

초심상담자가 지각한 내담자 저항에 관한 해석학적 현상학 연구*

박 효 미

인제대학교 / 석사

김 영 근†

인제대학교 / 부교수

본 연구는 초심상담자가 지각한 내담자 저항의 본질에 대해 알아보았다. 이를 위해 van Manen의 해석학적 현상학 연구방법을 사용했다. 석사 재학 이상이고 수련 경험이 있는 초심 상담자 중 현재 일주일에 1회 이상 상담을 진행하고 있으며 6개월 이내에 내담자의 저항을 지각한 초심상담자 10명과의 심층 면담을 통해 자료를 수집하고 분석했다. 본질은 ‘기꺼이 들어가 머물지 못한 세계’, ‘중압감을 느끼는 전문가적 자아’, ‘호흡이 맞지 않는 이인삼각(二人三脚)’, ‘문제 속의 힌트’, ‘넘어진 자리가 성장의 발판’으로 나타났다. 초심상담자가 지각한 내담자 저항의 본질은 상담자가 헤아리지 못한 내담자의 주관적 세계, 내담자 이해보다 상담 목표에 몰두한 상담 수행, 협력관계에 대해 약해지는 믿음이었다. 또, 이를 넘어 내담자가 상담자에게 알리는 신호이자 내담자의 성장과 상담자의 배움의 발판이었다. 본 연구는 내담자의 저항에 필요한 초심상담자의 태도에 대해 논의해 추후 초심상담자 교육 및 발달의 기초자료로 쓰일 수 있다.

주제어 : 초심상담자, 내담자, 저항, 상담자 태도, 해석학적 현상학 연구

* 본 연구는 박효미(2022)의 인제대학교 석사학위논문 ‘초심상담자가 지각한 내담자 저항에 관한 해석학적 현상학 연구’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 교신저자 : 김영근, 인제대학교 상담심리치료학과, 경남 김해시 인제로 197

Tel: 055-320-4024, E-mail: ykkim@inje.ac.kr



Copyright ©2022, The Korean Counseling Psychological Association
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

우리의 삶은 만남의 연속이다. 상담 또한 우리의 삶 안에서 발생하며 내담자와 상담자라는 두 존재의 만남을 통해 이루어진다. 상담은 내담자의 성장과 변화를 목적으로 사람의 가장 깊고 핵심적인 문제와 갈등을 다루는데 따르는 불편감과 긴장을 수반하는 전문적 조력활동(오현수, 한재희, 2009)이다. 내담자가 전문성을 갖춘 상담자에게 도움을 요청하는 것은 가까운 이에게 도움을 구하는 일과 구별되며(김은아, 손혜련, 김은하, 2018), 내담자가 삶의 어려움이나 심리적 고통을 해결하고자 상담자에게 도움을 받는 것을 전문적 도움 추구 행동이라 정의할 수 있다(최희철, 2010). 반복적이고 지속적인 심리적 고통을 경험한 내담자는 상담을 시작하고 종결할 때까지 상담자와 새로운 관계를 맺어 나가는데(김영근, 2016), 상담자는 내담자의 반응에 주의를 기울이고 살피며 안정감을 제공하는 양육자 역할을 하게 된다(Greenberg & Paivio, 2008). 이러한 내담자와 상담자의 관계는 치료적 관계(therapeutic relationship)로 정의되며(Hill, 2012), 상담자가 치료적 관계에서 유용한 도구로 기능하기 위해서는 내담자와 상담자 간에 일어나는 상호작용 방식을 이해하고 있어야 한다(김영근, 2016; Teyber & Teyber, 2020). 상담자는 내담자가 심리적 고통을 호소하고 진정으로 원하는 것을 표현하도록 질문하기, 경청하기, 반영하기, 명료화하기, 비언어적인 반응 알아차리기 등의 상담 기술을 사용해 내담자와 상호작용한다(Corey & Corey, 2017). 그러나 내담자는 심리적 고통을 해결하고 변화하기 위해 도움을 요청하는 동시에 변화를 거부하며 피하고 싶은 양가감정(ambivalent feelings)을 가지고 있으며(Teyber & Teyber, 2020), 변화하고자 하는 욕구와 현재 상황을 유지하고 싶

은 욕구의 갈등으로 고통을 경험하기도 한다(Gabbard, 2007). 즉, 내담자는 상담자와의 상호작용을 통해 심리적 고통을 해결하고자 하지만 내재되어 있는 무의식적 갈등을 의식하고 직면하는 것이 두렵고 불편하여 회피하는 저항(resistance)을 보이게 된다(Dewald, 2010). 상담 과정에서 내담자의 저항은 자연스럽고 보편적인 현상이며(Dewald, 2010; Moursund & Kenny, 2021), 상담자는 내담자의 반응을 수용하고 헤아리는 공감적 이해(empathic understanding)를 통해 치료적 관계를 구축해나가야 하므로(Teyber & Teyber, 2020), 내담자의 저항에 대한 깊은 이해가 필요하다.

저항은 최초로 Freud에 의해 “불안을 유발하는 기억과 통찰을 무의식적으로 억압하려는 모든 노력이다”로써 정의되었으며(Freud, 1917: 권희경, 안창일, 2001에서 재인용), 상담자의 상담 수행을 방해하는 내담자의 행동 및 태도로 여겨진다(권희경, 안창일, 2001). 상담 장면에서 발생하는 내담자 저항의 의미를 알고 해결하기 위해서는 조급하게 밀어붙이지 않고 내담자의 내적 과정을 이해하고 존중하는 상담자의 태도와 역할이 중요하다(권은진, 안이환, 2004; 권희경, 안창일, 2001; 이선자, 최해림, 2002). 즉, 변화하고 싶지만 새로운 시도를 앞두고 실패할까봐 두려운 내담자의 반응을 상담자가 헤아리지 못한 채 저항을 해결하고자 하면 내담자의 변화 및 성장을 촉진하는 과정을 조력할 수 없게 되므로(Moursund & Kenny, 2021) 내담자의 저항에 대한 상담자의 태도에 대해 심층적으로 알아볼 필요가 있다.

내담자의 저항은 상담자와 내담자의 양인적 상호작용(bipersonal interaction)의 결과로 발생하는 내담자의 반응이며, 상담자는 내담자의 반응이 상담 수행에 방해가 될 때 저항이라 판

단하게 된다(Langs, 1981). 이는 상담에서 저항이라 불리는 것 중 상당수가 상담자의 잘못된 치료적 절차와 접근에 대해 내담자들이 잘 반응하지 않을 때와 같은 치료적 난국 상태를 상담자들이 저항이라고 이름 붙이는 경우가 빈번하다는 주장(Basch, 1982)과 일맥상통한다. 또한, 내담자의 내적 작동에만 관심을 가지는 ‘한 사람 심리학(one-person psychology)’의 한계를 인식하고 내담자의 행동을 상담자에 대한 반응으로 보고 내담자와 상담자에 의해 만들어지는 경험의 맥락에 집중하는 ‘두 사람 심리학(two-person psychology)’으로 옮겨진 것처럼(Wallin, 2010) 내담자의 저항을 내담자의 내적 작동에 의한 행동으로 보지 않고 상담 장면에서 두려움에 압도된 내담자와 조금하게 밀어붙이는 상담자 사이에 일어나는 교착상태(Moursund & Kenny, 2021)로 보고 내담자의 저항을 내담자와 상담자의 관계 안에서 이해할 필요가 있다.

더 나아가 내담자의 저항을 해결하고 효과적으로 상담을 진행하기 위해서는 상담자가 상담 수행에만 몰두하는 것이 아닌 관찰자 입장으로서 상담자와 내담자 사이에서 일어나는 상호작용 현상을 알아차리는 것이 중요하다(Teyber & Teyber, 2020). 그러나 초심상담자는 내담자를 도울 수 있다는 기대감과 상담자 역할에 충실하고자 하는 열정을 가지고 있지만(김은혜, 윤아랑, 2017) 숙련상담자에 비해 상담경험이 적고 자신감이 부족하여 수행불안이 높고 이로 인해 상담 수행 자체에만 몰두하여 내담자의 반응을 주의 깊게 살피지 못한다(김다희, 송미경, 2015; 김지연, 한나리, 이동귀, 2009; Teyber & Teyber, 2020). 또한, 초심상담자는 내담자와의 상호작용에서 발생한 자신의 부정적인 정서를 적절히 다루지 못해 정신적

소모감, 무력감, 냉소적 태도를 경험하는 소진 상태에 놓여 치료적 관계로서 내담자에게 필요한 돌봄과 안정감을 주지 못해 내담자를 효과적으로 도울 수 없는 악순환에 놓이게 된다(이영순, 2010; 최윤미, 양난미, 이지연, 2002).

따라서, 숙련상담자로 발달하는 과정에 있는 초심상담자의 소진을 예방 및 해결하고 전문가로서 내담자와 치료적 관계를 맺어 내담자를 도울 수 있도록 초심상담자가 무엇을 내담자의 저항으로 지각하고 내담자의 저항을 어떻게 받아들이며 상담자로서 어떠한 경험을 하게 되는지 심층적으로 이해할 필요가 있다.

그러나 초심상담자의 내담자 저항 경험을 심층적으로 살펴본 연구는 미비한 실정이다(송수경, 구자경, 2017). 초심상담자의 내담자 저항 경험에 대한 소수의 선행연구가 존재하는데(김영미, 양지웅, 2020; 배라영, 최지영 2012), 상담 장면에서 문제 해결 및 변화에 소극적인 태도를 취하며 의사소통을 모호하게 하거나 상담자 개입에 불만을 표현하며 따르지 않는 등의 부정적인 반응을 나타내는 내담자의 저항을 청소년 내담자의 특징으로 여겨 내담자 대상이 청소년으로 국한되어 있어 아쉬움이 있다.

이에 따라 본 연구는 초심상담자가 지각한 내담자의 저항을 상담자와 내담자의 상호작용 현상이자 상호작용 주체가 된 초심상담자의 체험에 대해 심층적으로 알아보기 위해 해석학적 현상학 연구를 수행했다. 즉, 체험되는 현상들을 물리적인 대상 자체가 아니라 의식의 지향 작용의 결과로 바라보는 해석학적 현상학 연구의 전제에 따라(유혜령, 2015) 초심상담자의 내담자 저항 경험 내용을 기술하고 요약하는 것을 넘어 그것을 통해 본질적인 의식 구조를 파악하고 경험의 본질을 깊이 이해

하는 데 목적을 두었다. 해석학적 현상학 연구에서 본질은 한 개인이 ‘무엇’을 ‘어떻게’ 경험했는지를 통합한 것이므로(정상원, 2018), 본 연구에서 심층적으로 이해하고자 하는 것은 초심상담자가 내담자의 어떠한 반응을 어떻게 해석하여 저항이라 지각하고 의미를 부여하는지를 통합한 과정이다. 이를 통해 초심상담자들이 내담자 저항을 다각적으로 바라보고 상담자인 자신에 대해 깊게 이해할 수 있기를 바란다. 또한, 초심상담자에게 필요한 내담자 저항에 관한 상담자 태도를 파악해 상담자 교육 현장에서 쓰이기를 기대한다. 연구문제는 ‘초심상담자가 지각한 내담자 저항의 본질은 무엇인가?’이다.

