

## 상담자 진정성 연구에 대한 고찰

홍 정 순<sup>†</sup>

정 남 운

가톨릭대학교 심리학과

인간관계에서 진정성은 중요한 요인이며 치료관계에서는 더욱 더 중요할 것이다. 그러나 정의와 체계적 조작화의 어려움으로 인해 연구가 활발하게 진행되어오지 못하였으며, 연구결과들 또한 일관적이지 않다. 본 연구의 목적은 현재까지 진행된 상담자 진정성 연구를 정리하고 비판적으로 고찰해보으로써 문제점을 살펴보고 이후 연구를 위한 제언을 하고자 하는데 있다. 이를 위해 첫째, 인본주의적 관점뿐만 아니라 실존주의적 관점, 정신역동적 관점, 실제 연구들에서 상담자 진정성을 어떻게 개념화하고 있는지 살펴보았으며 연구에 사용된 측정도구들을 제시하고 상담관련 변인들 간의 관계를 개관하였다. 둘째, 연구에서 나타난 문제점들을 개념정의의 문제, 측정의 문제, 관련변인들 간의 관계 검증의 문제 3가지로 요약하여 제시하였다. 이를 토대로 추후 연구에서는 진정성 개념에 대하여 문화적 관점을 고려한 깊이 있는 논의가 필요하다는 것, 한국적 상황에 맞는 척도개발이 필요하다는 것, 다양한 검증방법을 통하여 관련변인들 간의 구조적 관계를 선명하게 확인할 필요가 있다는 것 등을 제안하였다. 본 연구는 국내에 관련 연구가 거의 없는 상황에서 상담자 진정성에 대한 관심을 일깨우고 이후 연구를 위한 첫걸음을 떼었다는데 의의가 있다.

주요어 : 진정성, 진실성, 치료관계, 상담자 태도

---

<sup>†</sup> 교신저자 : 홍정순, 가톨릭대학교 심리학과, 경기도 부천시 역곡 2동 산 43-1  
Tel : 010-9135-0989, E-mail : happyday012@hanmail.net

“장기적으로 보았을 때, 사람들과의 관계 속에서 내 자신이 아닌 모습으로 행동하는 것은 도움이 되지 않음을 알았다. 판단을 내리고 평가를 하면서도 비판적이고 비평가적인 태도를 지닌 것처럼 행동하는 것은 도움이 되지 않는다. 사실은 제한을 두고 싶으면서도 마치 허용적인 것처럼 행동하는 것은 도움이 되지 않는다. 질문에 대한 답을 모르면서 아는 것처럼 보이고자 하는 것은 도움이 되지 않는다. 사실은 적대적이면서 사랑스러운 것처럼 보이는 것은 도움이 되지 않는다. 다시 말해, 나의 내부에서는 다르게 느끼고 있으면서 겉으로는 이와 다르게 행동하는 것은 관계에 있어서 도움이 되지 않는다는 것이다(Rogers, 1995).”

인간관계에서 진정성은 관계의 깊이와 지속성을 가져오는 중요한 요인이다. Bugental(1965), Frankl(1984), May(1969), Rogers(1957), Yalom(1980) 등 많은 학자들이 진정성의 중요성에 대하여 이야기하였으며, 이의 연장선으로 볼 때 치료관계에서 진정성이 중요하리라는 것은 당연할 것이다. Miars(2002)는 진정성은 상담의 필수불가결한 요소라고 하였으며, Bader(1995) 또한 이론, 기법, 성격, 개인적 특징의 반영에 따라 사용하는지에 상관없이 상담자 진정성은 긍정적인 임상 결과에 핵심이라고 주장하였다. Lambert(1992)는 모든 치료이론에서 상담자 진정성은 중요하며, 작업동맹형성에 기본이 되는 요인이라고 하였다.

그러나 주장과는 달리 경험적 연구 결과는 그리 일관적이지 않다. 미국심리학회 심리치료분과위원회는 임상실제와 훈련을 가이드하기 위하여 치료에 효과 있다고 여겨지는 다양

한 관계변인들을 메타 분석하여 발표하였다(Norcross, 2001; Norcross & Wampold, 2011). 모두 12개의 변인이 포함되어있는데, 이들을 명백히 효과적인 것, 효과적으로 보이는 것, 효과가 있다고 보이지만 증거가 불충분한 것으로 구분하였다. 진정성은 이 중 효과가 있다고 보이지만 증거가 불충분한 변인으로 분류되었다. Klein, Michels, Kolden과 Chisholm-Stockard(2001)는 진정성과 치료효과와의 관계를 살펴본 20편의 연구들을 분석하면서 34%가 긍정적이었으며 66%가 결과가 나오지 않았다고 하였다. 또한 Kolden, Klein, Chia-chiang Wang과 Sara(2011)가 진정성과 치료효과와의 관계 연구 16편을 메타 분석한 결과 진정성의 가중추정치 효과크기(ES)는 .24이었으며, 치료효과에서의 변산성의 6%를 설명한다고 하였다. 이 같은 결과에 근거하여 진정성은 효과가 있다고 보이지만 증거가 불충분한 변인으로 선정된 것이다.

많은 학자들이 진정성을 중요한 변인으로 주장하는 것과는 달리 연구 결과가 일관적이지 않은 이유는 무엇일까? 주장과는 달리 상담자 진정성이 실제로 중요한 변인이 아니어서일까? 아니면 기존 연구에 무언가 결여되어 있거나 보완해야 하는 것은 아닐까? 이는 현재까지 진행된 연구들을 구체적으로 분석해보는 과정을 통해 밝혀낼 수 있을 것이다.

상담에서 진정성이 중요한 치료요인으로 등장한 것은 Rogers(1957)가 치료의 필요충분조건 중 하나로 상담자의 일치성(congruence), 진실성(genuineness)을 제시하면서부터이다. 이후에 Buber(1958)가 ‘나와 너’ 만남의 중요성을 강조하고, Bugental(1965)이 “The search for authenticity”를 발표하면서 실존주의적 관점에서 진정성에 관심을 가져왔으나 이론적 논의

에만 머물러왔다. 이후 대부분의 양적 연구는 Rogers가 제시한 상담자의 촉진적 태도와 치료 효과와의 관계를 살펴보는 연구 안에서 촉진적 태도 중 하나의 하위요인으로 살펴본 것들이었다. 이마저도 1960, 70년대에 활발하게 이루어지다가 80년대에 와서는 급격히 감소하였다. Klein 등(2001)의 연구에 사용된 20개의 연구 중에서 2개만이 1980년대 연구였으며 Kolden 등(2011)의 연구에서는 16개 중 5개가 1980년대 이후의 연구였다. 2000년대 들어와 Gelso와 동료들의 노력으로 실제적 지각과 진정성(Genuineness) 두 하위요인으로 구성된 실제관계척도가 개발되었다. 실제관계란 Greenson(1967)이 상담관계를 작업동맹, 전이와 역전이, 실제관계의 세 가지 요소로 개념화한 것에서 출발하였으며, 두 사람 혹은 그 이상의 사람들 간의 개인적 관계에서 각자가 상대방에게 진실하며 그 사람을 있는 그대로 인식하는 관계를 말한다(Gelso & Hayes, 1998; Greenson, 1967). 명확한 정의와 측정도구의 부재로 주목받지 못했던 실제관계는 척도가 개발되면서 점차 연구에 활기를 띠고 있는 추세이다. 실제관계와 상담과정, 상담성과와의 관계를 살펴보는 연구가 나타나면서 진정성 연구가 이루어지고 있다. 그러나 이전 연구들과 마찬가지로 실제관계 중 하나의 하위요인으로 살펴본 것이며, 진정성만을 독립적으로 살펴본 것은 아니다. 이러한 양적 연구 결과들은 앞서 언급한 것처럼 비일관적이다.

한편 이와는 별도로 2000년대 들어와 새로운 연구흐름이 나타나고 있는데 이는 진정성이 무엇이나에 대한 근본적인 문제제기에서 시작하는 것처럼 보인다. 실존적 관점(Miars, 2002), 정신분석적 관점(Boccaro, Gaddini, & Riefolo, 2009; Neri, 2008)에서 진정성을 고찰

하는 이론적 논문들이 발표되었으며, 상담자 진정성이 무엇이고 상담에서 어떠한 역할을 하는지 상담자, 내담자의 생생한 경험을 통해 살펴보는 질적 연구(Burks, 2009; Minnillo, 2007; Schnellbacher & Leijssen, 2009)들이 나타나고 있다. 이는 상담관계의 하위변인으로 머물러있던 진정성을 독립적인 고유한 변인으로 보고, 다양한 관점에서 진정성이 무엇인지, 상담에서 어떠한 역할을 하는지 고민하기 시작했다는 증거일 수 있다.

국내에서도 2000년대 들어서야 연구들이 조금씩 나타나고 있는 추세이다. 김미경(2002), 김예실, 이희경(2010), 이향숙(2009), 홍중관(2005) 4편의 연구가 있다. 김예실, 이희경(2010)은 진정성에 대한 고찰을 통해 진정성의 의미, 진정성 연구 현황 등을 살펴보았으며, 이향숙(2009)은 진실성과 기본 심리적 욕구, 주관적 안녕감 간의 관계를 연구하였다. 김미경(2002)은 Rogers의 인간중심상담에서 ‘진실성’의 의미가 무엇인지 살펴보았으며, 홍중관(2005) 또한 인간중심적인 기본 태도로써 ‘상담자의 진실성’을 고찰하였다. 이들은 상담자 진정성을 구체적으로 살펴보았다는데 의의가 있으나 인본주의적 관점 내에서만 보았다는 한계가 있다.

상담자 진정성 연구를 활성화하기 위해서는 인본주의적 관점 뿐만 아니라 다양한 관점에서의 상담자 진정성 개념을 살펴보아야한다. 양적연구, 질적연구 결과를 함께 정리해봄으로써 두 흐름간의 유기적인 연결을 모색하는 것도 필요하다. 더불어 기존의 연구에서 나타나는 문제점을 분석하여 이후 연구를 위한 대안을 제시할 필요가 있다.

따라서 본 연구의 목적은 현재까지 진행된 상담자 진정성 연구를 정리하고 비판적으로

고찰해봄으로써 연구결과가 일관적이지 않은 이유를 밝혀내고 이후 연구를 위한 제언을 하고자 하는데 있다. 이를 위해 첫째, 인본주의적 관점 뿐만 아니라 다양한 관점에서 상담자 진정성 개념을 정리해보고 측정도구에는 어떠한 것들이 있는지, 상담관련변인들 간의 관계는 어떠한지를 정리해보고자 한다. 둘째, 기존의 연구에서 나타난 문제점들을 개념정의의 문제, 측정의 문제, 관련변인들 간의 관계 검증의 문제로 나누어 비판적으로 고찰해봄으로써 이후 연구를 위한 제언을 하고자 한다. 이를 통해 상담자 진정성에 대한 관심을 일깨우고 논의를 활성화하며 이후 연구의 첫걸음을 떼는 계기가 되기를 기대해본다.

