



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

교육학석사학위논문

아들러 개인심리학의 열등감 개념 연구

A Study of the Concept of Inferiority  
in Adler's Individual Psychology

2020年 8月

울산대학교 교육대학원

상담교육전공

徐受廷

아들러 개인심리학의 열등감 개념 연구

A Study of the Concept of Inferiority  
in Adler's Individual Psychology

지도교수 朴 鍾 德

이 논문을 교육학(상담교육) 석사학위논문으로  
제출함

2020年 8月

울산대학교 교육대학원

徐 受 廷

徐受廷의 교육학(상담교육)

석사학위논문을 인준함

委員 정종원 (印)

委員 최현주 (印)

委員 박종덕 (印)

울산대학교 교육대학원

2020年 6月

## 국문초록

본 연구의 목적은 아들러 개인심리학에서의 열등감 개념이 자아와 맺는 관련을 규명함으로써 열등감이 자아 긍정의 의미로 교육과 맺는 관련을 밝히는 데에 있다. 아들러 개인심리학의 핵심 개념인 열등감은 외부 세계와의 비교를 통해 자신의 가치를 낮게 평가하는 주관적 감정이다. 열등감은 비교하는 대상 없이 단독으로 느낄 수 있는 감정이 아니며, 자기 인식과 타인 인식이 전제된다. 사회적 접촉의 과정을 통해 발달하는 자아는 자기 자신에 대한 주관적 인식으로 외부 세계와 자신과의 비교를 통해 발생하는 열등감의 영향을 받는다. 이렇게 볼 때 자아와 열등감은 의미 있는 관련을 맺고 있다고 할 수 있다.

아들러 개인심리학은 심층의 마음에 관해 탐구한다는 점에서 프로이트의 정신분석학으로부터 영향을 받지만 두 이론 사이의 자아에 대한 개념은 차이를 보인다. 프로이트는 자아에 관해 단독으로 떨어져 독립적으로 존재하는 것이 아닌 이드와 연결되어 그 영향을 받는 것으로 파악한다. 자아는 이드의 힘을 누르면서 동시에 그 힘을 활용하는 것으로 수정된 부분의 이드로 간주된다. 프로이트는 자아를 인과론적 관점에서 파악하며 그 동적 자아의 원인이 되는 것을 이드라고 밝히고, 자아를 이드의 영향 아래에 있는 수동적인 존재로 파악한다. 그러나 아들러는 인간을 총체적으로 이해하고자 하는 관점 아래에서 자아를 총체적인 것으로 해석하고, 자아를 목표를 중심으로 능동적으로 인간의 삶을 이끌어가는 것으로 설명한다. 아들러는 총체적 자아를 목적론적 관점으로 밝히며, 삶의 이상이라는 목표 추구의 과정은 삶의 방향을 제시한다고 본다. 아들러는 자아의 성장을 위한 동적 에너지의 원동력으로 작용하는 것이 열등감이라고 파악하며, 인간은 열등감을 자아의 한 부분으로 받아들이는 과정에서 성장한다고 설명한다.

아들러는 열등감을 통한 우월을 향하는 움직임은 인간의 삶에 있어

필요한 요소라고 파악한다. 정상적 범주가 아닌 과도하게 작용하는 열등감을 열등감 콤플렉스라 하며, 이것은 우월을 향하여 과도한 추구를 하는 것이다. 즉 우월감 콤플렉스는 곧 열등감 콤플렉스의 이면을 보여주는 것이다. 열등감과 열등감 콤플렉스가 다른 두 대상을 지칭하는 것이 아닌 같은 대상의 질적 차이로 구분 지을 수 있는 것과 마찬가지로 우월감 콤플렉스는 우월감이라는 범주 아래 강한 우월감을 드러내기 위한 것이다. 과도한 열등감을 없애기 위한 우월의 추구는 타인보다 높은 목표를 추구한다는 점에서 타인에 대한 우월이 존재한다. 그러므로 열등감이 삶에서 제거되어야 하는 열등감 콤플렉스로 작용한다면 타인이라는 목표가 설정된다. 그리하여 열등감을 해소하려는 과정은 삶의 성장이 아닌 타인이라는 채워지지 않는 욕망의 발현으로 자신에게서 멀어지는 과정이며, 이러한 열등감은 자아 상실로서의 열등감이라 할 수 있다.

이와는 달리 열등감을 삶의 이상이라는 목표를 향해 끊임없는 정신의 움직임을 위한 동력을 제공하는 것으로 이해할 수 있다. 열등감의 완전한 제거는 역설적이게도 삶의 성장에 역행하는 것을 뜻하며, 열등감은 생명이 살아있는 한 계속된 움직임을 위해 필요한 요소이다. 자아의 존재는 열등감으로 인한 고통으로 더욱 부각되고, 열등감과 그 해소를 통한 정신의 평형과 불평형의 반복 속에서 자아는 자신을 완전히 이해할 기회를 가진다. 열등감은 이상적 삶의 도달이라는 목표를 향해 정신의 끊임없는 동적 움직임으로 작용하며, 목표를 향한 열등감으로부터의 힘의 발동은 자아의 성장과 발달에 대한 방향을 제시한다. 이러한 관점에서의 열등감은 자아 긍정으로서의 열등감이라 볼 수 있다. 진리 추구의 과정, 곧 교육이 완전한 인간을 향한 이상으로의 도달 과정이라고 할 때 자아 긍정으로서의 열등감은 이상적 표준으로서의 삶으로 다가가는 원동력을 제공하는 데 의의가 있다고 볼 수 있다.

주제어 : 프로이트, 아들러, 개인심리학, 자아, 열등감, 우월감, 자아 상실, 자아 긍정

## 목 차

국문초록 .....	i
I. 서론 .....	1
II. 정신분석학과 개인심리학 .....	5
1. 프로이트 정신분석학의 자아 이론 .....	6
2. 아들러 개인심리학의 자아 이론 .....	16
III. 열등감의 두 가지 해석 .....	25
1. 자아 상실로서의 열등감 : 비교적 관점 .....	25
2. 자아 긍정으로서의 열등감 : 절대적 관점 .....	33
IV. 요약 및 결론 .....	42
참고문헌 .....	45
Abstract .....	48

## I. 서론

인간은 다른 종의 동물들과는 달리 타인의 도움 없이 스스로 의식주를 해결하는 성인으로 성장하기까지 긴 시간이 필요하다. 신체적인 성장은 물론이거니와 정신적인 성숙을 위해서 많은 시간이 있어야 한다. 자연의 섭리 속에서 성장을 위한 시간은 어느 동물에게나 필요한 자연스러운 것이지만 인간이 동물들과 다른 점은 성장의 과정에서 신체적 성장뿐만 아니라 의식의 성숙이 일어난다는 점, 그리고 그 속에서 스스로에 대한 지각이 자리 잡기 시작한다는 점일 것이다.

나약한 존재로 태어난 인간은 홀로 온전히 자랄 수 없기에 많은 사람의 도움을 받아야 한다. 태어나면서 가장 가까이는 부모의 도움으로 자신의 세계를 확장한다. 성장하면서 점차 자신의 세계를 확장하며 사회 속에서 많은 사람과 관계를 맺고 교류하면서 성장하고 발전하게 된다. 인간이 자라면서 점차 스스로에 대한 의식이 자리 잡고 외부 세계의 인식이 생겨날 때 자연스럽게 자기 자신과 주변을 비교하면서 스스로 열등한 존재라고 느낄 수밖에 없다. 이러한 열등의 감정은 인간으로 태어나면서 누구나 겪을 수밖에 없는 감정이며, 이 감정의 바탕에는 자기 자신에 대한 인식뿐만이 아니라 타인에 대한 인식이 항상 존재하게 된다. 상대적인 것, 비교 대상이 되는 타인 혹은 집단과 같은 사회와의 비교를 통해 느끼는 이 열등감은 인간이 사회 속에서 자라기에 반드시 느낄 수밖에 없는 그러한 감정이라고 할 수 있다.

열등감은 스스로가 다른 타인이나 집단과 비교해 뒤떨어지거나 모자란다는 느낌을 받는 것을 뜻한다(Alder, 1928). 이것은 자기 스스로에 대한 인식에 부정적 영향을 미치면서 한 개인이 어떤 일을 행함에 있어 부정적 요소로서 방해가 되는 그런 감정이라 볼 수 있다. 이러한 열등감은 인간이 가지는 자신에 대한 인식, 곧 자아에 부정적인 영향을 미치며 자아를 완성해나가기 위해서는 이러한 열등감을 축소하거나 제거



해버리지 않으면 안 된다는 속성을 가지게 된다. 지속해서 스스로에 대한 가치를 저하하는 열등감 아래에서는 인간의 건강한 정신적 성숙, 그리고 자아의 완성은 있을 수 없기 때문이다.

그러나 열등감은 이와는 다른 관점에서 조명될 수 있다. 열등감이라는 개념을 창안하며(유정화, 2017: 7) 열등감에 대한 체계적 분석을 통해 새로운 관점으로의 해석을 위해 참조할 수 있는 관점은 오스트리아의 정신의학자이자 심리학자인 알프레드 아들러(Alfred Adler, 1870 ~ 1937)의 견해이다. 그 방면으로의 연구자들 사이에 합의하고 있듯이, 아들러는 그의 ‘개인심리학’(Individual Psychology)에서 열등감의 개념을 분석하고 있다. 아들러의 개인심리학은 열등감을 핵심 개념으로 하며 인간의 삶을 살펴보았다고 할 수 있을 정도로 열등감을 그 자체로 면밀히 분석하고 있다.

본 연구의 목적은 아들러 개인심리학의 핵심 개념인 열등감이 자아와 맺는 관련을 규명함으로써 열등감이 자아 긍정의 의미로 교육과 맺는 관련을 밝히기 위한 것이다. 열등감은 완전한 성장을 위해 제거되거나 극복해야 할 대상으로 간주한다. 그러나 또한 열등감은 한 인간이 성장하고 성숙하는 데에 불가피한 심리상태이다. 우리 중 누구도 열등감에서 완전히 벗어날 수 없는 것이다. 그러므로 열등감을 극복해야 할 대상이 아닌 삶의 조건으로 받아들이는 과정은 온전한 자아의 이해를 위한 과정이며, 이것은 자기 삶의 성장이라는 교육학적 관점으로 파악될 수 있다. 다시 말하여 열등감은 바람직한 삶을 위한 자아 긍정으로서 삶에 필요불가결하게 요청되는 발판, 즉 전인적 성장을 위한 성숙의 과정이라는 점을 밝힐 수 있을 것이다.

본 논문에서 규명할 내용을 질문의 형태로 제시하면 다음과 같이 진술될 수 있다.

첫째로 지그문트 프로이트(Sigmund Freud, 1856 ~ 1939)의 정신분석학과 개인심리학에서의 자아 이론에 관한 분석을 통해 그 둘의 차이점

은 무엇인가? 하는 것이다. 아들러 개인심리학의 열등감은 외부 세계와의 비교를 통한 자신에 대한 가치를 낮은 것으로 느끼는 감정으로 어떤 식으로든 자아상에 영향을 미치게 된다. 이와 관련하여 열등감이 자아와 맺는 관련을 파악하기 위해 프로이트의 정신분석학과 개인심리학에서의 자아 이론을 살펴보고, 그 둘의 차이점은 무엇인지 파악하고자 한다. 인간의 정신을 분석적인 시각에서 바라본 프로이트 관점에서의 자아의 위치를 파악하고, 이드와 초자아와 맺는 관련성에 대해 살펴본다. 자아와 이드와의 관련성을 통해 자아와 이드가 서로 영향을 주고받는 점과 관련하여 프로이트의 자아 이론에서 자아가 가지는 한계점에 대해 살펴보고자 한다. 이와는 달리 아들러의 개인심리학은 인간을 총체적으로 바라보면서 삶의 목적을 중심으로 한 정신의 동적 측면을 보다 강조하고 있다. 그와 관련하여 자아를 총체적 관점으로 이해하는 측면에서 자아의 성격과, 이를 통해 자아와 정신의 동적 에너지의 원천이 되는 열등감과 맺는 관련을 파악할 수 있다(이하 2장).

다음으로 제기되는 질문은 열등감을 결핍이나 제거의 관점으로 해석하는 것은 어떤 방식으로 보완될 수 있는가? 열등감을 자아 긍정으로 파악하는 관점의 교육학적 의미는 무엇인가? 하는 것이다. 아들러는 자신의 심리학의 핵심 개념인 열등감을 개인이 느끼는 주관적 감정으로 이해하고, 이러한 열등감은 삶의 목표를 향한 우월의 추구를 통해 극복될 수 있다고 설명한다. 정신생활의 구성 요소로 모든 개인이 가지고 있는 열등감은 병적인 측면으로 나타날 때 열등감 콤플렉스로 개인에게 영향을 미친다. 또한 우월의 과도한 추구는 우월감 콤플렉스로 드러나게 되는데, 열등감 콤플렉스와 우월감 콤플렉스의 관계를 살펴보는 것을 통해 두 콤플렉스에 내재한 의미를 파악하고자 한다. 이를 통해 결핍과 제거를 통한 우월의 추구를 위한 열등감에 대한 이해-자아 상실로서의 열등감-에 대한 한계를 밝히고자 한다. 이와는 달리 열등감을 결핍과 제거의 대상으로 보는 것이 아닌 정신의 기본 구조로 삶의 목표를 향해 나아가는 원동력으로서 열등감을 삶의 일부분으로 받아들이는 입장을

살펴본다. 자신의 삶에 대한 총체적 긍정으로서의 열등감-자아 긍정으로서의 열등감-으로의 해석은 인간 삶을 바라보는 새로운 기준을 제시한다(이하, 3장).

## II. 정신분석학과 개인심리학

르네 데카르트(René Descartes, 1596~1650)가 1644년 발표한 「철학의 원리」(Principles of Philosophy)에서 인간이 비육체적인 존재인 정신으로서 자기 자신에 대한 인식과 관련하여 사고의 전환점을 이루는 것을 시작(Purkey, 1970: 19)으로 현재에 이르기까지 많은 학자들이 자아에 관한 다양한 관점을 제시하고 있다.<sup>1)</sup> 자아를 파악하기 위해서는 자아를 인식하는 대상이 그 자신에 대해 면밀히 살펴보아야 할 것이며, 그 과정은 주관적이며 가치 지향적일 수밖에 없다. 아德勒의 열등감 개념은 스스로에 대한 가치 평가와 관련하여 인간의 자아에 영향을 미치는 것과 연관될 수 있으며, 그리하여 자아와 열등감의 관계를 파악하는 것이 필요하다. 열등감 개념은 아德勒의 개인심리학이 젓줄을 대고 있는 프로이트의 정신분석학에 그 근원을 두고 있다. 이 점에서 끊임없이 프로이트의 자아 이론을 참조할 필요가 있다. 아德勒 열등감 개념의 개략적 성격을 밝히기에 앞서 프로이트 정신분석학의 자아 이론을 살펴볼 필요가 있는 것도 바로 그러한 이유에서이다. 이하에서는 프로이트 정신분석학의 자아 이론을 살펴보고, 이어서 정신분석학의 대안적 관점에서 제시된 아德勒 개인심리학에서의 자아 이론의 성격에 대해 밝히고자 한다.

