

2023-2 생활 속의 심리학 [5주차-2, 6주차-1]

[성격심리학] 성격과 개인차

서강대학교 학생생활상담연구소 상담교수
박기라

10월 10일 수업 사전 준비

1. MBTI 검사 실시 및 본인 성격유형 확인하기

- 1) 서강대학생생활상담연구소 검사 받기
- 2) 외부 유료 상담기관에서 검사 받기
- 3) <https://www.16personalities.com/ko/> 사이트에서 검사 실시하기

2. 10월 06일(23:59)까지 사이버캠퍼스 – 투표 메뉴에 설문(익명, 중복 선택 불가) 참여하기

3. 실시간 수업 때 MBTI 성격유형별 자리배치

Contents

01 성격이란 무엇인가?

02 성격을 파악하는 이론

03 성격은 어떻게 형성되는가

04 성격 검사와 개인차

성격의 좋고 나쁨이 있을까?

외향적 vs. 내향적



VS



성격의 좋고 나쁨이 있을까?



본인 또는 타인에게 해를 끼치는 성격
성격장애(Personality Disorder)

- 만연하고 경직
- 청소년기나 성인기 초기 발병
- 시간이 지나도 변함이 없이 유지되며
- 고통이나 손상을 초래

성격의 좋고 나쁨이 있을까?

성격장애(Personality Disorder)

괴상한, 기이한, 이탈된	극적인, 감정적인, 변덕스러운	불안한, 겁이 많은
Cluster A	Cluster B	Cluster C
편집성 성격장애	반사회성 성격장애	회피성 성격장애
조현성 성격장애	연극성 성격장애	의존성 성격장애
조현형 성격장애	자기애성 성격장애	강박성 성격장애
	경계성 성격장애	

성격의 좋고 나쁨이 있을까?

성격장애(Personality Disorder)

괴상한, 기이한, 이탈된



Cluster A

편집성 성격장애

조현성 성격장애

조현형 성격장애

다른 사람들의 동기를 악의가 있는 것으로 해석하는 등 타인에 대한 전반적인 불신과 의심이 있음
(예: 충분한 근거 없이 다른 사람이 자신을 관찰하고 해를 끼치고 기만한다고 의심함)

사회적 유대로부터 반복적으로 유리되고, 대인관계에서 제한된 범위의 감정 표현

부적절하고 제한된 정동, 인지 및 지각의 왜곡, 행동의 괴이성 등으로 사회적 대인관계 결함

성격의 좋고 나쁨이 있을까?

성격장애(Personality Disorder)

극적인, 감정적인, 변덕스러운

Cluster B

반사회성 성격장애

연극성 성격장애

자기애성 성격장애

경계성 성격장애



공감능력의 결여, 타인의 권리를 무시하고 침해하는 행동 양상, 특히 충동성, 공격성, 사기성이 특징

만연하고 과도한 감정과 주의를 끄는 행동양상, 관심의 중심에 있고자 하는 지나친 노력

자기의 중요성에 대한 과대한 느낌, 숭배요구, 감정 이입의 부족

대인관계, 자아상 및 정동의 불안정성과 현저한 충동성, 특히 버림받지 않기 위해 미친 듯이 노력

성격의 좋고 나쁨이 있을까?

성격장애(Personality Disorder)



불안한, 겁이 많은

Cluster C

회피성 성격장애

의존성 성격장애

강박성 성격장애

부적절감 및 부정적 평가에 대한 예민함으로 인해 사회적 상황을 회피

돌봄을 받고자 하는 광범위하고 지나친 욕구가 복종적이고 매달리는 행동과 이별 공포
초래

융통성, 개방성, 효율성을 희생시키더라도 정돈, 완벽, 정신적 통제 및 대인관계 통제에
지나치게 집착

1. 심리평가

심리 평가(psychological assessment)란

1) 면담

2) 행동관찰 그리고

3) 심리검사 등

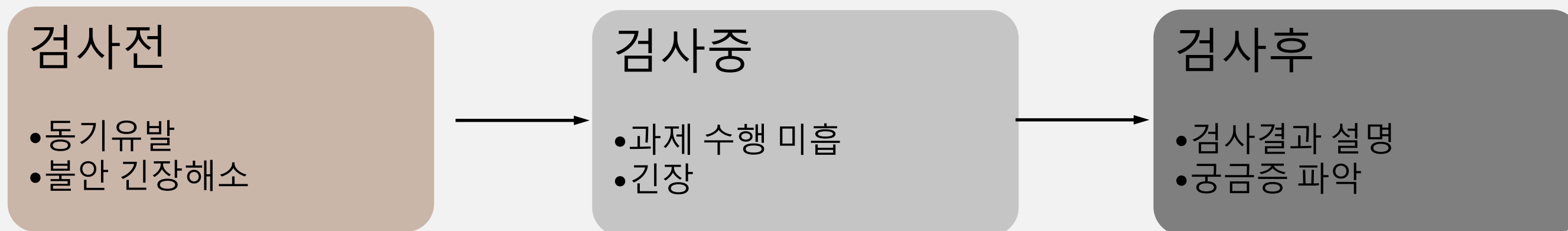
여러 방법에 의해 **개인의 심리적 특성을 통합적으로 이해**하는

일련의 전문적인 과정이라 할 수 있다(Goldstein & Hersen, 1990)

