

사회적 행동과 성격심리학
3 week topics

정신분석적 관점의 이해 - 무의식이란

Personality Psychology



KMU KOOKMIN UNIVERSITY

✓Freud

“인간의 행동은 인간의 의식과 통제를 벗어난 **내적인 힘**에 의해서 결정되는 것이다. 그러므로 우연한 사건은 없다.

단지 그 목적을 의식하지 못하는 것 뿐.”

✓생각해보기 2.

Billy는 평소에 사소한 개인적인 일을 시키고 자신의 기획 아이디어까지 아무렇지도 않게 빼앗아 버리는 비열한 상사의 태도가 마음에 들지 않았다. 어느 날 맹장수술을 받고 병실에서 회복 중이던 상사의 병실에 찾아가 안부를 묻던 Billy는 상사에게 “I'm **glad** you're better.”라고 말하는 대신 'I'm **sad** you're better'라고 말해버리고는 몹시 당황하였다. **Q.1 Billy는 왜 말 실수를 하게 되었을까?**

미국대통령. 조지 부시의 <테러와의 전쟁>연설 중...
 “우리의 적은 혁신적이고 많은 자원을 가지고 있다.
 우리도 그렇다. 그들은 우리나라와 국민을 해치기 위해 새로운 방법을 끊임없이 개발한다. 우리도 그렇다..”
Q2. 조지 부시는 말 실수는 국민들에게 어떤 영향을 미쳤는가?

▪ Freudian slip

말이나 글에서 숨겨야 할 무의식적 감정이나 욕망이 얼떨결에 드러난 것

A1. Billy는 평소에 상사에게 가지고 있던 숨겨둔 분노감과 적개심이 자기도 모르게 상사에게 직접적으로 표현되었다.

A2. 조지 부시의 경우. 미국 대통령이 자신의 국민들에게
 “우리는 우리 나라와 국민을 해칠 방법을 끊임없이 개발하고 있다”라고
 대국민 '협박'을 한 셈이 되었다. 부시의 비판자들은 “말실수가 아니라 맞는 말”이
 라고 비웃었고 그에 대한 국민의 신뢰가 흔들리는 위기를 맞았다.

정신분석학의 창시자, 프로이트

(Sigmund Freud, 1856-1939)

연도	주요 업적
1856	모라비아(오스트리아)에서 출생
1876	1881년 생리학자인 브로이어의 지도아래 연구활동 시작
1881	비엔나 대학에서 의학박사 학위를 취득
1882	테오도르 마이너트 정신의학센터 개원
1884	브로이어(Breuer)로부터 히스테리 증상을 위한 담화치료를 접하게 됨
1885	프랑스 파리에서 샤르코와 4개월간 최면 연구, 신경증의 성적 근거에 관심
1890	부적절한 성적발달이 신경증의 지배적인 문제라고 주장
1895	[히스테리 연구] 발표 - 브로이어와 공동연구 → 정신분석의 시작
1897	'꿈 분석'을 통한 자기분석을 시작- 성적 긴장의 누적에 따른 불안신경증으로 진단
1900	[The interpretation of dreams : 꿈의 해석]발표
1902	정신분석 이론과 실재를 체계화
1938	나치의 박해를 피해 영국 런던으로 이주
1939	구강암으로 사망

■ 정신분석의 정의

• 정신분석이란

- Sigmund Freud에 의해 창시된 심층심리학의 이론체계이자 심리치료 방법
- 인간이 ()하여 무의식에 숨겨버린 ()의 내용을 이해하는 것

• 정신분석이론의 발전

(1) 19세기, 빅토리아 문화 속에서 등장

19세기 빅토리아 시대

- 금욕주의 : 성에 대해 억압적 태도
- 문명화, 완벽주의, 고상함 추구
- *행동 : 합리적 자기통제력 강조

Freud - 인간의 “무의식” 강조

- 아동기 성적욕구의 억압 강조
- *행동 : 의식적 통제를 벗어난 내적인 힘,
무의식에 의해 지배되는 것으로 주장

• 정신분석이론의 발전 (cont.)