---

1) 데카르트 이후 많은 학자들이 제시한 자아 이론을 통하여 자아의 이해와 관련한 보다 다양한 시각을 얻을 수 있다. 미드(George Mead)는 사회철학의 관점 아래에서 자아가 환경과의 상호작용을 통해 발달한다는 것, 레빈(Kurt Zadak Lewin)은 개인의 성격의 중심적 요소로서 성격의 일관성을 부여하는 것으로 자아를 파악하였다. 매슬로우(Abraham H. Maslow)는 자아 실현과 관련하여 자아를 파악하였으며, 올포트(Gordon W. Allport)는 현대심리학에서의 자아의 중요성에 대해 강조하며 인간이란 목적을 가진 존재로서 합리적이며 그 자신에 대해 알고 있다는 것을 강조하였다. 로저스(Carl R. Rogers)의 이론에서는 자아가 성격의 중심적인 요소라고 하며, 그는 자아를 개개인의 행동과 적응에 있어서 가장 핵심적인 요소가 되는 현상학적인 개념으로 파악하였다(Purkey, 1970: 22-5).

## 1. 프로이트 정신분석학의 자아 이론

프로이트는 ‘정신분석학’(psychoanalysis)이라는 학문의 창시를 통해 인간의 정신세계를 탐구하였다. 그는 인간의 정신을 과학적인 방법으로 탐구하였는데, 이를 통해 프로이트는 자신의 온 삶을 통해 인간의 정신 세계를 체계적으로 분석하고자 하였다. 특히 그는 정신 안의 무의식적 측면에 대해 살펴보고, 그 안에 내재한 충동과 욕구, 그리고 욕망에 대해 밝히고자 하였다. 그는 일생에 걸쳐 인간의 정신을 집요하게 분석하는 과정에서 끊임없이 자신의 입장을 수정하고 새롭게 구축하였다.

프로이트의 자아 이론과 관련하여 그는 자아(*ego*)에 대해 다음과 같이 설명하였다.

자아가 <지각-의식>의 매개를 통해 외부 세계의 직접적인 영향에 의해서 수정된 부분의 이드라는 사실을 알아차리기는 쉬운 일이다. 어떤 의미에서 그것은 표면 분화의 한 연장이다. 더구나 자아는 외부 세계의 영향을 자아와 그 경향과 연결시키려 하고, 이드 속에서 무제한적으로 세력을 떨치고 있는 쾌락원칙을 현실원칙으로 대치시키려고 노력한다(Freud, 1961b: 364).

프로이트가 설명하는 자아는 단독으로 떨어져 존재하는 독립된 영역이 아닌 이드(*Id*)<sup>2)</sup>와 연결된, 그리고 이드로부터 영향을 받을 수밖에 없는 영역이다. 프로이트는 자아를 ‘수정된 부분의 이드’라고 지칭하며 자아와 이드와 맺고 있는 관련에 대하여 설명하였다. 그는 심층의 마음에 이드가 존재하며 그것이 바깥 세계와의 영향을 통해 자아로 분화되었다

---

2) 알려지지 않는 무의식적인 마음의 내용을 가리켜 프로이트는 인칭대명사인 그것(독일어로는 *es*, 영어로는 *it*)을 선택하여 명사처럼 사용하였다. 그러나 그것이라는 용어의 의미는 프로이트가 대명사 나(독일어는 *ich*, 영어는 *I*이지만 일반적으로 *ego*로 번역되어 사용된다)와 결합하여 사용한다(Bettelheim, 1982: 93).

고 설명하고 있다. 이를 통해 프로이트는 이드를 정신세계의 근본으로 파악하고 있다고 볼 수 있다. 그가 밝힌 정신세계의 근본으로서의 이드는 불쾌한 것을 피하고 쾌락을 얻고자 하는 방향으로 향하는 쾌락원칙<sup>3)</sup>을 그 목적으로 가진다. 자아는 이드가 가진 쾌락원칙의 목적을 추구하면서도 현실 세계와 맺는 관련을 고려하여 쾌락을 통해 만족을 얻는 것을 지연시키거나 그것의 포기, 혹은 불쾌한 것을 참아내는 현실원칙<sup>4)</sup>에 의해 움직인다.

이러한 현실원칙은 '2차적 과정'을 통해 발생한다. 이드의 쾌락원칙이라는 '1차적 과정' 이후에 발달하는 것이기 때문이다. '1차적 과정'이 욕망의 충족에만 관심을 가진다면, '2차적 과정'은 그 욕망의 충족을 위해 외부 세계와 맺고 있는 관련을 고려한 욕망의 충족을 실행하는 것이라 할 수 있다. 즉 이 과정에서 '사고와 인식력'이 동원되며, 자아는 이드와 외부 세계 사이에서의 중간 역할을 한다고 볼 수 있다(Hall, 1979: 53).

프로이트는 자아를 상부와 하부로 구분하여 설명한다. 자아의 상부는 지각이 그 핵심적 기능을 담당하는 의식으로 되어 있으며, 하부는 이드를 내용물로 하는 무의식으로 이루어져 있다. 자아의 기능은 이드를 통제하는 데에 있다. 이 점에서 자아는 '이성과 상식'(Freud, 1961b: 364)을 대변한다. 그러나 또한 자아는 이드를 통제하는 데에 바로 그 이드에서 빌려온 힘을 사용한다. 자아의 상부를 이루고 있는 의식은 이드를 통제하는 '이성과 상식'에 해당하며, 자아의 하부를 이루고 있는 이드는 자아가 빌리는 힘에 해당한다. 자아의 상부와 하부가 어떻게 구분될 수 있는가와 관련하여 프로이트는 '자아는 이드로부터 칼로 자르듯

---

3) 쾌락원칙(*Lustprinzip*)은 항상 불쾌한 긴장에 의해서 작동되고 그것의 최종 결과는 긴장의 완화-즉, 불쾌를 피하고 쾌를 얻는 것과 일치하도록 방향을 잡도록 하는 원칙을 가리킨다(Freud, 1964: 269).

4) 현실원칙(*Realitätsprinzip*)은 궁극적으로 쾌락을 성취하겠다는 의도는 포기하지 않으면서도 쾌락에 이르는 장구한 간접적인 여정에 대한 단 한 단계로서 만족의 지연, 만족을 얻을 많은 가능성의 포기, 불쾌를 잠정적으로 참아내는 일을 요구하고 실행하는 원칙을 가리킨다(Freud, 1964: 273).

이 분리되어 있지 않다’(p.362)고 한다. 자아는 이드를 통제하기 위하여 이드의 힘을 빌려야 하는 특이한 위치를 차지하고 있다고 볼 수 있다. 프로이트의 말을 인용하면 다음과 같다.

자아의 기능적 중요성은 그것이 일반적으로 운동성의 통제적 임무를 떠맡고 있다는 사실 속에 잘 드러나 있다. 그와 같이 이드와의 관계에 있어서 자아는 말 등에 타고 있는 사람과 같다. 이 사람은 자기보다 더 센 말의 힘을 제어해야 한다. 한 가지 차이점은 말을 탄 사람은 자기 자신의 힘으로 그 일을 하는 반면 자아는 빌려 온 힘을 사용한다는 것이다(Freud, 1961b: 364).

위의 인용에서 확인되듯이 자아의 그 특이성은, 자아는 이드의 힘을 억누르면서 그와 동시에 그 힘을 활용한다는 것으로 된다. 이 견해는 표면상 모순되어 보인다. 자아가 이드의 힘을 통제한다는 것은 그것이 의식에 끼치는 영향을 제어한다는 뜻이며, 동시에 자아가 이드의 힘을 활용한다는 것은 그 힘에 힘입어 의식이 작용한다는 뜻이다. 과연 프로이트는 이 모순된 두 견해를 어떤 식으로 종합하고 있는지와 관련해 그는 자아를 이드와는 다른 무엇을 가리키는 것이 아니라 바로 ‘수정된 부분의 이드’(p.364)라고 설명하고 있다. 프로이트에 의하면 자아는 의식의 영역에 속하는 것이지만, 또한 자아는 이드의 지배를 받는 이드의 다른 이름에 불과하다. 프로이트에게 자아는 욕동의 덩어리, 욕동에 따라 사는 주체 바로 그를 가리킨다.

표면상 자아는 이드라는 욕동의 덩어리로 되어 있다는 프로이트의 이 주장은 일반적으로는 대단히 받아들이기 어렵다. 그러나 프로이트가 보기에 그 납득 불가능한 것은 자기 자신을 들여다보지 않고 고상한 도덕률을 자아로 간주하는 이상주의에 빠져있기 때문이다. 니콜라이는 프로이트의 이러한 견해에 대하여 ‘프로이트는 우리 각자가 자신의 내면을 들여다보면 도덕률의 증거를 확인할 수 있다는 점을 밝히고 있다’고 말

하고 있다(Nicholi, 2004: 103). 즉 여기에서 자기 속을 들여다본다는 것은 우리 내면에 들끓고 있는 욕망의 덩어리를 직시하라는 것이다.

말을 탄 사람은 말에서 떨어지지 않으려면 말이 가고자 원하는 곳으로 이끌어야 한다. 마찬가지로 자아도 이드의 의지를, 마치 그것이 자신의 의지인 양 행동으로 나타내는 습관이 있다(Freud, 1961b: 364).

요컨대 프로이트가 보기에 자아를 이성이나 상식과 동일한 것으로 간주하는 것은 결국 자아도 이드라는 점을 간과하는 것이다. 프로이트의 말을 빌리면 자아를 이성이나 상식으로 파악하는 것은 평균적 의미 혹은 이상적 의미로 타당한 것이다(p.364). 그럴 수밖에 없는 것이 이성이나 상식으로 이해되는 자아는 앞서 언급한 바와 같이 자아의 상부를 이루는 것이요, 의식을 이루는 자아이기 때문이다. 프로이트가 보기에 의식을 이루는 자아는 ‘육체적 자아’<sup>5)</sup>를 자아의 의미로 받아들이는 것과 다르지 않다. 요컨대 ‘육체적 자아’의 의미로만 해석되는 의식적 자아는 ‘표면적 실체일 뿐만 아니라 그 자체로 표면의 투영이다’(p.364). 순전히 의식적 자아만을 자아로 간주하는 것은 자아의 또 다른 영역, 즉 ‘자아의 하부’를 충분히 고려하지 않는 것이라 볼 수 있다. 그리하여 적어도 프로이트에게 자아는 의식과 무의식에 걸쳐 있다는 점은 분명하게 알 수 있다.

한편 의식적 자아와 함께 자아의 한 부분을 이루는 무의식적 자아는 ‘자아의 하부’를 형성하고 있는 것을 가리킨다. 여기서 자아의 하부라고 하는 것은 무의식을 이루고 있는 내용물인 이드로 채워져 있는 것을 뜻한다(p.362). 그리고 무의식적 자아는 그것이 무의식적 성격을 가지는

---

5) ‘육체적 자아’(Freud, 1961b: 365)의 의미와 관련하여 프로이트는 ‘자아는 육체의 표면에서 나오는 감각에서 유래한 것으로서 정신기관의 외관을 대표하는 것 뿐만 아니라 육체적 표면의 정신적 투사’라고 설명하고 있다. 고통을 통해 신체의 기관에 대한 인식을 얻게 되며 그 과정에서 인간은 육체에 대한 지식을 넓히게 된다.



것이기에 외부 세계로는 드러나지 않는다. 따라서 무의식적 자아의 성격을 파악하기 위해서는 그 무의식이 의식과 맺는 관련에 비추어 설명되지 않으면 안 된다. 무의식적 자아의 성격은 그것이 의식적 자아와 맺는 관련으로 설명될 수밖에 없는 셈이다. 이 점을 살펴보는 데에 단서가 되는 것은 ‘억압’과 ‘저항’의 개념이다(p.350).

‘어떤 관념이 의식화되기 전에 존재하는 상태를 가리켜 억압’이라 한다(p.350). 억압은 의식화되기 전에 존재하기에 무의식적이라 할 수 있다. ‘자아는 인간의 정신 과정의 모든 구성 과정을 검토하는 일’(p.353)을 하며, 쾌락원칙으로 발현되는 이드의 힘을 현실원칙에 의해 통제한다. 자아는 이드의 힘을 통제하기 위해 의식의 영역뿐만 아니라 무의식적 영역에서 외부 세계와 관계 맺지 못하게 하는데 그 과정에서 억압이 발생하게 되는 것이다. 즉 자아를 통해서 억압이 발생하게 된다(p.353). ‘억압된 모든 것이 무의식’(Wollheim, 1991: 285)이라 할 수 있으며, 이렇게 무의식인 억압에 영향을 미치는 자아 또한 무의식적이라 할 수 있다.<sup>6)</sup>

정신분석의 과정은 무의식으로 억압된 것을 분석 과정을 통해 의식화하는 것이라 할 수 있다. 프로이트는 정신분석의 과정 중 억압된 어떤 것이 정신분석 작업을 통해 의식화되는 데 방해되는 힘을 만나게 되는데 그것을 ‘저항’이라 하였다. 그는 억압된 것, 즉 무의식에 가까이 다가가게 되면 어떤 반대되는 힘-저항-에 부딪히면서 정신분석과 관련된 연상이 종종 실패로 끝나는 장면을 마주하게 된다(Freud, 1961b: 353-4). 그것은 단순히 정신분석의 과정 중 실패가 아닌 정신세계 안에 있는 또 다른 힘의 존재, 즉 억압된 무의식이 외부 세계로 의식화하여

---

6) 프로이트의 견해에 따르면 개인의 인생사에서 최초의 모든 것은 무의식이다. 그 후 외부 세계의 영향을 통해 마음의 일부분이 전의식이 되고, 다시 적절한 상황 속에서 그것은 의식이 된다. 이러한 과정에서 무의식은 새로운 내용물, 억압된 것을 계속 받아들인다. 그와 관련하여 무의식은 두 부분으로 구분될 수 있는데 하나는 생득적으로 있는 것이고, 다른 하나는 자아의 발달 과정에서 획득되는 것이다(Wollheim, 1991: 285).

드러나지 않도록 막는 힘으로 할 수 있다. 이것은 '저항'이며 억압된 것이 외부 세계로 드러나지 않도록 하는 힘으로 무의식적으로 작용한다. 그리하여 저항은 무의식이지만 쾌를 추구하는 이드라고 할 수 없다. 그것은 무의식적 자아로 인해 억압된 것이 외부 세계로 드러나게 막는 힘으로써 불쾌한 감정을 동반하며 쾌의 목적을 달성하지 못하게 한다. 즉 이것은 무의식적 자아로 인해 발생하는 것이라 할 수 있으며, 정신분석 과정에서 드러나는 억압과 저항은 결국 무의식적 자아의 모습을 보여주는 정신의 기능이라고 할 수 있다.

