

La réminiscence : concept, fonctions et mesures.

Adaptation française de : la *Reminiscence Functions Scale*

Djamila Mezred et al.

Les cahiers internationaux de psychologie sociale 3/2006 (Numéro 71), p. 3-14.

Laboratoire de psychologie cognitive et clinique, Université Nancy 2, France

1. À différents moments de la vie, la plupart des adultes font appel aux souvenirs du passé personnel et ce, par l'entremise de deux processus au moins : la réminiscence et la rétrospective de vie. Ce retour aux événements passés peut se produire spontanément ou volontairement, en privé ou en public, et peut impliquer le souvenir d'épisodes heureux et/ ou tristes. Ainsi, la réminiscence renvoie à l'évocation de souvenirs d'événements personnels passés, et advient généralement dans un contexte relationnel en vue de communiquer et partager ces souvenirs (*Rosenblatt et Elde, 1990*).

La rétrospective de vie (*Life review*) réfère quant 'à elle à l'évocation de souvenirs d'événements personnels et à l'analyse qui s'en suit (*Butler, 1963 ; Staudinger, 2001*). Il s'agit plutôt d'un processus de réinterprétation de l'ensemble de l'existence. Ainsi, dans la suite de l'article, nous nous attarderons uniquement sur la réminiscence qui est un processus autrement plus simple et autrement plus courant que la rétrospective de vie.

2 L'idée selon laquelle les personnes âgées vivent de mémoire plutôt que d'espoir serait à l'origine de la croyance populaire selon laquelle la réminiscence est une simple manie de la vieillesse, assimilée parfois au radotage. Or les travaux menés dans le cadre de la gérontologie moderne ont montré que non seulement la réminiscence n'est pas l'apanage des personnes âgées (*Webster, 1997*) mais qu'elle peut avoir une certaine vertu thérapeutique (*Cook, 1998 ; Haight, 1991 ; Hsieh et Wang, 2003 ; Middelton et Buchanan, 1993 ; Puentes, 2001, 2004 ; Watt et Cappeliez, 2000 ; Serrano, Latorre, Gatz et Montanes, 2004 ; Wang, 2004a, 2004b, 2005*). Nous devons à Butler (1968) aussi bien cette vision positive de la réminiscence que son utilisation en tant qu'outil thérapeutique au service de l'intégrité de soi qui repose entre autres, selon Erikson (1950), sur la capacité qu'a la personne de regarder en arrière et d'éprouver un sentiment de satisfaction en faisant le bilan de sa vie. Cet outil est la « thérapie par l'entremise de la rétrospective de vie » (*Life review therapy*) qui permet à l'aide de la réminiscence, un retour progressif à la conscience d'expériences personnelles passées, et la résurgence de conflits non solutionnés (*Butler, 2002*). En même temps, ces expériences et ces conflits rappelés à la vie peuvent être révisés et intégrés (*Staudinger, 2001*). En effet, parler des événements passés aide souvent la communication, favorise l'interaction et la socialisation voire l'amélioration de l'humeur (*Westerhof, Bohlmeijer et Valenkamp, 2004 ; Serrano et al. 2004*), même chez les sujets atteints la maladie d'Alzheimer dont la mémoire des faits anciens est souvent la dernière à se détériorer (*Garner, 2003*). Pasupathi et Carstensen (2003) révèlent que *plus on avance en âge et plus le fait d'échanger au sujet d'événements passés génère une augmentation des émotions positives*.

3 Les études menées sur la réminiscence peuvent être classées en deux catégories complémentaires (*Webster, 1995*) : descriptive et explicative. D'abord, les études descriptives qui montrent le degré d'implication des sujets ainsi que le contenu de leurs souvenirs permettant de dégager des types de réminiscence comme dans la taxonomie de Watt et Wong (1991) qui en comporte six : réminiscence intégrative utilisée pour assurer la cohérence et l'estime de soi, réminiscence instrumentale utilisée pour faire face à une détresse émotionnelle, réminiscence éducative utilisée pour transmettre l'héritage culturel et personnel, réminiscence échappatoire utilisée pour fuir une situation présente difficile à gérer, réminiscence obsessionnelle utilisée de façon compulsive sous l'effet de la culpabilité liée aux regrets des expériences passées, et réminiscence narrative est un souvenir du passé purement descriptif.