1. 심리평가

(1) 면담(interview)

- 검사자와 피검자가 면대 면으로 마주 대하고 어떤 주제에 대해 협의하거나 상담하는 과정.
- **심리검사의 내용을 보완하고 그 해석의 타당성을 뒷받침**



1. 심리평가

(2) 행동관찰

- 개인의 특이한 행동을 발견하고 이런 문제행동을 유발시키는 요인과 이들 간의 상호 관련성을 밝히는 과정

자연관찰법

- 자연스러운 행동을 관찰
- 관찰된다는 것을 인식하면 실제 반응과는 다른 반응이 유발

유사관찰법

- 제한된 통제환경 속에서 관찰
- 조작된 관찰환경이 개인행동에 영향

자기관찰법

- 스스로 직접 관찰하고 기록
- 광범위한 문제행동에 적용 가능하고 비용과 시간이 절약
- 객관성이 떨어지는 문제가 발생

참여관찰법

- 관찰자(주변 인물)를 선정. 피검자의 행동을 평가(검사자의 편견이 내포될 가능성)
- 발생빈도가 낮은 행동이나 외부 관찰자에 의해 영향을 많이 받는 행동을 평가할 때 유용

1. 심리평가

(3) 심리검사

- 인간의 심리적 특성 파악 위해 다양한 도구들을 이용. 양적, 질적으로 측정하는 절차
 - 구성개념을 조작적으로 정의
 - 측정할 수 있는 심리 검사를 제작
 - 심리 검사로 측정된 결과를 해석

신뢰도

얼마나 오차 없이 측정하고
있느냐의 개념(일관성)

타당도

의도했던 목적을 어느 정도
충실히 측정하고 있느냐 하는
검사의 능력

표준화 및 기준

- 표준화: 실시 및 채점에서의
일관성
- 기준설정(비교 기준)

2. 심리검사의 종류

(1) 심리검사 종류; 절차

표준화 검사 standardized test

- 검사의 제작, 실시, 채점, 해석을 위한 절차와 조건이 동일하고, 기준이 있어서 동일한 조건에 있는 사람들과의 비교가 가능한 측정도구
- 예: MMPI-A, MBTI, 지능검사 등



비표준화 검사 nonstandardized test

- 기준이 마련되지 않고 검사
- 제작 과정을 설명하는 통계자료가 없는 검사
- 예: 관찰법, 카드분류법, 자서전 등



2. 심리검사의 종류

(1) 심리검사 종류; 내용



지능검사

성격/정서

진로

2. 심리검사의 종류

(2) 성격검사; MBTI

- 현재 우리나라에서 가장 많이 사용하는 성격유형검사
- Jung의 심리유형론을 보다 쉽게 이해하여 실생활에 유용하게 쓰일 수 있도록 개발
- 4개의 쌍으로 이루어진 선호경향으로 구성
- 각 지표의 선호 경향에 따라 16개의 성격유형 범주 중 하나의 성격 유형이 결정

■ MBTI의 선호 지표

외향(E)	에너지의 방향(주의초점)	내향(I)
감각(S)	정보수집(인식기능)	직관(N)
사고(T)	판단과 결정(판단기능)	감정(F)
판단(J)	이해와 적용(생활양식)	인식(P)

2. 심리검사의 종류

(2) 성격검사; TCI(Temperament and Character Inventory-Family)

- 생물학적 인성모델에 기반한 기질 및 성격 검사
- 인성(Personality) = 기질(Temperament) + 성격(Character)
- 기질, 성격 차원은 서로 상호작용하면서 한 개인이 삶의 경험에 대해 적응해가는 고유한 양상을 만들어 냄.
- 소요시간 : 140문항, 5점 척도 (20~25분 소요)



