

내담자의 성격유형과 상담자의 반응유형에 따른 상담자 및 상담회기의 평가

강 영 신 노 안 영
전남대학교 심리학과

본 연구의 목적은 내담자의 성격유형과 상담자의 반응유형에 따라 상담자 및 상담회기에 대한 평가가 어떠한지를 알아보고자 하였다. 즉, 내담자의 성격유형이 MBTI(Myers-Briggs Type Indicator) 검사 결과에 따라, 사고형(T)과 감정형(F)에 속하느냐와 상담자의 각각 다른 반응유형(Ellis의 REBT와 Rogers의 인간중심 치료)에 따라 상담자와 상담회기의 평가에 어떤 차이가 있는가를 밝혀 보고자 하였다. 본 연구의 피험자들은 40명(남 20, 여 20)의 대학생들이었다. 먼저 피험자들을 성별과 성격유형에 따라 분류하였다. 그리고나서 각 성격유형이 REBT 기법을 주로 사용한 상담과 인간중심 치료기법을 주로 사용한 상담의 축어록을 차례대로 제시하여 피험자들로 하여금 읽게 한 후 상담자와 상담회기를 평가하게 하였다.

연구 결과, 사고형의 피험자들은 REBT를, 감정형의 피험자는 인간중심치료 접근을 더 선호하는 것으로 유의미한 차이가 있었다. 상담자 평가척도의 하부영역에 대한 분석결과, 사고형의 피험자들은 인간중심 치료접근보다 REBT 접근을 하였을 때, 상담자를 더 전문적이고, 신뢰롭고 친근한 것으로 평가하였으며, 감정형의 피험자들은 REBT 접근보다 인간중심치료 접근을 하였을 때, 상담자를 더 전문적이고, 신뢰롭고 친근한 것으로 평가하였다. 상담회기의 평가에 있어서도, 사고형의 피험자들은 인간중심 치료접근보다 REBT 접근을 하였을 때, 상담회기를 더 긍정적으로 평가하였으며, 감정형의 피험자들은 REBT 접근보다 인간중심치료 접근을 하였을 때, 상담회기를 더 긍정적으로 평가하였다.

상담이란 상담자와 내담자의 관계형성을 바 자가 조력하는 과정이다. 이러한 상담관계는
탕으로 하여 내담자의 문제를 해결하도록 상담 매우 복잡하고 미묘한 것이며 그러한 관계 안

에서 어떠한 것들이 발생하는지는 상담자의 행동 뿐 아니라 내담자가 누구이며 내담자가 상담자를 어떻게 지각하는지가 중요한 문제가 될 수 있다(Ellis, 1985). 이는 Barak과 LaCrosse(1975)가 언급한 대로, “상담자의 아름다움은 상담자를 바라보는 사람의 눈에 달려 있다”는 것이다. Strong(1968)의 상담에 있어서의 사회적 영향 모델에 따르면, 상담의 효과는 내담자에 대한 상담자의 사회적 영향에 달려 있게 된다. 이러한 영향은 상담자의 전문성(expertness), 신뢰성(trustworthiness), 그리고 매력(attractiveness)에 대한 내담자의 지각에 달려 있으며, 상담자에게 내담자를 변화하게끔 북돋울 수 있는 힘을 주는 것은 다름 아닌 바로 이러한 지각내용이라는 것이다. 때문에 상담에 있어서 내담자가 어떤 사람인지, 즉 내담자의 성격적인 측면이 어떠한 영향을 가져오는지가 많은 관심을 끌어 왔다. 성격에 대한 이러한 관심으로 인해 성격을 유형화하여 설명하려는 시도들이 행해져 왔다.

인간의 성격을 유형으로 나누어 개인간의 차이를 설명하려 했던 최초의 시도는 바로 에니오그램(Enneagram)으로 불리는 수피교의 신비주의로, 가장 오래된 인간의 성격모형인 이 에니오그램에서는 인간을 9가지 유형으로 분류하고 있다. 또한 고대 그리스의 학자들은 인간의 근본적인 차이를 공기, 물, 땅, 그리고 불과 같은 원소를 통해 설명하려 하였다. 인간의 성격 특징을 유형화함으로써 보다 자세히 인간의 개인차를 이해하려는 시도는 지금도 그치지 않고 있는데, 대표적인 성격유형은 칼 융(Carl Gustav Jung)에 의해서 심리유형론

(Psychological Types)이라는 이름으로 1920년에 선보인 것으로 융이 사람들을 보다 깊이 관찰하고 그 결과를 종합한 것이다. 이 이론은 융의 이론중 비교적 초기의 이론이며 인간정신의식의 구조(Structure)와 각 기능(Function)의 유형(Type) 그리고 의식과 무의식의 역동(Dynamics)을 깊이 다루고 있다. 융은 인간의 심리적 에너지는 그 사람의 내부(Inwardly)에서나 아니면 외부(Outwardly)에서 연유하는 것으로 보았다. 이에 따라 어떤 사람은 내향성(Introversion)이 되고 어떤 사람은 외향성(Extraversion)이 된다. 그는 인간이 외부환경을 대하는 방법에도 각기 개인차가 있으며 이는 바로 독특한 마음의 기능에서 연유하는 것으로 해석했다. 융은 이러한 기능의 선호성(Preference)은 인간이 태어날 때부터 가지고 나오며, 이러한 근본적인 선호성이 각기 다른 심리유형을 지닌 인간의 개인차를 보고 잘 설명할 수 있는 것으로 보았다. 그는 또한 이러한 선호성은 어떤 민족이나 문화를 막론하고 모든 인간에게 본질적인 것으로 믿었다.

심리유형에 대한 융의 포괄적인 이론 중에서 가장 핵심적인 것은 인간은 누구나 감각, 직관, 사고, 감정이라 불리는 네 가지의 기본적인 정신적 기능 또는 과정을 사용한다는 점이다. 융에 의하면, 인간은 누구나 이 네 가지의 본질적인 기능을 매일 사용한다고 가정한다. 융이 제시한 네 가지 과정(감각, 직관, 사고, 감정)은 일종의 지향기능(指向機能, orienting function)으로서, 융은 이 기능을 다양한 조건 속에서도 동일한 원리로 반응케하는 특정 정신활동의 형태(Jung, 1921/1971)라고 정의하고

있다. 융은 이 네 가지 기능이 서로 서로 관련되거나 하나로 합쳐질 수도 없기 때문에 서로 구별하게 되었다(Jung, 1921/1971)고 하였다. 따라서 유형이론에서는 인간의 의식적인 정신 활동이 아무리 다양해도 이 네 가지 기능 중 하나에서 나온다는 가정을 하고 있는 것이다.

융의 이론을 제대로 이해하려면 인식과 판단의 중요성을 이해하지 않으면 안된다. 인식은 사물과 사람과 사건 및 사상을 깨닫게 되는 다양한 방법을 가리킨다. 따라서 정보의 수집, 감각 또는 영감의 추구, 주목해야 할 자극의 선택도 인식에 해당한다. 판단은 인식한 내용을 바탕으로 하여 결론에 도달하는 모든 방법을 가리킨다. 따라서 의사결정, 평가, 선택, 자극을 인식한 후 취할 반응의 선택도 판단에 해당된다. 인식과정에는 감각(Sensing)과 직관(Intuition)기능이 포함이 되고, 판단과정에는 사고(Thinking/T)와 감정(Feeling/F)기능이 포함된다.

정보를 선택, 판단, 결정하는 과정으로서 사고와 감정을 보다 자세히 살펴보겠다. 융은 사고와 감정을 합리적 기능이라 부르는데 그 이유는 이 두 가지 판단 방법이 생활 사건들을 이성의 법칙에 따라 조화시키려고 하기 때문이다. 사고적 판단과정에서 사고의 기능은 아이디어를 논리적으로 연관시킨다. 사고는 인정에 얽매이지 않고(impersonal) 인과 원리에 따라 이루어진다. 사고 기능을 선호하는 사람은 사고와 관련된 특징을 발달시킨다. 예를 들면 분석적이고 객관적이고 정의와 공정성의 원리에 관심을 기울이고 비판적이며, 과거 현재 미래 사이의 관계를 중시한다. 한편 감정적 판단과

정에서 감정은 상대적인 가치와 문제의 장점 등을 고려하여 의사를 결정케 하는 기능이다. 감정은 개인이나 집단의 가치를 중시한다. 따라서 감정은 사고보다 주관적이다. 감정을 선호하는 사람은 의사결정을 할 때도 상대방의 입장을 고려하기 때문에, 상대방을 이해하려고 하고, 어떤 문제에 있어서도 기술적인 측면보다는 인간적인 측면을 중시하고, 친화(親和)와 온정과 조화를 바라며, 과거의 가치를 중시한다.(김정택 외, 1995) 융은 이를 바탕으로 비개인적인 선택기준을 사용하는 사람들을 사고형(T)이라고 불렀으며, 개인적 선택 기능을 사용하는 사람들은 감정형(F)이라고 불렀다.

Myers와 Briggs(1962)는 융의 심리유형론을 발전시키고 확장시키기 위해 노력하였는데, 이들은 결정을 내리는 방법으로서 비개인적인 선택을 선호하는 사람(사고형)은 목표, 원칙, 정책, 법, 기준, 그리고 단호성과 같은 말들에 매력을 느끼는 경향이 있다고 말한다. 또한 자신의 선택이 자기 자신과 다른 사람들에게 가져 올 결과를 고려하면서 선택을 하는 사람들(감정형)은 주관, 가치, 사회적 가치, 참작가능한 상황, 친밀성, 설득과 같은 말들에 더 끌린다고 한다. 사고형의 사람들이 비개인적 접근을 사용하는 경향이 있는데 반해, 감정형 사람들은 사람들과 계획을 다루는 데 있어 보다 개인적이다. 사고형 사람들은 객관적 기준에 우선 순위를 두며 논쟁에 능숙한 편이고 감정에 호소하기보다는 논리를 통해 사람들을 자기 관점으로 끌어들인다. 감정형 사람들은 설득에 능하며 자신의 결정이 주위에 있는 사람들에게 미치는 개인적인 영향을 염두에 두면서 선택을

한다. Myers와 Briggs가 말하는 사고형과 감정형의 선호성을 구체적으로 살펴 보면 다음과 같다.

