

대상관계의 변화과정에 관한 질적 연구: 근거이론을 중심으로

유 근 준

김 봉 환[†]

숙명여자대학교

본 연구는 근거이론을 통하여 내담자의 부정적 대상관계가 긍정적으로 변화하는 과정을 밝히고, 연구 결과를 바탕으로 효과적인 상담 개입 방안이 무엇인지 제시하였다. 연구참여자는 20명이었으며, 연구 자료는 심층면담을 사용하여 수집하였고, 자료 분석은 Strauss와 Corbin의 근거이론 방법을 적용하여 분석하였다. 연구결과, 91개의 개념과 33개의 하위범주, 15개의 상위범주를 도출하였다. 근거이론의 패러다임에 따라 모형을 구성한 결과 부정적 대상관계의 변화과정에 대한 인과적 조건은 ‘삶이 힘들, 해결방법을 모름, 자신과 타인을 힘들게 함’이었고 맥락적 조건은 ‘변화의 필요성 인식함, 상담 도움 받음’이었다. 중심현상은 ‘고통을 해결하여 건강하게 살고 싶음’이었으며 중심현상에 대해 ‘통찰이 일어남, 변화에 대한 소망 가짐, 좌절을 느낌’이라는 중재적 조건의 영향을 받으면서 ‘수용하기, 장벽 넘어서기, 부정적으로 반응하기’ 등의 작용/상호작용 전략을 사용하며 결과적으로 ‘긍정적인 관계를 맺음, 타인을 공감하고 도와주게 됨, 고통과 긴장을 견뎌’ 과정으로 나타났다. 변화과정은 고통인식, 변화모색, 수용, 고난극복, 그리고 변화체험의 다섯 단계로 나타났다. 이러한 연구 결과는 개인의 내면을 이해하는데 도움을 주고 상담 개입방법을 적용하는 데 기여할 수 있을 것이다.

주요어 : 대상관계, 변화과정, 근거이론, 상담적 개입

[†] 교신저자 : 유근준, 숙명여자대학교 교육학과, 서울시 강서구 내발산동 747
Tel : 02-2601-7423, E-mail : ygiune@hanmail.net

대상관계이론은 프로이드 이후 정신분석학에서 발전한 이론으로서 대상관계의 기본적인 전제는 초기 양육자와의 관계형성이 개인의 개인내적 관계와 대인간 관계에 결정적인 영향을 끼친다고 보는 데에 있다. 대상관계이론에서 말하는 대상이란 단순히 사람, 또는 그에 대한 경험이나 기억을 일컫는 것이 아니고 자아의 정신구조 안에 있는 내부대상을 의미하는 것이며, 대상관계란 개인의 대인간관계의 상호작용을 형성하는 것으로 설명된다(추정선, 2004).

대상관계이론의 기본적인 명제는 유아 초기의 중요한 대상이나 타자와의 관계가 이후의 사회적 관계의 틀을 결정한다는 것이다(Honer, 1982). 대부분의 정신분석가들(Fairbairn, 1954, Greenberg & Mitchell, 1983; Kernberg, 1975; Klein, 1957; Kohut, 1971; Masterson, 1981; Winnicott, 1958, 1965, 1971)은 어린 시절에 가족과의 관계에서 내적인 욕구를 어떤 식으로 해결했는지에 따라 정신의 심층부분이 형성된다고 보고 욕구 해결과정에서 부모 특히 어머니와의 만남이 모든 관계의 기본이 된다고 하였다. 따라서 어머니와의 관계에서 일어나는 상호작용을 통해서 아동은 자기와 어머니의 이미지를 내면화하게 되고 이 정서적인 표상이 아동의 인간관계를 조정, 통제하고 현재뿐 아니라 미래의 인간관계에 영향을 미친다고 보았다. 마음속에 내재화된 이미지를 대상관계에서는 표상(representation)이라고 하는데 어린 시절에 형성된 대상관계 표상은 이후의 실제적인 대인간 상호작용에 많은 영향을 미친다(김순진, 1998).

유아가 출생 초기에 어머니로부터 충분한 애정과 보살핌을 받지 못하고 반복적으로 거부나 무시, 혹은 처벌을 받으면서 성장하면,

유아의 내면에 형성된 표상들은 대체로 부정적인 성격을 갖게 된다. 그 결과 낮은 자아존중감과 취약한 자아구조를 갖게 되며, 타인에 대해서도 왜곡된 지각과 부정적인 정서를 형성하게 되어 성인이 되어서도 대인관계에서 어려움을 겪게 된다(Masterson, 1981; 남영옥, 2001 재인용). 이러한 어려움을 최소화하기 위해서 대부분의 대상관계이론가들은 생후 초기에 지속적인 고통이나 불안 유발, 공포를 경험하지 않거나 양육자와의 관계가 거부, 분노, 공감의 부재, 정서적 침묵 등의 반응이 적어야 한다고 하였다. 그리고 치료적 목표에 있어서도 조금씩 차이가 있기는 하나 일반적으로 가장 중요한 요소로 상담자를 새로운 대상으로 경험하는 것이라고 했다.

대상관계상담가인 Scharff와 Scharff(1998)는 ‘환자의 성격구조와 존재방식의 재구조화’라는 장기적 목표를 가지고 치료 종결을 위한 구체적인 요소로 ‘의미 있는 대상과 긍정적인 적절한 관계를 유지하고 주고받을 수 있는 능력, 타인과 관계 맺고 공감할 수 있는 능력, 덜 불안한 기능, 고통에 대한 인내, 발달적 긴장을 견디는 능력 등’을 언급하였다.

이상과 같은 논의를 바탕으로 본 연구는 내담자가 부정적인 대상관계양식을 가지고 있는 경우 어떤 과정을 거쳐 긍정적으로 변화하는지 알아보고 그 결과를 바탕으로 적절한 상담 개입 방안은 무엇인지 알아보려고 한다. 이를 위해 기존 연구들이 가지고 있는 제한점을 극복하고자 질적 연구 중에서 근거이론(grounded theory)으로 연구를 진행하였다. 질적 연구는 통상적으로 쓰이는 수량적 방법에서는 접근하기 어려운 개인의 살아있는 경험을 다루는 탐색적 연구에 적합하고, 그 중에서도 근거이론은 ‘연구참여자가 경험에 어떻게 대처해 나가

고 반응하는가'를 이해하는 데 유용한 접근법으로 알려져 있다(신경림, 김미영, 2003). 근거이론 연구는 현상과 상황적 맥락 속에서 대상자들의 주요문제를 찾고, 문제를 해결해 나가는 사회적, 심리적 과정을 발견하는 것이 주목적이다. 그리고 대상자들의 심리 내면적 경험과 인간관계 및 사회적 상황 속에서의 개인의 반응과 관계를 폭넓게 이해하여 그들의 적응 과정을 깊이 있게 파악할 수 있는 근거 자료를 제공해 준다(Strauss & Corbin, 1998).

본 연구 결과의 의의는 대상관계의 긍정적인 변화과정에 대한 이해를 제공하며 상담이나 교육현장에서 이들을 이해하는데 효과적으로 활용될 수 있다는 점이다. 또한 부정적인 대상관계를 가지고 있는 사람에 대한 새로운 개념적 틀을 제공하는 것과 아울러 대상관계의 변화과정에 대한 인과적, 맥락적 요인과 작용/상호작용 전략에 따른 결과를 설명함으로써 상담 및 심리치료 현장에 많은 도움이 될 수 있을 것이다.