원초적 본능으로서의 이드, 그리고 억압과 저항을 통해 드러나는 무의식적 자아, 그리고 외부 세계의 영향을 받는 의식적 자아로 이루어진 인간의 정신세계만으로 인간 정신의 성숙과 성장을 이해하기에는 한계를 가질 수밖에 없다. 그리하여 프로이트는 초자아, 즉 자아 이상(*ego ideal*)이라는 개념을 통해 그 한계를 없애기 위하여 노력했다.

초자아에 대한 이해에 앞서 이드의 에너지인 리비도라는 개념을 먼저 살펴보아야 한다. 리비도라는 말은 본래 몰(Albert Moll)에 의해 성욕의 의미로 사용되었던 용어이지만, 프로이트에 의해 '사랑'이라는 단어와 관계한 본능의 에너지로서 해석된다. 리비도가 발현되었다는 말은 어떤 내적 자극에 의해 자신의 평형, 즉 쾌의 상태가 붕괴하고 긴장이 쌓여 불쾌한 상태가 만들어졌다는 의미이다. 이러한 불쾌한 상태를 만든 자극을 변화시키거나 제거하여 다시 쾌의 상태로 회복하기 위해서는 본능, 즉 리비도가 발현된다고 볼 수 있다(임선미, 2018: 17).

리비도가 발현되었다는 것은 현재 불쾌의 상태이면서 동시에 쾌의 상태를 향해 나아가는 것이라 할 수 있다. 리비도가 자기를 향해 발현되었다면 스스로 쾌의 상태로 회복할 수 있지만, 리비도가 외부 대상을 향해 있을 때 쾌의 상태로 돌아가는 것은 어려울 수밖에 없다. 그 과정에서 자아의 현실원칙이 작용하게 된다. 자아는 불쾌를 제거하고 쾌의 상태로 되돌아가기 위하여 리비도가 향한 외부 대상과 자신을 일치시키는 '동일시' 과정을 통해 이드의 불쾌 상태를 극복하고자 한다. 불쾌를

극복하여 쾌의 상태로 회복하기 위해서는 리비도가 향한 대상을 자아 속에 자리 잡도록 함으로써 인간은 불쾌의 상태에서 쾌의 상태로 변화하게 된다. 프로이트는 이러한 ‘동일시’ 과정을 통해 자아 속에 대상이 자리 잡을 수 있도록 하는 것은 이드가 불쾌의 원인이 되는 대상을 포기할 수 있는 유일한 조건이라고 설명한다(Freud, 1961b: 369).

그렇게 해서 발생하는 대상 리비도를 자기애적 리비도로 변형시키는 일은 분명히 성적 목적의 포기, 탈성화(脫性化), 일종의 승화(*Sublimierung*)를 암시한다. 실로 이것이 승화에 이르는 보편적 길이 아닌가, 모든 승화는 자아를 매개로 발생하는 것—이 과정은 우선 성적 대상 리비도를 자기애적 리비도로 바꾸고 그 다음에는 그것에 다른 목적을 부여하는 방향으로 진행된다—이 아닌가 하는 의문이 생기고, 이 의문은 또한 세심하게 고려할만한 가치가 있어 보인다(Freud, 1961b: 370).

동일시 기제를 통해 외부의 대상을 향했던 에너지—대상 리비도—는 스스로에게로 향하는 자기애적 리비도로 변하게 된다. 이제 리비도는 대상에 향한 성적인 만족으로서의 에너지로 사용되는 것이 아니라 자신을 대상과 동일시를 통해 대상과 동일시된 자기를 위한 에너지로 쓰인다. 이 과정에서 리비도가 향했던 대상은 동일시 과정으로 정신세계 안으로 들어오게 되며, 자아의 한 부분으로 새롭게 흡수된다. 대상에 대한 이드의 상실은 상실로의 의미를 넘어서 새로운 자아의 획득이라는 보상으로서의 ‘승화’로 작용하게 된다. 이제 리비도의 대상은 외부에 있는 것이 아니라 내부로 존재하게 된다.

인간이 태어났을 때부터 리비도가 외부로 향했던 것은 아니다. 오히려 태초의 인간에게 있어 리비도는 오직 자기 자신에게만 향하는 자기애적 리비도로서만 존재하게 된다. 태초에 인간이 외부 대상—어머니—과 한 몸인 상태에서는 외부 대상에 대한 인식 없이 오직 자기 자신에 대한 인식으로 가득 차 있게 된다. 이러한 상황에서 자기애적 리비도만

이 존재한다고 볼 수 있다.

원초아(*Id*)는 아이가 몸을 자기 자신-자아-으로 받아들이는 상태를 가리킨다. 그리하여 이 시기의 아이는 자신의 몸에 충실한 삶을 산다고 볼 수 있다. 더 정확히 말하여, 아이는 그의 몸 이외의 다른 것을 알지 못하며 오직 그의 몸에서 용솟는 힘에 충실한 삶을 산다. 프로이트에게 본능은 아이의 몸에서 용솟는 그 힘을 가리킨다(박종덕, 2017: 26).

이때의 자기애적 리비도는 오직 몸에 충실한 자기 자신으로서 존재한다고 볼 수 있다. 이와는 다르게 대상 리비도가 '동일시'라는 기제를 통해 자기애적 리비도로 발현되는 과정에서의 자기애적 리비도는 외부 대상에 대한 의미를 자기 자신에게 부여하는 것을 통해 발현된다. 이러한 동일시 과정을 통해 자아는 형성되고 발전한다. 그러나 이 과정의 자기애적 리비도는 태초에 작용했던 자기애적 리비도와는 그 종류를 달리한다고 볼 수 있다.

동일시 과정 중 삶의 첫 번째 동일시는 강력하면서도 지속적으로 인간의 정신에 영향을 미치는 것이다. 프로이트는 삶의 첫 번째 동일시 과정이 오이디푸스 콤플렉스-남자아이에게 있어 아버지에 대한 양가감정(아버지를 동일시를 추구하면서도 제거하려는 두 가지의 반대되는 마음)과 어머니에 대한 애정-를 극복하게 한다고 말하고 있다(Freud, 1961b: 371-7).<sup>7)</sup> 이 결과 자아 속에 반영되는 대상은 부모이며, 이렇게 동일시를 통해 반영된 자아는 다른 자아의 영역과는 구분되는 다른 것으로써 이것을 초자아-자아 이상-라 지칭할 수 있다. 자아 이상이 마음 안에 생성되는 과정은 자아의 성숙을 통해서가 아니라 본능적 충동

---

7) 오이디푸스 콤플렉스와 관련한 프로이트의 동일시 이론은 그의 후기 이론인 구조이론(프로이트는 지형이론을 통해 정신을 의식과 전의식, 무의식으로 설명하며, 이후 구조이론을 통해 정신을 자아와 초자아와 이드로 설명한다.)에 바탕을 둔 것으로, 이는 자아를 중심으로 초자아와 이드의 대립 양상을 설명하기 위한 것이다(2015, 박수빈: 13-4).

으로서의 리비도가 동일시 과정을 통한 충족을 통한 것이라 할 수 있다.

초자아는 현실 세계보다 이상 세계를 대표하는 것으로, 쾌락 또는 현실적 성취보다는 완전함을 추구한다(Wollheim, 1991: 56). 프로이트는 자아에서 분화된 초자아를 통해 인간의 도덕적 의식 및 더 높은 정신적인 기능에 관해 설명하고자 하였다(p.392-6). 하지만 자아가 이드로부터 분화된 것이면서 동시에 자아에서 초자아가 분화되었다는 역학적 관계 안에서 초자아 또한 자아와 마찬가지로 본능인 이드의 힘을 받지 않을 수 없다는 사실을 파악할 수 있다. 고차원적 측면으로서의 자아, 즉 자아 이상은 ‘이드의 가장 강력한 충동과 가장 중요한 리비도적 형태’를 자아를 통한 동일시 과정을 통해 반영한 것이라 할 수 있다. 또 한편으로 자아는 이러한 자아 이상의 영향 아래에 놓이게 된다. ‘자아가 외부 세계나 현실의 대변체라고 한다면 초자아는 그것과 대조적으로 내부 세계나 이드의 대변체라 할 수 있다’(Freud, 1961b: 377-8).

그러므로 이드-이것은 유전될 수 있다-속에는 무수히 많은 자아의 존재적 잔재물들이 숨겨져 있다. 그리고 자아가 이드에서 초자아를 형성할 때 그것은 단지 이전 자아들의 형태를 되살려 부활시키고 있을 따름이라는 말을 할 수 있을 것이다(Freud, 1961b: 381).

초자아는 그 형성 과정에서 인간은 어린 시절 오랜 시간의 의존 시간을 가져야 한다는 것-‘생물학적 성격’-과 오이디푸스 콤플렉스-‘역사학적 성격’-를 통해 초자아로써 부모가 자아 속에 위치하는 것과 관련하여 ‘계통발생적’으로 습득되면서 마치 그것이 유전되는 것처럼 세대와 세대를 거듭하여 전해진다(Freud, 1961b: 376-8). 자아가 초자아를 형성하는 것은 동일시를 통한 반영된 자아의 여러 부분 중에서 이상적 삶으로의 추구를 위한 자아라고 할 수 있으며, 이것은 자아 이상과 양심으로서 모습을 드러낸다. 자아 이상이 어떻게 행동해야 하는지에 대한

이상을 제시한다면, 양심은 어떻게 행동하지 말아야 할지에 대한 기준을 제시한다. ‘자아 이상과 양심은 같은 도덕률에 속하면서 정반대에 위치한다’(Wollheim, 1991: 57). 초자아가 도덕률에 대한 판단으로서 영향을 미치며 자아에 심리적 상과 벌-자존감을 느끼는 일 또는 죄의식을 느끼는 것-을 주는 것은 자아가 초자아에 종속적으로 관계하고 있음을 나타낸다. 초자아가 이드의 강력한 충동과 리비도의 대변체로 이해한다고 하는 과정에서도 여전히 자아는 초자아를 통한 이드에 영향을 받는 것이라 할 수 있다.

프로이트가 설명하는 자아는 그 자체로 역동적인 지닌 힘을 가진 주체라 할 수 있지만, 그 기능적 작용으로 본다면 어디까지나 수동적인 존재-이드와 초자아의 영향 아래에 있는 것-로서 작동한다고 볼 수밖에 없다. 이 점에서 프로이트의 자아 이론은 인간의 주체적 능동성을 바탕으로 한 이성적 발전이라는 측면으로 살펴본다면 한계점을 가질 수밖에 없다는 점을 드러낸다고 볼 수 있다. 그러므로 프로이트에게 있어 자아란 독립적으로 기능하는 것이 아닌 이드의 영향 아래 있는 존재이며, 그리하여 자아를 구성하고 있는 의식적 영역과 무의식적 영역 모두가 이드의 힘으로 영향을 받는 것으로 가정하고 있다. 모든 힘의 원천은 이드이며, 자아는 곧 수동적 존재로서 알게 모르게 이드의 영향 아래에서 자기가 그 일을 행하고 있다고 믿을 수 받게 없게 된 존재라 볼 수 있다. 자아가 자기 자신의 의지로 무엇인가 행동하고자 하지만 그 아래에는 이드의 철저한 힘으로 통제되고 있다고 볼 수 있다. 또 삶의 이상으로서 초자아와 관련하여서도 그것이 자아에서 분화된 인간의 도덕적 의식 및 더 높은 정신적인 기능에 관해 설명하였으나, 이것 역시 이드의 영향을 받을 수밖에 없는 것이라 볼 수 있다. 자아를 오직 이드-무의식적으로 이미 가지고 있는 힘-에 의해 영향을 받는 존재로서의 자아로 이해한다고만 한다면 더는 자아 스스로가 가지는 힘에 관해서 설명될 필요가 없고, 또 설명할 내용도 없을 수밖에 없는 것이다.

## 2. 아들러 개인심리학의 자아 이론

프로이트의 ‘정신분석학’이 심층의 마음을 다루고 있다는 것과 마찬가지로 아들러의 개인심리학은 심층의 마음, 즉 삶을 추동하는 원초적 힘을 탐구하고자 하였다는 점에서 아들러의 개인심리학은 정신분석학을 모태로 하고 있다는 점을 알 수 있다(최은주, 2020: 19-35). 다만 그의 심리학은 그 스스로 자신의 심리학을 ‘개인심리학’이라고 불렀다는 사실에서 알 수 있듯이 프로이트의 정신분석학이나 칼 구스타브 융(Carl Gustav Jung, 1875 ~ 1961)의 분석심리학과 차이가 없는 것은 아니다(Adler, 1930). (아들러와 마찬가지로 융 또한 프로이트의 정신분석을 모태로 하면서도 자신의 학문을 ‘분석심리학’으로 명명하고 있다.)

이미 언급하였듯이 아들러는 자신의 심리학을 ‘개인심리학’이라 지칭한다. 여기서 ‘개인’으로 번역된 영어단어 ‘Individual’은 그 어원으로 보아 ‘나눌 수 없는 것’(in-divide)을 의미한다. 다시 말하여 개인은 그 마음 안에 모든 것을 미분리된 상태로 포함하고 있는 존재로서, 우주적 마음과 닮아있다고 볼 수 있다는 것이 아들러의 견해이다. 다만 아들러는 정신분석학을 모태로 하고 있기 때문에 그 우주적 마음을 일종의 힘으로 간주한다. 그리하여 아들러 심리학에서의 개인은 모든 것을 구분 없이 갖추고 있는 존재, 그 내면이 힘으로 가득한 존재로서의 의미라고 할 수 있다.

인간의 내면을 채우고 있는 그 힘과 관련하여 프로이트는 그것을 무의식이라 부르고, 그것에 대해 ‘이드’, ‘리비도’로 설명하고 있다. ‘이드’와 ‘리비도’는 동일한 것을 지칭하는 것이되 다만 이드는 그 내면의 힘이 부정형의 것이라는 점을 뜻하는 것이며, 리비도는 그 내면적 힘이 성적 욕구와 같은 강렬한 충동이라는 것을 의미한다. 아들러는 무의식을 리비도로 보는 이러한 프로이트의 견해에 관해 대안적인 관점을 취한 것으로 파악된다.

인간의 정신생활은 그의 목표에 의해 결정된다. 인간에게 목표가 없다면 아무도 생각하고, 느끼고, 원하고, 심지어 꿈도 꿀 수 없을 것이다. 이 모든 행위들은 그의 앞에서 움직이는 목표에 의해 결정되고, 조건화되며, 제한되기도 하며 선택된다(Adler, 1928: 33).

