

질적 분석을 통한 상담과정 중 내담자 지혜 발달 연구

이 수 립

Oregon State University

양 미 진[†]

한국청소년상담원

본 연구는 상담을 통해 내담자의 지혜가 발달하는지와 내담자의 지혜 발달을 촉진시키는 상담과정 요인을 알아보는 것을 목적으로 하였다. 이를 위하여 상담에 참여했던 내담자들을 대상으로 합의에 의한 질적 방법(CQR)을 사용하여 질적 분석을 하였다. 본 연구에서는 상담을 통해 문제가 해결되고 도움을 받았다고 보고한 내담자 10명을 분석대상으로 하였다. 선정된 내담자들은 비선정내담자들에 비해 상담전보다 지혜가 증가하였고 현재 증상정도가 경미하였다. 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 내담자는 지혜를 조망의 확대, 평정심으로 지각하였고, 상담을 통해 인지적, 정서적, 행동 및 관계적 측면에서 지혜로워졌다고 하였다. 둘째, 내담자는 상담을 통해 인지적, 정서적, 행동 및 관계 측면에서의 변화를 보고하였다. 셋째, 상담을 통해 지혜가 발달한 내담자는 비교적 장기간 상담이 이루어졌으며 상담에 자발적으로 참여하였고 상담받기 이전에 관계 문제를 가지고 있었다. 넷째 상담과정 중에서 공감, 직면, 제안, 해석 등의 상담기법이 도움이 된 것으로 나타났다. 또한 도움이 된 상담자의 요인은 내담자를 향한 배려와 관심으로 밝혀졌다. 끝으로 본 연구 결과를 논의하였으며 합의와 한계 및 후속연구에 대한 제안점을 기술하였다.

주요어 : 지혜, 지혜발달, 상담과정, 상담기법, 상담성과, 상담자, 내담자, 합의에 의한 질적 분석(CQR)

[†] 교신저자 : 양미진, 한국청소년상담원, (100-882) 서울시 중구 신당6동 292-61
E-mail : yangmijin@kyci.or.kr

지혜는 자아통합 대 절망감이라는 인간 발달의 마지막 과업에서 성취되는 산물이다 (Erikson, 1982). 따라서 사람이 어떻게 지혜로워 질 수 있는가는 인간 발달을 추구하는 사람들의 관심사였다. 최근의 지혜에 대한 경험적 연구를 통해 지혜가 삶에 미치는 긍정적인 영향에 대하여 밝혀지면서, 지혜는 성인발달의 지향점으로 더욱 주목받게 되었다. 지혜는 신체적 건강, 사회경제적 위치, 재정상황, 물리적 환경 등과 같은 객관적 조건보다 노년기의 삶의 만족에 더 큰 영향을 주었으며(Ardelt, 1997), 중년여성의 갱년기 증상에 잘 대처하게 하고, 심리적 안녕감과 삶의 만족에 영향을 미쳤다(Hartman, 2000). Ardelt(2005)는 지혜로운 노인이 삶의 위기를 만났을 때 객관적 조망, 문제재평가와 대응, 상황통제, 삶의 불확실성과 한계를 인식하고 수용하는 반면, 지혜가 낮은 노인들은 수동적 대처로써 포기과 체념, 운명론적 사고, 회피, 의존을 사용하는 것을 발견하였다. 결과적으로 지혜로운 노인들은 삶의 위기의 정복을 통해 스트레스 관련 성장을 경험하였고 이는 지혜를 더 증가시키며, 더 나아가 타인에 대한 공감과 연민을 키우게 되었다. 이와 같이, 지혜는 삶에 역경을 잘 대처하도록 하며 높은 삶의 만족감을 느끼게 한다.

기존 지혜 연구들에 의하면, 지혜의 개념은 인지적, 성격적, 초월적 특성으로 구분될 수 있으며(Ardelt, 2003; Baltes & Smith, 1990; Webster, 2003), 인지적으로는 ‘삶에 대한 전문적 지식’(Baltes & Smith, 1990; Baltes & Staudinger, 2000), 성격적으로는 ‘탁월한 이해력’, ‘판단력’, ‘의사소통 기술’, ‘유능성’, ‘대인관계 기술’, ‘사회적 겸손’(Holliday & Chandler, 1986), ‘경험’, ‘정서’, ‘회상’, ‘개방’, ‘유머’

(Webster, 2003)로 정의되었다. 초월적 접근에서 Wink와 Helson(1997)은 초월적 지혜는 자아 경계를 초월하는 과정에서 얻어지는 지혜라고 하였다.

최근에는 지혜가 다차원적 개념이라는 점에서는 학자들 간에 동의가 이루어지고 있다 (Baltes & Staudinger, 2000; Montgomery, Barber, & Mckee, 2002; Taranto, 1989; Webster, 2003). Ardelt(2004)는 지혜의 인지적 차원은 인생과 진실에 대한 깊이 있는 이해를 얻고자하는 바람이며, 반성적 차원은 자기검토, 자각, 자기통찰, 조망력, 정서적 차원은 타인에 대한 공감, 자비를 일컫는다고 정의하였다.

기존의 지혜 개념들이 서양 연구에서 이루어진 반면, 국내에서 지혜에 관한 개념 정의는 최근에 이루어졌다. 이수림(2008)은 기존의 여러 이론과 지혜 개념을 토대로 한국적 지혜 개념을 제시하였는데, 지혜는 인지적 측면에서 높은 안목과 통찰력, 탁월한 판단력을 의미하며, 통합적 측면에서 개인 내적으로 자아의 균형적 통합과 조화를 이루는 것, 관계적 측면에서 타인을 향한 긍정적 관심과 애정을 의미한다. 즉, 지혜는 인지적, 통합적, 관계적 요인의 종합적 탁월성이다. 이 지혜 개념은 지혜가 다차원적인 구성개념이라는 지혜 개념에 대한 연구자들의 의견과 같은 맥락이다.

그렇다면, 지혜는 어떻게 발달하는가? 지혜 연구들에서는 지혜의 발달에는 개인적 특성, 삶의 경험, 자기자각 노력의 요인들이 영향을 미친다고 제안한다(Ardelt, 2000; Kekes, 1983; Kramer, 1990; Levitt, 1999). 이러한 요인들 중에서 특히 삶의 경험을 통한 자기자각 노력이 지혜 발달에 중요한 요인이라는 점에 주목할 필요가 있다. 왜냐하면, 지혜란 개인의 자각 노력 없이 저절로 얻어지는 것이 아니며 삶의

경험에서 자각 노력은 상담에서 다루는 작업과 의미가 통하기 때문이다.

McKee와 Barber(1999)는 지혜는 삶에서의 힘겨운 투쟁에서 얻어진다고 하였다. Ardel(2004)에 따르면, 끊임없는 자기검토와 자기자각은 문제와 사건을 객관적으로 보게 하고, 모든 가능한 관점을 고려하여 부정적 정서에 압도되지 않도록 한다. 그는 이 전체적 과정이 자아중심성을 약화시키고, 타인, 자아, 세계, 자연에 대한 더 큰 직관과 공감적 이해를 이끌고, 이를 통해 지혜가 성취될 수 있다고 주장하였다. 그러나 이러한 주관성과 투사의 초월은 쉬운 작업이 아니며, 자기결정과 끊임없는 노력이 필요하다(Kekes, 1983). Takahashi와 Overton(2002)은 역경 이후의 변증법적 통합과 자기지식의 증가가 지혜를 발달시킨다고 하였다. Linley(2003)는 문헌연구를 통해 역경(Trauma)의 극복과정 및 결과와 지혜의 요소간의 비교를 통해 인간이 역경을 극복하면서 불확실성의 인식과 관리, 정서와 인지의 통합, 인간 한계를 지각하고 수용하게 되며 이는 지혜의 요인과 상통한다고 밝혔다.

경험적 연구들로서, Hartman(2000)은 지혜가 인생의 내외적 경험에 의해 촉진된다고 밝혔는데, 특히 힘들었던 인생사건, 삶의 전환사건이 지혜를 촉진시키는 요인임을 검증하였다. 주요 삶의 위기와 전환사건은 개인에게 그들의 삶을 재구성하도록 압력을 주는 경향이 있고 상실과 좌절의 반복적인 경험은 인간 한계에 대한 이해를 갖게 하며 이는 지혜의 발달과 관련된다. Glück과 Bluck, Baron, McAdams(2005)는 삶의 중요한 결정을 하게 될 때, 부정적인 사건에 대해 대응할 때, 인생에 대한 전체적인 관리를 해나갈 때에 지혜롭게 행동하게 되는 것을 배운다는 것을 질적 연구를

통해 밝혔다. Levitt와 Frankel 등(2003)은 새로운 인생사건이 통찰을 통해 어떻게 삶의 변화를 일으키는지에 대해 질적 연구를 하였는데, 도전적 사건은 개인에게 위기감과 강한 정서를 일으키고, “새로운 경험의 통합”이라는 측면에서 자기 자각을 증대시키고, 그들의 삶과 관계에서 변화를 일으킨다는 과정을 발견하였다. Jennings(2004)의 연구에서도 스트레스 사건에 대한 긍정적인 대처가 자아초월 발달을 예언하여 지혜 발달에 영향을 준다는 결과를 보여주었다. 이렇듯 인생 경험을 통한 자각 증대는 지혜 발달을 촉진시킨다. 그러나, 지혜 발달을 촉진시키는 맥락에는 멘토, 스승, 상담자와 같은 사람과의 상호작용이 중요한 발달 촉진 요인이 된다.

