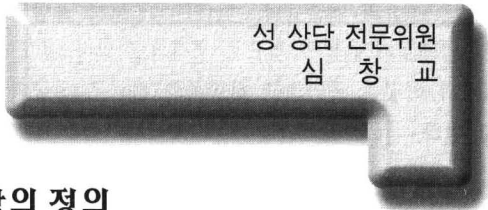


요즘 성에 대한 올바른 이해 및 중요성이 부각되고 있으며, 사업장에서 성교육 의무화가 강조되고 있습니다. 이에 각 사업장의 보건 담당자들이 이에 대한 홍보와 자료로 활용할 수 있도록 원고를 게재하오니 업무에 도움이 되었으면 합니다.

건강한 성(性)의 이해

-성 상담-

(Sexual Counseling)



1. 성 상담의 정의

성 상담이란 내담자가 자신의 성적 호기심과 고민을 전문 상담자와의 대화를 통해 해결 방안을 모색하는 과정이다. 즉 인간을 성적 존재(Sexual Being)로서 자신을 수용하고 성의식(human Sexuality)을 탐구하여 부정적인 성에 대한 경험이나 인식, 개념 등을

새로이 교정하는 과정이다.

2. 성 상담의 내용

연령과 문화적인 배경에 따라 그 내용이 다를 수 있으나 일반적으로 성에 관한 모든 내용이 다루어진다.

1) 남녀의 해부학적 성 : 성의 결정(염색체와 호르몬), 남녀의 내부 외부 생식기, 월경, 자위 등에 관한 문제

2) 한국인의 성문화와 성의식 : 성의 의미, 성의 역사와 차별의 문제, 한국인의 왜곡된 성의식과 특징

3) 낙태, 임신, 피임 등에 관한 성지식 : 낙태의 개념과 종류 방법, 임신의 과정, 피임의 방법과 중요성

4) 성기능 장애(Sexual Dysfunction)의 문제 : 요인, 종류, 치료, 성기능 장애에 관하여 전문 의료진을 보완

5) 부부간의 성생활 및 청소년 성문제 : 부부간의 성만족도와 결혼만족도(Marital satisfaction), 의사소통의 중요성, 급변하는 청소년의 성문제

6) 특수한 성문제(동성애, 변태성욕 등) : 원인 치료, 의식변화의 중요성

7) 성병과 매춘 : 성병의 예방, 실태, 원인 분석

3. 성 상담자로서의 자질 및 자기 점검

성 상담은 성교육, 성 상담, 성 치료가 다양하게 연결되어 있다. 각종 상담기법과 그 접근방법이 동원이 되며 성 상담(Sexual counseling)과 성 요법(Sex therapy)에 대한 임상적 접근의 차이도 그 상담의 내용에 따라 정해진다.

1) 상담자는 자신의 성에 대하여(성적 욕구와 성에 대한 태도) 충분히 인식하고 있어야 한다. 이는 솔직하고 객관적인 성지식을 기본으로 한다. 자신이 성에 대한 태도와 만족도도 타인에게 이야기할 수 있어야 하며 내담자의 의식 정도를 잘 파악해야 한다.

2) 상담자의 탈감각적인(Desensitization) 훈련이 필요하다. 상담자 자신이 부단한 훈련을 통하여 어떠한 자극과 환경에 처해져도 그 일에 대하여 놀라거나 적대감을 가져서는 안되며 이해와 객관적인 태도를 가져야 한다. 특히 청소년의 돌출적인 성행동과 문화는 세대간의 많은 오해와 불신을 가져올 수 있다. (예) 포르노그래피의 다양성, 동성애 문제, 낙태 등

3) 성 상담시 노골적인 표현과 태도에 놀라거나 불쾌감을 조금이라도 나타내서는 안

된다. 이해와 공감이가 필요하다.

4) 성 상담자 자신이 올바른 성에 대한 지식을 가지고 있어야 한다. 구체적인 성지식을 요구하는 상담인 경우가 많으므로 이에 대해 막힘이 없어야 하고 자신이 없으면 솔직하게 얘기하고 추후 이야기해 주도록 하여 정확한 정보를 알려 주어야 한다. 이는 다른 전문가에게 의뢰할 필요가 있으면 내담자의 의견을 타진한 후 연결해 줄 수 있어야 한다.

5) 내담자의 위장적 태도에 대처할 수 있어야 하며 성적인 문제 아래에 깔린 정서적 문제도 다루어 준다. 이를 위해서는 상담심리를 기본적으로 알아야 하며 성 상담의 훈련, 연륜, 개방성, 솔직성, 침착성, 의사소통 훈련, 눈높이 훈련 등이 선행되어야 한다. 사실 성문제는 인간에 대한 깊이 만큼이나 어렵고 다루기 어려운 문제라고 할 수 있다.

