







LA RÉMINISCENCE THÉRAPEUTIQUE : REVISITER LE PASSÉ POUR MIEUX VIVRE LE PRÉSENT

Formation professionnelle – 4 heures

Public visé : Professionnels accompagnant des personnes âgées (résidence médicalisée, accueil de jour, domicile)

 Durée : 4 heures	 Certification : Attestation de formation
 Niveau : Tous niveaux	 Organisme : N° 11757351875
 Format : 100% en ligne, asynchrone	 Financement : OPCO, plan de formation

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

SOMMAIRE DES MODULES

MODULE 1	Comprendre la réminiscence thérapeutique — fondements et effets	4 leçons
MODULE 2	Préparer et animer une séance de réminiscence	4 leçons
MODULE 3	Réminiscence et troubles cognitifs — adapter son approche	4 leçons
MODULE 4	Mettre en pratique avec les outils DYNSEO (E-SOUVENIRS et EDITH)	4 leçons

Objectifs pédagogiques

Objectifs pédagogiques

- Comprendre les fondements théoriques et cliniques de la réminiscence thérapeutique (travaux de Butler, Erikson)
- Distinguer les différentes formes de réminiscence : simple, évocatrice, révision de vie, intégrative
- Connaître les effets thérapeutiques documentés sur l'identité, la dépression, les fonctions cognitives et le lien social
- Préparer et conduire une séance individuelle de réminiscence (supports, posture, durée, carnet de vie)
- Animer un groupe de réminiscence en gérant la dynamique collective
- Adapter l'approche aux personnes atteintes de troubles cognitifs (démence légère à avancée)

- Documenter les séances et intégrer les données dans le projet d'accompagnement personnalisé
- Utiliser les outils DYNSEO E-SOUVENIRS et EDITH dans les séances de réminiscence individuelle et collective

Informations générales

Durée	4 heures
Format	Formation en ligne asynchrone – accessible 24h/24 à votre rythme
Public visé	Soignants, animateurs, auxiliaires de vie, psychologues, tout professionnel accompagnant des personnes âgées
Prérequis	Aucun prérequis spécifique
Tarif	Sur devis – TVA non applicable (article 261-4-4° du CGI)
Certification	Qualiopi – Attestation de fin de formation
Organisme	DYNSEO – N° de déclaration d'activité : 11757351875

MODULE 1

Comprendre la réminiscence thérapeutique — fondements et effets

4 leçons

Leçon 1 – Qu'est-ce que la réminiscence ? Définition et origines

- La réminiscence comme processus naturel : se souvenir pour donner du sens à sa vie
- Les travaux fondateurs de Robert Butler (1963) : le bilan de vie comme besoin développemental universel
- Réminiscence spontanée vs réminiscence structurée : deux processus distincts mais complémentaires
- La distinction entre réminiscence simple, réminiscence thérapeutique et thérapie par le bilan de vie

Leçon 2 – Les effets thérapeutiques documentés

- Effets sur l'identité et l'estime de soi : retrouver une cohérence narrative de son parcours de vie
- Effets sur la dépression et l'apathie : réengagement émotionnel par le souvenir positif ou significatif
- Effets sur les fonctions cognitives : activation de la mémoire autobiographique et de la mémoire sémantique
- Effets sur le lien social : partager ses souvenirs comme levier de reconnexion aux autres

Leçon 3 – Les différentes formes de réminiscence

- La réminiscence simple : raconter librement des souvenirs sans objectif thérapeutique structuré
- La réminiscence évocatrice : utiliser des supports (photos, objets, musique) pour stimuler le souvenir
- La révision de vie : travail plus structuré sur l'ensemble du parcours, souvent mené en individuel
- La réminiscence intégrative : accepter les parts douloureuses de sa vie pour trouver la paix intérieure

Leçon 4 – Pour qui ? Indications, contre-indications et précautions éthiques

- Les profils qui bénéficient le plus : personnes déprimées, isolées, en perte d'identité, en fin de vie
- Réminiscence et troubles cognitifs : possible et bénéfique, mais nécessite des adaptations importantes
- Les contre-indications relatives : traumatismes non résolus, états psychotiques aigus, deuils très récents
- Les précautions éthiques : ne pas forcer le souvenir, respecter les silences, ne jamais corriger le récit

MODULE 2**Préparer et animer une séance de réminiscence**

4 leçons

Leçon 1 – Préparer la séance — connaître la personne et choisir les supports

- Recueillir l'histoire de vie : avec la personne, la famille, les dossiers et transmissions existants
- Choisir des thèmes porteurs : enfance, métier, amours, fêtes, voyages, goûts musicaux, traditions
- Sélectionner les supports adaptés : photographies, objets du quotidien, musiques, odeurs, textures familières
- Adapter le niveau de stimulation au profil cognitif : ne pas surcharger, ne pas sous-stimuler

Leçon 2 – La posture professionnelle pendant la séance

- L'écoute active et la relance douce : questions ouvertes, reformulations bienveillantes, silences respectés
- Ne pas corriger les souvenirs inexacts : ce qui compte est l'émotion vécue, pas la véridicité des faits
- Gérer les émotions fortes : pleurs, colère, honte — rester présent sans fuir ni minimiser la souffrance
- Clôturer la séance positivement : résumer, valoriser la contribution, remercier, annoncer la prochaine rencontre

Leçon 3 – La séance individuelle — format, durée et fréquence

- Format recommandé : 20 à 40 minutes, dans un espace calme, familier et sans interruption
- Fréquence : hebdomadaire ou bimensuelle selon les objectifs et la tolérance de la personne
- Le carnet de vie ou l'album de réminiscence : construire ensemble un support durable et personnel
- Adapter en temps réel : si la personne est fatiguée, agitée ou triste, alléger ou reporter sans culpabiliser

