

現實認識하는 健康한 性格特性에 관한 研究

高明奎*

〈 목 차 〉

- | | |
|-----------------------|-----------------|
| I. 서론 | 1. 올바른 현실인식의 조건 |
| II. 현실인식과 건강한 성격 | 2. 건강한 성격특성 |
| III. 왜곡된 현실인식의 반응과 조건 | V. 요약 및 결론 |
| 1. 왜곡된 현실인식의 반응 | 참고 문헌 |
| 2. 왜곡된 현실인식의 조건 | Abstract |
| IV. 건강한 성격특성 | |

I. 서론

'건강한 인간이란 성격의 통합을 최대한으로 이루면서 현실과의 접촉을 충분히 유지할 수 있는 인간이다'(上田吉一, 1993). 여기에서 건강이란 말은 말할 필요도 없이 병이나 기질적 장애가 없다는 소극적인 의미가 아니라, '자기의 개인적 생활에서나 사회적 생활에서 최대한의 기능을 발휘하는 상태를 가리키는 적극적인 의미이다. 즉, 개인이 강한 체력과 활발한 정신작용 및 안정된 정서를 갖고 가장 능률적으로 생활하는 상태를 지칭한다. 따라서 '건강한 인간'이라는 인간도 이와 같은 건강상태를 언제나 유지·발전시킬 수 있는 특성을 갖춘 사람이어야 한다.

그런데, 인간의 이러한 統合性和 社會的 適應性과의 발달적 일치는 하나의 理想에 불과하다. 거기에는 어느 한 쪽에 過不及이 있기 마련이다. 즉, 우리들이 현실과 매우 적합하게 접촉을 잘 유지하게 됨으로써 개성을 상실해서 참된 자아에서 소외되거나, 아니면 분열과 갈등이라는 불행을 초래할 수 있다. 이럴 경우, 자아실현이나 창조성도 충분히 발휘할 수 없을 것이다. 이런 문제점을 극복하기 위

* 제주대학교 교육대학원 상담심리전공 교수

한 한 시도로, “통합된 성격의 구체적 특성에 관한 연구”(고명규, 2000년)를 한 바 있다. 그러나 역으로 개인의 성격이 조화되고 통일되고, 또 통합적인 힘(力)을 충분히 발휘할 수 있다고 하더라도 현실과의 접촉을 잃고 있다면 그것은 자폐적인 성격이 되고, 외계와의 원만한 적응을 피할 수 없다는 것은 불을 보듯 흰하다. 그래서 개인이 자기의 심신기능이 충분히 작용하고 독자적인 개성을 전개하면서 진실로 常軌를 벗어나지 않기 위해서는, 기본적으로 외적인 현실과의 연계를 유지할 수 있지 않으면 안된다.

이러한 관점에서, 현실과의 접촉을 충분히 유지할 수 있는 건강한 인간이 지닌 성격적 특성은 무엇인가에 지적인 관심을 갖게 된 것이 연구의 계기가 된다.

따라서 본고에서는 먼저 현실인식과 건강한 성격과는 어떠한 관계가 있는가를 살피고, 현실왜곡의 반응과 조건을 분석한 다음, 이를 기초로 건강한 성격이 기본적으로 갖추어야 할 조건을 밝힌 후, 이런 조건을 구비한 성격은 구체적으로 어떠한 행동적 특성을 나타내는가를 탐색하는 것을 연구의 목적으로 한다.

II. 현실인식과 건강한 성격

건강한 인간이란 현실과의 연계를 충분히 유지하면서 통합성을 최대한으로 발휘할 수 있는 인간으로 본다면, 현실과의 연계란 구체적으로 무엇을 의미하는가, 또 현실과의 연계와 현실인식과는 어떤 관계가 있고 그리고 현실인식과 건강한 성격과는 어떤 관계가 있는가, 이에 대해서 검토해 보기로 한다.

먼저, 현실과의 連繫란 환경의 여러 가지 작용에 대해서 대응함과 동시에, 개인도 환경에 대해서 적극적으로 작용해 가는 동안에 이루어지는 個人이 客觀化되는 過程을 말한다(上田吉一, 1993).

이를 구체적으로 설명하면 다음과 같다. 먼저, 개인이 환경에 영향을 미치고 환경을 변화시키기 위해서는 환경의 현실상황에 대해서 정확한 이해를 하지 않으면 안된다. 올바른 현실파악이 이루어지지 않으면 유효한 변화로서의 결과는 나타나지 않을 것이다. 잘못된 현실인식에 따른 작용은 반드시 이에 따른 결과를 가차없이 그 개인에게 되돌아온다. 어쨌든, 개인이 환경에 어떤 작용을 하면, 그 행위의 現實性 有無가 바로 환경에 의해서 분명히 밝혀진다. 이는 환경에서 작용하는 경우도 예외일 수는 없다. 개인이 환경에 대한 올바른 현실인식을 갖고 있지 않다면, 환경의 영향에 대해서 즉각 유효한 반응을 나타낼 수가 없다. 환경의 현실을 잘 알으로써 비로소 환경의 변화에 잘 대처할 수 있다. 여기에서도 역시, 환경에서의 작용이 개인의 현실인식의 정도를 이의없이 밝혀준다.

이와 같이 개인과 환경의 작용은 자연히 개인으로 하여금 현실이해의 필요성을 통감하게 하며, 또 이러한 개인과 환경과의 상호작용은 우리들에게 현실이해를 할 수 있는 풍부한 계기를 주기도 한다.

특히 후자의 경우, 즉 환경작용의 경우, 현실은 개인에게 있어서 異質的인 存在로서, 또 개인이 아무리 해도 자유롭게 다스릴 수 없는 抵抗을 가진 者로서 체험하게 될 것이다. 이 抵抗體驗을 하는 가운데 개인과는 별개의 법칙에 따르는 他人의 存在를 확인하게 되고, 이 타인(현실)을 완전히 이해하고 수용하게 된다.

따라서 정확한 현실이해가 현실과의 정확한 상호작용을 성립하게 함과 동시에, 또 역으로 현실과의 상호작용이 현실인식을 높이어 인식의 객관화를 촉진한다는 사실을 부정하기는 매우 어려울 것이다. 여기서 우리는 현실과의 연계와 현실인식은 서로 불가분의 관계에 있다고 말하지 않을 수 없다.

이처럼 인간은 행동에 앞서 외계에 있는 여러 가지 사태를 충분히 파악하고 그 사실에서 자유의지(free-will)로써 가장 적당한 행동으로 옮긴다. 따라서 개인의 행동을 결정하는데 기본적인 중요성을 갖는 것은, 외계를 어떻게 파악하는가에 있다. 여기에서 주의해야 할 것은 순수한 객관적인 세계보다는 개인의 고유한 주관적인 세계가 그의 행동을 결정한다는 것이다. 게슈탈트 심리학의 체계를 세운 Koffka는 개인이 인지하는 심리학적 환경과 객관적 환경간의 차이를 다음과 같은 예를 들면서 설명하고 있다.

“눈보라 치는 어느 날 저녁, 나그네가 호숫가에 있는 여관 노주인에게 하룻밤을 재워달라고 부탁했다. 이 때, 노주인은 이 추운 밤에 당신은 어디를 거쳐서 왔느냐고 물었다. 그 나그네는 들판을 가리키며 저 곳을 건너왔다고 대답했다. 노주인은 아주 놀라면서 ‘아니, 저 곳은 들판이 아니고 호수입니다’, ‘만일 얼음이 얇았다면 당신은 지금쯤 아마 호수 밑에 가라앉아 있을 것이요’라고 말하였더니, 이 말을 들은 나그네는 깜짝 놀란 나머지 말에서 떨어져 죽었다” (國分康孝, 1983, p. 81).

나그네가 지나온 곳은, 객관적으로는 얼음과 눈으로 덮혀진 호수 위였다. 그러나 나그네는 이것을 호수 위라고 생각하지 않고, 다만 雪原으로 생각한 것이다. 여기에서 Koffka(1935)는 호수와 같이 개인의 의식이나 행동과 전혀 관계가 없이 존재하고 있는 환경을 객관적 환경(일명 지리적 환경 : geographical environment), 눈들판처럼 개체에게 체험되고 또 의식되고 있는 세계를 심리학적 환경(일명 행동적 환경 : behavioral environment)으로 구별했다. 특히 후자를 현상적 장(phenomenal field) 혹은 경험적 장(experiential field)라고도 하며(이형득 외, 1987), 인간 생물체에 상대적으로 존재하는 행동 결정자로서 지리학적 환경과는 동일하지 않다(장병림, 1975).

위의 예처럼 우리들의 행동은 주관적 현실(subjective reality)인 현상적 장에 의하여 좌우된다. 따라서, 만일 이 나그네처럼 인지(지각)하는 것이 객관적 사실과 동떨어지게 된다면, 그 행동도 역시 현실이라는 사태와는 걸맞지 않는 것이 된다. 개인의 타고난 지능이 아무리 높다 할지라도 또 그의 결단력이 아무리 뛰어나다 하더라도 가장 중요한 그 기초가 되는 認知가 현실과 어긋난다면, 그의 행동

은 유효적절한 것으로 되기는 어려운 것이다. 그의 행동은 환경에 잘 적응된 것이라고는 볼 수 없을 것이다. 만일 이와 같은 행동을 계속하게 된다면, 그 성격은 건강하다고 말할 수 없다. 그러므로, 건강한 성격이 되기 위해서는 우선 무엇보다도 올바른 現實認知를 갖는다는 것이 前提가 된다고 아무리 강조해도 지나칠 리 없을 것이다.

이러한 관점에서 건강한 성격이 올바른 認知를 갖는다는 것에 대하여, 여러 가지 각도에서 논의되어 왔다. Freud는 인간행동의 기준으로서 쾌락원리(pleasure principle)와 현실원리(reality principle)를 들면서, 前者는 외적 환경조건이 주는 제약을 부정하는 幼兒의 行動原理인데 대해서, 後者는 외적 현실을 있는 그대로 이해하여 이를 받아들이고 그 정확한 인지 위에서 주체의 바람직한 상태를 결정하는 것으로 설명했다. 그리고 발달이 잘 된 성격에서는 점차 쾌락원리보다 현실원리에 근거한 적응형식으로 치환되어 간다고 주장했다(上田吉一, 1993).

또 Maslow(1970)도 그의 「동기와 성격」이란 책 속에서 정신적으로 건강한 성격은 사실을 사실로서 인정하고, 사태를 올바르게 평가하는 능력이 있고, 또 인간을 정확히 통찰할 수 있다고 주장하면서 다음과 같이 기술하고 있다. “그들(자아실현자)은 대부분의 사람들이 이 세상으로 혼동하고 있는 인공적인 개념의 무리, 추상, 기대, 신념, 판에 박힌 틀 속에서 살기보다는, 진정한 자연의 세계에서 산다. 그러므로 그들은 자신의 바램, 희망, 공포, 걱정, 그들 자신의 이론과 신념 또는 문화적 집단의 이론과 신념에 의지하기보다는 있는 것을 그대로 인지하기가 훨씬 더 쉽다”(조대봉 역, 1992, p. 199)라고. Read는 아주 적절하게 그것을 ‘순진한 눈(innocent eye)이라고 불렀다(동계서).

그리고 또 Symonds(1946)도 마찬가지로 정상적인 성격의 특성의 하나에 現實受容을 들면서, “좋은 적응의 기준은 ‘現實性’ 특히 성격내의 현실을 받아들이는 능력이다. 잘 적응된 사람은 그가 적응하지 않으면 안되는 현실조건이나 그 자연성을 분별한다”(p. 571)고 기술하고 있다.

이 밖에 Allport와 Ellis도 모두 이 문제를 논하고 있다. 즉, Allport도 건강한 성격을 지닌 사람은 지각과 인식이 효율적이며 정확한 것이 특징으로서, 그들의 사고는 자기의 요구와 환상에 맞추어 현실을 파악하고 그것을 왜곡하지 않는다(上田吉一 역, 1996). Ellis도 건강한 인간이란 보다 A(adult ego-state) 기능이 강화된 사람으로 보고 있다(고명규, 1997). 즉, 오염(contamination)이나 배타(exclusion)로 인해 장애를 받지 않는 淸淨한 A의 기능강화가 P(parent ego-state)와 C(child ego-state)를 적절히 통제함으로써, 그 현실적 기능을 충분히 발휘할 수 있을 것이다.

이와 같이 많은 성격심리학자 아니 성장심리학자들도 현실의 객관적인 인식이 건강한 성격의 基本的인 條件임을 하나같이 강조하고 있다.