사고형은 근본적으로 회의적이고 비판적이므로 상담장면에서도 이러한 특징을 나타낸다. 따라서 상담자는 자신의 진술에 대한 명백한 준비를 해두어야만 한다. 사고형은 종종 그들에게 주는 어떤 의미를(정서나 감정관련 주제) 무시하는데, 그 이유는 너무 많이 신경을 쓰는 것은 논리적이 아니라고 여기기 때문이다. 실제적인 일에 있어서, 사고는 원인과 결과를 연결시키고 자신이 결정한 것을 지키도록 한다. 사고는 잘못된 결과에 대한 있을 수 있는 원인을 찾아내거나 제시된 행동의 가능한 결과를 찾아내기 위해서 논리를 사용한다. 상담의 초기단계에서는 사고형에게 그들의 감정을 기술하도록 하는 것은 별로 도움이 되지 않는다. 사고형들이 자신의 감정을 적절히 표현하지 못하거나, 감정을 나타내는 그들의 표현이 다소 분석적으로 보인다 하더라도, 그들을 '방어적'이라거나 '주지화'한다고 규정짓는 것도 상담의 효과 측면에서 별 도움이 되지 못한다.

감정형들은 그들이 바라는 것을 분명하게 표현하는 것을 주저한다. 왜냐하면 그들은 다른 사람들이 내가 말하지 않아도 알아차려야 한다고 가정하고 있기 때문이다. 감정형들은 다른 사람들에게 자신이 무엇을 중요하게 여기는지 정보를 줄 수 있는데도 그들이 그냥 추측하게 하는 것은 별로 바람직하지 않다는 사실을 이들에게 지적해 주는 것은 아주 유용하다. 감정은 사람이나 일, 관념, 이상 등에 가치를 부여하거나 다른 사람의 가치를 존중하는 데 그 일

익을 담당한다. 감정형들을 상담할 때는 그들의 가치를 명료화시키고, 단기적 목표와 장기적 목표와의 선택을 위한 토의가 중요하다(Myers & Briggs, 1962).

상담분야에서 이러한 심리유형론이 어떻게 이용될 수 있는가에 대한 연구가운데, 김정택 외(1995)는 내담자의 성격유형을 알고 유형이론을 토대로 하여 내담자의 행동 경험에 비추어 검증해 나가는 것이 중요하다고 주장하였다. 특히 인식과 판단과정 중에서 상담회기와 상담자를 평가하는 판단과정은 상담의 효율성과 높은 관련이 있기 때문에 상담에서는 상담자 반응에 있어 내담자 언어로 개입해야만 내담자가 잘 이해한다고 한다(Myers & McCaulley, 1960). 사고형의 언어는 보다 객관적이고 분석적이며, 감정형의 언어는 보다 개인적이라고 한다. 사고형 내담자와의 상담시에는 먼저 그들이 제시한 사실과 논리로부터 시작해야 하며, 상담자가 제시하는 새로운 정보는 짧을수록 효과적이고, 시작과 중간과 끝이 잘 정리되어야 한다는 것이다. 감정형들과의 의사소통시에는 어떤 질문을 던지기 전에 서로 합의할 수 있는 부분이 명확해야하고, 특히 스트레스 상황에 처해 있는 감정형의 내담자들은 상담자가 자기편에 서있지 않음을 시사하는 것들에 지극히 민감하기 때문일 것이다(김정택 외 2인 편역, 1995).

이러한 내용을 기초로 하여, 상담자와 내담자의 성격유형의 유사성, 특히 성격유형중 판단과정에 속하는 사고/감정 차원간에 관한 연구들을 살펴보면 다음과 같다.

Carskadon(1979)은 대학생들이 상담자로서

의 자질에 대해서 어떻게 생각하고 있는지를 조사했다. 사고형들은 상담자의 행동주의적 특징에 더 많은 점수를 주었고, 감정형들은 인본주의적인 특성을 더 높이 평가했다. 대학생들을 중심으로 한 Weir(1976)의 연구에서는 상담자가 보여준 무조건적이며 긍정적인 관심을 예시한 녹음테이프를 들려주었는데, 감정형들이 사고형보다도 이를 더 선호하는 것으로 나타났다. Arain(1968)의 연구에서는 상담을 원하는 고등학생들 사이에서 사고형들은 인지적인 상담을 원했고, 감정형들은 보다 정서적인 특성이 있는 상담을 선호했다(김정택 외, 1995).

Nelson(1991)의 연구에 의하면, 상담자와 내담자의 성격유형이 유사할수록 내담자가 상담 관계를 긍정적으로 바라보고 있었으며, 이러한 관계는 주로 사고/감정과 판단/인식 기능의 유사성에 기인한다고 하였다.

Byrne(1971)은 내담자와 상담자의 유사성과 상담자의 매력간의 관계를 연구하였는데, 그 결과는 상호유사성이 매력에 대한 지각에 영향을 주는 것으로 나타났다. 각기 다른 성격유형을 지닌 내담자의 선호성을 이해하게 됨으로써, 상담자는 각기 다른 내담자를 돕는데 보다 효율적이 될 것이다.

상담자의 이론적 배경, 상담 접근 방법이나 반응유형과 내담자의 성격유형과의 관계에 대한 연구들을 살펴보면, 우선 Trant(1989)의 연구에서는, 상담자의 이론적 배경이 행동주의일 경우에는 상담자의 유형이 감각, 사고 그리고 판단형일 가능성이 많으며, 실존주의적 접근을 취하는 상담자나 게스탈트적 접근을 취하는 상담자들은 직관적-인식적 유형일 경향이 많은

것으로 조사되었다.

이와 비슷한 연구에서는, 상담자의 이론적 배경과 MBTI의 사고/감정(T/F) 차원간에 관련이 있음을 보여 주고 있는데, 사고형의 상담자는 인본주의적 상담접근을 덜 적용하는 것으로 나타났다(Clark, 1989).

Allen(1985)의 연구는 어떤 유형의 심리치료가 어떤 유형의 사람에게 가장 효율적인가에 대한 것이었는데, 다시 말하면, 내담자의 MBTI 유형과 상담자가 그 내담자에게 적용시키는 심리 치료 유형, 그리고 심리 치료의 효율성에 대한 내담자의 인식간의 관계를 탐색한 것이었다. 그 결과, 내담자의 성격유형, 심리 치료 유형, 상담 효율성에 대한 내담자의 인식간에는 상관관계가 있었다. 또한 내담자 유형과 심리치료 유형간에는 유의미한 상호작용효과가 있었다.

Stoltenberg(1986)는 내담자가 사고형일 경우 인지적 상담기법중의 하나인 REBT (Rational-Emotive-Behavioral Therapy) 기법을 선호할 것이라는 가설을 세웠는데, 연구 결과 가설이 지지되었다. 그는 논의 부분에서 상담의 접근방법(orientation)이 내담자의 성격유형별로 다양하게 시도되어야 함을 제시하였다.

또한 Barry(1991)는 내담자가 사고형인가 혹은 감정형인가에 따라 상담자와 내담자와의 상담관계에 영향을 미칠 수 있으며, 이로 인해 상담자는 성격유형의 차이점과 내담자의 성격유형에 적합한 상담접근 전략을 도입해야 한다고 주장하였다.

상담자와의 라포 형성 스타일의 평가에 있어

서 내담자의 차이에 관한 연구 중 하나는 Birkhead(1984)에 의해 이루어졌다. Birkhead는 대학생을 대상으로 하여 녹음을 이용한 실험연구를 실시하였는데, 연구 결과 피험자의 MBTI 유형 중 판단 과정에 속하는 사고와 감정 유형과 동일한 스타일의 라포 형성 스타일을 사용한 상담자를 더 매력적으로 지각하였다. 사고형의 학생들은 감정형 스타일의 상담자보다 사고형 스타일의 상담자를 더 좋아하는 것으로 나타났으며, 이와 마찬가지로 감정형의 학생들은 사고형 스타일의 상담자보다 감정형 스타일의 상담자를 더 좋아하는 것으로 나타났다.

상담자의 이론적 배경과 내담자의 성격유형에 관한 연구와 더불어, 내담자의 성별과 성격유형에 관한 연구를 살펴 보고자 한다. 우선, Perry(1989)의 연구 결과를 살펴보면, 여성 내담자들은 상담자의 접근방식에 있어서 감정형에 더 큰 선호성을 보이는 반면에, 남성 내담자들은 사고형에 유의미하게 큰 선호성을 보이고 있다. 특히 우리 문화에서 남성은 번번이 사고를 선호하고 사고쪽으로 사회화되는 반면 여성은 감정을 선호하고 감정쪽으로 사회화된다. 때문에 검사 채점을 할 때에도 이 사고/감정 척도만큼은 성별에 따라 가중치를 달리하고 있다. 사고/감정 척도에서는 행동과 태도에서 사고기능을 뚜렷이 선호하는 것으로 나타나는 여성이라도 특정한 감정반응을 보이는 경향이 남성보다 높다는 것이 분명했다. 이런 차이는 어떤 감정 반응은 남성보다는 여성에게 사회적으로 더 바람직할 수 있기 때문이거나 사회적 훈련의 영향 때문이라고 생각된다(김정택, 심혜

숙, 1991).

Klein은 1986년에 행한 연구에서 심리치료에 대한 내담자의 기대를 점검할 때 내담자의 성별은 내담자의 성격유형, 제시하는 문제 유형 그리고 이전의 상담 경험 유무와 같은 변인들만큼이나 중요한 변인임을 주장하였으며, MBTI가 특히 대학생을 위한 상담센터 등에서 유용함을 증명하였는데, 이는 MBTI가 성격에 대해 비병리적인(nonpathological) 태도를 취하기 때문이라고 하였다.

이러한 결과를 바탕으로 생각하여 볼 때, 내담자가 외부 세계를 인식하고 처리해 나가는데 있어서 이같은 성격유형이 지니는 선호성의 일관된 차이를 상담자가 무시할 수는 없을 것이다. 초기의 상담에 관한 연구들은 내담자를 돕는 데 가장 올바르게 최선의 기법들을 찾아내고, 이러한 기법들을 교육시킬 수 있는 최선의 방법들을 다시 탐색하고, 누가 가장 훌륭한 상담자가 될 수 있는가에 관한 것들이었다. 하지만 보다 최근에는, 이와 같은 선호성의 서로 다른 차이점에 대한 인식을 해오고 있으며, 각기 다른 사람에게는 각기 다른 상담 접근방법이 필요함을 자각하게 되었다(Ellis, 1985).

