

현실역동 상담 - 한국인의 특성에 적합한 상담 접근 -

장 성 숙
가톨릭대학교 심리학과

상담이 우리 나라에 소개된지 반세기가 지났지만 아직도 우리는 백인 중산층의 가치관에 입각한 상담 접근들을 그대로 실시하고 있다. 서양 문화권에서는 개인주의적이고 수평적인 인간관계가 대부분인 반면, 동양 문화권에서는 집단주의적이고 수직적인 인간 관계가 보편화 되어 있다. 그리하여 우리 나라 내담자들을 상담하기 위해서는 우리 문화에 걸맞는 상담 접근이 모색되어야 한다. 상담자에게 스승의 역할을 기대하는 우리 문화권에서는 상담자가 치료자로서의 역할뿐만 아니라 교육자로서의 역할까지 담당해야 상담효과를 낼 수 있다고 본다. 그리하여 상담자는 어른으로서 기능해야 하는데 현실역동 상담에서 강조하는 상담자상은 엄부자모(嚴父慈母)다. 그리고 그 동안 각 상담접근에서는 주로 개인의 정서 또는 사고를 각각 강조했는데 현실역동 상담에서는 지·정·의 모두가 함께 강조되어야 비로소 태도변화가 이루어진다고 본다. 그리하여 이 접근에서는 총체적 입장을 띠며 태도변화를 모색하기 위해서는 무엇보다 정확한 문제파악과 역동에 대한 이해가 필요하다고 했다. 나아가 변화에 대한 의지를 촉발시키기 위해 다양한 기법을 동원하되 특히, 직면 기법이 유용하다는 것을 거론했다. 그리고 마지막으로 상담이 심정을 다루는 작업이니 만큼 정확한 이해가 전제된 수용 또한 매우 중요한 요인임을 역설했다.

상담이 정신건강을 도모하는 것으로 이제는 된 이래 하나의 전문분야로 자리 잡기까지에는 우리 문화권에서도 친숙하게 자리를 잡아가고 근 반세기가 필요했다. 일방적인 조언이나 충고 있다. 상담이라는 낯선 방식이 우리나라에 도입 가 아닌 방법 즉, 내담자를 이해하기 위해 내담

자의 말을 심도있게 경청하거나 공감하는 방식은 보수적 색채를 띤 우리 문화권에서 비교적 새로운 것임에 틀림없었을 것이다. 그렇기 때문에 상담이 우리나라에 처음 소개될 당시 일부에서는 이것이야말로 인간 존중의 구체적 실현이라 여겨 그 보급에 열의를 보였다. 그러나 또 다른 일부에서는 민주주의의 역사가 오래된 나라에서나 그러한 접근이 실효를 거둘 뿐이라며 회의적 태도를 보이기도 했다. 그러나 세계가 일일권으로 좁혀지는 과정에서 동·서가 만나고, 사회가 산업화 및 정보화 사회로 다변화됨으로서 상담은 급속한 속도로 우리 생활에 그 뿌리를 내려가고 있다.

상담이 낯설어 있거나 휘청대는 개인을 도와주는 것으로 많은 사람들로 부터 호응을 받기 시작했지만, 상담이 가져다주는 불협화음 또한 곳곳에 나타났던 것도 사실이다. 그것은 일종의 문화적 마찰로 일찍부터 발견이 되었지만 새로운 것을 접하는 사람들의 미준비에서 비롯되는 과도기상의 문제 정도로 간주해 버리곤 했다. 다시 말하면, 상담뿐만 아니라 어느 것이든 외래 문물이 도입되어 정착을 이룩할 때까지는 다소의 시행착오나 마찰은 불가피하다고 보는 견해가 지배적이었다. 그러나 과연 이러한 마찰이 단지 문물유입의 과정상 나타나는 것인지 아니면 그 이상의 의미를 내포하는 것인지 다시금 살펴볼 일이다. 즉, 서구문화의 산물인 상담을 극동지역인 우리나라에 적절한 변화나 우리 문화권의 장·단에 대한 검증없이 그대로 적용할 수 있을런지 진지하게 되짚어 볼 문제다(장성숙, 1999).

상담이 도입된지 30여 년이 흐른 1980년대부터는 한국인의 문화가 상담에서 고려되어야 한다는 주장이 있어 왔다(이영희, 1982). 그러나 아직도 이렇다 할 우리 정서에 맞는 상담 모형

이 확립되어 있지 않다. 한국인에게 적합한 상담의 필요성이 종종 제기되면서도 아직 구체적 모형이 없는 것은 그러한 제안이 실제로 상담을 하는 사람에 의해서라기보다 주로 학술적 차원에서 거론되었기 때문인 듯 하다. 사실 상담은 고도로 예민한 실제적 감각을 필요로 하는 응용분야로서 한국인에게 적합한 상담 모형은 실제로 상담을 실시하는 사람에 의해 연구 개발되는 것이 가장 바람직하다고 본다.

본 연구에서는 이미 발표된 적이 있는 한국적 상담의 필요성(장성숙, 1999)에 연이어 한국적 상담 모형으로 현실역동 상담을 제시하고자 한다. 현실역동 상담이 하나의 새로운 모형으로 형태를 갖추기 위해서는 어떠한 인간관을 중심으로 어떠한 배경에서 어떠한 상담 접근이 필요한지를 논하고, 과연 이 상담 접근에서는 어떠한 목적을 겨냥하며, 그 목적을 달성시키기 위해 어떤 과정과 방법이 필요한지를 밝히고자 한다.

인간관

사람은 살아 있는 유기체로서 안과 밖에서 가해지는 온갖 힘들에 의해 끊임없이 유동하는 역동적 존재다. 생명체로 태어나는 순간부터 자신을 보존하기 위해 사람은 자신을 이롭게 하는 방향으로 동기화 되어간다. 우선은 가장 기본 단위인 생리적 차원의 욕구를 위해 움직여 가지만, 사람은 일반 동물과 달리 독립된 개체로 되기까지는 상당한 시간을 필요로 한다. 오랫동안 양육되어야 하는 과정에서 인간은 모자관계를 필두로 복잡한 가족관계를 경험하게 되는데, 이 때 가족 내에서 경쟁 및 타협이라는 복잡한 사회적 심리기제를 발전시키게 된다. 이렇게 하여 사람은 주관적 욕구와 간주관

적 관계 사이에서 절충안을 찾아가며 개체화되어 가는 과정을 밟는다.

우선 사람은 한 유기체로서 그 자신이 내적으로 균형을 확립해 가는 것이 급선무라고 하겠다. 지나치게 욕구 중심적이라면 유아적 수준을 벗어나지 못한 미숙한 상태이고, 반면 지나치게 이상을 좇는다면 그것 또한 자신을 경직되게 하는 것으로 건강한 상태라고 보기는 어렵다. 건강한 상태란 확립된 자아가 지나치게 자기 중심적인 욕구나 지나치게 이상적인 가치 지향을 조율하여 적절한 균형을 이루는 것이라고 한다(조대경, 1985). 그러나 건강하게 삶을 살아가기 위해서는 내적 균형만으로는 미흡하고 불가피하게 외부 현실과의 적절한 교류능력을 필요로 한다.

