

유아의 불안감소와 중간대상에 대한 연구

윤석민
대원대학교

A Study on Anxiety Reduction and Transitional object in Infants

Seok-Min Yoon

Professor, Daewon University College

요약 본 연구는 위니콧의 이론을 중심으로 상담자의 중간대상 역할을 문헌연구를 통하여 제시하였다. 발달과정에서 유아가 어머니와 절대적 의존에서 상대적 의존으로 넘어갈 때 불안을 겪는데 이때 중간대상인 인형, 손 빨기 등이 유아의 불안을 감소시킨다. 이처럼 상담자의 중간 대상 역할은 상실 경험에 대한 분리불안과 우울 불안을 완충시켜주고, 전능 환상에서 현실 세계로 매개하여준다. 중간대상은 새로운 대상으로 현실에서 적응하도록 이바지 하는 기능을 가지고 있다. 그리고 중간대상과 중간현상을 통하여 분리 개별화 단계로 이어진다. 전능한 창조와 파괴, 그리고 현실에 적응하기 위해 존재하는 실제적인 타자에 대한 감각을 체득한다고 할 수 있다. 충분히 좋은 어머니는 유아의 전능성을 의미 있게 만들어 준다. 이러한 때 참자기는 유아의 약한 자아를 성장하게 하여 자신의 삶을 살도록 이끌어 준다. 어머니가 유아의 욕구를 채워주지 못할 경우 환상과 자발적 충동이 결핍된다. 즉, 어머니가 유아의 욕구를 반영해 주지 못할 때 유아가 어머니의 기분을 살피게 되어 참자기를 포기하고 거짓 자기를 만들게 된다. 절대적 의존기의 병리는 충분히 좋은 어머니의 공감과 안아주는 환경의 실패로 인해 발생한다. 이때 아이는 전능 환상의 붕괴를 경험하고 멸절 불안을 경험하게 된다. 그러므로 상담현장에서 상담자의 중간대상 역할을 통해서 내담자의 분리불안과 우울 불안을 감소시켜서 편안하고 안정된 환경을 제공할 때 효율적인 상담을 진행할 수 있다.

주제어 중간대상, 중간현상, 불안, 충분히 좋은 엄마, 자기

Abstract This study presented the role of the counselor's transitional object through literature research, focusing on Winnicott's theory. In the process of development, infants experience anxiety when they move from absolute dependence to relative dependence with their mother. In this way, the counselor's role as an transitional object buffers separation anxiety and depressive anxiety about the loss experience, and mediates from the omnipotent fantasy to the real world. transitional objects are new objects and have a function of contributing to adaptation in reality. And it leads to the stage of separation and individualization through transitional object and transitional phenomena. It can be said that he acquires a sense of the real other that exists in order to create and destroy omnipotent, and to adapt to reality. A good enough mother makes the child's omnipotence meaningful. In this case, the true self helps the infant's weak self to grow and lead him to live his own life. When the mother fails to satisfy the infant's needs, her fantasies and spontaneous impulses are lacking. In other words, when the mother fails to reflect the infant's needs, the infant looks at her mother's mood, giving up her true self and creating a false self. The pathology of the absolute dependence phase is caused by the failure of a good enough mother's empathy and nurturing environment. At this time, the child experiences the collapse of the omnipotence illusion and experiences annihilation anxiety. Therefore, effective counseling can be carried out when providing a comfortable and stable environment by reducing separation anxiety and depressive anxiety of clients through the role of the counselor's transitional object in the counseling field.

Key Words Transitional Object, Transsitional phenomena, Anxiety, Good Enough Mother, Self.

Received 12 Oct 2021, Revised 21 Oct 2021

Accepted 28 Oct 2021

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

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 위니콧의 이론을 기반으로 한다. 유아는 절대적 의존에서 상대적 의존기로 넘어갈 때 중간대상을 만들어 내는 현상인 ‘중간현상’이라고 부르는 새로운 경험을 한다. 유아에게 중간 대상은 불안을 감소하는 역할을 한다. 환언하면 유아가 어머니와 절대적 의존에서 상대적 의존으로 넘어갈 때는 불안을 겪는데 이때 중간대상인 인형, 손 빨기 등이 유아의 불안을 감소시킨다. 연구자는 내담자의 치료적 활성화를 위해 상담자의 중간대상 역할을 문헌연구를 통하여 밝히려고 한다. 따라서 본 연구는 유아의 발달과정에서 절대적 의존기는 유아가 태어나서 6개월, 12개월까지이다. 이때를 환상의 세계라 할 수 있다. 상대적 의존기는 그 후 3세 이전까지인데 현실 세계를 사는 시기이다. 이러한 시기에 중간대상과 중간현상을 파악하고 거짓 자기와 참자기, 병리 이론을 고찰하고자 한다. 그리고 중간대상으로 상담자 역할을 제시하였다.