특히 우리나라와 같이 성문제에 관하여 이중적이고 도덕적으로 타락하고 혼탁한 사회에서는 성문제를 다룬다는 것이 얼마나 힘든 것인지 이해할 수 있다.

6) 성 상담자는 자신의 철학이나 가치관 윤리적인 면을 내담자에게 강요해서는 안된다. 보통 상담자의 태도에서 쉽고도 가장 어려운 문제이다. 내담자가 어떤 상태인지 무엇을 정말로 원하는 것인지를 파악할 필요가 있다. 상담시 만약 상담자가 내담자에게 상반된 도덕적인 것을 요구하는 메시지가

들어 있으면 매우 어려운 상황에 처하게 되는 것이다.

7) 상담자는 특히 내담자의 비밀을 철저히 유지해 주어야 한다. 이는 신뢰를 구축하는 기본이 된다. 상담하는 곳(상담장소나 교실 등)과는 다르게 그 이외의 장소에서의 태도는 완전히 자연스럽게 대할 수 있어야 한다.

8) 자신의 개인적인 종교관을 은연 중에 내담자에게 주입시켜서는 안된다(특히 낙태의 상담인 경우).

4. 성 상담 유형별 접근 과정

사람들이 삶을 대하는 태도는 과거 경험에 의하여 형성된다. 그러므로 지금의 나를 이해하기 위해서는 우리가 자라도록 이끌고 영향을 준 것들을 살펴보는 것은 매우 중요하다. 그중 내 속의 성의 문제가 태어 때부터 생리적 심리적 영향을 받고 어린시절의 경험이 얼마나 중요한지를 우리는 알고 있다. 그래서 다양한 성격이론과 심리이론을 가지고 자신을 비추어 보고 이해해 보는 것이다. 그 이론 중 영향력이 큰 Freud의 심리 성적 발달 이론을 간략하게 살펴보자.

1) 프로이드의 성적 발달 이론

Freud의 이론이 성 상담에 큰 도움을 주는 이유는 그가 생물학적인 성숙과 이와 관련된 심리적 발달이라는 이중적 과제를 다

루었기 때문이다.

그는 성격유형을 유전적인 요인의 기능과 개인의 초기 생활 경험의 결과로 보고 있다. 그의 이론이 가진 모순과 결함이 있음에도 아직까지 큰 영향력을 끼치고 있음은 부인할 수가 없다.

(1) 구순기(Oral stage) : 이 단계는 생후 약 1년반 정도이다. 이 시기는 단순한 쾌락과 생존으로 입, 입술, 그리고 혀를 사용한다. 이 단계에서 만족이 안되면 성인기에(Withdrawal) 극도의 의존성, 친밀관계 형성의 문제를 일으킨다. 구순기의 경험은 일생동안 성감대로 남아 있게 된다고 생각하였다.

(2) 항문기(Anal stage): 1.5세에서 3세 사이에 성감대가 구순 영역에서 항문 영역으로 옮겨 간다고 한다. 이 시기는 신경계의 발달로 괄약근의 조절이 가능하므로 배변이나 배뇨를 조절할 수 있다.

이 시기 부모가 지나치게 엄격하고 강압적인 배변훈련을 할 경우 아동은 일부러 저분하게 행동하고 대항하기도 한다. 이런 사람은 어른이 된 후 잔인하고 난폭하고 적대감을 공개적으로 표현하기도 한다.

반대로 순응하는 어린이는 강박적인 지나치게 통제된 행동을 하게 된다. 성인이 된 후 자신의 분노를 표현하지 못하고 소극적이고 깔끔, 인색한 경향이 있다고 한다.

(3) 남근기(Phallic stage): 이 시기는 가장 논란이 많고 복잡하다. 3~5세 까지 지속되는 이 시기는 아동의 성적 관심과 흥분이 강해지며 관심이 성기에 집중되어 있다. 자

신의 출생에 대한 질문, 부모의 성교장면 등에 관한 것들이 해결되어야 한다. 이 시기에 남아가 겪는 오디푸스 콤플렉스(Oedipus complex)와 여아가 겪는 엘렉트라 콤플렉스(Electra complex)가 있다.

아동은 이 시기 동성의 부모를 적대시키고 이성의 부모에 대한 근친상간적인 소망을 갖게 된다. 갈등관계를 어떻게 해결하는가는 부모의 태도가 중요하며 동성애적인 기질이 형성되기도 한다. 성적 정체감이 형성되며 어른이 된 후 정상적인 성행위를 통하여 성적 욕구를 해결할 수 있다. 특히 그는 이 시기에 적절한 과업을 완수하지 못한 경우 성인기가 되어 성적 무기력과 불감증의 원인이 될 수도 있다고 한다.

