

# 임상사회사업에서의 정신건강 상담

김정진\*

## 1. 태화의 정신건강 상담 사업

### 1) 정신건강 상담 사업

정신건강 사업이 활성화된 것은 1978년 어간이었다. 1978년도에 태화는 사회교육부를 새로이 신설하여 일반인들이 현대를 살아가면서 필요한 교육을 기획하고 실시하려 하였다. 이 시기에 산업화, 도시화에 따른 서구문화의 난입, 성장 위주의 경제정책, 사회의 급격한 변천등이 일상생활에 영향을 미치게 되어 불안과 불안이 조성되고, 인간의 정상적인 정서생활과 정신건강이 위협받게 됨에 따라, 현대인의 정신건강 문제가 한 개인의 문제로서 해결될 수 있는 것이 아니라 사회가 공동으로 책임을 지고 해결해 가야할 문제로 대두되었다. 따라서 사회교육부는 일반인들의 정신 건강 증진과 예방 및 전문 상담 요원 훈련을 시도하게 되었다.

그 첫사업으로서 1978년 4월 10일부터 4월 15일 까지를 '정신건강 증진 주간'으로 정하여 정신건강 강좌와 즉흥극, 문학과 정신건강, 음악과 정신건강 및 정신장애자들이 병상에서 그린 그림 전시회를 개최하였다. 이 사업은 일반인들에게 매우 큰 호응을 얻었고 그들의 요구에 의해 매주 금요일에 정신건강 강좌와 즉흥극이 진행되게 되었으며 1978년 전반기에 17회, 후반기에 18회에 걸쳐 실시되었다. 그리고, 정신장애자 그림전시회도 그해 10월에 다시 열리게 되었다.

정신건강 강좌와 즉흥극에 참여했던 사람들은 더 나아가 개별적인 문제해결을 위한 서비스의 욕구를 나타내었고 이러한 일반인들의 욕구를 수용하여 정신건강 상담실을 그해 6월 19일에 정식으로 개설하게 되었다. 주 5일간 개설된 상담실에는 정신과 의사 2명, 임상심리 전문가 1명, 사회사업가 5명이 자원봉사자로 참여하면서 상담에 응했는데 첫해 6개월 동안 상담을 신청하여 정기적인 상담을 받은 사람은 모두 73명이었다.

태화에서 정신건강 사업이 활발히 전개되자, 한강성심병원 정신과에서는 퇴원한 정신과 환자 1명의 사회적응 훈련을 태화에 의뢰하게 되었다. 당시 우리 나라에는 정신질환자들의 재활을 위한 사회복지 서비스가 전무한 상황이었고, 태화만이 다양한 정신건강 사업과 함께 1968년부터 정신 장애자인 정신박약아들의 사회적응을 위한 재활 프로그램에 힘써오고 있었기 때문이었다. 이에 태화는 한강성심병원의 의뢰를 수락하고 퇴원한 정신질환자를 정신박약아부에 배치하여 사회 재적응 훈련을 시도하였다. 당시는 태화가 서울시 도시 재개발 계획으로 사회관 사업을 축소하던 중이었으며, 정신건강 사업으로는 사회교육부의 정신건

---

\* 태화기독교사회복지관 사회복지부장

강강좌와 정신건강상담실이 운영되고 있었고 사회사업부의 재수생사업과 정신박약부아의 정신박약아 사회재적용 프로그램이 진행되고 있었는데 정신질환자의 사회재활을 담당하기에는 정신박약아부가 가장 적합하다는 판단에 의해서였다.

이렇게 활발히 운영되었던 1978년의 정신건강 사업은 1979년 서울시 도시재개발 계획으로 인한 사회관 사업 축소와 빌딩 재건축으로 인해 1978년 말에 일시 중단되었다. 정신건강 사업은 새로운 빌딩을 마련한 뒤에도 지속되어 1980년대 이후 태화 사회관의 주요 사업의 하나로 정착했다.

1982년 새로이 건축된 태화빌딩에 입주 시작되면서 중단되었던 사회관 사업이 재개됨에 따라 정신건강 사업이 다시 활발해지게 되었다. 1982년 사업 보고에 나타난 빌딩시대 처음 사업 현황을 보면, 각 사업 부서 중 정신건강부\*에서는 '정신건강 클리닉', '정신건강 수요강좌', '40-50대 주부강좌', '자폐아 부모강좌'를 운영하였음을 알 수 있다. '정신건강 클리닉' 사업은 정신건강의 문제를 가진 개인이 정신과의사의 진료와 상담을 받을 수 있도록 한 상담 프로그램이었으며, '정신건강 수요강좌'는 직장인의 정신건강을 위한 공개강좌를 실시한 것이었다. '40-50대 주부강좌'와 '자폐아 부모강좌'는 태화 월례강좌 프로그램으로 각각 10월, 11월에 실시되었던 공개강좌였다. 이로써 82년에는 빌딩으로 바뀐 태화사회관에서 건축 및 지역적 특성상 주로 강좌나 세미나 형태의 교육 프로그램을 개발하여 실시하였음을 알 수 있다.

1983년에는 1978년 개설되었다가 사회관 재건축으로 인해 중단되었던 정신건강상담실을 재개하게 되었다. 재개된 정신건강 상담실은 78년에 자원봉사자들로 운영되었던 상담 운영방식에서 본격적으로 상담훈련을 받은 전문 상담자를 두어 보다 질 높은 내담자 중심의 상담을 실시하였다. 상담실은 사회적응에 어려움을 겪고 있는 사람들을 대상으로 자아를 강화 시키어 그들 자신의 문제를 성찰하고 이해하며 스스로 문제를 해결할 수 있도록 도와 건강한 사회성원으로 그 역할을 다하도록 함을 목표로 계속해서 확장 운영되었다.

