

자기 비판적 우울과 의존적 우울에서 나타나는 대인관계 패턴: CCRT 방법을 통한 질적 분석

손 보 영[†]

정 남 운

가톨릭대학교

본 연구는 Blatt(1974)의 이론에 근거하여, 자기 비판적 우울과 의존적 우울의 대인관계 패턴을 경험적으로 확인하는 것을 목적으로 한다. 이를 위해 현재 상담을 받고 있는 내담자 65명을 대상으로 우울 검사를 하여 자기 비판적 우울집단 8명, 의존적 우울집단 7명을 선정하였다. 이 내담자들의 상담 완전어록을 4명의 평정자들이 핵심갈등관계주제(Core Conflictual Relationship Theme: CCRT) 방법을 사용하여 평정하고 분석하였다. 연구 결과 의존적 우울에서는 대인관계적 소망이 주로 나타난 반면 자기 비판적 우울에서는 대인관계적 소망과 함께 성취하고 유능해지고 싶은 소망, 자율성과 자기주장에 대한 소망, 타인에게 인정받고 싶은 소망이 표현되었다. 자기 비판적 우울 성향의 내담자들은 상대방이 자신의 자율성과 능력을 인정해주지 않거나 통제할 경우 자기 비난, 무력감, 분노, 적대적 반응 등을 나타내며 이러한 자기반응은 상대로 하여금 더욱 적대적이거나 통제적인 반응을 취하도록 만드는 것으로 보였다. 또 이들은 상대방으로부터 거부당할지도 모른다는 두려움을 지니고 있기 때문에 대인관계 상에서 강한 불안과 긴장감, 소극적 자기개방과 대인관계에서 철수하는 태도, 순응적 반응 등을 보였으며 부정적 감정은 표현되지 않거나 간접적 방식으로만 전달되었다. 의존적 우울 성향의 내담자들은 상대방이 자신을 거부할 경우 강한 불안감, 실망감, 무력감 등을 느꼈다. 또 이들은 상대방이 자신에게 무관심할 경우 부정적인 감정을 느끼지만 이러한 부정적 감정은 상대방에게 표현되지 못하였고 그 대신 긍정적 정서에 대한 표현은 빈번하게 이루어졌다.

주요어 : 자기 비판적 우울, 의존적 우울, 대인관계 패턴, 핵심갈등관계주제(CCRT), 질적 분석

[†] 교신저자 : 손 보 영, 서울특별시립아동병원, (137-180) 서울시 서초구 내곡동 6-7
Tel : (02)3497-4828, E-mail : chris19995@freechal.com

대인관계 패턴이란 어린 시절 양육자와의 관계에서 학습한 행동패턴이 현재의 상호작용에서도 반복되는 것으로, 타인과의 관계에 대한 신념과 거기에서 비롯된 개인 특유의 상호작용 방식을 의미한다(Luborsky, Barber, & Crits-Christoph, 1990). 대인관계적 심리치료 이론에 따르면 개인의 성격 자체가 대인적(interpersonal)인 것이며(Sullivan, 1953) 정상적인 사람은 충분히 넓은 범위의 상호작용 스타일을 갖고 있어서 자신과 타인에 대한 정의를 유연하지만, 경직되고 부적절한 대인관계 패턴을 가질 경우 심리적인 문제가 발생하게 된다(Kiesler, 1982). 이러한 문제를 가진 사람들은 대인관계에서 경직되고 극단적인 방식으로 자신을 드러냄으로써 상대방으로부터 또한 경직된 관계를 이끌어낸다. 많은 이론가들과 상담자들은 이러한 대인관계 문제가 우울에 있어서도 중요한 역할을 한다는 본다. Klerman과 Weissman(1993)은 대인관계 문제가 반드시 우울증을 일으키는 것은 아니지만 그 원인이 무엇이든 간에 현재 경험하는 우울증은 대인관계 맥락에서 표현된다고 주장하였다. 그러나 우울한 사람들의 대인관계 패턴에 대한 기존 연구들은 대인관계 상황에서 우울한 사람들의 반응이 타인에게 부정적 영향을 주고 상대방은 갈등을 느끼다가 결국 우울한 사람들을 거절 혹은 회피함으로써 우울한 사람들을 더욱 우울하게 한다는 반응적 측면만을 설명할 뿐(Coyne, 1976) 우울한 사람들이 보이는 반응에 내재되어 있는 욕구는 충분히 다루지 못하고 있다는 점에서 한계를 지닌다.

이후의 연구들은 기존 연구의 제한점을 보완하여 우울에서의 대인관계 패턴을 보다 통합적으로 입증하고자 하였다. 예컨대 Luborsky 등(1990)은 주요 우울증으로 진단된 21명을 대

상으로 핵심갈등관계 주제(Core Conflictual Relationship Theme: 이하 CCRT) 방법을 사용하여 대인관계 패턴을 분석하였다. 그 결과 가장 많이 나타난 대인관계적 소망은 ‘가까워지고 싶다, 수용 받고 싶다(71%)’와 ‘사랑받고 싶다, 이해받고 싶다(67%)’였고 가장 높은 빈도를 보인 타인반응은 ‘나를 거부, 대적한다’였으며, 자기반응은 ‘실망스럽고 우울하다(90%)’와 ‘무기력하다(90%)’였다. 이러한 결과는 우울한 대학생 10명과 우울하지 않은 대학생 10명을 대상으로 CCRT를 분석한 김수진(1997)의 연구에서도 매우 유사하게 나타났다. 연구 결과, 우울집단에서 가장 많이 나타난 소망은 ‘사랑받고 이해받고 싶다’와 ‘가까이하고 수용 받고 싶다’였고 부정적 타인반응으로는 ‘거부하고 반대한다’와 ‘기분 나쁘다’가, 자기반응으로는 ‘실망하고 우울하다’, ‘무력감’, ‘받아들이지 않음’이 높은 빈도수를 나타냈다. 그러나 이러한 연구들은 우울을 단일한 현상으로만 봄으로써, 발생기원이나 표현양상이 상당히 이질적인 우울의 각 하위차원에 특징적인 대인관계 패턴을 밝혀내지 못했다는 한계를 갖고 있다.

최근 몇몇 연구자들은 Blatt의 이론에 근거한 자기 비판적 우울과 의존적 우울에서 나타나는 대인관계 측면의 차이점들을 입증하고자 하였다(Mongrain, Vettese, Shuster, & Kendal 1998). Blatt과 Ford(1994)에 따르면 인간의 기본적인 발달 과제 두 가지는 지속적이고 만족스러운 대인관계 형성과 현실적이고 긍정적 자기개념 확립이며, 이 둘 간의 변증법적 상호작용을 통해 성격발달이 이루어진다. 이상적 발달은 정상적인 대인관계와 자기개념 분화가 상호보완적으로 평형을 이루며 발달하는 것이지만 한 쪽으로 극단적으로 치우치거나 왜곡

혹은 붕괴될 경우 다양한 정신병리가 유발될 수 있으며(Blatt & Shichman, 1983) 어느 쪽으로 치우쳤는가는 우울의 두 하위차원과 관련이 된다. 즉 초기 사건의 성격에 따라 두 가지 발달과정 중 한쪽으로 치우친 발달 양상을 보이게 되어 결국 상이한 특성을 지닌 우울이 발달하게 된다는 것이다(Blatt, D’Afflitti, & Quinlan, 1976). 이 중 의존적 우울은 거부, 무시, 비밀관성 등의 특징이 있는 부모상에서 비롯되며 친밀한 관계를 맺고 의존하고 싶은 소망, 거절과 유기에 대한 두려움을 지닌다. 타인의 사랑, 보호에 대한 집착, 타인에 대한 지나친 간섭이나 요구(Blatt & Shichman, 1983; 오현주, 1998), 외로움과 무력감, 유약함을 특징적으로 나타낸다(Blatt & Zuroff, 1992). 상실이나 거절을 경험할 때 가장 심각한 결과가 초래되므로(Morgrain & Zuroff, 1994) 대인관계에서 부정적 정서의 표현과 통제에 있어 갈등을 느끼기 쉬우며, 회피, 부인, 억압 등의 방어기제를 사용하여 타인의 거절에 대한 두려움을 조절한다. 반면 자기 비판적 우울은 양가적이고 요구적, 박탈적, 적대적 양육태도를 경험한 사람들에게 나타나기 쉬우며 자신이 세운 목표의 성공적 달성을 통해 타인의 인정을 받고 싶은 소망과 인정의 상실에 대한 두려움을 지니며(Blatt, 1974; Blatt & Zuroff, 1992) 실패를 경험할 때 가장 파괴적인 상황에 처하게 된다(Zuroff & Morgrain, 1987). 대상의 사랑이나 인정을 못 받는 원인을 자신에게 돌리고 이에 대한 보상으로 과도한 성취욕구, 완벽주의, 끊임없는 자기감시, 과도한 자율성과 개인주의를 나타내며(Blatt & Shichman, 1983; 박부형, 2000) 성취를 위해 친밀하고 의미 있는 관계를 희생시키는 경향이 있다. 또 이들은 대인관계에서 철수하거나 낮은 자기개방을 보이

며(Morgrain, Vetteese, Shuster, & Kendal, 1998; 오현주, 1998) 자신과 타인에 대한 양가감정으로 인해 정서표현에 어려움을 느낀다(Zuroff & Duncan, 1997). 그리고 부정적 정서나 자기 실패 등을 투사나 내사, 반동형성, 합리화 등의 방어기제를 통해 보상하려는 경향이 있다.

이처럼 Blatt의 이론에 근거한 연구들은 상이한 우울 하위차원에서 나타나는 대인관계 패턴에 대해 많은 정보를 제공해주었지만 대인관계상의 상호작용을 이끌어내는 내적 소망이 각 우울의 하위 차원에서 어떤 차이를 보이고 이러한 소망이 대인관계적 상호작용에서 어떤 자기반응을 일으키며 이는 상대방의 반응과 어떻게 관련되는지에 관한 경험적이고 통합적인 설명을 제시하는 것은 아직 시작 단계라고 할 수 있다. 특히 선행 연구에 따르면 자기 비판적 우울의 경우 성취, 자율성과 관련된 소망을 지배적으로 나타내지만, 인간의 삶이 끊임없는 대인관계로 이루어진다는 점을 고려해볼 때, 성취나 자율성과 관련된 소망 그리고 대인관계적 소망은 서로 어떠한 관계를 지니고 어떤 방식으로 작용하는지, 그리고 이러한 소망들에 따라 대인관계 패턴이 어떤 차이를 보이는지 등에 대한 경험적 연구는 아직 미흡한 상태이다. 따라서 자기 비판적 우울과 의존적 우울에서 특징적으로 나타나는 내적 소망을 경험적으로 밝히고 이를 대인관계적 상호작용과 연결시키려는 시도는 각 우울 하위 차원에 대한 보다 깊이 있는 이해를 제공해줄 것이며 이를 통해 상담자는 내담자에게 더 효과적인 도움을 줄 수 있을 것이다. 본 연구에서는 우울 하위 차원에 특징적으로 나타나는 대인관계 패턴에 대한 포괄적인 이론적 배경을 제공하면서 동시에 이를 측정할 수 있는 검사지를 개발한 Blatt의 우울분류에

따라 자기 비판적 우울과 의존적 우울을 구분한 후, CCRT 방법을 사용하여 각 우울 차원에서 나타나는 대인관계 패턴을 밝혀보고자 하였다. 본 연구의 필요성과 목적에 따라 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

1. 자기 비판적 우울에서는 성취와 자율성에 대한 욕구와 함께 대인관계적 소망도 함께 나타나는 반면, 의존적 우울에서는 친밀한 관계 욕구나 거절에 대한 두려움이 지배적으로 나타날 것이다.