(2) 심리적 외상론

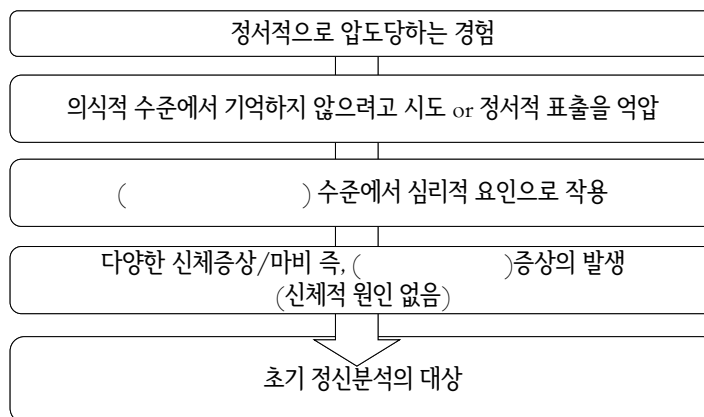
- 빅토리아 시대 : 히스테리 증상의 높은 유병률
- Freud : “히스테리의 원인 은 과거에 경험한 심리적 외상, 특히 성과 관련된 충격적 사건에 기인한 것”

Anna O.의 다양한 히스테리증상
- 팔 마비, 물 공포증 등

*대학원생-논문 fail에 대한 불안
*피아니스트-연주 실수에 대한 불안
→ 손의 마비

• 정신분석이론의 발전

(2) 심리적 외상론 (cont.)



↔ 19세기 후반 이후, 최근까지 히스테리 유병율의 현저한 감소

(∴)현대사회 - 개방적 사고방식/심리학적 인식의 발달(사회문화적 요인의 영향)

■ 현대심리치료의 모태

- 정신장애를 치료할 수 있는 구체적 심리적 기법을 최초로 제시
 - 인간의 심리적 문제에 가장 심층적이고 총체적으로 접근하는 기법
 - 개인의 성격발달에 대한 평가와 치료 과정이 동시에 이루어진다고 봄
- : 성격 발달의 문제점을 알아내는 과정이 평가이자 치료과정 → < [insight](#) >

I

✓ 존 사노(뉴욕의대 재활의학화 교수)의 <Healing Back Pain – the Mind-Body Connections/ John E. Sarno>

“기질적 원인이 없는 통증의 원인은 마음에 있다!”

- 기질적 원인이 없는 만성통증(TMS/긴장근육염증후군)을 프로이트의 기본 이론으로 설명.
TMS의 경우 무의식 속에 쌓인 화(anger)가 원인이라고 주장하며 인간의 뇌가 통증을 통해 몸을 아프게 함으로써 분노와 걱정을 회피하고 () 하는 위장술을 한다는 점을 강조함.
- 30년간 통증을 약물이나 물리치료가 아닌 심리교육만으로 치료해 옴

정신분석의 특징

• 무의식(*unconsciousness*)의 강조

- 인간의 심리세계에 무의식적 정신현상이 존재하며, 인간 행동의 대부분이 무의식에 의해서 결정되는 것

• 심리결정론(*psychic determinism*)의 관점

- ()를 심리적 원인, 즉 무의식의 갈등에 의해 유발되는 것으로 이해

• 성적 추동 (*sexual drive*)

