

Mutual Maturity Process between Client-Therapist in Music and Imagery Session: Therapist's Point of View

Kim, Kyoung Sook*

The purpose of the study was to prospect for mutual maturity between therapist-client in Music and Imagery music therapy session from therapists' points of view. Qualitative data has been collected by in-depth interview of therapist-client mutual maturity process, then analysed with grounded theories. The questions of the study were to ask process of mutual maturity experienced by music and imagery therapist and meaning of the experience itself. Therapists were to answer the moment of mutual maturity, realization and meaning of mutual maturity process through semi-structured in-depth interview. The four therapists who participated in the interview are certified MIT(Music & Imagery Therapist)** by Lisa Summer and currently in training GIM. From the in-depth interview, 81 concepts have been collected and have been divided into 20 categories in open coding, then rearranged into 9 categories in axis coding. To explain music and imagery therapists' maturity process through grounded theory paradigm, as a result, the main phenomenon of experience was 'to deal with counter-transference'. When dealing their counter-transference, therapists experienced their maturity process. Supervision and musical/non-musical self-reflection are also used for interactive intervention medium. So, maturity of therapists leads to knowing and accepting herself and mature therapists are able to help clients mature.

Keywords : Music and imagery, Therapist-client relationship, Mutual maturity, Grounded theory, Counter-transference

* Doctoral Student, Dept. of Music Therapy, Graduate School of Ewha Womans University

** MIT therapist is who is done level 1 and 2 of GIM training course, certificated by Lisa Summer

음악과 심상 세션에서 내담자-치료사간 상호 성장의 과정: 치료사의 관점에서

김경숙*

본 연구는 음악과 심상 음악치료의 과정에서 치료사와 내담자간의 상호 성장의 경험을 치료사의 관점에서 조망하고자 하였다. 치료사-내담자 간의 상호 성장의 과정을 치료사의 관점으로부터 심층 인터뷰를 통해 질적 자료를 취합하였으며, 이를 근거이론의 방법으로 분석하였다. 이 연구의 연구 문제는 음악과 심상 치료사가 느끼는 '상호 성장 경험(the experience of mutual maturity)'은 어떤 과정이며, 그 경험은 어떤 의미를 갖는가이다. 상호 성장 경험과 관련하여 치료사들은 반구조화된 심층인터뷰를 통해 상호 성장에 대한 개인적 정의와 그 예들, 상호 성장 경험에 관한 통찰과 깨달음, 상호성장 경험의 의미와 해석에 관하여 대답하였다. 본 연구의 인터뷰에 참여한 4명의 치료사들은 Lisa Summer가 인증하는 음악과 심상치료사(MIT, Music & Imagery Therapist)의 자격**을 획득한 음악과 심상치료사이며, 현재 GIM(Guided Imagery & Music) 훈련과정에 있다. 분석된 심층 인터뷰의 내용은 개방 코딩의 결과 총 81개의 개념들이 추출되었고, 이들 개념들은 20개의 하위 범주로 나뉘었으며, 축코딩을 통해 9개의 범주로 정리되었다. 근거이론의 패러다임 모형에 입각하여 분석된 범주들로부터 음악과 심상 치료사들의 성장 과정이 도출되었는데, 결론적으로 내담자-치료사 간 상호 성장 경험에서 '역전을 다루는 것'은 중심현상을 이루고 있다. 역전을 작업한 결과로서 치료사들은 자신에 대한 앎과 수용을 넓혀 스스로의 성장을 경험하며, 다른 한 축으로는 치료사로서의 유능감을 확인받아, 내담자의 성장을 이끈다고 하겠다.

핵심어 : 음악과 심상, 치료사-내담자 관계, 상호 성장, 근거이론, 역전이

* 이화여자대학교 일반대학원 음악치료학과 박사과정 (beingwith@naver.com)

** Lisa Summer가 교육하는 GIM 훈련 중, 2단계까지 수료한 음악과 심상치료사들에게 부여되는 자격임.

I. 서론

1. 연구 필요성

심상유도와 음악(Guided Imagery and Music, 이하 GIM)은 음악을 통해 유도되는 심상 경험을 통찰함으로써 개인의 내적 세계를 탐색하고 건강한 성장을 도모하는 심층 음악치료 기법이라 정의될 수 있다. 현재까지 GIM에 관한 연구들의 동향은 GIM의 치료적 단계, 아동 및 성인 등 다양한 대상군에 관한 임상사례의 제시, 치료사들의 철학적 배경, 음악 프로그램에 관한 분석이 그 주류를 이루고 있다.

최근의 연구들은 GIM 세션에 참여하는 내담자의 경험의 의미에 관한 질적 해석을 시도하고 있다(Abbott, 2002). 질적 연구 방법론이 음악치료에 영향을 주면서 생겨난 현상이라 할 수 있다. 이러한 연구들은 내용적으로는 대개 내담자의 신체-심리, 그리고 영적인 변화과정에 관한 질적 해석들이라 할 수 있다. GIM에 관한 연구의 현재까지의 많은 성장에도 불구하고 아직까지 GIM 연구는 치료에서 변화를 이끄는 중재로서의 각 요소들인 음악, 치료사, 심상, 치료철학이 분리되어 연구되어져 왔거나 개별 사례에 관한 현상학적 묘사들에 국한되어 있는 것이 사실이다.

특히 치료사와 내담자의 상호과정에 관한 연구는 전무한 실정이다. 다른 음악치료의 심층심리치료적 접근과 비교해 볼 때, GIM에서는 치료사의 성숙도와 숙련된 가이드링(guiding) 기술을 더욱 필요로 하기 때문에 치료사와 내담자 간 상호 성장 현상과 경험이 더욱 뚜렷하게 존재할 것이다. 이는 앞으로의 연구를 통해 더 면밀히 조명되어질 필요성이 있다.

이에 본 연구는 GIM 치료 과정에서 나타나는 ‘성장의 과정’을 치료사와 내담자 간의 상호적인 맥락에서 설명하고, GIM 치료에서 어떻게 치료사와 내담자 간 상호적인 성장 과정이 도출되는지를 치료사의 관점으로부터 접근해 보고자 한다. 음악과 심상 치료사들의 성장과정은 심층인터뷰를 통해 자료를 추출하여, 근거이론의 맥락으로 분석될 것이다.

GIM에서는 치료의 과정 또는 여정(journey)이 중시된다. Anthony Giddens는 1999년 ‘전통(Tradition)’이라는 강연에서 상담과 치료 분야에서 개인의 정체성(personal identity)이 보다 ‘과정적인 의미’에서 조명될 필요가 있다고 주장하였다(Tillman, 2000). Crowe(2004) 역시 이전의 심리학에서 강조되어졌던 ‘결과 중심(product-based)’이 아닌, 보다 광범위하고 역동적인 ‘과정적 모델(process model)’이 필요하다고 하였다. 또한 Tillman(2000)은 ‘성장’라는 용어가 이러한 ‘삶의 과정(process of living)’과 보다 가까이 연결되어 있는 용어라 강조하였다.

