

정신분석적 상담이론 및 기술

김 윤 희
(경희의대 간호학과 교수)

간호적이란 인간과 인간간의 직접적인 접촉을 통해 관계를 이루는 직업이다. 그리고 접촉관계를 맺어주는 매개체는 의사소통이고 그때의 의사소통은 사교적 특성이 아닌 치료적 의미를 지녀야한다.

간호의 기능상 상담은 간호방법시행의 보조적 또는 간접적수단으로 이용되기도 하고 또는 상담을 통해 건강 및 간호의 문제를 해결하는 직접적수단으로 이용되기도 하다. 건강한 사람은 예방을 위해, 건강에 문제가 있는 사람은 치료를 위해, 장애를 경험한 사람은 재활을 위해 항상 전문가의 의견과 조언을 듣고 싶어한다. 이러한 간호대상자들의 다양한 건강 및 간호요구에 부응하기 위해 간호사는 적절히 상담에 응해줄 간호상담자로서의 책임이 있다.

따라서 본 지면보수교육에서는 현대 심리학의 3大 주류를 이루고 있는 정신분석학, 행동주의 심리학, 인본주의 심리학에 근거한 각각의 상담이론 및 기술에 관하여 논하고자 한다.

I. 서론

Freud의 정신분석학은 많은 비판을 받고 있음은 사실이지만 이 이론만큼 전인류의 문명에 광범하고 깊게 영향을 미친 이론은 거의 없다고 할만큼 20C 서구문명에 커다란 지적충격을 준것으로 평가되고 있다(Hjerk & Ziegler, 1981). 특히 정신분석학, 행동주의심리학, 그리고 인본주의 심리학가운데서도 정신분석학은 최초의 세력으로 등장하여 정신의학과 심

리학의 발달에 신기원을 이룰 정도로 지대한 공헌을 하였다.

정신분석학적 접근의 이론가들로선 전통적 정신분석학을 창시한 Freud와 Freud의 범성욕설적인 입장에 반대하여 이탈해나간 분석심리학자 Carl Gustav Jung, 그리고 사회심리적으로 안목을 가지고 정신분석이론을 발전시킨 소위 신Freud학파들 즉 개인심리학자 Alfred Adler, 성격분석치료자 Karen Horney 의치치료학자인 Ott Rank, 생산적인간론의 Erik Fromm, 자아심리학자 Erik H. Erikson, 인간관계이론에 근거하여 성격이론 및 정신치료방법을 개발한 Harry Stack Sullivan 등을 들 수 있었다.

본 장에서는 인간의 모든행위를 성과 연결하여 설명하려는 일종의 범욕설(汎欲說)자인 Freud의 전통적 정신분석적 상담이론에 관한 주요 개념과 상담기술에 관하여 서술하고자 한다.

II. 주요개념

1. 인간관

정신분석학에서는 인간을 비합리적이고 결정론적인 존재로 가정하고 있으며 인간의 행동이란 기본적인 생물학적 충동과 본능을 만족시키고자 하는 욕망에 의해 동기화되는 것으로 본다. 그리고 개인을 현재의 시점에서 자신의 행위를 결정하고 그에 따른 책임을 질 수 있는 주체자로서 보다는 오히려 과거의 생활경험들에 의해 그것도 출생에서부터 5세사이의 초기아동기에 경험하여 무의식속에 잠재해 있는 정신성적인 사건들에 의하여 결정되

는 존재로 보고 있다. 그러므로 정신내부에서 일어나는 어떤 것이라도 우연히 일어나는 것은 없고 반드시 원인이 있다는 것이다. 그러나 한편으로는 인간에게 있어 약간의 합리성과 선택의 자유를 인정하고 있으므로 정신분석을 통해 개인의 성격변화를 도울 수 있다고 가정하고 있다. 그렇지만 그 변화도 핵심구조는 그대로 있고 표면만이 변화한다고 보므로써 결국 Freud의 인간존재에 대한 기본가정은 결정론적이고 비합리적인 편으로 기울고 있는 것으로 볼 수 있다.

2. 의식과 무의식

의식, 전의식, 무의식은 Freud의 초기성격구조이론이었고 이때의 중심개념은 무의식적 정신과정이었다.

