

青年期の 不適應과 그 指導方案

高 明 奎

目 次

I. 序 言	2. 社會的 要因
II. 適應과 不適應	V. 不適應의 指導方案
III. 青年期の 不適應의 類型	1. 一般의 指導法
IV. 青年期の 不適應의 要因	2. 行動修正療法
1. 心理的 要因	VI. 結 語

I . 序 言

오늘의 韓國社會는 歷史의 短縮으로 表現될 만큼, 그 어느 時代보다도 빠른 速度와 多樣한 變化를 經驗하고 있다. 이러한 速度와 多邊的인 變化를 겪고 있는 社會에서는 人間의 適應과 不適應이란 問題에 깊은 關心을 갖게 되고 또 青年期를 漸次 延長시키게 된다.

青年期の 延長은 한편, 幅 넓은 學習의 條件과 第2의 誕生으로서의 自我正體性의 發見 및 形成이란 課業成就의 機會라는 點에서 이 時期의 成長發達의 肯定的인 側面이 있다. 그러나 또 한편, 過渡期的인 心理的 不安定성과 이에 合勢한 急激한 現代社會의 變動으로 因해 潛在的 挫折과 葛藤을 造成하여, 이 時期의 特有的 不適應의 行動 誘發의 可能性을 內包한다.

그런데 이러한 不適應의 行動은 그것이 心理的 不安定에서 오든, 急速한 現代社會의 變化에서 오든, 모두가 學習된 것이라는 假定이다.

이렇게 無限한 發達의 潛在能力을 지닌 이 나라의 底力인 青年들이 能率的, 適應的인 行動을 學習하지 못하고, 非能率的이고 不適應的인 行動을 習得, 維持한다는 것은 青年 個人을 위해서나 國家 將來를 위해서나 크낙한 不幸이라 아니할 수 없다.

여기에서 이러한 不適應의 行動을 修正·治療하여 適應的인 行動을 獲得·增強시키는 方法은 없는 것인가. 이것이 本稿에 着手하게 된 契機가 된다.

따라서 本稿에서는 먼저 現實에 있어 人間의 適應에 대한 올바른 知識과 洞察力을 얻

기 위해 適應과 不適應의 性質을 概觀하고, 그 다음 青年期에서 볼 수 있는 不適應行動의 類型을 檢討하여 그 不適應行動의 潛在的 誘發 可能性을 心理的 要因과 社會的 要因으로 分析한 後, 이러한 問題行動을 修正 및 治療하는 方法을 探索하는 데에 主眼點을 두었다.

여기에서 青年期란 思春期과 青年期를 結合하여 通稱한 것이며, 普通 12, 3才에서 始作하여 年令에 關係없이 結婚과 職業과 責任을 成就할 때까지 繼續된다. 이 中 하나가 未達이어도 青年期에 있다고 보는 立場이다.

II. 適應과 不適應

人間의 適應問題가 오늘날 만큼 各方面에서 關心을 가진 일이란 人類史上 아직 없었다. 그 만큼 우리는 適應하기가 어려운 文化속에서 살고 있는 것이다. 適應이란 問題에 대해서 이토록 神經을 날카롭게 쓰지 않을 수 없게 된 데에는 現代文化의 性格으로 보아 必然的인 歸結이 아닐 수 없다. D. Riesman은 現代人을 의로운 群像 (the lonely crowd)으로 보았고, W. H. White는 組織人間 (the organization man)으로 分析하였거니와, 確實히 現代人은 孤獨과 不安과 緊張과 不信의 文化속에서 彷徨하고 있다. 이러한 現代人의 悲劇은 科學文明의 發展에 따라 더욱 甚해져 가고만 있으며, 第二의 人生의 暗黑時代를 만들어 주고 있는 感이 없잖다. 豫測하기 어려운 未來의 衝擊 (future shock)을 안고 있는 現代라고 하는 狀況속에서 家庭은 家庭대로, 學校는 學校教育의 立場에서, 社會는 社會나름대로 各各己 現代文化에 대한 가장 合理的이고 成功的인 適應에 대해서 關心을 갖지 않을 수 없게 되었다. 이 關心은 곧 現代人의 生の 努力과 競爭으로서 表示되며, 그 成功如否는 適應과 不適應의 形式으로 나타나게 된다. 그러면, 適應과 不適應이란 무엇인가, 먼저 適應에 대해서 살펴 보기로 한다.

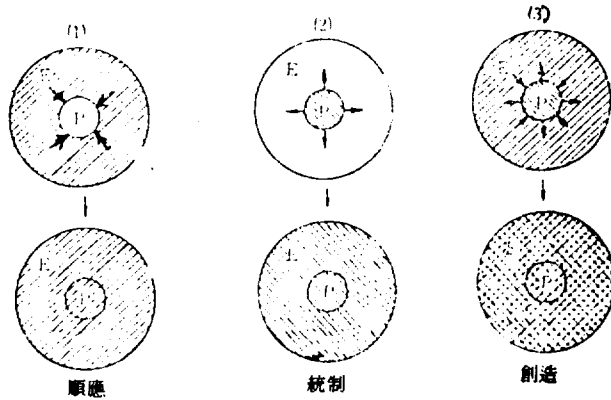
1. 適應

모든 有機體의 行動은 어떤 要求로부터 發端되며, 人間이 生을 營爲해가는 過程도 各自가 갖는 各種 要求를 充足시켜가는 努力의 過程이라고 볼 수 있다. 그러나 個人이 갖는 要求란 社會·文化의 規範이나 價値位階 (hierarchy of value)를 떠나서 생각할 수는 없으며, 반드시 自己가 所屬되어 있는 集團社會가 갖고 있는 公分母 (common denominator)로서의 文化의 要求나 期待를 考慮하게 된다. 즉, 集團·社會의 規範이나 價値位階에 合致하는 要求를 追求한다든가, 또는 個人의 要求만이 아니라 社會의 要求도 同時에 追求하게 된다.

이런 境遇 適應 (adjustment)이란 個人이 갖고 있는 要求와 社會文化가 갖고 있는 要求

(規範·秩序·期待)가 衝突하거나 葛藤됨이 없이 力學的 安定과 均衡關係를 만들어 가면서 어떤 形態의 要求(個人이나 社會의 要求, 또는 兩者의 要求)를 充足시켜가는 過程이라고 볼 수 있다. Percival Mallon Symonds가 適應을 要求解消(need reduction)의 連續過程으로 본것이나, Robert Challman¹⁾이 適應을 個體와 環境과를 보다 더 調和的 關係로 만들기 위하여 自己行動이나 態度를 變化시키거나, 或은 環境을 變化시키고 또는 環境과 個體를 變化시켜가는 連續的인 過程으로 본 것도, 適應을 個體의 要求와 社會의 要求의 調整 關係로 본데서 나온 말이라고 볼 수 있다.

適應의 뜻을 이와 같이 본다면, 適應은 그림 1처럼 세 가지 原理에 의해 이루어지는 것을 알 수 있다.²⁾



第1圖 適應의 原理

첫째, 順應의 原理로서, 이는 環境(社會)의 要求나 規範에 맞도록 自己의 行動이나 態度를 變容시키는 境遇이며, 이 原理 때문에 同一한 環境속에 있는 사람들의 思考나 行動이 等質化 되기도 한다. 둘째, 統制의 原理이며, 個體가 環境條件이나 構造를 修正하여 自身의 要求를 充足시켜가는 境遇로서, 이런 原理에 의해서 個個人的 性格은 異質化되고 各各 自己個性을 發揮하게 된다. 셋째, 創造의 原理로서 個體와 環境의 두 要求를 同時에 充足시키기 위하여 새로운 方法을 發見함으로써 成就되는 境遇이다. 이 原理에 의해서 個人的 行動樣式은 獨自性을 維持하면서 새로운 形態로 發展해 간다.

이렇게 適應의 原理를 살펴본다면, 適應한 有機體란 精神物理學的인 均衡狀態(equilibrium)에 있게 되며, 또 心理學的으로는 W. B. Cannon³⁾이 말한 平衡化現象(homeostasis)

1) Arthur I. Gates, et al., Educational Psychology, 3rd ed., (New York: The Macmillan Company, 1958), pp. 614-616.

2)金玉煥·金貞圭, 教育心理學(서울: 盤雲出版社, 1980), pp. 269-270.

3) 嶺南心理學會 編, 敎養心理(서울: 中央適性研究所, 1974), pp. 54-55.

을 이루게 되며, 그리고 Henry A. Murray 와 Clyde Kluckhohn 이指摘한 上位均衡化現象 (superstasis)의 狀態에 位置하게 된다. 여기서 均衡化現象이나 上位均衡化現象이 뜻하는 가장 重要한 意味는 變化가 없는 停止된 狀態의 均衡이 아니라, 繼續적으로 進行되는 變化. 속 에서 不斷히 새롭게 創造되는 發展의이고 向上的인 均衡狀態인 것이다.

L. F. Shaffer⁴⁾는 適應의인 人間의 特性을 첫째, 個體가 身體的·精神的으로 받는 實際의 危險을 避할 수가 있다. 둘째, 個體의 緊張을 解消시키고 보다 많은 滿足을 얻을 수가 있다. 셋째, 現在의 要求 때문에 未來의 滿足을 저버리지 않는다. 즉, 全體的인 要求의 滿足을 살필 줄 안다. 넷째 社會의 規範에 合致한다고 보아, 이들 個個의 適應의 行動이 統合(integration)되어 있느냐 없느냐가 適應의 規準이 된다고 보았다. 이 中에서도 現在의 要求 때문에 未來의 滿足을 가볍게 보지 않는 態度는 未來志向的인 意味도 있으나, 지나치게 現在의 滿足만을 찾는 文化속에서 살고 있는 사람들에게는 참다운 適應의 意味를 깨우쳐주는 바 그 意義가 크다고 볼 수 있다. 이러한 觀點은 最近에 強調되고 있는 A. H. Maslow⁵⁾의 自己實現의 要求(self-actualization need)를 重視하고 있는 觀點에서 볼 때, 現狀에 滿足하고 있는 狀態보다는 未來의 어떤 價値있는 目標을 向해서 積極적으로 接近을 試圖하고 있는 狀態가 精神的으로 健康하다고 하는 點에서, 이는 適應的인 人間의 特性을 찾으려고 할 때 반드시 考慮되어야 할 特性이며, 이 特性은 同時에 教育을 통해서 길러져야 할 重要한 人間特性的의 하나 라고도 볼 수 있다.

2. 不適應

이렇게 適應의 性質을 볼 것 같으면, 不適應(maladjustment)이란 앞에서 記述한 바와 같은 個體와 環境과의 關係에 있어서 力學的인 均衡과 調和를 잃은 나머지 挫折, 緊張, 不安, 葛藤, 不滿足(unsatisfaction)을 證驗하는 狀態라고 볼 수 있으며, 個個의 適應的인 行動들이 統合되어 있지 않거나, 또는 統合되어 있지 않는 行動들이 頻繁히 일어날 때 생기는 現象 이라고 풀이 할 수가 있다. 따라서 不適應에 놓여 있는 사람이란 精神이 健康치도 않으며, 情緒도 매우 不安定(unstability)한 것을 엿볼 수가 있다.

