

인턴상담자의 꿈 통찰 과정에 관한 현상학적 연구 —꿈통합예술치료를 기반으로—

권혜진*, 신동열**

일본고베예술공과대학대학원*, 대한신학대학원대학교**

A phenomenological study on the dream insight process of intern counselor -Based on Dream Integrated Art Therapy-

Hye-Jin Kwon*, Dong-Yeol Shin**

Kobe Design University Japan, completion of Ph.D.*,

Daehan Theological University, Professor**

요약 본 연구는 인턴상담자의 꿈 통찰 과정에 관한 현상학적 연구이다. 연구의 목적은 인턴상담자가 무의식에 대한 통찰을 통해 자신의 경험에 의미를 부여하고 인식하는 과정을 바탕으로 전문상담자로서의 성장을 도모하는 것이다. 이에 자신과 타인, 세계에 대한 기대를 명백하게 나타내는 무의식적 꿈을 인식하는 과정을 보다 유연하게 탐색할 수 있도록 하는 꿈통합예술치료를 활용하였다. 연구참여자는 홍보를 통해 지원한 참여 희망자 중 석·박사과정에 재학 중인 3명을 선발하였으며, 자료 수집 및 분석은 연구참여자를 대상으로 심층 인터뷰를 통하여 진행되는 현상학적 Giorgi 연구방법을 채택하였다. 주요 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 인턴상담자들은 꿈통합예술치료를 통해 자신의 무의식적 통찰을 원하는 동기를 가지고 있었고 자신의 무의식 속에서 드러나는 문제들을 꿈, 음악, 미술 매체들을 통해 스스로 통찰할 수 있었다. 둘째, 인턴상담자들은 공통적으로 최근 꿈, 음악, 미술 매체들을 통하여 집중력이 깊어짐과 편안함을 느끼는 것으로 나타났다. 셋째, 꿈통합예술치료의 병행없이 드러났던 방어기제로는 자신을 드러내고 싶지 않아하는 회피적 성향이 공통적으로 나타났으나, 이는 점진적으로 줄어드는 양상을 보였다. 넷째, 인턴상담자들은 앞으로의 성장방향에 대해 스스로를 위한 유연함이 생겼고 자신을 받아들여지게 된 기회였으며 전문상담자가 되기 위한 미래방향에 대한 계획을 갖게 되었다고 보고되었다. 따라서, 다양한 매체들을 활용한 후속 연구와 꿈통합프로그램 효과 검증 연구 및 다양한 사례연구가 필요함을 제언한다.

주제어 인턴상담자, 꿈 통찰, 무의식, 꿈통합예술치료, 현상학

Abstract This study is a phenomenological study on the dream insight process of intern counselors. The purpose of this study is to promote growth as a professional counselor based on the process of giving meaning to and recognizing their experiences through insight into the unconscious. Therefore, we used dream-integrated art therapy to have a process of recognizing unconscious dreams that clearly express expectations for oneself, others, and the world, and to explore this process more flexibly. The research participants selected three students enrolled in the master's and doctor's courses from among the applicants who applied through public relations and adopted the phenomenological Giorgi research method for data collection and analysis through in-depth interviews with the research participants. The main research results are as follows. First, the intern counselors had a motive for wanting their own unconscious insight through dream-integrated art therapy and were able to gain insight into the problems revealed in their unconscious through dreams, music, and art media. Second, it was found that the intern counselors felt a deepening of concentration and comfort through recent dreams, music, and art media in common. Third, as a defense mechanism that was revealed without the combination of dream integrated art therapy, the avoidance tendency of not wanting to reveal oneself was common, but this showed a gradual decrease. Fourth, it was reported that intern counselors gained flexibility for themselves about the future growth direction had an opportunity to accept themselves, and had a plan for the future direction to become professional counselors. Therefore, it is suggested that follow-up studies using various media, studies to verify the effectiveness of the dream integration program, and various case studies are necessary.

Key Words Intern counselor, Dream insight, Unconsciousness, Dream-integrated art therapy, Phenomenology

Received 12 Oct 2022, Revised 17 Oct 2022

Accepted 21 Oct 2022

Corresponding Author: Dong-Yeol Shin
(Daehan Theological University)

Email: counme3@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

1.1 연구의 필요성과 목적

상담자로서 살아온 시간 동안 내면을 탐색하고 통찰하는 경험은 많지 않다. 자신이 살아온 인생관과 경험을 통해 자신의 성격적 특성이 드러나게 되고, 그것이 상담 장면에서 내담자를 대하는 대처 양식으로 나타나게 된다. 이는 상담자가 되었을 때 내담자와의 상담 장면에서 어떠한 방향과 방법으로 접근해야만 내담자에게 도움이 되는가를 생각해보게 한다. 또한, 내담자의 내면의 갈등에 대한 대처 방향에 어려움을 준다. 상담자는 스스로의 역동과 자기를 발견하는 과정을 갖은 후 내담자를 만났을 때와 그렇지 않고 만났을 때는 차이가 있다. 이에 자기 성장을 위한 상담자의 통찰 훈련 과정은 반드시 필요하며 더욱 건강한 상담자가 되기 위한 과정으로 매우 중요하다.

한 걸음 더 성장한 상담자가 되기 위해서는 이론에 근거한 학습과 더불어 상담 장면에서 실무자로서의 역량에 대한 관심도 매우 중요하다(권경인 외, 2017; 김명자, 김지연, 2020).