방 법

Strauss와 Corbin의 모형

근거이론 방법은 사회심리학자인 Mead(1934)가 창시하였고 그의 제자 Blumer(1969)가 발전시켰는데 이 방법은 상징적 상호작용주의적 관점에 근거를 두고 있다(Munhall, 2001). 근거이론은 주어진 맥락 내에서 인간의 상호작용을 설명하는 것에 그 목적을 두고, 연구자는 참여자의 견해에 지속적인 관심을 가지고 연구를 진행해 간다. 이때 연구자는 '인간이 자신의 세계를 다루기 위해 사용하는 과정과 의

미가 무엇인가?'에 질문하고 답한다. 근거이론(Strauss & Corbin, 1998)은 연구하는 과정 동안 체계적인 자료 수집, 분석, 그리고 최종적인 결과가 서로 밀접한 관계를 갖도록 연구자가 이론적 민감성¹⁾을 가지고 이론적 표본 추출, 지속적 비교방법, 메모, 코딩 등을 통해 체계적으로 이론을 개발하는 것이다. 이론적 표본 추출(theoretical sampling)은 연구자가 새로운 개념에 근거하여 표본을 추출하는 것을 의미하는 것으로 개념의 속성을 변화시키는 차원의 범위 및 다양한 조건을 탐색할 목적으로 행해진다. 표본 추출은 자료를 수집하고 분석해 나감에 따라 초점이 모아지며 모든 범주가 포화될 때까지 진행된다. 지속적인 비교 방법(constant comparative method)은 자료를 수집하고 분석해 나가는 과정에서 출현한 개념들 이전에 나온 개념들과 계속 비교해 가면서 차이점과 유사점을 찾아내고 범주화해 나가는 것을 말한다. 이때 개인이나 사례들을 비교하는 것이 아니라 '개념'을 비교하는 것으로, 이 개념이 얼마나 자주 출현하며 다양한 조건 하에서 어떻게 보이는가에 대해 관심을 갖는다(Strauss & Corbin, 1998). 이러한 과정은 계속해서 되풀이 되어 자료에 대한 재검토를 통해 더 이상 새로운 통찰이 나타나지 않을 때까지 계속된다.

근거이론 방법론의 과정은 경험적 자료로부터 개념을 형성하고 개발하여 개념들의 수정,

1) 연구자가 회의적인 자세를 갖고 계속적으로 비교하면서 자료에서 무엇이 중요한지 인식하고 이것에 의미를 부여할 수 있는 연구자의 개인적 자질 및 이론적 통찰 능력을 말한다. Strauss와 Corbin(1990)은 연구자의 이론적 민감성이 전문적인 훈련과 경험, 현상에 대한 개인적인 경험, 혹은 분석 과정 그 자체를 통해서 향상된다고 하였다.

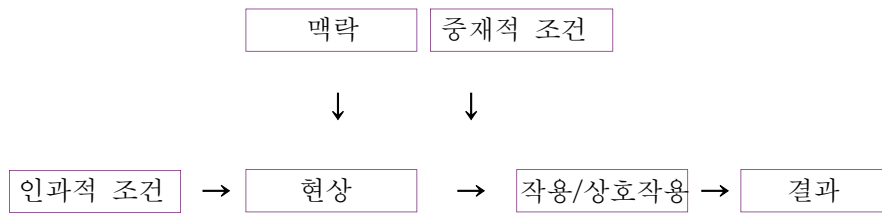


그림 1. 근거이론 패러다임 모형(Strauss & Corbin, 1990)

통합을 통해 실제적 이론을 개발하는 것이다. 따라서 새로운 개념을 개발하는데 적합한 연구 방법이다. 그 중에서도 Strauss와 Corbin의 패러다임 모형은 이론 구축의 축을 중심으로 놓고 하나의 범주에 하위범주를 관련짓는 귀납적 사고와 연역적 사고방식을 동시에 포함시킨다. Strauss와 Corbin의 패러다임 모형은 인과적 조건, 현상, 맥락, 중재적 조건, 작용/상호작용, 결과로 구성되어 있다. 이것을 그림으로 나타내면 그림 1과 같다.

연구참여자

연구참여자 선정은 Strauss와 Corbin(1998)이 제시한 방법을 적용하여 적합한 대상자를 표집하고자 하였다. Strauss와 Corbin(1998)은 연구참여자가 연구자와 이미 신뢰가 형성되어 있을 때 연구의 신뢰성을 높인다고 하였다. 이 점을 고려하여 연구참여자는 연구자가 개인 상담이나 집단 상담을 통해 이미 알고 있는 내담자, 연구자가 강의했던 대상관계관련 세미나에 참석했던 사람, 그리고 연구자의 동료 전문상담자나 슈퍼바이저의 추천을 받은 내담자들을 중심으로 선정하였다. 그리고 그들을 대상으로 Benjamin(1974, 1996)이 기준을 분류하고 김사훈(1998)이 제작한 대상관계 유형검

사를 실시하였다. 이 검사는 하위유형이 사랑, 인정, 공격, 비난, 통제, 방임, 무시, 과보호형 8개이다. 이 중에서 부정적 대상관계 유형(공격, 비난, 통제, 방임, 무시, 과보호형)이 높은 사람을 중심으로 선정하였다.²⁾

연구참여자는 총 20명으로 남자 5명, 여자 15명이며, 나이는 20대 4명, 30대 10명, 40대 6명이다. 연구참여자들의 상담 기간은 최소 1년 2개월에서 길게는 2년 2개월 정도였다. 이들은 연구참여자로 선정되기 이전부터 연구가 지속될 때까지의 기간 동안 개인 상담이나 집단 상담, 또는 기타 대상관계 관련 교육 등을 통하여 자신의 대상관계를 긍정적으로 변화시키기 위한 시도들을 하기로 약속하였고 개인차가 있기는 하지만 연구를 종결할 때 까지 상담을 지속적으로 받았다.

최종적으로 선출된 연구참여자는 다음의 조건을 갖춘 자로 하였다.

첫째, 연구가 진행될 동안 여러 다양한 상담이나 교육적 도움을 받고 있는 내담자를 선

2) 점수의 최대치는 90점이며, 최소치는 0점이다. 45점이 중앙치이므로 점수가 45점 이상이면 그 유형의 대상관계가 높은 편에 속한다고 할 수 있다. 또한 점수가 높을수록 그 대상관계의 표상이 내면화되어 있을 가능성이 높다고 볼 수 있다. 연구참여자의 부정적 대상관계 점수의 분포도는 최저 65점에서 최고 87점이었다.

정하였다.

둘째, 대상관계 유형 검사를 실시하여 부정적 대상관계 유형인 사람을 선정하되 그중에서도 점수가 높은 사람을 선정하였다.

셋째, 상담을 받은 기간이 최소 1년 2개월 이상인 내담자를 선정하였다. 이렇게 한 이유는 대상관계 양식은 일종의 성격처럼 내면에 깊게 자리 잡고 있는 것이어서 단기간에 변화되는 것이 아니라 오랜 시간 동안에 걸쳐 서서히 변화된다는 이론적 전제 때문이었다. 이때 중간에 상담을 쉬거나 포기하였다가 다시 상담을 재개한 내담자도 연구참여자로 포함하였다.³⁾

자료수집

근거이론 방법에서는 포화상태에 도달할 때까지 면담 자료를 수집하는 것을 강조하기도 하며, 일부연구에서는 범주가 포화되고 이론을 상술할 수 있는 20명에서 30명 정도의 기준을 제시하기도 한다. 본 연구에서는 20명을 대상으로 포화상태에 이르기까지 자료를 수집하였다. 자료 수집을 위한 심층면담을 실시하기 전에 먼저 질문의 내용을 어떤 것으로 할지 숙고하는 시간을 가졌다. 신경림 외(2005)는 근거이론 자료수집방법으로 비구조적 회고면담을 가장 적합한 자료 수집방법으로 제안하였다. 이 방법은 연구참여자가 처음부터 끝까지 어떤 사건에 대해 이야기를 하는 것으로 연구자가 과정을 확인할 수 있으며 이야기식의 자료로서 연속적인 형태를 찾기 때문에 근거이론을 개발하는 데 가장 적합한 방법 중

3) 실제로 이러한 내담자로부터 중간에 포기하게 되는 이유 및 재시도를 하게 되는 과정에 대하여 많은 통찰을 얻을 수 있었다.

