

童年開始的重複夢境分析之研究

張治遙

南台科技大學
幼兒保育系

吳秀碧

亞洲大學
心理學系

程小蘋

中台科技大學
幼兒保育系

摘要

本研究旨在瞭解童年開始的重複夢境之意義。研究者採質性研究方法，以釋夢晤談蒐集資料。釋夢取向採取Clara E. Hill認知—體驗釋夢模式，共蒐集五位大學生九個童年開始的重複夢境。研究發現：(1) 若同一位做夢者在童年有不只一個的重複夢境時，不同重複夢境主要均反映相似的議題，彼此之間有很高的關聯性。(2) 童年開始的重複夢境之意義，主要反映生命早期的創傷性經驗，這個創傷性經驗主要與父母的不安全依附關係或分離焦慮有關。此外，童年開始的重複夢境約可分為二類，如果夢境持續時間較為短暫，多半在一、二年內結束，重複夢境主要是反映特定的創傷事件，較不是長期性、持續性的創傷經驗；如果夢境持續時間較為長久，多半從兒童階段持續到大學階段，重複夢境主要是反映早期與父母長期互動下的創傷性經驗與感受。

關鍵詞：Hill釋夢模式、兒童、重複夢境、解夢、夢、夢的解析、認知體驗釋夢模式、
釋夢

* 本文係張治遙提國立彰化師範大學輔導與諮商學系之博士論文的部份內容，在吳秀碧及程小蘋指導下完成。

壹、緒 論

夢是瞭解兒童內在精神世界最好的窗口，也是兒童內在投射出來的珍貴材料，非常值得重視 (Foulkes, 1982)。夢境提供兒童內心世界的豐富訊息，透過夢境可以瞭解兒童內心的衝突及防衛 (Karush, 1998)。在 1962 年 M. Harley 表示夢境處理在兒童治療裡可以扮演一個核心的位置 (引自 Lewis & O'Brien, 1991)。Clark (1999) 認為兒童夢境深具臨床價值，主要的原因包括，兒童對於做夢經驗通常會感到興趣，探討夢境時較不會產生防衛心理，夢可以是促發其他重要議題討論的催化劑，以及夢可以瞭解獨特的知覺方式和內在心理衝突。雖然，許多學者認為夢境是瞭解兒童內心世界的有效管道，肯定夢境在兒童臨床工作上的價值，但夢境在兒童臨床工作上卻遭到忽略，十分可惜 (Clark, 1999; Foulkes, 1982; Karush, 1998)。

在夢的類型裡面，重複出現的夢境 (recurrent dreams) 是相當值得重視的一類夢境。Kellner、Neidhardt、Krakow 和 Pathak (1992)、Miller 和 DiPilato (1983)、Burgess、Mark 和 Gill (1994) 等人的研究均指出，許多個案因為重複出現的惡夢而無法睡好覺，甚至害怕睡眠，嚴重干擾到正常的生活及睡眠，重複夢境經常使做夢者感到困擾。

S. Freud 認為重複夢境反映創傷經驗，顯示做夢者企圖藉著不斷的強迫性重複來掌控難以負荷的情緒 (高申春譯，1920/2000)。Hull 和 Lane (1996) 及 Koolik 和 Lane (1995) 則認為，重複夢境顯示出個人早期的客體關係模式，透露出早期客體關係的困難點及創傷經驗。F. Perls 表示重複夢境反映重大的存在性議題，顯示個人內在有著重要的被否定、疏離、衝突而未整合的特質 (引自張嘉莉譯，1993/2000)。Delaney (1988) 認為重複夢境是潛意識發出的強烈訊息，要讓夢者知道某些必須去瞭解卻沒有正視的事。Holloway (1994) 認為重複出現的夢需要多加仔細檢查，因為它給予夢者相同的訊息不斷地重複又重複，表示這個夢非常重要。通常這些一再重複出現的夢會不斷提高強度，直到

夢者理解到訊息，或是直到夢者做了一些改變為止。Hill (1996) 則認為夢有訊息處理及整合的功能，並指出重複夢境代表著比較輕微的創傷，做夢者未能成功將訊息及情緒同化整合到既有的基模中，夢的訊息及情緒處理機轉失敗了，功能卡住了。雖然學者們理解重複夢境意義的視角有所不同，但均一致認為重複夢境深具臨床意義與價值，非常值得關注。

有關重複夢境，過去研究指出多數的重複性的夢都被做夢者報導為不愉快的夢 (Cartwright & Romanek, 1978)。有關兒童方面的研究則指出，約有 86-90% 的童年重複夢境為不愉快或具威脅性的夢境 (Cartwright, 1979; Robbins & Tanck, 1993)。似乎重複夢境與不愉快的情緒或威脅性有關。尤其，兒童比成年人較容易有威脅性的夢境 (Zadra, 1996)。Muris 和 Merckelbach (2000) 調查 190 名 4 至 12 歲的兒童，結果發現這些兒童有 76% 做過可怕的夢，有 81% 做過驚恐的夢。Terr (1983) 對 25 名一般正常的兒童及青少年進行訪談，發現有 13 名做過重複夢境，其中有 8 名的重複夢境是恐怖的，另外 5 名的重複夢境情緒較平緩，包括飛翔、跌落、駕駛、受困等主題。Mindell 和 Barrett (2002) 對 60 名 5 至 11 歲的兒童進行惡夢的調查性研究，分別請兒童本身及父母作答，結果發現：若是由兒童自己評估，有 20% 的兒童，每一至二週內至少會做一次惡夢；若是由父母評估自己的孩子，則有 10% 兒童每一至二週內至少會做一次惡夢。上述的研究顯示，兒童較成人容易夢到威脅性的夢，做惡夢對兒童而言是相當普遍的現象。

近二、三十年來雖有許多的釋夢理論或模式問世，但大多數的理論模式都沒有進行實徵性的研究 (Heaton, Hill, Petersen, Rochlen, & Zack, 1998)。直到最近幾年才開始有關於釋夢的實徵性研究 (Rochlen, Ligiero, Hill, & Heaton, 1999)，且近年來與釋夢有關的實徵性研究多集中在驗證 C. E. Hill 的釋夢模式 (Crook, 2004)。例如 Hill 和 Goates (2004) 整理了自 1992 年至 2002 年共 19 篇使用 Hill 釋夢模式的實徵研究，這些研究均採用量化的研究方法，主要進行釋夢效果的比較與探討，其中僅有一篇個案研究，在評量與檢視釋夢的效果時，輔以質性的資料。

Hill (1996, 2004) 提出的「認知—體驗釋夢模式」(cognitive-experiential dream model) 是晚近崛起的釋夢模式。該模式有豐富的實徵研究，其釋夢的有效性得到研究廣泛的支持。並且 Hill 釋夢模式有關的研究仍持續不斷的出現，實屬難能可貴，顯示該釋夢模式被接受及運用的程度相當高 (Hill & Goates, 2004)。該模式整合存在人本取向、心理動力取向、認知行為取向的觀點，發展出探索—洞察—行動三階段的釋夢方法，步驟具體清楚，較具結構，易於教導及學習，不同理論取向的釋夢者均可使用 (Crook, 2004)。

雖然許多學者均認為重複夢境深具臨床上的價值及重要性，兒童夢境同樣是深具意義與臨床價值，但是卻常遭到忽略，相關的實徵研究亦有限。當重複夢境發生時，做夢者最關心的往往是這個夢究竟代表什麼意義？為什麼我會做重複的夢？在既有的文獻裡，罕有實徵研究直接對此一問題進行探究。因此，本研究採用 Hill 認知—體驗釋夢模式做為資料蒐集的方法，探討兒童階段開始發生的重複夢境之意義。有鑑於兒童本身對於夢境意義的聯想及理解能力之限制，本研究乃以成人為研究對象，以成人視角的回溯性方式，進行童年開始的重複夢境意義之探究。