2. 자기 비판적 우울에서는 끊임없는 자기 비난, 죄책감, 무력감, 과도한 성취욕구나 자율성 추구로 인한 고립 경향, 상대방에 대한 적대적 반응 등이 두드러질 것이며, 반면 의존적 우울에서는 타인과의 빈번한 접촉 시도, 타인에 대한 의존과 요구, 갈등 상황에서의 강한 회피 성향 등이 드러날 것이다.

방 법

연구 대상

현재 상담을 받고 있는 내담자 65명을 대상으로 우울경험질문지(DEQ)를 실시한 후, 자기 비판성 요인점수가 상위 50%이상인 반면 의존성 요인점수가 중앙치 미만인 내담자를 ‘자기 비판적 우울집단’으로, 의존성 요인점수가 상위 50% 이상인 반면 자기 비판성 요인점수가 중앙치 미만인 내담자를 ‘의존적 우울집단’으로 선정하였다. 선정된 내담자들 중, 2회기 이상의 상담 완전 축어록을 사용할 수 있는지 그리고 그 내용이 비교적 핵심갈등관계 주제를 나타내는지 등의 여부를 확인한 후 자기 비판적 우울집단에 8명, 의존적 우울집단에 7

명의 내담자를 연구대상으로 선정하였다. 총 15명 내담자의 연령분포를 보면 10대 1명, 20대 13명, 30대 1명이었고 이 중 남자가 4명, 여자는 11명이었으며, 대학생이 12명, 직장인이 2명, 기타 1명이었다.

측정 도구

Blatt의 우울 경험 질문지(Depressive Experience Questionnaire: DEQ)

DEQ는 Blatt 등(1976)이 우울의 주관적 경험과 관련된 150개 문항들을 모아, 임상문헌에 기초하여 합리적 방법으로 66개 문항을 선별하여 개발한 질문지로, 7점 리커트 척도 상에 응답하도록 되어 있다. 이 검사는 의존적 요인, 자기 비판적 요인, 효능감 요인으로 구성되어 있다. 의존적 요인은 관심이 외부로 지향된 특성, 즉 타인에게 의존하고 친밀한 관계 맺고 싶은 성향, 유기에 대한 염려, 외로움, 무력감 등과 관련되며 이 요인에서 높은 점수를 얻은 사람은 거부에 대한 두려움 및 분노감 통제와 조절에 있어 어려움을 겪기 쉽다. 자기 비판적 요인은 관심이 내부로 지향된 특성, 즉 죄책감, 무망감, 불만족, 불안정감, 자기와 타인에 대한 양가감정, 자기비판 등을 나타내는 문항들과 관련되며 이 요인에서 높은 점수를 얻은 사람은 대상의 애정이나 인정의 상실에 취약하다. 효능감 요인은 자신의 자원 및 능력에 대한 자신감과 관련이 있다. 여러 연구들에 의해 신뢰도와 타당도가 입증되었고(Blatt, Quinlan, Chevron, & McDonald, 1982; Zuroff, Ingreja, & Mongrain, 1990; Blaney & Kutcher, 1991; 조재임, 1996) 임상집단 및 비임상집단 모두에서 우울차원을 평가하는 유용한 도구임이 확인되었다(Blatt, Quinlan,

Chevron, & McDonald, 1982; Klein, Harding, Taylor, & Dickstein, 1988). 본 연구에서는 조재임(1996)이 변안하여 표준화한 것을 사용하였고 채점은 조재임(1996)이 Blatt의 채점 프로그램을 이용해 한국 기준에 맞게 수정한 요인 점수를 이용하여 계산하였으며 결과는 표준화된 요인점수로 표시된다. 조재임(1996)의 연구에서 Cronbach 알파 계수는 자기 비판성이 .84, 의존성이 .81이며 본 연구에서는 .81과 .80으로 나타났다.

핵심갈등관계 주제 방법(the Core Conflictual Relationship Theme Method)

핵심갈등관계 주제(CCRT)는 한 개인이 대인관계 안에서 반복적으로 나타내는 핵심적 대인관계 패턴, 각본 혹은 도식을 의미한다(Luborsky & Crits-Christoph, 1998). CCRT 방법은 대인관계 패턴을 추출해내는 체계적인 사례개념화 방법으로, 다른 대인관계 측정도구들에 비해 관련 연구들이 많이 축적되어 있고 신뢰도와 타당도가 비교적 잘 검증되어 있다(Crits-Christoph & Luborsky, 1990; Barber & Crits-Christoph, 1993). CCRT방법의 기본가정은 한 사람에게서 단일한 CCRT가 있다는 것이며(하정혜, 1992) 이 방법을 통해 측정되는 CCRT의 세 요소는 내담자가 다른 사람에 대해 가지는 요구나 의도를 의미하는 ‘소망(Wish: W)’, 상대방이 내담자에게 어떤 반응을 했는지를 담고 있는 ‘타인반응(Response from Others: RO)’, 상대방 반응에 대해 자신이 어떻게 반응했는가를 나타내는 ‘자기반응(Response from Self: RS)’이 있다. RS와 RO에서는, ‘소망의 충족이 방해받지 않거나 방해받지 않을 것이라 예견할 경우 혹은 그 소망을 이룰 수 있다는 통제감을 갖고 있는 경우’에는 P를 병기하여

‘긍정적 타인반응(Positive Response from Other: PRO)’과 ‘긍정적 자기반응(Positive Response from Self: PRS)’으로, ‘소망의 충족을 방해받았거나 방해받을 것이라 예견할 경우’에는 N을 병기하여 ‘부정적 타인반응(Negative Response from Other: NRO)’과 ‘부정적 자기반응(Negative Response from Self: NRS)’으로 각각 분류한다. 평정시 총 24개의 표준범주와 각 표준범주의 내용을 세분화하고 있는 총 94개의 하위유목들이 사용되는데, W는 8개의 표준범주와 34개의 하위유목, PRO는 4개의 표준범주와 12개의 하위유목, NRO는 4개의 표준범주와 18개의 하위유목, PRS는 3개의 표준범주와 13개의 하위유목, NRS는 5개의 표준범주와 17개의 하위유목으로 구성된다.

CCRT 평정시 우선 평정자들은 축어록에서 타인과의 관계 혹은 자기 자신에 대한 이야기인 관계일화(이하 RE)들을 추출하는 관계일화 평정을 한 후, 그 RE에서 표준범주와 하위유목에 따라 W, PRO, NRO, PRS, NRS를 추출해 내게 된다.

절차

내담자 65명을 대상으로 DEQ를 실시하여 채점 결과에 따라 자기 비판적 우울집단과 의존적 우울집단으로 구분한 후, 본 연구의 선정기준에 따라 15명을 연구대상으로 선정하였다. 선정기준은 Blatt의 두 우울차원에 관한 국내의 선행연구들에서 사용된 절단점 및 연구 결과로 제시된 평균 DEQ 점수를 참고하여 결정하였다. 자기 비판적 우울집단의 자기 비판성 하위척도 평균은 1.41, 의존성 하위척도 평균은 -.33이었고 의존적 우울집단의 의존성 하위척도 평균은 .84, 자기 비판성 하위척도의

평균은 -.47이었다.

이들 연구대상의 상담 완전 척어록 총 41개 회기(각 사례별 평균 2.7개 회기)가 사용되었으며, 이 때 특별히 회기에 제한을 두지는 않았지만 가능한 한 상담 초기의 회기를 수집하였다. 그 결과 총 41개의 회기 중 1회기에서 5회기 이내가 37개, 6회기에서 10회기 이내가 2개, 그리고 한 사례에서 100회기와 101회기가 사용되었다. 본 연구에 참여한 상담자는 총 12명으로 남자 3명, 여자 9명이었고 연령은 20대 6명, 30대 6명이었으며, 모두 상담 및 임상 심리학 석사학위 이상 취득했거나(5명) 석사과정 중(7명)이었다. 평정에는 상담 심리학 석사학위 소지자 2명과 석사과정생 4명이 평정자로 참여했으며 평정자 훈련에서는 Luborsky와 Crits- Christoph의 <Understanding Transference>(1998)와 신희천(2001)의 논문에 준하여 기본적 이론과 실시요강 숙지 및 평정 연습 등이 이루어졌다.

결 과

핵심갈등관계 주제의 소망(W), 자기반응(RO), 타인반응(RS)의 빈도

내담자들의 관계일화에 나타난 소망(W), 긍정적 자기반응(PRS), 부정적 자기반응(NRS), 긍정적 타인반응(PRO), 부정적 타인반응(NRO)을 각각 표준화된 항목에 따라 평정한 후 그 빈도수를 산출하여 자기 비판적 우울집단과 의존적 우울집단으로 나누어 합산하였다.

소망(W)

소망의 빈도를 표준범주 상에서 순위별로 보면(표 1) 자기 비판적 우울집단에서는 4번 <거리 유지, 갈등 회피>와 6번 <사랑받고 이해받음>에서 높은 빈도가 나타났다. 의존적 우울집단에서는 <사랑받고 이해받음>이 총 소망 빈도에서 절반가량에 해당되는 높은 빈도를 나타냈고 <자기주장, 독립적>과 <타인에 반대>는 자기 비판적 우울집단에 비해 상대적으로 낮은 빈도수를 보였다.

