

青少年的心理的特性和非行問題的對處法

A Psychological Character and Adjustment of Adulthood

姜 昌 赫*
Kang, Chang-hyuk

目 次	
I. 序 言	IV. 青少年非行的對處
II. 青少年的心理的特性	(一) 效果的인對處法
III. Frustration과 그 原因	(二) 課題指向的對處法
(一) Frustration의 概念	(三) 自我防禦的對處法
(二) Frustration의 原因	V. 結 論

I. 序 言

青少年的指導問題는 어느 時代나 國家·社會를 막론하고 重要視되어 왔다.

우리나라에서도 1980年代의 教育問題를 教育計劃이란 立場에서 취급한 韓國教育開發院의 「教育發展의 展望과 課題」에는 經濟社會發展의 展望과 教育을 ① 高度産業社會의 到來, ② 高級人力 需要의 激增, ③ 經濟社會의 國際化 및 開放化, ④ 民間部分의 成長과 自律化, ⑤ 人口構造의 變化와 地域間의 移動, ⑥ 人口教育의 強化 및 民族文化의 育成 發展¹⁾ 등을 들고 있다.

특히 人間教育에 關해서는 “經濟의 持續的인 高度成長에 따른 高度産業化의 到來는 必然的으로 豐饒한 社會가 갖는 特徵的인 社會問題들을 隨伴한 것으로 본다. 예컨대 物質萬能의 風潮, 人間疏外, 青少年非行 등의 社會病理現象이 社會의 關心을 끌게 될 것이다. 이런 問題에 對處하기 爲하여 教育은 知識과 技術을 習得하기 爲한 手段으로서만 利用될 것이 아니라, 人間形成 그 自體와 人類의 價値實現이라는 問題에 重點을 두어야 할 것이며, 人間教育의 強化는 産業社會의 重要한 課題가 될 것이다.”²⁾ 라고 指摘하고 있다.

* 濟州大學校 師範大學 助教授

1) 韓國教育開發院, 「教育發展의 展望과 課題」(1978~1991), 答申報告書, 1978, pp.18~23.

2) 韓國教育開發院, 上揭書, p.23.

2 學生生活研究

오늘날 우리의 社會現象은 그 어느 때보다도 急變하고 있으며, 科學技術의 發展, 새로운 知識의 激增, 産業化에 따른 工業化 및 都市化, 經濟成長에 따른 職業觀의 變化, 더우기 最近에 있어서 一連의 教育改革에 따른 入試制度의 變化, 再修生의 問題 등 學校教育에도 많은 問題點을 던져주고 있다. 이와 같이 靑少年들은 複雜한 社會現象속에서 많은 當面問題에 봉착하게 된다. 이런 當面問題를 적절히 解決치 못하는 데서 非行靑少年問題는 날로 增加趨勢를 보여주고 있으며, 그 內容의 多樣化, 知能化, 凶惡化로 變貌하여가는 傾向이다.

특히 靑少年期는 身體的으로는 거의 成人水準에 達했지만 精神的인 面으로는 아직도 成人水準에 未達된 實情이다.

그러면 오늘날의 靑少年을 어떤 存在로 보고, 그들의 問題行動을 어떻게 理解해야 할 것인가? 이 問題야말로 靑少年問題의 原因을 糾明하고 豫防해서 指導하는데 必須的인 條件이라 하겠다.

Hurlock (1966)은 오늘날 美國의 靑少年들에 對해서 “새로운 種”(a new species)³⁾ 이란 副題를 붙이고 있다. 그 理由는 오늘날의 靑少年들은 既成人들이 자란 環境과 全然 다른 環境에서 자라고 있기 때문에 靑少年들의 意識構造와 行動이 다르다는 事實을 強調하고 있는 것으로 理解해야 할 것이다.

Hurlock (1980)⁴⁾의 研究結果에 依하면 先進(開放)國의 成人들은 靑少年問題를 成長發達過程上的 問題로 보아 많은 적든 간에 그들이 必然的으로 體驗해야 하는 課題로, 比較的 樂觀視하고 肯定的으로 받아들이는 傾向인데 反하여 後進(閉鎖)國의 成人들은 痼疾的인 病弊로 보아서 罪惡視하고 白眼視하며, 非觀的이고 否定的 態度를 取하는 傾向을 보이고 있다. 따라서 이에 對한 指導策이나 方法도 前者는 事前 豫防에 焦點을 두고, 既成世代의 態度變化와 社會改善을 통한 環境變化에 力點을 두는데 反하여 後者는 道德 및 教育的 次元에서 禁止的, 強壓的 方法으로 非實踐的 理論이나 討論만을 일삼는 傾向을 보여주고 있다.

하나의 靑少年問題를 두고 先進國과 後進國의 成人 사이에 왜 見解差가 發生하느냐의 問題는 人生觀, 教育觀의 見解差와도 關連되지만, 靑少年들의 問題行動을 巨視的으로 봐서 因果的으로 推論하며, 發達心理學的 見地에서 究明해 가느냐? 아니면 微視的으로 보고, 結果에만 집착해서 道德이나 犯罪學的 根據에서 現在의 狀態를 評價하는 데만 汲汲하느냐의 觀察者의 態度나 觀察目的과도 깊은 關係가 있다.

이 研究에서는 靑少年의 心理的 特性을 考察해 봄으로써, 그 特性和 一連의 欲求不滿要因을 糾明함과 同時에 靑少年非行問題를 事前에 豫防하고 對處하는 方案을 모색하여 보고자 한다.

3) 文光錫, 靑少年問題와 將來, 大韓出版公社, 1983, p.24.

4) 上揭書, pp.22~23.

Ⅱ. 青少年의 心理的 特性

우리는 青少年들을 어떤 存在로 理解해야 할 것인가?

이들의 問題는 發達過程의 側面에서 理解되어야 하며, 그들의 問題는 어떤 事態(situation)에서 어떤 樣相으로 反應하고 어떻게 適應하고 있는가?에 焦點을 두고 環境과의 力動的 關係에서 糾明하여 理解해야 할 것이다.

1) 發達過程上的 過渡期 (ransition age)

青少年이란 兒童에서 成人으로 發達하여가는 過程中的 한 時期로서 發達過程上的 過渡期 (ransition age)이다. 文化的 過渡期나 經濟的, 政治的 過渡期가 모두 그러하듯이, 過渡期란 반드시 不安과 混亂 그리고 陣痛이 따르기 마련이다. 그러기에 青少年期는 發達過程上으로 그들의 內的 世界나 그것이 外顯되는 行動徵候上으로도 不安, 葛藤이 있기 마련이다. 이와 같은 不安이나 葛藤을 肯定的으로 受容한다면 그것은 確實히 發展을 위한 陣痛이다. 그렇다고 모두가 肯定的 行動만은 아니다. 그 過程에는 否定的인 것도 생기게 마련이어서 美風이나 秩序를 해치고 非行이나 犯罪가 생길 수도 있다. 그러기에 우리들은 이와 같은 否定的인 面을 事前에 豫防하고 過渡期에서 發生하는 不安, 葛藤, 欲求不滿 (Frustration)을 最少限으로 줄이도록 指導해야 할 것이다.⁵⁾

2) 發達過程上的 周邊期 (marginal man age)

Lewin은 青年期를 가리켜서 「周邊期」(marginal man age)⁶⁾라고 부르고 있다. 이는 青少年들은 兒童과 成人, 그 어느 쪽에도 끼이지 못하고 있다는 뜻이다. 即 青少年들은 兒童들처럼 完全히 成人에 기댈 수도 없고, 成人들처럼 社會舞臺의 中心에서 獨立된 責任者로 行세할 수도 없다. 어느 쪽에도 끼이지 못하고 周邊에서 빙빙 돌아다니며 求景만 해야하는 이른바 周邊人이다. 옛날 같으면 當當히 成人行勢를 할 수 있는 年齡인데도 社會에서는 그것을 認定치 않는다. 兒童便에 들자니 幼稚스럽고, 成人들의 行動을 보면 부럽기만 하다. 青少年들은 이와 같은 周邊性에 隨伴해서 不安과 葛藤이 潛在하며 그로 因한 諸般 不適應問題가 發生하게 마련이다.

5) 李相魯, 青年期의 特性과 學生指導의 問題, 慶北大學校 補職教授세미나 資料, 1981.

6) K. Lewin, Field Theory and Experiment in Social Psychology, American Journal of Sociology, 1939, 44, pp.868~897.

金鳳韶, "大學生의 心理社會的 態度에 關한 研究," 慶北大學校 學生指導研究所「학생지도 연구」, 제 6 권, 1 호, 1973, p.34.

3) 疾風怒濤의 時期

이와 같은 特性때문에 Hall 은 「疾風怒濤의 時期」⁷⁾ 라고 부르고 있다.

Hall 은 靑少年들의 感情生活은 相互 矛盾되는 心的 傾向性間的 動搖라고 주장한다. 精力消耗나 異常行動 뒤에는 無關心, 無氣力, 嫌惡 등이 뒤따른다. 感情이 躁의 狀態에서는 大笑, 精力的, 愛好的, 自己陶醉, 充溢된 陽氣狀態에 빠졌다가도 어느새 鬱의 狀態, 大怒, 無氣力, 嫌惡, 自己怠慢狀態로 變해 버린다. 自己本位, 自負心, 優勢 등도 이 時期에 온다. 同時에 自己卑下, 屈從, 羞恥心도 이 時期의 特徵이다. 靑少年들은 孤獨과 한가로움을 願하지만 親舊로부터 友情으로 감싸주기를 願하기도 한다. 實際로 交友集團이 크게 영향을 주는 時期는 바로 이 時期밖에 없다. 때로는 銳敏한 感受性和 紐帶性을 發揮하다가도 때로는 無感動과 冷酷性을 나타내기도 한다. Hall 은 이와 같은 現象이 靑少年의 特徵이라고 說明하면서 創造的인 激한 熱狂과 깊은 感傷的 厭世感情과의 對照의 相反된 行動이 複合된 것이라고 한다. 이런 뜻에서 靑少年期를 鄭範模(1971)는 「暴風雨의 時期」⁸⁾ 라고 부르고 있다.

4) 第二誕生期 (new birth)

Rousseau 는 「人生的 第二誕生期」(new birth)라고 命名하고, 그의 大著 Emile 가운데서 “우리는 말하자면 두번 태어나게 된다. 한번은 存在하기 위하여 태어나고, 또한번은 生活하기 위하여 태어난다. 한번은 種族(人間)으로 태어나고, 또한번은 男性 또는 女性으로 태어난다.”⁹⁾ 라고 했듯이 性的인 成熟은 急激한 變化가 나타나서 成人水準에 達하게 되며, 精神的 側面에서는 새로운 自我意識이 形成 發達과 同時에 自我正體感이 形成 定立되어 간다. “靑少年期에 自我를 發見한다는 것은 自己內面으로 視線을 돌리는 일이고, 自己의 主觀을 다른 모든 것으로부터 獨立시켜서 보는 理想世界의 發見인 것이다. 따라서 여기에 獨立의 體驗이 있게 되고, 內面的 動搖가 있고, 自尊自負와 自卑自嘲의 交錯心理(自我와 環境과의 抗爭)가 따른다”¹⁰⁾ 라고 했듯이 靑少年期는 人生的 再出發이 始作되는 時期요, 精神과 生活樣式的 再體制化가 이루어지는 時期인 것이다.

5) 感情의 兩向性

鄭範模(1979)는 靑少年들의 心理特性으로 「感情의 兩向性」¹¹⁾ 을 들고 있다. 이는 相反되

7) G.S. Hall, Adolescence, 2 vols, Appletton 1916. 中西信男, 靑年의 心理と指導, 福村出版社, 1982, pp.35~36.

8) 李星珍外 2人, 國家發展과 靑少年, 培英社, 1978, p.10.

9) 金平玉譯, 에밀, 集文堂, 1982, p.177.

10) 桂廣介, 靑少年心理學, 金子書房, 1964, pp.283~288.

11) 李星珍外, 前揭書, p.18.

는 두 가지 感情 卽, 欲求, 執着사이를 往來하는 언듯 보기에 矛盾되는 感情을 意味한다. 그들의 感情은 父母에의 依存과 獨立, 順從과 反抗, 安逸과 開拓, 個人과 集團, 落心과 希望, 現實妥協과 理想固守 등의 사이를 순간적으로 往來한다. 이와 같은 兩向感情은 一步 進展하여 兩向 行動으로 나타난다. 卽 感情이 愉快(mania)한 狀態에서는 自信感에 넘쳐서 活動的이고, 利己的, 社交的, 求知的 活動을 할 뿐만 아니라 慈悲에 넘쳐 親切하고 同情心이 強하여 善行을 하다가도 어느새 鬱의狀況(melancholia)로 빠져서 上記와 같은 行動은 감쪽같이 사라지고 만다. 周圍의 父母나 教師들은 흔히 이 兩向感情의 一面만을 보고서 靑年들을 誤解하고 잘못 指導하는 경우가 많다. 獨立과 反抗을 일삼는 靑少年들은 保護나 順從을 願치않는 靑少年이 아니라, 도리어 한쪽이 클수록 다른 쪽의 渴求가 더 큰 것이 普通이다. 이와 反對의 論理도 成立된다. 獨立이라고 내버려두면 혼자 지쳐서 쓰러지고, 順從이라고 安心하고 있으면 ulla가 터뜨러질 수도 있다. 이 때문에 靑少年들 自身도 「나도 내 마음 모르겠다」고 느끼거니와 父母와 教師도 指導上 갈피를 잡기 어려울 때가 많다. 그래서 이 時期를 흔히 「不可解의 時代」라고 부르기도 한다.

6) 自己誇示期

또한 靑少年期를 「自己誇示期」라 하기도 한다. 有名한 사람이나 人氣人의 態度나 行動을 模倣해서 自身을 나타내어 滿足해 한다. 時代的 流行에 상당히 敏感하며 氣分과 멋을 찾는 時期다. 말하자면 流行을 따라, 그 곳에서 自己를 나타내 보려고 하기 때문에 이 時期를 「멋내는 時期」(smart age) 또는 「돋보이려는 時代」라 부르기도 한다.

7) 冒險의 時期

그리고 靑少年을 理解해야 할 또 하나의 側面은 「冒險의 時代」¹²⁾이다.

그들의 理想이 벽에 부딪혀서 實現 不可能케 되면 道德的 頹廢行動으로 變해 버린다. 卽 I. F. D. (Ideal → Frustration → Demoralization)의 公式에 依해서 行動이 展開되는 경우가 많다. 그들은 未知의 世界에 對한 旺盛한 好奇心이 있다. 冷待를 받거나, 劣等感에 사로잡히게 되면 家出, 竊盜, 自殺 등의 冒險을 하기도 한다. 要컨대 靑少年期는 初老期와 함께 人生의 二大危機라 일컫는다. 思索의 눈을 뜨고 무엇인가를 懷疑하며 既存에 挑戰을 하는 그들의 姿勢가 感傷만은 아니다. 그것은 누구나 體驗하는 精神의 遍歷이며 自己成長의 過程이다. 그들의 行動을 理由없는 反抗이라고 看過하려는 지나친 安逸과 無知의 遍見은 一掃해야 할 것으로 본다. 이 時期의 親子間의 葛藤形態는 一般的으로 卍중에 對한 말대꾸, 意見對立, 不服從, 拒否의 態度, 反抗, 家出, 自殺 등의 形態로 나타나지만, 父母의 性格, 教育程度, 社會階層, 年齡

12) 鄭寅錫外, 生活指導, 載東文化社, 1972, p.244.

등과 子女의 性格, 知能, 葛藤의 程度, 父母와의 親愛感 등에 따라서 그 樣相은 多樣하게 나타난다.

그러면 靑少年期의 發達段階에서 볼 수 있는 特性들을 좀 더 具體的으로 考察해 보면 다음과 같다.

8) 自我正體感(Ego-identity)의 危機

Erikson (1959)¹³⁾은 自我正體感이란 自己同質性を 維持해 나아가는 自己能力에 對한 個人的 自身感이라 했다. 이러한 自我正體感を 主觀的 側面과 客觀的 側面으로 나누어서 考察해 보면 主觀的 側面은 個人的 側面을 말하며, 客觀的 側面은 心理, 社會的 正體感を 意味하는 것으로서 이들의 再統合化와 再構造化가 要求되는 時期가 靑少年期로서 이들은 大部分 正體感의 危機를 體驗하게 된다. 個人的 正體感이란 時間的 經過속에서 維持되는 諸般 自我의 同質性과 連續性에 基礎를 두고 있다. 그에 依하면 自我正體感의 主觀的 側面은 自我의 統合에 있어서 同質性과 連續性이 있다는 事實을 自覺하는 것과 他人에 對해서 自身の 同質性과 連續性を 保存하는데 有效하다는 事實을 아는 自信感이라는 것이다.