Levitt(1999)는 13명 승려를 대상으로 근거이론방법을 통해 지혜 발달에 대해 질적 연구를 하였는데, 명상과 수행을 통한 자기자각과 스승의 가르침이 지혜발달을 촉진시키는 주요 요인으로 밝혀졌다.

Pascual-Leone(2000)은 멘토링이나 심리상담, 마인드 풀과 같은 현실적 통찰을 하도록 한 경험을 통해 지혜가 발달한다고 주장하였다. Staudinger와 Baltes(1996)는 지혜를 촉진시키는 의사소통에 대해 실험연구를 하였는데, 두 사람이 상호작용을 하고 난 후 개인적 평가시간을 갖는 조건이 지혜 수행을 가장 촉진하였다. 이는 다른 사람과 상호작용을 통해 인지적 기능이 활성화되며 개인적 평가를 통해 점검과 검토를 하게 됨으로써 지혜관련 수행이 확장된다는 결과이다. Montgomery, Barber, McKee(2002)의 질적 연구에서도 삶에서의 공감적관계가 지혜 발달을 촉진하는 것으로 나타났다. 즉, 긍정적, 지지적, 성장지향적 상호작용은 지혜 발달을 촉진시킨다. 이는 상담관계에서

도 적용될 수 있을 것이다.

Tedeschi와 Calhoun(2004)은 역경 후 성장과정에 대한 경험적 모형을 제시하였는데 역경은 개인의 정서, 도식과 목표, 삶에 도전을 주고 개인은 반추를 통해 정서적 고통을 감소시키고 지속적으로 관리하게 되며 이는 삶의 도식을 변화시키고 지혜를 발달시킨다고 하였다. 이때 반추과정을 돕는 것은 자신의 자기개방과 사회적 지지라고 하였다. 상담에 온 내담자의 경우 삶의 역경을 맞이하였을 때 오게 되는데 이 모형에 의하면 이때 상담에서 자기개방을 하고 상담자의 도움을 받는 과정이 내담자가 성장하고 지혜를 발달시킬 수 있도록 돕는 과정이라고 할 수 있다. 따라서 상담에서 상담자와의 작업은 내담자에게 지혜가 발달하도록 하는 과정이 될 수 있다. 그러나, 이 모형은 상담관계에서 경험적 검증이 이루어지지 않았으며 상담관계가 '사회적 지지'요인으로써 내담자의 지혜 발달에 도움을 주는지 검증하는 것이 필요하다.

한편, 상담 및 심리치료를 성과로써 문제해결과 증상감소 뿐만 아니라 지혜 구성개념과 관련된 변화를 이끈다는 연구결과들이 있다. Murray(2002)는 심리치료의 변화에 대해 질적 연구를 하였는데, 심리치료를 통한 이차적 변화는 문제해결과 증상감소이며, 이차적 변화는 자아의 초월로 구분하였다. 연구결과, 관계에서의 초월로는 자기수용, 자아 강화, 내적평화가 나타났으며 초월을 촉진시키는 치료적 경험으로는 자기자각을 도와주는 반영, 교정적 정서체험, 정화, 자기개방이 있었다. 또한, 수반되는 변화로써는 자아의 일치감, 타인과 관계개선, 안녕감, 영적인 성장, 창의성을 갖게 되었다고 하였으며 이를 지혜와 연결 지었다. Hanna와 Ritchie(1995)는 개인의 이차적 변

화 경험을 현상학적으로 연구하였는데, 통찰, 문제에 직면할 수 있게 된 것, 자신과 삶에 대한 새로운 관점을 갖게 되는 것이 나타났다.

국내에서 이루어진 상담성과에 대한 연구들에서도 단지 증상의 감소뿐만 아니라 증상외에 다른 측면에서의 내담자의 변화들을 보고하고 있다. 신재호와 정남운(2007)은 초보상담자의 상담 성과에 관한 질적 분석에서 내담자의 변화로써 대인관계 변화, 정서적 태도변화, 자기 이해, 자기 통찰과 같은 인식변화가 나타났다. 박가람과 정남운(2008)의 성폭력 상담 내담자들이 지각한 도움경험에 관한 질적 분석에서도 '새로운 시각을 갖게 됨'이 주요 범주로 나타났으며 강현주(2001)의 상담 성공사례의 도움경험에 관한 분석에서도 내담자들이 보고한 주요 도움 경험으로 자기이해, 새로운 시각·깨달음을 얻은 것, 객관화된 시각을 갖게 된 것이 보고되었다. 또한 이를 통한 내담자의 변화로써 문제에 대한 새로운 시각 획득, 타인에 대한 이해와 조망이 넓어짐과 같은 시각변화가 나타났으며, 대인관계 변화, 성격 및 정서의 변화, 문제와 미래에 대한 태도 변화가 수반된 것으로 나타났다. 안주현과 정남운(2005)의 내담자 자기 정서 수용 질적 연구에서도 자신의 정서를 인정하고 새로운 시각을 갖게 되며, 대인관계가 좋아졌다고 보고되었다. 최진아와 신희천(2008)의 꿈 해석 집단상담 참가자 대상의 효과 분석 결과, 통찰을 얻고 긍정적 정서 및 행동 변화가 이루어졌다고 나타났다. 이러한 연구결과들은 상담을 통해 증상의 감소 및 당면 문제 해결뿐만 아니라 내담자 자신의 자각 확대, 정서 수용, 대인관계 개선 등의 변화에 도움을 준다는 것을 입증하는 결과이다.

그러나 이러한 연구에서는 내담자의 변화를

‘지혜’와 관련지어 고려하지는 않았다. 그 이유는 상담 장면에서 지혜의 개념에 대한 공유가 아직까지는 부족하고, 내담자의 변화를 지혜와 연결시키는 데 이론적 근거가 분명하지 않기 때문이다. 그러나 ‘지혜’개념 및 발달에 대한 연구와 이론들을 앞에서 살펴보았듯이, 지혜는 인지적으로는 자각과 통찰의 확대, 정서적으로는 정서 조절 및 통합, 또한 타인과의 관계에서는 타인에 대한 긍정적 관심과 애정 등을 포괄하는 종합적 개념으로 정의되었다. 따라서 내담자의 자각의 변화, 정서적 변화, 대인관계적 변화는 지혜 개념과 같은 맥락에서 설명할 수 있다. 이러한 지혜에 대한 개념을 인지적, 통합적, 관계적 요인의 종합적 지혜 개념으로 비추어 보면, 새로운 관점 수용 및 조망확대는 인지적 요인, 상담을 통한 통찰 및 자각의 증대, 정서적 안정과 자각은 통합적 요인, 대인관계의 긍정적 변화는 관계적 요인과 관련된다고 볼 수 있다.

지혜 발달의 원인으로써 개인 삶의 경험뿐만 아니라 멘토나 상담자의 역할이 중요성이 제시된 바 있다(Pascual-Leone, 2000). 또한 Smith, Staudinger와 Baltes(1994)는 주변인의 지지이외에 전문적인 상담 및 치료관계에서 내담자의 지혜 발달이 촉진되는지 확인하고자 하는 연구를 제안하였다. 기존의 지혜 개념이 아닌 내담자의 변화를 탐색한 질적 연구들이 있었으나, 지혜라는 개념은 각각의 변화를 포괄하는 보다 큰 틀의 개념이며, 성장이라는 개념보다는 인지적인 측면이 강조된 개념이라는 점에서 차이가 있다. 또한, 일반적으로 사용되는 용어이기도하고 지혜 연구 분야에서는 상담장면에서의 경험적 연구 결과들을 기대하고 있다.

따라서 실제 상담에 임하는 내담자들에게

‘상담을 통해 지혜로워졌는가?’를 확인하고 ‘어떤 측면이 지혜로워졌으며, 상담과정에서 어떤 경험이 이를 촉진했는지, 지혜로워짐이 앞으로 삶에 어떤 영향을 줄 것 같은지’에 대해 내담자 개인의 지각을 연구함으로써 실제 지혜와 상담과의 관련성을 탐구하여 상담에서의 지혜 발달에 대한 문헌적 주장의 확인될 필요가 있다. 특히, 역경후 지혜 발달에 대한 이론적 모형(Tedeschi & Calhoun, 2004)과 같이 ‘자기개방’과 ‘사회적지지’를 통해 지혜가 발달된다는 주장을 상담과정과 연결하여 검증할 필요가 있다. 따라서 본 연구에서는 실제로 상담을 통해 내담자의 지혜가 발달하는지와 내담자의 지혜 발달에 영향을 미치는 상담과정 요인이 무엇인지 확인하여 상담에서의 지혜발달 요인을 밝혀 보고자 하였다. 이를 위해 상담을 통해 도움을 받고 변화경험을 한 내담자들을 선정, 이들의 상담경험과 과정을 분석하여 상담을 통해 어떤 점들이 변화하였고 지혜가 발달하였다고 보는 지를 알아보하고자 하였다. 또한, 상담과정에서의 경험과 특징이 지혜 발달에 도움을 주는지 함께 살펴보았다. 이러한 연구목적 달성을 위한 본 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 상담성과를 긍정적으로 지각하는 내담자의 지혜가 발달하는가?

