



행복을 어떻게 바라보고 싶나요?

「서양고전철학」과 「성격심리학」강의페어링

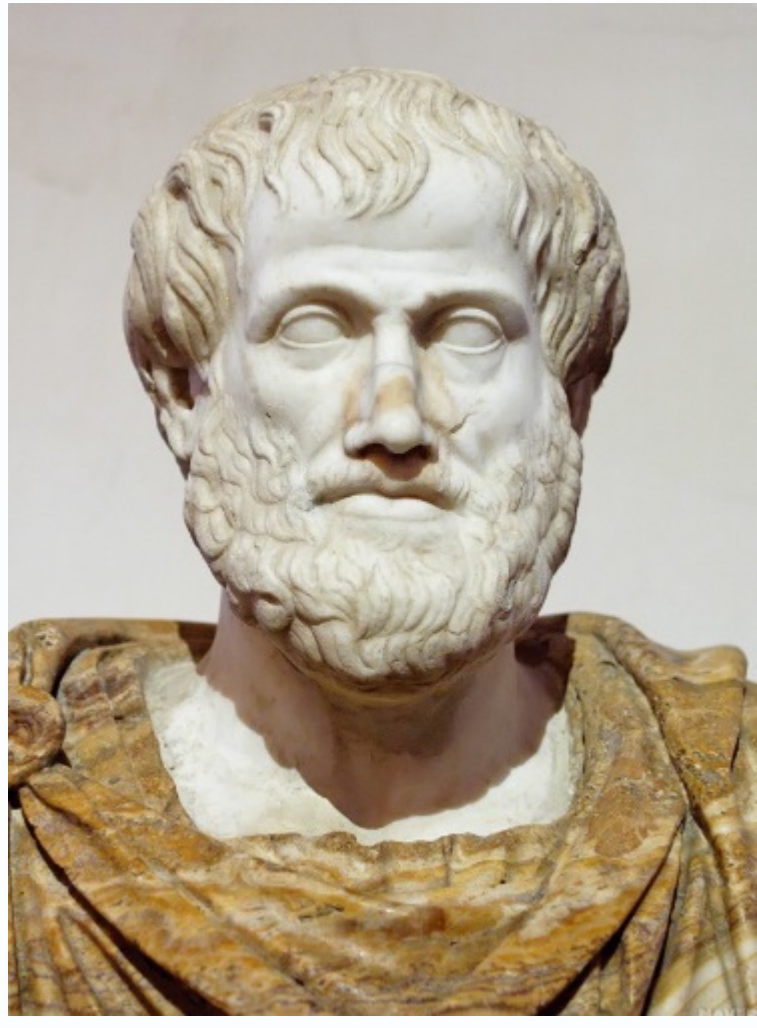
심리학과, 지윤희, 201421886

목적

많은 사람들은 행복해지기를 바라고, 행복한 삶이 무엇인지 자신만의 정의를 가지고 있다. 아들에게 쓰는 책인 니코마코스 윤리학에서 아리스토텔레스가 말하는 행복과 개인심리학을 주장하는 알프레드 아德勒의 입장에서 행복이란 무엇인지 살펴보고자 한다. 이 두 사람은 과연 행복을 어떻게 바라보고 있으며 차이점이나 공통점은 있을까? 철학과 심리학에서 대가라고 부를 수 있는 두사람의 견해를 바라보며 마지막으로 내가 생각하는 행복이란 무엇인지 정리하면서 마치고자 한다.

「서양고전철학」에서의 강의페어링

아리스토텔레스는 인간의 모든 행위가 궁극적으로 목표하는 선, 다른 어떤 목적에도 종속되지 않고 그 자체때문에 추구되는 것을 '행복'이라 말한다. 이것은 인간 고유의 기능인 이성적인 사유를 잘 실현시킬 때를 말하며 행복의 위계 3단계 중 관조적인 삶이 좋은 삶이자 행복한 삶이라고 설명한다.



「성격 심리학」에서의 강의페어링

아德勒는 보람을 느낄 수 있는 목표를 성취하기 위해 스스로 발전하고 노력하는 것, 자신에 대해 긍정적으로 느끼게 해주는 생활양식이 충족되었을 때 '행복'을 느끼며 만족을 경험할 수 있다고 말한다. 아德勒는 인간이 자신의 행동을 성장이 촉진되는 방향으로 **선택**하는 목표지향적인 사람이라고 믿었다.