표 1. 표준범주 상의 순위: 소망(W) 빈도

순위	자기 비판적 우울		의존적 우울	
	범 주	빈도	범 주	빈도
1	<4>거리유지, 갈등회피	24	<6>사랑받고 이해받음	36
2	<6>사랑받고 이해받음	23	<5>가까이 하고 수용	12
3	<5>가까이 하고 수용	14	<8>성취하고 타인을 도움	9
4	<8>성취하고 타인을 도움	13	<3>통제받고 책임지지 않음	6
	<1>자기주장, 독립적	13	<4>거리유지, 갈등회피	6
5	<2>타인에 반대	5	<1>자기주장, 독립적	5
6	<3>통제받고 책임지지 않음	3	<7>기분 좋고 편안하게 느낌	1
7	<7>기분 좋고 편안하게 느낌	2	<2>타인에 반대	0

타인반응(RO)

긍정적 타인반응(PRO)의 경우 두 집단 모두 <이해함>과 <도움이 됨>에서 가장 높은 빈도수를 나타냈다(표 2). 부정적 타인반응(NRO)에서도 두 집단 모두 5번 <거부하고 반대>에서 가장 높은 빈도를 보였는데 특히 자기 비판적 우울집단의 경우에는 다른 타인반응에 비해 압도적으로 높은 빈도수를 보였다(표 3).

자기반응(RS)

긍정적 자기반응(PRS)으로는(표 4) 두 집단 모두 <도움을 줌>에서 가장 높은 빈도를 보였고, 자기 비판적 우울집단에서는 <자기 통제적, 자신감>이 비교적 높은 빈도수를 보인 반면 의존적 우울집단에서는 <존중하고 받아들임>이 높게 나타났다. 부정적 자기반응(NRS)의 경우에도(표 5) 두 집단은 공통적으로

표 2. 표준범주상의 순위: 긍정적 타인반응(PRO) 빈도

순위	자기 비판적 우울		의존적 우울	
	범 주	빈도	범 주	빈도
1	<8>이해함	9	<8>이해함	17
			<6>도움이 됨	17
2	<6>도움이 됨	7	<7>나를 좋아함	11
3	<1>강함	4	<1>강함	1
4	<7>나를 좋아함	3		

표 3. 표준범주상의 순위: 부정적 타인반응(NRO) 빈도

순위	자기 비판적 우울		의존적 우울	
	범 주	빈도	범 주	빈도
1	<5>거부하고 반대	87	<5>거부하고 반대	56
2	<2>통제함	21	<3>혼란스러움	14
3	<3>혼란스러움	16	<2>통제함	9
4	<4>나쁨	5	<4>나쁨	4

표 4. 표준범주상의 순위: 긍정적 자기반응(PRS) 빈도

순위	자기 비판적 우울		의존적 우울	
	범 주	빈도	범 주	빈도
1	<1>도움을 줌	30	<1>도움을 줌	35
2	<5>자기 통제적, 자신감	18	<3>존중하고 받아들임	27
3	<3>존중하고 받아들임	7	<5>자기 통제적, 자신감	13

표 5. 표준범주상의 순위: 부정적 자기반응(NRS) 빈도

순위	자기 비판적 우울		의존적 우울	
	범 주	빈도	범 주	빈도
1	<7>실망, 우울	54	<7>실망, 우울	52
2	<2>받아들이지 않음	40	<8>불안, 수치심	27
3	<8>불안, 수치심	35	<6>무력감	18
	<6>무력감	35	<2>받아들이지 않음	18
4	<4>타인에게 반대, 상처 줌	12	<4>타인에게 반대, 상처 줌	2

<실망, 우울>에서 가장 높은 빈도수를 나타냈고, 자기 비판적 우울집단의 경우와는 달리 의존적 우울 집단에서는 <타인에게 반대, 상처 줌>에 속하는 반응은 매우 낮은 빈도수를 보였다.

핵심갈등관계 주제 내용에서 두 우울집단 간 차이 분석

본 연구에서는 표준범주나 하위유목상의 빈도만으로는 각 우울차원에 나타나는 대인관계 패턴에 대한 심도 있는 이해를 제공하기 어려울 것으로 판단하여, CCRT 요소들에 속한 표준범주 및 하위유목에 해당되는 축어록상의 내용을 분석하여 자신과 타인 반응, 그리고 자기반응에 기저하고 있는 소망의 내용에서 두 우울 집단 간에 어떤 차이가 있는지 알아보고자 하였다. 지면 관계상 전체 하위유목의 순위를 신지는 못하였다.

자기 비판적 우울 집단의 소망(W)

소망 하위유목 상의 빈도수를 순위별로 살펴보면(표 6), 자기 비판적 우울 집단에서 가장 특징적으로 나타난 소망은 대인관계 상에서 상처받는 것에 대한 두려움이었다. 표준범주

상 순위에서 <거리유지, 갈등회피>가 가장 높은 빈도수를 나타냈으며 이 범주의 하위유목인 ‘상처받지 않았으면 좋겠다.’가 하위유목 상 순위에서 가장 높은 빈도를 나타냈다. 자기 비판적 우울집단에서 ‘상처’로 인식하는 사건들 중 대부분은 상대방이 자신을 수용해주지 않고 거부하는 상황이었다(“내가 사근사근하게 얘기를 못해서 거절할까봐 두렵고 <중략> 사람들로 부터 상처받기 싫다는 생각이 되게 가득 차서”, “초등학교 다닐 때 제가 되게 예습을 많이 해갔어요 선생님이 이것이 뭘까요? 이렇게 화제 제시를 하려고 그러면 저는 그것을 그건 뭘예요, 이렇게 다 대답을 하고 그러니까 애들이 다 나를 싫어한 거예요. 그것 때문에 상처를 받아서 무리라는 것에 대해서 공포감을 가지고 있지 않나 이런 생각이 들기도 하고 <중략> 중학교 때는 과학고를 준비하려고 할 정도로 공부를 잘했는데 그때도 인간관계가 안 좋았거든요. 어릴 적 생각에 내가 공부를 잘해서 애들이 나를 미워하는 것이다, 이렇게 생각을 해서 일부러 공부를 안 했어요.”).

두 번째로 친밀한 관계에 대한 소망을 들 수 있다. 표준범주의 순위를 살펴보면 이러한 소망을 담고 있는 범주들 중 <사랑받고 이해 받음>과 <가까이 하고 수용>에서 높은 빈도

수가 나타났고, 하위유목상 순위에서도 이 범주들에 속하는 하위유목인 ‘수용되고 싶다’, ‘나를 좋아해줬으면 좋겠다’, ‘상대방과 가까워지고 싶다’ 등이 높은 빈도수를 나타냈다. 축어록 내용을 살펴보면, 대부분 자신의 성취나 능력 등에 대한 타인의 인정을 통해 궁극적으로는 타인의 사랑과 관심을 받고 싶다는 내용들이었고(“제가 공부를 조용히 하고 선생님이 하란대로 잘 따라 하고 그러면 선생님이 별로 신경을 잘 안 썼어요. 그래서 눈에 안 띄니까 발표를 한번도 안 시켰어요. 그래서 초등학교 1학년 때부터 분노가 쌓인 거예요. 저 선생님도 다른 애들만 좋아하고 나는 차별한다. 나만 싫어한다. <중략> 초등학교 때는 노래도 열심히 하구요. 미술도 열심히 하고. 또 앞에 나가서 노래도 하고... 중학교 때도 뭔가 열심히 하면 거기서 뭔가 행복을 얻고요”) 이러한 친애욕구가 표면적으로 드러나는 경우도 있었다(“다른 친구들한테는 듣기 싫은 얘기를 안 해요. 개가 싫어할까봐.. 그래야 애가 좋아해줄 것 같고 관계가 유지될 것 같아서”).

세 번째는 타인으로부터 인정받고 싶은 소망을 들 수 있다. 하위유목상 순위에서 두 번째로 높은 빈도수를 보인 ‘수용되고 싶다’에 해당되는 축어록 내용을 살펴보면, 자신의 성과나 자율성 등을 타인으로부터 인정받고 싶은 소망이 나타났다. 그 예로는 “잘 한다고 얘기하면요, 다음번에도 잘 한다고 말을 듣고 싶고...”, “어디서나 인정을 받기 위해서는 공부를 잘 해야 하는데”, “내가 만만해보이지 않고 대단해 보이는 존재라고나 할까? 그러니까 생각보다 대단한 존재인걸, 그렇게 보이길 바라는 게 많은 것 같아요” 등이 속한다.

네 번째는 자율성과 독립성에 대한 소망을 들 수 있다. <자기주장, 독립적> 범주에 속하

는 하위유목인 ‘나만의 색깔을 갖고 싶다’와 ‘내 주장을 하고 싶다’에서 상위에 속하는 빈도수가 나타났다. 표준범주 순위에서 <타인에게 반대>가 비교적 높은 빈도수를 나타내지는 못했지만 의존적 우울집단에서는 이 범주에 속하는 소망들이 전혀 나타나지 않았다. 자기 비판적 우울집단이 ‘상대에게 대항하고 싶은’ 이유는 상대방이 자신의 자율성이나 독립성에 대한 소망을 좌절시키기기 때문이었다(“아빠 말을 계속 듣고 싶지 않았어요. 옛날에는 아빠 말이 진리요 길이라고 생각했는데 제가 이렇게 막 이상하게 되는 것 같아서... 아빠 말을 열심히 듣다보면 세뇌가 될 것 같아서 그만 듣고 싶었어요.”)는 점들을 고려해 볼 때 자기 비판적 우울에 있어서 자율성 획득이 특징적으로 중요한 가치를 지닌다고 말할 수 있을 것이다.

마지막으로 성취 욕구를 들 수 있다. 자기 비판적 우울집단이 <성취하고 타인을 돕고 싶다> 범주에서 나타난 빈도는 의존적 우울집단에 비해 오히려 낮지만, 의존적 우울집단의 경우 이 범주의 하위유목들 중 ‘상대방을 돕고 싶다’를 제외한 나머지 하위유목들은 매우 낮은 빈도수를 보이거나 아무런 빈도수도 나타내지 않은 반면 자기 비판적 우울집단에서는 ‘상대방을 돕고 싶다’는 소망은 전혀 나타나지 않았고 이 범주의 다른 하위유목들인 ‘무언가 달성하고 싶다’ ‘완벽하고 올바르게 살고 싶다’에서 높은 빈도수를 나타냈다(“피아노 배우는데 많은 것을 배우고 싶다, 빨리 빨리 잘하고 싶다, 그런 것 때문에 오랫동안 피아노를 못 배우는 것 같아요” “저는 능력을 되게 많이 가지고 있었으면 좋겠고... 잘해야만 하는 거죠... 되게 싫어요. 되게 싫을 거 같아요. 아주 두렵겠죠. 능력이 아주 작다면 아주

두려운 거죠. 저한테는. 작다고 생각하는 게 두려워요.”).

