
Fiche d'information: Travail biographique

Définition et objectifs

Les personnes âgées ont besoin de se souvenir et d'avoir une vue d'ensemble de la vie. Des questions se posent sur le sens, sur les réussites et les occasions manquées, sur ce qui a changé et sur ce qui perdure. Elles veulent dresser un bilan et léguer un héritage. Il s'agit également pour elles d'organiser plus consciemment l'ici et maintenant et de planifier le lendemain.

À des moments charnières comme le départ à la retraite ou lors de la perte de personnes chères, les accès biographiques aident aussi à faire un état des lieux, à se réorienter et à élaborer des perspectives.

Dans le travail biographique, les personnes se penchent sur ce qu'elles sont devenues. Avoir une meilleure connaissance de soi-même et des autres, vivre dans le présent et élaborer des perspectives d'avenir sont les motivations pour cette approche. Alors que le CV est constitué de faits, la biographie inclut la manière dont la personne interprète des événements, des relations et des conditions de sa vie ainsi que les liens qu'elle établit et juge importants pour elle. Le regard biographique permet de découvrir des ressources et des compétences, d'intégrer les événements joyeux et pénibles ainsi que d'identifier et de continuer à tirer le fil rouge qui traverse la vie. Le travail biographique renforce l'identité et la confiance en soi et permet d'organiser le futur avec la plus grande autonomie possible.

Les personnes chargées du soutien et de l'accompagnement ressentent souvent le travail et le suivi biographiques comme un enrichissement. D'une part, il renforce les relations. D'autre part, les professionnels comprennent mieux les personnes qu'ils accompagnent lorsqu'ils peuvent situer leur personnalité et leur comportement dans un contexte biographique. Ils arrivent à répondre aux besoins des personnes prises en charge avec davantage de compréhension et d'intérêt.

Nous distinguons le **travail biographique** (au sens strict) de l'**accompagnement sensible à la biographie**.

Dans le **travail biographique**, il s'agit d'aborder l'histoire personnelle de façon encadrée et structurée.

→ Café récits, travail éducatif en petits groupes ou avec le livre de vie, conception du livre du futur, etc. (Voir à ce sujet p. 4)

Dans l'**accompagnement sensible à la biographie**, des personnes accompagnantes permettent d'accomplir un travail biographique en situation au quotidien. Afin d'identifier et d'utiliser au quotidien les bonnes opportunités, elles doivent pouvoir apporter une attitude sensible à la biographie ainsi qu'une aptitude méthodologique.

→ Conduite d'entretiens biographiques et narratifs, livre de vie, livre du futur, boîte à souvenirs, boîte aux trésors, excursion biographique, biographie sensorielle, etc. (Voir à ce sujet p. 4)

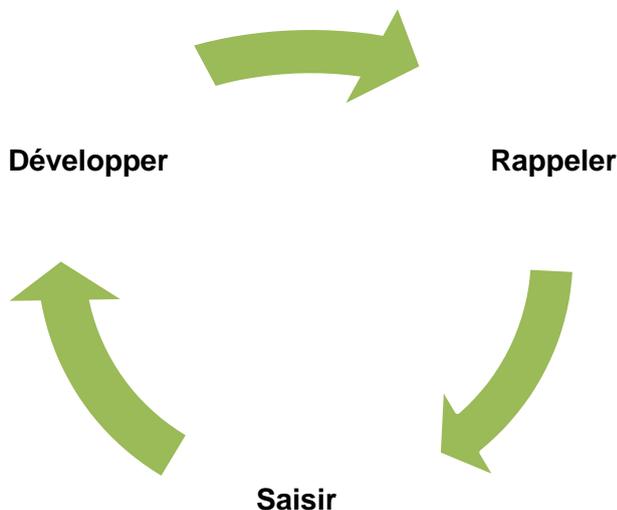
Principes et lignes directrices

Trois principes fondamentaux s'appliquent aux travaux biographiques:

- Le travail biographique est **volontaire**. Les approches biographiques ne peuvent et ne doivent pas devenir une obligation supplémentaire, même si les personnes chargées du soutien et de l'accompagnement pensent que cela «ferait du bien» à quelqu'un.
- La démarche est **flexible** et s'oriente en fonction des besoins, des conditions et de la situation de la ou du biographe. En ce sens, les instruments présentés ici ne sont pas à considérer comme des recettes mais comme des suggestions et doivent être adaptés à chaque situation.
- Les biographes sont les **experts de leur histoire personnelle**. Il ne s'agit pas de vrai ou de faux mais de leur perception de leur propre histoire. Les personnes accompagnantes et les professionnels s'abstiennent de donner des interprétations et des explications. Leur mission consiste plutôt à soutenir les personnes afin qu'elles développent leurs propres interprétations et parviennent à une meilleure compréhension de soi.

