

Production subjective de rêves en milieu carcéral : une hypothèse adaptative

Jérôme Englebert, Jean-Marie Gauthier, Catherine Jacquemart
Faculté de Psychologie, Département Personne et Société
Université de Liège, Belgique



Introduction

Une étude sur le rêve n'est pas sans poser plusieurs questions épistémologiques et méthodologiques majeures. La première d'entre elles tient à l'essence même du rêve qui est un objet d'étude particulier, étant strictement subjectif et difficilement objectivable. Le rêve a cette caractéristique remarquable de devenir une réalité une fois que le rêveur se réveille et, dès lors, lorsque le vécu subjectif du rêve s'achève. Un problème méthodologique incontournable apparaît, dès lors, pour l'étude de l'activité onirique : Le rêve n'existe dans la vie consciente qu'au passé ; il est un être de mémoire. Il existe donc un hiatus temporel entre l'activité onirique et le discours sur le rêve.

De nombreuses études (Pauchet, 1984 ; Faugeron et al, 1996; Lhuilier & Lemiszewska, 2001 ; Chauvenet, 2002, 2006 ; Shefer & Liebling, 2008 ; Englebert, 2010) ont montré que les sujets incarcérés subissent une perte des repères spatiaux et temporels, une défaillance dans l'organisation subjective et un refoulement de l'imaginaire. Une des possibilités de pouvoir étudier les manifestations de l'imaginaire et de la subjectivité en prison est d'étudier le rapport du sujet prisonnier à son activité onirique.

Méthodologie

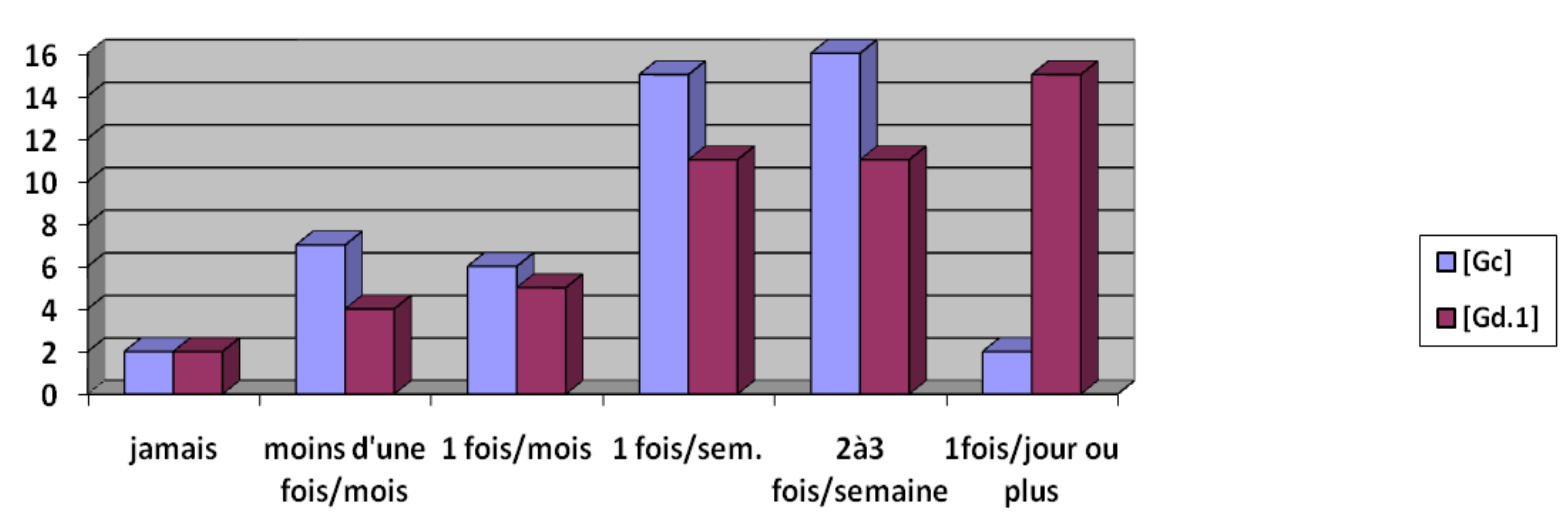
Nous avons administré un questionnaire (élaboré sous la supervision d'un collège d'experts travaillant en milieu carcéral) à une population de 48 détenus (43 hommes et 5 femmes) et à une population contrôle (appariée pour le sexe, l'âge et le niveau d'étude). Le questionnaire était scindé en deux parties pour les détenus (rapport aux rêves avant l'enfermement [Gd.0] / rapport aux rêves maintenant [Gd.1]) et celui pour la population contrôle ne comprenait qu'une partie (rapport aux rêves maintenant [Gc]). Nous avons isolé trois groupes au sein de la population carcérale : **Cp** : Courte peine effectuée (maximum 90 jours), **Mp** : Moyenne peine effectuée (plus de 90 jours et maximum 2 ans), **Lp** : Longue peine effectuée (plus de 2 ans).