靑少年期는 이런 自我正體感이 形成, 確立되어야 한다. Erickson에 依하면 人間은 八段階를 거쳐 形成, 發達해 가는데, 各段階는 그의 獨特한 身體的, 心理的, 社會的인 여러 特性들이 複合作用으로 發生하는 心理的, 社會的 危機를 體驗하게 된다. 이 危機의 克服이 곧 그 段階에 있어서 發達の 基本目標로 주어지게 된다고 한다. 그러나 各段階의 이런 危機를 克服치 못할 때에는 그에 相應하는 否定的인 發達이 이루어지게 마련이다. 그에 依하면 靑少年期는 發達の 五段階로서 그 以前의 信賴感 對 不信感(口腔期: oral stage), 自律性 對 羞恥心과 懷疑感(肛門期: anal stage), 率先性 對 罪意識(男根期: phallic stage or oedipus complex), 勤勉性 對 劣等感(潛伏期: latent stage)의 心理 및 社會的 危機의 克服 與否로 發達の 樣相을 이어받아 自我正體感 對 昏迷의 發達目標를 達成하려고 하며, 다음 段階의 親密性 對 孤立性(成人初期), 生産性 對 沈滯性(成人期), 統合性 對 絶望性(成熟期)의 發達目標에 影響을 주어가며 계속 이어져 간다고 한다.

靑少年期에는 自身の 變化에 對하여 敏感하게 되는 時期이다. 그래서 過去의 自己와 現在의 自己를 比較해 보게 되며, 또한 自·他를 比較해 봐서 自己가 他人과 여러가지 點에서 다른 特有한 存在라는 것을 認識하게 된다. 다시 말해서 自身の 變化를 銳敏하게 認識하고 또한 自己가 본 自身과 他人이 본 自己, 現在의 自己와 未來의 自己 등, 諸般 自己 모습에 對한 比較와 檢討를 하게 되며, 이것이 바로 그들 特有의 心理 및 社會的 危機를 形成하게 되는 것이다.

13) E.H. Erikson, Identity and The Life Cycle, W.W. Norton, 1959. 依田 新, 新教育心理學事典, 金子書房, 1981, pp.297~298.

이런 青少年의 危機는 諸般 自我像의 比較를 통해 自己의 本質, 位置, 能力, 人生의 意味를 認識함으로써 克服되어 結果的으로 自我正體感이 確立을 낳게 되는 것이다. 그러나 이 時期는 職業選擇이 否定的이고 兒童과 成人間의 過渡期로서 社會的 役割이 曖昧한 時期이기도 하다. 따라서 不安해지게 되고, 諸般 自我像의 比較에 一貫性과 統一性이 缺如될 수도 있다. 이런 內面의 危機를 克服하지 못하는 경우에는 正體感의 昏迷나 否定的인 自我正體感에 빠져들게 된다. 이러한 境遇, 個人은 있는 그대로의 自己를 受容하지 못하며, 未來의 展望에 對하여 不安해 하고 이에 對處할 自身의 潛在力에 自信을 갖지 못하게 된다. 따라서 自身에 부과되는 役割로부터 도피하거나 때로는 反撥함으로써 自身의 葛藤을 解消하려 한다.

徐鳳延(1975)¹⁴⁾은 自我正體感의 形成에 關한 研究에서 우리나라 學生들은 大學生 時節에 가장 큰 自我正體感의 變化를 體驗케 됨을 指摘하고 있다. 그는 大學生들이 卒業後, 成人에 부과될 諸般 社會的 役割에 直面할 能力을 培養할 수 있도록 여러 種類의 役割實驗을 試圖케 되며, 이런 實驗過程中的 肯定 또는 否定的인 經驗들이 自我正體感 形成에 크게 영향을 미치게 되고, 大學生活은 自我正體感和 正體感昏迷의 兩極間에서 葛藤을 느끼면서 自我構造의 再統合을 試圖해 나아간다. 따라서 大學들의 諸般 行動特性은 正體感確立 過程의 葛藤이나, 그 結果的인 肯定 또는 否定的 自我正體感이 行動화된 것으로 볼 수 있다.

自我正體感은 適應行動과도 密接한 關係가 있다. 이러한 根據는 여러 研究結果에서 찾아볼 수 있다. McCarthy & Rofferty (1971)는 自我概念과 適應順應間에 높은 正的相關이 있음을 보여주고 있으며, Body & Siney (1967)도 不適合한 自我概念이 不適應行動과 密接한 關係가 있음을 立證한 바 있다.¹⁵⁾ 고 指摘하고 있다.

이와 같은 研究結果와 같이 自我正體感은 곧 適應 또는 不適應行動으로 表出하게 된다. 특히 否定的인 自我正體感은 自身의 能力과 役割에 對한 심한 不安을 일으켜서 攻擊, 否定, 投射, 反動形成, 退行, 極端的인 知的 行動 등이 나타난다.

9) 反抗의 時期 (否定的 時期 : negative age)

사람은 平生의 發達過程中, 몇번의 反抗期를 體驗한다고 한다.

Busemann (1928)¹⁶⁾은 反抗期의 存在를 生物學的 事實로 보아서 兒童期로부터 青年期까지 5期로 分類하고 있으며, 이에 關해서 一般的으로 通用되고 있는 第一期 및 第二期의 現象은 Haeberlin이 最初로 發見했으며, Bühler (1928)¹⁷⁾도 같은 樣相을 觀察했다. 第一反抗期(3~5歲)는 身體的 活動의 自立에 따라 身體的 感性的 身邊의 欲求가 中心이 되고, 第二反抗

14) 徐鳳延, 自我正體感 形成에 關한 心理學的 研究, 博士學位論文, 慶北大學校 大學院, 1975.1, pp.1~134.

15) 慶北大學校 學生指導研究所, 大學生의 背景, 學生指導研究, 1982, 제 5권, 제 1호, p.6.

16) 依田新, 新教育心理學事典, 金子書房, 1980, p.657.

17) 上掲書, p.657.

期(13~15歲)는 社會的 視野나 精神의 世界가 擴大·深化됨에 따라 精神的, 社會的, 人格的 欲求가 中心이 되는¹⁸⁾ 것으로 이는 青年前의 現象이다. 第二反抗期에 이르면 父母로부터 心理的 依存關係에서 벗어나 自立的으로 行動하고 判斷하려는 傾向이 생긴다. 그렇게 하여 父母에 對한 要求內容도 달라지게 된다. 그중 重要的 內容을 考察해 보면¹⁹⁾

- ① 人格的, 自立的 要求
- ② 보다 큰 自由에의 要求
- ③ 人格的 平等에 對한 要求
- ④ 公平에 對한 要求
- ⑤ 人間理解에 對한 要求

이와 같은 要因은 靑少年期에 있어서 親子間의 葛藤構造要因이 되며, 또는 靑少年 特有的 抵抗意識의 基本條件이기도 하다.

이와 같은 反抗性을 造成해 주는 心理的 主要條件에 關하여 柱廣介(1964)는 다음과 같이 指摘하고 있다.²⁰⁾

① 靑少年들은 兒童들 보다는 社會化되어 있지만 아직도 한 사람 나뉠로서의 經驗이 不足하고, 思慮도 깊지 못하여 複雜한 社會的 力動에 對한 充分한 理解가 不足하다. 이로 因하여 그들은 環境事態의 要求에 圓만한 適應을 못한다.

② 靑少年들과 父母, 그리고 周圍의 年長者와의 關係는 어렸을 때의 關係 그대로 繼續되어 父母들은 習慣的으로 그들을 幼少年時와 同一視하여 他律的으로 支配하려고 하기 때문에, 그것이 靑少年들의 自立的 欲求와 對立되기가 쉽다.

③ 靑少年들의 社會的 意識은 父母에 比해서 未熟하기 때문에 아직도 一定한 限界의 指導가 必要하다.

④ 身體的 心理 및 社會的으로 成長하고 있는 靑少年들의 欲求는 現存한 社會的 機構와 傳統下에서는 그대로 實現하기가 어렵기 때문에 그들은 社會를 自身에 對한 壓迫者로서 받아들이기 쉽다.

10) 所屬에서의 離脫

心理的 離乳期는 兒童期부터 始作하여 漸次 成長·發達하여 가는데, 獨立性은 靑少年期에 이르러 成人들과 다른 獨特한 自己의 世界를 그리게 된다. 이와 같은 時期에는 自己價値와 맞지 않는 既成價値와 制度, 그리고 慣習들을 強要할 때, 그들은 스스로가 構想하고 있는 自己의 世界에 離脫해 간다. 離脫의 過程은 먼저 心理的 離脫로 出發하여 地理的, 社會的 離脫現象으로

18) 白賢基外 5人, 教育·心理學辭典, 培英社, 1965, p.127.

19) 柱廣介, 教育心理學, 金子書房, 1964, pp.75~78.

20) 柱廣介, 上揭書, p.74.

로 나타난다. 家出現象이나 放浪癖도 여기에서 出發된다.

問題는 이와 같은 青少年들이 所屬에의 離脫症候보다 어디로 離脫하여 어떤 惡에 汚染되느냐에 있다. 그들이 構想하고 있는 世界는 觀念外의 現實에는 存在하지 않으며, 그렇기 때문에 地理的, 社會的 離脫은 放浪이나 間隙地帶를 갖게 되고 따라서 惡에 汚染되기 쉽다는 事實이다. (李相魯, 1981) 21)

11) 情緒의 可變性

이들은 兒童과 成人의 中間世界에 位置하고 있기 때문에 內的 動搖가 甚하다. 이 때문에 一般的으로 情緒的 緊張度가 높고, 사소한 刺戟에 對하여 過激한 情緒的 反應을 나타내기 쉽다. 많은 研究結果, 青少年期는 情緒的으로 過激한 時期에 있다는 것을 가르쳐 주고 있으며, 그들의 過激한 行動은 우리들 生活周邊에서 흔히 찾아볼 수 있다. 例컨대 競技場에서 그들의 行動을 보면, 勝者側과 敗者側의 行動은 過激하다 말고 남음이 있다 하겠다. 이처럼 그들의 喜悅은 限量없이 크고, 悲哀는 비길 데 없이 깊다. 또한 하루에도 Mania (躁)와 Melancholia(鬱) 등 氣分變動이 甚하다. Mania 狀態에서는 氣分이 들떠서 거의 아무 일도 손에 잡히지 않을 뿐더러 누구하고도 웃게 되며, 樂觀에 사로잡히는가 하면, 어느새 Melancholia에 빠져서 심각한 思索에 잠긴다든가, 입이 무거워진다든가 때로는 自殺을 해 보았으면 하는 생각에 잠기는 경우가 있다.

Malm과 Jamison (1952)²²⁾은 青少年期의 情緒的 特徵을 10가지 들었는데, 그중 代表的인 것 몇가지를 考察해 보면 다음과 같다.

① 青少年들은 不安하다.

青少年期는 心身的인 面에서 크게 成長·發達하는 時期다. 故로 內面的으로 여러가지 欲求가 생기며, 또한 環境도 그에 따라 넓어져 가기 때문에 自我와 環境과의 對立, 또는 欲求間에서 發生하는 葛藤은 그들을 不安한 存在로 만들게 된다.

② 青少年들은 氣分 (Moody)의 이다.

여기서 말하는 氣分이란 失望과 落膽을 잘 하고 또 氣分이 잘 變한다는 뜻이다. 그 原因의 하나는, 그들은 實現不可能한 空想을 하거나, 지나치게 큰 것을 期待하기 때문에 그렇지 않은 兒童이나 成人들보다 失望을 하기 쉽고, 다른 原因은 그들이 이 世上에서 얼마나 無能하다는 것을 깨닫기 始作할 뿐만 아니라, 이 世上이 그들의 困難과 欲求에 얼마나 無心하다는 것을 알게 되기 始作하기 때문이다.

21) 慶北大學校 學生指導研究所, 前掲書, p.7.

22) M. Malm, O.G. Jamison, Adolescence, New York, McCraw-Hill Book Co. Inc., 1952, pp.250~310.

姜周泰, 青年心理學, 螢雪出版社, 1972, pp.76~78.

③ 靑少年들은 수줍다.

그들은 언제나 自身이 他人에게 어떻게 보일까 하는 생각 때문에 몸과 行動이 自由롭지 못하며, 그로 因해서 부끄러워 한다. Hurlock은 靑少年들의 부끄러움은 身體의 不技巧性(Awkwardness)과 지나치게 發達된 自我意識 때문이라 했다.

④ 靑少年들은 敏感하다.

成人의 눈으로 보면, 靑少年들에 對한 批判, 訓戒에 關해서 지나치게 敏感하다. 사소한 일에 對해서도 눈물을 흘리거나 화를 내는 것이 이들의 特徵이다.

⑤ 靑少年들은 잘 웃는다.

우리 俗談에 「젓가락만 굴러가도 웃는다」는 말은 이들의 特徵을 잘 表現한 말이라 하겠다. 그들은 이와 같이 사소한 일에 對해서도 마구 웃어댄다. 때로는 웃음이 他人에게 奚落을 끼친다는 것을 理解해서 참으려고 애쓰지만 그럴 수록 事態는 惡化되어 간다. 이들이 잘 웃는 原因은 어렸을 때의 習慣과 身體的 變化와 有關한 것으로 보고 있다.

12) 社會的 未成熟性

家庭, 學校 및 社會가 그 主要한 生活環境이 되고 있는 靑少年들은 經驗이 적을 뿐만 아니라 行動의 半經도 極히 制限된 範圍內에 머물고 있다. 職業活動이나 社交活動의 經驗不足으로 그들의 生活場面에는 競爭의 폭이 좁아서 現實感覺이 稀박하고 社會的 成熟度가 낮다. 또한 自己中心의인 利己性이 强하여 既成 社會制度나 習慣에의 同化性이 弱하다. (李相魯, 1981)²³⁾

이와 같은 社會的 未成熟性은 自然히 現實生活에서 많은 不適應現象을 經驗하게 되고, 欲求 不滿의 程度가 높게 마련이다.

13) 知的 確信

靑少年들은 生理的으로는 成人에 가깝지만 思考側面에서는 成人에 比해 具體的으로 思考를 하지 못하고, 大體的으로 推象的인 思考를 한다. 그래서 現實世界를 넘어서 理念의 世界를 形成한다. 또한 批判的이고 懷疑的이다. 現實社會의 制度에 對하여 疑訝心을 품기 쉽고, 失望하거나 頹廢에 빠지기도 한다. 急進的이며 革新的이어서 때로는 先輩들의 業績에 對해서 否定的이며 自己의 立場을 全面的으로 肯定하는 등, 自己 나름대로 自己 생각에 確信을 갖는다.

靑少年들의 思考가 批判的이고 理想指向的이기 때문에 그들은 종종 思索에 煩悶하기도 하지만, 知的 確信을 가지고 있어 一部 靑少年들은 現實參與를 通하여 社會改善을 하려고 努力하기도 한다. 또한 知的 面의 優秀성과 具體的 理論을 提示하면서 이에 對한 呼應을 얻기 위하여 열띤 呼訴를 하기도 한다. 特히 大學生集團은 知識人集團에 屬하는 것으로 既成集團보다도

23) 慶北大學校 學生生活研究所, 前掲書, p.8.

훨씬 自由로운 集團行動을 通하여 社會的, 政治的 爭點에 關與할 수 있다고 생각하여 社會正義實現을 爲한 鬭爭에 積極性을 보이기도 한다. (성균관대학교, 1971) 24)

14) 行動意欲 25)

이 時期의 또 하나의 特性은 社會意識의 顯著한 發達이다. 지금까지의 象牙塔的인 人生觀과 態度는 그것으로 그칠 수가 없음을 알게 된다. 個人行動이 個人의 것만으로 그치는 것이 아니라, 個人은 社會속의 한 人間으로 行動하는 것이므로 自己行動이 他人에게 影響을 미치는 것이 얼마나 重要한가를 느끼게 된다. 그리하여 이와 같은 態度와 行動은 마침내 理想主義的 思考와 現實的 環境이 서로 結付해서 소위 社會正義感이 強하게 作用하여 現實을 認定치 않고, 어떤 理想을 實現해 보고자 하는 意欲을 表出하기도 한다. 이런 反抗, 權威否定的 論理가 社會正義感和 結付되어 理智的 行動보다는 感情的 行動欲이 앞서게 된다.

