

여성 상담자의 임신과 출산, 육아 경험

변시영

조민경[†]

삼성전기 마음건강센터 책임상담사 아주대학교 연구교수

본 연구의 목적은 여성 상담자들의 임신, 출산, 육아 경험의 의미를 탐색하는 것에 있다. 이를 위해 9명의 참여자에게 심층 면담을 실시하고, 현상학적 질적 연구방법으로 자료를 분석하였다. 그 결과 17개의 하위주제와 5개의 대주제가 도출되었다. 첫 번째 주제는 ‘개인적인 삶 전반이 달라짐’으로 엄마의 역할이 생기면서 다채롭고 깊은 감정을 경험하며 삶이 풍요로워지고 세상을 보는 시야가 확장되는 것으로 나타났다. 두 번째는 ‘상담자로서 자신을 잃을까 두려워짐’으로 경력 단절에 대한 두려움, 일과 육아 양립의 어려움, 자기 계발에 집중할 수 없는 어려움과 상담 장면에서 새롭게 경험하는 전이/역전이 나타났다. 세 번째는 ‘나의 변화를 자원으로 활용하려 애씀’으로 변화된 경험을 상담에 잘 활용하고 자신만을 위한 시간을 확보하여 ‘나’를 회복하려고 애쓰는 노력이 나타났다. 네 번째는 ‘더 나은 나로 발전하게 됨’으로 나와 타인에 대한 이해가 깊어지고, 부모 및 자녀 상담에 자신감이 생기는 경험이 나타났다. 마지막은 ‘경력 단절이 아닌 경험의 확장’으로 일과 육아 사이에서의 균형 잡기와 적극적인 자기 돌봄, 지속적인 자기인식 노력은 결국 개인의 성장 경험이 되는 것으로 나타났다.

주요어 : 여성상담자, 상담자 역량, 현상학적 질적 연구, 육아

[†] 교신저자 : 조민경, 아주대학교 사회과학연구소 연구교수, 경기도 수원시 영통구 월드컵로 206

Tel: 031-219-3068, E-mail: minerva01@ajou.ac.kr

 Copyright ©2024, 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.

상담은 내담자, 상담자, 상담자와 내담자의 상호작용이라는 세 주체가 균형을 이루는 작업으로, 상담의 주요 도구라 할 수 있는 상담자가 전 존재로 내담자를 만나고 상호작용하는 관계를 의미한다(권경인, 양정연, 2015). 이러한 상담 관계에 무엇보다 큰 영향을 미치는 것은 상담자의 전문적인 자질이다(최동욱, 한재희, 2019). 이에 상담의 효과를 다룬 많은 선행연구는 상담자 요인의 중요성을 탐색해왔고, 상담의 성과는 상담자가 내담자와 얼마나 진솔하게 공감적으로 돈독히 연합, 신뢰로운 관계를 형성하는가에 가장 많이 좌우됨을 입증해왔다(Corey et al., 1998). 결국 ‘상담에서 가장 좋은 기법은 상담자 자신’(Corey, 2010)이라는 점에서, ‘치료적 도구’로서의 상담자는 상담 관계에서 핵심 요인이 되는 셈이다. 특히 최근에는 세월호를 비롯하여, 거듭된 국가적 재난 사건을 거치며 전 국민적으로 정신건강에 대한 관심이 높아짐에 따라 상담자의 전문성 및 자기 관리의 중요성 역시 강조되고 있는 추세로(이상민, 2020), 상담자의 전문적 자질과 인성적 자질을 포함한 상담자의 질적인 성장, 즉 ‘상담자의 발달’이 무엇보다 중요한 과제로 대두되고 있다(이미정, 박승민, 2015).

그간 상담자의 발달은, 상담 성과를 가져오는 요인 중에서 그 어떠한 상담의 이론적 접근이나 기법의 사용보다 더 중요한 중추적 요인으로 강조되어 왔다(Corey, 2010; Jeffrey, 2014). “어떠한 정신분석가도 자신의 콤플렉스와 내면의 저항의 한계를 넘어설 수 없다”, “상담자는 자신을 통하여 작업을 하기 때문에 효과적인 ‘도구로서 자기(self-as-instrument)’가 되는 것이 필수적이다”와 같은 주장은 ‘상담자의 자기 발달’이 치료적 관계에 있어서 핵심 요인임을 보여주고 있다(Patrick, 2012). 특

히 Skovholt와 Rønnestad(1995)는 상담자 발달은 전생애적으로 이루어지는 것으로, 무엇보다 ‘전문가적 자기 발달’과 ‘개인적 자기 발달’의 통합, 즉 ‘전인적인 상담자 발달’이 중요함을 강조하면서 기존 상담자 발달 이론을 한 단계 진일보시킨 바 있다. 이들에 따르면 상담자가 상위 단계로 발달하기 위해서는 전문가로서의 상담자 발달뿐 아니라 상담자의 개인적, 관계적인 삶의 경험 역시 못지않게 중요하다. 즉, 전문적인 기술 함양뿐만 아니라 자기탐색과 자기성찰을 통한 개인적 자기 발달이 병행되어야 한다는 것이다. 결국 상담자 자신이 개인적인 자기 삶의 경험에 대해 스스로 잘 탐색하고 성찰할 때만이 내담자와의 관계에서 전문가로서의 자기를 잘 활용하여 치료적 자원으로 쓸 수 있다(Skovholt, 2003).

이에 국내 상담자 발달 연구의 동향 역시 변화하고 있는 바, 이전에는 전문가적 자기 발달 과정에 초점이 있었다면 최근에는 상담자로 성장하는 과정에서 개인 내적, 관계적인 면에서의 개인적인 자기 발달의 구체적인 경험이 어떠한지로 확대되고 있는 추세다. 그러나 아직 역전이 관리 능력, 사례개념화 역량 등 그 수준에 따른 전문가로서의 임상적 기술 발달을 살펴보는 양적 연구들이 대부분을 이루고 있어, 상담자 개인의 구체적인 경험을 다룬 질적 연구는 소수에 불과하다(소진선, 이영순, 2015; 손은령, 손진희, 2012; 이미정, 박승민, 2015; 허재경, 신영주, 2015). 하지만 Skovholt와 Rønnestad(1995)가 강조하였듯 상담자 발달에서 상담자의 개인적 자기 발달은 전인적 상담자 발달에서 중요한 축이다. 이에 최근에는 상담자의 전문가적 자기 발달에 초점을 맞춰왔던 기존 연구의 범위를 넘어서 개인적 자기 발달에 영향을 미치는 중요한 경험

에 대해서도 심층적인 연구가 진행될 필요성이 지속 제기되고 있다. 이러한 관점에서 이미정, 박승민(2015)은 총 9명의 상담자를 대상으로 상담수련과정에서 있었던 개인적 자기 발달 경험이 전문가적 자기 발달 경험 속에 어떻게 드러나는지를 질적으로 탐색하였다. 연구 결과 상담자의 개인적 자기 발달 경험은 상담자로서의 자신감과 유능성을 향상시켜주었고, 특히 상처 치유 경험은 상담의 자원이 되어 치유에 대한 사명감과 확신을 가져오는 점이 확인되었다. 이는 상담자의 개인적 자기 발달과 전문가적 자기 발달 경험이 상호긍정적인 영향을 미친다는 점을 드러냈다는 점에서 의의가 있다. 하지만 40세 이상의 참여자만을 대상으로 했다는 점에서 아쉬움이 있다. 손고은과 김명찬(2022)은 상담학을 공부하고 있는 30대 기혼 여성 상담자들이 가부장적 사회에서 자연스럽게 학습해 온 성역할 관념, 상담학을 공부하면서 기존의 틀을 내려놓으려 시도한 과정, 그리고 스스로 주체적인 삶을 살아가면서 존재로서의 자신을 지각하는 모습을 드러내기도 하였다. 그러나 이 또한 자문화기술지 연구로 1명의 상담자만을 참여자로 진행되었다는 점에서 일반화시키기에는 한계가 있다. 이에 이들 연구 모두 20~30대의 상담자 혹은 다양한 계층별 상담자를 대상으로 하는 연구가 수행될 것을 제안하고 있는 바, 상담자의 개인적인 자기 발달 경험에 초점을 맞춘 연구가 좀 더 다양한 발달단계 또는 주제별로 확대되어 진행될 필요성이 제기되고 있다고 보여 진다.

특히 여성의 임신과 출산, 그리고 이어지는 육아는 한 개인의 삶에 있어 그 무엇보다 큰 경험이다. 임신과 출산은 여성만이 생물학적으로 가능하다는 점에서 여성의 일생에서 가

장 중요하고 의미 있는 사건 중 하나이며(장휘숙, 2002), 어머니가 되는 과정은 여성의 삶 속에서 가장 큰 변화가 될 수밖에 없기 때문이다(정은주 외, 2009). 최근 여성의 사회적 진출이 확대되면서 이와 관련된 전통적 여성상에도 많은 긍정적 변화가 일어났지만, 여전히 우리나라에서는 결혼과 출산, 양육이라는 변화무쌍한 소용돌이 속에서 여성이 이에 대한 책임을 전담하기를 바라는 이상적 여성상이 존재하는 것 또한 사실이다(장연집, 2004). 이러한 현실 속에서 여성 상담자가 경험하게 되는 임신, 출산, 육아라는 과정은 전문가로서 뿐 아니라 한 인간으로서의 삶에도 큰 영향을 미칠 수밖에 없다. 이미 직업인으로서 내담자에게 지속적인 돌봄과 헌신을 제공해야 하는 기혼 여성 상담자의 대다수는, 출산 후 가정 내에서도 자녀를 돌보며 성장시켜야 하는 엄마의 역할이 더해지면서 자녀양육과 일을 병행하는 소위 워킹맘 상담자로서의 경험을 할 수밖에 없다(문화정, 2019). 더욱이 ‘엄마’나 ‘모성’에 대한 책임을 강조하는 한국사회의 특성상(김세서리아, 2009) 가정과 일 두 영역 모두에서 돌봄 역할을 수행해야 하는 워킹맘 상담자들은 상담자로서의 균형, 경력 유지의 어려움과 심리적 갈등을 더 크게 느낄 수밖에 없는 환경에 노출되어 있다고 볼 수 있다(문화정, 2019).

한편, 일·가정 양립에 대한 선행 연구들을 살펴보면 주로 일과 가정의 다중역할 수행이 갈등관계일 수밖에 없다고 보는 일·가정 갈등(work-family conflict) 관점과 일과 가정에서 이뤄지는 다중 역할 수행이 서로 긍정적인 효과를 줄 수 있다는 일·가정 향상(work-family enrichment) 관점으로 구분된다(Edwards & Rothbard, 2000; Greenhaus & Powell, 2006). 기존

에는 주로 일·가정 갈등 관점이 우세하였으나 최근에는 한 역할에서의 경험이 다른 역할에서의 삶의 질을 향상시키거나 더 용이하게 하는 시너지 효과를 발생시킨다는 점에서 일·가정 향상 관점에서 바라보는 긍정성이 주목받고 있기도 하다(김도경, 2014). 아직 양 관점 모두에 대한 관점이 분분하거나, 가정 내외 모두에서의 돌봄 역할이 강조됨에 따라 일·가정 양립에 있어서 더 큰 갈등이 예상되는 여성 상담자, 특히 워킹맘 상담자들의 경험은 더욱 심층적으로 다뤄질 필요가 있다.

특히 우리나라는 여성 상담자가 80%의 수준으로, 상담전공 석사과정생 중 여성이 남성의 두 배에 달하는 미국(Schweiger et al., 2011)에 비해서도 여성 상담자의 비율이 압도적으로 높다. 따라서 한국에서 상담자로 살아가는 여성 상담자들, 그 중에서도 워킹맘 상담자로 살아가는 상담자들의 경험을 탐색하는 것은 국내 상담계의 전반적인 운영 현황, 사회문화적 한계 및 개선 방향 등을 모색하는 데 있어 매우 중요한 부분이라 할 수 있다. 더욱이 여성의 일과 가정 양립 문제는 단순히 개인적 이슈로 국한될 수 없는 문화적이고 구조적인 문제로, 최근 자연과학·기술·공학 분야를 중심으로 다양한 학계에서 자녀를 가진 여성 입직 초기 전문가(early career professional)가 경력을 유지하고 개발하기 어려운 사회 전반적인 교육·학술환경에 관심을 가지고 가정친화적인 교육·훈련 환경을 조성함으로써 자녀를 가진 구성원에 대한 실질적인 조력을 강화하고 있다는 점에 주목할 필요가 있다(정애경, 최나연, 2022; Weisgram & Dickman, 2017). 특히 상담 분야는 상담자 스스로가 가장 중요한 치료적 도구가 된다는 점에서 내담자의 보호와 성장 조력, 이로 인한 사회전반의 심리적

안녕이라는 근본적 목표 달성을 위해서라도 여성 상담자의 일·가정의 양립을 단순히 개인적 차원의 문제로 볼 것이 아니라 사회 전반적인 관심과 지원이 필요한 문제로 고민될 필요가 있다.

하지만 상담심리 분야에 있어서 여성의 임신과 출산, 육아와 관련된 연구는 그 필요성 대비 아직 미비한 실정으로 특히 상담자의 경험을 살펴보는 연구는 거의 찾기 어렵다. 실제 여성의 임신, 출산, 양육 관련 연구를 살펴보면, 여성학, 심리학, 간호학 및 의학, 유아교육학 등 여러 분야에서 활발히 전개되어 왔지만(전진경, 2019) 주로 전업주부나 교사, 고학력 여성 등 어머니 자신의 직군이나 자녀의 연령대(예. 영아기, 유아기 등) 등 특정 계층에 따른 여성들의 양육 경험(김성숙, 2015; 전진경, 2019), 어머니의 양육 스트레스 및 양육태도, 대상관계이론을 토대로 한 애착 유형 등 주요 변인과 자녀와의 상호작용(권미경, 2011; 문영경, 민현숙, 2012; 박영아, 2016) 등이 대다수로 상담자에 대한 연구는 거의 찾기 어렵다. 뿐만 아니라 기존에 수행되어온 연구들 역시 양적 연구 위주로 수행되어 왔기 때문에 구체적인 경험 탐색은 부족한 실정이다. 1990년대 이후부터 모성에 대한 경험적 연구들이 등장하기 시작했지만(전진경, 2019) 이 역시 앞서 언급한 특정 계층에 속한 여성을 대상으로 한 것으로 상담자 입장에서는 내담자 이해를 위한 자료로 활용 가능하지만, 치료적 도구로서의 상담자를 탐색으로 한 자료로 활용하기엔 아쉬움이 있다. 일례로 형미정(2020)에 따르면, 경력 상담사의 전문성 발달 경험에 대해 지금까지 연구되어온 질적 연구물들은 총 11편 정도에 불과하고 이 중에서도 임신과 출산 육아 경험을 근접하게 다룬 논문으로는

‘여성 상담자의 상담자 전문직 정체성 발달 경험’을 다룬 연구(허재경, 신영주, 2015)가 유일한 것으로 나타났다. 이 논문 역시 참여자들이 전반적으로 상담자로서 정체성을 형성하는 데 있어 작용한 의지와 열정을 탐색한 것으로, ‘임신과 출산 육아’에 직접적인 초점을 맞춰 다뤘다고 보기는 어렵다. 따라서 여성 상담자들의 ‘임신과 출산 육아 경험’을 직접적으로 그리고 심층적으로 탐색하는 연구의 필요성은 지속 제기된다고 보인다.

