

夢研究の現在

— 脳科学と精神分析の対比と検討 —

森田 修平・岡本 祐子

(2013年10月3日受理)

Present study of dreaming
— Comparing brain science with psychoanalysis —

Shuhei Morita and Yuko Okamoto

Abstract: Dream has been brought the stage of scientific research from Freud. After the discovery of REM sleep, The research of dream is shifted from the psychoanalytic stage to the stage of the view of brain science. Hobson thought there is no sense that interpret dream from the view of brain science, so, he criticized the way of Freudian's psychoanalysis. However, Solms tried to reexamine the psychoanalysis from the view of brain science. Now, the research of dream recall frequency is done by the way that handling dream statistically. In these circumstances, the phenomenon called dream seems to be investigated more. Indeed, We need the attitude and association toward dreaming of each dreamer, If we treat dream as a psychotherapy. But, the point that what is the attitude toward dream for each person seems not to be researched. Therefore, We need to research of dream that stands the stage both of the view of the brain science, statistics and adjusted for an individual dreamer at the same time.

Key words: brain science, dream recall frequency, attitude toward dream

キーワード：脳科学, 夢想起頻度, 夢への態度

I 夢が科学されること

1) Freud, S. の革新

夢 (dream) は睡眠中に起こる現象の一つである。夢について, Freud, S. (1900 高橋訳 1969) は「夢は願望充足である」と述べた。これは睡眠により自我活動の水準が下がり, 普段は意識下に抑圧している潜在的な願望が, 検閲によって変形され, 意識に上ってくるという過程を論じたものである。つまり, 夢は潜在的願望が偽装されたものであり, その本来の意味を顕にする (解釈する) ことが, 夢判断であるとされる。Freud は, 神経症の原因は, その潜在内容, 心の中の無意識の内容形成物が正確に意識化されないことにあ

るとし, 潜在夢を始めとした心の潜在内容を読み解くことは, そのまま神経症の治療につながる, つまり, 夢分析はそのまま神経症の治療法であった。鍾(1976)は, Freud の著書, 夢解釈が, それまでの夢が呪術的なもの, 土俗的なものとして社会生活の中の暗部におかれていたのを, 百八十度回転させた, 科学思想上に特異な分岐点となったと述べた。その後, Freud だけでなく, 多くの精神分析家が, 夢を心理的治療に用いた。心理臨床において, 河合 (1967) は, 夢や夢分析を Jung 派の中核をなしている重要なものであると述べた。このように Freud 以後数十年, 夢が人にとって何らかの意味や効果を持っていると考えられてきた。

2) Hobsonの出現 一夢に意味はあるのかー

その後、夢研究に1つ目の大きな転機が訪れた。Aserinsky & Kletman (1953) による、REM (Rapid Eye Movement) 睡眠の発見である。REM 睡眠中の覚醒実験により高い確率で夢を実験的に取得することが可能になったため、岡田 (2011) は、REM 睡眠の発見により、夢見や睡眠のメカニズム、睡眠中の脳の解明につながっていったと述べている。そして、Hobson & McCarly (1977) に代表される夢の神経生理学的モデルが提唱されるに至った。

Hobson & McCarly (1977) は、夢はREM 睡眠中に活性化された脳幹から出力された記憶が前脳によって、再構成されただけであるという活性化—合成仮説を提示した。つまり、夢はでたために出力された情報を前脳が辻褄を合わせようとしてできた結果であり、夢を解釈することに意味は無いと主張したのである。Rock (2004 伊藤訳 2009) によれば、Hobson は Freud の解釈を前提とした夢理論を徹底的に批判した。

ただし、Hobson (2001 村松訳 2007) は、「夢には心理学的な意味が無いというわけではない」と述べ、夢に出力された情動はナマのまま意味を持つと述べた。そのような意味では、Jung 派の夢の扱い方と似ていると考えられるかもしれない。最終的に Hobson (2011) は、「(夢に関する考え方について) 訓練された精神分析家が Freud の偽装検閲理論さえ捨ててしまえるなら、多くの心理療法家と似た考えであり、共に歩んでいける」とさえ述べ、現在は夢に対する態度を軟化させている。

