

# 정신분석적 상담에서의 전이반응 분석

박 태 수\*

## I. 서 론

정신분석적 상담의 목표는 내담자의 무의식을 의식화함으로써 개인의 인격 구조를 재편성하려는 데 있다. 따라서 상담과정은 아동기 경험들을 재생시키는데 초점을 둔다. 즉, 과거의 경험들을 재구성하고, 탐구하고, 분석하며, 해석하여 인격을 재구성하고자 한다. 그러므로 통찰력과 지성적 이해가 매우 중요하며, 자기 인식과 교류하는 감정들과 기억들이 중요하게 다루어진다(오성춘 역, 1990). 정신분석과정에서 상담자는 내담자를 도와서 자신에 대한 통찰력을 얻도록 해주며, 정직성을 회복하고, 현실적으로 불안을 취급하게 하고, 충동적이고 비합리적인 행동들을 스스로 제어할 수 있도록 해주는데 관심을 집중시킨다.

정신분석의 과정 동안에 내담자는 그의 상담자에 대한 애착과 비슷한 상담자와의 라포(감정전이)를 수립한다. 이러한 사랑의 감정전이는 아동기에 내담자의 어머니에 대한 원래의 사랑(대상부착 : object-cathexis)으로서 해석되며, 현재 그것이 전이된 대상인 상담자는 내담자가 그의 생활에 적절히 적응하도록 도와줌으로써 전이관계를 해소시켜 나간다(Sahakian, 1970; 서봉연·이관용 역, 1984).

일반적으로 정신분석적 상담은 상담 기간, 상담 비용, 전문적인 상담가 등의 문제가 있기 때문에 실제로 정신분석적인 상담은 현장에 적용되기가 쉽지 않다. 더구나 정신분석적치료가 무의식의 갈등을 해소시켜 현저한 인격변화를 이루고자 하기 때문에 단 기간을 요하는 상담에서는 거의 불가능하다. 그럼에도 불구하고 상담자가 정신분석요법을 가까이 하는 것은 이 요법이 상담자에게 현재 내담자가 가지고 있는 행동과 증상의 근원과 의미의 기능을 이해하는 개념적인 틀을 제공해 주기 때문이다. 또한 내담자는 자신의 불안에 대한 반응으로서 자기를 방어하게 되는데, 정신분석적 상담은 이를 이해하는데 도움을 준다. 만약 상담자가 내담자의 과거사를 무시한다면, 상담자는 내담자가 현재 당하는 고통의 원인과 그의 현시점에서의 삶의 유형의 성격을 충분히 이해할 수 없게 된다. 예컨대 내담자가 다른 사람과의 원만한 인간관계 형성을 두려워 한다면

\* 학생생활연구소 상담지도부장(조교수, 교육심리)

상담자는 이 문제의 뿌리를 이해하여야만 올바르게 도울 수 있다.

이러한 정신분석적 상담이 내담자를 도울 수 있다면, 정신분석요법의 어떠한 기능이 상담의 실제에 그러한 영향을 미치는가? 본 연구에서는 정신분석과정에서 가장 핵이라고 할 수 있는 전이가 상담에서 내담자를 이해하는데 유의한 시사를 줄 것으로 보고, 이러한 전이가 상담장면에서 실제로 어떠한 반응으로 나타나며, 어떻게 해석되는가를 살펴보고자 한다. 이러한 전이 반응을 살펴보기 위하여 Saul(1972)의 "How an analyst thinks" (안향림·홍성화 번역, 1986)에서 치료자와 환자의 전문적 대화와 Saul의 설명을 전이 반응을 유도하는 요인에 따라 그 내용을 분석하였다.

따라서 상담에서 전이 반응을 이해하기 위하여 전이의 개념, 대화과정에서의 전이 반응 탐색, 정신분석적 상담과정과 전이 전략, 전이 관계가 상담과정에 주는 시사의 순으로 기술하고, 정신의 학분야에서 사용하는 용어인 치료자, 분석가를 상담자로, 환자를 내담자로 바꾸어 기술하였다.

## II. 전이의 개념

전이(transference)란 개인의 초기 생활의 대상 관계에서 경험되었거나 발달되었던 충동, 방어, 태도, 감정, 반응들이 무의식적으로 현재의 대상에게 전위(displacement)되는 한 형태이다. 내담자의 무의식적 충동들은 원래의 대상과 유사한 대상에게 충동을 방출하거나 충족하려는 압력을 받게 되며, 초기 이후 부모 아닌 다른 대상과의 경험과 관계에서도 나타난다. 그리고 이러한 전이 현상이 상담상황에서 일어날 때를 전이 반응이라고 한다(Dewald, 1969; 이근후·박영숙 역, 1987). Dewald(1974)는 전이란 상담자가 그 상담 역할을 실천에 옮기기 위해서, 또 내담자로 하여금 치료 목표를 달성하기 위해서 우리가 쓸 수 있는 수단 중 가장 강력한 것이라고 보고 있다.

정신분석적 치료에서 전이는 '전이신경증'이라고도 하며, 생애 초기부터 억압되어온 내담자의 소망과 감정이 정신분석가에게 투사되는 것으로 이해할 수 있다. 그래서 이러한 '전이신경증'은 과거에 이루지 못한 성장작업을 새롭게 시작하여 새로운 삶을 누리도록 하는 기회로 사용된다(Clinebell, 1981; 이종현 역, 1990).

전이는 다른 사람에 대한 일반적인 반응 형식이나 기대로서 표현되기도 하며, 어떤 특정한 사람에 대한 특정한 반응으로 나타나기도 한다. 상담과정에서 전이관계는 내담자의 과거 생활의 초기 중요 인물에 대한 반응과 반응이 상담자에게 반복되는 갈등을 동원한다. 전이의 독특한 효과는 상담관계에서 당면하고 있는 의미있는 감정적인 갈등 상황을 내담자에게 제공해 주는 것이다. 상담과정에서의 전이는 이전의 무의식적 갈등이 다시 동원되고 내담자의 의식에 떠오르도

록 하는 한 수단으로 이용된다. 전이는 내담자의 무의식적인 것을 의식적인 것으로 대치시키는 것이며, 무의식의 사고를 의식의 사고로 변형시키는 것이다. 그러므로 상담자의 노력의 목표는 ① 무의식을 의식화하는 것, ② 억압들을 제거하는 것, ③ 기억속의 틈들을 채우는 것이라고 할 수 있다(Sahakian, 1970). 결국 상담자가 해야 하는 것은 모든 무의식적인 것을 확인하는 것과 그 다음에 환자에게 그것이 무엇이었는지를 말해주는 것 뿐이다.

전이를 나타내는 방법으로는 긍정적 또는 부정적인 방법이 있다. 긍정적 전이 소망으로는 상담자에 대한 의존성, 모성적 보호, 무조건적 사랑, 칭찬, 복종, 동성애 등이 있으며, 부정적 전이 소망으로는 불신, 배척감, 도전, 고집, 경쟁, 지배력 등의 소망이 있다. 또한 전이의 긍정적인 성질과 부정적인 성질이 혼합되기도 한다. 따라서 전이는 상담자에게 호기심 또는 사랑으로 표현되거나, 적대감과 분노로 나타나기도 한다.