- 인간의 가장 기본적인 욕구로 공격성과 함께 무의식의 주된 내용을 구성

• 어린 시절의 경험(*the experiences of early childhood*)의 중요성 강조

- 어린 시절의 경험, 특히 부모와의 상호작용 경험이 성격 형성의 기초

- 성인의 행동은 아동기 경험을 통해 형성된 무의식적 성격특성 관련

• 이론적 개념을 상징과 은유를 통해 설명

11

정신분석이론의 주요 개념

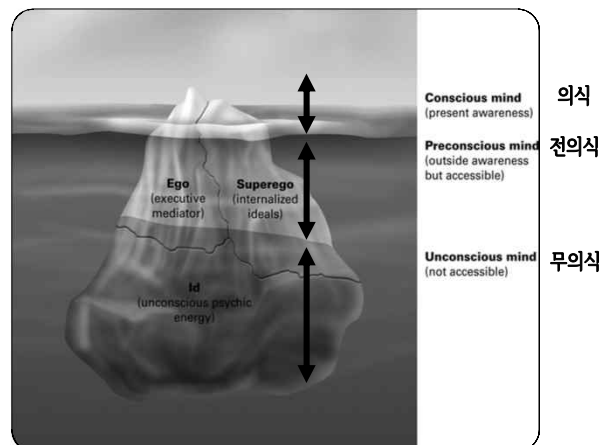
I. 마음의 지형학적 모델

(*Mind's topographical Model*)


- Freud는 **지형학적 모델**을 통해 마음을 3개 영역으로 구분

- 빙산 비유

- 의식(*conscious mind*)
- 전의식(*preconscious mind*)
- 무의식(*unconscious mind*)



✓ 마음의 지형학적 모델(Mind's topography)

의식	전의식	무의식
<ul style="list-style-type: none"> 빙산의 꼭대기 현재(지금 이 순간) 자각하고 있는 것 : 지각, 사고, 감정 등 의식적 경험은 () 및 논리적 방식의 사고가능 의식 내용의 변화 : 새로운 생각이 자각되면 오래된 생각은 물러남 의식은 전체 빙산의 일각 	<ul style="list-style-type: none"> 빙산- 물 바로 아래, 물을 통해 보이는 부분 의식 바로 아래에 위치 의식과 무의식을 연결하는 다리역할 평소에 의식되지 않으나 노력하면 쉽게 의식화 (), 저장된 지식 	<ul style="list-style-type: none"> 빙산 - 가장 아래, 가장 많은 부분 정신분석의 핵심 자각하지 못하는 경험/기억 불안/갈등/고통과 관련된 충동과 감정, 사고의 저장소 공포, 공격적 욕구, 성적 욕구, 부도덕한 충동이나 소망, 수치스러운 경험 등 무의식화 ≠ 사라지는 것 정신의 가장 깊은 수준에서 작동 - 인간의 행동을 지배, 행동의 방향성을 결정 자발적으로 의식화될 수 없음. (∴) 숨기려는 심리적 힘- () 때문 꿈, 환상, 말실수, 농담 등을 통해 분석가능

■ 정신분석이론의 주요 개념 (cont.)

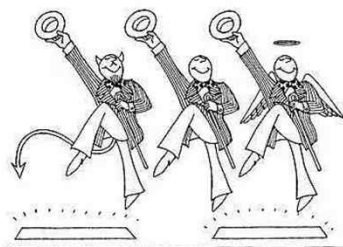
II. 성격의 구조이론

- 원초아(id), 자아(ego), 초자아(superego)로 구성

“id는 욕구를 주장하고 superego는 금지된 일을 못하게 막거나 이상을 추구하며

ego는 타협점을 찾는다!”

© Original Artist
Reproduction rights obtainable from
www.CartoonStock.com



① 원초아(id)

- 성격의 () 구성요소 : 본능적 & 원시적 측면
- 본능적 추동에 의해 충동적으로 작동 (식욕, 배설욕, 성욕 등 신체적욕구) → 성격의 엔진
- 무의식 상태에서 기능하며, 자아와 초자아에게 압력
- → <()의 원리>에 의해 작동

쾌락원리 (pleasure principle)

- ✓ 고통은 피하고 쾌락을 얻고자 하는 욕구
- ✓ 현실과 도덕성 고려하지 않고 쾌락만 추구
- ✓ 욕구 충족 방식에 상관없이 충족하고자 함
- ✓ 욕구는 즉각적으로 충족되어야 하며, 충족되지 못한 욕구는 긴장상태 유발
- ✓ 욕구 충족의 대상/사건을 언어 이전에 심상으로 형성 - 소망충족적 환상/환각, 꿈, 망상 등

② 자아(ego)