## 상담자 진정성 연구

### 상담자 진정성의 개념

상담자 진정성을 이야기하기 전에 진정성의 개념을 살펴보면 진정성(authenticity)의 그리스 어원은 ‘authentikos’로 ‘cauton’(자신)과 ‘thero’(정립)의 결합에서 유래하였고 ‘자유롭게 자신을 정립한다’는 의미를 갖는다(현남숙, 2007; Ferrara, 1998; 김홍중, 2009 재인용). 역사적으로 진정성에 대하여 여러 정의들이 있어왔으나 공통적으로 우세한 특징은 “사회적, 문화적, 외적 규칙 또는 핵심 자기나 스스로 선택한 어떤 것에 적용되지 않는 것들에 불복종한 것”이다(Golomb, 1995; Kernis & Goldman, 2006; Taylor, 1991; Trilling, 1972; Burks, 2009 재인용). 결국 진정성이란 내적 기준에 따라 자유롭게 자신을 만들어나가는 것을 의미한다. 학자들은 상담에서의 진정성을 각각 자신만

의 용어로 표현하고 있다. Rogers는 진실성(genuineness), 일치성(congruence), 실제성(realness)으로 표현하였으며, Jourard는 투명성(transparency), Bugental은 진정성(authenticity)으로 표현하였다(김미경, 2002). 이들 간에는 각각 미묘한 차이점이 있을 수 있다. 예를 들어 진정성과 가장 유사하게 사용되는 진실성(genuine)은 ‘참되고 바른 성질이나 품성’(국립국어연구원, 1999)이란 뜻을 가지고 있다. Trilling(1972)은 진정성을 ‘자신의 영역에서 주인이 되는 것’이라고 정의하면서, 진실성은 타인에 대해 정직한 것, 진정성은 자신에게 참되고 정직한 것으로 구분하여 설명하였다(김예실, 이희경, 2010 재인용). 상담자의 진정성은 상담관계에서 내담자에게 정직한 것으로 나타나며, 그러기 위해서 자신에게 참되고 정직한 것은 필수불가결한 선행요인이다. 따라서 본 논문에서는 각 용어들의 미묘한 차이점을 부각시키기 보다는 진정성이라는 용어로 통일하여 여러 관점에서 어떻게 개념화하고 있는지 살펴보고자 한다.

### 인본주의적 관점

상담자의 진정성을 중요한 치료요인으로 직접적으로 제시한 사람은 Rogers가 처음일 것이다. 문헌에서 상담자의 진정성은 실제성(realness), 진실성(genuineness), 일치성(congruence)으로 나타나는데 각각을 살펴보면 다음과 같다.

실제성(realness)이란 상담자가 전문가적인 태도와 가면을 벗어버리고 자기 자신이 됨을 의미하고, 진실성(genuineness)이란 상담자가 매 순간마다 떠오르는 감정이나 생각에 대해 개방적임을 의미한다. 일

치성(congruence)이란 상담자가 무의식 수준에서 경험하고 있는 것과 의식수준에서 나타나는 것, 내담자에게 표현되는 것이 일치됨을 의미한다(Rogers, 1986).

이 셋은 명확하게 구분하여 사용되기보다는 그때그때 상황과 맥락에 따라 때로는 진실성으로 때로는 일치성으로 나타난다. 일치성이 처음 언급된 것은 1957년 Rogers가 치료의 필요충분조건을 제시하면서부터이다. 내담자의 ‘불일치적인 상태’, 내담자와 상담자의 ‘심리적 계약’, ‘관계에서 일치적이고 통합된’ 상담자, ‘무조건적인 긍정적 수용’과 ‘내담자의 내적 참조 체계에 대한 공감적 이해’가 그것인데, 여기에서 일치적이고 통합된 상담자의 모습이 일치성을 의미한다. Klein 등(2001)은 이를 두 가지로 설명하였다. 첫 번째는 관계에서 나타나는 상담자의 개인적인 통합으로 상담자가 스스로에 대한 이해를 통해 정확하게 표상된 경험을 가지고 자유롭고 깊게 그 자신이 되는 것(Rogers, 1957)을 의미한다. Rogers(1957)는 상담자가 인생의 모든 면에서 통합되어야 할 필요가 있다고 하지는 않았다. 그러나 적어도 치료관계 안에서는 명확하게 자기 자신이어야 한다고 하였다. 두 번째는 자신의 개인적 특질을 내담자와 적절하게 의사소통하는 상담자의 능력이다. 이는 상담자가 무분별하게 자기노출을 하거나 감정을 표현하라는 것은 아니다. 상담자는 자신의 감정에 대하여 내담자를 속이지 않아야 하며, 특히 긍정적 존중이나 공감적 이해를 하는 방식에서 그러해야 한다는 것이다.

이는 상담에서 중요한 의미를 가진다. Rogers하면 공감을 떠올리면서 무조건적으로 감싸주고 받아주고 수용해주어야 하는 것으로

잘못 이해하는 경우가 있다. 지루하거나 화가 나거나 불편한 마음이 올라올 때 어디에서 근거한 것인지 살펴보고 치료적으로 나누기보다는 이는 내담자를 수용하지 못하고 공감하지 못해서라는 식으로 자책하면서 억누르거나 부인하며 거짓공감을 하는 경우도 있다. 상담자 자신이 진실하지 못하면서 내담자에게 진실하기를 기대하는 것이 과연 가능한 것인가? 결국 진실하지 않은 존중이나 공감은 전달될 수 없으며 치료효과 또한 기대할 수 없을 것이다. Rogers(1995)도 이를 강조하면서 어떤 조건들도 그 관계가 진실하지 않을 때에는 의미가 없기 때문에 진실성이 가장 기본이라고 하였다.

Lietser(1993) 또한 진실성이 가장 중요하다고 주장하면서 내적 외적 측면으로 구분하여 제시하였다. 내적인 측면은 “내담자와 경험하는 상담자 자신의 내적인 경험을 의미하며...상담자가 일치된다고 일컬어지는 자신의 경험과 접촉할 수 있는 정도(Watson, Greenberg, & Lietser, 1998)”를 의미한다. 외적인 측면은 “이러한 자신의 경험을 내담자에게 표현할 수 있는 능력”을 의미한다. 이는 개인내적인 경험을 개인 간 반응들의 어떤 유형으로 바꾸는 능력을 포함하는데, 그렇다고 하여 경험의 모든 측면을 나누어야 한다는 것은 아니다. 단지 내담자의 작업을 촉진시킬 수 있다고 느끼는 것들을 나누어야 하며 항상 공감적인 분위기에서 사용되어야 한다(Watson et al., 1998). 홍종관(2005) 또한 진실성이라는 상담자의 기본태도를 두 가지 측면에서 살펴보았는데, 첫째는 상담자의 개인적이고 내면적인 경험내용에 대한 의식적인 지각을 하는 것이고 둘째는 적절한 의사소통 및 위와 같은 경험내용을 적절히 표현하는 것이라고 보았다.

김미경(2002)은 문헌연구를 통해 인간중심상

담에서 상담자 진실성의 의미를 상담자 자기 이해, 상담자의 태도, 상담자의 역할로 나누어 살펴보았다. 상담자 자기이해는 자신의 철학적인 배경에 대한 이해, 감정의 자각과 이해를 통해 자신을 수용하는 것을 의미한다. 상담자의 진실한 태도는 상담자 자신의 내적인 흐름에 대해서 자각하고 그것을 수용함으로써 겉으로 드러나는 태도와 일치하는 것에서 비롯되며, 이는 내담자와의 치료적인 관계 속에서 내담자가 안전하게 자신을 탐색할 수 있는 분위기를 제공하게 된다고 하였다. 마지막으로 이에 기초한 상담자의 역할은 내담자의 내적 참조체계로 지각하고 내담자의 진실한 자아가 됨으로써 내담자로 하여금 부인했던 경험들까지도 탐색할 수 있도록 하며, 내담자 스스로가 자신을 이해할 수 있도록 도와주는 것이라고 하였다.

위의 내용들을 정리해보면 인본주의적 관점에서 상담자 진정성은 상담자 내적으로는 자신의 감정 및 내적인 흐름, 경험에 대한 자각을 기본으로 하며, 외적으로는 이를 적절하게 표현하고 의사소통함으로써 내담자가 진정성에 다가갈 수 있게끔 도와주는 것이라는 것을 알 수 있다.

### 실존주의적 관점

“The search for authenticity”에서 Bugental (1965)은 심리치료의 주된 목표로 진정성을 제시하면서 3가지 특징을 기술하였다. 첫째, 자기 자신 및 자신과 세계와의 관계를 충분히 자각하는 것, 둘째, 그 순간에 어떻게 살아야 할지를 선택하는 것, 셋째, 자각은 완벽한 것이 아니어서 때때로 예기치 못한 결과로 이끈다는 것을 인정하고 선택에 책임을 지는 것이다. 결국, 자각에 기초한 선택에 책임을 지

도록 하는 것이 진정성이며, 심리치료는 진정성을 함께 탐험해나가는 여정이 된다. 그리고 이 여정 속에서 상담자 진정성은 치유와 변화의 핵심개념 중 하나이다(Lietaer, 2001; Schmid, 2002; Swildens, 1988; Schnellbacher & Leijssen, 2009 재인용).

Greenberg(1986)는 상담자의 진정성을 Buber의 ‘나와 너’ 관계와 연결시킨다. Buber(1958)는 관계에서의 나와 그것, 나와 너의 방식의 차이점을 구분하였다. ‘나와 그것’은 도구적인 관계이다. 나는 타인을 관찰하고 조사하며 완전히 분리시킴으로써 사물로써 경험한다. 반면에 ‘나와 너’는 좀 더 주관적이고 상호적으로 만난다. 타인을 사물로써 경험하기보다는 그와 관계를 맺는다. 실존치료에서는 ‘나와 너’의 관계를 만들어나가는 것이 가장 중요하며, 이를 위해 상담자는 자신의 전체 성격, 정체성, 영혼을 가지고 자신의 존재를 상담관계에 들여놓아야 한다. 이것이 바로 상담자의 진정성이다.

Miars(2002) 또한 존재론적 진정성의 중요성을 강조하면서 상담자는 내담자를 설명이 필요한 대상이 아니라 생각하고 느끼고 행동하고 존재하는 사람으로 보아야 한다고 하였다. 더불어 내담자가 자신의 선택에 대한 책임감과 소유감을 가질 수 있도록 도전하는 것도 필요하다고 하였다. 문제의 유지와 발달에 스스로가 적극적인 역할을 하고 있다는 것을 알고 어떠한 방식으로 그렇게 하고 있는지 직면하도록 해야 한다. 이를 위해 상담자는 자신의 경험을 기꺼이 나누면서 내담자가 좀 더 대안적이고 가능한 상호작용방식을 시도할 수 있게끔 해야 한다. 기꺼이 경험을 나눈다는 것은 상담자 스스로 자신의 취약성을 인정하고 수용할 수 있으며, 서로 영향을 주고받을

수 있는 경험에 개방적이라는 것을 가정한다 (Gaylin, 1996; Leijssen, 1999; Schnellbacher & Leijssen, 2009 재인용).

