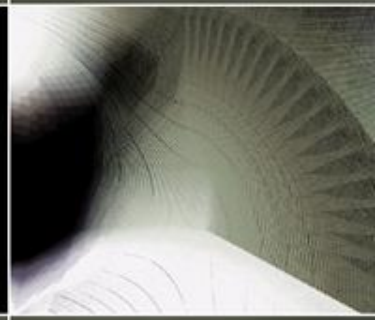
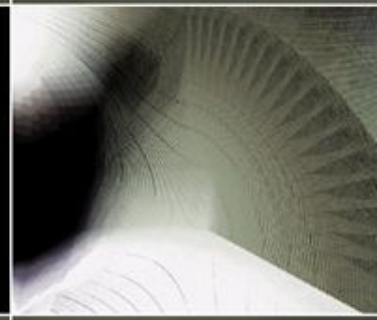
성인발달의 이론



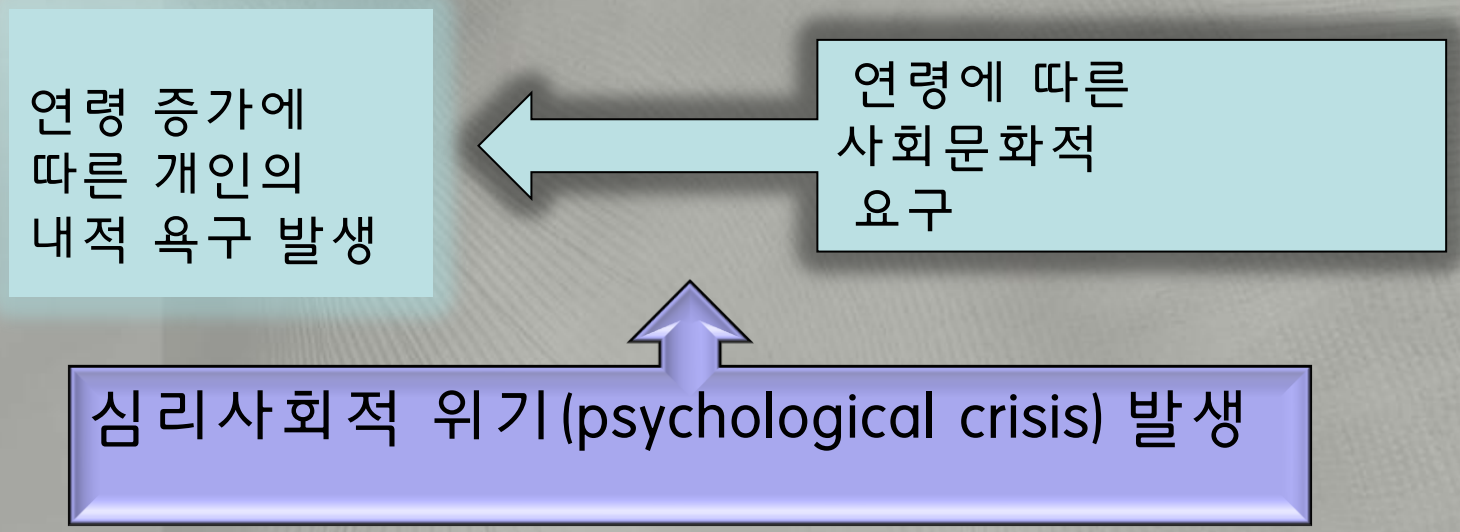
성인발달의 이론

1. 단계 이론
   - 에릭슨의 정체감 발달 이론
   - 레빙거의 자아발달 이론
   - 레빈슨의 이론
2. 비단계이론
   - 베이런트의 이론
   - 펄린의 모델
3. 전생애적 조망에 의한 통합 이론
   - 위트본의 정체감 과정 이론
   - 발테스의 SOC 이론
   - 페룬과 빌비의 인생과정 시기 모델

