

중년기는 그 시기를 학자들마다 조금씩 달리하나, Levinson(1978)에 의하면 40-45세를 중년전환기, 45-60세 사이를 중년기라고 하였다. 우리나라의 40-65대의 중장년층은 현재 전체 인구의 약 30%까지 빠르게 증가해왔으며, 2015년까지 계속 지속적으로 증가할 추세라고 한다(통계청, 2012). 또한 한국여성의 기대수명은 85세로, 남성의 기대수명 78세보다 7년가량 높은 것으로 나타났다(UNFPA, 2013). 이는 여성의 노후가 남성보다 상대적으로 길어짐에 따라서, 중년이후의 여성들의 삶의 질이 중요한 관심사가 되며, 그 발달적 요구에 대해서 특성화하여 남은 생애를 설계할 필요성이 높다는 것을 말 해준다.

중년세대는 부모·자녀·본인의 경제적 문제를 책임져야 하는 샌드위치세대로서의 고충(박성준, 2011)이 있으며, 죽음이나 건강에 대한 불안이 생겨나고, 중년에 접어들어서 자아정체감의 변화를 겪는(최광선, 1997) 어려움이 있을 수 있다. 특히 우리나라의 여성의 경우는 남성에 비하여, 노년기가 되었을 때 건강 수준(문성식, 남정자, 2001)과 심리적복지감(고승덕, 조숙행, 1997)이 낮아서 삶의 질도 낮다(김미령, 2006)고 보고된다.

중년기의 여성의 경우에는 남성과 심리적으로 다른 방식의 경험을 하게 된다. 특히 여성은 소득, 직업여부, 가족관계, 자아정체감수준, 건강상태, 종교참여도 등 남성보다 훨씬 복잡한 요인에 의해서 중년의 위기감에 영향을 받는다(김명자, 1989). 그리고 여성은 중년기에 이르러서 자녀의 독립이라는 외부적 사건, 그리고 생물학적으로 폐경이라는 영향을 크게 받게 되는데(Livson, 1976; 김명자, 1989 재인용), 이로 인하여 자녀의 양육이라는 과업완수에 따른 안도감과 상실감과 함께 그 이후에

새로운 삶을 시작하는데 대한 두려움을 느낀다(Rubin, 1979). 더불어 큰 신체적 변화와 함께 노화에 대한 슬픔을 느끼면서도 다시금 삶을 재구조화하고자 하는 의지를 가지게 된다(윤정화, 2013). 즉 신체적으로는 노화와 여성다움의 상실로 인하여 좌절감을 겪기도 하지만, 주된 과업인 양육에서 다소 멀어지게 됨에 따라서 ‘어머니’, ‘양육자’ 라는 정체성뿐만 아니라 자신을 발견하고 새로운 역할을 찾아야 할 시기라고 할 수 있다. Jung(1974)은 중년기이전에는 사회적 역할에 맞추기 위하여 자아가 외부 지향적으로 향하여있었다고 하였다. 그러나 중년기가 근본적인 전환의 시기가 되므로, 스스로 내부를 지향하여 이제까지 외면해왔던 무의식에 귀를 기울여서 통합적인 자기-즉 무의식과 의식을 통틀어 전체적인 자기자신을 지향해야 한다고 하였다. 그러므로 여성이 중년기이전까지는 어머니이자 아내 및 직업인으로서의 역할에 동일시하며 자아정체감을 구성해왔다면, 중년기이후에는 사회적 자아인 페르소나를 넘어서서 무의식의 그림자적인 측면과 양성성적인 측면을 깨달아가는 과업을 이루어야한다는 것이다. 즉 이러한 전환기에 있는 중년여성이 경험하는 신체적·관계적·정신적 과정을 잘 다루는 것이 상담에서 중요한 과제가 되겠다.

국내에서는 중년 중에서도 여성에 특화된 연구가 다양하게 이루어져왔다. 1980년대 부터 시작 되어, 90년대부터는 중년여성에 관한 연구가 활발히 이루어졌다. 90년대에는 중년여성의 위기감(김명자, 1989; 김명자, 박성연, 1989; 김애순, 윤진, 1993)이나, 자아정체감(김은아, 1992; 김정주, 1994), 그리고 적응에 관한 연구(김현화, 조병은, 1992; 박경숙, 1991), 그리고 자아개념과 갱년기 증상과의 연관성을

다른 연구(권영은, 전정자, 1994)등 주로 중년 여성이 전환기에 겪는 정체성의 변화와 환경에 대한 적응을 다룬 연구가 이루어졌다. 2000년대에는 중년여성의 내적변인과 상담과의 연관성에 관한 연구들이 이루어지기 시작했는데, 프로그램의 개발이나 효과 검증에 관한 연구는 이야기심리학(안순옥, 2014; 탁진희, 2002)이나 집단치료(김선희, 2011; 김영경, 2005; 김영란, 2014; 유정희, 2004), 아니면 목회상담(안순옥, 2014; 홍근미, 2011) 등에 치우쳐 접근 방식이 다양하지가 못하다. 즉 중년여성이라는 내담자의 특성에 맞는 소재를 활용한 상담프로그램 개발에 관한 연구가 좀 더 필요하다고 보이는 바, 꿈 치료가 중년 여성 상담프로그램에 적합한 대안이 될 수 있다.

꿈이 여성의 발달과업적인 부분을 탐색하기에 좋은 소재임을 밝히는 연구는 다방면으로 존재한다. 꿈의 회상빈도에 있어서 여성은 남성보다 그 빈도수가 높는데, 이는 꿈에 대한 일반적인 흥미와 상관관계가 있다(Schredl & Piel, 2008)고 한다. Jung은 특정한 꿈을 반복하여 꾸는 것은 그 사람의 삶의 방식에서 특별한 결함을 의식하기를 촉구하는 중요한 의미가 있다고 보았는데(Jung, 1957; 이부영, 2013 재인용), 최용석(2000)의 연구에 의하면 반복되는 꿈을 보고한 사람들이 그렇지 않은 사람들보다 우울과 스트레스 수준이 훨씬 높았으며 여성들은 반복되는 꿈을 보고한 비율이 63%로 남성비율인 37%보다 훨씬 높았다. 이는 꿈이 여성의 신경증과 관계있음을 알려 주는 연구로서 의미가 있다고 볼 수 있다. 또한 꿈의 빈도뿐 아니라 내용에 있어서 여성의 꿈은 남성의 것과 다르게 나타나기도 하는데, 이들은 여성의 생애 주기적 중요사건들을 탐색하기에

중요한 소재들이다. 이를테면 여성의 꿈에서는 양육과 출산·모녀관계·여성들 간의 우정과 질투·여성 혐오적 사회에서 외모와 몸에 관한 경험 등이 나타나게 되고, 이를 통해서 생물학·심리학·사회학적으로 남성과 다르게 경험하는 것들에 대한 여성들 자신의 느낌을 알아볼 수 있다고 한다(Goodison, 1995/1997).

꿈의 임상적 활용에 있어서는, 그 효용을 밝힌 경험적 연구들이 다양하다. 꿈은 내담자의 통찰을 돕고, 내담자의 핵심문제에 좀 더 빨리 접근하도록 도와준다는 것이 밝혀진 바 있다 (Cogar & Hill, 1992; Hill et al., 1993; Falk & Hill, 1995; Heaton, Hill, Hess, et al., 1998; Rochlen et al., 1999). 심리학분야에서 꿈이라는 무의식적 현상을 임상적인 관찰을 통해 해명하고자 한 시초는 Freud라고 할 수 있는데, 그는 현재몽으로 나타난 잠재몽의 언어를 해석함으로써 억압한 욕구를 알아낼 수 있다고 보았다. 그 후에 Jung은 꿈이 억압된 욕망의 발현만이 아니라 개인을 초월한 무의식적인 표현으로, 기본적으로 의식의 태도를 보상하는 기능을 갖고 있다고 보았다(Jung, 1974; Kast, 2006 재인용). Jung과 프로이드의 정신역동적인 꿈 접근의 공통점은, 치료과정에서 꿈의 내용을 매개로하여 무의식의 충족 되지 않은 갈등을 알아가는 것이 내담자에게 상대적으로 덜 위협적인 과정이 된다는 점이다 (Eudell-Simmons & Hilsenroth, 2005). 즉 꿈의 스토리 적 측면을 강조하여 현시의 삶과 내적 갈등의 내용을 탐색하게 된다.

실존주의·게슈탈트·인간중심 등 현상학적 접근에서도, 꿈이 현실의 대인관계나 성격의 기능을 잘 나타낸다고 보는 점에서는 정신역동적 접근과 그 맥을 같이 한다. 그러나 이

죽내(2002)에 의하면, 현상학적 관점에서는 꿈이란 생사와 마찬가지로 인간이 존재하는 하나의 방식일 뿐이다. 현상학에서는 자신의 존재개현의 정도 따라서 주어진 현상의 존재의 의미를 파악할 수 있을 뿐, 실체하는 객체가 존재한다고 보지 않는다. 따라서 꿈은 따로 존재하지 않으며 꿈꾸는 이의 존재가 개현되는 만큼 그 꿈이라는 현상의 의미를 이해할 수 있을 뿐이다. 따라서 꿈꾸는 이와 이원론적으로 분리되어 존재하는 정신적 현상이 아니며 꿈꾸는 이가 세계를 지각하는 방식의 하나일 뿐이라는 것이다. 그러므로 일정준거나 이론에 의해서 꿈속의 심상을 대상화하여 해석하지 않는다(이죽내, 2002).

