

## **LE RESTE NOCTURNE :**

### **Une formation par laquelle le rêve peut influencer les activités diurnes**

Les restes nocturnes sont des formations mentales prolongeant l'activité onirique pendant l'état de veille, des produits de la vie onirique que l'on retrouve dans l'activité mentale éveillée. Ces formations se distinguent du contenu manifeste d'un rêve par le fait qu'elles peuvent transmettre au sujet des informations d'origine onirique sans qu'il en ait conscience.

Pour le psychanalyste français J. Guillaumin, à qui on doit leur découverte, les restes nocturnes font partie d'un « système d'échange en miroir rêve-veille ». Cette idée sera reprise par S. Fanti qui la réexamine au jour de la micropsychanalyse, technique d'analyse en longues séances qu'il a mise au point. Il constate que les restes nocturnes constituent des « impératifs nocturnes », sortes d'ordres que la nuit dicte à la vie diurne pour parachever le travail du rêve.

Les observations de l'auteur, qui s'inscrivent dans la lignée micropsychanalytique, indiquent que la notion de reste nocturne n'a pas encore trouvé la place qu'elle mérite dans la théorie et la pratique analytique. En effet, elles tendent à montrer que le reste nocturne contribue de manière non négligeable à assurer une continuité psychique entre le sommeil et la veille, entre l'inconscient et le conscient.

Les restes nocturnes paraissent être là pour véhiculer une part de mémoire inconsciente transmise par le rêve et pour accorder nos activités diurnes avec les nécessités oniriques. Il s'agirait de formations préconscientes destinées à prolonger le travail du rêve, en particulier la réalisation de désirs inconscients, dans le champ de la pensée, des sentiments, des émotions ou des conduites vigiles.

Les longues chaînes associatives qui se développent en micropsychanalyse permettent de repérer assez facilement les restes nocturnes. Ils fournissent alors des indications sur les contenus inconscients dont ils proviennent, parfois avant que ces éléments ne se traduisent cliniquement.

Qu'en est-il dans un contexte psychothérapeutique? Bien qu'il soit plus difficile de les déceler, il semble qu'on puisse en tirer des indications utiles. Mais d'autres études devraient encore le confirmer.