



СНОВИДЕНИЯ

# Сновидения

- Субъективное восприятие образов (зрительных, слуховых, тактильных, вкусовых и обонятельных), возникающих в сознании спящего человека (предположительно и некоторых других млекопитающих).

# Прозрачный сон

- Изменённое состояние сознания, при котором человек осознаёт, что видит **сон**, и может в той или иной мере управлять его содержанием.

# Запоминают ли люди сны или нет?

- Учеными уже давно было выяснено, что человек может постоянно забывать о своих снах из-за особенностей мозговой деятельности. У отдельных индивидуумов область на границе **теменной** и **височной коры** функционирует более сильно, чем у других представителей рода человеческого. Именно первая категория и запоминает свои сновидения лучше и чаще.

# Кошмары

- **Постоянные кошмарные сны – это** прямой признак сильного переутомления и истощения нервной системы человека. В этом случае нужно срочно обратиться за помощью к врачу или психологу, пока **кошмары** не превратились в невроз или депрессию.

# Толкование снов

- Кошка – к драке или ссоре
  - Рыба – к мудрости и силе
  - Паук – примирение с другом
  - Малина – ваши дела запущены
- 
- Если вы остерегаетесь сна или он был не приятен для вас, то говорят: «Куда ночь, туда и сон»