성인발달의 단계 이론



에릭슨의 8단계 이론



위기의 긍정적 해결 ➔ 건전한 발달 주도

위기 지속/부적응적 해결 ➔ 비건강한 발달

에릭슨의 성인기 발달 과정

- 성인초기: 친밀감 대 고립감

  자신의 정체감을 잃는다는 두려움 없이 타인의 정체감과 자신의 정체감을 융합시킬 수 있는 능력 ← 청년기 자아정체감 확립이 중요

- 성인중기: 생산성 대 침체

  생산성 – 다음 세대를 위해 자녀 양육하고, 타인지도,
  생산적인 일에 에너지 투입 → 사회에 기여
  (타인과 사회에 대해 애정적이고 합리적 보살핌 제공)

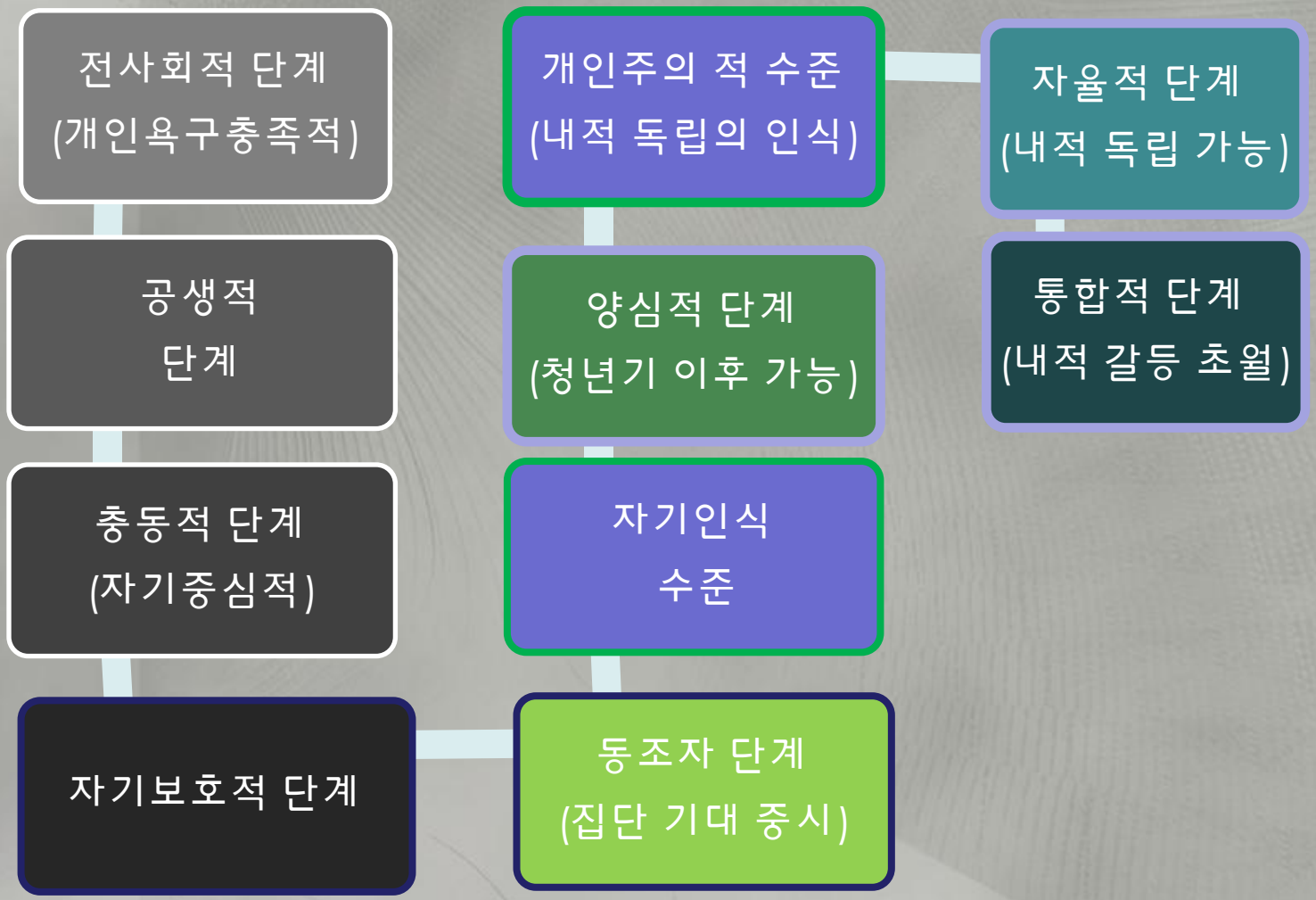
- 성인후기: 자아통합 대 절망

레빙거(J. Loevinger)의 자아발달 이론

- 전생애동안 10단계의 자아발달 단계 제시(성숙된 자아상태로의 이동)
- 현 단계의 발달이 완성되었을 때 다음 단계로 이동
- 단계는 특정 연령에 국한되지 않고 진행속도에서 개인차 존재
- 자아발달 상태 측정 검사 ← 문장완성 검사

- 모든 성인이 자기인식 수준까지는 도달
  (자기보호적 단계 → 동조자 단계 → 자기인식수준 단계)
- 이후 마지막 3 단계:
  양심적 단계
  자율적 단계
  통합적 단계

레빙거의 자아발달 단계


전사회적 단계
(개인욕구충족적)
공생적
단계
충동적 단계
(자기중심적)
자기보호적 단계
동조자 단계
(집단 기대 중시)
자기인식
수준
양심적 단계
(청년기 이후 가능)
개인주의 적 수준
(내적 독립의 인식)
자율적 단계
(내적 독립 가능)
통합적 단계
(내적 갈등 초월)

레빈슨(D. Levinson)의 이론

- **변화의 단계와 생애 구조**

- 1967년 40명의 남성성인을 대상으로 성인발달 연구 시작
- 집중적 전기면접을 통해 [남성생애의 계절(1979)] 출판
- [여성생애의 계절] 저술. 1994년 사망

