

# 弗洛伊德的人格“三我”结构

弗洛伊德(Freud Sigmund , 1856-1939)将人格结构分为三个层次：本我、自我和超我。

## 1. 本我

本我(id)于人格结构的最底层,是由先天的本能、欲望所组成的能量系统,包括各种生理需要。

本我具有很强的原始冲动力量,弗洛伊德称其为力必多(libido)。本我是无意识、非理性、非社会化和混乱无序的。它遵循快乐原则。

## 2. 自我

自我(ego)是从本我中逐渐分化出来的,位于人格结构的中间层。其作用主要是调节本我与超我之间的矛盾,它一方面调节着本我,一方面又受制于超我。它遵循现实原则,以合理的方式来满足本我的要求。

## 3. 超我

超我(superego)位于人格结构的最高层次,是道德化了的自我,由社会规范、伦理道德、价值观念内化而来,其形成是社会化的结果。超我遵循道德原则,它具有三个作用:一是抑制本我的冲动,二是对自我进行监控,三是追求完善的境界。

在人格结构里,本我、自我和超我三者相互交织在一起,构成人格的整体。它们各自代表了人格的某一方面,本我是生物本能我,自我是心理社会我,超我是道德理想我。它们各自追求不同的目标,本我追求快乐,自我追求现实,超我追求完美。当三者处于协调状态时,人格表现出一种健康状况;当三者互不相让,产生敌对关系时,就产生心理疾病。

(资料来源:Freud, 1917.)