아들러는 인간의 마음 즉 정신세계의 중요한 부분을 그가 가지고 있는 목표를 위한 움직임으로 설명한다. 한 사람이 가지는 목표를 중심으로 정신세계가 구성되고 발달한다는 것이다. 아들러는 살아 있는 유기체만이 가지는 정신세계는 움직임이 가득한 동적인 것으로 파악하며, 그것을 목표를 향해 나아가는 역동적인 것으로 간주한다. 개별 인간이 다른 모습을 가지고 있듯이 개인은 자신의 목표를 다르게 가지고 있기 때문에 인간의 정신 또한 일반적이거나 보편적 관점으로 이해하는 것은 불충분하다고 그는 설명하였다. 이에 따라 인간의 정신은 한 개인의 목표를 중심으로 종합적이며 총체적으로 이해되어야 하는 것이며, 그렇기에 개인심리학에서의 개인은 각각의 개별적인 특이성을 고려하지 않을 수 없다는 관점을 취하고 있다. 아들러의 이론에 바탕을 둔다면 인간의 정신세계를 객관적이거나 일반적으로 설명할 수 있는 별도의 틀은 존재할 수 없는 것이다.

중요한 것은 정신이 자연법칙을 그대로 따르지 않는다는 것이다. 왜냐하면 추구하는 목표가 일반적으로 확고하지 않고 개인적으로 변할 수 있기 때문이다. 그런데 누군가 자신의 목표를 알고 있다면 그의 정신활동은 마치 그에 따라 행동할 수밖에 없는 어떤 자연법칙이 있는 것처럼 그에 굴복하게 된다. 정신활동에는 자연법칙이 없는 것이 확실하지만 이곳에서는 사람이 스스로 법칙을 만들어 낸다(Adler, 1928: 34).

자연법칙은 생물에게 있어 각 개체가 가지고 있는 개별적 특성과 관계없이 일반적이고 보편적으로 적용할 수 있는 법칙이다. 인간의 정신에



적용될 수 있는 자연법칙이 있다면 그것은 어떤 사람이든 개인만이 가지고 있는 개별적 특성을 고려하지 않고도 일반적이거나 보편적으로 적용하여 설명할 수 있는 정신의 법칙이라 할 수 있다. 프로이트가 인간의 정신을 구조적으로 분석하여 정신세계는 이드, 자아, 초자아로 구성되어 있으며 각각의 정신구조에 관한 특징들은 일반적으로 모두에게 적용 가능한 것이라 할 수 있다. 이와는 달리 아들러는 개별 인간의 고유한 특성은 삶의 목표를 중심으로 총체적으로 이해되어야 하기에 아들러의 관점 아래에서는 모든 사람에게 일반적으로 적용할 수 있는 정신 법칙은 존재하지 않는다고 할 수 있다.

아들러에게 있어 삶의 목표는 개인심리학에서 중요하게 자리잡는 원리이다. 그에게 있어 정신의 근본이 되는 에너지의 근원이 무엇인가에 대한 탐색보다는 삶이 추구하는 목표가 더욱 중요했다(Robert, 1989: 48). 이 삶의 목표는 그 내용의 측면에서 각 개인의 특이성이 드러난다고 볼 수 있다. 각자가 자신의 과거와 현재의 삶을 반영하여 미래에 달성하고자 하는 목표를 설정하는 것이기 때문에 모든 사람에게 적용 가능한 보편·타당한 목표는 존재하지 않는다고 할 수 있다. 여기에서 목표란 개인이 인지할 수도, 인지하지 못할 수도 있지만, 목표가 정신세계의 지향점으로 모든 정신기관의 움직임에 관여한다는 점에서는 모두 동일하다고 볼 수 있다(Adler, 1933: 277). 그러나 인간의 정신을 목표를 중심으로 이해한다는 관점에서는 모든 인간이 삶의 목표를 중심으로 하여 정신세계가 결정된다는 것, 그리고 그 목표를 중심으로 정신을 움직이게 하는 힘이 존재한다는 기능적 측면에서 모든 인간에게 적용 가능한 일반적이고 보편적인 정신 법칙과 관련된 점을 살펴볼 수 있다.

아들러가 인간이 삶의 목표를 중심으로 정신세계를 움직이게 하는 힘은 인식 가능한 의식적 수준에서만 이루어지는가, 아니면 의식적인 수준 바깥의 차원에서도 이루어지는지에 대해 살펴볼 필요가 있다. 자신의 목표를 인지할 수도 있지만 그렇지 않다면 목표를 향하는 정신세계의 움직임이 의식적으로 반영되기란 쉽지 않을 것이다. 그와 관련하여 의식의

외적 영역의 정신세계에 대해 아德勒는 다음과 같이 설명한다.

주의력이 아무리 뛰어난 사람들이라도 자신이 보는 것을 모두 설명할 수는 없다. 어쨌든 의식의 영역에는 존재하지 않는 정신기관의 능력이 있다. 주의력을 어느 정도까지는 의식적으로 이끌어 낼 수 있지만 주의력을 높이는 자극은 의식 속에 있는 것이 아니고 관심에 있으며 그 관심 또한 대부분은 무의식의 영역에 있다(Adler, 1928: 127-8).

아德勒는 삶의 목표를 향한 주의력이 의식적 영역뿐만 아니라 무의식 영역에서도 정신으로 작용하고 있음을 언급하고 있다. 아德勒도 프로이트와 마찬가지로 정신의 구조와 관련하여 의식과 함께 무의식이 존재하고 있음을 인정하고 있다. 그러나 정신의 구조를 보다 체계적이고 분석적으로 연구한 프로이트와는 달리 아德勒는 정신의 구조적 측면에 대한 관심을 기울이기보다 목표를 향해 끊임없이 움직이는 정신의 기능적 측면에 더 많은 관심을 둔 것으로 보인다. 아德勒에게 있어 역동적인 정신의 힘과 관련해 그 원천이 어디에 있고, 그 힘이 무엇인지를 탐색하기보다는 정신적 힘이 영향을 주는 현재의 삶과 삶을 이끌어가는 목표를 보다 중요시했다. 그리하여 그가 주장하는 개인심리학은 과거, 특별히 어린 시절의 경험으로 인한 심리적 잔상이 삶 전체를 아우르며 삶을 결정짓는 것이 아니라 현재의 삶, 그리고 목표를 중심으로 한 미래의 삶에 더욱 의미를 두는 심리학으로서 개인이 유연하게 자신의 삶을 개척해나가며 스스로 삶을 구성해나가는 심리학으로서의 가치를 지닌다.

아德勒는 생물학적 결정론적 사고관이 아닌 의미론적 사고관으로 자신의 이론을 설명하고 있다. 이것은 곧, 인간은 객관적 외상으로 인해 고통받는 것-결정론적 사고관-이 아니라, 그 각각의 경험에 의미를 부여하며 자신의 경험을 결정해간다는 것-의미론적 사고관-을 의미한다.<sup>8)</sup>

---

8) 아德勒의 의미론적 관점은 이후에 다양한 심리학자들에게 영향을 주었다.

프로이트의 이론에서 생애 첫 번째 동일시로서 자아 이상의 근원이 되는 오이디푸스 콤플렉스와 관련해서 아들러는 그러한 심리적, 신체적 현상에 관해 다음과 같이 설명한다.

프로이트가 오이디푸스 콤플렉스라고 부르면서 심리 발달의 자연적 기초로 간주한 것은 고삐 풀린 욕망의 꼭두각시와도 같은 응석둥이의 삶에 나타나는 많은 현상 형태 중 하나일 뿐이다. 때문에 우리는 아이와 어머니의 모든 관계를 오이디푸스 콤플렉스에 기초한 비유의 틀에 강제로 끼워 맞추려는 그의 광적인 시도에 동의할 수 없다(Adler, 1933: 51).

아들러는 프로이트가 주장하는 오이디푸스 콤플렉스는 지나치게 아이를 과보호하는 어머니로 인해 ‘응석둥이’가 된 아이에게 나타나는 특수한 상황에 지나지 않는다고 보았다. 그렇기에 그는 모든 아이에게 오이디푸스 콤플렉스를 적용할 수 없을뿐더러 그렇게 적용할 필요가 없다고 파악한다. 오이디푸스 콤플렉스를 통해 ‘응석둥이’가 된 몇몇의 아이들을 그의 개별적 삶 전체를 통해 파악해야 한다는 것이 그의 관점이다. 프로이트가 오이디푸스 콤플렉스의 과정에서 동일시라는 기제를 통해 자아가 욕구충족을 위해 변화하는 과정이라고 바라본다면, 아들러는 목표를 향한 움직임을 통한 성장이 인간의 발전, 덧붙여 자기 자신의 인식에 많은 영향을 미친다고 보았다. 여기에서 아들러가 중요시하게 여긴 목표는 단순히 일시적으로 해결되는 목표가 아니라 인간의 삶 전체를 아우르는 목표, 원형으로서의 목표라 할 수 있다(Adler, 1931: 99). 이러한 목표를 통해서 삶의 형태가 여실히 드러날 수 있으며, 아들러는 삶의 원형으로서의 목표는 인간이 그것을 인식할 수도, 인식하지 못한 채 목표를 추구하게 된다고 설명한다(Adler, 1930: 41-3). 인간이 의지

---

예컨대 실존 심리학자인 메이(Rollo May), 인본주의 심리학자인 매슬로우(Maslow)와 로저스(Rogers) 등이 그들이다. 이들 심리학자들은 이른바 ‘실존심리학’, ‘인본주의 심리학’, ‘제3의 심리학’을 제창하고 확립한 것으로 알려져 있다.

를 갖추고 스스로 목표를 설정하는 경우도 있지만, 삶의 과정을 통해서 자신도 모르는 사이 목표를 설정하고 그것의 추구를 위한 과정을 통해서 삶이 나아가는 방향을 설정한다고 할 수 있다.

삶의 목표를 달성하기 위한 원동력이 되는 힘에 관하여 아들러는 그의 이론의 초기에 그 힘을 남성성을 추구하는 힘으로 설명하였다가 이후 자신의 이론을 발전시키면서 완전성을 추구하는 힘으로 설명한다(최은주, 2020: 36-7). 이 힘 역시 프로이트와 마찬가지로 심층의 마음에 관한 힘으로 설명하고 있다는 측면에서 동일한 힘을 상이한 방식으로 설명하고 있다고 할 수 있다.

자아의 총체성에 대한 우리의 지식이 아직 보잘 것 없더라도, 우리는 이것에서 결코 자유로울 수 없다. 다분히 쓸모없는 다양한 관점에서 총체적인 정신생활을 해부하는 것이 가능하며, 몇 가지 공간적 개념을 보완적으로 또는 상반되게 결합하여 총체적인 자아를 설명할 수도 있고, 또는 의식, 무의식, 성욕, 외부 세계 등을 바탕으로 총체적인 자아를 전개하려고 시도할 수도 있다(Adler, 1933: 205-6).

아들러는 자아가 총체적이라고 언급하면서 다양한 관점과 과정을 통해 이 자아를 설명하려고 한다고 하였다. 그 과정에서 중요한 것은 총체적인 자아이며, 이 자아는 삶의 과정을 이끌어가는 정신의 중요한 주축이라고 볼 수 있다. 아들러가 인간의 삶을 목표를 중심으로 한 나아감에 관심을 둔 이상 이 목표를 향한 정신의 활동에서 자아의 중요성을 간과할 수는 없는 것이다.

그러나 결국에는 말을 모는 기수와도 같이 모든 것을 총괄하는 총체적인 자아의 작용을 다시 인정할 수밖에 없다. 그리고 이와 관련된 개인심리학의 업적은 더 이상 부정될 수 없다. ‘자아’는 현대 심리학에서 명예를 회복했다. 심지어 무의식 또는 ‘원초아’에서 ‘자아’를 퇴출시켰다고 믿는 사람들도 결국에는 ‘원초아’가 예의 바르는 무례하든 ‘자아’처럼 행동하는 것을 보

게 된다. 이른바 의식 또는 자아 안에도 ‘무의식’이 또는 내 표현을 사용하면 물이해가 가득하다는 점과 자아가 늘 다양한 정도의 공동체 감정을 드러낸다는 점은 개인심리학을 바탕으로 “결코 자유로워질 수 없는 포로”를 만들어 낸 정신분석의 인위적인 체계에서조차 점점 더 부정할 수 없는 사실로서 받아들여지고 있다(Adler, 1933: 205-6).

자아를 바라보는 관점에서 ‘말을 모는 기수’라는 표현을 통해 주도적으로 말, 곧 인간을 이끌어간다는 측면으로 아들러는 총체적인 자아의 작용을 이야기한다. ‘말을 모는 기수’가 자아라고 표현한 점은 프로이트와 아들러가 서로 동일하다. 그러나 기수가 말의 힘을 받아 움직인다는 측면에서 말이라고 하는 힘의 원천인 무의식을 통해 자아가 작용한다는 점에서 무의식을 자아보다 더욱 중요하게 바라보는 보는 프로이트와의 관점과 아들러는 다른 관점을 취하고 있다고 본다. 그는 자아 안에도 무의식, 아들러식으로 표현한다면 물이해가 가득하다는 측면에서 자아가 무의식적으로 움직인다는 것을 알 수 있다. 하지만 자아가 주도적으로 이끌어간다고 볼 수 있다. 아들러가 주장하는 자아는 프로이트의 자아보다 보다 동적이고, 보다 주도적으로 인간의 삶을 이끌어가는 양상을 드러낸다고 볼 수 있다. 그의 이론에서 무엇보다 역동적인 자아를 중심으로 현재를 바탕으로 삶의 목표를 향해 나아가는 힘은 중요한 원천이라고 할 수 있다. 프로이트가 설명하는 자아가 이드의 그늘 아래에서 수동적인 자아의 모습을 가지고 있다면, 아들러가 설명하는 자아는 총체적인 정신세계로서 자신의 삶을 능동적으로 이끌어가는 자아의 모습을 띠고 있다. 이러한 자아의 모습을 통해 두 정신분석가의 이론적 차이 또한 분명히 드러내어 진다고 할 수 있다. 아들러가 설명하는 자아는 내용의 측면에서 삶의 목표를 향해 나아가며, 기능적 측면에서 총체적인 정신세계 안에서 자신의 삶을 주도적으로 이끌어간다고 볼 수 있다.

인간은 생물학적·사회적 동물이기 때문에 긴 유아기를 통해서 아버지와 어머니 등의 다른 존재에 의존할 수밖에 없다. 이처럼 태어남과 동

시에 맺는 인간관계, 즉 사회적 관계로 인해 인간은 자기라고 하는 의식도 타인과의 관계 속에서 찾게 되고 그의 인생을 정립할 수 있는 능력도 타인과 함께 있을 때 가능하게 된다는 결론이 나온다(May, 1953: 31-2). 개인심리학에서 파악된 ‘개인’은 나누어질 수 없는 전체로 이해되어야 하는 것과 더불어 사회 안에서 자신이 설정한 목표를 달성하기 위해 끊임없이 노력하는 존재라고 파악할 수 있다. 태어나는 순간부터 누군가에게 의존하며 그의 돌봄이 있어야 하는 사회적 존재인 개인은 사람들과의 관계 속에서 성장하면서 자기완성을 추구한다.