정신건강 상담실은 1978년 6월 개설된 이래 빌딩 건축의 이유로 약 4년간의 공백 기간이 있긴 했으나 지속적으로 현재까지 15여년동안 지속적인 사업을 실시해오면서 1700여명의 상담을 실시하였다. 상담을 통하여 정신건강 문제 뿐만 아니라, 가정문제, 대인관계 문제 등 다양한 개인적인 문제를 가진 내담자들의 문제 해결 능력을 향상시키는데 주력해 왔으며, 또한 정신건강 강좌, 사회극을 통하여 정신건강의 예방, 계몽 및 교육을 위해 노력하여 왔다.

태화의 정신건강 사업은 1968년 '정신박약아부' 사업으로 시작한 이후 태화의 간판 사업이 되어왔다. 특히, 정신건강상담실은 정신질환 발생 예방 사업으로 일반인들의 호응을 받아 현대사회가 요구하는 복지사업의 한 유형으로 인식되고 있다.

## 2) 상담 10년 통계분석 (별첨)

---

\* 1971년 처음으로 사업분류에 정신위생사업이라는 명칭으로 문제아 상담지도, 장미회 클럽활동, 갱생보호 모임, 지역사회 정신건강모임이 분류되었고, 1978년에는 사회교육부 주관으로 정신건강강좌 개편과 정신건강 상담실이 개설되어 정신건강 사업이 활발히 전개 되면서 1982년 처음으로 정신건강문제만을 전담하는 부서로서 '정신건강부'가 신설되었다.

## 2. 임상사회사업이론의 상담실무에의 적용

임상사회사업의 이론은 상담의 이론적 기초가 되는 심리학에서 발전된 여러 요법들과 역할 및 사회체계 이론의 사회학적 영향, 실존주의 철학의 영향 속에서 태동, 발전되어왔다.

이제 위 지식체계들을 상담의 현장에서 어떻게 선별적으로 적용하고 적합하게 활용하는가를 평가해본다.

본 상담실은 정신질환을 가지고 있어 병원에서 약물치료를 받으면서 상담을 원하는 사람들 혹은 성격적인 약점 때문에 반복하여 사회적응문제가 생기고, 그로 인해 두통, 불면, 소화장애, 우울감, 대인공포 등을 호소하는 신경증적 문제를 가진 사람들, 혹은 부부갈등이나 자녀문제를 가진 사람들을 위하여 주로 면접상담을 통해 문제해결능력을 증진시켜주고 있다.

본 상담실에서는 개별면접상담을 원칙으로, 내담자가 호소하는 문제의 성질, 자아의 힘 (ego-strength), 환경적 지지기반 등에 따라 목표와 상담기간, 접근방법을 달리하여 개별 사회사업의 문제해결 모델에 따르는 상담, 행동요법, 지지중심 요법, 합리적-정서요법, 현실요법 등을 다양하게 활용하여 왔다. 또한 내담자가 현재 처해 있는 대인 거래형식과 그 관계에 중점을 두고 과거의 성장과정과 연결을 지어 해석을 하는 즉, 내담자와 상담자가 힘을 합하여 현재 내담자가 갖고 있는 상처 받기 쉬운 성격상의 문제와 지나치게 예민한 감정, 왜곡된 사고가 과거와 어떻게 연결 되어 있는지 이해하도록 돕는 명료화와 부분적인 해석을 동반하면서 교육형식을 동원하는 정신역동 중심적 접근을 주로 해 왔다. 즉 앞에서도 언급했듯이 홀리스가 중요시했던, 주로 내담자로 하여금 자신을 이해하도록 돕는 자아인식 발달에 기본을 두고, 클라이언트의 개인적, 사회적 기능수행 타입의 변화 혹은 개선을 꾀하는 것이다. 다시 말해서 개별사회사업의 기본가치인 수용, 신뢰, 자기결정을 바탕으로, 치료적 관계를 형성하고, 현재의 생활을 주요 초점으로 하면서 과거의 기억과 갈등이 현재의 문제와 역동적으로 얽혀 있는 부분을 통찰하도록 도움으로 자기 인식을 발달시키고, 심리 사회적 기능을 향상시키도록 돕는 것이다.

또한 체계론적 입장의 가족치료 이론을 받아들여 개별면접을 위주로 하더라도 클라이언트와 그 가족의 구조와 의사소통 체계를 이해하여, 클라이언트를 가족이라는 단위속의 한 개인으로 이해하고 클라이언트의 변화와 그에 따른 가족의 영향을 예측하여 도우려고 노력하였다. 더구나 가족치료 혹은 부모에 대한 개입을 통하여서만 변화가 가능한 아동이나, 청소년, 자기표현이 미숙한 정신분열증 환자(신경정신과에서 약물치료를 받으면서 상담을 병행하는 경우) 등의 경우에는 가족원을 오도록 하여 공동 혹은 개별적으로 개입하고 있다. 그러나 앞에서 살펴보았던 가족치료를 실천하기에는 임상적 경험과 기술이 부족하기도 하였으나, 클라이언트가 원하지 않는 경우, 가족이 협조하지 않는 경우도 다수 있어서 실천의 어려움이 있었다.

