동양적 상담지도 이론모형의 탐색*

이 장 호 · 김 정 희

(서울대 심리학과) (전북대 심리학과)

본 연구는 한국인의 전통적 의식 구조를 바탕으로 한 상담 지도 관점을 체계화하고, 동양적 사상을 상담 지도 과정에 효과적으로 반영할 수 있는 방법을 탐색하며, 서구식 상담 모형과 동양식 모형의 통합 가능성을 모색하기 위한 것이다. 이 연구는 통계적 자료를 활용하기 보다는 사례연구와 문헌연구 및 관계 학자, 현장 상담자들과의 면접이나 토론 내용을 종합한 것으로 이루어져 있다.

첫번째 부분은 사례연구로서 서구식 상담 이론에 의한 상담 및 심리치료의 한계점에 관한 내담자의 반응 특성을 조사한 것이다. 조사된 35사례중 소수를 제외하고는 주로 인간 중심적 접근(N=8)과 절충식 접근(N=15)을 사용한 것이며, 그중 31사례는 성공적인 종결을 한 것이었다. 그 결과로 내담자들은 내면적 감정 세계에 대한 탐색이나 표현에 익숙하지 않으며, 감정을 직접 표현하기 보다는 간접적으로 표현하려는 경향이 있었다. 또한 1대1의 개인 면담 뿐 아니라 가족관계 내에서의 자아확인이 필요해 보였으며, 면접중의 행동변화를 위한 노력은 오히려 현실과의 갈등을 일으키는 경향이 있었다.

두번째는 동양적 상담 이론 모형의 탐색과 관련된 문헌들을 개관, 분석한 것이다. 여기에서는 상담 및 심리치료의 위상과 자기 이해(의식, 무의식, 전이)에 대한 동서양의 관점을 비교하고, 문화 보편주의적 관점과 문화 상대주의적 관점의 대립 속에서 갈등을 겪고 있는 동양적 상담, 심리치료 이론의 필요성과 그 논리를 형식 논리학과 양자 물리학의 원리를 빌어 제시하였다.

끝으로, 동양적 상담, 지도 모형의 탐색 부분에서는 동양적 정신 병리의 특성과 그 해결책에 관한 시사점을 불교의 선과 노장 철학을 중심으로 살펴 보았으며, 동양적 상담과 심리치료 모형의 개발을 위한 기초 자료로서 7가지 방향을 제시하였다.

1. 연구목적

현존 상담지도 이론들은 주로 서구의 개인주의적 문화양식을 토대로 한것이기 때문에 우리나를 포함한 가족주의적 동양문화권에 적합치 않다는 현장 상담지도자들의 비판이 있어왔다. 또한 심리학 및 정신의학분야에 있어서도 상담·심리치료 이론에 대한 범문화적 관점과 문화속성적 관점이 혼재하고 있는 가운데, 동양적 문화와 한국인의 의식구조에 적합한 상담지도 접근방식이 탐색되어야 한다는 것이 근년의 주요 당면과제로 인식되고 있다(

* 본 논문은 '동양적 상담지도 이론모형의 개발에 관한 연구(1)'제하의 1987-88년도 한국학술진흥재단 학술연구조성비에 의한 연구결과의 1차 보고서임.

이동식, 1969, 1986 ; 이장호, 1986, 1988 ; 윤호균, 1983 ; 이은순, 1989).

이와 같은 배경에서 설정된 본 연구의 목적 및 필요성은 다음과 같이 집약될 수 있다.

(1) 한·중·일(韓·中·日)의 동양문화권과 한국인의 전통적·시대적 의식구조를 바탕으로 한 상담지도 관점(또는 철학)의 체계화

(2) 긴장, 욕구의 해소보다 절제, 극기 및 대인적 상호관계의 조화를 강조하는 동양사상을 상담지도과정에 효과적으로 반영할 수 있는 방법의 개발

(3) 증상해소, 당면 행동계획의 수립 등을 특징으로 하는 서구식 상담모형과 인간관계의 도리, 수심(修心)을 강조하는 동양식 접근모형의 통합가능성의 모색 등.

2. 연구방법 및 연구내용

상기한 연구목적은 연구필요에 의한 총체적인 접근방향이므로, 이를 연구과제로서 구체화시키기 위하여 다음과 같이 연구내용의 범위를 정하였다.

(1) 서구식 상담이론에 의한 상담·심리치료 성과의 한계점에 관한 내담자 반응 특성 조사.

(2) 동양적 상담이론 모형의 탐색과 관련된 국내외 문헌들의 개관 및 분석

(3) 상기 (1)항 및 (2)항의 내담자 반응 특성 조사결과와 관련문헌 분석결과를 토대로 한 동양적 상담이론 및 접근방법의 개념화

본 연구의 연구 방법에 있어서는 이러한 연구과제의 성격상 통계적 분석이나 수량적 검증에 의존하지 않고, 주로 (1) 사례 연구, (2) 문헌·자료의 분석, (3) 관계학자·현장 상담지도자들과의 면접 및 토론 내용의 종합등의 방법을 사용하였다. 1987년 8월부터 1989년 12월까지에 걸친 연구기간중 연구조사에 활용된 사례수, 조사문헌의 범위 및 관계학자·현장 상담자들과의 토의 회수는 다음과 같다.