하나라고 하였다. 이를 위해 대상관계에서 자주 사용되는 초기기억 질문지(early recollection form)의 질문 내용을 변형하여 예비 질문지를 작성하였다.⁴⁾ Dreikurs(1963)는 초기 아동 기억이란 한 개인의 성격의 기본 구조를 알기 위해 필수적으로 알아야 하는 심리적 자료라고 말하였다. 모든 초기 아동 기억은 그 개인의 생활양식을 반영하고 있어서 그 개인이 주의해야 할 것을 경고해 주고, 또한 그로 하여금 자기의 목적에 집중하도록 반복적으로 상기시켜 주는 기능을 한다. 초기 기억 질문지 외에 부정적 대상관계의 변화를 위해 상담이 어떤 도움을 주었으며, 본인 스스로는 어떤 노력을 해 왔는지 알아보기 위한 질문을 작성하였다. 예를 들어 상담을 어떻게 시작하게 되었는지, 상담을 통해 변화에 도움이 된 것은 무엇이며 도움이 된 것 중에서 가장 큰 요인은 무엇이라고 생각하는지, 상담을 통해 자신과 타인, 가정이나 직장 등에서 변화가 일어났다면 그것은 무엇이라고 생각하는지, 상담이 도움이 안 되었거나 삶이 변화되지 않았다면 그 이유는 무엇인가에 대한 내용 등을 면담질문지에 포함하여 작성하였다.

이러한 기초 질문지를 가지고 부정적 대상관계를 가진 내담자 2명을 대상으로 반구조화된 형식으로 예비 면담을 실시하였다. 예비 면담을 실시한 후에 이론적 민감성을 바탕으로 적절하지 않다고 여겨지거나 좀 더 추가하고 싶은 질문을 확인하는 작업을 거쳤다. 이

4) 초기 기억 질문지는 대상관계 정서적 수준을 평가하기 위한 서술 자료로서 사용되며 초기 기억에 대해 일어난 사건, 당시 기분, 그러한 기분의 원인을 비교적 자유롭게 서술하도록 되어있고, 편안한 상태에서 차분하게 자신의 아동기 기억을 떠올릴 수 있도록 구성되어 있다.

때 추가한 질문 내용은 주로 상담을 그만두고 싶은 때는 언제였는지, 상담을 하다가 다시 시작하게 된 동기는 무엇인지 등의 내용이었다. 이렇게 작성된 질문지 내용의 적절성을 확인하기 위하여 상담 전문가 3명의 자문을 거쳐 보완, 수정하여 면담질문지를 최종 완성하였다.

면담질문지를 완성한 후에 심층면담을 실시하였다. 면담 전에 연구참여자에게 면담의 목적이나 면담에서 이루어질 질문들에 대해 전화나 안내문을 제공하였고, 면담 시에는 반구조화된 면담형식을 취하였다. 1차면담은 연구참여자 20명 전원을 대상으로 하였고 면담 시간은 70분에서 120분 정도 소요되었다. 면담 시에는 연구참여자의 동의하에 녹음을 하였으며 연구참여자의 표정이나 어조 등 비언어적 표현과 특징을 주의 깊게 관찰하였다. 2차면담은 1차면담의 내용을 전사하고 코딩작업을 마친 후에 실시하였다. 이때 1차 면담에서 호의적이었던 12명을 대상으로 1차 면담 자료를 분석한 과정에서 나온 내용들을 확인하거나 새로운 질문을 하였다. 3차면담은 2차면담의 내용을 전사하고 코딩작업을 마친 후 10명을 대상으로 실시하였다. 3차면담 시에는 그전의 면담 자료를 토대로 패러다임이 거의 구축된 상태였기에 이때는 이미 밝혀진 개념에서 미비하거나 보완할 필요가 있는 연구참여자를 선정하여 자료를 수집하였으며, 포화상태에 이르도록 하였다. 마지막으로 4차면담은 13명을 대상으로 실시하였다. 이때 연구 결과를 사전에 메일로 보내고 검토하게 한 후 각 개념에 대하여 적절하게 코딩이 되었는지, 또한 더하거나 뺄 내용이 있는지 검토하도록 하였다.

결 과

개방 코딩을 한 결과 최종적으로 91개의 개념과 33개의 하위 범주 그리고 15개의 범주가 도출되었으며 이를 표 1에 정리하였다.

Strauss와 Corbin(1998)이 제시한 패러다임 모형에 근거하여 인과적 조건, 중심 현상, 맥락적 조건, 중재적 조건, 작용/상호작용 전략, 결과는 그림 2와 같다.

과정 분석

과정 분석은 과정과 구조의 상호작용으로 시간이 지나면서 현상에 대한 반응, 대처, 조절에 관계하는 작용/상호작용 전략의 연속적인 연결을 의미한다. 부정적인 대상관계가 긍정적이고도 통합적인 대상관계로 변화하는 과정은 고통 인식, 변화 모색, 수용, 고난 극복, 변화 체험 단계로 나타났다. 대상관계가 변화하여 성숙해지는 과정은 그림 3과 같다.

고통 인식 단계

부정적 대상관계에서 긍정적 대상관계로 변화해 가는 첫 시작은 삶에서 고통을 느낄 때이다. 연구참여자들은 현실 속에서 몸이 아프거나 살아갈 에너지가 없어서 사는 것 자체가 힘들다고 말하거나 자신의 삶이 다른 사람들에 비해 더 심하게 고통스러웠다며 자신과 자신의 삶 전반에 대하여 부정적 인식이 강하였다. 연구참여자의 말을 그 근거로 들어보면 다음과 같다.