Freud는 초기에 지형학적인 모형을 가지고 성격의 구조를 설명하려 했다. 즉 다음을 정신적인 “지도”로 표기하여 우리가 사고나 공상같은 정신적 사건을 의식하는 수준이 서로 다르다고 기술하였다.

의식(Consciousness)은 현재 각성하고 있는 모든 행위와 감정을 말하며 정신생활의 일부(사고, 지각, 느낌, 기억)만이 의식의 범위 내에 포함된다고 하였다. 이러한 의식도 단지 잠시동안일뿐 우리가 주의를 다른 곳으로 바꾸면 재빠르게 전의식이나 무의식으로 사라져 버리게 된다. 간단히 말해 의식이란 성격의 아주적고 제한된 부분만을 나타낸 것이라 할 수 있다.

전의식(Preconsciousness)은 이용가능한 기억으로 조금만 노력하면 의식으로 떠올릴 수 있는 생각이나 감정등을 말한다. 예를 들어 우리가 지난주에 행한 경험에 대한 기억, 예전에 살았던 도시, 지난 방학때 다녀온 해외여행 등 기타의 많은 경험등을 말하며 Freud는 정신분석의 기술을 이용해서 무의식의 내용을 전의식과정을 통해 의식화시킬 수 있다고 가정하였다.

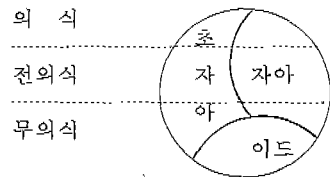
무의식(Unconsciousness)은 정신의 가장 깊고 중요한 부분으로 전혀 인식되지 않지만 사

람들의 행위를 결정하는 주요 동기로 작용된다. 무의식속에는 자신이나 사회에 의해 용납될 수 없는 생각, 감정 또는 증등 등이 억압되어 있으며 이러한 무의식의 내용들은 내 개인으로 하여금 내적갈등을 경험하게 하고 또는 본래의 모습과는 달리 왜곡된 증상으로 나타나기도 한다. 그러므로 정신분석에서는 행동에 내재되어 있는 무의식적과정을 더욱 깊숙히 연구하는 수단으로 환상과 꿈을 분석할 것을 강조하며 이와같이 무의식적으로 가장 되거나 왜곡된 증상을 통해 나타나는 경험들을 의식수준으로 끌어내기 위해서는 상담이나 정신치료의 도움이 필요하다고 보았다(Hansen등, 1976), Freud는 인간의 모든 정신적 과정이 이와 같은 무의식으로부터 기원되는 것으로 보았다(Abeles, 1979).

3. 성격의 구조

Freud는 1920년대에 정신생활의 개념모형을 수정하여 성격의 기본구조로 이드(id), 자아(ego), 초자아(superego)를 제시하였다.

이들 성격구조와 의식수준과의 상호관계는 그림 (1)에 표시되어 있듯이 모든 이드(id)는 무의식을, 그리고 자아나 초자아는 의식과 전의식 그리고 무의식의 상태를 모두 포함하고 있음을 알 수 있다. 무의식은 이 세가지의 성격구조를 모두 포함하고 있지만 주로 본능적 충동으로 구성되어 있다(이훈구, 1983).



(그림 1 성격의 구조적 모형과 의식수준과의 관계)
(Wolman, 1968)

1) 이드(id)

성격의 생물학적인 구성성분을 지칭하는 것으로 부모로부터 유전된 것, 출생시에 가지고 태어난 것, 성적인 그리고 개인속에 교정되어

있는 공격적 본능 등을 포함하는 정신적 대리인이다. 이드(id)는 노골적으로 동물적이며 체계화되지 않은 것으로 법도 규칙도 따르지 않고 전생애 동안 변하지 않는 부분이며 모든 충동의 저장소이며 신체적인 과정으로부터 그 에너지를 공급받는다.