사회적 관계 속에서의 자아 확립은 열등감과 관련을 맺으며 영향을 받을 수밖에 없다. 아들러는 아이들은 사회적으로 연약한 까닭에 스스로 열등감을 느끼는 존재라고 보았다. ‘아이들은 의존적이고 왜소하며, 사회적으로 열등한 인간으로서 자신의 초기 경험으로 인하여 열등감을 보편적인 것으로 믿는다’(Sweeney, 1998: 35). 덜 성숙한 인간으로서 가지는 열등성을 바탕으로 한 보편적 열등감은 아이의 자아에 어떤 식으로든 영향을 미치게 된다. 열등감이 자신의 삶에 있어 부정적인 의미로 아이의 삶에 영향을 미치게 된다면 인간은 성장의 과정에서 열등감으로 인한 부정적인 자아상을 가질 수밖에 없을 것이다.

프로이트는 인과론의 관점에서 자아를 설명한다. 여기서 인과론적 관점이라고 하는 것은 원인과 결과의 측면에서 현상을 설명하고 이해하는 것을 뜻한다. 프로이트에 의하면 우리 각자가 자아라고 부르는 그것은 아무런 힘이 없는 정적인 것이 아니라 힘으로 꿈틀대는 동적인 것이다. 적어도 프로이트가 보기에 정적인 자아는 자아라고 부를 수 없을 정도로 우리 삶에서 우리를 이끌어 가는 주체가 될 수 없다. 프로이트는 이 점에 착안하여 그 동적인 자아는 무엇을 원인으로 하여 생겨났는가를 묻는다. 그리고 프로이트는 그 질문에 대하여 인과론적 관점에 서서 무의식을 채우고 있는 이드를 동적 자아의 원인으로 언급하고 있다.

한편 아들러는 프로이트의 이 인과론적 설명을 문제 삼고 있다. 아들러에 의하면 동적 자아의 원인을 이드에서 찾는 것은 그 자아를 한 인

간에 관한 주체로 제대로 설명해 주지 못한다. 그리하여 아들러가 찾아낸 대답은 인과론과 정 반대편에 있는 목적론이다(최은주, 2020: 16). 이 경우에 목적론은 수단-목적 관계로 우리 삶을 설명하는 관점과 뚜렷이 구분된다. 수단-목적 관계에서 추구되는 목적은 당장 실현 가능한 일종의 목표에 해당하는 반면에 목적론에서의 목적은 그 달성이 불가능에 가까운 삶의 이상과 같은 것이다. 아들러가 보기에 프로이트와 같이 인과론적 관점에서 있는 한 삶의 이상은 제대로 존중되기 어렵다. 그리하여 아들러는 삶의 이상을 존중하는 심리학을 추구하는 한 가지 방안으로 개인은 그가 통제할 수 없는 욕구에 지배되는 것이 아니라 그가 꿈꾸는 삶의 이상에 지배되는 존재라는 점을 밝히고 있다. 개인은 이드에 지배되는 무기력한 존재가 아니라 그 스스로 삶의 이상을 추구할 수 있는 고유한 능력을 갖추고 있는 존재라는 것이다. 다만 아들러는 특이하게도 개인에게 내재해 있는 그의 고유한 능력을 열등감에서 찾고 있다. 아들러는 열등감을 외부 세계와의 비교를 통해 자신의 가치를 낮게 보는 순간적인 감정으로 파악하는 것이 아닌 목표를 향한 우월의 추구를 위한 꿈틀대는 마음의 동적 에너지의 원천으로 파악한다. 그리고 아이가 정해진 방향에 따라 발달해나가는 것은 이러한 열등감을 점차로 자아의 한 부분으로 받아들임으로써 비로소 가능하다고 보았다(Adler, 1930: 15-38). 즉 열등감은 자아의 성장을 위한 동적 에너지의 원동력으로써 의미 있게 작용하는 것으로 파악될 수 있다.

### Ⅲ. 열등감의 두 가지 해석

인간은 다양한 감정을 가지고 살아간다. 인간의 수많은 감정이 인간에게 미치는 영향을 파악해본다면 감정 그 자체만으로 긍정 혹은 부정으로 단편적인 해석을 할 수 없을 것이다. 하지만 인간의 느끼는 많은 감정 중 열등감이라는 감정과 관련하여 많은 학자들은 통념상 부정적인 인식과 더불어 자신을 낮추며 자신의 자아상에 부정적인 영향을 미친다고 파악한다<sup>9)</sup>. 아들러는 열등감에 대해 새로운 의미를 부여하면서 열등감을 재조명하며 인간의 삶에 있어서 열등감의 의미를 새롭게 설명하고 있다. 아들러가 해석한 열등감에 대한 의미에 대해 알아보고, 이러한 열등감을 새롭게 재해석하는 것을 통해 교육의 사태에서는 어떤 방식으로 적용될 수 있는지 알아보려고 한다.

#### 1. 자아 상실로서의 열등감 : 비교적 관점

인간은 혼자 살아갈 수 없는 존재이다. 불완전한 존재로 태어나며, 타인의 도움 없이는 삶을 살 수 없는 사회적 존재이다. 생존과 관련한 그 어떤 것도 혼자서 할 수 없이 무기력하게 태어나 부모에게 의존하며 살아가는 아이는 삶을 시작하는 첫걸음부터 열등한 존재이다. 하지만 자신이 열등한 존재라고 인식하지 못한 채 살기 위한 목적을 가지고 노력하며 삶의 생기를 불어넣기 위해 노력한다. 자신도 알지 못하게 앞으로 나아가게 하는 힘의 바탕에는 역설적이게도 열등성에 존재하는 것이다.

---

9) 열등감과 관련한 다양한 견해 중 올포트(Allport)는 열등감을 자신의 자질이 부족하다고 느끼는 병적인 태도에서 발생하는 것이라 보았으며(유정화, 2017: 43), 에릭슨(Erik H. Erikson)은 자아정체성의 발달 과정 중 잠재기에서 리비도의 승화가 적절하게 이루어지는 경우 자아는 적극적 특질인 근면성을, 그렇지 못할 경우 소극적 특질인 열등감을 나타낸다고 설명하며 열등감은 정상적 발달을 저해하는 것으로 파악한다(정신실, 2016: 24).



존재 자체의 열등성은 생존을 위한 힘으로 작용하여 미완성의 것을 완성으로 나아가게 하는 힘으로 작용하는 객관적 열등성으로서 인류 공통의 것이라고 한다면, 열등감이란 각자가 가지고 있는 자기 인식 아래에 작용하는 주관적 열등성이라고 할 수 있다. 아들러는 열등감에 대해 ‘개인이 어떤 일에 대해 잘 적응하지 못하거나 준비되어 있지 않아서 그것을 해결할 수 없다는 자신의 확신을 언어와 행동으로 표현하는 것’으로 정의한다(Adler, 1931: 92). 외부적으로 표현된 언어와 행동을 통해 열등감을 파악할 수 있으며, 이러한 열등감을 파악하는 것은 개인을 이해할 방법이 될 수 있다는 것이 아들러의 견해이다. 그는 인간의 삶의 출발점에서부터 존재하는 열등성에 관심을 가지고 역설적이게도 그것이 가진 힘이 성장이 이끄는 동력이 되는 것과 관련하여 열등감 또한 인간의 삶 전체에 힘으로 작용하여 더욱 나은 방향으로 나아가게 하는 영향에 많은 관심을 가졌다.

열등감이라는 감정을 파악하기 위해서 그것이 가지고 있는 관계성에 대해 먼저 이해해야만 한다. 열등감은 비교하는 대상 없이 단독으로 느끼거나 가질 수 있는 감정이 아니다. 비교 대상이 반드시 존재한다는 점, 그리고 그 외부의 대상과 비교를 하기 위한 내가 존재한다는 인식이 반드시 선행되어야 한다. 열등감이라는 감정은 자기인식과 타인 인식이 전제되는 것이다. 열등감을 느끼기 위해서는 먼저 자기 인식, 곧 자아가 있다는 것이 논리적으로 선행된다고 할 수 있다.

자아는 자기 스스로에 대한 인식과 이해라고 할 수 있으며, 인간은 홀로 자아에 대해 온전히 이해할 수 없다는 특징을 가지고 있다. 거울을 통해 대상을 확인하듯이 자아 역시 비교하는 대상, 자아 바깥의 외적 대상을 바탕으로 그것을 인식하게 되는 것이다. 즉 인간은 성장해감에 따라 자기 스스로에 대한 인식과 더불어 자신과 자신이 아닌 것을 구별하기 시작하면서 비로소 ‘인간으로서의 자신의 가치’를 인식한다(Purkey, 1970: 69). 주변 인간과의 접촉-‘사회적 세계’-과 자기 주위의 자연을 접하며 다양하게 해석하는 것-‘문화 세계’-은 인간이 자신

의 위치를 설정하고 자기에 대해 의식할 수 있도록 한다(Peursen, 1978: 173). 즉 자아는 생득적으로 주어지는 것이 아니라 사회적 접촉이라는 과정을 통해 발달하는 것이다.

자아는 고정된 것이 아니라 사회적 접촉의 과정을 통해 성장과 발달을 한다는 점은 자아와 열등감의 관련을 해명하는 중요한 시사점이 될 수 있다. 생애 처음으로 맺는 사회적 관계인 부모와의 관계에서부터 다양한 사람들과 관계를 맺는 과정에서 인간은 끊임없이 외부 세계의 영향을 받으며 자신의 의미를 파악한다. 자아와 외부 세계와의 비교를 통해 스스로가 원하는 외부 세계의 기준에 도달하지 못한다는 인식으로 인해 발생하는 열등감은 인간의 자아상에 부정적 영향을 미친다고 볼 수 있다. 성장과 발달이 인간이 현재보다 좀 더 나은 방향으로 나아가도록 이끈다고 한다면, 열등감은 현재의 자신에 대해 불만족하며 외부 세계와의 비교를 통해 자신이 상대적으로 가치 있지 못하다고 느끼는 감정으로서 인간의 성장과 발달에 역행하는 것이기 때문이다.

모든 개인은 열등감을 갖고 있으며 또 성공과 우월을 추구하고 있다. 이것은 정신생활을 구성하는 요소들이다. ... 열등감이 아주 크지 않는 이상, 아이는 언제나 스스로 가치 있는 존재가 되어 삶의 유익한 쪽에 서려고 노력할 것이다. 그런 아이는 자신의 목적에 닿기 위해 타인들에게 관심을 갖는다(Adler, 1930: 207-8).

열등감은 그 자체의 의미만으로는 자아에 부정적으로 영향을 미친다. 그러나 열등감을 바탕으로 오히려 그것을 극복하고자 하는 과정은 인간의 성장과 발달에 있어 이로운 방향으로 작용하게 되며 이를 통해 열등감을 극복하는 과정은 역설적이게도 삶을 보다 가치 있게 만드는 방향을 제공하는 것이나 다름없다. 열등감을 극복하기 위한 우월의 추구는 인간을 보다 나은 삶으로 이끄는 운동이 되는 것이며, 이 과정을 통해 인간은 열등감의 극복을 통해 스스로에 대한 평가를 새롭게 재설정할

기회를 갖게 된다.

인간은 각자 독특한 자신만의 모습을 가지고 있다. 외적인 모습은 말할 것도 없지만 삶의 시작부터의 경험들이 더해져 만들어지는 내면세계를 통해 각자 자신만의 고유한 견해를 가지게 된다. 아德勒는 인간은 감각을 통해 사실 그 자체를 받아들이는 것이 아니라 외부 세계를 자신만의 인식의 틀을 통해 주관적인 의미로 받아들인다고 하였다(Adler, 1933: 17). 그렇기 때문에 객관적인 하나의 사건이 발생했다고 하더라도 그것을 어떻게 인식하는지는 각자가 가진 견해, 즉 내면세계를 통해 달라질 수밖에 없는 것이다. 마찬가지로 겉으로는 비슷하게 보이는 열등감을 가졌다고 하더라도 각자가 그 열등감에 대해 어떻게 생각하고 평가하느냐에 따라 그 열등감이 인간에게 미치는 영향은 달라진다. 그렇기에 아德勒는 열등감 그 자체보다는 각자가 파악하는 열등감의 성격과 그것이 인간에게 미치는 영향력의 크기가 중요하다고 하였다. 열등감은 내용의 측면에서 전적으로 개별 인간의 특성에 맞춰 주관적으로 인간에게 영향을 미친다고 볼 수 있다.

아德勒는 ‘인류의 역사적인 운동은 열등감과 이것을 해결하려는 시도의 역사’(Adler, 1933: 98)로 간주할 정도로 열등감이 필수 불가결한 요소라고 설명한다. 즉 ‘인간이 된다는 것은 곧 자신이 열등하다고 느끼는 것’이라고 하였다(p.97). 열등감을 통한 우월로 향하는 움직임은 긴장을 동반하지만, 그것은 적어도 자신의 삶을 이끄는 긍정적인 괴로움이라 볼 수 있다. 이러한 정상적 수준에서의 열등감은 열등감의 해소를 위한 우월로 나아가게 하며, 불쾌함을 없애고 쾌감을 얻기 위해 인간을 끊임없이 운동하게끔 만드는 요인으로 작용한다. 이러한 열등감은 정상적인 인간이라면 누구나 가질 수 있는 감정이며, 열등감으로 인해 인간은 자신이 조금 더 나은 방향으로 나아갈 힘을 얻게 된다.

아德勒는 정상적인 범주에서의 열등감과 달리 과도하게 작용하는 열등감, 즉 열등감의 부작용으로서 비정상적으로 작용하는 열등감을 ‘열등감 콤플렉스’라 지칭하였다(Adler, 1930: 58). 그러나 그는 콤플렉스

라는 단어가 주는 다소간 신경증적이며, 삶의 일부분에 영향을 미친다는 제한적 의미에는 동의하지 않았다. 그는 인간을 이해하기 위해서는 삶 전체를 파악해야 하듯이 열등감 또한 삶 전체를 통한 이해를 바탕으로 파악해야 한다는 관점을 가지고 있기 때문이다. 콤플렉스라는 단어가 아德勒의 사상과 정확하게 들어맞는 단어는 아니지만, 그는 열등감이 과도하게 비정상적으로 삶에 영향을 미치는 경우 열등감 콤플렉스라는 단어를 사용해 그것을 보다 선명하게 파악하고자 했다고 볼 수 있다. 이와 관련하여 열등감의 정도를 선 위에 두고 본다면 더 강한 열등감과 약한 열등감으로 그 질적 차이를 구분할 수 있을 것이다. 그리고 그 끝에 병적으로 강한 ‘열등감의 부작용’으로서의 열등감이 존재할 것이며, 그것을 ‘열등감 콤플렉스’라 지칭할 수 있을 것이다(Adler, 1933: 112). 열등감의 범주 아래에서 살펴본다면 강한 열등감과 약한 열등감이라는 질적 차이만 존재할 뿐 두 대상, 즉 열등감과 열등감 콤플렉스를 다른 별개의 것으로 구분 지을 수 있는 것은 아니다.