그렇기에 현상학적 접근에서는 꿈을 보고하고 있는 내담자가 지금-여기에서 그 꿈을 다시 체험하면서 느끼는 현재의 정서를 중요시 여긴다. 이렇게 지금-여기에서의 내담자의 주관적인 꿈 체험에 초점을 맞추는 것에는 정신역동적 접근과 구별되는 주된 의의가 있다. 즉 꿈의 내용, 의미, 연상, 그리고 꿈과 연관된 정서가 치료 작업 중에 더욱 확장될 수 있다 (Eudell-Simmons & Hilsenroth, 2007). 실제로 꿈 작업의 현상학적인 접근은, 감정해석은 어려워하지만 감정자체를 표현하는 것은 편안하게 여기는 내담자에게 도움이 되지만, 동시에 정서경험을 회피하고 지나치게 지적인 방어기제를 사용하는 내담자에게도 유용하다 (Eudell-Simmons & Hilsenroth, 2007).

사실상 꿈의 재료는 생사의 삶과 복잡하게 얽혀 있어서, 어떠한 꿈의 해석이 정확하다고 볼 수 있는지 알 수 없기 때문에(Antrobus, 2000), 오늘날에는 사실상 많은 치료자들이 꿈을 활용하는데 있어서 내담자의 스스로의 체험과 해석을 중시하는 구성주의적 입장을 취

하는 방향으로 변화하고 있다(Pesant & Zadra, 2004). 꿈꾸는 이가 꿈의 가치를 판단할 수 있는 유일한 사람이기에 치료자는 도와주는 가이드의 역할만을 해야 한다(Bonime, 1962)고 본다면, 중년여성의 꿈 치료를 고안하는데 있어서도 내담자의 주관적 경험측면을 주로 반영할 수 있어야 할 것이다.

우리나라에서도 2000년대에 들어와서 꿈에 관한 연구가 조금씩 활발해지고 있는 추세이다. 그런데 정신치료초기의 꿈(강석현, 1984), 우울증 환자의 꿈 내용(이상도, 이죽내, 1984), 정신치료경과에 따른 꿈 변형(박영우, 1990), 정신분열증 환자의 꿈(이죽내, 추동호, 1985), 정신 역동적 상담에서 꿈의 내용분석을 통한 상담효과분석(천성문, 2003), 꿈 강도, 전형적 꿈 주제 및 꿈에 대한 태도와 정신 병리의 관계(이영호, 2011), 생시에 경험하는 불안 및 스트레스와 꿈 내용(이영호, 2013), 정신분열증 환자들의 꿈 경험(윤황, 이영호, 2011)등 꿈의 객관적인 내용의 탐구나 혹은 정신역동적인 치료에 초점을 맞추어 연구가 이루어져왔다. 꿈에 대한 현상학적인 접근에 관한 연구는 인지 체험적 꿈 해석 집단상담의 효과에 관한 질적 분석(최진아, 신희천, 2008), 그룹투사 꿈 작업 체험 여성들의 여성성 인식변화에 관한 질적 연구(이다감, 2012), 노인의 꿈 경험에 관한 탐색적 연구(주은선, 신설애, 2013) 정도로 매우 적게 이루어져있다.

따라서 현 시점에서는, 꿈의 표준화된 해석 기준이나 꿈 내용에 대한 양적연구보다는 내담자가 꿈을 재 경험하였을 때 스스로 연관 짓는 다양한 의미와 꿈에 대한 태도에 관한 연구가 더 많이 필요하며, 이것들이 꿈을 상담에 활용하는데 있어서 좀 더 직접적 활용 가치가 있으리라고 보인다. 특히 중년여성에게

있어서는 꿈 체험과 꿈에 대한 태도를 알아보는 것이 상담에 있어서 다음과 같은 활용가능성이 있으리라고 보인다. 우선 첫째로, 중년여성이 경험하는 발달상의 과업을 해결하는데 단서가 될 수 있으리라고 보인다. 꿈을 통해 여성의 몸·외모·출산·양육과 같은 특별한 주제에 대한 여성의 감정을 확인할 수 있으며, 과거를 돌아보고 숨겨진 욕구나 미해결과제들을 직접적으로 체험하여 깨닫게 해줄 것이다. 두 번째로는, 한국 문화적 맥락에서 중년여성들이 꿈을 특수하게 경험하는 측면을 알 수 있을 것이다. 한국의 여성은 유교적 가부장제 가치체계에 순응하며 살아왔고, 자아실현의 기회가 없는 여건 속에서 살아왔다. 이러한 상황에서 유일한 소망성취의 수단으로, 여성들은 무속적 종교의례를 통해서 가족과 자녀의 번영을 기원하고 한을 다루어왔다(강진옥, 1995). 특히 한국인들은 꿈에도 관심을 갖고 이를 길흉을 판단하는 예언적인 의미로 사용하여 왔는데(김광일, 1969), 현대에 와서도 사주 명리학, 꿈 해몽 등 점술에 대한 일반인들의 관심도 높은 편이다. 특히 노년여성들은 꿈을 통해서 사후세계를 예측하거나, 악몽을 꾸고 나서 종교에 의지를 하는 등(주은선 외, 2013) 문화적인 특징을 보였다. 꿈을 통해서 성별·국가 등 집단 간 구별되는 무의식의 내용을 확인한 연구결과에 미루어볼 때(윤황 외, 2011), 꿈은 한국문화에서의 중년여성들의 집단적인 심성을 확인하는 수단이 될 수 있을 것이다.

세 번째로, 상담에서 자기표현을 하는 것을 부정적으로 생각하는 중년여성들에게 꿈은 친숙한 유인책이 될 수 있다. 상담에 대한 전문적 도움추구 행동에 있어서 중년이상의 기혼 여성이 여대생보다 긍정적인 인식을 가지고

있다(황연미, 2009)는 연구결과도 있다. 그러나 사실상 상담에 대한 인식은 서양적 가치를 내면화한 정도(Ying & Miller, 1992)에 따라서 달라질 수 있으므로, 참가자들의 교육수준을 고려할 때 이 연구결과는 중년여성에게 일반화하기는 어려울 수 있다.

특히 개인의 자율성과 선택을 중시하는 서구적인 상담방식에 익숙치 않은 중년여성들은 상담을 꺼릴 수 있다. 다시 말하면, 순종과 인내의 전통적인 여성상을 긍정적으로 여기는 여성들은 감정표현을 억제하고(황연미, 2009) 간접적으로 표현할 수 있을 것이다. 이렇듯 상담에 대한 인식이 낮거나 자기표현이 익숙치 않은 중년여성내담자에게 꿈을 매개로 하여 대화를 한다면, 제 3자의 이야기를 하는 듯한 느낌이 가미되어 개방하기 어려운 주제에 안전하게 다가가게 해줄 수 있을 것이다.

본 연구에서는 반구조화 면접문항 구성을 통해서 중년여성들이 체험하는 꿈의 의미와 실제 생활에서의 꿈의 활용 양상을 알아내서 중년여성이라는 내담자 층에게 알맞은 꿈치료를 고안하는데 도움을 받고자 한다. 그 목적을 위하여 연구문제를 다음과 같이 설정하였다.

1. 중년여성들이 겪는 꿈의 경험은 어떠한가?
2. 중년여성들은 삶에서 꿈을 어떻게 활용하고 있는가?
3. 중년여성을 대상으로 한 상담에서는 꿈을 어떻게 활용할 수 있는가?

연구방법

문항 제작

본 연구에서는 참가자들의 꿈 체험에 대한 심층적인 답변을 듣기 위해서 반 구조화된 면접 질문지를 사용하였다. 이 질문은 꿈에 대한 태도척도(Hill, Thompson & Williams, 1997)를 기본으로 하여 만들어졌다. Hill은 정신분석, 인지행동, 게슈탈트, 내담자중심치료이론을 통합하여 인지-경험적 꿈치료 모델을 창안하였는데, 이 모델은 탐색, 통찰, 실행의 3단계로 구성되어있다. 탐색단계에서는 내담자에게 꿈을 연상하게 할 때, 꿈을 즉각적으로 경험하도록 한다. 고로 ‘마치 지금 그 꿈을 꾸는 것처럼’ 꿈의 한 장면에 몰입하게 하고 그 경험을 1인칭시제로 세밀하게 묘사하도록 요청하는 현상학적인 방법을 사용하게 된다(Hill,

2004/2010). 본 연구의 인터뷰에서는 Hill 모델의 탐색단계를 참고하여, 인터뷰 질문을 시작할 때 ‘기억나는 꿈 중에 한 장면을 다시 꿈을 꾸는 것처럼 체험해보도록’ 요청하고 그 꿈의 내용을 ‘지금 일어나고 있는 일처럼’ 묘사해달라고 하였다. 표 1은 인터뷰 질문목록이다.

연구대상

본 연구의 참가자에 있어서, 연령의 격차에 따라서 달라지는 변인을 차단하기 위하여, 연령을 50대로 한정하였다. 모집방법은, 연구자가 주변의 지인에게 의뢰를 한 후 그 지인들이 새로운 사람을 소개해주는 방식인 snowball sampling으로 하였다. 면접에 참여한 대상자 12

표 1. 인터뷰 질문 목록

번호	질문내용
1	꿈을 얼마나 자주 꾸니까?
2	꿈을 꾸 후에 다가오는 의미는 어떤 것들이 있습니까?
3	꿈에 대해서 생각하면 어떤 느낌을 받습니까?
4	꿈과 일상생활의 어떤 부분과 관련이 있습니까?
5	꿈은 어떤 기능을 한다고 생각합니까?
6	꿈을 꾸 후에 그 의미를 찾기 위하여 참조하는 것들(특별한 이론, 꿈 풀이 등) 이 있습니까? 있다면 어떤 것들입니까?
7	특별히 꿈에 나타나면 불길하게 느껴지는 이미지 또는 긍정적으로 느껴지는 이미지가 있다면 어떤 것입니까?
8	꿈자리가 뒤숭숭할 때(안 좋다고 여겨지는 꿈을 꾸었을 때) 어떻게 대처하는 편입니까?
9	전통적으로 내려오는 꿈에 관한 해석을 믿고 있는 것들이 있습니까? 있다면 어떤 것들이 있습니까?
10	꿈은 나에게 주어지는 것이라고 생각하십니까, 아니면 내가 좌우할 수 있는 것이라고 생각하십니까?
11	꿈을 통해서 정신, 마음을 치료한다면 어떻게 할 수 있다고 생각하십니까?