L'analyse de la « fréquence de rappel du rêve » (DRF : *Dream Recall Frequency*) permet d'obtenir des données objectives de ce phénomène purement subjectif. Concernant le contenu et la thématique des rêves, nous avons décidé, pour cette recherche, de limiter nos investigations à la question du changement vécu du contenu (avant [Gd.0]/pendant l'enfermement [Gd.1]). Enfin, nous avons aussi évalué le ressenti de différentes variables physiologiques tels que la qualité et la quantité rapportées de sommeil ou encore le vécu de stress.

Résultats

1. Comparaison entre la population carcérale [Gd.1] et la population contrôle [Gc]

1.1. « Combien de fois vous souvenez-vous de vos rêves ? »

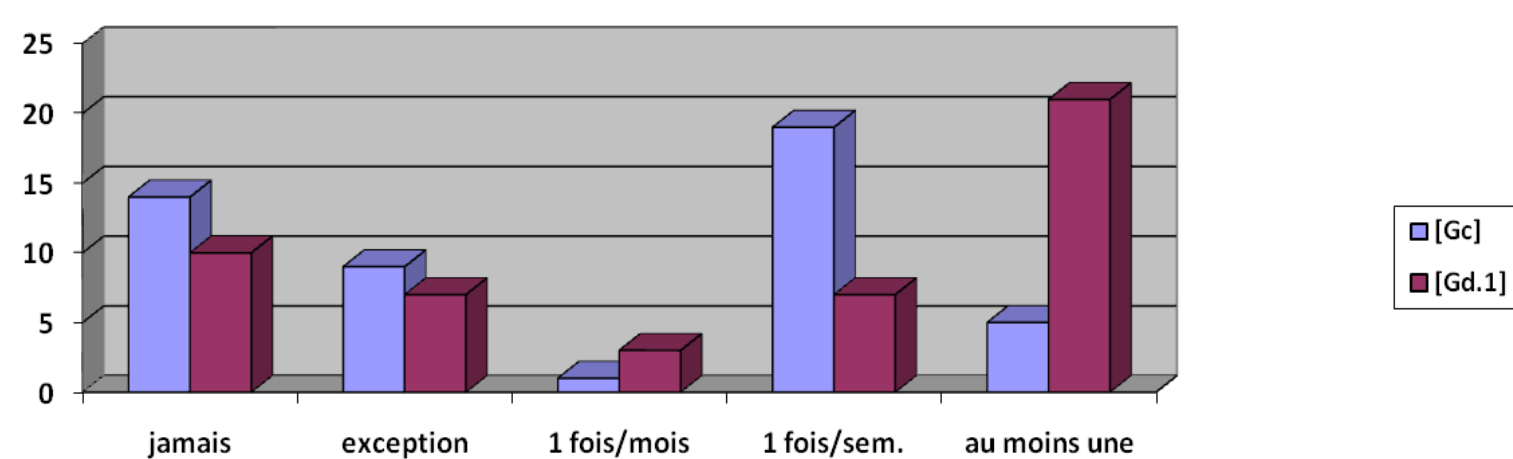


De manière générale, les sujets se rappellent de leurs rêves au moins une fois par semaine. L'écart important (2-15) entre les deux groupes pour la réponse « une fois par jour ou plus » indique que ce rappel est d'autant plus fréquent que le sujet est détenu. Le calcul du Chi² d'indépendance indique que **la fréquence de rappel est dépendante de la condition du sujet : prisonnier ou libre** ($\chi^2(5, N = 96) = 12,39, p = 0,03 ; V$ de Cramer = 0,36)

1.2.1. Temps de sommeil par nuit rapporté

L'échantillon contrôle (6h16) rapporte dormir en moyenne 19 minutes en plus que l'échantillon carcéral (5h57). Il n'y a pas de différence significative entre les deux groupes ($U(N1=48, N2=48) = 1064, p = 0,5$).

