

MAGAZINE Vol. 10

프시케 Story

Psyche

심리학(Psychology)의 어원인 프시케(psyche)는 그리스 로마신화에 나오는 아름다운 공주 이름으로 갖은 고난을 거치고 정화된 후에야 진정한 행복을 누릴 수 있는 영혼의 상징이다.





심리학과, 귀를 기울이다.

2012년 10월. 심리학과 역사상 처음으로 심리학과 학부생 및 대학원생을 대상으로 심리학과 발전 계획안 및 실천 아이디어를 공모하였다. 3-5명이 한 팀을 이루어 제출된 많은 아이디어들은 현 심리학과에 존재하는 문제들과 앞으로 나아가야 할 방향에 대한 학생들의 많은 생각들을 담고 있다

발전, 소통(疏通)으로부터

많은 아이디어들 중 과내 소식지 '프시케스토리'팀 (황제욱.07),(정지연.10),(황해지.10)이 대상을 받았다. 이 아이디어는 최근 대학생들의 개인주의적 분위기와 함께 심리학과 내 소통의 부재를 문제로 지적하며 이를 해결하기 위한 방법으로 과내 소식지를 대안으로 제시하였다.

이 '프시케스토리'는 동기들, 선후배뿐만 아니라 교수님, 대학원-학부생 간의 원활한 소통을 이끌어 낼 것이라 기대한다.

프시케 스토리?



심리학(Psychology)의 어원인 프시케(psyche)는 그리스 로마신화에 나오는 아름다운 공주의 이름으로, 갓은 고난을 거치고 정화된 후에야 진정한 행복을 누릴 수 있는 영혼의 상징을 의미한다. 프시케 스토리에는 학과 행사, 취업관련 정보, 수업 정보, 공지사항은 물론 교수님과의 대화, 선배들과의 대화 등 다양한 Contents로 구성하여 학과 내의 원활한 소통을 위한 새로운 장을 마련하고, 다양한 의견을 수렴하여 심리학과 발전 방향을 제시한다.



프시케 Story

Vol. 10

CONTENTS

- 04 청춘 우리들의 추억 그 열번째 
- 06 할레아칼라
- 08 인공지능 시대와 심리학
- 10 Healing의 심리학 열번째 이야기, <살인자의 기억법>
- 12 해외도전과 체험 
- 14 내가 누구게? 해리성 정체감 장애
- 16 긍정심리학 나의 강점 발견하기, 강점의 중요성
- 18 2018년도 심리학과 '한아름' 학생회!



청춘 우리들의 추억 그 열 번째



농활

6월 26일부터 7월 2일까지 경상남도 하동군 적량면으로 농민학생연대 활동을 다녀왔습니다. 직접 농사일에 참여하며 농민분들의 노고도 느껴보고, 친구들과끼리 서로 북돋아 주며 즐겁게 생활 할 수 있었습니다. 이번 농활에는 숙소문제로 신문방송학과와 함께 6박 7일을 보내게 되었는데 많은 인원이 있어서 더 시끌시끌하고 즐겁게 보낼 수 있었습니다.



안심 박심 1탄 학교편

9월29일 성학관 507호에서 안에서 보는 심리학, 밖에서 보는 심리학 '안심박심' 1탄 학교편이 진행되었습니다. 해외도전과 체험프로그램의 경험과 준비과정에 대해 강연해주신 12학번 허진혁 선배님, 교환학생을 준비하면서 필요한 여러 가지와 고려할 점, 준비에 도움이 되는 여러 프로그램을 알려주신 13학번 박소은 선배님, 여러 다른 해외 봉사 프로그램의 소개와 해외 봉사 준비를 알차게 알려주신 14학번 김규환 선배님, 여러 국가를 다니시면서 있었던 에피소드를 재미있게 이야기해주신 14학번 정다솜 선배님께서 심리학과 학우분들을 위해 멋진 강연을 해주셔서 정말 뜻 깊은 시간을 보냈습니다.

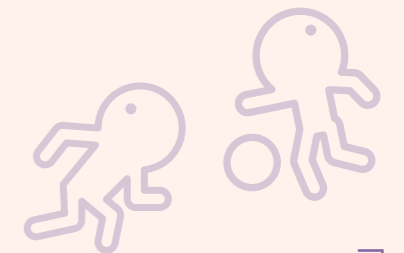
가을 소풍

10월 4일 화창한 가을날 동래읍성으로 가을 소풍을 다녀왔습니다. 동래읍성에서 동래의 역사에 대해 알아보고, 장영실 과학 동산에서 신기한 과학발명품들에 대한 설명도 들을 수 있었습니다. 동래읍성을 돌아다니며 학생회 친구들이 준비한 보물찾기 미션과 함께 즐거운 릴레이 게임도 하였습니다. 소풍이 끝난 후에는 다 같이 맛있는 점심을 먹으며, 즐겁게 이야기를 나누었습니다.



부심경심

11월 11일 성학관 507호에서 제2회 부산대학교 경북대학교 학술교류전인 부심경심이 진행되었습니다. 50여명의 심리학과 학생들이 모여 즐거운 시간을 보냈습니다. 경북대학교 심리학과 친구들과 서로 소개하고 게임도 하며 친목을 쌓는 시간도 가지고, 부산대학교 학술동아리 할레아칼라, 경북대학교 학술동아리 마음자리, 그리고 부산대학교 경북대학교 공동 프로젝트 팀 경부고속도로 세 팀이 발표를 준비하여 학술교류의 시간도 가졌습니다. 본 행사가 끝나고 다 같이 치킨과 맥주도 마시며 즐거운 뒤풀이 시간도 가졌습니다.



문창체전

11월에 걸쳐 진행되었던 문창체전에서 심리학과 축구동아리 피닉스가 우승을, 농구동아리 스웨이드가 준우승을 차지합니다. 훌륭한 성과를 낸 두 동아리 모두 축하드립니다! 앞으로 더 활발한 활동 응원합니다!

안심 박심 2탄 취업편

11월 30일 6시 30분 금정 예술 공연 지원 센터 에서 안에서 보는 심리 밖에서 보는 심리 2탄 취업편이 진행되었습니다. 윌리스 뇌과학 연구소에서 활동하고 계시는 장세영 선배님, 청년가치 협동조합에서 활동하시는 유한별 선배님, 스토리 컨테이너에서 활동하시는 정은주 선배님이 참석하셔서 심리학과 학생들에게 취업과 관련하여 유익한 강연을 해주셨습니다! 바쁘신 와중에도 시간을 내셔서 멋진 강연을 준비해주신 선배님들께 다시 한번 감사드립니다!