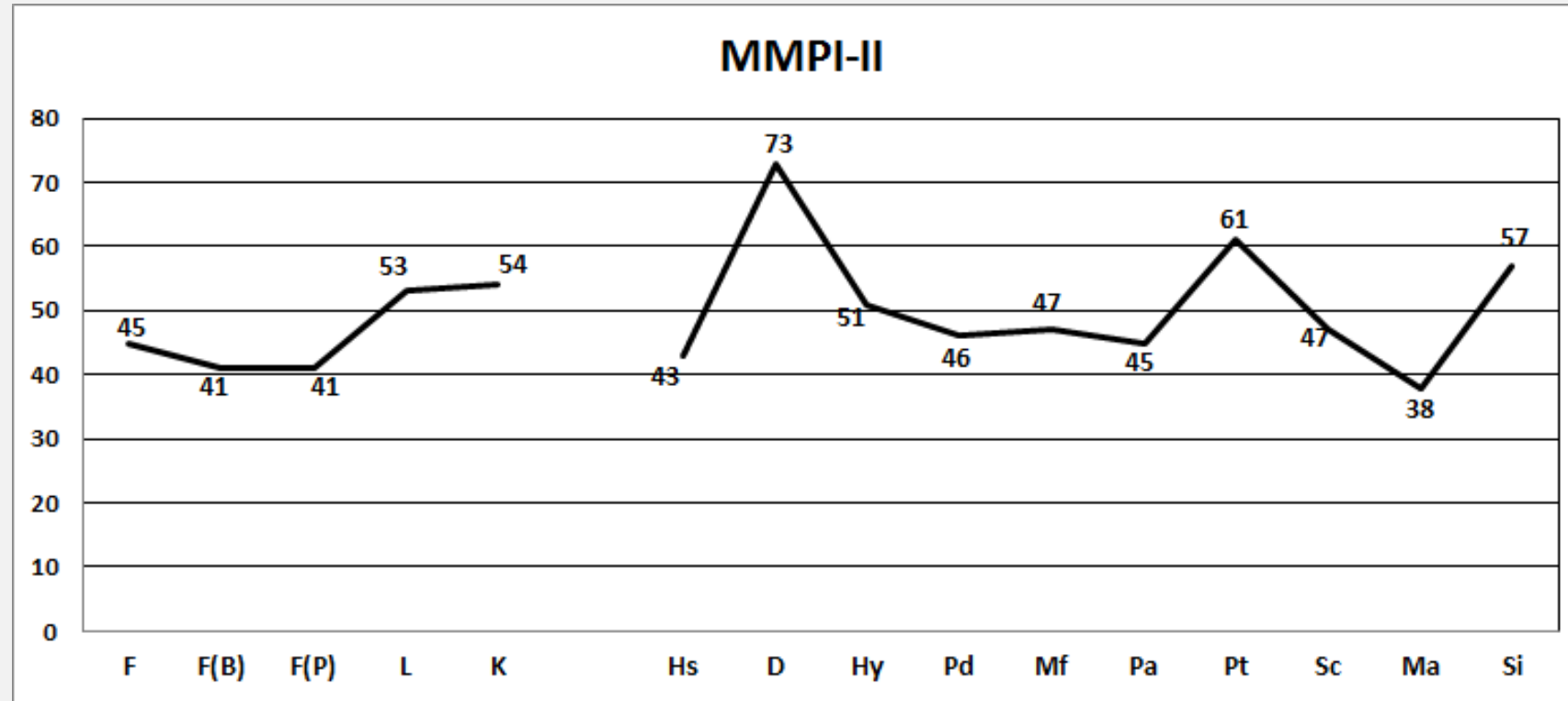
기질	자극추구, 위험회피, 사회적 민감성, 인내력
성격	자율성, 연대감, 자기초월

2. 심리검사의 종류

(2) 성격검사; 투사검사

문장완성검사(SCT)	HTP	로르샤흐 잉크 반점 검사
<ul style="list-style-type: none">문장완성검사(Sentence Completion Test: SCT) : 자유연상을 이용한 투사검사다수의 미완성 문장을 피검자가 생각나는 대로 완성하도록 하는 검사	<ul style="list-style-type: none">집-나무-사람 검사(House-Tree-Person: HTP)개인의 무의식과 관련된 풍부한 상징을 나타냄실시가 간편하고 까다로운 채점절차 없이 그림을 직접 해석할 수 있는 장점	<ul style="list-style-type: none">로르샤흐 잉크 반점 검사 (Rorschach Inkblot Test)좌우 대칭의 잉크 얼룩이 있는 열 장의 카드를 보여주면서 무엇처럼 보이는지, 무슨 생각이 나는지 등을 자유롭게 말하여 수검자의 성격 및 정서 등을 검사

2. 심리검사의 종류



피검자는 현재 우울한 기분, 생활 전반에 걸쳐 의욕이나 즐거움 상실, 정신운동성 지체, 피로감과 무력감 등의 심신 에너지 저하, 주의 집중의 어려움 및 우유부단함, 과도한 자기비난 등 주요 우울 삽화에 해당하는 징후가 유의한 수준인 것으로 시사된다. 또한 상기 기분 증상으로 인해 학업성취도의 저하와 시간관리 및 대인관계 유지의 어려움 등 직업적, 사회적 기능에 장애가 초래되는 점을 고려했을 때 'major depressive disorder'가 시사된다.

