

# 1. 자아정체성의 의의와 유형

# 1. 자아정체성의 의의와 유형

## 1) 자아정체성의 의의



**자아정체성**은  
인간에게 **반드시 필요**한 것

- 자아정체성 확립을 통해  
인간의 아름다움 의미

[에릭 프롬]

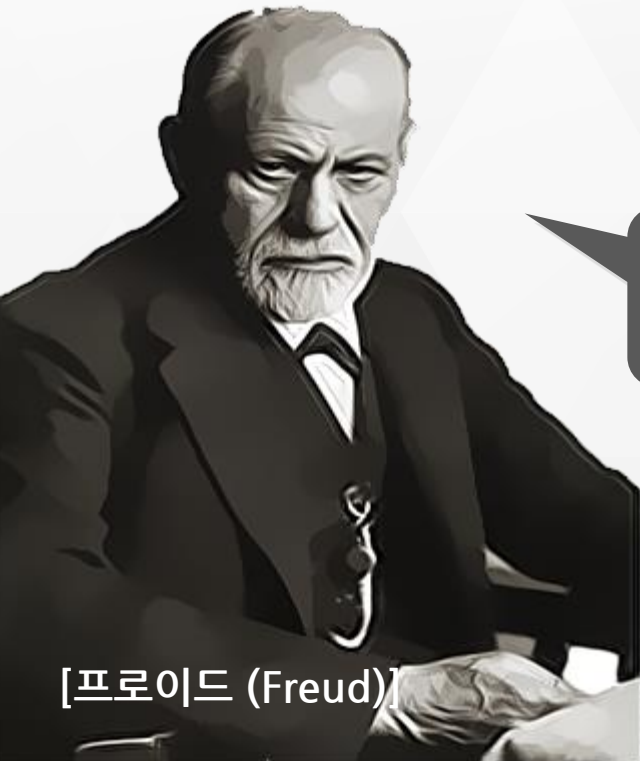
# 1. 자아정체성의 의의와 유형

## 1) 자아정체성의 의미



# 1. 자아정체성의 의의와 유형

## 1) 자아정체성의 의미



... 유태인의 내적 정체성 ...

➡ '정체성' 용어 최초 사용하였으나,  
구체적으로 다루지 않음

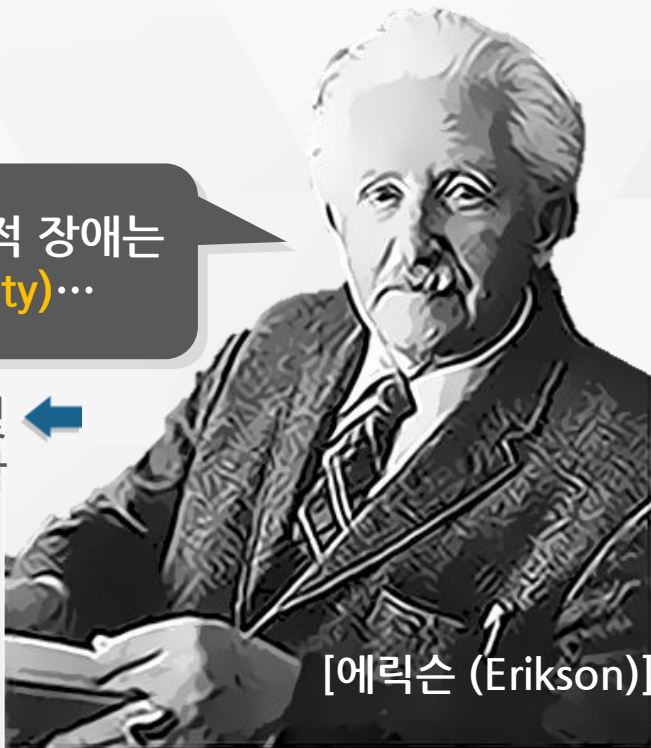
[프로이드 (Freud)]

# 1. 자아정체성의 의의와 유형

## 1) 자아정체성의 의미

병사들의 심리적 삶에서 중심적 장애는  
... 자아정체성(Ego-Identity)...

