대인관계의 심리학

타인과의 관계가 실적적인 인지과정에 미치는 영향을 설명하시오

허영주(대인관계의 심리학)

목차

1. 서론

II. 본론

1. 사회인지란
2. < Bandura의 사회 인지 이론 >

III. 참고문헌

**Ⅰ. 서론**

인간은 사회적 존재이다. 태어나는 순간부터 끊임없이 다양한 유형의 사람들과 사회적 관계를 맺으며 살아가며 타인과 관계를 맺지 않으면 살아가기 힘든 존재이다. 가족과의 관계에서부터 선생님과 친구들과의 관계, 이후 성인이 되며 회사 동료와 직장 상사와의 관계 등 다양하고 복잡한 사회적 관계 속에서 우리 모두는 살아간다. 이렇게 다양한 사람들과 관계를 맺는 과정에서 우리는 여러가지의 경험을 하게 되고 자아를 형성하게 된다.

세상이 빠르게 변화하며 인간이 교류하는 방법 또한 다양하게 변화하고 있다. 이전에 우리는 관계를 맺기 위해서는 직접 만나는 수단 밖에는 없었다. 하지만 현대사회는 직접적인 만남이 아니어도 관계를 맺을 수 있는 다양한 매체와 방법이 가능하다. 이러한 사회적인 영향으로 인하여 아동도 상당히 많은 시간을 다양한 사람들과 보내며 영향을 많이 받게 됨으로 관계형성의 중요성이 더욱 부각되고 있다. 따라서 본론에서는 타인과의 관계가 실질적인 인지과정에 미치는 영향을 알아보고 설명하려고 한다.

**II. 본론**

1. 사회인지란

사회인지란, 자기와 타인의 사고, 정서, 동기 및 행동과 관련한 내적 과정을 말한다. 타인과의 상호작용 행동 및 견해를 이해하는 것과 관련한 인지로 타인의 감정, 생각, 의도 및 사회적 행동 등을 이해하는 능력이다.아동은 자신의 인지적 기능의 수준이 허용하는 만큼만 사회적이 된다. 즉, 아동이 개인간의 사회적 관계와 타인과의 상반된 입장에서 나타나는 행동에 대한 결과를 이해하지 못한다면, 사회적으로 올바른 방식의 행동을 기대하기는 힘들다. 많은 아동들의 일상적인 행동에는 사람과의 상호작용이 포함되어 있다. 아동은 사회적 상황에 대해 생각해야 하며, 특정 상황에서 다른 사람과의 관계를 이해하여야 한다. 또한 타인의 감정을 예상하고 사회적으로 어떤 방식으로 상호작용을 할 것인지에 대해 사고가 필요하다.

1. < Bandura의 사회 인지 이론 >

Bandura의 사회 인지 이론은 인지 심리학의 한 분야이다. Bandura는 보는 것을 통해 중요한 사회적 관계에 대해 학습한다는 인지적 측면을 넣으며 그의 이론을 바꾸어 많은 인지적 원리를 혼합시켰다.

에 따르면 무엇이 발생할지 예측할 수 있으려면 개인요인(성격), 환경요인, 그리고 개인의 행동을 모두 고려해야 한다고 한다.

성격, 행동, 환경이 복잡한 방식으로 서로에게 영향을 미친다고 가정하며 환경이 우리의 행동에 영향을 미치지만 우리의 성격과 행동 역시 환경을 결정한다.

Bandura는 Piaget과 같이 아동의 환경이 아동에게 영향을 미치는 만큼 아동도 그들의 환경에 영향을 미친다고 믿는다. Bandura는 아동과 환경 사이의 상호작용을 상호 결정론이라고 했으며, 이것은 아동이 다른 대상들에 의해 영향을 받는 만큼 아동 또한 다른 대상들이 그들에게 어떻게 반응하는지를 결정한다고 한다.

Bandura는 아동의 사회적 세계에 대한 학습에 기여하는 다섯 가지 능력으로 상징화, 예상, 자기 조절, 자기 반영, 대리 학습을 제안했다.

상징화(symbolization)는 사회적 행동에 대해 언어 또는 이미지로 생각할 수 있는 것을 의미하며 다양한 행동의 양상을 인식하는데 필요하다.

예상(forethought)은 우리의 행동과 다른 사람의 행동에 대한 결과를 예상할 수 있는 능력이다. 이러한 미래에 대한 조망이 행동을 유발시킨다.

