

## 내담자 저항과 저항에 대한 상담자 개입이 상담지속과 성과에 미치는 영향

권 회 경 안 창 일

고려대학교 심리학과

본 연구의 목적은 상담 과정에서 보이는 내담자의 저항 현상을 체계적으로 이해하고 저항에 대한 상담자 개입의 효과를 알아보려고 하였다. 이를 위하여 본 연구를 다음과 같이 단계적으로 수행하였다. 먼저 연구 1에서 저항을 측정하기 위해 조성호(1997)가 제작한 내담자 저항 평정척도를 개정하여 새로운 저항척도를 구성하고 심리측정적 속성을 조사하였다. 조사결과, 본 저항 평정 척도는 높은 수준의 평정자간 일치율( $ICC = .92 \sim .81$ )을 나타냈으며, 요인 분석 결과 직접적 저항과 간접적 저항의 두 요인이 추출되었다. 다음으로 연구 2에서는 상담의 지속 사례들과 탈락 사례들의 저항 수준과 저항 양상의 변화 패턴을 비교하고, 이것이 상담 성과와 어떠한 관련성을 지니는지 알아보았다. 그 결과 탈락사례들은 지속사례보다 저항수준이 더 높았으며, 회기의 진행에 따른 간접적 저항의 유의미한 증가가 관찰되었다. 그리고 내담자 저항과 상담의 회기성과는 전반적으로 부적의 관련성을 지닌 것으로 나타났다. 마지막으로 연구 3에서는 저항에 대한 상담자의 개입이 저항의 감소 및 상담 지속 여부에 영향을 미치는 영향을 조사하였다. 그 결과, 저항에 개입하는 것은 개입하지 않을 때 보다 저항을 더욱 감소시키고 결국 상담을 더욱 지속시키는데 기여할 수 있음을 확인하였다. 본 연구의 결과는 저항은 해결되어야 할 중요한 치료적 국면이며, 저항을 부각하는 상담자의 개입은 저항감소와 상담 지속에 영향을 미칠 수 있음을 시사한다.

넓은 의미에서 내담자 저항이란 상담의 목적과는 위배되는 내담자의 모든 행동이나 태도들로 정의될 수 있다. 이러한 저항현상은 특정 이론(가령, 정신분석)에 근거한 치료과정에서만 나타나는 것이 아니라 거의 모든 심리치료 과정에서 발생하는 보편적인 치료현상이라 할 수 있다. 따라서 상담자들은 자신의 이론적 입장이 무엇인가에 관계없이 상담 과정에서 내담자 저항을 만나게 되며, 이는 치료적 진전을 위해 해결되어야 하는 중요한 상담 과제로 남게 된다.

저항의 해결이 상담자의 중심적인 과제로 간주되면서, 저항에 기여하는 상담자 요인과 기법들에 대한 논의가 각 이론적 접근들마다 활발히 전개되었다. 정신 역동적 입장에서는 저항의 해결을 위해 저항의 분석이 반드시 필요하며, 동시에 내담자 저항에 대하여 흔들리지 않고 공감적이고 중립적인 자세를 유지하는 상담자의 태도가 필수적이라 하였다(Anna Freud, 1946; Brenner, 1976; Fine, 1982; Greenson, 1967; Streaun, 1985). 그리고 인본주의적 입장에서는 치료자의 때 이른 해석이나 촉진적 치료적 조건을 창출하지 못한 결과로 저항이 유발된다고 하면서, 저항의 예방과 해결을 위해 상담자는 공감적, 수용적, 일치적 태도들을 견지해야 한다고 하였다(Hadley & Strupp, 1976; Rogers, 1957; Truax, 1967). 또한 인지 행동적 입장에서는 치료적 기법의 오류나 치료자의 관계형성 노력의 부족으로 저항이 증가되거나 유발된다고 하면서, 저항이 계속될 경우 치료자가 자기 검토를 할 것을 권고하였다(Goldfried, 1982).

이러한 논의들은 저항 현상이 내담자에 의해 출현된다고 하여도 저항에 대한 상담자의 태도 및 개입여부에 따라 저항이 유지, 증가 혹은 감소된다는 것을 의미한다. Langs(1981)는 저항을 내담자와 상담자의 양인적 상호작용(bipersonal

interaction)의 결과로 이해되어야 한다고 하였다. 이는 내담자 저항이 상담자에게 영향을 주기도 하며, 또한 상담자 개입이 또 다시 내담자 저항에 영향을 줄 수 있다는 것이다.

이와 같이 저항 현상에 기여하는 상담자 개입과 그 상호작용적 현상은 저항을 예방하고 대처하는 방략들에 대하여 많은 시사점을 제공하지만 지금까지 수행된 저항 연구들은 주로 저항 척도의 개발(Chamberlain, Patterson, Reid, Kavanagh, & Forgatch, 1984; Mahalik, 1995; Shuller, Crits-Christoph, & Connolly, 1991) 및 저항과 단편적인 상담자 반응들간의 관련성을 살펴보는 정도에 머물러 있는 상태이다(조성호, 1997; Garduk & Haggard, 1972; Mahalik, 1985; Patterson & Forgatch, 1985).

그러므로 앞으로의 연구방향은 저항 현상에 대한 보다 구체적인 이해, 즉 어떠한 저항 유형이, 혹은 어느정도의 저항수준이 상담성가에 부정적인 영향을 미치며, 저항에 대하여 상담자는 어떠한 반응들과 전략들을 하는 것이 저항치리에 효율적인지에 대한 탐색을 하는 방향으로 나가는 것이 필요할 것이다. 이러한 연구들은 저항의 예방 및 해결에 도움될 수 되는 기초 자료를 제공하게 될 수 있을 것이다.

이에 따라 본 연구에서는 저항의 성질들을 보다 구체적으로 확인하고, 저항의 전개과정 및 그 결과들을 탐색하며, 저항의 감소와 긍정적인 성과를 이끌기 위하여 어떠한 상담자의 개입이 필요한 지에 대하여 연구하고자 한다. 이를 위하여 3가지의 연구 단계들을 수행한 바, 다음과 같다. 연구 1에서는 저항을 객관적이고 타당하게 측정할 수 있는 도구를 구성하고, 연구 2에서는 저항이 초래하는 상담의 부정적인 결과들을 확인하며, 그리고 연구 3에서는 이러한 저항에 대한 상담자의 개입의 효과를 연구하고자 한다.

## 연구 1. 저항 평정 척도의 신뢰도와 타당도

지금까지 개발된 여러 저항 척도들은 적절한 신뢰도 및 타당도가 갖춰지지 못하였거나 어느 이론에 편중되어 저항을 측정하는 한계점을 지니고 있다. 즉 저항을 단일차원에서만 측정하여 다양한 저항의 유형을 포괄적으로 측정하지 못하거나 이론적 개념들의 경험적 검증이 없는 등의 타당도 측면의 문제가 있거나(Chamberlain, Patterson, Reid, Kavanagh 및 Forgatch, 1984; Mahalik, 1995), 혹은 평정자간 신뢰도 부분의 문제를 안고 있는 상태이다(Shuller, Crits-Christoph, & Connolly, 1991).

최근 국내에서 개발된 조성호(1997)의 내담자 저항 평정 척도는 기존 척도들에 비하여 다음의 몇 가지 장점을 지닌다. 첫째, 적어도 상담 중 드러나는 언어적 반응으로 나타나는 다양한 저항적 징후들을 충분히 측정할 수 있도록 문항들이 구성되었다는 점, 둘째, 평정의 객관성을 위해 평정 예들이 포함되어 척도가 제작되어 적절한 평정자간 일치율을 확보한 점, 셋째, 범 이론적 입장에서 척도들을 구성한 바, 다양한 치료적 접근의 사례들을 함께 연구할 수 있도록 한 점들이다.

그러나 내담자 저항 척도의 이러한 장점들도 불구하고, 이 척도의 요인분석 결과, 10개의 문항들은 단지 저항이란 하나의 요인으로 묶여진 결과, 내담자 저항 척도로부터는 저항수준만 측정할 수 있게 되었다. 이것은 다양한 저항 양상 및 유형들을 측정할 수 없다는 제한점을 지닌다. 즉 아쉽게도 그 문항들에 포함된 세부준거들의 내용이 서로 중복되는 관계로 인해 각 문항들의 상관이 대부분 높게 나왔으며( $r = .56 \sim r = .92$ ), 이는 문항들이 상호 독립적으로 되지 못하도록 작용한 것 같다.

저항이 단일 차원의 현상으로 설명될 수 있는 것은 아니다. 저항은 크게 분명한 저항과 덜 분명한 저항으로 구분될 수 있다.