Ⅲ. 왜곡된 현실인식의 반응과 조건

앞에서 우리들은 현실을 바르게 인식한다는 것은 인간의 적응행동의 기초가 된다는 것을 알 수 있다. 그런데, 실제로 자기의 인식을 정확히 계속해서 가질 수 있을 것인가에는 의문이 제기된다. 또 자기가 바르다고 믿고 있는 인식이 정말로 올바른 것을 나타내고 있는 것인가. 인간에게 있어서 성실한 인식을 계속 갖는다는 것은 그만큼 쉬운 일이 아니다. 인식이 왜곡되어 나타나는 경우가 너무나도 많다.

여기에서는 크게 왜곡된 현실인식의 반응과 조건으로 구분하여 고찰하기로 한다.

1. 왜곡된 현실인식의 반응

현실이 왜곡되어 나타나는 반응양식을 세 가지, 즉 공격성과 방어성 및 도피성으로 나누되, 이를 개별적으로 고찰하면 다음과 같다.

1) 현실왜곡 반응으로서 공격성

가정에서의 부모-자식관계는, 교사-학생관계나 친구관계와는 전혀 차원이 다른 인간관계이다. 일반적으로 어릴 때부터 개인의 기본적인 욕구의 만족이 보장되고, 따뜻한 애정과 이해를 얻는 것이, 당연한 일로 받아들여지고 있다. 약간의 어려움에 대해서도 가정은 언제나 이를 비호해주고 이를 제거해주는 곳으로, 모두 자기중심적으로 해석하게 되고 지나친 기대를 걸게 된다.

그런데, 현실이 이 기대와 서로 어긋날 때 개인은 욕구불만, 즉 反抗이라는 형태를 취하게 된다. 더구나, 현실과의 충돌에서 오는 욕구불만은 일시적이기는 하지만, 개인으로 하여금 더욱더 현실을 벗어난 인식이나 태도로 달리게 한다. 약간의 기대와 차이를 奇貨로 삼아 없어서는 안될 어머니의 존재를 무시하여, '이런 못난 어머니였다면 가출이라도 하는 건데' 라는 생각에 이르기까지 현실을 왜곡해 버린다. 이와 같은 데에서는 원래 부모-자식간의 모습은 이미 잃고 있다고 말하지 않을 수 없다.

이런 현상은, 교사-학생관계에서도 볼 수 있다. 예컨대, 무용에 자신이 있다고 여긴 여학생은 다음 학예회에 나는 무용선수로 선발되리라 고 믿고 있었다. 그러나 그 여학생의 이런 과도한 자부심은 현실을 알보는 태도를 만들어, 결국 선발조건이라는 현실의 벽에 충돌함으로써 더욱더 현실을 왜곡했다. 즉 그녀는 교사가 고의로 자기의 선발을 저지했다고 믿고서 교사에 대한 강한 분노와 적대감을 쉽게 풀리지 않는 나머지 실의에까지 이르렀다.

이 한가지 예에서도, 우리들은 과도한 기대가 만족되지 않으면 그 욕구불만이 공격성이라는 반응으로 나타나게 되는 과정을 거친다는 것을 잘 알 수 있으며, 또 그 격렬한 노여움의 정서는 일시적이기는 하지만, 현실인식을 극도로 왜곡하여 때로는 사람을 자포자기하는 태도에까지 이르게 한다는

것을, 이 예는 생생하게 잘 말해주고 있다.

2) 현실왜곡 반응으로서 방어성

Freud(1943)에 의하여 도입된 개념인 방어기제는 정서중심의 대처의 범위에 들어가는 것으로, 개인이 욕구충족이 어려운 현실에 당면하여 자기 열등감을 의식하거나 체면유지가 곤란하여 불안을 일으킬 때 문제의 직접적인 해결을 시도하지 않고 현실을 왜곡하여 자기를 보호함으로써 심리적 평형을 유지하기 위하여 이용되는 반응양식을 말한다. 이를 일명 자아-방어기제(ego-defense mechanism)로 불리우며, 여기에는 몇 가지 종류가 있다.

이들테면, 자기의 실패나 결점에 의해서 생기는 욕구불만을 자기변호하기 위하여 자기처지에 가장 적합한 구실을 찾아내서 그것으로 자기 입장을 정당화하려는 자기기만(self-deception)이 바로 합리화(rationalization)라는 방어기제의 일종이며, 여기에는 두 가지 형태가 있다(정인석, 1992).

하나는 자기가 도달할 수 없고 충족시킬 수 없는 목표의 가치를 부정하거나 혹은 과소평가함으로써 자기의 실패와 단점을 메꾸어 거기서 자기를 관념적으로 욕구불만 상태에서 벗어나서 실패감을 해결하려는 신포도 기제(sour-grape mechanism)와, 다른 하나는 자기가 가지고 있는 무가치한 사물이나 性能을 일부러 가치있는 것으로 과대시하거나 주장해서 자기만족을 얻으려 하는 달콤한 레몬 기제(sweet-lemon mechanism)가 있다. 미쓰 고에게 데이트를 신청한 학생이 거절당하자 미쓰 고를 가리켜 '삼각관계가 있는 복잡한 미인'이라고 말하는 것은 前者의 예이고, 도시에서 벽지로 전근된 사람이 '요새같이 혼탁한 세상에서는 오히려 시골이 좋다'라는 말은 後者の 예이다.

이상의 두 예는 어느 것이나 사람들이 위협적인 충동이나 외부의 위협에 직접적으로 대응하기 보다는 자기의 실패를 부정한다든가 아니면 자기만족에 빠진다는가 해서 자아의 안정을 유지하기 위해 무의식적으로 현실을 왜곡하는 합리화의 심리구조를 나타내고 있다. 즉, 말을 바꾸면 경쟁장면에서 의도한 성과를 현실 속에서 성취할 수 없고, 더구나 자아가 이런 사태를 객관적·현실적으로 인정하려고 하지 않고 비현실적인 인식을 고집한 결과, 이런 왜곡성이 나타난다고 볼 수 있다.

3) 현실왜곡 반응으로서 逃避性

사람은 욕구저지의 불쾌한 상황에 떨어지게 되면 거기서 도피해서 자기를 방어하려고 한다. 즉 욕구를 저지하는 조건이 強大하고, 또 여기에 대항해서 극복해 낼만한 희망이 없을 때에는 누구든지 이런 조건과의 대결을 피해서 갈등이 없는 곳으로 도피하려는 적응방식을 취한다. 이를 逃避機制(escape mechanism)라고 하며, 방어기제 중에서 가장 소극적인 기제이다(정인석, 1992). 이 도피기제 중에서 몇 가지 종류를 들면 다음과 같다(桂 廣介, 1969).

즉, 아동이 학교에서 선생님이나 친구들로부터 조롱을 받게 될 때 학교를 결석해버리거나, 또는 청

소년이 뜻이 맞지 않는 집단에서 떨어져 나감으로써 마음의 안정을 얻는 實際的 逃避, 직장일이나 스포츠 등에 몰두하여 가정의 불화나 학업상의 불만을 도피하는 特定領域으로의 逃避, 병이나 상처를 얻음으로써 곤란한 사태로부터 도피하려는 疾病으로의 逃避, 그리고 현실생활에서 욕구충족이 불가능할 때 비현실의 공상세계로 도피해서 자기의 욕망을 직·간접적으로 충족시켜서 심리적 균형을 얻는 白日夢(day-dreaming)이 있다. 특히 공상일 경우, 개인이 공상 속에서 자기의 바람의 방해자를 지배하거나(승리의 주인공형: conquering hero type) 혹은 사람들의 동정을 얻음으로써(비극의 주인공형: suffering hero type) 직접·간접적으로 보복하여 자기의 불만을 완화시키려고 한다.

이와 같이 인간이 현실을 正視하기가 어려울 만큼 강한 심리적 압박감을 느낄 경우, 즉 현실을 객관적으로 이해하고 이에 대처할 수 있는 性能이 부족할 경우, 그는 현실을 도피함으로써 자기의 욕구를 대리적으로 충족하려는 도피기제에 의존하게 된다. 여기서 우리는 도피기제를 이용함으로써 현실을 왜곡하는 모습을 엿볼 수 있다.

2. 왜곡된 현실인식의 조건

그러면, 이와 같은 현실인식의 왜곡은 어떠한 성격의 조건에서 일어나는가. 그러한 조건에는 개인의 외적 조건과 내적 조건으로 양대별하여 고찰할 수 있다.

1) 외적 조건

여기에서 외적 조건이란 개인의 객관적 이해에 필요한 경험부족을 말한다. 올바른 지식과 정보를 가질 수 없는 곳에서는 개인은 정확한 상황판단을 할 수가 없고, 매우 제한된 경험으로 외계의 현실을 구성할 수밖에 없다. 정보가 한정되어 있기 때문에 얻어진 정보는 필요이상으로 중시하게 되며, 또 이 한정된 정보를 근거로 현실을 추측해서 만들어내는 결과가 되기도 한다. 개인이 스스로 충분한 지식이나 정보를 입수할 수 없는, 말하자면 暗中摸索의 狀態에 있을 때에는 그가 기억하고 있는 과거경험이나 개념적인 지식, 가까운 사람들의 언동, 그리고 권위자의 의견 같은 것이 필요 이상으로 중시하게 될 것이다. 비록 그 情報源이 편협된 것이라고 추측되더라도 이것을 시정한다든가 부정할 만큼의 정보가 없으면 이것을 인정하지 않을 수 없고, 때로는 이것이 치우친 것이라든가 근거가 없는 것이라든가 생각할 수도 없고, 唯一無二한 絕對的인 眞實로 믿어버리는 경우도 있다.

어쨌든, 지식이나 정보가 불충분한 곳에서는 사물에 대한 다양한 견해나 사고방식은 성립하지 않으며, 따라서 사람들의 사고방식이 단순하고 一面的으로 그쳐서 도저히 현실이 지니는 複雜性을 잘 포착할 수가 없다. 그러는 한, 현실을 왜곡할 가능성도 그만큼 크다고 말하지 않을 수 없다.

2) 내적 조건

내적 조건이란 좁은 경험수용성이다. 비록 외부로부터는 풍부한 경험이 주어진다고 하더라도 개인이 이 경험을 자신의 것으로서 받아들이지 않으면, 전혀 개인의 현실인식을 발전시키는 일에 도움이 되지 않는다. 만일 우리들의 흥미나 관심이 매우 좁고 편협된 것이면 그 얻는 바의 지식도 역시 매우 제한된 영역의 것으로 그칠 것이며, 따라서 그 결과는 현실과 유리된 잘못된 인식으로 이끌어갈지도 모른다. 사실 오늘을 일컬어 '지식의 폭발 시대'라든가 '정보화 시대'라 하듯이, 현대인은 지식과 정보의 홍수 속에서 살고 있으면서 많은 경험을 받아들일 기회가 暴增하고 있다. 그렇지만 인간이 이 많은 경험 가운데서 자기의 흥미나 관심을 가진 사항만이 경험으로 받아들여지기 때문에, 다면적인 흥미나 관심을 갖지 않으면 아무리 해도 그 인식은 偏向되기 쉽다. 이와 관련하여 김경동(1978)도 인간으로 하여금 끊임없이 배우는 작업을 요하는 知識暴增(knowledge explosion) 現象을 현대문화의 제반특징의 하나라는 Baldridge의 견해를 들면서, 어제 배운 지식이 오늘에는 쓸모없게 되고 새로운 지식에 계속 적응하지 않는 한 현상유지는 커녕 퇴보의 길로 들어선다고 경고한다.

그런데, 인식영역이 비좁다라는 것은 단지 흥미나 관심이 협소하여 다방면에 걸친 경험을 가질 기회를 갖지 결과라고만은 할 수 없다. 경험을 받아들일 기회가 있음에도 불구하고 이것을 무시한다든가, 부정한다든가, 망각한다든가, 억압한다든가 하여 결국 스스로 비좁은 생각에 틀어박힐 경우도 있을 수 있다.

이러한 것들은 주로 주체측의 조건, 즉 개인이 자기에게 바람직하지 않은 경험을 자기의 것으로 받아들이려고 하지 않는 情緒的 諸條件에서 일어난다. 이러한 조건을 첫째 강한 욕구충동, 둘째 욕구불만, 셋째 억압작용, 넷째 투사작용과 같은 네 가지 요인(上田吉一, 1993)으로 대별하여 검토하기로 한다.