Processus circulaire «Rappeler – développer – saisir»

Le processus circulaire «Rappeler – développer – saisir» est à la base de toutes les méthodes du travail biographique. Cependant, les formes et les approches peuvent être différentes.



Rappeler: dans la première phase, il s'agit de permettre l'accès à des souvenirs et d'encourager la mémoire. La mémoire peut être stimulée par:

- des récits, des histoires, des questions,
- des photos et des images (par exemple des grands-parents, des parents, des frères et sœurs, des animaux, des maisons, des intérieurs, d'une cuisine, etc.),
- des objets (par exemple un cartable, des bijoux, des outils, etc.)
- des odeurs et des goûts (comme les biscuits de Noël, le pain frais, les cerises, l'ail des ours, etc.),
- un contact/une stimulation sensomotrice (par exemple avec de la laine, du foin, du bois,

- etc.),
- la musique et les bruits (comme d'anciens tubes, de la musique populaire, la pluie ou l'orage, etc.),
 - la visite de lieux (une église, l'école, une montagne, un lac ou un fleuve, etc.).

Le souvenir est déclenché **spontanément** au quotidien par ce qui nous entoure. Dans l'accompagnement sensible à la biographie, nous abordons ce type de souvenirs spontanés. Dans le travail biographique, il s'agit au contraire du souvenir dans le cadre d'un **processus structuré et encadré**.

Ce dont nous nous rappelons n'est jamais dû au hasard mais dépend de la situation actuelle que nous sommes en train de vivre, et de notre sensibilité.

Développer: dans une deuxième phase, le processus est ralenti et approfondi. L'objectif est de permettre des associations et des réflexions, d'encourager le processus interne et de soutenir la confrontation avec le vécu. Raconter et écrire permettent de donner une forme et une expression au vécu. Outre le **processus verbal**, les processus **créatifs et orientés sur l'activité** ont fait leurs preuves, p. ex. la collection d'objets et d'images, de peintures, de collages, le bricolage, la représentation scénique et l'activité physique. Les processus créatifs et orientés sur l'activité ouvrent des voies non-orales et permettent une discussion active et créatrice. Ils peuvent très bien se combiner à des processus verbaux, par exemple lorsqu'à la suite de la narration d'un événement à l'aide d'un collage – chercher et coller des images – l'expérience associée est exprimée. L'expérience est approfondie et élargie dans la création visuelle et se trouve – littéralement – transformée.

Saisir: au cours de la troisième phase, des événements actuels ou des résultats de processus de développement et de traitement sont constatés. Cela peut se faire de diverses manières, p. ex. avec un livre de vie, une boîte à souvenirs ou une biographie sensorielle (v. page 4 ss).

La saisie permet de valoriser les propres expériences. Elles peuvent ainsi également être réutilisées ultérieurement. Capturer les expériences facilite les futurs souvenirs et aide à raconter sa/ses propre-s histoire-s. En cas de nouvelle personne de référence – notamment changement de personnel dans une institution stationnaire –, le ou la résident-e dispose d'un outil pour communiquer de façon autonome.

Cadre

Travail avec une personne seule

Opportunités: dans le travail avec une personne seule, il est possible d'aborder individuellement les besoins et expériences d'une personne. Elle reçoit beaucoup d'espace et d'attention. La relation avec la personne accompagnante est essentielle et se trouve renforcée.

Limites: il manque la stimulation par les contributions du groupe, il n'y a pas d'intégration au sein du groupe. Le travail avec une personne seule demande un investissement important en personnel.

Travail en petits groupes

Opportunités: les membres du groupe peuvent s'encourager mutuellement par leurs contributions. Le vivre ensemble et les échanges apportent une intégration sociale. Les ressources humaines bénéficient au plus grand nombre.

Limites: l'intérêt personnel est (potentiellement) moins fort. Il est moins possible d'être à l'écoute des besoins individuels.

Rôle des proches

Les proches jouent souvent un rôle particulier dans la vie des personnes en situation de handicap. Chez les personnes avec un handicap sévère, les proches disposent de connaissances biographiques que les personnes concernées elles-mêmes ne peuvent exprimer que de façon limitée. Étant donné les changements de personnel au sein des institutions, les proches représentent les personnes de référence constantes. Pour ces raisons, ils peuvent jouer un rôle clé dans le travail biographique et devraient dans tous les cas être impliqués. Toutefois, la question essentielle est de savoir si et sous quelle forme le ou la biographe souhaite avoir un proche à ses côtés.