보다 실용적으로 다수의 정신분석적 치료가들(Fenichel, 1945; Fine, 1982; Glover, 1955; Greenson, 1967, etc)은 심리치료 과정 중에 드러나는 저항의 현시 방식에 따라 저항을 구분하여 설명하였다. 주된 구분은 외현적으로 드러나는 명백한 저항과 미묘하고 숨겨진 저항이다. Fenichel(1945)은 급성적 저항(acute resistance)과 은밀한 저항(secret resistance)을 언급한 바, 급성적 저항이란 치료와 치료자에 대한 직접적인 반대행동들을 말하는 것에 비해, 은밀한 저항이란 환자가 매우 협조적인 것으로 보이거나 환자에게서 의미 있는 변화가 나타나지 않음을 말한다. 이와 비슷하게 Glover(1955)는 보다 직접적으로 드러나는 저항을 “분명한 저항(obvious resistance)”으로, 그리고 보다 외현적으로 보이지 않게 나타나는 저항을 “드러나지 않은 저항(unobtrusive resistance)”으로 구분하였다. Fine(1982) 역시환자들이 치료의 기본적인 요구들에 순종하는 것을 단순히 거부하는 저항과 은밀하고 미묘한 방식으로 치료에 협조하지 않는 미묘한 성질의 저항(subtle resistance)을 구분했다.

저항의 현시 방식에 따른 명백한 저항과 미묘한 저항의 구분은 치료과정에서 실용적인 가치를 지니는 바, 은밀한 형태의 저항들은 직접적 저항 이상으로 치료과정에 부정적인 영향을 미치고 있는 것으로 지적되고 있다. Streaan(1985)은 내담자가 치료에 잘 따르고, 치료비와 치료 시간을 잘 지켜도, 혹은 치료자에 대한 긍정적인 감정을 지님에도 불구하고 치료적 진전을 보이지 않을 수 있는데, 이것은 미묘한 저항이 상담전반에 흐르게 된 결과일 수 있으며 치료자는 이것이 어떻게 작용하고 있는지를 파악하

는 것이 필요하다고 하였다.

이러한 논의들은 각 개인마다 저항의 양상과 다를 수 있음을 나타내며, 따라서 저항의 타당한 측정을 위해서 저항의 수준뿐만 아니라, 저항 유형을 측정하는 것이 필요함을 의미한다.

따라서 연구 1에서는 이러한 문제점을 극복하고자 조성호(1997)의 내담자 저항 평정척도의 문항들과 세부준거들을 수정하고, 또한 보다 경제적인 평정이 될 수 있도록 문항을 축소하여 새로이 문항을 구성하였다. 연구 1의 목적은 새로이 구성된 척도 문항들의 심리측정적 속성을 연구하는 것이므로, 먼저 저항평정 척도 문항들에 대한 평정자간 신뢰도를 구하고 각 문항들 간의 요인구조를 확인하고자 한다.

## 연구 방법

### 1. 저항평정 척도

연구 1에서는 조성호(1997)의 내담자 저항 평정척도를 본 연구 목적에 맞게 수정 하여 새로운 저항평정 척도<sup>1)</sup>를 구성하였다. 척도를 수정한 절차는 다음과 같다. ① 문항 1의 “의사소통의 회피”와 문항 4의 “모호한 의사소통”, 그리고 문항 5의 “주지화된 의사소통”은 문항 제목과 문항정의를 약간 수정하여 독립된 문항으로 그대로 사용하였다. ② 내담자 저항 척도에서 6번 이후의 문항들은 상호 상관의 범위가 .71 - .92로 상당히 높다. 이 중 상관의 수준이 매우 높은 문항쌍들(7번과 10번의  $r = .92$ ; 8번과 10번의  $r = .91$ )을 하나의 문항으로 통합하였다. 구체적으로 살펴보면, 문항 7은 “상담자에 대한 부

정적 반응”, 문항 8은 “상담자 개입에 대한 비순종” 그리고 문항 10은 “상담 방식에 대한 이견과 불만”으로서 문항에서 측정되는 내용이 중복되는 것이 많고, 문항간 상관도 높았으므로, 본 척도에서는 이 3개 문항을 “상담 및 상담자에 대한 저항”으로 통합하고 그 세부준거들을 정의와 일관되도록 수정하였다. ③ 또한 문항 9의 “변화에 대한 소극적 태도”를 “문제 인식과 변화에 대한 저항”으로 수정하고 이와 일관되게 세부준거들을 수정하였다. ④ 그리고 나머지 문항 “탐색에 대한 저항”은 연습 평정 때 평정자간 신뢰도가 낮게 나와 이를 제외시켰다.

따라서 최종 구성된 저항 평정 척도의 문항은 다음과 같다 : 문항 1) 의사소통의 회피 및 소극성, 문항 2) 모호한 의사소통, 문항 3) 감정 인식과 표현에 대한 저항, 문항 4) 문제 인식과 변화에 대한 저항, 문항 5) 상담 방식 및 상담자에 대한 저항이다.

이 척도는 제 3의 평정자에 의해서 녹음테이프와 축어록을 이용하여 평정된다. 각 문항은 0점부터 4점까지의 Likert식 5점 척도로 평정된다. 전혀 그렇지 않다(0점)에서 매우 그렇다(4점)에 표시하게 되었으므로 점수가 높을수록 그 문항의 저항이 더 많은 것을 의미한다.

### 2. 내담자와 상담자

내담자는 1998년 9월부터 1999년 3월까지 4개 대학의 학생생활 연구소 및 1개의 사설 상담소를 자진해서 방문한 30명(남, 10명; 여, 20명)이었다. 내담자의 평균 연령은 24세였고, 내담자의 주요 호소문제는 대인관계, 진로 및 적응의 문제였으며, 심각한 정신병적 증상을 지닌 내담자는 제외되었다. (내담자들의 간이정신진단검사의 전반적 증상심도(GSI)의 범위는 46.3

1) 조성호의 척도는 “내담자 저항 평정 척도”이며, 본 연구에서 구성된 척도는 “저항평정 척도”라 칭한다.

~ 63.0이다)

치료자는 총 10명이었는데, 한국심리학회가 부여하는 상담심리전문가 자격증을 소지한 8명과 자격증 취득과정 중에 있는 2명으로, 이들 중 남자는 1명, 여자는 9명이었다. 이들의 평균 상담경력은 9.5년이었고, 정신역동적 및 인본주의적 접근을 주요 접근으로 사용하는 상담자들이었다.

### 3. 평정자

저항의 평정을 위해서 상담경력에 있는 평정자 5명을 선정하였다. 평정자 중 2명은 상담심리전문가 자격증 소지자로 상담관련 박사과정 중이며, 3명은 상담 관련전공 석사학위 수여자로서 현재 상담활동을 하는 상담자였다. 평정자 5명은 두 개조로 나누어졌는데, 이 중 한 명이 양조에 소속되어 3명이 한 조가 되었다. 한 명의 평정자가 두 개조에 들어간 이유는 두 개조가 보다 일관된 평정지침을 유지할 수 있도록 돕기 위한 것이었다. 두 개조로 나누어 평정한 것은 평정의 기간을 단축하여 평정자들의 피로요인을 최소화하고 동기요인을 최대화하여 보다 평정이 객관적이고 신뢰롭게 이뤄지게 할 목적을 지닌다.

### 4. 분석 자료

상담자들에게는 연구 목적은 전혀 알리지 않은 채, 3, 8, 13회기의 녹음테이프를 요구하였으며, 이에 대하여 10명의 상담자들은 탈락 사례를 포함하여 총 30개 사례의 60개 회기를 제공하였다. 10명의 치료자 중 3명은 1명의 내담자를 상담하였고, 3명의 상담자는 3명의 내담자를, 2명은 4명의 내담자를, 그리고 2명은 5명을 상

담하였다. 본 연구에서는 상담자에게 3, 8, 13회기를 고정 시켜 자료를 수집하도록 하였는데, 이것은 상담자가 녹음과 회기후 질문지를 실시할 수 있게 하기 위한 것이었다.

저항척도의 평정을 위해서 1시간 짜리 60개의 녹음 테이프를 완전 축어록화 하였고 1개 회기는 10개의 단락으로 나누어 졌는데, 1개 단락은 평균 5분 정도가 되었다. 1개 회기에서 평정을 위해 취해진 단락은 가운데 5개 단락이었으며, 총 300단락이 수집되었고, 이중 녹음 불량 및 청취 불가능 단락이 8개를 제외한 292개 단락이 평정에 사용되었다.

### 5. 평정절차

**평정 훈련 :** 평정자들은 3개월간 약 40시간의 평정훈련을 가졌다. 평정자들과 연구자는 평정방법을 충분히 숙지하고 실제 사례의 축어록을 읽고 녹음테이프를 들으며 예비 평정의 훈련을 하였다. 1회기의 평정이 끝난 뒤 평정 결과를 비교해가면서 평정 방식의 다른 점을 줄여나갔다.

