

수치심(Shame)과 자기애(Narcissism)의 정신분석적 이해*

박 경 순†

서울여자 대학교 특수치료 전문대학원

정신분석에서 자기애에 대한 주제가 부각되면서 수치심에 대한 관심이 병행되어왔다. 프로이트 이후 자아 심리학 발달사에서 수치심은 그리 각광받지 못했던 개념이었다. 코헛이 자기 심리학을 창시하고 자기애라는 주제가 활성화되면서 비로소 관심을 받은 개념이기도 하다. 수치심이란 자기애의 주요한 정서적 표현이라는 점에서 임상장면에서 이들을 이해하는데 중요한 역할을 한다. 자기애에 접근하는 창이 될 수 있기 때문이다. 자기애와 관련하여 학과들마다 차이가 있고 이러한 차이에 따라 수치심을 바라보는 시각 또한 다르다. 욕동(drive)의 출현과 이들에 대한 갈등상황에서 보이는 신호, 혹은 방어기제로 이해하는 시각도 있고, '잃어버린 이상적인 대상과 융합'하려는 시각으로 보는 견해도 있다. 코헛은 수치심을 '공감해주고, 감탄해주는 자기대상(selfobject)의 실패로 인한 것'이라고 보았다. 본 논문에서는 수치심과 자기애의 관계를 정신분석적 시각에서 고찰하고 이것이 임상적으로 갖는 중요성에 대해서 논의하였다.

주요어 : 수치심, 자기애, 자아 심리학, 자아 이상, 자기 심리학

* 본 논문의 일부는 2011년 대한정신분석학회 춘계학술대회에서 구연 발표되었음.

2011학년도 서울여자대학교 사회과학연구소 교내 학술 연구비 지원을 받았음.

† 교신저자: 박경순, 서울여자 대학교 특수치료 전문대학원, NYU Medical School, Psychoanalytic Institute에서 4년간 정신분석 훈련과정 수료.

서론

우리는 일상에서 수치심과 관련된 단어를 많이 사용한다. ‘수치스럽다’처럼 직접 화법으로 사용하는 경우도 있지만, ‘동네가 창피하다’, ‘낮을 들기 어렵다’와 같이 간접적인 단어로 사용하기도 한다. 심리학이나 정신의학 분야에서 수치심은 매우 다양하게 사용되어 왔다. 수치심의 사전적 정의는 ‘다른 사람을 볼 낮이 없거나 스스로 떳떳하지 못함’을 일컫는 말이다. 여기에는 누군가 나를 보고 있고, 내가 그 누군가의 기준에 합당하거나 만족스럽지 못했다고 느낄 때 가질 수 있는 감정이 포함되어 있다.

자기애는 나르시소스 신화에서 가져온 개념으로서 정신분석에서 여러 가지 의미를 갖는 것으로 이해되고 있다. 내적인 욕동, 즉 리비도를 강조했던 프로이트(1914)가 대상관계를 처음으로 언급하면서 사용했던 개념이 자기애이지만, 그 대상사랑으로부터 실망하고 철수해서 되돌아온다는 고통도 자기애의 개념 속에 포함된다.¹⁾ 잃어버린 사랑의 아픔을 잊기 위해 환상 속에서 ‘백마탄 왕자’를 그리는 것도 자기애이며, 인정을 받기 위해 끊임없이 ‘나 잘났음’을 외쳐야 하고, 내려올 사다리 없는 허공 위에서 허우적거리는 것도 자기애의 스펙트럼에 속한다. 그리고 이러한 누각들이 흔들릴 때마다 느껴지는 중요한 정서중의 하나가 수치심이다. 때문에 자기애를 다룰 때에는 죄책감보다 수치심이라는 정서가 더 정확한 표현이 될 때가 많다.

정신분석에서 Freud(1914)가 ‘자기애에 관한

1) 프로이트(1914)는 이들을 1차적 자기애(primary narcissism)와 2차적 자기애(secondary narcissism)이라는 개념으로 설명하고 있다.

서론’을 발표한 이래, 자기애는 꽤 오랫동안 관심의 영역에서 벗어나 있던 개념이었다. Kohut이 자기 심리학(Self Psychology)²⁾을 창시하고 그 속에 자기애(Narcissism)라는 주제가 핵심적인 역할을 하게 되면서 비로소 수면 위에 올라오게 되었다. 코헛(1971)은 자기애와 대상관계가 각기 다른 경로로 발달한다고 보았다. 유아 초기에 자기애로 시작하여 대상관계로 이어진다는 일련의 발달과정을 가정한 프로이트 및 자아 심리학자들의 견해와는 매우 다르다.

이처럼 자기애는 학파들마다 보는 시각에 차이가 있고 이러한 차이에 따라 수치심을 바라보는 시각 또한 다르다. 욕동(drive)의 출현과 이들에 대한 갈등상황에서 보이는 신호, 혹은 방어기제로 이해하는 시각도 있고, ‘잃어버린 이상적인 대상과 융합’하려는 시각으로 보는 견해도 있다. 코헛은 수치심을 ‘공감해주고, 감탄해주는 자기대상(selfobject)의 실패로 인한 것’이라고 보았다.

따라서 본 연구의 주요한 목적은 정신분석 영역에서도 다양한 시각을 가지고 있는 수치심과 자기애의 관련성을 역사적 맥락에서 체계적으로 고찰해보고자 하는데 있다. 사실 수치심은 일반 심리학적인 시각 뿐 아니라 사회문화적인 요소 등에서 많이 다루어진 주제이다. 하지만, Nathanson(1987)이 ‘코끼리 조각 맞추기’에 비유했듯이 정신분석 영역에서 조차

2) 자기 심리학(self psychology)은 Kohut에 의해 창시된 정신분석 이론중의 하나이다. 프로이트와 그의 추종자들의 이론이 자아(ego)를 강조하여 그들의 이론들을 자아 심리학(ego psychologists)이라고 부른다면, 코헛의 이론은 자기(self)라는 개념을 주로 사용하고 있기 때문에 자기 심리학(self psychology)이라고 부른다.

도 연구의 일관성을 찾기가 어렵다. 수치심이 죄책감과 구분없이 사용되는 경우도 있다. 본 연구에서는 여러 정신분석 학파에서 서로 다르게 조망되고 있는 수치심과 자기애의 역동적 관계를 체계적으로 조망하고자 하는데 있다.

수치심을 자기애와 관련시켜 보는데 임상적으로 중요한 의미가 있다. 첫째, 심리치료 상황에서 자기애는 그 자체로 커다란 저항이다. 프로이트를 비롯한 많은 정신분석가들은 일찍이 자기애적인 환자들은 분석치료가 불가능하거나 어렵다고 했다. 분석관계의 의미를 부정하거나, 전이가 잘 일어나지 않기 때문이다(Kernberg, 1974). 실제로 자기애적인 성향이 강한 사람이 심리치료를 받으러 와서 가장 먼저 이야기 하는 것은 자신이 얼마나 사회적으로 ‘잘난’ 사람인지에 대해서이다. 치료자가 나를 별 볼일 없는 존재로 생각하거나 무시를 하지 않을까에 대한 두려움 때문이다. 이러한 수치심을 공감해주는 것이 치료의 시작이 된다. 그런 의미에서 수치심은 자기애적인 환자에게 다가갈 수 있는 긴요한 ‘창(窓)’이 되기도 한다.

둘째, 최근에 심리치료 분야에서는 각 치료적 접근방법들을 서로 통합하는 프로그램들이 많이 개발되고 있다. 가장 널리 사용되는 인지치료에서 정신분석 이론과 방법론을 접목시키기도 한다. 예컨대, 인지 치료에서 감정과 정서의 중요성을 강조하고 있으며, 정신분석에서 주로 다루는 저항도 다루고 있다(Leahy, 2001). 하지만 감정을 다루는 것은 생각보다 쉽지 않다. 정신분석적 시각에서 볼 때, 분노, 우울, 슬픔, 수치심, 죄책감등이 초기 자기애의 발달이나 대상관계의 발달의 질적 수준에 따라서 복잡한 역동으로 얽혀있다. 마치 연못

위에 제각각 피어있는 연꽃들이 같은 뿌리에서 얽혀 나온 것과 같다. 때문에 감정들의 심층적인 의미들을 고려하지 않으면 치료 작업이 원활히 진행되지 않기도 한다(Morrison, 1989; Lansky, 1999). 따라서 다른 영역에서 치료적 접근을 하는 임상가들에게 이들을 역동적으로 이해하는데 조금이나마 도움을 주고자 한다.

본 논문에서는 수치심과 자기애의 관계를 정신분석적 시각에서 고찰해보고 이것이 임상적으로 갖는 중요성에 대해서 논의해 보기로 한다.