물론 심리학 분야에서 상담자의 어머니 되기에 연구가 일부 미술치료에 한정되어 진행되어 오긴 하였지만, 이 역시 미술치료의 특성상 주로 아동을 대상으로 한 상담자의 상담 경험에 국한되기 때문에 아동은 물론 청소년이나 성인 등 폭넓은 내담자 층을 경험하게 되는 상담자의 경험으로 접목시키기에는 한계가 있다. 특히 앞서 수행된 일부 미술 치료자의 경험 연구들의 결과를 살펴보면, 치료자 스스로 엄마로서 부족한 부분에서는 부모 상담에서도 강력한 조언을 하지 못하는 등 치료자로서의 한계를 경험하고 있는 반면(김나리, 장연집, 2015), 자녀 양육을 위해 고군분투하는 과정에서 형성하게 되는 어머니상에 대한 통찰이 자신의 삶을 성숙하게 이끌고 스스로 성장시키는 계기가 되기도 하는 등(김소연, 2013) 아직 그 경험에 대한 해석이 분분하다는 점도 주목할 만하다. 앞서 언급한 허재경, 신영주(2015)의 연구 결과에서는 여성 상담자들의 결혼, 육아 등의 발달 과업이 상담자로서 불균형, 결혼과 출산에 따른 경력 단절에 대한 불안을 야기한 ‘개인적 위기’로 표현되는 등 고충의 측면이 더 강조된 경향이 있다. 결국 여성 상담자들에게 있어 임신, 출산, 양육의 경험이 어떠한 의미를 가지는가에 대한 규

명과 해석은 참여자들의 연령대나 개인 특성, 경험의 시기 등 다양한 요인들이 함께 고려되어 질적으로 탐색 될 때 더 의미 있어질 것이라는 점에서 연구의 필요성이 강조된다.

이러한 필요성에 따라 본 연구에서는 특히 질적 연구방법을 통해 임신, 출산, 육아의 과정을 겪은 국내 여성 상담자들의 경험을 깊이 있게 탐색하고자 한다. 질적 연구는 최근 그 수요가 상담학 분야에서 증가되는 추세이며 참여자의 삶의 경험을 보다 심층적으로 드러내는 방법이라는 점에서(박승민, 2012), 여성 상담자, 특히 워킹맘 상담자의 임신, 출산, 육아라는 주관적 경험을 탐색하고자 하는 본 연구 주제에 적합하다. 현상학적 질적 연구(Giorgi, 2004)는 대상의 생활세계와 그 안에서의 주제적 경험들을 ‘있는 그대로’ 기술하고, 그 다층적 의미들을 해석하는 데 유용하다. 또한 개인적 독특성을 구체적으로 설명할 수 있을 뿐 아니라, 전체 연구 참여자의 경험을 일반적 구조적 진술로 통합할 수 있는 장점 또한 크다. 따라서 임신과 출산, 육아에 대한 상담자들의 경험이 어떠한지, 그 주관적 경험을 탐색하면서 그 의미에 대한 해석을 통해 상담자 발달에 대한 시사점을 얻고자 하는 본 연구의 필요성을 충족시키는 데 적합한 방법이라 판단되었다. 이에 본 연구에서 다루고자 하는 연구 문제는 ‘임신, 출산, 육아를 겪은 상담자의 경험은 무엇인가?’이다.

한편, 자녀 출산 이후 첫 돌이 될 때까지는 현실적으로 상담자가 자신의 경험을 정리하기 어려울 수밖에 없다. 이에 자녀를 출산하고 양육한 지 1년 이상 된 상담자에 초점을 맞춰 그들의 출산, 양육 경험과 그 의미, 변화 과정을 탐색해보고자 하였다. 이러한 과정은 유사하게 임신과 출산, 양육의 과정을 겪은 여성

상담자들의 전문성 관리 및 발달에 도움이 되는 교육 과정 개발에 유용한 자료로 활용될 수 있을 것이다.

방 법

연구 참여자 선정

본 연구의 참여자는 임신, 출산, 육아의 과정을 경험한 국내 여성 상담자 9명이다. 연구 참여자의 나이, 자녀 수, 자녀 나이 및 성별, 전체 상담경력, 임신·출산·육아 이후의 상담경력, 임신·출산·육아로 인한 휴직 기간, 근무기관, 학력은 표 1과 같다. 인터뷰 시점을 기준으로 이들은 모두 출산 한지 1년이 지났으며 상담과 육아를 병행하고 있던 상태였다. 참여자 중 조부모와 함께 거주하고 있는 경우

는 없었으며, 모두 기혼상태로 남편과 함께 아이를 기르고 있었다. 더불어 첫 아이를 임신하기 전까지의 결혼 기간은 3년 이하였다. 참여자들은 최소 4년에서 최대 12년의 상담경력을 가지고 있었으며 임신, 출산 육아로 인한 휴직 경험 기간은 최소 3개월에서 최대 3년 6개월이었다.

연구자들은 적절성과 충분성(유기웅 외, 2012)을 고려하여 본 연구의 목적에 맞게 최적의 정보를 제공해 줄 수 있는 참여자들을 표집 하였다. 우선 적절성 확보를 위해 1)임신과 출산을 경험하였으며 출산 이후 최소 1년 이상의 육아를 경험했을 것, 2) 최소 6개월 이상의 상담과 육아를 병행한 경험이 있을 것, 3) 숙련 상담자로서의 정체성이 확보 될 수 있는 최소기간인 3년 이상의 상담경력(박지영, 김주연, 2016; 이은진, 이문희, 2015)을 가지고 있을 것의 세 가지 선정기준을 설정하여 표집

표 1. 연구 참여자의 인구통계학적 특성

번호	나이	자녀수	자녀 나이/성별	전체 상담 경력	임신·출산·육아 이후 상담경력(휴직 기간)	근무 기관	학력
1	40대 초반	1	8세 / 남	10년	5년 5개월 (1년 5개월)	기업	석사
2	30대 초반	1	1세 / 남	4년	7개월 (6개월)	기업	석사
3	40대 중반	1	3세 / 여	19년	1년 6개월 (3개월)	사실	박사
4	30대 후반	1	4세 / 남	8년	1년 9개월 (1년 3개월)	기업	석사
5	30대 중반	2	7세 / 남녀 쌍둥이	6년	3년 (3년)	대학	석사
6	30대 중반	3	7세 / 남 5세 / 여 쌍둥이	8년	1년 6개월(2년 10개월)	사실	석사
7	30대 중반	1	4세 / 남	7년	2년 8개월 (5개월)	대학	박사 수료
8	30대 후반	1	5세 / 여	12년	2년 10개월 (3개월)	대학	박사
9	30대 후반	2	6세 / 여 4세 / 남	4년	1년 3개월 (3년 6개월)	청소년	석사

하였다. 더불어 충분성 확보를 위해 내용적 포화가 이루어질 때까지 눈덩이 표집(snowball sampling) 방식(Gall & Gall, 2003)으로 참여자를 확보해 나갔다.

자료수집 방법과 절차

본 연구의 자료 수집은 2021년 3월 말부터 6월까지 약 3개월 동안 이루어졌다. 자료 수집 과정에서의 윤리성 확보를 위해 면담 전 참여자들에게 연구의 목적과 절차를 설명하고 면담 질문지를 미리 메일로 송부하였다. 더불어 연구 참여자 정보와 수집된 자료에 대한 비밀보장의 범위를 설명하였으며 자발적인 참여 권리와 함께 언제라도 참여를 거부할 수 있는 권리가 있음을 설명하였다. 연구 참여자들로부터 참여 동의를 받은 후 심층면담이 이루어졌으며, 면담은 60~80분 동안 진행되었고 모든 내용은 녹음되었다. 녹음된 내용은 면담 후 수일 내로 전사되었으며, 모호하거나 불분명한 내용 등 확인이 필요한 경우 추가 면담 과정을 거쳤다. 면담 질문지는 선행 연구에 대한 고찰을 바탕으로 연구자 2인이 함께 초안을 작성하고, 상담심리 전공 박사 2명의 검토 및 예비 면담 과정을 통해 표 2와 같이 최종 질문지를 확정하였다. 실제 면담 시에는

참여자들이 자신의 경험을 충분히 진술하는데 유리하도록 질문 순서를 바꾸거나, “조금 더 자세히 말씀해주세요”, “예를 들어 주세요.”와 같이 구체적인 추가진술에 대한 요청이 있기도 하였다.

자료분석 방법과 절차

본 연구는 여성 상담자들이 임신과 출산, 그리고 육아를 통해 공통적으로 경험하는 것은 무엇이며 그 경험이 어떠한 의미를 가지는지 심층적으로 탐색하기 위해 현상학적 질적 연구방법을 사용하였다. 자료 분석은 Giorgi (2004)의 4단계 분석 절차인 ‘전체에 대한 느낌 파악, 의미 단위 도출, 심리학적 언어로의 변형, 구조적 기술로의 통합’의 과정을 거쳤다. 첫 번째 단계에서는 자료 전반에 대한 느낌과 총체적 의미를 인식하기 위해 연구자들은 가능한 개방적인 태도로 전사된 자료를 반복해서 읽었으며, 연구 참여자의 진술(표현)의 의미를 정확하게 이해하기 위해 애썼다. 두 번째 단계에서는 연구 현상과 관련된 중요한 진술이라고 판단되는 부분을 표시하여 의미 단위로 구분해내는 작업을 진행하였다. 표시한 의미 단위(180개)는 고유번호를 부여하여 엑셀 파일에 따로 모았으며, 다시 반복해서

표 2. 인터뷰 질문 내용

순번	내용
1	임신, 출산, 육아는 한 인간으로서의 삶에 어떠한 영향을 미쳤나요?
2	임신, 출산, 육아 경험은 상담자로서의 삶에 어떠한 영향을 미쳤나요?
3	임신, 출산, 육아 경험이 상담에 미친 영향이 있나요?
4	임신, 출산, 육아로 인해 상담자로서의 성장(발달)에 느낀 어려운 점이 있나요?
5	어려움을 느꼈다면 그에 대해 어떻게 대처하고자 하셨나요?

읽어나가는 작업을 통해 중복되는 내용을 묶고 요약하여 중심의미를 도출 하였다. 세 번째 단계는 도출된 의미단위를 상담심리학적 용어로 변형하는 단계이다. 앞선 단계인 의미단위를 도출해나가는 과정에서는 참여자들의 생생한 경험의 본질을 최대한 잘 드러내기 위해 가능한 참여자들이 사용한 언어(표현)를 그대로 사용하여 중심의미를 표현하고자 하였고, 이번 단계에서는 그 용어들을 학문적으로 표현하고 다듬고자 하였다. 이 과정에서 본 연구 참여자들이 상담심리학 전문가 집단임이 잘 드러났었는데, 이미 연구 참여자들은 자신의 경험을 학문적 용어로 표현(가령, 상담과정에서 ‘전이’가 자주 잘 일어났어요)하여 진술 하였으며, 이에 의미단위를 학문적 용어로 수정하는 본 단계에서는 많은 변형이 이루어지지 않았고 대부분 의미단위에서 사용한 표현(용어)이 그대로 사용되었다. 네 번째 단계에서는 학문적 용어로 변형된 의미단위(중심의미)를 구조적으로 일관성 있게 통합하는 작업을 진행하였다. 연구 참여자들의 경험의 본질에 초점을 맞추어 참여자들이 경험한 현상이 잘 드러날 수 있도록 의미 단위들의 관련성을 비교 검토한 후 통합하여 구조를 도출하였다. 그 결과 최종적으로 43개의 중심의미와 17개의 하위주제, 그리고 5개의 대주제가 도출되었다.

본 연구의 연구자 1명은 상담전공 박사로서 현상학적 연구방법을 포함하여 여러 편의 질적 연구를 진행하였으며, 상담심리사로 활동하고 있다. 다른 연구자 1명 역시 상담전공 박사로서 상담 현장에서 상담심리사로 활동하고 있으며, 다수의 질적 연구 논문을 집필하였고 대학원에서 상담연구방법론 과목을 강의한 경험이 있다. 자료 수집 및 분석 과정은 질적 연구 경험이 있는 상담심리학 전공 교수의 검

토를 받았다. 이는 본 연구결과와 신뢰성과 타당성을 확보하기 위한 과정 중 하나로 Guba와 Lincoln(1981)이 제시한 4가지 평가기준 중 ‘일관성(consistency)’의 기준을 충족시키기 위함이었다. 앞서 제시한 ‘일관성’ 외에 ‘중립성(neutrality)’을 지키기 위해서 연구 주제에 대한 연구자들의 선이해에 대해 충분히 이야기 나누는 시간을 가졌으며, 연구자의 관점 혹은 편견이 면담 내용을 분석하는 과정에서 방해가 되지 않도록 노력하였다. 또한 ‘사실적 가치(truth value)’ 기준을 충족하기 위해서 면담 기록 내용과 분석 결과 내용을 참여자들에게 공유하여 그들의 경험과 일치하는지 검토하였다. 더불어 적용가능성(applicability)의 기준 충족을 위해 참여자 표집과정에서 내용적 포화가 이루어질 수 있도록 하였으며, 연구 참여자 이외에 임신, 출산, 육아 경험이 있는 여성 상담자 2인을 추가로 선정하여 연구 분석결과 내용이 자신의 경험에도 적용 가능한지를 확인받았다.

결 과

‘여성 상담자들에게 임신, 출산, 육아 경험의 의미는 무엇이며, 상담자이면서 동시에 엄마로서 살아가는 경험에서 드러나는 공통적인 현상은 무엇인가?’의 질문에 대한 탐색 결과는 ‘1) 개인적인 삶 전반이 달라짐, 2) 상담자로서 자신을 잃을까 두려워짐, 3) 나의 변화를 자원으로 활용하려 애씀, 4) 더 나은 나로 발전하게 됨, 5) 경력 단절이 아닌 경험의 확장의 다섯 가지 주제로 집약되었다. 도출된 대주제 및 하위 주제 그리고 중심 의미는 표 3에 제시하였다.