방 법

연구 참여자

본 연구는 ‘초심상담자가 지각한 내담자 저항’을 관심 현상으로 두고, 초심상담자의 내담자 저항 경험에 대해 기술하고 요약하는 것을 넘어 초심상담자가 지각한 내담자 저항의 본질을 파악하는 데 목적이 있다. 이에 따라 목적에 부합하다고 판단되는 연구 참여자를 의도적 표집을 통해 선정하였다. 선정 기준은 다음과 같다. 첫째, 초심상담자에 관한 연구동향(송수경, 구자경, 2017)을 참고하여 석사 재학 이상이고 수련 중이거나 수료자인 상담 경력 3년 이하인 초심상담자 중 현재도 정기적으로 일주일에 1회 이상 상담을 진행하고 있는 상담자. 둘째, 시간의 흐름에 따라 기억이 왜곡될 가능성이 있으므로 6개월 이내에 내담자의 저항을 경험한 초심상담자. 셋째, 내담자

의 저항을 경험한 초심상담자 중 자발적으로 연구 참여 의사를 밝힌 자. 본 연구는 초심상담자의 내담자 저항 경험을 심층적으로 파악해 초심상담자가 지각한 내담자 저항의 본질을 밝히는 데 목적이 있기에 선정기준에 모두 충족되는 초심상담자를 연구 참여자로 최종 선정하였다. 연구 참여자 모집은 연구자가 소속된 대학의 생명윤리위원회(IRB) 심사승인(승인번호: 2021-04-073-001)을 받은 후 이루어졌다. 연구자는 이중관계를 피하고자 연구 참여자 대상에서 동료 상담자는 제외하였고 상담자 커뮤니티와 상담 기관에서 근무하고 있는 상담자의 도움을 받아 참여자를 모집하였다. 이러한 요건에 적합한 10명의 초심상담자를 연구 참여자(이하 참여자)로 최종 선정하였다. 참여자 정보는 표 1에 제시하였다.

자료수집 및 윤리적 고려

본 연구의 자료 수집은 2021년 7월부터 9월까지 심층 면담을 통해 이루어졌다. 참여자가 선정된 후, 면담을 실시하기 전 참여자에게 경험 회상 기회를 제공하기 위해 반구조화 면담 질문지를 제공하였다. 심층 면담을 위한 반구조화 질문지는 연구자가 초안을 작성하고 지도 교수를 포함한 질적연구 경험이 있는 상담학 교수의 검토를 받은 후 검토 결과를 반영하였으며, 예비 면담을 통해 의미전달이 불분명한 질문을 수정하는 과정을 거쳤다. 면담 질문지는 표 2에 제시하였다. 면담은 참여자에게 편안한 시간과 장소에서 약 60-90분 정도의 심층 면담을 2회 실시하였다. 연구자는 참여자들에게 내담자의 저항은 상담 과정에서 불안을 유발하는 기억과 통찰을 무의식적으로 억압하는 반응으로 상담 수행에 방해되는 내

표 1. 참여자 정보

구분	성별	연령	학력	상담경력	자격증	근무 기관
1	여	30대	석사졸업	2년	-	건강가정·다문화가족 지원센터
2	여	20대	석사졸업	2년	청소년상담사 3급 전문상담사 2급	청소년 상담복지센터
3	여	30대	석사졸업	1년 6개월	-	대학학생상담센터
4	남	30대	석사졸업	1년 6개월	청소년상담사 2급 전문상담사 2급	대학학생상담센터
5	여	20대	석사제학	1년 10개월	청소년상담사 3급 임상심리사 2급	수련상담센터
6	여	30대	석사졸업	1년 미만	-	건강가정·다문화가족 지원센터
7	여	40대	석사졸업	2년 5개월	-	대학학생상담센터
8	여	20대	석사제학	1년 미만	직업상담사 2급	대학학생상담센터
9	남	20대	석사제학	1년 미만	-	대학학생상담센터
10	여	20대	석사수료	1년 9개월	청소년상담사 3급	대학학생상담센터

표 2. 면담 질문지

번호	질문 내용
1	상담자가 되고 싶었던 이유나 계기가 무엇인가요?
2	평소 상담에 임할 때 어떤 상담자이고 싶나요?
3	내담자의 반응 중, 상담에 대한 긍정적인 반응으로 여겨지는 것은 무엇인가요?
4	기억에 남는 내담자 저항 장면에 대해 자세히 말해주세요.
5	내담자의 저항을 지각했을 때 어떻게 행동하고 어떤 생각과 정서를 경험했나요?
6	내담자의 저항을 지각했을 때, 상담에 미친 영향은 무엇인가요?
7	내담자 저항은 상담자인 본인에게 어떠한 의미인가요?
8	저항이라 지각된 내담자의 반응을 내담자의 입장에서 생각해본다면?
9	내가 만약 내담자라면 ‘저항’ 대신 무엇이라 이름 붙일 것 같나요?
10	인터뷰를 마친 소감(떠오르는 생각, 정서 등)에 대해 말해주세요.

담자의 행동, 태도들로 넓게 정의되며, 내담자의 저항을 판단하는 주체는 상담자임을 알렸다. 그리고 연구 목적, 연구 방법, 연구 참여에 따른 이익, 연구 참여 위험과 불편함, 연구

참여에 따른 보상, 개인정보와 비밀보장, 자발적 연구 참여와 중지 내용이 담긴 연구대상자 설명문과 연구 참여 동의서를 전달하고 연구 참여 동의서는 연구자와 참여자가 각각 1부씩 가졌다. 2차 면담은 1차 면담 후 일주일 이내에 실시되었고, 연구자는 2차 면담을 실시하기 전 1차 면담 내용을 직접 전사하고 반복적으로 읽은 후, 풍부하고 구체적인 면담 자료를 얻기 위한 추가 질문을 사전에 준비해 2차 면담을 실시하였다. 그리고 2차 면담을 마친 후 소정의 사례비를 제공하였다.

연구자는 면담이 지식이나 정보를 알아내는 조사 과정이 아닌 대화의 과정(유혜령, 2015)임을 유념하고 연구자와 참여자가 상호관심사인 주제에 관해 대화를 나누면서 새로운 지식을 창출해나가는 것(고미영, 2016)을 목적으로 하였다. 또한, 면담 자료에 내재되어 있는 일화를 수집하고 기록하는 것부터가 해석적 성격을 포함하고 있는 것이므로(유혜령, 2015) 연구자의 주관으로 해석의 오류가 발생하는 것을 최소화하기 위해 참여자가 상담자가 되고자 했던 계기, 상담 및 상담자 가치관 등과 같은 참여자의 특성을 파악할 수 있는 대화를 우선으로 주고받았다. 그리고 초심상담자가 지각한 내담자 저항의 본질에 근접하기 위해 참여자의 생각과 성찰을 불러일으키는 환기적 성격의 구체적인 질문(유혜령, 2015)을 제공하였다. 참여자 개인정보 보호를 위해 참여자 휴대폰 전화번호 등록, 연구자의 연구 노트 기입, 면담 녹음파일명, 면담 축어록 저장 시 참여자 성명이 아닌 번호로 입력하였으며 참여자에게도 개인정보는 익명 처리되어 연구목적으로만 사용될 것임을 명확히 고지하였다. 또한, 내담자와의 상담경험을 서술할 때 내담자에 대한 정보를 최소화해 달라고 요청하였

으며 내담자의 개인정보도 익명 처리되고 내담자를 특정할 수 있는 정보는 논문에 수록하지 않을 것을 안내하였다.

자료분석

본 연구는 초심상담자가 지각한 내담자 저항의 본질을 이해하고자 van Manen의 해석학적 현상학 연구방법을 적용하였다. 해석학적 현상학은 연구자가 어떠한 현상에 문제의식을 갖고 깊게 알기 위해서는 그 현상을 직접 경험해 볼 필요성이 있다고 본다(유혜령, 2015). 이에 따라 연구자는 초심상담자가 지각한 내담자 저항의 본질을 드러내는 분석작업에 앞서 내담자 저항과 관련 있는 상담 경험을 서술하며 연구자의 선 지식과 선 이해를 점검했다. 또, 연구 도구로서의 민감성 향상을 위해 다수의 질적 연구를 수행한 질적 연구 전문 교수 1인과 면담 시간을 가져 내담자 저항에 대한 지향성과 문제의식을 점검했으며 본질적 의미구조를 밝히기 위해 질적 연구 워크숍에 참여하였다.

연구자는 참여자와의 면담 이후 면담 자료를 직접 전사해 반복적으로 읽으며 떠오르는 느낌과 생각을 메모하며 핵심적인 의미를 포착하고자 했다. 또한, 다양한 형태의 경험적 자료들을 살펴보는 것이 현상의 본질을 파악하는 데 도움이 되므로(유혜령, 2015) 연구자는 면담 녹음 파일 및 전사 자료, 면담 시 연구자의 메모, 연구자의 내담자 저항 경험이 담긴 슈퍼비전 자료, 상담학 관련 서적을 다각적으로 활용했다. 이러한 과정을 통해 의미 개념을 도출하고, 참여자들에게 검토를 받은 후 공통적인 것을 하위 주제로 범주화했다.

해석학적 현상학 연구를 수행할 때 자료분

석 결과를 공동분석하며 연구자가 지속적으로 순환적 사고를 경험하는 것이 필요하므로(유혜령, 2015), 연구자는 참여자, 동료 상담자, 지도 교수를 포함한 질적연구 경험이 있는 상담학 교수 3인에게 하위주제의 적합성과 하위 주제와 본질의 연관성에 대해 자문을 구하고 검토를 받는 과정을 거쳤다.

van Manen의 해석학적 현상학은 ‘의미를 드러내는 일화의 강조’, ‘탐구의 목적으로 체험의 본질적 의미구조 밝히기’, ‘분석에 있어서 해석과 해석학적 순환의 강조’, ‘방법적 과정의 특징으로서 환원의 구체화’라는 특징이 있다(정상원, 2018). 연구자는 면담자료와 분석자료를 반복적으로 읽고 참여자가 면담에서 들려주는 일화에는 생각과 성찰을 불러일으키는 환기적 힘이 있기 때문에(유혜령, 2015) 일화에서 표현된 ‘저항’, ‘회피’, ‘방어’ 등과 같이 참여자의 판단이 들어간 어휘를 그대로 사용하기보다는 연구자로서 문제의식을 가지고 끊임없이 질문하거나 자기점검식의 비판적 질문을 하며 체험의 본질로 돌아가 본질을 파악해 우리가 내담자의 저항에 대해 가지고 있던 선 지식, 선 이해에서 벗어나 환원시킴으로써 ‘열림’을 획득하게 하여 새로운 자세로 바라볼 수 있도록(정상원, 2018) 분석자료를 잠정적으로 해석하며 고쳐쓰기 과정을 반복했다.

본 연구는 Lincoln과 Guba가 제안한 평가기준으로 신뢰성(credibility), 전이가능성(transferability), 의존성(dependability)을 적용해 평가하였다(박승민, 김광수, 방기연, 오영희, 임은미, 2012).