본 론

정신분석에서 자기애 개념의 발달

자기애란 나르시스 신화에 근거한 것으로 ‘자기 자신의 이미지에 대한 사랑’(Laplanche & Pontalis, 1973)을 일컫는다. 자기애는 1898년 Havelock Ellis가 처음으로 고전적 나르시소스 신화를 사람이 겪는 심리적 어려움과 연관시켜서 ‘나르시소스 같은’이라는 용어를 사용하였으며, 1899년에 Paul Naccke는 성도착을 가리키는 용어로 사용하였다. 1910년 동성애자의 대상선택을 설명하기 위해 자기애를 사용하며, ‘자기 자신을 성적인 대상으로 삼는 것’, 그래서 ‘자기애로부터 출발하여 어머니가 그들을 사랑했듯이 자신들이 사랑할 수 있는 소년을 찾는 것’³⁾으로 명시하였다. 편집증 환자였던

3) 프로이트는 레오나르도 다빈치의 유년시절 분석에서 ‘새가 날아와 꿩지에 입맞춤을 하고 가는’ 꿈, 그리고 동성애자였던 다빈치가 젊은 소년을 돌보면서 살았던 것들을 이러한 자기애와 관련

쉬레버 사례(1911)에서는 성적인 발달에서 자기-성애(auto-erotism)와 대상-사랑 사이에 중간 단계가 존재한다고 말하면서, ‘자기 자신 특히 자신의 신체를 사랑의 대상으로 삼는 것’부터 시작하는 것으로 자기애를 설명하고 있다(Laplanche & Pontalis, 1973).

하지만 자기애가 정신분석에서 중요한 이슈로 등장하게 된 것은 프로이트가 1914년 ‘자기애에 관한 서론(On narcissism: An introduction)’을 발표하면서 부터이다. 여기에서 프로이트는 본능 이론인 리비도의 개념을 토대로 리비도가 대상에게 다가가고(cathexis), 또 대상으로부터 철수하는 과정을 자기애로 설명하고 있다. 일차적 자기애, 이차적 자기애가 그것이다.

일차적 자기애(primary narcissism)란 유아가 자기 자신(self)과 대상(object)을 구분할 능력이 아직 없는 상태에서 나타나는 현상이다. 외부로부터 만족의 근원이 오고 있음에도 불구하고⁴⁾, 이를 구분할 능력이 없기 때문에 충족된 욕구가 자기가 창조한 것이라고 여기게 된다. 이것을 일차적 자기애라고 하며, 리비도는 자기(혹은 자아) 속에만 머물러 있다.

인지 기능이 발달하면서 대상의 존재를 인식하게 되면, 자기 속에만 머물러 있던 리비도의 일부가 대상으로 옮겨가게 된다. 프로이트(1914)는 ‘마치 아메바가 위족을 뺏어가듯’ 리비도의 일부가 대상으로 향하게 되는 것이라고 표현하였다. 이 과정에서 유아는 대상에 대한 사랑(object-love)을 발달시키게 된다(Sandler, 1997). 정상 상태에서는 자기 속에 머물러 있는 리비도와 대상-사랑으로 향하는 리비도가 균형을 이루게 되는데, 사랑에 빠지거

나 정신병적인 상태가 되면 이러한 균형이 깨지게 된다. 전자는 대상으로 리비도가 몽땅 흘러가 버려 자기가 텅 비는 상태를 일컫는 것이며, 후자는 대상을 믿지 못해서 거의 대부분의 에너지가 자기 속에 머물러 있는 것을 말한다.

대상-사랑을 통해서, 유아들은 기쁨의 근원(예, 배고플 때 젖을 주는 것)이 대상으로부터 오는 것이라는 것을 깨닫게 되고, 이러한 만족을 얻기 위해 대상에게 의존하게 되는데, 이처럼 대상-사랑의 경로를 창조하는 유아 초기의 관계를 ‘의존적인(anaclitic)’ 혹은 ‘애착(attachment)’ 관계라고 하였다(Sandler, 1997).

이차적 자기애(secondary narcissism)란 이처럼 대상에 부착되어 있던 리비도가 철수해서 자기에게 되돌아온 리비도의 양을 의미한다(Sandler, 1997). ‘이차적이다’는 말이 의미하는 바는, 우선 대상이 있음을 인식하고, 대상-사랑이 형성된 후에, 자기에게 되돌아온 리비도라는 것이다. 그렇다면, 이차적 자기애가 일어나는 경우는 언제인가. 프로이트에 따르면,

첫째, 잠을 자거나 몸이 아플 때,

둘째, 대상에게 실망하고 그 ‘잃어버린’ 대상을 슬퍼하며, 대상으로부터 철수 할 때,

셋째, 정상 발달 과정으로서, 대상에 동일시(identification)할 때 등이다(Sandler, 1997).

대체로 수치심을 동반하는 자기애적인 속성은 두 번째의 경우에 해당된다. 즉, 대상으로부터 만족을 얻지 못하고 실망한 정서가 포함이 된다. 그리고 만족스러웠던 ‘잃어버린 대상’을 이상화하고 그 이상의 기준에 내가 미치지 못할 것 같다든가 혹은 못했다고 느꼈을 때 나타날 수 있는 정서가 수치심이라는 것이다. 이점에 대해 뒤에서 자세히 논의 할 것이다.

시켜 설명하였다.

4) 예컨대, 유아가 배고플 때, 어머니가 젖을 먹여 주는 것.

‘자기애에 관한 서론(1914)’에서 프로이트는 ‘자아 이상(ego ideal)’이라는 개념을 내놓게 되는데, 이 용어가 본 논문에서 설명하고자 하는 자기애와 수치심의 관계를 이어주는 중요한 다리의 역할을 하기 때문에 여기에서 간략히 정리를 해보기로 하겠다.

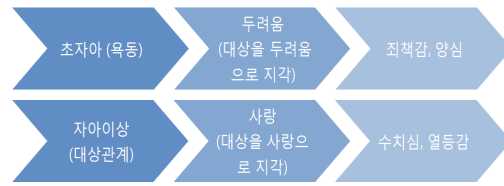
프로이트가 말한 ‘자아 이상’은 두 가지 의미를 갖는다.

첫째는 초자아(super ego)와 동의어로 사용되는 개념이다. 즉, 오이디푸스 콤플렉스와 더불어 부모에 동일시함으로써 형성되는 것이다. 실제로 이 개념은 후에 프로이트(1923)에 의해서 초자아(superego)로 발전하게 되었다.

둘째는 ‘어린 시절 자신이 이상화했던 ‘잃어버린 자기애(lost narcissism)’의 대리물이다.

여기에서 프로이트가 설명하고자 했던 자아 이상은 자기-관찰, 양심 그리고 이상을 포함하는 포괄적인 구조(1933)이다. 두 가지를 혼용해서 사용한 결과 후에 이 개념으로 무언가를 설명하려는 분석가들에게 많은 혼선을 주었다. 예컨대, 양심(consciousness)과 이상(ideal)을 구분하는 것, 죄책감과 수치심을 구분하는 것 등이다.

프로이트는 자아 이상(ego ideal)을 초자아(superego)와 같은 개념으로 편승시켰지만, Nunberg(1932)는 이 둘을 전혀 별개의 개념으로 구분하고 있다. 초자아는 두려워했던 인물의 이미지에 따라 형성되고, 자아 이상은 주로 사랑하는 대상의 이미지에 따라 형성된다. 즉, 자아는 두려움 때문에 초자아에 복종하지만, 자아 이상이 복종하는 것은 사랑 때문이라고 하였다. 이 논리에 따르면, 죄책감은 양심과 관련되고, 수치심은 자아이상과 관계가 있다(Laplanche & Pontalis, 1979).



여기에서 자기애는 두 번째 개념인 ‘어린 시절 만족을 주었던 대상을 잃어버린 것’과 관련된 것으로 이해하는 것이 좋겠다. 수치심과 자기애의 관계 또한 이 후자를 지칭하는 경우가 더 많다(이 점을 구분해야 뒤에서 설명하는 수치심에 대한 혼선을 피할 수 있다).

이러한 모호성 때문에 자기애를 논의하는데 있어서 여러 가지 문제들이 제기되어 왔다.

첫째, 일차적 자기애와 이차적 자기애가 존재하는가에 관한 문제이다. 특히 일차적 자기애가 존재하는가에 대해서 많은 의문이 제기되어왔다. 즉, 유아 초기에 대상을 인식하지 못하는 시기, 즉 정상적 자폐기(Mahler, 1975)를 거쳐 대상을 인식하는 시기로 넘어 가는가, 아니면 처음부터 유아는 대상을 인식할 수 있는가에 대한 논쟁이다. 전자는 Anna Freud, Mahler 등 대부분의 자아 심리학자들이 주장하는 것이다. 반면, Klein, Rosenfeld, Segal 등은 생후 초기부터 대상관계가 존재한다고 믿었으며, 특히, Rosenfeld(1964)는 프로이트가 기술한 일차적 자기애 현상을 원초적인 대상관계에 입각한 대상사랑으로 보아야 한다고 주장하였다(구정일, 2010).

