

20 세기 말 이후 지금까지 등장할 새로운 성격 이론들은 **5 요인 모델(FFM)**을 기반으로 현대 성격 심리학의 다양한 측면을 더 깊이 탐구하고 있습니다. 여기서는 **5 요인 이론(FFT)**, **McAdams의 3 단계 이론**, **사회분석 이론(Hogan)**, 그리고 **신사회분석 이론(NST)**을 중심으로 설명하겠습니다.

1. 5 요인 이론(FFT: Five-Factor Theory)

제안자: Costa & McCrae

핵심 개념:

5 요인 모델의 성격 특성(신경증, 외향성, 개방성, 친화성, 성실성)을 **기본 경향성(Basic Tendencies)**이라고 정의합니다. 이 기본 경향성은 **유전적이고 생물학적으로 타고난 성향**이며, 시간이 지나도 크게 변하지 않습니다. 하지만 개인의 **경험과 환경**은 이 성향이 **구체적으로 어떻게 표현되는지(Characteristic Adaptations)**에 영향을 미칩니다.

- **기본 경향성(Basic Tendencies):** 타고난 성격 특성 (예: 외향성 높은 사람은 본능적으로 사교적)
- **특징적 적응(Characteristic Adaptations):** 환경과의 상호작용으로 나타나는 구체적인 행동이나 태도 (예: 사교적인 성향이 직장에서 네트워킹 활동으로 나타남)

중요한 특징:

- 성격 특성은 **유전적 요소**에 의해 형성되며, **환경적 변화**로는 쉽게 바뀌지 않습니다.
- 외부 환경은 **성격의 표현 방식**을 변화시키지만, 성격 자체를 근본적으로 바꾸지는 않습니다.

최근 연구와 발전:

- **유전자 연구:** 최근 유전학 연구에서는 특정 유전자 변이가 성격 특성과 관련이 있다는 증거가 발견되었습니다. 예를 들어, **DRD4 유전자**가 외향성과 관련 있다는 연구가 있습니다.
- **신경과학적 증거:** 뇌의 특정 부위(예: 편도체, 전두엽)의 활성화 패턴이 성격 특성과 연결된다는 신경과학 연구가 활발히 진행 중입니다.

2. McAdams의 3 단계 이론 (The Three Levels of Personality)

제안자: Dan P. McAdams

핵심 개념:

McAdams 는 성격을 3 단계로 나누어 설명했습니다. 성격을 **단순한 특성의 나열**로 보지 않고, 개인의 삶과 이야기 속에서 **성격의 의미와 변화**를 강조합니다.

1. **수준 1 – 성격 특성(Traits):** 5 요인 모델의 특성으로, 개인의 **안정적인 성향**을 설명합니다.
2. **수준 2 – 개인적 관심사(Personal Concerns):** 개인의 **목표, 가치, 역할과 같은 상황 의존적인 요소**입니다. 이는 상황과 시기에 따라 변할 수 있습니다.
3. **수준 3 – 삶의 서사(Life Narratives):** 사람들이 **자신의 삶에 의미를 부여하는 이야기**입니다. 이는 자기 정체성과 인생의 방향성을 설명합니다.

예시로 쉽게 설명:

- **수준 1:** 나는 외향적인 성향을 타고났다. (변하지 않음)
- **수준 2:** 나는 직장에서 팀 리더가 되는 것을 목표로 삼고 있다. (상황에 따라 변할 수 있음)
- **수준 3:** 나는 어려움을 극복하고 성장한 사람이라는 **자기 이야기**를 가지고 있다. (인생의 큰 흐름에서 스스로를 어떻게 인식하는지)

최근 연구와 발전:

- **자기 서사 연구:** 최근 심리학 연구는 사람들이 자신의 삶을 어떻게 이야기하는지가 **정신 건강**에 큰 영향을 미친다는 것을 보여줍니다. 긍정적인 삶의 서사는 **자존감과 심리적 회복력**을 높이는 데 도움을 줍니다.
- **문화적 차이:** 다양한 문화권에서 삶의 서사가 어떻게 다르게 구성되는지에 대한 연구가 활발히 이루어지고 있습니다. 예를 들어, **개인주의 문화**에서는 개인 성취를 강조하고, **집단주의 문화**에서는 가족이나 공동체 중심의 이야기를 더 중시합니다.