이드(id)는 쾌락원칙(pleasure principle)에 따라 되도록이면 고통을 최소화하고 쾌락을 최대화하여 성격을 긴장으로부터 해소시키고자 하는 기능을 담당한다. 이와같은 고통을 피하고 쾌락을 얻는 기제에는 두가지 방법이 있으며 그 하나는 재채기, 기침, 눈깜짝거림 등과 같이 자동적으로 불안을 일으키는 자극을 재빨리 제거하기 위한 반사작용(reflex action)이고, 다른 하나는 심리학적 현상으로 환각 경험을 통해 소원을 실현하고자 하는 일차적 과정의 사고(primary process thinking) 형태이다. 즉 개체가 언젠가 자기의 기본적인 욕구를 만족시켜준 적이 있는 어떤 대상물의 심상(imagy)을 창조하여 긴장을 감소시키는 것으로 예를 들면 배고플때 맛있는 음식을 머리속에 떠올림으로써 배고픈 충동을 조금이나마 만족시키는 것과 같다. 일차과정에 따라 행동할 때 오는 비극은 인간은 욕구를 충족시켜주는 실제의 불체와 물체의 심상(imagy)과 구별하지 못한다는 점이다. 그러나 어떤 외적인 만족의 근원이 없게 되면 이러한 혼동은 차츰 사라지게 된다. 따라서 Freud는 유아가 꼭 배워야 할 당면과업은 일차적 욕구의 만족을 지연시키는 방법이라고 하였다.

그러므로 유아가 자신의 욕구나 충족과는 거리가 먼 외부세계가 있다는 것을 처음으로 배우으로써 그의 만족지연능력이 발달되며 이러한 인식이 생길때 성격의 이차적 특징인 자아가 발달된다.

2) 자아(ego)

자아(ego)의 구조와 기능은 이드(id)로부터 획득·진화되었으며 이드(id)로부터 얼마간의 energy를 빌어서 환경의 요구에 반응하므로써 자기보존과 안전을 확보한다.

자아는 현실원칙(reality principle) 기능에 의해 현재의 주어진 환경과 자신의 처지를 이해하게 되며 또한 마음속에 있는 사물의 심상과 외부 현실에 있는 사물과를 구별할 줄 알게 된다.

제 2차 과정의 사고(2ndary process thinking) 기능에 의해 현실원칙에 입각해서 욕구 충족을 위해 맹목적으로 서들지 않고 적당한 대상이나 환경조성이 성숙될 수 있을 때까지 긴장해소를 보류하는 현실적인 사고를 한다.

또한 이러한 현실적인 사고과정(2ndary process thinking)을 통해 행동을 통제한다. 즉 반응할 환경의 성질을 검토하고 선정하여 어떤 욕구를 어떤 방법으로 만족시킬 수 있는지 평가하고 결정하는 기능을 한다(현실검정 기능 : reality testing)

이와같은 기능을 통해 자아는 현실을 무시하고 쾌락원칙에 입각하는 이드(id)의 작용과 이상지향적인 초자아의 작용사이에서 현실을 고려하여 이들을 통합조정하는 중재자의 역할을 한다. 결국 자아는 이드(id)가 사회의 윤리와 도덕에 맞추어 본능적인 욕구를 표현할 수 있도록 해 주며 개인은 이와같은 기능을 할 수 있기 위해 배우고 사고하며 추리 및 지각하고 결정하며 기억하므로 자아기능은 흔히 인지능력으로 간주된다.

3) 초자아(Superego)

어린시기 부모의 설명과 부모가 주는 보상, 처벌에 의해 발달된다. 따라서 사회의 전통적 가치와 이상의 내적기준에 의해 영향을 받기 때문에 초자아는 비록 아동이 지각한 사회의 진정한 가치 개념이 왜곡될 수 있기는 하지만 개체가 사회의 “집단적 양심(collective conscience)”을 자기내부에 반영한 것으로 간주된다.

초자아는 성격의 도덕적 무기로 현실보다는 이상을, 쾌락보다는 완성을 위해 작용하며, 두 개의 하위체계, 즉 양심(conscience)과 자아이상(ego ideal)으로 나누어진다. 양심은 부모의 처벌을 통해 얻어지며, 그리고 개인이 이상하

는 바대로 생활하지 못하는 데서 오는 죄의식, 후회, 반성등을 포함한다.

자아이상(ego)은 자녀의 행동을 인정해주고 보상(칭찬)해 주는 것에 의해 발달되며 개체로 하여금 목표와 포부를 갖게해주고 이것을 달성할 경우 자존심과 긍지를 느끼게 된다.