以上から、Hobson によれば、夢は記憶や情動がREM 睡眠時に活性化し、それをまとめ直したものである。

3) Solmsの出現—脳損傷機能研究からの

夢見の検討

岡田 (2011) は、夢見の研究の節目は、Freud の精神分析とREM 睡眠の発見であると述べた。そして、それほどではないとしながらも、夢見に影響を与えた(与えている)人物として、Solms を挙げている。岡田 (2011) は、Solms の大きな功績として、夢見とREM との間の因果性に疑義があることを脳のメカニズムの観点から指摘した点にあると述べた。

Solms & Turnbull (2002 平尾訳 2007) は、Hobson と McCarly の活性化—合成理論について、「夢をみることとREM 状態が同義であるという仮定に大きく依存している」という問題点を指摘した。さらに、Solms (1997) の研究において、脳幹の橋に損傷を受けた6人の患者に夢を見るかを質問すると、「夢を見

ます」と答えたことや、逆に前脳の特定部位を損傷した患者が夢を見なくなったことを引き合いに出し、夢が必ずしも脳幹からではなく、前脳メカニズムによって生み出され得るということを示唆した。Solms & Oliver (2002 平尾訳 2007) は、後頭葉、側頭葉、頭頂葉皮質間の移行帯の損傷や、前頭葉腹内側部の辺縁系白質の損傷が、夢見の完全な停止を引き起こすことを見出し、そのいずれかが夢の生成に不可欠な二つの構造(視覚システムと認知)のひとつなのかもしれないと述べている。

また、Solms は、その仕事において、Freud 理論と脳科学の比較検討を行っている。例えば、Solms (1995) においては、Freud の夢が睡眠の守護者であると論じたことを、脳損傷を受けた患者の睡眠の質の変化を問うことで検討し、統計的に有意であることを見出している。

II 夢の統計学としての研究

1) 夢想起頻度 (Dream recall Frequency)

研究

夢の研究は多岐にわたり、全てを網羅することは難しい。しかし、ここ10年で、夢研究で特に注目を集めているのは、夢想起頻度についての研究であると言える。夢想起頻度の研究自体は、以前より存在する。例えば、鏑・平野 (1985) では、夢の主題に関する研究を行いながら、夢想起頻度に関しても調査し、大学生、小学生、社会人の順で、多夢想起者が多いことを見出している。松田 (1997) は、高校生を対象とし、期末試験をストレスイベントと考え、期末試験前と期末試験後で夢の想起頻度を比較した研究を行い、期末試験をストレスイベントと認知した生徒は、ストレス条件(試験前)に夢想起が増えるという結果が得られている。また、夢想起が研究内容の中心かどうかに関わらず、質問項目に夢想起頻度の項目を設けたり、REM 期覚醒法などで夢想起数を記録する研究は多く見られた (Belcher & Montgomery 1972, Cohen 1974, Connor & Boblitt 1970, 児玉 2000, 2006, Orlinsky 1966, Schonbar 1965, 田中 1980, Beaulieu-Prévoist & Zadra 2005)。

この夢想起頻度の「多い」、「少ない」、ということとは、どういうことを表しているのだろうか。Schonbar (1965) は、内的な気づきをより一般化する指標、つまり、自己の内的資質を利用し、より環境に対処しているか否かであると報告し、また、田中 (1980) は、夢想起の違いを無意識に対する疎通性の違いではないかと考えているようである。鏑 (1979) は、「夢はあ