표 3. 여성 상담자의 임신, 출산 육아 경험의 주제와 중심 의미

대주제	하위 주제	중심 의미(의미단위 요약)
개인적인 삶 전반이 달라짐	조금 더 좋은 세상이길 바라게 됨	중심 의미(의미단위 요약)
	환경문제에 관심이 생김	
	나와 가족만 생각하던 좁은 시야가 타인으로 확장됨	
	경이롭고 폭넓은 행복감	
	긍정적 감정과 부정적 감정을 더 강하고 다양하게 느낌	
	기쁨과 슬픔을 동시에 느낌	
	내가 아닌, 아이 위주로 살아가게 됨	
	인간관계가 아이를 중심으로 재편됨	
	외로움과 공허함이 사라짐	
	새로운 삶의 의미를 찾음	
상담자로서의 자신을 잃을까 두려워짐	삶에 더 큰 애착이 생김	
	상담에 대한 감을 잃고 있는 느낌	
	객관적인 상담이력에 공백이 생김	
	걱정과 불안	
	아이와 일 사이의에서의 균형 잡기 (갈등)	
	내 아이에게는 죄책감, 직장 동료들에게는 민폐감	
	아이 생각으로 상담에 집중하기 어려움	
	공부할 시간이 부족해짐	
	공부할만한 체력 컨디션을 챙기기 어려움	
	나에게 투자할 금전적 여유가 없어짐	
이전과 다른 전이/역전을 경험함	내 자녀에 대한 마음이 내담아동을 대하며 느껴짐	
	내담자의 부모 입장에 쉽게 전이됨	

표 3. 여성 상담자의 임신, 출산 육아 경험의 주제와 중심 의미 (계속)

대주제	하위 주제	중심 의미(의미단위 요약)
나의 변화를 자원으로 활용하려 애쓰	나의 경험을 상담과 일에 긍정적으로 환원시키려 함	개인적 역할 확장(부모가 됨)으로 내담자 부모입장에 쉽게 전이되며 이를 상담에 활용 역전이 감정을 활용하여 상담을 잘 진행함(내담자가 느꼈을 감정과 내담자 엄마가 느꼈을 감정을 생생하게 접촉함)
	오롯이 나를 위한 시간을 확보하며 '나'를 회복하려 함	주변인의 도움을 적극적으로 구함 나를 돌보는 여유를 가짐 수퍼비전 및 교육 참여로 전문성을 잃지 않으려고 함
	'나'에 대한 이해가 깊어짐	나의 특성(성향)을 돌아보는 계기가 됨 이론적 지식을 실제 상황에서 잘 적용해나가는 지에 대해 스스로를 돌아봄
	내담자 및 타인에 대한 이해와 공감의 정도가 넓고 깊어짐	엄마 됨으로 인해 확장된 경험의 폭이 타인 이해를 수월하게 함 다양한 각도로 내담자의 주변 상황을 바라보고 이해함 이해의 정도가 좀 더 풍부해지고 세채 있어짐
	가족(자녀/부모) 상담에 대한 자신감이 생김	연민의 마음이 커짐으로 인해 분석적 공감이 자동적 공감으로 변화됨 유아동 발달과정에 대한 지식이 경험으로 체화됨 유아동 및 엄마 내담자와의 상호작용이 부드러워짐
	일과 육아 사이에서 균형 잡기	'엄마' 내담자에게 생생한 공감적 이해 다양한 내외부 조력 및 네트워크의 활용 상담 직업의 특수성(지속/복귀 가능성 높음)을 활용
	경력단절이 아닌 경험의 확장	즐거움과 행복한 육아 경험하기 자기 및 한계에 대해 깨어있기(끊임없는 자기분석) 상담과 육아를 병행 할 수 있는 제도적 장치가 필요함
		잠재 역량의 성장 상담에 활용할 수 있는 긍정적 자원이 됨

개인적인 삶 전반이 달라짐

참여자들에 따르면 임신, 출산, 육아는 개인적인 삶 전반이 달라지는 경험이었으며 그동안의 삶의 모습과는 다른 새로운 세상이 펼쳐지는 현상이 나타났다. 다수의 참여자들은 이전에 비해 세상을 보는 시야와 관점이 확장되는 변화가 일어났으며 감정적 측면에서도 이전보다 훨씬 다채롭고 깊은 감정을 느끼는 변화를 경험하였다. 또한 아이로 인해 ‘엄마’의 역할을 우선하게 되었으며, 삶이 보다 풍요로워졌다고 느끼고 있었다.

세상을 보는 시야와 관점이 확장됨

참여자들은 내 아이가 세상에 태어난 후 ‘이 아이가 살아갈 세상’이라는 관점에서 주변을 바라보게 되었으며 세상을 바라보는 시각이 확장되었다고 이야기했다. 내 아이가 살아갈 그리고 내 아이와 같은 소중한 사람들이 살아가게 될 세상은 지금보다 조금 더 나은 세상이길 바라게 되었으며 더불어 사회 및 환경문제에도 더 관심을 가지게 되면서 스스로 일회용품 사용을 줄이는 등의 행동 실천도 하게 되었다. 또한 ‘내 아이가 소중한니, 다른 사람들도 소중하다’는 걸 느끼게 되고 나와 가족 중심으로만 생각하던 좁은 시야가 타인에 대한 관심이 증가하고 연대감의 범위가 확장된 모습이었다.

“이 아이가 커 나갈 세상이 좀 더 좋은 세상이었으면 좋겠다는 그런 마음도 많이 생기고요. 그러니까 사회에 대한 관심이 더 많이 생겨요. 제가 할 수 있는 것들에서... 그래서 지금 후원도 하거든요.

아이가 태어나고 나서 너무 감정적으로 안쓰러운 아이들이 많아지니까 후원도 하게 되는 거죠. 그러면서 제 삶이 그 전엔 되게 협소했었는데 이렇게 많이 더 넓게 보게 되는 거 같아요, 확장되는 느낌.” (참여자3)

“세상을 보는 관점도 그렇고 건강이나 거주에 대한 부분도 그렇고 환경에 대한 부분이 예전에는 좀 미처 생각하지 못했던 부분들도 있고. 특히 환경문제는 제가 살면서 거의 고민하지 않았던 부분인데 이제 우리 아이들이 살아갈 세상이라고 생각을 하니 특히 뭐 플라스틱에 대한 거라든가 물티슈를 사용한다거나 이런 것에 대해서도 많이 고민이 되고 좀 조심하게 되고 그러는 거 같아요.” (참여자6)

“아이를 낳고 나니까, 내 아이가 소중한단 걸 느끼고 나니까 다른 사람들도 소중한단 걸 좀 더 느끼게 되더라고요. (중략) ‘아, 저 사람도 누군가에겐 소중한 자식이겠지!’” (참여자7)

훨씬 다채롭고 깊은 감정을 경험하게 됨

참여자들은 아이로 인해 훨씬 다채롭고 깊은 감정을 느끼게 되었음을 보고하였다. 특히 아이가 주는 기쁨과 즐거움은 그동안 경험한 것과는 다른 차원의 경이롭고 폭넓은 행복감이었는데, 이러한 행복감에 대해 참여자들은 ‘처음 경험하는(참여자4), 경이롭고 신기한(참여자1), 한 번도 생각해 보지 못한 기쁨(참여자2)’이라고 표현하였다. 참여자들이 경험하는 다채로운 감정은 행복감과 같은 긍정적인 것에만 국한되지 않았고 ‘슬픔, 힘듦, 우울’과 같

은 부정적인 감정 역시 이전 보다 더 강하고 다양하게 느끼는 것으로 나타났다.

“그 과정에서 힘든 것도 있고 기쁨들도 있고, 그리고 아이를 키우면서 또 여러 가지 감정들을 느끼게 됐어요. 아, 나한테 이런 감정들이 다양하구나, 내가 이렇게 다양한 감정을 가지고 있구나! 하루에도 아이랑 있으면서 기쁘고 행복하고 좌절되고 우울하고 짜증나고 내 마음대로 안 되는 것도 되게 많고” (참여자9)

“아이가 태어나면서 감정이 되게 다채로워진 거 같아요. 제가 느끼는 감정이, 예를 들면 아이가 태어나니까 아이가 어떻게 하면 기뻐할지를 고민하게 되고 애기가 좋아할 만한 걸 사게 되면 막 가슴이 뛰고 (웃음)아이가 기뻐하는 모습 보면 기분 좋고 근데 또 슬프면 같이 슬프고. 이렇게 다양한 감정 변화가 생기는 거, 근데 이게 저한테는 되게 큰 변화였던 거 같아요. 제가 감정 변동이 그렇게 심하지 않은 편인데.” (참여자8)

“진짜 애가 주는 기쁨이 너무 커서 (중략) 훨씬 더 그 행복감이... 예전에는 저도 자기 문제가 있어서 공허감을 많이 느꼈었는데 이제 그런 것도 많이 사라지고 아이가 너무 꽉 채워주니까, 공허감을 느낄 새도 없이 아이가 꽉꽉 채워주고, 물론 바쁘기도 하고 힘들기도, 근데 행복이 너무 커요.” (참여자1)

‘엄마’라는 역할을 우선하게 됨
참여자들에게 있어 내 삶의 중심은 ‘나’였

던 것이 당연했으나 아이가 태어나면서 그 중심에 아이가 자리 잡았고 나의 삶은 ‘엄마로서의 역할’이 우선 되었다. 자신의 욕구보다 아이들의 욕구를 먼저 생각하는 등 아이 위주로 살아가기를 하고 있었는데, 이에 대해 두 명의 참가자들(참여자2, 참여자6)은 ‘나보다 타인 위주로 사는 삶을 처음 경험하였다’고 표현했으며 이러한 경험은 자기인식(그동안의 자신의 모습을 돌아보게 하는)의 계기로 작용하기도 하였다. 인간관계 역시 아이를 중심으로 재편되어 아이 친구의 엄마들과 가까워지는 등 새로운 인간관계가 형성되었고 자신의 기존 친구들과는 교류가 뜸해지거나 기존 친구들 중에서 자신과 같은 상황(육아 중인 상황)에 있는 친구들과의 교류가 잦아지는 현상이 나타났다.

“항상 나 먼저였고 어떤 나의 욕구나 이런 게 먼저였는데 그런 부분들도 이제 가족과 아이들의 욕구를 먼저 생각하고 뭔가 나 중심에서 타인 중심으로 변하게 된 것도 많이 달라진 점인 거 같아요.” (참여자6)

“저는 제가 제 위주로 살아왔다라고 생각을 안 했거든요. 나를 남한테 배려도 많이 하고 남을 먼저 생각한다고 생각을 했는데 아이를 키우면서 아, 내가 되게 이기적이었을 수 있겠다는 생각도 되게 많이 했고요. 저를 많이 돌아볼 수 있는 계기가 많이 됐고, 특히 저보다는 더 중요한 우선순위인 사람이 생기다 보니, 그런 것도 내 위주가 아닌 남을 위주로 사는 삶을 처음 살아보는 거니까 그런 것도 저한테는 되게 큰 경험이었던 거 같

아요.” (참여자2)

“인간관계가 달라져요. 아이 친구들의 엄마들의 관계가 새롭게 형성이 되었어요. (중략) 또 뜬해지는 관계도 만들어지기도 하고요.” (참여자4)

“친구 관계도 정리가 되는게 결혼 안한 친구들과는 연락 잘 안하게 되고 같은 상황에 있는 육아하고 같이 임신하고 그런 친구들과 교류하게 되면서 공감대도 얻고 서로 지지해주고 그렇게 됐죠.” (참여자9)

삶이 풍요로워짐

참여자들은 아이를 가지기 전에 느꼈던 외로움과 공허함이 사라지고, 대신 아이가 채워주는 정서적 충만감을 느끼게 되었으며 이로 인해 삶이 더 풍요로워 졌다고 보고하였다. 또한 아이로 인해 새로운 삶의 의미를 찾게 되었으며 더 충실히 살고 싶은 마음인 ‘삶에 대한 애착’이 강해졌다고 보고하였다.

“되게 삶이 풍부해진 느낌이 들고 외로울 시간이 없죠. (중략) ‘이게 이렇게 삶을 풍요롭게 만드는 거구나.’ 이런 생각이 들고 여력만 되면 더 낳으면 참 좋겠다 생각까지 드는 거죠.(중략) 어떤 분이 애기 낳고 되게 힘든 부분이 많지만 행복한 게 되게 많다고 얘길 했었는데 그게 뭐냐면, 삶이 별로 재미가 없었거든요. (중략) 더 삶이 풍요로워졌다고 느끼는 거 같아요. 그러니까 그냥 단 둘이 지내면서 여행가고 그러면서 그런 걸로 채워지지 않는 것들이 되게 많았거든요.

‘재미없다. 무료하다.’ 이런 것들이 있었는데 그게 아닌 거죠 이제는...” (참여자3)

상담자로서의 자신을 잃을까 두려워짐

임신과 출산 그리고 육아를 위해서 참여자들은 최소 3개월에서 최대 3년 6개월 동안 상담을 하지 않는 ‘경력 단절’을 경험하였으며 그 과정에서 전문성을 상실할 것에 대한 두려움과 빨리 복귀를 해야 한다거나 관련 공부를 지속해야 한다는 조급함을 느꼈다. 경력 단절 기간 뿐 아니라 상담 현장에 복귀한 이후에도 상담(일)과 육아를 병행하는 것에 어려움을 느꼈으며, 자기 계발을 위해 에너지를 집중하거나 투자하는데 어려움을 느꼈다. 이는 참여자들에게 상담자로서의 자신을 잃게 될 것 같은 두려움을 경험하게 하였으며, 동시에 전문성을 지키고자하는 욕구를 자극시키는 경험이었다. 더불어 현장에서 상담을 진행하면서 이전과는 다른 전이 혹은 역전이를 경험하기도 하였다.

경력 단절로 전문성을 상실하지 않을까 두렵고 조급해짐

참여자들은 상담을 하지 않는 기간 동안 상담에 대한 감을 잃을 수 있다는 두려움과 더불어 객관적인 상담이력에 공백이 생겼고 빨리 상담현장에 복귀하지 않으면 그 공백이 길어질 것이라는 것에 대해 조급함을 느꼈다. 더불어 경력 단절 기간 동안 ‘전문가로서 정체되어 있다 혹은 남보다 뒤처지고 있다’는 걱정과 불안을 경험하였다.

“이러다 사례를 못 다루게 되면 어쩌하지 그런 불안이 있었던 거 같아요. 그

리고 풀타임이 아니라 일주일에 하루 일했던 거라서 이력서 쓸 만한 일을 내가 아무 것도 하지 않았다는, 그 공백이 생기는 거에 대한 불안이 있었어요.” (참여자7)

“육아휴직을 한 3년 했던 거 같아요. 그러다 보니까 공백이 생기면서 경력 단절이란 게 생기고 그리고 나서 이제 일을 좀 해볼까 찾아보게 되면 제 나이에 저랑 같이 공부했던 또래의 누군가들이나 저보다 더 나이 어린 분들의 누군가들은 경력이 있고 하는 그런 비교에서 오는 좌절, 내가 과연 이 경력 단절 이후에 할 수 있는 게 뭐가 있을까? 내가 너무 뒤쳐지는 건 아닐까? 그런 두려움도 막연하게 있었고요.” (참여자5)

“정체된다는 있는 거 같아요. 공부 좀 해야 되는데 (육아에 바빠서) 시간이 진짜 없다. 이렇게. (중략) 아, 내가 정체되고 있구나... 라는 불안이나 걱정은 있어요.” (참여자1)

상담(일)과 육아 양립의 어려움

일(상담)과 육아를 병행하는 과정은 어느 것에 우선순위를 두어야 할 것인가에 대한 갈등의 연속이었다. 아이와 보내는 시간과 일 사이의 시간 분배의 고민, 둘 중에 어느 것이 더 중요한가에 대한 고민이 반복되었으며 그 사이에서 균형 잡기를 하기 위해 애썼다. 모든 시간을 아이와 함께 해주지 못하는 것에 대해 죄책감을 느끼면서 동시에 직장에서는 일에 오롯이 집중하지 못하는 것에 대해 동료들에게 피해를 주고 있다고 느꼈다. 더불어

아이 생각으로 인해 내담자와의 대화에 집중하기 어렵거나 쉽게 소진(burn-out) 되는 등 상담 진행에 어려움을 느꼈다.