인턴상담자의 수련과정 속에 자기 성찰의 과정은 상담자가 성장하고 발전하는 과정이라고 보았다(이미정, 박승민, 2015; 김정연, 박명희, 2016; 길미현, 2017; 김명자, 김지연, 2020).

더불어 진정한 상담자가 되기 위한 과정은 상담자가 되고자 하는 동기와 목적의 점검, 상담의 이론과 학습, 개인 상담 및 집단상담의 체험, 내담자 경험 등을 통해 전문성을 향상시킬 수 있다(천성문 외, 2015; 정은실, 2019).

이처럼 인턴상담자는 준비된 상담자가 되기 위해 본인을 발전시키고 전문성을 키울 준비를 해야 하며, 선행 연구들에서는, 그것이 자신을 알아가는 통찰의 과정에 있다고 본다. 즉, 여러 가지 매개체를 활용하여 자신의 무의식을 깊이 들여다보는 과정을 통해서 자신을 깊게 알아가고 발견하는 것이야말로 우리 상담자들에게는 꼭 필요한 과정이 될 것이다.

따라서, 본 연구는 준비된 상담자가 되기 위한 인턴 상담자가 현상에서 스스로의 심리적 통찰을 위한 경험에 의미를 부여하고, 인식하고 있는 자신의 무의식을 통찰하는 것을 바탕으로 두고 자신의 무의식적 꿈을 통하여 꿈통합예술치료를 기반으로 한 통찰을 목적으로 한다.

본 연구 참여자는 충분성, 적절성의 원칙에 따라 상

담치료학 전공의 석사·박사 재학생으로 선정하였고, 90~120분간의 심층 인터뷰를 통하여 Giorgi의 현상학적 연구방법을 채택하여 자료를 수집하고 분석하였다.

이는 심리학자들의 학문적 정의와 더불어 자기 이해와 자신의 무의식적 면을 어렵지 않게 살펴볼 수 있음에 의의가 있다. 또한, 이 현상을 스스로 잘 이해하는 건강한 상담자가 되기 위함을 심층적으로 알아가는 것에 의의가 있다.

본 연구 반구조화 질문지를 만들어 활용하였다. 반구조화 질문지의 내용은 다음과 같다. 첫째, 인턴상담자의 꿈 통찰의 참여 동기가 무엇인가? 둘째, 인턴상담자의 꿈 통찰에서 1차 표징은 무엇으로 나타나는가? 셋째, 인턴상담자의 꿈 통찰을 통한 무의식은 무엇을 탐색하였는가? 넷째, 인턴상담자의 꿈 통찰을 통한 나의 성장 방향은 무엇인가?로 설정하였다.

2. 이론적 배경

2.1 인턴상담자

상담자의 경험과 전문적 역량에 따라 인턴상담자와 숙련된 상담자를 구별할 수 있다. 이것이 정해진 개념은 없고 연구마다 다르게 명명하고 있다(정은실, 2019).

상담자의 발달과정은 상담의 경력과 단계과정에 따른 특징을 구별하여 8단계로 제시하고 있다. 다른 연구들에서는 상담 경력이 2단계부터 5단계까지의 단계는 초보상담자라 해당되고, 6단계 이상부터 전문상담자라 명명하고 있다(Skovholt, Rønnestad, 1992; 정은실, 2019).

이에 본 연구에서는 1단계로 상담에서 실무 경력이 없는 상담심리치료대학원에서 상담심리치료학 과정의 재학생들이 연구에 참여하여 자기탐색이 가능한 참여자를 인턴상담자로 명명하여 선정하였다. 또한, 나이 제한이 없고 이 연구에 동참하여 스스로 자기 탐색과 통찰을 원하는 참여자를 인턴상담자로 정의한다.

2.2 꿈 통찰에 관한 이해

꿈에 대한 세계는 원시시대에서부터 현재까지 다양하다. 과거에는 꿈을 신령한 신과 연결하여 소통하고 예시를 따랐고, 중요한 일을 결정 짓게 하는 영향력을 지니기도 하였었다(박현순, 2009). 이와같이, 꿈 통찰을 통해서 나의 무의식을 살펴보고 꿈속에서 나타나는 1차

표징을 분석하는 과정이 나를 이해하는 지표가 될 수 있다. 또한, 나를 발전시키기 위한 꿈이라는 도구로 내면을 통찰하여 점점 성장하게 하는 과정이다. 따라서 인턴상담자로서 꼭 거쳐야하는 필수과정이다.

꿈은 실제의 나와 관련이 있지만 허구이며 스토리이고, 꿈은 반복적으로 나를 드러내고 표현한다. 또한, 꿈은 개인의 무의식이며, 꿈에서 드러나는 상징적 의미가 의식에게 보내는 신호라고 하였다. 꿈이 뜻하는 반복적인 의미들을 알아차리려 시도하는 것은 무의식에서 나타나는 불안감과 두려움 등을 직면하게 되며, 결국 꿈의 통찰은 스스로가 그 과정을 알아가는 것에 있어 고통과 저항들이 수반되지만 결국 통합을 이루어가는 과정이 자기실현과 가까워지게 된다(나유리, 2017).