표 2. 연구대상자들의 특성

No.	연령	결혼 여부	직업	종교	학력
1	59	기혼	단순노무직종사	기독교	초졸
2	53	기혼	주부	천주교	고졸
3	56	기혼	단순노무직종사	기독교	고졸
4	59	기혼	단순노무직종사	불교	대학중퇴
5	59	기혼 (사별)	교사	기독교	대학원졸
6	59	기혼	단순노무직종사	무교	초졸
7	58	기혼	단순노무직종사	불교	초졸
8	50	기혼	단순노무직종사	기독교	고졸
9	59	기혼	주부	기독교	대졸
10	59	기혼	단순노무직종사	기독교	중졸
11	57	기혼	단순노무직종사	무교	중졸
12	55	기혼	단순노무직종사	무교	중졸

명의 성별은 전부 여성이며, 결혼여부는 12명 모두 기혼(1명은 사별), 평균 연령은 56.9세였다. 최종학력은 초졸 3명, 중졸 3명, 고졸 3명, 대학교 중퇴1명, 대졸 1명, 대학원 석사 졸업이 1명이었다. 종교는 기독교 6명, 불교2명, 천주교 1명, 무교 3명이었다. 이상의 대상자들의 특성은 표 2에 제시하였다.

대해서는 비밀보장을 약속하였다. 인터뷰는 연구대상자의 집이나 직장과 가까운 곳에서 진행되었으며 12명 각각 35분~ 100분 사이의 시간이 걸렸다. 또한 인터뷰가 끝난 후 참가자에게는 2만원의 현금을 감사의 표시로 제공하였다. 녹취내용은 모두 축어록으로 작성하였다.

자료수집절차

자료 수집을 위하여, 연구자의 친인척과 친구들에게 연구 참여 의사가 있는 중년의 여성을 알고 있는지 문의하였으며 또한 연구자의 학교 주변에 공고를 내기도 했다. 참여의사를 밝힌 사람들에게 연구의 취지를 설명하고 반구조화된 면접을 진행하였으며, 면접내용에 대해서는 참가자의 동의를 구하고 녹취를 하였다. 또한 참가자들의 신상과 인터뷰 내용에

자료의 분석방법

중년여성을 대상으로 하여서 꿈에 대한 경험과, 개인적인 꿈태도, 상담에서의 활용가능성에 대해서 어떻게 생각하는지를 탐색하기 위해서, 본 연구에서는 합의적 질적 분석방법(CQR: Consensual Qualitative Research)을 사용하였다. CQR은 3-4명의 합의팀과 1명의 감수자로 연구팀을 이루어서 자료를 분석하며, 분석과정은 사례별로 중심개념, 영역, 범주 3단계

로 분류하고 나서 교차분석을 거쳐서 사례 전체에 공통되는 영역과 범주를 확정하는 방식이다. 이는 언어적 반응을 수량화해서 질적 연구가 가지는 한계를 보완하여 객관성을 확보할 수 있다는 장점을 가지고 있다. CQR은 개방형질문지를 사용한 인터뷰를 해서 얻은 자료에 근거해서 현상들을 기술하고 결론을 이끌어내는 귀납적 추론 방식으로 진행된다.

분석팀

분석팀은 본 연구자를 포함한 4명의 합의팀과 1명의 감수자로 구성되었다. 합의팀은 상담심리 전공 박사과정 수료생 1명, 상담심리 전공 석사과정 4학기생 1명, 그리고 상담심리 전공 석사과정 2학기생 2명으로 이루어졌다. 합의팀은 합의적 질적 연구에 관한 원서를 번역을 하면서 질적연구 교육을 받았다. 감수자는 상담심리박사학위 소지자로 상담심리전문가이자 상담경력 20년이며, 현상학적 연구와 합의적 질적 연구 등 다수의 질적 연구 경험이 있었다.

분석절차

영역코딩

각 사례의 범주와 영역을 결정하는 과정으로, 합의팀이 모두 축어록을 읽고 범주와 영역을 구분한 후, 함께 모여서 그것에 대해서 논의 하고 수정하였으며 총 10개의 영역이 확인 되었다.

중심개념코딩

중심개념은 영역을 좀 더 간결한 어구로 표시한 것으로, 합의팀은 모든 사례별로 범주와

영역을 논의한 후 영역을 대표할 수 있는 중심개념에 대해서 토론하고 중심개념을 확인하였다.

감수과정

합의팀이 합의하여 영역과 범주를 도출한 자료를 토대로, 감수자는 원자료가 올바른 영역에 할당되었고 중심개념이 적절한 단어인지 점검하였다. 합의팀은 감수자의 조언에 따라 분석과정을 다시 1번 거친 후, 영역과 범주를 재확정하였다.

교차분석 및 교차분석의 감수

모든 사례의 영역 및 요약반응이 확정된 후, 합의팀은 모여서 사례들 간에 유사성에 따라서 범주들로 묶는 작업을 하였다. 묶인 범주에 대해서 최종적으로 이름을 붙이고 결정된 범주가 사례에서 나타나는 빈도를 표시 하였다. 합의 팀의 교차분석 결과에 대해서 감수자가 검토하고 피드백을 제공하였다. 합의팀은 감수자의 의견과 불일치하는 부분에 대해서 논의하고 수정을 거쳤다.

연구결과

분석과정을 통해서 최종적으로 23개의 범주를 추출해 낼 수 있었고, 이는 10개의 영역으로 크게 나눌 수 가 있었다. 각 영역마다 11~12사례 모두에 해당되는 범주는 ‘일반적’, 6~10 사례에 해당되는 범주는 ‘전형적’, 2~5 사례 이하의 범주는 ‘변동적’ 으로 표시하였으며, 1 사례에 해당되는 범주는 과대해석의 위험을 줄이기 위해 제외하였다(Hill, 2012/2014).

상담에서 꿈의 활용가능성 탐색을 위하여 중년여성의 꿈에 대한 경험을 알아본 결과,

크게는 꿈에 대한 태도, 자신 및 타인과의 관계, 꿈의 활용 이렇게 3가지 중심개념으로 나뉘었다. 첫 번째 중심개념 ‘꿈에 대한 태도’에서는 꿈이 중년여성들에게 어떤 것으로 체험되는 지에 대한 영역이 ‘과거를 회상’, ‘현실의 심리와의 연결감’, ‘예언적 기능신뢰’ 이렇게 세 가지로 나뉘었고, 두 번째 중심개념 ‘관계’는 꿈에서 주로 체험하는 관계에 관해서 ‘자녀와의 관계’, ‘배우자와의 관계’, ‘부모 및 조상과의 관계’, ‘자신과의 관계’ 이렇게 4가지 영역으로 나뉘었으며, 세 번째 중심개념 ‘꿈의 활용’에서는 ‘예방차원의 활용’, ‘종교적인 활용’, ‘실생활에서의 활용’ 이렇게 세 가지영역으로 나뉘었다. 각 영역 당 구체적인

표 3. 교차 분석결과

중심개념	영역	범주	응답빈도
꿈에 대한 태도	과거를 회상	트라우마의 확인	4 (변동적)
		추억을 회상	4 (변동적)
	현실의 심리와의 연결감	불안의 자각	6 (전형적)
		현재감정의 자각	8 (전형적)
	예언적 기능 신뢰	긍정적 미래예측	5 (변동적)
		불행을 예측 태몽으로 출산기원	7 (전형적) 5 (변동적)
자신 및 타인과의 관계	자녀와의 관계	자녀에 대한 염려자각	6 (전형적)
		자녀의 독립에 대한 아쉬움 자각	2 (변동적)
	배우자와의 관계	다른 관계에 대한 욕구 자각	2 (변동적)
		배우자와의 갈등자각	3 (변동적)
	부모 및 조상과의 관계	부모에 대한 그리움 해소	4 (변동적)
		조상의 은덕을 확인 조상이 화를 예견해줌	3 (변동적) 5 (변동적)
	자신과의 관계	신체 상태를 자각(노화, 건강, 신체상)	4 (변동적)
		자신에 대한 불만족을 자각	3 (변동적)
꿈의 활용	예방차원의 활용	신변을 조심함	8 (전형적)
		흉몽퇴치를 위한 미신적 의례	5 (변동적)
	종교적인 활용	신앙심 강화	3 (변동적)
		꿈의 계시로 종교에 입문	2 (변동적)
	실생활에서의 활용	미해결과제의 실현	3 (변동적)
		길몽을 꾸고 싶은 소망 상담에서의 활용에 대한 어려움	4 (변동적) 10 (전형적)

범주가 2~3개로 할당되었는데 그 구체적인 내용들은 표 3과 같다.

중심개념 1. 꿈에 대한 태도

중년여성들은 꿈을 통해서 과거, 현재, 미래의 사건을 떠올리거나 예측하고 현재의 정서를 깨닫게 될 수 있음을 보고하였다.

영역1. 과거를 회상. 중년여성들은 과거에 경험했던 트라우마를 꿈을 통해 떠올리면서 재 경험하고 그에 대한 한을 표출하기도 하였다. 또한 좋았던 기억을 떠올리며 자신의 인생에 대한 아쉬움을 회고하기도 하였다.

