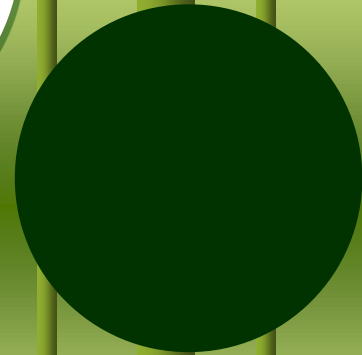
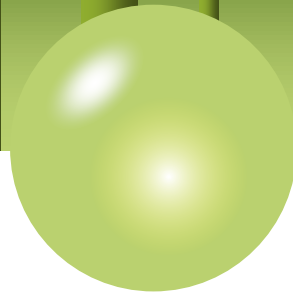


제1부 인간관계의 이해

제1장 인간관계의 기초



성공한 삶이란?

**“장사는 이문을 남기는 것이 아니라
사람을 남기는 것이다.”**

- 드라마 '상도' 中 흥득주가 임상옥에게 -

행복의 핵심요소: 인간관계

人 사람 인, 서로 기대는 모습 / 상호의존

間 사이 간, 문 사이로 햇빛이 비침 / 행복의 원천

關 빗장 관, 문을 끈실로 잠금 / 불행의 원천

係 맬 계, 사람을 실로 이음 / 쇠사슬 < 실타래

인간관계 심리학의 학습목표

1. 인간관계를 다각도로 깊이 이해한다.

인간관계의 특징, 발달, 요소 및 자기이해의 중요성

2. 다양한 인간관계의 특징과 증진방법을 배운다.

친구, 이성, 결혼, 부모-자녀, 직장 맥락

3. 인간관계의 개선 방법을 배우고 훈련한다.

분석, 의사소통, 스트레스 대처, 갈등 관리

1. 인간관계에 대한 일반적 이해

1) 인간관계의 의미와 정의

- 의미: 인간은 '인간관계' 그 자체이며, 사람은 이러한 인간관계 때문에 비로소 사람인 것이다. 인간의 만남은 관계로 이어지며, 이러한 인간관계는 인간이라는 실존의 필연이 된다.
- 정의: 인간 상호 간에 일어나는 관계를 의미하는 것으로서 어떤 집단을 형성하는 구성원이 개인의 경제적, 사회적, 심리적인 욕구 불만을 해소하고 집단 목표지향적인 협력체제의 확립을 위한 경영의 수단 및 기술

1. 인간관계에 대한 일반적 이해

2) 세 가지 차원에서 인간관계의 개념

(1) 일반적 차원: 사람과 사람의 심리적 관계, 대인관계, 인화

(2) 학문적 차원: 인간관계 과학

- 광의의 개념: 사회과학 (경제학, 노동경제학, 정치학 혹은 법학 포함)

- 협의의 개념: 심리학과 사회학을 기초로 여러 학문을 포괄

- 산업상: 기술적인 면, 공식적인 면, 비공식적인 면에서 현실 자체의
인간관계

(3) 발생적·연속적 차원

발생 / 연속성	자연발생적 관계	사회적 · 인위적 관계
동시대적 관계	형제관계, 친구관계	부부관계, 동료관계, 고용관계, 서비스 관계
계속적 시대적 관계	부모-자녀 관계	교사-학생 관계 등

(출처: 김종운, 인간관계 심리학)

2. 인간관계의 특성과 중요성 및 영향요인

1) 인간관계의 특성

- (1) 개별성
- (2) 대체 불가능성
- (3) 상호의존성
- (4) 개방성
- (5) 참만남의 희소성

2. 인간관계의 특성과 중요성 및 영향요인

2) 인간관계의 중요성

- (1) 인간관계는 인간을 인간답게 한다. (사회화, 인성 계발)
- (2) 인간관계는 인간을 가치 있는 존재로 만든다. (상호 존중)
- (3) 인간관계 속에서 개인의 정체성이 발달한다.
- (4) 인간관계는 성공적인 직장생활의 중요한 요인이 된다.
- (5) 인간관계는 신체 및 정신 건강에 지대한 영향을 미친다.
- (6) 인간관계 형성의 능력은 자기실현과 인류의 삶의 질에 깊이 관련되어 있다.

2. 인간관계의 특성과 중요성 및 영향요인

3) 인간관계에 영향을 주는 요인

(1) 개성

(2) 시간성

(3) 사회성

3. 부적응적 인간관계

1) 인간관계 부적응의 정의 및 기준

(1) 정의: 자기 내부에 어떠한 결핍이 생기게 되면 그것을 보충하려는 마음의 욕구가 생기게 되는데 이를 보충하고 만족시키려는 수단으로서 행동이 일어남. 이러한 행동이 적응 형식을 발견하지 못할 경우에 이상행동을 취하게 되는데, 이와 같은 행동을 부적응 행동이라고 하며 그러한 상태를 부적응 상태라고 함.

(2) 기준

- 인간관계 속에서 느끼는 주관적 불편감
- 사회문화적 규범으로부터의 이탈
- 인간관계의 역기능

3. 부적응적 인간관계

2) 부적응적 인간관계의 유형

1) 회피형

관계 욕구 적음, 내외면 모두 회피

- (1) 경시형: 고독 즐김, 독창성 / 독단적, 자폐적
- (2) 불안형: 긴장, 과민성, 대인공포

2) 피상형

관계 욕구 적음, 외면은 접근, 내면은 회피

- (1) 실리형: 교환과 거래, 업무와 성취 중심
- (2) 유희형: 쾌락지향적, 노는 수준 유지, 구속 기피

3. 부적응적 인간관계

2) 부적응적 인간관계의 유형

3) 미숙형

관계 욕구 많음, 관계기술 부족, 타인의 외면

- (1) 소외형: 비호감 / 외모 무신경, 예의 대해 무지, 자기 중심적, 상황에 부적절한 행동, 악의는 없음
- (2) 반목형: 호감 / 다툼 빈번, 충동적, 주장 강함, 직선적

4) 탐닉형

관계 욕구 많음, 관계 강박, 타인을 구속

- (1) 의존형: 애정 결핍, 대상 과대평가, 과한 희생으로 통제, 유기에 대한 두려움
- (2) 지배형: 주도적, 주장 강함, 경쟁적, 의존형과 욕구 보완 주도권 상실에 대한 두려움