

# 1

## 성격 이론 : 일상 관찰로부터 체계적 이론으로

이 장에서 다룰 질문

성격의 정의

왜 성격을 공부하는가?

성격 이론가들의 세 가지 목표

사람에 관한 질문에 과학적으로 답하기 : 구조, 과정, 발달, 치료적 변화의 이해

성격 이론의 중요한 논점

성격 이론의 평가

성격 이론 : 입문

주요 개념

요약

### 제1장의 초점

나는 때로는 이기적이 되는데 나 자신이 완벽해지려고 노력하기 때문이라고 생각한다. A학점을 받는 학생, 좋은 엄마, 사랑스러운 아내, 탁월한 직원, 배려심이 많은 친구가 되기를 원한다는 의미에서의 '완벽'이다. 내 남자 친구는 때때로 내가 테레사 수녀가 되려고 너무 애를 쓴다고 생각한다—그게 나쁘다는 뜻은 아니다. 그러나 나는 때로 나 자신을 정상이 아닌 상태로 몰아가곤 한다. 나는 어려운 어린 시절과 성인기를 겪었기 때문에 이 모든 나쁜 시절에 대한 보상을 받으려 노력한다고 생각한다. 나는 생산적이고 좋은 사람이 되어서 나의 세계를 다르게 만들고 싶다.

나는 정말 문제이다. 나는 유전학을 공부하고 머리도 좋은 편이어서 학교에서 공부도 잘하는데 단지 언제 입을 닫을지 모르는 것이 문제이다. 대부분의 경우 나는 수줍어서 다른 사람들에게 말도 잘 못하지만, 종종 아주 공격적이 되고 무척 신랄한 단어를 사용할 때도 있다. 나는 때때로 비판적이고 잔인하고 뽐내는 사람이 된다. 물론 내가 친절하고 상냥하다고 말하는 사람도 있고 그것은 부분적으로 사실이기도 하다. 그러나 난 오직 내가 함께 이야기를 나눌 가치가 있다고 생각하는 사람들에게만 친절하고 상냥하게 대한다. 나는 논쟁을 매우 좋아하고 재미를 위해서 논쟁을 벌이곤 한다.

나는 항상 다른 사람들에 의해 냉소적이고 진실하다고 묘사되어 왔다. 나는 나를 호기심 많고 철학적이며 정 의지향적이라고 묘사하고 싶다. 나는 조직을 열렬히 사랑하지만, 내 방은 내가 지금까지 본 것 중 가장 지저분 한 방이다. 갓난아기의 방처럼 말이다. 나는 내성적이지만 나 자신에 대해 많은 결론을 내리지는 않는다. 나는 매우 수동적이고 부드러워 보이지만, 너무 피곤해서 단지 화를 낼 수 없는 것이다.

어떤 사람은 가끔 수줍어한다. 그러나 어떤 사람에게는 마음을 열기도 한다. 그가 언제 행복하고 언제 슬픈 지 알기 어렵다. 그는 진정한 감정을 드러내지 않는다. 왜냐하면 감정을 드러내는 것이 너무나 힘들기 때문이다. 그는 마음을 닫게 만드는 외상 경험을 했고 진정한 자기를 보여주는 것이 두려운 것처럼 보인다. 그는 재미 있고, 재미있는 것을 많이 하며, 함께 있으면 재미있는 사람이다. 그러나 그가 정말로 즐거운 시간을 보내는지 알기 어려울 때가 가끔 있다. 많은 사람들에게 사랑을 받고 많이 베푸는 타입인데 '진지함'을 좋아하지 않는다.

이 스케치들은 바로 여러분과 같은 사람, 즉 성격심리학을 수강하기로 한 학생들이 쓴 것이다. 나는 첫 번째 수업 시간에 수강생들에게 자신의 성격과 친구의 성격에 대해 묘사해 보라고 한다. 두 가지 일이 일어난다. 첫째, 학생들은 질문에 대답할 수 있다. "여러분의 성격을 묘사하라."라고 하면, "어떻게 해야 할지 모르겠다. 이제 겨우 성격심리학 수업의 첫날일 뿐인데."라고 말하는 경우는 거의 없다. 둘째, 여기서 볼 수 있듯이, 그들의 대답은 종종 상세하고 미묘하며 통찰력이 있어서 우리는 이렇게 묻고 싶은 유혹을 느낀다. 이 교실이 '성격 이론 가들'로 가득 차있는 것이 아닐까?

어떤 의미에서는, 그렇다. 우리는 모두 성격 이론가들이다. 우리는 자신과 다른 사람들에 대해 묻는다. "나는 왜 이렇게 수줍음이 많지?" "우리 부모는 왜 그렇게 이상할까?" "부모님이 너무 이상해서 내가 그렇게 수줍 어하는 거야?" 성격심리학 수업을 듣기도 전에 우리는 정교하고 종종 정확한 답을 생각해 낸다. 여러분은 이미 성격에 대한 아이디어를 가지고 있고, 하루 동안 일어난 사건들을 이해하고, 다음 날 일어날 사건을 예측하고, 자신과 친구들이 삶의 스트레스, 충격, 상처를 극복할 수 있도록 돕는 데 활용한다.

'그러나'—아마 여러분은 자문할 것이다—"내가 이미 성격에 대해 그렇게 많이 알고 있다면, 이 수업에서 무엇을 배울 수 있을까?" 즉, "전문 성격심리학자는 내가 아직 하지 않은 어떤 일을 하고 있는가?" 이 장에서는 성격을 연구하는 심리학자들의 과학적 목표와 방법을 소개함으로써 이 문제를 다룬다. 하지만 먼저, 우리는 핵심 용어를 정의하고 이 과학 분야의 현황에 대해 이야기할 것이다.

## 이 장에서 다룰 질문

1. 과학적인 성격 이론은 여러분이 일상의 삶에서 발전시킨 사람에 관한 아이디어와 어떻게 다른가?
2. 왜 하나 이상의 성격 이론이 존재하며 이론 간에는 대체로 어떤 차이가 있는가?
3. 성격심리학자들은 무엇을 성취하려고 노력하는가? 달리 말하면, 그들이 이해하려고 노력하는 사람과 개인차의 측면은 무엇이며, 어떤 성격 이론에서든 다루어져야 할 만큼 중요한 요소는 무엇인가?

## 성격의 정의

성격심리학은 개인 내 기능의 역동과 특정 삶의 일관성과 주제의 통일성에 관한 것입니다.

Block(1992, p. xiii)

여러분은 이미 ‘성격’에 대해 직관적으로 이해하고 있다. 공식적인 정의가 필요할까? 왜냐 하면 단어에서 흔히 볼 수 있듯이, 사람마다 ‘성격’이라는 단어를 다른 방식으로 사용하기 때문이다. 이러한 차이는 입문 과정과 전문 분야 모두에서 혼란을 야기할 수 있다(Cervone, 2005). 그러므로 ‘성격’이라는 단어가 사용되는 몇 가지 방법을 살펴보자. 그런 다음 용어에 대한 공식적 정의를 할 것이다.

예를 들어, 사람들은 흔히 “엘런 디제너러스는 성격이 대단하다.” 또는 “나의 심리학 교수님은 성격이 없다.”라고 한다. 여기서 성격은 ‘카리스마’를 의미한다. 이것은 성격심리학자들이 이 단어를 사용하는 방식이 아니다. 이 책은 카리스마의 이론과 연구에 관한 것이 아니다.

전문 심리학자들은 ‘성격’이라는 단어를 두 가지 방법으로 사용한다. 구체적으로 그들은 두 가지 형태의 성격 변수, 즉 사람을 이해하기 위한 두 가지 개념과 그들이 어떻게 다른지를 제안한다.

**1. 성향** 한 가지 변수는 성격 성향이다. 일반적으로, 과학에서 성향은 기술이다. 성향 용어는 사람이나 사물이 하려는 경향을 기술한다. 유리 꽃병은 부딪히면 깨지는 경향이 있다. ‘깨지기 쉬움’은 이러한 경향을 기술하는 성향 용어이다. 어떤 종류의 거북이는 매우 오래 사는 경향이 있다. ‘장수’는 이러한 경향(거북이는 다른 많은 종들에 비해 ‘수명이 긴’)을 기술한다. 성격 연구에서 심리학자들은 개인을 가장 잘 기술하는 성격 성향과 사람들이 서로 다른 주요 방식을 파악하기 위해 노력한다.