정리해보면 실존적 관점에서 상담자 진정성이란 진정한 치료적 만남을 하는 것에서 시작하며, 이 속에서 내담자가 자신 및 관계에 대하여 충분히 자각하고 선택하며 그 선택에 책임을 질 수 있도록 함께 경험하고 도전해나가는 것으로 나타난다는 것을 알 수 있다.

### 정신역동적 관점

Neri(2008)는 진정성은 정신분석의 목표라고 주장하면서 5가지로 정의한 바 있다. 첫째, 부모가 자신이 받아들일 수 없는 어떤 부분을 아이의 정신세계에 침투시킴으로써 만들어진 ‘소외된 동일시’를 수정할 수 있게 되는 것, 둘째, 우리를 둘러싼 중요한 사람(주요 자기-대상)의 수용과 인정에서 벗어나 자기 자신의 경로를 추구하는 기쁨과 힘을 이해하게 되는 것, 셋째, 자신의 정서와 감정, 환상들을 더 잘 인식하고 담아내며 표현할 수 있게 되는 것, 넷째, 타인과 규칙의 존재를 수용하면서 사회적 게임에 참여하고 즐길 수 있게 되는 것, 마지막으로 자기의 여러 측면들 간의 갈등을 분리시키거나 무시하거나 부정하는 것이 아니라 그 자체로 통합할 수 있는 것이다. 이러한 진정성이 어찌 내담자에게만 적용되는 목표일 것인가?

분석가가 기본적으로 절제규칙을 지키고 익명성과 중립성으로 정신분석 과정의 흐름을 견제하는 것은 정신분석임상이론의 초석이 된다(윤순임, 2002). 어떤 이들은 이를 차갑고 냉정하고 무관심한 분석가의 모습과 연결시키며, 주관성이 강조되는 진정성과는 대비되는 것처럼 보기도 한다. 그러나 이는 아주 잘못된 오

해이다. 내담자들은 보고하기를, Freud가 내담자들의 중요한 인생사건에 대한 자신의 의견을 자유롭게 의사소통하였으며, 관심과 따뜻함을 표현하였다고 한다. 그는 분석 과정에 필요한 거리두기를 유지하면서도 실제적인 이슈에 대한 개인적 느낌을 나타낼 수 있었다 (Couch, 1999; Gabbard, 2005 재인용). 그렇다면 그가 말한 중립성은 무엇인가?

도움을 청하는 내담자를 거절하거나, 내담자의 앞날을 결정하려 하거나, 우리 자신의 이상을 강요하거나, 창조자가 된 것처럼 우리 자신의 상을 강요하고 그것을 좋아하는 것을 철저히 금해야한다..... (중략)... 치료자를 닮지 않고 내담자 자신의 본성이 자유롭게 되고 충족될 수 있도록 하여야 한다(Freud, 1919: Poland, 1984 재인용).

Poland(1984)는 분석가의 중립성은 내담자를 압도하거나 영향력을 행사하는 것을 억제하면서, 분석가의 가치를 내담자에게 강요하지 않음을 의미한다고 하였다. 내담자가 독립적인 인간이라는 존중에서 시작하며 이를 통해 내담자가 자신의 본성이 자유롭게 나타나고 충족될 수 있도록 돕기 위함이라는 것이다. 이는 분석가의 중립성이 내담자의 진정성을 돕기 위함이라는 것을 나타낸다. 분석가는 중립성을 위해 분석, 내담자, 분석가 자신에게 일어나는 모든 경험과 과정들에 대하여 열려있어야 하며, 스스로 진정성 있게 되도록 노력해야만 한다. 이를 위해서는 철저한 자기분석이 필요하다. 결국, 고전적 정신분석에서 상담자의 진정성은 스스로 계속적으로 노력하고 지향해야할 교육적인 가치와 윤리적인 가치를

담고 있다(Freud, 1914; Boccara et al., 2009 재 인용).

그러나 현대 정신분석으로 오면서 교육적이고 윤리적인 가치 외에 지금-여기에서 진실하게 참여하고 반응하는 것의 중요성이 강조되었다. Ferenczi(1932/1988)은 진정성을 상담과정에서 분석가가 개입하는 관계적 장면의 한 요소로 보았다(Boccara et al., 2009 재 인용). Sullivan(1953)은 내담자-상담자 관계에서 내담자가 자신의 상호작용 패턴을 인식하고 변화시키도록 돕는 것이 중요하다고 본다. 내담자-상담자 상호작용을 다룸에 있어서 내담자의 지각을 해석하기보다는 다르게 반응하는 것이 중요하며 “그것이 무엇을 의미하는가?”보다 “여기에서 무엇이 진행되고 있는가?”에 대하여 이해하는 것이 중요하다. 이를 위해 상담자는 불가피하게 내담자의 상호작용 패턴에 참여해야 하는데, levenson(1982)은 이 참여는 성실한(sincere) 것일 뿐만 아니라 진정한(authentic) 것이어야 한다고 강조하였다. 상담자는 내담자를 양육하거나 내담자의 심리적 실재를 받아주는 사람이 아니라 현실적인 방법으로 내담자의 세계에 참여하는 사람이다. 따라서 주된 치료적 도구는 해석이 아니라 상담자의 진정한 참여(Summers, 1994)라고 하면서 상담자의 진정성을 강조하였다.

정리해보면 정신역동적 관점에서 상담자의 진정성이란 내적으로는 상담자 스스로 계속적으로 노력하고 지향해야할 목표이면서 외적으로는 지금-여기에서 나타나는 상담관계에 진실하게 참여하고 반응하는 것으로 나타난다는 것을 알 수 있다.

#### 기타 다른 연구와 관점들

상담자의 진정성을 성격으로 볼 것인지, 임

상기술로 볼 것인지에 대한 다른 의견들이 있다. Vtmetal(2002)은 진정성을 성격을 이루는 구성요소로써 인간 정체성과 관련된 복합적인 심리학적 변인으로 보았다(Minnillo, 2007 재 인용). 그러나 Hammond, Hepworth와 Smith(2002)의 연구에서 진정성은 공감, 존중, 지금 여기와 관련하기, 직면과 함께 치료의 긍정적 결과를 촉진시키는 기본적인 임상기술 중 하나였다. 이들은 진정성이 훈련을 통해 발달할 수 있다고 보았다. Tudor와 Worrall(1994)은 이 둘을 통합하여, 진정성을 존재하는 방식인 동시에 상담자가 개발시킬 수 있는 기술로 보고 있다. 이를 위해서 4가지의 필요조건을 명시하였는데 첫째, 상담자는 자신의 내면에 있는 감정과 감각의 흐름을 이해해야한다(자기이해). 둘째, 이러한 감정들과 경험들을 가질 수 있으며 생생할 수 있는 자유를 허용한다(행동에서의 자기이해). 셋째, 내담자와의 관계의 즉각적인 순간에 상담자가 이해한 것을 기꺼이 의사소통할 수 있는 능력을 개발시켜야한다(의사소통). 마지막으로 상담자가 이해한 것을 언제 나누는 것이 적절한지를 평가하는 일관적이고 윤리적인 기준이 있어야한다(적절성)는 것이다.

진정성이 무엇인지에 대한 관심은 이를 좀 더 깊이 있게 이해하기 위한 질적 연구로 나타나고 있다. Minnillo(2007)는 7명의 상담심리학자들을 대상으로 상담자가 진정성을 어떻게 내적으로 경험하고 범주화하는지, 치료 내에서 진정성을 어떻게 만들어 가는지를 연구하였다. 이를 통해 진정성 있는 경험과 이에 대한 의사소통의 2가지 범주를 제시하였으며, 이 둘은 적절한 시기나 내담자의 상태를 고려하는 지속적인 여과과정을 통해 상호의존적으로 연결되어있다고 보았다.



Burks(2009) 또한 17명의 상담심리학자들을 대상으로 진정성을 어떻게 정의하고 경험하는지 알아보았는데, 참여자들은 진정성을 내적 자기와 외적 자기와의 매칭, 다수의 자기들 간의 매칭이라고 정의하였다. 자신의 가치, 믿음, 사고, 감정, 의도를 알고 있을 뿐만 아니라 이러한 내적 개념과 외적인 표현, 행동, 묘사와의 일관성이 진정성을 만든다고 하였다. 상담관계 안에서 개방성, 관계성, 정직을 포함하는 상호적인 순환과정으로 나타난다고 보았으며, 안전하고 수용적인 분위기가 만들어졌을 때 진정성이 증진된다고 강조하였다. 더불어 진정성은 안정적이고 영구적인 어떤 상태가 아니라 계속 진행되는 결코 완전히 얻어질 수 없는 어떤 것이라고 보았다.

Schnellbacher와 Leijssen(2009)은 상담을 종결한 6명의 내담자들을 대상으로 상담자 진정성을 어떻게 경험하는지 알아보았다. 상담자 진정성을 자신의 경험에 대하여 아는 것(자기이해); 내담자의 이야기와 지금 여기의 상호작용에 정서적으로 참여하며, 개인적으로 존재하는 것(자기존재); 개인적 감정, 사고, 인상, 경험, 사실, 관점, 가치와 작업방법을 의도적으로 언어적으로 기꺼이 나타내는 것(자기개방)이라고 정의한 후 연구를 실시하였는데, 연구결과 진정성은 치료효과와 관련하여 직접적인 기여 및 공감, 수용, 구체적 기법의 영향을 매개함으로써 간접적으로 기여한다고 하였다. 또한 내담자의 기대, 대인관계 스타일에 따라 조율할 필요성이 있다고 보고하였다.

지금까지의 연구결과 및 여러 관점을 정리해보면 결국 상담자 진정성은 내적 태도이며, 관계적 경험이며, 내담자와 치료자간에 일어나는 역동적 과정(Geller & Greenberg, 2002; Grafanaki & Mcleod, 2002; Klein et al., 2002;

Lieraer, 2001; Schnellbacher & Leijssen, 2009 재인용)이라는 것을 알 수 있다. 내적으로는 상담자 자신, 내담자, 관계에 대하여 알아차리고 자각해나가도록 계속적으로 노력하는 과정을 의미하며, 외적으로는 내담자와의 진실한 만남 속에서 알아차리고 경험된 것들을 적절하고 진실 되게 의사소통하는 과정을 일컫는다고 보여 진다.