의존적 우울집단의 소망(W)

의존적 우울집단에서는 타인의 관심과 사랑,

표 6. 하위유목상의 순위: 소망(W) 빈도

순위	자기 비판적 우울			의존적 우울		
	범주	하위 유목	빈도	범주	하위 유목	빈도
1	<4>거리유지, 갈등회피	14. 상처받지 않았으면 좋겠다	13	<6>사랑받고 이해받음	1. 이해받고 싶다	14
2	<6>사랑받고 이해받음	2. 수용되고 싶다	10	<6>사랑받고 이해받음	7. 나를 좋아해줬으면 좋겠다	9
3	<1>자기주장, 독립적	28. 나만의 색깔을 갖고 싶다	8	<6>사랑받고 이해받음	2. 수용되고 싶다	7
	<4>거리유지, 갈등회피	17. 갈등을 피하고 싶다	8	<5>가까이하고 수용	11. 상대방과 가까워지고 싶다	7
4	<6>사랑받고 이해받음	7. 나를 좋아해줬으면 좋겠다	8	<8>성취하고 타인을 도움	12. 상대방을 돕고 싶다	6
	<5>가까이하고 수용	11. 상대방과 가까워지고 싶다	7	<8>성취하고 타인을 도움	22. 무언가 달성하고 싶다	7
5	<8>성취하고 타인을 도움	26. 완벽하고 올바르게 싶다	5	<3>통제받고 책임지지 않음	13. 도움 받고 싶다	4
	<6>사랑받고 이해받음	1. 이해받고 싶다	5	<1>자기주장, 독립적	34. 내 주장을 하고 싶다	5
6	<2>타인에게 반대	18. 상대방에게 대항하고 싶다.	4	<6>사랑받고 이해받음	33. 로맨틱한 사랑을 받고 싶다	3
	<5>가까이하고 수용	9. 상대방에게 솔직하게 마음을 터놓고 싶다	4	<6>사랑받고 이해받음	3. 존중받고 싶다	3
6	<5>가까이하고 수용	9. 상대방에게 솔직하게 마음을 터놓고 싶다	4	<5>가까이하고 수용	9. 상대방에게 솔직하게 마음을 터놓고 싶다	3
	<4>거리유지, 갈등회피	14. 상처받지 않았으면 좋겠다	3	<4>거리유지, 갈등회피	14. 상처받지 않았으면 좋겠다	3

보호를 받고 싶은 대인관계적 소망이 지배적으로 많이 나타났다. 하위유목 상의 빈도수를 순위별로 살펴보면(표 6), 상위 세 번째까지는 모두 표준범주 중 가장 높은 빈도수를 보인 <사랑받고 이해받음>에 속하는 하위유목들이었다.

좀더 구체적으로 각 하위유목에 해당되는 축어록 상의 내용들을 살펴보면, 우선 하위유목들 중 가장 높은 빈도를 보인 ‘이해받고 싶다’에는 자신의 힘든 상황이나 심리적 고통을 타인으로부터 위로와 공감, 이해를 받고 싶다는 소망이 많이 나타나고 있고(“엄마가 놀라면서 또 야단을 치는 거죠. 왜 지갑을 그렇게 사소하게 했냐. 뭐, 아무튼, 비밀 번호도 왜 그렇게 했냐. <중략> 그래도... 뭔가 위로를 조금이라도 하고 그거를 하든지”, “나는 못한다고 생각해서 꾸념을 늘어놓으면 친구들은 너는 잘할 거잖아, 그렇게 이야기하면 힘이 빠져요. 나는 되게 힘들고 이거 언제 하나... 해결해달라는 게 아니라 나를 좋게 봐주는 건 나쁜 건 아니라고 생각은 하는데 사람들이 그걸 힘들게 안 봐준다는 거 자체는 좀 안 좋긴 했었어요.”), 두 번째로 높은 빈도수를 나타낸 ‘상대방이 나를 좋아해줬으면 좋겠다.’에서는 타인으로부터 호감이나 관심, 사랑을 받고 싶은 소망이 나타났다(“이 사람이 나를 얼마나 좋아하는지 그걸 보는 게 내 행복이에요”, “그 사람은 내가 연락하는데 왜 연락을 안 하지? 사람들은 왜 내가 좋아하는 것만큼 좋아하지 않을까”). 세 번째로 높은 빈도수를 나타낸 ‘수용되고 싶다’에 해당되는 축어록 상의 내용에는 자신의 성과나 능력을 타인이 인정해주시기를 바라는 소망보다는 자신을 있는 그대로 받아주시기를 바라는 소망이 나타나 있고(“굉장히 많이 의지하는 편이에요. 달래줬으면 하는

마음도 있고, 애들이 나를. 근데 그 기대에 부응을 참 잘해줘요.”), ‘상대방과 가까워지고 싶다’에는 혼자 남겨지는 것에 대한 두려움, 친밀한 관계를 갖고 싶은 소망이 나타나 있다(“제가 스킨십을 굉장히 좋아하고 원하고 있어요. 왜 이렇게 스킨십을 자꾸 원할까. 스킨십이 충분히 안된 날은 굉장히 우울해 해요. 애들하고는 일상적으로 일어나니까요. 그래서 애들이 좋아요. 스스로 와서 안기니까. 매달리고..”). 이와 같이 의존적 우울집단에서는 대인관계적 수용과 친밀감에 대한 소망이 매우 우세하게 나타나는 반면, 성취나 자율성 획득에 대한 소망 등은 매우 낮은 빈도수를 보이거나 전혀 나타나지 않았다.

자기 비판적 우울 집단의 긍정적 타인반응(PRO)

자기 비판적 우울집단에서 높은 빈도수를 보인 ‘나를 수용한다’와 ‘나에게 도움이 된다’(표 7)에 해당되는 축어록 상의 내용들을 살펴보면, 자신의 능력과 성과 등을 인정해주는 타인반응(“<상대방이 보기에 내가> 사람들보다 전문지식이 많다고 이런 식으로 이야기하고 약간 대단하게 보는, 그러니까 객관적 조건보다는 애가 만만치 않은 걸하고 생각을 해요.”)과 함께, 자신을 거절하지 않고 공감해주는 타인반응(“말 잘 들어주고요, 그러냐고 좀 많이 이해를 해줬던 거 같아요”)이 동시에 포함되어 있었다.

의존적 우울집단의 긍정적 타인반응(PRO)

의존적 우울집단에서 나타난 PRO로는(표 7) 우선 정서적 수용 그리고 공감과 지지를 들 수 있다. 표준범주 상 순위에서 가장 높은 빈도를 보인 <도움이 됨>과 <이해함> 뿐 아

표 7. 하위유목 상의 순위: 긍정적 타인반응(PRO) 빈도

순위	자기 비판적 우울			의존적 우울		
	범 주	하위 유목	빈도	범 주	하위 유목	빈도
1	<8>이해함	3. 나를 수용한다	7	<6>도움이 됨	13. 나에게 도움이 된다	16
	<6>도움이 됨	13. 나에게 도움이 된다	7			
2	<1>강함	23. 독립적이다	2	<8>이해함	11. 나에게 스스럼없이 대한다	7
	<7>나를 좋아함	30. 나를 사랑한다	2			
3	<8>이해함	1. 나를 이해한다	1	<7>나를 좋아함	9. 나를 좋아한다	6
	<7>나를 좋아함	9. 나를 좋아한다	1	<8>이해함	3. 나를 수용한다	6
	<1>강함	24. 강하다	1			
	<1>강함	29. 즐겁다	1			
	<8>이해함	11. 나에게 스스럼없이 대한다	1			

나라 <나를 좋아함>에 해당되는 축어록 상의 내용 중 거의 대부분이, 자신을 있는 그대로 받아들여주고 공감해주며 위로해주는 타인반응이었다.

두 번째로 의존적 우울집단에 특징적인 PRO로는 개방적 태도를 들 수 있다. <이해함>의 하위유목인 ‘나에게 스스럼없이 대한다’는 하위유목 순위에서 두 번째로 높은 빈도수를 나타냈는데 축어록 상의 내용은 친구가 자신에게 힘든 이야기를 털어놓는 등의 자기 개방의 반응이 주를 이루었으며, 이러한 타인반응은 자기 비판적 우울에서 거의 나타나지 않았던 반응이었다.

자기 비판적 우울집단의 부정적 타인반응 (NRO)

자기 비판적 우울집단에서 나타난 NRO는 크게 두 가지로 구분해볼 수 있다. 첫 번째는

자신의 친애욕구를 충족시켜주지 않고 거부하는 타인반응으로, 하위유목 중 가장 높은 빈도수를 보인 ‘나를 이해하지 못한다’에 해당되는 타인반응들이 여기에 속한다(표 8). 이 하위유목에 속한 타인반응 중에는 자신의 마음을 알아주지 않는 타인반응도 있었지만, 대부분의 내용은 자신의 의도를 왜곡하고 오해하는 타인반응이었다. ‘나를 거부 한다’에 해당되는 타인반응에는 관심과 사랑을 받기 위한 자신의 노력을 수용해주지 않고 거부, 유기하는 반응들이 나타났으며(내가 마음을 주면 상대방은 나를 버리고 떠날 것이다), ‘나를 멀리 한다’에는 자신을 불편하게 생각하거나 무관심해져서 거리를 두는 타인반응들이 포함되어 있었다(친구가 나를 불편하게 생각해서 자신의 고민이나 속 얘기를 하지 않고 거리를 둬).

두 번째 타인반응은 능력이나 자율성을 성취하고 인정받고 싶은 소망을 좌절시킨다는

표 8. 하위유목 상의 순위: 부정적 타인반응(NRO) 빈도

순위	자기 비판적 우울			의존적 우울		
	범 주	하위 유목	빈도	범 주	하위 유목	빈도
1	<5>거부하고 반대	2. 나를 이해하지 못 한다	22	<5>거부하고 반대	4. 나를 거부 한다	17
2	<2>통제함	20. 나를 통제 한다	18	<5>거부하고 반대	2. 나를 이해하지 못 한다	10
3	<5>거부하고 반대	4. 나를 거부 한다	16	<5>거부하고 반대	12. 나를 멀리 한다	8
4	<5>거부하고 반대	15. 나에게 상처를 준다	11	<5>거부하고 반대	14. 나에게 도움이 되지 않는다	6
	<5>거부하고 반대	12. 나를 멀리 한다	11			
5	<5>거부하고 반대	10. 나를 좋아하지 않는다	10	<2>통제함	20. 나를 통제 한다	5
				<3>혼란스러움	16. 상처를 받는다	5
				<3>혼란스러움	27. 화낸다	5
				<5>거부하고 반대	6. 나를 존중하지 않는다	5
6	<5>거부하고 반대	6. 나를 존중하지 않는다	5	<5>거부하고 반대	10. 나를 좋아하지 않는다	4
		17. 나에게 대항한다	5	<2>통제함	26. 나에게 엄하게 한다	4

내용이었다. ‘나를 통제한다’에 해당되는 타인 반응 대부분은 상대방이 자신의 독립성과 자율성을 인정하지 않고 통제하려는 반응들이었다(“아빠가 설교를 하셔가지고요. 세상은 악한 곳이다, 갑자기 친절을 베풀면 절대 믿어서는 안 된다, 그런 걸 매일 얘기를 하세요. 그러니까 저도 짜증이 나는 거예요. 저는 그 아저씨가 기분 나쁘지 않았어요. 근데 아빠가 계속 아빠 의견을 심고”). ‘나에게 대항한다’는 타인 반응 역시 자기 비판적 우울에 특징적인 타인 반응이었다. 의존적 우울집단의 경우 상대적으로 더 낮은 빈도수를 보였고, 내용에 있어서도 자기 비판적 우울집단에서는 자신이 하

고 싶은 일을 반대하는 타인반응을 ‘나에게 대항한다’고 지각하는 반면 의존적 우울집단에서는 상대방이 자신을 수용하고 공감해줄기를 바라는 소망을 좌절시키는 타인반응을 ‘나에게 대항한다’고 보았다.