사람들은 피곤할 때 잠을 자고, 배고플 때 밥을 먹고, 교과서를 읽을 때 지루함을 느끼는 등 많은 경향을 가지고 있다. 성격 성향으로 간주되는 것은 무엇인가? 여러분 스스로 해결할 수 있다. ‘성격’이라는 단어를 어떻게 사용하는지 생각해 보면, 여러분은 두 가지 속성을 가진 심리적 특성을 설명하기 위해 이 단어를 사용한다는 것을 금방 깨닫게 될 것이다. ‘성격’ 성향은 (1) 지속적이고 (2) 독특하다.

- ‘지속적’이란 표현은 성격 특성이 상이한 시간과 상황에 걸쳐서 적어도 어느 정도는 일관적인 속성임을 의미한다. 뭔가에 스트레스를 받아서인지 어느 날 조금 이상하게 행동하는 자신을 발견하게 된다고 해서 그날 “성격이 변했다.”라고 말하지는 않을 것이다. 여러분은 ‘성격’이라는 단어를 오랜 기간 즉 몇 달, 몇 년, 어쩌면 평생 동안 지속되는 특징들을 묘사하기 위해 사용한다. 사람들은 비교적 안정적인 양태의 기능성을 보이는 경향이 있다. 동시에 사람들은 시간이 흐르면서 변화하며, 상이한 상황에서 종종

다르게 행동하는 법도 알고 있다. 생애의 한때 내향성이었던 사람이 만년에 외향성이 되기도 하고, 어떤 사회적 상황에서 내향적인 사람이 다른 상황에서는 외향적으로 변하기도 한다. 성격심리학자의 과제는 한 개인의 심리적 기능의 패턴, 즉 시간과 상황에 걸쳐서 그 사람을 관찰할 때 두드러지는 패턴을 기술하고 설명하는 것이다.

- ‘독특한’이란 표현은 성격 특성이 사람들을 서로 구별한다는 것을 의미한다. 여러분의 성격을 설명해 달라는 요청을 받으면 “나쁜 일이 있을 때는 슬프고 좋은 일이 있을 때는 행복한 편”이라고 말하지는 않을 것이다. 모든 사람은 나쁜 일/좋은 일이 있을 때 슬프고 행복하다고 느낀다. 이러한 경향은 독특하지 않다. 하지만 만약 우리가 이 장을 시작할 때 그린 스케치 중 하나처럼, 누군가가 “대부분은 수줍어하고… 때로는 빈정거리고, 잔인하고, 거드름을 피우며 … 그럼에도 불구하고 말할 가치가 있다고 여겨지는 사람들에게는 친절하고 상냥하다.”라고 한다면, 그것은 특색 있는, 따라서 (더 복잡한) 성격 성향이다.

**2. 내면의 정신생활** 두 번째 개념 집합은 내면의 정신생활을 말한다. 성격심리학자들은 개인의 정신적 삶을 구성하는 신념, 정서, 동기를 연구한다. 대안적 욕망 사이의 갈등, 마음 속에 떠올라 감정으로 채워지는 기억, 사고 능력을 방해하는 정서들, 일상적인 일을 의미 있게 만드는 장기적 목표, 목표를 달성하기 위한 노력을 저해하는 자기 의심—이것들은 성격심리학자가 목표로 하는 정신생활의 특징이다.

앞서 인용문에서 성격심리학자인 잭 블록이 사용한 과학적 목표에 대한 기술적 용어는 ‘개인 내 기능’이다. 성격심리학은 사람 간의 차이나 개인 간의 차이에만 관심이 있는 것이 아니다. 성격심리학자들은 기본적으로 마음 내부의 생각과 정서의 상호작용이나 개인의 정신 기능에 관심을 가지고 있다.

심리학의 많은 분야가 정신생활을 연구한다. 성격심리학의 독특한 점은 무엇인가? 한 가지 독특한 특징은 정신생활의 여러 측면들이 어떻게 서로 연결되어 있는지 혹은 ‘응집되어 있는지’에 대한 이 분야의 관심사이다(Block, 1992; Cervone & Shoda, 1999). 이 관심을 다른 심리학 분야의 주요 관심사와 비교해 보라. 인지심리학자는 기억을 연구할 수 있다. 사회심리학자는 자아 개념을 연구할 수 있다. 교육심리학자는 학교에서 완벽주의 성향을 다룰 수 있다. 그러나 성격심리학자는 이러한 서로 다른 조직들이 개인의 삶에서 어떻게 응집되는지에 관심이 있다. 여러분은 위의 인용구에서 그러한 성격 일관성을 보았을 뿐이다. 그 사람의 기억(힘든 삶)은 그녀의 자아 개념(세상에 변화를 주는 생산적인 사람이 되는 것)과 연결되어 있었고, 그 결과 그녀의 완벽주의(“완벽하기 위해 노력”)를 설명했다.

이러한 연결을 설명하는 데 유용한 개념은 ‘시스템’이다. 시스템system은 전체를 구성하는 모든 연결된 상호 작용 부품 세트이다. 성격은 하나의 시스템이라고 생각할 수 있다. 서로 다른 심리적 특성(믿음, 가치관, 정서, 목표, 기술, 기억)은 서로 영향을 주고 사람

#### 시스템

함께 기능하는 고도로 상호 연결된 부분들의 모음으로, 성격 연구에서 구분되는 심리적 메커니즘은 성격의 심리적 현상을 만들어 내는 시스템으로 함께 기능할 수 있음

전체를 구성한다(Mischel & Shoda, 1995; Nowak, Vallacher, & Zochowski, 2005).

우리는 이제 성격을 정의할 수 있는 위치에 있다. 심리학에서 성격(personality)이란 개인의 지속적이고 독특한 경험과 행동 패턴에 기여하는 심리학적 체계를 가리킨다. 보다시피, 정의는 위의 두 가지 의미를 결합하고 있다. 이상적으로 성격심리학자는 사람들의 독특한 경험과 행동(그들의 성향)을 설명하는 데 도움이 되는 심리적 체계(정신생활의 측면)를 확인할 수 있을 것이다.

**성격**  
경험과 행동의 일관적인 패턴을 설명하는 사람의 특성

## 왜 성격을 공부하는가?

왜 성격심리학 수업을 듣는가? 이 질문에 답하는 하나의 방식은 이 수업의 자료를 심리학의 다른 수업의 자료와 비교하는 것이다. 전형적인 101 심리학 개론 시리즈를 생각해 보라. 학생들은 종종 수업 내용에 실망을 한다. 그 수업은 전체로서의 사람에 관한 것 같지 않다. 대신 학생들은 사람의 일부분(예 : 시각 체계, 자율신경 체계, 장기 기억 등)과 사람이 하는 것들(학습, 문제 해결, 의사 결정 등)에 관해서 배운다. “도대체 심리학의 어디에서 전체로서의 사람에 관해 배울 수 있을까?” 이런 질문이 당연히 나오 직한데 그에 대한 대답은 “여기, 성격심리학에서 배운다.”라는 것이다. 성격 이론가들은 한 개인의 심리적 삶의 상이한 측면들이 어떻게 서로 관계되고, 개인이 살고 있는 사회와 문화와는 어떤 관계를 갖는지를 이해하려고 노력함으로써 전체 인간에 관한 문제를 다룬다(Magnusson, 2012). 그러므로 성격심리학을 공부하는 하나의 이유는 성격심리학이 심리학의 가장 복잡하고 흥미로운 주제인 전체의, 통합된, 일관성 있는, 독특한 개인을 다루기 때문이다.

성격심리학 과목을 수강하는 또 다른 이유는 보다 폭넓은 지적 세계를 포함하기 때문이다. 성격 이론들은 과학적 심리학의 경계 내에서만 영향력이 있었던 것이 아니다. 이들은 전체 사회에 영향을 끼쳤다. 그들은 또한 사회 전반에 영향을 끼쳤다. 사실, 그것들은 매우 영향력이 있어서 아마도 여러분이 이 과정에 등록하기 전부터 여러분의 사고방식에 영향을 미쳤을 것이다. 누군가 큰 ‘자아’를 가지고 있다고 말한 적이 있는가? 아니면 친구를 ‘내향적’이라고 부른 적이 있는가? 아니면 말실수가 말하는 사람의 숨겨진 신념에 대해 뭔가 드러내는 것이 있느냐고 물었을까? 그렇다면 여러분은 이미 성격심리학에서 나온 용어와 아이디어를 사용하고 있는 것이다.

다음은 성격심리가 미치는 영향에 대한 세 가지 지표이다.

- 20세기 말에, 학자들(Haggblom et al., 2002)은 20세기의 가장 영향력 있는 과학심리학자들을 확인했다. 누가 포함되었을까? 상위 25명 안에 든 대다수는 성격심리에 기여한 연구자들이었다.