다음으로 거짓 자기와 참자기에서 충분히 좋은 어머니는 유아의 전능성을 의미 있게 만들어 준다. 이러한 때 참자기는 유아의 약한 자아를 성장하게 하여 자신의 삶을 가질 수 있도록 이끌어 준다. 한편으로 유아가 어머니의 기분을 살피게 되면 참자기를 포기하고 거짓 자기를 만들어 가게 된다. 병리 이론에서는 절대적 의존기의 병리는 충분히 좋은 어머니의 공감과 안아주는 환경의 실패로 인해 발생한다. 이때 아이는 전능 환상의 붕괴를 경험하고 멸절 불안을 경험하게 된다고 할 수 있다.

2. 이론적 배경

2.1 발달과정

위니콧은 생후 초기 산만한 경험의 조각들과 파편들로 구성된 통합되지 못한 자기를 지칭하는 말로 자아(ego)라는 용어를 사용했다. 이러한 자아가 돌봄의 경험을 통해 자의식을 형성하고 통합된 구조를 이루게 될 때 자기(self)가 형성되는 것으로 이해했다. 위니콧의 이론에서 가장 포괄적인 개념은 바로 이러한 발달을 가능하게 하는 성숙과정과 촉진적 환경이다. 그에 따르면 모든 인간 유기체는 성숙과정이라 불리는 욕동을 갖고 태어나며 정해진 방향을 따라 발달한다. 이런 선천적인 요소

는 바뀔 수 없는 것이지만 성숙과정에서 요구되는 촉진적 환경이 실패할 경우 그것의 발달은 방해받을 수 있다. 충분히 좋은 환경에서 발달은 이뤄질 수 있고 그것이 방해받으면 정서장애가 발생할 수 있다.

위니콧에게 있어서 모든 증상들은 발달이 정지되거나 성숙과정이 차단되었음을 나타낸다[1]. 위니콧은 통합되지 못한 자기를 자아(ego)라는 용어를 사용했다. 이러한 자아(ego)가 통합된 구조를 이루게 될 때 자기(self)가 형성된다고 하였다. 위니콧은 모든 인간 유기체는 성숙과정이라 불리는 욕동을 가지고 태어난다고 하였다. 성숙과정에서 요구되는 촉진적 환경이 실패할 경우 발달은 방해받을 수 있다.

첫 번째 단계는 절대적 의존기(0~6개월)이다. 이 시기는 유아가 자신과 환경을 구별하지 못하고 융합되어 있는 상태로서 유아에게는 시간 감각이 없고 경험을 하나로 묶어주는 자기가 없다. 따라서 이 시기는 유아는 안정감에 대한 믿음을 갖지 못하고 쉽게 멸절 불안에 사로잡힌다. 이때 어머니는 멸절 불안을 막아주고 유아가 감당할 수 있는 작은 양의 현실만을 경험할 수 있도록 거의 완벽한 적응을 제공해 주어야 한다[2]. 즉, 절대적 의존기는 유아와 어머니와 융합되어 있는 상태라 할 수 있다. 이 시기의 유아는 안정감을 상실할 때 멸절 불안에 사로잡히게 될 수 있다.

이 시기와 관련해서 위니콧이 제시한 중요한 개념이 일차적 모성 몰두(Primary maternal preoccupation)이다. 이것은 출산 전부터 시작하여 출산 후 몇 주 동안 지속되는 어머니의 마음 상태로서 자기의 주관성을 포기하고 유아의 주관성을 발달시키는 데 몰두하는 건설적인 광증 상태를 말한다. 이를 통해 어머니는 출생 초기 아이에게 완벽한 돌봄을 제공해 주는 안아주는 환경이 된다[3]. 절대적 의존기는 이러한 일차적 모성 몰두의 시기라 할 수 있다. 이때 어머니는 유아의 주관성을 발달시키는데 몰두하는 태도를 가진다.

두 번째 단계는 생후 6개월경에 이르러 유아는 자신이 욕구 충족을 통제하지 못한다는 사실을 인식하게 된다. 이 결정적인 발달 단계에서 유아는 자기와 대상을 구별하기 시작한다. 유아는 이제 대상을 자기 바깥에 있는 것으로 보기 시작하는데 이것은 유아의 삶에 현실원리가 등장하는 것을 나타낸다[2]. 이 시기를 따라서 상대적 의존의 시기가 온다. 이 시기는 절대적 의존의 시기

를 지난 6개월부터 2세 이전까지 이어진다고 볼 수 있다 [1]. 환언하면 상대적 의존의 시기는 유아가 자기와 대상을 구별하기 시작한다. 이때 유아는 현실적인 대상을 파악할 수 있다.

