

Université de Montréal

Attitudes et croyances envers les rêves :

Une approche multidimensionnelle

par

Catherine Charneau Simard

Département de Psychologie

Faculté des arts et des sciences

Mémoire présenté à la Faculté des études supérieures  
en vue de l'obtention du grade de Maître ès Sciences (M. Sc.)  
en psychologie

Décembre, 2009

© Catherine Charneau Simard, 2009

Université de Montréal  
Faculté des études supérieures

Ce mémoire intitulé :

Attitudes et croyances envers les rêves :  
Une approche multidimensionnelle

présenté par :

Catherine Charneau Simard

a été évalué par un jury composé des personnes suivantes :

Roxane de la Sablonnière, président-rapporteur

Antonio Zadra, directeur de recherche

Dominic Beaulieu-Prévost, codirecteur

Tore Nielsen, membre du jury

## Résumé

L'objectif était de développer un questionnaire (*IDEA*) afin de capter les attitudes envers les rêves et d'évaluer leurs relations avec des variables externes ainsi que le rôle qu'elles représentent dans la vie des gens. 725 participants ont complété l'*IDEA* et parmi ceux-ci 357 ont aussi complété des questionnaires concernant le rêve, la personnalité et le bien-être ainsi qu'un journal de rêve. Dans le premier article, une analyse factorielle de l'*IDEA* a dégagé 7 dimensions d'intérêt. Les individus ont été classifiés selon trois profils distincts de rêveur montrant des relations différentielles aux mesures de personnalité et de bien-être. Dans le second article, les résultats ont montré que les individus qui rapportent beaucoup de rêves, une détresse psychologique, des frontières fluides ou une capacité d'absorption croient que leurs rêves possèdent un sens. L'*IDEA* est un instrument utile pour la recherche et montrent que les croyances oniriques ont un rôle psychologique important.

**Mots-clés:** Rêves, attitudes, croyances, construction d'échelle, personnalité, absorption, frontières psychologiques, cauchemars, bien-être.

## Abstract

Our goals were to develop a questionnaire (the *IDEA*) to assess dream-related beliefs, to investigate the relations between these beliefs and waking-state variables as well as the roles they may play in peoples' lives. In the first article, 725 participants completed the *IDEA* and 357 participants also completed a dream log and questionnaires on dreams, personality, and well-being. A factor analysis of the *IDEA* revealed 7 dimensions. Using these dimensions, individuals were classified into three distinct profiles which showed differential relations to measures of personality and well-being. In the second article, people with high dream recall, psychological distress, thin boundaries and an elevated capacity for absorption, were found to be the most likely to believe that their dream experiences are meaningful. The findings indicate that the *IDEA* is a useful instrument for researchers and those dream-related beliefs can play important psychological roles in people's lives.

**Keywords:** Dreaming, attitude, beliefs, scale construction, personality, absorption, psychological boundaries, nightmares, well-being.

## Table des matières

<b>Résumé</b> .....	iii
<b>Abstract</b> .....	iv
<b>Liste des tableaux</b> .....	viii
<b>Liste des abréviations</b> .....	ix
<b>Citation</b> .....	x
<b>Remerciements</b> .....	xi
<b>Attitudes et croyances envers les rêves : Une approche multidimensionnelle..</b>	1
Déroutement générale du projet de recherche.....	6
Résumé de la procédure.....	6
Participants.....	7
Préparation des données.....	7
Choix conceptuels et méthodologiques.....	9
Accord des coauteurs.....	13
<b>Article 1</b> .....	14
Résumé.....	15
Abstract.....	16
Introduction.....	17
Methods.....	18
<i>Participants</i> .....	18
<i>Material</i> .....	18
<i>Analytical procedure</i> .....	21
Results.....	21
<i>Exploratory factor analysis of the IDEA</i> .....	21
<i>Scale Interpretations</i> .....	23
<i>Elaboration of IDEA-based dreamer profiles</i> .....	25

<i>External validation of the profiles</i> .....	27
Discussion.....	28
<i>Profiles</i> .....	32
Conclusion.....	34
<b>Article 2</b> .....	46
Résumé.....	47
Introduction.....	48
<i>Recension des recherches sur les croyances reliées aux rêves</i> .....	49
<i>L'émergence et la fonction des croyances paranormales</i> .....	52
<i>La fonction des croyances par rapport aux rêves</i> .....	54
<i>Étude actuelle</i> .....	56
Méthode.....	58
<i>Participants</i> .....	58
<i>Instruments</i> .....	58
<i>Analyses statistiques</i> .....	61
Résultats.....	63
<i>Corrélat des croyances envers les rêves</i> .....	63
<i>Évaluation de l'accessibilité comme modérateur</i> .....	63
Discussion.....	65
<i>Synthèse</i> .....	65
<i>Retour sur les écrits</i> .....	66
Conclusion.....	69
<b>Discussion générale</b> .....	76
<b>Références</b> .....	85
<b>Annexe A</b> .....	xiii
Formulaire de consentement.....	xiv
<b>Annexe B</b> .....	xv

IDEA, Questionnaire original.....	xvi
<b>Annexe C</b> .....	<b>xxi</b>
Questionnaire choix méthodologique et conceptuel.....	xxii

## Liste des tableaux

### Introduction

<b>Tableau I.</b> Description des variables continues.....	11
--	----

### Article 1

<b>Table I.</b> Presentation of the seven scales of the IDEA and of the items included in each scale, their pattern loadings and descriptive statistics.....	36
--	----

<b>Table II.</b> Correlations between the scales of the IDEA (n=725) and with measure of well-being, personality, nightmare and dream recall frequency.....	41
---	----

<b>Table III.</b> Average score for women and men and gender differences for each subscale of the IDEA.....	43
---	----

<b>Table IV.</b> Comparison between IDEA-generated dreamer profiles.....	44
--	----

### Article 2

<b>Tableau II.</b> Analyses descriptives.....	71
---	----

<b>Tableau III.</b> Corrélations entre les croyances oniriques, les variables de bien-être, de personnalité et la fréquence de rappel de rêves.....	72
---	----

<b>Tableau IV.</b> Régressions hiérarchiques prédisant l'intensité des expériences traumatiques et les indicateurs d'expériences négatives.....	74
---	----

## Liste des abréviations

### En français :

FRR: Fréquence de rappel de rêves

### En anglais:

BDI-II: Beck Depression Inventory – Second Version

BQ: Boundary Questionnaire – Short Version

CTQ-SF: Childhood Trauma Questionnaire – Short Form

DPQ: Differential Personality Questionnaire: Absorption Scale

IDEA: Inventory of Dream Experiences & Attitudes

NDQ: Nightmare Distress Questionnaire

SCL-90: Symptoms Checklist-90

SDQ: Sleep & Dream Questionnaire

STAI: State-Trait Anxiety Inventory – Trait Scale

*Il y a des fleurs partout pour qui veut bien les voir*

*Henri Matisse*

*But what's happening is that each year our old flat earth of conventional reason becomes less and less adequate to handle the experiences we have and this is creating widespread feelings of topsy-turviness. As a result we're getting more and more people in irrational areas of thought - occultism, mysticism, drug changes and the like- because they feel the inadequacy of classical reason to handle what they know are real experiences*

*Robert M. Pirsig*

*Zen and the Art of Motorcycle Maintenance: An Inquiry into Values*

## Remerciements

Mes premiers remerciements sont dédiés à Antonio Zadra, le premier à m'ouvrir scientifiquement les portes vers le rêve. Ce n'est pas seulement un mémoire qui résulte de ces dernières années mais un intérêt marquant envers l'expérience onirique.

Ensuite, Dominic Beaulieu-Prévost, merci sincèrement pour toute l'aide, les conseils, les encouragements et la générosité dont tu m'as fait part et ceci avant même les débuts de ce projet.

Maintenant, c'est le moment d'accorder un moment de gloire à tous ceux qui ne pourraient retrouver leurs noms ailleurs qu'ici mais dont leur soutien et leur aide prodigués n'en sont pas moins important.

À ma Maman, car il est évident que sans le soutien reçu, me menant, dans un premier pas à l'obtention de mon baccalauréat, et ensuite à l'étape ultime de ce dépôt de mémoire, mes études n'auraient pu se dérouler dans des conditions aussi prometteuses et facilitatrices. Ce qui m'amène à mon Papa et aussi Sylvie car mes années passées sont aussi accompagnées par leur renfort. Rien de mieux qu'écrire dans le confort de son chez-soi en pyjama !

Merci, car, chacun à votre manière, m'avez apporté une aide inestimable. Cet énoncé ne réduit en rien les 30 années précédentes, dans lesquelles vous m'avez « élevé » et amené jusqu'ici.

Amélie et Dominic, mes chers amis qui m'ont servi de cobayes. Merci spécialement à vous deux car vous avez pris un temps précieux à discuter avec moi et à me faire part de vos idées. Voilà pour mes remerciement relatifs à mon projet mais avant tout vous êtes mes amis alors... À Amélie, dont le sourire et la douceur m'ont toujours fait un bien immense. À Dominic, pour ta profondeur et la sincérité de tes propos.

À Olivier. Pour ton aide, tes discussions, ta passion, tes interminables questionnements qui me permettent de me questionner en retour et surtout pour le plaisir que l'on a partagé ensemble.

À Nadine car tu as toujours été là. Bon temps, mauvais temps. Merci.

À Jocelyn et Clémence. Avec qui j'aime partager des moments. Vous êtes exceptionnels !

Marie-Andrée, qui m'a inspiré et avec qui nous avons partagé nos passions communes pour nos destriers.

Quelques personnes, qui à leurs façons m'ont accompagné durant ces deux dernières années: Geneviève, Aline, Valérie, Émilie. Votre présence dans le labo était tout à fait rafraîchissante particulièrement lorsqu'on travaille majoritairement chez soi!

Et surtout, *surtout*, Esteban. Quoi de mieux qu'une petite course à deux, une partie de ballon sur le mur, une promenade en bicyclette, de voir un film d'animation (pour enfant) ou d'écouter *Hakuna Matata* ? Tu me donnes envie de me dépasser, d'être une Super : )

Pour tous ceux qui me partagent un moment de leur vie onirique, de leurs opinions envers les rêves, que ce soit les participants de cette étude ou les gens que je rencontre, Merci. J'adore vous entendre.

## **ATTITUDES ET CROYANCES ENVERS LES RÊVES :**

### **UNE APPROCHE MULTIDIMENSIONNELLE**

Que sont les attitudes et à quoi servent-elles ? Le concept d'attitude se définit comme une représentation cognitive qui résume l'évaluation qu'un individu se fait d'une personne, d'un groupe, d'un objet, d'une action ou d'une idée en particulier. Les attitudes peuvent avoir des composantes cognitives (faits et croyances), émotionnelles (réactions émotionnelles) ainsi que comportementales concernant l'objet d'attitude (Smith & Mackie, 2000).

Selon les théories psychosociales, les attitudes permettent à l'individu, par l'entremise de leur fonction évaluative et instrumentale, d'avoir une certaine maîtrise sur l'environnement, et servent également à l'affirmation de soi et le contact social, par leur fonction identitaire. La formation des attitudes se crée avec les interactions ou par l'exposition à des informations concernant les stimuli. D'ailleurs, plusieurs facteurs influencent les attitudes, comme l'environnement social, l'impression initiale, ou l'accessibilité de l'information par exemple. L'étude des attitudes a aidé à mieux comprendre de nombreux phénomènes psychologiques, comme l'influence des attitudes en ce qui concerne les phénomènes de changements comportementaux ou les témoignages oculaires, pour ne nommer qu'eux (p. ex. Smith & Mackie, 2000). Les attitudes des gens envers leurs rêves seront l'objet d'étude de ce mémoire. Le sommeil occupe près du tiers de la vie des individus et le rêve fait partie des phénomènes se déroulant lors de celui-ci. Quoique le phénomène du rêve ait été associé initialement au sommeil paradoxal (Aserinsky & Kleitman, 1953), les études récentes tendent à démontrer qu'un contenu onirique serait présent pendant les divers stades de sommeil

qui surviennent au cours de la nuit (Nielsen, 2005). De manière objective, le phénomène du rêve occupe une partie importante dans la vie des gens, ou du moins de leur sommeil. Qu'en est-il de l'importance subjective que les gens accordent à leurs rêves? Autrement dit, comment les gens se représentent-ils ce phénomène ?

Malgré l'abondance de recherche sur de multiples aspects du phénomène onirique, tels sa fonction (Revonsuo, 2000), sa neuropsychologie (Maquet & Swartz, 2002), les déterminants du contenu onirique (Van de Castle, 1994), la fréquence de rappel (Beaulieu-Prévost & Zadra, 2007), peu d'écrits nous renseignent sur comment les gens conçoivent et se représentent leurs expériences oniriques. D'ailleurs, sur les 150 outils d'évaluation liés au domaine onirique recensés par Winget & Kramer, en 1979, aucun ne portait sur les attitudes ou croyances des gens envers le rêve. De nos jours, il est toutefois possible de retracer des échelles d'attitude inclus dans les études, fournissant ainsi certaines informations concernant les attitudes oniriques qui seront discutées ci-dessous (p. ex. Cernovsky, 1984; Robbins & Tanck, 1988; Rochlen, Ligiero, Hill & Heaton, 1999; Schredl & Doll, 2001). Cependant, deux limites sont tributaires à ces études: l'intérêt restreint et la conceptualisation des attitudes.

Tout d'abord, lorsque les attitudes envers les rêves sont étudiées, c'est majoritairement en fonction de la fréquence de rappel de rêves, une attitude positive étant liée à un rappel plus important (Beaulieu-Prévost & Zadra, 2007). Les autres aspects du rêve (p. ex : longueur du récit, contenu) ont très peu été étudiées en relation avec les attitudes oniriques; seule exception, une étude (Wolcott & Strapp, 2002) rapportant une relation positive avec une attitude positive envers les rêves et la clarté du rappel de rêves.

Certaines études ont aussi démontré que l'expérience onirique est perçue différemment selon certaines variables de personnalité (Hill, Diermer & Heaton, 1997; Schredl, Kleinferchner & Gell, 1996; Schredl, Schäfer, Hofmann & Jacob, 1999; Schredl, Wittmann, Ciric & Götz, 2003). En effet, une attitude positive envers le rêve est liée à l'ouverture aux expériences, un niveau d'absorption élevée, des frontières minces (Hill et al., 1997, Schredl et al., 2003) et à certains traits de personnalité, tels que l'enthousiasme, la flexibilité, la recherche de contact, une faible orientation envers les normes sociales ainsi qu'une tendance au radicalisme (Schredl, Nürnberg, & Weiler, 2003). À notre connaissance, une seule étude (Beaulieu-Prévost & Zadra, 2005a), a examiné les liens entre des variables liées au bien-être psychologique (p. ex. anxiété, dépression, symptômes psychologiques) et les attitudes et croyances. Cette étude a montré que, lorsque la fréquence de rappel de rêve est faible, la croyance des gens à propos de l'anxiété présente dans leur rêve n'est pas reliée à la présence effective d'anxiété dans leurs rêves mais plutôt à leur état émotionnel actuel.

En plus d'être un concept négligé dans les recherches, l'attitude envers les rêves est traditionnellement réduite à un simple trait global représentant un intérêt général envers le rêve (p.ex. Cernovsky, 1984; Robbins & Tank, 1988; Rochlen & Heaton, 1999; Schredl & Doll, 2001), ce qui ne tient pas compte des différentes relations que les gens peuvent entretenir envers leur vie onirique (Schredl, Ciric, Gotz & Wittman, 2003). En effet, n'est-il pas possible que des gens aient des croyances différentes concernant le rêve tout en exprimant un intérêt général envers l'expérience onirique ? Par exemple, l'interprétation des rêves, suivant la tradition de Freud, et la quête de lucidité dans les rêves explorée par Hervey de St-Denys (1867), sous-entendent-elles le même type

d'attitude envers les rêves ? Ainsi, pouvons-nous affirmer que ces deux individus ont la même représentation du rêve ? Quoique ces deux visions du rêve sous-tendent probablement des attitudes relativement différentes, aucune mesure actuelle des attitudes envers les rêves ne permettrait de les différencier.

On peut d'ailleurs retracer dans l'histoire de l'humanité plusieurs croyances associées aux rêves. D'un point de vue historique, la première mention concernant les rêves et ses croyances associées est retracée dans *L'Épique de Gilgamesh*, un écrit datant de près de 3000 ans (Sandars, 1982). L'interprétation des rêves, la croyance en des rêves prémonitoires et d'origine divine étaient mentionnées dans ce poème classique sumérien. Ces croyances, ainsi qu'une diversité importante d'autres croyances relatives aux rêves, ont caractérisé plusieurs anciennes civilisations et ont toujours leur place au sein des sociétés contemporaines (Van de Castle, 1994). De ces croyances, on peut dénombrer, entre autres, des croyances en des rêves mystiques, créatifs, nihilistes, curatifs, diagnostiques ou performatifs (Hall, 1996). Plusieurs psychothérapeutes contemporains ont aussi exprimé une variété d'idées et de croyances sur la façon dont les rêves sont formés et ce qu'ils peuvent révéler sur le rêveur (p. ex. Pesant & Zadra, 2004).

Bref, les attitudes et croyances envers les rêves semblent toujours très diverses. Par contre, compte tenu du peu d'études sur cet aspect du rêve, les connaissances empiriques demeurent limitées. Une exploration plus approfondie s'avère nécessaire afin de mieux comprendre cet aspect de l'expérience onirique. L'objectif général de ce mémoire est donc d'évaluer les diverses attitudes et croyances que les gens peuvent entretenir envers leurs rêves ainsi que de tenter de comprendre le rôle et l'impact de ces représentations sur la vie des gens.

Ainsi, le premier objectif de ce mémoire, exposé dans le premier article, visait à départager les différentes facettes qui composent les attitudes et croyances que les gens entretiennent envers leurs rêves. La création et la validation d'un questionnaire ont été effectuées, étant donné l'absence d'un tel instrument. Les trois différentes composantes cognitives, émotionnelles et comportementales ont été prises en considération. Par exemple, des croyances telles que *les rêves peuvent être prémonitoires* ou *les rêves peuvent exprimer un désir profond* proviendraient de la composante cognitive. Des réactions émotionnelles, telles que la peur de rêver ou le plaisir procuré par le rêve, émergeraient de la composante émotionnelle. Des comportements émis en relation avec les rêves, telles que la consultation de livre sur les rêves ou l'écriture de ses rêves seraient associées à la composante comportementale. L'observation des liens différentiels existant entre ces dimensions et les variables externes a permis d'évaluer l'importance de cette évaluation multidimensionnelle. Les variables relevant du rêve, telles que la fréquence de rappel de rêves et de cauchemars, de la personnalité, tels que les frontières psychologiques, l'absorption, ainsi que du bien-être, tels que la détresse face aux cauchemars, la dépression, l'anxiété et les symptômes psychologiques étaient considérées.

Tel qu'exposé dans le second article, le second objectif de ce travail visait à mieux comprendre l'émergence et le maintien des attitudes envers les rêves en tenant compte des rôles que les croyances oniriques occupent dans la vie des gens. Ainsi, une fois le questionnaire validé, nous nous sommes questionné sur les raisons sous-jacentes à l'endossement de certaines croyances relatives aux rêves. En particulier, la croyance que les rêves ont une signification soit personnelle ou spirituelle. Il faut rappeler que selon

les théories psychosociales, les attitudes auraient une utilité en ce qui concerne la maîtrise de l'environnement social ou l'expression d'une connexion avec les autres. En ce sens, l'endossement de ces croyances a-t-il un rôle psychologique particulier ? De plus, est-ce-que les individus qui les endossent possèdent des caractéristiques psychologiques distinctives ?

*Déroulement générale du projet de recherche.*

Les deux articles ont été faits successivement dans le cadre du même projet de recherche. Étant donné les contraintes d'espace liées à la publication d'articles scientifiques, certains détails de la méthodologie ont été éliminés ou résumés dans les deux articles. Cette section résume donc le projet de recherche dans son ensemble et présente les éléments méthodologiques qui ont été éliminés du contenu des articles, soit les détails concernant les sous-groupes de participants, la préparation des données pour l'analyse et les choix conceptuels concernant la création du questionnaire.

*Résumé de la procédure.* Un total de 727 participants a été recruté sur une base volontaire et non-rémunéré, dans le cadre de plusieurs cours de premier cycle en psychologie. Les 727 participants ont tous complété le questionnaire d'attitudes oniriques (*IDEA*) créé dans le cadre de ce mémoire. L'échantillon total provient de deux sous-groupes. Suite à l'explication de l'étude en classe par les membres de l'équipe de recherche et l'obtention de leur consentement écrit (annexe A), le premier sous-groupe de 370 participants ont complété le questionnaire d'attitudes oniriques (*IDEA*). Aucune limite de temps n'a été fixée. C'est l'échantillon partiel utilisé dans le cadre de la première étude. Pour le second sous-groupe de 357 participants, l'étude s'est déroulée sur six semaines. La première semaine, il y avait présentation de l'étude puis remise

d'un cahier aux participants, celui-ci étant identifié à l'aide d'un code alphanumérique afin de préserver l'anonymat. Le cahier contenait, en plus du questionnaire *IDEA*, des questionnaires portant sur le rêve, la personnalité, le bien-être, un agenda de rêve ainsi qu'un livret d'instructions générales. La seconde semaine, les participants rapportaient les questionnaires dûment remplis. Au cours des quatre semaines suivantes, les participants remettaient hebdomadairement leur agenda de rêves. Les participants devaient compléter chaque matin leur agenda de rêve, pour une période minimale de deux semaines jusqu'à une période maximale de cinq semaines. Pour les analyses relatives à la fréquence de rappel de rêves, seulement les participants ayant complété un minimum de 2 semaines consécutives ont été conservés dans les analyses. Les données de ce second sous-groupe de participants ont été utilisées à la fois dans la première et dans la seconde étude.