### 관련개념과의 관계

**진정성과 공감.** 진정성과 공감은 어떤 관계가 있는가? 내담자를 공감적으로 이해한다는 것은 상담자가 자신의 느낌과 경험에 진실하지 않아야한다는 것을 의미하는가? 김미경(2002)은 공감은 오직 그 순간에 있어 상담자의 가장 깊은 의지를 진실하게 표현한 것일 때 효과가 있다고 하였다. 즉, 내담자의 의미 세계로 들어가고자 하는 진실된 바람이 있어야하며, 진실된 관심과 돌봄이 수반되어야 한다는 것이다. Orange(2002) 또한 진정성과 공감은 상담의 필수불가결한 요소로 서로 양립할 수 있을 뿐만 아니라 최적의 치료적 가치를 달성하기 위해서는 함께 가야하는 것이라고 보았다. 그러나 실체는 그렇게 간단하지 않다. 임상가와의 인터뷰에 기초한 질적 연구를 통해 Morstyn(2002)은 공감과 진정성의 관계에 대하여 탐색하였다. 공감과 진정성은 상호 배타적인 구성개념이 아니며, 상담자가 내담자에게 진정으로 공감할 수 있을 때 둘을 구분하는 것은 어렵다. 그에 따르면, 공감이 강하게 느껴지지 않을 때, 두 구성개념은 분리되기 시작한다. 상담자는 “거짓 진실성”에 대한 압력을 느낄 수 있다. 즉, 내담자에게 진심으로 공감을 느끼지 않음에도 불구하고 치료효과를 위해 거짓되게 공감하려는 경향이 있다는 것

이다. 이는 결코 바람직하지 않으며, 그보다는 상담자가 경험하는 감정적 갈등을 상호작용하는 것이 오히려 치료적으로 진정성 있고 반응적이라고 강조하였다. Minnillo(2007) 또한 상담자가 공감할 수 없다는 것이 오히려 치료적으로 유용할 수 있는 기회를 제공하며, 거짓된 공감 대신에 내담자와 직접적으로 소통할 수 있는 과정 지향적인 진술을 함으로써 진정성 있는 경험을 나눌 수 있다고 보았다.

대인관계에서의 진정성 있는 반응과 공감간의 관계에 대하여 Fosshage(1995)는 이 둘이 서로 번갈아 나오게 하여야 한다는 혼합가능성을 제안한다. 내담자의 내부로 들어가 내담자의 여러 감정과 고통, 그 안에서의 경험을 듣는 공감과 내담자와의 실제적인 대인관계 속에서 상담자가 느끼는 감정을 진실하게 느끼고 표현해주는 진정성의 경험은 내담자가 자신의 내적 경험과 관계적 경험을 함께 조명해 주는데 유용하게 사용될 수 있다는 것이다.

**진정성과 즉시성.** 서영석 등(2012)은 상담자 즉시성을 ‘상담과정에서 상담자가 내담자에 대해, 내담자와의 관계 속에서 느끼는 상담자 자신에 대해, 그리고 상담관계 그 자체에 대해 어떻게 느끼고 생각하는지를 내담자에게 개방하고 이것을 내담자와 솔직하게 다루는 것’으로 정의하였다. 이는 앞서 정리한 진정성의 외적인 의사소통적 측면과 어느 정도 겹쳐지는 것처럼 보인다. Jordan(2001)은 진정성은 단순히 자기개방이 아니며 그보다는 현재에 머물면서 정서적으로 반응적이 되는 것이라고 하였다. 이는 진정성은 단지 외적으로 개방을 하고 안하고가 아니라 내담자와 함께 경험하고 나누며 반응적이 되는 과정이라는 것을 강조한 것처럼 보인다. 따라서 즉시

성은 진정성 그 자체는 아니지만 진정성을 표현하고 촉진시키는 기법으로 볼 수 있으며, 이들 간의 관계에 대해서는 좀 더 연구가 필요하다 보여진다.

### 상담자 진정성 측정

대부분의 연구는 인본주의적 관점에서 상담자 진정성을 정의하고 측정하여왔다. 측정도구로는 평정척도와 자기보고척도가 있다. 평정척도는 녹음된 회기를 듣거나 타이핑한 원고를 보면서 제3의 관찰자가 상담자의 진정성을 평정하는 방식이다. Traux Self-Congruence Scale(1966)이 주로 사용되었는데, 여기에서 진정성은 ‘방어나 속임이 없이 치료자의 유기체적 자기와 행동이 일치하는 것’ ‘내담자와 상호작용할 때 기꺼이 자기 자신일 수 있는 것’을 의미한다. 5단계로 제시된 기준은 표 1과 같다.

이후에 Kiesler는 Traux 척도를 수정하여 Kiesler 척도를 구성하였다(Rogers, Gendlin, Kiesler, & Traux, 1967). Traux 척도가 전체 회기 중 무선적으로 일부분을 발췌하여 평정하였다면, Kiesler 척도는 내담자가 ‘자신에 대한 치료자의 감정이나 의견에 대해 분명하게 또는 암암리에 의문을 제기하는’ 회기 부분에만 적용한다는 차이점이 있다. “저에 대해 어떻게 느껴세요? 제가 말한 것을 이해하시나요?”와 같은 직접적인 질문이나, “나는 당신이 좀 더 말을 많이 했으면 좋겠어요”와 같은 간접적인 질문들에 대하여 치료자가 반응한 부분을 발췌하여 평정한다(Rogers et al., 1967).

자기보고척도와 관련하여 상담자 진정성만을 독립적으로 측정하는 자기보고척도는 아직까지 없으며, 주로 상담관계척도(BLRI,

표 1. Traux Self-Congruence Scale(1966)

1단계	치료자는 상호작용에서 분명히 방어적이며, 그가 말하는 것과 경험하는 것 사이에는 아주 분명한 불일치의 증거가 있다. 치료자의 진술에는 눈에 띄는 모순이 있다. 말하는 내용은 음성 특성이나 비언어적 단서(예를 들면, 기분이 언짢은 상담자가 부자연스러운 목소리로 “당신이 화내는 것에 대해 나는 전혀 기분 나쁘지 않아요”라고 말하는 것)와 모순된다.
2단계	치료자는 적절하게 반응하지만 개인적인 태도라기보다는 직업적인 태도를 보인다. 그의 반응은 언뜻 보면 좋게 들리지만 그가 정말로 무엇을 느끼고 의미하는지 표현하지 않는 것 같다. 무언가 억지로 꾸민 듯 하거나 연습하는 듯 하거나 직업적 태도를 보이는 듯하다.
3단계	치료자는 분명한 증거는 없지만 암암리에 방어적이거나 직업적인 듯하다.
4단계	방어하고 있다거나 속이고 있다는 증거가 분명하게 또는 암암리에도 없다. 치료자는 자기 불일치를 보이지 않는다.
5단계	치료자는 관계에서 자유롭고 깊게 그 자신이 된다. 연극이나 방어의 흔적 없이 모든 형태의 감정과 경험-유희한 것, 마음을 상하게 하는 것에 개방적이다. 모순되는 감정이 있지만, 그것들은 수용되거나 인식된다. 치료자는 그의 모든 반응에서 자기 자신으로 있을 수 있으며, 그것이 개인적으로 의미가 있던 진부하던 간에 그러하다. 충고를 하던, 반영을 하던, 해석을 하던, 경험을 나누던, 그가 그 자신인 것은 분명하며, 그의 언어들은 그의 내적 경험과 일치한다.

Barrett-Lennard Relationship Inventory와 TRQ, Truax Relationship Questionnaire), 실제관계척도(Real relationship Inventory)내의 하위척도를 사용하여 왔다. BLRI(Barrett-Lennard Relationship Inventory)는 Barrett-Lennard(1959)가 상담자가 갖추어야 할 핵심조건들이 관계 속에서 얼마나 나타나고 있는지를 알아보기 위하여 만든 척도로 내담자용, 상담자용이 있다. 존중, 공감적 이해, 무조건성, 진정성, 개방성의 5가지 하위척도로 이루어져있으며, 여기에서의 진정성 하위척도가 주로 사용되어왔다. 국내에서는 정방자(1986)가 번안하여 타당화하였으며, 전체 85문항 중에 진정성은 17문항으로 구성되어 있다. TRQ(Traux Relationship Questionnaire)는 Traux와 Carkuff(1967)가 Traux Self-Congruence Scale을 질문지 형식으로 바꾸려는 시도를 통해 만들어진 척도로 총 141문항으로 이루어져 있다.

실제관계 척도(Real relationship Inventory)는 2000년대 들어와 개발된 척도로 실제적 지각과 진정성으로 이루어져있으며 이 중 진정성 하위척도가 사용되고 있다. 진정성(Genuineness)은 “가짜가 아닌 진정한 자기 자신일 수 있으며, 지금-여기에서 진정성을 가질 수 있는 능력”을 말한다(Gelso & Hayes, 1998). 이에 는 개방성, 정직, 거짓이 아님, 순간에 자신을 있는 그대로 드러낼 수 있는 의지와 능력 들을 포함한다. 내담자용(Kelly, Gelso, Fuertes, & Marmarosh, 2010), 상담자용(Gelso et al., 2005)이 있으며 각각 24문항으로 구성되어있다. 국내에서는 최한나(2011)가 상담자용 질문지를 타당화하기 위한 예비연구를 실시한 바 있다.

상담 관련 변인과의 관계

### 내담자 변인

Abramovitz와 Abramovitz(1974)는 통찰지향적인 치료에서 내담자의 심리학적 자세와 상담자일치성 지각이 관련 있음을 발견하였다. 내담자의 기분 또한 영향을 주는 것처럼 보이는데, Janowsky, Kraft, Clopton과 Huey(1984)는 내담자가 불쾌한 기분을 보고할 때 상담자에 대하여 더 낮은 수준의 진실성을 보고한다고 하였다. Traux와 Carkhuff(1965)는 입원한 정신분열증 환자와 투옥된 소년범죄자들의 집단치료에서 평정된 상담자 진실성과 환자의 자기탐험 깊이간의 관계를 보여주었다. Traux(1968)은 정신분열증 환자의 자료 분석을 통해 상담자 진실성이 더 깊은 내담자 자기탐험과 관련될 때 치료효과가 더 좋다는 것을 보여주었다. 이는 내담자의 자기탐험이 진정성과 관련한 중요 변인일 수 있다는 것을 보여준다. Ziemelis(1974)는 내담자 평정 진실성과 선호하는 또한 선호하지 않는 상담자 유형에 배정되었다는 지각 간에 관계를 조사하였다. 관찰자가 평정하였을 때 상담자들 간에 진실성의 차이가 없었음에도 불구하고, 내담자들은 그들이 선호하는 상담자 유형에 배정되었다고 들었을 때 상담자를 좀 더 진실하다고 평정하였다. 이는 내담자의 기대가 진실성 평정에 영향을 줄 수 있음을 보여준다. Zane, Hall, Sue, Young과 Nunez(2004)는 내담자와 치료자간 진실성의 매치가 중요함을 밝혔는데, 진실성에 대하여 많은 욕구와 기대를 가지고 있는 내담자는 높은 진실성을 보이는 치료자에게 편안함과 만족감을 찾는다고 하였다. Kolden 등(2011)은 메타분석을 통해 내담자 교육수준에 따라 교육수준이 감소할 때 진실성 효과가 증가하였다고 보고하였다. 청소년 대 성인으로 연령을 나누어 효과크기를 비교해보았을 때

청소년들을 대상으로 한 연구들에서 유의미하게 높은 효과크기를 얻었다.

