



Sommaire

Introduction

Que se passe-t-il lorsque nous mémorisons?	4
La mémoire	6
Les étapes de la mémorisation	9

Acquisition de l'information

L'attention	11
La perception	29
La mémoire de travail	47

Traitement de l'information

La mémoire à long terme	65
L'association	73
La structuration	85
La répétition	101
Le codage et la mnémotechnie	109

Restitution de l'information

La concentration	115
Le rappel	121

Situations et stratégies de mémorisation	131
---	------------