아무 것도 하고 싶지 않고 그냥 이대로 살다가 죽을래 하는 생각이 들었죠... 제가 느끼는 건 있지만 해도 그만 안 해

표 1. 대상관계의 변화과정 개념 범주화 및 패러다임

| 패러다임 | 범주 | 하위범주 | 개념 | |
|------------|---------------|--------------------------|--|--|
| 인과적 조건 | 삶이 힘들 | 현실 속에서 문제가 발생함 | 몸이 계속 아픔 기력이 없음 하고 싶은 말을 제대로 못함 가족 관계가 힘들어짐 | |
| | | 삶이 힘든 것은 부모와 연관이 있다고 생각함 | 엄마와의 관계가 힘이 들 내 욕구를 안 들어줌 자신을 힘들게 하고 무시함 | |
| | | 힘든 환경 속에서 자람 | 성과 관련된 안 좋은 경험 있음 가정환경이 엉망임 엄마가 집에 없음 | |
| | 해결방법을 모름 | 삶을 살아가는 방법을 모름 | 모르는 게 많음 능력이 없다고 생각함 | |
| | | 자신의 생각을 모름 | 생각이 잘 안남 자신의 생각을 표현하지 않음 | |
| | 자신과 타인을 힘들게 함 | 자신을 힘들게 함 | 자신을 비난함 자신에게 문제가 있다고 생각함 자신의 모습을 좋아하지 않음 | |
| | | 타인을 힘들게 함 | 타인을 비난함 불만을 폭발함 사랑하는 사람에게 고통 줌 | |
| | | 관계를 힘들게 함 | 관계가 힘들 힘든 사람과 말도 못함 | |
| | 중심현상 | 고통을 해결하여 건강하게 살고 싶음 | 고통을 해결하고 싶음 | 고통을 해결하려는 마음을 가짐 고통에서 벗어날 소망 가짐 |
| | | | 건강하게 살고 싶음 | 이대로 살아서는 안 될 것 같음 행복하게 살고 싶음 |
| | 맥락적 조건 | 변화의 필요 인식 | 변화를 위한 시도를 함 | 남의 도움받을 결심함 상담을 권유받고 시작함 |
| | | | 공감을 받음 | 공감을 해주니 신뢰가 생김 이해받고 격려 받음 공감 받으니 가벼워지고 편안해 짐 |
| 상담적인 도움 받음 | | 수용을 받음 | 있는 그대로 수용 받음 나보다 나를 알아주는 사람 만남 새로운 힘이 생김 | |
| | | 구체적인 도움을 받음 | 문제가 해결되는 것을 경험함 조언을 통해 문제를 해결함 도움 받을 곳이 있어 안심되 됨 | |

표 1. 대상관계의 변화과정 개념 범주화 및 패러다임

(계속 1)

| 패러다임 | 범주 | 하위범주 | 개념 |
|--------------|---------------|---|--|
| 중재적 조건 | 통찰이 일어남 | 자신의 문제를 인정하게 됨 | 자신의 문제를 보게 됨 내 대상관계 패턴에 대해 알게 됨 |
| | | 새로운 깨달음과 통찰이 생김 | 과거모습에 대해 통찰이 생김 새로운 깨달음이 일어남 주변과 세상에 대한 이해가 생김 |
| | 변화에 대한 소망 가짐 | 새로운 삶의 목표를 갖게 됨 | 삶의 방향성 찾게 됨 변화에 대한 믿음이 생김 목표를 가지게 되어 기쁨 |
| | | 소망을 가지고 나아감 | 소망이 이루어질 것이라는 확신 들 계속 도전해 보고 싶음 절망했다가 다시 소망 가짐 |
| 작용 / 상호 작용전략 | 수용하기 | 해도 안 될 것 같은 마음이 들 | 변화가 안 되는 자신이 싫음 어떻게 해야 되는지 모르겠음 될 것 같다가도 안 됨 상담을 해도 안 됨 |
| | | 상담 과정 중에 저항이 생김 | 상담자와 갈등이 일어남 상담에서 더 낙담이 됨 변화의 과정이 힘이 들 내 문제를 인정하기 힘들 |
| | 장벽 넘어서기 | 자신을 사랑하고 존중해 줌 | 자신을 수용(사랑)하게 됨 다른 사람도 수용이 됨 |
| | | 감정과 사고와 행동을 수용함 | 감정을 자유롭게 표현함 사고와 행동 있는 그대로 인정함 |
| 부정적으로 반응하기 | 주도적이 됨 | 변화의 주체가 나라는 생각을 함 상담과 훈련을 적극적으로 받음 | |
| | 좌절을 극복함 | 좌절을 딛고 일어섬 절망했다가 다시 소망 가짐 상담자에 대한 부정이 없어짐 | |
| 부정적으로 반응하기 | 변화에 대해 회의적이 됨 | 억압하며 회피함 아무렇지 않은 척함 노력하지 않음 | |
| | 부정적으로 반응함 | 도움을 거절함 기대를 안 함 부정적 마음이 가득함 | |

표 1. 대상관계의 변화과정 개념 범주화 및 패러다임

(계속 2)

| 패러다임 | 범주 | 하위범주 | 개념 |
|-----------------------|----|-------------------------|---|
| 긍정적인 관계를 맺음 | | 분리가 일어나고 부정에서 벗어남 | 관계에서 분리가 일어남 사고와 감정에서 분리가 일어남 부정에서 벗어나는 경험함 |
| | | 객관적, 합리적 시각 생김 | 합리와 비합리를 구분하게 됨 객관적 시각이 생김 새로운 해석을 할 수 있게 됨 |
| | | 긍정적 관계 맺음 | 가족과 긍정적 관계 맺게 됨 상담자를 모델링하게 됨 절대자와 긍정적 관계 맺게 됨 |
| 결과 타인을 공감하고 도와주게 됨 | | 타인에 대해 수용과 공감이 일어남 | 다른 사람을 도와주고 싶음 다른 사람을 이해하게 됨 가족을 이해하게 됨 |
| | | 유연성이 생기고 통합이 일어남 | 사고의 유연성이 생김 부정과 긍정이 통합됨 |
| 고통과 긴장을 견뎌 | | 고통을 극복할 수 있는 인내심이 생김 | 고통이 두렵지 않음 자유로워짐 감사함이 생김 |
| | | 고통을 극복하고 미래를 향해 나아감 | 삶의 방향성 찾게 됨 계속적으로 노력함 더 나은 미래를 향해 소망 가짐 |

도 그만이고, 있어도 그만 없어도 그만인 거예요.

<참여자 16>

결혼한 뒤에 남편이 나를 조금이라도 공격한다고 느끼면, 사실 별거 아닌데도 말이죠... 소리를 지르고 그릇을 던져서 깨고 베개로 남편을 때리고 그런 행동을 했어요. 나도 모르게요. 내가 왜 이러나, 나도 그러고 나면 멍하죠.

<참여자 3>

그런데 이들이 고통을 더 심하게 느끼는 이

유는 문제가 발생해도 그것을 해결하는 방법을 모르기 때문이었다. 그 결과 자신을 힘들게 하거나 가까운 가족을 힘들게 하면서 관계 까지도 문제가 생기곤 하였다. 이들의 삶은 힘든 상황이 되풀이 되는 순환 과정으로 이어지고 있었다.

정말 힘들어요. 뭘 조금만 잘못된 것 같아도 뭐라고 하는 것 같아요. 그럴 수도 있는 건데 그렇게 생각이 안 되고 남도 뭐라 하는 것 같고 나 자신도 맘에 안 들고 스스로에게 뭐라고 하고 있어요.