R. S. Lazarus⁶⁾는 不適應이나 精神的 不健康의 規範으로서 다음 네 가지를 列舉하였거니와, 이것은 精神的으로 健康치 않은 사람일수록 適應을 잘 할 수 없으며, 適應을 잘못하는 사람일수록 精神健康을 잃은 사람이란 事實을 示唆해 주고 있다.

4) L. F. Shaffer, The Psychology of Adjustment (New York: Houghton Mifflin, 1936), p.116.

5) Ernest R. Hilgard and Others, Introduction to Psychology, 7th ed., (New York: Harcourt Brace Jovanovich, Inc., 1979), pp. 395-396.

6) 라자러스, 性格과 適應(Personality and Adjustment), 徐鳳延 譯(서울: 益文社, 1979), pp. 31-33.

첫째 長期間의 心理的 不快感이 存續한다. 어떤 個人이 長期間 特徵의으로 甚한 心理的 不快感이 있고, 이로 인해 괴로워한다는 것은 適應과 不適應을 辨別의으로 理解할 수 있는 明白한 基準이 된다. 여기서 明白하다는 말은 慢性的으로 不安하거나 憂鬱한 사람은 自身의 生活이 正常이 아니란 것을 實感나게 意識하고 있다는 것이다. 事實 心理的인 苦痛과 悲嘆으로 괴로와 하게 되면 흔히 專門家의 도움이 必要하게 된다. 그러나 그는 이러한 心理的 不快感이 普通 不適應의 徵表로 看做되기는 하지만, 그 反對인 心理的 安樂狀態가 반드시 成功的인 適應의 徵表라고 斷定할 수는 없다고 附言하였다.

둘째, 現實을 歪曲하는 認識不足의 現象을 보인다. 즉, 認知的 非能率性도 또 하나의 不適應의 基準이 된다. 個人이 過去와는 달리 現實을 歪曲하지 않는 明確한 思考를 하지 못한다든지, 社會的·職業的 技能을 제대로 發揮할 수 없다는 것은 스트레스 狀態와 그에 따른 適應混亂을 意味할 수 있다. 精神上 疾患이 있는 많은 患者들은 學校에서 失敗하던가, 年令에 相應하는 責任을 堪當하지 못한다거나, 相當한 期間동안 職業을 갖지 못한다거나 하는 經驗을 包含하는 長期間 때로는 一生동안의 一般的인 知的·社會的 不適應의 過去 經歷을 갖고 있다. 오랜동안 要職에서 活躍하던 人士도 갑자기 (몇 週 또는 몇 個月間) 判斷하고 問題를 解決하고 社會的 現實을 正確하게 評價·知覺하는 能力이 退步하는 수도 있다. 흔히 이런 正常的인 適切性的의 喪失이 心理治療를 받으려 가게 만든다. 이와 같이 知的·社會的 效率性的의 退步는 適應障礙의 한 徵表이므로, 이것 亦是 適應困難 즉 不適應의 重要한 基準이 되는 것이다.

셋째 身體機能의 障礙와 身體組織의 損傷 現象을 보인다. 適應過程에 있어서의 困難은 身體의 非正常性을 誘發시킨다는 最近의 研究에 힘입어, 이것을 不適應의 項目속에 包含시켰다. 典型的인 精神身體의 症候는 食欲의 減退, 高血壓, 偏頭痛, 繼續的인 설사, 胃腸의 苦痛(消化不良), 胃와 十二指腸 및 大腸에 생기는 潰瘍으로서 이것은 結局, 胃腸(hernia)을 일으키게 되어 出血을 하고 甚之於是 死亡에 이르게 까지 한다. 苦痛을 當하는 當者는 이러한 症狀의 心理的인 原因을 전혀 모를 수가 있다. 그러나 萬一 身體的인 原因이 發見되지 않은 狀態에서 生活環境의 改善이나 心理的 治療의 結果로서 그러한 症狀이 好轉되면, 그것은 心理的 原因에 의해서 招來된 것이라고 할 수 있다.

넷째, 社會的 規範으로부터 逸脫한 行動을 보인다. 즉 社會規範, 秩序로부터의 離脫行動도 不適應의 項目에 包含시킬 수 있다. 行動離脫의 判斷基準은 不適應者가 接觸하는 사람들의 社會的 慣習에 全的으로 根據를 두고 있다. 즉, 情緒的 困難을 지닌 사람이라도 社會的으로나 倫理的으로 받아들여지는 바람직한 症狀을 보이거나 社會規範에 相當히 合致되는 行動을 나타내면, 그를 不適應者라고 생각하지 않는다. 그러나 萬一 그가 不適當한 자리에서 猥褻스러운 이야기를 하거나 奇怪한 社會的 態度를 表現하기를 좋아하는 傾向이 있다면 適應

이 잘못된 사람으로 여겨져 敬遠을 당하거나 處罰을 받을 것이며, 極甚한 境遇 病院의 辛세를 질 수도 있다. 여기에서 不適應이란 社會秩序를 크게 違反한다든가 安全을 威脅한다고 보여지는 行動離脫이며, 極甚한 境遇 病院에 入院시켜야 하는 것은 社會와 그 自身の 安寧과 福祉 公共秩序를 保護하기 위해 取해지는 積極的인 對策의 根據가 되는 것이다.

以上에서 適應과 不適應에 대해서 考察했지만, 完全한 適應과 完全한 不適應은 實際로 생각할 수 없는 것이다. 모든 사람의 適應은 이 兩極 사이의 連續線上의 어느 位置에 있는 程度의 差로 理解해야 하며,⁷⁾ 또 適應·不適應의 評價規準은 文化的 背景과 關聯을 맺고 있기도 하고, 時代精神에 따라서도 달라진다고 하는 것도 留意하지 않으면 안된다.

Ⅲ. 青年期の 不適應의 類型

앞에서 青年期の 不適應行動의 意味를 좀더 드러내기 위해서 人間의 適應과 不適應의 概念에 대해서 概觀했다. 이 時期는 一般的인 發達의 特徵을 보아서도 不適應의 行動을 일으킬 潛在的인 可能性을 內包하고 있다. Charles Dickens⁸⁾가 青年期를 가리켜 "光明과 暗黑의 季節이요, 希望의 봄인 동시에 絶望의 겨울"이라고 表現했듯이, 光明과 暗黑, 希望과 絶望이란 兩極만 存在할 뿐 이 兩極을 잇는 架橋나 이를 中和시키는 中庸이 없기 때문에 青年들의 行動은 어색하며, 어딘지 어울리지 않으며, 때로는 均衡을 잃고 한 쪽으로 쏠리는 境遇가 없지 않는 것이다.

그러면 人生過程에서 過渡期的인 性格을 띠고 있는 青年期에 나타날 수 있는 不適應行動은 무엇인가. 이에 대해서 鄭元植 등⁹⁾은 中高校學과 青少年을 對象으로 한 여러 調査結果에서 얻어진 資料를 土臺로 하여, 다음과 같이 不適應行動의 現象을 分類하고 있다. 勿論 여기서의 不適應行動이란 不適應狀態를 나타내는 行動을 말하며, 不適應狀態란 非正常的인 狀態를 뜻한다. 適應狀態와 不適應狀態는 相對的인 것이란 것은 이미 밝힌 바 있다.

1. 學業不振을 들 수 있다.

學生의 能力에 合當할만한 成績을 올리는 것은 正常的인 狀態라고 볼 수 있다. 그러나 充分한 可能性이 있음에도 그 能力에 符合되는 學業成績을 올리지 못하고 있는 狀態는 學業不振으로서의 非正常的인 狀態이다.

7) 鄭元植 外, 現代 教育心理學, 全訂版(서울: 教育出版社, 1980), p. 227.

8) 黃惠淵, 生活指導(서울: 博英社, 1978), p. 68, pp. 70-71.

9) 鄭元植·朴性珠, 카운슬링의 原理(서울: 數學圖書株式會社, 1978), pp. 48-50.

특히 問題가 되는 것은 처음부터 學業成就가不振한 것이 아니라, 正常的인 學業成就 狀態를 維持하다가 갑자기 學業成績이 떨어지는 境遇이다. 이런 現象은 나쁜 交友關係에서 올 수도 있지만, 入試準備를 위한 過熱한 競爭에서 오는 스트레스의 作用일 수도 있다.

2. 社會的 孤立과 葛藤을 들 수 있다.

人間은 어떤 集團에 所屬하여 他人과 圓滿한 社會的 關係를 維持하고 있을 때에, 社會的 適應이 제대로 이루어지고 있다고 할 수 있다. 그러므로 社會的集團에 所屬되지 못하여 따돌림을 당하고 있거나, 또는 對人關係를 意識的으로 忌避한다는 것은, 確實히 不適應의 한 現象이라고 할 수 있다.

특히 靑年들과 關聯된 問題는 急激한 社會變動에 따른 價値觀의 差異에서 오는 父母-靑年 世代間의 葛藤 問題가 크다.

3. 反社會的 行動을 들 수 있다.

社會的 規範을 故意的으로 어기는 行動이나 窃盜 暴行 및 頹廢的 行動과 같은 反倫理的 行動은 正常的인 範疇에서 벗어난 行動이며, 모두 不適應行動의 類型에 屬한다. 이런 行動은 靑年에게서 發見되는 不適應行動中에서 比較的 頻도가 높고 또 쉽게 觀察되는 問題行動이며, 學校에서 흔히 處罰과 團束의 對象이 되는 非正常的 行動이다.

특히 急激한 社會變化로 인하여 惹起되는 R.K.Merton¹⁰⁾이 말하는 “目標와 手段間의 乖離”로서의 anomie 現象은, 社會的 規範으로부터의 이런 離脫行動을 誘發시킬 可能性이 높다.

4. 自己卑下와 自己誇示의 行動

人間은 누구나 때와 場所에 따라서 自己를 낮추고 自己를 내세우려는 社會的 欲求가 있다. 그러나 그 程度에 따라 問題가 있다. 즉 지나치게 自己自身을 쓸모없는 人間이거나, 能力이 不足한 사람이거나, 或은 못난 사람이라고 自身을 스스로 낮추는 行動은 分明히 不適應行動에 屬한다. 逆으로 지나치게 自己自身을 誇示하고 自己를 過大妄想的으로 여기거나, 他人을 지나치게 支配하려는 傾向을 나타내는 것도 亦是 不適應行動의 範疇에서 못 벗어난다.

이러한 自尊·自負와 自卑·自嘲의 交錯心理는 靑年期의 特性인 自我意識의 敏感性에서 오는 自然的 現象이긴 하지만, 正常的인 狀態에서는 自身을 보다 正當하게 評價하고 올바르게 理解해야 하며, 다른 사람과의 關係에 있어서도 適切한 支配服從의 關係가 維持되어야 한다.

10) 鄭寅錫, 現代 靑年發達心理學 (서울: 載東文化社, 1980), pp. 256-257.

5. 否定的 態度를 들 수 있다.

萬事에 대해서 否定的으로 解釋하려는 傾向이 있는 사람이 있다. 이러한 態度도 亦是 正常的인 것이라고 볼 수는 없다. 學生의 境遇 學校와 學業自體에 대해서 否定的인 態度를 갖고 있기 때문에, 學業成績이 不振한 境遇가 있다. 이러한 學業遲進의 現象은 正常的인 授業을 받는 데 必要的 基礎能力의 不足에도 原因이 있지만, 이미 말한 大學入試準備를 위한 熾烈한 競爭의 스트레스로 인해서 일어나는 學校授業에 대한 不信程度의 高潮化라고도 볼 수 있다.