행복을 바라보는 관점 비교

아리스토텔레스

1. 목표 추구적

인간은 최고선인 행복을 추구하기 위해 목표를 따라가는 존재이다. 아리스토텔레스는 행복을 인간의 영혼이 자신의 고유한 기능을 탁월하게 발휘하는 활동, 혹은 탁월성에 따라 발휘하는 활동이라고 정의한다.

2. 탁월감

그 무엇을 좋은 상태에 있게 하고, 그것의 기능을 잘 수행하도록 하는 것을 말한다. 탁월성을 갖춘 영혼은 자신의 고유한 기능을 탁월하게 발휘할 것이다. 아리스토텔레스는 탁월성의 기원을 주로 습관으로부터 설명한다. 탁월성은 본성에 의해 주어진 것도, 본성에 반해 주어진 것도 아니다.

3. 에토스(ethos)

에토스란 '성격'과 '습관'을 의미하는 말로 사람의 특징적인 성질이나 태도를 말한다. 습관은 본성이 범위 내에서 만들어지되, 본성을 탁월하게 만들 수도 있고 열등하게 만들 수도 있다. 즉 에토스는 그 사람의 도덕적 행동·사고·생활의 근거가 된다.

아德勒

1. 목표 지향적

아德勒가 초점을 둔 부분은 유전과 초기 양육에 의해 지니게 된 특성들을 재료로 그 사람이 무엇을 만들어내는지가 더 중요했다. 우리의 행동은 목표지향적이 될 수 있도록 스스로 **선택**할 수 있다는 점에서 가능성을 가진 존재이다.

2. 열등감극복, 우월감 추구

개인심리학은 한 개인이 가진 힘과 우월성에 집중한다. 우월성은 자신의 열등감을 극복하고자 하는 동기이며 그 방향이 어떠한 개인이 삶에 만족을 얻고자 성취하는 것은 우월성을 추구함으로써 이루어진다.

3. 생활양식

개인이 지닌 모든 태도와 열망의 총합을 '생활양식'이라고 말한다. 각 개인의 독특한 삶의 방식이기 때문에 이를 통해 세상 속에서 자신의 고유한 자리를 찾고자 하며, 열등감을 극복해서 우월성을 성취하려는 목표를 가지게 된다.

결론

아리스토텔레스와 아德勒의 행복을 바라보는 관점의 가장 큰 차이는 목표를 성취하려는 인간의 행동 방식에 있다.

아리스토텔레스는 최고선인 좋은 삶, 행복한 삶을 정의 내리는 것에 집중한다. 최고선에 관한 통념들, 행복과 세 가지 삶의 유형 등 우리가 추구하는 행복이 무엇인지 아는 것에 초점을 둔다. 그리고 인간은 그 자체로 목적이 되는 행복을 추구하기 위해 자신의 고유한 기능을 탁월하게 발휘해야 하는데 그것은 바로 이성적인 사유이다. 인간의 기능이 있는 한 좋음과 '잘함'은 인간의 기능 안에 있을 것이다.

아德勒는 개개인의 특성에 집중했고, 독특한 개성을 가진 개인을 이해하는 것이 개인심리학의 목표이다. 따라서 스스로 의미 있고 보람을 느낄 수 있는 목표를 선택할 수 있다. 작은 목표라도 개인이 삶에 만족을 얻고자 성취하는 것은 우월성을 추구하는 동기가 된다. 이렇게 자신에 대해 긍정적으로 느끼게 해주는 생활양식을 세워 열등감을 극복하고 우월성을 성취할 때 '행복'을 느끼며 만족을 경험한다고 얘기한다.

내가 생각하는 행복은 아德勒에 좀 더 가깝다. 작은 것이라도 삶에 만족을 얻을 수 있는 목표를 세워 이루어나가는 방식을 선호한다. 인간은 누구나 잠재력을 가진 존재이며 스스로 선택해서 변화할 수 있는 힘과 우월성을 가지고 있다. 자신이 충분히 변화할 만한 사람이라는 것을 믿고 있다면 목표는 충분히 성취할 수 있을 것이고, 행복 또한 느낄 수 있을 것이다.

참고자료

Aristoteles, 「니코마코스 윤리학」, 천병희 옮김, 고양 : 숲 (2013)
권석만, 현대 성격 심리학(이론적 이해와 실천적 활용), 학지사 (2015)