- 세기의 끝은 또한 밀레니엄의 끝이었다. 한 TV 방송국이 역사학자들과 다른 사람들을 대상으로 지난 1000년 동안 가장 영향력 있었던 인물 100명을 선정했다. 목록에 오른 유일한, 그리고 쉽게 12위에 오른 심리학자는 성격 이론가였는데, 바로 정신역동 이론가인 지그문트 프로이트였다.\*
- 2007년 통계분석을 통해 인문사회과학 분야(심리학뿐 아니라 정치학, 철학, 언어학, 문학비평, 사회학, 문화학 등)에서 가장 영향력이 큰 책의 저자를 파악했다. 가장 많이 인용된 살아있는 저자는 성격 이론가인 사회인지 이론가 앨버트 밴듀라였다.\*\*

여기서 성격 이론과 연구에서 심리학 역사상 가장 영향력 있는 아이디어를 발견할 수 있을 것이다.

## 성격 이론가들의 세 가지 목표

이제 이전 질문으로 돌아가 보자. 전문적인 성격심리학자는 하고 있는데 독자인 여러분은 하지 않고 있는 것은 무엇인가?

여러분이 하는 일을 생각해 보라. 여러분은 친구 및 가족과 직접 또는 전자적으로 교류한다. 사람을 직접 관찰할 뿐만 아니라 영화와 비디오, 그리고 책, 잡지, 블로그에서도 사람을 관찰한다. 자신의 강점과 약점, 희망과 계획, 그리고 타인에 대한 책임감 등 자신에 대해 생각한다. 그리고 다른 사람들이 여러분에게 자신, 친구, 가족, 그리고 그들의 희망과 꿈에 대해 말할 때, 그들이 어떻게 여러분과 같은 일을 하는지 알게 된다. 이런 일상적인 관찰을 통해 인간 본성과 사람들이 서로 다른 주된 방식에 대한 생각을 발전시킨다.

대부분의 사람들에게 그것이 성격에 대한 많은 생각이다. 하지만 성격심리학자는 ‘대부분의 사람들’이 아니다. 성격을 연구하는 심리학자들은 단순히 사람에게 관심이 있는 비전문가와 자신의 활동을 구분 짓는 세 가지 목표를 추구한다.

### 1. 과학적인 관찰

성격심리학자는 사람들을 무심코 관찰하지 않는다. 대신, 그들은 과학적 관찰을 추구한다. 관찰을 과학적으로 만드는 특징은 과학마다 다르다. 성격심리학에서는 세 가지가 두드러진다.

**1. 다양한 그룹의 사람들을 연구하라.** 심리학자들은 일상에서 우연히 마주치게 되는 사

\* “A & E’s Biography : 100 Most Influential People of the Millennium”, <https://wmich.edu/mus-gened/mus150/biography100.html>

\*\* <https://www.timeshighereducation.com/news/most-cited-authors-of-books-in-the-humanities-2007/405956.article>

람들의 관찰만을 바탕으로 성격 이론을 세울 수는 없다. 그들은 성격에 대한 결론이 세계 시민들의 삶을 대표한다는 것을 확실히 하기 위해 다양한 집단의 개인들을 관찰해야 한다. 이러한 필요성은 특히 중요한데, 왜냐하면 다른 나라와 문화권의 사람들은 다른데, 이는 특정한 삶의 맥락 안에서 연구된 후에만 명백해지기 때문이다(Cheng, Wang, & Golden, 2011). 국가와 문화뿐만 아니라 민족, 영적 신념, 경제적 상황과 관련된 하위 문화도 독특한 심리적 특성을 보일 수 있다(Oyserman, 2017).

오늘날의 성격 과학에서 연구자들은 종종 이렇게 다양한 참여자 그룹에 도달하는 데 훌륭하게 성공한다. 예를 들어, 한 연구팀은 56개국의 참가자들로부터 성격에 대한 자기 설명을 요약했다(Schmitt et al., 2007). 또 다른 연구는 전 세계 여러 지역에 걸쳐 성격 경향을 조사한 결과, 더 온화한 기후가 더 외향적인(사회적이고 개방적인) 성격 스타일을 촉진한다는 것을 발견했다. 세계 인구를 연구하는 능력은 기술의 진보에 의해 더 쉬워진다. 연구자들은 컴퓨터 사용자의 선호도와 진술을 소셜 미디어 및 다른 인터넷 사이트(Bleidorn, Hopwood, & Wright, 2017)에 기록함으로써 얻은 대규모 정보인 ‘빅 데이터’를 분석함으로써 전 세계 사람들에 대한 정보를 얻을 수 있다.

그러나 이러한 경향은 최근이다. 21세기 이전까지 심리학 연구에 참여한 사람들의 대다수는 전 세계 인구의 20% 미만을 차지하는 유럽과 북미 출신이었다. 이는 성격의 모든 주요 이론이 금세기 이전에 발전했다는 점에서 의미가 있다.

**2. 사람에 대한 관찰이 객관적인지 확인하라.** 두 번째 요구사항은 ‘객관성’이다. 정보를 얻는 사람의 주관적인 개인적 의견과 욕구에 영향을 받지 않는 정보를 ‘객관적’이라고 한다. 만약 여러분이 체중계에 올랐을 때 여러분의 실제 체중을 알려준다면 그 척도는 ‘객관적’이다. 그것은 다른 체중을 원하는 여러분의 주관적인 욕구에 영향을 받지 않는다. 심리학자들은 객관적인 성격에 대한 정보를 제공하는 과학적인 방법을 찾기 위해 노력한다.

객관적인 방법은 과학의 핵심 목표인 재현 가능성을 촉진한다. 한 과학자가 발견한 것을 보고할 때마다 다른 과학자는 그것을 재현할 수 있어야 한다. 다시 말해서, 그들은 연구 절차를 반복하고 동일한 결과를 얻을 수 있어야 한다. 위의 예를 들어, 한 연구팀이 온화한 기후가 외향적인 성격 스타일을 예측한다는 것을 발견했다면, 다른 과학자가 그들의 절차를 반복하고 동일한 것을 찾을 수 있어야 한다.

재현 가능성은 달성하기 어려운 것으로 드러났고, 심리학은 최근 ‘재현 위기’를 겪고 있다(Shrout & Rodgers, 2017). 연구자들은 종종 잘 알려진 연구 결과를 재현하는 것이 어렵다는 것을 발견했다. 이러한 어려움은 주로 성격심리학 이외의 분야에서 발생했지만, 재현 가능성에 대한 전반적인 질문은 성격 분야에서 중요하다. 특히 성격심리학에서 하나의 가치 있는 근거가 되는 사례 연구는 원칙적으로 복제될 수 없기 때문이다. 사례 연구는 특정 개인에 대한 심층적인 조사이다(제2장 참조). 예를 들어, 치료자는 내담자에 대한 사례 연구를 보고할 수 있다. 일반적으로 사례 연구는 재현 가능하지 않다. 임상 사례

연구를 읽고 내담자에게 연락하여 연구를 반복할 수 없다.

3. **사고, 정서, 생물학적 체계를 연구하기 위해 특화된 도구들을 사용하라.** 심리학자들도 여러분처럼 사람들을 관찰한다. 하지만 그들은 또한 특화된 도구를 사용하여 관찰한다. 이러한 도구들은 종종 과학적 정보를 얻는 데 있어 특정한 장애물을 극복하기 위해 고안되었다. 여기 두 가지 예가 있다. 많은 사람의 성격 특성에 대해 알아보려고 한다고 가정해 보자. 장애물은 사람들과 접촉하고 그들이 성격 테스트를 완료하도록 하는 데 드는 비용과 어려움이다. 이러한 장애를 극복하기 위해 연구자들이 사용하는 특화된 도구는 소셜 미디어의 언어 사용을 분석하여 성격 특성을 평가하는 컴퓨터 소프트웨어이다(Park et al., 2014). 두 번째 예로, 만약 여러분이 사람들의 감정, 즉 그들의 기분과 정서를 연구하려고 하는데, 어떤 사람들은 자신의 감정을 공개적으로 이야기하기를 꺼려한다는 것이다. 연구자들은 사람들에게 자신에 대해 이야기하라고 명시적으로 요구하지 않고 기분과 정서를 평가하는 도구를 개발했다(Quirin, Kazén, & Kuhl, 2009). 예를 들어, 연구 참여자들에게 추상적인 이미지로 표현된 정서를 묘사하도록 요청하면, 그들의 묘사는 그들의 정서 상태를 드러낸다(Bartoszek & Cervone, 2017).

## 2. 과학적 이론

과학의 근본적인 목표는 사건을 설명하는 것이다(Salmon, 1989). 과학자들은 과학적 관찰을 설명하기 위해 설명적 틀, 즉 이론을 개발한다.