15) 愛情觀의 可變性

Freud는 Libido學說을 根本體系로 하여 性的發達段階를 區分했다. 即, 出生으로부터 2歲까지 계속되는 口脣期(oral stage)에는 官能的인 性的 滿足이 입술에 集中되어 있으며, 그 特徵이 行動으로 나타난다고 한다. 2歲에서 3~4歲까지는 官能的 滿足의 中心이 肛門으로 옮겨가는데, 이 時期를 肛門期(anal stage)라 한다. 4~5歲쯤 되면 Oedipus complex를 經驗하게 되는데 이것은 男兒가 어머니에 對해서 愛着을 느끼는 強한 感情이고, 女兒가 아버지 對한 強한 愛着感情을 Electra complex라 한다. 그러나 이 時期가 끝날 무렵에 가서는 反對性的 父母를 獨點하려는 欲求를 버리고 同性的 父母와 同一視하려고 한다. 5歲~12,3歲까지는 潛在期(latency period)로서, 이 時期의 性的 遊戲는 romantic한 것으로 性的 好奇心과 그에 따른 興奮에의 關心이다. 이와 같은 段階를 거쳐서, 愛情對象이 異性으로 돌러지는 靑年期로 접어들게 된다. 26)

(1) 靑年初期の 愛情觀 (송아지 사랑 : 14~16歲) 27)

思春期에 접어들면서 父母와 같은 年長의 異性에게 向하게 된다. 愛情表現은 具體的으로 自己의 意思를 表現하거나 接近하는 機會는 거의 찾아볼 수 없고, 다만 멀리서 숭배하고 尊敬만 으로 滿足하는 수가 많다. 이런 關係는 어느 程度 子母間, 女父間의 關係에서도 存在한다.

24) 上揭書, p.9.

25) 上揭書, p.9.

26) 이병운의 1인, 정신과 간호학, 수문사, 1975, pp.18~21.

27) 張秉琳, 心理學總論, 法文社, 1981, pp.91~92.

젊고 未熟한 靑少年들은 豐富한 內面生活을 하고 있는 異性의 모습에 마음이 쏠리고 사모하게 된다. 이들의 愛情對象으로 選擇된 異性은 年齡上으로 相當히 (15 歲~20 歲) 差異가 있을 경우가 많다. 學校의 教師, 父母의 親友, 社會의 著名人士 등이 그 對象이 된다. 이 時期의 사랑을 「송아지 사랑」이라고 부르기도 한다. 이 時期의 사랑에게 빠지게 되면, 마음의 親友에게 吐露하거나, 戀人에 對한 禮讚詩나 作曲, 女子의 경우는 日記帳에 써두기도 한다.

(2) 靑年中期의 愛情觀 (강아지 사랑: 17 ~ 18 歲) 28)

17~18 歲의 高等學校時節부터 愛情의 對象은 年長者에서 同年輩者에로 옮겨간다. 年長者는 너무나 世俗的이고, 추잡스럽게 보이므로 興味が 상실되어 同一年齡의 異性이 생생하게 비치게 된다. 그러나 이 때의 愛情對象은 特定한 個人이 아니라, 異性全體가 問題視된다. 男子에게는 Anyone in a skirt, 女子에게는 Anyone in a pants가, 그들의 對象이 된다. 이 時期의 愛情表現은 부끄러움 없이 大膽하고 進取的이다. 即, 함께 있고 싶어하고, 身體的으로 接觸하고 싶어하며, 愛人을 爲한 奉仕, 理想化하는 傾向이 농후하다. 그러나 이 時期의 愛情은 그다지 오래 계속되지는 않는다. 男女間의 身體的, 精神的 發達의 差異 때문에 男子의 눈에는 女子가 너무나 成人처럼 보이며, 女子의 눈에는 男子가 어린 아이처럼 보인다. 交際해 보면, 相對方이 自己理想과 안맞는다는 事實을 發見하고 興味를 잃은 나머지 깨끗이 헤어진다.

(3) 靑年末期의 愛情觀 29)

靑年末期에 접어들면서 愛人을 理想化하는 傾向은 漸次 弱화되어 淨化의 veil이 現實的으로 벗겨지기 始作한다. 即, 容貌, 態度, 性格, 教育, 職業 등에 弱點이 나타나기 始作하여 理想과 現實의 葛藤에 苦悶하다가 現實쪽으로 기울어져, 보다 安定되고 細心하며 醇化된 型으로 定着하게 된다. 이런 愛情型의 定着은 前段階의 愛情經驗이 基礎가 되어 서로의 마음은 融合되고 雙方 다같이 自我를 完成하면서, 또한 相對方을 完成시켜 幸福한 結婚에의 準備가 이루어진다.

以上과 같이 靑少年의 心理的 特性들은 그들의 非行問題를 낳게 할 傾向性(disposition)을 內包하고 있다. 그러기에 靑少年指導의 對策은 마땅히 이와 같은 心理的 特性에 根據한 專門的이며, 巨視的 對策을 樹立하고 實質에 置重하는 指導라야 할 것이다.

28) 上揭書, pp.92~93.

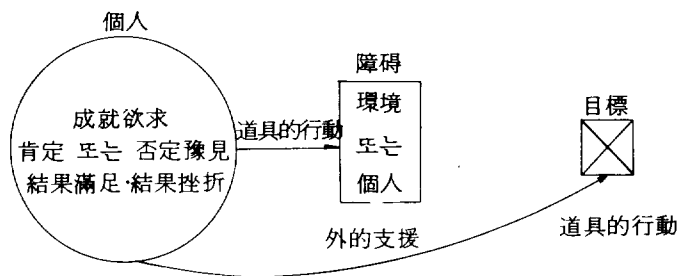
29) 上揭書, pp.93~94.

II. Frustration 과 그 原因

(一) Frustration 의 意味

人間은 누구에게나 自己가 하고 싶어하는 欲求 (Need) 가 있으며, 이 欲求가 行動의 目標을 設定하게 되고, 이를 達成하려고 努力하게 된다. 그러므로 人間의 行動은 目標指向的이라 할 수 있다. 그러나 아무리 하고 싶은 欲求에 依해서 設定된 目標과 하지만 與件이 갖추어지지 않았을 때는 目標을 達成할 수가 없다. 따라서 우리의 欲求를 周圍環境속에서 어떻게 調整해 가면서 成就시켜 가느냐 하는 것이 適應과 不適應의 問題다.

D.C. McClelland³⁰⁾ 등은, 個人이 어떤 成就欲求를 갖게 되면 目標達成에 對한 肯定的 豫見 또는 否定的 豫見을 하게 되며, 아울러 目標達成 또는 失敗와 關連된 結果滿足 내지 結果挫折과 같은 情緒를 갖고서 道具的 行動을 하게 되지만, 어떤 行動은 環境 또는 自己自身的 障礙로 因하여 沮止當하기도 하고, 어떤 行動은 目標을 達成하게 되며 때로는 外部의 支援을 받기도 한다고 한다.



適應行動系列

위 圖式에 依하면, 適應이란 個人의 欲求와 環境과의 調整過程이며, 現實的이고도 合理的인 調整을 통하여 自己의 目標을 成功的으로 達成해 나갈 때 適應行動이 이루어지고 있다고 보겠으며, 失敗하고 있을 때 不適應行動을 하고 있다고 하겠다.

Frustration이란 個人의 欲求 (動機)가 設定한 目標을 指向하여 行動을 한다. 이 過程에서 妨害를 받거나 失敗하게 되면 心理的으로 緊張 (tention), 不安 (anxiety), 壓迫 (stress) 을 받게 되고, 참기 힘든 緊張不安 狀態를 欲求不滿 또는 欲求挫折 (Frustration), 欲求沮止

30) D.C. McClelland, et al., The Achievement Motive, Appleton-Century-Crofts Inc.1953, p.109.
嶺南心理學會, 教養心理, 中央適性研究所, 1980, pp.71~74.

不適應이라고 한다. 이 Frustration은 外的 條件이 目標達成을 妨害할 때만 나타나는 것이 아니라, 內的 條件에 依해서도 發生하며, 참된 妨害物이 있어도 이를 意識하지 못하여 Frustration이 일어나지 않을 때도 있는 것이다.

이와 같은 Frustration 狀態가 심할 수록 情緒的으로 不安, 恐怖, stress, 憂鬱, Hysteria, 強迫感에 사로잡히게 되며, 性格側面으로는 依賴的, 歪曲的, 內省的으로, 行動 및 生活習慣面으로는 난폭, 거짓말, 退行, 放從, 非行, 食事異常, 不眠症, 神經症勢 등으로 변모해 가서 目標指向的 行動에 크게 영향을 미치게 된다.

(二) Frustration의 原因

欲求挫折(Frustration)의 原因이 되는 것은 欲求(動機)充足에 어떤 防害 내지 障礙가 되는 要因이라 하겠다.

Gates 등에 依하면³¹⁾ Frustration의 原因을 다음과 같이 區別하고 있다.

(1) 外的要因……① 環境的, 物理的 要因, ② 社會的 要因, ③ 經濟的 要因

(2) 內的要因……① 個人的인 缺陷, ② 서로 矛盾된 欲求 또는 目標, ③ 個人的 道德的 水準 등을 指摘하고 있으며,

S. Rosenzweig³²⁾에 依하면,

Frustration이 생기는 경우를 ① 缺乏(privation), ② 喪失(deprivation), ③ 葛藤(conflict) 등 셋으로 나누고 있으며,

McKeachie³³⁾는

(1) 場面障礙……① 物理的 障礙, ② 場面 模糊性

(2) 對人的 場面……他人 또는 어떤 集團에 依해 動機滿足이 이루어지지 못하는 障礙

(3) 內的 障礙……動機滿足을 沮止하는 要因이 바로 自身の 內部에 있을 때를 말한다. 예컨대, 身體的 缺陷, 葛藤 등으로 區分하고 있다.

이제 Frustration을 일으키는 共通的 要因을 考察해 보면 다음과 같다.

1) 壓迫感(pressure)

威壓感은 어떤 行動基準에 꼭 맞추려 하거나 急激한 變化에 適應하려고 할 때 느끼게 되는 緊張狀態이다. 이는 內部的 壓力과 外部的 壓力으로 區分하여 생각할 수 있다. 前者는 흔히 自尊心의 維持와 有關된다. 가령 自身の 知能, 人氣, 運動 또는 藝術的 才能에 關한 自信 때문

31) Arthur, I. Gates, et al., Educational Psychology, 1950, p.625.

曹恩淑, 教育心理學, 載東文化社, 1973, p.212.

32) 白賢基外, 教育·心理學辭典, 培英社, 1965, p.246.

33) 嶺南心理學會, 前掲書, pp.75~76.

에 보다 높은 水準까지 끌어올리려는 데서 壓迫感을 느끼게 된다.

그리고 外部的 壓力에는 他人과의 競爭, 社會的 條件의 急激한 變化, 家族 및 親舊들로부터의 期待 등 꼭 目標을 達成해야 한다는 壓力을 심하게 받고 있다. 이와 같은 威壓感으로 因해서 Frustration이 發生하게 되는 것이다.

2) 不安 (anxiety)

靑少年들은 그의 壓迫感의 原因을 認識하고 있지만, 不安의 경우는 그 原因을 모르는 채 漠然한 恐怖, 危險하다는 感情이 따르는 精神的, 身體的 不快感으로 緊張狀態에 놓여지게 된다. 不安에 隨伴되는 身體的 症狀으로는 호흡의 不均衡, 筋肉의 緊張, 憂鬱, 不眠 등의 體驗을 겪게 된다.

不安을 特性不安과 狀態不安으로 區分하여 考察해 볼 必要가 있다. 前者는 比較的 持續性을 지니는 性格特性이고, 狀態不安은 特定한 situation (事態)에 直面했을 때 發生하기도 하고, 增加하는 不安이다. 다시 말해서, 特性不安은 IQ처럼 個人差가 있으며 生活場面이 달라지더라도 어느 程度 一定한 水準을 維持하지만, 狀態不安은 어떤 特定한 環境과 密接한 相關關係가 있으며, 그 強度도 순간마다 變할 수 있다.

Martnez-Urrtia (1975)³⁴⁾의 研究에 依하면,

手術前後의 患者들의 特性 및 狀態不安을 測定해 본 結果, 患者들의 狀態不安은 手術前에 增加했다가 手術後에는 減少되었으며, 特性不安은 手術前後에 큰 變動이 없었음을 確認했다.

一般的으로 緊張스러운 事件이 길 수록 그리고 심하면 심할 수록 狀態不安은 커질 것이고, 그런 事件이 發生할 것이라는 警告에 接할 때 過去의 經驗 및 自己能力의 評價程度에 따라서 어떤 사람의 特性不安은 낮아질 수도 있고, 다른 사람의 特性不安은 增加할 수도 있겠으며, 豫想되는 緊張의 類型을 알고 있을 때에는 그렇지 않은 경우보다 狀態不安이 더할 것이다.

이와 같은 不安의 程度가 심하고 오래 持續됨으로 因하여 正常的이고 健全한 適應에 나쁜 影響을 주는 경우를 不安障礙 (美國精神醫學會, 精神障礙診斷統計便覽, 1980.)³⁵⁾라 부르고 있다. 이를 細分하여 考察해 보면 다음과 같다.

(1) 強迫障礙

強迫障礙란 統制할 수 없는, 생각조차도 하기 싫은 생각이 떠오름으로써 두려움을 갖게 되고, 儀式的인 行動을 하지 않으면 안되는 狀態를 말한다. 例컨대 누구를 攻擊하려는 것과 같은 統制할 수 없는 생각 때문에 強한 不安을 일으키거나, 또는 어떤 特定한 行動을 儀式的으로 遂行해야만 되는 것으로 느끼고 있으므로 遂行하지 않을 때는 不安이 增加한다.

34) 이장오의, 心理學概論, 韓國放送通信大學, 1983, pp.324~325.

35) 李鉉株, 異常行動의 心理學, 大旺社, 1976, pp.34~38.

① 強迫觀念 (obsession)

強迫觀念이란, 不合理하다는 것을 알고 있음에도 불구하고 어떤 觀念이 뇌리에 固着되어 떨어지지 않고, 不安恐怖狀態가 持續되는 경우를 말한다. 例컨대, 死亡한 愛人을 생각하는 것이 不合理하고 不必要함을 알고 있음에도 불구하고 뇌리에서 떨어지지 않는 경우와 같다.

② 強迫行爲

이는 強迫觀念과 密接한 關連이 있는 것으로서 不合理하고 非正常的임을 알면서도 不可避行해야만 하는 行爲이다. 例컨대 하루에도 12 번씩 손을 씻어야만, 우체통에 넣은 便紙를 確認해야만 하는 行爲 등이다.

(2) 恐怖症 (phobia)

phobia는 自己自身도 不合理하고 不快하게 느껴지는 두려움이 特定對象 또는 特定狀況에서 일어나는 現象을 말한다.

① 種類

어떠한 對象이나 狀況도 恐怖의 표적이 될 수 있는데, 예를 들면 高所恐怖, 廣場恐怖, 高聲恐怖, 飛行恐怖, 閉所恐怖, 鮮血恐怖, 細菌恐怖, 火恐怖, 他人恐怖, 動物恐怖 등이며,

精神障礙診斷統計便覽-Ⅲ에 따르면,

廣場恐怖는 집을 떠나는 데 對한 非合理的인 두려움으로서 이 障礙를 지닌 많은 사람들은 恐怖發作을 나타내며, 심한 活動의 制約과 社會生活의 制約으로 이르게 되는 傾向을 보인다.

對人恐怖는 社會的 場面に 對해 非合理的인 두려움을 느끼는 것으로서, 가장 흔한 두려움은 大衆 앞에서 얘기할 때나 무엇을 먹을 때의 두려움, 얼굴을 붉히는 것, 혹은 화장실을 利用하는 것 등에 對한 두려움

單純恐怖는 特定한 對象과 場面に 對한 두려움을 意味하는 것으로서 動物(뱀)들이나, 閉所, 高所 등을 두려워하는 恐怖症이다.