○ 상담의 과정·결과에 대한 반응 조사 사례 :

대학상담실 학생사례 20
일반 사회인 상담사례 15

○ 조사된 관련문헌· 자료의 수 :

국내 문헌·자료 8종
국외 문헌·자료 12종

○ 관계학자·현장상담자와의 토의 :

〈회합〉 서울대 임상·상담심리학교실 세미나 1회 (12명)
한국 심리학회 상담심리분과 회원 모임 1회 (7명)
대학학생상담 전문가 실습지도 세미나 회원 모임 1회 (6명)
서울지역 중고등학교 상담교사 실습지도회의 1회 (8명)
아세아 심리교육 상담자협회(APECA)회의 참석 상담전문가 간담회 1회 (4명, 방콕)
〈개인 면담〉 총 5회(6명)

3. 연구자료의 분석 및 관계학자들과의 토의 결과

3-1. 사례연구

(1) 내담자 반응의 특성

조사대상이 된 총 35사례중 20사례는 연구자의 상담사례들로서 Rogers의 인간중심적 접근 (8), 정신분석적 접근 (5), 행동주의적 접근 (2), 및 절충주의식 접근 (5)을 활용하였고, 나머지 15사례는 강원대와 서울대 학생

생활연구소상담실 상담자 2명(상담심리학 전공)의 사례들로서 주로 활용된 접근방법은 '절충식'접근의 범주에 속하는 것으로 판정되었다. 연구자의 인간중심 접근은 반영(reflection), 공감적 이해(empathic understanding)를 중심으로, 정신분석적 접근은 무의식적 동기의 해석(interpretation)을 중심으로, 그리고 행동주의적 접근은 이완훈련(relaxation training)·역할연습(role playing)·행동단계(계획)의 수립 등을 중심으로 하였고, 이들 접근방법과 기타 사례처리방식은 대체로 Corsini 등(1984) 대표적인 서구 상담이론서의 내용을 근거로 삼았다. 연구자외 상담자 2명의 사례들은 대체로 탐색적 질문, 내담자 의식과정에 대한 명료화적 해석, 역할연습, 공감적 이해반응, 바람직한 언어행동에 대한 강화 등을 사용한 것으로서, 사례들을 담당했던 상담자와 연구자간의 사후토의과정에서 특정이론이 아닌 절충식 접근인 것으로 의견이 일치되었다.

내담자들의 상담결과에 대한 반응특성을 서구적 상담이론 및 접근방법의 한계와 관련지어 조사하기 위해서, 사례종결시에 (1) 이 상담에서 가장 미흡하게 느껴졌던 점이 무엇인가? (2) 상담자의 면접 진행방식에서 가장 부담스럽게 느꼈던 점이 무엇인가?를 묻거나 소감문에 이들 질문에 대한 반응을 포함하도록 하였다. 이들 응답결과를 세 서구식 이론 및 절충식 접근의 사례별로 대표적인 것들을 분류한 것이 다음과 같다.

(가) 인간중심적 접근의 사례 (N= 28) :

○ "이해만 해주지 말고, 차라리 야단을 쳐주었으면 좋았을지도 모른다."

○ "(상담자의 주문에 의하여)감정을 표현(말)하기 힘들었다."

○ "상담을 받을 때는 마음이 다소 편안했지만, 상담을 받지 않는 시간에는 여전히 고민스러웠다."

(나) 정신분석적 접근의 사례 (N=5)

○ "면접을 할때마다 상담자가 나의 마음을 들쑤셔 놓았기 때문에 부담스러웠다. 상담을 받고 싶지 않은 적도 있었다."

○ "상담자가 질문을 많이 하나, 어떻게 살아가야 할지에 대한 방향제시가 없다."

○ "현재의 상황을 과거의 의식배경에서 규명했다고 보지만, 나의 문제는 여전히 남아 있다."

"나의 성장배경과 가족관계에서 문제의 원인을 밝히기는 했지만, 나의 외로움과 우울은 효과적으로 다루어지지 못했다."

(다) 행동주의적 접근의 사례 (N=2)

"이완훈련은 면접중에만 상담자의 지시에 따라 가능하고, 그 효과도 일시적인 것 같다."

"내가 어떻게 살아가야 할지, 또는 삶의 의미를 어디서 찾아야 할지에 대한 방향제시가 미흡하다."

"나만 이런 훈련을 받아서는 소용이 없다. 가족 등 주변 인물들이 달라져야 할 것이다"

(라) 절충식 접근의 사례 (N=15)

"좀더 나이 많은 상담자라면 좋겠다."

"믿음과 사랑도 좋지만, 장래에 대한 희망(비전)이 제시되지 않았다."

"상담자가 나의 외로움을 이해하려는 노력에는 한계가 있는것 같다." "외로운대로 참고 살라고 말해주는 것이 오히려 나을 것이다."

"생각은 다소 정리되었지만, 나의 문제의 바탕은 그대로 남아 있다."

(2) 서구식 접근방법에 대한 상담자의 소감

본 연구의 조사 사례들(N=35)을 담당했던 상담자 3인이 상담결과를 검토하는 과정에서 현존 서구식 상담이론 및 접근방법의 한계와

관련하여 다음과 같은 소감이 피력되었다.

