

*MÉMOIRE DANS LE CADRE DU COURS :  
« MODÈLES EXPLICATIFS PIAGÉTIENS ET PSYCHOLOGIE DU RÊVE »  
DU PROFESSEUR JACQUES MONTANGERO*

*CERTIFICAT DE PSYCHOLOGIE DU DÉVELOPPEMENT COGNITIF*

***LA SOURCE DU RÊVE :  
MÉMOIRE OU  
PERCEPTION ?***

*PROF: JACQUES MONTANGERO  
ASSISTANTS : MARTHE FRAGAPANE,  
PASCALE PASCHE,  
RALPH SCHMIDT*

*ÉTUDIANT : STÉPHANE LATTION  
FALAISES 21  
1023 CRISSIER, VAUD  
079 / 413 77 24  
s.lattion@bluewin.ch*

## **1. INTRODUCTION**

Lorsque je me suis demandé quelles pouvaient être les sources du rêve, j'ai d'abord réfléchi sur la base de mes connaissances générales de psychologies et j'ai trouvé trois sources possibles : la perception, la connaissance et la mémoire. En approfondissant, je me suis rangé à la distinction faite par Tulving<sup>1</sup>, car j'ai constaté que j'avais appelé « mémoire » la mémoire épisodique et que j'avais appelé « connaissance », la mémoire sémantique.

Il ne me restait donc la mémoire et la perception comme sources possibles du rêve. L'une ou l'autre est-elle source exclusive du rêve ? Ou bien y a-t-il des liens entre les deux ?

Les trois termes centraux de ce travail sont donc *mémoire*, *perception* et *rêve*. Il me semble bon de commencer par les définir. Il est bien clair que de telles définitions ne sont en aucun cas complètes ou représentatives, mais elles ont pour but de contextualiser la façon dont ces termes seront perçus dans la cadre de ce travail. J'aborderai ensuite les rapports entre la perception et le rêve, puis entre la mémoire et le rêve. Puis je poserai quelques questions soulevées par ce travail, et qui n'ont pas trouvé de réponses. Enfin, je synthétiserai les divers éléments, apportés par ce travail, en une conclusion.

## **2. DÉFINITION DE LA MÉMOIRE**

La mémoire est la capacité d'un système de traitement naturel ou artificiel à encoder l'information extraite de son expérience avec l'environnement, à la stocker dans un format approprié puis à la récupérer et à l'utiliser dans les actions ou les opérations qu'il effectue (Bloch et al., 1991).

Tout comportement humain est lié à son passé. Les effets cumulatifs de l'expérience passée sont à l'origine de nos connaissances, de nos capacités de communication par le langage, de nos modes de relations sociales, de notre individualité et enfin de notre compétence à agir ou à opérer sans que notre attention soit constamment sollicitée. Pour Piaget (1968), la conservation du passé joue un rôle en chacune de nos actions, donc en chaque acquisition, et par conséquence, en chaque reconnaissance ou évocation mnésique.

La mémoire est également le support de toutes les connaissances accumulées sur le monde et qui nous guident dans les moindres actions que nous effectuons. De manière très générale, on distinguera des connaissances déclaratives, qui correspondent à des savoirs, et des connaissances procédurales, qui renvoient aux savoir-faire. Ces deux types de connaissances permettent de faire la liaison entre la représentation des états de choses ou des situations et l'action à entreprendre pour les modifier en vue d'atteindre un but .

Florès (1992) définit la mémoire comme un concept concernant les relations fonctionnelles existant entre deux groupes de conduites observables séparées par un intervalle temporel de durée variable. Les premières conduites appartiennent à la phase d'acquisition: elles ont pour but la mémorisation de certains aspects de la situation dans laquelle se trouve l'individu, des événements ou objets qui la caractérisent, d'une tâche qu'elle permet de réaliser et des réponses qu'elle exige. Cette phase est parfois très courte, mais souvent, elle se prolonge pendant des durées plus longues, remplies par des activités d'analyse et d'organisation

---

<sup>1</sup> Tulving fait une distinction entre la mémoire épisodique, qui enregistre tous les événements biographiques d'un sujet et qui est soumise à l'oubli, à la subjectivité, aux variations de contexte, etc., et la mémoire sémantique, qui accumule les connaissances implicites issues de l'expérience, qui oriente et organise les prises d'information sur le monde et où l'oubli n'existe pas à proprement parler, mais plutôt un défaut d'accessibilité (Bloch, H. et al., 1991).

généralement complexes. Les conduites ultérieures appartiennent à la phase d'actualisation : elles ont pour but d'identifier ou de restituer les données mémorisées lors de la phase d'acquisition.

On distingue quatre grandes catégories de conduites mnémoniques : 1/ les conduites de reconnaissance qui visent à rechercher et à identifier les données acquises, celles-ci étant présentes dans le champ perceptif ou dans l'environnement proche du sujet; 2/ Les conduites de reconstruction dans lesquelles ces données étant perçues sous une forme altérée, l'activité du sujet doit les reconstituer avec leur organisation originale; 3/ Les conduites de rappel concernant l'évocation de l'objet absent, sa description ou sa reproduction, ainsi que la reproduction d'un acte effectué dans la phase d'acquisition ; 4/ Enfin, les conduites de réapprentissage : elles témoignent de la rétention, à travers l'économie de temps et d'exercice.

## **2.1. LA MÉMOIRE SELON PIAGET**

Après cette définition sommaire, je voudrais approfondir en me basant sur la théorie piagétienne.

Quelques conceptions de la mémoire, telles que le néo-associationnisme et la Gestalt, qui diffèrent quant aux explications des processus mnésiques, ont guidé la recherche dans ce domaine. Chacune mériterait un ouvrage entier, mais ce n'est pas là le sujet. Je me contenterai donc de définir la mémoire selon la théorie de Piaget et Inhelder, car elle a le mérite d'intégrer tous les aspects des différentes théories venues avant elle, en replaçant la mémoire à l'intérieur du réseau des activités de toutes natures dont l'être humain est capable. Pour ce faire, je me baserai principalement sur l'ouvrage de Florès (1992) sur la mémoire, qui a la qualité de fournir une vue déjà synthétique de cette théorie. J'apporterai ici et là, lorsque cela me semblera adéquat, un point de vue complémentaire.

Piaget et Inhelder ont fait une théorie capable d'expliquer harmonieusement l'ensemble des fonctions cognitives, dont la mémoire fait partie. Ils ont montré que l'évolution génétique de la mémoire est inséparable du développement psychologique de l'enfant et notamment de son développement intellectuel. Selon Piaget (1968), les souvenirs sont liés, sous formes diverses, à des schèmes d'actions et d'opérations dont l'influence se laisse constamment apercevoir dans la mémoire du sujet selon son niveau opératoire.

### **2.1.1. Les activités schématiques**

Pour Piaget, la genèse et le fonctionnement de la mémoire sont indissociables de 2 grandes catégories de fonctions cognitives : *les fonctions opératives* qui jalonnent le développement de l'intelligence, des schèmes sensori-moteurs du jeune enfant aux structures opératoires de la pensée; et *les fonctions sémiotiques*, chargées du langage et de la représentation intériorisée des événements et des objets perçus. Mais l'élaboration des fonctions sémiotiques et de la mémoire étant subordonnée aux schèmes, c'est à partir de ce concept que la théorie piagétienne sera décrite ici.