이러한 초자아가 발달하게 되면 부모에 의해 통제되던 것이 이제는 초자아에 의해 자기통제가 가능하게 되며 비로소 완전히 성숙했다고 말할 수 있다.

초자아는 이드(id)의 충동을 조절하려함과 동시에 자아가 어떠한 일을 결정할때 이기적 또는 현실적인 것보다는 완전한 것에 기준을 두도록 설득시키고자 한다.

4. 성격의 역동성

Freud는 인간행동의 원천적 energy를 설명하는 과정에서 energy란 한가지 형태에서 다른형태로 전환될 수 있으나 전체적인 우주체계에서는 소실될 수 없다는 energy보존 법칙을 기본가정으로 삼고 있다.

이러한 맥락에서 인간유기체란 복잡한 energy체계이며 음식에서 energy를 얻어 혈액순환, 호흡, 근육운동, 지각, 사고 및 기억과 같은 여러가지 행동의 힘의 원천으로 소모 및 사용한다고 보고 있다.

이때 정신적 energy는 신체적 energy로 전환될 수 있고 또 그 반대인 수도 있다고 생각했으며 이러한 신체적 energy와 정신적 energy간의 전환을 맺어주는 교량역할을 하는 것이 이드(id)와 그 이드(id)내에 포함되어 있는 본능(instinct)이라고 보았다.

1) 본능(instinct)

본능이란 이드(id)속에 포함되어 있는 정신적 energy원이며 신체조직상의 욕구에 의해 야기되는 흥분상태가 소망(wish)의 형태로 나타나는 것을 의미한다.

본능은 그 수가 굉장히 많지만 Freud는 기본적인 주류는 삶(eros)과 죽음의 본능(thanatos)이라고 하였다. 삶의 본능은 생동적이 삶

을 가능케 해주고 종족의 번식을 책임지는 각종의 energy를 포함한다. Freud는 삶의 본능을 성적 충동(sexual instinct)등의 개념으로 표현하고 있다. 삶의 본능중 성격발달에 지대한 영향을 미치는 것은 성적본능(sexual instinct)이고 이러한 성적본능을 내재하는 정신적 energy가 바로 리비도(libido : 라틴어의 “소망” “욕구”에서 유래)이다. 즉 리비도는 성적본능(sexual instinct)의 정신적측면이라 할 수 있으며 일반적으로 삶의 본능이라 불리워지고 있다.

그러므로 삶의 측면에서 볼 때 eros는 곧 성욕과 상관되며 성욕은 곧 종족보존의 한 형태이다. 따라서 인간은 eros에 의해 생명을 유지하고 자신과 타인을 사랑하며 종족의 번창을 가져온다. 그리고 이러한 eros는 뭔가 無에서 有에로의 창조를 그리고 인류역사의 발전과정에서는 건설욕, 및 평화사상과 관련된다 하겠다(김동규, 1984).

죽음의 본능(thanatos)은 공격적 본능, 파괴적 본능의 개념으로 표현되며 잔인성, 공격, 자살, 살인행위등으로 나타난다. 이러한 죽음의 본능은 개인적인 수준에서는 공격성이라는 인간의 본성으로 나타나지만 사회화되어 조직적이고 집단적인 형태로 변하면 인류사에서 전쟁의 모습으로 변하게 된다.

이러한 의미에서 Freud는 모든 인간의 행동은 이 본능에 의해 결정된다고 주장하였다. 즉 본능은 직접영향을 줄 수도 있으나 우회해서 행동에 영향을 주거나 그렇게 행동하므로 개인의 행동이란 다만 이러한 긴장을 감소시키기 위한 것이라 볼 수 있으며 본능은 “모든 행동의 궁극적인 원인” 즉 동기가 된다(Freud, 1940).

2) 성격발달

발달에 관한 정신분석학 이론은 두가지 조건을 전제로하고 있다. 첫째는 유전학적인 접근방법으로 성인의 성격은 유아기(출생후 5년)의 여러가지 경험에 의해 기본적 골격이 형성된다는 것이다. 두번째는 리비도(성에너

지)의 상당량은 출생시에 이미 나타나며 이것은 일련의 정신성욕단계(psychosexual stage)를 거쳐 발달해 가되 이단계는 개인의 본능적 과정에 뿌리는 박고 있으며 성격형성에 결정적 영향을 준다는 것이다.