사람이 지닌 제반 특성 중 가장 두드러진 것은 사회적 존재라는 것이다. 사람은 사회적 존재로서 균형을 이루며 상부상조하는 생활을 영위한다. 이렇게 여러 사람들이 함께 살아가기 위해서는 공존하는 법칙 즉, 더불어 살아가는 기술을 익히지 않으면 안된다. 사회화라고도 일컬어지는 이러한 기술은 다각적인 측면에서의 연마를 뜻하는데, 상담자는 내담자에게 이것까지도 학습시키는 것이 필요하다고 본다.

사람이 다른 사람들과 더불어 살기 위해서는 도덕적, 윤리적, 사회적으로 원만한 것이 요구된다. 우선, 사람은 더불어 사는데 당당하기 위해서는 최소한 도덕적으로 결립이 없어야 한다. 도덕적으로 무리가 없어야 한다는 것은 삶을 영위하는데 있어 가장 기본 단위의 옳고 그름의 잣대에 준해 흠결이 없어야 한다는 것을 의미한다. 만약 도덕적으로 문제가 발생 될 경우에는 이미 그 자신이 고개를 들 수 없어 위축될 뿐만 아니라 냉혹할 정도로 소외를 시켜버리는 것이 우리 사회의 생리다.

다음으로, 윤리적이라는 것은 옳고 그름의 차원보다 좀 더 광범위한 것으로 사람이 지켜야 할 규범 도리를 말한다. 둘 이상이 모여 사는 관계에서 사람은 윤리적 차원에서도 큰 문제가 없어야 떳떳할 수 있다. 특히, 혈연 중심의 가족주의가 팽배해 있는 한국인에게에는 관계에 따른 각종 역할이 있다. 우리는 부모에 대한 도리를 저버린 사람, 가족 및 친인척에 대하여 냉담한 사람, 또는 위아래를 모르는 사람에게 고운 시선을 보내지 않는다. 관계에 따른 책임 즉, 역할을 제대로 못한 사람은 개인적으로 아무리 능력이 있다 할지라도 혈족간에 연대의식이 강한 우리 사회에서는 어엿한 사람으로 제대로 대접받기가 어렵다.

마지막으로, 사회적이라는 말은 앞서 거론한 도덕적 또는 윤리적 범주에 비해 그 범위가 훨씬 광범위하다. 사회인이 된다는 것은 일반인들이 보편적으로 지니고 있는 사고, 정서, 도덕, 관습, 및 이념 등에 있어서 함께 할 수 있음을 의미한다. 즉, 사회란 공동생활을 영위하는 집단이므로 그 구성 요원은 사람들과의 관계에서 원만한 교류를 해야 비로소 적응을 이룩한다. 바로 여기에서 상식이라는 개념이 중요한 것으로 등장하는데, 상식이란 더불어 살아가는데 상호 불편하지 않는 보편성을 띤 적정 기준을 의미하는 것으로 공존의 교류는 바로 그러한 상식을 갖출 때 가능한 것이라고 본다. 뿐만 아니라 사람이 제대로 기능하기 위해서는 상황마다 적절히 대응하는 폭 넓은 적응력이 필요한데 그것은 사회성을 기반으로 하는 것이라 할 수 있다.

결국 현실역동 상담에서 역설하는 건강한 사람은 균형 잡힌 내부 세계의 확립과, 아울러 자기가 몸담고 있는 사회의 가치체계를 내면화해 실행하는 자를 의미한다. 따라서 상담은 내

담자가 내적 안정을 확립하도록 도울 뿐만 아니라 그 못지 않게 외부 세계와의 교류 또한 원활하도록 돕는 것이어야 한다고 본다.

이론적 배경

1. 동양과 서양의 문화적 배경

삶의 양상은 너무나 다양해 거기서 야기되는 모든 문제 및 갈등을 포괄할 만한 상담에 대한 단일 모델은 없다. 그렇기 때문에 무수한 접근들이 시도되어 경쟁을 벌여왔다. 그러나 각기 다른 사람들의 성격 특성과 문제들의 상이성으로 인해 어떤 특정 접근방식이 더 낫다는 말은 가능하지 않다. 상담의 효과란 어떤 상담자가 어떤 증상을 지닌 어떤 내담자를 만나느냐에 따라 결정된다는 것이 이제는 일반적인 견해다.

이러한 견해 속에서 수 많은 상담 접근들이 어지러울 정도로 범람하기도 했지만 지금은 비슷한 접근들을 유목화시켜 가고 있는 추세다. 현재는 10여 개 내외의 상담 접근들이 교과서에 수록될 정도인데 그것들 역시 여전히 중첩되는 경향이 있다. 그리하여 현재 실시되고 있는 제반 접근들 중 가장 대표적인 것을 몇 개 꼽는다면 정신분석적 접근, 행동치료적 접근, 인간중심적 접근, 그리고 인지적 접근 이렇게 4 가지로 나누어 볼 수 있다.

이 4 가지 상담 접근은 그것들이 제시된 서양에서 뿐만 아니라 극동지역인 우리나라에서도 가장 유력한 것으로 소개되어 있다. 그러나 그 접근들이 기초하고 있는 인간관을 자세히 살펴보면 그것은 동양인들이 추구하는 가치와는 다른 서양인들의 가치, 그것도 “WASP (White Anglo-Saxon Protestant)”라고 일컬어지는 백인 중상층의 가치에 입각해 있다(Sue & Sue, 1997). 동

양인 특히, 우리 나라 사람들은 “우리”라는 집단주의를 중심으로 가치관을 발전시킨 반면, 서양인들은 “나”라는 개인주의를 중심으로 가치관을 발전시켜 왔다. 동·서가 이렇게 서로 다른 가치를 중심축으로 하고 있다는 것은 주목할 만한 요인이다. 왜냐하면 가치관 및 인간관은 상담이론이 어떠한 관점에서 수립되고 어떻게 적용되어야 하느냐에 있어서 중요한 영향을 미치기 때문이다. 특히, 적용을 도모하는 상담에서 문화에 따른 가치관 및 인간관은 의미있게 조망되지 않으면 안된다.

근래에 일부 사람들은 개인주의와 집단주의의 대비는 서양인들의 관점에서 개념화한 것이므로 비교 준거로 합당하지 않다 라고 비판하기도 한다. 그러나 이런 개념화가 서양인들의 기준에 근거해 발전되기는 했지만, 그 자체에 백인들의 우월성이 드러나 있는 것은 아니라고 보기 때문에 동양문화와 서양문화를 비교하는데 있어서 그것은 나름대로 유용하다고 본다. 아직까지는 동양과 서양의 문화비교에서 개인주의-집단주의라는 차원의 개념이 가장 확고하게 받아들여지고 있는 기준 중의 하나이다(Triandis, 1990; 1995; 1998).