A) *Les schèmes*. Toute action, manifeste ou intériorisée, comprend une structure, c'est-à-dire une organisation qui s'actualise chaque fois que cette action est appliquée à des situations semblables : le concept de schème désigne ces structures que l'on retrouve lors de la répétition d'une même action. Autrement dit, une habitude est un système d'ensemble qui fonctionne en tant que totalité et c'est précisément ce fonctionnement d'ensemble qui en assure la conservation en tant que système. Ce système est en outre refermé sur lui-même et constitue ainsi un schème (Piaget, 1968).

Par exemple, un petit enfant saisit un objet perçu visuellement et le porte à sa bouche. Ce comportement implique une coordination entre la vision, la préhension et la succion. Cette coordination représente l'achèvement d'une structure, élaborée progressivement au cours de plusieurs étapes, et qui intègre dans une même totalité des structures plus élémentaires correspondant aux actions de sucer, regarder et saisir. Ce schème sensori-moteur se reproduira sur toutes sortes d'objets susceptibles d'être manipulés de cette façon.

B) *Assimilation et Accommodation*. Le fait qu'un schème tend à s'appliquer à tous les objets nouveaux qui permettent son fonctionnement, implique qu'il les assimile activement à sa structure. Utiliser, pour résoudre un problème, des opérations logiques antérieurement appliquées à un autre problème, ou interpréter une figure x comme ressemblant à un objet y, sont des exemples d'assimilation qui relèvent de schèmes différents. L'importance de cette propriété fonctionnelle commune à tous les schèmes est triple. D'abord, connaître ne consiste pas à copier le réel mais à agir sur lui et à le transformer au moyen d'actions manifestes ou intériorisées. Parce que toute connaissance dépend de l'action, et que toute action possède un caractère schématique, connaître c'est agir sur l'objet en l'assimilant à un schème. Ensuite, assimiler un objet à un schème, c'est lui attribuer une signification sans laquelle il n'y aurait pas de connaissance. Les activités schématiques engendrent les fonctions symboliques et, plus généralement, les fonctions sémiotiques. Enfin, dans la mesure où elle est généralisante, l'assimilation favorise le fonctionnement des schèmes et donc leur conservation et leur développement.

L'assimilation seule risque cependant de produire des effets déformants, car les objets et les événements nouveaux comportent généralement des aspects originaux par rapport aux anciens, d'où la nécessité de corriger l'action et les schèmes correspondants pour tenir compte de ces aspects. Le concept d'accommodation désigne ces modifications, qui ne sont pas une soumission passive aux contraintes du milieu, mais une correction du schème assimilateur, une différenciation plus fine de celui-ci à l'égard de l'objet nouveau auquel il s'applique.

Toute action tend à réaliser un équilibre entre assimilation et accommodation. Certaines maximisent les aspects accommodateurs (par exemple, l'imitation par le geste). Mais quelle que soit la part respective de l'assimilation et de l'accommodation, celle-ci n'est qu'un effet secondaire de l'application active des schèmes. Il n'existe pas de schèmes d'accommodation, mais seulement des schèmes assimilateurs susceptibles de se réorganiser, car le propre de tout organisme est de maintenir et préserver ses structures fonctionnelles.

### ***2.1.2. La fonction sémiotique et la genèse de la mémoire***

La représentation mentale du réel, et donc l'évocation, exigent l'élaboration d'instruments sémiotiques à la disposition du sujet, c'est-à-dire de signifiants différenciés des signifiés qui leur procurent la signification. Piaget distingue 3 grandes catégories de signifiants, intervenant dans la genèse des activités mnémoniques, et dont seulement les 2 dernières constitueront de tels instruments. Les 2 premières catégories relèvent des fonctions figuratives « centrées sur les états de la réalité » et les configurations. La troisième catégorie concerne les signes du langage.

A) *Des indices perceptifs à la reconnaissance*. Agir sur l'environnement implique la saisie perceptive d'informations provenant de l'extérieur de l'organisme. Ces informations ne sont généralement pas exhaustives : par exemple, nous ne pouvons percevoir en simultané tous les aspects d'un objet visuel, mais seulement un échantillon plus ou moins important qui constitue des indices perceptifs. Ces indices sont alors assimilés par un schème (conceptuel,

de classification, etc.) qui permet d'inférer l'identité de l'objet et lui confère ainsi une signification. Sous cet angle, les indices perceptifs jouent le rôle de signifiants et le schème celui de signifié. Cependant ces signifiants particuliers ne constituent nullement un instrument sémiotique susceptible d'être utilisé pour se représenter mentalement le réel en l'absence de l'objet. En effet, ils ne peuvent pas être détachés de la perception ni de l'acte global à l'intérieur duquel elle s'insère; les indices perceptifs ne sont ni des symboles, ni des signes à disposition permanente de l'individu; ils restent du domaine du « concret », car ils sont indissociables de l'objet dont ils ne représentent qu'une partie, un aspect ou un résultat causal. On ne saurait donc parler de fonction sémiotique à leur égard.

B) *Des conduites symboliques à l'évocation par l'image.* A partir de la 2<sup>e</sup> année de l'enfant, plusieurs conduites indiquent la naissance de la fonction sémiotique parce qu'elles vont permettre la construction de signifiants plus ou moins ressemblants avec les aspects figuratifs de l'objet, et susceptibles d'être utilisés en l'absence des objets auxquels ils se rapportent. Les conduites en question prolongent les schèmes sensori-moteurs : ce sont essentiellement l'imitation différée, le jeu symbolique et le dessin. L'imitation différée permet de comprendre la genèse des formes les plus évoluées de la mémoire.

a) *L'imitation différée et la reconstruction.* A partir d'une certaine période du développement de l'enfant, le progrès des schèmes sensori-moteurs va lui permettre d'assimiler le geste d'autrui pour l'imiter. L'imitation résulte d'une accommodation à un modèle proposé qui a un sens pour le sujet, c'est-à-dire qui peut être assimilé à un schème déjà construit.

L'imitation immédiate, en présence du modèle, précède l'imitation différée : progressivement, l'enfant devient capable de refaire par le geste, les actions d'autrui ou les mouvements des objets alors qu'ils ont disparu.

Sous l'angle de la mémoire, l'imitation différée est déjà la reconstitution en acte d'une expérience passée; de ce point de vue, elle suppose la reconnaissance et l'intégration des indices perceptifs permettant d'opérer la régulation de l'action imitative, mais elle dépasse la reconnaissance proprement dite qui ne se produit qu'en présence de l'objet.

L'imitation différée est aussi le jalon précurseur des activités mnésiques de reconstruction qui s'appuieront sur le développement des schèmes de la pensée. La reconstruction a notamment pour but de rétablir dans ses caractéristiques originales un objet présenté sous une forme altérée : du fait même qu'elle est une action exercée sur lui, elle implique directement l'intervention des schèmes susceptibles de la gouverner. L'activité de reconstruction est, en partie, une construction nouvelle, surtout parce que l'objet actuel diffère de l'original.

b) *L'image mentale et l'évocation.* Pendant une longue période l'enfant ne réussira qu'à imiter des mouvements déjà connus, parce que ceux-ci correspondent à ses schèmes. Face à un modèle nouveau, il s'abstiendra ou il ne parviendra à le reproduire que par tâtonnements. Puis vient une phase au cours de laquelle il deviendra de plus en plus apte à reproduire du premier coup des gestes ou des mouvements qu'il n'a jamais encore réalisés lui-même comme si l'accommodation s'effectuait intérieurement et sans tâtonnements externes. Cette intériorisation progressive de l'action imitative va enrichir la fonction sémiotique avec un nouveau symbole figuratif: l'image mentale. Piaget en distingue deux grandes catégories: les images reproductrices qui permettent d'évoquer des objets ou des événements antérieurement perçus, et les images anticipatrices, grâce auxquelles on peut se représenter par l'imagination des mouvements ou des transformations non perçues, mais susceptibles de se produire.

c) *Le langage.* L'évolution génétique de la mémoire est indissociable de la fonction sémiotique qui, en se développant, procure à l'individu des instruments de plus en plus efficaces pour l'émanciper des contraintes des situations concrètes auxquelles il se trouve

soumis dans la petite enfance. Ce lien est à double sens car si le fonctionnement de la mémoire repose sur la fonction sémiotique, le fonctionnement de celle-ci implique, en retour, la mémoire. De même, si le langage contribue à l'évocation d'événements singuliers, son exercice, manifeste ou intériorisé, suppose la mémoire des mots.

