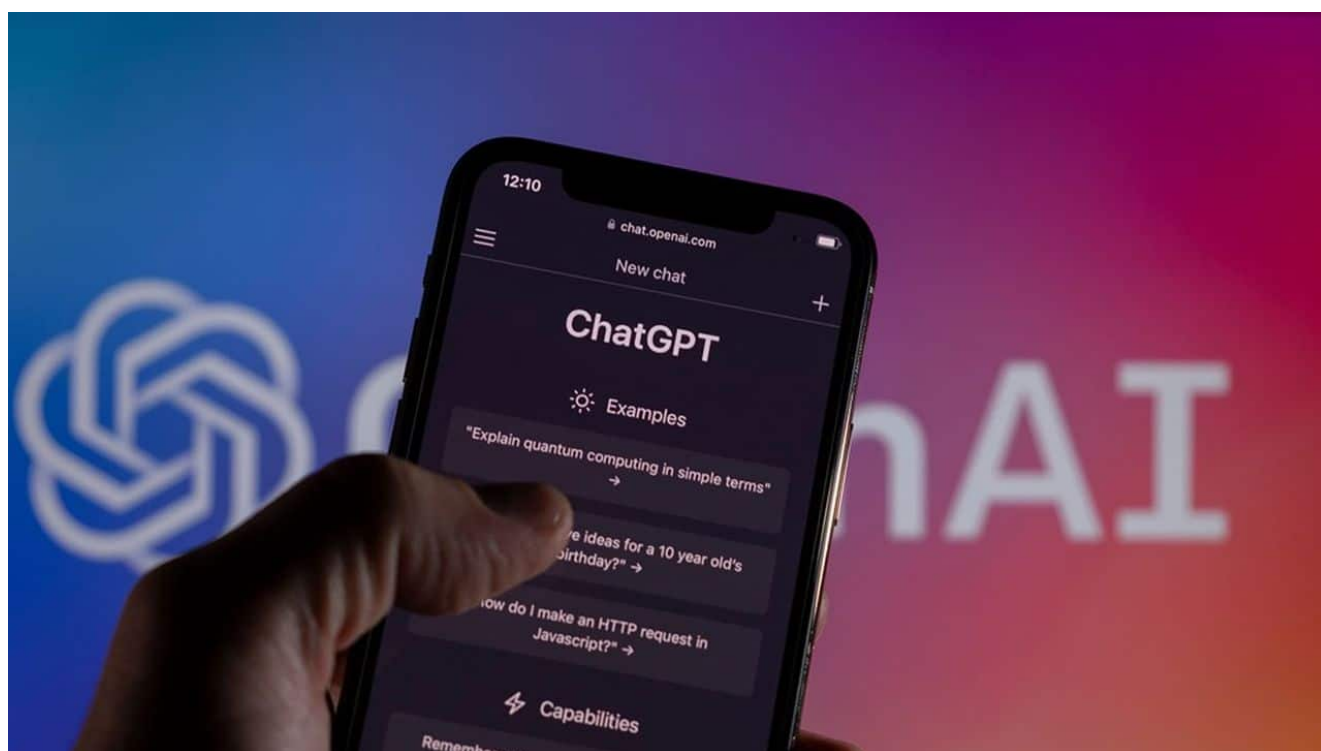


# Quand ChatGPT Fait Disparaître Nos Souvenirs

## Problèmes de Mémoires avec ChatGPT : Que Savoir ?

Publié le 10 octobre 2025 par [Fredzone](#)

Imaginez un instant que **ChatGPT** ne se souvienne plus des informations personnelles que vous lui avez confiées. C'est la réalité actuelle pour de nombreux utilisateurs, qui rapportent sur Reddit une **disparition inattendue de leurs mémoires**.



Un utilisateur, identifié sous le pseudonyme **WebCoder**, raconte une expérience désagréable : alors qu'il demandait à l'assistant de mémoriser une recette, toutes les informations ont disparu instantanément sans aucune trace. Ce type de problème soulève des inquiétudes parmi ceux qui dépendent

intégralement de cette **fonctionnalité personnalisée**.

## Un Problème Généralisé

Les rapports des utilisateurs révèlent une tendance inquiétante. **LadyFace** indique que son compte professionnel est également touché, peu importe qu'il utilise un **ordinateur de bureau, un mobile ou l'application web**. D'autres, comme **Little\_Doveblade**, expriment un soulagement de savoir qu'ils ne sont pas seuls dans cette situation troublante.