- 생애구조(life structure)를 중심으로 단계 이론 제시

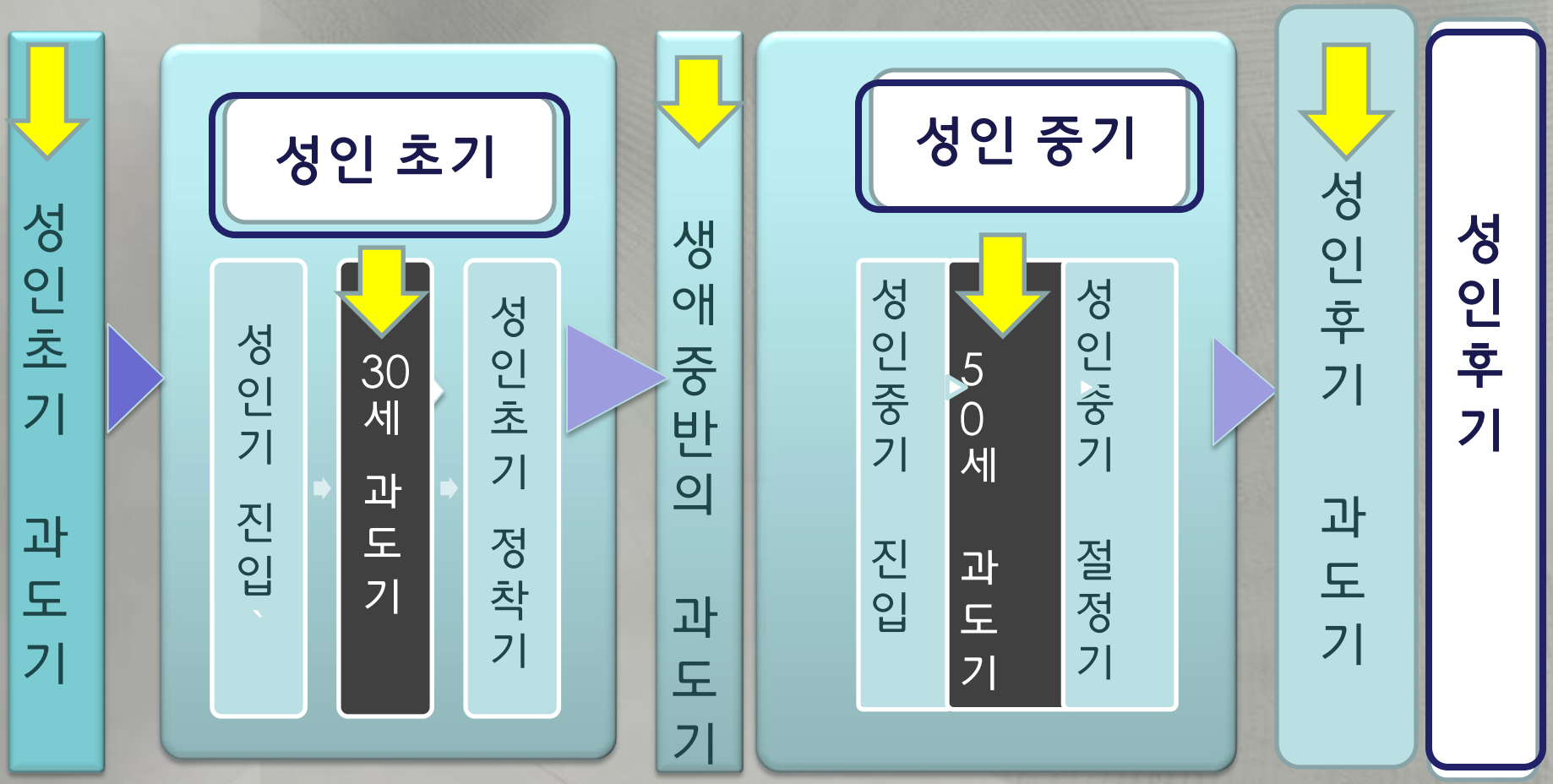
생애구조: '일정 시기에 개인의 생에 내재된 양식과 설계'
사람과 사물과의 관계가 그 핵심 요소

생애구조의 중심 요소: 직업, 결혼, 가족, 우정, 종교 등

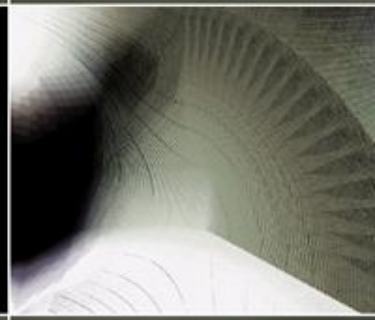
- 다양한 관계가 개인의 성격에 영향을 받기 때문에 사람마다 다른 생애구조 형성

성인발달의 레빈슨 모델-남성 생애의 계절

- 65세 이후에 관한 시기 고찰 부족, 남/녀 수명차이에 대한 고찰 필요



성인발달의 비단계 이론



1. 베이런트의 이론

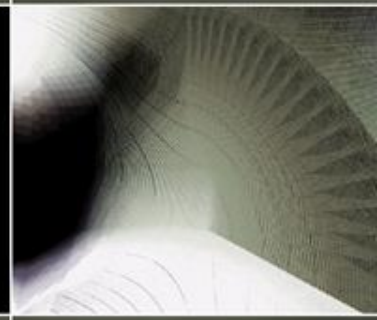
- 인생에서 시련이나 위기에 직면한 개인이 보이는 심리적 적응방식에서의 발달적 변화에 관심