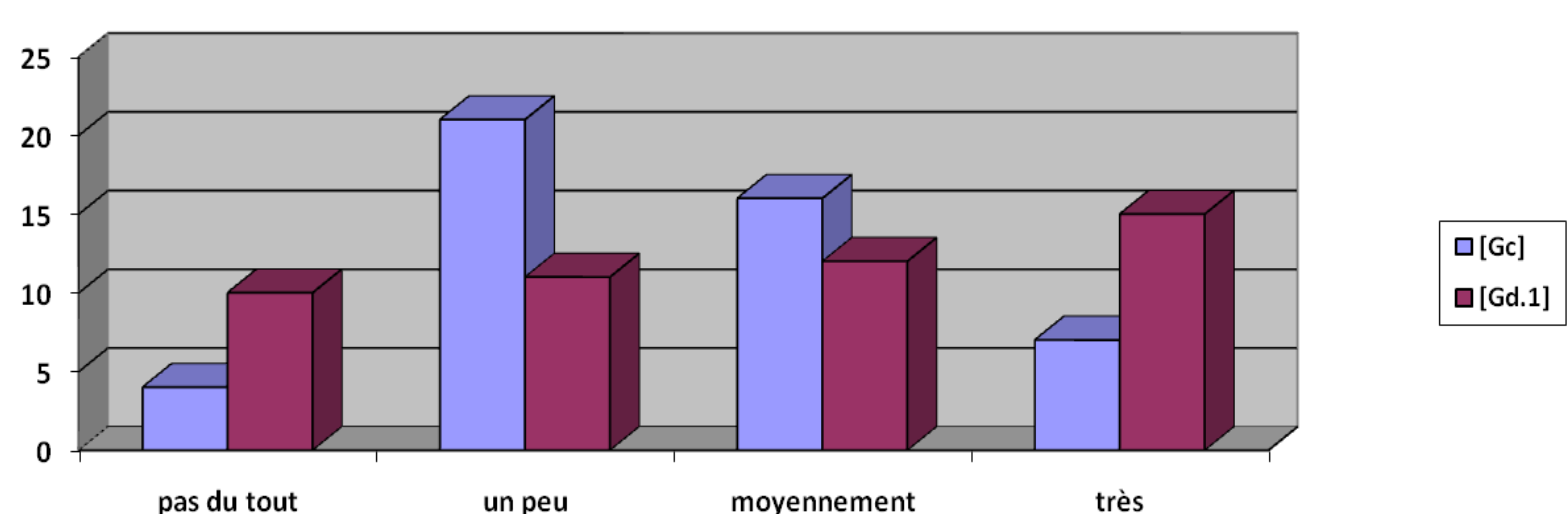
1.2.2. « Combien de fois vous arrive-t-il de faire la sieste ? »



Nous observons une grande différence entre nos deux groupes dans les réponses « une fois par semaine » et « au moins une fois par jour ». Le calcul du Chi² d'indépendance indique que **la fréquence à laquelle les sujets font des siestes est dépendante du fait qu'ils soient en prison ou à l'extérieur** ($\chi^2(4, N = 96) = 17,3, p = 0,002 ; V$ de Cramer = 0,42). Les détenus de notre échantillon dorment en effet plus fréquemment en journée que les sujets de notre échantillon contrôle.

A partir des résultats obtenus aux points 2.1. et 2.2., nous pouvons dire que **les détenus de notre échantillon dorment un peu moins la nuit que les sujets contrôles mais, beaucoup plus fréquemment en journée.**

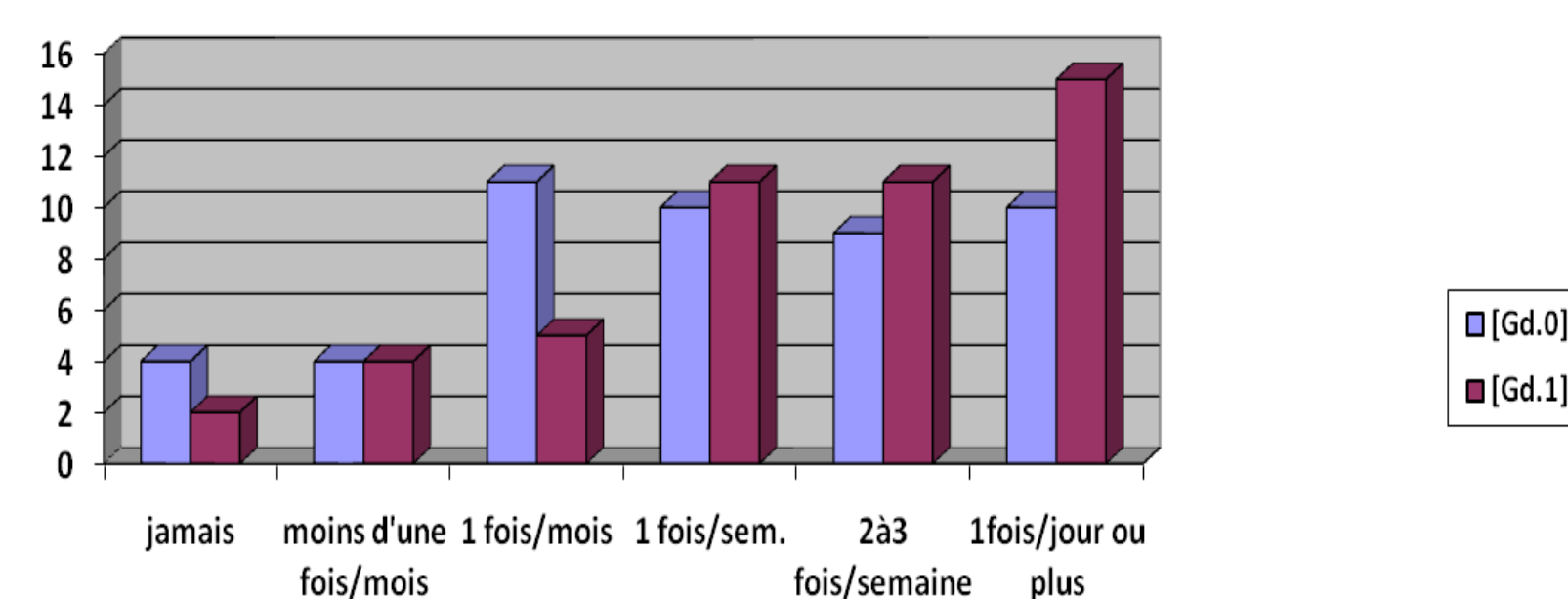
1.3. « Vous sentez-vous généralement nerveux, anxieux, tendu ? »



