

Bibliographie

ESTELLE. Cauchemars chez l'enfant : Attention aux troubles psychologiques ! *Loulikids* [en ligne]. 08/02/2020. Disponible sur :

<https://www.loulikids.com/cauchemars-chez-lenfant-attention-aux-troubles-psychologiques%E2%80%89/> (Consulté le 21/03/2023)

ARNULF Isabelle. Dévoiler et soulager nos nuits : la médecine du sommeil et des rêves. In : COTE Armando et ROPTIN Jacky. *Rêves et cauchemars des personnes exilées*. France : Editions ERES, 2022, 144p. ISBN 978-2-7492-7513-0

LES QUESTIONS SANTÉ. Rêves, cauchemars... percer les mystères de notre sommeil - Allo Docteurs. *Youtube* [en ligne]. 2022. Disponible sur :

<https://www.youtube.com/watch?v=8YX5pU3St38> (Consulté le 21/03/2023)

PASSEPORT SANTÉ. Cauchemars, pourquoi en faisons-nous ? . *Passeport Santé* [en ligne]. 13/12/2022. Disponible sur :

<https://www.passeportsante.net/fr/Actualites/Dossiers/DossierComplexe.aspx?doc=cauchemars-pourquoi> (Consulté le 21/03/2023)

PEROGAMVROS Lampros. Quand les rêves nous préparent à affronter nos peurs. *EurekAlert* [en ligne]. 25/11/2019. Disponible sur :

<https://www.eurekalert.org/news-releases/853375?language=french> (Consulté le 21/03/2023)

PEROGAMVROS Lampros, SCHWARTZ Sophie. L'accord majeur qui soigne les cauchemars. 25/09/2022. *Université de Genève* [en ligne]. Disponible au format PDF : [L'accord majeur...les cauchemars.pdf](#) (Consulté le 21/03/2023)

PUTOIS Benjamin. *Manuel de guérison des cauchemars de 2 ans à 90 ans*. Paris : Les Arènes, 2020, 277p. ISBN 979-10-375-0224-7. (Consulté le 22/03/2023)

RUBY Perrine. *Rêver pendant le confinement, ce que le rêve nous apprend sur le vécu des Françaises et des Français*. Les Ulis : Echosciences, 280p. ISBN 978-2-7598-2541-7. (Consulté le 25/03/2023)

TRUC MANIA. 6 astuces pour éviter de faire des cauchemars la nuit. *Ouest France* [en ligne]. Disponible sur : <https://trucmania.ouest-france.fr/astuces-eviter-cauchemars-nuit/> (Consulté le 21/03/2023)

WEINBERG Achille. L'enfant et les cauchemars. *Sciences Humaines* [en ligne]. 03/2008. Disponible sur :

https://www.scienceshumaines.com/l-enfant-et-les-cauchemars_fr_21893.html (Consulté le 21/03/2023)