정신건강영역에서 정신건강문제를 가진 사람들을 이해하고, 돕기 위한 이론과 이론에 의해 고안된 치료 기법은 무수히 많으나 상담자의 학문적 배경이나 성격에 따라서 어떤 특정한 이론을 선호하게 되고, 거기서 유출된 기법을 활용하여 개입의 방향이 정해지고, 그에 따른 성과도 나올 것이다. 그러나 상담에 필요한 적절한 이론과 기법의 활용과 더불어 상담자 자신의 지속적인 자기 성찰을 통하여 인격적인 성숙을 꾀하고, 편견과 선입견을 배제하여야만 문제해결을 위한 효과적인 상담이 이루어질 수 있을 것이다. 또한 상

담은 상담자의 가치관, 태도, 자세, 언어반응 등이 모두 중요한 변수가 되는 작업이므로, 어떤 특정한 자격이나, 학문적 비중 내지 기법보다는 서로 이해할 수 있도록 내담자와 의사소통하려 하고, 진정한 의미에서 내담자를 따뜻하게 돌보려는 마음을 갖는 것이 더 중요할 수 있다. 그러기에 무엇보다도 중요한 공감적 이해(empathy), 참된 관심(genuine concern), 따뜻하고 수용적인 태도(warmth and acceptance), 정직(honesty)과 인내심(patience)을 가져야 한다. 이러한 상담자의 자세를 유지하면서, 효과적인 상담을 하기 위해서는 사회사업가의 훈련을 위한 슈퍼비존이 매우 중요하다. 이를 위해 상담실에서는 주1회씩 과정기록을 통하여 개별 슈퍼비존이 이루어지고 있으며, 또한 주1회 그룹스터디 형태의 슈퍼비존으로 정신과 의사가 진행하는 관련서적 탐구와 사례분석 모임에 참여함으로써 사회사업가에 대한 지속적인 교육훈련을 통하여 상담의 질을 높이고자 노력하고 있다.

### 3. 상담사례

상담기간 : 1991. 7.18 - 1991. 12.13(총 13회)

상 담 자 : 김 정진

내 담 자 : 조 혜미

#### 1. 사회적 상황조사

##### 1) 가족상황

번호	성명	관계	연령	성별	학력	직업	종교	비고
1	조관수	아버지	57	남	대졸	공무원	기독교	
2	서미자	어머니	51	여	고졸	주부	기독교	교회활동 적극참여
3	조혜선	언니	26	여	대졸	회사원	기독교	
4	조혜미	본인	23	여	대재	학생	기독교	
5	조현수	동생	20	남	대재	학생	기독교	

##### 2) 개인 및 가족사

내담자는 2녀1남 중 둘째딸로 서울에서 태어났다. 내담자의 아버지는 8남매 중 장남으로 경제적으로 어려운 환경에서 성장하였고, 동생들 교육과 생활을 감당해야 했다. 아버지의 성격은 내성적이고, 우유부단하며 비사교적인 편이다. 내담자의 어머니는 4남매 중 둘째로 아버지는 일찍 사망하셨고, 어머니는 일찍 개가했기 때문에 동생들을 돌봐야했다. 어머니의 성격은 매우 적극적이고, 활달하며, 자기주장이 분명하여서 어디서든지 지도자 역할을 한다. 부모의 부부관계는 원만하지 않은 편으로 결혼초부터 성격이 맞지 않아 불화가 잦았고, 청교도적이고 근검절약하면서 자기 의사가 분명한 어머니가 소극적이고 우유부단한 아버지

를 무시하고 공격하는 일이 잦았다. 내담자의 언니는 활동적이고 명랑하며 순종적인 성격으로 어려서부터 어머니와 아주 친밀하다. 내담자의 동생은 말이 없고 사색을 즐기며 책에만 몰두하는 등 가족내에서 별로 말이 없으며 신중하고 생각이 깊고 조용한 성격이다. 내담자의 어머니와 언니도 막내인 동생을 어려워하는 편이며 내담자가 가끔 대화를 통해서 위로 받기도 한다.

내담자는 5세때부터 피아노를 시작하였는데 내담자 스스로 이를 매우 좋아하여 하루 7시간이상 피아노를 치는 등 이에 전념하는 유년기를 보낼 정도였다. 재능도 있어 어머니가 열의를 갖고 지원하여 유명한 교수에게 레슨 받고 각종 유명 콩쿨도 석권하였다. 특수 예술 중,고등학교에도 무난히 진학하고 그곳에서도 두각을 나타내었다. 그러다가 고2때 자신만의 독특한 연주법을 터득하고 싶은 강한 욕구를 느끼며, 지도교수와 자주 충돌이 생기면서 갈등을 겪다가 갑자기 손이 마비되어 연주가 어려워졌다. 이에 대학 진학에도 차질이 생겨 원하던 대학에도 진학을 못하게 되었다.

### 3) 현재상황

원하던 대학에 진학을 못하게 되면서 학교 생활에 적응이 어려울 뿐 아니라, 여전히 손이 불편하여 전과 같이 연주도 잘 안되어, 두각을 나타내지 못하는 것이 괴로웠다. 또한 고등학교 동창들 중에는 일찍부터 유학을 갔다가 귀국하여 대학에서 시간강사를 하는 친구들도 있어 자신의 현실과 비교되어 심한 좌절감, 허무감을 느끼게 되었다. 이에 내담자는 아르바이트하면서 수입이 좀 생기자 조금씩 사치도 하고 친구들과 어울려 늦게까지 놀다가 들어가기도 하고 남자친구도 사귀어 보면서 극복해보려고 하였다. 그러나 이런 생활태도를 어머니가 몹시 못마땅해 하고 사사건건 간섭을 하게 되면서 어머니의 말 한마디 한마디에 신경이 쓰이고 예민해져서 어머니와 자주 충돌하게 되었다.

