

# 내담자의 전이대상으로 상담자의 역할 연구

윤석민  
대원대학교

## A Study on the Role of counselors as clients' Transitional object

Yoon, Seok-Min

Daewon University

요 약 본 연구는 하인즈 코헛의 자기(Self)이론을 기반으로, 자기대상(Selfobject) 기능을 상실한 내담자의 치료적 활성화를 위해 상담자의 전이대상 역할을 기술하였다. 본 연구에서 인간은 평생을 통해서 자기대상이 필요함을 확인하는 계기가 되었고 할 수 있다. 다음으로는 변형적 내재화 과정을 언급하면 유아는 자기대상을 통한 최적의 좌절로 인하여 부모의 한계를 체험하면서 환상의 세계에서 현실로 돌아오게 된다. 전이대상으로 상담자 역할은 내담자가 응집적 자기를 확립하여, 적절한 자기대상을 선용하도록 하여야 한다. 그리고 내담자의 과대주의와 과시주의를 공감하고 상담자는 이상화 대상이 되어서 내담자가 인정받고 동일시할 수 있는 기회를 주어야 한다. 상담자는 상담 과정에서 내담자에게 최적의 좌절을 제공할 수 있다. 이때 상담자는 자신의 실수를 인정할 때 내담자는 상담자를 현실적으로 바라보게 되고 건강한 자기를 구축하여 변형적 내면화를 이룩하게 된다. 상담을 통해서 내담자에게 응집적 자기가 형성되면 타인을 공감하고 건강한 인간관계를 형성할 수 있다. 그러면 자신의 감정을 통제할 수 있고 비전을 가지게 된다. 그리고 내담자는 삶을 살아가면서 일생동안 적절한 대상과 관계를 맺으면서 살아갈 수밖에 없다고 인식하게 된다.

주제어 : 내담자, 전이대상, 상담자, 자기이론, 자기대상

**Abstract** This paper describes the role of counselors' transitional object for the therapeutic activation of clients who have lost the function of selfobject based on Heinz Kohut's Self theory. In this study, it was an opportunity to confirm that human beings need self-target throughout their lives. Next, referring to the process of metamorphic internalization, infants return to reality from a fantasy world, experiencing parental limitations due to optimal frustration through self-targeting. The role of a counselor as a transfer target shall ensure that the counsellor establishes an cohesive self-identity and uses the appropriate self-target. And they should empathize with the over-the-topism and flauntism of the physician, and the counselor should be the object of idealization, giving the interviewer the opportunity to be recognized and identified. The counselor may provide the best frustration for the counsellor during the consultation process. When the counselor acknowledges his mistake, the counselor looks at the counselor realistically and builds a healthy self to achieve transformative internalization. If you form an cohesive self to a physician through counseling, you can empathize with others and form a healthy human relationship. Then you can control your emotions and have a vision. And the patient realizes that he or she has no choice but to live by having a relationship with the right person throughout his or her life.

**Key Words** : Clients, Transitional Object, Counselor, Self Theory, Selfobject

Received 15 June 2020, Revised 03 July 2020

Accepted 20 July 2020

Corresponding Author: Yoon, Seok-Min  
(Daewon University)

Email: yoonseakmin9@naver.com

ISSN: 2466-1139(Print)

ISSN: 2714-013X(Online)

© Industrial Promotion Institute. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

## 1. 서론

본 연구는 하인즈 코헷 자기(self)이론을 기반으로, 자기 대상(selfobject)기능을 상실한 내담자의 치료적 활성화를 위해 상담자의 전이 대상 역할을 문헌연구를 통하여 밝혀려고 한다. 정신, 신체, 자기 및 자기 대상의 파편화는 정신증과 신경증의 중심 영역과 관련된 전이(transference)의 발달을 방해한다. 전이의 방해는 내담자의 정신적 안정을 위한 자기(self)의 응집을 취약하게 하므로 상담에서 치료적 활성화의 중심적 요소는 전이가 재생되는 것이다.

따라서 본 연구는 내담자의 전이가 표출되기 위해서 상담자의 전이 대상 역할을 고찰할 것이다. 이 목적에 따라 본론에서는 자기 대상에 대한 이해로 이상화 부모 현상과 자기 대상, 과대 자기와 자기 대상, 변형적 내재화를 고찰하여 전이 대상으로서 상담자 역할을 제시하였다.

## 2. 본론

### 2.1 하인즈 코헷의 자기 대상에 대한 이해

본론에서는 하인즈 코헷의 이론으로 고찰하고자 한다. 즉, 코헷의 가장 중심 개념은 자기(self)에 대한 독특한 이해이다. 코헷에게 있어서 자기는 시간과 공간 안에 존재하는 자극을 주고받는 주체로서 하나의 응집된 단위이며, 객체로서 단독으로 존재하기보다 자기 대상과의 관계의 틀 안에서 존재한다. 즉, 자기는 한 개인 안에서 독자적으로 형성되는 것이 아니라 자기 대상(selfobject)과의 관계적 모체 안에서 형성되는 관계적 산물이라는 것이다. 여기에서 자기 대상은 어린 자기가 스스로 수행할 수 없는 필수적인(심리적으로 삶을 지탱해주는) 기능을 수행해주는 대상을 지칭하는데 유아에게 최초의 자기 대상은 모성적 돌봄을 제공해주는 어머니라 할 수 있다.