(1) 강한 욕구충동

이는 너무나 강한 욕구충동이 성격을 지배하여 현실인식을 왜곡시키는 경우이다. 원래 우리들이 외계를 인식하는 것은 자기의 욕구에 따른 것이기 때문에, 통제가 잘되는 성격에서의 욕구는 비록 그것이 강력할지라도 문제가 없다. 일반적으로 강한 호기심과 만족할 줄 모르는 탐구심 및 냉정하고 공리적인 打算과 같은 이러한 것들은 모두 강력한 욕구가 현실인식을 더욱더 높이는 예라고 말할 수 있다. 그렇지만 공격욕이나 성욕 등과 같은 성격기저에 있는 욕구충동이 그 강력한 에너지로써 자아를 지배하여 자아의 인식과정을 간섭할 때에는 특정의 대상에 情緒性이 부여하게 되거나, 아니면 지나치게 관심집중을 하게 된다. 따라서 그러한 결과로 잘못된 事實認識에 빠지는 수가 있다.

우리들이 기대와 불안감정을 품고 있으면 흔히 바람에 흔들리는 마른 참억새를 유령으로 보며, 연인을 서로 기다리고 있을 때에는 다가오는 미지의 사람을 연인으로 잘못 알게 된다. 우리의 속담에 '자라 보고 놀란 사람 솥뚜껑 보고도 놀란다'라는 말도 자극 일반화(stimulus generalization)현상,

즉 자극변별(stimulus discrimination)을 하지 못한 것을 잘 나타내 주고 있다(Hjelle & Ziegler, 1981).

(2) 욕구불만

이는 인간의 욕구좌절에 의해 현실인식을 왜곡시키는 경우이다. 강한 욕구불만은 성격내부에 강한 긴장상태를 만들어 냄으로써 일시적으로 미분화 상태로 퇴행(regression)하게 하거나, 인지영역을 왜곡시키거나 협소화시킨다. 욕구대상이 좌절된 경우에는 흔히 좌절된 욕구대상이 正的 誘意性(positive valence)과 負的 유의성(negative valence)을 동시에 내포한 양극성(ambivalence)을 띠어(영남심리학회 편, 1974) 이 대상에 대해서 兩向性的인 態度(ambivalent attitude)를 취한다든가, 또 방해의 원인에 대해서는 攻撃性으로 나타나는 경우도 비일비재하다.

前者의 경우에는 性を 좌악시키는 가정교육을 받은 10대 청소년들이 가끔 이성에게 매력을 느끼면서도 동시에 멀리하려고 하는 모순되는 행동을 보이는 것이나, 또 이 시기에는 心理的 離乳(psychological weaning)로 인해 부모로부터 독립하려는 경향과 동시에 경제적 독립을 하기가 어려운 데서 부모에 대한 의존적 태도도 나타나는 것은 그 例들이다.

後者の 경우, 미국의 Dollard 일파의 사람들은 공격은 항상 욕구불만의 산물이며, 욕구불만은 어떠한 형태로서든지 공격으로 이끈다는 욕구불만-공격 가설(frustration-aggression hypothesis)을 세웠다(坂田 一·林 保 외, 1973). 이에 대한 適否는 별분제로 하더라도, 공격은 욕구불만이 생겼을 때 일어나기 쉬운 가장 原始的인 反應이라고 말할 수 있다. 특히 공격은 사람이 가장 하고자 하는 일에 제지되었을 경우 그 일에 극도의 反感을 나타내는 경우도 있다(Carroll, 1947). 성적 욕망이 제지를 받아 불만이 생긴 사람이 가장 순결한 男女關係에 대해서 반감을 표시하는 것을 한 例로 들 수 있다.

이처럼 욕구대상에 대한 좌절경험 속에는 그 대상에 대한 지나친 관심이나 집착, 적의나 증오, 거부나 무시되는 정서가 작용하며, 이러한 정서적 요인들이 현실에 대한 냉정하고 객관적인 인식을 비뚤어지게 하는 결과를 초래한다고 말할 수 있다.

(3) 억압작용

이는 억압작용에 의한 현실인식의 왜곡이다. 정신분석학에서는 Freud의 욕구불만-억압가설(frustration-repression hypothesis)에 기초하여 부적응 행동을 설명한다(교육대학 교직과 교재편찬위원회 편, 1977).

즉, 어떤 욕구가 ego의 현실원리에 의하여 용납될 수 없다고 판단되면, 대개는 자기도 모르는 중에 superego의 통제를 받아 억압된 감정으로 무의식(unconsciousness) 속에 눌러버린다. 이 억압된 감정은 그대로 묻혀버리기도 하지만, 때로는 탈바꿈을 하여 엉뚱한 행동으로 나타나는데 이것이 바로

부적응 증상이다. 예컨대, 어떤 남자가 사업으로 출장을 가 있는 동안 부인에게 보낸 그림엽서에 이렇게 적고 있었다. '정말로 재미있게 지내고 있소. 그래서 당신이 여기에 같이 있었으면 하오(I wish you were here).' 그런데 출장을 마치고 돌아오니 아내가 반기기는 커녕 몹시 화를 내었다. 사연인 즉 엽서를 보니 '당신이 그 여자였으면 하오(I wish you were her).'로 되어 있었기 때문이다. 바로 그러한 실수를 하게 된 것은 다름 아닌 아내에 대한 무의식적인 감정이 억압되었기 때문이다(박성수, 1986).

더구나, 위험한 관념은 심한 억압을 받으면 단지 그 의식화가 방해될 뿐만 아니라, 때로는 꿈 속에 나타나는 일까지 금하게 된다. Freud도 꿈 속의 검열관이 위험한 관념의 발현을 억제하고, 혹은 왜곡한다는 것을 다음과 같이 기술하고 있다. "우리들은 단적으로 꿈의 檢閱이라는 말을 사용하지만, 이것이 꿈의 왜곡에 한 몫을 한다. 나타난 꿈에 구멍이 있을 경우에는 언제라도 그것은 꿈의 검열의 소행이었던 것이다"(上田吉一, 1993, p. 89)라고. 여하튼, 우리들은 자기에게 적합치 않은 사실이나 위험한 사실에서 눈이나 귀를 닫고, 단지 오로지 자기의 안정을 얻으려고 하는 결과로서 현실에 대한 올바른 인식을 하지 못한다.

(4) 투사작용

이는 투사작용이 인식과정에 영향을 끼친다는 것이다. 투사는 원래 억압과 同列에 있는 개념이 아니라 오히려 억압된 결과로 일어나며, 이것이 작용할 때에는 단순한 억압 이상으로 인식을 비뚤어지게 하는 요인이 된다. 즉, 억압이 성격 내의 경향을 완전히 다 부정할 수가 없어 더욱 불안감을 높힐 때, 여기에서 눈을 딴 데로 돌리기 위하여 불안의 근원이 되는 욕구, 사상, 감정 등을 외계로 돌리고 자기의 갈등을 완화시키려고 하는 작용이 일어난다. 요컨대, 자기의 내적 특성을 외부에 전가하여 자기의 책임을 면하려고 하는 것이다.

예컨대, 학생이 정구시험에서의 실패를 몸이 아팠다든가 바람이 세게 분 탓으로 해석하는 것은, 자기의 문제에서 받아들이기 힘든 부분을 부정해서 그것을 타인이나 타사물에 전가함으로써 심리적 부담을 덜려고 하는 무의식적인 과정인 투사라는 비합리적인 방위기제에 호소하고 있음을 말한다.

이처럼 투사작용이 일어날 때에는 억압에서처럼 단지 자기의 문제를 부정하는 것만이 아니라, 그 위에 외적인 대상에 특정한 주관적인 의미가 부과된다는 것이다. 여기에서 우리는 그 현실인식이 한층 비뚤어질 가능성이 있음을 매우 부정하기가 어려울 것이다.

IV. 건강한 성격특성

앞에서 현실인식을 왜곡시키는 인지적·정서적 제조건에 관한 개별적 고찰은, 우리들에게 올바른 현실인식을 하는 데 필요한 기본적 조건이 갖추어져야 함을 강력히 시사한다. 여기에서는 먼저 현실 환경 속에서 건강한 성격특성을 발휘하기에 앞서, 먼저 기본적으로 구비되어야 할 조건이란 무엇인가부터 고찰하기로 한다.

1. 올바른 현실인식의 조건

특히 성장심리학자들은 현실을 바르게 객관적으로 인지하는 것을 성숙한 성격의 하나의 특질로 본다. 이미 고찰한 것처럼 Allport는 지각과 인식이 효율적이며 정확한 것이 성숙한 성격의 한 기준으로 들고 있다(上田吉一 역, 1996). 이 밖에 Maslow의 신경증자는 정서적으로 병이 난 것이 아니라 인지적으로 잘못된 것이라든가, Fromm의 생산적 사고는 탐구하는 현상의 전체에 힘을 기울이는 것이 지 분리된 단편이나 부분에 주의를 집중하는 것이 아니다(上田吉一 역, 1996)라든가, 또 다음에 볼 Perls의 건강한 유기체는 환경과의 교류를 통하여 '알아차림-접촉주기'를 자연스럽게 반복하면서 성장해 간다(김정규, 1995)라든가, Ellis에 의한 정서장애 모델인 인간의 문제행동(Consequences : C)은 어떤 선행사건(Antecedents : A)에 대한 비합리적 생각(irrational Belief : iB)에 연유한다는 ABC이론(박경애, 1997) 등은 그 표현은 다르나 모두가 올바른 현실적 지각을 성숙 성격의 한 중요 특성임을 단적으로 강조하고 있다.

이렇게 보면 올바른 현실인식을 위한 기본조건이란 올바르게 현실인식을 할 수 있는 인간의 내적 성숙도, 즉 일정한 수준에 이룬 신체적·인지적·정서적·사회적 성숙의 정도를 지칭한다고 가정할 수 있다. 한 마디로 전인적 성숙도라 할 수 있다.

그러나, 여기에서는 上田吉一(1993)의 견해에 따라 올바른 현실인식의 조건을 인지적 조건과 정서적 조건으로 양대별하여, 認知的 條件으로 첫째 경험에 대한 개방성, 둘째 자연에 대한 극복 의욕과 존중, 셋째 神에 대한 숭배와 외경, 넷째 인간에 대한 따뜻한 애정과 같은 네 가지 조건과, 情緒的 條件으로는 첫째 정서적 안정감, 둘째 강한 자기통제와 같은 두 가지 조건으로 나누어 고찰하기로 한다.

1) 인지적 조건

먼저, 인지적 조건으로 다음 네 가지 조건을 개별적으로 검토하면 다음과 같다.

(1) 경험에 대한 개방성

현실에 대한 올바른 인식을 하는 사람은 경험에 개방된 인간이다. 경험에 열려져 있다는 것은 자기에게 체험되는 모든 경험을 의식하고 이것을 받아들인다는 것을 의미한다. 즉, 자기개념과 일치하지 않고 자기에게 위협을 준다는 이유로 방어적 태도를 취하여 일부의 경험을 부정한다든가 억압하는 것과 같은 일이 없이, 아무리 자기의 사고와는 대립되는 것이라도 그 경험을 의식하여 이를 인정하는 것을 말한다. Rogers(1961)는 경험에 개방적인 인간의 특징을 다음과 같이 기술하고 있다.

“개인은 자기에게 귀를 기울일 수 있게 되고, 자기 마음 속에서 일어나는 사항을 경험하는 것이 가능해진다. 그는 공포나 실의나 고통의 감정도 열려져 있고, 또 용기나 柔和 및 畏敬의 감정도 받아들인다. 그는 자기의 마음 속의 감정을 주관적으로 즉, 있는 그대로 살릴 수 있고, 더구나 자유롭게 이러한 감정을 자각할 수가 있다. 그는 완전히 자신의 有機體的 經驗(organismic experience) 속에 살 수 있고, 이러한 것을 배제하는 것이 아니다”(p.188).

이와 같은 경험의 수용은 단지 자기에게 대해서만 아니라, 모든 외계의 사태에 대해서도 이를 받아들여서 생생하게 체험할 수 있다. 그는 자기의 주관으로써 외계의 경험을 취사선택한다든가 판단을 내리는 일없이, 될 수 있는 한 사실을 있는 그대로의 모습으로 파악하려고 노력한다.

그리고, 경험에 개방적인 인간에게 있어서는 자기에게 부정적인 경험을 수용한다는 소극적인 태도에 그치지 않고, 적극적으로 주위의 모든 사태에 대해서 예민한 안테나를 세워서 무엇이든 배우려고 하는 태도를 나타낸다. 자기의 견해를 일단 괄호 속에 묶어 놓고 自紙狀態에서 어떠한 사태나 객관적으로 알려고 노력한다. 그는 自我를 될 수 있는 한 유연한 입장에 두고 자기나 외계의 경험을 그 원래의 모습으로 가능한 한 받아들인 후에 자기의 행동을 결정한다.