On observe que les sujets contrôles optent préférentiellement pour les réponses intermédiaires (« un peu » et « moyennement ») alors que les détenus choisissent plus les réponses situées aux extrêmes (« pas du tout nerveux » et « très nerveux »). Le calcul du Chi² indique **une dépendance entre les niveaux d'anxiété, de tension, de nervosité ressentis et le fait d'être en détention ou en liberté** ($\chi^2(3, N = 96) = 9,18, p = 0,03 ; V$ de Cramer = 0,31)

2. Comparaison des détenus maintenant [Gd.1] et avant leur incarcération [Gd.0]

2.1. « Combien de fois vous souvenez-vous de vos rêves ? »

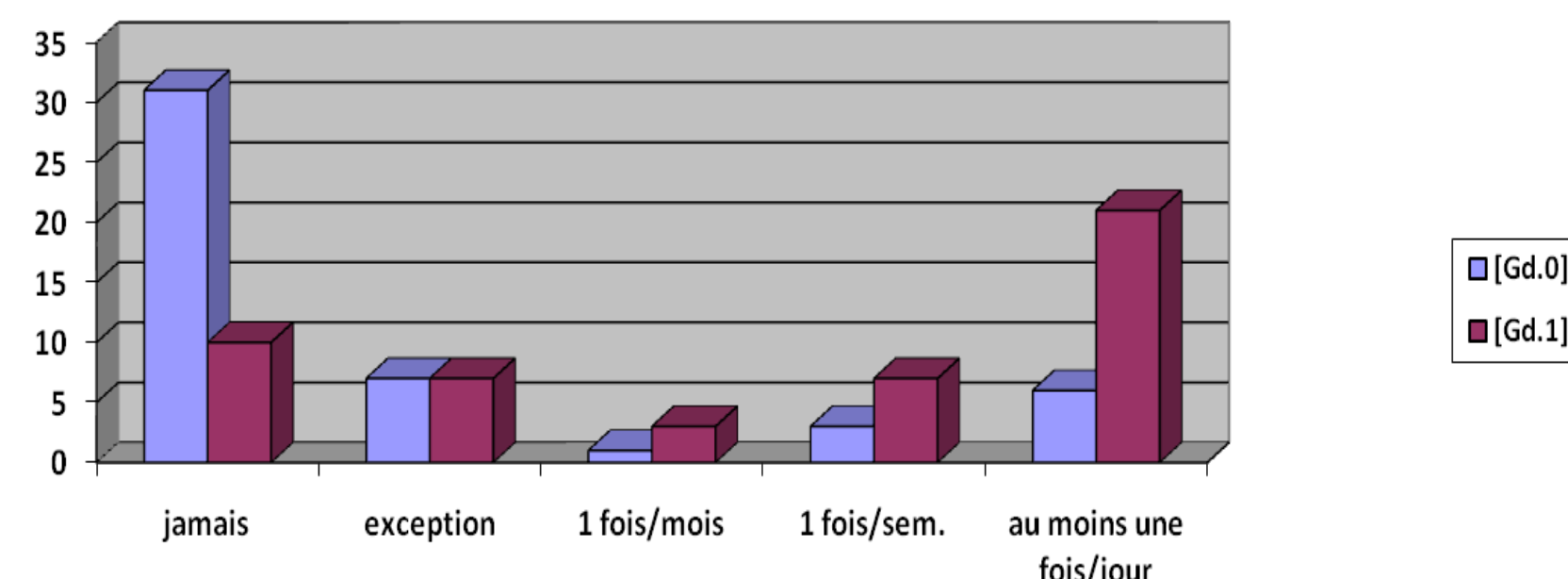


De manière globale, ces résultats montrent que **les détenus de notre échantillon se rappelaient moins fréquemment leurs rêves avant par rapport à maintenant.**