자아정체성의 개념 발전 및  
폭넓은 관심 집중되게 함 ←



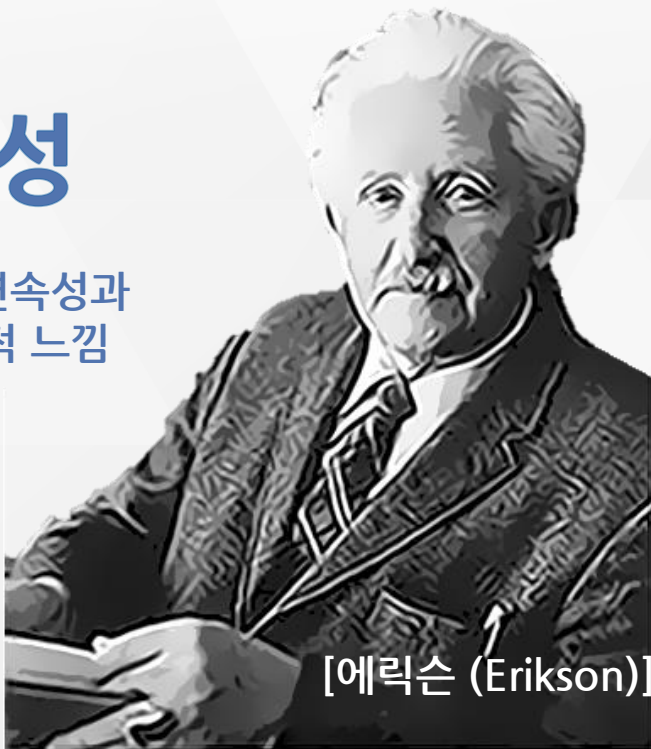
[에릭슨 (Erikson)]

# 1. 자아정체성의 의의와 유형

## 1) 자아정체성의 의미

### 자아정체성

자기 자신에게 가지는 연속성과  
단일성을 지니는 주관적 느낌



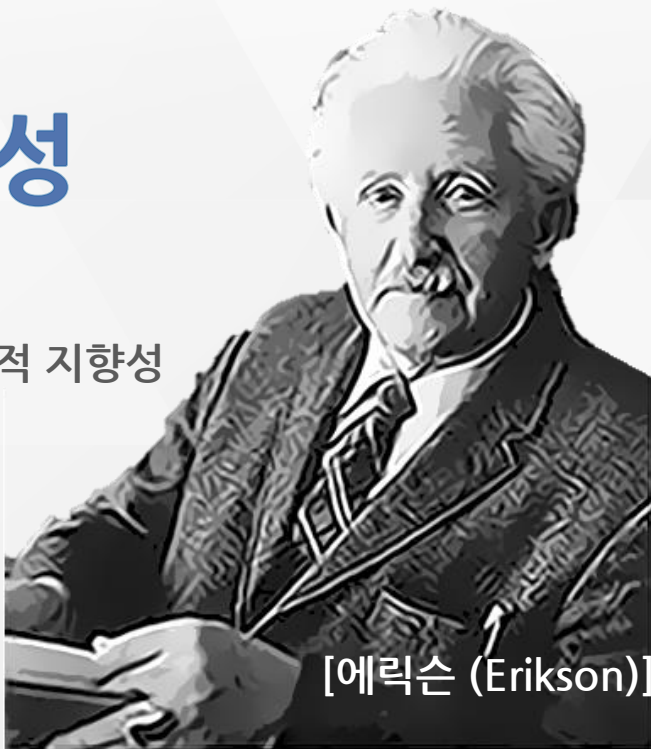
[에릭슨 (Erikson)]

# 1. 자아정체성의 의의와 유형

## 1) 자아정체성의 의미

### 자아정체성

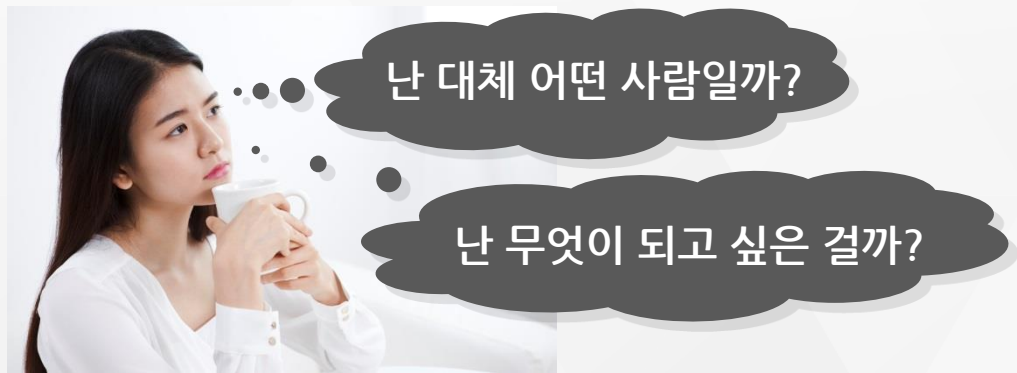
- 정체성의 의식적 감각
- 연속성 추구의 무의식적 지향성
- 자아통합 활동의 기준
- 특정 집단의 이상과 정체성의 내적 일치



