

## □마음의 구조이론

### 이드 (id)

이드는 개체의 존속과 종족의 번식을 위한 원시적 생물학적 욕구와 충동, 즉 본능으로 구성된 거의 전적으로 무의식적 구조이다

이드는 개인으로 하여금 현실을 고려하지 않고 본능적 욕구의 즉각적인 만족을 얻도록 하기 때문에 쾌락원칙에 따라 행동하게 만든다

이러한 이드에 의해 나타나는 사고를 일차과정 사고라 하는데 이는 무의식적 사고과정으로 불쾌감을 피하고 욕구를 만족시켜 해소하는 방향으로 생각이 진행되는 것이다

일차사고 과정에서는 현실을 무시하거나 자유롭게 변화시키고 압축하거나 상징으로 나타내며 정상적인 시공간 개념이 없어서 상반된 생각들이 공존 할수 있다 즉, 비논리적이고 비합리적이며 비현실적이다

### 자아(ego)

자아는 의식적이기도 하고 무의식적이기도 한데 개인을 현실검증(reality testing)에 기초하여 행동하도록 한다. 즉 본능적 충동을 즉각적으로 만족시키려는 이드와 무자비한 초자아와 현실사이에서 갈등을 조정하고 타협을 추구한다. 이를 현실원칙이라 하며 이 때 나타나는 사고를 이차과정 secondary process 라 한다 이차과정사고의 행동양식에서는 즉각적인 욕구 만족은 더 나은 다른 목적을 위해 연기될 수 있으며, 논리에 따라 행동하고 상반된 생각들의 공존이 허용되지 않고 감정보다 이성에 의해 행동이 결정된다.

자아는 현실에 맞추어 개인을 조정해 가는 집행부분을 수행하고 대상관계 object relationship를 수립하며 조직, 조정, 일반화 등 여러 요인들을 통합하는 기능을 하고 충동과 초자아의 요구, 그리고 사회환경으로부터의 영향 간의 충돌을 중재한다

자아는 언어, 학습, 직관, 이해, 지각, 기억, 사고 기능을 수행하여 외부세계를 탐색하는데 이것을 일차적 자율적 기능이라 부른다

이런 자율적 기능이 갈등에 직면하게 될 때 욕구들을 방어하기 위해 이차적 자율적 자아가능이 나타난다.

자아는 부모와의 닮음, 즉 동일시 identification 에 의해 형성되기 시작해서 성인이 되면서 더욱 성숙한다. 자아의 건전한 발달은 성숙한 인격의 필수요소이다.

### 초자아 superego

초자아는 개인의 도덕심, 양심, 이상 등으로 나타나며 항상 자아에 압력을 가한다. 그러나 양심이 대개 의식적인 데 반해 초자아는 대개 무의식적인 구조이다. 초자아는 자아가 발전하는 과정에서 남근기에 부모와의 동일시를 통해 부모의 가치관, 도덕규범, 사회적 금지 혹은 금기를 받아들여면서 형성된다

초자아는 자아의 행동에 대해 감독자, 검열자로서 기능하므로 자아의 입장에서는 이드만큼 위협적이고 부담스런 존재이다. 즉 초자아가 지나치게 강력할 경우 자아는 위축되고 후회나 죄책감에 시달리게 된다.

## □방어기전

### ▶억압

-성적 욕동이건 공격적 욕동이건에 자아를 위기상황으로 빠뜨릴 위험이 있는 이드의 욕동과 그 대상물을 눌러서 의식 밖으로 쫓아내 버리는 것이다

그러므로 억압된 것은 잊어버린다. 왜냐하면 기억하고 있는 것이 위험하기 때문이다

억압한다는 것은 자아가 가지고 있는 심적 에너지의 일부를 사용해서 항상 억압하고 있어야 한다는 이야기가 된다. 그렇게 하지 않으면 억압된 것은 의식의 체계에 떠오르게 된다.

그러므로 설사 고열에 신음하고 있거나 술에 취했다거나 잠자고 있을 때에 자아 에너지가 약화되어 있다면 평소에는 억압되어 있는 욕동이나 원망이 온갖 형태로써 튀어나오곤 하는 것이다

고열로 신음하다가 마침내 마음속에 있는 말을 실토해 버리거나 술에 취한 김에 평소에는 하지 못하던 성적인 말을 한다거나 또는 꿈속에서 자기가 마음속에 미워하는 상사의 머리를 때린다든지 하는 것은 그 예이다

### ▶반동형성

-증오와 같은 의식에 올려 놓으면 위험한 욕동 에너지를 억압해 두기 위해서 그 반대의 것, 즉 이경우는 애정을 과도로 강조하여 자아를 위험으로부터 지키는 메커니즘이다. 잔인성을 숨기기 위해서 다정함을, 완고함을 누르기 위해서 순종함을, 불결을 나타내지 않기 위해서 청결을 강조하는 것은 모두 이러한 반동형성이다

-새로 동생이 생겨난 유아의 경우에서 예를 찾아 보자. 유아는 먼저 지금까지는 자기의 것이었던 모친의 애정이나 관심을 동생에게 빼앗기지나 않을 까 두려워한다. 그리고 그 때문에 새로 생겨난 동생을 배척하려고 한다. 그것은 대개의 경우에 있어서 분명한 행동으로 나타나게 되는 것이어서 예를 들면 잠자는 동생을 발로 차로 건드리거나 한다. 그러나 곧 그는 그러한 행동이 오히려 모친으로부터 꾸중을 듣는 것 뿐이고 자기에게 아무런 이득이 없다는 것을 깨닫는다

그렇게 되면 이번에는 동생에 대한 적개심을 자기 스스로의 힘으로 누를 수 밖에 없다는 것을 알게 된다. 그리고 그 대신에 모친의 애정과 관심을 끌수 있는 뭔가 다른 방법에 의한 행동을 모색하게 된다. 즉 동생을 사랑하게 되는 것이다. 이렇

게 해서 유아는 무의식중에 자아를 방어해 간다

▶ 승화

-억압된 욕구 에너지가 방향을 온전히 바꾸어서 사회적으로 인정되는 가치 있는 목표로 옮겨지고 그것을 실현함으로써 대상적인 욕구를 만족시키는 메커니즘이다

-예를 들면 공격욕동을 직접적으로 발산시키는 대신에 스포츠의 기록에 도전하는 것은 승화라 할 것이고, 성적 욕동을 직접적으로 발산하는 대신에 문화작품의 창작에 전념하는 것도 승화이다

-프로이트에 의하면 레오나르도다빈치가 그토록 큰 관심을 기울여서 그린 마돈나는 다 빈치가 어린시절에 작별한 모친을 그리워하는 정신에너지가 승화 된 것이라고 한다. 그에 의하면 문병의 진보 그 자체마저도 이드의 욕구 에너지가 승화된 것이라고 한다