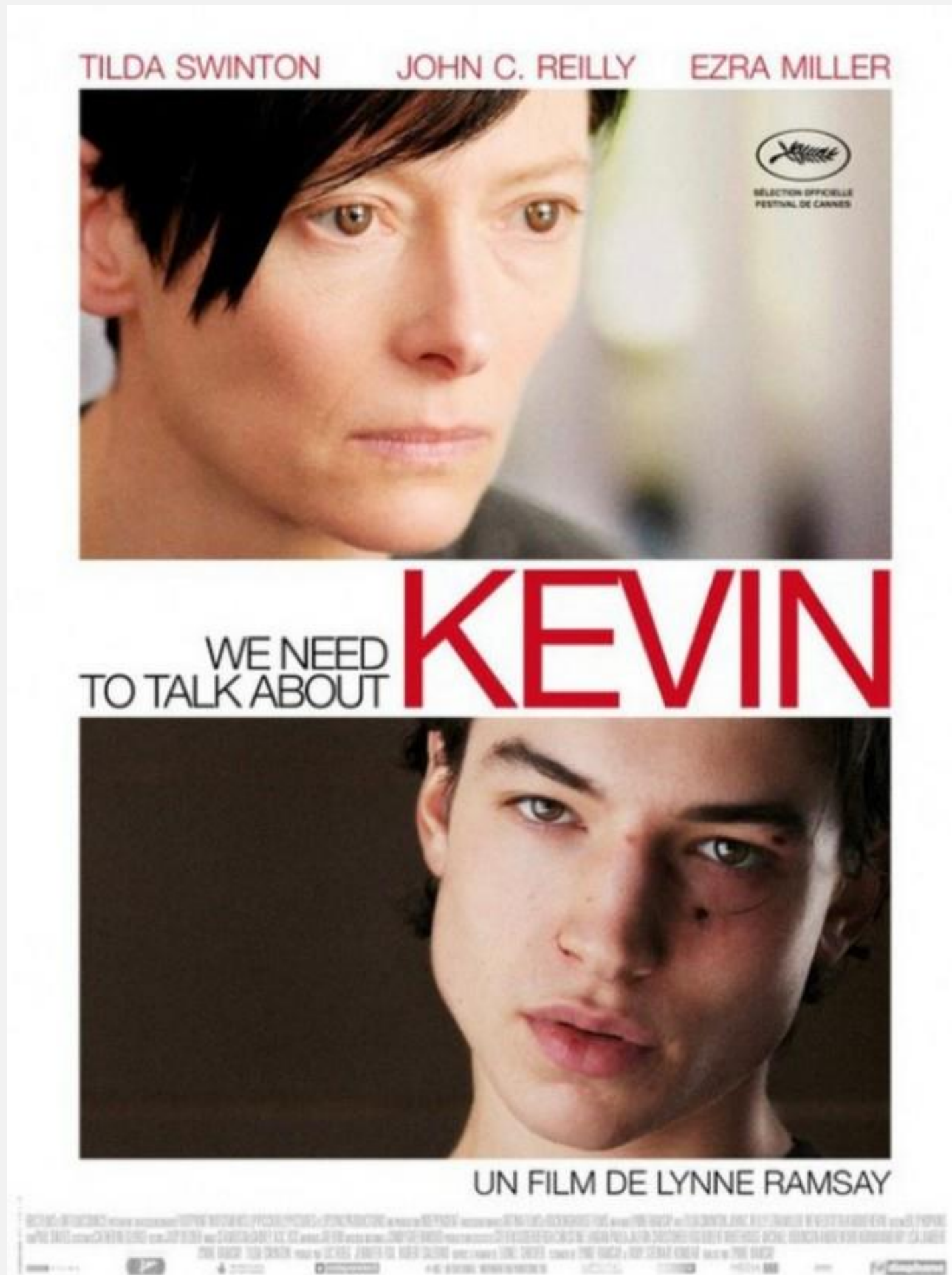


2023-2 생활 속의 심리학 [2주차-1, 3주차-1]

[발달심리학] 발달과 변화



서강대학교 학생생활상담연구소 상담교수
박기라



Nature?

Nurture?

Contents

- 01 발달심리학의 개관
- 02 신체적 발달
- 03 인지적 발달
- 04 사회정서적 발달

발달심리학이란

- 인간의 발달적 변화는 성숙(maturation)과 학습(learning)의 산물
- 발달심리학이란 한 개인의 전 생애에 걸쳐 일어나는 신체적, 사회적 정서적, 도덕적 및 지적 발달의 과정을 연구
- 발달심리학자의 목적
 - 기술하고, 설명하고, 최적화하기
 - 규준적 발달(normative development)과 개별적 발달(ideographic development)을 이해함으로써 적정 시기의 적절한 개입



발달심리학의 주요 논점

(1) 발달의 연속성(연속성 VS 단계)