GIM의 치료 과정은 1시간 또는 1시간 30분 여 동안 지속되는 음악과 심상 안에서의 성장적 순간의 연속이라고 볼 수 있다. 음악과 심상 치료사들은 종종 내담자들의 참살이(well-being), 삶의 의미에 대한 더 깊은 수준에서의 느낌, 불확실성이나 불안을 견디고 수용하는 새로운 변화와 발견 등, 내담자의 경험에 대한 보고를 듣는다(Bonde, 2007; Short, Gibb & Holmes, 2011).

한편, 치료 학문 안에서의 “관계”의 중요성에 관한 조명들은 깊은 역사를 자랑한다. 우리가 GIM에서 새롭게 조명하고자 하는 것은 그러한 상호관계성에 관한 “앎”이 “보여지고” “들려진다”는 증거가 음악과 심상으로 존재되고 설명된다는 점이다(Blom, 2011).

상호관계성은 심층심리치료에서 매우 중요한 개념인데, Blom(2011)은 그의 글에서 광범위한 ‘상호관계성’이라는 단어를 초월적-영적 GIM 경험을 설명할 때 ‘상호주관성(intersubjectivity)’이라는 용어를 사용하여 정의했다. 그가 정의하는 상호주관성은 대상관계 이론의 전통을 따르는 것으로, 자기(self)와 타인(others) 사이의 물리적-정신적 상호작용을 의미한다. 그는 이러한 상호주관성이 단순히 2명의 독립된 개인의 내적 시스템이 만나고 교류하는 것만을 뜻하지 않고 진정한 경험 안에서의 충돌(the emergence of experiences in shared interaction)일 때 비로소 유의미하며, 관계하고 상호작용하는 결과로써 동시적으로 발전되고 만나며, 인지적-정서적-사회적 상호교류를 뛰어넘는 ‘돌이킬 수 없는(irretrievable) 참여 또는 흡수(embeddedness)’로의 사로잡힘이며, 이러한 상호주관성은 다양한 수준에서의 상징과 질적 도약을 통해 발전된다고 하였다. 따라서 본 연구에서는 그의 상호주관성에 관한 접근이 치료사-내담자 간의 관계로 확대되는 첫 걸음으로서 치료사가 말하는 ‘상호성장적 순간의 경험’으로부터 시작해 보고자 한다.

심층심리치료인 GIM의 내담자-치료사 상호관계성은 다른 음악치료의 접근에서보다 더욱 긴밀한데, 내담자는 전치된 의식의 상태(altered state of consciousness)로 여행하는 동안 의식적, 무의식적, 신체적, 심리적 경험들을 전적으로 치료사와 음악에게 의존하기 때문이다. 치료의 여정에서 내담자의 치료적 여정을 이끄는 치료사의 자기 성숙과 통찰의 정도는 치료의 전체적인 질을 좌우하는 매우 중요한 요소가 된다. 치료사 역시도 자기를 재발견하고 궁극적으로 내면의 자아를 성장시키는 것이 필요한데, 이것은 Ferguson(1980, Bradshaw, 2004 재인용)이 설명하는 자기 내면 성장의 과정과 매우 흡사하다. 그가 규명하는 과정은 첫째, 내면의 자아를 발견하고 내면의 자아처럼 되는 연습을 하는 것, 둘째, 우리 안에 존재하는 신체적, 정신적-정서적 그리고 영적 욕구를 인식하고, 안전하게 지지해 주는 사람들과 함께 그러한 욕구를 채우는 과정, 셋째, 안전한 상황에서 고통을 인식하고 재경험 해보는 것, 그리고 마지막으로 자신의 핵심적인 문제를 인식하고 이를 해결해 나가려고 하는 것이다. 또한 이 성장의 과정은 Achterberg(1985)가 말하는 성장에 대한 아래의 8가지의 개념과도 흡사하다.

- 전체성(wholeness)을 갖기 위한 전 생애를 통한 여정
- 신(God) 또는 우주(Cosmos)와 개인이 연결되어 있다는 믿음
- 두려움(feared)을 수용하는 것
- 내면에 감춰진 자신을 여는 것(opening)
- 초월에 대한 경험
- 창조, 열정, 사랑에 대한 느낌

- 자기(self)에 대해 충분하고도 진정하게(authentically) 표현하기
- 삶의 과정을 신뢰할 수 있도록 배우는 것

본 연구의 연구자는 지지적 과정에서의 음악과 심상 훈련 단계(Supportive level of Music & Imagery)를 마친 후에, 자기평가서에서 음악 작업 안에서 어떻게 치료사의 음악 선곡 과정이 내담자의 이미지를 반영하는 지에 관해 보고하였는데, 그 과정동안 치료사였던 연구자가 얻은 통찰은 치료사 자신이 성장의 과정과 매우 흡사한 경험을 했다는 점이다. 또한 이러한 과정은 치료사의 음악 선곡 작업과 함께 했던 '자기 반영 작업'에서 주로 이루어졌다. 이를 한 문장으로 정리하자면, '치료사는 치료사의 자기 성장의 여정을 함께 하는 동안 내담자의 치료 과정을 이끌었다'로 요약될 수 있겠다.

본 연구는 연구자가 음악과 심상에서 행해지는 치료사 자신의 자기반영작업에 대한 선행적인 경험을 바탕으로 하고 있다. 연구자는 지난 2006년 이후 음악과 심상에 입각한 훈련을 받고 있다. GIM의 여러 훈련 과정 중 특히 Lisa Summer 훈련은 치료사의 '자기 반영 작업'을 중시하고 있는 장점을 지닌다. 치료사의 자기 반영 작업은 치료사가 내담자와의 매 세션 마다 내담자의 이슈와 자신의 이슈를 분리하는 것에 매우 좋은 효과를 보여주고 있다. 치료사 개인의 음악과 심상 작업은 다음 세션에서 부정적인 역전이에 대한 영향을 최소화시키기 때문이다. 음악과 심상 치료사들의 자기 반영 작업 안에서의 자기 통찰 과정이 치료 세션을 더욱 의미 있게 이끌었는지를 연구하는 것은 GIM 연구가 갖는 독창성이라 할 수 있다.