그리하여 Freud는 리비도가 본래의 특성인 성적인 욕구 energy를 개인의 신체상층 어떤 부분으로 분출구를 찾아 집중적인 만족을 취하려고 하느냐에 따라 단계별 구분을 하였다.

즉 제 1 단계(구강기 : 0~2세), 제 2 단계(항문기 : 3~4세), 제 3 단계(남근기 : 4~6세), 제 4 단계(잠복기 : 6~12세), 제 5 단계(생식기 : 12~죽을때까지)로 구분하였고, 각 단계는 자극을 쏠 경우 리비도energy를 방출하는 신체 부위에 따라 명명하였다(각 단계는 모두 일차적 성적 부위라는 특징이 있고 그 부위는 성적 흥분이 가장 민감한 곳으로 외부와 내부의 피부가 접하는 신체부분이다. 예를 들어 입술은 종아리나 손등보다 자극에 더 민감하다. Freud는 점박이 많이 들출해 있으면 있을수록 감각적 회멸이 더 예민하다고 했고 남녀의 성기, 유방 항문을 성적부위로 간주하였다.

그러므로 각 단계에서 개인이 어떠한 사회적 경험을 얻느냐가 매우 중요하며 각 단계에서 얻는 태도와 경험, 가치관의 형성은 평생을 살아가면서 영원한 어떤 흔적을 남겨 놓게 된다. 지면관계상 각 발달단계의 스트레스와 과업, 그리고 정신방어기제에 관한 설명은 생략하기로 한다.

III. 상담기술

1. 상담의 목적

잘 적응하는 개인이란 사랑할 수 있고 일할 수 있는 사람으로 정의된다. 그러나 이러한 적응을 방해하는 요소는 무의식속에서 행동의 동기로 작용하고 있는 억압된 충동이고 이들 억압된 충동은 과거에 ego가 적절히 중재할 수 없었던 이드(id)의 충동으로 본다.

그러므로 정신분석적 상담의 목적은 어떤

위험이나 비난받을 위험이 없는 완전한 분위기속에서 과거에 Client 자신이 효과적으로 대처할 수 없었던 장면에 직면할 수 있게 하고 그와 관련된 억압되어 있는 감정이나 내용을 자유롭게 표현할 수 있게 도와줌으로써 문제되는 무의식의 내용을 의식화시켜 Client 스스로가 자신의 현재 행동의 적절성 및 부적절성을 탐색할 수 있고 나아가 자신의 문제 행동의 원인을 통찰하여 의식수준에서 새로운 행동을 수행할 수 있도록 도와주는 데 있다.

2. 상담의 과정

상담회수는 일주일에 1~5회이며 1회의 면담시간은 45분~60분 Couch를 사용하며 전체 소요기간은 3개월~6개월이다.

1) 시작단계

내담자의 이야기 행동 모두가 정신치료의 과정에서는 의미를 지니고 있으므로 정신분석적 관찰은 Client가 Counselor를 처음만나는 때부터 시작된다.

그러므로 최초의 면담장면이 바로 정신분석의 단계라 할 수 있다.

최초의 면담기간에 내담자의 문제가 파악되고 정신분석의 필요성 여부가 결정된다.

예컨대 현재의 생활행편, 문제, 성취해 온 것, 인간관계, 가정환경, 아동기의 발달사 등을 들 수 있다. 이러한 내용들을 포함하는 면담의 면집을 끝내고 Couch로 옮겨 정신분석을 시작한다.

정신분석단계에서도 Counselor는 계속해서 내담자의 발달역사와 발달사항에 대하여 많은 정보를 파악할 수 있어야 하며 그 이유는 내담자의 무의식적 갈등의 성질에 관한 포괄적 이해를 위함이다.

이때 근본적인 갈등에 너무 가까이 접근하지 않도록 유의하고 쉽게 의식화할 수 있는 것들에만 한정한다.