“아이가 아프거나 아침에 아이가 아파서 기분이 좋지 않아서 출근할 때면 마음이 좋지 않더라고요. ‘일도 중요하고 아이도 중요한데 이런 상황에서 일에 집중하는 게 맞는 걸까?’ 이런 고민...” (참여자8)

“내가 일을 하는 게 아이에게 괜찮을까 이런 죄책감도 생기고요. 예를 들어 아침에 출근하러 나갈 때 아이들이 어떤 날은 울기도 하잖아요. 그럴 때는 두고 나오면서 ‘내가 뭘 하겠다고 지금 이렇게 까지 하는가?’ 그런 생각들이 많이 들었고, 또 열심히 일을 하고 있는데 아이가 아프대요. 그러면 이제 일을 하다가 중간에 양해를 구하고 들어가야 하면 일을 하는 곳에 민폐를 끼치게 되고. 그런 생각도 해봤어요. ‘만약 누군가의 엄마인 내가 상담을 하는 게 아니라 미혼인 누군가가 여기서 상담을 하고 있었다면 이런 일은 일어나지 않았을 텐데...’ (중략) 일도 집중하지 못하고 육아도 집중하지 못하고 혼란스러웠던 그 시기가 특히 너무 어려웠어요. 다시 전문가로 제대로 일 할 수 있을까 그런 두려움도 있었고 근데 그렇게 하고 집에 가면 피곤하더라고요. 그럼 또 육아도 제대로 못하고 그럼 난 대체 뭘 하겠다는 거지? 이런 회의감도 많이 들었고” (참여자5)

“임신을 했을 때 많이 고민을 했던 게

(중략) 솔직히 태교에 대해 걱정을 좀 했어요. ‘힘들고 안 좋은 이야기를 계속 들어야 하는 게 내 아이한테 좋을까?’ 그런 걱정이 들었었어요. 그래서 임신한 걸 알았을 때 집에서도 그러고 ‘일을 그만 두어야 하나?’ 그런 생각을 초반엔 많이 했었어요. (중략) 만약에 좀 심각한 이야기를 듣거나 할 때 그냥 괜한 죄책감, 왜 태교 때는 아이가 뱃속에 있을 때 좋은 얘기만 들으라고 하잖아요, 근데 ‘아, 내가 지금 이런 얘기를 듣고 있는 게 맞는 걸까?’ (중략) 상담 장면에서는 열심히 듣고 상담실 나와서는 죄책감을 느끼는... 열심히 다 듣고 나와서 죄책감을 느껴 이중으로 힘든 느낌” (참여자7)

자기 계발에 대한 투자와 집중이 어려움

임신, 출산, 육아는 ‘시간적, 체력적, 금전적’ 에너지가 많이 소모되는 과정이었다. 때문에 참여자들은 전문가로서 자기 계발을 위한 노력(예를 들어, 전문 서적 읽기, 사례 연구하기, 학회 참석하기, 교육 분석 받기 등)에 투자할 에너지를 확보하기가 매우 어려웠다고 보고하고 있다. 무엇보다 공부할 시간이 부족해 진 것이 가장 큰 변화였으며, 더불어 공부할만한 체력 컨디션을 챙기기가 어려웠다. 또한 아이가 생기면서 금전적 지출이 커졌고 이로 인해 자신에게(자신의 공부를 위해) 투자할 금전적 여유가 없어졌다. 이렇게 자기 계발에 집중하기 어려워지면서 오히려 전문성 유지 혹은 성장의 욕구는 더욱 뚜렷하게 나타나기도 하였다. 이는 전문가로서의 자신을 잃을 것에 대한 두려움으로 인해 자극된 성장 욕구로 파악되었다.

“제일 큰 거는 ‘시간이 너무 없다!’ 너무 시간이 없더라고요. 이게 사실 사례도 그냥 막 정리하기 보다는 깊게 고민도 해야 되고 그리고 머릿속에 다 담고 있는 게 아니니까 공부도 좀 해야 되잖아요. 또 (수퍼비전)사례모임도 되게 가고 싶고 그런 것도 많은데 시간을 내기가 쉽지가 않아요” (참여자8)

“시간적인 여유가 전혀 없는 거죠. 그런 부분에 있어서 ‘아... 아쉽다.’ 그러니까 이전 시간적인 부분에 있어서의 한계였어요. 그러니까 제가 체력도 그렇고 ‘뭘 아이를 재우고 나서 공부한다?’ 그럴 수가 없는 거죠. 그땐 저도 쉬어야 되는 상황이고요.” (참여자3)

“지금은 수퍼비전이라든가 또는 교육 분석이라든가 이런 걸 너무 하고 싶은데 시간적인 여유도 그렇고 또 이제 금전적인 부분도 그렇고 예전만큼 이렇게 쉽게 하기가 어려운 부분이 있더라고요. 그래서 그런 부분이 이제 조금 상담자로서의 성장에 어려움이 있는 거 같아요.” (참여자6)

이전과 다른 전이/역전을 경험함

참여자들은 임신, 출산 및 육아의 개인적 경험을 하고나서 상담현장에 복귀하였을 때, 이 전에는 경험해보지 못한 전이/역전을 경험한 적이 있음을 보고 하였다. 주로 자신의 자녀에 대한 마음이 내담아동을 대하며 느껴지거나, 내담자의 부모 입장에 쉽게 전이 되는 경험을 한 것으로 나타났다. 참여자들은 새롭게 나타난 전이/역전이 상담 진행에 방

해가 될 수도 있다는 경각심을 느낀 것으로 보인다.

“부정적인 영향은 최근에 제가 느끼는 부분인데요. (중략) 내담아동이 굉장히 수동공격적인 뭐 장난감을 던져버린다거나 이런 부분들이 드러나는데 (중략) 제가 마음이 굉장히 불편하더라고요. 저희 셋째가 좀 그런 성향이에요. 뭔가를 지시했을 때 잘 따르지 않고 자기 고집 있고 그래서 그럴 때 제가 많이 불편함을 느끼는데 그럴 때 제가 갖는 감정과 비슷한 부분이 제가 이 내담아이에게 느껴지더라고요. 그래서 아 이게 내가 잘 다뤄야 되는 부분이다, 이 역전이가 지금 많이 올라와서 그렇다.” (참여자6)

“좀 어려운 점은, 내담자를 있는 그대로 바라보기보다는 저의 경험에 또 간히게 되는 부분도 있더라고요. 예전에는 분명히 내담자에 대한 이해가 어려웠던 부분이 아니었던 거 같은데 지금은 내가 아이가 있다 보니까 특히나 남자아이를 키우다 보니까 상담실에 오는 남자아이를 봤을 때 혹은 다 큰 성인 남자를 봤을 때에도 ‘아, 우리 아이는 어떤 모습으로 자랄까?’ 이것들이 자꾸 생각나거나 아니면 ‘어머니가 그래도 열심히 키우셨을 텐데!’ 이런 마음이 드는 그런 게 생겼어요. (중략) 제가 대학생 내담자들을 많이 만나는데 예전에는 만났을 때는 저와 동등한 입장인 것으로 많이 느껴졌었거든요. (중략) 아이를 낳고 부모라는 되다 보니까 부모의 입장에서 이 친구를 이해하게 되는 부분이 있고 그러다 보니

어떤 부분에서는 공감에 잘 되기도 하지만 사실 어떤 부분에서는 공감이 덜 되는 부분도 있고 그리고 만약에 기능이 굉장히 떨어지는 친구를 만나게 된 적이 있는데, 아주 솔직히 말하면 ‘우리 아들도 나중에 저렇게 되면 어떡하지?’ 걱정도 되는 부분도 있더라고요. 그러면서 ‘아, 이거 진짜 조심해야 되겠다!’ 그 생각이 딱 들더라고요.” (참여자7)

나의 변화를 자원으로 활용하려 애쓰

앞서 제시한 주제와 중심의미에도 나타났듯이 참여자들의 임신과 출산 및 육아 경험은 참여자들의 외적/내적 변화를 이끌었다. 이에 대해 참여자들은 자신들이 경험한 변화를 긍정적 자원으로 활용하고자 애쓰는 모습이 나타났다. 구체적으로는 자신의 개인적 경험(임신, 출산, 육아)을 상담과 일에 긍정적으로 환원시키려고 노력했으며, ‘나(인간으로서의 정체성과 상담자로서의 전문성을 포함)’를 잃어버리지 않도록 오롯이 나를 위한 시간을 확보함으로써 긍정적 성장을 할 수 있도록 애쓰는 모습이 나타났다.

나의 경험을 상담과 일에 긍정적으로 환원시키려 함

참여자들은 자신의 임신, 출산, 육아 경험을 상담 장면에서 적극적으로 활용하는 모습을 보였다. 참여자들은 자신의 ‘엄마 됨’ 경험을 활용함으로써 내담자가 그의 엄마와의 관계에서 나타났을 상호작용 모습과 정서적 경험에 대한 이해의 질을 높였으며, 상담 장면에서 좀 더 생생하고 효과적인 치료 작업을 할 수 있게 하였다.

“내가 부모로서의 역할 이런 것들이 커지면서 좀 더 다양한 각도로 내담자를 이해하게 된거죠. 그런 부분들이 좀 더 깊어지고 좋아지게 된 거 같은데 (중략) 예를 들면 부모로서의 마음상태가, 자식이 아프면 제가 너무 아픈거죠. 그래서 자식이 아프는데 뭐 관심을 안 가지고 뭐 혹은 엄마가 화를 낸다든지 그런게 너무 미워서가 아니고 내가 너무 속상해서 내 자식이 다치는 게 너무 속상해서 화를 내는 거라는 거를 제가 경험을 했기 때문에 그런 결로 되게 분노를 표현하는 내담자들에게 들어주면서 ‘그런데 말이 지, 엄마가 되어 보니 내가 그렇더라.’ 이런 얘기도 할 수가 있는 거죠. ‘너무 속상해요. 나는 내 딸이 조금이라도 다치고 그러면은 내가 너무 속상하더라’ 그런 얘기를 조금 할 수가 있는 거 같아요.” (참여자3)

“너무 이른 나이에 어머니를 상실한 내담자가 있었거든요. 너무 어린 나이에 잃어서 그때 당시의 경험이 지금의 관계에도 영향을 미치는 그런 사례였어요. (중략) 일반적으로 할 수 있는 애도 작업도 있을 수 있겠지만 엄마를 떠나보낼 때의 감정과 엄마를 떠나보내기 전에 상호작용이 있었을 때 어떤 감정이 있었는지, 어떤 감정이었는지를 제가 예상을 하면서 내담자한테 접근해서 탐색하고 이러한 과정에서 엄마가 줄 수 있는 감정, 이미 엄마는 이 자리에 없지만 이 아이가 묘사하는 엄마라면 애한테 이런 말을 해주고 싶을 거 같더라는 생각이 잘 떠오르더라고요. 그래서 아이가 엄마한테

하고 싶은 말이 뭔지 물어보기도 하고 또 엄마라면 너한테 이런 말을 해주고 싶을 거 같다. 이런 얘기를 하는 과정에서 애도 작업이 잘 이루어져 가지고 그때 내담자가 엄마를 떠나보내는, 정리하는 작업이 잘 이뤄졌던 생각이 나요. (중략) 출산 전이었다면 그냥 일반적인 상담 원리를 떠올리면서 정서적인 접촉이 지금만큼 생생하게 잘 되지는 않았을 거 같아요. 해야 되는 작업을 하는 거지, 내가 이렇게 감정적으로 느끼고 진솔하게 내담자에 대해, 내담자가 느꼈을 감정과 내담자의 엄마가 느꼈을 감정을 같이 생생하게 접촉하는 건 좀 부족하지 않았을까 그런 생각이 들거든요.” (참여자8)

오롯이 나를 위한 시간을 확보하며 ‘나’를 회복하려 함

참여자들은 주변인에게 육아 도움을 적극적으로 구하거나 육아에서 벗어난 여유시간을 확보하려 애쓰는 등 오롯이 나를 위한 시간을 확보함으로써 엄마가 아닌 한 개인으로서의 ‘나’를 지키고 회복하려 하였다. 또한 육아에 전념하느라 일을 하지 못했던 기간의 공백을 채우기 위해 상담 슈퍼비전을 받거나 교육에 참여함으로써 전문성을 잃지 않으려 노력하는 모습을 보고하였다.

“주변에 좀 더 제가 명확하게 도움을 요청을 한 거 같아요. ‘남편이나 엄마에게 이거 이거는 난 이렇게 되니 못해, 그러니 이거 이거를 좀 해줘!’ 예전엔 미안해서라도 ‘내가 다 할 게’ 이랬었거든요. 근데 이러다 보니까 이도저도 안 되더라고요. 제가 아까 한계를 봤다고 했잖아요.

그래서 ‘나는 이게 힘들니 이걸 너가 좀 해줘’, 이렇게 하면서 좀 더 도움 요청을 진짜 명확하게 했어요 (중략) 주말에 수퍼비전이나 공개사례발표도 계속 나가려 하고. 주말에 있다고 하면은 옛날엔 무조건 우선순위에서 제쳤었거든요. 근데 이제는 주말에 뭐 있으면 먼저 양해를 구하고 듣고 그랬어요. 전문성 찾으려고 조금씩 이런저런거 두드리면서 배워가기도 하고 검사, 워크숍 이런거 있음 좀 더 가고요. 그렇게 많이 했던 거 같아요.” (참여자5)

“아이돌봄이라는 그런 시스템이 있어서 이제 저의 시간을 확보를 하고, (중략) 그렇지만 오전까지는 아이하고의 시간을 보내고, 그러니까 오후부터 제 시간을 6시까지밖에 안 갖거든요. 제가 원래 계속 상담을 잡아놨었는데 이제 그러지 말자. 저를 위해서 뭔가 지금 뭐 마사지를 받는다든지, 뭐 보약을 먹는다든지 이렇게 해서 나를 좀 지킬 수 있는, 그래야 되겠다는 생각을 하게 되더라고요. 그러면서 마음이 좀 편해졌고요. 뭔가 아이를 내가 계속 돌봐야 된다는 거에서부터도 제가 좀 자유로워졌고요” (참여자3)

더 나은 나로 발전하게 됨

앞서 도출된 결과들처럼 임신, 출산, 육아는 참여자들이 전문가로 살아가는데 제약을 주기도 하였지만, 참여자들로 하여금 이전과 다른 더 나은 나로 발전하게 하는 계기가 되기도 하였다. 구체적으로 살펴보면 무엇보다 자기 자신을 더 깊게 이해할 수 있는 계기가 되었

으며, 더불어 타인을 더 잘 이해할 수 있게 하는 경험이기도 하였다. 여기에서 타인은 상담 장면에서 만나는 내담자를 포함한다. 또한 육아의 직접경험은 유아동 발달 과정에 대한 지식이 경험으로 체화되는 과정이었으며 이에 따라 자녀상담과 부모상담에 대한 자신감이 생기는 결과를 가져왔다.

‘나’에 대한 이해가 깊어짐

내 아이와의 상호작용은 다양한 심리적 역동을 경험하게 하였으며, 이는 자신을 돌아보는 계기로 작용하여 나의 특성을 더 잘 이해할 수 있게 하였다.

“교육 분석도 1년 동안 받았고, 거의 모든 사례를 수퍼비전 받으면서 상담을 해와서 나름대로는 저에 대해서 많이 안다고 생각을 했었어요. 근데 아이를 낳고 나를 모르겠는 게 너무 많이 아이와의 관계에서 나타나더라고요. 그게 막내아이는 저랑 너무 닮았기 때문에 더 그럴 수도 있는데 많은 역동들이 일어나고 그래서 이 아이들을 키우면서 상담자로서 나를 더 돌아보게 되는 계기가 됐던 거 같아요.” (참여자6)

내담자 및 타인에 대한 이해와 공감의 정도가 넓고 깊어짐

‘엄마’가 되는 과정은 이 전에는 무심코 보았던 것들에 대해 주의 깊은 관심을 가지게 하고 새로운 인간관계(가령, 아이 또래의 엄마들)를 맺게 하는 등 참여자들의 경험의 확장을 촉진하였다. 이러한 경험의 확장은 한 사람을 둘러싼 상황을 더 잘 이해할 수 있게끔 하였으며 그 사람의 마음을 더 잘 공감할 수

있게 하였다. 참여자들은 상담 장면에서 만나는 내담자를 포함하여 타인을 이해함에 있어서 이 전에는 비교적 표면적으로만 고려했던 요소들(가령, 양육 환경, 기질적 특성 등)을 조금 더 진지하게 고려하며 다양한 각도로(좀 더 입체적으로) 내담자를 바라보게 되었으며 타인을 이해하는 정도가 더 풍부해지고 색채 있어졌다고 보고하였다. 또한 내담자의 마음을 공감함에 있어서 이 전에는 분석적으로 했던 공감적 반응이 자동적으로 바뀌어 가는 것을 경험하였다고 하였는데, 이는 아이를 낳고 기르는 개인적 경험으로 인해 사람에 대한 연민의 마음이 커졌기 때문이라고 보고 있었다.