그러므로 본 연구문제는 연구자가 훈련과정으로부터 얻은 경험에 기초하고 있는데, 선행적으로 얻은 경험들은 첫째, 음악심리치료에서 발생하는 내담자의 긍정적인 자기 심상의 변화의 결과는 치료사가 역전이에 대한 전문적이고 섬세한 알아차림의 과정 안에서 촉진되고, 둘째, 치료사가 보다 알아차림에 대한 민감성, 자기 얹에 대한 통찰의 정도가 심화될수록, 내담자는 신체적-심리적, 그리고 영적인 관점에서 자기 심상을 긍정적이고 의미 있게 변화하도록 격려 받고, 셋째, 역전이에 대한 처리로써 음악과 심상 치료사들의 '자기반영' 작업은 치료사-내담자 간 상호성장 과정을 촉진할 것으로 정리된다.

이에, 본 연구의 연구문제는 음악과 심상 치료사가 느끼는 '상호 성장 경험(the experience of mutual maturity)'은 어떤 과정이며, 그 경험은 어떤 의미를 갖는가 하는 것이다.

2. 연구문제

- 1) 음악과 심상 치료사의 '상호 성장 경험'은 어떤 과정이며, 그 경험은 어떤 의미를 갖는가?

II. 연구 방법

1. 연구대상 및 범위

본 연구는 GIM 치료과정에서의 치료사의 상호성장 경험을 심층인터뷰를 통해 다루게 되므로, 질문대상은 GIM 훈련과정에 있거나 훈련을 마친 숙련된 치료사로 그 대상을 제한하였다. 인터뷰에 참여한 4명의 음악과 심상 치료사들은 현재 GIM 훈련 과정 중에 있으며, 평균 훈련 5년 차이다. 그동안 실행해 온 음악과 심상 세션은 A는 90회, B는 60회, C는 36회, D는 85회이며 그 과정에서 수퍼비전은 절반 이상씩 실행되었다.

본 연구는 GIM 치료과정에서의 치료사의 상호성장 경험을 심층인터뷰를 통해 다루게 되므로, 질문대상은 GIM 훈련과정에 있거나 훈련을 마친 숙련된 치료사로 그 대상을 제한하였다.

〈표 1〉 인터뷰 참여자

	나이(세)	음악치료 경력 (음악과 심상 훈련 경력)(년)	음악과 심상 세션 횟수 (수퍼비전 횟수)(회)
A	46	7(5)	90(40)
B	43	15(5)	60(25)
C	36	5(5)	36(36)
D	36	5(5)	85(45)

2. 연구 절차

본 연구는 첫째, 치료사의 관점에서 '내담자-치료사 간 상호 성장의 순간'에 관한 경험과 그 의미를 분석하기 위해 음악과 심상 훈련을 마쳤거나 과정에 있는 4명의 치료사로부터 심층 인터뷰를 통해 질적으로 분석하였다. 인터뷰의 질문지는 동료 피드백 및 GIM 전문치료사와 상호 검사를 통해 3차에 걸쳐 수정되었다.

둘째, 인터뷰의 내용은 녹음되어 필사되었으며, 필사본과 과정기록의 노트들은 반복적으로 청취되거나 읽음으로써 충분히 내용이 숙지되도록 하였다. 그 결과 개방 코딩에서 자료들은 개념이 명명되었으며, 개념들은 범주화되었고 비슷한 개념들은 상위범주로 도출되었다. 이에 따라 81개의 개념과 20개의 하위범주, 9개의 범주가 도출되었으며, 범주들은 근거이론의 패러다임에 따라 5개의 패러다임으로 축코딩 되었다.

3. 질문지 구성

GIM 치료사의 상호성장 경험의 순간과 그 경험의 질을 분석하기 위한 인터뷰 질문지는 반 구조화된 형식으로 구성되었다. 질문은 첫째, 상호성장 경험의 순간들에 관한 문항들과 둘째, 상호성장 경험이 일어난 것을 치료사가 어떤 과정과 방법을 통해 알아차림이 나타나는 지에 관한 문항들, 셋째, 치료사 개인이 자신의 상호성장적 경험을 어떻게 의미를 부여하고 해석하는 지에 관한 문항의 3가지 항목으로 분류될 수 있다. 질문 과정에서는 이러한 문항의 순서에 상관없이 내담자와의 대화 과정에서 각 항목의 내용들이 대화의 맥락에 맞게 재구성되어 진행되었다.

〈표 2〉 심층 인터뷰 질문지 구성 및 내용

질문 항목	질문 내용
상호성장 경험의 정의	1. '상호성장적'이라는 개념에 대해 개인적으로 어떻게 정의를 내리고 있는가 2. 치료사로서 상호성장 경험의 예를 말해 달라.
상호 성장 경험의 알아차림	1. 치료사는 언제 상호성장 경험이 일어났다고 알아차림(깨달음, 통찰)을 하는가? 2. 치료사는 어떻게 상호성장 경험이 일어났다고 알아차림을 하는가?
상호성장 경험의 의미	1. 치료사로서 당신이 음악과 심상 세션에서 경험한 상호성장적 경험은 당신에게 어떤 의미를 준다고 생각 하는가?(치료사로서/인간으로서) 2. 치료사의 자기 성숙/성장은 GIM 치료에서 어떠한 의미를 갖는다고 생각하는가?

III. 연구 결과

심층인터뷰를 통해 얻은 음악과 심상 치료사들의 상호성장 경험에 관한 자료의 분석은 인터뷰 대상자들의 언어적 자료를 반복적으로 비교하는 과정을 통해 의미 있는 단위로 추출되고 부호화되었다. 부호화된 의미 있는 자료들은 다시 유사한 개념들끼리 묶어 범주를 형성하였다.

1. 개방 코딩 및 축 코딩 결과

인터뷰 결과는 인과적 조건, 맥락적 조건, 중심현상, 중재조건, 상호작용 및 결과의 패러다임에 따라 분류 되었으며, 총 81개의 개념들은 개방코딩 단계에서 20개의 하위 범주로 나뉘었으며, 축코딩에서 9개의 범주로 나뉘어졌다.