### 상담자 변인

상담자의 진정성은 내담자가 평정한 상담자의 자기확신 정도(Lin, 1973), 더 나은 치료자 기분(Gurman, 1973)과 관련 있었다. 상담자의 숙련도 또한 중요할 수 있는데, Kolden 등(2011)은 메타분석을 통해 치료자의 임상경험과 진정성 효과 간에 정적 관계가 있음을 보여주었다( $B=.05, p<.01$ ). 이는 상담자가 임상경험이 많을수록 상담자 진정성이 효과가 있었다는 것을 나타낸다. Minnillo(2007) 또한 질적 연구를 통해 상담자가 경험이 많고 숙련될수록 내담자에게 좀 더 진정성 있게 되는 것이 편해지며, 진정성 있는 의사소통 또한 정교화되어간다고 하였다. 이는 덜 숙련된 상담자가 진정성 있지 않다는 것을 의미하는 것이 아니라 이들이 맞닥뜨리는 2가지 장애물 때문이라고 보았다. 첫 번째 장애물은 평가의 두려움으로 상담자의 경험과 상호작용이 과장되거나 잘못된 것일지 모르며, 다른 상담자나 슈퍼바이저에게 어떻게 비쳐질까에 대한 두려움을 말한다. 두 번째는 진정한 상호작용을 내담자가 어떻게 받아들이고 해석할지, 혹시나 치료 관계를 위태롭게 하지는 않을까에 대한 두려움이다. Samuel(1993)은 치료자는 임상적 전문적 경험을 통해 진정성의 중요성에 대하여 강조하게 된다고 하였으며, Heid와 Parish(1997) 또한 숙련된 치료자들은 자기이해를 통해 단순히 외적 환경을 반영하는 ‘기법에 근거한 진정성과 공감’으로부터 ‘자기통합적인 진정성과 공감’으로 변화한다고 보았다.

**과정 변인**

Minnillo(2007)는 질적 연구를 통해 진정성 있는 여과과정의 중요성을 보여주었다. 여기에서 여과과정이란 진정성 있는 경험을 치료과정에서 수용될 수 있는 어떤 것으로 바꾸는 과정을 일컫는다. 진정성은 말하고 싶은 것을 말하는 것이 아니며, 메시지를 치료적으로 전달하는 능력이다. 내담자의 수용성, 기분상태, 방어수준 등을 고려하여 적절한 개입의 시기를 결정해야한다. 또한 동맹발달 정도를 모니터링하고 내담자의 비언어적인 단서를 고려하는 것도 중요하다. Schnellbacher와 Leijssen(2009) 또한 진정성에 대한 내담자의 경험을 질적연구를 통하여 살펴본 결과, 진정성의 효과는 내담자에게 달려있다고 하면서 내담자의 구체적인 요구에 민감해야하며 이러한 요구에 따라 상호작용과 의사소통 스타일을 조율하는 것이 중요하다고 보았다.

**상담자 진정성 연구에 대한  
비판적 고찰**

**개념 정의의 문제**

어떠한 변인에 대하여 연구할 때 그 변인이 무엇을 의미하고 어떠한 구성요인으로 이루어져있는지에 대한 개념 정의는 필수불가결한 부분이다. 개념 정의가 명확하게 이루어져야 조작적 정의가 구체화될 수 있으며 이에 따른 체계적인 연구를 진행할 수 있다. 따라서 연구의 활성화를 위해서는 개념정의에 대한 깊이 있는 논의가 선행되어야 한다. 미국심리학회 심리치료분과위원회에서 명백히 효과적인 변인으로 선정된 공감만 보더라도 그 개념이

무엇인지에 대한 다양한 논의들이 있어왔다. 공감 개념에 대한 연구가 국내에만도 20편 이상 존재한다. 인본주의적 관점, 정신분석적 관점, 발달심리학적 관점 등 다양한 이론적 관점에서 공감을 어떻게 개념화하고 있는지, 공감의 구성요인에는 어떠한 것들이 있는지, 공감의 인지적 요소, 정서적 요소, 의사소통적 요소들 간의 관계는 어떠한지 등의 다양한 논의들이 진행되어왔다. 이는 공감에 대한 깊이 있는 이해와 연구의 활성화로 이어진다. 이에 반해 진정성 개념에 대한 논의는 거의 이루어지지 않아왔다. 2000년대 들어와 다양한 심리학적 관점과 실제 상담과정에서의 상담자 진정성을 살펴보는 연구들이 나타나고 있는 것은 이에 대한 반성에서 출발한 것일 수 있다. 국내 동향은 이보다도 한참 뒤쳐져 있다. 그나마 최근 들어 인본주의적 관점에서 상담자 진정성을 살펴보는 연구들이 발표되고 있으며, 저서도 출간되고 있다는 것은 반가운 일이다. 박성희(2011)는 “진정성”을 통해 ‘거짓 없는 진실한 마음으로 상대방을 성실하게 대하는 태도’라고 진정성을 정의하면서 내부심리차원, 자아차원, 관계차원으로 나누어 설명하고 있다. 이를 시작으로 추후 다양한 논의들이 전개될 수 있을 것이다. 각각의 이론적 관점에서 진정성을 어떻게 개념화하고 있는지, 어떠한 요인들로 이루어져있는지에 대한 본격적인 깊이 있는 논의가 필요하다.

개념 정의에 있어서 또 하나 고려해야할 것은 문화적인 관점이다. 조공호(2007)는 동서양 간의 차이를 집단주의와 개인주의로 구분하였다. 집단주의 사회에서는 관계 속에서의 역할과 상호의존성을 중요하게 보는 관계 중심적 인간관이 지배적이며, 개인주의 사회에서는 자기를 드러내고 개인의 자율성과 독특성을

실현하는 것을 중요시하는 개인중심적 인간관이 지배적이다. 개인주의 사회에서 중요시하는 개인의 자율성과 독특성의 실현은 ‘자기 자신으로 있을 수 있는 것’을 강조하는 진정성에 대한 추구로 이어진다. 그렇다면 관계속에서의 역할과 상호의존을 중요하게 보는 집단주의 문화에서도 유사한 개념화가 나타날 것인가? 박성희(2011)의 진정성 정의에는 ‘자기 자신’에 대한 강조보다 ‘상대방에 대한 진실한 태도’를 강조하는 경향이 두드러진다. 이는 진정성을 개념화하는데 있어서 문화적인 관점을 고려해야할 필요성을 제기한다. 한규석(1991)은 인간의 심리특성을 설명하는 요인들은 문화에 따라 다르게 인식될 수 있다고 지적하면서, 이 같은 차이를 무시하고 서구심리학자들이 쓰는 용어, 척도를 그대로 사용하는 것에 대한 우려를 나타낸 바 있다. 따라서 진정성과 관련하여서도 문화적인 관점을 고려하여 한국인들은 진정성을 어떻게 개념화하는지 살펴볼 필요가 있다. 진정성에 대한 기대가 상담과정과 성과에 영향을 미친다는 연구결과(Zane et al., 2004)를 토대로, 국내의 상담자, 내담자들은 진정성에 대하여 어떠한 기대나 가치관을 가지고 있는지, 진정성을 어떻게 경험하고 있고 상담에서 어떠한 기능을 한다고 보는지 살펴보는 것도 의미 있는 작업이 될 것이다.

#### 측정의 문제

상담자 진정성을 재기위하여 평정 척도와 자기보고 척도를 사용하여왔다. 이상적으로는 어떠한 방식으로 측정하든 유사한 결과를 내야하나 실체는 그렇지 않다. Orlinsky와 Howard (1978)는 진정성과 치료효과와의 관계를 살펴

본 26개의 연구를 리뷰 하였는데, 평정척도를 사용하였을 때는 14개(58%)가 긍정적이었던 반면, 내담자 지각 척도를 사용했던 6개의 연구들 중에는 5개(83%)가 긍정적이었다. Klein 등(2001)의 연구에서는 평정척도를 사용하였을 때 32%가 긍정적이었던 반면, 자기보고 척도를 사용하였을 때는 52%가 긍정적이었다. 평정과 자기보고 중 무엇이 진정성을 더 잘 측정하는 방법인가? 단순히 이 둘을 같은 선상에 두고 비교하는 것은 별 의미가 없어 보인다. 그보다는 어떠한 방식으로 평정이 이루어지는지, 어떠한 자기보고척도가 사용되는지가 중요한 기준이 될 것이다. 각각의 문제점과 이에 따른 대안을 살펴보면 다음과 같다.

#### 평정과정의 문제점

Lambert, DeJulio와 Stein(1978)은 이미 오래전에 평정과정의 문제점을 제시한 바 있다. 이를 기초로 상담자 진정성 평정과정에서의 문제점과 대안을 제시해보면 다음과 같다. 첫째, 기존의 연구들은 대부분 평정자료로 오디오테이프를 녹음한 회기를 사용하였다. 이는 언어 반응과 함께 나타나는 비언어적, 행동적 단서를 반영할 수 없다는 한계가 있다. 많은 연구자들이 비언어적 단서의 중요성을 연구하였다. Haase와 Tepper(1972)는 공감의 의사소통에서 언어적, 비언어적 요인의 상대적 비중을 살펴본 연구에서, 치료회기를 오디오테이프만으로 평정하였을 때는 공감의 정확성을 66% 감소시킬 수 있다고 주장하였다. 억양, 얼굴 표정, 자세와 같은 치료자의 비언어적 행동은 그 자체로 중요한 의미를 가진다. 특히, 상담자 진정성의 평정척도인 Traux Self-Congruence Scale (1966)은 언어적 요인과 비언어적 요인간의 일치성을 중요한 평정 기준으로 제시하고 있기

에 오디오테이프뿐만 아니라 평정하였을 때는 그 한계가 더욱 클 것이다. 따라서 평정척도를 사용할 때는 비디오테이프나 직접관찰 등의 활용이 필요하다고 보여진다.

둘째, 평정자료의 표집과 관련한 것이다. 평정자료는 대부분 한 회기 내 3-5분 정도를 발췌하여 보는 방식으로 이루어져왔다. 그러나 이를 통해 상담자의 진정성을 평정하는 것이 가능한가? 만약 가능하다면 한 회기의 어느 부분을 표집 해야 하는가? 어떤 부분을 표집 하더라도 유사한 결과를 가져오는가? 이를 감안하여 Kiesler 척도는 내담자가 “자신에 대한 치료자의 감정이나 의견에 대해 분명하게 또는 암암리에 의문을 제기하는” 회기 부분을 발췌하여 평정하도록 한 바 있다. 또한 평정 자료를 한 회기에서만 표집하는지, 기간을 두고 초기, 중기, 종결 시점의 회기에서 각각 표집해야 하는지도 중요하게 고려해야 할 것이다. Lambert 등(1978)은 한 회기에서만 표집하는 것, 한 회기당 한 부분만을 표집한 것으로 전체치료를 일반화하는 것은 충분히 신뢰롭지 않다고 주장하였다. 추후연구에서는 표집을 달리하고 각각을 비교해봄으로써 가장 효과적인 표집방법을 찾아보는 것도 의미 있는 작업이 될 것이다.

