

## **Tout sur la mémoire**

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Titre(s) : Tout sur la mémoire

Auteur(s) : Croisile, Bernard (1958-....)

Editeur, producteur : Paris : O. Jacob, impr. 2008  
(77-Courtry; Impr. Sagim)

Description matérielle : 511 p. : cartes, ill., couv. ill. en coul. ; 24 cm

ISBN : 978-2-7381-2106-6

EAN : 9782738121066

Classification décimale Dewey : 612.823 31 23

Résumé ou extrait : Comment se construit la mémoire de nos enfants ? Pourquoi n'a-t-on pas de souvenir autobiographique avant 2 ou 3 ans ? Quelles sont les meilleures stratégies pour apprendre ses leçons ? Que faut-il penser du " par cœur " à l'école ? Pourquoi le bachotage est-il le pire moyen pour retenir durablement ? etc. Comment fonctionne notre mémoire à l'âge adulte ? Les hommes et les femmes apprennent-ils de la même façon et se souviennent-ils des mêmes choses ? De quelle manière intervient le sommeil ? La mémoire d'un médecin fonctionne-t-elle comme celle d'un sportif ? etc. Pourquoi notre mémoire nous trahit-elle parfois ? L'émotion perturbe-t-elle l'apprentissage d'un fait ? et le stress ? Pourquoi les dépressifs retiennent-ils mieux les souvenirs personnels douloureux ? Quels mécanismes conduisent aux erreurs de témoignage ? etc. Comment le vieillissement affecte-t-il notre mémoire ? Que faire pour freiner le ralentissement des fonctions cognitives ? Comment diagnostiquer la maladie d'Alzheimer de façon certaine ? Peut-on prévenir l'amnésie progressive qu'elle entraîne ? etc. Assorti de nombreux conseils, illustré par toutes sortes d'histoires extraordinaires et d'anecdotes amusantes, un guide clair et complet qui répond à toutes les questions que vous vous posez sur votre mémoire, ou celle de vos proches. En complément, un cahier pratique d'exercices originaux pour évaluer et entraîner votre mémoire. [4e couv.]

Sujet(s) : Mémoire Mémoire chez l'enfant Mémoire Effets de l'âge

Sujet - Nom commun : Mnémotechnique  
Mémoire

Forme, genre ou caractéristiques physiques : Problèmes et exercices