*Participants.* Les 727 participants étaient des étudiants universitaires de Montréal provenant principalement du baccalauréat en psychologie. Sur l'échantillon total, deux participants ont été retirés des analyses compte tenu qu'ils avaient omis de répondre à une page du questionnaire *IDEA*, portant l'échantillon à 725. L'âge de ces derniers varie de 19 à 57 ans ( $M = 22.7$ ,  $ET = 4.5$ ). Il y avait 88 hommes, 460 femmes et 177 personnes dont le genre n'est pas identifié dû au fait que cette information n'a pas été demandée dans le premier sous-groupe. En ce qui concerne l'écart entre le nombre de femmes et d'hommes, il est représentatif de la population étudiante en psychologie qui est majoritairement féminine.

*Préparation des données.* Les données recueillies ont été compilées et analysées avec le logiciel SPSS. Les données ont été examinées afin de vérifier l'étendue, les

données manquantes, la normalité des variables ainsi que les scores extrêmes. Pour ce qui est de l'étendue, chacun des scores inscrits dans la base de données a été vérifié afin de s'assurer qu'il était plausible. Les niveaux de chaque item ont aussi été vérifiés en ce qui concerne l'endossement. Aucun effet de plancher ou de plafond n'a été observé et tous les niveaux de chacun des items ont été endossés par au moins un participant. Ensuite, les données manquantes ont été vérifiées. Pour le questionnaire *IDEA* ainsi que les questionnaires de personnalité et de bien-être, les données manquantes semblaient se répartir de façon aléatoire et en faible quantité (< 5 %). Les données manquantes pour le questionnaire *IDEA* ont été remplacées par la moyenne de l'item pour l'échantillon. Pour les autres questionnaires, les participants ayant des données manquantes ont été retranchés des analyses concernées. Pour la fréquence de rappel de rêves et la fréquence de rappel de cauchemars rapportées dans l'agenda de rêves, le pourcentage de données manquantes varient de 23 à 26%. Ce pourcentage élevé se justifie par la quantité non-négligeable de participants qui ont complétés moins de deux semaines de leur agenda de rêves.

Au tableau I, on peut observer les données descriptives des variables contenues dans les deux études. Les coefficients d'asymétrie et d'aplatissement de la majorité des variables sont acceptables étant donné qu'ils sont compris entre -1 et 1 (Muthén & Kaplan, 1985). Cependant, le Beck Depression Inventory ainsi que les variables de fréquence de rappel de rêves et de cauchemars recueillies dans l'agenda et le questionnaire présentent une distribution asymétrique positive et leptocurtique. Les scores extrêmes univariés ont aussi été inspectés. La transformation en score z des variables a été effectuée afin de voir si des scores se situaient au-delà de 3.29 écart-type

ou en deçà 3.29 écart-type de la moyenne (Tabachnick & Fidell, 2007). Les scores Z avaient une étendue de -3.44 à 9.41. Les variables plus problématiques concernent la fréquence de rappel de rêves et de cauchemars. Le traitement de ces variables est spécifié plus en détail pour chacun des articles.

*Choix conceptuels et méthodologiques – Création du Questionnaire.* La création du questionnaire et plus spécifiquement du choix des items a été motivé par l'inclusion d'items relatifs à ce qui est retrouvé dans la littérature et qui fait l'objet d'études. Certaines croyances oniriques plus particulières ou ésotériques (p. ex. que des esprits, des êtres décédés ou des divinités nous visitent parfois dans nos rêves) n'ont pas été incluses dans le questionnaire. Quoique ces thématiques soient intéressantes, nous avons un nombre maximal d'items que nous voulions inclure dans le questionnaire original (80) et le choix a été fait de donner priorité aux croyances et attitudes oniriques les plus pertinentes pour la recherche en se basant sur la littérature empirique existante. Ces items ont été adaptés de la littérature sur les attitudes et croyances oniriques et, en particulier, de plusieurs échelles telles le *Sleep & Dream Questionnaire (SDQ)* (Brown & Donderi, 1986), l'*Attitude towards dreams scale* (Hill, 2004) et d'autres échelles tirées de la recherche sur le rêve (p. ex. Beaulieu-Prévost & Zadra, 2005b; Schredl et al., 2003; Wolcott & Strapp, 2002).

Par ailleurs, nous avons choisi d'inclure, en plus des items d'attitude plus classiques, des items directement reliés à la façon dont le contenu onirique est perçu (p. ex. *Mes rêves sont plus souvent plaisants que déplaisants; Dans mes rêves, j'ai plus tendance à être anxieux que calme*). Ces items sont souvent considérés dans la littérature comme des indicateurs valides du contenu onirique tel que rappelé à l'éveil. Par contre,

il a récemment été démontré que ces perceptions s'avèrent parfois faussées (Beaulieu-Prévost & Zadra, 2005a). Nous avons donc choisi de considérer ces perceptions pour ce qu'elles sont à la base : des croyances. Ainsi, une personne qui rapportent que « ses rêves sont plus souvent plaisants que déplaisants », exprime ce qu'elle croit que son contenu de rêve contient de façon générale. Il est certes possible que cette croyance s'avère juste et qu'elle décrive adéquatement le contenu habituel de ses rappels oniriques au moment de l'éveil. Par contre, cette croyance peut aussi être affectée par différents facteurs tels l'humeur actuel et des altérations des souvenirs. En incluant des items concernant la perception du contenu onirique habituel (p.ex. contenu émotionnel, fréquence de rappel, intensité, types de rêves,...), l'objectif était donc de faire une évaluation globale de la façon dont les individus se représentent leurs rêves et le phénomène onirique en général et de l'attitude qu'ils ont face aux rêves. La validité de ces représentations n'était pas l'objet de l'étude. Par contre, l'élaboration d'un questionnaire évaluant adéquatement différentes facettes de ces représentations est assurément un premier pas important vers l'étude des facteurs affectant leur validité. Il est finalement important de noter qu'en plus d'intégrer des items concernant des croyances à propos de ses propres rêves, le questionnaire intégrait aussi des items concernant les rêves en général (p.ex. Je crois que certains rêves peuvent être prémonitoires). Ce choix méthodologique était motivé par le désir de comprendre la relation entre la façon dont les individus se représentent leurs rêves et leur perception du phénomène onirique en général.

Tableau I.

Description des variables continues.

Variable	N	Moyenne	Écart-type	Asymétrie	Aplatissement	Endossement	Score Z	
							Minimum	Maximum
<i>BQ</i>	351	31.04	8.57	0.16	0.37	6 – 61	-2.92	3.50
<i>DPQ</i>	352	18.32	6.54	-0.15	-0.39	1 – 33	-2.65	2.25
<i>SCL-90</i>	352	0.71	0.45	-0.99	0.96	0 - 2.51	-1.58	4.02
<i>CTQ-SF</i>	353	1.79	0.47	0.38	-0.24	1.00 - 3.29	-1.68	3.20
<i>BDI-II</i>	328	8.28	7.68	1.64	4.10	0 - 52	-1.08	5.69
<i>NDQ</i>	321	30.49	7.05	0.35	0.14	13 - 52	-2.48	3.05

<i>STAI</i>	352	39.83	9.83	0.21	0.30	6 – 71	-3.44	3.17
<i>FRR</i>	272	5.04	3.58	1.79	5.88	0 - 27	-1.41	6.13
<i>EFRR</i>	348	4.51	2.83	1.61	3.22	0 -17	-1.59	4.41
<i>FRN</i>	262	0.02	0.05	2.75	8.69	0 - 0.29	-0.51	5.69
<i>EFRN</i>	327	1.05	2.01	4.49	30.26	0-20	-.52	9.41

---

Note: BQ = Boundary Questionnaire; DPQ = Differential Personality Questionnaire: Absorption Scale; SCL-90 = Symptoms Checklist 90-Revised ; CTQ-SF = Childhood Trauma Questionnaire – Short Form; BDI-II = Beck Depression Inventory ; NDQ = Nightmare Distress Questionnaire; STAI = State Trait Anxiety Inventory ; FRR = Fréquence de rappel de rêves du journal par semaine; EFRR = Fréquence de rappel rétrospectif de rêve par semaine; FRN = Fréquence de rappel de cauchemars par semaine; EFRN = Fréquence de rappel rétrospectif de cauchemars par mois.

### Accord des coauteurs

#### *Premier article*

Beaulieu-Prévost D., Charneau Simard, C. & Zadra, A. (2009) Making sense of dream experiences: A multidimensional approach to beliefs about dreams. *Dreaming*, 19(3), 119-134.

#### *Deuxième article*

Charneau Simard, C., Beaulieu-Prévost, D. & Zadra, A. Chercher un sens à nos rêves? Relations aux bien-être, personnalité et accessibilité. Soumis à *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*.

#### *Déclaration des coauteurs*

À titre de coauteur des articles identifiés ci-dessus, je suis d'accord pour que **Catherine Charneau Simard** inclus ces articles dans **son mémoire de maîtrise** qui a pour titre : Attitudes et croyances envers les rêves: Une approche multidimensionnelle.

---

Antonio Zadra

Signature

Date

---

Dominic Beaulieu-Prévost

Signature

Date

**Article 1**

Dominic Beaulieu-Prévost

Catherine Charneau Simard

Antonio Zadra

## Résumé

Il y a très peu de recherches concernant les croyances des gens envers leurs rêves et le rôle qu'elles représentent dans leur vie. Le but de cette étude était de développer un questionnaire (*IDEA*) afin de capter les croyances des gens envers leurs rêves et d'évaluer les relations avec des variables externes. 725 participants ont complété l'*IDEA* et parmi ceux-ci 357 ont aussi complété des questionnaires concernant le rêve, la personnalité, le bien-être ainsi qu'un journal de rêve pour une période consécutive minimale de 2 semaines. Une analyse factorielle de l'*IDEA* a permis de dégager 7 dimensions d'intérêts : *Signification, Positivité, Rappel, Appréhension, Divertissement, Continuité et Spiritualité onirique*. En utilisant ces dimensions, les individus ont été classifiés selon trois profils distincts montrant des relations différentielles aux mesures de personnalité et de bien-être. Ces résultats indiquent que l'*IDEA* est un instrument utile pour la recherche et montrent que les croyances envers les rêves détiennent un rôle psychologique important.

**Mots-clés :** Croyances, construction d'échelle, personnalité, cauchemars, bien-être.

### **Abstract**

There exists little research on dream-related beliefs and their role in peoples' lives. Our aim was to develop a questionnaire (the *IDEA*) to assess dream-related beliefs and investigate their relations to waking-state variables. 725 participants completed the *IDEA* and 357 participants also completed questionnaires on dreams, personality, well-being and recorded their dreams for 2 or more consecutive weeks. A factor analysis of the *IDEA* revealed 7 dimensions: significance, positivity, recall, apprehension, entertainment, continuity and guidance. Using these dimensions, individuals were classified into 3 distinct profiles which showed differential relations to measures of personality and well-being. The findings indicate that the *IDEA* is a useful instrument for researchers and that dream-related beliefs can play important psychological roles.

**Keywords:** Beliefs, scale construction, personality, nightmares, well-being.

## **Making sense of dream experiences:**

### **A multidimensional approach to beliefs about dreams**

Research on dream-related beliefs has been scarce with the exception of peoples' attitude towards dreams, a global trait representing a general interest in dreams (e.g., Cernovsky, 1984; Robbins & Tanck, 1988; Rochlen, Ligiero, Hill & Heaton, 1999; Schredl & Doll, 2001). Most studies show a moderate sized relation between attitude towards dreams and dream recall frequency (e.g., Schredl & Montasser, 1996-1997). However, a recent meta-analysis revealed that the size of the relation is probably overestimated due to methodological considerations regarding how dream recall is assessed (Beaulieu-Prévost & Zadra, 2007). Moreover, there is evidence to suggest that the traditional construct of attitude towards dreams is probably oversimplified and that in fact it is composed of two distinct dimensions, namely an *attitude factor* and a *recall factor*, each with differing relations to dreaming (Schredl, Ciric, Gotz & Wittman, 2003). Beyond these general findings, however, the current state of research cannot inform us as to people's varying dream-related beliefs or about the role these beliefs might play in their lives, except for the fact that women tend to have a generally more positive attitude towards dreams than men (e.g. Robbins & Tanck, 1988; Schredl, 2000; 2003).

The goal of the present study was to develop a questionnaire, the *Inventory of Dream Experiences & Attitudes (IDEA)*, to assess a wide range of beliefs and attitudes people may have about their dreams (i.e. their cognitive representations of the dream experience), and to investigate how these beliefs relate to gender and to a range of waking state variables. Given of the paucity of data in the area, specific hypotheses were kept to a minimum. Two main research questions were investigated. 1) How do

individuals represent their experience and understanding of dreams and dreaming? 2) Can profiles of individuals – based on their responses to the IDEA – explain individual differences on measures of personality, well-being and dream-related variables? It was hypothesized that among the dimensions derived from the IDEA, two dimensions corresponding to Schredl et al.'s (2003) *attitude factor* and *recall factor* would be identified. No specific predictions were formulated about the nature of other dimensions, the profiles that would emerge, or potential differences between profiles.

## Method

### *Participants*

A total of 725 non-paid French-speaking volunteers (88 men, 460 women, 177 unidentified) were recruited from a series of undergraduate psychology courses. The participants' age ranged from 19 to 57 ( $M = 22.7$  years,  $SD = 4.5$ ). Participants did not receive any form of compensation or course credit for their participation. All participants completed the IDEA and a subgroup of 357 participants (294 women, 63 men) also completed questionnaires on dreams, personality and well-being and recorded their dream experiences each morning in a daily dream log for a at least two consecutive weeks.

### *Material*

*Inventory of Dream Experiences & Attitudes (IDEA)*. This questionnaire was developed for the purpose of this study. The original version includes 80 items describing different experiences, beliefs and attitudes about dreams. Participants indicate the degree to which they agree or not with each statement using a five-point Likert scale (from “1- I strongly disagree” to “5- I strongly agree”). Many of the questionnaire items are based on

items commonly found in scales measuring attitude towards dreams (e.g., Beaulieu-Prévost & Zadra, 2005b; Hill, 2004; Schredl et al., 2003; Wolcott & Strapp, 2002) while other items were either adapted from the literature or created by our research team. The original questionnaire is presented in Appendix B.

*Sleep & Dream Questionnaire (SDQ)*. This 72-item questionnaire evaluates several dimensions of dream experiences, including dream recall frequency, frequency and content of nightmares, bad dreams, lucid dreams and recurrent dreams (Brown & Donderi, 1986). The items of interest for the present study were retrospective estimates of dream recall frequency and of nightmare frequency.

*Boundary Questionnaire – Short Version (BQ)*. Based on the original Boundary Questionnaire (Hartmann, 1989), this 18-item questionnaire measures “boundary permeability” – i.e., the overlap (“thinness”) or separation (“thickness”) between mental states, and the dimension covers many aspects of a person’s functioning (e.g., degree of structure the person imposes on time and environment, organization of early and recent memories, rigidity of emotional defences). In other words, this concept can be defined as the level of connection between the mind’s different functions, processes and structures (e.g., the connection between fantasy and reality) (Kunzendorf, Hartmann, Cohen & Cutler, 1997). The short English version is highly correlated with the original version ( $r = 0.87$ ), which has high internal consistency ( $\alpha = 0.93$ ) and test-retest reliability (six month,  $r = 0.77$ ). Psychometric data for the French version are not available.

*Differential Personality Questionnaire: Absorption Scale (DPQ)*. This 34-item questionnaire measures psychological absorption – i.e. an openness to absorbing and self-altering experience (Tellegen & Atkinson, 1974). A high number of true responses

reflects a capacity to become involved in imaginative and aesthetic experiences for example. The internal consistency ( $\alpha = 0.88$ ) and test-retest reliability ( $r = 0.91$ ) for the English version are high. French's psychometrics information are not available.

*Nightmare Distress Questionnaire (NDQ)*. This 13-item questionnaire measures emotional distress resulting from nightmares (Belicki, 1992). The internal consistency varies between 0.83 and 0.88. Psychometric data for the French version are not available.

*Beck Depression Inventory – Second Version (BDI-II)*. This 21-item questionnaire measures depressive symptoms (Beck, Steer & Brown, 1996). The coefficient of internal consistency is 0.92 and the test-retest reliability is  $r = 0.62$  for the French version (Bourque & Beaudette, 1982).

*State-Trait Anxiety Inventory – Trait Scale (STAI)*. This 20-item questionnaire measures feelings of anxiety as they are generally experienced (Spielberger, Gorsuch & Lushene, 1970). The coefficients of internal consistency and the test-retest reliability are high (between 0.86 and 0.90) for the French version (Gauthier & Bouchard, 1993).

*Symptoms Checklist-90 (SCL-90)*. This 90-item questionnaire measures the intensity of various symptoms of psychopathology (Derogatis, 1977). The Global Severity Index was used as an indicator of overall psychological distress. The coefficients of internal consistency vary between 0.77 and 0.90 and test-retest reliability between 0.68 and 0.90 for the English version. Psychometric data for the French version are not available.

*Dream Diary*. Participants were required to record upon awakening all remembered dreams for 2-5 consecutive weeks. In addition to providing a complete written description of each dream recalled, participants were required to specify the date,

the main emotions present (if any), the intensity of these emotions, the clarity of recollection associated with each remembered dream and the type of dream (nightmare, bad dream, lucid dream, recurrent dream, sex dream, dream of flight), if any. In this study, the dream diary was used to obtain prospective measures of dream recall frequency and of nightmare frequency.

#### *Analytical procedure*

To evaluate how participants represent their experience and understanding of dreaming, responses to the IDEA were modeled through an exploratory factor analysis and the scale construction procedure was guided by recent methodological recommendations (Henson & Roberts, 2006). Independent-samples t-tests were used to evaluate gender differences for each scale. The scales emerging from the questionnaire were then used to classify individuals into profiles using a hierarchical cluster analysis. The resulting profiles were then compared on their average scores on external variables (i.e., measures of dream recall, nightmare recall, personality and well-being). Additional details on this type of classification procedure can be found in Vachon, Beaulieu-Prévost, Ouellette & Achille (2005).

## **Results**

#### *Exploratory factor analysis of the IDEA*

The adequacy of the dataset was first assessed by means of three criteria. First, the ratio of participants to items is 9:1 over the ratio 5:1 recommend by Tabachnick & Fidell (2001). Second, the result of the Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) test was excellent (0.89). The Kaiser's measure is a ratio of the sum of squared correlations to the sum of squared correlations plus the sum of squared partial correlations. Third, the Bartlett's test of

sphericity reached statistical significance ( $X^2_{approx} = 23069, p < .001$ ). This indicates that an adequate factorial solution could be extracted from the dataset.

The optimal number of factors was then estimated via three methods. The Kaiser criterion suggested nineteen potential factors, the Scree test identified seven potential factors, and a Monte Carlo principal component analysis for parallel analysis (Watkins, 2002) identified eleven potential factors. The Monte Carlo procedure was exclusively used to assess the number of potential factors. It was not the main factor analysis.

The exploratory factor analysis was based on an Unweighted Least Square extraction and an Oblimin rotation to produce the factors (Tabachnick & Fidell, 2007). This oblique rotation was used since the factors were expected to be correlated. Only variables with a pattern matrix loading of at least 0.30 on a factor and a communality of at least 0.20 were retained. Variables with a complex structure (i.e., pattern matrix loadings of at least 0.30 on two or more factors) were eliminated. Solutions with seven to eleven factors were explored and a seven factor solution was retained as it was the most conceptually coherent and relevant (see Appendix C for more details).

The final solution maintained 50 of the 80 questionnaire items, explained 46% of the variance in the original dataset, 39% of the variance in the final dataset, and produced a sufficiently small proportion of non-redundant residuals (10% with a value greater than 0.05) to be adequate. Seven scales were created based on the seven extracted factors. The variance separately explained by each factor in the final dataset is presented in the Scale Interpretation section below. To improve the usability and interpretability of the IDEA, the score on each of the scales was defined as the average item score (items with a negative loading being reversed) and not as the factorial score resulting from the

exploratory factor analysis. Cronbach's alpha for each of the scales ranged from 0.66 to 0.85 ( $M = 0.75$ ), which indicates that the reliabilities of the scales are between acceptable (0.60 to 0.79) and good ( $\geq 0.80$ ). Table I presents the initial eigenvalues, the pattern matrix loading, the mean and standard deviation of each item retained as well as the mean, standard deviation and alpha for each scale. Only the pattern matrix loadings of 0.30 or greater are presented for each variable. The correlations between the scales and with the other measures in the study are presented in Table II and the gender-specific scores for each scale are presented in Table III.