과학 이론이란 정확히 무엇인가? ‘이론’이라는 단어는 다른 방식으로 사용될 수 있다. 예를 들어, 여러분은 “내 친구 릴리아나가 어떤 남자에게 정말로 끌리지만 그에게 말하지 않았기 때문에 불안해하고 있다는 이론을 가지고 있다.”라고 말할지도 모른다. 설령 여러분이 옳다고 해도 릴리아나에 대한 여러분의 생각은 그 자체로 릴리아나의 성격에 대한 과학적 이론은 아니다. 성격에 대한 과학적 이론은 세 가지 독특한 특성을 가지고 있다. 그것은 체계적이고, 검증 가능하며 포괄적이다.

1. **체계적 이론** 앞서 언급했듯이, 여러분은 이미 상이한 사람들에 관한 많은 상이한 아이디어를 발전시켰다. 하지만 여러분은 그런 아이디어들을 체계적이고 논리적인 방식으로 상호 연결시켜야 하는 부담을 갖고 있지는 않다. 한 번은 “릴리아나가 어떤 남자에게 정말 끌렸는데 그에게 말하지 않았기 때문에 불안하다.”라고 말하고, 또 다른 한 번은 “우리 엄마는 항상 불안해해. 아마도 유전인가 보다.”라고 말한다고 가정해 보자. 그랬더라도, 여러분은 보통 이 발언들을 서로 연결시킬 필요가 없다. 누구도 여러분에게 왜 한 사건이 대인관계적 원인(관계의 깨짐)을 가지고 있고 다른 사건은 생물학적 원인(유전적 성향)을 가지고 있는지를 설명하도록 강요하지 않는다. 하지만 성격심리학자들은 체계적으로 조직된 이론을 만들기 위해 그들의 모든 생각을 서로 연관시켜야 한다.



**2. 검증 가능한 이론** 여러분이 친구에게 “우리 부모는 이상하다.”라고 말해도 친구는 보통 “증명해 봐.”라고 말하지는 않는다. 그러나 과학 공동체는 과학자가 무슨 말을 할 때마다 “증명해 봐.”라고 요구한다. 성격심리학자는 객관적인 과학적 증거에 의해서 검증될 수 있는 이론적 아이디어를 발전시켜야 한다.

이것은 물론 모든 과학에 적용되는 사실이다. 그러나 성격심리학에서 검증할 수 있는 이론을 만드는 목표 달성은 특히 어려울 수 있다. 그 이유는 이 분야의 주제가 목표, 꿈, 소망, 충동, 갈등, 정서, 무의식적인 심리적 방어 등 무척 복잡하고 과학적으로 연구하는 것이 본질적으로 어려운 정신생활의 여러 양상들을 포함하기 때문이다.

**3. 포괄적 이론** 여러분이 아파트를 빌리고 집세를 부담할 룸메이트를 구하려 한다고 하자. 룸메이트를 누구로 정할지 결정할 때 여러분은 잠재적 후보자들의 성격에 관해서 많은 질문을 스스로에게 할 것이다. 그 사람들이 노는 것을 좋아할까? 양심적일까? 마음이 개방적일까? 등등. 그러나 여러분이 물을 필요가 없는 많은 다른 질문들 또한 존재한다. 만약 이 사람들이 노는 것을 좋아한다면 이러한 속성은 기본적으로 유전된 것일까 혹은 학습한 것일까? 만약 그들이 지금 양심적이라면 지금부터 20년 후에 보다 더 양심적이 될까 혹은 덜 양심적이 될까? 사람에 관해서 생각할 때 여러분은 선택적으로 어떤 질문은 묻고 어떤 질문은 무시할 수 있다. 그러나 성격 이론은 성격의 기능, 발달, 그리고 개인차에 관한 모든 중요한 질문을 다룰 수 있을 만큼 포괄적이어야 한다. 이것이 성격 이론과 심리학 대부분의 다른 분야에서의 이론화를 구분하는 것이다. 성격 이론가는 사람의 ‘부분’을 연구하는 것으로 만족할 수 없다. 성격 이론가는 그 사람 전체를 포괄적으로 이해하는 역할을 맡는다.

### 3. 적용 : 관찰로부터 이론 및 실제 적용으로

이 장을 시작할 때 제시한 학생들의 인용문들이 명료하게 보여주듯이 사람들은 성격심리학을 공부하기 전에 성격에 관한 통찰력 있는 아이디어들을 갖고 있다. 그러나 사람들이 자신의 개인적 통찰을 체계적인 응용으로 변환시키는 일은 드물다. 여러분은 한 친구의 문제는 자신감의 결핍이고 다른 친구의 문제는 정서적으로 마음을 여는 능력의 부재임을 인식할 수 있다. 그러나 그러한 인식 후에 여러분이 사람들의 자신감을 높이거나 마음을 열 수 있도록 도와주는 치료를 설계하지는 않을 것이다. 반면 성격심리학자들은 그런 일을 한다. 그들은 검증할 수 있는 체계적인 이론을 발전시키는 목표뿐만 아니라 이론적 아이디어를 사람들에게 도움을 주는 응용 체계로 전환시키는 목표도 갖고 있다.

사실 이 책에서 배우게 될 많은 성격 이론가들은 성격심리학에서 출발하지 않았다. 대신, 그들은 종종 처음에 상담가, 임상심리학자, 또는 의사로 일했었다. 그들의 성격 이론은 그들의 내담자들이 왜 심리적 고통을 겪고 있는지 그리고 그 고통을 어떻게 줄일 수 있는지를 이해하기 위한 노력이었다.

요약하면, 성격심리학자의 목표는 (1) 사람들을 과학적으로 관찰하고, (2) 체계적이고, 검증 가능하고, 포괄적인 이론을 발전시키고, (3) 그들의 연구 결과와 이론적 개념을 실제로 응용할 수 있도록 전환시키는 것이다. 이런 목표들은 성격심리학자가 하는 일을 시인이나 극작가나 대중심리학자나 혹은 첫 수업 시간에 성격 스케치를 써낸 학생이 하는 일과 구분 짓는 것이다. 많은 사람이 인간에 대한 통찰을 제공할 수 있다. 그러나 성격심리학자만이 이론적 아이디어를 포괄적이고, 검증 가능하고, 실용적인 이론으로 조직화하는 일을 독특하게 맡고 있다.

이 책 전반에 걸쳐서 우리는 이 목표를 달성하는 데 얼마나 성공했는지의 수준을 판단해서 성격 이론들을 평가한다. 이 책의 마지막 장은 이 책의 웹사이트([www.wiley.com/college/cervone](http://www.wiley.com/college/cervone))에서 찾을 수 있는 이 분야의 현재 상태에 대한 논평으로, 전체로서의 성격심리학 분야가 이 다섯 가지 목표를 달성하는 데 얼마나 성공적이었는지를 판단한다.

## 사람에 관한 질문에 과학적으로 답하기 : 구조, 과정, 발달, 치료적 변화의 이해

성격심리학자는 네 가지 뚜렷한 주제를 다룬다. 다시 말해서, 모든 성격 이론이 다루어야 할 네 가지 문제가 있다. 우리는 간단한 ‘정신 실험’으로 그것을 소개할 수 있다.

여러분이 잘 아는 사람, 예를 들어 좋은 친구나 가족 구성원을 생각해 보라. 여러분이 확실히 알고 있는 두 가지 사실은 다음과 같다.

1. 현재 그 사람의 성격이 어떻게 지난달과 작년에 비슷했을 것이고, 다음 달과 내년에도 비슷할 것이다. 성격은 시간이 지남에 따라 ‘안정적’이라고 말할 수 있다.
2. 이러한 성격의 안정성에도 불구하고, 개인의 생각, 느낌, 행동은 또한 변한다. 그들은 행복할 때도 있고 슬플 때도 있다. 때때로 그들은 정서를 통제하고 때로는 ‘자제심을 잃는다.’

절대적으로 확실하지는 않지만 아마도 옳다고 생각하는 두 가지는 다음과 같다.

3. 만약 여러분이 그들이 유아나 초등학교 학생이었을 때 보았다면, 그들의 성격은 지금과 같지 않을 것이다. 그들의 성격은 시간이 흐르면서 변했거나 ‘발전’했을 가능성이 높다.
4. 만약 그 사람이 우울증이나 불안과 같은 정신적 고통의 시기를 갑자기 경험하게 된다면, 그들은 아마도 이로부터 ‘회복할 수’ 있을 것이다. 요컨대, 그 사람의 심리적인 안녕감을 향상시키기 위해 여러분이 할 수 있는 일이 있을 수 있다.