상담자가 상담장면에서 도입하는 여러 접근 방법들 가운데 Rogers의 인간중심치료와 A. Ellis의 REBT의 특징, 상호 유사점과 차이점 등을 살펴 보도록 하겠다. Rogers의 인간중심 치료는 상담자가 진실성, 배려 그리고 매우 민감한 비판단적 이해를 경험하고, 이런 태도를 상대방에게 전달하는 관계속에서 개인의 성장적인 잠재력이 방출된다는 가설을 기본으로 하고 있다. Rogers는 이러한 치료관계속에서 상

담자가 갖추어야 할 태도로서 진솔성 혹은 일치성, 정확한 공감적 이해 그리고 무조건적인 긍정적 존중을 들었다. 진솔성 혹은 일치성은 상담자가 자신의 내적 경험과 감정의 변화를 읽고 그의 내적 경험의 특성이 치료적 관계에 나타날 수 있도록 하는 상담자의 기본 능력이다. 공감적인 이해는 자기 자신의 인간됨에 충실한 상담자는 내담자 내부의 세계를 경험하기 위하여 내담자의 감정 세계에 몰두하려고 애쓰는 것이다. 상담자는 내담자의 경험뿐 아니라 그 감정에 대한 치료자 자신의 내적 반응도 적극적으로 경험하면서 내담자가 말로 표현한 것을 넘어서 내담자의 자각의 가장자리에 있는 함축된 감정들을 알 수 있게 된다. 무조건적인 긍정적 존중은 상담자가 때때로 내담자 개인의 개별성을 존중하고 있음을 무비판적인 이해나 솔직한 반응을 통해 직접적으로 전달하게 된다. 인간중심의 치료에서 상담자는 내담자를 인간적으로 존중하며, 내담자에 대해 상담자가 느끼는 감정과 생각을 솔직히 나타내고, 내담자의 감정을 공감하고 반영해 준다(이장호, 1992). 인간중심치료에서 감정이라는 용어는 개인적 의미를 지닐 뿐 아니라, 정서적인 색조를 띤 경험을 의미한다. 이것은 정서를 포함할 뿐만 아니라, 그것이 경험되는 맥락내에서 그 정서가 갖는 의미에 관한 인지적 내용도 포함한다(김정희, 이장호 역, 1994)

다른 상담 접근방법중의 하나는 Ellis가 1950년대에 발전시킨 성격 이론 및 심리치료 방법인 REBT이다. 심리적 장애의 근원을 인지 과정에서 밝히려는 인지적 접근은 사고가 인간의 정서 및 행동을 중개하거나 선도

한다는 전제를 설정하고 있다. 따라서 REBT의 정의는 인간(내담자)의 사고 과정을 수정, 변화시킴으로써 정서적·행동적 장애를 없애는 접근 방법이라고 할 수 있다(이장호, 1992). 이는 매우 부담이 되는 정서적 결과가 중요한 활성화 사건(activating event)을 뒤따라 일어날 때, 흔히 중요한 활성화 사건이 정서적 결과를 야기한 것처럼 보이지만 실제로는 그렇지 않다는 입장을 취한다. 대신에 정서적 결과는 주로 개인의 신념체계에 의해 유발된다는 것이다. 예를 들어, 극심한 불안과 같은 바람직하지 않은 정서적 결과가 일어날 때, 대개 그 원인은 개인의 비합리적인 신념들에 있으며, 따라서 이러한 신념들에 대한 합리적인 도전을 통해 신념들이 효과적으로 논박될 때 혼란스러운 결과는 사라지고 결국에는 다시 재발하지 않게 된다는 것이다(김정희, 이장호 역, 1994). 다시 말하여, 그렇게 믿기 때문에 그렇게 느끼는 것이라는 전제를 기본으로 한다(노안영, 1994).

REBT는 한가지 방식에서, 아마도 이 단한가지 방식에서만, 인간 중심치료와 밀접한 유사성을 지닌다. 이 두가지 치료 방식은 모두 Rogers가 부른 무조건적 긍정적 존중과 REBT에서 완전한 수용 혹은 포용력이라 부르는 것을 강조하기 때문이다. 또한 이 두가지 치료 방식은 기본적으로 같은 목표를 가지고 있는데, 그 목표는 개인이 자신의 행동중 일부가 전혀 마음에 들지 않는 경우에도 그들 자신을 비난하지 않도록 돕는 것이다(김정희, 이장호 역, 1994).

인간중심 치료가 인간경험의 주관성에 기초를 두며(이형득, 1993) 무의식적 정서를 강조

하는 반면, REBT는 인지적 측면, 즉, 의식 과정 및 사고 과정을 강조한다는 점(이장호, 1992)에서 REBT는 인간중심치료보다 더 설득을 하고, 더 교훈적이며, 더 많은 정보를 제공하는 데, 그런 점에서 REBT는 아마도 치료적 연속체상에서 인간중심치료와는 거의 정반대에 위치하게 되는 것이다(김정희, 이장호 역, 1994).

연구의 목적 및 연구가설

본 연구는 성격 유형중 판단 과정의 선호성에 해당하는 사고와 감정 기능의 효과를 조사하고자 한다. 즉, 내담자들에게 Rogers의 인간중심 치료와 Ellis의 REBT 치료 방식으로 접근한 모의 상담 내용을 차례로 제시한 후, 내담자가 상담자 및 상담회기를 평가하는 데 있어서 판단을 하고 결정을 내리는 역할을 담당하는 사고 혹은 감정 기능이 어떠한 영향을 주는가를 살펴 볼 것이다.

내담자가 상담자를 처음 만나게 되는 첫회 상담에 있어서 내담자가 상담자를 평가하는 데 있어서 첫회 상담이라는 특성상 상담자의 이론적 접근이라든지 기법 등보다는 상담자에 대한 첫인상에 의해 내담자는 그 다음 상담에 임할 것일지의 여부를 결정할 확률이 클 것이다. 이때 내담자의 성격이라는 측면이 상담자를 평가하는 데 커다란 영향을 끼친다. 상담자는 첫회 상담때 내담자의 성격, 즉 성격유형을 알고 이에 맞추어 첫회 상담을 이끌게 되면 내담자와

의 라포(rapport)를 보다 쉽게 형성할 수 있게 될 것이다.

하지만 아쉽게도 이러한 성격유형이 상담에서는 어떠한 영향을 가지고 있는지에 대해서는 국내의 연구가 미비한 상태이며, 국내의 선행연구가 거의 없다시피 한다. 때문에 본 연구는 내담자 성격유형이 상담효과에 있어서 상담자의 상담 접근법 혹은 상담자의 반응유형에 따라 상담자 평가에 미치는 영향을 발견하여 상담의 효율성을 예측할 수 있도록 하고자 한다. 만약 상담진행에 있어서 내담자 성격유형 변인을 고려한 상담진행을 한다면 더 긍정적인 상담 효과를 기대할 수 있으리라 생각된다.

이러한 선행 연구를 바탕으로 한 본 연구의 가설은 다음과 같다.

가설 1. 내담자의 성격유형이 감정형(F)에 속하면 상담자가 문제접근을 로저스식으로 했을 경우, 상담자 및 상담회기를 더 긍정적으로 평가할 것이다.

가설 2. 내담자의 성격유형이 사고형(T)에 속하면 상담자가 문제접근을 엘리스식으로 했을 경우, 상담자 및 상담회기를 더 긍정적으로 평가할 것이다.

연구방법

1. 연구대상 및 연구절차

전남대학교에 재학중인 74명을 대상으로 성격검사를 실시하였다. 설문지를 피험자로부터 돌려 받으면서 피험자와 실험시간을 정하였다.

실험자는 피험자들의 성격유형을 검사 결과에 기초하여 사고형과 감정형으로 나누고, 성별로 분류하였다. 본 실험은 약속된 시간에 실험장소에서 실시되었다. 예비 설문(MBTI 검사)은 응하였으나, 실험에 참가하지 않은 피험자 수와 누락자²⁾를 제외한 실험참가자수는 40명이었으며, 총 실험시간은 평균 약 45분 정도 소요되었다. 각 cell³⁾당 10명씩이 배정되었다. 먼저 실험자 지시문을 실험자가 읽은 후에 각각의 피험자에게 두 가지의 상담 축어록을 차례로 제시하였다. 첫 번째 축어록에는 Ellis의 REBT를 주로 사용하여 진행한 모의 상담 내용이 담겨 있으며 다른 축어록에는 Rogers의 인간중심 치료 기법을 주로 사용하여 진행한 모의 상담 내용이 실려 있다. 피험자들로 하여금 두 가지 축어록을 차례로 보게 하되, 제시 순서는 피험자수의 절반은 REBT 접근 방식의 상담을 먼저 보게 하고, 나머지 절반의 피험자들은 인간중심 치료적인 접근의 상담을 먼저 보게 하였다. 이는 제시순서가 피험자의 반응에 영향을 주는 것을 최소화시키기 위함이었다. 축어록을 차례로 보고 난 후 피험자로 하여금 제시 순서대로 각각의 상담 장면에서 상담자의 전문성과 매력성 및 신뢰성, 상담회기 등을 평가하게 하였다(CRF: Counselor Rating Form, SEQ: Session Evaluation Questionnaire 사용). 모든 실험은 본 연구자 한 사람에게 의해 이루어졌으며, 따라서 서로 다른 실험자의 실험 실시 시에 발생할 수 있는 실험자 오차는 최소화되었을 것으로 추정된다.

실험은 실험자의 다음과 같은 지시로부터 시작되었다.

안녕하십니까?

바쁘신 중에도 실험에 참가하여 주심을 감사드립니다. 여러분이 참여하신 이 연구는 대학생 상담의 효율성을 높이기 위한 목적으로 수행되는 것입니다. 이 연구에 관련된 자료는 오직 연구 목적으로만 사용될 것이며, 따라서 여러분 개인의 응답 결과도 외부에 공개되지 않을 것입니다. 여러분 응답 자료의 하나 하나가 매우 귀중한 자료가 될 것입니다.

이제 여러분은 곧 제가 나누어 드릴 두 가지 상담 사례 축어록에는, 상담실을 찾아온 한 학생과 상담자가 만나 면담하는 내용이 담겨 있습니다. 내용은 상담자와 대학생 내담자의 첫 번째 상담으로서, 50분간 진행된 상담 중 중간 부분 약 10여분만을 발췌한 것입니다. 각각의 축어록은 같은 내담자에 대해서 다른 상담자가 상담한 내용이 담겨 있습니다. 다음에 나와 있는 정보(이 정보는 상담의 앞부분에서 이야기된 내용을 요약한 것입니다)를 바탕으로 귀하가 지금 상담을 받고 있는 내담자라고 생각하시면서 본 상담내용을 읽어 주시기 바랍니다. 천천히 주의깊게 읽으신 후 각각의 상담을 진행한 상담자에 대해서 어떻게 느끼시고 생각하시는지 설문지에 응답해 주시기 바랍니다.

2) T와 F 점수의 10점이내는 누락자로 처리함.

3) 남자 T, 남자 F, 여자 T, 여자 F. 각 집단별로 10명씩이 배정되었음.