<참여자 6>

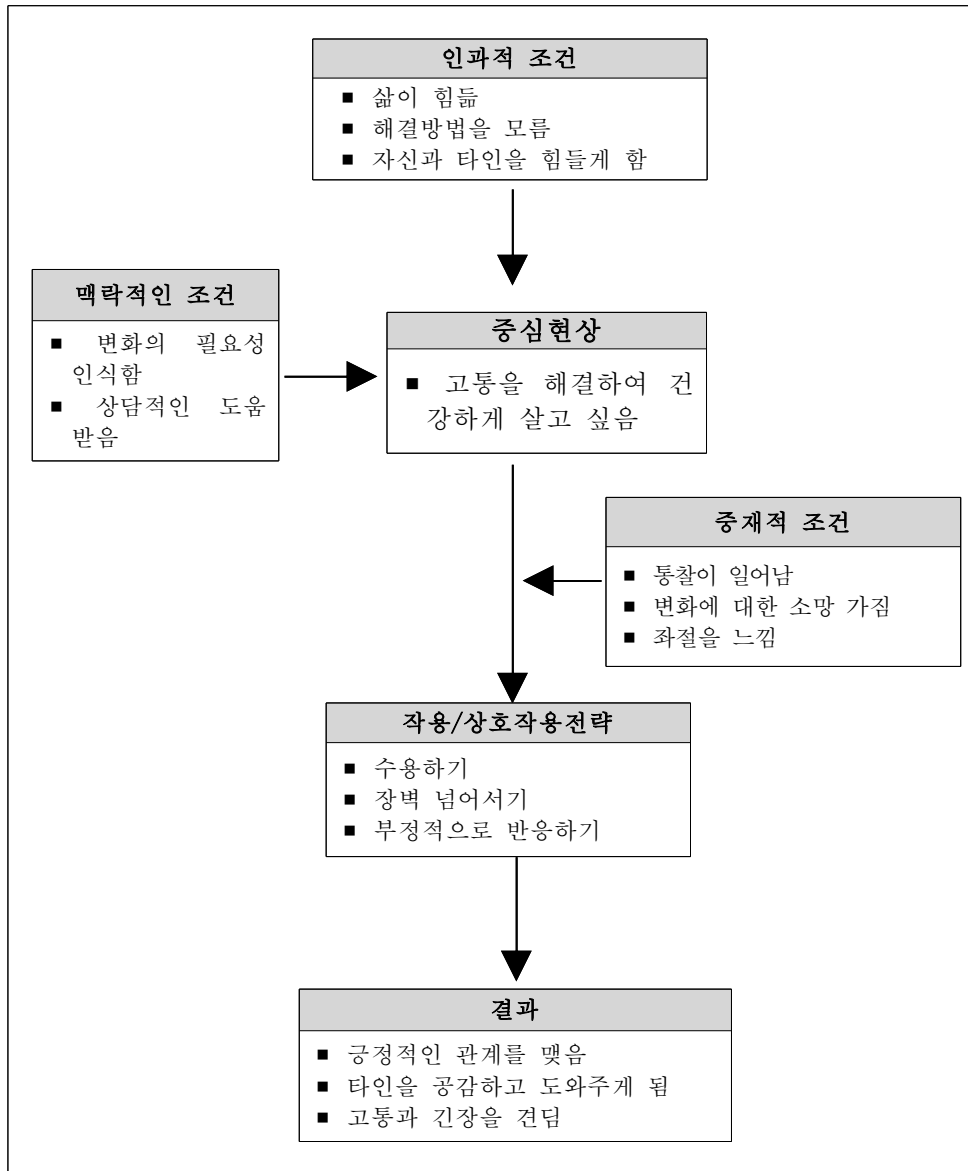


그림 2. 대성관계의 변화 과정에 대한 패러다임 모형

저 사람들이 나의 그런 모습을 보면서
실망하면 어떨까... 나의 본모습이 나오면
어쩌나... 저도 제 모습이 싫으니까...

<참여자 1>

고통인식 단계에서는 현실 수준에서 느끼는
고통을 강하게 느낄수록, 해결방법을 모르는
정도가 클수록, 그리고 고통을 해결하고 싶은
열망이 클수록 다음 단계로의 진전이 빠르게
이어졌다.

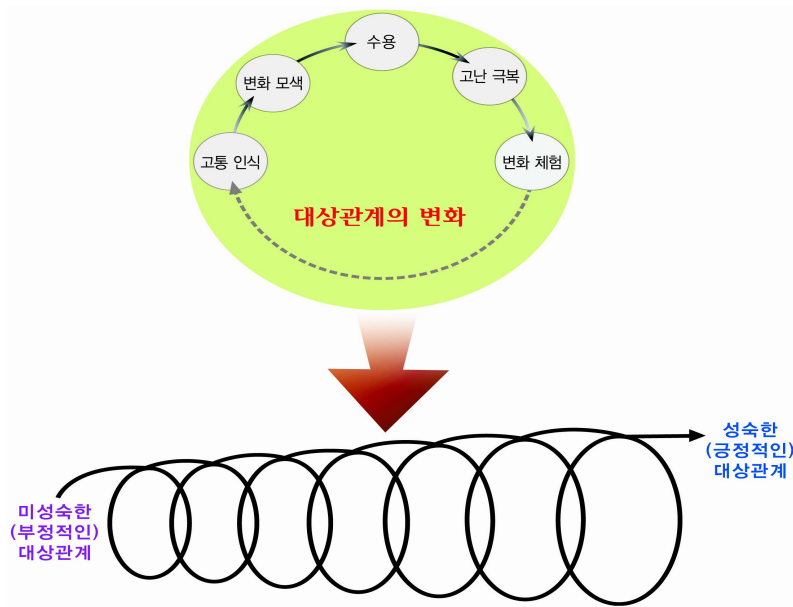


그림 3. 대상관계의 성숙 과정

변화 모색 단계

변화 모색 단계에서는 연구참여자들이 현재의 고통을 해결하고 싶은 열망을 가지고 다른 사람의 도움을 받아야겠다는 생각을 하는 것으로 부터 시작된다. 삶이 너무 고통스럽기 때문에 문제해결에 대해 고민을 하게 되고 그 결과 변화의 방법에 대해 모색을 하게 된다. 그 결과 변화에 대한 필요성을 깊이 인식하고 결심하는 수준에 까지 도달하게 된다. 이 과정에서 그들은 외부의 도움을 받아서라도 건강한 삶을 찾겠다는 결심을 하고 변화를 모색하는 과정에서 상담을 하게 되었다. 그들은 주변의 권유로 상담을 시작하기도 하고 스스로 오기도 한다. 중요한 것은 상담 과정 속에서 긍정적인 경험을 하는 것이다. 그들은 상담을 통해 자신의 문제를 어떻게 해결해 나가야 하는지에 대해 배우게 되었다.

때로는 회복하고 싶지 않고 그게 여전히 좋은 저를 봐요. 하지만 그건 건강하지 않잖아요. 정말 그 미저리 영화처럼 결국 남도 죽이고 나도 죽는 그런 결과가 발생하니까 이젠 그렇게 하고 싶지는 않아요. '이대로는 죽을 수 없다'는 생각이 들었어요. 그래서 치료받고 싶고 도움 받고 싶어요.

<참여자 4>

정말 이러다가 내가 미치지, 정말 미치는 거 아닐까, 고민 고민 하다가 누군가에게 도움을 받아야겠다고 생각하게 되었어요. 그때 알고 있던 친구가 소개를 해 주어서 상담을 받게 되었구요.

<참여자 1>

변화 모색 단계의 핵심은 연구참여자들이

삶에서 느끼는 고통이 변화와 성장으로 이끄는 긍정요인이 된다는 점이다. 변화 모색 단계에서는 변화의 필요성을 강하게 인식하고 상담의 도움을 긍정적으로 인식할수록 다음 단계인 수용 단계로 나아감을 알 수 있었다.

수용 단계

연구참여자들은 상담을 통해 공감 받고, 수용 받으며 있는 그대로의 존재의 수용을 경험하면서 삶에 대한 새로운 힘을 얻게 된다. 또한 고통을 안겨 주던 문제들이 조금씩 해결의 실마리를 찾고 방향을 잡아가면서, 그들은 자기 문제에 대한 통찰을 하게 된다. 과거 모습에 대한 통찰과 대상관계 패턴에 대한 이해가 생기면서 과거와 현재를 연결하여 볼 수 있는 눈을 갖게 되며, 내면에 대한 새로운 깨달음을 얻게 된다. 이런 자신에 대한 이해는 타인과 세상에 대한 이해로 연결되면서 다른 사람과 가족을 이해할 수 있는 계기가 되며 더 나아가 환경과 관계 맥락 속에서 이 세상을 이해하는 시각을 조금씩 형성하게 된다. 새로운 통찰이 일어나게 되자 연구참여자들은 자기 변화와 성장이 일어나면서 새로운 삶에 대한 소망을 갖게 된다. 그리고 회복에 대한 소망으로 인해 고통과 맞서서 도전해 보고 싶어 하였다.