둘째는 자기애의 발달이 자기(자아)에서 대상으로 확대되는 일련의 발달과정을 거치는가 아니면 이 두 가지가 별도의 발달경로를 갖게 되는가이다. 이것은 일반 정신분석에서 주장하는 것과 코헛의 자기 심리학에서 주장하는 주요한 차이라고 할 수 있다. 프로이트는 1909

년 비엔나 정신분석학회에서 자기애가 자기-성애(auto-erotism)와 대상-사랑(object-love) 사이에 존재하는 필수적인 중간 단계라고 언급하였다. 따라서 자기애가 대상관계(object relation)로 가는 발달의 전조 단계가 되는 것이라고 하였으며, 대부분의 정신분석 이론에서는 이 논리를 받아들인다. 반면 코헛은 자기애적인 자기(narcissistic self)⁵⁾와 이상적인 대상(idealized object)이 각기 다른 발달 경로를 갖는다고 하였다.

Kohut의 자기 심리학과 자기애

오늘날 정신분석이론에서 자기애에 대한 논의가 활발해지게 된 데에는 코헛이 창시한 자기 심리학의 역할을 빼놓을 수 없다(Morrison, 1989; Lansky, 1999). 따라서 여기에서 그의 이론적 세계에 대해서 간단히 살펴보고자 한다.

1960년대 후반에 코헛은 자기애에 대해 새로운 시각을 내어놓고 이것을 자기 심리학이라 명명하였다. 그는 기존의 자기애에 대해서 몇 가지 새로운 시각을 제시하였다.

첫째, 위에서 설명한대로, 발달적 시각에서 자기애와 대상 발달은 별도의 경로를 밟는다고 하였다. 하나는 자기애의 발달 경로로서 자신의 과대함에 대해서 칭찬을 받고자 하는 욕구이며, 다른 하나는 이상화된 대상의 발달이다.

둘째, 자기애를 정상적인 발달(normal development)과정으로 보았다는 점이다. 자기애를 병리적인 시각으로 보았던 기존의 주장들에 반해, 코헛은 건강한 자아를 형성하기 위한 필수 과정이라고 하였다. 예컨대, 어린 아

이들이 유치원에서 ‘허접한’ 작품을 만들어와 엄마 앞에 의기양양하게 내어놓고(과장된 자기), 엄마는 이것을 ‘감탄’해주는(mirroring) 과정이 정상 발달에 필수적이라는 것이다.

셋째, 자기애의 발달은 ‘자기대상(selfobject)’이라는 개념, 즉 대상이 자기에게 표상된, 그러면서 대상(object)이 완전하게 자기(self)의 부분도 아니고, 그렇다고 완전하게 자기와 분리된 것도 아닌 이러한 상태에서 시작한다. 차츰 유아적 과대성과 남에게 이것을 보여주고자 하는 것이 발달하여, 대상이 찬사를 해주는 과정을 통해 이러한 욕구를 충족시키는 한편, ‘적절한 좌절(optimal frustration)’을 통해서 현실적인 자기-인식을 하게 되는 과정을 거치게 된다고 하였다. 자기애는 결핍이 되어도, 과도해도 문제가 되는데, 코헛은 자기애에 병리적인 문제가 생기는 것은 자기대상(selfobject) 발달이 역제가 되었을 때 일어난다고 보았다.

코헛이 주장하는 자기애의 개념들을 자아 심리학에서는 받아들이기 어려운 부분들이 있다. 무엇보다도 프로이트 이후 자아 심리학에서 이론의 핵을 이루는 욕동(drive)의 개념을 버렸다는 점이다. 둘째는 자아 심리학의 발달 이론에서는 오이디푸스적인 요소들이 중심이 되는데, 코헛은 더 초기 어린 시절로 그 축을 옮겨놓았다. 즉, 초기 양육의 결핍 즉, 공감의 실패가 자기애적 병리를 초래한다고 보았다. 따라서 욕동 모델(drive model)에서 결핍의 모델(deficit model)로 옮겨갔다.

이러한 자극에 힘입어 오늘날 자기애는 정신분석 영역에서 여러 가지 개념으로 발전되어왔다. Green(1983, 2002: 민성혜, 2011에서 재인용)은 프로이트의 후기 이론인 ‘이중본능(dual instinct)’(Freud, 1919)이론을 접목하여, 자기애를 두 가지로 분류하였다. 즉, 긍정적

5) 코헛은 후에 이 개념을 과장된 자기(grandiose self)라는 용어로 수정하였다.

(positive), 부정적(negative) 자기애가 그것이다. 긍정적 자기애의 목표는 결국 하나가 되고, 합일(unity)에 도달하려는 것이며, 부정적 자기애는 제로 수준으로 향하려는 것, 아무것도 없는 상태, 즉 심리적 죽음의 상태⁶⁾로 향하려는 것이라고 하였다. 그는 다시 건강한 그리고 병적인 자기애의 구분만으로는 충분치 않다고 하면서, 프로이트의 개념을 따라, 삶의 자기애(life narcissism)과 죽음의 자기애(death narcissism)로 구분 하였다.

컨버그(1970년대)는 자아 심리학, Klein학과, 및 대상관계이론 모두를 통합하여 경계선 인격과 자기애적인 인격을 설명하고 있다. 정상 발달에서 자기애의 역할을 인정하기는 하지만 병적인 자기애는 유아 초기에 고착된 비정상적인 정신 구조의 결과로 보았다. 병리적 현상과 관련하여, 코헛이 말하는 자기애와 컨버그가 말하는 것에는 차이가 있는데, 기본적으로 컨버그가 설명하는 자기애는 병리가 좀 더 심한 것, 즉, 경계선 장애에 가까운 것으로 본다. 코헛은 자기애를 건강한 그리고 병적인 자기애로 구분하였고, 이것은 다시 ‘명백한(obvious)’, 그리고 ‘예민한(hyper-vigilant) 자기애로 구분하였다.

오늘날, 자아 심리학에서는 자기애에 관한 정신분석적 개념은 다음과 같이 세 가지로 나누고 있다. 리비도적인(libidinal) 자기애, 파괴적인(destructive) 자기애, 건강한(healthy) 자기애가 그것이다. 리비도적 자기애는 프로이트가 초기에 설명한 것이고, 파괴적인 자기애는 1922년 아브라함이 부정적 자기애에 관해 설명한 것을 1971년에 Rosenfeld가 파괴적인 자기애로 재조명한 것이다. 그는 “마피아 갱”이라는 은

유를 사용해서 다른 어떤 외부와의 상호 관계도 허용하지 않고, 자기 승리에 도취가 되어 있는 ‘철면피 같은(thick-skinned)’ 자기애라고 설명하였다. 이는 타인의 평가에 ‘민감한(thin-skinned)’ 자기애와 대조가 된다. 이것은 DSM-IV에서 Gabbard에 의해 ‘명백한(obvious)’과 ‘과민한(hypervigilant)’ 자기애로 분류되었다 (민성혜, 2011).

수치심과 자기애의 정신분석 이론적 시각

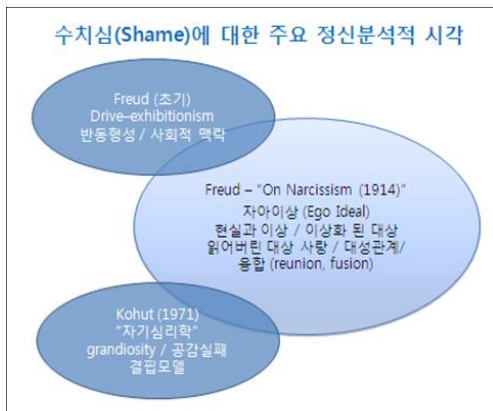
정신분석 이론에서 ‘수치심(shame)’이라는 개념을 본격적으로 다루기 시작한 것이 그리 오래 되지 않았다. 코헛이 자기 심리학을 주창하고 자기대상(selfobject), 자기애(narcissism) 등에 대한 연구들을 포함하기 시작하면서 비로소 관심을 받기 시작했다. 대략 1970년을 기준으로 연구의 폭이 넓어졌음에도 불구하고 수치심에 대한 일관된 이론을 찾기가 쉽지 않다. 이론가들마다 각자의 접근방법으로 모호하게 그려놓고 있기 때문이다. 이러한 연구자들의 고충을 Nathanson(1987)은 자신의 저서 ‘The Many faces of Shame’의 서론에서 ‘코끼리 조각 맞추기’에 비유했다. 그럼에도 불구하고 수치심은 정신역동에서 자기애와 불가분의 관계에 있으며, 따라서 수치심과 자기애의 관련성을 생각할 때, 가장 먼저 고려해야 할 것은 자기애를 어떻게 정의할 것인가이다. 자기애는 보는 시각에 따라 수치심을 정의하는 시각도 다르기 때문이다.