우리나라는 집단주의 문화에 대한 속성을 다른 나라보다 많이 지니고 있는 국가다. 다른 민족보다 끈끈한 혈연위주의 문화를 지니고 있기 때문에 특히, 우리나라에서의 집단주의는 그 어느 지역에서보다 결속력이 강하다. 이러한 문화권에서 사람은 한 개인으로 간주되되보다 그가 소속되어 있는 집단이나 조직의 한 부분으로 간주된다. 따라서 여기서는 개인적인 성취보다는 인간관계의 유지가 우선하며, 집단의 가치기준을 개인의 가치기준보다 소중히 한다(한규석, 1996). 이러한 집단주의가 형성된 배경에는 일찍이 농경사회를 이루면서 노동력을 필요로 했

고, 또 그 노동력을 위해 조화로운 공동체를 유지하는 것이 절대적으로 필요했었다는 오랜 역사가 있다. 바로 이런 이유로 우리 문화는 관계에 역점 두어온 실천철학인 유교사상에 뿌리를 두고 있고, 또 그 영향을 오랫동안 받아 온 우리 사회에서는 능력보다 사람이 사람다워야 한다는 인격을 중요하게 여긴다.

반면, 유목 민족의 후예인 개인주의 문화권에서는 개인이 그가 속한 집단에서 정서적으로 얼마나 독립되어 있는가에 비중을 두는 만큼 구성원 각자가 지니고 있는 개성을 존중하고 권리를 귀중하게 여기는 정의를 우선시 한다 (Miller & Bersoff, 1992). 따라서 여기에서는 대등성과 개인적인 성취를 강조한다. 이러한 개인주의의 배경은 무엇보다 개인의 자유와 존엄성을 존중해야 한다는 기독교 사상에 근거하고 있다. 나아가 이러한 기독교 사상에서 출발한 개인주의는 개개인의 능력을 중요하게 여기며 자기실현을 최고의 가치로 삼는다.

이렇게 동양문화와 서양문화에서는 서로 다른 이상을 추구하는데 실천학문인 상담 분야에서 진단, 목표, 및 전략이 그러한 가치 즉, 문화적 차이와 결코 무관할 수 없다. 따라서 그 문화적 요인은 상담에서 심도있게 고려되어야 한다는 것이 필자의 주장이다. 이러한 입장에서 우선 가장 유력하다고 여겨지는 4 가지 상담 접근법들이 우리 문화권에서 어떤 불협화음을 초래하는지 각각 살펴보고, 나아가 우리 문화의 특성을 논의하고자 한다.

2. 기존 상담 접근들의 특성

1) 정신분석적 접근

Freud는 일찍이 행동을 동기화하는 정신역동적 요소에 주의를 기울였고, 무의식적 동기에

초점을 맞추어 그것을 의식화시켜 가는 과정을 통해 성격구조를 수정하는 치료절차를 발전시켰다. 이러한 접근은 다른 모든 심리상담 및 치료 체계에 지대한 영향을 미쳤으며, 현재까지도 심리상담에서 가장 중요한 역할을 담당하고 있다.

정신분석적 접근이 여전히 가장 영향력 있는 상담 접근으로 자리잡고 있는 데에는 여러 가지 공헌점들이 있다. 무엇보다 자연현상이나 적용할 수 있었던 인과법칙을 정신현상에까지 적용해 증상에 대한 원인을 보다 깊이 있게 규명하고자 했다는 점이다. 이렇게 함으로써 정신치료는 예술성뿐만 아니라 과학성을 지닌 전문분야로 거듭나게 될 수 있었다. 나아가 정신분석에서는 인간을 갈등체계로 파악함으로써 정신 내부에서 발생해 경험되는 불안에 대한 개념을 집대성시켰고, 이것은 인간의 행동이나 증상을 설명하는데 아주 유용했다. 따라서 많은 상담자들이 정신분석의 입장을 완전히 수용하지는 않더라도 그것이 제공하는 많은 분석적 개념들을 사용해 내담자를 이해하고 내담자가 자신의 갈등을 더 깊이 이해하도록 돕는 준거의 틀로 정신분석적 접근을 활용하고 있다.

그러나 정신분석이 주로 전이신경증을 치료하는 것으로 정신 내적 갈등해소에 역점을 두어왔는데 이것의 공로는 탁월했지만 적용범위 및 효율성에 있어서 한계를 보이기 시작했다. 우선 대부분의 내담자들이 다각적인 측면에서 전이신경증 치료에 적합하지 않다는 사실이다. 또한 실제 상황에서 접하는 갈등은 정신 내부적으로 통합이 안되어 발생하기도 하지만, 그것보다는 외부 현실과의 원활한 상호작용을 하지 못하는 데에서 오는 것이 대부분이다. 물론 이들이 서로 독립적인 것은 아니지만 드러난 당면문제는 대개의 경우 사람들과의 관계상의 마찰이다. 그렇기 때문에 상담자는 그것에 초점을

맞추어 내담자가 합리적이고 현실적으로 처신하도록 돕는 것이 보다 필요하다. 더구나 우리나라에서의 내담자들은 자신들이 많은 것을 자주적으로 결정해야 하는 상담 접근보다는 적극적으로 때로는 방향제시를 해 주는 보다 적극적인 상담을 더 기대한다. 그리하여 우리나라 문화권에서는 상담자가 중립적이며 소극적인 자세를 취하고 장기간을 필요로 하는 정신분석적 접근보다는 당면문제를 직접 겨냥하고 때로는 지시도 해 주는 방식의 상담을 더 선호하고, 또 그만큼 상담자의 권위를 존중하고자 한다. 바로 이러한 이유들 때문에 정신분석적 접근이 매우 유력한 접근임에도 불구하고 우리나라에서는 상담 전략상 많은 한계를 지니고 있다.

2) 행동치료적 접근

행동치료는 정신분석적 견해와는 전혀 다른 배경에서 출발해 팔목할만한 성장을 이룬 주요 접근법이다. 구체적 변화를 위한 단계와 행위를 강조하는 행동치료는 인간행동에 대한 과학적 견해에 기초한다는 강점을 지니고 있다(Franks, 1987). 행동치료는 특히, 과학적 방법의 원칙에 극단적으로 의존한다는 점, 본질적으로 교육적이며 행동적 절차는 실험실에서 유추한 학습원리의 사용을 원칙으로 한다는 점에서 독특하다(Corey, 1996). 특히, 행동치료는 문제행동을 바꾸고 문제해결을 위한 기술을 가르치는데 있어서 단기적이고 효과적이라는 평을 받는다.

그러나 행동치료가 실용적인 측면에서 많은 장점을 지니고 있음에도 불구하고 우리 한국인에게 가장 낯설고 덜 시행되는 접근 중의 하나다. 이 접근이 이미 오래 전에 우리에게 소개되었지만 가장 적게 활용되는 이유는 무엇보다 문화적인 요인 때문이라고 본다. 행동치료의 주된 한계 중의 하나는 치료과정에서 감정과 정

서의 역할을 경시했다는 점이다. 이 접근에서 상담자들은 내담자의 문제해결에만 지나치게 집중한 나머지 내담자의 말을 충분히 들어주지 못하는 즉, 속을 시원하게 풀어주지 못하는 경우가 많다. 한국인은 정과 한의 민족으로 일컬어 질 정도인데(이규태, 1990) 상담자가 내담자의 아픔을 읽어주지 않은 채 태도변화만을 겨냥한다면, 내담자는 상담절차를 상담자에 의한 통제와 조작으로 여겨 이질감을 느끼게 될 수 있다. 따라서 행동치료가 치료과정에서 감정과 정서의 역할을 보다 부각시키지 않는 한, 그리고 과업 중심적인 경향을 탈퇴해 관계적 측면을 중시하지 않는 한 우리 문화권에서 좀처럼 꽃 피우기는 어려우리라 본다.