할레아칼라 Haleakala

대학생활의 꽃이라고 불리는 동아리 활동, 하지만 여러 학생들의 말을 들어보면 참 가지각색이다. 누군가는 덜컥 동아리에 가입했다가 시간을 낭비했다고 말하고, 다른 누군가는 건조한 대학 생활 속 오아시스라고도 표현한다. 누구나 한 번쯤 동아리에 가입해보고 싶다는 생각을 가져봤을 것이다. 딱히 흥미를 느끼는 동아리는 없지만 뭐 하나 해보고 싶긴 하고, 그렇다고 모르는 사람이 수두룩한 중앙 동아리에서 눈치만 보자니 참 불편하다. 그렇다면 학과 동아리를 한 번 둘러보는 건 어떨까? 이번에 소개할 광고소비자심리 동아리 '할레아칼라'도 우리 심리학과 동아리 중 하나이다. 재치 있고 기발한 생각을 가진 심리학과 동아리, '할레아칼라'를 직접 만나보고 인터뷰를 진행해보았다.

김규환 기자 sosoday@pusan.ac.kr



Q 그렇다면 동아리 회원들이 왜 할레아칼라에 가입했는지도 듣고 싶네요.

민규 평소에 심리학 인지분야, 특히 의사결정에 관심이 많았습니다. 삶의 모든 순간은 의사결정이기 때문에 이를 직접 응용해보고 싶어서 할레아칼라에 가입했습니다.

정하 기초과학인 심리학을 현실에 적용해보고 싶었습니다. 할레아칼라를 통해 심리학을 현실에 적용할 수 있는 기회를 제공해주다고 생각해서 동아리에 가입하게 됐습니다.

우정 심리학의 응용분야인 광고심리학에 대해 큰 궁금증을 가졌습니다. 또한 심리학이 광고 분야에 응용되는 방법을 함께 공부하고자 가입하게 되었습니다.

지은 창의적이고 신선한 아이디어를 이용한 광고에 매우 큰 흥미를 갖고 있었습니다. 우리 학교 심리학과에는 광고 관련 수업이 없어서 매우 슬펐는데, 마침 광고 소비자심리동아리 할레아칼라가 생겨 기쁜 마음으로 가입했습니다.

고 있습니다. 이는 할레아칼라의 구성원들 모두가 각 분야에서 태양과 같은 인재가 되자는 목표를 담아봤습니다.

Q 색다른 이름만큼 참 훌륭한 의미를 담고 있었네요. 이번에는 동아리 회장인 박아영 학우께 질문을 하나 드리고 싶습니다. 광고소비자심리동아리 할레아칼라를 만들게 된 이유는 무엇인가요?

아영 작년 11월에 경심부심에 참여했는데요, 경북대학교에는 심리학 분과만큼 아주 다양한 동아리가 있었습니다. 그 모습과 비교해서 우리 부산대학교에 심리학 분과 동아리가 단 하나도 없다는 점이 부러우면서도 한편으로 참 씁쓸했습니다. 그래서 제가 관심이 있는 광고소비자심리학으로 학과 내에 동아리를 한 번 만들어보면 어떨까라는 생각이 들었죠. 마침 올해 초 광고창작경연 공모전에 참가하기 위해 선배들과 만든 '간바레 박·윤·정' 팀이 있었거든요. 그 팀을 기반으로 삼아 할레아칼라를 만들게 되었습니다.

Q 반갑습니다. 우선 동아리 소개를 간단하게 부탁드립니다.

아영 안녕하세요, 저희는 2017년 여름 방학부터 활동을 시작한 광고소비자심리 동아리 할레아칼라입니다! 저희 할레아칼라는 현재 심리학과에서는 개설되지 않는 광고·소비자와 연관된 심리학 분야를 동아리 내에서 공부하고 있습니다. 함께 공부한 내용을 바탕으로 현재 실험 진행 및 공모전 참가를 준비하고 있습니다.

Q 본격적인 인터뷰를 시작하기 전에 동아리 이름이 참 특이하다는 생각이 들었습니다. 혹시 동아리 이름에 특별한 의미가 있을까요?

민규 네, 두 가지 의미가 있습니다. 먼저는 전 세계에서 가장 큰 분화구를 가진 휴화산입니다. 이처럼 우리 동아리가 크나큰 잠재력을 가진 동아리라는 것을 표현하고 싶었어요. 두 번째로, 할레아칼라는 하와이어로 태양의 집이라는 뜻도 가지

Q 할레아칼라에서 주로 하는 활동이 궁금합니다.

지은 우리 동아리는 광고심리학과 소비자심리학을 다루는 전공도서로 함께 지식을 쌓는 스터디 모임을 정기적으로 가지고 있습니다. 또한 스터디 모임을 통해 배운 지식을 직접 응용해볼 수 있도록 여러 공모전에 참여하고 있습니다. 이번 겨울방학에는 직접 광고를 제작해보기 위해 포토샵, 어도비 프리미어 등 다양한 프로그램을 공부할 예정입니다. 더불어 부심경심과 같은 학술교류전에도 큰 관심을 갖고 참여하고 있습니다.

Q 지금 진행하고 있는 프로젝트 있나요?

기희 현재는 옥외광고 공모전과 부심경심 학술교류전을 마무리하고 파크랜드 대학생 마케팅 패션 공모전을 준비하고 있습니다. 이번 공모전은 '뉴 포티' 세대를 위한 IMC커뮤니케이션을 중심으로 시장 경쟁력 강화 전략을 모색해보는 활동입니다. 우리 동아리의 역량이 잘 발휘되었으면 좋겠습니다.

Q 동아리의 최종 목표는 무엇인가요?

지한 우리 동아리의 궁극적인 목표는 각 개인의 마케팅 역량을 강화하고, 학습한 내용을 심리과학의 마케팅 영역에서 적용할 수 있는 능력을 향상시키는 것입니다. 덧붙여 부산에서 가장 잘 나가는 광고동아리가 되어서 실제 현장에서도 실무 역량을 인정해주는 동아리로 성장하고 싶습니다.

Q 동아리 가입을 망설이는 학우분께 하고 싶은 이야기는?

정하 우리 동아리는 절대 딱딱하지 않습니다. 스스럼없이 이야기하되 서로 존중하며 즐겁게 활동하는 동아리입니다. 동아리에 가입해서서 광고와 소비자에 대한 호기심을 같이 풀어보고, 함께 공부하고 배운 것을 실제로 응용해보는 좋은 기회를 만들면 좋을 것 같습니다.