る人とはよく馴染んで近くにいることができるが、ある人にはどうしても馴染まず、関心をもってもらえないので、消えてしまわざるを得ないのである」と述べた。また一方で、鏑 (1976) は、面接に来たある女性を例に挙げ、今まで夢を見たことがないといっていた彼女が、翌週には、夢を面接の材料として持ってきたことなどを示し、内的な関心が生まれるとすぐに夢をはっきりと憶えられるようになったことが印象的であったと述べている。言うなれば、自身の内面（それが無意識である場合もあるかもしれない）への関心の高まりが、夢見の増加（夢想起頻度の上昇）につながり、一方で、現実懸命で、自らを見つめる余裕が無い時などは、夢を見なくなる（夢想起頻度の減少）と言えるのかもしれない。しかし、高橋・船井 (2006) の中学生を対象としたテスト不安と夢想起頻度の関連の研究では、テスト不安により、夢想起頻度が上昇している点から、夢想起には多くの要因が関連していると考えられる。

しかしながら、Jung (1964) が挙げる、空中へ歩いて行く夢を見た男性が、滑落死したことや、ある婦人のショッキングな夢が、婦人がJungの忠告を拒絶すれば拒絶するほど、段々と内容が強迫的になり、最終的に変質者に襲われてしまったことなどの例を考えると、内的世界への関心以前に、自我がつかみそこねた現実を、無意識が改めてつかみ、教えようとしている時、夢が現れてくることもあるのかもしれない。つまりは、緊急時、突然突拍子も無い形で無意識から夢が積極的に現れてくる場合もあれば、こちらから内面に関心を向けることで、夢に出会うことができる場合もあると考えられる。

田中 (1980) は、そのような夢想起と夢の関係を考察しつつも、夢をよく見る人が、必ずしも夢に関心が高いと言えず、またその逆も同様であるとすれば、意識的に自己との関わりにおいて夢をどう捉えているかという意識レベルの違いも同時に考えなければならぬと述べている。

夢想起頻度について、Schredl (2007) がこれまでの研究をまとめている (表1～4, Schredl (2007) を翻訳)。

表1 夢想起頻度の研究法 (Schredl, 2007)

研究方法
・質問紙
・夢日記法
・睡眠実験による覚醒法

表2 夢想起頻度に関連する特性因子 (Schredl, 2007)

因子
社会人口学的変数 性役割, 年齢, 社会経済的状態
遺伝要因
人格的要因 抑圧, 神経症的傾向, 特性不安, 内向性, Locus of Control (行動の強化可能性に対する信念), 催眠へのかかりやすさ, 没入傾向, 境界の薄さ
認知的要因 知能, 記憶, 空想, 創造性
睡眠行動, 整理指標
夢への態度

表3 夢想起頻度に関連する状態因子 (Schredl, 2007)

因子
前日のストレスナー
心理療法
睡眠の持続時間, 夜間覚醒
睡眠中の活性化具合
目覚めるときの干渉
精神疾患
薬物
脳損傷

表4 夢想起頻度に影響を与える重要因子 (Schredl, 2007)

因子
体験を受け入れる度合い, 薄い境界, 没入傾向
空想傾向, 想像力
創造性
夢への態度
視覚的記憶 (閾値モデル)
夜間覚醒, 低い睡眠の質
ストレス
夢日記を書くといった夢への集中

2) 夢想起頻度研究における問題点

以上のような観点で研究されている夢想起頻度について、Wollcott & Strapp (2002) は、夢想起がそもそも、夢見の頻度なのか、夢内容の詳細を良く覚えていることなのかを区別されていないという問題を指摘した。Wollcott & Strapp (2002) は、夢想起頻度と夢の詳細について、別々に記載し、各種パーソナリティの指標と比較した。その結果、種々の指標と差が見られたが、特に、夢を解釈しようとするのは、夢想起頻度は上昇させるものの、夢の詳細については関係がないことを見出した。また、その一方で、ポジティブな夢への態度は夢の詳細と関連があるものの、夢想起頻度とは関連がないことを示した。