트라우마의 확인

“옛날에는 아들 아들 아들 했었죠. 옛날에는 딸들은 쓸모없다 했지 일만 죽살나게 부려먹고. 뭐 사달라니까 안 사줬어 그래서 내가 말이 좀 헛 나왔어. ‘뭇하러 자식은 많이 낳아갖고 사 달라는 건 안 사줘?’ <중략>화가 나니까 말이 헛 나왔다가 ‘뭇 하러 자식은 퍼 놔놓고...’ 나 죽인다고 이 가시나 죽인다고.. 내가 달리기를 잘 해가지고 한 대도 안 맞고 컸어. 아버지가 울안에 몽댕이 같은 거 있나 없나 찾아보다가 난 이미 도망가서 달리고 있는데 조선 낮 있고 양 낮있고 조선낮은 뻔뻔하게 생기고 양낮은 이렇게.. 양낮을 던져버렸어 나한테 착 던지니까, 친정이 터가 넓어가지고 길어요. 넓기도 하고 길어요. 내가 커브를 탁 돌아서 간 다음에 낮이 썩 돌아가네? <중략>그니까 낮을 안 맞았잖아요 낮을 안 맞아가지고.. 꿈에서 발을 뺐으면 낮을 맞았을 판인데 발을 안 떼서 낮을 안 맞았다....그래서 꿈 얘기를 함 잊어도 백번

이고 천 번이고 잊어도 안 버리고 그 얘기도 지금도 혀. 엄마한테도 하거든 세상에 아버지들이 딸한테 심하게 해버리고 며느리한테는 아가 아가꿈에서 발 뺐으면 나 죽었어. 안 맞았으니까 발을 안 뺐지...” (사례#6)

추억을 회상

“고향친구 아니 아니.. 고향 같은 친구 한 가지 생각하면은 편하고, 편하고 그냥 좋은 느낌...그냥 좋게 지냈으니까 거기서 머무르는 거지... 만약에 개랑 결혼해서 결혼생활을 했다고 그러면은 뭐 치고 박고 뭐 이렇고 싸우는 게 아니라 뭐 생활하는데 있어서 좋은 것도 있고 나쁜 것도 있고 그럴 거 아니에요. 그치만 좋게 지냈던 거기에 머물러 있기 때문에 고향이 아주... <중략> 응 아름다운. 그렇기 때문에 아! **이 그러면은 고향같이 고향 같은 느낌이에요. 항상 거기 있고 가고 싶고 웬지 모르게 포근하고 막 이렇게 이름만 떠올리면 친한 친구 그런...느낌...” (사례#3)

영역2. 현실의 심리와의 연결감. Freud는 꿈을 꾸는 때와 가까운, 즉 전날 정도로 가까운 때의 현실의 체험이 꿈으로 나타난다고 하였으며, 사람들의 꿈은 대체로 현실의 생활과 연결된다고 한다(Freud, 1900/2004). 또한 Hall과 Nordby(1973/2004)는 꿈과 현실에서 경험한 사건, 상호작용한 사람들이 일치 되게 나타나며 꿈에 나타난 정서, 사고, 태도는 현실과 일치된다는 꿈의 연속성 가설(continuity theory)을 주장하였다. 본 연구에서도 중년여성들은 꿈속의 사건을 현실의 불안과 연결시키거나 혹은 일상에서 자신이 미처 느끼지 못했던 감정

을 꿈을 통해서 자각하곤 했다.

불안의 자각

“애들 키우고 살으니까 애들 아빠랑 막 이렇게.... 열심히 이렇게 하지 않고 그러질 않기 때문에... 나 혼자서 이렇게 많이 하다보니까 약간 그런 불안감.... 때문에 그런 거? 그런 거 에 또 꿈에 애들 아빠가 막 죽고 이런 꿈을 잘 꾸.” (사례#3)

현재 감정의 자각

“그리고 내가 가만히 생각해보면 며칠 전 내 마음이 전전공공한다든지 내 생각대로 안 된다든지, **이 문제로 고민을 한다든지, 재 아빠랑 트러블이 있고 그랬거든. **이는 좋은데 선자리가 들어오고 그래도 재가 안보고 그래서 ‘애를 잘못 키웠다’ 그랬다든지 그래서 마음이 안 좋잖아. 그러면 그런 꿈을 꼭 꾸더라도 현실에서는 생각이 안 나는데 나쁜 꿈을 꾸는 거 보면 ‘전 며칠에 내 마음이 괴로우면 꿈으로 연결되는구나’ 나는 그렇게 해석을 했지” (사례#2)

영역 3. 예언적 기능신뢰. Jung(1974)은 미리 일어날 일이 꿈에 나타날 수 있는데, 이는 우리가 의식적으로 알지 못하는 것을 인생의 긴 역사에서 축적된 무의식이 알아차리고 꿈을 통해서 그 정보를 전달하거나 혹은 경고하는 것이라고 하였다. 본 연구의 참여자들도 길몽이나 흉몽 양쪽 측면에서 꿈의 예언적 기능을 대다수가 매우 신뢰하는 양상을 보였다. 또한 꿈을 꾸고 나서 딸이나 며느리에 관해서 출산을 예언하는 태몽이라고 받아들이기도 했다. 태몽은 임신한 여성만이 꾸는 것이 아니

라, 아기를 몹시 기대하는 사람이 태어 날 아기에 대해 깊은 관심을 가진 경우에 나타나는데(한건덕, 홍순래, 2004), 이로 미루어보아 꿈을 통해서 가족의 안녕을 기대하는 심리를 갖고 있음을 알 수 있다.

긍정적 미래예측

“아 우리 의정부에 밭 있다는 얘기 들었잖아? 막 그래서 꿈에 막 의정부에 간 거야. 거기에 무덤이 많이 생긴 거야. 무덤이 싫은데 많이 생겼지. 그랬는데 내가 옛날에 부동산 관련 일을 했었는데 계약이 막 몇 개 되고 무덤과 연결이 되더라고. 그래서 우연히 그런 얘기를 누구한테 했는데 동네 사시는 분이 그분이 서강대영문과를 나와 가지고 선생님을 좀 하다가 놀고 있는데 자기도 무덤 꿈을 꾸면 좋은 일이 있대.. 자기가 무덤 꿈을 꿔는데 100만원 뽑기에 당첨되서 의류상품권을 받았다는 거야. 그래서 ‘무덤 꿈꾸면 좋은 일이 있는 거 같애’ 하고 우리끼리 수다를 떨었던 기억이 있어.” (사례#2)

불행을 예측

“응 실제로 다니는데 꿈을 꿔는데, 막 여자들이 막 잔치를 가는지 막 치마저고리도 입고 별걸 다 알록달록하게 화려하게 입고 꿈을 꾸고 났는데 기분이 되게 안 좋았어. 그리고 회사로 가서 막 가는 작업을 모형을 만들어서 틀에서 나오잖아요? 그걸 막 깎고 이래서 하는 게 작업이 좀 힘들어 여러 사람이 앉아가지고 하고 있는데, 아 따 힘드네 하고 있는데 그러는데 ‘내가 죽으려나봐 이상한 꿈을 꿔’ 그 얘기를 했거든?<중략>웬지 모르게 그게 안 되고

안 맞고 그러더라고. 모르겠어. 심리적인 불안이었는데 모르겠는데 그러다가 드릴이, 젓가락만한 드릴이 여기를 꽉 짚은 거야. <중략>지금은 표시는 안나. 요긴가? 요기 어디 표시가 잘 안나. 표시가 잘 안나. 이렇게 했는데 뼈를 다행히 안 뚫고 이렇게 뚫고 여기서 여기까지 나왔으니까. 근데 그게 맞더라고.” (사례#3)

태몽으로 출산기원

“꿈에 그러니까 엑스포를 갔는데 그 전날 꿈에 거북이가 엄청 크게 그 내 어딜 갈까 딱 내 앞에 와서 있는 거야. 그래서 히익! 하고. 그걸 안 잊어버려. 그 거북이 하고 고기가 막 왔다갔다 하는 걸 내 꿈에 꿴는데, 거북이가 내가 만져도 가만히 있는 거야 내 앞에. 그래서 난 그게 태몽 꿈이 아닌가..” (사례#12)

중심개념2. 자신 및 타인과의 관계

중년여성들은 꿈에서 다양한 관계를 체험했는데 주로 가족에 해당하는 자녀, 배우자, 부모 및 조상과의 관계를 확인하였으며, 또한 꿈에 나타난 자기상을 통해서 자기 자신을 외적·내적으로 자각하게 되기도 하였다.

영역 1. 자녀와의 관계. 여성들은 꿈의 내용에 있어서 자녀가 출현하는 꿈을 꾸거나, 꿈을 자녀의 안녕과 결부시켜서 해석하거나 하는 경향을 높게 나타냈다. 우리나라는 특히 외국과 달리 결혼 전까지는 자녀가 독립하지 않는 경우가 많아 자녀의 양육이나 교육문제에 깊이 관여하게 되어 심리적으로 스트레스를 받는다고 한다(한미선, 1992). 그러므로 자녀들이 청소년이상 혹은 직장인 정도의 연배

인 50대의 중년여성에게 있어서 자녀의 독립이나 자녀의 결혼·취업 등 장래 문제가 주요한 소재로 꿈과 연관되어 나타나는 것을 알 수 있다.