### *Scale Interpretations*

*Scale 1 – Dream significance (15% of explained variance).* This scale is comprised of 12 items related to the personal significance, meaning and importance that people attribute to the experience of dreaming. It is globally equivalent to the unidimensional construct of “attitude towards dreams” traditionally measured in the field. However, items related to Schredl et al.'s (2003) *recall factor*, to the desire to dream, or to the pleasure of dreaming are not included in this scale. The term “dream significance” thus appears more appropriate and less ambiguous than the traditional expression of “attitude towards dreams” or “interest towards dreams.” This scale is very similar to Hill's (2004) *attitude towards dreams* scale. As reported in previous studies (e.g., Robbins & Tanck 1988; Schredl, 2000; 2003), women reported a higher average level of *Dream significance* than did men.

*Scale 2 – Dream positivity (9% of explained variance).* This scale reflects the perceived emotional aspects of peoples' dream content. It is exclusively comprised of seven items concerning peoples' perceived frequency of positive or negative emotional

states (e.g., calm versus anxious) or events (e.g., success versus failure) in their dreams. Individuals with high scores on this scale tend to view the content of their dreams as being usually positive. Men tended to report higher levels of *Dream positivity* than did women.

*Scale 3 –Dream recall (6% of explained variance)*. This scale is very similar to Schredl et al.'s (2003) *recall factor*. It is comprised of eight items concerning peoples' dream recall, including its perceived frequency, clarity, consistency, intensity and vividness. Individuals with high scores on this scale feel that they remember much of their dream life. As suggested by previous studies (e.g., Schredl & Reinhard, 2008), women tended to report higher levels of *Dream recall* than did men.

*Scale 4 –Dream apprehension (5% of explained variance)*. This scale contains four items concerning peoples' apprehensions about dreaming, about seeking the meaning of specific dreams, and the belief that dreaming a lot is an indicator of personal difficulties. Individuals with high scores on this scale can be said to have dream-related apprehensions or worries (e.g., they tend to believe that it is sometimes best to avoid remembering one's dreams or at least to avoid thinking about them). Gender differences were not statistically significant.

*Scale 5 –Dream entertainment (4% of explained variance)*. This scale is comprised of nine items assessing peoples' tendency to derive pleasure from dreaming and their desire to dream or daydream, to stay in bed to continue dreaming, to remember some of their childhood dreams and to experience unusual dreams. Individuals with high scores on this scale view dreams as entertaining experiences and tend to have long-lasting memories for some of their dreams. Gender differences were not statistically significant.

*Scale 6 –Dream continuity (4% of explained variance).* This scale includes five items concerning peoples’ belief that the content of their dreams reflects waking-life experiences (e.g., daily events, significant events, fears, fantasies, desires and stressors). Individuals with high scores on this scale tend to view the content of their dreams as reflections of their daily life. Women tended to report higher levels of *Dream continuity* than did men.

*Scale 7 –Dream guidance (3% of explained variance).* This scale includes five items related to peoples’ belief that dreams are closely connected to spiritual dimensions, that they can be premonitory in nature, and on people’s tendency to read books on dreams and dream interpretation. Individuals with high scores on this scale tend to view dreams as a source of guidance in that that they provide access to important information concerning the present or future that could not be necessarily accessed through more conventional methods. Women tended to report higher levels of *Dream guidance* than did men, which is consistent with previous observations regarding similar topics like beliefs in astrology and spiritualism (e.g., Gray, 1990; Irwin, 1993a).

Although the correlations between the scales of the IDEA and the personality, well-being and dream diary measures presented in table II will not be interpreted in depth due to space constraints, the interested reader is invited to look at them to understand their specific patterns of interrelations. For example, it is worthwhile to note that boundaries thinness (BQ) and psychological absorption (DPQ) are mainly related to *Dream entertainment*.

#### *Elaboration of IDEA-based dreamer profiles*

In order to better understand the diversity of peoples’ beliefs and attitudes about

dreaming, a hierarchical cluster analysis was used to construct participant profiles based on their scores on the IDEA's seven scales.

The Ward method and a Euclidian space were used for the cluster analysis of the original untransformed variables. Two-cluster and three-cluster solutions were considered optimal, both in terms of interpretability and presence of statistically significant differences between profiles on each scale. The clusters were evaluated with an ANOVA and post-hoc tests of Least Significant Difference with an alpha set at 0.05. Due to missing data, only 691 of the original 725 cases (95.3%) were used. In addition, only 548 of these 691 individuals (79.3%) provided information about gender. Consequently, the gender-specific prevalence of each profile was only calculated for this latter sub-sample while the global prevalence was calculated based on the 691 participants. The results of these comparisons are presented in Table IV.

*Profile 1 – Indifferent dreamers (55% of the sample, 69% of men and 54% of women).* The first profile, which includes a majority of participants, is characterized by average scores on the Positivity scale and low scores on every other scale. These individuals can be generally considered as being indifferent to dream-related issues and activities.

*Profile 2 – Concerned dreamers (45% of the sample, 31% of men and 46% of women).* The second profile, which includes less than half of the participants, is characterized by average scores on the Positivity scale and high scores on every other scale. These individuals can be generally considered as being concerned by dream-related issues and experiences. In a three-cluster solution, this profile subdivides into two sub-profiles named *Interested dreamers* and *Apprehensive dreamers*.

*Profile 2a – Interested dreamers (23% of the sample, 19% of men and 32% of women).* This sub-profile is characterized by high scores on the Significance, Recall, Entertainment, Continuity and Guidance scales, average scores on the Apprehension scale and low scores on the Positivity scale. Individuals with this profile thus tend to report having a rich dream life with dreams which are meaningful, entertaining, related to their daily life, but generally negative in terms of content. These individuals can be considered as being very involved and interested by dream-related issues and experiences.

*Profile 2b – Apprehensive dreamers (21% of the sample, 11% of men and 15% of women).* This sub-profile is characterized by high scores on the Apprehension scale and, strangely, on the Positivity scale, average scores on the Entertainment and Guidance scales and, like for the Indifferent profile, low scores on the Significance, Recall and Continuity scales. Thus, individuals with this profile tend to report having an average dream life with dreams that are generally positive but not particularly meaningful or related to their daily life. However, they report a high level of dream-related apprehensions. This profile is similar to the Indifferent profile but with somewhat higher scores on the Positivity, Entertainment and Guidance scales and the presence of dream-related apprehensions.

#### *External validation of the profiles*

To assess the meaningfulness and usefulness of the profile classification, the scores of 357 participants classified into one of these profiles were compared on measures of dream recall, nightmare frequency, dream-relevant personality variables (BQ, DPQ) and well-being (NDQ, BDI, STAI, SCL-90). Due to incomplete or missing

data, 305 cases were used for the personality and well-being variables and 245 cases for the daily log measures of dream recall and nightmare frequency. Group differences were evaluated with an ANOVA and post-hoc tests of Least Significant Difference (alpha set at 0.05).

As can be seen in Table IV, participants with the *Interested dreamer* profile reported the highest levels of dream recall and of nightmare frequency (on retrospective questionnaires as well as on prospective dream diaries), and these scores strongly contrasted with the low dream and nightmare recall frequencies that characterized the *Apprehensive dreamer* profile. A similar pattern was noted for nightmare distress, with the *Interested dreamer* profile presenting greater levels of distress than the two other profiles. The personality variables showed that the *Indifferent dreamer* profile had thicker psychological boundaries, i.e., a higher level of separation between mental states, and a lower level of psychological absorption than both the *Interested dreamer* profile and the *Apprehensive dreamer* profile. Finally, the *Indifferent dreamer* profile was systematically characterized by the highest level of well-being (least anxiety, depression and psychological distress) and these scores contrasted the most with the lower levels of well-being associated with the *Interested dreamer* profile.

### **Discussion**

Our aim was to develop a questionnaire to assess dream-related beliefs and attitudes and investigate the relations between (a) these beliefs and attitudes and (b) waking-state variables. Our results validate the conception that there exists much variability in the way people represent and understand their dream experiences and dreams in general. In fact, the types of subjective relations people hold with regards to

dreams and dreaming were so diverse that they could only be adequately revealed through a multidimensional approach. The scale construction process of the IDEA yielded seven dimensions that further our understanding of people's relation to dreams and dreaming. These dimensions concerned either a specific attitude towards dreams or a specific type of belief about their usual experience of dreams.

As expected, we found two key dimensions, termed *dream significance* and *dream recall*, which were very similar to Schredl et al.'s (2003) *attitude* and *recall factors*. This finding supports the idea that people tend to conceptualize these two aspects of dreaming as separate entities and suggests that researchers should also consider them as two separate constructs. *Dream significance* is an attitude dimension which mainly concerns peoples' attitude towards their dreams but also concerns their attitude towards dreams in general (e.g., "Dream interpretation should not be part of psychology training"). As for *dream recall*, it is a belief dimension which concerns peoples' beliefs (or perceptions) about the recall ability of their dream experiences. The study's main original contribution, however, was to identify five additional dimensions of people's representation of dream experiences; *dream positivity*, *dream apprehension*, *dream entertainment*, *dream continuity* and *dream guidance*. These additional dimensions and the potential insights they procure are discussed below.

*Dream positivity* is a belief dimension and it represents one's global perception or retrospective evaluation of the positive components in the content of one's own dream experiences. Although this scale can be viewed as an indirect measure of dream content, its use in this regard requires care as dream content is not the only element involved in the process of evaluating one's dream positivity. For example, a high level of dream

positivity could result from unusually positive dream content or from a personal tendency to remember or report dream content in a positive way or it could reflect a lower sensitivity to negative experiences. Indeed, a study comparing participants' questionnaires and two-week logs found no relationship between estimated frequency for the appearance of aggressive, friendly, and sexual elements and their frequency in the dream reports (Bernstein & Belicki, 1995). Similarly, a subsequent study (Beaulieu-Prévost & Zadra, 2005a) showed that when people's level of dream recall is poor, their beliefs about the level of anxiety in their dreams is not related to the actual affective content of their everyday dreams as recorded prospectively in home logs but rather to their current emotional state. Thus, people's retrospective evaluation of their dream content is best considered as a construct of its own and not necessarily as a valid indicator of people's actual dream experiences.

*Dream apprehension* is an attitude dimension which captures people's dream-related fears and worries as an independent dimension and points to one of the ways people can deal with unpleasant dream experiences, namely, by avoiding such dreams and the thoughts associated to them. This scale of the IDEA is probably the one with the greatest potential for clinically-oriented research. For example, questions of interest that could be explored with this scale include why some people choose to avoid thinking about their dreams and whether or not this is an adaptive way of coping with disturbing dreams or nightmares.

*Dream entertainment* is a hybrid dimension mixing both attitudes (e.g., "For me, dreaming is a form of entertainment") and beliefs concerning personal dreams (e.g., "I remember some of my childhood dreams"). It captures one's tendency to derive pleasure

from dreaming and provides a way of separating pleasure-seeking versus meaning-seeking interests in dreams. For instance, meaning-seeking can be reflected in people's interest in developing or using techniques for dream interpretation (following the traditions of Freud, Jung and others), whereas pleasure-seeking can be represented by the approach to dreams that characterized the pioneering work of Hervey de St-Denys (1827/1867) who focused his attention on lucid dreaming. Questions of interest include the investigation of dream content differences between people who score at the extreme ends of this scale, the extent to which the *dream entertainment* dimension predicts the frequency and content of spontaneously occurring lucid dreams, and who is most likely to gain from training in lucidity induction techniques.

*Dream continuity* is a belief dimension which includes items concerning either the content of personal dreams (e.g., "I often dream about events that occur in my daily life") or dreams in general (e.g., "I believe that our fears manifest themselves in our dreams"). This dimension shows that the concept of continuity between one's waking state and dream content is not only a theoretical model held by many dream researchers and clinicians (e.g., Domhoff, 1996; 2003) but also a notion that makes intuitive sense to non-experts. Furthermore, this dimension also brings forth the idea that not everybody considers their dream experiences as a reflection of their waking life. However, it remains unclear whether these individual differences express a genuine disparity in people's waking/dreaming continuity or simply a tendency to observe (or not) continuity between one's waking life and dream experiences.

*Dream guidance* is a belief dimension which includes items concerning either the content of personal dreams (e.g., "Some of my dreams turned out to be premonitory") or

dreams in general (e.g., “I believe that dreams and spirituality are closely connected”). This dimension represents the tendency to view and use dreams as a source of personal guidance. This scale captures both spiritual and paranormal beliefs related to dreams’ guidance potential and distinguishes them from the beliefs represented by the more traditional *dream significance* construct. How and when such beliefs impact sessions of dream work (e.g., Davis, 2003; Hill, 2004) and what kind of parallels exist between this dimension and other forms of beliefs in the paranormal (e.g. Irwin, 1993) are two questions that could be investigated with this scale.

When compared to men, women reported higher levels of *Dream significance*, *Dream recall*, *Dream continuity* and *Dream guidance*, lower levels of *Dream positivity* and similar levels of both *Dream apprehension* and *Dream entertainment*. These results are consistent with previous results concerning gender differences on measures of attitude towards dreams, dream recall frequency, and beliefs in paranormal phenomena but they also show that some dream-related beliefs are held equally by men and women.

### *Profiles*

Three different individual profiles emerged from the classification procedure: a) *Indifferent dreamers*, globally uninvolved in and uninterested by dream-related issues and activities, b) *Interested dreamers*, highly involved in and interested by dream-related issues and reporting having rich but generally negative dream content, and c) *Apprehensive dreamers*, characterized by their reportedly general positive dream content and high level of dream-related worries and fears. The main gender difference for these profiles was that, when compared to women, men were more frequently classified as *Indifferent dreamers* and less frequently as one of the two types of *Concerned dreamers*.

This pattern is consistent with women's greater level of interest in dreams as reported in previous studies (e.g., Robbins & Tanck 1988; Schredl, 2000; 2003).

Beyond proposing three qualitatively distinct and prototypical ways of describing people's relation to dreaming, this classification is also of interest as it may help explain variations in people's recall of nightmares as well as in their scores on measure of personality and well-being. The causal or associative mechanisms underlying these differences could not be uncovered via this study but the findings are rather striking and suggest at least three interesting venues for research.

First, although *Apprehensive dreamers* are characterized by a high level of dream-related fears and worries, *Interested dreamers* are clearly more prone to experience frequent nightmares and nightmare-related distress than are people with the other profiles. These results might appear contradictory at first sight, but they are consistent with the profiles' reported dream content positivity. In addition, it is possible that *dream apprehension* protects against nightmare-related difficulties by reducing the importance attributed to dreams in one's life. It is also possible that the higher level of meaning-seeking demonstrated by *Interested dreamers* either a) exacerbates nightmare-related problems by making people interpret disturbing dream content as a sign of deeper psychological difficulties, or b) is partly the result of a desire to find an explanation for the experience of frequent and distressing nightmares. Additional research is needed to clarify these questions but the present findings raise interesting issues with regards to nightmare distress and point to the potential usefulness of belief modification as a therapeutic way of decreasing nightmare distress (e.g., Krakow & Zadra, 2006).

One of the main differences between the *Indifferent dreamers* and the two

*Concerned profiles* is the *Indifferent dreamers'* markedly lower scores on both the absorption and psychological boundaries scales. If we presume that personality traits are generally less malleable than beliefs and attitudes, these findings suggest that people's relation to dreaming is associated to the broader sphere of how they view and relate to their inner world experiences. Specifically, being open to absorption, to self-altering experiences, and having thin boundaries could increase the likelihood of being highly sensitive to dream experiences and to consider them as relevant aspects of one's life. Thus, these findings suggest psychological mechanisms that potentially shape and structure people's representation of dreaming and their relation to it.

Finally, the results indicate that when compared to individuals who are concerned by their dreams, people who feel indifferent towards or disinterested by their dreams and dream-related questions actually report higher levels of well-being. This observation warrants further investigation to clarify the nature of these relations. For instance, does psychological distress contribute to people's increased sensitivity and interest in their dream experiences? If so, why and through what mechanisms? Alternatively, could dream-related concerns and psychological well-being be affected by people's degree of psychological absorption or boundary permeability? Although the causal direction of such relations as well as the nature of presumed underlying processes remain unclear, the present results suggest that dream-related beliefs could either reflect or play a role in the regulation of mood and psychological health.

### **Conclusion**

The *IDEA* is a novel, sound and highly relevant research instrument that opens new horizons to dream researchers and clinicians interested in a variety of questions

including the interactions between beliefs and dream content, the complex relations between dream experiences and both waking life and psychological health, and even cultural and gender differences in dream content and dream practices. For example, the present findings suggest that peoples' dream-related beliefs might play an active role in the emergence of nightmare-related difficulties and in the maintenance of psychological health. Finally, the fact that the *IDEA* measures its seven dimensions separately of one another makes changing formulation it easy for researchers interested in only some of these dimensions to use an abbreviated version of the questionnaire, thereby reducing participants' workload and facilitating its inclusion in large-scale studies.

Table I.

Presentation of the seven scales of the IDEA and of the items included in each scale, their pattern loadings and descriptive statistics.

Scales and Items	Eigenvalue	Load.	<i>M (SD)</i>
<b>1. <i>Dream significance (alpha=0.85)</i></b>	<b>7.66</b>		<b>3.55 (0.70)</b>
I do not take my dreams seriously		-0.63	2.39 (1.16)
My dreams do not seem to have a deeper meaning		-0.57	2.35 (1.03)
I sometimes think it is best to forget a dream rather than try to understand it		-0.55	2.41 (1.16)
I attach a lot of significance to my dreams		0.54	3.30 (1.17)
Dreams are random products of the brain		-0.52	2.58 (1.11)
I pay close attention to my dreams		0.50	3.33 (1.15)
Dream interpretation should not be part of psychology training		-0.44	1.66 (0.96)
People who often think about their dreams are avoiding dealing with reality		-0.42	1.70 (0.90)
If I am affected by a dream, I try to find its meaning		0.41	3.85 (1.22)

I feel that my dreams are about nothing in particular	-0.38	2.82 (1.25)
I prefer dealing with my life rather than my dreams	-0.38	3.48 (1.22)
If the opportunity presents itself, I would like to work on my dreams with an expert in order to find their meaning	0.38	3.56 (1.36)
<b>2. Dream positivity (alpha=0.84)</b>	<b>4.61</b>	<b>3.08 (0.76)</b>
In my dreams, I am more likely to be lucky than unlucky	0.82	3.10 (0.91)
My dreams are more often pleasant than unpleasant	0.78	3.34 (1.03)
In my dreams, I experience success more often than failure	0.78	3.15 (0.90)
In my dreams, I tend to be anxious more often than calm	-0.69	2.90 (1.13)
In general, I feel safe in my dreams	0.65	3.07 (1.03)
The most intense emotions I have experienced in my dreams are positive emotions	0.53	2.53 (1.22)
In my dreams, I am often running away or being followed	-0.39	2.76 (1.18)
<b>3. Dream recall (alpha=0.83)</b>	<b>2.93</b>	<b>3.19 (0.76)</b>
When I wake up, I am generally able to remember my dreams quite easily	0.85	3.07 (1.14)

When I wake up, I generally remember my dreams in their entirety, or close to their entirety	0.82	2.94 (1.14)
I tend to forget my dreams as soon as I wake up or when I get out of bed	-0.73	3.10 (1.16)
I dream a lot	0.60	3.73 (1.11)
When I remember my dreams, I often remember many details	0.52	3.69 (1.00)
My ability to recall dreams is consistent, meaning that I recall approximately the same number of dreams per week	0.48	2.69 (1.20)
In general, my dreams are very intense	0.36	3.45(0.89)
I can sometimes remember past dreams with such clarity and vividness that it is like reliving them again or almost reliving them again	0.31	3.08 (1.27)
<b>4. Dream apprehension (<math>\alpha=0.64</math>)</b>	<b>2.33</b>	<b>1.53 (0.64)</b>
I am sometimes afraid of dreaming	0.82	1.51 (0.94)
Sometimes, before going to bed, I fear that I will have bad dreams or nightmares	0.60	1.66 (1.08)
I think it can be dangerous to try to seek the meaning of some dreams	0.44	1.43 (0.81)
People who dream a lot often have problems	0.34	1.55 (0.83)

**5. Dream entertainment ( $\alpha=0.66$ )** **2.10** **3.59 (0.64)**

Some of my dreams are just as interesting as a good movie or a good play	0.51	3.07 (1.14)
For me, dreaming is a form of entertainment	0.51	3.71 (1.12)
I remember certain dreams even after many years	0.43	3.99 (1.23)
I remember some of my childhood dreams	0.43	3.84 (1.31)
I often daydream	0.37	3.42 (1.29)
I wish I would dream more often	0.36	3.80 (1.18)
I often have strange dreams	0.36	3.79 (1.00)
I sometimes have special powers in my dreams (ability to fly, to read peoples' minds, etc)	0.36	2.79 (1.41)
In the morning, I sometimes continue sleeping so that I can finish a dream	0.32	3.34 (1.35)

**6. Dream continuity ( $\alpha=0.69$ )** **1.97** **3.78 (0.68)**

When I experience a significant event or change in my life, I tend to dream about it afterwards	0.64	3.73 (1.06)
I often dream about events that occur in my daily life	0.62	3.69 (1.06)

When I am stressed or experiencing an important event, I dream a lot more than I usually do	0.58	3.56 (1.19)
I believe that our fantasies and desires manifest themselves in our dreams	0.44	3.98 (0.90)
I believe that our fears manifest themselves in our dreams	0.43	3.94 (0.89)
<b>7. Dream guidance (alpha=0.71)</b>	<b>1.51</b>	<b>2.76 (0.95)</b>
I believe that some dreams could be premonitory	0.65	3.31 (1.23)
On occasion, I will consult a book to help interpret my dreams	0.62	2.46 (1.49)
Some of my dreams turned out to be premonitory	0.57	2.61 (1.44)
I have read a book (or several books) about dreams.	0.50	2.94 (1.59)
I believe that dreams and spirituality are closely connected	0.39	2.48 (1.23)

---

Table II.