통찰은, 사물의 관계를 직면하여 바라보는 관점이다. 많이 어렵고 복잡한 문제들을 단순하고 간단하게 명료화해준다. 결국, 통찰은 기존에 지녔던 생각과는 다른 생각을 하게 됨으로써 나의 내면 아래 숨어있는 진실을 발견해내는 것이다(신병철, 2008, 13-14; 심수명, 2018).

상담에서의 통찰은 상담 과정에서 이루어지는 것으로 내담자 스스로가 자신에 대한 인식의 개념을 크게 넓히는 것이라 할 수 있겠다. 내 안에 있지만 무감각하여 잘 알지 못하거나, 혹은 알고 있었지만 마주하기가 두려워 받아들이지 못하고 그것을 나로 인정하지 않고 버려두었던 부분을 이해하게 되는 것이다. 그래서 이를 통해 나를 더 잘 알게 되고 내가 이전에 했던 행동들 중에 이해되지 않던 부분들이 왜 그렇게 했는지 깨닫게 된다.

통찰은 어렵고 힘들게 소모하던 에너지의 원천인 핵심적 역동을 분명코 이해하게 되는 것이다. 그러나 이 통찰의 과정에서 심도 있고 힘든 통찰이라기보다는 머리로 이해하고 마는 걸로만 통찰하는 경우가 많은데 이러한 통찰의 수준은 내담자의 고통해소에 크게 도움이 되지 않는다. 따라서, 본인의 꿈을 가지고 통합적 예술치료 방법을 통해 스스로가 스스로에게 어떻게 의문을 던지고 있고, 그 의미는 무엇을 상징하고, 어떤 방법으로 이해하고 받아들이는가, 느끼는 가 등에 대해서 매우 중요한 의미가 있다. 결국 무의식속에 등장하는 상징들은 나 자신을 의미하기 때문에 그 과정에서 나를 알아차리는 과정은 나 자신을 성장시키는 데 큰 도움이 된다(심수명, 2018).

2.3 꿈 통찰에 관한 심리학적 관점

2.3.1 Freud학파의 관점

Freud의 정신분석이론에 따르면 개인적 무의식을 알아내기 위한 가장 좋은 방법은 꿈을 들여다보는 것이라고 하였고, 개인의 무의식적 부분을 이해하는 것에는 꿈보다 좋은 것은 없다고 하였다(Freud, 1900; 송제연, 2016). 꿈을 분석하는 과정은 내담자가 해결하지 못한 문제들, 즉, 무의식적 부분들을 드러내고 통찰하도록 하는 중요한 절차라고 하였다.

모든 꿈은 많은 의미로 해석될 수 있으며, 현재 상태의 나를 반영할 뿐 아니라 미래를 예견하는데 좋은 방법이다. 꿈은 억압과 잠재되어있는 무의식을 과거의 경험에서부터 찾고 만족되지 못한 충동의 실제와 소망을 내용으로 하고 있다. Freud는 꿈을, 금지되었거나 억압된 소망이 위장되어 나타나는 것이라고 말한다.

꿈 통찰은 꿈이 갖고 있는 내용의 상징들을 찾고 그 의미를 파악할 수 있어야 한다. 특히, Freud의 정신역동상담에서는 통찰에 관련한 과정이 있다. 이러한 꿈에 대해서 처음 연구한 학자는 Freud이다. Freud는 꿈을 이야기하기를, 무의식으로 찾아가는 지름길이라고 하였다. 자신의 예민한 무엇인가에 당도하여 그 원인을 발견하게 하는 중요한 길이 되었다.

그 이후로도 많은 연구들이 있었지만 그 가운데 대표적으로는 Jung의 연구라고 할 수 있다. Jung은 꿈의 모든 것을 정신에서의 전체성으로 이야기한다. 이는 분석심리학의 핵심이 되는 요소이다. 분석심리학은 꿈은 자는 동안 무의식적으로 만들어지는 자연이라고 표현된다. 이는 곧 무의식을 의미하는 것이다.

2.3.2 Jung학파의 관점

Jung은 자신의 인생을 통해서 수많은 꿈들을 분석하였고 더불어 자신의 꿈에서 많은 것을 배우게 되었다. 그에게 꿈은 선생님이었다. 그러하므로 꿈의 뒷면에 숨겨져 있는 충동과 무의식적 욕구 등 그 외의 것들에 대해서 알아내려고 하는 Freud의 입장을 비판하고 있다. Freud는 꿈에 대해서 원인적 부분, 즉, 이러한 꿈이 나에게 나타난 이유는 무엇인가를 분석하는 반면에, Jung(2002)은 꿈에서 나오는 여러 가지 상징들 그것과 그 안에 숨겨져 있는 의미가 중요하다는 목적론적 입장에 대해서 말하고 있다. 즉, 꿈의 의미에 대해서 실제 필

요한 것을 가져와야 하는 것이고 이론의 필요성에 의한 것이 아니라고 주장하면서 목적론적인 관점은 꿈이 변화하는 상징 속에서 변화하는 심리적 과정을 발견하는 것이라고 말한다. 따라서, 변하지 않는 상징의 해석은 하지 않는다고 하였고, 꿈이란 하나의 단적인 것보다 다양한 것들 안에 나타나는 스스로의 표현이라고 하였다(장인숙, 2006).