열등감 콤플렉스에서 콤플렉스의 시작에 관심을 두었다면, 우월감 콤플렉스에서는 그 연속성, 그러니까 콤플렉스의 진행 그 자체에 관심을 둘 것이다. 두 콤플렉스는 당연히 서로 연결되어 있다. 그렇기 때문에 우리가 열등감 콤플렉스를 확인한 환자에게서 우월감 콤플렉스가 다수 숨어있다는 사실을 발견해도 놀라지 말아야 한다. 반대로 우월감 콤플렉스와 그 연속성을 조사한다면, 우리는 언제나 숨어 있는 약간의 열등감 콤플렉스를 발견할 수 있다(Adler, 1930: 63-4).

열등감이 그것의 극복을 위해 우월을 향해 나아가는 힘으로 작용한다면, 병적인 열등감인 열등감 콤플렉스는 그 열등감의 극복을 위해 과도한 보상을 추구하게 된다. 이것은 우월을 추구하려는 노력이 과장되고 극심해져 병적인 상태가 되는 것이다. 이것이 곧 우월감 콤플렉스로 그 모습을 드러낸다. 열등감 콤플렉스와 우월감 콤플렉스, 이 두 콤플렉스

는 서로 연결되어 작용하는 것이며, 병적인 열등감을 통한 비정상적인 우월을 추구하는 것이다. 이 경우의 두 콤플렉스는 열등과 우월의 양극단을 드러내는 것이면서 동시에 서로 연결되어 있다고 할 수 있다. 열등감 콤플렉스를 통한 보상의 추구는 우월감 콤플렉스로 이어지기 때문에 열등감 콤플렉스의 이면에는 우월감 콤플렉스가 자리 잡고 있다고 볼 수 있다. 마찬가지로 우월감 콤플렉스 안에는 그것의 바탕이 되는 열등감 콤플렉스가 있다고 볼 수 있다. 이렇듯 두 콤플렉스는 서로 연결되어 있으면서 동시에 다른 두 측면을 보여주는 것이라 할 수 있다. 열등과 우월이 삶의 나아가는 방향을 대조적으로 나타내어 주는 것이지만, 열등감 콤플렉스와 우월감 콤플렉스는 대조적으로 다른 두 대상을 지칭하는 것이 아닌 같은 대상의 다른 두 측면을 보여주는 것이다. 즉 과도한 열등감 속에는 비정상적인 우월감이 자리 잡고 있으며, 마찬가지로 과도한 우월감 속에는 비정상적인 열등감이 자리 잡고 있다는 것을 살필 수 있다. 즉 열등감 콤플렉스와 우월감 콤플렉스, 이 둘은 함께 이해되어야만 하는 것이다.

아이의 정신은 괴롭고 힘든 열등감을 극복하기 위한 시도를 하게 되며, 이때 작용하는 메커니즘은 보상을 위한 노력으로 간주된다. 유기체의 세계에서 이와 유사한 것이 있다. 살아가기 위해 꼭 필요한 우리 신체기관은 그 기능이 저하될 때 이미 알고 있는 사실처럼 과잉 성장, 과잉 기능 등의 활동을 시작한다. 순환기관에 장애가 생기면 심장은 온몸으로부터 새로운 힘을 끌어들이려 작동함으로써 정상적인 심장보다 더 강해질 때까지 커지고 확대된다. 이와 비슷하게 정신도 열등감의 압박을 느끼거나 자기가 작고 무력하다는 생각에 괴로워지면 모든 힘을 기울여 이런 열등감 콤플렉스를 극복하고 없애기 위해 극도의 노력을 하게 된다(Adler, 1928: 100).

인간은 열등감을 없애기 위해 우월로 나아가는 과정에서 불쾌했던 감정을 없애고 삶의 만족을 얻는다. 열등감 콤플렉스가 열등감의 범주 아래에서 강한 열등감을 나타내기 위한 용어라면, 우월감 콤플렉스는 우월

감의 범주 아래에서 강한 우월감을 드러내기 위한 용어라고 할 수 있다. 열등감 콤플렉스가 과도한 열등감을 지칭하는 것이라면 마찬가지로 인간은 이를 극복하고자 하는 의지가 나타나게 되고 그것은 곧 우월을 추구하게 된다. 그러나 이 경우 우월감 콤플렉스로서 과도한 우월감이 작용하며, 열등감을 극복하고자 하는 노력이 과장되고 극심해진다. 과도한 열등감의 극복을 위해 남들보다 높은 목표를 세우고 그것을 만족시키려고 행동하게 된다. 열등감 콤플렉스를 극복하고 없애기 위한 우월을 추구하는 목표에는 타인이라는 대상이 놓여져 있다(Adler, 1933: 117-9). 열등감이 자기 삶의 목표를 향한 우월의 추구에 대한 힘으로 작용한다면, 열등감 콤플렉스는 자신의 성장에 대한 관심보다는 타인보다 높은 목표를 추구하고자 하는 우월감 콤플렉스로 작용한다. 이 경우 우월을 향한 힘은 자기 삶에 대한 목표의 추구보다는 타인보다 나은 삶을 향한 힘으로 작용하게 된다. 타인보다 나은 삶이라는 목표는 절대 채워지지 않는 욕망이며, 이것은 도리어 자신의 삶에 대한 영원한 불만족으로 작용하게 되는 것이다. ‘세상에 대해 적대적으로 되고 세상은 그에게 적대적으로 되는 것이다’(Adler, 1928: 101).

열등감과 열등감 콤플렉스가 다른 두 대상이 아닌 같은 대상의 질적 차이만 있다고 한다면 열등감에서는 언제나 열등감 콤플렉스의 모습을 살펴볼 수 있을 것이다. 우월감과 우월감 콤플렉스 역시 질적 차이로 구분 짓는다고 한다면 언제나 우월감 속에서 우월감 콤플렉스의 모습을 살펴볼 수 있다고 할 수 있다. 과도한 열등감을 없애기 위한 우월의 추구에는 타인보다 높은 목표의 추구를 통한 타인에 대한 우월이 존재한다고 할 수 있다. 열등감이 언제나 제거되어야 하는 열등감 콤플렉스로 작용할 수밖에 없다면 언제나 타인에 대한 우월이 그 목표로서 작용할 수밖에 없다. 그것은 자신에 대한 이해가 아닌 채워지지 않는 욕망으로서 자신의 삶과 멀어지는 과정이라 볼 수 있다. 타인 즉 외부 대상이라는 것은 고정된 것이 아니라 항상 바뀔 수밖에 없는 존재가 된다. 그렇기에 열등감이 언제나 항상 외부 대상에 대한 우월의 추구에 관심을 둔

다면 삶의 에너지는 외부 대상에 관심을 가지고 그것을 극복하기 위한 힘에 중심을 둔다고 할 수 있다.

열등감이 우월의 추구를 통한 힘으로 작용하여 인간의 삶에 대한 긍정적인 영향을 미친다고 할지라도 여전히 인간의 삶에 필요하고 또 존재하는 열등감 그 자체에 대한 부정적인 인식은 없어지지 않는다. 열등감이 극복되어야 하고 제거해야 하는 것으로 바라보는 관점 아래에서는 열등감을 가지고 있는 인간은 언제나 완전하지 않은 존재가 될 수밖에 없다. 즉 자신이 가지고 있는 열등감을 없애는 것을 통한 우월의 추구는 언제나 자신을 잃어버리는 방향으로 진행될 수밖에 없기 때문이다. 인간의 삶에 떼어낼 수 없는 그림자처럼 자리 잡고 있는 열등감의 제거는 자기 자신의 이해 과정에 대한 역행이라 볼 수 있기 때문이다. 또 열등감은 삶에 필요하지 않은 요소로서 열등감 콤플렉스를 이해하는 측면에서 우월감의 추구를 통한 우월감 콤플렉스의 작용은 곧 타인보다 높은 목표의 추구를 위한 힘으로 작용한다. 이것은 자기 자신에 대한 총체적이고 종합적인 이해의 목표가 아닌 외부 세계와의 비교를 통한 우월을 위해 자신의 모든 에너지를 쏟는 것이다. 이런 상태 속에서는 자아는 점차 상실될 수밖에 없을 것이고, 그리하여 열등감은 우월감의 이면에서 자아의 존재를 부정하게 만드는 것이 된다. 그렇기에 극복하고 제거하기 위한 관점에서의 열등감은 언제나 자아 상실로서의 열등감으로 인간의 삶에 작용하는 것이라고 볼 수 있다.

## 2. 자아 긍정으로서의 열등감 : 절대적 관점

존 듀이(John Dewey, 1859~1952)에 의하면 ‘성장의 가장 중요한 조건은 미성숙’이라 할 수 있다. 성장을 위해서는 역설적이게도 성장하지 않은 면이 필요하기 때문이다. 그렇기에 성장을 위한 조건으로서의 ‘미성숙’은 현재 완전한 성장을 이루지 못했다는 다소 소극적이고 제한적인 의미로서가 아니라, 오히려 성장을 위한 가능성으로 성장을 위한 힘을 가지고 있다는 적극적 의미로 해석될 수 있다(Dewey, 1912: 93-4). 미성숙이 성장을 위한 동력이라는 긍정적인 측면으로 해석될 때, 미성숙은 오히려 성장을 위해 필요한 요소라 할 수 있다.

아德勒의 개인심리학은 인간의 심리에 관해 연구하는 것과 관련하여 생명의 진화와 연결 지었으며, 궁극적으로 인간의 삶은 완전을 추구하는 과정이며 그 과정에서 정신은 정지된 세계가 아니라 부족함에서 완벽함으로 나아가는 운동으로 설명될 수 있다.<sup>10)</sup> 그러한 운동은 곧 열등감과 연결될 수 있다. ‘도달할 수 없는 이상적인 목표’와 자신의 모습을 끊임 없이 비교하면서 가지게 되는 열등감은 정신이 목표를 향하여 끊임없이 움직이도록 이끈다(Adler, 1933: 35). 정신을 운동으로 보는 관점 아래에서 열등감은 지속적인 정신의 운동을 위한 동력을 제공한다고 볼 수 있다. 이런 의미에서의 열등감은 삶을 위해 필요한 요소로 볼 수 있을 것이며, 오히려 삶의 완성을 위한 힘의 원천이라는 적극적 의미로 재해석할 수 있을 것이다.

모든 경험, 전통, 계율과 법률은 옳든 그르든, 지속적이든 일시적이든 삶의 어려움을 극복하려고 분투하는 인류의 시도였다. 우리의 현재 문화는 우리가 이런 분투를 통해 불충분하나마 지금까지 도달한 단계다. 마이너스 상황에서 플러스 상황으로 나아가는 것은 개인과 대중 모두의 운동을 특징지

---

10) Adler는 열등 기관에 관한 연구에서 ‘생명의 진화’를 언급하고 있다 (Adler, 1933: 98).



으며, 때문에 개인과 대중의 지속적인 열등감을 가정하는 것은 정당하다. 진화의 흐름은 멈추지 않는다. 완전의 목표가 우리를 저 위로 끌어당긴다 (Adler, 1933: 44).

아들러의 견해에 따르면 인간의 삶 속에 존재하는 개인적이거나 사회적 시도와 그 결과들은 열등감의 산물이라 해도 과언이 아닐 것이다. 다양한 어려움과 그것을 극복하고자 하는 의지는 개인에게 의미 있는 성과를 만들어 내도록 하였으며, 그 결과들이 겹겹이 쌓여 개인의 성장과 사회의 발전, 그리고 인류의 번영에 공헌하였다고 볼 수 있다.

열등감을 통해 인간은 스스로에 대한 부족함과 결핍을 인식하고, 그것과 관련한 부정적 감정을 해소하기 위해 정신은 부단히 움직인다. 스스로가 목표로 설정한 것-그것을 의식적으로 인식하든, 의식적으로 인식하지 못하든-을 달성하기 위해 노력하는 과정에서 열등감은 해소되고 인간은 더욱 나은 삶을 향해 나아갈 기회를 얻게 된다. 열등감의 해소와 관련하여 열등감을 불러일으킨 목표의 달성을 통해 열등감이 제거되고 정서의 안정을 얻을 수 있다. 열등감으로 인한 목표 달성은 결국 개인의 성장을 위한 발판을 마련한다고 볼 수 있다.

그러나 열등감의 완전한 제거, 즉 열등감이 없다는 것은 오히려 삶의 성장에 역행하는 것이라 할 수 있을 것이다. 열등감이 정신의 동적인 측면으로 삶의 목표를 향해 나아가는 힘의 원동력을 제공하는 것이라 한다면 열등감의 완전한 제거는 목표를 향해 나아가는 힘의 제거라 할 수 있기 때문이다. 생명이 살아있는 한 계속된 움직임을 통해 성장한다는 측면에서 열등감의 제거는 성장의 동력을 잃어버리는 것이나 마찬가지일 것이다. 그렇기에 열등감은 완전히 제거할 수도, 제거될 수도 없는 것이다.

열등감의 해소와 관련하여 열등감을 그저 제거하거나 결핍을 채우는 것으로만 인식한다면 열등감은 우리 삶에서 부정될 수밖에 없을 것이다. 그와 더불어 열등감을 소유한 자기 자신에 대한 부정, 그리고 열등감이

발생하게 되는 과정에서의 낮은 자기 평가를 통해 자아는 지속해서 자신에게 공격받으며 위축될 것이다. 삶의 일부분이자 성장을 위한 역설적 힘을 내포하고 있는 열등감을 부정하고서는 결코 삶의 완전한 긍정을 이루기는 어려울 것이다. 열등감을 결핍의 해소 또는 제거의 대상으로 바라보는 것이 아니라 자신의 삶에 지속적인 영향을 미치는 대상으로 보는 것이라는 관점으로의 전환은 열등감에 대한 새로운 관점을 제시할 수 있을 것이다. 이러한 열등감에 대한 새로운 해석과 관련하여 스페인의 석학 미겔 데 우나무노(Unamuno Y Jugo, Miguel de, 1864~1936)의 철학을 통해 다시금 살펴볼 수 있다.

고통은 의식의 길이다. 그리고 살아 있는 존재물을 이 자신들에 대한 의식을 갖게 되기 때문에 고통은 의식의 길을 통해 존재하고 있다. 왜냐하면 자기 자신에 대해 의식을 갖는다는 것, 즉 자아를 의식한다는 것은 자신이 다른 것들과 다르다는 것을 알고 느끼는데 있다. 그리고 이 상이점을 느끼는 것은 오직 충동을 통해, 다소나마 큰 고통을 통해, 즉 자기 자신의 한계에 대한 감정에 의해 이루어질 수 있다. 자기 자신에 대한 의식은 자신의 한계에 대한 의식이다(Unamuno, 1913: 241-2).