코헷의 이론적 배경으로 자기 대상에 대한 이해에서는 이상화 부모 원상과 자기 대상, 과대 자기와 자기 대상, 변형적 내재화 순서로 연구하고자 한다.

#### 2.1.1 이상화 부모 원상과 자기 대상

코헷은 자기와 자기 대상과의 관계를 통해 자기가

형성된다고 말한다. 초기 유아는 구조를 갖추고 있지 못하지만, 자기 대상과의 끊임없는 관계 경험과 상호작용을 통해 초보적 자기를 형성하고, 그 안에 핵심 자기(Nuclear Self) 또는 중심 자기(Core Self)를 형성한다.<sup>1)</sup> 이 핵심 자기는 "자기의 두 축(Bipolar Self)"으로 구성된다.<sup>2)</sup>

하나는 이상화된 부모 원상(Idealized parent Image)이고, 다른 하나는 과대적-과시적 자기(Grandiose- Exhibitionistic Self)다. 유아는 자기 대상과의 관계 경험으로 자기를 형성하게 된다고 할 수 있다. 유아는 가장 기본적으로 부모를 이상화하고 그 이상화된 부모로부터 끊임없는 보호와 사랑, 공감을 받으면서 만만치 않는 현실의 고통과 좌절, 불확실함에 무너지지 않고 버틸 수 있는 정서적인 안정과 심리적인 힘을 갖게 된다.<sup>3)</sup> 유아는 부모를 이상화함으로써 정서적 안정감과 심리적인 힘을 얻게 된다.

유아가 이상화된 대상과 자기를 동일시하고자 하는 기대가 무너질 때가 있다. 그것이 유아의 추구나 바람이 유아 스스로의 약함 때문이든, 자기의 전능감이 대상으로 하여금 온전한 융합을 누리지 못함이든, 대상의 미성숙함 혹은 무관심이든, 어떤 방식으로든 실패를 경험하게 될 때 유아는 자신이 누리고 있었던 행복감을 잃어버리게 되고, 심리적인 구조는 올바르게 성장하지 못하게 된다.<sup>4)</sup>

이처럼 유아는 이상화된 대상과 자기의 관계가 무너질 때 안정감을 상실하게 되고 심리적인 구조를 성장할 수 없다. 이런 실패를 경험한 유아는 앞으로의 삶 속에서 채워지지 않는 자신의 불만족감을 충족시키기 위해 끊임없이 의존할 대상을 찾기 위한 욕구로 인생을 낭비하게 될 수 있다.<sup>5)</sup> 이상화 대상과 자기를 동일시하고자 하는 기대가 상실될 때 이상화 대상을 찾기 위해 유아는 끊임없이 의존할 대상을 찾으려고 노력한다. 즉, 어린 시절 자기의 건강한 인격적 통합의 기회가 외상과 박탈의 경험으로 사라졌기 때문이다. 이러한 고착된 형태로 남아있는 심리적 잔재는 원시 유아적 욕구로 발현되

1) Michael, c, *object Relations and self psychology*, 안석모역, 대상관계이론과 자기심리학, 선행이저널코리아, 2010.

2) 정석환, 코헷의 자기 심리학과 목회상담, 신학논단 27집, 1999, p. 6.

3) 김홍근, 182

4) Kohut, H. *The Analysis of the self*. 이재훈 역, 자기의 분석, 한국심리치료연구소, 2002, p. 172.

5) 김태형, Donald capps의 재구조화와 Paul Ricoeur의 해석학을 통한 목회상담, 욕의 이야기를 중심으로, 장신논단 38집, (2010).

며, 자기의 과편화를 초래한다.<sup>6)</sup>

유아는 부모와의 건강한 관계를 통해서 정서적 안정감을 느끼게 해준다. 더 나아가 성인기에는 건전하고 높은 이상을 세울 수 있다. 그러나 이상화 대상을 잃어버리게 되면 유아는 원시 유아적 욕구를 가지게 되며 자기의 과편화를 가져올 수 있다.

### 2.1.2 과대 자기와 자기 대상

코헛은 자기와 자기 대상과의 관계를 통해 자기가 형성된다고 말한다. 앞에서 언급했듯이 초기의 유아는 스스로 자기의 구조를 형성할 수 없다. 그만큼의 지각과 인식을 위한 체계가 발달되어 있지 않기 때문이다. 여기서 자기 대상은 유아의 욕구에 성실히 반응해 주기를 반복하고 자기는 주어지는 일련의 반응들을 느끼고 경험하며 초보적 자기를 형성한다.<sup>7)</sup>

자기 대상은 유아의 욕구에 반응할 때 유아는 초보적 자기를 만들어 간다. 즉, 유아의 욕구를 존중해주고 채워주는 역할을 자기 대상은 감당하여야 한다. 초보적 자기의 중심에는 핵심 자기 또는 중심적 자기가 자리 잡고 있는데 이 핵심적 자기는 두 축으로 구성된다. 하나는 앞서 언급했던 이상화된 부모 원상이고, 다른 하나는 언급할 과대적-과시적 자기이다.<sup>8)</sup>