**본 평정 절차 :** 평정자들을 두 개 조로 나누어 서로 다른 사례의 단락을 평정 하였다. 본 평정에 앞서 평정자들에게 내담자들의 간단한 신상정보와 현재 문제 및 주요 문제에 대한 정보를 읽게 한 후, 완전 축어록의 내용을 읽게 하였다. 이후 평정해야 할 단락에 대해서만 녹음 테이프를 들으면서 동시에 축어록을 읽게 하였다. 1개 단락에 대한 5개 저항 문항을 모두 평정케 한 뒤, 그 다음 단락을 평정케 하였다.

### 6. 분석방법

평정자간 신뢰도를 구하기 위하여 Tinsley와

Weiss(1975)의 권고에 따라 복합된 평정자간 급내 상관(pooled interrater intraclass correlation)을 주요 통계치로 제시하였다. 그들에 따르면, 연구자가 평정자 집단의 평정 평균에 관심이 있을 경우 복합적 평정자간 급내 상관계수가 적절하다고 하였다. 또한 문항의 요인구조를 파악하기 위하여 요인분석의 주성분 분석을 하였다.

## 연구 결과

### 1. 저항 문항별 평정자간 신뢰도

총 292개의 단락들에 대한 3명의 평정자들이 저항 문항들을 평정함에 있어서 얼마나 일치하는지를 알아보기 위하여 저항 평정 점수의 급내상관계수(Intraclass Correlation Coefficient, 이하 ICC)를 계산하였다. 그 결과 내담자 저항평정 척도의 5개 문항에 대한 평정자들의 상관의 범

위는 .92~.81의 범위로 꽤 높았으며(표 1 참조), 따라서 각 문항에 대한 평정자들의 평정일치도는 양호하다고 할 수 있다.

### 2. 저항 문항들간의 상관

각 문항별 저항 점수들간의 관련성을 알아보고자, 292개의 상담단락에 대한 세 평정자들의 저항점수를 평균하여 각 문항에 대한 단일저항 점수를 계산하고, 문항들간의 상관과 각 문항점수와 총점간의 상관계수를 계산하였다.

아래의 표 2에서 보여지듯이, 각 문항점수간 및 문항점수와 총점간의 상관이 제시되어 있다. 먼저 각 문항 점수와 총점간의 상관을 살펴보면, 5개의 문항들 모두는  $r=.525 \sim .726$ 의 범위의 상관을 지니는데, 이것은 각 문항들이 저항 총점과 유의미한 관련성을 지니며, 따라서 각 문항들 모두는 저항총점에 충분히 기여하고 있음을 말해준다.

각 문항들간의 상호상관을 살펴본 결과, 척도의 제작 의도와 걸맞게 각 문항들은 서로 유의미한 관련이 있으나 상호 상관의 정도는 높지 않은 편이므로, 각 문항들이 측정하는 것은 서

표 1. 저항 문항 점수의 평정자간 상관

	M	SD	ICC
문항 1. 의사소통의 소극성, 회피	.66	1.00	.926
문항 2. 의사소통의 모호성	1.53	1.01	.847
문항 3. 감정인식 및 표현 저항	1.64	.815	.815
문항 4. 문제인식 및 변화 저항	2.16	1.10	.866
문항 5. 상담자에 대한 저항	.40	.79	.885

주.  $n=292$ ,  $n$ 은 단락의 수를 말함.  
 주. 모든 상관은  $p < .01$ 에서 유의미함.

표 2. 저항 문항들간의 상관표

	문항 1	문항 2	문항 3	문항 4	문항 5	저항합
문항 1	1.00					
문항 2	-.051	1.00				
문항 3	.311**	.265**	1.00			
문항 4	.145**	.344**	.374**	1.00		
문항 5	.383**	-.021	.264**	.280**	1.00	
저항합	.571**	.525**	.689**	.726**	.577**	1.00

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

로 변별되는 저항임을 알 수 있다. 그러나 문항 1과 문항 2, 그리고 문항 2와 문항 5는 어떠한 관련성도 지니지 않는 것으로 나타났다. 이는 문항 1이 주로 의사소통의 회피와 소극성을 측정하는 것으로 '말의 양'에 관련되며, 문항 2는 말을 하고 있으나, 말의 내용에서 애매하고 불분명하고 불투명한 것을 측정하는 것으로 '말의 질'과 관련이 되는 것으로 실제로 서로 다른 것을 측정하고자 했던 것의 결과인 것으로 보인다. 또한 문항 5는 상담 및 상담자에 대한 저항으로 문항 2의 애매한 의사소통의 저항과도 관련성이 없는 것으로 나타났다.

### 3. 저항 평정 척도 문항들의 요인구조

저항평정 척도의 내적 구조를 파악하기 위해서, 292개 단락에 대하여 요인분석을 실시하였다. 요인분석 방법은 주성분 분석을 사용하였고, 고유치가 1.0이상인 요인을 추출하였다. 아래의 표 3에서 보듯이, 추출된 요인 수는 2개였으며 요인 1은 전체변량의 39%를 설명하였고, 요인 2는 전체변량의 24%를 설명함으로써 2개 요인은 전체변량의 64%정도를 설명하였다.

본 척도의 요인 분석 결과, 본 연구의 저항척도의 문항들은 두 개의 요인구조를 지녔다. 요

인 1에는 의사소통의 회피 및 소극성과 상담 및 상담 방식에 대한 저항이 포함되었으며, 이에 따라 요인 1을 '직접적 저항'으로 명명하였다. 요인 2에는 말의 애매성, 감정의 인식에 대한 저항, 문제인식에 대한 저항이 포함된 바, 이는 내담자가 애매하고 추상적인 표현을 하거나 자신의 감정과 문제를 간접적으로 혹은 은근히 수용하지 않는 방식으로 저항하는 것을 측정한다. 이에 요인 2를 '간접적 저항'으로 명명하였다.

앞서 언급되었듯이 몇몇의 정신분석이론가들(Fine, 1982; Glover, 1955; Greenson, 1967)은 저항이 겉으로 드러나는 방식에 따라 저항을 구분하여 설명하는 바, 주된 구분은 외현적으로 드러나는 명백한 저항과 미묘하고 숨겨진 저항이다. 여기서 "외현적"이라 함은 상담자 입장에서 볼 때 "잘 알아차리기 쉬울 때"를 말하는 것이며 이와 반해 "숨겨진"이라 함은 "잘 알아차리기 어려운 것"이라 보여진다.

이러한 맥락에서 요인 1, 2에 대한 직접적 저항과 간접적 저항이란 명칭부여는 "상담자에게 드러나는 저항의 현시방식"에 초점을 둔 것이라 할 수 있다. 요인 1에 귀속되는 문항 1과 문항 5는 말을 회피하거나 말을 잘 하지 않으며, 상담 방식이나 상담자에 대한 회의 및 불만을 드러내는 것으로, 상담자의 입장에서 볼 때 보다 명백하고 직접적으로 드러나는 내담자의 저항적 징후로 보여진다. 이에 비하여 요인 2에 귀속된 문항 2, 문항 3, 문항 4들의 저항적 징후는 요인 1보다 훨씬 더 상담자가 금방 알아차리기 어려운 저항징후로써, 상담자가 어느정도 내담자 이야기를 들어야 하고 그리고 상담을 진전시키고 나서 알 수 있는 보다 덜 직접적이고 덜 명백한 저항일 수 있다.

조성호(1997)의 내담자 저항평정 척도와는 달

표 3. 저항 평정 척도의 문항의 요인구조

문 항	요인 1	요인 2
문항 1.	.812	.000
문항 5.	.777	.121
문항 2.	-.243	.826
문항 3.	.460	.596
문항 4.	.260	.740
고 유 값	1.96	1.24
설명 변량	39.3	24.8

리, 본 척도가 저항의 두 요인들을 얻을 수 있었던 것은 문항 수정과정에서 문항간 변별이 보다 잘 될 수 있도록 가능한 한 문항의 세부 준거들을 중복되지 않도록 작성한 결과인 것으로 보인다.

## 연구 2. 지속 및 탈락 사례들의 저항 수준 및 저항 유형과 성과와의 관계

상담자의 적절한 저항처리는 내담자로 하여금 상담에 더 깊게 몰입하게 하며, 상담을 지속시키고 긍정적인 상담성가에 영향을 미치는 반면, 저항을 해결하지 못하면 상담의 진전이 늦고 이는 조기 종결을 이끌기 쉽다(Strean, 1985; Greenson, 1967; Wachtel, 1982). 저항과 상담 성과의 관련성에 대한 선행 연구들(Chamberlain, et al., 1984; Graff & Luborsky, 1977; Luborsky, et al., 1979; Patton, et al., 1997)은 성공적인 상담은 실패된 상담 보다 저항 수준이 낮고, 회기가 진전됨에 따라서 '저-중-저'의 저항 패턴을 그리며, 중기이후에는 저항이 감소되는 경향이 있음을 일관되게 보고하였다.