- 적응의 주 기제: 방어기제
  - Freud의 제안: 불안에 대처하는 무의식적 전략
    자기기만, 현실왜곡 요소 포함

  - 베이런트의 제안:
    방어기제들 중에서 더 성숙한 방어기제 존재

베이런트의 방어기제 수준

성인발달의 통합 이론



전생애적 조망에 따른 통합 이론

- 개인이 경험하는 인생경로가 상이한 법칙에 따라 서로 다른 패턴을 생성하는 것으로 가정

- **위트본의 정체감 과정 이론**
- **발테스의 SOC 이론**
- **페룬과 빌비의 인생과정 시기 모델**

위트본의 정체감 과정(identity process) 이론

- 성인기 동안 나타나는 다양한 변화(신체적 노화, 타인과의 관계 변화, 사회적 역할 변화 등)에 대한 개인 정체감의 형성/수정 과정 설명

> 정체감? (통합적 self-image)
> 개인의 특성과 역할에 대한 명확한 인식

- 개인의 정체감이 무엇이냐
  ➔ 개인의 사고, 행동 , 삶의 태도, 관계형성, 사회적 역할

Baltes & Baltes의 SOC 모델

보상을 수반한 선택적 최적화 이론: SOC 이론
(Selective Optimization with Compensation)