초기 멸절의 위협에서 회복되는 반복적인 경험은 유아에게 회복에 대한 확신을 주고 이 확신은 하나의 통합된 감각으로 형성시킨다. 유아는 이를 통해 정서적 접촉과 심리적 인식이 가능해지며 이로 인해 대상과 관계를 맺는 자아 관계를 형성하고 이것이 내면을 통해 자기 형성을 발달시킨다. 이 과정에서 유아는 자신이 무자비하게 파괴한 대상 어머니가 자신을 파괴한 대상 어머니가 자신을 돌봐 주는 환경 어머니와 동일임을 알게 되는데 이때 유아는 자신이 사랑하는 대상에게 손상을 가했다는 죄책감을 느끼게 되지만 이것은 어머니의 반응에 따라 타인에 대한 건강한 관심을 가질 수 있는 능력과 대상을 사용할 수 있는 능력으로 발달할 수 있다고 했다. 또한 이 시기에 대상으로부터 분리되는 경험에 따른 분리불안을 완화시키고 주관적 전능 세계에 대한 이러한 완충작용을 위해 중간대상을 사용할 현실원리에 지각능력을 발전시켜 나간다는 것이다[1]. 즉, 멸절 불안에서 회복되는 경험은 유아에게 회복에 대한 확신을 주는 일이라 할 수 있다. 이러한 확신으로 유아는 통합된 감각을 형성시킨다. 그리고 유아는 정서적 접촉과 심리적 인식이 가능해진다.

세 번째 단계는 독립을 향해 가는 단계(오이디푸스 이후)이다. 독립을 향한 움직임은 걸음마 시기에 시작해서 사춘기와 청소년 시기에 혹은 개인에 따라서는 성인기에도 가능한데 유아는 정신적 기제와 인지적 이해를 발달시키고 사회적 참여를 한다. 위니콧은 이 시기에 불만족과 욕구 충족의 지연이 정서적 성숙에 도움이 된다고 보았다. 어머니와 융화 상태에서 경험한 본능충족은 대상의 위치를 상기시키지 못하기 때문이다. 따라서 객관적 대상의 출현과 이들 대상과의 관계 경험은 유아로 하여금 자기 아닌 다른 세상의 존재를 교육하고 독립을 촉진시킨다. 무엇보다도 유아의 홀로서기는 그 유아의 심리적 현실에 좋은 대상이 존재해야만 가능하다. 즉, 성숙과 홀로 설 수 있는 능력은 세상이 좋은 곳이라는 믿음을 갖게 해주는 충분히 좋은 모성 경험을 통해서만 가능한 것이다[1].

이처럼 독립의 여정으로 유아는 정신적 기제와 인지

적 이해를 발달시키고 사회적 참여를 한다. 유아는 객관적 대상과의 관계 경험으로 현실을 받아들이고 독립된 자아를 형성시킨다.

2.2 중간대상과 중간현상의 이해

중간대상 (transitional object)이란 아이가 어머니와의 분리에 따른 상실 경험에 대한 반응으로 발생하는 분리불안과 우울 불안을 완화시켜주고 전능 환상에서 현실 세계로 나아가도록 연결시켜주는 매개물을 말한다. 아이는 이 중간대상에 대해 완전한 소유권과 통제권을 가질 수 있어야 하고 대상은 아이에게 따뜻하고 포근한 느낌을 주어야 하며, 또한 그 자체의 현실을 가지고 아이의 공격성과 강렬한 사랑으로 살아남을 수 있어야 한다[3]. 즉, 중간대상은 상실 경험에 대한 분리불안과 우울 불안을 완화시켜주고 전능 환상에서 현실 세계로 매개하여 주는 역할을 한다고 할 수 있다.

중간 대상(transitional object)은 유아가 4-6개월부터 8-12개월 정도에서 드러나기 시작한다. 그리고 이 시기에 한정되어 나타나는 것이 아니라 광범위하게 중간대상을 창출하는 변화가 있다고 본다[4].