2.3.3 게슈탈트의 심리치료적 관점

게슈탈트는 독일 유대계 정신과 의사인 Perls에 의해 고안되었다. 게슈탈트에서의 주요한 점은 건강한 개체가 유기체적 욕구와 환경적 여건에 따라 자연적으로 게슈탈트를 만들어 그것이 전경에 나타나고 그것이 해결되고 나면 배경으로 사라지게 된다는 것이다. 그러나 게슈탈트를 형성하지 못한 개체는 배경으로 사라지지 않는다는 점이다. 그것이 가운데에 남아 미해결과제가 되며 전경과 배경의 자연적 과정을 방해하여 개체 적응에 어려움이 생기게 된다. 또한, 상담자가 절대 꿈을 해석하지 않도록 강조하였는데, 내담자가 스스로 꿈에 나타나는 의미들을 알아차리고 본인이 겪는 과정을 통해 하나씩 성찰해 가야하기 때문이다(김정규, 1995/2006). 문제를 직면하지 못한 채로 오픈된 마음으로 바라 볼 수 있다면, 꿈이 전달하고자 하는 의미를 자연스럽게 경험하게 된다는 것이다(송제연, 2016).

2.3.4 현상학적 관점

꿈통찰에 관련한 현상학적 관점에서는 꿈을 해석하는 것을 꿈을 해명하는 것으로 바라본다. 꿈이 의미를 나타내는 것이 아닌 꿈을 꾸 자가 그 의미를 드러내는 것으로서, 꿈의 현상을 이해하는 것은 꿈을 꾸 자를 이해하는 것과 동일하게 여겨진다. 따라서, 현상학적 관점의 분석은 꿈속에서 드러나는 행동이 각성하는 지점이 되고 관계로써 그것을 똑같은 방향으로 바라본다. 특히, 질문에 대한 답을 통해 꿈을 꾸 자들이 스스로의 방어적 태도를 깨닫게 되고 그러면서 서서히 어려움이 풀어 나가지게 되는 것을 뜻한다(이죽내, 2002).

2.4 꿈통합예술치료

통합예술치료(Integrative art therapy)란, 다양한 예술적 방법의 치료들이 함께 이루어진 것으로는 상담 장면에서 보다 창조적이고 더 나은 상호 작용이 빠르게 일

어날 수 있는 앞으로의 상담 방법이다. 이는, 상호적 복합치료(Intermodal arts therapy), 다학문적 예술치료(Interdisciplinary arts therapy), 통합적 치료(Integrative therapy)라고도 하며, 많은 연구자들이 통합적인 부분들을 활용하여 다양한 연구가 진행되고 있으나, 꿈과 연결 지어 통합적 연구는 미비한 실정이다. 꿈통합예술치료의 통합적 매체는 음악, 미술, 놀이를 선정하였으나 활용에서는 음악과 미술 두 가지만을 선택하여 먼저 진행하게 되었다.

통합예술치료의 효과성 검증에는 과정 속에서 예술 작업을 통해 무의식을 탐색하게 되고 내면세계를 살피게 되며 자가 치료를 통하여 마음의 안정감을 얻게 된다(최애나, 2013; 광현주, 김영희, 2013).

본 연구의 통합적 관점의 개념이 인턴상담자가 자신의 꿈을 직면하게 되고 그것을 찾는 과정에서 훨씬 용이하고 편안하게 다가갈 수 있을 것이다.

따라서 본 연구자는 이 연구 문제를 꿈통합예술치료라는 단어로 새롭게 정의하고 꿈, 음악, 미술의 세 가지 매체와 연결하여 인턴상담자가 자신을 통합해 가는 과정을 새롭게 연구하고자 하며, 프로이트의 정신분석에서 말하는 내면의 무의식적 개념의 관점과 융의 목적론적 관점을 꿈, 음악과 미술 매체를 통합하여 적용하고자 한다.

2.4.1 음악치료

음악은 수천 년 동안 우리 생활 속에 함께 자연스럽게 자리 잡고 있는 것이며 오래 전부터 적극적으로 치료에 도입되어 왔다. 음악치료의 방법에는 노래 부르기, 음악 감상하기, 악기 연주하기 등 다양한 형태로 이루어진다. 단순히 음악을 즐기는 정도의 수행이 아닌 음악 활동에서 느낀 점, 혹은 나의 현재 생각이나 감정을 표현하는 형태로 나아간다. 이는 음악활동을 통해 내 생각을 대화로 표현하고, 자신의 고민과 문제를 다시 일깨워보며 생각해보는 점점의 과정까지 이르게 된다. 이 과정을 통해 내담자는 자신에 대해서 기존에 해결되지 못했던 정신적, 감정적인 문제들을 음악을 통해 분출, 해결하는 재편성하는 과정으로 나아간다.

음악을 통한 건강을 회복하고 내담자의 행동 변화를 시키는 것에 초점을 맞춘다(임재영, 이주영, 신동열, 2021).

통합예술치료에서 투사적 모델의 음악 매체별 세부적 기법에는 즉흥연주기법, 감상기법, 노래기법, 배경음

약기법 등이 있다(최윤영, 2020).