이 네 가지 사항은 성격심리학자들이 다루는 주제와 직접적으로 일치한다. 주제를 설명하

기 위해 공식적인 과학 용어를 사용하지만 주제 자체는 근본적으로 동일하다. (1) 성격 구조 — 지속적인 성격의 ‘구성 블록’, (2) 성격 과정 — 한 순간부터 다음 순간까지 일어날 수 있는 사고, 정서, 동기의 역동적인 변화, (3) 성장과 발달 — 우리 각자가 고유한 사람으로 발달하는 방법, 그리고 (4) 정신 병리와 행동 변화 — 사람들이 어떻게 변화하고 때로는 변화에 저항하거나 변화할 수 없는 이유. 우리는 이 주제들을 지금 소개하고 이 책을 배우면서 계속 이 주제들로 돌아갈 것이다.

## 구조

사람들은 날이 가고 해가 가도 지속되는 심리적 속성을 갖고 있다. 개인을 정의하고 다른 개인과 구별 짓는 지속적 속성을 심리학자는 성격 구조(structure)라고 지칭한다.

예를 들어, 인간 생물학 연구를 통해 여러분은 이미 개별 장기(심장, 폐)와 장기 시스템(순환 시스템, 소화 시스템)을 포함한 지속적인 생물학적 구조가 있다는 것을 알고 있다. 이와 유사하게, 성격 이론가들은 지속되는 심리 구조를 확인하기를 희망한다. 이러한 구조에는 정서(예 : 좋은 기분이나 나쁜 기분에 기여하는 생물학적 구조), 동기(예 : 성공하거나 다른 사람들에게 인정받고자 하는 욕구), 인지(예 : 우울증 상태에 기여하는 자신에 대한 부정적인 믿음)(Beck, 1991) 또는 기술(예 : ‘사회 지능’의 높거나 낮은 수준)이 포함될 수 있다 (Cantor & Kihlstrom, 1987).

이 교재를 통해 여러분은 상이한 성격 이론은 성격 구조에 대한 상이한 개념을 제공한다는 것을 알게 될 것이다. 보다 전문적인 방식으로 말하자면, 이론들이 성격 구조를 분석할 때 다른 분석 단위(units of analysis)를 채택한다는 것이다(Little, Lecci, & Watkinson, 1992). ‘분석 단위’의 개념은 중요하므로, 잠깐 그 개념을 소개하고 가자.

이 책을 읽을 때 여러분은 아마도 의자에 앉아있을 것이다. 만약 여러분에게 의자에 관해 기술하라고 하면 여러분은 “무게가 대략 15파운드”라거나 “나무로 만들어졌다.”라거나 “예쁘지 않다.”라고 말할 수 있다. 무게, 소재 및 매력도는 의자를 설명하기 위한 다른 분석 단위이다. 단위는 어떤 식으로든 관련되어 있을 수 있지만(예를 들어, 나무 의자가 플라스틱 의자보다 무거울 수 있음), 명백히 구분된다.

일반적인 생각은 사실상 모든 것이 한 가지 방식 이상으로, 즉 하나 이상의 분석 단위를 통해서 기술될 수 있다는 것이다. 성격도 예외가 아니다. 이 책에서 여러분이 배울 성격에 관한 상이한 이론들은 성격 구조를 분석하기 위해서 상이한 분석 단위를 사용한다. 각각의 분석 결과는 제 나름의 방식으로 옳을 수 있다. 그러나 각각은 성격에 관한 상이한 유형의 정보를 제공할 것이다. 여기서는 분석의 ‘특질’ 단위와 ‘유형’ 단위의 차이를 예를 들어 설명할 것이다.

인기 있는 분석 단위 중 하나가 성격 특질(trait)이다. 특질이란 단어는 일반적으로 개인이 다양한 상황에 걸쳐서 보이는 일관적인 정서 스타일 혹은 행동 스타일을 가리킨다. 예를 들면,

### 구조

성격 이론에서 성격의 보다 지속적이고 안정된 측면을 지칭하는 개념

### 분석 단위

어떤 이론의 기초 변인들을 지칭하는 개념. 상이한 성격 이론들은 성격 구조를 개념화할 때 상이한 유형의 변인을 불러오거나 혹은 상이한 분석 단위를 불러옴

### 특질

개인의 지속적인 심리적 특성. 또는 그런 특성을 지칭하는 일종의 심리학적 구성 개념(‘특질 구성 개념’)

사람들이 ‘성실하다’라고 간주하는 방식으로 일관성 있게 행동하는 사람은 ‘성실성’의 특질을 갖고 있다고 말할 수 있다. 특질과 본질적으로 동의어인 용어는 성향이다. 특질은 개인이 어떤 행동 경향성을 보이거나, 혹은 어떤 행동으로 기울어지는 것을 기술한다. 여러분은 이미 사람들을 기술하는 데 특질 용어들을 사용하고 있을 것이다. 여러분이 친구를 ‘사교적인’, ‘정직한’, ‘까다로운’, 혹은 ‘무뚝뚝한’ 사람이라고 말하면 특질 용어를 사용하는 것이다. 여러분이 이 용어들을 사용할 때 암묵적인 것, 즉 말하지 않고 지나가는 것이 있다. 만약 여러분이 친구를 예컨대 ‘사교적’이라고 말하면 이 용어는 두 가지를 내포한다. (1) 그 사람은 자신의 일상 행동에서 (비록 때로는 그렇게 행동하지 않을 때도 있지만) 평균적으로 사교적인 경향이 있다. (2) 그 사람은 다른 사람들에 비해 사교적인 경향이 있다. 만약 여러분이 특질 용어를 이런 방식으로 사용한다면 여러분은 대부분의 성격심리학자들이 사용하는 것과 동일한 방식으로 사용하는 것이다.

특질은 보통 연속적 차원으로 간주된다. 키나 몸무게 같은 생물학적 특성처럼 사람들은 특정 특질을 많거나 적게 가지고 있으며, 대부분의 사람은 차원의 중앙에 위치한다.

다른 분석 단위로 유형type이 있다. 성격 ‘유형’은 많은 상이한 특질들의 군집을 가리킨다. 예를 들면 어떤 연구자들은 성격 특질들의 조합을 탐구해서 세 유형의 사람들이 존재한다고 주장했다. (1) 심리적 스트레스에 대해서 적응적이고 탄력적인 방식으로 반응하는 사람들, (2) 사회적으로 억제되거나 정서적으로 과잉 통제된 방식으로 반응하는 사람들, (3) 억제되지 않고 과소 통제된 방식으로 반응하는 사람들(Asendorpf, Caspi, & Hofstee, 2002).

**유형**  
질적으로 구분되는 사람들의 범주(즉 성격 유형)를 구성하는 성격 특질들의 집합



© The New Yorker Collection 2007 Mick Stevens from cartoonbank.com. All Rights Reserved.

“나는 좋은 경찰도 나쁜 경찰도 아니야, 제롬. 당신처럼 나도 상황에 따라 나타나거나 나타나지 않는 긍정적이고 부정적인 성격 특성의 복잡한 혼합체야.”

특질 개념과는 달리 유형 개념은 구분되는 범주로 간주된다. 달리 말하면 다른 유형에 속하는 사람들은 단순히 특정 특성을 많거나 적게 가진 것이 아니라 범주가 다른 특성들을 갖고 있다는 것이다.

## 과정

성격 이론들이 성격 구조를 어떻게 취급하는가에 따라 서로 비교될 수 있듯이 성격 과정을 어떻게 취급하는가에 따라서도 비교될 수 있다. 어떤 과학 분야에서든, **과정**process은 시간이 지남에 따라 변하는 것이다. 철학자 비트겐슈타인의 말처럼, 우리는 ‘지속 기간과 과정이 있는’ 심리적 현상을 지칭하기 위해 ‘과정’이라는 단어를 사용한다(Wittgenstein, 1980, §836). 따라서 성격 과정은 비교적 짧은 시간에 걸쳐 변할 수 있는 심리적인 활동(생각, 감정 또는 행동을 포함)이다.

### 과정

성격 이론에서 성격의 동기 측면을 지칭하는 개념

비록 여러분이 한 순간에서 다음 순간까지 동일한 사람이더라도 여러분은 항상 빠르게 변화하는 성격 과정을 경험한다. 한 순간 여러분은 공부를 하고 있다. 다음 순간 여러분은 친구 생각에 주의를 흩어진다. 다음에는 배가 고파져서 간식을 먹고 있다. 그러고는 공부를 하지 않은 것에 대해서 죄책감을 느낀다. 다음에는 과식한 것에 대해서 죄책감을 느낀다. 이 빠르고 역동적인 동기, 정서, 행동의 흐름은 성격심리학자들이 성격 과정을 연구할 때 설명하려고 시도하는 것이다.

