

Objectifs et principes de l'entraînement de la mémoire

L'entraînement de la mémoire chez les personnes atteintes d'une pathologie démentielle se concentre particulièrement sur le renforcement des capacités et des aptitudes existantes. Dans ce contexte, on voit souvent s'ouvrir, notamment au stade de la démence sévère, de très petites fenêtres de compétences, qui risquent de disparaître dans les déficits manifestes de la vie quotidienne.

- **Renforcement de l'identité et de l'estime de soi**

Le renforcement est possible dans la mesure où les personnes atteintes d'une pathologie démentielle se souviennent des situations et des activités du passé ; la biographie individuelle et chronologique est revécue, rafraîchie et en partie également revisitée, notamment quand on peut en parler à des personnes appartenant à la même génération, ou chanter ou jouer de la musique avec elles.

- **Encouragement des compétences sociales**

Les réunions pour l'entraînement de la mémoire peuvent constituer un forum permettant de maintenir des contacts sociaux positifs. Le sentiment d'appartenance à un groupe est favorisé par des exercices physiques, des exercices rythmiques et le chant, tout cela vécu en collectivité.

- **Maintien de la capacité et de la disposition à communiquer**

Il s'agit de s'entraîner à utiliser le vocabulaire quotidien existant et de le préserver aussi longtemps que possible. Cela permet à chaque individu participant d'exprimer ses désirs et de retarder la perte de sa capacité à l'autodétermination.

- **Stabilisation de l'orientation**

En intégrant, toujours à la même heure, la procédure d'entraînement de la mémoire à l'emploi du temps quotidien, celui-ci se stabilise, ce qui engendre sécurité et orientation. De plus, se préoccuper de thèmes actuels importants comme les saisons de l'année, les événements culturels, etc. permet avant tout de renforcer l'orientation temporelle.

Pour la bonne réalisation des séances d'entraînement de la mémoire, les principes suivants sont à prendre en compte :

- Accorder la plus haute priorité au bien-être
- Travailler sans contrainte de temps ni de performance
- Favoriser des expériences valorisantes
- Etablir une référence avec la biographie et les intérêts individuels
- Travailler sur des thèmes de la vie quotidienne
- Considérer divers accès à la perception, qui impliquent le plus grand nombre possible d'organes sensoriels (accès visuel, tactile, acoustique, moteur, olfactif et gustatif)
- Faire appel aux contenus de la mémoire à long terme

Source et littératures complémentaires

[Schweizerischer Verband für Gedächtnistraining](#)

Schloffer, Helga; Prang, Ellen; Frick-Salzman, Annemarie (Hrsg.):
Gedächtnistraining. Theoretische und praktische Grundlagen. Heidelberg 2010

CURAVIVA Suisse (www.curaviva.ch/demenzbox)
INSOS Suisse (www.insos.ch)

Janvier 2018