둘째, 상담성과를 긍정적으로 지각하는 내담자의 지혜를 발달시키는 상담과정의 요인들은 무엇인가?

방 법

본 연구에서는 상담을 종결한 내담자가 상

담과정에서 지혜를 발달하게 하는 요인이 있을 것으로 가정하고 내담자의 상담경험 분석을 통하여 상담과정에서의 지혜 발달 요인을 밝혀보고자 하였다. 이를 위해서 내담자의 상담과정에 대한 내적 자료를 분석하기 위해 양적 접근보다는 질적 접근이 적합한 것으로 판단되어 본 연구에서는 내담자의 내적 경험을 연구하는데 많이 사용되어 온 CQR(Consensual Qualitative Research)을 채택하였다.

CQR은 Straus와 Corbin(1990)의 근거이론과 Elliot(1989)의 집중적 과정분석을 결합하여 개발한 질적 분석방법으로 면접이나 개방형 질문지를 사용해 얻은 자료를 바탕으로 연구대상자의 경험 내용을 범주화하고 그 경험의 진행과정을 확인할 수 있다는 장점이 있다(양미진, 이영희, 2006 재인용). 특히 CQR은 기존의 질적 연구 방법의 객관성 결여와 결과의 반복성, 엄격성을 기대하기 어렵다(지승희, 2001)는 한계를 보완하여 개발한 것으로 복수의 연구자(분석팀)가 참여하여 합의에 도달하는 과정과 사례간 결과의 대표성을 검토하는 체계적인 방법을 강조한다. 자료 분석 과정에서 분석팀은 먼저 자료를 독립적으로 분석하고 각 분석자들 간의 일치와 불일치를 확인하고, 그 차이점에 대한 논의를 통해 합의해 나가는 절차를 따른다. 또한 분석팀이 중요한 자료를 보지 못했거나 자료해석에 편향된 관점이 작용하는 것을 막기 위해 감수자가 분석팀의 합의 판단을 점검하는 절차를 따른다(양미진, 등 2006, 재인용). 이에 본 연구에서는 기존 이론의 구성요소에 제한받지 않고 내담자의 경험을 통하여 현상을 탐색할 수 으며 동시에 질적연구의 객관성 결여가 보완된 CQR을 연구방법으로 사용하였다.

연구대상

본 연구에 참여한 내담자는 남자 2명, 여자 8명이었으며, 대학생 2명, 일반 성인 8명이었다. 모두 상담을 합의에 의해 종결한 상태이며 본 연구의 목적과 내용에 대한 설명을 들은 후 연구에 참여하기로 동의한 내담자였다.

분석팀

분석팀은 본 연구진을 포함한 3명의 합의팀과 1명의 감수자로 구성되었다. 감수자는 교육학 박사학위 소지자이며 상담심리전문가로 상담경험과 연구경력을 가진 상담자이다. 합의팀은 상담전공 박사 2명, 박사과정 1명이며 평균상담경력은 8년이다.

측정도구

한국판 지혜 척도

이수립(2008)이 개발, 타당화한 지혜 척도로 36문항이며 리커트(Likert)형 5점 범위에서 응답하도록 되어 있다. 이 척도는 36문항 5개 하위요인으로 구성되었으며, 하위요인명과 문항수는 ‘안목과 통찰’ 10문항, ‘조망수용’ 5문항, ‘정서조절’ 8문항, ‘경험의 통합’ 7문항, ‘관심과 포용’ 6문항이다. 이 척도의 전체 신뢰도 계수는 .85이었고 하위요인별 신뢰도 계수는 안목과 통찰 .80, 정서조절 .68, 조망수용 .76, 경험의 통합 .74, 관심과 포용 .65이었다. 역문항은 반대로 환산하도록 되어있고, 전체적으로 점수 합이 높을수록 지혜가 높음을 의미한다. 이수립(2008)의 확인적 요인 분석 결과 5요인 구조의 적합도는 TLI .90, CFI .91, RMSEA .04로 양호한 적합도를 나타내

었다.

본 연구에서는 내담자들에게 상담전과 비교하여 현재 얼마나 달라졌는지를 5점 리커트 척도상에서 표시하도록 하였다.

상담의 일반적 사항에 관한 질문지

상담의 일반적 사항에 대한 질문으로 내담자에게 성별, 학력, 상담종결현황, 상담에서 문제해결 정도, 상담이 도움된 정도를 질문하였다.

간이정신진단검사

이 질문지는 Derogatis(1977)가 개발하였으며, 김광일, 김재환과 원호택(1984)이 한국판으로 표준화하였다. 본 연구에서는 원척도의 90문항 중 BSI(Brief Symptom Index)에 해당하는 53문항 중 각 하위요인별로 대표문항을 선정하여 25문항을 사용하였다. 본 연구의 신뢰도계수는 .93이었다.

절차

내담자 선정

본 연구진의 선행연구에 피험자로 참여하여 추후 연구에 대한 동의를 한 114명 내담자에게 설문을 요청하였다. 40부의 설문이 회수되어 결측치가 없는 37부가 분석되었다. 그 중 상담에서의 문제해결정도와 도움 받은 정도가 4점 이상(5점척도)인 대상자25명을 선정하였다. 선정 피험자들의 지혜 척도의 점수와 간이정신진단검사 점수 차이검증을 통해 지혜와 현재 증상을 살펴보았다(표 1 참조). 25명 대상으로 연구자가 직접 전화로 대면 면접이 가능하고 이에 동의한 10명을 최종 면접하였다.

표 1. 내담자 선정 집단과 비선정 집단간 차이검증

	선정 n=25	비선정 n=12	F(1, 35)
지혜	137.9(12.7)	101.8(28.7)	28.80***
안목과 통찰	38.2(4.0)	28.8(9.42)	19.08***
정서조절	3.18(0.42)	3.53(0.43)	26.63***
조망수용	29.4(4.24)	20.3(6.5)	14.59**
경험의 통합	28.7(2.8)	20.3(7.0)	28.17***
관심과 포용	21.9(3.1)	17.4(4.0)	13.88**
증상	20.4(14.0)	34.6(16.2)	7.64**

() 표준편차

면접. 선정된 내담자는 전화와 이메일을 통해 연구 목적을 설명후 참여 여부를 확인하였다.

참여의사를 밝힌 내담자에게는 면접내용을 녹음하고 요약할 것이며 익명으로 처리된다는 것을 밝혔다. 면접시간은 50분에서 60분 정도였으며 면접은 본 연구자가 실시하였다. 면접 질문지는 표 2에 제시하였다.

자료준비. 면접 테이프를 풀어 축어록을 만들었다, 자료에 익숙해지기 위해 면접 테이프들 중에서 2개의 테이프를 면접자가 직접 풀어 정리하였다. 나머지 8개의 테이프는 연구팀 이외의 사람에게 의뢰하여 축어록을 만들었고 정확성을 평가하기 위해 본 연구자가 다시 확인하는 과정을 거쳤다

영역 부호화. 각 사례는 면접용 질문을 기초로 같은 주제별로 내용을 정리하였다.

분석팀은 우선 각자 사례를 읽고 영역을 만든 다음, 전원이 모여 토의를 거쳐 영역을 결정하였다. 나머지 사례역시 각자 영역을 만든

표 2. 질문내용

연구문제	질문내용
상담성과를 긍정적으로 지각하는 내담자의 지혜가 발달하는가?	1. 지혜란 무엇이라고 생각하십니까? 2. 당신은 상담을 통해 지혜로워졌다고 생각하십니까? 3. 상담을 통해 어떤 측면에서 지혜로워졌다고 생각하십니까? - 사고가 변화 하였습니까? - 정서적 변화가 있었습니까? - 행동이나 관계에서 변화가 있었습니까? 4. 상담을 통한 지혜로워짐이 당신의 앞으로의 생활에 어떠한 영향을 미칠 것으로 생각하십니까?
상담성과를 긍정적으로 지각하는 내담자의 지혜를 발달시키는 상담과정의 요인들은 무엇인가?	5. 상담은 언제부터 하였습니까? 6. 처음 상담은 어떤 문제로, 어떻게 시작하게 되었습니까? 7. 현재문제가 발생한 원인을 무엇이라고 생각하십니까? 8. 상담을 통해 어떤 도움을 받았습니까? 9. 상담을 받으면서 어려움을 해결하는 과정은 어떠했나요?

후 분석팀 전원이 모여 토의를 거쳐 결정하였고 그 결과 최종적으로 영역이 결정되었다. 영역은 이후 요약과 교차분석과정을 거치면서 필요할 때 마다 조정이 되었고 최종적으로 12개의 영역으로 결정되었다.

