

## 체험수준 변화에 의한 게슈탈트 기법 적용 집단상담의 과정분석

심혜숙  
부산대 교육학과

한기백  
부산교대 학생생활연구소

상담 및 심리치료의 최종 목표가 내담자의 긍정적인 변화에 있기에 변화를 유발하는 상담 과정상의 제 요인들을 탐색하는 작업은 중요한데, 제 요인들을 체계적으로 탐색하기 위해서는 상담 장면에서 발생하는 내담자의 연속적인 변화 양상과 내담자-상담자의 상호작용 패턴, 내담자 변화를 야기하는 상담자의 개입형태 등에 대한 미시적인 분석이 요구된다. 본 연구는 유기체가 환경과의 관계에서 자신의 인지, 정서, 행동의 제 측면을 총체적으로 자각함으로써 적응력 향상과 자기만족감의 증진을 도모하는 게슈탈트 집단상담을 과정분석한 것으로, 어떤 상담 활동이나 기법이 내담자의 변화에 주된 영향을 미치며, 내담자와 상담자는 어떤 패턴으로, 상호작용하고, 상담자는 내담자의 반응에 어떻게 효과적으로 개입하는가를 확인하였다. 약 2개월간 주2회, 매회 약 3시간씩 실시한 집단상담 과정을 녹화하여 대화과정 전체를 전사록으로 작성하였는데, 내적 몰입 및 자각의 질적 수준을 평정하는 체험척도(Experiencing Scales)를 사용하여 과정분석하였다. 분석 결과, 집단 구성원들의 체험수준은 상담전기보다 상담후기에 유의미하게 높아졌는데, 전체 상담과정에서 내담자의 변화 즉, 체험수준의 증진과 관련하여 상담자는 내담자의 체험수준 변화의 흐름과 유사한 흐름으로 개입함으로써 내담자의 체험수준을 증진 또는 유지시키는 역할을 하는 것으로 밝혀졌다. 이것은 상담자의 개입방식의 중요성을 확인하는 것이다. 그리고 내담자의 체험수준 변화와 관련하여, 게슈탈트 상담기법 중 두의자(two-chair) 기법과 나는 지금(Here and Now) 활동 등이 내담자의 체험수준 증진에 주된 영향을 미친 것으로 확인되었다.

상담이나 심리치료의 목적인 내담자의 변화는 주로 상담이나 심리치료 과정에서 내담자와 상담자의 직접적인 상호작용에 의해 발생함에 따라, 내담자의 변화 과정을 밝히는 연구는 상담 및 심리치료 관련 연구에서 의미있는 것이다(Kiesler, 1986). 실제로 상담이나 심리치료 과정에서 매순간 발생하는 내담자와 상담자

의 행동, 사고, 감정을 임상적으로 추적하고 과학적으로 검토하는 작업은 새롭고 효과적인 처치의 구성에 긴요할 뿐 아니라 상담자의 상담능력 향상의 훈련에도 도움이 된다(Pinsof, 1981; Kiesler, 1986).

내담자의 변화와 관련한 기존의 집단상담 관 위한 검사를 상담 실시 전후에 각각 일회적으

로 실시하여 그 변화의 차이를 검증함으로써 전체 상담활동의 의미와 효과를 포괄적으로 확인할 수 있지만, 상담의 효과를 원거리 간격에서 측정함으로써 단지 내담자의 변화 여부만을 확인할 뿐 그러한 변화가 상담과정의 어떤 활동에 의해 어떻게 발생하는지 그리고 어떤 방식의 상담자 개입과 어떤 형태의 내담자-상담자 상호작용에 의해 어떠한 변화가 어떻게 야기되었는지를 밝히지 못하고 있다. 즉 집단상담과 관련된 많은 연구들은 주로 성과연구에 국한됨으로써 내담자의 과정적 또는 최종적 변화를 야기시킨 상담활동의 형태와 상담자의 개입 패턴 그리고 내담자-상담자의 다양한 상호작용 양상을 파악하지 못하고 있다. 따라서 집단상담에서의 내담자의 변화 과정을 근거리에서 미시적으로 접근하여 분석하는 과정분석이 필요하다.

본 연구는 이러한 과정분석을 위하여, 유기체가 자신의 인지적, 정서적, 행동적 세 측면을 총체적으로 자각(awareness)하여 자기지지적인 생활을 영위함으로써 자기소외감과 혼미된 정체감을 극복하도록 돕는(Perls, 1973 : Polster & Polster, 1974 : Corey, 1985 : Clarkson, 1990) 것을 목적으로 하는 게슈탈트 집단상담을 그 대상으로 하였는데, 집단상담 과정에서의 내담자-상담자 상호작용에 의한 내담자의 변화 과정을 확인하기 위해 체험척도(Experiencing Scales)를 사용하였다. 체험척도는 상담과정에 참여한 개인이 자신의 감정과 내적 조망을 탐색하고 그러한 변화에 몰입함으로써, 내면에 대한 인식을 확장해 나가며 긍정적인 변화에 대한 내적 확신을 지니게 되는 정도를 측정하는 과정분석 도구로, 게슈

탈트 상담을 비롯한 다양한 상담 및 치료 장면에서 널리 적용(Klein, Mathieu, 및 Kiesler, 1986)됨에 따라 자각을 통한 정체감 증진을 돕는 본 상담목적의 달성여부를 확인하는데 적절하다.

요컨대, 본 연구는 게슈탈트 기법적용 집단상담 과정을 체험척도를 사용하여 미시적으로 분석함으로써 '전체 상담과정에서 내담자의 변화가 어떠한 양상으로 일어나며', '내담자와 상담자는 주로 어떤 관계 패턴으로 상호작용하고, 상담자는 내담자의 변화를 위해 어떤 양상으로 개입하는지', 그리고 '어떤 상담활동이 내담자의 변화에 크게 영향을 미치는지'를 밝혀 보고자 한다.

이상에서 논의한 연구의 필요성과 목적에 근거한 연구문제는 다음과 같다.

첫째, '게슈탈트 기법 적용 집단상담에서 내담자의 체험수준은 변화할 것인가?' 이다. 상담의 효과성을 점검하기 위해 상담과정을 크게 3단계(전기, 중기, 후기 : Yalom, 1975)로 나누어 볼 때, 상담전기보다 상담후기에 내담자의 체험수준이 높아질 것인가를 검증한다.

둘째, '상담자의 체험수준은 내담자의 체험수준을 유지 또는 증진시킬 것인가?' 이다. 이것은 상담자의 개입이 내담자의 변화에 미치는 효과를 확인하기 위한 것으로, 상담자는 주로 어떤 체험수준으로 개입하며 내담자는 상담자의 그러한 개입에 의해 어떤 영향을 받는가를 검증한다.

셋째, '게슈탈트 상담기법 중 내담자 체험수준의 변화에 영향을 미치는 것은 어떤 기법인가?' 이다. 자각증진에 의한 자기지지적, 자립

적 자기가 되는 것을 돕는 게슈탈트 집단상담에서 어떤 기법이 내담자의 체험적 자각증진에 크게 영향을 미치는지 확인한다.

## 이론적 배경

### 1. 체험적도에 의한 내담자-상담자 상호작용 과정분석

상담이나 심리치료의 효과는 최종적으로 내담자의 변화로 확인될 수 있는데, 80년대 이전의 연구들은 상담이나 심리치료의 종결시에 내담자에게 시작할 때와는 다른 긍정적 변화가 유의미하게 나타났는지를 확인하여 상담과 심리치료의 효과를 검증하려는 성과연구(outcome study)가 주를 이루었다(Greenberg와 Pincus, 1986). 그러나 Hill(1978)등의 연구자들은 단지 상담 및 심리치료 전후의 성과 비교만으로는 내담자의 변화의 근거를 타당하게 확인하는데 한계가 있다고 보면서, 상담이나 심리치료에서 내담자의 변화양상을 상담자와 내담자의 언어적 상호작용 과정을 통해 밝히려는 연구를 체계적으로 시작하였는데 이른바 과정연구(process study)가 그것이다. 즉, 성과연구가 상담 및 심리치료가 내담자를 긍정적으로 변화시켰는지를 알아보는 것이라면, 과정연구는 그러한 변화가 어떻게 일어났는지를 확인하는 것(Hill, 1983)으로 볼 수 있다.

Kiesler(1983)등은 상담과 심리치료의 효과성을 확인함에 있어서 성과연구와 과정연구의 연계 필요성을 제안하였다. 일정한 두 시점간에 발생한 내담자의 변화를 검증하기 위해서

는, 실험처치 전후에 발생한 성과의 비교와 함께 처치 과정상에서 발생하는 변화과정에 대한 연구가 동시에 요구된다는 것이다. 이와함께 그는 성과에 대한 '과정적 접근(process approach)'의 필요성을 주장하였는데, 성과란 상담이나 심리치료의 종결시에 한번 측정되는 것만으로는 불충분하며, 상담과정에서 발생하는 유동적이고 연속적인 미세한 작은 성과들에 의해 연속적으로 확인되어지는 것이라고 하였다. 이것은 보다 작은 변화 단위에 초점을 맞추으로써 시간적으로 과정변인과 성과변인을 연결시키려는 것이다. 상담 및 심리치료 과정에서 야기되는 이러한 미세한 성과들은 내담자와 상담자의 교호적(reciprocal) 상호작용에서 발생하는 것으로, 내담자의 어떤 한 반응에 뒤이어 상담자의 개입적 대응 반응이 나타나고, 이것은 다시 내담자의 특정 반응으로 연결되는데 이러한 과정은 연속적으로 발생하는 것이다. 즉, 내담자의 변화는 내담자-상담자간의 역동적인 상호작용 과정에 의한 것으로, 내담자의 변화를 야기시키는데 중요한 것은 상담자의 적절한 개입 반응인 것이다.

한편 내담자-상담자 상호작용 과정을 통해 상담과정에서의 내담자의 변화를 탐색, 확인함에 있어서는 단순한 언어적 반응에 의한 분류 이상의 그 무엇이 필요하다. 즉, 상담과정에서 한 개인이 보이는 언어적 반응에 내재해 있는 즉시적인 내면적 반응을 질적으로 탐색하는 것이 필요한 것이다. 그리고 상담에 참여하는 구성원들간의 질적인 내면 반응의 상호작용적 관계의 고찰 또한 필요한데, 이러한 필요에 의해서 상담과정에서 일어나는 내담자와 상담자의 내적 체험의 깊이를 살펴보고자 내담자의 내적

체험의 변화를 측정하는 도구가 Klein, Mathieu, Gendlin 및 Kiesler(1969)에 의해 개발되었다. Hill(1990)은 내담자의 변화 과정을 확인하는 좋은 측정방법으로서 체험척도(Experiencing Scales)에 의한 체험수준의 평정을 추천하였다. 특히 Klein 등(1969)에 의해 개발된 체험척도는 상담과정에 참여한 개인이 자신의 감정이나 내적 조망을 탐색하고, 그러한 탐색에 몰입함으로써 내면에 대한 인식을 확장해 나가며, 긍정적인 변화에 대한 내적 확신을 지니게 되는 정도를 측정하는 것으로 상담과정에서 나타나는 개인의 내적 변화 과정을 밝히는 유용한 도구이다.

체험척도와 관련된 연구에 의하면 성공적인 상담 및 심리치료에서, 체험은 시간이 경과됨에 따라 증가되는 행동이나 질적 특성으로, 이것은 상담 및 심리치료의 초기부터 계속 나타나며 내담자의 변화와 밀접한 관련이 있다고 하였다(Gendlin, Beebe, Cassens, Klien 및 Oberlander, 1968). 후속 연구들 또한 체험척도가 상담 회기들을 통해 어떠한 주기로 나타나며, 체험의 수준과 체험의 패턴, 그리고 최고치 수준의 출현은 성공적인 상담과 밀접한 관련이 있음을 재확인하였다(Kiesler, 1970). 체험척도는 내담자의 내적 변화인 체험에 중점을 두고 개발된 것으로, 내담자가 상담에 참여함에 있어 초기에는 자신과 관련이 없는 외적 사건들을 피상적으로 언급하고 내면으로의 자기몰입이 없다가, 상담이 효과적으로 진행됨에 따라 점차 자기 내면의 감정과 내적 기준을 탐색하고 명료화함으로써, 자기 자각과 문제 해결을 해나가게 되는 과정을 측정하는 것이다.