참 인정하기가 속상했거든요. 수용이 안 되었는데.... 그런데 내 마음을 상담선생님이 나보다 더 잘 알아주시는 경험을 한 후로는 어떤 말을 해도 편안하게 받게 되더라고요. 지금은 처음에 긴장되었던 것보다 많이 편안해 졌어요. 이제는 문제를 지적해도 믿음이 생기니까 조금 편안해졌어요.

<참여자 4>

상담을 하고 나니까 마음이 편안하고 행복해졌어요. 또 부모님이나 동생들과 관계가 건강하게 변화 됐어요. 다른 일반 관계도 편안해지고 정말 좋아졌죠. 그리고 내 모습도 더 많이 알게 되고 다른 사람에 대해서도 더 많이 이해하게 됐어요. 자신감도 생기고 삶이 참 여유로워졌어요. 여러 모로 삶의 전반에 걸친 변화가 일어났어요. 새로운 삶을 살게 된 느낌이예요.

<참여자 17>

이 단계에서 가장 중요한 요인은 자신의 내면에 대한 통찰 수준이 어느 정도인가이다. 깊은 수준의 통찰은 삶에 변화를 가져다준다.

고난 극복 단계

어떠한 결과를 낳는가는 어떠한 전략을 선택하는가에 달려 있는데 본 연구에서는 그 전략단계가 바로 고난극복 단계이다. 이 단계에서 긍정적 전략을 보이는 연구참여자들은 자신을 사랑하고 존중해주고 사고와 감정, 행동을 수용하는 전략을 사용하거나, 주도적인 자세로 문제를 해결해 보려는 장벽 넘어서기 전략을 사용하는 자들이다.

돌아보면 늘 같은 삶이었어요. 빠져나오고 싶지만 그럴수록 빠져만 드는 늘 말이에요... 하지만 이제 용기가 좀 생기네요. 내 삶도 변할 수 있을 거라는 희망이요.

<참여자 7>

정말 고쳐지기 힘들다는 것을 알지만 그래도 한번 도전해 보고 싶어요. 극복할

수 있다는 걸 보여주고 싶어... 그리고 나도 누군가에게 좋은 대상이 돼서 그 사람도 나 자신도 함께 건강하고 긍정적인 새로운 관계를 경험하고 싶어요.

<참여자 16>

그러나 부정적인 전략을 사용하는 연구참여자들은 자신의 문제가 해결될 기대를 갖지 않음으로써 변화에 대해 회의적이 되면서 그 다음 단계인 변화체험 단계로 나아가지 못하게 된다. 전체 연구참여자 20명 중에서 4명이 상담에 대해 회의를 갖게 되면서 중간에 상담을 포기하게 되었다고 하였다.

글쎄... 이젠 너무 혼란스럽기만 해요. 뭐가 뭔지 잘 모르겠어요. 어떻게 해야 하는지 불안하구요... 이제는 뭐가 뭔지 혼란스럽고, 아무 것도 안하고 있어요.

<참여자 9>

도움을 받은 대로 잘 되지 않고, 그 자리에서는 다할 수 있을 것 같은데, 집에 돌아오면 또 나는 다시 예전의 자리로 돌아가고... 답답하죠.

<참여자 18>

고난극복 단계에서는 긍정 전략을 사용해야 변화를 위한 마지막 단계인 변화 체험 단계로 진입하게 된다. 따라서 이 단계에서는 실패를 하느냐 하지 않느냐보다는 실패했다 하더라도 다시 도전할 마음을 갖는지, 그리고 긍정적인 전략을 사용하는지가 중요한 관건이라고 할 수 있다.

변화 체험 단계

연구참여자들의 변화는 먼저 과거의 왜곡된 사고와 감정으로부터 분리가 일어나면서 가족 안에서 긍정적 관계를 맺는 경험을 하게 된다. 나아가 주변 사람들과의 관계에서도 새로운 관계를 맺게 된다. 이 단계에서 사고의 유연성이 생기며, 부정과 긍정이 통합되면서 성숙해지는 경험을 하게 된다. 변화를 체험한 그들은 계속해서 노력하고 싶은 마음을 가지게 된다.

자신을 이해한다는 것이 이렇게 행복한 일인지 몰랐어요. 나란 사람은 이렇구나 하고 그냥 받아들이니까 마음이 너무 편안해요. 그래서 그런지 다른 사람도 그냥 받아들이게 돼요. 나랑은 다를 뿐이지, 그럴 수도 있지... 저 사람은 그럴 수밖에 없고 다 이유가 있는 거야 하고 이해하게 되니까 참 좋아요.

<참여자 14>

먼저 부모님과과의 관계에서 엄마와 사이가 많이 좋아졌습니다. 무엇보다 심정적으로 엄마를 많이 이해하게 되었죠. 참 쉽진 않았지만 엄마를 한 인간으로 보게 되고 여자로서의 인생으로 이해하게 되었습니다. 가족과의 관계가 새로워진 것이 가장 큰 변화구요. 참 감사한 마음이 커요.

<참여자 20>

이 단계에서 변화의 삶을 살게 되었다고 안주하거나 지속적인 통찰이나 수용을 하지 않게 되면 시간이 지나면서 이전의 부정적 대상관계로 돌아가는 경험을 하게 된다.

선택 코딩: 변화에 대한 믿음을 가지고 계속 통찰하면서 나아가기

본 연구에서 밝혀진 변화과정을 위한 핵심적 요소는 첫째, 고통을 해결하여 건강하게 살고 싶은 열망 둘째, 변화의 필요성 인식 셋째, 상담적인 도움 넷째, 깊은 수준의 통찰 다섯째, 변화에 대한 깊은 동기와 변화가 이루어질 것이라는 믿음 여섯째, 자신을 있는 그대로 수용하기 일곱째, 고난과 장벽을 넘어서기로 정리할 수 있었다. 연구 결과 대상관계의 변화과정은 단번에 이루어지는 것이 아니라 계속적 통찰, 계속적 수용, 계속적 변화의 단계라고 할 수 있다. 이러한 연구결과를 바탕으로 핵심범주를 ‘변화에 대한 믿음을 가지고 계속 통찰하면서 나아가기’로 결정하였다. 이것은 과거의 부정과 현재의 고통에서 벗어나 긍정적이고 성숙한 삶을 살 수 있을 것이라는 믿음과 소망을 가지고 나아가는 과정인데 이 과정이 계속적으로 되어가는 과정이라는 의미이다. 대상관계의 변화과정을 위해서는 통찰과 인내가 필요하다. ‘변화에 대한 믿음을 가지고 계속 통찰하면서 나아가기’는 2가지 속성을 가지는데 그것은 표 2와 같다.

표 2. 핵심범주의 속성과 차원

| 핵심범주 | 속성 | 차원 |
|---------------------------------------|------|---------------|
| 변화에 대한 믿음을 가지고 계속 통찰하면서 나아가기 | 동기수준 | 높다 ----- 낮다 |
| | 통찰수준 | 깊다 ----- 얕다 |
| | 인내정도 | 계속적 ----- 일시적 |

논 의

중심현상에 대한 논의

본 연구에서 밝혀진 부정적 대상관계를 가진 연구참여자의 대상관계 변화과정의 중심현상은 ‘고통을 해결하여 건강하게 살고 싶음’이었다. 이 과정에서 밝혀진 것은 고통이 변화의 동기가 된다는 점이다. 고통은 사람을 도와 훌륭하게 성숙하도록 도울 수도 있지만, 정상적인 발달을 방해하는 장애물이 될 수도 있다(Hurding, 2000). 이런 점에서 정상적인 발달을 저해하는 수준이 아니라면 고통은 성장과 변화를 위한 거름이 된다는 것을 알 수 있다. 이러한 특성을 상담 현장에 적용해 볼 때, 상담자는 내담자가 고통스러워 할 때 그 마음과 상황에 공감을 하면서도 고통이 변화와 성장의 기회가 될 수 있음을 알고 고통을 긍정적인 요소로 볼 수 있는 시각이 필요하다.