〈표 3〉 근거이론 패러다임에 따른 개념 및 범주화

개념	하위범주	범주	패러다임
<ul style="list-style-type: none"> • 내담자를 공감하고 따라가지 않음 • 내담자에게 충고하고 싶어짐 • 내 경험을 내담자에게 말하고 싶음 	내담자를 향한 충동(drive)	외부적 요인: 치료적 관계 반응	
<ul style="list-style-type: none"> • 내담자의 상황이 나와 비슷하게 여겨짐 • 내담자 말이 내 일처럼 느껴짐 • 내담자와 함께 있는 것이 불편함 	내담자로부터 받는 반응		
<ul style="list-style-type: none"> • 내담자에 대한 과도한 감정이입 • 다른 내담자와는 다르게 더 감정적 반응이 자주 일어남 • 음악 작업하는 동안 감정적으로 더 동요됨 • 내담자에 대한 짝은 감정 반응 	내담자의 언어나 음악에 더 민감한 느낌	내부적 요인: 민감한 감정 반응	인과적 조건
<ul style="list-style-type: none"> • 내 감정 반응이 적절한 것인지 짝은 의문 • 내가 가지고 있는 감정이 힘들다고 여겨짐 • 세션 중 짜증, 화 같은 강한 감정을 만남 • 미안하거나 미진한 감정을 만남 • 내담자에게 화나 답답한 감정이 자주 생김 	자기감정에 대한 부적절감 또는 의문감		
<ul style="list-style-type: none"> • 비슷한 이슈를 가진 내담자를 만남 • 내 안에서 뭔가 들춰내지는 기분이 들 • 내담자로부터 연속적으로 영향을 받는다는 느낌 	내담자의 이슈가 내 이슈가 비슷하다고 느낌	이슈에 대한 알아차림	맥락적 조건
<ul style="list-style-type: none"> • 세션 후 자책하는 느낌을 가짐 • 세션이 만족스럽지 못함 	세션에서 방해받는 느낌을 만남		
<ul style="list-style-type: none"> • 자기의 가치를 찾고 싶다는 내 욕구를 만남 • 주부로서 가지는 역할로부터 역전이가 생김 • 가족(오빠)와의 이슈를 만남 • 내담자의 관계 이슈가 나의 미해결된 이슈를 보게 함 • 내 강박적 성향을 만남 	특정한 이슈를 만남		
<ul style="list-style-type: none"> • 내담자와 함께 있어주려고 애씀(presence) • 치료사로서 내담자와 거리두기를 시도함 • 내담자와 나의 차이점을 찾음 	내담자와 경계(boundary)를 명확히 하려고 함		
<ul style="list-style-type: none"> • 내담자에게 치료사가 이해한 것이 맞는지 확인함 • 내가 모르는 부분이 있다고 자주 생각함 • 내 내면의 반응을 더 살피려고 함 • 내 현실의 삶을 더 탐색해 봄 	확인하기	역전을 다룸	중심현상
<ul style="list-style-type: none"> • 세션 안에서 느꼈던 감정을 자주 되짚어 봄 • 세션에서 만남 불편한 감정을 지속적으로 가지고 있음 • 새롭게 느껴지는 것에 집중해 봄 	지속적으로 다루기(holding)		

〈표 3〉 계속

개 념	하위범주	범주	패러다임
<ul style="list-style-type: none"> • 자기 반영 작업의 주제로 다룸 • 수련과 배움의 계기를 마련함 	자기 반영 작업		
<ul style="list-style-type: none"> • 내담자와 사용했던 세션 후 음악을 더 들어봄 • 자기반영시 음악이 내 기분을 다루도록 허용함 • 자기반영시 음악으로부터 내 감정을 명확히 함 • 음악을 선곡하는 동안 내게 필요한 감정도 알아차림 • 음악으로부터 내 감정을 탐색함 	음악으로 내 이슈와 기분을 다룸	음악적/ 비음악적 자기 반영	중재조건
<ul style="list-style-type: none"> • 수퍼비전에서 내 이슈를 다룸 • 수퍼비전에서 내 이해와 반응이 적절한 지 질문함 • 수퍼바이저와 내 관계 이슈가 내담자에게 영향을 주는 지 상의함 	수퍼비전에서 다룸	수퍼비전을 활용함	
<ul style="list-style-type: none"> • 나에 대해 몰랐던 부분에 대해 마음을 엮 • 치료사로서 한계를 인정함 	열린 마음 자세	치료사로서 열린 태도와 노력	상호작용
<ul style="list-style-type: none"> • 내가 가진 감정을 다루면서 내담자를 더 이해하려고 함 • 내담자가 솔직하게 감정을 표현하도록 격려함 • 생각과 느낌을 분리하려고 함 	내담자와 나에 대한 이해 노력		
<ul style="list-style-type: none"> • 나를 알게 해준 내담자와의 경험을 고맙게 여김 • 세션을 통해 얻은 것을 소중히 여김 • 삶의 진정성에 대해 가치를 두게 됨 	상호성장경험의 가치를 앎		
<ul style="list-style-type: none"> • 나를 인정함 • 나에 대한 앎 • 나의 감정을 인정함 • 나를 수용함 • 내 감정을 허용함 • 내가 성장했다고 느낌 • 내 자신에게 당당함 • 나에 대해 너그러워짐 • 나를 더 만나는 기회가 많아진 것 같음 • 내 마음을 들여다보고 살펴계 됨 • 나의 존재가 가치감에 의미를 둬 	나에 대한 앎과 인정, 수용	개인으로서 성장	결과
<ul style="list-style-type: none"> • 관계이슈를 다루면서 내 현실 관계도 달라짐 • 관계에서 주고받는 느낌을 현실에서도 시도하게 됨 • 내 감정에 대해 솔직하게 표현할 수 있게 됨 • 나를 더 행복하게 해주려고 함 • 정형화된 내 패턴을 이탈함 	개인 현실 변화		

〈표 3〉 계속

개 념	하위범주	범주	패러다임
<ul style="list-style-type: none"> • 즐겁고 기쁜 마음이 들 • 안정감(grounded)을 갖게 됨 • 행복감을 얻음 • 나에 대한 충족감 • 삶에 대한 안식감이나 휴식을 맞봄 	<p>긍정적 감정의 획득</p>	<p>개인으로서 성장</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • 나 스스로 치료사로서 신뢰함 • 치료사로서 스스로 인정함 • 내가 치료사라는 것을 확신함 • 내가 가진 감정을 다루면서 내담자를 더 이해하게 됨 • 내담자에게 열려진 자세를 갖게 됨 • 음악에 대해 더 잘 이해하게 됨 • 다른 대상과의 치료에서도 긍정적 영향을 줌 	<p>치료사로서 유능감 확인</p>	<p>치료사로서 성장</p>	<p>결과</p>

인터뷰에 참여한 음악과 심상 치료사들은 인터뷰의 시작에서 각각 개인이 생각하는 ‘상호성장’에 대한 정의를 내리도록 하였다. 참여자 3명 모두 ‘상호성장’은 음악과 심상 세션의 전반적인 과정을 통해 나타나는 현상이며, 치료사가 내담자로부터 느끼는 ‘역전을 다루면서’ 또는 ‘세션을 하는 동안 보다 자신을 더 알게 되는 것’이라고 대답하였다.