基於上述觀點，本研究的目的是在探討童年發生重複夢境的意義，探討的研究問題有二項：(1) 同一位做夢者，若童年出現一個以上的重複夢境，不同重複夢境之間的關聯性為何？(2) 童年開始的重複夢境意義為何？本研究對於重複夢境的界定是指重複出現的內容非常相似，幾乎一模一樣的夢境，包括正向愉悅的夢，也包括驚嚇或害怕而從夢中醒來的惡夢。夢的內容或情緒不拘，只要是夢境內容非常相似，幾乎一模一樣，均屬本研究定義重複夢境的範疇。在本研究中，重複夢境不管出現的做夢次數多寡，均算做一個重複夢境。

貳、研究方法

一、研究典範

本研究旨在探討童年重複夢境的意義。Creswell (1998) 認為質性研究在設計之初，就必須以哲學假設的視角來架構研究。本研究對夢境意義的基本假設是，夢境的意義豐富，可能不只具有一個層面的意義。夢境的意義探究是以研究對象，也就是做夢者為主體，夢境的意義是在研究者與研究對象協同合作下，共同建構出來的。

1968 年 Habermas 提出三種研究典範，第一是量化的研究典範，第二是循環式建構主義研究，第三是批判式／生態式鉅觀研究（引自胡幼慧，1996）。本研究採取循環式建構主義研究典範。但是此一典範下仍有許多特定的研究方法，如現象學、詮釋學、民族誌、敘說研究等等，本研究的屬性似難以完全歸屬於前述任一類。

Merriam (1998) 指出，有許多的質性研究無法被歸類為某一特定的取向，Merriam 稱這類的研究為基本的或一般性的質性研究（basic or generic study）。因此本研究似接近 Merriam 所定義的「基本的或一般性的質性研究」，即遵循質性研究的基本精神，以研究對象為主體、以研究對象的視角來看現象、主要使用歸納的研究策略、研究的焦點在於意義的理解、研究結果以描述性的呈現。研究者透過釋夢晤談蒐集文本資料，再將文本資料依 Hill 釋夢模式的精神及釋夢的需要做歸類整理的工作，進而依歸類的資料整理成夢境詮釋文。

二、研究的參與者

本研究的參與者包括研究者、研究對象、協同資料分析者。

（一）研究者

研究者從事諮商輔導工作已逾 10 年的時間，除具備深度瞭解的能力外，

尚具備使用 Hill 釋夢模式的經驗，故有助於釋夢晤談工作的進行。研究者在博士階段的課程中修習過「夢的研究」課程，並曾多次參與夢相關的研習及工作坊。由於本研究資料為第一研究者個人博士論文之延伸。故在每次的釋夢晤談與每份資料的分析，均在協同研究者的督導之下進行，以確定方法與程序的客觀性與正確性。

第一研究者對夢境持續保持高度的興趣，並記錄及分析自己的夢境已逾 5 年，自己的夢境記錄超過 400 個。以 Hill 釋夢模式為主進行釋夢的工作，迄今已逾 3 年的時間，獲得相當正向的經驗。對於自我夢境的記錄與分析、對家人夢境的記錄及討論，以及運用 Hill 釋夢模式於諮商情境均從未中斷，以累積與精熟方法與技術。

(二) 研究對象

本研究對象的條件為 (1) 童年出現重複夢境者；(2) 能清楚描述夢境內容；(3) 有釋夢動機且自願參與者。本研究的樣本為南部某科技大學學生。研究對象的招募係透過班級宣傳的公開方式進行。實際參與釋夢的研究對象計有 5 位，基本資料如表一。

表一

研究對象基本資料一覽表

代號	性別	年級	童年出現重複夢境的數目
做夢者 A	女	大二	2
做夢者 B	女	大三	2
做夢者 C	男	大一	2
做夢者 D	女	大三	2
做夢者 E	男	大三	1
合計			9

正式的釋夢晤談，原則上每次晤談只針對一個重複夢境，每次晤談時間約 60 至 100 分鐘。每個夢境進行釋夢晤談的次數未予設限，依 Hill 釋夢模式必須就夢中重要意象都進行描述及聯想，直至能夠詮釋出夢境的意義為止。

（三）協同資料分析者

爲了提升資料分析的可信賴度，研究者邀請一位協同資料分析者，協助資料歸類的工作。該位協同資料分析者爲輔導與諮商學系博士候選人，修過質性研究課程，具備質性資料分析的經驗與能力。在資料分析過程中，對於資料歸類類別的建構提出許多寶貴的看法，使歸類的類別愈加完整周延。研究者與協同資料分析者彼此充分溝通，就歸類的類別取得共識後，才開始進行資料歸類的工作。

三、資料蒐集與分析

（一）資料蒐集

在本研究中，主要以回溯法，由做夢者回憶其童年出現的重複夢境。研究者實際執行釋夢晤談來蒐集資料，研究者是蒐集資料的主要工具，釋夢取向主要是採行 Hill「認知—體驗釋夢模式」。

依 Hill「認知—體驗釋夢模式」，釋夢進行分爲三個階段。第一階段「探索」，採個人中心取向的理論基礎。研究者探索夢境的方法，是以親切、同理、真誠的態度催化做夢者進行夢境意象的聯想及探索，主要步驟可以用 DRAW 來代表，即描述（Description）、再經驗（Re-Experiencing）、聯想（Associations）、聯結到清醒生活事件（Waking life triggers）。研究者會先請做夢者以現在式第一人稱進行夢境描述，猶如夢境此刻正在發生似的，再次經驗夢境。使夢者儘量貼近、融入夢境中的心境及感覺，在體驗與情緒中，請做夢者針對夢境中重要的人、物、場景或情緒等等意象進行聯想。聯想的方式主要採晤談的方式，但也經常輔以角色扮演的方式。

在第二階段「洞察」，研究者主要協助做夢者就前一探索階段所獲得關於夢

中重要意象的聯想及體會，共同建構出夢境的意義。研究者會詢問「你覺得這個夢境的意義是什麼？」、「你覺得這個夢傳遞著什麼樣的訊息？」等問題。在此過程中，研究者有時會基於對做夢者過去經驗及心理動力的瞭解提出個人的看法供其思考，但研究者尊重做夢者的觀點和反應。同時，研究者也經常必須處理做夢者可能的防衛，予以適當的尊重、理解及必要的面質。根據 Hill 釋夢模式，第二階段「洞察」係植基於心理動力取向，研究者主要選取客體關係的理論來詮釋夢境的意義。因此，在釋夢晤談過程會去瞭解做夢者早期與父母互動的經驗與感受。

Hill「認知—體驗釋夢模式」第三階段「行動」的目的在改變。在諮商情境中進行釋夢的目的，是在帶來改變。但本研究釋夢的目的，不在進行諮商或心理治療，而是探究夢境的意義。因此，釋夢晤談以進行與完成前兩個階段為主。雖然，有時候也會涉及到第三個階段，但不特別著墨在第三階段的行動。但是在每次釋夢晤談結束之後，研究者會主動關心夢境所反映出來的情緒議題，並於整個資料蒐集結束後依做夢者的需要提供個別諮商服務。