성격 과정은 종종 보다 기술적인 이름인 성격 ‘역동’으로 언급된다. 이 용어를 사용할 때 심리학자는 다른 연구 분야인 물리학의 단어를 차용하고 있다. 물리학에서 ‘역학’은 물리적 물체가 일정 기간 동안 움직이는 방식(예 : 물체를 떨어뜨렸을 때 물체가 지구를 향해 움직이는 방식)을 나타낸다. 성격에서 ‘역동’은 시간이 지남에 따라 변하는 심리적 과정(사고, 정서 또는 동기를 포함)을 말한다(Cervone & Little, 2017).

성격 과정 또는 역동에 대한 연구는 현대 성격 과학이 시작된 곳이다. 19세기 후반의 유럽 심리학자들은 과거 사건에 대한 기억과 현재의 의식적 경험과 같은 정신생활의 다양한 부분이 개인의 자기 개념에서 어떻게 서로 연결되는지에 관심을 갖게 되었다(Lombardo & Foschi, 2003). 20세기 전반의 3분의 2 동안 역동적인 과정은 성격 이론의 핵심으로 남아있었다. 20세기 후반에는 개인의 성격 역동보다는 사람들 사이의 안정적인 차이를 연구하는 연구자가 많아지면서 성격심리학의 관심 초점이 다소 바뀌었다. 그러나 현 분야에서는 성격 역동 연구가 어떤 의미에서 ‘되돌아왔다’(Rauthmann, 2021). 연구자들은 개인의 삶의 다양한 상황에서 발생하는 성격 역동의 역동적인 변화에 대해 점점 더 탐색하고 있다.

성격 구조의 연구에서와 마찬가지로 성격 과정의 연구에서도 상이한 이론가들은 상이한 분석 단위들을 채택한다. 이 차이는 보통 동기 연구에 대한 상이한 접근법을 수반한다. 성격 이론가들은 상이한 동기 과정을 강조한다. 어떤 이론가들은 기본적인 생물학적 추동을 부각시킨다. 다른 이론가들은 미래 사건에 대한 예견이 현재 경험하는 생물학적 추동 상태보다

인간에게 중요한 동기라고 주장한다. 어떤 이론가들은 동기에서 의식적인 사고 과정의 역할을 강조한다. 다른 이론가들은 가장 중요한 동기 과정들은 모두 무의식적이라고 믿는다. 어떤 이론가들에게는 자신을 고양하고 개선하려는 동기가 인간 동기 중 가장 중추적이다. 다른 이론가들에게 ‘자기 과정’에 대한 강조는 세계의 어떤 문화권에서는 자기 고양이가 가족과 사회 공동체와 보다 더 큰 세계를 고양시키려는 욕망보다 덜 중요한 동기라는 것을 과소평가하는 것이다. 이 책에서 여러분이 읽을 성격 이론가들은 동기 과정의 탐구에서 200년 이상 동안 세계의 여러 지적 전통에서 토의되고 논쟁되어 온 인간 본성에 관한 고전적 질문들에 관련된 현대의 과학적 증거를 제시하려고 시도하고 있다.

### 성장과 발달

성격 이론가들은 지금 여기에서 개인이 무엇과 같을까뿐 아니라 어떻게 지금의 개인이 되었는지도 이해하려고 노력한다. 달리 말하면 성격 발달을 이해하고자 애쓰는 것이다(Mroczek & Little, 2006; Specht, 2017).

성격 발달의 전반적 연구는 비교적 독립적인 두 가지 도전을 포함한다. 하나는 전부는 아니라도 거의 대부분의 사람들에 의해서 경험되는 발달 패턴을 특징짓는 것이다. 성격 이론가는 예를 들면 모든 사람이 서로 구분되는 일련의 단계를 통과하면서 발달한다고 주장할 수도 있고, 혹은 어떤 동기나 정서 체험이 대부분의 사람들에게 다른 연령에서보다 특정 연령에서 더 흔하다고 주장할 수도 있다. 두 번째 도전은 개인차에 기여하는 발달 요인들을 이해하는 것이다. 어떤 요인이 이런 혹은 저런 성격 스타일을 발달시키는 원인이 될 수 있을까?

개인차 연구에서 가능한 원인을 고전적으로 나누는 방식은 ‘천성’과 ‘양육’을 분리하는 것이다. 우리는 생물학적 천성, 즉 유전된 생물학적 특징 때문에 우리가 되었을 수 있다. 다른 쪽으로 설명하면, 우리의 성격이 양육, 즉 가정과 사회에서의 우리의 경험을 반영할 수도 있다. 우스갯소리로 이렇게 질문할 수 있다. 만약 여러분이 자신의 성격을 좋아하지 않는다면 누구를 원망할 것인가? 여러분을 그런 식으로 양육했다는 이유로 여러분의 부모를? 혹은 여러분의 생물학적 천성을 형성한 유전자를 물려주었다는 이유로 여러분의 부모를?

역사의 상이한 시점에서 심리학 연구는 인과적 요인으로 천성 혹은 양육 중 하나를 부각시키는 경향을 보였다. 20세기 중반에 이론가들은 행동에 대한 환경 요인을 크게 강조하고 유전의 영향에 상대적으로 주의를 덜 기울였다. 1970년대를 시작으로, 연구자들은 쌍둥이들의 성격 유사성에 관해서 체계적인 연구를 시작했다. 이 연구들은 유전된 요인이 성격 형성에 기여한다는 명백한 증거를 제공했다.

최근에 세 번째 추세가 생겼다. 연구자들은 유전 요인과 환경 요인 간의 상호작용을 확인했다. 결정적인 발견은 환경적 경험이 유전자의 스위치를 켜고 끄으로써 유전적 기제를 활성화시킨다는 것이다(Champagne, 2018). 유전자가 신체의 구조적 재료인 단백질을 부호화하기 때문에 이것은 특정 유형의 경험이 유기체의 생물학적 구성을 변화시킬 수 있다는 것

을 의미한다(Gottlieb, 1998; Rutter, 2012). 이 발견은 다시 전통적인 천성 대 양육 개념이 별로 타당하지 않다는 것을 의미한다. 천성과 양육—경험과 생물학적 구성—은 서로 결합하는 힘이 아니다. 대신에 그들은 인생 전반에 걸쳐 함께 일하면서 유기체를 형성해 간다(Lewontin, 2000; Meaney, 2010).

이미 여러분은 이런 질문을 했을 수 있다. 성격의 어떤 측면이 어떤 유형의 생물학적·환경적 요인에 의해서 영향을 받는가? 이것은 이 책 전반에 걸쳐 답을 생각해야 할 큰 질문이다. 그러나 당장은 현대 성격심리학의 발견에 의해서 부각된 몇 요인들을 짧게 살펴볼 것이다.

### 유전적 결정 요인

유전적 요인은 성격과 개인차에 크게 기여한다(Kim, 2009). 현대의 과학적 진보 덕분에 성격심리학자는 유전자가 성격에 영향을 미치는 구체적 경로를 정확하게 밝히는 것이 가능해졌다. 주요 경로 중 하나는 초기 아동기에 드러나는 생물학적 기초를 가진 정서 및 행동 경향성을 지칭하는 용어인 기질<sup>temperament</sup>을 통해서이다(Strelau, 1998).

깊이 있게 연구된 기질 특성으로는 공포 반응과 억제된 행동이 있다(Fox, Henderson, Marshall, Nichols, & Ghera, 2005). 사람들은 특히 낯설고 새로운 상황(예 : 많은 낯선 사람들과 만나는 사회적 장면)과 마주쳤을 때 공포 반응을 보이는 정도에서 크게 다르다. 유전자는 이러한 공포 반응에 수반된 대뇌 시스템의 개인차에 영향을 미친다. 이 생물학적인 차이는 다시 행동과 정서에서의 심리적 차이를 낳는다(Fox & Reeb-Sutherland, 2010). 유전적 요인은 대뇌의 발달에 영향을 미치기 때문에 이 연구에서 심리학자는 유전자로부터 생물학적 시스템을 거쳐 정서와 행동에서 표현되는 기질에 이르는 정확한 연결고리를 확인할 수 있다. 이 연구의 흥미로운 점은 유전자의 영향뿐 아니라 환경의 영향도 가르쳐 준다는 것이다. 어떤 연구는 기질적으로 수줍은 아이들이 매일같이 많은 수의 다른 아이들을 만나는 어린 이집을 경험하면서 덜 수줍은 아이로 변해간다는 증거를 제시했는데(Schmidt & Fox, 2002), 이러한 주장을 뒷받침하는 자료가 확실치 않다는 주장도 있다(Kagan, 2011).

