



Nous cherchons des participant·e·s pour notre étude du sommeil

Cette nouvelle étude sur le sommeil vise à déterminer dans quelle mesure des accords musicaux et de courtes séquences musicales peuvent provoquer différentes émotions et si ces réactions se reflètent dans certains paramètres (activité cérébrale, activité musculaire, conductivité cutanée, respiration, fréquence cardiaque et composante subjective) et peuvent être mesurées aussi bien à l'état de veille que pendant le sommeil. Pour ce faire, les participants à l'expérience passent deux nuits dans le laboratoire de sommeil de l'Unité de biopsychologie cognitive et méthodes de l'Université de Fribourg. La première nuit sert à s'habituer au nouvel environnement/à la nouvelle situation. La deuxième nuit est la nuit expérimentale. Au cours de celle-ci, des accords musicaux et de courtes séquences musicales vous sont présentés avant et après votre nuit de sommeil. Pendant ce temps, vous jouerez à un jeu sur ordinateur. Pendant les 8 heures de sommeil, les accords et les séquences musicales seront diffusés en permanence.

Avant et après le sommeil, vous remplirez quelques questionnaires. Afin de mesurer et d'évaluer objectivement votre sommeil et vos éventuelles réactions à la musique, des électrodes seront collées sur votre tête, votre visage et votre corps.

Adresse

Institut Psychologique, Rue P.A. de Faucigny 2, 1700 Fribourg

Durée

Les deux séances commencent à environ 20 h15 et finissent le lendemain matin (au plus tard à 8h).

Remarque importante

- Les deux séances sont espacées de 3 nuits au minimum et de 28 nuits au maximum.
- Si vous avez récemment participé à une étude sur le sommeil à l'Université de Fribourg, vous pouvez sauter la nuit d'adaptation.
- Ne pas consommer de café (ou d'autres boissons contenant de la caféine) à partir de 14 heures les jours d'expérience.
- S'abstenir de consommer de l'alcool la veille et le jour de l'expérience.
- Se lever entre 07h00 et 08h00 les jours d'expérimentation.

Critère

- 18 -35 ans
- Pas de travail posté / vols intercontinentaux (décalage horaire)
- Pas de maladie physique / psychique / neurologique
- Germanophone ou francophone
- « Dormeur·euse·s en bonne santé »

Indemnisation

80.- CHF (ou paiement au prorata si abandon) ou jusqu'à 7h d'expérimentation pour les étudiant·e·s en psychologie.

Pour toute question/intérêt, veuillez vous adresser à :
majorminorsleep@gmail.com