



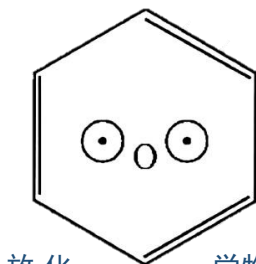
内容摘要：

- ◆ 人的梦有多强大
- ◆ 梦境探幽 Q&A
- ◆ 心理学电影
- ◆ 心理学书籍推荐
- ◆ 心理测试—梦境窥心
- ◆ 趣味图片

人的梦有多强大

【1】 苯环的发现

1864年冬，德国化学家凯库勒坐在壁炉前打了个瞌睡，原子和分子们开始在幻觉中跳舞，一条碳原子链像蛇一样咬住自己的尾巴，在他眼前旋转。猛然惊醒之后，凯库勒明白了苯分子是一个环。所有的证据都表明苯分子非常对称，6个碳原子和6个氢原子完全对称地排列，形成稳定的分子。



这个实验表明，神经并不直接作用于肌肉，而是通过释放化学物质起作用。神经冲动的化学传递就这样被发现了。

【2】 元素周期表

1869年已经发现了63种元素，化学教授门捷列夫苦苦思索着自然界是否存在某种规律，使元素能够有序地分门别类。在疲倦中进入了梦乡。在梦里他看到一张表，元素们纷纷落在合适的格子里。醒来后他立刻记下了这个表的设计理念：元素的性质随原子序数的递增，呈现有规律的变化。就这样，元素周期表诞生了。



心理小贴士
之产生原因

【3】 神经作用的发现

1921年某天奥地利生物学家洛伊从梦中醒来，抓过一张纸迷迷糊糊地写了些东西，倒下去又睡着了。早上6点钟，他突然想到自己昨夜记下了一些极其重要的东西，却怎么也看不明白自己写的是些什麼鬼画符。幸运的是，第二天凌晨3点，逃走的新思想又回来了，它是一个实验的设计方法，可以用来验证洛伊17年前提出的某个假说是否正确。

【4】 工业缝纫原理

19世纪40年代，美国人埃利亚斯·豪梦见一帮野蛮人要砍掉他的头或把他煮来吃掉，他拼命地躲过砍刀或想爬出锅，但被野蛮人用长矛恐吓着，这时他看到长矛的尖头上开着孔。这个梦使他设计了针孔开在针头一端的曲针，配合使用飞梭来锁线。1845年他的第一台模型问世，真正实用的工业缝纫原理终于出现了。

梦境的发生会与白天所做的事情有关系。它说明梦者白天对某问题的思考是极其投入的，调动了潜意识的能量。那么在晚上意识休息了，则潜意识会继续工作。科学上的一些重大发现，有时就是科学家在梦境中发现或者得到启示的。

棒棒哒心理学电影



《催眠大师》

导演：陈正道

主演：徐峥、莫文蔚、胡静、王耀庆

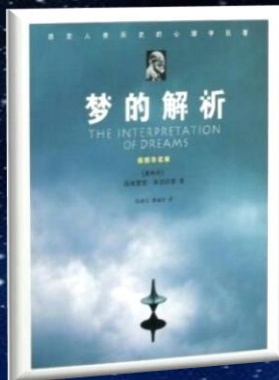
类型：剧情/悬疑

著名的心理治疗师徐瑞宁擅长催眠治疗，深得业界的赞扬。但是心高气傲的他却遭遇了职业生涯中最棘手的案件，那就是恩师方教授推荐给他的女病人任小妍。一天晚上，女助手Amy引见来了任小妍，但是这个女病人似乎一直都不太配合，对待医生态度强硬，而且坚信自己能有超自然的能力，瑞宁觉得她没有说出真相，于是开始了催眠疗法。意想不到的是任小妍反而掌控了局面，而真相居然与瑞宁的妻子以及好友洛雨松有关，任小妍的身份真正是什么？瑞宁似乎掉进了一个设计好的陷阱里……