2.2.1. Temps de sommeil par nuit rapporté

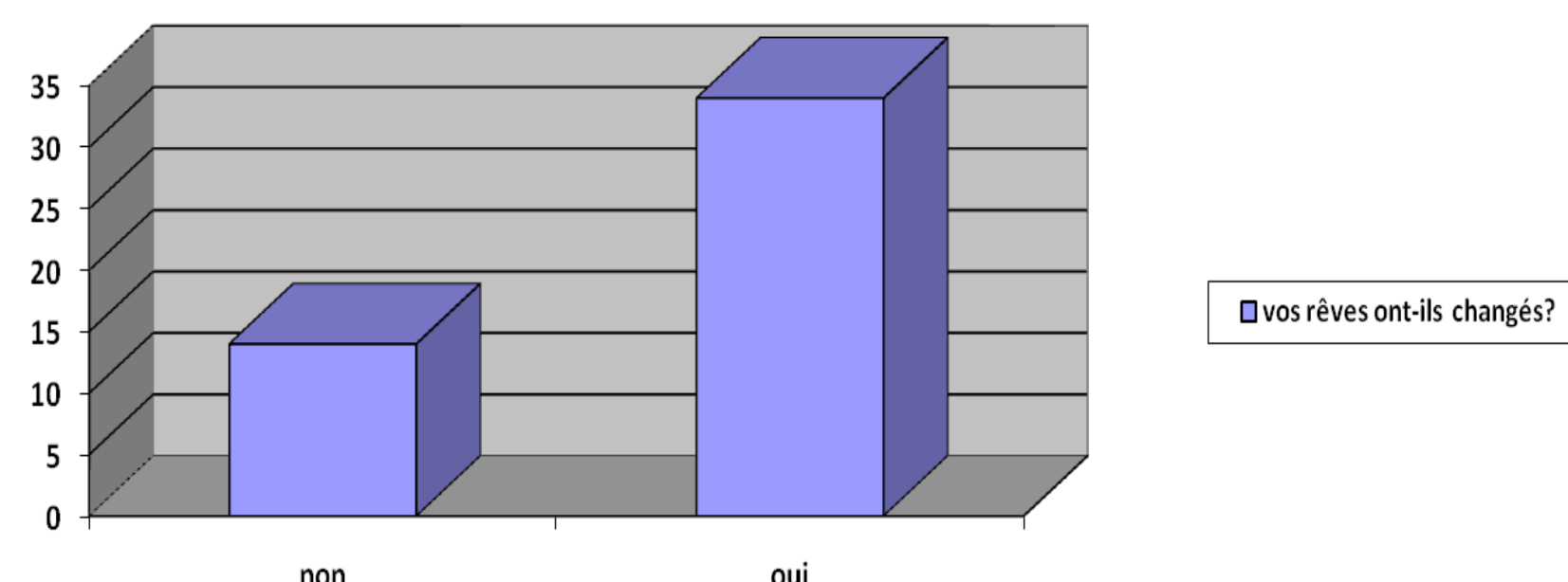
Les détenus avant leur incarcération dormaient en moyenne 6h41 par nuit. Par contre, ils dorment maintenant en moyenne 5h57 par nuit. Les détenus dorment donc en moyenne 44 minutes en moins par nuit qu'avant.

2.2.2. « Combien de fois vous arrive-t-il [arrivait-il] de faire la sieste ? »



A partir des résultats obtenus aux points 2.1. et 2.2., nous pouvons dire que **les détenus de notre échantillon dorment maintenant moins longtemps la nuit mais, beaucoup plus fréquemment en journée par rapport à avant.**

2.3. « Au niveau du contenu, vos rêves ont-ils changé depuis que vous êtes en prison ? »



Plus de deux tiers (71%) des détenus trouvent que leurs rêves ont changé, qu'ils sont différents depuis qu'ils sont en prison.

3. Effet du temps déjà passé en prison : Groupe « courte peine » [Cp], Groupe « moyenne peine » [Mp] et Groupe « longue peine » [Lp]

[Cp] = la personne est incarcérée depuis maximum 90 jours (N=10)
[Mp] = la personne est incarcérée depuis plus de 90 jours et maximum 2 ans (N=15)
[Lp] = la personne est incarcérée depuis plus de 2 ans (N=23)

3.1. « Combien de fois vous souvenez-vous de vos rêves ? »

Peine effectuée	Jamais	1 d'une fois/mois	1 fois/mois	1 fois/semaine	2 à 3 fois/semaine	1 fois/jour ou plus
[Cp]	0 → 1 (+10%)	2 → 1 (-10%)	2 → 1 (-10%)	3 → 1 (+10%)	2 → 3 (+10%)	1 → 3 (+20%)
[Mp]	3 → 0 (-20%)	1 → 0 (-6,67%)	1 → 2 (+6,67%)	3 → 3 (0,00%)	3 → 4 (+6,67%)	4 → 6 (+13,33%)
[Lp]	1 → 1 (0,00%)	1 → 3 (+8,69%)	8 → 2 (-26,08%)	4 → 7 (+13,04%)	4 → 4 (0,00%)	5 → 6 (+4,35%)

Les sujets des groupes [Cp] et [Mp] se rappellent plus fréquemment de leurs rêves maintenant. Par contre, les sujets du groupe [Lp] ne montrent pas de changement net entre avant et maintenant.