Correlations between the scales of the IDEA (n=725) and with measure of well-being, personality, nightmare and dream recall frequency.

	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7
S1 ( <i>Dream significance</i> )							
S2 ( <i>Dream positivity</i> )	-.09						
S3 ( <i>Dream recall</i> )	.36**	-.09					
S4 ( <i>Dream apprehension</i> )	-.07	-.26**	.14**				
S5 ( <i>Dream entertainment</i> )	.31**	.01	.30**	-.05			
S6 ( <i>Dream continuity</i> )	.33**	-.16**	.12*	.07	.18**		
S7 ( <i>Dream guidance</i> )	.33**	.06	.26**	.12*	.25**	.09	
BQ (n=339)	.13*	-.01	.09	.15**	.40**	.04	.16**
DPQ (n=341)	.17**	.03	.13*	.16**	.38**	.16**	.27**
NDQ (n=311)	.32**	-.43**	.31**	.47**	.11*	.29**	.22**
BDI-II (n=341)	.14*	-.21**	.08	.14*	.22**	.06	.20**
STAI (n=340)	.08	-.42**	.07	.24**	.16**	.17**	.12*

SCL90 (n=317)	.11	-.28**	.04	.28**	.18**	.16**	.21**
Dream recall, daily log (n= 263)	.21**	-.08	.38**	.02	.21**	.11	.04
Nightmare recall, daily log (n=296)	.08	-.16**	.12*	.19**	-.01	.10	.09

---

\*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$

Table III.

Average score for women and men and gender differences for each subscale of the IDEA.

	Women ( $n = 460$ )	Men ( $n = 88$ )	t-test
	$M (SD)$	$M (SD)$	$t$
S1 ( <i>Significance</i> )	3.59 (0.69)	3.43 (0.79)	1.98*
S2 ( <i>Positivity</i> )	3.03 (0.78)	3.38 (0.69)	3.89**
S3 ( <i>Recall</i> )	3.24 (0.77)	2.99 (0.71)	2.89**
S4 ( <i>Apprehension</i> )	1.51 (0.61)	1.45 (0.63)	0.74
S5 ( <i>Entertainment</i> )	3.59 (0.61)	3.63 (0.68)	0.52
S6 ( <i>Continuity</i> )	3.83 (0.66)	3.52 (0.69)	3.94**
S7 ( <i>Guidance</i> )	2.77 (0.95)	2.46 (0.93)	2.86**

\*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$

Table IV.

Comparison between IDEA-generated dreamer profiles.

	Indifferent	Concerned	Interested	Apprehensive
	<i>Mean (SD)</i>	<i>Mean (SD)</i>	<i>Mean (SD)</i>	<i>Mean (SD)</i>
Dream scales	(n=381)	(n=310)	(n=162)	(n=148)
- S1. Significance	3.39(0.72)	3.77(0.62)	4.04(0.57)	3.47(0.53) <sup>1,3,4</sup>
- S2. Positivity	3.10(0.81)	3.05(0.71)	2.90(0.76)	3.22(0.62) <sup>2,3,4</sup>
- S3. Recall	3.07(0.75)	3.34(0.76)	3.86(0.57)	2.78(0.48) <sup>1,3,4</sup>
- S4. Apprehension	1.37(0.50)	1.72(0.73)	1.56(0.68)	1.90(0.74) <sup>1,2,3,4</sup>
- S5. Entertainment	3.44(0.67)	3.78(0.55)	3.91(0.53)	3.64(0.53) <sup>1,2,3,4</sup>
- S6. Continuity	3.68(0.73)	3.91(0.60)	4.15(0.51)	3.65(0.59) <sup>1,3,4</sup>
- S7. Guidance	2.12(0.65)	3.54(0.63)	3.73(0.61)	3.33(0.57) <sup>1,2,3,4</sup>
Questionnaires	(n=182)	(n=123)	(n=74)	(n=49)
- BQ	29.7(8.5)	33.0(8.4)	32.2(8.7)	34.3(7.7) <sup>1,2,3</sup>
- DPQ	16.6(6.4)	21.0(6.1)	20.7(6.6)	21.4(5.1) <sup>1,2,3</sup>

- NDQ	8.8(6.2)	32.7(7.7)	34.4(7.5)	30.2(7.4) <sup>1,3,4</sup>
- BDI-II	7.3(6.2)	10.2(9.3)	10.6(9.8)	9.6(8.4) <sup>1,3</sup>
- STAI	38.9(9.5)	41.5(10.6)	41.9(10.9)	40.8(10.3) <sup>1,3</sup>
- SCL90	0.61(0.4)	0.83(0.5)	0.84(0.5)	0.84(0.6) <sup>1,2,3</sup>
Weekly Dream recall (n=144)		(n=101)	(n=61)	(n=40)
- Retrospective	4.3(2.5)	4.8(2.9)	5.6(3.2)	3.5(1.7) <sup>3,4</sup>
- Daily log	5.3(6.4)	5.6(3.7)	6.5(4.1)	4.1(2.4) <sup>4</sup>
Monthly Nightmare recall				
- Retrospective	0.74(1.40)	0.96(1.58)	1.36(1.89)	0.34(0.50) <sup>3,4</sup>
- Daily log	0.59(1.21)	0.91(1.65)	1.20(1.93)	0.48(0.96) <sup>3,4</sup>

- 
1. The difference is statistically significant between the Indifferent and Concerned profiles ( $p < .05$ )
  2. The difference is statistically significant between the Indifferent and the Apprehensive profiles ( $p < .05$ )
  3. The difference is statistically significant between the Indifferent and the Interested profiles ( $p < .05$ )
  4. The difference is statistically significant between the Interested and the Apprehensive profiles ( $p < .05$ )

**Article 2**

Catherine Charneau Simard

Dominic Beaulieu-Prévost

Antonio Zadra

## Résumé

La prégnance de croyances significatives envers le rêve à travers les différentes époques que l'humanité a traversées laisse supposer que ce phénomène revêt une certaine importance. Qu'est-ce qui est à l'origine de l'émergence de ces croyances chez certaines personnes? Ont-elles une fonction spécifique pour l'être humain? Les écrits concernant ces questions étant limités, un parallèle avec le domaine du paranormal a été proposé. Les 354 participants ont complété des questionnaires concernant les croyances envers les rêves (*Inventory of Dream Experiences & Attitudes*), la personnalité (*Boundaries Questionnaire, Differential Personality Questionnaire: Absorption Scale*), le bien-être (*Symptoms Checklist 90-Revised, Childhood Trauma Questionnaire – Short Form, Beck Depression Inventory, Nightmare Distress Questionnaire, State Trait Anxiety Inventory*) ainsi qu'un journal de rêve (*Fréquence de rappel de rêves*) pour une période consécutive minimale de 2 semaines. Les éléments proposés dans la fondation et le maintien des croyances paranormales peuvent se transposer partiellement aux croyances relatives aux rêves. Ainsi, la présence d'expériences négatives et une certaine sensibilité aux expériences subjectives sont toutes deux liées à l'endossement de croyances reliées à la signification et spiritualité onirique. L'aspect modérateur des frontières psychologiques, de l'absorption ainsi que du rappel de rêves ont aussi été évalués.

**Mots-clés:** Croyance, rêve, personnalité, bien-être, rappel de rêve.

## **Chercher un sens à ses rêves?**

### **Relations au bien-être, à la personnalité et à l'accessibilité onirique.**

Dans les écrits anciens datant de plus de quatre mille ans, le rêve était parfois perçu comme une intervention divine, prophétique ou pourvu d'une signification profonde (Van de Castle, 1994). Quoique certains puissent penser que ces croyances sont révolues à l'ère scientifique moderne, plusieurs indices démontrent le contraire. Récemment, une étude (Hall, 1996) a rapporté, chez des étudiants universitaires, que plus du deux tiers croyaient que les rêves peuvent transmettre des messages d'une personne morte, prédire le futur, contenir un message spirituel ou un sens profond. Aussi, près de la moitié considérait qu'il est possible de vivre des expériences télépathiques ou de quitter son corps durant le rêve. Selon une seconde étude (Bulkeley, 2009), plus de la moitié des gens aurait fait l'expérience d'un rêve mystique. Il a aussi été constaté que les gens s'accordent, en général, à donner une signification personnelle à leurs rêves (Domino, 1982; Hall, 1996; Szimigielska & Holda, 2007).

En fait, l'utilisation des rêves afin d'aider à la compréhension de l'individu est très répandue. Discuter du contenu onirique est une pratique intégrée dans une diversité d'approche thérapeutique (Schredl, Bohusch, Kahl, Mader & Somesan, 2000) et fréquemment utilisée en psychothérapie (Dombeck, 1991; Lyon & Hill, 2004; Pesant & Zadra, 2004). Il existe aussi de nombreux groupes d'échanges dans lesquels les rêves sont partagés (Edgar, 1995; Hill, Diemer & Heaton, 1997). Aussi, la multitude de sites Internet ou de livres en librairie qui nous offrent les moyens de découvrir les mystères de nos rêves montre bien la vitalité de ces pratiques. Également, l'existence des rêves télépathiques ou prémonitoires a été soutenue autant par des psychothérapeutes (p. ex.

Freud, 1936; Jung, 1983) que par des chercheurs (p. ex. Hearne, 1989; Persinger & Krippner, 1989; Ullman, Krippner & Vaughan, 2003).

La prégnance de ces croyances et pratiques reliées au rêve à travers les différentes époques que l'humanité a traversées laisse supposer que ce phénomène revêt une certaine importance. Mais pourquoi les gens adoptent-ils ces croyances et pratiques? Qu'est-ce qui est à l'origine de l'émergence de ces croyances chez certaines personnes? Et ont-elles une fonction spécifique pour l'individu?

*Recension des recherches sur les croyances reliées aux rêves*

L'étendue des recherches portant sur les croyances que les gens entretiennent envers les rêves est très limitée (Domino, 1982; Hall, 1996; Szimigielska & Holda, 2007) et les hypothèses concernant l'adoption de ces croyances l'est davantage. Néanmoins, Hall (1996) énonçait l'hypothèse que le besoin de trouver la signification de ses expériences oniriques pourrait résider dans le besoin de donner du sens à sa vie. Il ajoutait que l'influence toujours présente des théories de Freud sur le sens à donner à ses rêves pourrait aussi faire partie de l'explication. Par contre, cette dernière proposition n'explique pas pourquoi l'humanité endosse ce type de croyance depuis la nuit des temps. Une deuxième hypothèse nous vient de Bulkeley (2009), qui suggère qu'une souffrance physique ou mentale puisse inciter les gens à interpréter religieusement ou spirituellement ces expériences.

Une autre piste de réflexion concerne les concepts de frontières psychologiques et d'absorption. Tout d'abord, le concept de frontières psychologiques, élaboré par Hartmann (1991), réfère au degré de connexion ou de séparation entre différents processus et états psychologiques. Aux extrémités du continuum se trouvent (a) les gens

aux frontières fluides qui tendent à avoir des expériences de synesthésie, à éprouver de la difficulté à se concentrer sur un aspect précis d'une expérience, à séparer leurs pensées de leurs émotions et à séparer la fantaisie de la réalité, et (b) les gens aux frontières rigides, qui possèdent une capacité élevée à se concentrer sur une chose tout en ignorant les autres, qui séparent bien leurs sentiments de leurs pensées et le passé du présent et du futur, et qui ont tendance à voir le monde en terme de noir et blanc. Il ne faut pas considérer une extrémité du continuum comme étant meilleure comparativement à l'autre. Autant les frontières minces que les frontières épaisses peuvent avoir des avantages et désavantages. (Hartmann, 1991; Hartmann, Harisson & Zborowski, 2001). Par exemple, il peut être profitable de pouvoir se concentrer sur une activité tout en omettant les autres mais il est aussi utile de pouvoir faire fructifier sa créativité en créant des liens entre différents concepts.

Il a déjà été démontré que l'expérience onirique est perçue différemment selon la fluidité des frontières psychologiques. Les individus ayant des frontières fluides, comparativement à ceux avec des frontières rigides, rapportent davantage de rêves prémonitoires, accordent plus de signification et de pouvoir créatif aux rêves (Schredl, Kleinferchner & Gell, 1996; Schredl, Schäfer, Hofmann & Jacob, 1999), considèrent le rêve plus utile pour régler les problèmes de la vie éveillée (Schredl et al., 1996) et adoptent une attitude plus positive envers le rêve (Schredl, Wittmann, Ciric & Götz, 2003). Bulkeley (2009) rapporte que plusieurs de ses participants ayant rapporté des rêves mystiques semblaient posséder des frontières fluides. De plus, ces individus aux frontières fluides, rapportent des rêves ayant un contenu plus saillant, c'est-à-dire plus vivide, bizarre et intense émotionnellement (Hartmann, Elkin & Garg, 1991; Hartmann,

Rosen & Grace, 1998; Schredl et al., 1996; Schredl et al., 1999; Zborowski, McNamara, Hartmann, Murphy & Mattle, 1998). Ils rapportent aussi davantage de cauchemars (Hartmann, 1991; Levin, Galen & Zywiak, 1991; Schred et al, 1996; Schredl et al., 1999). Leur fréquence de rappel de rêves est aussi plus élevée (p. ex. Harrison, Hartmann & Bevis, 2006; Hartmann, 1991; Hartmann et al., 1991; Schredl et al., 1996; Schredl et al., 1999). En somme, la fluidité des frontières semble affecter, ou du moins être reliée à l'expérience du rêve en elle-même ainsi qu'aux croyances et attitudes envers les rêves.

Quant au concept d'absorption, il réfère à la tendance chez un individu à être captivé ou complètement absorbé par certaines expériences (Tellegen & Atkinson, 1974). Par exemple, les individus ayant un niveau d'absorption élevé tendent souvent à rêvasser, à se rappeler de façon vivide leurs expériences passées et à être généralement attirés par les créations artistiques. Une étude (Hill et al., 1997) a rapporté que des gens enclins à participer à une séance d'interprétation de leurs rêves montraient aussi un niveau élevé d'absorption.

Néanmoins, au-delà de ces pistes, les écrits restent muets en ce qui concerne les raisons pour lesquelles certaines personnes cherchent à donner un sens à leurs rêves ou croient en l'existence des rêves télépathiques, prophétiques ou d'origine spirituelle par exemple. Toutefois, un sujet connexe, le domaine du paranormal à abordé les croyances concernant des phénomènes oniriques tels que les rêves prémonitoires ou l'interprétation des rêves. Ces croyances sont similaires et comparables. Par ailleurs, le domaine de recherche du paranormal à été davantage étudié et tente d'apporter des explications concernant l'endossement de croyances paranormales. Ainsi, est-il possible de s'inspirer

de ces textes pour comprendre l'émergence et la fonction des croyances reliées aux rêves?

*L'émergence et la fonction des croyances paranormales*

Selon les principaux écrits de ce domaine, l'origine de l'endossement des croyances paranormales semble être liée à deux composantes principales : les expériences de vie et la personnalité de l'individu. Tout d'abord, les gens qui croient aux phénomènes paranormaux ou qui ont vécu des expériences paranormales, ont plus souvent rapporté des expériences d'événements traumatiques passés (p. ex. agression, maladie, isolement) que les autres (Irwin, 1992, 1993b, 1994, 1996; Lawrence, Edwards, Barraclough, Church & Hetherington, 1995; Perkins & Allen, 2006; Ring & Rosing, 1990; Ross & Joshi, 1992).

Ensuite, les gens qui croient aux phénomènes paranormaux tendent à posséder des caractéristiques psychologiques distinctives. En effet, la présence de ces croyances est reliée à une conscience de soi élevée (Davies, 1985), une tendance à porter davantage d'attention à ses expériences subjectives (Glicksohn, 1990), des frontières fluides (Hartmann et al., 2001; Palmer & Braud, 2002; Richards, 1996; Spinelli, Reid & Norvilitis, 2002), un niveau élevé d'absorption (Gow, Lang & Chant, 2004; Irwin, 1981, 1985a; Nadon & Kihlstrom, 1987; Nelson, 1989) ainsi qu'une forte propension à la fantaisie (Council, Greyson & Huff, 1986; Gow et al., 2004; Irwin, 1990, 1991; Myers & Austrin, 1985; Wilson & Barber, 1983).

Par ailleurs, certains de ces facteurs de personnalité ont été conjointement et fortement associés empiriquement. Par exemple, l'absorption corrèle fortement avec la propension à la fantaisie ( $0.5 < r < 0.7$  : Gow et al., 2004; Kennedy, Kanthamani, &

Palmer, 1994; Myers & Austrin, 1985; Levin & Young, 2001; Lynn & Rhue, 1986; Rhue, 1989; Tellegen & Atkinson, 1974), avec l'attention portée aux expériences subjectives ( $r = 0.6$  : Glicksohn, 1990) ainsi qu'avec les frontières psychologiques ( $0.7 < r < 0.8$  : Barrett, 1989 cité dans Hartmann et al., 2001; Council & Huff, 1990; Lynn & Rhue, 1986). Ces relations laissent supposer un construit commun sous-tendant ces facteurs (p. ex. voir Lange, Thalbourne, Houran & Storm, 2000). Une interprétation possible de ces résultats est que les instruments mesurant ces concepts capturent en fait des aspects particuliers d'une sensibilité plus globale aux expériences subjectives, à l'imaginaire ou d'une certaine capacité à se laisser immerger par ses expériences. Dans un tel cas, l'adoption de croyances paranormales serait potentiellement facilitée par une certaine sensibilité aux expériences subjectives.

En somme, il semble que deux éléments principaux facilitent l'émergence de croyances paranormales : (1) l'expérience d'événements traumatiques passés et (2) une sensibilité aux expériences subjectives.

Mais comment expliquer que des événements traumatiques passés amènent des gens à croire aux phénomènes paranormaux? Selon une vision établie dans ce domaine, donner une signification à son univers physique et social serait essentiel à la sécurité émotionnelle et l'ajustement psychologique. En ce sens, les événements que les individus auraient de la difficulté à maîtriser ou à comprendre (p. ex. ceux qui ont peu de sens aux yeux de l'individu), les amèneraient à chercher au-delà de l'événement afin de donner un sens à la situation (Alcock, 1981; Frank, 1977; Marks & Kammann, 1980; Schumaker, 1990; Singer & Benassi, 1981; Zusne & Jones, 1982). Selon cette théorie, la fonction attribuée aux croyances paranormales serait donc de pallier les besoins psychologiques de

l'individu de donner un sens aux événements se produisant dans sa vie. Ainsi, en incorporant un système de croyances paranormales (p. ex. des notions de destin, de karma ou de malédiction), l'individu posséderait une structure cognitive lui permettant de rendre compréhensible l'expérience d'événements difficilement explicables autrement et d'ainsi améliorer son sentiment de maîtrise face à la situation.

Les raisons pour lesquelles certains traits psychologiques semblent faciliter l'adoption de croyances paranormales n'ont pas encore été clairement élucidées. Une piste pourrait peut-être provenir de la plus grande sensibilité de certains individus face à leurs expériences subjectives, ce qui les amènerait plus fréquemment à avoir conscience d'expériences subjectives atypiques et difficiles à expliquer (p. ex. intuitions et coïncidences surprenantes). L'émergence des croyances paranormales serait donc aussi, dans ce cas, due à un besoin de donner un sens aux événements difficiles à comprendre. Par contre, comme peu d'études sur les croyances paranormales ont analysé à la fois l'apport des traits de personnalité et des événements traumatiques, les possibles interactions entre ces deux facteurs restent indéterminées.

#### *La fonction des croyances par rapport aux rêves*

Est-ce que la croyance que les rêves ont une signification (parfois même surnaturelle) émerge pour des raisons similaires à celles pour lesquelles les croyances paranormales émergent? En effet, serait-il possible que l'intensité des événements traumatiques et d'une certaine sensibilité aux expériences subjectives facilite l'émergence de ces croyances sur les rêves? Si tel est le cas, une fonction similaire pourrait être envisagée. Ainsi, chercher à donner un sens à ses rêves pourrait aider l'individu à donner un sens aux événements se produisant dans sa vie, particulièrement face à des

événements difficiles à comprendre et lorsque ce dernier a les prédispositions psychologiques nécessaires.