‘치료사가 내담자와 만나는 장면에서 나오는 역전이 알아차림으로 해서 자기에 대한 통찰을 하는 것을 상호성장 개념이라고 생각해요.’ (참여자 A)

‘상호성장적이라는 말은 내가 어떤 클라이언트를 대상으로 치료를 하고 있으면서 동시에 내가 가지고 있는 이슈들이 가끔은 똑같은 이슈든 아니던 치료사도 인간이기 때문에 가지고 있는 내적 고민을 내담자와의 대화를 통해서 또는 동시에 듣는 음악을 통해서 제가 가지고 있는 내적 고민들이 영향을 주는 것, 그렇게 되면 서로 똑같은 상황이지만 서로 상호가 되는 성장이 되는 경험을 하고 있지 않을까라고 생각해요.’ (참여자 B)

‘상호성장적인 것은 동시성이라는 의미가 강한 것 같아요. 세션을 하면서 전이와 역전이가 일어나면서 시간이 흐를 때, 내담자에게도 해결되는 부분이 있고 치료사도 딱 동시에 역전이가 해결되는 것은 아니지만 나중이라도, 내담자 마다 다르겠지만. 치료사도 그 역전을 깨닫게 되면 그 과정이 상호성장적이라고 생각해요.’ (참여자 C)

이러한 정의들에 입각하여, 각각의 참여자들은 자신이 경험한 상호 성장에 관한 예들과 그러한

경험으로부터 의미를 도출하였다. 그러한 과정들은 역전이 반응(인과적/맥락적 조건), 역전이를 다룸(중심 현상), 역전이를 다루는 방법(중재 조건), 역전이를 효과적으로 다루는 방법(상호전략), 역전이를 다룸으로써 얻어진 자기 성장(결과)의 맥락으로 정리될 수 있다.

2. 패러다임 모형에 따른 범주 분석

근거이론 패러다임 모형에 따른 범주 분석은 인과적 조건, 맥락적 조건, 중심 현상, 중재 조건, 상호전략 그리고 결과의 과정에 따라 분석 되었다.

1) 인과적 조건

인과적 조건은 어떤 현상이 발생하거나 발견하도록 이끄는 사건이나 일들로 구성된다(Strauss & Corbin, 2001). 본 연구에서는 이 인과조건은 외부적 요인과 내부적 요인들로 구성되었다. 내담자가 치료 세션 안에서 ‘내담자와 관계로부터 오는 반응’ 이나 ‘감정적 반응’이 인과적 조건의 범주로 치료사가 내적 또는 외적 요인들로부터 얻는 반응들이라 할 수 있다. 즉, 다른 내담자와는 달리 특정 내담자에게 자주 자신이 평소에 치료사로서 발생하지 않는 관계 반응이나, 내담자의 언어나 음악적 과정에 감정적으로 더 민감해 지거나, 자신이 가지고 있는 감정 반응에 대해 부적절감이나 의문을 갖는 감정 반응이 더 빈번하게 일어나는 것 등이다.

‘사실은 내가 힘들어 하고 불편한 감정을 느끼는 것을 보는 게 힘든 것이기 때문에 (중략) 내담자와 세션을 진행하면서 그 감정을 다루면서 뭐라 그럴까, 회피하지 못하고 내담자에게 충분히 공감하려다 보면 내가 도망갈 수 없잖아요. 그 감정적 반응을 느끼면서 내가 생각보다 많이 힘들어진다는 알아차림이 있었고, 내가 도망가거나 물어둔다고 해서 해결되는 게 아니구나 하는 생각이 들어서 내가 그것을 본격적으로 다루어보는 계기가 된 것 같아요.’ (참여자 A)

2) 맥락적 조건

맥락적 조건은 중심 현상에 영향을 미치는 특별한 조건이나 현상을 이끄는 구체적인 상황이라 할 수 있는데, 본 연구에서는 ‘자신의 이슈를 알아차림 상황’이라고 정리될 수 있다. 즉, 치료사가 내담자로부터 자신의 이슈를 느끼거나, 자신이 가지고 있는 느낌이 세션을 방해하고 있다는 느낌, 그리고 구체적으로 내담자와의 관계로부터 자신의 특정한 이슈를 만나는 것이 그 내용을 이루고 있다.

‘나 자신에 대한 상담이 필요하다, 그리고 반성도 했어요. 내가 어느 정도는 상담받고 했으면 되지 않았을까, 생각했던 그 전의 오만에 대해 반성도 많이 했고, 그런 부분에서 더

많이 느꼈고, 또 내가 개인으로서 딸로서 엄마로서 가지는 것(관계 이슈)을 더 알아차리게 되었어요.’ (참여자 A)

‘처음에는 나도 모르게 나왔는데 내가 알아차리면서 아, 내가 거기에서 영향이 있었구나. 알게 되었어요.’ (참여자 A)

‘언어로 했던 상담에서 제일 다루기 어려웠던 것이 가족이었어요. 어느 정도 다뤘다고 생각했는데, 그게 이렇게 감정적으로 확, 뭐라 그럴까? 나를 과거의 어느 순간으로 데려가고 그 감정이 확 자각되는 그런 경험이 사실은 뭐라 그럴까. 이런 게 몇 번 있긴 했었는데, 그때는 내가 내담자 상황이었는데 이번에는 내가 치료사가 되어 느끼면서 그것을 조금 위협하게 느꼈던 것 같아요.’ (참여자 A)

‘내담자와 상호작용에서 받는 영향이 치료사에게 깨우침의 순간을 가져다주는 순간이 있는 것 같아요.’ (참여자 B)

3) 중심현상

중심현상은 ‘여기에서 무엇을 경험하고 있는가?’를 보여주는 범주들로 구성되어 있다. 음악과 심상 치료사들의 상호성장 과정의 중심현상은 ‘역전이를 다룸’이라고 요약된다. 역전이를 다루는 것은 ‘내담자와의 경계(boundary)를 명확히 하는 것을 통해’, 자신이 가지는 느낌이나 반응들이 맞는 지에 대해 ‘확인하는 것’을 통해, 그리고 자신이 가지는 감정이나 느낌을 ‘지속적으로 가지고(holding) 다루는 것’을 통해 경험되어지고 있다. 또한 이 중심 현상은 ‘적극적, 소극적’인 속성을 가진다고 볼 수 있다.