자녀에 대한 염려자각

“두 번 인데.... 개 (속 썩이는 아들)에 대해서만 내가 연관을 많이 하고 늘상 염두에 두니까 그런 꿈을 꾸는지 몰라도 좀...요즘가까이 꾸는 꿈에는 어디를 갔는데 내가 서있는데 개가 앉아서 나를 찌려보더라고. 응 찌려보고 있었고 그리고 그 자세한 스토리는 잘 몰라, 기억이 안나. 생각이 안나. 너는 뭐 처음부터 끝까지 스토리가 뭐 그렇게 꿈을 꾸는지 몰라도... 어딘가를 갔는데 개가 있는데 나를 이렇게 찌려보듯이 보더라고.” (사례#9)

자녀의 독립에 대한 아쉬움 자각

“그런데 특별하게 기억되는 꿈도 있고. 제가 꿈을 꾸고 나서 항상 의아한 것이 있었어요. 우리아이가 서른 두 살이나 됐는데 그 아이가 꿈에서 항상 어린아이인거예요. 그래서 내가 혼자 유추하기를 ‘내가 재를 정신적으로 어린애라고 계속 생각하고 있나보다’ <중략> ‘아 내가 재를 성인 대접을 하지 않는 구나’ 나 스스로 재가 성인이 돼서 떠나가는 것을 싫어하는 것이 아닐까?” (사례#4)

영역2. 배우자와의 관계. 또한 중년여성의 꿈에서는 부부의 문제도 출현하였다. 중년기는 생애 주기적으로 부부간의 결혼만족도가 낮은 시기라고 한다(임경수, 2005). Jung(1970)에 따르면 중년기에는 남성과 여성 모두 숨겨

져 있던 양성성이 출현하게 된다. 그리하여 중년이전에는 사회적으로 요구되는 역할에 충실했다면 중년이후에는 자신의 욕구와 필요에 대해서 민감해지게 되고 이전에 없던 모습을 보이게 되어 부부간 갈등이 생겨날 수 있다. 본 연구에서도 이러한 것에 대한 갈등이나 열망을 꿈을 통하여 체험하게 되는 것을 알 수 있었다.

다른 관계에 대한 욕구 자각

“어 왠지 외롭다 거기에 관련이 되어 있을거 같아. 그래서 남을 이렇게 쳐다보는.. 남자! 하하하... 그러면서 왜 이렇게 세상이 젊어서는 돈이 없고 그랬는데 그때는 애들이 귀찮게 하는 것이 최고 힘든 줄 알았는데 이제는 그런 애도 없는데 그게 아니라, ‘나이가 너무 빨리 간다.. 쯔 허무하구나, 이리 사나, 저리 사나’ 그런 쪽으로 많이 흘러가지<중략>그런 게 이제 나 몸에 침범했어. 그런 게 여자하고 대화하는 것도 좋겠지만 신랑이 그렇게 시간이 안 맞고 그러니까 ‘나의 상대자가 하나 있으면 좋겠다’ 그런 생각이 많이 드네.. <중략>그것이 나에게 그것은 현실이 나에게 연결되어 있는데 같아<중략>그치 싫지가 않더라고요 (꿈에서)남의 남자하고 이렇게 움켜쥐어도 싫지가 않더라고요” (사례#10)

배우자와의 갈등자각

“뭐 내용이라는 게... 저희 아빠가 술을 되게 좋아해요. 그래서 술 먹고 뭐 하여튼 간에 늦게 들어오고 그런 것에 대해서 꿈을 꿨고 다투는 내용이죠... 네 자꾸 그런 생각을 해서 그런지 그런 쪽의 꿈을... (사례#8)

영역3. 부모 및 조상과의 관계. 한국에서는 조상과 자손은 현세를 초월하여 하나의 가족공동체를 이루고 있기 때문에 조상에 대한 제사를 모시고 대접을 하면 조상은 항상 후세 자손을 보호한다는 관념을 가지고 있다. 즉 돌아가신 조상에 대해서 숭배하면서 조상이 행복하면 살아있는 자손에게도 그 은덕을 베풀고, 또한 조상이 편안하지 않으면 자손에게도 화를 미치거나 해를 줄 수 있다는 것이다. 결국 한국에서의 조상숭배는 세대 간에 생기는 불안을 해결하는 하나의 방법으로서(김기탁, 1998), 참가자들은 조상이 꿈에 출현하여 재난에 미리 대비하게 한다고 여기거나, 혹은 조상이 꿈을 통해서 복을 내린다고 여기는 것을 확인할 수 있었다. 또한 사망한 부모에 대한 그리움을 꿈을 통해서 해소하기도 하였다.

부모에 대한 그리움 해소

“그렇게 아프다가 돌아가시니까 두달 석달 지나니까 엄마가 보고 싶어 죽겠는거야. 그냥 나이랑 상관없이 엄마가 보고 싶어 가지고 엄마가 꿈에라도 나왔으면 좋겠다. 정말 하늘만 쳐다봐도 눈물나고 별만 쳐다봐도 눈물나고 그랬어요. 그렇게 보고 싶어하고 그랬는데 그 이후론 그렇게 엄마 생전모습으로 꿈을 꾸고 나면 내가 아프고 그러더라고. 그래서 우리언니 말이 근데 막내 너를 왜 아프게 하겠는데 니가 연관시켜서 그렇지 그러더라고요. 그 말도 맞는 것 같아요.” (사례#1)

조상의 은덕을 확인

“근데 처음에 한번 내가 첫째인데, 둘째 집에서 모시는데, 우리어머니가 계시는데 저기 인자 아버님 제사를 우리 집으로 가

져오게 됐는데.. 가져왔는데 내일이, 오늘 밤이 제사인데 아니 오늘제사를 지냈어. 근데 (꿈에서)시아버지가 쌀가마니 같은 둥그런 거 딱 나한테 갖다 준 거 같아 그때부터 생활이 피긴 편 거 같아” (사례 #10)

조상이 화를 예견함

“나는 자세히는 모르지만 돌아가신 분이 뭔가 알려주는 것이라는 것을 나는 잘은 모르지만 인터넷에서 기껏해야 꿈 풀이 그런 거 있지만.. 그런 거라는 것을 느껴서 그런지... 그런데 진짜 어떤 일이 있었냐면 큰 외숙모가 암에 걸리기 전에 6-7개월 이상을 88년도에 외할머니가 돌아가시고 3년 만에 외숙모가 돌아갔는데 늘 외할머니가 임종할 때 답답하고 숨 가빠하는 장면을 거의 비슷한 장면의 꿈을 한 6개월 이상을 계속 많이 꾸면서 왜 그런가라고 생각을 했지만 나중에 외숙모가 돌아가고 나서 생각을 해보니까 그게 그런 것이 아니었는가” (사례#5)

영역4. 자신과의 관계. Jung(1974)에 의하면 꿈에서는 우리의 갈등의 소재를 가르쳐주며, 꿈에 나오는 하나하나의 상은 모두 우리의 무의식적 콤플렉스 라고 한다. 본 연구에서도 꿈을 회상하면서 자신이 억압해왔던 삶에 대한 불만족, 성격상 자신 없는 부분 등을 떠올리는 참여자들이 있었다. 또한 자신의 건강상태, 노화, 신체상 등을 꿈을 통해서 확인하기도 하였다.

신체 상태를 자각

“피곤할 때 어지럽고 복잡한 꿈을 꾸고,

깨어나면 불안하고 더 걱정스럽고...몸이 너무 아플 때, 꿈에 아프거나 병원에 갔는데 못 고치는 병이다 라는 이야기를 듣게 되거나 주변에 병으로 죽은 사람이 꿈에 나타나거나... 아빠가 암이 재발했다거나 그런 비슷한 상황의 꿈을 꾸게 되거나 주변에 돌아가신 친정엄마를 만나게 되거나... 그리고 내가 아파서 불치병에 걸리거나... <중략> 그러면 내가 아플 수도 있나 이런 생각이 들기도 하지.” (사례#5)

신체 상태를 자각

“근데 나는 이런 꿈 많이 꾸다? 내가 이렇게 몸이 막 커지는 거예요. 몸이 막 항상 이렇게 코끼리처럼 커지는 꿈을 꾸요. 아 내가 몸이 뚱뚱하니까 날씬했으면 좋겠다.. 그래서 그런지 몸이 부어서 커지는 꿈을 꾸는 거 같어..<중략>아니 그냥. 그러니까 ‘몸 좀 날씬해지면 좋겠다’ 이래서 그런 꿈을 그래서 그렇게 보여주는 건지는 모르는데 몸이 살찌서 부은 것처럼 커지는 그런 꿈을....” (사례#10)

자신에 대한 불만족을 자각

어쩔 때는 막 짜증나고 그럴 때가 있거든 삶에 있어서 ... 우리가 바라는 그런 삶이 아닐 수도 있지 않겠어요? 애들 키우면서 힘들었으니까는 그런 생각을 잠재적으로 하고 있는지도 모르겠어요, 나도 모르겠는데... 어쨌든 꿈은 의외로 많이 꾸는 것 같아 의외로 깨 생각하는 것도 아닌데 왜 깨가 내 꿈에 이렇게” (사례#3)

자신에 대한 불만족을 자각

“저도 남들처럼 씩씩하면 좋겠고 뭐든

자신감 있게 용기 있게 나섰으면 좋겠고 마음은 그래요. 근데 실제적으로 제가 그런 행동은 못 하잖아요. 성격상 그런 부분 때문에 그런 꿈을 꾸는지...”(사례#7)

중심개념 3. 꿈의 활용

중년 여성들은 상담과 꿈을 연관 시키는 데에는 지식이 부족했지만, 꿈을 친숙하게 적극적으로 활용하는 것으로 나타났다. 꿈을 꾸 후에 스스로 언행을 조심하고 주변인의 신변을 조심시키기도 하였으며, 간단한 의식행위를 통해서 흉몽이 가져올 불운을 스스로 통제해보려 하기도 했다. 또한 꿈을 통해서 자신의 종교성을 체험하거나 신앙적인 성장의 수단으로 삼았다. 또한 과거의 미결과제를 꿈을 통해서 해소하기도 하였다.

영역1. 예방차원의 활용. 점복행위는 미래를 예측하는 정보를 구함으로써 불행을 피하고 현재의 불안감을 해소하는 방법인데, 이는 우리의 일상생활의 관습에서 무의식적인 부분에게까지 깊이 영향을 미치고 있다(김영재, 2003). 연구에서는 꿈 해몽을 재난예방차원에서 활용하거나 혹은 작은 미신적 의례를 통해서 흉몽을 퇴치해보는 중년여성들이 상당수 발견되었는데 이 또한 같은 맥락으로 해석할 수 있겠다.