이러한 내담자의 내적 체험의 변화양상을 측

정하는 내담자 체험척도가 개발된 이래, 상담 과정에서의 내담자 반응과 관련하여 상담자의 반응적 개입에 대한 연구의 필요성이 대두되었다. 따라서 내담자-상담자 상호작용을 확인하기 위한 상담자 체험척도가 부가적으로 개발(Klien, Mathieu-Coughlan, 1969)되었는데, 상담자와 내담자의 체험적 상호작용 과정을 체험척도로 살펴볼 수 있게 하였다(Elliot 등, 1983). 한편, 상담자 체험척도는 상담과정에서 상담자가 내담자의 언어적 반응에 주의를 기울이는 정도를 측정하기 위한 것으로, 낮은 체험수준에서 반응하는 상담자는 자신이나 내담자와 관련이 없는 것을 피상적으로 언급한다. 그러나 단계가 올라갈수록 상담자의 관심은 지적인 것에서 정서와 내담자의 체험으로 바뀌어 가며, 내담자와 의사소통상의 공유정도가 증대된다. 가장 높은 수준에서 상담자는 내담자의 내적 준거의 변화를 촉진시키는 한편, 새롭게 발생한 자각을 이전의 자각과 연결,통합토록 도움으로써 내담자가 새로운 체험을 하고 그것에 대한 내적 확신을 지니게 한다. 따라서 상담자의 체험수준의 정도는 내담자의 체험수준을 지속 또는 한 단계 더 높이는데 기여할 수 있는 것이다(Klien, Mathieu-Coughlan, 1969).

이상의 연구들은 상담과정에서의 내담자-상담자 상호작용에 대한 연구의 한 방안으로 내담자-상담자 체험수준의 상호작용에 의한 내담자 변화의 연구가 가능함을 확인하는 것이다. Beck, Dugo, Eng 및 Lewis(1986) 등은 집단상담의 발달단계에 대한 연구에서 체험수준의 변화와 집단상담의 발달 단계(Beck의 집단상담과정 9단계)와의 관계성을 고찰한 바 있다. 이 연구에서 그들은 상담의 전 과정에서

내담자 개인 및 내담자 전체의 체험수준의 변화 양상은 상담자의 체험수준의 변화와 밀접한 관련이 있으며, 상담자의 체험수준의 변화는 내담자 개인 및 집단 전체의 체험수준 변화에 영향을 미친다고 하였다. 이러한 Beck 등의 연구는 집단상담 과정에서 내담자-상담자 체험수준의 상호작용 양상을 탐색함으로써 상담의 효과성 즉, 내담자의 변화를 확인해 볼 수 있음을 입증하는 것이다.

## 2. 게슈탈트 집단상담

### 1) 성격과 목적

본 집단상담은 신체감각적, 정서적, 인지적, 행동적 측면에서 개인적, 환경적 장에서 발생하는 가장 중요한 사건들에 집중하여 접촉하는 과정을 자각이라고 보면서, 자각 자체가 치료적이며(Perls, 1951) 자각이 치료의 목표이고 필요한 모든 것(Simkin & Yontef, 1984)이라는 게슈탈트 상담 및 치료이론에 근거한다.

게슈탈트(Gestalt)란 형태(shape), 유형(pattern), 전체(wholeness)라는 뜻으로 게슈탈트적 상담은 유기체가 자신의 가장 기본적인 욕구를 사회환경적인 맥락에서 조망하면서 신체와 감정, 지력을 통합하는 것을 목표로 하는데 실존주의와 현상학을 철학적 배경으로 하고 있다. 즉 게슈탈트적 접근법은 우리는 자신이 수용 또는 거부하는 것, 사고하고 느끼는 것, 그리고 행동하는 방식을 선택한다고 보는 실존적 선택을 인간존재의 기본 요소로 보는 한편, 세계에 대한 즉각적인 경험의 원리를 또한 강조하는데, 한 개인이 갖는 독특한 경험은 그 자신이 행하는 분류, 범주화, 판단보다 선

행한다는 것으로, 이것은 사람, 사물, 경험과 같은 현상에 대한 총체적 집중을 강조하는 현상학적 원리에 근거하고 있다(Clarkson, 1990).

Perls(1973)는 인간은 생존을 위해서는 변화하는 외부세계나 타인과 유연하고 유동적인 관계방식을 모색하지 않으면 안된다고 하면서, 이를 위해서는 개인 스스로가 환경과 균형을 맞추어 변화하여야 한다고 하였다. 즉, 인간과 사회는 각각 항상성(homeostasis)과 자기조절 기능을 지니고 있는데 생활에서 개인은 자신의 욕구와 사회의 요청간에 적절한 균형을 유지해 나간다. 그러나 균형이 깨어져서 만성화되면 문제가 야기되는데, 불균형 상태에 있는 사람은 자신과 환경의 요구를 잘 구별하지 못함으로써 심리기능적 장애 즉, 나와 환경간의 접촉점에서 야기되는 경계선 장애 또는 정체감의 혼란을 겪는 것이다.

한편, 경계선 장애를 겪는 사람은 자율적이고 성숙한 인격의 형성에 요구되는 자기인식 과정을 성장과정에서 만성적으로 잘 경험하지 못하는 경향이 있는데, 성장과정에서 발생하는 이러한 장애는 다음과 같은 심리적 기체들이 만성화됨으로써 야기된다. 성장과정에서 사고방식이나 행동의 기준, 감정, 가치판단 등을 무조건 주입(내사 : 內謝)받거나, 자신의 원망이나 감정, 기대를 표현할 수 없기 때문에 환경속에 있는 타인이나 사물에 책임을 전가(투사 : 投射)하거나, 만성적으로 자신과 환경간의 경계를 인식하지 못하고 자신과 환경이 하나라고 지각(융합 : 融合)할 때 장애가 야기된다. 그리고 욕구 충족과 관련하여 자신의 욕구를 충족시켜줄 수 있는 환경으로 에너지를 작동시키지 않고 오히려 자기 내부로 향함(반전 : 反

轉)으로써, 또는 자신이나 환경을 경험하기를 회피하는 경향이 만성화되어 자기자신에 대한 감각이나 감정의 포착이 약화(둔감화: 鈍感化)됨으로써, 타인이나 환경과 강한 정서적인 만남을 직접적으로 나누기 보다는 추상적인 언어로 표현하거나 암묵적으로 기술 또는 시선의 접촉을 피함으로써(편향: 偏向), 그리고 자기 자신 또는 자신과 환경의 관계를 단지 관찰자적인 태도로 지켜만 보고 체험하지 못함으로써(자의식: 自意識), 장애 즉 정체감의 혼란을 겪게 되는 것이다.

이러한 기제들에 의해 야기된 정체감 혼란은 게슈탈트 상담 및 심리치료에서 가장 중요한 개념의 하나인 자각에 의해 극복될 수 있는데, 게슈탈트 상담 및 심리치료에서는 모든 심리장애는 궁극적으로 자각이 결여된 상태(Yontef, 1984)라고 본다. 내사, 투사, 융합, 반전, 둔감화, 자의식, 편향 등의 기제들의 만성화로 인해 야기된 경계선 장애, 정체감의 혼란은 지금-여기에서 발생하는 감각과 신체, 감정, 소망, 가치평가에 대한 자각을 통해 해결해 나수 있다는 것이다.

## 2) 집단상담 활동의 구성

게슈탈트 상담 및 심리치료에서는 심리적 역기능 및 장애를 개체와 환경간의 경계의 혼란 즉, 정체감의 문제로 본다. Clarkson (1990)은 경계선 장애를 촉발하는 기제를 7가지(내사, 투사, 융합, 반전, 자의식, 둔감화, 편향)로 설명하면서 이러한 기제들은 자각의 과정을 통해 완화 또는 해결 가능하다고 하였다. 따라서 본 집단상담 활동은 Polster(1974)의 분류에 근거하여 자각의 영역을 감각 및 신체의

자각, 감정의 자각, 소망의 자각, 가치 및 평가에 대한 자각으로 나누어 총13회에 걸쳐 실시토록 구성되었다.

본 집단상담 활동들은 김정규가 지도하는 게슈탈트 집단상담을 참고하고 본 연구자들이 게슈탈트 저널 및 전문 서적들을 통해 새롭게 첨가, 재구성한 것으로 실제 상담 과정에서는 매 회기별로 제시되어 있는 활동들 중에서 1-3가지를 집단상담의 흐름에 맞추어 선정, 실시하였다. 단, 본 활동들은 내용상으로나 순서상으로 고정된 것이 아님에 따라, 상황에 따라 창의적으로 응용, 변화시켜 사용하였다. 본 집단상담 주요 활동의 제목과 순서는 <부록1>에 제시하였다.

## 연구 방법

### 1. 연구 대상

본 연구는 부산시내 B대학교와 B교육대학교에서 '게슈탈트(Gestalt) 자각증진 집단상담'이라는 제목의 교내 게시판 공고를 보고 자발적으로 신청한 11명의 학생을 대상으로 하였다. 참가한 11명의 구성을 보면 1학년이 1명, 3학년이 3명, 4학년이 6명이고 남자가 2명, 여자가 9명이었다. 상담 과정에서 취업관계로 4학년 3명(5회에 1명, 7회에 2명)이 탈락하였으며 전체 상담 종료시기까지 참가한 사람은 총 8명이었다. 그러나 8명중 3명(1학년 1명, 4학년 2명)은 개인적인 사정으로 전체 13회기중 1-2회씩 불참하였기에 분석 대상에서 제외하였다. 따라서 본 연구는 1회부터 13회까지

전 회기를 빠짐없이 참가한 5명(남 1명, 여 4명 : 3학년 4명, 4학년 1명)을 대상으로 하였다.

## 2. 연구자

본 연구자들은 게슈탈트 상담 및 심리치료의 전문 훈련을 받은 상담심리전문가 1명과 김정규의 게슈탈트 집단상담을 수 차례 참여하고 현재 심혜숙으로부터 게슈탈트 상담 훈련을 받고 있는 상담심리 전공 석사학위 소지자 1명이다.

## 3. 측정도구

본 연구는 과정연구를 위해 체험척도(Experiencing Scales)를 사용하였는데 체험척도는 Klein, Mathieu, Gendlin 및 Kiesler (1969)가 경험이론과 내담자 중심이론에 근거하여 개발한 척도로, 상담 및 심리치료에서 한 개인이 외현적으로 표현한 언어반응에 담겨있는 내적인 자기몰입 및 자각의 질적 특성 즉, 내적 체험의 정도를 평정한다.

체험척도에는 내담자 체험척도와 상담자 체험척도가 있다. 본 연구에서는 두 척도를 함께 사용하였는데 각각 7수준으로 구성되어 있다. 먼저 내담자 체험척도를 보면 낮은 체험수준에서는 개인적·주관적으로 존재하는 것을 지각하지 못하며 감정이나 주관적 반응, 개인적인 의미에 주의를 기울이지 않고 자신과 관련이 없는 외부 사건을 피상적으로 언급하거나 자신을 대상화(1-2단계)할 뿐이다. 체험수준이 올라감에 따라 개인적 조망이 보다 명료(3단계)해 지는데 자신의 개인적인 내적 반응을 인식하

고, 순간 순간 변화하는 개인적인 감정과 내적 체험에 초점(4단계)을 두고 자발적인 탐색(5단계)을 하며 새로운 자각들을 통합(6-7단계)해 나가는 특성을 보인다.

상담자 체험척도는 상담자가 내담자의 체험에 주의를 기울이는 정도를 측정하기 위해 내담자 체험척도를 보완하여 개발된 것으로 두 가지 요소로 구성되어 있는데, 내담자 반응 내용 준거(Patient Content Referent)는 내담자의 체험내용을 짚어주는 상담자의 언어적 반응의 수준이고, 태도(Manner)는 상담자가 상호작용 과정에 체험적으로 몰입하는 수준을 나타낸다. 본 연구에서 평정된 상담자 체험수준은 상담자 체험척도 중에서 '내담자 반응 내용 준거'에 근거한 것이다. 다른 하위요소인 '태도'는 아직 개발 과정에 있다는 점과 평정상의 어려움 때문에 평정의 근거로 삼지 않았다.

한편, 본 연구는 효율적인 상담에서는 상담자의 적절한 공감적 개입이 내담자의 체험수준에 영향을 미친다(Klein 등, 1986)는 점을 확인하고자, 체험수준과 관련하여 내담자-상담자 상호작용 과정에서 내담자의 반응수준에 뒤이은 상담자의 반응수준이, 뒤 따르는 내담자의 반응수준을 유지 또는 증진시키는 지를 연계분석(Sequential Analysis)과 상관분석을 통해 확인하였다. 내담자 체험척도와 상담자 체험척도 7단계의 요약물 <부록 2>에 제시하였다.