② 特徵

恐怖症이 있는 個人的 反應은 다음의 要素들을 지닌다.³⁶⁾

- ㄱ. 抑壓的인 不安과 恐怖에 對한 主觀的인 느낌
- ㄴ. 外顯的인 回避行爲
- ㄷ. 몸서리, 發汗, 메스꺼움과 같은 生理的 變化

(3) 一般화된 不安障礙

이 不安은 實際的 危險이 存在하지 않음에도 불구하고 強烈的 근심과 걱정을 느끼는 心理的

36) 曹大京外 2人, 前掲書, pp.132~133.

生理的 現象을 뜻한다. 이 障礙의 身體的 症狀는 恐怖症의 症狀들과 類似하나 恐怖症의 경우는 不安을 誘發하는 刺戟이나 狀況이 究明될 수 있음에 反하여, 高度의 慢性的 不安을 보이며 그 原因을 모른다.

① 特 徵

一般化된 不安障礙가 있는 사람은 절박하면서 뚜렷하지 못한 災難에 對한 두려움을 體驗하게 되며, 마치 自己自身이 統制를 잃고 견잡을 수 없으며, 미치거나 죽을 것만 같은 느낌을 經驗한다. 大部分의 경우, 不眠症이나 惡夢에 시달리며, 不安 恐怖에 찬 꿈을 꾸고, 身體的 피로를 느끼며, 作業이나 學習能率이 올라가지 않는다.

以上과 같은 不安 등으로 因하여 Frustration 狀態는 發生하게 마련이다.

3) 葛藤 (conflict)

葛藤이란 同時에 相反(對立)되는 둘 혹은 둘 이상의 欲求나 目標가 한 個體內에 存在하고 있는 狀態를 意味하는 것으로서 이 때의 힘의 세기가 같으며, 作用하는 方向(目標)이 相反된다. 卽 葛藤은 두 種類의 目標가 충돌될 때 생기며, 그 중, 어느 하나의 選擇을 強要한다. 이 때 어느 것도 選擇치 못하는 狀態를 葛藤이라 부르며, 이것으로 因하여 Frustration이 일어나게 되는 것이다. 우리들의 生活過程에서 兩者擇一의 歧路에서 體驗하는 괴로움이 Frustration의 原因이 되는 것이다.

Kurt Lewin³⁷⁾에 依하면 두 가지 目標가 모두 바람직한 것일 때는 接近-接近葛藤이 생기고, 어떤 目標가 肯定的 側面과 否定的 側面을 갖고 있을 때는 接近-回避葛藤이 생기며, 否定的인 두 對象間에서 하나를 選擇해야 될 경우는 回避-回避葛藤이 생긴다고 한다. 어떤 目標가 갖는 誘因價는 刺戟內部에 原來부터 存在하는 것만이 아니라 知覺者의 主觀的인 價値도 결부되어 있다는 것이다. 그러면 葛藤의 種類別로 子細히 알아보자.

(1) 接近-接近葛藤(十·十型 葛藤)

이것은 正的 誘因價를 가진 2個의 目標가 同時에 存在할 때 생기는 葛藤이다. 例컨대 「사랑을 따르자니 호동이 울고, 호동을 따르자니 사랑이 운다」는 式의 兩者擇一 時의 葛藤이다. 이 때, 어느 하나를 選擇한다는 것은 곧 다른 하나의 포기를 뜻하므로 決定을 내리기 까지는 緊張, 不安 및 Frustration이 계속된다.

(2) 接近-回避葛藤(十·一型 葛藤)

이는 하나의 對象 속에 비슷한 힘의 正的 誘因價와 負的 誘因價가 同時에 포함되어 있을 때 나타나는 葛藤이다. 例를 들면, 작사랑하는 女人에게 사랑을 告白하고 싶은데, 反對하면 어떤

37) K.A. Lewin, A Dynamic Theory of Personality (K.E. Zenev & D.K. Adams trans), New York : McGraw-Hill, 1935.

曹大京外, 精神衛生, 中央適性出版部, 1984, pp.83~89.

까? 하면서 망설이는 경우처럼 좋은 면과 싫은 면을 比較하는 것을 포함한다. 이런 形態의 葛藤은 우리 生活周邊에서 흔히 찾아볼 수 있는 것으로서, 놓고 싶은데 成績이 떨어지면 어떨까? 학교에는 가고 싶은데, 가서 罰을 받을까 봐서 망설이는 등이 여기에 屬한다. 이런 岐路에서 決定하기가 어려워서 Frustration이 誘發되는 것이다.

(3) 回避-回避葛藤(一.一型 葛藤)

이 葛藤은 負的 誘因價를 가진 2個의 對象中, 하나를 選擇해야만 하는 葛藤으로 가장 큰 壓迫感과 Frustration을 誘發한다. 예컨대, 宿題도 하기 싫고, 그렇다고 先生님에게 꾸중도 듣기 싫어하는 경우다. 이 경우에서는 1루와 2루 사이에서 岝岵 못하게 된 野球選手(走者)처럼 2가지 威脅사이에서 彷徨하게 된다. 이런 葛藤 解決하는 能力은 成熟의 程度와 密接한 關係가 있다. 即, 成熟한 사람은 그 決定에 對한 責任을 질 줄 알며, 避치 못할 狀況에서 勇氣를 가지고 對處해 나아간다. 그러나 未成熟한 사람은 2個의 兩立할 수 없는 不快한 狀況中에서 어느 하나를 選擇함이 없이 優柔不斷하게 지연시키려 한다.

(4) 二重接近-回避葛藤

흔히 十.一葛藤은 複雜한 樣相을 띤다. 이는 子女를 통한 補償의 適應機制를 活用하는 父母들에게서 찾아볼 수 있다. 例컨대, 自己가 過去에 못이룬 有名 pianist의 꿈을 이루어 주기를 바라는 어머니와 프로 野球選手가 되기를 바라는 아버지를 둔 어린이의 경우가 그렇다. 即, piano를 練習하면 어머니가 좋아하지만 아버지가 싫어하고, 野球練習을 하면 아버지를 즐겁게 해주는 대신 어머니를 失望시키는 結果가 된다. 이와 같이 이런 葛藤은 同時에 2가지 目標가 있으며 各己 接近하고 싶은 (十) 誘因價와 回避하고 싶은 (一) 誘因價가 作用하는 狀況이라 하겠다.

4) 缺 乏

缺乏이란 個人의 欲求나 動機를 滿足시켜줄 수단이 除去된 狀態를 意味한다. 이와 같이 人間은 物理的, 社會的 環境에 缺乏이 있어, 이 때문에 欲求나 動機가 充足되지 못했을 때, Frustration은 不可避하다. 例컨대 山中에서 목이 마를 때, 물이 없어 애태우는 경우가 그것이다.

(1) 身體的 孤立

身體的 孤立은 子女들이 父母의 關心과 사랑을 빼앗기는 데서부터 靑少年 社會에서 老人이 社會的 尊敬과 威嚴을 빼앗기는 데 이르기까지 여러 形態가 있을 수 있지만 어떤 경우든, 어떤 集團이 場所로부터 격리됨으로 因한 Frustration은 免할 수 없다. 例컨대, 移民간 사람들은 移民文化와 在來 傳統文化間의 葛藤으로 因한 Frustration을 誘發하게 되며, 長期間 海上에서 漁勞作業에 從事하는 船員, 情든 親友들과의 不可避한 離別 등. 이런 경우에 Frustration을 면치 못하게 된다.

(2) 情緒的 孤立

人間은 他人과 같이 있으면서도 情緒的으로 孤獨感을 느낄 때, 심한 Frustration 狀態에 빠지게 된다. 例컨대 社會的, 經濟的 地位가 급작스럽게 變動되었을 경우 소위 高·低位層의 외로움을 면치 못하게 될 것이다. 또한 人間은 自我를 認定받지 못함으로써 自尊心에 손상을 받아 Frustration에 빠지게 되는 것이다.

(3) 作業에의 欲求

行動해야 한다는 것은 人生의 基本的 目的中的 하나이며 必須的인 問題라 하겠다. 作業을 통하여 富를 獲得할 수 있는 機會를 갖는 것은 資本主義社會에서 人格의 重要的 權利中的 하나이다. 만일 어떤 사람이 일하여 個人的인 富를 獲得할 수 있는 機會가 박탈되었다면 그 무엇으로도 希望과 勇氣를 줄 수 없을 것이다. 世界的으로 볼 때, 大部分의 나라에서 일할 수 있는 能力은 있으면서도 일을 할 수 없는 경우가 많다. 強制的인 停年退職이나 社會의 機能的 構成員으로서의 地位를 剝奪하는 것은 그들의 自尊心에 크게 影響을 준다. 人間은 作業을 통하여 社會에 貢獻하는 同時에 自身の 富를 獲得하고, 個人的 尊嚴과 存在價値를 認定받게 되는 것이다.

(4) 身體的 缺陷

個人的 身體的 特徵으로 因해서 Frustration 狀態에 빠져 있는 경우를 흔히 볼 수 있다. 예를 들면 進學이나 就業條件으로서의 身體檢査, Model이나 運動選手가 되고 싶은데 身體的 條件이 맞지않는 경우라든지, 各種 疾病으로 因한 身體的 缺陷 등은 必須的으로 Frustration 現象이 發生하게 마련이다.

身體的 Frustration과 密接하게 有關한 것으로는 性的 自信感(sexual prowess)에 對한 知覺을 들 수 있다. 아마 性的인 것보다 더 큰 Frustration이 原因이 되는 身體的 缺陷은 없을 것이다. Lehrman (1970)³⁸⁾에 依하면, 性的 機能障礙와 關連된 stress는 상당히 蔓延되어 있으며, 結婚한 美國人의 約 50%가 이에 해당된다고 하고 있다.

(5) 心理的 缺陷

心理的으로 關連된 Frustration은 知的 能力, 情緒, 自尊心의 缺陷에서 發生하게 되는 것이다. 知的 能力에 缺陷이 있는 遲進兒들은 問題解決能力이 制限되어 있기 때문에 Frustration을 體驗하게 된다.

Garfield (1963)³⁹⁾는 遲進兒들이 情緒的 混亂을 많이 보이는 것은 失敗와 挫折과 조롱을 많이 接하기 때문이라고 주장한다. 또한 이들의 攻撃的 行動의 많은 部分은 Frustration의 結果라 하겠다.

38) 李寬鎔外 2人, 精神衛生, 韓國放送通信大學 出版部, 1982, p. 58.

39) 上揭書, pp. 58~59.

靑少年期와 老年期는 自尊心의 問題에서도 重要한 時期이다.

Erikson (1968)⁴⁰⁾에 依하면, 靑少年期는 比較的 能力이 制限되어 있어서 自我正體感의 危機를 經驗하는 時期이다. 靑壯年期는 比較的 自己統制와 自信을 갖고 生活하지만, 나이가 들 어감에 따라 自信感은 漸次 줄어들고 反省을 해보게 된다. 이 反省은 自尊心에 커다란 影響을 미치게 되는 것이다.

5) 障 碍 物

우리는 日常生活 속에서 欲求나 動機, 所願 또는 期待를 成就해 가는 過程에서 수많은 障 碍에 부딪친다. 그런데 이러한 障 碍은 外部世界에 存在하기도 하고, 社會的인 壓力, 個人의 不適切性이나 他人의 權威에 依해서 發生하기도 한다. 個人의 活動을 妨害하는 이러한 障 碍들은 Frustration을 일으키는 原因이 된다.

(1) 物理的 障 碍

個人의 欲求나 動機를 挫折시키는 障 碍가 物理的인 것들이라는 것이다. 이런 物理的 障 碍은 日常生活 속에서 많이 찾아볼 수 있다. 事務室의 열쇠를 집에 두고 왔다든지, 時間이 바쁜데 車가 막혀서 늦어진다든지, 38線이 가로막혀 못가는 신세, 또는 地震, 颱風, 水害로 因한 人命과 財 産被害를 입는다든지, 이런 物理的 障 碍로 因하여 Frustration을 誘發시키게 되는 것이다.

(2) 社會的 障 碍

適切한 物理的 障 碍보다 克服하기 힘든 것이 社會的 障 碍이다. 社會經濟的 要因은 아주 빈번히 Frustration을 일으킨다. 例컨대, 社會的으로 꼭 배워두었어야 할 것들을 배우지 못했 다든지, 여러가지 親舊交際에 支障을 초래한다든지, 經濟的 與件때문에 所望이 이루어지지 못 했 다든지, 反面에 社會·經濟的으로 좋은 環境에서 태어났기 때문에 Frustration이 發生하는 수도 있다. 이들은 가끔 他人으로부터 疏外當하고 있다고 느껴 Frustration이 發生하게 되 는 것이다.

Ⅳ. 非行問題의 對處法

人間은 欲求不滿狀態에 直面하게 되면 어떤 手段을 써서라도 處理해야 한다. 비록 어떤 問 題가 挑戰으로 느껴지든, 威脅으로 느끼든, 혹은 傷害나 損失로 느끼든 간에 어떤 方法으로든 지 處理해야 한다.

Frustration을 對處하는 方法은 여러가지가 있을 수 있지만, 여기에서는 效果的 對處, 課

40) 上揭書, p.59.

題指向의 對處, 自我防禦의 對處法으로 區分하여 考察해 보고자 한다.

(一) 效果的 對處法

1) 欲求不滿耐性(Frustration tolerance)의 增大

文明社會에서 適應生活을 영위하기 위해서는 종종 克己制欲의 態度가 必須的인 問題로 登場한다. 特히 오늘날과 같이 經濟의 高度成長에 따른 高度産業社會의 到來는 必須的으로 物質萬能主義, 人間疏外, 青少年非行問題 등의 副產物이 誘發됨과 同時에 이로 因한 緊張, 不安, 威壓感, 葛藤 등의 Frustration을 견디어내는 能力을 育成해야 한다. 欲求不滿耐性이란 같은 Frustration situation에서도 모든 사람이 다 같이 Frustration을 느끼며 適切치 않는 反應을 나타내는 것이 아니라, Frustration 狀態를 견디어내는 힘이 있는데, 이를 欲求不滿耐性(Frustration tolerance)⁴¹⁾이라고 한다. 이 耐性은 學習에 依해 獲得되며, 耐性이 강한 사람은 理智的으로 忍耐性을 維持하면서 問題를 解決해간다.

Frustration tolerance를 增進시킬 수 있는 一般的 對應策으로 Zimbardo (1979)⁴²⁾는 다음과 같은 것을 주장하고 있다.

- ① 欲求沮止의 原因을 自己自身の 缺點이라고 느끼는 데서만 찾지 말고, 現在의 狀況 또는 過去의 狀況에서 찾아보도록 努力할 것.
- ② 自身の 行動, 思考 또는 感情을 現在의 비슷한 處地에 놓여있는 他人의 行動, 思考 또는 感情과 比較해서 後者들의 경우가 妥當한지를 評價할 것.
- ③ 共感할 수 있고, 기쁨과 슬픔을 함께 나눌 수 있는 가까운 친구들을 갖도록 努力할 것.
- ④ 他人의 親舊가 되기를 願하며, 또 他人을 좋아하며, 그들의 友情이나 사랑을 받아들일 態度가 되어 있음을 솔직히 나타내도록 努力할 것.
- ⑤ 自己 스스로 自身을 힘담하는 表現을 나타내지 말며, 自己不幸의 原因을 慢性的이고 痼疾的인 것으로 여기지 말고 建設的인 면에서 自身을 批判할 것.
- ⑥ 自身은 成功할 수 있고, 幸福할 수 있다는 생각에 전폭적인 信賴를 둘 것.
- ⑦ 他人들과 比較해서 自身을 獨特한 存在로 여기도록 努力하고, 他人의 귀감이 될 수 있다고 여겨지는 自己自身の 特性을 잘 記憶해 둘 것.
- ⑧ 만약 不安 때문에 강한 生理的 反應이 나타나고 있다고 여겨지면, 맥박수의 變化 惝분비 및 身體的 變化를 客觀的으로 分析토록 힘쓰고, 客觀的으로 生理的 反應이 心理的 不安以外的 다른 原因(環境要因)이 있는지를 檢討할 것.
- ⑨ 만약 自身の 感情을 統制할 수 없다고 느끼게 되어 極度로 興奮되거나, 憂鬱하게 되면, 다른 方法 即, 防禦機制, 逃避機制 또는 合理化機制 등을 活用할 것.

