

B 生活

责任编辑:卜聪 电话:85311078



→ 3 坐巴士畅游西湖新景

→ 5 回家脱下外套 老婆都要闻一闻

因为一个通话记录, 本报女记者遭到倾诉者妻子盘问



女人学历越高 越爱做性梦?

“我梦到以前喜欢过的一个男孩子,我们在一片玫瑰花海里拥抱在一起……”

“我梦到男朋友,我们在一起,很亲密,差点发生了关系……”

“我梦到和我上司那个,可我很爱我老公……”

性梦,这两个字让人讳莫如深……

Stop! 别越想越色。其实,梦到和异性手拉手也算性梦。

《红楼梦》曾描述了 21 个栩栩如生、各不相同的梦境,其中男女间色色的梦就有 4 次。最近,国外有媒体称,学历越高的女性做性梦的概率也越高,这是由于受教育多的人想像力比较丰富,受读物、影视、周围环境的影响。

真是这样吗? 记者采访了浙江省立同德医院、浙江省精神卫生中心心理研究室主任徐方忠博士。



省立同德医院梦分析室

有个女的梦到跟金城武那个,老公说梦到了武腾兰,扯平了

科学解释:男女做性梦比例是一样的

有些人做了性梦,苦恼死了。徐博士就常遇到这样的访客。常有病人过来(特别是女性),有些难以启齿地问:“梦里,那个男人不是我丈夫,可是我们却发生了关系,这是什么原因?”“我竟然做了性梦,是不是太变态了?”……聊梦很正常,但是聊性梦,感觉是有些怪怪的。徐博士笑笑,“其实没有必要对性梦有所忌讳,性梦只是梦的一种。做性梦是很正常的一件事情,只要是成人,都有可能经历。从广义上来说,与异性有身体接触的梦都可以称为性梦。”曾有调查指出,包含性内容的梦是十分常见的。在一项研究中,研究者给 250 名大学生一张表格,表上列出 34 个常见的梦的主题,让大学生指出他们是否梦到过这些情节。结果表明“性经验”(主要指性交)被梦到的比率高居第 6 位,66.4% 的大学生经历过这类梦。如果加上其他形式的性内容,几乎可以肯定,每个人都经历过这类梦。记者在某知名论坛也看到了一个与性

梦有关的帖子,是一位刚刚怀孕的准妈妈发的,说自己因为怀孕而没有与丈夫过夫妻生活,没想到居然做了性梦,在梦里和老公嘿咻。跟帖的人数众多,很多女网友坦言自己也做过性梦,并安慰这个准妈妈不要担心。甚至还有网友说:“我也做过,不过对象不是我 LG,而是金城武,呵呵,讲给老公听,老公说正常的,他还梦到了武腾兰(注:日本色情女星)呢,扯平了。”半个月前,加拿大公布了一项最新民意调查,说 8% 的梦境与性生活有关。这为性梦找到了最新注解。梦一直以来都被认为是心理咨询很重要的一个内容,省立同德医院还专门开了梦析门诊,设立了梦分析室。梦析门诊到现在已经开设了 7 年。徐博士说,性梦在梦的咨询中所占的比例很大,他接到的关于梦的咨询,有七八成都是关于性梦的。“(未咨询的)男性的比例虽然多一些,但事实上男女发生性梦的比例是一样的。”

一个女白领老做性梦,梦里男人都不是自己老公 科学解释:做性梦有利于健康

因性梦而苦恼的人,认为那是一种罪恶。

有位 30 岁左右的女白领,说老是在睡梦中与男人发生关系,但这些男人都不是自己的丈夫。最近一次更离谱,梦到跟上司缠绵。第二天去上班,看到上司,想起头天晚上做的梦,尴尬不已,都不敢看他了。回到家,面对丈夫又觉得很过意不去,丈夫就在身边,自己却做起了与别的男人缠绵的梦。自责加尴尬,让她无所适从……

在梦析门诊,徐博士经常遇到这样的女士,都是带着尴尬、自责、困惑而来。对于深爱丈夫的女性来说,对自己的梦中行为常深感愧疚,认为自己有“邪念”。

徐博士说,这样的不安是很多人都会有的心理反应,其实,不必要。

从生理学角度来说,做性梦是正常的生理现象。生活中,成熟男女都会出现性冲动,这种性冲动在清醒状态下是被理智控制的,但进入梦乡后,不受任何束缚,便会出现各种各样的性梦。