“경험의 폭은 훨씬 더 넓어지긴 해요. 결혼을 하게 되면 관계가 더 넓어지잖아요, 근데 아이를 낳게 되면 이게 훨씬 더 확장이 되는 거 같거든요. 또래 엄마들도 만나게 되고, 아이를 잘 양육하기 위해서 뭐가 더 필요할지 관심가지고 그리고 사회적 관심이라든지 이런 게 더 많이 생기기 때문에 실제로 임신, 출산, 육아를 통해서 훨씬 나라는 사람이 더 풍부해지기 때문에 (사람을) 이해하는 폭도 더 넓어진다. 이렇게 생각할 수 있을 거 같아요. 상담을 하면서도 연민이라는 마음도 훨씬 더 많이 생기고, 더 깊이 있게 이해할 수 있는 측면이 분명히 더 있는 거 같아요.” (참여자3)

“아이를 낳기 전에는 내담자를 이해하는 그런 것들이 굉장히 교과서적으로 그러니까 배운 대로, 이를테면 ‘정신역동적으로 어린 시절이 어땠지?’ 글자 그대로

이해를 했던 거 같아요. 근데 아이를 낳고 아이와 관계를 맺는 경험이 있다 보니까 좀 더 색채가 있게 다가오는 느낌이에요. 내담자를 이해하는 데 조금 더 풍부해지는 그런 부분이 있는 거 같아요. (중략) 예를 들면 내담자가 이야기할 때 표면적으로만 공감이 되는 (중략) 머리로 이해되는 정도였다면 지금은 제가 실제로 아이와 상호작용하고 있기 때문에 ‘아, 그 나이 때 아이는 이런 모습이었겠구나, 그때 엄마는 이런 모습이었겠구나.’ (중략) 제 스스로 내담자를 이해하는 데 도움이 되죠.” (참여자7)

“예를 들어 가정 갈등이 있어서 ‘엄마는 너무 자기중심적으로 해요 저는 그게 너무 힘들어요.’ 이런 사례가 있다고 하면 예전엔 그걸 단어 있는 그대로 받아들였다면 이젠 좀 더 그 아이가 양육되었을 때의 환경에 대해 좀 더 이해하게 되고 공감하게 되고 ‘왜 아이는 그런 표현을 썼을까? 그런 엄마의 입장은 뭐였을까?’ 이렇게 시야가 좀 더 넓어졌다고 해야 될까요?” (참여자5)

“전 좀 원래 상담 스타일이 좀 분석적인 경향이 더 강했거든요. (중략) 내담자 감정을 공감을 할 때도 원래는 ‘어떤 감정이지? 이런 감정을 느낄 만 한가?’ 이렇게 이성적으로, 논리적으로 내가 납득이 되어야 그 다음에 공감 반응이 이루어졌던 거 같거든요. 이해가 되어야 감정도 움직였어요. 그랬었는데 출산하고 나서는 얘기를 들으면 막 상상이 너무 자연스럽게 되면서 감정이 너무 많이 느껴

지는 거예요. 근데 이게 특히 어떤 장면이었냐면 내담자가 어린 시절에 느꼈던 감정들, 취약한 존재가 느끼는 그런 부정적인 감정들 있잖아요. 그런 에피소드들을 들을 때 상상이 더 잘 되고 (중략) 그러면서 감정을 추측하기도 전에 자동적으로, 어떤 존재에 대한 연민의 감정이랄까, 그런 게 잘 들었던 거 같아요. 그러면서 내 아이한테 좋은 대상 경험을 해주고 싶잖아요. 엄마는, 그런 것처럼 내담자한테도 좋은 대상 경험을 주고 싶다는 욕구가 많이 생기게 되는데.. 원래는 옛날에는 작업할 때 상담자는 이리이러한 역할을 해야 치료적이다! 이런 기본적인 원리에 기반해서 어떤 작업을 할지를 결정을 했다면 아이 낳고 나서는 되게 자동적으로 ‘좋은 관계 경험을 주고 싶다, 그런 관계 기반을 마련해주고 싶다.’ 그런 욕구가 많이 생기게 된 거 같아요.” (참여자8)

가족(자녀/부모) 상담에 대한 자신감이 생김

참여자들은 이 전에는 이론으로만 알고 있던 유아동 발달 과정에 대한 지식이 경험으로 체화되었다고 보고하였다. 직접 아이를 양육하고 아이의 발달 과정을 생생하게 경험한 후에 유아동 내담자와의 상호작용이 이전보다 부드러워졌으며, 아이를 양육하고 있는 ‘엄마’ 내담자와의 상호작용 역시 부드러워졌다. 특히 ‘엄마’ 내담자들에 대한 생생한 공감적 이해가 나타났다.

“일단 아이들을 키워오고 있고 또 이제 큰 아이는 7살이 되니까 초등학교 올라가는 시기이기 때문에 그 정도 시기의

아이들이 왔을 때 그 발달에 대한 이해는 굉장히 잘 되는 거 같아요. 예전에는 그냥 이론으로 이 시기에 몇 개월 때는 걷고 또 몇 개월 때는 어떤 언어를 이야기하고 이런 게 이론적인 지식이었다면 지금은 좀 말이 빠른 애들은 어느 정도까지 이야기를 하고 이 수준에서 정상범위지만 말이 느린 아이는 어느 정도까지 이야기를 하고 그렇지만 이 정도 범위는 너무 떨어진다. 이런 것들이 좀 경험적으로 많이 알게 됐기 때문에 아이들을 이해하는 데 많이 도움이 됐던 거 같아요.” (참여자6)

“제가 예전에 워킹맘 대상 교육을 했었거든요. 그게 저는 지금 너무 부끄러워요. 돌아보면 제가 너무 아는 척 했구나! 아는 거라곤 책에 적힌 내용밖에 없었는데 책보다 훨씬 많은 걸 경험해서 알고 있는 엄마들 앞에서 내가 아는 척 했다는 생각이 들어서 (중략) 지금은, 육아휴직 후에 복귀하셨던 분에게 제가 했던 실전의 육아팁을 드린 적도 있었고요, 아기 두고 출근하셔야 하는데 애가 막 운다거나 어린이집 안 간다고 하거나 그래서 힘들어 가지고 오셨을 때 ‘애착이 어떻게 형성 되는건데 이런거는 정상이고 이런 건 시간 지나면서 괜찮아지고...’ 이런 걸 설명 드린 적이 있었고요. (중략) 육아휴직 복귀자들을 상담하는데 예전엔 할 말이 없었거든요. 아이에 대해선 얘기할 게 없으니까 그 분들이 회사에 복귀해서 업무에 잘 적응하고 계신지 이런 얘기하고 아이 얘기하면 ‘아. 그래요.’ 하고 끝이었는데 이제는 같이 맞장구치면

서 얘기도 하니까 오히려 상담도 훨씬 더 부드럽게 풀리는 부분이 있고요. (중략) 예전엔 육아휴직 복귀자 만날 때 ‘아 그럼 몇 개월 쉬셨어요? 1년 쉬다 오셨어요?’ 이렇게 ‘쉬다’라는 표현을 썼었거든요. 근데 지금은 ‘쉬다’라는 표현을 절대 안 쓰거든요. 그게 쉬는 게 아니고 회사 생활보다 더 힘들었던, 전 그런 시기였어 가지고. 지금은 ‘몇 개월 육아하다 오셨어요? 애기랑 몇 개월 보내다 오셨어요?’ 이렇게 물어보니까요. 그런 차이에서 느끼는 분위기가 달라서 그런지 더 편하게 상담이 부드러운 분위기에서 많이 진행이 되는 것 같아요.” (참여자2)

“제가 임신했을 때만 하더라도 그냥 상상만 했던 워킹맘의 삶이란 되게 막연히 ‘고되겠다, 힘들겠다 행복하겠다.’ 이렇게 단조로웠다면, 이제는 그 분들과 상담 할 때에 훨씬 더 아주 생생하게 공감하게 되고 표현하게 되요. 예전에는 ‘일을 하면서 이렇게 저렇게 하는 게 정말 대단하다.’ 이 정도였다면 지금은 그 사람들의 삶을 훨씬 더 깊이 있게 이해하게 되었다는 게 큰 변화 같아요. (중략) 얼마 전에 상담 한 워킹맘 내담자께서 ‘남들은 저렇게 다 잘나가는데.’ 이렇게 이야기를 해요. 제가 그 분한테 ‘지금 몇 년간 얼마나 많은 에너지를 쓰셨느냐, 만약에 그 에너지를 모두 커리어에 쓰셨다면 분명히 더 하셨을 거다. 하지만 에너지를 나누었기 때문에 그렇게 느껴지지 않는거다’ 했더니 그 분이 되게 위로를 많이 받으셨었어요.” (참여자4)

경력 단절이 아닌 경험의 확장

한 개인으로서 그리고 여성으로서 임신, 출산 그리고 육아하기는 사회인으로 살아가는 상담자에게 어떠한 의미를 가지는가? 이 질문에 참여자 모두는 ‘경력 단절이 아닌 경험의 확장’일 수 있다고 답했다. 더불어 임신, 출산, 육아를 위한 삶이 상담자로서의 성장에 긍정적인 영향을 미치는 확장된 경험이 되기 위해서는 ‘스스로 일(공부)과 육아 사이에서 균형 잡기’, ‘지속적인 자기인식과 적극적인 자기 돌봄’이 중요하다고 이야기하였으며, 이 모든 경험은 ‘결국에는 성장되는 경험’임을 제안하였다. 또한 학계 차원에서 관련된 제도적 뒷받침을 해 줄 수 있기를 희망하였다.

일과 육아 사이에서 균형 잡기

참여자들은 상담자로서 살아가기와 엄마로서 살아가기 사이에서 균형 잡기에 대해 조언하였다. 균형 있는 생활을 위해서 주변인들과의 적극적 소통을 통해 다양한 내외부 조력 및 네트워크를 활용하는 것이 중요하다고 말했다. 또한 상담자는, 그 직업적 특성상, 육아로 인한 경력 단절 기간이 있음에도 불구하고 복귀할 수 있는 고용 장벽이 높지 않으며, 비교적 파트타임 일자리가 많기에 육아 중에도 물리적 시간을 분배하여 상담을 지속할 수 있다는 장점이 있으니 이를 적극 활용하기를 권하였다.

“상담자들은 자신을 계속 돌아보고 연구해야 하고 공부해야 하는 직업이잖아요. 그래서 그런 부분에 대해서 어떻게 시간을 분배하고 또 양육은 어떻게 가족 안에서 배분이 되고 나의 성장은 어떻게

이뤄갈 것인지를 남편과 많이 의논을 하고 성장을 멈추지 않는 그런 방법들을 스스로 찾아가는 것이 중요한 거 같아요. (중략) 저희 직업이 좋은 게 다른 직업들은 경력이 단절되면 다른 업무를 한다거나 이런 경우를 되게 많이 봤거든요. 좋은 회사를 다녀도 퇴사를 하고 그냥 오전에 파트타임으로 커피숍에서 아르바이트를 하고 오후에는 아이를 데려오는 이런 경우들도 심심치 않게 봤어요. 그런데 저희는 파트타임으로 얼마든지 일을 또 쉽게 시작할 수 있잖아요. 그런 것들이 어떻게 보면 상담업계에서는 전문성을 가지면서도 다시 고용 장벽이 높지 않게 갈 수 있는 거죠.” (참여자6)

“현실적인 조언을 하면 ‘친정이든 시댁이든 어디 옆에 붙어살아라’ (웃음) 누군가의 손이 있으면 제가 조금 더 편해지는 건 또 분명히 있고요. (중략) 할머니는 이제 돈보다는 정으로 해주시는 부분이 되니까 뭔가 조금 더 부탁하는 것도 낮고 아이도 좀 더 잘 있는 거 같기도 하니까 제가 뭐 수퍼비전 받으러 가든 뭐 컨디션이 안 좋은 할 때 좀 더 도움 요청하기가 더 나은 거 같아서 그게 필요한 거 같아요.” (참여자2)

적극적인 자기 돌봄과 지속적인 자기인식

참여자들은 엄마로서 살아가는 과정이 즐겁고 행복하다면 그것이 아이들에게 좋은 영향을 미칠 뿐 아니라 나아가 엄마 개인의 긍정적 성장에 밑거름이 된다는 의미를 담아 육아를 즐거운 경험으로 만들기를 조언하였다. 더불어 엄마의 역할과 상담자의 역할을 동시에

수행해 가면서 부딪치게 되는 한계 상황에 개어있음으로서 상담자 자신과 내담자를 잘 보호할 수 있기를 조언하였다.

“육아의 경험이 좋았으면, 상담자로 성장하는데 도움이 될 수 있겠다는 생각이 들어요. 어떤 사람은 육아를 되게 즐기는 사람이 있어요. 애랑 활동도 많이 하고 뭐도 만들고 늘 재미있고 아이하고 교육적으로도 정서적으로도 호흡도 맞추면서 즐거운 사람들이 있는데 그런 즐거운 육아 경험들은 아이와 좋은 상호작용도 더 많이 했을 거고, 나아가 그런 경험들이 더 좋은 상담자로 발달하는데 도움이 될 것 같아요.” (참여자9)

“엄마가 스트레스를 좀 덜 받아야 되고 엄마가 행복해야 되고 엄마가 좀 편안해야지 아이도 잘 보잖아요. 그런 부분에 있어서는 자기 돌봄이 필요하다는 생각이 들어요. (중략) 자기 돌봄을 잘 한다는 것은, 뭐냐 인식을 잘 하는 사람들이잖아요. 한계를 잘 아는게 (상담자로서도 유리하지만) 아이 키우는 데도 도움이 많이 되요. 저도 뭐랄까, 되게 신경이 날카로울 때가 있거든요. 너무 힘들어서. (중략) 그럴 땐 남편한테 싸인을 보내죠. ‘나 지금 폭발 직전이다.’ 그러면 이제 남편이 ‘아, 내가 지금 아이 데리고 한두 시간 나갔다 올까?’ 이런다든지. 그렇게 좀 싸인을 보내고 자기 돌봄을 할 수 있려면 자기에 대해서 되게 많이 알아야 되죠. 알아차림이 있어야 되는 거 같아요.” (참여자3)

“제 동료는 실제로 임신 중에 상담했던 내담자가 자살했던 경우가 있었어요. (중략) 그래서 만약에 제 후배에게 이야기해준다면, 물론 상담해주는 건 되게 중요한데 이게 막 네 역량을 넘어서거나 그렇다면 이걸 누군가에게 리퍼한다고 해서 비윤리적이거나 그렇진 않다. 얘기해주고 싶어요. 왜냐면 이런 일도 있었어요. 어떤 대학센터에서 만족도 조사 같은 걸 쓸 때 ‘상담선생님이 임신중이셔서 힘든 이야기를 자기가 할 수 없었다.’ 그렇게 쓴 것도 제가 봤거든요. 마일드한 사례 같은 경우는 이야기하기 상관없겠지만 정말 힘든 이야기같은 경우엔 이야기하기가, 상담하러 왔는데, 그것도 좀 위험할 수도 있다고 생각하거든요.” (참여자7)

제도적 도움에 대한 요구

참여자들은 육아 현실에서의 어려움들 중 어떤 부분은 제도적 뒷받침이 있다면 쉽게 해결 될 수 있다는 이야기를 통해 도움을 호소하기도 하였다. 육아가 전문가로서의 경력 단절을 초래하는 것이 아니라 개인적 및 직업적 성장을 촉진하는 요인으로 환원될 수 있기 위해서 필요한 환경적 요인 중 하나가 제도적 도움임을 이야기하는 것이었다. 구체적으로는 상담과 육아를 병행할 수 있는 제도적 장치를 마련하거나, 혹은 이미 마련되어있는 제도를 눈치 보지 않고 당당하게 사용할 수 있는 분위기를 조성할 필요성이 있음을 언급하였다.