Ensuite, les études explicatives qui présentent les liens entre le type de réminiscence et le développement de l'ego, l'actualisation de soi (*Havighurst et Glasser, 1972 ; Boylin, Gordon et Nehrke, 1976 ; Sherman et Peak, 1991*) et la compréhension de soi (*Merriam, Cross, 1982 ; Buechel, 1986 ; Puentes, 2001 ; Wang, Hsu, et Cheng, 2005*). C'est parce qu'elles se sont révélées être reliées à une meilleure santé mentale chez les personnes âgées que les réminiscences intégrative, instrumentale et éducative prédisent la croissance (au sens du développement « vie-entière ») puisqu'elles permettent au sujet de revoir sa vie comme un tout cohérent et de se percevoir comme étant le même malgré les transformations physiques dont il est l'objet, alors que les réminiscences échappatoire, obsessionnelle et narrative s'apparentent plutôt à une sorte de réminiscence-survivance dans le sens où elle s'apparente à une fuite dans le passé afin de protéger une image de soi menacée par les événements présents (*Laforest, 1992*).

4 Il est clair que les sujets ne s'adonnent à la réminiscence ni avec la même intensité ni pour les mêmes raisons. Il y a des différences individuelles quant à la propension à la réminiscence et aux motivations qui la sous-tendent. Mesurer ces différences nécessite des outils fiables et valides. On doit à Havighurst et Glasser en 1972 la première mesure papier-crayon du construit de réminiscence (*The Havighurst and Glasser Scale*). Il s'agit d'une échelle comportant 12 items dont les qualités métrologiques n'ont pas été rapportées. En voici deux items en guise d'illustration : « Je reste fier(ère) de ce que j'ai accompli jusqu'ici » ; « J'assume la responsabilité de mes actions ». Toutefois, Havighurst et Glasser (1972) rapportent un lien positif entre le recours élevé à la réminiscence et un affect positif. En deuxième lieu, Romaniuk, et Romaniuk (1981) ont élaboré une échelle comportant 34 items, générés intuitivement à partir des fonctions et des mécanismes suggérés dans la littérature psychologique, et répartis dans deux sous-échelles, à savoir la sous-échelle des fonctions de la réminiscence *Reminiscence Functions scale* qui mesure à l'aide de 13 items trois facettes différentes (Rehaussement d'image ; Résolution de problèmes actuels ; Compréhension de soi), et la sous-échelle des mécanismes de réminiscence *Reminiscence Triggers Scale* qui, à l'aide 21 items, mesure 5 mécanismes différents (Conscience de la mort / Résignation ; Conscience de la mort / Autre ; Réalisation de projets / Accomplissements ; Changements / Menaces ; Changement dans la carrière / Direction de la vie). À l'aide de cette échelle, les participants sont invités à préciser les motivations telles « pour apprendre aux autres les expériences passées, pour donner une nouvelle direction à la vie » qui sous-tendent le fait de penser à son propre passé. Il convient de noter que la structure factorielle de cette échelle demeure problématique car jamais retrouvée (*Sherman et Peak, 1991*). En troisième lieu, en reprenant en partie des items des deux échelles précédentes, Merriam (1993) en propose une nouvelle échelle comportant 17 items dont certains provenant d'un travail précédent de Merriam et Cross (1981, 1982) à propos des sentiments éprouvés à l'égard de la réminiscence. L'analyse factorielle sur les scores obtenus à cette échelle auprès de sujets centenaires a révélé trois facteurs principaux : thérapeutique, informatif et plaisant expliquant ensemble 55.8 % de la variance totale. Le facteur thérapeutique se compose de 9 items qui renvoient au fait de surpasser son sentiment de solitude, de comprendre la signification de la vie, se rendre à l'évidence que la vie se termine, mettre de l'ordre dans sa vie, se comprendre mieux, faire face à la perte, s'aider à se relaxer, faire face à des souvenirs troublants et accepter des changements dans sa vie. En ce qui concerne le facteur informatif, composé de 5 items renvoyant au fait de faire des projets d'avenir, de faire face à un problème actuel, de parler des accomplissements et d'enseigner aux autres son vécu. Quant au facteur plaisant, il regroupe seulement deux items qui consistent à revivre une expérience plaisante et à avoir un bon moral.