Q 마지막으로 한 마디해주세요.

아영 저희는 심리학과 대표 학술동아리가 되고 싶은 할레아칼라입니다. 아직 신생동아리라 부족한 점이 많지만 더 기반을 다지고 발전하는 동아리가 되도록 하겠습니다. 심리학과 학우분들의 많은 관심과 사랑 부탁드립니다. 할레아칼라의 문은 언제나 활짝 열려 있으니 관심이 있으신 분들은 부담 없이 연락주세요! 감사합니다! 할레아칼라 파이팅!

Haleakala

인공지능 시대와 심리학

요즘 방영되는 흥미로운 예능 드라마가 있다. '보그맘'이다. 천재 로봇 개발자의 손에서 태어난 AI 휴머노이드 로봇은 죽은 그의 아내와 똑같은 얼굴을 하고 있다. 상대의 감정을 분석해서 "민망함 지수 80입니다."라고 이야기를 하거나 인터넷을 분석해서 가장 핫한 메이크업을 선보이며 인간사회에서 적응해나간다.

어승혜 기자 eo115577@naver.com



영국에도 'Humans' 라는 인공지능과 관련한 드라마가 있다. 여기에 등장하는 로봇은 인간이 축적해 놓은 SNS 글과 데이터들을 토대로 그 사람과 유사한 말투와 행동도 할 수 있다. 남편과 사별한 한 여성은 남편과 똑같은 얼굴로 유사한 말투와 행동을 하는 휴머노이드에 사랑에 빠지게 되고 자괴감을 느낀다. 다른 이야기에서는 감정기복이 심하고 실수가 잦은 남편보다 자상하고 완벽한 로봇을 사랑하게 된 아내가 등장한다. 그리고 남편은 결국 "나는 사람이야! 완벽하지 않다고!"라고 외치며 집을 나가버린다.

인공지능이란 무엇일까? 인공지능은 딥러닝(deep learning)을 통해 인간의 두뇌가 수많은 데이터에서 정보를 처리하는 방식을 모방한 고급 컴퓨터 프로그램을 지칭한다. 인공지능의 발전은 인간에게 더 많은 편리한 서비스를 제공해 줄 수 있지만 많은 사람들은 노동, 경제, 인간관계 뿐 만 아니라 인간의 가치까지 위협을 가할지도 모른다고 경고하고 있다. 현재 가속도가 붙은 인공지능 개발은 끊임없이 새로운 버전의 로봇출시로 이어지고 있으며 앞으로도 계속 발전하게 될 것이다. 따라서 어떻게 활용할 것인가의 문제가 더욱 중요해지고 있다.

급속도로 발전해가는 인공지능 시대에 심리학은 어떻게 활용될 수 있을까?

이미 2017년 9월에 한국어 버전으로 IBM과 SK C&C가 공개한 'Watson Personality Insights(성향 분석·이하 PI)'는 한 인간이 자주 쓰는 표현이나 단어, 핵심 주장 등을 검토한 뒤에 성격과 가치관을 분석하고 결과를 나타냈다. 성격심리학 모델인 BIG5 이론을 기초로 한 PI는 기업의 맞춤형 마케팅에 적극 활용될 것으로 기대되고 있다. 이렇듯 심리학과 융합된 AI는 인간의 이해를 기반으로 한 서비스를 제공할 것이며 이는 결국 인간의 삶에 큰 영향을 미칠 것이다.



그 외에 우리가 예상해 볼 수 있는 또 다른 활용방안은 다양하다. 청소년의 유전 및 환경적 데이터를 기반으로 적성검사를 진행하는 진로상담 프로그램이 만들어질 수도 있다. 또한 미국심리학회가 '20세기 가장 영향력 있는 심리학자'로 인정된 폴 에크만의 '얼굴 움직임 부호화 시스템(FACS: Facial Action Coding System)'을 인공지능에게 학습시켜 얼굴표정을 통해 직접적인 서비스를 제공할 수도 있을 것이다. 그리고 에이브러햄 매슬로우(Abraham Maslow)가 보편적인 욕구에 우선순위를 단계를 구분하여 제시한 5가지 욕구이론(Maslow's hierarchy of needs)을 활용할 수도 있다. 인간이 가지는 욕구 단계에 기반한 프로그래밍은 인간을 만족시킬 여러 가지 서비스를 제공할 것이다. 사회의 분위기에 따라 가장 기본인 생리적 욕구를 만족시키는 인공지능이 대세가 될 수도 있고 소속과 사랑의 욕구를 충족시킬 수 있는 로봇이 인기를 끌 수도 있다. 소수의 사람들만이 도달할 수 있다는 자기 초월 또는 자기실현적 욕구를 충족시키는 로봇이 쏟아져 나올지도 모른다. 이렇듯 심리학적 콘텐츠는 인공지능시대에 무궁무진한 활용가능성을 지니고 있으며 이는 결국 경제의 흐름과 연결된다.

물론 인간의 사적 데이터가 담긴 빅 데이터의 남용이나 인간의 이기심에서 비

롯된 잘못된 프로그램의 활용은 우리가 AI시대에 특히 주의해야할 부분이다. 이에 따라 인공지능시대에 적합한 과학기술적 윤리가 요구되고 있고 인간을 대체하게 될 로봇으로 인해 설자리가 좁아질 인간을 위한 공존적 대안 또한 요청되고 있는 바이다.

이제 인공지능을 활용할 인간의 역할이 중요해지고 있다. 과연 4차 산업혁명은 인류를 번영으로 이끌어 갈 것인가? 아니면 스티븐 호킹 박사의 말처럼 인류의 종말을 불러일으킬 것인가? 그 대답은 앞으로 우리가 추구할 가치에 달려있다. 가리 카스파로프의 책 '딥 씽킹(Deep thinking)'에서는 이성적으로 빠르고 객관적으로 분석하는 인공지능의 속성과 더불어 감정을 기반으로 통찰력을 가지고 있는 인간의 속성의 각 강점과 약점을 알고 협업해야 한다고 말한다. 따라서 인간이 가설을 세우고 인공지능을 통해 검증하고, 또 인간이 더 좋은 아이디어를 만들어 인류의 최대 장점인 '통찰'을 더 기르자는 것이다. 나는 그의 주장에 동의한다. 그저 인공지능에 압도되는 것이 아니라 인간이 가진 정서적 통찰력을 통해 더 조화롭고 더 나은 세상이 되기를 기대하고 있다.