“왜 공무원들은 그런 거 있잖아요. 육아를 위해 일찍 퇴근하고 그런거 있어요. 그런 서비스를 (상담실 다니면서도) 받을

수 있음 참 좋겠다. 3시면 퇴근하고 이런 거 있잖아요.” (참여자3)

“육아휴직이란 제도가 있는 것처럼 일과 육아를 병행할 수 있는 단축근무 같은, 요즘에도 그런게 있긴 하는데 좀 더 정당하게, 혹은 당당하게 내밀 수 있는 제도라는 게 있으면, 눈치 보지 않고 갈 수 있는 제도가 있다면 좋겠어요. 육아를 병행할 수 있는 단축근무요. 그거 아니면 파트타임 그 안에 또 다른 제도로써 뭐 주 3회, 뭐 예를 들으면 오전 근무만 혹은 오후 근무만 하는 등, 근무 타임테이블이 좀 다양해졌으면 하는 바람이 있어요. 그럼 저도 육아를 병행하기 좀 더 좋을 거 같아요.” (참여자5)

“저는 육아휴직 좀 더 쓰고 싶긴 했거든요. 쓰고 싶단 생각 들었는데 사실 현실적으로 저희 회사가 제가 빠진 자리에 인력을 충원해주는 시스템은 또 아니잖아요. 그러니까 제가 빠지면 나머지 저희 상담실에 있는 세 사람이서 나머지 일을 1/N 해야 하는, 그러니까 인원 추가가 되는게 아니니까 1/N 로 나뉘가지고 일을 가져가야 하는 걸 뻔히 아는 상황에서 ‘내 애는 내가 키워야 하니까 전 육아휴직 가겠습니다.’라고 저는 차마 얘길 못 하겠더라고요. 그래서 제가 생각하는 최소한의 기간만큼 쓰고 돌아왔는데 그런 부분이 조금 더 인력보충 같은 게 조금만 됐으면 아니면 저희 상담실은 다 가임기 여성이다 보니 인력을 처음부터 좀 여유 있게 융통했으면 좋지 않았을까 라는 생각이 좀 들긴 했었어요.” (참여자2)

“임신했을 때 초기에 단축 근무제 이런 거 있잖아요, 이걸 쓸 수 있는 상황이 되면 좀 잘 챙겨줬으면 하는 거. 이게 풀타임 사람한테만 해당이 될 수 있는데 회사에서 일을 할 때도 상담사들이 자기 권리를 잘 못 찾는 경향이 있는 거 같아요. 눈치 보느라고 못하고 근데 저는 초반에 입덧하고 그럴 때 너무 힘들고 그래서 그 출퇴근에 1시간씩 줄이고 그런 게 너무 좋았거든요! 근데 저 이전에는 썼던 사람이 없었어요. 근데 저한테는 그 2시간이 정말 너무 정말 삶의 질과 일의 질을 높여주는 그런 거였거든요. (중략) 만약 학회에서 약간 상담센터 이런데다가 구조적으로 뭐 임신을 한 초기 상담자들의 근무시간을 좀 줄여주든지 이런 실질적인 도움이 있으면 좋을 거 같아요.” (참여자7)

결국에는 성장되는 경험

타인을 이해하는데 있어서 이론적인 지식만으로는 어려운 경험적 이해를 가능하게 했다는 측면에서 엄마로서의 경험이 ‘나’를 성장하게 한다는 것이 참여자들의 공통된 이야기였다. 참여자들은 이러한 측면을 개인의 성숙이면서 동시에 상담자로서의 성장이라고 말하고 있었다.

“상담 스킬적인 부분에선 전 좀 떨어질 수밖에 없던 생각이 들어요. 왜냐면 공백 동안 어쨌든 상담을 실제로 안 하게 되니까 (중략) 자신의 능력을 회복하는 데까진 그래도 조금 시간이 걸린다 싶긴 한데요. 잠재역량을 놓고 봤을 때는, 그 전에는 예를 들면 육아휴직 (휴직에서

복귀한 직원) 상담할 때 동료 상담선생님이 저에게 신입직원 상담이랑 육아휴직 상담을 바꾸면 안 되겠냐 하시더라고요. 상담 대상이요. 그 선생님은 (육아 경험이 없어서) 육아휴직 복귀자를 만나는 거 자체가 부담스럽다고 하시더라고요. 근데 저는 제가 포괄할 수 있는 대상자가 늘어나는 거 같고, 전반적으로 다른 사람 입장을 좀 더 생각할 수 있는 계기도 되는 거 같고 상담자 개인의 역량 자체에는 되게 도움이 많이 될 수 있다는 생각이 들기는 해요.”(참여자2)

“다른 직업들과는 좀 다르게 임신, 출산, 육아 경험이 상담자들에게는 굉장히 큰 강점이 될 수 있을 거 같아요. 특히 우리가 만나는 대상이 많은 부분이 아동과 청소년이기 때문에 물론 성인들도 있지만, 성인들도 마찬가지로인 거 같아요. 육아는 삶에 대한 굉장히 큰 부분이고 또 여성으로써는 굉장히 큰 경험의 축이기 때문에 상담을 하면서 제가 느낀 건, 물론 공감이라는 것이 꼭 경험이 필요한 것은 아니지만 경험을 했을 때 정말로 그 내담자에게 필요로 하는 것이나 정말로 내담자가 느끼고 있는 것들에 다가가게 되는 그 마음이 조금은 더 다른 거 같아요. 그래서 그 경험 자체가 상담자에게는 굉장히 도움이 되는 큰 도구, 무기가 될 수 있는 거란 생각이 들고요.” (참여자6)

“상담자라는 게 사람에 대한 이해를 중요시여기는 직업이잖아요. 그리고 발달에 대한 공부나 관계에 대한 공부를 많이

하는 직업이라서 (엄마 상담자는) 상대적으로 아이를 키우는 것에 필요한 지식을 다른 사람들보다는 더 많이 가지고 출발을 한다고 생각해요. (중략) 이게 이론적인 지식으론 채울 수 없는 정서적인 측면에 대한 체험과 이해가 더 풍성해진다 면에서 도움이 되는 거 같아요.”(참여 자8)

논 의

본 연구의 목적은 여성 상담자들이 겪게 되는 임신과 출산, 육아는 어떠한지, 특히 이 경험이 치료자로서 상담에 어떠한 영향을 미치는지 그 구체적인 과정을 탐색하는 데 있다. 이를 위해 출산한 지 1년 이상 된 여성 상담 9명을 대상으로 그들의 경험을 확인하였다. 현상학적 질적 연구로 자료를 분석한 결과, 43개의 중심의미와 17개의 하위주제, 그리고 5개의 대주제가 도출되었다. 5개의 대주제는 ‘개인적인 삶 전반이 달라짐’, ‘상담자로서 자신을 잃을까 두려워짐’, ‘나의 변화를 자원으로 활용하려 애씀’, ‘더 나은 나로 발전하게 됨’, ‘경력 단절이 아닌 경험의 확장’이었다. 이러한 결과는 여성 상담자들이 임신과 출산, 육아 과정을 통해 어떠한 변화를 겪고 있고, 그 변화를 통해 개인 및 상담 전문가로서의 삶과 상담에 어떠한 영향을 받고 있는지를 보여주고 있다. 이는 특히 여성 상담자의 육아 경험을 탐색하는 연구가 부족한 실정 속에서 그 경험을 생생하게 반영함으로써, 유사한 경험을 하였거나 이후 하게 될 여성 상담자들에게 공감되는 자료로 활용되는 한편 궁극적으로는 내담자에 대한 이해와 전문성을 높이는

데에도 기여할 수 있다는 데 그 의의가 있다. 이에 참여자들의 경험에서 도출된 주요 결과를 바탕으로 논의하면 다음과 같다.

먼저, 본 연구 결과 나타난 5개의 대주제는 여성 상담자들의 임신과 출산, 육아로 인해 발생하는 변화와 이에 대처해가는 상담자의 경험으로서 그 과정(process)를 구체적으로 보여주고 있는데, 이는 상담자의 발달 과정에서의 좌절극복과정을 탐색한 오현수(2008)가 제시한 ‘변증법적 자기 확장’ 프로세스와 연관 지어 해석될 수 있다. 정(正), 반(反), 합(合)의 공식을 가지고 있는 변증법적 세계관에 따르면, 모든 생명체는 낮은 단계에서 높은 단계로 이행할 때 인식의 면에서나 존재의 면에서 자기부정의 과정을 거치고, 이 과정을 거쳐야만 다음 단계에서 더 발달된 상태를 간직할 수 있다(Tomas, 2006). 따라서 A(정립)은 그 단계에 의해 B(반정립)가 필연적으로 나오게 되고 이 둘은 대립하지만 이 대립은 A와 B에서 서로 매개하면서 A와 B가 모두 포함되어 있는 C(생성)로 화해하게 된다. 실제 평균 나이 49.5세, 상담경력 20.63년에 해당하는 8명의 상담 전문가들의 발달 경험을 탐색한 오현수(2008)는 연구에 참여한 상담자들 역시 발달 과정에서 맞게 되는 다양한 도전과 좌절 경험을 통해 새로운 자기로의 질적인 변화가 일어나고 있음을 보여주었다. 즉, 이미 형성되어 있는 기존의 자기(A, 정립)가 상담자로서의 도전적 경험인 어려움으로 좌절된 자기(B, 반정립)와 맞닥뜨림으로써 전혀 다른 새로운 제 3의 자기(C, 생성)로 통합되고 확장되어가는 과정을 경험한다는 것이다.

본 연구 결과 나타난 참여자들의 변화 과정 역시 이와 일치하는 것으로 나타났는데, 특히 5개의 주제 중 세언에 해당하는 ‘경력 단절이

아닌 경험의 확장'을 제외한 '개인적인 삶 전반이 달라짐', '상담자로서 자신을 잃을까 두려워짐', '나의 변화를 자원으로 활용하려 애씀', '더 나은 나로 발전하게 됨'의 4가지 결과를 이에 접목시켜 보면 여성 상담자들은 이미 형성되어 있는 기존의 자기(A, 정립)에서 임신, 출산, 육아로 인한 엄청난 변화를 경험하게 됨에 따라 개인의 삶이 완전히 달라지고, 상담자로서의 정체성 상실에 대한 두려움을 느끼게 되는 자기(B, 반정립)를 맞닥뜨리게 되지만, 이러한 변화를 자원으로 활용하려고 애쓰면서 출산 이전과는 다른 더 나은 새로운 자기(C, 생성)로 발전하게 되었다. 결국 연구 참여자들의 임신과 출산, 육아의 과정은 상담자로서의 발달을 계속하려는 상담 전문가 측면에서 볼 때, 이를 방해하는 좌절요인으로 발달 침체를 이루게 하는 것처럼 인식되기도 했다. 하지만 이는 일시적인 현상이었고 오히려 참여자들은 자신의 시들지 않는 발달 육구를 충족시키기 위한 적극적인 노력을 통해 이전과 다른 자기의 확장을 경험하면서 내담자와 상담에 대해 더욱 깊이 있게 이해할 수 있는 새로운 자기를 형성함이 확인되었다.

이러한 결과는 여성 상담자의 임신, 출산 육아 경험이 상담치료에 어떠한 영향을 미치는가에 대한 참여자들의 해석이, 긍정적이거나 부정적으로 갈리는 등 아직 분분한 가운데, 이는 충분히 양립할 수 있을 뿐 아니라 시간의 지연, 본인의 노력, 새로운 시야의 획득 등에 따라 궁극적으로는 긍정적으로 기여하는 측면이 더 많음을 보여주는 결과라 하겠다. 특히 일·가정 향상 관점(Greenhaus & Powell, 2006)과도 접목시킬 수 있는 결과로, 본 연구 결과 나타난 참여자들의 새로운 자기 경험은 일·가정의 양 영역 간에 긍정적인 시너지가

도출되는 과정에서 도구적 경로(instrumental path)와 정서적 경로(affective path) 모두 발생하는 것으로 설명될 수 있다. 도구적 경로란 한 영역에서 획득한 자원 또는 기술의 긍정적 효과가 다른 영역으로 옮겨지는 경로를, 정서적 경로(affective path)는 한 역할의 자원이 긍정적인 감정을 촉진하고, 이것이 타 영역으로도 전이되어 다른 역할에서의 성공적 결과와 긍정정서를 유발시키는 경로를 뜻한다. 따라서 본 연구에서 참여자들이 본인의 임신, 출산 및 육아 과정을 통해 유아동의 발달 과정에 대한 전문지식이 쌓이고, 자녀상담 및 부모상담에 대한 상담 기술이 향상된 것은 도구적 경로에, 스스로의 비약적 감정 접촉과 내담자에 대한 깊은 공감, 이를 통해 질적으로 달라진 상담자로서의 자기 자신에 대한 자신감을 획득한 것은 정서적 경로에 해당한다고 볼 수 있다.

다음으로, 여성 상담자들의 임신, 출산 및 육아 경험은 상담자 발달에 있어서 '결정적인 사건'(critical incidents), 즉 상담자의 작업에 영향을 주는 개인의 전문적 발달 내에서의 유의미한 사건들이며 발달의 촉진제이나 전환점을 이루는 것(Furr & Carroll, 2003)임이 확인되었다. 상담자의 발달 과정에서 결정적 사건이란 상담자로서의 전문성의 변화에 유의미한 영향을 미친 사건 혹은 순간을 의미하는 것으로, 이는 좋던, 싫던, 기대하든 그렇지 않든 간에 개인이 삶을 점검하고 책임질 기회를 부여하게 된다(이승은, 2020; Reeves, 1999). 본 연구 결과 나타난 상담자들의 임신, 출산, 육아로 인한 삶의 변화는 특히 '개인적인 삶 전반이 달라짐'이란 결과에서 도출되었듯, 자신보다 타인을 우선으로 살아가는 이타성, 감정의 폭과 종류의 확장성 등 이전과는 완전히 다른

삶으로의 재편을 의미하는 것이었다. 그리고 이러한 변화는 ‘더 나은 나로 발전하게 됨’에서 확인되었듯, 엄마 또는 부모로서의 개인 삶에만 영향을 미치는 것이 아니라 상담자로서 내담자 및 타인에 대해 갖게 되는 공감과 이해의 폭이 확대되는 전환점이 됨에 따라 전문가로서 이전과 다른 성장을 경험하게 된 것으로 나타났다.

구체적으로 살펴보면, 참여자들은 임신, 출산, 육아를 경험하기 이전의 자신과 임신, 출산, 육아를 경험하기 이후의 자신은 상담자로서 뚜렷한 변화가 있었음을 보고하고 있었다. 아이와의 상호작용으로 경험하게 된 다양한 심리적 역동은 자신과 타인에 대한 이해를 확장시켜 내담자에 대한 공감적 반응에서의 변화(과거의 공감이 분석적이었다면 지금의 공감은 자동적)를 가져왔다. 또한 지식이 아닌 경험으로 체화된 육아 경험은 참여자들로 하여금 육아 또는 양육을 둘러싼 문제들에 대해 자신감을 느끼게 해주었고, 이는 자녀상담과 부모상담의 전문가로 거듭나게 하는 계기가 되었음이 확인되었다. 이렇듯 여성 상담자들에게 ‘임신과 출산, 육아’는 그들의 상담자로서의 성장과 발달 과정에 있어서 발달의 촉진제이자 전환점이 되었다(Furr & Carroll, 2003)는 점에서 충분히 결정적인 사건이라 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서 확인된 참여자들의 임신, 출산, 육아를 둘러싼 경험의 결과는 상담자 발달에 있어 결정적 사건에 대한 연구들을 확장시키는 데 기여하는 바가 있어 보인다.