이러한 선행연구결과들은 저항수준의 감소는 상담의 진전과 성과에 결정적인 역할을 입증하고 있다. 그러나 저항과 성과의 관련성을 전반적으로 밝히기는 하였어도, 상담진전을 가로막는 저항의 내용적 측면은 전혀 연구되지 않은 상태이다. 따라서 본 연구 2에서는 상담의 성과에 부정적인 영향을 주는 저항수준 변인은 물론 어떠한 저항유형이 부정적인 상담성과와 관련이 있는지를 밝히고자 한다.

따라서 이러한 목적을 수행하기 위해 연구 2에서는 비교적 성과를 얻고 있는 상담의 지속 사례들과 저항의 극단적인 현상인 탈락 사례들의 저항수준과 저항유형을 동시에 검토하고, 이

것이 성과와 어떻게 관련되는지 살펴보고자 한다.

특히 본 연구에서는 탈락 집단을 보다 세분화하여 연구하고자 하는데, 즉 상담이 중단되는 시점에 따라 탈락 집단을 세 개로 구분하고자 한다(13회기 이내 중단 집단, 10회기 이내 중단 집단, 5회기 이내 중단집단). 상담의 탈락의 기준은 연구자들마다 다양하게 정의되고 있지만, 일반적으로 탈락의 가장 합리적 기준은 ① 아직 달성되지 않은 목표가 남아있고, ② 종결이 치료자와의 합의 없이 내담자 쪽의 의사에 의해 일방적으로 끝날 때로 정해질 수 있다(Deberry & Baskin, 1989).

이에 본 연구에서는 이러한 조건을 충족하는 사례들을 탈락사례들로 구분하여 지속 및 탈락 사례들의 저항 수준, 저항 유형을 살펴봄으로써, 상담의 지속과 성과에 영향을 미치는 저항수준과 저항유형을 밝히고자 한다.

또한 부가적으로 본 연구에서는 상담 시간직 후에 평가되는 회기 성과 측정치를 측정하여 특정회기의 저항은 특정회기의 회기성과와 관련되는지 살펴봄으로써, 저항과 성과의 관련성을 검증하고자 한다. 회기 성과 측정치는 상담의 최종적 측정치와 구분되는 것으로, Greenberg (1986)는 이를 '즉시적 성과(immediate outcome)'라 칭하였는데, 이것은 매 상담 회기마다 나타나는 직접적인 효과로 특정개입이나 상호작용으로 인하여 초래되는 각 회기 자체의 효과를 말하는 것이다. 아마도 내담자 저항의 감소 자체가 궁극적 상담성과에 직접 영향을 주기보다는, 저항의 점진적인 감소가 특정 회기에 긍정적인 효과를 산출하며, 이러한 회기성과의 누적이 궁극적 성과에 영향을 줄 것이므로, 본 연구에서는 내담자 저항과 성과와의 관련성을 보다 직접적으로 밝히기 위해서, 상담의 과정변인과 그



회기내에서 얻어진 즉시적 성과의 관련성을 연구하고자 한다.

그러므로 연구 2의 과제를 요약하면 다음과 같다.

과제 1 : 지속집단 및 탈락 집단들의 저항수준, 저항 유형, 및 저항의 변화패턴을 탐색한다.

과제 2 : 내담자 저항이 상담의 회기 성과에 미치는 영향을 탐색한다.

## 연구 방법

### 1. 집단의 분류

내담자는 연구 1과 동일하며, 30개의 사례는 지속 집단과 탈락 집단들로 구분되었다. 지속 집단은 중단이 없이 현재까지 진행되고 있거나 혹은 어느 정도의 성과를 얻어서 내담자와의 합의하에 종결을 한 사례들로, 총 10사례로 구성되었다. 지속 사례들의 상담 진행과정 및 종결회기를 살펴본 결과, 4사례는 10회기에서 13회기 사이에 그리고 3 사례는 20회기 이내에 종결되었으며, 그리고 나머지 3 사례는 25회기 이상 상담이 진행되고 있는 상태이다.

또한 탈락 사례들은 상담의 중단 시점에 따라 3개의 집단으로 구분되었다. 탈락 집단 A는 13~15회기 사이에 중단된 3개의 사례들이며, 탈락 집단 B는 총 8사례로 8~11회기 이내에, 그리고 탈락 집단 C는 총 9사례가 5회기 이내에 중단된 사례들으로써, 거의 성과없이 내담자에 의해 중단된 경우이다.

### 2. 분석방법

각 집단별로 저항수준과 저항유형이 차이가

있는지를 알아보기 위하여 저항수준에 대한 집단별 평균치 차이검증과 시각적 검토를 위한 그래프를 제시하였으며 저항과 회기평가의 관련성 검증을 위하여 상관분석을 하였다.

### 3. 회기 평가 도구

**회기평가 질문지(Session Evaluation Questionnaire: SEQ)** : Stiles과 Snow(1984)가 개발한 회기성과 측정 도구로 상담시간 동안의 깊이(depth)와 순조로움(smooth -ness)을 평가한다. 각 하위척도는 5쌍의 양극 형용사들로 된 7점 척도이다. 각 하위 척도당 35점의 최고점수가 나타날 수 있다. 국내에서는 오경희(1986)와 최윤미(1988)가 변안하여 요인분석과 신뢰도 검증을 하였다. 본 연구에서 점수가 낮을수록 회기가 순조롭고, 깊이가 깊다는 의미를 가진다.

**회기영향척도(Session Impact Scale):** Elliott와 Welker(1994)가 제작한 것을 장재홍(1999)이 수정한 것이다. 회기 영향 척도는 전체 16 문항으로 구성되는데, 3개의 하위척도들을 가진다. 이 하위척도 중 2개는 과제 영향과 관계 영향으로 각각 5 문항으로 구성되어 있고, 방해영향은 6 문항으로 구성되어 있다. 모든 문항들은 5점 척도(1=전혀 그렇지 않다, ~ 5=매우 그렇다)로 평정하게 되어 있다. 각 문항에 대하여 내담자는 그들의 경험을 점수로 평정하게 된다. 점수가 높을수록 과제, 관계, 방해 영향이 컸다는 것을 의미하지만, 과제와 관계영향 요인은 점수가 높을수록 긍정적인 회기성 성과를 나타내며 이와는 반대로 방해영향 요인은 점수가 높을수록 부정적인 회기성 성과를 나타내는 것이다.

두 개의 회기평가 척도들은 회기직후에 내담자에 의해 측정되었다.

결 과

1. 지속 집단과 탈락 집단들의 저항 수준, 저항 유형의 변화패턴의 분석

우선 지속 및 탈락 집단들간의 저항 수준, 저항 유형의 차이가 있는지 알아보기 위해, 각 집단의 저항합, 직접적 저항, 그리고 간접적 저항의 평균 및 표준편차 등을 구하고, 3개의 저항 측정치들에 대한 집단간 일원 변량분석을 실시하였다. 그 결과를 표 4에 제시하였다.

상담 단계별(3회기, 8회기, 13회기)로 저항합

수준에서 집단간에 유의미한 차이가 있는지를 살펴보았다. 먼저 3회기를 살펴보면, 지속 집단과 탈락 집단 A, 탈락 집단 B, 그리고 탈락 집단 C는 저항합, 직접적 저항 및 간접적 저항수준 모두에서 서로 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 8회기에서의 집단간 차이를 살펴보면, 탈락 집단 B(10회기 이내 중단)는 지속집단과 탈락 집단 A에 비하여 총저항합이 유의미하게 높은 것으로 나타났으며( $F=6.35, p < .001$ ), 이는 직접적 저항의 유의미한 차이에 기인된 것으로 나타났다( $F=5.05, p < .01$ ). 또한 13회기의 비교는 지속 집단과 탈락 집단 A의 비교이다.

표 4. 회기별 저항합, 직접적, 간접적 저항 측정치의 평균, 표준 편차 및 F값

		지속집단 (N=10) <sup>1)</sup>	탈락집단A (N=3)	탈락집단B (N=8)	탈락집단C (N=9)	F	사후검증
3회기	저항합	30.88(9.40)	24.73(11.0)	33.23(10.9)	36.57(8.93)	1.24	
	직접저항	4.67(5.69)	2.36(1.52)	6.90(5.70)	3.57(3.73)	0.904	
	간접저항	26.21(7.9)	22.36(11.0)	26.33(8.93)	32.93(7.52)	1.758	
8회기	저항합	24.56(7.6)	22.76(6.05)	39.71(10.5)		6.35 <sup>***</sup>	①<②,③
	직접저항	3.05(3.48)	1.86(2.13)	9.17(5.98)		5.05 <sup>**</sup>	①<②,③
	간접저항	21.51(8.0)	20.90(4.85)	30.53(11.2)		2.48	
13회기	저항합	19.0(7.85)	36.4(3.11)			8.68 <sup>*</sup>	①<②
	직접저항	1.71(1.60)	3.65(4.73)			1.07	
	간접저항	17.2(6.82)	32.7(1.62)			9.23 <sup>*</sup>	①<②
3회기 F값		F	F	F			
	저항합	4.28 <sup>*</sup>	4.87 <sup>*</sup>	1.20			
8회기 F값	사후검증	3, 8 > 13					
	직접저항	1.60	.269	.605			
13회기 F값	사후검증						
	간접저항	2.83	3.60 <sup>*</sup>	.684			
	사후검증	3, 8 < 13					

\*\*\*  $p < .001$ , \*\*  $p < .01$ , \*  $p < .05$

1) N은 사례수를 말한다.