(4) 생식기(Genital stage): 구순기부터 남근기까지는 자기애적 성본능이 강한 전생식기(Pre-genital Stage)에 해당이 되며 사춘기 동안 지속되는 생식기에는 정신적 사랑을 하게 된다. 즉, 사춘기에 2차 성적 특징이 발달하고 억압되었던 성적 억압이 되살아난다. 이 시기는 생산적 활동을 하거나, 오르가즘을 경험하게 된다. 부모로부터 독립하게 되는데 아주 자연스런 현상이다.

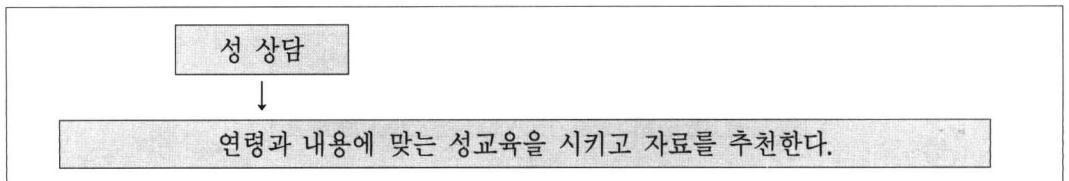
(예) 삶의 초기에 있었던 성적 경험이 당신의 성에 대한 태도나 신념을 변화시켰습니까? 또는 이미 갖고 있던 어떤 신념을 강화 시켰습니까? 당신의 첫경험에 대해 어떻게 느꼈습니까? 성적인 문제에 대한 현재의 당신의 태도가 초기의 신념이나 태도와 관계가 있습니까?

Freud는 심리적 현상을 의식, 무의식, 전의식으로 나누고 있다. 의식은 우리가 알 수 있고 조금만 생각하면 쉽게 끌어올릴 수 있는 전의식, 그리고 그 존재를 전혀 알 수 없는 무의식이 있다. 의식이나 전의식과는 달리 무의식은 본능적 충동으로 한 번도 의식되지 못한 것, 결코 의식될 수 없는 것, 억압되어 있어서 의식된 것 보다 더 큰 영향을 끼치는 것이라 할 수 있다.

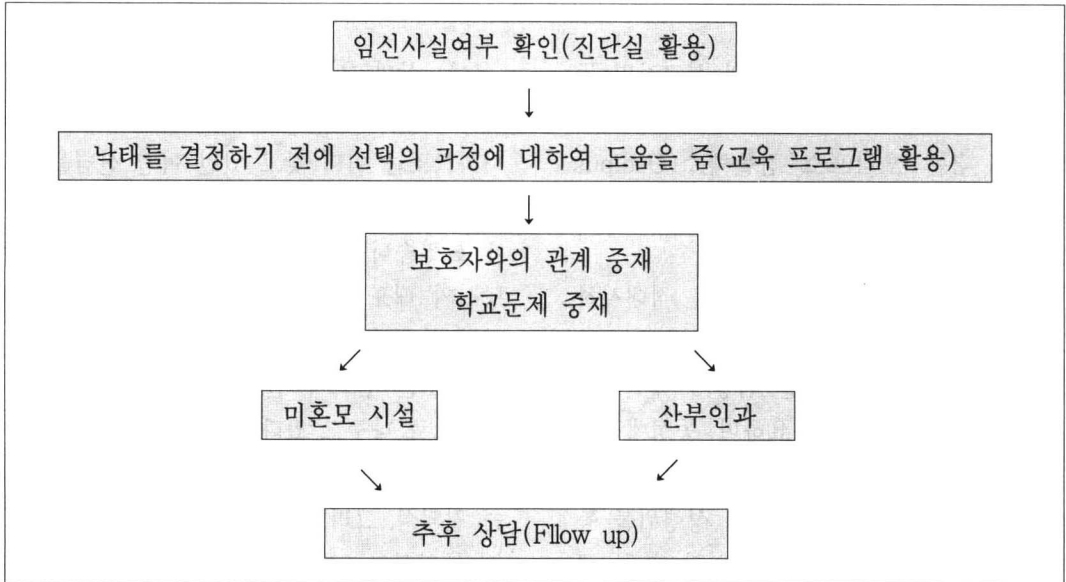
2) 성상담 유형

아래의 성 상담 이외의 여러 유형이 있으며 특히 정신적인 문제와 결부되어 온 성 상담은 지속적으로 이루어야 하고 성 심리 상담 전문가에게 상담을 받아야 한다. 다음 호부터는 현장에서 실제 체험한 사례를 중심으로 소개하고자 한다. **성심**

[유형 1] 성지식에 관한 상담



[유형 2] 청소년 임신상담



[유형 3] 성폭력 피해자 상담

