



寻梦总动员

很多人对梦都很好奇,做了很奇怪的梦就忍不住要把它告诉身边的朋友,甚至还有一些人会吧把梦记录下来。有梦的人,都可以加入到我们的“梦旅人”中来!

美梦、恶梦、奇怪的梦、匪夷所思的梦……来吧,告诉我们你的梦境吧!把梦境与大家分享,把心情与大家分享!

请把梦境连同年龄、性别、婚姻状况、工作状况、与父母的关系、简单的成长经历一起发给我们。

邮箱:csjr2005@gmail.com

QQ:774768326,请注明“析梦”。

这老是出现的背叛和考试!

文/本报记者 褚睿雅 制图:陈则宁

什么样的梦最让人困惑?

反复出现的梦!

这可能是不少人都会有的经历,在某个时间段,老是梦到同一个人、同一件事……

是太在意这样的人或事,还是有别的原因?

本期为我们析梦的是杭州深蓝心理咨询工作室的徐代越老师。

》》梦境

一个月里,五六次被朋友背叛

说梦人:秋,女,24岁,公司职员

最近,我老是梦到被一个朋友背叛。虽然不是很在意的朋友,但是心里会很害怕。具体的梦境我记不起来了,好像是我一直对她很好,但她对我很冷。然后她就做事情害我,事情发生得很突然,我完全没有能力反抗,我拼命想抓住什么,却怎么也抓不住。

这样的梦,在最近一个月里,已经做了五六次了,都是被同一个朋友背叛,梦境里的内容我不记得了,她做了点什么都没印象了,只知道是被她害到了,边上也没有可以救我的人。每次都是被吓醒的,醒来时觉得很累。

说梦人情况:

梦里背叛我的朋友,是我大学里的室友,本来关系还挺好的,后来因为她的嫉妒心过重,我们就不怎么好了。

她似乎挺嫉妒我的。因为大家都比较喜欢跟我在一起玩,包括老师也对我好,但是她人长得很漂亮,她可能会认为大家应该多跟她套近乎。在学校的时候,学习、工

析梦:

这是一个复现的梦,表明梦者有焦虑。对某些事情感到无法应对,无法妥善地处理,对客观现实中的人或事感到不满。在梦境中,这是一个背叛为主题的梦,被朋友背叛,做梦者感到害怕。这个梦中的朋友具有象征意义,或许是现实生活中的某个人(某件事),害怕与其发生冲突、矛盾。也可能是梦者本人人格的一部分。

梦者醒来感到很累,可能预示着梦者在日常生活中有困境,也可能是疾病的发

作我做得都比她好,而且我有很多朋友。

那个女孩子,在我背后做了很多小动作。虽然没有起正面冲突,但她背地里做了点什么,我是知道的。她每次搞小动作都会都被我发现,因为我的朋友会通知我,或者老师们心里也明白的。

大学毕业后,我们几乎就没怎么联系了,偶尔会通个电话。

我有男朋友的,感情很好,和家人关系也相当好。最近我刚换了工作,四月份开始说换工作,五月份正式到新公司上班。

原来的工作我做得挺好的,就是薪水太低了。工作很开心,和同事相处得也很好,开心得我都不想换工作。

现在这份工作发展空间比较大,但工作强度挺大的。

小时候,我经历过一次大水,没有掉水里,但离水很近,我想抓住边上的东西,可是没有东西让我抓,我很无助。这事让我挺害怕的,直到现在,我还不感到水中央去。

我的梦,到底是因为什么呢?压力大?还是梦里表现的那样,害怕被背叛?

生预兆。不仅是提示身体健康欠佳,还包括精神、心理方面的。这与焦虑是相呼应的。

根据梦者对以往经历的描述,这种焦虑也与小时候的经历有关,比如遭遇大水,这些创伤被压抑在了潜意识中,在梦中表现出来,也是一种宣泄。梦是通往潜意识的通道。对梦的分析过程是分析师与梦者之间的工作过程,以上观点仅供参考。梦者要真正了解,还需进行专门的梦分析。

》》梦境

我老是梦到自己在考试

说梦人:小木,25岁,男,文字工作者

梦到在学校考试,这也没什么稀奇的,估计每个人都做过这类梦。

可我梦的时间跨度很长。第一次大规模做这种梦是在高中毕业,刚考上大学那会儿。刚进大学时,学习压力不是很大。梦到自己回到以前的高中,还是那个很严格的班主任,还是那帮同学,同学中偶然还会出现初中同学、小学同学。要不就梦到自己找不到辅导书,要不就是梦到考试。那个物理题好难好难,人家都会做,唯独我不会。

大学毕业前夕,还没找好工作的时候,又梦到回学校了。依然是那位严格的高中班主任,被他喊出去单独辅导。我老是看不清楚题目,迷迷糊糊的,很想把题目做出来,可就是写不动字。

现在,大学毕业工作2年了,平时压力比较大,但到后来也慢慢适应了。可前不久,又做梦回到学校,课堂里还是有高中同

学、初中同学、小学同学,却没有大学同学。老师发了一张试卷,是综合试卷,语文题目还好,还会做的,可数学、物理、化学是一窍不通,连题目都看不懂。我拼命偷看边上的男同学,可老是看不清楚。然后,就醒了。

说梦人情况:

最近单位里人事变动比较大,走了几个同事,工作压力一下子增大了,一个人要干两个人的活。很不凑巧的是,婚礼的日期也被安排到了这段时间,一边忙结婚,筹备婚礼的各项事宜,人都快忙疯了。

与老婆的感情蛮好的,与父母关系也好。因为婚礼的事情会有些意见不合,不过都很快就过去了。

老是做回学校的梦,是焦虑,还是我很怀念学校的生活?

析梦:

小木做的也是复现的梦,经常梦见自己在考试,是比较常见的复现的梦,而且梦境中的考试总是考不好。

梦见考试,并不一定都是与梦者会面临考试有关。考试梦还象征着考核、考验,所以考试梦表示着梦者即将从事某些可能具有风险、而且必须负责任的事件,所以佛洛伊德认为,做考试梦是与梦者自觉地感到自己责任在身的状态有关。

在考试梦境中,梦者的表现,主要涉及是否能够顺利地通过,或者采取什么方法来通过考试,比如梦中看到考试的题

目、在考试中进行作弊、考试过程中考卷会出现一片空白……这些现象的存在都可以和梦者平时的人格特征、生活风格联系起来。从某种意义上讲,“考试就是考核人生”,一个人从出生到死亡,时时刻刻都在接受着考验,只要你活着,就要经受“考试”,否则你就不会活下去,关键的问题是你如何对待考试。

复现的梦往往是焦虑的体现,小木可以对自己的心理状态、思维方法、人格特点以及对自己的评价,作出客观的评估,及时进行心理调整,尤其是情绪方面的调节。