첫째, 연구결과가 연구참여자들의 경험을 정확하게 기술하고 반영하였는가를 평가하는 항목인 신뢰성을 높이기 위해 참여자가 들려준 일화를 통해 의미개념을 도출하고 참여자

에게 분석 및 해석 결과를 전달하여 참여자 자신의 경험과 일치하는지 검토 받았다. 둘째, 연구결과가 연구상황 이외에서도 적용가능성을 갖는가에 대한 평가인 전이가능성을 높이기 위해 연구에 참여하지 않았으나, 내담자 저항을 경험한 초심상담자 5인에게 면담질문지와 분석결과를 제시하고 본인의 내담자 저항 경험과 비교해볼 것을 요청해 수용가능인지 검토받았다. 셋째, 일관적인 자료 분석결과인 의존성을 높이기 위해 자료 분석과정에서 초심상담자 시기를 거친 숙련상담자와 동료 초심상담자에게 해석에 대한 조언을 구했으며, 지도 교수를 포함한 질적연구 경험이 있는 상담학 교수 3인으로 구성된 자문팀으로부터 검토를 받았다.

결 과

초심상담자가 지각한 내담자 저항의 본질을 파악하기 위해 수집된 자료를 분석 및 해석한 결과 123개의 의미개념이 도출되었으나 내용이 중복되거나 설명이 불명료한 의미개념, 참여자 검토 결과 오류라고 판단되는 의미개념은 생략하여 최종적으로 95개의 의미개념을 17개의 하위 주제로 묶었다. 5개의 본질 중 ‘기꺼이 들어가 머물지 못한 세계’는 초심상담자가 내담자의 반응을 있는 그대로 수용하고 헤아려주지 못하는 경험을 구조화하였고 ‘중압감을 느끼는 전문가적 자아’는 초심상담자가 내담자 반응을 상담자 역량 부족의 결과로 보고 무능한 상담자라는 생각에서 벗어나고자 내담자를 밀어붙이는 경험을 중심으로 구조화했다. ‘호흡이 맞지 않는 이인삼각(二人三脚)’은 내담자의 반응으로 상담자와 내담자의 협

표 3. 초심상담자가 지각한 내담자 저항의 본질

본질	하위주제
기꺼이 들어가 머물지 못한 세계	기다려주지 못한 시작
	헤아려주지 못한 진심
	지키지 못한 경계
중압감을 느끼는 전문가적 자아	겉만 보고 넘어갈 수 없는 상담자
	상담자로서 알지 못하는 직무유기
	내담자의 부재는 상담자의 숙제
	스스로 평가대에 오른 상담자
	진정성 대신 안전감을 택한 상담자
호흡이 맞지 않는 이인삼각(二人三脚)	힘없는 존재로 느껴지는 내담자
	방해물이 된 연결 끈
	합의되지 않은 과정
	협력관계에 대해 약해지는 믿음
문제 속의 힌트	준비된 정도를 알리는 내담자의 신호
	귀 기울여 들은 내면의 소리
넘어진 자리가 성장의 발판	내담자의 움트기 시작한 새싹
	‘나’에서 ‘상담자’로 나아가는 배움의 기회
	내담자의 낯선 반응은 새로운 학습의 경험

력관계 균형과 신뢰가 흔들리는 경험을 중심으로 구조화했다. ‘문제 속의 힌트’와 ‘넘어진 자리가 성장의 발판’은 내담자의 반응으로 혼란과 좌절의 과정을 거친 상담자가 비로소 내담자를 깊게 이해하고 수용하게 되어 성장으로 나아가는 경험을 구조화했다. 그 내용은 표 3과 같다.

기꺼이 들어가 머물지 못한 세계

기다려주지 못한 시작

참여자들은 자신의 심리적 어려움을 해결하고자 발을 내딛는 내담자를 돕기 위해 다가갔

다. 그러나 자신의 힘듦과 원하는 바를 직접적으로 드러내는 것은 내담자에게 낯설고 버거운 시작이었다. 하지만 참여자들은 이를 헤아려 수용하지 못했다. 이로 인해, 상담자에게 어려움을 호소하고 원하는 바를 표현하는 것에 미숙한 내담자의 주관적 세계를 있는 그대로 수용하고 의미하는 바가 무엇인지 탐색하지 못하고 저항이라 지각했다.

이 내담자가 어떤 부분에서 정확히 힘들고 뭐를 상담에서 얻으려고 온건지 제가 잘 모르겠는거예요. 말이 항상 “잘 모르겠어요”, “음... 어 잘 모르겠어요” 이런

말 제일 많이 했고... <중략> 저는 이 내담자가 방어를 하고 있다 생각했기 때문에 어쨌든 이 방어를 해제시켜야한다? 약간 어떻게 하면 방어를 하지 않을 수 있게끔 해야하는지... 방어로만 봤기 때문에 그리고 그게 저항처럼 느껴졌던거 같아요. (참여자 3)

“이런 점수가 높게 나왔는데 어때요? 어떠세요?”라고 물어봤을 때 “괜찮아요”라고 답을 했을 때가 가장... 자기 얘기를 하기 싫어하는 거 같은 반응이었어서... 얘기를 하기 싫구나... 다 해달라는 것도 아니고 아무것도 하기 싫구나... 그런 생각이 들었던 거 같아요. (참여자 8)

헤아려주지 못한 진심

참여자들은 상담 장면에서 내담자가 정서를 체험하는 것을 상담에 대한 긍정적인 반응이라 여기며 내담자와 정서를 함께 느끼고자 했다. 상담 과정에서 내담자들은 고통스러웠던 과거 외상을 재경험하며 두려움, 슬픔, 불안이 존재하는 자신의 주관적 세계를 있는 그대로 드러냈다. 하지만 참여자들은 내담자의 그러한 진심을 깊게 헤아리지 못하고 상담자로서 내담자의 반응을 해결해야 하는 일로 해석해 저항이라 지각했다.

엄마한테 인정받고 싶다, 눈물이 계속 난다, 힘들다 종이에... 글씨 적어진 진짜 하나의 단순한 종인데 여기에서 엄청 숨도 잘 안 쉬어질 정도로 그래서 끝날 때 심호흡 하고 갔거든요. 근데 진짜 이게 이 종이 하난데 그냥 종이는 아니겠지만 막 진짜 어린아이처럼 울었거든요. <중

략> 내담자가 이걸 하면서 너무 힘들어하는 거예요. 계속 여기만 쳐다보고 눈물을 흘리고 있길래 제가 한번 이거를 “우리 이거 지금 너무 무거운 것 같다. 이 종이가 누구 누구씨를 너무 조금 힘들게 하는 것 같다. 잠깐 덮을까요?” 해가지고 글씨 보이는 부분을 이렇게 덮었어요.

(참여자 1)

그리고 이 분은 웃으셨어요. 가볍게 별일 아니라는 듯이. 그게 더 마음이 아프더라고요. 저는 그 분의 경험을 듣고 상상했을 때 제 느낌에는 분명히 이런 느낌일 거 같고 나는 너무 슬프고 아프고 한데 왜 정작 그 당사자는 그걸 왜 못 느끼지? 내가 느끼는 거만큼 느끼면 좋을 거 같은데라는 그런 생각? <중략> 좀 더 기다려줄걸. 그 분의 상태가 아니었을 수도 있는데 그 감정을 보유하고나 볼 수 있는 상태가 아니었을 수도 있는데 내가 왜 그걸 못 알아차리고 계속 뒤달렸을까. (참여자 7)

지키지 못한 경계

참여자들은 내담자의 심리적 어려움을 해결하기 위해 주관적 세계로 다가가 내담자의 주호소문제에 대해 탐색하며 개입하고자 했다. 그러는 과정에서 참여자들은 상담자와 내담자라는 관계에서 벗어나 두 개인의 만남이 되어 경계가 모호해지는 것을 경험하기도 했다. 내담자의 주관적 세계를 나타내는 한 부분은 상담자 개인의 치유되지 않은 미해결된 문제를 찌르는 화살이기도 했다. 이로 인해, 지금-여기에서 나타나는 내담자의 반응을 있는 그대로 수용해 탐색해볼 수 없었고 저항이라 지각

해 물러설 수밖에 없었다.

은 느낌.

(참여자 6)

제가 어린 시절에 친구들한테 되게 서운했던 감정이 많이 들었던 게요 (제가 가정적 배경에서 스트레스 많이 받는 일들이 많았어요 사실. 저 힘든 거에 대해 소위 말해서 퍼붓듯이 얘기를 했는데 친구들이 이제 받아주지 않는 거예요. 왜냐하면 이해가 안 됐겠죠 개네들은. <중략> 내가 지금 이 상황에서 가족사에 대해서 놓치고 지금 이 얘기로 전환을 하게 되면 이 친구가 현실 세계를 인지하는 데 있어서 본인이 갖고 있던 부적응적인 기제나 문제점에 대해서 인식을 할 수 있도록 좀 도움을 줘야 되는데 내가 지금 이 친구의 이야기에 편승이 돼가지고 소위 말해서 뉘두리에 합류하게 돼버린 거예요. (참여자 4)

상담 중에 또 저한테 그런 적이 있었어요. “보통 아줌마들 보면 카페에서 수다 떠느라 바빠가지고 책도 하나 안 읽는 사람 많던데 선생님은 그 개인 시간 쪼개서 상담하러 오시는 거예요?”라는 식으로 저한테 얘기를 하시는 거예요. 그런데 그게 저는 되게 공격적으로 들렸어요. <중략> 그게 아줌마라는 존재의 다면적인 인생살이와 그 나름만의 고뇌 이런 거 다 있는데 그걸 너무 무시하는 이 사회적 시선이 저는 너무 불편하고 싫은데 하필 또 그런 보편적인 아줌마에 대한 편견을 대놓고 얘기하는 내담자가 온 거예요. 그러니까 이게 어찌면 저의 약점이죠. 약점이 딱 있는데 그 약점을 콕 집어서 뭔가 거기에 바로 화살을 쏜 것 같

중압감을 느끼는 전문가적 자아

결만 보고 넘어갈 수 없는 상담자

참여자들은 ‘전문가적 자아’의 모습으로 내담자의 언어뿐만 아니라 내담자의 현 상태를 나타내는 심리검사 결과와 내담자에 대해 느껴지는 상담자의 주관적 경험인 느낌과 직관을 활용했다. 그리고 이를 바탕으로 내담자의 심리적 어려움을 파악해 돕길 원했다. 하지만 참여자들의 의도와 달리 내담자는 자신의 어려움을 적극적으로 드러내지 않았고 참여자들은 이러한 내담자의 반응을 저항이라 지각했다. 즉, 참여자들에게는 내담자가 어려움을 드러내지 않더라도 파악해 도와야 한다는 책임감이 있었기에 내담자의 저항에 좌절하고 죄책감을 경험했다.

정말... 진짜 괜찮아서 “괜찮아요”라고 하는 느낌은 아니어서... 그게 답답했어요. ‘왜 말을 안해?’ 이런 답답함보다는 이 친구가 뭔가 고민이 있어 보이는 느낌이 계속 오니까 ‘어떻게 열어야 되지 말 문을?’ 그래서 답답한 거예요. (참여자 8)

그 친구의 표정이나 눈이라든지 이런 데서 힘들다는 게 보였었는데 괜찮다고 참아내는 게 보이더라고요. 참는 게 뻔히 보이니까... 그런 면에서 마음이 안 좋았던 것도 있고 내가 능숙하지 못해서 이 친구가 괜찮다고밖에 말을 못 했구나 그런 생각도 들더라고요. (참여자 9)

상담자로서 알지 못함은 직무유기

참여자들은 자신의 심리적 고통을 해결하고자 상담실에 찾아왔지만, 힘들음을 호소하지 않는 내담자의 반응을 초심상담자로서 해결해야 하는 어려운 과제로 해석해 저항이라 지각하였다. 이로 인해 참여자들은 과거 외상에 다가가 극복하고 싶지만, 한편으로는 피하고 싶은 내담자의 양면적인 갈등을 헤아리지 못했다. 그리고 내담자가 상담을 통해 해결하고자 하는 심리적 고통을 알아내는 데 몰두하였으나 의도대로 되지 않아 답답함, 무력감을 경험했다.

