你經常做夢嗎?

其實在不同的文化和不同的時代，人們對夢的含義都有各種不同的看法。

人們普遍認為夢是與潛意識溝通的管道，而絕大部分也認為所有人類都會做夢。

弗洛伊德認為夢的內容是由無意識欲望的滿足塑造的，重要的無意識欲望通常與童年時的記憶和經驗有關。

後來卡爾·榮格反對弗洛伊德的許多理論，他將夢描述成給予做夢者的訊息，可以幫助做夢者自我改善，他相信夢是在向做夢者揭示他們感情或者信仰上的問題和恐懼。