3) 인간중심 접근

인본주의 철학에 근원을 둔 인간중심적 접근만큼 우리 나라 상담계에 널리 알려진 상담 접근은 없을 정도다. 이 접근에서는 사람이 상담자의 해석이나 어떤 적극적인 중재 없이도 건설적인 방향으로 움직일 수 있다고 간주한다(Corey, 1996). 이렇게 내담자의 자기지향 능력을 믿으며 상담자와 내담자간의 관계 특징이 상담 결과를 이루는 주요 결정인이라고 여기기 때문에 이 접근에서는 무엇보다 상담자의 기본적 태도를 강조했다. 특별한 지식이나 구체적인 상담기술보다 상담자의 수용적 태도를 강조하는 이 접근은 심리학이나 상담학을 전공으로 하지 않은 사람들(교육자, 목회자, 일반인) 입장에서 도 쉽게 시도해 볼 수 있다는 편이성, 그리고 이심전심(以心傳心)을 의사소통의 최상으로 여기는 우리 문화의 특성 때문에 많은 사람들로 부터 상당한 호응을 받았다.

그러나 인간중심 접근의 최대 취약점은, 많은 상담자들이 치료적 관계의 전제 조건인 공감적

경청과 반응을 치료 자체와 혼돈하고는 내담자의 말에 대하여 무조건 지지와 공감을 해주는 경향이 있다는 것이다. 뿐만 아니라 상담과정에서 지나치게 내담자를 중심으로 진행하기 때문에 자칫하면 상담자가 자신의 독특성 즉, 자신의 힘에 대한 가치를 상실하고 수동적이 되어 마침내는 무력감에 빠져들 수 있다는 위험이 있다.

이러한 인간중심적 상담 접근은 다른 접근들에 비해 전체적이고 수용적이기 때문에 일견 우리 나라 사람들에게 잘 맞는 듯 하지만, 조금만 깊이 살펴보면 상충되는 점들이 많이 잠재해 있다. 우선, 우리 문화권에서 대개의 경우 내담자는 상담자가 부모 및 스승과 같은 위치에서 지도편달해 주기를 기대하기 때문에 조언이나 방향제시를 요청하곤 한다. 그러나 이 접근법에서는 각 개인이 자신의 목표를 스스로 선택하도록 강조하고, 나아가 각자에게는 자아실현 경향성이 있다고 믿기 때문에 지나치게 방임적이고 수평적이며 개인주의적이다. 더구나 우리 나라 사람들은 자신보다 소속 집단의 입장을 우선시하는 경향이 농후하다. 그런데 그 과정은 상반되게 개인에게 초점 맞추어 그의 정서상태를 있는 그대로 존중하는 이러한 접근은 때때로 자기의 상태가 타당한 양 착각하게 하여 더 큰 혼란과 마찰을 야기시킬 수도 있다고 한다(이장호·김정희, 1989). 뿐만 아니라 이 접근에서는 내담자 스스로가 변화를 맞이할 때까지 마냥 기다리는데 이렇게 하다가는 내담자가 회복되어 가는 속도보다 현 상황에서 악화되어 가는 속도가 더 커 이러한 방법은 자주적일지는 몰라도 비효율적이라고 본다.

4) 인지적 접근

인지적 접근에 포함되는 다양한 상담 기법들

은 그 동안 대부분의 접근들이 감정이나 정서에 초점을 둔 것과는 달리 사고에 역점을 두고 있다는 사실에서 독특하다. 여기서는 잘못된 정서장애나 행동의 배후에는 자기 비난적인 그릇된 신념이나 부정적 사고가 전제되어 있기 때문에 상담에서는 바로 그것을 합리적인 사고로 전환시켜 주는 것이 핵심 과제라고 주장한다. 인지적 접근에서는 이러한 전환을 위해 내담자의 초기 발달과정 및 가족관계를 반드시 탐색하거나 통찰을 수립하여야만 하는 것은 아니고, 오히려 실행에 옮기고자 노력하는 현재의 능력이 중요하다고 여긴다. 따라서 이 접근에서는 무엇보다 합리적 사고를 지니도록 설득 및 납득시키는 것에 비중을 두고 이것을 위해 상담자는 매우 능동적이고 교시적인 태도를 취한다.

기존의 접근들에 비해 매우 적극적인 인지적 상담 접근은 무엇보다 내담자의 성장사를 소홀히 하기 때문에 증상에 대한 깊이 있는 이해를 이룩하지 못한다는 한계점을 지니고 있다. 자신의 사고가 비합리적이라는 것을 빨리 알아도 그것을 수정하지 못하는 경우에는, 그릇된 사고 패턴이 생기게 된 배후의 역동을 명확히 해서 관련된 감정을 회색시켜야 상담효과를 거둘 수가 있다. 그리고 이 접근에서는 상담자가 내담자의 말에 대하여 그것이 합리적인지 또는 비합리적인지에 대한 판단을 내려야 한다. 그런데 상담자가 그러한 판단을 내리는데 있어 자기의 개인적 가치로부터 얼마만큼 자유로울 수 있느냐 하는 난제가 있다. 특히, 우리 나라 사람들에게 인지적 접근을 쉽게 적용하기 곤란한 최대의 걸림돌은 서구인들이 생각하는 합리적인 사고와 동양인인 우리가 생각하는 합리적인 사고가 다르다는 것이다. 어떤 것이 합리적 사고냐 하는 판단 기준은 문화에 따라 각기 다르게 정의될 수 있기 때문이다.

3. 우리나라의 문화적 특성

서구 문화권에서는 상담 및 심리치료가 인간의 다양한 문제를 해결하는데 도움이 되는 유용하고 효과적인 방법으로 보편화되어 있다(유성경·유정이, 2000). 그러나 동양 문화권에서는 상담이 아직도 그리 친숙한 것이 아니어서 일부에서는 부정적 태도를 보이고 있다(Ying & Miller, 1992; Zhang, Snowden & Sue, 1998). 동양에서 상담에 대한 활용이 서양에서보다 저조한 이유로는 다른 무엇보다 문화적 변인인 집단주의적 경향으로 볼 수 있다(Kawanishi, 1992). 즉, 우리 나라 사람들은 문제가 발생했을 때 상담자에게 가기보다 우선 친지나 종교를 통해 해결하려 하고, 그래도 안될 경우에야 상담자에게 오는 경우가 허다하다(장성숙, 1995). 이러한 사실은 개인주의적 성향이 강할수록 상담에 대하여 긍정적인 태도를 지닌다는 Tatu(1994) 연구와도 일맥상통하는 것으로 문화적 요인과 상담과의 관계는 어떠한 측면에서든 불가분의 관계가 있다고 본다.