2) ①은 지속 집단, ②는 탈락 집단 A, ③은 탈락 집단 B, ④는 탈락 집단 C를 의미함.

그 결과, 탈락 집단 A는 지속 집단보다 저항 수준이 유의미하게 더 높게 나타났고( $F=8.68, p < .05$ ), 이는 간접적 저항의 유의미한 차이에 기인된 것으로 나타났다( $F=9.23, p < .05$ ).

따라서 이상의 결과들을 볼 때 상담초기에는 상담지속사례들과 탈락사례들의 저항수준이 유의미하게 다르지 않지만, 상담이 8회기, 13회기까지 진전되면서 탈락되는 사례들은 탈락의 인접시점에서 저항수준이 유의미하게 증가되었음을 알 수 있다. 특히 탈락집단 B(10회기 이내중단)는 탈락의 인접회기에서 직접적 저항의 우세에 기인된 탈락이 일어난 것에 비하여, 탈락집단 A(15회기 이내중단)는 간접적 저항의 우세성에 기인된 탈락이 나타났다.

다음은 회기가 진전됨에 따라 지속집단과 탈락집단들(A, B, C) 각각이 직접적 저항과 간접적 저항에서 어떻게 변화되는지 저항의 변화 패턴을 구체적으로 비교하였다(표 4 참조).

표 4에서 볼 수 있듯이, 지속 집단은 3, 8, 13 회기로 회기가 진전될수록 유의미하게 저항합 수준이 감소되었다( $F=8.88, p < .01$ ). 이에 비하여 탈락 집단 A(13-15회기에 중단)는 3회기( $M=24.73$ )와 8회기( $M=22.76$ )에서는 저항수준이 지속 집단과 비슷한 수준이었으나, 13회기( $M=36.4$ )에 이르러 저항합 수준이 3, 8회기에 비해 증가하였는데, ( $F=4.34, p < .05$ ), 특히 직접적 저항에서는 유의미한 증가가 없었으나, 간접적 저항에

서는 유의미한 증가가 나타났다.

또한 탈락 집단 B는 3회기( $M=33.23$ )부터 다른 집단에 비하여 그 수준이 더 높았고, 8회기( $M=39.71$ )에 이르러서는 3회기에 비해 유의미한 수준은 아니었으나 저항 수준이 증가되는 추세를 보였다. 마지막으로 초기 탈락 집단은 3회기( $M=36.57$ )부터 유의미한 수준은 아니었으나 다른 집단들보다 높은 저항수준을 나타냈다.

## 2. 저항과 회기성과의 관련성

상담 회기 성과 측정치들이 내담자 저항과 얼마나 관련되는지 알아보기 위하여, 내담자 저항과 상담의 회기 성과의 관련성을 검증하기 위해서 저항합, 직접적 저항 및 간접적 저항과 회기성과 측정치들의 상관계수를 구하였다. 그 결과는 표 5에 제시하였다.

저항과 회기 성과 측정치들의 상관을 살펴본 결과, 회기 평가 척도의 순조로움의 요인을 제외한 다른 성과 측정치들은 저항합, 직접적 저항 그리고 간접적 저항과 대체로 유의미한 상관을 지니는 것으로 나타났다. 저항 측정치들은 상담의 깊이, 과제 영향, 관계 영향과 유의미한 수준에서 부적인 상관을 지니며, 방해영향과는 정적 상관을 지녔다. 이것은 특정 회기에서 저항이 증가할수록 내담자는 그 회기에서의 상담을 덜 깊게 느끼고, 과제와 관계적 측면에 덜

표 5. 저항합, 직접적 및 간접적 저항과 회기 성과 측정치들의 상관표

		깊이	순조로움	과제영향	관계영향	방해영향
전체 (n=57)	저항합	-.472**	-.155	-.554**	-.373**	.360**
	직접저항	-.331*	-.121	-.492**	-.385*	.266
	간접저항	-.394**	.123	-.319*	-.245	.297*

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ .

참여했으며, 상담의 방해 영향은 증가한 것을 의미한다.

다음으로 각 집단이 회기 진전에 따라 회기 성과에서 얼마나 변화되는지를 살펴보았다. 표 6에서 나타나듯이, 각 집단의 회기 성과 측정치들은 내담자 저항의 변화 패턴과 일관된 방향에서 변화되고 있는 것으로 확인되었다. 지속 집단의 경우, 회기가 진전됨에 따라서 회기를 더 긍정적으로 평가하고 경험하는 경향이 나타났다. 이 결과는 지속 집단이 회기 진전에 따라 내담자 저항이 감소되었던 상담의 과정과 일관된 것이다. 이에 비하여 탈락 집단 A의 회기 성과 측정치의 변화를 살펴보면 중기 이후 단계에서 매우 부정적으로 변화하였는데, 이는 상담

13회기에서 나타난 저항의 급격한 상승 곡선과 일치한다. 또한 탈락 집단 B는 상담 초기부터 중기까지의 상담 과정은 부정적인 방향으로 흘렀으며, 이와 일관되게 회기성과 측정치도 낮은 수준에서 변화되지 않았다. 탈락 집단 C는 가장 낮은 회기 성과 측정치 수준을 보였는데, 이는 가장 부정적인 과정 경험을 한 것과 일관된다.

또한 회기 영향 척도의 방해영향 요인은 부정적인 회기 성과를 반영하는데, 탈락 집단들의 방해영향 점수는 지속집단의 점수보다 뚜렷이 높게 나타났으며, 이는 탈락 집단의 높은 저항 수준과 일관된 것으로 보인다. 이것은 저항의 변화 추이에 따라 상담의 회기 성과도 일관된 패턴으로 변화되고 있음을 시사한다.

표 6. 집단 별 회기 평가 측정치<sup>1)</sup> 및 회기 영향 측정치<sup>2)</sup>의 평균 및 표준편차

	지속집단 M (SD)	탈락집단 A M (SD)	탈락집단 B M (SD)	탈락집단 C M (SD)	F
3회기(n=30)					
회기 평가 (깊이+순조로움/2)	24.55 (4.93)	21.83 (4.58)	22.62 (5.37)	21.5 (7.39)	.588
회기 영향 (과제+관계/2)	16.35 (3.44)	12.8 (2.26)	14.59 (4.91)	15.93 (5.44)	1.685
회기영향(방해)	8.60(3.40)	9.33(2.08)	11.88(4.67)	10.44(3.67)	1.215
8회기(n=21)					
회기 평가 (깊이+순조로움/2)	25.83 (3.54)	26.16 (3.81)	23.64 (4.83)		1.068
회기 영향 (과제+관계/2)	17.55 <sup>a</sup> (3.03)	15.6 <sup>a</sup> (2.02)	11.75 <sup>b</sup> (2.44)		12.453 <sup>**</sup>
회기영향(방해)	8.00(1.83)	9.00(5.20)	12.13(4.52)		1.816
13회기(n=10)					
회기 평가 (깊이+순조로움/2)	28.07 (5.03)	21.16 (6.47)			4.274 <sup>*</sup>
회기 영향 (과제+관계/2)	18.14 (2.19)	11.33 (4.04)			11.904 <sup>**</sup>
회기영향(방해)	8.15(4.45)	18.00(2.65)			6.734 <sup>*</sup>

<sup>\*</sup>  $p < .05$ , <sup>\*\*</sup>  $p < .01$ ; a, b는 사후검증 결과임.

### 연구 3. 저항에 대한 개입이 저항 감소 및 상담 지속에 미치는 효과

연구 1과 연구 2의 결과들을 토대로 할 때, 저항은 상담의 진전과 성과를 위해서 감소되어야 하는 것으로 확인되었으며, 연구 3에서는 이러한 저항을 효율적으로 감소시킬 수 있는 상담자의 개입에 대하여 연구하고자 한다.