그러니까 애에 대해서 구체적으로 지금 탐색이 안 돼 있는 거예요. 어떤 가정 폭력이 일어났고 애가 뭐 어떤 사건이 있었고에 대해서는... 20회기 되도록 진전이 없는데 자꾸 제가 그 현장에 있는 그 아이를 계속해주고 있긴 하지만 계속 여전히 저는 모르는 거죠. 그런 것들이 조금 답답하게 느껴지긴 했어요. (참여자 2)

자꾸 방어를 한다고만 지각을 했기 때문에 ‘나는 아직도 이 내담자에 대해서 잘 모른다’ 이 생각이 강했기 때문에 자꾸 알려고만 했던 거 같아요. <중략> 저는 ‘아 나는 아직도 이 내담자에 대해서 잘 모른다, 이 내담자의 문제가 뭔지 구체화시켜야 된다’ 이거에만 사로잡혀서 “오늘은 무슨 얘기하고싶어요?”, “상담에서 뭘 얻고 싶어요?” 이거를 계속 질문했던 거 같고 “나는 누구씨가 잘 모르겠다” 이런 얘기를 많이 했던 거 같아요.

(참여자 3)

내담자의 부재는 상담자의 숙제

상담자는 상담 장면에서 내담자가 존재하기 때문에 존재할 수 있다. 즉, 내담자의 결석 또는 일방적인 종결은 상담자로 존재할 수 없게 만든다. 참여자들은 사전 연락 없이 상담에 오지 않거나 합의하지 않은 채 종결하는 내담자의 반응을 저항이라 지각했다. 이로 인해, 내담자의 선택으로 볼 수 있는 조기종결을 상담에 대한 평가로만 해석해 내담자를 돕고자 했던 상담 수행을 의심하며 슈퍼비전을 통해 점검받기를 원했다.

그다음 주에도 학교 전화도 안 받고 메일도 답이 없고 그렇게 아무 연락이 안 오는 거예요. 저는 이런 것도 저항이라 생각되는데 ‘이 내담자가 뭐 때문에 안 왔을까? 이거 보다는 ‘내가 1회기 때 뭘 잘못했나 보다’ 이 생각이 먼저 드는 거예요. <중략> 제가 잘못된 게 분명히 있을 거라는 생각을 하고 그걸 좀 (슈퍼바이저가) 짚어주셨으면 좋겠다는 생각을 한 거 같아요. 이걸 내가 잘했는지, 못했는지 확인받고 싶은 마음이 제일 컸던 거 같아요. (참여자 3)

어떻게 보면 노쇼(No-Show)가 저에 대한 무의식적인 반감이었을 수 있겠다 생각이 들어요. 제가 속도가 안 맞았던가 하고 싶지 않은 얘기를 하게 한다던가 자꾸 자기한테 아닌 거 같은데 제가 설명을 하고 조언을 하고 이런 게 좀 아니라고 생각이 들었나? (참여자 7)

스스로 평가대에 오른 상담자

참여자들은 빠른 말 속도로 쏟아내듯 상황

하게 말하거나 동일한 심리적 어려움을 반복적으로 호소하는 내담자의 특성을 저항이라 지각했다. 즉, 내담자의 반응을 내담자 특성 그 자체로 받아들이는 것이 아닌 상담자의 역량 부족으로 적절하게 개입하지 못한 결과로 해석하여 불안하고 조급했다. 또한, 내담자의 조기종결을 역량이 부족한 상담자의 탓으로 돌리는 외부환경으로 인해 자신의 미해결된 문제를 마주할 때 경험하는 불편함을 드러내는 내담자의 표현을 상담자에 대한 평가로 해석하게 되었다.

내담자가 불편해하면 상담을 안 올 것 같고, 내담자가 불편해하는 점, 그리고 내담자가 상담을 안 오는 점은 곧 저의 역량이 부족하다는 점과 귀결이 되는 그런 판단을 하는 것 같아요. <중략> 근데 저희는 밥줄이 달린 문제라서 안 오게 되면 통계에 남게 되고 그 통계를 바탕으로 해서 위에서 관리하시는 분들이 계시잖아요. 내담자의 저항이라고 표현하지만 그냥 그거는 현실에서는 민원이에요.

(참여자 4)

‘해답은 자기가 얘기를 해보는 방법이 밖에 없지 않나?’ 그냥 저 나름대로 해답을 줌 내린 것 같기도 해요. 뭔가 이 내담자가 계속해서 이 문제를 가져오고 있는데 그러면은 이제 회기가 걸쳐 오면서 뭔가 답을 줘야 될 것 같은 마음도 있었던 것 같고...

(참여자 5)

중간에 제가 끊어서 “그러시군요” 이렇게 해서 명명화를 한다든가 재진술을 한다면 중간에 작업이 들어가야 되는데

제가 그 작업을 못하게 쉬지 않고 계속 얘기해요. 그래서 이게 또 어떻게 저한테 타격이 왔냐면 ‘이 무능리한 인간아. 이렇게 두 페이지를 얘기할 정도까지 개입을 하나도 못했었냐’ 막 이런 자기 비판적인 생각을 너무 많이 했었거든요. <중략> 저는 계속 그런 타이밍만 봤던 거 같아요. 왜냐면 나에게 그 순간에 개입도 못하는 상담자는 정말 무능리한 인간인데 하나라도 개입을 하는 기회가 오면 나는 그걸 해야겠다는 조급함이 있었던 거 같아요.

(참여자 6)

진정성 대신 안전감을 택한 상담자

참여자들은 상담 장면에서 내담자에게 당혹스러움, 분노, 서운함 등을 경험하는 것을 상담자 태도에 부합하지 않은 것이라 여기며 솔직하게 표현할 수 없었다. 진정성을 잃은 상담자는 이러한 정서를 불러일으킨 내담자의 반응을 위협적으로 느끼며 저항이라 지각했다. 그리고 내담자에게서 물러나 자신을 보호했다. 즉, 참여자들은 내담자와 상호작용하며 경험한 정서를 솔직하게 개방하여 내담자의 자기 이해를 돕는 진정성 대신 자신을 보호하며 안전감을 택했다.

솔직히 분노죠. 당혹스러움과 분노. 당혹스러운 이유는 내가 내담자한테 이런 말을 들을 줄은 몰랐다 이런 것 때문에 당혹스러웠고 어떻게 대응하거나 반응해야 될지 모르겠어서 되게 당혹스러웠는데. <중략> 거기에서 나오는 분노는 인간 ***로서의 분노였죠. 근데 그게 상담에서는 인간 ***가 있을 자리가 아니잖아요. 적어도 저는 ‘난 상담자다’라는 거

는 가지고 있었기 때문에 뭘 말을 해도 좋게 나올 말은 없겠다 싶어서 그냥 “예~” 하고 넘긴 거였겠죠. (참여자 6)

전 1시간 정도 차를 타고 운전을 해서 갔는데 그분이 오지 않으니까 허무한거예요. 열심히 왔는데 내담자분이 안 오시니까. 처음에는 한 번 까먹을 수 있지 했는데 두 번 되니까 ‘어 이거 이상한데?’ 생각이 들었었고요. <생략> 못 온다는 문자를 받았을 때 여러 가지 마음이 있는데 그 마음 중에서 상담자인 거 같은 그런 대답을 선택해서 카톡이나 답문을 보내는 거죠. 그때, ‘아 나 ~인 척하고 있구나’ <웃음> 스스로 자각이 되더라고요. (참여자 7)

호흡이 맞지 않는 이인삼각(二人三脚)

힘없는 존재로 느껴지는 내담자

이인삼각(二人三脚)은 둘 중 하나가 달리기를 더 잘해 상대방을 돕는 것이 아니다. 즉, 나와 함께 발이 묶인 상대방은 도와야 하는 약자가 아니라 함께 호흡을 맞추어야 하는 팀원인 것이다. 하지만 참여자들은 외상 사건에 대해 극복하고 싶지만 다가서지 못하는 내담자의 두려운 갈등을 저항이라 지각했다. 그리고 자신의 취약함을 느끼며 드러내는 내담자를 아프고 힘없는 존재로 여기며 함께 견여주는 태도가 아닌 오롯이 상담자 혼자 해결하고자 하는 태도를 보였다.

내담자가 지금 너무 힘들어하니까 조금이라도 물에 빠져 있으면 그냥 튜브라도 던져주는 느낌으로 ‘어차피 네가 수영

해서 나와야 되긴 하는데 튜브가 있으면 좀 편하지 싶다’ 그래서 이제 “잠깐만 덮어볼까? 잠깐만 환기 좀 시켜볼까요?” 이런 식으로. (참여자 1)

애가 지금 자신의 경험에 대해서 뭐가 드러내는 게 힘들구나. 자기 자신에 대한 저항이 계속 일어나고 있구나. 그래서 되게 좀 안쓰러웠어요. 엄청 안쓰럽고 좀 어떻게 해줘야 하지? 이런 쪽에서 조금 그 저항을 좀 집중을 했던 것 같아요. 이 저항을 느꼈을 때 좀 저항에 대해서 안타까움을 느꼈어요. 안쓰러움? 오히려 그렇게 느꼈어요. (참여자 2)

이 사람이 이것을 피하는 것을 ‘준비되지 않았다’를 무의식적으로 보여주는 거라고 받아들였던 거 같아요. 이거를 내가 보기에는 ‘아직 힘들어요’를 주제 바꾸는 것으로 표현하신다는 생각을 했거든요. <중략> 굳이 내 짐작에 힘들어하시는 거 같은데 피하려고 도망가는 사람 등 뒤에다가 피구공 딱 던질 필요는 없지 않나... 그러면은 나아 던지고 시원한데 맞은 사람은 아프잖아요. (참여자 10)

방해물이 된 연결 끈

참여자들은 상담 목표를 무엇으로 할 것인지, 이루기 위해 무엇을 해야 하는지에 대해 내담자와 상호이해 및 합의가 이루어지지 않아 나아가지 못했고 이러한 내담자의 반응을 저항이라 지각했다. 참여자들은 내담자의 회복과 성장을 향해 나아가고 싶지만, 내담자와 끈을 묶고 한 팀이 되어야만 나아갈 수 있는 상담자이기 때문에 나아가지 못해 아쉬워하며

내담자를 기다릴 수밖에 없었다.

일단은 이거 종이 내고 난 뒤로 지금 안 오고 있거든요. <중략> 그래도 한 발 자국 땔 수 있겠다 하는 그때 연락을 다시 하라고 얘기를 했는데 연락이 없어요. 그리고 상담 시간을 잡았는데 안 왔어. 연락도 안 되고. 이게 저항인 것 같아요.