2) 전이의 발달단계

Client와 Counselor간에 친숙한 관계 형성되어 어느시점에 이르면 Client는 무의식적 갈등

의 문제를 표출하게 되는데 그때 그 갈등과 관계되는 어떤 중요인물에 대한 내담자의 정서적 반응이 분석가를 향하여 나타나게 된다. 분석가는 이때 내담자의 무의속에 잠재해 있던 갈등과 관련되어 있는 인물 즉 父, 母, 애인이나 교사 등의 의미를 지니게 되며 Client는 전이현상과정을 통해 잊어버렸던 어린시절의 기억과 억압된 무의식적 환상들을 현대판으로 무의식적으로 재연하게 된다.

이러한 전이의 분석은 정신분석기술의 초석이 되는데 이 분석은 Client로 하여금 현실과 환상을, 과거와 현재를 분별할 수 있게 도와주고 어린시절의 무의식적인 환상적 소원 충동등을 현실적으로 이해할 수 있게 해주며 Client가 자신의 충동과 불안이 비현실적이라는 것을 깨닫고 성숙되고 현실적인 수준에서 적절한 결정을 할 수 있게 도와준다. 이러한 전이분석을 통해 Counselor는 Client가 겪고 있는 갈등의 성질을 통찰할 수 있게 된다. 이러한 변화의 과정역시 무의식적인 과정이다.

3) 철저한 활동단계(Working through)

Client의 갈등의 성질에 대한 통찰을 1~2번 경험했다고 해서 행동의 변화를 가져오기에는 불충분하다. 수습차례, 여러 측면에서 철저하고 지속적인 전이의 분석활동을 통해 Client의 문제는 심화되고 공고화된다.

이 활동은 전이의 분석과 어린시절의 중요한 경험들에 대한 기억상실의 극복사이에서 일종의 촉매역할, 즉 회상을 촉진시키게 된다.

따라서 이 단계를 통해 Client는 자신의 억압된 감정과 충동을 이해하고 그 결과 현실을 부정하기 보다는 직면할 수 있게 되고 보다 성숙되고 효과적인 방법으로 반응하는 것을 배우게 된다.

따라서 이러한 활동을 정서적 재교육(emotional reeducation)이라 불리워지기도 한다.

4) 전이의 해결단계

이것은 분석의 종결단계를 의미한다.

Client와 Counselor가 설정한 분석의 주요 목표가 성취되고 전이가 잘 이해되어 모두가

만족스럽게 되면 종결을 하게 된다.

전이의 해결이란 Counselor에 대한 Client의 무의식적이고 신경증적인 애착을 해결하는 일로 이때는 Client가 상담을 요청하였던 증상들이 약화된 현상을 보이고 현재까지 억압되어 있던 기억들이 나타나 상담초기에 이루어졌던 해석, 성격의 재구성등이 확고해지고 정교화된다. 그리고 Client나 Counselor가 더이상의 분석을 필요치 않게 느낀다.

3. 상담기술

1) 자유연상(Free association)

정신분석과정중 가장 기본적인 기술이다.

이 기술은 Client로 하여금 아무런 제한없이 고통스럽건, 즐거운 것이건, 사소한 것이건 의식에 떠오르는 것이면 무엇이든 모든 것을 이야기하도록 하는 방법이다. Client는 조용한 방에서 Couch에 편안한 자세로 눕거나 기대어 이야기 하고 Counselor는 Couch의 옆이나 뒷편에 앉아 무비판적인 태도로 은화하고 관심 있게 Client의 이야기를 경청한다.

필요한 자료는 Client의 자연스런 연상의 흐름속에 개입하여 얻는다. Client가 두서없이 하는 이야기이더라도 모든 내용은 역동적으로 어느정도 관련성있고 무수한 우회와 장벽이 있긴해도 마음의 미로를 통해 연상을 해가면 그들의 마음의 역사와 현재의 조직을 파악할 수 있다. 그리고 분석가가 이들의 관련성과 의미를 해석해 주며 내담자는 자신의 무의식적인 동기를 이해하고 통찰할 수 있게 되는 것이다.