출처

“[단독] 칼럼 읽더니 “외식 싫어하네요” 필자 성격 알아낸 AI 왓슨, <중앙일보>, 2017. 09. 07, <http://news.joins.com/article/21913346>, 2017. 11. 22. 가리카스파로프, 『딥 씽킹(Deep thinking)』, 박세연 옮김, 어크로스(2017) [사진] <http://www.imbc.com/broad/tv/ent/borgmom/>, <http://www.amc.com/shows/humans/video-extras/season-02/episode-00/humans-season-2-trailer>

Healing의 심리학 열번째 이야기

살인자의 기억법 Memoir of a Murder

범죄 · 스릴러 | 2017.09.06 | 118분 | 한국 | 15세 관람가 | 감독 원신연



심리학을 경험해 본 사람이라면 한 번쯤 '자기'에 대한 고민에 잠겨 본 경험이 있을 것이다. 사실 심리학 전공자가 아니더라도 사람들은 제각기 품고 있는 '작동하는 마음'에 대한 궁금증을 끝낼 수 없다. 우리 삶의 주변에서 발생하는 모든 현상에 심리적 기제가 영향을 끼치는 것 같다가도, 그 실체의 존재 여부조차 의심스러워지는 허무한 순간이 있다. 이렇게나 역동적인 개인에 대해 끊임없이 묻고 답하는 과정 속에서 우리는 다채로운 자기를 만나게 된다. 그렇다면 각각이 지닌 내적, 외적 특성으로 혹은 여러 가지 관념들로 표현될 수 있는 자기를 과연 어떻게 정의해야 할 단 말인가? 여기 오늘, 모든 사람들의 주요 고민 중 하나인 '자기'에 대해 특별히 심리학도가 택할 수 있는 흥미로운 생각거리를 소개한다.

방현유 기자 qkdgusb1@naver.com | 출처 <http://movie.naver.com> 네이버 영화

그의 기억법 (Synopsis)

'알츠하이머에 걸린 연쇄살인범'이 주인공으로 등장하는 이 영화는 김영하 작가의 소설 '살인자의 기억법'을 원작으로 한다. 자신에 대한 의심을 품게 되는 순간, 정신 장애라는 특수한 상황에 놓인 주인공의 기억이 살인과 겹친다. 자신이 저지른 살인인지 혹은 살인을 저지른 범죄자를 자신에게 투영하는 것인지 누구도 알 수 없다. 한 때 연쇄살인마였던 그가 알츠하이머를 진단받고 악행을 저지른 자신을 이해하기 위해, 용서하기 위해, 혹은 벌을 내리기 위해 택했던 기억법은 매순간을 기록하는 것이었다.



이 영화는 흥미진진한 줄거리로 2017년 9월 본격적인 개봉에 앞서 많은 사람들의 귀추를 주목시켰고, 개봉 후에는 관객들의 성원에 힘입어 '새로운 기억'이라는 부제를 덧붙여 11월 감독 판을 상영하기도 했다. 무엇보다도 신랄하고 예리했던 인물들의 심리적인 묘사가 많은 사람들의 호기심을 불러 모았던 것이다. 권선징악이라는 진부한 클리셰를 뒤엎고 열린 결말로 막을 내린 이 영화를 감상하고 나면 우리가 체득해 온 심리학이 머릿속에 범람하는 경험을 하게 될 것이다!



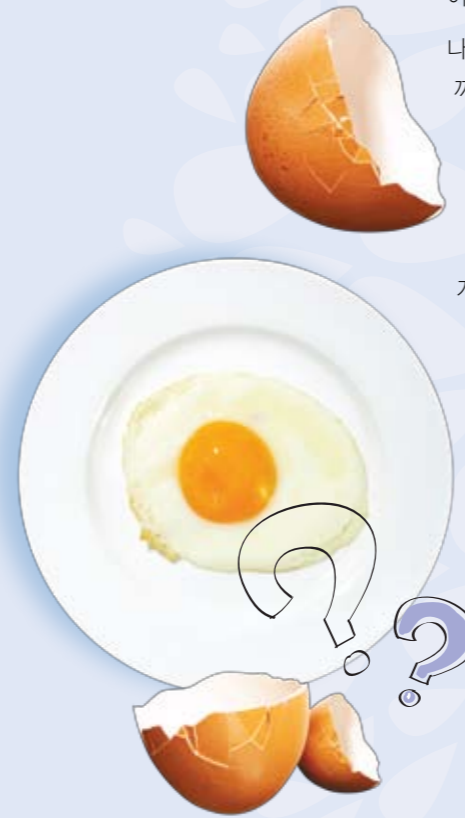
나의 기억법 (Review)

이제부터 자신이 알츠하이머를 가진 노인이라고 가정해보자.

나는 끼니를 해결하려 프라이팬에 기름을 두르고, 열이 적당히 오를 때까지 가스레인지 옆에 놓인 계란을 바라보다. 한 알을 집어 들어 탁, 두 번째 알을 집어 들어 탁, 탁, 앞선 두 개의 것들보다

제법 단단한 세 번째 계란까지 기름 위에 올린다. 걸음을 옮겨 갖 지은 밥을 그릇에 퍼 담고 지글지글 익어가는 계란을 뒤집기 위해 다시 가스레인지 앞으로 향한다. 내가 방금 공들여 깨 넣은 세 번째 계란이 없다. 그건 내 휴대폰이다. 계란이다. 아니다. 계란인가? 얼굴에 경련이 온다. 혼란스러운 순간을 틈 타 어김없이 경련이 찾아온다. 생각해보면 며칠 전에도 이런 일이 있었다. 정신을 차리고 보니 얼굴이 사방으로 팽창하고 수축하길 반복하고 있었는데, 그 땐 아마 세탁기에 사과를 넣었던가, 반찬을 넣었던가, 살아 움직이는 무언가를 넣었던가…….

이처럼 흐릿한 삶을 살아 온 당신이라면 손상된 기억들을 되살리기 위해 어떤 방법을 사용해왔는지 생각해 보라. 무슨 방법이든 이 영화의 주인공처럼 '살인'과 같은 극단적인 사건을 겪고 나면 일상과 비 일상의 경계가 무너지게 될 것이고, 결국 유일한 믿을 구석이었던 우리의 기억법도 왜곡되었을 것이 분명하다.