이외에도 자기 비판적 우울집단에 특징적인 타인반응으로는 상대적으로 강도 높은 처벌을 들 수 있다. 두 집단 모두에게 ‘상처주는’ 반응은 자신을 처벌하고 야단치는 타인반응이지만, 의존적 우울집단에서는 야단이나 추궁, 혹은 간접적 처벌(전화통화를 피하고 연락을 끊으려 함)만 나타난 반면 자기 비판적 우울을 지닌 사람과 상호 작용하는 상대방은 강도 높

은 언어적, 신체적 처벌(싸움이나 폭력)을 사용하는 경우가 많았다.

의존적 우울집단의 부정적 타인반응(NRO)

의존적 우울집단에서 가장 많이 나타난 NRO는 자신을 수용해주지 않고 거부하는 반응이었다(표 8). 하위유목들 중 가장 높은 빈도수를 보인 ‘나를 거부 한다’에 해당되는 타인반응은 모두 관심과 사랑을 받고 싶은 소망을 수용해주지 않고 냉담하게 거절하는 반응들이었다(“제가 잘해주는 게 고맙긴 한데 부담이 된다고 해야 되나. 새벽에 문자를 보내서 뭐 또 도와줄 일 없을까, 도와주고 싶지만 하다. 근데 답 문자 딱 온 게 헤어져 주라. 진심으로 따뜻하게 말을 건넌 건데, 정말 도와주고 싶어서 말을 꺼냈는데, 헤어지자고... 정말 냉정하구나...”). 두 번째로 높은 빈도를 보인 ‘나를 이해하지 못 한다’에서도 자신의 의도를 왜곡하는 타인반응이 있었지만 대부분의 반응은 무관심하거나 공감해주지 않는 경우였고, 세 번째로 높은 빈도수를 보인 ‘나를 멀리 한다’에 해당되는 타인반응 역시 자신이 상대방을 좋아하는 만큼 상대방은 자신을 좋아하지 않고 거리를 두는 타인반응들이었다(“나만 만나고 싶고 그런 것 아닌가. 그 사람은 내가 연락하는데 왜 연락을 안 하지?”).

자기 비판적 우울집단의 긍정적 자기반응(PRS)

PRS를 하위유목 상 순위를 보면(표 9) 두 집단 모두 ‘상대방에게 도움이 된다’와 ‘상대방에게 마음을 연다’에서 가장 높은 빈도수를 보였는데 이는 각 집단에서 나타난 PRS의 총 빈도수에 대비해 볼 때 자기 비판적 우울집단의 경우에는 절반 이상을 차지하는 빈도수였

고 의존적 우울집단 역시 거의 절반에 가까운 빈도수였다는 점에서 두 집단간의 공통적이었다. 그러나 다른 하위유목이나 축어록 상의 내용 등에 있어 두 집단간의 차이점을 발견할 수 있었다.

자기 비판적 우울집단에 가장 특징적인 PRS는 자기개방이다. 하위유목상 순위에서 ‘상대방에게 마음을 연다’가 가장 높은 빈도수를 나타냈는데, 이는 축어록상의 내용을 살펴볼 때 크게 두 가지 측면, 즉 자기개방의 목적에 따라 ‘자율성 유지와 목표 달성을 위한 자기개방’과 ‘대인관계적인 친밀감을 얻기 위한 자기개방’으로, 개방의 방식에 따라 ‘직접적, 적극적 방식’과 ‘소극적, 수동적 방식’으로 구분할 수 있으며, 이러한 개방의 목적과 방식은 서로 밀접한 연관성을 나타내었다. 스스로 세운 목표를 달성하거나 자율성 유지를 위해 자기개방을 하는 경우에는 자신의 의견을 보다 더 적극적으로 상대방에게 전달하는 자기반응을 보였지만(“작년까지만 해도 **를 배우려고 일부러 학원을 다니고 그랬거든요. 그리고 그걸 말씀을 드렸어요, ** 학원 다닐 건데 돈이 필요하다고”), 대인관계적 소망이나 두려움과 관련된 자기개방의 경우에는 관계 형성 및 유지를 위한 적극적이고 주도적인 시도가 나타나지 않았다.

두 번째로 특징적인 점은 대인관계적 두려움과 관련된 반응이 많이 포함되어 있다는 점이다. ‘상대방에게 마음을 연다’와 함께 가장 높은 빈도수를 보인 ‘상대방에게 도움이 된다’에 속한 반응 중 대부분은 거절에 대한 두려움 때문에 자신의 욕구나 감정을 표현하지 못하고 눈치 보거나 순응하는 반응들이었으며(“아부 정도까지 칭찬을 해요. 그러니까 아부하는 거나 마찬가지예요. 그래야 애가 좋아해

줄 것 같고 관계가 유지될 것 같아서. 내 옆에 있는 사람은 여왕처럼 되요. 제가 되게 많이 떠받들어주죠.”), 타인으로부터 존중과 사랑을 받고 받아들여지는 느낌 혹은 그로 인해 긍정적 정서를 느끼는 등의 자기반응에 해당되는 하위유목들에서는 빈도수가 매우 낮게 나타났지만, 대인관계에서의 거절에 대한 두려움은 빈번하게 나타나고 있다.

세 번째는 타인으로부터 인정받는다고 느끼는 자기반응이다. ‘수용 받는다고 느낀다’에 해당되는 내용을 살펴보면, 대인관계적 의미를 담고 있는 수용은 하나의 RE에서만 나타났고, 나머지 RS는 타인으로부터 능력이나 성과, 지위를 인정받을 때 긍정적 정서를 느낀다고 보고하는 내용들이었다(“고등학교 때는 공부도 못하고 미술도 못하고 음악도 못 하더라고요, 제가... 아무튼 제가 반장을 하게 됐는데요. 그러니까 애들이 아무 것도 안 해도 ‘반장’ 이리면서 얘기를 하더라고요. 원래 얘기 안하는데... 그래서 그것 땀에 너무 신나가지고. 너무 좋고 신기한 경험이었어요”).

마지막으로 상대방이 인정해줄 때 자신이 독립성과 자제력을 느끼는 반응이 있다. 의존적 우울 집단은 <자기 통제적, 자신감>에 속하는 하위유목들에서 낮은 빈도수를 보인 반면, 자기 비판적 우울집단에서는 상대적으로 높은 빈도수를 나타냈고, 하위유목 상에서도 ‘나는 독립적이다’에는 독립적으로 자신의 목표와 방향을 결정하고 추구하는 반응들이 포함되어 있고(어머니가 반대하더라도 나는 나만의 생각이 있기 때문에 내가 원하는 길을 가고 싶다고 말씀드림), ‘나는 자제력을 가진다’에는 자신이 해야겠다고 생각한 일에 스스로 책임지고 통제하는 반응들이 포함되어 있다(부모님이 반대하시지만 자신이 꼭 가고 싶

은 학과에 들어가기 위해서 몸이 상할 만큼 공부에 집중하여 성적을 많이 올렸음).

의존적 우울집단의 긍정적 자기반응(PRS)

의존적 우울집단에 특징적인 PRS로는 우선 적극적 자기개방을 들 수 있다. 가장 높은 빈도수를 보인 ‘상대방에게 도움이 된다’와 ‘상대에게 마음을 연다’(표 9)에 해당되는 반응들 중 대다수는 거절에 대한 두려움 때문에 자신의 감정이나 욕구를 표현하지 못하고 눈치 보는 반응이었다는 점에서는 자기 비판적 우울 집단과 유사했지만, 의존적 우울집단의 경우 축어록 내용을 살펴보면 적극적 자기개방이 월등히 더 많았고, 자기주장을 보인 관계일화 하나를 제외하고는 자율성 유지나 목표 달성, 타인의 인정을 위한 자기개방은 나타나지 않았으며 이 관계일화의 내용도 보통 때는 자기개방을 못하나 드물게 자신의 의견을 강하게 얘기하는 이례적 사건에 대해 언급하는 것이었다. 거의 모든 반응들은 대인관계를 형성, 유지하고 그러한 관계 속에서 친밀감을 느끼기 위해 적극적이고 직접적인 방식으로 자신의 감정이나 소망을 표현하는 반응들이었으며 특히 긍정적 정서에 대한 자기개방의 반응이 부정적 정서에 대한 자기반응보다 지배적으로 더 많았다.

의존적 우울 집단에서 특징적으로 나타난 또 다른 PRS는 대인관계에서 긍정적 정서를 느끼는 것이다. 하위유목 상에서 높은 빈도를 보인 것들은 모두 <존중하고 받아들임>에 속한 유목들이었는데, 축어록 상의 내용을 살펴보면 의존적 우울집단은 대인관계에서 적극적이고 주도적 역할을 담당하고(3번 범주의 ‘상대방을 좋아한다’: 사람들과의 만남을 적극적으로 주도함) 그러한 상황에서 즐거움과 편안

표 9. 하위유목 상의 순위: 긍정적인 자기반응(PRS) 빈도

순위	자기 비판적 우울			의존적 우울		
	범 주	하위 유목	빈도	범 주	하위 유목	빈도
1	<1>도움을 줌	7. 상대방에게 마음을 연다	15	<1> 도움을 줌	9. 상대방에게 도움이 된다	16
		9. 상대방에게 도움이 된다	15			
2	<5>자기 통제적, 자신감	15. 나는 독립적이다	6	<1>도움을 줌	7. 상대방에게 마음을 연다	15
3	<5>자기 통제적, 자신감	14. 나는 자제력을 가진다	5	<3>존중하고 받아들임	5. 상대방을 좋아한다	10
4	<3>존중하고 받아들임	3. 내가 수용 받는다고 느낀다	4	<3>존중하고 받아들임	29. 즐거움이 느껴진다	7
		12. 통제 한다	4			
5	<5>자기 통제적, 자신감	18. 자신감이 느껴진다	3	<3>존중하고 받아들임	28. 나는 편안함이 느껴진다	6

함을 느꼈다(3번 범주의 ‘즐거움이 느껴진다’와 ‘편안함이 느껴진다’). 예로는 “애들이 오는 순간부터 표정부터 달라져요. 나도 느껴요. 저절로 표정이 막 살아나고 마음도 돌아가고 행복이 솟아나는, 기분이 갑자기 좋아지는 느낌. 내가 좋아하는 뭔가를 보게 되는 상황 같은 거. 기다리던 뭔가가 온 것처럼 그런 느낌. 보는 것만으로도 그렇게 되요.” 등을 들 수 있다.

