

자기심리학과 에니어그램 기질별 공감을 통한 청소년 상담에의 적용

류권옥*

목 차	
I. 서 론	IV. 청소년 상담에의 적용
II. 자기심리학	1. 자기대상의 결핍
1. Heinz Kohut의 생애	2. 자기애적 성격장애를 위한 치료
2. 자기심리학의 주요 개념	3. 청소년 상담을 위한 에니어그램 기질별 공감
III. 자기대상과 에니어그램	V. 결론 및 논의
1. 에니어그램의 성격이론	
2. 자기대상적 경험과 에니어그램의 통합	

에니어그램은 각 개인마다 나타날 수 있는 9가지 기질적 욕구의 특성을 잘 반영해준다. 에니어그램 성격 유형의 욕구 이해는 자아정체감을 형성하는 시기의 청소년을 이해하는데 유용하다. 유아기부터 청소년기까지 형성된 대상관계는 청소년기에 자아정체감을 형성하는데 중요한 역할을 한다. 개인의 대상관계는 건강한 기질적 핵심욕구의 충족, 좌절의 경험들에 의해 영향을 받게 된다. 또한, 자기대상인 주양육자로부터 존경, 충애, 정서적 산소를 공급받으며 발달한다. 그러므로 개인의 기질에 의한 정서적 공감을 이해하는 것은 중요하다. 이에 따라 본 연구에서는 자기심리학을 토대로 에니어그램기질별로 나타날 수 있는 온전한 공감을 고찰하였다. 나아가 자기대상의 중요한 형성시기인 청소년을 상담할 때의 적용점을 제시하고자 한다.

키워드 : 에니어그램, 자기대상, 청소년 상담, 공감

* 류권옥 / 세종시청소년상담센터장 / E-mail: Kwon6148@hanmail.net

I. 서 론

인생의 초기단계에서 자기대상은 중요한 영향을 미친다. 대상은 그 자체로서 유아의 발달에 영향을 미치는 존재이며 살아서 움직이는 실체이다. 유아들이 출생 후에 적극적으로 관계를 맺으려는 대상으로서 존재하며 이 대상이 없이는 유아의 발달은 불가능해진다(김용태, 2000). 양육은 일반적으로 어머니가 맡기 때문에 어머니를 대상이라고 하지만 아이의 양육과 무관한 어머니를 대상이라고 하지는 않는다. 그러므로 대상은 어머니가 아니더라도 반드시 아이를 양육하는 사람이어야 하며, 자기의 삶에 결정적인 영향을 미친 사람이다. 대상은 양육과정에서 경험한 양육자(일반적으로 어머니)와의 경험에서 느꼈던 양육자에 대한 이미지가 무의식세계에 침전되어 있으면서 의식의 세계를 관리하고 행동 규범과 느낌을 만들어 낸 것은 물론 그 사람의 총체적인 인간 됨됨이를 결정해주는 심리적인 틀, 무의식세계에서 개인의 운명을 관리하는 양육자의 상(image)을 대상이라고 한다(임종렬, 1999).

특히 유아기부터 청소년기까지 경험하는 자기대상은 청소년기에 자아정체감을 형성하는데 중요한 역할을 하며, 청소년들에게 건강한 자기대상 경험이 이루어지지 않을 때 일탈, 심리적 어려움을 겪게 되는 것을 청소년 상담 현장에서 보게 된다. 에릭슨에 의하면 청소년기는 자아정체감을 형성하는 시기이다. 자아정체감 형성을 위해서는 자기가 자기를 생각하는 것과 사회적 인식의 상호작용이 중요하다. 에니어그램은 인간의 다양한 행동양식, 대인관계, 감정양상, 내적 표상 등에 대한 내부적이고 핵심적인 동기를 바탕으로 이루어져 있는 이론으로 외부로 드러나는 생활 모습, 다양한 활동, 성격적인 태도들을 역동적으로 보여주는 도구이다. 에니어그램이란 아홉 가지 기질적 성격유형 이론으로 동양 전통과 심리학적 통찰을 토대로 생성되었으며, 아홉 가지 성격유형별 내면의 동기, 습관적 패턴, 행동적 예측성 등을 알려줌으로써 성장과 성숙을 향해 나아갈 수 있는 지표를 제공한다.

에니어그램은 내부동기에 입각하여 자기를 인식하고 타인과의 관계를 맺으며 다양한 흥미와 초점을 둔 탐색적 활동을 통해 자아를 발달시킬 수 있다(Wagner, 1991). 특히 자신에 대한 이해, 자아인식확대, 자아정체감 형성, 자아탐색이 역동적으로 일어나는 청소년기에는 에니어그램이 청소년의 내적동기와 다양한 습관 형성, 자아 이미지를 탐색할 수 있도록 돕고 통합적인 성장의 방향을 제시할 수 있다. 따라서 에니어그램을 통한 성격 이해는 더욱 내재화된 동기에 대한 이해, 습관적인 자아를 인식하고 자신에 대한 이해를 확대함으로써 진로, 적성, 학습 등에도 긍정적이고 진취적인 영향을 줄 수 있다(Levine, 2003).

본 연구에서는 자기심리학을 토대로 에니어그램의 기질형성에 나타날 수 있는 온전한 공감에 대해 고찰하고, 나아가 자기대상 경험이 중요한 시기의 청소년을 상담할 때 적용점을 제시하고자 한다.

II. 자기심리학

1. Heinz Kohut의 생애

Heinz Kohut은 1913년 비엔나에서 태어났다. 1938년 비엔나 대학교에서 의학학위를 받았다. 그는 미국으로 건너가 시카고 정신분석연구소에서 정신분석 전문가로서 활동적인 삶의 대부분을 보냈다. 그곳에서 그는 지도분석가 겸 교수였으며 미국정신분석가협회의 회장(1964-1965년)을 역임하기도 했다. 그는 Freud 이론에 대한 심층적인 이해를 바탕으로 그의 이론을 확장하고 발전시켜 나가면서 자기애와 정신분석학의 탐구방법으로서의 공감과 같은 주제들에 대해 깊은 관심을 가졌다. 그는 자존감 뿐 아니라 창조성과 내적 일치감, 생존력, 기능적 조화에 깊은 관심을 가졌다. 최종적으로 안정적인 자기의 형성과 유지라는 주제로 모아지면서 결국은 Freud 이론과는 구별되는 자기심리학을 창안했다.

2. 자기심리학의 주요 개념

Kohut의 자기심리학은 현대정신분석학의 중심에 있다. 프로이트 이후 정신분석학은 뉴턴의 물리학에 근거한 “객관적 실체”에 관심을 두었고, 그 때문에 임상적인 병리현상이나 치료과정도 그와 같은 객관적 실체 속에서 찾으려고 애를 썼다. 완전한 인격의 발달은 어릴 적에 결정되고 그 결정된 객관적 실체가 남은 인생의 내용을 결정한다고 믿었다. 그러나 Kohut은 양자역학의 입장에서 주관자의 입장을 강조하였다. 객관적 실체보다는 주관적 경험의 실체에 더 의미를 두고 한 인간의 정신병리와 그 치료과정에 대한 연구를 한 것이다. 상호주관 및 관계적 정신분석학의 학자들은 Kohut의 이런 입장을 지지하며, 이론을 더욱 발전시켰다. 그리고 Kohut이 이야기하는 자기심리학을 치유 차원에서 가장 획기적인 발견으로 인정하고 있다.