2.4.2 미술치료

미술치료는 1930년대 이후로 정신과 의사, 심리학자, 예술가 등이 통합적 관점에서 독립적 이론의 실재를 개발하면서 더 전문적인 영역으로 발전하였다. 1940년대에 활동했던 나움버그(Naumburg)와 크레이머(Kramer)가 이 미술치료의 분야의 개척자로 알려져 있고, 당시 정신분석 이론과 경험에 입각하여 미술치료를 심리치료의 일종으로 도입하게 되었다. 크레이머도 제작의 치유의 가능성을 미술 작품 제작의 창조적 작업에서 나온다고 보았고, 그것을 행하게 되는 행위가 내담자의 내면의 경험의 통찰, 방향의 전환, 승화를 가능케 하는 행동이 될 수 있다고 주장했다(Malchiodi, 2007/2014).

또, 미술치료를 독립된 분야의 방식으로 바라보았고 아동들을 대상으로 미술치료 실습을 통해 승화의 과정을 소중하게 다루고 내담자가 그 과정을 통해 어떻게 자신의 갈등과 마음을 표출하고 에너지를 전환하는지에 주목하였다. 크레이머는 미술의 독창적 창작의 과정에 대해서 그 자체로 치료의 효과성을 지닌다는 개념으로 치료적 미술(Art as therapy)로 명명하였다(Kramer, 1971; Ulman, 2012).

통합예술치료에서 투사적 모델의 매체별 세부적 기법에는 그리기기법, 점토기법, 콜라주기법 등이 있다(최윤영*, 2020).

2.4.3 놀이치료

놀이치료는 서양에서 약 100년 전부터 아동심리치료의 방법으로 사용되어져 왔다. 1970년 우리나라에 처음 소개되었지만 본격적으로 활용된 것은 1990년대이다.

놀이치료에 대한 정의는 오코너(O'Conner, 1991; 유가호, 위영희 외, 2014)의 다음에 나오는 개념에서 살펴볼 수 있다. “놀이치료는 다양한 이론과 기법으로 이루어진 일종의 치료 기법이다. 놀이치료는 내담아동의 정의되어진 놀이의 행동에 집중하도록 하며, 놀이치료사는 흐름을 통해 내담아동이 고전적으로 명명되어진 놀이 자체가 목적이 되도록 놀이 과정에 몰입하도록 한다. 이는 내담 아동이 놀이 능력을 극대화시킬 수 있도록 돕는다.”

성인들에게 활용할 수 있는 기법은 놀이치료 뿐만 아닌, 미술치료, 음악치료 및 상호작용게임, 카드게임, 보

드게임 등이 있다(유가호, 위영희 외, 2014).

3. 현상학 연구방법

3.1 질적 연구 개념 및 설계

본 연구는 인턴상담자의 내면 작업을 통찰을 통해서 표현되고 경험되는 의미와 본질에 대해서 밝히는 현상학적 연구이다. 현상학적 연구 중에서 Giorgi 연구 방법을 선택하였고, 인턴상담자들이 현상에서 심리학자들의 학문적 정의와 더불어 자기 이해와 자신의 무의식적 면을 어렵지 않게 살펴볼 수 있음에 의미가 있고 또, 이 현상을 스스로 잘 이해하는 건강한 상담자가 되기 위함에 적합하다.

3.2 연구 진행 과정과 자료분석방법

3.2.1 연구 참여자의 선정

본 연구를 위해서 관련 서적 및 논문들을 연구하며 자료들을 수집하였고 인턴상담자 3명이 프로그램에 참여하게 되었다. 평소 자신의 통찰에 관심이 있는 예비상담자로 선정하였고, 프로그램 진행과 반구조화 질문을 통한 심층 인터뷰를 통하여 자료를 수집 및 분석하였다.

연구의 진행 과정은 꿈 사례를 받아 1차 표정을 찾고 그것을 통하여 스스로 자신의 깊은 내면을 조금씩 탐색하였다. 점검을 하는 과정에 음악과 미술을 활용하여 집중하였으며, 프로그램 진행 방법은 먼저 주제 [인턴상담자의 꿈 통찰 과정에 관한 현상학적 연구]에 따른 부제 [꿈통합예술치료]를 기반으로 정하였다. 또한, 주제와 관련한 목표로 인턴상담자의 꿈, 음악, 미술을 통하여 각각의 1차 표정과 무의식적인 부분을 탐색하고 여러 가지 매체를 통한 본인의 무의식에 다가가는 것과 그 통찰의 과정이 어떻게 느껴졌는지를 살피는 과정을 목표로 삼았다. 연구 참여자의 기본적 사항은 <표1>과 같다.

<표 1> 연구 참여자의 기본 특성사항

참여자	나이	성별	상담 경력	학위	종교
A	27	여	인턴	석사 재학중	기독교
B	45	여	인턴	박사 재학중	기독교
C	53	여	인턴	석사 재학중	기독교

3.2.2 연구분석방법

첫째, 본 연구는 꿈통합예술치료를 기반으로 하는 것으로 올해 4월부터 꿈통합에 관련한 연구 과정을 거치며 프로그램과 인터뷰를 준비하였고 연구참여자는 9월말에서 10월초에 모집되어 선정되게 되었다.

둘째, 자료의 수집은 데이터베이스를 통한 검색어로 ‘통합치료, 미술치료, 표현치료, 음악치료, 꿈, 꿈통찰, 꿈분석, 예비상담자, 인턴상담자’ 등으로 검색하는 방법을 통했고, 성인 중 예비상담자를 대상으로 한 연구 중 독립변인이 통합치료(꿈, 음악, 미술)이고, 종속변인이 꿈통찰프로그램을 통한 무의식적 반응, 행동반응, 내면의 무의식 탐색과 관련한 논문을 참고하였다.

