# 最新梦的解析读书心得(汇总8篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2024-07-03

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。梦的解析读书心得篇一《梦的解析》又名《...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**梦的解析读书心得篇一**

《梦的解析》又名《释梦》，是弗洛伊德的精神分析心理学中一部十分重要的著作。它叙述了弗洛伊德对于梦的看法以及在进行精神分析的心理辅导时解梦的方法。他阐述了许多学者的观点，又把它们同自己的研究联系起来，来完善他的理论。

弗洛伊德认为梦都是“欲望的满足”。这一点我们在很多梦中都能表现出来：你梦见你在大口喝水，那水的味道就像久渴后的甘泉，而醒来的时候你发现你真的口渴了。口渴引起了喝水的欲望，而梦满足了这个欲望。……弗洛伊德在其对梦的解释中，除了这些十分明显的对普通欲望的满足(如饥渴、排泄等)的梦外，大多数梦在他的眼里都与对性的渴望脱不了干系。他认为在人们心目中最大的禁忌就是“性”，而“性”又是人的本能，对于“性”的这个禁区，人们既想闯入，又迫于道德限制，所以只有在梦中释放自己的愿望，使自身得到满足。他尝试用潜意识来解决各部分的冲突。不过，由于潜意识中的信息不受拘束，通常让人难堪，潜意识中的“稽察者”不允许它未经改变就进入意识。在梦中，潜意识比清醒时放松了此项职责，但是仍然在关注，于是潜意识被扭曲其意义，以通过审查。同样，梦中的形象通常并非它们显现的样子，按照弗洛伊德所说，需要用潜意识的结构进行更深的解释。

他又说如果每一个梦都是欲望的表达，即梦除了表达欲望之外再没有别的目的，这一定会招来人们的强烈反对。于是他又引入了梦的伪装。弗洛伊德从没有伪装或伪装较少的儿童的梦开始讲起直到“面目全非”的成人梦境，其解梦的最关键因素就是揭开梦的伪装。弗洛伊德认为，潜意识中的本能冲动(从本质上说是性欲冲动)趁人睡眠时以伪装的形式骗过有所松懈的心理检查机制而得以表现，就构成了梦境。如果说愉快的、欢乐的、幸福的梦是愿望的达成，那么怎样理解不愉快的甚至痛苦的、悲惨的梦呢?弗洛伊德的回答是，无论怎么不愉快的梦，都不外乎是愿望满足的一种“变相的伪装”。他认为：“一个愿望的未能满足，其实象征着另一愿望的满足。”因为做梦的人对此愿望有所顾忌，从而使这一愿望只得以另一种伪装的形式来表达。“梦是一种被压抑的、被抑制的愿望的经过伪装的满足。”弗洛伊德进一步分析说：“就像第3章我们所提出的梦，有些是非常显而易见的愿望达成。而一旦愿望之达成，有所‘伪装’必表示梦者本身对此愿望有所顾忌，而因此使这愿望只得以另一种伪装的形式表达之。”为了说明这种“变相的伪装”理论，弗洛伊德提出了两种科学假设：“我们须假设每个人在其心灵内，均有两种心理步骤。第一个是在梦中表现出愿望的内容;而第二个却扮演着检查者的角色，而形成了梦的‘伪装’。”同时，再作“一个合理的假设：‘凡能为我们所意识到的，必得经过第二个心理步骤所认可;而那些第一个心理步骤的材料，一旦无法通过第二关，则无从为意识所接受，而必须任由第二关加以各种变形到它满意的地步，才得以进入意识的境界。”’然而，每一个梦，要想证明出其中之秘密意义确乎在于愿望的达成，或要指出其伪装情形等，的确是需要一番努力的分析工作。所以要解梦，首要任务：就是破除伪装，探索人的那些淹没在“深海”处的愿望。为了破除梦的伪装，弗洛伊德从梦的检查入手，先是谈到几个较为普遍的象征形象，进而谈到梦的运作，说明梦进行伪装的四种方法，即凝缩作用、转移作用、将思想转化为视觉和二度润饰。完全破除伪装后，梦的真实意义便浮出水面，即可达到解梦的意图。在精神分析治疗时，通过解梦也可更好地更深入地了解病患，达到对症下药的目的。

《梦的解析》一出，在当时是不被人们接受的，其主要原因在于其中理论多为弗洛伊德自己在治疗一些精神病人时通过感性经验进行的总结，没有理论数据的支持。另一方面，当时的心理学家对于弗洛伊德将个别精神病人的案例所得的结论普遍套用在正常人身上的做法表示不能接受。所以，这本书刚出版时受到了很大的`冷落和责难。虽然今天，人们发现这本书有着它伟大的价值，而且弗洛伊德伟大心理学家的地位逐渐被认可，但是，我对于他的有些观点并不能全盘接受。《梦的解析》中存在着一些不容忽视的缺憾。首先，《梦的解析》是弗洛伊德自己的感性总结，没有经过任何科学的论证，虽然其中的解释有合理可信之处，但对于讲求有科学依据地研究心理学现象的现实情况不符。另外的一点，弗洛伊德本人是一位精神病学家，并不能把它的观点简单的放在普通人身上其次，弗洛伊德认为梦的作用就在于满足人的愿望，可以保护睡眠。这样的说法过于绝对。事实上，在我们的梦里，除了满足愿望的梦之外，也不乏一些焦虑的梦，有些梦甚至会影响到人的睡眠，例如单纯地受到白天未解决的事务影响而做的梦。虽然，弗洛伊德认为人民们的惊醒并非是梦导致的，而是由防御机制造成的，但他仍没有对于噩梦本身的产生给出合理的解释。最后，弗洛伊德提出进行梦的解剖分析时必须对病人的生活背景有深入的了解才行。这一点，我们认为是应该肯定的。也因为这个原因，我们不应妄自对他人的梦加以揣析。要想正确地解梦，我们就必须对做梦者有一个长期的纵向了解，因而解析梦这个过程，也是十分费时费力的。

虽然《梦的解析》中存在着一些问题，但是瑕不掩瑜，我们仍要承认这本书在心理学界中里程碑般的地位。所以，如果你想了解西方的心理学发展，就去读弗洛伊德的《梦的解析》吧!