- 성격의 () 구성요소
- 개인이 처한 현실을 인지하면서 원초아와 초자아를 조정
- 대부분 자아는 주로 의식과 전의식 단계에서 기능하나
무의식 속에서 기능하기도 함 → <현실의 원리>

**현실원리** (reality principle)

- ✓ 원초아의 요구를 고려하되 현실요구(외적 세계)에 맞춰 쾌락을 지연시키거나 충족시킬 수 있는 적절한 방법을 찾아 선택 → 합리적 행동 가능
- ✓ ()
자아는 원초아의 욕망을 만족시킬 행동을 계획 & 그 계획이 현실적으로 적절한지 정신적으로 검증
→ 순서적, 논리적, 현실지향적
- ✓ **행정관의 역할**
원초아의 욕망과 외부 현실세계의 제약 사이를 중재 & 초자아의 도덕적 측면 고려
→ 합리적/ 규범적 행동 선택

③ 초자아(superego)

- 성격의 () 구성요소 : 사회적 요구를 중요시
- 원초아의 충동을 금지, 자아에게 도덕적 행동의 강요, 사고/말/행동의 완벽성을 추구
- 의식의 세 수준 모두에서 작동 가능
 - <도덕원리>
- 2개의 하위체계에 따라 작동

도덕원리(moral principle)

- ✓ 나쁜 행동→처벌 & 좋은 행동→보상
- ✓ 부모의 가치/사회적 가치를 **내재화**하여 옳고 그름 판단, 완벽추구

*내재화(introjection)란?
타인/사회의 가치/기준을 자신의 것으로 받아들이는 것
(...)부모의 사랑을 획득하기 위해
or 부모의 처벌에 따르는 고통 및
부모의 거부를 회피하기 위해

도덕적 양심(conscience): 부모가 승인하지 않고 처벌하는 행동은 무엇인가? → 윤리/도덕

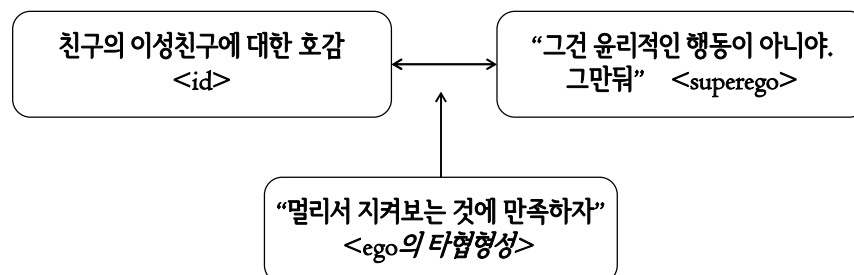
자아이상(ego-ideal): 바람직한/이상적인 행동은 무엇인가? → 비전, 꿈

* **도덕적 양심에 따르지 않으면** (), **자아이상에 미치지 못하면 수치감 경험**

- 초자아의 발달 : 5-6세 경 (가장 마지막으로 발달) – 오디푸스컴플렉스 시기

✓ 세 자아의 힘의 균형

- 자아는 원초아의 욕망과 초자아의 도덕적 명령, 현실의 제약의 갈등적 요구들을 조정해야 함
 - 자아의 타협 형성 (compromise formation)
- 효과적으로 기능하는 자아의 능력 (타협을 효과적으로 형성해낼 수 있는가?) → () ego strength



✓ 세 자아의 균형과 성격

원초아, 자아, 초자아의 균형	()가 지나치게 강한 사람	
건강한 성격	합리적/효율적이나 따분하고 냉담한 성향	
()가 지나치게 강한 사람	원초아가 지나치게 강한 사람	
항상 죄책감을 느끼거나 지나치게 성인군자같은 성향	자기만족에 열중하며 타인에게는 무관심한 성향	

III. 성격의 추동 - 본능이론

- 정신분석: 본능, 에너지, 추동, 긴장상태 → 성격의 중요한 추진력, 동기적 힘
- 본능 *instincts*: ()의 형태로 존재하며 인간의 행동을 추진하고 방향을 결정
- 2가지 범주: 삶 본능, 죽음 본능