우리 사회의 집단주의 속성에서 가장 요체가 되는 것은 집단의 목적을 개인의 목적보다 우선하는 경향성과 자기 자신을 집단의 일부로 파악하는 것이라고 한다(조금호, 1993; Triandis, Bontempo, Villareal, Asai, & Lucca, 1998; Triandis, McCusker, & Hui, 1990). 여기서 집단은 지속적 내집단(stable ingroup)을 의미하는데 각 국가의 국민들마다 내집단은 다르며 한국의 집단주의적 속성은 주로 가족을 근간으로 하는 가족집단주의 즉, 혈족중심주의라고 한다(안신호, 1999; 최봉영, 1994). 비교문화 연구에서 집단주의-개인주의 이론을 발전시킨 Triandis(1995)는 이 개념이 다양한 가치관, 정서, 관습, 제도 등의 차이를 이해하는데 핵심적인 틀로 작용한다고 했

다. 이들에 의한 집단주의와 개인주의의 문화 특성을 한규석과 신수진(1999)은 다음과 같이 분류했다. 첫째, 자아의 특성이 개별적인 개체의 특징을 반영하는지 아니면 사람들과의 관계적인 특징을 반영하는 지이다(Markus & Kitayama, 1991). 둘째, 개인 목표와 집단 목표가 충돌할 때 어느 것이 우선적으로 고려되는가이다(Triandis, 1996). 셋째, 대인관계를 교환관계로 보는지 아니면 정(情)의 관계로 보는 지이다(최상진 & 한규석, 1998). 넷째, 사회적 행위의 주 결정인자가 개인의 태도인지 아니면 사회적 규범인지이다(오세철·윤덕현, 1982).

동·서 문화에 대한 이분적 분류는 근래에 또 다시 정교화되는 과정을 거치게 되었다. 집단주의와 개인주의라는 개념은 지나치게 포괄적이고 많은 부분에서 애매하다는 것이 지적되었기 때문이다. 이 이론이 동일 문화권에 포함되는 국가들 간의 차이를 적절히 다루지 못했다는 점이 대두되자, Triandis(1995)는 집단주의-개인주의 이론을 정련화하는 시도로써 수직성-수평성이라는 개념을 도입해 그 문제점을 극복하고자 했다. 그는 인간관계에서 위계질서를 강조하는가 아니면 평등성을 강조하는가에 대한 범주를 추가했다. 즉, 같은 집단주의 문화권이라 해도 인간관계에서 위계를 바탕으로 수직적 교류를 하는 문화가 있는가 하면, 평등성을 바탕으로 수평적 교류를 하는 문화가 있다고 한다(한규석·신수진, 1999). 마찬가지로 개인주의 문화권에서도 수직적 교류를 하는 문화가 있고 수평적 교류를 하는 문화가 있다고 한다.

이렇게 집단주의-개인주의 차원에 수직-수평의 차원을 적용시킨 4개의 분류 틀에 따르면 우리 나라 사회는 집단주의 문화이면서 수직적인 특성이 강한 사회라고 한다. 그러한 이유는 유교적 전통이 의식 저변에 깊숙히 깔려 있음

으로 인해 전통 및 정서가 개인보다는 집단을, 그리고 그 집단 내에서의 위계를 중요하게 여기기 때문이다. 또한 우리나라에서는 내집단으로 다른 무엇보다 가족을 가장 우선시하는데 우리 사회에서 가족주의는 하나의 이데올로기로까지 기능한다고 한다(이효재, 1994).

현대 문명의 발달로 세계가 일일권으로 좁혀지고 동·서의 교류가 부쩍 급증하면서 그 동안 서열 및 위계질서 그리고 집단을 중시하던 우리 나라의 수직적 - 집단주의가 한규석과 신수진(1999)이 주장하듯 수평적 - 개인주의로 변화되고 있는 것도 사실이다. 특히 젊은이들은 의견상 서양인을 방불케 할 정도로 개인주의적이고 평등성을 부르짖는다. 그러나 아직 우리 사회의 심층 저변에는 여전히 전통적인 수직적-집단주의 가치관이 지배적이라고 본다.

목 적

현실역동 상담에서 추구하는 목표는 내담자를 자신의 내·외의 현실에 적응하도록 하는 것이다. 여기에서 현실에의 적응이란 내담자가 자신의 정신 내적 통합을 바탕으로 외부 환경과의 적절한 상호작용을 통해 나도 살고 너도 살아 함께 공존하는 즉, 더불어 사는 것을 의미한다. 이렇게 더불어 살기 위해서는 내담자가 다른 무엇보다 자신에 대한 신뢰인 자신감을 회복하는 것이 중요하다. 이것을 위해서는 우열에 관계없이 한 생명체로서 그 자체가 소중하며 또 그에 합당한 권리가 있음을 납득하는 것이 필요하다. 이러한 납득 하에서 사람은 비로소 자기 목소리를 낼 수 있다고 본다. 자기 목소리를 분명하게 낸다는 것은 자기 삶의 주인이 되어간다는 것으로 이것은 주체성 확립의 기초가 된다.

사실 기존의 상담 접근에서는 자신의 무의식을 의식화하거나, 자아를 강화시키거나, 학습의 새로운 조건을 창출하거나, 개인의 독립 및 통합을 겨냥하거나, 자기 패배적 사고를 극소화시키거나 하는 것들에 비중이 실려있었다. 그러다 보니 기존의 접근들은 주로 개인이라는 개체에 대하여 즉, 그 사람의 주요 구성요소인 의식, 사고, 정서, 또는 행동에 역점을 둔 나머지 그가 처해 있는 환경과의 상호작용에는 그만큼 비중을 두지 못했다. 이것에 대해, 개체와 환경은 둘이 아니기 때문에 어느 한 가지를 강화시키면 다른 것에도 자연히 영향이 미친다는 주장을 일부 사람들은 피력하기도 한다. 그러나 필자의 견해는, 개인의 성숙도와 환경과의 상호작용은 불가분의 관계에 있지만 어느 한 가지를 통해 다른 것에 영향을 주기보다 내·외 현실을 동등하게 강조하는 것이 더 효율적이라고 본다. 사실 상담자가 외부 현실에 대하여 소극적인 태도를 취하는 것이 진정 내담자를 존중하기 때문인지 되짚어 볼 문제다. 내담자가 자신의 행동 및 방향을 스스로 모색하도록 하는 것이라기보다 상담자 자신이 당면한 현 사태에 대하여 어찌해야 할 줄을 모르기 때문인 경우가 많은 듯 하다. 실제 상담 상황에서 보면, 보다 많은 내담자들은 사회화가 덜 된 자들로서 그들이 정작 필요로 하는 것은 내적 균형의 확립보다 그들의 문제가 구체적이고 직접적으로 다루어지기를 훨씬 더 원한다는 것이다.

어떤 이유에서 상담을 시작했든 내담자는 현 시점에서 힘겨워하는 사람이다. 그러한 그가 자기 본연의 가치에 눈을 뜨고 상담에서 제공하는 많은 과정을 통해 자신감을 확보해 자기 목소리를 내도록 상담에서는 도와야 한다. 그리하여 내담자가 삶에 대한 주인의식을 확립하고 나아가 사회화 과정을 습득해 마침내 현실에

적용하도록 돕는 것이 현실역동 상담에서의 목표다. 따라서 이 접근에서는 중국적으로 내담자가 주어진 상황에 무엇보다 현실적이고 합리적으로 처신하도록 하는 것에 역점을 두며, 상담자는 그것을 위해 때로는 매우 적극적으로여야 한다고 본다. 그리고 현실역동 상담에서는 더불어 공존하는 관계를 중요하게 여기기 때문에 인간을 존재론적 차원에서가 아니고 어디까지나 관계론적 차원에서 파악하려는 것이 다른 접근에의 목표와 구별되는 특징이라고 하겠다.