또 對人關係에 있어서도 否定的 態度 때문에, 人間關係가 圓滿하지 못한 境遇를 周邊에서 찾아볼 수 있다. 이와같은 否定的 態度는 目的意識이 뚜렷하지 못하고, 自身の 進路나 將來를 밝게 보지 못하는 結果를 隨伴하여, 結局 여러 가지 問題行動을 일으키게 된다는 것은 疑心할 餘地가 없다.

6. 過激한 感情의 表現을 들 수 있다.

어떤 目標에 대한 人間의 欲求가 內·外의 障礙的 要因에 의해서 때때로 挫折되는 境遇가 있다. 그래서 J. Dollard 등¹¹⁾의 挫折-攻擊性假說(frustration-aggression hypothesis)에 따라 忿怒와 攻擊의 行動으로서의 感情을 過激하게 나타내게 된다. 그러나 어떤 感情의 衝擊을 받았거나 欲求가 挫折되었을 때 場所와 狀況을 考慮하지 않고 自己感情을 지나치게 나타낸다는 것은, 이것도 亦是 非正常的인 行動이라는 規定을 免하기 어렵다.

人間은 正常的으로 社會的인 發達을 함에 따라 情緒를 있는 그대로 外部에 表現하는 것을 漸次로 抑制하게 된다.¹²⁾ 즉, 內部的 緊張을 참는다든가, 때와 곳에 따라 外的인 表現이 制約되거나 適當히 變形되기도 한다.

그러나 青年들에게 있어서는 些少한 刺戟에 대해서도 自我를 크게 損傷當하여 過激한 言行을 取하기 쉽다. Stanley Hall¹³⁾ 이 青年期를 疾風怒濤의 時代(Storm and stress period)라고 부른 것도, 이 時期의 特徵인 情緒的 不安定性에 基因하는 極端的 行動 때문인 것이다.

7. 不安神經症의 傾向을 들 수 있다.

人間이 어떤 新奇하거나 무서운 對象에 대해서 不安이나 恐怖를 느낀다는 것은 極히 自然

11) 張秉琳, 一般心理學(서울: 法文社, 1965), p.169.

12) 桂 廣介, 青年心理學(日本: 金子書房, 1969), pp.354-355.

13) 黃石根 外, 生活指導(서울: 載東文化社, 1970), pp.243-244.

스러운 感情이다. 그러나 어떤 事物에 대해서 正當한 表面上의 理由없이 不安해 하거나, 大部分의 사람들이 느끼지 않는 恐怖感을 느낀다는 것은 不安神經症的 傾向이란 類型에 屬하는 不適應行動이다.

그런데, 이러한 非正常的 傾向은 現代社會의 構造와 複雜性이 人間의 基本的 欲求의 充足과 解消를 어렵게 만들기 때문이라고 보는 몇몇 學者가 있다. Fromm¹⁴⁾ 에 의하면 人間은 人間實存에서 由來하는 다섯가지 欲求, 즉 무엇과 關係를 갖고자 하는 欲求, 動物的인 水準을 超越하고자 하는 欲求, 무엇에 뿌리를 박고 있으려는 欲求, 同一性을 지니고자 하는 欲求, 自己의 參照體制(frame of reference)를 갖고자 하는 欲求가 있는데, 現代社會는 人間의 이런 모든 欲求를 滿足스럽게 充足시켜주지 못하는 데에 病弊가 있다고 보고 있다. K.Horney¹⁵⁾ 는 現代社會는 相反되는 價値, 즉 競爭과 協同을 同時에 要求하고 있는데, 이것이 現代人の 葛藤을 자아낸다는 것이다.

이와같은 現代社會의 狀況에서는 人間은 常時 緊張狀態에 잡아 두어서 將來에 대한 不安과 優柔不斷 및 自信力 喪失이란 精神障礙를 일으키지 않을 수 없는 것이다.

IV. 青年期の 不適應의 要因

앞에서 青年期에 臨하는 指導者의 理解와 教育的 措置의 效率性을 높이기 위해서 이 時期의 몇 가지 不適應行動의 種類를 살펴보았다.

이미 짐작되듯이 青年期는 兒童과 成人의 兩要素를 지녔기에 그 어느 便에서도 볼 수 없는 特徵있는 行動樣相을 띠기 쉽고, 또 周邊人으로서의 情緒的 不安定性和 敏感性을 지니어 여러 問題行動을 일으키기 쉽다. 이와 함께 急激한 社會變化는 이의 不適應行動을 더욱 擴大·深化시킬 可能性을 孕胎한다.

勿論 青年期에서 볼 수 있는 그들 特有의 不適應의 發生 條件을 直接的이고 表面的인 것에서 찾을 수도 있지만, 여기서는 그 條件을 間間이 指摘한 바와 같이 間接的인 것은 하나 보다 內面的이고 底邊的인 要因을 心理的 要因과 社會的 要因으로 抽出하여, 이러한 要因들이 어떻게 青年期の 適應을 困難하게 하는가를 各 要因別로 考察하기로 한다.

1. 心理的 要因

青年期の 心理的 危機는 急激한 心身의 變化로 인한 動搖하는 自己自身の 不安, 環境과 欲

14) Calvin S. Hall and Gardner Lindzey, Theories of Personality, 3rd ed., (New York: John Wiley & Sons, 1978), pp.171-172.

15) Ibid., pp.176-178.

求問의 葛藤, 그리고 位置의 不安定性 등에 의하여 일어나는 感情的 緊張에 基因한다. 이와 함께 社會的 經驗의 未熟으로 인한 充分한 適應技術의 未習得은 그 危機를 더욱 深化시킬 뿐이다. 이러한 危機를 잘 對處해 나간다는 것은 自我의 確立이나 性格形成 過程에 있어서 도리혀 不可缺한 條件이 되지만, 青年의 境遇 이러한 危機에 대한 對應의 失敗는 여러 가지 病態에 빠지게 된다. 따라서 여기에서는 이 時期의 特殊한 過渡期的 情況과 關聯된 心理的 要因이 어떻게 青年들에게 不適應의 素地가 되는가를 論해보기로 한다.¹⁶⁾

1) 人生의 過渡期로서의 不安과 動搖이다.

過渡期란 말은 動搖와 不安狀態를 聯想할 만큼 이 時期는 安定성을 잃은 不均衡의 때이다. 이러한 過渡期의 行動特徵인 不安과 動搖를 理解하기 위해서는, 青年期의 適應을 어렵게 만드는 問題의 原因을 밝힐 必要가 있다. 이 原因에 대해서 Ausubel¹⁷⁾은 青年期가 急進的으로 開始된다는 點, 青年期가 比較的 오래 繼續된다는 點, 그리고 諸機能의 成長速度가 다르다는 세 가지를 들고 있다.

첫째 青年期가 急進的으로 開始된다는 點은 青年期에 새로운 것이 突變 附加되지 않고, 成熟의 進行이 急激하게 加速화된다는 뜻이다. 어떤 機能의 成熟의 進行이 急進的으로 빨라짐에 따라 그 機能이 性格構造에 있어서 차지하게 되는 意義도 突變하게 되며, 그로 인해서 好 不好間에 性格의 再體制化가 強行되고 同時에 一時的인 無方向성과 不安定性이 주어지게 된다.

둘째, 青年期가 오래 繼續된다는 點은 兒童의 地位를 벗어나서 成人의 地位를 獲得하기까지의 不安定한 期間이 길다는 것을 말한다. 그 期間이 어느 民族의 境遇처럼 數週 내지 數個月에 걸치는 "成人入門式" 程度와 같이 短期間이라면 別問題가 없지마는, 社會變動에 따라 發達期間이 10年餘에 걸쳐 오래 繼續될 경우에는 一時的인 地位이지만 이를 確保할 必要가 있기 때문에 問題는 크다.

따라서 青年期의 延長에 따르는 不安定한 地位에 의해서 緊張의 度도 높아지며, 適應上 여러 가지 支障을 주게 된다.

셋째, 有機體의 成熟度는 각각 異時性(asynchrony)을 띠고 있다는 點이, 또한 青年期의 適應을 一層 어렵게 만든다는 것이다. 가령 어떤 機能이 그와 關聯된 다른 機能을 凌駕해서 急激하게 發達할 境遇에 먼저 發達된 機能을 다른 機能의 發達을 기다릴 必要없이 利用할 것인가, 그렇지 않으면 다른 機能이 成熟할 때까지 그 利用성을 延期해야 할 것인가의 問題 때문에 適應은 한층 어려워진다는 것이다.

16) 桂 廣介, 前掲書, pp.385-386.

17) D.P.Ausubel, Theory and Problems of Adolescent Development (New York:Grune and Stratton, 1954), pp.57-95.

그러나 어떠한 方法을 써도, 거기에는 滿足할만한 結果를 얻을 수 없다는 데에도 問題가 있다. 예컨대 前者의 경우 性的器官이 充分히 成熟되어 있지만, 文明社會에서는 情緒의 成熟, 經濟的·社會的 獨立의 獲得 없이는 完全한 性的 滿足을 채울 수가 없어 性的 失業期 (period of sexual unemployment)에 處하게 된다. 때문에 早熟한 性的 經驗은 때때로 葛藤과 罪惡感을 자아내어 性格發達에 障害를 가져다 준다. 그러나 또 後者처럼 이미 成熟된 機能의 滿足을 延期한다는 것은 欲求不滿에 떨어질 뿐만 아니라, 性格發達에 있어서도 크나큰 缺陷을 남기게 될 것이다.

2) 中間者의 位置에 따른 自己 不完全感, 劣等感이 일어나기 쉽다.

過去の 兒童의 狀態에서 벗어나 成人의 모습으로 달라져 가는 過渡的인 時期는 青年의 社會的 位置를 不確實, 不安定하게 만들고 만다.¹⁸⁾ 그 原因은 青年들은 兒童世界에서 벗어나서 從來에 가졌던 兒童으로서의 特權과 愛護와 關心을 빼앗겼는가 하면, 또 한편으론 아직 完全한 한 사람 나뉠 成人이 못 되어 成人世界에서도 除外되어 成人으로서의 特權과 自由를 누릴 수 없다는 데에 있는 것이다.

青年은 外部로부터만 이런 取扱을 받는 것이 아니라, 또 自己內心에 의해서도 말할 수 없는 不安과 緊張에 쌓이게 된다. 즉, "나는 이제 兒童은 아니다" 라고 생각하여 兒童과 區別해 주기를 바라는가 하면, 또 "아직도 成人은 아니다" 라는 自己不足感과 劣等感에 사로잡히게 된다. 이와 같이 青年의 社會的 心理的 位置는 "成人集團"과 "兒童集團"과의 中間集團에 있다고 볼 수 있다.