(참여자 1)

상담 목표를 뭘 하고 싶냐고 접근을 하려고 해도 “아무도 날 이해하지 못해요” 약간 이런 거 있잖아요. “뭐 이걸 한다고 해도 뭐 변화할 것 같지는 않지만” 이런 말들을 상담 중간중간에 계속 개가 말을 그렇게 말을 했어요. (참여자 2)

합의되지 않은 과정

이인삼각(二人三脚)을 할 때 팀원과 합의된 방향과 속도가 아닌 혼자만의 방향과 속도로 나아가면 팀원이 넘어져 목표지점에 도달할 수 없다. 참여자들은 내담자가 회복되고 성장할 수 있도록 내담자의 무의식적인 심리적 역동에 관심을 가지고 내담자가 과거에 경험한 정서를 회피하지 않고 느껴보기를 원했다. 하지만 참여자들의 의도와 달리 내담자는 과거 외상 경험에 대해 탐색해 고통스러운 정서를 재경험하는 것 대신 고통스러운 정서로부터 자신을 보호하고자 했다. 참여자들은 이러한 내담자의 반응을 상담 수행에 부합하지 않은 저항으로 보고 상담자에게 불편함과 고통을 호소하는 내담자를 놓친 채 나아갔다.

마치 제 3자가 바라보는 것처럼 계속 설명을 하시는 거예요. 그래서 저는 그때

그 당시의 느낌에 초점을 맞추시기를 바랬었어요. 근데 계속 생각을 하시길래 “아니요, 감정이요. 아니요, 감정이요. 우리가 봐야되는 건 감정이예요” 이러면서... <중략> 이게 계속 피해간다는 느낌이 들어서 조바심이 나고 더 쫓아가는 느낌이 들었던 거 같아요. 분명히 눈에 상이 다 차려졌고 다급함? 조급함? 제가 안달이 난 거죠. (참여자 7)

더 깊게 들어가려고 질문을 하니까 슬래잡기가 시작이 되더라고요. 서두는 내 질문에 대답하는듯하다가 말이 점점 장황해지면서 결론은 탄소리를 하고 있는. 다시 돌아와서 그 질문을 또 했어요. 그랬더니 이분이 말이 길어지면서 또 판 이야기를 하시고. (제가)상담하면서 저항이라 느끼면 쫓아가는 타입인가봐요. (참여자 10)

협력관계에 대해 약해지는 믿음

이인삼각(二人三脚)을 할 때 서로의 발이 맞지 않아 버벅거리는 순간이 있기 마련이고 나와 함께하는 협력자를 믿고 결국 발맞추어 목표지점에 도달할 것이라는 믿음이 분명하다면 순간의 버벅거림은 크게 중요하지 않다. 하지만 참여자들은 내담자의 저항을 지각했을 때 내담자와 협력관계가 되어 나아가고 있다는 믿음이 흔들리고 약해져 상담자로서 내담자를 돕기 위해 하는 것임에도 불구하고 예상되는 내담자의 반응이 두려워 행하지 못했고 협력관계가 끝나게 될까 봐 걱정했다.

결국에는 이제 상담사로서 이 친구한테 도움이 되기 위해서 하는 행동들이지

만 그걸로 인해서 상담실을 안 찾게 되면은 그 친구 입장에서는 상담이라는 게 되게 부정적으로 머릿속에 남을 수도 있는 부분이기 때문에 일 수도 있기 때문에 그런 고민들이 들더라고요. (참여자 4)

이걸 끊어야 할 텐데 내가 지금 개입을 하면 이 여자분의 반응은 어떨까? 이 여자분이 공격적인 성향인데 내가 여기서 말을 끊으면 자기가 무시당했다고 생각하는 건 아닐까? (참여자 6)

정말... 진짜 괜찮아서 “괜찮아요”라고 하는 느낌은 아니여서... 그게 답답했어요. 이 친구가 뭔가 고민이 있어보이는 느낌이 계속 오니까 ‘어떻게 열어야 되지 말문을?’ 거기에 대고 “결과 같이 나눠봤는데 **씨는 사실 제가 보는 느낌으로는 고민이 있는 거 같아요” 이렇게 말할 수도 없잖아요. 뭔가 말을 하면 너무 실례인 거 같은 느낌이었어요. (참여자 8)

문제 속의 힌트

준비된 정도를 알리는 내담자의 신호

참여자들은 내담자에게 아직 먹지 못하는 것을 권했을 때 뱉어내는 것을 저항이라 생각하며 저항이라 지각된 내담자의 반응을 내담자의 준비된 정도와 속도를 나타내는 신호로 여겨 내담자 속도에 맞 맞추어 나가고자 했다. 그리고 자신 또한 개인 분석을 받을 때 해결하지 못한 부분에 직면했을 때 혼란스러움을 느꼈던 경험을 활용하여 내담자의 반응을 준비되지 않은 현 상태를 드러내는 신호로 여기고 존중하고자 했다.

다음에 또 그런 거에 대해서 다룰 기회가 생겼을 때 또 노크하듯이 그럼 거기에 대해서 구체적인 질문을 또 하면 또 그런 반응이 일어나는 거예요. 그러면 또 ‘아 아직 아니구나’ 그럼 또 공감적인 반응 이렇게 또 해주고. 그게 계속 매 회기마다 반복이 됐어요. (참여자 2)

이 내담자한테는 무의식적인 저항이라는 느낌이 들었던 게 내 질문에 집중하지 못하고 있다는 느낌을 받았거든요. 저는 개인 분석 받다가 머리가 혼란스러우면은 상담자의 말이 이해가 잘 안 돼요. 저는 현재 내담자가 그러고 있다고 받아들였거든요. <중략> 그렇다면 이 사람의 현재 상태를 존중해줘야 되지 않나? (참여자 10)

귀 기울여 들은 내면의 소리

참여자들은 상담 수행에 응하지 않는 내담자의 반응을 저항이라 지각했다. 그리고 이를 고통스러운 과거 외상을 극복하고 싶지만, 피하고 싶기도 한 내담자의 양가적인 내적 상태 또는 내면의 욕구를 알아봐 주지 않는 상담자에 대한 정서표현으로 해석했다. 즉, 참여자들에게 저항이라 지각된 반응은 상담자가 내담자의 진정한 내면에 더 닿을 수 있는 계기가 되었다.

뭔가 개가 모르겠다는 말을 진짜 많이 했거든요. 그리고 심지어 저는 그 감정을 같이 느끼잖아요. 나도 같이 혼란스럽게 느끼는데 “너는 살아오면서 계속 이런 혼란스러움을 겪었을 거 아니냐. 얼마나 그 시간이 고통스럽겠냐 그러니까 아무도

너를 이해해 줄 수 없다고 생각하고 심지어 너마저도 너를 이해할 수가 없으니까 그게 얼마나 외롭고 혼란스럽고 고통스러웠을지 나는 정말 뭐 상상도 할 수 없다. 너무너무 애쓰면서 살았겠다” 약간 이런 것들... 그러니까 개가 울더라고요...

(참여자 2)

저는 그 친구가 물러나는 모습을 ‘나한테 빼졌네’ 이렇게 받아들였거든요. ‘내가 원했던 건 이게 아니에요’를 의식하고 했는지는 모르겠지만 표현하는 거 같았어요. <중략> 시간이 지나서 저한테 “사실은” 이러면서 “나 섭섭했다”라고 얘기를 하더라고요. 그래서 어떤 게 섭섭했느냐 이러면서 이야기 나누고 “그래 니가 그렇게 기대를 하고 왔으면 섭섭했겠다” 하면서 이야기를 나눴던 거 같아요.

(참여자 10)

넘어진 자리가 성장의 발판

내담자의 움트기 시작한 새싹

참여자들은 내담자의 “안 할건데요”, “상담이 도움 안 돼요”와 같은 반응을 상담에서 물러나는 행동으로 보고 저항이라 지각했다. 그리고 내담자에게 도움을 주지 못해 좌절했지만, 내담자 반응에만 몰두하지 않고 내담자 자체에 집중하여 내담자의 변화를 파악할 수 있었다. 즉, 따돌림 경험이 많아 위축되어 자신의 불편함을 드러내는 경험이 적은 내담자가 상담 장면에서 자신의 불편함을 드러내는 모습을 보고 내담자의 성장을 확인하고, 삶에 대한 의욕이 없던 내담자의 상담이 도움 되지 않는다는 표현을 삶에 대한 의욕으로 해석할

수 있었다.

불편감을 건강한 방식이든 아니든 표현하는 게 이 친구한테 어렵겠다 생각이 들었는데 어쨌든 자기의 불편감을 표현을 한 거 같아요. 그러니까 반갑게 다가왔던거죠.

(참여자 10)

그걸 같이 진행하고 있는 상담자한테 얘기를 했다는 거는 뭔가 좀 더 내담자가 나아가고 변화하고 싶은... 정말 진심으로 이 주제에 대해서 정말 바뀌고 싶구나... 그리고 그거를 함께하는 저랑 나누고 싶구나 하는 생각이 드는 거 같아서 정말 직접적으로 정말 그 상대방한테 자신이 느낀 감정을 표현한다는 거 자체만으로도 사실 성장인 것 같긴 해요. 뭔가 내담자가 그런 말을 할 수 있게 됐는 거.

(참여자 5)

‘나’에서 ‘상담자’로 나아가는 배움의 기회

참여자들은 내담자의 저항을 지각했을 때 무능한 상담자라는 자기 비난에서 벗어나고자 조급했고 내담자와의 상호작용에서 경험한 자신의 정서를 치료적으로 활용하거나 내담자의 정서를 조율해줄 수 없었다. 그러나 이러한 경험은 초심상담자가 진정으로 내담자를 위한 상담을 하기 위해서는 상담자로서 자신의 정서와 욕구를 알아차리고 내담자에게 진실 되게 다가가 헤아려야 한다는 것을 배우고 성장하는 기회가 되었다.

그 순간에 하지만 이 저항을 보일 때 내가 어떻게 하면 이분을 안전한 마음으로 돌릴 수 있을까를 생각할 정도까지는

도달하지 못한 것 같아요. 나를 공격하네 이 기분에서 그냥 머물렀지 이거를 어떻게 보면 엄마의 마음으로 품어서 ‘그렇게 공격해야만 내가 여지껏 살아남을 수 있었구나. 그렇기 때문에 내가 이렇게 공격적인 태세를 유지하는구나 하지만 여기서는 그럴 필요 없어’라는 식으로 정말 안전한 관계를 형성할 수 있었다면 참 좋았겠죠. (참여자 6)

저도 당황을 하고 긴장을 하고 짜내는 듯한 느낌이 제 스스로 느껴지거든요. “인간관계는 어떠세요?” 하고 “괜찮아요” 하면 “아 다행인 거 같네요. 그럼 가족관계는 어떠세요?” 이게 ‘상담을 하고 있구나’가 아니라 지금 진심으로 상담을 하는 게 아니라 당위적인 면에서 움직이니까 그런 거 같아요. <중략> 저도 욕심이 많고 높은 곳을 바라보고 이 공부 계속 하고 있거든요. 그러다 보니까 저도 나아가야 된다, 발전해야 한다 그런 강박이 심한 거 같아요. 제 욕구가 투영되잖아요. 상담하는 장면에서. 그런 걸 다 빼고 내담자를 위해서 상담을 하고 능숙해지면 알아차림이 중요하단 생각이 듭니다. (참여자 9)

내담자의 낯선 반응은 새로운 학습의 경험

참여자들에게 경험해보지 못한 낯선 내담자의 반응은 상담자로서 어떻게 대처해야 할지 몰라 불안하고 막막한 ‘틀에 맞지 않는 반응’이자 위협적인 저항으로 지각되었다. 그리고 더 나아가 기존에 알고 있던 상담 이론 및 기법만으로는 낯설고 모호한 내담자의 반응을 다루기 어렵다는 것을 경험하고 정형화된 방

식이 아닌 내담자의 욕구 및 상태에 맞는 방식으로 융통성 있게 다가가는 방법을 숙고해 보게 되었다.