이처럼 인간의 핵심 자기는 부모를 이상화하고 자신을 대단한 존재라고 인정한다. 과대 자기가 적절한 성장을 이루려면 양육자의 성격이 중요하다. 양육자는 유아의 과대주의를 인내심을 가지고 받아들여줘야 한다. 그리고 용납해줘야 한다. 이러한 과정이 유아와의 상호적인 관계 속에서 지속적으로 이루어지면, 유아는 점차적으로 과대 자기의 무한한 욕구를 현실 상황과 조율하여 철회할 수 있는 힘을 가진다. 일종의 환상을 깨고 현실로 나오는 과정이다.<sup>9)</sup> 환원하면 양육자가 유아의 과대주의를 용납해 주어야 한다. 그러면 유아는 환상에서 현실을 바라볼 수 있다. 과대 자기의 철회는 현실 속에서 있는 자신의 한계를 인정하게 한다. 그렇지만 자존감

은 훼손되지 않는다. 그러나 양육자가 초기에 유아의 과대 자기를 공감해 주지 못하거나 수용해 주지 못하게 되었을 때 과대 자기는 성숙한 인격으로 통합되지 못한다.<sup>10)</sup> 반추하면 양육자가 유아를 공감해주고 지지해 줄 때 유아는 자신의 한계를 인정하고 현실적으로 다가온다. 그러나 양육자가 유아를 공감해주지 못할 때 유아는 자아통합의 어려움에 직면할 수밖에 없다.

충족되지 못한 과대 자기의 욕구는 원초적인 욕구로 남아 억압되어 고착된다. 이러한 고착된 억압은 정상적인 발달단계의 수준을 밟지 못했기 때문에 자신의 존재를 받아들여 주는 대상을 끊임없이 찾거나 찬사를 받기 위해 끝없이 달려드는 정서적인 빈곤감과 집착 증세를 나타낸다. 냉담한 편집적 과대주의를 보이게 된다.<sup>11)</sup> 즉, 양육자가 유아의 과대 자기의 욕구를 공감해 주지 못할 때 유아는 원초적인 욕구를 가지게 된다. 유아는 결국에 정서적 빈곤감과 냉담한 편집적 과대주의 성격을 나타낸다고 할 수 있다.

코헛은 자기의 건강한 발달을 응집적 자기라고 표현했다. 자기가 자기 대상을 통해 주어지는 관계의 상호작용을 경험함으로써 성장하게 되는 것이다. 코헛은 자기의 응집력이 있는 성장을 위해 이상화된 부모 원상의 욕구와 과대 자기의 욕구가 건강하게 충족되어야 함을 강조한다. 코헛은 이 두 가지 욕구 사이의 긴장의 곡선이라고 말하는 중간지대가 있다고 설명하는데 이 부분이 자기구조 속에 있는 핵심 자기를 구성한다고 말한다.<sup>12)</sup> 유아는 이상화된 부모 원상의 욕구와 과대 자기의 욕구가 충족이 될 때 응집적 자기를 형성한다. 이러한 욕구는 양육자가 충족시켜 주어야 한다고 할 수 있다.

### 2.1.3 변형적 내재화

코헛은 변형적 내재화의 중요한 역할을 하는 과정이 최적의 좌절이라고 말했다.<sup>13)</sup> 최적의 좌절로부터 오는 적절한 실패와 좌절은 자기의 구조를 현실감 있고 균형

6) Siegel, A, Heinz Kohut and the psychology of the self, 권명수 역, 하인즈 코헛과 자기 심리학, 한국심리치료연구소, 2002.

7) Siegel, A, Heinz Kohut and the psychology of the self, 권명수 역, 하인즈 코헛과 자기 심리학, 한국심리치료연구소, 2002.

8) 박주현, 건강한 자기형성을 위한 자기대상에 기초한 목회신학연구, 장로회 신학대학교 대학원, 2016.

9) 김태형, Donald capps의 재구조화와 Paul Ricoeur의 해석학을 통한 목회상담, 읍의 이야기를 중심으로. 장신논단 38집, 2010.

10) Siegel, A, Heinz Kohut and the psychology of the self, 권명수 역, 하인즈 코헛과 자기 심리학, 한국심리치료연구소, 2002.

11) Kohut, H. The Analysis of the self. 이재훈 역, 자기의 분석 21, 한국심리치료연구소, 2002, p. 21.

12) 홍이화, 자기 심리학(Self psychology)이야기1: 나르시시즘(Narcissism), 지독한 자기(self)사랑, 기독교사상, 618권, 2010.

13) Kohut, H. The Analysis of the self. 이재훈 역, 자기의 분석, 한국심리치료연구소, 2002, p. 61.