En appui à cette hypothèse, les individus qui croient en l'existence de phénomènes psychiques paranormaux (p. ex. télépathie, prémonition, télékinésie, guérison psychique) ont aussi tendance à attribuer une signification particulière à leurs expériences oniriques. Ces individus auraient, entre autre, davantage tendance à interpréter leurs rêves (Haraldsson, 1981; Irwin, 1985b; Thalbourne, 1984) et à leur accorder une valeur prémonitoire (Glickson, 1990; Houran & Lange, 1998). Ils rapporteraient aussi un rappel de rêves plus important (Haraldsson, 1981; Irwin, 1985b). La fluidité des frontières psychologiques a été associée à la fois aux croyances paranormales (Hartmann et al, 2001; Palmer & Braud, 2002; Richards, 1996) et à une attitude positive envers le rêve (Schredl et al., 1999 : Schredl et al., 1996; Schredl et al., 2003). En se basant sur ces études et sur celles sur les croyances paranormales, il serait donc raisonnable de penser que les croyances envers les rêves seraient reliées non seulement à la fluidité des frontières mais aussi aux autres traits connexes, tels l'absorption. Par contre, aucune étude n'a jusqu'à présent relié ces croyances à l'intensité des événements traumatiques.

Malgré les possibles similarités entre les processus impliqués dans l'émergence de ces deux types de croyances, une particularité importante des rêves doit aussi être considérée : la grande variabilité interindividuelle au niveau de l'accessibilité des rêves. Même s'il a été démontré que la grande majorité des individus ont plusieurs rêves à chaque nuit (Aserinsky & Kleitman, 1953), la quantité de rêves rappelés au matin varie énormément d'un individu à l'autre. Certains rapportent ne jamais se rappeler de leurs

rêves tandis que d'autres peuvent se rappeler de plusieurs rêves chaque nuit. Par conséquent, la fréquence de rappel de rêves peut être considérée comme un indicateur de l'accessibilité au contenu onirique, c'est-à-dire de la quantité de matériel onirique qui peut être rappelé par un individu.

En ce sens, si l'on suppose que l'intensité des événements traumatiques puisse amener un individu à donner de l'importance à ses rêves et à leur chercher une signification, il est très probable que cette relation dépende en bonne partie de l'accessibilité à ce contenu onirique. En effet, un individu qui se rappelle peu ou pas de ses rêves serait probablement moins tenté de les utiliser qu'un autre s'en rappelant régulièrement. Cette notion d'accessibilité peut aussi s'appliquer à l'effet de la fluidité des frontières. En effet, comme les individus ayant des frontières fluides rapportent des expériences oniriques plus importantes, ils ont probablement aussi un contenu onirique plus mémorable et donc plus accessible. Par conséquent, la sensibilité aux expériences subjectives et la fréquence de rappel de rêve seraient potentiellement des modérateurs de la relation entre l'intensité des traumas et les croyances oniriques. Ainsi, dans la situation présente, l'effet de l'intensité des traumas sur les croyances oniriques dépendrait du niveau de sensibilité aux expériences subjectives et de la fréquence de rappel de rêve.

#### *Étude actuelle*

L'objectif général de cette étude est d'identifier ce qui détermine les croyances des individus envers les rêves. Plus précisément, la présente étude vise à expliquer deux facettes connexes des croyances à propos des rêves, soit (a) la *signification onirique*, ou le degré auquel l'individu attribue une signification personnelle et de l'importance à ses rêves, et (b) la *spiritualité onirique*, ou le degré auquel l'individu considère les rêves

comme un guide pouvant le mettre en contact avec des aspects plus spirituels ou surnaturels de la réalité. La sensibilité aux expériences subjectives sera quant à elle mesurée par l'entremise de deux construits connexes, soit (a) la fluidité des frontières et (b) le degré d'absorption. Étant donné la quasi-absence d'écrits sur le sujet, les hypothèses ont été élaborées principalement en se basant sur les études portant sur l'émergence et le maintien des croyances paranormales. Les trois grandes hypothèses de l'étude sont les suivantes :

- (1) Plus les gens auront vécu des expériences traumatiques passées plus ils attribueront de sens à leurs rêves.
- (2) Plus les gens auront une sensibilité aux expériences subjectives, plus ils attribueront de sens à leurs rêves.
- (3) Les deux aspects de l'accessibilité du contenu onirique, soit la fréquence de rappel des rêves et la sensibilité aux expériences subjectives, seront des modérateurs de la relation entre l'historique d'expériences traumatiques et les croyances envers les rêves. Plus précisément, il est prédit que la relation sera moins forte pour les gens dont le contenu onirique est moins accessible que pour les autres.

Finalement, pour évaluer à quel point les conclusions à propos de l'intensité des événements traumatiques peuvent se généraliser à d'autres types d'expériences négatives, les hypothèses portant sur l'intensité des événements traumatiques seront aussi évaluées par des construits connexes associés à l'intensité d'expériences négatives (p. ex. symptômes psychologiques, dépression, anxiété et problèmes de cauchemars). Il est ainsi attendu que:

- (4) Les individus ayant un niveau élevé de symptômes psychologiques, de dépression, d'anxiété et des problèmes reliés aux cauchemars accorderont davantage de sens à leurs rêves. Ces relations seront modérées par l'accessibilité au contenu onirique.

## Méthode

### *Participants*

Les 354 participants ont été recrutés sur une base volontaire et non rémunérée dans le cadre d'une série d'études portant sur les relations entre le rêve et la personnalité. L'échantillon est composé de 81% de femmes et leur âge varie entre 19 et 57 ans ( $M = 22.7$ ,  $ET = 4.5$ ). Les participants ont complété la version française des questionnaires de croyances oniriques (*Inventory of Dream Experiences & Attitudes*), de personnalité (*Boundaries Questionnaire - Short version, Differential Personality Questionnaire: Absorption Scale*), de bien-être (*Beck Depression Inventory -II, State Trait Anxiety Inventory, Nightmare Distress Questionnaire, Childhood Trauma Questionnaire – Short Form, Symptom CheckList-90*) ainsi qu'un agenda de rêves. Les données descriptives concernant chacun des questionnaires sont exposées dans le tableau I.

### *Instruments*

*Inventory of Dream Experience & Attitudes (IDEA)*. Ce questionnaire est composé de 50 items décrivant différentes expériences, croyances et attitudes que les individus entretiennent envers les rêves (Beaulieu-Prévost, Charneau Simard & Zadra, 2009). Les participants doivent indiquer leur degré d'accord aux énoncés sur une échelle variant de « totalement en accord » (1) à « totalement en désaccord » (5). Le questionnaire comporte sept échelles ayant trait aux rêves. Seules les échelles *Signification onirique* et *Spiritualité onirique* ont été utilisées dans le cadre de cette

étude. Les indices de cohérence interne des échelles sont respectivement  $\alpha = .85$  et  $\alpha = .71$ .

*Boundary Questionnaire - short version (BQ)*. Ce questionnaire des frontières comprend 18 items sur lesquels les participants doivent se situer sur une échelle de « pas du tout en accord » (0) à « très vrai pour moi » (4) (Kunzendorf, Hartmann, Cohen & Cutler, 1997). Les scores varient de 0 à 72, un score élevé référant à des frontières fluides et un score faible à des frontières rigides. Ce questionnaire est basé sur le *Boundaries Questionnaire* (Hartmann, 1991) qui contient 138 items. Il a une cohérence interne élevée ( $\alpha = .93$ ) et un bon indice de test-retest (6 mois,  $r = .77$ ). La version abrégée corrèle fortement avec la version originale ( $r = .87$ ). Les indices psychométriques des versions françaises ne sont pas disponibles.

*Differential Personality Questionnaire: Absorption Scale (DPQ)*. Ce questionnaire comprend 34 énoncés auxquels le participant doit répondre soit par vrai ou faux, selon ce qui le décrit le mieux (Tellegen & Atkinson, 1974). Un nombre élevé de vrai indique un degré d'absorption élevé. L'indice de cohérence interne ( $\alpha = .88$ ) et la fidélité test-retest ( $r = .91$ ) sont élevés. Les indices psychométriques des versions françaises ne sont pas disponibles.

*Childhood Trauma Questionnaire – Short Form (CTQ-SF)*. Cette version abrégée de 28 items a été développée par Bernstein et al. (2003) afin de mesurer les abus physiques, émotionnels et sexuels ainsi que la négligence physique et émotionnelle subis durant l'enfance. Les participants doivent répondre sur une échelle variant de « jamais vrai » (1) à « très souvent vrai » (5). La version originale de ce questionnaire possède une cohérence interne élevée, les alphas de Cronbach variant de .79 à .94. Une fidélité test-

retest élevée a aussi été démontrée ( $r = .88$ ) (Bernstein et al., 1994). Les indices psychométriques des versions françaises ne sont pas disponibles. Le score total au *CTQ-SF* a été utilisé pour évaluer l'historique d'expériences traumatiques dans la présente étude.

*Symptoms Checklist 90-Revised (SCL-90)*. Ce questionnaire a été développé afin d'indiquer les symptômes psychologiques ainsi que le niveau de détresse de l'individu. Les participants répondent sur une échelle variant de « pas du tout » (0) à « extrêmement » (4). Ce questionnaire peut être interprété en termes de neuf symptômes primaires mais aussi selon un index global basé sur l'ensemble des 90 items, le Global Severity Index (GSI). La cohérence interne varie de .77 à .90 et la fidélité test-retest de .68 à .90 (Derogatis, 1994) pour la version anglaise. Les indices psychométriques des versions françaises ne sont pas disponibles. Le score au *GSI* a servi à évaluer l'intensité des symptômes psychologiques dans la présente étude.

*Beck Depression Inventory (BDI-II)*. Ce questionnaire, développé par Beck, Steer et Brown (1996) comporte 21 groupes d'énoncés mesurant l'intensité des symptômes dépressifs. Le participant doit indiquer l'énoncé qui décrit le mieux comment il s'est senti au cours des deux dernières semaines. L'échelle varie de 0 à 3, chaque score correspondant à un énoncé. Pour la version française, le coefficient de cohérence interne est de  $\alpha = .92$  et le coefficient de fidélité test-retest est de  $r = .62$  (Bourque & Beaudette, 1982). Le score au *BDI-II* a servi à évaluer les symptômes dépressifs dans la présente étude.

*State Trait Anxiety Inventory (STAI)*. Ce questionnaire, développé initialement par Spielberger, Gorsuch et Lushene (1970), comprend deux sections de 20 énoncés, une

concernant l'anxiété situationnelle et l'autre de trait. Seule cette dernière a été utilisée. L'anxiété de trait fait référence à la tendance à percevoir des situations comme dangereuses ou menaçantes et à y répondre avec un niveau élevé d'anxiété. La personne doit indiquer, sur une échelle variant de « presque jamais » (1) à « presque toujours » (4), comment elle se sent en général. Les coefficients de cohérence interne ( $.86 \leq \alpha \leq .90$ ) et de fidélité test-retest ( $.86 \leq r \leq .89$ ) pour la version française sont élevés (Gauthier & Bouchard, 1993). Le score au *STAI* a servi à évaluer l'intensité des symptômes d'anxiété dans la présente étude.

*Nightmare Distress Questionnaire (NDQ)*. Ce questionnaire évalue la détresse émotionnelle des individus envers leurs cauchemars. Il comprend 13 items dont l'échelle varie de « toujours » (4) à « jamais » (0). La cohérence interne varie de .83 à .88. (Belicki, 1992). Les indices psychométriques des versions françaises ne sont pas disponibles. Le score au *NDQ* a servi à évaluer l'intensité de la détresse face aux cauchemars dans la présente étude.

*Agenda de rêves (FRR)*. Les participants ont consigné par écrit leurs rêves dès leur réveil pour une période s'échelonnant de deux à cinq semaines. Afin de compléter leur agenda, les participants devaient indiquer la date du rappel, l'émotion principale et son intensité, ainsi que la clarté du rappel, et ceci pour chacun des rêves rappelés. Le type de rêves (cauchemar, mauvais rêve, rêve lucide, rêve récurrent, rêve sexuel ou rêve de vol) devait être indiqué. L'agenda a été utilisé dans cette étude afin de calculer la fréquence de rappel de rêves (*FRR*) pour les participants qui avaient complété au moins deux semaines consécutives de leur agenda.

*Analyses statistiques.*

Afin d'évaluer le lien entre les expériences traumatiques passées, les événements négatifs, l'absorption, les frontières psychologiques et les croyances relatives aux rêves, des analyses corrélationnelles ont été effectuées.

Afin d'évaluer l'aspect modérateur par l'entremise d'analyses de régressions multiples hiérarchiques, la méthode prescrite par Frazier, Tix et Barron (2004) et Holmbeck (2002) a servi de guide. Tout d'abord, les variables de dimensions oniriques ainsi que les variables modératrices ont été standardisées sous forme d'un score  $Z$ . Deuxièmement, le produit de ces variables (*score  $Z$  variable dimension onirique \* score  $Z$  variable modératrice*) a été calculé afin de créer un terme d'interaction pour chacune des six régressions (*Signification \* BQ; Spiritualité \* BQ; Signification \* DPQ; Spiritualité \* DPQ;; Signification \* FRR; Spiritualité \* FRR*). Pour les analyses de régression, les variables impliquées ont été testées simultanément selon le modèle hiérarchique suivant : (1) dimensions oniriques (Signification; Spiritualité) (2) modérateur (BQ; DPQ; FRR), (3) terme d'interaction pour les dimensions impliquées. Troisièmement, afin de déterminer la présence ou non d'un effet modérateur significatif, il faut observer si le terme d'interaction est significatif. Quatrièmement, pour les régressions dont le terme d'interaction est significatif, la signification des droites de régressions a été vérifiée afin d'interpréter les effets d'interaction significatifs découlant des régressions multiples. Donc, des droites de régressions pour les valeurs élevées ( $M + 1 ET$ ;  $M + 2 ET$ ) et les valeurs faibles ( $M - 1 ET$ ;  $M - 2 ET$ ) de chacun des modérateurs significatifs ont été tracées. Pour ce faire, une équation regroupant les deux effets principaux, le terme d'interaction avec leurs coefficients de régression respectifs ainsi que l'ordonnée à l'origine a été utilisée pour chacune des valeurs. Finalement, la

signification des droites de régression ( $t$ ) a été évaluée afin de déterminer s'il y avait ou non un effet modérateur significatif.

## Résultats

### *Corrélat des croyances envers les rêves*

Les corrélations entre les variables à l'étude sont présentées dans le tableau III. La *Signification onirique* présente des corrélations positives statistiquement significatives avec le *BQ*, le *DPQ* et la *FRR*, le *SCL-90*, le *BDI-II* et le *NDQ* mais pas avec le *CTQ-SF* ou le *STAI*. Pour sa part, la *Spiritualité onirique* présente des corrélations positives statistiquement significatives avec le *BQ* et le *DPQ*, le *SCL-90*, le *BDI-II*, le *STAI* et le *NDQ* mais pas avec le *CTQ-SF* ou la *FRR*. La majorité des corrélations sont cependant de faible amplitude.

La première hypothèse prédisait que plus les gens avaient vécu des expériences traumatiques passé plus ils attribueraient un sens à leurs rêves. Cette hypothèse n'a pas été confirmée. Les deuxième et troisième hypothèses prédisait une relation entre, d'une part, les croyances oniriques (*Signification* et *Spiritualité*), et de l'autre, la sensibilité aux expériences subjectives (*BQ* et *DPQ*) ainsi que l'historique d'expériences négatives (*CTQ-SF*). Ces deux prédictions ont reçu un appui modéré étant donné les corrélations de faible amplitude avec les deux indicateurs de sensibilité.

### *Évaluation de l'accessibilité comme modérateur*

L'effet modérateur des indicateurs d'accessibilité du contenu onirique (c.-à-d. les frontières psychologiques, l'absorption et la fréquence de rappel de rêves) sur la relation entre les variables de croyances oniriques et les indicateurs d'expériences traumatiques et négatives a été évalué par l'entremise d'analyses de régressions multiples hiérarchiques.

Le tableau IV expose les coefficients de régression non-standardisés (B) et standardisés ( $\beta$ ) pour chacune des variables ainsi que la variation de  $R^2$  d'une étape à l'autre de l'analyse de régression hiérarchique. Les termes interactifs sont statistiquement significatifs, lorsque le *BQ* est utilisé comme modérateur pour la *Signification onirique* et le *SCL-90* ainsi que pour la *Spiritualité onirique* avec le *SCL-90* et le *CTQ-SF*. En ce qui concerne la *FRR*, les termes d'interaction concernant la *Signification onirique* avec le *BDI-II* et la *Spiritualité onirique* avec le *CTQ-SF* sont statistiquement significatifs. Ainsi, l'effet des symptômes psychologiques sur la *Signification onirique* ainsi que l'effet des symptômes psychologiques et des traumatismes passés sur la *Spiritualité Onirique* dépendraient de la fluidité des frontières psychologiques. L'effet des symptômes dépressifs sur la *Signification onirique* dépendrait aussi de la fréquence de rappel de rêve. Il est important de noter que les effets de modération statistiquement significatifs sont tous de faible amplitude (voir les différences de  $R^2$  dans le tableau IV).

Afin d'interpréter ainsi qu'évaluer statistiquement la signification des résultats, des droites de régressions ont été tracées pour les valeurs élevées et les valeurs faibles de chacun des modérateurs statistiquement significatifs. Seulement la *Signification onirique* est associée significativement au *BDI-II*, mais seulement à des niveaux faibles de *FRR* ( $t(264) = 2.16, p < .05$ ;  $t(264) = 2.05, p < .05$ ). Ainsi, plus les symptômes dépressifs sont élevés, plus les gens augmentent leur niveau de *Signification onirique* lorsque la fréquence de rappel est faible. Aucun autre effet de modération statistiquement significatif n'a été identifié.

En résumé, l'hypothèse d'une modération par l'accessibilité du contenu onirique n'est pas appuyée pour la relation entre l'intensité des événements traumatiques et les

croyances reliées à la signification et la spiritualité oniriques. Il en est de même pour les événements négatifs.

## **Discussion**

### *Synthèse*

L'objectif général de cette étude était d'approfondir notre compréhension des raisons pour lesquelles les gens attribuent ou non de l'importance à leurs rêves.

L'hypothèse principale, basée sur les études portant sur les croyances paranormales, était que le développement des croyances à propos de l'importance, du sens et de l'utilité des rêves serait relié entre autres (a) au besoin d'expliquer et de donner un sens aux événements traumatiques qui nous sont arrivés et (b) à une certaine sensibilité aux expériences subjectives. De plus, il a été postulé que ces croyances à propos des rêves permettraient de donner un sens aux événements traumatiques principalement chez les individus ayant un contenu onirique plus accessible.

Globalement, les analyses apportent un appui partiel à l'hypothèse selon laquelle le développement des croyances reliées à la spiritualité onirique pourrait être relié en partie à un besoin de trouver un sens aux événements traumatiques qui nous sont arrivés et à une plus grande sensibilité aux expériences subjectives. Les deux indicateurs de sensibilité aux expériences oniriques (c.-à-d. la fluidité des frontières et l'absorption psychologique) étaient corrélés à la spiritualité et à la signification oniriques. Mais ni la relation entre l'intensité des événements traumatiques passés et le sens attribué aux rêves ni la modulation par l'accessibilité au contenu onirique n'ont été appuyées.

Le portrait dégagé concernant les autres indicateurs d'expériences négatives est assez différent de celui dégagé pour l'historique d'événements traumatiques.

Contrairement à l'historique d'événements traumatiques, la grande majorité des relations entre les indicateurs d'expériences négatives et les deux types de croyances oniriques étaient statistiquement significatives et dans le sens attendu, quoique d'amplitude généralement modeste. Par contre, seulement une des analyses de modération sur les 24 effectuées ont donné un résultat statistiquement significatif, et dans le sens contraire de ce qui était attendu. Il n'est pas possible de conclure à un effet modérateur concernant la variable de fréquence de rappel de rêves, de frontières psychologiques ou d'absorption.

*Retour sur les écrits*

*La relation aux expériences négatives.* Contrairement à ce qui était attendu, l'intensité des expériences traumatiques n'est pas reliée aux croyances oniriques. Les analyses de modération ont démontré une relation entre l'intensité de l'historique d'expériences traumatiques et la spiritualité onirique, mais la faible amplitude des relations et la non-signification des droites de régression remettent en question leur pertinence. Cette dernière constatation ne corrobore pas les résultats obtenus dans le domaine du paranormal. En effet, l'expérience d'événements traumatiques passés occupe une place importante dans les théories sur l'endossement aux croyances paranormales (p. ex. Irwin, 1993a). L'adoption de croyances paranormales serait liée au besoin de l'individu de donner une signification à son univers, dont, entre autres, aux événements qu'il ne saurait maîtriser ou comprendre. Il faut toutefois mentionner que l'échantillon de cette étude était composé d'étudiants universitaires. On peut supposer que ces derniers ont développé certains mécanismes adaptatifs leur permettant ainsi d'entreprendre des études de haut niveau. D'ailleurs, une étendue restreinte ainsi qu'un nombre limité de

traumatismes vécus à l'enfance ont été rapportés pouvant ainsi réduire l'ampleur des relations observées.