그리고 정신분석적 상담과정에서 내담자는 때때로 상담자에 대하여 완강한 저항을 하게 되는데, 떠오르는 생각을 회피하거나, 생각나는 것이 너무 많아서 어느 것도 파악할 수 없다고 말하기도 한다. 이러한 저항은 전이로 연결되어 상담의 전과정을 통해 일어난다. 다음은 Saul(1972)의 18번째 대화내용(144~145) 중 저항의 모습을 나타낸 것을 인용하였다.

내담자: 다음날 밤 여동생에 대한 비슷한 꿈을 꾸었어요. 저는 선생님께도 화가 났어요.

상담자: 그래요. 그것을 솔직히 이야기해 보십시오. 전이감정이 얼마나 중요하든 당신은 알고 있습니다.

내담자: 더 이상 화가 나지는 않는데 그러나 선생님은 저를 도울 수 없다는 느낌이 들어요. 더 이상 오고 싶지 않아요. (중략) 오늘 오고 싶지 않았어요. 이 모든 것을 말할 필요도 없고 오지 않아도 아무일도 안 일어나지요. 물론 많은 일들이 일어나고 있어요. 또한 이것은 여하튼 제가 교회가는 것과 관련있어요. 제가 선생님께 오지 않고 그리고 모든 것을 이야기하지 않았다면 제가 드와이트와의 문제를 해결할 수 있었는지 몰라요. (이하 생략)

이것은 내담자의 Fight-flight 반응의 flight쪽의 표현이다\*. 분명히 내담자의 주동기들은 내담자의 자아에 가까워졌다. 내담자는 방어로서 나오는 증상으로 고통을 덜 받고 있으나 증상들을 야기시키는 감정들을 의식에서 다루느라고 더 투쟁하고 있다. 상담자를 향한 적개심이 지난번 상담자의 부재로 강화되지 않았더라면 투쟁 그 자체가 이 시점에서 그리 어렵지 않았을 것이다. 지금 내담자의 저항은 모녀관계 전이와 상담자에게 향한 의존적 사랑의 욕구와 분노의 방어로서 나오는 것이다. 그리고 상담자의 부재로 내담자가 정서적으로 편치않아 이 모든 것을 도피하기 위한 것이다. 그러나 환자의 무의식은 flight로 보이지 않는다. 그래서 환자는 떠나지 않을 것이다. (이하 생략)

- \* Cannon의 생리학 논문 “위기에 처하면 도망가든지 마주치든지 한다”에서 처럼 내담자는 상담자에게 직접 대면하는 것이 아니고 싸우고 사과하는 것, 방으로 도망하는 것 등이 flight side이다.

### Ⅲ. 전이 발달

전이 반응에서 내담자는 과거 그의 생활의 중요했던 대상관계에서 경험하였던 욕구, 감정, 도덕적 가치관, 방어기제를 상담자와 상담 관계에 옮겨 놓는다. 예를들면, 최초의 면담에 참석한 내담자가 상담자를 믿지 않기 때문에 말하기를 거부하는 경우에 전이 반응이 일어난다. 내담자는 ‘사람들을 믿을 수 없으며 상담자인 당신조차도 다른 사람들과 다를 바 없다. 그래서 나는 당신을 믿을 수 없다’고 생각한다. 이 경우 내담자는 상담자의 태도나 역할이라는 현실에 반응하고 있는 것이 아니라 과거 다른 대상과의 공상이나 경험에 바탕을 둔 기대를 상담자에게 저위(displacement)하고 있는 것이다.

상담자는 전이 상황에서의 내담자의 반응을 이용하여 상담기간 밖에서 유사한 경험이 어떻게 다루어지고 처리되는가를 내담자에게 보여주므로써 내담자에게 현재 생활에서의 대상과의 역동적 상호작용에 대한 통찰이 일어나게 할 수 있다. 점차 내담자는 상담자와의 관계에서 자신의 충동과 방어를 자각하게 되면서 과거의 갈등이 감정적으로 의미있고 직접적인 형태로 의식적으로 재경험하게 된다. 이제 내담자는 원래 회피하였던 갈등과 동일한 감정을 상담과정에서 직면하게 되는 것이다.

전통적 정신분석 과정에서의 중요한 전략적 목표는 상담자가 내담자의 강한 퇴행적 충동과 방어의 주요한 대상이 될 때까지 전이에 있어서 이와 같은 경향성을 점차 발전시키는 것이다. 전이과정에서 긍정적 전이관계가 발달되고 있다는 징조로는 내담자가 상담시간에 빨리 오기 시작하는 행동 변화와 같은 일이 포함된다. 그리고 내담자가 외모에 관심을 가지기 시작하거나 보다 매력적으로 옷을 입으려고 한다. 때로는 주위 환경에 관심을 보이기도 한다. 그리고 상담시간이 시작되기 이전이나 상담시간 도중에 상담에 대한 관심과 생각이 많아지고 있음을 이야기 한다. 반면에 부정적 전이가 발달되고 있다는 징조로는 상담 때문에 불편하다거나 회생이 따른다는 불평을 하거나, 성공하지 못한 상담결과나 상담의 예를 제시하거나, 상담실에 있는 물리적 환경이 싫다거나, 상담자에 대한 다른 사람의 비판을 말하거나, 상담상황 밖에서 다른 사람과의 부정적인 상호작용과 증가되는 불안감을 보고한다.

상담자는 이와 같은 내용을 들으면서 ‘왜 내담자가 지금 이 내용을 꺼내고 있을까?’에 대한 질문을 마음속으로 제시해 보면 대화 내용 뒤에 숨어있는 전이의 의미를 인식할 수 있다. 예를

들면, 적대적 감정보다 긍정적 감정이 더 불안한 내담자는 상담자에게 적대감과 분노를 표현함으로써 상담자에게 긍정적 감정이 일어나고 있다는 자각을 피하려고 한다. 그리고 상담자에 대한 경탄과 매혹, 의존적인 감정을 과장하여 반복적으로 표현하는 내담자는 내면에 있는 강한 적대감을 피하려고 한다. 반면에 내담자가 불안을 나타내지 않고 별 어려움 없이 의식수준에서 감정이나 태도를 표명하는 경우는 그 순간에 방어과정에 더욱 기여하고 있을 가능성이 있으며, 강한 불안이 자극되는 기저의 갈등을 숨기고 있거나 위장하고 있을 가능성이 있다. 상담자는 이와 같은 반응을 전이반응의 일반적인 표현으로 인정하고 더욱 정확한 의미에 대한 구체적인 증거를 반드시 찾아보아야 한다.

한편, 상담자에 따라서는 어떤 유형의 내담자에 대해서 특별한 감정을 느끼는 경우가 있다. 즉 지나치게 긍정적인 감정을 느끼는 경우가 있는가 하면, 반대로 매우 부정적인 감정을 느낄 때도 있다. 어느 쪽이든 내담자에 대한 상담자의 감정이 한 극단에 치우치는 경우에는 그것을 하나의 경고 신호로 받아들여야 하겠고, 그런 경우에는 자기가 그 내담자를 치료하는데 과연 적합한 사람인지, 또는 지금 생각하고 있는 치료법이 적절한 것인지를 검토해 보아야 한다 (Dewald, 1974; 김기석 역, 1979).