（二）資料分析

研究者在釋夢晤談的資料分析中，主要是將釋夢晤談逐字稿依釋夢的需要做歸類整理的工作，再從歸類的資料中整理出夢境詮釋文。歸類的類別係參考張治遙（2003）的研究，以及與協同資料分析者共同討論之下建構出來的，歸類的類別包括（1）夢境描述；（2）時間背景脈絡；（3）夢初醒的狀況；（4）晤談情境的此時此刻；（5）其他夢境描述；（6）夢境對現實生活影響；（7）夢境意象的直接聯想；（8）做夢者背景脈絡資料及生活世界的自我揭露；（9）做夢者的詮釋等九個類別（張治遙，2003）。

本研究資料分析流程包括：（1）釋夢晤談錄音帶轉錄為逐字稿；（2）研究者校正逐字稿；（3）逐字稿資料進行編號工作；（4）進行資料歸類的工作；（5）依歸類後的類別資料整理出夢境詮釋文。

四、研究的效度

在質性研究的領域中，關於研究效度的理解與評量仍存在相當的紛歧與爭議（胡幼慧、姚美華，1996；齊力，1993）。Guba 和 Lincoln（1994）提出「可信賴度」（trustworthiness）的原則來取代效度原則。本研究採行 Guba 和 Lincoln（1994）的觀點，認為質性研究效度的精義在於可信賴度。本研究可信賴度的資料，採行三角交叉檢視法（triangulation），分別從研究者、專家及研究對象三方面加以探討：

（一）研究者

研究者係透過研究過程提升資料的可靠性。在釋夢的過程中，面對壓抑的不愉快情緒，做夢者可能會有抗拒及其他防衛，這涉及蒐集資料的可靠性。有鑑於此，研究者採取以下的方法來處理做夢者可能有的防衛，以確保所蒐集資料的品質及可靠性。

1. 研究對象係自願參與，如此可以提昇參與釋夢的動機與自我揭露的意願，有助於降低防衛。
2. 釋夢晤談之前進行初步訪談，有助建立關係及提升合作意願。
3. 釋夢過程中提供親切支持的環境，有助建立信任關係。
4. 研究者以重視彼此關係的建立為優先，並關心做夢者的生活狀況。

（二）專家

研究者邀請兩位本研究的協同研究者，為熟悉 Hill 釋夢模式的學者督導各次釋夢晤談，逐次將釋夢晤談的逐字稿請這兩位學者督導，以確認研究者所進行的釋夢過程與方法遵循 Hill 釋夢模式，以及釋夢意義的完整性，並對於資料分析進行仔細的督導與檢核。

（三）研究對象

本研究採行 Hill「認知－體驗釋夢模式」進行釋夢晤談來蒐集資料。該模式認為做夢者握有感知理解夢境意義最重要的鑰鎖，做夢者本身是夢境意義的

最終裁判者，做夢者的感受及決定應予尊重。因此做夢者的主觀感受及反應是判斷夢境詮釋適切性最重要的指標。本研究可信賴度的評量，是以做夢者接受釋夢後的主觀感受和反應作為可信賴度的重要指標。

研究進行時，先就釋夢晤談過程中所呈現的訊息及洞察加以整理，針對每一個別夢境撰寫成夢境詮釋文。以書面文字資料的形式請做夢者詳細閱讀過。之後再安排簡短的訪談，請做夢者檢核夢境詮釋文的內容是否有不同意或不符合之處，並請回饋、提出修正或補充。研究者依照做夢者的意見修正完成之後，再次請做夢者檢核夢境詮釋文的內容，並請做夢者就夢境詮釋文同意符合的程度予以評分。

對於整理完成的夢境詮釋文，五位做夢者的評分介於 95 分及 98 分之間，平均為 96.8 分。由做夢者對夢境詮釋文感到同意符合的程度，可以知道他們對於夢境詮釋文同意度很高，認為相當高程度符合與可接納。由於在撰寫夢境詮釋文時，基本上只是對釋夢晤談的資料加以組織整理，忠於原先做夢者和釋夢者協同合作共同建構出夢境的意義。故由做夢者對夢境詮釋文感到高度的同意及符合情形來看，本研究的可信賴度得到肯定。

五、研究限制

由於本研究係採用回溯性的資料蒐集方法，可能受到個人記憶的影響，在夢出現的時間點不夠精準，或夢的內容可能有遺忘與補充。因此可能與使用兒童作為研究對象的發現結果有差異。不過依 A. Adler 之見，當事人所記得的經驗與對經驗的看法，比實際經驗對個人更為重要（黃光國譯，1932/1982）。另一方面，Hill 釋夢模式認為釋夢者不是權威專家，視做夢者本身是夢境意義的最終裁判者，做夢者的感受及決定應予尊重。因此可能的限制是，若個案防衛，尚不能真實的面對自己，有可能排除某些較具威脅性，卻是深具意義的詮釋，例如做夢者可能逃避與性愛相關的詮釋方向。

參、結果與討論

本研究旨在瞭解童年開始的重複夢境之意義，研究問題有二：(一)同一做夢者，童年不同重複夢境之間的關聯性為何？(二)童年開始的重複夢境意義為何？本節主要根據釋夢晤談所蒐集資料的分析結果，逐一回答這二項研究問題。

探討同一做夢者不同的重複夢境之間的關聯性，以及探討童年開始的重複夢境之意義，均立足於每一個別夢境的意義，故必須先完成個別夢境詮釋文。本研究共蒐集 9 個夢境的文本資料，先進行資料歸類的工作，再依歸類後的資料，整理出個別夢境詮釋文。每一個夢境詮釋文均依照：(一)夢境描述；(二)夢境主要意象聯想摘要；(三)夢境重要聯想資料；(四)夢境詮釋等四個部分加以說明。夢境意義的詮釋則由做夢者與釋夢者協同合作之下共同建構。

個別夢境詮釋文中，第三部分的夢境重要聯想資料，以及第四部份的夢境詮釋，所佔篇幅較長。由於受限於發表的字數，為求能夠更聚焦於不同重複夢境之間關聯性及夢境意義的探討，避免資料冗長。因此，本文僅呈現夢境描述、夢境主要意象聯想摘要，以及夢境主要意義摘要的資料。

一、夢境重要資料摘要

本段落夢境重要資料摘要，呈現的資料包括夢境描述，夢境主要意象聯想摘要，以及夢境主要意義摘要。

(一) 夢境描述

1. 做夢者 A 第一個夢：母親復活（初次發生在國小五年級，夢境持續 7 年）

媽媽躺在家裡客廳的棺材裡，她的樣子像在睡覺。我站在她右手旁邊一直看著她，很難過哭泣著，跟她講話，就是叫她快點醒過來之類的話。我哭著哭著，然後她就醒過來了，我很高興！

2. 做夢者 A 第二個夢：母親回來（初次發生在國小五年級，夢境持續 7 年）

我跟爸爸在家裡客廳，聽到門鈴響，不知道是誰來了。我去開門，一開門看見是媽媽回來了，我好高興好高興，我問媽說你去哪裡了，我都找不到你之類的話。媽媽說她去在另外一個地方做事情，之後爸爸也出來了。

3. 做夢者 B 第一個夢：彩虹橋（初次發生在幼稚園，夢境持續 1 年）

我一個人一個小花園，正參加學校的校外教學活動。同學們在離我很遠的地方集合要回去了，我趕著要一起去集合。我必須先經過前面池塘上的一道彩虹橋，開始上橋時很開心，但走到中間頂端的時候，天色大變，下大雨，起大霧，整個包圍著我，我睜不開眼。老師同學們要走了，丟下我一個人，我回不了家，我很緊張很害怕，哭啊！哭啊！就哭醒了。