자기 비판적 우울집단의 부정적 자기반응(NRS)

자기 비판적 우울집단에서 나타난 NRS도 내용상 크게 두 가지, 즉 대인관계적 소망이 내재되어 있는 자기반응, 그리고 능력, 성취, 자율성 획득 등과 관련된 소망이 내재되어 있

는 자기반응으로 구분할 수 있다.

우선 대인관계적 소망이 내재되어 있는 자기반응 중 자기 비판적 우울집단에 특징적으로 나타난 첫 번째 반응은 비개방적 반응이다. 하위유목 중 가장 높은 빈도수를 나타낸 ‘마음을 열지 않는다’(표 10)에 해당되는 모든 반응들은, 친밀한 관계를 원하지만 상대방에게 자신을 개방할 경우 거부 혹은 버림 받을 것이라는 두려움에 기인한 반응들이었다. 즉 이러한 두려움이 실현되지 않게 하기 위해 상대방에게 자기 의견이나 욕구, 감정 등을 표현하지 않거나 거리를 두는 것이다(“조금이라도 남자친구가 싫다는 단서를 보이면 내가 먼저 차려고 그래요. 남자 친구가 조금만 전화 안 해주고 그러면요, 그 애가 나를 싫어한다고 딱 생각이 들고 완전히 마음을 딱 끊으려고 하

고... 무서우니까.”).

두 번째로는 무력감을 들 수 있다. 2번 범주의 하위유목인 ‘무기력하다’에는 친밀한 대인관계를 유지할 수 없다고 생각되어 무력감을 느끼는 반응도 있었지만(“어차피 또 따가 될 텐데”), 무력감을 가장 많이 보고했던 상황은 상대방이 자신을 통제하고 반대함으로써 자율성 획득과 자기주장에 대한 소망이 좌절되거나(“아빠는 아빠 의견이 진리임을 주입시키고요. 아무 자기 생각 없이 아빠의 의견을 심고 그리고 끝나요. 그래서 저는 그냥 어차피 그럴 거 미리 조용히 끝나는 게 좋다고 생각해서...”) 유능하고 싶은 바램이 좌절된다고 지각하는 경우들이었다.

세 번째는 화를 느끼는 것이다. ‘화가 난다’에는 타인이 자신의 자율성과 능력을 인정해 주지 않을 때 화를 느끼는 자기반응도 포함되어 있었지만, 대부분은 상대방이 자신을 받아들여주지 않거나 자신이 버림받았다고 느낄 때 화를 보고하는 경우였다. 상대에게 화, 불만족감과 같은 정서를 느끼는 경우에도 전혀 표현하지 않거나 표현하더라도 간접적 방식으로 표현(“못하겠다고 직접적으로 얘기를 한 건 아니고 바쁘다는 핑계로 계속 미루다가 결국에는 안 가고”)하는 반응들이 대부분이었는데, 이 역시 갈등을 피하고 싶은 대인관계적 소망이 반영된 것으로 보인다.

네 번째는 불안감이다. ‘불안함을 느낀다’에 해당되는 반응 중 대부분은 상대가 자신을 싫어하고 버릴 것이라는 두려움 때문에 대인관계 상황에서 불안을 느끼고 걱정, 긴장하는 것이었다(“셋이 있는 관계가 제일 싫어요. 셋이 있으면 언제나 저만 따가 되고 그 친구들끼리만 친해지고...어떡하지, 혼자서 걱정하고 있고”).

다섯 번째로 자기비난과 자책감을 들 수 있다. ‘나는 실망스럽다’와 ‘화가 난다’에 해당되는 자기반응의 내용을 살펴보면, 의존적 우울 집단에서 실망감이나 화를 느낀 대상이 모두 타인인 반면 자기 비판적 우울집단에서는 스스로에게 실망하고 화를 느끼는 관계일화가 다수 포함되어 있었다(“제가 말을 잘 못해서 상대방이 제가 생각하는 의도를, 그니까 잘못 해석하게 되니까요, 제가 막 화가 나더라고요”). ‘죄책감을 느낀다’에 해당되는 내용을 살펴보면, 자제력을 상실했다고 생각되는 경우 스스로를 비난하는 반응을 보였지만, 대부분의 자기반응은 대인관계에서 부정적 사건에 뒤이어 나타난 반응들이었다(“나는 이상한 애”, “내가 모자라서”, “내가 성격이 잘못돼서”, “제가 별로 정떨어지는 애 인 것 같아요.”).

마지막으로 대항하는 자기반응을 들 수 있다. 표준범주상 순위에서 <타인에게 반대, 상처줌>은 가장 낮은 빈도수를 보였고 이 범주에 속한 ‘상대방에게 대항한다’ 역시 높은 빈도수를 보인 것은 아니지만, 의존적 우울집단에서는 매우 낮은 빈도수를 보였다는 점에서 특징적이라 할 수 있을 것이다. 이 하위유목의 내용을 살펴보면, 자기 비판적 우울집단에서는 타인이 자신의 자율성과 능력을 인정해 주지 않을 때 상대방에게 대항하고 싸우는 자기반응을 보였다.

의존적 우울집단의 부정적 자기반응(NRS)

의존적 우울집단에서 많이 나타난 부정적 자기반응 중 첫 번째는 실망감이었다(표 10). 표준범주 상에서 <실망, 우울>이 압도적으로 높은 빈도수를 보였고 이 범주의 하위유목인 ‘나는 실망스럽다’ 역시 가장 많은 빈도수를 나타냈다. 의존적 우울집단에서 실망감을 느

표 10. 하위유목 상의 순위: 부정적 자기반응(NRS) 빈도

순위	자기 비판적 우울			의존적 우울		
	범 주	하위 유목	빈도	범 주	하위 유목	빈도
1	<2>받아들이지 않음	8. 마음을 열지 않는다	33	<7>실망, 우울	20. 나는 실망스럽다	19
2	<6>무력감	17. 무기력하다	25	<2>받아들이지 않음	8. 마음을 열지 않는다	16
3	<7>실망, 우울	21. 화가 난다	23	<7>실망, 우울	21. 화가 난다	15
4	<8>불안, 수치심	27. 불안함을 느낀다	21	<8>불안, 수치심	27. 불안함을 느낀다	13
5	<7>실망, 우울	20. 나는 실망스럽다	14	<6>무력감	17. 무기력하다	12
6	<7> 실망, 우울	22. 우울해진다	10	<7> 실망, 우울	22. 우울해진다	11
	<8> 불안, 수치심	25. 죄책감	10			
	<4> 타인에게 반대, 상처줌	11. 상대방에게 대항한다	10			

끼는 상황은 모두 상대방이 자신을 거절하는 경우였고 자기비판적 우울집단과는 달리 스스로에게 실망감을 느끼는 경우는 나타나지 않았다.

두 번째로는 비개방적 반응을 들 수 있다. 두 집단 모두 ‘마음을 열지 않는다’에서 높은 빈도수를 나타냈고 반응 내용면에서도 공통적인 부분(대인 관계를 유지하기 위해 자신의 속마음을 표현하지 못하고 상대방에게 맞춰줌)이 많았다. 그러나 자기 비판적 우울집단의 경우 버림받지도 모른다는 두려움에 기인한 거리두기나 비개방적 반응도 높게 나왔고, 또 상대에게 대항하거나 상처 주는 반응도 있었지만, 의존적 우울집단에서는 이러한 경향들은 나타나지 않았다.

세 번째로는 분노 감정에서 비교적 높은 빈도를 나타냈다. 자기 비판적 우울집단과 달리

의존적 우울집단에서의 화 반응은 모두 상대방이 자신에게 공감과 위로를 해주지 않거나 수용해주지 않을 경우에 나타나고 있다.

네 번째로는 ‘불안감’을 들 수 있다. ‘불안함을 느낀다’는 내용은 하위유목 상 순위에서 비교적 높은 빈도수를 보였는데 이 유목에 해당되는 반응들 중 대부분은 버림받았지 모른다는 두려움 때문에 걱정, 긴장하는 내용이었다(“좋아하는 사람, 한 사람 있었거든요. 아주 작은 것 하나 하면서도 들키면 어떡하지? 거절 당할까봐 하는 마음이 있는 것 같아요. 그런 생각이 들어서 불안하고...”).

마지막으로 무력감을 들 수 있다. 유능하고 싶은 소망이나 자율성을 갖고 싶은 소망이 상대방으로 인해 좌절됨으로써 무력감을 느끼는 반응은 드물었고 대부분의 자기반응은 상대방의 거절에 기인하는 무력감이었다.

논 의

본 연구에서는 사례 개념화 방법 중 하나인 CCRT 방법을 사용하여 자기 비판적 우울과 의존적 우울에서 나타나는 소망, 타인반응과 자기반응을 분석함으로써 각 우울 차원에서 나타나는 대인관계 패턴을 포괄적이고 경험적으로 살펴보고자 하였다. 연구결과, 의존적 우울에서는 친밀한 관계에 대한 욕구 등 대인관계적 소망이 지배적으로 나타난 반면 자기 비판적 우울 집단에서는 자기정의와 관련된 소망들과 함께 대인 관계적 소망이 혼재되어 나타났다. 이는 본 연구에서 확인하고자 했던 연구문제를 지지하는 결과이며, 자기반응과 타인반응에 대한 본 연구의 연구문제 역시 확인되었다. 즉 자기 비판적 우울에서는 성취, 유능감, 자율성 등의 획득과 관련된 소망, 이를 타인으로부터 인정받고 싶은 소망을 충족시키기 위해 비교적 적극적인 자기개방을 시도하고 타인이 이러한 소망들을 충족시켜줄 경우 자신이 인정받고 있으며 스스로가 독립적이고 자계력을 지닌다고 느꼈다. 상대가 자신의 능력을 인정하지 않거나 통제하는 반응을 보일 경우에는 무력감과 우울감과 함께 강렬한 분노감을 느끼고 상대방에게 맞서 싸우는 적대적 반응도 많이 나타났으며, 이러한 적대적 반응은 상대방에게서 적대적 타인반응(싸움, 폭력)을 불러 일으켰다. 의존적 우울 집단의 경우에는 타인의 사랑과 관심을 받고 싶은 소망, 자신을 좋아해주고 있는 그대로 받아들여 주었으면 하는 소망, 가까워지고 싶은 소망 등 대인관계 자체를 지향하는 소망이 지배적이었다. 따라서 상대방이 수용, 공감, 지지해주거나 호감을 표시하는 경우 긍정적 정서를 느꼈고 적극적으로 대인관계를 맺고 유

지하려고 시도했다. 상대방이 자신을 거부한다고 지각할 경우에는 심한 실망감, 좌절감, 무력감을 느꼈고 상대방이 자신을 이해 못하고 무관심하다고 지각할 경우 심한 분노를 느꼈지만 부정적 감정을 표현 못하고 상대방 눈치를 보는 등의 반응을 보였다. 의존적 우울을 지닌 사람들과 상호 작용하는 상대방은 폭력적 혹은 적대적 반응을 보이지는 않았지만, 야단치거나 은근히 통제하려는 반응을 보였다.