3.2.1. Temps(en minutes) de sommeil par nuit rapporté

Peine effectuée	Moyennes « avant » [Gd.0]	Moyennes « maintenant » [Gd.1]	1 fois/mois
[Cp]	6h33 (393)	5h00 (300)	-1h33 (93)
[Mp]	6h10 (370)	5h54 (354)	-16
[Lp]	7h04 (423,91)	6h24 (384,13)	-40

Les sujets des trois groupes dorment moins maintenant qu'avant. Cette diminution est cependant d'ampleur très différente selon les groupes : elle est largement supérieure pour le groupe [Cp] et largement inférieure pour le groupe [Mp]. Le groupe [Lp] est à mi-chemin entre les deux.

3.2.2. « Combien de fois vous arrive-t-il [arrivait-il] de faire la sieste ? »

Peine effectuée	Moyennes « avant » [Gd.0]	Moyennes « maintenant » [Gd.1]	1 fois/mois
[Cp]	6h33 (393)	5h00 (300)	-1h33 (93)
[Mp]	6h10 (370)	5h54 (354)	-16
[Lp]	7h04 (423,91)	6h24 (384,13)	-40

Nous observons une différence nette et forte entre avant et maintenant dans les trois groupes : la fréquence des siestes est supérieure maintenant.

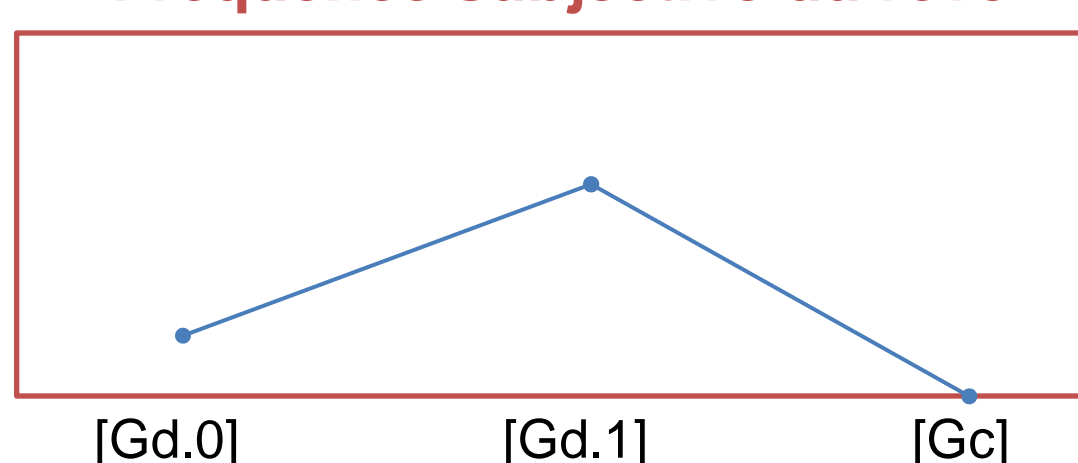
3.3. « Globalement, aviez-vous une vie stressante ? → Votre vie est-elle stressante pour le moment ? »

Peine effectuée	Pas du tout	Un peu	Moyennement	Très
[Cp]	2 → 0 (-20%)	4 → 4 (+100%)	4 → 3 (-25%)	0 → 3 (+300%)
[Mp]	3 → 0 (-20%)	2 → 3 (+50%)	4 → 6 (+50%)	6 → 6 (0,00%)
[Lp]	7 → 5 (-71,43%)	5 → 42 (+8,57%)	9 → 8 (-11,11%)	2 → 6 (+200%)