4. 做夢者 B 第二個夢：被殭屍追（初次發生在國小一年級，持續不到半年）

陰暗的晚上，我一個人客廳，突然一個殭屍出現了。我感到緊張害怕，嚇得趕快跑。在透天的家裡奔跑躲藏，有樓梯就跑，有窗戶就鑽。後來好不容易逃到了戶外，整個馬路寬敞筆直，只有我一人。我拼命直直的往前衝，速度飛快。開始時感覺到殭屍仍在我後面，我拼命的直衝，要去桃園。感覺上只花了 10 分鐘竟然就到達桃園了，感到安心了，回頭看殭屍也不見了，心境由緊張變為開心。

5. 做夢者 C 第一個夢：兩堆屍體（初次發生在國小高年級，夢境持續到大學）

夢境一開始，我從一台戰車裡面爬出來，探頭張望，但我的頭像是被控制被壓著似的。我看見兩堆屍體，一堆是戰車底下有一些被戰車輾過的屍體，然後遠處學校的圍牆滿高滿長的，學校的大門鎖著，但圍牆有破一個大洞，圍牆旁邊有另一堆焦黑的屍體，還在冒煙。然後我看出去的時候像是戴著橘黃色的有色鏡片這樣看出去的，整個色調都不一樣。我看到這一切景象感到害怕、慌張、不自在，看著看著就醒過來了。

6. 做夢者 C 第二個夢：墜落（初次發生在國小高年級，夢境持續到大學）

夢境一開始，我就在一個極黑暗的空間往下掉，伸手不見五指，黑到我沒辦法看見任何東西，也看不見我自己。墜落速度極快，像是被一個很大的力道從上面扔擲下來這樣，我只覺得速度好快好快。我是臉朝上背朝下的姿勢，整個人動彈不得，極高速下墜，還沒有到底就驚醒了。整個夢境時間很短，才幾秒而已。

7. 做夢者 D 第一個夢：強光噪音（初次發生在幼稚園，夢境持續到大學）

這個夢裡面沒有什麼劇情，一開始我就置身在一個環境裡，有非常刺眼的白色強光照射過來，就一整片都是白的，那種光線非常強，就算我把眼睛閉起來，也是很亮，很不舒服。然後有很大很吵雜的聲音一直干擾著，一直干擾著，然後就一直這樣持續蠻長一段時間，我很難受。這些都是自然而然發生的，沒辦法躲避，我只能一直忍受，一直等、一直等，感覺就是時間到了，我才醒過來。

8. 做夢者 D 第二個夢：輪椅隊伍（初次發生在國小中年級，夢境持續 9 年，但夢境的片斷則持續夢到大學）

我一個人在一條小巷子裡，路很窄很窄。有一個輪椅隊伍出現了，他們每一個人都穿連身的黑色長衣服、戴黑帽子，下半身都有病，但都穿著黑色長衣遮蓋住，但是他們上半身似沒病，都坐得很挺，用手很用力的轉動著輪椅。雖很用力的推，但前進速度卻很慢。他們臉上的表情痛苦，可是眼神很堅毅。這一群長長的輪椅病人隊伍讓我害怕極了，我幾乎無處可躲，緊緊貼在小巷的牆壁上，害怕接觸到他們，恐怖極了。

9. 做夢者 E 第一個夢：慈祥爺爺（初次發生在國小中年級，夢境持續到大學）

夢一開始，就是門打開了，天很亮，爺爺牽著我和弟弟的手出門，要去附近的商店買養樂多給我們吃。我們很悠哉地走著，我一面走，抬頭看見爺爺的面容很溫和很慈祥。進去商店之後，爺爺就買了養樂多給我，我看著養樂多，

看著爺爺，很高興。

(二) 夢境主要意象聯想及夢境主要意義摘要

本研究蒐集 5 位大學生的 9 個童年開始的重複夢境，各個夢境主要意象聯想及夢境主要意義摘要，如表二。其中夢境主要意義摘要係由做夢者和釋夢者共同建構，並獲得做夢者的確認。

表二

夢境主要意象聯想及夢境主要意義摘要一覽表

夢境名稱	主要意象	主要意象聯想摘要	夢境主要意義摘要
做夢者 A 第一個夢： 母親復活	母親復活	1. 渴望母親活過來 2. 結束母親死亡所帶來的災難	主要反映做夢者不能接納母親死亡，否認死亡。
做夢者 A 第二個夢： 母親回來	母親回來	1. 渴望母親活過來 2. 結束母親死亡所帶來的災難	主要反映做夢者想念母親，渴望見到母親。
做夢者 B 第一個夢： 彩虹橋	回不了家	1. 幼稚園懲罰經驗 2. 廟會迷失的經驗 3. 動物園迷失經驗	主要反映一連串的擔心害怕回不了家，與父母分離的焦慮。
	害怕	父母吵架要離婚的經驗	
做夢者 B 第二個夢： 被殭屍追	殭屍 桃園 獨自一人	1. 奶奶責備的經驗 2. 父母吵架要離婚事件 1. 外公外婆 2. 安全的地方 家人的態度	主要反映早期目睹父母嚴重爭執要離婚的創傷事件，使做夢者感受到很高的分離焦慮，猶似夢境中的殭屍，可怕與危險，令做夢者感到緊張害怕，拼命奔逃。
做夢者 C 第一個夢： 兩堆屍體	焦黑的屍體 戰車 戰車下的屍體 被壓著轉動頭	爺爺火化的經驗 繼父的權威管教 想法被壓制 被強迫的經驗	主要反映做夢者與父母互動的經驗與感受，並且表達內心長久以來想要逃離的渴望。

續表二

夢境名稱	主要意象	主要意象聯想摘要	夢境主要意義摘要
	學校	嚮往的地方	
	牆上的破洞	戰車打破的	
	有色眼鏡	黃昏晚上	
做夢者 C 第二個夢： 墜落	墜落 身體動彈不得	從極大壓力束縛中彈出 去甩出去 象徵不自在感	主要反映做夢者與父母互動的經驗與感受，以及從中解脫的感受。
做夢者 D 第一個夢： 強光噪音	強光噪音 刺耳的噪音	1.和父母相處的感受與壓力 2.罪有應得 內在的聲音	主要以強光噪音隱喻做夢者和父母親互動的經驗與感受。
做夢者 D 第二個夢： 輪椅隊伍	輪椅病人	1.害怕殘疾生病的人 2.自己	主要反映做夢者與父母親互動的經驗與感受。
做夢者 E 第一個夢： 慈祥爺爺	慈祥的爺爺	1.撒嬌、心靈慰藉 2.懷念	主要反映做夢者對爺爺的懷念，包括內心爺爺的意象 (image) 扮演心靈慰藉及撒嬌依附的角色。

二、個案內跨夢境之間關聯分析與發現

本段說明個案內跨夢境之間關聯分析與發現，用以回答研究問題一。本段係以研究者的觀點進行分析及關聯性的探討。

(一) 做夢者 A

做夢者 A 在童年有兩個重複夢境，分別是第一個夢「母親復活」及第二個夢「母親回來」，這兩個夢幾乎是先後同時開始，同時結束。兩個夢初次出現時間都在小學五年級，同樣持續到高三下才結束。這兩個夢境發生的地點都在家

裡，主要人物是做夢者和母親，夢中都有跟母親說話，醒來的情緒相似。做夢者對這兩個夢的意義詮釋相同，都是渴望母親能夠復活過來，能夠重聚，面對母親去世所帶來的災難便能夠結束。「就是我內心一個潛在的渴望，是不可能實現的，但是我又非常的期盼它能夠發生，所以就會一直做那個夢」(A828)、「就是好像遇到一個災難，然後只要媽媽醒過來，所有事情都沒了那種感覺。所以就會很期盼這件事發生，可是，是不可能發生的」(A903)。