### ***2.1.3. Les schèmes et la mémoire***

Chez Piaget, la mémoire est dépendante des schèmes qui gouvernent l'action, l'image ne représentant que l'aspect figuratif de ces schèmes. Dire que la mémoire relève des schèmes n'exclut alors pas une participation des images permettant la représentation mentale des aspects figuratifs de l'objet. Le problème est donc de savoir quelle est l'importance de la part respective des uns et des autres dans le résultat de l'acte mnésique.

Une expérience de H. Sinclair (cité par Florès, 1992) donne une réponse à cette question en apportant des données conformes à l'interprétation de Piaget : si l'image mnésique constitue le symbole figuratif d'un schème parce qu'elle a été élaborée dans une situation perceptive, gouvernée par ce schème lui-même, elle demeurera subordonnée à l'évolution schématique et se modifiera avec elle. Dans cette hypothèse, il n'y a alors que 2 possibilités : ou le schème a atteint le stade opératoire au moment de la perception et la mémoire de celle-ci pourra être parfaite; ou n'étant pas encore parvenu à ce stade, il progresse vers lui : en ce cas, le souvenir attaché à ce schème en tant que symbole représentatif sera contraint de se modifier également puisqu'il constitue un signifiant obligé de s'adapter à son signifié.

### ***2.1.4. Conclusion : l'influence des schèmes sur la mémoire.***

Les activités mnésiques ne concernent que des objets ou des événements singuliers reconnus et évoqués comme tels; elles s'accompagnent d'une localisation dans le temps, précise ou approximative, correcte ou erronée. En revanche, les schèmes sont généralisables à toutes les situations nouvelles qu'ils peuvent s'assimiler et, en général, leur mobilisation a lieu sans référence au passé. Les schèmes ne sont donc pas la mémoire mais la mémoire est subordonnée aux schèmes. Une structure quelconque dont l'analyse n'est assurée convenablement que grâce à un schème ayant atteint un certain niveau de développement, n'est bien retenue que lorsque l'enfant est effectivement parvenu à ce niveau.

Par conséquent, plus un schème est différencié et plus la mémoire de l'objet auquel il s'applique sera fidèle. Mais cette différenciation a des inconvénients. La probabilité qu'un schème a de s'entretenir, dépend de la fréquence des situations nouvelles favorisant son fonctionnement. Ainsi plus un schème est généralisable, plus il se conservera et mieux il pourra servir de « support » à la mémoire. En revanche, un schème très différencié ne concernera que des situations très particulières, voire uniques. La probabilité qu'il aura de se conserver sera faible et sa disparition risque d'emporter avec elle la possibilité de reconstruire ou d'évoquer les objets qu'elle a permis de mémoriser.

## ***3. DÉFINITION DE LA PERCEPTION***

La perception est l'ensemble des mécanismes et des processus par lesquels l'organisme prend connaissance du monde et de son environnement sur la base des informations élaborées par ses sens. La perception a essentiellement une fonction cognitive d'interprétation des informations sensorielles. La définition proposée ici (Bloch et al., 1991) se place dans une approche cognitive, résolument constructiviste, car elle suppose une activité de traitement des informations.

Toute identification d'un objet sonore ou visuel, par exemple, nécessite le recours à une représentation en mémoire de cet objet. Nous pouvons reconnaître un objet, le dénommer, même si son image a été présentée brièvement. Les informations sensorielles reçues sont incomplètes. Ce n'est qu'un point de vue sur l'objet, un échantillonnage des informations qui seraient nécessaires à une identification. L'efficacité de l'identification suppose que nous disposions de représentations mentales préalables des objets et que les mécanismes d'identification consistent à appairer l'information sensorielle actuelle avec ces représentations.

L'identification d'un objet correspond à la mise en jeu de trois types de représentations séparées. Des représentations lexicales permettent de dénommer l'objet, ou de l'imaginer à partir de son seul nom. Des représentations sémantiques permettent de savoir à quoi sert cet objet. Enfin, des représentations structurales visuelles, auditives, permettent de connaître sa forme sous tous les angles. Ces trois types de représentations sont organisés selon une architecture en cascade.

Dans cette perspective, on admet que l'organisme dispose en mémoire de représentations structurales d'objets.

À supposer que l'organisme soit parvenu à une première représentation structurale de l'objet, il reste à accéder à sa signification, c'est-à-dire à ses représentations sémantiques. L'identification complète des objets, qu'elle soit fondée sur des informations sonores, visuelles, tactiles ou autres, met en oeuvre des processus de catégorisation sémantique. On distingue généralement trois niveaux de catégorisation sémantique. Le niveau superordonné définit de grandes classes fonctionnelles d'objets ; le niveau de base définit les objets par leurs propriétés communes (on peut parler là de représentations prototypiques); le niveau sous-ordonné définit les variétés existant dans une catégorie de base.

Les représentations lexicales interviennent ensuite. L'identification complète utilisera aussi des étiquettes verbales, des noms, attachés aux différentes catégories. Les processus perceptifs mis en jeu lors de l'identification d'objets ou d'événements se modifient avec la familiarisation que nous avons de ces objets et avec les circonstances dans lesquelles ils apparaissent. Un objet familier présenté dans un contexte familier est identifié très rapidement, même si les informations sensorielles sont insuffisantes à un sujet non familier de l'objet pour l'identifier.

Ainsi, la plupart des processus perceptifs, au moins dans les situations familières, sont en grande partie automatiques et n'impliquent guère d'efforts ni de mobilisation de l'attention. Par contre, dès que les informations sont par exemple difficiles à segmenter, il faut mobiliser des processus attentionnels et mettre en oeuvre des processus actifs de type hypothético-déductif.

En conclusion, l'information sensorielle est le plus souvent insuffisante pour identifier les messages qui nous proviennent de l'environnement. Des processus cognitifs interviennent de manière nécessaire dans la structuration et l'interprétation des informations.

Dans le processus d'interprétation interviennent non seulement les informations structurales extraites de la stimulation, mais aussi des représentations sémantiques activées d'une part directement par les représentations structurales de l'objet et, d'autre part, par le contexte de la situation. Enfin, le fait de pouvoir dénommer un objet va aussi faciliter son individualisation et par là son identification.