마지막으로 평정자의 자질과 관련한 것이다. Traux 척도 개발 시 가졌던 가정은 그것들은 숙련된 민감한 치료자가 사용해야 한다는 것이었다. 그럼에도 불구하고 실제 연구는 훈련 중인 치료자나 대학원생이 평정자로 참여한 경우가 많다. 이는 평정자간 낮은 신뢰도로 연결될 수 있는데 Traux 척도의 평정자간 신뢰도는 .25에서 .95로(Traux & Carkhuff, 1967) 연구에 따라 차이가 크게 나타난다. 따라서 평정을 하고자 할 때는 숙련된 민감한 치료자

를 평정자로 활용하는 것이 필요하다고 할 것이다.

### 척도와 관련한 문제점

상담자 진정성 연구에 사용된 척도는 앞서 언급한 것처럼 상담관계척도(BLRI 혹은 TRQ), 실제관계척도의 하위요인이었다. 이들을 자세히 살펴보면 문제점 및 대안을 찾아보면 다음과 같다. 첫째, 연구목적에 맞는 척도를 선정하는 것이 필요하다. 상담관계안에서의 진정성을 평가한다고 하지만 상담관계척도와 실제관계척도간에는 기본적인 차이점이 있다. 상담관계척도는 상담관계 안에서 상담자가 진정성 있는지를 평가하도록 하는 반면 실제관계척도는 내담자, 상담자 그리고 서로의 관계가 얼마나 진정성 있는지를 평가하도록 되어 있다. 이는 상담관계를 바라보는 관점의 차이를 반영한다. 좀 더 자세히 살펴보면 하자. 상담관계척도는 Rogers의 관점에 기초하여 상담자가 제공한 태도 및 의사소통에 초점을 맞춘다. 따라서 상담관계에서 상담자가 얼마나 진실하기를 살펴보는 것이 주요문항내용이다. 구체적인 문항을 살펴보면 “나는 실제 이상으로 내담자를 좋아하고 이해하는 체한다”, “나의 말은 나의 생각이나 느낌과 결코 모순되지 않는다”, “나는 내담자를 당황하게 만들 말을 하지 않으려고 애쓴다”와 같은 것들이다. 그러나 실제관계척도를 개발한 Gelso와 Carter(1985)는 관계에 대하여 “상담 참여자들이 서로를 향해 가지는 감정과 태도, 그리고 이것들이 표현되는 방식”이라고 정의하였다. 이에 기초하여 실제관계 척도는 양방향 이론에 근거하여 개발되었으며 관계 속에서 자기, 상대방, 관계에 대한 자신의 지각을 측정한다. 즉, 상담자용 척도인 경우 상담자들을 대상으로 상

답자 자신(내담자에 대해서 정말 내가 무엇을 느끼는지를 표현하는 것은 어렵다 등), 내담자(내담자는 그/그녀의 가장 취약한 부분들을 나와 공유한다 등), 관계(내담자와 나는 우리 관계에서 진솔할 수 있다 등)에 대하여 얼마나 진정성 있다고 느끼는지를 묻는 문항들로 이루어져있는 것이다. 이러한 차이점에도 불구하고 개관연구에서는 이 둘을 동일하게 취급하고 있다(see Kolden et al., 2011). 상담자 진정성을 어떻게 정의하고 어떤 척도를 사용하는가에 따라 다른 연구결과가 나타나리라는 것은 자명한 이치이다. 용어만 같다고 하여 동일하게 취급하기보다는 각각의 척도 간에는 어떠한 차이점이 있는지 분명히 하는 작업이 선행되어야 하며 이를 토대로 연구목적에 맞는 척도를 사용하는 것이 필요하다. 김수안과 민경환(2011)의 경우, 탄력성과 정서적 특성과의 관계 연구를 위해 기존의 탄력성 척도들을 비교 검토하는 선행연구를 실시하여 가장 적절한 척도를 찾아낸 후 본 연구를 진행한 바 있는데, 이는 좋은 선례가 될 수 있을 것이다.

둘째, 상담자 진정성 개념에 대한 깊이 있는 탐색과 이를 반영한 척도 개발이 필요하다. 각 척도들 간에는 상담관계를 어떻게 바라보느냐에 따른 관점의 차이가 존재하지만 상담관계의 하위변인으로 포함되어있으면서 단일 요인으로 구성되어있다는 유사점이 있다. 즉, 상담자의 진정성을 측정하는데 있어서 상담관계 안에서 얼마나 진실되고 일치하는지가 주요 평가 기준이다. 그러나 상담자 진정성을 단지 관계 안에서 보이는 모습만으로 평가할 수 있는 것인가? 앞에서 살펴본 것처럼 상담자 진정성은 그리 단순한 개념이 아니며 다양한 요인들로 구성된 복합요인일 수 있다. 따라서 진정성 개념에 대한 깊이 있는 탐색과

이를 반영한 척도 개발이 필요하다. 이를 위해서는 일반적인 진정성 척도에는 어떠한 것들이 있으며 어떻게 개념화하고 있는지를 살펴보는 것이 도움이 될 것이다.

진정성 척도는 진정성을 참자기를 나타내는 안정적인 내적 구조와 같은 개인차 변인으로 볼 것인지, 특정한 타인과의 관계에서 자기에 대한 독특한 경험을 뜻하는 관계 구성개념으로 볼 것인지 아니면 이 둘의 조합으로 볼 것인지에 따라(Lopez & Rice, 2006) 다양하게 나타난다.

Authenticity Inventory(AI)는 Goldman과 Kerns(2002)가 개발한 척도로 진정성을 ‘한 개인의 일상에서 참자기 곧 핵심자기가 방해받지 않고 작동하는 것’으로 정의하면서 자기이해, 비편향된 과정, 행동, 관계지향성의 4개 하위척도로 구성하였다. 자기이해(awareness)는 자신의 동기, 느낌, 욕구, 자기관련인지 등을 알아차리는 것이며 비편향된 과정(unbiased processing)은 자기관련 정보를 객관적으로 바라보는 것으로 핵심자기 측면을 객관적으로 수용하고 인식하려는 의지와 능력을 반영한다. 행동(behavior)은 자신의 가치와 선호경향성이 일치되는 방식으로 행동하는 것을 의미하며, 마지막은 관계지향성(relational orientation)으로 친밀한 관계에서 개방성, 성실성, 참됨을 가치 있게 여기고 추구하는 것을 뜻한다. 가장 최신 판은 2006년에 3번째로 개정된 척도(AI3)로 총 45문항으로 이루어져있다.

Authentic Scale은 Wood와 Linley, Maltby, Baliouis, Joseph(2008)이 만든 척도이다. 진정성은 ‘개인의 일차적 경험, 상징화된 이해, 외부 행동과 의사소통 3수준간의 일관성’을 의미한다고 한 Barrett-Lennard(1998)의 정의에 근거하여 만들어졌다. 이에 따라 진정성을 3 요인으



로 구성하였는데, 첫 번째 요인은 ‘자기소외’로 개인의 실제 경험과 의식적 자각 사이의 괴할 수 없는 불일치를 의미한다. 두 번째 요인인 ‘진정한 삶’은 의식적으로 지각된 경험과 행동 사이의 일치를 나타낸다. 세 번째 요인인 ‘외부 영향의 수용’은 타인의 영향과 기대에 순응해야 한다는 믿음을 받아들이는 정도를 뜻한다. 총 12문항으로 이루어져있으며 국내에서는 이향숙(2009)이 번안, 타당화 작업을 하였다.

위의 두 척도가 기질 진정성을 재는 것에 비하여 나머지 척도들은 관계 안에서의 진정성을 측정한다. STSS(Silencing the Self Scale)은 Jack과 Dill(1992)이 개발한 22문항으로 이루어진 척도로, 친밀한 관계에서의 진정성 관련 기능에 근거한 문항들로 이루어져있다. 이들은 진정성을 4가지 요인으로 나누어 설명하는데 첫 번째 요인은 ‘외현화된 자가지각’으로 이는 개인이 자신을 외적으로 파생된 기준에 의해 판단하고 정의하는 정도를 일컫는다. 두 번째는 ‘자기희생물로서의 돌봄’이며, 자기의 욕구 위에 타인의 욕구를 놓음으로써 타인과 정서적 연결을 구하려는 경향을 말한다. 세 번째는 ‘자기를 고요히 하는 것’으로 관계갈등이나 상실을 피하기 위하여 진정한 자기표현을 금지하는 것을 말한다. 마지막으로 네 번째는 ‘구분된 자기’로 내적 자기가 화가 나고 적개심이 일어나는 동안 반드시 있어야 하는 어떤 역할에 맞추어 살아가는 외부 순응 자기를 나타내는 경험을 말한다.

AIRS(The Authenticity in Relationship Scale) 또한 관계에서의 진정성을 재는 척도인데, Lopez와 Rice(2006)가 개발하였으며, 총 24문항으로 이루어져있다. 이들은 관계 진정성을 ‘개인적 불편과 파트너의 비수용 및 관계 불안정의 위

험을 무릅쓰고 생생한 자기 경험에 대하여 정확하게 교환하기를 선호하는 관계 도식’으로 정의하면서 2개 하위척도로 구성하였다. 첫째 요인은 ‘속임수에 대한 비수용’으로 이는 거짓된 자기표상과 부정확한 파트너 표상에 대한 수용 의지가 낮음을 뜻한다. 둘째 요인은 ‘친밀함에 대한 위협 무릅쓰기’로 억압되지 않은 친밀한 자기개방을 의미한다.

ASAS(Authenticity of Self Aspects Scale)은 Sheldon과 Ryan, Rawstorne, Ilardi(1997)가 개발한 척도로 역할 또는 관계가 개인이 자신의 역할에서 진정하게 느끼고 행동하도록 허용하고 자신의 진정한 자기를 자유롭게 표현할 수 있도록 하는 정도를 측정하는 5문항으로 이루어져있다.

진정성을 개인 특질과 관계 구성개념의 조합으로 본 학자로는 Harter(1999, 2002)가 있다. Harter(1999)는 진정성을 ‘자기의 개인 경험을 소유하고 자신의 생각, 감정, 욕구, 바람, 선호, 믿음대로 존재하며, 내적인 경험과 일치하는 방향으로 자기를 표현하는 것’으로 정의하였으나 이를 반영한 척도는 아직 개발되지 않았다.