Freud를 위시한 다수의 정신역동적 치료자들(Abraham, 1919; Davanloo, 1980; Greenson, 1967; Malan, 1976)은 방어와 저항을 다루는 것이 저항을 감소시키고 치료적 변화를 일으키는 핵심 요인이라 하면서 ‘저항에 대한 개입’의 중요성을 강조하였다. 그러나 저항의 직면 효과에 대한 경험적인 연구들은 서로 비일관된 결과들로 혼재되어 있다. 어떤 연구들에서는 방어를 부각하는 것이 긍정적인 효과를 일으킬 수 있다는 결과들(Forman & Marmar, 1985; Truax & Wittner, 1971; Winston & Samstag, 1994)을 보고하는 반면, 다른 연구들에서는 방어의 부각이 치료동맹을 떨어뜨리거나 부정적인 효과를 낼 수 있다는 결과들(Crits-Christoph et al., 1988; Hadley & Strupp, 1976; Yalom & Lieberman, 1971)을 보고함으로써, 아직은 저항 개입의 효과에 대한 합의된 결론이 없는 상태이다.

최근 Kivlighan, Karen, Multon 및 Patton(1996)은 저항을 거론하고(addressing), 탐색하는(exploring) 전략을 사용한 정도를 측정하는 척도(Missouri Addressing Resistance Scale; MARS)를 개발함으로써, 저항의 언급 및 분석의 효과를 검증하였다. 흥미로운 것은 이 척도의 요인 분석 결과인데, 이 척도에서 나타난 두 요인 중 하나는 ‘저항을 조명하고 거론하는 개입’이고 다른 하나는 ‘저항을 해석하고 분석하는 개입’이었다. 그런데 두 요인들의 요인 부하량은 각각 64%와 13%로

서, ‘저항을 조명하고 거론하는 요인’이 저항 전략의 척도의 대부분을 설명하였다. 이러한 결과들은 ‘저항을 조명하고 거론하는 개입’이 저항을 다루는 가장 중심적 개입 요인임을 의미한다.

‘저항을 바라보도록 저항을 조명하고 거론하는 개입’은 내담자의 특정 문제 보다는 ‘지금 그리고 여기서’의 내담자 행동과 반응을 조명하고 직면시켜 의식화하도록 하는 것이다. Gill(1982), 그리고 Bauer와 Mills(1989)에 따르면 ‘지금 그리고 여기’에서의 전이를 다루는 작업은 치료를 촉진시키고 내담자로 하여금 문제를 자각하는데 효과적이라 하였다. 이와 마찬가지로 저항을 거론하고 다루는 것 역시 ‘지금 그리고 여기서’의 저항 행동을 의식화시키는 것으로 저항감소에 효과적일 수 있다.

따라서 본 연구에서는 저항에 대한 상담자의 개입이 실제로 저항을 감소시키고 성과에 영향을 미치는지에 대하여 살펴보고자 한다. 이에 상담자의 저항에 대한 개입은 이후의 저항을 감소시키고 긍정적인 상담 성과에 영향을 미치는지 검토하고자 한다. 따라서 먼저 상담자의 저항 개입의 효과를 비교하기 위해서 저항을 개입한 단락과 개입하지 않은 단락을 선정하여, 이 두 집단에서 나타내는 저항 감소량을 비교하고자 한다.

따라서 연구 3의 구체적인 가설은 다음과 같다.

가설 1 : 내담자 저항에 대하여 상담자가 개입하는 것은 개입하지 않을 때 보다 이후 단락의 저항 수준을 더 감소시킬 것이다.

가설 2 : 지속 집단은 탈락 집단 보다 저항에 대한 개입의 빈도가 더 높을 것이다.

## 연구 방법

### 1. 내담자, 상담자, 평정 자료

내담자, 상담자, 그리고 평정자료는 연구 1과 동일하였다.

### 2. 연구 절차

#### 1) 독립 변인의 구분

연구 3의 독립 변인은 저항의 개입 여부(개입/비개입)이다.

▷ 먼저 저항을 개입한 단락과 개입하지 않은 단락을 확인하고 구분하기 위해서 다음의 절차를 진행하였다.

i. 연구 1의 저항 평정 과정에서 평정자들에게 다음의 ‘저항에 대한 개입 기준’에 따라 저항 개입 단락을 표시하도록 하였다. 저항에 대한 개입 반응이란, “내담자에게 저항하고 있는 이유나 동기를 질문하는 개입, 저항하고 있는 모습을 반영해주는 개입, 저항하는 이유나 감정들을 공감하고 수용하는 개입, 혹은 저항적인 행동이나 태도들을 직면시키는 개입”을 말한다.

ii. 체크된 단락들을 연구자와 상담 전문가 1인이 재검토한 뒤, 저항에 개입을 하였으나 너무 희미하게 다뤄진 단락은 제외하고 꽤 저항에 대한 개입을 했다고 판단되는 일련의 상담자 반응들을 추출하여, 그것을 “저항에 대한 개입 단락”이라고 명명하였다.

iii. 총 292개 단락 중 최종 선정된 저항의 직면 단락들은 총 42개 단락이었으나 이중 7개 단락은 낮은 수준의 저항을 직면한 경우여서 이 단락은 분석에서 제외시켰다.

iv 저항에 대한 개입을 하지 않은 비개입 단락은 292개 단락에서 직면 단락과 동일한 저항

수준을 지닌 단락들을 추출하였는데, 그것은 총 33개 단락들이었으며, “저항 비개입 단락”으로 명명하였다 따라서 저항 개입의 효과를 검증하는 연구 설계는 다음으로 도식화될 수 있다.

저항 개입  $X_1$  T  $X_2$   $D_1 = X_1 - X_2$  (T=저항에 대한 개입)  
 저항 비개입  $X_3$   $X_4$   $D_2 = X_3 - X_4$  (X=저항값)  
 저항 개입의 효과  $\rightarrow D_1$ 과  $D_2$  차이검증 (D=저항차이값)

#### 2) 종속 변인의 측정

위에서 기술되었듯이, 종속 변인은 저항 감소량(D값)인데, 이는 저항의 개입 직전의 저항값과 저항 개입 직후의 저항값을 뺀 값이다. 즉 ‘저항 개입 단락’의 저항 감소량은 저항에 개입하기 전 단락의 저항양과 저항 개입 후 단락의 저항양을 뺀 값이며, 저항 비개입 단락의 저항 감소량은 비개입 단락의 저항양과 바로 뒤의 단락의 저항값을 뺀 값이 된다.

## 결 과

### 1. 저항 감소에 미치는 저항에 대한 개입과 상담 태도의 효과

우선 저항에 개입한 단락과 개입하지 않은 단락의 저항수준이 차이가 없음을 확인하기 위하여, 저항의 개입 단락과 비개입 단락의 저항에 대한 개입 직전 저항값의 평균치 차이검증을 실시하였다. 그 결과는 표 7에 나타났듯이, 직면단락과 비직면단락의 저항 개입 직전 저항수준은 유의미한 차이가 없었다.

다음으로 상담자의 ‘저항에 대한 개입’이 실제로 이후 단락의 저항을 감소시켰는지 알아보기 위하여, 개입 단락에서의 저항 감소량과 비개입 단락에서의 저항 감소량의 평균 및 표준

표 7. 저항에 대한 개입 단락과 저항 비개입 단락의 저항 평균 및 표준편차

	직면단락(n=35) 평균(표준편차)	비직면단락(n=33) 평균(표준편차)	df	t
개입 직전				
저항 합	9.03(2.64)	8.19(1.67)	66	1.551
직접 저항	2.28(2.05)	1.38(1.61)	66	1.997*
간접 저항	6.74(1.72)	6.80(1.34)	66	-.161

\*  $p < .05$

표 8. 저항에 대한 개입 단락과 저항비개입 단락의 저항감소량의 평균치 차이검증

	개입단락(n=35) 평균(표준편차)	비개입단락(n=33) 평균(표준편차)	df	t
저항 합 감소량	2.543(2.96)	0.290(2.02)	66	-3.636**
직접저항 감소량	1.285(1.93)	0.263(1.02)	66	-2.600**
간접저항 감소량	1.257(2.39)	0.011(1.78)	66	-2.345*

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ .

편차를 구하고 이에 대한 t 검증을 실시하였다. 표 8에서 보듯이, 저항을 개입한 단락과 개입하지 않은 단락은 이후의 저항감소량에서 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다( $t = -3.636, p < .01$ ). 이것은 저항에 개입하는 것은 저항에 개입하지 않은 경우보다 이후의 저항을 더욱 감소시키는 것을 의미한다. 이러한 결과는 저항에 대한 개입은 저항에 비개입하는 것 보다 더욱 저항을 감소시킬 것이라는 본 연구의 가설을 지지한다.

이상의 결과들을 요약하면 저항에 개입하는 것은 저항에 개입하지 않을 때보다 저항합 및 직접적 저항, 그리고 간접적 저항의 수준을 더 낮추었으며, 이는 저항이 발생할 때 상담자는 내담자 저항을 부각하고 거론하는 것이 더욱 저항을 감소시킬 수 있음을 나타낸다.

## 2. 저항에 대한 개입이 상담지속에 미치는 효과

지속 및 탈락 집단별로 상위 수준의 저항 단락에서 상담자들은 저항에 얼마나 개입하는지, 그리고 그 시점에서 상담자 태도는 어떠한지 살펴보고자 한다. 먼저 각 집단별로 상담자의 저항에 대한 개입 비율이 서로 다른지를 알아보기 위하여 저항에 대한 개입 비율<sup>2)</sup>을 구하고, 집단간 저항에 대한 개입의 비율의 차이검증을 실시하였다.