삶 본능 or 성적 본능 " <i>libido</i> "	죽음 본능 " <i>thanatos</i> "
<ul style="list-style-type: none"> 식욕(생존), 성욕(번식, 쾌감)과 같은 생물학적 욕구를 충족시키려는 추동 → 자기보존적 추동, 종보전적 추동 삶 본능에 의해 생성된 정신에너지: 리비도(<i>libido</i>) 종류: 배고픔, 고통 회피, 성적 욕구 성장 및 발달지향적 	<ul style="list-style-type: none"> 삶 본능과 반대개념 - '모든 생명체의 목표는 죽음' 사람은 누구나 죽는 것(자기소멸)에 대한 무의식적 소망이 있으며 이는 공격적 욕구로 표현됨 권투, 격투기, 전쟁.. 공격성의 부족 → 의욕 없음, 자신을 지키지 못함

- 죽음본능과 공격성

- 과도한 공격성 <공격성의 방향에 따라>

- (1) 타인 방향

- 타인에 대한 파괴/공격 행동 (자기애적 분노 : 나를 공격하면서 자신을 지키려는 것)

- (2) 자신 방향: ()의 형태



<Megargee의 과잉 통제 공격자에 관한 연구>

평소 공격성을 강하게 억제하는 사람들은 높은 긴장상태에 있다가 사소한 단서로 폭발하듯 공격행동이 발생(정화 & 긴장 감소)
이후, 다시 수동적인 과잉통제자로 돌아가는 경향

IV. 심리성적 발달단계 (psychosexual stage theory)

- Freud

- 성격 형성에 있어서 **초기 아동기 경험(만 0-5세)**이 결정적 역할(Freud)

- 성인기 성격 및 정신병리의 이해를 위해 초기 아동기 경험의 탐색 필요

- 심리성적 단계(psychosexual stage)의 발달

- 성격 발달은 일련의 단계(5개의 단계)를 거치면서 이루어짐

5 3 가 (, ,)

- 각 단계는 신체영역을 반영, 리비도(성적에너지)가 방출되는 곳 의미→ “erogenous zone”

- 각 심리성적 발달단계에서 **양육자와의 상호작용**을 통해 욕구가 만족 or 좌절 경험 → 성격형성에 지대한 영향

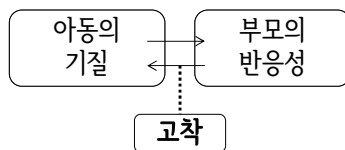
갈등의 직면
(구강기/항문기/남근기)

각 단계의 주요 갈등이 잘 해결되지 못하면 욕구 좌절로 인해 다음 단계로 이동하는 것을 꺼리게 됨

고착

• 고착 (fixation)

- 고착이란 각 단계의 갈등이 해결되지 않아 과도한 에너지(리비도)가 해당 단계에 영구적으로 투자되는 현상
 - 다음 단계의 성공적 갈등해결도 어려움 & 성격 발달 및 정신병리에 영향
- 고착의 발생 원인
 - 한 단계에서 지나치게 탐닉하여 다음 단계로 이동하는 것을 꺼리는 경우
 - 그 단계의 욕구 충족이 크게 좌절된 경우 : 그 단계의 욕구가 충족될 때까지 다음 단계로 넘어갈 수 없음



(I) 구강기(oral stage)

- 시기 : birth ~ 18개월

• 입/입술

- 입과 입술을 통해 세상과 상호작용 (맛보기, 핥기, 빠는 행동)
- 특징 - 안전과 생존을 위해 전적으로 타인에게 의존 : “() (basic trust)”
- 기본갈등 - 젖떼기, 어머니로부터의 의존성을 줄이라는 압력
- 2개의 하위단계

✓ 구강합병단계(oral incorporative phase)

- 0~6개월, 빨기(엄마의 젖, 젖병)를 통한 쾌감
- 무력하고 의존적 존재
- 타인에 대한 ()이 발달하는 시기
- 고착: 의존대상에 대한 무조건적 신뢰(‘모두 삼켜버리는’) vs 타인에 대한 비관주의/불신