셋째, Giorgi의 현상학적 자료분석 방법에 근거하여 총체적인 의미를 파악하고, 의미단위를 구분하여 확인하였으며, 확정된 의미단위들을 심리학적 언어로 전환하여 일관성 있는 구조 진술로 통합하였다(신종훈, 2021).

넷째, 자신의 꿈을 기록하고 그곳에서 나타나는 1차 표징을 찾아 그제 나의 현재 생활양식에서 어떤 연관이 있는지를 찾아보았다. 또, 그러한 생활양식패턴이 나의 무의식의 어떤 부분과 연결이 되는지도 살펴보았다.

다섯째, 무의식의 통찰의 경험에 음악과 미술을 접목하여 나의 현재 상태를 표현하게 하고 그것에 대한 직접적인 탐색을 하였다.

마지막으로, 반구조화 질문지를 사용하여 내담자의 꿈통찰에 관련한 질문을 하였다. 그와 같은 질문을 통해 참여연구자가 현상에서 자신의 무의식을 통찰하고 그 과정에 꿈통합예술치료의 효과성 검증을 입증하였다.

3.2.3 Giorgi 연구 방법 및 윤리적 고려

본 연구를 위해 참여자를 모집하여 참여자 3명을 선정하고 각 90~120분 인터뷰를 통해 연구자가 직접 진행하여 상담자의 무의식적 탐색 과정의 자료를 수집하고 분석하였다.

질적 연구에서도 현상학적으로 이루어지는 연구방법은 체험자가 드러내는 의식에 대해서 현상의 본질을 기술하는 것에 초점을 둔다(신경애, 2020).

Giorgi, 1985[26]는 심리학적 현상학이 다루어야 할 고유한 것은 ‘의미’이고 타당성 관련한 자연과학적 방법에 대해서도 판단의 중지라고 하는 현상학적 절차를 강조하고 있다. 현상학적 심리학에서 강조하는 참여자들

의 판단아래, 참여자 스스로가 본질적인 탐색의 구조에서 쉽게 통찰되는 그 상황적 구조를 탐구하려 노력했다.

참여연구자들에게 프로그램을 진행하고 녹음을 한 후에 Giorgi에서의 단계에 걸쳐 결론을 도출하고자 하였다. 수집되어진 자료들을 바탕으로 첫째, 참여자진술을 토대로 반복해서 읽고 전체를 인식하도록 했고, 둘째, 연구 참여자 축어록을 통해 의미 단위를 구분하였으며, 셋째, 연구 참여자 축어록을 통해 일상적 언어를 학문적인 용어로 정리하였다. 넷째, 정리되어진 의미 단위를 가지고 일반적인 진술로 통합하여 결론을 도출하였다.

3.2.4 연구결과

인턴상담자의 꿈 통찰 과정 경험의 구성요소와 참여동기, 꿈의 1차 표징, 무의식 탐색(음악매체, 미술매체, 방어기제), 성장방향의 7가지 하위 구성 요소에 따른 의미단위를 도출하여 아래의 표로 제시하였다.

〈표 2〉 결과 의미단위 도출

구성 요소	하위 구성 요소	의미 단위 요약
인턴상담자의 꿈 통찰 과정	참여동기	-꿈 통찰 관심 있음 -본인 무의식 탐색 원함 -현재 힘든 부분으로 자기 통찰 원함
	꿈의 1차 표징	-옷, 디자인, 컬러, 인물, 뒷담화, 물건, 행동, 표현, 과제, 발표, 질타, 한숨소리 등
	무의식 탐색	-두려움 -예기 불안 -불편한 마음 -인정받고 싶은 욕구 -잘해내고 싶은 욕구 -사람과의 갈등이 싫음 -늘 잘하고 있나 하는 생각
	음악매체	-듣기 편안해함 -음악을 좋아함 -시간이 지날수록 집중됨 -음악의 높낮이에 반응함 -길게 통찰되어 눈물 보임
방어기제	미술매체	-튼튼한 담벼락 -담낮은 담벼락 -자신의 소중한 그릇, 먹거리 -햇빛이나 바람을 막을 그늘막 -동그란 형태의 두 가지 상징물을 표현
	방어기제	-거리두기, 반복강화, 회피, 억압, 우울감, 자신에게 향함

성장방향	-유연함 발견 -인정받기 위함 -'그럴 수 있지' 하고 마음 먹는 것에 기회 부여 -숙련된 상담자가 되기 위하여 필요한 과정임을 인지 -스스로를 부인하지 않고 받아 들이는 기회 제공 -이제는 나도 결과물을 내고 싶다는 동기 부여 -숙련된 상담자의 준비과정(나의 통합과 타인에 대한 좋은 영향력)임을 인지
------	---

4. 결론 및 논의

본 연구는 대학원 상담심리치료학과의 석·박사과정 중, 상담 경험이 없는 인턴상담자 3명으로 구성하여 자신이 최근에 꾸는 꿈을 가지고 사례 정리를 한 후, 이후 프로그램 & 인터뷰를 통해 자신의 무의식적 꿈에 대해서 살피는 과정을 거쳤다. 그 과정에서 예술 매체들을 통하여 보다 유연하게 스스로 꿈을 직접 통찰할 수 있는 기회를 제공하였다. 인턴상담자들은 내담자 경험을 통해 언어로써만 진행되는 과정은 자신을 드러내기 어려운 부분들이 많다. 이에 본 연구에서는 음악, 미술 등을 접목하여 꿈을 통찰하는 과정을 제공하였고, 이러한 과정을 연구참가자들은 처음 자기탐색을 시도하나 심도 있게 자신을 바라볼 수 있는 경험을 하였다. 또한, 인턴상담자가 이 과정을 통해 자신을 탐색하는 것이 언어적인 상담만 있을 때 보다는 훨씬 더 깊고 쉽게 통찰이 가능하다는 보고들이 공통적으로 나타났다.