第一個夢「母親復活」及第二個夢「母親回來」，這兩個夢的內容都是屬於哀傷的夢境。在哀傷的工作上，Worden (2001) 提出哀傷有四項任務：(1) 接受失落的事實；(2) 經驗哀傷的痛苦；(3) 重新適應一個逝者不存在的新環境；(4) 將情感活力從逝者身上放開，轉而投注在其他關係上。在臨床實務中常看到哀傷者會做與死者有關的夢，Cookson (1990) 及 Shuchter (1986) 均認為哀傷的夢境會反映出做夢者在哀傷歷程中的位置。做夢者第一個夢先出現，可能與處在母親剛死亡的震撼，內心會有否認死亡的現象有關 (Worden, 2001)。第二個夢境為重逢，與做夢者內心思念，希望與母親連結的哀傷反應有關。不斷的出現這兩個夢，可能也與童年喪親容易缺乏現實感有關 (Worden, 1996)，需要經過漫長歲月不斷的面對失親的現實考驗 (reality testing)，方能增加現實感。Shuchter (1986) 提及一種重回的夢 (retrieval dreams)，反映做夢者持續對逝者的連結，不願接受死亡的事實。重回的夢很普遍，可能發生在逝者死後的任何時刻，這種類型的夢與第一個哀傷任務有關，是對接受失落事實的抗拒。同時，Shuchter (1986) 也提到一種分離的夢 (separation dreams)，這種夢顯示哀傷者想要重新獲得逝者的渴望逐漸平靜了，哀傷者逐漸接受逝者不可能回來的事實。

從上述哀傷歷程的觀點及哀傷夢的分類，來看做夢者 A 第一個夢「母親復活」及第二個夢「母親回來」，發現這兩個夢均屬重回的夢，反映出做夢者長期不能接受母親過世的事實。做夢者 A 在高三階段，曾做過另一個哀傷的夢，那個夢只發生過一次，不是重複夢境，「我還有夢到一個夢，就是我媽跟我說，妳不

要再這樣子，不要再這樣子想我」(A807)、「就夢到媽媽跟我說，就是我要過我自己的
生活，不要再想念她了」(A808)。這個夢似屬於分離的夢，反映出做夢者逐漸
接納母親的死亡，可以與母親告別與分離，哀傷的歷程已有很大的進展。對照
做夢者 A 不再出現前述兩個重複夢境的時間階段，似乎可以反映做夢者 A 處理
哀傷的歷程。因此，前兩個重複夢境互有密切關聯，甚至第三個夢，雖非重複
的夢境，也與哀傷議題有關。

(二) 做夢者 B

做夢者 B 在童年有兩個重複夢境，第一個夢「彩虹橋」初次發生在幼稚園
大班將近國小一年級的時候，這個夢約重複 10 多次。這個夢才剛結束沒多久，
就發生第二個夢「被殭屍追」，共重複 3 次。

檢視這兩個夢境之間的關聯性，發現這兩個夢在出現時間上很接近。第一
個夢「彩虹橋」，做夢者聯想到幼稚園被老師懲罰回不了家的慘痛經驗、廟會迷
失，以及動物園迷失等幾件找不到父母及回不了家等多重的分離經驗，對於幼
兒可能形成創傷，恐懼失落依附關係，以致做夢多達 10 多次。第二個夢「被殭
屍追」聯想到目睹父母嚴重衝突要離婚，做夢者 B 感受到被迫需與父母其中一
方分離的恐懼。第一個夢境重複的次數超過 10 次之多，持續約 1 年。由於父母
經常爭吵，甚至要離婚的事件，對渴望安全依附關係的兒童構成很大的威脅。
可能前面時間的威脅才息，父母吵架要離婚的經驗再度觸動做夢者 B 分離焦慮
的不安全情緒，以致第二個夢境也重複 3 次之多。

做夢者 B 第二個夢「被殭屍追」約做了 3 次之後就停止了，國小階段就未
曾再做過任何的重複夢境。對照做夢者 B 的現實生活，自從做夢者 B 在國小一
年級父母有嚴重衝突要離婚之後，做夢者 B 持續擔心父母關係的發展，直到觀
察父母的關係逐漸穩定為止。做夢者 B 回憶國中、小階段父母未再有嚴重的衝
突或提到要離婚，「小時候比較嚴重的就這麼一次罷了，然後到這幾年，大概有十
年左右的時間完全沒有提到，對」(B1084)、「因為他們也是吵一陣子，然後看我們
小孩這樣子，可能他們自己有協議好吧，就是以後再講，那就不了了之，我就很開心

啊！對啊」(B862)。做夢者 B 的分離焦慮可能較為舒緩，因此第二個夢就不再出現。

做夢者 B 童年的兩個重複夢境，第一個夢「彩虹橋」與第二個夢「被殭屍追」，發生的時間點非常接近，都涉及親子分離焦慮的議題，顯見這兩個夢有很大的關聯性。

(三) 做夢者 C

做夢者 C 有兩個重複夢境，初次發生時間都在國小高年級，幾乎同時間發生，一直持續至大學每年都會做幾次。第二個夢「墜落」出現的頻率較第一個夢「兩堆屍體」又稍微多一點。

做夢者 C 第一個夢「兩堆屍體」，用戰車隱喻繼父的軍人風格權威管教；用戰車輾斃的屍體隱喻自己的自主性遭到輾壓；用自己的頭被壓著、被控制，隱喻自己被強迫不能做主；同時用爬出戰車、戰車與炮管方向不一致、牆上的大破洞、學校等意象隱喻渴望自主、想要逃離的意念。

第二個夢「墜落」，夢的內容是短短幾秒時間在黑暗空間高速墜落。做夢者用隱喻來詮釋這個夢，認為自己是被緊緊壓制在壓力滙聚的正方體裡，然後被人從中用力甩出，以致出現高速墜落。父母嚴厲壓迫式的管教，猶如壓力正方體板模的兩半，兩者合在一起構成十足具壓迫力的空間，做夢者 C 被緊緊的壓制束縛在其中。

這兩個夢分別用不同的意象與情節，表達充塞內心的情緒議題。做夢者 C 從小即深刻感受到被父母壓制及強迫，長久下來累積很多的情緒，做夢者 C 這樣的心境及情緒感受，從小一直延續到現在，「就是從小到大啊，無論壓制的力道是輕或重，我一定都會反彈，只要有壓制，有壓就有反嘛，像颱風一樣就對了，對，那從小到大被壓制的事情算是很多」(C428)、「因為從小到大，好像感覺很多事情都是媽媽在做主或是爸爸在做主，養小孩就像養狗一樣，那乾脆不要養啊，對啊」(C676)、「你叫牠往這邊就往這邊、叫牠出去遛狗就出去遛狗，誰管他啊」(C677)。

第一個夢「兩堆屍體」主要反映做夢者 C 與父母互動的經驗與感受，在父

母權威嚴厲管教之下，做夢者 C 經常感受到自主性被壓制，內心渴望解脫與逃離。第二個夢「墜落」同樣反映做夢者 C 與父母互動的經驗與感受，表達做夢者從小長久以來內心被壓制、被束縛的壓力，以及意圖從中解脫。這兩個夢都源自緊繃的親子關係，彼此關聯性高。

（四）做夢者 D

做夢者 D 第一個夢「強光噪音」初次發生在幼稚園，一直持續迄大學階段。第二個夢「輪椅隊伍」是小學三、四年級開始做的夢，一直到高三才結束。但是第二個重複夢境的片段迄今仍經常出現在夢境，為夢境中的一小片段，或只出現畫面。