Pour Piaget, les perceptions évoluent peu. Elles le font sous l'influence d'activités perceptives, dont le développement engendre deux effets. Le premier est la décentration qui réduit l'action des effets de champ et rend donc la perception plus exacte. Le second est l'apparition de nouvelles erreurs, engendrées par la mise en relation d'éléments trop éloignés,

dans le temps et l'espace, pour appartenir à un même champ de centration et à l'accumulation de fixations oculaires sur certaines zones privilégiées du stimulus.

#### **4. DÉFINITION DU RÊVE**

Le rêve peut être défini sommairement comme l'activité mentale survenant au cours du sommeil (Bloch et al., 1991). Je me baserai ici sur une définition plus complète, qui est celle de Montangero (1999). Il définit le rêve comme un ensemble de représentations pendant le sommeil donnant lieu à un phénomène d'hallucination, relevant souvent de la modalité visuelle ou imagée. Ces représentations sont conscientes, mais pas contrôlées intentionnellement. Elles mettent souvent en scène la personne qui rêve, et constituent un enchaînement de contenus originaux qui a des aspects narratifs. Ces représentations peuvent comporter des bizarreries et être accompagnées d'émotion.

Le terme de représentation est utilisé ici selon la définition de Piaget (1945, cité par Montangero, 1999). La représentation au sens strict est la capacité d'évoquer des choses (réalités externes ou internes et produits de l'imaginaire) au moyen de substituts comme la parole ou le geste. Il existe un type de substitut qui n'est pas destiné à la communication, mais à un usage personnel, et qui est de nature interne, c'est l'image mentale. Ainsi, je peux évoquer une même réalité par des mots, par des gestes qui la miment ou par une image qui se déroule dans mon esprit. Pour bien définir cette fonction de représentation, Piaget distinguait les signifiants (par exemple, l'image acoustique des sons formant le mot « cheval »), qui renvoient à des signifiés ou significations (tout ce que signifie cheval). Signifiants et significations correspondantes, qui sont liés dans l'esprit du sujet, renvoient généralement à des réalités : les référents (le cheval courant dans la prairie). Si l'on étend l'usage du terme «signifiant» à tous les substituts de la représentation, on peut l'appliquer aux images mentales du rêve. Ces images sont donc des éléments de la fonction de représentation, définie par la capacité de produire des signifiants en l'absence des référents qui leur correspondent (je peux évoquer le cheval par des mots ou une image sans que l'animal soit présent).

Une caractéristique frappante des représentations pendant le sommeil est le phénomène d'hallucination auquel elles donnent lieu. Toutes les images et les impressions que nous créons pendant le rêve sont vécues comme s'il s'agissait de perceptions. Nous éprouvons tout un éventail de sensations : perception visuelle, audition de bruits, de musique ou de paroles, sensation de mouvement, etc. Nous éprouvons donc face au contenu du rêve les mêmes impressions que face au déroulement de la vie réelle. Les épisodes de nos rêves pourraient donc produire des effets semblables à l'expérience d'épisodes vécus. Piaget, dans son ouvrage *Mémoire et Intelligence* (1968) constatait déjà qu'il n'existe aucune différence de qualité intrinsèque ou de contenu entre un faux souvenir et un vrai ; une fausse reconnaissance donne la même impression de déjà-vu qu'une reconnaissance exacte, et il en est également ainsi des reconstitutions adéquates ou non. Même si Piaget ne pensait probablement pas au rêve en faisant cette remarque, force est de constater qu'elle s'y applique parfaitement.

Passons maintenant aux modalités sensorielles des impressions du rêve. Lorsque le contenu du rêve est exprimé dans une modalité sensorielle, il est en majorité composé d'impressions visuelles, donc d'images mentales. Cependant, tous les contenus sont loin d'avoir ce caractère de fausses perceptions et, par ailleurs, d'autres modalités sensorielles sont présentes. Selon Strauch & Meier, la moitié seulement des contenus sont décrits comme des

perceptions, le reste consisterait essentiellement en pensées<sup>2</sup>. Cette proportion peut surprendre, car il existe beaucoup d'exemples de rêves dans lesquels les impressions perceptives (descriptions des apparences, de sons entendus, d'actions observées) dominent nettement. Les autres types de contenu que l'on trouve dans les récits de rêves sont des jugements, des anticipations, l'expression de sentiments et la description de choses conçues comme présentes, mais non visualisées.

Un aspect essentiel du rêve est son originalité. Les représentations oniriques se contentent rarement de reproduire le connu, c'est-à-dire les scènes de notre vie telles qu'elles ont été vécues ou les événements les plus fréquemment observés. Elles ne reviennent pas non plus à anticiper ce qui est le plus probable de se produire dans un proche avenir. Strauch & Meier trouvent seulement 28 % des rêves obtenus sont réalistes et pourraient donc correspondre à des scènes vécues ou anticipées. Dans la grande majorité des cas, les rêves comportent des éléments de pure imagination. Ce caractère d'originalité du rêve renvoie à un aspect important de l'activité onirique : un rêve n'est pas une reproduction, c'est une construction, une sorte de création.

Un des aspects les plus spécifiques du rêve, c'est de contenir des éléments surprenants si on les compare à ce qui peut s'observer dans la vie éveillée. Ces bizarreries peuvent être de plusieurs degrés et de plusieurs types. On trouve tout d'abord des impossibilités logiques, matérielles ou spatio-temporelles. L'impossibilité logique concerne l'identité des éléments du rêve, qui peut être multiple ou incertaine. Parfois, l'élément est même défini comme une chose et son contraire. Un autre type d'impossibilité logique consiste en violations des règles de la logique dans les enchaînements de pensées. C'est ainsi qu'on peut tenir en rêve des raisonnements qui se révèlent absurdes au réveil. L'impossibilité matérielle viole les lois de la physique ou de la biologie. Des bateaux peuvent flotter dans l'air, ou un être humain peut respirer dans l'eau. Les transformations impossibles peuvent rentrer dans cette catégorie. Les impossibilités spatio-temporelles ne respectent pas les chronologies ou les distributions dans l'espace.

La deuxième grande catégorie de bizarreries est celle des improbabilités. Celles-ci peuvent tenir à la présence simultanée d'éléments qu'il est très peu probable d'observer ensemble dans la vie réelle. L'improbabilité peut aussi provenir d'une caractéristique des éléments présents ou à leur comportement. Enfin, on classe souvent les lacunes d'enchaînement parmi les bizarreries. Or, la plupart des rêves se signalent par l'absence de transition entre les événements.

La présence fréquente de contenus incongrus dans les représentations oniriques révèle premièrement que la pensée pendant le sommeil est apte à élaborer des représentations qui ne reproduisent en rien ce qui a été observé la veille. Deuxièmement, la présence de bizarreries montre que cette pensée ne fonctionne pas exactement selon les mêmes règles que la pensée éveillée.

## ***5. LA PERCEPTION EST-ELLE LA SOURCE DU RÊVE ?***

Je vais maintenant m'intéresser plus en détail aux relations entre perception et rêve, afin de déterminer s'il existe des liens, et s'il se peut que dans certains cas, la perception soit source du rêve.

Il existe deux principales modalités de représentations oniriques (Montangero, 1999) : les images visuelles et les images auditives, ces dernières incluant partiellement le langage. Un

---

<sup>2</sup> Les allusions que je ferai à Strauch & Meier concernent une statistique des contenus de rêves portant sur 500 rêves obtenus en laboratoire. (1992, cités par Montangero, 1999).

contenu de rêve peut n'être représenté dans aucune modalité. Quelles sont les relations entre perception et rêve, car quelles que soient les modalités utilisées, un rêve se présente toujours sous la forme de perceptions hallucinées.

