

國立臺灣科技大學圖書館
「書香獎勵閱讀計畫」心得報告

計畫案號	113-31	繳交日期	113/05
讀者姓名	文法任	單系	位所 資工系所
書名	夢的解析		
心得	<p>對於夢的解析最一開始的印象是從大學時期的通識課開始的，某一堂課完全究在解析此書。佛洛伊德有自己的一套解夢方法，認為我們可以從性為出發點去探討，而這部作品為精神分析的經典之作，雖然說在現代，較少醫生會以解夢為出發點去剖析人的性格，而是改以更現代、更全面的方式去做研究，例如以各種的人格測驗量表輔以夢境來進行詮釋，或者觀察大小腦的生理結構，但這本書還是有其重要性與影響性在，譬如在諮商上，諮商師或許可以利用夢境配合問答，慢慢對病人的深處想法進行抽絲剝繭的探究，才有機會使患者慢慢地突破心防，或憶起自己根本沒意識到的東西。佛洛伊德提到，夢源於生活中一些無關緊要的瑣事，或者是幼時的童年記憶，又或者是睡眠時身體感官所受到的刺激。而夢的內容無論是快樂的或痛苦的，都可以解讀為欲望的滿足，無論是自己知道想要的，又或者是埋在內心最深處的，抑或只是擦肩而過的人、事、物，通通都有可能影響到夢境的內容。而就我自己原本的理解來說，「日有所思，夜有所夢」是我對於夢的註解，但仔細想想之後，似乎很多部分真的如佛洛伊德所說的，需要去了解夢的生成原因以及夢境內容，才能在夢境中找到真正的自己，雖然說最近很久沒做夢了，但希望未來有作夢時，我能夠利用這本書中的自由聯想法來試試，說不定會有意外的收穫。</p>		