**梦的解析读书心得篇二**

梦的世界，飘飘渺渺，变幻多端。有时像风一样，倏忽之间吹过，留不下半点影子；有时记忆刻骨，激起心里涌动的情感，多次回味；有时是零散杂乱的，摸不出半点头绪，让人迷茫不解；有时是有着清晰的逻辑，完整的就像真实的人生，忍不住去怀疑这是不是意味着什么；还有时候就像是现实人生的在另一个维度的插入，过渡衔接的那么完美。

梦，究竟是什么？通过阅读，我慢慢发现：梦是人们情感的“镜子”，人睡着了，理性也就入睡了，但情感活动却不会终止，它会以或显或隐的方式展现出个人的情感，如果你对自己的梦境一笑而过，那么你就错过了挖掘潜意识中的自我的机会；梦是我们未来生活的“测试器”，它告诉我们未知的东西，当然是以它的.方式，并非古代的那种迷信。当身体状况出现细微的改变时，清醒的我们并没有意识到，但梦却能敏锐的察觉并表现出来；梦也是我们心理健康的“安全阀门”，它解除了人心中的束缚和压力，让人自由思考，让我们了解自我的深层心理知识，以及身体和生理变化，因为在梦中个人便是主宰，你没有后顾之忧，你可以做任何你想做的事，可以尽情的发散你的思维，当然，这些是梦中的“你”所感受不到的，只有通过现实中的你去细细思考，你才能从中感悟到你的内心……古希腊医师希波克拉底曾说：“能理解梦里千种风情者，必能发现其对人间万事万物的重大影响。”对梦的解释与分析，不同的学派持有不同的观点。

我个人认为，之所以对梦的解析答案多样，还是由于梦的特点决定的。因为它不是普遍的素材，很难具备客观性和真实性，而且因为它仅仅存在于人的意识中，很难将它完整的从人的意识中剥离出来作为实验的素材。但是，就现在而言，对于梦的世界，大部分学者还是都承认了梦是通向人类内心的奥秘之路，而且梦的世界与现实的世界有着千丝万缕的联系。分歧点在于怎么去真正的了解它，去分析它。实践是检验真理的唯一标准，然而这个却很难通过实践去检验。所以，我们必须在解析梦的过程中不断努力，吸取前人的成果，并加以分析比较，才能往前走。目前我所了解的梦是从弗洛伊德前辈那汲取的。

他对梦做了较详尽的解释，难能可贵的是，他能够举出大量例子来帮助我们理解他的方法，很多还是其他派别针对他的方法提出的反例。目前的自己尚在初步入门状态，而且也没有系统的学习关于梦的理论仅仅凭爱好来支撑自己。

文档为doc格式

**梦的解析读书心得篇三**

梦的世界，飘飘渺渺，变幻多端。有时像风一样，倏忽之间吹过，留不下半点影子；有时记忆刻骨，激起心里涌动的情感，多次回味；有时是零散杂乱的，摸不出半点头绪，让人迷茫不解；有时是有着清晰的逻辑，完整的就像真实的人生，忍不住去怀疑这是不是意味着什么；还有时候就像是现实人生的在另一个维度的插入，过渡衔接的那么完美。

梦，究竟是什么？通过阅读，我慢慢发现：梦是人们情感的“镜子”，人睡着了，理性也就入睡了，但情感活动却不会终止，它会以或显或隐的方式展现出个人的情感，如果你对自己的梦境一笑而过，那么你就错过了挖掘潜意识中的自我的机会；梦是我们未来生活的“测试器”，它告诉我们未知的东西，当然是以它的方式，并非古代的那种迷信。当身体状况出现细微的改变时，清醒的我们并没有意识到，但梦却能敏锐的察觉并表现出来；梦也是我们心理健康的“安全阀门”，它解除了人心中的束缚和压力，让人自由思考，让我们了解自我的深层心理知识，以及身体和生理变化，因为在梦中个人便是主宰，你没有后顾之忧，你可以做任何你想做的事，可以尽情的发散你的思维，当然，这些是梦中的“你”所感受不到的，只有通过现实中的你去细细思考，你才能从中感悟到你的内心……古希腊医师希波克拉底曾说：“能理解梦里千种风情者，必能发现其对人间万事万物的重大影响。”对梦的解释与分析，不同的学派持有不同的观点。

我个人认为，之所以对梦的解析答案多样，还是由于梦的\'特点决定的。因为它不是普遍的素材，很难具备客观性和真实性，而且因为它仅仅存在于人的意识中，很难将它完整的从人的意识中剥离出来作为实验的素材。但是，就现在而言，对于梦的世界，大部分学者还是都承认了梦是通向人类内心的奥秘之路，而且梦的世界与现实的世界有着千丝万缕的联系。分歧点在于怎么去真正的了解它，去分析它。实践是检验真理的唯一标准，然而这个却很难通过实践去检验。所以，我们必须在解析梦的过程中不断努力，吸取前人的成果，并加以分析比较，才能往前走。目前我所了解的梦是从弗洛伊德前辈那汲取的。

他对梦做了较详尽的解释，难能可贵的是，他能够举出大量例子来帮助我们理解他的方法，很多还是其他派别针对他的方法提出的反例。目前的自己尚在初步入门状态，而且也没有系统的学习关于梦的理论仅仅凭爱好来支撑自己。

**梦的解析读书心得篇四**

一、梦是可以解释的。

亚里士多德认为：梦是一种由于“精力过剩”而带来的副产品。所谓的“精力过剩”，正好说明梦不是超自然的显灵，而受制于人类的精神活动。梦是按照做梦人本身睡眠深度所产生的不同的精神活动。

世俗世界一直在试图用两种不同的方法解释梦。其一就是把整个梦当做一个整体来看，尝试用另一种内容来取代它。这种方法从某些方面看来，是在利用“相似”的原则，有时似乎非常的高明。这就是所谓的“象征性的释梦”。主张“梦是预言未来的观念”的人，在对梦做出解释时，主要使用的就是“象征性释梦法”，从梦的内容、形式上来对未来进行臆测。

另一种释梦法可以称为“解码法”。视梦作为一种密码，其中每一个符号，都可以像密码册一样，用另一种已经具有意义的内容来对照着一一解释。

尽管在某种程度上这两种释梦法成功地解释了部分梦，但是它们的不可靠性是显而易见的。都是是主观臆测的，没有科学根据的。

弗洛伊德用把梦本身当做一种症状，利用梦的解释来追溯梦的病源，并据此来进行治疗。这种方法和治疗歇斯底里恐惧症、强迫意念等精神病症状类似。

二、梦可以解释为愿望的达成。

梦所代表的愿望的达成通常是没有什么遮掩的，极为明显。可以通过实验的方法来测试，比如晚上口渴会梦到在喝水。

梦无论是如何的复杂，大部分均可以解释为愿望的达成，而且甚至内容往往是毫不掩饰即可以看出的。小孩子的心灵比较单纯，做的梦也往往会单纯一点，小孩子的梦，往往表现为愿望的达成。