## 4. 연구절차

### 1) 자료 구성

매회 상담의 전 과정을 구성원들의 동의하에

녹화하였다. 구성원 1명(분석 대상에서 제외됨)의 협조하에 상담과정에 지장을 주지 않는 범위 내에서, 녹화기를 주로 한 곳에 고정하여 전 구성원을 함께 녹화하였으며, 특정한 개별 활동이나 두 의자 작업시에는 작업자와 상담자를 중심으로 녹화하였다. 실의 활동은 녹화하지 않았다. 상담 종결 후, 본 집단상담 참여자 4인의 도움을 얻어, 녹화한 상담 전 과정을 보면서 1차 전사록(transcript)을 작성하였다. 전체 상담과정에서 신체 동작이 주를 이루고 언어 반응이 적은 활동은 전사록으로 작성하지 않았다. 작성된 1차 전사록을 어문 계열 학사 학위 소지자 2명(부산교육대학교 조교 재직)의 도움을 얻어 교정하고 타이핑하여 2차 축어록을 작성하였다.

## 2) 체험척도 평정자 훈련

체험척도의 평정을 위하여 척도 개발자인 Klein, Mathieu, Gendlin 및 Kiesler (1969)의 연구 경험에 의한 제안-평정자는 상담이나 심리 치료 관련 대학원 과정에서 훈련을 받고 있는 자가 전문적 상담자보다 오히려 적합할 수 있음에 따라 부산대학교에서 상담을 3학기째 전공하고 있는 대학원생 2명을 평정자로 선정하였다. 이들

및 Kiesler, 1969)을 숙지하고 평정훈련을 수 차례받은 후 본 평정에 임하였는데, 평정자들의 평정의 정확도를 척도를 개발한 전문가들의 평정 기준과 일치시키기 위하여 총 10회(매회 약 2시간)의 평정 훈련을 하였다. 집단상담의 특성에 따라 실시한 평정자간 일치도는 다음 <표 1>과 같은데 내담자/상담자 체험척도 적용 분류에 대한 일치도는 Kappa 값으로, 각 기술별 체험수준은 Spearman 상관계수로, 페이지별 체험수준은 Pearson의 R로 각각 나타내었다. 전체 전사록은 A4지(37행) 206 페이지였다.

## 3) 자료처리

### (1) 체험척도(Experiencing Scales)

전사록에 의한 체험수준의 평정에는 연속평정(running rating)과 구획평정(segment rating)이 있는데, 본 연구에서는 체험수준을 전후 진술의 맥락에서 살펴봄으로써 평정의 편견을 없애는 연속평정을 사용하였다. 각 개인과 집단전체의 체험수준의 변화를 파악코자 사용된 연속평정의 절차는 다음과 같다. ① 진술의 길이를 구분하였다(진술의 길이가 전사록상 1-5줄이면 1로,

표 1. 평정자간 일치도 계수

내담자/상담자 체험척도 구분	각 기술별 체험수준	페이지별 평균 체험수준
.98***	.87***	.86***

\*\*\* p < .001

은 감수성 훈련, 게슈탈트 집단상담, 동사습 등의 각종 집단상담에 참가한 바 있다. 평정자들은 체험척도 매뉴얼(Klein, Mathieu, Gendlin

6-10줄이면 2로, 그 이상이면 3으로 코딩을 하여 그 진술의 평정 수준에 곱한다). 이것은 진술의 길이에 대한 비중을 일정하게 주기 위한 것이다.



② 내담자적 진술과 상담자적 진술을 구분한다. ③ 각 진술의 체험수준을 평정한다. ④ 한 페이지 및 상담 단계별 체험수준의 평균을 각각 산출하였다.

한편, 본 연구에서는 Yalom(1975)의 집단 상담 진행과정 기준에 근거하여 1-5회기를 1 단계로, 6-10회기를 2단계로, 11-13회기를 3 단계로 구분하였는데, 상담자 및 내담자 개인과 내담자 전체 및 집단 전체 체험수준의 변화 양상을 각각 그래프로 제시하였다.

### (2) 연계분석(Sequential Analysis)

본 연구에서 사용된 연계분석은 래그 연계분석(lag sequential analysis)의 일방향 검증으로서, 이것은 두 반응간 이행의 연계성(Kappa T)을 알아보기 위한 것이다. KappaT의 범위는 -1.00에서 1.00까지 인데, 선행반응에 뒤이어 후행반응이 발생할 확률이 최대일 때가 1.00이고 발생하지 않을 확률이 최대일 때는 -1.00, 그리고 연계성의 정도가 우연적 발생 확률에 지나지 않는 정도는 0이다. 이것은 Wampold와 Roll(1986)에 의해 컴퓨터 프로그램(SAP: Sequential Analysis Program)으로 개발되었다.

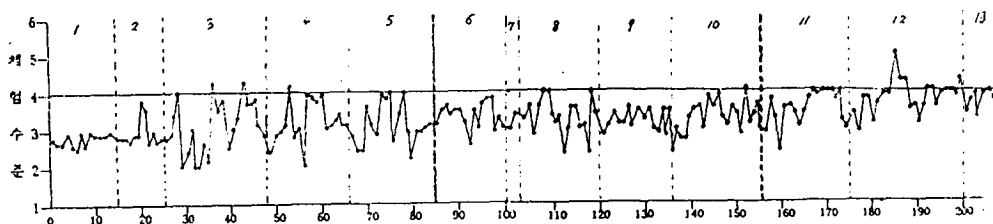
## 결과 및 해석

### 1. 체험수준의 변화

상담의 전 과정을 통해 나타나는 체험수준의 변화 양상은 집단 구성원들이 생산적으로 상담에 참여하는 과정을 반영할 뿐 아니라, 상담의 효과성을 나타내는 중요한 지표(Klien, Mathieu-Coughlan, & Kiesler, 1986)이다. 따라서 집단전체, 내담자 개별 및 전체, 상담자의 체험수준 변화 양상을 각각 검토하였다.

#### 1) 집단 전체 체험수준의 변화

상담 전 과정을 통해 나타난 집단 전체 체험수준의 페이지별 평균의 변화형태는<그림 1>과 같다. <그림 1>은 구성원들의 평균 체험수준이 상담전체 과정에서는 물론 한 회기내에서도 다양하게 변화함을 나타내고 있는데, 상담의 전 과정을 크게 3단계로 나누어 볼 때 상담전기(1단계: 1-5회)에 비해 상담후기(3단계: 11-13회)에 들어 상대적으로 높은 체험수준이 빈번히 발생함을 형태상으로 보여주고 있다. 단계별 체험



전 사 록 페이지 수

그림 1. 집단전체 체험수준의 변화(N=6)

수준의 변화 양상을 인하기 위한 단계별 체험수준의 평균간 비교 결과는 <표 2>와 같다.

<그림 1>과 <표 2>에서 볼 때, 집단 전체의 체험수준은 단계별로 유의미한 차이를 보이고 있는데, 이것은 상담 전기보다는 상담중기 및 후기에, 상담중기보다는 상담후기에 집단 구성원 전체의 체험수준이 의미있게 높아졌음을 의

로 나타나면서 구성원들이 내적인 체험을 드러 내지 않거나 자각하지 못하는 반면, 회기의 중반에는 상대적으로 내적 몰입과 탐색이 이루어 지고 있음을 보여주는 것이다. 둘째, 단계별 체험수준 4수준의 발생 빈도이다. 체험수준 4수준은 자기 탐색 및 내적 조망의 전환점으로 체험이 4수준에 이르면 개인은 외적 사실의 연

표 2. 집단 전체 단계별 체험수준 차이검증 (N=6)

단 계	N	M	SD	F	1단계	2단계	3단계
1단계	84	3.07	0.54	28.16***			
2단계	72	3.28	0.40		*		
3단계	50	3.70	0.44		*	*	

\*\*\* P<.001 \* P<.05

미하는 것으로, 전체 계슈탈트 집단상담 활동에 의해 구성원들의 체험수준이 단계별로 향상되었음을 나타내는 것이다. 단계별 체험수준의 향상은 집단상담에 참여한 구성원들이 단계별로 자기 내면의 감정과 체험에 몰입하여 자기 조망을 더욱 충실히 해나감을 나타내는 것인데, 집단 전체 체험수준의 변화와 관련하여

급이나 내면의 피상적인 언급이 주로 나타나는 1-3단계 와는 달리, 생각이나 감정을 표현함에 있어 자기 내면의 주관적인 현상이나 가치에 초점을 두으로써 자기 이해와 통합을 실현하기 위한 근거를 마련하게 된다(Klien, Mathieu-Coughlan, & Kiesler, 1986). 따라서 4수준 발생의 빈도를 파악하는 것은 구성원의 내

표 3. 집단구성원 전체의 체험수준 4수준 이상 반응 빈도

회 기	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	계
4수준 이상	1	4	11	12	22	10	1	13	5	14	21	57	22	193
반응수(%)	(2.2)	(10.8)	(17.9)	(24.5)	(36.7)	(26.3)	(20.2)	(25.0)	(9.4)	(22.6)	(38.9)	(68.7)	(66.7)	(30.4)

(%)는 각 회기의 전체 체험수준에 대한 4수준 이상이 발생한 빈도의 비율

주목할 점은 다음과 같다. 첫째, 한 회기내에서 일어나는 체험수준의 변화 형태로 13회의 각 회기를 통해 볼 때 회기의 초나 말보다는 회기 중반에 체험수준이 상대적으로 높게 나타나고 있다는 점이다. 이것은 한 회기의 시작과 끝에는 진행상의 발언이나 일상적인 대화가 주

적 체험수준의 변화를 이해함에 있어 중요한 것으로, 집단전체 체험수준의 변화 형태인 <그림 1>을 살펴보면, 상담전기인 3, 4, 5회와 상담 후기인 11, 12, 13회와 비교하여 상담중기인 6-10회에서는 전반적으로 4수준 이상 체험수준의 발생빈도가 낮다. 이것은 상담 전기

표 4. 상담활동별 체험수준 4수준 이상 반응 빈도

회기	활동내용	페이지	페이지 별 4수준 이상 반응수								
			①	②	③	④	⑤	계	상담자	전체	
1	나는 지금 (가까이 둘러앉기) 내 마음의 그림 가고 싶은 곳 명상 춤추기	1-2 3-13						1	1		1
2	나는 지금 (가까이 둘러앉기) 마주보며 느끼기 신뢰의 산책 몸으로 느끼기	14-17 18 19-23 24-25	1	1	1	1			4		4
3	나는 지금 (가까이 둘러앉기) 계슈탈트 컨티뉴 야자 욕하기 나의 성장과정 (두의자 기법)	26-29 30-32 33-35 36-48	1					1	2		11
4	나는 지금 (가까이 둘러앉기) 야자 욕하기 꿀벌견 찾기 (두의자 기법)	49-56 56 56-66				1	1		2		12
5	나는 지금 (가까이 둘러앉기) 계슈탈트 컨티뉴 투사 거두기 산책하기 협동 소실쓰기	67-71 71-72 72-76 76-79 79-84			1				1		22
6	미래의 가훈 나는 지금 관계맥락 그리기	85-92 92-100	2	1	2	1			6		10
7	이승에서의 환생	101 101-102						1	1		1
8	나는 지금 웃음 만들기 당신은 무엇	103-117 118 119-120	1	3	2			2	8	1	13
9	나는 지금 계슈탈트 컨티뉴 누워 나누기 자신과 환경과의 접촉 나는 지금	121-124 125-127 128-129 130-131 132-136			1	1		1	3		5
10	나는 지금 능동적/수동적 삶 할수없어/하지않겠어	137-153 154-155 155-156	2 1	1	1			4 1	8 2	4	14
11	나는 지금 계슈탈트 컨티뉴 나의 인생역정	157-159 160-165 166-175	1 1 3	1 1 2	1			2 2 5	5 4 11	1	21
12	산책하기 상상하기 나의 인생역정 (두의자 기법) 이심전심 당신이정말나를안다면	176-177 177-193 194-199			1				1	1	57
13	나는 지금 마음 전하기 자랑스런 나 사랑의 포옹	200-203 203-206	1 3	1 3	1 3	1 3		3 3	6 15	1	22

< ①,②,③,④,⑤ : 내담자 / 계 : 내담자 전체 / 전체 : 집단전체 >

에서는 구성원간에 안정적이고 신뢰로운 분위기 조성을 위한 노력이 이루어지고 구성원 각자의 상담의 의미에 대한 인식이 명확해짐으로써 4수준 이상의 체험이 다소 발생하였음을 나타내며, 상담후기에서는 구성원들이 상호 신뢰를 바탕으로 자기개방을 확대하고 개인 내적 탐색을 깊게 함으로써 체험수준 4수준 이상이 자주 발생하였다. 그러나 상담중기에서는 자기인식과 직면에 대한 거부와 함께 저항이 일어나면서 체험수준 4수준의 발생 빈도가 상대적으로 낮아진 것으로 판단된다. 위의 <표 3>은 각 회기별 집단 구성원 전체의 체험수준 4수준 이상의 반응 빈도를 나타낸 것으로, 상대적으로 상담전기 후반과 상담후기에 체험수준 4수준 이상의 발생빈도가 높음을 확인할 수 있다. 한편, 이상에서 나타난 단계별 및 회기별 집단 전체 체험수준의 변화 양상과 관련하여 각 회기의 상담활동별로 나타난 체험수준 4수준 이상 반응의 발생 빈도를 살펴보면 다음 페이지의 <표 4>와 같다.