요약반응의 구성(핵심내용요약). 모든 사례를 영역별로 정리한 후 각 영역의 내용을 요약하여 요약반응을 구성하였다. 요약할 때는 요약자의 추론을 배제하고 내담자의 말에 충실하였으며 사례의 전체 맥락을 염두에 두었다. 먼저 각자 사례를 영역별로 요약반응을 구성한 후 분석팀 전원이 모여 요약반응의 내용을 검토하고 토의하여 합의 하였다. 의견이 불일치한 경우에는 원자료를 참고하면서 토의를 걸쳐 결정하였다.

영역과 요약반응 감수. 모든 사례의 영역

과 요약반응을 구성한 후 감수자의 감수를 받았다. 감수에서 지적된 내용은 분석팀이 토의하여 감수자의 의견에 따라 영역이나 요약 반응을 수정하거나 분석팀의 결정을 유지하였다.

교차분석 및 교차분석의 감수. 우선 본 연구자가 각 영역별로 안정성 체크를 위해 2 사례를 제외한 8사례의 요약반응들을 검토하여 범주화한 후 분석팀이 모여 토의하고 합의 하였다. 이후 교차분석 자료에 대해 감수자의 감수를 받았다.

안정성 체크. 교차분석이 끝난 후 지금까지 교차분석에서 제외되었던 두 사례를 첨가하여, 빈도의 변화와 새로운 영역이 생기는지를 확인하였다. 그 결과 빈도와 영역에 변화가 없어 지금까지의 결과가 안정적인 것으로 나타났다.

결 과

상담을 통하여 내담자의 지혜가 발달하는가?

합의와 감수의 분석과정을 거쳐 최종적으로 결정된 영역은 모두 12개이다. 각 영역마다 10사례 모두에서 나타나는 것은 ‘일반적(general)’, 5사례-9사례에 나타나는 것은 ‘전형적(typical)’, 5사례 미만의 경우 ‘드문(variant)’로 하였다. 결과는 각 연구문제별로 12개의 영역과 범주들을 제시하고 각 범주의 대표적인 사례 내용 및 요약반응을 예시하였다.

상담과정을 통하여 지혜가 발달하는가를 파악하기 위하여 내담자 스스로가 지각하는 지혜에 대한 개념, 그리고 발달한 지혜가 자신의 향후 생활에 미치는 영향을 분석하였다.

상담을 통하여 내담자의 지혜가 발달되는지 확인하기 위하여 내담자가 지각하는 지혜의 개념, 실제로 상담을 통해 지혜로워 졌다고 지각하는지, 발달한 지혜가 향후 생활에 미치는 영향을 어떻게 예측하는지를 분석하였으며, 그 결과는 표 3과 같다.

표 3. 상담을 통한 내담자의 지혜발달에 대한 교차분석 결과

영역	범주	응답빈도
1) 내담자가 생각하는 지혜의 개념	• 조망의 확대	전형적(6)
	• 평정심	전형적(6)
	• 상황에 대한 융통성	드문(3)
	• 삶에 대한 주도성	드문(3)
2) 상담을 통해 지혜로워진 측면	• 정서적인 면에서 지혜로워 짐	전형적(5)
	• 인지적인 면에서 지혜로워 짐	전형적(8)
	• 행동 및 관계적인 면에서 지혜로워 짐	전형적(6)
3) 상담을 통한 사고의 변화	• 자신과 상황에 대한 수용	일반적 (10)
	• 긍정적 사고의 증가	전형적(9)
	• 다양한 관점의 확보	전형적(7)
4) 상담을 통한 정서의 변화	• 긍정적 정서의 증가	일반적(10)
	• 평정심을 갖게 됨	드문(4)
	• 정서적 자각의 증가	드문(4)
5) 상담을 통한 행동 및 관계의 변화	• 자기표현의 증가	일반적(10)
	• 문제행동의 변화	전형적(8)
	• 대인관계의 변화	전형적(5)
	• 타인에 대한 관심 증가	드문(2)
6) 상담을 통해 획득된 지혜가 생활에 미치는 영향	• 유사한 갈등상황에 대한 적절한 대처	전형적(6)
	• 긍정적인 인식	전형적(6)
	• 대처방식의 인식	드문(4)

내담자가 생각하는 지혜의 개념

내담자는 지혜란 조망이 확대되는 것(전형적), 평정심을 갖는 것(전형적), 상황에 대한 융통성이 있는 것(드문), 주도성이 있는 것(드문)이라고 지각하였다.

조망의 확대

“타인에 대한 이해가 넓어지는 것. 사건이나 사물을 볼 때 한쪽으로 치우치지 않고 보는 것이 지혜라고 생각해요”
(사례 8)

평정심을 갖는 것

“상황을 있는 그대로 보면서 감정적으로 흔들리지 않는 거예요. 그러다 보면 마음도 편안해 지겠죠”(사례 20)

상황에 대한 융통성

“지식을 떠나서 상황에 맞게 적절하게 행동하고 처리하는 것이라고 생각해요”
(사례 4)

삶에 대한 주도성

“내 자신이 되어서 사는 것, 바로 내 삶을 내가 이끌어 갈 수 있는 것이 지혜입니다”(사례 5)

내담자는 지혜란 자기중심의 관점에서 벗어나 타인의 관점을 수용하며, 상황에 따라 자신의 감정에 흔들림이 없으며, 상황에 적절한 행동을 하는 것으로 지각하였으며 이는 기존의 지혜의 개념과 같은 맥락으로 이해된다(이수립, 2008).

상담을 통한 지혜 발달

내담자는 상담을 통해 인지적인 면에서(전형적) 행동과 관계에서(전형적), 정서적인 면(전형적)에서 지혜로워졌다고 지각하는 것으로 나타났다.

인지적인 면

“생각이 많이 변했어요, 예전 같으면 조금이라도 안 되는 일이 있으면 주저했을 텐데 그럼 모습이 많이 사라졌어요, 부정적인 생각을 많이 안하게 되요”
(사례 3)

정서적인 면

“나 혼자만 힘든 게 아니라는 것을 알게 됐어요. 다들 힘들다고 생각하니까 힘들어도 막 마음이 흔들리지는 않아요. 평정심을 갖게 됐다고나 할까?”(사례 5)

행동 및 관계적인 면

“아직 완벽하지는 않지만 다른 사람을 만났을 때 다른 사람을 위한 마음이 생기고 행동도 하게 되는 것 같아요. 그러다 보니 관계도 조금 좋아지는 것 같아요”(사례 7)

내담자는 상담을 통해 인지적, 정서적, 관계 등의 세 범주 모두에서 지혜로워졌음을 보고하였다. 특히 기존의 사고에서 벗어나 자신에 대한 긍정적인 지각을 갖게 되고 정서적 안정과 긍정적 관계형성이 이루어진 것으로 나타났다. 이는 전 생애 걸쳐 이루어지는 지혜 발달이 상담과정을 통해 발달됨을 보여주는 것으로 여겨진다.

상담을 통한 사고의 변화

내담자는 상담을 통해 현재 자신의 모습과 자신의 상황을 수용(일반적)할 수 있었던 것으로 나타났다. 또한 상황이나 자신에 대한 긍정적 시각(전형적)을 갖게 되었고 한 가지 관점과 시각에서 벗어나 다양한 관점을 갖게 되었던(전형적) 것으로 확인되었다.

자신과 상황에 대한 수용의 증가

“그동안 받아들이지 않았던 나의 모습에 대해 받아들이기 시작했어요. 내 자신이 너그러워진 것 같아요.”(사례 10)

긍정적 사고의 증대

“모든 것이 조금이라도 틀리면 안 될 거라고 생각하고 포기하고 그랬는데요. 상담을 받고 나서는 긍정적으로 생각하게 된 것 같아요.(사례 6)

다양한 관점의 확보

“내가 어떤 것들은 너무 편협하게 봤다는 것을 깨달았어요. 상황에 대해 개관적으로 다른 시각으로도 볼 수 있다는 것을 알게 됐어요.”(사례 8)

사고의 변화는 지혜발달에 있어 중요한 요인이다. 실제로 내담자는 상담과정을 통해서 자신의 상황을 긍정적으로 수용하고 자신에게만 맞추어진 초점을 주변으로 확대할 수 있었던 것으로 나타났다.

상담을 통한 정서의 변화

모든 내담자가 상담을 통해 부정적 정서가

긍정적인 정서로 변화하였으며(일반적), 상황에 따라 감정이 흔들림이 적어지고(드문), 현재 자신의 정서 상태에 대한 자각(드문)이 나타났다.

평정심을 갖게 됨

“사람들에게 많이 휘둘리고 남들에게 무슨 말을 들으면 죄책감 느끼고 안절부절 하지 못했는데 그런 마음이 이제 휘둘리지 않는다고 느끼게 됐어요. 그리고 비로소 중심이 잡히는 것 같아요”(사례 4)

긍정적 정서의 출현

“우울이나 불안 짜증 등은 많이 사라졌어요. 예전에는 주로 화나고 짜증나는 경우가 많았는데 요즘은 많이 편안하고 여유로워 졌다고 느껴요”(사례 6)

정서적 자각의 증가

“내가 무엇을 느끼는지 알게 됐어요. 부정적인 기분이 들면 내 상태를 보고 왜 그러는 지 해석도 해보게 되었어요.”(사례 8)

정서적 변화는 상담과정에서는 중요한 요인이나 지혜 관련연구에서는 많이 언급 되지 않았다. 그러나 본 연구에서는 내담자가 상담을 해 통해 정서에 대한 자각이 이루어 졌으며 정서적인 안정을 갖게 된 것으로 나타났다.