그는 “자기대상”과 “공감”이라는 개념을 통해서 정신분석 치료 뿐 아니라 개인의 성숙한 변화의 핵심조건을 잘 설명하고 있다. 그에 따르면 인간은 죽을 때까지 공감을 경험해야 살 수 있다. 그것은 마치 산소와 같아서 오랫동안 마시지 않으면 죽음을 당한다. 아무리 건강한 인간도 산소를 4-5분 동안 마시지 않으면 뇌사상태에 빠지고 결국 소생할 가능성이 무척 희박해진다. 정신적 차원에서의 산소가 있다. 그것이 바로 공감이며 만일 이러한 정신적 산소를 제대로 경험하지 않으면 인간은 정서적 발육부진이 온다. 유아기에 이 경험이 부족하면 심각한 정신장애를 갖게 되고, 성인이 되어서도 정신적 산소 체험이 결핍되면 급속한 정도의 퇴행과 해체 현상이 일어난다. 건강한 인간일수록 내적 응집력이 견고하다. 그러나 응집력이 아무리 강한 성인이라 할지라도 정신적 산소의 결핍은 그 응집의 해체, 정신 구조적 파편화를 일으키고 인간은 서서히

생기를 잃고 추락하게 된다. 그래서 인간은 평생 동안 다른 사람으로부터 공감, 곧 정신적 산소를 공급받아야만 자신의 건강한 정신을 유지할 수 있다. 이런 점에서 인간은 평생 의존적이며 홀로 독립적인 존재로 살기 어렵다.

그러면 우리는 공감을 어떻게 받을 수 있는가? Kohut은 “자기대상”개념을 통해 새로운 해법을 제시한다. 그에 따르면 공감으로서의 정신적 산소는 우선 세 가지 종류의 정서적 체험으로 각각 존경, 총애, 일체의 정서적 경험들이다. 존경, 총애, 일체의 개념은 문자적 의미라기보다는 에너지의 흐름을 의미한다. 자기로부터 대상으로 에너지가 흘러갈 경우 그것은 존경체험이며, 대상으로부터 자기에게로 에너지가 유입되면 그것은 총애 경험이다. 그리고 그 두 존재가 함께 하면 일체 경험이라고 한다. 이는 개인의 정서적, 인지적 지각과는 상관없이 에너지의 흐름과 존재 양태를 통해서 우리는 정신적 산소의 흐름을 파악할 수 있다. 즉 긍정적인 정서를 경험하도록 도와주는 대상이 자기대상이라고 할 수 있다. Kohut은 “치료의 증거”는 환자의 자기대상 채널의 확장이라고 했다. 환자가 존경, 총애, 일체 경험을 할 수 있는 대상이 많아지면 그 치료의 과정은 성공적이라고 할 수 있다. 존경, 총애, 일체는 정신에너지의 핵심으로 유아들은 대부분 부모를 통해 자기 대상 욕구를 충족시킴으로써 건강한 자기를 구축해나갈 수 있다.

1) 총애 자기대상

총애 자기대상은 유아를 향해 늘 미소를 짓고, 긍정하듯 눈길로 사랑스럽게 쳐다보는 대상이다. 전통적인 사회에서는 주로 엄마의 역할이었지만 현대사회에서는 부모 즉 주 양육자의 역할이라고 본다. “유아숭배”라는 말처럼 유아는 총애 자기대상들에 의해 떠받들어지고 숭배된다. 자기를 쳐다보며 즐거워하면서 자기를 자기가 대단한 존재라는 느낌을 주는 자기대상들을 경험하면서 유아는 서서히 내면에 “나는 가치 있는 존재”라는 느낌과 자기개념을 발달시키게 된다. 이 총애 경험은 유아로 하여금 세상을 긍정적으로 느끼게 해주며 자신감 있게 살 수 있는 터전이라는 생각을 갖게 만든다.

2) 경외(존경) 자기대상

존경 자기대상은 유아로 하여금 세상이 얼마나 위대한지 경험하게 한다. 총애 자기대상의 경험으로 유아는 자신이 가장 위대하다고 생각하게 된다. 하지만 자기보다 더 위대하고 힘 있는 대상을 경험하는데, 유아는 주로 부모를 통해 “위대한 경외 대상”을 경험할 때 존경 자기대상이 생긴다. 예를 들면 유아는 들지 못하는 무거운 물건을 아버지가 쉽게 들거나, 유아가 무서워하는 동물이나 어둠을 어렵지 않게 대하는 부모님을 경험한다. 유아 자신의 두려움이나 공포를 쉽게 해결해주는 부모, 즉 존경 자기대상의 경험은 유아에게 안정감을 느끼게 한다. 이 경험들을 통해 유아는 자신이 위기와 어려움에 처했을 때 존경 대상인 부모가 도와주고 구해줄 것이라는

믿음을 가지게 된다. 이런 위대한 부모에 대한 믿음으로 유아는 세상을 좀 더 편하지만, 진지하게 바라보게 된다. 존경 자기대상 경험은 유아로 하여금 살면서 세상은 혼자 사는 곳이 아니기에 경거망동하지 않도록 도와준다. 스스로 혼자만 잘났다고 생각하고 다른 사람들을 무시하는 태도는 유아의 삶을 어렵게 하는 원인이 될 수 있다. 그러므로 부모를 위대한 경외 대상으로 받아들이고 존경하는 유아들은 서서히 세상 안에서 약하고 여린 자기를 깨닫고 부모의 위대함을 인정하기 시작한다. 또한 위대한 부모를 바라보면서 부모의 내면적 가치와 이상들을 서서히 유아의 내면적 가치와 이상들로 받아들이게 된다.

3) 일체 자기대상

일체 자기대상은 주로 부모와 함께 어떤 일을 혹은 활동을 하는 유아가 느끼는 정서경험을 말한다. 마치 쌍둥이가 서로에게서 이심전심을 느끼듯이 유아가 부모와 더불어 이심전심을 느끼는 순간 유아는 일체적 자기대상의 경험을 하게 되는데, Kohut에 의하면 일체 자기대상 경험은 유아의 기술 습득이나 재능 개발에 매우 중요하다. 마치 도제 관계처럼 유아는 부모나 선생님과 의 깊이가 있는 일체 대상경험을 하고, 그 관계를 통해서 중요한 삶의 기술이나 지혜를 배우게 된다. 개인이 큰 꿈과 이상을 지녔다고 하더라도 실제적인 삶의 기술을 가르쳐주는 일체 자기대상을 만나지 못한다면 건강한 재능개발은 이루어지지 않는다. 이러한 정서적 경험이 일체 자기대상이다. 즉 살면서 비슷한 경험을 나눌 수 있는 대상과 특별한 의미를 가지고 함께 하는 활동들과 풍요로운 정서경험을 일체 자기대상이라고 부른다.

그러나 부모는 완벽하기보다는 ‘충분히 좋은’ 정도의 자기대상 경험을 제공해주는 것이 필요하다. 유아는 자기대상인 부모에게서 완벽하지 않은 모습을 발견하고 실망과 좌절을 경험하지만 충분히 좋은 자기대상 경험을 하게 된다. 이러한 경험을 통해 유아는 스스로 그 실망과 좌절감을 극복하고자 노력하는데, 그 결과 오히려 유아의 자율성을 키워주게 되는 응집력 있는 자기가 출현하게 된다. Kohut은 유아가 자기대상의 결합으로 갖게 되는 경험을 ‘최적의 좌절’이라고 한다. 그는 이러한 과정을 통해 유아의 내면에 형성되는 건강한 자율성, 응집력이 있는 자기의 출현과정을 ‘변형적 내면화’라고 불렀다. 이 변형적 내면화 과정은 한 인간의 성숙을 위해서는 필수적인 발달과정이다. 그에 의하면 변형적 내면화를 통해 건강하게 자기를 발달시킨 사람은 따뜻한 정을 주고받을 수 있는 인성을 지니고 있으며, 타인의 자기대상의 욕구에도 민감하게 반응하고, 창의적이다. 또한 유머 감각을 가지고 다른 사람들과 교류하며 자기와 타인의 인간으로서 한계를 인정하며 용납할 수 있는 지혜를 지닌 사람이라고 하였다.

III. 자기대상과 에니어그램

1. 에니어그램의 성격 이론

에니어그램에서는 성격형성이 외부적 대상에게 자신을 맞추고 거짓자기(False Self)를 발달시키게 될 때 주위에서 인정해주고 바라는 모습에 자기를 맞추게 되는 대상관계를 형성하게 된다고 주장한다. 대상관계는 사람들이 생애초기에 가졌던 대인관계경험, 특히 주요양육자와의 관계 경험을 바탕으로 어떻게 자기 자신과 다른 사람들에 대한 표상을 형성하며, 이런 내면화된 표상들이 개인의 성격형성과 이후 주변사람들과의 관계에 어떤 영향을 주는가를 보여준다(김진숙, 2002). 초기어린시절, 주요양육자의 돌봄, 양육적인 행동이 아동의 심리발달에 중요한 영향을 주며 아이의 실패에 대한 양육자의 부적절한 반응으로 발달의 실패가 일어나거나 거짓자기(False Self)가 발달한다. 이때 중요한 대상관계는 '충분히 좋은 엄마(Good Enough Mother)'로서 기능할 때 건강한 자기, 즉 참자기(True Self)로서의 발달을 돕게 된다(Winicott, 1971). 충분히 좋은 엄마의 역할은 아이의 발달을 촉진시키고 부적절한 엄마의 역할은 아이의 성숙과정에 장애를 일으킨다. 엄마가 아이의 불안에 대해 열려있고 언제든지 아이가 필요할 때 반응을 보내주는 존재로서 지각할 때 참자기가 발달하게 된다. 참자기(True Self)란, 성격의 핵심에 있는 내적 축으로 엄마의 욕구보다 자신의 욕구를 충분히 표현하고 안전하게 느끼며 자신이 사랑받고 있음으로 충분히 받아들임으로써 온전한 자기 자신으로 다른 사람과의 관계를 촉진하는 자기의 부분이다.

그러나 엄마가 유아의 불안을 무시하고 엄마 자신의 욕구대로 반응할 때 유아의 거짓자기가 발달할 수 있다. 거짓자기란 엄마(중요한 타자)의 욕구에 반응하는 성격의 속성 및 상태로 외부 현실에 자신의 욕구를 맞추면서 참자기를 보호하고 다른 사람과의 관계를 촉진하는 자기의 부분이다. Winnicott은 환경적인 엄마(environment mother)로서 안전하고 편안하게 감싸주는 존재로서의 엄마와 대상적인 엄마(object mother)로서 아기의 욕구에 응답해주는 초점관계로서의 인격대상으로 무조건적 자비로움, 배려하는 대상인 엄마의 역할을 강조한다. 엄마와 아이의 관계가 정신 신체적인 공조관계로 신체적 친밀함과 의사소통을 통해 건강하고 창조적인 참자기로 발달할 수 있다(이재훈 역, 2002).

이처럼 유아는 어린 시절에 욕구가 좌절되면서 기질적인 거짓자기를 형성하게 된다. 즉 유아는 거짓 자아와 참 자아의 발달 과정을 통해서 에니어그램에 근거한 성격이 형성되어진다.

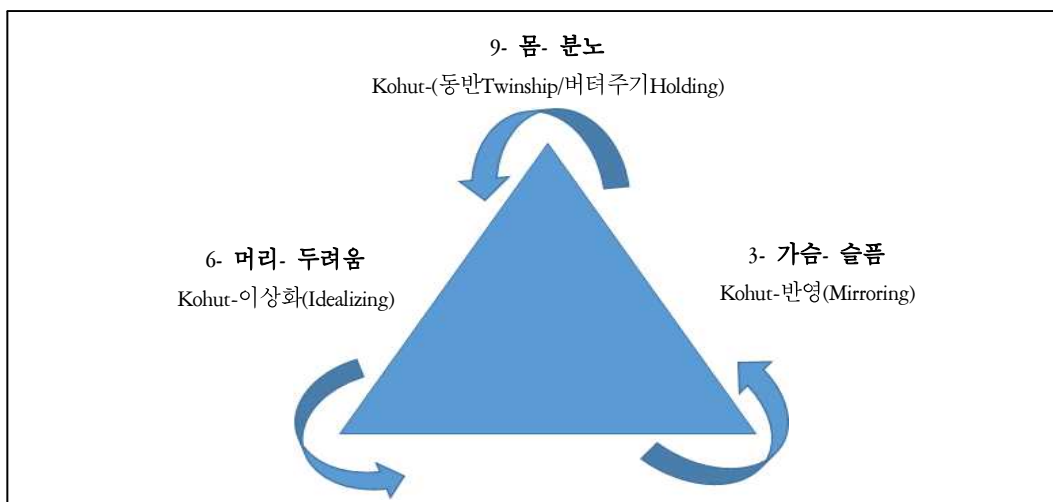
2. 자기대상적 경험과 에니어그램의 통합

Chestnut(2008)은 이러한 성격형성에 대하여 에니어그램과 대상관계 이론을 통합하고 Margaret Mahler, Melanie Klein, Thomas Ogden, 그리고 Heinz Kohut이 제시한 초기 발달 문제들을 에니어그

램 기질적 욕구의 유형들과 연결 지어 고찰하였다. Kohut의 초점은 자신의 세 가지 “자기 대상적 요구”에 맞춰져 있다. Kohut은 “자기 대상적 요구”를 자신의 개발과 건강을 향해 성장하는 신생적인 자신을 중요한 다른 사람에 의해 만나게 하는 핵심적 요구로 정의한다. 아이가 “자기 대상 요구”를 만날 때, 그것은 그들이 부모(자기대상)와의 경험을 가지고 있다는 것을 의미한다. 이후 그들은 자기대상을 내면화하고 자신만의 것으로 만든다. 즉 내면화된 이 핵심 요구는 그들의 안정적이고 단단한 감각적 강도, 가능한 자신을 만나게 되므로 “자기대상”이라고 부른다. 이것은 “자신”의 구조적 성장에 근본적으로 기여하는 중요한 “대상”이다(Kohut, 1984).

Mitchell과 Black(1995)은 Kohut의 이러한 세 가지 중심적 요구의 개념을 설명한다. Kohut의 이론에 따르면, 건강한 자신은 자기 대항 경험의 세 가지 특정 종류의 발달적 환경 안에서 진화한다고 한다. 첫 번째 경험은 자기대상이 “대응하고, 아이의 타고난 활기, 위대함과 완벽한 감각을 가진 누군가”이어야 하며 기쁨과 승인을 그에게서 찾고 아이의 넓은 상태의 마음을 지원하는 누군가이어야 한다. 발달에 필요한 경험의 두 번째 유형은 아이의 참여를 필요로 하는 강력한 다른 사람으로 “아이가 존경할 수 있고, 평온, 무과실성 그리고 전능의 이미지로 병합할 수 있는 누군가” 이어야 한다. 마지막으로, Kohut에 의하면 유아에게는 개방성과 유사성을 보이고, 유아와 자신 사이에 필수적인 유사성의 감각을 보여주는 자기대상에 의한 건강한 발달경험이 필요하다.

에니어그램의 내면 삼각형과 모두 연결될 때 [그림 III-1]과 같이 우리는 그들 모두가 서로 어떻게 함께 연결되는지 볼 수 있으며, 원형은 삼각형에서 점 부근의 에니어그램 체계에 의해 설명된다. 특히 Kohut의 자기 심리학에서도 알 수 있듯이, 인간은 계속 되어지는 자기대상 경험에 의해 성격이 형성되어져 가는 것을 알 수 있다.



[그림 III-1] 에니어그램과 Kohut의 자기대상적 경험의 연결

Chestnut은 대상관계 이론을 통해 에니어그램의 세 중심의 에너지와 대상관계를 통합하려는 시도를 하였다. 중요한 것은 대상관계는 유아의 중심 에너지에 따라 다르게 반응할 수 있으며, 그것이 성격을 형성하게 된다는 것이다. 각 에너지 중심별로 자기대상 욕구와 어떻게 결합될 수 있는지를 살펴보고, 이를 에니어그램 심리 역동 체계에 나타난 표면적인 역동의 첫 시작인 기질적인 심리에너지의 힘, 즉 Power를 알아줌으로써 건강한 심리에너지의 회복을 어떻게 할 수 있을 것인지 고찰해보고자 한다.

1) 머리중심: 5, 7, 6유형- Head- Fear (6- 머리- 공포)

Chestnut은 머리중심의 에너지를 사용하는 아이들은 두려움과 공포를 경험하기 때문에, 대상관계를 Mahler의 주장처럼 위험요소를 직면할 수 있도록 연습해야 한다고 말하고 있다. 이들에게 불안 요인들이 많아질수록 Klein과 Ogden의 말한 편집과 분열적인 대상관계를 형성하게 된다고 보았다. 종종 어린 시절에 이상화가 될 수 있는 존재와 신뢰의 부족이 또한 Kohut이 말한 것처럼 어린아이에게 공포로 작용될 수 있음을 알 수 있다. 이러한 경험은 머리유형들에게 자신 안에서 실현 가능하지 않은 이상적인 자기대상 욕구를 키워나간다고 하였다.

이들이 건강한 심리에너지를 회복하기 위해서는 ‘내면의 안내와 지지’를 충분히 얻을 수 있도록 온전한 존재에 대한 무한한 신뢰가 필요하다. 이들의 무의식적 동기는 “생존과 안전”(Survival and Security)이다(이은하, 2008). 또한 이들은 분석력으로 세상에서 힘을 얻고자 한다.

2) 가슴중심: 2, 4, 3유형- Heart- Sadness (3- 가슴 - 슬픔)

가슴중심의 에너지를 사용하는 아이들은 수치심과 죄책감 안에서의 슬픔을 경험하게 된다. Mahler는 유아가 이러한 것을 극복하기 위해 대상에 대하여 지속적인 재접근을 시도한다고 보았다. Klein과 Ogden은 자신을 방어하기 위하여 자주 우울의 입장을 취하는 대상관계를 형성한다고 하였다. Kohut은 자신의 필요를 대상에게 요구하는 반영적 자기대상 욕구로 나타난다고 설명하고 있다. 이들은 중요한 다른 사람들과의 심리적 연결에 초점을 맞추고 그들로 인해 자기를 형성하는 경향이 있다. 자기에 대한 반영적 요구가 충족되지 않을 때 자기 그대로의 모습이 사랑받는다는 고유한 능력을 의심하며, 자신에 대해 수치심과 잘못에 대한 귀인, 죄책감으로 인한 슬픔 등을 경험하는 것이다. 이들은 자신의 존재가 인정받지 못한다고 느낄 때마다 평상시보다 과도하게 화를 낸다거나 화를 누르는 등의 행동을 하게 된다. 이들이 건강한 심리에너지를 회복하기 위해서는 “애정과 존중”(Attraction and Approval)이 필요하다. 있는 그대로의 자신의 정체성을 인정받고 싶어 한다. 또한 이들은 친화력으로 세상에서 힘을 얻고자 한다.

3) 배중심: 8, 1, 9유형 - Body- Anger (9-배/장-분노)

배중심 에너지를 사용하는 아이들은 자신의 욕구가 채워지지 않을 때, 분노를 자주 경험하게

된다. Mahler는 이에 대해 아이들은 분화된 관계방식을 취하는 것으로 보았다. 그런가 하면 Klein과 Ogden은 자폐성과 같은 관계를 형성해 간다고 말하고 있다. Kohut은 아이들 안에 동반적 자기대상 욕구(Twinship self-object need)를 통해 아이들의 성격이 형성되어지는 것으로 보고 있다.

이들이 건강한 심리에너지를 회복하기 위해서는 온전한 동반자와의 일체감과 인정과 수용이다. 그것이 충족될 때 이들은 추진력과 행동력이 생기고, 충족되지 못할 때 배중심의 심리적 에너지는 무의식적으로 “힘과 통제”(Power and Control)로 흐르게 된다. 타인을 통제하고 힘을 겨루려고 하는 부분이 생겨나게 된다.

Chestnut이 주장하는 것처럼, 에니어그램과 건강한 자기 대상적 요구는 심리적 존재감과 안정감에 밀접한 관계를 가지고 있음을 알 수 있다. 각각 힘의 중심별로 건강한 자기 대상적 요구는 심리적 에너지를 온전히 흐르게 함으로써 개인에게 존재의 힘으로 작용될 수 있다. 주 양육자인 부모나 교사들은 이러한 각각의 심리적 에너지, 즉 Power로 작용하는 머리중심의 분석력, 가슴중심의 친화력, 배중심의 추진력을 건강하게 활용할 수 있도록 도와야 한다. 이러한 심리적 에너지는 건강한 자기욕구를 충족하는데 쓰이는 역동적인 에너지이다. 심리 에너지는 자기욕구를 실현하기 위한 첫 번째 단계라면, 이를 활용하여 핵심적인 자기욕구를 충족할 때 건강한 자기로 성장하게 될 수 있도록 안내하는 것이 두 번째 단계라고 할 수 있다.

IV. 청소년 상담에의 적용

Kohut은 한 개인의 성장과정에서 특히 어린 시절에 부모 등으로부터 심리적인 산소를 제공하는 적절한 자기대상 경험을 하지 못하게 되면 건강하고 응집력이 있는 자기를 구축하지 못하게 되어 발달 결핍이 일어난다고 하였다. 그에 따르면 한 개인의 정신 병리는 오랜 시간에 걸쳐 지속적으로 적절한 자기대상 경험을 하지 못함으로써 오는 발달결핍으로 인해 발생한다고 보았다. Kohut은 세 종류의 자기대상 경험이 각각 결핍되면 서로 다른 문제가 생긴다는 임상경험을 밝혔다.

1. 자기대상의 결핍

첫째, 유아가 총애 자기 대상 경험을 하지 못하면 자기의 기초적인 한 축인 과대적인 자기의 축을 형성하지 못하고 파편화된 자기를 형성하게 된다. 이들은 세상을 살아가면서 다른 사람들의 관심에 대한 유아적 욕구들과, 자신에 대한 찬사의 욕구 충족을 찾아 헤매는 과대적 자기의 빈곤증에 걸린 자기애적 성격장애를 갖게 된다. 또한 이들은 과대적 자기에 대한 무의식적 환상을 갖기도 하는데 이러한 환상은 현실에서 자신의 삶에 대한 불만족, 허무, 성공에 대한 끝없는

동경, 건강한 자존감의 결여 등으로 나타난다.

둘째, 유아가 존경 자기대상을 경험하지 못하면 파손된 이상들의 축으로 인해 평생을 이상화된 대상의 발견을 위해 자신을 삶을 낭비하게 된다. 이들은 삶의 목표와 방향감 상실 등의 문제가 나타나며, 끊임없이 외부의 대상을 자기이상의 현실로 사용하기 위해 이상화 대상에 대한 맹목적 충성과 헌신을 하게 된다. 또한 자기의 이상화 축의 구축실패로 인해 성격이 건강하게 발달하지 못하게 되며, 대체물로서의 대상에 고착되는 중독증을 보인다. 분석과정에서 분석가에게 심리적 의존을 보이는 유아적 퇴행의 원초적인 이상화 전이가 나타난다.

셋째, 일체 자기대상 경험을 하지 못하게 되면 평생 동안 자기 자신이 다르지 않다는 것을 확인받고 싶은 욕구를 지니게 되는데, 이들은 자기 상실감이나 심각한 외로움을 지속적으로 가지며, 실제 대인관계에서 점차 소극적이거나 도피하는 모습을 보인다. 환상 속의 친구나 대상을 추구하며 만족감을 찾는 자폐적 증상들을 보이게 된다.

2. 자기애적 성격장애를 위한 치료

온전한 자기대상 경험을 하지 못하게 되면 건강하고 응집력 있는 자기를 구축하지 못하게 되며 이로 인해 발달 결핍이 일어나고 자기애적 성격장애가 나타난다고 보았다. Kohut은 자기애적 성격장애를 위한 치료의 목표를 전통적인 정신분석 방법이 아니라, 환자와 치료자와의 관계 경험을 통해 생애 초기에 충족하지 못했던 존경, 총애, 일체의 자기대상 경험을 하게 됨으로써 결핍된 자기구조를 회복시키고 성숙하도록 하는 것에 두었다.

그는 이러한 치료의 목표를 위해서는 첫 번째 단계에서는 치료자가 안전하고 이해받는 환경을 마련해주어, 생애 초기에 부적절한 자기대상 경험 속에서 취약한 자기구조를 만든 총애, 존경, 일체의 자기대상상처들을 노출할 수 있도록 신뢰 관계를 형성한다. Kohut은 공감을 대리적 내성으로 정의하고 환자의 내적 세계를 이해하는 중요한 자료수집 방법 뿐 아니라, 사람 사이를 연결시켜 주는 것으로 보았다. 그는 치료자의 공감이 환자의 내적 상태를 이해하고 그로 하여금 새로운 관계 경험을 할 수 있도록 하는데 필수적인 것으로 보았다. 이때 환자는 총애, 존경, 일체의 자기대상 전이를 드러낼 수 있으며, 이 과정에서 치료자는 이상화 전이 등에서 오는 불편한 감정과 방어 유혹을 경험할 수 있다.

두 번째 단계에서는 치료자가 공감을 보여줌으로써 환자가 치료자를 신뢰함에 따라 치료자와 보다 깊은 자기와 자기대상의 새로운 관계를 형성한다. 이 때 환자는 아직 취약한 자기구조를 지닌 상태이기 때문에 치료자에 대한 신뢰가 높아질수록 치료자에게 과도한 기대를 표출하게 되는데, 치료자는 충분히 공감하면서 환자를 성인으로 대응하는 관계를 통해 환자의 유아적 요구들에 적절한 좌절을 경험하도록 할 필요가 있다. 이러한 경험을 통해 환자는 최적의 좌절을 경험하게 되며, 치료자에게 기대했던 유아적-환상적인 기대감에서 벗어나 현실을 인식하고 자신

이 경험한 치료자에 대한 실망을 자신의 내부 안의 요소로써 극복해가려는 건강한 자기의 구축 과정인 변형적 내면화과정이 시작된다. 변형적 내면화는 정신치료의 핵심적인 단계로서 환자는 자신의 유아적 요구들이 치료자의 거부로 좌절하는 경험을 함으로써 자기에적 분노를 나타내는 시기이다. 이 시기에 치료자는 역전이의 하나로서 내담자를 더 이상 공감하며 수용하지 못하고 훈계나 교훈 등의 저항으로 맞서거나, 환자의 요구에 끌려 다니며 환자를 자신의 새로운 성인가족의 일원으로 편입하려는 유혹에 직면할 수 있다. 이 과정에서 치료의 성패는 치료자와 내담자가 이미 형성한 공감적 결속의 질에 달려있다. 둘 사이의 공감적 결속이 충분히 건강한 형태를 지니고 있으면 환자가 경험하는 최적의 좌절은 실망의 재현이 아니라, 환자의 심리 내부 안에 자율성과 창의성을 획득하게 되는 전환점이 될 수 있다.

세 번째 단계에서는 변형적 내면화 과정을 통해 정신치료의 최종 목표인 응집력이 있는 자기가 형성된다. 생애 초기 부모 등의 자기대상 경험에서 파손된 자기가 정신치료 과정을 통해 발달에 필요한 새로운 관계를 치료자와 맺게 됨으로써 새롭게 응집력이 있는 자기를 구축하게 된다.

3. 청소년 상담을 위한 에니어그램 기질별 공감

위에서 살펴본 Kohut의 자기심리학에 근거한 자기대상 충족 경험은 자아정체성의 확립을 해야 할 청소년기에는 이들이 심리적 어려움을 견뎌내는 힘이 될 수 있다. 이에 따라 청소년이 온전한 자기대상으로부터 충족된 경험을 하기 위해서는 각 기질적 유형마다 요구되는 자기대상경험에 대한 인식이 필요하다. 또한 에니어그램은 자기를 인식하고 타인과의 건강한 관계를 형성하고 다양한 관심을 추구하며 갈등상황에 대처하는 방식을 이해할 수 있도록 탐색적인 관점을 제공할 수 있다. 에니어그램에 대한 기질적 이해는 청소년에게 자기에 대한 이해를 증진시키고, 타인을 수용하고, 상황을 조망할 수 있도록 도우며, 청소년 상담 및 교육프로그램, 진로지도, 학습전략, 흥미탐색, 대인관계 향상, 자아정체감 형성 등에도 유용하게 사용될 수 있다(이은하, 2008). 이를 에니어그램 심리역동체계에 나타난 기질마다 나타난 표면적인 역동의 핵심적인 욕구, 즉 Desire에 대한 충분한 공감을 해줌으로써 자기 자신에 대한 건강한 대상성, 자존감 등을 회복할 수 있을 것이다. 이에 따라 핵심적인 욕구가 충족되지 않음으로 발생하는 부 적응적 패턴을 알아보고 상담 현장에서 청소년들이 어떠한 상태를 보이는지 이해하도록 돕고, 각 기질별로 핵심적으로 필요한 공감적 상태를 제시하고자 한다(이은하, 2014; 이은하 & 이양선, 2014).

1) 1유형: 완전욕구에 대한 몰입과 일체 자기 대상경험

1유형의 기질적인 주요 핵심적인 욕구는 완전이다. 1유형은 배중심의 심리적 에너지로 이들이 건강한 심리에너지를 회복하기 위해서는 온전한 완전욕구충족을 할 수 있는 동반자와 일체감으

로서의 인정과 수용이다. 그것이 충족될 때 이들은 완전함에 대한 추진력과 행동력이 생기고 그것이 충족되지 못할 때 자기비하와 열등감의 상태에 빠지게 된다.

완전욕구가 많은 청소년들은 자신이 원하는 완전함이 충족되지 못하면 옳지 않아 보이는 것과 이를 어떻게 고쳐야 할지에 대해 강박적으로 집착하고 내적으로 점차 분노한다. 자신과 남에 대해 비판적이 되고 자신이 생각하는 옳은 것 외에 다른 관점은 받아들이지 못한다. 이들은 자신을 흑백논리 안에서 번갈아 가며 좋은 모습과 나쁜 모습으로 바라본다. 이분법적인 극단적인 생각과 강박적인 세부규칙과 원칙 때문에 심리적인 강박을 경험한다. 그렇기 때문에 학업, 친구 관계 등에서 부적응이 나타난다. 특히 이들의 주요한 관심사는 윤리와 도덕, 공정성이기 때문에 이들은 무엇이 개선되어야 하는지 알아차리고 이러한 관점에 따라 행동해야 한다는 강박관념을 느낀다.

이에 상담자가 자기대상의 표상으로서 1유형이 지닌 완전욕구를 온전히 공감해줄 때 건강한 회복과정을 경험할 수 있다. 1유형들은 자신이 최선을 다하고, 헌신적이고 모두에게 더 좋은 세상을 만들고 싶어 한다. 이들은 자기 대상으로부터 연민과 유머를 가지고 자신과 다른 사람들의 단점을 받아들이며 즐거움과 쾌락을 가질 줄 아는 자기 모습을 공감 받고 싶어 한다.

2) 2유형: 사랑욕구에 대한 분출과 총애 자기대상 경험

2유형의 기질적인 주요 핵심욕구는 사랑이다. 2유형은 가슴중심의 심리적 에너지로 자신의 필요를 대상에게 요구하는 반영적 자기대상 욕구로 나타난다고 설명하고 있다. 중요한 다른 사람들과의 심리적 연결에 초점을 맞추고, 그들로 인해 자기를 형성하는 경향이 있다. 자기에 대한 반영적 요구가 충족되지 않을 때 자기 그대로의 모습이 사랑받는다든가 고유한 능력을 의심하며, 자신에 대해 수치심과 잘못에 대한 귀인, 죄책감으로 인한 슬픔 등을 경험하는 것이다.

사랑욕구로 주된 패턴을 보이는 2유형들이 건강하지 않은 상태에 갇히게 되면 실은 자기 자신이 원하는 것을 상대에게 주면서, 동시에 상대가 보상해줄 것이라는 기대를 숨긴 채로 “받기 위해 준다.” 2유형은 통제적이고 분노하며 자신이 많이 주었던 사람들에게 분개한다. 이들은 자신의 진짜 감정과 필요를 잊은 채 가끔은 간접적이고 솔직하지 못하며 조종하는 모습이 되기도 한다. 2유형의 관심은 관계, 다른 이들과의 연결됨, 아침, 선택적으로 다른 이들을 기쁘게 하고 지지해주는 것, 좋아하는 것과 받는 것, 좋게 보이는 것 등이다.

상담자가 자기대상의 표상으로서 2유형 청소년이 지닌 사랑욕구를 온전히 공감해줄 때 건강한 회복을 경험할 수 있다. 또한 2유형들은 상담자가 자신을 전적이고 무조건적으로 사랑하고 있음을 반영해줄 때 심리적인 힘을 얻을 수 있다. 또한 스스로 자신의 감정을 잘 느끼며 감정적인 방식으로 손쉽게 다른 이들과 관계한다. 이들은 자기대상으로부터 자신을 존중받고, 다른 이들에게 최선인 것을 알아차리고 지지해주면서 자기 가슴 안에 있는 것을 신실하게 잘 따르는 자기모습을 공감 받고 싶어 한다.

3) 3유형: 성공욕구에 대한 조절과 총애 자기대상 경험

3유형의 기질적인 주요 핵심욕구는 성공이다. 3유형은 가슴중심의 심리적 에너지로 자신의 성취를 대상에게 요구하는 반영적 자기대상 욕구로 나타난다고 설명하고 있다. 중요한 다른 사람들의 인정과 찬사에 초점을 맞추고 그들로 인해 자기를 형성하는 경향이 있다. 자신이 원하는 만큼의 인정과 찬사에 대한 반영적 요구가 충족되지 않을 때 자기 그대로의 모습자체가 성취된 모습이라는 고유한 능력을 의심하며, 자신의 성과, 목표, 조건 등에 대해 실패감과 어려움, 인정 받지 못한 슬픔 등을 경험하는 것이다.

건강하지 않은 패턴에 머무르게 되면, 자기 잇속만 챙기고 경쟁적이게 되며, 진짜이든 만들어진 것이든 자신의 성과에 관심이 맞춰지는 것만을 필요로 하게 된다. 이들은 또한 오만해지고, 공격적이며 자신의 긍정적 이미지에 타격을 주는 사람에 대해 공격적이 된다.

상담자가 자기대상으로서 3유형이 지닌 성공욕구를 온전히 공감해줄 때 건강한 회복을 경험할 수 있다. 3유형들은 자신의 창의성을 이용할 수 있고, 시각화와 긍정적 사고, 그리고 열심히 일하는 것의 조화를 통해 자신이 원하는 것을 실현할 수 있다. 이들은 융통성 있고 자신의 넘치는 에너지를 나눠주기를 꺼리지 않으며, 사람들을 소중히 여기면서 낙천적이고 자신을 위해 세운 목표를 이뤄내는 자기모습을 공감 받고 싶어 한다.

4) 4유형: 독특욕구에 대한 몰입과 총애 자기대상 경험

4유형의 기질적인 주요 핵심적인 욕구는 독특함이다. 4유형은 가슴중심의 심리적 에너지로 자신의 정체성을 온전히 수용해줄 것을 요구하는 반영적 자기대상 욕구로 나타난다고 설명하고 있다. 중요한 다른 사람들에게서 자신의 고유함을 이해받기 바라고 그 자체를 이해받을 때 자기를 형성하는 경향이 있다. 자신이 수용할 수 있는 자기 독특성에 대한 반영적 요구가 충족되지 않을 때 자기 그대로의 모습자체가 고유한 그대로의 특별한 모습이라는 고유한 능력을 의심하며, 자신의 존재에 대해 좌절감과 열등감 등을 경험하는 것이다.

건강하지 않은 상태에 갇히게 되면 자신이 뭐가 문제인지에 대해서 집착하게 되고 창피스러운 모습으로 절망과 우울로 들어가게 되기도 한다. 이들은 또한 자신이 다른 이들보다 더 특별한 사람이라는 방식으로 생각하고, 그럼으로써 자신은 평범한 기대치에 해당하는 사람이 아니라 여기며, 자신의 삶은 다른 이들과는 별개의 것이고 더 복잡한 것이라고 과하게 각색하기도 한다.

4유형이 관심을 가지는 유형은 종종 무언가 없는 것에 대한 것이다. 이들은 죽음에 이끌리고 슬픔과 삶의 어두운 면에 기꺼이 머물러 있으려 한다. 개개인마다 다르게 이는 본질적인 것 아니면 이미지에 관한 것이다. 4유형들은 자신이 보기에 진실 된, 본질적인 것에 끌린다. 많은 이들이 독특하고, 우아하며 예술적인 태도를 가지고 있다.

특히 청소년기의 4유형들은 낭만적인 이상들을 자신과 강하게 동일시함과 동시에 사회 규범

에 벗어나게 되는 것에 대해 안 좋게 느끼기도 한다. 이 혼란은 때때로 4유형이 느끼는 특별함과 잘못되었다는 인식을 더 부풀린다. 또한 이는 4유형이 평범한 현실 대신 이국적이고 색다른 환상을 가지는 경향을 더 심화시킨다.

상담자가 자기대상으로서 4유형이 지닌 독특한 정체성의 욕구를 온전히 공감해줄 때 이들은 건강한 회복을 경험할 수 있다. 건강할 때 4유형들은 아름다움과 창조적인 정신, 죽음과 존재의 역설을 적절히 대할 줄 안다. 또한 삶의 물질적인 부분과 정신적인 부분을 선천적으로 균형 잡고, 자신을 생산적이고 행복한 모습으로 만들 수 있다고 여기는 모습을 공감 받고 싶어 한다.

5) 5유형: 전지(全知)욕구에 대한 몰입과 존경 자기대상 경험

5유형의 기질적인 주요 핵심적인 욕구는 전지, 완전하게 알고 싶은 지적 탐구심이다. 5유형은 머리중심의 심리적 에너지로 지식으로 이상화되고 존경할 수 있는 대상을 찾는 욕구를 가질 수 있다. 이러한 경험은 머리유형들에게 자신 안에서 실현 가능하지 않은 이상적인 자기대상 욕구를 키워나간다. 그렇기 때문에 5유형은 건강한 심리에너지를 회복하기 위해서는 '내면의 안내와 지지'를 충분히 얻을 수 있도록 온전한 지적 존재에 대한 무한한 신뢰가 필요하다.

5유형이 방어적인 상태에 빠지게 되면, 이들은 외로움에 갇혀버린다. 무엇을 주어야 하는 것이나 다른 이들에게 간섭을 받는 것을 꺼리게 되고 자신이 얻어놓은 것들을 붙든다. 5유형의 관심은 자신의 사생활을 유지하고 바깥세상을 관찰하는 것에 맞춰진다. 또한 이들은 남들보다 더 많이 안다는 안정감을 준다는 생각으로 정보를 수집하는 데 많은 시간을 보낸다.

상담자가 자기대상으로서 5유형이 지닌 완벽한 지적탐구의 욕구를 온전히 공감하고 이해할 때 깊은 라포를 형성할 수 있다. 5유형은 가장 건강한 상태에 있을 때 자신의 관계와 일을 통해 개인의 삶을 잘 이끌어가고, 스스로 열정을 느끼는 일을 하면서 자신의 시간과 지식, 감정을 기꺼이 투자해서 탐구하는 모습을 이해해줄수록 더 마음을 열 수 있다.

6) 6유형: 안전욕구에 대한 조절과 존경 자기 대상경험

6유형의 기질적인 주요 핵심적인 욕구는 안전에 대한 것이다. 6유형은 머리중심의 심리적 에너지로 안전함으로 이상화되고 존경할 수 있는 대상을 찾는 경험을 찾고자하는 욕구를 가질 수 있다. 이러한 경험은 머리유형들에게 자신 안에서 실현 가능하지 않은 이상적인 자기대상 욕구를 키워나간다. 그렇기 때문에 6유형은 건강한 심리에너지를 회복하기 위해서는 '내면의 안내와 지지'를 충분히 얻을 수 있도록 안전함과 무한한 신뢰가 필요하다.

건강하지 못한 상태의 6유형들은 만성적으로 다른 사람의 의도를 악의적으로 해석한다. 이들은 피해망상이 되거나 탓을 하고, 자신이나 남에 대한 책임을 완수하지 못하기도 한다. 6유형의 관심사는 위협을 구분하는 것이다. 이들은 또한 충실하고 색다른 유머를 소유하고 있으며, 다른 이들이 간과하는 것들을 알아차린다. 의심에 취약한 이들은 어떤 주장이든지 이의 다른 면을 볼

수 있다. 이들은 또한 권위에 의문을 던지지만 결국은 믿을 수 있는 만족할 만한 또 다른 권위를 찾는다. 6유형들은 자신의 두려움을 상반된 두 가지 방식으로 다스린다. 공포를 느끼고 자신을 두렵게 하는 것을 피하는 방식과, 역공포적으로 자신의 두려움에 맞서는 방식이다. 대부분의 6유형들은 이 두 가지 방식 사이를 오간다.

상담자가 자기대상으로서 6유형이 지닌 안전의 욕구를 온전히 공감하고 이해할 때 깊은 라포를 형성할 수 있다. 6유형은 그들이 가장 건강한 상태에서는 맑고 예리한 정신 상태를 가지고 굉장히 통찰력이 있다. 이들은 상황과 사람에 대해 굉장히 정확한 직감을 가지고 있다. 이런 능력은 6유형의 청소년들에게 숨겨 있게 문제를 해결하고 공유된 가능성의 창의적인 비전을 가질 수 있는 내면의 자원을 이해해줄 때 건강하게 성장할 수 있다.

7) 7유형: 행복욕구에 대한 분출과 존경 자기 대상경험

7유형의 기질적인 주요 핵심적인 욕구는 행복과 즐거움이다. 7유형은 머리중심의 심리에너지로 행복하고 즐거움으로 이상화되고 존경할 수 있는 대상을 찾는 경험을 찾고자하는 욕구를 가질 수 있다. 이러한 경험은 머리유형들에게 자신 안에서 실현 가능하지 않은 이상적인 자기대상 욕구를 키워나간다. 그렇기 때문에 7유형이 건강한 심리энер지를 회복하기 위해서는 '내면의 안내와 지지를 충분히 얻을 수 있도록 즐겁고 신나게 즐겨도 괜찮은 무한한 신뢰'가 필요하다.

건강하지 않을 때 7유형들은 자기 회의적이고 불안해하며 자기만의 관심사와 미래의 쾌락을 위한 계획들에 강박적으로 초점을 맞추는 것으로 두려움을 다스린다. 7유형들은 다른 사람들을 자신의 자기애적 연장선으로 두고, 친구 아니면 관객으로 본다. 다른 이들이 7유형을 제한하려고 하는 순간 이 사람들은 7유형의 짜증의 원인이 된다.

7유형의 관심은 긍정적인 미래에 고정되어 있다. 이들은 생각들을 연결시키고 큰 그림을 보도록 빠르게 도와주는 정신적인 에너지를 가지고 있다. 이들은 자신의 활발하고 매력적이며 즐겁게 해주는 관계 유형으로 다른 이들과 관계를 맺는다.

상담자가 자기대상으로서 7유형이 지닌 행복의 욕구를 온전히 공감하고 이해할 때 깊은 라포를 형성할 수 있다.

건강한 7유형들은 삶에 대해 즐겁고 열정적인 태도를 가지고 있으며 아름다움에 끌리고, 확장된 가능성을 가지고 있다. 다른 이들을 존중하며 굉장히 수용적이고 잘 견딜 수 있는 자기모습을 공감 받고 싶어 한다.

8) 8유형: 힘의 욕구에 대한 분출과 일체적 자기대상경험

8유형의 기질적인 주요 핵심적인 욕구는 힘이다. 8유형은 배중심의 심리적 에너지로 이들이 건강한 심리에너지로 회복하기 위해서는 온전한 힘의 욕구충족을 할 수 있는 동반자와 일체감으로서의 인정과 수용이다. 그것이 충족될 때 이들은 건강함 힘에 대한 추진력과 행동할 수 있

는 힘이 생기고 그것이 충족되지 못할 때 우울함과 자기비하의 상태에 빠지게 된다. 건강하지 않은 유형의 8유형들은 다른 사람들에게 제압적이고 둔감할 수 있으며, 자신이 충동적으로 갈망하는 것을 가져가는 것에 대해 공격적일 수 있다. 이들은 자신의 연약함을 부정하면서까지 다른 사람을 향한 자신의 괴롭히는 태도가 불러올 영향도 무시한다. 8유형의 관심사는 권력, 드러나는 통제와 지배, 과잉, 힘과 정의에 있다. 8유형의 여자 청소년들은 종종 이런 공격성을 누그러뜨리고 좀 더 받아들여지는 여성적 이미지로 자신의 에너지를 다스려야 한다는 압박을 느낀다.

상담자가 자기대상으로서 8유형이 지닌 힘의 욕구를 온전히 공감하고 인정할 때 깊은 라포를 형성할 수 있다.

너그러우며 자신의 힘과 에너지를 공동체에 열심히 일하고 모두에게 최선인 것을 원하고 높은 윤리적 가치를 기반으로 행동하는 선천적 지도자이다. 이들은 또한 자기 가슴의 부드러운 면을 나눌 수 있도록 해주며 자신을 무방비 상태로 두고 있기도 하는 건강한 모습을 있다는 것을 인정해준다.

9) 9유형: 평화욕구에 대한 조절과 일체적 자기대상경험

9유형의 기질적인 주요 핵심적인 욕구는 평화이다. 9유형은 배중심의 심리적 에너지로 이들이 건강한 심리에너지를 회복하기 위해서는 온전한 평화욕구를 채울 수 있는 동반자와 일체감으로서의 인정과 수용이다. 그것이 충족될 때 이들은 건강함 힘에 대한 추진력과 행동력이 생기고 그것이 충족되지 못할 때 우울함과 자기비하의 상태에 빠지게 된다.

건강하지 않은 패턴에 갇힐 때 9유형들은 다른 사람들과 융합되려 하고 자아를 잃으려 한다. 자신이 무시 받는 것에 화를 내지만 이를 친절한 모습의 가면 뒤로 숨긴다. 이들의 분노는 소속되지 않거나 심지어는 유쾌한 태도로 잘 따르지 않음으로써 남들에게 피해를 주는 수동적 공격 형태로 나타난다. 9유형의 관심은 모든 관점을 알아차리며 갈등을 피하는 방식으로 평화로움과 편안함을 추구하는데 있다. 9유형 여자 청소년들은 자신이 해를 입으면서 까지도 전통적인 여성의 역할에 융합되어 이런 문화에서 받아들여지고는 한다.

상담자가 자기대상으로서 9유형이 지닌 평화의 욕구를 온전히 공감하고 인정할 때 깊은 라포를 형성할 수 있다. 가장 건강한 상태일 때 표현이 명확하고 자신의 관심사에 대해 확실한 사람들은 지적이고 강하며 리더가 될 자질이 있는 사람이다. 여러 가지 복잡한 상황과 입장에서 의견 일치를 추구하고 모두가 존중 받는 느낌을 받도록 해주며 조화롭게 다른 이들과 관계한다. 또한 이런 과정과 이해를 자신의 의견과 존귀함을 잃지 않은 채로 할 수 있는 모습을 인정해준다.

V. 결론 및 논의

Kohut은 자기대상으로부터의 좌절된 경험은 건강하고 응집력이 있는 자기를 구축하지 못하게 되어 발달 결핍이 일어난다고 하였다. 그러므로 청소년들이 자기대상경험을 온전하게 하기 위해서는 내적 경험의 충족된 상태를 이해하는 것이 중요한 과제가 될 수 있다. 본 연구에서는 이런 과제를 잘 이해하기 위해서 에니어그램에서 나타나는 심리역동적인 각 유형의 기질을 고찰하였다. 이에 따라 심리역동적인 체계에 의해 정리된 에니어그램의 단계, 즉 표면적으로 드러날 수 있는 표면 역동의 심리적 에너지 및 기질적인 핵심욕구와 자기대상경험을 연결하고자 하였다. 특히 청소년기는 자아정체성의 확립시기이므로 이를 위해 자기대상경험을 통한 건강한 심리구조는 주요한 발달적 과제라고 할 수 있다. 이 시기에 청소년 문제를 예방하고 그들의 자기이해를 돕기 위해서는 기질별 공감 상태를 이해하는 것이 필요하다. 본 연구는 청소년들이 에니어그램의 기질적 욕구에 따른 공감적 상태와 자기대상을 어떻게 경험하게 해야 하는지에 대해서 고찰하였다. 또한 에니어그램 기질 형성에 나타날 수 있는 자기심리학적 토대로서의 자기대상을 연결하고, 그를 통하여 기질별로 나타날 수 있는 온전한 공감을 살펴봄으로써 자아정체감 형성 시기인 청소년을 상담할 때의 적용점을 제시하고자 하였다. 청소년 상담자는 청소년 내담자에게 존경할 수 있고 온전한 심정을 반영해주면서 동반자적 일체감의 자기대상경험을 회복할 수 있도록 함으로써 청소년들의 일탈 및 비행을 예방하고, 현실에 적응적인 자기로 성장하는 과정을 경험할 수 있도록 노력해야 할 것이다.

후속적인 연구로는 상담자를 통한 에니어그램 기질별 청소년의 자기 대상 경험에 대한 자기심리학적 상담사례에 대한 질적 고찰, 부모-청소년 자녀 간의 자기 대상 경험에 관한 연구, 이상화된 부모원상을 경험하지 못한 청소년들의 중독 사례 등에 관한 연구가 필요할 것이다.

참고문헌

- 김병석 (1999). 관계문제로서의 정서행동장애. **특수교육학연구 제34권 제2호**.
- 김병훈 (2009). **현대정신분석의 임상 기법**. 서울: 한국정신역동치료학회.
- 김병훈 (2011). **정신분석과 성서이해**. 천안: 호서대학교 출판부.
- 김용태 (2000). **가족치료 이론**. 서울: 학지사.
- 김진숙 (2002). 대상관계론의 이해. **미술치료학회 제40호**.
- 김창대 (2004). **대상관계이론의 핵심개념 및 적용**. 인천광역시 청소년종합상담실 5기 카운슬러 대학.
- 샤르프, 질 데이빗. (2002) 이재훈 역, **대상관계 개인치료 I**. 서울: 한국심리치료연구소.

- 시걸, 앨런 (2002). 권명수 역, **하인즈 코헛과 자기심리학**. 서울: 한국심리치료연구소.
- 유영권 (1999). **대상관계 이론과 목회상담학**. 연세대학교연신원, 목회자하기신학세미나 강의집.
- 이은하 (2008). **청소년용 에니어그램 성격검사도구 개발 및 상담에의 활용**. 박사학위논문, 순천향대학교 대학원.
- 이은하 (2014). 에니어그램 성인용 성격검사를 활용한 성인인성패턴에 관한 연구. **에니어그램심리역동학회지: 에니어그램심리역동연구**, 1(1), pp.1-24.
- 이은하 (2014). 에니어그램 청소년용 성격검사를 활용한 청소년 인성패턴에 관한 연구. **에니어그램심리역동학회지: 에니어그램심리역동연구**, 1(1), pp. 25-54.
- 이은하, 이양선 (2014). 자아의식현상과 에니어그램심리역동에 관한 상담모델 연구. **에니어그램심리역동학회지: 에니어그램심리역동연구**, 1(1), pp.225-247.
- 임종렬 (1999). **대상중심이론 가족상담**. 한국가족복지연구소.
- 코헛, 하인즈 (2002). 이재훈 역, **자기의 분석**. 서울: 한국심리치료연구소.
- Chestnut, B. (2008). Understanding the development of personality type: Integrating object relations theory and the enneagram system. *The Enneagram Journal*, 1(1), pp. 22-51.
- Kohut, H. (1984). *How does analysis cure?* A. Goldberg & P. Stepansky (Eds.). Chicago: University of Chicago Press.
- Levin, L. (2003). *Know your parenting personality*. New York: John Wiley & sons.
- Mitchell, S. A., & Black, M. J. (1995). *Freud and beyond: A history of modern psychoanalytic thought*. New York: Basic Books.
- Wagner, J. (1991). *Two Windows on the Self*. Metamorphous Press.
- Winnicott, D. W. (1971). *Therapeutic Consultations in Child Psychiatry*. London: Hogarth.

Application on Youth Counseling Using Self Psychology and Empathy for Each Enneagram Temperaments

Kwon Ok Ryu^{*}

Enneagram reflects the characteristics of nine types' temperamental desires which can appear in each individual. Knowing desires of the Enneagram personality types helps to understand the youth at the time of forming self-identity. The object relation that is established from infancy to adolescence plays an important role in forming a self-identity during adolescence. The object relation of an individual is influenced by the experience of the healthy satisfaction or frustration of temperamental needs. Also, the self develops by receiving the main caregiver's, the self-object, respect, affection, and emotional empathy. Therefore, it is important to understand the emotional empathy for individuals by their temperaments. As a result, this study discussed about the complete empathy for each enneagram temperaments based on self psychology. Furthermore, it proposes the application point while consulting youth, an important period of forming self-object.

Key words : Enneagram, Self Object, Youth Counseling, Empathy

* Kwon Ok Ryu / Head of Sejong City Youth Counseling Center / E-mail: Kwon6148@hanmail.net