鈴木・松田(2012)は、複数のタイプの夢(楽しい夢、悲しい夢など7種類)とBig Five尺度によるパーソナリティ要因と、Wollcott & Strapp(2002)の指摘する、頻度と詳細をそれぞれ、「夢想起頻度」と「夢想起の程度」という二種類の尺度によって、検討を行っている。その結果、夢想起の程度が関連した結果は、情緒不安定群がネガティブな夢内容をよく覚えているというものだけが得られた。また、夢想起頻度については、各種パーソナリティで異なり、情緒不安定、調和性の低さ、内向的であるパーソナリティの持ち主は、ネガティブな夢想起頻度が高く、外向的、調和性の高いパーソナリティの持ち主はポジティブな夢想起頻度が高いという結果が得られた。Wollcott & Strapp(2002)の「夢の詳細」と鈴木・松田(2012)の「夢想起の程度」を同じものとするならば、2研究間で異なる結果が得られているため、更なる検討が必要であろう。また、Blagrove(2007)は、パーソナリティと夢想起頻度の研究を概観し、明晰夢や悪夢などの特定の夢と夢想起頻度の関連は見られるとしながらも、心理的に測定できるパーソナリティ特性と夢想起頻度の関係性は弱いと述べている。今後は、鈴木・松田(2012)のように夢の種類に注意しながら、夢想起頻度に関する研究を行う必要があるだろう。

Ⅲ 心理臨床において夢を扱う意義

1) 心理臨床場面における夢の意義

これまで述べたように夢についての研究は非常に多彩で、脳科学、統計学から今後ますますの進展が得られていくだろう。そのような中で、心理臨床において夢を扱う意義とは何だろうか。

分析心理学を提唱したJung(1964 河合訳 1975)は、心を意識と無意識からなるものとし、「夢の一般的な機能は、微妙な方法で心全体の平衡性をとりもどさせるような夢の材料を産出することによって、心理的な平衡を回復させる試みなのである」と述べており、これを「夢の補足的(あるいは、補償的)役割」と呼んでいる。心の全体性が揺らぐ危機に関し、Jung(1952 野村訳 1985)は、次のように述べている。「意識と無意識の間の亀裂が広がるほど、人格の分裂が近づいてくる。その結果は、神経症的気質のひとなら神経症、精神病の素質のあるひとなら精神分裂病、つまり人格の崩壊である」。また、「治療が目指すのは、無意識の傾向を意識に統合することによって分裂を減少させ、うまくゆけば解消することである」。さらに、こうした心の危機の治療に関し、Jung(1984 入江訳 2001)は、「自分の心理や主観的な世界において誤っ

ていることのすべて、私たちが自分自身について知るべきことのすべてについて、夢は私たちに情報を与えてくれる」と述べている。すなわち、主観的な世界が誤っている時、つまり意識によって偏った捉えられ方をして、無意識も含めた心全体の体験とはズレが生じている時、夢を産出することで無意識からのメッセージを運び、意識と無意識のつながりを回復する。夢は心全体のバランスを取り戻す役割を持つのである。前述のとおり、夢はJung派の中核をなしている重要なものであり(河合, 1967)、Jung派にとって心理臨床場面での意義は非常に高いと言える。

また、松田(2006)は、悪夢をはじめとした夢想起自体のストレスが患者に存在すると述べ、FreudやJungのような夢の扱い方をせずとも、夢想起の頻度や内容が、患者の病理を示す指標として、精神分析的的手法によらない利用法として活用できると述べている。Hill(2007)は、心理療法として夢を用いることが有意義であることを強く主張し、自己理解や問題への対処に夢を用いることができるならば、それこそが夢に注意を払うべき理由になると述べている。名島(1982, 1993)は、夢を心理治療に用いる意義を、表5のようにまとめている。以上から、夢はクライアントのアセスメントのためのツールとして、また、心理療法の主軸として扱われていると考えられる。

加えて、名島(1995)は、面接場面において夢を利用する意義について、夢はクライアントに対する共感性を高める手段になること、夢が豊かな情報を持っていること、クライアントと言葉によるコミュニケーションが難しいとき、夢がコミュニケーションの通路となる可能性を有していること、夢においてクライアントの過去が再現されやすいこと、治療終了後もクライアントにとって自己吟味の有益な手段になることの5点を挙げている。ここで、名島(1995)の指摘する、コミュニケーションツールとしての夢、そしてクライアントの自己吟味のための夢という意義に着目したい。この2点の意義において重要な点は、クライアントの主体性が存在する点である。クライアントが表現しなければ、夢はコミュニケーションツールになりえず、また自己吟味を1人で行うためには、クライアント自身が自ら夢を顧みなければならない。必然的に夢をクライアントがどのように扱うか、どのように考えるかを同時に考えなければならないといえる。