상담을 통한 행동 및 관계의 변화

모든 내담자가 자기표현을 하게 되었다(일반적)고 하였으며, 자신의 문제행동(전형적), 대인관계에서의 변화(전형적)가 있었던 것으로

나타났다. 이밖에 타인에 대한 관심과 행동을 갖게 된 것으로 확인되었다(드문)

자기표현의 증가

“다른 사람에게만 맞추려고 했는데 이제는 내 생각이나 입장을 표현할 수 있게 됐어요. 상담하면서 화내는 법을 배웠어요.(사례 7)

문제행동의 변화

“예전에는 무조건 수첩에 적어야만 불안하지 않았는데 지금은 수첩에 적지 않게 됐어요. 그리고 거절할 때 거절하는 방법도 알게 됐고, 다른 사람에게 일방적으로 맞추는 행동은 많이 줄어들었어요.(사례 1)

대인관계의 변화

“늘 누군가가 먼저 다가와야 사귄 수 있었어요. 그런데 이제는 제가 친해지고 싶으면 먼저 다가가서 이야기 하고 더 노력하고 있어요.(사례 8)

타인에 대한 관심 증가

“나에게만 빠져 있어서 다른 사람을 못 봤는데 이제야 다른 사람들에게 관심이 생겼고 주변사람들 중에 힘든 사람이 있으면 상담도 해주고 있어요.”(사례 9)

관계적 요인은 지혜발달에 있어서 중요 개념이다, 실제로 내담자는 상담을 통해 대인관계에서의 많은 변화를 보이고 있다. 즉 타인에 대한 관심이 증가하고 이에 따라 대인관계의 적극성을 보이게 되었으며 이는 지혜발달과 같은 맥락으로 이해할 수 있다.

상담을 통해 획득된 지혜가 생활에 미치는 영향

내담자는 상담을 통해 지혜로워졌다고 생각하고 있으며 이러한 지혜가 이전이 갈등상황과 유사한 상황에 맞닥뜨렸을 때 예전과는 달리 잘 대처할 수 있게 됐다고 보았다(전형적), 또한 긍정적인 인식(전형적), 대처방식에 대한 이해(드문)가 생겼다고 하였다.

유사한 갈등상황에 대한 적절한 대처

“예전과 비슷한 일이 생겨도 시행착오는 하지 않을 것 같아요. 그리고 예전처럼 힘들거나 불안해 하지 않고 긍정적으로 생각할 수 있을 것 같아요.”(사례 10)

긍정적 인식

“힘들어도 상황을 긍정적으로 볼 수 있어요. 힘든 과정을 비관적으로만 보지 않으면 잘 넘어갈 거라는 것을 알아요.”(사례 6)

대처방식의 이해

“힘든 일이 생겼을 때 도움을 줄 수 있는 사람을 찾아가서 상의하는 방법을 알게 됐어요, 실제로 그렇게 조언을 구하고 도움을 받는 방법을 알게 되니 좋아요”(사례 5)

지혜의 발달은 삶에서의 어려움이 계기가 되기도 한다(Mckee & Barber, 1999). 즉 어려움을 극복하는 과정에서 지혜가 발달한다는 것이다. 실제로 내담자는 상담과정을 통하여 자신의 어려운 상황을 다양한 시각에서 이해할 수 있었으며, 상황에 대한 적절한 대처가 가

능해진 것으로 나타났다. 즉, 상담과정에서 재 정리되고 해결된 문제는 내담자의 문제해결 방식에 있어서의 변화를 가져온 것으로 여겨지며 이는 상담과정에서 지혜가 발달하며 이를 통해 실제 생활에 있어서도 긍정적인 영향을 미치고 있음을 보여준다.

것으로 나타났다(전형적). 또는 가족이나 친구 등 주변사람들의 권유를 받거나 수업과 관련하여 상담을 시작한 것으로 나타났다. 이는 지혜가 타인에 의한 권유에 의해 발달되기 보다는 자신의 의지와 노력에 의해 발달됨을 보여준다.

내담자의 지혜를 발달시키는 상담과정의 요인은 무엇인가?

상담실 방문시 주호소 문제

상담을 지속하고 상담과정에서 지혜가 발달한 내담자의 특성을 이들의 상담기간, 상담을 하게 된 경로, 주 호소문제, 현재 문제의 발생 배경, 상담성과, 상담이외의 변화, 상담기법, 상담자 요인 등의 영역으로 분석하였다. 그 결과는 표 4와 같다

내담자가 상담을 받게 된 당시의 주 호소문제 대해서는 한국청소년상담원의 상담신청 시 문제유형분류체계(2008)를 기준으로 분류하였다. 그 결과 대인관계 문제(전형적)가 가장 많았으며 성격, 가족 등의 문제가 있었던 것으로 나타났다.

상담기간

현재 문제의 발생배경

많은 내담자들의 상담기간이 1년 이상인 것으로 나타났다. 대학생 이상의 학력을 지닌 내담자들은 1년 이상의 장기간 상담을 지속할 수 있었던 것으로 나타났다. 1년 미만인 경우에도 최소 6개월에서 11개월까지 비교적 장기간 상담이 이루어 졌다.

상담실에 방문할 당시 문제의 배경에 대하여서는 기존의 대인관계의 어려움(전형적)을 가장 많이 들었다. 또한 편부모, 아버지의 알콜 문제 등 가족문제가 주된 것으로 나타났다.

합의에 의한 상담 종결로 일정 부분 상담의 성과를 이룬 내담자는 6개월 이상의 장기상담을 통해 지혜가 발달하는 것으로 나타났다. 이는 지혜의 발달이 단기간의 교육이나 지식전달을 통해서는 어려우며, 비교적 장기간의 집중적인 상담 작업을 통하여 가능함을 보여준다.

지혜란 자기검토와 자기자각을 통해 이루어진다(Ardelt, 2000; Kekes, 1983; Kraner, 1990; Levitt, 1999). 이러한 과정은 자기 자신의 문제, 그리고 관계에 대한 많은 고민과 해결을 위한 노력으로 가능하다. 따라서 가정안에서의 문제, 성격, 대인관계에서의 문제 등 자신과 주변인들과의 갈등과 어려움은 지혜발달의 배경으로 보인다.

상담실에 오게 된 경위

대인관계의 어려움

내담자의 경우 상담을 자발적으로 시작한

“사람들이 싫고 사람들이 힘들어서 잘 이지내지 못하고 있었어요. 그러다 보니 사람들을 통해 상처도 많이 받았어요.” (사례 9)

표 4. 내담자의 지혜발달에 영향을 미치는 상담과정 요인에 대한 교차분석 결과

영역	범주	응답빈도
1) 상담기간	• 1년 이상	전형적(6)
	• 1년 미만	드문(4)
2) 상담실에 오게 된 경위	• 자발적 참여	전형적(5)
	• 주변사람의 권유	드문(2)
	• 과제/관련수업을 통해	드문(2)
	• 대인관계	전형적(5)
3) 상담실 방문시 주 호소문제	• 성격문제	드문(3)
	• 가족문제	드문(2)
	• 생활관리	드문(2)
	• 진로	드문(1)
	• 대인관계의 어려움	전형적(5)
4) 현재 문제의 발생 배경	• 가정문제	드문(4)
	• 수동적 비주도적 생활	드문(3)
	• 성격문제	드문(3)
	• 자신과 타인에 대한 이해 증가	일반적(10)
5) 상담의 성과	• 호소문제의 해결	일반적(10)
	• 정서적 해소	전형적(7)
	• 자존감 향상	드문(3)
	• 친구 및 주변 사람들의 도움	전형적(5)
6) 상담이외의 도움 경험	• 종교생활을 통한 도움	드문(4)
	• 명상, 책 등을 통한 도움	드문(4)
	• 직면	일반적 (10)
	• 제안	전형적(9)
	• 공감	전형적(8)
	• 해석	전형적(6)
7) 도움된 상담기법	• 대안적 시각 제시	전형적(6)
	• 수용	드문(4)
	• 경청	드문(4)
	• 상담자의 배려와 관심	일반적(10)
	• 상담자의 자기공개	전형적(7)
8) 도움된 상담자 요인	• 상담자에 대한 신뢰와 믿음	전형적(6)

가정문제

“어려서부터 부모님과 떨어져 살았어요. 저도 몰랐는데 제 마음에는 늘 고아 같은 마음이 있어 기댈 곳이 있으면 과도하게 그 사람에게 집착하게 되었던 것 같아요. 저는 아직도 부모님께 마음을 주지 못하고 있어요.”(사례 1)

어떻게 해야 하는지를 생각하게 되었고 알게 되었습니다.”(사례 2)