<표 4>에 나타난 4수준 이상의 체험수준을 유발시키는 활동들은 내담자 체험수준의 향상에 기여하는 활동으로 볼 수 있는데, 체험수준 4수준 이상의 발생 빈도가 높은 활동들을 살펴보면 다음과 같다. 먼저, 지금-여기에서 자신의 실존을 경험하고 책임지도록 하는 활동인 '나는 지금'을 들 수 있다. 이 활동은 13회 전 회기에 걸쳐 매회 초마다 실시되었는데 상담후기로 갈수록 4수준 이상의 반응이 발생하는데 영향을 미쳤음을 볼 수 있다. 다음으로, 3회의 '나의 성장과정'과 4회의 '꿀볼견 찾기', 11회, 12회의 '나의 인생역정'은 계슈탈트 상담 및 심리치료의 핵심적인 기법인 '두 의자 작업'이

첨가됨으로써 구성원들의 내적 체험의 깊이를 크게 강화시켰음을 보여준다. 그리고 5회의 '투사 거두기', 12-13회의 자기개방 및 자기표현 훈련인 '당신이 정말 나를 아신다면', '마음 전하기' 등의 활동들도 내적 체험수준의 향상에 기여하였음을 알 수 있다. 따라서 이상의 활동들은 집단 구성원들이 상담과정에 몰입하여 자기내면을 탐색하고 자기인식을 높이는데 특히 기여한 활동들임을 알 수 있다. 한편, 앞에서 제시된 <그림 1>, <표 2>, <표 3>, <표 4>는 차후에 제시될 내담자 개별 및 내담자 전체 체험수준의 변화나 상담자 체험수준의 변화 양상을 탐색하는데 근거가 된다.

## 2) 내담자 개별 및 전체 체험수준의 변화

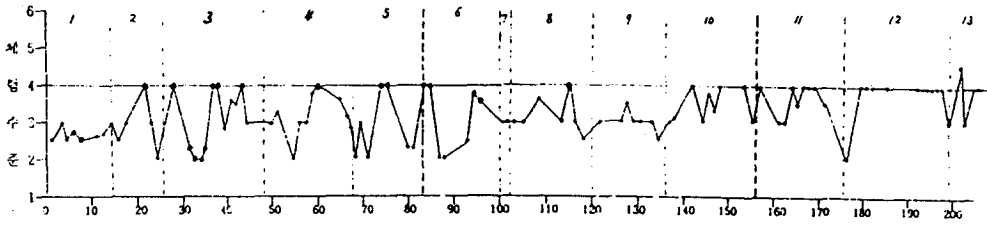
### (1) 내담자 개별 체험수준의 변화

본 집단상담의 역동적인 상호작용 과정에서 나타난 내담자 5명의 체험수준의 변화 양상과 체험수준의 단계별 차이검증 결과는 다음 <그림 2>와 같다.

앞에서 제시된 <표 4> 상담활동별 체험수준 4수준 이상 빈도와 <그림 2>를 관련지어볼 때, 상담활동과 관련된 내담자들의 변화 양상은 다음과 같다.

내담자 ①의 경우, 먼저 4수준 이상의 체험수준의 발생 빈도가 높은 회기가 3회, 11회, 12회, 13회로 나타났는데, 상담 활동들을 보면 상담전기인 3회에서는 '나의 성장과정'이 4수준 이상의 체험이 발생하는데 가장 크게 영향을 미친 것으로 보이며, 상담후기인 11, 12, 13회에서는 '나의 인생역정'과 '당신이 정말 나를 아신다면', 그리고 '마음하기' 등이 체험수준의 향상에 영향을 크게 미친 활동으로

〈 내담자 ① 〉



전 사 록 페 이 지 수

단 계	N	M	SD	F	1단계	2단계	3단계
1단계	34	2.96	0.70	7.95***			
2단계	36	3.09	0.68				
3단계	26	3.68	0.81			*	*

\*\*\* P<.001 \* P<.05

그림 2. 내담자 개별 체험수준 변화 및 단계별 차이검증

나타났다. 다음으로 체험수준의 단계별 차이검증을 살펴 보면 내담자는 상담 단계별로 체험수준이 의미있게 변화하였고, 특히 1, 2단계에 비해 상담후기인 3단계에서 개인 내적 몰입과 체험을 깊이 하였음을 알 수 있는데, 이것은 내담자가 상담활동에 참여하면서 점차 체험의 깊이를 의미있게 증진시켰음을 나타내는 것이다.

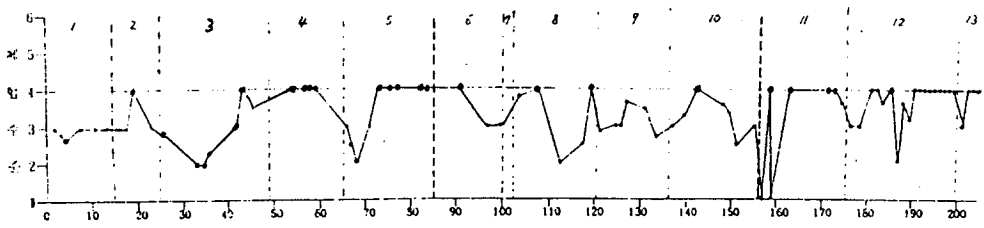
한편, 내담자 ①에게서 특징적인 것은 다른 내담자와 비교하여 3회에 4수준 이상의 반응이 빈번히 나타난 점으로, 이것은 내담자가 '나의 성장과정' 활동을 하면서 상담자의 도움으로 행한 '두의자 작업'과 관계된다.

두 의자 작업에서 내담자는 표현되지 않고 억눌려져 왔던 감정을 표출함과 동시에, 그 의미를 자각하고 수용함으로써 내적 체험을 다소 깊이 한 것으로 파악된다. 그리고 13회 '마음 전하기'에서 발생한 높은 체험수준은 상담의 종결 시점에서 내담자의 개인적 자각이 발생하

였음을 나타내고 있다.

내담자 ②의 경우, '꿀볼건 찾기'(4회)와 '나는 지금'(8회), '나의 인생 역정'(12회), '당신이 정말 나를 아신다면'(12회), '마음 전하기'(13회)등의 활동에서 체험수준 4수준 이상을 자주 경험한 것으로 나타났다. 특히 12회에서 나타난 4수준 이상의 빈도(7회)는 주목할 만한 점으로, 이것은 '나의 인생역정'에서 행한 '두의자 작업'이 내담자의 내적 자각의 수준을 향상시키는데 도움이 되었음을 의미한다. 단계별 체험수준의 차이검증은 전체적으로는 의미있는 변화를 나타내지 않았으나 내담자가 상담 전기(1단계)와 비교하여 상담 후기(3단계)에서 내적 체험을 깊이 하였음을 보여주고 있다. 내담자 ②에게서 특징적인 것은 다른 내담자들과 비교하여 상담전기인 4회, 5회에서 4수준 이상의 발생이 빈번하다는 점으로, 이것은 내담자가 신뢰감 형성의 단계(상담전기)임

< 내담자 ② >

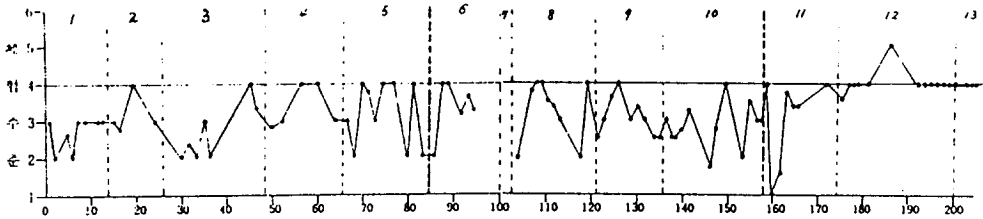


전 사 록 페이지 수

단 계	N	M	SD	F	1단계	2단계	3단계
1단계	33	3.19	0.70	2.37			
2단계	24	3.27	0.58				
3단계	30	3.57	0.84			*	

\*\*\* P<.001 \* P<.05

< 내담자 ③ >



전 사 록 페이지 수

단 계	N	M	SD	F	1단계	2단계	3단계
1단계	34	2.96	0.70	7.95***			
2단계	36	3.09	0.68				
3단계	26	3.68	0.81			*	*

\*\*\* P<.001 \* P<.05

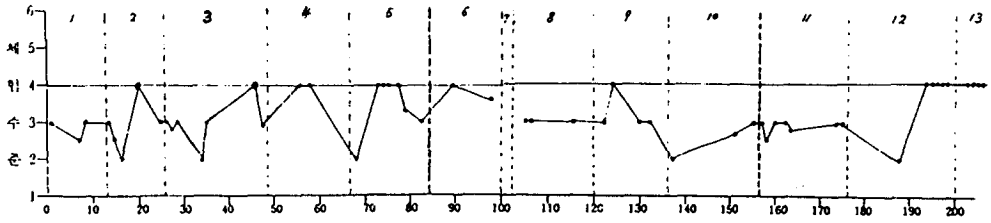
그림 2. 내담자 개별 체험수준 변화 및 단계별 차이검증

에도 불구하고 타구성원들에 대한 자기개방과 자기탐색이 활발하였음을 나타내는 것이다.

내담자 ③의 경우, 4수준 이상의 체험수준 발생과 관련된 상담활동을 보면, 5회의 활동 대부분과 12회 '나의 인생 역정', '당신이 정말

나를 아신다면', 13회 '마음 전하기' 등에서 내담자는 내면적 체험을 빈번히 한 것으로 보인다. 단계들간의 차이검증에서는 P<.001 수준에서 유의미하게 나타난 것으로 보아 내담자는 상담 전기보다는 중기에서 중기보다는 상담 후

< 내담자 ④ >

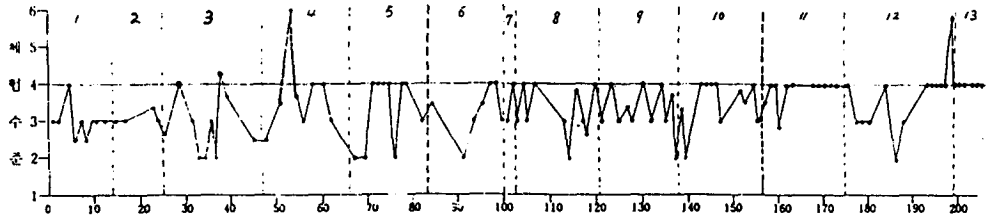


전 사 록 페이지 수

단 계	N	M	SD	F	1단계	2단계	3단계
1단계	24	3.18	0.69	1.06			
2단계	12	3.11	0.55				
3단계	17	3.43	0.67				

\*\*\* P<.001 \* P<.05

< 내담자 ⑤ >



전 사 록 페이지 수

단 계	N	M	SD	F	1단계	2단계	3단계
1단계	42	3.17	0.84	7.00**			
2단계	41	3.34	0.63		*	*	
3단계	30	3.81	0.66				

\*\*\* P<.001 \* P<.05

그림 2. 내담자 개별 체험수준 변화 및 단계별 차이검증

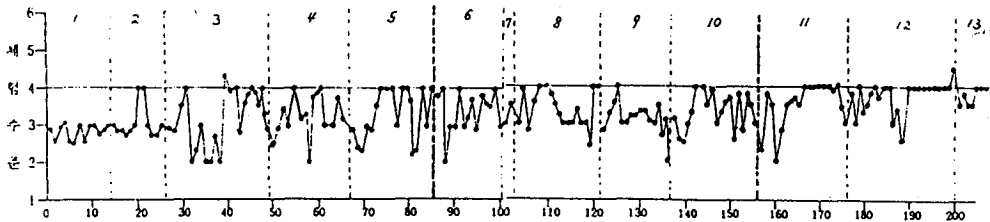
기에서 체험을 깊이 한 것을 알 수 있다. 특히 3단계에서 내담자의 체험수준이 상대적으로 높게 나타났다. 내담자 ③에게서 특징적인 것은 12회에 발생한 5수준으로 전사록을 통해 볼

때 이것은 내담자가 자신이 직접 경험하지는 않았지만 타 구성원이 행하는 '두의자 작업'을 보고 간접적으로 깊은 내적 체험을 한 것을 반영하는 것으로 집단상담의 특징인 구성원간의

상호작용에 의한 체험의 확대 가능성을 반영하는 것으로 볼 수 있겠다.