본 연구에서는 전이 반응이 실제 대화과정에서 어떻게 이루어지고 있는가를 Saul (1972)의 "How an analyst thinks"에서 상담자와 내담자의 대화과정이 전이 반응을 유도하는 요인인 퇴행, 자아지배하의 퇴행, 상담자의 위치, 공상적 성질, 현실정보의 결여 (Dewald, 1969)에서 어떻게 발달되고 있는가를 분석하였다. Saul의 정신분석적 상담에 응한 내담자는 20대 초반의 젊고 매력적인 여인으로서, 20대 중반의 남자와 약혼했으며 이에 문제가 있어서 상담을 하러 찾아왔으나, 가족간의 애정관계에 의한 좌절감과 적개심, 특히 여동생에 대한 질투 등이 장애의 요인이 되어, 현재의 애인과 좋은 관계를 갖지 못하고 있다. 본 연구에서 이용된 상담사례는 정신분석기술의 표본으로 제시된 것이라기 보다 정신분석적 상담 장면에서 전이 현상이 어떻게 나타나며, 상담자는 이에 어떻게 대처하고 있는가를 알아보는 데 초점을 두었다.

## 1. 퇴행에 의한 전이 반응

증상의 형성 과정에서 유아기나 아동기의 갈등이 일깨워지고, 강화됨에 따라 내담자는 상당한 퇴행을 경험하게 된다. 그 결과 증상이나 혼란이 일어나기 전보다 어린 시절의 갈등이 전이 반응의 형태로 전위될 가능성이 커지게 된다. 퇴행이 심하면 심할수록 상담자에게 과거 인물에 대한 감정을 전이하는데 있어서 감정의 왜곡이 커지게 된다. 퇴행 요인에 인용된 것은 Saul (1972)의 8회째 대화내용(pp. 51~57)이다.

내담자 : 제가 선생님께 화를 내야 하나요?

상담자 : 왜 그런 질문을 합니까?

내담자 : 여기 오기 15분 전에 선생님께 화가 났어요.

상담자 : 그것을 안다는 것이 다행입니다. 치료나 저와 관련된 당신의 모든 느낌을 토론하는 것이 매우 중요합니다. 왜 저에게 화납니까?

대부분의 어린이들은 유아기 때 화가 나도 적개심을 표현하지 못한다. 부모들은 일반적으로 어린이가 적개적이고 공격적인 행동을 보일 때 처벌을 한다. 부모는 어린이의 적개적인 행동은 위협받고 좌절된데 대한 반응이라는 것을 깨달아야 한다. 그리하여 처벌할 것이 아니고 이해를 해주는 것이 어린이에게 필요하다는 것을 깨달아야 한다. 만약 위협이나 좌절이 제거되면 어린이는 아주 부드러운 기질이 되고 좋은 대인관계를 갖는 쪽으로 성장할 것이다. 만약 단순히 벌만 받았으면 부모가 적개심의 표본을 보여준 셈이다. 그 결과로 분개는 강화되고 모든 불안증이 생기고 기형적 성격이 된다. 상담자는 이것을 고치기 위해 적개심을 행동으로가 아니고 말로서 자유로이 표현하도록 격려한다. 그러면 적개심이 이해되고 그 근원이 해소될 수 있다. 그래서 상담자는 즉각적으로 내담자 자신의 분노를 인식할 줄 아는 것에 칭찬을 하고 그 이유를 찾아보도록 격려했다.

내담자 : 선생님께서 말씀해 주셔서 이것이 중요한지는 알고 있어요. 그것은 제가 말하는 모든 것에 영향을 미치고 있는 것 같지만 제가 왜 선생님께 화가 났는지 모르겠어요. 지난 시간 선생님을 뵈은 후 굉장히 화가 났어요. 친구네 집 부엌에 있다가 실제로 물건을 던져 버렸어요. 어쨌든 제가 3일전 아직까지 낫 꿈중 가장 무서운 꿈을 꾸고서야 괜찮아졌어요.

꿈속에서 저는 너무 긴장해서 터질 것 같았어요. 아버지, 어머니, 그리고 여동생이 거기 있었어요. 저는 너무 화가 나서 미칠 것 같았어요. 저는 미친 것 같았고 안전하고 완전히 의존적으로 배려를 받기 위해 정신병원에 가야할 정도였어요.

이 꿈은 꿈의 성질이 꿈꾼 사람이 무엇을 할 수 있고 무엇을 할 경향이 있는지를 보여준다. 우리가 아는 분노는 거의 표면에 나와 있어 우리가 꿈을 다루고 분석하고 이해함으로써 근원을 해소할 수 있다. 그러나 퇴행적 요소는 좋지 않은 징조이다. 특히 미쳐서 정신병원에 감으로써 포기하는 형태의 퇴행은 좋지 않다. 어쨌든 미쳐버려 정신병원에 가는 것은 내담자보다 상담자를 실망시키기에 상담자에 대항하여 내담자가 사용할 수 있는 아주 좋은 무기라는 것을 주목해야 한다. 또한 이런 것은 어린이가 부모에게 무력하게 행동하는 것처럼 상담자에게 보다 의존하고 보다 가까워지려는 방법을 의미할 수 있다. 우리는 연상에서 이 두 요소가 어떻게 나타나는지를 볼 수 있다\*.

\* 퇴행적 두 요소란 상담자에 대한 적개심과 사랑을 의미한다.

내담자 : 그 밖에 말씀드려야 할 것이 또 있어요. 일생을 죄책감을 갖고 살아왔어요. 제가 가진 죄책감은 좋은 부모를 만나 잘 사는데 대한 죄책감이예요. 저보다 불행한 사람에게 값어치 주어야 한다고 느끼고, 제 행복이 남편이 살해당한다든지 백치아이를 갖게 되든지 혹은 끔찍한 일이 일어나므로 보상될까봐 두려워요. 이 죄책감이 제가 부모의 사랑을 원하기 때문인가요? 제가 부모의 사랑을 원하는 것은 여동생이 태어나기 전으로 되돌아가고 여동생을 제거해 버리는 것을 의미하지요.

이 말은 정신역동이 어떻게 작용했는지 직접적이고 간단 명료하게 진술한 것이다. 자만은 경쟁자를 미워하는 것과 보통 관계가 있다. 자만심은 의존적 사랑의 욕구와 같은 형태다. 의존적 사랑의 욕구는 환자가 말한 것과 같이 경쟁자 여동생에 대한 적개심과 확실히 관련되어 있고 어머니에 대한 적개심과도 관련이 있다. 첫째로 어머니에 대한 적개심은 사랑의 욕구에 대한 방어로서 의존적 사랑의 욕구에 종속되는 것에 대한 방어이다. 두번째, 사랑하는 사람에게 향한 억압된 적개심으로 죄책감이 생겼다. 그렇다고 사랑할 수도 없고 무시할 수도 없어서 욕구좌절이 된 것이다. 적개심은 과도하게 퇴행한 의존심과 의존심이 좌절될 것에 대한 두려움과 관련되어 있다. 그러나 이 패턴의 어떤 부분이 상담자에게 중심적으로 전이된 것인가? 가장 중요한 것은 모녀관계 패턴인가? 그렇지 않으면 자매관계 패턴인가? 혹은 나중에 아버지를 향한 패턴이 가장 중요한 것인가? 전이가 명백하게 드러나지 않았으므로 확실히 이야기할 수 없다.