○ "분석적인 접근에서 통찰(insight)이 어렵게 이루어졌다고 하더라도, 내담자의 본질적인 문제가 해결되었다는 상호간의 만족감이 없다."

○ "행동주의적 방법을 적용하는데는 내담자의 의식 및 행동연습 차원에서 상당한 부담이 따른다."

○ "인간중심적 접근에 따른 감정 반영(reflection)은 특히 내담자의 부정적 감정의 경우 내담자가 대단히 당혹스러워하는 등의 장애요소가 수반된다. 이는 감정표현을 억제하는 동양문화권의 생활습관 때문이다."

○ "증상·문제중심의 서구이론에 의존하기보다 성장적 잠재력(또는 긍정적 자질, 장점)을 활용해야 할 것으로 사료되나, 그 방법이 막연하다."

(3) 내담자 반응과 상담자 소감으로부터의 시사점

이상의 사례 내담자들과 상담자들이 상담과정과 결과에서 느끼는 미흡한 점과 불만족에 대한 가능한 시사점을 찾고저 했다. 우선 본 연구의 조사자료였던 35사례들중 4사례를 제외하고는 모두 내담자와 상담자간에 상담의 목표가 대체로 달성되었거나 더 이상 계속 상담할 필요가 없다는 합의에 도달하여 종결되었다는 점을 고려할 필요가 있을것이다. 나머지 4사례는 상담자측에서는 상담의 지속을 권유했으나 내담자측에서 상담료의 지불부담 및 기타 사정(가족의 반대, 본인 스스로의 문제극복 결심 등)으로 조기종결된 일반 사회인 상담사례였다.

사례들을 다룬 상담자 3명중 20사례를 다룬 본 연구자는 처음 분석적 접근과 인간중심 접근에 접하면서 상담·심리치료계에 입문한후 3년간의 미국수학 기간중에 학습한 행동주의적 접근, 형태치료(Gestalt therapy)등 서구식 상담이론으로 한국에서 약 15년간 상담활동을 해온 경력의 소유자이다. 나머지 2명 중 한 사람은 미국에서 석사과정을 마치고 국내에서 상담심리학 박사학위를 취득한후 대학학생상담실에서 250여회의 상담면접을 했고, 마지막 상담자는 국내에서 상담심리학 전공으로 대학원을 마친후 대학학생상담실에서 800여회의 개인 상담을 한 배경을 갖고 있다. 그리고 이 두 상담자는 본 연구자로부터 대학원 과정에서 배웠거나 한국심리학회 상담심리전문가 자격 취득을 위한 수련과정의 일환으로 본 연구자 책임하의 월례 사례지도회의 및 개인지도면담에 5회이상 참석한 사람들이다. 요컨대 본 연구의 조사 사례들을 담당했던 3인의 상담자들은 서구식 상담이론을 수학한 배경을 갖고 상담면접에서도 앞에서 언급한 서구식 관점과 접근 방법으로 내담자 문제를 다루었다고 볼 수 있다. 그러면서도 이들 상담자들은 평소 서구식 상담이론에 집착한다는 관념이 없이 '현존 상담이론 및 방법'을 활용하고 있다는 자세를 견지해 왔다고 할 수 있다. 이러한 상담자들의 배경을 감안하면서 이들의 소감과 상담결과에 대한 내담자들의 반응 등으로부터 다음과 같은 시사점이 도출될 수 있다고 판단되었다.

(1) 동양권의 한국내담자들은 평소에 의식되지 않았던 감정세계(내면세계)에 대한 공개적 탐색 및 표현에 익숙하지 않을뿐더러, 특히 상담자의 유도에 의한 부정적 측면의 감정의 표현에는 저항하는 경향이 있다.

(2) 내담자들은 '적개심' '분노'의 직접적 표현, 발산보다 '섭섭함' '한(恨)스러움'의 간접적 풀이(해소)나 스스로의 소화 및 관련 대상자로부터의 수용을 원하는 경향이 있다. 즉, 행동차원의 활성적 '변화'보다 심정적 차원의 '진정'을 더 소망하는 의식구조를 가진듯 한다.

(3) 개인주의적 자아의 추구보다 상호의존적·공동체적 존재로서의 자아의 확인을 소중히 고려하는 경향이 있다. 따라서 가족관계등을 고려하지 않는 1대1의 개인적 면담은 한계에 부딛친다.

(4) 현존하는 서구식 상담이론은 삶의 본질 또는 미래생활에의 의미를 추구하는 경향 또는 욕구를 충족시켜주지 못하는 경향이 있다.

(5) 내담자들은 인과관계의 분석 규명보다 현재의 인간적 위상('면목') 또는 자신의 위치 확립에 더 관심을 두는 경향이 있다.

(6) 상담자들은 내담자 문제의 '치유' '해결'에서의 한계를 내담자 자신의 자생력(잠재적 성장력) 회복으로 극복하려 하나 그것이 흔히 여의치 않음을 발견하게 된다.

(7) 면접중의 이해적 대화나 행동교정적 노력은 내담자 주변 및 사회환경 조건과 현실적 갈등을 유발하는 경향이 있다.