Il semble que ce soit davantage une certaine détresse psychologique qui concorde avec l'endossement de croyances oniriques. Ainsi, selon la théorie, les individus rapportant un niveau élevé de symptômes psychologiques, de dépression et de détresse face à leurs rêves se serviraient de ces derniers afin de tenter de trouver un sens à leurs expériences psychologiques négatives. Il faut cependant s'interroger sur la direction de la relation. Est-ce la détresse qui amène les gens à donner un sens à leurs rêves ou est-ce le fait de donner un sens à ses rêves qui engendre de la détresse? Il se peut aussi que les deux interagissent simultanément. Il est bien établi que les émotions et les événements les plus fréquemment rapportés dans les rêves sont de nature négative (Hall & Van de Castle, 1966; Strauch & Meier, 1996). De plus, la recherche montre qu'un niveau de bien-être faible est lié à un contenu de rêve davantage négatif (p. ex. émotions et interactions sociales négatives : Pesant & Zadra, 2006). Comme la théorie le propose, il est donc possible que plus les gens vivent de la détresse dans leur vie, plus ils sont amenés à chercher un sens à leurs rêves. En revanche, en accordant un sens à un contenu onirique relativement négatif, ceci pourrait influencer négativement le bien-être. En donnant une signification personnelle ou un sens profond à des rêves négatifs, un individu pourrait se considérer comme la cause de ses rêves négatifs. Par exemple, les rêves de nature négatifs de personnes atteintes de dépression, pourraient appuyer leurs cognitions négatives de soi, du monde ou de l'avenir (Beck, 1987). Néanmoins, il ne faut pas non plus négliger l'idée de l'apport d'un troisième facteur sous-tendant ces derniers qui n'aurait pas été exploré dans le cadre de cette étude.

*La relation à la personnalité.* Les relations entre, d'un côté, les croyances oniriques et, de l'autre, la fluidité des frontières et l'absorption psychologique répliquent les résultats précédemment obtenus dans la littérature portant sur le paranormal (Gow et al., 2004; Hartmann et al., 2001; Irwin, 1981, 1985; Nadon & Kihlstrom, 1987; Nelson, 1989; Palmer & Braud, 2002; Richards, 1996). D'ailleurs, des études ont déjà rapporté que les individus avec des frontières fluides ou avec un niveau élevé d'absorption, montrent tous deux un intérêt général plus prononcé envers l'expérience onirique (Hill et al., 1997; Schredl et al., 1999 : Schredl et al., 1996).

De plus, comme la littérature le rapporte, l'absorption et les frontières psychologiques corrélaient fortement ( $r = .53$ ) (Barrett, 1989, cité dans Hartmann et al., 2001; Council & Huff, 1990; Lynn & Rhue, 1986). Certains auteurs avancent l'idée que l'absorption et les frontières psychologiques, mais aussi la tendance à rapporter des expériences mystiques ou paranormales, la propension à la fantaisie et même la propension à l'interprétation des rêves constitueraient un facteur unique (p. ex. Lange et al., 2000). Quoique cette idée, qui est équivalente au concept de sensibilité aux expériences subjectives élaboré précédemment, n'ait pas été évaluée dans la présente étude, elle permet de rendre compte des résultats de façon parcimonieuse et suggère de nouvelles pistes de recherche.

*Approfondissement.* Un de nos résultats mérite d'être discuté, bien qu'il ne se rapporte pas directement aux hypothèses de la présente étude. L'ensemble des variables concernant les événements négatifs corrélaient avec les frontières psychologiques et l'absorption. Ainsi, plus les frontières sont fluides ou plus le niveau d'absorption est élevé, plus les gens rapportent des expériences négatives (c.-à-d. des symptômes

psychologiques, de la dépression, de l'anxiété, des cauchemars et des traumatismes vécus pendant l'enfance). Hartmann (1991) rapportait que les individus avec des frontières fluides ont une meilleure capacité à se rappeler facilement de leurs expériences personnelles comme les souvenirs d'enfance. Cette capacité à se rappeler facilement de leurs expériences personnelles pourrait-elle rendre ces gens plus sensibles, les événements négatifs étant plus accessibles par exemple? Pour sa part, l'absorption aurait-elle un rôle à jouer en ce qui concerne la disposition de l'individu à être totalement absorbé par leurs expériences psychologiques? Autrement dit, il serait possible que la capacité d'absorption d'un individu le rende plus conscient de ses expériences internes, que cela lui procure une prédisposition à se concentrer sur ces aspects? Par exemple, si une personne avec un niveau élevé d'absorption vit un événement négatif, elle pourrait davantage être portée à se laisser immerger par cet événement.

Par ailleurs, comme plusieurs études le rapportaient, l'absorption (Hill et al., 1997) et la fluidité des frontières psychologiques (p. ex. Hartmann, 1991; Hartmann et al., 1991; Schredl et al., 1996; Schredl et al., 1999) sont associées positivement à la fréquence de rappel de rêve.

### *Conclusion*

Les éléments proposés dans la fondation et le maintien des croyances paranormales peuvent se transposer partiellement aux croyances relatives aux rêves. L'intensité des expériences négatives ainsi qu'une certaine sensibilité aux expériences subjectives sont toutes deux liées à l'endossement de croyances reliées à la signification et spiritualité oniriques. Ceci rejoint à la fois ce qui était suggéré par Hall (1996) et Bulkeley (2009). D'une part, Hall (1996) énonçait l'hypothèse que le besoin de donner

un sens à son expérience onirique pouvait résider dans le besoin de donner du sens à sa vie. De l'autre, Bulkeley (2009) suggérait qu'une souffrance physique ou mentale pouvait inciter les gens à interpréter religieusement ou spirituellement leurs expériences oniriques.

### **Remerciements**

Cette recherche a été supportée par un fond du Conseil de Recherches en Sciences Humaines du Canada (CRSH), par une bourse postdoctorale du Fonds Québécois de la Recherche sur la Nature et les Technologies (FQRNT), et par une bourse des cycles supérieurs du CRSH et du Fonds Québécois de la Recherche sur la Société et la Culture (FQRSC).

Tableau II.

## Analyses descriptives

	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>ET</i>	Endossement
<i>Signification</i>	351	3.65	0.67	1.58 - 5.00
<i>Spiritualité</i>	353	2.66	0.93	1.00 - 5.00
<i>BQ</i>	351	31.04	8.57	6 - 61
<i>DPQ</i>	352	18.32	6.54	1 - 33
<i>FRR</i>	272	5.04	3.58	0 - 27
<i>SCL-90</i>	352	0.71	0.45	0 - 2.51
<i>CTQ-SF</i>	353	1.79	0.47	1.00 - 3.29
<i>BDI-II</i>	328	8.28	7.68	0 - 52
<i>NDQ</i>	321	30.49	7.05	13 - 52
<i>STAI</i>	352	39.83	9.83	6 - 71

Note: BQ = Boundary Questionnaire; DPQ = Differential Personality Questionnaire: Absorption Scale; FRR = Fréquence de rappel de rêves; SCL-90 = Symptoms Checklist 90-Revised ; CTQ-SF = Childhood Trauma Questionnaire – Short Form; BDI-II = Beck Depression Inventory ; NDQ = Nightmare Distress Questionnaire; STAI = State Trait Anxiety Inventory

Tableau III.

Corrélations entre les croyances oniriques, les variables de bien-être, de personnalité et la fréquence de rappel de rêves

	(1)	(2)	<i>BQ</i>	<i>DPQ</i>	<i>FRR</i>	<i>CTQ-SF</i>	<i>SCL-90</i>	<i>BDI-II</i>	<i>STAI</i>
Croyances oniriques									
- <i>Signification (1)</i>									
- <i>Spiritualité (2)</i>		.34**							
Accessibilité									
- <i>BQ</i>	.13*	.16**							
- <i>DPQ</i>	.17**	.27**	.53**						
- <i>FRR</i>	.21**	.05	.13*	.18**					

## Expériences traumatiques

- *CTQ-SF*      .09      .06      .19\*\*      .11\*      .13\*

## Expériences négatives

- *SCL-90*      .12\*      .21\*\*      .34\*\*      .29\*\*      .04      .29\*\*

- *BDI-II*      .14\*      .18\*\*      .29\*\*      .20\*\*      .02      .23\*\*      .64\*\*

- *STAI*      .08      .11\*      .33\*\*      .18\*\*      .05      .31\*\*      .74\*\*      .65\*\*

- *NDQ*      .32\*\*      .22\*\*      .13\*      .17\*\*      .10      .18\*\*      .40\*\*      .31\*\*      .38\*\*

---

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

Note: BQ = Boundary Questionnaire; DPQ = Differential Personality Questionnaire: Absorption Scale; FRR = Fréquence de rappel de rêves; SCL-90 = Symptoms Checklist 90-Revised ; CTQ-SF = Childhood Trauma Questionnaire – Short Form; BDI-II = Beck Depression Inventory ; NDQ = Nightmare Distress Questionnaire; STAI = State Trait Anxiety Inventory

Tableau IV.

Régressions hiérarchiques prédisant l'intensité des expériences traumatiques et les indicateurs d'expériences négatives.

Variables	<i>CTQ-SF</i>			<i>SCL-90</i>			<i>BDI-II</i>			<i>NDQ</i>			<i>STAI</i>		
	B	$\beta$	$R^2$	B	$\beta$	$R^2$	B	$\beta$	$R^2$	B	$\beta$	$R^2$	B	$\beta$	$R^2$
<i>Signification</i>	0.03	0.07	.01	0.03	0.07	.01	0.81*	0.11*	.02	2,22**	0.32**	.11	0.39	0.50	.01
<i>BQ</i>	0.08**	0.18**	.04	0.14**	0.31**	.12	2.10**	0.28**	.10	0.55	0.08	.12	3.13**	0.32**	.12
<i>Signification X BQ</i>	0.03	0.05	.04	0.05*	0.11*	.13	0.25	0.03	.10	0.43	0.06	.12	0.75	0.07	.12
<i>Spiritualité</i>	0.01	0.03	.00	0.07**	0.16**	.04	1.09**	0.41**	.03	1.43**	0.21**	.05	0.55	0.06	.01
<i>BQ</i>	0.08**	0.03**	.03	0.14**	0.31**	.14	1.98**	0.26**	.10	0.71	0.10	.06	3.13**	0.32**	.11
<i>Spiritualité X BQ</i>	0.07**	0.02**	.06	0.05*	0.11*	.15	0.62	0.08	.11	0.19	0.03	.06	0.56	0.06	.11
<i>Signification</i>	0.03	0.07	.01	0.03	0.07	.01	0.83*	0.11**	.02	2.12**	0.30**	.10	0.50	0.05	.01
<i>DPQ</i>	0.04	0.11	.02	0.12**	0.27**	.09	1.41**	0.19**	.06	0.77*	0.11*	.12	1.69**	0.17**	.04
<i>Signification X DPQ</i>	-0.02	-0.03	.02	0.03	0.08	.10	0.11	0.02	.06	0.18	0.03	.12	0.22	0.02	.04

<i>Spiritualité</i>	0.01	0.03	.00	0.06*	0.14*	.05	1.10*	0.14*	.03	1.29**	0.19**	.05	0.62	0.06	.01
<i>DPQ</i>	0.05	0.10	.01	0.11**	0.25	.10	1.21**	0.16**	.06	0.89*	0.12*	.06	1.58**	0.16**	.04
<i>Spiritualité X DPQ</i>	0.01	0.03	.01	0.03	0.06	.11	-0.11	-0.01	.06	0.06	0.01	.06	-0.09	-0.01	.04
<i>Signification</i>	0.03	0.05	.01	0.05*	0.12*	.02	1.04*	0.14*	.02	2.39**	0.34**	.12	0.91	0.09	.01
<i>FRR</i>	0.05	0.10	.02	0.02	0.03	.02	0.14	0.02	.02	0.24	0.03	.12	0.45	0.05	.01
<i>Signification X FRR</i>	0.04	0.09	.03	-0.04	-0.09	.03	-0.98*	-0.14*	.04	-0.25	-0.04	.12	-0.34	-0.04	.01
<i>Spiritualité</i>	0.00	0.00	.00	0.08**	0.17**	.03	0.94*	0.12*	.02	1.67**	0.24**	.06	0.77	0.08	.01
<i>FRR</i>	0.06*	0.13*	.02	0.02	0.04	.03	0.11	0.02	.02	0.61	0.09	.07	0.50	0.05	.01
<i>Spiritualité X FRR</i>	0.07*	0.14*	.04	-0.04	-0.10	.04	-0.73	-0.10	.03	-0.32	-0.05	.07	-0.51	-0.05	.01-

---

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

Note: BQ = Boundary Questionnaire; DPQ = Differential Personality Questionnaire: Absorption Scale; FRR = Fréquence de rappel de rêves; SCL-90 = Symptoms Checklist 90-Revised ; CTQ-SF = Childhood Trauma Questionnaire – Short Form; BDI-II = Beck Depression Inventory ; NDQ = Nightmare Distress Questionnaire; STAI = State Trait Anxiety Inventory.

## **Discussion générale**

L'objectif général de ce mémoire était d'évaluer les diverses attitudes et croyances que les gens peuvent entretenir envers leurs rêves et de comprendre le rôle et l'impact de ces représentations dans la vie des gens. Plus spécifiquement, le premier article a permis de départager les différents types d'attitudes que les gens peuvent entretenir envers leur vie onirique et de faire émerger des profils d'attitudes, tandis que le second article a permis de comprendre davantage l'émergence et le maintien de certaines de ces attitudes.

*Article 1.* Tout d'abord, la création de l'*IDEA* a permis d'identifier sept dimensions d'attitudes, soit : (1) la *Signification Onirique*, (2) la *Positivité onirique*, (3) la *Rappel Onirique*, (4) l'*Appréhension onirique*, (5) le *Divertissement Onirique*, (6) la *Continuité Onirique* et (7) la *Spiritualité Onirique*.

Ce questionnaire contient les trois composantes qui forment les attitudes des gens (c.a.d. cognitives, émotionnelles et comportementales) au sein des différentes dimensions. Par exemple, il y a la croyance que *nos fantasmes et nos désirs se manifestent dans nos rêves*; la réaction émotionnelle qu'*il m'arrive parfois, avant de me coucher, d'avoir peur de faire des mauvais rêves ou des cauchemars*; ainsi que la réaction comportementale qu'*il m'arrive à l'occasion de consulter un livre pour interpréter mes rêves*. De plus, les dimensions qui ressortent sont à l'image des théories sur les rêves véhiculées depuis des siècles, que ce soit par l'entremise de Platon, Aristote, Seafield ou Freud (Hill, 1996).

Il est possible de constater que certaines dimensions montrent des relations différentielles avec les variables de personnalité et de bien-être (table II). Par exemple, la dimension de *Divertissement Onirique* est très fortement associée à la capacité

d'absorption et à la fluidité des frontières psychologiques. Ainsi, les gens qui ont tendance à considérer leurs rêves comme une expérience divertissante (aime rêvasser, rester au lit pour continuer à rêver et rapportent des rêves bizarres) et à se rappeler de leurs rêves d'enfance, ont aussi des caractéristiques psychologiques particulières. La *Positivité onirique* est quand à elle liée à la détresse face aux cauchemars, au niveau de dépression, à l'anxiété et aux symptômes psychologiques. Ainsi, moins les gens se sentent bien, plus leur contenu de rêve est évalué comme étant négatif. Cette idée est congruente avec les résultats d'études qui montrent un lien entre le bien-être psychologique et le contenu des rêves (Pesant & Zadra, 2006).

Tel que rapporté précédemment, des items reliés à la représentation que les gens se font de leur contenu onirique ont été utilisés. Il serait donc pertinent d'explorer s'il y a une différence entre la représentation que se font les gens de leur contenu onirique habituel telle que mesuré par le questionnaire et le contenu des rêves tel que mesuré par l'entremise de cahiers de rêves. Ainsi, des études futures pourraient évaluer à quel point ces deux mesures se recoupent et, dans l'éventualité où le recouplement est faible, en déterminer les facteurs influençant la validité de la représentation du contenu onirique. Par exemple, une étude a rapporté qu'effectivement la validité de la croyance envers les rêves pouvait dépendre de la fréquence de rappel de rêve (Beaulieu-Prévost & Zadra, 2005a). Les gens qui se rappellent beaucoup de leurs rêves ont une meilleure évaluation de ce que contiennent effectivement leurs rêves.

Par ailleurs, plusieurs échelles de l'*IDEA* ont un faible pourcentage de variance expliquée. Trois dimensions capturent la majorité de l'information (c.-à-d., *Signification onirique*, *Rappel onirique* et *Positivité onirique*), laissant les autres dimensions avec des

indices plus faibles de variance expliquée. Ceci pourrait dépendre d'aspects autres que la non pertinence de ces dernières dimensions. Quoiqu'il soit possible que cela indique une moins grande pertinence des autres dimensions, il est aussi possible que cela soit dû à un biais dans la sélection des items pour le questionnaire original. Il a été décidé de conserver les autres dimensions malgré la faible proportion de variance expliquée pour permettre d'en évaluer l'utilité dans des études futures et, si nécessaire d'ultérieurement améliorer les mesures de ces dimensions. En effet, si certaines de ces dimensions s'avèrent utiles pour la recherche, il sera possible d'ajouter de nouveaux items dans une nouvelle version de *l'IDEA* pour mieux évaluer ces dimensions. Par contre, en excluant dès le départ ces dimensions, cela empêche tout approfondissement subséquent. Ainsi, un choix plus libéral permettant un grand nombre de facteurs a été décidé afin de décrire et d'isoler différents aspects. Par exemple, la *Spiritualité Onirique*, qui est une dimension conceptuellement intéressante, ne récolte que 3% de variance expliquée, mais pourrait s'avérer tout de même pertinente. Ainsi, en améliorant cette dimension, par exemple en y modifiant ou ajoutant des items, il serait possible d'en éprouver la valeur, possibilité non-offerte en l'excluant en début de processus.

Cela dit, des sept dimensions identifiées, trois profils de rêveur ont aussi été différenciés: (1) les *Rêveurs Indifférents*, (2) les *Rêveurs Intéressés* ainsi que (3) les *Rêveurs Appréhensifs*. Ces profils se distinguent en ce qui concerne des variables relatives aux rêves, dont les cauchemars, à la personnalité et au bien-être, ce qui démontre l'utilité d'une telle classification. Il faut aussi spécifier que la majorité (55%) des gens de cette étude sont des *Rêveurs Indifférents* et que ces derniers se portent mieux psychologiquement que les gens qui accordent une importance à leurs rêves. Ces

personnes rapportent systématiquement un bien-être supérieur. Pourquoi s'intéresser à ses rêves est-il lié à un bien-être inférieur ? Le deuxième article tentait d'apporter des éclaircissements sur cette question.

*Article 2.* Par cet article, nous avons voulu approfondir notre compréhension des raisons pour lesquelles certains individus attribuent un niveau élevé de *Signification Onirique* et de *Spiritualité Onirique* à leurs rêves. L'expérience d'événements négatifs ainsi que des caractéristiques psychologiques distinctives ont été liées à l'endossement de ces croyances oniriques. Ainsi, ces individus ont rapporté davantage de symptômes psychologiques, de dépression, de détresse face à leurs cauchemars et une capacité élevée d'absorption ainsi que des frontières davantage fluides comparativement aux autres. Il a été proposé que deux des principaux facteurs à l'origine de ces croyances seraient un besoin de donner un sens, à l'aide du rêve, à ses expériences psychologiques négatives ainsi qu'une sensibilité chez l'individu à ses expériences.

*Personnalité et bien-être.* Les deux articles apportent des éléments de réflexion concernant les relations entre les variables de personnalité, de bien-être et les attitudes oniriques. Dans le premier article, les *Rêveurs Indifférents*, c'est-à-dire ceux, qui, de façon générale, ne sont pas concernés ou intéressés par le rêve, ont montré une capacité d'absorption moins élevée, des frontières davantage rigides ainsi qu'un niveau de bien-être supérieur comparativement aux autres profils de rêveur. Ceci rejoint les résultats obtenus dans le second article. En plus d'accorder une plus grande signification aux rêves, les individus qui ont des frontières fluides ou une capacité élevée d'absorption rapportent systématiquement un niveau inférieur de bien-être. Le défi est de comprendre ce qui explique l'enchevêtrement de ces relations ? Est-ce la détresse qui amène les

individus à être plus sensibles et à donner un sens à leurs rêves ? Est-ce la capacité d'absorption ou la fluidité des frontières qui affectent les croyances envers les rêves et le bien-être psychologique? Autrement dit, être sensible à ses expériences psychologiques affecte-il, d'une part, les croyances oniriques, et de l'autre, le bien-être psychologique ? Actuellement, on ne peut rien conclure sur la direction de l'effet. En effet, il n'a pas été démontré qu'interpréter ses rêves conduit à un niveau de bien-être inférieur ou inversement. Seulement que les deux sont liés. Il semble même profitable pour certaines personnes de s'engager dans un processus d'interprétation des rêves selon d'autres études (Cogar & Hill, 1992; Dahlenburg, Christensen & Moore, 1996; Davis & Hill, 2005; Hill, Diemer, Hess, Hillyer & Seeman, 1993).