감 있게 만들어준다. 변형적 내재화는 최적의 좌절을 통해 응집적 자기로 나아가는 자기 구조의 형성 과정 속에 있다. 변형적 내재화는 최적의 좌절을 통해 현실적인 감각이 생긴 유아가 초기의 자기를 구성해주었던 부모가 없어도, 자기 대상의 기능을 내면화시켜 그 기능을 스스로 할 수 있도록 하는 역동적인 발달 과정이다.<sup>14)</sup> 유아는 양육자의 최적의 좌절을 통해 변형적 내재화를 형성한다. 즉, 변형적 내재화는 응집적 자기를 만들어 내는 과정이라 할 수 있다. 응집력 있는 자기의 구축은 바로 이러한 변형적 내면화의 과정, 즉 이전에 자기를 위해 자기 대상이 수행하던 심리 기능이 내면화되어 점차적으로 자기가 그러한 기능들을 혼자서 수행할 수 있게 되는 과정을 통해 이루어진다.

다시 말하면 어린 시절에 유아가 경험했던 자기 대상의 기능이 자기의 자율적인 심리구조를 조금씩 변형되어 이제는 그 기능들을 스스로 담당할 수 있게 되는 응집력 있는 자기의 구조가 구축되는 것이다.<sup>15)</sup>

환언한다면, 변형적 내면화는 자기 대상이 수행하던 기능을 유아가 그 기능들을 스스로 담당하게 되어 응집력 있는 자기를 구축하는 과정이라 할 수 있다.

변형적 내면화의 핵심은 최적의 좌절을 전제로 한다는 것이다. 코헛은 최적의 좌절이 점진적인 중성화(Progressive neutralization)를 가져온다고 하였다. 최적의 좌절이란 부모의 태도가 비록 좌절을 주었지만, 아이에게 상처가 되지 않는 경우를 말한다. 최적의 좌절 상황에서, 유아는 자신을 진정시키고 안정을 주는 부모와 그 태도를 내면화하는 과정을 통하여 점진적인 중립화를 진행해 간다. 그 결과, 욕동을 억제할 수 있는 심리구조, 즉 중립화된 기억들과 중립화된 내적 힘들로 구성된 중립화된 심리 영역이 형성된다.<sup>16)</sup>

다시 언급하면, 변형적 내면화는 최적의 좌절로 인하여 점진적 중성화를 가져오게 된다고 할 수 있다. 즉, 유아는 욕동을 억제할 수 있는 심리구조가 형성한다고 볼 수 있다.

유아는 자기 대상의 시기적절한 공감적 반응의 실패를 통해서 자기 대상에게 점진적으로 실망을 경험하

게 되고, 자기 대상의 기능들은 변형적 내면화를 통해서 유아에게 점차적으로 현실적이 된다. 따라서 최적의 좌절은 점진적으로 시기적절하게 변형적 내면화를 일어나게 하여 부모가 없어도 이제는 부모가 해주던 자기 대상의 기능을 스스로 수행할 수 있게 되는 것이다.<sup>17)</sup>

환언하면, 유아는 자기 대상을 통한 최적의 좌절로 인하여 부모의 한계를 체험하면서 환상의 세계에서 현실로 돌아오게 된다. 즉, 부모에게 기대했던 역할들을 유아가 스스로 기능하면서 점차적으로 홀로서기를 한다고 볼 수 있다.

## 2.2 전이에 대한 이해

코헛의 자기 심리학에서 자기 대상 전이의 내용은 공감 받지 못한 자기애적 욕구다. 그러므로 전이를 통해 분석가가 적절하게 반응해 줄 때, 환자는 새로운 자기-자기 대상관계를 경험하며 공감적인 분위기 내에서 자기의 발달을 다시 시작할 수 있게 된다. 이것은 전통 분석에서 의식의 통제나 자아의 지배력을 확산하는 것과 달리, 변형적 내면화를 통해 자기의 심리구조가 새롭게 형성되는 것이다.<sup>18)</sup> 이처럼 전이에 대한 공감을 통해서 변형적 내면화를 형성할 수 있다. 전이에 대한 이해에서는 거울 자기 대상전이 이상화 전이를 고찰하고자 한다.

### 2.2.1 거울 자기 대상전이

과대적-과시적 자기가 아동기의 발달을 걸쳐 적절히 통합되지 못한다면, 이 요소는 현실 자아로부터 떨어져 나가거나 혹은 억압되어 현실 자아로부터 분열될 것이다. 그때 과대적-과시적 자기는 더 이상 외부 현실에 의해 영향을 받지 않으며, 원초적 형태를 유지한다. 그러나 분석 과정에서 그것은 분명한 형태의 거울 자기 대상 전이로 활성화되기 때문에 현실 자아의 영향을 받게 된다. 따라서 아동기에 심각하게 방해받은 조절 과정이 다시 시작될 수 있는 것이다.<sup>19)</sup>

이처럼 거울 자기 대상전이는 과대적-과시적 자기가 통합되지 못했을 때 활성화된다. 즉, 유아가 부모로부터 공감과 용납을 받지 못할 때 거울 자기 대상전이가

14) 이란 외 1, 자기심리학에서 본 중독 이해: 목회상담적 적용 가능성, 목회와 상담22권, 2014.