3-2. 문헌조사 내용의 종합

본 연구에 있어서의 문헌조사는 상담 및 심리치료에 관련된 동서양의 관점을 먼저 살펴보고, 동양적 이론모형 탐색의 논리 및 의의, 동양문화권에서의 정신병리에 관한 관점, 접근방법, 동양적 상담 및 심리치료 접근의 과제와 목표, 그리고 동양적 접근방법론 등을 중심으로 전개되었다.

(1) 상담·심리치료의 위상에 대한 동서양의 관점

Watts(1961)는 동양문화권에서 생활방식과 서양의 심리치료적 관점간의 공통점을 인간존재 의식의 변화와 인간-사회·자연세계와의 관계를 다룬다는 점이라고 했다. 그러나 서양의 심리치료에서는 정신(또는 마음)을 임상적 실체(entity)로 보고 있는 반면, 동양문화에서는 마음과 사물, 영혼과 신체를 뚜렷이 구분하지 않는다고 했다. 그는 정신을 임상적 실체로 보는 개념은 정신분석에서 여전히 남아 있을뿐 물리학이나 생물학 등에서의 과학적 기술에서는 이미 퇴색한 것이며 이제는 '관계양식의 변화'의 개념이 부각되고 있다고 말하고 있다. 그러면서도 서양의 과학과 심리치료는 인간의 사랑·신체를 멸시하고 초자연적 힘에 의존하려던 '자연으로부터 고립된 감옥'으로부터 인간을 어느정도 해방시킨 공헌이 있으며, 회피는 답이 아니며 인간문제의 우울·공포 등은 그 본질이 느껴져야 한다는 인식이 서양 심리치료의 큰 자산이라고 말했다.

여기서 주목되어야 할 것은 서양의 심리치료가 반드시 Freud의 정신분석에 의해서만 대표될 수 없다는 것이다. 즉 Freud의 정신분석은, Jung, Frankl이나 현대 행동치료접근 등과 관점을 달리하는 면이 많다. 서양 심리치료의 거인으로 아직 군임하고 있는 Freud에 있어서는, 분명히 자아-무의식, 영혼-신체, 주관-객관, 이성-감성 등의 2원론에서 벗어나지 못한 감이 있다. 다시 말해서 이들 대극적(對極的)개념들이 표상하는 힘들이 서로 화해가 될 수 없는 것으로 보는 것이다. 그리하여 자연(nature)에 대한 문명질서의 반대와 무의식에 대한 자아(의식)의 반대가 없이는 인간문제의 통제나 변화가 불가능한 것으로 개념화하고 있다. 결국엔, 자연을 떠난 지성적 존재로서의 인간을 다루는 셈이다. 한편, Jung(1932)은 환자의 인간됨을 그대로 수용하지 않는한 아무런 변화도 이루어질 수 없다고 말하면서, 자아와 억압된 경험등과의 화해를 강조한다. 그에게 있어서는 심리치료가 사회적적응이 아니라 개인과 세계간의 괴리를 통합하는 문제가 되는 것이다.

의지에의 자유(freedom), 의미에의 의지(will), 인생에의 의미(meaning)를 심리치료의 기초개념으로 삼고 있는 Frankl(1969)은 서구사회의 심리치료자들이 권위주의와 지시적 접

근을 회피하려는 강박관념을 가지고 있다고 주장한다. 즉, 그는 이러한 강박관념이 서구의 청교도주의, 도덕적·윤리적 권위나 전체주의적 풍토배경에서 유래되었으며 젊은이들의 이상과 가치개념을 직면하지 말아야 한다는 강박관념도 반동형성(反動形成)의 한 변형이라고 말한다. Frankl은 나와 너(I-Thou)간의 대화관계를 통해 인간성 회복을 기할 수는 있으나, 자신의 의미치료는 인간 존재(ontos, being)의 분석만이 아닌 존재의 의미(logos)에 직면시키는 것이라고 했다. 그는 인간이 자기 초월성(self-transcendence)을 통해 자기를 넘어서는 존재가 될 수 있다고 말한다. 즉, 이러한 자기 초월적 존재의미의 추구는 바로 '나와 너'를 초월하는 것이어야하는 것이다. 이것은 다른 실존주의 학파들(예 : R. May, 1981)의 관점- '존재는 존재가 비존재와 상관됨을 아는 것', '존재냐 비존재냐의 문제가 아니라 존재하는 것이 존재하지 않는것' -뿐 아니라 나아가서는 동양 선서(禪書)에서 나오는 망우존인(忘牛存人)이나 인우구망(人牛俱忘)의 개념차원(이희익, 1985)과 상통한다고 볼 수 있다.