신변을 조심함

“그럼 의식이 되지 나만 그런 게 아니라 애들도 커갓고 장성하고 있으니까 ‘이런 꿈 왜 꾸었지 이러면 안되는 데’ 하면서 그날 엄청 조심하지<중략> ‘오늘아무 일도 없이 다들 무사해야 할 텐데’ 이런 생각으로 하고 엄청 조심하지. 그리고 남

하고 대화할 때도 말속의 언어도 잘못하면 큰일 나잖아요 주워 못 담으니까.. 말 한마디 할 때도 조심해요” (사례#10)

흉몽 퇴치를 위한 미신적 의례

“그리고 꿈이 기분이 좀 나쁘잖아요, 남한테 못 말할 거 같은데 잊어버릴 거 같은데 나도 할머니한테 배웠어.. 꿈에서 재수 없는 꿈 꾸면은 왼쪽으로 대고 정식으로 침은 아니지만 그냥 이렇게 형식적으로 침을 뱉뱉 뱉으면 그날 재수 안 없고 그냥 무사하게 넘어간대” (사례#6)

영역2. 종교적인 활용. 450 대가 될수록, 여성들은 신앙을 자발적으로 선택하는 경향이 높다(강영경, 2005). 본 연구에서도 꿈과 종교를 연결 지어서 보고하는 참여자들이 있었다. 개신교신자인 참가자들은 꿈에서 성자를 만나면서 기독교에 입문한 체험을 하거나 혹은 꿈을 통해서 자신이 신앙심이 강화되는 경험을 하였고 가족이 신의 계시를 받아서 가족이 신앙심을 갖기를 바란다는 소망을 보여주기도 했다.

신앙심 강화

“나는 예수 믿는 사람이니까... 남편은 아직 안 믿어요. 사람은 좋은데 안 믿어서.. 우리 믿는 사람들은 나도 어렸을 때 믿었으니까 천국지옥이 확실하잖아요? 우리남편은 그런 게 없어. 나도 뭐 식구들이 남편들도 다해가지고 교회 가는 것을 원하지만 남편이 천국지옥이 있는 분명한 꿈을 꿴가지고 예수님 믿었으면 좋겠어요” (사례#1)

꿈의 계시로 종교에 입문

“예.. 제가 걸어 다니면서 천국과 지옥이라는 것은 이런 것이다 하고 따라다니면서 쪽 보는 거지..거기저기에 면류관하고 비슷하면서 예수님 모습이 짝 나타났는데 계속 예수님이 있는 것은 아니고 저를 인도하던 사람이 있어요..<중략>내가 되게 막 하나님을 믿어야 되나보다.. 그때 당시는 초보자니까 천국과 지옥이 있다고 아무리 얘기를 한들... 꿈속에서 체험을 했구나 하는 생각이 들었죠.” (사례#8)

영역3. 실생활에서의 활용. 중년여성들은 꿈을 실생활에서 활용하고 있는 측면을 보였다. Perls(1969)는 꿈에 나타나는 모든 상징과 인물들이 자기 자신의 투사된 일면이며, 꿈속의 행동은 그 사람의 해결되지 못한 욕망이나 희망을 해결하려는 시도일 수 있다고 했는데, 본 연구에서도 자신의 문제를 자각하는 것을 넘어서서 미해결과제를 적극적으로 해결하는 체험을 한 참여자도 있었다. 또한 길몽을 꾸고 나서는 삶에서 행운이 오는 징조로 받아들 이면서 또다시 같은 꿈을 꾸기를 기대하기도 하였다. 그런데 상담에서 꿈을 활용하는 것에 대해서는 별다른 인식을 갖고 있지 못했는데, 꿈을 상담에 활용하는 것을 추상적이고 어렵 게 느끼거나, 상담의 필요성을 아예 느끼지 못하고 상담이 무엇인지 잘 모르는 경우가 대부분이었다.

미해결과제의 실현

“설령 이루어지지 않은 것이라도 꿈에서 딱 성취가 되면 그 느낌이 그대로 와가지고 아주 만족도가 높아요. 그리고 현실의 일이 이루어지거나 안 이루어지거나 상

관없이 나 자신이 이게 ‘해결이 됐다’ 이런 느낌이 들더라고요 그러니까 갈등의 상대가 있었는데 꿈에서 화해를 했어요. 이 사람하고 내가 현실적으로 풀지는 않았지만 애를 만나서 내 맘이 편한 거야. 내 맘이 풀렸으니까 그러니까 자연스럽게 ‘아무개야 넌 잘 있었니’ 이렇게 되는 거예요.” (사례#4)

길몽을 꾸고 싶은 소망

“꿈속에 뭐 조상님이 나오면 도와주는 거 있잖아요? 그런 걸 꾀 거고 ‘로또를 사면 당첨된다’ 이러니까 ‘진짜 조상님이 나타나서 쌀가마니를 갖다준다든가 보리가마니를 갖다준다든가 이러면 내가 그날 로또를 살 텐데 왜 안 꺾이지?’ 이런 기대감... 응 그런 꿈 꾸고 싶어...그런 꿈 한번 꺾보고 싶어요” (사례#10)

상담에서의 활용에 대한 어려움

“(꿈을 활용해서) 치료는 가능한데 많이 어려울 것 같아. 왜 어려우냐면 그 사람의 모든 것을 다 알아야 되잖아? 그러니까 그 사람의 삶의 어느 부분의 상처가 있고 그 꿈에 나타난 내용에서 그 사람의 삶의 어떤 과정에서 어떠한 상처가 있고 어떻게 치유가 되는지를 알아야 치료가 될 텐데 그걸 알기 위해서는 엄청난 전문적 지식이 필요한 거 아닌가? 그리고 치료기간이 오래 걸리는 게 아닌가?” (사례#5)

이상의 연구결과에서, 중년여성들은 꿈을 통해서 현재·과거·미래를 해석하는 다양한 관점을 갖고 있으며, 자신 및 가족들과의 관계를 탐색하며, 불행을 예방하기 위하여 꿈을

활용하고 종교적인 수단으로 활용하며, 길몽을 반복하여 꾸고자 하는 의지를 가지고, 미해결과제를 꿈을 통해서 적극적으로 해소하는 경향이 있음을 알 수 있었다. 반면에 꿈을 상담에서 활용하는 것에 대해서는 막연하고 어렵게 느끼며 이에 대한 욕구도 많지 않음을 확인하였다.

논의 및 해석

본 연구에서는 중년여성들이 체험한 꿈의 의미를 알아봄으로써 상담현장에서 꿈을 활용하는 데에 도움을 얻고자 하였다. 중년여성들의 꿈 체험을 통해서 중년여성들의 꿈에 대한 태도, 꿈에서 주로 확인하게 되는 관계양상, 그리고 꿈의 삶에서의 활용 이 세 가지 중심 개념으로 본 결과를 바탕으로 다음과 같이 논의하고자 한다.

첫째, 중년여성들의 꿈에 대한 다양한 태도를 통해서, 내담자의 과거, 현실 그리고 미래를 타임라인 적으로 탐색하고 이 세 부분을 통합할 수 있음을 발견할 수 있었다. 우선, 중년여성 참가자의 대다수는 꿈을 통해서 미래를 조망하고 기대를 표출하는 태도를 갖고 있음을 알 수 있었다. 특징적으로, 참가자들 중 상당수가 꿈을 태몽으로 체험했다고 보고하였다. 태몽담에는 태몽을 꾸는 주체가 자손에 대해서 기대하는 바, 즉 ‘잘 살았으면’ 하는 기대뿐 아니라 태몽주체의 욕망과 세계관이 투영되어 있다고 한다(박상란, 2009). 이로 미루어보아 자손을 통해서 자신의 소망을 성취하고 싶은 마음 또는 자손의 안녕에 대한 걱정 때문에 딸이나 며느리의 태몽을 대리적으로 꾸는다고 해석해볼 수 있겠다. 내담자가 태

몽을 의미 있게 기억하고 있는 경우에, 내담자가 이루고자 하는 미래의 삶에 대한 소망이나 불안심리를 탐색하는데 있어서 도움이 될 수 있다. 두 번째로, 참여자들은 현실에서 자신이 느끼는 감정이나 불안이 꿈에 나타난다고 다수가 보고를 하였다. 본 연구결과에서 중년여성들이 꿈이 현실을 반영한다고 여기는 태도를 갖는 것은, 치료과정에서 내담자들이 현실을 어떻게 느끼는지 발견하는 데에 꿈이 유용하다(Hill, 2003/2010)는 연구결과와도 일맥상통하다. 즉 내담자가 현실에서 일어난 사건에 대해서 자각하는데 꿈 작업이 도움을 줄 수 있다. 세 번째로는, 꿈은 더 나은 현재와 미래를 위해서 과거의 인생을 돌아보는 데에 유용할 것이다. Jung에 의하면 중년기는 전일적인 인간으로서 기능하도록 요구되는 중요한 전환점이므로(이부영, 2013), 무의식의 과거를 자각하는 것이 매우 중요하다. 꿈을 통해서, 특히 여성으로서 차별받은 부분에 대한 미해결과제나 억압했던 자신의 성격의 일부를 일깨우는 것은 중년기의 자아통합에 도움을 줄 것이다.

둘째, 중년여성들의 다수는 꿈에서 가족, 조상, 자녀, 자기 자신 등 여러 관계를 체험하였는데, 이는 자신이나 타인과의 관계를 통찰하는데 꿈이 도움이 될 수 있음을 나타낸다. Havighurst(1972)에 따르면, 중년기여성의 발달 과업으로는 부모로서 자식을 성장시키며, 자녀 독립 후에 배우자에게 적응하며, 노년의 부모에게 적응하는 것 등이 중요하며, 이것으로 인해 중년기에 많은 스트레스를 받는다고 하였다. Jung은 의식이 미처 알지 못하는 것을 꿈을 통하여 파악할 수 있고, 이것이 의식과 균형을 이루는 무의식의 보상적 기능이라고 하였다. 즉 관계 속에서 역할에 매몰되어 스

트레스를 받고 있다면, 이를 꿈을 통하여 확인할 수 있을 것이다. 즉 중년여성이 관계를 돌아보고 역할과 규범을 자기와 일치하는 한도 내에서 받아들이도록 하는 데에 꿈이 도움이 될 수 있다.