성격의 유전적 기반은 또한 진화심리학자들, 즉 심리적 특성들의 진화적 기초를 연구하는 심리학자들에 의해서도 탐구된다(D. M. Buss & Hawley, 2011). 진화심리학자들은 현대의 인간이 진화적 과거의 산물인 심리적 경향성을 보유하고 있다고 주장한다. 사람들은 특정 유형의 행동에 종사하는 경향을 갖고 있는데, 왜냐하면 그 행동이 인류 진화의 역정에서 생존과 재생산의 성공에 기여해 왔기 때문이다. 유전적 영향의 진화론적 분석은 앞의 두 단락에서 언급된 분석과는 본질적으로 다르다. 진화론적 분석에서 연구자들은 개인 간 차이의 유전적 기반에 관심을 갖지 않는다. 대신에 그들은 인간의 보편적 속성, 즉 모든 사람이 공통적으로 갖고 있는 심리적 속성들의 유전적 기반을 탐색한다. 우리는 대부분의 유전자를 공유한다. 이른바 인종 간의 차이조차 피부색과 같은 속성들에서의 단순히 피상적인 차이를

### 기질

초기 아동기에 명백하게 나타나는 생물학적 기반의 정서 및 행동 경향성

수반할 따름이다. 즉 인간 뇌의 기본 구조는 범인류적이다(Cavalli-Sforza & Cavalli-Sforza, 1995). 그러므로 진화심리학자는 진화의 여정 동안 성공적이라고 판명된 방식으로 환경에 반응하도록 만드는 심리적 기제를 우리 모두가 물려받았다고 주장한다. 예를 들어, 정서를 연구하는 과학자들은 많은 기본 정서들(예 : 분노, 슬픔, 기쁨, 혐오, 공포)이 진화적 유산이라고 주장한다(Ekman, 1993, 1994; Izard, 1994; Panksepp, 2011).

### 환경적 결정 요인

가장 생물학적으로 기울어진 심리학자들조차 성격이 상당한 정도로 환경에 의해서 형성된다는 것을 인정한다. 우리가 사회에서 다른 사람들과 함께 성장하지 않는다면 우리는 통상적으로 이해되는 의미에서의 사람조차 되지 못할 것이다. 자기 개념, 삶의 목표, 우리를 인도하는 가치 등이 사회적 세계 안에서 발달한다. 어떤 환경 요인들은 사람들을 서로 유사하게 만들고, 다른 환경 요인들은 개인차와 개인의 고유성에 기여한다. 성격 발달 연구에서 중요한 것으로 입증된 환경 요인들은 문화, 사회 계층, 가족, 또래 등을 포함한다.

**문화** 성격의 결정에 영향을 미치는 환경 요인 중 개인이 특정 문화의 구성원이기 때문에 갖는 경험은 중요하다. “문화는 사람이란 무엇을 의미하는가를 결정하는 핵심 요인이다”(Benet-Martinez & Oishi, 2008, p. 543). 각 문화는 각자 제도화되고 인가된 패턴의 학습된 행동과 의례와 신념을 보유하고 있다. 종종 오랜 세월에 걸친 종교적·철학적 신념들을 반영하는 이러한 문화적 관행은 사람들에게 자기의 본성, 공동체에서의 자신의 역할, 삶에서 가장 중요한 가치와 원칙들에 관한 중요한 질문들에 대한 답을 제공해 준다. 결과적으로 한 문화의 구성원들은 성격 특징을 공유하기도 한다.

흥미롭게도 사람들은 당연하다는 생각 때문에 종종 공유된 문화적 성향을 의식하지 못하곤 한다. 예를 들어 여러분이 북미나 서유럽에 살고 있다면 자기에 대한 개념과 삶의 목표가 문화, 즉 개인의 권리를 매우 중요시하고, 따라서 개인이 경제 시장에서 서로 경쟁하고, 경제적 불평등 수준이 높은 문화에 의해 형성된 정도를 과소평가할 수 있다(Stephens, Markus, & Phillips, 2014). 이 지역에 사는 모든 사람이 이런 문화적 특성들을 경험하기 때문에 우리는 그것을 당연하다고 받아들이고 아마도 보편적이라고 가정할지 모른다. 그러나 많은 증거가 세계 다른 지역의 사람들은 다른 문화적 특성들을 경험한다고 알려준다. 아시아 문화는 개인주의와 개인적인 이득보다 자신의 공동체에 대한 공헌에 더 큰 가치를 두는 것으로 보인다(Nisbett, Peng, Choi, & Norenzayan, 2001). 실제로 서구 세계에서조차 개인의 사회적 역할에 관한 문화적 신념은 역사적으로 시대가 바뀔에 따라 변화해 왔다. 사람들이 자신의 지위를 향상시키기 위해서 경제 시장에서 서로 경쟁한다는 생각은 현대 서구 사회의 특징으로, 심지어 중세 서구 사회에서도 드러나지 않았던 것이다(Heilbroner, 1986).

그러므로 문화는 성격에 미묘하지만 파급력이 큰 영향을 행사한다. 우리가 살고 있는 문



회는 우리의 욕구, 욕구를 충족시키는 방법, 상이한 정서 경험, 어떻게 우리의 느낌을 표현하는가, 타인 및 자신과의 관계, 무엇이 재미있고 무엇이 슬픈가, 삶과 죽음에 어떻게 대처하는가, 무엇을 건강하다고 간주하고 무엇을 병들었다고 보는가 등을 정의한다(Markus & Kitayama, 2011).

**사회 계층** 비록 어떤 행동 패턴은 특정 문화에 소속된 결과로 발달하지만, 다른 행동 패턴은 해당 문화 내의 특정 사회 계층에 속한 결과로서 발달할 수 있다. 개인 성격의 많은 측면이 그 사람이 속해있는 집단을 참고해야만 이해할 수 있다. 하위 계층이든 상위 계층이든 노동 계층이든 전문직 계층이든 개인의 사회적 집단은 특별한 중요성이 있다. 연구에 따르면 사회경제적 지위가 개인의 인지 및 정서 발달에 영향을 준다(Bradley & Corwyn, 2002). 사회 계층 요인은 교육 기회, 직업 전망 및 사회자원 접근성에 영향을 미칠 뿐만 아니라, 또한 친구 및 가족과의 소규모 또는 대규모 네트워크 경험과 같은 사회적 경험과 자신의 장기적인 미래에 집중하거나 집중하지 않는 경향과 같은 심리적 자질에도 간접적으로 영향을 미칠 수 있다(Markus & Stevens, 2017).

**가족** 또 다른 중요한 환경 요인 중 하나는 가족의 영향이다(Park, 2004; Pomerantz & Thompson, 2008). 부모는 자녀를 따뜻하게 사랑하기도 하고, 혹은 적대적이거나 배척하기도 하며, 과잉보호하고 소유하려 하기도 하고, 자녀들의 자유와 자율성에 대한 욕구를 이해하기도 한다. 부모 행동의 각 패턴은 아동의 성격 발달에 영향을 준다. 부모는 적어도 세 가지 중요한 방식으로 자녀의 행동에 영향을 준다.

1. 자신의 행동을 통해서 부모는 자녀에게 특정 행동을 유발하는 상황을 제공한다(예 : 좌절은 공격 행동으로 이어진다).
2. 부모는 자녀에게 동일시를 위한 역할 모델로 활용된다.
3. 부모는 자녀의 행동에 대해서 선택적으로 보상을 준다.

처음에 우리는 가족 관행들이 가족을 서로 유사하게 만드는 영향력을 갖고 있다고 생각했다. 그러나 가족 관행은 가족 내에 차이를 가져올 수도 있다. 가족 내에서 남자와 여자 간의 차이를 고려해 보자. 역사적으로 많은 사회에서 남자아이는 여자아이에게 주어지지 않았던 특권과 기회를 받았다. 가정에서 남자아이와 여자아이를 다루는 이러한 차이들이 확실히 그들을 더 유사하게 만들지는 않았고, 오히려 남녀 간의 발달 차이에 기여했다. 성별에 덧붙여서 가족 구성원들 간에 차이를 가져오는 다른 가족 관행으로는 출생 순서가 있다. 부모들은 때때로 첫아이에 대한 편애를 은연중에 표현하고(Keller & Zach, 2002), 그 결과로 첫아이는 뒤에 낳은 형제보다 성취지향적이고 성실한 경향을 보인다(Paulhus, Trapnell, & Chen, 1999).



David Hanover / Getty Images

가족 내에서의 경험은 가족 구성원들 사이에 유사점과 차이점 둘 다를 만들어 낼 수 있다.