이러한 두 個의 基本集團 사이에 部分的으로 眞 中間者의 心理的 特徵은 말할 必要없이 不確實한 位置에 선 境界人 (marginal man)으로서의 情緒不安定과 敏感性을 지니지 않을 수 없다.¹⁹⁾ 그래서 均衡을 잃은 行動을 取하기 쉬고, 甚히 躁狀態나 鬱狀態에 빠지기도 하며, 또 攻擊的인 態度로 나오기도 쉽다. 그것은 自我와 外界와의 關係가 힘의 對立關係로 맺어있기 때문에 自我가 有力한 位置에 있을 때는 積極的인 態度가 되고, 反對로 外界의 힘이 有力할 때는 그 힘에 눌려서 消極的이기도 하며, 혹은 境遇에 따라서는 外部壓力을 打破하려고 하여 攻擊的으로 나오는데서 오는 結果라 할 수 있다. 이러한 힘의 對立關係는 다음 3)에서도 볼 수 있다. 이처럼 지나치게 緊張해서 矛盾된 兩極의 行動 사이를 왔다 갔다 하는데에 周邊人의 一般的 行動傾向이란 것은 이미 밝힌 바 있으며, 이 點이 青年의 不適應의 素地가 된다.

3) 自我의 敏感性은 社會的 立場이나 基本的 欲求의 變化에 따른 各種 課題 및 環境과의 葛藤에 直面케 한다.

18) 桂 廣介, 前掲書, pp.342-343.

19) 依田 新, 青年心理學 (日本: 培風館, 1977), p.60.

이러한 外界와의 葛藤은 自我를 刺戟해서 自我意識을 敏感케 하기 때문에, 課題 解決 與否의 原因을 課題나 環境 條件에서 찾으려 하지 않고 自己의 能力이나 優劣에 돌리는 傾向이 強하다. 그리하여 外界와의 交渉을 即事的으로 받아들이지 않고 自我的으로 즉, 外界에 대한 勝利 또는 敗北로서 받아들이어 自己優越感과 劣等感과의 葛藤을 겪게 된다.

4) 自他的 認識 및 一般的인 人間心理에 대한 眞實한 理解가 不足하다.

이러한 缺乏으로 인해서 自己를 올바르게 統制하고 調節을 못하여 지나친 要求를 自己自身에 課하는 傾向이 있기 때문에, 自然히 心理的 惡循環에 빠져서 無用한 劣等感을 갖기 쉽다.

이리하여 이와 같은 一連의 理由에 의해서 青年期에는 또 赤面恐怖·雜念恐怖·疑惑症과 같은 各種 神經質的 症狀이 일어나기 쉽다.

2. 社會的 要因

오늘의 韓國社會는 그 어느 時代보다도 빠른 速度와 多樣한 變化를 經驗하고 있다. "歷史의 短縮"으로 表現될 만큼 社會構造는 지나치게 빨리 變化하고 있으며, 工業化와 都市化의 물결은 大洪水의 물결처럼 사람들의 驚愕과 不安을 불러 일으키면서 밀려오고 있다. 家庭이 變化하고 있으며, 價値의 變化는 適應하기 어려울만큼 昏迷함을 나타내고 있다. 物質文明의 氾濫속에서 人間은 過去의 어느 時代보다도 物質의 豐饒함을 享有하고 있으나, 犯罪·自殺·精神病·離婚·騷擾·疎外 등 所謂 "豐饒속의 不幸" 속에서 더욱 시름하고 있다.

따라서 여기에서는 이미 記述한 心理的 要因과 密接하게 結合함으로써 다른 時期以上으로 青年의 適應體制의 確立을 어렵게 만드는 現代의 急激한 社會情勢와 關聯된 몇 가지 社會特徵²⁰⁾에 대해서 考察코자 한다.

1) 價値觀의 混亂과 危機

價値(value) 또는 價値觀(value orientation)이란 "한 社會集團이 그들 自身의 行動을 規制하려는 規則이며, 個人의 行動에 秩序와 方向을 提示하며 問題解決의 基準이 되는 概念體系"²¹⁾라고 할 수 있다. 또한 한 社會集團의 價値體制는 運動競技에서의 規則처럼 그 속에서의 生活의 넓이와 깊이의 테두리를 定해 준다.

이렇게 생각해 보면, 適應體制確立에 즈음하여 가장 中心이 되는 것은 價値觀의 確立이라고 할 수 있다. 그러나 現代의 社會情勢는 時時刻刻으로 變化하여 오늘의 價値는 반드시 來日의 價値를 約束할 수는 없는 것이다. 여기에서 青年들은 價値觀의 再構成期에 價値觀의

20) 鄭元植·朴性洙, 前揭書, pp.12-21.

21) F. R. Kluckhohn and F. L. Strootbeck, Variation in Value Orientations (New York: Row. Peterson, 1970), p. 4.

混亂과 正體意識의 危機에 處하게 되지 않을 수 없다.

文化流入過程에서 보듯이 美國의 精神的인 強點인 人間尊重 思想이나 合理主義나 生活化된 民主主義의 理念보다도 物質至上의 快樂主義나 び나간 個人主義 誤解된 實用主義 思想 등 즉, 低質文化가 먼저 流入된 데에도 問題가 있지만, 이런 文化를 綿密히 檢討하고 取舍選擇할 수 있는 餘裕를 주지 않는 社會의 急激한 움직임에도 問題가 있는 것이다. 이러한 狀況에서 西歐의 文化는 물밀듯이 밀려들어 瞬息間에 젊은이의 思考, 態度, 生活樣式 속에 깊숙히 스며 들면 青年들의 正體意識을 혼들어 놓기에 充分하다.

Linton²²⁾이 分類한 것 처럼 現代社會가 一般要因(universals)으로서의 價値觀의 部面이 적고, 特殊要因(specialities)이나 選擇要因(alternatives)에 屬하는 價値觀의 部面이 많을 때, 그것은 確實히 價値觀의 危機라고 부르지 않을 수 없다. 不幸히도 이것이 現代社會의 特徵이라고 한다면, 現代人에게는 勿論 젊은이들에게 目前的 環境에 敏感하게 適應하는 一時 逃避의 技術은 習得될지는 몰라도 未來를 指向하는 建設的 態度形成은 容易하지만 은 않은 것이다.²³⁾

2) 家庭機能의 弱화

자라는 兒童에게 必要한 養育과 保護 바른 習慣形成, 삶의 指標를 심어 주는 教育的 機能은 學校教育에 의해서 보다 家庭에 의해서 잘 遂行되기 때문에, 人間形成에 있어서 家庭의 役割은 크다.

그러나 이러한 家庭中心의 教育的 機能은 急激한 社會變化로 인한 附隨的인 現象으로 漸次的으로 弱化되어 가고 있으며, 그 原因을 몇 가지 들면 다음과 같다.

첫째, 核家族化의 傾向이다. 지난 10餘年間 急激한 都市化和 工業化의 現象은 核家族化의 傾向을 促進하는 要因이 되어 왔다. 이러한 核家庭의 教育的 機能이 大家族의 그것보다 훨씬 弱하다는 事實이다. 즉 父母 單獨의 養育과 指導를 받는 兒童은 大家族의 兒童보다 情緒的·社會的으로 덜 成熟될 可能性이 높다는 것이다. 그래서 心理學者들은 兒童養育에서 兩性 三世대의 相補的 調和를 強調하고 있다.

그리고 이런 核 家族制度에서 自然히 나타나는 現象은 家族間의 情的 紐帶의 弱화라고 할 수 있으며, 이것이 現代 家庭機能의 弱화現象이기도 하다.²⁴⁾ 옛날의 家庭은 比較的 獨立된 自給自足의 單位였고, 經濟的 資源은 물론 生理的·社會的인 生活意義도 家庭에서 얻을 수 있었지만, 오늘날의 事情은 이러한 家庭을 뒤집어 엮은 셈이다. 즉 外톨이 夫婦와 家族 計劃下의 한 두 子女만이 남게 되었고, 그것도 얼마가지 않아서 뿔뿔이 딴 世界에서 時間을

22) R.Linton, The Study of Man (New York:Appleton-Century, 1936) .

23) 坂田 一 外, 青年期の理解 (日本:福村出版, 1973), pp.146-147.

24) 鄭範謨, 教育課程 (서울:豊國學園, 1957), pp.155-158.

보내게 되어 家族間에도 서로 다른 價値觀, 概念, 問題 속에서 生活하게 되었다. 실령 家族이 모두 모일 수 있는 時間마저도 낮 일에서의 疲勞와 神經質의 發散으로 團欒하게 지내지 못하는 것이 普通이다. 이러한 狀況 속에서는 家族間에 共通理解가 極히 不足하고, 情的인 安定感(sense of security)과 所屬感(sense of belongingness)을 充足시킬 수 없기 때문에 家族間的 情的인 紐帶가 強化될 수 없는 것이다.

둘째, 女性的 職場進出이다. 近代化 過程에서 女性的 社會進出은 不可避한 現象이며, 또 甘受해야 할 現實이기도 하다. 그러므로 職業이나 勞働人口로 投入된 어머니를 가진 兒童은 代行母에게 맡겨지거나, 집에 放棄되는 것을 目擊할 수 있다. 이런 狀況에서 자란 兒童들은 發達過程에서 어머니로부터 適切한 心理的 養育과 指導를 못 받는데서 知的·社會的·情緒的 發達は 勿論 性格形成上的 障礙를 가져온다는 것은, 母性失調(maternal deprivation)의 現象에 관한 一連의 研究가 잘 立證해 주고 있다.²⁵⁾ 이런 點에서, 앞으로는 어떻게 하면 勤勞女性的 增加로 인한 弱화된 家庭의 教育的 機能을 回復하고, 그러한 家庭의 兒童들이 缺陷없이 成長發達할 수 있도록 할 수 있는나에 教育的인 關心을 가져야 할 것이다.

셋째, 離婚率이다. 여기에서의 關心은 離婚率의 增家現象에 있기 보다는, 離婚이 個人的 精神健康과 安定된 生活에 威脅을 加하고 있고, 그 家庭의 兒童青年들이 아직 性格적으로 成熟되기 以前에 不安 忿怒 葛藤 등 生活의 쓰라린 苦痛을 經驗하게 된다는 데에 있는 것이다. 지금까지 밝혀진 事實은 父母나 1人의 死亡時 보다는 別居나 離婚時가 子女의 情緒的 不安이 더욱 甚하고, 또 그 不安에서 좀처럼 벗어나지 못한다는 點이다.²⁶⁾ 즉, 親舊들의 家庭 情況과 다르다는 點에서 被害意識과 劣等感이 刺戟되기 쉽다. 또 問題는 片父母에의 지나친 愛着으로 感傷의이 되거나, 成人들의 生活裏面을 알게 되어 希望을 잃어 靑少年 不良化의 危險을 內包한다. 따라서 그런 家庭속의 經驗은 明朗 快活하고 티 없이 자라야 할 兒童青年들의 性格과 態度形成에 적지 않은 否定的인 影響을 미친다는 것은 두 말할 必要가 없다.

3) 職業世界的 複雜性

現代社會의 特徵의 하나는 職業世界的 複雜性에 있다. 오늘의 職業世界는 20年前의 그것과 判異하게 그 樣相을 달리하고 있으며, 異質的인 世界를 形成하고 있다. 職業世界的 變化는 勿論 産業의 發達과 電子自動化에 의하여 나타난 現象이며, 自然 새로운 職種이 誕生하게 되고 職業의 分化와 專門化의 傾向을 促進시키고 있다.

이러한 分業 또는 專門化의 傾向은 사람을 "한 사람"으로 보지 않고 "한 部分"으로 보게 한다.²⁷⁾ 즉, 人間을 全體體制로서의 社會的·生理的 存在로 보지 않고 一部の 分業家

25) 鄭元植, 教育環境論(서울: 教育出版社, 1977), pp.145-151.