이처럼 중간대상은 영유아기에 나타나지만 넓은 범위에서 중간대상이 나타날 수 있다. 중간대상은 유아가 처음으로 갖게 되는 일차적 창조성과 또 새롭게 받아들여지는 현실 확인에 기초한 객관적 지각 사이에 허용되는 영역이다[4]. 환언하면 중간대상은 새로운 대상으로 현실에서 적응하도록 이바지하는 기능을 가지고 있다. 가령 손가락 빨기와 꿈 인형에 대한 애착 사이나 유아가 웅얼이를 즐기는 상태와 시일이 좀 더 지나면서 아기가 잠들기 전에 부르는 온갖 종류의 노래와 곡들이 그리고 유아의 몸의 일부는 아니지만 아직 외적 실재에 속한 것으로 완전히 인식되지 않은 대상들의 사용에 관한 것들 모두가 중간현상의 영역에 해당된다[4].

중간현상의 영역은 신체 일부분과 놀이감, 웅얼이 등이 중간대상들이라 할 수 있다. 중간대상과 중간현상은 일반적으로 어머니와 공생적으로 융합하고 의존했던 단계에서 말리(Margaret Mahler) 등의 자아 심리학자들이 주장하는 분리 개별화 단계로 나아가는 전환기에 사용되는 대상을 지칭한다. 중간대상은 유아가 어머니와 떨어져 있는 동안 어머니와의 상상적인 유대를 유지하도록 도와준다. 중간대상이 중요한 것은 그것이 어머니를

대신해 주기 때문만은 아니다. 그것이 아이가 주관적인 전능감 속에서 창조한 어머니와 객관적인 세계 속에서 발견한 스스로 존재하는 어머니 사이의 대상이 되기 때문이다, 특별히 그것이 아이의 확장된 자기를 나타내기 때문에 중요하다.

위니콧은 주관적 전능감에서 객관적 현실로 전환하는 과정에서 공격성이 어떤 식으로 작용하는지를 설명하기 위해 대상사용이라는 개념을 도입하였다. 아이는 전능한 창조와 파괴 그리고 생존이라는 순환적 과정을 통해 외부적인 감각과 자신의 전능한 통제 너머에서 스스로 존재하는 실제적인 타자에 대한 감각을 확립해 간다[5].

중간대상과 중간현상을 통하여 분리 개별화 단계로 이어진다. 아이는 전능한 창조와 중간대상과 중간현상을 통하여 분리 개별화 단계로 이어진다. 전능한 창조와 파괴, 그리고 현실에 적응하기 위해 존재하는 실제적인 타자에 대한 감각을 체득한다고 할 수 있다.

2.3 거짓자기와 참자기

거짓 자기와 참 자기의 형성에는 어머니 역할이 상당히 중요하다. 충분히 좋은 어머니는 유아의 전능성에 응해주며 어느 정도 그 전능성을 의미 있게 만들어 준다. 그리고 어머니는 그것을 의미 있게 반복한다. 어머니가 유아로 하여금 전능성을 경험할 수 있게 해줄 때 참자기는 유아의 약한 자아에게 힘을 주게 되고 유아는 자신의 삶을 갖기 시작한다. 그러나 충분히 좋은 어머니가 아닌 경우 그 어머니는 유아의 전능성 경험을 돕지 못하고 반복해서 유아의 몸짓에 반응해 주지 못하며 유아의 몸짓을 자기 자신의 몸짓으로 대체해 버린다. 유아는 어머니에 순응하여 어머니의 몸짓을 자신의 것인 양 받아들인다. 유아의 이러한 순응은 거짓 자기의 가장 초기 단계이다[1]. 충분히 좋은 어머니는 유아의 전능성을 의미 있게 만들어 준다. 이러한 때 참자기는 유아의 약한 자아를 성장하게 하여 자신의 삶을 가질 수 있도록 이끌어 준다.

유아는 이 거짓 자기를 통해 거짓된 관계를 형성하고 심지어 내사를 통해 진자처럼 보이는 것에 이르기도 한다. 따라서 유아는 성장하면서 엄마 또는 양육자와 같이 그 상황을 지배하는 사람이 누구든지 간에 그 사람과 똑같아진다. 거짓 자기는 긍정적이며 아주 중요한 기능을 하나 가지고 있는데 그것은 환경의 요구에 순응함으로써 참자기를 숨기는 것이다[3]. 유아의 거짓 자기의 특징