Chez les personnes avec un handicap complexe qui ne peuvent pas s'exprimer verbalement, il est néanmoins indispensable de faire participer les proches. La forme et l'étendue de la participation doivent être négociées dans le respect mutuel en fonction des besoins, des capacités et des possibilités de la personne.

Processus et outils

Café récits

Au café récits, un groupe de personnes se réunit pour échanger des histoires sur un thème. Un·e animateur·trice accompagne le groupe et oriente le déroulement. Par des images, les histoires d'un invité ou des objets apportés, l'animateur·trice fait surgir les souvenirs au début de la rencontre. Les participants racontent ensuite un épisode de leur vie. L'animateur·trice veille à ce que les règles soient respectées: pas de jugement ni de discussion des contributions, les bavards sont limités. Elle/il fait un résumé et formule des transitions.

→ De plus amples informations sont disponibles ici: <https://www.netzwerk-erzaehlcafe.ch/>

Livre de vie

Le livre de vie sert à documenter l'expérience biographique afin qu'elle puisse servir de base à la communication avec d'autres ou pour soi-même. Le mieux est d'utiliser un classeur à anneaux dont les pages peuvent être complétées ou changées en permanence. Pour la structure du contenu, on peut s'orienter sur les thèmes du ou de la biographe et sur le quotidien. Ou alors on utilise un modèle avec une structure prédéfinie que l'on remplit avec des informations et des images.

La documentation doit s'effectuer de préférence automatiquement. Chez les personnes fortement restreintes, leur propre conception est combinée à des contributions de personnes accompagnantes.

→ Lindmeier/Oermann (2014) fournit un modèle pour le livre de vie.

Travail de formation avec le livre de vie

Il est possible de concevoir le travail avec le livre de vie dans le cadre d'une offre de groupe sur plusieurs semaines et de le combiner avec un travail de groupe et individuel. L'implication des proches est possible selon la situation. Thèmes abordés:

- Voilà comment je vis
 - Mes forces et mes préférences
 - Mon arbre de vie
 - Étapes dans la vie
 - Souvenirs importants
 - Mes souhaits pour l'avenir
- *Lindmeier / Stahlhut / Oermann / Kammann (2018) offre d'autres informations sur le travail de formation avec le livre de vie.*
- Échantillon de lecture et table des matières.

https://www.beltz.de/fachmedien/sozialpaedagogik_soziale_arbeit/buecher/produkt_produktdetails/37580-biografiearbeit_mit_einem_lebensbuch.html

Offre de formation en groupe

Dans une série de manifestations, des thèmes biographiques sont traités et documentés de manière structurée en échangeant avec d'autres personnes. Le travail d'identité et la transmission de savoir se mêlent en particulier dans les cours de préparation à la retraite. Les participants réfléchissent à cette nouvelle étape de vie afin de l'organiser de manière aussi autonome que possible. En parallèle, des connaissances sur le vieillissement et les conditions-cadres sociales sont transmises.

Boîte à souvenirs

Un «contenant» spécifique – une boîte spécialement choisie, conçue soi-même ou héritée/reçue en cadeau, une malle ou un sac – sert à conserver les objets biographiques. Dans ce processus, il importe que les personnes expriment la signification des objets. Ceux-ci peuvent être choisis a posteriori ou être le résultat du travail biographique. La ou le biographe peut aussi sélectionner continuellement des objets lors des événements qui lui sont importants et les mettre dans la boîte. Les souvenirs collectés sont toujours à sa disposition, il/elle peut les regarder, les toucher ou les ranger différemment au besoin.

Cela peut avoir un effet stabilisant, notamment en cas de transition vers une nouvelle étape de vie. Par ailleurs, les objets jouent un rôle «d'ancrage» lors de la narration des histoires personnelles.



Jeux

Les jeux peuvent être des outils pour amorcer le souvenir et la communication. Les jeux dans lesquels il n'y a ni vainqueur ni perdant sont appropriés. Il y a par exemple le jeu de dés «Vertellekes» (bas-allemand pour «petites histoires»). Les joueurs passent par différentes stations biographiques avec leur pion et des questions les incitent à raconter des histoires et à échanger. Le souvenir est combiné de manière ludique avec un entraînement de la mémoire et des chants.