26) H.A. Carroll, Mental Hygiene, 3rd ed. (New York: Prentice-Hall, Inc., 1959), p.74.

27) 鄭範謨, 前揭書, p.153.

또는 專門家로 본다. 分業, 專門化의 增加 結果는 職種間의 相互關聯性과 相乘作用을 더욱 複雜하게 하고 있다.

이렇게 새로운 職種의 誕生과 職業의 分化는 職業世界를 그만큼 複雜하게 만들고 있다. 그러나 職業世界가 複雜해진다는 것은 青年으로 하여금 職業의 選擇을 包含하는 生涯의 設計를 더욱 어렵게 하는 要因이 되기도 하지만, 人生에 있어서의 다른 어떤 決定보다도 가장 賢明하고 智慧로운 決定을 要하는 일이기도 하다. 한 個人의 生涯의 設計로서의 職業의 選擇은 即興의이거나 一時的인 感情에 左右되어 決定될 性質의 것이 아닌 것이다. 한번의 잘못된 判斷과 決定은 一生을 통하여 後悔莫及한 不滿을 가져올 수 있으며, 職業的 成功을 挫折시킬 수 있기 때문이다. 그러므로 職業世界에 대한 바른 理解는 勿論, 賢明한 判斷에 의한 決定이 必要하다. 職業의 成功을 左右하는 要因은 個人의 適性이나 興味 以外에서 身體的 條件, 家族의 期待, 職業에 대한 價値意識, 誠實 및 努力 등 여러가지 要因이 介入된다.

이처럼 職業世界의 複雜性에 따른 職業選擇은 職業情報 以上の 課業이며, 特定 職種과 個人 適性과의 配合 以上の 綜合的인 判斷과 決定은 深思熟考를 要할 뿐만 아니라, 自己 혼자서는 賢明한 判斷을 내리기가 어려운 專門的인 助言指導를 必要로 하는 重大事로 登場하고 있는 것이다. 이런 狀況에서 經濟的인 獨立과 密接히 關係되는 職業의 選擇과 職業的 展望에 있어서 自信을 못 갖는다는 것은, 確實히 젊은이들에게 커다란 劣等意識과 不安定感을 자아내게 하는 原因이 되지 않을 수 없다.

4) 人間關係의 表皮化

現代社會에 살고 있는 人間은 모두 都市化되어 가고 있다. 이 말은 物理的으로 人口의 都市集中 傾向이 뚜렷하다는 것과, 모든 사람이 都市人의 生活樣式과 意識構造를 踏襲하고 있다는 두가지 뜻을 內包한다.

여기에서의 關心은 人口의 都市集中現象 보다는, 都市人口의 增加에 따라 사람들의 生活方式이 모두 都市人化 되어 간다는 데에 있다. 都市人의 生活方式이 隣近과의 깊은 心理的인 紐帶를 맺지 못하고 있다는 것은 農村의 그것과 特異한 點이며, 이것이 現代人의 人間關係를 表皮化시키고 있는 하나의 要因이기도 하다. 農村의 境遇 마을單位로 깊은 人間關係와 心理的 共同體 意識이 強하기 때문에 어느 한 個人의 喜怒哀樂은 그 個人에게 局限되지 않고 心理的인 紐帶를 타고 온 마을에 擴散되며, 共感圈을 形成한다.

都市人들은 이러한 地域社會單位의 心理的 紐帶나 共感圈은 姑捨하고, 서로 이웃끼리도 알지 못하고 지내는 것이 例事이다. 이웃으로부터 自己를 隔離시키는 閉鎖的인 生活方式은 決코 精神的으로 健康한 生活態度가 되지 못하거나, 이웃간의 對話마저 減少시킨다. 對話를 하더라도 深層的인 對話보다 表皮的인 對話가 進行될 뿐이다. 말하자면 깊이있는 人間關係를 形成하지 못하고 皮相的인 關係만을 維持하는 것이 都市人의 生理라고 할 수 있다.

現代人の人間關係를 表皮化시키고 있는 또 하나의 要因은, 大衆媒體라는 現代의 巨大한 機關이다. 大衆媒體 中에서도 特히 電波媒體가 問題가 된다. 이러한 電波媒體가 人間에게 有益한 知識을 提供해 주고, 人間の 觀點과 理解를 擴大深化시켜 주어, 또 人間の 感情의 葛藤을 解消시켜 주며 精神的 淨化劑의 役割을 하기도 하지만, 오히려 電波媒體가 人間에게 害毒을 助成하는 境遇가 非—非再하다. 그 害毒中의 하나가 家族間의 對話의 機會를 感少시킨 것이다. T.V가 안방에 侵入한 後 그것을 視聽하기에 바빠서 온 家族이 對話를 하고, 家庭의 共同 關心事에 대하여 眞摯하게 議論할 수 있는 時間的 餘裕를 갖지 못한다. 家族間의 對話도 기껏해야 事務的인 것이 외에는 不必要한 것으로 여긴다. 또 하나의 害毒은 正常的인 사람들을 白痴로 만든다는 것이다.²⁸⁾ T.V를 보는 사람의 認識의 눈을 흐리게 하고, 價値判斷의 基準을 模糊하게 하며, 現實의 受容을 閉鎖的으로 否定하게 만들기 쉽고, 그 結果 正常的인 人間들을 바보로 만들어 주기 때문에, T.V세트를 바보箱子(idiot box)라고 부르는 理由도 여기에 있는 것이다.

이러한 狀況들이 家族間의 人間關係를 表皮化시키는 것은 當然하며, 그 結果 家庭內의 心理的 共同體意識이나 共感意識은 漸次的으로 稀薄해진다고 할 수 있다. 이렇게 보면 오늘의 現代人, 特히 青年들은 家庭內에서도 마음의 닻을 내릴만한 安息處를 찾기 어려운 狀況에 處해 있는 것이다.

5) 競爭, 挫折, 葛藤

어느 社會, 어느 時代를 莫論하고 競爭의인 要素를 排除할 수는 없다. 集團이 있으면 集團內에서 競爭이 있기 마련이며, 地位가 있으면 그 地位를 얻기 위한 競爭이 뒤따른다.

오늘의 青年들은 어느 社會, 어느 時代의 젊은이들 보다는 極甚한 競爭 속에서 살고 있다. 學校內에서의 競爭, 入試에서의 競爭, 職業社會에서의 競爭 등 熾烈한 競爭이 限없이 繼續되고 있다.

그런데 適切한 競爭은 社會發展과 人間의 動機誘發의 手段이 될 수 있지만, 그 程度가 甚해진 오늘의 競爭—邊倒의 生活은 精神的으로 지탱하기 어려운 心理的 壓力을 加重시켜 준다는 副作用을 隨伴한다. 勿論 오늘의 青年들이 心理的으로 堪耐하기 어려운 스트레스를 加重시켜주는 要素는 都市生活의 複雜性, 制限된 物理的 空間에서의 生活, 騒音, 速度가 빨라진 現代生活의 템포 등 許多하지만, 過熱競爭에서 오는 스트레스가 무엇보다도 크다고 할 수 있다.

이러한 스트레스는 青年들의 精神健康을 害칠만한 要因이 된다는 것을 等閒히 할 수는 없다. 大學에 進學하는 學生들의 不安神經症의 傾向이 繼續的으로 增加하고 있다는 報告는 端的으로 그 點을 指摘해 주고 있다. 昨年 大學生의 未來의 不安에 대한 全體의인 傾向을 보

28) 鄭寅錫, 現代 教育心理學(서울: 載東文化社, 1981), p. 362.

면 65.8%, 女學生 68.5%, 男學生 64.3%로 나타나고 있는데,²⁹⁾ 이것은 大學生들이 견디기 어려운 競爭에서 받는 스트레스의 作用인 것으로 分析할 수 있다.

오늘의 青年들에게 精神的인 苦痛을 주고 있는 것은 過度한 競爭에서 派生되는 스트레스만은 아니다. 또 하나의 要因은 繼續的인 挫折經驗에서 오는 情緒的 葛藤이란 現象이다. 挫折經驗이 반드시 情緒的 葛藤이나 落望만을 안겨주는 것은 아니며, 境遇에 따라 그런 經驗이 새로운 勇氣와 執念을 불러일으킬 수도 있다. 某入試에서 失敗한 經驗이 새로운 奮發心을 일으켜 다음의 試驗에서 成功을 거두거나, 方向轉換에 의하여 크게 成功하는 例가 적지 않는 것이다.

그러나 挫折經驗이 繼續될 때 그것은 情緒的 葛藤을 일으키게 되고, 不適應的 行動을 일으키기에 足하다. 特히 青年이 사는 社會體制가 開放體制이면 體制 일수록 豫見的 社會化(anticipatory socialization)는 빨리 일어나서 將來 地位에 대한 願望이 높아지지만, 制約認知(perception of limitation)는 잘 일어나지 않기 때문에 青年의 希望과 能力에 따른 期待사이에는 커다란 差異가 생긴다. 즉, 希求(wish)와 期待(expectation)사이의 差異에서 일어나는 願望隔差(aspiration discrepancy)의 現象이 쉽게 생긴다.³⁰⁾ 이런 願望隔差가 크면 地位의 不一致(status inconsistency)나 相對的 貧困感(relative deprivation)과 挫折感 및 葛藤을 일으켜 攻擊的인 人間이 되거나, 正常的인 方法으로 充足시킬 수 없는 欲求를 非正常的인 方法으로 解決하려고 하는 所謂 非行青年으로 轉落되는 境遇를 觀察할 수 있다.

이와 같이 오늘의 青年들은 情緒的으로 不安定되고 挫折과 葛藤狀態를 일으킬 수 있는 素地를 안고 있는 生活環境속에서 生活하고 있으며, 精神的으로 健康한 社會人이 되도록 하기 위하여 이러한 內的 不健康을 일으킬 수 있는 要素를 除去해야 할 教育的인 必要는 切實한 바 있다.

V. 不適應의 指導方案

不適應을 惹起시킬 수 있는 間接的 要因으로 心理的·社會的 要因을 살펴보았다. 이러한 要因에 의해 誘發될 수 있는 不適應을 指導하기 위한 方法에는 不適應의 發生 原因을 除去하여 不適應 行動을 豫防하는 積極的 方法과 不適應的인 行動을 治療·矯正하는 消極的인 方法이 있다. 그러나 여기에서는 여러 消極的 方法中에서도 特히 不適應을 治療·修正하는 非專門的 一般的인 方法과 專門的인 行動療法 두 方法에 대해서 吟味해 보고자 한다.

29) 姜昌赫 外, "效率的인 學生指導를 爲한 問題性向 分析研究", 學生生活研究, 第6輯(1983.12), p.109.

30) 韓完相, 現代社會와 青年文化(서울: 法文社, 1974), pp.112-134.

1. 一般의 指導法

이것은 不適應 行動을 治療하여 보다 適應된 行動으로 變化시키는 一般의인 方法이다. 桂 廣介³¹⁾에 의하면 不適應의 指導에 관한 一般의인 原理를 다음과 같이 列舉, 說明하고 있다.

1) 健康을 增進시킨다.

問題事態에 대해서 積極的이고 建設的으로 適應해 나가려면, 무엇보다도 健康이 必要하다. 그러기 위해서는 節制 있는 生活態度를 指導하여 健全한 精神을 갖도록 함과 同時에, 充分한 休息, 睡眠, 營養을 攝取하도록 하여야 할 것이다.