또한 삶에서 일어나는 고통은 과거와 연관된 경우가 많다. 심수명(2006)은 “사람들은 현재의 아픔 속에서 옛날의 고통을 체험하게 되고 해결되지 않은 옛날 일이 현재 어떤 사건과 부딪쳐 지금 일어나게 되는 것”이라고 설명하였다. 참여자들의 경우에도 현재의 고통은 현재에서 일어난 것이 아닌, 과거 부모와의 관계에서 생긴 표상이 그들의 삶을 고통스럽게 하고 있음을 알 수 있었다. 이런 점에서 상담자는 내담자의 현재의 고통을 해결하기 위해 과거의 삶을 살펴보고 탐색하되, 가장 중요한 탐색 내용으로 부모와의 관계를 점검하여 그 맥락을 이해하고 도와줄 때 보다 효과적인 조력이 될 수 있을 것이다.

핵심범주에 대한 논의

본 연구에서 밝혀진 부정적인 대상관계를

가진 연구참여자의 핵심범주는 ‘변화에 대한 믿음을 가지고 계속 통찰하면서 나아가기’였다. 연구참여자들은 현재 삶에서 발생하는 문제에 대하여 해결방법을 몰라서 힘들고, 과연 이 문제가 해결될 수 있을 것인가에 대해 회의적 시각을 가지고 있었다. 그런데 해결될 수 없을 것 같던 문제도 인내심을 가지고 도움을 받는다면 변화가 일어날 것이라는 기대와 소망을 가질 때 변화에 대한 열정을 지니곤 하였다.

저는 상담을 해 가면서 지속적인 통찰을 할 수 있도록 해 주신 게 큰 도움이 되었어요. 그리고 제가 이야기한 것을 가지고 잘 정리해 주시고 상황 속에서 저의 모습을 볼 수 있도록 거울이 되어 주시고, 지금도 남아있는 저의 성향에 대해서 피드백을 해주신 것이 많은 도움이 되었던 것 같아요. 그러면서 다른 사람을 이해하게 되었어요.

<참여자 9>

따라서 상담자는 부정적인 내담자에게 긍정적인 대상관계자로서 소망과 믿음을 가지고 있어야 한다. 변화에 대한 소망을 가짐으로 새로운 삶의 목표를 갖게 되고 변화를 향해 나아갈 힘을 가지기 때문이다. 핵심범주에서 중요한 요인으로 밝혀진 것이 변화에 대한 믿음과 함께 통찰과 인내이다. Cashdan(2005)은 “비록 생활환경이 급격하게 좋아지거나 문젯거리가 사라진다 할지라도 그들은 그렇게 급진적으로 변화되지 않는다.”고 하였다. 또한 어린 시절에 초기 양육자와의 관계를 통한 대상표상은 그 사람의 대인관계 패턴과 성격을 결정한다(박란희, 2002)는 대상관계이론도 이

러한 관점을 지지하고 있다. 그러므로 상담자는 내담자가 부정적인 표상을 가지고 있을 경우 변화는 단기간에 이루어지지 않음을 알고 변화가 일어날 때 까지 인내하는 마음을 가지고 상담에 임하는 것이 바람직한 자세 중의 하나라고 할 수 있을 것이다.

인과적 조건에 대한 논의

대상관계의 변화과정에 대한 인과적 조건은 ‘삶이 힘들’, ‘해결방법을 모름’, ‘자신과 타인을 힘들게 함’이었다. 연구참여자들이 지각한 부정적인 인식과 고통은 처음에는 실제로 힘들었던 사건에 의한 것이기도 하겠지만 그것보다는 힘든 삶으로 인해 각인된 부정적 대상관계가 더 큰 요인이었음을 알 수 있었다. 따라서 내담자에게 부정적으로 내면화된 표상이 이후의 삶을 더 힘들게 했을 가능성에 대하여 새롭게 인식할 수 있도록 도와주어야 한다.

제가 지금 다른 사람들과 관계하는 것이 어릴 적 엄마와의 대상관계를 재현하는 모습임을 알게 되고 그 과정에서 많은 깨달음과 도움을 받았어요.

<참여자 4>

나의 대상관계 유형이 방임이었거든요. 내 의지와 상관없이 다른 사람들이 하는 말과 그 사람의 표정에서 무시를 받는다 고 생각했어요. 그런데 그것이 타인의 문제가 아닌 내 투사였음을 알게 되었어요.

<참여자 1>

어린 시절 형성된 자신의 대상관계가 현재 까지 계속 영향을 미치고 있다는 사실을 통찰

하게 될 때 내담자는 삶을 새롭게 볼 수 있는 시각이 생김을 알 수 있었다. 내담자들이 부정적인 방식으로 의사소통을 하고 있는지, 부정적인 관계 패턴을 맺고 있는 지 탐색해 보고 그러한 방식은 바로 자기-대상 표상 때문임을 자각하고 그 내적대상들이 갖는 심리적인 기능을 밝히고자 하는 노력이 이루어질 때 (Greenberg & Mitchell, 1983) 상담은 보다 효과적으로 진행될 수 있을 것이다.

중재적 조건에 대한 논의

대상관계이론에서 특히 중요한 개념은 투사적 동일시인데 투사적 동일시는 자신의 내부에 있는 것을 내적 세계 밖으로 투사하여 그것이 대인관계 영역에서 작용하도록 하는 것이다. 투사대상자는 본의 아니게 투사를 하는 개인의 감정과 내적 표상의 저장소가 된다. 그 결과 “투사대상자는 투사자의 분출된 감정과 일치하는 방식으로 생각하고 느끼고 행동하도록, 그리고 투사적 환상 속에 체화된 자아 표상과 일치하는 방식으로 생각하고 느끼고 행동하도록 압력을 받는 관계”에 놓이게 된다(Ogden, 1982). 상담을 통하여 도움을 받고 긍정적인 방향으로 나아가던 연구참여자들이 어느 시점이 되면 상담자와 저항에 부딪힌다. 연구참여자들이 경험한 저항의 예를 몇 가지 들어 보자.

상담에 가기 싫은 적이 있었습니다. 그러니까 제가 저의 부족함과 내 안에 있는 부정을 다 이야기하고 난, 그다음 만 남이었지요. 그 전에 했던 이야기들이 생각이 나면서 수치스러운 마음이 들었습니다. 그러면서 상담자가 나를 어떻게 생

각할까 두렵기도 했구요. 그래서 그 다음 번 만남 시간이 다가오면서 가기가 싫어 지더라고요.

<참여자 13>

나는 이 문제가 더 중요하다고 생각하는데 상담자는 아니라고 하니까 반발심이 일어나고 잘 인정이 안 되면서 이 사람이 지금 내 말을 잘 알아듣고 있는 건지 의심까지 생기더라고요...