따라서 이와 같은 현실에 대한 올바른 인식을 하는 사람은 또한 일반적으로 眞理에 대한 探究心이 이상하게 강하다고 말할 수 없다. 그는 자기중심적인 사고(egocentric thinking)에서 벗어나서 세계의 보편성을 지닌 법칙으로서의 진리를 무엇보다도 존중하는 태도를 볼 수 있다.

물론, 인간은 모두 자기의 主觀性 속에서 살기 때문에 순수하게 객관성을 지닌 진실한 모습을 파악하기란 아마 불가능할지도 모른다. 그러나 그는 겸허하게 자기의 無知를 자각하여 진리의 세계를 구명하려고 한다. 그에게 있어서 결정적으로 중요한 사항은 무엇이 진실이고 무엇이 허위인가라는 것이며, 무엇이 좋고 무엇이 나쁘고 무엇이 유익한가라는 것은 모두 이 진리에 종속된다. 그런 의미에서, 그는 자기에게 적합한 형태로 진리를 생각한다고 보다는 眞理로 생각되는 것에 자기의 생활양식을 맞추어가려는 사람이라고도 할 수 있다.

원래 교육이나 상담은 모두 짧은 기간에 될 수 있는 한 많은 지식이나 경험을 조직적으로 주어 현실에 눈뜬 인간을 형성하려고 하는 社會的作用이지만, 아무리 밖에서 유익한 경험을 주입하려고 하

더라도 교육이나 치료를 받는 사람 그 자체가 이러한 경험을 받아들여서 스스로가 무엇인가를 배우려고 하는 태도가 없으면 어떠한 효과도 얻지 못한다. 이에 반해서, 언제나 밖에서 무엇인가를 배우려는 의욕이 있기만 하면, 어떤 계획적인 교육을 받지 않더라도 일상의 사소한 사항에서도 귀중한 敎訓을 배울 수 있다. 이런 점에서 현실을 보다 낮게 인식할 수 있는 사람은, 그 바탕에 진리를 사랑하는 정신이 매우 왕성한 사람이라고 지칭할 수도 있다. 인간의 恣意로써 움직일 수 없는 진실이 지니는 압도적인 迫力, 개인의 어떤 표현력으로서도 나타낼 수 없는 진실만이 가지는 높은 가치를 마음으로 부터 이해하고 이것을 존중하는 사람이야말로, 현실을 정확히 파악할 수 있는 사람이라고 말할 수 없다.

그런 의미에서, 현실에 대해서 정확한 인식을 하는 사람은 批判的 精神의 소유자라고도 부를 수 있다. 그는 주관적 결론과 객관적 결론간의 相違를 명확히 식별할 수 있는 능력을 갖추고 있다. Bacon(1561~1626)은 우리들이 인식을 틀리게 하는 것으로서 극장의 偶像(idola theatri)·시장의 偶像(idola fori)·동굴의 偶像(idola specus)·종족의 偶像(idola tribus)이란 네 가지 종류의 偶像을 열거했는데(上田吉一, 1993), 이와 같은 편견이나 선입견은 때로 합리성의 형태를 가장하면서 자칫 그릇된 결론으로 이끌어가기 쉽다. 따라서, 사람은 진실을 알려고 하면 언제나 회의적·비판적 사고를 거듭하면서 결론에 이르는 것이 바람직하다. 이런 점에서 현실에 대해 올바른 인식을 지닌 사람은 결론이 과학적 절차를 포함하고 있는 것처럼 보이더라도, 과연 그 결론이 事實과 동떨어져서 있는지 어떤지 끊임없이 이를 검토해가는 反省的 態度를 잃지 않는 사람이다. 그는 단순한 억측만으로써 결론을 내린다든가 反證을 무시한다든가 하는 일없이 모든 경험적 사실을 음미한 뒤에 결론을 내린다. 따라서, 그가 보다 한층 객관적 사실에 다가갈 수 있다는 것은 당연한 귀결이다.

(2) 자연에 대한 극복의욕과 존중

그는 자연을 극복하려는 의욕과 함께 자연을 존중하는 사람이기도 하다. 진리에 대한 탐구심을 버리지 않는 그는 또한 진실을 나타내는 自然을 무엇보다도 중요시한다. 그는 한편에서 자연이 지니는 법칙을 인간이 자연에 가하는 작용을 통해서 획득하려고도 하지만, 또 다른 한편에서 자연의 법칙을 겸허하게 전부 그대로 받아들임으로써 보다 깊은 인식에 도달하려고 한다. 그에게 있어서는 자연을 그대로 인정함으로써 이를 이해하려고 한다.

옛부터 東洋人의 心性은 자연과 대립하기 보다는 자연을 존중하고 자연 속에 융합하는 경향이 강하다고 전해져 왔다. 사실, 우리들 동양인은 자연 그 자체 속에서 眞·善·美를 찾아내고 자연 속에 스스로를 몰입시킴으로써 자연이 가지는 本質를 통찰하는 성질을 갖고 있다. 이는 분석적 인식을 중심으로 하는 西洋의 思考樣式과는 전혀 다른 접근방식이지만, 이것이 자연의 근본적인 존재양식을 깊게 느끼는 과정에서 보다 뛰어난 방법이란 것은 두말 할 필요도 없다. 건강하고 현

실에 대해서 명확한 인식을 지닌, 이른바 最良의 實存的 人間(well-being)에 있어서도 역시 서양의 합리주의와 함께 일면에선 이 동양인의 지혜를 체득하고 있다는 것이다. 이 점에 대한 Fromm이 말하는 “최량상태(well-being)란 理性이 충분히 발달되어 얻어지는 상태다. 여기에서의 이성은 단순한 지적 판단이란 뜻이 아니고 사실 그대로를 됨으로써 眞理를 파악한다는 뜻이다”(김성태, 1976, p. 82).

자연과 인간을 대립시켜 자연을 인간과 떨어진 하나의 대상으로 파악하는 한, 그 인식은 아무리 해도 피상적·일면적인 것으로 그치지 않을 수 없고, 또 그 관찰되는 것도 주관적인 왜곡을 면치 못할 것이다. 그리고 이와 같은 自然認識을 계속하는 한 인식과정은 많은 사실에 대한 분석과 통합, 엄밀한 과학적 조작(scientific operation)을 함으로써 될 수 있는 한 주관이나 선입견 등을 극복하지 않으면 정확한 진리에 도달할 수 없을 것이다. 더구나 이와 같은 방법을 취한다 해도 여전히 그 인식은 현실의 具體性을 충분히 파악할 수 있는 것이 아니다. 자연 속에 자기를 두고 주체적으로 자연과 함께 있을 때 비로소 인간은 자연의 本性을 포괄적으로 직관할 수가 있고, 더구나 그 인식에 오류가 개재할 여지를 남기지 않는다. 여기에서 주관적으로 파악한다는 것은 동시에 객관적인 자연을 파악한다는 것과 같다고 말할 수 있다. 이와 같이 현실을 바르게 인식하는 사람은 自然과의 一體化가 가능한 사람인 것이다.

(3) 神에 대한 숭배와 외경

건강한 사람에게서 때로 神에 대한 숭배와 외경심을 볼 수 있다. 인간을 일컬어 ‘생각하는 갈대’라고 하듯이, 인간은 원래 合理的 思考를 하는 동물이다. 합리적으로 생각함으로써 자연을 이해하여 정복하려고 한다. 그래서 만일 자연을 합리적으로 설명할 수만 있다고 하면, 인간은 자연을 완전히 자기의 지배하에 두고 만물을 통솔하는 最高存在가 될 수 있을 것이다.

그렇지만, 현실적으로 자연은 그와 같은 성질의 것이 아니라, 합리적으로 설명할 수 없는 非合理的 要素로 가득차 있다. 따라서 인간이 진실로 자연을 이해하려고 하면 먼저 자기의 힘의 약함을 인정하고, 또 이런 비합리적 사실에 통일적 의미를 줄 수 있는 全知全能한 存在를 두지 않을 수 없다.

여기에서 자연에 대한 이해와 존중은 결국 때로 神的 存在를 긍정하고 외경하는 단계에까지 발전하게 되는 것을 종종 볼 수 있다. 물론, 여기에서 말하는 神의 觀念은 자연의 절묘한 奇妙性과 인간의 능력부족에 대한 자각에서 일어나는 소극적인 귀결이며, 신적 존재에 대한 絶對的 確信이라고는 말할 수 없다. 허나, 인간이 밝은 눈으로 현실을 직시하면 직시할수록 세계가 얼마나 인간과 무관한 무한한 힘(力)에 의해서 운영되고 있는가를 이해할 수 있을 것이다. 또 인간이 과학에 신뢰를 두고 진리 탐구에 합리적 정신을 발휘하면 할수록 오히려 탁월한 초월적 精神의 叡智에 놀라지 않을 수 없을 것이다. 즉, 자연 속에서 볼 수 있는 調和의 妙, 人智를 초월한 宇宙의 運行, 公평무사한 因果應報

와 같은 것들은 그 어느 것 하나도 성실하게 진리를 추구하는 인간에게 감탄과 경이를 억제할 수 없게 하는 것들이라 할 수 있다.

(4) 인간에 대한 따뜻한 애정

건강한 성격은 인간에 대해서 온화한 애정을 가진 사람이기도 하다. 현실의 올바른 인식은 人間性이라는 現實에 대해서도 그 예외는 아니다. 그는 인간이 지니는 장점이나 단점 모두를 꿰뚫어볼 수 있는 통찰력을 갖추고 있다. 인간이 운명적으로 짊어지고 있는 자량과 고뇌, 動物이 안된 고로 지니는 고상성, 神이 안된 고로 지니는 약점, 物體가 안된 고로 지니는 생명의 존엄성, 靈이 아닌 고로 지니는 육욕을 빼어 사무치기에 이르기까지 자각하고 체험한다. 이와 같은 인간 일반의 본질적인 존재 양식에 대한 마음으로부터의 이해가, 그로 하여금 만인에 대한 친근감과 사랑을 불러일으킨다는 것은 극히 당연하다는 생각마저 든다. 여기에서는 공통의 운명을 진 사람들 사이에서 공명과 서로간의 위로를 주고 받는 것을 볼 수 있다. 자기의 욕망이나 주장을 현실로서 인정함과 동시에, 타인의 욕구나 행동도 애정을 갖고 받아들인다. 비판하고 평가할 수 있는 자신의 기준을 가지면서도 이것을 나타냄이 없이 타인을 그의 기준으로 바라보며 그 기준을 소중히 여긴다.

이러한 태도는 곧 Rogers의 공감적 이해(empathic understanding)로서, 자극-반응에 따라 상대방을 평가하는 다시 말하면 외적 참조축(external frame of reference)에 근거해서 상대방을 이해하려는 대신에, 상대방이 주관적으로 경험하는 내적 세계에 따른, 즉 내적 참조축(internal frame of reference)에 근거해서 상대방을 이해하는 것이다(노안영, 1998). 그는 이런 공감능력이 발달한 결과로 인해 타인의 행동에 대해 관용을 베풀어 그들의 행동을 비판하거나 비난하지 않게 된다.

이런 점에서, 남의 감정을 읽을 줄 아는 공감능력(EQ의 한 요인)의 발달은 남을 아끼고 사랑하는 利他心 또는 慈悲心의 발달과 밀접한 관련성이 있다(장현갑 · 강성군 편, 1996). Allport에 의한 타인에 대한 따뜻한 관계나 Adler에 의한 강한 사회적 관심(social interest), Fromm에 의한 생산적인 지향(productive orientation), Maslow의 깊은 대인관계는 표현을 달리하지만 이 모두가 강한 인간적인 유대감이 성숙한 성격의 한 주요 요인임을 입증해 주고 있다(김시엽 역, 1994).

이렇게 보면, 인간에게 있어서 사람을 사랑하고 있을 때야말로 상대방의 성격이 가지는 현실을 가장 잘 생생하게 파악하고 있을 때라고 말해도 과언이 아닐 것이다. 물론, 이러한 논지에 대해 애정은 盲目이란 말이 있듯이, 애정은 오히려 인식을 왜곡시키는 것은 아닌가 하는 反論이 나올지도 모른다. 그러나 참된 애정은 Maslow(1962)도 말한 것처럼 결코 욕구충동에 지배되는 것이 아니라, 대상에 매혹되어 끊임없이 관심을 나타내고 그 심정에 共感을 지니는 것을 의미한다. 사랑하는 사람은 서로 타인들끼리이면 볼 수 없는 可能性을 볼 수 있다고 말할 수 있다.