41) 白賢基外, 前揭書, p.246.

42) 曹京大外, 前揭書, pp.12~125.

⑩ 過去の不幸이나 罪意識 羞恥感, 失敗 등에 對하여 連延하지 말 것. 過去之事를 再生한다는 것은, 그 때의 狀況을 생각해서 自身을 괴롭히는 것 이외에는 아무런 價値가 없다는 것을 銘心할 것.

⑪ 過去の 失敗와 落膽은 設定한 目標가 自身에게 不適合하다는 것을 暗示해 주므로, 失敗를 오히려 肯定的으로 여길 것.

⑫ 自, 他의 行動을 正常 혹은 非正常的이라고 判斷하기 보다는 狀況의 혹은 文化的 側面에 비추어 判斷토록 할 것. 어떤 人間 그 自體가 바람직하지 못하다고 여기기 보다는, 바람직하지 못한 行動에 局限시켜 생각토록 努力할 것.

⑬ 自身이 判斷하기에 異常스럽게 생각되는 사람을 만나게 되면, 그 사람에게 무엇이 잘못됐으며 또한 어떻게 그 사람을 도와줄 수 있을 것인가에 對하여 對答을 얻을 수 있도록 關心을 갖고 禮儀바르게 그 사람의 行動을 觀察토록 할 것.

⑭ 自身이나 周圍사람들이 解決하기 힘든 苦悶에 빠져있다면, 保健診療所나 學生生活研究所를 찾아가서 專門家의 助言을 求하도록 할 것.

⑮ 만약 苦悶거리가 身體的 異常때문이 아니라면, 精神科醫師나 相談·心理學者를 찾도록 할 것.

⑯ 個人的 精神健康問題를 다루는 專門家에게 自身の 問題를 虛心坦懷하게 吐露하며, 그 누구든 自身の 精神健康이 好轉된다는 것을 믿도록 할 것.

⑰ 自身の 人生에 있어서의 長期的 目標를 생각해 보고, 그 目標를 達成할 수 있는 여러가지 方法에 對하여 熟考해 보도록 할 것.

⑱ 時間과 마음의 餘裕를 가지고 緊張을 풀고 冥想에 잠기거나, 自身과 內面的 對話를 갖도록 努力할 것.

⑲ 自身을 能動的 行爲의 主體者로 생각하고 自己生涯의 進路를 自由自在로 변경할 수 있다고 생각토록 할 것.

⑳ 삶이 持續되는 限, 보다 나은 生活에 對한 希望을 계속 지니며, 人間相互間에 對한 關心을 가지고 서로 걱정한다면 우리의 삶은 더욱 나아질 것이 틀림없다는 것을 銘心할 것.

또한 Eastwood Atwater⁴³⁾는 모든 사람들이 stress에 對한 忍耐力을 增進시킬 수 있는 方法을 다음과 같이 提示하고 있다.

(1) 強迫感(pressure)에 對한 忍耐力:

이는 豊富한 經驗과 技術을 얻을 수 있는 特殊한 活動을 통해서 獲得할 수 있다. 例컨대 運轉技士가 自動車를 처음으로 運轉할 때, 運轉技術을 充分히 익혔다 해도 아마 상당히 焦燥하고 不安한 느낌을 갖게 될 것이다.

(2) 挫折에 對한 忍耐力은 흔히 過少評價하는 方法으로, 健康한 身體管理와 같은 手段을 通

43) 金仁子, 適應心理, 正民社, 1983, pp.85~91.

하여 向上될 수가 있다. 그 中의 하나는 좀 더 獨立的으로 됨으로써, 即 他人에 對한 依存的 態度를 克服시킴으로써 向上되는 것이다. 또한 滿足感(gratification)의 遲延을 學習하는 것도 同然대로 Frustration을 견디어내는 데 도움을 준다. 그러나 우리는 情緒的 獨立 또는 關係的 獨立(relationship independence)이라는 면에서도 成長할 수 있는 方法을 배워야 한다.

(3) 葛藤에 對한 忍耐力(conflict tolerance) :

이 tolerance는 葛藤의 認識과 함께 始作된다. 意識的, 無意識的 葛藤이든 간에 葛藤要素를 더 잘 理解할 수록, 그에 對하여 論理的으로 接近할 수 있으며 보다 滿足스럽게 解決할 수 있게 된다.

① 回避對回避 葛藤은 「밖에서 親友들과 놀자니 學力이 떨어질 것이고, 집안에서 공부할러니 親友들로부터 疏外當할 것이 뻔해서 이리지도 저리지도 못한 狀態」로서, 2가지 否定的 對案中에서 하나를 選擇해야만 한다. 이때, 意事決定을 遲延하는 일은 stress를 延長시키고 惡化시키는 結果를 초來케 되므로 周圍環境에 依해 強制로 決定을 내리기 전에, 自己自身の 能力과 與件을 考慮해서 스스로 빨리 決定토록 하는 게 바람직하다.

② 接近對回避 葛藤에 있어서의 難點은 均衡狀態가 反對되는 2가지 傾向의 於中間에 놓여 있을 때이다. 이 때, 意思를 決定해야 하는 心的 動搖가 일기 始作한다. 그래서 葛藤으로 因한 威壓感은 加增되기 마련이다. 例컨대, 報酬는 좋지만 個人的으로는 不滿足한 職業과, 報酬는 적으나 滿足할 수 있는 職業의 選擇을 두고 苦心하고 있을 경우에 stress tolerance가 強한 사람은 受容될 수 있는 決定에 到達할 때까지 2가지 對案을 계속해서 合理的으로 檢討할 것이다.

(4) 不安에 對한 忍耐力(anxiety tolerance) :

이 耐性은 實際로 存在하지도 않는 威脅을 받는다는 막연한 不安感을 가지고도 일할 수 있는 能力을 말한다. 日常生活에서 많은 경우에 不安感을 갖는 것은 當然하다. 即 適當한 不安은 正的刺戟이 되어 業務遂行을 促進시키지만, 過度한 不安은 業務遂行에 妨害가 초래된다는 事實을 認識하고 反省해 볼 必要가 있다.

急變하는 現代社會에서 生活하고 있는 우리들은 多樣的 障礙에 直面하게 마련이다. 故로 어떻게든 不安調整을 해야 한다. 그 中 가장 效果的인 方法으로는 危險과 關聯된 情報를 보다 많이 수집하는 일이다. 特定한 課題에서 얻은 經驗은 심각한 危機에 處했을 때, 自制力을 發揮하게 되고 不安에 對한 認識을 極少化하는데 도움이 된다. 그외의 方法으로는 alcohol, 安靜劑, 睡眠劑 등을 널리 使用하게 되었으며, 더욱이 많은 「冥想의 對應策」 即, 參禪, Yoga*, 先驗의 冥想(transcendental meditation) 등과 같은 것이 活用되고 있는데, 이들은 모두 緊張緩和나 自己熟練(self-mastery)과 같은 秘訣을 가르쳐주고 있다.

* Yoga란 印度에서 傳해 내려오는 心身鍛鍊法의 하나로 Yoga의 말 뜻은 相應으로서, 마음을 가다듬고, 그 힘을 集中하여 對象과 마음이 相應하고 實踐과 理致가 相應하며 結果와 功德이 相應하여, 合一의 境地에 이르는 修行法

Herbert Benson (1975)⁴⁴⁾의 見解에 依하면 高血壓 患者들의 血壓을 낮추는 治療過程中에 患者들과 關聯이 있는 宗教儀式이나 信仰에 關係없이 이러한 冥想法으로 많은 效果를 얻었다. 이러한 技術의 共通點을 「緊張緩和反應」이라 記述하면서 다음의 4가지 基本條件을 提示하고 있다.

① 조용한 環境을 擇하라. 周圍環境을 散慢케 하는 端緒나 생각으로부터 차단될 수 있는 房이나, 조용한 環境이 좋다.

② 自身이 處하고 있는 環境으로부터 注意를 끄는 것을 除去할 수 있는 精神的 方法(mental device)을 使用하라. 똑같은 祈禱文을 反復하든지 또는 固定物體를 凝視한다든지 어떤 一定한 刺戟이면 무엇이든 可能하다. Benson은 '하나'라는 數의 反復도 이러한 目的을 達成할 수 있으며, 또한 어떤 物體를 凝視하고 싶지 않으면 注意가 散慢해지는 것을 막기 위하여 눈을 감아도 된다고 했다.

③ 手動的(hend-operated) 態度를 取하라. 注意를 散慢케 하는 생각이 떠오를 때에는 그러한 생각으로부터 無關心한 狀態가 되도록 하라는 뜻이다. 自身이 選擇한 一定한 刺戟에 注意를 다시 集中하여 始終一貫 「周圍에 있는 일들은 될대로 되라」는 式의 態度를 取하면 된다.

④ 便安한 姿勢를 取하라. 지나친 筋肉緊張을 超來치 않는 姿勢라면 어떤 것이든 좋다. 왜냐하면 身體的 緊張은 心理的인 面에 影響을 끼치고 있다는 理論에 基礎하고 있기 때문이다.

2) 適合한 目標의 設定

우리는 眞正으로 願했던 目標을 達成치 못했거나, 代置된 目標을 成就했을 때 虛妄感을 느끼며, 悲觀的이 되기 쉽고 Frustration의 누적으로 人生은 無意味하고 價値가 없게 느껴지지만 Frustration을 效果의으로 對處할 수 있는 사람은 生을 樂天的으로 보게 되며, 이러한 樂天主義는 意味있는 目標을 찾는 데서 생긴다.

過去の 成功的인 目標達成은 未來의 希望을 갖는 데에 基礎가 된다. 成功的인 사람은 希望과 함께 信念도 發達시킨다. 信念은 過去の 經驗을 統合하고 어지러운 世上에서 意味를 찾는 데에 도움을 준다. 우리의 俗談에 “높은 나무의 열매는 쳐다보지도 말라”고 했듯이 人生의 目標을 設定하는 경우에는 自身의 能力과 周圍의 여러가지 與件들을 考慮하여 適合하면서도 意義있는 目標을 設定하는 것이 바람직하다. 努力해도 이루기 힘든, 即 自身의 能力을 벗어나는 實現可能性이 稀薄한 目標을 設定하고 追求하는 것은 Frustration을 加増시킬 따름이다. 그러므로 自己 스스로 여러가지 與件을 考慮하여 適合한 目標을 設定하고, 狀況에 따라서 여러가지 對處方法을 融通性있게 使用하며, 또한 Frustration에 對한 올바른 理解와 認識을 通하여 이에 對한 自身의 Frustration tolerance를 增進시켜 나가야 할 것이다.

44) 上揭書, pp.89 ~ 91

(二) 直接的 對處法 (課題指向의 對處法)

人間은 目標指向의 行動過程에 어떤 障礙로 因하여 目標達成이 이루어지지 못하는 경우에는 基本的으로 세 가지 對處方法中의 하나를 選擇해야 한다. 卽 우리가 處한 不便한 狀況을 變化시키려 하거나 (攻擊), 우리 自身을 變化시키거나 (抱負水準의 修正), Frustration 事態에서 逃避함으로 Frustration을 對處해 간다.

1) 攻擊的 行動

Freud는 攻擊性을 本能的인 것으로 보았으며, Dollard와 Miller는 欲求挫折과 關聯이 있다고 주장하는 反面, Bandura는 社會的으로 學習되어 나타나는 것이라고 主張하였다. 아무튼 攻擊行動은 여러 原因에 依해 多樣하게 나타난다. 어떤 경우는 他人으로부터 拒否되거나, 孤立됨으로써 나타나기도 하고 또는 認定을 받지 못했기 때문에 求愛行爲로 나타나기도 한다.

그러나 이와 같은 大部分의 攻擊行動은 社會的으로 容納되지 않는다. 다만 社會的으로 容納될 수 있는 것은 理性을 가지고 感情과 行動을 統制하면서 Frustration에 直接的으로 攻擊感情을 表現하는 것이다. 그러나 社會的 期待에 벗어나지 않게 攻擊感情을 表現한다는 것도 쉬운 일은 아니다. Konrad Loreng (1966)⁴⁵⁾의 말처럼, 文明화된 現代人들은 攻擊感情을 充分히 表出하지 못하는 苦痛을 받고 있는 것이다. 여러가지 運動競技나 무대 위의 演劇 혹은 小說 등을 통해서 代理的 方法으로 攻擊感情을 表出하는 것은 社會的으로 容納된다.

社會的으로 容納되면서 攻擊感情이나 敵愾心을 表出하는 重要한 手段은 humor이다. 어떤 농담은 他人을 바보처럼 취급할 수도 있으나, 本人들은 그 程度는 괜찮다는 默示的 同議下에 社會的으로 容納될 수 있다고 느낀다. 우리는 日常生活過程에서 humor로서 敵愾心을 表出하면서, Frustration에 對處해 낸다. 金笠은 當時 政爭으로 廢家되자 八道流浪生活을 하면서, 그의 欲求不滿을 諧謔詩로써 對處해 냈다는 事實은 周知의 事實이다. 그의 諧謔詩中, 代表的인 것을 소개하면, 乞食生活中, 椀밥을 주니, “스무 나무 아래, 서른 (서러운) 손 (客)이여, 마흔집 가운데椀밥을 주더라. 人間世上에 어찌 이런 (70)일이 있으리오, 집에 돌아가서 서른 (덜익은) 밥을 먹는 것만 못하구나.” (二十樹下三十客, 四十家中五十食, 人間豈有七十事, 不如歸家三十食).⁴⁶⁾ 이런 詩로써 마음을 달랬으며, 어느 山村의 書堂을 찾아가, 宿食要請拒絶에 不快한 나머지 “書堂乃早知, 房中皆尊物, 生徒諸未十 先生來不謁” (書堂은 이미 이에 알았으니, 房中은 모두 尊物이더라. 學生이 모두 10名未滿이니 先生은 와서 뵈옵지도 않는구나.)⁴⁷⁾ 이런 辱說詩로써 不滿을 對處했다.

45) 曹大京外, 前揭書, pp.106~107.

46) 朴午陽編, 放浪金笠詩集, 大文社, 1956, p.1.

47) 上揭書, p.140.

또한 우리 俗談에 “작은 고추가 맵다.”, “제비가 강남을 넘는다.”, “키 큰 사람 쓸개 없다.” 등은 個人的 身體的 缺陷으로 因한 劣等感을 對處해 내는 手段이라 하겠다. 이런 humor는 꼭 敵愾心에서 하는 것만은 아니며, 또한 自身の 攻擊感情을 便利하게 表現하면서도 相對方으로부터의 報復을 最少로 줄일 수가 있는 것이다.

2) 自己表現

이는 自身の 權利를 옹호하기 위하여 直接的으로 率直하고도 適切한 方法으로 自身の 생각이나 感情을 表現하는 것으로 定義된다. 우리 周圍에서 많은 사람들이 「수줍음」 때문에 苦悶하고 自己表現的 行動을 쉽게 하지 못하고 있지만, 만약 이들이 自己表現을 할 수만 있다면 Frustration을 많이 輕減시킬 수 있을 것이다. 또한 他人과의 對話를 통해서 他人으로부터의 認定도 받을 수 있으며, 問題解決의 실마리도 잡을 수가 있는 것이다.

Manuel Smith (1975)⁴⁸⁾는 「罪責感 없이 말하는 法」이란 著書에서 “自己表現의 權利는 人間關係에서 健全한 參與의 基礎”라고 主張했으며, 自己表現을 增進시키는 方法으로, 다음과 같이 提示하고 있다.

여러분들은

- ① 當身의 行動을 正當化하기 위해 理由를 대지 않거나 변경할 權利가 있다.
- ② 他人의 問題解決을 위하여 責任與否를 判斷할 權利가 있다.
- ③ 當身의 行動, 思考 등에 對하여 判斷하고, 그 結果에 對한 責任을 질 權利가 있다.
- ④ 當身의 마음을 바꿀 權利가 있다.
- ⑤ 當身의 失手를 할 權利가 있으며, 그 責任을 져야 한다.
- ⑥ 當身이 “나는 모른다”라고 할 權利가 있다.
- ⑦ 他人의 好意에 對해 獨立的인 權利가 있다.
- ⑧ 當身이 決定을 하는 데 있어서 非論理的인 權利가 있다.
- ⑨ 當身이 “理解할 수 없다”라고 할 權利가 있다.
- ⑩ 當身이 “相關없다”라고 할 權利가 있다.