✓ 구강기 가학적 단계(oral sadistic phase)

- 이가 나면서 시작, 물기/씹기(음식물)를 통한 성적쾌감
- 이후 삶에서 언어적 공격성 결정
- 고착 : 풍자 < 공격적 언어, 신랄하게 비꼬고 씹는 언어

✓ 구강기적 성격

- 구강적 쾌락은 아동기에 국한되지 않고 성인기까지 지속 - 껌 씹기, 흡연, 연인 간의 키스

- “구강() 성격”(구강기 과잉만족)

- 타인을 잘 믿고 의존적, 타인으로부터 돌봄 받고 싶은 욕구 높음
- 타인으로부터 친밀성과 지지를 얻으려는 과도하게 동기가 높고, 타인의 반응에 민감
- 높은 의존성 : 애매한 상황에서 타인 판단에 의존, 사회적 고립/거부에 민감
- 사회적 상황에서 더 신체접촉을 시도, 더 자기 개방적

✓ “구강() 성격”(구강기 좌절)

- 스트레스를 받으면 다른 사람에 비해 입과 관련된 활동을 통해 긴장감소 및 스트레스 해소를 더 많이 시도
e.g., 과도한 흡연 및 음주, 손가락 빨기, 손톱 뜯기, 비만, 알콜리즘과의 유의미한 관련성
- 자신과 타인, 세상에 대한 불신감 및 타인과의 접촉에 대한 두려움
- 화가 나면 언어적 공격을 시도 → 공격적, 비판적, 냉소적, 논쟁적 성격

(2) 항문기(anal stage)

• 시기 : 18개월~만 3세

• 항문을 통해 쾌감

• 주요과업 - ()

- ✓ 최초로 자신의 내적 충동을 만족시키는데 있어 체계적인 외적 제약이 뒤따르는 것을 배우는 것
- 적당한 때와 장소
- ✓ 최초의 () → 아동/청소년기의 학업성취, 성인의 생산성/창의성의 기초와 유의미한 상관
- ✓ 부모/양육자의 배변훈련 방식 → 항문기적 성격으로 고착여부 결정

<허용적 배변훈련>
성공한 배변활동에 대한 양육자의 칭찬/격려
배변 실수에 대한 허용적 태도

⇒ 높은 자존감, 자율성, 주도성, 자기통제감

<처벌지향적 배변훈련>
배변 실수에 대한 양육자의 처벌/조롱/비난

⇒ 수치심, 불안감, 분노감 경험

✓ 항문기 고착 성격

- 실패한 배변활동에 대한 양육자의 처벌, 조롱 → 항문기 성격으로 고착
- **항문기 보유적 성격**(anal retentive)
 - 대소변을 참고 갖고 있으려고 하는 패턴
 - 완고하고, 인색하고, 고집스럽고 강박적, 완벽주의적, 청결/질서정연, 시간을 아끼는 행동
- **항문기 배출적 성격**(anal expulsive)
 - 부모가 원치 않을 때 힘차게 배설하는 반항의 패턴
 - 무질서하고 더럽히기, 잔인한/파괴적/적대적 욕구를 밖으로 표출

(3) 남근기(생식기/phallic stage)

- 시기 : 3세~5세
- 생식기관 : 자신의 생식기를 만지는 행동에서 오는 쾌감
- 주요과업 : 건강한 성적체감 형성
- 특징
 - 처음에는 자기애적 : 성적 쾌감과 만족이 자기-자극에서 비롯되므로
 - 점차 이성의 부모 쪽으로 리비도가 이동(이성부모에 대한 선망) & 동성의 부모에게는 적대적, 경쟁적 태도
 - 건강한 이성관계를 위한 능력 발달