이와 관련하여 Fromm(1957)도 인간존재에 있어서의 사랑(愛)의 역할에 언급하여 “사랑은 자기의 統合性과 個別性을 지닌 상태에서의 合一이다. … 사랑은 그로 하여금 고립과 분리의 감각을 극복하게 하지만, 더구나 그로 하여금 그 자신이게 하며 자기통합을 유지하게 한다. 사랑에 있어서는 두 사람은 하나가 되고, 더구나 두 사람으로 머문다는 모순된 것이 일어난다”(pp. 20~21)고 말하고 있는데, 여기에서도 우리들은 건강한 인간의 사랑에 있어서 兩極性(통합성과 개별성)은 통일될 수 있다는 것을 이해할 수 있다. Frankl도 사랑을 섹스의 이차적 현상으로 보지 않고 다양한 특성을 지닌 自己超越의 한 형태로 보았다. 사랑은 다른 사람의 성격의 내면을 이해하는 것이다. 성적 충동은 만족되었을 때 재빨리 사라지지만, 사랑은 다른 사람의 영혼이 독특하고 대체할 수 없다는 점에서 恒久性을 가진다. 사랑은 자기의 모든 유일성과 독자성 안에서 타인의 경험을 체험하는 것이다. 자아가 타아 속에서 고스란히 받아들여지며, 서로 사랑하는 사람에겐 없어서는 안될 바꿀 수 없는 성격으로 되어야 한다(성진기, 1980).

지금까지는 현실에 대해서 올바른 인식을 지닌 사람은 어떠한 인지적 조건을 갖추고 있는가에 대해서 고찰했지만, 다음에는 이러한 사람은 또 어떠한 정서적 상황하에 있는가, 즉 정서적 조건을 지니고 있는가를 생각해 보기로 한다.

2) 정서적 조건

다음, 두가지 정서적 조건을 설명하면 다음과 같다.

(1) 정서적 안정감

현실을 바르게 인식하는 사람은 정서적인 안정감을 볼 수 있다. 개인이 지나친 열등감이나 우월감에 사로잡힌다든가, 불안과 적의 및 걱정과 같은 강한 정서에 지배될 때에는 현실을 왜곡한 형태로 인지하기 쉽다. 열등감은 타인에 대해서 필요 이상으로 자기를 낮게 관찰하고, 우월감은 自信過剩의 행위를 가져온다. 또 성격 내에 불안이나 적의가 있을 때에는 편견이나 착오가 개인의 지각을 지배한다. ‘엷은 아이 삼년 찾는다’는 속담이 있는데, 성급하면 엷고 있는 아이도 못본다는 뜻으로, 현실인식이 감정에 지배되는 면을 잘 나타내고 있다.

이에 반해서, 개인이 언제나 만족한 존재로서 정서적으로 안정하여, 이른바 自己受容이 이루어져 있을 때에는 자기의 정서나 욕구를 외부에 투사하는 일이 없고, 주관과는 분리된 형태로 외계를 보기 때문에 현실 그것이 어떠한 상태로 있더라도 있는 그대로 인정할 수가 있다. 그는 자기수용과 함께 他人受容도 할 수 있다. 따라서 타인의 장점이나 단점 모두를 바르게 인정하며, 더구나 장점에 대해서는 그에 합당한 존경을 표시하고, 단점에 대해서는 관용적인 태도로 접근해 갈 수 있다. 그에게는 또 정신적으로 解放感이 지배하고 있어 자연스러운 모습으로 정서를 표현하여, 감정 억제에 따른 인

지적 왜곡에 빠지는 일이 적다.

그리고 또, 정서적으로 안정성을 지닌 사람은 성격의 柔軟性이 매우 풍부하여 하나의 사함에 구애된다든가, 고집한다든가 하는 일이 없다. 따라서 외적인 현실을 고정관념에서가 아니라 전혀 斬新한 눈(目)으로 조망할 수가 있다. 즉, 자기를 외적 현실에 의거한 형태로 두되, 무엇에 사로잡히지 않는 입장에서 외계를 보는 마음의 餘裕를 가진다.

(2) 강한 자기통제

그는 강하게 자기통제를 할 수 있는 사람이다. 현실에 대해서 올바른 인식을 하기 위해서는 인지적 기능이 과도한 정서나 욕구충동의 간섭을 배제할 수 있지 않으면 안된다. 즉, 정서나 욕구충동을 통제할 수 있어야 한다.

그런 사람에게 있어서는 성격내의 認知的 機能과 情意的 機能간에 分化가 잘 이루어져서, 인지적 기능이 정의적 기능에 의해 인지작용을 촉진하게 된다고 할지라도 직접 인지적 내용에 영향을 미치는 일은 없다.

여기에서 특히 강조하고 싶은 것은, 自己統制(self-control)가 知的 機能이 정서나 욕망이라는 皮質下의 본능적 기능에 대한 우위를 의미하지는 않는다는 점이다.

사실, 일상의 현실인식에 있어서는 知的 機能이 중심적 역할을 한다는 것은 부정할 수 없다. 欲求나 情緒가 어디까지나 개인의 생존을 제일차적인 것이라고 생각하는 성격기능인데 대해서, 知性은 개인의 生存의 場을 현실적으로 파악하는 작용을 하기 때문에, 이것은 당연한 것이라고 말할 수 있다. 다만, 현실을 바르게 이해하는 것이 지적 기능만이라고 생각하는 데에는 異論이 제기된다는 것이다.

정의적 특성으로 직관적으로 파악하는 현실이, 지적 기능으로 파악되는 것 이상으로 훨씬 쉽게 목적을 달성할 수 있다는 것도 고려할 필요가 있을 것이다. 특히, 현실의 비합리적 측면을 파악할 때에는 정의적 특성의 역할이 보다 중요시 된다. 따라서 올바른 현실인식을 가능케 하는 사람은 정서와 욕구 그리고 지성이 모두 충분한 발달을 이루면서 서로 분화하고, 더구나 조화적으로 작용하는 건강한 人間이라고 할 수 있다.

즉, 그는 단지 지성 일변으로 정서적 온화성을 잃은 분열증적 인간이 아니라, 知·情·意의 3 요소가 조화적 관계에 있는 全人的 人間이며, Berne이 보는 '느끼는 나(felt concept of life)'와 '생각하는 나(thought concept of life)' 및 '가르침을 받은 나(taught concept of life)'를 자유롭게 방출하는 사람(이형득 외, 1987; 우재현, 1992)이기도 하다. Minkowski도 '현실과의 산 접촉'을 현실을 생생하게 육신으로 느낀다는 의미로 보면, 냉엄한 현실주의와는 구별하고 있다(上田吉一, 1993).

2. 건강한 성격특성

우리는 앞에서 정확한 현실인식을 한다는 것이 현실과의 올바른 적응을 가능케 한다는 생각에서, 현실인식을 비틀어지게 하는 제요인을 고찰했다. 또, 이러한 제요인의 분석에서 역으로 올바른 현실인식을 지닌 성격은 어떠한 조건을 먼저 갖추어야 할 것인가에 대해서도 論究했다.

여기에서는 오랫동안 현실과의 생생한 접촉을 잃은 인간이 나타내는 증상, 즉 외계에 대한 관심 상실, 현실사태에 적응하는 적응능력의 결여, 능동적 의지 감퇴, 그리고 강박관념과 강박행동에 의한 성격지배 등에 대한 고찰(上田吉一, 1993)과는 반대로, 건강하고 또 생생한 현실과의 접촉을 지닌 성격특성에 대해서 논해 보려고 한다.

현실접촉을 하는 건강한 성격특성을 크게 성격구조의 분화와 유연성으로 나누어 고찰하기로 한다.

1) 성격구조의 分化

현실은 결코 일면적인 것이 아니며, 그것은 매우 복잡한 성질을 갖고 있다. 서로 모순되고 갈등하고 흥미한 사태가 애매하고 多義的이어서 이해할 수 없는 복잡한 경험을 개인에게 준다. 또, 현실은 공간 속에 정지하는 固定的 特質에 그치지 않고, 살아서 약동하는 생명의 끊임없는 활동으로 가득차 있다. 따라서 이런 현실에 즉시 대응하고 적응하며 긴밀한 접촉을 계속해 가려고 하는 성격은, 자연히 성격내에 異質性과 多樣性을 포함하지 않으면 안된다. 단순하고 미성숙한 성격은 이런 현실에 계속 견디어 살수는 없을 것이다. 이러한 현실이 가지는 多面性과 複合性에 따른 이해력이나 판단력 및 유연한 적응력을 필요로 한다. 여기에서 성격을 구조론적으로 말하면 사물을 잘 事理分別하는 소위 分化가 잘 이루어진 성격이 요구된다.

일반적으로 발달의 한 특징인 分化(differentiation)란 전체적인 것이 부분적인 것으로 점차 나누어져서 그 나누어진 각 부분이 독자적인 기능을 갖게 된 것을 의미한다.

Lewin도 성격발달에 있어서 주요개념의 하나인 分化作用을 전체에서 많은 수의 부분이 늘어나는 것으로 보고(임적재 외, 1962) 과거·현재·미래 등으로 시간 차원이 분화되고, 현실·비현실 차원도 분화되며, 또 眞僞를 가릴 수 있게 되고, 가능성의 정도에 대한 차이도 알 수 있게 된다는 것이다. 桂 廣介(1969)도 정서적으로 성숙된 성격은 내적 구조가 분화되어 부분적인 반응, 즉 행동과 사고 등에서 동시에 여러 가지 방향으로 활동이 행해질 수 있기 때문에 정밀하고, 복잡하고, 미묘한 정서적 반응을 취할 수 있다는 것이다.

행동주의에서 불건강한 성격은 상황(대상)에 대해 식별을 잘 할 수 없는 성격으로서, 상황이 변하더라도 주체는 변하지 않는 사람이다(변별능력 부족). 즉, 問題人이란 대상이나 상황에 따라서 반응하는 방법을 加減하지 못하는 부적절한 刺戟統制者인 것이다(고명규, 1991).

이런 점에서 자극변별의 의미를 지닌 分化의 개념은 인간의 건강성과 성숙성을 표시하는 중요개념

으로 받아들여지고 있다. 따라서 여기서 말하는 현실접촉을 하는 건강한 성격특성의 하나인 사물을 잘 사리분별하여 반응하는 성격은 구체적으로 첫째 사실에 대한 개별적인 이해, 둘째 현실의 비합리성 이해, 셋째 실천적인 생활태도를 보인다(上田吉一, 1993).

(1) 사실에 대한 개별적 이해

현실접촉하는 인간은 사실을 구체적·개별적으로 이해한다. 인간의 지적 특질은, 개별적·구체적 경험을 분류하고 도식화하여 추상화할 수 있는 점에 있다. Goldstein(1947)도 기술한 것처럼 뇌손상 환자에게 있어서는 구체적 사실을 인지하더라도 이것을 추상화하여 생각할 수가 없다. 미발달한 幼 兒도 역시 구체적 경험이 없으면 추상적 개념을 이해할 수 없다. 건강하고 성숙을 이룬 인간의 특징은 구체적인 경험을 통일하고 정리해서 추상적 개념을 구성할 수 있는 점에 있다. Piaget에 의한 인간의 네 가지 인지발달단계, 즉 감각-운동적 단계·전조작적 단계·구체적 조작단계·형식적 조작 단계는 한편에선 구체적 경험에서 추상적 경험으로 인간의 인지발달의 경로를 나타내고 있지만, 다른 한편으로 고등한 개념도 구체적인 조작의 기회를 통해서 학습할 수 있다는 시사점을 던지고 있다(김학수, 1976).

언어적 상징화나 數式의 이해나 혹은 철학이나 세계관의 발달도 모두 이 추상화의 덕택이라고 말할 수 있다. 그렇지만, 이와 같은 抽象化는 또한 개개의 구체적 사실을 개괄하여 일정한 카테고리 속에 적용시켜 상징으로서 대표된 것이기 때문에, 아무리해도 생생한 현실에서 유리될 위험성을 지니고 있다. 만일 그 추상이 구체적 사실로 뒷받침해 주지 못하면 그것은 현실과의 접촉을 잃게 된다. 사실, 현실과의 접촉을 잃은 성격에 있어서는 이따금 구체성을 빠뜨린 추상적·관념적인 사고방식에만 사로잡혀 대상의 독자적인 성질을 보지 못한다.