各种梦的案例证明，梦的本质是愿望的达成。

三、梦的伪装

梦代表愿望的达成，但是如何来解释让人焦虑的梦，让人感到惊恐的梦?梦是需要解释的，并非梦表面所显示的意义那么简单，这就是梦的伪装特征。

通过种种的例子，我们可以充分证明：一个看起来内容很痛苦的梦，其实是可以解析成是愿望的达成的。我们不要认为这些在解析时发现的，“碰巧”就是人们平时不愿意去想或去做的一些事。其实这些令人不快的感觉，和平时我们面对不愿做或不愿提的事所产生的反感情绪一样的，是在解开梦之谜底的时候，必须克服的种种阻力。当我将所有不愉快性质和梦的伪装一起来考虑分析，得出这样的结论：这些梦都是经过伪装的，梦中的愿望，在平时被严重压抑了，所以愿望的达成被伪装到初开起来似乎无法看出的程度。所以，我们说，梦的伪装其实就是一种审查制度在工作。针对所有梦中令人不快的内容的分析，我们得出下边这个公式：梦是一种(受压抑的)愿望(经过伪装而)达成。最后，我还需要提到和这些以痛苦为内容的梦相近的“焦虑的梦”假如把这类梦也看作是愿望的达成，恐怕对那些没有接受过梦的解析训练的人来说，更加的不好理解。

焦虑的梦事实上并非梦的解析的另一对象，它只不过以梦本身来表示出一半焦虑的内容而已。我们梦中所感受到的焦虑就是梦内容所明白地表示的那些念头而已。如果我们想对这种梦再作解析，那就会发觉梦所表示的焦虑就如恐惧症所产生的焦虑一样，它只是由某种念头的存在而引起的焦虑。举个例子，从窗口掉下去是有可能，因此一个人走进窗口时应当小心点。但是我们就不懂为什么对这类恐惧症病人而言，靠近窗口竟会给他们那么大的焦虑，远超过事实上所需的小心，同样地对这类恐惧症的解释，也可适用于焦虑之梦。这两者一样，焦虑均附着于另一来源的某种意念上。

佛洛依德认为，神经官能症焦虑都是起源于性生活的，而且多数情况下是因为里比多从正常的对象转移，而无法发泄引起的。焦虑的梦的内容很多和性有关，是因为这种内容中所带的“性欲”转成了“焦虑”。

四、梦的材料与来源

1、梦的内容通常为最近几天给人印象较深的事情。

2、梦在选择材料的时候和清醒的状态下，是完全不一样的，专门会去找一些次要的容易被忽略的小事。

3、梦完全受儿时最初印象的影响，常把那些从的细节清醒时候想不起来的小事，重新翻出来。

梦的内容常常用那些无关紧要的经验，而相反的，经过梦的解析后，我们会发现注意力所集中的实际上是最重要、最合理的核心经验。

为什么梦见的是一些无关紧要的事情，而那些真正刺激很深、完全达到“日有所思，夜有所梦”地步的东西，反而隐藏起来，看不见了?最好的解释方法就是用“梦的伪装”现象中提到的“心理步骤”中的“审查制度”来解释。

那些无足轻重的经验，如何在梦中取代了在精神上更具重要性德经验?我们了解到梦的形成是曾经产生了“置换”的现象——从心理学的角度，就是具有较弱潜能的意念开始必须从那些有较强潜能的意念里，逐步地吸取能量，当积累到一定程度时，就会呈现出来，上升到意识层面。这种转移想象在日常的动作和行为中也是屡见不鲜的，比如一个孤独的老处女会近乎疯狂地喜爱某种动物，一个单身男人会变得很狂热地收集物品，一个老兵呢，会为了一小块有颜色的布条——旗帜，而不惜牺牲生命。

我们看到梦之所以用这类芝麻小事作为内容，其实无非就是一种经过“转移作用”的“梦之伪装”。而且，我们也应当可以想到，梦之所以被伪装是由两种前述的“心理步骤”之间的检查制度所造成的。

假如某天发生了两件或两件以上的事情，可以引发出我们梦的体验，梦会把着两件事合成一个整体。它一直按照这种“强制法则”，进行着合成一个整体的工作。梦的形式是按照一种强制法则在进行，所有能够引起梦刺激的来源，会合成一个统一的整体。

梦的刺激来源完全是一种主观心灵活动，借助当天的精神活动，将从前的刺激变成和最近发生一样。

梦的来源包括：

一、一种最近发生的，在精神上有重要意义的事件，并不直接呈现在梦中。

二、几个最近发生的具有意义的事件，在梦中合成一个整体。

三、一个或数个最近而具有意义的事件，在梦中以一个同时发生的无关紧要印象来表现。

四、一个对做梦人本身有很大意义的经历，却经常在梦中以另一个最近经常发生，但没有多大关系的印象构成梦的内容。

这是一本令人内心纠结的书。也许因为我没有太多心理学、病理学及精神病学方面的相关知识，此书读来颇多观点不甚赞同，当然，这丝毫不影响对这本书的高度评价。试想一本著于1899年的著作，其分析、研讨内容至今仍然很有说服性、仍然很有指导意义，足见本书的历史价值绝不是一个人、两个人的不能苟同就能撼动的。

严格地说，如果你是一个医科的学生，而且对精神病及心理疾病方面想深入研究，或者很感兴趣，那么这本书你一定要看，其中一些梦的解析对这方面的研究是很有帮助的，我虽对这方面不甚详解，但循着本书的思路与解析，已然对这一领域有了更进一步的认识。

如果你因为对梦的兴趣，或者是想试着做传统意义上的解梦，想通过阅读这本书达到这个目的，恐怕会失望，因为这本书几乎完全没有从这方面去解析梦。特别是书中关于梦的解析几乎全部基于性、童年相关联，难免令其说服力降低，颇觉牵强，恐怕这也是本书之所以略有争议的体现吧。

虽然这本书象教科书一样理论化，但其细致入微的记录下每个梦，又象考古一样对每个梦深入研究，其解梦是为了为病人治病，而非算命预测，令人很折服他的专业功底，但对业外人士借鉴意义似乎不大。不过，书中对潜意识的探索与剖析还是很有见地的，梦可以使人发现自己的潜意识，窥析自己内心的真实意图。

书中精彩录：

1.疯子是醒着的梦者。

2.梦中的身体不能动等运动麻痹，是神经意识与肢体的矛盾体现。

3.梦中所展现的主要是人的本能，可以说人在梦中回到了自然状态。他冲破清醒时被意志禁固的压抑。

4。梦中忘记的往往是重要的，是稽查的抗拒。

5.最后渐渐明白：梦可以使人发现自己的潜意识，真实意图。

6.前意识与潜意识。以前的概念中只知道潜意识，现在才知道还有前意识。

7.梦的形成至少经过一天以上的酝酿。原来以为梦是自然瞬间形成的，经过大师的分析觉得真的是酝酿好久呢。以后会留意下自己的梦，或许还会珍惜下自己的梦呢。

如果说有些书要通过重读来强化与加深，我不会再选这本书。

这段时间，我阅读了西格蒙德·弗洛伊德的《梦的解析》，感触良多。本来我以为梦只是人在睡眠时大脑对白天发生的事情或曾经想到过的事情的反映或重现，或者单纯只是莫名其妙的念头，但阅读完后我才知道原来梦不是那么简单的事情，它反映了我们人类的欲望;同时我身为一名土生土长的中国人，从小被灌以儒家的传统道德，自不敢萌生在大家眼中有违伦理道德的想法，即使有想法也不敢面对，但是这本书告诉了我这其实就是人类最原始的本性，正因为其可怕，我们更要面对以认识自己、完善自己。