15) 홍이화, 하인즈 코헛의 자기심리학 이야기, 서울, 한국심리치료 연구소, 2011, p. 79.

16) 최영민, 쉽게 쓴 자기심리학, 서울, 학지사, 2011, p. 75.

17) 홍이화, 하인즈 코헛의 자기심리학 이야기, 서울, 한국심리치료 연구소, 2011, pp. 78~79.

18) 최영민, 쉽게 쓴 자기심리학, 서울, 학지사, 2011, pp. 161~162.

19) Kohut, H. The Analysis of the self. 이재훈 역, 자기의 분석, 한국심리치료연구소, 2002, p. 118.

발생한다고 할 수 있다. 코헛은 과대적-과시적 자기가 발달의 어느 시점에서 상처를 받았는가에 따라 세 가지 거울 자기 대상전이(ego ideal)가 나타난다고 보았다. 과대 자기의 확장을 통한 융합형태의 거울 전이, 쌍둥이 거울 전이, 혐의의 거울 전이가 바로 그것이다.<sup>20)</sup>

첫 번째로, 과대 자기의 확장을 통한 융합 형태의 거울 전이를 살펴보면, 아이가 성장과정 초기에 상처를 받은 경우 나타나는 가장 원초적인 거울 전이다.<sup>21)</sup> 환자는 분석가를 과대 자기의 확장으로 경험하고, 분석가에게 과대적 및 과시적 요소를 투사하기 때문에, 분석가를 자기에적 갈등, 긴장과 방어들을 가지고 있는 사람으로 인식한다.

두 번째로, 쌍둥이 거울 전이인데, 이는 과대 자기의 확장을 통한 융합 시기보다 발달된 시점에서 상처를 받은 경우 나타나는 보다 성숙한 형태의 거울 전이다. 과대 자기는 대상을 어느 정도 분리된 상태로 경험하는데, 융합의 거울 전이에서는 대상을 일차적으로 동일시한다면, 쌍둥이 전이에서는 대상과 비슷하거나 유사하다고 느낀다.

세 번째로, 혐의의 거울 전이다. 이는 가장 성숙한 형태의 거울 전이다. 상처를 받는 시기도 발달단계의 후기에 나타나고 치료자도 분리된 존재로 경험된다. 치료자는 과대 자기가 재활성화하려는 욕구와 연관되는 범위 내에서만 그 의미를 갖는다. 이 거울 전이의 핵심은 치료자가 그야말로 환자가 요청하는 부분에 대해서만 거울처럼 반향해주고 확인해 주기를 요구하는 것이다. 그것을 넘어서는 반향은 환자의 과대 자기를 다시 한 번 좌절시키게 된다.

반추하면, 거울 자기대상 전이는 세 가지 종류의 전이로 나타난다고 할 수 있다. 즉, 과대 자기의 확장을 통한 융합형태의 거울전이, 쌍둥이 전이, 혐의의 거울 전이라 할 수 있다. 이러한 전이들은 발달의 어느 시점에서 상처를 받았는가에 따라 다양하게 나타난다. 융합형태의 전이는 성장과정 초기에 상처를 받는 경우이다. 유아는 상담자와 융합된 상태라 할 수 있다. 그래서 유아는 상담자가 자기에적 갈등, 긴장과 방어들을 가지고 있는 대상으로 인식한다. 다음으로는 쌍둥이 거울은 과대자기와 대상을 어느 정도 분리된 상태로 경험한다. 즉, 쌍

둥이 전이에서는 과대자기와 대상을 비슷한 존재로 본다고 할 수 있다.

마지막으로 혐의의 거울 전이이다. 이 거울 전이는 과대 자기와 치료자와 분리된 상태라 할 수 있다. 혐의의 거울전이의 핵심은 환자가 치료자에게 요청하는 부분에 대해서만 거울처럼 반응해 주는 역할을 하여야 한다.

## 2.2.2 이상화 전이 대상

아이에게 있어서 부모는 모든 행복과 힘을 가진 이상화된 대상이 되고 아이는 그런 부모와 연합하고 그 상태를 유지하려고 한다. 반대로 모든 행복과 힘을 가진 부모와 분리될 때 아이는 공허감과 무력감을 느끼게 되지만, 부모가 적절히 반응만 해준다면 아이는 점진적인 실망을 겪게 되면서 이상화 대상을 점차 현실적으로 평가하게 된다. 다시 말해서 변형적 내면화 과정에 의하여, 자기 대상이 해주던 기능을 이제는 스스로 처리할 심리구조가 자기 안에 형성되는 것이다. 그러나 적절한 변형적 내면화가 일어나지 않을 때 계속 자기 대상을 필요로 하는 상태로 남게 된다. 즉 심리 내면에 확고한 심리내적 구조를 형성하지 못하는 아이는 결핍된 심리 구조를 보완하는 대상 의존관계를 추구하는 삶을 살게 되는 것이다.<sup>22)</sup> 반추하면, 유아와 부모의 관계가 연합하지 못하고 분리될 때 유아는 공허감과 무력감을 가지게 된다. 유아는 확고한 심리내적 구조가 이루어지지 않을 때 결핍된 심리구조를 보완하는 대상 의존 관계를 추구할 수밖에 없다.