은 거짓된 관계를 형성한다. 그리고 유아는 엄마 또는 상황을 지배하는 대상에게 의존적 관계를 형성한다고 할 수 있다. 그러면 이러한 거짓자기는 어떻게 해서 형성되는가? 위니콧은 그 발생의 자기를 생의 초기에 아이와 어머니가 갖는 관계 속에서 찾고 있다. “아기는 존재하지 않는다. 다만 어머니와 아기가 존재할 뿐이다.” 라는 그의 말이 잘 표현해 주듯이 신생아 시절에 아기의 어머니에 대한 의존도는 거의 절대적이다. 아기는 이 시기에 어머니의 안아줌 속에서 자신의 존재의 지속성과 안정감을 누려야 한다. 충분히 좋은 어머니는 아기의 이러한 필요에 적절히 적응해 주며 이때 아기는 이를 통해서 전능 환상을 경험하게 된다. 즉, 아기가 무엇을 원할 때 뭔가 주어지는 것을 통해서 아기는 마치 자신이 그 필요한 것을 창조해 냈다는 환상을 갖게 된다. 이 전능 환상은 서서히 포기되어야 하지만, 만약 어머니가 아기의 요구에 적응해 주지 못하게 되면 아기의 환상은 깨지고 따라서 환상과 자발적 충동이 결핍된다. 어머니가 아기에 대해 반영해 주지 못하고 오히려 아기가 어머니의 기분을 살피게 되면 생존을 위해서 본래의 참자기를 포기하고 서서히 거짓 자기를 형성하게 된다[6]. 유아의 요구를 채워주지 못할 경우 환상과 자발적 충동이 결핍된다. 즉, 어머니가 유아에게 반영해 주지 못할 때 유아가 어머니의 기분을 살피게 되어 참자기를 포기하고 거짓 자기를 만들어 가게 된다.

2.4 병리이론

절대적 의존기의 병리는 자기가 형성되기 이전의 병리로서 충분히 좋은 어머니의 공감과 안아주는 환경의 실패로 인해 아이가 전능 환상의 때 이른 붕괴를 경험하고 멸절 불안을 느낌으로써 발생하게 된다. 정신증은 전능 방어와 전혀 통합되지 않는 자기에서 기원하는 것이며 아이가 전능 환상을 점진적으로 포기하는 과정 없이 조속하게 현실에 의해 침입을 받을 때 경험하는 멸절 불안으로 인해 자신이 사용할 수 있는 유일한 방어인 전능 방어인 전능 방위에 매달리게 됨으로써 발생하는 것이다. 이때 정신 에너지가 전능 방어를 통해 자아 보호에 편중되기 때문에 자아의 발달은 정지되고 유아는 현실로부터 오는 어떤 자극도 멸절 불안으로 경험하게 된다. 그리하여 실제적 정서는 부인되고 전능 환상에 따른 마

술적 사고에 고착되어 현실을 왜곡하게 된다.

경계선 장애와 자기애적 장애는 절대적 의존기의 외상 경험으로 인해 전능 방어에 고착되어 있지만 자기의 통합이 어느 정도 이루어진 경우이다. 이들은 상대적 의존기 동안에 상대적 박탈 경험을 겪었던 사람들이며 따라서 잃어버린 만족 경험을 되찾고자 하는 시도가 증상으로 나타나거나 치료과정에서 표출된다[2]. 환언하면 절대적 의존기의 병리는 충분히 좋은 어머니의 공감과 안아주는 환경의 실패로 인해 발생한다. 이때 아이는 전능 환상의 붕괴를 경험하고, 멸절 불안을 경험하게 된다. 순수한 상대적 의존기의 병리는 두 가지 유형으로 나타난다.

첫 번째 유형은 절대적 의존기의 만족 경험을 상대적 의존기에 너무 일찍 박탈당함으로 인해 발생한 상실한 대상에 대한 의존 욕구와 그 대상의 회복 욕구가 두드러진 경우이다. 이는 전형적으로 물질중독 섭식장애, 성적 문란을 수반하는 우울장애를 나타낸다. 이러한 병리에서 물질은 어머니 대상인 동시에 어머니가 아닌 대상으로 인식된다는 점에서 중간대상과 유사하지만 이는 박탈 이전의 어머니와의 관계를 복원시키고자 하는 것으로서 포기하기가 쉽지 않다고 하였다[2]. 즉, 상대적 의존기에 일찍 박탈당함으로 상실한 대상에 대한 의존욕구와 그 대상의 회복 욕구가 할 수 있다.

두 번째 유형은 절대적 의존기의 절대적 적응상태가 지속되는 경우다. 적절한 환경의 실패경험이 지연될 때, 아이는 계속적으로 본능적 흥분을 추구하며 자아 관계성을 형성하지 못하고 따라서 과도한 의존 욕구와 성적 욕구에 매달리게 된다. 이러한 증상의 원인은 유아가 홀로 있을 수 있는 능력을 발달시키지 못했던 것이다. 이것은 어머니가 곁에 있으면서 홀로 있을 수 있도록 허용하지 못했기 때문에 발생한 것이다[2]. 이처럼 두 번째 유형은 절대적 의존기의 절대적 적응상태가 유지되는 경우이다. 이러한 증상의 원인은 어머니가 홀로 있을 수 있도록 허용하지 않았기 때문이다.