우나무노는 의식이 자신을 인식할 수 있게 하는 것은 역설적이게도 고통을 통해서라고 주장한다. 육체에 생긴 작은 상처 하나에도 온 신경이 집중되면서 상처가 난 신체 부위에 대한 인식이 강렬하게 느껴지는 것처럼 고통을 통해서 오히려 의식을 더욱더 선명하게 인식할 기회를 얻게 된다고 볼 수 있다. 고통 그 자체는 다소간 인간에게 부정적인 영향을 미친다고 할 수 있지만, 고통을 통해 인식하게 되는 스스로는 자신을 더욱 자신답게 만든다고 할 수 있을 것이다. 고통의 크기가 크면 클수록 자기 자신에 대한 인식의 범위가 커지며, 인식의 한계에 다다를 수 있도록 한다는 것이 우나무노의 견해이다. 이는 고통이 곧 자기 인식의 한계를 다시금 재설정하는 기회를 마련해준다고 볼 수 있다. 고통으로 자신을 더 완전하게 인식할 수 있는 것을 통해 인간은 더욱 완전

한 자기 자신이 될 기회를 가질 수 있다.

우나무노의 견해에 따르면 고통이 자기 자신을 더욱 더 선명하게 인식할 수 있게끔 하는 삶의 요소라 할 수 있다. 타인 혹은 외부 세계와 자신과의 비교를 통해 발생하는 열등감은 목표를 향한 정신의 역동적인 움직임으로써 평소 드러나지 않았던 자아를 선명하게 인식하게 만든다. 그 과정에서 마치 생채기가 난 상처 부위가 더 선명하게 느껴지는 것처럼 열등감에 의한 고통으로 오히려 자아의 존재는 더욱 부각된다고 할 수 있다. ‘열등감이 크면 클수록 목표를 향한 동적 움직임은 더 강할 것이고 감정은 더 격하게 작용한다’(Adler, 1933: 71). 그와 더불어 열등감을 통한 자기인식이라는 측면에서 인간은 스스로에 대해 더 깊이, 그리고 더 넓게 인식할 기회를 가진다고 할 수 있다.

정신적 평형은 지속적인 위협에 처해 있다. 완성을 추구하는 인간은 언제나 정신적으로 유동적인 상태에 있으며 완전의 목표에 비추어 자신이 불균형하다고 느낀다. 상승의 노력을 통해 충분한 지점에 도달했다는 감정만이 인간에게 안정감, 가치감, 행복감을 줄 수 있다. 그러나 바로 다음 순간이 되면 목표가 다시 인간을 끌어당긴다. 이런 순간에 분명해지듯이 인간이 된다는 것은 곧 끊임없이 극복하고자 하는 열등감을 가지는 것이다. 추구하는 극복의 방향은 추구하는 완전의 목표만큼이나 다양하다(Adler, 1933: 70-1).

정신은 끊임없이 움직인다. 평형에서 불평형으로, 다시 평형으로 이어지는 지속적인 변화의 양상 속에서 정신은 고정되거나 정지한 것이 아니라고 할 수 있다.<sup>11)</sup> 정신의 움직임은 무엇보다 열등감으로 인한 정신

---

11) 이 과정은 변증법적 과정이라 할 수 있다. 열등감을 통한 삶의 변증법적 구성과 관련하여 오르테가의 생적 이성의 변증법과 연결하여 살펴볼 수 있다. 인간은 존재를, 과거를 계속 축적한다. 인간은 인간 그 자신의 경험의 변증법적 연속을 통해서 자기 스스로 존재를 계속 형성한다. 이를 오르테가는 생적 이성의 변증법 또는 현실적 변증법(*die Dealektik der witalen Vernunft od. die Realdialektik*)이라고 말하고 있다(정영도, 2013: 51-2).

의 불균형에서 열등감의 극복을 위한 힘의 발동으로 평형으로 나아가는 과정이다. 제거하고자, 즉 극복하고자 하는 마음을 중심으로 한 힘의 발동은 나아가 목표에 도달하게 되고-열등감의 제거- 다시금 새로운 목표를 향한 자신의 인식과 관련한 불편한 감정이 형성-열등감의 형성-이 되면서 인간이 스스로 운동하게끔 한다. 열등감에 대한 극복과 생성은 지속해서 되풀이되는 과정을 통해 인간에게는 평형과 불평형을 안겨주며, 그 과정에서 자아는 보다 자신을 완전히 인식할 수 있게 되는 기회를 얻게 된다.

정신의 끊임없는 움직임 속에서 그 성장의 끝이 과연 어디에 있느냐에 관한 물음은 열등감이 삶의 목표 추구를 위한 동력으로써 어디까지, 그리고 언제까지 영향을 미치는 것과 연관될 수 있다. 인간의 우월의 향한 염원이 뜨거울수록 자신의 힘을 입증할 증거를 찾으면서 목표를 더 높게 설정하게 된다(Adler, 1929: 50). 각각의 일시적인 목표들이 존재하겠지만 ‘모든 행동과 표현 양식’을 통해 추구되는 삶의 근원적 목표는 인격의 원형으로서 인간의 발달 방향을 설정한다(Adler, 1928: 203, 1930: 18). 삶의 근원적 목표의 완전한 추구는 신(神)이 되는 것이며, 이것은 곧 ‘목표 중의 목표’라 할 수 있다(Adler, 1930: 36). 이것은 삶의 전 과정을 통해 끊임없이 추구하지만, 인간으로서는 영원히 달성될 수 없는 목표라 볼 수 있다. 영원히 도달할 수 없는 목표, 즉 신이 되고자, 신과의 비교에서 발생하는 열등감은 그것이 의식적이든 무의식적이든 인간의 삶에 지속해서 영향을 미치며 열등감이 삶에서 결코 제거될 수 없는 또 하나의 이유를 제공한다. 신으로 인해 발생하는 열등감, 즉 신을 향한 열등감이라고 파악될 수 있는 이것은 결코 완전히 제거되거나 채워질 수 없는 감정이라 할 수 있다.

자아가 자신의 존재를 깨닫게 되는 것은 자아가 자신을 비추어 볼 이상적 표준을 그 내부에 갖추게 될 때 비로소 가능하다. 자아의 인식 또는 각성은 이 이상적 표준에 비추어 스스로 부족한 존재임을 깨닫는 것을 의미한

다(이홍우, 2016: 282).

개인을 나눌 수 없는 전체로 바라보는 관점에서의 개인심리학은 그리하여 열등감에 대한 새로운 관점을 제시한다. 열등감은 고통스러운 감정으로서 인간의 삶에서 해가 되는 요소로 제거되어야 하는 것으로 바라보는 것이 아니라 열등감을 통해 개인이 이상적 표준-신-에 비추어 자신의 부족함을 알 수 있도록 하여 자아를 보다 선명하게 인식할 수 있도록 하여 목표를 향한 움직임으로 작용할 수 있도록 한다. 이와 동시에 이러한 열등감 또한 개인의 삶을 이루는 한 부분이기 때문에 그것을 수용하고 받아들여야 한다고 보는 관점을 제시한다. 열등감은 삶에서 결코 제거할 수도, 제거될 수도 없는 삶의 필수적인 요소라 할 수 있다. 완전한 성장, 즉 삶의 이상-신-으로의 도달을 위해서는 지속해서 열등감을 느끼는 과정이 필요할 것이며, 이를 통해 열등감은 삶과 별도로 떼어낼 수 없는 삶 속의 한 부분이라는 측면으로 설명될 수 있다. 열등감에 대한 아들러의 이러한 해석은 인간이 가지고 있는 어두운 속성, 즉 열등감에서 오히려 삶을 위한 총체적 인정과 긍정의 기회를 포착했다고 할 수 있다. 열등감에 대한 역설적 긍정은 그 과정이 비록 고통스럽다고 할지라도 곧 자신의 총체적 삶, 그리고 자아에 대한 긍정이라 할 수 있다. ‘자아는 고정되어 있는 것이 아니라 성장하고 발달한다는 측면에서 그 성장과 발달은 단순한 변화가 아닌, 변화의 방향성을 나타낸다고 할 수 있다’(이홍우, 2016: 291). 열등감을 통한 목표를 향한 힘은 자아의 성장과 발달의 방향을 제시한다고 할 수 있다. 그리하여 이러한 관점에서의 열등감은 자아 긍정으로서의 열등감을 가리킨다고 말할 수 있을 것이다.

에리히 프롬(Erich Pinchas Fromm, 1900~1980)은 자아실현과 관련하여 자아실현은 사고만으로 가능한 것이 아닌 전인격의 실현, 즉 모든 감정적 가능성과 지적 가능성이 활발하게 표현될 때 가능하다고 하였다. 그는 자발적 활동을 통해 개인은 세계를 자기 안으로 받아들이며 자아

(프롬의 표현으로는 개체적 자아)는 온전한 상태로 더 강해지고 더 단단해진다고 하였다(Fromm, 1914: 269).<sup>12)</sup> 이 과정은 자아실현의 과정이라 할 수 있으며, 자아는 적극적으로 행동할수록 더 강해진다고 할 수 있다. 정신의 역동적인 운동이 열등감에 기인하는 것이라면 열등감을 통한 목표의 추구, 그리고 정신의 평형에 도달하기 위한 지속적인 움직임은 자아를 긍정하게 만드는 것이라 할 수 있다. 프롬은 비록 타인과 자신에게 가짜 자아를 내보일 수밖에 없는 것이 열등감이라고 하였다(p.269). 그러나 이때의 열등감은 자아 상실로서의 열등감으로 이해하는 것이 더욱 분명할 것이다. 열등감을 자아 긍정으로 바라보는 관점으로는 열등감을 통한 정신의 역동적 움직임을 통해 삶의 이상 추구는 곧 자아실현의 과정이라고 할 수 있기 때문이다.

진실에 대한 갈망이 모든 인간에게 어느 정도 존재하는 것은 모든 인간이 진실에 대한 욕구를 가지고 있기 때문이라고 말할 수 있다. ... 하지만 진실은 바깥세상에서 자신의 위치를 아는 것과 관련하여 개인에게 이로울 뿐만 아니라, 자신에 대해 진실을 아는 것은 그 자신의 힘을 크게 좌우한다. 자신에 대한 환상은 혼자 걸을 수 없는 사람에게는 유익한 지팡이가 될 수 있다. 하지만 지팡이는 사람을 더욱 약하게 만들 뿐이다. 개인의 가장 큰 힘은 자신의 인격을 최대한 완성시키는 데 바탕을 둔다. 그것은 자신에게 최대한 투명성을 유지하는 것을 의미하기도 한다. “너 자신을 알라:는 말은 인간의 힘과 행복을 겨냥한 근본적인 명령의 하나다(Fromm, 1941: 256).

진리 추구의 과정은 곧 완전한 인간이 되기 위한 과정이라 할 수 있다. 인간이기 때문에 진리를 추구하고 또 갈망한다. 진리의 추구하고 관련

---

12) ‘자발적 활동’에 관하여 에리히 프롬은 자아의 자유로운 활동으로 설명한다. ‘자발적 활동(spontaneous activity)’의 라틴어 어원 *sponte*는 ‘자유 의지로’라는 의미로서 자아의 자발성에 기초한다고 볼 수 있다. ‘활동’ 또한 단순한 움직임이나 행동이 아닌 인간 전체성에 입각한 창의적 활동을 지칭한다(Fromm, 1941: 266).

한 인간의 근원적 욕망은 자신에 대한 완전한 이해라고 할 수 있으며, 이는 곧 영원히 도달하지 못하는 곳을 향한 열원이라 할 수 있다. 자기 자신에 대한 완전한 이해라는 것은 곧 자신의 안에 있는 이상적 삶, 즉 신이 되고자 하는 마음과 맞닿아 있다고 할 수 있다. ‘삶의 이상이라는 것은 지금 여기에서 실현되고 있지 않다면 도저히 그것을 삶의 이상으로 지각할 수 없는 그러한 것이다’(박종덕, 2010: 171). 자기 자신에 대한 온전한 이해에 대한 갈망은 곧 진리의 추구와 연결되어 있다. 삶의 이상 실현을 위한 진리의 추구는 곧 완전히 이상적 삶에 다가가기 위한 노력이며 이것은 곧 열등감이라는 심리적 태세를 통한 이상 추구의 과정이라 할 수 있다. 즉 열등감은 인간의 진리 추구의 과정이자 궁극적으로 삶의 이상을 향한 끊임없는 움직임이라 할 수 있다.

성장에는 더 성장하는 것 이외의 다른 목적이 없으며, 따라서 교육에도 더 교육받는 것 이외의 다른 고려사항이 없다. ... 학교 교육의 목적은 성장하는 힘을 조직적으로 길러 줌으로써 교육을 계속해 나갈 수 있도록 하는 데에 있다는 것이다. 삶 그 자체에서 학습하려는 성향, 모든 사람으로 하여금 삶의 과정에서 학습할 수 있도록 삶의 조건을 만들어나가는 성향은 학교 교육이 가져올 수 있는 최상의 결과이다(Dewey, 1916: 106).

교육의 진정한 목적이라는 것이 곧 ‘더 교육받는 것’이라고 할 때의 교육이란 특정 교과에 대한 학습이나 기술의 습득을 의미하는 것이 아니다. 이때의 교육이란 끊임없는 진리의 추구 과정이라 할 수 있다. 그리고 교육을 통한 이러한 진리 추구의 과정은 이상적 삶에 다가가기 위한 인간의 노력이라 할 수 있다. 진리 추구의 과정이 자신에 대한 부족함에 대한 인식이 그 출발점이라고 한다면 진리 추구의 가장 바탕에는 인간이기에 가질 수밖에 없는 완전한 진리에 대한 열등감이라 할 수 있다. 이것은 영원히 채워지지 않을 열등감이면서 동시에 자신의 부족함에 대한 겸손한 인정이 바탕이 되는 열등감, 곧 역설적이게도 자아를 긍정

하는 열등감이라 할 수 있다. 열등감이 삶의 목표에 대한 추구를 통해 이상적 인간의 삶을 향한다고 하는 측면-자아 긍정으로서의 열등감-으로 이해된다면 교육을 통한 진리 추구의 이면에는 열등감이 반드시 자리 잡고 있다고 할 수 있다.

삶 속에 존재하는 열등감은 언제나 그림자처럼 우리 곁에 자리 잡고 있으며 우리를 위협하는 것처럼 느껴진다. 그러나 역설적이게도 인간으로의 성장, 그리고 자기 자신에 대한 완전한 이해는 이러한 열등감이라는 정신의 지속적인 움직임을 통해 더욱 나은 인간이 되기 위한 노력으로 가능한 것이다. 열등감이 자아 긍정으로서의 열등감으로 삶의 일부분으로서 긍정될 때 인간은 성장을 위한 발판을 마련하게 된다. 그리하여 교육이 인간의 성장에 그 근원적인 목적을 두고 있다고 한다면, 열등감은 인간 삶의 성장을 위한 교육적 역할을 수행한다고 볼 수 있다. 삶의 일부분으로서 긍정하고 받아들이는 열등감, 즉 자아 긍정으로서의 열등감은 인간이 이상적 삶을 위한 진리 추구를 위해 나아가도록 하는 교육적 힘을 발동하게 하는 것이라 할 수 있다. 교육을 받기 이전에도 지각되는 열등감-자아 상실로서의 열등감- 비하여 자아 긍정으로서의 열등감은 교육을 통하여 획득되고 또 그것이 더 나은 교육을 가능하게 하는 추진력이 된다.