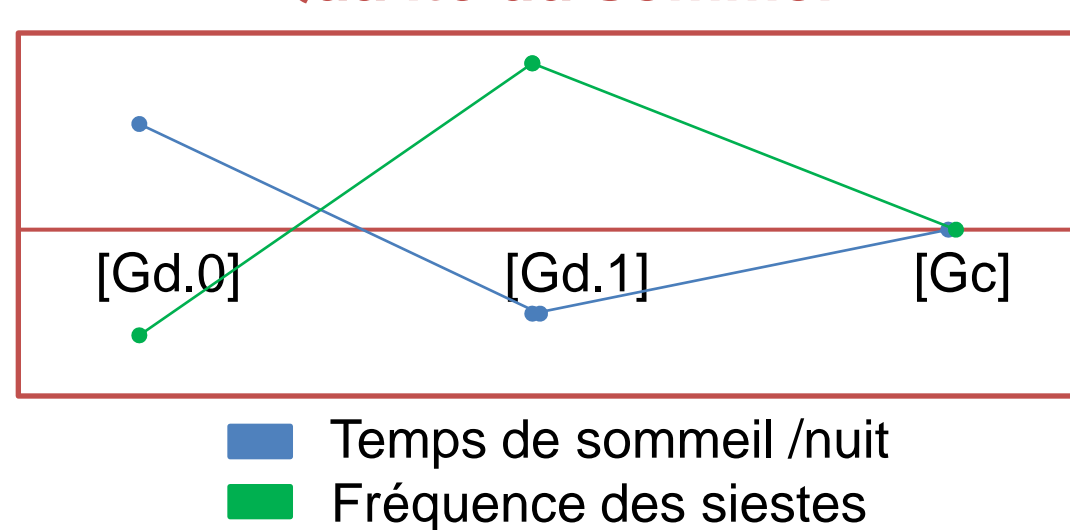
Les sujets, quel que soit leur groupe, estiment avoir une vie plus stressante maintenant et cette augmentation du niveau de stress est particulièrement forte pour les sujets du groupe [Cp].

Observations générales : allure des comparaisons principales entre [Gd.0], [Gd.1] et [Gc]