2.5 충분히 좋은 어머니의 축진적 환경

위니콧은 자기를 형성하는데 있어서 부모라고 하는 환경을 강조한다. 환경이 좋을 때 유아가 성숙과정으로 나가는 것이 축진적으로 된다고 보았다. 환경이 엄마라는 형태는 유아의 변화의 요구에 대해 스스로 적응할 수 있으며 유아가 자라나며 환경인 엄마에게 덜 의존하게

되는 것이다. 위니콧은 축진적 환경의 중요성을 이야기 하는데 최초의 축진적 환경은 엄마이며 이러한 환경을 제공하는 엄마의 중요성을 언급하고 있다. 축진적 환경을 유아에게 제공한다면 성장하게 되며 성공적인 성숙 과정으로 나아갈 수 있다. 축진하는 환경의 특징으로는 적응을 말한다. 이것은 환경의 요구에 부응하는 것에 대해 기술하기 위해 사용하였고, 이러한 적응이 유아의 요구나 성숙되어지는 과정에 있어 중요한 요소라고 보았다. 이것에 부응하는 것은 바로 부모의 책임이라고 말하고 있다[7]. 이처럼 축진적 환경은 엄마라고 할 수 있다. 유아는 축진적 환경에 의하여 성장하며 성숙과정으로 이어진다.

위니콧은 ‘충분히 좋은 엄마’라는 용어를 쓰기 시작하는데 이것을 쓴 것은 1950년대 ‘좋은’이라는 형용사 앞에 ‘충분히’라는 부사를 앞세우는데 이것은 클라인과 자신의 이론을 구별하기 위해서다. 처음 클라인은 좋은 엄마 나쁜 엄마라는 용어를 썼었다. 그러나 위니콧은 이것을 내적 어머니와 환상 속의 어머니에 적용되는 것으로 보고 실제 어머니 즉, 아이에게 젖을 주는 어머니에게 적용되지 않는다는 것을 강조했다. 위니콧이 내적 어머니라는 개념에 대해 부정하는 것은 아니었다. 다만 아기를 가진 실제 엄마를 지칭하는 것이다[8].

충분히 좋은 엄마란 현신하는 엄마로 부족한 부분도 있고 실수도 있지만 이것을 개선할 수 있는 가능성이 있는 엄마다. 위니콧이 새롭게 발견한 것 중의 하나는 환경의 결핍 자체가 얼마나 아기 사이의 관계 속에 내재된 당연한 요소라는 것으로 그것은 아기의 성장과 내재된 잠재성을 발휘하는 데 꼭 필요한 요소라는 것이다[8]. 즉, 충분히 좋은 엄마는 한계가 있지만 성숙한 엄마가 되기 위해서 노력하는 대상이라 할 수 있다.

위니콧은 ‘정상으로서의 도피 상태’를 말하는데 첫 아기에 대해 포기할 수 없는 무엇인가를 말한다. 엄마들은 초기의 단계에서 놓친 부분을 만회하기 위해 고군분투하지만 아기와 엄마는 병리적 상태로 오랜 기간 동일시에 특징을 가지기도 한다. 이처럼 위니콧은 발달 초기에 환경 제공의 중요성에 대하여 강요했으며 가장 최초의 사건인 모성 물두의 중요성을 반복해 언급한다. 가장 초기 과정의 충분히 좋은 환경적 제공이 있을 때 아기는 존재의 시작을 경험하고, 개인적 자아를 세우는 시작을 하게 되며, 인생의 모든 어려움과 장애물을 만날 수 있는 것이다[9]. 충분히 좋은 환경적 제공이 있을 때 유아

는 존재감을 가지게 된다. 그리고 유아는 자아를 인식하고 성장을 할 수 있다.

안아주기의 확장된 개념은 보살핌과 치료이다. 배속에 있는 아기에서 팔에 안겨있는 아기에게서 시작되어지며 보살핌은 아이의 성장 발달에서 풍요로워지며 아이가 발달과정 속에서 무엇을 느끼고 무엇을 필요로 하는지 아는 것은 어머니 덕분에 일어날 수 있는 것이다. 성장과 성숙을 가능하게 하는 것은 촉진적 환경이라 할 수 있는 어머니와 아버지의 보살핌은 개인의 정체감을 발달시켜주며, 개인의 정체감은 아이가 충분히 좋은 엄마가 존재했으며, 미성숙했던 시기 그의 환경이 안아주기를 제공해 주었기 때문에 현실이 될 수 있는 요소이고, 모든 인간에게 필수적인 것이다[10].