본 내담자는 22살의 여대생입니다. 가족관계로는 부모와 두 명의 남동생이 있는데, 아버지는 화순에서 조그만 가게를 운영하고 있으며, 어머니는 위장질환으로 병원에 다니고 있습니다. 남동생 한 명은 군복무중이며 계속 군대에 남을 생각을 가지고 있습니다. 막내인 남동생은 소아마비를 겪고 있는 중학생입니다. 본 내담자는 고향인 화순의 집에서 대학교에 입학한 후 얼마 안되어서 독립하여 광주에서 자취를 하고 있습니다. 그리고 부모의 마지못한 권유로 교회에 다니고 있기는 하지만 믿지도 않으면서 교회를 다니는 것에 대해 회의감이 있음에도 부모님에게 그러한 사실을 이야기하지 못하는 것을 괴로워하고 있습니다. 부모는 내담자가 독립하여 사는 것을 별로 탐탁치 않게 생각하고 있으며, 경제적으로 여유롭지 못한 가정을 돕기 위해 내담자는 대학생활중 아르바이트를 하고 있습니다.

본 내담자는 부모에 대한 죄책감 때문에 상담을 신청하였습니다.

제시한 모의상담 축어록에는 상담자의 성별, 연령 등을 제시하지 않았다. 이는 상담자의 성별이나 연령 등이 피험자에게 줄 수 있는 영향을 제거하기 위해서였다.

2. 연구도구

1) 독립변인을 측정하는 도구

① MBTI

MBTI는 95문항으로 구성되어 있는 성격유형지표(Type Indicator)로써, 외향성-내향성(주의집중과 에너지의 방향); 감각-직관(정보수집과 인식방법); 사고-감정(판단과 의사결정 과정); 판단-인식(행동이해와 생활양식) 지표중 각 개인이 선호하는 네 가지 지표로 표시되어 각자의 성격적 특성을 보다 깊이 이해할 수 있게 한다. MBTI의 T/F 척도의 내적합치도는 .78이다.

② REBT식 모의상담 - (부록 1 참조)

REBT의 정의는 인간(내담자)의 사고 과정을 수정, 변화시킴으로써 정서적·행동적 장애를 없애는 접근 방법이다(이장호, 1992). REBT 모의상담 축어록은 상담심리전문가의 자문을 받아 본 연구자가 작성하였다. 작성한 후 3명의 상담심리전문가의 모의상담내용에 대한 타당성을 확인받았다. 그리고나서 상담심리학을 전공하는 5명의 대학원생들에게 모의상담 내용의 상담접근방식을 확인하도록 한 결과 전원이 REBT 접근방식임에 동의하였다.

③ Rogers의 인간중심 모의상담 -

(부록 2 참조)

Rogers의 인간중심치료는 상담자가 진실성, 배려 그리고 매우 민감한 비판단적 이해를 경험하고, 이런 태도를 상대방에게 전달하는 관계속에서 개인의 성장적인 잠재력이 방출된다는 가설을 기본으로 하고 있다. 인간중심기법 모의상담 축어록은 상담심리전문가의 자문을 받아 본 연구자가 작성하였다. 작성한 후 3명의 상담심리전문가의 모의상담내용에 대한 타당성을 확인받았다. 그리고나서 상담심리학을 전공하는 5명의 대학원생들에게 모의상담 내용의 상담접근방식을 확인하도록 한 결과 전원이 인간중심기법 접근방식임에 동의하였다.

2) 종속변인을 측정하는 도구

① 상담자 평가척도

관찰자의 상담자에 대한 지각을 측정하기 위하여 상담자 평가척도(CRF: Counselor Rating Form)를 사용한다. 이 척도는 Barak과 LaCrosse에 의해 1975년에 최초로 제작된

후, Barak과 Dell(1977), LaCrosse(1977)에 의해 2회에 걸쳐 일부 문항이 수정되었다. 본 척도는 상담자의 전문성, 친근감, 신뢰성에 대한 관찰자의 지각을 양극 형용사 쌍으로 구성된 7점 척도 36문항(각 하위별로 12문항)을 통하여 평가하게 되어 있다. 본 연구에서는 김수현이 1988년에 번안한 질문지를 사용한다. 피험자 선별을 위한 예비연구와 본 연구에 참여한 246명의 대학생을 대상으로 하여 확인한 이 척도의 Cronbach 내적 합치도는 $.93$ (전문성 $=.87$, 친근감 $=.81$, 신뢰성 $=.84$)이었다.

② 상담회기 평가질문지

관찰자의 상담자에 대한 지각을 측정하기 위하여 Stiles(Stiles & Snow, 1984)의 상담회기 평가질문지(SEQ: Session Evaluation Questionnaire)를 사용하였다. 이 질문지는 상담회기의 순조로움(smoothness)과 깊이(depth)를 평가하며, 각 하위 척도는 양극 형용사로 이루어진 7점 척도의 5개 문항으로 본 연구에서는 이상희(1993)가 번안한 것을 사용하였다. 예비연구와 본 연구에 참여한 대학생 246명을 대상으로 하여 확인한 이 척도의

Cronbach 내적 합치도는 $\alpha = .80$ (순조로움 $\alpha = .61$, 깊이 $\alpha = .68$)이었다.

설계 및 분석 : 성별(남, 여)×내담자의 성격유형(T, F)×상담자의 반응유형(REBT, ROGERIAN)의 삼요인 혼합설계(Mixed design)이다. 성별과 내담자의 성격유형은 피험자간 변인이고, 상담자의 반응유형은 피험자 내 변인이다. 상담자 평가 척도와 상담회기 평가 척도가 종속변인으로 측정되었으며, 이에 대한 계획비교와 변량분석을 실시하였다.

연구결과

본 연구에 참가한 피험자는 40명이었는데, 남자이면서 사고형, 남자이면서 감정형, 여자이면서 사고형, 여자이면서 감정형 각각 10명씩이었다. 상담자 평가 척도와 상담회기 평가 척도가 종속변인으로 측정되었으며, 이에 대한 변량분석을 실시하였다. 각 독립변인에 대한 각 종속측정치의 변량분석을 실시한 결과와 종속측정치의 각 하위척도별 변량분석 결과는 다음과 같다. 먼저, <표 1>에 각 독립변인에 따른 각 종속 측정치의 평균과 표준편차를 제시

표 1. 각 독립변인에 따른 상담자 평가 점수의 평균과 표준편차

성별	성격유형	상담자의 반응유형		
		REBT	인간중심	전체
남	T/10	169.70(33.63)	141.80(24.43)	156.50(31.44)
	F/10	143.30(23.83)	166.00(29.78)	153.90(29.27)
여	T/10	185.50(29.98)	123.00(31.69)	158.75(46.63)
	F/10	132.00(45.85)	170.30(44.80)	146.65(44.89)

Note ()은 표준편차. /뒤는 인원수

표 2. 상담자 평가점수에 대한 변량분석 결과

변량원	자유도	자승화	평균자승화	F
피험자간				
A	1	125.00	125.00	-
B	1	88.20	88.20	-
A*B	1	20.00	20.00	-
S(A*B)	36	28032.60	778.68	
피험자내				
C	1	1080.45	1080.45	-
A*C	1	451.25	451.25	-
B*C	1	28652.45	28652.45	18.85***
A*B*C	1	3150.05	3150.05	2.07
C*S(A*B)	36	14241.50	273.87	

*** $p < .001$

A : 성별, B : 내담자 성격유형, C : 상담자 반응유형, S : 피험자

하였다.

상담자 평가 점수에 대한 변량분석 결과는 표 2와 같다.

위의 변량분석표를 살펴 보면, 내담자의 성격유형과 상담자의 반응유형간에 유의미한 상호작용효과가 있는 것으로 나타났다($F(1, 79)$

$= 18.85, p < .001$). 상담자의 반응유형수준 조건에서 각각의 성격유형에 대한 계획비교를 실시하였다. 먼저, 상담자가 REBT로 상담하였을 경우, 내담자의 성격유형이 사고형($M=177.60$)일 때 내담자의 성격유형이 감정형($M=137.65$)일 때보다 상담자를 더욱 긍정적으로

표 3. 상담자 전문성에 대한 변량분석 결과표

변량원	자유도	자승화	평균자승화	F
피험자간				
A	1	33.80	33.80	-
B	1	57.80	57.80	-
A*B	1	0.20	0.20	-
S(A*B)	36	2606.40	72.40	
피험자내				
C	1	756.45	756.45	3.18
A*C	1	312.05	312.05	1.31
B*C	1	4061.25	4061.25	17.10***
A*B*C	1	344.45	344.45	1.45
C*S(A*B)	36	8550.80	237.52	

*** $p < .001$

A : 성별, B : 내담자 성격유형, C : 상담자 반응유형, S : 피험자

평가하였다($t(39)=3.70, p<.001$). 또한 상담자가 인간중심 접근으로 상담하였을 때, 내담자의 성격유형이 감정형일 경우($M=168.15$) 내담자의 성격유형이 사고형일 경우($M=132.40$)보다 상담자를 더욱 긍정적으로 평가하였다($t(39)=-3.39, p < .001$). 이는 본 연구의 가설 1과 2를 지지해주는 결과이다.

상담자 평가점수의 각 하위척도에 대한 변량분석결과는 표 3과 같다.

상담자의 전문성을 평가하는 하위척도에 대한 변량분석 결과, 성격유형과 반응유형간에 유의미한 상호작용 효과가 있었다($F(1,79)=17.10, p < .001$). 이에 대한 계획비교 실시 결과, 상담자가 REBT로 상담하였을 경우, 내담자의 성격유형이 사고형($M=63.15$)일 때 내담자의 성격유형이 감정형($M=47.20$)일 때보다 상담자를 더욱 전문적으로 평가하였다($t(39)=3.67, p < .001$). 또한 상담자가 인간중심 접근으로 상담하였을 때, 내담자의 성격

유형이 감정형일 경우($M=55.30$) 내담자의 성격유형이 사고형일 경우($M=42.75$)보다 상담자를 더욱 전문적으로 평가하였다($t(39)=-3.60, p < .001$).

상담자의 매력성을 평가하는 하위척도에 대한 변량분석 결과, 성격유형과 반응유형간에 유의미한 상호작용효과가 있는 것으로 나타났다($F(1,79)=12.58, p < .001$). 상담자의 반응유형수준 조건에서 각각의 성격유형에 대한 계획비교를 실시하였다. 먼저, 상담자가 REBT로 상담하였을 경우, 내담자의 성격유형이 사고형($M=56.65$)일 때 내담자의 성격유형이 감정형($M=43.95$)일 때보다 상담자를 더욱 매력적으로 평가하였다($t(39)=3.44, p < .001$). 또한 상담자가 인간중심 기법으로 상담하였을 때, 내담자의 성격유형이 F일 경우($M=55.10$) 내담자의 성격유형이 T일 경우($M=44.75$)보다 상담자를 더욱 매력적으로 평가하였다($t(39)=-2.55, p < .01$).