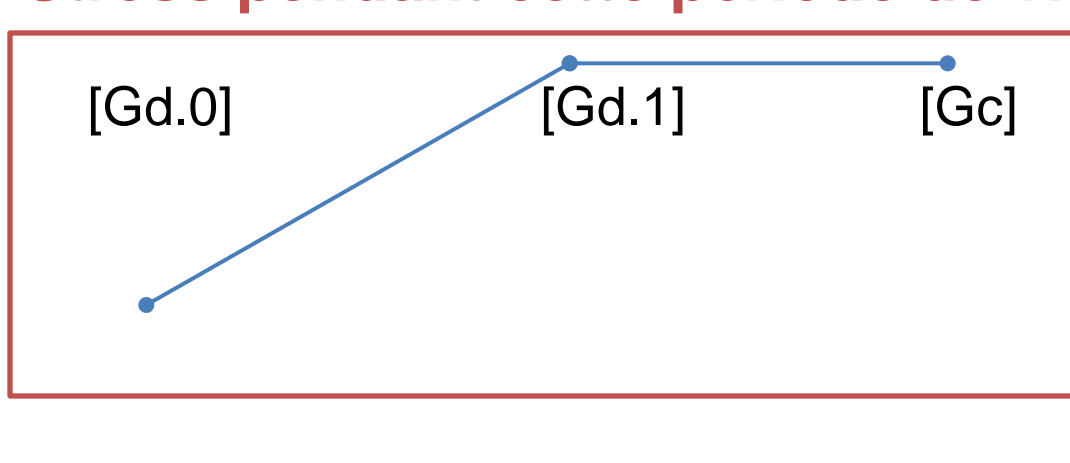
Fréquence subjective du rêve



Qualité du sommeil

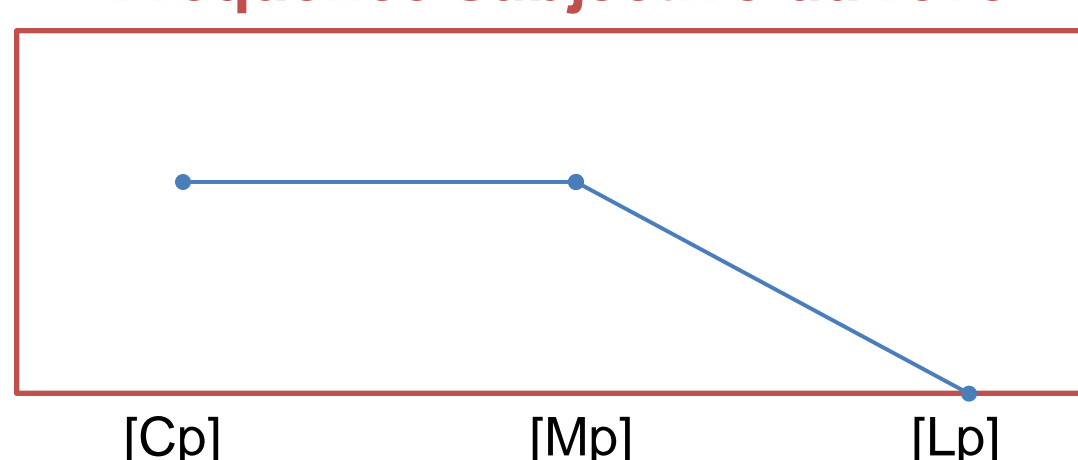


Stress pendant cette période de vie

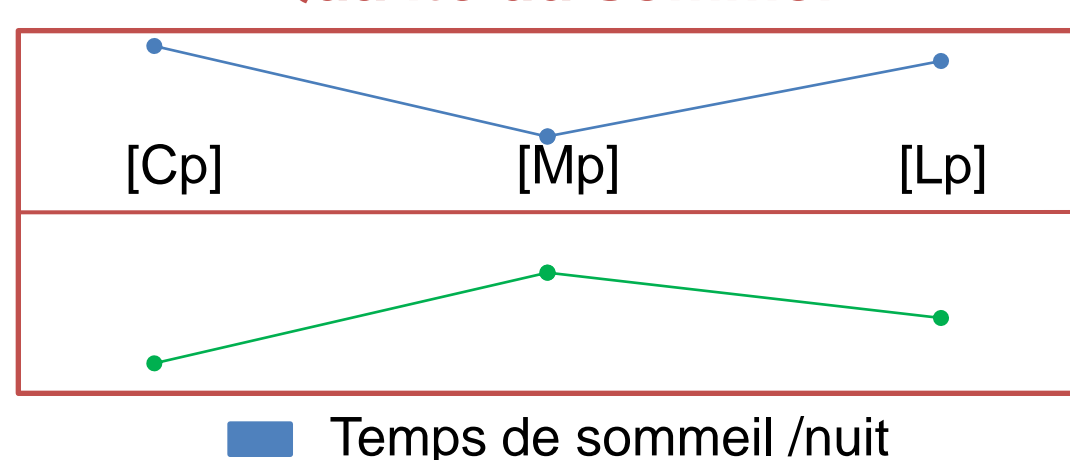


Allure des comparaisons entre [Gd.0], [Gd.1] en fonction de la peine déjà effectuée [Cp], [Mp] et [Lp]

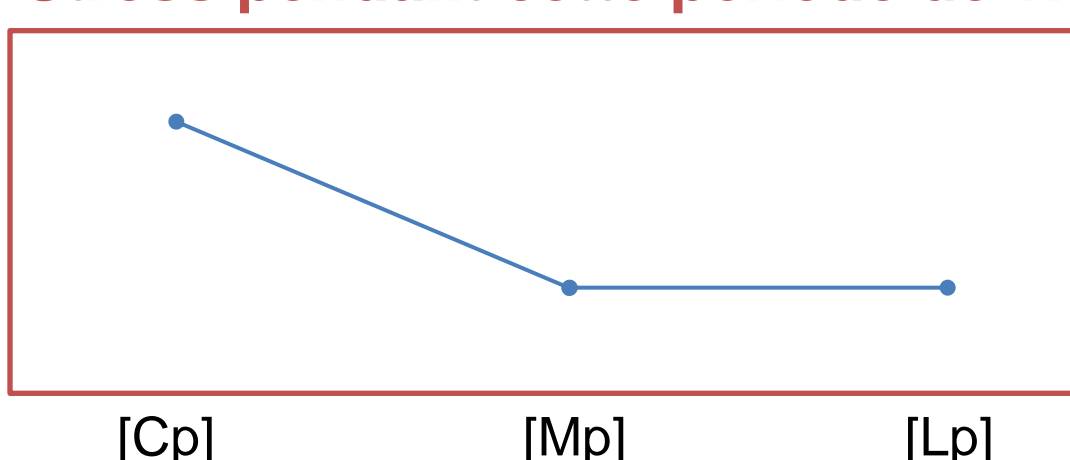
Fréquence subjective du rêve



Qualité du sommeil



Stress pendant cette période de vie



Conclusion

L'activité onirique serait un mécanisme que le détenu utilise pour s'adapter à l'univers carcéral (la fréquence subjective du rêve est significativement plus importante pour le **Gd.1** que le **Gd.0** et le **Gc**). Mais, ce constat tend à diminuer en fonction de la durée de la peine (au-delà de 2 ans d'enfermement [**Lp**]). Nous pouvons expliquer cette diminution significative par un effet d'habituation (le rêve permettrait un retour à une homéostasie psychique suffisante) ou par une abrasion du mécanisme.

Le rêve ne procure aucune modification dans le réel puisque le quotidien de l'enfermement reste le même (l'espace, le temps et les rythmes sont organisés par l'autorité et ne peuvent être subjectivement investis). Privée de boucle de rétroaction (l'effet sur le réel), la fonction adaptative du rêve s'essoufflerait.

Contacts :

Jérôme Englebert
Université de Liège
Boulevard du rectorat (Bât B33)
4000 Liège (Belgique)
Tel : +32 4 3662381
Fax : +32 4 3662829
Mail : jerome.engelebert@ulg.ac.be