따라서 본 연구를 통해 얻어진 결론 및 논의는 다음과 같다.

첫째, 인턴상담자들은 꿈통합예술치료를 통해 자신의 무의식적 통찰을 원하는 동기를 가지고 있었고, 1차 표정에서 대상(인물), 물건(다양함), 행동 및 언어적 표현들을 통해 자신의 불편한 감정, 혹은 자신의 무의식 속에서 드러나는 현상에서의 문제들을 스스로 통찰하는 경험을 하였다.

둘째, 인턴상담자들은 공통적으로 최근 꿈과 음악, 미술 매체를 통하여 집중력이 깊어짐과 편안함을 느끼는 것으로 나타났다. 이는 인턴상담자들이 처음에 언어만을 통해서 긴장된 마음과 복잡한 생각들이 많다는

것을 의미할 수 있고 그것이 상담 장면에서 기피요소가 될 수 있다는 것을 시사할 수 있다. 따라서, 인턴내담자들이 꿈통합예술치료를 중심으로 본인 통찰을 통해 부드럽게 이완하는 과정은 만족감이 높았다. 또한, 편안하게 자신의 무의식적 생각, 감정, 표현들이 드러나는 것과 그것을 도출하는 과정이 수월하게 이루어진다는 것에 본 연구의 의미가 있다.

셋째, 꿈통합예술치료를 병행 없이 드러났던 방어기제로는 자신을 드러내고 싶지 않아하는 회피적 성향이 공통적으로 나타났으나, 이는 점진적으로 줄어드는 양상을 보였다.

넷째, 인턴상담자들은 앞으로의 성장방향에 대해 스스로를 위한 유연함이 생겼고 자신을 받아들여지게 된 기회였으며 전문상담자가 되기 위한 미래 방향에 대한 계획을 갖게 되었다고 보고되었다. 이상의 연구 결과를 토대로 인턴상담자를 대상으로 꿈통합예술치료를 기반으로 한 개인 통찰의 필요성과 제언을 논의하였다.

이와 같은 결론에서 본 연구와 관련된 공통점은 꿈매체를 치료 및 통찰의 목적으로 활용하기 위해서는 체험의 과정과 훈련이 필요하고 준비된 상담자는 자신의 꿈뿐만 아닌 내담자의 꿈 통찰 경험이 있어야하며, 자신의 문제에 대하여 자각을 할 수 있어야 한다는 것이다(박현순, 이창인, 2004; 박현순, 2009).

미술매체에서는 그것을 통한 방어적 태도를 낮추고 비언어적 의사소통의 방법이 불편하지 않으며 자신의 표현과 자아탐구의 수단이 된다. 특히 힘든 경험에 대한 언어적 표현이 어려운데 그 감정을 표현하는 것에 용이하다. 감정을 알아차리고 중요한 문제에 대한 통찰을 깊이 할 수 있으며 창의적 활동과 기쁨을 나눌 수 있다는 것이다(Waller, 1993; Skaife & Huet, 1998; Riiey, 2001; 한미령, 조주성, 장은진, 2019).

더불어 음악매체 활용에서도 음악에서 느껴지는 감정선의 변화, 심미적인 경험, 깊게 빠져드는 체험 등은 인간이 무의식적으로 추구하는 내적인 욕구에 의한 것이라고 한다(임재영, 이주영, 신동열, 2021).

꿈통합예술치료에서의 꿈통찰을 위한 다방면의 매체 활용은 특별성을 지녔다는 것이 차이점이라고 볼 수 있겠다.

마지막으로 이 연구의 후속 연구의 필요성에 대한 제언은 다음과 같다.

꿈통합예술치료라고 하는 통합적 학문은 언어적 상담

이외에도 다양한 매체들을 가지고 상담 장면에서 적용할 수 있어야 한다. 하지만 본 연구에서는 꿈, 음악, 미술에 국한된 연구로 다양한 매체를 활용하여 실행하지 못하였다.

따라서, 첫째, 다양한 매체들을 활용한 후속 연구를 제안한다. 둘째, 본 연구는 세가지 매개로 한 [인턴상담자의 꿈통찰 과정에 관한 현상학적 연구]이지만 앞으로 꿈통합 프로그램 효과 검증 연구와 더불어 다양한 사례 연구가 필요함을 제안한다.