내담자 ④의 경우, '투사 거두기'(5회)와 '당신이 정말 나를 아신다면'(12회), '마음 전하기'(13회)등이 4수준 이상의 체험수준과 관련되는 것으로 나타났으나 타 구성원들에 비해 전체적으로 4수준의 발생 빈도가 낮은 경향을 보인다. 특징적인 것은 <그림 2>를 볼 때, 페이지별 체험수준의 간격이 넓다는 점이다. 이것은 내담자가 상담 전 과정에 걸쳐 활동에 참여하는 빈도가 다소 낮았음을 나타내는 것으로, 단계별 체험수준의 차이검증 결과 다른 구성원들과 다르게 차이가 없는 결과와 관련시켜 볼 수 있다. 이것은 집단상담에서 내담자가 상담과정에 얼마나 적극적으로 빈번히 참여하느냐는 내담자가 상담과정에서 내적 체험을 경험하는 깊이와 무관하지 않음을 암시하는 것으로 볼 수 있겠다.

등의 활동에서도 4수준 이상을 경험한 것으로 나타났다. 한편 내담자 ⑤에게서 특징적인 것은 첫째, 체험수준 6수준의 발생이다. 먼저 4회의 '나는 지금' 활동에서 6수준이 나타났는데, 이것은 전사록을 통해 볼 때 타 내담자와 상담자의 상호작용을 관찰함으로써 내담자가 간접적으로 깊은 체험을 하였음을 알 수 있게 하는 것으로 집단상담이 지니는 특징인 구성원 간의 역동성을 반영하는 것으로 볼 수 있다. 그리고 12회 '당신이 정말 나를 아신다면' 활동에서 나타난 체험수준 6수준은 상담 종결시에 내담자가 깊이있는 내적 체험을 하였음을 나타내는 것이다. 둘째, 단계별 차이검증의 결과를 보면 전체적으로 의미있는 변화를 보이고 있으며 특히 3단계(상담후기)에서 4수준 이상의 체험을 빈번히 하였다는 점이다. 셋째, <그림 2>에서 나타나듯이 내담자 ⑤는 내담자들 중 체험수준 4수준 이상을 가장 빈번히 경험하



전 사 록 페이지수

그림 3. 내담자 전체 체험수준의 변화 (N=5)

내담자 ⑤의 경우, 상담의 전 과정에 걸쳐 '나는 지금' 활동에서 체험수준 4수준 이상을 빈번히 경험한 것으로 나타났으며, '투사 거두기'(5회)와 '나의 인생 역정'(12회), '당신이 정말 나를 아신다면'(12회), '마음 전하기'(13회)

였으며, 체험수준의 발생 간격으로 보아 상담 과정에도 가장 적극적으로 빈번히 참여하였다는 점이다.

이상에서 제시된 내담자들의 개인 결과를 통해 볼 때, 다음과 같은 점들을 확인할 수 있었



다. 첫째, 상담 단계와 관련하여 볼 때, 내담자들은 상대적으로 상담후기인 3단계에서 높은 체험을 하였다는 점으로, 이것은 앞서 제시된 <표 2> 집단 전체 체험수준의 차이검증 결과와 일치하는 것이다. 즉, 3단계에서 내담자들은 내적 조망과 자각을 빈번하고도 깊이 하였다는 점이다. 한편, 상담 전기인 5회에서도 4수준 이상이 자주 발생한 것은 주목할 점인데 전체 상담과정의 흐름으로 볼 때, 이 회기는 이후 지속된 상담 - 내적 직면이 강하게 요구된 상담 중기와 후기 - 이 원만하게 진행되는데 필요한 구성원간의 기본적인 신뢰감 형성에 기여한 것으로 분석된다. 둘째, 상담 활동과 관련하여서는 '나는 지금', '나의 인생역정', '당신이 정말 나를 아신다면' 등의 활동에서 내담자들은 4수준 이상의 체험을 자주 하였다는 점이다. 특히 이들 활동들에서 실시된 '두의자 작업'은 내담자들이 내적 체험을 깊이 하는데 직접, 간접적으로 많은 영향을 미쳤음을 확인할 수 있는데, 이것은 이 작업이 자기 내면의 억압된 감정을 표출토록 도우면서 개인내적 조망을 명료화시키는 역할을 하는 좋은 도구임을 나타내는 것이다. 셋째, 내담자 ③과 ⑤에게서 나타났듯이 집단상담에서는 참여자들이 간접적인 경험인 관찰에 의해서도 내적인 체험을 강하게 할 수 있다는 점이 확인되었다는 것이다. 이것은 집단상담이 지니는 특성으로 차후에 깊이 있는 실험적 연구가 요구되는 부문이다.

## 2) 내담자 전체 체험수준의 변화

상담의 전 과정에 참여한 내담자 5명 전체의 체험수준의 변화 양상은 <그림 3>과 같다. 이것은 앞서 제시된 <그림 1> 집단 전체 체험수준의 변화 형태와 유사한 것인데, 내담자 전체 체험수준의 단계별 변화의 차이를 보면 다음 페이지 <표 5>와 같다.

<그림 3>과 <표 5>에서 볼 때, 상담 전 과정을 통해 내담자들의 체험수준은 단계별로 유의미하게 변화하고 있음을 확인할 수 있는데, 특히 상담 후기인 3단계에서 내담자들의 내적 체험수준이 높게 나타났다. 이러한 결과는 상담이 진행됨에 따라 상담자와의 상호작용에 의해 내담자들의 내적 체험의 깊이가 의미있게 증진됨을 나타내는 것이다.

한편, 각 회기별로 체험수준 4수준 이상의 발생 빈도를 통해 내담자 전체의 체험의 변화 양상을 살펴보면 <표 6>과 같다.

<표 6>은 내담자들의 내적 몰입이 회기 및 단계별로 변화함을 나타내는 것으로 특히 3단계에서 4수준 이상의 체험수준이 빈번히 발생함을 보여주고 있는데 이러한 결과는 <표 5>의 결과를 확인하는 것이자, <표 3>과 유사한 결과를 나타내는 것이다.

이상에서 제시된 <그림 3>, <표 5>, <표 6>은 내담자 전체 체험수준의 변화 형태가 앞서 제시된 집단 전체의 체험수준의 변화 형태와

표 5. 내담자 전체 단계별 체험수준 차이검증 (N=5)

단 계	N	M	SD	F	1단계	2단계	3단계
1단계	79	3.12	0.61	8.79***			
2단계	64	3.29	0.49			*	
3단계	39	3.58	0.56				*

\*\*\* P<.001 \* P<.05

표 6. 내담자 전체의 체험수준 4수준 이상 반응 빈도

회 기	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	계
4수준 이상 반응수(%)	1 (3.1)	4 (16.0)	9 (20.5)	11 (35.5)	21 (47.7)	8 (32.0)	0 (25.0)	11 (30.6)	5 (13.5)	10 (23.8)	20 (48.8)	48 (77.4)	21 (80.8)	170 (43.7)

(%)는 각 회기의 전체 체험수준에 대한 4수준 이상이 발생한 빈도의 비율

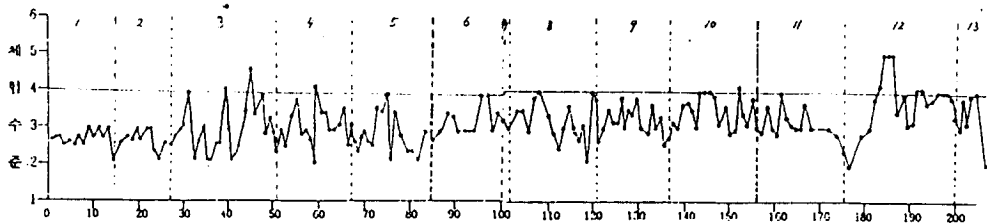
크게 다르지 않게 나타나고 있음을 보여주는 것이다. 한편, 체험수준 4수준 이상의 발생에 관여된 상담 활동들은 <표 4> 상담활동별 체험수준 4수준 이상 반응 빈도를 보면 재확인 할 수 있는데, 집단 전체에 대한 분석과 유사하므로 생략한다.

### 3) 상담자 체험수준의 변화

내담자들의 체험수준의 변화에 영향을 미치는 상담자 체험수준의 변화 양상은<그림 4>와 같다. <그림 4>는 상담 전 과정에서의 상담자 체험수준의 흐름이 <그림 3> 내담자 전체 체험

수준의 변화 형태와 크게 다르지 않음을 나타내고 있는데, 상담자 체험수준의 단계별 차이 검증 결과는 <표 7>과 같다.

<표 7>은 상담의 전체 과정을 통해 상담자 체험수준 또한 의미있게 변화하고 있음을 보여주고 있으나, 주목할 점은 상담자의 체험수준은 상담초기보다는 상담중기와 후기에서 높은 체험수준을 보이고 있다는 점이다. 이것은 상담중기 이후부터 내담자를 깊이있는 내적 체험으로 이끌고자 하는 상담자의 의도와 관련시켜 볼 수 있는 것으로, 앞서 제시된 내담자 개인 및 전체의 차이검증에서 나타난 결과(3단계인



전사록 페이지수

그림 4. 상담자 체험수준의 변화

표 7. 상담자 단계별 체험수준 차이검증

단 계	N	M	SD	F	1단계	2단계	3단계
1단계	79	2.87	0.58	15.83***			
2단계	64	3.28	0.46		*		
3단계	39	3.40	0.64		*		

\*\*\* P<.001 \* P<.05

상담후기에 들어 체험수준이 변화)와 비교해 볼 때 상담자는 상담 중기부터 내담자의 내적 변화를 강조한 반면, 내담자들은 상담 중기에서는 상대적으로 자기개방을 제한하고 저항을 나타내다 상담후기에 들어 내적 탐색과 자각을 깊이 한 것으로 분석된다.

한편 상담전기와 후기의 상담자 체험수준 평균이 내담자 전체나 집단 전체의 체험수준 평균보다 다소 낮은 점 또한 주목할 필요가 있다. 이것은 상담의 전 과정을 통해 나타난 상담자의 개입방식과 관련되는 것으로 파악되는데, 본 상담에서 상담자는 내담자와 정서적 공감이나 일치감을 공유하면서도 '두 의자 기법'을 사용하면서 다소 나타나는 특징인 사실 기술적, 지시적 표현이나 인지적 이해를 돕기 위한 객관적 서술을 사용함으로써 평균 체험수준이 다소 낮게 평가된 것으로 분석된다.

상담자 체험수준 4수준 이상이 발생하는데 영향을 미친 상담 활동들을 <표 4>를 참고하여 살펴보면 다음과 같다. 3회의 '나의 성장과정', 6회의 '관계맥락 그리기', 그리고 '나는 지금'(10회), '나의 인생 역정'(12회), '당신이 정말 나를 아신다면(12회)' 등의 활동이 체험수준의 향상에 기여하였다. 특히, 3회의 '나의 성장과정'과 12회 '나의 인생역정'에서 실시된 '두 의자 작업'에 의한 상담자 체험수준의 증가는 주목할 만한 것으로, 이것은 상담자가 내담자의 두 의자 작업에 참여함으로써 겪는 간접적인 개인 체험과 함께 상담자 자신의 자기작업에 의해 체험수준이 높아진 것으로 분석된다.

#### 4) 내담자-상담자 체험수준의 상호작용 관계

Klein, Mathieu-Coughlan 및 Kiesler (1986)는 내담자-상담자 상호작용과 관련하여

내담자의 체험수준은 후속되는 상담자 개입의 맥락의 역할을 하는 한편, 효과적인 상담에서는 상담자의 개입적 체험수준은 내담자의 체험수준을 한 단계 더 높이거나 유지시키는 역할을 한다고 하였다. 따라서 상담의 전 과정을 통해 나타나는 내담자-상담자 체험수준의 상호작용 양상과 관련하여, 내담자 체험수준의 변화와 그러한 변화에 미치는 상담자 체험수준의 개입 패턴을 살펴보면 다음과 같다.

##### (1) 내담자-상담자 체험수준의 상관적 변화

상담의 전 과정을 통해서 나타나는 내담자 체험수준의 변화 양상과 내담자의 변화를 돕고자 하는 상담자의 개입적 체험수준의 변화 양상간의 상호작용적 관계는 다음 <표 8>과 같다.