表5 心理療法における夢の治療的活用 (名島, 1982, 1993)

クライアントの心理—性的—社会的発達水準をみる
クライアントのパーソナリティ構造をみる (投影法的利用)
興味・関心・未来への志向性
対人関係の様態 (他者との関係, 家族関係など, 攻撃的・親和的・疎遠的など)
感情・情緒の営み (感情の種類, 感情の強さと深さ, 感情統制の様態など)
コンプレックス
中核的な葛藤
自我同一性の様態
心理療法の進展度や治療効果をみる
治療者—クライアント関係の情報源
治療者がクライアントについて見る夢 (逆転移データとしての夢)
クライアントが治療者についてみる夢 (転移データとしての夢)
特殊なものとして, 予知夢や夢告 (無意識からの実存的メッセージ) の利用
※単純な願望・欲望との区別が大切

2) クライアントの側から見た夢研究の必要性と 夢への態度

クライアントが夢をどのように考えるかという点について, 前述の鱸 (1976) のような例が指摘されている。また, 河合 (1979) や名島 (1996) が, クライアントの夢に出てくるセラピストを取り上げるなど, クライアント側の視点は重要な観点である。

夢見者側の観点として, 夢への態度 (attitude toward dream) という観点がある。Cernovsky (1984) は, 夢への態度がポジティブであるほど, 夢想起頻度も増加する関係にあると示した。Schredl, Ciric, Götz & Wittmann (2003) は, その当時までの夢への態度尺度として用いられていた尺度が夢想起と夢への態度の両方を一度に扱っていることを指摘し, 別のものとして検討を行う必要性を指摘した。

Beaulieu-Prévost, Simard & Zadra (2009) は, 上記の問題点から, Inventory of Dream Experience & Attitude (IDEA) の作成し, 全7因子の尺度を作成した。7因子は, ①夢の重要性, ②夢へのポジティブさ, ③夢想起 (ただし, 頻度, 程度の両要因を含む), ④夢への不安, ⑤夢への楽しみ, ⑥夢の現実との連続性, ⑦夢の導きである。また, Schredl (2013) の大規模な調査によって, 女性の方が夢への態度がポジティブであり, 男性のほうがネガティブな夢を報告しやすいことが示された。加えて, 経済的に低い立場にある人ほど, ポジティブな夢を報告することが示されている。

我が国では, 田中 (1980) が自我機能との関連を, 兎玉 (2000) が YG 性格検査との関連を, 田沢 (2010) が, Big Five 尺度との関連を検討している。田中 (1980) においては, 夢に積極的に関与しようとする者の方が, 自我機能に優れるという結果を示したものの, 兎玉 (2000) や田沢 (2010) では, 情緒が不安定な者ほど夢から影響を受けやすいという結果となり, 更なる検討を必要とするだろう。仮説として, 夢見者の夢への態度が実際に夢に与える影響という方向性と, 夢から夢見者の態度や人格への影響という方向性の違いが現れた可能性も指摘できるかもしれない。その点から, 夢が影響を与えるのか, 夢に影響を与えるのかという点にも着目しなければならないだろう。

以上, 定量的な研究より, 夢見者の夢への態度の違いが, 夢見自体の変化と関連していることが示唆されたが, より個人的な部分への深い質的な研究はなされていないようである。

IV まとめと今後の課題

脳科学研究による, 旧来の精神分析理論の再検討, および統計学に基づく定量的研究から, 夢はますます科学的な研究対象として深まっていくと思われる。しかしながら, 心理療法として, 夢研究の成果をクライアントに役立てる場合, クライアント側からの視点に立った研究を行う必要がある。特に, 個人の生育歴や, 夢への態度の詳細など, それらがどのように働くかを改めて検討しなければならない。