또한 Smith는 사람들이 흔히 모든 缺陷을 바로잡고 完全해 지려고 몸부림치고 있다고 指摘하고, 自身을 發展시키려는 問題를 他人의 期待에 따르지 말고 스스로 決定하도록 勸奨하고 있다.

3) 撤回

Frustration을 解消하는 가장 效果의 對處法中的 하나가 Frustration situation에서 撤回하거나 後退하는 일이다. 例컨대, 훌륭한 科學者が 되어 보겠다고 熱心히 自然系統의 學習을 해봤지만 別 能率이 올라가지 않을 경우에, 人文系로 目標을 代替하는 경우와도 같다. 問題場面으로부터의 撤回는 當面問題를 拒否하는 것과 같이 취급하기 쉽지만, Frustration을 주는

48) 李寬鎔外, 前揭書, p.72.

對象이 우리 自身보다 強하고, 自身의 態度를 效果的으로 修正하기 힘들고, 또한 攻擊的 行動도 非正常的인 경우에는 問題場面으로부터의 回避行動인 撤收가 하나의 積極的이고 現實的인 對處法이라 하겠다.

4) 抱負水準의 調整

人性要因으로서의 融通性은 Frustration을 對處하는 手段으로 撤收를 可能케 하기도 하지만, 自身의 抱負를 調整해서 威壓感을 덜 받도록 도와주기도 한다. 一般的으로 Frustration이란 氣分 좋은 것이 아니다. 그러나 너무 적으면 動機水準이 낮아지고, 無感動하게 만드는 反面, Frustration이 너무 많으면 不安이 심해지는 傾向이 있다. 適切한 水準의 挫折은 높은 欲求나 動機를 誘發하고 훌륭한 道進으로 知覺될 수 있다. 따라서 課題指向的인 健康한 사람들은 適切한 水準의 挫折을 經驗할 수 있는 生活樣式을 채택한다. 即 抱負水準을 適切히 設定하고, 目標를 達成할 수 있는 다른 方法을 講究하고 必要하다면 代置된 다른 目標를 設定할 수 있는 融通性을 갖고 Frustration에 對處함으로써 이를 輕減시킬 수가 있는 것이다.

(三) 防禦的 對處法 (自我防禦的 對處法)

모든 生物體는 環境에 適應하기 爲한 手段을 具備하고 있다. 어떤 새나 動物은 自己自身을 保護하기 위하여 保護色을 지니고 있으며, 이것만을 가지고서도 環境에 適應이 可能하지만, 사람이 環境에 適應하는 手段은 이와 같이 單純하지는 않다. 몸의 構造를 保護하기 위해서는 解剖學的 機制가 必要하고, 環境에 適應하기 爲해 生理學的 機制가, 그리고 情緒的 欲求나 Frustration을 克服하기 위해서는 心理學的 機制가 必要하다.

Shaffer는 “適應機制란 欲求의 充足이나 緊張解消를 爲해서 取해지는 個人的 行動樣式이며, 또는 問題事態에 對한 個人的 反應形式이다”⁴⁹⁾고 定義한다. 이 때의 自我保護的 行動은 2가지 樣相으로 나타난다. 하나는 現實的, 合理的으로 問題를 解決함으로써 Frustration을 克服하려는 方法과 다른 하나는 現實을 否定하며 남을 속이고 歪曲하면서 緊張, 不安으로부터 個人을 無意識的으로 保護하려고 한다. 前者를 攻擊機制 (aggression mechanism)라 부르고, 後者를 防禦機制 (defense mechanism), 精神機制 (mental mechanism) 또는 適應機制 (adjustment mechanism)라고도 부른다.

適應機制的 類型에 對해서 N. Fenton은 ① 攻擊機制, ② 補償機制, ③ 逃避機制로 區分하고 있고, L.P. Shaffer는 ① 防禦에 依한 適應, ② 退行에 依한 適應, ③ 恐怖와 抑壓에 依한 適應, ④ 疾病에 依한 適應, ⑤ 執着的 非適應反應으로 區分하고 있으며, Gates는 ① 直接的 方法, ② 間接的 方法, ③ 補償的 方法, ④ 攻擊的 方法으로 區分하고 있다. 편의상 여기에서는 代替型, 欺瞞型, 逃避型의 機制로 區分하여 考察해 보고자 한다.

49) 慎籟日, 教育心理學, 載東文化社, 1972, p.301.

1) 代替型的 機制(防禦機制: rationalization mechanism)

이 機制는 基本的 欲求로부터 誘發된 動機와 目標 사이에 어떤 障礙에 逢着해서 情緒的 緊張, 不安, 葛藤 등으로 因하여 直接的 滿足이 不可能할 때에, 다른 目標을 樹立해서 그것을 達成함으로써 어느 程度 部分的으로나마 緊張, 不安을 解消시켜 가는 過程이나 行動樣式을 代替型 機制라 한다. 여기에는 白日夢, 同一視, 補償, 昇華, 煥置, 反動形成, 注意獲得 등이 있다.

(1) 白日夢(daydream)

所望이 現實의으로 이뤄지지 못해서 Frustration에 逢着했을 때에, 非現實的인 空想을 통해서 多少나마 欲求不滿을 解消시켜 가는 形式으로서, 職業的 成功, 財産의 所有, 性的 滿足, 知的 優越 등의 欲求에서 誘發되는 경우가 많다. 例컨대, 知的 劣等生이 優等賞을 받는 場面을 空想함으로써 滿足感을 얻을 수가 있다. 이는 마치 여름 한낮의 낮잠이 身體에 有效하듯이 適當히만 活用하면 精神的 休息이 된다. 그리고 勝利한 主人公과 同一視하는 勝利的 英雄型(征服者型: Conquering Pattern)과 悲劇의 主人公과 同一視하는 悲劇的 英雄型(殉教者型: Mary Pattern)으로 區分한다. 前者는 外向性的 性格 所有者나 男性들에게서, 後者는 内向性的 性格 所有者나 女性들에게서 흔히 찾아볼 수가 있다.

(2) 同一視(identification)

達成코자 하던 目標가 實現치 못하여 Frustration 狀態에 빠졌을 때에 實際로 實現한 他人이나 他集團 또는 他機構와 同一視함으로써 部分的으로나마 滿足感을 얻는 行動을 同一視라 한다. 例컨대, 어린이는 父母나 教師와 同一視하고, 成人들은 先祖, 同窓, 地域社會와 自己를 同一視함으로써 어느 程度의 滿足感을 얻는 行爲 등은 이에 屬한다.

S. Freud⁵⁰⁾는 同一視를 다음과 같이 나누고 있다.

① 自己愛的 同一視(narcissistic identification)

이 同一視는 Narcissus에서 由來한 것으로서 緊張, 不安, 欲求挫折과는 關係없이 自己自身에게 集中되는 自己愛(self-love)의인 것으로 “나의 코 하나만은 最高”라고 自慰하는 行動은 이것의 例라 하겠다.

② 目標指向的 同一視(goal-oriented identification)

이는 Frustration과 有關한 것으로, 自身이 有名해질 수 없을 경우에 어떤 有名한 사람과 交際함으로써 不安을 解消시켜 나간다. 例컨대, star들의 流行에 따르는 行爲는 이에 屬한다.

③ 對象喪失的 同一視(object-loss identification)

이는 父母에게 排斥을 받는 子女들에게서 흔히 찾아볼 수 있는 現象으로, 父母의 期待에 따라 行動함으로써 喪失된 愛情을 되찾는 것이다. 그러다 보면 子息들은 父母의 標準과 評價에 同化되고 子女 나름으로서의 理想我(Ideal self)가 形成되기도 한다.

50) 上揭書, p.302.

(4) 攻擊者와의 同一視 (identification with an aggressor)

이것은 權威者에 依해서 마련된 禁止와 同一視하는 것이다. 이 同一視의 目的은 潛在的인 敵의 要求에 복종함으로써 어떤 懲罰에서 避할 수 있다는 것이다. 이러한 現象에서 道德의 基礎가 形成되고 社會化가 이루어지는 것이다. 다시 말해서 社會的인 慣例, 規則, 法律에 服從함으로써 快樂을 얻을 수 있는 것이다.

(3) 補償 (compensation)

바람직하지 못한 特性으로 因하여 생긴 劣等感을 減少시키기 爲하여 바람직한 特性을 強調하는 경우가 補償이다. 即, 身體의 外貌나 機能의 缺陷, 精神的 知的 缺陷, 經濟的, 社會的地位 등으로 因하여 誘發되는 劣等感을 解消시키기 爲하여 自己의 能力에 알맞고 스스로 잘 할 수 있는 優格特性을 誇張하는 行爲라 하겠다. 다시 말해서 劣等意識을 은폐하기 爲해서 일부러 優越을 發揮함으로써 Frustration이 解消될 뿐만 아니라 社會적으로 認定을 받는 사람으로 변모되어 간다. Adler는 “補償은 偉大한 人物이 되는데 作用한 原理다”라고 했듯이 補償은 目的 達成에 強力한 動機가 될 수 있다. Greece의 Demosthenes는 그의 말더듬이를 補償하여 世界的인 大雄辯家로 만들었으며, Aristotle는 言語障礙를 克服해서 偉大한 哲學者로, 프랑스가 낳은 世界的인 英雄 Napoleon은 短軀를 克服해서, 英國의 大物理學者 Newton은 言語障礙 및 落第로 因한 劣等感을 克服해서, 美國의 F. Roosevelt 大統領은 小兒麻痺를 補償해서 이들은 世界的 偉大한 人物이 되었다고 할 수 있다.

(1) 子女를 통한 補償

이는 自身이 願하던 것이 이루어지지 못하여 후에 父母가 되었을 때, 子女가 代身 達成해 주길 願하고 子女가 그것을 이루어 주었을 적에 滿足을 얻는 경우이다.

(2) 特殊能力의 發達

이 補償은 劣等感을 解消코자 比較的 競爭이 없는 일에 熱中함으로써 滿足感을 維持하는 行爲다. 例컨대, 수집 활동을 한 다든지, 特殊知識을 暗記한 다든지, 特殊한 club에 加入하여 열중한 경우 등은 좋은 例라 할 것이다.

(4) 昇華 (sublimation)

昇華란 性的인 興味를 非性的인 興味로 轉換시킴으로써 緊張, 不安을 解消시키는 方法을 뜻하는데, 廣意로는 欲求不滿의 代替行動을 포함하는 用語로서, 現實的인 欲求不滿을 보다 次元이 높은, 말하자면 知的, 人道的, 文化的, 藝術的 그리고 社會的인 것으로 欲求를 代替함으로써 Frustration을 減少시키고, 社會적으로 承認될 수 있는 代償으로 作用하여 緊張, 不安, 威壓感 등을 輕減시키고 部分的으로나마 滿足을 求하려는 行爲이다. 例컨대, Da Vinci는 母性愛를 昇華시켜 Monaliza를 그렸고, Tschaiowsky의 音樂은 그의 同性愛的인 憧憬이 昇華되어 나타난 것이며, 金一葉의 文學은 못다이룬 사랑의 昇華된 結晶品이라 하겠다. 그리고 成績이 좋지 못한 學生에게 交通整理나 運動, 藝術 등 社會적으로 價値가 있고 認定을 받을 수 있

는 일에 熱中토록 하면 잘 되는 수가 있는데, 이것은 다른 것을 統制하려는 欲求가 昇華되어 바람직한 型으로 된 것이라 여겨진다.

(5) 換置(substitution)

이 機制란 個人의 energy를 바람직한 目標을 代用目標로 轉換시킴으로써 緊張, 不安을 解消시키는 方法이다. 이 過程은 가끔 轉移된 補償이라고 불리우나 轉移와는 다르다. 하나의 差異點은 換置의 경우는 처음의 目標보다 比較的 不安全的 것으로서, 例컨대 父母의 排斥을 받은 子女는 代理父母로부터 사랑을 얻으려고 하나 一時的인 滿足일뿐 또다시 버림받기가 쉽다. 또 다른 差異點은 轉移는 元來의 目標이 다르지만 換置의 경우는 元來의 目標과 비슷하다. 例컨대 自轉車를 갖고자 하는 代身 장난감용 세발자전거를 갖는 따위다. 따라서 換置는 使用目標이 元來의 目標과 비슷할 수록 效果를 나타낸다.

(6) 反動形成(reaction formation)

이 機制는 抑壓되었던 欲求나 衝動이 無意識 속에 潛재해 있다가 方向이나 性質이 正反對의 現象으로 表出시킴으로써 自慰코자 하는 것으로서, 例컨대 後妻가 前妻의 子息을 극진히 사랑 하는 경우나, 愛情의 對象에 對한 極度の 憎惡의 態度, 性欲이 強한 者의 極度の 性的 嫌惡 등이다. 우리의 俗談에 “으스스한 곳에 땀알 낳는다”와 “암전한 개가 부뚜막에 오른다”라는 말이 있는데, 이는 이 機制를 잘 表現한 말이라 하겠다.

그런데 反動으로 表出되는 行動을 어떻게 區別할 수 있느냐가 問題다. 가령 反動形成으로서의 사랑과 眞正한 愛情을 區別하는 것은 무엇일까? 그 顯著한 特徵은 誇張이란 點이다. 反動的 行爲는 너무나 過激하고, 지나치고, 사치스럽고, 不自然스럽다. 그것은 허위적이며, 그 거짓은 Hamlet 王妃의 誇張된 演技와 같다. 또 다른 特徵은 強制的이라는 點이다. 反動形成에 依한 表出된 意識的 行動에는 너무나 融通性이 모자란 機械的 公式的인 行動임을 알 수 있다.

(7) 注意獲得(attention getting)

他人의 注意(關心)를 끌어들이기 위하여 이들의 愛情이나 關心이 自己에게 쏠리도록 함으로써 一時的 自慰하는 行爲다. 例컨대 父母로부터 排斥을 받는 어린이가 울므로써 父母의 關心을 끈 다든가, 劣等生이 愚問으로 先生님이나 親友들의 注意를 끈다든지, 女學生의 지나친 奢侈나 化粧 등은 注意獲得行動이라 하겠다. 그리고 이 機制를 自己中心性(egocentrism)이라 부르기도 한다.

2) 欺瞞型的 機制(合理化機制: rationalization)

이 機制는 社會的으로 承認을 받지 못하는 意見이나 行動에서 오는 劣等感を 輕減시키기 위하여 社會的으로 認定을 받을 수 있도록 理由를 操作(欺瞞)하여 提示하는 行動이다. 흔히 사람들은 他人으로부터 認定을 받을 수 있는 理由를 發見하거나 辨明함으로써 部分的으로나마

滿足感을 얻을 수가 있는 것이다. 이 機制들은 실포도, 달콤한 레몬, 合理化, 抑壓, 抑制, 投射, 攝取, 主知化 등으로 區分하여 考察해 보기로 한다.

(1) 실포도 (sour grapes)

이 適應機制는 어떤 設定된 目標을 達成코자 하다가 失敗할 경우에, 처음부터 願치 안했던 것이라고 辨明함으로써 一時的으로 不安을 解消시켜 보려는 方法이다. 이것은 이솝얘기 중에 나오는 여우와 실포도에서 由來하고 있다. 例컨대 失戀當한 靑年이 “그 女子를 처음부터 대견스럽게 보지 않았다”라고 辨明한다든지, 키 작은 사람들이 “키 큰 놈 쓸개 없다”라고 한 다든지, 薄色女人이 “배우들은 醜한 人間이다” 또는 “美人薄命”이란 故事成語 등의 말로 自慰하는 行爲는 이 機制에 屬한다.

(2) 달콤한 레몬 (sweet lemon)

이는 실포도와 正反對 概念으로 무엇을 達成코자 하다가 失敗時에 나는 바로 이런 結果를 바라고 있었다고 辨明함으로써 緊張, 不安을 部分的으로나마 解消시키는 行爲로서, 가령 키 작은 사람들이 “작은 고추가 맵다”, “제비가 강남을 넘는다”라는 式으로 短軀로 因한 劣等感을 解消시켜 간다든지, “나물 먹고 물 마시고 팔을 배고 누었으니 이만하면 足하다”의 式으로 人生을 樂觀視하는 樂天의 人生觀에 입각한 生活人 등은 이 機制의 바람직한 例라고 본다.