코헛은 이상화 전이를 발달적으로 원초적 이상화 전이와 성숙한 이상화 전이로 분류하였다. 원초적 이상화 전이는 이상화된 어머니 이마고가 자신의 대상과 거의 완전히 융합되었던 것처럼 분석가와 관계에서도 그런 원초적 상태가 다시 활성화되기를 바란다. 반면 성숙한 이상화 전이는 자기와 대상의 구분이 명확히 형성된 이후의 좌절에 기인하는 전이이다. 그러므로 명확한 이상화 대상과 그를 이상화하는 리비드가 활성화된다. 오이디푸스기부터 초기 잠복기 사이에 발생한 외상에 의한 고착이 새로운 자기 대상인 분석가와 관계에서 활성화되는 것이다. 다만, 이상화 전이를 일어나게 하는 좌절의 시기를 정확히 아는 것은 쉽지 않다. 그 이유 중

20) 최영민, 쉽게 쓴 자기심리학, 서울, 학지사, 2011, p. 186.

21) 최영민, 쉽게 쓴 자기심리학, 서울, 학지사, 2011, p. 187.

22) 김혜신, 자기 심리학에 의한 자기에적 인격장애 사례연구 55, 한국기독교 상담학회지, Vol 24, no. 4, 2013.

하나로 코헛은 발생학적으로 유사 경험들이 덧붙여지기 때문이라고 설명하였다.<sup>23)</sup>

반추하면, 이상화 전이를 원초적 이상화 전이와 성숙한 이상화 전이로 분류할 수 있다. 원초적 이상화 전이는 자신의 대상과 거의 융합된 상태라 할 수 있다. 반면에 성숙한 이상화 전이는 자기와 대상의 분리 이후에 좌절에 기인하는 전이라 할 수 있다.

이상화 전이의 치료과정은 이상화 전이 형성전과 초기단계, 이상화 전이의 형성과 혼습단계, 자기대상 전이가 효율적으로 혼습된 결과 이렇게 세 단계로 나누어 살펴볼 수 있다. 이상화 전이 형성 전과 초기 단계를 살펴보면, 환자는 이상화 대상과 융합하고자 하는 강렬한 기대를 하게 된다. 환자는 이상화 전이를 발전시켜 나가는 초기에 불안함을 느끼게 된다. 이 시기에 분석가가 해야 할 첫 번째 일은 저항이 다양한 형태로 나타나고 있다는 것을 인식하는 것이다. 그리고 명확하게 그런 면들을 이해하고 환자 또한 저항이 있음을 인식할 수 있도록 이해시켜 주어야 한다.<sup>24)</sup>

두 번째는 이상화 전이의 형성과 혼습 단계이다. 이상화 전이가 형성되고 분석가가 적절하게 반응해주면, 환자는 자기에적 균형을 느끼며 자신이 온전하고, 안전하게, 좋은 존재라고 할 수 있다. 환자는 부모와의 관계에서 최적의 좌절을 경험하지 못했다. 그 결과 초기 이상화 자기 대상에 대한 자기에적 부착을 철수하여 내재화하지 못했다. 즉, 전에 이상화 자기 대상이 충족시켜주던 기능을 대신하는 항구적인 내적 심리구조를 형성하지 못한 상태다. 한편으로 환자는 이상화 전이를 통해 치료자와 고태적인 관계, 즉, 환자의 자기가 전능한 분석가에게 융합하는 관계를 맺는 것이다. 이때 분석가는 이상화 자기 대상을 상실한 것에 대해 올바르게 해석해줌으로써 환자가 다시 자기에적 평정을 유지하고 이상화 과정을 다시 수행할 수 있게 해주어야 한다.

마지막으로 자기대상 전이가 효율적으로 혼습된 결과의 단계이다. 이러한 결과로 자아의 승화 능력이 증가하고 자기의 통제력이 향상된 모습들을 보인다. 환자는 분석을 통하여 인격의 자기에적 영역에 있던 에너지를 흡수하여, 보다 성숙한 대상관계에 투입할 수 있게 되는 것이다. 이상화 자기대상을 포기하고 그것에 투입

돼있던 에너지를 내재화하여 자기대상이 하던 기능을 대신하는 자신만의 심리구조를 형성하는 것이 가장 중요하다 할 수 있다.<sup>25)</sup>

치료과정을 반추하면, 첫 번째로 이상화 전이 형성 전과 초기 단계에는 환자가 이상화 대상과 융합하고자 하는 강렬한 욕구가 일어나게 된다. 이때 관계를 형성할 때 불안과 저항이 발생한다. 분석가는 환자에게 안정을 시켜주면서 저항 발생을 이해시켜주어야 한다. 두 번째는 이상화 전이의 형성과 혼습단계이다. 이 과정에서 이상화 전이가 형성되면 분석가는 환자에게 적절하게 반응을 하여야 한다. 그리고 분석가는 환자가 이상화 대상을 상실한 것에 대해 해석해줌으로써 환자가 자기에적 평정을 유지하고 이상화 과정을 다시 수행할 수 있다.