En principe, on ne perçoit pas le monde extérieur lorsqu'on rêve. Cependant, pour beaucoup d'auteurs du XIX<sup>e</sup> siècle, les rêves ont à leur origine des sensations, soit extéroceptives, soit intéroceptives. De plus, la précision parfois extraordinaire des impressions reçues en rêve ainsi que la conviction du rêveur de les percevoir posent le problème des relations entre rêve et perception. Les données sensorielles fournissent-elles des matériaux au rêve? Le rêve est-il une forme de connaissance proche de la perception?

Bien que la sensibilité aux stimulations sensorielles soit faible pendant le sommeil et plus particulièrement le sommeil paradoxal, certaines données des sens sont enregistrées et traduites en représentations du rêve. On trouve de nombreux exemples de traduction de stimuli somatiques dans les images du rêve. Piaget, par exemple, s'endormant la main sur l'artère carotide, voyait en rêve un ruisseau coulant par saccades ou un cheval au galop, et chaque fois le rythme correspondait au rythme des pulsations du sang dans ses artères (Piaget, 1945, cité par Montangero, 1999).

Dans l'ensemble, une partie des contenus de rêve comporte des indices de l'enregistrement des stimuli présentés. Cependant, on ne se représenterait jamais directement la stimulation. L'eau versée sur la main ou le visage, par exemple, peut se traduire en rêve par la présence d'un cours d'eau, de l'action de boire, etc. Et c'est au plus dans un cas sur quatre que de tels indices ont pu être retrouvés. Il existe des expériences apportant des preuves à cela. Elles ont pour principe le port de lunettes à verres rouges, ou à prisme renversant la relation haut-bas du champ visuel<sup>3</sup>. La majorité des contenus de rêves ne s'explique donc pas par des stimulations perceptives.

Les données perceptives, dans la majorité des cas sont transposées et utilisées au service du scénario en cours. Le rêve détermine ce qui va advenir du stimulus plutôt que le stimulus ne détermine le rêve (Foulkes, 1985, cité par Montangero, 1999). Mais cela ne tranche pas complètement la question de la similitude entre rêve et perception car des arguments parlent en faveur de cette similitude. Le premier argument, c'est la précision et le réalisme de certains contenus de rêves, qui restituent fidèlement la forme et la texture des choses, les traits de visages, les musiques entendues, etc. Or, nous aurions peine à évoquer si fidèlement ces contenus avec notre imagination vigile. On ne peut donc nier que l'expérience perceptive fournit des éléments au rêve.

Un autre argument en faveur du caractère plus proche de la perception que de l'imagination de contenus de rêves est la présence de mouvements représentés dans les rêves d'enfants de moins de 8 ans. Or, à cet âge, il est très difficile de représenter les mouvements par acte volontaire et analytique d'imagination (Piaget & Inhelder, 1966, cité par Montangero, 1999). Tout cela confirme la thèse de certains auteurs, pour qui l'imagerie du rêve réutilise des processus de perception visuelle.

Cependant, il existe aussi beaucoup d'arguments montrant que le rêve ne ressemble pas à un acte perceptif. C'est Foulkes (1985, cité par Montangero, 1999) qui a le mieux combattu cette thèse. Il remarque d'abord que les contenus de rêves sont originaux et ne reproduisent pas simplement le connu. De plus, les aveugles de naissance ont des rêves aussi riches en événements, personnes et objets que les rêves des voyants et ces rêves ne se limitent pas à des sensations de toucher ou à l'audition. Quant aux personnes ayant perdu la vue après l'âge de

---

<sup>3</sup> Pour plus d'informations, voir Montangero, 1999, p91.

7 ans, elles peuvent visualiser en rêve des choses qu'elles n'ont jamais vues. Les déficits perceptifs visuels ne limitent donc pas les représentations oniriques. En revanche, les déficits de l'imagerie mentale affectent la production de rêves, comme cela apparaît chez des sujets souffrant du syndrome de Turner (déficit de l'image mentale cinématique et dans les tâches d'organisation spatiale). Ces personnes ont une perception intacte, mais peu de rêves et une grande pauvreté d'images oniriques. Réciproquement, de bonnes capacités de rappel du rêve chez l'adulte et la richesse des rêves chez l'enfant sont en corrélation avec la réussite à des épreuves de représentation imagée. En conclusion, selon Foulkes, les représentations oniriques reposent sur l'ensemble de nos connaissances plutôt que sur la perception et elles sont en étroite relation avec nos capacités d'élaborer des images.

Les images visuelles sont le matériau principal, mais non exclusif, des rêves. Des auteurs ont mis en lumière le phénomène de décomposition des configurations connues et de recomposition nouvelle au moment de la constitution d'une image mentale. Un tel processus explique la possibilité de représentations imagées totalement originales, par suite d'un réagencement nouveau d'éléments connus.

Il semble important de relever la présence de diverses qualités d'images. Il existe un continuum entre des images d'une netteté et d'un réalisme extrême (les plus courantes) et des évocations floues, à peine esquissées. Il arrive ainsi que le premier plan soit représenté très clairement tandis que l'arrière-fond reste indistinct ou qu'un aspect des contenus ne soit pas représenté. Au vu de cette variété, on peut accepter la thèse de Hunt (1989, cité par Montangero, 1999), selon laquelle certains contenus imagés sont très liés à la perception tandis que d'autres relèvent d'une imagerie mentale guidée par d'autres processus cognitifs. Dans cet ordre d'idées, les résidus d'expérience perceptive fourniraient des configurations et certains éléments précis, tandis qu'un mode de construction plus schématique construirait les images et les scènes dans leur totalité.

Au total, ce qui frappe dans les visualisations pendant le sommeil, c'est l'extraordinaire variété des types d'images selon les scènes de rêve et aussi dans une même situation onirique. La visualisation peut porter sur un seul objet ou sur une quantité de personnages ou d'éléments inanimés. Elle peut comporter des couleurs nettes et frappantes ou des colorations peu contrastées et ternes. Elle restitue avec précision et sentiment de présence certains éléments tandis que d'autres sont beaucoup plus flous. Au sein d'une même scène de rêve, ces divers aspects peuvent coexister.

Il faut mentionner cependant qu'il existe des contenus oniriques qui ne sont représentés dans aucune modalité sensorielle. Il s'agit du phénomène qu'on peut appeler «le connu non perçu». C'est le cas pour toutes les pensées de la personne qui rêve. Il peut s'agir de commentaires, d'un travail de réflexion, d'anticipations ou de prétendus souvenirs.

Un autre ensemble d'éléments connus non représentés consistent non pas en pensées, mais en entités concrètes, objets, personnes ou activités qui sont présents dans le rêve sans qu'on les voie. Ces contenus de rêves ne proviennent donc pas de la perception comme semble le penser le rêveur, ce sont au contraire des contenus issus de la mémoire du rêveur.

## ***6. LA MÉMOIRE EST-ELLE LA SOURCE DU RÊVE ?***

Un problème, abordé dans l'étude des relations entre la mémoire et le rêve, concerne le propos de ce travail : c'est la question de l'utilisation des souvenirs existant en mémoire comme matériau du rêve.

On peut distinguer trois temps dans le processus de mémorisation. D'abord l'encodage, qui consiste à enregistrer l'événement ou l'élément perçu. Puis le stockage, qui peut durer plus ou moins longtemps. Enfin le moment du rappel ou récupération mnésique des éléments mémorisés. La question des sources mnésiques des contenus de rêves relève essentiellement du temps du rappel.