‘이것이 서로 영향을 주고받고, 그래서 같이 성장하는 것일 수 있겠다 (중략) 내담자의 상황에 비춰 자신의 상황을 비춰보기도 하고 내담자와 진행하는 세션도 치료사에게 자신을 들여다보게 하는 것일 수 있겠다. 역전이를 다루면서 자신의 감정과 자기를 보는 과정을 겪는 것 같아요.’ (참여자 D)

‘이렇게 역전이가 부정적으로 작용이 되는 것이 치료사의 의지나 거리두기로 해결되지 않는 부분이 있다는 것에 대해 인정이 되었던 것 같아요.’ (참여자 A)

‘역전이가 일어난다는 것을 알았지만 그것을 다뤄야 하는데, 치료사는 뭔가가 일어나고 있는 것 같지만 뭔가가 어떻게 일어나고 있는지를 모르기 때문에 그것을 알아차리고 다룸으로써 내(치료사) 삶에서 다루는 것까지의 모든 것이 치료사를 성장하게 하는 것 같아요.’ (참여자 D)

4) 중재적 조건

상호작용 전략을 촉진시키는 것이 이 중재적 조건이라 할 수 있다. 본 연구에서는 치료사가 자신이 역전이를 느꼈을 때, 그것을 더 '적극적'인 방법으로 이끌었던 방법이 곧 이 중재적 조건이라 할 수 있을 것이다. 치료사들은 역전이를 다루는 경험을 '음악적/비음악적 자기 반영 작업'을 통해, 그리고 '수퍼비전을 활용'하는 방법을 취하고 있다. 따라서 상호작용전략의 속성과 같이 중재적 조건은 적극적-소극적인 속성을 띄고 있다.

'관계를 할 때 불안하고 불편하고 그래서 단절하는 것 같은 이슈를 내담자에게서 보면서 나와 닮은 것 같은 느낌을 받았어요. 그래서 나에게서 알고는 있었지만 내 개인이 다루지 않고 해결하지 못했던 내 문제. 관계의 문제(오빠와의 이슈, 다른 관계에서의 패턴)에 대해 자기 반영이나 수퍼비전을 통해 더 봐야겠다는 생각을 갖게 되었어요.' (참여자 C)

'그레고리안 찬트를 선곡과정에서 듣게 되었는데, 내담자에게 쓰지는 않았지만 내 스스로가 영적 환희 같은 것을 느꼈던 것 같고, 오르간 음악을 들으면서 삶에 대한 인식 같은 것을 경험했던 것 같아요.' (참여자 B)

5) 상호작용 전략

음악과 심상 치료사들은 자신이 가진 역전이를 '의도적으로' 다루기 위한 전략들을 갖는다. 이것을 상호작용 전략이라고 할 수 있다. 치료사들은 자신의 역전이를 해결하기 위해 의식적으로 노력하는데 그것은 '열린 마음 자세를 가지려고 하는 것' 그리고 '내담자와 나에 대한 이해를 더 하려고 노력하는 것', 즉 '치료사로서 열린 태도와 더 노력하는 자세'를 갖는 전략을 사용한다. 이 범주의 속성 역시 '적극적, 소극적'인 속성을 나타낸다고 볼 수 있다.

'내가 그 기분을 살펴보고, 그때의 저항과 방어를 왜 했을까 부터 그때의 느낌이 어땠는지 수용했다고나 할까.' (참여자 B)

6) 결과

결과는 현상에 대처하기 위한 상호작용 전략에 따라 나타나는 내용을 의미한다(Strauss & Corbin, 2001). 본 연구의 결과는 '역전이를 다룬 결과'로 구성되어 있다. 그 결과는 '개인의 성장'과 '치료사로서의 성장'으로 나타났는데, 치료사들은 자신이 가진 역전이를 적극적으로 다루는 동안 '상호성장적 경험의 가치를 발견'하고, '자신에 대한 앎과 인정 및 수용감'을 획득하고, '자기 개인의 감정이나 삶이 변화'되며 '한 개인으로서 성장'하는 경험을 얻는다. 또한, 그것이 '다른 내담자와의 치료에 긍정적인 영향'을 주거나, '스스로 치료사로서 인정하고 신뢰'하면서 '치료사로서 유능감을 확인'하게 되어 치료사로서 성장하는 것으로 나타났다. 이 결과는 어떻게 치료사-내담자의 상호적

성장이 이끌어지는 지를 보여주고 있다.

‘실제로, 내 현실 관계에서도 실제 대상에게 얘기하는 형태도 좀 바뀐 것 같아요. 내가 느끼는 미안한 감정 그대로 엄마한테 얘기하게 되는 것 같아요. 내가 신랑한테나 못되게 구는 식으로 감정에 솔직하게 대하기도 했어요. 그러면서도 내 감정에 대해 가족들에게 얘기하고 화도 내고, 못되진다는 소리도 듣고, 그러면서 생활 속에서도 영향이 나타나고 있더라고요.’ (참여자 A)

‘그 순간은 개인적으로 바쁜 삶을 살면서 개인적인 음악을 들으면서는 내 바쁜 삶을 잠시 떠났다고는 할까? 나의 여유로움, 쉼을 얻었던 것 같아요. 짧지만 그 순간에서 영적 환희의 느낌을 맛보았다는 것이요. 에너지를 채워주는 영향을 내담자와의 과정에서 받은 것이죠.’ (참여자 B)

‘내담자를 만나면 만날수록 내 자신에 대한 만남의 횟수가 많아진다고 할까? (중략) 그것의 의미는 내 자신에 대해 인간적으로 더 성숙하게 하는 과정인 것 같아요.’ (참여자 B)

‘나한테는 개인적인 내면적인 인간의 성숙은 우리가 종교적으로 많은 경험을 하게 되는데, 그런 것들이 음악적으로도 이런 작업을 통해서 일어나고 연결되는 것 같아요. 즉, 내적 삶에 충실하게 만드는 것 같아요. 그러면서 나의 존재와 내 가치를 알아가는 것 같아요.’ (참여자 B)

‘이 과정 자체를 경험하게 된 거죠(중략). 이 경험은 개인적으로 나 자신에 대한 통찰? 깨달음? 그런 경험? (중략) 개인적으로 나 자신이 확장되고 성숙되는 경험이었던 것 같아요. 내담자가 없이는 내가 그것을 알아차릴 수 없었을 것 같아요.’ (참여자 D)