2) 親近한 人間關係를 만들도록 한다.

父母, 友人, 教師 등에 대한 보다 合理的이고 情的인 對人關係를 맺을 줄 아는 態度를 指導하여야 한다. 特히 青年期의 對人關係中에서도 交友關係의 役割은 보다 重要한 位置에 있다. 때와 곳에 따라서 無理 없는 親友關係를 맺고 서로간의 信賴感(rapport)을 最大限으로 높여서 보다 積極的이고 協力的인 人間交涉을 할 수 있는 人性을 指導해야 한다. 이런 人性이야말로 自我構造에 있어서 보다 精密하고도 均衡化된 人性인 것이다.

3) 自身에 관해서 올바른 認識을 가질 수 있도록 한다.

自身の 欲求, 動機, 反應에 대한 洞察이 보다 科學的으로 深化될 수 있도록 指導한다. 그 方法으로서 人間의 基本的 欲求, 行動의 力動性, 障害條件의 性質, 바람직한 反應樣式 등을 說明해서 이에 대한 깊은 認識을 갖도록 한다. 特히 本人 自身이 習慣이 되어 幼兒的 行動에 固着되기 쉬운 境遇에는 어떻게 反應하는 것이 效果的인가에 대해서도 指導해 줄 必要가 있다.

4) 自身の 苦悶에 대해서 말할 수 있는 機會와 勇氣를 주어야 한다.

自身の 抑壓과 葛藤을 참고 견디는 것도 必要하지만, 때로는 甚한 抑壓과 葛藤을 適切한 方法으로 풀 수 있는 機會와 勇氣를 주는 일이 精神健康을 위하여 더욱 必要하다.

5) 餘裕있고 沈着하고 또 寬大한 氣分을 가질 수 있도록 한다.

大體로 被暗示性(suggestibility)이 높은 者는 外部로부터 받는 刺戟을 意志的·合理的 判斷을 거치지 않고 刺戟 그대로 손쉽게 받아들여지게 된다. 이러한 現象은 自主的이고 安定된 行動特質이 形成되어 있지 않은 히스테리性 性格者나 知能發育이 不充分한 人에서 볼

31) 桂 廣介, 前掲書, pp.410-416.

수 있는 特徵이며, 그 結果는 環境과의 不調和를 낳게 된다. 이런 點에서, 自己思考, 自己活動의 能力과 態度를 기르는 일은 教育上 大端히 重要的 意味를 갖는다.

6) 個人的 能力에 알맞는 課業을 준다.

이 方法은 무엇보다도 課業自體의 價値問題 보다도 成功感을 기르고 自信과 意慾을 주는 데 意義가 있다. 즉 能力上으로 處理해 낼 수 있는 課業을 주어 이를 解決해 낼 때마다 稱讚을 해 줌으로써 成功感과 希望을 안겨 준다는 것이다. 個人的 失敗나 弱點에 대한 批判은 되도록 避하는 것이 좋으며, 特히 內向의이고 劣等感이 강한 사람에게 있어서는 더욱 그러하다.

7) 보다 잘 適應된 사람들과 密接한 人間關係를 맺을 수 있게 指導한다.

青年期는 感受性이 銳敏하여 周圍의 사람들의 行動舉止를 模倣하기 쉽다. 그렇다는 것은 萬一 父母나 成人들이 自己感情을 適切히 調節하지 못해서 잘못된 適應을 한다면, 自然히 그러한 態度가 兒童·青年에게 轉移되기 쉽기 때문이다. 이 原理는 教師의 態度에서도 例外일 수 없다. 이런 點에서, 家庭과 地域社會에서는 父母나 成人들로 하여금 成長發達하는 兒童과 青年들에 對해서 보다 適應된 生活態度를 갖도록 努力해야 할 것이다.

8) 工夫(作業)와 休息 및 놀이(運動·娛樂)와의 均衡을 維持시킬 것이 必要하다.

흔히 듣는 말 가운데 놀 때 놀고 工夫할 때 工夫하라는 말이 있다. 이 말 속에는 節度 있는 生活의 一面을 指摘하고도 있지만, 또 한편으론 일하는 것과 노는 것과는 適當한 均衡을 強調하고 있다고도 할 수 있다.

人間이란 너무도 한가지 일에만 치우쳐 있으면 오래 繼續할 수 없는 것이므로, 그 때 생긴 疲勞와 緊張을 풀 수 있는 適當한 休息과 娛樂이 絶對로 必要하다. 이 作業과 休息과의 關係는 한쪽으로 置重되는 일이 없고 過不及이 없이 보다 잘 調節되어 있어야 할 것이다. 사람이 어떤 한 일에만 沒頭한다는 것은 어떻게 보면 專心致志하기 때문에 成功과 發展을 가져온다고 볼 수 있으나, 그러나 그런 사람은 하나만 알지 둘은 모르는 외곬수 人間이 되기 쉬우며, 自己專攻分野에 있어서는 成功을 거둔지 모르나 自己中心的인 觀念이나 어떤 葛藤에서 벗어날 수 있는 人間이 못되기 때문에 亦是 圓滿한 社會的 適應은 못하게 된다. 어떤 不快한 經驗이나 感情的 對立關係로부터 벗어날 줄 아는 態度야말로, 社會的 適應을 돕는 重要的 條件이다.

9) 文學과 藝術面에 대한 보다 넓은 關心을 기를 것이 必要하다.

人間은 讀書과 藝術을 즐기므로써 情緒의 豐富함과 安定感을 얻게 되며, 그것은 個人과 集團과의 보다 圓滿한 社會的 關係를 맺을 수 있게 하는데 도움을 준다. 뿐만 아니라, 美的 合

理的인 感受性を 잘 發達시켜서 健全한 個人的 興味를 가질 수 있는 態度와 習慣을 기른다는 것은 青年의 教養을 높이고, 그들의 精神的 健康의 維持와 促進에도 큰 도움이 된다. 도움이 된다.

10) 他人에 대한 올바른 認識을 갖도록 한다.

青年期에는 父母 및 一般 社會適應과의 對立 때문에 自己意識이 強해지기 쉽다. 그리하여 每事에 있어 自己主觀的인 色彩가 짙으며, 社會 一般的인 價値를 넘어서 너무도 理念的, 空想的, 獨善的인 傾向을 갖게 된다. 이런 點에서 青年期에 指導上 必要的인 것은 自己中心的인 自我가 아닌 "面鏡的인 自我" (lookingglass self) 를 發展시키는 일이라 하겠다. 人間은 好 不好間에 어떤 사람과 交涉하면서 能動·受動的인 生活을 하여야 하기 때문에 그저 自己自身的인 欲求와 希望만을 爲主로 해서 살 수는 없으며, 恒常 他人의 處地와 行動의 動機를 깊이 理解하고 評價하면서 살아 나가야 할 것이다. 즉, 相互依存의 理解와 集團思考 및 集團過程에 대한 適切한 訓練을 指導할 必要가 있다. 이런 點에서, 社交性이 豊富한 사람은 自身的인 利己的인 傾向을 抑制하고 相對便의 欲求와 活動을 重視하게 된다.

11) 社會的인 洞察力과 社會的인 技能을 기른다.

問題에 直面하여 그저 情緒的으로 反應하는 것만이, 事態를 참으로 올바르게 積極的으로 解決하는 有能한 方法은 아니다. 必要的인 것은 問題 및 事態의 構造를 올바르게 볼 줄 알고, 또 그것을 合理的으로 處理할 수 있는 社會的인 技術을 體得하는 일이다. 이러한 社會的인 洞察力과 技術이 發達되어 있으면 어떤 事態와 緊張의 根底에 있는 原因을 分析·發見·處理할 수가 있어서 自然히 過度한 情緒의 緊張을 回避 또는 輕減시킬 수가 있음과 同時에, 成功의 기쁨을 얻을 수 있고 自信을 增大시킬 수 있는 것이다.

이와 같이 바른 判斷을 위한 社會的인 洞察力과 또 바르게 處理할 수 있는 社會的인 知識과 態度를 習得시킬 것이 必要하다.

12) 滿足한 人生觀을 갖도록 한다.

大體로 適應을 잘 하는 사람은 精神的으로 健康한 뿐만 아니라, 또 滿足할 만한 人生觀을 갖고 있다. 그러므로 社會的으로도 承認받을 수 있고, 倫理的인 諸原理와도 잘 調和된 行動樣式을 取할 수 있게 된다. 또 그런 사람들은 自己 環境을 理解할 뿐만 아니라, 集團의 一員으로서 自己役割과 因果關係를 理解하게 된다.

13) 欲望의 轉換을 指導한다.

情緒的인 不適應을 일으키는 緊張을 Sports 나 作業이나 學習活動 其他 文化的인 活動에 轉換

시킴으로써 마음의 安定과 恐怖를 解消시키는 方法이 必要하다.

특히 青年의 精神的 緊張을 詩·文章·美術·工作·音樂·舞蹈과 같은 文化的 形式으로 轉換시킨다고 하는 것은 精神的 均衡을 줄 뿐만 아니라; 그들의 美的 情操(aesthetic sentiment)를 높이고 調和的인 教養이 있는 社會人을 만드는데 있어서도 그 效果가 크다. 青年에 適切한 書籍·라디오·音樂·映畫·演劇과 같은 對象이란 그들에게 精神活動의 焦點을 주고 그들의 精神을 調節하는 役割을 하는 同時에, 또 各種 欲求緊張을 代價的으로 發散시키고 解消시키는 重要的 機能을 갖고 있는 것이다.

14) 바른 自己概念을 確立하도록 한다.

人間은 自身에 대해서 自己라고 하는 映像(image)을 세 가지 갖고 있는데, 現實的인 自己, 理想的인 自己, 그리고 他人에게 認知된 自己가 바로 그것이다.

大體로 세 가지의 自己像들이 不一致하고 均衡을 잃은 사람일수록 對人關係도 圓滿치 않고, 自己가 責任을 他人에게 轉嫁시켜 버리기 쉬운 것이다. Rogers³²⁾도 指摘했듯이 自己와 現實에 대한 經驗사이라든지, 現實的 自己와 理想的 自己와의 사이의 커다란 不一致는 不幸하고 不滿에 찬 사람을 만든다.

따라서 適應的인 人間을 기르기 위해서는 이러한 세가지 自己像들이 보다 잘 一致되고 調和的인 關係를 맺도록 指導해야 할 것이다.

2. 行動療法

앞에서는 不適應의 一般 指導法에 대한 것이지만, 이번에는 專門的인 面도 있지만, 一般 教師가 若干의 知識을 갖고 努力을 하면 多少 使用 可能한 行動修正療法에 대해서 論해 보고자 한다.

行動主義에서는 모든 行動이 學習된 것으로 보며, 遺傳이나 本能에 의하여 決定된다는 생각을 拒否한다. 萬一 行動이 遺傳的이거나 本能的이라면 行動은 이미 決定된 것으로서 一定 不變할 것이고, 그런 境遇에 變化를 目的으로 하는 教育은 存在價値를 喪失하고 말 것이다. 行動이 學習된 것이라는 말 속에는 行動이 앞으로 그 變化를 進行할 것이라는 意味를 內包하고 있다. 여기에 變化로서의 治療 및 修正이 成立할 수 있는 根據가 있는 것이다.