호소문제의 해결

“내가 가지고 있었던 문제인 우울이나 불안 등 문제들이 상담을 하면서 해결 되었어요.”(사례 5)

수동적 · 비주도적 생활

“군대 갔다가 편입하고 하면서 외부에 힘에 이끌려 가게 되는 것 같아요. 내 삶을 주도적으로 살고 있지 못하다는 생각이 강했어요.”(사례 2)

정서적 해소

“평상시에는 아무에게도 하지 못했던 이야기를 하게 되면서 마음이 많이 후련하고 시원해 졌어요.”(사례 1)

성격문제

“열등감이 많고요, 낯을 많이 가리는 편이에요. 저는 제 성격이 늘 마음이 안 들었어요.”(사례 3)

자존감의 향상

“상담을 통해 나라는 존재가 부각되고 자신감을 많이 얻게 됐어요. 내가 이 학교에서 충분히 가치 있는 존재라는 것을 알게 됐어요.”(사례 2)

상담의 성과

상담을 받은 후 모든 내담자는 자신과 타인에 대해 이해할 수 있었다고 하였다. 자신이 왜 그런 행동을 하게 됐는지, 자신의 상태와 주요한 타인에 대한 이해를 할 수 있었던 것으로 나타났다(일반적), 또한 모든 사례에서 상담을 통해 자신이 고민했었던 문제가 해결 되었다고 보고 하였다(일반적). 이밖에 자신의 이야기를 할 수 있었고, 이로 인한 정서적 해소를 경험하였으며(전형적), 자신에 대한 믿음, 자신감이 높아진 것으로 나타났다.

내담자는 상담을 통해 모두 자신과 타인에 대하여 이해할 수 있었다고 보고 하였다. 또한 자신이 고민하던 문제가 해결되었다고 하였다. 이러한 결과는 성인발달의 지향점으로서의 지혜의 발달 결과와 유사하다(Murray, 2002). 즉, 전생애적인 발달과업인 지혜가 상담과정에서의 집중적인 자기이해와 통찰과정을 통해 발달될 수 있음을 보여주는 결과이다.

상담이외의 도움 경험

상담과정 중에 내담자의 상담이외에 어떤 도움경험이 있었는지 분석하였다. 그 결과 친구나 주변사람들의 도움(전형적)을 통해 많은 지지가 되었던 것으로 나타났으며, 종교생활과 관련 서적, 명상 등을 통해 도움을 받은

자신과 타인에 대한 이해 증가

“예전에는 볼 수 없었던 나에 대해서 보고 이해할 수 있게 되었어요. 그러다 보니 내가 현재 어떤 상태이고 무엇을

것으로 나타났다. 이는 보다 내적인 작업을 조력하는 활동이 도움이 되었음을 나타낸다.

친구 및 주변 사람들의 도움

“우리 집안이 알콜중독자의 집안이라는 것을 알게 되었고 성인자녀집단에 나가게 되었어요. 그곳에서 비슷한 처지의 사람들을 만나게 되었고 서로 이야기를 하면서 많은 도움을 받을 수 있었어요”(사례 7)

종교생활을 통한 도움

“성서모임을 통해 비슷한 처지의 사람들끼리 어려움을 공유하고 성경의 말씀을 들으며 힘을 얻었어요”(사례 6)

명상, 책, 검사 등을 통한 도움

“명상을 하면서 내가 무엇을 원하는지 볼 수 있었어요. 그리고 내 고민을 정리하고 생각해 볼 수 있는 기회를 가질 수 있었습니다.”(사례 9)

상담기법

내담자는 직면(일반적)을 통해 변화를 경험 것으로 나타났다. 또한 공감(전형적)과 상담자의 제안(전형적), 해석(전형적), 대안적인 시각 제시(전형적)등이 내담자의 변화를 가져온 요인으로 나타났다.

직면

“내가 이야기를 할 때 걸 부분만 이야기하고 진짜 속 이야기는 하지 않는다는 이야기를 몇 번이나 들었어요.”(사례 10)

공감

“내 상황에 대하여 공감을 많이 해 주었어요. 내 마음을 알아주고 이해해 주니 내편이 있다는 생각에 마음이 많이 편안해 졌어요.”(사례 2)

제안

“상담자의 제안이나 조언이 많이 도움이 되었어요. 집에 가서는 상담자의 말대로 하려고 열심히 적용해 보기도 했어요.”(사례 1)

해석

“상담자가 나의 취약한 부분을 이야기하고 어린 시절부터 만들어진 내 성격을 분석해서 이해할 수 있게 해 주었어요”(사례 8)

대안적인 시각

“어떤 문제에 대해서 다른 각도에서 보고 다르게 해보는 것은 어떤지 이야기해 주었어요.”(사례 6)

수용

“상담자가 내가 하는 이야기를 다 들어주고 받아주니 내가 상담자에게 받아들여지고 있다는 것을 알게 됐어요.”(사례 5)

내담자는 직면을 통하여 자신에 대한 자각과 문제와 사건에 대한 다양한 관점을 수용할 수 있었다. 직면은 내담자의 문제해결을 위한 적극적인 상담기법으로 내담자의 자신에 대한 이해를 촉진하기 위하여 보다 분명하고 구체적으로 상담자가 반응함으로써 내담자의 변화

를 가져오도록 한다. 지혜발달에서 있어서 직면은 내담자의 정확한 이해를 돕는 효과적인 상담기법으로 나타났다.

무슨 이야기든지 해도 괜찮을 것 같았어요. 친한 친구처럼 편안한 마음이에요” (사례 7)

상담자요인

상담자의 배려와 관심(일반적)은 내담자의 변화에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 상담자의 말과 자신을 대하는 태도에서 자신에 대한 관심을 느꼈으며 상담자의 태도에서 자신에 대한 배려를 경험할 수 있었던 것으로 보인다. 이밖에 내담자는 상담자의 자기공개(전형적)를 통해 자신을 대하는 상담자에 태도에 많은 영향을 받은 것으로 나타났다. 상담자가 자신으로 인해 고민하고 상담자의 생활인으로서의 모습에 긍정적 영향을 받은 것으로 나타났다. 또한 자신의 이야기를 마음 놓고 할 수 있었던 것과 상담자가 믿을 수 있는 대상이라는 신뢰는 내담자 변화에 영향을 미친 것으로 나타났다.

내담자는 상담자의 배려와 관심으로 보다 안전한 분위기에서 문제를 이야기 할 수 있었으며 상담자로부터 진정으로 존중 받고 있다는 경험을 하였다. 즉 상담에서 지혜의 발달은 내담자가 자신을 공개하고 이해하는 과정이 보다 일상생활에서 보다 집중적으로 이루어질 수 있었으며 이때 상담자 요인은 지혜 발달에 중요한 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

논 의

본 연구는 상담에서 도움을 받은 내담자들이 상담을 통하여 지혜가 발달하는지를 알아보고, 지혜 발달에 영향을 미치는 상담과정의 요인들을 알아보려고 하였다.

상담자의 배려와 관심

“눈을 맞추면서 이야기 해 주신 것, 차를 챙겨서 주시고, 울 때 휴지를 챙겨서 주시는 거 작은 일인데도 너무나 고맙고 좋았어요.”(사례 5)

본 연구 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 내담자들이 생각하는 지혜 개념으로는 ‘조망 확대’와 ‘평정심’이 전형적으로 나타났다. 상담을 통해 인지적 측면, 정서적 측면, 행동 및 관계적 측면 모두에서 지혜로워졌다고 응답하였다. 또한, 이렇게 획득된 지혜로 인해 ‘유사한 갈등 상황에서 적절한 대처’, ‘긍정적 문제 해결’이 전형적으로 삶에 영향을 미칠 것이라고 하였다. 즉 내담자는 지혜란 생각과 시각이 넓어지고, 감정의 흔들림 적고 환경에 대해 주도적이고 융통성 있는 것으로 생각하였다.

상담자의 자기공개

“내가 스트레스를 받고 힘들었던 이야기를 하니 상담선생님도 자신도 스트레스를 조절하기 힘든 적이 있었다고 이야기를 해 주셨어요.”(사례 9)

이러한 결과는 지혜의 다차원적 개념(이수림, 2008; Ardel, 2004; Webster, 2003)에 부합하

상담자에 대한 신뢰와 믿음

“상담 선생님을 믿는 마음이 있으니

는 결과이다. 이수림(2008)의 연구에서는 새로운 관점 수용 및 조망의 확대 측면의 인지적인 요인, 정서적 안정과 자아의 균형과 조화로 본 통합적 요인, 대인관계에서의 긍정적인 변화와 관련된 관계적 요인으로 제시하였는데, 본 연구에서 내담자는 ‘조망확대’라는 인지적 측면과 ‘평정심’이라는 정서조절과 균형유지라는 통합적 측면에서 지혜를 지각하였다. 또한, 내담자들은 상담 과정을 통하여 지혜가 발달하였다고 보고하였으며, 인지적, 정서적, 행동 및 관계적 측면에서 지혜로워진 것으로 나타났다. 내담자들은 직접적으로 지혜를 관계적 측면에서 개념화하진 않았으나 지혜로워진 부분에서는 관계적 측면이 포함되었다.