Je me contenterai donc, en me basant principalement sur ce qu'en dit Montangero (1999), d'approfondir ce troisième temps du processus de la mémorisation, le rappel ou la récupération. Il est conçu comme une reconstitution, voire une reconstruction, plutôt que comme la simple restitution ou copie d'un enregistrement. Cet aspect de reconstitution explique pourquoi nous déformons certains souvenirs en les reconstruisant à l'aide de catégories ou schémas connus. Le rappel de souvenirs stockés en mémoire à court terme obéit à certaines lois. Ce qui surgit en premier c'est en particulier le dernier élément remarqué (élément de récence) ou l'élément le plus saillant (l'image la plus cocasse ou l'événement le plus chargé d'émotion).

Pour Cavallero et Cicogna (1993), l'interaction avec l'environnement, pendant le sommeil, est au moins fortement réduite et le rêve est relativement imperméable à l'intrusion de stimulations extérieures. Le noyau central du rêve est généré de façon autonome, il provient de sources endogènes. Les meilleurs candidats pour servir de briques à la construction du rêve seraient donc les contenus de mémoire. Seulement ces auteurs précisent que rêver ne consiste pas en un « recrachage » de petits bouts de la mémoire, mais qu'il s'agit d'un processus qui active des morceaux de mémoire et les réorganise d'une telle manière que l'on ne peut pas toujours relier les composants variés d'une image de rêve avec des épisodes particuliers de notre vie passée.

Pendant le sommeil, l'esprit doit fournir ses propres contenus de représentation, d'où le recours à la mémoire. Foulkes (1985, cité par Montangero, 1999) précise que l'on fait appel aussi bien à la mémoire sémantique, i.e. à l'ensemble des connaissances, qu'à la mémoire épisodique contenant les souvenirs d'expériences personnelles<sup>4</sup>.

Foulkes (1999) explique que quand on demande aux rêveurs d'où, à leur avis, peuvent provenir leurs rêves, la source de leurs rêves, ils identifient celles-ci comme plus diverses et diffuses que les rêves eux-mêmes. Mais il est aussi possible d'exagérer la diversité et l'aspect diffus des sources du rêve. Celles-ci doivent après tout être dans la mémoire et la connaissance du rêveur, c'est là qu'il trouve sa matière première. Notre représentation des mémoires discrètes et de la connaissance générale sont organisés en eux même et significativement inter-reliés. Ainsi, bien que plusieurs unités de mémoire et de connaissance doivent être reliées pendant le rêve, celles-ci sont organisées en elles-mêmes et inter-reliées de manière telle que l'activation se propage parmi elles significativement. Ce serait donc une erreur de penser que la source des rêves est aléatoire, car ce n'est ni comment nous représentons, ni comment nous stockons les informations avec lesquelles les rêves sont faits.

### ***6.1. L'aisance d'accès à la mémoire***

Pendant l'élaboration d'un rêve, plusieurs souvenirs sont activés pour fournir des éléments à une scène représentée. A la source d'une scène de rêve qui a duré peu de minutes peuvent se trouver de nombreux emprunts à la mémoire. Cela montre que l'esprit accède facilement à la

---

<sup>4</sup> Dans la suite de ce chapitre, le terme mémoire se référera exclusivement à la mémoire épisodique, en accords avec l'optique prise par Montangero. Il faut signaler que cela ne remet pas en question les liens entre les deux contenus de mémoire.

mémoire pendant le sommeil. Mais a-t-il accès de manière égale à tous les souvenirs ou de préférence aux plus récents?

Pour Montangero (1999), la plupart des éléments du vécu de la veille intégrés dans les rêves sont des événements ou des entités (objets, personnes) qui ont eu pour le sujet une résonance affective. Ils ont suscité de l'intérêt ou une autre émotion par suite de leurs caractéristiques propres ou de leur similitude avec des expériences passées chargées d'émotion. Une condition d'intégration dans le rêve est le fait que ces éléments perçus ou vécus n'ont pas pu être élaborés par le sujet au cours de la journée.

Pendant le rêve, des souvenirs de tous les moments du passé peuvent être utilisés. Certains datent de moins de deux heures. D'autres souvenirs datent de la veille ou encore de deux ou trois jours avant, et ainsi de suite jusqu'à un passé lointain.

Lors de ses recherches sur le rêve, Montangero (1999) a distingué sept périodes différentes : la veille, la semaine précédente, le mois précédent, l'année précédente, plusieurs années auparavant pendant l'âge adulte, pendant l'adolescence et, enfin, pendant l'enfance. Un quart des souvenirs date de la veille. Ce sont les souvenirs les plus frais et les plus facilement retrouvés. Un autre quart des souvenirs date de plusieurs années avant le rêve.

Le problème qui se trouve derrière cette question de la date du souvenir est plus généralement celui des raisons pour lesquelles un souvenir plutôt qu'un autre fournit son aliment au rêve. La récence relative n'est certainement pas la raison majeure. Le fait qu'un souvenir soit contemporain par rapport à d'autres souvenirs activés dans le rêve n'est pas à exclure. On peut aussi invoquer une activation neurophysiologique qui « réveillerait » plus ou moins au hasard tel ou tel souvenir, ce que semble penser Foulkes (1985, cité par Montangero, 1999). Il suppose aussi que cette activation est « diffuse », c'est-à-dire qu'elle agit sur des souvenirs divers, non nécessairement reliés. Même si un tel phénomène existe, d'autres souvenirs sont visiblement activés en fonction de leur signification pour le sujet, signification en rapport avec les préoccupations actuelles et avec le contenu du rêve en cours. Mais ce ne sont pas toutes les préoccupations, et certainement pas les plus quotidiennes, qui réapparaissent en rêve.

Notons encore qu'un même souvenir peut être la source de deux scènes apparemment sans liens. Autrement dit, un souvenir peut fournir un élément à une scène de rêve et un autre souvenir, lié étroitement au premier, alimenter la scène suivante.

## ***6.2. Pourquoi les souvenirs sont-ils rarement reconnus en rêve?***

Bien que de nombreux contenus de rêves soient empruntés à la mémoire, donc aux choses bien connues du sujet, une petite partie seulement de ces contenus est reconnue.

Montangero (1999) constate que la majorité des contenus empruntés à la mémoire (près des trois quarts) a été identifiée comme telle le lendemain, lors de la séance consacrée à la recherche des souvenirs. Pendant le rêve, les sujets identifient surtout des personnes (elles représentent près de la moitié des contenus identifiés à ce moment-là), nettement moins souvent des lieux et des objets et très rarement des activités. Le lendemain, il y a moins de différences entre les proportions de contenus identifiés dans les diverses catégories. Les objets et les activités sont identifiés un peu plus souvent, les personnes et les lieux viennent ensuite. En ce qui concerne les activités, la quasi totalité d'entre elles sont identifiées au cours de la séance du lendemain.

Ce dernier point s'explique d'abord par la phénoménologie du rêve. Le rêveur a le sentiment de vivre ce qu'il se représente. Il peut donc, comme c'est le cas dans la vie éveillée, reconnaître des personnes, lieux et objets qui lui sont familiers. En revanche, les activités qui

se déroulent dans son rêve lui paraissent naturellement originales. Ce sont des activités présentes et non passées. Une autre raison qui empêche de reconnaître, dans une activité représentée en rêve, la reproduction de quelque chose qui s'est produit dans le passé, c'est que ces activités apparaissent en rêve généralement avec des modifications.