이에 반해서, 진실로 건강하고 현실과 생생한 관계를 유지하려고 하는 사람에게 있어서는 Maslow(1962)도 말하고 있는 것처럼 “구체성을 잃지 않고 추상하는 능력과 추상성을 잃지 않고 구체적인 능력이 동시에 발견된다”(pp. 83~84).

그런데 구체적·개별적으로 인식한다는 것은 대상을 단지 지적·개념적으로 파악할 뿐만 아니라, 정서적·본능적으로도 파악한다는 의미를 갖고 있다. 즉, 인간을 이해할 경우에도 그를 지적으로 이해할 뿐만 아니라, 인간과 인간과의 전 성격적으로 접촉하는 가운데에서 그의 감정이나 사상을 감지하는 것을 말한다. 한 폭의 그림을 감상할 경우에도 이것을 예술론적으로 고찰할 뿐만 아니라, 그림의 독자적인 아름다움을 참신한 눈으로 즐기는 것을 말한다. 이와 같은 데에서만 약동하는 인간의 생명이, 혹은 생생한 그림의 본질이 우리들의 全身에 전달되어 깊은 감동과 공명을 불러일으킬 것이다.

이러한 의미에서, 현실과 접촉을 하는 사람은 개성적인 것을 그 개성적인 모습 그대로 이해할 수가 있다. 우리들이 이것을 언어로 기술할 경우에는 아무리 그것이 구체적으로 기술된다고 하더라도 이

미 그 의미를 일정한 언어체계의 틀 내에서 표현한다는 制約이 가해지고 있고, 一般化가 되고 있다. 하물며 이것을 수식으로나 기하학적 도식으로 나타낸다고 하면, 다양한 측면을 지닌 대상의 단지 약간의 면만을 보고 다른 많은 측면을 보지 못한다. 사실, 대상과 대상과의 관계나 기본적 성질에 대한 설명은 圖式이나 수식이 보다 잘 표현될 지는 모르지만, 대상 그 자체의 본질은 이와 같은 상징으로서는 파악할 수가 없다.

이와 관련하여, Maslow(1966)도 지식을 경험적 지식(experiential knowledge)과 관찰자적 지식(spectator knowledge)으로 구분하여 後者は 경험되어지는 것과 경험하는 사람간에 상당한 거리가 있지만, 前者는 경험되어지는 것과 경험하는 사람간의 직접적인 교류에서 얻어지는 지식으로서, 이는 前言語的이고, 기초적이고, 구체적이고, 직관적이고, 심미적인 요소를 지니고 있기 때문에 그 전체의 경험을 언어로 기술하는 것은 부적절하다는 것이다. 우리들은 '저 사람은 木石같은 사람'이라는 소문이, 그와의 직접적인 접촉을 통해서 오히려 인간미가 있는 사람으로 재인식되어 잘못 전해지고 있음을 종종 본다.

이와 같이 현실과 접촉을 하는 인간에게 있어서는 대상 그 자체의 본질은 이러한 언어에 의한 이해 이외에 언어로도 표현할 수 없는, 우리들이 스스로 체험해서 이해할 수 있는 것을 모조리 그대로 통찰할 가능성이 있다.

그는 애정(affection)에 대해서도 人類愛에 앞서, 먼저 눈앞의 한 인간으로서의 아동에 대해서 애정을 표시할 것이다. 또는 자기의 主義(ism)에 적합한 교육방침을 관철하려고 주변과의 투쟁을 반복하기 보다는 먼저 개개의 학생에게 자기의 견해에 따른 교육을 실천할 것이다. 그에게 중요한 것은 具體的인 現實이며, 추상적 이론은 이러한 구체적 사실을 축적한 후에 비로소 다루게 된다.

(2) 현실의 비합리성 이해

그는 현실이 지닌 非合理性을 있는 그대로 인정한다. 고찰한 것처럼 현실은 결코 논리적 체계로써 딱 잘라 말할 수 있는 성질의 것이 아니다. 논리정연한 이론으로 다루기에는 너무나 복잡하고 곡절이 많은 존재다. 특히 인간을 대상으로 할 경우, 삶의 非合理的 因子는 도처에서 우리들의 논리체계에서 벗어나 존재하여 인간성으로 하여금 복잡기괴한 존재로 만들고 있다. 따라서 현실에 적응하기 위해서는 이러한 비합리성을 있는 그대로 인정하지 않으면 안되며 현실이 가지는 비합리적 요소에 眼(眼)을 감아서는 안된다고 Minkowski도 다음과 같이 적고 있다.

“우리들의 삶에는 논리적인 사유를 갖고서는 결코 이해할 수 없는 중요한 일면이 있다. 의식이 본질적으로 직접 주어진 여건은 이러한 것이며, 그것은 비합리적인 것이지만, 정확한 정신을 위하여 이것을 희생으로 하지 않으면 안된다는 이유는 어디에도 존재하지 않는다. 오히려 우리들은 이것을 빠르게 파악하는 일에 노력하지

않으면 안된다”(上田吉一, 1993, p. 112).

사실, 현실과 접촉을 할 수 있는 사람은 이러한 비합리성을 두려워하지 않을 뿐만 아니라, 당연히 존재하는 것으로 인정하여 이것을 받아들여려고 한다. 그는 二分法이나 兩極性 및 갈등 같은 것도 우주의 보편적 원리에서 바라보면, 조화와 필연성을 가진 통일과정으로 이해할 수 있다고 확신한다. 즉, 그는 세계를 수용한다(上田吉一, 1994). 그래서 자기의 논리가 관철되지 않는 것을 한탄하기 보다도 人間理性的의 빈곤을 개선할 것을 절실히 느낀다. 그에게 있어서는 사실에 앞서 자기의 논리를 두는 것이 아니라, 구체적 현실로서 이 비합리적 인자를 인정한 뒤에 이것도 포함한 새로운 논리를 수립하려고 할 것이다. 어쨌든, 현실과의 연계를 잃지 않는 인간은 절대적으로 이념을 고수해서 현실에서 유리되는 것과 같은 일이 없으며, 무엇보다도 구체적 현실이 가지는 特異性을 존중한다.

이는 또한, 그가 병적인 完全主義에 빠지지 않는다는 것도 의미한다. 강박관념이나 강박행위를 하는 신경증자는 합리성의 극단적인 강조와 함께, 무슨 일이든지 간에 엄밀한 완전성을 추구한다. 물론, 비합리적인 것보다는 합리적인 것이 이해하기가 쉽고 또 매력적인 것이며, 불완전한 것보다는 완전한 것이 바람직한 것은 두말할 필요도 없지만, 완전성을 어디까지나 추구하면 '완전이나 아니면 불완전이나' 라는 양분논리적 사고(all or nothing thinking : 悉無的의 思考)에 빠지는 결과가 된다.

그렇지만, 현실과 산 접촉을 하는 인간은 이와 같은 사고방식으로 달리지 않는다. 그도 역시 완전한 것을 理想으로 하지만, 기기에 도달할 수 없을 때에는 불완전한 상태에서 만족해 한다. 여하튼, 그의 인식이나 행동은 절대적인 것을 고집하려고 하지 않는다. 예컨대, 異常者는 9시의 약속시간을 1분이나 늦거나 빨라도 약속을 전혀 무시했다고 생각한다. 1~2분의 늦음과 1~2시간의 지각 및 전적으로 약속을 무시한 것 사이에서 볼 수 있는 단계적인 차이를 깨닫지 못한다. 그런데, 현실과 산 접촉을 하는 인간은 이런 사이의 연속적인 변화를 충분히 변별한다.

(3) 실천적인 생활태도

그의 생활태도가 능동적·실천적이다. 현실과 접촉한다는 것은 단지 현실을 관조한다는 것만이 아니라, 현실에 몰입하여 이를 이해함과 동시에 이에 작용한다는 것을 뜻한다. 즉, 현실에 대한 태도가 적극적이고 능동적이라는 것이다.

그래서 현실과 접촉하는 사람은 결코 정적·고정적인 이념을 思辨할 뿐만 아니라, 구체적인 목표를 세워서 무엇인가를 실제로 실행하려고 시도한다. 그는 매우 실천적 의욕이 왕성하다. 원래 현실과 접촉한다는 것은 현실에 順應할 뿐만 아니라, 현실과 對決하는 면을 갖고 있다. 그런데 이와 같은 현실에 대한 대결(attack)은 개인이 강력한 생명력을 소유함으로써 가능해진다. 분열병자와 같은 異常者에게서 볼 수 있는 현저한 특징은 지적 기능에 비교해서 의지력의 약함에 있지만, 현실접촉을 유지하는 건강한 인간은 생생한 活力을 내부에 저장하여 이것을 실천활동을 하는데 투입한다. 이처럼 주

체적 행위로써 외계에 작용하는 실천과정을 통해서, 그는 다음과 같은 특성을 익혀간다.

먼저 첫째로, 실천의 결과가 실효를 가져와야 한다는 인식이다. 즉, 실제로 외계에 작용하여 목표로 하는 성과를 올려야만 한다는 사고를 받아들인다. 그는 이와 같은 인식에서 어떤 계획에 있어서도 실제적 효과를 중시하여 약간이라도 그 성과가 기대되는 구체적 목표나 방법을 중요시한다.

둘째로, 그는 매우 상식적인 태도를 계속 지닌다. 현실주의자로서 그의 행동을 지배하는 것은 中庸의 德이며, 다양한 가능성 속에서 가장 많은 사람들이 適正하다고 생각하는 良識的인 態度를 견지한다. 그렇다는 것은 그에게는 실천이 이와 같은 많은 사람들이 타당하다고 생각하는 행동양식을 옮김으로써만 효과가 있다고 믿고 있기 때문이다.

이를 요약하면, 그가 實踐力을 구비하고 있다는 것은 그가 한편에선 본능적인 에너지로 가득차 있다는 것도 되지만, 다른 한편으론 올바른 현실인식과 그에 따른 요청에 즉응한 형태로 그 에너지를 자유롭게 활용할 수 있는 강력한 自己統制力을 소유한 결과이기도 하다.

2) 성격구조의 柔軟性

현실은 개인의 의지를 초월한 냉철한 운명적 여건을 가지고 우리들에게 다가온다. 때로 개개의 인간은 이에 작용하여 現狀에 변화를 시도하는데, 그러기 위해서도 현실상황을 잘 알고 거기에 작용하는 법칙에 따라서 그 작용을 결정하지 않으면 안된다. 어쨌든, 언제나 현실접촉을 유지하기 위해서는 개인은 현실의 변화에 따른 유연한 자세를 취하지 않으면 안된다. 사실, 현실접촉을 하는 건강한 인간은 민감하게 현실의 변화를 감지하여 이에 자기의 성격을 적응시킬 수 있는 인간이다. 그 성격은 매우 유연하고 유동성이 풍부한 성질을 가진다고 말하지 않을 수 없다. 일정한 고정적인 관념이나 태도에 고집하고 있는 한, 그 어느 것도 현실에서의 遊離는 피할 수 없게 된다. 그렇다고 이것은 時流에 따라 우지자지하는 根無草와 같은 존재를 주장하는 것이 아니며, 오히려 逆으로 일관된 자기를 가지면서 振幅이 큰 變化를 할 수 있는 성질을 지닌 인간을 말한다. 따라서 여기서 성격구조의 柔軟性이란 자기의 동일성을 유지하면서 현실에 다양한 적응양식을 생성해 낼 수 있는 성격의 融通性(flexibility)이라 할 수 있다. 이러한 융통성도 分化 못지 않게 현실의 문제사태에 질적으로 서로 다른 해결방안을 많이 만들어내는 사고의 유연성으로서, 인간에게 중요한 심리적 특성의 하나인 創意力의 한 요인이다(이옥형 외, 1993).

이처럼 현실과의 산 접촉을 하는 인간은 유연한 성격구조를 갖는다고 여길 때 어떠한 특성을 볼 수 있을까. 그것은 첫째 목표와 능력간의 긴밀한 관계, 둘째 활동과 휴식간의 리듬 교체, 셋째 예민한 시간 감각으로 현재에 살기 등으로 나타난다(上田吉一, 1993). 이들에 대해 개별적으로 고찰하면 다음과 같다.

(1) 목표와 능력간의 긴밀한 관계

이는 현실접촉을 하는 사람은 자기의 목표와 능력간, 자기의 목표와 수단간에 긴밀한 관계가 있다는 것이다. 현실에서 유리된 정신병자는 자기의 능력을 전혀 무시한 원대한 목표를 세운다. 그는 자기의 능력에 대해서 객관적인 평가를 할 수가 없을 뿐만 아니라, 목표와 능력과의 관계에 대해서도 명확한 인식을 가질 수가 없다. 더구나, 그가 설정한 목표는 자기가 설정한 논리에서 출발하여 자기의 논리를 완고하게 고집하는 한, 그 목표도 역시 현실상황과는 무관하게 고정된다.