자기 조절(self-regulation)은 본인 스스로 받아드릴 수 있는 행동에 대한 기준을 정하는 것으로, 사회적, 도덕적 기준 뿐만 아니라 자신이 열망하는 기준 또한 포함한다.

자기 반영(self-reflection)은 우리의 행동과 사고를 분석하도록 한다.

대리 학습(vicarious learning)은 사회 인지 이론의 기초가 되며, 아동은 학습을 위한 그들의 행동에 대해 강화가 필요없다. 관찰하는 것 만으로도 많은 사회적 행동을 배울 수 있기 때문이다. 이것이 바로 Bandura이론의 중심인 관찰 학습이다.

Bandura는 관찰 학습을 지배하는 과정으로 네 가지의 하위 과정으로 주의, 파지, 생산, 동기부여가 있다고 제안했다.

즉, 어떠한 행동이 관찰을 통해 학습이 되기 위해서는 우선 그 행동이 관찰자의 주의를 끌어야 하며, 그렇게 관찰된 행동은 이후에 상징 등에 의해 기억되어야 하며 이러한 행동을 외현적으로 재생산하는 과정이 있어야 한다.

마지막으로 관찰된 것을 행동으로 재현하기 위해서는 동기가 중요하다.

이러한 과정은 각각 연령증가에 따라 변화하며 실패한 과정에서는 성공적인 관찰 학습이 불가능하다.

아동은 관찰을 통해 알고자 하는 모든 것을 학습할 수 있지만, 행동을 일으키기 위한 동기부여가 결코 있는 것은 아니다.

예를 들어 남자 아이와 여자 아이 모두 전형적으로 같은 성의 행동만을 모방한다. 이것은 고유의 남녀의 성역할을 학습한다는 것이다.

비록 모방이 관찰 학습을 일으키는데 있어서 반드시 필요한 것은 아니지만, 모방은 관찰 학습과 아동 발달에 있어서 분명히 중요한 요소이다.

이것은 아동이 관찰을 통해 학습하고 관찰은 새로운 행동을 습득하는 주요한 수단이라는 가장 명백한 증거라고 할 수 있다.

새로운 반응에 대한 의도적인 모방은 8개월에서 12개월 사이에 나타난다. 처음에 아기는 바로 눈앞에 보이는 행동만 모방을 할 수 있으나, 약 9개월 이후부터 일부 영아들은 간단한 행동을 모방할 수 있는 지연모방을 보인다. 이 지연 모방은 12개월에서 24개월 사이에 급격히 발달된다.

모방은 아동에게 새로운 행동을 하기 위한 수단으로서 작용되며 그들의 세계를 만들어 가는데 있어서 중요하다. 아동은 그들의 내적으로의 능력을 연습함으로서 걷고 뛰는 등의 행동들을 배울 수 있지만, 도구를 사용하거나 댄스를 배우는 것 등은 모방을 통해 터득한다. 모방은 사회 발달에 있어서 중요한 역할을 한다.

부모와 아동의 의사소통의 수단이 되며, 사회적 상호작용을 유지하도록 돕는다. 사회적으로 중요한 현상이 직접적인 지시가 아닌 관찰을 통해 터득한다는 결과가 많은 연구들에서 나타난다. 모방은 사회학습을 위한 중요한 인지적 수단이 될 뿐 아니라, 독특한 인간의 사회적 맥락으로부터 나타나는 인지적 능력이다.

인간은 무수히 많은 대인관계를 통해 다양한 방식으로 세상과 소통하며 사회의 구성원으로 성장한다. 인간은 타인과 관계를 맺지 않으면 살아가기 힘든 존재이다. 자신이 원하지 않음에도 끊임없이 사회 속에서 타인과 소통해야 하는 존재인 것이다. 따라서 한 개인이 평생을 살아가는데 있어서 타인과의 상호작용이 상당 부분을 차지하고 있으며 반드시 겪게된다. 한 개인은 안정된 타인과의 교류를 통해 성장하고 발달하며 자아 정체성을 형성한다. 만족스러운 대인관계는 개인의 삶의 질을 높일 수 있다. 이처럼 타인과의 관계는 개인의 삶을 성장시키는 매우 기본적이면서 중요한 요소이다.

**III. 참고문헌**

네이버 블로그 - https://blog.naver.com/vjhsv87/222591295279