표 4. 상담자 매력성에 대한 변량분석 결과표

변량원	자유도	자승화	평균자승화	F
피험자간				
A	1	82.01	82.01	-
B	1	27.61	27.61	-
A*B	1	4.51	4.51	-
S(A*B)	36	3561.35	99.76	
피험자내				
C	1	2.81	2.81	-
A*C	1	30.01	30.01	-
B*C	1	2656.51	2656.51	12.58***
A*B*C	1	132.61	132.61	-
C*S(A*B)	36	7604.55	211.24	

*** $p < .001$

A : 성별, B : 내담자 성격유형, C : 상담자 반응유형, S : 피험자

표 5. 상담자 신뢰성에 대한 변량분석 결과표

변량원	자유도	자승화	평균자승화	F
피험자간				
A	1	63.01	63.01	-
B	1	12.01	12.01	-
A*B	1	37.81	37.81	-
S(A*B)	36	4799.15	133.31	
피험자내				
C	1	13.61	13.61	-
A*C	1	3.61	3.61	-
B*C	1	2916.11	2916.11	17.35***
A*B*C	1	678.61	678.61	4.04*
C*S(A*B)	36	6051.55	168.10	

* $p < .05$, *** $p < .001$

A : 성별, B : 내담자 성격유형, C : 상담자 반응유형, S : 피험자

상담자의 신뢰성을 평가하는 하위척도에 대한 변량분석 결과, 성격유형과 반응유형간에 유의미한 상호작용효과가 있는 것으로 나타났다($F(1,79)=17.35$, $p < .001$). 또한 성별, 성격유형과 반응유형간에 삼요인 상호작용효과가 유의미한 것으로 나타났다($F(1,79)=4.04$, $p < .05$). 상담자의 반응유형수준 조건에서 각각의 성격유형에 대한 계획비교를 실시하였다. 상담자가 REBT로 상담하였을 경우, 내담자의 성격유형이 사고형($M=57.80$)일 때 내담자의 성격유형이 감정형($M=46.50$)일 때보다 상담자를 더욱 신뢰하는 것으로 나타났다($t(39)=2.95$, $p < .01$). 또한 상담자가 인간중심 접근으로 상담하였을 때, 내담자의 성격유형이 감정형일 경우($M=57.75$) 내담자의 성격유형이 사고형일 경우($M=44.90$)보다 상담자를 더욱 신뢰하는 것으로 나타났다($t(39)=-3.22$, $p < .01$).

상담자 평가점수에 대한 내담자의 성격유형과 상담자의 반응유형간의 상호작용을 그림으로 나타내면 다음과 같다(그림1).

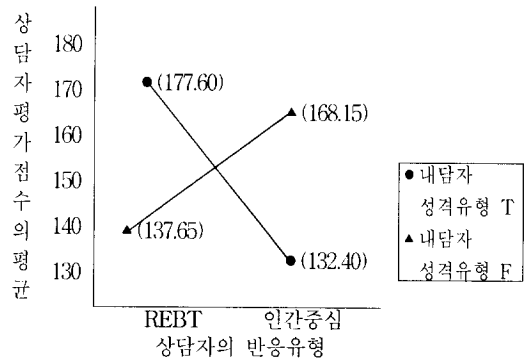


그림 1. 상담자 평가점수에 있어서의 성격유형과 상담자 반응유형의 상호작용 효과

표 6. 각 독립변인에 따른 상담 회기 평가점수의 평균과 표준편차

성별	성격유형	상담자의 반응유형		
		REBT	인간중심	전체
남	T/10	54.30(10.33)	47.30(6.25)	50.25(10.17)
	F/10	46.20(8.43)	53.40(7.35)	50.35(7.34)
여	T/10	58.90(9.05)	42.50(9.41)	49.85(13.44)
	F/10	40.80(10.83)	55.50(12.29)	49.00(12.56)

Note ()은 표준편차. /10 은 N=10.

표 7. 상담 회기 평가점수에 대한 변량분석 결과표

변량원	자유도	자승화	평균자승화	F
피험자간				
A	1	15.31	15.31	-
B	1	63.01	63.01	1.16
A*B	1	12.01	12.01	-
S(A*B)	36	1954.65	54.30	
피험자내				
C	1	2.81	2.81	-
A*C	1	4.51	4.51	-
B*C	1	2565.11	2565.11	20.84***
A*B*C	1	357.01	357.01	2.90
C*S(A*B)	36	6051.55	168.10	

*** $p < .001$

A : 성별, B : 내담자 성격유형, C : 상담자 반응유형, S : 피험자

상담회기 평가점수에 대한 삼원변량분석 결과는 표 7과 같다.

상담회기 평가점수에 대한 삼원변량분석표를 살펴 보면, 내담자의 성격유형과 상담자의 반응유형간에 유의미한 상호작용효과가 있는 것으로 나타났다($F(1, 79)=20.84, p < .001$). 상담자의 반응유형수준 조건에서 각각의 성격유형에 대한 계획비교를 실시하였다. 먼저, 상담자가 REBT로 상담하였을 경우, 내담자의 성격유형이 사고형($M=56.60$)일 때 내담자의

성격유형이 감정형($M=43.50$)일 때보다 상담자를 더욱 긍정적으로 평가하였다($t(39)=4.23, p < .001$). 또한 상담자가 인간중심 접근으로 상담하였을 때, 내담자의 성격유형이 감정형일 경우($M=54.45$) 내담자의 성격유형이 사고형일 경우($M=44.90$)보다 상담자를 더욱 긍정적으로 평가하였다($t(39)=-3.33, p < .01$). 이는 본 연구의 가설 1과 2를 지지해주는 결과이다. 상담회기 평가점수의 각 하위척도에 대한 변량분석결과는 표 8과 같다.

표 8. 상담 회기의 깊이에 대한 변량분석 결과표

변량원	자유도	자승화	평균자승화	F
피험자간				
A	1	26.45	26.45	2.21
B	1	1.25	1.25	-
A*B	1	5.00	5.00	-
S(A*B)	36	430.30	11.95	
피험자내				
C	1	110.45	110.45	2.29
A*C	1	20.00	20.00	-
B*C	1	871.20	871.20	18.06***
A*B*C	1	68.45	68.45	1.42
C*S(A*B)	36	1736.90	48.25	

*** p < .001

A : 성별, B : 내담자 성격유형, C : 상담자 반응유형, S : 피험자

상담회기의 깊이를 평가하는 하위척도에 대한 변량분석 결과, 성격유형과 반응유형간에 유의미한 상호작용효과가 있는 것으로 나타났다(F(1,79)=18.06, p < .001). 상담자의 반응유형수준 조건에서 각각의 성격유형에 대한 계획 비교를 실시하였다. 먼저, 상담자가 REBT로

상담하였을 경우, 내담자의 성격유형이 사고형(M=27.50)일 때 내담자의 성격유형이 감정형(M=21.25)일 때보다 상담회기의 깊이를 더욱 긍정적으로 평가하였다(t(39)=3.85, p < .001). 또한 상담자가 인간중심 접근으로 상담하였을 때, 내담자의 성격유형이 감정형일 경우(M=

표 9. 상담 회기의 순조로움에 대한 변량분석 결과표

변량원	자유도	자승화	평균자승화	F
피험자간				
A	1	1.51	1.51	-
B	1	46.51	46.51	1.98
A*B	1	1.51	1.51	-
S(A*B)	36	845.45	23.48	
피험자내				
C	1	78.01	78.01	1.95
A*C	1	5.51	5.51	-
B*C	1	446.51	446.51	11.16**
A*B*C	1	112.81	112.81	2.82
C*S(A*B)	36	1440.65	40.02	

** p < .01

A : 성별, B : 내담자 성격유형, C : 상담자 반응유형, S : 피험자

27.95) 내담자의 성격유형이 사고형일 경우 ($M=24.75$)보다 상담회기의 깊이를 더욱 긍정적으로 평가하였다($t(39)=-1.66, p < .01$).

상담회기의 순조로움을 평가하는 하위척도에 대한 변량분석 결과, 성격유형과 반응유형 간에 유의미한 상호작용효과가 있는 것으로 나타났다($F(1,79)=11.16, p < .01$). 이에 대한 계획비교를 실시한 결과, 상담자가 REBT로 상담하였을 경우, 내담자의 성격유형이 사고형 ($M=29.10$)일 때 내담자의 성격유형이 감정형 ($M=22.25$)일 때보다 상담회기를 더 순조로운 것으로 평가하였다($t(39)=3.68, p < .001$). 또한 상담자가 인간중심 접근으로 상담하였을 때, 내담자의 성격유형이 감정형일 경우 ($M=26.50$) 내담자의 성격유형이 사고형일 경우 ($M=20.15$)보다 상담회기를 더 순조로운 것으로 평가하였다($t(39)=-3.97, p < .001$).

상담회기 평가점수에 대한 내담자의 성격유형과 상담자의 반응유형간의 상호작용을 그림으로 나타내면 다음과 같다(그림2).

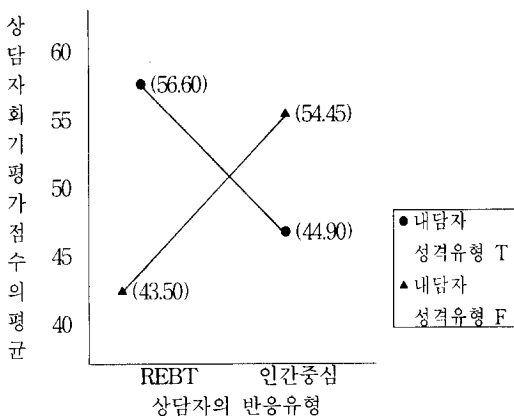


그림 2. 상담회기 평가점수에 있어서의 성격유형과 상담자 반응유형의 상호작용-효과

논 의

본 연구는 내담자의 성격유형, 그리고 상담자의 반응유형, 즉 상담접근 스타일이 상담자 평가에 미치는 영향을 알아보려고 하였다. 대학생 집단을 대상으로 MBTI 성격 검사를 실시한 후, MBTI의 네 가지 차원 중 판단 과정에 속하는 사고형/감정형으로 피험자를 분류하였다. 연구 결과 내담자의 성격유형과 상담자의 반응유형간의 유의미한 상호작용효과를 보임으로써 본 연구의 가설 1과 가설 2가 지지되었다. 다시 말하면, 내담자의 성격유형이 사고형일 경우, 상담자가 문제접근을 REBT로 하였을 때 상담회기 및 상담자를 더욱 긍정적으로 평가하였으며, 내담자의 성격유형이 감정형일 경우, 상담자가 문제접근을 인간중심 접근으로 하였을 때 상담회기 및 상담자를 더욱 긍정적으로 평가한 것으로 나타났다. 그러나 성별에 따른 유의미한 차이는 나타나지 않았다.