**또래** 가족생활 밖에서는 어떤 환경 양상이 성격 발달에 중요할까? 아동들의 또래 집단 구성원들과의 경험이 그중 하나이다. 성격 발달은 행동에 대한 규칙과 규범을 받아들이도록 개인을 사회화하는 전체로서의 또래 집단과 자기 자신에 대한 인식을 형성할 수 있는 또래 집단 내의 일대일 관계에 의해 영향을 받는다(Reitz et al., 2014). 실로 어떤 심리학자들은 또래 영향이 가족 경험보다 성격 발달에 더 중요하다고 생각한다(Harris, 1995). 아마도 “왜 동일한 가정에서 자란 아이들이 서로 그렇게 다를까?”(Plomin & Daniels, 1987)라는 질문에 대한 답은 “그들이 가정 밖에서 상이한 경험을 하고, 가정 안에서의 경험 또한 상이하기 때문이다”(Harris, 1995, p. 481). 또래 집단은 지속적인 방식으로 성격에 영향을 줄 수 있다. 예를 들면, 많은 언쟁과 갈등을 수반하는 낮은 질의 친구관계를 경험하는 아동들은 무례하고 적대적인 행동을 발달시키는 경향을 보인다(Berndt, 2002).

### 정신 병리와 행동 변화

성격 이론을 구성하는 것은 여러분에게 상아탑 속의 활동처럼, 즉 일상적 삶의 중요한 관심사와는 관계가 없는 추상적인 지적 연습처럼 보일 수도 있다. 그러나 잠재적으로 성격 이론은 대단히 큰 실제적 중요성을 갖고 있다. 사람들은 종종 복잡한 심리적 문제들에 직면한다. 우울하고 외롭거나, 가까운 친구가 약물로 중독되거나, 성적인 관계 때문에 불안하거나, 짝은 언쟁으로 낭만적 관계의 안정성을 위협받는다. 그런 문제들을 해결하기 위해서 우리는 문제의 원인과 변화를 가져오게 할 수도 있는 요인을 구체화하는 어떤 종류의 개념적 틀을

필요로 한다. 달리 말하면 성격 이론이 필요한 것이다.

역사적으로 성격 이론의 발달에 가장 중요했던 실제적 문제는 정신 병리와 관계되는 것이었다. 이 책에서 논의되는 많은 이론가들이 치료자이기도 했다. 그들은 내담자들을 도우려고 시도할 때 마주쳤던 실제 문제들을 해결하려고 노력하는 것에서 자신들의 경력을 시작했다. 그들의 이론은 부분적으로 치료에서 실제 문제들을 다루면서 알게 되었던 인간 본성에 관한 학습 내용들을 체계화하려는 시도였다.

비록 모든 성격 이론이 임상적 기원을 가진 것은 아니지만, 어떤 이론이든 그 이론적 접근법을 평가하는 결정적인 최종 기준은 그 이론의 아이디어가 개인과 더 크게는 사회에 실제적인 이익을 주는지 묻는 것이다.

## 성격 이론의 중요한 논점

우리는 방금 성격 연구의 중요한 네 가지 주제, 즉 (1) 성격 구조, (2) 성격 과정, (3) 성격 발달, (4) 정신 병리와 행동 변화를 살펴보았다. 다음에 우리는 이 분야에 핵심적인 일련의 개념적 논점을 생각해 볼 것이다. ‘개념적 논점’은 성격에 관한 일련의 질문들로서, 어떤 주제를 다루든 발생하고 이론적 관점에 상관없이 다루어야 할 만큼 아주 근본적인 질문들을 의미한다.

## 사람에 관한 철학적 견해

어떤 이론도 그것이 발원한 문화적 · 개인적 토양을 어느 정도 알지 않고서는 충분히 이해될 수 없다.

Rogers(1959, p. 185)

성격 이론가들은 인간 행동에 관한 좁은 질문들에 자신을 국한시키지 않는다. 대신에 그들은 크고 광범위한 질문에 대담하게 도전한다. “인성의 기본적인 속성은 무엇인가?” 달리 말하면 성격 이론가들은 인간의 기본적 속성에 관한 철학적 견해를 제공한다. 그러므로 어떤 이론의 평가에서 고려해야 할 중요한 사항 중 하나는 그 이론이 제공하는 사람에 대한 전반적 견해이다.

성격 이론들은 인성의 핵심적인 속성들에 관해서 현저하게 서로 다른 견해들을 품고 있다. 어떤 이론은 사람들을 합리적인 행위자로 바라본다. 사람들은 세계에 관해서 추론하고 대안 행동 경로들의 비용과 이익을 저울질하고 합리적 계산에 근거해서 행동한다. 다른 관점들에서 인간의 본성은 동물적이다. 이 견해에서 인간은 기본적으로 비이성적 힘에 의해 지배된다.

이론들 사이의 차이는 어디서 나온 것일까? 철학적 견해는 사회역사적 맥락에서 발생한다. 즉 심리학자의 역사적 상황은 그 또는 그녀가 발전시키는 이론에 영향을 미친다. 19세

기 후반, 과학자들은 에너지 물리학을 탐구했고, 지그문트 프로이트는 에너지에 기반한 마음 모형을 제안했다(제3장). 제2차 대전의 위기는 개인의 책임과 선택의 자유라는 문제에 직면하는 광범위한 지적 운동을 촉발시켰고, 이 운동은 다시 1950년대(Fulton, 1999)에 발전한 인본주의 및 현상학적 성격 이론(제5장, 제6장)을 알렸다. 비슷한 시기에 수학자와 엔지니어들은 생각하는 것 같은 기계인 컴퓨터를 개발했고 심리학자들은 마음이 컴퓨터와 같다는 메타포를 채택했다. 현재 여러 분야의 과학자들은 복잡한 시스템(많은 수의 상호작용하는 부분을 포함하는 시스템)의 특성을 탐구하며(Holland, 2014), 성격 이론가들은 성격 구조와 역동성에 대한 '시스템' 관점을 채택한다(Kuhl, Quirin, & Koole, 2015; Mayer, 2015; Mischel & Shoda, 1995). 만약 프로이트가 1856년이 아니라 1956년에 태어났다면, 그는 그런 이론을 발전시키지 않았을 것이다.

### 행동의 내적·외적 결정 요인

인간 행동과 경험이 개인 내 과정에 의해서 결정되는가? 혹은 그 사람 외부의 원인에 의해서 결정되는가? 만약 여러분이 열심히 공부하는 학생이라면, 자신감과 개인적 목표(내적 원인) 때문인가 아니면 부모님과 학교 교육(외적 원인) 때문인가? 만약 여러분이 자신에게 실망했다면, 자신의 완벽주의적 사고(내적 원인) 때문인가 아니면 여러분의 국적, 인종 집단, 성별에 지원과 기회를 덜 제공하는 사회적 힘(외적 원인) 때문인가?

모든 성격 이론은 외적 요인과 내적 요인 모두 중요하다는 것을 인식하고 있다. 그러나 이론들은 내적·외적 결정 요인들에 부여하는 중요성 수준에서 서로 다르다. 20세기 가장 영향력이 큰 두 명의 심리학자 지그문트 프로이트와 벤저민 F. 스키너의 견해 차이를 생각해 보자. 프로이트에 따르면 우리는 내적 힘들, 즉 무의식의 마음속 깊이 묻혀있는 무의식적 충동과 정서들에 의해서 통제된다. 스키너에 따르면 우리는 외적 힘들, 즉 우리의 행동을 지배하는 환경의 보상과 처벌에 의해서 통제된다. “사람이 세상에 작용하는 것이 아니라 세상이 사람에게 작용한다.”라고 스키너는 썼다(1971, p. 211).

프로이트와 스키너의 견해는 현대의 과학 지식에 비추어 보았을 때 극단적이다. 오늘날 거의 모든 성격심리학자는 인간 행동의 외적 및 내적 결정 요인들을 다 같이 인정한다. 그럼에도 불구하고 현대의 이론들은 한 요인 혹은 다른 요인을 강조하는 정도에서 여전히 크게 다르다. 이 차이는 특정 이론의 기본 변인들, 혹은 우리가 앞에서 분석의 기본 단위라고 지칭했던 것들을 조사하면 명백해진다. 이 책의 뒷장들에서 읽을 두 관점을 고려해 보라. 성격의 특질 이론에서 분석의 기본 단위는 유전된다고 알려져 있으며 상당히 일반화된 행동 패턴을 산출하는 사람 내부의 구조를 가리킨다(McCrae & Costa, 2008). 성격의 사회인지 이론에서 분석의 기본 단위는 사회 및 문화 환경과 상호작용을 통해서 획득된 지식 구조와 사고 과정이다(Bandura, 1999; Mischel & Shoda, 2008). 여러분이 기본 단위들로부터 추정할 수 있듯이 두 이론은 성격의 내적 및 외적 결정 요인들을 차등적으로 강조한다.