→ Vertellekes – das neue (Spiel) / Jeux et outils de travail / Soins aux personnes âgées - soins aux personnes âgées

Chez les personnes qui ne communiquent pas verbalement, d'autres formes d'expression peuvent être stimulées. Il est également possible qu'un-e assistant-e qualifié-e fasse des compléments verbaux. Enfin, une présence passive peut également être vécue comme un enrichissement.

Un jeu de dés «fait maison» permet de prendre parfaitement en compte les besoins et possibilités des participants.

Les jeux de cartes peuvent également servir d'incitation. Au lieu de lancer les dés, les participants tirent des cartes comportant des questions biographiques puis échangent sur celles-ci.

→ Marion Jettenberger: Erzählen Sie doch mal! Ein Kartenspiel-Set für die Biografiearbeit mit Senioren (2015).

Conduite d'entretiens biographiques et narratifs

Dans les entretiens biographiques et narratifs, il y a un-e auditeur-trice et une personne narratrice. L'auditeur-trice ouvre un espace que la personne narratrice peut explorer tout en racontant son/ses histoire-s:

- La personne narratrice sélectionne les thèmes, l'auditeur-trice l'accompagne.
- L'auditeur-trice écoute activement. Il/elle est présent-e et au contact, apporte un soutien non verbal. Il peut être utile de résumer ce qui a été dit ou de répéter la dernière phrase et les termes clés.
- L'auditeur-trice s'abstient de donner ses propres interprétations.
- Les questions dans la foulée soutiennent la narration. Pour cela, les auditeurs peuvent éventuellement se référer à l'histoire racontée et poser des questions de concrétisation (questions «comment»). Cela rend les expériences vivantes, le vécu devient fluide. En fin de compte, c'est la condition pour pouvoir réinterpréter les expériences ou dévoiler d'autres éléments.
- L'auditeur-trice ne pose pas de questions «pourquoi». En effet, demander des justifications fait passer de la narration à l'explication. Les questions «pourquoi» pourront être utiles dans un second temps.
- Il convient d'observer des pauses. Elles donnent l'occasion de réfléchir et encouragent l'orientation sur soi-même.
- En cas d'indications relatives à un traumatisme, l'auditeur-trice s'abstient de poser des questions mais reste présent-e.
- L'auditeur-trice fait confiance au processus: les personnes racontent ce qu'elles veulent raconter et ce qu'elles sont capables de surmonter.

- L'auditeur-trice met un terme à l'entretien en permettant à la personne narratrice de se remémorer des expériences difficiles. Il/elle termine sur une note positive.
- La conduite d'entretiens biographiques et narratifs peut être utilisée en petites séquences au quotidien lorsque des thèmes biographiques surgissent spontanément.

Promenade/excursion biographique

Visiter un lieu ayant une importance sur le plan biographique peut stimuler et approfondir le souvenir. Ce type d'excursion peut également provoquer des émotions – parfois fortes.

Le but de l'excursion peut être: l'ancienne école ou une église, un restaurant, la maison des parents, une montagne particulière, un lac/lieu dans la nature, le village de l'enfance.

Une excursion biographique doit être préparée avec soin puis retravaillée après coup. Il est possible de la combiner à un processus créatif ou à la conduite d'entretiens biographiques et narratifs.

Biographie sensorielle

La biographie sensorielle tient compte du fait que nous échangeons constamment avec l'environnement à travers notre corps et nos sens. Les souvenirs sont enregistrés dans le corps (mémoire du corps). Avec la biographie sensorielle, nous saisissons et utilisons les expériences et habitudes senso-somatiques d'une personne. Les expériences sensorielles telles que les odeurs, les sons, les contacts, les mouvements et le toucher stimulent le souvenir.

Contre-indication

Chez les personnes souffrant de maladies psychotiques et chez les personnes en état de crise personnelle aigüe, le travail biographique est déconseillé. Il peut entraîner une charge supplémentaire. Chez les personnes ayant des traumatismes non assimilés, il convient aussi d'utiliser avec précaution le travail biographique lorsqu'il s'agit des souvenirs. Il est alors généralement conseillé de faire appel à des assistant-e-s.

Protection des données

Les données qui sont récoltées dans le cadre du travail biographique appartiennent à la personne concernée et ne doivent pas être transmises sans son assentiment. Il en va de même pour les produits générés au cours du travail biographique.