- 발달이 점진적인지 혹은 급격한 변화를 동반하는 과정인지의 문제



발달심리학의 주요 논점

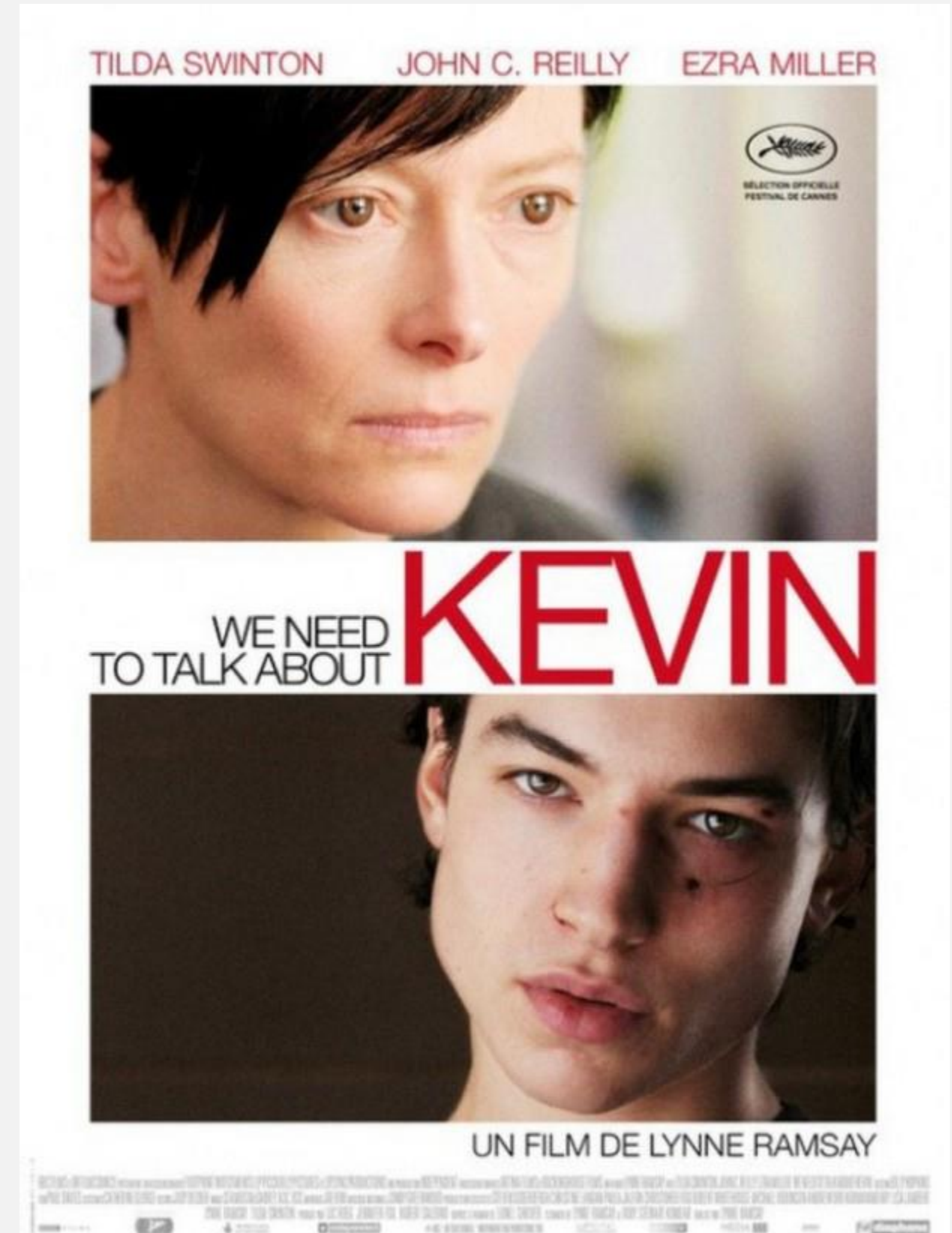
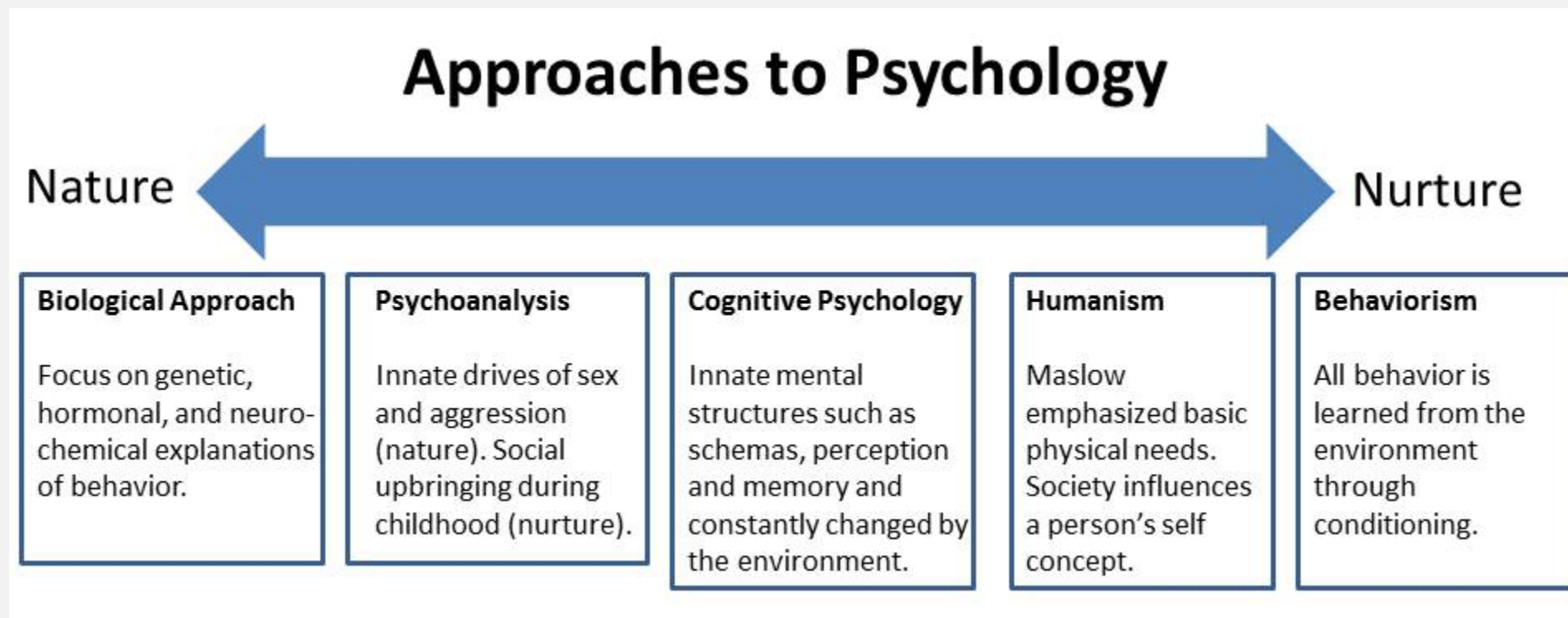
(1) 발달의 연속성(연속성 VS 단계)



발달심리학의 주요 논점

(2) 발달의 원천(천성 VS 양육)

- 발달이 유전에 의한 것인지 혹은 환경에 의한 것인지?