검사 결과 상당한 수준(Moderate Level)의 우울감을 경험하고 있는 것으로 나타났으며, 부정적 사고, 자존감 저하, 무기력감 등과 함께 현재 상황을 통제할 수 없다는 불안을 경험하고 있는 것으로 보인다. 또한 HTP의 나무 그림에서 '잎이 무성하고 뿌리도 깊지만 점점 시들고 있다' '시들다가 죽을 것 같다' 등 무망감, 절망감을 느끼고 있는 것으로 보이며, 내면에는 오랫동안 자기 불만과 침울함이 내재 되어 있었을 가능성이 높다. 피검자는 의식적으로 심리적 평온을 유지하고 자신의 미래에 대해 긍정적으로 기대하려고 노력하지만, 이러한 노력이 성공적이지 못해 침습적인 비관적 사고와 부정적 감정에 매몰되는 상태로 보여진다. 상기 증상은 폭력적인 아버지와 뿌리 깊은 갈등과 관련 있을 것으로 보이며, 피검자는 높은 수준의 분노와 적대감을 경험하는 것으로 보여진다. 그러나 분노를 표현하는 상황에 대한 과도한 염려와 외부자극을 실제보다 더 위협적으로 지각하는 경향으로 인해, 분노 감정을 적절히 처리하지 못한 채 내재화 또는 억압함으로써 분노감정이 충분히 해소되지 못하고 있는 것으로 보인다. **[스트레스 수준 및 대저자원 / 대인관계 양상 생략]**

치료적으로는 분노표현에 대한 비합리적인 신념을 탐색하고 자신의 억눌린 감정을 치료과정에서 표현하고 해소하도록 하는 것이 도움이 될 것으로 보인다.

3. 심리검사의 문제점

(1) 신뢰 할 수 있는가?

- 거짓 반응
- 비표준화 검사 또는 투사 검사에서의 평가자간 일치도 문제

(2) 검사 결과는 극히 한정된 일부를 반영함

- 가설적 해석
- 지나친 맹신과 사람에 대한 규정은 위험

Contents

01 성격이란 무엇인가?

02 성격을 파악하는 이론

03 성격은 어떻게 형성되는가

04 성격 검사와 개인차

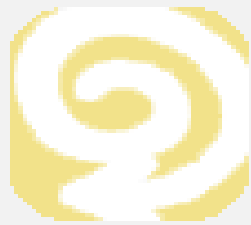
MBTI 검사의 이해

- ✓ MBTI는 사람의 성격을 4가지 차원에 근거하여 16가지 유형으로 분류.
- ✓ MBTI는 비진단용 검사로 개발. 성격의 좋고/나쁨은 없음.
- ✓ MBTI는 두가지 반대되는 경향 가운데 주로 사용하는 기능, 즉 “선호경향성”을 확인함.
- ✓ MBTI는 신뢰도, 타당도 측면에서 취약점이 있는 검사 도구임.



MBTI 4가지 차원

E



외향 (Extraversion)

외부 세계의 사람이나 사물에 대하여 에너지를 사용

S



감각 (Sensing)

오감을 통한 사실이나 사건을 더 잘 인식

T



사고 (Thinking)

사고를 통한 논리적 근거를 바탕으로 판단

J



판단 (Judging)

외부 세계에 대하여 빨리 판단 내리고 결정하려 함

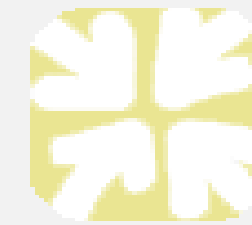
◀ 에너지 방향 ▶
Energy

◀ 인식기능 ▶
Information

◀ 판단기능 ▶
Decision Making

◀ 생활양식 ▶
Life Style

I



내향 (Introversion)

내부 세계의 개념이나 아이디어에 에너지를 사용

N



직관 (iNtuition)

사실, 사건 이면의 의미나 관계, 가능성을 더 잘 인식

F



감정 (Feeling)

개인적, 사회적 가치를 바탕으로 한 감정을 근거로 판단

P



인식 (Perception)