《梦的解析》出版于1900年，是西克蒙特·弗洛伊德对心理学最重要的贡献之一，被誉为改变人类历史的书，是精神分析理论体系形成的一个重要标志。该书在作者生前就再版了8次，先后被翻译成多种文字。一直经久不衰。与达尔文的《物种起源》、哥白尼的《天体运行论》并称为导致人类三大思想革命的经典之作。本书由作者大量总结前人的研究成果，结合自己对病人的梦的临床研究和对自己的梦的分析，深入地探讨了有关梦的实质、梦的解析方法、梦的伪装、梦的材料和来源、梦的工作以及梦的过程的心理等理论问题。他把象征论作为理论基础，认为梦是对愿望的满足，这不仅提供了开启神经症患者心灵的一把钥匙，而且还成了认知正常人潜意识活动的一条最重要的途径。

其中弗洛伊德对梦的种种解析让我印象最深刻的有3点：

1、梦是欲望的满足。

2、关于亲人死亡的梦。

3、关于考试的梦。

梦是欲望的满足。弗洛伊德在书中说：“梦，并不是无中生有的，它们并非毫无意义的，荒谬的，它们也不是我们一部分观念昏昏欲睡而另一部分清醒的结果，相反，它们是绝对有意义的精神现象——欲望的表达。......有一些梦并不掩饰表示一种欲望的满足，但在那些欲望的满足无法识别的梦例中，则一定具有某种堤防这种欲望表达出来的意思。”这让我联想到了自己小时候和最近做的同种主题的梦。很小的时候，经常会在刚爬上床准备睡觉时发现自己有尿意，但是怕黑不敢上厕所便勉强入睡，导致之后会做梦发现自己身处卫生间，然后很利索地脱掉裤子一泄而快，当然醒了之后就会发现自己尿床了，这或许就是弗洛伊德所说的梦是欲望的满足，因为我想上厕所就会梦到自己上厕所从而满足了我解决尿意的欲望。但是当我长大后，同样是想上厕所的梦却有着不一样的结果。最近，我梦到自己同样身处洗手间内想要小便，但却因为裤带卡住久久无法蹲下，而就在我愁于怎么也解不开裤带的时候门外还一直有人敲我的门催促我，导致我从梦中惊醒。我想正是由于我的潜意识在提醒我不能尿床，从而在梦中出现裤带卡住和有人催促的情节阻止我想要小便的欲望。于是我认为，在人的不同年龄阶段，即使是同样主题的梦、相同的场所，也会受到人在清醒时的不同意识观念影响而导致大相庭径的结局。

关于亲人死亡的梦。

我回忆起小时候做的一个梦，梦中我和一个小男孩在一个漆黑的洞里，头顶有亮光，不时会有食物扔进来，但是大多都被我抢食了，于是我吃的很肥胖，而小男孩就很瘦弱。有一天，上面有声音传来“你们其中一个可以出去了”，我很想出去，但是由于太肥胖了导致无法攀爬上去，但是小男孩却身手灵敏地一下子就跳出去了。在看《梦的解析》之前，我一直是这么解释这个梦的：小男孩其实就是我哥哥，而那个黑洞就是妈妈的肚子，哥哥之所以会比我早出生就是因为他在肚子里吃的比我少而容易爬出去，而事实也就像梦中所描述的一样，哥哥出生时十分瘦小而我十分肥胖。但是在阅读到弗洛伊德关于亲人死亡的梦的解析“其实兄弟姐妹之间存在着许多冲突，就算他们彼此友爱、患难与共，小时候却引以为敌......孩子们差不多都是以自我为中心，他们迫切地想到和想要满足自己的需要，尤其是针对自己的对手——其他儿童，其中首先是与自己兄弟姐妹的竞争......对从来没见过死亡的痛苦景象的儿童而言，‘死亡’的意思也许就是‘走了’——不再干扰活着的人。”之后，我对自己的这个梦有了新的认识与解释：小男孩的确是我哥哥，黑洞也的确是妈妈的肚子，但是哥哥不是先出生了，而是爬上天堂了，走了，留下的是我一个。因为事实是小时候哥哥常惹妈妈生气，而我就会想要是妈妈只有我一个孩子就好了，但是由于从小受教育说兄妹之间要相亲相爱，所以才只能在梦中用那么隐晦的方式满足自己的欲望。

关于考试的梦。

我想大多数人都曾经做过关于考试的梦，我原来对此的理解只是因为我们太过重视这些考试而且害怕取不到好成绩才会做这样的梦，但其实这对我们现实生活中并没有任何帮助。但是弗洛伊德指出，考试的梦往往发生于梦者隔天就要从事某种可能有风险而且必须承担后果的大事时。同时他认为，梦者不会梦到他以前考试不及格的经历，而会常梦到过去那些当时担心通不过，花费了很大心血，而后却发现并不是这么难通过的那类考试。这让我意识到，原来这类考试梦并不是毫无意义的，其实这类梦是在提醒我们不要太过害怕紧张，因为即使过去很害怕的考试也一样通过了，梦境是在给我们心理暗示提醒我们只要尽力一般都会通过将近的考试的。

尽管这本书享有很高的赞誉，但是在我看来应该理性辩证地去学习它，而不是一眛地照搬全收。或许是我阅历太少，知识量太贫乏，但在我看来，弗洛伊德在这本书中有两个方面是我不能轻易完全认同的。

1、弗洛伊德在全书中把人的欲望都归结于性本能的驱使，把所有本“清白纯洁”的梦都看成是因为稽查作用的效果，而稽查作用的动机明显就是性因素。弗洛伊德把梦中出现的物体都联想到了性，例如一切长形物体，如手杖、树枝、雨伞都象征男性生殖器，而盒子、箱子、柜子等中空物体都象征子宫，而上、下阶梯都象征性活动......这些让我觉得有些言过其实。因为在我看来，人不是只有对性这一欲望的追求，不同的人有不同的价值偏向。他把人的一切梦的隐义都与梦者潜意识中的本能欲望联系起来，这太牵强了。他根据其性欲理论来解释梦，不是把人看作社会的人，而单纯看成是一种生物。但也有可能是因为我是受这些传统的中国文化影响，在我的梦中多以遵从权威、崇尚礼仪的人文传统为主题，或是其实这些都暗中指向“性”而我不自知。

2、弗洛伊德对梦的解析在我看来显得有些过于主观，带有强烈的主观能动性。他对梦的解析尽管考虑了梦者的童年经历、近期经历、想法观念，但是他对材料的选取却没有一个标准的规则，而是任意从中抽取能够支持他观点的材料加以拼接而成，这让我们没有办法对自己的梦足够客观地进行分析。