마지막으로, 자기대상 전이가 효율적으로 혼습된 결과의 단계로, 환자가 이상화 자기 대상을 포기하고 자신만의 심리구조를 형성하게 된다고 할 수 있다. 즉, 환자 자신의 자아 승화 능력이 상승하고 자기의 통제력을 가지게 된다고 할 수 있다.

### 3. 전이대상으로 상담자 역할

코헛에게 있어서 치료는 대상으로부터 독립을 가져다주는 것이 아니라, 좀 더 건강하고 적절한 자기 대상을 선용할 수 있는 자기를 확립하는 것을 말한다.<sup>26)</sup> 이러한 치료를 위해 코헛은 세 가지 과정의 치료적 단계를 밝히고 있다.

첫째, 코헛에게 있어서 자기에적 상처에 대한 치료는 충분히 공감적이고 신뢰할만한 관계의 모체를 제공해주는 데 달려있다. 치료자는 치료 상황에서 내담자에게 자기 대상이 되어서 그의 과대주의와 과시주의에 공감적인 이해와 반응을 제공해줄 뿐만 아니라 이상화 대상이 되어서 내담자가 인정받고 동일시할 수 있는 기회를 제공해 주어야 한다. 이때 상담자는 선부르게 해석하기보다는 공감적 이해와 수용을 통해서 내담자가 옛 관계의 상처들을 노출하며 자신을 객관화시킬 수 있는 능력과 관계 경험을 체험하도록 해주어야 한다. 특히 코헛은 공감적 이해(Empathic Understanding)를 중요하게

23) 최영민, 쉽게 쓴 자기심리학, 서울, 학지사, 2011, pp. 167~168.  
24) 최영민, 쉽게 쓴 자기심리학, 서울, 학지사, 2011, pp. 176~177.

25) 최영민, 쉽게 쓴 자기심리학, 서울, 학지사, 2011, pp. 178~186.  
26) Allen M. Siegel. 하인즈 코헛과 자기 심리학, 권명수 역, 서울, 한국심리치료연구소, 2002, p. 266.

생각하는데 이것은 응집력 없는 자기를 응집력 있는 자기로 만들 수 있는 시멘트와 같은 요소이다.<sup>27)</sup> 반추하면, 치료에 있어서 중요한 부분은 응집적 자기를 확립하여 적절한 자기 대상을 선용하여야 한다. 그리고 내담자의 과대주의와 과시주의를 공감하고 상담자는 이상화 대상이 되어서 내담자가 인정받고 동일시할 수 있는 기회를 주어야 한다.

둘째, 상담자가 공감적 이해와 반영, 그리고 이상화의 기회를 제공하지만, 상담자는 완전할 수 없다. 끊임없이 유아적인 욕구를 드러내는 내담자에게 상담자는 충분히 공감적이면서도 불가피하게 주어지는 최적의 좌절을 제공하게 된다. 상담자는 완전하지 않기 때문에 실수를 하기 마련이다. 이때 상담자가 자신의 실수를 인정하고 내담자가 바로잡아줄 수 있도록 허용한다면 내담자는 어떤 해도 입지 않을 수 있다. 이처럼 상담자가 잘못을 자각할 수 있고, 후회, 격노, 불안과 같은 내담자의 반응을 인식할 수 있다면, 상담자의 실수는 최적의 실패가 될 수 있을 것이다. 내담자는 이 최적의 좌절을 통해서 상담자에게 기대했던 유아적-환상적 기대감에서 벗어나 상담자를 현실적으로 바라보게 되고 그러한 상담자와의 경험을 내면에 받아들여서 건강한 자기를 구축하는 과정을 거치게 된다. 코헛은 이것을 변형적 내면화라고 하였다. 반추하면, 상담자는 상담 과정에서 내담자에게 최적의 좌절을 제공할 수 있다. 이때 상담자는 자신의 실수를 인정할 때 내담자는 상담자를 현실적으로 바라보게 되고 건강한 자기를 구축하여 변형적 내면화를 이룩하게 된다. 즉, 응집력 있는 자기를 구축하여 자기를 통제할 수 있고 자아 승화 능력을 가지게 된다.

셋째, 지속적인 변형적 내면화의 과정을 통해 응집적 자기를 형성하는 단계이다. 이 단계에서 내담자는 타인의 경험에 공감적으로 응답할 줄 알고 타인과 건강한 인간관계를 형성할 수 있으며 자신의 내부 안에서 끊임없이 괴롭혔던 삶의 건조함과 무의미함을 극복하고 삶에 대한 적절한 기쁨과 좌절, 희망과 분노 등을 상황과 관계의 틀 안에서 표출할 수 있게 되는 응집적 자기를 형성한다. 그러나 인간은 건강하고 응집적인 자기를 확립함으로써 자기 대상의 필요성으로부터 완전히 벗어나는 것은 아니다. 코헛은 자기는 항상 외적인 대상을 요

구하고 있으며 그것은 어느 순간 확립되어 이후로는 필요 없는 그러한 대상이 아닌 것이다. 자기가 있으려면 항상 그리고 평생 대상이 필요하고 그 관계에서 자기가 세워진다.<sup>28)</sup>

환언하면, 응집적 자기가 형성되면 타인을 공감하고, 건강한 인간관계를 형성할 수 있다. 그리고 자신의 감정을 통제할 수 있고 비전을 가지게 된다. 또한 인간은 인생을 살아가면서 평생 동안 대상이 필요하다고 할 수 있다.