정보 자체에 관심이 많고 새로운 변화에 적응적임

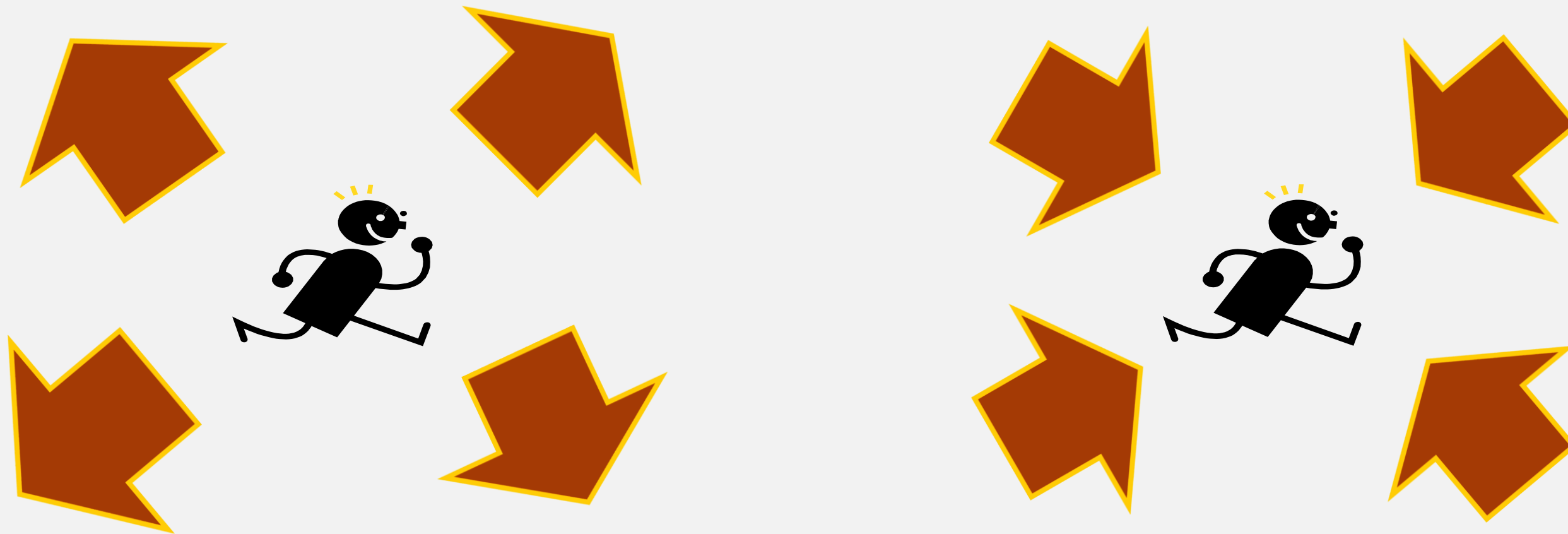


MBTI 4가지 차원



MBTI 4가지 차원

1. 에너지의 방향 E or I



판단기준 : 피로도



MBTI 4가지 차원



MBTI 4가지 차원

2. 정보의 수집 S or N