Cette modification des sources mnésiques dans les représentations oniriques est courante. D'abord, il est très rare que le rêve emprunte à un souvenir l'ensemble de ses caractéristiques. Quelques éléments partiels sont retenus et mêlés à d'autres sources mnésiques ou à des contenus de l'imagination. De plus, les éléments partiels empruntés à la mémoire sont souvent modifiés. Montangero répartit les éléments tirés de la mémoire et apparus en rêve dans deux rubriques: « inchangé » et « modifié ».

Ce qui est identifié au cours du rêve, peut être un contenu de mémoire inchangé où tous les éléments sont représentés fidèlement. Mais les éléments connus peuvent au contraire apparaître modifiés. La plus grande partie des contenus de souvenirs identifiés comme sources de contenus de rêves (78 %) sont modifiés par rapport à leur modèle réel. Les personnes sont moins souvent modifiées que les autres catégories, en revanche, les lieux et les activités empruntés à la mémoire sont presque toujours modifiés. Au total, la forte proportion de modifications montre que le rêve procède par transformation des éléments stockés en mémoire. Ceci pourrait expliquer pourquoi nous avons de la peine à reconnaître dans nos rêves une grande partie des éléments empruntés à nos souvenirs.

La majorité des contenus inchangés est déjà identifiée pendant le rêve, tandis qu'une très grande partie des contenus de mémoire modifiés n'est reconnue que le lendemain, au cours de la séance de recherche de souvenirs. Cependant, près de la moitié des contenus d'expérience identifiés pendant le rêve sont modifiés. Cela s'explique par le phénomène de dissociation entre l'identité d'une chose et son apparence. Il faut en effet distinguer l'identité (c'est ma mère, ou la voiture de mon frère) et les attributs (les diverses caractéristiques de la mère ou de la voiture). Dans les rêves, on assiste parfois à une dissociation entre les deux aspects.

Pour compliquer les choses encore, il arrive que seuls la signification subjective et quelques aspects généraux d'un souvenir soient repris dans le rêve.

Au total, les changements des contenus de mémoire représentés en rêve sont le produit de trois processus principaux: 1/ la sélection : le plus souvent, seuls quelques aspects du contenu de mémoire sont repris : par exemple, quelques éléments d'un tout; quelques traits saillants; la fonction ou le comportement, etc. 2/ la modification et 3/ l'intégration : les contenus empruntés à la mémoire sont généralement fusionnés avec d'autres contenus. La fusion peut consister en une condensation de plusieurs éléments. Dans d'autres cas, les éléments du souvenir sont sortis de leur contexte et amalgamés avec ceux qui dérivent d'autres sources.

### ***6.3. Résumé et conclusions***

Nous avons traité ici la question de la mémoire comme réservoir dans lequel le rêve trouve ses matériaux. L'accès aux contenus de mémoire déjà fixés (ou du moins à certains d'entre eux) est très facile pendant le rêve. Une seule scène onirique peut puiser ses sources à des souvenirs nombreux, depuis le vécu le plus récent jusqu'aux souvenirs d'enfance. Comme le signale Fiss (1993, cité par Montangero, 1999), le rêve pourrait faire aussi usage d'éléments de la mémoire implicite, c'est-à-dire de choses non consciemment enregistrées, ni évocables volontairement.

L'étude des souvenirs qui viennent à l'esprit des sujets à propos du contenu de leurs rêves amène Montangero à proposer une hypothèse sur la manière dont les éléments de mémoire

éloignés chronologiquement sont reliés entre eux. Ces souvenirs sont classés ensemble parce qu'ils ont en commun non seulement des éléments objectifs mais encore une signification subjective identique. Par signification objective, il faut comprendre les contenus de l'expérience vécue dont la définition est partagée par beaucoup d'individus. La signification subjective est le sens que le sujet attribue à cette expérience et l'aspect affectif qu'elle prend pour lui. Au cours du sommeil, les souvenirs ayant une signification subjective commune inspirent un élément central du contenu d'un rêve. Il est possible que ces souvenirs distants temporellement aient déjà été activés le jour précédent, pendant une expérience qui provoque la même impression subjective.

Une autre observation découlant de l'étude des souvenirs liés aux contenus de rêves concerne le lien qu'ils peuvent établir entre deux scènes ou unités temporelles consécutives du rêve. Alors que le contenu de ces deux temps successifs ne semble avoir aucun rapport, on s'aperçoit que le deuxième temps trouve son contenu dans le souvenir qui a alimenté le temps précédent.

Malgré le rôle des contenus de mémoire comme matériaux du rêve, nos représentations oniriques nous semblent très souvent absolument originales, sans rapport avec notre vécu. Cela pose la question de la capacité de reconnaître les contenus de mémoire apparaissant dans les rêves. Il semble que seule une minorité d'entre eux est reconnue pendant le rêve. Les personnes forment la catégorie la plus fréquemment identifiée parce qu'elles ont le caractère le plus unique, tandis que les activités tirées d'un souvenir sont très rarement identifiées au cours du rêve. Cela tient d'une part au phénomène d'hallucination qui fait paraître les activités comme présentes et non comme la reprise d'activités passées. Cela tient aussi aux fréquentes transformations subies par les activités connues lorsqu'elles sont représentées en rêve. Dans l'ensemble, toutes les catégories de contenu tendent à subir des transformations. La transformation du connu est donc un processus de base dans l'élaboration des rêves. Elle porte sur la représentation des contenus tandis qu'à l'éveil, la transformation résulte d'opérations sur des représentations se voulant fidèles du réel. Rappelons pour terminer que l'on peut très bien identifier certains éléments, comme une personne ou un lieu, bien qu'ils se présentent sous une forme différente de leur aspect réel. Ceci s'explique par la dissociation possible, en rêve, entre l'identité des choses et leurs attributs.

L'étude des rêves montre qu'ils contiennent des représentations d'activités et d'émotions qui n'ont jamais été expérimentées par le rêveur, telles que voler ou réagir de manière inédite ou ressentir des émotions de terreur ou de bonheur indicibles. Certes, nous savons que ces diverses activités existent, elles font partie de notre mémoire sémantique, dont le contenu vient s'ajouter à celui de la mémoire épisodique.

## **7. QUESTIONS PERSONNELLES**

Il y a quelques questions qui me sont venues pendant ce travail, et que j'aimerais mentionner avant la conclusion de ce travail.

Sans être un expert en la matière, il me semble que l'hypnose est liée à l'inconscient. Comme le rêve l'est aussi, ne pourrait-on pas envisager d'influencer la source du rêve en hypnotisant le rêveur avant son sommeil ? Par exemple en lui suggérant d'être attentif à ses perceptions ? Ou encore, pourrait-on faire du rêveur une espèce de rêveur lucide, capable de prendre, durant le rêve, le recul qu'il possède le matin, et qui lui permet de reconnaître un souvenir ayant servi de source à son rêve ? Pourrait-on empêcher le rêveur de transformer les éléments qu'il intègre au rêve, afin qu'ils paraissent tels quels ?

Autre sujet de réflexion. Les aveugles ont des rêves aussi riches que les personnes voyantes, comme je l'ai mentionné plus haut. Mais on sait également qu'ils ont développés leurs autres sens, et particulièrement l'ouïe, à cause de leur déficit visuel. Il me semble raisonnable d'envisager qu'ils ont en plus d'une ouïe plus fine, une conscience accrue de leur environnement auditif. Cette conscience ne pourrait-elle pas donner une plus grande place aux sources auditives intégrées aux rêves ?