檢視這兩個夢境之間的關聯性，第一個夢「強光噪音」，夢境中做夢者 D 在刺眼的強光中睜不開眼睛。同時，內心有非常吵雜對立衝突的噪音使做夢者 D 備受干擾。這個夢主要是以做夢者 D 籠罩在強光噪音的難受環境中來隱喻與父母相處的經驗和感受。第二個夢「輪椅隊伍」，這個夢境主要是以輪椅病人的痛苦、麻痺、堅毅，以及掩蓋缺陷，來隱喻與父母互動的經驗和感受。

做夢者 D 早期的家庭經驗極具傷害性，父母的苛責、不接納、偏心、易怒、情緒化，以及高度操控性，對做夢者 D 造成極度不安全的依附關係及傷害。「我覺得我都要一直忍受他們做一些我覺得很不合理的事情，要不然就是忍受他們不合理的情緒」(D889)、「小時候父母蠻不喜歡我的，很受不了我，因為我妹很優秀，我跟她差很多。常常假日就把我丟在家裡，只帶我妹出去玩，我覺得我被拋棄」(D1605)、「我記得有一次星期天早上，我和妹醒來一起到父母房間，我爸看到我妹就一臉笑容，但看到我整個臉就垮下來，對我說一大早看到你就討厭，我爸常對我說這句話，我覺得我還蠻活該的」(D1606)。

與父母的關係是做夢者 D 從生命早期迄今最核心的衝突，貫串整個生命歷程。做夢者 D 的兩個夢境主要都反映出生命早期與父母長期互動的創傷性經驗與感受，彼此之間關聯性很大。

(五) 做夢者 E

做夢者 E 在童年只有一個重複夢境「懷念爺爺」。做夢者 E 在小學中年級開始做這個夢，持續夢到大學。這個夢主要反映對爺爺的依附、撒嬌及懷念。其實，爺爺早在做夢者 E 4 歲時就去世，對爺爺的慈祥印象完全靠父母轉述而來，爺爺被做夢者 E 建構成爲早期依附與傾訴的對象，做夢者 E 經常對著爺爺的照片凝視與對話。由於父母管教權威、嚴厲且偏心，多責備與要求，做夢者 E 感到害怕，不敢親近父母。這個夢反映出做夢者 E 可能以爺爺作爲取代父母依附關係的替代性客體意象。

三、童年開始的重複夢境意義之探討

本節依據 9 個個別夢境的詮釋文、重複夢境之間關聯性探討，並反覆閱讀文本資料，不斷加以檢視比較，歸納整理童年開始的重複夢境之意義。

(一) 研究發現

本研究蒐集 5 人共 9 個童年開始發生的重複夢境樣本，夢境重要資料摘要如表三。這九個夢境似乎都反映做夢者生命早期的創傷性經驗。依創傷的性質，可以區分爲兩個類別。第一類，夢境主要涉及分離焦慮有關的創傷性經驗，包括做夢者 A 第一個夢「母親復活」與第二個夢「母親回來」、做夢者 B 第一個夢「彩虹橋」與第二個夢「被殭屍追」等四個夢。第二類，夢境主要涉及做夢者與父母長時間互動的創傷性經驗與感受，包括做夢者 C 第一個夢「兩堆屍體」與第二個夢「墜落」、做夢者 D 第一個夢「強光噪音」與第二個夢「輪椅隊伍」，以及做夢者 E 的夢「慈祥爺爺」等 5 個夢。

表三
童年重複夢境摘要一覽表

類別	說明	夢境名稱	初次發生時間	持續時間暨頻率	主題內容	主要聯想
第一類	主要涉及分離焦慮有關的創傷性經驗	A 第一個夢 母親復活	國小五年級	持續 7 年，每年均夢到許多次	母親復活	渴望母親復活
		A 第二個夢 母親回來	國小五年級	持續 7 年，每年均夢到許多次	母女重聚	渴望母親復活
		B 第一個夢 彩虹橋	幼稚園	一年內夢到 10 多次	被困住	分離焦慮經驗
		B 第二個夢 被殭屍追	國小一年級	半年內夢到 3 次	被殭屍追	分離焦慮經驗
第二類	主要涉及做夢者與父母長時間互動的創傷性經驗與感受	C 第一個夢 兩堆屍體	國小高年級	持續迄今已 8 年，每年均夢到許多次，近年已減少	被迫觀看慘景	與父母互動關係
		C 第二個夢 墜落	國小高年級	持續迄今已 8 年，每年均夢到許多次，近年已減少	墜落	與父母互動關係
		D 第一個夢 強光噪音	幼稚園	持續迄今已 15 年，每年均夢到許多次	被困住	與父母互動關係
		D 第二個夢 輪椅隊伍	國小中年級	持續迄今已 9 年，每年均夢到許多次	被困住	與父母互動關係
		E 第一個夢 慈祥爺爺	國小中年級	持續迄今已 12 年，每年均夢到許多次，近年已減少	和爺爺在一起	與父母互動關係

(二) 討論

第一類的四個夢境裡，做夢者 A 有兩個夢「母親復活」與「母親回來」，均屬於哀傷者的夢。哀傷是心理復原所必須經歷的調適過程 (Worden, 2001)。意外或非預期性的死亡，對個人最容易形成複雜性的哀傷 (Rando, 1993)。做夢者 A 回憶在母親意外死亡之後，「媽媽走了之後……就是感覺大家都在哭，然後我就叫大家不要哭」(A647)，喪親的兒童通常會呈現掩飾性的哀傷 (masked grief)，表現憤怒比悲傷容易，而且兒童通常抑制哀傷 (Worden, 1996)。因此，喪親的兒童通常不容易被看到悲傷情緒，容易在成年期對於失親意義的重新瞭解與詮釋，而產生再哀傷 (regrief) 的現象 (Webb, 1993)。做夢者 A 陳述「我是上了大學之後才可以跟別人談這件事情，不然在之前，都是閉口不談」(A203)。這種情形正反映做夢者 A 經歷 7 年之久，到了成年初期能夠表達內心的傷痛，才逐漸走過哀傷歷程，而且也終止了那樣的夢境。

第一類做夢者 B 的兩個夢境，則在時間點非常接近。第一個夢「彩虹橋」結束後不久接著就發生第二個夢「被殭屍追」。這兩個夢主要反映現實生活多次涉及分離焦慮有關的創傷經驗，包括幼稚園被老師懲罰回不了家的經驗、廟會迷失的經驗、動物園迷失的經驗，以及父母嚴重吵架要離婚的經驗。

做夢者 B 的兩個夢都只持續一年內就不再出現。檢視做夢者 B 當時的創傷經驗，記憶中父母發生嚴重的衝突只有那一次，之後就逐漸平靜了。做夢者 B 在幼稚園及國小一年級做這兩個重複夢境之後，國小階段未再出現過重複夢境。似乎反映出父母之間的關係漸趨平靜，做夢者 B 對於需對父母分離的警覺也降低，由此焦慮所引發的夢境也不再出現。亦即此一創傷經驗較屬於特定的、非持續性的創傷經驗。因此，第一類的四個夢境主要反映單一特定的創傷事件，當早期創傷的議題得到舒緩或解決的時候，重複夢境可能就停止了。

第二類五個夢境主要涉及做夢者與父母長時間互動的創傷性經驗，而非單一的、特定的創傷事件。J. Bowlby 主張早期父母不當的教養方式，使兒童長期的、不斷的、重複的經驗被父母責備、拒絕、貶抑及自主性被壓制，造成人格