과정 및 방법

한 개인이 살아 숨쉬는 현상이 바로 현실이기 때문에 현실을 떠나서는 삶을 논하기가 어렵다. 그런데 현실은 온갖 것이 혼재되어 있는 곳으로 그 어느 것보다 복잡적이어서 한시도 고정되어 있지 않는 역동적 실체다(장성숙, 1999). 우리가 산다는 것은 현실에서의 적응인데 그것을 위해서는 현실감이 필요하다. 전통적으로 건강과 비건강의 차이를 현실감(the sense of reality)의 유무로 파악했을 정도로 그것은 중요하다고 본다. 현실감을 갖고 각양각색의 상황에 발 맞추기 위해서는 많은 적응기술이 필요한데 대체로 내담자는 그것이 부족한 사람이다. 그리하여 현실역동 상담에서는 그러한 내담자를 자신의 현실에 굳건히 서도록 하는 것에 최대의 역점을 둔다. 그것을 위해 상담자는 그 누구보다 균형잡힌 현실감을 지니도록 끊임없이 노력하는 사람이어야 한다.

1. 상담자의 역할

현실역동 상담에서는 내담자를 치료적 차원에서 뿐만 아니라 필요하다면 교육적 차원에서

도 돕는 역할을 상담자가 해야 한다고 본다. 그동안 상담을 교육과는 다른 치료적 차원에서만 보려 했던 견해는 주로 억압된 감정을 증상의 주요 요인으로 보고 '내담자는 나름대로 옳다'라는 입장에 근거를 두고 있다. 사실, 내담자를 전적으로 수용해 주는 이러한 태도는 내담자가 의사소통이 안되거나 사회생활을 못 할 정도의 병리적 상태라면 다른 방법이 없기 때문에 어쩔 수 없겠다. 그러나 일상 생활을 유지할 정도의 심리적 상태를 지닌 내담자에게는 전적인 수용이 자칫하면 응석을 강화시켜 줄 수도 있다. 따라서 내담자가 자기가 처해있는 환경과 잘 융합하도록 돕기 위해서는 상담자가 내담자의 감정을 있는 그대로 수용해 주는 것 이상의 많은 역할을 담당할 필요가 있다고 본다.

필요하다면 상담자가 교육적 또는 양육적 역할까지도 해야 하는 것이 상담자의 태도라고 보기 때문에 현실역동 접근에서는 상담자가 내담자의 내·외 현실을 제대로 직시하고 나아가 그것을 다룰 수 있지 않으면 안 된다(장성숙, 1999). 이것을 위해 현실역동 상담에서는 우선, ① 상담자가 내담자가 당면한 문제의 진상과 그것의 역동을 명확히 파악하는 것이 요구된다. 그리고는, ② 내담자가 그 문제를 극복하도록 어떻게 해야 하는가에 대한 현실적 기준 및 방향을 분명하게 제시할 수 있어야 한다. 다음으로, ③ 상담자는 내담자와 씨름하여 이겨낼 수 있는 역량을 지녀야 한다. 상담은 바로 이러한 세 가지 요건을 구비해야 비로소 상담효과를 낼 수 있다고 본다. 즉, 상담자는 문제를 파악하는 예민한 눈, 사회 현실에 대한 명확한 사회관, 그리고 사람을 다루어 낼 수 있는 능력을 갖추어야 상담자 역할을 제대로 수행할 수가 있다는 것이다.

이렇게 상담자는 치료자적인 교정역할 뿐만

아니라 어른으로서의 교육자적인 역할을 겸비해야 한다고 보는 이유는, 우리 나라의 내담자들이 상담자를 대등한 수평적 관계의 전문가로 보기보다는 뭔가 조언이나 지도를 해주는 스승으로서 기대하는 비중이 크기 때문이다. 이러한 기대에 대하여 그 동안 많은 상담자들은 내담자의 미숙함에서 비롯되는 의존적인 태도로 치부해 버리고, 상담은 내담자가 독립적이 되도록 돕는 것이므로 내담자 스스로가 방향을 찾아가도록 하는 것이어야 한다고 여겼었다. 그러나 본 필자는 그러한 내담자의 태도를 서양인들이 말하는 독립·의존의 차원에서 볼 것이 아니라 윗사람에 대한 아랫사람의 태도라는 관점에서 다르게 보아야 타당하다고 여긴다. 즉, 그러한 내담자의 태도는 오히려 어른을 숭상하는 우리의 수직적 집단주의 문화권에서 겸손과도 관련된 일종의 도움을 청하는 아랫사람의 전형적인 태도라고도 볼 수 있다.

어쨌든 상담은 내담자를 다차원적 측면에서 돕는 것이다. 따라서 상담자는 내담자를 온정적으로 수용해 줄 뿐만 아니라 경우에 따라서는 내담자에게 야단도 치고, 합당한 기준을 가르쳐 주기도 하고, 또 직접적으로 손을 내밀어주는 부모 또는 스승으로서의 다각적인 역할이 추가되어야 한다고 본다. 그렇기 때문에 이 접근에서의 상담자는 감성만을 지나치게 치중해 다루는 기존의 상담 접근에서처럼 시종일관 중립적이고 온유한 수용적 태도가 아니라, 엄격한 아버지의 역할이 추가된 엄부자모(嚴父慈母)의 역할을 수행할 수 있어야 한다. 엄부자모란 우리 전통 및 문화에서 이상적인 어른에 대한 상이므로 오히려 그러한 상의 역할을 지닌 상담자가 내담자에게 훨씬 친숙하게 다가설 뿐만 아니라 도움을 줄 수 있다고 본다.

2. 상담 과정 및 기법

사람이 주체적으로 즉, 자기 정신으로 살아가도록 돕기 위해서는 기존의 상담 접근에서 처럼 어느 한 면을 집중적으로 강조하기보다는 다각적으로 접근하는 것이 필요하다. 정신 역동적 접근이나 인간중심 상담에서 주로 감정, 그리고 인지적 접근에서 사고에 역점을 들으로써 태도변화를 모색하는 것은 인간의 태도를 어떤 단일 요인에 의해 변화될 수 있는 것처럼 지나치게 단순화시킨 경향이 있다. 그렇게 단순화시켜 설명하기에는 사람의 태도 및 행동은 너무나 복잡하고 미묘하다.

일찍부터 선인들은 사람을 지(智)·정(情)·의(意) 이렇게 세 요인으로 집약해 볼 수 있다고 설파했다. 여기에서 주목해야 할 것은 인간을 정의하는데 있어 선인들은 의지의 몫을 소홀히 여기지 않았다는 것이다. 사실, 태도변화에 사고나 정서 못지 않게 의지는 상당한 몫을 차지하고 있다. 태도라는 총체적 변화를 위해서는 자기 자신 및 증세에 대한 인지적 자각은 전체적 조망과도 같은 것으로 우선적으로 선행되어야 하고, 자각이 이루어진 다음에는 걸림돌이 되고 있는 정서적 응어리도 풀어야 하고, 나아가 변화라는 힘든 작업을 진척시켜 내는 의지의 작용 또한 필히 있지 않으면 안된다. 그렇기 때문에 현실역동 상담에서는 바로 이러한 총체적 접근을 강조하며 사람을 구성하는 어느 한 요소에 치중하기보다 지·정·의 모든 것에 고루고루 무게를 두고자 한다.