본 연구와 유사한 Birkhead(1984)의 연구에서는 대학생을 대상으로 하여 녹음 내용을 이용하여 실험연구 결과, 피험자들은 자신들의 MBTI 유형 중 사고나 감정 유형과 동일한 스타일의 라포 형성 스타일을 사용한 상담자를 더 매력적으로 지각하였다. 다시 말하면, 사고형의 학생들은 감정형 스타일의 상담자보다 사고형 스타일의 상담자를 더 좋아하는 것으로 나타났으며, 이와 마찬가지로 감정형의 학생들은 사고형 스타일의 상담자보다 감정형 스타일의 상담자를 더 좋아하는 것으로 나타났다.

Birkhead의 연구에서와 같이, 본 연구의 결과도 이와 일치한 것으로 나타났다.

Birkhead의 뒤를 이어, Ellis(1985)는 대학생을 대상으로 MBTI를 이용하여 상담자의 스타일에 대한 내담자의 선호성을 연구하였다. Ellis는 비디오테잎에 모의상담내용을 녹화하여 제시하였는데, 제시한 모의상담내용은 상담자의 Thinking 스타일과 Feeling 스타일 두가지였다. Thinking 스타일의 상담에서는 내담자가 제시하는 문제에 대한 재진술이나 사고방식에 주로 초점을 맞추었는데, 예를 들면, "--라고 생각하는군요", "--라고 이해하고 있군요", "--라고 생각할 법하군요" 등과 같은 문장을 사용하였다. 반면에 Feeling 스타일의 상담에서는 내담자의 느낌이나 정서 등에 주로 초점을 맞추었는데, 예를 들면, "--라고 느끼는군요", "--라고 느낄 수 있겠군요", "--때 어떻게 느끼셨나요?" 등의 문장을 사용하였다. 내담자의 성격유형과 일치하는 스타일의 상담을 내담자들이 선호할 것이라는 가설은 지지되지 못하였다. Ellis는 그 이유로서 비디오테잎을 통해 제시함으로써 야기되는 오염변인을 통제하지 못한 점과 상담자의 성별과 연령 변인의 영향을 제거하지 못하였음을 논의하였다.

연구의 결과를 해석하는 데 있어서의 고려할 점을 몇 가지 언급하자면, 우선 Mehrabian(1971)은 얼굴 대 얼굴(face to face)의 상호작용에 대한 공식을 만들었는데, 그 공식은 얼굴을 통해 메시지의 절반이상이 전달된다는 것이다. 그의 공식에 따르면, 의사소통에 있어서의 전체 효과는 7%의 언어적인 요소, 38%의 음성적인 요소와 55%의 얼굴 표정의 합과 같

다는 것이다(Weiten, 1986). 때문에 상담에 있어서도 음성적인 요소와 얼굴 표정과 같은 비언어적인 요소를 제외한 나머지 언어적인 요소만의 효과는 미미할 수도 있을 것이다. 또한 상담접근에 있어서 한국인 내담자들의 경우 상담자의 감정반영 혹은 공감을 불편하게 느끼는 사례가 종종 나타남(김계현, 1995)을 고려할 때, 인간중심 접근에 있어서 공감 표현이 피험자들에게 어색함을 주었을 수도 있으며, 단순한 감정반영에 대해서 피험자들에게 답답함을 줄 수 있는지 그리고 이러한 표현이 상담자의 비성의적인 태도로 오해받을 여지가 있는지의 여부도 생각해 보아야 할 것이다.

이와 더불어 본 연구가 지니는 제한점을 살펴보자면, 첫째, 피험자가 상담을 받고 있는 실제의 내담자가 아니라 대학생들이라는 점이다. 실제 내담자들은 또다른 선호성을 보일 수도 있을 것이다. 둘째, 모의 상담 내용의 제시가 약 10여분밖에 되지 않아, 피험자들이 특정한 선호성을 수립하기에는 너무 짧은 시간이므로 피험자들이 짧은 시간의 상담내용을 보고 상담자를 평가하기에 어려움이 있었을 것으로 생각된다. 셋째, 심리유형론에 따르면, MBTI의 네 가지 차원에 대한 통합적이며 총체적인 조합이 상담자 평가에 역동적인 영향을 줄 수 있다. 본 연구에서는 사물을 선택하고 판단하고 결정을 내리는 과정에 해당하는 사고와 감정 차원에 국한시켜 실시하였으므로, 다른 차원의 기능들(E, I, S, N, J, P)의 영향을 완전히 배제할 수는 없을 것이다. 다섯째, 본 연구에서는 오염변인을 효과적으로 통제하기 위해 축어록만을 제시하였다. 하지만 실제의 상담은 무수히 많은

변인들이 작용하는 장면이므로 결과를 단편적으로 해석하는 것에는 무리가 있을 것이다. 여섯째, 실험자가 제시한 내담자의 호소 문제가 피험자들에게 영향을 줄 수 있었을 것이다.

본 연구의 공헌점은 다음과 같다. 상담자의 행동을 지각하고 평가하는 데 있어서 각 내담자들의 차이점을 이해하는 것은 상담자가 상담 관계를 수립하는 데 보다 효율적이 될 수 있도록 도움을 줄 수 있을 것이다. 각기 다른 내담자들에 대해 적절한 상담 스타일을 선택할 수 있다면 상담자로 하여금 내담자에게 더 많은 영향을 끼칠 수 있도록 할 것이며, 나아가서는 더 많은 내담자를 돕는 것이 가능해 질 것이다. 만약 내담자가 지니는 선호성의 차이를 이해하기 위한 체계적인 방법으로서 MBTI에 의해 측정되는 심리유형에 대한 더 심층적인 연구가 이루어진다면 본 연구는 그러한 연구들에 아이디어를 제공하게 될 것이다. 특별히 본 연구는 MBTI가 교육, 행정, 산업 등 여러 분야에서 광범위하게 이용되어 가고 있지만 상담분야에 있어서 MBTI의 적용에 관한 연구가 전무하다시피 한 현실에서, 실제의 개인상담 장면에서 어떻게 적용될 수 있는지를 보여 주는 안내자의 역할을 할 것이다.

본 연구의 결과를 통해 추후 연구를 위한 몇 가지 제안을 하고자 한다. 첫째, 본 연구에서는 피험자의 변인으로 성별과 성격유형의 효과를 살펴보았지만, 추후 연구에서는 피험자의 교육 수준, 나이, 상담 경험 여부 등과 같은 기타 다른 요인들과의 상호작용을 살펴 볼 수 있을 것이다. 둘째, 내담자의 성격유형뿐 아니라 상담자의 성격유형이 상담에 끼치는 영향에 관한

연구가 필요할 것이다. 셋째, 본 연구에서는 MBTI의 네 가지 차원중 판단과정에 속하는 사고와 감정 차원이 상담자의 평가에 끼치는 영향을 살펴보았지만, 다른 차원들이 혹은 차원들끼리의 어떠한 조합이 상담에 어떤 영향을 끼치는지 살펴보면 더욱 광범위하고 유용한 연구가 될 것이다. 넷째, 본 연구의 연구대상은 대학생 집단이었다. 추후 연구에서는 실제 내담자들을 대상으로 하여 어떠한 효과가 있는지 살펴 볼 수 있을 것이다. 다섯째, 본 연구의 결과는 상담 기간의 초기, 중기, 말기 중 상담의 초기에 있어서 다른 어떤 시기보다도 초기에 내담자가 상담자를 어떻게 평가하는가와 더 밀접한 관련이 있을 것이다. 첫째 혹은 상담의 초기에서 내담자가 상담자에 대해 어떻게 느끼는가에 따라 상담이 지속되느냐 지속되지 않느냐가 결정된다. 때문에 상담의 효과성의 중요한 요인인 상담자와 내담자와의 라포형성에 상담자와 내담자의 유사성이 어떠한 영향을 미치는지에 관한 심층 연구가 필요할 것이다.

참고문헌

- 김계현(1995). 카운슬링의 실제. 서울 : 학지사.
- 김수현(1988). 상담자의 언어반응과 내담자의 친애욕구가 상담의 과정변인에 미치는 영향. 박사학위 논문, 서울대학교.
- 김정택 외 2인 역(1993). 나의 모습나의 얼굴. 서울 : 한국심리검사연구소.
- 김정택 외 2인 편역(1995). User's Guide. MBTI 개발과 활용: Theory, psychometrics application. 서울 : 한국심리검사연구소.
- 김정택, 심혜숙(1990). 성격유형검사의 한국표준화에 관

- 한 일연구. *한국심리유형학회지*, 3(1).
- 김정택, 심혜숙(1991). MBTI 안내서. 서울 : 한국심리검사연구소.
- 김정택, 심혜숙(1994). MBTI 질문과 응답. 서울 : 한국심리검사연구소.
- 김정희, 이장호 역(1994). *현대심리치료*. 서울 : 중앙적성출판사.
- 노안영(1994). *상담심리학의 최근동향*. 전남대학교 학생생활연구, 제 26편
- 이상희(1993). *상담회기평가질문지의 타당화 연구*. 석사학위 논문. 서울대학교.
- 이장호(1992). *상담심리학입문*. 서울 : 박영사.
- 이형득(1993). *상담의 이론적 접근*. 서울 : 설형출판사.
- Allen, S. E.(1985). Relation of client psychological type therapeutic effectiveness: An exploratory study (Myers-Briggs Type Indicator, Psychotherapy). (Doctoral Dissertation, Northeastern University) *Dissertation Abstracts International*, 46, 2792.
- Barak, A. & Dell, D. M.(1977). Differential perceptions of counselor behavior: Replication and extension. *Journal of Counseling Psychology*, 24, 282-299.
- Barry, G. M.(1991). Consulting with contrary types. *Organization-Development Journal*, 9(1), 61-66.
- Birkhead, L. J.(1984). *Implications of the Jungian Judgment preference for counselor rapport-building style*. Doctoral dissertation, University of Maryland.
- Byrne, D. (1971). *The attraction paradigm*. New York: Academic Press.
- Brooks, F. R., Johnson, R. W.(1979). Self-descriptive adjectives associated with a Jungian personality inventory, *Psychological Reports*, 44, 747-750.
- Clark, M. L.(1989). The relationship between therapists' personality type, theoretical orientation, and counseling style: An exploratory study. (Doctoral Dissertation, University of Arkansas) *Dissertation Abstracts International*, 50, 3686.
- Ellis, K. L.(1985). *Using MBTI scores to examine subjects preferences for counselor style(psychological type)*. Doctoral Dissertation, West Virginia Univ.
- Jung, C. G.(1971). *Psychological types*(Bollinger Series 20, vol.6). Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Kerin, R. A. & Slocum, J. W.(1981). Decision-making and acquisition of information: Further exploration of the Myers-Briggs Type Indicator. *Psychologist Reports*, 49(1), 132-134.
- Klein, S. T.(1986). The effects of client gender, presenting problem, previous psychotherapy, and personality style on client expectations about psychotherapy (Myers-Briggs Type Indicator). (Doctoral Dissertation, The George Washington University) *Dissertation Abstracts International*, 47, 3960.
- Myers, I. B., McCaulley, M. H.(1960) *Manual: A guide to the development and use of the Myers-Briggs Type Indicator*, CA : Consulting psychologists press.
- Nelson, B. A.(1991). The relationship between therapist-client similarity on the Myers-Briggs Type Indicator and therapeutic success. (Doctoral Dissertation, University of Missouri-Saint Louis) *Dissertation Abstracts International*, 52, 3303.
- Perry, R. Jr.(1989). Jungian typologies and conscious preferences in career and intimate relationship development. (Doctoral Dissertation, Oklahoma State University) *Dissertation Abstracts International*, 50, 2793.
- Seegmiller, R. A.(1987). *The "thinking/feeling content analysis scale": Additional data on reliability and validity*, Doctoral Dissertation, Iowa State Univ.