MBTI 4가지 차원

2. 정보의 수집 S or N



세밀한 부분을 잘 감지한다



전체적인 맥락을 잘 감지한다



MBTI 4가지 차원

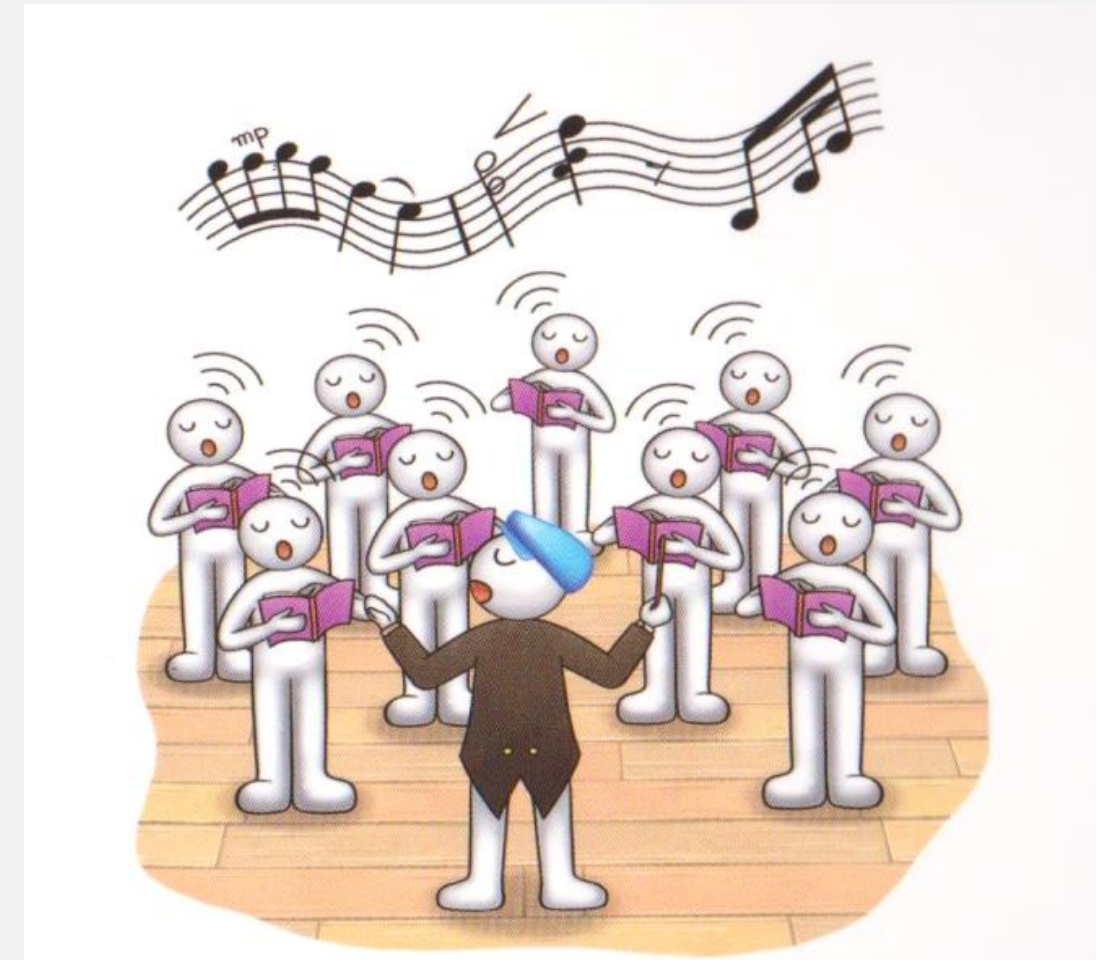


MBTI 4가지 차원

3. 판단의 기능 T or F



정의와 공평을 중요시한다.