결론부터 말해서 자아 심리학에서, 수치심을 자기애와 관련시켜보는 시각은 ‘자아 이상(ego ideal)’을 역동적 매개로 하고 있다. 즉, 잃어버린 대상을 회복하기 위해서 이상화시킨 대상에 만족시키려고 노력하는데, 이러한 노

6) inorganic state, 니르바나

력의 과정이나 결과가 충분하지 못하다고 느껴질 때 수치심을 경험하게 된다는 것이다.

본 논문에서는 수치심을 보는 시각과 관련하여 다음의 세 가지로 나누어 고찰해보려고 한다. 먼저, 수치심에 대해 초기 프로이트는 어떠한 시각에 보고 있는지를 역사적 맥락에서 살펴보고, 둘째, 자아 심리학자들이 ‘자아 이상’이라는 개념과 관련하여 본 수치심에 관한 연구 논문들을 개괄하며, 셋째, 코헷의 자기 심리학적 입장에서 본 수치심의 개념들에 대해서 살펴보기로 한다. 그리고 마지막으로 이들이 임상적으로 어떻게 유용할 수 있는지에 대해서 고찰해 보기로 한다.



수치심과 자기에에 대한 프로이트의 개념

프로이트는 1895년 플리스에게 보내는 편지에서, 수치심이라는 단어를 처음 언급하였다. 여기에서 프로이트는 수치심을 도덕성, 역겨움과 함께, 성경험을 억압하는 원인으로 보았다. 수치심을 하나의 방어기능으로 간주한 것이다. 1900년 ‘꿈의 해석(The Interpretation of Dreams)’에서 ‘벗고 있는’ 꿈들과 이들에 대한 당혹스러움을 이야기하면서 ‘수치심이란 고통스러운 감정, 즉, 별거벗고 있다는 것을 감추

고자 하는 것, 그렇지만 그렇게 할 수 없다는 것을 알게 되는 것’이라고 하였다. 즉, 수치심을 성적인 욕동(sexual drive), 노출하는 것(exhibitionism)과 관련지어 설명하고 있다.

또 다른 곳에서(1898) 수치심이란 야뇨(bed-wetting) 경험을 가진 어린 소년이 갖는 것, 소년의 어머니가 친구나 선생님들에게 이르렀다고 협박하는 것과 관련된 것이라고 하였다. 따라서 초기에 프로이트(1892-1899)는 수치심을 사회적 맥락에서 수반되는 정서로 보았으며, ‘비난받을 만한 일을 다른 사람이 알게 되는 것’이라고 하였다.

1914년 프로이트는 ‘자기애에 관한 서론’이라는 논문에서 대상과 관련된 여러 가지 심리적 현상들에 대해서 얘기를 했는데, 특히 자아 이상(ego ideal)이라는 개념이 수치심, 자기애와 관련하여 여러 가지 중요한 이슈들이 있다는 점을 앞에서 설명한 바 있다.

이미 언급하였듯이 자아 이상은 두 가지 의미를 갖는다(Laplanche & Pontalis, 1973).

첫째는 초자아와 동의어로 사용되는 것이다. 오이디푸스 콤플렉스와 더불어서 부모에 동일시함으로써 형성되는 것(Freud, 1923), 자기-관찰, 양심 그리고 이상을 포함하는 포괄적인 구조(1933)로 설명될 수 있는 개념이다. 둘째는 어린시절 자신이 이상화했던 ‘잃어버린 자기에의 대리물’로 설명되는 개념이다. 이 경우 자아 이상의 개념은 욕동이 아닌 대상 관계적인 측면을 가지며, 대상을 두려움이 아닌 사랑으로 지각하기 때문에 이것을 회복하려고 노력하고 이 과정에서 수치심이나 열등감을 갖게 된다는 것이다.

이러한 초기의 관점들은 프로이트가 주장한 욕동과 갈등의 시각에서 이해되었다. 무엇보다도 프로이트는 ‘자기애에 관한 서론(1914)’이

후 자아 이상을 초자아로 보고자 했고, 따라서 수치심을 죄책감으로 설명하는 경향이 있었기 때문에 오랫동안 정신분석 역사에서 관심을 받지 못했다. 이후 1971년 코헛의 자기심리학을 통해 자기애와 자기(self)의 개념이 관심을 받기 시작하였고, 이러한 맥을 같이 하여 수치심의 개념도 재조명받게 된 것이다.

자아 심리학(ego psychology)의 입장에서 본 수치심과 자기애

이후 자아 심리학에서는 자기애와 수치심을 ‘자아 이상’과 관련지어 설명하려는 시각들이 늘어나게 되었다. 특히, 잃어버린 자아 이상에 다가가고자 하는 것, 그리고 그 과정, 혹은 그 좌절의 결과로 느껴지는 감정과 관련하여 설명하고자 하는 시각들이 늘어나기 시작했다.

Pier(1953)는 죄책감과 수치심이 다르다는 점을 분명히 했다. 죄책감은 초자아의 장벽을 침범한 결과 나타나는 것이며, 수치심은 자아와 자아 이상간의 긴장 상태의 결과로 나타나는 것이다. 즉, 자아 이상의 목표에 도달하는데 실패하고, 그리하여 대상으로부터 거절당하고 버림을 받을지 모른다는 두려움을 반영하는 것이라고 하였다. 이 과정에서 자아 이상은 ‘자기애적인 전능감의 핵심’이라고 하였다.

Lewis(1971)는 수치심은 자기와 관련된 것이며 자아 이상의 붕괴로 나타나는 자기애적인 반응이라고 하였다. Levin(1982)도 견디기 어려울 만큼 강한 수치심이 자기애적인 평형을 깨트리게 되고, 이것이 상처받았다는 느낌을 일으키며, 이어서 자존감의 손상과 분노감을 수반하게 된다고 하였다. 그리고 이것을 자기애적인 상처(narcissistic injury)라고 불렀다. Lansky(1999) 또한 수치심을 손상된 자기-경험(self-

experience)의 결과로 나타나는 것이라고 하였다.

Wurmser(1981)는 수치심을 ‘통합을 유지하려는 노력’과 관련지었다. 그는 수치심은 ‘사랑받지 못한 느낌’이며, 따라서 ‘화가 난 자기애’의 반영이라고 하였다. 따라서 수치심과 자기애의 관계를 자아 이상, 자아의 상처, 낮은 자존감, 자기의 통합을 유지하기 위한 노력 등이 수반하는 것으로 보았다. Lewis(1981)는 자기애는 실패감이나 낮은 자존감을 방어하고 자기(self) 사랑을 유지하려는 노력인데, 수치심은 일시적, 간헐적으로 자기를 파괴하는 것이라고 하였다. 한편 Broucek(1982)는 수치심은 자기애적인 성격이 직면하는 고통스러운 감정인데, 유아가 원하는 환경에 부모가 돌보아주는 여건을 만들어주는데 실패한 결과로 나타나는 실망감이라고 하였다.

한편, 수치심을 ‘융합(fusion)’ 혹은 ‘재결합(reunion)’하려는 시도로 보는 견해들도 있다. 즉, 자아 이상이란 ‘잃어버린 대상 사랑을 되찾으려고 애쓰는 결과’라는 논리에서 나오는 것이다.

Bursten(1973)은 자기애적인 성격을 가진 사람들은 일반적으로 모욕감, 당황, 굴욕을 당하지 않을까 하는 염려 등을 갖게 되는데, 수치심은 이들로 하여금 ‘전능한 대상(omnipotence object)’을 받아들일 수 없다고 느끼도록 만든다고 하였다. 따라서 수치심은 ‘과장된 자기(grandiose self)’의 적이며, 수치심으로부터 벗어나는 것이 자기애를 회복하는 주요한 과업이 된다고 하였다. 그는 자기애적인 성격 유형들을 여러 가지로 범주화 하면서, 이 가운데 자기애적인 성격이란 잃어버린 대상과 ‘재융합(reunion)’하려는 시도들이라고 말하고, 이 과정에서 수치심이 자기애적인 취약성(narcissistic

vulnerability)의 주요 정서가 된다고 하고 있다. Bursten의 이러한 접근방법은 우리가 자기애의 문제에 접근할 때 부딪치는 일반적인 질문을 다시 한 번 제기하게 만든다. 즉, 자기애가 단순히 자기의 상태가 어떠한지를 표현하는 것인가 아니면 자기 취약성을 커버하기 위한 방어기제인가 하는 것이다(Morrison, 1989). Bursten은 자기애의 여러 가지 표현들을 하나의 방어기제로 보았다.