<참여자 19>

저항이 일어날 때 상담자가 주의해야 할 것은 참여자의 부정적 대상관계에 조종당하지 않는 것이다. 이것은 바로 내담자의 투사에 조종당하지 않음을 의미하는 것이다. 따라서 저항이 일어날 때 상담자는 내담자의 자기-대상 표상이 상담 장면에서 어떻게 일어나는지에 대하여 통찰하고 내담자에게 상담이 진행되고 있는 지금-여기에서 병리적인 투사적 동일시 양상을 지적하고 이것을 그의 생활방식과 연결해 줌으로써 내담자의 현재 상태가 과거의 대상관계양식에서 비롯되어 현재까지 지속되고 있음을 깨닫도록 도울 때 상담은 효과적이 될 수 있을 것이다.

본 연구에서는 경험적 자료로부터 새로운 개념을 개발하는데 적합한 연구 방법 중의 하나인 근거이론적 방법을 통하여 내담자의 부정적 대상관계가 긍정적으로 변화하는 과정을 밝힘으로서 인간의 내면을 이해하는데 도움을 주고 효과적인 상담 개입 방안이 무엇인지 제시하였다. 이 연구의 제한점은 다음과 같다. 첫째, 대상관계는 주로 어린 시절에 형성되어 이후의 삶에 하나의 패턴으로 작용하기 때문에 의식적 차원보다는 무의식적 차원에서 나

타나는 것으로 보는 것이 더 적합하다. 그런데 본 연구에서는 참여자의 말로써 진술된 것을 근거로 하여 대상관계의 변화 과정에 대한 연구 결과를 도출하였기에 무의식적 차원의 대상관계 변화과정을 탐색하지 않은 것은 한계로 보여 진다. 둘째, 본 연구의 참여자에 있어 한계점이 있다. 근거이론에서 이론적 표본 추출은 표본 추출이 연구를 시작하기 전에 미리 결정되기보다는 과정을 통해 발전되는 것을 의미한다. 따라서 연구에서 면담대상자가 이미 정해진 경우는 어느 정도 제한점을 가질 수 있다. 하지만 이론적 표본 추출이란 사람을 추출하는 것이 아니라 사건, 사례를 표본 추출하는 것이기 때문에 연구참여자들 안에서 최대한 이론적 표본 추출이 되는 방식으로 진행함으로써 한계를 최소화하려고 노력하였다.

이러한 제한점을 보완하고 후속 연구를 위하여 다음 사항을 제언한다. 첫째, 본 연구에서 밝혀진 대상관계의 변화 과정 단계에 대한 이해를 바탕으로 상담 현장에서 각 단계에 따른 적절한 상담 및 정보 제공을 위한 후속 연구가 이루어지기를 제언한다. 예를 들어 변화 모색 단계에서 변화의 필요성을 인식했는데도 불구하고 상담을 받지 않는 경우는 어떤 경우이며 이에 대한 대안으로는 무엇이 필요한지 등에 대한 후속 연구를 해 볼 필요가 있다. 둘째, 본 연구는 성별, 연령별 차이를 두지 않고 연구를 진행하였다. 이후의 연구로 성별, 연령별 차이가 있다면 어떤 차이가 있는지에 대한 연구가 이루어질 필요가 있다.

참고문헌

- 김사훈 (1998). 대학생의 초기 대상관계와 공감능력간의 관계. 계명대학교 대학원 석사학위논문.
- 남영옥 (2001). 대상관계 이론의 관점에서 본 청소년의 경계선 성격특성과 비행과의 관계. 한국가족복지학: 7, 60-88.
- 박란희 (2002). 어머니의 대상관계의 발달 장애 아동의 정신적 표상. 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 신경림, 김미영 (2003). 근거이론 연구 방법론. 서울: 현문사.
- 신경림, 조명옥, 양진향 외 (2005). 질적 연구 방법론. 서울: 이화여자대학교 출판부.
- 심수명 (2006). 인격치료. 서울: 학지사.
- 추정선 (2004). 대상관계이론에 입각한 상담적 관점에 대한 연구. 부산교육대학교 교육대학원 논문집: 6, 437-451.
- Benjamin, L. S. (1974). Structural analysis of social behavior, *Psychological Review*, 81(5), 392-425.
- _____ L. S. (1996). Introduction to the special section on structural analysis of social behavior, *Journal of consulting and clinical psychology*, 64(6), 1203-1212.
- Blumer, H. (1969). *Symbolic interactionism: Perspective and method*. Englewood Cliffs, NJ : Prentice-Hall.
- Cashdan, S. (1988). *Object relations theory: using the relationship*. Canada: Penguin Books.(대상관계 치료. 이영희 · 고향자 · 김혜란 · 김수형 공역, 2005, 서울: 학지사).
- Dreikurs, R. (1963). *Psychodynamics, psychotherapy and counseling: Collected papers*. Chicago: Alfred Adler Institute.

- Fairbairn, W. R. D. (1954). *An object-relations theory or the personality*. New York: Basic Books.
- Greenberg, J. & Mitchell, S. (1983). *Object relations in psychoanalytic theory*.: Harvard University Press.
- Honer, A. J. (1982). *Psychoanalytic object relations therapy*. New Jersey: Jason Aronson.
- Hurding, R. (2000). *Roots and shoots: a guide to counseling and psychotherapy*.(치유나무. 김예식 역, 2000, 서울: 한국 장로교 출판사).
- Kernberg, O. (1975). *Borderline conditions and pathological narcissism*. New Jersey: Jason Aronson.
- Klein, M. (1957). *Envy and gratitude*. In *Envy and gratitude*. New York: The Free Press.
- Kohut, H. (1971). *Analysis of the self: systematic approach to treatment of narcissistic personality disorders*. Madison: International Universities Press.
- Masterson, J. F. (1981). *Narcissistic and borderline disorders: an integrated development approach*. New York: Brunner/Mazel.
- Mead, G. H. (1934). *Mind, self and society*. Chicago: University of Chicago Press.
- Munhall, P. L. (2001). *Nursing Research: A qualitative perspective (3rd ed.)*. Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers.
- Ogden, T. (1982). *Projective identification and psychotherapeutic technique*. New Jersey: Jason Aronson.
- Scharff, J. S. & Scharff, D. E. (1998). *Object relations individual therapy*. New Jersey: Jason Aronson.(대상관계 개인치료. 이재훈 역, 2002, 서울: 한국심리치료연구소).
- Strauss, A. & Corbin, (1998). *Basic of Qualitative research(2nd ed.)*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Winnicott, D. (1958). *Through paediatrics to psychoanalysis*. London: Hogarth.
- Winnicott, D. (1965). *The maturational process and the facilitating environment*. New York: International Universities Press.
- Winnicott, D. (1971). *Playing and reality*. Middlesex, England: Penguin.

원고접수일 : 2010. 04. 08

수정원고접수일 : 2010. 07. 15

게재결정일 : 2010. 08. 13

**A Qualitative Study on the
Changing Process of Object Relationships
- Based On the Grounded Theory Approach -**

Geun-june You

Bong-whan Kim

Sookmyung Womens University

The current study was intended to scrutinize the process of changing from the negative object relationships type into the positive object relationships. In order to achieve this purpose, the grounded theory approach was utilized. Twenty participants were recruited among people exhibiting high negative object relationships. Given the grounded theory, 91 concepts, 33 sub-categories, and 15 sub-categories were categorized in the open coding process. The core component of the changing process in object relationship was 'to live out healthy in order to overcome their own pain'. The results showed that there were five stages(i.e., 'recognizing pain', 'searching for changes', 'accepting' 'overcoming', and 'experiencing changes') in the process of changing. The current study provided implications in understanding other's mind designing intervention in counseling.

Key words : object relationships, changing process, grounded theory, counseling intervention