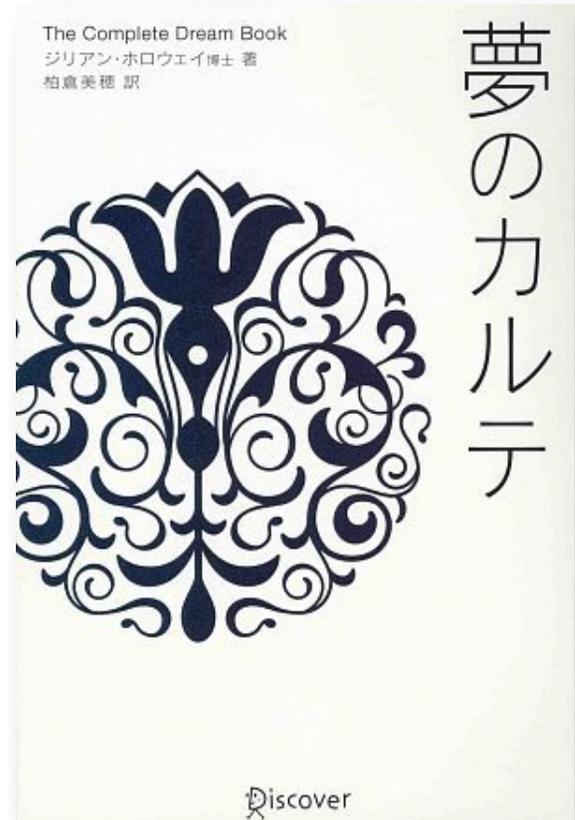


## 夢のカルテ

みなさんはどのような夢を見ることがありますか？ フロイトやユングが伝えたように、「夢は無意識の表れである」という心理学における考え方は、人々の日常生活の中では、繰り返し見る夢や忘れられない夢には何か意味があるのでは？のように思われていると思います。

本書では「夢には生育環境やその人の価値観、体験や欲求だけでなく、個人が問題や課題や目標を前にしたときに、そこから受けるプレッシャーやストレス、その人がどのような対応をしやすいかといった思考や行動特性も表れる」と書かれています。そして「人は友人や医師の忠告ぐらいでは、なかなか行動を起こしたり、自己認識を変えたりするところまではいかない。しかし、夢の持つ力や知恵を理解すると人は変わる。夢が表すものを探ろう、見つけようとする行動そのものが、変化をもたらすのだ」と。カウンセラーのアドバイスが無効（無用）なこともうなづけそう？！

28万件以上の夢データを研究し、夢に共通項を見出し解釈した一冊。多彩な夢の解釈を知ることができます。ユングを学ぶのは大変ですが、こういった読みやすいものならいかがでしょう。



Discover21 (2008)

ジリアン・ホロウエイ(著) 柏倉 美穂(翻訳)

心理と夢は切り離せない…そんなふうに感じることは多いものです。悩みごとで来談するクライアントさんからよく語られる夢の例として「恐ろしい得体の知れないものに追いかけられた」「登山をされていて滑落した」「真っ白な家にただ独り居た」「歯が全部抜け落ちた」…などがあります。どれもクライアントにとって意味深そうですね。クライアントの夢の話につきあえることは、支援の引き出しを広げることになるのではないのでしょうか。



VOICE