*Conclusion.* Bien que l'étude du concept d'attitude ait été négligée dans le domaine onirique, l'étude des attitudes oniriques est aussi importante que la contribution des autres sphères de la psychologie, si nous voulons améliorer notre compréhension du phénomène onirique. L'utilisation des rêves dans les processus thérapeutique est si fréquente (Dombeck, 1991; Lyon & Hill, 2004; Pesant & Zadra, 2004), que la connaissance des attitudes et croyances que les gens ont vis-à-vis de leurs rêves peut s'avérer une piste intéressante pour améliorer et adapter les interventions thérapeutiques liées aux rêves. En effet, en ayant une connaissance sur comment les gens conçoivent le rêve, cela pourrait orienter le travail thérapeutique basé sur le rêve.

Par exemple, il a été montré que les gens ayant une ouverture à la spiritualité ressentent davantage de bien-être existentiel lors de sessions d'interprétation de rêves basées sur une approche spirituelle (Davis & Hill, 2005). En utilisant l'échelle de *Spiritualité onirique*, il serait donc possible de privilégier une intervention davantage

spirituelle avec les gens endossant ce type de croyances. De plus, tel que proposé par Hill et al. (2000), travailler sur le contenu des rêves peut aider des gens à s'engager plus rapidement dans un processus thérapeutique. L'utilisation de l'échelle de *Signification onirique* pourrait donc permettre de détecter de façon générale les gens plus enclins à s'impliquer dans ce type de processus. Pour l'échelle d'*Appréhension onirique*, elle pourrait s'avérer pertinente en ce qui concerne la problématique des cauchemars. En ce qui concerne les gens qui voient dans le rêve un *Divertissement onirique*, une approche davantage axée sur l'utilisation du rêve comme source de créativité pourrait être une autre piste intéressante pour les recherches futures.

Plusieurs éléments influencent la formation des attitudes. Dans le cas présent, les interrelations avec la personnalité et la santé psychologique ont été mises en lumière. Mais quel est le rôle des autres éléments ? Entre autres, la littérature rapporte que les médias peuvent avoir une influence sur les attitudes que les gens entretiennent (Smith & Mackie, 2000). Quelle est le degré d'influence du milieu culturel sur les attitudes oniriques des gens (et vice versa)? Au cinéma, le rêve est souvent exposé comme un monde fantastique, coloré et empreint de sens ou, au contraire, mystérieux et terrifiant. Le film d'animation *Paprika* (Kon, 2007) propose l'idée d'une machine permettant de littéralement accéder aux rêves des autres. *La Science des Rêves* (Gondry, 2006) présente une continuité entre la vie éveillée et la vie onirique. Et le célèbre Freddy Krueger (p. ex. voir *Nightmare on Elm Street* : Craven, 1984), ce meurtrier en série qui tue ses victimes en les visitant dans leurs rêves, a marqué toute une génération d'adolescents (Fischhoff, Dimopoulos, Nguyen & Gordon, 2002). Cet élément est d'autant plus important, qu'il a été démontré qu'associer un objet d'attitude, dans notre

cas le rêve, à de l'information affective, ici la peur, pouvait influencer l'attitude des gens (Smith & Mackie, 2000). À cela s'ajoutent les nombreux livres et sites Internet nous proposant de percer les mystères des rêves. Ainsi, ces visions proposées peuvent-elles affecter notre façon de concevoir et de comprendre nos rêves ?

Cela dit, il faut rappeler que les attitudes nous servent souvent à maîtriser notre environnement, à affirmer notre identité et à faciliter notre contact avec les autres. L'individu affirme-t-il un besoin identitaire en endossant certaines conceptions spécifiques aux rêves ? L'endossement de certaines attitudes envers les rêves, comme la recherche d'une *Signification onirique*, qui montre un endossement élevée par exemple, pourraient être davantage tributaire des particularités de l'échantillon analysé. En effet, les participants sont principalement des étudiants dans le domaine de la psychologie et majoritairement de genre féminin. D'une part, tenter de comprendre la signification de ses rêves est peut-être davantage inhérent à la population étudiante en psychologie, la psychologie se définissant comme l'étude scientifique du comportement des individus et de leurs processus mentaux (Gerrig & Zimbardo, 2008). D'autres parts, les études montrent que les femmes sont davantage intéressées par leurs rêves que les hommes (p. ex. Robbins & Tanck, 1988; Schredl, 2000; 2003).

La recherche d'une signification à l'expérience onirique est-elle liée à un besoin de maîtrise de l'environnement ? Cette question semble trouver certains éléments de réponse dans ce mémoire. Les gens qui vivent des expériences psychologiques difficiles accordent davantage de signification à leurs rêves. Est-ce-que cette recherche de sens permet de mieux maîtriser l'environnement ? Ou plus précisément et tel que suggéré pour les croyances paranormales, ces croyances oniriques seraient-elles un biais cognitif,

c'est-à-dire qu'elles donneraient une illusion de contrôle sur les événements anormaux, incontrôlables ou difficiles à prévoir (Langer, 1975).

En résumé, le développement d'une approche multidimensionnelle de la mesure des attitudes et croyances que les gens entretiennent envers leurs rêves a permis à la fois de mieux comprendre leur vie onirique mais aussi leur vie en général. Les découvertes observées dans le cadre de ces études suggèrent que des mécanismes psychologiques structurent la façon dont les gens se représentent leur vie onirique et leur attitudes envers les rêves et que ces représentations et attitudes sont entre autres reliées au niveau de bien-être.

## Références

- Alcock, J.E. (1981). *Parapsychology: Science or magic? A psychological perspective*. Elmsford, NY: Pergamon Press.
- Aserinsky E., & Kleitman, N. (1953). Regularly occurring periods of eye motility and concomitant phenomena during sleep. *Science*, *118*, 273-274.
- Barrett, D. (1989). The relationship of thin vs thick boundaries to hypnotic susceptibility. Présenté au congrès de l'Eastern Psychological Association. Boston, MA., Avril.
- Beaulieu-Prévost, D., Charneau Simard, C., & Zadra, A. (2009). Making sense of dream experiences: A multidimensional approach to beliefs about dreams. *Dreaming*, *19*(3), 119-134.
- Beaulieu-Prévost, D., & Zadra, A. (2005a). How dream recall frequency shapes people's beliefs about the content of their dreams. *North American Journal of Psychology*, *7*, 253-264.
- Beaulieu-Prévost, D., & Zadra, A. (2005b). Dream recall frequency and attitude towards dreams: a reinterpretation of the relation. *Personality and Individual Differences*, *38*, 919-927.
- Beaulieu-Prévost, D., & Zadra, A. (2007). Absorption, thinness of boundaries and attitude towards dreams as correlates of dream recall frequency: Two decades of research seen through a meta-analysis. *Journal of Sleep Research*, *16*, 51-59.
- Beck A.T. (1987). Cognitive models of depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, *1*(1), 2-27.
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). *Manual for the Beck Depression Inventory-II*. San Antonio, TX: Psychological Corporation.

- Belicki, K. (1992a). The relationship of nightmare frequency to nightmare suffering with implications for treatment and research. *Dreaming*, 2, 143-148.
- Belicki, K. (1992b). Nightmare frequency versus nightmare distress: relations to psychopathology and cognitive style. *Journal of Abnormal Psychology*, 101(3), 592-597.
- Bernstein D.M., & Belicki K. (1995). On the psychometric properties of retrospective dream content questionnaires. *Imagination, Cognition & Personality*, 15, 351-364.
- Bernstein, D.P., Stein, J.A., Newcomb, M.D., Walker, E., Pogge, D., Ahluvalia, T., et al. (2003). Development and validation of a brief screening version of the Childhood Trauma Questionnaire. *Child Abuse and Neglect*, 27, 169-190.
- Bernstein D.P., Fink, L., Handelsman, L., Foote, J., Lovejoy, M., Wenzel, K., et al. (1994). Initial Reliability and validity of a new retrospective measure of child abuse and neglect. *The American Journal of Psychiatry*, 151(8), 1132-1166.
- Blashfield, R.K., & Aldenderfer, M.S. (1983). The methods and problems of cluster analysis. Dans J.R. Nesselroad (Éd.), *Handbook of multivariate experimental psychology*, 2<sup>nd</sup> ed. (pp. 447-473). New York: Plenum.
- Bourque, P., & Beaudette, D. (1982). Psychometric study of the Beck Depression Inventory on a sample of French-speaking university students. *Canadian Journal Behavioral Sciences*, 14(3) 211-218.
- Bulkeley, K. (2009). Mystical Dreaming: Patterns in form, content, and meaning. *Dreaming*, 19(1), 30-41.
- Brown, R., & Donderi, D. C. (1986). *McGill Sleep and Dream Questionnaire*.

Unpublished manuscript.

Cernovsky, Z. Z. (1984). Dream recall and attitude toward dreams. *Perceptual and Motor Skills*, 58, 911-914.

Cogar, M., & Hill, C.E. (1992). Examining the effects of brief individual dream interpretation. *Dreaming*, 2(4), 239-248.

Council, J.R., Greyson, B., & Huff, K.D. (1986). Fantasy-proneness, hypnotisability, and reports of paranormal experiences. Présenté au Congrès de l'American Psychological Association, Washington DC.

Council, J., & Huff, K. (1990). Hypnosis, fantasy activity and reports of paranormal experiences in high, medium and low fantasizers. *British Journal of Experimental and Clinical Hypnosis*, 7(1), 9-15.

Craven, W. (Réalisation). (1984). *Nightmare on Elm Street* [Film de cinéma]. États-Unis: New Line Cinema.

Dahlenburg, R., Christensen, O.J., & Moore, J.C. (1996). The effect of group dreamwork on spiritual well-being. *Journal of Psychology & Theology*, 24(1), 54-61.

Davies, M.F. (1985). Self-consciousness and paranormal belief. *Perceptual and Motor Skills*, 60(2), 484-486.

Davis, T. L. (2003). Incorporating spirituality into dream work. In C. E. Hill, (Ed.), *Dream work in therapy: Facilitating exploration, insight, and action* (pp. 149-168). Washington, DC: American Psychological Association.

Davis, T.L., & Hill, C.E., (2005). Spiritual and nonspiritual approaches to dream work: effects on clients' well-being. *Journal of Counselling & Development*, 83(4),

492-503.

- Derogatis, L. R. (1977). *SCL-90: Administration, scoring and procedure manual- I*. Baltimore: Johns Hopkins.
- Dombeck, M.T. (1991). *Dreams and professional personhood. The context of dream telling and dream interpretation among American psychotherapists*. New York: SUNY Press.
- Domhoff, G. W. (1996). *Finding meaning in dreams: A quantitative approach*. New York: Plenum Press.
- Domhoff, G. W. (2003). *The scientific study of dreams: Neural networks, cognitive development, and content analysis*. Washington, DC: American Psychological Association Press.
- Domino, G.W. (1982). Attitudes towards dreams, sex differences and creativity. *Journal of Creative Behaviour*, 16(2) 112-122.
- Edgar, I.R. (1995). *Dreamwork, antropology and the caring professions: A cultural approach to dreamwork*. Aldershot, England: Avebury.
- Frank, J.D. (1977). Nature and functions of belief systems: Humanism and transcendental religion. *American Psychologist*, 32(7), 555-559.
- Fischhoff, S., Dimopoulos, A., Nguyen, F., Gordon, R. (2002). Favorite movie monsters and their psychological appeal. *Imagination, Cognition and Personality*, 22(4), 401 – 426.
- Frazier, P.A., Tix, A.P., & Barron, K.E. (2004). Testing moderator and mediator effects in counseling psychology research. *Journal of counselling psychology*, 51(1), 115-134.

- Freud, S. (1936). *Nouvelles conférences sur la psychanalyse* (14<sup>e</sup> éd.). Paris : Gallimard.
- Gauthier J., & Bouchard, S. (1993). Adaptation canadienne-française de la forme révisée du State-Trait Anxiety Inventory de Spielberger. *Revue Canadienne des Sciences du Comportement*, 25(4), 559-578.
- Gerrig, R., & Zimbardo, P. (2008). *Psychologie*. 18e Ed. Paris: Pearson Education.
- Glicksohn, J. (1990). Belief in the paranormal and subjective paranormal experience. *Personality and Individual Differences*, 11(7), 675-683.
- Gondry, M. (Réalisation). (2006). *La Science des Rêves* [Film de cinéma]. France: Warner Independent Pictures.
- Gow K., Lang, T., & Chant, D. (2004). Fantasy proneness, paranormal beliefs and personality features in out-of-body experiences. *Contemporary Hypnosis*, 21(3), 107–125.
- Gray, T. (1990). Gender differences in belief in scientifically unsubstantiated phenomena. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 22, 181-190.
- Hall, D.H. (1996). Beliefs about dreams and their relationship to gender and personality. Thèse non-publiée, Wright Institute Graduate School of Psychology, CA.
- Haraldsson, E. (1981). Some determinants of belief in psychical phenomena. *Journal of the American Society for Psychical Research*, 75(4), 297-309.
- Hall, C., & Van de Castle, R. L. (1966). *The content analysis of dreams*. Appleton-Century-Crofts, New York.
- Harrison, R.H., Hartmann, E., & Bevis, J. (2006). The boundaries Questionnaire: Its preliminary reliability and validity. *Imagination, Cognition and Personality*, 25(4), 355-382.

- Hartmann, E. (1991). *Boundaries in the mind: A new psychology of personality*. Basic Books, New York.
- Hartmann, E. (1989). Boundaries of dreams, boundaries of dreamers: thin boundaries as a new personality measure. *Psychiatric Journal of the University of Ottawa*, 14, 557-560.
- Hartmann, E., Elkin, R., & Garg, M. (1991) Personality and dreaming: The dreams of people with very thick or very thin boundaries. *Dreaming*, 1(4), 311-324.
- Hartmann, E., Harrison, R., & Zborowski, M. (2001). Boundaries in the Mind: Past research and future directions. *North American Journal of Psychology*, 3(3), 347-368.
- Hartmann, E., Rosen, R., & Grace, N. (1998). *Dreams & Nightmare*. New York : Plenum Press.
- Hearne, K.M. (1989). A nationwide mass dream-telepathy experiment. *Journal of the Society for Psychical Research*. 55(814), 271-274.
- Henson, R. K., & Roberts, J. K. (2006). Use of exploratory factor analysis in published research: Common errors and some comment on improved practice. *Educational and Psychological Measurement*, 66, 393-416.
- Hervey de Saint-Denys, M.J.L. Marquis d'. (1977). *Les rêves et les moyens de les diriger*. Paris : Édition d'aujourd'hui. (Travail original publié en 1867).
- Hill, C. E. (2004). *Dream work in therapy: Facilitating exploration, insight and action*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Hill, C.E. (1996). Dreams and therapy. *Psychotherapy Research*, 6(1), 1-15.
- Hill, C.E., Diemer, R.A., & Heaton, K.J. (1997). Dream interpretation sessions: who

- volunteers, who benefits, and what volunteer clients view as most and least helpful. *Journal of Counseling Psychology*, 44(1), 53-62.
- Hill, C.E., Diemer, R.A., Hess, S., Hillyer, A., & Seeman, R. (1993). Are the effects of dream interpretation on session quality, insight, and emotions due to the dream itself, to projection, or the interpretation process? *Dreaming*, 3(4), 269-280.
- Holmbeck, G.N. (2002). Post-hoc probing of significant moderational and mediational effects in studies of pediatric populations. *Journal of Pediatric Psychology*, 27(1), 87-96.
- Houran, J., & Lange, R. (1998). Modeling precognitive dreams as meaningful coincidences. *Psychological Reports*, 83(3), 1411-1414.
- Irwin, H.J. (1996). Childhood antecedents of out-of-body and déjà-vu experiences. *Journal of the American Society for Psychical Research*, 90(3), 157-173.
- Irwin H.J. (1994). Childhood trauma and the origins of paranormal belief: A constructive replication. *Psychological Reports*, 74(1), 107-111.
- Irwin, H.J. (1993a). Belief in the paranormal: a review of the empirical literature. *The Journal of the American Society for Psychical Research*, 87(1), 1-39.
- Irwin, H.J. (1993b). The near-death experiences as a dissociative phenomenon: An empirical assessment. *Journal of Near-Death Studies*, 12(2), 95-103
- Irwin, H.J. (1992). Origins and functions of paranormal belief: the role of childhood trauma and interpersonal control. *Journal of the American Society for Psychical Research*, 86(3), 199-208
- Irwin, H.J. (1991). A study of paranormal belief, psychological adjustment, and fantasy

- proneness. *The Journal of the American Society for Psychical Research*, 85(4), 317-331.
- Irwin, H.J. (1990). Fantasy proneness and paranormal beliefs. *Psychological Reports*, 66(2), 655-658.
- Irwin, H.J. (1985a). Parapsychological phenomena and the absorption domain. *Journal of the American Society for Psychical Research*, 79(1), 1-11.
- Irwin, H.J. (1985b). A study of the measurement and the correlates of paranormal belief. *Journal of the American Society for psychical Research*, 79(3), 301-326.
- Irwin, H.J. (1981). Some psychological dimensions of the out-of-body experience. *Parapsychology Review*, 12(4), 1-6.
- Jung, C.G (1983). *L'Homme à la découverte de son âme : structure et fonctionnement de l'inconscient* (11e éd.). Paris: Albin Michel.
- Kennedy, J.E., Kanthamani, H., & Palmer, J. (1994). Psychic and spiritual experiences, health, well-being, and meaning in life. *Journal of Parapsychology*, 58(4), 353-383.
- Kon, S. (Réalisation). (2007). *Paprika* [Film de cinéma]. Japan: Sony Pictures Entertainment.
- Krakow, B. & Zadra, A. (2006) Clinical management of chronic nightmares: Imagery Rehearsal Therapy. *Behavioral Sleep Medicine*, 4, 45-70.
- Kunzendorf, R. G., Hartmann, E., Cohen, R., & Cutler, J. (1997). Bizarreness of the dreams and daydreams reported by individuals with thin and thick boundaries, *Dreaming*, 7, 265-271.
- Lange, R., Thalbourne, M.A., Houran, J., & Storm, L. (2000). The Revised

- Transliminality Scale: Reliability and validity data from a Rasch top-down purification procedure. *Consciousness and Cognition*, 9(4), 591- 617.
- Langer, E.J. (1975). The illusion of control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32(2), 311-328.
- Lawrence, T., Edwards, C., Barraclough, N., Church, S., & Hetherington, F. (1995). Modeling childhood causes of paranormal belief and experience: childhood trauma and childhood fantasy. *Personality and Individual Difference*, 19(2), 209-215.
- Levin, R., & Young, H. (2001). The relation of waking fantasy to dreaming. *Imagination, Cognition and Personality*, 21(3), 201-219.
- Levin, R., Galen, J., & Zywiak, B. (1991). Nightmares, boundaries, and creativity. *Dreaming* 1(1), 63-74.
- Lynn, S., & Rhue, J. (1986). The fantasy-prone person: hypnosis, imagination and creativity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(2), 404-408.
- Lyon, R. E. C., & Hill, C.E. (2004). Client reactions to working with dreams in psychotherapy. *Dreaming*, 14(4), 207-219.
- Maquet, P., & Schwartz, M.S. (2002). Evaluation of dreams by the neuropsychological approach. Utility in the characterization of cerebral correlates in oneiric activity by functional neuroimaging. *Bulletin et mémoires de l'Académie royale de médecine de Belgique*, 157(3), 214-219.
- Marks, D., & Kammann, R. (1980). *The psychology of the psychic*. Buffalo, NY: Prometheus Books.
- Muthén, B., & Kaplan D. (1985). A comparaison of some methodologies for the factor

- analysis of non-normal Likert variables. *British Journal of Mathematical and Statistical Psychology*, 38, 171-189.
- Myers S.A., & Austrin, H.R. (1985). Distal eidetic technology: Further characteristics of the fantasy-prone personality. *Journal of Mental Imagery*, 9(3), 57-66.
- Nadon, R., & Kihlstrom, J.F. (1987). Hypnosis, psi, and the psychology of anomalous experience. *Behavioral and Brain Science*, 10(4), 597-599.
- Nelson, P.L. (1989). Personality factors in the frequency of reported spontaneous praeternatural experiences. *Journal of Transpersonal Psychology*, 21(2), 193-209.
- Nielsen, T.A. (2005). Chronobiology of dreaming. In M.H. Kryger, T. Roth, & W.C. Dement, (Eds), *Principles and Practice of Sleep Medicine* (pp.535-550). Philadelphia: Saunders.
- Palmer, G., & Braud, W. (2002). Exceptional human experiences, disclosure, and a more inclusive view of physical, psychological, and spiritual well-being. *Journal of Transpersonal Psychology*, 34(1), 29-61.
- Pesant, N., & Zadra, A. (2006). Dream content and psychological well-being: a longitudinal study of the continuity hypothesis. *Journal of Clinical Psychology*, 62(1), 111-121.
- Pesant, N., & Zadra, A. (2004). Working with dreams in therapy: What do we know and what should we do? *Clinical Psychology Review*, 24, 489-512.
- Perkins S.L., & Allen R. (2006). Childhood physical abuse and differential development of paranormal belief systems. *The Journal of Nervous and Mental disease*, 194(5), 349-355.