<표 8>은 상담자의 체험수준과 내담자의 체험수준이 특정 단계에 국한되지 않고 상담 전 과정에서 걸쳐 밀접하게 상호작용적으로 변화함을 나타내고 있다. 이것은 체험수준과 관련하여 상담의 전 과정에서 내담자와 상담자가 상호작용을 긴밀히 하고 있음을 보여주는 것으로, 상담자는 내담자 체험수준의 변화 흐름과 유사한 수준의 흐름으로 적절히 반응함을 나타내는 것이다.

##### (2) 상담자 개입의 패턴과 효과

<표 8>에 나타난 결과와 관련하여 내담자 체험수준의 변화에 미치는 상담자 체험수준의 개입 패턴을 살펴보고자, 상담 전 과정에서 동일 내담자의 상이한 두 진술 사이에 오직 상담자의 개입만이 있는 반응들 즉, 내담자(C1)-상담자(T)-내담자(C2)의 형태를 지닌 연속 반응들을 각 회기별로 수집하여 그 연계성을 조사

표 8. 내담자-상담자 체험수준의 상관계수

단 계	변 인	N	M	SD	상관계수
1단계	상담자 수준	79	2.87	0.57	.59***
	내담자 전체 수준		3.16	0.69	
2단계	상담자 수준	64	3.28	0.46	.51***
	내담자 전체 수준		3.29	0.50	
3단계	상담자 수준	39	3.40	0.64	.30*
	내담자 전체 수준		3.58	0.57	
전 체	상담자 수준	182	3.13	0.60	.55***
	내담자 전체 수준		3.28	0.58	

\*\*\* P<.001 \*\* P<.01 \* P<.05

하였다.

C1-T-C2의 연속반응에서 내담자의 전 반응 수준에 대한 상담자 반응수준의 연계 패턴(C1-T)과 그러한 상담자의 개입적 반응에 즉각적으로 후속되는 내담자 반응수준 변화의 연계 패턴(C1-C2)을 살펴보면 다음 페이지 <표 9>, <표 10>과 같다.

C1-T의 연계 패턴에서 나타난 Z값과 KappaT 값에 근거해 볼 때, 상담자는 주로 선행하는 내담자의 반응 수준과 같은 수준으로 빈번히 반응하면서도, 한 단계 높은 수준 또는 한 단계 낮은 수준으로도 반응하는 것으로 나타났다. 특히 P<.001수준에서 의미있는 연계쌍을 보면 2-2, 2-3, 3-2, 3-3, 4-4, 4-5 등인데, 이것은 상담자가 상담의 전과정을 통해 내담자의 체험수준 반응보다 낮은 수준으로 반응하기도 하지만 주로 내담자의 체험수준과 같거나 높은 수준으로 반응함을 나타내는 것이다.

그리고 상담자의 개입에 의한 내담자의 변화 양상을 보여주는 C1-C2패턴을 P<.001 수준에서 살펴볼 때, 내담자는 상담자의 개입에도

불구하고 같은 체험수준으로 반응하는 경향(2-2, 3-3, 4-4)이 잦으나, 체험수준이 높아지기도(2-3) 하는 것으로 나타났다.

한편, 상담 전 과정을 통해 상담자의 직접적인 개입에 의해 내담자 체험수준이 상승하는 양상을 살펴보고자, 상담자의 개입에 의한 내담자의 체험수준 4수준 이상 반응의 단계별 발생율을 확인하였다. 즉, C2의 반응 수준이 C1의 반응 수준과 같거나 높으면서(C1=C2 or C1<C2), C2의 반응수준이 4수준 이상인 반응의 비율을 단계별로 살펴보았는데(점선으로 표시), 상담 전기에서는 30%, 상담 중기에서 53%, 상담 후기에서 77%로 각각 나타났다. 이러한 결과는 상담전기(1단계)보다는 내담자의 저항이 나타나는 중기(2단계)에, 상담중기보다는 구성원간의 신뢰감과 개방성이 높아짐으로써 자기탐색이 강하게 시도되는 상담후기(3단계)에 상담자의 직접적 개입에 의한 내담자의 체험수준이 상대적으로 높아졌음을 나타내는 것이다.

한편, <표 9>, <표 10>에서 나타난 연계 패

턴을 종합하기 위해, 상담자 반응 수준이 선행한 내담자의 체험수준과 같을 때(C1=T), 높을 때(C1>T), 낮을 때(C1<T) 뒤이어 오는

면 낮아지는가(C1<C2)를 확인해 보고자 한다. 이것은 상담자의 개입에 따른 내담자 체험 수준의 변화 양상을 더욱 구체적으로 확인할

표 9. C1 - T 패턴

연계형태	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	계	KappaT
2 → 2	2		5	2	1			2			1			13	.25***
2 → 3	8	2	5	3	2			2		5	1			28	.51***
2 → 4			1						1					2	-.60
3 → 2	1	3	8	3		1			1	1				19	.28***
3 → 3	14	10	15	13	2	2		14	7	14	2	1	1	97	.59***
3 → 4			6	1					2	6		3		15	-.06
3 → 5										3				5	.10
4 → 2			2	2						2	3		1	10	.05
4 → 3		2	5	6	1	4		4	3	7	4	6		42	.10*
4 → 4			6	13		3		2	4	9		11	2	50	.68***
4 → 5			4							2	1	1		11	.61***
계	25	17	59	43	6	10		24	18	49	12	25	4	292	

\*는 Z값에 근거함 \*\*\* P<.001 \*\* P<.01 \* P<.05

표 10. C1 - C2 패턴

연계형태	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	계	KappaT
2 → 2	1		5	3	2					1				12	.38***
2 → 3	9	2	4	1	1			2		4	1			24	.41***
2 → 4			2	1				2	1		1			7	-.22
3 → 2	2	3	4	1				1			1			12	.25**
3 → 3	13	10	21	11	1	1		9	7	20	1	2		96	.60***
3 → 4			6	5	1	2		4	3	6		2	1	30	.01
3 → 5															-1.00
4 → 2			1						1	1			1	4	-.28
4 → 3		2	6	2		2		1	2	5	3	1		22	-.19
4 → 4			9	19	1	5		4	4	14	4	20	2	84	.67***
4 → 5			1											1	1.00*
계	25	17	59	43	6	10		25	18	51	11	24	4	292	

\*는 Z값에 근거함 \*\*\* P<.001 \*\* P<.01 \* P<.05

내담자의 반응 수준(C2)은 어떻게 변하는가? 즉, 선행하는 체험수준과 같은 수준으로 유지되는가(C1=C2), 높아지는가(C1<C2), 아니

수 있게 하는 것이다. <표 11>은 상담자의 개입방식에 따른 내담자 체험수준의 변화 양상 (C1-T-C2 연계 패턴)을 빈도 및 비율로 나타

낸 것이다.

〈표 11〉에서 먼저 C1-T에서 나타난 연계 형태를 살펴보면, 상담자의 즉시적인 반응 체험수준이 선행한 내담자의 반응 체험수준과 비교해서 같은 비율은 54.8%, 높은 비율은

같거나 높은 체험수준으로 반응한다는 Klien 등(1986)의 연구를 확인하는 것이다.

그리고 C1-C2에서 나타난 연계 형태를 보면, 상담자 개입전 체험수준 보다 개입후에 나타난 체험수준이 높은(C1<C2) 비율이 20.5%,

표 11. 상담자 개입 방식에 따른 내담자 체험수준의 변화

C1-T형태	C1-C2형태	C1-T-C2	빈도	계(%)		
C1 = T	C1=C2	2 2 2 3 3 3 4 4 4	6 78 44	128 (43.8)	148 (50.7)	160 (54.8)
	C1<C2	2 2 3 2 2 4 3 3 4	4 3 13	20 (6.9)		
	C1>C2	3 3 2 4 4 2 4 4 3	6 1 5	12 (4.1)		
C1 < T	C1=C2	2 3 2 3 4 3 3 5 3 4 5 4	6 5 3 9	23 (7.9)	59 (20.2)	61 (20.9)
	C1<C2	2 3 3 2 3 4 2 4 3 2 4 4	19 3 1 1	36 (12.3)		
	C1>C2	3 5 2 4 5 3	1 1	2 (0.7)		
C1 > T	C1=C2	3 2 3 4 2 4 4 3 4	9 5 27	41 (14.0)	45 (15.4)	71 (24.3)
	C1<C2	3 2 4	4	4 (1.4)		
	C1>C2	3 2 2 4 2 2 4 2 3 4 3 3	6 3 2 15	26 (8.9)		

20.9%, 그리고 낮은 비율은 24.3%로 각각 나타났다. 이것은 내담자의 특정 체험수준에 뒤이은 상담자의 체험수준 반응이 내담자의 체험수준과 같거나 높은 비율이 75.7%에 이르는 것을 나타내는 것으로, 상담전체 과정에서 상담자는 주로 앞서 반응한 내담자의 체험수준보다

같은(C1=C2) 비율이 65.7%, 낮은(C1>C2) 비율이 13.7%로 각각 나타났다. 이것은 상담자 개입에 의해 내담자 체험수준이 증가되거나 유지되는 비율이 전체의 86.2%에 이르는 것을 나타내는 것으로, 상담자의 개입이 전반적으로 내담자의 체험수준을 유지 또는 증진시키는 역

할을 하였음을 보여주는 것이다.

여기서 상담자 개입의 효과성과 관련하여 주목할 점은, 상담자가 선행하는 내담자의 반응 수준보다 높은 수준으로 개입하면(C1>T) 내담자의 후속 체험수준이 선행하는 체험수준보다 상대적으로 높아지며(C1<C2), 선행하는 내담자의 반응 수준과 같은 수준으로 개입하면(C1=T) 내담자의 후속 체험수준은 상대적으로 선행하는 체험수준과 같아지고(C1=C2),

변화시킨다는 Kliein 등(1986)의 연구결과를 확인하는 것이자 상담자개입 체험수준의 중요성을 입증하는 것이다.

한편, C1>T일 때 상대적으로 C1=C2가 여전히 높은 것(14.0%)은 상담자 체험수준의 변화에서 제시된 바 있듯이 상담자가 부분적으로 인지적이고 지시적인 개입을 한 것과 관련되는 것으로, 이것은 상담과정의 상호작용적 맥락에서 나타나는 상담자의 낮은 체험수준의

표 12. 상담자 개입의 효과성 검증 (%)

체험수준의 변화치	상 담 자 체 험 수 준				전 체
	2	3	4	5	
-2.00	3(7.1)	0(0.0)	1(1.5)	0(0.0)	4(1.4)
-1.00	8(19.0)	21(12.6)	5(7.5)	2(12.5)	36(12.3)
.00	20(47.6)	111(66.5)	49(73.1)	12(75.0)	192(65.8)
1.00	8(19.0)	32(19.2)	11(16.4)	2(12.5)	53(18.2)
2.00	3(7.1)	3(1.8)	1(1.5)	0(0.0)	7(2.4)
전 체	42(14.4)	167(57.2)	67(22.9)	16(5.5)	292(100)
$\bar{x}$	23.76*				

\* P<.05

낮은 수준으로 개입하면(C1>T) 상대적으로 낮아진다(C1<C2)는 점이다. 즉, C1=T(6.8%), C1>T(1.4%)일 때 보다 C1<T(12.3%)일 때 C1<C2가 빈번히 나타나며, C1<T(7.9%), C1>T(14.0%)일 때 보다 C1=T(43.8%) 일 때 C1=C2가 자주 나타나고, C1=T(4.1%), C1<T(0.7%)일 때 보다 C1>T(14.0%)일 때 C1>C2가 빈번히 나타난다는 것이다. 이것은 상담자가 어떤 체험수준으로 개입하느냐에 따라 내담자의 체험수준이 상이하게 변화됨을 나타내는 것으로, 효과적인 상담에서는 상담자의 개입적 체험수준이 내담자의 내적 체험수준을

개입은 낮은 수준임에도 불구하고 부분적으로 내담자의 체험수준을 유지시키는 역할을 하는 것으로 해석할 수 있다.

이상에서 제시된 내담자 체험수준 반응과 그에 따른 상담자 개입(T)의 역할과 효과에 대한 차이검증의 결과는 앞 페이지 <표 12>와 같다.

<표 12>는 상담 전 과정에서 추출한 내담자-상담자 상호작용 패턴 즉, C1-T-C2 패턴과 관련해 볼 때, 상담자의 개입은 내담자 체험수준의 변화에 P<.05수준에서 의미있게 영향을 미쳤음을 나타내고 있다. 즉, 상담자의 개입이

내담자의 체험수준을 향상시켰다는 것이다. 그리고 상담자의 개입이 내담자 체험수준을 유지 또는 향상(체험수준 변화치 .00, 1.00, 2.00)시킨 비율은 86.4%로 이것은 앞의 <표 11>에서 나타난 결과를 확인하는 것이다.