Leçon 4 – La séance collective — animer un groupe de réminiscence

- Constitution du groupe : 4 à 8 personnes, profils proches en termes de capacités cognitives
- Structurer la séance collective : accueil, thème du jour, échanges libres, clôture (45 à 60 minutes)
- Gérer la dynamique de groupe : les très bavards, les très silencieux, les conflits de souvenir entre participants
- Valoriser la contribution de chacun : chaque souvenir partagé enrichit l'ensemble du groupe

MODULE 3**Réminiscence et troubles cognitifs — adapter son approche**

4 leçons

Leçon 1 – La mémoire autobiographique dans la démence

- Pourquoi les souvenirs anciens sont souvent préservés longtemps malgré l'avancée de la démence
- La mémoire émotionnelle : les émotions restent accessibles même quand les faits précis s'effacent
- Les fenêtres d'ouverture dans la démence : moments de lucidité à saisir pour la réminiscence
- Les risques à éviter : confronter la personne à ses pertes, imposer des souvenirs potentiellement douloureux

Leçon 2 – Adapter les supports et le format aux troubles cognitifs

- Privilégier les supports sensoriels : photos simples, objets concrets, musiques connues, odeurs familières
- Raccourcir les séances : 15 à 20 minutes maximum pour les personnes avec démence modérée à avancée
- Simplifier les questions : une seule à la fois, formulée positivement, sans exiger une réponse exacte ou datée
- Valider la réalité émotionnelle même si le contenu du souvenir est confus, mélangé ou inexact

Leçon 3 – Documenter et intégrer la réminiscence dans le projet personnalisé

- Tracer les séances dans le dossier de soin : contenu abordé, réactions observées, thèmes porteurs et à éviter
- Partager les observations avec l'équipe pluridisciplinaire : ce que la réminiscence révèle de la personne
- Intégrer les données de l'histoire de vie dans le projet d'accompagnement personnalisé
- Impliquer les familles : les inviter à apporter des objets, des photos, à partager des pans de l'histoire de vie

Leçon 4 – Réminiscence et fin de vie — accompagner le bilan existentiel

- Le bilan de vie en fin de vie : un besoin fondamental selon Erikson (intégrité vs désespoir)
- La réminiscence intégrative pour accepter les regrets et trouver une forme de paix intérieure
- Comment accompagner un récit de vie douloureux sans le fuir ni le forcer à être positif
- Le rôle du soignant comme témoin bienveillant et digne de la vie de l'autre

MODULE 4

Mettre en pratique avec les outils DYNSEO

4 leçons

Leçon 1 – E-SOUVENIRS — présentation et prise en main de l'outil

- Ce qu'est E-SOUVENIRS : une bibliothèque de fiches thématiques illustrées couvrant les décennies 1930 à aujourd'hui
- Les thèmes disponibles : école, métiers, loisirs, fêtes, alimentation, transports, événements marquants
- Navigation dans l'outil : choisir une décennie, sélectionner une fiche, lancer la séance sur tablette ou écran
- Les paramètres d'accessibilité : taille des images, rythme de défilement, son selon le profil de la personne

Leçon 2 – E-SOUVENIRS — conduire une séance individuelle et collective

- En individuel : choisir la fiche selon l'histoire de vie connue, observer la réaction, relancer par la parole
- En collectif : projeter sur grand écran, inviter chacun à partager un souvenir lié au thème affiché
- Les questions déclencheuses à utiliser avec chaque fiche : "Est-ce que vous reconnaissiez cela ?", "Vous en aviez un ?"
- Adapter la séance en temps réel : changer de fiche si la thématique n'évoque rien ou provoque une émotion trop forte

Leçon 3 – EDITH — les jeux de réminiscence et de mémoire autobiographique

- Les jeux EDITH liés à la réminiscence : reconnaissance d'objets anciens, de visages, de lieux et de scènes familiales
- Comment utiliser ces jeux comme point de départ d'une conversation sur le passé de la personne
- Les jeux de catégorisation et d'association : stimuler la mémoire sémantique tout en évoquant des souvenirs concrets
- Calibrer la difficulté dans EDITH : choisir le niveau adapté pour maintenir le plaisir sans générer de frustration

Leçon 4 – Construire un protocole de séance combinant E-SOUVENIRS et EDITH

- Architecture d'une séance complète de 30 minutes : accueil (5 min) + EDITH jeu doux (10 min) + E-SOUVENIRS (10 min) + clôture (5 min)
- Alternier stimulation cognitive (EDITH) et évocation émotionnelle (E-SOUVENIRS) pour varier les registres d'engagement
- Tracer les séances : noter les jeux et fiches utilisés, les réactions, les thèmes porteurs pour les séances suivantes
- Présenter ce protocole aux familles pour qu'elles puissent reproduire des séances enrichissantes lors de leurs visites

Modalités pédagogiques

- Leçons théoriques vidéo avec exemples cliniques concrets et mises en situation illustrées
- Études de cas et analyses de séances de réminiscence
- Présentation et prise en main guidée des outils E-SOUVENIRS et EDITH
- Quiz d'évaluation par module
- Supports et fiches pratiques téléchargeables (fiche d'histoire de vie, protocole de séance, carnet de vie)

Modalités d'évaluation

- Quiz de fin de module
- Attestation de fin de formation délivrée à l'issue du parcours complet

Modalités de suivi

- Feuilles d'émargement électroniques
 - Attestation d'assiduité
 - Évaluation de satisfaction (questionnaire à chaud)
-

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Document établi par DYNSEO – Mise à jour : mars 2026