Au cas où l'organisation rassemble des données biographiques afin d'améliorer l'accompagnement et les soins, les principes de la protection des données sont applicables (cf. Curaviva, domaine spécialisé Personnes âgées, 2013)

Formation continue

CURAVIVA Weiterbildung

<https://www.weiterbildung.curaviva.ch/kursangebote>

FHNW: animer les cafés narratifs

<https://www.fhnw.ch/de/weiterbildung/soziale-arbeit>

Biographie pratique: formations continues en interne pour les assistant-e-s et les bénévoles, développement organisationnel

www.praxis-biografie.ch

Littérature et liens

Erzählen Sie doch mal!_EIN Kartenspiel-Set für die Biografiearbeit mit Senioren_Jettenberger, Marion (2015)_Mülheim: Verlag an der Ruhr <https://www.verlagruhr.de/erzaehlen-sie-doch-mal.html>

Biografiearbeit mit behinderten Menschen im Alter_Lindmeier, Bettina / Oermann, Lisa (2017)_. Weinheim, Basel: Beltz.

Le livre se concentre sur la situation et les besoins des personnes âgées souffrant de handicaps. Des offres de formation et des approches d'accompagnement au quotidien sont présentées. Le livre se termine par un recueil de méthodes.

Mein Lebensbuch - Was für mich und andere wichtig ist_Lindmeier, Bettina (Hrsg.) / Oermann, Lisa_ Karlsruhe: Loeper. Loseblattausgabe_(Hrsg.) (2014)..

«Mein Lebensbuch» permet aux personnes qui vivent avec un handicap de retenir ce qui est important pour elles et pour les autres. Sur quelque 150 pages, elles peuvent noter les différentes choses de la vie: où ai-je grandi? Ai-je déjà été gravement malade? Quel est l'endroit où je préfère être à la maison? Comment s'appelle mon animal domestique? Qu'est-ce qui m'aide à communiquer avec d'autres personnes? Comment reconnaît-on que je suis en colère? Qui est mon compagnon de danse préféré? Est-ce que je peux beurrer mes tartines moi-même? Pour quoi ai-je besoin d'aide au quotidien? Dans un livret d'accompagnement complet, les concepts fondamentaux et les principales étapes pour la tenue du livre de vie sont clairement expliqués.

Biografiearbeit mit einem Lebensbuch. Ein Praxisbuch für die Arbeit mit erwachsenen Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung und ihren Familien_Lindmeier, Bettina / Stahlhut, Hanna / Oermann, Lisa / Kammann, Cornelia (2018)_Weinheim, Basel: Beltz.

Les contenus et la structure du cours sont expliqués de façon pratique. Des fiches de travail et des modèles sont fournis.

Biografiearbeit mit geistig behinderten Menschen_Ein Praxisbuch für Einzel- und Gruppenarbeit_Lindmeier, Christian (2013)_ Weinheim: Juventa, 4. Auflage.

Les réflexions conceptuelles générales sont suivies par des propositions pour des offres de formation en groupe, un travail biographique en individuel et avec des personnes souffrant de démence. Un recueil des méthodes figure en fin de livre.

Biografiearbeit. Lehr- und Handbuch für Studium und Praxis_Miethe, Ingrid (2011)_Weinheim: Juventa.

Ce livre fournit une bonne vue d'ensemble sur les lignes de développement et les différents champs d'application du travail de biographie.

Réseau café récits: <https://www.netzwerk-erzaehlcafe.ch>

Methoden der Biografiearbeit. Lebensspuren entdecken und verstehen_Ruhe, Hans Georg (2012)_Weinheim und Basel: Beltz, 5. Auflage.

Vaste recueil classé par thème de processus du travail biographique pour différents paramètres et objectifs. Les processus doivent être adaptés en fonction du contexte respectif et des participants.

Vertellekes – das neue (Spiel) / Spiele und Arbeitshilfen / Altenpflege Online

https://www.altenpflege_online.net/silver.econtent/catalog/vincentz/altenpflege/spiele_und_arbeitshilfen/vertellekes_das_neue_spiel

Éditeur

CURAVIVA Suisse – Domaine spécialisé Personnes en situation de handicap
Zieglerstrasse 53 – Case postale 1003 – 3000 Berne 14

Auteurs

lic. phil. Susanne Gerber, Praxis Biografie

Citations

CURAVIVA Suisse (2020). Fiche d'information: Travail biographique. Éd. CURAVIVA Suisse, domaine spécialisé Personnes en situation de handicap. En ligne: curaviva.ch.

Renseignements / informations

Domaine spécialisé Personnes en situation de handicap; e-mail: fachbereichmb@curaviva.ch

© CURAVIVA Suisse, 2020