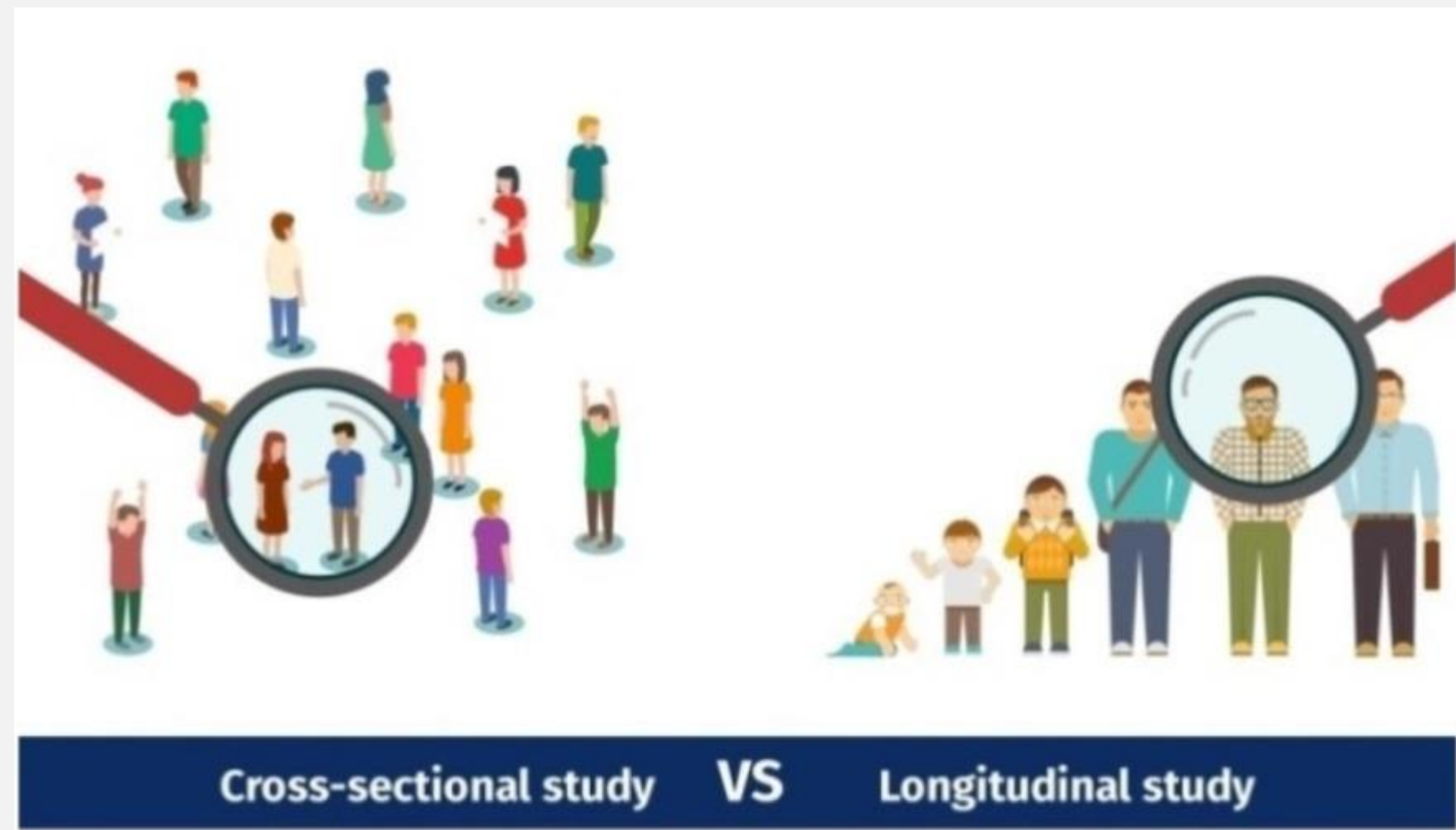
발달심리학의 주요 논점

(3) 개인차의 문제(안정성 VS 변화)

- 사람 간의 차이가 안정적인지 그리고 그 원인이 무엇인지의 문제
- 예) 21개월 때 수줍어하고 확신하지 못하는 아이는 12세 이상 때 여전히 소심하고 조심스러울 가능성이 높았다. (Kagan, 1994). -> 수줍음은 안정적 특성? 변화 가능?



발달심리학의 연구방법



횡단연구

연령이 다른 집단들을 동시에 비교.
(예: 연령에 따른 스마트폰 사용 시간 차이)

종단연구

한 집단의 사람이 발달해 가는 과정을 추적하는 연구기법. 반복 측정하여 발달적 변화 확인
(예: 시간의 흐름에 따른 스마트폰 사용 시간의 변화 연구)

인간발달의 영역

생물학적 발달



신체적 변화

신체적 변화.
뇌와 감각기관의 발달, 신장과
체중의 증가, 운동 기능, 사춘기에
나타나는 호르몬의 변화

인지적 발달



사고, 지능, 언어에서의 변화

유아가 언어를 습득하는 것,
아동이 수학문제를 푸는 것
청소년이 가수가 되는 것을 상상해
보는 것

사회정서적 발달



대인관계, 정서, 성격의 변화

가족관계, 또래관계, 교사와의
관계 양상 변화

Contents

- 01 발달심리학의 개관
- 02 신체적 발달
- 03 인지적 발달
- 04 사회정서적 발달

신체발달

(1) 유아기



신체발달

(1) 유아기

- 감각기능 가지고 태어남
- 시각: 신생아는 자신의 얼굴로부터 30cm 정도 떨어진 곳에 있는 물체에 초점을 맞출 수 있고, 그 물체를 좌우로 천천히 움직이면 그에 따라 눈의 초점을 이동시킬 수 있다.
- 청각: 강도, 기간 그리고 반복성에서 서로 다른 소리를 구분할 수 있다.(생후 1~3주경 부모와 낯선 사람 구분)
- 미각: 유아들의 빠는 비율은 단 것을 마실 때, 증가하지만, 짜거나 쓴 것을 마실 때는 감소한다(Crook, 1978).
- 후각: 얼굴 표정이나 머리의 방향을 보면, 유아들이 특정 냄새를 좋아하는지 싫어하는지를 알 수 있다(Soussignan, 1997).
- 반사(reflex): 외부자극에 자동적으로 이루어지는 신체적 반응(지향(rooting) 반사, 빨기 반사, 쥐기, 모로, 바빈스키)

신체발달

(2) 취학 전 아동기

- 전두엽이 최고로 성장급등, 피질영역은 가장 나중에 발달
- 2세 경 즈음에 아동의 **지각능력은 크게 향상**. 운동기술과 협응의 측면에서 미숙하지만 도움 없이 **혼자 걸을 수** 있고 독자적으로 사물을 조작할 수 있음.
- 5세 때에는 **기본적인 움직임**을 매우 유능하게 수행

(3) 학령기

- 다양한 신체적 활동을 수행할 수 있으며, 움직임을 더 잘 통제할 수 있고 통합할 수 있게 된다(Cleland & Gallahue, 1993).