상담자 : 가족관계에서 가진 경험으로 당신은 적대감을 느낄만한 일에 예민하고 가족관계 패턴이 당신의 성인생활에까지 지속되고 있습니다. 그러므로 당신은 그 패턴을 저에게, 그밖에 다른 사람에게 반복하는 경향이 있습니다. 면접 15분 전에 왜 적대감을 느낄 일이 일어났는지는 우리가 모르더라도 저에게 적개심이 일어난 이유중 어느 정도는 가족관계 경험과 패턴의 반복일 것입니다. 이 가족을 향한 적개심과 패턴을 반복하려는 경향은 몹시 괴로운 것입니다. 그러나 적개심을 당신이 해결해 나가고 당신이 부모와 여동생과 저를 명확하게 구별하는 한, 치료가 잘 될 것입니다. 제게 화를 내면 당신과 제가 앉아서 토론을 하고 이유와 결과를 밝혀 내지만 만약 당신이 가족에 대해 화가 나고 적개적이 되면 충격을 받고 죄책감을 느끼게 됩니다.

지금 우리는 상담자를 향한 내담자의 전이감정을 내놓고 토론할 수 있는 장애물을 넘어가고 있다. 내담자가 표현과 고개를 끄덕거리는 것으로 봐서 내담자는 이점을 이해하고 있었다. 그래서 상담자는 이전 상담시간에 물어볼 기회가 없었던 것을 질문했다. 즉 산에 대한 특수한 두려움이 여동생과 산에 같이 있을 때 여동생을 어떤 방법으로든지 해치려 했던 일과 관계가 있는지 물어봤다.

내담자 : 아니예요. 그것을 생각은 했지만요. 제 공포증은 산 뿐만이 아니고 면도, 거울 같은 데서 확대되는 것과 또 열린 공간에 대하여 공포를 느껴요. 제 아버지는 제게 이것을 직면시키려 하셨어요. 예를 들면, 아버지는 잡지에서 하늘에 큰 비행기가 떠있는 큰 사진을 보라고 하셨지요. 그렇게 시키는 아버지가 미웠어요. 어머니도 마찬가지였어요. 어머니는 한번은 저를 박물관에 데리고 가 수중광경을 보게 하셨어요. 많은 것이 있었지요. 저는 겁에 질려 뛰쳐 나갔어요. 그러자 어머니는 제게 실망했다고 이야기하곤 하셨지요. 그 때가 제가 어머니와 잘 지내지 못한 여덟살부터 열두살 사이였어요. 그러나 다른 애의 어머니에게 매료 당하고 있었어요. “아무개가 내 엄마였으면 좋을텐데”라고 어머니에게 불량하게 이야기 했어요. 그랬더니 어머니는 속상해 하셨고 울으셨어요. 제가 알기로 처음 제가 두려움을 느낀 것은 열살 때 캠프가서 었어요. 렉키산에 여행가서 산꼭대기서 잤지요. 석양이 아름다웠는데 다른 산들은 겹겹 보였어요. 동이트기전 침낭에서 나왔고 계곡은 구름바다 같이 안개로 꼭 덮였어요. 겁에 질려 안개가 걷히었다고 친구들이 안심시킬 때까지 침낭에 숨었었어요.

## 2. 자아지배하 퇴행에 따른 전이 반응

앞에서 제시한 ‘퇴행’요인은 자연적인 퇴행을 의미하나, 자아지배하의 퇴행은 주로 상담과정에서 일어나며, 그 순간에 상담자가 함께 있으므로 충동과 초자아, 또는 방어의 대상이 될 수 있다. 상담자는 어린 시기의 무의식적 갈등에 대한 방어를 반복적으로 해석하여 줌으로써 퇴행과정을 더욱 촉진시킨다. 만약 상담자가 자신에 대해, 그리고 내담자의 퇴행을 다루는 자신의 능력에 대해 확신이 있다면, 퇴행적 표현에 대한 상담자의 침착한 수용은 내담자로 하여금 퇴행 경험을 보다 편안하고 자신있게 겪을 수 있도록 해 줄 것이다. 상담과정중의 퇴행은 그 자체가 목적이 아니며, 내담자로 하여금 그의 갈등의 성질에 대해 감정적 자각을 하도록 도우려는 하나의 수단이다. 그러기 위해서는 내담자가 경험한 갈등을 이차 과정과 현실 원칙에 따라 보다 성숙하고 건강한 방식으로 재통합하거나 해결할 수 있도록 퇴행의 반전이 뒤따라 일어나야 한다. 예를 들면, 어떤 부인이 상담시간에 오랫동안 자녀들에 대한 그녀의 적개심과 분노를 터뜨리다가 집에 들어가면, 자녀들에게 필요하고 그녀의 의식적 자아 소망이 자녀들에게 주려고 하는 모성적 역할을 적절히 할 수 있어야 한다. 자아지배하 퇴행 요인에 인용된 것은 9회째 대화내용(pp. 65~66)과 10회째의 대화내용(pp. 87~88)이다.

\* 9회째 대화내용(pp. 65~66)

내담자 : 네, 매우 신경이 쓰이지요. 선생님은 다른 사람과 달라요. 사실 선생님이 없는 것 같아요. 제가 선생님 만나러 오는 이 날만 선생님이 제게 존재해요. 그러나 선생님이

어떻게 생각하나에 매우 신경을 쓰고 있어요.

이것은 아주 강한 어린애 같은 의존적 욕구의 패턴이 치료자에게 전이된 것이고 치료시간 외에는 치료자의 존재를 무시하는 방어이다.

상담자 : 저는 우리가 상담과 저에 관해 항상 내놓고 이야기하기를 원합니다. 만약 제가 당신이 말한 것 때문에 당신을 알보느냐, 알보지 않느냐에 당신이 관심을 두지 않는다면 우리는 관심두지 않는 이유를 토론해야 합니다. 토론하지 않을 수도 있습니다. 왜냐하면 당신에 관한 저의 의견이 당신이 말한 내용과 다르기 때문입니다. 말하고 안하고는 정서적으로 있는 능력과 용기인데 감정, 기억, 소원 등 마음에 와닿는 모든 것을 이야기할 수 있는 능력과 관계있습니다.

내담자 : 알겠어요.

자료에서 명확히 나타난 자매의 경쟁패턴은 상담자에게 분명하게 전이된 것 같지 않았다. 그래서 우리는 단지 내담자가 말하는 상담자에 대한 좋은 평가와 내담자가 상담자에게 원하는 것과 내담자가 상담자에게 방어하는 것에 대한 평가에 따라서 어머니 관계를 볼 수 있다. 상담자가 필요 이상 전이로 들어가고 의미를 너무 부여하는 것 같다. 오늘 상담 시간에 내담자가 이야기 한 꿈의 내용은 다른 의미가 있을지도 모른다. 대양과 큰 배는 가끔 어머니에 대한 상징이고 여기서 위험한 대양은 어머니를 향한 적개심과 죄의식의 반영일 수 있다. 어땀 배와 대양은 유령여행에 대한 내담자의 소망 이상으로 다른 어떤 관계가 있을지 모른다. 또한 바다의 배는 내담자 자신의 무의식의 항해 또는 인생의 항해를 자주 나타낸다. 연상이 더 없으므로 이것에 대해 확실한 이야기를 더 못하겠다.