이러한 현상은 마치 이상과 현실사이의 간격(gap)을 메우는데 있어서 지적·합리적 태도보다 오히려 감정적·정서적 태도를 취하기 쉽고, 또 이런 태도로 한번 설정된 욕구수준을 완고하게 고집하는 미숙한 청소년들의 모습과도 흡사하다(坂田 一 외, 1973). 그래서 청소년들은 자신의 능력 이상으로 높이 설정된 욕구수준으로 인해 그들 스스로 저해의 원인을 만들어 내는 경우가 비일비재하다. 예컨대, 이 시기에 흔히 볼 수 있는 극단적인 타산적 현실주의와 허무주의 같은 것은 원래는 강렬한 이상추구를 하다가 실패한 나머지 반대 방향으로 형성(reversal formation)된 것이다.

이에 반해서, 건강하고 생생한 현실접촉을 하는 인간은 목표를 자기의 고정된 관념에서가 아니라, 현실상황을 정확히 인식한 후에 세우려고 한다. 즉, 목표는 한편에선 외계가 지닌 현실과 대응하게 하면서 다른 한편에선 자기의 현실능력을 자각하면서 세워진다. 따라서 그런 목표는 자기의 능력이 충분히 반영되어 능력에 적합한 형태를 취한다. 더구나 여기에서 주목해야 할 것은 개인이 목표에 접근하면 할수록 시시각각으로 자기의 능력이 재평가되어, 이것이 목표설정에 반영되어 간다는 사실이다. 이럴 경우, 목표와 능력과는 가능한 한 긴밀한 연계와 접근이 도모된다는 것이다.

이와 같은 목표와 능력과의 밀접한 관계는, 목표와 수단간의 관계에 대해서도 예외일 수는 없다. 목표는 원래 理想이며, 그것은 도달할 수 없을지라도 우리들이 노력해야 할 방향을 지시한다. 그러는 한, 高遠한 目標은 놓쳐지는 일이 없다. 현존하는 고차적인 목표에 대해서 현실과 접촉을 하는 그는, 이를 구체적인 목표형태로 전개한다. 즉, 궁극목표와 동시에 가능한 많은 수단목표를 설정한다. 그리고 그 수단목표에 관해서는 현실에서 가능한 수단에 따라서 적의 취사선택하는 행동이 진행된다. 새로운 수단의 발견은 새로운 목표를 설정하게 하며, 새로운 장애의 출현은 목표를 변경하게 하거나 요구수준을 낮게 조정하게 한다. 그에게 있어서는 목표가 수단을 규정하는 것과 마찬가지로 수단도 역시 목표를 설정하는 요인이 된다.

이와 같이 현실과 산 접촉을 하는 인간의 행동은 매우 유연성이 풍부한 사람이라고 말할 수 있다.

(2) 활동과 휴식간의 리듬 교체

그의 생활은 활동과 휴식사이에 리듬이 교체된다. 인간은 원래 생활리듬을 갖고 있다. 生理學的으

로도 심장고동, 맥박에서의 호흡, 소화작용, 하루를 단위로 한 수면과 각성의 교체, 여성의 달(月)을 단위로 한 생리적 변화 등, 이 모두가 일정한 리듬을 타고 생활활동이 반복되고 있다. 精神活動에 있어서도 마찬가지이다. 생활활동이 왕성하고 행동을 위한 의욕이 성격 전체에 넘쳐흐를 때와 활동이 중지하고 새로운 힘을 저장할 때와의 週期的 交替가 있음을 볼 수 있다.

이와 같은 성격활동의 週期性은 특히, 현실과 산 접촉을 하는 성격에 있어서는 뚜렷하게 볼 수 있다. 생명의 약동은 외계에 대해서 적극적인 작용을 불러일으키며, 생명의 휴식은 침정과 안식의 상태를 가져온다. 前者는 흥분과 심신의 기능양진으로써 외계에 대해서 적극적인 태도를 취하게 하며, 後者는 이 흥분의 뒤를 이은 이완과 심신기능의 전반적 저하로써 다음 약진을 위해 대비하게 한다.

이런 생활의 리듬은 우리가 흔히 듣는 '놀 때 놀고 공부할 때 공부하라'는 말 속에서도 엿볼 수 있다. 이 말에는 절도있는 생활의 일면을 말하고도 있지만, 또 한편으론 일하는 것(作業)과 노는 것(休息)과의 적당한 조화와 균형을 강조하는 말이라 할 수 있다(桂 廣介, 1969). 인간이란 너무나 한 가지 일에만 치우쳐 있으면 오래 계속할 수 없기 때문에 그 때 생긴 피로와 긴장을 풀 수 있는 적당한 휴식과 오락이 필요하다. 따라서 작업과 휴식과의 관계는 한쪽으로 치중되어 있는 관계가 아니라, 균형있게 조절되어 있는 관계라야만 한다.

이러한 삶의 리듬은 Berne의 성격구조론과 Perls의 계슈탈트 치료이론에 의해서도 설명할 수 있다. 즉, Berne에 의하면 세 가지 자아상태(P-A-C)를 지닌 개인이 상황의 요구와 그의 욕구에 따라 자유롭게 한 자아상태를 방출하기 위해서는, 세 자아상태간의 경계선이 정신적 에너지를 교류할 수 있는 透過性(permeability)의 膜을 지닌 건강한 성격구조여야 함을 강조한다(이형득 외, 1987; 우재현, 1992).

Perls에 의한 개체의 삶은 '알아차림-접촉주기', 즉 알아차림과 접촉을 통한 전경과 배경의 끊임없는 교체에 의한 '계슈탈트 형성과 해소의 반복 순환'으로 본다(김정규, 1995). 여기서 알아차림(awareness)은 계슈탈트 형성과 관계하며, 접촉(contact)은 계슈탈트의 해소와 관계한다. 즉, 前者는 개체 누구에게나 자연적으로 갖추어져 있는 능력으로서 자신의 유기체 욕구나 감정을 지각하여 계슈탈트를 형성하여 전경으로 떠올리는 행위 또는 그런 능력을 말하며, 後者는 전경으로 떠오른 계슈탈트를 해소하기 위해 환경과 상호작용하는 행위를 뜻한다. 들에서 일하는 한 농부가 갈증이나 허기를 알아차렸기 때문에 이를 계슈탈트로 형성하여 물을 마시고 참을 먹음으로써 자신의 계슈탈트를 해소하는 것을 한 예로 들 수 있다. 이 때 갈증이나 허기를 알아차리고 이를 계슈탈트로 형성한 것은 알아차림이고, 물을 마시고 참을 먹는 행위가 바로 접촉이다.

건강한 개체는 접촉이 끝나면 자연스럽게 만족해서 뒤로 물러나 쉬게 되며, 그리고 다시 새로운 '알아차림-접촉주기'의 리듬이 시작된다. 건강하게 기능하는 유기체는 일과 휴식뿐만 아니라 긴장과 이완, 깨어있음과 잠들, 기쁨과 슬픔, 타인에게 다가감과 물러나 혼자 있음, 수용과 배척 등과 같은 리듬 속에서 산다. 이렇게 건강한 유기체가 환경과의 접촉을 통하여 '알아차림-접촉주기'를 자연

스럽게 반복하면서 성장해 간다는 것은, 건강한 인간이 현실 속에서 생활리듬이 교체하는 역동적인 변화를 보다 구체적으로 잘 나타내고 있다고 말할 수 있다.

Minkowski도 현실과의 접촉을 완전히 자아를 상실한 현실에의 무조건적인 순응이 아니라 언제나 세계와의 대립과 충돌을 안고 있는 緊張의 場 속에서 찾아내면서, 그것이 휴식이 없는 단조로움으로 시종하는 분열병자의 생활태도와 근본적인 차이가 있다는 것을 다음과 같이 적고 있다.

“다시 또 작품이 완성되면 이완이 온다. 외계와의 분열이 사라져서 다시 외계와 동화 융합하여 그 속에서 새로운 힘을 퍼내려고 한다. 휴식이라고 해서 활동이 없는 상태나 일의 중단이 아니라, 오히려 내용 풍부한 휴식이 된다. 뒤 이어 성격적 활동이 다시 시작하여 현실이라는 샘(泉)에서 퍼낸 재요소를 자기의 마음 속에 받아들여 극적인 힘으로 현실에서 초월하여 작품을 만든다. 이 새로운 작품으로 다시 또 현실과 융합하려고 한다. 이와 같이 성격적 활동의 주가성은 우리들의 정신적 생활이 존속하는 한 한없이 반복된다”(上田吉一, 1993, p. 117)라고.

이런 관점에서, 현실과 접촉을 유지하는 건강한 인간에게 있어서는 언제나 창조활동과 깊은 휴식을 취하면서 主客合一의 生命의 充實을 기하고 있다고 말할 수 있다.

(3) 예민한 시간감각으로 현재에 살기

그는 예민한 시간감각을 갖고 현재에 사는 특성이 있다. 현실과 접촉을 끊은 정신병자는 정적인 공간적 사고에만 사로잡히고, 운동과 계속의 개념을 잃고 있다. 그의 사고양식에 있어서는 시간적 요소를 잃은, 소위 병적 幾何學主義에 빠지고 있다. Dequincey(1822)가 「아편사용자의 고백」속에서 “시간으로서 나는 하룻밤 사이에 70년 혹은 100년 동안이나 생활한 것과 같은 마음이 든다. 아니, 시간으로서는 하룻밤 사이에 1000년이나 경과한 것처럼 느끼고, 혹은 그만큼이 아니더라도 인간경험의 한도를 훨씬 초월한 장시간이 지나간 것처럼 느껴졌다”(p. 234)라고 고백하고 있는 것처럼 시간의 이상한 늘어남이 있는가 하면, 또 “세계는 달려간다. 가을이 되면 다시 또 봄이 온다. 이전에는 이렇게 빨랐던 적은 없었다”라고 Jaspers가 말한 것(上田吉一, 1993, p. 118)과 같은 극단적인 시간의 단축이 체험된다.

이에 반해서, 현실과 산 접촉을 하는 인간에게 있어서는 ‘여기’라는 기점 하에 공간적 확대를 보이는 것과 마찬가지로, ‘지금’ ‘현재’라는 시점에서 과거와 미래가 연속성을 갖고 전개된다. 즉, 그에게 있어서는 현재의 순간순간만이 진실로 인생이라는 역사를 결정하는 유일한 시간이며, 생활이라는 예술을 창조하는 피할 수 없는 시점이라고 생각한다. 말하자면, 연속적인 문제상황에 대해서 전인격을 총동원하여 주체적으로 맞붙어가는 것이다. 물론, 이 현시점에 있어서 주체적 결단에는 과거의 경험이 현재에 살려서 현재를 조건화할 뿐만 아니라, 미래의 계획이나 목표에까지 반영하게 된다. 또 그

와 함께 장래의 계획이나 목표도 새로운 눈으로써 과거를 돌이켜 생각하여 현재의 생활을 움직일 것이다. 그렇지만, 여기에서는 정신병자에게서 볼 수 있는 것과 같은 현재를 결정지워 버리는 것과 같은 과거의 肥大나 장래계획도 없으며, 현재의 순간순간이 생명의 근원적 힘을 갖고 새로운 역사를 개척해가는 것이다.

이러한 순간순간의 현실의 중요성에 대해서는 Rogers, Frankl, Perls, Shostrom과 같은 성격심리학자 아니 성장심리학자에 의해서도 한결같이 강조되고 있다. 즉, Rogers에 의한 충분히 기능하는 인간(fully functioning person)의 특징의 하나에 삶의 순간순간이 이전에 존재하지 않았던 것처럼 새롭고 신선하게 느끼는 실존적 삶(existential living)의 태도를 들고 있다(上田吉一 역, 1996). Frankl도 인간실존의 본질을 구성하는 정신성(spirituality)과 자유(freedom) 그리고 책임감(responsibility)이라는 세 가지 요소(Patterson, 1973) 중에서 특히 우리에게 시시각각으로 부여되는 막중한 책임감을 느낄 때만이 삶이 발전되도록 시간을 현명하게 활용하며, 결국 삶의 의미는 그 길이에서보다 質에 의해 판단될 수 있도록 깨닫기 위해 다음과 같이 말한다. 즉, “마치 두 번째의 인생을 살고 있는 것처럼 삶을 엮어라. 그리고 지금 행하려고 하는 것이 첫 번째의 인생에서는 옳지 못했던 행동인 것처럼 생각하라”(Frankl, 1965)라고.