한편, 지금까지의 상담자 발달 및 결정적 사건 관련 연구들을 살펴보면, 상담자에게 유의미한 영향을 미친 사건들이 무엇인지를 확인하는 것들이 대다수였다(이승은, 2020; Cornier, 1988; Furr & Carroll, 2003; Scott, 2004;

Skovholt & McCarthy, 1988). 이들 연구를 토대로, 상담자 발달에서 결정적 사건으로 확인된 것들은 다음과 같다. ‘내담자를 통한 학습’, ‘내담자와 관련된 경험’, ‘내담자가 되어 본 경험’, ‘상담자로서 내담자와의 상담에서 경험한 부정적인 사건들’, ‘타문화 경험’, ‘상담에서 자신의 전문영역의 발견’, ‘개인이 경험한 상실과 고통의 경험’, ‘이론적인 깨달음’, ‘타인의 지지나 동료와의 상호작용’, ‘기법의 발달’, ‘실수나 개인적 위기’ 등이다. 이러한 연구 결과들은 사람이 살아가면서 수많은 결정적 사건을 경험하며, 그 결정적 사건의 영향을 통해 삶이 전환되고 발달할 수 있음을(이승은, 2020), 그리고 결국 자신에게 다가오는 다양한 결정적 사건들을 어떻게 반응하느냐가 중요함을 증명해왔다(권재경, 2017). 그러나 여성 상담자들의 임신과 출산, 육아 경험은 본 연구에서 나타났듯 상담자로서의 삶과 전문성에 의미 있는 사건으로 커다란 영향을 주는 경험임에도 불구하고, 아직 이를 분명한 ‘결정적 사건’으로 확인하는 연구는 드물다. 실제로 상담심리 분야에서 여성의 임신과 출산, 육아와 관련된 연구는 아직 내담자 경험에 중점을 두고 내담자를 이해하기 위한 측면에서 다뤄지는 것들이 다수로, 상담자의 경험을 살펴보는 연구는 많지 않다(전진경, 2019). 하지만 상담에서 상담자는 그 자체가 중요한 도구로 상담자 자신에 대한 이해는 내담자 이해 못지않게 중요하다는 점에서, 상담자의 경험에 초점을 둔 연구의 중요성이 점차 강조되는 추세이기도 하다(권경인, 양정연, 2015; 변시영, 2020).

이에 미술치료 분야에서 상담자의 육아 경험과 관련해 탐색하는 연구들이 진행되면서 ‘어머니 됨’과 상담자로서의 성장 경험을 연관 지어 해석할 수 있는 자료로 도움을 주고 있

는 반면, 미술치료의 특성상 주로 아동을 대상으로 하는 상담자의 상담 경험에 국한된다는 점에서 다양한 내담자 층을 경험하게 되는 상담자의 경험을 다루는 연구들이 계속해서 확장되어야 할 필요성 또한 제기된다(김나리, 장연집, 2015; 김소연, 2013). 따라서 임신, 출산, 육아를 겪은 여성 상담자의 생생한 경험 과정을 구체적으로 보여준 본 연구는 그 자체로도 의미가 있어 보인다. 특히 한 여성의 삶에서 임신과 출산, 육아의 경험은 본 연구에서 나타났듯, 삶 전반이 재편되는 강력한 경험으로서 이를 통해 상담자의 전문적 발달 과정에 전환적 변화가 이뤄진다는 점에서 상담자 발달, 그 중에서도 다수를 차지하고 있는 여성 상담자들의 발달에서 ‘결정적 사건’으로 초점 화되어 다뤄질 필요성을 확인시켜준다 하겠다.

또한, 본 연구 결과 도출된 총 5개의 대주제 중 ‘경력 단절이 아닌 경험의 확장’은 참여자들이 자신의 경험을 소화하는 과정에서 확인된 공통적인 반응들로, 연구 과정에서 새롭게 도출된 결과라는 점에서 차이점과 시사점이 있다. 구체적으로 여기에 해당하는 하위결과들을 살펴보면 ‘일과 육아 사이에서 균형 잡기’, ‘적극적인 자기 돌봄과 지속적인 자기 인식’, ‘제도적 도움에 대한 요구’, ‘결국에는 성장되는 경험’이다. 이러한 결과는 참여자들이 자신과 같은 길을 걷게 될 후배 또는 동료 여성 상담자들에 대한 연민과 도움을 주고 싶은 마음에서 비롯된 것들로, 그들이 자신이 겪은 것보다는 덜 시행착오를 거치고 덜 불안해하면서 자신의 안녕과 전문가로서의 성장을 이뤄낼 수 있도록 하는데 필요한 조언을 담고 있다. 특히 다양한 내·외부 조력 및 네트워크를 활용하여 ‘일(공부)과 육아 사이에서 균

형 잡기’, 자기 한계 상황에 깨어있는 등 ‘적극적인 자기 돌봄과 지속적인 자기인식’을 위해 노력하기의 하위주제에서 드러난 내용은 일과 가정을 넘나들며 협상과 소통을 통해 두 영역을 상호 향상적인 관계로 통합해나가는 것에 초점을 둔 일·가정 경계 이론(Clark, 2000)의 관점과 그 맥을 같이한다는 점에서 눈여겨 볼만한 결과이다. 이 이론에 따르면 개인(워킹맘)은 역할 갈등 사이에서 적극적으로 자신의 정체감을 통합해 나갈 수 있는 능동적인 존재로서 ‘일에 대한 한계를 설정’하고, ‘관련된 주변인(border-keepers)들과의 적극적인 상호작용(예를 들어 배우자 및 다른 가족구성원들과 자녀 돌봄을 논의, 직장 상사와 업무 시간을 논의)’을 하는 것은 두 영역간의 성공적인 양립을 촉진시킬 수 있다. 본 연구의 참여자들 역시 임신, 출산, 육아가 결국에는 성장을 이끄는 경험이 되었다는 입장에서 이를 위해 일과 가정 사이에서 자신이 할 수 있는 영역과 한계를 인식하고 주변인들의 도움을 적극적으로 구할 것을 조언하였는데, 이는 해당 노력이 두 영역 간의 균형을 높이는 것에 기여할 것이라는 Clark(2000)의 주장과 일관된다.

한편, 해당 주제에서 드러난 ‘제도적 도움에 대한 요구’의 결과는 한 개인으로서는 해결되지 못하기 때문에 학계 차원에서 어떠한 지원을 해줬으면 좋겠는지에 대한 제언을 담고 있다. 이는 그만큼 연구 참여자들이 자신들의 임신, 출산, 육아 경험을 개인적 삶이나 전문성 발달에만 한정되어 해석하는 것이 아니라 다른 상담자들에 대한 연대감을 바탕으로 여성 상담자들 전반, 즉 공동체의 문제로 확장시켜 해석하는 것을 의미한다. 또한, 한 개인을 넘어서, 일-육아를 양립하는 역할을 수행하

는 사회 구성원으로서의 여성의 삶에 대한 인식이 높아진 것으로도 볼 수 있다. 이러한 내용은 비단 상담계에서만 국한되어 나타나는 특성은 아닌 것으로 보인다. 일과 육아 양립에 대한 선행연구들(노성숙 외, 2012)을 살펴보면, 이미 육아 휴직, 유연한 출퇴근 등 현실적인 정책 마련과 이러한 제도를 눈치 보지 않고 쓸 수 있는 분위기 조성이 필요함에 대해 언급되어 있다. 반면 이러한 제도가 제대로 정착되고 있지 않고 있기 때문에 한번 낮아진 출산률이 쉬이 회복되지 않는 등 저출산 문제가 이미 심각한 사회현상으로 대두된 지 오래다. 따라서 본 연구에서 확인된 참여자들의 제도적 도움에 대한 요구와 바람은, 이러한 현상이 상담계에서도 나타나고 있음을 드러낸 것으로 특히나 비정규직이 많은 상담계 특성상 그러한 제도적 측면에 대한 아쉬움이 더 크다는 것도 확인된 결과로 보여 진다(변시영, 2022).

이러한 참여자들의 변화는 일종의 조망의 확대로도 해석될 수 있다. ‘조망’이란 사전적으로는 ‘먼 곳을 바라봄’(서울대학교연구소, 1995)으로, 심리적으로는 부정적 사건으로 인해 유발되는 정서를 의식적이고 자기 조절적인 방식으로 처리하는 인지적인 처리과정을 의미한다. 이러한 조망의 확대를 통해 사람은 자신을 둘러싼 환경과 관계를 맺고, 자기중심성(egocentrism)에서 인지적 탈중심화(decentration)를 이뤄 자신뿐 아니라 타인이나 사회에 유익한 방향으로의 성장을 꾀할 수 있게 된다(Garnefski et al., 2001). 따라서 지금까지는 자신의 개인적 삶에만 초점을 맞춰 살아온 연구 참여자들이 지난 몇 년간의 임신과 출산, 육아 경험을 통해 동병상련을 지닌 또는 지니게 될 여성 상담자들에 대한 연대감을 가지게 된

것은 물론, 현실적으로 쉽지 않은 일-육아 양립의 환경 개선을 위해 상담계 등 학계나 사회에서는 어떠한 지점을 고려해야하는지에 대해 적극적으로 고민하고 참여하고자 하는 사회적 구성원으로 거듭나는 성장의 의미 또한 담고 있다 하겠다.

본 연구의 논의를 바탕으로 상담심리학계의 환경 개선을 위한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 상담계에서 수련 및 직무를 수행하고 있는 워킹맘 상담자들의 일-육아 또는 일-가정 양립 현황 어려움, 개선사항을 확인하는 실태 조사가 수행될 필요가 있다. 일례로 미국 정치과학학회에서는 학회의 계획 단계에서부터 워킹맘들의 의견을 사전에 구하고 이러한 의견을 행사 개최에도 반영하고 있다(예. 학회장 내 아이 돌봄 서비스 제공, 유축 가능한 수유실 구비 등)고 한다(정애경, 최나연, 2022). 본 연구 참여자들 역시 자기 계발에 대한 투자나 집중할 수 있는 환경의 어려움을 토로하면서 학회나 수퍼비전 참여 등에 있어서 접근의 제한성에 대해 지적한 바 있다. 따라서 현재 우리나라에서 워킹맘으로서 상담직을 수행 혹은 수련하고 있는 여성 상담자들이 실질적으로 가지고 있는 어려움이 무엇이고 환경 개선에 대한 니즈는 무엇인지, 그리고 그것이 실질적인 참여와 자기 발달로 이어지고 궁극적으로 그것이 내담자 조력으로 이어지기 위해서는 어떠한 제도적 지원이 뒷받침되어야 하는지에 대한 구체적인 실증 조사부터 이뤄질 필요가 있다.

또한, 학계에서는 여성 상담자의 일·가정 양립과 관련하여 상담 장면에서 마주할 수 있는 전이 및 역전이 현상, 모성성 및 엄마로서의 역할에 대한 사회적 인식과 그것이 본인 스스로에게 어떠한 영향을 미치는지의 영향

등 전문가로서의 성장 과정에서 맞닥뜨릴 수 있는 어려움과 이를 대처할 수 있는 방안 등에 대한 다양한 교육 커리큘럼이 마련되어 제공될 필요가 있다. 최근 학회에서 개최하는 학술대회 등의 교육 주제를 보면 굉장히 다양한 영역으로 세분화, 전문화되고 있는 반면 이러한 테마로의 주제는 아직 부족하다. 실제 국내의 여성 상담자 비율이 80%에 육박할 정도로 다수를 차지하고 있는 만큼 해당 주제에 대한 교육을 고려할 만 하다. 특히 본 연구에서도 대다수의 참여자들이 밝혔듯 이러한 교육은 온라인 및 시간 자율성 등 워킹맘 상담자들이 들을 수 있는 환경적 조건이 갖춰진 상태에서 준비될 필요가 있다.

마지막으로, 본 연구를 통해 여성 상담자들은 워킹맘 상담자로서 상담을 진행할 때 어떤 순간에 혹은 어떤 주제와 관련하여 전이나 역전이 발생하여 상담 진행에 방해가 될 수 있는지 그 구체적인 실체를 확인할 수 있다. 이를테면, 기능이 떨어지는 아동 내담자를 만나게 됐을 때 자신의 자녀가 성장했을 때를 우려에 휩싸이게 된다거나 자신의 자녀와 유사한 자녀를 키우는 부모 내담자를 만나게 됐을 때 과하게 몰입하게 된다거나 하는 경험들이 그러하다. 따라서 워킹맘 상담자들은 본 연구결과를 참고하여 실제 상담 과정에서 나타날 수 있는 전이/역전의 내용들을 체크리스트 삼아 사전 준비 또는 사후 평가 작업에 활용하며 스스로 경각심을 점검하고 관리할 것을 권고한다. 구체적으로는 대주제2(상담자로서의 자신을 잃을까 두려워짐)에 해당하는 것으로, ‘이전과 다른 전이/역전을 경험함’과 같은 하위요소나 중심의미, 그리고 참여자들의 발췌문에서 확인이 가능하다. 예를 들어 워킹맘 상담자들이 이를 활용하여 사전에 내

담자 및 내담자 가족 구성을 꼼꼼하게 검토하여 자녀의 연령대나 구성 등이 나와 유사한 발달단계에 놓여있는지, 비슷한 역동이 있는지 등을 점검하고, 상담을 마치고 나서는 나의 자녀에 대한 감정으로 초점이 분산되지 않았는지, 부모 또는 엄마 편에 서게 되어 중립성을 잃진 않았는지 등을 점검한다면 내담자에 대한 역전을 예방하는 것은 물론 양질의 상담을 제공하는 데 도움이 될 것으로 보인다.

이상의 논의를 통해 본 연구의 의의 및 한계점을 살펴보면 다음과 같다. 먼저 본 연구는 여성 상담자의 임신, 출산, 육아 경험을 직접적으로 다룸으로써 상담자 발달 연구, 그 중에서도 여성 상담자 발달 연구에 기여하는 바가 있어 보인다. 여성의 임신과 출산, 그리고 육아는 한 개인의 삶에 있어 무엇보다 큰 경험이지만(장휘숙, 2002), 이러한 경험을 자신을 도구로 활용해야 하는 상담자의 역할 수행, 전문성 발달과 연결시켜 탐색한 관련 연구는 아직 시작 단계다. 따라서 참여자들의 경험을 통해 임신, 출산, 육아 경험이 어떻게 상담에 영향을 미치고 전문가로서의 성장에 어떤 변화를 가져왔는지를 확인한 본 연구 결과는 관련 연구 분야를 확장시키는 자료로 활용될 가치가 있겠다. 또한 본 연구에서 참여자들은 임신, 출산, 육아를 통해 전이/역전을 겪게 되거나 아이 생각으로 상담에 집중하기도 어려웠던 경험들을 솔직히 토로하는 한편, 오히려 감정적 풍부함과 타인에 대한 관대함이 커지면서 이전의 공감의 분석적 수준이었다면 이제 자연스러운 진실된 공감으로 변모함을 발견하는 등 다양한 변화를 경험하는 것으로 나타났다. 이러한 변화 과정은 궁극적으로는 임신과 출산, 육아를 경험하기 이전의 자신과는 전혀 다른 제 3의 자신으로, 질적인

성장을 이룬 자신으로 평가되는 것으로 나타났는데 바로 이러한 ‘변증법적 성장’ 과정에 대한 참여자들의 해석은, 여성 상담자의 임신, 출산, 양육 과정이 전문가로서의 성장에 미치는 긍정성을 확인시켜준다. 관련하여 지금까지 수행된 여성 상담자의 출산, 육아 관련 연구 결과들을 보면 치료자들이 스스로 엄마로서 부족한 부분에서는 부모 상담에서도 강력한 조언을 하지 못하는 한계 요인으로 작용하거나(김나리, 장연집, 2015) 반대로 자녀양육을 위해 고군분투하는 과정에서 형성하게 된 통찰이 자신의 삶을 성숙하게 이끄는 계기가 되기도 하는 등 다소 상반되는 모습으로 확인되었다(김소연, 2013). 이렇게 아직 여성 상담자의 임신, 출산, 양육 과정이 전문가로서의 상담자와 상담에 어떠한 영향을 미치는가에 대한 의견들이 분분한 가운데 이 모두가 동시에 나타날 수 있는 현상이자, 그렇기에 상담자들이 느끼는 양가감정 또한 변화와 성장과정에서 발생할 수 있는 당연한 반응으로, 궁극적으로는 이를 자원으로 활용해가는 ‘변증법적 성장’임이 확인되었다는 점에서 본 연구 결과가 시사해주는 바가 있어 보인다.