(4) 청소년기

- 신장과 체중이 급격히 증가하고 신체의 모양이 변화하며 성호르몬의 분비가 증가함
- 사춘기는 성장이 가속화되는 성장 급등기로 생식기관, 신장, 체중, 근육, 골격, 사고, 얼굴 전 반에 걸쳐 변화가 일어남
- 성적 성숙
 - 여아: 에스트로겐/가슴과 둔부의 발달
 - 남아: 안드로겐, 테스토스테론/음경, 고환의 발달, 체모발달
- 이 시기의 발달은 청소년들의 **자아에 대한 인식** 및 **타인과의 관계**에 영향

Contents

- 01 발달심리학의 개관
- 02 신체적 발달
- 03 인지적 발달
- 04 사회정서적 발달

Piaget의 인지발달 단계이론

(1) Piaget 이론의 배경

- 모든 지적 활동은 사고 과정과 주변 환경 사이의 균형, 즉 인지적 평형(cognitive equilibrium)을 이루려는 목표를 가짐
- **도식**
 - 특정한 유목에 속하는 대상이나 상황에 대한 반응
 - 유아가 반복적 · 습관적으로 수행하는 구체적이고 쉽게 알아볼 수 있는 감각운동적 행위의 계열(예: '빨기 도식' , '잡기 도식')

Piaget의 개념		정의	예
시작	평형	도식과 경험 간의 조화	날아다니는 것 = 새
	동화	기존의 도식에 근거하여 새로운 경험을 해석함으로써 그것에 적응하려는 시도	비행기 = 새
	조절	생소한 경험을 더 잘 설명하고자 기존의 도식을 수정	비행기 ≠ 새
종결	조직화	기존의 도식들을 새롭고 더욱 복잡한 구조로 재정리	비행기 , 새



Piaget의 인지발달 단계이론

(2) Piaget의 인지발달의 단계

단계	연령	특징
감각 운동기	출생~2세	<ul style="list-style-type: none">• 영아의 지적 능력이 감각과 운동능력으로 나타남• 영아들은 감각과 운동능력을 통해 세상을 탐구하고 정보를 습득• 대상영속성 발달
전조작기	2~7세	<ul style="list-style-type: none">• 유아와 학령 전 아동들은 언어와 정신적 표상, 상징을 사용하기 시작, 그러나 사고는 직관적이고 자아 중심적• 보존과제에서 실패
구체적 조작기	7~12세	<ul style="list-style-type: none">• 구체적 사물과 사상들에 대해 조작(서열화, 분류, 가역성, 보존 등)을 이용해 논리적으로 사고• 보존과제에서 성공하나 순전히 추상적인 사고는 아직 할 수 없음
형식적 조작기	12세 이상	<ul style="list-style-type: none">• 추상적이고 가설적인 상황에 대해서도 사고 가능• 체계적이고 과학적인 사고 가능

Piaget의 인지발달 단계이론

대상영속성



Piaget의 인지발달 단계이론

(2) Piaget의 인지발달의 단계

단계	연령	특징
감각 운동기	출생~2세	<ul style="list-style-type: none">• 영아의 지적 능력이 감각과 운동능력으로 나타남• 영아들은 감각과 운동능력을 통해 세상을 탐구하고 정보를 습득• 대상영속성 발달
전조작기	3~7세	<ul style="list-style-type: none">• 유아와 학령 전 아동들은 언어와 정신적 표상, 상징을 사용하기 시작, 그러나 사고는 직관적이고 자아 중심적• 보존과제에서 실패
구체적 조작기	7~12세	<ul style="list-style-type: none">• 구체적 사물과 사상들에 대해 조작(서열화, 분류, 가역성, 보존 등)을 이용해 논리적으로 사고• 보존과제에서 성공하나 순전히 추상적인 사고는 아직 할 수 없음
형식적 조작기	12세 이상	<ul style="list-style-type: none">• 추상적이고 가설적인 상황에 대해서도 사고 가능• 체계적이고 과학적인 사고 가능

Piaget의 인지발달 단계이론

자아중심성



Piaget의 인지발달 단계이론

(2) Piaget의 인지발달의 단계

단계	연령	특징
감각 운동기	출생~2세	<ul style="list-style-type: none">• 영아의 지적 능력이 감각과 운동능력으로 나타남• 영아들은 감각과 운동능력을 통해 세상을 탐구하고 정보를 습득• 대상영속성 발달
전조작기	2~7세	<ul style="list-style-type: none">• 유아와 학령 전 아동들은 언어와 정신적 표상, 상징을 사용하기 시작, 그러나 사고는 직관적이고 자아 중심적• 보존과제에서 실패
구체적 조작기	7~12세	<ul style="list-style-type: none">• 구체적 사물과 사상들에 대해 조작(서열화, 분류, 가역성, 보존 등)을 이용해 논리적으로 사고• 보존과제에서 성공하나 순전히 추상적인 사고는 아직 할 수 없음
형식적 조작기	12세 이상	<ul style="list-style-type: none">• 추상적이고 가설적인 상황에 대해서도 사고 가능• 체계적이고 과학적인 사고 가능

Piaget의 인지발달 단계이론

보존과제



Piaget의 인지발달 단계이론

(2) Piaget의 인지발달의 단계

단계	연령	특징
감각 운동기	출생~2세	<ul style="list-style-type: none">• 영아의 지적 능력이 감각과 운동능력으로 나타남• 영아들은 감각과 운동능력을 통해 세상을 탐구하고 정보를 습득• 대상영속성 발달
전조작기	2~7세	<ul style="list-style-type: none">• 유아와 학령 전 아동들은 언어와 정신적 표상, 상징을 사용하기 시작, 그러나 사고는 직관적이고 자아 중심적• 보존과제에서 실패
구체적 조작기	7~12세	<ul style="list-style-type: none">• 구체적 사물과 사상들에 대해 조작(서열화, 분류, 가역성, 보존 등)을 이용해 논리적으로 사고• 보존과제에서 성공하나 순전히 추상적인 사고는 아직 할 수 없음
형식적 조작기	12세 이상	<ul style="list-style-type: none">• 추상적이고 가설적인 상황에 대해서도 사고 가능• 체계적이고 과학적인 사고 가능

Piaget의 인지발달 단계이론

만약 누군가 하는 나에 대한 평가로 걱정하고 있다면?

청소년기 인지발달 달성!!!!

(3) Piaget의 인지발달 단계에 근거한 청소년기 특징

- 추상적 개념에 대한 사고능력
 - 추상적 개념 : 감각을 통해서 직접 경험될 수 없는 개념(예: 사랑, 자유, 용서)
 - **사회인지** : 인간관계를 유지하기 위해 기본이 되는 능력으로서 다른 사람의 감정이나 생각, 의도 등을 이해하는 능력
- 사고과정에 대한 사고능력
 - **초인지** : 사고과정에 대한 사고
 - **자의식적 사고** : 다른 사람들이 나에 대해서 어떻게 생각하는지에 대해 생각하는 것
 - » *생각의 관심이 자신에게 향하게 되고 자신에 대한 지속적인 생각 통해 자아정체감 발달*

Piaget의 인지발달 단계이론

자의식적 사고

- 지나치게 자의식적이면서도 동시에 다른 사람의 의견을 아랑곳하지 않고 위험행동이나 문제행동을 서슴지 않는 청소년기의 독특한 정서적 · 행동적 특성 때문



- **상상적 청중** : 자신이 항상 타인의 관심 대상이라고 믿는 것, 자기비판적이며 동시에 자기도취에 쉽게 빠짐



- **개인적 우화** : 나의 삶이나 경험은 독특해서 다른 사람들과 다르고, 타인이 이해할 수 없을 것이라고 믿는 것 나는 특별한 존재이기 때문에 위험행동을 해도 별일이 일어나지 않을 것이라 생각함

Piaget의 인지발달 단계이론

만약 누군가 하는 나에 대한 평가로 걱정하고 있다면?