유아에게 있어서 어머니는 아동의 초기 자기가 출현할 수 있도록 다양한 경험들을 제공하는 대상이며 환경이다. 유아는 산만하게 흩어진 경험의 조각들과 파편들로 구성된 '통합되지 않은' 삶을 시작한다. 그러나 이런 통합되지 않은 삶을 가진 유아를 어머니는 통합된 전체로 지각한다. 이때 어머니는 유아가 그 안에서 머무르고 경험할 수 있도록 '안아주기 환경'을 제공하게 된다[11].

3. 중간대상으로 상담자 역할

위니캇에게 있어서 상담자는 환자가 발달상 어떤 단계에 고착이 되었는가에 따라 달라지고, 또한 상담자의 역할도 달라진다. 절대적 의존기의 문제를 안고 있는 내담자일수록 상담자는 치료 상황 안에서 유아기에 충족되지 못했던 내담자의 전능적 욕구를 가능한 한 많이 충족시켜주어야 한다. 이러한 욕구에 대한 상담자의 민감성과 그것을 충족시켜주려는 상담자의 노력이 내담자로 하여금 성숙과정과 자아발달이 정지되었던 순간으로 되돌아갈 수 있게 한다. 그리고 상담자는 그 정지된 욕구에 적용해 주어야 한다[2]. 환언하면 절대적 의존기의 문제를 안고 있을 때는 상담자는 충분히 좋은 어머니(good enough mother) 역할을 하여야 한다. 즉, 상담자의 역할은 유아의 정서 상태를 안아주는 환경이라 할 수 있다. 위니캇은 상대적 의존기의 문제를 안고 있는 내담자의 경우, 박탈의 경험으로 병리가 발생하고 박탈당한 대상에게 돌봄을 제공해 주는 것을 원리로 하여 각각의 병리에 따른 치료기법을 제안하였다. 조기의 모성 박탈

을 겪었던 개인이 박탈 이전의 만족 경험을 복원시키려는 충동과 관련된 병리의 경우, 상담자는 내담자가 박탈당한 경험과 욕구를 충족시켜주어야 한다. 과도한 모성적 적응으로 인해 자아 관계성을 발달시키지 못한 경우 오히려 내담자의 홀로 있고 싶어 하는 욕구를 충족시켜주면서 조용히 곁에 있어 주어야 한다. 따라서 내담자의 수준에 따라 침묵은 흔히 이해하는 저항이 아니라 홀로 있을 수 있는 능력을 발달시킬 수 있는 기회일 수도 있다[12]. 즉, 상대적 의존기의 문제를 가지고 있는 내담자일 경우에는 박탈에 고통을 회복하도록 상담자는 돌봄을 제공해 주어야 한다.

유아의 신체적 정서적 발달은 개인적이고 독립적으로 이루어질 수 없다. 유아의 발달적 욕구에 절대적으로 필요한 것이 있다면 촉진적 환경 또는 유아와 함께 단일체를 이루는 모성적 돌봄이다. 인간의 핵심에 놓여 있는 타고난 잠재력은 적절한 환경이 없으면 실현될 수 없다. 이러한 적절한 환경은 어머니의 모성적 돌봄으로 이루어진다.

위니캇은 모성적 기능을 지나치게 이상화하지 않기 위해서 충분히 좋은 엄마와 같은 말을 사용하는 것이 좋을 것이라고 말한다[3]. 상담자는 모성적 돌봄으로 내담자의 충분히 좋은 엄마의 역할을 할 때 전능적 욕구를 충족시켜 줄 수 있고 박탈의 고통을 회복시켜 줄 수 있다.

위니캇은 치료 상황에서 상담자의 역할을 제시하였다. 안아주기(holding), 상담자는 마치 엄마가 아기를 안아주듯이 정서적으로 내담자를 안아준다. 공감과 이해를 통해서 내담자가 자신의 감정을 지탱하고 경험할 수 있는 안정된 심리 공간을 제공해 준다. 그리고 견디주기(survival), 상담자는 공격심의 발산의 형태를 나타내는 내담자의 미숙한 참자기의 일면을 수용하고 견디어 줌으로써 차츰 이 공격적인 에너지가 참자기의 인격구조 속에 통합될 수 있는 기회를 제공해 준다. 내담자의 감정적 반응에 상담자가 같이 감정적으로 반응해 버리면 내담자의 공격적인 에너지는 다시 분리 억압되는 전철을 밟게 된다[12]. 이처럼 상담자는 내담자에 안정된 심리 공간을 제공해 주고 견디주기를 통해서 공격성을 수용하고 견디어 주어야 한다.