또한 본 연구는 여성 상담자의 임신과 출산, 육아 그리고 상담자로서의 삶을 질적 연구로 생생하게 담아냈다는 점에서 비슷한 처지에 있거나 아니면 지나왔을 상담자들에게는 공감울, 앞으로 그 길을 가야할 예비 엄마이자 예비 상담자들에게는 간접 경험이 되는 자료로 활용될 수 있을 것으로 기대된다. 실제 본 연구를 통해 도출된 여성 상담자로서의 경험은 ‘내 아이에게는 죄책감, 동료들에게는 민폐감’, ‘공부할 만한 체력과 컨디션을 챙기기 어려움’, ‘유아동 및 엄마 내담자와의 상호작용이 부드러워짐’ 등의 의미단어에서 살펴볼

수 있듯 상당히 구체적이고 리얼하다. 특히 상담계에서는 여성이 다수로, 임신과 출산은 또한 여성만이 생물학적으로 가능하다는 점에서(장휘숙, 2002) 여성 상담자들에게 가해지는 현실적 무게감이 상당할 수밖에 없다. 따라서 본 연구를 통해 확인된 참여자들의 경험은 비슷한 처지 또는 다른 환경에 있는 상담자들에게도 공감과 이해를 높여주는 것은 물론, 현실적으로는 이러한 여성 상담자들의 전문성 발달을 꾀하기 위해 학계 또는 제도적 차원에서 어떠한 지원이 마련되어야 하는지에 대한 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

끝으로 본 연구는 여성 상담자들의 임신과 출산, 육아가 삶과 상담에 미치는 경험을 탐색하는 것을 목적으로 수행되었다. 이에 총 9명의 참여자들의 경험을 토대로 그들이 공통적으로 겪어내는 현상을 드러내고 그 의미를 분석했다는 의의가 있다. 그럼에도 9명의 참여자들은 또 각자의 상황에 따라 차별적 경험을 하고 있는 것 또한 확인할 수 있었다. 이를테면 자녀의 나이나 자녀 수에 따른 경험의 차이를 볼 수 있는데, 아무래도 자녀의 나이가 어릴수록 그리고 자녀 수가 많을수록 참여자가 느끼는 어려움의 정도가 더 뚜렷했다. 이러한 차이는 참여자들이 그 경험을 해석하는 인식에도 영향을 미치는 것으로 나타났는데 일례로 본 연구 참여자들 중 아이를 출산한 지 8년이 지난 상담자와 이제 18개월 된 상담자는 자신의 경험에 대한 인식에 있어서 시간의 근접성이나 경과 등에 따른 차이에서 느껴지는 여유, 이에 따른 객관화 등 관조적 측면에서의 해석차이가 분명 있었다. 따라서 후속 연구에서 이러한 출산으로부터 시간 경과 및 발달단계, 자녀의수 등을 세분화하여 상담자 경험을 탐색한다면 좀더 관련 연구를

풍부하게 확장시켜낼 수 있을 것으로 기대된다.

마찬가지로 모든 경험에 대한 해석에는 개인적 특성이 반영될 수밖에 없다. 실제 본 연구에서도 참여자들의 일-육아 양립에 대한 갈등은 공통적이었지만 이에 대한 태도나 대처하는 방식은 각자에 따라 다르게 나타나기도 하였다. 또한 육아 경험을 일(상담)에 환원시키는 과정에서 나타나는 특성 역시 개인의 가치관(혹은 상담에 있어서의 이론적 지향), 현재 근무지(주로 만나는 내담자의 연령)에 따라 조금씩 차이를 보이기도 하였다. 따라서 본 연구에서 드러난 결과를 일반화시키는 것에 주의가 필요하며, 후속연구를 통해 상담자의 성격과 가치관, 상담에서의 이론적 지향, 워킹맘 여성을 둘러싼 주변 가족 및 배우자와의 관계나 사회경제적 수준, 근무지 특성 등의 요인들이 고려된다면 훨씬 입체적인 접근과 해석을 가능케 할 것으로 보여 진다.

마지막으로 본 연구에서는 여성 상담자들의 임신과 출산, 육아 경험에 대해 주로 일·가정 양립 이론과 접목시켜 그 과정이 상담자 개인 또는 전문성 발달에 미치는 긍정적이거나 부정적 측면, 내지는 양립적 측면을 탐색하고자 하였다. 그러다 보니 육아 등에 대해 가부장적 인식과 성역할고정관념을 바탕으로 엄마에게 집중적인 모성을 요구하는 경향이 있는 모성벌칙(motherhood penalty) 이론 또는 이러한 결과로 인해 전문직에 종사하(고자 하)는 여성 수련생 또는 입직 초기 전문가가 학계에서 존속하는 데 어려움을 겪는 현상을 의미하는 파이프라인(leaky pipeline) 이론 등 여러 여성 이론들을 폭넓게 고찰하지 못한 한계가 있다(정애경, 최나연, 2022; Bos et al., 2019; Correll et al., 2007). 이러한 이론이 함께 검토

되면서 연구가 후속된다면 여성 상담자들이 경험하는 현상 분석이 보다 심층적으로 다뤄질 수 있을 것이다.

참고문헌

- 권경인, 양정연 (2015). 회피애착형 상담자가 지각한 상담관계경험에 대한 질적연구. *상담학연구*, 16(3), 25-49.
- 권미경 (2011). 영아 자녀를 둔 어머니의 양육 스트레스 영향요인-어머니의 취업여부를 중심으로. *한국보육지원학회지*, 7(2), 19-41.
- 권재경 (2017). 결정적 생애사건을 통한 전환 학습 경험 연구. *아주대학교 박사학위 청구논문*.
- 김나리, 장연집 (2015). 첫 자녀를 양육하는 미술치료사의 아동미술치료 체험 연구. *심리치료*, 15(2), 1-25.
- 김도경 (2014). 학교상담자의 일 가정 갈등 수준이 가정소진 및 직장소진에 미치는 영향. *고려대학교 교육대학원 석사학위 청구논문*.
- 김성숙 (2015). 영아기 자녀를 둔 어머니가 육아 과정에서 경험하는 행복의 의미. *유아교육연구*, 35(4), 357-379.
- 김세서리아 (2009). 한국 가족에서 모성과 여성의 일에 대한 철학적 고찰: 자녀교육을 중심으로. *한국여성철학*, 12, 31-53.
- 김소연 (2013). 개인 미술작업을 하는 여성 미술치료사의 어머니 됨 체험 연구. *서울여자대학교 특수치료전문대학원 박사학위 청구논문*.
- 노성숙, 한영주, 유성경 (2012). 한국에서 '워킹

- 맘'으로 살아가기: 직장인엄마의 다중역할 경험에 대한 현상학적 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 24(2), 365-395.
- 문영경, 민현숙 (2012). 영아의 기질, 발달수준, 어머니의 양육스트레스 및 사회적 지원이 영아 어머니의 자기효능감에 미치는 영향. *한국생활과학회지*, 21(1), 59-70.
- 문화정 (2019). 워킹맘 상담자의 일·가정 돌봄 경험에 관한 질적 연구. *한국상담대학원대학교 석사학위 청구논문*.
- 박승민 (2012). 상담학 분야의 질적연구 경향 분석: 국내 학술지 논문을 중심으로. *상담학연구*, 13(2), 953-977.
- 박영아 (2016). 유아기 자녀를 둔 어머니의 성격 강점과 양육 행동간의 관계: 양육 효능감의 매개효과. *한국영유아보육학*, 96, 79-99.
- 박지영, 김주연 (2016). 상담자의 애착유형과 공감능력: 초심상담자와 경력상담자와의 비교를 통해서. *상담학연구* 17(2), 47-60.
- 변시영 (2020). 주요 대상을 상실한 상담자의 경험에 대한 사례연구. *질적탐구*, 6(3), 341-381.
- 변시영 (2022). 비정규직 상담자의 경험에 대한 내러티브 탐구. *질적탐구*, 8(3), 265-299.
- 서울대학교육연구소 (1995). *교육학용어사전*. 서울: 하우
- 소진선, 이영순 (2015). 상담전문가의 주관적 삶의 질에 대한 현상학적 연구. *상담학연구*, 16(6), 65-82.
- 손고은, 김명찬 (2022). 30대 기혼 여성 상담자의 전문직 정체성 형성 과정에 관한 자문화기술키. *학습자중심교과교육연구*, 22(19), 513-531.
- 손은령, 손진희 (2012). 여성 진로상담 전문가들의 직업성취 영향 요인 및 의미화. *아시아여성연구*, 51(2), 143-180.
- 오현수 (2008). 상담전문가 발달과정에서의 좌절극복경험 분석. *백석대학교 박사학위 청구논문*.
- 유기웅, 정종원, 김영석, 김한별 (2012). *질적 연구방법의 이해*. 서울: 박영사
- 이미정, 박승민 (2015). 상담수련과정에서 상담자의 자기 발달 경험에 대한 현상학적 연구. *상담학연구*, 16(1), 1-29.
- 이상민 (2020). 심리상담 법령의 필요성. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 33(1), 547-557.
- 이승은 (2020). 청소년상담자의 성장을 촉진하는 결정적 사건 경험에 관한 질적 연구. *한국상담대학원대학교 석사학위 청구논문*.
- 이은진, 이문희 (2015). 초심상담자의 자기문제 이해 및 극복과정. *한국상담학회*, 16(3), 1-24.
- 장연집 (2004). 어머니 됨의 과정 연구. *아동연구*, 10, 97-111.
- 장휘숙 (2002). *여성심리학*. 서울: 박영사
- 전진경 (2019). 내러티브 탐구를 통한 어머니 되어가기 경험에 대한 분석: 영아기 첫 자녀를 둔 어머니를 중심으로. *계명대학교 교육대학원 석사학위 청구논문*.
- 정애경, 최나연 (2022). 가정 친화적 교육·훈련 환경 조성: 모성벌칙과 새는 파이프 라인 이론을 중심으로. *여성연구*, 113(2), 253-281
- 정은주, 최외선, 김갑숙 (2009). 한부모 가정 아동의 자기애와 부적응 행동에 미치는 자기심리학적 미술치료 사례. *상담학연구*, 10(1), 485-499.
- 최동욱, 한재희 (2019). 부모화 경험을 한 초심

- 상담자의 상담관계 특성 연구. *상담학연구*, 20(3), 191-215.
- 허재경, 신영주 (2015). 여성상담자의 상담자 전문직 정체성 발달경험에 관한 연구. *한국심리학회지: 여성*, 20(4), 615-639.
- 형미정 (2022). 경력상담자의 전문성 발달 경험에 대한 질적 메타분석. *한국상담대학원대학교 석사학위 청구논문*.
- Bos, A. L., Sweet-Cushman, J., & Schneider, M. C. (2019). Family-friendly academic conferences: a missing link to fix the “leaky pipeline?”. *Politics, Groups, and Identities*, 7(3), 748-758.
- Clark, S. C. (2000). Work/family border theory: A new theory of work/family balance. *Human Relations*, 53(6), 747-770.
- Corey, G. (2010). *심리상담과 치료의 이론과 실제*. (조현춘, 조현재, 문지혜, 이근배, 홍영근 역). 서울: 시그마프레스, (원본 출판 2009년).
- Corey, G., Corey, M. S., & Callanan, P. (1998). Issues and ethics in the helping professions. *Pacific grove*. CA: Brooks/Cole.
- Cormier, L. S. (1988). Critical incidents in counselor development: Themes and patterns. *Journal of Counseling and Development*, 67(2), 131-132.
- Correll, S. J., Benard, S., & Paik, I. (2007). Getting a job: Is there a motherhood penalty?. *American Journal of Sociology*, 112(5), 1297-1338.
- Edwards, J. R., & Rothbard, N. P. (2000). Mechanisms linking work and family: clarifying the relationship between work and family constructs. *The Academy of Management Review*, 25, 178-199.
- Furr, S. R., & Carroll, J. J. (2003). Critical incidents in student counselor development. *Journal of Counseling and Development*, 81, 483-489.
- Garnefski, N., Kraai, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327.
- Gall, M. D., Gall, J. P., & Borg, W. R. (2003). *Educational research: An introduction* (7th ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Giorgi, A. (2004) *현상학과 심리학 연구*. (신경림, 장연집, 박은숙, 김미영, 정승은 역). 서울: 현문사, (원본 출판 1985년).
- Greenhaus, J. H., & Powell, G. N. (2006). When work and family are allies: A theory of work-family enrichment. *Academy of Management Review*, 31(1), 72-92.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1981). *Effective evaluation: Improving the usefulness of evaluation results through responsive and naturalistic approaches*. Jossey-Bass.
- Jeffrey, A. K. (2014). *상담자가 된다는 것*. 제 4판. (이지연 역). 서울: 학지사. (원본 출판 2014년).
- Patrick, J. M. (2012) *셀프수퍼비전: 초보상담자가 전문상담자의 길로 가는 방법*. (이명우, 장석진, 이정화, 조민아, 김경집, 최창조, 양승민 역). 서울: 학지사. (원본 출판 2002년).
- Reeves, P. M. (1999). Psychological development: Becoming a person. *New Directions for Adult and Continuing Education*, 199, 19-27.
- Schweiger, W. K., Henderson, D. A., McCaskill, K., Clawson, T. W., & Collins, D. R. (2011).

- Counselor preparation* (13th ed.). NY: Routledge.
- Scott, A. E. (2004). *Counselor development through critical incidents: A qualitative study of intern experiences during the predoctoral internship*. Unpublished doctoral dissertation. The University of Minnesota. Minnesota, USA.
- Skovholt, T. M. (2003). 건강한 상담자만이 남을 도울 수 있다. (유성경, 유정이, 이운주, 김선경 역). 서울: 학지사. (원본 출판 2001년).
- Skovholt, T. M., & McCarthy, P. R. (1988). Critical incidents: Catalysts for counselor development. *Journal of Counseling and Development*, 67(2), 69-72.
- Skovholt, T. M., & Rønnestad, M. H. (1995). *The evolving professional-self: Stages and themes in therapist and counselor development*. London: Wiley.
- Tomas, M. (2006). 변증법적 행동치료. (신민섭, 박세란, 설순호, 황석현 역). 서울: 시그마프레스. (원본 출판 2005년).
- Weisgram, E. S., & Dickman, A. B. (2017). Making STEM “family friendly”: The impact of perceiving science careers as family-compatible. *Social Sciences*, 6(2), 61-79.
- 원 고 접 수 일 : 2023. 08. 07
수정원고접수일 : 2023. 10. 30
게 재 결 정 일 : 2023. 11. 14

Pregnancy, childbirth, and parenting experiences of female counselors

Siyoung Byun

Samsung Electro-Mechanics
Work & Life Counseling Center
Senior Counselor

Minkyung Jo

Ajou University
Research Professor

The purpose of this study is to explore the meaning of pregnancy, childbirth, and parenting experiences among female counselors. To achieve this, in-depth interviews were conducted with nine female counselors who have at least one year aged children, and the data were analyzed using phenomenological qualitative research methods. The results yielded five main themes and 17 sub-themes. The main themes include ‘A Complete Transformation of Personal Life,’ ‘Fear of Losing Oneself as a Counselor.’ ‘Striving to Utilize My Changes as a Resource,’ ‘Evolving into a Better Me’, and ‘An Expansion of Experiences, not a Career Interruption.’ Findings from this study will contribute to a better understanding and empathy for female counselors in similar situations. Additionally, they will serve as a basis for establishing a counselor development model.

Key words : female counselors, parenting experience, phenomenological research method, qualitative study