당신의 상상속의 청중일 뿐!! 상상과 객관적 사실을 구분해라!!!!

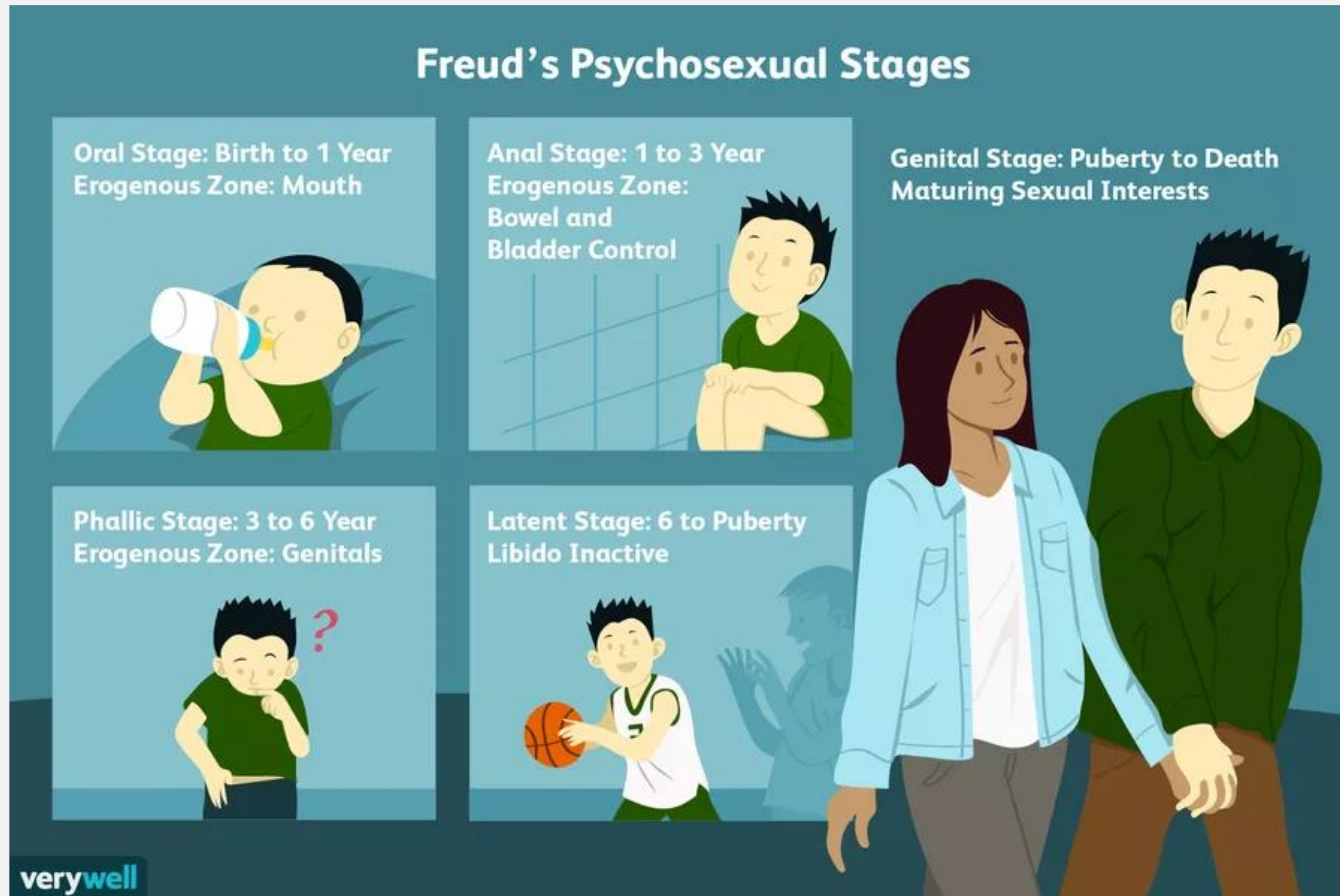
그리고 생각보다 타인은 나에게 큰 관심이 없다

Contents

- 01 발달심리학의 개관
- 02 신체적 발달
- 03 인지적 발달
- 04 사회정서적 발달

당신은 어떤 어른이 되고 싶나요?

1. Freud의 심리성적 성격발달이론



- 심리성적 에너지 리비도
- 신체 부위에 따라 욕구 충족 행동 나타남
- 성격 발달 5단계 : 리비도가 집중되는 신체 부위가 변화하면 성격도 변화함

1. Freud의 심리성적 성격발달이론

(1) 구순기(oral stage)

- 대략 생후 1년까지로 리비도가 입에 집중되는 시기
- 빨기, 씹기, 먹기, 깨물기 등의 구강경험을 통해 입에 집중되어 있는 리비도의 긴장을 풀 수 있고 쾌락을 추구함
- 구순기적 욕구불만 - 자주 불안해한다거나 손가락을 계속 빨다거나 손톱을 깨문다거나

비관적인 성격특성

- 고착 행동 - 손가락을 빠는 행동



1. Freud의 심리성적 성격발달이론

(2) 항문기(anal stage)