(2) 자기이해- 의식·무의식, 전이 -에 대한 동서양의 관점

Freud 정신분석의 토대가 되는 두 개념은 신경증의 원인으로서의 억압(repression)과 신경증 치료과정으로서의 전이(transference)일 것이다. 즉 억압된 기억 및 정서적 경험자료가 치료자와의 관계에서 의식화됨으로써 자기이해 또는 자기통찰이 가능한 것으로 본다. 그러나 신정신분석학파의 Adler의 전통을 이어받은 Dreikurs(1960)는 전이의 조작적 성격을 비판하면서 전이가 인간적 만남(대면)의 수단으로 이해되어야 한다고 주장한다. Frankl(1969)도 자기이해나 자기통찰은 자기와의 대면에 의해서 중재되어야 한다고 논하는 점에서는 이와 궤를 같이 한다. 이들은 '본능(id)이 있는 곳에 자아가 있게 마련이다'라는 Freud의 말은 '-그러나, 자아는 너를 통해서만 하나의 자아가 될수 있다(-but, ego can become an ego only through a Thou)'로 수정되어야 한다고 주장한다. 또한 내담자(환자)의 문제행동을 지시적으로 그리고 직면적으로 접근하는 Glasser(1965)도 전이관계는 상담관계를 현재로부터 거리를 두게 하므로써 현재-이곳에서의 내담자의 자기이해에 장애가 된다고 하였다. 자기이해 및 통찰에서의 의식-무의식 개념에 관해서는 이부영(1972)에 의한 한국 사례보고가 있다. 이부영은 한국인 환자의 의식구조가 서양 환자에 비해 비교적 폭이 넓다는 인상을 받는다면서, 서양인에게 아직 무의식인 것이 동양인에게는 이미 의식영역에 속해 있으며 의식과 무의식의 대립관계가 그리 날카롭지 않다고 하였다. 그리고 무의식적 심층영역까지 연장되는 동양인의 의식폭은 흔히 표현되지 않은채 침묵되기 때문에 침묵은 무지이기보다는 기지(旣知, already knowing)를 의미하기도 한다고 했다. 그의 이러한 사례분석 경험은 형태치료(Gestalt therapy)에서 무의식 대신 각성되지 않거나 각성되는 정도를 강조하기 위한 자각(awareness)의 개념을 사용하는 접근방법(Fagan과 Shepherd, 1970)과 유사한 맥락에서 고려될 수 있는 것이다.

요컨대, 서양의 심리치료가 의식내용을 대극적(對極的)으로 분리한 후 이를 다시 통합시킴으로써 혼돈된 상태에서 명료화된 의식상태로 나아가는 것이라고 한다면, 동양의 선이나 명상은 처음부터 통합적 자기인지(自己認知)로 시작된다고 말할 수 있을 것이다. 그리고 서양의 접근이 인간 개체내의 변수들과 사회관계에 대한 직접적인 의식화를 추구하는 반면 동양의 접근은 개체와 사회변수들에 대한 의식화를 포함하면서도 덜 직접적이며 비분석적으로 접근하며 자기의 인간적 본질과 우주세계와의 통각적 화합(統覺的 和合)을 목

표로 한다는 점에서 그 특징을 찾을 수 있다(구산, 1985 ; 이희익, 1985).

여기서 인도 문화에 관한 Jung(1978)의 관찰보고가 의미있게 관련될 수 있다. 그는 "인도인은 오히려 생각을 감지한다(Indian rather perceive the thought...)."고 말하면서, 이것을 인도인식 사고의 원시적 상태로 볼 것이 아니라 서양식 사고에서 미발견된 영역으로 보아야 한다는 점을 시사하고 있다(p.99). 또한 그는 서양의 접근은 불합리성 및 본능적 추동의 부담에서 의식을 해방시키기는 했으나 인간의 전인성(全人性)을 희생시키는 결과를 초래했다고 말했다. 즉 이러한 서양의 접근은 의식을 길들임으로써 과학적 발견의 성취감을 얻을 수 있게 했으나 인간 자신에 대해서는 수치를 느끼게 만드는 결과를 낳았다는 것이다. 그리고 그는 의식-무의식 또는 과학-종교간의 이해갈등은 양자를 본질적으로 이해하지 못한데서 기인하는 것일지도 모른다는 의문을 제기한다. 다시 말해서, 이러한 의문은 명칭이나 용어를 만들어 사용한다고 해서 그것이 반드시 사실적 인지를 생성하는 것은 아니라는 점에서도 비롯될 수 있다. 독일어의 현실, 'Wirklichkeit'는 가현적 세계속에서의 작용(that which works in the world of appearance)을 의미하는 것으로 이해된다. 한편, 가장 영혼적인 것에 원시성이 따르고 문맹·무식인의 눈동자에서 신비하고도 무의식적인 진리상(眞理像)을 느낄 수 있었다고 말하는 Jung에게는 인도인의 현실이 어떻게 비쳤을까? 그에게는 현실세계를 내세(來世)의 준비단계로 보는, 그리고 영혼적 속성을 포함하고 보이지 않는 심성세계가 인간의 인지영역이며 바로 현실이기도 하다는 인도인적 관점이 충분히 이해되지 않았을지도 모른다.