개인적 발달과 안녕을 증진시키기 위해 삶을 관리하는 모델 제안

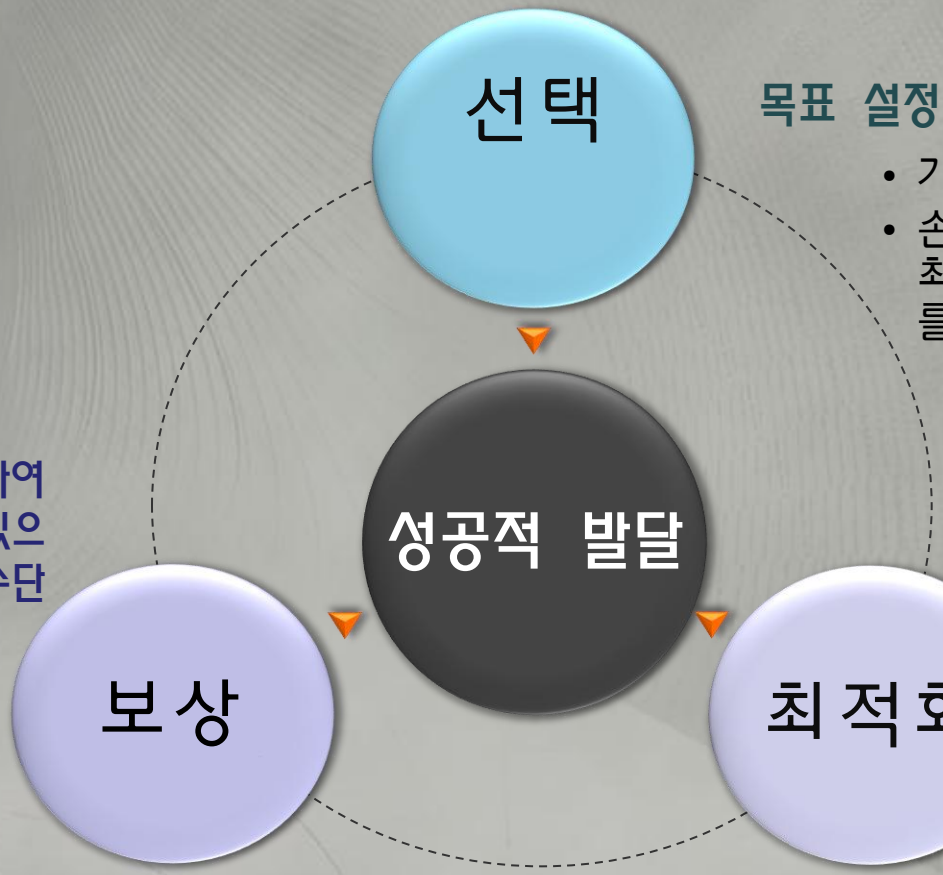
노화진행으로 인해 발생하는 부족 부분을 보완하는 것이 성공적 노화

획득의 최대화, 상실의 최소화

선택, 최적화, 보상 ➔ 발달적 조절

발테스의 SOC 이론

기본 가정: 인생에서 사용할 수 있는 내적, 외적 자원이 제한되어 있다



목표 설정

- 가능한 영역으로 축소
- 손실에 대처하기 위해 최소노력으로 최대효과를 얻으려 함

목표 달성과 관련하여 상실이나 감퇴가 있으면 부가자원이나 수단 활용

선택한 것에 대한 최선의 노력 경주

SOC 모델에서 선택, 최적화, 보상

표

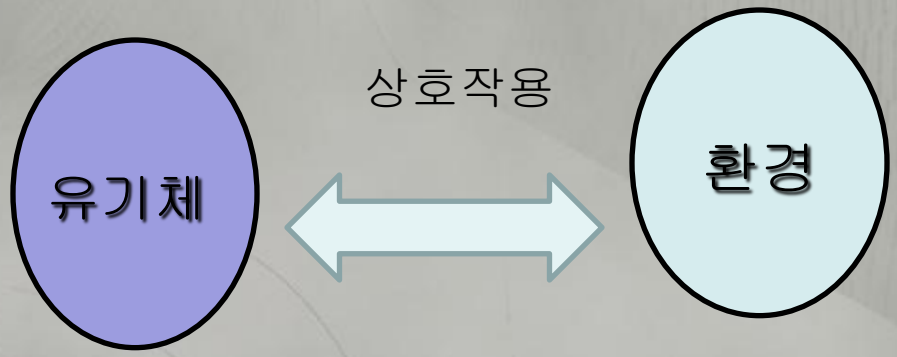
선 택 (목표나 선호들)	최적화 (목표-관련적 수단들)	보 상 (목표관련적 수단의 상실이나 차단에 대처하는 수단들)
의도적 선택(elective election) • 목표들의 구체화 • 목표체계(위계) • 목표들의 맥락화 • 목표 전념	• 주의집중 • 최적의 순간을 포착하기 • 인내심 • 새로운 기술/자원의 획득 • 기술의 연습 • 자원의 할당(노력, 시간)	• 수단들의 대치 • 외부적 도움/타인의 도움 사용 • 치료적 중재의 사용 • 새로운 기술/자원의 획득 • 사용하지 않는 기술/자원의 활성화