반면 언니는 직장에 다니면서 월급을 모두 어머니에게 가져다 드리고, 용돈을 타서 쓰며 어머니와 더욱 가까워져 대화도 자주 나누고 즐겁게 지내며 내담자의 남동생은 워낙 과묵한 성격이라 웬지 어렵게 느껴져 가족내에서도 외로움을 느끼게 되었다.

한편 아버지는 어머니와 충돌하는 내담자를 이해하는 듯이 보이고 대화에도 응해주실 것 같이 보이나, 별로 신뢰가 되지 않았다. 이에 내담자는 아무도 자신을 이해해주지 못하고 심지어 무시당하고 야단만 맞는 것 같으며 친구들과 다니는 것도 무의미해지고 두통, 불면이 생겨 1992년 4월 전화상담기관에 전화했다가 본 기관을 의뢰 받고 찾아오게 되었다.

## 2. 진단적 요약과 평가

### 가. 내담자가 직면하고 있는 현실에 대한 사정

#### 1) 내적인 압력

내담자에게 인생의 모든 것이었던 피아노 연주와 진로가 뜻대로 되지 않으면서, 자아정체감이 흔들리며 내적 갈등이 많다. 더구나 피아노로 인해 관계가 유지되던 어머니로부터 인정을 못 받게 되었고 피아노 연습에만 몰두하여 성장기에 가족과의 대화가 없었던 내담자에게 이 기반이 무너지면서 가족내에서의 소외감, 언니에 대한 경쟁심, 어머니에 대한 반발 등으로 혼란을 겪고 있다.

## 2) 외적인 압력

피아노에 있어 항상 상위그룹에 있었던 내담자가 원하는 대학 진학에 좌절하고 과거 친구들의 연주가로서의 발전에 심리적 압박을 받으며 피아노 연주도 잘 되지 않아 힘겨워한다. 이를 수용하지 못하는 어머니와 자주 충돌이 생기면서 괴로워하고 있다.

### 나. 역동적 진단

가족내에서 가장 영향력 있는 존재이면서, 내담자가 피아노를 하게끔 이끌어준 어머니에 대한 저항과 반발심으로 피아노 지도교사에 대한 불신과 자기세제에 대한 고집을 가져왔다. 이에 대한 갈등과정에서 손이 마비되어 피아노 연주가 잘 안되어 오날까지의 갈등상황으로 이어져 오고 있다. 어머니와 언니의 정서적 결탁, 아버지와 남동생에 대한 정서적 거리감으로 의지할 대상이 없는 가족구조 속에서 소외감이 더욱 가중되고 있다. 아버지에 대해서는 어머니가 항상 부정적인 면만을 강조해온 데다가 내담자가 4살이 되서야 아버지와 생활하게 되어 정서적인 거리감도 있고, 가족으로부터 소외되는 아버지에 대한 연민이 느껴지면서도 가까이하면 어머니가 더욱 비난하지 않을까 두려움을 느끼고 있다. 가족내에서 심리적 지지기반이 없는 내담자는 밖에서도 친구관계나 학교생활이 무의미해져, 곧잘 유학을 가 있는 공상을 하는 등 집을 떠나는 공상에 빠져들기도 하였다. 허전한 감정을 벗어나 보려고 쇼핑을 하거나 남자친구와 교제하였으나 근검절약이 몸에 배고 이성관계에 대한 터부가 많은 어머니에게서 비난을 받게 되어 갈등상황이 악순환되고 있다.

## 3. 개입계획

- 가. 어머니에 대한 적개심과 언니에 대한 질투 경쟁심이 강하게 내재되어 있다. 반면에 그들로부터 인정받고 어울리고 싶은 욕구도 강하여 쉽게 거절감을 느끼고 예민해져 있어, 이에 대한 감정을 드러내도록 도움으로서 양가 감정을 인지하도록 돕는다.
- 나. 어머니의 주관적 평가로 왜곡되어져 있는 아버지에 대해 올바르게 볼 수 있도록 도우며, 아버지가 도와 주려하는 것을 수용하도록 돕는다. (아버지는 내담자와 저녁때 산책등을 하며 이야기 나누길 즐기고 지금도 그러고 싶어한다)
- 다. 감정에 치우치지 않는 비교적 객관적인 남동생과 대화를 통해 정서적 연대감을 느낄 뿐 아니라 가족상황에 대한 객관적 이해에 도움을 받도록 한다.
- 라. 피아노연주가 안되는 문제와 관련된 역동성을 이해하도록 도움으로써 현실적인 초조감을 극복하도록 돕는다.
- 마. 효과적인 자기표현을 교육함으로써 가족 내 의사소통에서 소외되지 않도록 돕는다.
- 바. 어머니와 정서적으로 분리, 독립 될 수 있도록 도움으로써 자아정체감을 확립하도록 돕는다.
- 사. 현실 상황에 대해 좌절하고 있는 내담자에게 미래에 대한 구체적인 계획을 세우도록 돕는다.

## 4. 상담기록

내담자는 좀 마른 체형의 이목구비가 뚜렷하고 화려한 인상의 서구적 용모를 가진 아가씨였다. 웃이나

화장에 각별히 신경쓴 것 같지 않은데도 눈에 띄는 스타일이었다. 잠을 충분히 자지 못하여 눈가가 약간 검은 듯하고 좀 우울해 보이는 표정으로 의자뒤에 깊숙이 앉아서 상담에 임했다.