상담의 주체는 내담자인데 왜 도리어 질문을 하지 당황스러움이 먼저 앞섰고 근데 이때까지 내담자 특성을 봤을 때 본인이 변화하고 싶지만 변화하기 싫은 마음이 앞서니까 그런 질문으로 자꾸 본질을 조금 다른 쪽으로 이렇게 하는 건가? <중략> 상담은 기본 틀이 있는데 이거를 약간 어겨지는 느낌... 그래서 상담이 이상하게 흘러가고 있다고 생각을 했었는데 내담자가 자기개방을 정말로 지속적으로 원하고 있는데 어찌면 이거를 내가 얘기해 주는 게 내담자에게 도움이 된다면은 그 방향이 맞나? 하는 생각이 들어서 그렇게 하면은 오히려 그게 맞나? 마음 좀 내려놓아볼까? 좀 해볼까? 하는 마음이 같이 들었던 거 같아요. (참여자 5)

‘이 상황에서 내가 어떻게 하지? 내가 상담자로서 어떤 태도를 갖지?’가 더 있었던 거 같아요. 이게 사람 대 사람으로 다가갈 수 있을 거라 생각하거든요. “야 우리 오늘 상담 다 집어치우고 너 진짜 많이 힘들었을 거 같은데” 이렇게 다가간 다던지... (참여자 9)

논 의

본 연구는 해석학적 현상학 방법으로 숙련 상담자로 발달하는 과정에 있는 초심상담자가

지각한 내담자 저항의 본질을 심층적으로 탐구해 내담자의 저항을 다각적으로 이해하고 이에 필요한 초심상담자의 태도를 알고자 했다. 그 결과로 기꺼이 들어가 머물지 못한 세계, 중압감을 느끼는 전문가적 자아, 호흡이 맞지 않는 이인삼각(二人三脚), 문제 속의 힌트, 넘어진 자리가 성장의 발판과 같은 5개의 본질이 도출되었다. 그리고 지속적인 교육을 통해 발달해 나아가는 상담자가 발달 과정에서 보이는 자신의 특성을 이해하고 있으면 상담자로서 직면하고 있는 어려움을 해결하기 위해 보완되어야 할 전문적 태도에 대해 알 수 있고, 상담자를 교육하는 슈퍼바이저 또한 어떤 내용에 초점을 두고 교육하는 것이 효율적일지 판단하는 데 도움이 되므로(심홍섭, 1998), 본 연구는 초심상담자가 지각한 내담자 저항의 본질과 내담자 저항을 해결하는 데 필요한 초심상담자의 태도 및 교육에 대해 통합적으로 논의하였다. 논의점은 다음과 같다.

첫째, 초심상담자가 지각한 내담자 저항은 심리적 고통에서 벗어나기 위해 변화하고 싶지만, 익숙하지 않은 변화 과정이 불편하고 두려워 현재 상황을 유지하고 싶기도 한 내담자의 양면적이고 모순적인 갈등이었다. 본 연구에서 초심상담자들은 치료적 대화를 통해 내담자의 핵심적인 문제와 어려움에 대해 탐색하며 구체화하고자 했다. 이에 내담자는 위협감을 느끼며 자신이 겪고 있는 심리적 어려움을 분명하게 드러내지 않고 짧고 모호하게 표현하는 등의 소극적 태도를 보였다. 초심상담자들은 이와 같은 내담자의 반응을 저항이라 지각했다. 이는 초심상담자의 내담자 저항에 관한 선행연구 결과와도 일치한다(김영미, 양지웅, 2020; 배라영, 최지영 2012; 이선자, 최해림, 2002). 이러한 일치된 결과는 내재 되

어 있는 심리적 어려움을 상담자에게 드러내고 싶지만 이를 직면하는 것이 두렵고 불편하여 숨기고 싶은 양가감정을 가진 내담자의 저항이 상담 과정에서 자연스럽게 나타나는 보편적인 반응(Dewald, 2010; Moursund & Kenny, 2021; Teyber & Teyber, 2020)임을 나타낸다.

그러나 본 연구에서 초심상담자들은 내담자의 저항을 보편적인 내담자의 반응으로 보지 않고 상담자의 부족한 역량에 따른 결과로 해석해 답답함, 무력감을 경험하며 자책했다. 그리고 무능한 상담자라는 자책에서 벗어나고자 내담자의 모든 반응에 ‘고르게 주의를 기울이는 것(evenly suspended attention)’(Freud, 1923: 권석만, 2012에서 재인용)이 아닌 상담 수행에 따르지 않는 내담자 반응에만 몰두하며 조급하고 지시적인 태도를 보였다. 이러한 상담자의 태도는 내담자가 상담 과정에서 경험하는 수치심, 두려움, 불안을 드러내는 저항(Teyber & Teyber, 2020)을 해결하지 못했다. 이는 초심상담자가 상담에서 내담자를 헤아리는 것 보다 상담자의 불안으로 인해 자신의 상담 수행에 더 신경 쓰고 주의를 기울이는 특성(Hale & Stoltenberg, 1988; Skovholt & Ronnestad, 1992)이 있고, 상담이 원활하게 진행되지 않는 어려운 상황에 처했을 때 상담자 자신에 초점을 두고 불안해하고 걱정하며 자책하는 경향이 있다는 선행연구 결과와도 일치한다(김혜인, 최한나, 2017).

이와 같은 연구 결과는 초심상담자가 상담자 교육 또는 슈퍼비전을 통해 내담자가 상담 과정에서 보편적으로 경험하는 내적 상태에 대해 알고 있어야 함을 시사한다. 즉, 내담자 저항의 의미를 알고 해결하기 위해서는 내담자의 내적 상태를 이해하고 존중하는 상담자의 태도와 역할이 중요한데(권은진, 안이환,

2004; 권희경, 안창일, 2001), 이선자와 최혜림 (2002)의 연구에서 초심상담자는 저항을 보이는 내담자에게 위협적이고 지시적인 태도를 보여 내담자가 상담자 개입에 따르지 않고 불만을 표현하는 저항이 증가하는 결과를 초래했지만, 숙련상담자는 저항을 내담자의 자기 문제 표현으로 생각하고 내담자가 보이는 행동이 아닌 내담자 자체에 초점을 맞추고 지지적인 태도로 내담자의 행동 이면의 무의식적 갈등을 이해하고 개입하여 저항을 해결했다. 이와 같이 상담자가 내담자의 저항이 어떠한 내적 과정으로 시작되어 나타나는지 알고, 변화를 위해 무엇이 필요한지 명확하게 알고 있으면 내담자를 돕는 전문가로서 확신과 자신감을 갖게 되므로(Teyber & Teyber, 2020), 상담자 교육 기관 및 슈퍼바이저는 초심상담자에게 상담 과정에서 보편적으로 발생하는 내담자의 내적 과정을 이해시킬 필요가 있다. 더 나아가, 상담자는 내담자가 꺼내기 고통스러운 자신의 사고와 감정을 안전하게 탐색하고 표현할 수 있도록 내담자의 반응에 주의를 기울이고 민감하게 돌봄을 제공하는 안전기지 역할을 해야 하는 것(Bowlby, 2014)에 대한 교육을 제공해야 한다. 이를 통해 초심상담자가 내담자의 저항을 있는 그대로 수용하고 안정감을 제공해 효과적으로 해결할 수 있게 될 것이라 기대한다.

둘째, 초심상담자가 지각한 내담자 저항은 내담자의 심리적 어려움을 돕고자 하는 상담자의 욕구와 의도대로 되지 않는 치료적 난국 상태이었다. 상담자에게는 내담자를 돌보고 싶은 욕구, 영향을 미치고 싶은 욕구, 필요한 사람이 되고 싶은 욕구, 정답을 주고 싶은 욕구 등이 있다(Corey & Corey, 2017). 연구에 참여한 초심상담자들도 어려움을 겪고 있는 내

담자를 도우려고 다가갔으나, 내담자는 상담에 오지만 자신의 심리적 어려움을 드러내지 않거나 상담자의 개입에 따르지 않고 물러서는 반응을 보였다. 초심상담자는 내담자의 심리적 어려움을 알지 못해 돕지 못하는 상태를 견디기 힘들어하며 내담자를 어떻게 도와야 할지 몰라 막막해하며 무력감을 느끼고 좌절했다. 이는 초심상담자가 내담자의 핵심적인 문제가 무엇인지, 그것이 현재 내담자에게 어떻게 작동하여 어떠한 특성과 증상을 일으키는지에 대한 이해를 의미하는 사례 개념화를 어려워하는 특성을 밝혀낸 선행연구 결과와 연관이 있다(김계현, 이윤주, 2002; 손은정, 이혜성, 2002; 이영순, 2010).

그러나 내담자의 저항을 해결하기 위해서는 내담자의 반응을 ‘저항적’이라 판단하지 않고 관찰되는 내담자 반응 그 자체에 관심을 갖고 의미를 알고자 하는 태도가 필요하다(Corey & Corey, 2017). 그러므로 자신의 심리적 어려움을 적극적으로 드러내지 않고 물러서는 내담자의 반응을 상담이 원활하게 진행되지 않는 어려운 상황으로 여기는 초심상담자의 사고 및 태도에 대해 점검해볼 필요가 있다.

즉, 내담자가 상담자의 개입에 따르지 않고 물러나는 저항은 상담에 비협조적인 행동으로 보이지만, 내담자가 현재 자신의 심리적 상태를 상담자에게 드러내고 자신이 직면하기 두려워하는 것이 무엇인지 상담자에게 알려 상담에 협력하는 행동으로도 볼 수 있다(조성호, 1997). 그러므로 초심상담자는 내담자의 저항을 비협조적인 행동으로 판단하거나, 불확실한 상황을 조급하게 해결하려 하지 않고 있는 그대로 수용하며 내담자와 함께 의미를 찾아가는 것이 중요하다.

따라서 상담자 교육 기관 및 슈퍼바이저는

초심상담자에게 상담 과정에서 내담자의 반응을 이해하고 해석할 때 이론적 지식 및 과거 상담 경험을 기반으로 하지 않고, 있는 그대로의 내담자 반응에 호기심을 갖고 의미를 알고자 하는 ‘알지 못함(not-knowing)의 자세’(Gergen & McNamee, 2004)와 어떻게 해야 할지 알 수 없는 불확실한 상황에서 조급해하지 않고 알지 못하는 상태를 견뎌내는 능력인 ‘소극적 수용력(Negative capability)’에 대해 교육할 필요가 있다(Bion, 2018).

이처럼 내담자의 반응을 판단하지 않고 있는 그대로 수용하는 초심상담자의 태도는 내담자에게 치료적 관계로부터 진심 어린 수용과 공감을 받는 경험이 되어 상담자를 보다 더 신뢰하여 적극적으로 자신의 심리적 어려움을 드러내는 효과적인 상담이 이루어질 것이라 기대할 수 있다(이종주, 김진숙, 2020; Moursund & Kenny, 2021).