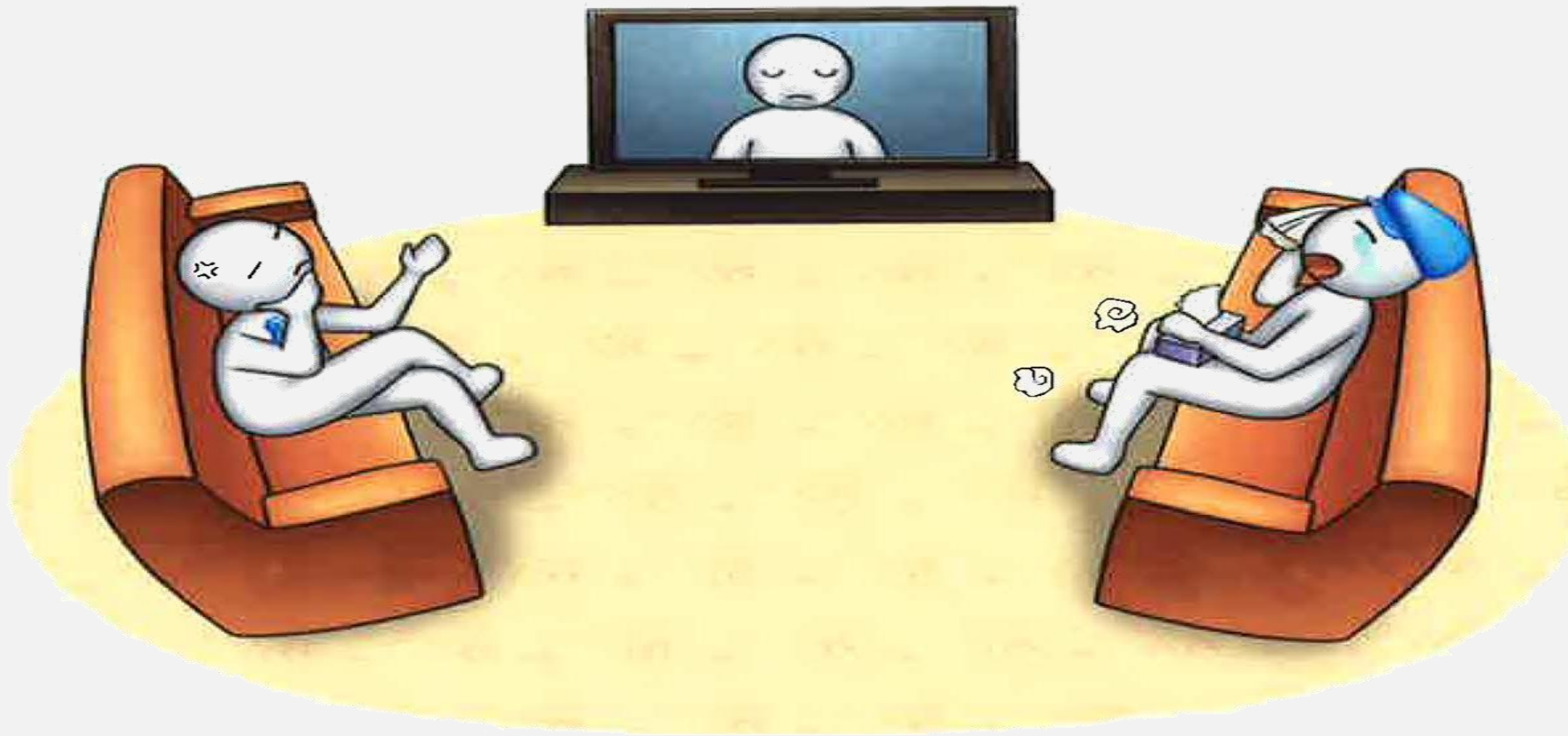


관계와 조화를 중요시 여긴다.



MBTI 4가지 차원

3. 판단의 기능 T or F



외부 관찰자 입장에서
상황을 바라본다

내부 참여자 입장에서
상황을 바라본다

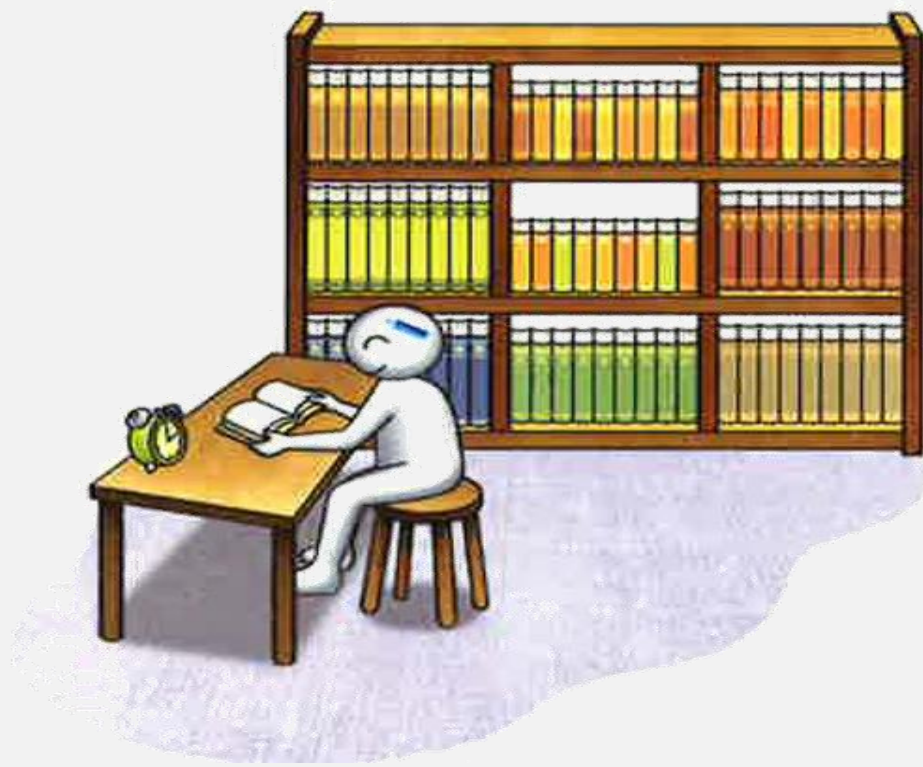


MBTI 4가지 차원



MBTI 4가지 차원

4. 생활양식 J or P



조직화된 생활양식을 선호한다.