Chasseguet-Smirgel(1985) 또한 수치심과 자기애를 자아 이상, 상실한 자기애의 회복이라는 맥락에서 이해하려고 하였다. 즉, 그녀가 말하는 수치심의 근원은 (환상을 통해서) 이상화한 대상으로부터 사랑을 잃을지도 모른다는 두려움이다. 그녀는 자아 이상이란 유아기에 상실한 일차적 자기애를 회복하려는 시도이며, ‘불만족도 없고, 더 이상의 소망도 필요 없고, 상실도 없는 완전하고 끝없는 만족의 세계...’(p.5)로 돌아가고자 하는 것이라고 하였다. 따라서 자기가 자아 이상, 즉 전지전능한 대상에 몰입하게 되면서, 그 대상과 융합되는 환상들을 쫓게 된다. 여기에서 이상화된 대상과 재결합하려는 시도가 자기애적인 과정의 예라고 할 수 있는데, 그 이상과 융합하려는 노력이 항상 퇴행적이고, 자신의 자존감을 대상에 의지하려는 속성을 갖게 되어서, 수동성과 수치심을 불러일으킬 수밖에 없다고 하였다.

그녀에 따르면, 자기애는 자아 이상이라는 환상을 통해서 대상과 연결되기 때문에, 대상 사랑의 상실(사실이 아닌 환상이기 때문에 상실할 수밖에 없지만)은 일차적으로 자기애적인 손상(narcissistic injury)을 가져오게 되고, 그것을 수치심으로 경험하게 된다는 것이다. 여기에서 수치심의 근원은 이상화된 환상속의

대상으로부터 사랑을 잃을지도 모른다는 두려움이다. 수치심을 경험하게 되면 질투, 부러움이 생기게 되고 이것은 다시 죄책감으로 이어진다. 이때의 죄책감이란 Lansky(1999)에 따르면 사랑하는 대상을 손상시켰다는 것, 그리고 보복에 대한 두려움과 관련된다고 하였다.

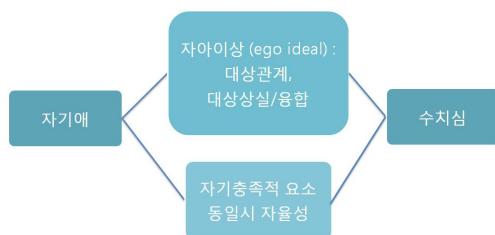
지금까지는 자기애를 대상, 특히 이상화된 대상과 관련지어서 보았다면, 또 다른 시각에서는 자기애를 동일시(identity)와 자율성(autonomy), 즉 자기 충족적인 것으로 보는 견해가 있다.

Thrane(1979)은 자기애에서 중심적인 역할을 하는 것을 동일시로 보았다. 동일시란 분리와 개별화를 의미하며 수치심은 이것을 이루지 못할 때 나타나는 것이라고 하였다. 그는 정상적인 자기애의 발달과 관련하여, 수치심을 ‘자기-발달과정의 불가피한 부산물’로 보았다. 일찍이 Erickson(1950)도 수치심은 부모로부터 인정을 얻는데 실패 한 결과를 반영하는 것 뿐 아니라 자기-통제 혹은 자율성을 획득하는데 실패한 결과를 반영하는 것이라고 하였다. Yorke(1990)는 수치심을 정상적인 발달과정으로 보았다. 대체로 항문기에 형성되는 것으로 Shengold(1985)는 이를 ‘항문기적 자기애(anal narcissism)’라고 하였는데, 이 때 나타나는 부적인 행동은 자기(self)와 대상(object)이 경계를 세우고 분리 개별화를 이루려는 것이라고 하였다. 이 과정에서 부모가 아이의 행동에 금기나 비난을 하게 되면 수치심이 형성될 수 있다는 것이다. Kinston(1980)은 자기애의 두 가지 중요한 병리적인 형태에 대해서 언급하면서, 자기애가 이상적인 대상과 융합하려는 갈망이 아니라, 대상과 분리해 있는 것, 즉, 자기-충족적인 것으로 보았다. 특히, 그가 말하는 자기-자기애(self-narcissism)는 동일시 과정

에서 분리에 대한 고통을 반영하며, 수치심은 이러한 동일시와 자율성을 포기할 때 일어나는 것으로 보았다.

이러한 맥락에서 보면, 수치심이란 그것이 자아 이상이든, 동일시, 자율성이든 자기의 기준에 맞추는데 실패한 결과로 나타나는 감정이라고 할 수 있다. Wurmser(1981)는 수치심의 자기애적인 속성은 결국 자기-이미지이며, 이것을 ‘평가’하는 것이라고 하였다. 수치심이 어느 정도 객관성을 유지하는 한, 자기-응집력, 자아-강도를 지닌 것으로 평가할 수 있다는 것이다. 이처럼 수치심을 경험하는 능력은 자기-타인을 변별할 수 있는 능력, 자기를 객관적으로 자각할 수 있는 능력을 갖고 있다는 측면에서도 이해할 수 있을 것이다.

지금까지 우리는 자아 심리학 정신분석 입장에서 수치심과 자기애를 어떻게 이해하고 있는지에 대해서 살펴보았다. 일반적인 견해는 자기애가 속성상 대상의 상실을 포함하고 있고, 이러한 잃어버린 대상을 회복하려는 노력의 과정 혹은 그 결과로 나타나는 정서가 수치심이라고 할 수 있다. 하지만 다른 한편에서는 동일시와 자율성의 성취라는 좀 더 자기 충족적인 측면에서 이해하는 시각도 있다는 점을 밝혀둔다.



코헛의 자기 심리학적 입장에서 본 자기애와 수치심

코헛은 수치심을 어떻게 보고 있는가. 이론

초기에는 고전적인 초심리학의 논리를 바탕으로, 수치심을 자아 이상과 관련지어 설명하였다. 하지만 후에 자기 심리학적 입장을 확고히 함에 따라, 자기애적인 환자들의 수치심은 ‘과대함(grandiose ambitions)’에 대한 강한 욕구를 반영하는 것이라고 하였다.

코헛은 ‘자기애의 형성과 변천(1966)’이라는 논문에서 수치심을 자기애적인 자기(narcissistic self)의 노출 욕구에 대한 좌절로 보았다. 즉, 초기 고전적인 정신 분석적인 입장을 토대로, 수치심을 자아 이상과 관련된 것으로 보았다. 이때 자아 이상은 ‘욕동을 통제하는 기능’으로 보았고, 자기애적인 자기는 누군가가 나를 바라보고 감탄해주기를 바라는 소망이라고 보았다. 그는 ‘수치심이란 자아(ego)가 이러한 자기를 적절하게 과시할 수 없을 때 생기는 것’으로 보았다.(Kohut, 1966)

하지만, 1971년 코헛이 ‘The Analysis of the Self’라는 책을 세상에 내놓으면서 수치심에 대한 정의가 바뀌게 되었다. 수치심이란 ‘자아(ego)가 중립적이지 않은(unneutral ized) 상황에 너무 많이 노출된 결과’라는 것이다. 이때, 중립적이라 함은 유아적인 욕구들이 충분히 충족이 되는 한편, 이들을 현실화시키는 과정에서 외상적이지 않고, 최적의 좌절(optimal frustration)을 통해 타협을 이루어 나가는 것을 말한다. 따라서 유아의 욕구가 현실화되는 과정에서 상처를 받게 되었을 때, 수치심을 느끼게 된다는 것이다⁷⁾

7) 코헛의 예를 들어보면, 아이가 자신의 배설물을 가지고 놀 때 호되게 나무라기보다는 가지고 놀 수 있는 다른 대체물을 아이에게 주는 것을 말한다. 이때 외상과 최적의 좌절간의 차이는 훈육 강도의 차이, 즉, 심하게 혼을 내는 것과 다독이는 것의 차이라고 코헛은 말한 바 있다.

따라서 코헛은 자기에의 개념과 관련하여 초기에는 자아심리학의 입장을 따라 대상사랑, 즉 잃어버린 대상(ego ideal)을 회복하고자 하는 노력이라고 하였다가, 자기 심리학을 주장한 이후에는 ‘자기애적인 경험이란 유아가 아주 행복한 상태에 있다가 엄마가 제대로 돌보지 못하게 되면서 생기게 된 상처로부터 시작된다’고 하였다.

그에 따르면 유아는 잃어버린 행복을 회복하기 위해 두 개의 자기애적인 구조 체계를 창조한다.

첫째는 과대한 혹은 자기애적인 자기(grandiose/narcissistic self)로서, 완전한 자기를 창조하려는 시도이다. 즉 좋고, 유쾌하고, 완전한 것은 모두 자신의 내면에 속한 것으로, 나쁜 것은 모두 외부에 속해있는 것으로 경험된다. 둘째는 이상화한 대상(idealized object)으로서, 상실된 행복을 되돌리기 위해서 ‘대상’에게 절대 권력과 완벽함을 부여한다. 완벽한 ‘대상’에게 소속된다는 것은 유아로 하여금 온전함과 행복감을 되찾게 해준다. 코헛은 이러한 자기애적인 구성물을 ‘이상화된 부모원상’이라고 불렀다. 이 두 가지 자기애적인 구성물은 모두 일차적인 자기가 붕괴되면서 생기는 것이고, 중요한 것은 앞에서 언급했듯이 이 두 체계가 별도의 발달 경로를 갖는 것이다(Kohut, 1971).