\* 10회째 내용(pp. 87~88)

내담자 : 선생님 ! (사는 것이 정말 어렵다는 듯 머리를 흔들며)

상담자 : 왜요?

내담자 : 매주 선생님을 뵈는 것이 기뻐요. 선생님이 아니면 괴상한 꿈 때문에 수면제에 의지해야 했을 거예요. 그런데 선생님께서 말씀하신 이후 악몽은 신경 안써요. 악몽이 더 이상 직접적으로 나타나진 않아요. 악몽들을 이해할 수 없어요. 어떤 꿈은 채 마음을 괴롭혀요. 그러나 제가 직면해야지요. 직면하기 싫어요. 지난 여름 아홉살과 열한살 난 두 여자애들을 돌보았는데 제가 생각하기에 잘 했던 것 같아요. 그러나 열심히 돌보지 않은 것에 대해 죄의식을 가졌고, 아직도 지나친 죄책감을 갖고 있어요. 제가 주된 문제를 직면할 수 없기에 사소한 일을 생각할지 모른다고 걱정하지요. 그러나

지난 주 꿈꾼 이후 이런 느낌이 들어요. 꿈을 말씀드리기 전에 그 상황에 대해 말씀드려야 겠어요. 아이들의 부모는 이혼했어요. 그 아이들의 아버지는 저한테 잘해 주는데 멀리 있고, 아이들의 어머니는 저를 항상 비난해요. 그리고 제가 그 애들 엄마 마음에 들어야 되는 심적 부담을 받았어요. 심지어 사소한 일이라 하더라도, 예를 들어, 제가 쓰레기통을 비우는 것을 잊었다면 그 애들 어머니는 흥분해서 발끈했어요. 제가 그런 비난 속에서 살았지요. 계집애들은 매우 경쟁적이고 큰애 메이가 다투기 더 힘들다고 애들 어머니가 말했지요. 큰 아이와는 잘 지내지 못했으나 작은 아이는 사랑할 수 있었어요. 여름방학이 끝나기를 학수고대 했어요. 아이들이 그런 가정에 태어났다는 것이 얼마나 불행한 일인지 모르겠어요. 제게 직업을 알선한 기관에서 이 가정이 매우 신경증적 문제를 가진 가정이라고 얘기를 했지요. 이것이 직장이었다면 견디어야 했겠지요.

꿈에 나온 가정은 어머니와 경쟁심이 많은 두 딸이 있는 구조의 가정이다. 내담자가 한 아이를 다른 아이보다 더 좋아했고, 내담자는 그 애들 어머니 맘에 들려고 애를 썼다. 물론 내담자의 어머니가 아이들 어머니처럼 매우 비판적이라는 이야기는 없다. 다행히 연상의 내용은 유아기의 가족과의 실제 생활 문제가 아니고 가족 이외의 사람과 정서적으로 말려드는 것이었다. 이것은 성숙된 독립을 향한 추진이고, 부모나 여동생에게 너무 지나치게 고착된 것에 대한 두려움을 누구려뜨리는 경향이다. 이 정서적 고착은 반대로 다른 사람과의 관계에 영향을 미치고 억제시킨다. 그러나 최소한 정서적 고착은 사람들에게 대해 느끼는 것을 막지는 않는다.

### 3. 상담자의 위치에 따른 전이 반응

내담자는 그를 괴롭히는 증상이나 문제를 혼자서 해결할 수 없기 때문에 상담을 받으러 왔으며, 그가 구하고 있는 이익과 도움을 제공하는데 필요한 기술과 힘을 지니고 있을 것으로 기대되는 사람에게 도움을 요청하고 있다. 이처럼 내담자와 상담자의 위치는 동등하지 않는 상황에서 이루어지는데 이 상황에서 상담자에 대한 내담자의 요구는 상담자가 내담자에게 요구하는 것보다 훨씬 크며, 내담자는 의지하고 있는 권위 인물에게 자신이 여러 주술적 힘을 호소하고 있는 상태임을 발견한다. 즉, 부모대상과 관계를 맺은 상황이 상담 관계에서 상대적으로 강한 권위대상에게 다시 일어나게 된다. 상담자의 위치 요인에 인용된 것은 13회째 대와내용(pp. 91~94)이다.

내담자 : 아니요. 선생님은 저의 이야기를 들어줄 뿐만 아니라 저를 실제적으로 도와줄 수 있는 유일한 분이기에 고맙게 생각해요. 제가 선생님을 마법사로 그렸어요. Oz의 마법사처

럼요. 저는 선생님을 항상 선의의 마법사로 생각해요. 선생님께 말씀 못드릴 것이 없는 것 같아요.

상담자 : 좋군요. 당신을 비난하거나 화나게 하는 Q여사나 어머니와 치료장면을 당신이 구별하니 반갑습니다. 이 상황에서는 당신의 적개심을 털어놓는 것이 좋습니다. 그것이 분석과정입니다. 당신은 더이상 어린이가 아니고 당신의 성숙된 부분이 마법사인 나와 작업을 하여야 합니다. 그리하여 성숙된 부분이 적개심 때문에 생긴 죄의식과 다른 결과들을 보게 되고 적개심과 죄책감을 처리하는 것을 배웁니다. 이 꿈에서 우리가 다루어야 할 그 밖에 어떤 것이 또 있습니까?

내담자는 가족관계에서 적개심의 패턴과 죄의식의 패턴을 볼 수 있었는데 그것은 내담자의 적개심과 죄의식의 원형이었다. 또 Q씨 가족에 대한 반응에서나 방식구에 대한 반응에서 적개심의 패턴과 죄의식의 패턴을 볼 수 있었다. 그러나 상담자는 상담자를 향한 전이 적개심을 언급하지만, 내담자가 상담자를 마술사로 생각하는 한에는 적개심 패턴을 전혀 볼 수 없었다.

내담자 : 그래요. 저는 꿈에서 친구들을 부끄러워했던 것같이 지난 여름 저는 제친구를 부끄러워 했어요. 왜냐하면 Q씨집은 억만장자거든요. 저는 어떤 것도 그들에게 부담주고 싶지 않았어요. 저는 스스로 어떤 수준을 그들 앞에서 유지하고 싶었어요. 실제로 제가 사회적 열등감을 느끼는 것이 아니고 피상적으로 느꼈어요.

상담자 : 당신이 에비를 사랑하지 않는다고 에비가 말한 것에 대하여 당신은 어떤 연상을 합니까?