첫상담에서 내담자는 두통과 불면의 호소와 함께 주로 우울감과 그에 따른 생활의 어려움 피아노 연주가 뜻대로 안되는 점과, 이를 이해해주지 않는 어머니에 대한 호소를 많이 하였고 계속 눈물을 흘렸다. 전체 13회 면접 중 어머니와 자신의 관계를 이해하는데 중요한 계기가 되었던 제 2회, 3회 상담을 다음에 간추려 보았다.

## 제 2회 면접

(1991. 7. 25)

첫상담에서 보다는 조금 밝아진 표정으로 상담자에게 조금 더 다가 앉은 자세로 상담에 임하였다.

상 : 표정이 밝아지신 것 같군요.

내 : 네. 지난번에 그 동안 아무에게도 말 못했던 것들을 털어놓고 나니 편해졌어요, 두통도 좀 덜한 것 같구요.

상 : 주무시는 것은 좀 어떠세요?

내 : 오랜만에 잠도 푹 잤어요, 그런데 꿈은 아주 많았던 것 같아요. 누군가 저의 목을 막 조이는 것 같아 놀라서 깨기도 했어요.

상 : 네. 꿈을 꾸고 나서 뭐 생각 나시는게 있었나요?

내 : 글썽요, 불쾌한 기분이 우선 들었구요, 내가 누군가에게 심리적으로 많이 시달리고 있다는 생각이 들었어요.

상 : 그게 누굴까요?

내 : (주저하다가 화가 난듯한 목소리로) 아마 엄마 일거예요.

엄마는 정말 실제로 내 목을 쥐고 있잖아요, 뭐든지 엄마 방식으로만 하라고 그래요

상 : 엄마 방식이란 어떤 거죠?

내 : 밖에서 있었던 일을 전부 엄마에게 보고해 주길 바라고, 친구들과 어울려 다니며 찻집에도 가고 소풍도 하는 것은 쓸데 없는 낭비이고,.... 엄마는 전화내용까지 엿듣고 있어요. 내 일거수일투족을 감시하는 것 같아요. 정말 못 견디겠어요.... (눈이 빨개지며 눈물이 주르륵 흐른다)

상 : 어머니는 헤미씨가 이제는 성인이 되었다는 것을 인정하지 않으시나보군요?

내 : 네, 그래요.

엄마에게는 우리 식구 누구도 성인으로 보이지 않을 걸요. 엄마는 심지어 아버지도 무시 해요. 엄마는 약점을 캐내기 위해 눈을 번뜩이는것 같아요. 또 엄마에게 걸렸다하면 헤어날 수가 없어요. 심리서적을 많이 읽고 교회생활을 많이 하셔서 말은 청산유수고 논리정연하죠. 엄만, 자신이 완벽한 줄 알고 계세요.

상 : 어머니, 아버지 사이의 결혼 생활이 원만하지 않으셨나요?

내 : 네, 아버지가 결혼전에 여자 문제가 있었나봐요. 아마 아버지가 하숙을 하면서 대학을 다니셨는데, 과부였던 하숙집 주인 여자와 깊은 관계가 있었나봐요. 그 사실을 알게 된 엄마가 결혼초부터 불결

하다고 아버지를 무시하고 차갑게 대하는 것 같아요. 그래서 아버지가 일부러 해외 근무를 신청해서 제가 잉태되었을 때 출국하셔서 5년만에 귀국하셨대요.

상 : 그런 얘기를 어떻게 알게 되었나요?

내 : 어머니는 특하면 그런 얘기를 딸들에 꾸념 하듯이 털어놓으세요. 그리고 자신이 얼마나 시집와서 고생했는지 어버진 과거도 있는데다가 경제적으로도 어려워 무능한 남자라고” .

상 : 실제로 아버지가 무능한가요?

내 : 글썄요. 아버지는 대인관계는 넓지 않으세요. 항상 직장과 집밖에 모르시는 고지식한 분이세요. 집에 오시면 안방에 들어가셔서 혼자서 TV 보고 계시고 신문보시고, 자식들은 밖에서 어머니랑 있게 되고 집에서도 외로우시죠. 때론 그런 아버지가 무능하고 답답하게 보일 때가 있어요.

상 : 직장생활은 어떠신 것 같아요?

내 : 한 직장에서 꾸준히 근무하셨고, 이젠 간부위치에 계세요. 경제적으로 풍족하진 않았지만 그렇게 부족하지 않게 해주셨어요.

상 : 무능하신 분이려면 그렇게 한 직장에 꾸준히 적응하시면서 순조롭게 승진하셨을까요?

내 : 아뇨! 아빠의 생활 방식이 답답하지만 무능하다고 볼 순 없겠어요. 어떻게 보면 아빠가 불쌍해요. 엄마의 끊임없는 잔소리와 냉대에도 묵묵하게 계신 것을 보면 아빠도 잘 참으시고 무던하시다 싶을 때가 있어요.

상 : 헤미씨는 아버지와 대화할 시간을 좀 갖나요?

내 : 아니요. 웬지 어떤 연민을 느끼기도 하고 아빠라면 내 얘기를 이해해줄지도 모르겠다 싶으면서도 가까이하는게 안돼요. 엄마가 너무 아빠에 대해 부정적으로 많이 얘기해서 나에게 편견이 생겼는지도 몰라요. 또 난 어린 시절을 아빠와 지내지 못해서 인지, 다정하게 구는 것이 어색해요.