셋째, 초심상담자가 지각한 내담자 저항은 내담자와 상담자의 취약성이 서로 맞물려 반영되는 역동의 재연(Wallin, 2010)이었다. 이는 스스로 자신을 결함이 많고 부적절한 존재로 여기고 있어 상담자가 자신을 어떻게 평가할지 걱정되고 두려워 자신을 드러내지 못하는 내담자와(Moursund & Kenny, 2021; Teyber & Teyber, 2020) 내담자를 돕고 싶지만 원활하지 않은 상황을 어려워하고 스스로 부족함을 느껴 자책하는 상담자(김길문, 정남운, 2004; 김영미, 양지웅, 2020; 김혜인, 최한나, 2017; 배라영, 최지영, 2012; Teyber & Teyber, 2020)가 맞물려 있음을 의미한다.

내담자는 자신을 부적절하고 가치가 없는 존재로 여길 뿐만 아니라 자신의 심리적 고통을 스스로 해결하지 못해 상담자를 찾는 것에 무능감을 느끼고 비난하는 모습을 보인다. 이

는 내담자의 수치심(shame)으로 볼 수 있다(Greenberg & Paivio, 2008). 즉, 내담자에게는 상담을 시작하는 자체가 수치스러운 경험이며 상담이 자신의 무가치감, 부적절감이 드러나 부정적인 평가를 받고 비난받게 될까 봐 두렵고 위협적인 상황으로 지각될 가능성이 높다(Greenberg & Paivio, 2008; Moursund & Kenny, 2021; Teyber & Teyber, 2020).

따라서 상담자는 내담자가 자신의 취약감을 드러내어도 비난받지 않고 수용받는 경험을 통해 수치심을 극복하여 있는 그대로의 자신을 드러낼 수 있도록 충분한 안전감을 제공하는 것이 중요하다(Greenberg & Paivio, 2008). 그러나 상담자 발달 과정에서 초심 상담자는 내담자보다 상담자인 자신의 내적 상태에 초점을 두는 특성이 있고(Stoltenberg & Delworth, 1987) 내담자의 반응으로 인해 발생한 자신의 부정적인 정서를 적절히 다루지 못해 내담자에게 필요한 돌봄과 안정감을 주지 못하는 소진에 취약하다(이영순, 2010; 최윤미 등, 2002). 그러므로 초심상담자는 상담자로서 어려움을 경험하는 것을 보편적으로 여기고, 스스로 부족함을 느낄 때 자신을 비난하지 않고 자기를 수용하며 보살피는 상담자의 자기자비 태도(Neff, 2003; Neff & Vonk, 2009; Skovholt & Ronnestad, 1992)가 필요하다.

이와 관련된 선행연구를 살펴보면, 상담자의 자기자비 태도가 내담자의 내적 상태를 있는 그대로 존중하고 이해하는 데 긍정적인 영향을 주고 상담자의 소진을 예방하는 데 도움을 주는 것(노지애, 조현주, 2015; 이나은, 김영근, 2019; 이형주, 최해림, 2010, 정주리, 2017)을 알 수 있다.

따라서 상담자 교육 기관 및 슈퍼바이저는 초심상담자에게 상담자의 자기자비에 대해 교

육할 필요가 있다. 이를 통해 초심상담자가 내담자의 저항을 내담자의 취약점이 드러나는 현상으로 보고 수용하며 안전감을 제공할 수 있을 것이라 기대한다.

넷째, 본 연구에서 초심상담자들은 상담자와 내담자가 상호 간에 부정적인 정서를 경험하는 것을 갈등 상황이라 여기고 저항이라 지각했다. 그리고 이와 같은 갈등 상황을 위협적으로 느끼며 내담자 반응에 대한 자신의 부정적인 내적 경험을 솔직하게 표현하는 것을 상담자 태도에 부합하지 않은 것이라 여기고 숨기는 모습을 보였다. 그러나 자신의 내적 경험을 무시하고 내담자를 몰아세우는 상담 수행이 저항을 해결하는 데 한계가 있음을 인식했다. 그리고 자신의 내적 경험을 내담자에게 솔직하게 개방하여 내담자를 이해하고 헤아리는 단서로 활용해 조금씩 밀어붙이는 것을 멈추고 내담자에게 공감적 이해를 제공해 내담자 또한 솔직한 모습을 보였다.

이는 상담자가 내담자와의 관계에서 경험하는 정서를 자각하고 일치된 상태로 내담자에게 전달하여 치료적으로 활용하는 것이 효과적임을 밝힌 선행연구와 맥이 같다(김예실, 이희경, 2020; 김은지, 이희경, 2018; 홍정순, 2017). 그리고 내담자의 저항을 효과적으로 해결하기 위해서는 상담자가 자신의 내적 경험을 내담자에게 솔직하게 전달하고 상담자와 내담자 사이에서 일어나고 있는 현상에 대해 내담자와 함께 탐색하는 것이 필요함을 시사한다(라수현, 김창대, 2022; Teyber & Teyber, 2020; Hill, 2012).

즉, 초심상담자가 지각한 내담자 저항이 내담자를 깊게 이해하게 되는 단서이자 계기가 될 수 있었던 것은 내담자에게 자신의 내적 경험을 숨기지 않고 일치되게 표현하는 상담

자의 진정성(Rogers, 2009)과 상담자가 내담자의 반응에 대한 자신의 생각과 정서를 개방하고 상담자와 내담자 사이에서 일어나고 있는 현상에 대해 함께 탐색하는 즉시성(Hill, 2012)의 긍정적인 영향이었다.

상담자 발달 과정에서 초심상담자는 내담자와 상담자가 상호 부정적인 정서를 경험하는 갈등 상황을 문제로 여겨 인정하기 힘들고, 자신의 부정적인 내적 경험을 내담자에게 드러내어 관계가 더 악화될까 봐 두려워 즉시성 개입을 주저한다(Teyber & Teyber, 2020; Hill, 2012). 그러나 내담자를 효과적으로 돕기 위해 상담 기술을 배우려는 동기가 높을 뿐만 아니라 이를 상담에 적용하기 위해 노력한다는 강점이 있고 슈퍼바이저가 상담자의 자율성을 격려하며 지시와 충고를 제공할 때 불안을 조절할 수 있다(Stoltenberg & Delworth, 1987). 이에 따라 상담자 교육 기관 및 슈퍼바이저는 초심상담자가 내담자의 반응으로 부정적인 정서를 경험하거나 내담자와 갈등 상황에 놓였을 때, 상담자와 내담자 사이에서 발생한 현상을 비롯한 자신의 내적 경험을 내담자에게 개방하여 내담자를 이해하는 단서로 활용할 수 있도록 상담자의 진정성과 즉시성에 대해 교육할 필요가 있다.

다섯째, 초심상담자가 지각한 내담자 저항은 내담자와 상담자의 성장 발판이었다. 본 연구에서 초심상담자들은 내담자가 상담 개입에 따르지 않고 불만을 표현하는 것을 위협적으로 느끼고 이를 저항이라 지각했다. 하지만 초심상담자들은 저항이라 지각된 내담자의 행동 자체에만 집중하는 것에서 벗어나 내담자에 대해 전반적으로 헤아려보았다. 그 결과 자신의 불편함을 드러내는 경험이 적은 내담자가 자신의 불편함을 드러내고, 삶에 대한

의욕이 없던 내담자가 상담에 불만을 표현하는 것은 내담자의 성장이자 변화라는 것을 알 수 있었다. 이는 상담자 발달 과정에서 초심상담자가 좁고 경직된 사고를 가지고 내담자의 반응을 해석하는 것에서 벗어나 새로운 관점에서 내담자의 반응을 바라보고 대응하게 된 상담자 발달 수준 향상(Loganbill, Hardy, & Delworth, 1982)으로 볼 수 있다. 또한, 상담자가 내담자와의 관계에서 문제에 처했을 때 내담자 반응에 대한 상담자의 전제와 생각을 검토해보고 새롭게 해석하고자 하는 태도가 필요하다(김진숙, 2005)을 뒷받침하는 결과이다.

그리고 본 연구에서 초심상담자들은 내담자의 저항을 단순히 경험한 것으로 그치는 것이 아니라 상담자로서의 자신을 돌아보며 저항을 보이는 내담자에게 필요한 태도에 대해 생각해 보는 계기로 삼았다. 이는 상담자가 발달하기 위해서 다양한 이론 학습과 상담 기술 습득도 필요하지만, 무엇보다 실제 상담경험이 가장 중요하고(송수경, 구자경, 2017), 상담자가 전문성을 쌓기 위해서는 상담 회기 안에서 발생한 현상들을 되돌아보며 상담자의 행동, 사고, 정서들을 점검하는 성찰이 중요하다는 주장(김예실, 이희경, 2020; 김진숙, 2005; 손은정, 유성경, 심혜원, 2003; Neufeldt, Karno, & Nelson, 1996)과 일맥상통하다.

따라서 상담자 교육 기관 및 슈퍼바이저는 초심상담자가 내담자의 저항을 전문가로 나아가는 과정에서 성장의 발판으로 삼을 수 있도록 내담자 반응에 대해 새롭게 해석하고자 하는 태도와 상담자인 자신을 돌아보는 태도의 중요성에 대해 교육할 필요가 있다.

본 연구의 함의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 해석학적 현상학 관점으로 초심상담자가

지각한 내담자 저항을 내담자의 내적 작동으로만 보지 않고 상담자와 내담자의 상호작용으로 인한 현상(Langs, 1981)이라는 것에 주안점을 두고 초심상담자가 지각한 내담자 저항의 본질을 파악했다는 것에 의의가 있다. 둘째, 상담에서 내담자의 저항은 보편적인 현상(Dewald, 2010)이라 알려져 있고 상담 장면에서 경험하는 어려움이라고 알려졌지만, 초심상담자가 지각한 내담자 저항에 관한 심층적인 연구가 부족한 실정이다. 본 연구는 초심상담자가 지각한 내담자 저항의 본질을 드러내어 저항을 보이는 내담자에 대한 이해를 제공하였다는 것에 의의가 있다. 셋째, 초심상담자는 상담자 발달과정에서 슈퍼비전을 통해 발달하게 된다. 특히 발달적 슈퍼비전 이론은 상담자의 발달 수준 및 특성에 맞게 교육을 제공하는 것인데(최현국, 2020), 본 연구에서 내담자 저항을 지각한 초심상담자의 체험을 드러내어 초심상담자에 대한 이해와 초심상담자 교육에 도움이 되는 기초자료를 제공하였다는 것에 의의가 있다.

본 연구의 한계 및 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 선정기준에 적합한 초심상담자를 참여자로 하였으나 상담경험에 영향을 줄 수 있는 소유하고 있는 자격증, 경험한 사례 및 회기 수 편차가 존재했다. 그러므로 초심상담자의 선정기준을 보완하고 경험한 사례 및 회기 수 편차가 크지 않은 초심상담자들을 대상으로 한 후속연구를 제안한다. 둘째, 본 연구에 참여한 초심상담자들이 경험한 내담자의 저항은 3회기 이하부터 20회기 이상으로 진행된 회기 수 차이가 존재했다. 그러므로 진행된 회기 수를 선정기준으로 하거나 회기가 진행됨에 따라 변화하는 초심상담자의 내담자 저항 경험을 살펴보는 후속연구를 제안

한다. 셋째, 본 연구에 참여한 초심상담자가 20-30대에 편중되어 있다. 상담자의 개인적 특성인 연령이 연구 결과에 영향을 줄 가능성이 있으므로, 더 다양한 연령대의 초심상담자들을 대상으로 한 후속연구를 제안한다. 넷째, 본 연구는 다양한 상담 경력의 상담자가 지각한 내담자의 저항이 아닌 초심상담자가 지각한 내담자 저항의 본질을 밝혔다. 그러므로 숙련상담자가 지각한 내담자 저항에 관한 후속연구나 초심상담자와 숙련상담자가 지각한 내담자 저항을 비교하는 후속연구를 제안한다.