둘째, 내담자는 상담을 통해서 인지적 측면, 정서적 측면, 행동 및 관계적 측면의 변화를 경험하였으며, 세 측면에서 지혜로워졌다고 하였다. 인지적 측면의 변화로써는 자신과 상황에 대한 수용, 긍정적 사고의 증가, 정서적 측면에서는 긍정적 정서의 출현이 나타났고, 행동 및 관계적 측면에서는 자기표현의 증가, 문제 행동의 변화, 대인관계에서의 변화가 있었던 것으로 나타났다.

이러한 결과는 상담이 다차원적인 측면에서 내담자의 지혜를 촉진시킴을 보여주는 것이다. 즉 내담자는 상담을 통해 증상완화와 문제 해결뿐만 아니라, 인지적, 정서적, 관계적 측면에서 내면의 변화를 경험하였으며 이러한 결과는 지혜의 선행연구들에서 지혜의 요인들로 밝혀진 바 있다(Ardelt, 2003; Baltes & Smith, 1990; Baltes & Smith, 1990; Baltes & Staudinger, 2000; Webster, 2003). 즉 상담과정을 통하여 지혜 발달이 촉진되고 결과적으로 상담이 내담자의 지혜발달에 중요한 방법임을 시사한다.

셋째, 상담을 통해 지혜가 발달된 내담자의

특성을 살펴본 결과 1년 이상 비교적 장기간 상담이 진행된 경우가 많으며, 상담에 자발적으로 참여한 것으로 나타났다. 이들은 주로 대인관계에서의 어려움을 호소하고 있으며 상담이외에 주변사람들의 도움을 받은 것으로 나타났다.

지혜는 단시간 내에 발달하는 개념은 아니다. 오랜 시간 다양한 경험을 통해서 자신의 모습을 이해하고 삶의 구조를 재구성함으로써 지혜는 발달하게 된다(Ardelt, 2005). 본 연구 결과 상담과정에서도 비교적 적어도 6개월 이상의 장기상담이 이루어진 것으로 나타났으며 지혜란 서서히 자신을 성장시키는 중요한 기제를 보여주는 결과이기도 하다. 또한 지혜가 발달한 내담자들은 자발적으로 상담에 참여함으로써 자신의 변화에 대한 의지와 준비가 되어 있었던 것으로 나타났다. 이는 지혜 발달에 중요한 요인으로 자기자각을 위한 노력을 들고 있는 기존 연구와 같은 맥락으로 이해할 수 있다(McKee & Barber, 1999). 즉 변화를 위한 준비와 동기는 지혜발달에 중요한 요인임을 연구결과를 통해 확인할 수 있었다. 그리고 이들은 주로 가족이나 대인관계 등 관계상의 어려움을 지니고 있는 것으로 나타났으며, 자신의 문제의 원인도 가족이나 대인관계의 어려움으로 인한 것으로 나타났다. 기존 연구에서는 삶에 있어서의 위기와 문제는 자신의 상황을 되돌아보고 자신의 한계에 대한 이해를 갖게 됨으로써 촉진된다고 보고 있다(Glück, Bluck, Baron & McAdams, 2005). 이러한 삶의 위기와 문제는 주로 관계에서 발생하며 자신과 타인과의 다양한 역동을 통하여 자신의 인지, 정서, 행동적인 측면을 이해할 수 있게 된다. 본 연구결과에서도 상담을 받은 후 모든 내담자는 자신과 타인에 대한 이해가 높

아졌으며, 자신의 정서적 해소를 경험함으로써 정서적 안정감을 갖게 되었다고 보고하고 있다. 이는 상담이 지혜 발달에 결정적 역할을 할 수 있음을 보여주고 있다.

넷째, 도움이 된 상담기법으로는 직면이 모든 사례에서 나타났으며, 공감, 제안, 해석, 대안적 시각 제시가 전형적으로 나타났다. 도움이 된 상담자 요인으로는 모든 사례에서 상담자의 배려와 관심이 나타났고, 상담자의 자기 공개와 신뢰감이 전형적으로 나타났다. 지혜는 끊임없이 자신의 내외적인 경험에 의해 촉진되며(Hartman, 2000), 특히 신뢰할만한 스승과 멘토와의 상호작용은 지혜발달에 큰 영향을 미친다. 즉 혼자 힘으로는 비교적 복잡하고 어려운 인생의 과제가 상담과정에서 신뢰할 수 있는 상담자의 도움으로 보다 집중적으로 다루어지고 이에 따라 지혜발달이 촉진되는 것이다(Levitt, 1999; Murray, 2002; Pascual-Leone, 2000).

본 연구 결과에서도 상담자의 배려와 관심, 신뢰와 믿음으로 내담자와 상담자간의 상담관계가 형성되고 상담에서 내담자가 자신의 문제를 자유롭게 표현하고 상담자의 진심어린 공감과 직면 등의 반응을 통해 자신의 문제를 이해하고 대안적인 방안을 모색할 수 있었던 것으로 보인다. 특히 직면, 해석, 제안 등 다소 지시적인 방법이 내담자의 지혜발달을 촉진시킨 연구결과는 내담자의 변화에 대한 준비와 동기가 지혜발달의 주요 요인임을 시사한다. 실제로 내담자의 준비도가 높은 경우에는 직면 등의 지시적 상담기법이 효과적이며, 내담자의 준비도가 낮은 비자발적인 경우에는 공감 및 경청 등의 비지시적인 기법이 효과적인 양미진 등(2006)의 연구와 일치하는 결과로 보인다.

본 연구의 의의를 정리하면 다음과 같다.

첫째, 내담자가 지각하는 지혜 개념에 대해 확인함으로써 이전의 지혜 연구들에서 정의한 지혜 개념을 경험적으로 검증한 데 의미가 있다. 또한, 지혜 연구 분야에서는 상담장면에서 내담자들의 경험을 질적으로 분석한 연구가 없었는데 상담과정을 통한 지혜 발달에 대해 확인하게 되었으며, 본 연구를 통해 멘토(Pascual-Leone, 2000) 등 중요한 타인과의 상호작용 과정을 통한 지혜 발달이 상담과정에서도 적용됨을 알 수 있었다. 즉, 본 연구는 상담관계가 증상의 감소 등 치료적 관계뿐만 아니라 지혜 발달에 영향을 미치는 긍정적 상호작용이라는 점을 밝힘으로써 상담의 중요성이 재확인되었다는 점에서 의의가 있다.

둘째, 본 연구는 상담에서 성과를 얻은 내담자들을 대상으로 상담의 성과로서 문제해결과 즉시적 성과뿐만 아니라 내담자의 변화를 통한 지혜 발달에 대해 구체적 경험을 분석하였다는 데 의미가 있다. 기존의 상담성공에 관한 질적 연구들(강현주, 2001; 박가람, 정남운, 2008; 신재호, 정남운, 2007)에서는 내담자의 상담 성과를 위주로 분석하였다. 본 연구는 상담 성과 분석에서 더 나아가 내담자의 변화를 지혜라는 개념 틀을 가지고 발달시키는 것이라는 측면에서 조망하였다. 이는 Tedeschi와 Calhoun(2004)의 역경 후 지혜 발달에 이르는 과정에 대한 모형에서 ‘자기개방’과 ‘사회적 지지’ 과정을 통한 지혜 발달을 지지하는 결과로써, 지혜 발달이 이루어지는 데에는 상담과 같은 과정이 필요하다는 것을 확인하는 결과이다.

셋째, 내담자 변화를 촉진시키고 지혜 발달에 도움을 주는 상담자 요인 및 상담기법을 탐색한 데 의미가 있다. 본 연구결과 상담자

의 기법에서는 직면, 해석, 제안 등 내담자의 통찰을 가져오는 기법들이 유용하게 나타났고, 상담자 요인에서는 상담자의 배려와 관심이 매우 중요하게 나타났다. 이는 상담과정에서 중요한 요인임을 경험적으로 입증함으로써 이러한 측면이 내담자의 인간적 발달과 성장을 풍요롭게 하고 지혜롭게 하는데 중요한 요인임을 확인한 데에 의의가 있다.

이와 같이 본 연구의 결과는 일련의 지혜 발달이 상담과정에서 자연스럽게 이루어지고 있음을 보여준다. 즉 자신과 관계에 대한 고민과 변화에 대한 동기가 있는 내담자가 상담자의 허용성과 배려 안에서 자신을 노출하며 상담자의 공감, 수용 그리고 직면을 통해 자신을 통찰할 수 있었다. 결과적으로 내담자는 관점이 확대 되고, 정서적 안정, 타인에 대한 긍정적 관심 등 지혜 구성요인을 발달시켰음을 보여준다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에 참여한 내담자들은 대학생 및 대학 졸업생에 국한되어 있어서 다양한 내담자 집단을 포괄하지 못한다는 것이다. 따라서 본 연구결과를 일반화 하기 위해서는 다른 인구통계학적 특성의 내담자들을 대상으로 반복 연구될 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서 사용된 합의에 의한 질적 방법(CQR)은 질적연구방법에서의 연구자의 주관성을 배제하고자 다수의 연구자가 사례에서 공통적으로 추출되는 내용을 여러차례의 합의과정을 통해 분석한다. 즉 질적분석과정에 양적분석의 객관성을 확보하고자 노력한다. 그러나 이러한 분석과정에서 각 사례의 고유한 특성이 구체적으로 제시되지 못한다는 제한점이 있다(양미진 등, 2006). 따라서 이후 집중적인 사례연구를 통해 구체적인 요인을 보다 세밀하게 검토할 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 질적 연구로써 내담자의 경험 보고에 의존하고 있다. 따라서 양적인 변화량이나 설명량을 입증할 수 없다. 따라서 이후 지혜 발달에 대한 중단 연구를 수행하여 이러한 부분을 검증하는 것이 필요하다.