行動療法(behavior therapy)이란 이처럼 行動은 學習된다고 보는 行動主義의 學習理論 및 行動原理를 利用하여 特定한 行動의 變容을 企圖하는 技術의 體系를 말한다.³³⁾ Wolpe는 行動療法을 定義하여 “不適應行動을 變化시킬 것을 目的으로 實驗的으로 立證된 學習의

32) Ernest R. Hilgard and Others, Op. cit., pp. 393-394.

33) 金南星, 行動療法(서울: 培英社, 1976), p. 39.

原理를 適用하여 不適應行動을 弱화 및 除去함과 同時に 適應的 行動을 觸發 및 強化하는 方法"이라 했고, 호랑크스는 "行動療法, 즉 條件化療法이란 實驗的으로 確立된 學習原理에 바탕을 둔 하나의 治療方法"이라고 했다.

그러면, 이러한 方法에는 어떠한 것들이 있는가. 여기에 대해서 金南星 教授³⁴⁾는 다음과 같이 具體的인 技法을 列舉, 說明하고 있다.

1) 強化療法

強化療法(reinforcement therapy)은 Burrhus, F. Skinner의 學習理論을 여러 가지 種類의 不適應行動에 대해 應用하는 것이다. 個人의 어떤 行動에 대해 強化刺戟을 주면 그 行動은 形成되거나 繼續해서 하게 되지만, 報酬를 除去하면 그 反應은 消去하게 된다. 따라서 行動의 修正 및 治療는 바람직한 行動을 強化하고, 바람직하지 못한 行動을 消去함으로써 達成되는 것이다. 여기에 屬한 몇 가지 方法을 들면 다음과 같다.

(1) 代用經濟體制

代用經濟體制(token economy system)란 바람직한 行動이나 課題를 했을 때 物質的·社會的 強化를 直接 提供하는 代身, 購買力을 가진 象徴的인 票나 點數 등을 주는 強化體制로서, 普通 token system이라고 한다. 토오킨이 強化의 役割을 하기 위해서는 購買力이 있어야 한다. 즉 補償으로 사용되는 토오킨은 어느 程度 統制된 環境內에서만 通用될 수 있는 貨幣와 같은 性質을 갖고 있어서, 그 特定한 環境內에서는 兒童學生이 願하는 物件이나 特惠와 언제나 交換할 수 있는 有價證券이 되어야 한다.

토오킨을 使用하면 다음과 같은 長點이 있다.³⁵⁾ ①強化刺戟의 飽和를 防止할 수 있다. ②直接 感覺的으로 느낄 수 있어 自己行動이 強化를 받고 있음을 實感할 수 있다. ③언제 어디서나 強化를 줄 수 있어, 바람직한 行動을 識別하는 데 도움이 된다. ④하나의 強化를 여러 部分으로 나누어 줄 수 있다. ⑤強化刺戟의 種類와 序列을 分別할 수 있다. ⑥目標行動 學習에 대한 意欲을 높여준다.

(2) 役割演技法

役割演技(role-playing)란 日常生活 속에서 遂行하지 못하거나 遂行하기 困難한 役割行動 때문에 異常的 行動類型을 갖고 있는 學生에게, 現實的 場面이나 或은 劇的 場面을 통하여 役割行動을 演出시키거나 反復練習(rehearsal)시키거나 해서 그것에 대하여 強化함으

34) 上揭書, pp.47-238.

35) 李星珍, 人間學習의 原理(서울: 敎育科學社, 1980), pp.180-181.

로써 異常의 行動을 適應시키는 하나의 技術인 것이다.

가령 學校에서 親舊들과 어울리지 못하고 孤獨한 學生은 親舊들과 함께 活動하는 社會的 活動을 할 수 없기 때문에, 強化를 받을 機會가 없었기 때문인 것이다. 따라서 counselor 는 意圖的으로 必要한 社交的 活動을 演出시킴으로써 遲滯없이 強化의 機會를 client 에게 줄때 相對的으로 不適應行動의 消去에 크게 寄與하게 되는 것이다.

(3) 모델技法

모델技法(modeling)이란 client 에게 行動모델을 觀察시키거나 들려주거나 읽힘으로써 어떤 學習시키려는 行動을 實行을 통하여 學習하게 하는 技術이다. 수줍고 萎縮的인 學生은 他人의 外向的이고 社會指向的인 行動을 觀察함으로써 새로운 行動樣式을 배울 수 있으며, 화 잘내고 敵對的인 成人은 他人의 適切한 社會的 行動을 觀察함으로써 새로운 行動을 習得할 수 있는 것은 그 예이다.

이처럼 counselor 는 學生들로 하여금 보다 適應된 行動을 하는 他人의 行動을 直接 觀察하거나, 映畫·TV·라디오·錄音·自叙傳·프로그램화된 學習資料 등을 통한 經驗을 통해서 模倣學習을 하게 할 수 있다. 社會的 模倣學習이 成功的으로 이루어지기 위해서 社會的 模型(model)은 權威있고, 有能하고, 知識이 있고, 魅力이 있고, 能力이나 權力이 있어야 한다. 社會的 模型을 통한 學習은 個人別로 만이 아니라, 集團的으로도 實施될 수 있다.

A. Bandura³⁶⁾ 는 이 方法의 特徵을 다음 네가지 들고 있다. ①본보기는 觀察를 통하여 어떤 行動의 高尚한 面을 習得하는 것을 돕는다. ②모델이 어떤 行動을 하고 強化를 받는 것을 觀察함으로써, 그가 以前에 學習한 行動을 遂行하도록 돕는다. ③모델이 어떤 行動에 罰을 받는 것을 觀察함으로써 이와 비슷한 行動에 대한 制止效果를 갖는다. ④모델이 어떤 바람직하지 않는 行動을 하고도 罰을 받지 않는 것을 觀察하면, 制止된 行動이 풀릴 수도 있다.

(4) 行動契約法

行動契約法(behavior contract)이란 둘 혹은 그 이상의 사람들 사이에各自가 定해진 期間에 해야 할 行動을 詳細히 明文化하여 그 內容을 지킬 것에 契約하고, 그 同意한 內容이 잘 지켜지면 定해진 報酬에 의하여 強化되는 것이다. 萬若에 契約內容이 어느 한편에 의하여 履行되지 않는 境遇에는 公正性이 없다는 理由로 다시 協商하고 다시 契約하여야 한다. 例컨데 1日 2時間씩 家庭에서나 圖書室에서 工夫하기로 學生과 教師間에 契約을 맺고 이를 實踐하면 強化刺戟을 提供하고, 이를 實踐하지 못하면 그 程度에 따라서 強化刺戟을 減少해 나가는 것이다.

36) 黃應淵, 前掲書, pp. 273-274.

넓게 解釋하면 토오건시스템도 全般的으로 이 契約法에 屬한다고 볼 수 있지만, 契約內容을 分明히 明文化하고 同意한다는 點에서 行動契約法의 特徵이 있다.

(5) 行動形成

行動形成 (shaping)이란 最終目標行動을 여러 段階 (small step)로 나누어, 낮은 段階로부터 하나씩 強化하여 漸進적으로 目標行動에 接近시키는 過程이다. 즉 바라는 行動이 發生하지 않거나 아주 낮은 水準에 있다면 바람직한 行動을 할 때까지 기다리지 않고, 그 最終目標行動에 이르는 過程을 여러 段階의 行動單位로 나누어 낮은 段階의 行動으로부터 차례 차례 強化하여 終着行動에 到達하도록 하는 技法이다.

例컨대 授業時間에 工夫 (目標行動)는 하지 않고 장난 (現在行動)만 하는 學生의 行動修正에는, 장난 말고 工夫에 熱中하는 行動을 조금이라도 할 때 強化해 주면 된다. 이런 學生은 適應行動을 전혀 學習하지 못하였거나, 行動을 學習했어도 그 行動을 維持할만한 動機條件이 不充分하여 消滅하고 있거나, 現在의 環境의 動機的 條件이 弱하여 學習된 行動을 거의 일으키지 못하는 등의 行動缺損의 理由를 所持하고 있기 때문에, 但 2分동안이라도 工夫와 關聯된 行動을 보이기만 하면 即刻적으로 強化해 주어야 하는 것이다. 이 段階가 이루어지면 다음 段階에서는 5分, 10分, 15分 등 漸進적으로 時間을 늘여가며 強化해 나간다면 最終目標行動 (1時間)에 到達할 수 있다.

(6) 프리맥 原理³⁷⁾

프리맥 原理란 premack이란 心理學者가 體系化한 것으로서, 頻도가 높은 行動은 頻도가 낮은 行動에 대해서 強化力을 갖는다는 것이다.

社會的 強化를 除外하면, 앞서 든 強化는 모두 어떤 形態의 物質을 必要로 한다. 그러나 靑年이나 成人들에게는 자기가 願하는 活動의 機會가 큰 強化力을 갖게 된다. 趣味에 맞고 興味있는 일은 자주하게 되지만, 別로 재미없고 귀찮은 일, 義務적으로 해야 할 일은 될 수 있는 대로 하지 않으려는 傾向이 있다. 그러므로 가장 頻도가 높은 行動은 頻도가 가장 낮은 行動을 했을 때 그것을 補償으로 주면, 낮은 行動을 強化시킬 수 있는 根據가 된다.

이 原理를 使用하고자 할 때는, 먼저 學生의 여러 行動에 대한 頻度表를 만들어야 한다. 일단 表가 完成되면, 거기에서 가장 頻도가 높은 行動을 가장 頻도가 낮은 行動을 強化하는 데 使用할 수 있다. 例컨대, 兒童의 行動頻度表上 頻도가 가장 높은 行動은 運動場에서 뛰어놀기, 구슬치기 등일 것이고, 가장 낮은 行動은 算數나 國語工夫일 것이다. 그러면 一定 時間

37) 李星珍, 前掲書, pp.178-179.

李星珍, 學校에서의 行動修正 (서울: 培英社, 1972), pp.59-61.

의 國語나 算數工夫를 하면 그것을 條件附로 밖에 나가 뛰어 놀거나 구슬치기를 하게 하는 것이다.

中高學生에게도 頻도가 높은 行動이 強力한 補償力으로서 學習動機誘發에 寄與할 수 있다. 그들은 發達段階로 봐서 그들의 目標나 理念에 關係되는 活動에 耽溺하는 傾向이 있다. 머리가 優秀하고 學習進度가 빠른 學生들이라면 所定の 學習을 끝냈다면, 學校學習以外的 다른 創造的인 活動에 參與하도록 하는 것이 훨씬 生産的인 것이다.

2) 相互制止法

相互制止法(reciprocal inhibition therapy)은 神經質的 不安과 行動은 學習된 行動이며, 그 行動과 相反(競爭)하는 行動을 學習시킴으로써 除去 또는 制止될 수 있다는 基本前提에서 出發한다. 換言하면 不安을 일으키는 刺戟이 있는 狀態에서 不安을 일으키지 않는, 즉 不安과 相反되는 狀態를 導入시킴으로써 不安을 中和 또는 相殺시켜 버린다는 原理에 土臺를 두고 있다.

다음은 相互制止에 의한 心理治療에서 使用되는 몇 가지 治療技術이다.

(1) 體系的 減感法.

體系的 減感法(systematic desensitization therapy)이란 來談者로 하여금 弛緩하는 方法을 習得시키고, 이 弛緩狀態에서 그에게 威脅的 經驗이 되며 不安을 造成하는 刺戟을 그 強度에 따라 體系的으로 증으로써 減感시키는 方法이다.