- Stoltenberg, C. D., Pace, T., Maddux, J. E.(1986). Cognitive style and counselor credibility: Effects on client endorsement of rational emotive therapy. *Cognitive Therapy and Research, 10*(2), 237-243.
- Strong, S. R.(1968). Counseling: An interpersonal influence process. *Journal of Counseling Psychology, 15*, 215-224.
- Trant, L.(1989). Relationships among therapist personality type, therapeutic style and client characteristics. (Doctoral Dissertation, University of Northern Colorado)
- Dissertation Abstracts International, 50*, 5337.
- Weiten, W.(1986). *Psychology applied to moderer. life* CA: Brooks/Cole Publishing Company.
- Yeakley, F. R.(1982). Communication style preferences and adjustments as an approach to studying effects of similarity in psychological type. *Research in Psychological Type, 5*, 30-48.

The Counselor and Counseling Session Evaluation According To Client's Jungian Psychological Type and Counselor's Response Style

Young-Shin Kang Ann-Young No

Chonnam National University

The purpose of this study was to investigate the influence of client's personality type on counselor evaluation according to the approach of counselor. That is, to find out if client's personality type can influence the client preference to counselor. First, the subjects were divided by their sex and personality type through the instrument of Myers-Briggs Type Indicator. Subjects were only allowed to read the two different counseling scripts(REBT, Rogerian) and filled out the instrument of CRF and Session Evaluation Questionnaire to evaluate each counselor and counseling session. The results showed that the subjects who had T personality type preferred the REBT approach to the subjects who had F personality type. Also, the subjects of F type preferred the Rogerian approach to the subjects of T type. The similarity between client's personality type and counselor's response style(approaching style) influenced the preference of clients when they evaluated counselor and counseling session. These results supported the hypothesis 1 and 2. There was not an significant interaction effect by sex.

부록 1 - 상담자 반응 사례(REBT 상담)

- 내 1 : 어머니는 남자를 사귀는 때 항상 조심해서 사귀라고 해요. 남자가 한두명이나, 선불리 사귀지 마라, 더 좋은 남자가 있을 것이다 이렇게 말씀하시는 거예요. 그래서 어떤 애가 내맘에 썩 들지 않으면 다른 애를 찾아 보라고 해요. 이런 엄마의 말이 저에게 영향을 끼친 것 같아요. 그래서 저는 어떤 사람에게 관심이 있어도, 쉽게 정을 붙이지 못해요.
- 상 2 : 그렇지요. 엄마의 영향을 무시할 수는 없겠지요.
- 내 3 : 남자 사귀는 면도 그렇구요. 엄마가 하도 이래라 저래라 하시니까 도대체 이제는 제가 찾고 있는 게 뭔지 모르겠어요.
- 상 4 : 그러니까 학생이 이제 다 큰 어른인데, 엄마가 자꾸 이래라 저래라 하면서 학생의 생활에 자꾸 간섭하는 게 싫다는 거지요?
- 내 5 : 싫죠. 식구들 걱정하라, 돈걱정하라, 단 하루도 마음 편한 날이 없어요.
- 상 6 : 엄마가 학생에 대해서 지나친 기대를 하나 보죠? 무엇이 학생에게 신경을 쓰게 하지요?
- 내 7 : 저희 집에서는 부모님 말씀을 잘 따라야 한다는 식으로 컸거든요.
- 상 8 : 그렇군요.
- 내 9 : 부모님이 저에게 기대를 거는 모든 것이 저를 숨막히게 해서 죽을 것 같아요.
- 상 10 : 네. 학생이 말 잘 듣는 착한 사람이 되도록 부모님이 항상 기대를 하셨어요. 그것이 혼란을 가져왔겠지요.
- 내 11 : 맞아요. (침묵) 가족 중에 한 사람씩 병이 떠날 날이 없었어요. 그래서 부모님은 빛에 허덕이셨죠. 항상. 그래서 제가 대학에 갈 때 저를 대학에 보낼 수도 없는 형편이었어요. 대학에 들어 와서 온갖 아르바이트를 했어요. 그중에 얼마는 가족을 도와 왔어요.

- 그게 당연했어요. 부모님이 생각하실 때는.
- 상 12 : 학생은 집에서 착한 아이만 되도록 강요받았고, 가정은 경제적으로 힘들어서 빛이 떠나갈 날이 없었기 때문에 학생이 아르바이트를 계속했어야 했고, 그래서 숨이 막혀서 죽고 싶다고 하셨는데 제가 생각하기에는 이러한 것들을 학생이 어떻게 생각하느냐에 따라서 학생이 어떻게 느끼는지도 결정이 됩니다. 예를 들어서 이미 일어난 사건들에 대해 학생이 어떤 생각을 하느냐에 따라 기분이 좋아질 수도 있고 나빠질 수도 있다는 것입니다. 실제로 학생이 오랫동안 부모님의 말씀은 꼭 따라야 한다, 그렇지 않으면 나쁜 사람이다라는 학생의 신념체계에서 비롯하는 것 같습니다.
- 내 13 : 제 자신의 신념체계요? 음, 그런 것 같아요. 어머니는 아직도 제가 광주에서 혼자 자취해서 사는 게 별로 마음에 안드시나봐요. 집안에 좋지 않은 일만 생기면 다 '내가 집을 돌보면 이렇지 않을 텐데, 힘든 부모를 놔두고' 뭐 이런 식이에요. 화순에 있으면 더 마음이 답답해지는 것 같아 광주로 왔거든요. 하지만 부모님이 원하시는 대로 해야 하는 건지 아니면 제뜻대로 해야 되는 건지 미칠 지경이에요. 정말 괴로와 죽겠어요.
- 상 14 : 학생의 어떤 신념이 이래야 할까 저래야 할까 미치게 하는거죠?
- 내 15 : “너는 항상 너 자신을 양보해야 한다”는 식으로 자라 왔으니까 그런 생각을 갖는다고 봐요. “만일 네 자신만 생각한다면 너는 틀려 먹었다”는 사고방식말이에요.
- 상 16 : 아, 그런 신념을 가지고 계시군요. 아까 말한 것처럼 학생이 그렇게 생각하기 때문에 그렇게 느끼는 거지요. 자, 학생이 왜 그런 신념을 가져야 하지요? 대개는 부모님들이 굳게 믿고 있는 신념을 그대로 자식들에게 전해주시요. 부모님들은 부모에게 자식이

순종해야 한다는 생각을 불변의 진리로 생각하고 계시지요. 그렇지만, 학생만 왜 자기를 항상 먼저 생각하면 안되고 다른 사람을 위해 헌신하고 자기 희생적이어야 하고 모든 짐을 혼자 지어야만 되는 법이 어디 있지요? 누가 반드시 그래야만 한다고 그러던가요? 또 지금까지 그렇게 살아 오신게 학생에게 도움이 된 건 뭐지요? 모두 지금과 같은 죄의식뿐이 아닐까요? 그리고 앞으로 오로지 죄의식만 안겨줄 뿐, 아무 소득도 없을 것 같은데요.

내 17 : 그래서 지금부터는 그런 생각을 떨쳐 버리려고 해요. 예를 들어서 부모님들은 “왜 일요일날 집에 오지 않니? 금요일날 집에 오지 않겠니?”라고 전화를 걸어 오거든요. 제가 “이번주에는 못 가겠어요. 시간이 나는대로 다음에 갈게요”라고 말을 해야 괜찮지, “못가겠어요. 바빠요.”라고 말을 하는 날이면 부모님들이 아주 속이 상하시나봐요. 제 속은 어떻겠어요? 제 속은 편하겠어요? 그리고 온종일 이런저런 생각에 집중을 할 수 없어요.

상 18 : 학생이 “난 또 그렇게 행동하는구나. 부모님에게 효도도 못하는 이 나쁜 놈아!”라고 스스로 이야기하기 때문이지요. 학생이 그런 자기에게 상처를 주는 말을 반복하는 한, 계속 그런 좋지 못한 느낌을 갖게 되는 것은 뻔하지 않겠어요? 그러나 부모님 말씀을 따르지 않고 부모님을 속상하게 했으니 “나는 정말 쓸모없는 나쁜 인간이야!”라는 생각은 학생의 인생관이요 학생의 신념이요 학생 스스로의 독백일 뿐입니다. 이런 식으로 생각하는 것이 학생의 속을 상하게 하는 원인이지요. 그런 것은 바람직하지 못한 것입니다.

내 19 : 네. 그래서인지 부모님 말씀을 듣지 않게 되는 경우면 죄책감이 들어서 견딜 수가 없어

요.

상 20 : 음, 자, 학생은 스스로 자기에게 ‘난 그래야만 해’ 혹은 ‘난 부모님의 말씀을 듣지 않으면 난 나쁜 학생이 되는 거야’라는 말을 되뇌이는 거예요. 부모님의 기분을 상하게 하면 그건 아주 끔찍한 일이라는 바람직하지 못한 생각을 자꾸 자신한테 주입하고 있는 거죠.

내 21 : 맞아요. 전 자꾸 저도 모르게 그런 말을 하게 되고 그러면 저도 굉장히 속상해 미칠 것 같아요.

상 22 : 자, 그럼 학생이 어떻게 해서 그런 말을 스스로에게 되뇌이게 되었는지 살펴 볼까요? 학생이 부모님을 좋아하기 보다는 학생 자신을 더 좋아하면 나쁜 사람이 된다는 말 말이에요. 누가 학생더러 그렇게 하면 나쁜 놈이 된다고 말했나요? 예수가 그러던가요? 부처가 그러던가요? 도대체 누가 그런 말을 했지요? 학생 부모님이 그런 말을 했겠지요. 그리고 부모님들이 그렇게 말하니까 학생도 그렇게 믿는 것이지요.