특히 여기와 지금에 사는 것을 ‘여기 그리고 지금의 사람’ 즉, 심리적으로 건강한 사람의 특성의 하나라고 강조하는 사람은 Perls이다. 우리가 존재하는 유일한 현실은 그 순간 뿐이므로, 우리는 삶의 의미나 목적을 찾기 위해 앞이나(prospective character : 展望的 性格) 뒤를 돌아보는(retrospective character : 懷古的 性格) 대신에, 매 순간의 실존에 의존하여 어떤 의미를 찾아야 한다는 것이다(國分康孝, 1983 ; 이형득 외, 1987). 한 마디로 건강한 인간이란 현재 실존의 순간에 안정되게 바탕을 둔 사람이다. Shostrom(1976)도 자아실현의 시간성 차원을 현재를 중심으로 하는 시간유능성(time-competent)과 이와 반대되는 시간무능성(time-incompetent)으로 나누어 설명한다(설기문, 1997). 즉, 건강한 사람들은 현재의 시간을 효율적으로 활용하며, 과거나 미래를 현재 중심으로 통합하고 현재에 충실하게 살아갈 수 있는 시간유능성을 가진 반면에, 불건강한 사람들은 현재보다는 과거에 집착함으로써 후회·미련·원한을 갖고 살거나, 아직 오지 않은 미래에 대한 지나친 기대나 환상만으로 살아가는 경향인 시간무능성이 있다. 이 후자의 입장은 Ellis의 견해에서도 볼 수 있는데, 그는 제약의 근원을 비합리적 신념(irrational belief)으로 보면서 이는 과거에 의한 포로와 집착에서 그 발생의 一因을 찾고 있다(國分康孝, 1983).

이와 같은 시간적 연속에 사는 인간은 역시 결코 일정한 상태에 머물지 않는 운동과 변화의 성질을 몸에 지닌다. 생명의 각 순간이 새롭다는 것은 그가 공간적으로는 운동, 시간적으로는 변화 속에 계속 살고 있다는 것을 의미한다. 사실, 끊임없이 새로운 경험을 받아들이면서 자기의 성장과 발전을 꾀하는 건강한 인간에게서는 과거의 자기와 현재의 순간에서의 자기 그리고 미래에서의 자기의 모습

에서 커다란 변화와 발전을 인정할 수 있는 것이다.

또, 그는 시간과 장소에 따라서 자기의 역할을 식별하여 자유자재로 자기를 적응시켜가는 빠른 變身도 겸비하고 있다는 의미에서, 법등명(法燈明)에서 말하는 '어디서든지 주체적인 생활이 되니 서 있는 곳마다 다 낙원이요 정토(隨處作主 立處皆眞)' (대한불교조계종 관음정사, 2532)로 보는 인간이기도 하다. 물론 그에게는 언제나 세상 사람들이 행동·욕망·평가·세력에만 마음을 빼앗겨 자신의 魂을 잃은, 소위 Riesman(1950)의 '他人志向型'의 성격에서 볼 수 있는 극단적인 유동성을 볼 수 있는 것은 아니다. 그에게서 볼 수 있는 뚜렷한 특징은 끊임없이 움직이면서도 恒常의인 特質을 잃지 않은 調和와 均衡일 것이다.

V. 요약 및 결론

고찰한 것처럼 '건강한 인간'에게는 통합성이란 주체적 측면과 사회적 적응성이란 객체적 측면이 모두 강조된다. 여기에서 통합성이란 주체적 자아하에 전 성격영역이 통일되어 외계의 영향을 배제하여 個性을 살린다는 관점이며, 주체와 객체와의 관계나 개성과 세계와의 관계에서보다 주체적 측면에 강조를 둔 健康觀이다. 이에 대하여, 사회적 적응성은 주체의 자기나 외계에 대한 바람직한 상태를 외적인 관점에서 객체적으로 파악한 것으로서, 개성이 외적 현실과 연계하는 양상 속에서 나타나는 健康像을 파악하려는 관점이다.

부연하면 前者는 성격의 사회적 의미를 일단 버리고 개체적 측면에서 자아실현의 양상만을 이해하려고 한 것인데 반해서, 後者는 개성의 객관적 현실과의 연계만을 본 것이라 할 수 있다. 그러므로 인간이 前者의 관점만이 강조되는 곳에서는 건강에 대한 普遍的 意味는 상실된다. 즉, 건강의 개인적 의미는 강조되지만 사회적 의미는 역강조된다.

이렇게 약화된 사회적 의미를 강화, 즉 현실접촉이라는 사회적 적응성을 높일 수 있는 건강한 인간이 지녀야 할 기본적인 현실인식의 조건과 이를 구유한 성격적 특성에 관한 연구의 결과는, 다음과 같이 제시할 수 있다.

먼저, 건강한 인간이 가지는 올바른 **현실인식의 조건**에는 인지적 조건과 정서적 조건이 있다.

즉, **前者**에는 첫째 경험에 대한 개방성, 둘째 자연에 대한 극복의욕과 존중, 셋째 神에 대한 숭배와 외경, 넷째 인간에 대한 온화한 애정을 둘 수 있고,

後者에는 첫째 정서적 안정감, 둘째 강한 자기통제를 열거할 수 있다.

따라서 이와 같은 두 가지 기본적인 조건, 즉 인지적·정서적 조건을 갖춘 건강한 **인간의 성격특성**

도 역시 분화와 유연성이라는 두 가지 성격구조로 나눌 수 있다.

하나는 分化(differentiation)로서 이는 사물을 잘 사리분별해서 반응하는 양식을 말하며, 그 구체적인 행동특성은 첫째 사실에 대한 개별적인 이해력, 둘째 현실의 비합리성에 대한 이해, 셋째 실천적인 생활태도로 나타나고,

다른 하나는 柔軟性(flexibility)으로서 자기의 동일성을 유지하면서 질적인 다양한 적응양식을 생성하는 성격의 융통성을 말하며, 이는 첫째 목표와 능력간의 긴밀한 관계, 둘째 활동과 휴식간의 리듬 교체, 셋째 예민한 시간감각으로 현재에 살기와 같은 행동적 특성을 보인다.

그러나, 지적인 대로 이와 같이 현실과 연계하는 건강한 인간에게도 問題가 전혀 없는 것은 결코 아니다. 인간이 個性的으로 되면 될수록 현실의식이나 사회적 의식을 잃게 되는 것과 마찬가지로, 社會적으로 되면 될수록 자아소외의 현상에 빠지지 않을 수 없게 된다.

이런 점에서, 結論적으로 인간존재에 있어서 상반되는 특성의 공존이라는 변증법적인 통일 속에서 성격의 건강성은 그 구체적인 모습을 들어낸다고 역설할 수 있다. 한 마디로 '성격의 통합' 과 '현실과의 연계' 라는 두 가지 課題가 모두 해결되는 곳에, 진정한 健康人의 極致를 엿볼 수 있다 하겠다.

참 고 문 헌

- 고명규(1991). Skinner와 Rogers의 상담이론분석을 통한 절충적 상담모형 탐색. 박사학위 논문. 충남대학교 대학원.
- _____ (1997). 의사교류분석적 상담에 관한 이론적 접근, 학생생활연구, 제18집, 제주대학교 학생생활연구소.
- _____ (2000). 통합된 성격의 구체적 특성에 관한 연구, 학생생활연구, 제21집, 제주대학교 학생생활연구소.
- 교육대학 교직과 교재편찬위원회 (편)(1977). 신판 아동교육심리. 서울 : 교육출판사.
- 김경동(1978). 현대의 사회학. 서울 : 박영사.
- 김성태(1976). 성숙인격론. 서울 : 고려대학교 출판부.
- 김시업 (역)(1994). 생활적응을 위한 심리학. 서울 : 문음사.
- 김정규(1995). 게슈탈트 심리치료. 서울 : 학지사.
- 김학수(1976). 현대 교수-학습론. 서울 : 교육과학사.
- 노안영(1998). 상담자와 함께하는 삶의 여행-상담이론의 개관-. 서울 : 중앙적성출판사.
- 대한불교 조계종 관음정사(2532). 법등명. p.31. 제주시.
- 박정애(1997). 인지·정서·행동치료. 서울 : 학지사.
- 박성수(1986). 생활지도. 서울 : 정민사.
- 설기분(1997). 인간관계와 정신건강. 서울 : 학지사.
- 성진기(1980). Counseling에 대한 실존철학적 조명. 전남대학교 학생생활연구.
- 영남심리학회 (편)(1974). 교양심리. 서울 : 중앙적성연구소.
- 우재현(1992). 심성개발을 위한 교류분석(TA) 프로그램. 대구 : 정암서원.
- 이옥형·이종숙·임성빈(1993). 교육심리학. 서울 : 집문당.
- 이형득 외(1987). 상담의 이론적 접근. 대구 : 형설출판사.
- 임석재 외 4인(1962). 교육심리. 서울 : 현대교육총서출판사.
- 장병림(1975). 일반심리학. 서울 : 박영사.
- 장현갑·강성군 (편저)(1996). 스트레스와 정신건강. 서울 : 학지사.
- 정인석(1992). 신 교육심리학. 서울 : 대왕사.
- 조대봉 (역)(1992). 인간의 동기와 성격(A. H. Maslow, Motivation and personality, 2nd. ed., New York : Harper & Row, 1970), 서울 : 교육과학사.
- Carroll. H. A.(1947). Mental hygiene-The dynamics of adjustment. New York : Prentice-

Hall,

- Dequincey, T.(1822). Confessions of an English opium eater. London : J. M. Dent & Son.
- Frankl, V.(1965). The doctor and the soul, 2nd. ed., New York : Knopf.
- Freud, S.(1943). A general introduction to psychoanalysis. New York : Garden Cith Books.
- Fromm, E.(1957). Art of loving. London : George Allen & Unwin.
- Goldstein, K.(1947). Human nature in the light of psychopathology, Cambridge, Mass :
Harvard University Press.
- Hjelle, L. A., & Ziegler, D. J.(1981). Personality theories : Basic assumption, research, and
applications, 2nd. ed., New York : McGraw-Hill.
- Koffka, K.(1935). Principles of gestalt psychology. New York : Harcourt Brace Javanovich,
Inc.
- Maslow, A. H.(1962). Toward a psychology of being. New York : D. Van Nostrand.
_____ (1966). The psychology of science. Chicago : Henry Regnery.
- Patterson, C. H(1973). Theories of counseling and psychotherapy, 2nd. ed., New York :
Harper & Row.
- Riesman, D.(1950). The lonely crowd. New Haven : Yale University Press.
- Rogers, C. R.(1961). On becoming a person. Boston : Houghton Mifflin.
- Symonds, P. M(1946). The dynamics of human adjustment. New York : Appleton-century-
crofts.
- 桂 廣介(1969). 青年心理學, 日本 : 金子書房.
- 國分康孝(1983). カウンセリングの理論. 日本 : 誠信書房.
- 上田吉一(1993). 精神的に健康な人間, 日本 : 川島書店.
_____ (1994). 自己實現の達成. 日本 : 大日本圖書
_____ (監譯)(1996). 健康な人格(D. Schultz, Growth psychology-Models of the healthy
personality, 1977), 日本 : 川島書店.
- 坂田 一・林保 外 3人(1973). 青年期の理解. 日本 : 福田出版.

<abstract>

The study on the characteristics of a healthy personality Which recognizes the reality

Ko, Myoung-Kyou

The purpose of this study is to find how basic psychological conditions and distinctive characteristics of personality work when a healthy man recognizes the reality in a right way.

The result of it is as follows:

First, a healthy man has two necessary elements; cognitive and emotional conditions.

There are cognitive conditions following:

- ① Openness to experience.
- ② Respect and mastery will for nature.
- ③ Worship and admiration of God.
- ④ Warm affection for human-being.

Emotional condition is composed of emotional security and strong self-control.

Second, a healthy man who has both cognitive and emotional conditions shows two characteristics; discretion and flexibility.

Differentiation is a response-ability to distinguish the situation.

- ① Understanding the facts individually.
- ② Admitting unreasonable factor in reality.
- ③ Concreting active, practical living-attitude.

Flexibility means to create a various adjustment style keeping ego-identity as belows:

- ① **Close relationship between the goal and means.**
- ② **Harmonization activity with the rest.**
- ③ **Conducting a present life-style in a concret form with a sharp sense of time.**