심리학을 끝낼 수 없는 이유

미국의 사회 심리학자 Leon Festinger의 인지 부조화 현상에 따르면 사람들은 자기 개념과 모순되는 행동을 수행할 때 불편한 느낌을 받는다. 이에 우리는 긍정적인 속성을 되새기며 자기 확신을 통해 그 불편함을 줄이거나, 극심한 충격 편향으로 무의식적 과정을 거치는 부조화 감소에 실패하기도 한다. 영화의 주인공 공 병수(설경구 분)는 이 과정을 치열하게 반복하며 진정한 자기를 찾는 모습을 보인다. 세상 사람들은 병수와 다르지 않다. 평범하고 지지부진한 삶처럼 보여도 자기를 위협하는 사건들은 어느 누구에게나 존재했다. 그랬기에 일상에 만연해 있는 사건들을 그럴듯한 용어로 명명하는 오랜 심리학적 관습은 우리의 이해할 수 없는 행동의 이유이자 변명이 되어주었다.

언젠가 잃어버린 기억을 깨닫게 되는 순간이 오면 당신이 믿게 될 '심리 법칙'은 무엇인가. 갈등이 나던 자기에 대한 의문에 단비를 내려줄 이 영화를 특별히 심리학을 배우는 당신에게 추천한다.





안녕하세요. 이번 특집에서는 부산대학교 학생과에서 주관하는 '해외도전과 체험' 프로그램을 소개하는 시간을 가져보려고 합니다.

13학번 최윤정 학생께서 인터뷰에 참여해 주셨습니다.

손해주 기자 thswlgml1013@naver.com



해주 안녕하세요. 인터뷰를 맡은 손해주입니다.

윤정 네 안녕하세요~! 13학번 최윤정입니다.

해주 이번 특집에서는 '해외도전과 체험' 프로그램에 대해 이야기해보려고 하는데요. 우선, '해외도전과 체험'이 어떤 프로그램인지 들어볼 수 있을까요?

윤정 '해외도전과 체험'은 학부생 또는 대학원생 총 4명으로 구성된 팀을 꾸려, 정해진 탐방 기간 내에 탐방 국가로 파견되어, 각 팀이 원하는 활동을 하고 돌아오는 프로그램입니다. 파견 팀으로 선정되면 팀 당 각 국가에 따라 지원금도 받을 수 있는데, 저희 같은 경우에는 미국에 파견되었기 때문에 총 5,500,000원을 지원받았어요.

해주 '해외도전과 체험' 프로그램의 선발 기준은 무엇인가요?

윤정 선발 과정은 서류심사, 면접 심사, 최종 심사였습니다. 팀원 중 1명 이상이 공인외국어 성적을 보유해야했고, 학교 성적도 서류 심사 과정에 포함됐어요. 제일 중요한 것은 팀원 모두가 영어를 기본적으로 할 수 있어야 한다는 것과, 파견 국가에서 활동할 내용을 구체적으로 정하여 자세하게 발표하는 것이었어요.

해주 면접이 중요한 것 같은데, 혹시 후배들에게 줄 수 있는 면접 팁이 있나요?

윤정 PPT 발표 시 발표자 외에도 질문을 받기 때문에, 팀원 모두가 활동 내용을 숙지해야했어요. 그리고 웃도 깔끔하게 맞춰 입을 것을 추천해요. 또 탐방할 대학, 기업에 이미 컨택이 완료돼 있으면 더 좋은 점수를 받을 수 있어요!

해주 그렇군요! 미국에 파견되어서는 어떤 활동을 하셨나요?

윤정 저희 팀의 주제가 행복과 웰빙을 증진시키는 방법을 탐구하는 것이었기 때문에, 하버드 대학교와 펜실베니아 대학교에서 행복 분야에서 저명한 교수님의 수업들을 청강하고, 기업 내의 행복과 복지를 담당하는 CHO와 인터뷰하기 위해 XL Catlin이라는 다국적 재보험 회사를 방문하여, 담당 CHO분과 많은 이야기를 나누고 왔습니다.

해주 프로그램을 통해 어떤 것들을 얻을 수 있었나요?

윤정 저는 팀원들과 프로그램에 선발되기 위해 약 한 달 동안 준비를 했는데요, 함께 조원들과 토의하고 계획을 짜면서, 팀으로 일하는 방법을 많이 배웠어요. 또 친한 친구들과 함께 미국으로 파견되어 여러 활동을 함께 하면서 더 돈독한 사이가 된 것 같아요.

해주 마지막으로 후배들에게 하고 싶은 말이 있으신가요?

윤정 '해외도전과 체험'에 선발되면 지원금도 충분히 받을 수 있고, 무엇보다 단순한 관광이 아니라 목적과 배움이 있는 여행을, 친한 친구들과 함께 할 수 있기 때문에 굉장히 좋은 기회라고 생각해요. 대학생 시절에만 할 수 있는 값진 경험이었다고 생각합니다. 혹시라도 주저하고 있는 후배들이 있다면, 망설이지 말고 신청해보길 바라요. 파이팅!!



내가 누구게? 해리성 정체감 장애

지난 3월 인천의 한 놀이터에서 놀고 있던 8세 여아를 자신의 집으로 유괴하여 살해·유기한 사건이 발생했습니다. 범인은 고등학교를 자퇴한 17세 김모양으로, 재판 과정에서 자신에게 추가로 '소심한 A'와 '잔혹한 J'가 있다는 주장을 한 것으로 알려져 있는데요. 내 안의 또 다른 나, 과연 가능한 일일까요?

강소연 기자 thdus5047@naver.com

우리는 이 이야기를 접하자마자 '아, 다중 인격 장애를 이야기 하는구나!'라고 생각할 것입니다. 사실 현재 우리가 흔히 쓰는 다중 인격 장애라는 용어는 정식 병명이 아닙니다. 1994년 이후, 한 사람 안에 여러 개의 인격이 있는 것이 아니라 한 사람의 내부에서 오랫동안 형성된 정신 상태의 일부분들이 그 사람의 전체를 조종하는 것이라는 견해에 따라 다중 인격 장애라는 용어 대신 해리성 정체감 장애(Dissociative Identity Disorder; DID)라는 용어가 사용되기 시작했습니다. 그렇다면 이 해리성 정체감 장애는 정확하게 어떤 장애이며, 어떤 증상들을 보이는 걸까요? 지금부터 알아보도록 하겠습니다.

DSM-5 기준으로 Comer가 집필한 이상 심리학 책에 의하면 해리성 정체감 장애는 해리 장애 중 하나로, 300년 전 처음 보고되었습니다(Rieber, 2006, 2001). 장애 증상들은 대부분 후기 청소년기나 초기 성인기에 처음으로 진단되지만, 독특하게도 초기 아동기 외상이나 학대 경험(보통 성학대)으로 인해 유발됩니다. 그러한 충격으로부터 자신을 보호하거나 도피하기 위해 또 다른 인격체를 만드는 것이죠. 그리고 여자가 남자보다 적어도 3배 정도는 더 자주 진단되며, 평균 하위 성격 수도 여자가 15개, 남자가 7개로 훨씬 더 많이 보고되고 있습니다(Steel, 2011; Ross & Ness, 2010; Maldonado & Spiegel, 2007).