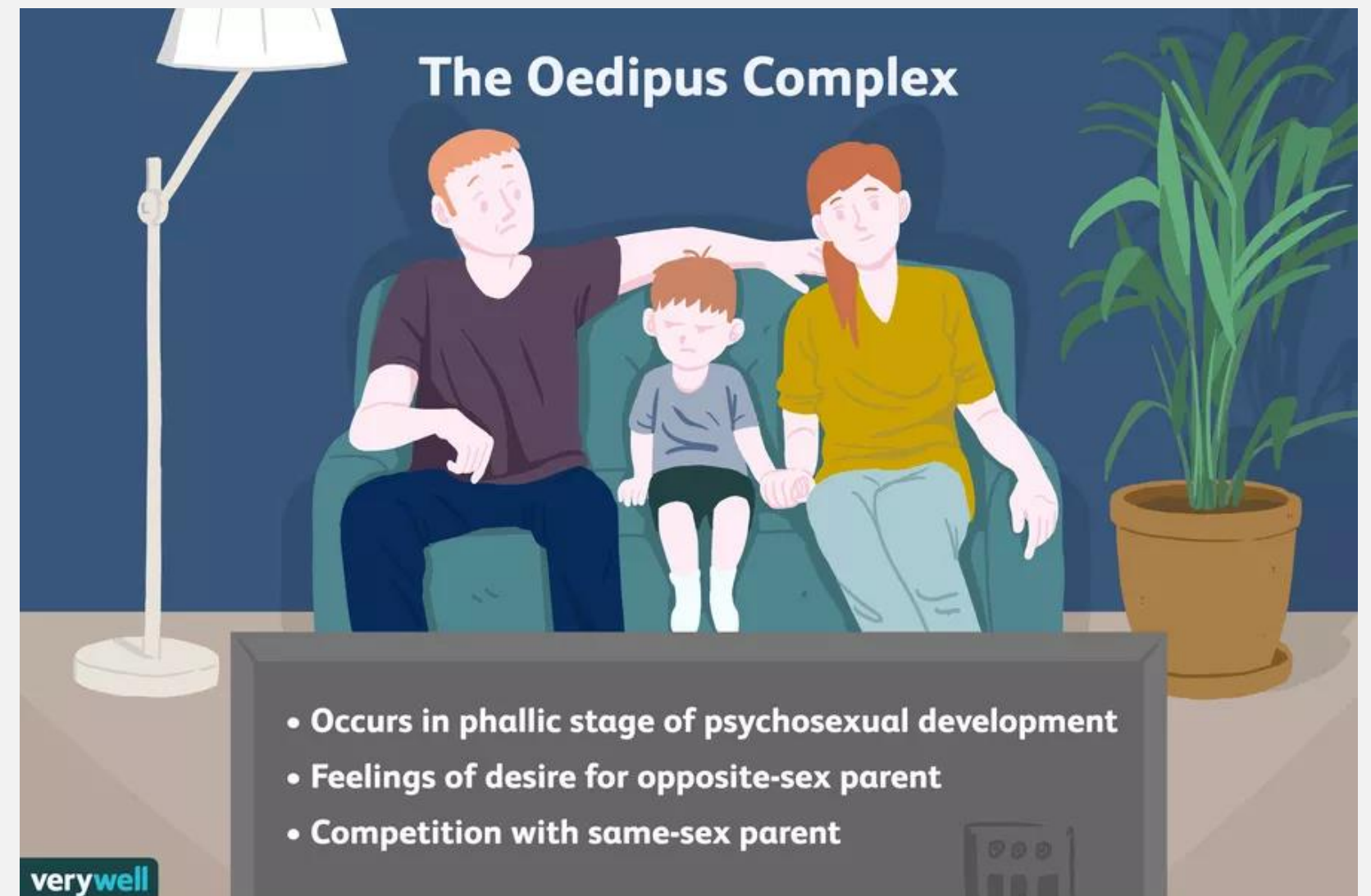
- 대략 생후 1년에서 3년까지 시기
- 항문 주위에 집중되는 긴장의 생성과 배설로 인한 긴장 완화 행동을 통해 쾌락 경험
- 배변훈련을 받는 시기 - 원할 때 배설함으로써 얻게 되는 직접적인 욕구충족이 좌절
- 항문기 시기의 경험으로 인한 성격적 특성
 - **항문기 강박적 성격** : 강박적이고 결벽증적으로 인식하며 지나치게 인내하는 성향
 - **항문기 폭발적 성격** : 지저분하고 무책임한 성향
 - 유아가 적절한 시간에 적절한 장소에서 배변을 성공했을 때 어머니로부터 칭찬을 받는 경험은 **관대하고 창의적이며 생산적인 성격을** 발달시킴



1. Freud의 심리성적 성격발달이론

(3) 남근기

- 생후 3년에서 5년까지의 시기
- **오이디푸스 콤플렉스(Oedipus complex)**: 남근기의 남아가 어머니를 혼자 독차지하고 싶지만 그럴 경우에 아버지가 자신의 남근을 거세할지 모른다는 공포감 때문에 어머니에 대한 욕구와 아버지에 대한 적개심을 억누르게 되는 상황
- **동일시** : 타인의 행동을 모방하는 데 그치지 않고 태도, 신념, 가치관 등을 내 것으로 채택하여 타인의 성격을 나의 성격에 흡수시키는 것
- 자기의 성에 적합한 행동이 발달하고 나아가 **초자아가 발달하는 기초**가 됨



1. Freud의 심리성적 성격발달이론

(4) 잠재기

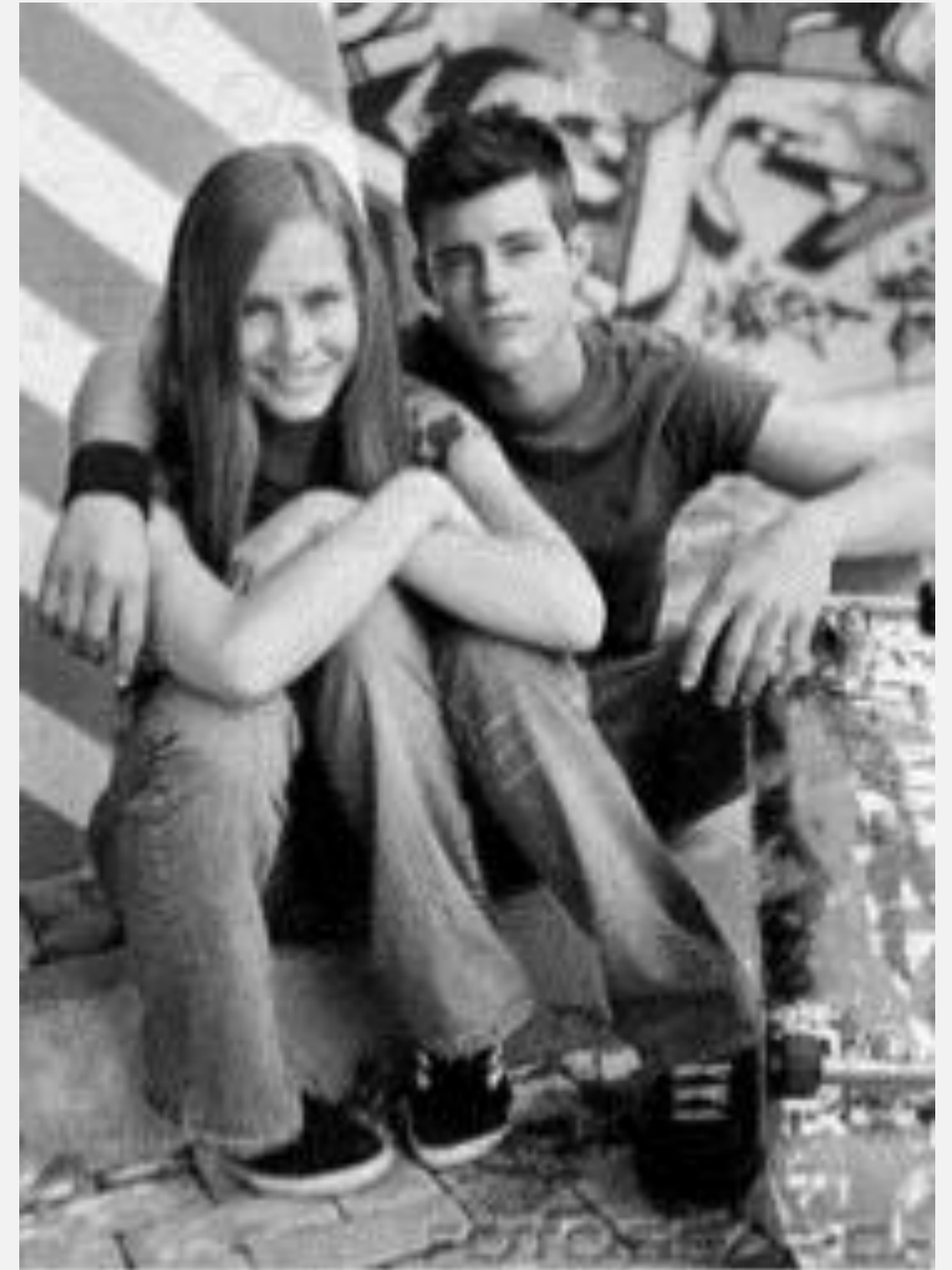
- 생후 5년에서 사춘기 이전까지의 시기
- 성적 충동이 억압되면서 리비도가 집중되는 신체의 특정 부위가 없는 비교적 평온한 시기
- 인지적 능력이 발달하고 가족, 친구, 선생님, 이웃들에게 관심을 갖게 되며 문화적·사회적 가치를 받아들이게 됨