5 Enfin, l'Échelle des Fonctions de la Réminiscence (RFS), développée par Webster (1993), a été conçue pour améliorer l'échelle précédente de Romaniuk et Romaniuk (1981) en introduisant une dimension interpersonnelle de la réminiscence et en recourant à un échantillonnage plus hétérogène, d'un niveau d'instruction plus disparate et d'âge variant de 17 à 91 ans. Le questionnaire de départ (RFS-p) était composé de 54 items générés à partir de la littérature psychologique disponible. Il a été administré à deux échantillons différents ($N=40$ et $N=119$) et diversifiés quant à

l'âge, le genre, l'éducation, l'appartenance ethnique ainsi qu'en fonction des données démographiques. Il a été ensuite administré à un troisième échantillon composé de 289 hommes et 421 femmes, âgés entre 17 et 91 ans et d'un niveau d'éducation allant de sans diplôme à un diplôme de troisième cycle. Les participants devaient évaluer sur une échelle de type Likert de 1=« jamais » à 6=« très souvent », la fréquence à laquelle ils se souviennent du passé avec une fonction particulière à l'esprit. Autrement dit, les participants sont invités à évaluer chaque affirmation sur l'échelle décrivant la fréquence à laquelle ils s'en souviennent pour un but donné.

6 Une analyse exploratoire en composantes principales suivie d'une rotation varimax a fait émerger 43 items répartis en 7 facteurs expliquant 59.8% de la variance totale et renvoyant à 7 fonctions différentes de la réminiscence, à savoir, la réduction de l'ennui (6 items) dont se sert le sujet lorsque son environnement est peu stimulant, la préparation à la mort (6 items) dont il se sert lorsque les pensées de la mort deviennent proéminentes, la résolution de problèmes/ identité (12 items) lorsque son concept de soi est menacé, la conversation (5 items) lorsqu'il veut se rapprocher des autres, le maintien de l'intimité (4 items) lorsqu'il ressent le besoin de rendre présentes les personnes proches disparues, la réactivation de l'amertume (5 items) pour ressasser les blessures anciennes, et l'enseignement/ l'information (5 items) lorsqu'il veut utiliser les enseignements de ses expériences personnelles pour aider les autres.

7 Webster (1993) rapporte une consistance interne calculée par le coefficient α de Cronbach qui s'étend entre .74 (pour la fonction enseignement/information) et .88 (pour la fonction réduction de l'ennui). Afin d'éprouver l'invariance structurale de son échelle, Webster a entrepris en 1997 sa réplication avec un échantillon de 399 sujets âgés de 17 à 45 ans. Une solution en 8 facteurs a alors émergé avec les mêmes facteurs que dans l'étude initiale, hormis la séparation du facteur Résolution de problème / Identité en deux facteurs distincts, la consistance interne allant de .80 (pour préparation à la mort) à .86 (pour identité). Dans les deux études, ces fonctions s'étaient révélées liées significativement les unes aux autres avec une corrélation moyenne de .30. En outre, les liens entre ces fonctions de la réminiscence et les dimensions de la personnalité mesurées par l'entremise du NEO-FFI forme S (Costa et McCrae, 1985) ont été explorés. En accord avec les hypothèses de l'auteur, le trait névrosisme s'est révélé significativement et positivement corrélé avec la fonction « maintien d'intimité » ($r=.42, p<.01, n=120$). Autrement dit, les sujets présentant une instabilité émotionnelle (émotions négatives : inquiétudes, anxiété, sentiment d'insécurité...) manifestent une propension à utiliser une réminiscence ayant pour fonction de rendre physiquement présents les êtres chers disparus. On notera aussi la corrélation significative et positive entre l'extraversion et la fonction « résolution de problèmes » ($r=.33, p<.01, n=123$). Plus on est extraverti et plus on se sert de la réminiscence pour résoudre des problèmes plus ou moins douloureux. Ici la réminiscence prend l'allure d'un partage social des émotions (Rimé, Noël et Philippot, 1991 ; Rimé, Philippot, Boca et Mesquita, 1992). On notera enfin que le trait de personnalité « ouverture à l'expérience » affiche une corrélation significative et positive avec la fonction « identité ». Plus on est ouvert intellectuellement et culturellement, et plus on se sert de notre passé pour comprendre qui on est. La compréhension de soi est nécessaire au sentiment d'intégrité de soi (Birren, 1987). Les résultats concernant les différences en fonction de l'âge révèlent une augmentation significative du recours à la réminiscence chez les adultes âgés pour les fonctions « Préparation à la mort » et « Enseignement / Information ».