功能受損，也形成焦慮的依附關係（引自陳登義譯，2002/2006）。由於本研究樣本的親子議題一直存在，這類夢境的持續時間都很長，初次發生是在幼稚園或小學階段，而後持續做夢到來談的大學階段。似乎早期的未竟事宜（unfinished business）在成長過程中，又不斷被現實生活雷同議題的事件觸動情緒，可能因此引發夢境重複發生。Hull 和 Lane（1996）及 Koolik 和 Lane（1995）等人從客體關係的理論提出對重複夢境的理解，認為重複夢境根源於生命早期，透露出做夢者最核心的內在衝突議題，反映出個人早期的客體關係模式，而這個客體關係模式則帶有創傷性質。本研究發現也呼應了這樣的假設。

張治遙和楊淑娥（2005）的研究也有類似的發現，該研究針對兩位國小五年級的喪親學生，進行以夢境為焦點的諮商晤談，發現其中一位學生從小就經常目睹父母劇烈衝突，常吵著要離婚，並且長期遭到父親虐待。這位學生從國小一年級開始非常頻繁地做一個驚懼可怕被鬼追的重複夢境，持續夢到五年級來談時；另一位小學生也出現過重複夢境，但持續短暫，該名小學生早期與父親關係親密，短暫的重複夢境主要反映特定的喪親創傷經驗。

Wenar（2000）認為，原生家庭有問題且不斷重複的溝通模式，所造成的持久性人格問題及傷害，甚於單獨的創傷事件，Wenar 稱前者為可追溯之緊繃性創傷（strain trauma），稱後者為震驚性創傷（shock trauma）。從 Wenar 的理論審視本研究前述的重複夢境，第一類四個夢境有關的創傷經驗似較屬於震驚性創傷，第二類五個夢境則較屬於可追溯之緊繃性創傷。Teyber（2000）認為原生家庭的學習是形塑個體人格及問題最重要的來源。家庭的溝通模式為不斷的重複又重複。父母不當的溝通及管教對孩童造成的傷害既深且廣。個體在原生家庭習得的對自己、對他人的看法，以及人際關係的模式將會一直持續到成人。這也可以說明為何第二類夢境的持續時間較長久，幾乎都是從國小以前一直做夢到大學。因為早期已經形成的親子互動模式，從做夢者的視角來看，僵化未見改善。而第一類夢境的持續時間較為短暫，在做夢者對該單一事件的心事完了，夢境也不再出現。

肆、結論與建議

本研究旨在瞭解童年不同重複夢境之間的關聯性，以及童年開始的重複夢境之意義。研究結論與建議如下：

一、結論

(一) 同一做夢者童年期不同重複夢境之間的關聯性

本研究參與釋夢的研究對象計有 5 位，其中 4 位在童年階段均有二個不同的重複夢境。研究發現，做夢者 A 的二個重複夢境均反映母親死亡的哀傷議題，做夢者 B 的二個重複夢境均反映與父母分離焦慮的議題，做夢者 C 的二個重複夢境均反映父母高權威高控制管教下緊繃的親子關係議題，做夢者 D 的二個重複夢境均反映與父母互動的創傷性經驗與感受。

本研究發現，同一做夢者在童年若發生不只一個的重複夢境，不同重複夢境彼此之間似乎有很大的關聯性，反映相同的議題。

(二) 童年開始的重複夢境之意義

本研究發現童年開始發生的重複夢境，主要反映生命早期的創傷性經驗，這個創傷性經驗主要都與父母的不安全依附關係或分離焦慮有關。

童年開始發生的重複夢境約可分為二類，第一類主要是反映單一特定的創傷事件，這類創傷事件與失落及擔心失落有關，可以歸類為高度的分離焦慮議題。當夢境所反映的分離焦慮議題得到舒緩或解決的時候，重複夢境往往就不再出現。因此，這類夢境持續時間較為短暫。

第二類主要反映做夢者早期與父母長期互動的創傷性經驗與感受。這類屬於父母長期不當教養的問題，往往一直不斷重複而未獲得到解決，可能因此也不斷的觸動未竟事宜的情緒，促發夢境的重複發生。這類的夢境持續較長，經常從童年持續夢到受訪時的大學階段。

研究也發現，兒童如果經歷重要親人死亡的失落經驗，可能發生重複夢境，

這類為屬於較特殊的重複夢境類型。哀傷夢境持續時間的長短，端視做夢者的背景、親人死亡方式、哀傷歷程等因素的影響。

二、建議

研究者依據本研究的發現，針對諮商實務與未來研究方面提出建議：

(一) 關於諮商實務的建議

1. 童年發生的重複夢境反映兒童的創傷經驗，是理解個案的重要線索

本研究發現童年發生的重複夢境主要反映出個案的創傷經驗，因此若發現兒童個案有重複出現的夢，這反映出個案經歷過創傷經驗，並且這個創傷經驗多半與親子關係有關，這提供了理解做夢者問題的重要線索。

2. 重複夢境的探究經常涉及深層壓抑的情緒，釋夢時宜多給予支持，並放慢釋夢的步調

童年發生的重複夢境反映出做夢者的創傷經驗，釋夢經常會碰觸到做夢者深層壓抑的情緒，可能引發抗拒與防衛。因此，諮商師進行釋夢的時候宜提供親切安全的環境，給予足夠的支持，配合做夢者的步調，以有效化解做夢者的防衛，促進自我揭露的意願，便於逐步探索內在深層的情緒及意念。

3. 諮商實務工作中，需要區辨重複夢境為反映生命早期與父母長期互動下的創傷性經驗或反映特定的創傷事件

本研究發現童年發生的重複夢境主要可以區分為兩大類型，一類主要是反映做夢者生命早期與父母長期互動下的創傷性經驗與感受，另一類主要是反映單一特定的創傷經驗，這種理解對諮商實務很有幫助。如果個案在童年的重複夢境屬於短期、已經結束的夢，表示夢境所反映的特定情緒議題可能已經解決或舒緩了，對於這類夢境的釋夢需要性不是那麼迫切。如果個案的重複夢境持續多年，這是瞭解個案內在人格動力的重要線索，需要重視。

(二) 對未來研究的建議

本研究的發現係做夢者以成年人的視角回溯，以及對早期的經驗記憶為依據而建構，並非依做夢者在當前發生的夢境進行釋夢晤談的結果。本研究探討的夢境，有多個是已經停止多年不做的夢境。雖然做夢者尚能清楚記憶夢境的內容，但由於夢境往往是反映做夢當下的心緒背景及情緒議題。因此，本研究在探索促發夢境的現實生活事件時，或釋夢當下進行聯想時，有時候會有一些困難。同時也有可能出現記憶缺損的問題，這是探究過去發生的夢境不可避免的情況。因此，如果能夠在做夢者剛做完夢不久，就能進行釋夢晤談，做夢者在聯想的時候會比較容易，也較能夠明確指認出促發夢境發生的現實生活事件。從這個觀點來看，針對做夢者做長期的縱貫式研究，或針對長期個案進行釋夢的研究，都是未來研究很值得採行的方向。只是對於兒童重複夢境的研究，必須先克服的困難，除夢境蒐集之外，為釋夢的技術與過程。

針對本文之任何回應、回饋或意見，請直接聯繫：張治遙，台南縣永康市南台街一號，e-mail: changcy@mail.stut.edu.tw，南台科技大學，06-2533131 轉 2221 或 2222。