Étonnamment, la page de statut officielle de **ChatGPT** ne laisse entrevoir aucun incident significatif. Cela pourrait indiquer que ce problème n'affecte pas l'ensemble des utilisateurs. Néanmoins, pour éviter d'éventuels désagréments, il est sage de prendre des mesures préventives, telles que la sauvegarde manuelle de vos mémoires.

À LIRE AUSSI : [ChatGPT franchit de nouveaux paliers en octobre 2025](#)

## Comment Fonctionnent les Mémoires ?

Les mémoires de **ChatGPT** stockent des données qui améliorent l'expérience utilisateur. Par exemple, si vous indiquez que vous êtes allergique aux noix en écrivant « *Souviens-toi que je suis allergique aux noix* », l'assistant adaptera ses suggestions en tenant compte de cette information. De même, connaître votre localisation permet à **ChatGPT** de fournir des réponses appropriées à vos interrogations locales.

Pour activer cette fonctionnalité, vous devez d'abord vous rendre dans les réglages et chercher l'option de personnalisation. Deux interactivités à vérifier : *Référencer l'historique des conversations* et *Référencer les mémoires sauvegardées*. Les deux doivent être activées pour bénéficier

d'une expérience optimale.

Les utilisateurs abonnés aux versions Pro et Plus ont des privilèges supplémentaires, leur permettant de consulter et de modifier les informations mémorisées. Ce panneau affiche toutes les données stockées et vous offre la possibilité de gérer leur importance. Chaque utilisateur, quant à lui, peut supprimer une mémoire spécifique grâce à un menu divisé par des points d'options.

## Sauvegarde Manuelle des Données

Créer une sauvegarde des données que **ChatGPT** conserve sur vous est relativement simple. Accédez au panneau de gestion des mémoires, copiez le contenu affiché, puis collez-le dans un document texte. Cette précaution vous fournit une **trace écrite** si vos mémoires disparaissent soudainement.

Malheureusement, la **restauration automatique** n'est pas encore une réalité. Il n'est pas possible de coller le texte sur l'interface pour récupérer instantanément vos informations. Chaque mémoire doit être réintroduite manuellement, en écrivant « *Souviens-toi que...* » suivi de l'information pertinente dans le champ de saisie de **ChatGPT**. Ce processus peut être fastidieux si vous avez beaucoup de mémoires à réinsérer.

**À LIRE AUSSI :** [OpenAI révèle l'ampleur des troubles psychologiques parmi ses millions d'utilisateurs de ChatGPT](#)

## Solutions à Court Terme

Si vos mémoires semblent avoir disparu, essayez de vous déconnecter puis de vous reconnecter. Certains utilisateurs ont rapporté que cette méthode avait résolu des problèmes similaires dans le passé. Cette solution, rapide et simple,

pourrait tout rétablir sans que vous ayez à chercher plus loin.

**OpenAI** n'a pas encore confirmé l'existence d'un souci généralisé avec les mémoires. Mais prendre le temps de réaliser une sauvegarde manuelle est une démarche rassurante. Cela ne prend que quelques minutes et pourrait vous éviter des problèmes plus importants à l'avenir.

Aujourd'hui, vos données sont probablement en lieu sûr. Néanmoins, il est toujours sage d'agir de manière préventive, surtout dans un contexte où nous partageons de plus en plus d'informations personnelles avec des assistants virtuels. Garder un contrôle sur ces données est d'une importance capitale.

Cet incident souligne combien il est risqué de compter entièrement sur un service cloud pour sauvegarder des informations cruciales. Même les systèmes les plus fiables peuvent rencontrer des défaillances techniques inattendues. Adopter une routine de sauvegarde locale est donc essentielle pour tout utilisateur sérieux de **ChatGPT**.

En résumé, bien que ce problème semble isolé pour le moment, il est préférable de prendre les devants plutôt que de devoir reconstruire manuellement des mois d'interactions personnalisées. Quelques minutes passées à sauvegarder vos mémoires pourraient s'avérer très bénéfiques à l'avenir.



SOURCE : [TechRadar](https://www.techradar.com/news/artificial-intelligence/robot-heads-are-the-future-of-ai-1.5088888)

Source : [www.fredzone.org](http://www.fredzone.org)

→ ☐ Accéder à [CHAT GPT](#) en cliquant dessus