“其实做性梦是有益于健康的。”

性能量没有完全释放,就会形成性压抑。稍微有点压抑情绪是不会出问题的,但是过分压抑了,在潜意识当中就会有冲突,出现烦躁情绪,如果这种压抑能够得到适时释放,人的情绪就会好很多。从精神分析法来说,是有利于心理健康的。”

“比如一对感情很好,但丈夫却有性功能障碍的夫妻,妻子的性欲没有办法通过正常的夫妻生活完全释放,性就被压抑在潜意识当中了。通过做性梦将性压抑释放,能让她情绪稳定,也会让他们夫妻间的关系稳定。”

很多人给性梦打上了肮脏的旗号,其实再换个角度来看,做梦者有了性压抑,又不愿随便发泄,就会在梦中解决,从某种程度看,这反而是对伴侣忠诚的表现。

虽然说性梦的对象可能是同事、邻居,甚至是伴侣的好朋友,但这都与伦理道德无关。不可能因为人品端正就不做性梦,也不可能因为私生活比较随便就夜夜做性梦。有时候做性梦可能就是因为睡姿不太好,刺激了性器官。”

爱说荤笑话的人,那方面的压抑比较少

科学解释:性压抑需要释放

学历越高的女性做性梦的概率越高?

徐博士沉思了一下说,这样的结论,他目前还没有听说过。做性梦的主要原因是性的欲望得不到满足,形成性压抑才会在潜意识中释放出来。不大可能是因为“受教育多者想像力比较丰富,受读物、影视、周围环境的影响。”

“假设‘学历越高的女性做性梦的概率越高’这个结论成立,那也应该解释为,学历高的女性,通常工作压力比较大,回家后没有性生活,性欲没有得到满足,最后通过梦来释放,这样比较符合精神分析法。”

另外,文化层次不是很高的人,还有一个途径可以满足性心理需要,那就是开开玩笑、讲讲荤笑话和黄段子。三句话不离性的人,性方面的压抑就比较少。但学历高的人相对来说比较严谨,从来都不谈性,这方面的问题可能就比较多了。”

丈夫有性功能障碍,或者与丈夫两地分居,这样的女性做性梦的概率就会比较高。很多女性都很困惑,都说“日有所思,夜有所梦”,她们白天不曾想过与梦有关的事情,为什么晚上会做性梦?那是因为白天她们把主要精力都放在工作或者别的事上了,性被压抑在潜意识中了。

男人的性梦比较模糊,而女人比较清晰

科学解释:男女的感知有差异

徐博士说,女性的性梦和男性的性梦是有区别的。一般来说,男性的性梦比较模糊,而女性的性梦比较清晰。男女性别差异在感知事物上的差异造成的,女性比较细腻,男性对对象的关心程度就不高了。女性首先要搞清楚是谁,现实中,也是女性比较感性些,男性就生理些。

另外,女性性梦的“梦中人”是有讲究的,不可能是讨厌的人,一般都是有些好感的人。比如梦到与邻居的,她在现实中本来就对这个邻居很有好感,觉得他很体贴。比如梦到很久以前的同学,在某个以前去过的地方,发生关系,其实现实中她对这个人也是产生过好感的。

一般性梦中的“对方”会经常换人。如果女性梦中老是出现一个人,说明她对他有好感,而且这个好感

在潜意识中很强烈。现实生活中,在社会道德的约束下,这个事情是不可能发生的。但梦是不会带社会伦理道德判断的,遵循的也是快乐原则,所以就会做这样的梦。

是不是夫妻生活出了问题才会做性梦呢?徐博士摇摇头说:“做性梦虽然因为性欲得不到满足,但并不代表夫妻之间的性出现了问题,这个不满足还有可能是心理上不满足。正常的夫妻,有正常的生活,但还是会做性梦,这也很正常,可能他们平日情感交流不够。性包括生理也包括心理。所以丈夫做性梦,就要主动与妻子交流,妻子做性梦,就要主动与丈夫交流。”牵手、拥抱也是广义上的性生活,夫妻间多一些这种亲密的小动作,对性压抑的释放有帮助。

(相关报道见 B2 版)