1972년 코헛은 ‘Thoughts on narcissism and narcissistic rage’라는 논문에서 수치심과 노출증적 리비도 그리고 자살, 전지전능한 자기의 결합, 자기애적인 상처에 대한 분노 등에 대해서 이야기하면서, 수치심을 자기애적인 분노, 공허한 우울의 결과로 인한 자살, 무조건적으로 반응하는 자기대상에 대한 욕구등과 관련지어 설명하고 있다. 코헛(1971)은 수치심

을 ‘자기의 과대함이 인정받지 못하는 것’ 그리고 자아 이상이 아닌 “수직 분열(vertical split)”과 관련시켰다.

그렇다면 코헛은 왜 이러한 자아 이상의 개념을 버리게 되었는가. 무엇보다도 코헛은 프로이트의 욕동의 개념을 버리고, 자기에나 자기대상 등의 개념을 자신의 이론 중심에 두게 되었다. 욕동의 개념을 버리다보니 자연스럽게 자아 이상이라는 개념도 필요 없게 되었다. 또한, 프로이트의 이론은 자기에의 발달에서 시작해서 대상의 발달로 이어지는 하나의 경로를 가지고 있다. 하지만 코헛은 자기에(narcissistic)의 발달과 대상(object)의 발달을 따로 구분함에 따라서 리비도적인 대상의 역할로부터 차츰 멀어지게 되었다(Morrison, 1989).

수치심과 자기에의 임상적 의미

지금까지 정신분석에서는 수치심과 자기에의 관계를 어떻게 이해하고 있는지에 대해서 프로이트를 비롯한 자아 심리학적 입장 코헛의 자기 심리학적 입장 등을 고찰하여 보았다. 살펴본 바를 간단히 요약해보면,

첫째, 자기에와 이들의 관계를 보는 관점들과 관련하여 리비도적인 요소와 대상관계적인 요소를 고려하는 것이 중요하다는 점이다. 둘째, 자기애적인 요구의 진정한 목적이 무엇인가에 따라서 이상화된 대상에 대해서 갖는 환상과의 재결합, 융합을 궁극적인 목표라고 하는 경우도 있고(예, Bursten, 1973; Chasseguet-Smirgel 등), 자율성, 동일시 등을 목적이라고 하는 경우도 있다(예, Kinston 1980).

이들 두 가지 목적은 서로 대조적인가, 아니면 서로 보완적인 것으로 이해될 수 있는가, Morrison(1989)은 이들을 변증법적인 관계로 개념화 하는 것이 유용하다고 하였다. 각각의

존재는 서로 배경과 전경의 관계를 가지고 있다는 것이다. 자기애와 수치심은 외부적인 요소(대상관계)와 내부적인 요소(자율성, 독립성)가 서로 변증법적으로 상호작용하면서, 대상의 사랑을 얻기 위해 자율과 독립을 성취하기 위해 노력하는 관계가 될 수 있다(Reich, 1960).

수치심과 자기애의 역동적 관련성을 이해하는 것이 임상적으로 어떠한 중요성을 갖는가. 수치심은 자기애의 핵심적인 정서 중의 하나이다. 자기애와 관련하여 나타나는 고통스러운 정서라고 할 수 있다. 따라서 자기애의 역사가 가진 상처 혹은 외상을 들여다 볼 수 있는 창(窓)이 된다는 것이다. 임상장면에서 자기애적인 성향을 가진 내담자 혹은 환자들은 도움 받고자 하는 자신의 상처들을 드러내기를 꺼려하고 때로 두려워한다. 내면의 상처를 감당하기 어려워 치료자를 찾아오지만, 치료 상황에서 내놓는 얘기는 오히려 자신이 얼마나 유능한 사람이며 얼마나 인정받고 있는지에 대한 장광설이다. 수치심과 내재된 두려움 때문이다. 나를 무시하지 않을까. 치료자가 나를 싫어하지 않을까. 상처로 인해 자기애적인 성향을 가지게 되었지만, 쉽게 내려놓지를 못한다. 공부를 잘하지 않으며, 비난받거나 창피한 일이라는 생각에 사로잡혀 있기 때문에 그 과정에 따르는 어려움이나 고통을 남들에게 쉽게 털어놓지 못한다. 대상의 시선을 붙잡기 위해서 1등이라는 자기애에서 내려올 수가 없다. 대체로 자기애적인 성향을 가진 사람들은 자기애에 대한 자각이 없다. 1등을 놓치지 않을까에 만 전진공공할 뿐, 왜 그렇게 해야 하는지에 대한 자각은 없다. 그럴 필요가 없다고 하면 다른 치료자를 찾아갈 것이다. 이러한 자기애적인 성향에 접근할 수 있는 창구가 수치심이 될 수 있다는 것이다. 시간이 걸리

는 작업이기는 하지만, 수치심 속에 있는 좌절과 두려움을 공감하고 왜 그런 감정을 갖게 되었는지를 탐색해 나가는 것이 치료의 시작이 된다.

그렇다면, 임상장면에서 자기애 속의 수치심이 항상 표현 되는가. 그렇지 않다. 수치심을 느끼지 못하는 경우도 있고, 수치심 대신 다른 감정을 표출하는 경우도 있다. 분노, 경멸, 모욕감, 부러움, 우울 혹은 공허감 등이 수치심과 관련하여 혹은 이들을 대신해서 나타날 수 있는 감정이다. 우리 속담에 ‘방귀 끼고 성 낸다’는 말은 무안함(수치심)에 대해 성(화)을 내는 일상적인 표현일 것이며, 사회적으로 성공한 자기애적인 사람이 아들의 무능력을 심하게 꾸짖는다면 이것은 자기 안에 있는 실패에 대한 두려움 혹은 수치심을 자녀에게 투사하는 것이 될 수 있을 것이다. 이처럼 수치심은 여러 가지 감정들이나 방어들이 서로 상호작용 하며, 경우에 따라서 전경이 되기도 하고, 배경이 되기도 하는 유기적인 관계를 갖는다. 분노나 부러움 등이 수치심에 내재된 반응으로서 나타나기도 하고, 혹은 그 반대(즉 수치심의 결과)로 나타나기도 한다. 수치심의 자리를 죄책감으로 대신하는 경우도 임상장면에서는 어렵지 않게 볼 수 있다.

수치심에 대한 최근 연구들은 이러한 감정들이 어떻게 유기적으로 연결되어 있으며 이것을 임상적으로 어떻게 다루어야 하는지에 대해서 논의하고 있다.

Lewis(1992)는 수치심을 ‘느낄 수 있는(felt)’ 것과 ‘느낄 수 없는(unfelt)’ 것으로 나누었다. 특히 느낄 수 없는 수치심에 대해서는 ‘간과하는(bypassed)’ 혹은 ‘인식되지 않는(unacknowledged)’ 수치심으로 표현되는데, 이것이 중요한 역동적 의미를 지닌다고 하였

다. 수치심은 가끔 참을 수 없는 분노의 토대가 되기도 하며, 대상을 공격함으로써 수치심을 없애려는 시도를 한다. Lansky(1999)는 질투심에 의한 공격이 ‘잘 인식되지 않는 (unacknowledged) 수치심’의 결과로 나타나는 것이라고 하였다. 이것은 다시 죄책감으로 이어지는데, 이때 느껴지는 죄책감이란 사랑하는 대상을 손상시켰다는 것, 그리고 보복에 대한 두려움과 관련된다고 하였다. 질투와 관련된 죄책감이나 적대감은 임상장면에서 쉽게 나타나는 현상이지만, 이것을 올바르게 이해하기 위해서는 자기(self)-경험의 손상, 수치심, 그리고 그 결과로 나타나는 분노, 공격, 죄책감들을 포괄적으로 이해하는 작업이 필요하다고 하였다. 그는 또한 분노와 이를 용서하는 과정에서 수치심이 중요한 역할을 한다고 하였다. 여기에서도 스스로 잘 ‘인식하지 못하는’ 수치심이 분노를 야기하게 되는데, 분리(splitting)라는 방어기제를 통해서 수치심이 무의식에 내재되고 분노의 감정만 표면화 된다. 따라서 치료과정에서 이러한 분노를 해결하기 위해서는 ‘간과된 수치심’을 인식시키고 이것을 분노와 연결하는 것이 선행되어야 한다(Lansky, 2007).

코헛은 ‘수치심을 자기대상의 실패로부터 오는 것’이라고 정의하였는데, 이때 자기애적인 분노가 수치심을 유발하는 자기대상으로 향하게 된다. 환자가 치료자를 공격하는 것이 한 예라고 할 수 있다. 환자는 자신이 치료를 ‘필요’로 한다는 사실을 고통스럽고 수치스러워 할 수 있다. 그래서 자신을 무기력하게 하고, 의존하도록 만든다고 치료자에게 화를 낼 수 있다. 자수성가한 아버지, 공부를 잘하고 똑똑한 여동생에 비해서 자신은 이렇게 치료를 받아야하는 처지가 된 것에 대해 창피하고

우울한 감정을 치료자에게 화를 냄으로서 수치심으로부터 벗어나고자 하는 것이다. 이 경우 수치심은 자신이 무언가를 필요로 하고 있다는 사실에 대한 반응이다.