## 논의 및 제언

본 연구는 계슈탈트 기법을 적용한 집단상담에서 발생하는 내담자-상담자 상호작용 과정을 분석한 것으로 그 연구 결과들을 서론에서 제시된 연구 문제와 관련지어 논의하면 다음과 같다.

첫째, '계슈탈트 기법 적용 집단상담에서 내담자의 체험수준은 변화할 것인가?'의 문제이다. 체험수준은 집단 구성원들이 생산적으로 상담에 참여하는 과정을 반영할 뿐 아니라, 상담의 효과성을 나타내는 중요한 지표라는 Klein, Mathieu-Coughlan, & Kiesler (1986)의 연구와 관련시켜 본 연구 결과를 논의해 볼 때, 본 집단상담에 참여한 내담자 전체 및 개인별 체험수준의 변화 여부를 살펴보면 먼저 내담자 전체의 체험수준은 상담전기보다 상담후기에 유의미하게 높아졌다. Yalom (1975)의 집단상담 과정에 대한 3단계 분류에 근거할 때, 내담자들이 상담의 방향성과 의미를 추구하면서도 상담과정에 적극적으로 참여하기를 주저하는 상담전기(1단계)보다, 집단 구성원들간의 신뢰감이 증대되고 구성원들의 사기가 진작되며 자기개방이 확대되는 상담후기(3단계)에 내담자 전체의 체험수준이 높게 나타났다. 그리고 개인의 내적 탐색 및 자각이

깊어지면서 자기이해와 통합을 실현할 수 있는 근거가 되는 체험수준 4수준 이상의 발생 빈도 또한 상담 전기에 비해 상담후기에 증가되는 경향을 보였다. 이러한 결과는 본 계슈탈트 기법 적용 집단상담에 참여한 내담자들이 상담전기 보다는 상담후기에 들어 자신의 내면에 대한 인식을 확장시키고 긍정적인 변화에 대한 내적 확신을 더욱 깊이 지니게 되었음을 입증하는 것이다.

한편 내담자 개인별 변화에서는 내담자에 따라 변화의 정도가 상이했는데, 내담자 ①, ③, ⑤는 전체적으로 상담과정에 적극 참여함과 동시에 단계별 변화를 강하게 보였는데 특히 3단계에서 4수준 이상의 체험을 빈번히 하였다. 그리고 내담자 ③과 ⑤는 3단계에서 5,6수준의 높은 체험을 하기도 하였다. 내담자 ②의 경우에는 전체 단계간에는 차이가 없으나 부분적으로 1단계와 3단계간에 변화의 차이가 있었다. 그러나 내담자 ④의 경우는 단계간 차이가 나타나지 않았는데, 언어표현을 통해 상담에 적극적으로 참여하는 빈도 또한 내담자들 중 가장 낮았다. 이러한 결과는 집단상담 과정에서 내담자들은 개별적으로 상이한 경험을 할 수 있음을 나타내는 것으로, 그러한 상이한 체험의 차이를 야기시키는 기제들에 대한 체계적인 연구의 필요성을 제시하는 것이다.

이러한 내담자 전체 및 개인별 변화의 결과들을 통해 알 수 있는 것은 상담의 효과성 즉, 내담자의 변화를 확인함에 있어서는 내담자 전체의 변화 여부에 국한하지 않고 내담자 개인의 변화 양상을 함께 밝힐 필요가 있다는 점이다. 사실 집단 또는 개인 상담 및 심리치료는 궁극적으로 개인의 변화에 초점이 있으므로,



그러한 변화가 어떠한 기체에 의해 어떻게 야기되는지를 개인별 차이를 고려하여 구체적으로 밝힐 필요가 있다. 따라서 더욱 다양한 측면을 탐색하는 여러가지 과정분석 도구를 활용 또는 개발하여 상담과정에서의 내담자 변화 양상을 점검할 필요가 있다.

한편, 단계별 체험수준의 변화와 관련하여 주목할 점은 상담중기의 전체 평균 체험수준은 상담전기에 비해 높으나, 상담전기나 후기에 비해 체험수준 4수준의 발생 빈도가 낮다는 점이다. 이것은 상담중기에 들어 내담자들은 전반적으로 자신의 내면을 탐색하려고는 하나 내적 체험 증진의 결정적 전환 단계인 체험수준 4수준에는 잘 이르지 못하고 있음을 나타내는 것으로, 상담자의 직접적인 개입시에는 4단계 수준을 다소 경험하지만 전체적으로는 체험수준 4수준의 경험 빈도가 낮음을 나타내는 것이다. 이러한 결과는 집단상담 중기에서 내담자들은 내적 직면에 대한 불안이나 회피, 저항을 나타내면서 상담과정에서 발생하는 현상이나 경험을 단순화, 서술화, 주지화시키려는 경향이 있다는 Corey(1985)의 연구와 상담중기에는 집단구성원간에 불일치(disagreement)가 발생하는데 이것은 상담자가 제안하는 변화에 대해 내담자가 저항감을 나타내기 때문이라는 Strong 등(1991)과 Tracey(1985)의 연구결과를 확인하는 것이다.

둘째, '상담자의 체험수준은 내담자의 체험수준을 유지 또는 증가시키는가?'의 문제로, 효과적인 상담에서는 상담자의 개입적 체험수준이 내담자의 체험수준을 한 단계 더 높이거나 유지시킨다(Klein 등, 1986)는 연구와 관련하여 볼 때, 본 연구는 내담자의 특정 반응(C1)

에 곧이어 나타나는 상담자의 개입 반응(T)-다른 구성원의 개입이 없는-은 즉각적으로 후속되는 내담자의 반응(C2)에 영향을 미침을 확인하는 것이다. 내담자의 변화에 영향을 미치는 집단의 역동적인 다양한 요인들을 모두 통제하지 못한 제한점은 있지만, 내담자 반응수준(C1)-즉각적인 상담자 개입수준(T)-즉각적인 내담자 재반응 수준(C2)의 쌍들을 선별하여 상관분석 및 연계분석한 결과, 상담자의 개입적 체험수준은 내담자의 체험수준을 유지 또는 증진시키는 것으로 밝혀졌다.

여기서 주목할 점은, 상담자의 개입적 체험수준의 형태에 따라 내담자들의 체험수준이 상이하게 변화한다는 것으로, 상담자가 선행하는 내담자의 반응수준보다 높은 수준으로 개입하면(C1>T) 내담자의 후속 체험수준이 선행하는 체험수준보다 상대적으로 높아지며(C1<C2), 선행하는 내담자의 반응 수준과 같은 수준으로 개입하면(C1=T) 내담자의 후속 체험수준은 상대적으로 선행하는 체험수준과 같아지고(C1=C2), 낮은 수준으로 개입하면(C1<T) 상대적으로 낮아진다(C1<C2)는 점이다. 이것은 상담자가 어떤 체험수준으로 개입하느냐에 따라 내담자의 체험수준이 상이하게 변화됨을 나타내는 것으로, 효과적인 상담에서는 상담자의 개입적 체험수준이 내담자의 내적 체험수준을 변화시킨다는 Kliein 등(1986)의 연구결과를 확인하는 것이지 상담자의 개입적 체험수준의 중요성을 입증하는 것이다.

한편, 전체 상담과정에서 내담자의 변화 즉, 내담자 체험수준의 증진과 관련하여 상담자는 내담자의 체험수준 변화의 흐름과 유사한 흐름으로 개입하였음이 상관분석을 통해 밝혀졌는

데, 이것은 내담자의 변화를 돕기 위한 상담자의 개입적 활동이 상담자와 내담자의 상호작용을 원활히 하는데 도움이 되었음을 나타내는 것이다.

세째, '계슈탈트 기법 적용 집단상담에서 내담자 체험수준의 증진에 영향을 미친 구체적인 상담 기법들은 어떤 것인가?'와 관련하여 체험수준 4수준 이상을 야기시킨 주요 활동들을 살펴보면 다음과 같다. 먼저, 과거의 미해결된 문제를 지금-여기에 떠올려 완결지으려는 시도인 '두의자 작업'을 들 수 있다. 이 기법은 '나의 인생역정', '나의 성장과정' 등의 활동들에서 주로 사용되었는데, 구성원들은 '두의자 작업'을 통해 개인적인 내적 체험을 더욱 깊이 할 수 있었다. 즉, 자기 중심적이고 편협된 시각에서 벗어나서 상대방의 관점에서 문제와 상황을 새롭게 인식케 되었고 개인 내적 조망을 더욱 깊게 함으로써 개인적인 미해결된 문제(Unfinished Business)를 점진적으로 해결해 나가는데 도움을 받았다. 다음으로 상담 전 과정을 통해 회기 초에 계속 실시된 활동인 '나는 지금'을 들 수 있다. 계슈탈트 상담 및 심리치료에서 중시하는 현재성을 강조하는 이 활동은 지금 이 순간에 발생하는 자신의 감정, 사고, 행동, 신체지각 등을 명확히 깨닫게 함으로써 삶의 주체성과 생동감을 체험하는데 도움을 주었다. 그리고 억압된 자기표현과 습관화된 내적 기준에 대한 이해의 증진을 돕는 활동인 '당신이 정말 나를 아신다면', '투사거두기', '마음전하기' 등도 구성원들의 체험수준을 증진시키는 것으로 나타났다. '당신이 정말 나를 아신다면'은 자신의 감정이나 소망과 좀 더 깊이 접촉하면서 이를 표현토록 하는데 기여

하였으며, '투사거두기'는 자신의 감정, 사고, 언행과 관련하여 겪는 어려움의 원인이 외적 대상에 있기 보다는 일차적으로 자기 내면의 제 요인들에 있음을 자각하게 함으로써 구성원들이 책임있는 생활을 주체적으로 해나갈 수 있도록 도왔다. 그리고 '마음·전하기' 활동은 상담 종결시에 참여자들이 자신의 감정을 상대방에게 진솔하게 전달하고 타인의 감정을 깊이 음미하고 수용할 수 있는 장을 마련해 주는데 기여하였다. 결론적으로 이상에서 제시된 계슈탈트 집단상담의 활동들은 집단 구성원들의 자기물입과 탐색, 자각을 촉진시킴으로써 내적 체험 수준을 더욱 증진시키는데 도움을 주었다.

한편 이상의 연구문제에 대한 논의와 관련하여, 본 연구의 의의를 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 계슈탈트 기법 적용 집단상담의 내담자-상담자 상호작용 과정에서 내담자에게 나타나는 구체적인 미세한 변화 양상을 체험수준의 역동적 변화를 통해 살펴봄으로써, 상담자의 개입 형태에 따른 내담자의 변화 양상을 확인할 수 있었다. 즉, 상담과정에서 상담자는 내담자의 반응 수준과 유사하거나 높은 수준으로 개입함으로써 내담자의 변화를 촉진시킴을 확인할 수 있었다. 이것은 상담 전후의 일회적인 측정에 의해 내담자의 변화여부를 확인하기 보다는 전체 상담과정에서 구체적으로 어떠한 상호작용과 활동에 의해 어떻게 변화가 야기되는 가를 미시적으로 밝힌 것이다.

둘째, 본 연구는 계슈탈트 상담 및 심리치료 이론에 바탕한 기법들 중 내담자의 체험수준의 증진을 돕는 실제적인 활동들을 부분적으로 확인할 수 있었다. '나의 인생역정'이나 '나의 성장과정' 등의 활동에서 사용된, 자신의 미해결

된 계슈탈트를 현재에 떠올려 완결토록 돕는 기법인 '두의자 작업'은 내담자의 자기자각과 내적 체험의 증진에 효과적임이 확인되었다. 그리고 자신의 주체성과 현존성을 지금-여기에서 명확히 깨닫고 책임을 지게 하며, 감정과 사고와 행동의 밀접한 연관성을 강조하는 '나는 지금' 활동 또한 내담자의 변화를 촉진시키는 주된 활동으로 밝혀졌으며, '당신이 정말 나를 아신다면', '투사거두기', '마음전하기' 등의 활동들도 내적 몰입과 자각을 촉진시키는데 기여하는 활동임이 밝혀졌다.