(3) 合理化 (rationalization)

이 機制는 올바른 事態分析과 解釋을 받아들이지 아니하고 自身の 缺陷이나 失敗의 原因을 正當化함으로 滿足을 얻고자 하는 心理機制이다. 卽, 失敗의 原因을 自己自身の 缺陷이나 努力不足에 있다고 認定하지 아니하고, 環境이나 社會情勢에 責任을 轉嫁시켜 自己를 正當化하려는 機制인 것이다. 例컨대, 싸움하는 兒童들에게 그 原因을 물어보면 서로가 “相對方이 먼저 때렸다”고 주장하는데 어느 한쪽은 이 機制로 不安을 解消하고 있음이 分明하다. 늦게 歸家한 子女들의 合理的인 辨明, 落第生들의 辨明, “處女가 아기 배도 할말이 있다.” 등의 俗談은 이 機制의 좋은 例라 하겠다.

이 機制를 使用하는 사람들은 自己動機를 전혀 意識지 못하고 있으며 또한 그가 事實을 歪曲시키고 있다는 것도 意識하지 못한다. 따라서 거짓말과는 다른, 모든 사람에게서 볼 수 있는 혼한 自己保護策이라 하겠다.

(4) 抑壓 (repression)

抑壓이란 現實의으로 容納되지 않는 欲求, 思考, 經驗 등을 無意識의 領域에 묻어 버림으로써 心理的 安定을 維持하려는 機制인 것이다. 意識上 許容되지 않거나, 自我에 威脅을 주는 欲求나 感情, 思考, 不快經驗, 罪意識 등을 스스로 無意識 속으로 눌러버려 意識上 아무렇지도 않은 척 假裝해 버리는 無意識의 過程이다. 그러나 個人은 이와 같은 要求를 自覺하지 못한다.

또한 抑壓은 不安의 一時的인 解消에 不過하며, 抑壓되었던 欲求가 때로는 抑壓하는 欲求보

다 강한 感情的 緊張이 原因이 되어 不安과 無力感을 더 키우는 結果를 超來하기도 한다. 또한 欲求를 抑壓하는 힘이 너무도 過度할 때에는 正反對의 行動으로 表出되기도 한다. 例컨대 슬픔을 抑壓하는 사람이 도리어 미친듯이 웃는다든가, 小膽하고 內省的인 性格의 所有者가 오히려 放縱, 無禮한 行動을 하기도 한다. 그러나 抑壓이 成功的으로 잘 調整만 된다면 社會적으로 容納되지 않는 衝動的 表出을 막게 되어 社會的 價値와 어긋남이 없이 適應된 生活을 할 수가 있는 것이다.

(5) 抑制 (suppression)

抑制은 現實적으로 容納되지 않는 欲求나 思考, 不快經驗에 對한 慎重한 統制로서 抑壓은 無意識의인 過程인데 反하여 抑制은 個人的 意識的, 計劃性을 띤 意識的인 過程이라 할 수 있다. 卽 個人的 當爲性이나 不當性을 決定할 때 이 機制를 使用한다.

抑制된 反應들이 時間의 經過에 따라 抑壓으로 바꾸어 無意識속에 자리잡아 저장되면 抑壓과 같은 역할을 하게 된다. 이 機制는 生活의 緊張을 解消시키는 價値를 갖고 있다. 萬一 混亂된 記憶이나 社會적으로 容納될 수 없는 欲求가 意識속에 남아 있다면 日常生活을 妨害하게 되어 緊張, 不安狀態를 造成케 되는 것이다. 이러한 緊張과 不安은 抑壓과 抑制을 通하여 減少될 수 있는 것이다. 그러나 이 抑制은 抑壓과 마찬가지로 無意識에서 意識으로 올라오지 못하게 壓力을 계속해서 加하고 있기 때문에 여러가지의 緊張, 痙攣, 慢性不安, 神經症狀으로 나타나기도 한다.

(6) 投射 (projection)

投射란 所望이 이루어지지 않아서 欲求不滿이 發生되는 경우에, 失敗의 原因을 다른 곳으로 돌림으로써 緊張이나 不安狀態를 解消코자 하는 心理機制中的 하나다. 卽, 自身の 缺點으로 인한 劣等感을 갖고 있는 사람이 그 缺點을 他人에게 關聯시키거나, 또는 他人에게도 그런 缺點이 있는 것을 發見함으로써 自身の 劣等感에서 脫皮하는 機制이다. 따라서 失敗의 原因을 外界로 轉嫁시키는 作用으로 나타난다. 이 機制는 2가지 樣相으로 나타나는데 하나는 Frustration과 相關이 없는 原因을 비난의 對象으로 삼는 경우와 다른 하나는 自身の 缺陷을 다른데서 發見하는 경우다. 前者는 간밤에 나쁜 꿈을 꾸었다든가, 아침 登校時 어머니가 잔소리했기 때문에 失敗했다는 등이 그 例라 하겠으며 後者는 cunning으로 인한 罪惡感을 느끼는 學生은 다른 親友들이 cunning을 했기 때문에自己也 cunning했다든지, 試驗問題를 曖昧하게 出題했기 때문에 좋은 成績을 받지 못했는지, 못박다가 손을 다친 사람이 망치를 던져버린다는가, 길가다가 넘어진 어린애를 달래기 위해 땅을 때려주는 어머니 態度라든지, “글 못쓰는 사람 붓대 가린다” 등의 俗談은 이 機制의 좋은 例라 하겠다.

(7) 攝取 (introjection)

이는 投射와는 正反對로 自己自身 内部에로의 投射를 뜻한다. 卽, 모든 事故의 原因을 自身

의 잘못으로 認定하고 他人에 對한 敵愾心을 自身에게로 돌려버림으로써 自身の 緊張, 不安을 解消하는 方法이다.

그러므로 攝取는 他人의 特性, 性格을 받아들이거나 또는 오랫동안 마음 속에 간직하고 있던 他人에 對한 모습을 自身の 마음 속에 設置함으로써 自身の 不安이나 葛藤을 處理하는 機制이다. 이 機制는 最近에 사랑하던 愛人과의 死別에 直面했을 때 가끔 使用한다. 卽 喪失에 對한 苦痛을 避하기 爲하여 死亡者의 表象(心象)을 攝取하며, 그렇게 되면 어떤 意味에서는 그를 喪失치 않는 것으로 處理되는 것이다.⁵¹⁾

(8) 主知化(intellectualization)

이 防禦機制는 相當히 詭辯的인 것으로서 知能이 높거나 教育程度가 높은 사람에게서 發見된다. 이들은 認知的 過程(思考와 分析)을 通하여 緊張, 不安을 解消코자 하는 行動으로서 head tripping이라 부르기도 한다. 우리는 가끔 問題事態에 逢着했을 적에 緊張, 不安을 除去하기 爲하여 討論이나, 分析을 하는 경우가 있다. 卽, Frustration을 否定하는 高等手段이라 볼 수 있다. 例컨대 Frustration 狀態를 그대로 認定하기 보다는 時間을 소모해가며 問題의 原因을 糾明 分析하는 데서 찾아볼 수 있다. 表面上으로는 當面問題를 處理하는 것 같지만, 實際로는 不安感情에서 自己自身을 메어 놓는 手段이 되는 것이다. 主知化하는 사람은 가령 “當身の 處事に 對해서는 不滿이 없다. 原則적으로는 나의 實力이 不足했기 때문일 테니 간, 하지만 當身은 現實을 直視하지 못하고 自己矛盾에 빠져있는 것 같다……” 이런 式으로 張皇하게 늘어놓으면서 自己의 率直한 感情에서 遊離시키려고 한다. 主知化는 根本的인 問題 解決은 되지 않지만 當장의 威脅的인 感情으로부터 自身을 保護하는 데는 效果의 일 수 있다.

3) 逃避型的 機制(逃避機制: escape mechanism)

逃避機制는 適應이 困難한 事態에서 回避함으로써 緊張, 不安을 解消시키고 情緒的 安全을 維持하려는 自我保護策이다. 例컨대 學校嫌惡症이 있는 學生, 競爭하고자 하지 않는 學生, 年下の 學生들과 같이 어울리는 學生 등등, 欲求不滿의 問題事態에서 逃避해 버리는 學生들 중에는 다분히 이 機制를 使用하고 있다고 보아진다. 때에 따라서 이와 같은 逃避行爲가 正當할 경우도 있지만, 그것이 習慣化되면 非社交的, 自我中心的, 個人主義的으로 되어 疑心이 많을 뿐만 아니라 恩퇴적이 되기 쉽다. 要是 適當히만 使用하면 精神衛生上 必要不可缺한 것임을 銘心해야 할 줄로 믿는다. 이 機制에 屬하는 것을 孤立, 退行, 放浪, 固着, 強迫觀念 否定(拒否), 負傷利得, 忘想 등으로 區分하여 考察해 보고자 한다.

(1) 孤立(isolation)

欲求不滿의 問題場面에서 벗어나, 他人과의 接觸을 避해 自己의 內的 世界에 틀어박혀 現實的 安定을 回復하려는 行動樣式이다. 부끄러워하는 어린이나, 小膽한 사람이 沈默과 隱退에

51) 이병윤의 1인, 정신과간호학, 수문사, 1975, p.32.

依해서 自我의 安定을 얻으려고 하는 것은 孤立의 例이다.

그러나 孤立에 依해서 現實生活經驗에 參與하지 않는다면 適應의 技術을 習得할 機會가 全혀 없기 때문에 結果的으로 점점 孤立狀態에 빠져, 習慣化될 것 같으면 不適應은 더욱 甚하게 된다.

(2) 退行 (regression)

이 機制는 困難한 問題場面に 逢着했을 때, 發達이 前期段階로 復歸하여 行動함으로써 滿足을 얻으려는 行動樣式이다. 即, 現實이 複雜하고 困難한 事態에 適應할 能力이 없다고 自認해서 옛時節로 復歸하는 것이 上策이라 느끼게 된다. 그리하여 옛시절의 思考나 行動樣式으로 復歸함으로써 緊張, 不安을 一時的이나마 解消시키게 된다. 例컨대 學校에서 親友나 教師로부터 排斥을 받은 學生이 父母에게 하소연한다든지 夫婦싸움 끝에 친정으로 돌아가는 夫人 등은 父母의 保護를 받고자 하는 意圖이며, 初老期에 접어든 사람들이 홀려간 옛노래를 들으며 눈물을 흘리는 것 등은 退行을 통한 適應의 例이다.

健康하고, 잘 適應하는 사람조차도 가끔 不安을 가볍게 하기 위하여, 또는 세상에서 흔히 말하듯이 過剩된 蒸氣를 뿜어버리기 爲하여 退行을 한다. 그들은 담배를 피우며, 술에 취하며, 過食을 하며, 화를 내며, 物件을 깨뜨리며, 手淫을 즐기며, 神秘스러운 小說을 탐독하며, 映画求景에 熱中하며, 애들처럼 옷치장하며 過速 運轉을 하며, 善神과 惡神을 믿으며, 손톱을 물어 뜯으며, 콧구멍을 쭈시며, 법을 어기며, 白日夢을 꾸꾸며, 서로 울고 불고 싸우며, 權威者에 背反하거나 服從하며, 거울 앞에서 몸매를 다듬으며, 衝動대로 行動하며, 허물을 남에게 뒤집어 씌우는 등, 列舉하면 1천가지도 넘을 어린이 같은 짓을 한다.⁵²⁾ 이런 退行中の 어떤 것은 成熟의 標識로 認定될만큼 普遍的으로 되어 있다. 特히 꿈은 退行活動의 아름다운 實例로서 魔術의인 所願充足의 方法으로 快感을 얻게 한다.

(3) 放浪 (nomadism)

放浪은 欲求不滿을 일으키는 物理的 場面에서부터 벗어남으로써 緊張, 不安을 解消시키려는 行動樣式이다. 이 機制를 使用하는 사람들은 Frustration의 原因에서부터 自己自身을 隔離시켜 버림으로써 不安을 減少시키려 한다. 예를 들면 내일까지 해야 할 일이 있지만, 하기가 싫다고 認定되면, 그 때 缺席을 해 버린단든지, 對人關係에서도 너무 沒入되어 不安感이나 威脅感을 느끼게 되면 그 關係를 깨뜨리고 그 사람을 만나지 않는 경우다. 이 機制가 生活方式으로 習慣化되면 放浪癖으로 되는 경우도 있다.⁵³⁾

(4) 固着 (fixation)

固着은 現在의 發達段階의 見地에서 그 다음의 段階에 威險이나 困難이 가로놓여 있기 때문

52) 尹正倫外 1人, 教養心理, 學文社, 1983, p.213.

53) 曹京大外 2人, 前掲書, pp.119 ~ 120.

에 그 다음의 發展段階로 前進을 두려워하여 發展的 現實에서 逃避하여 現段階에 머물러 버림으로써 緊張, 不安을 解消시키려는 行動樣式이다. 即, 前進해서 失敗하는 것보다는 차라리 停止하는 편이 낫다고 하여 自慰하려는 機制이다. 예를 들면, 運動競技 試合直前に 棄權하는 경우라든지, 考試棄權, 論文發表 棄權, 失戀을 꺼려하는 獨身者 등이라 하겠다.

(5) 強迫觀念 (compulsive conception)

強迫觀念은 不合理하고, 再考의 價値가 없다고 自認하면서도 어떤 觀念이 腦裡에 固着되어 떨어지지 않는 狀態로서, 失戀當한 첫사랑 생각은 그 예라 하겠다. 夫婦生活이나 혹은 世上事가 如意치 않을 경우에 첫사랑의 場面을 想起시켜 봄으로써 一時的인 緊張, 不安은 解消시킬 수는 있다. 強迫行爲는 強迫觀念에서 誘發되는 것으로서, 不合理하다는 것을 알고 있으면서도 避치 못하고 根氣있게 되풀이하는 行動이다. 例컨대 潔癖性的의 所有者가 外出에서 돌아와 몇번이고 손을 씻는 行爲다. 이는 손을 씻는 行動自體만으로써 罪意識은 一時的으로나마 減少되지 根絶되는 것은 아니다.

(6) 拒否 (反抗: negativism)

이 機制는 消極的으로 他人의 指示나 暗示를 拒否하거나 그 反對되는 行動을 하려는 傾向을 말한다. 이 拒否의 態度를 分析해 보면 原型은 葛藤으로부터의 逃避現象이요, 外顯은 反抗(攻擊)이라 하겠다. 이 두 概念이 複合해서 이루어진 것이 拒否의 行動樣式으로서, 自己보다 強者, 上位者, 年長者, 多數人에 對한 指示, 命令에 不服從하거나 正反對의 行動을 함으로 自尊心을 維持하려 한다. 即, 이 機制는 目前의 事態를 못본 척 하거나, 하라면 正反對의 行動을 함으로써 一時的으로나마 自慰하려는 行動樣式이다. 第一反抗期의 反抗現象은 自我意識의 發現과 自我感情의 發達로 일어나는 自然的 現象이라 할 수 있지만 成人期에 나타나는 것은 主體的, 能動的인 自我가 充分히 發達하지 못한 데서 發生한다고 할 수 있다. 예를 들면 bus 안에서 年長者에 對한 不讓步, 知人에 對한 無人事, 無對答 또는 默秘, 東問西答, 알 바 아니다. 등을 들 수 있다.

(7) 負傷利得 (wounded gain)

이 機制는 어떤 困難한 事態에서 負傷이나 疾病을 얻음으로써 逃避하려는 行動樣式이다. 例컨대, 軍人社會에서 흔히 찾아볼 수 있는데, 軍隊生活을 負傷이나 疾病에 依해서 벗어나려는 경우로서, 이러한 現象은 故意的인 病이 아니라 除隊코자 하는 欲求가 無意識的으로 身體的인 病症狀으로 나타난 것이다. (Hysteria 症)

(8) 幻想 (fantasy)

幻想은 白日夢의 逃避現象이 極端的인 것이다. 白日夢은 이미 達成된 場面을 想像하는 것이며, 그 自體가 目的이며 그 以上の 適應으로 이끌지는 않는다. 이는 適應과는 何等의 連關이 없는 一種의 想像이다. 即 不快한 問題場面에서 逃避하는 手段인 것이다. 幻想의 世界는 現實

의 世界로 바꾸어지고 制限이 많은 現世界에서 逃避하여, 아무런 制限도 없는 世界(Paradise)로 逃避하려는 行動樣式이다.