2) 해석(Interpretation)

해석은 전이, 자유연상, 저항, 꿈 등을 분석할때 사용되는 기본적 절차이다. 해석의 과정에서 분석가는 꿈이나 자유연상의 내용, 저항, 상담자체의 의미를 지적하기도 또는 설명하기도 하며 가르치기도 한다. 이와같은 해석은 ego로 하여금 무의식적인 자료를 의식화하는 것을 촉진시켜 Client로 하여금 무의식적인 자료들에 대한 통찰을 할 수 있도록 한다.

Counselor가 해석시 유의해야할 사항은 Client가 저항 혹은 방어적 태도 취할 때 그 이면의 원인을 해석하기 이전에 Client의 방어적 행동 저항행동 그 자체를 지적 또는 설명해 주어야 한다. 즉 전혀 이해되지 않는 무의식적인 방어나 저항행동을 잘못해석하기 보다 현재 나타내고 있는 방어행동을 지적해 줌으로써 Client의 움츠러드는 행동을 막을 수 있고 더욱 깊은 원인을 해석할 수 있는 자료를 얻게 된다.

3) 저항(Resistance)의 분석과 해석

Client가 억압된 감정이나 생각을 회상해내지 않거나 그 표현을 주저하는 현상이다. 이러한 현상은 자신의 억압된 충동이나 감정을 각성하게 되면 흔히 갖게 되는 불안을 견디어 내기가 힘들기 때문에 그 불안으로부터 ego를 방어하기 위해 나타나는 것이다. 이러한 저항 현상은 불안을 초래하는 무의식적인 내용들의 각성을 방해하기 때문에 Counselor는 이를 지적해 주어야 하고, Client도 자신이 갖고 있는 갈등을 해결코자 하면 그 갈등을 현실에서 정면으로 당면해야 한다.

저항해석의 일반적인 원리는 Counselor가 Client에게 주의집중하여 여러개의 Resistance중에서도 가장 분명한 저항현상을 해석한다. 그렇게 함으로써 해석에 대한 Client의 거부가능성을 최소화할 수 있다. Client는 자신의 저항행위를 돌아볼 수 있는 기회를 증대시킬 수 있다.

4) 전이(Transference)의 분석과 해석

전이는 Client가 어릴때 어떤 중요한 인물에 대하여 가졌던 사랑이나 증오의 감정을 Counselor에게 전치(displacement)시킬때 나타나는 현상이다. 이러한 전치현상은 무의식적으로 작용하기 때문에 Client는 전혀 의식하지 못한다.

Freud는 전이(transference)란 억압된 사랑의 감정을 표현할 수 있는 대상을 찾고자하는 Client의 욕구가 반영된 것으로 해석하였고 이러한 경우 Counselor는 사랑의 대치대상(Sub-

stitution)의 역할을 하게 된다.

Transf.는 언어적 의사소통으로 직접 나타날 수도 있고 꿈으로 나타날 수도 있다. 점차 Client가 Counselor와의 전이관계의 참된의미를 각성하게 되면 그들의 문제가 과거의 경험과 갈등들과 밀접한 관계 가지고 있음을 알게 되며 이러한 전이의 분석은 치료과정의 절대적 생명력이고 성공적인 치료의 결과를 좌우하는 요소인 것이다.

5) 꿈의 분석과 해석

Freud는 꿈을 무의식의 세계로 통하는 길이라고 생각하였다. 그 이유는 꿈의 내용은 억압된 소원들로 구성되어 있기 때문이다. 즉 의식하에서는 너무나 고통스럽고 위협적인 것이기때문에 무의식적인 성적, 공격적 충동들이 보다 용납될 수 있는 내용으로 변형되어 꿈으로 나타나는 것이라 보기 때문이다. 그러므로 꿈들은 부분적으로는 유아기의 경험들을 반영하고 있는 일차과정의 사고에 의한 상징적인 소원성취로 이해 및 해석되고 있다.

따라서 Counselor는 꿈의 내용이 갖는 상징들을 탐구하여 숨겨져 있는 의미를 파악하고자 하며 이러한 꿈속에 잠재되어 있는 의미와 악을 위해 꿈의 내용과 관련시켜 자유연상을 하도록 요청하기도 한다.