현실역동 상담에서의 과정을 살펴볼 것 같으면, 우선 내담자에 대한 평가를 매우 정확하게 할 것을 요구한다. 특히, 이곳에서 강조하는 평가는 내담자가 지닌 당면문제를 선명하게 파악해야 한다는 것이다. 그렇지 않으면 상담이 명

확한 목적도 없이 진행될 뉘 위험성이 있기 때문이다. 그런데 가장 기본적인 이러한 작업이 우리나라 상황에서 의외로 어렵다는 것을 실제 상담장면에서 번번이 경험한다. 그것은 아마도 우리나라 특유의 문화적 속성 때문인 것 같다. 일찍부터 혈연중심의 집단주의에서 한국인들은 가족에 대한 연대의식을 발달시켜왔기 때문에, 또 체면을 무엇보다 소중히 숭상하는 문화적 토양에서 살아 왔기 때문에 상담 상황에서 조차 솔직하게 자신을 노출하기를 매우 꺼려한다. 비록 상담을 받으러 오기는 했지만 치부가 드러날까봐 두려워하는 수치심 때문에, 또는 자기로 인해 가족이나 측근 사람들을 욕되게 할까봐 염려하는 마음에서 갈등 문제를 적나라하게 털어놓지 못하고 우회하기가 일쑤다. 그래서 내담자들은 먼 과거에 닳을 돌려가며 가급적 당면해 있는 문제의 직접적인 원인들을 은폐시키고자 한다. 그렇기 때문에 상담자는 '왜 하필 지금 내담자가 왔는가' 하는 것에 최대한의 주의를 기울여 현재에서 원인을 찾지 않으면 안 된다.

내담자의 당면문제가 육하원칙(언제, 어디서, 무엇 때문에, 누구에 의해, 어떻게)에 의해 가급적 명확하게 그 윤곽이 드러나게 되면, 다음의 순서로 상담자는 내담자에 대한 가족관계의 영향을 살핀다. 성격 형성은, 최초의 경험일 뿐만 아니라 장기간에 걸쳐 영향을 미치는 가족관계에 거의 전적으로 근거하고 있기 때문에 대략적으로나마 성장사를 살펴보는 것은 매우 중요하다. 그러나 이때 주의해야 할 것은 지나치게 과거에 비중을 두어서는 곤란하다는 점이다. 즉, 현실역동 상담에서는 과거를 다루긴 하되 내담자의 현 당면 문제가 있게 된 배경 정도로만 간주하고 가급적 현재에 초점을 맞추고자 한다. 가족 관계가 초기에서부터 현재에 이르기까지

어떻게 진행되었는지에 대한 대략적인 윤곽이 드러나면, 이제 가족 관계 속에서 형성된 내담자의 성격이 현실과의 상호작용에서 어떠한 영향을 미치거나 받고 있는지 잘 살펴야 한다. 내담자의 문제는 과거의 상처나 경험 그 자체에 의해서라기보다 현 시점에서 빚어지는 현재적인 것이다.

일단 내담자의 당면문제와 역동이 파악되면, 상담자는 내담자의 현실에 적절한 목표와 최적의 전략을 선정해 새로운 국면 즉, 목표를 달성하기 위한 해결과정의 상담 작업에 착수한다. 여기에서 상담자가 이제는 내담자의 문제를 해결하기 위해 보다 다양한 기법을 구사하게 되는데, 어떤 기법을 어떻게 사용하느냐 하는 것은 고도의 숙련을 필요로 하는 것이다. 어떤 내담자는 자신에 대한 이해가 수립되도록 해석을 해 주는 것만으로도 충분히 도움을 받고, 또 어떤 내담자는 감정을 수용해 줄뿐만 아니라 충분히 회색시켜 주어야 비로소 도움을 받고, 또 다른 내담자는 자신의 행동 하나하나에 대하여 일일이 지도해 주어야 하기도 한다. 그리하여 어떤 기법을 주로 쓰느냐 하는 것은 내담자의 수준과 처해진 여건이 천차만별이므로 한 마디로 언급하기가 어렵다.形形色색의 내담자들에게 언제 어떻게 최적의 기법을 사용하느냐 하는 것은 늘 연구해야 할 과제다. 가장 자연스럽다는 것은 가장 능숙하다는 것을 의미하므로 다양한 기법을 그때그때 적절히 사용한다는 것은 그만큼 상담자의 숙련을 필요로 하는 것이다. 따라서 상담자가 풍부한 사회적 상식과 경험으로 무장되어 있으면 있을수록 좋다고 본다. 다시 말하면, 현실역동 상담 접근에서는 어떤 단일 기법을 쓰는 것이 아니고 내담자에게 필요하다면 어떠한 기법이던지 동원하려 하는 다면적 입장이다. 기법 사용에 있어서 다른 상담

접근법과 다른 특색이 있다면 그것은 직면 기법을 빈번히 사용한다는 점이다.

직면이란 내담자가 어떤 것에 주목할 수 있게끔 하기 위해 상담자가 지적해 주는 행위를 말하는 것으로서 이것은 간단한 것에서부터 깊이 있는 것에 이르기까지 그 폭이 매우 다양하다고 볼 수 있다. 즉, 이러한 지적은 모순에 대한 것일 수도 있고, 도리에 대한 것일 수도 있고, 또는 양심을 자극하는 것일 수도 있다. 아무튼 이러한 직면은 변화에 대한 내담자의 동기나 의지를 최대한으로 촉발시켜 낼 수 있는 것이다.

지금까지 필자의 상담 경험에 의하면 사람은 부끄러움을 느끼게 될 때 가장 빨리 변화하는 것 같다. 더구나 한국인들은 체면이라는 것을 그 어떤 것보다 중요하게 여기는 문화적 배경을 지니고 있다. 그리하여 바로 그 점을 역으로 활용해 부끄러움을 느끼도록 자극한다면 태도 변화 즉, 상담효과는 그 어느 상담 접근에서보다 빨리 이룩할 수 있으리라 본다.

그렇다면 과연 어떻게 할 때 내담자는 자신에 대하여 부끄러움을 느끼게 되는 것일까? 그것은 바로 직면에 의해서라고 본다. 상담자가 내담자와의 대면에서 사용할 수 있는 전문적이고 기술적인 다양한 개입방법이 있는데, 여기에서 직면은 전통적인 치료 입장에서 볼 때 그렇게 능동적이지도 소극적이지는 않은 것으로 간주되었다(김기석, 1978). 그러나 본 필자는 직면이 여러가지 개입 기법 중의 하나가 아니라 훨씬 많은 활용가치를 지닌 중요한 기법이라고 본다. 특히, 이것에 대한 적절한 구사는 도리나 체면을 소중히 여기는 우리 문화권에서 우리 정서에 보다 부합되는 상담 모형의 발전에 크게 이바지 할 수 있으리라고 본다.