방어 기제들이나 여러 가지 감정들이 무의식적인 수치심을 조절하는 역할을 한다(Morrison, 1989; Lansky, 1999). 따라서 수치심과 관련된 방어나 방어기제들과 관련된 감정들을 이해하는 것이 심리치료 과정에 유용하다. 예컨대, 투사(projection)는 자기로부터 수치심을 몰아내는 수단이 되는 것이라고 할 수 있다(Bursten, 1973). 투사적 동일시는 ‘경멸이라는 감정을 통해서 수치심을 다른 사람에게 떠 넘기는 것’이라고 할 수 있다. 고립(isolation)은 수치심을 느끼지 못하게 하게 분리시키도록 만든다. 모욕감은 수치심이 치환된 형태라고 할 수 있다. 이렇게 치환된 수치심은 정신치료의 전이 상황에서 가끔 경험 할 수 있게 된다.

코헛은 수치심과 방어를 다른 측면에서 보기도 한다. 환자의 방어적인 태도를 적응적인 관점에서 생각한다. ‘저항’이 아니라 심리적으로 매우 가치 있는 것으로 생각 한다. 따라서 코헛에게 있어서 방어적 동기는 자기(self)의 현재의 상태와 관련 있으며, 자기대상(selfobject)이 제대로 반응해주지 않아서 발달적으로 충분하지 못했음에도 불구하고 응집된 자기(nucleus self)를 유지하려는 노력으로 보았다.

지금까지 수치심과 자기애의 관련성을 정신분석적인 입장에서 고찰하여 보았다. 수치심은 오늘날 정신분석이 직면한 가장 중요한 주제 중의 하나가 되었으며, 수치심과 관련한 최근 논문들은 자기애, 동일시, 자기의 개념들

을 포함하고 있다(Thrane, 1979; Broucek, 1982; Kinston, 1983; Morrison, 1983; Lansky, 1999, 2007). 수치심과 자기애의 관계를 설명하는데 어떠한 이론적 틀이 더 유용한가, 또한 이러한 이론들이 배타적인가, 아니면 변증법적으로 통합될 수 있는 것인가 하는 것들은 좀 더 심사숙고해야 할 과제라 할 수 있다.

결론 및 논의

정신분석에서 ‘자기애’는 이론적, 역사적인 면에서 하나의 큰 줄기에 해당한다. 프로이트 이론이 지형학적인 측면(의식, 무의식)에서 구조이론(자아, 초자아, 이드)으로 발전하게 된 토대가 되었을 뿐 아니라, 유아의 발달과정에서 자기(self)와 대상(object)을 연결하는 가교의 역할을 하는 개념이기도 하다. 또한 발달의 질을 평가할 수 있는 척도가 되며, 초기의 병리를 이해할 수 있는 문이 되기도 한다. 하지만 프로이트(1914)가 자기애를 설명했던 ‘자아 이상(ego ideal)’의 개념을 ‘초자아’와 관련지으면서 오이디푸스적 갈등, 죄책감으로 그 개념이 이어져 갔다. 자기애가 다시 각광을 받기 시작한 것은 코헛이 ‘자기 심리학’을 창시하면서 부터였다. 여기에서 ‘자기애’의 문제를 내놓았고, 수치심을 주요한 감정으로 다루었다.

수치심의 개념은 크게 세 가지로 나누어 볼 수 있다. 첫째, 프로이트 초기에는 욕동-노출적인 맥락에서 보았다. 도덕성, 역겨움, 성경험을 억압하는 원인으로 보았다. 둘째, 1914년 ‘자기애에 관한 서론’에서 내놓은 ‘자아 이상(ego ideal)’의 개념이다. 잃어버린 대상 사랑을 애도하면서 ‘이상화된 대상’과 융합하고자 하

는 것이 자기애라고 하였다. 프로이트는 이러한 자아 이상의 개념을 초자아 관련지었지만, 계승자들은 후에 이 개념으로 수치심을 설명하고자 하였다. 셋째, 1971년 코헛이 자기 심리학에서 ‘자기애(narcissism)’를 설명하면서 이것이 충족되지 못한 결과로 나타나는 감정을 수치심이라고 하였다.

정신분석 영역에서 수치심을 다시 수면위로 올려놓은 것은 코헛이었다. 이것이 자기애와 관련된 것으로 새로이 부각되면서 프로이트 이론을 계승한 자아 심리학에서는 두 번째 개념인 ‘자아 이상’을 수치심의 원인으로 보았다. 자아 이상이 결국 좌절된 자기애의 결과 이기는 하지만, 이 개념이 자리잡는 데에는 많은 혼돈의 시간들이 있었다. 오늘날 이론가들은 수치심이 자기애를 설명하는 중심적인 감정이라는데 의견의 일치를 보고 있다.

사실, 수치심은 자기애와 관련하여 설명할 때 가장 자연스럽다. 그럼에도 불구하고 자아 심리학자들이 코헛의 개념을 받아들이는 데에는 복잡한 문제가 있었다. 우선 치료적 접근 방법이 달랐고 정치적인 의미도 한몫 했다고 할 수 있다. 이것을 계기로 정신분석학회에서 제명되었지만, 코헛은 오랫동안 충실하게 프로이트 이론을 따랐던 학자였다. 그러던 그가 독창적인 이론을 내놓게 된 데에는 자신의 삶과 무관하지 않았다. 아내로부터 거세당하고 사회적으로 실패한 아버지와 자기애적인 엄마의 슬하에서 묵묵히 자란 코헛에게 프로이트의 오이디푸스 이론은 자신의 삶을 설명하기에 불충분했다⁸⁾. 이보다는 전-오이디푸스기(pre-odipus)에서 어머니의 공감의 실패가 정상

8) 그의 이러한 생각은 ‘Z사례를 두 번 분석함’에 잘 나타나 있다.

적인 발달을 저해하고 정신병리의 원인이 된다는 생각을 갖고 자기 심리학을 창시하게 되었다. 어머니의 자기애적 욕구를 충족시키기 위해서 항상 ‘엄친아’가 되어야 했던 코헛은 수치심이란 항상 누군가가 나를 평가하고 그 기대에 충족시키지 못한다고 느낄 때 생길 수 있는 감정으로 보았다. 그리고 그 기대가 ‘어부 아내’의 욕심처럼 끝없는 것일 때, 불안, 공허감, 등으로 이어질 수 있는 것으로 보았다.

오늘날에는 수치심이 자기애를 설명하는데 있어서 주요한 감정이라는데 동의하고 있지만, 프로이트의 자아 심리학과 코헛의 자기 심리학이 말하는 이들 관계는 차이가 있다. 첫째, 자아 심리학에서는 자기애의 발달과 대상의 발달이 일련의 경로를 밟게 된다고 한 반면, 코헛은 자기애와 대상관계의 발달이 서로 다른 경로를 갖는다고 하였다. 하지만, 임상장면에서 그것을 구분하거나 하지 않는 것이 그렇게 큰 차이를 가져오는 것 같지는 않다. 오히려 발달의 축이 어디에 있느냐가 더 중요한 변수가 된다. 코헛은 유아 발달의 축을 오이디푸스기에서 전-오이디푸스(pre-oedipus)로 더 옮겨놓았다. 그렇게 볼 때, 수치심은 죄책감보다 더 취약한 감정일 수 있다. 실제로 임상장면에서 자기애적인 성향을 가진 사람이 보이는 수치심은 생각보다 다루기가 조심스럽다.

‘공감(empathy)’의 문제도 두 학파 간에 한때는 첨예하게 대립했던 치료적 기법이지만, 자기애를 전-오이디푸스기의 문제라고 본다면 ‘중립(neutrality)’보다는 ‘공감(empathy)’이 더 우선될 때도 있다. 그래서 최근에는 ‘공감적 중립(empathetic neutrality)’이라는 말을 사용하기도 한다.

본 논문의 의의는 다음과 같다. 첫째, 일반

인에게 뿐 아니라 심리학 영역에서 수치심의 개념은 매우 널리 사용되어왔다. 역동적, 사회적, 발달적 맥락에서 각기 다른 시각을 가지고 접근해왔다. 하지만 Nathanson(1987)이 ‘코끼리 조각 맞추기’에 비유했듯이 오랜 정신분석의 역사에도 불구하고 수치심은 학파에 따라, 학자에 따라 보고자 하는 관점이 달랐다. 프로이트를 계승한 자아 심리학에서는 등한시했던 개념이었고, 1970년대 코헛의 자기 심리학이 등장하면서 재조명을 받기 시작하였다. 그리고 코헛은 수치심은 ‘자기애’와 관련지어 설명하고자 한 반면, 자아 심리학에서는 프로이트의 ‘자아 이상’을 초자아와 죄책감이라는 개념의 여정으로 나아갔다가 다시 되돌아오는 과정에서 학자들 간에 많은 혼동이 있었다. 본 연구에서는 여러 정신분석 학파에서 서로 다르게 조망되고 있는 수치심과 자기애의 역동적 관계를 체계적으로 조망하고자 하는데 있다.