References

- [1] 권경인 외(2017). "집단상담 수업 경험에 대한 학습자의 인식: 어려움과 대안을 중심으로" 한국상담학회(18): 181-204.
- [2] 김명자, 김지연(2020). 초보상담자가 상담수련 과정에서 경험하는 어려움에 대한 인식* 학습자중심교과교육학회 학술지 Vol.20 No.9 325-353쪽.
- [3] 김미현, 2017;김정연, 박명희,2016; 이미정, 박승민, 2015.상담수련과정에 있는 초보상담사의 자기성찰 경험 연세대학교 대학원.
- [4] 천성문 외(2015). 『상담심리학의 이론과 실제』 (3판). 서울:학지사.
- [5] 정은실(2019). 상담자의 자기 알아차림 경험에 관한 현상학 연구. 대한신학대학교 상담심리치료학 박사학위 논문.
- [6] Skovholt, T. M., & Rønnestad, M. H. (1992). Themes in therapist and counselor development. *Journal of Counseling and Development*, 70(4), 505-515쪽.
- [7] 박현순(2009). 꿈 분석 사례 연구. 서강대학교 학생생활상담연구소 학술지 人間理解(Journal of Human Understanding and Counseling) Vol.30 No.2 61-80쪽.
- [8] 나유리(2017). 꿈 분석을 통한 자기이해 사례 연구. 한국연극예술치료학 연극예술치료연구 Vol.-No.7 207-241쪽.
- [9] 신병철(2008). 통찰의 기술. 서울:지형.
- [10] 심수명(2018). 기독교 상담적 관점에서 본 정신역동상담 개정 보증판 278-298쪽.
- [11] Freud, S.(1900). The interpretation of dreams. 김인순 역(1997). 꿈의 해석. 서울:열린책들.
- [12] JUNG, C. G.(2002). Traumsymbole des Individuationsprozesses. 한국융연구원 C.G. 융 저작 번역위원회 역(2002). 꿈에 나타난 개성화 과정의 상징. 서울: 숲.
- [13] 장인숙(2006). 시각화된 꿈에 나타난 개성화과정 에 대한 연구: 자기분석을 통하여. 순천향대학교 건강과학대학원 석사학위논문.
- [14] 김정규(2006). 계슈탈트 심리치료: 창조적 삶과 성장. 서울: 학지사.
- [15] 송제연(2016). 꿈 시각화를 통한 미술치료에 따른 성인 내담자의 꿈 변화 분석. 건국대학교 예술디자인대학원 석사학위논문.
- [16] 이죽내(2002), 분석심리학의 관점에서 본 현존제 분석적 꿈 이해. 심성연구, 17(2), 100-118쪽.
- [17] 최애나(2013). 비만아동에 대한 통합예술치료 프로그램 효과 연구: 자아상, 스트레스, 자기 효능감, 자아존중감을 중심으로. 예술심리치료연구, 9(1), 121-138쪽.
- [18] 광현주, 김영희(2013). 예술치료 효과에 대한 메타 분석 : 음악치료, 미술치료, 무용동작치료, 통합예술치료를 중심으로*. 예술심리치료연구, 9(3), 185-203쪽.
- [19] 임재영, 이주영, 신동열(2021). 음악치료 이론과 임상 유도 음악치료 실제. 서울:교문사.
- [20] 최윤영(2020). 통합예술치료를 위한 예술의 매체 별 특성 연구. 『한국예술연구』 2020 제 28호, 305-326쪽.
- [21] Malchiodi, C. A.(2014). 미술치료,(최재영, 김진연 역). 서울:조형교육. (2007).
- [22] Kramer, E.(1971). Art as therapy with children. New York: Schocken Books.
- Ulman, E.(2012). 프로이트 이론의 변용: 3명의 미술치료 이론가.
- [23] O'Conner, K. J.(1991). The play therapy primer: An integration of theories and techniques. NY: Wiley & Sons.
- [24] 유가호, 위영희, 문현주, 이희정, 김태은 공저

- (2014). 놀이치료의 이해 개정판, 서울:양서원.
- [25] 신중훈(2021). 고위험군 성범죄 출소자 멘티의 CoSA 서클멘토링 경험과 사회 적응과정에 관한 현상학적 연구(현실치료를 중심으로). 대한신학대학원대학교 박사학위논문.
- [26] 신경애(2020). 중년남성의 초기회상과 생활양식에 관한 현상학 연구 - 산업진흥원 산업진흥연구, 5권 3호, 97-104쪽.
- [27] Giorgi(1985), Phenomenology and Psychological Research, Pittsburgh: Duquesne University Press.
- [28] 박현순(2009). 꿈 분석 사례 연구. 서강대학교 학생생활상담연구소 학술저널 人間理解(Journal of Human Understanding and Counseling) Vol.30 No.2 61-80쪽.
- [29] 한미령, 조주성, 장은진(2019). 예비상담자 효능감 증진을 위한 집단미술 상담 프로그램 개발의 예비 연구. 한국발달지원학회 발달지원연구 학술저널 Vol.8 No.1 92-106쪽.

권혜진(Kwon, Hye Jin)



- 일본고베예술공과대학 대학원 박사 (예술공학)수료
- 관심분야 : 상담심리, 아동·청소년 상담, 성인상담, 통합예술치료, 미술치료, 정신역동꿈분석 등
- E-Mail : iltjj@naver.com

신동열(Shin, Dong Yeol)



- 건신대학원대학교 철학박사 (상담심리학) 졸업
- 대한신학대학원대학교 상담심리치료학 교수
- 관심분야 : 상담심리, 아동·청소년 상담, 가족상담, 정신역동꿈분석 등
- E-Mail : counme3@naver.com