*Exemplaire à compléter et à transmettre au service des Etudes Doctorales*

**UNIVERSITE CLAUDE BERNARD - LYON I**

DIPLÔME NATIONAL DE DOCTORAT (Arrêté du 25 mai 2016)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Date prévue pour la soutenance : 8 décembre 2017 | N° d’étudiant | 1 | 1 | 2 | 1 | 0 | 3 | 6 | 1 |

Nom de famille et prénom de l’auteur : VALLAT Raphaël

Titre de la thèse : Fréquence et contenu du rapport de rêve : approches comportementales et neurophysiologiques.

**Résumé de la thèse :**

Objet de nombreuses spéculations religieuses ou philosophiques, le rêve reste encore l’une des grandes *terra incognita* de la cognition humaine.

Une des questions récurrentes sur le rêve porte sur la grande variabilité de fréquence de rappel de rêve. En effet, alors que certaines personnes se souviennent de leurs rêves quotidiennement (« Rêveurs »), d’autres ne s’en souviennent que très rarement (« Non-rêveurs »). Le principal objectif de notre travail de thèse a été de caractériser les corrélats cérébraux et comportementaux de cette variabilité interindividuelle, en comparant entre ces deux groupes la structure du sommeil (Étude 1), mais aussi l’activité cérébrale pendant les minutes qui suivent le réveil (Étude 2). Nous avons entre autres montré que les « Rêveurs » faisaient preuve d’une plus grande connectivité fonctionnelle au sein du réseau par défaut et de régions impliquées dans des processus mnésiques dans les minutes suivant l’éveil, ce qui pourrait faciliter chez ces personnes le rappel et/ou la consolidation du rêve. Cette étude nous a également permis, grâce à l’analyse des nombreuses réponses obtenues au questionnaire de recrutement, de mesurer les habitudes de sommeil et de rêve chez un échantillon large d’étudiants de l’Université de Lyon 1 (Étude 3).

Dans une quatrième étude comportementale, nous nous sommes intéressés au lien existant entre la vie éveillée et le contenu du rêve. Nos résultats ont permis de mieux caractériser les facteurs influençant la probabilité d’incorporation des évènements de la vie éveillée dans le rêve, et ont mis en évidence l’importance du rêve dans des processus de régulation émotionnelle.

Finalement, en parallèle de ces travaux, nous nous sommes attachés au développement d’un logiciel gratuit de visualisation et d’analyse de tracés de polysomnographie, dont l’objectif est de fournir une interface intuitive et portable aux étudiants et chercheurs travaillant sur le sommeil.