둘째, 최근에 심리치료 분야에서는 치료적 접근방법들을 서로 통합하는 프로그램들이 많이 생겨나고 있다. 예컨대, 정신역동 치료에서 인지적 기법을 도입하기도 하고, 인지치료에서 정신분석 이론과 방법론을 접목시키기도 한다. 인지 치료에서 감정과 정서의 중요성을 강조하고 있으며, 정신분석에서 주로 다루는 저항의 기법을 도입하기도 한다(Leahy, 2001). 역동이 복잡하게 얽혀있는 방어기제와 저항을 인지적으로 다루는 것은 치료자가 이러한 역동들을 충분히 이해하지 않는 한 쉽지 않다. 감정을 다루는 것도 마찬가지이다. 본문에서 설명하였듯, 수치심이 드러나는 것보다 드러나지 않는 경우, 분노나 행동화 같은 여러 가지 감정과 방어기제가 얽혀있는 경우가 많다. 예컨대, Rosenfeld(1971)가 말한 ‘철면피 같은

(thick-skinned)' 자기애는 수치심을 드러내지 않을 뿐, 수치심이 없는 것은 아니다. '간과하는(bypassed)' 혹은 '인식되지 않는(unacknowledged)' 수치심도 마찬가지이다. 이러한 감정의 역동들을 심층적으로 잘 이해할수록 치료적 가설을 설정하거나 구조화 할 때, 좀 더 통찰력 있는 계획을 할 수 있을 뿐 아니라 자기애의 문제를 경험적으로 다루고자하는 임상가들이 변인들 간의 관계를 설명할 때 좀 더 도움이 되지 않을까 싶다.

셋째, 최근 임상가들은 청소년, 초기 성인기 환자들에게 기존의 DSM 진단기준에 맞지 않는 성격장애들이 늘어나고 있으며, 이들 중 상당부분이 자기애적인 문제를 가지고 있다는 데 동의한다. 경제수준이 높아졌지만, 맞벌이나 핵가족으로 애정있는 돌봄이 없거나 너무 이른 시기부터 입시경쟁 속에서 자란 세대들이다. 과거에 프로이트를 비롯한 많은 정신분석가들은 자기애적인 환자들이 분석치료가 불가능하거나 어렵다고 했다. 물론 정신병적인 수준이거나 심한 성격장애 환자의 경우를 말하지만, 기본적으로 자기애 성향이 있는 내담자들을 치료적으로 접근하는 것이 쉽지 않다. 심리치료 상황에서 자기애는 그 자체로 커다란 저항이며 방어기제이기 때문이다. 뿐만 아니라 자기애는 초기 어린 시절과 관련되고, 초기의 결핍으로 인한 것인 한 다루기가 여간 조심스럽지 않다.

이러한 필요성에도 불구하고 정신분석 영역, 특히 자아 심리학 영역에서 수치심에 대한 연구는 상대적으로 적었다. 관심있는 학자를 중심으로 연구되는 '개인의 취향'에 편중된 경향이 없지 않았다. 수치심은 자기애의 핵심적인 감정이며, 이들에게 다가갈 수 있는 긴요한 '창(窓)'이라는 점을 다시 한 번 되새기고자 하

였다.

참고문헌

- 구정일, 유범희(2010). 자기애성 인격장애에 대한 대상관계 이론. *정신분석*. 21: 27-31
- 민성혜(2011). 나르시즘. 2011년 대한정신분석학회 춘계학술대회 구연발표.
- Broucek, F. (1982). Shame and its relationship to early narcissistic developments. *International Journal of Psycho-Anal. Quart.*, 65: 369-378.
- Bursten, B. (1973). Some narcissistic personality types. *International Journal of Psycho Analysis*. 54: 287-300.
- Chasseguet-Smirgel, J. (1985), *The Ego ideal*. New York: Norton.
- Erickson, E. H. (1950). *Childhood and Society*. New York: Norton.
- Freud, A.(1936). *The ego and the mechanisms of Defense*. New York: International Universities Press.
- Freud, S. (1911). Psychoanalytic notes on an autobiographical account of a case of paranoia. *S.E.* 7: 60-61
- Freud, S. (1914). On narcissism: An Introduction. *S.E.*, 14:67-102 London: Hogarth Press, 1957.
- Freud, S. (1923). The ego and the id. *S. E.*, 19:3-66 London: Hogarth Press, 1957.
- Kernberg(1974). Further contributions to the treatment of narcissistic personalities. *International Journal of Psychoanalysis*. 55: 215-247
- Kinston, W. (1980). A theoretical and technical approach to narcissistic disturbance. *International*

- Journal of Psycho-Analysis*, 61: 383-394.
- Kohut, H.(1966). Forms and transformations of narcissism. *JAPA*, 14:243-272.
- Kohut, H. (1971). *The Analysis of the Self*. New York: International Universities Press
- Kohut, H. (1972). Thoughts on narcissism and narcissistic rage. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 27:360-399.
- Lansky, M. R. (1999). Shame and the idea of a central affect. *Psychoanal. Inq.*, 19, 347-361.
- Lansky, M. R. (2007). Unbearable Shame, Splitting, and Forgiveness in the Resolution of Vengefulness. *Psychoanalytic Psychology*, 55: 571-593.
- Laplanche & Pontalis(1973). *The Language of Psychoanalysis*. The Hogarth Press.
- Leahy, R. L. (2001). *Overcoming resistance in cognitive psychotherapy*. Guilford Public. Leahy, R. L. (2003). *Cognitive psychotherapy technique: A practitioner's Guide*. Guilford Press, New York, NY.
- Levin, S. (1982). *The Psychoanalysis of shame*. Unpublished.
- Lewis, H. B. (1971). *Shame and Guilt in Neurosis*. New York: International Univ. Press.
- Lewis, M. (1992). *Shame: The Exposed Self*. The Free Press. New York.
- Mahler, M. S. & Pine, F.(1975) *The psychological birth of the human infant*. Basic Books.
- Modell, A. (1975). A narcissistic defense against affects and the illusion of self-sufficiency. *International Journal of Psycho-Analysis*, 56: 275-282.
- Morrison, A. P. (1984a). Working with shame in psychoanalytic treatment. *JAPA.*, 32: 479-505.
- Morrison, A. P. (1983). Shame, the ideal self, and narcissism. *Contemporary Psychoanalysis.*, 19: 295-318.
- Morrison, A. P. (1989). *Shame. The underside of narcissism*. Routledge.
- Nathanson, D.(1987). *The Many faces of shame*. New York: Gillford
- Pier, G. (1953). Shame and guilt: A psychological study. In: *Shame and Guilt*, G. Piers & M. Singer. New York: Norton, pp.15-55
- Nunberg, H. (1932). *Principles of Psychoanalysis*. New York: .I.U.P.
- Rosenfeld H. (1964). On the psychopathology of narcissism a clinical approach. *International Journal of Psychoanalysis*. 45:332-337.
- Shengold, L. (1985) Defensive anality and anal narcissism. *Int. J. Psychoanal.* 66:47-63.
- Thrane, G. (1979). Shame and the construction of the self. *The Annual of Psychoanalysis*, 7:321-341. New York: International Universities Press.
- Wurmser, L. (1981). *The Mask of Shame*. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press.
- Yorke, C. (1990). The development and functioning of the sense of shame. *Psychoanal. St. Child*, 45, 377-409.

1 차원고접수 : 2011. 6. 30.

수정원고접수 : 2011. 9. 06.

최종게재결정 : 2011. 9. 20.

Psychoanalysis of shame and narcissism

Kyungsoon Park

Seoul Women's University

With the topic of narcissism drawing attention, interest in shame also followed. Since the time of Freud, shame has not received much spotlight in the field of ego psychology. It is rather a concept which subsequently received recognition when the topic of narcissism arose through Kohut's creation of self psychology. As an important emotional display of narcissism, shame plays a crucial role in clinical situations in understanding the narcissists. Psychoanalysts are divided in the topic of narcissism, and thus hold different perspectives for shame. Some view it as signal or defense mechanism for the conflict caused by the emergence of drive. Others view it as "the fusion with the lost idealized object". Kohut's viewpoint is that shame is "a failure of the selfobject in empathizing and admiring." The following article will discuss the relationship between shame and narcissism in a psychoanalytical perspective and clinical importance of it.

Key words : Shame, Narcissism, Ego Psychology, Ego Ideal, Self Psychology