## IV. 요약 및 결론

인간에게 있어 자기 자신에 관해 물음과 그 탐구는 끊임없는 역사 속에서 중요한 부분을 차지한다. 그와 관련하여 자아에 관해 심리학적 관점에서 이해하기 위한 노력 중 프로이트와 아들러의 이론을 살펴볼 수 있다. 아들러의 자아개념을 이해하기 위해 먼저 프로이트의 자아개념에 대해 살펴볼 필요가 있다. 정신분석학의 토대와 그 비판을 통해 등장하게 된 개인심리학은 프로이트의 정신분석학과 그 연결고리를 가지고 있으며, 그 차이에 대한 이해가 분명 필요하기 때문이다.

프로이트의 정신분석학에서의 자아 개념은 이드와의 연결을 통해 확립된다. 프로이트에 의하면 자아는 자신의 의지로 무엇인가 행동하지만, 그 아래에선 이드의 힘에 의한 통제가 작용한다. 자아와 이드와의 관계는 절대적인 분리가 아닌 지속적인 연결 속에서 그 힘을 주고받는 것이며, 자아는 이드를 억누르면서 동시에 그 힘을 활용한다. 이런 모순적인 상황 속에서 프로이트는 자아에 대하여 수정된 부분의 이드로 해석한다. 자아는 또한 두 영역으로 나뉘어 살펴볼 수 있으며, 그것은 의식적 자아의 영역과 무의식적 자아의 영역이다. 프로이트는 정신분석의 과정에서 억압과 저항을 확인하는 과정에서 무의식적 자아의 존재를 확인하였다. 프로이트가 설명하고자 하는 자아는 무의식, 그리고 이드와의 구조적 연결 관계에 대해 보다 분명하게 제시하고 있는 것으로 보이지만, 자아의 기능과 관련하여서는 어디까지나 수동적 존재로 여긴다. 프로이트의 자아 이론에서는 자아는 언제나 이드의 영향 아래에서 영향을 받으며 자아 스스로가 가지는 힘에 관해 설명할 수 없다는 한계를 가진다.

아들러는 목표를 향해 움직이는 정신의 동적인 측면을 강조한다. 그와 관련하여 정신세계를 프로이트와 같이 분석적으로 바라보기보다는 정신이 추구하는 목표와 그 목표를 향한 움직임을 중요하게 여기며 정

신의 기능적 측면에 관심을 두었다. 아들러는 자아를 총체적으로 이해하며, 인간이 삶의 목표를 중심으로 나아갈 수 있도록 하는 정신적인 활동이라고 파악한다. 아들러는 자아를 정신을 이끄는 개념으로 파악했다. 자아에 관한 두 학자의 개념 차이는 곧 정신세계의 바탕이 되는 근본적인 철학에 관한 차이를 드러낸다. 프로이트가 인과론적으로 정신세계를 이해한다면, 아들러는 목적론으로 인간의 정신세계를 이해한다. 아들러의 목적론 중심에는 삶의 목표를 향한 움직임의 원동력이 되는 열등감이 중요한 요소로 자리 잡고 있다.

열등감은 주관적 감정으로서 자기 인식과 타인 인식을 그 바탕에 둔다. 아들러는 모든 개인은 열등감을 가지고 있으며, 정신생활을 구성하는 요소로 파악한다. 그는 열등감을 극복하기 위한 우월의 추구를 통한 삶의 이상이라는 목표에 다가가는 과정을 통해 인간은 스스로에 대해 재평가할 수 있다고 본다. 하지만 이러한 열등감이 병적으로 작용하게 되면 이것이 곧 열등감 콤플렉스로 작용하게 된다. 열등감과 열등감 콤플렉스는 같은 내용의 다른 두 질적 차이를 보여주는 것이라 할 수 있다. 이 열등감 콤플렉스는 과도한 보상 추구를 통한 우월감 콤플렉스로 나타나기도 한다. 열등감 콤플렉스와 우월감 콤플렉스는 열등과 우월의 병적인 측면을 드러내는 동시에 서로 연결되어 작용한다. 그렇기에 열등감 콤플렉스의 이면에는 우월감 콤플렉스가 존재하고 있으며, 우월감 콤플렉스에서는 열등감 콤플렉스의 단면을 살펴볼 수 있다. 이런 두 콤플렉스의 관계적 측면을 통해 열등감 콤플렉스는 타인보다 높은 목표 추구를 통한 우월의 획득에 더욱 관심을 가지게 된다. 타인이라는 삶의 목표는 결코 채워질 수 없는 욕망으로서, 타인이라는 목표 추구의 과정은 자신의 삶에서 점차 멀어지는 것이라 할 수 있다. 이러한 열등감은 자아 상실로서의 열등감으로 이해될 수 있으며, 열등감을 통한 목표 추구의 과정은 모든 삶의 에너지가 외부로 향하게 된다. 그리하여 자신의 진정한 성장과는 점점 멀어지게 된다.

열등감을 제거하거나 해소하는 관점에서 바라보는 것이 아닌 자신의

삶의 일부분이자 삶의 성장을 위한 역설적 힘을 내포하고 있는 것으로 바라보는 것은 인간의 자기 자신에 대한 이해의 과정에서 매우 중요하다. 고통을 통해 인간이 보다 자신에 대해 뚜렷하게 인식할 수 있게 되는 것처럼 열등감을 통해 인간은 더욱 완전한 자기 자신이 될 기회를 얻을 수 있다. 열등감이 그 생성과 제거라는 변증법적 과정을 통하여 인간의 삶에 영향을 미치는 과정에서, 인간의 정신은 평형과 불평형의 움직임 속에서 자아를 보다 완전하게 인식하게 된다. 이 과정에서 인간은 도달할 수 없는 삶의 이상-신-에 대한 목표 중의 목표를 향한 근원적 추구를 하게 된다. 근원적인 신에게 다가가기 위한 노력, 즉 진리 추구가 모든 인간의 욕구이자 영원히 도달할 수 없는 이상향으로 교육의 진정한 목적이라 한다면, 교육이라는 과정을 통한 진리 추구는 이상적 삶에 다가가기 위한 노력이다. 이러한 노력은 곧 자신의 열등감에 대한 수용 및 총체적 삶에 대한 긍정이라 할 수 있다. 이때의 열등감은 자아 긍정으로서의 열등감이라 할 수 있다.

삶의 희극적 요소와 비극적 요소가 모두 녹아나야 삶 그 자체의 매력이 발산되는 것처럼, 인간이 자신의 긍정적인 면뿐만 아니라 부정적인 면까지 받아들이는 것이 곧 자아 긍정이요, 삶의 총체적 긍정이다. 총체적 긍정의 반대편에 있는 부분적 긍정은 우리의 일반적 통념을 이루고 있는 긍정으로서, 인간이 자신의 삶을 유리한 측면, 발전적 측면으로 분할하여 선택적으로 받아들이게 한다. 이와는 달리 총체적 긍정은 긍정, 그리고 부정과는 상관없이 삶을 있는 그대로 받아들이고 인정하는 것이라 할 수 있다. 보기에 따라서는 이러한 긍정은 신적 관점에서의 긍정이라 볼 수 있다. 신은 삶을 구분 없이 한꺼번에 받아들이는 존재이다. 그러기에 총체적 긍정은 또한 인간 삶의 이상적 표준임이 틀림없다. 자아 긍정으로서의 열등감을 통한 총체적 긍정은 이상적 표준으로서의 삶으로 다가가는 과정이며, 그것은 곧 이상적 삶을 위한 진리 추구의 교육적 힘을 발동하는 것이다.

## <참고 문헌>

- 박수빈(2015). 심리적 애착의 원형으로서의 태교. 울산대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 박종덕(2010). 중용의 교육이론. 교육과학사.
- 박종덕(2017). 본능은 종교와 양립 가능한가. 도덕교육연구 29(4). 한국도덕교육학회. 21-46.
- 유정화(2017). 학교 청소년과 학교 밖 청소년의 아들러 생활양식 비교. 목포대학교 교육학과 박사학위논문.
- 이흥우(2016). 교육의 목적과 난점. 교육과학사.
- 임선미(2018). 정신의 성숙과정에서 본 프로이트의 오이디푸스 콤플렉스의 의미. 한신대학교 정신분석대학원 심리학과 석사학위 논문.
- 정신실(2016). 에릭슨의 자아정체성 개념의 재조명. 울산대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 정영도(2013). 오르테가의 철학사상. 서문당.
- 최은주(2020). 융의 분석심리학의 교육학적 해석. 울산대학교 교육학과 박사학위 논문.
- Adler, A.(1928). *Menschenkenntnis*. Anaconda Verlag. 홍혜경(역)(2016). 「인간이해」. 을유문화사.
- Adler, A.(1929). *Kindererziehung*, Fischer. 김세영(역)(2015). 「알프레드 아들러, 교육을 말하다」. 부글북스.
- Adler, A.(1930). *The science of living*. Martino Fine Books. 정명진(역)(2014). 「삶의 과학」. 부글북스.
- Adler, A.(1931). *What life should mean to you*. Little Brown and Company. 설영환(역)(1987). 「아들러 심리학 해설」. 선영사.
- Adler, A.(1933). *Der Sinn des Lebens*. Fischer. 최호영(역)(2019). 「아들러 삶의 의미」. 을유문화사.
- Bettelheim, B.(1982), *Freud and Man's Soul*. Vintage books. 김종

- 주, 김아영(역)(2001). 프로이트와 인간의 영혼. 하나의학사.
- Dewey, J.(1916). Democracy and Education. Macmillan. 이홍우 (역)(2007). 「민주주의와 교육」. 교육과학사.
- Freud, S.(1961b). The Ego and The Id. *Complete Works 19*. trans. by James Strachey. London: The Hogarth Press. orig. 1923. 박찬부(역)(2003). 「정신분석학의 근본개념-자아와 이드」. 열린책들.
- Freud, S.(1964). Beyond the Pleasure principle, Complete Works 18. trans. by James Strachey. London: The Hogarth Press. orig. 1920. 박찬부(역)(2003). 「정신분석학의 근본개념- 쾌락원칙을 넘어서」. 열린책들.
- Fromm, E.(1914). Escape from Freedom. Henry holt and Company. 김석희(역)(2012). 「자유로부터의 도피」. Humanist.
- Hall, C.(1979). A primer of Freudian Psychology. 백상창 (역)(2000). 「프로이트 심리학」. 문예출판사.
- May, R.(1953). Man's search for himself. Dell. 백상창(역)(1997). 「자아를 잃어버린 현대인」. 문예출판사.
- Nicholi, A.(2002). The Question of God. Free Press. 홍승기 (역)(2004). 「루이스 vs. 프로이트」. 흥성사.
- Peursen, C.(1978). *Lichaam-Ziel-Geest: Inleiding tot een Wijsgerige Antropologie. Bijleveld Utrecht*. 손봉호 외 (역)(1985). 「몸·영혼·정신: 철학적 인간학 입문」. 서광사.
- Purkey, W.(1970). Self Concept and School Achievement. 안범희 (역)(1985). 「자아개념과 교육」. 문음사.
- Robert L.(1989). Alfred Adler's Basic Concepts and Implications. Mark Paterson and Associates. 노안영 외(역)(2001). 애들러 상담이론 기본개념 및 시사점. 학지사.
- Sweeney, T.(1998). Adlerian counseling : A Practitioner's

- Approach. Routledge. 노안영 외(역)(2013). 「아들러 상담이론과 실제」. 학지사.
- Unamuno, M.(1913). Del sentimiento trágico de la vida en los hombres y en los pueblos. 장선영(역)(2010). 「삶의 비극적 감정」. 누미노스.
- Wollheim, R.(1991). Sigmund Freud. Harper Collins Publishers Ltd. 이종인(역)(1999). 프로이트. 시공사.

## ABSTRACT

### A Study of the Concept of Inferiority in Adler's Individual Psychology

Seo, Su-Jeong

Major in Counselling Education  
Graduate School of University of Ulsan

Major Advisor : Park, Jong-Duk

The purpose of this study is to reveal relation of the inferiority to the education, the process of self-affirmation by examining the relation between inferiority and self in Adler's individual psychology. Adler defines inferiority as subjective feelings that compare one's worth with the external worth, and thus minimizes one's self-worth. In this view inferiority cannot exist without a comparison. Therefore, recognition of self and others are prerequisites for this inferiority. Through social contact, one develops a subjective perception of self. Inferiority, and is influenced by what arises from the comparison between oneself and the external world - inferiority. In that sense, inferiority is intimately related with the self.

Adler's individual psychology is influenced by Freud's theory of psychoanalysis in terms of studying deep minds, but the two schools of thought define the self differently. According to Freud, the *ego* is not independent but concept related to and influenced by the *id*. The *ego* considered to a part of *id* which has been modified suppresses, and also uses. Freud explains the concept of the self from a causal point of view, in other words to him, the *id* is the driving force of the *ego*, and the *ego* is a passive being under the influence of the *id*. In contrast with Freud, Adler takes a holistic approach to understanding human beings. To Adler, the self is regarded as whole, and it is something that actively leads a human life to achieve an objective. Adler explains the self in a teleological perspective. According to Adler the process of achieving an objective, an ideal in life is what provides direction in one's life. Inferiority is the one that drives the growth of the self. Adler explains that humans grow through the process of recognizing inferiority as part of oneself.

Adler argues that a movement towards superiority, through inferiority, is an essential part of human life. Inferiority that activates in excess it's called 'inferiority complex', and this leads to an excessive pursuit for superiority. In this sense, 'superiority complex' exists on the other side of 'inferiority complex'. Inferiority and inferiority complex are not two different things but a single one which denotes a quantitative difference. More precisely, superiority complex results from a desire which expresses excessive superiority. Seeking for superiority, in order to overcome excessive inferiority, has an



element of superiority in itself, in that one pursues a higher objective than others. Therefore, inferiority complex targets others, not oneself. Consequently, a pursuit to resolve this inferiority is expressed in terms of others, meaning that it drives one further away from the self through a pursuit of desire that cannot be satisfied. In that sense, inferiority results from in the loss of self.

But inferiority can also be explained in other ways: it may be understood as the energy for the mind to tirelessly move towards the ideal of life. Although we recognized the inferiority as pains of life, the self is realized through that inferiority. It is possible to understand the self in the process of the continuous cycle of having inferiority and its resolution. In that inferiority serves as an energy, and this energy provides direction required for self development, inferiority can be understood as self-affirmation. Defined education as the pursuit of truth, the inferiority leads learners to the completion of the self. The inferiority provide the energy with which one can pursue that ideal self.

Keywords: Freud, Adler, Self, Individual psychology, Inferiority, Superiority. Loss of self, Self-affirmation