진정성 척도가 진정성을 특질변인으로 볼 것인지, 관계변인으로 볼 것인지, 둘의 조합으로 볼 것인지에 따라 다양한 것처럼 상담자 진정성과 관련하여서도 유사한 논의가 이루어질 수 있다. 현재 사용되는 상담자 진정성 척도들이 상담관계 안에서의 모습만을 다루고 있다는 것은 관계변인으로 본 측면이 강하다. 그러나 상담자 진정성의 개념을 정리하면서 상담자 진정성은 내적으로는 상담자 자신, 내담자, 관계에 대하여 알아차리고 자각해나가도록 계속적으로 노력하는 과정을 의미하며, 외적으로는 내담자와의 진실한 만남 속에서

알아차리고 경험된 것들을 적절하고 진실 되게 의사소통하는 과정을 일컫는다고 한 바 있다. 이는 Harter(1999)의 진정성 정의와 유사하다. 상담관계 안에서 잘 알아차리고 진실되게 의사소통하는 것도 중요하지만 그 이전에 상담자 스스로에 대하여 잘 알아차리고 자각하고 있는지가 전제되어야 한다. 이후 연구에서는 이를 좀 더 깊이 있게 탐색하고 확인하여 내적인 과정과 상담관계에서 나타나는 외적인 과정 둘 다를 반영하는 새로운 척도의 개발이 필요하다 보여진다.

#### 관련변인간의 관계 검증 문제

Kolden 등(2011)이 진정성과 치료효과와의 관계를 메타 분석한 결과 각 연구들의 효과크기 추정치는 -.26에서 .69까지 다양하게 나타났다. 이는 이들 간의 변산성을 설명할 수 있는 다른 중재변인에 대한 검토를 필요로 한다. 이미 변인들 간의 관계를 밝혀주는 많은 연구들이 진행되어왔다. 그러나 이들의 관계 검증 방식은 단순히 상관계수를 보거나(Traux, 1965), 집단 간 평균을 비교하는 변량분석(Rogers et al., 1967; Traux, 1968; Ziemelis, 1974)을 통해 이루어져왔다. 이는 관련변인들간의 구조적 관계를 살펴보는 데는 한계가 있다. 이들 간의 구조적 관계를 살펴볼 수 있는 다양한 통계기법의 활용이 필요하다. 경로분석, 구조방정식의 활용은 변인들 간의 구조적 관계를 좀 더 선명하게 살펴볼 수 있도록 할 것이다.

중재변인이 될 수 있는 다양한 변인들을 고려할 필요도 있다. 중재변인은 매개변인이 될 수도 있고 조절변인이 될 수도 있으며 이 둘을 함께 검토할 수도 있다. 어떤 변인이 매개

변인이냐 조절변인이냐는 기존의 이론이나 선행연구결과를 근거하여 선정한다(서영석, 2010). 예를 들면 내담자의 자기탐색은 진정성이 치료효과를 내는데 있어 매개변인이 될 수 있으며, 상담자 경력은 조절변인으로 작용하여 상담자 경력에 따라 효과크기에 영향을 미칠 수 있다. 매개검증인지, 조절검증인지, 이 둘을 함께 검증하고자 하는 것인지에 대한 명확한 제시와 이에 따른 결과는 이들 간의 관계를 좀 더 선명하게 나타내줄 것이다. 또한 지금까지는 상담자 진정성이 치료효과와 어떤 관계를 가지는지, 치료효과에서 어느 정도를 예언하는지에 대하여만 관심이 있었다면 상담자 진정성이 중재요인으로 작용할 수 있는 가능성도 살펴보아야 할 것이다. Schnellbacher와 Leijssen(2009)의 질적연구는 진정성이 매개변인으로 작용할 수 있다는 가능성을 제시하였다. 상담자 진정성이 예언변인인지, 중재변인인지 살펴보는 것도 의미 있는 작업이 될 것이다.

미국심리학회 심리치료분과위원회는 상담관계와 치료효과와의 관계를 다룬 연구들을 검토하면서, 이후의 연구에서는 상담자의 반응성에 관심을 기울여야 한다고 하였다. 반응성이란 상황에 따라 다양하게 여러 수준에서 일어나는 상담자 행동을 말하는데, 효과적인 상담자들은 내담자의 다양한 욕구에 반응적이며, 사례에 따라 다양한 관계 요소 수준을 제공하며, 같은 사례라도 다른 순간에 따라 각각 다르게 반응한다는 것이다(Norcross & Wampold, 2011). 이러한 상담과정에서 나타나는 반응성을 어떻게 밝혀내느냐는 이후 연구에서 중요하게 다루어져야 할 부분이다. Schnellbacher와 Leijssen(2009) 또한 진정성이 효과를 내기 위해서는 내담자의 구체적인 요구에 민감해야 하며 내담자의 기대, 대인관계 스타일에 따라 조율

할 필요성이 있다고 보고하였다. 이는 진정성 있는 의사소통을 어떻게 해야하는가와 관련하여 중요한 시사점을 주며 이후 연구를 통해 구체화된 탐색이 필요하다 보여진다. 상담자-내담자 언어적 상호작용을 구체화함으로써 상담자의 진정성 있는 개입이 내담자의 특성에 따라 어떻게 지각되고 어떠한 결과를 나타내는지 살펴보는 것도 하나의 방법이 될 수 있을 것이다.

### 요약 및 결론

본 연구의 목적은 현재까지 진행된 상담자 진정성 연구를 정리하고 비판적으로 고찰해봄으로써 문제점 및 이후 연구를 위한 대안을 제시하고자 하는 것이었다. 이를 위해 우선 상담자 진정성의 개념을 인본주의적 관점 뿐만 아니라 실존주의적 관점, 정신역동적 관점, 기타 연구 및 관점들을 통하여 살펴보았다. 상담자 진정성을 재기위하여 어떠한 측정도구들이 사용되었는지 제시하였으며, 상담관련변인들 간의 관계를 개관하였다. 또한 연구에서 나타난 문제점들을 개념화의 문제, 측정의 문제, 관련변인들간의 관계 검증의 문제 3가지로 요약하고 이후 연구를 위한 대안을 제시하였다.

위의 대안들을 고려하여 다양한 연구들을 진행할 수 있을 것이다. 첫째, 상담자의 진정성 개념에 대한 다양한 연구들이 이루어질 수 있다. 본 논문에서 간략하게 정리하기는 하였으나 이것은 시작에 불과하다. 여러 관점에서 상담자 진정성을 어떻게 개념화하고 있는지, 구성요인은 무엇인지, 구성요인들 간의 관계는 어떠한지 등을 구체적으로 살펴볼 필요가

있다. 이론적 논의뿐만 아니라 실제 치료과정에서의 질적 연구도 필요하다. 국외에서는 이미 이러한 시도들이 진행되고 있는데 반해 국내에서는 이제 막 시작단계에 있다. 진정성이 문화 보편적인 공통요인이긴 하나, 관계적인 측면에서는 문화에 따라 다른 양상으로 나타날 수 있다. 국내의 상담자, 내담자를 대상으로 진정성에 대하여 어떠한 기대나 가치관을 가지고 있는지, 진정성을 어떻게 경험하고 있고 상담에서 어떠한 기능을 한다고 보는지 살펴보는 것이 필요할 것이다. 둘째, 상담자 진정성에 대한 깊이 있는 탐색을 통해 한국적 상황에 맞는 진정성 척도를 개발하고 타당화하는 작업이 필요할 것이다. 이는 진정성에 대한 경험연구를 촉발시키고 진정성의 특성을 좀 더 명확히 살펴볼 수 있도록 도울 것이다. 셋째, 위에서 논의된 여러 요인들을 검토하면서 상담자의 진정성과 상담과정, 상담성과와의 관계를 살펴보는 연구가 필요할 것이다. 보다 다양한 통계방법들에 대한 고민이 필요하다. 경로분석설계나 구조방정식의 활용은 진정성이 상담성과의 예언변인인지, 중재변인인지를 살펴보는 데 도움을 줄 수 있으며, 이를 통해 진정성이 상담성과에 직접적으로 기여하는지, 간접적으로 기여하는지를 확인해볼 수 있을 것이다.

상담이 진정한 자기를 찾아나가는 과정이라고 할 때 진정성은 상담의 목표일뿐 아니라 주요한 과정변인일 수 있다. 진정성에 대한 연구는 이제부터 시작이다. 국내에 관련 연구가 거의 없는 상황에서 본 연구는 상담자 진정성에 대한 관심 및 이후 연구를 위한 첫걸음을 떼었다는데 의의를 둘 수 있을 것이다. 추후 연구에서는 이를 통해 상담 내에서의 진정성에 대한 좀 더 활발한 논의와 심층적인

발견을 해나갈 수 있으리라 기대해본다.

### 참고문헌

- 국립국어연구원 (1999). 표준국어대사전. 두산동아.
- 김미경 (2002). 로저스의 인간중심 상담에서 '진실성'의 의미. 연세대학교 석사학위 청구논문.
- 김수안, 민경환 (2011). 탄력성 척도의 비교 및 탄력성과 정서적 특성과의 관계 탐색. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 25(2), 223-243.
- 김예실, 이희경 (2010). 진정성에 대한 고찰. 서강대학교 인간이해, 31(2), 1-21.
- 김홍중 (2009). 진정성의 기원과 구조. 한국사회학, 43(5), 1-29.
- 박성희 (2011). 진정성. 서울: 이너박스.
- 서영석 (2010). 상담심리연구에서 매개효과와 조절효과 검증: 개념적 구분 및 자료분석 시 고려사항. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(4), 1147-1168.
- 서영석, 조화진, 조민아, 김민선, 최바울, 고은영, 안하얀, 백근영, 최영희, 석분옥, 이정선, 민경화, 김효주, 박준호 (2012). 상담자 즉시성이 상담회기평가 및 작업동맹에 미치는 영향: 회기-내담자-상담자 3수준 다층모형 검증. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 24(4), 753-781.
- 윤순임 (2002). 정신분석의 기법정신. 임상심리학의 최근동향. 김중술교수 정년퇴임기념 심포지엄.
- 이향숙 (2009). 진실성과 주관적 안녕감과의 관계에서 기본 심리적 욕구의 매개효과 검증. 아주대학교 석사학위 청구논문.
- 정방자 (1986). 정신역동적 상담과정에서의 상담자와 내담자의 언어반응 변화분석. 서울대학교 박사학위 청구논문.
- 조금호 (2007). 동아시아 집단주의와 유학사상: 그 관련성의 심리학적 탐색. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 21(4), 21-54.
- 최한나 (2011). 한국판 실제관계 척도-상담자용 (K-RRIT)의 타당화를 위한 예비연구. 상담학 연구, 12(1), 143-158.
- 한규석 (1991). 사회심리학 이론의 문화특수성: 한국인의 사회심리학 연구를 위한 고찰. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 6(1), 132-155.
- 홍종관 (2005). 상담자의 '진실성'에 관한 연구. 교육문화연구, 11, 597-617.
- Abramovitz, S. I., & Abramovitz, C. V. (1974). Psychological-mindedness and benefit from insight oriented group therapy. *Archives of General Psychiatry*, 30, 610-615.
- Bader, M. J. (1995). Authenticity and the psychology of choice in the analyst. *Psychoanalytic Quarterly*, 64(2), 282-305.
- Barrett-Lennard, G. T. (1959). *Dimensions of perceived therapist response related to therapeutic change*. Doctoral dissertation, University of Chicago.
- Boccaro, P., Gaddini, A., & Riefolo, G. (2009). Authenticity and the analytic process. *The American Journal of Psychoanalysis*, 69, 348-362.
- Buber, M. (1958). *I and Thou* (2nd ed., R. G. Smith, Trans.). Edinburgh; T&T Clark.
- Bugental, J. F. (1965). *The search for authenticity: An existential-analytic approach to psychotherapy*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