잠시...쉬어 잠시다...

1. Freud의 심리성적 성격발달이론

(5) 성기기

- 청소년기에 해당되는 시기
- 사춘기의 신체적, 생리적 변화로 인해서 잠재기에 억압되었던 성적 충동이 다시 강해짐
- 성호르몬 분비의 증가로 충동적, 불안정한 성격으로 변화함 >>> 해결해야 할 가장 큰 문제 ; 되살아난 성적 충동과 현실 간의 갈등문제 해결
- 리비도의 대상은 부모 아닌 이성 친구
- 남근기에 동성의 부모를 향했던 증오감이 청소년기가 되면 부모나 권위를 가진 인물에 대한 적대적이거나 거부적인 태도로 표현됨
- 타고난 욕구 억제하고 현실에 대처하는 자아 강해짐 >>> 일과 사랑 사이 균형 유지
- 자신의 쾌락추구보다는 타인을 배려하는 성격이 강해짐



2. Erikson의 심리사회적 성격발달이론

- 성적 에너지 작용을 강조한 Freud와 달리 타인과의 사회적 상호작용의 중요성을 강조함
- Freud가 성격발달에 있어서 원초아의 작용을 강조한 반면 Erikson은 자아의 기능 강조
- 인간의 전 생애를 설명하는 성격 발달 이론



단계	연령 및 시기	심리사회적 위기	프로이트 발달단계
1단계	유아기(출생~18개월)	신뢰 대 불신	구강기
2단계	아동기(18개월~3세)	자율성 대 수치심	항문기
3단계	학령전기(3세~6세)	주도성 대 죄책감	남근기
4단계	학령기(6세~12세)	근면성 대 열등감	잠재기
5단계	청소년기(12세~22세)	정체감 확립 대 역할 혼비	성기기
6단계	청년기(22세~35세)	친밀감 대 고립감	
7단계	장년기(35세~65세)	생산성 대 침체감	
8단계	노년기(65세 이후)	자아통합 대 절망감	

2. Erikson의 심리사회적 성격발달이론

유아기

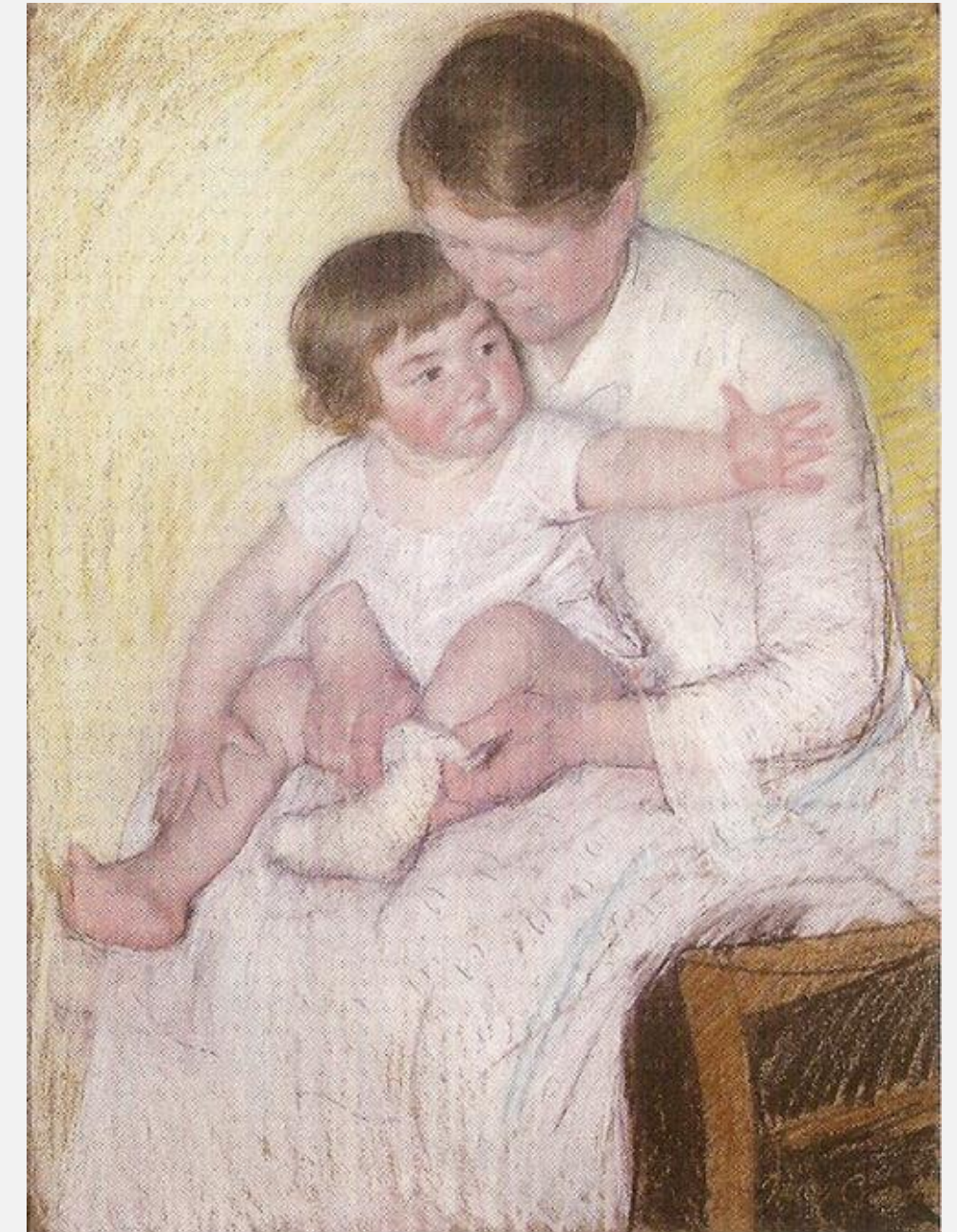
- 세상은 안전한가?
- 신뢰 vs. 불신 ➡ 신뢰 > 불신
- 신뢰를 갖기 위해선?
☞ 일관성과 따뜻함 중요!!!!