셋째, 중년여성들은 꿈을 삶에 밀접하게 활용하는 양상을 보였는데, 이는 꿈 교육 혹은 상담프로그램을 고안하는데 있어서 실제적인 지침이 될 수 있다. 본 연구 결과에서는 중년여성들은 한국 전통 문화에 따른 꿈 해몽과 미신적 주술행위에 많은 신뢰감을 가지고 있었다. 또한 그와 함께 종교성에 대한 관심을 보이며 신앙심, 특히 기독교적 신앙을 강화하는 수단으로서 꿈을 중요시여기는 현상도 나타났다.

종교성은 특정집단이나 제도 하에서 집단적으로 정형화된 행동을 하면서 절대적인가치나 후세에 대한 믿음을 갖는 것을 가리킨다.¹⁾ 한국에서는 여성이 남성보다 종교인구가 높으며 종교 활동 참여인구의 비율은 중 노년기로 갈수록 높아지고 있는 추세이다(통계청, 2005). 연구 결과에서는, 중년여성들은 꿈과 특정 종교-개신교에 대한 신앙을 연관 짓거나 전통적인 주술행위를 적극적으로 활용하는 경향이 나타났다. 주술행위는 과학적인 지식이 없는 인간이 초자연적인 힘을 스스로 통제하여 미지세계에 대한 불안을 해소하는 방안이라고 한다(Malinowski, 1939; 김용환, 2007에서 재인

1) 이는 영성과도 혼용되어 쓰이기도 하는데, 영성은 특정교리나 가치, 집단 연결될 필요 없이 삶의 인식이나 가치를 찾아가는 정신적이고 주관적인 경험으로 종교성은 이와는 구분해야 한다고 한다(Wills, 2009.) 이 연구결과에서는 영성이라는 개념이 함의하고 있는 심리적 성숙성의 측면까지는 특별히 발견할 수 없었으므로 종교성이라고 하기로 한다.

용). 즉 흥몽을 끈 후에 중년여성들이 행하는 주술행위란, 여성들이 꿈 활용에 대한 전문적 지식을 갖고 있지 않을 때 심리적 안정의 수단이 되는 것으로 중요하다고 볼 수 있다. 즉 본 연구결과에서는, 중년여성들이 종교나 전통적 미신에 의지하는 경향성이 꿈을 활용하는데 있어서도 다양하게 배어있다는 측면을 발견할 수 있었다.

다시 말하면, 중년여성 내담자들이 이렇게 초자연적인 영적 수단에 의지하여 심리적 위안을 얻는 문화적 맥락이 있다는 점은 상담에 있어서 중요하다. 이를테면, 종교나 전통의례에 의존하는 여성들의 성향을 활용하여 전문적 상담서비스에 대한 접근성을 높일 수도 있다. 즉 꿈과 관련된 치료 프로그램을 고안 할 때에는 꿈 상담에 대한 교육을 하되, 중년여성들이 꿈을 활용해온 기존의 방식과 친숙하게 접근할 필요가 있다. 가령 내담자가 강한 종교적 신념이 있어서 꿈은 신의 계시라고 생각하고, 꿈을 자기 주도적으로 해석할 수 있음을 받아들이지 않을 수 있다. 이런 경우에는 꿈의 다양한 기능을 교육하는 절차가 필요하며, 동시에 꿈 자체를 존중하는 하나의 전통적인 의식을 치료절차에 반영할 수 있다. 이렇게 꿈을 존중하는 상징적인 의식 자체를 내담자와 함께 결정하게 되면 꿈 해석이 내담자에게 매우 영향력 있어질 수 있다(Hill, 2003/2010).

이상의 논의를 종합하여보았을 때 본 연구가 가지는 의의는 다음과 같다. 중년여성 내담자의 미결과체에 접근하고 현재의 감정을 탐색하며 나아가 미래에 대한 기대와 불안을 발견하고 이 세 가지를 포괄적으로 통찰하여 노년기를 위한 자아 통합감을 성취하는 데에 꿈이 좋은 수단이 된다는 것을 알 수 있다.

또한 꿈은 중년여성에게 중요한 관계의 측면을 알아보는데 유용하며, 또한 중년여성이 지닌 종교적이고 영적인 문화현상을 상담프로그램에 반영하는데 있어서 꿈이 큰 활용가치가 있다는 것을 발견할 수 있었다.

마지막으로, 본연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 본 연구는 질적 연구방법을 사용하였으므로 참가자의 특성이라는 한계가 있어 중년여성전체에 일반화하기에는 제한이 있을 수 있다. 참가자들의 학력이나 계층적 특성에 따라서 연구결과가 달라질 수 있기에, 다양한 사회문화적 계층을 대상으로 하여 더 다양한 사례를 수집하여 연구를 보완할 수 있을 것이다.

본 연구는 우리나라의 중년여성과 현상학적인 꿈 체험을 연관시켜서 조사한 최초의 연구이므로, 중년여성 꿈 상담을 위한 구체적인 프로그램을 개발하는 후속연구에 실제적인 도움이 될 수 있을 것이다.

참고문헌

- 강석현 (1984). 무아심리학과 정신치료. 동국대학교 석립회: 석립, 18, 496-503.
- 강영경 (2005). 광복 60년, 한국여성 종교생활과 그 의식의 변화. 한국여성사학회: 여성과 역사, 145-167.
- 강진옥 (1995). 무속신화와 일상의례를 통해서 본 여성의 종교성. 이화여자대학교 여성신학 연구소: 여성신학논집, 1, 149-200.
- 고승덕, 조숙행 (1997). 노인의 삶의 질 향상을 위한 요인추출. 한국노년학회: 한국노년학, 17(2), 17-36.
- 김광일 (1969). 한국 전래 해몽에 관한 정신분석학적 사고 (I): 체상 體像 에 관하여. 대한 신경정신 의학회: 신경정신의학, 8(2), 15-27.
- 김금운 (1999). 중년기 기혼여성의 생활 만족도와 다중 영학 특성의 관계 및 생성감의 매개효과: 직장여성과 전업주부의 비교. 전남대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김기탁 (1998). 민속신앙에 나타난 조상숭배. 한국 민속학 민속연구, 22: 일상생활. 서울: 거산.
- 김명자 (1989). 중년기 위기감 및 그 관련변인에 관한 연구: 서울시 남성과 여성을 중심으로. 이화여자대학교 대학원 박사학위 논문.
- 김명자, 박성연 (1989). 중년기 위기감 및 그 관련변인에 관한 연구. 한국 가정관리학회: 한국가정관리 학회지, 7(1), 97-118.
- 김미령 (2006). 전기, 후기 여성노인의 삶의 질 및 영향요인 비교연구. 한국 사회복지학회: 한국사회복지학, 58(2), 197-222.
- 김선희 (2011). 포토 이미지 집단 미술치료가 중년기 여성의 결혼 만족도 및 자아분화, 우울에 미치는 영향. 한양대학교 산업경영디자인대학원 석사학위 논문.
- 김영경, 정석환 (2005). 중년여성의 성숙성을 위한 집단상담 프로그램. 한국 상담심리학회: 상담학연구, 6(1), 109-124.
- 김영란 (2014). 집단미술치료가 중년여성의 자아 존중감에 미치는 영향. 동국대학교 문화예술대학원 석사학위 논문.
- 김영재 (2004). 접복문화 배경의 여성내담자를 위한 상담 전략의 모색: 근거 이론적 접근. 숙명여자대학교 대학원 박사학위 논문.
- 김은아 (1992). 중년기 부인의 자아정체감과 생의 의미에 관한 연구. 숙명여자대학교 석사학위 논문.