- Burks, D. J. (2009). *Psychologists' Authenticity*. Doctoral dissertation, University of Oklahoma, Oklahoma, USA.
- Fosshage, J. L. (1995). Interaction in psychoanalysis: A broadening horizon. *Psychoanalytic Dialogues*, 5.
- Frankl, V. E. (1984). *Man's search for meaning* (Rev. ed). NY: Washington Square.
- Gabbard, G. O. (2008). 역동정신의학 [Psychodynamic psychiatry]. (이정태 역). 서울: 하나의학사. (원전은 2005에 출판).
- Gelso, C. J., & Carter, J. A. (1985). The relationship in counseling and psychotherapy. *The Counseling Psychologist*, 13, 155-244.
- Gelso, C. J., & Hayes, J. A. (1998). *The psychotherapy relationship: Theory, research, and practice*. New York: Wiley.
- Gelso, C. J., Kelley, F. A., Furtess, J. N., Marmarosh, C., Holmes, S. E., & Costa, C. (2005). Measuring the real relationship in psychotherapy: Initial validation of the therapist form. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 640-649.
- Goldman, B. M., & Kernis, M. H. (2002). The role of authenticity in healthy psychological functioning and subjective well-being. *Annals of the American Psychotherapy Association*, 5, 18-20.
- Greenberg, L. S. (1986). Change process research. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54, 4-9.
- Greenson, R. R. (1967). *The technique and practice of psychoanalysis* (Vol. 1). Madison, CT: International Universities Press.
- Gurman, A. S. (1973). Effects of the therapist and patient mood on the therapeutic functioning of high- and low- facilitative therapists. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 40, 48-58.
- Hammond, D. C., Hepworth, D. H., & Smith, V. G. (2002). *Improving therapeutic communication: A guide for developing effective techniques*. Jossey-Bass.
- Harter, S. (1999). *The construction of the self: A developmental perspective*. NY: Guilford.
- Harter, S. (2002). Authenticity. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp.382-394). New York: Oxford University Press.
- Haase, R. F., & Tepper, D. T. (1972). Nonverbal components of empathic communication. *Journal of Counseling Psychology*, 19, 417-424.
- Heid, L. S., & Parish, M. T. (1997). The nature of self-integrated authenticity in counselors and therapists. In *Caring in an age of technology. Proceedings of the International Conference on Counseling in the 21st century*, Beijing, China.
- Klein, M. H., Michels, J. L., Kolden, G. G., & Chisolm-Stockard, S. (2001). Congruence or genuineness. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 38(4), 396-400.
- Kolden, G. G., Klein, M. H., Wang, C., & Austin, S. B. (2011). Congruence/Genuineness. *Psychotherapy: Theory/Research/Practice/Training*, 48(1), 65-71.
- Jack, D. C., & Dill, D. (1992). The Silencing the Self Scale: Schemas of intimacy associated with depression in women. *Psychology of Women Quarterly*, 16, 97-106.
- Janowsky, D. S., Kraft, A., Clopton, P., & Huey,

- L. (1984). Relationships of mood and interpersonal perceptions. *Comprehensive Psychiatry*, 25, 546-555.
- Jordan, J. V. (2001). A relational-cultural model: Healing through mutual empathy. *Bulletin of the Menninger clinic*, 65(1), 92-103.
- Kelly, F. A., Gelso, C. J., Jairo N., Fuertes, J. N., & Cheri Marmarosh, C. (2010). The Real relationship Inventory: Development and psychometric investigation of the client form. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 47(4), 540-553.
- Lambert, M. J., DeJulio, S. S., & Stein, D. M. (1978). Therapist interpersonal skills; Process, outcome, methodological considerations, and recommendations for future research. *Psychological Bulletin*, 85, 467-489.
- Lambert, M. J. (1992). Psychotherapy outcome research: Implications for integrative and eclectic therapists. In J. C. Norcross & M. R. Goldfried (Eds.), *Handbook of psychotherapy integration* (pp.94-129). New York: Basic Books.
- Levenson, E. A. (1982). Playground or playpen. *Contemporary Psychoanalysis*, 18, 365-372.
- Lietner, G. (1993). Authenticity, congruence, and transparency. In D. Brazier.(Ed.), *Beyond Carl Rogers: Toward a psychotherapy for the twenty-first century* (pp.17-46). London: Constable.
- Lin, T. T. (1973). Revision and validation of the Traux-Carkhuff relationship questionnaire. *Measurement and Evaluation in Guidance*, 6, 82-86.
- Lopez, F. G., & Rice, K. G. (2006). Preliminary development and validation of a measure of relationship authenticity. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 362-371.
- May, R. (1969). *Love and Will*. Collins, London.
- Miars, R. D. (2002). Existential authenticity: A foundational value for counseling. *Counseling and Values*, 46(3), 218-225.
- Minnillo, P. R. (2007). *A grounded theoretical approach to the origin and significance of authenticity as perceived by therapists within the therapeutic encounter*. Doctoral dissertation, Indiana university, Indiana.
- Morstyn, R. (2002). The therapist's dilemma: Be sincere or fake it? *Australasian Psychiatry*, 10(4), 325-329.
- Neri, C. (2008). Authenticity as an aim of psychoanalysis. *The American Journal of Psychoanalysis*, 68, 325-349.
- Norcross, J. C. (2001). Empirically supported therapy relationships: Summary report of the Division 29 Task Force. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 38(4), 495-497.
- Norcross, J. C., & Wampold, B. E. (2011). Evidence-based therapy relationships: Research conclusions and clinical practices. *Psychotherapy: Theory/Research/Practice/Training*, 48(1), 98-102.
- Orange, D. M. (2002). There is no outside: Empathy and Authenticity in Psychoanalytic Process. *Psychoanalytic Psychology*, 19, 686-700.
- Orlinsky, D. E., & Howard, K. I. (1978). *The relation of process to outcome in psychotherapy*. In S. L. Garfield & A. E. Bergin (Eds.), *Handbook of psychotherapy and behavior change* (2nd ed., 283-329). New-York; Wiley.
- Poland, W. S. (1984). Analyst's Neutrality. *Journal of American Psychoanalytic Association*, 32, 283-

- 299.
- Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology, 21*, 95-103.
- Rogers, C. R. (1986). Reflection of feelings and transference. *Person-Centered Review, 1*, 375-377.
- Rogers, C. R. (1995). What understanding and acceptance mean to me. *Journal of Humanistic Psychology, 35*(4), 7-22.
- Rogers, C. R., Gendlin, E. T., Kiesler, D. J., & Traux, C. B. (Eds.) (1967). *The therapeutic relationship and its impact; A study of psychotherapy with schizophrenics*. Madison, WI; University of Wisconsin Press.
- Samuel, A. (1993). What is a good training? *British Journal of Psychotherapy, 9*(3), 317-323.
- Schnellbacher, J. & Leijssen, M. (2009). The significance of therapist genuineness from the client's perspective. *Journal of humanistic psychology, 49*(2), 207-228.
- Sheldon, K., Ryan, R., Rawsthorne, L. & Ilardi, B. (1997). Trait self and true self: Cross-role variation in the big five personality traits and its relations with psychological authenticity and subjective well being. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*(6), 1380-1393.
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New york: Norton.
- Summers, F. L. (2004) 대상관계이론과 정신병리학[*Object relations theories and psychopathology*]. (이재훈 역). 서울: 한국심리치료연구소. (원전은 1994에 출판).
- Traux, C. B. (1966). Therapist empathy, warmth and genuineness and patient personality change in group psychotherapy; A comparison between interaction unit measures, time sample measures, and patient perception measures. *Journal of Clinical Psychology, 22*, 225-229.
- Traux, C. B. (1968). Therapist interpersonal reinforcement of client self-exploration and therapeutic outcome in group therapy. *Journal of Counseling Psychology, 15*, 225-231.
- Traux, C. B., & Carkuff, R. R. (1965). Client and therapist transparency in the psychotherapeutic encounter. *Journal of Counseling Psychology, 12*, 3-9.
- Traux, C. B., & Carkuff, R. R. (1967). *Toward effective counseling and psychotherapy; Training and practice*. Chicago; Aldine.
- Tudor, K., & Worrall, M. (1994). Congruence reconsidered. *British Journal of Guidance & Counselling, 22*(2), 197-206.
- Watson, J. C., Greenberg, L. S., & Lietaer, G. (1998). *The experiential paradigm unfolding; Relationship and experiencing in therapy*. In L. S. Greenberg, J. C. Watson, & G. Lietaer (Eds.), *Handbook of experiential psychotherapy* (pp. 3-27). New York; Guilford Press.
- Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Baliousis, M., & Joseph, S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the authenticity scale. *Journal of Counseling Psychology, 55*(3), 385-399.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential Psychotherapy*. NY: Basic Books.
- Zane, N., Hall, G. N., Sue, S., Young, K., & Nunez, J. (2004). *Research on psychotherapy with culturally diverse populations*. In M. J.

- Lambert(Ed.), Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change. (5th ed., pp.767-804). New York; Wiley.
- Ziemelis, A. (1974). Effects of client preference and expectancy upon the initial interview. *Journal of Counseling Psychology*, 21, 23-30.

원 고 접 수 일 : 2013. 03. 30  
수정원고접수일 : 2013. 07. 09  
게 재 결 정 일 : 2013. 07. 20



## **A Critical Review of Studies on the Counselor's Authenticity**

**Jung-Soon Hong**

**Nam-Woon Jung**

The Catholic University of Korea

Authenticity is an important factor under general social interactions as well as counselor-client interaction. However, research on authenticity in counseling setting was rarely conducted due to difficulty of definition and systematic organization. Furthermore, the results in the previous studies were mixed and ambiguous. The purpose of this study was to review previous studies on the counselor's authenticity and to provide suggestions to further studies on the authenticity. First, we reviewed the humanistic, existentialist humanistic, and psychodynamic perspectives in defining counselor's authenticity. We also reviewed scales which were used to measure authenticity. Mediation variables on the relation between counselor's authenticity and outcomes were also presented. Second, reasons why mixed findings has been shown were discussed. Additionally, the problems and resolution which occurred in the middle of conceptualizing a counselor's authenticity and measuring the authenticity were discussed. Implications of the current study and future directions for research are discussed.

*Key words* : counselor authenticity, genuineness, counseling relationship