8 De nombreux chercheurs dont Molinari (2001), et plus récemment Cappeliez et O'Rourke (2002) ont utilisé cette échelle afin d'examiner les relations entre les styles d'attachement (sécure, insécure, préoccupation, ...) et les fonctions de la réminiscence ainsi que les relations entre ces dernières et les dimensions de la personnalité. Ainsi, les premiers auteurs ont trouvé que l'extraversion est clairement reliée à la fonction conversation de la réminiscence ($r=.40, p<.01$), et la dimension ouverture s'est révélée être fortement reliée à la fonction identité de la réminiscence, ($r=.52, p<.01$) ainsi qu'à la fonction résolution des problèmes de la réminiscence ($r=.38, p<.01$). On notera aussi que le nervosisme s'est avéré être négativement relié à la fonction enseigner-informer

de la réminiscence ($r = -.37, p < .05$) et positivement relié à la fonction revécu d'amertume ($r = .20, p < .01$). Quant à Cappeliez et O'Rourke (2002), ils ont montré comment les dimensions de personnalité NEO-FFI (Costa et McCrae, 1992) et les attitudes de vie (*Life Attitude Profile*) (Reker, 1992) prédisent la fréquence de certaines fonctions de la réminiscence (réduction de l'ennui, identité, préparation à la mort et revécu d'amertume). Par exemple, la fonction revécu d'amertume a été prédite par le trait nervosisme ($F(3,85) = 6.18, p < .01$), et la fonction identité par la dimension ouverture ($F(3,85) = 10.51, p < .001$).

9 Activité mentale universelle, la réminiscence n'est pas pour autant une manifestation anodine. Elle peut être source ou conséquence (ceci reste à déterminer) de croissance psychologique chez l'adulte et la personne âgée. Il est désormais irréfragable que le développement se déroule tout au long de la vie (Baltes, Staudinger et Lindenberger, 1999). En effet, la dernière période de l'existence n'est plus perçue comme une phase d'involution, mais comme une période ultime de développement, avec ses processus et caractéristiques propres.

10 Nous pensons que la réminiscence et ses fonctions méritent amplement de s'inscrire dans les recherches portant sur les critères du vieillissement réussi, et les facteurs psychologiques et environnementaux qui contribuent au bon développement et à l'adaptabilité des personnes âgées. Comprendre les différentes fonctions de la réminiscence et leurs rôles respectifs dans l'échec ou la réussite du vieillissement permet de mieux s'en servir dans des programmes de prise en charge bien ciblés et mieux appropriés. La réminiscence ne favoriserait-elle pas, selon Wong (1995), l'estime de soi et la reprise d'activités personnelles et sociales chez les personnes âgées. Ce sont les raisons pour lesquelles nous avons jugé utile d'élaborer une version française de l'Échelle des Fonctions de la Réminiscence (EFR) *Reminiscence Functions Scale* de Webster (1993), et d'en évaluer les qualités psychométriques en l'occurrence la validité de construit, la cohérence interne et la structure factorielle. Le choix de cette échelle s'explique par le sérieux des aspects définitoires ayant présidé à sa construction ainsi que par l'étendue son réseau nomologique permettant d'apprécier ses qualités psychométriques.