내 23 : 맞았어요. 저는 부모님이 말씀하시는 것은 뭐든지 옳은 것으로 알고 순종해야 한다는 식으로 자라 왔던 것 같아요. 그래서 제 자신이 그런 생각에서 벗어날 수가 없었어요.

상 24 : 정확하게 말하면 벗어나 본 적이 없었겠지요. 학생이 결심만 한다면 벗어날 수도 있지요. 다만 벗어나 보지 못했던 것입니다. 그리고 부모님에게 전화를 걸 때마다 학생은 스스로에게 똑같은, 말도 안되는 소리를 다짐하고 있는 거예요. 그래서 학생이 그따위 옳지 않은 소리를 다짐하고 있다는 사실을 알아야만 합니다. 인간이 심적 고통을 당하는 것은, 자기가 고통을 느끼기 바로 전 순간에 그와 같이 옳지 못한 소리를 항상 자문자답하기 때문인 것입니다. 대개 ‘이거 큰일났네!’라는 식의 말을 하게 되지요. 학

생의 경우에는 어떤 말을 하게 될 것 같아요?

내 25 : 글썄요. '부모님을 만나러 집에 가고 싶지 않다니 큰일이다'라는 식일 것 같아요.

상 26 : 맞았어요. 또 사람들은 '내가 이래서는 안되는데!'라고 스스로 다짐하는데, 학생의 경우엔 '난 이기적인 사람이 되어서는 안돼!'라고 중얼거리는 것이지요. 그런데, '이거 큰 일났군!'이라든지, '내가 이래서는 안되는데!'라는 말은 가정ियो 전제일 뿐, 과학적으로 확증이 되지 않는 말입니다. 그런데도 그런 말이 옳다고 순종하라고 부모님이 주입시켰기 때문에 그냥 학생은 그 말이 옳다고 단지 믿고 있는 거예요.

부록 2 - 상담자 반응 사례(인간중심 상담)

내 1 : 어머니는 남자를 사귀는 데 항상 조심해서 사귀라고 해요. 남자가 한두명이나, 실볼리 사귀지 마라, 더 좋은 남자가 있을 것이다 이렇게 말씀하시는 거예요. 그래서 어떤 애가 내맘에 썩 들지 않으면 다른 애를 찾아 보라고 해요. 이런 엄마의 말이 저에게 영향을 끼친 것 같아요. 그래서 저는 어떤 사람에게 관심이 있어도, 쉽게 정을 붙이지 못해요.

상 2 : 혼란스러웠겠군요.

내 3 : 예. 혼란스러워요. 제 생각에 제가 가지고 있는 근본 문제는 무엇을 위해서 살아야 하는가, 무엇때문에 살아야 하는가하는 인생의 목표가 없다는 것이예요. 대학학비 걱정하랴, 내가 살 생활비 걱정하랴, 거기다가 식구들 걱정하랴, 단 하루도 마음 편한 날이 없어요.

상 4 : 대학 학비도 스스로 벌어야 되고, 식구들한테 신경도 써야 되고 두 가지 짐을 지고 있으니 참 힘들고 지치겠어요. 다른 학생들은 그냥 부모님한테 학비도 받고 용돈도 받으

니까 마음 편하게 공부에만 신경써도 될텐데 말이예요.

내 5 : 그럴수 밖에 없어요. 제 생각만 하면 안된다는 식으로 자라 왔거든요. 그러니까 뭐랄까? 이기적이면 안된다는 식있잖아요. 식구들을 나몰라라하고 나혼자 내 일에만 신경 쓸 수가 없어요.

상 6 : 그래요. 뭐라고 할까? 어머니의 기대때문에 무척 힘들셨겠군요.

내 7 : 그게 바로 제 문제 중의 하나라는 생각이 들어요. 좋게 말하면 책임감이고, 지나치게 책임감을 갖고 있는 거 말이예요.

상 8 : 그래요. 막중한 책임감때문에 갈등도 많아서 혼란스럽고 지치셨겠네요.

내 9 : 나이팅게일 아시죠? 저는 나이팅게일과 같이 다소 희생적인 가정에서 자랐어요. 이제 우리 집안의 분위기를 전반적으로 살펴 보니까 그런 것 같아요. 가족 중에 한 사람씩 병이 떠날 날이 없었어요. 그래서 부모님은 빛을 지지 않는 때가 없었죠. 항상. 그래서 제가 대학에 들어갈 무렵에는 저를 대학에 보낼 수도 없는 형편이었어요. 일단 대학에만 들어 오면 내가 알아서 다 하겠다는 생각으로 대학에 들어 와서 온갖 아르바이트를 했어요. 그래서 가족을 도와 왔어요. 일부를 떼서 꼭 집으로 부쳤구요. 제가 집에서 떠나 대학에 다닐 때, 아버지는 정말로 알콜 중독 직전까지 술을 드신 적이 많아요.

상 10 : 아버지까지 병마에 시달리고 집안은 경제적으로 힘들고 대학은 혼자 벌어서 다녀야 되고 정말 숨가쁘게 살아오셨겠어요. 항상 긴장감을 갖고 힘들셨겠어요.

내 11 : 그래요. 그래도 아버지는 요즘 많이 좋아지셔서 다행이에요. 병원에 안가셨는데 요즘은 병원에 가서서 진찰도 받으시고, 약을 사는데 매주마다 돈이 꽤 많이 지출되어요. 그리고 하루라도 약을 거르시는 날이면 아

버지는 또 폭음하고 그래요. 어머니는 내가 집을 떠난 것이 잘못이라고 믿고 있어요. 저는 그렇게 느끼지 않아요. 하지만 제가 어떻게 해야 할지에 대해서는 이래야 할지 저래야 할지 미칠 지경이에요. 정말 괴로와 죽겠어요---

상 12 : 그래요. 얼마나 괴로우면 그럴까? 제 마음도 무척 아프네요. 저라도 견디기 힘들었을 것 같아요.

내 13 : (침묵) “너는 항상 너 자신을 양보해야 한다”는 식으로 자라 왔으니까 그런 느낌을 갖는다고 봐요. 제가 부모님 입장을 생각하면 그냥 광주에 집을 구해서 자취생활을 안하고 화순에 남아서 부모님을 돌보아야 한다고 생각하시는 것 같아요. 사실 제가 광주로 온 건 오로지 내 자신만 위해서 그런거구요. 화순 집에 계속 있으면 답답하고 더 힘들어서 나온 거거든요. 그런데 엄마는 집에 무슨 일만 있으면 나 편하자고 집은 거들떠 보지도 않는다고 생각하세요. “만일 내 자신만 생각한다면 너는 틀려 먹었다”는 식이죠.

상 14 : 자신의 일만해도 한몸통인데 부모님께서 그런 상황은 이해하지 못하고 질책만 하시니 얼마나 마음이 답답하시겠어요.

내 15 : 그래요, 선생님. 예를 들자면 부모님이 “왜 일요일날 집에 오지 않니? 금요일날 집에 오지 않겠니?”라고 전화를 가끔 하시거든요. 제가 “이번주에는 못 가겠어요. 시간이 나는대로 다음에 갈게요”라고 말을 해야 괜찮지, “못가겠어요. 바빠요”라고 말을 하는 날이면 부모님이 아주 속이 상하시나봐요. 또 그렇게 속이 상해하시는 눈치를 보시면 제 속도 뒤집혀져서 밥도 먹기가 싫고 먹어도 금방 소화가 안돼요. 그리고 온종일 이런저런 생각에 집중을 할 수가 없어요.

상 16 : 학생의 상황을 부모님이 전혀 이해해주지

않으시니 정말 속이 상하시겠어요.

내 17 : 예. 하지만 우리는 부모님이 말씀하시는 것은 뭐든지 옳은 것으로 알고 순종해야 한다는 식으로 자라 왔어요. 그래서 그런 이야기를 부모님하고 전혀 할 수 없어요. 제 개인적인 상황이나 어려운 처지하고는 전혀 상관없이 부모님 의견에 따라야 해요. 정말 뭐가 옳고 그른지 모르겠어요.

상 18 : (침묵) 한편으로는 부모님에게 순종하는 착한 자식이어야 하지만 현실의 상황은 그렇게만 할 수 없는게, 부모님에게 감히 이런 상황을 설명조차할 수 없으니 속도 상하고 갑갑하시겠어요. (침묵) 지금 심정이 어떻지요?

내 19 : (침묵) 부모님 말씀을 무조건 따르는 것도 안된다는 생각이 들지만 일단 부모님 말씀을 안 듣고 나면 그렇지 않아도 우리 부모님은 힘드신데 자식인 나까지 부모님 말씀을 안 들으면 어떻게 할까하는 생각에 죄책감이 들어요.

상 20 : 그 죄책감때문에 무척 괴로우시겠어요?

내 21 : (눈물흘리며) 네. 그래요. (침묵) 그러다 보니까 어떤 경우에는 부모님에게 거짓말도 하게 돼요. 왜냐면 그래야지 편하거든요. 솔직하게 말하면 부모님이 이해를 못하시고 속상해 하시니까. 거짓말하고 나면 내가 왜 이럴까, 난 정말 못된 아이다라는 자책을 하게 돼요. 제 자신이 이렇게 된 것에 아주 울화통이 치밀어올라요.

상 22 : 정말 답답해서 울화통이 터질 것 같아 울고 싶을 때도 많으셨겠어요.

내 23 : 그래요, 정말 힘들어요. 저는 항상 부모님의 기대에 어긋나지 않으려고 노력했어요! 부모님에게 쓸데없는 상처를 주고 싶지 않았구요. 저는 싫어도 부모님이 저에게 바라시는 것을 무조건 충족시켜 드려야 한다고 생각했어요. 제 욕구나 희망하고는 전혀 상관

없이 말이에요. 부모님의 기대와 제가 하고 싶은 것과 구별하지 못하는 바보예요. 저는 그래서 힘든거예요.

상 24 : 학생은 혼자 알아서 해결해야 될 것들이 많지요? 대학학비며, 생활비, 그리고 아직 학생의 입장이면서 식구들 생활비도 보태야 하고. 어때요? 제가 생각할때는 몸이 열개라도 부족할 것 같은데. 거기에다가 부모님의 마음을 상하게 하지 않기 위해서 억지로 거짓말도 해야하는 정신적인 짐도 져야 하니. 참 힘드셨겠어요. 부모님을 거슬리기도 그렇고, 그렇다고 자신만을 생각할 수도 없고. 때론 죄책감, 자신에 대한 무력감때문에 혼란스럽고 당혹스러웠겠어요.

내 25 : 네, 맞아요. 어쩔때 가끔은 내가 부모님의 인생을 대신 책임지고 있고 대신 살아 주고 있다는 생각이 들 때가 있어요. 대학생인데 한심하죠?

상 26 : 제가 생각하기에, 한심하다기 보다는 참 대단한 학생이구나하는 느낌이 드는데요.