*소포클레스가 쓴 그리스 비극 <오디푸스 왕>
- 테베의 왕 아이오스 & 여왕 이오파스테 &
아들 오디푸스

*아빠와 겨뤘 이겨보려는 아들
*손 잡고 가는 엄마아빠를 역지로 떼놓기.
*크면 엄마(아빠)랑 결혼하고 싶어.
*엄마보다 예뻐지려고 엄마의 화장품 발라보거나
하이힐 신어 보기

• 남근기와 오디푸스 콤플렉스

<Boy> 오디푸스 콤플렉스

- 어머니에 대한 성적욕망
- 아버지에 대한 적대적 태도
 - : 애정의 라이벌, 질투/경쟁심
- 죄책감과 거세불안
 - (아버지를 해치고 싶은 욕망)
 - 아버지에 대한 동일시
- * 아버지를 닮아감으로써 어머니에게 상징적 접근

<Girl> 일렉트라 콤플렉스

- 남근선망
- 어머니와의 애정관계 철회
 - (남근부재 때문)
- 아버지와 새로운 애정관계를 추구
 - 어머니에 대한 동일시
- * 어머니를 닮아감으로써 아버지에게 대리접근

※ 동성의 부모에 대한 동일시를 통한
오디푸스 콤플렉스의 극복과정
→ 부모의 규칙, 기준, 가치관을 내재화하게 되면서 도덕성의 발달 & 초자아 형성
되기 시작(4~5yrs)

가

✓ 남근기 고착 성격

• 남성

- 오디푸스적 갈등과 계속 씨름하고 있는 성향 : ()에 대한 과도한 두려움과 복종적 태도
- 남성성을 강조하기 위해 업무능력/직업적 성공에 대한 과도한 갈망
- 거세되지 않았다는 것을 증명하기 위해 공격적 성욕(여러 여자들을 유혹 or 많은 자녀 출산, 노출증)
 - OR 아버지와 경쟁한 것에 대한 죄책감으로 오히려 일이나 성적관계에서 무능한 모습

• 여성

- 여성의 엘렉트라 콤플렉스적 갈등은 남성과의 ()으로 나타남
- 유혹적인 태도와 동시에 성욕의 억압 *histrionic personality*
 - : 유혹적인 태도를 보이다가도 남성이 성적 접촉을 시도하면 강한 거부
- 남성을 능가하는 우월감을 얻기 위한 지속적인 시도

(4) 잠복기(latency stage)

▪ 시기 : 6세~10대 초기

▪ 특징

- 성적, 공격적 충동의 약화되어 비교적 고요한 시기 ← 자아의 성숙, 초자아의 확립
- 지적, 사회적 대상에 관심 : 학업, 친구, 취미생활 등
- 선생님이나 종교적 인물로 동일시 대상의 확장

▪ 사춘기의 시작과 함께 종결

- 사춘기가 시작되면 리비도적, 공격적 충동이 다시 강화 → 다시 갈등 직면
- 청소년은 아동기의 자기애적 성욕이 아닌 성인과 동일한 성적욕망 경험
- but. 사회적으로 실제 성관계를 통한 성적에너지의 방출은 용납되지 않으므로 ()의 대처기술이 요구됨.

(5) 성기기 (genital stage)

▪ 시기 : 청소년기 후반 ~ 성인기

▪ 특징 - 이전 심리성적 발달단계가 원만하게 잘 진행되었다면, 이 시기에도 안정적

▪ 자기애적이 아니라 성적만족을 타인과 나누고 싶은 욕망이 발달 : 이성관계 추구

- 온정적이고 보살퍼주는 방식으로 타인과 애정을 나누고 안녕을 염려하는 태도
- 성적, 공격적 충동을 잘 조절하고 사회적으로 용납되는 방식으로 ()시켜서 방출
- 자기중심적 쾌락을 추구하던 유아→사회화가 잘 된 보살퍼주는 성인으로 변화

▪ 주요 과업 - 부모로부터의 심리적 독립과 자기정체성의 확립

▪ Freud : 누구나 도달하는 종착점이 아니라 궁극적으로 추구해야 하는 이상적 모습

▪ 성기기적 성격 : 행복추구를 위해 생산적이고 창의적인 일을 추구