상 : 정서적으로 거리감을 느낄 수도 있겠네요.

다른 형제들은 어때요?

내 : 언니는 완전히 엄마와 단짝이구요. 남동생은 좀 우리 딸들과 다른 것 같아요. 책 읽고 산책하기를 즐기고 조용하고 별로 동요가 없어요. 엄마도 개에게 아무 말 못하시죠. 어느 때는 개가 오빠 같아요. 그러니까 자연 아버지와 친한 가족은 없는 것 같네요.

상 : 엄마와 언니가 단짝이라구요?

내 : 네, 언니는 엄마가 요구하는 생활방식대로 살아요. 지금은 직장 다니는데, 성실하고 모범생이고 월급도 전부 엄마한테 가져다 드리고, 퇴근해서 오면 엄마에게 밖에서 있었던 일은 전부 얘기해 드리고, 엄마는 언니에게 뭐라고 충고해주고....

상 : 엄마와 언니 사이가 부러운가요?

내 : 글썄요. 가끔 같이 껴서 웃고 떠들고 하고 싶을 때가 있어요. 하지만, 전 언니의 생활방식이 옳지 않은 것 같아요, 전 언니같이 못해요. 엄마의 단점이 다보이고, 날 구속하려고 하는 데 어떻게 거기에 맞춰요. 그래서 전 엄마랑 충돌이 잦아요. 대들거든요.

상 : 많이 힘들겠군요.



내 : 네. 엄마랑 싸우는 것은 내가 순종하지 않는 한 끝이 없거든요. 엄마는 저보고 '지독한 녀'이라고 그래요.

상 : 헤미썬 자신을 어떻게 생각하세요?

내 : 글썬요. 엄마 말이 맞는지도 몰라요. 사실은 제가 엄마를 많이 닮았어요. 외모도 똑같고, 지지 않으려고 하고 집착하는 것도 똑같고.... 제가 어려서 7-8살 때에는 피아노를 8시간씩이나 피아노연습을 했단니까요. 누가 시킨 것도 아녜요. 제가 좋아서 그런거예요.

상 : 헤미썬 어려서 형제들하고 동네 친구들하고 소꿉놀이 하고 놀러 다니고 싸우기도 하고 하던 기억이 있으세요?

내 : 없어요, 그럴 시간이 없었어요. 언니는 많이 그런 것 같아요. 하지만 전 피아노와 살았어요. 그런 저를 엄마가 많이 칭찬해 주었고, 주위에서도 크게 될거라고 들 많이 그랬어요. 지금은 이렇게 되어 버렸지만...(눈물)

상 : 많이 힘드시죠. 헤미썬의 삶 자체가 피아노였는데, 뜻대로 잘 안되니 얼마나 어렵겠어요.

상 : (몇분이 지난 후) 헤미썬 많이 외롭죠

내 : (끄덕이면서) 네. 집에서도 밖에서도 저를 알아주고 이해해주는 사람이 없는 것 같아요.

상 : 인생에서 진정한 승리자는 한번도 넘어지지 않은 자가 아니고 넘어졌을 때 일어서는 자라는 말이 있어요. 헤미썬이 지금 좌절해 있지만 다시 일어설 수 있도록 힘 닿는데까지 도와 드릴게요. 기운내세요.

내 : 고맙습니다.

**상담자의 의견 :** 내담자는 어머니에 대한 강한 반항의식을 갖고 있다. 어머니와 자신의 대결이 사실은 자신과 어머니가 상당히 비슷하기 때문이라는 것을 조금씩 인지하기 시작했다. 이번 상담을 통해 아버지에게 대해서도 재 인식을 하는 계기가 되었다고 본다

### 제 3회 면접

(1991. 8. 1)

약속시간 보다 좀 빨리 왔다. 조금 화장을 하고, 옷매무새도 다소 신경을 쓴 듯 화사해보이는 모습이었다.

내 : 어머니와 충돌이 좀 줄어들었어요. 그래서 지내기가 좀 수월했어요.

상 : 어떻게요?

내 : 제가 피했어요. 전에는 어머니의 말하는 내용, 태도, 전부가 신경 쓰이고 예민해져서 화를 내거나 대들었는데 그래 봐야 저만 피곤하다고 느꼈죠. 피하고 보니까 어머니도 간섭하는 횟수가 좀 준 것 같아요. 일단은 제가 편해졌어요.

상 : 지난번에 헤미썬이 순종하지 않는 한 싸움은 끝나지 않을거라고 하지 않으셨나요?

내 : 네, 그런데 상담하고 나서 집에 가는 길에 생각해 보니까, 어머니 방식대로 내가 순종하고 살순 없어도 최소한 충돌을 피하는 것도 방법이겠구나 생각했어요. 피하는 것이 지는 것은 아니니까요.

상 : 그렇죠. 꼭 정면승부만이 능사는 아니고, 때론 우회하는 것이 더 효과적일 수 있죠.

그런데, 지난번에 엄마랑 자신이 성격이 많이 비슷하다고 했었죠?

내 : 네. 사실 저도 엄마처럼 지기 싫고, 한가지 일을 시작하면 아주 잘해야하고 집착하는 면이 있거든요.

그런데 엄마의 그런 모습을 내가 참 싫어한 것 같아요. 어쩌면 저의 모습을 엄마도 싫어하는지도 모르죠.