《梦的解析》是弗洛伊德的名著，发表于1900年。在这本书中，引用了大量的梦作为实例，对有关梦的问题从各个方面进行认真的探讨。从性欲望的潜意识活动和决定论观点出发，指出梦是欲望的满足，绝不是偶然形成的联想，即通常说的，日有所思，夜有所梦。《梦的解析》将梦分为显相和隐义。显相是隐义的假面具，掩盖着欲望(隐义)。他解释说，梦是潜意识的欲望，由于睡眠时检查作用松懈，趁机用伪装方式绕过抵抗，闯入意识而成梦。梦的内容不是被压抑与欲望的本来面目，必须加以分析或解释。释梦就是要找到梦的真正根源。

很早就想读这本书了，但一直有各种原因没有去实践，放假回家，有了充足的时间，可以好好读读这本名著。《梦的解析》叙述了弗洛伊德对于梦的看法以及在进行精神分析的心理辅导时解梦的方法。其实这本书在某些程度上改变了我存于心中的道德观。读过这本书后，每当看到街上熙来攘往的人群，都有种异样的感觉。这本书分可以为六个部分，分别是：

一、对儿童的梦的研究;

二、探讨梦的检查作用;

三、探讨梦的象征作用;

四、分析梦的运作;

五、举例分析几个真实梦境;

六、梦的作用在于满足愿望。

弗洛伊德从没有伪装或伪装较少的儿童的梦开始讲起直到“面目全非”的成人梦境，其解梦的最关键因素就是揭开梦的伪装。

《梦的解析》指出梦是—种精神活动;“其动机常常是一个寻求满足的愿望”。梦是因愿望而起，它的内容是“愿望的达成”。梦不仅使思想有表现的机会，而且借幻觉经验的方式，以表示愿望的满足。关于梦是“愿望的达成”，作者举了许多实例。其中一个是他的5岁的小儿子的梦。有一次，他们全家到达赫山脚下去游玩。小儿子由于常用望远镜可以看到山上的西蒙尼小屋，因此他并不满足于在山下玩。但父母并没有带他上山，他当时不很高兴。弗洛伊德指出：“第二天早上，他神采飞扬地跑过来告诉我;‘昨晚我梦见我们走庙到了西蒙尼小屋。’我现在才明白，当初我说要去达赫山时，他就满心地以为他一定可以由荷尔斯塔特翻山越岭走到他天天用望远镜所憧憬的西蒙尼小屋去，而一旦获知他只能以山脚下的瀑布为终点时，他是太失望了，太不满足了。但梦却使他得到了补偿。”

《梦的解析》指出梦是潜意识的自我表现，潜意识被压在人的心灵的最深处，但它很活跃，于方百计要突破前意识的领域冒出来。当“自我”在既要休息又得不到完全体息，即自我“处于浑浑噩噩的状态而放松了戒备的时候，潜意识使开始活动，于是出现了梦。由于做梦的`人有不少愿望是违反道德的，于是潜意识使以改头换面的形式冒出来。梦之所以奇特而不可理解是由于梦的化装造成的。梦既经过多次化装就必须通过精神分析法才能作出解释。

《梦的解析》指出梦和精神病有相似之处，他认为”梦包含着简要的神经质病的心理学“。因为他在闻释梦和神经病时都是以关于潜意识的理论为依据的。他总结梦和精神病都符合潜意识的活动规律，得出的结论是：”潜意识比较喜欢和前意识中那些不被注意、被漠视或刚被打入冷宫(受排挤)的概念攀上关系。“通过这种手法，狡猾的潜意识可以偷偷溜到意识领域中去。弗洛伊德否定了过去人们所说的梦是来自超自然的鬼神的启示，强调梦是人的心理活动的一部分，是来自潜意识。梦既不是灵魂的显现也不是上帝的启示，而是人类早年实践活动的浓缩品和沉淀物。

这部书的结构是先用实例浅显易懂的解释梦，然后一步一步将梦的机制加以剖析，最后上升到理论层面，用心理学的语言解释更广泛的精神机制的产生。我的读书笔记将从最后一步开始，先给出最宏观的精神构架，再慢慢detaild到梦的解析。

现在解析各个部分：

记忆：属于感觉端的分化，感觉刺激后，精神装置会留下痕迹，即记忆。一种感觉元素会留下很多种记忆痕迹。

潜意识：像一个pool，里面的东西是永远活动的，没有任何东西具有终点，没有过时或是遗忘了的东西(小时候的愿望也是愿望)如三十年前受到的侮辱，只要有足够的激动堆积起来，那三十年来的感受就和新近发生的没什么区别。潜意识是精神生活的一般性基础，每一个意识都有一个潜意识的原始阶段。潜意识经由意识和我们交往，而前意识如一道筛子立于潜意识和意识之间，控制随意运动的力量。

审核机构：这是被梦迫使假设的一个东西，把它归结到运动端。就是后面会提到的梦中的censorship，它是我们心理健康的卫士。审核潜意识里面的冲动，不让其随便进入意识层。

前意识：前意识里面的激动将不再受到阻碍而直接到达意识层，前提是它要有足够的强度。

该精神装置经过了漫长的演化。按我的理解，最初的机制可以让接受的感觉刺激可以很快的经过运动途径而产生反应。但是，这精神装置的力量要使自己尽量的避免遭受刺激而保持平静状态，因此它设计了种种关卡，在潜意识和前意识之间，在前意识和运动之间，为了避免过多的刺激消耗精神能量。

以上便是精神活动机制的简单介绍。弗洛伊德对梦，乃至整个精神活动的分析都是以这个机制为基础。

**梦的解析读书心得篇五**

每个人都有死的本能，即每个人身上存在着一种趋向毁灭和侵略的本能。所以一切生命的最终目标乃是死亡，而生命的目标就是回复到最原始的状态。

死亡是一种自我毁灭的本能冲动。死亡的梦也是死亡本能的虚幻表现。

梦境与平日想的恰好相反，做怕死的梦正好是盼着死亡。死亡是一种自我毁灭的本能冲动。死的本能决定了自杀者如果不自杀就很可能成为受虐狂，一个再手身心痛苦的人。这些人有时把自毁转向世界，成为谋杀者，虐待狂或侵略者。战争就这种本能的表现。人类的历史就是爱神和死神互相斗争的戏剧。而战争的根源就在于人们的无意识深处的死亡本能。