4. 결론

본 연구는 위니캇의 이론을 중심으로 상담자의 중간

대상 역할을 문헌연구를 통하여 제시하였다. 목적에 따라 본문에서는 발달과정인 절대적 의존기에 유아는 안정감을 상실할 때 멸절 불안에 사로잡힐 수 있다. 상대적 의존의 시기는 유아가 자기와 대상을 구별하게 시작한다.

발달과정에서 유아가 어머니와 절대적 의존에서 상대적 의존으로 넘어갈 때는 불안을 겪는데 이때 중간 대상인 인형, 손 빨기 등이 유아의 불안을 감소시키는 것처럼 상담자가 중간대상으로 상실 경험에 대한 분리불안과 우울 불안을 완충시켜주고 전능 환상에서 현실 세계로 매개하여 주는 역할이라 할 수 있다.

다음으로 거짓 자기와 참자기에서 충분히 좋은 어머니는 유아의 전능성을 의미 있게 만들어 준다. 이러한 때 참자기는 유아의 약한 자아를 성장하게 하여 자신의 삶을 가질 수 있도록 이끌어 준다. 한편으로 어머니가 유아에게 반영해 주지 못할 때 유아가 어머니의 기분을 살피게 되어 참자기를 포기하고 거짓 자기를 만들어 가게 된다. 또한 병리 이론에서 절대적 의존기의 병리는 충분히 좋은 어머니의 공감과 안아주는 환경의 실패로 인해 발생한다. 이때 아이는 전능 환상의 붕괴를 경험하고 멸절 불안을 경험하게 된다고 할 수 있다.

따라서 결과에 따른 결론은 다음과 같다. 상담자는 상담현장에서 내담자의 언어적 및 비언어적 행위에 대해 반영해 주어야 하며, 공감과 안아주기 환경을 제공해주어야 한다.

References

[1] D. W. Winnicott, "성숙과정과 축진적 환경", 이재훈 역, 서울: 한국심리치료 연구소, 2000.
 [2] F. Summers, "대상관계 이론과 정신병리학", 이재훈 역, 서울: 한국심리치료 연구소, 2004.
 [3] M. Davis & Wallbridge, "울타리와 공간", 이재훈 역, 서울: 한국심리치료 연구소, 1997.
 [4] D. W. Winnicott, "놀이와 현실", 이재훈 역, 서울: 한국심리치료 연구소, 1997.
 [5] S. Mitchell & B. Margaret, "프로이드 이후", 이재훈, 이해리 역, 서울: 한국심리치료 연구소, 2002.
 [6] 이재훈, "참자기와 거짓자기의 문제", 『기독교 사상』, pp 217-220, 1991.

[7] 정진아, "축진적 환경으로 적당한 엄마되기 역할이 자녀의 자아에 미치는 영향에 관한 연구", 장로회신학대학교대원학원, 신학석사학위논문, 2013.
 [8] 안느 르페브르, "100% 위니캣", 김유빈 옮김, 서울: 한국심리치료연구소, 2016.
 [9] 최미영, "위니캣(D.W.Winnicott)의 '모성적 돌봄'에 기초한 유아정서발달 연구", 호남대학교 기독교 상담 대학원, 석사학위논문, 2005.
 [10] D. W. Winnicott, 김유빈 옮김, "가정 우리 정신의 근원", 서울: 한국심리치료연구소, 2017.
 [11] J. R. Greenberg & S. R. Mitchell, "정신분석학적대상 관계이론", 이재훈 역, 서울: 한국심리치료연구소, 1999.
 [12] 오채근, "비교정신분석학", 서울: 한국심리치료 연구소, 2005.

윤 석 민 (Yoon, Seok-Min)

- 2006년 03월-2021년 10월 현재: 대원대학교 사회복지학과 교수
- 2002년 03월-2005년 12월: 백석대학교 외래교수
- 2001년 03월-2010년 8월: 백석대학교 상담학박사
- 1996년 02월-1998년 02월: 서울신학대학교 신학석사
- 1992년 03월-1994년 02월: 한남대학교(편입) 졸업 기독교학과
- 1983년 03월-1990년 02월: 성결대 영어 영문학과
- 관심분야: 심리상담, 놀이치료, 미술치료, 독서치료 등
- E-Mail : yoonseakmin9@naver.com