(3) 동양적 상담·심리치료이론 모색의 논리

이동식(1969)은 동양의 도(道)사상 등이 현대문명의 위기를 극복하는 유일한 길임을 주장하면서, 한국을 포함한 동양의 상담·심리치료자들이 이제는 서구식 접근방법의 모방에서 탈피하여 동양문화에 바탕을 둔 주체적 접근을 해야 할 것이라고 논의한다. 이러한 논의와 관련하여 우리나라 학계에서 그동안 있어왔던 쟁점의 주요 골자는 문화적 보편주의('범문화주의') 관점과 문화 상대주의의 관점의 대립이라고 볼 수 있다. 전자의 기본 관점은 인류는 기본적으로 동등하며 동양인도 서양인과 본질적으로 같기 때문에 별도의 '동양식 심리치료·상담' 모형이 있을 수 없다는 주장으로 연장된다. 그리고 후자의 관점에서는 인류의 기본적 고유성격에 기초한 어떠한 절대주의적 접근도 상이한 문화권에서의 상담·심리치료의 한계성을 노출하게 마련이라는 주장이 지지를 받는다.

본 연구에서 시행한 관계 학자 및 현장 상담전문가들과의 토의에서는 이와 관련하여 다음의 두가지 쟁점이 제기되었다. 첫째는 동·서양의 상담·심리치료가 반드시 대비되어야 하는가? 하는 것이고, 둘째는 인간문제에 대한 이해와 접근방법에서의 '동양적인 것'이 과연 무엇이냐 하는 점이였다. 이 두 의문은 동양권의 내담자에게 동·서양적인 것이 다 있을 것이라는 암묵적 전제를 바탕으로 하고 있으며, '동양적인 접근'에 있어서는 (1) 내담자의 체험, 삶의 형태 등에 귀결되는 동양적인 속성이 정말 존재하는가? (2) 수용·극기의 가치관 또는 명상과 같은 동양적 수신방법이 효과적이라면, 이것을 상담·심리치료과정에는 어떻게 적용시킬 수 있는가? (3) 대립·공격적인 생활환경과 수용·이해의 상담적 가치간의 갈등 등을 포함하는 대사회체제적 관계의 문제를 어떻게 다룰것인가? 등의 문제로 구체화시킬 수 있다고 보겠다.

여기서는 우선 동양적 접근모형 자체의 탐

색의 논리를 형식논리학과 양자물리학(量子物理學)의 원리에서 뒷받침하고저 한다. Pelletier와 Garfield(1976)는 논리적 체계내에 비논리적 요소가 있음을 인정해야 한다는, 즉 논리의 불완전성을 증명한 Gödel의 공리를 인용하고 있다. 케델의 공리에 의하면 논리에는 명제(proposition)로 삼았던 것이 명제가 아니라는 하나의 전제를 포함한다고 했다. 즉 모든 명제가 선행조건을 갖지 않음을 '명제가 아님을 말하는 명제'가 증명해준다는 것이다. 이와 관련해서, 동양적 명상 및 정심법(淨心法)이 비논리적이라고들 하지만, 명상적 초월성에 대한 연구는 인간행동의 문화사회적 윤리 규명을 포함한 논리적 체계에의 해석에 영향을 주는 것이기 때문에 그러한 경험적 현상을 이해하려는 시도는 분명히 타당하다는 추론이 가능하다. 또한 서구적 접근이론류의 특정 양식(paradigm)에 대한 집착은 객관적·포괄적 정보에 의한 필요사항이 아니라, 단지 인간의 믿음이나 신념의 결과라는 측면도 상기할 필요가 있다. 그리고 서양의 심리학은 현재의 잃어버린 균형을 회복하기 위해서 전통적 개념·사상을 현대적 심리학 용어로 재해석, 통합해야 할 것이고, 이를 위해서 현대과학의 범위를 확장하면서 인간의 가능성에 대한 개념도 확대해가야 할 것이다(Ornstein, 1977).

두번째로 논리적·객관적 관측은 물질 분자의 위치를 결정 못한다는 양자물리학의 Heisenberg의 불확실성 원리도 동양적 명상·경험('고차 의식', 또는 altered state of consciousness) 연구의 타당성을 시사하고 있는 것으로 이해될 수 있다. 즉 서양의 결정론적 파라다임의 기본인 합리성과 객관성이 긍정되기 위해서는 관찰자가 가장 기초적인 분자의 위치를 결정할 수 있어야 함에도 불구하고 그러한 관찰이 불가능하다는 것이 Heisenberg원리이기 때문이다. 다시 말해서, 이러한 불확실성의 원리는 앞에서 인용된 Gödel공리에서 처럼 어떠한 논리체계에서도 비합리적 요소가 인정되어야함을 증명하는 것이 될 수 있다. 인간의 보편적 의식상태에 관한 개념체계에도 복잡하고 상호의존적인 규칙과 이론들이 있으며 이것들이 한 맥락내의 경험들을 상호작용적으로 해석하게 될 것이다(Tart, 1972). 그리고, 더이상 잠정적이 아닌 것으로 인식될 때까지는 이들 규칙과 이론들이 묵시적이지만 자동적으로 작용한다고 보아야 할 것이다.