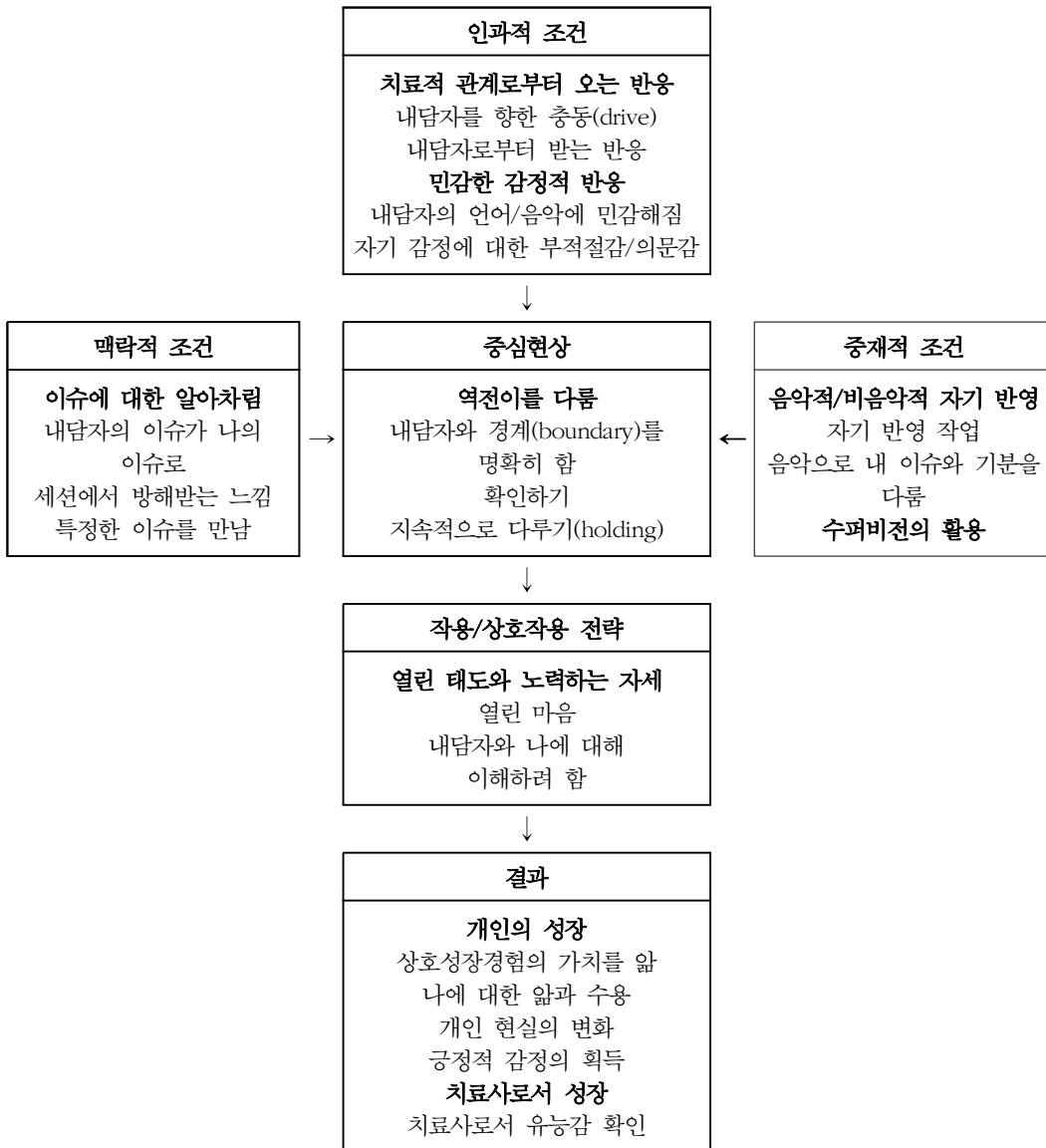
3. 선택 코딩 결과

선택 코딩의 단계에서는 핵심범주인 ‘역전이를 다룸’의 중심 현상을 중심으로 탐색되었다. 본 연구에서는 음악과 심상 치료사는 주로 ‘역전이를 다루는 것’에서 치료사의 성장과정의 중심현상임을 보여준다.

1) 이야기 윤곽

음악과 심상치료사들은 내담자의 관계로부터 ‘역전이에 대한 반응’들을 얻는다. 중심현상인 ‘역전이를 다루는 일’은 바로 이러한 반응들로부터 촉발된다. 이러한 반응들은 인과적 조건들에서 밝혀졌다. 음악과 심상 치료사들은 주로 자신이 가진 역전이적 반응로부터 자신이 가진 이슈를 만나거나 알아차리게 된다. 이러한 이슈들은 세션이 방해될 것 같다는 걱정을 일으키며, 자신의 욕구나

성향, 관계적 이슈들을 직접적으로 상기시켜 준다. ‘역전이에 대한 알아차림’ 현상들은 ‘역전이를 다루도록’ 이끈다. 중심 현상을 이끈 ‘역전이에 대한 알아차림’은 핵심 범주인 ‘역전이를 다루는 과정’으로 연결되며, 이 중심 현상은 그것을 더 적극적인 방법과 전략을 이끈다. 이러한 방법과 전략은 ‘역전이를 해결하도록 이끌며’ 역전이를 효과적으로 다룸으로써 그 결과로서 ‘성장의 경험이 발생’된다고 볼 수 있다. 이러한 과정을 도식화하면 <그림 1>과 같다.



<그림 1> 음악과 심상 치료사 성장경험의 패러다임 모형

IV. 결론 및 제언

본 연구는 음악과 심상 치료사들이 경험하는 '상호성장의 과정'을 살펴보고자 하였으며, 음악과 심상 치료사들은 세션에서 만나는 내담자로부터 촉발된 역전이를 음악적/비음악적 증재로 다루며, 역전이를 다루는 과정은 성장과 성장의 과정이라는 결과를 도출하였다. 근거이론의 장점은 수집된 자료의 맥락으로부터 이론을 도출해 낼 수 있다는 것인데, 그 목적은 '자료로부터 이론을 발견'하기 위함이다. 본 연구는 음악과 심상 치료사들의 성장적 과정을 근거이론의 맥락으로 도출하는 것을 시도했다는 의의를 갖으며, 그 결과로서 치료사-내담자 간 상호성장에서 '역전이를 다루는 것'이 성장 경험의 중심현상으로 자리잡고 있다는 발견은 향후 연구에 대해 시사하는 바가 크다. 그러나 심층인터뷰 참여자 수의 제한성, 음악과 심상 치료사만의 독특성이 과정 안에서 발견되지 못했다는 점에서 그 제한점을 갖고 있다.

1. 결론

이 연구의 결과는 음악과 심상 치료사들이 그들의 내담자들과 작업하는 동안 어떤 경험이 일어나는 지에 대한 물음을 '상호성장적인 과정'으로 설명하고 있다. 치료사들이 경험한 상호성장의 경험이라는 결과는 치료사들이 '역전이를 적극적으로 다룬 결과'에 따른다. 치료사들은 자신이 가지는 역전이 현상을 적극적으로 다루는 상호작용적 전략에서 자기반영작업과 수퍼비전을 활용하는데, 이 상호작용 전략을 사용하는 동안 치료사는 자신에 대한 앎과 인정, 수용감을 경험하고 자기 성장에 대한 경험을 자신이 만나는 내담자의 성장 경험을 촉진하는 과정에서 활용하고 있는 점을 보여 준다.