收件日期：96 年 01 月 04 日

複審一日期：96 年 04 月 02 日

複審二日期：96 年 06 月 24 日

通過日期：96 年 08 月 19 日

參考文獻

- 胡幼慧 (1996)。轉型中的質性研究。載於胡幼慧 (主編), 質性研究—理論、方法及本土女性研究實例 (7-26 頁)。台北: 巨流。
- 胡幼慧、姚美華 (1996)。一些質性方法上的思考。載於胡幼慧 (主編), 質性研究—理論、方法及本土女性研究實例 (141-158 頁)。台北: 巨流。
- 高申春譯 (2000)。超越快樂原則。台北: 米娜貝爾。Freud, S. (1920). *Beyond the pleasure principle*.
- 張治遙 (2003)。系列夢境的個案分析研究。彰化師大輔導學報, 24, 139-168。
- 張治遙、楊淑娥 (2005)。兒童創傷與夢。創傷與治療研討會手冊, 104-117。國立屏東師範學院教育心理與輔導學系, 屏東。
- 張嘉莉譯 (2000)。波爾斯。台北: 生命潛能。Clarkson, F., & Mackewn, J. (1993). *Fritz Perls*.
- 陳登義譯 (2006)。客體關係入門。台北: 五南。Gomez, L. (2002). *An introduction to object relations*.
- 黃光國譯 (1982)。自卑與超越。台北: 新潮文庫。Adler, A. (1932). *What life should mean to you*.
- 齊力 (1993)。質性研究方法概論。載於齊力, 林本炫 (主編), 質性研究方法與資料分析 (1-17 頁)。嘉義: 南華大學教育社會學研究所。
- Burgess, M., Mark, I. M., & Gill, M. (1994). Postal self-exposure treatment of recurrent nightmare. *British Journal of Psychiatry*, 165, 388-391.
- Cartwright, R. (1979). The nature and function of repetitive dreams: A speculation. *Psychiatry*, 42, 131-137.
- Cartwright, R., & Romanek, I. (1978). Repetitive dreams of normal subjects. *Sleep Research*, 7, 174.
- Clark, A. J. (1999). Theoretical and practical issues in working with children's dream

- in counseling. *Journal of Humanistic Education and Development*, 37(3), 160-168.
- Cookson, K.(1990). Dreams and death: An exploration of the literature. *Omega: Journal of death & dying*, 21(4), 259-281.
- Creswell, J. W. (1998). *Qualitative inquiry and research design*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Crook, R. E. (2004). Training therapists to work with dream in therapy. In C. E. Hill (Ed.), *Dream work in therapy* (pp.225-243). Washington, DC: American Psychological Association.
- Delaney, G. (1988). *Living your dreams*. New York: Harper Collins Publishers.
- Foulkes, D. (1982). *Children's dreams:Longitudinal studies*. New York: Wiley.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1994). Competing paradigms in qualitative research. In N. K. Denzin, & Y. S.Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (pp.105-117). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Heaton, K. J., Hill, C. E., Petersen, D. A., Rochlen, A. B., & Zack, J. S. (1998). A comparison of therapist-facilitated and self-guided dream interpretation. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 115-122.
- Hill, C. E. (1996). *Working with dreams in psychotherapy*. New York: Guilford Press.
- Hill, C. E. (2004). Overview of the Hill cognitive-experiential dream model. In C. E. Hill (Ed.), *Dream work in therapy* (pp.1-94). Washington, DC: American Psychological Association.
- Hill, C. E., & Goates, M. K. (2004). Research on the Hill cognitive-experiential dream model. In C. E. Hill (Ed.), *Dream work in therapy* (pp.245-288). Washington, DC: American Psychological Association.
- Holloway, G. (1994). *Dreaming Insight*. Portland, OR: Practical Psychology Press.
- Hull, J. W., & Lane, R. (1996). Repetitive dreams and the central masturbation

- fantasy. *Psychoanalytic Review*, 83(5), 673-694.
- Karush, R. K. (1998). The use of dream analysis in the treatment of a nine-year-old obsessional boy. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 53, 199-211.
- Kellner, R., Neidhardt, E. J., Krakow, B., & Pathak, D. (1992). Changes in chronic nightmares after one session of desensitization or rehearsal instructions. *American Journal of Psychiatry*, 149, 659-663.
- Koolik, T., & Lane, R. (1995). The utilization of repetitive dreams in psychotherapy. *Psychotherapy in Private Practice*, 13 (4), 25-31.
- Lewis, O., & O'Brien, J. (1991). Clinical use of dreams with latency-age children. *American Journal of Psychotherapy*, 45(4), 527-543.
- Merriam, S. B. (1998). *Qualitative research and case study applications in education*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Miller, W. R., & DiPilato, M. (1983). Treatment of nightmares via relaxation and desensitization: A controlled evaluation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51 (6), 870-877.
- Mindell, J. A., & Barrett, K. M. (2002). Nightmares and anxiety in elementary-aged children: Is there a relationship? *Child: Care, Health & Development*, 28(4), 317-322.
- Muris, P., & Merckelbach, H. (2000). Fears, worries, and scary dreams in 4-to 12-year-old children. *Journal of Clinical Child Psychology*, 29(1), 43-52.
- Rando, T. A. (1993). *Treatment of complicated mourning*. Champaign, Ill: Research Press.
- Robbins, P. R., & Tanck, R. H. (1993). A comparison of recurrent dreams reported from childhood and recent recurrent dreams. *Imagination, Cognition, and Personality*, 11, 259-262.
- Rochlen, A. B., Ligiero, D. P., Hill, C. E., & Heaton, K. J. (1999). Effects of training in dream recall and dream interpretation skills on dream recall, attitude, and

- dream interpretation outcome. *Journal of Counseling Psychology*, 46(1), 27-34.
- Shuchter, S. R. (1986). *Dimensions of grief: Adjusting to the death of a spouse*. San Francisco: Jossey-Bass Publisher.
- Terr, L. C. (1983). Life attitudes, dreams, and psychic trauma in a group of "normal" children. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 22(3), 221-230.
- Teyber, E. (2000). *Interpersonal process in psychotherapy: A relational approach (4th ed.)*. Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Webb, N. B. (1993). *Helping bereaved children: A handbook for practitioners*. New York: Guilford Press.
- Wenar, C. (2000). *Psychopathology from infancy through adolescence: A developmental approach*. New York: Random House.
- Worden, W. (1996). *Children and grief: When a parent dies*. New York: Guilford Press.
- Worden, W. (2001). *Grief counseling and grief therapy : A handbook for the mental health practitioner (3rd ed.)*. New York: Springer Pub.
- Zadra, A. L. (1996). Recurrent dreams: Their relation to life events. In D. Barrett (Ed.), *Trauma and Dreams* (pp.231-247). CM: Harvard University Press.

A Study of Recurrent Dreams from Childhood

Chih-Yao Chang
Southern Taiwan
University

Sophie Woo
Asia University

Hsiao-Ping Cheng
Central Taiwan
University of Science
and Technology

Abstract

The purpose of this study was to understand the meaning of recurrent dreams from childhood. The research gathered information by interviewing five undergraduate students with nine recurrent dreams from their childhood. The interpretation of the data and analysis of the dreams were based on Clara E. Hill's cognitive-experiential dream model. Qualitative research methodology was applied to process and analyze these data. The research findings were: (1) If a person had more than one recurrent dreams during childhood, the different recurrent dreams were highly correlated and mostly reflected similar issues. (2) Recurrent dreams that occurred during kindergarten and elementary school years mostly reflected traumatic experiences with parents in early years of life as the result of insecure attachment or separation anxiety. In general, recurrent dreams from childhood can be divided into two main categories. First, recurrent dreams that only lasted within a short period of one's life and that first occurred during kindergarten and elementary school years, mostly reflecting specific traumatic events. Second, recurrent dreams that first appeared during kindergarten and elementary school years and throughout the college years and persisted in the long-term, then, mostly reflecting early unresolved traumatic experiences with parents.

Keywords: child, cognitive-experiential dream model, dream, dream analysis, dream interpretation, Hill's dream model, recurrent dreams.