體系的 脫感法에는 다음의 네가지 段階가 있다.³⁸⁾ ①來談者에게 不安을 誘發하는 刺戟을 가려내고 그 程度에 따라 不安位階表(anxiety hierarchy)를 作成한다. ②그 位階上의 特定한 刺戟에 대해 想像하게 하여 이것이 不安을 誘發하는지를 檢査한다. ③不安에 反對되는 反應을 選定한다. 必要한 境遇에는 漸進的인 弛緩法을 使用하여 訓練시킴으로써 不安狀態를 없앤다. ④가장 弱한 不安刺戟과 弛緩狀態를 結付시켜 이 刺戟에 대한 不安을 없앤 後, 그보다 좀더 강한 不安刺戟에 대한 不安을 除去하는 方式으로 차츰 올라가서, 나중에는 가장 강한 不安誘發刺戟에 대한 不安을 除去하여 目的을 達成시키게 된다.

이러한 脫感法에는 Wolpe가 主로 使用한 想像을 통한 脫感이 아니라 現實的 場面에서 모델과 來談者와의 肉體的 接觸으로 이루어지는 現實脫感法(in vivo desensitization)과 相互 接觸하여 共同으로 行한 行動으로부터 漸次 離脫 獨立하여 行할 수 있게 하는 接觸脫感法(contact desensitization)이 있다.

(2) 主張的 反應

38) 黃應淵, 前掲書, p.273.

主張의 反應(assertive response)은 對人關係에서 일어나는 不適應의 不安의 境遇에 가장 適合한 治療技術로서, 한 個人이 不安과 함께 忿怒를 積極的으로 表現하는 行動은 서로 兩立될 수 없기 때문에 萬一 個人의 생각을 主張할 수 있다면 不安을 抑制할 수 있다고 假定하고 있는 것이다.

例컨대, 편찬을 받을 것이 두려워 親舊에게 自己意思를 發表하기를 두려워 한다든지, 그릇된 待遇를 받았는데도 抗辯하지 못하는 境遇, 來談者로 하여금 自己의 合法的인 權利를 主張하게 함으로써 그의 不安을 克服하는데 이 技術이 有效하다.

3) 負의 練習

負의 練習(negative practice)은 不安을 造成하는 어떤 反應을 繼續하게 했을 때 그 反應을 하는 것이 苦痛스럽기 때문에, 그 苦痛스런 反應을 中止하면 不快感情을 避하는 結果가 되어서 正的인 強化를 받게 된다는 데에 根據를 두고 있다.

例컨대 히피族에게 一定한 場所의 範圍內에서는 마음대로 하게 내버린다든지, 工夫를 싫어하는 學生이 하루 終日 거리를 彷徨하게 버려두었을 때 別意味를 느끼지 못하여 結局 바람직한 位置나 本分으로 돌아올 수 있다고 假定할 수도 있다.

이 方法은 타이프라이터, 피아노의 誤打를 修正하기 위한 데서 부터 始作하여, 最近에는 말더듬이 틱크(tic) 夜尿症 自慰 同性愛 등에까지 適用하고 있다.

4) 嫌惡療法

嫌惡療法(aversion therapy)이란 各種의 不適應行動에 대해 嫌惡刺戟을 提示함으로써, 不適應行動을 解除條件化(deconditioning)의 매카니즘에 의하여 消去시키는 方法이다. 즉 不適應行動에 대하여 嫌惡刺戟을 加하여 그것을 回避 및 制止시키고 適應行動을 誘導 및 勸獎하는 技法이다.

이 方法을 適用하는 데는 不安이나 情緒의 反應에 대한 罰, 回避條件形成 및 古典的 條件形成의 세 過程이 있다.

여기에 使用되는 不快刺戟으로는 心理的·物理的·化學的 嫌惡刺戟이 있다.

(1) 心理的 嫌惡刺戟

嫌惡刺戟을 不適應行動과 相互 聯關시켜 提示함으로써 不適應行動에 대해서 心理的으로 嫌惡反應을 일으켜 治療 및 修正에 效果를 올리려는 技法이다.

이를 非行問題에 適用하면 收監者의 一生 동안에 가장 苦痛스러웠거나 心理的 傷處를 크게 남긴 事件을 필름에 담아서 그 畫面(US:心理的 嫌惡刺戟)을 非行的 畫面(CS)에 이어서 上映하면, 非行에 대한 嫌惡感이 條件化될 것이다.

흔히 心像 (image) 을 통하여 條件化시키는 方法이 쓰여지고 있는데, 心像은 治療者가 어떤 場面을 想像하도록 指示하거나 때로는 催眠의 技法을 使用하여 暗示的으로 構成시킬 수도 있다. 이와 같이 心像을 통하여 想像的으로 練習하는 것을 精神練習法 (mentar rehearsal) 이라고 하여, 現場에서 行하여 練習하는 行動練習法 (behavior rehearsal) 과 區別된다.

(2) 物理的 嫌惡刺戟

物理的 嫌惡刺戟中에서 가장 많이 使用되는 것이 電氣쇼크이다.

Feldman은 同性愛患者를 治療함에 있어서 US로서는 電氣쇼크를, CS로서는 同性의 슬라이드를 使用하였다. 즉 患者는 同性의 슬라이드를 볼 때면 언제나 받게 되는 電氣쇼크의 嫌惡刺戟을 避하기 위하여 同性의 슬라이드를 안보고 (回避反應), 異性の 슬라이드를 擇하면 自動的으로 쇼크는 斷切되어 嫌惡刺戟으로 부터 解放되는 報償을 받게 되는 것이다. (強化) 이러한 物理的 嫌惡刺戟에는 視覺 및 現物刺戟이 있다.

(3) 化學的 嫌惡刺戟

이것은 藥品의 化學的 效果를 利用하는 方法이다. Raymond는 性倒錯症에 의하여 女性의 所持品을 훔치는 成人에 대하여 apomorphine을 注射하고, 患者가 嘔吐感을 일으키기 直前に 性倒錯行爲의 對象物인 핸드백, 스타킹, 부라자, 乳母車 등을 提示하여 嫌惡感을 條件化시킴으로써 治療하였다.

藥物을 통한 方法은 相當히 效果를 올릴 수도 있으나, 患者에게 苦痛 瀰증 時間浪費 心理的 混亂 등의 被害가 있어서 施設收容의 條件下에서가 아니면 充分한 效果를 올릴 수 없다.

VI. 結 語

以上에서 青年期の 不適應行爲과 그 誘發 要因 및 指導方法을 中心으로 檢討하여 보았다.

이미 보았듯이, 오늘날 만큼 人間의 適應問題에 關心을 가진 일은 일찍 없었다. 그만큼 人間은 빠른 速度와 多様な 變化로 豫測을 不許하는 未來의 衝擊을 抱擁한, 適應하기 어려운 現代文化에 生きている。 이러한 狀況속에서 삶의 努力과 競爭은 環境에 대한 適應과 不適應의 形態로 나타나, 成功한 適應은 精神健康을 增進하고 適應力을 더욱 護持 增進시키지만 失敗로 끝난 適應은 精神健康을 破壞하고 適應力을 減退시킨다.

특히 青年期는 適應體制의 基本樣式이 바야흐로 確立되려고 하는 人生 危機의 過渡期로서, 이러한 急激한 社會變動은 前述한 心理的 特徵과 密接하게 結合함으로써 어느 다른 時期 以

上으로 青年에 威脅을 加하게 되어 여러 가지 不適應行動露出의 潛在的 要因이 된다.

勿論 青年期에 表出되는 問題行動의 原因은 이 心理的·社會的 要因 外에 幼兒·兒童期로 溯及할 수도 있고, 또 人間의 遺傳이나 本能에 歸着시킬 수도 있다.

그러나 行動主義 心理學者들은 모든 不適應行動도 一般的인 人間의 行動과 마찬가지로 後天的으로 學習된 것이라고 假定한다. 行動이 學習된 것이란 말은, 行動은 變化 可能하다는 것을 뜻한다. 萬一 行動이 過去나 遺傳에 의해서만 決定된다면 그것은 固定不變할 것이고, 그런 境遇 意圖의·計劃的인 變化를 目的으로 하는 教育은 그 存在意義를 半減하게 될 것이다. 教育의 一環으로서의 治療 및 修正이 成立할 수 있는 根據도 그 學習(變化) 可能性에 있는 것이다.

따라서 青年期の 不適應的 行動을 修正 및 治療하고, 또 缺損行動을 獲得·增強하기 위하여 一般的 指導法과 行動修正療法을 有效適切하게 適用해야 함은 너무나 當然하다.

青年期の 無限한 潛在的 發達可能性은 行動修正을 可能하게 하며, 또 矯正 및 治療로서의 行動變容이 이루어져야 한다. 青年期는 學習의 季節로서, 人生에 있어 豐饒한 學習과 成就를 위해 能率的·適應的 行動을 學習하고 또 增強시켜야 할 것이다.

이러한 行動은 青年自身の 個人 人生에게만 아니라, 健康社會의 發展을 爲해서도 重要하다는 것은 거의 疑心의 餘地가 없을 것이다.

Summary

**A Study on Adolescent's Maladjusted Behavior and its
Modifying method**

Ko Myoung-kyou

The main purpose of this study is:

- 1) to make a comprehensive survey of the nature of adjustment and maladjustment to the environment.
- 2) to seek for the method to modify adolescent's problem-behaviors.

The contents to achieve those aims are as follows:

- 1) Adjustment refers to a harmonious relationship between the person and his environment; Maladjustment mentions a disharmony between the individual and his environment. But the criterion of these adjustment and maladjustment is largely defined by the rules and standards of society which the person lives in.
- 2) We find out the typical maladjusted behavior of adolescents;
 - a) academic underachievement.
 - b) social isolation and conflict.
 - c) anti-social behavior.
 - d) self-abasement and self-display.
 - e) negative attitude.
 - f) expression of violent emotion.
 - g) anxiety-neuroses.
- 3) We consider that social and psychological factors bring them to maladjusted behavior of adolescents.

Psychological factors include;

- a) an anxiety and unstability of transitional period.
- b) an uncomplete and inferiority feeling as a marginal man.
- c) a sensitivity of self-consciousness.
- d) a lack of meditation on psychology of human beings.

Social factors include;

- a) confusion and crisis of the traditional value.
- b) a weakness of home functions.
- c) a variety of vocational world.

- d) a superficial relation among the other man.
- e) competitions, frustrations, and conflicts with social change.
- 4) The methods of reforming adolescent maladjusted behavior adopt the general modifying principle and the behavior therapy.

The former includes;

- a) promoting physical health.
- b) establishing a human relationship with his age group.
- c) having an opportunity to speak his problems.
- d) having a correct understanding of himself and others.
- e) providing him with a suitable task for his ability.
- f) maintaining a balance between a work and play.
- g) cultivating a social skill and insight.
- h) taking a sound view of life.
- i) diverting his instinct into a desirable social culture.
- j) building and maintaining a self-concept.

The latter includes;

- a) reinforcement therapy.
- b) reciprocal inhibition therapy.
- c) negative practice.
- d) aversion therapy.

In conclusion, considering one's life, adolescents should need to modify their behaviors in order to add to their store of knowledge and to have a large experience in golden time of life.