【引用文献】

- Aserinsky, E. & Kleitman, N. (1953). Regularly occurring periods of eye motility and concomitant phenomena during sleep. *Science*, **118**, 273-274.
- Belcher, M. M., Montgomery, D. D. & Bone, R. N. (1972). Rigidity and dream recall. *Psychological Reports*, **30** (3), 858.
- Beaulieu-Prévost, D. & Zadra, A. (2005). Dream recall frequency and attitude towards dreams: a reinterpretation of the relation. *Personality and Individual Differences*, **38**, 919-927.
- Beaulieu-Prévost, D., Simard, C. C. & Zadra, A. (2009). Making sense of dream experiences: a multidimensional approach to beliefs about dreams. *Dreaming*, **19** (3), 119-134.
- Blagrove, M. (2007). Dreaming and Personality. In D. Barrett & P. McNamara (Eds.), *The new science of dreaming. Vol.2. Content, recall, and personality correlates*. Connecticut: An imprint of Greenwood Publishing Group, Inc.
- Cernovsky, Z. Z. (1984). Dream recall and attitude toward dreams. *Perceptual and Motor Skills*, **58**, 911-914.
- Cohen, D. B. (1974). Toward a theory of dream recall. *Psychological Bulletin*, **81** (2), 138-154.
- Connor, G. N. & Boblitt, W. E. (1970). Reported frequency of dream recall as a function of intelligence and various personality test factors. *Journal of Clinical Psychology*, **26** (4), 438-439.
- Freud, S. (1900). *DIE TRAUMDEUTUNG*. Leipzig: Fischer Taschenbuch. (フロイト S. 高橋義孝 (訳) (1979). 夢判断 新潮文庫)
- Hill, C. E. (2007). Dreams and Psychotherapy. In D. Barrett & P. McNamara (Eds.), *The new science of dreaming. Vol.2. Content, recall, and personality correlates*. Connecticut: An imprint of Greenwood Publishing Group, Inc.
- Hobson, J. A. (2001). *The dream drugstore- Chemically altered states of consciousness*. Massachusetts: The MIT Press. (ホブソン, A. 村松 (訳) (2007). ドリームドラッグストアー意識変容の脳科学 創造出版)
- Hobson, J. A. (2011). *Dream Life-an experimental memoir*. Massachusetts: The MIT Press.
- Hobson, J. A. & Mccarley, R. W. (1977). The brain as a dream state generator: an activation-synthesis hypothesis of the dream process. *The American Journal of Psychiatry*, **134** (12), 1335-1348.
- Jung, C. G. (1952). *Symbole der Wandlung: Analyse des Vorspiels einer Schizophrenie. Vierte, umgearbeitete Auflage von "Wandlungen und Symbole der Libido"* Zürich: Rascher Verlag. (ユング C. G. 野村美紀子 (訳) (1985). 変容の象徴 - 精神分裂病の前駆症状 - 筑摩書房)
- Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbol*. London: Aldus Books Limited. (ユング C. G. 河合隼雄 (訳) (1975). 人間と象徴 - 無意識の世界 - 河出書房新社)
- Jung, C. G. (1984). *DREAM ANALYSIS (Seminar)*. Princeton, N.J: Princeton University Press (ユング C. G. 入江良平 (訳) (2001). 夢分析 1 人文書院)
- 河合隼雄 (1967). ユング心理学入門 培風館
- 河合隼雄 (1979). 夢の中の治療者像 季刊精神療法, **5** (3), 11-16.
- 児玉恵美 (2000). 夢と人格特性との関連についての一研究. 九州大学心理学研究, **1**, 147-155.
- 児玉恵美 (2006). 自我境界と夢体験との関連性 - 身体像境界得点を用いて -
- 松田英子 (1997). 夢想起の頻度に人格特性とストレスイベントが及ぼす影響 性格心理学研究 **5** (1), 9-14.
- 松田英子 (2006). 夢想起メカニズムと臨床的応用 風間書房
- 名島潤慈 (1982). インテーク面接における夢の臨床的意義について - 登校拒否の 1 症例 - 熊本大学教育学部紀要 人文科学 **31**, 241-249.
- 名島潤慈 (1993). 日本における夢研究の展望 - 歴史と研究領域の概観 - 熊本大学教育学部紀要, 人文科学 **42**, 283-324.
- 名島潤慈 (1995). 精神分析的な心理療法における夢の利用 熊本大学教育学部紀要, 人文科学, **44**, 333-361.
- 名島潤慈 (1996). 治療者ないし治療状況についてクライアントが見る夢の意義 熊本大学教育学部紀要, 人文科学, **45**, 283-292.
- 岡田斉 (2011). 「夢」の認知心理学 勁草書房
- Orlinsky, D.E. (1966). Rorschach test correlates of dreaming and dream recall. *Journal of projective techniques & personality assessment*, **30**, 250-253.
- Rock, A. (2004). *The mind at night: The new science of how and why we dream*. New York: Carlisle & Company L.L.C. (ロック, A. 伊藤 (訳) (2009). 脳は眠らない - 夢を生み出す脳のしくみ - ランダ