- Persinger, M., & Krippner S. (1989). Dreams ESP experiments and geomagnetic activity. *Journal of the American Society for Psychical Research*, 83(2), 101-116.
- Pirsig, R.M. (1999). *Zen and the Art of Motorcycle Maintenance: An Inquiry into Values*. New York: Quill. 25th Anniversary Edition.
- Revonsuo, A. (2000). The reinterpretation of dreams: An evolutionary hypothesis of the function of dreaming. *Behavioral and Brain Science*, 23(6), 793-1121.
- Rhue, J. (1989). Fantasy proneness, hypnotizability, and absorption: A re-examination. *The International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 37(2), 100-106.
- Richards, D.J. (1996). Boundaries in the mind and subjective interpersonal psi. *Journal of Parapsychology*, 60(3), 227-240.
- Ring, K., & Rosing, C.J. (1990). The omega project: an empirical study of the NDE-prone personality. *Journal of Near-Death Studies*, 8(4), 211-239.
- Robbins, P. R. & Tanck, R. H. (1988). Interest in dreams and dream recall. *Perceptual and motor skills*, 66, 291-294.
- Rochlen, A. B., Ligiero, D. P., Hill C. E., & Heaton, K. J. (1999). Effects of training in dream recall and dream interpretation skills on dream recall, attitudes, and dream interpretation outcome. *Journal of Counseling Psychology*, 46, 27-34.
- Ross, C.A., & Joshi, S. (1992). Paranormal experiences in the general population. *Journal of the Nervous and Mental Disease*, 180(6), 357-361.
- Sandars, N. K. (1982). *The Epic of Gilgamesh*. Harmondsworth: Penguin.
- Schredl, M. (2000). Gender differences in dream recall. *Journal of Mental Imagery*, 24, 169-176.

- Schredl, M. (2003). Factors influencing the gender difference in dream recall frequency. *Imagination, Cognition and Personality, 22*, 33–39.
- Schredl, M., Bohusch, C., Kahl, J., Mader, A., & Somesan, A. (2000). The use of dreams in psychotherapy: A survey of psychotherapists in private practice. *Journal of Psychotherapy Practice and Research, 9*(2), 81-87.
- Schredl, M., Ciric, P., Götz, S., & Wittman, L. (2003). Dream recall frequency, attitude towards dreams and openness to experience. *Dreaming, 13*(3), 145-153.
- Schredl, M., & Doll, E. (2001). Dream recall, attitude towards dreams and mental health. *Sleep & Hypnosis, 3*, 135–143.
- Schredl, M, Kleinferchner, P., & Gell, T. (1996). Dreaming and personality: thick vs thin boundaries. *Dreaming, 6*(3), 219-223.
- Schredl, M., & Montasser, A. (1996-1997). Dream recall: State or trait variable? Part I: Model, Theories, Methodology and trait factors. *Imagination, Cognition and Personality, 16*(2), 181-210.
- Schredl, M., Nürnberg, C., & Weiler, S. (2003). Dream recall, attitude toward dreams, and personality. *Personality and Individual Differences, 20*(5), 613-618.
- Schredl, M, & Reinhard, I. (2008). Gender differences in dream recall: A meta-analysis. *Journal of Sleep Research, 17*, 125–131.
- Schredl, M, Schäfer, G., Hofmann, F., & Jacob, S. (1999). Dream content and personality: Thick vs. thin boundaries. *Dreaming, 9*(4), 257-263.
- Schredl, M., Wittmann, L., Ciric, P., & Götz, S. (2003). Factors of home dream recall: a structural equation model. *Journal of Sleep Research, 12*(2), 133-141.
- Schumaker, J.F. (1990). *Wings of Illusion: The Origin, Nature and Future of*

- Paranormal Belief*. Buffalo, NY: Prometheus Books.
- Singer B., & Benassi, V.A. (1981). Occult beliefs. *American Scientist*, 69(1), 49-55.
- Smith, E., & Mackie, D. (2000). *Social Psychology*, 2e Ed. Philadelphia: Psychology Press.
- Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L., & Lushene, R.E. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto: Consulting Psychologists.
- Spinelli, S.N., Reid, H.M., & Norvilitis, J.M. (2002). Belief in and experience with the paranormal: relations between personality boundaries, executive functioning, gender role, and academic variables. *Imagination, Cognition and Personality*, 21(4), 333-346.
- Strauch, I., & Meier, B. (1996). *In search of dreams: Results of experimental dream research*. Albany, NY, US: State University of New York Press.
- Szimigielska, B., & Holda, M. (2007). Students' views on the role of dreams in human life. *Dreaming* 17(3), 152-158.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*, 5<sup>th</sup> ed. Boston: Allyn and Bacon.
- Tellegen, A., & Atkinson, G. (1974). Openness to absorbing and self-altering experiences. *Journal of Abnormal Psychology*, 83, 268–277.
- Thalbourne, M.A. (1984). Some correlates of belief in psychical phenomena: A partial replication of the Haraldsson findings. *Parapsychology Review*, 15(2), 13-15.
- Tobacyk, J. (1982). Paranormal belief and trait anxiety. *Psychological Reports*, 51(3), 861-862.
- Ullman, M., Krippner, S., & Vaughan, A. (2003). *Dream telepathy: Experiments in*

- nocturnal extrasensory perception*. Charlottesville, VA: Hampton Roads.
- Vachon, M., Beaulieu-Prévost, D., Ouellette, A., & Achille, M. (2005). Analyse de classification hiérarchique et qualité de vie. *Tutorials in Quantitative Methods for Psychology, 1*, 25-30.
- Van De Castle, R. L. (1994). *Our dreaming mind: A sweeping exploration of the role that dreams have played in politics, art, religion, and psychology, from ancient civilizations to the present day*. New York: Ballantine Books.
- Watkins, M. W. (2002). *Monte Carlo PCA for parallel analysis* [compute software]. State College, PA : ED & Psych Associates.
- Winget, C., & Kramer, M. (1979). *Dimensions of dreams*. Gainesville: University of Florida Press.
- Wilson, S.C., & Barber, T.X. (1983). The fantasy-prone personality: Implications for understanding imagery, hypnosis, and parapsychological phenomena. In A.A. Sheikh (Ed.), *Imagery: current theory, research and application* P.340-387. New-York : Wiley.
- Wolcott, S., & Strapp, C. M. (2002). Dream recall frequency and dream detail as mediated by personality, behavior, and attitude. *Dreaming, 12*, 27-44.
- Zborowski, M., McNamara, P., Hartmann, E., Murphy M., & Mattle, L. (1998). Boundaries structure related to sleep measures and to dream content. *Sleep, 21S*, 284.
- Zusne, L., & Jones W.H. (1982). *Anomalistic Psychology: A Study of Extraordinary Phenomena of Behavior and Experience*. Hillsdale. NJ: Lawrence Erlbaum.

**Annexe A**  
**Formulaire de consentement**

**Formulaire de consentement**  
**Étude sur l'attitude envers les rêves – Phase 1**

Chercheurs : Dominic Beaulieu-Prévost, Ph.D., Antonio Zadra, Ph.D., et Catherine Charneau-Simard, B.A. Laboratoire des rêves, Dép. de psychologie, U. de Montréal

Téléphone : 343-6111 #4788

**OBJECTIF DE L'ÉTUDE**

L'objectif de ce projet de recherche est de valider un questionnaire évaluant les attitudes et opinions des individus à propos des rêves.

**DÉROULEMENT DE L'ÉTUDE**

Cette étude se limite à l'administration de l'*Inventaire des Attitudes de Montréal*. Dans une deuxième phase prévue dans quelques semaines, les individus intéressés seront recontactés et un dernier questionnaire d'environ dix questions leur sera proposé. Si vous acceptez d'être recontacté, vous n'avez qu'à cocher la case appropriée au bas de cette page et fournir une adresse de courriel nous permettant de vous contacter. Si vous ne voulez pas être recontacté, vous n'avez pas à écrire d'adresse de courriel.

**CONFIDENTIALITÉ**

Vos réponses seront traitées de façon confidentielle et votre nom ne sera jamais associé à vos résultats. Seuls les résultats de groupe nous intéressent. Les informations recueillies resteront confidentielles et ne seront utilisées que pour les fins de l'étude.

**BÉNÉFICES**

Il n'y a aucun bénéfice personnel relié à votre participation. Par contre, vous pourrez être informé des résultats de l'étude dans quelques semaines en visitant le [www.projetmemoire.info](http://www.projetmemoire.info).

θ J'accepte d'être contacté pour la deuxième phase de l'étude.

Mon adresse de courriel est : \_\_\_\_\_

**CONSENTEMENT**

Les objectifs de l'étude et son déroulement, ainsi que le caractère confidentiel des informations qui seront recueillies au cours de l'étude m'ont été expliqués.

J'accepte volontairement de participer à cette étude.

Je demeure libre de m'en retirer en tout temps sans préjudice d'aucune sorte.

**SIGNATURE**

\_\_\_\_\_  
 Nom du participant  
 (lettres moulées)

\_\_\_\_\_  
 Signature

\_\_\_\_\_  
 Date

**Annexe B**

**IDEA - Questionnaire Original**

## Inventaire des Attitudes Oniriques

**Consignes:** Les énoncés qui suivent décrivent différentes expériences et opinions à propos des rêves. Il n'y a pas deux énoncés exactement pareils. Lisez les énoncés un à la fois et, après y avoir réfléchi, évaluez votre degré d'accord avec chacun d'eux selon l'échelle suivante :

*Totalement en désaccord*                      *Incertain*                      *Totalement en accord*

**1**                      **2**                      **3**                      **4**                      **5**

S.V.P., répondez à chaque énoncé aussi honnêtement que possible.

- |  |           |
|--|-----------|
| 1. Je rêve beaucoup.   | 1 2 3 4 5 |
| 2. Il m'arrive souvent de n'être qu'un observateur dans mes rêves.                 | 1 2 3 4 5 |
| 3. Si je suis touché par un rêve, j'essaie d'en trouver le sens.                   | 1 2 3 4 5 |
| 4. Rêver est une perte de temps.   | 1 2 3 4 5 |
| 5. Quand je me rappelle de mes rêves, je me rappelle souvent de plusieurs détails. | 1 2 3 4 5 |
| 6. J'aimerais rêver plus souvent.  | 1 2 3 4 5 |
| 7. Mes rêves peuvent être si réalistes que je les confonds avec la réalité.        | 1 2 3 4 5 |
| 8. Mes rêves se ressemblent tous.  | 1 2 3 4 5 |
| 9. Je me sens généralement en sécurité dans mes rêves.                             | 1 2 3 4 5 |
| 10. Je préfère m'occuper de ma vie que de mes rêves.                               | 1 2 3 4 5 |
| 11. Dans mes rêves, j'ai plus tendance à éprouver du succès que des échecs.        | 1 2 3 4 5 |

12. Lorsque je vis un événement ou un changement important dans ma vie, j'ai tendance à y rêver par la suite. 1 2 3 4 5
13. Je suis souvent poursuivi ou en train de fuir dans mes rêves. 1 2 3 4 5
14. J'attache beaucoup de signification à mes rêves. 1 2 3 4 5
15. Les gens qui pensent souvent à leurs rêves évitent de faire face à la réalité. 1 2 3 4 5
16. Je crois que certains rêves peuvent être prémonitoires. 1 2 3 4 5
17. Je ne ressens pas beaucoup d'émotions dans mes rêves. 1 2 3 4 5
18. Il m'arrive parfois, avant de me coucher, d'avoir peur de faire des mauvais rêves ou des cauchemars. 1 2 3 4 5
19. J'ai l'impression que je rêve à n'importe quoi. 1 2 3 4 5
20. Je porte beaucoup d'attention à mes rêves. 1 2 3 4 5
21. Je me rappelle de certains rêves même après des années. 1 2 3 4 5
22. Il m'arrive souvent de partir dans la lune. 1 2 3 4 5
23. Dans mes rêves, j'ai plus tendance à être chanceux que malchanceux. 1 2 3 4 5
24. Je préfère une nuit sans rêve à une nuit où je rêve. 1 2 3 4 5
25. Je fais souvent des rêves bizarres. 1 2 3 4 5
26. Il m'arrive souvent d'être convaincu d'avoir rêvé sans me rappeler à quoi je rêvais. 1 2 3 4 5
27. Je pense souvent à mes rêves durant la journée. 1 2 3 4 5
28. Mes rêves sont généralement très vifs. 1 2 3 4 5
29. L'interprétation des rêves ne devrait pas faire partie d'une formation en psychologie. 1 2 3 4 5

30. J'ai tendance à oublier mes rêves dès que je me réveille ou que je me lève. 1 2 3 4 5
31. Certains de mes mauvais rêves ou cauchemars se répètent. 1 2 3 4 5
32. Lorsque je me réveille, je me souviens généralement de mes rêves en totalité ou presque. 1 2 3 4 5
33. J'aime rêver. 1 2 3 4 5
34. Je discute souvent de mes rêves avec ma famille ou mes ami(e)s. 1 2 3 4 5
35. Rêver est pour moi une sorte de divertissement. 1 2 3 4 5
36. Dans mes rêves, j'ai parfois des pouvoirs extraordinaires (voler, lire dans les pensées,...). 1 2 3 4 5
37. Je crois que, parfois, il est préférable d'oublier un rêve que de chercher à le comprendre. 1 2 3 4 5
38. Le monde du rêve me fascine. 1 2 3 4 5
39. Il m'arrive parfois que des situations me rappellent des rêves. 1 2 3 4 5
40. Mon rappel de rêves est régulier, c'est-à-dire que je me rappelle environ du même nombre de rêves par semaine. 1 2 3 4 5
41. Les gens qui rêvent beaucoup ont souvent des problèmes. 1 2 3 4 5
42. Mes rêves m'angoissent souvent. 1 2 3 4 5
43. Certains de mes rêves sont aussi intéressants qu'un bon film ou une bonne pièce de théâtre. 1 2 3 4 5
44. Dans mes rêves, je suis souvent plus maladroit qu'à l'habitude. 1 2 3 4 5
45. Lorsque je me réveille, je suis généralement capable de me rappeler de mes rêves avec peu d'effort. 1 2 3 4 5
46. Je m'intéresse depuis longtemps au sens de mes rêves. 1 2 3 4 5

47. Mes rêves sont plus souvent plaisants que déplaisants. 1 2 3 4 5
48. Je crois que nos peurs se manifestent dans nos rêves. 1 2 3 4 5
49. Je rêve souvent à des événements de mon quotidien. 1 2 3 4 5
50. Je crois que nos fantasmes et nos désirs se manifestent dans nos rêves. 1 2 3 4 5
51. J'éprouve une grande détresse face à mes cauchemars et mes mauvais rêves. 1 2 3 4 5
52. Mes rêves ne semblent pas avoir de sens profond. 1 2 3 4 5
53. Porter attention à ses rêves nous amène à mieux comprendre ce que l'on vit et ce que l'on est. 1 2 3 4 5
54. Dans mes rêves, j'ai plus tendance à être anxieux que calme. 1 2 3 4 5
55. Il m'arrive parfois de me demander si j'ai vécu un événement ou si je l'ai rêvé. 1 2 3 4 5
56. Je suis contre l'interprétation des rêves. 1 2 3 4 5
57. Parfois je prends un peu de temps au réveil pour penser à mes rêves. 1 2 3 4 5
58. Il m'arrive souvent d'être capable d'exercer un contrôle sur mes rêves, c'est-à-dire que je peux changer les scènes dans mes rêves ou commander différentes choses selon ma volonté. 1 2 3 4 5
59. Je crois que les rêves contiennent souvent un sens caché. 1 2 3 4 5
60. Il m'arrive d'écrire mes rêves. 1 2 3 4 5
61. Mes rêves sont, pour moi, source d'inspiration. 1 2 3 4 5
62. Faire des cauchemars ou des mauvais rêves est un problème courant pour moi. 1 2 3 4 5
63. Je peux parfois me rappeler de certains rêves passés avec une telle clarté et une telle vivacité que c'est comme les revivre à nouveau ou presque. 1 2 3 4 5
64. Pour moi, rêves et spiritualité sont très reliés. 1 2 3 4 5

65. Parfois je me rappelle des parties de mes rêves durant la journée. 1 2 3 4 5
66. Il m'arrive d'avoir peur de rêver. 1 2 3 4 5
67. Je crois qu'il peut être dangereux de chercher le sens de certains rêves. 1 2 3 4 5
68. J'ai déjà lu un (ou des) livre sur les rêves. 1 2 3 4 5
69. Quand je suis stressé ou que je vis un événement important, je rêve beaucoup plus qu'à l'habitude. 1 2 3 4 5
70. Si l'opportunité se présente, j'aimerais travailler sur mes rêves avec un expert pour en trouver le sens. 1 2 3 4 5
71. Je préfère de loin ma vie éveillée à ma vie onirique. 1 2 3 4 5
72. Les rêves sont des produits aléatoires du cerveau. 1 2 3 4 5
73. Le matin, il m'arrive de rester couché plus longtemps pour terminer un rêve. 1 2 3 4 5
74. Je ne prends pas mes rêves au sérieux. 1 2 3 4 5
75. Certains de nos rêves sont des messages de notre inconscient. 1 2 3 4 5
76. Il m'arrive à l'occasion de consulter un livre pour interpréter mes rêves. 1 2 3 4 5
77. Certains de mes rêves se sont avérés être prémonitoires. 1 2 3 4 5
78. Je me rappelle de certains rêves de mon enfance. 1 2 3 4 5
79. Les émotions les plus intenses que j'ai vécu en rêve sont des émotions positives. 1 2 3 4 5
80. Je suis souvent attentif lorsque quelqu'un raconte un rêve. 1 2 3 4 5

**Annexe C**

**Questionnaire: choix méthodologique et conceptuel**

Cette annexe présente les détails des choix méthodologiques concernant deux analyses présentées dans le premier article, soit l'analyse factorielle exploratoire et l'analyse de classification hiérarchique. Ces détails ont été éliminés de l'article pour fins de publication mais sont présentés ici pour le lecteur intéressé.

*Analyse factorielle exploratoire.* La rotation Oblimin permet une relation entre les facteurs extraits lors de l'analyse factorielle exploratoire. Elle a donc été utilisée compte tenu qu'une relation entre les facteurs était probable au niveau conceptuel. D'ailleurs, certaines corrélations sont observées entre les facteurs (Table II).

Le nombre de facteurs potentiels a été évalué selon trois méthodes : le *Kaiser criterion* (19 facteurs), le *Scree test* (7 facteurs) et une analyse parallèle, *Monte Carlo principal component analysis* (11 facteurs).

Afin d'arriver à une solution adéquate, un processus itératif a été utilisé. Les items problématiques étaient éliminés un à la fois et l'analyse factorielle était refaite avec le nouvel ensemble d'items après chaque élimination d'item. Ainsi, les variables avec une structure complexe (c.a.d. qui ont une saturation factorielle supérieure à 0.30 à deux facteurs ou plus) ont été éliminées. Les items avec une communauté de moins de 0.20 ou n'ayant aucune saturation factorielle d'au moins 0.30 étaient aussi éliminés. Cette procédure permettait d'arriver à une solution finale où chaque item contribuait à la solution tout en étant relié qu'à un seul facteur.

Trois aspects principaux ont été pris en considération afin de choisir la solution la plus adéquate : (a) l'interprétabilité du facteur, (b) un nombre d'items suffisant (c.-à-d. plus de trois), et (c) l'importance conceptuelle du facteur. Les solutions avec deux, trois et quatre facteurs ont été évaluées, mais ces solutions rendaient l'interprétation

des facteurs difficilement interprétable à cause de la trop grande diversité et quantité des thèmes couverts par facteur. Il a donc été décidé de favoriser des solutions à plus de quatre facteurs pour assurer une plus grande précision du thème abordé par chaque facteur.

*Analyse de classification hiérarchique.* L'analyse de classification hiérarchique a été effectuée avec les données originales non transformées. Des échelles comparables étaient utilisées, ce qui ne nécessitait pas de transformation de variables. La méthode d'agrégation utilisée fut celle de Ward (Blashfield & Aldenderfer, 1983). Cette méthode est considérée comme étant la plus puissante en comparaison avec les autres méthodes et la plus utile pour différencier des groupes. L'espace métrique utilisé était la distance euclidienne. Cette métrique démontre une bonne performance lorsqu'utilisée avec la méthode de Ward. En ce qui concerne les analyses post-hoc des ANOVA, le test de Fisher, le *Least Significant Difference*, fut utilisé. Ce test plus libéral a été choisi dû à la nature exploratoire de l'étude.