상 : 그럴 수도 있죠. 때론 부모가 자신의 싫어하는 면을 닮으면 자신도 모르게 그 자녀와 싸우게 되고, 심지어 미워하게 될 수도 있다고 해요.

내 : 그럴까요. 그런지도 모르겠어요. 그래서 저랑 엄마랑 싸우겠죠?

사실 언니는 엄마와 좀 달라요. 순종적이고 명랑하죠. 아마 엄마랑 달라서 긍정적이고 잘 맞는지도 몰라요.

상 : 잘 보셨어요. 서로에게 없는 점을 좋게 볼 수 있으니까요. 그런데 해미씨가 엄마랑 자주 싸우게 된 게 언제부터죠?

내 : 그건 제가 손이 마비 증세로 피아노 연주가 잘 안되고 나서부터인 것 같아요.

그전에는 엄마가 어떻게 사는지 언니는 어떤지 별로 관심도 없었어요. 그저 피아노와 살았으니까요

상 : 손이 마비되는 증세는 어떻게 시작됐죠?

내 : 그건 제가 고2때였는데요. 그때 저는 참 좋은 선생님께 배우고 있었어요. 그분에게 배운 애들은 100% 서울대 진학할 정도였어요. 그분께는 제가 중1때부터 배우기 시작했어요.

상 : 그 선생님은 어떤 분이셨나요?

내 : 네. 아주 치밀하고 까다롭게 지도해주시는 분으로 연습을 아주 많이 해주셨어요. 그 분 덕분에 제가 많이 향상된 것도 있어요.

상 : 그런데 왜 문제가 생겼을까요?

내 : 제가 고2 여름방학때 선배언니가 독실에서 공부하다가 놀러왔었어요. 그분의 주법을 듣는 순간 아, 이거구나 싶었어요. 뭔가 나만의 독특한 주법을 터득해 보고 싶어서 그때부터 선생님 스타일이 아닌 내 스타일로 연주해 보았어요. 잘 안되긴 했지만 흥미로웠어요. 그런데 저희 선생님이 펄쩍 뛰시더라고요. 입시가 다가오는데 왜 갑자기 이러느냐구요. 너무 화를 내시고 야단치시는데 당황스럽기도 하고, 화가 나도 그렇게 이해를 못해주나 싶었고.... 그래서 그뒤로 제가 몇번 레슨을 빠지다가 그만 두어 버렸어요. 선생님이 정말 미웠어요. 막 죽이고 싶은 생각까지 들더라고요. 그 선생님께 사사 받는 것 그만 두고나서 한동안 선생님을 구하지 못했어요. 어머니도 나를 이해못하겠다고 펄펄 뛰구요. 그런데 그러면 그럴수록 나는 더욱 그 독특한 주법을 내식으로 해야만 할 것 같아서 더 매달렸어요. 지금 생각하면 무슨 악몽 같아요.

그렇게 한달 실갱이 하는데 손이 말을 안듣기 시작하더라고요. 입시도 있어서 새로운 선생님도 구하고 레슨을 받기 시작했는데 도저히 연습이 안되었어요. 정말 죽고 싶었어요.

상 : 얼마나 당황스럽고 힘드셨어요.

내 : 네. 그후부터 점점 피아노 연주도 잘 안되고.... 결국 겨우 지금의 대학에 오게 된거예요. 정말 어떻

게 그럴 수 있나 싶어요.

상 : 그랬겠네요. 그런데 그 선생님이 헤미씨를 이해 못해주신 것이 굉장히 견디기 어려웠나 봐요.

내 : 네. 선생님은 전혀 다른 방식을 용납하지 않으셨어요. 지금도 선생님이 필필 뛰며 화내는 것이 생생해요. 내가 왜 바꾸고 싶은지 이해하려고 노력은 못하더라도 천천히 나를 끌어 줄 수는 있잖아요.

상 : 네. 많이 섭섭하셨군요.

내 : 그럼요. 섭섭한 정도가 아니고 기가 막히더라구요. 내가 뭘 그렇게 잘못된 건지 내가 그렇게 야단맞을 만큼 나쁜 아인지....

상 : 그 당시가 고2 여름방학이었던, 사실 입시 준비가 한참이었겠군요.

내 : 네. 자유곡 지정곡 등 대비해서 열심히 하고 있었죠. 그일 있기전까지는 선생님 제자 중에 제가 최고라고 칭찬하셨어요.

상 : 혹시 선생님 입장을 생각해 보셨나요?

내 : 글썽요. 그땐 도저히 선생님을 이해할 수 없었구요. 지금 생각해보면, 선생님도 많이 당황스러우셨을 거라는 생각이 들어요. 입시는 다가 오는데 한참 하던 페이스로 연습해도 힘들판인데, 갑자기 주법을 바꾸니까 말예요.

상 : 그래요. 그럴수 있겠죠?

그런데 헤미씨가 그길로 레슨을 그만두고 계속 자기 주법을 고집하는 것은 왜 그랬을까요?

내 : 글썽. 그때가 사춘기랑 겹쳤나 봐요.

그때 웬지 뭐든지 시시하게 느껴지기도 했거든요. 엄마에게 괜히 대들기도 하고 그랬다가 된통 야단맞고...

상 : 피아노 선생님이 여자분이셨나요?

내 : 네

상 : 혹시 그 선생님과 어머니의 비슷한 점은 없었나요?

내 : 음. 정말 그 선생님이 자기 고집이 강하고, 자기 스타일로 강하게 끌어가려고 하는 점이 강하고 다른 방식을 용납 안하고 야단만 친 것은 같은 것 같아요.

