3，和男人相比，女人做噩梦的概率更高！心理学家研究表明，男性在梦境中往往

会是主动侵略的一方，而女性在梦境中则没有那么严重的侵略性，更多的是自我否 定和充满不幸！女性噩梦大概分为三种恐怖的事物，心爱的人离开自己，让自己烦恼的事物，四梦可以帮你解决问题，梦境是一个人的潜意识，当我们做恶梦时，其 实就是潜意识在帮助我们切换视角来看待这件事，想把我们从自己固有的思维定势中走出来，噩梦虽然可怕，但噩梦可以让人们更容易看清自己要面对的问题。