이러한 본 연구의 결과에 비추어 생각해볼 수 있는 논의점 및 상담에서의 시사점은 다음과 같다. 첫째, 두 우울집단 모두 사랑과 관심을 받고 싶은 소망, 거부에 대한 두려움을 지니고 있다는 점에서는 동일하나 이러한 소망이 좌절되고 두려움이 실현되는 상황에 대한 대처방식 혹은 보상방식이 다른 것으로 보인다. 연구결과 의존적 우울과는 달리, 자율성과 성과, 유능함을 성취하고자 하는 소망이 자기 비판적 우울에서 큰 비중을 차지했다는 점이 중요한 차이점이라 할 수 있지만, 이를 타인으로부터 인정받고 싶은 소망 자체는 크게 나타나고 있다. 즉 자기 비판적 우울에서 추구하는 가치들은 결국 좌절된 대인관계적 소망을 보상하고 자신의 두려움이 실현되는 것을 방지하기 위한 대처 방법인 듯이 보인다. Blatt(1974)은 자기 비판적 우울이 의존적 우울 보다는 후기 발달단계인 중기 분리-개별화 단계에서 나타나며 이 단계의 아동은 무가치감과 사랑받지 못한다는 느낌을 지배적으로 느끼기 때문에 부모의 인정을 얻기 위해 성취하려고 애를 쓴다고 보았다. 본 연구에서도 자기 비판적 우울 집단에서 친애욕구를 나타내는 소망들이 표준범주와 하위유목상 순위에서 높은 빈도수를 보였고 축어록에서도 대부분 자신의 성취나 능력 등에 대한 타인의 인정을

통해 이러한 친애욕구를 충족시키고 싶어 하는 소망이 담겨져 있었다. 이는 자율성과 성취에 대한 강한 욕구는 낮은 대인동기(Zuroff & Duncan, 1997) 때문이라기보다, 대인관계에서의 상처나 갈등에 대한 두려움을 보상하기 위해 이차적으로 나타나는 것일 수 있음을 보여주는 결과이다. Blatt과 Ford(1994)에 따르면 이상적인 상담은 내담자로 하여금 만족스러운 대인관계와 의미 있고 분화된 자기개념을 형성할 수 있는 능력을 갖게 하는 것이다. 즉 상담자는 자기 비판적 우울을 가진 내담자가 나타내는 과도한 성취욕구나 자율성 강조 등의 기저에는 사랑과 수용을 받고 싶은 소망이 내재되어 있을 수 있음을 지각하고 이를 상담 목표나 전략 등에 반영하고, 의존적 우울을 보이는 내담자의 경우에는 자율성과 확고한 자기개념을 가질 수 있도록 돕는다면 보다 긍정적인 결과를 이끌어낼 수 있을 것으로 기대된다.

두 번째, 자기 비판적 우울집단은 의존적 우울집단에 비해 더 부정적인 자기상과 타인상을 갖고 있으며 이를 통합하는 데 있어서도 어려움을 겪는 것으로 보인다. 자기 비판적 우울을 지닌 사람들은 자신의 유약함과 부적절감을 과장되게 지각하고(Mongrain, Vettese, Shuster, & Kendal, 1998) 대인 스트레스 조건에서 자신을 더 부정적으로 지각하는 경향을 보이며(김순진, 1988) 부정적 자기상과 낮은 자기 가치감을 갖고 있기 때문에 개인적 성취나 타인 인정에 의지한다고 한다(Blatt & Shichman, 1983). 부정적 자기상은 결국 타인에 대해서도 기본적인 신뢰감을 갖지 못하게 하여 대인관계에서 철수하게 만들 가능성이 있다. 본 연구의 경우 상담 축어록이 연구 자료로 쓰였기 때문에 갈등상황이 다루어지고 부정적 반응이 많이

나올 수밖에 없었지만 자기 비판적 우울집단의 경우 전체 타인반응의 총 빈도수에서 부정적 반응이 차지하는 비율(약 84.87%)이 의존적 우울집단(약 64.34%)에 비해 높았고, 자기반응의 총 빈도수에서 부정적 반응이 차지하는 비율(약 76.19%) 역시 의존적 우울집단(약 60.94%)에 비해 더 높았다. 이외에도 자기 비판적 우울의 경우 전반적인 반응 수 자체도 의존적 우울보다 적은 점, 대인관계적 ‘소망’보다 상처받을지도 모른다는 ‘두려움’이 더 많이 나타난 점, 부정적 타인반응에서는 실제 벌어진 일보다는 자신의 두려움을 실현시킬 것이라 예상한 반응이 더 많은 점, 그리고 부정적 자기반응에서 자기비난과 자책감, 무력감을 느끼는 점 등도 이 같은 맥락에서 이해할 수 있을 것이다. 즉 자기 비판적 우울집단의 경우에는 부정적 자기상과 낮은 자기가치감으로 인해 부정적 대인관계 상황이 발생할 경우 쉽게 무력감을 느끼며 끊임없는 자기비난을 하게 되며 이를 보상하기 위해 과도한 성취 욕구와 완벽주의, 과도한 자율성을 추구하게 되는 것으로 보인다. 또한 자신과 타인에 대해 갖고 있는 양가감정이나 통합되지 못한 이미지로 인한 혼란스러움이 나타나고 있다. 자기 비판적 우울집단은 자신의 소망을 좌절시키는 상대방 입장을 이해하면서도 동시에 좌절로 인한 부정적 정서나 타인 이미지를 통합하지 못하고 혼란스러워했으며 스스로에 대해서도 양가감정이나 통합되지 못한 이미지를 갖고 있는 경우가 많았다.

세 번째로, 두 우울 차원은 대인관계 패턴에서 특징적인 차이를 보였다. 연구결과 자기 비판적 우울과 의존적 우울에서 나타나는 자기반응은 대인관계에 부정적 영향을 미치지만(Langer, 2001) 그 과정은 상이하게 나타났다.

의존적 우울에서 가장 가치 있는 것은 친밀한 대인관계이므로 대인관계에 집착하고 상대에게 자신의 소망을 충족시켜줄 것을 끊임없이 요구함으로써 상대방이 부정적 정서를 느끼지만 의존적 우울을 가진 사람들은 갈등상황을 직면하기보다 회피나 부인, 억압 등의 방어기제를 사용하여 대인관계적 지각에서 긍정적 측면에만 초점을 맞추므로 상대가 이를 표현하지 못하고 결국 거리를 두게 만든다. 이는 의존적 우울의 욕구 만족의 근원은 대상이므로(Mongrain, Vetteese, Shuster, & Kendal, 1998) 상대방을 이상화시키는 경향이 강하고(Blatt & Shichman, 1983; Zuroff & de Lorimier, 1989) 대상파괴에 대한 공포 때문에 자신의 분노를 잘 표현하지 않고(최승미, 1997) 비주장적이고 헌신적으로 상대를 대함으로써(윤현수 등, 2004) 상대가 부정적 정서를 표현하지 못하게 막는다는 기존 연구들과 일치한다. 본 연구의 분석 결과나 의존적 우울집단에서 긍정적 반응(RO, RS)이 더 많이 나온 것도 이 같은 맥락에서 이해할 수 있을 것이다. 따라서 의존적 우울을 나타내는 내담자의 경우, 상담자와의 관계에서도 갈등을 회피, 부인하려는 패턴을 반복할 가능성이 높기 때문에 상담자는 이러한 패턴을 인지하고 이를 예민하게 반영해주는 것이 필요할 것이다. 자기 비판적 우울의 경우 본 연구의 연구문제와 같이 자신의 소망이 좌절될 것이라 예상되는 상황에서는 공격적 반응을 보였지만, 연구 결과는 이를 보다 세분화하였다. 즉 혼재되어 있는 두 가지 소망에 따라 각기 다른 대인관계 패턴이 나타나는 것으로 확인되었다. 친밀한 관계 욕구가 좌절될 경우에는 순응적, 비개방적 반응을 보이고(Blatt & Shichman, 1983) 결국 상대방은 거리를 두게 된다. 반면 타인이 자신의 독립성, 성취

등을 방해할 것이라 예상되거나 비난받는 상황에서는 적대적, 공격적 반응을 보이고(Zuroff & Duncan, 1999) 이에 상대방은 부정적 정서를 경험하고 적대적, 통제적 반응을 보이며(Coyne, Kessler, Tal, Turnbull, Wortman, & Greden, 1987; Gotlib & Whiffen, 1989; Mongrain, Vetteese, Shuster, & Kendal, 1998) 또한 이에 자기 비판적 우울을 지닌 사람은 더 큰 적대감을 느껴서 상대를 더욱 통제하려 하거나 성취와 유능감 획득에 더욱 치중함으로써 사회적 지지나 관심을 받을 수 있는 기회를 차단하여(Priel & Shahar, 2000) 결국 부정적 대인관계 경험이 악순환되는 결과를 초래하는 것으로 보인다. 따라서 상담시 자기 비판적 우울을 지닌 내담자에게는 이러한 악순환의 패턴을 인식할 수 있게 도와줌으로써 이러한 순환을 만들어내는 자신의 소망과 두려움을 알아낼 수 있게 하는 것이 필요할 것이다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다. 첫째, 자기 비판적 우울에서 자기 정의와 관련된 소망뿐만 아니라 대인관계 지향적인 소망도 있다는 본 연구의 결과는 우울의 두 차원에 미치는 성별의 차이에 기인하는 것일 수 있다. 여성의 경우에는 대인관계 지향적인 특성이 강한 반면 남성의 경우에는 성취 지향적인 특성이 강하다는 기존 연구에 비추어볼 때, 주로 여성을 대상으로 한 본 연구에서 나타난 자기 비판적 우울집단의 대인관계 지향적인 소망이나 두려움은 이 우울 자체의 특성이라기보다는 성별의 차이에 기인한 것일 가능성이 있다.