내담자 : 모르겠어요. 선생님이 말해 보세요. 아마 제가 에비를 제 여동생과 동일시 하나봐요. 저는 에비를 사랑했다고 느꼈고 그렇다고 굉장히 주장했었지요. 아마 그것은 뭔가를 의미하지요. 에비가 내 소유가 아니기에 에비를 사랑할 권리가 없다고 느꼈던 것을 의미하지요. Q부인은 여름 내내 저를 질투했어요. 그래서 저는 어린 애들에 대해서 당당하게 사랑할 수 없었어요. 그러나 우리가 아이들의 아버지와 함께 있는 동안에는 당당하게 사랑할 수 있었어요. 때때로 제가 에비를 데리고 도망쳐 영원히 간직하고 싶은 감정을 느꼈어요.

그것은 사랑의 욕구의 대상이 어머니상으로부터 아이에게로, 또 전이에서는 상담자로부터 그 아이에게로 넘어가는 것일지 모른다. 이것은 사랑에 굶주린 어머니가 흔히 자신의 아이들에게 매달리는 기제이다. 밑바닥에서는(마음속에서는) 사랑이 필요한 어린아이의 상태인 어머니는 자신의 어린아이와 동일시하고 아이들에게 매달린다.

상담자 : 아마 꿈속에서 당신 친구들은 권위에 구속받지 않고자 하는 소원을 나타낼 가능성이 있습니다.

내담자 : 사실이에요. 선생님은 역시 마법사군요.

상담자 : 우리는 약간 다른 삼각관계를 볼 것입니다. 당신은 어머니로부터 여동생으로 좀 돌아온 것 같고 만약에 어머니만 아니었다라면 여동생과 잘 지내고 서로 사랑할 수 있을 텐데 하는 감정으로 여동생과 동일시 하는 것 같습니다.

적개심에 대한 죄의식을 완화시켜 주기 위한 목표로 간단한 토의를 했다(왜냐하면 내담자는 다음 주 자기 집에 가기 때문이다). 상담자는 다음과 같은 것을 지적했다. 첫째, 우리가 죄의식을 완화하기 위해, 즉 꿈속에 나타난 어머니상과 여동생상에 대한 적개심을 이해하려고 내담자가 이미 노력을 하고 있다. 둘째, 모든 어린이는 부모와 형제들에게 적개심을 갖고 있다. 이것은 그리 걱정할 일은 아니다. 단순히 상당히 방해가 되면 문제로서 취급되는 것이다. 셋째, 만약에 적개심을 이해한다면 적개심, 죄책감, 악몽을 감소시킬 이유는 없다. 넷째, 내담자는 이젠 더 이상 어린아이가 아니기에 가족구성원 뿐만 아니라 다른 사람과도 성인으로서 좋은 관계를 맺을 수 있다. 다섯째, 예비 꿈속에서 떠나지 말아달라고 간청한 것은 내담자 자신이 가족을 떠나는 것에 대한 좌절감이나 어쩌면 우리가 다음주 만날 수 없기에 상담자에 대한 좌절일 수 있다. 내담자가 장차 스웨덴으로 떠나는 것이 내담자가 내담자의 가족 방문을 앞두었기에 자극되어진 것 같다. 상담자는 대학생들이 방학에 집으로 돌아가기 전에 이런 반응을 나타내는 것을 자주 보아 왔다.

#### 4. 공상적 성질에 따른 전이 반응

상담관계는 내담자에게 현실적인 관계라기 보다 일종의 공상적 관계로 머문다. 내담자의 전이 충동이나 공상표현에 대해 상담자가 현실적 수준에서 반응하지 않으므로 상대방이 직접적으로 반응하는 상황에서라면 보통 억제될 충동과 소망이 내담자에 의해 자유롭게 경험되고 표현된다.

예를 들면, 실생활에서 어떤 사람이 다른 사람에게 성적으로 끌리고 있음을 표현한다면 명백한 성적 반응이나 성적관계가 일어나게 될 것이다. 그러나 상담과정에서는 이와 같은 감정 표현이 상담자에게 성적반응을 일으키거나 명백한 성적행동을 유도하지 않는다는 점을 내담자가 알고 있으므로 이 같은 소망이 의식화될 수 있고 또한 직접적으로 표현되도록 허용된다. 유사하게, 어떤 사람이 다른 사람에게 적개심을 표현한다면, 보복이나 전체 관계에 중요한 변화가 일어나게 될 것이다. 그러나 상담과정에서는 이러한 감정이 일어나지 않는다. 공상적 성질요인에 인용된 것은 15회째 대화내용(pp. 111~112)이다.

내담자 : 저는 그것이 누구이든지 질투가나요. 물론 바보같은 것이지요. 제가 선생님 전부를 독점할 수 없지요. 그러나 그런 사람이 바로 저예요. 제가 원하는 것은 선생님을 완전히 독점하는 것이예요.

상담자 : 그것이 첫번째 세계 향한 참되며 진실한 표현입니다. 당신의 유아기 패턴과 저와 처음으로 직접적 연결입니다. 최대한 이용해 봅시다. 주저하지 말고 더 말해 보십시오.

내담자 : 다른 사람이 정말로 저를 이해한다고 느낄 때 그들이 세계 소중해요. 저는 많은 사람보다는 오히려 소수의 사람과 실제로, 좋고 가까운 관계를 갖어요. 제 가장 친한 친구 캐틀과도 역시 저는 아주 가깝고 누구보다도 독점하는 관계를 갖기 원하는데 어려워요. 그 이유가 무엇이라는 것, 또한 내 잘못이라는 것을 알아요. 만약 누가 저를 이해한다면 그리고 저와 같이 있다고 느끼면 두려움 없이 산을 오를 수 있을 것 같아요. 저는 저를 이해하는 사람이 주위에 없어서 굉장히 서운할거예요. 저는 선생님과 있으면 편안하고 그 이유는 선생님과 함께 세 증오를 자유스럽게 이야기할 수 있고 심지어 선생님에게 향한 증오를 이야기 할 수 있고요. 그래서 증오심들이 말하자면 무력화되었어요\*. 이 꿈과 마찬가지로 제가 꿈꿀 때는 그토록 무서웠는데 그러나 깨어서 웃었고 심지어 좋은 꿈을 꾸었다고 생각할 수 있었어요.

\* 적개심을 갖고 있기에 불안을 느낀다. 화를 내도 반격이 안오니(공격의 효과가 없어) 공격이 무력화가 된다. 이러면 치료가 된다.

지금 우리는 기본역동과 특별히 전이형을 해석하는 우리의 상담 노력에 대한 보상 댓가를 수확하기 시작했다. 내담자는 자신의 감정에 대한 준비가 충분했고, 역시 상담자에게 말하는 것에 대한 준비가 충분했기에 비교적 솔직하고 편안하게 말할 수 있다\*.

\* 불가피하게 상담중에 전화가 걸려와 답변을 하니 질투심이 생겨 상담자 전이를 해석했다. 치료자가 준비되어 있을 때 해석의 timing을 맞춰야 한다.

## 5. 현실정보의 결여에 따른 전이 반응

내담자는 상담자에게 많은 사적인 정보를 제공하는 반면, 상담자는 자신에 대한 개인적인 단서나 비밀을 내담자에게 거의 제공하지 않는다. 상담과정에서는 내담자가 다른 요인과 함께 상담자에 대해 보다 적게 알고 있으면 있을수록, 무의식적 내부 정신과정에 따라 일어나는 충동과 방어를 중립적 대상인 상담자에게 보다 많이 전위하고 투사할 가능성이 높아진다.