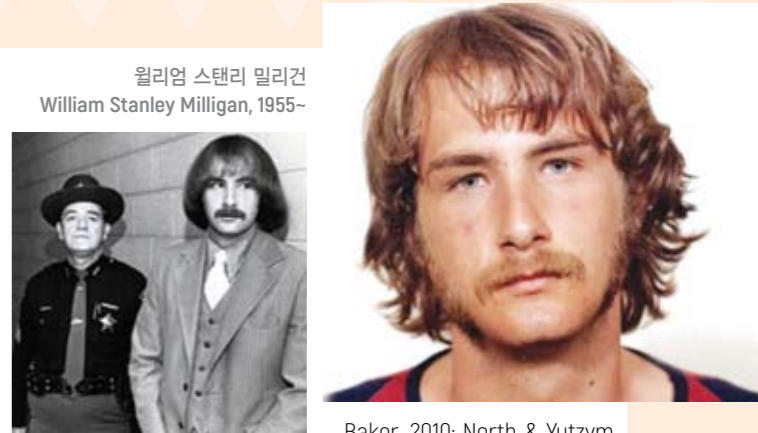
이 장애를 가진 사람은 두 가지 이상의 '구분 되는' 인격체를 발달시킵니다. 발달된 하위 성격(대체 성격)들 각각



은 개인의 기능 상태를 지배하는 독특한 기억, 행동, 사고, 감정을 가집니다. 쉽게 말하면, 한 인격체일 때는 다른 인격체일 때의 일들을 기억하지 못하며, 각각 다른 사회적 위치에서 기능하려 한다는 것입니다. 가장 유명한 사례는 윌리엄 밀리건입니다. 그는 10살 때부터 아버지에게 가정 폭력을 당하고 다중인격 증세가 나타나기 시작했습니다. 그 이후 커다란 사건을 겪을 때마다 새로운 인격이 정신을 지배했고, 핵심 인격 빌리(Billy)를 중심으로 총 24개의 인격을 형성했습니다. 어떤 인격은 아랍어는 물론 수학, 물리학, 의학에 대해 전문가 수준의 지식을 자랑하기도 하고, 또 다른 인격은 크로아티아어를 자유자재로 사용하기도 하는 등 단순한 연기라고 볼 수 없는 능력들을 발휘했습니다.

이 인격체들 간의 전환, 스위칭은 심리사회적으로 위협적인 스트레스 상황 속에서 갑작스럽고 극적으로 일어납니다. 언제 어떻게 전환될지 알 수 없고, 무의식중에 겪게 되는 것입니다. 또한 각 인격은 고유의 다른 정신 질환을 가지고 있는 경우도 많습니다. 부수적으로 과반수의 환자가 우울증, 자살행동, 불면증, 기억상실, 성기능 상실, 공황 발작 등의 증상을 보이는 것이죠. 따라서 인격들이 흔히 말하는 '정상인'의 범주에 속하더라도 평범한 삶을 영위하기는 어렵습니다. 게다가 대다수가 유년 시절의 외상과 학대를 겪으며 분노를 축적 또는 학습하므로 숨겨진 성격들에는 분노가 포함되어 있는 경우가 많습니다. 이러한 분노는 악물 남용, 성폭행 등의 범죄로 이어지기도 하며, 50% 이상은 내부 살인으로까지 이어져 삶을 위태롭게 만듭니다.

해리성 정체감 장애는 장애 자체가 워낙 복잡하고 심각하기 때문에 완전한 회복을 기대하기는 어렵습니다. 그러나 치료를 하지 않으면 외부 스트레스에 의해 새로운 인격을 계속 형성하므로, 반드시 치료가 요구됩니다. 일반적으로 해리성 정체감 장애의 치료에는 정신분석적 접근이 가장 효과적이라고 알려져 있습니다. 더불어 항 우울제나 항 불안제와 같은 약물 치료를 병행합니다. 그리고 경우에 따라서는 입원 치료가 진행되기도 합니다. 정신분석적 관점에서 치료자는 내담자들이 자신의 장애 본질을 이해하고, 기억의 공백을 회복하며, 하위 성격들을 하나의 기능적인 성격으로 통합할 수 있도록 돕게 됩니다(Howell, 2011;



윌리엄 스탠리 밀리건
William Stanley Milligan, 1955-

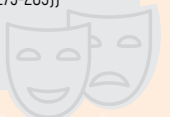
Baker, 2010; North & Yutzym

2005). 먼저, 진단이 내려지면 치료자들은 주 성격 및 하위 성격들과 유대를 형성하기 위해 노력합니다(Howell, 2011). 특히 여러 성격들을 잘 파악하여 상대적으로 적절한 하위 성격과 치료적 동맹을 형성합니다. 유대가 형성 되면 치료자는 환자들에게 최면을 걸어 이들의 하위 성격들을 서로에게 소개시켜 주거나, 그들의 다른 성격들을 녹화한 비디오테이프를 보여주기도 하며, 장애의 본질을 충분히 인지하도록 교육합니다(Howell, 2010; Ross & Gahan, 1988). 이 때, 보다 부정적이고 반사회적인 하위 성격에 대해 심리치료를 병행하여, 한 개인이 가진 여러 인격들 간의 의사소통 자체가 치료에 긍정적인 결과를 미칠 수 있도록 그 목적을 둡니다. 결과적으로 둘 이상의 하위 성격들은 흩어졌던 기억들을 회복하고 하나의 연속체로 융합됩니다. 통합 후에도 완전한 성격을 유지시키고 재발을 막기 위해서 사회 기술이나 대처 기술 훈련들을 익혀야 합니다.

앞서 여는 말로 언급 했던 인천 초등학교 살인 사건의 범인은 해리성 정체감 장애의 '기억상실' 특성을 노린 것입니다. 진짜 자신은 그러지 않았다고, 자신 안의 다른 인격이 저지른 일이라고 말하며 감형을 주장하는 것이죠. 아직 그 말이 진실인지 거짓인지는 알 수 없으나, 정말 장애가 발병된 사람과 그렇지 않은 사람은 반드시 구별되며, 거짓으로 장애를 주장하는 일은 없어야 하겠습니다.