3. 사회분석 이론 (Socioanalytic Theory)

제안자: Robert Hogan

핵심 개념:

Hogan 은 성격을 개인 내부의 특성보다는 **사회적 관계 속에서 드러나는 모습**으로 이해했습니다. 사람들은 타인과의 관계에서 *****좋은 평판*****을 얻기 위해 행동하며, 이는 두 가지 **진화적 동기**에 의해 좌우됩니다.

1. **친밀감(Getting Along)**: 사람들과 잘 지내려는 욕구
2. **지위 추구(Getting Ahead)**: 사회적 지위를 얻으려는 욕구

성격 = 평판(Reputation)

- 사람의 성격은 **스스로 인식하는 모습이 아니라, 타인이 보는 나의 모습**으로 정의됩니다.
- 예를 들어, 자신은 친절하다고 생각할 수 있지만, 주변 사람들이 그렇지 않다고 생각하면 **사회적 평판**은 다르게 형성됩니다.

최근 연구와 발전:

- **직장 내 성격 평가**: 이 이론은 **조직 심리학**에서 많이 활용되며, 성격이 직장 내 성과와 리더십에 어떻게 영향을 미치는지를 연구하는 데 사용됩니다.
- **사회적 네트워크 분석**: SNS 나 디지털 환경에서 **온라인 평판**이 실제 성격과 어떻게 연결되는지에 대한 연구가 진행되고 있습니다.

4. 신사회분석 이론 (Neo-Socioanalytic Theory, NST)

제안자: Brent W. Roberts & Dustin Wood

핵심 개념:

신사회분석 이론은 기존 사회분석 이론을 확장하여, **성격은 유전적 요인뿐 아니라 사회적 환경과 지속적으로 상호작용하며 변화**한다고 주장합니다. 이 이론은 성격을 더 **유동적이고** 변할 수 있는 것으로 봅니다.

- **성격의 4 가지 핵심 요소:**
 1. **성격 특성(Traits)**: 5 요인 모델을 기반으로 함
 2. **동기와 가치(Motives and Values)**: 개인의 목표와 중요하게 여기는 가치
 3. **능력(Abilities)**: 인지 능력이나 사회적 기술
 4. **서사(Narratives)**: 삶의 이야기와 정체성

주요 차이점:

- **환경의 영향 인정:** 기존 5 요인 이론과 달리, **환경적 요인**이 성격 특성에 영향을 미친다고 봅니다.
- **양방향 상호작용:** 모든 요소는 서로 영향을 주고받으며, 성격은 **고정된 것이 아니라 변화 가능한 것**으로 이해됩니다.

최근 연구와 발전:

- **성격 변화 연구:** 최근 연구에서는 **성인기 이후에도 성격이 변화할 수 있다**는 증거가 발견되고 있습니다. 예를 들어, **사회적 역할 변화**(결혼, 취업 등)가 성격 특성에 영향을 미칠 수 있습니다.
- **개입 프로그램:** CBT(인지 행동 치료)와 같은 심리적 개입이 **성격 특성 변화**에 긍정적인 영향을 미친다는 연구도 늘어나고 있습니다.

정리

이론	핵심 개념	성격의 변화 가능성	최근 연구 흐름
5 요인 이론(FFT)	유전적, 생물학적 기반의 타고난 성향	낮음 (안정적)	유전자 연구, 신경과학적 접근
McAdams 의 3 단계 이론	특성 + 개인적 관심사 + 삶의 서사	특성은 안정, 서사와 관심사는 변화 가능	자기 서사 연구, 문화 간 비교
사회분석 이론(Hogan)	성격은 사회적 평판으로 드러남	관계 맥락에 따라 다름	조직 심리학, 디지털 평판 분석
신사회분석 이론(NST)	성격은 환경과 상호작용하며 변화	높음 (환경적 영향 인정)	성격 변화 연구, 심리 개입 프로그램

이렇게 각 이론은 성격을 바라보는 시각과 변화 가능성에 대한 관점이 다릅니다. 최근 연구들은 성격이 단순히 고정된 것이 아니라, 다양한 요소와 환경의 상호작용 속에서 변화할 수 있다는 것을 보여주고 있어요. 😊