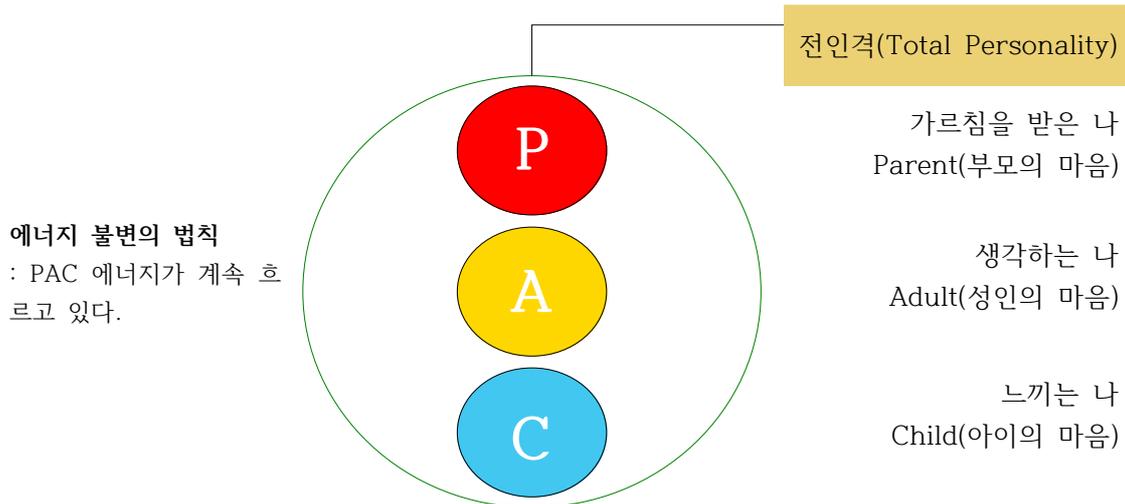


1. 인간의 자아상태의 3가지 종류와 그 내용에 대하여 서술한다.(100점)

자아상태란 한 사람이 생각하고 사고하고 행동하는 모든 것이 하나의 시스템으로 구조화되어 있는 것을 말하며, 전인격(Total personality) 안에 또 다른 모습(자아)들을 부모의 마음(Parent), 성인의 마음(Adult), 아이의 마음(Child)으로 표현한다.



1. P의 자아 : Parent ego state (부모의 마음)

- 어렸을 때 부모님, 또는 권위가 있는 할머니, 할아버지, 친인척들과 같이 생활을 하면서 보고 배운 모습을 이야기한다(가르침을 받은 나, 카피된 나)
- 옳고 그름에 대한 신념, 좋고 나쁨에 대한 가치관, 어떤 사람에 대한 기대나 행동 패턴 등이 있다.
- 보수적, 비판적, 보호적인 모습이 있다.

2. A의 자아 : Adult ego state (성인의 마음)

- Here and now. 지금, 이 순간에 옳은 것이 무엇인지를 사고하고 판단하는 것이 A의 자아로 사고하는 것이다(생각하는 나)
- 당면한 상황에 적절하게 반응하고 대응하는 행동이 무엇인지를 사고하는 것, 그 안에서 판단하고 행동하는 것, 정보를 수집하며 사실을 바탕으로 결론을 도출하는 것을 말한다.
- 이성적, 논리적, 합리적인 모습이 있다.

3. C의 자아 : Child ego state (아이의 마음)

- 어렸을 때 내 생각, 감정표현을 어떻게 했는가 하는 마음들이 성인이 된 지금까지 똑같이 재현되고 있는 것을 의미한다(느끼는 나).
- 어린 시절로부터 재연하는 행동, 사고, 감정, 욕구 등 아직 미성숙한 유아적인 자아 모습을 말한다.
- 본능적, 직관적, 순응적 모습이 있다.