## **8. CONCLUSION**

Une évidence s'impose au terme de ce travail : le sujet est beaucoup plus vaste que je m'y attendais. Toutefois, je crois pouvoir répondre à la question que je me posais en introduction : quelle est la source du rêve ?

Nous avons vu que la sensibilité aux stimulations sensorielles est faible pendant le sommeil, et particulièrement pendant la phase de sommeil paradoxal, connue pour ses liens privilégiés avec les rêves. Toutefois, on a aussi constaté qu'une partie des rêves comportait des indices de l'enregistrement des stimuli présentés, même si ceux-ci apparaissent toujours dans le rêve de manière transformée. La majorité des rêves ne peut donc pas s'expliquer par des stimulations perceptives, mais on ne peut pas non plus nier que l'expérience perceptive fournit des éléments au rêve. Seulement, dans la majorité, des cas les données perceptives sont transposées et utilisées au service du scénario en cours.

Foulkes a combattu la thèse du rêve-perception. Il remarque d'abord que les contenus de rêves sont originaux et ne reproduisent pas simplement le connu. Il a par exemple comme argument le fait que les déficits perceptifs visuels ne limitent pas les représentations oniriques. Selon lui, les représentations oniriques reposent sur l'ensemble de nos connaissances plutôt que sur la perception et elles sont en étroite relation avec nos capacités d'élaborer des images.

Pour Cavallero et Cicogna, le noyau central du rêve est généré de façon autonome, il provient de sources endogènes. Les meilleurs candidats pour servir de briques à la construction du rêve sont donc les contenus de mémoire.

Pendant le sommeil, l'esprit doit fournir ses propres contenus de représentation, d'où le recours à la mémoire. Foulkes précise que l'on fait appel aussi bien à la mémoire sémantique qu'à la mémoire épisodique. La source du rêve se trouve dans la mémoire et la connaissance du rêveur, c'est là qu'il trouve sa matière première.

Car si le rêveur est relativement imperméable à la perception de son environnement, il accède au contraire facilement à la mémoire. Ce que montre par exemple le fait que plusieurs souvenirs peuvent être activés pour fournir des éléments à une scène représentée en rêve.

Mais les éléments empruntés à la mémoire sont souvent modifiés. Cette modification des sources mnésiques dans les représentations oniriques est courante. Il est très rare que le rêve emprunte à un souvenir l'ensemble de ses caractéristiques. Quelques éléments partiels sont retenus et mêlés à d'autres sources mnésiques ou à des contenus de l'imagination. La forte proportion de modifications du connu montre que le rêve procède par transformation des éléments stockés en mémoire.

En conclusion, l'expérience perceptive fournit des éléments au rêve, mais elle n'est pas la source principale du rêve, car c'est la mémoire qui tient ce rôle. Et, quelle que soit la provenance des éléments d'un rêve, ceux-ci sont presque toujours transformés.

## **9. BIBLIOGRAPHIE**

Lorsque l'on fait un travail traitant un sujet pour lequel on n'a que très peu de connaissances préalables, il y a nombre de lectures qui servent à acquérir une sorte de culture générale du sujet, mais qui n'ont pas leur place dans une bibliographie « traditionnelle », car le travail n'y fait pas explicitement référence.

C'est pour cela que je prends généralement la « liberté » de séparer la bibliographie en deux. La partie *bibliographie citée* correspond à une bibliographie traditionnelle, alors que la partie *bibliographie consultée* concerne les lectures m'ayant servi plus abstraitement à construire ma connaissance du sujet.

### **9.1. Bibliographie citée**

Bloch, H. *et al.* (1991). *Le grand dictionnaire de la psychologie*. Paris : Larousse

Cavallero, C., & Cicogna, P. (1993). Memory and dreaming. In C. Cavallero & D. Foulkes (Eds.), *Dreaming as cognition* (pp. 38-57). New York: Harvester Wheatsheaf.

Florès, C. (1992). *La Mémoire*. Paris : Presses Universitaires de France.

Foulkes, D. (1999). *Children's Dreaming and the Development of Consciousness*. London : Harvard University Press, 128-134.

Montangero, J. (1999). *Rêve et cognition* (chap 1; 4; 5 ). Sprimont : Mardaga.

Piaget, J., Inhelder, B. & coll. (1968). *Mémoire et intelligence* (pp. 1-33 et 441-482). Paris PUF.

### **9.2. Bibliographie consultée**

Antrobus, J.S., & Ehrlichman H. (1981). The “dream” report: Attention, memory, functional hemispheric asymmetry, and memory organization. In W. Fishbein (Ed.), *Sleep, Dreams and Memory*, (pp. 135-145). New York: Spectrum.

Ellman, S.J. & Antrobus, J.S. (1991). *The mind in sleep*. USA: John Wiley & Sons, Inc

Payne, D.G. (1987). Hypermnnesia and reminiscence in recall : A historical an empirical review. *Psychological Bulletin*, 101, 5-27.

Share, L. (1994). *If someone Speaks, it gets lighter : Dreams and the Reconstitution of Infant Trauma*. London: The Analitic Press.

## **TABLE DES MATIÈRES**

<b>1. INTRODUCTION</b>	<b>1</b>
<b>2. DÉFINITION DE LA MÉMOIRE</b>	<b>1</b>
<b>2.1. LA MÉMOIRE SELON PIAGET</b>	<b>2</b>
<b>2.1.1. Les activités schématiques.</b>	<b>2</b>
A) <i>Les schèmes.</i>	<b>2</b>
B) <i>Assimilation et Accommodation.</i>	<b>3</b>
<b>2.1.2. La fonction sémiotique et la genèse de la mémoire.</b>	<b>3</b>
A) <i>Des indices perceptifs à la reconnaissance.</i>	<b>3</b>
B) <i>Des conduites symboliques à l'évocation par l'image.</i>	<b>4</b>
a) <i>L'imitation différée et la reconstruction.</i>	<b>4</b>
b) <i>L'image mentale et l'évocation.</i>	<b>4</b>
C) <i>Le langage.</i>	<b>4</b>
<b>2.1.3. Les schèmes et la mémoire.</b>	<b>5</b>
<b>2.1.4. Conclusion : l'influence des schèmes sur la mémoire.</b>	<b>5</b>
<b>3. DÉFINITION DE LA PERCEPTION</b>	<b>5</b>
<b>4. DÉFINITION DU RÊVE</b>	<b>7</b>
<b>5. LA PERCEPTION EST-ELLE LA SOURCE DU RÊVE ?</b>	<b>8</b>
<b>6. LA MÉMOIRE EST-ELLE LA SOURCE DU RÊVE ?</b>	<b>10</b>
<b>6.1. L'aisance d'accès à la mémoire</b>	<b>11</b>
<b>6.2. Pourquoi les souvenirs sont-ils rarement reconnus en rêve?</b>	<b>12</b>
<b>6.3. Résumé et conclusions</b>	<b>13</b>
<b>7. QUESTIONS PERSONNELLES</b>	<b>14</b>
<b>8. CONCLUSION</b>	<b>15</b>
<b>9. BIBLIOGRAPHIE</b>	<b>16</b>
<b>9.1. Bibliographie citée</b>	<b>16</b>
<b>9.2. Bibliographie consultée</b>	<b>16</b>