- ムハウス講談社)
- Schonbar, R. A. (1965). Differential dream recall frequency as a compornet of "life style". *Journal of consulting psychology*, **29** (5), 468-474.
- Schredl, M. (2007). Dream Recall: Models and Empirical Data. In D. Barrett & P. McNamara (Eds.), *The new science of dreaming. Vol.2. Content, recall, and personality correlates*. Connecticut: An imprint of Greenwood Publishing Group, Inc.
- Schredl, M. (2013). Positive and negative attitudes towards dreaming: a representative study. *Dreaming*. American Psychological Association Net 2013年6月17日
<<http://psycnet.apa.org/psycinfo/2013-20983-001/>> (2013年9月25日) doi:10.1037/a0032477.
- Schredl, M., Ciric, P., Götz, S. & Wittmann, L. (2003). Dream recall frequency, attitude towards dreams and openness to experience. *Dreaming*, **13** (3), 145-153.
- Solms, M. (1995). New findings on the neurological organization of dreaming: implications for psychoanalysis. *Psychoanalytic Quarterly*, **64**, 43-67.
- Solms, M. (1997). *The Neuropsychology of Dreams-A Clinico-Anatomical Study*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publishers.
- Solms, M. & Turnbull, O. (2002). *The Brain and the Inner World*. New York: Other Press, Inc. (ソームズ M. 平尾 (訳) (2007). 脳と心的世界 - 主観的経験のニューロサイエンスへの招待 - 星和書店)
- 鈴木千恵・松田英子 (2012). 夢想起の個人差に関する研究 - 夢想起の頻度にストレスとビックファイブパーソナリティ特性が及ぼす影響 - ストレス科学研究, **27**, 71-79.
- 高橋敏治・船井彩 (2006). 中学生の夢想起頻度に影響を及ぼす要因の研究 - テスト不安と性差の関係について - 法政大学文学部紀要, **53**, 31-41.
- 田中千穂子 (1980). 自我機能からみた夢想起 (dream recall) に関する研究 ロールシャッハ研究XXII, 71-89.
- 田沢晶子 (2010). 夢への態度と性格特性 - 「夢への態度尺度」と「5因子性格検査」を用いて 大阪大谷大学紀要 **44**, 171-183.
- 鏑幹八郎 (1976). 夢分析入門 創元社
- 鏑幹八郎 (1979). 夢分析の実際 - 心の世界の探求 創元社
- 鏑幹八郎・平野 潔 (1985). 夢の主題に関する調査研究 - 性差・年齢差についての検討 - 広島大学教育学部紀要 第1部, **33**, 149-158.
- Wolcott, S. & Strapp, C. M. (2002). Dream recall frequency and dream, detail as Mediated by personality, behavior, and attitude. *Dreaming*, **12** (1), 27-44.