상실기초된 선택(loss-based selection) • 가장 중요한 목표에 집중하기 • 목표위계의 재구성 • 표준의 변경 • 새로운 목표의 탐색	• 성공한 사람들을 모방하기	• 자원할당에서의 변화(노력, 시간) • 성공적으로 보상하는 타인을 모방하기 • 다른 수단들의 최적화를 무시하기

출처: Freund & P. Baltes, 2002.

발달에서 Life Course Perspective(인생과정 조망)

변화하는 맥락 속에서 변화하는 삶에 초점을 둔 입장

- 발달을 변화하는 과정으로 접근
- 사람과 맥락간 상호작용 중요시
- 변화하는 맥락과 전생애 발달간의 연결 강조
- 사회적 구조와 인생경로의 조직화 및 재조직화에 초점
- 개인은 사회적 맥락에 의해 계속적으로 생성/유지/변화한다는 입장 .



PSY PNU
Jung S.

페룬과 발비의 인생과정 시기 모델

- Perun & Bielby(1980)

  성인생활은 상이한 발달 영역의 시간적 진행으로 구성

  개인의 삶 = 이것의 총합

  시간적 진행 :

  시간표를 따라 이루어지는 경험이나 내적 변화의 연쇄

사람마다(성/기질/교육/사회계층 등) 각 영역의 진행 속도가 다르기 때문에 개인에 따라 생애과정의 시기 모델이 달라짐

예) 16세 결혼자 : 가족생활주기 진행 속도 빠름

운동 많이 하는 사람: 신체 노화가 더딜 것임