

卒業論文テーマ「夢と心理の関係性」

2013年7月13日

大森 拓哉ゼミ4年

21011187 佐藤 玲子

1、目的・動機

私は4年生の春に就職活動を始めて間もない時、人に追われる夢をほぼ毎日見ていました。現実では不安や焦り追われ、睡眠中でもほぼ毎日何かに追われていました。これには何らかの繋がりや関係性があるのではないかと思い、このテーマに決定をしました。

私たちが見る夢と心理状態がたとえ関係しているならば、夢から自分自身の心理状態が把握できるのではないかと考えています。

2、内容

就寝前に1日の記録をし、起床後に見た夢を記録します。夢の心理本を参考にし、見た夢を照らし合わせます。それと同時に1日にあった出来事や心境と関係があるかないかを検証します。

3、方法

アンケート調査を行います。年齢・性別は特定せず、就寝前・起床後を1日分として約2週間継続的に答えてもらいます。

4、結果

現在は7名にアンケートを実施しています。その内3名のアンケート収集をしましたが、現状としてはまだ本を読み終えていないため、結果の比較は出来ていません。

5、考察

3人×12日で合計36日分のアンケートを行ったが、その内の11日しか夢を見ていないか見たが起きたら忘れてしまったというものでした。そこから、夢と心理の関係性があるかないかだけでなく、夢を見る日や見ない日の共通点もあるのか、分析する必要もありませんでした。今後は更にアンケート人数を増やし、本をよく読みアンケートで答えてもらった夢をもとに、心理と夢には関係があるか分析することが必要であると思います。