본 연구의 제한점에도 불구하고, 기존의 상담 성과 연구는 문제 해결 및 증상 완화에 초점을 두는 경향이 있었다면, 상담을 통한 긍정적 변화와 궁극적으로는 지혜 발달이 이루어진다는 측면에서 상담의 긍정적 역할을 강조한 연구로써 수행되었다. 동양문화에서 심리치료나 상담은 특별한 문제를 가진 환자들이나 모자란 사람의 문제로 치부하는 일반인들의 태도가 있다(김형록, 2003; 유성경, 2005; 이은경, 양난미, 서은경, 2007). 김형록(2003)은 동양적 관점에서 심리치료는 도의 성취나 해탈을 의미하며, 상담과 심리치료에 이러한 발달적 개념을 적용해야함을 주장하였다. 이은경 등(2007)도 집단문화에 영향을 받는 내담자를 돕기 위한 한국문화에 맞는 상담과정을 모색하는 것이 필요하다고 제안하였다. 이러한 측면에서, 상담에서 지혜에 관한 연구는 문제 중심의 상담과 심리치료에 대한 관점에서 발달지향의 상담개념을 도입하는 데 의의가 있다고 생각한다. 이는 전생애 발달과제인 지혜가 상담이라는 작업을 통하여 발달 가능하며 상담이 치료적인 성격을 넘어 보다 발달과 성장에 긍정적인 역할을 할 수 있음을 보여준다.

앞으로 문제 해결 위주의 상담에 대한 관점에서 상담을 통한 성장과 발달이라는 긍정적 관점에서 상담 연구들이 지속적으로 수행되어 상담의 위상을 강화하여야 할 것이다.

참고문헌

- 강현주 (2001) 상담에서 도움된 경험에 관한 질적 분석-성공사례를 중심으로-. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김광일, 김재환, 원호택 (1984). 간이정신진단검사 실시요강. 중앙적성출판사
- 김형록 (2003). 지관명상과 자아초월 심리치료. 한국불교학, 33, 463-477.
- 박가람, 정남운 (2008). 성폭력 상담에서 내담자들이 지각한 도움경험: 질적분석. 한국심리학회지:상담 및 심리치료, 20(1), 161-182.
- 신재호, 정남운 (2007). 초보상담자의 상담 성과에 관한 질적분석: 도움된 경험을 중심으로, 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 19(4), 889-911.
- 신희천 (2008). 인지-체험적 꿈 해석 집단상담의 효과에 관한 질적 분석, 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 20(4), 963-983.
- 안주현, 정남운 (2005). 포스터발표: 상담과정 중 내담자의 자기 정서 수용에 관한 질적 연구. 연차학술발표대회 논문집, 256-257.
- 양미진, 이영희 (2006). 질적분석을 통한 비자발적 청소년내담자의 상담지속요인 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 18(1), 1-20.
- 유성경 (2005). 한국 대학생의 상담, 심리치료, 정신치료에 대한 태도, 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(5), 617-632.
- 이수림 (2008). 상담자의 지혜와 상담과정 및 성과에 관한 연구. 가톨릭대학교 박사학위 논문.
- 이은경, 양난미, 서은경 (2007). 한국에서의 상담에 대한 질적 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 19(3), 587-607.
- 지승희 (2001). 회피형 내담자가 지각하는 상담과정 및 변화 요인 연구. 이화여자대학교 박사학위 논문.
- Ardelt, M. (2000). Antecedents and effects of wisdom in old age: A longitudinal perspective on aging well. *Research on Aging*, 22(4), 360-336.
- Ardelt, M. (2003). Development and empirical assessment of a three-dimensional wisdom scale. *Research on Aging*, 25, 275-324.
- Ardelt, M. (2004). Wisdom as expert knowledge system: A critical review of a contemporary operationalization of an ancient concept. *Human development*, 47, 257-285.
- Ardelt, M. (2005). How wise people cope with crises and obstacles in life. *Revision*, 28(1), 7-19
- Baltes, P. B., & Smith, J. (1990). Towards a psychology of wisdom and its ontogenesis. In R. J. Sternberg (Ed.), *Wisdom: Its nature, origins, and development* (pp.87-120). Cambridge, U. K.: Cambridge University Press.
- Baltes, P. B., & Staudinger, U. M. (2000). Wisdom: A metaheuristic (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence. *American Psychologist*. 55(1), 122-136.
- Derogatis, L. R. (1977). SCL-90R Manual 1. Clinical Psychometrics Research Unit, Baltimore, Johns Hopkins University School of Medicine.
- Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed*. New York: Norton.
- Glück, J., Bluck, S., Baron, J., & McAdams, D.

- P. (2005). The wisdom of experience: Autobiographical narratives across adulthood. *International Journal of Behavioral Development*, 29(3), 197-208.
- Hanna, F. J. & Ritchie, M. H. (1995). Seeking the active ingredients of psychotherapeutic change: Within and outside the context of therapy. *Professional Psychology: Research and Practice*, 26(2), 176-183.
- Hartman, P. S. (2000). *Women developing wisdom: antecedents and correlates in a longitudinal sample*. University of Michigan, Unpublished doctoral dissertation.
- Holliday, S. G., & Chandler, M. J. (1986). *Wisdom: Explorations in adult competence*. Basel: Karger.
- Kekes, J. (1983). Wisdom. *American Philosophical Quarterly*, 20, 277-286.
- Levitt, H. M. (1999). The development of wisdom: An analysis of Tibetan Buddhist experience. *Journal of Humanistic Psychology*, 39(2), 86-105.
- Levitt, H. M., Frankel, Z., Hiestand, K., Ware, K., Bretz, K., Kelly, R., McGhee, S., Nordtvedt, R. T., Raina, K. (2003). The Transformational experience of insight: A life-changing event. *Journal of Constructivist Psychology*, 17, 1-26.
- McKee, P., & Barber, C. (1999). On defining wisdom. *The International Journal of Aging and Human Development*, 49(2), 149-164.
- Montgomery, A., Barber, C., & Mckee, P. (2002). A phenomenological study of wisdom in later life. *The International Journal of Aging and Human Development*, 54(2), 139-157.
- Smith, J., Staudinger, U. M., & Baltes, P. B. (1994). Occupational settings facilitating wisdom-related knowledge: The sample case of clinical psychologists. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62(5), 989-999.
- Staudinger, U. M., & Baltes, P. B. (1996). Interactive minds: A facilitative setting for wisdom-related performance? *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 746-762
- Takahashi, M., & Overton, W. F. (2002). Wisdom: A culturally inclusive developmental perspective. *International Journal of Behavioral Development*, 26(3), 269-277.
- Taranto, M. A. (1989). Facets of wisdom: A theoretical synthesis. *International Journal of Aging and Human Development*, 29, 1-21.
- Tedeschi R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1-18.
- Webster, D. (2003). An exploratory analysis of a self-assessed wisdom scale. *Journal of Adult Development*, 10(1), 13-22
- Wink, P., & Helson, R. (1997). Practical and transcendent wisdom: Their nature and some longitudinal findings. *Journal of Adult Development*, 4(1), 1-15.
- 원 고 접 수 일 : 2009. 5. 28
수정원고접수일 : 2009. 10. 7
게 재 결 정 일 : 2009. 11. 21

A Qualitative Study on the Counseling Process of Developing Clients' Wisdom

Sulim Lee

Oregon State University

Mijin Yang

The Korea Youth Counseling Institute

The purposes of this study are two folds; One is to look at whether clients could develop their wisdom through the counseling process and the other is to figure out the factors which promote the clients' wisdom development(WD). The Consensual Qualitative Research method was adopted to address these questions. The results are as follows; First, the clients defined the wisdom as both a widened perspective and calmness; Second, the clients reported positive changes in the areas of cognition, emotion, behavior, and personal relationships; Third, the clients who reported an increase in their wisdom level were those who attended therapy voluntarily, for a long period of time, and with a complaint in their personal relationships. Fourth, among a therapist's counseling skills, sympathy, confrontation, suggestion, and interpretation were considered as helpful for the client's WD. Lastly, the therapist's thoughtful concerns and considerations to the clients significantly affected the clients' WD.

Key words : Wisdom, Wisdom development, Counseling Skill, Counseling Process, Counseling Outcome, Counselor, Client, Consensual Qualitative Research