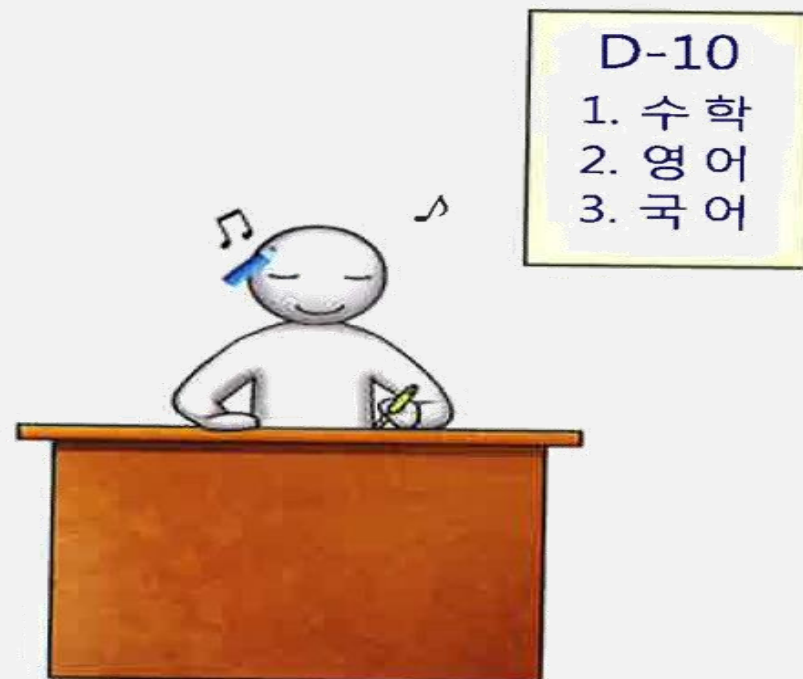


유연성 있는 생활양식을 선호한다.

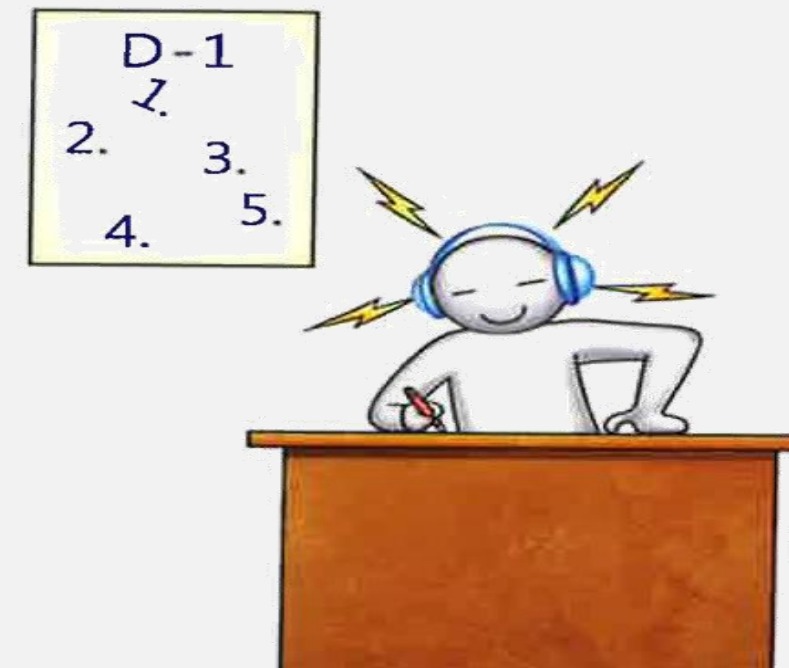


MBTI 4가지 차원

4. 생활양식 J or P



마감일과 계획을 적극적으로 운영한다.



최후의 임박한 순간에 마감을 맞는다.



MBTI 4가지 차원

ISTJ 세상의 소금형

한번 시작한 일은
끝까지 해내는 사람들

ISFJ 임금뒤편의 권력형

성실하고 온화하며
협조를 잘함

INFJ 예언자형

사람과 관련된 뛰어난
통찰력을 가짐

INTJ 과학자형

전체적인 부분을 조합하여
비전을 제시하는 사람들

ISTP 백과사전형

논리적이고 뛰어난 상황
적응력을 가짐

ISFP 성인군자형

따뜻한 감성을 가지고
있는 겸손한 사람들

INFP 잔다르크형

이상적인 세상을 만들어
가는 사람들

INTP 아이디어 뱅크형

비평적인 관심을 가지고
있는 뛰어난 전략가들

ESTP 수완 좋은 활동가형

친구, 운동, 음식 등
다양함을 선호

ESFP 사교적인유형

분위기를 고조시키는
우호적인 사람들

ENFP 스파크형

열정적으로 새로운
관계를 만드는 사람들

ENTP 발명가형

풍부한 상상력을 가지고
새로운 것에 도전하는
사람들

ESTJ 사업가형

사무적, 실용적 현실
도모적인 일을 많이 하는
사람들

ESFJ 친선도모형

친절과 현실감을
바탕으로 타인에게
봉사하는 사람들

ENFJ 연변능숙형

타인의 성장을 도모하고
협동하는 사람

ENTJ 지도자형

비전을 가지고 사람들을
활력적으로 이끌어 감



유형별 그룹토의

- **MBTI** 유형: []
- 참가자 이름:
- 우리 유형의 특징**[3개 이상]**
- 우리가 남에게 자주 듣는 말
- 우리 성격유형의 강점과 보완해야 할 점**[2-3개]**
- 우리 성격유형이 힘들어 하는 스트레스 상황과 대처 전략들
- 우리 성격유형이 바라본 **MBTI** 성격검사는**[or** 결과에 대한 반응]**]?**