



Rêvasser serait parfois un moyen pour le cerveau de fuir des situations qu'il juge trop difficiles (<https://www.flickr.com/photos/39424835@N03/3636036251/>). | Heather Ruiz via Flickr CC License by (<https://creativecommons.org/licenses/by/2.0/>)

Un professeur de psychologie israélien tente de faire reconnaître le «rêve éveillé inadapté» comme un symptôme psychologique.

S'ennuyer n'est pas un problème (<http://www.slate.fr/story/103111/ennui-distraction>), ce serait même bon pour la santé. Jusqu'à un certain point. Eli Somer, professeur de psychologie à l'université d'Haïfa, s'inquiète pour ceux dont les rêveries occupent une place dangereusement importante dans le quotidien. Il tente d'analyser les contours ce qu'il considère comme un symptôme pour à terme pouvoir poser un diagnostic et aider ces «*rêveurs éveillés inadaptés*».

Cette expression employée par Eli Somer depuis une dizaine d'années demeure controversée dans le milieu médical. Le professeur de psychologie a mené une étude pour montrer la différence entre un groupe de 304 personnes qui se disent eux-mêmes «*rêveurs éveillés inadaptés*» et un groupe de 107 personnes représentatives du reste de la



Témoignage –en anglais– de Kelsey Thedreamersof, «rêveuse inadaptée»

Selon ses travaux, les personnes atteintes de ce supposé symptôme psychologique passent 57% de leur temps de vie éveillée à rêvasser contre 16% pour les autres. La nature de leurs songes est aussi différente: au lieu de se concentrer sur des situations de la vie

quotidienne passées ou probables, ils se construisent des récits élaborés et fantaisistes impliquant des personnages fictionnels ou historiques, des célébrités ou des versions idéalisées d'eux-mêmes.

Phobie sociale

Le problème serait surtout l'importance du temps consacré à ses songes et le fait que l'individu ne parvient plus à contrôler leurs intrigues ou à s'en extraire. Ses échappées de l'esprit sont souvent accompagnées de gestes inconscients: balancement du corps, marche des cent pas et tours sur soi-même. Eli Somer a constaté que ses rêveurs maladifs sont souvent atteints de phobie sociale ou victime d'un traumatisme pas encore dépassé. Le cerveau trouverait ainsi selon lui un moyen de fuite pour ne pas se confronter à des difficultés estimées insurmontables. Il tente désormais de mettre en place un protocole

JACK DANIEL'S
Lynchburg
LEMONADE.
from Tennessee



**PRÉPAREZ VOTRE COCKTAIL LYNCHBURG LEMONADE
ET TENTEZ DE RECEVOIR VOTRE VERRE MASON JAR***

JackDanielsFrance

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION

Jack Daniel's est une marque déposée. ©2016 Jack Daniel's. Tous droits réservés
*voir conditions et règlement sur l'application facebook

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ.
À CONSOMMER AVEC MODÉRATION
Jack Daniel's est une marque déposée.
©2016 Jack Daniel's. Tous droits réservés.

(https://adclick.g.doubleclick.net/pcs/click?xai=AKAOjsuafPs1ZvexHAUSFOIsNxr_afvm0AVH0z-fNkVdy1LgR28h2hDJSMy0y4QGyU-GL1TnVLXHMk8qdNUHalqYTclb50uNPq11N)



L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ.
À CONSOMMER AVEC MODÉRATION
Jack Daniel's est une marque déposée.
©2016 Jack Daniel's. Tous droits réservés.



PARTAGEZ CET ARTICLE

160 LIKES

0 TWEETS

0 +1

0 LINKEDIN

AILLEURS SUR LE WEB:



(https://om.forgeofempires.com/foe/fr/?ref=out_row_fr_build&pid=200117&ext_param=60674927#family)

Le jeu addictif du moment ! Déjà 14 millions de joueurs !

(https://om.forgeofempires.com/foe/fr/?ref=out_row_fr_build&pid=200117&ext_param=60674927#family)

(Forge Of Empires)

Top 10 des plus belles routes du monde

(<http://www.petitfute.com/v43740-melbourne/actualite/m17-diaporama/a5360-les-10-plus>)

NOUS RECOMMANDONS:



(<http://www.slate.fr/story/118813/cortina-d-ampezzo-femmes-terrains>)

Cortina d'Ampezzo, la ville d'Italie où les femmes ne peuvent pas...

(<http://www.slate.fr/story/118813/cortina-d-ampezzo-femmes-terrains>)

Roland-Garros tend un miroir peu flatteur à la France

(<http://www.slate.fr/story/118357/roland-garros-miroir-france>)

**PRÉPAREZ VOTRE COCKTAIL LYNCHBURG LEMONADE
ET TENTEZ DE RECEVOIR VOTRE VERRE MASON JAR***

JackDanielsFrance

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION

Jack Daniel's est une marque déposée. ©2016 Jack Daniel's. Tous droits réservés
ns_source=outbrain&ns_campaign=le-temps-karve-amie-acquisitio
site&campaign_date=inconnue)
(RFI)

Points noirs : 2 astuces infallibles (<http://www.grands-meres.net/points-noirs-astuces/>)

utm_source=Outbrain&utm_medium=Reco&utm_campaign=GM_All_Desk