세째, 내담자의 내적 자각에 의한 체험의 변화와 관련하여 내담자의 정체감 증진을 돕는 계슈탈트 기법 적용 집단상담 활동을 구성하여 실시하였다는 점에 연구의 의의가 있다. 계슈탈트 상담 및 심리치료 기법들은 현재를 바탕으로 개체가 지닌 감각, 감정, 사고, 그리고 가치판단 등을 총체적으로 자각케 함으로써 자기만족적이고 자기지지적인 존재가 되도록 돕는 것을 목적하는데, 제한적이지만 체험수준의 변화를 통해 내적 탐색과 몰입에 의한 자기자각과 변화가능성에 대한 긍정적인 확신을 갖게 하는 계슈탈트 상담 활동들을 확인할 수 있었다.

한편, 이상의 연구결과에 대한 논의 및 의의와 관련하여 본 연구의 과정에서 발견된 연구의 제한점과 제언은 다음과 같다. 첫째, 분석 도구와 관련하여 내담자와 상담자간에 발생하는 역동적인 상호작용에 의한 내담자 변화와 그러한 변화를 야기시킨 상담자의 역할 및 개입 방식과 같은 복잡한 요인들을 확인함에 있어 체험척도만으로는 체계적이고 깊이있는 분석에 한계가 있었다. 따라서 내담자-상담자 상호작용과정을 객관적, 주관적으로 확인하는 다

양한 분석 도구의 사용이 요구된다. 둘째, 내담자 전체의 변화 결과와 개인 변화 결과의 관련성에 대한 구체적인 탐색이 부족하였다. 내담자 전체의 변화와 같은 결과를 나타낸 내담자 ①, ③, ⑤나 ②와는 달리 내담자 ④는 변화가 없었는데 그 원인에 대한 더욱 구체적인 탐색이 요구된다. 세째, 본 연구는 계슈탈트 기법 적용 집단상담 과정에서 나타난 내담자 체험수준의 증진이 어떤 최종적인 성과로 야기되는지를 확인하지 못하였다. 이것은 과정분석이 갖는 어려움의 하나로 내담자가 상담 과정에서 체험하는 변화가 실생활 장면의 구체적인 성과로 어떻게 나타나는지를 확인하는 것은 연구방법상으로 복잡하고 어려운 문제이다. 이에 대한 깊이있는 추후 연구가 필요하다. 네째, 계슈탈트 집단상담 활동의 구성과 관련된 것으로, 계슈탈트 상담 및 심리치료 이론에 근거한 더욱 체계적이고 전문적인 활동들이 구성될 필요가 있다. 즉, 이론에 바탕한 다양한 창조적 활동들을 더욱 체계화시키고 그 효과성을 검증함으로써 시간, 장소, 상황에 따라 복잡하게 발생하는 내담자의 다양한 심리적 어려움들에 더욱 과학적인 방식으로 대처할 수 있는 것이다.

## 참 고 문 헌

- 금명자(1993). 상담단계와 내담자 체험수준에 따른 상담자 개입패턴의 즉시적 성과. 서울대학교 박사학위논문.
- 김정규(1994). 미발간 자료.
- 문형춘(1993). 초기상담에서 내담자-상담자 반응

- 연계 유형에 따른 즉시적 성과. 서울대학교 석사학위논문.
- 손은령(1993). 상담회기내 주요이벤트 전후의 상담과정에 대한 연구. 서울대학교 석사학위논문.
- 우재현(1994). 계슈탈트 치료 프로그램. 대구 : 정암서원.
- 우재현(역)(1994). 계슈탈트 치료. 대구 : 정암서원.
- 이동귀(1992). 초기상담면접에서 상담자 반응의 도/내담자 주관적 반응간의 연계단위와 상담회기 효율성과의 관계. 서울대학교 석사학위논문.
- 정방자(1986). 정신역동적 상담과정에서의 상담자와 내담자의 언어반응 변화 분석. 서울대학교 박사학위논문.
- 한기백(1995). 계슈탈트 자각증진 집단상담에 의한 내담자 체험수준과 자아정체감의 변화. 부산대학교 석사학위논문.
- Baumgardner, A. H.(1990). To Know Oneself Is to Like Oneself: Self-certainty and Sief Affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 58, No.6, 1062-1072.
- Clarkson, P. (1990). *Gestalt Counseling in Action*. London : Sage Pub.
- Corey, G. (1985). *Theory and practice of Group Counseling*. Brooks/Cole Publishing Company.
- Erikson, E. H.(1960). *The problem of egoidentity*. In Stein, M. R.(ed), *Identity and Anxiety*, N. Y : The Free Press.
- Erikson, E. H.(1959). *Identity and life cycle*. Psychological Issue, Vol, N.Y : International University Press.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity : Youth and crisis*. N. Y : Norton.
- Gazda, G. M.(1971). *Group counseling : a development approach*. Boston, Allynand Bocan.
- Hill, C. E.(1978). Development of counselor verval response category system : *Journal of counseling psychology*, 58, 288-294.
- Hill, C. E(1990). Explorary in-session process research in individual psychotherapy : A review. *Journal of counseling psychology*, 58, 288-294.
- Hill, C. E., Carter, J. A., & O'Farrell, M. K. (1983). A case study of the process and outcome of time-limited counseling. *Journal of counseling psychology*, 30, 3-18.
- Klien, H. K., Mathieu, P. L., Gendlin, E. T., Kiesler, D. J. (1969). *The Experiencing Scale : A Research and Training Manual(Vol.1, 2)*. Madison : University of Wisconsin Extention Bureau of Audio-visual Instruction, 1969(copyright, 1970).
- Klien, H. K., Mathieu-Coughlan, P., Kiesler, D.J.(1986). The Experiencing Scale, In L. S. Greenberg, & W. M. Pinosof (Eds.), *The Psychotherapeutic process : A Research Handbook 21-71, 615-705*

- Perls, F. S.(1976). *The Gestalt Approach & Eyewitness to Therapy*. New York : Bantam Books.
- Polster, E. & Polster, M.(1974). *Gestalt Therapy Integrated*. New York : Vintage Books.
- Simkin, J. S. & Yontef, G. M.(1984). *Gestalt therapy In : Corsini, R.J. (ed) Current Psychotherapies*. Itasca, IL : F. E. Peacock.
- Strong, S. R., Corcoran, J. L., Hoyt, W. T., & Welsh, J. A.(1991). *Change process in counselinga theory and a case*. Symposium conducted at the 99ht Annual Convention of the A.P.A, San Francisco.
- Tracey, T. J.(1985). Dominance and outcome : A sequential examination. *Journal of Counseling Psychology*, 32, 119-122.
- Walz, G. R.(1991). *Counseling to Enhance Self-Esteem*. School of Education, University of Michigan, Ann Arbor.
- Yalom, I. D.(1970). *The theory and practice of group Psychotherapy*. N.Y : Basic Books.
- Yontef, G. M.(1979). Gestalt Therapy : Clinical Phenomenology. *The Gestalt Journal VII, N.1, Spring*.
- Zinker, J.(1977). *Creative Process in Gestalt Therapy*. New York : Vintage Books.

## Process Analysis of Group Counseling Based on Gestalt Techniques by by Changes of Experiencing Levels

Hae-Sook Sim

Busan National University

Gi-Baeg Han

Busan National University of Education

The purpose of this study is to analysis first, the process that clients experiencing levels change in group counseling applied Gestalt techniques, second what experiencing levels of counselor intervention improve clients experiencing level, and third what kind of Gestalt techniques improve participants experiencing levels.

The research questions set up this study are as follows: First, will clients experiencing levels change in group counseling based on Gestalt techniques?. That is to say, will clients experiencing level be higher in first term of counseling than in third term of counseling?, second will experiencing level of counselor intervention improve clients experiencing level?, and third what kind of Gestalt techniques improve participants experiencing levels?.

To perform this study, 13 sessions of time-limited(two hour and half) group counseling were carried out twice a week for two months. There were 8 participants in this group, but only 5 members were analyzed. The instrument used for this study were the Experiencing Scale to analysis counseling process.

Main results of this study are as follows: First, clients experiencing levels are higher in third than in first term of group counseling based on Gestalt techniques, second, experiencing levels of counselor intervention improve clients experiencing level significantly, and third, those kinds of Gestalt

techniques—'Two Chairs', 'Here and Now I Am', 'If You Really Understand Me', 'Sharing Minds'—improve participants experiencing levels.

The implications of this study are first to confirm concretely the process of clients change by counselor intervention, second confirm Gestalt techniques to help clients experiencing change practically, third construct group counseling based on Gestalt techniques.

The limitations of this study are the insufficiencies of first, process analysis on clients change and client-counselor interaction by lack of various instruments to analyze counseling process, second, specific inquiry about different results among clients, third, connection of process results and outcome, last, the systematic and special construction of Gestalt techniques.

〈부록 1〉

계슈탈트 자각증진 집단상담 활동 요약

회기	제 목	활 동 내 용 (택 2-3)	비 고
1회	소개하기 신뢰감 형성	@자기 소개하기 @신뢰의 산책 @내 마음의 그림	크레파스 스케치북
2회	신체자각	@지금 나는 @전신답사 @손, 얼굴과의 대화 @손바닥으로 대화하기	
3회	신체자각	@지금 나는 @산책하기 @단지 있는 그대로	초,안대
4회	자 각	@지금 나는 @자연과의 대화 @일방적,쌍방적 의사소통 @박장대소와 야자(욕)게임	노트
5회	자 각	@지금 나는 @나의 신념 점검 @내가 갖고 싶은 것 @5년,10년 후의 나의 모습	크레파스 스케치북
6회	자 각	@지금 나는 @아기 되어보기 @저승(이승)에서의 환생	
7회	자 각	@지금 나는 @드라마 만들기 @미워하기 @역할 점검하기 @나의 눈,시각,책임	
8회	자 각	@지금 나는 @나를 칭찬하기 @협동 그림 그리기 @연상 단어 잇기	크레파스 스케치북
9회	자 각	@지금 나는 @계슈탈트 컨티뉴 @관계 그림 그리기	크레파스 스케치북
10회	자 각	@지금 나는 @투사 거두기 @당신이 정말 나를 아신다면 @어릴 때의 나의 집	크레파스 스케치북
11회	자 각	@지금 나는 @나의 인생 역정 @한계 상황 @당신은 무엇	녹음기
12회	자 각	@지금 나는 @음악에 맞추어 @마음 사진찍기 @편지 쓰기 @이심 전심	사진,찰흙 녹음기
13회	자 각	@지금 나는 @마음 전하기 @자랑스런 나 @사랑의 포옹	노트

전체 상담 과정 중, 상황에 따라 두 의자 기법을 사용하였다.



〈부록 2〉

내담자 체험 척도 요약

단계	표 현 내 용	표 현 방 법
1	외부사건, 참여거부	비개인적, 감정적, 유리된
2	외부사건, 행동적, 지적 자기기술	관심을 갖고 개인적인 자기 참여 보임
3	외부사건에 대한 사적인 반응, 제한된 자기 기술, 감정을 행동적으로 기술	반동적, 정서적 몰입 보이기 시작
4	감정이나 개인적 경험의 기술	자기 기술적, 경험과 감정의 연계
5	감정이나 개인적 경험에 대한 문제 제기	탐색적, 가설적, 고심하는
6	느낌으로 와닿는 그 무엇, 개인적으로 중요한 문제 해결을 위해 즉시적 감정이나 체험을 통합	표현할 수 없는 어떤 것 이상이 있음에 주목, 감정의 즉시적 표현과 통합
7	느낌으로 와닿는 그 무엇의 연속 체험을 충분히 즉시적으로 표현, 모든 요소들을 자신감 갖고 통합	발전적, 명백한, 확신하는 자각의 확장

상담자 체험 척도 요약

단계	내담자 표현 내용 관련 준거	상담자 태도
1	내담자가 포함되지 않은 외적 사건	자신과 관련이 없는, 유리된
2	내담자가 포함되는 외적 사건, 내담자의 사고나 행동에 대해 행동적, 지적으로 자세히 언급함	지적인, 관심있는
3	외적 사건에 대한 내담자의 반응을 언급 : 내담자의 감정에 대해 언급 단, 행동에 대해 제한적으로 언급	반동적으로 상담자는 자신의 감정을 표현
4	내담자의 감정이나 사적인 체험에 대해 언급	공감적 관여, 상담자는 감정이나 맥락의 연관성을 상술, 강화
5	내담자의 감정 또는 사적 체험과 관련된 문제 언급	상담자는 내담자의 감정을 탐색 하는데 자신의 감정을 사용
6	내담자가 내어놓는 감정과 그것이 미치는 효과에 초점	상담자 자신에게서 유발되는 감정을 사용하여 내담자의 감정을 명확히 인식
7	내담자가 한가지 내적 기준에서 벗어나 진실한 다른 기준으로 옮기도록 촉진	상호작용의 모든 요소들을 통합, 확장시킴. (내담자의 감정, 상담자의 감정, 명확해진 내용들을 포괄)