- 김정주 (1993). 중년여성의 자아정체감과 생활 만족도 간의 관계 연구. 서울여자대학교 석사학위 논문.
- 김현화, 조병은 (1992). 성격특성에 따른 중년기의 적응에 관한 연구: 성역할 정체감과 내외 통제적 성격을 중심으로. 한국가정관리학회: 한국가정관리학회지, 10(1), 207-228.
- 남정자, 문상식 (2001). 우리나라 65세 이상 노인의 건강수준. 한국노년학회: 한국노년학, 21(1), 15-29.
- 박경숙, 김영자 (1991). 중년기 여성의 적응에 관한 연구. 한국 가정관리학회: 한국가정관리학회지, 9(1), 65-80.
- 박상란 (2009). 한국사상(문학): 현대의 태몽담 연구 시론- 6남매 태몽담을 중심으로- 한국 사상문화학회: 사상과 문화, 50, 163-191.
- 박성준 (2011). 베이비부머 라이프스타일 기반 복합노인복지시설 모델 개발에 관한 연구. 연세대학교 대학원 박사학위 논문.
- 박영우, 강석현 (1990). 정신치료 과정에 따른 꿈 형태. 대한 신경정신 의학회: 신경정신의학, 29(3), 703-720.
- 박은숙 (2008). 꿈 분석을 통한 중년기 개성화 과정에 대한 연구. 상명대학교 정치경영대학원 석사학위 논문.
- 안순옥 (2014). 중년여성 우울증에 대한 여성주의 목회상담: 이야기 치료를 중심으로. 이화여자대학교 대학원 박사학위 논문.
- 유정희 (2004). 집단 미술활동을 통해서 본 갱년기 여성의 신체변화에 대한 체험연구. 서울여자대학교 특수치료 전문대학원 석사학위 논문.
- 윤진, 김애순 (1993). 중년기 위기감 (1). 한국노년학회: 한국노년학, 13(1), 1-16.
- 윤현숙, 원성원 (2010). 노인의 영성과 종교 활동이 생활 만족도와 우울에 미치는 영향. 한국 노년학: 30(4), 1077-1093.
- 윤정화 (2013). 폐경기 중년여성이 경험하는 심리적 현상연구. 백석대학교 대학원 박사학위 논문.
- 윤황, 이영호 (2011). 한국인의 전형적인 꿈 경험. 한국 심리학회지: 일반, 30(4), 1213-1229.
- 이부영 (2013). 분석심리학. 서울: 일조각.
- 이다감 (2012). 그룹투사 꿈 작업 체험 여성들의 여성성 인식변화 경험에 관한 현상학적 연구. 서울 불교대학원 대학교 석사학위 논문.
- 이상도, 이죽내 (1984). 우울증환자의 꿈 내용. 대한 신경정신 의학회: 신경정신의학, 23(2), 167-171.
- 이죽내 (2002). 분석심리학의 관점에서 본 현존재 분석적 꿈 이해. 한국분석심리학회: 심성연구, 17(2), 100-118.
- 임경수 (2005). 인생의 봄과 가을: 중년의 심리이해와 분석. 서울: 학지사.
- 전정자, 권영은 (1994). 중년기 여성의 자아개념과 갱년기 증상과의 관계 연구. 성인간호학회지. 6(1), 48-57.
- 주은선, 신설애 (2013). 노인의 꿈 경험에 관한 탐색적 연구- 상담 장면에서의 꿈 활용가능성을 중심으로- 한국 심리학회: 한국 심리학회지 일반, 32(3), 543-564.
- 천성문 (2003). 정신 역동적 상담에서 꿈의 내용분석을 통한 상담효과 분석. 상담학연구, 4(4), 699-712.
- 최광선 (1997). 중년기 여성이 보고하는 자아정체감의 변화. 사회과학, 9(1), 159-182.

- 경북대학교 사회과학대학.
- 최용석 (2000). 반복 꿈을 꾸는 사람들의 불안 수준과 심리적 특성. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 논문.
- 최진아 (2008). 인지- 체험적 꿈 해석 집단상담의 효과에 관한 질적 분석. 한국 심리학회지: 상담 및 심리치료, 20(4), 963-983.
- 추동호, 이죽내 (1985). 정신 분열증 환자의 꿈. 대한 신경정신의학회: 신경정신의학, 24(3), 445-453.
- 탁진희 (2002). 중년기 여성의 위기와 성숙성에 대한 이야기 심리학적 접근. 연세대학교 연합신학 대학원 석사학위 논문.
- 통계청 (2005). 2005 인구주택 총조사: 성/연령/종교별 인구- 시군구.
- 통계청 (2012). 2012 인구주택 총조사.
- 한건덕, 홍순래 (2004). 꿈 해몽백과. 서울: 학민사.
- 한미선 (1992). 중년기 부인의 자녀문제로 인한 스트레스, 대처방안과 심리적 적응간의 관계. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 황근미 (2012). 중년여성의 위기에 대한 이해와 기독교상담. 한국 복음주의 실천신학회: 복음과 실천신학, 25, 217-244.
- 황연미 (2009). 여대생과 기혼여성의 정서표현 억제태도와 우울 및 전문적 도움추구태도의 차이. 한국 심리학회지: 여성, 14(1), 172-199.
- Antrobus, J. (2000). *Theories of dreaming*. In M. H. Kryger, T. Roth, & W. C. Dement (Eds.), *Principles and practice of sleep medicine* (3rd ed.) (pp.472-481). New York: W. B. Saunders.
- Bonime, W. (1962). *The clinical use of dreams*. New York: Basic Books.
- Boss, M. (1977). *"I dreamt last night..."* New York: Gardner.
- Calogeras, R. C., & Alston, T. M. (2000). The dreams of a cancer patient: A royal road to understanding the somatic illness. *Psychoanalytic Review*, 87(6), 911.
- Cogar, M. C., & Hill, C. E. (1992). Examining the effects of brief individual dream interpretation. *Dreaming*, 2(4), 239-248.
- Cohen, D. B. (1973). Sex role orientation and dream recall. *Journal of Abnormal Psychology*, 82(2), 246-252.
- Craig, P. E., & Walsh, S. (1993). Phenomenological challenges for the clinical use of dreams. In G. Delaney(Ed.), *New directions in dream interpretation* (pp.103-154). Albany, NY: State University of New York Press.
- Eudell-Simmons, E. M., Hilsenroth, M. J. (2007). The Use of Dreams in Psychotherapy: An Integrative Model. *Journal of Psychotherapy Integration*, 17(4), 330-356.
- Freud, S. (2004). 꿈의 해석. (김인순 역). 파주: 열린 책들 (원전은 1900년도에 출판)
- Goodison, L. (1997). 여자들의 꿈: 마음을 여는 여행. [*The Dreams of Women: exploring and interpreting women's dreams*]. 김인성 역. 서울: 또 하나의 문화. (원전은 1995년도에 출판)
- Hall, C. S., & Nordby, V. J. (2004). Jung 심리학 입문. [*A Primer of Jungian Psychology*]. 김형섭 역. 서울: 문예출판사. (원전은 1973년도에 출판)
- Havighurst, R. L. (1972), *Developmental Tasks and*

- Education, N.Y.: David Mckay.
- Hill, C. E. (2010). 꿈 치료. [*Dream Work in Therapy*]. (주은선·주은지 공역). 서울: 학지사. (원전은 2003년도에 출판)
- Hill, C. E. (2014). 합의적 질적 연구. (주은선 역). 서울: 학지사 (원저 2012년 출판). 미출판 원고.
- Hill, C. E., Diemer, R. A., Hess, S., Hillyer, A., & Seeman, R. (1993). Are The Effects of Dream Interpretation on Session Quality, Insight, and Emotions due to the Dream Itself, to Projection, or to the Interpretation Process?. *Dreaming*, 3(4), 269-280.
- Hill, C. E., Thompson, B. J., Williams, E. N. (1997). A Guide to Conducting Consensual Qualitative Research. *Counseling Psychologist*, 25(4), 517-572.
- Jung, C. G. (1970). *The Structure and Dynamics of the Psyche*. Prinston: Prinston Univ.
- Jung, C. G. (1974). *Dreams*. Prinston: Prinston Univ.
- Kast, V. (2007). 꿈: Jung 심리학이 밝히는 무의식의 비밀 [*Träume: Die geheimnisvolle Sprache des Unbewussten*]. (원석영 역). 서울: 프로네시스, (원전은 2006년에 출판)
- Levinson, D. J., Darrow, C. N., Klein E. B., Levinson, M. H., and Mckee. B. (1978), *The Season of a Man's Life*, N.Y.: Knopf.
- Peasant, N., & Zadra, A. (2004). Working with Dreams in Therapy: What do we know and what should we do?. *Clinical Psychology Review*, 24(5), 489-512.
- Pearson, L. (1982). Climacteric. *A. J. N.*, 82, 1098-1102.
- Perls, F. S. (1969). *Gestalt Therapy Verbatim*. Moab, UT: Real People Press.
- Postuma, R. (2012). Dreaming in Dementia-REM Sleep Behavior Disorder and Synucleinopathy. *Movement Disorders*, 27(1). 30-48.
- Rochlen, A. B., Ligiero, D. P., Hill, C. E., Heaton, K. J. (1999) Effects of Training in Dream Recall and Dream Interpretation Skills on Dream Recall, Attitudes, and Dream Interpretation Outcome. *Journal of counseling psychology*, 46(1), 27-34.
- Rubin, L. B. (1979), *Women of a Certain Age*, N.Y.: Harper and Row.
- Schredl, M., Piel, E. (2008). Interest in dream interpretation: A gender difference. *Dreaming*, 18(11), 5.
- UNFPA (2012). State of World Population 2012: By Choice, Not By Chance: Family Planning, Human Rights and Development. UNFPA.
- Wills, E. (2009). Spirituality and subjective well-being: Evidences for a New domain in the personal well-being Index. *Journal of Happiness Studies*, 10(1), 49-69.
- Ying, Y., Miller, L. S. (1992). Help-seeking behavior and attitude of Chinese Americans regarding psychological problems. *American Journal of Community Psychology*, 20(4), 549-556.

1차원고접수 : 2014. 04. 27.

심사통과접수 : 2014. 05. 29.

최종원고접수 : 2014. 06. 12.

**A Research on the Dream Experienced by Middle-aged Women
- Focusing on the application of the
dream in counseling middle-aged women -**

Eunsun Joo

Haerin Jung

Duksung Women'S University
Department of Psychology

This research aimed to explore the possibility and effectiveness of using dreams in counseling middle-aged women. In terms of the perspective on dreams, this research focused on the phenomenological approach on dreams. Using Consensual Qualitative Research(CQR), 12 middle- aged women were interviewed on dream experiences. Based on the analysis, 3 core ideas, 3-4 domains in each core idea, and 23 categories were drawn. In the “Attitude on dreams” core idea, “Reflecting the past”, “Sense of connection with the feeling in reality”, and “Trust in the ability to predict the future” domains were retrieved. In the “Relationships with myself and others” core idea, “Relationship with children”, “Relationship with spouse”, “Relationship with parents and ancestors” and “Relationship with myself” domains were drawn. Finally, “In the usage of dreams” core idea, “Usage of dreams as precautions”, “Usage of dreams as a means of religious spirit”, and “Usage of dreams in real life” were developed. Based on the findings, several suggestions were discussed for the possibility and the effectiveness of using dreams in counseling middle-aged women.

Key words : Dream, phenomenological dream experience, middle-aged women counseling, Consensual Qualitative Research