전이반응의 발달과 강도는 상담자의 행동과 개입에 의해 영향받는다. 상담자는 내담자의 전이왜곡을 비난하거나 방어하지 않으며 개인적 손상감을 느끼게 하거나 미리 앞당겨 현실을 설명하는

일 없이 내담자의 전이 표명을 수용함으로써 전이 표명을 더욱 촉진시킨다. 현실정보 결여 요인에 인용된 것은 16회째 대화내용(pp. 128~129)이다.

내담자 : 모르겠어요. 왜 사람들은 다른 사람들이 자기들을 좋아하지 않는다고 느끼나요? 저도 가끔, 특히 여자애들이 저를 좋아하지 않는다고 느껴요. 투사인가요? 저는 여자애들을 만나면 방어적으로 불안해요. 왜 그렇지요?

이것은 이 시간 처음에 연상에서 솔직하게 이야기했던 여동생상에 대한 증오심을 환자 자신에 반영한 것이다. 보복에 대한 두려움과 단순한 죄의식이 같이 있다.

상담자 : 물론 당신은 그것을 당신 자신이 대답할 수 있습니다.

대답해 주기 보다는 오히려 내담자로부터 해석을 끌어내는 것이 치료후 내담자의 독립과 치료진전을 위하여 보다 효과적이다. 상담자는 물론 내담자가 미처 보지 못하는 점을 상담자가 보충할 수 있다.

내담자 : 네 저는 할 수 있지만 선생님이 뭐라고 말씀하시는지 듣고 싶은데요.

내담자의 표정에는 교활함과 수줍음, 매력, 그리고 유혹이 명백히 담겨 있었다. 또한 좋아하는 감정과 관심을 끌기 위한 연연함도 있었다. 상담자는 어쨌든 모든 내용에 정확하게 맞을 해석을 하나하나 하느니 보다는 오히려 중심 내용에 맞는 전반적 해석을 할 수 있기를 바라며 기다리고 있다.

상담자 : 왜 당신은 제가 당신께 이야기 해주기를 좋아하십니까?

내담자 : 제가 선생님으로부터 그것을 기대하기 때문이에요. 제가 친구들을 여동생처럼 느끼고 그들과 경쟁을 해야 하는 것이 두렵고 그래서 제가 관심없는 척하는 것은 투사인가요?

이것은 상담자가 본 것에 대한 보충이었다. 상담자는 내담자로 하여금 무엇을 찾아야 하는가 하는 방향 제시를 민감하게 하여야 한다. 상담자는 치료과정에서 일어나는 주된 생각을 치료과정속에서 내담자에게 전달할 수 있고 때로는 꿈 해석에서 정확하게 전달할 수 있다. 내담자가 주된 생각을 보고 정서적으로 파악하고 깨닫고 감정을 평가하고 반응할 때는 내담자 나름대로 특별한 방식으로 그것을 형성하고 진술할 것이다.

#### IV. 정신분석적 상담과정과 전이 전략

정신분석적 상담에서 유의해야 할 것은 상담자가 어떠한 형태의 상담 방법을 택할 것인가 하는 점이다. 즉, 내담자로 하여금 단지 지금 의식하고 있는 심리적 갈등만을 다룰 것인가, 아니면 의식하고 있지 않은 심리적 갈등도 다룰 것인가에 따라 상담의 과정이 달라질 수 있다는 것이다.

지지적 상담에서는 내담자가 현재 의식하고 있지 않은 문제는 다루지 않는다. 전이와 관련해서 보면, 전이현상에 대한 의지적 자각을 방어하도록 허용하거나 해석하지 않는다. 상담자를 실질적 인물로 인식하도록 정보를 제공하며, 적극적인 개입으로 공상적인 전이왜곡을 줄인다. 전이강도에 따라 상담상황을 조절하되 내담자가 전이 감정을 깨닫기 전에 조정해야 한다. 왜냐하면 의식되면 거절감을 갖기 때문이다. 그리고 전이 현상이 내담자의 의식 수준에 떠올릴려고 할 때, 미리 해석해 줌으로써 감정의 자극을 피한다. 예를 들면, 내담자가 얼굴에 땀을 흘리고 있으면 "얼굴에 땀이 맺히는 것을 보니 나를 좋아하는 것 같군"하고 미리 해석함으로써 불필요한 연상을 주지 않게 한다. 그리고 적대감과 분노가 표현되어야 할 상황이면 이를 절제하지 않고 말로 표현하도록 한다. 이처럼 지지적 상담은 내담자가 상담자에게 느끼는 왜곡된 느낌을 파헤치기 보다 허용함으로써 갈등의 동원을 피하고 적응부담을 줄인다. 즉, 전이왜곡을 최소화 시키면서 내담자 스스로 통제할 수 있도록 해준다.

한편, 통찰적 상담은 내담자로 하여금 자기를 인식하고 있었던 것 이상으로 자기 자신을 의식할 수 있도록 도와준다. 즉, 지금까지 자기 자신이 모르고 있었던 자기의 심리적인 면이나 행동방식을 의식하게 한다. 전이와 관련해서 보면, 상담자와 내담자와 상담관계를 미리 설명하지 않으며, 전이감정과 공상을 자극함으로써 신경증 상태로 만든다. 전이의 구체적인 내용이 부각될 수 있도록 구체적인 자극을 제시하며, 전이감정이 표현된 이후에 상황을 설명하여 내담자 자신이 왜곡의 강도를 알 수 있도록 도와 준다. 상담자는 중립적인 관찰자로서의 역할을 하며, 내담자 자신이 내부적인 역동에 의해 변화가 일어날 수 있도록 한다. 이처럼 통찰적 상담은 전이관계의 형성과 구체화에 따라 내담자 내부의 갈등이 전위되도록 하는데 있으며, 이러한 전이관계가 일어나지 않으면 상담이 불가능하다. 따라서 통찰적 상담에서는 내담자가 발달된 자아를 가지고 자신의 문제 해결의 기회를 가지게 되며, 이를 직면시킴으로써 의식수준에서 재경험하여(현재생활에 어떻게 영향을 주는가)를 통찰하도록 한다.

앞에서 제시한 두 가지 형태 중 본 연구에서 인용된 Saul(1972)의 상담사례는 통찰적 상담에 보다 가깝다. 상담자는 내담자의 방어를 지적함으로써 내담자가 현실에 직면하여 갈등을 불러 일으키도록 도와 주고 있다.

## V. 전이관계가 상담과정에 주는 시사

우리 세대의 위대한 발견은 핵에너지가 아니고 정서적 장애와 이 장애의 결과로 생긴 온 세계에 산재하는 사회적 혼란, 그리고 개인적인 고통이 잘못된 양육으로 인한 아동의 비뚤어진 정서적 발달 때문이라는 것을 발견한 것이다. 이 비뚤어진 정서가 싸움과 적개심과 도피가 끊임없이 일어나게 하는 원인이 된다. 반대로 사랑과 이해와 존경으로 키워진 아동은 정서적으로 성숙한 성인이 되어서 선의의 인간, 안정되고 만족한 배우자, 부모, 국민으로서 그의 건설적인 힘을 사용하고 균형있는 삶을 즐긴다(Saul, 1972). Saul이 지적한 것처럼 이 시대의 불행한 사태는 개인이 아동기에 부모로부터 정서적으로 사랑하는 감정을 갖고 자라지 못한 때문이다.