梦见受伤说明在梦者的潜意识中一直存在着对某事或人的担心，其实是在提醒做梦者赶快采取行动，以消除心中的担心。

死亡的象征有很多，应根据梦境中具体的人物以及背景等作出相应的解释。但都是象征意义的死亡，而非真正的死亡。死亡还象征了遗忘、消除、克服等，如梦见已分手几年的恋人在梦中死去，说明这个人其实还一直活在梦者的心里，这次死亡就象征了遗忘，他/她已经死了，应该为新感情让位了。如果梦见死亡的是丑陋的、邪恶的、陈旧的等，这其实是好事，象征了一种重生，一种心灵的脱胎换骨，预示自己将获得更好。当然，有时候梦见亲友的死亡也许就只是表示一种担心与猜想而已。

梦见牙齿脱落除了预示生理上的变化外，也表示了内心的一些变化，如对自己外表和能力的担心、失去男性气质的忧虑等，还有两种相反的感受，一是衰老的悲哀，因为人老了就会掉牙。二是成长的喜悦，乳牙换新牙的过程就是在弃旧求新，是一种成长。

**梦的解析读书心得篇六**

这部书的结构是先用实例浅显易懂的解释梦，然后一步一步将梦的机制加以剖析，最后上升到理论层面，用心理学的语言解释更广泛的精神机制的产生。下面是小编为大家收集关于读书

心得体会

，欢迎借鉴参考。

这部书的结构是先用实例浅显易懂的解释梦，然后一步一步将梦的机制加以剖析，最后上升到理论层面，用心理学的语言解释更广泛的精神机制的产生。我的

读书笔记

将从最后一步开始，先给出最宏观的精神构架，再慢慢detaild到梦的解析。

现在解析各个部分：

记忆：属于感觉端的分化，感觉刺激后，精神装置会留下痕迹，即记忆。一种感觉元素会留下很多种记忆痕迹。

潜意识：像一个pool，里面的东西是永远活动的，没有任何东西具有终点，没有过时或是遗忘了的东西(小时候的愿望也是愿望)如三十年前受到的侮辱，只要有足够的激动堆积起来，那三十年来的感受就和新近发生的没什么区别。潜意识是精神生活的一般性基础，每一个意识都有一个潜意识的原始阶段。潜意识经由意识和我们交往，而前意识如一道筛子立于潜意识和意识之间，控制随意运动的力量。

审核机构：这是被梦迫使假设的一个东西，把它归结到运动端。就是后面会提到的梦中的censorship，它是我们心理健康的卫士。审核潜意识里面的冲动，不让其随便进入意识层。

前意识：前意识里面的激动将不再受到阻碍而直接到达意识层，前提是它要有足够的强度。

该精神装置经过了漫长的演化。按我的理解，最初的机制可以让接受的感觉刺激可以很快的经过运动途径而产生反应。但是，这精神装置的力量要使自己尽量的避免 遭受刺激而保持平静状态，因此它设计了种种关卡，在潜意识和前意识之间，在前意识和运动之间，为了避免过多的刺激消耗精神能量。

以上便是精神活动机制的简单介绍。弗洛伊德对梦，乃至整个精神活动的分析都是以这个机制为基础。

弗洛伊德解释梦的宗旨便是“梦是愿望的达成”。

愿望的来源有4种：

1.白天没完成的愿望(前意识的愿望)

2.源于白天，但是遭受排斥，被潜抑(从意识赶到潜意识的愿望)

3.跟白天无关，受到潜抑的愿望(无法突破潜意识系统的愿望)

4.晚上随时产生的愿望，如口渴等肉体的愿望(属于前意识的愿望)

但是梦的源泉仅仅来自于潜意识的愿望(除了心智没发育健全的小孩可能会因第二种愿望产生梦)。不过潜意识的愿望一般是不能达到意识层面的，除非潜意识跟前意识中的一些东西发生关联。在白天的时候，潜意识里的愿望受到潜抑，到了晚上，这些愿望拼命的想与前意识中的东西搭上关系。所以潜意识会寻找前意识中被ignore的不那么popular的那些东西，比如白天发生的不起眼的事，而且由于一个联系会排斥其他的联系产生(梦就是要产生新联系)，所以选取最近发生的不起眼的事情——他们跟其他的东西尚未建立联系。说得学术点——前意识中有一组思想串列，受到前意识潜能的遗弃(思想需要一种叫“潜能”的激动传递，转移，来引起意识的注意。而有一些思想被忽视和压抑，他们的潜能被收回，只有靠自己的激动)，但是这些思想串列被潜意识选中作为登上意识层的垫脚石后，它们便由潜意识的愿望获得潜能。

意识层面的愿望——前意识里的愿望——是没有办法单独形成梦的。它最多是有助于梦的形成。潜意识的愿望是永远活动着的，只要有机会，它就会和前意识的愿望结盟，将自己较强的力量转移到较弱的后者上。因此，梦总是有显意和隐意的，显意就是前意识的愿望，它不见得是真正内心最渴求的，隐意是潜意识的愿望，由于为了逃过censorship被改装过，不容易看出来，但是确实导致梦产生的源泉。弗洛伊德几乎必用性冲动解释梦，可能正是因为性是最潜意识的，所以他认为这是最本质和最真实的构成梦的原因。

了解了梦的源泉后，我们再来看梦是怎样通过前述的精神装置形成的。

梦起源于潜意识愿望(这个冲动在白天发生)，在白天这个愿望由于censorship的原因是不能进入意识层的。但是到了晚上，守门人censorship去休息了，没有那么严格了，于是潜意识的愿望就趁机与前意识中的一些东西发生关联，借此登上意识层的舞台。但是censorship休息的同时也将行动的大门关闭了，因此不管这些潜意识的跳梁小丑如何在舞台上兴风作浪，它们也是无害的。

这解释了概念式的梦(?)，但尚不能解释幻觉式的梦(我最开始理解为梦魇，但按弗洛伊德诉说的好像大部分梦都是幻觉式的)。对于幻觉式的梦可以这样解释：行动的大门关闭后，激动的传播方向变为倒退的(regressive)，即从运动端到感觉端，于是产生了幻觉——逆向的精神激动使感觉端受到刺激。这样可以解释为什么所有梦思的逻辑关系都在梦中消失殆尽或难以表达，因为梦使精神回到了感觉端，逻辑关系是不存在于记忆系统的，而是建立在后面的系统上。其实回忆和正常思考时也需要精神装置的这种后退作用——由一些繁杂的概念回到构成它们的记忆痕迹原料上。但是在清醒的时刻，这种后退不会超过记忆影像，因此不会使知觉有幻觉式的重现。

为什么我们清醒的时候不会产生这种可以倒退到知觉的现象呢?因为清醒的时候有感觉的激流源源不断的涌进，而做梦时，这股激流减弱了，因此流向发生了改变。一些精神病人就是在上面这种机制产生了问题。他们的潜意识病态的强大，控制了前意识，如果他们行动的大门也很脆弱，那潜意识就可以控制语言和行动，即使行动的大门对于潜意识关闭，他们的倒退机制也可能过于强劲，在清醒时都可能产生幻觉，这样再通过progressive的方向，由知觉吸引意识 (先regressive，再progressive)。

关于用心理学术语的解释到这就差不多了，这些都属于该书的最后部分，其实读懂了这部分再倒过去读前面的部分，会有茅塞顿开之感。我再插入几句我的感想，然后接着讲具体梦的一些元素。

(潜意识是一个神秘，强大的pool，里面的东西有好有坏。释放潜意识可能可以取得不可思议的潜力，也可能造成精神上的创伤——如果控制不当的话。催眠就是将意识的能量减弱，将潜意识的能量加强，然后催眠师引导被催眠人的潜意识。那些修炼的僧人我觉得可能也是在一种催眠的状态，在冥思中可以让潜意识释放for good。

另外的，精神机制本身可以趋利避害，痛苦的经验会被删除或潜抑。我觉得自己push自己遗忘痛苦的这段时间，记忆力好像变差，是不是因为我的前意识不能有意识的精确的识别痛苦经验，如果要有意识的遗忘，那会连其他一些东西一起遗忘了?)