【참고문헌】

Baker, K. (2010) From "it's not me" to "it was me, after all": A case presentation of a patient diagnosed with dissociative identity disorder. *Psychoanalytic Social Work*, 17(2), 79-98.
 Howell, E. F. (2011) *Understanding and treating dissociative identity disorder: A relational approach*. Relational perspectives book series. New York: Routledge/Taylor & Francis.
 North, C. S. & Yuty, S. H. (2005) Dissociative disorders, factitious disorders, and malingering. In E. H. Rubin & C. F. Zorumski (Eds.), *Adult psychiatry* (2nd ed, pp.275-289)
 Ronald J. Comer (오경자 외 5명 옮김) (2015), *이상 심리학*, 시그마프레스, 174-183
 Ross, C. A. & Gahan, P. (1988) Techniques in the treatment of multiple personality disorder. *American Journal of Psychotherapy*, 42(1)



긍정심리학

나의 강점 발견하기, 강점의 중요성

“당신의 강점은 무엇인가요?” 라는 질문에 자신 있는 답변을 할 수 있나요? 고작 3분의 1정도만 곧바로 대답할 수 있다는 연구결과가 있습니다. 우리는 보통 나의 긍정적인 면보다는 부정적인 면에 초점을 맞춘 채 살아갑니다. 시험결과가 짝 놓인 성적표를 보면서 잘하는 과목보다 못하는 과목을 끌어올려 평균을 높여야 한다고 다짐하죠. 과연 이렇게 부정적인 정보에 우선 집중되는 심리, “부정성 편향”이 개인적 성장에 실제로 큰 도움이 될까요?

한예정 기자 elenayejeong@hotmail.com

현대 경영학의 아버지 피터 드러커는 “사람은 약점을 통해서 성장할 수 없다. 더 좋은 결과를 얻기 위해서는 모든 사용 가능한 강점들을 이용하여야 한다. 본인의 강점이 곧 기회다” 라고 이야기 했습니다. 실제 기업 내의 인재개발팀에서도 조직 내 구성원의 강점개발과 활용에 초점을 맞춘 프로그램을 개발하고자 많은 노력을 하고 있습니다.

또한 취업면접에서도 개인적 강점에 대한 질문은 단골질문입니다. “본인의 강점이 뭐죠? 우리가 왜 본인을 뽑아야 한다고 생각합니다?”

보통 이러한 면접질문에 마지못한 대답 혹은 틀에 박힌 대답을 하는 경우가 많습니다. 그럼 어떻게 나의 강점을 잘 파악하고 나의 강점에 대한 설명을 자신감 있게 할 수 있을까요?

개인적 강점을 찾을 수 있는 방법으로 VIA 검사를 소개하고자 합니다.

VIA 검사는 24개의 강점 목록을 가지고 있습니다. 강점 목록 24개를 총 6가지의 개념으로 묶어서 설명합니다. 총 240문항에 대답하면 결과가 나오며, 이러한 강점 척도의 최신판은 온라인에서 이용 가능합니다. (<http://www.ppc.sas.upenn.edu>)

각각의 강점에 대해 간단히 소개하자면 다음과 같습니다

우선 첫 번째 핵심 개념으로는 지혜 및 지식이 있습니다. 이는 인지적인 부분의 강점입니다.

이 개념 안에 포함되는 강점으로는 참신하고 생산적인 방법을 잘 생각해내는 능력인 창의성, 새로운 경험 자체에 흥미를 느끼며 다양한 주제에도 관심이 많은 호기심, 사물이나 현상을 다양한 측면에서 바라보는 개방성, 지식의 획득을 위해 노력하는 학구열, 세상을 바라보는 타당한 시각을 지니는 지혜가 있습니다.

두 번째 핵심 개념으로는 용기가 있습니다.

용기는 내부 혹은 외부의 장애물에도 불구하고 목표를 달성하려는 의지와 관련된 정서적인 강점입니다.

이러한 용기 개념 안에 포함되는 강점으로는 위협과 고통에 위축되지 않는 용감성, 일단 시작한 일에 대해 끝을 맺고자 하는 끈기, 가식이 없고 자신의 감정과 행동에 책임을 지는 진실성, 생기와 생동감을 느끼며 삶에 임하는 활력이 있습니다.

세 번째 핵심 개념으로는 자애가 있습니다.

이는 다른 사람을 보살피고 친밀해지는 것과 관련된 대인관계적 강점입니다.

이 개념 안에 포함되는 강점으로는 서로 공유하고 보살피는 사람과의 관계를 소중하게 여기는 사랑, 관용과 배려, 돌보는 마음과 연민을 지니는 친절성, 다른 사람의 마음과 자신의 마음을 잘 이해하고 어떻게 행동하는 것이 옳은지 잘 파악하는 사회지능이 있습니다.

네 번째 핵심 개념으로는 정의가 있습니다.

정의는 건강한 공동체 생활의 기저가 되는 강점입니다. 이 개념 안에는 집단에 충실하고 자기 몫을 다 해내는 시민정신, 공평과 정의를 중시하는 공정성, 타인을 격려하며 집단의 목표를 잘 이루어내는 리더십이 있습니다.

다섯 번째 핵심 개념은 절제가 있습니다.

절제는 지나침으로부터 보호해주는 강점으로 이 개념 안에는 잘못된 사람들은 용서하고, 타인의 결점을 받아들이는 용서와 자비, 자신이 성취한 것에 대하여 허세를 부리지 않는 겸손, 신중하게 선택하며 지나친 모험을 하지 않는 신중성, 감정과 행동을 잘 조절하는 자기조절이 있습니다.

끝으로 여섯 번째 핵심 개념은 초월로, 넓은

우주와의 연결성을 추구하고 의미를 부여하는 강점입니다.

이 개념에는 자연에서부터 예술, 과학 등 다양한 영역에서 아름다움을 찾고 감상할 줄 아는 감상력, 좋은 일을 잘 알아차리고 감사함을 느끼는 감사, 최선을 예상하고 그것을 성취하기 위해 노력하는 낙관성, 웃고 장난치는 것을 좋아하며 명랑한 강점인 유머감각, 우주의 궁극적인 목적과 의미에 대해 일관성있는 신념을 가지는 영성이 있습니다.