참고문헌

- 고미영 (2016). 초보자를 위한 질적 연구 방법. 서울: 청목출판사.
- 권석만 (2012). 현대 심리 치료와 상담 이론: 마음의 치유와 성장으로 가는 길. 학지사.
- 권은진, 안이환 (2004). 내담자의 저항과 상담자-내담자간 언어적 상호작용. 상담학연구, 5(1), 17-28.
- 권희경, 안창일 (2001). 성공 및 실패사례의 내담자 저항과 상담자 태도의 상호작용. 한국심리학회지: 임상, 20(1), 19-36.
- 김계현, 이윤주 (2002). 상담자의 사례개념화 수행능력과 상담 경력간의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 14(2), 257-272.
- 김길문, 정남운 (2004). 초보 상담자가 상담 회기 내에 경험한 어려움과 대처 과정: 질적분석. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 16(1), 1-20.
- 김다희, 송미경 (2015). 초심상담자의 심리적 소진 유형에 따른 상태불안과 정서인식 차이. 교육치료연구, 7(2), 229-248.
- 김영근 (2016). 치료적 관계 안에서의 내담자의 변화와 성장. 인간·환경·미래, (17), 111-142.
- 김영미, 양지웅 (2020). 청소년내담자의 저항에 대한 초심상담자의 경험 분석. 학습자중심교과교육연구, 20(3), 759-786.
- 김예실, 이희경 (2020). 상담 과정에서 상담자의 진정성 경험에 대한 질적 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 32(2), 609-638.
- 김은아, 손혜련, 김은하 (2018). 상담에서 전문적 도움추구의 선행요인에 대한 고찰. 상담학연구, 19(1), 87-111.
- 김은지, 이희경 (2018). 초심상담자의 진정성과 작업동맹의 관계에서 자기초점적 주의와 공감적 이해의 매개효과. 상담학연구, 19(5), 191-207.
- 김은혜, 윤아랑 (2017). 초심상담자의 심리적 소진에 영향을 미치는 위험요인과 보호요인들. 인간이해, 38(2), 75-93.
- 김지연, 한나리, 이동귀 (2009). 초심상담자와 상담전문가가 겪는 어려움과 극복방안에 대한 개념도 연구. 상담학연구, 10(2), 769-792.
- 김진숙 (2005). 상담자교육에서 성찰적 실천의 의미와 적용. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(4), 813-831.
- 김혜인, 최한나 (2017). 내담자의 상담에 대한 부정적 반응에서의 상담자 자기대화: 상담자 경력에 따른 차이 분석. 상담학연구, 18(4), 65-80.
- 노지애, 조현주 (2015). 상담자의 자기자비, 마음챙김, 긍정적 사고가 작업동맹에 미치는 영향. 청소년학연구, 22(4), 49-72.
- 라수현, 김창대 (2022). 즉시성 개입에 필요한

- 상담 역량: 개념도 방법을 중심으로. 한국 심리학회지: 상담 및 심리치료, 34(3), 691-718.
- 박승민, 김광수, 방기연, 오영희, 임은미 (2012). 근거이론 접근을 활용한 상담연구과정. 서울: 학지사.
- 배라영, 최지영 (2012). 청소년내담자의 저항에 대한 초보상담자의 심리적 경험. 상담학연구, 13(5), 2483-2503.
- 손은정, 유성경, 심혜원 (2003). 상담자의 자기 성찰(reflection)과 전문성 발달. 상담학연구, 4(3), 366-380.
- 손은정, 이혜성 (2002). 상담자 발달 수준별 사례 개념화의 차이. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 14(4), 829-843.
- 송수경, 구자경 (2017). 초심상담자에 관한 연구 동향. 상담학연구, 18(5), 1-19.
- 심홍섭 (1998). 상담자 발달수준 평가에 관한 연구. 숙명여자대학교 박사학위논문.
- 오현수, 한재희 (2009). 상담전문가 발달과정에서의 좌절극복경험 분석. 상담학연구, 10(1), 109-124.
- 유혜령 (2015). 현상학적 질적 연구의 논리와 방법: Max van Manen의 연구방법론을 중심으로. 가족과 상담, 5(1), 1-20.
- 이나은, 김영근 (2019). 상담자 발달수준, 정서 인식의 명확성, 자기자비 및 공감능력의 구조적 관계. 교육치료연구, 11(2), 245-263.
- 이선자, 최해림 (2002). 내담자 저항과 상담자 개입 특성: 초보자와 숙련자의 비교. 한국 심리학회지: 상담 및 심리치료, 14(1), 1-16.
- 이영순 (2010). 초보 상담자들의 어려움과 역전이 관리능력 및 상담성과 간의 관계. 상담학연구, 11(3), 1021-1035.
- 이종주, 김진숙 (2020). 상담과정에서 상담자에 대한 여성내담자의 경계·불신·신뢰 경험에 대한 현상학적 질적 연구. 상담학연구, 21(2), 1-34.
- 이형주, 최해림 (2010). 상담자의 공감, 상태-특성불안, 완벽주의 부정적 결과가 심리적 소진에 미치는 영향. 인간이해, 31(1), 29-45.
- 정상원 (2018). van Manen의 해석학적 현상학의 방법론적 탐구. 질적탐구, 4(1), 1-30.
- 정주리 (2017). 상담자의 자기자비 불안과 소진의 관계: 자기자비와 공감능력을 매개로. 인간이해, 38(1), 1-16.
- 조성호 (1997). 내담자 저항에 대한 이론적 고찰-정신분석 이론을 중심으로. 심리학의 연구문제, 4, 365-396.
- 최윤미, 양난미, 이지연 (2002). 상담자 소진 내용의 질적 분석. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 14(3) 581-598.
- 최현국 (2020). 상담자 전문성 발달과 상담교육 실태에 관한 고찰. 상담심리교육복지, 7(2), 199-223.
- 최희철 (2010). 계획적 행동 이론을 적용한 상담 추구 의도 예측 모형. 단국대학교 박사학위 논문.
- 홍정순 (2017). 상담자의 진정성과 내담자가 보고한 작업동맹과의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 29(3), 577-605.
- Basch, M. F. (1982). *Dynamic psychotherapy and its frustrations*. Boston, MA: Springer.
- Bion, W. R. (1992). *숙고* (이재훈 역). 서울: 한국심리치료연구소. (원전은 1992년에 출판)
- Bowlby, J. (2014). *존 볼비의 안전기지: 애착이*

- 론의 치료적 적용 (김수임, 강예리, 강민철 역). 서울: 학지사. (원전은 2005년에 출판)
- Corey, M., & Corey, G. (2017). *좋은 상담자 되기 제 7판* (이지연, 김아름 역). 서울: 사회평론아카데미. (원전은 1976년에 출판)
- Dewald, P. A. (2010). 정신치료의 이론과 실제 (김기석 역). 서울: 고려대학교 출판사. (원전은 1974년에 출판)
- Gabbard, G. O. (2007). Unconscious enactments in psychotherapy. *Psychiatric Annals*, 37(4), 269-275.
- Gergen, K. J., & McNamee, S. (2004). 심리치료와 사회구성주의 (김유숙 역). 서울: 학지사. (원전은 1992년에 출판)
- Greenberg, L. S., & Paivio, S. C. (2008). 심리치료에서 정서를 어떻게 다룰 것인가 (이홍표 역). 서울: 학지사. (원전은 1997년에 출판)
- Hale, K. K., & Stoltenberg, C. D. (1988). The effects of self-awareness and evaluation apprehension on counselor trainee anxiety. *The Clinical Supervisor*, 6(1), 49-70.
- Hill, C. E. (2012). *상담의 기술: 탐색-통찰-실행의 과정 제 3판* (주은선 역). 서울: 학지사. (원전은 1999년에 출판)
- Langs, R. (1981). *Resistances and Interventions: The nature of therapeutic work*. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- Loganbill, C., Hardy, E., & Delworth, U. (1982). Supervision: A conceptual model. *The Counseling Psychologist*, 10(1), 3-42.
- Moursund, J. P., & Kenny, M. C. (2021). *상담 및 심리치료의 과정* (서은경 역). 서울: 학지사. (원전은 2001년에 출판)
- Neff, K. D. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250.
- Neff, K. D., & Vonk, R. (2009). Self compassion versus global self esteem: two different ways of relating to oneself. *Journal of Personality*, 77(1), 23-50.
- Neufeldt, S. A., Karno, M. P., & Nelson, M. L. (1996). A qualitative study of experts' conceptualizations of supervisee reflectivity. *Journal of Counseling Psychology*, 43(1), 3-9.
- Rogers, C. R. (2009). *칼 로저스 상담의 원리와 실제: 진정한 사람되기* (주은선 역). 서울: 학지사. (원전은 1961년에 출판)
- Skovholt, T. M., & Ronnestad, M. H. (1992). Themes in therapist and counselor development. *Journal of Counseling and Development*, 70(4), 505-515.
- Stoltenberg, C. D., & Delworth, U. (1987). *Supervising counselors and therapists: A developmental approach*. Hoboken, NJ: Jossey-Bass.
- Teyber, E., & Teyber, F. (2020). *상담 및 심리치료 대인과정접근 제 7판* (장미경, 김동민, 김인규, 유정이, 장춘미 역). 서울: 센케이 지코리아. (원전은 2017년에 출판)
- Wallin, D. J. (2010). *애착과 심리치료* (김진숙, 이지연, 윤숙경 역). 서울: 학지사. (원전은 2007년에 출판)

원고접수일 : 2022. 08. 02
 수정원고접수일 : 2022. 09. 13
 게재결정일 : 2022. 11. 08

A Hermeneutic Phenomenological Study of Client Resistance Perceived by Novice Counselors

Hyomi Park

Inje University / Master

Youngkeun Kim

Inje University / Associate Professor

This study used van Manen's hermeneutic phenomenological approach to examine the essence of client resistance perceived by novice counselors. The novice counselors interviewed for the study were master's students or higher with training experience who were currently conducting counseling more than once a week. In-depth interviews were conducted with 10 novice counselors who perceived client resistance within 6 months. The essence was "A world I was not willing to enter and stay", "A professional self under pressure", "A three-legged race with poor teamwork", "A hint in the problem", "A fallen place as a stepping stone for growth". The essence of client resistance perceived by novice counselors was the client's subjective world that the counselors did not understand, counseling focused on the goal of counseling rather than understanding the client, and a weakened belief in partnership. Beyond that, it was a signal for the client to inform the counselors, as well as a stepping stone for the client's growth and the counselors' learning. This study can help to facilitate discussion about novice counselors' attitudes in the face of perceived client resistance, and can be used as basic data for novice counselor education and development.

Key words : novice counselor, client, resistance, counselor attitude, hermeneutic phenomenological study