[에릭슨 (Erikson)]

# 1. 자아정체성의 의의와 유형

## 1) 자아정체성의 의미



### 자아정체성

- 자신의 모습을 알고, 목표와 역할, 가치관 등을 명확하게 한 상태
- '나'의 존재에 대해 의식하는 것




# 1. 자아정체성의 의의와 유형

.....●

## 2) 자아정체성의 형성

### 자아정체성



- 삶의 목표 설정 및 준비  인생관 및 가치관 정립
- 개인의 노력 외에도 가족, 친구, 사회, 대중매체의 영향을 받음

# 1. 자아정체성의 의의와 유형

## 3) 자아정체성 형성의 유형



# 1. 자아정체성의 의의와 유형

## 3) 자아정체성 형성의 유형

- 성공한 유형



| 주로 사회초년생의 유형

의욕적이며 목표 의식이 뚜렷함 |

목표



# 1. 자아정체성의 의의와 유형

## 3) 자아정체성 형성의 유형

- 혼미한 유형



| 자아정체성 위기,  
탐색에 대한 경험 못함

직업, 신념에 대한 의사결정 안 하고,  
자신의 삶에 무관심하고 무책임함



# 1. 자아정체성의 의의와 유형

## 3) 자아정체성 형성의 유형

- 유예하는 유형



| 자아정체성 형성의 고통을 겪음

아직 결단을 안 했거나  
잠정적으로 결단을 내린 상태



# 1. 자아정체성의 의의와 유형

## 3) 자아정체성 형성의 유형

- 의지 상실 유형



타인의 압력과 주입에 의해  
목표, 가치 신념의 의사 결정을 한 유형

자아정체성의 형성 의지를 상실해  
자아 탐색을 경험 안 함



## 2. 자아정체성의 위기와 확립

## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 1) 자아정체성의 위기 요인



대학은 졸업하긴 했는데..  
이제 뭘 해야 하지?

직장인은 어떻게 매일 똑같이 살지?  
이해는 안 되도 부럽다!



## 2. 자아정체성의 위기와 확립

---

### 1) 자아정체성의 위기 요인

사회초년생

격심한 사회의 변화

인간관계의 해체

예측 불가능한 미래

여러 가치관의 충돌

## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 1) 자아정체성의 위기 요인

- 사회초년생



- 신체적·정신적 성숙의 괴리
- 주변인적 특성 및 진로선택의 강요
- 자아에 대한 고민 및 갈등 증폭

내적 충동 등으로 인한  
자아정체성 혼란

## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 1) 자아정체성의 위기 요인

- 사회초년생

높은 연봉의 A 회사?  
아니면 분위기가 좋은 B회사?  
어딜 가면 좋지?

자아에 대한 고민,  
번민, 갈등 증폭



## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 1) 자아정체성의 위기 요인

- 격심한 사회의 변화



- 시장의 확대
- 핵가족화
- 사회규범의 약화
- 고령화 사회
- 정보화 사회

사회에 적응에 있어서  
자아정체성 위기

## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 1) 자아정체성의 위기 요인

- 인간관계의 해체



- 이익의 계약 사회
- 인간 소외 현상 증가

자유와 고독 및 불안 반복으로  
자아정체성 혼란

## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 1) 자아정체성의 위기 요인

- 예측 불가능한 미래



앞으로 내가 무엇을 할 수 있을까?

미래에 대한 불안 및 스트레스로 인해  
자아정체성 위기

## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 1) 자아정체성의 위기 요인

- 여러 가치관의 충돌

생존경쟁

도덕성

성숙함

VS.