#### 4. 결론

본 연구는 하인즈 코헛의 자기(self)이론을 기반으로 자기대상(selfobject)기능을 상실한 내담자의 치료적 활성화를 위해 상담자의 전이대상 역할을 문헌연구를 통하여 살펴보았다.

이 목적에 따라 본론에서는 자기대상에 대한 이해로 이상화 부모 원상과 자기대상, 과대자기와 자기대상, 변형적 내재화를 고찰하였다. 그리고 전이 대상을 상담자 역할을 제시 하였다. 유아는 이상화된 대상과 자기의 관계가 무너질 때 안정감을 상실하게 되고 심리적인 구조는 성장할 수 없다. 이런 실패를 경험한 유아는 앞으로의 삶 속에서 채워지지 않는 자신의 불만을 충족시키기 위해 끊임없이 의존할 대상을 찾기 위한 욕구로 인생이 허비될 수 있다. 한편으로 자기대상은 유아의 욕구에 반응할 때 유아는 초보적 자기를 만들어간다. 다시 말하면 유아의 욕구를 존중해주고 채워주는 역할을 자기대상은 감당하여야만 한다. 그리고 양육자가 유아의 과대주의를 용납해 주어야 한다. 그러면 유아는 환상에서 현실을 바라볼 수 있다고 할 수 있다. 유아는 이상화된 부모 원상의 욕구와 자기대상의 욕구가 충족될 때 응집적 자기를 형성한다. 현재 상황에서 이러한 욕구는 상담자가 충족시켜 주어야 한다고 할 수 있다.

27) Ronald. R. Lee & J, Calby Martin, psychotherapy after Kohut, London: The Analytic press, 1991.

28) 최의현, 코헛의 자기이해, 기독교 상담학회지 2, 2001, pp. 109~110.

References

[1] 건강한 자기형성을 위한 자기대상에 기초한 목회신학연구, 장로회 신학대학교 대학원, 박주현, 2016.

[2] 김태형, Donald capps의 재구조화와 Paul Ricoeur의 해석학을 통한 목회상담, 옴의 이야기를 중심으로. 장신논단 38집, 2010.

[3] 김혜신, 자기 심리학에 의한 자기애적 성격장애 사례 연구, 한국기독교 상담학회지, Vol. 24, no. 4, 2013.

[4] 수치심에 대한 목회상담학적 연구 한신대학교, 신학대학원, 이지혜, 2012.

[5] 이란 외 1, 자기심리학에서 본 중독 이해: 목회상담적 적용 가능성, 목회와 상담 22권, 2014.

[6] 정석환, 코헛의 자기 심리학과 목회상담, 신학 논단 27집, 1999.

[7] 청소년 위기에 대한 목회상담학적연구, 한신대학교 신학대학원, 유혜민, 2014.

[8] 최영민, 쉽게 쓴 자기심리학, 서울, 학지사, 2011.

[9] 최의현, 코헛의 자기이해, 기독교 상담학회지2, 2001.

[10] 치유공동체 형성에 대한 목회상담학적 연구, 한신대학교 대학원, 호세아, 2011.

[11] 하인즈 코헛의 보상구속에서 바라본 기독교 상담연구, 호남신학대학교 대학원, 윤효정, 2015.

[12] 홍이화, 자기 심리학(Self psychology)이야기1: 나르시시즘(Narcissism), 지독한 자기(self)사랑, 기독교사상 618권, 2010.

[13] 홍이화, 하인즈 코헛의 자기심리학 이야기, 서울, 한국심리치료연구소, 2011.

[14] Allen M. Siegel. 하인즈 코헛과 자기 심리학, 권명수 역, 서울, 한국심리치료연구소, 2002.

[15] Kohut, H. The Analysis of the self. 이재훈 역, 자기의 분석, 한국심리치료연구소, 2002.

[16] Kohut, H, The Restoration of the self, 이재훈 역, 자기의 회복, 한국심리치료연구소, 2006.

[17] Michael, c, object Relations and self psychology, 안석모역, 대상관계이론과 자기심리학, 쉐게이지리닝코리아, 2010.

[18] Ronald. R. Lee & J, Calby Martin, psychotherapy after Kohut, London:The Analytic press, 1991.

[19] Siegel, A, Heinz Kohut and the psychology of the self, 권명수 역, 하인즈 코헛과 자기 심리학, 한국심리치료연구소, 2002.

윤 석 민(Yoon, Seok Min)



- 백석대학교 대학원, 상담학 박사
- 현재 : 대원대학교 사회복지학과 교수
- 관심분야 : 놀이치료, 모래놀이치료, 심리상담, 정신건강 등
- E-Mail : yoonseakmin9@naver.com