두 번째, 본 연구에서 사용한 연구 방법인 CCRT 방법에 있어서의 한계점을 들 수 있다. 이 방법은 대인관계적 측면에 초점을 맞춘 분석 방법이기 때문에 의존적 우울의 경우에는 대인관계 패턴이 비교적 명확하게 드러났지만,

자기 비판적 우울에 특징적으로 나타날 것으로 예상한 소망들 중 일부에 적합한 표준범주나 하위유목을 찾기가 어려웠으며 또한 표준범주와 하위유목들 중에는 우리의 정서나 문화와 맞지 않거나 의미가 애매한 항목들이 있었다. 따라서 본 연구에서는 평정자들과의 합의 하에 몇몇 항목을 세분화하여 사용하였다. 예를 들어 타인의 인정에 대한 소망을 표시하기 위해 평정자들과의 토론과 합의 후, 6번 범주인 <사랑받고 이해받음>의 하위유목 중 '수용되고 싶다'를 '나의 능력과 성과를 인정 해주었으면 좋겠다'와 '나를 수용하고 받아주었으면 좋겠다'로 세분화하여 사용하긴 하였지만, 자기 비판적 우울에서 특징적으로 나타날 것으로 예상되는 소망이나 반응 등이 잘 판별되지 않았을 수도 있다.

세 번째, 본 연구에서 사용한 연구 자료의 한계를 들 수 있다. 본 연구에서는 완전 축어록을 사용해야 했기 때문에, 상담을 녹음하고 있는 초보 상담자들의 축어록을 상담사 사용하였다. 장시간 동안의 평정자간 합의 과정을 거치기는 했지만 경력이 많은 상담자들의 축어록과는 달리 초보 상담자들의 축어록에서는 연구 대상자들의 대인관계 패턴, 특히 소망이 명확하게 드러나지는 않았다.

그러나 우울에 대한 대부분의 연구들이 우울의 두 차원을 구분하지 않았으며, 그것을 구분한 연구들도 아직 통합적이고 경험적인 자료를 충분히 제공하지는 못하고 있는 상태이므로, 소망이나 두려움 등을 대인관계 상에서의 반응들과 연관지어 통합적으로 다룬 연구는 이제 시작 단계라고 할 수 있다. 따라서 본 연구는 보다 직접적이고 경험적으로 자기 반응과 타인 반응 그리고 그러한 반응에 내재되어 있는 내적 소망을 통합하려 시도했다는

점에서 의의를 찾아볼 수 있을 것이다. 특히 각 차원의 우울을 유지시키는 데 크게 영향을 미치는 것으로 보이는 악순환적인 대인관계 패턴의 특성을 확인함으로써, 새로운 관계 체험을 제공하는 심리치료 장면에서 보다 효율적인 방식으로 내담자의 변화를 촉진할 수 있을 것이다.

참고문헌

- 김수진 (1997). 우울한 대학생의 대인관계 패턴과 내적 갈등. 충북대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김순진 (1988). 성취 및 대인 스트레스 상황에서 자기 비판형-의존형 우울 취약성이 우울 정서에 미치는 차별적 영향. 서울대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 박부형 (2000). 자기비난적 우울과 의존적 우울의 분리-개별화 수준 및 대상관계 특성. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 신희천 (2001). 내담자의 핵심적 갈등관계에 대한 해석과 작업동맹 그리고 상담 성과의 관계. 서울대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 오현주 (1998). 자기 비판적 우울 취약성과 의존적 우울 취약성에 따른 대인관계 문제 연구. 고려대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 윤현수, 오경자 (2004). 우울의 유형에 따른 대인표상과 대인관계 문제의 특성. 한국심리학회지: 임상, 23(3), 577-594.
- 조재임 (1996). 우울의 두 차원에 관한 연구. 고려대학교 대학원 석사학위 청구논문.

- 최승미 (1997). Rorschach 검사에 기초한 대상 표상 평가: 우울 두 하위 유형을 중심으로. 고려대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 하정혜 (1994). 상담과정에서의 내담자 대인관계 패턴 변화에 관한 시계열 복수 사례 연구. 서울대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- Barber, J. P. & Crits-Christoph, P. (1993). Advances in measures of psychodynamic formulations. *Journal of Counseling Psychology and Clinical Psychology*, 61, 574-585.
- Blaney, P. H., & Kutcher, G. S. (1991). Measures of depressive dimensions: Are they interchangeable? *Journal of Personality Assessment*, 56, 502-512.
- Blatt, S. J. (1974). Levels of object representation in anaclitic and introjective depression. *Psychoanalytic Study of the Child*, 29, 107 - 157.
- Blatt, S. J., Brenneis, C. J. & Schimek, J. G. (1976). Normal development and psychopathological impairment of the concept of the object on the Rorschach. *Journal of Abnormal Psychology*, 85, 364-373.
- Blatt, S. J., D'affitti, J. P., & Quinlan, D. M. (1976). Experiences of depression in normal young adults. *Journal of Abnormal Psychology*, 85, 383-389.
- Blatt, S. J., Wein, W., Chevron, E., & Quinlan, D. M. (1979). Parental representation and depression in normal young adults. *Journal of Abnormal Psychology*, 88, 388-397
- Blatt, S. J., Quinlan D. M., Chevron, E. S., & McDonald, C. (1982). Dependency and self-criticism: Psychological dimensions of depression. *Journal of Counseling Psychology and Clinical Psychology*, 50, 113-124.
- Blatt, S. J., & Shichman, S. (1983). Two primary configurations of psychopathology. *Psychoanalysis and Contemporary Thought*, 6, 187 - 254.
- Blatt, S. J. & Homann, E. (1992). Parent-child interaction in the etiology of dependent and self-critical depression. *Clinical Psychology Review*, 12, 47-91.
- Blatt, S. J. & Zuroff, D. C. (1992). Interpersonal relatedness and self-deficition: Two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review*, 12, 527-562.
- Blatt, S. J. & Ford, R. Q. (1994). *Therapeutic change*. New York and London: Plenum press.
- Crits-Christoph, P., & Luborsky, L. (1990). Change in CCRT pervassiveness during psychotherapy, In Luborsky L., & Crits-Christoph, P., *Understanding Transference : The CCRT Method*. New York: Basic Books.
- Coyne, J. C. (1976). Toward an interactional description fo depression. *Psychiatry*, 39, 14-27
- Coyne, J. C., & Gotlib, I. (1983). The role of cognition in depression. *Psychological Bulletin*, 94, 472-505.
- Coyne, J. C., Kessler, R. C., Tal, M., Turnbull, J., Wortman, C., & Greden, J. (1987). Living with a depressed person: Burden and psychological distress. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55, 347-352.
- Gotlib, I. H., & Whiffen, V. D. (1989). Depression and marital functioning: An examination of specificity and gender

- differences. *Journal of Abnormal Psychology*, 98, 23-30.
- Kiesler, D. J. (1982). Interpersonal theory for personality and psychotherapy. In J. C. Anchin & D. J. Kiesler(Ed.), *Handbook of interpersonal psychotherapy*. New York: Pergamon Press.
- Klerman, D. N., & Weissman, M. M. (1993). *New applications of interpersonal Psychotherapy*. New York: American Psychiatric Press.
- Klein, D. N., Harding, K., Taylor, E. B., & Dickstein, S. (1988). Dependency and self-criticism in depression : Evaluation in a clinical population. *Journal of Abnormal Psychology*, 97, 399-404.
- Langer, A. J. (2001). *Developing and testing a model of depression: Gender, dependency, self-criticism and mutuality*. Doctoral Dissertation. University of Minnesota, Minnesota, USA.
- Luborsky, L., Barber, J. P., & Crits-Christoph, P. (1990). Theory-based research for understanding the process of dynamic psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 58, 281-287.
- Luborsky, L. & Crits-Christoph, P. (1998). *Understanding transference: The core conflictual relationship theme method (2nd. ed.)*, American Psychological Association.
- Mongrain, M., & Zuroff, D. C. (1994). Motivational and affective correlates of dependency and self-criticism. *Personality and Individual Differences*, 16, 1591-1598.
- Mongrain, M., Vetteese, L. C., Shuster, B., & Kendal, N. (1998). Perceptual biases, affect and behavior in the relationships of dependents and self-critics. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 230-241.
- Preil, B. & Shahar, G. (2000). Dependency, self-criticism, social context and distress: comparing moderating and mediating models. *Personality and Individual Differences*, 28, 515-525.
- Sullivan, H. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: W. W. Norton.
- Zuroff, D. C., & de Lorimer, S. (1989). Dependency and self-criticism as predictors of the personality characteristics of women's ideal boyfriends and their satisfaction with actual boyfriends. *Journal of Personality*, 57, 825-845.
- Zuroff, D. C. & Mongrain, M. (1987). Dependency and self-criticism: Vulnerability factors for depressive affective states. *Journal of Psychology*, 96, 14-22.
- Zuroff, D. C., Igreja, I., & Mongrain, M. (1990). Dysfunctional attitudes, dependency, and self-criticism as predictors of depressive mood states: A 12-month longitudinal study. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 315-326.
- Zuroff, D. C. & Duncan, N. (1999). Self-criticism and Conflict Resolution in Romantic Couples. *Canadian Journal of Behavioral Science Copyright*. 31, 137-149.

원 고 접 수 일 : 2005. 8. 31

수정원고접수일 : 2005. 10. 13

게 재 결 정 일 : 2005. 2. 2

A Qualitative Analysis of Interpersonal Patterns in Self-Critical Depression and Dependent Depression

Bo-Young Sohn

Nam-Woon Chung

The Catholic University of Korea

The purpose of this study was to empirically examine interpersonal patterns related to the self-critical and the dependent depression. Eight clients were classified as self-critical depressives and seven as dependent depressives among 65 clients. Their counseling protocols were transcribed and analyzed using the Core Conflictual Relationship Theme(CCRT) method. The results demonstrated that clients with self-critical depression were shown to have wishes related to self-definition, such as wishes to achieve, to maintain autonomy, and to be approved by significant others as well as wishes related to relationship. However, clients with dependent depression were shown to have only wishes related to relationship. When others had not approved their autonomy and ability, clients with self-critical depression felt angry and showed hostility to others. On the contrary, clients with dependent depression showing dominant wishes related to relationship felt helpless and anxious when others had rejected them.

Key words : self-critical depression, dependent depression, interpersonal patterns, Core Conflictual Relationship Theme(CCRT), qualitative analysis