표 9에서 보듯이, 지속 집단의 상담자들은 상위 수준의 저항을 48% 정도로 직면한 것에 비하여, 후기에 중단된 탈락 집단 A(15회 이내 중단)의 상담자들은 상위 수준의 저항 단락들의 25% 정도를, 중기에 중단된 탈락 집단 B(10회

$$2) \text{ 저항개입비율} = \frac{\text{저항부각빈도} \times 100}{\text{상위저항단락}}$$

표 9. 집단별 저항에 대한 개입 빈도와 태도 점수

	지속집단	탈락집단A	탈락집단B	탈락집단C	
총 단락수	133	44	80	45	
저항상위단락	27	12	47	30	
저항개입빈도	13	3	15	4	
저항의 개입 비율(%)	48	25	32	13	$\chi^2 = 6.7 (p < .01)$

\* $p < .01$  ; ①=지속 집단, ②=탈락 집단 A, ③=탈락 집단 B, ④=탈락 집단 C

이내의 중단)의 상담자들은 상위 수준 저항들의 32 % 정도를, 그리고 초기에 중단된 탈락 집단 C(5회 이내 중단)의 상담자들은 저항을 단지 13% 정도만 저항에 개입한 것으로 나타났다. 특히 지속 집단의 상담자들은 높은 저항들의 거의 반 정도에 개입하고 있는 것으로, 이는 초기 탈락 사례의 상담자들이 저항에 거의 개입을 하지 않은 결과들과 대조를 이룬다.

이 결과들은 저항에 대한 개입은 상담을 지속시키는데 영향을 주며, 반면에 저항에 개입하지 않는 것은 상담의 탈락을 더 이끌 수 있음을 시사한다.

연구 3의 두 결과들로부터 내담자의 높은 저항에 대하여 상담자가 저항에 개입하는 것은 개입하지 않을 때 보다 저항 개입 직후의 저항 수준을 감소시키며, 상담을 더욱 지속시키는데 영향을 줄 수 있다고 결론지을 수 있다.

이상의 결과들은 저항의 직면이 저항을 감소시키고 상담 성과에 기여한다는 기존의 선행연구 결과들(Forman & Marmar, 1985; Truax & Wittner, 1971; Winston & Samstag, 1994)과 일관된 것이며 따라서 '지금 그리고 여기'에서의 저항을 다루는 상담자의 직면 개입이 저항의 분석보다 효과적이라는 주장들(Alexander, 1961; Bauer & Mills, 1989; Gill, 1982)을 지지한다.

따라서 본 연구의 결과는 상담 실제의 장면

에 시사하는 바가 크다. 상담자들이 내담자 저항에 당면하였을 때 저항을 조명하고 거론하여 내담자에게 보도록 돕는 것은 상담의 지속 및 성과에 도움될 수 있음을 제안할 수 있다.

### 종합논의

본 연구의 궁극적 목적은 저항 현상을 체계적으로 이해하고, 저항을 해결하기 위한 상담자의 개입 요인을 탐색하는 것이었다. 이를 위해 본 연구에서는 다음의 연구 단계들을 수행하였다. 우선 저항을 객관적이고 타당하게 측정할 수 있는 도구를 구성하였으며, 저항수준 및 저항 유형이 상담 성과에 초래하는 상담의 부정적인 결과들을 확인하였다. 그리고 이러한 저항을 감소시키기 위한 상담자의 개입의 효과를 검증하였다.

연구 1에서 개발된 저항 척도는 적절한 신뢰도와 타당도를 지니는 것으로 확인되었다. 또한 척도의 요인분석 결과, 직접적 저항과 간접적 저항의 두 요인이 추출되었다. 이러한 결과는 Glover(1955)와 Greenson(1967)이 언급한 명백한 저항과 은밀한 저항의 양상을 잘 드러내주며, 이로써 척도의 타당도를 더욱 확보할 수 있었다.



연구 2에서는 내담자 저항은 어떻게 변화되며 어떠한 결과를 초래하는지, 저항의 변화 추이와 저항과 성과의 관련성을 살펴보았다. 이를 위해 상담의 지속 사례들과 탈락 사례들의 상담 과정에서 드러난 저항의 변화 추이를 비교하였다. 그 결과 탈락 사례들은 탈락의 인접회기에서 저항이 유의미하게 증가하였으며, 특히 탈락집단들은 회기진전에 따라 저항합이 증가된 바, 주로 간접적 저항의 증가에 기인되는 것으로 나타났다. 이는 상담의 지속과 성공을 위해 간접적 저항을 예민하게 다룰 필요성이 있음을 제안한다.

이상과 같이 내담자 저항이 해결되어야 하는 중요한 상담 과제라면, 저항의 해결을 위하여 상담자는 어떠한 개입을 하는 것이 효과적인지를 살펴보는 것이 필요하다. 이에 연구 3이 수행된 바, 상담자가 내담자 저항을 그냥 지나가기 보다 저항에 개입을 할 때 저항 감소와 상담성가에 영향을 미치는지를 검증하였다. 그 결과 상담자가 높은 저항에 개입하는 것은 개입하지 않을 때보다 저항을 더욱 감소시켰으며, 또한 지속 집단의 상담자들은 탈락사례의 상담자들보다 저항에 대한 개입을 유의미한 수준에서 더 빈번히 하였던 것으로 나타났다. 이로써 저항에 대한 개입이 상담 성과에 영향을 미칠 수 있음을 제안한다.

이와 같은 연구1, 2, 3의 결과들이 실제의 상담 장면 그리고 상담의 연구 분야에 갖는 의의를 종합적으로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 지속 사례들에 비하여 탈락 사례들에게서 드러난 간접적 저항의 우세성 현상은 저항의 가장 극단적 현상의 하나로 간주되는 상담의 탈락 현상을 보다 구체적으로 설명할 수 있도록 하였다. 이러한 발견은 미묘한 저항들이 변화를 막는데 더 효과적인 수 있을 것이라는

Schlesinger(1982)의 주장과도 일관되며, 효율적인 저항의 처리를 위해 간접적 저항의 처리가 주목할 부분임을 시사한다.

둘째, 저항을 해결함에서 상담자가 취하는 저항에 대한 부각하는 개입 효과를 밝혔던 것인데, 이것은 상담 실체에 적용가능한 유용한 결과로 여겨진다. 비록 저항을 부각하고 분석하는 개입은 정신역동적 접근에서 강조되어 왔을지라도, 이 개입은 현상적 접근이나 형태치료와 같은 다른 치료적 양식에서도 공통적으로 사용되어왔다. 저항을 부각한다는 것(addressing resistance)은 “here and now”에서의 내담자 반응을 상담자가 다루는 것으로, 자신의 행동과 감정을 돌아보게 하는데 매우 효과적인 개입으로 사용되어왔다(Rogers, 1961; Kempter, 1982; Gill, 1982)

저항을 부각하는 것이 왜 즉각적으로 저항을 감소시킬 수 있었을까? 아마도 저항을 부각하여 내담자로 하여금 선명히 보도록 하는 것은 내담자에게 자신이 상담의 목적과 위배되는 행동과 태도를 드러내고 있다는 것을 직접적으로 알려주는 것으로 자신에 대한 의식화는 바로 저항을 감소시키는 쪽의 반응을 하도록 이끌었을 것으로 보인다.

셋째, 본 연구에서는 저항 현상을 면밀히 밝히기 위해서 상담의 지속 사례 및 조기 종결 사례들이 보이는 저항 현상을 집중적으로 탐색하였다. 이로써 기존의 저항 연구들에서 도외시되었던 조기 종결 사례들의 저항현상을 집중적으로 탐색함으로써, 탈락 사례들의 예방과 대처를 위한 기초 자료의 한 부분을 제공하였다. 탈락 사례들의 저항 수준, 저항 변화 추이, 저항양상을 탐색한 결과, 간접적 저항이 상담 실패에 더 많은 관련이 되었으며, 상담자는 탈락 사례들의 간접적 저항을 잘 다루지 않는 것으로 나타났다. 이러한 결과들은 탈락을 방지하기 위

해서 상담자는 간접적 저항을 주시할 필요가 있으며, 이를 어떻게 해야 하는지에 대한 방향 모색을 할 필요가 있다.

본 연구의 이러한 의의에도 불구하고 다음의 제한점을 안고 있다.