IV. 결론

Freud는 정신치료 및 상담에 있어 이론적으로나 방법론적 측면에서 거의 불모지였던 20C 초에 비록 많은 비판의 여지는 있었지만 그나름대로의 체계적 이론위에 정신치료 방법을 창안하여 오늘날의 정신치료 및 상담기술에 지대한 공헌을 하였다.

수많은 정신분석개념이 일상생활에 적용되고 있다. 이러한 정신분석적 상담은 무의식의 내용을 자신이 깨달아(각성) 성격의 구조를 재형성하도록 자유연상, 저항의 해석, 꿈의 분석, 그리고 전이의 분석과 같은 방법을 사용하는 것이다. 또한 새로 습득된 자아의 통찰

은 정서적 재교육방법을 통해 일상생활에 전환시키는데 도움이 되므로 수십년이 지난 오늘날에도 정신분석적 접근방법을 인간이해의 초석이 되고 있다.

참고문헌

L.A.

Larry A. Hjelle, Daniel J. Ziegler, 저 이훈규역 (1983), 성격심리학, 서울 : 법문사.

이형덕의 공저(1985), 상담의 이론적 접근, 서울 : 형설출판사

이정균(1982), 정신과학, 서울 : 일조각.

이소우, 김소야자, 김윤희(1987), 개정정신간호총론, 서울 : 수문사.

김동규(1984), Freud, Libido의 발달과정과 성격형성론, 교육과학사.

이관용, 이장호, 공역(1982), 카운셀링과 심리치료의 이론과 실제(C.H. Patterson, *Theories of Counseling and Psychotherapy*), 서울 : 대한교과서 주식회사.

정원식, 박성수(1980), 카운셀링의 원리, 서울 : 교학도서주식회사.

Freud, S.,(1952) *New introductory lectures on Psychoanalysis*. In R.M. Hutchins(Ed.), *Great Books of the Western World*, volume 54 : Freud, translated by W.J.H. Sprott, Chicago : Encyclopaedia Britannica, Inc.

Freud,(1952) *Instincts and their vicissitudes*. In R. M. Hutchins(Ed), *Great Books of the Western World*, volume 54 : Freud, translated by W.J.H. Sprott, Chicago : Encyclopaedia Britannica, Inc.

Charles Brenner, 이근후, 박영숙 역(1987), 정신분석학

<46페이지에서 계속>

최상의 심리적 적응을 할 수 있도록 돕는 방법이라고 보았다.

인간중심의 상담과정은 결과적으로 카운셀러가 내담자를 긍정적으로 보고 공감적으로 이해한다는 증거를 보이므로써 상담관계가 촉진되고 성공적인 교류가 이루어지게 된다.

Rogers의 상담이론은 30여년에 걸친 경험의 소산이며, 이론의 핵심이 자아개념을 강조하고 있기 때문에 자아이론(self-theory)이라고 불려지기도 한다. 또한 이 이론은 현상학적 이론이라고도 말할 수 있는데, 현상학은 실제적 세계가 존재하긴 하지만 그 존재가 직접 알려지거나 경험되는 것은 아니며, 다만 사람들의 세계에 대한 지각의 기초에서 부터 유추되는 것이라고 보는 것이다.

Rogers는 내적 기준이나 개인의 주관적 세계관을 활용하여 인간을 이해함에 있어서 이

러한 현상학적 견해를 적용하였다. 따라서 카운셀링이나 심리치료에 있어서 치료자 자신의 무엇을 행하느냐가 중요한 것이 아니라, 치료자에 대한 내담자의 지각이 중요하다고 보았다. Rogers는 그의 저서에서 Combs & Snygg의 말을 인용하여, "내담자의 현상학적 자아와 외부세계와의 관계상의 차이점을 적절히 조절할 수 있는 경험을 하게 된다면 그같은 경험을 제공해 주는 것이 현상학적 인간중심의 치료과정이다"라고 했다.

요약하면, 인간중심의 상담에서는 기술을 중시하지 않고 관계성 형성의 능력을 중시하기 때문에 상담자는 내담자의 말을 경청하고 무조건적, 긍정적으로 수용하여 내담자가 자신의 느낌을 자유롭게 표현하며 통찰력을 얻을 수 있도록 도와야 한다는 것이 이 치료의 핵심이라고 하겠다.