3-3. 동양적 상담·지도 모형의 탐색

(1) 동양적 정신병리와 그 해결

유교(儒敎)에서는 인간의 본성이 선(善)하다고 보며 구방심(求放心)이면 선의 본성으로 회귀할 수 있다고 본다. 또한 유교에서의 인간의 성숙된 상태라는 것은 마음내키는 대로 행하여도 법도에 어긋남이 없는 상태이다. 그리고 본능적 욕망에 빠지고 도덕적 이성을 잃었을 때가 정신병리의 상태로 간주되며, 이것의 해결은 극기복례(克己復禮)의 과정을 통해서 가능하다. 극기는 자신의 마음을 가다듬는 내면적인 접근이며 복례는 자기의 행위를 규제하거나 사회규범적 행동을 하도록 하는 외면적인 접근 방법이라고 하겠다. 불교의 선(禪)에서는 인간의 정신병리가 허망한 생각(忘念)과 모든 현상이 마음(眞如法)임을 모르는데서 기인한다고 본다. 그리하여 선에서는 망심망념의 제거보다도 참된 마음(또는 眞我)의 발견을 수행의 목표로 삼는다(윤호균, 1983). 즉, 선에서의 수행은 문화적 요소나 유기체적 제한성마저 없애고 현실적 참된 자기 직면에 이르게 하는 것이며 생사심(生死心)의 타파를 통해서 정상적 실존불안의 제거도 가능하다고 본다. 노장(老莊)철학에서는 인간 실성(失性)의 요인은 색(色), 성(聲), 후(嗅), 미(味), 취

사(廛舍)의 5가지 감각기능, 즉 외적 자극에 의한 마음의 혼란이라고 보았다. 그리고 노장의 도(道)는 불금기성(不禁其性)하고 불색기원(不塞其源)하여 각자의 자기본래의 기능을 되살려 조화의 세계에 들어섬을 의미한다. 노자(老子)는 자기의 근원적 본질인 도(道)를 파악하여 그에 복귀한 상태를 밝음(明)이라고 하고, 마음을 비우고 사욕을 줄여서 자기 본래의 모습대로 살것을 강조했다.

이상 동양철학에서의 관점들을 종합하면, (1) 진정한 자아의 망각 또는 포기에서 혼란이 생기며, (2) 현재의 자아를 확인하고 (3) 진정한 자아를 발견, 실현하는 것이 혼란과 망념에서 벗어나는 길이며, (4) 자아로부터의 자유 또는 해방이 가장 높은 경지의 성숙상태임을 알수 있다.

(2) 동양적 상담·심리치료 모형의 기초

서구식 정신분석에서의 전이인물(轉移人物)과 '인간중심적' 접근에서의 공감자(共感者)로서의 상담자의 역할은 구체적 설명이 불가능한 내담자의 문제 및 감정의 처리를 힘겹게 수행하려는 대리부모의 입장에 비유될 수 있다. 논리적으로도 현재의 상담자가 과거의 가부장적 가족구조에서 가능했던 내담자에 대한 이러한 영향력을 충분히 수임할 수는 없다. 그리고 서구식 개념인 자아정체감의 형성 및 회복에도 어떤 한계가 있다. 즉 사회적 성장배경의 조형물로서의 정체감과 자기에 관련된 현재의 사고, 감정, 포부 등의 집합개념으로서의 정체감은 동일시될 수 없는 것이다. 다시 말해서 자아개념은 매순간 변형되는 것으로서 고정적인 정체감을 확인, 긍정케 함은 자기의식을 포낭화하는 무리를 빚게 할 수도 있다.

동양문화권에서의 상담·심리지도적 접근은 순간 실재의 진아(眞我)에 대한 깊은 '인상'을 지각, 소화하는 것이다. 이러한 자기에의 본질적 탐구는 정신분석에서의 자기통찰과 유사한 목표로 간주될 수도 있겠으나, 이들은 부분적인 유사성만을 가질뿐 그 내용과 접근방법은 판이한 것이다. 즉, 내용에 있어서 동양적인 자기탐구는 자기 존재의 본질이고 서양적 자기통찰은 주로 자기 의식의 인과관계에 국한된 것이며, 접근방법에 있어서는 동양적 자기탐구과정이 자기발견적 수심(修心)인 반면 서양적 자기통찰 과정은 상담자에 의한 분석적 훈련이라고 볼 수 있기 때문이다.

이상의 논의와 앞에서 집약된 사례연구 및 문헌조사 내용을 토대로 다음과 같이 동양적 상담·지도 모형의 기초방향을 집약해 본다.

(가) 분석적·공감적 대화보다 자기발견적·교육적 대화(敎話)에 역점을 둔다.

(나) 욕구의 충족, 발산보다 욕구의 극기, 소화를 강조한다.

(다) '문제행동'의 교정보다는 본성의 회복 또는 긍정적 자질을 강화한다.

(라) 내담자의 침묵에 있어서는 저항, 무지(無知)가 아닌 수용, 기지(旣知)의 측면에 유의한다.

(마) 사회적 적응, 대처행동의 훈련보다는 참된 자기모습의 발견과 소유를 강조한다.

(바) 현재의 생활문제뿐만 아니라 내담자의 가치관(또는 인생에의 의미), 관념적 갈등을 주요 과제로 삼는다.

(사) 내성적 자기분석보다는 가족관계를 포함한 공동체적 책임행동을 격려한다.