2. Erikson의 심리사회적 성격발달이론

아동기

- 엄마와 나는 분리된 존재
- 자율성 vs. 수치심
⇒ 자율성 > 수치심
- 미운 세살 -> 원칙이라는 울타리 안에서의 자율성



2. Erikson의 심리사회적 성격발달이론

학령전기

- 주도성 vs. 죄책감 ➡ 주도성 > 죄책감
- 사회적 규범을 내재화

학령기

- 근면성 vs. 열등감 ➡ 근면성 > 열등감
- 갈등이 쉬어가는 시기(프로이트 발달단계의 잠재기)

2. Erikson의 심리사회적 성격발달이론

청소년기

- 정체감 확립 vs. 역할 혼미 ➡ 정체감 확립 > 역할혼미
- 아이와 어른 사이. 심리적 갈등으로 인한 불안정한 시기

청년기

- 친밀감 vs. 고립감 ➡ 친밀감 > 고립감
- 사랑이란? 서로의 다름을 인정, 혼자임을 인정



2. Erikson의 심리사회적 성격발달이론

중년기

- 생산성 vs. 침체감
- 살아온 삶에 대한 점검. 다음세대에 대한 생산성

노년기

- 자아통합 vs. 절망감
- 자신의 생애와 화해하는 시기



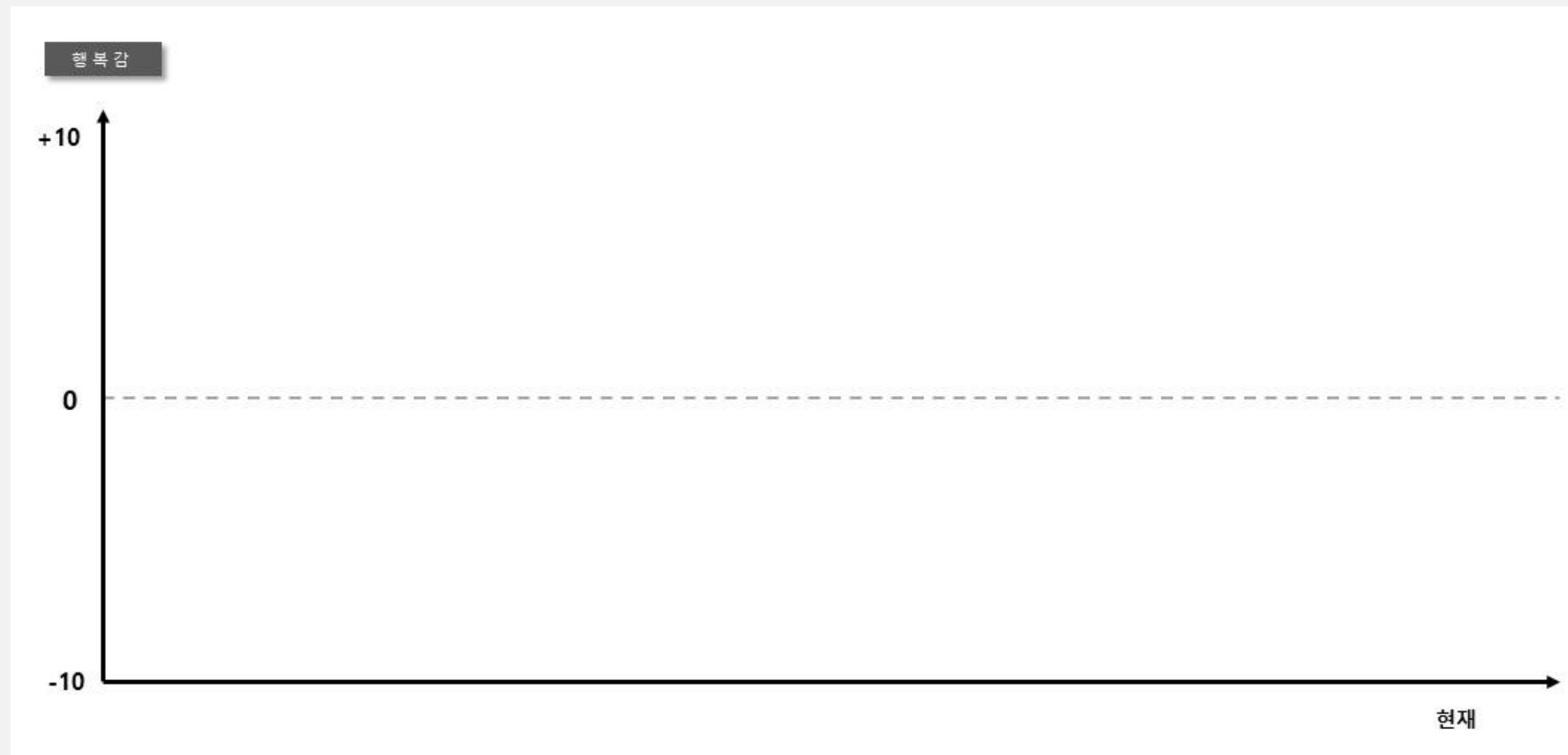
당신은
어떤 어른이
되고 싶나요?

[과제1] 인생그래프 그리기

(1) 제출 기간: 2023.09.19~2023.09.30 23:59

(2) 내용: 첨부 파일 참고

1. 과거 내가 지나온 시간들을 떠올려보고 행복 지수를 그래프로 나타내시오. 이때 행복 지수 그래프에 변곡점이 있다면 그 당시 나의 감정, 상황 등에 비추어 자신의 행복 수준에 대해 고찰해 봅니다.
2. 현재 상태의 행복 지수를 수치화하고 현재 발달 과업과 연결지어 자신의 행복 지수에 대해 설명해 봅니다.



(3) 3 페이지 이내. 사이버캠퍼스 해당 과제 메뉴에 제출



Thank you

감사합니다!