본 연구에서 도출된 중심현상인 '역전이를 다루는 것'은 상호성장 경험에서 매우 중요한 발견이라 할 수 있다. 역전이 상태란 일반적으로 아직 알지 못하지만 - 경험하고 있는(a not-knowing-yet-experiencing) 상태인데, 역전이를 다루는 치료사는 내담자에게 귀를 기울이는 '역전이와 더불어 작업하는' 사람, 그리고 '나 자신을 다루면서 내담자를 돌보는 사람'(Bollas, 1987)이 된다.

음악과 심상 치료사들이 자신의 역전이를 다루는 일련의 과정들은 자신을 다루면서 내담자를 돌보는 과정이라고 볼 수 있다. 치료사가 자기 자신을 또 다른 내담자로 받아들이는 것은 '존재하기'와 '경험하기'가 이해나 앎보다는 우선한다(Baucer, 2007). 참여자 A, B, C, D 모두 자신에 대한 이슈에 대해 내담자와의 경험 이전에 이미 알고 있었다고 언급하였는데, 그들이 가치를 두듯 내담자와 평행적으로 경험하는 역전이는 말 그대로 '경험하는 것'(Kasayka, 2002)이다. 다시 말해 그것은 피할 수 없이 생생하게 경험되는 '진짜의(real)' 경험이라 할 수 있다.

음악과 심상 치료사들은 그것을 자기 성장의 과정이라고 생각하고, 성장적 경험의 결과로서 음악과 심상 치료사들이 갖는 성장의 의미는 앞서 언급된 Achterberg(1985)가 말하는 자기 성장에 대

한 8가지의 현상과 흡사하다. 이는 음악과 심상 치료사들이 역전을 다루는 것이 곧 ‘성장의 과정’이라는 결론을 지지한다고 하겠다. GIM에서 내담자가 경험하는 과정을 Blom(2011)이 기다리고, 열고, 수용하고, 내려놓고, 만나고, 동의하고(give in), 깨어나고, 듣고, 따르고, 허용하는 과정 곧 성장의 경험이 ‘보여지고-들려지는 과정’, ‘way of being and doing’이라 하였는데, 이러한 과정은 치료사에게서도 같은 의미를 보여준다고 하겠다. 따라서 향후 연구에서는 GIM 치료사들이 상호성장을 이끄는 과정에서 사용하는 역전을 다루는 상호작용전략; 음악적/비음악적 자기 반영 작업, 슈퍼비전의 활용에 대해 더 면밀히 분석해 보는 것이 필요하다고 할 수 있다.

2. 제언

본 연구는 음악과 심상 치료사들의 성장 과정을 근거이론의 맥락으로 도출하는 것을 시도했다는 의의를 갖고 있으나, 다음의 한계점과 논의를 갖는다.

첫째, 인터뷰 참여자 수의 제한성이다. 근거이론의 맥락을 갖기 위해서는 보편적이고 신뢰성 있는 자료의 충분한 확보가 필수적이다. 그러나 본 연구는 4명의 심층 인터뷰를 통해 질적 자료를 추출하였는데 그것은 보편성과 신뢰성을 확보를 위해서는 매우 한계성을 내포한다고 하겠다. 특히 음악과 심상 세션의 경험의 질을 충분히 보고할 수 있는 사례의 수는 확보하기 어려운 문제를 가졌던 제한점을 갖고 있다. 따라서 앞으로 더 많은 질적 자료가 확보, 보충되어야 할 것이다.

둘째, 인터뷰 대상인 음악과 심상 치료사군의 특성과 독특성이 중심현상이나 중재 전략에서 나타나기 위해서는 보다 다양한 음악과 심상 치료사의 자료가 필요하다고 볼 수 있다. 본 연구에서 중재 조건에서 ‘음악적/비음악적 자기 반영 작업’이라는 범주와 ‘슈퍼비전을 활용’하는 범주가 정리되었는데, 만약 음악과 심상 치료사만이 역전을 다루는 독특한 중재 조건인 ‘음악적 자기 반영 작업’이 더 질적으로 부각되지 못한 아쉬움을 남겼다. 이에, 음악과 심상 치료사가 갖는 역전을 다루는 방법이 보다 뚜렷하게 나타나기 위해서는 더 다양한 음악과 심상 치료사의 질적 자료가 확보되어야 할 것이다. ‘음악적 자기 반영 작업’은 매우 창조적이고 효과적인 역전을 다루는 중재 방법이 될 수 있기 때문이다.

참 고 문 헌

- Abbott, E. (2005). Client experiences with the music in the BMGIM. *In Qualitative Inquiries in Music Therapy: A monograph series*. In Meaddows, A.(Ed.). pp. 36-61. Barcelona Publisher.
- Achterberg, J. (1985). *Imagery in healing: shamanism and modern medicine*. Boston: New Science Library, Shambhala.
- Baucer, G. P. (2007). **지금-여기에서의 전이 분석**. (정남운 역). 서울: 학지사.
- Bradshaw, J. (2004). **상처받은 내면 아이 치유** (Home coming: reclaiming and championing your inner child). (오제은 역). 서울: 학지사.
- Blom, K. M. (2011). Transpersonal-spiritual BMGIM experiences and the process of surrender. *Nordic Journal of Music Therapy*. 20(2), 185-203.
- Bollas, C. (2010). **대상의 그림자: 사고되지 않은 앞의 정신분석**. (이재훈, 이효숙 공역). 서울: 한국심리치료연구소.
- Bonde, L. (2007). Music as metaphor and analogy. *Nordic Journal of Music Therapy*, 16(1), 73-81.
- Crowe, B. J. (2004). *Music and soulmaking: Toward a new theory of music therapy*. London, MD: Scarecrow Press.
- Kasayka, R. E. (2002). A spiritual orientation to the bonny method: to walk the mystical path on practical feet. In K. Bruscia & D. Grocke(Eds.), *Guided imagery and music: The Bonny method and beyond*(pp. 257-270). Barcelona Publishers.
- Short, A., Gibb, H., & Holmes, C. (2011). Integrating words, images, and text in BMGIM: Finding connections through semiotic intertextuality. *Nordic Journal of Music Therapy*, 20(1), 3-21.
- Strauss, A., & Corbin, J. (2001). **근거이론의 단계**. (신경림 역). 서울: 현문사.
- Tillman, J. B. (2000). *Constructing musical healing: the wounds that heal*. London: Jessica Kingsley Publishers.

- 게재신청일: 2012. 10. 30.
- 수정투고일: 2012. 11. 15.
- 게재확정일: 2012. 11. 22.