4. 맺음말

본 연구는 상담·지도활동의 기본관점과 접근방법이 동양문화와 사상을 바탕으로 수정, 보완되어야 한다는 명제에서 출발되었다. 우선 동양적 상담·지도모형의 기초적 탐색의 결과를 본고에 집약하였으나, 여러가지 연구상

의 한계를 안고 있는 것이 사실이다. 수량적 통계 분석이 아닌 사례연구와 문헌조사 방법에 의존한데 따르는 방법론상의 내재적 한계는 물론이려니와, 본 연구에 포함된 연구사례와 조사문헌마저 연구자 개인에 의해 선정된 부분적 자료들이며, 연구자의 주관적 해석에 근거해서 논의했다는 점이 논란의 대상이 될 수 밖에 없다.

앞으로의 연구보고서에서는 이러한 한계점이 보다 포괄적인 자료에 의해서 내용분석 등의 객관적 연구방법 등이 가미됨으로써 보완될 수 있기를 기대한다. 그리고 본 보고서와 앞으로의 연구들을 토대로, 학생 및 일반 사회인 대상의 개인상담과정에서 활용될 '동양적' 상담자의 접근방법을 행동적 차원으로 유목화하고 이에 따른 실제 사례연구가 진행되어야 할 것이다.

참 고 문 헌

윤 호균, 「삶·상담·상담자」, 문지사, 1983, 11－132.

이 동식, "카운셀링의 철학적 접근", 학생연구(서울대), 1969, 7－1, 20－26.

이 동식, "상담의 동양적 접근", 상담의 이론과 실제, 전국대학카운슬러협의회(편), 중앙적성출판사, 1986, 315－327.

이 부영, "한국에서의 분석", 신경정신의학, 1972, 209－216.

이 장호, "동양에서의 상담·심리치료적 접근", 「상담심리학 입문」, 박영사, 1986, 429－460.

이은순, "한국 문화·종교적 측면에서 본 상담", 「대학원 논문집」2집, 이화여자대학교 대학원, 1989, 59－74.

이 희익, 「십우도」, 경서원, 1985.

최 해림(역), 「심리치료와 명상」, 범양사, 1987.

Dreikurs, R., "The current dilemma in psychotherapy", *Journal of Existential Psychiatry*, 1960, pp.187－206.

Fagan, & Stepherd, I. L., (eds), *Gestalt therapy now*, Palo Alto, Science and Behavior Books, 1970.

Frankl, V., *Will to Meaning*, N. Y. : World Publishing, 1969.

Glasser, W., *Reality therapy*, N. Y. : Harper & Row, 1965.

Jung, C.G., *Psychology and the East* (translated by R.F.C Hull), Princeton University Press, 1978.

Koestler, A., *The Root of coincidence*, N. Y. : MacMillan, 1972.

Kusan Sunim, *The Way of Korean Zen*, N. Y. : Weatherhill, 1985.

Lee Chang－Ho, "Counseling practices in Korea : Toward an indigenous mode of approach," Paper persented at *Association of Psychological & Educational Counselor of Asia (APECA) Conference Workshop*, Bangkok, Thailand, 1988.

May, R., *Freedom and destiny*, N. Y. : Norton, 1981.

Ornstein, R. E., *The Psychology of consciousness*, 2nd ed., New York : Harcourt, Brace, Jovanovich, 1977.

Pelletier, K. R. & Garfield, C., *Consciousness : East and West*, N. Y. : Harper & Row, 1976.

Perls, F., *Gestalt approach*, Palo Alto, Science and Behavior Books, 1973.

Tart, C. T. "Scientific foundations for the study of altered states of consciousness," *Journal of Transpersonal Psychology*, 1972, 93－129.

Watts, A., *Psychotherapy East and West*, N. Y. : Random House, 1961.

Welwood, J., *Awakening the heart : East and West approach to psychotheray and the healing relation*, Shambhala Publishing, 1983.

Abstract

A Stuey on the Oriental Model fo Counseling and Guidance

Lee Chang-Ho
Dept. of Psychology
Seoul National University

Kim Jung-Hee
Dept. of Psychology
Jhunbook National university

This is a study to formulate a counseling-guidance model based on Korean traditional structures of thought, to explore the effective way of reflecting oriental philosophy to counseling-guidance process, and to find out a possibility of integration of western counseling theories and oriental theories. It consists of three parts, which are based on case studies, review of liturature, and interview with scholars and counselors in the field.

Case study is conducted to find out characteristics of clint's response toward counseling experience under the western counseling models. Among 35 cases, most clients are counseled with person-centered approach (N=8) or eclectic approach(N=15). All cases are terminated successfully, except for 4 cases. The result shows that clients tend to feel uneasy to explore and express their inner feelings, and prefer rather indirect way of expression. It seems necessary to identify their "selves" in relation to family systems rather than one-to-one individual analyses. It seems that any effort of behavior change during interview session rather conflicts with their reality.

Secondly, the view point of the East and the West concerning the tophography of counseling-guidance and self-understanding is compared. And, the necessity of, and a rationale for, the oriental counseling and psychotherapy is presented.

Third part of the study examines the possible direction of an oriental counseling model. To do this, chracteristics of psychopathology in oriental people and ways of approaching to them are identified according to the philosophy of Zen Buddihism, Laotzu, and Chuang-tzu. Finally, seven directional ideas of developing the model of oriental counseling and psychotherapy are presented.