그런데 직면을 사용하는데 있어서 유념해야

해야 할 것이 있다. 그것은 상담이 인성을 다루는 작업이니 만큼 내담자가 상담자로부터 제대로 이해받았을 뿐만 아니라 소중한 존재로 여겨진다는 느낌을 갖도록 하지 않으면 안 되는 것이다. 즉, 아무리 진단을 정확히 하고 내담자에게 적합한 방향 제시를 잘 한다해도 상담자를 향한 내담자의 마음이 열리지 않고서는 그 어떤 작업도 실효를 거두지 못하는 것 같다. 그리하여 상담에 있어서 수용적 태도는 직면 못지 않게 매우 중요한 역할을 하는 것임에 틀림이 없다. 다만 필자가 주의를 요하는 것은 정확한 평가나 방향 없이 선부른 지지나 공감은 지양해야 한다는 것이다. 그리하여 결국 태도변화란 내담자가 진정으로 존중받는다느 느낌을 가질 때 비로소 어떠한 지적이라도 달게 받고자 마음이 열리고, 나아가 더 더욱 변화에 대한 의지를 다진다고 보는 것이 현실역동 상담 접근의 입장이다.

참고문헌

- 김기석 (1978). 정신치료의 이론과 실제. 서울: 고려대학교 출판부. (Dewald, P. 원저)
- 안신호 (1999). 한국적 집단주의에 관한 동기-자아개념-행동 모형의 검증. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 13권 1호, 121-164.
- 오세철·윤덕현 (1982). 휘시베인의 행동예측 모형에 관한 연구. 오세철(저), 한국인의 사회심리. 91-105. 서울: 박영사.
- 유성경·유정미 (2000). 집단주의-개인주의 성향과 상담에 대한 태도와 의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료. 12월 1호. 19-32.
- 이규태 (1990). 한국인의 정서구조. 서울: 신원문화사.
- 이영희 (1982). 문화와 상담: 문화 지향적 상담

- 을 위한 서론. 숙명여자 대학교 논문집, 제 23집, 119-144.
- 이장호·김정희 (1989). 동양적 상담이론 모형의 탐색. 한국심리학회지: 상담과 심리치료, 제 2권 1호, 5-15.
- 이효재 (1994). 이데올로기와 가족. 현대가족과 사회. 교육과학사.
- 장성숙 (1999). 한국적 상담의 필요성; 현실역동 상담. 한국심리학회지: 상담과 심리치료, 제 11권 제 2호, 19-33.
- 장성숙 (1998). 한국인 정서에 적합한 상담 접근의 모색. 서산 강석현 교수 퇴임 기념 논문집, 177-192.
- 조금호 (1993). 대인평가의 문화적 차이: 대인평가 이원 모형의 확대 이론. 한국심리학회지 : 사회, 제 7권 1호, 121-149.
- 조대경 (1985). 정신분석학입문. 서울: 법문사. (Brenner, C. 원저).
- 최봉영 (1994). 한국인의 사회적 성격 I, II 서울: 느티나무
- 최상진·한규석 (1998). 교류행위를 통해 본 한국인의 사회심리. 국제한국학회(편), 한국문화와 한국인. 서울: 세계절.
- 한규석·신수진 (1999). 한국인의 선호가치 변화 - 수직적 집단주의에서 수평적 개인주의로. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 13권 2호, 293-310.
- 한규석 (1996). 사회심리학에서의 문화비교연구. 한국심리학회 동계 세미나: 심리학에서의 비교문화연구, 한국심리학회.
- Corey, G. (1996). Theory and practice of counseling and psychotherapy(4th ed.). International Thomson Publishing, Sigma Press.
- Franks. C. M. (1987). Behavior therapy: An overview. In G. T. Wilson, C. M. Franks, P. C. Kendall, & J. P. Foreyt (Eds.). *Review of behavior therapy: Theory and practice*: vol.11. (pp.1-39). New York: Guilford Press.
- Hui, C. H. & Triandis, H. C. (1998). Individualism-collectivism: A study of cross-cultural researches. *Journal of Cross-Cultural Psychology*.
- Kawanishi, Y. (1992). Somatization of Asians: An artifact of western medication? *Transcultural Psychiatric Research Review*, 29, 5-36.
- Markus, H., & Kitayama, S. (1991). Culture and self: Implication for cognition, emotion and motivation. *Psychological Review*, 98, 224- 253.
- Miller, J. M. & Bersoff, D. M. (1992). Culture and moral judgement: How Are Conflicts between Justice and Interpersonal Responsibilities Resolved? *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 4, 541-554.
- Sue, D. W. & Sue, D. (1977) Barriers to effective cross-cultural counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 24, 420-429.
- Tata, S. P., & Leong, F. T. L. (1994). Individualism-collectivism, social-network orientation, and acculturation as predictors of attitudes toward seeking professional help. *Journal of Counseling Psychology*, 41, 280-287.
- Triandis, H. C., Bontempo, R, Villareal, M. J., Asai, M., & Lucca, N. (1988). Individual and Collectivism: Cross-cultural perspective on self ingroup relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 323-338.
- Triandis, H. C., McCusker, C., & Hui, C. H. (1990). Multimethod probes of individualism and collectivism. *Journal of Personality and Social psychology*, 59, 1006-1020.
- Triandis, H. C. (1990). Cross-cultural studies of

- individualism and collectivism. In J. J. Berman(Ed.). *Cross-cultural perspectives: Nebraska Symposium on, Motivation*, 1989. Lincon, NB: University of Nebrasca Press.
- Triandis, H. C. & Gelfand, M. J. (1998). Converging measurement of horizontal and vertical individualism and collectivism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74. 118-128.
- Triandis, H. C. (1995). *Individualism and collectivism*. Boulder: Westview Press.
- Triandis, H. C. (1996). The psychological measurement of cultural syndromes. *American Psychologist*, 51, 407-415.
- Ying, Y., & Miller, L. S. (1992). Help-seeking and attitude of Chinese Americans regarding psychological problems. *American Journal of Community Psychology*, 20. 549-556.
- Zhang, A. Y., Snowden, L. R., & Sue, S. (1998). Differences between Asian and white Americans help seeking and utilization pattern in the Los Angeles area. *Journal of Community Psychology*, 26, 317-326.

Reality Dynamic Counseling Model - The Approach of Counseling for the Korean -

Sung-sook Chang

Dept. of Psychology, The Catholic University of Korea

We still practice those counseling approaches without any modification which have been developed by the Western. The characteristic of the Oriental culture is different from the Western culture in various aspects. The Western culture is based on horizontal-individualism but the Oriental culture, especially the Korean culture is grounded on vertical collectivism. The purpose of this study is to provide a suitable counseling model to our culture: Reality Dynamic Counseling. For that purpose, several influential counseling approaches are examined to find out why these make trouble with the Korean. A counselor places emphasis on a client's will as well as thought and emotion in this Reality Dynamic Counseling. To do that a counselor has to be skillful to confront a client with his problem. Moreover, it is contented that the counselor should assume the attitude of an elder(teacher) in attempting this approach. The ideal attitude of an elder in this approach can be taken out from a stern father and an affectionate mother who have been our ideal parents traditionally.