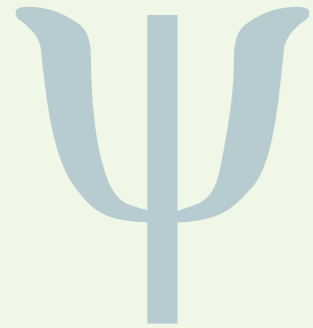
이러한 많은 강점들 중 내가 가지고 있는 상위 5개의 강점은 어떤 것이 있을까요? 그리고 그 강점들을 일상적인 삶 속에서도 꾸준히 개발하고 활용하려면 어떠한 노력을 해보는 게 좋을까요?

내 자신에 대해서 조금 더 자세히 알아가는 방법 중 하나로 강점검사를 통해서 내가 어떤 면에 있어서 탁월한 성격적 측면을 지니고 있는지 잘 파악하고 그 강점을 어떻게 활용할 지 고민한다면 하루하루 조금씩 더 나아지는 “나 자신”이 될 수 있을 것 입니다.



2018년도 심리학과 '한아름' 학생회!

11월 28일, 29일 양일간 진행된 선거에서 심리학과를 이끌어갈 '한아름' 학생회가 당선되었습니다. 16학번 박아영 학생이 2018년도 심리학과 학생회장으로 17학번 정지현 학생이 부학생회장으로 2018년 심리학과를 책임지고 이끌어가게 되었습니다.



먼저 당선 소감과 포부를 들어볼까요?

2018 심리학과 학생회장 박아영 믿고 뽑아주신 여러분들에게 감사드립니다. 2018년 한 해 동안 심리학과 잘 꾸려 나가보겠습니다! 심리학과 투표율이 사회대에서 가장 높았던 것으로 알고 있습니다. 그만큼 우리 과에 관심이 많고 잘 됐으면 하는 분들이 많다는 생각이 듭니다. 2018년의 학생회 친구들과 함께 더 좋은 모습으로 찾아뵙겠습니다. 한아름 학생회의 행보 많이 지켜봐주세요!

2018 심리학과 부학생회장 정지현 투표해주신 모든 심리학과 학우분들에게 감사드립니다. 투표해주신 분들의 기대에 보답하여 회장님을 도와 심리학과를 잘 이끌어나가 보겠습니다. 저희가 내 걸었던 공약들처럼 꿈을 이뤄나가는 심리학과, 소통의 심리학과가 될 수 있도록 열심히 뛰어다니겠습니다.

두 친구와 함께라면 정말 즐겁고 기대가 되는 2018년 심리학과를 만날 수 있을 것 같습니다!

학우분들이 많은 관심과 사랑을 한아름 학생회에 보여주신다면 훨씬 좋은 심리학과를 함께 만들어 갈 수 있을 것 같습니다!
한아름 학생회 화이팅!

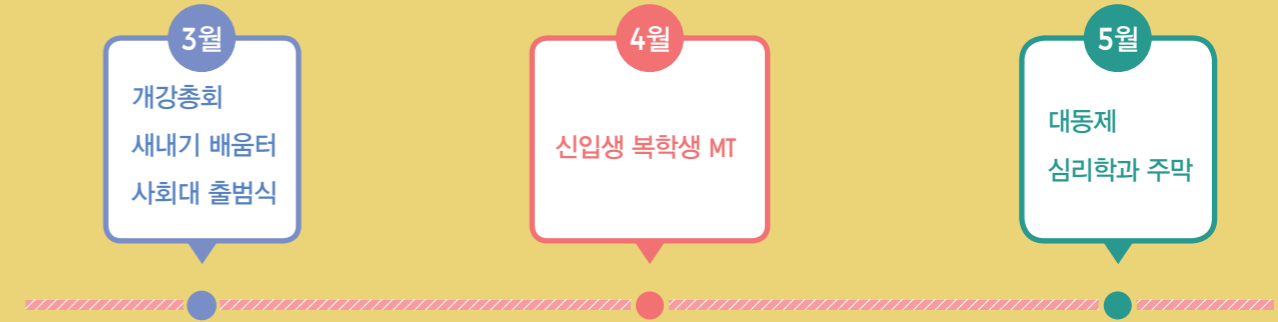
진심이 느껴지는 소감과 포부가 정말 믿음직스럽습니다! 그렇다면 2018년 한아름 학생회가 어떻게 심리학과를 이끌어갈지 공약들도 한번 살펴볼까요?

먼저 동아리진흥사업을 진행할 계획입니다! 학우 분들의 진로는 심리학 분과만큼이나 다양합니다. 하지만 우리 학교에는 배우지 않는 분과의 지식을 배울 수 있는 동아리가 거의 없습니다. 그래서 다양한 동아리를 만들어 학우 여러분의 각기 다른 꿈을 응원하는 생각으로 동아리진흥사업을 진행하려고 합니다. 한아름 학생회는 여러분이 비슷한 꿈을 꾸는 동지를 찾고, 나아갈 수 있게 힘을 실어주겠습니다! 학우 여러분의 많은 관심과 참여 부탁드립니다!

또한 학생회가 아닌 심리학과 학우분들과 많은 소통을 하려고 합니다! 올해 많은 학과 행사들을 진행하며 학과 행사에 비학생회 학우들의 의견이 대부분 반영되지 못하였다고 생각되었습니다. 그렇기에 오픈 카톡방, 구글 설문지, 전문 고문위원의 선발을 통하여 비학생회 학우분들의 의견을 받고 소통하도록 하겠습니다. 심리학과 학우여러분들의 의견이 반영된 학과 행사를 통해 더욱 즐거운 학과 행사가 될 수 있을 것입니다!

2018년 1학기 심리학과 학사 및 행사일정

본 행사 이외에도 추가되는 학과행사나 일정들은 페이스북과 카카오톡을 통해 공지됩니다!
2018년도에는 한아름 학생회가 심리학과 학과행사를 열심히 준비하니 많은 관심 부탁드립니다!



프시케 스토리 기자단



그동안 프시케스토리는 창간호를 시작하여 이번 10호까지 매 학기마다 하나씩 출간되고 있습니다. 기자들이 열심히 만든 프시케 스토리는 이제 심리학과 페이스북 그룹페이지와 학과 홈페이지(<http://psy.pusan.ac.kr/>)에서도 볼 수 있습니다. 열심히 읽어주시고 좋은 아이디어나 더 알고 싶은 주제가 있다면 알려주시고 프시케 스토리에 꼭 좋아요 눌러주세요!



포시케 Story

발행일 2017. 12. 15
발행처 부산대학교 심리학과
주소 부산광역시 금정구 부산대학로 63번길 2
(장전동 부산대학교 사회관 416호)
Tel 051. 510. 1561
Fax 051. 581. 1457
홈페이지 psy.pusan.ac.kr
기획·편집 부산대학교 심리학과