好了，现在就摘录一些具体的梦的解析。

梦的改装——梦有censorship，隐藏真实的愿望

梦的置换——把某种含义寄托在另外一个不起眼的东西上。另外一种置换是对于思想的表现形式的置换，梦需要更形象化的表现力。

梦通常会就头一天的经验取材，然后强制性的把头天没注意的小事联系到真正的愿望上。梦也经常联系到儿时的场景。

肉体刺激也是梦的材料。梦者有“睡眠愿望”和“观念愿望”，肉体刺激产生的梦通常跟睡眠愿望相关，比如说梦见上了厕所，就不用醒来。肉体刺激如果不够强烈的话，那就跟头天发生的小事一样，仅仅是梦可取的材料。如同一个工匠，如果面对一颗宝石，那他就要通过观察宝石的成色来打造相应的首饰，但是如果只是大理石，那他可以随心所欲发挥自己的意愿。睡眠愿望是来自前意识，而梦是潜意识的愿望。

对于亲友的死亡，也是愿望的达成——这虽然是难以接受的。但是梦中的愿望可能是很久之前，儿时的愿望。这些愿望现在已经不存在，但是并不是消散了，愿望可以在梦中复合。而对于小孩子，“死亡”并没有那么重大的意义，小孩子不会联想到太悲恸的情景，而只是表达想要这个人离开的愿望。弗洛伊德将对父母死亡的梦解释为性冲动，而对兄妹的亡故则解释为小孩子self centered的占有欲。

焦虑的梦可以被称为惩罚的梦。一般白天很焦虑的事情会勾起潜意识的里的愿望。一方面潜意识的愿望被达成，但另一方面这种愿望达成的满足感是受到谴责的，所以又会有痛苦的感觉。

梦的否定通常是通过梦的内容来体现。比如空缺了的梦，其实这不是梦的形式，这是梦的内容，那个空缺可能意味着一个人的离去或者一个洞(例子是女性生殖器)。

梦中梦——梦希望梦中梦的事情不要发生，因此梦里知道那是梦，不会发生的，属于愿望达成。

终于读完了，还想看看荣格的。他们的分歧在于，相对于弗洛伊德认为梦是一种被压抑的愿望的隐晦表达，荣格更强调梦具有一种补偿作用。梦不是伪装和欺骗，而是一部用特殊语言写成的书。在梦的分析上，荣格强调不应该仅局限于单独的梦，而是关注梦的系列，着重分析与个人有重要影响的“大梦”。

《梦的解析》是弗洛伊德的名著，发表于1920xx年。在这本书中，引用了大量的梦作为实例，对有关梦的问题从各个方面进行认真的探讨。从性欲望的潜意识活动和决定论观点出发，指出梦是欲望的满足，绝不是偶然形成的联想，即通常说的，日有所思，夜有所梦。

《梦的解析》将梦分为显相和隐义。显相是隐义的假面具，掩盖着欲望(隐义)。他解释说，梦是潜意识的欲望，由于睡眠时检查作用松懈，趁机用伪装方式绕过抵抗，闯入意识而成梦。梦的内容不是被压抑与欲望的本来面目，必须加以分析或解释。释梦就是要找到梦的真正根源。很早就想读这本书了，但一直有各种原因没有去实践，寒假在家有了充足的时间，可以好好读读这本名著。《梦的解析》叙述了弗洛伊德对于梦的看法以及在进行精神分析的心理辅导时解梦的方法。其实这本书在某些程度上改变了我存于心中的道德观。

，分别是：一、对儿童的梦的研究;

二、探讨梦的检查作用;

三、探讨梦的象征作用;

四、分析梦的运作;五、

举例分析几个真实梦境;

六、梦的作用在于满足愿望。弗洛伊德从没有伪装或伪装较少的儿童的梦开始讲起直到“面目全非”的成人梦境，其解梦的最关键因素就是揭开梦的伪装。

《梦的解析》指出梦是—种精神活动;“其动机常常是一个寻求满足的愿望”。梦是因愿望而起，它的内容是“愿望的达成”。梦不仅使思想有表现的机会，而且借幻觉经验的方式，以表示愿望的满足。

关于梦是“愿望的达成”，作者举了许多实例。其中一个是他的5岁的小儿子的梦。有一次，他们全家到达赫山脚下去游玩。小儿子由于常用望远镜可以看到山上的西蒙尼小屋，因此他并不满足于在山下玩。但父母并没有带他上山，他当时不很高兴。弗洛伊德指出：“第二天早上，他神采飞扬地跑过来告诉我;昨晚我梦见我们走庙到了西蒙尼小屋。我现在才明白，当初我说要去达赫山时，他就满心地以为他一定可以由荷尔斯塔特翻山越岭走到他天天用望远镜所憧憬的西蒙尼小屋去，而一旦获知他只能以山脚下的瀑布为终点时，他是太失望了，太不满足了。但梦却使他得到了补偿。

” 《梦的解析》指出梦是潜意识的自我表现，潜意识被压在人的心灵的最深处，但它很活跃，于方百计要突破前意识的领域冒出来。当“自我”在既要休息又得不到完全体息，即“自我”处于浑浑噩噩的状态而放松了戒备的时候，潜意识使开始活动，于是出现了梦。由于做梦的人有不少愿望是违反道德的，于是潜意识使以改头换面的形式冒出来。梦之所以奇特而不可理解是由于梦的化装造成的。梦既经过多次化装就必须通过精神分析法才能作出解释。 《梦的解析》指出梦和精神病有相似之处，他认为“梦包含着简要的神经质病的心理学”。

因为他在闻释梦和神经病时都是以关于潜意识的理论为依据的。他总结梦和精神病都符合潜意识的活动规律，得出的结论是：“潜意识比较喜欢和前意识中那些不被注意、被漠视或刚被打入冷宫(受排挤)的概念攀上关系。”通过这种手法，狡猾的潜意识可以偷偷溜到意识领域中去。弗洛伊德否定了过去人们所说的梦是来自超自然的鬼神的启示，强调梦是人的心理活动的一部分，是 来自潜意识。