첫째, 본 연구는 저항을 상호작용적 시각에서 연구하였으므로 저항에 기여하는 내담자 변인의 측면은 다루어지지 않았다. 둘째, 저항에 대한 개입의 효과를 검증할 때, 중요한 변수는 저항을 다루는 상담자의 자질의 문제일 것인데, 본 연구에서는 저항을 다루는 개입의 질적인 측면을 고려하지 못하였다. 셋째, 본 연구의 대상으로 되었던 상담의 지속 집단의 사례들은 확실히 성공했다고 간주할 수 있는 사례가 드물어, 지속 집단이 보여주었던 저항의 감소가 최종적인 상담 성과와 관련된다는 것을 확신할 수 없다는 제한점이 있다.

### 참고문헌

권희경(1999). 상담자 태도척도의 신뢰도와 타당도 연구. 한국 심리학회 상담 및 심리치료, 11(2).

권희경(1999). 상담자 태도 및 저항에 대한 개입이 저항감소와 상담지속에 미치는 영향. 고려대학교 박사학위논문.

정방자(1998). 정신역동적 상담. 서울: 학지사.

조성호(1997a) 내담자 저항과 내담자 반발성, 상담자 개입 특성 및 작업동맹관계. 서울대학교, 박사학위 논문.

조성호(1997b). 내담자 저항에 대한 이론적 고찰. 심리학의 연구문제, 4, 365-396.

Alexander, F. (1961). *The scope of psychoanalysis*. New York : Basic Books.

Bauer, G. P., & Mills, J. A. (1989). Use of

transference in the here and now: Patient and therapist resistance. *psychotherapy*, 26, 112-119.

Bergin, A. E., & Suinn, R. M. (1975). Individual psychotherapy and behavior therapy. In M. R. Rosenberg & L. W. Porter(Eds.), *Annual review of psychology*(pp. 509-556). Palo Alto, CA: Annual review.

Brenner, C. (1976). *Psychoanalytic technique and psychic conflict*. New York: International Universities Press.

Chamberlain, P., Patterson, G., Reid, J., Kavanagh, K., & Forgatch, M. (1984). Observation of client resistance. *Behavior Therapy*, 15, 144-155.

Davanloo, H. (Ed.) (1980). *Basic principles and techniques in short-term dynamic psychotherapy*. New York: Spectrum Publications.

Deberry, S., & Baskin, D. (1989). Termination criteria in psychotherapy: A comparison of private and public practice. *American Journal of Psychotherapy*, 13, 1, 43-53.

Fenichel, O. (1945). *The psychoanalytic theory of neurosis*. New York: W.W. Norton.

Fine, R. (1982). *The healing of the mind*. New York: The Free Press.

Foreman, S. A., & Marmar, C. R. (1985). Therapist actions that address initially poor therapeutic alliances in psychotherapy. *American Psychiatric Association*, 142, 8, 922-926.

Garduk, E. L., & Haggard, E. A. (1972). Immediate effects on patients of psychoanalytic interpretations. *Psychological Issues*, 7(Monograph 28)

Gill, M. (1979). The analysis of the transference. *Journal of the American Psychoanalytic Association* 27(Supplement): 263-288.

Glover, E. (1955). *The Technique of Psycho-Analysis*.

- New York: International Universities Press.
- Goldfried, M. R. (1982). Resistance and clinical behavior therapy. In P. L. Wachtel(Ed.), *Resistance: Psychodynamic and behavioral approaches*. New York: Plenum Press.
- Graff, H., & Luborsky, L. (1977). Long-term trends in transference and resistance: A quantitative analytic method applied to four psychoanalyses. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 25, 471-490.
- Greenberg, L. S.(1986). Change process research. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 54, 1, 4-9.
- Greenson, R. (1967). *The technique and practice of psychoanalysis*. New York: International Universities Press.
- Hadley, S. W., & Strupp, H. H. (1976). Contemporary views of negative effects in psychotherapy. *Arch Gen Psychiatry*, 33, 1291-1302.
- Hartley, D. E., & Strupp, H. H. (1983). The therapeutic alliance: Its relationship to outcome in brief psychotherapy. In J. Masling, (Ed.), *Empirical studies in analytical theories*(Vol. pp. 1-37). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Henry, W. P., Schacht, T. E., Strupp, H. H., Butler, S. F., & Binder, J. L. (1993). Effects of training in time-limited dynamic psychotherapy: Mediators of therapists' responses to training. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 441-447.
- Kivlighan, Jr. D. M., Multon, K. D., & Patton, M. J. (1996). Development of the Missouri Addressing Resistance Scale. *Psychotherapy Research*, 6, 4, 291-308.
- Langs, R. (1981). *Resistances and Interventions: The nature of therapeutic work*. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- Luborsky, L., Bachrach, H., Graff, H., Pulver, S., & Christoph, P. (1979). Preconditions and consequences of transfer interpretations: A clinical-quantitative investigation. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 167, 391-401.
- Mahalik, J. R. (1994). Development of the Client Resistance Scale. *Journal of Counseling Psychology*, 41, 1, 58-68.
- Malan, D. H. (1976). The current position of research in psychotherapy. In D. H. Malan. ed. *Toward the validation of dynamic psychotherapy*. New York: Plenum Press.
- Meichenbaum, D., & Gilmore, J. (1982). Resistance from a cognitive-behavioral perspective. In P.L. Wachtel(Ed.), *Resistance: Psychodynamic and behavioral approaches*. New York: Plenum Press.
- Patterson, G. R., & Forgatch, M. S. (1985). Therapist behavior as a determinant for client noncompliance: A paradox for the behavior modifier. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53, 6, 846-851.
- Patton, M. J., Kivlighan, Jr. D. M., & Multon, K. D. (1997). The missouri psychoanalytic counseling research project: Relation of changes in counseling process to client outcomes. *Journal of Counseling Psychology*, 44, 2, 189-208.
- Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21, 95-103.
- Schlesinger, H. J. (1982). Resistance as process. P.L. Wachtel(Ed), *Resistance : Psychodynamic and behavioral approaches*. New York : Plenum Press.
- Shuller, R., & Crits-Christoph, P., & Connolly M. B.

- (1991). The Resistance Scale: Background and Psychometric Properties. *Psychoanalytic Psychology*, 8, 2, 195-211.
- Strupp, H. H. (1976). Themes for psychotherapy research, In Claghorn (Ed.) *Successful Psychotherapy*. New York: Brunner/Mazel Inc,
- Strean, H. S. (1985). *Resolving resistances in psychotherapy*. New York: Wiley.
- Tinsley, H. E. A., & Weiss, D. J. (1975). Interrater reliability and agreement of subjective judgement. *Journal of Counseling Psychology*, 22, 358-376.
- Truax, C. B., & Carkhuff, R. R. (1967). *Toward effective counseling and psychotherapy*. Chicago, Aldine.
- Truax, C. R., & Wittmer, J. (1973). The degree of the therapist's focus on defense mechanisms and the effect on therapeutic outcome with institutional juvenile delinquents. *Journal of Community Psychology*, 1, 201-203.
- Winston, B., Winston, A., Samstag, L. W. (1994). Patient defense/therapist interventions. *Psychotherapy* 31, 3, 478-490.
- Yalom, I. D., Lieberman, M. A., & Miles, M. M. (1971). A study of encounter group casualties. *Archives of General Psychiatry*, 25, 16-30.

## The Impact of and Client Resistance and Intervention to Resistance on Resistance Reduction and Counseling Continuing

Hee Kyung, Kwon Chang ill, Ahn

Department of Psychology Graduate School of Korea University

The purpose of study investigated systematically the client resistance phenomenon and the effects of counselor interventions on the client resistance. Three studies were performed to achieve these purposes.

Study 1 examined the psychometric properties of the Resistance Rating Scale(RRS). RRS was composed of 5 items, of which revised 10 items of Cho's CRRS(1997). The results indicated that (a) the RRS items were high reliable with 3 raters ( $ICC = .92 \sim .81$ ), (b) and consisted of two factors, direct resistance and indirect resistance. Thus study 1 suggested that the RRS has properly reliability and validity.

Study 2 investigated the change patterns of client resistance that showed in continuing and dropout cases and the relationship of the change pattern of resistance and session outcome measures. The results indicated that (a) as the sessions progressed, the resistance level of continuing cases was decreased significantly and resistance level of dropout cases was increased on adjacent session of dropout, particularly increasing of indirect resistance. (b) And the increase of resistance level was related with the decrease of session outcome measures. Thus, it was concluded that the increase of indirect resistance level might result in dropout of the counseling and work as signal that followed negative outcome of counseling.

Finally, Study 3 examined the impact on that counselor's intervention to resistance which may influence resistance reduction and counseling continuing. The resulted indicated that the counselor's intervention to resistance than no intervention to resistance could more reduce resistance. Also, the counselors of continuing case than counselors of dropout case more frequently addressed resistance Thus, it is concluded that the counselor's intervention to resistance influence on counseling continuing and resistance reduction.

The findings of four empirical studies in this thesis consistently showed that the client's high resistance is a phenomenon that should resolve to counseling continuing and outcome, and the counselor's intervention to resistance may be important factors to help resolving client resistance.