Dewald(1974)는 전이 현상이 상담과정에서 주는 이점으로 내담자가 상담과정에서 상담자의 도움을 받아 그가 지금 체험하고 있는 갈등을 해결하는데 어떤 방법이 보다 효과적인가를 발견할 수 있는 기회를 가지게 된다고 하였다. 이렇게 하기 위하여 상담자는 내담자의 전이 반응이 나오기 시작하면 나오는대로 내담자가 그것을 의식하게끔 도와준다. 그리고 이같은 전이반응을 여러 가지 갈등 상태를 표시하는 하나의 원형(prototype)으로 삼아서, 치료기간 내의 이 전이관계나 전이반응과 비슷한 치료기간 밖의 현재의 인간관계나 현재의 행동은 무엇인가, 또 이 치료기간 내의 전이관계나 전이경험과 비슷한 치료기간 밖의 내담자 기억중의 과거의 인간관계나 과거의 경험은 무엇인가라는데 관해서 일종의 평행선을 찾으려고 부단히 노력하여야 한다. 그리고 이러한 노력은 곧 상담자 자신의 인격과 관련된다. 상담자는 내담자의 전이욕구를 감소시켜 그가 과거의 관계에 머무르고자 하는 것이 그 자신의 성장을 저해하는 것임을 깨닫게 하고, 그 자신의 삶의 방식을 변화시켜 가도록 도와 주어야 한다. 이렇게 하기 위해서 상담자는 먼저 자신을 치료하여 역전이 현상을 인식하고, 이러한 역전이 현상을 줄임으로써 내담자와의 관계를 가져야 한다.

현실적 상담과정에서 정신분석적 접근이 어느 정도 실현가능할 것인가?

지금까지 논의된 전이관계를 살펴보면 정신분석의 이론과 이에 따른 기본적 개념의 틀은 어떠한 상담적 접근에서도 근간이 될 것으로 본다. 왜냐하면, 내담자가 가지고 있는 행동과 증상의 근원은 내담자의 과거사를 바탕으로 이루어져 있기 때문이다. 그러나 정신분석적 치료에서 환자를 대상으로 하는 전이관계가 정상인을 대상으로 하는 일반 상담에서 적용되기는 어렵다. 더구나 정신분석치료에서 무의식의 갈등을 해소시켜 현저한 인격변화를 이루고자 하는 목표는 단기간을 요하는 상담에서는 거의 불가능하다. 그럼에도 불구하고 정신분석요법을 이해하려고 하는 것은 이 요법이 상담자에게 현재 내담자가 가지고 있는 이상행동의 근원을 이해하는 개념적

인들을 제공해 주며, 상담을 공부하는 사람들은 현재 어떠한 상담이론을 근거로 상담을 할지라도 정신분석학에 대한 이론이나 기법들을 이해할 필요가 있기 때문이다. 만일 어떤 특정한 상담이론에만 제한될 경우 다른 이론에 대한 장점을 활용하지 못하여 내담자를 이해하는데 그 효율성이 감소될 수 있다.

따라서 이러한 전이관계가 정상인을 대상으로 하는 학교나 사회단체에서 하는 상담과정에서 적용되기 위해서는 몇가지 점에 유의해야 한다. 첫째, 정상인을 대상으로 하는 상담자는 전이관계를 통하여 내담자의 심리적 갈등을 조기 발견하거나 이에 대한 예방에 초점을 둔다. 비록 내담자의 퇴행과정에서 나타나는 상담자에 대한 전이 현상이 발견된다 하더라도 정신분석에 대한 전문적 자질을 갖추지 않는 이상 이 분석 방법에 의해 내담자를 치료한다는 것은 위험한 일이며, 적절한 선에서 유지하되 그 이상은 정신분석가에게 의뢰하여야 한다. 둘째, 상담자가 내담자의 과거를 탐색한다고 해서 상담을 전적으로 내담자의 과거에 의존해서는 안되며, 오직 내담자의 과거 경험과 그의 현재 갈등과의 연관성에 초점을 두어야 한다. 즉, 상담자는 상담자 자신에 향한 내담자의 감정의 흐름을 주의 깊게 관찰하되, 내담자가 가지고 있는 현재의 갈등과의 연관성에 중점을 두어야 한다. 셋째, 상담자는 상담과정에서 일어나는 그의 내담자에 대한 역전이 현상을 인식하여, 상담자의 편협된 감정이 내담자에게 전달되지 않도록 주의하여야 한다. 이러한 현상은 교사-학생 관계에서도 종종 일어날 수 있는 것으로서, 교사가 자기 감정을 살피지 못하게 될 경우 학생에게 부당한 인격적 대우를 하게 된다.

어떠한 형태의 상담과정에서도 내담자의 정신세계를 이해하지 않고는 치료 또는 예방이 어렵다고 볼 때, 정신분석에서의 전이관계는 인간이해를 위한 상담의 기본이 된다고 하겠다. 요컨대, 상담자는 내담자의 마음속에 숨어있는 무의식적 배후와 의식수준에서 알고 있는 것과는 연결시켜 주는 역할을 하되, 내담자 스스로 자신의 경험에서 나온 생각을 확신하고, 감정적으로 이해할 수 있도록 도와 주는 일이 중요하다.

## 참 고 문 헌

- Brister, C. W. (1978). *The Promise of Counseling*, N. Y. ; Harper & Row. 민병소 역 (1981). 카운슬링과 정신의학의 대화, 성광문화사
- Clinebell, H. (1981). *Contemporary Growth Therapies*, Abingdon Press. 이종현 역(1990). 현대성장 상담요법, 대한예수교장로회총회출판국
- Corey, G. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, Brooks/Cole Publishing Company, Monterey, California. 오성춘 역(1990). 상담학개론, 장로회신학대학출판부
- Dewald, P. A. (1969). *Psychotherapy Adynamic Approach*, Basic Book Publishing, 이근후 · 박영숙 역(1987). 정신치료의 역동요법, 하나의박사
- Dewald, P. A. (1974). *The Theory and Practice of Individual Psychotherapy*, Psychotherapy Tape Library. 김기석 역((1979). 정신치료의 이론과 실제, 고려대학교출판부
- Sahakian, W. S. (1970). *Psychotherapy and Counseling: Studies in Technique*, Beacon Hill, Boston. 서봉연 · 이관용 공역(1990). 심리치료와 카운셀링 - 기법의 연구 -, 중앙적성출판사
- Saul, L. J. (1972). "How an analyst thinks", *Psychodynamically Based Psychotherapy*, Medra, Pennsylvania. 안향림 · 홍성화 역(1986). 치료자는 어떻게 환자를 이해해야 하는가, 중앙적성출판사
- 민성길외(1987). 최신정신의학, 일조각
- 전국대학카운슬러연구회(1986). 상담의 이론과 실제, 중앙적성출판사