V. 結 論

人間은 目標指向的인 行動을 한다. 自己自身の 欲求 및 動機에 依해 樹立한 目標을 向하여 精進하다가 어떤 障礙를 받거나 障壁에 逢着하게 되면 누구나 程度의 差異는 있겠지만 緊張, 不安, 壓迫感, 葛藤에 사로잡혀 Frustration 狀態에 빠지게 되는데, 이와 같은 Frustration 의 累積으로 因하여 靑少年들은 여러가지 非行問題를 誘發하게 된다.

이와 같이 Frustration 을 解消시키고 靑少年들의 非行問題에 對處키 爲해서는 그들의 行動 目標은 무엇이며, 行動樣相은 어떠한가? 그들의 心理的 特性은? 그리고 그들의 行動에 作用하는 環境의 힘은 어떠한지 등에 對하여 어느 程度 理解하고 있어야만 비로소 非行의 原因을 파악할 수 있으며, 이를 基礎로 해서 그 對處法을 講究해야할 것으로 여겨진다.

本 研究에서는 오늘날의 靑少年問題를 그들의 成長發達過程에서 必然的으로 겪어야 할 課題로 보고, 그들의 非行道 여러 Frustration 解消策中的 하나에 不遇한 것으로 봐서, 靑少年非行對處法도 豫防的인 面에 基礎를 두어 既成世代의 態度變化와 社會改善을 통한 環境變化에 焦點을 두었다. 그리고 오늘날의 靑少年들을 보다 잘 理解하기 爲하여 그들의 心理的 特性과 適應 및 不適應의 過程, Frustration 의 原因을 糾明하고, 非行問題의 對處法을 提示해 왔다.

(一) 靑少年들의 心理的 特性을 들면 다음과 같다.

(1) 人生의 過渡期다: 即, 發達過程上에서 누구에게나 緊張, 不安, 混亂, 陣痛 등을 體驗케 되는 兒童期에서 成人期로 넘어가는 過渡期이다.

(2) 靑少年期는 疾風怒濤의 時期다:

感情이 鬱의 狀態下에서는 極端의 自己卑下, 無價値視하는 傾向때문에 非觀主義的 人生觀을 가졌다가도 躁의 狀態으로 돌아와서는 樂天視하는 傾向이 強하여 이 世上에서 못이를 것이 없다는 自信感을 갖고 所謂, 물불을 가리지 않고 行動하는 時期가 靑少年期이다.

(3) 人生의 周邊期다:

이들은 發達段階上 兒童期와 成人期의 中間에 끼어 있어, 그 어느 쪽에도 끼이지 못하여 緊張, 不安, 葛藤에서 헤매는 이른바 人生의 周邊期이다.

(4) 人生의 第二 誕生期다:

이들은 異性에 對한 關心이 多樣하고 顯著하며, 새로운 自我意識 即, 自我正體感이 形成 確立되어가는 人生의 再出發이 始作되는 時期요, 人生의 第二誕生期인 것이다.

(5) 靑少年期는 感情의 兩向性이 強하다:

사람은 누구나 同一 人物이나 對象에 對해서 愛와 憎, 高慢과 卑下 등 서로 相反되는 感情의 兩面價値 (ambivalence) 를 同時에 나타내는데 靑少年期는 이 兩向性이 顯著하게 나타나는 所謂, 氣象變動이 甚한 時期인 것이다.

(6) 靑少年期는 自己誇示現象이 顯著한 時期다 :

이들은 時代의 流行에 敏感하며, 氣分과 멋에 依한 行爲가 두렵하게 나타나는 時期요, 流行의 最尖端을 維持하려고 한다.

(7) 靑少年期는 冒險의 時期다 :

그들의 理想이 어떤 障礙에 逢着하여 實現不可能케 되면 道德的 頹廢行動으로 빠져버리기 쉬운 時期다. 卽, 社會的 冷待를 받거나, 劣等感에 사로잡히게 되면 家出, 竊盜, 自殺 등의 冒險에 빠지기 쉬운 時期다.

(8) 靑少年期는 自我正體感의 危機다 :

이 時期는 過去, 現在 및 未來의 自己를 比較해 보게 되고, 自他를 比較해 보며, 自己의 本質, 位置, 能力 등을 考慮해서 自我正體感을 確立해 가는데, 이 過程에서 內面的 危機를 克服하지 못할 때에 正體感의 昏迷나, 否定的 自我正體感에 빠지게 되기 쉬운 時期이다.

(9) 靑少年期는 反抗의 時期다 :

이 時期는 人生의 第二反抗期로서 自己의 價値나 信念에 맞지않은 傳統的 慣習, 制度, 權威 등에 正面으로 反抗하려고 하며, 여러 社會體制 등을 改革하려는 傾向이 顯著하게 나타나는 時期이다.

(10) 靑少年期는 所屬에의 離脫感이 강한 時期다 :

이들은 自身의 信念에 맞지 않는 既成價値와 制度, 習慣 등을 強要할 때에 自身의 內的 世界로 離脫해 버릴려는 傾向이 甚하다. 離脫現象은 心理的 離脫로 出發해서 地理的, 社會的 離脫로 나타나 家出 및 放浪癖도 여기에 기인하는 경우가 많다.

(11) 靑少年期는 情緒的 變化가 甚한 時期다 :

이 時期에는 感情的으로 mania (躁) 狀態에 있다가도 어느새 melancholia (鬱) 狀態로 變해 버리며, 同時에 이에 따른 行爲가 나타나기가 쉽다.

(12) 靑少年期는 社會的으로 未熟한 時期다 :

이들은 아직도 自己中心性, 利己性이 강한 反面, 社會制度나 習慣에의 同化性이 弱하고, 經驗의 不足으로 因하여 社會的 成熟度가 낮다.

(13) 靑少年期는 知的 確信性이 强하다 :

이들은 大體的으로 自己信念에 基礎한 推象的 思考에 依해 反應을 하기 때문에 社會制度에 對하여 失望, 疑心, 頹廢에 빠지기 쉬우며 急進的, 革新的 傾向이 濃厚하며, 成人들을 否定하고, 自己立場을 全的으로 肯定하는 등 自己 나름대로의 行動을 하는 傾向이 濃厚하다.

(14) 靑少年期는 行動欲이 旺盛하다 :

靑少年들은 社會意識의 顯著한 發達로 因하여 個人은 社會속의 한 人間으로 認定하며 마침내

理想主義的 思考와 現實的 環境이 서로 結付되어 知性에 依한 行動보다는 感性的 行動이 앞서게 된다.

(5) 青少年期는 愛情觀의 變化가 甚하다 :

이들은 思春期를 起點으로 해서 父母와 비슷한 年長者를 思慕하는 青年前期(15~16歲)의 愛情觀(송아지 사랑)을 거쳐서, 同年輩의 異性이면 누구나 다 愛情의 對象으로 여기는 青年中期(17~18歲)의 戀愛(강아지 사랑)을 넘겨 青年後期(19~21歲)의 比較的 細心하고 安定되고 醇化된 愛情觀으로 定着하게 된다.

(二) Frustration의 原因으로는

大體的으로 壓迫感, 不安, 葛藤, 缺乏, 障礙物 등으로 大分할 수 있다.

(1) 壓迫感 :

우리는 內外的 要求에 依해서 많은 壓迫感을 느낀다. 現代와 같은 競爭社會에서는 한번 失敗하면 꼭 成功해야 된다는 強한 壓迫感을 받게 마련이며, 비록 成功했다 하더라도 앞으로 더 나아가고자 하는 데까지 壓迫은 계속되기 마련이다. 이와 같이 쫓기면서 生活해야만 하는 現代人의 壓迫感은 人口問題, 先入感, 犯罪와 暴力, 그리고 孤立으로 因하여 생긴다.

(2) 不 安 :

不安이란 뚜렷한 對象이 없고, 漠然히 恐怖나 危險하다는 感情이 따르는 身體的, 精神的 不快感으로 ① 不安強迫, ② 恐怖症, ③ 一般화된 不安反應 등으로 區分할 수 있으며, 이로 因해 Frustration을 誘發시키는 要因이 된다.

(3) 葛 藤 :

이는 同時에 相反되는 2 or 2個以上の 欲求 및 動機가 同一 有機體內에 存在하고 있는 狀態다. 이에 屬하는 것으로는 接近對 接近葛藤(+,+型葛藤), 回避對 回避葛藤(-,-型葛藤), 接近對 回避葛藤(+,-型葛藤), 二重接近對 回避葛藤 등을 들 수 있다.

(4) 缺 乏 :

缺乏이란 個人의 欲求나 動機를 滿足시켜 줄 수 있는 手段이 除去된 狀態를 말한다. 이에 屬하는 것으로는 ① 身體的 孤立, ② 精神的 孤立, ③ 作業에의 欲求, ④ 身體的 缺陷, ⑤ 心理的 缺陷이 있으며, 이가 Frustration의 原因이 된다.

(5) 障礙物 :

障礙物은 個人의 欲求나 動機들을 挫折시키는 物理的, 社會的, 經濟的, 身體的, 心理的 障礙가 되는 것들로서 이런 障礙物이 Frustration의 原因이 된다. 이에 屬하는 것으로는 ① 物理的 障礙, ② 社會的 障礙, ③ 身體的 障礙, ④ 心理的 障礙 등을 들 수 있다.

(三) 青少年非行 對處法

1) 效果的인 對處法 :

Frustration을 效果的으로 對處하는 方法은 欲求挫折의 身體的 反應을 統制하는 方法의 適

用, 그리고 效果的인 認知的 對應策의 使用 및 여러가지 多樣한 集團 program에의 參與 등을 通하여 보다 效果的으로 Frustration 事態에 對處할 態勢를 갖출 수 있을 것이다. 卽, 挫折을 效果的으로 對處해 나가려면 Frustration에 對한 올바른 理解와 認識을 通해서 이에 對한 忍耐力을 育成시키고 이를 克服할 수 있는 자기나름의 技法을 開發하여 活用해야 한다.

이제 Frustration을 效果的으로 對處하는 方法으로는 ① 強迫感, 不安感, 葛藤 등에 對한 欲求不滿耐性(Frustration tolerance)을 增大시키는 方法, ② 自己能力과 現實的 與件을 考慮해서 自己自身에게 適合한 目標를 設定하는 일이다.

2) 直接的 對處法(課題指向的 對處法)

이 適應機制는 어떤 障礙로 因하여 目標達成이 不可能할 때에 欲求不滿狀況(Frustration situation)을 變化시키거나, 自身을 變化시키거나, Frustration situation에서 撤收함으로써 緊張, 不安, 葛藤 등을 解消시키려는 機制를 意味한다.

이에 屬하는 것으로는 ① 攻擊의 行動, ② 不滿의 原因을 말이나 글로 表現해 버리는 方法, ③ Frustration situation에서 撤收하는 方法, ④ 達成치 못한 目標를 調整하는 方法 등이 있다.

3) 自我防禦的 對處法(自我防禦機制)

適應機制란 欲求充足이나 緊張, 不安을 解消하기 위해 取해지는 行動樣式이며, 또는 問題事態에 對한 個人的 反應樣式인 것이다.

이 機制에 屬하는 것으로는 편의상 代替型, 欺瞞型, 逃避型的 機制로 區分된다.

(1) 代替型的 機制(防禦機制)

이 機制는 어떤 欲求나 動機挫折로 因하여 目標達成이 不可能할 때에 처음의 目標를 버리고 다른 目標를 設定하여 이에 沒頭하거나 達成함으로써 部分的으로나마 緊張, 不安을 解消시키가는 行動樣式이다.

이 方法으로는 白日夢(daydream), 同一視(identification), 補償(compensation), 昇華(sublimation), 換置(substitution), 反動形成(reaction formation), 注意獲得(attention getting) 등이 있다.

(2) 欺瞞型的 機制(合理化機制)

이는 社會的으로 承認을 받지 못한 行動이나 意見에서 오는 劣等感을 輕減시키기 爲하여 社會的으로 認定을 받을 수 있는 行動이나 理由로 辨明하는 機制이다.

이 機制에 屬하는 것으로는 신포도(sour grapes), 달콤한 레몬(sweet lemon), 合理化(rationalization), 抑壓(repression), 抑制(suppression), 投射(projection), 攝取(introjection), 主知化(intellectualization) 등이 있다.

(3) 逃避型的 機制(逃避機制)

이 機制는 困難한 事態에서 回避함으로써 緊張, 不安, 壓迫을 解消시키고, 情緒的 安定을 維持하려는 自我保護策이다.

이 型의 機制에 屬하는 것으로는 孤立(isolation), 退行(regression), 固着(fixations) 強迫觀念(obsession), 拒否(negativism), 放浪(nomadism), 負傷利得(wounded gain), 妄想(fantasy) 등이 있다.

以上과 같이 提示한 適應機制는 欲求不滿의 原因과 樣相에 따라 個個人에게 有效適切하게 使用함으로써 Frustration을 解消시킬 수 있으며, 靑少年들의 非行問題를 效果的으로 對處할 것으로 믿어진다.

參 考 文 獻

- 姜昌赫, “效率的인 學生指導을 爲한 問題性向 分析 研究”, 「學生生活研究」, 第6輯, 濟州大學校 學生生活研究所, 1983.
- 權彝鍾, 社會教育과 青少年指導, 培英社, 1984.
- 慶北大學校學生生活研究所, 大學生の 背景, 學生生活研究所, 1982.
- 金基錫譯, 性格發達과 精神病理學, 中央適性出版部, 1980.
- 金鳳韶, “大學生の 心理社會的 態度에 關한 研究”, 「학생지도연구」, 제6권, 1호, 慶北大學校學生指導研究所, 1973.
- 金聖泰外, 異常心理學, 現代教育叢書出版部, 1967.
- 金在恩外, 心理檢査의 活用, 中央適性研究所, 1979.
- 金仁子譯, 適應心理, 正民社, 1982.
- 金仁子譯, 人間關係와 自己表現, 中央適性出版部, 1984.
- 金平玉譯, 에밀, 集文社, 1982.
- 文光錫, 青少年問題와 將來, 大韓出版公社, 1983.
- 朴午陽, 放浪金笠詩集, 大文社, 1956.
- 白賢基外, 教育·心理學辭典, 培英社, 1965.
- 徐鳳延, 自我正體感 形成에 關한 心理學的 研究, 博士學位論文, 慶北大學校大學院, 1975.
- 徐鳳延外, 大學生을 爲한 精神衛生, 서울大學校學生指導研究所, 1975.
- 徐鳳延外, 精神衛生, 韓國應用心理學會, 1972.
- 愼庸日, 教育心理學, 載東文化社, 1972.
- 安載禎, 青少年的 意識과 非行(I)(II), 韓國基督教青少年善導會, 1982.
- 嶺南心理學會編, 教養心理, 中央適性出版部, 1980.
- 尹正倫外, 教養心理學, 學文社, 1983.
- 李寬容譯, 性格과 適應, 益文社, 1973.
- _____外, 精神衛生, 韓國放送通信大學出版部, 1982.
- _____外, “效果的 스트레스 對應에 關한 考察”, 「학생연구」, 제19권, 2호, 서울大學校學生出版部, 1984.
- 이병운外, 정신과 간호학, 수문사, 1975.
- 李相魯, 性格과 行動의 指導, 中央適性研究所, 1979.
- _____外譯, 性格理論, 中央適性研究所, 1982.
- _____外, 青少年的 特性과 學生指導의 問題, 慶北大學校補職教授세미나資料, 1981.

- 李星珍外，國家發展과 青少年，培英社，1978.
- 이장호外，心理學概論，韓國放送通信大學，1983.
- 李鉉洙，臨床心理學，博英社，1984.
- _____，異常行動의 心理學，大旺社，1976.
- 李炯得外譯，人間關係의 改善과 治療，中央適性出版部，1978.
- 李勳永譯，性格心理學，法文社，1983.
- 張秉琳，心理學總論，法文社，1981.
- 曹大京外，異常心理學，現代教育叢書出版社，1967.
- _____外，臨床心理學，現代教育叢書出版社，1968.
- _____外，精神衛生，中央適性出版部，1984.
- 曹恩淑，精神衛生，載東文化社，1973.
- 鄭寅錫外，生活指導，載東文化社，1972.
- 韓國教育開發院，「教育發展의 展望과 課題」(1978 ~ 1991)，答申報告，1978.
- 계석봉外，精神衛生，學文社，1984.
- 柱廣介，青年心理學，金子書房，1964.
- 中西信男，青年の心理と指導，福村出版社，1982.
- 依田新編，新·教育心理學事典，金子書房，1980.