봉사정신

여유

쾌락

가치관의 충돌으로 인해  
자아정체성 붕괴

## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 2) Erikson의 정서발달단계



**자아정체성**은 **노력**에 따라  
실패 혹은 성공하게 되는 것!

➡ 자아정체성의 위기

[에릭슨 (Erikson)]



## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 2) Erikson의 정서발달단계

#### 에릭슨의 8단계 이론

4단계: 근면성 vs. 열등감

**역능감 실현의 단계**

3단계: 주도성 vs. 죄의식

**목표 실현의 단계**

2단계: 자율성 vs. 수치심

**의지 실현의 단계**

1단계: 신뢰감 vs. 불신감

**희망 실현의 단계**

## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 2) Erikson의 정서발달단계

#### 에릭슨의 8단계 이론

8단계: 자아통합 vs. 절망감

지혜 실현의 단계

7단계: 생산성 vs. 침체감

보호 실현의 단계

6단계: 친밀감 vs. 고립감

사랑 실현의 단계

5단계: 정체감 vs. 역할혼란

성실성 실현의 단계

## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 2) Erikson의 정서발달단계

#### 에릭슨의 8단계 이론

시기	발달과업	기본 강점	영향을 주는 관계	핵심 병리	사회심리적 양태
유아기 (0~2세)	신뢰감 vs. 불신감	희망	어머니	고립	얻으려고 함
아동전기 (2~4세)	자율성 vs. 수치심	의지	부모	강박증	잡기(Holding on) 보냄(Letting go)
유희기 (4~6세)	주도성 vs. 죄의식	목적	가족	생각, 표현의 억제	추구 (Go after things) 오이디푸스
학령기 (6~12세)	근면성 vs. 열등감	능력	학교	불활동, 타성(Inertia)	만듦 (Making things)

## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 2) Erikson의 정서발달단계

#### 에릭슨의 8단계 이론

시기	발달과업	기본 강점	영향을 주는 관계	핵심 병리	사회심리적 양태
청소년기 (12~22세)	정체감 vs. 정체감 혼미	성실	동료그룹	거절	자신이 됨 (being oneself)
성인초기 (22~34세)	친밀감 vs. 고립감	사랑	결혼대상자, 친구들	배타성	자아상실 (Losing oneself)
성인기 (35~60세)	생산성 vs. 침체감	배려	자녀, 젊은이	이기주의	돌봄 (taking care of)
노년기 (60세부터)	자아통합 vs. 절망감	지혜	살아있는 전통	모욕감 (경멸감)	to be, through having been

## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 3) 바람직한 자아정체성의 확립

- 1 정체성 형성의 **심리적 유예**를 경험해야 함
- 2 인생의 목표, 직업, 종교적 신념, 성 역할, 이데올로기 등의 **문제 탐색 및 결정**해야 함
- 3 개인, 가정, 사회, 국가·민족, 지구 공동체 등의 차원에서 **자신의 모습을 제대로** 해야 함
- 4 자신의 **위상에 걸맞게 행동하도록 끊임없이 노력**해야 함

## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 3) 바람직한 자아정체성의 확립

- 정체성 형성의 **심리적 유예**를 경험해야 함

성공적인 정체성 형성 = 심리적 유예 경험



진지하게 고민을 할 시간이 필요해!  
결정을 조금만 더 미뤄야겠어.

## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 3) 바람직한 자아정체성의 확립

- 인생의 목표, 직업, 종교적 신념, 성 역할, 이데올로기 등의 문제 탐색 및 결정해야 함



## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 3) 바람직한 자아정체성의 확립

- 개인, 가정, 사회, 국가·민족, 지구 공동체 등의 차원에서 자신의 모습을 제대로 해야 함





## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 3) 바람직한 자아정체성의 확립

- 자신의 위상에 걸맞게 행동하도록 끊임없이 노력해야 함

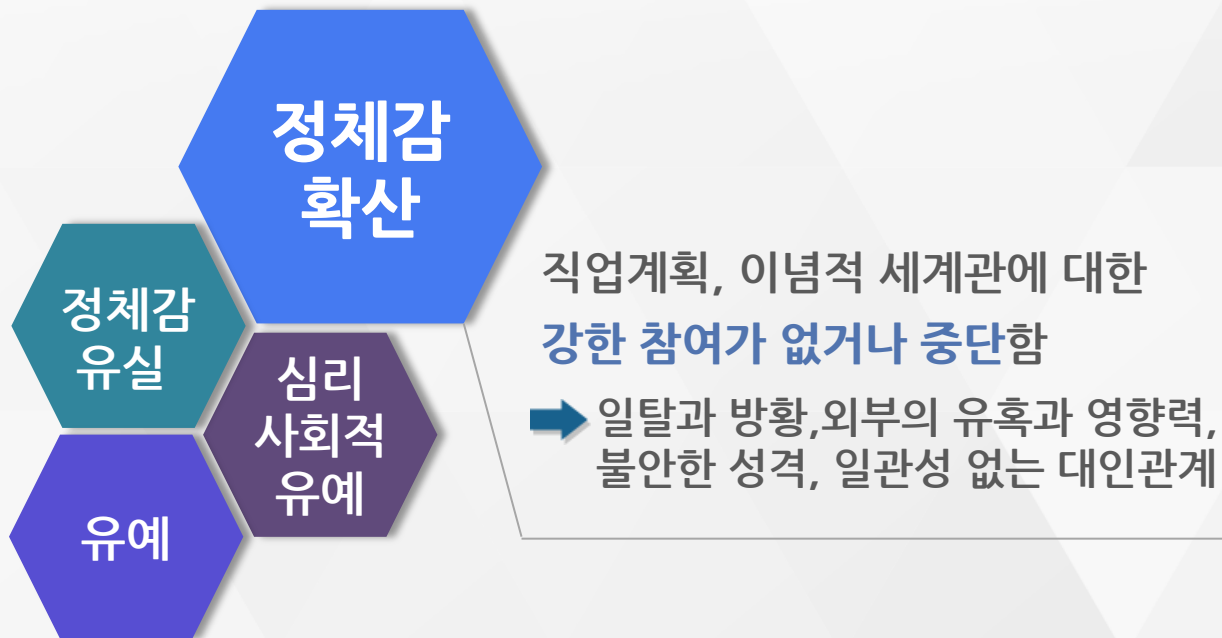


다른 사람들이  
날 어떻게 보고 있다고?

➔ 타인에 의한 정체성을  
맹목적으로 수용하지 말 것!

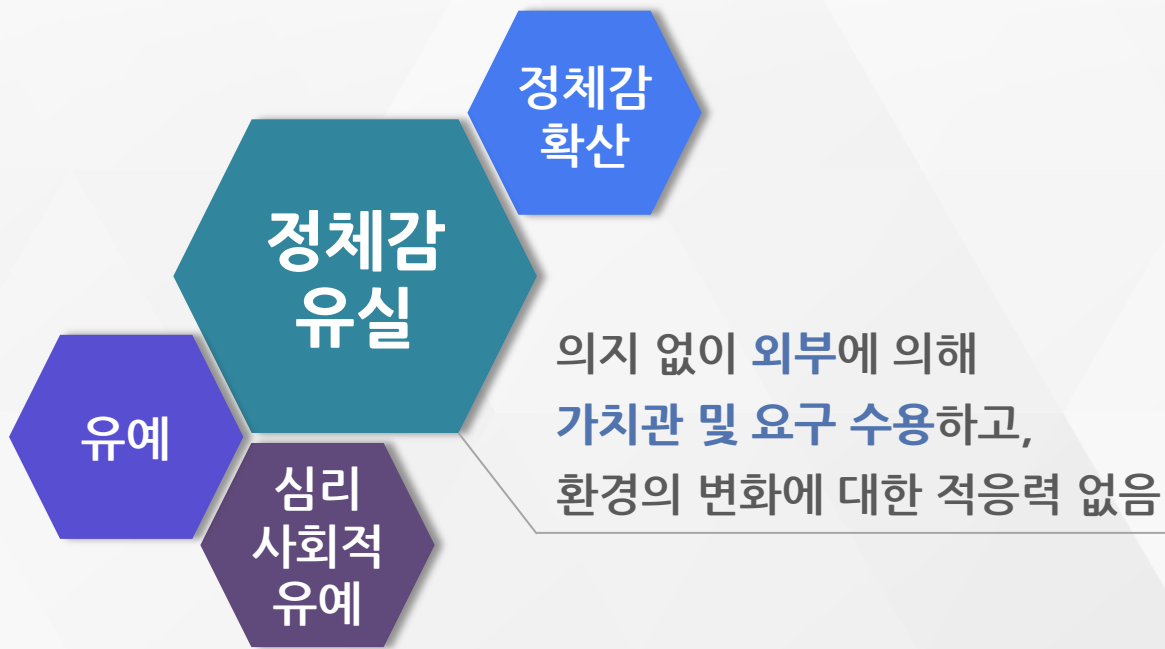
## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 4) 자아정체성 발달



## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 4) 자아정체성 발달



## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 4) 자아정체성 발달



## 2. 자아정체성의 위기와 확립

### 4) 자아정체성 발달



자아정체성 형성기의 청년이  
성년의 책임, 역할을 지연하고  
자신의 삶의 양식을 탐색하도록  
허용하는 기간