精彩影评：

众所周知，一部影片上映后一般在专业电影的评分会有所下降，但《催眠大师》却相反，上映后豆瓣网和时光网的评分都有所增加。另外，《催眠大师》上映后不少影迷都对影片中徐峥与莫文蔚在密闭空间下的催眠斗法提出了赞誉，在影片剧情上的几处反转更是引发一片叫好。专业电影网站给出的标签介绍“庄周梦蝶还是蝶戏庄周”展露出影片情节的复杂性，而更多影迷表示，认为很难想象国产悬疑片也能如此精彩，剧情缜密节奏把控恰到好处，这才是真正的悬疑片。（新华网）

心理书籍推荐：《梦的解析》



梦就有如那骗子，
梦者本身就是那国王。
——弗洛伊德

《梦的解析》，经典的心理学书籍，是西格蒙德·弗洛伊德的一本著作。该书开创了弗洛伊德的“梦的解析”理论，被作者描述为“理解潜意识心理过程”的捷径。该书引入了本我概念，描述了弗洛伊德的潜意识理论，是用于解析梦，引申到心理学，解读人们的潜意识在梦中的表象。

弗洛伊德对于梦的解释是与他对人类行为动机



所持的两种独特见解分不开的，他对梦的解释并不停留于梦的表面现象，而是企图挖掘人的深层动机的思想，也为深入研究梦在心理学上的意义开辟了道路。

梦境探幽 Q&A

♥什么是梦呢？

心理学认为，梦是人睡眠中某一阶段意识状态下所产生的一种自发性心理活动。而个体在此活动中身心变化的历程，就是做梦的历程。

♥为什么我老做同一个梦？

反复做同一个梦，说明梦者在心理上有一个没有获得解决的问题，心理学的名词叫“情结”，也就是通俗说的“心结”。这个情结是什么，跟同一个梦的主题和情绪有直接的关系。比如反复做“考试梦”，那么可能对“通过认可”或“焦虑”的心理因素有关。

♥为什么我的梦里有梦？

梦里的梦既可以看作是第二个梦的开始，又可以看作是进入了更深层的潜意识。打个比方说，前者是引子，后者就是正文了。

♥做连续剧的梦意味着什么？

这种梦代表了一个心理情结的发展变化或心理成长的历程。比如说，梦到荒芜的建筑地基，过了一阵子又梦到工地开始继续施工了，又过了一阵子梦到楼房的主体即将完工了。这代表梦者构建自我的一个心理成长过程。

♥经常做梦会影响睡眠质量吗？

做梦不仅不会影响睡眠，而且是保护大脑健康所不可或缺的生理活动的一环。据日本的一项研究表明：人在睡眠时会产生有梦催眠肽和无梦催眠肽两种物质，梦多的人大脑中有梦催眠肽含量高于无梦催眠肽，利于益寿延年。从某种意义上讲，梦少或无梦有可能是某些疾病的征兆，这是因为梦是人机体中主管各种功能的各个中心点联合作用的结果，如果某一个中心点受到损伤，就不能形成梦。

♥什么样的梦是正梦，什么样的梦是反梦？

正梦反梦是颇有中国传统意味的称呼。“正梦”更像是记叙性的梦，即如实地描述了一种心理状态，比如说，自己在现实中很进取，梦到在攀登高峰；“反梦”更像是“补偿性的梦”，就比如，现实很穷却梦到了发大财。

心理测试—梦境窥心

下面哪个梦是最让你害怕的呢？

- A、你梦到自己被鬼抓走
- B、梦到亲人都被大卡车压死
- C、你梦到你得了绝症

A、你可能是社交企图心强，或是希望得到所有人的喝彩关怀，才透过鬼这种东西来引起大家的注意。事实上，在梦中你之所以怕鬼，是为了表现你的无助，你不是怕鬼，你怕的是大家不注意你。

B、不要内疚，你不是真的希望你的家人全部惨死，而是你很想有个自由独立的生活空间，对于家人的限制和干涉，你有所不满，在潜意识中有想让他们暂时消失的欲望，只是你自己不知道罢了。在梦中你会害怕，那是因为你罪恶感，所以你没办法发现你的真正动机。

C、你之所以会做这个梦，暗示你可能对你的家有不好的印象，也可能你是不喜欢安定生活，喜欢生活中有新鲜感和刺激感。也有可能是家的感觉给你很大的束缚和压力，所以你在潜意识中会想让整个家有全新的转变。

趣味图片

人脸还是奏乐人