상 : 헤미씨가 자기만의 연주스타일을 갖고 싶은 것이 선생님에 대한 반항이라고 볼 수 있나요?

내 : 네. 맞아요. 그건 일종의 반항이죠. 정말 엄청난....

선생님한테 한번도 그런 제자가 없었대요

상 : 그건 또 엄마에 대한 반항이라고 할 수 있지 않을까요. 엄마도 선생님만큼이나 당황하시지 않았을까요?

내 : 네. 맞아요. 그 일로 엄마와 몹시 심하게 싸웠어요.

엄마가 저를 막 비난했지요. 주제넘다. 건방지다. 지금이 어느 때냐 하면서.... 아마 선생님보다 더했을 거예요. 그리고 그 일을 계기로 엄마랑 전쟁이 계속된거죠. 엄마 결국 절 이해하려고 안하셔요. 선생님이랑 똑 같으셨죠. 정말 그러고 보니까 제가 선생님께 반항한게 아니고 엄마에게 반항했나 봐요.

상 : 그런 것 같죠? 그 일로 헤미씨 자신이 곤경에 빠지기도 했지만, 사실 어머니와 선생님 모두 곤욕을

치루신 거 였다고 볼 수 있죠.

내 : 네. 지금 생각해보니깐 엄마에 대한 반항심리가 아주 컸던것 같아요. 그 일로 엄마도 많이 괴롭히고... 그 선생님을 다시 찾아보고 싶다고 생각한 적도 있어요. 웬지 용기가 나지 않아서 못 갔는데.... 찾아 봐야 할 것 같은 생각이 드네요.

**상담자의 의견 :** 내담자는 상담에 임하는 태도가 아주 진지하고 통찰력도 있어 상담진행이 빠른 편이다. 이번 상담에서는 피아노 선생님과 마찰과 그에 따른 손의 마비가 왜 오게 되었는지 그 역동성을 인지하는 계기가 되었다. 어머니와 관계도 좀 더 구체적으로 이해하게 되면서, 자신에 대한 이해도 높아졌다고 본다.

## 5. 사례의 종결

조혜미씨에게 현실적으로 어려운 문제였던 손 마비증세가 호전되었다. 이는 손 마비의 원인이 되었던 심리적 배경을 이해하고 내담자가 졸업연주를 훌륭하게 치루게 되면서 회복되었다. 어머니에 대한 반항도 가능한 충동을 피하면서 객관적으로 부모를 이해하게 됨에 따라 줄어들었고, 또한 언니가 결혼을 하게 되면서 언니와의 경쟁도 안하게 되었다. 어머니와 충동을 피하는 가운데 자기 방식으로 살아가면서, 필요하면 어머니에게 자기표현도 하게 되었다. 밖에서의 생활도 내담자가 자발적으로 어머니와 대화를 시도하게 되고, 비교적 원만하게 지내게 되면서 종결하였다.

그러나 내담자는 언니 결혼 후 어머니가 내담자에 대해 언니와 같은 방식으로 살아주길 기대할까봐 염려되어 졸업 후 외국유학을 위해 가족 몰래 준비하고 있다고 하였다.

종결 후 내담자는 다음해 2월 재 방문하였다. 외국유학 수속을 위해 그 동안 노력해온 것이 결실을 맺게 되어 유학을 가게 되었다는 것이었다. 또한 엄마친구 아들과 교체하여 그 동안 연애도 해 보았고 그쪽에선 국비유학을 가게 되었으나 내담자와는 다른 나라여서 고민을 많이 했다고 한다. 그러나 그 남자에 대해 어머니도 너무 많이 알고 있고, 양쪽 어머니가 너무 서두르며 내담자의 유학을 포기하도록 권유했으나, 자신의 길을 가고 싶어 유학 생활을 하게 되더라도 서로의 감정이 변치 않는다면 후에 결혼을 생각하겠다고 하였다. 내담자는 그간의 상담을 통한 변화에 감사하면서 상담자의 도움이 필요할 때 편지를 써도 되는가를 묻고 주소를 가져갔다. 상담자의 격려와 함께 서신상담에 응해주겠다고 약속하였다. 그러나 이후 연락은 없었다.

## 6. 개입과정에서의 문제점 및 평가

내담자의 어머니에 대한 적개심과 의존욕구에 대한 양가감정을 드러내고 환기시키기 위한 작업이 초기에 있었다. 자기 정당화로서 자칫 투사로 일관되어질 가능성이 있는데다가 내담자의 교육 정도와 상담에 대한 적응력을 감안하여 반영적 경청, 직면, 해석을 통하여 자아인식을 높이고자 하였다. 또한 상담과정 중 언니가 결혼하면서 언니에 대한 질투, 경쟁심리가 완화되었고, 어머니 또한 결혼준비 때문에 내담자와 충돌할 일이 없어지는 등 상황이 바뀌면서 내담자가 심리적으로 안정을 찾는 데 도움이 되었다. 그런 가운데 아

버지나 남동생과의 대화로 가족을 좀 더 객관적으로 이해하게 된 것도 긍정적으로 작용하였다. 피아노 연습이 잘되기 시작하면서 졸업연주에서 두드러지는 성과도 있었고 유학이 또한 순조롭게 되어 자신감 회복이 되었다. 다만 어머니로부터 심리적 분리, 독립은 되었으나, 어머니와의 새로운 관계형성으로까지 발전되지 못하여 후속상담(follow-up)이 필요하나, 이루어지지 못한 점이 아쉽다.