梦的世界，飘飘渺渺，变幻多端。有时像风一样，倏忽之间吹过，留不下半点影子;有时记忆刻骨，激起心里涌动的情感，多次回味;有时是零散杂乱的，摸不出半点头绪，让人迷茫不解;有时是有着清晰的逻辑，完整的就像真实的人生，忍不住去怀疑这是不是意味着什么;还有时候就像是现实人生的在另一个维度的插入，过渡衔接的那么完美。

梦，究竟是什么?通过阅读，我慢慢发现：梦是人们情感的“镜子”，人睡着了，理性也就入睡了，但情感活动却不会终止，它会以或显或隐的方式展现出个人的情感，如果你对自己的梦境一笑而过，那么你就错过了挖掘潜意识中的自我的机会;梦是我们未来生活的“测试器”，它告诉我们未知的东西，当然是以它的方式，并非古代的那种迷信。当身体状况出现细微的改变时，清醒的我们并没有意识到，但梦却能敏锐的察觉并表现出来;梦也是我们心理健康的“安全阀门”，它解除了人心中的束缚和压力，让人自由思考，让我们了解自我的深层心理知识，以及身体和生理变化，因为在梦中个人便是主宰，你没有后顾之忧，你可以做任何你想做的事，可以尽情的发散你的思维，当然，这些是梦中的“你”所感受不到的，只有通过现实中的你去细细思考，你才能从中感悟到你的内心……古希腊医师希波克拉底曾说：“能理解梦里千种风情者，必能发现其对人间万事万物的重大影响。”对梦的解释与分析，不同的学派持有不同的观点。

我个人认为，之所以对梦的解析答案多样，还是由于梦的特点决定的。因为它不是普遍的素材，很难具备客观性和真实性，而且因为它仅仅存在于人的意识中，很难将它完整的从人的意识中剥离出来作为实验的素材。但是，就现在而言，对于梦的世界，大部分学者还是都承认了梦是通向人类内心的奥秘之路，而且梦的世界与现实的世界有着千丝万缕的联系。分歧点在于怎么去真正的了解它，去分析它。实践是检验真理的唯一标准，然而这个却很难通过实践去检验。所以，我们必须在解析梦的过程中不断努力，吸取前人的成果，并加以分析比较，才能往前走。目前我所了解的梦是从弗洛伊德前辈那汲取的。

他对梦做了较详尽的解释，难能可贵的是，他能够举出大量例子来帮助我们理解他的方法，很多还是其他派别针对他的方法提出的反例。目前的自己尚在初步入门状态，而且也没有系统的学习关于梦的理论仅仅凭爱好来支撑自己。

**梦的解析读书心得篇七**

梦反应了人们的欲望，梦是人类最原始的本性。

解释自己的梦，惊人地发现原来梦是那么有意思的东西，而我也从梦更加清晰地认识了自己。梦并不可怕，梦只是在真实反映我们人类白天百般试图掩盖的本性，可怕的人类自己的本性。勇敢面对梦、分析梦、解释梦，让自己认识真正的自己，才能了解自己人性中脆弱的一面，才能有针对性地提高自己、完善自己。了解人性，也才能更好地同周围的人打交道，使自己能够与对方换位思考而不至于对这样的社会过于失望和不理解。遗憾的是，书中尚有部分观点我还没有完全理解，希望能够通过多几次的阅读和相关书籍帮助自己更好地掌握整本书，并运用到现实生活当中以帮助自己在人生的道路上走得更好。

**梦的解析读书心得篇八**

在我的认知里梦是人心里状态的一种反映，而这种心里状态很有可能是在白天所思考的事情，也很有可能是存在于潜意识的，恐怕这就是所谓的“日有所思夜有所梦”吧！

想必那些都是人人都明白的，但从来没有人把它与心理学进行挂勾，都只是轻描淡写的一句：“一个梦而已，有什么好研究的！”但对于科学领域而言《梦的解析》乃是一个具有重要性好处的发现！而我也对书中有关于1900年以前有关梦的研究也颇为感兴趣，不只是由于对于未知领域我充满了好奇，还是费洛伊以他那独特的手法向我展示了一个不一样的神秘的世界，简言之费洛伊特就是那么的神秘。

弗洛伊德在《梦的解析》中从心理学角度对梦进行了系统性的研究，这些研究使梦与疾病的关系渐渐清晰与明确起来。他的思想极为深刻，在探讨问题中，往往引述历代文学、历史、医学、哲学、宗教等材料。他思考敏锐、分析精细、推断循回递进、构思步步趋入，不断的揭示出人们心灵的底层，这就使精神分析的资料极其丰富的根源。

在弗洛伊德看来，梦不外乎是一大堆心理元素的堆砌物。有关释梦的技巧，他在治疗“歇斯底里症”的过程中有了明晰的运用，所以，他说“梦的资料是在于愿望的达成，其动机在于某种愿望”。

按费洛伊德的意思来说梦在必须程度上满足了自己在现实生活中所不能得到的，既满足了自我，缓和了冲动；又不至于唤起检查机制的警觉，从而保护了睡眠。从这个好处上来讲，梦就是愿望的达成。因此能欲望只能采取象征的、曲折隐晦的手法来求得自我的表现，简单的来说这也属于自我潜意识的一种表现。

说到对于此我也是相当赞同的，那梦里的一幕幕似乎都还是前一秒才发生过。我是一个比较爱怀旧，同时也比较感性，在小学刚毕业的那段时间里不知是太过于怀念过去小学与死党在一齐的时光，还是对一初中生活的一种乏味，每晚梦到的总是过去与同学在一齐上课的场景。从某种好处上来说这些梦满足了我那些日子对于思念的满足。

喜欢李宇春的我与由于不可能看到她的真人，所以我有一段日子的梦想就是看到李宇春的真人，可能是真的想得太多的缘故，结果还真梦到了，那之后的一段日子里情绪一向是相当的好，所以状态一向都还是不错的。

这就是我的一些愿望，满足了费洛伊德所说的“梦的资料是在于愿望的达成，其动机在于某种愿望”。

不知你是否有这样的经历，每一天醒来都会记得很多梦，也会忘记更多的梦，但无论什么样的梦，在醒来以后都会发此刻梦里的经历和场景其实都很假，或者是很荒诞，比如梦里大多没有颜色，有时死去的人也会在梦里出现等等。但做梦的时候我们几乎不太可能意识到这些不合理，更不会意识到自己在做梦。偶尔可能我们自己会发现自己在梦中。醒来回忆梦境，会发现梦里依然有许多不合理的地方，但只有清醒才会发现。

或许你还会不解，那就多读读《梦的解析》吧！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn