

| 성격장애 심리치료



제 11장- 개입II

: 전이분석과 해석 과정을 이끄는 기략

상담 3학기 강유리(202524071)

[개요]

 **전이분석**

 **해석 개입을 이끄는 기략**



전이분석

전이분석 과정_전이해석의 과정

- a. 정동적으로 지배적인 대상관계를 확인하는 것부터 시작(제 9장)
- b. 치료자 및 그들의 상호작용에 대한 환자의 경험에서 정동적으로 지배적인 대상관계가 어떻게 상연되는지에 초점(제 11장)
- c. 명료화, 직면, 해석을 활용해 치료자에 대한 환자의 경험 탐색 (제 10장)



전이분석_심각도 스펙트럼에 걸친 전이 분석의 중심성

[경계선 성격 조직]

- 편집전이가 보편적으로 발달하며, 일반적으로는 정동적 지배성을 띠

편집전이	이상화 전이
적대감으로 채색되고, 역할반전이 특징	적대감을 방어하고, 전이발달에 대한 반응으로 나타나는 행동화를 방어
중간 및 낮은 BPO에게 우세	높은 BPO환자에게 우세

- 전이는 일반적으로 치료자에 대한 BPO환자의 지배적이고 의식적인 경험, 그리고/또는 치료시간의 환자 행동 및 치료들에 대한 환자의 행동을 조직
 - ➔ 따라서 BPO환자의 TFP-E에서는 치료자에 대한 환자의 경험을 조직하는 편집적 및 이상화된 대상관계에 초점을 둠
 - ➔ 이러한 치료는 전이-역전이에 초점을 두는 경향이 있음



전이분석_심각도 스펙트럼에 걸친 전이 분석의 중심성

[경계선 성격 조직]

- 치료자에 대한 BPO환자의 경험을 조직하는 편집적 및 이상화된 대상관계에 임상적 초점을 두는 것의 이점
 - 전이에서 환자의 경험에 대한 명료화와 직면은 정동을 컨테인하고 현실검증을 지지할 수 있음
 - 전이에 초점을 두는 것은 종종 행동화 또는 치료의 중단으로 이어질 수 있는 치료의 국면을 치료자가 더 명료하게 이해하고 보다 잘 관리할 수 있도록 함
 - BPO환자의 전이는 환자의 대인관계 삶에서의 어려움을 밀접하게 반영하기 때문에 전이의 탐색은 치료 밖에서의 환자의 관계 문제에 대해 현실적인 이해 제공



전이분석_심각도 스펙트럼에 걸친 전이 분석의 중심성

[신경증적 성격 조직]

- NPO환자에게서 정동적으로 지배적인 대상관계는 전이에서 접근하기가 상대적으로 어려움
 - ➔ 환자의 내적 대상관계 세계에 대한 탐색은 종종 전이보다는 치료 밖의 대인관계 및 주관적 상태에 초점
 - ➔ 전이분석이 도움이 될지라도 전이가 중심이되지는 않음
 - ➔ 치료자와의 관계는 비교적 중심적이고 현실적이며, 대개 치료자는 긍정적인 인물로 경험됨
- NPO환자의 전이발달은 일반적으로 미묘하고 종종 사회적으로 적절하며 자아동질적
 - ➔ 이러한 발달은 종종 정동적인 지배성을 띠지 않음
 - ➔ 따라서, 만약 더 충분히 표현되고 더 정동적으로 부하된 관계가 있다면, 전이의 탐색을 무리하게 시도하기보다는 환자의 대인관계에서 정동적으로 지배적인 대상관계를 탐색하는 것 권장함



전이분석_심각도 스펙트럼에 걸친 전이 분석의 중심성

[신경증적 성격 조직]

- **NPO 환자 치료에서 전이를 우선시 해야하는 경우**
 - 전이가 **의식적이며 정동적으로 지배적일 때**
 - 전이가 **행동화**로 이어질 때(예, 만약 환자가 전이에서 활성화된 감정의 표출로서 자신의 상사에게 적대적인 태도로 행동하기 시작한다면)
 - 전이가 **부정적**일 때(예, 만약 환자가 치료자를 비판적이거나 적대적이라고 경험 하거나 또는 치료자를 명백히 적대적인 태도로 대한다면)
 - 전이가 **개방적인 소통 또는 탐색을 방해할 때**(예, 만약 환자가 성적 억제에 대해서 도움을 받기 위해서 왔는데, 치료자가 '엄마 같아서' 자신의 성생활에 대해서 말할 수 없다고 느낀다면)



전이분석_심각도 스펙트럼에 걸친 전이 분석의 중심성

[전이분석에 대한 경험적 문헌]

- 전이해석의 적당한 사용은 역동 치료를 받은 환자의 장기적인 기능에 특정한 긍정적인 효과를 가짐(Hoglund와 Gabbard,2012)
 - 특히 **성격장애 환자**의 경우 전이해석의 긍정적 효과는 **치료 동안 통찰의 증가**에 의해 매개됨
 - 전이해석의 효과적인 사용을 위해서는 길을 닦는 **예비적 개입(특히 환자의 내적 상황을 확인하는)의 긍정적인 영향**을 주장
- 연구에 따르면, 대상관계의 질이 낮았던 환자들은 전이해석을 적당한 빈도로 제공한 치료집단에서 유의미한 기능적 성과를 보임((Hoglund 등, 2016)
 - 반면, 대상관계의 질이 낮았던 환자들은 치료자가 전이해석을 하지 않았을 때가 더 나았음

성격장애 환자들은: **전이분석--> 통찰-->변화**
성격병리 없는 환자들은: **전이분석-X-> 통찰**

전이해석 사용에 대한 TFP-E 접근도 연구와 일치

- 치료자는 정동적으로 지배적인 자료에 초점
- 병리가 심각할수록 정동적 지배성이 전이에 더 많은 시간 동안 집중되는 경향이 있을 것



전이분석_심각도 스펙트럼에 걸친 전이 분석의 중심성

〈표 11-1〉 성격조직 수준에 걸친 일반적인 전이와 역전이

신경증적 성격조직 수준	경계선 성격조직 수준
전이	
<p>전이는 종종 정동적으로 지배적이지 않다.</p> <p>전이는 종종 의식적이지 않다.</p> <p>전이는 미묘하고 점진적으로 발달하며 자아동질적일 수 있다.</p> <p>전이는 종종 언어적 소통을 통해 전달된다.</p> <p>전이에 대한 과도한 주의는 치료동맹에 부담을 줄 수 있다.</p> <p>전이분석은 긍정적인 치료결과와 우선적으로 관련되지는 않는다.</p> <p>전이분석은 통찰의 주된 원천은 아닐 수 있다.</p> <p>전이분석은 환자의 관심과 관련이 없고 특이하고 강요된 것으로 느껴질 수 있다.</p> <p>전이분석은 변화의 주된 수단이 아닐 수 있다.</p> <p>치료는 전이에 초점을 계속 맞추지는 않는다.</p>	<p>전이는 종종 정동적으로 지배적이다.</p> <p>전이는 종종 의식적이다.</p> <p>전이는 정동적으로 부하되고 급속도로 발달하며 자아이질적이다.</p> <p>전이는 종종 비언어적 소통 및 역전이를 통해 전달된다.</p> <p>전이에 대한 주의는 치료동맹을 지지할 수 있다.</p> <p>전이분석은 긍정적인 치료결과와 우선적으로 관련된다.</p> <p>전이분석은 종종 통찰의 주된 원천이 된다.</p> <p>전이분석은 일반적으로 치료와 환자 삶에서 지배적 주제로 임상적 주의를 이끈다.</p> <p>전이분석은 변화의 주된 수단으로 보인다.</p> <p>치료는 종종 전이에 초점을 맞춘다.</p>

신경증적 성격조직 수준	경계선 성격조직 수준
역전이	
<p>역전이는 일반적으로 언어적 소통에 비해서 소통의 지배적 경로가 아니다.</p> <p>역전이는 비교적 미묘하고 간과하기 쉽다.</p> <p>역전이는 치료자의 마음속에 성찰을 통해 컨테인할 수 있다.</p> <p>역전이는 환자의 전이와 환자에 대한 치료자의 전이의 상호작용을 반영한다.</p> <p>역전이의 활용이 임상 기법의 중심이 될 필요는 없다.</p>	<p>역전이는 소통의 지배적 경로이며 종종 일차적 경로이다.</p> <p>역전이는 종종 극단적이며 침투적이고 정동적으로 부하된다.</p> <p>역전이는 치료자에게 행동의 압력을 유발하여 컨테인하기 어려울 수 있다.</p> <p>역전이는 종종 환자의 전이를 주로 반영한다. 치료자보다 환자에 대해 많은 것을 말한다.</p> <p>역전이의 활용과 컨테인하기는 임상 기법의 중심이 된다.</p>



전이분석_성격병리 심각도의 범위에 걸친 탐색적 개입과 전이

[편집전이: 치료자-중심 해석의 명료화]

임상 예시 1 편집 전이의 명료화

우리는 제6장의 임상 예시에서 논의된 M 씨의 예시로 돌아간다. 그녀는 **현저한 편집적, 자기애적 특징을 보이는 경계선 성격장애로 진단받은 BPO 환자**이다. 오랜 기간, M 씨는 주 2회 치료 조건, 제시간에 시작하고 끝내야 하는 것, C 박사의 사무실에 오고 가기 불편하다는 문제로 실랑이를 했다.

M 씨는 한 회기에 15분 늦게 도착했는데, 눈에 띄게 동요된 상태로 교통체증과 버스를 운전하고 있었던 '이기적인 년'에 대해서 불평했다. 그날 아침에 정확히 무슨 일이 있었는지 C 박사가 명료화하려고 하자 M 씨는 입을 꼭 닫고 C 박사를 노려보며, 지금 사무실에 도착하면서 그녀의 모든 짜증과 격노가 C 박사에게 전적으로 집중되어 있다는 것을 **비언어적인 경로**로 분명히 소통했다. M 씨의 냉랭한 침묵을 대면하며 C 박사는 무슨 일이 일어나고 있는지 **명료화하기 위해** 여러 가지 노력을 했다. M 씨는 분명히 화가 나 보였지만 아무 말도 하지 않았다.

C 박사는 **질문을 하는 대신 의견을 말하는 쪽으로 방향을 바꾸기**로 했다. "당신은 화나고 동요된 것 같아요. 오늘 내 사무실에 오는 길은 특히 짜증이 났던 모양이죠." M 씨는 즉각 반응했다. "네. 그건 불가능했어요!" C 박사는 더 물었다. "좀 더 자세히 얘기해 볼래요?"

M 씨는 C 박사를 쏘아보면서 말했다. "내가 몇 번이나 말하고 또 말했죠. 약속 시간이 너무 이르다고요! 나는 여기에 오려면 7시에 일어나야 되는데, 밤에는 잠이 안 와요. 여기 위치

는 정말 최악이에요. 오려면 버스를 두 번 타야 되는데 절대 곧바로 환승하는 일이 없죠. 오늘도 두 번째 버스를 놓친 거예요. 그 망할 운전기사가 가 버리는 바람에요! 그래서 늦을 줄 알았어요. 당신이 맨날 지각에 대해서 말하는 것도 너무 싫어요."

M 씨가 자신의 경험을 정교화하도록 명료화 과정을 계속하면서, C 박사는 질문했다. "내가 지각에 대해서 말하는 이유가 뭐라고 생각해요?" M 씨는 답했다. "왜냐하면 골치 아프게 굴려고 그러는 거겠죠! 당신은 다른 사람 감정은 신경도 안 쓰고, 자기 편의만 챙기잖아요. 당신은 모두에게 자기 방식을 따르라고 강요해요. 당신이 여기를 통제하니까요. 그렇지만 누구라도 당신이 얼마나 이기적이고 게으른지 알 수 있을걸요. 당신은 그저 자기를 속이고 있을 뿐이라고요." M 씨의 적개심은 선명했다. **C 박사는 그녀의 말을 듣고 괴롭힘당하고 방**
어하게 되고 위축되는 느낌을 동시에 받았다.³⁾ 역전을 통해 C 박사는 편집전에서 M 씨의 지배적인 자기경험을 들여다볼 수 있었음

C 박사는 그 순간에 M 씨가 C 박사에게 경험한 것에 대해서 치료자 자신이 이해한 것을 **말로 표현하기 시작했다**. 세 가지 소통의 경로 및 M 씨가 어머니에 대해 자주 불평하던 기억을 모두 활용하면서 C 박사는 말했다. **"마치 내가 당신 인생에서 자기밖에 모르고 권력을 휘두르고 자기 욕구를 채우기 위해서 남들을 괴롭히는 또 다른 사람이 된 것처럼 들리네요."**

M 씨는 열광적으로 바로 그것이라고 했다. "정확해요! 또 다른 이기적인 년일 뿐이죠." 하지만 이 지점에서 M 씨의 톤은 편집적이기보다는 좀 더 의기양양했으며, **덜 동요하고 경계**하는 것 같았다. C 박사는 M 씨의 전이 경험에 대해 명료화를 계속하기로 했다. C 박사는 물었다. "내가 무엇을 하거나 당신을 어떻게 대할 때 당신을 괴롭힌다고 느끼는지 혹은 내가 이기적이거나 게으르다고 여겨지는지 좀 더 말해 줄래요?" 전이에서의 M 씨의 경험을 계속해서 **정교화하고 명료화하면서, 그것을 말로 표현하고 주의 깊게 듣고 이해하려고 노력하는** C 박사와 함께 솔직하게 이야기하면서 **M 씨는 보다 차분해지고 성찰적이 되게끔** 도움을 받는 것 같았다.

논평

- 예시에서 C 박사는 모든 형태의 명료화를 하고 있음
- C 박사가 자신(치료자)에 대한 M 씨의 관점에 대해 이야기하면서 **M 씨의 경계가 덜 해짐**

✓ BPO 환자 치료에서 **치료자에 대한 환자의 경험을 정교화하고 말로 표현하는 과정**은 치료에서 나타나는 **정동적으로 부하된 편집전이**를 다루기 위한 최적의 첫단계!

- ✓ 치료자는 환자의 **즉각적인 정동적 경험을 충분히 정교화된 표상과 연결**
→ 치료자의 공감이 전달되며 동시에 정동을 인지적으로 컨테인 함

치료자-중심 개입(해석)



전이분석_성격병리 심각도의 범위에 걸친 탐색적 개입과 전이

치료자-중심 개입(해석)

1. 치료자에 대한 환자의 경험을 말로 표현한다(명료화).
2. 환자의 관점에 머무른다(공감 전달하기).
3. 직면과 해석을 피한다(대안적 관점을 제시하지 않는다).

그 순간 환자의 지배적인 경험과 '함께 감'

- 치료자에 대한 환자의 지배적인 의식적 경험을 말로 표현하는 것에 초점. 그 상호작용에서 환자의 역할에 대해 의견을 말하거나 의문을 제기하지 않고 환자의 관점을 그대로 채택.

4. 정동을 (인지적으로) 컨테인한다.

- 다른 관점에서 보면, 이러한 대화는 묵시적으로 치료자가 환자의 투사를 컨테인할 수 있다는 것을 전달함-> 환자의 불안을 줄이고 투사를 덜 위협적이게 함

5. 현실검증을 지지한다.

- 시간이 지나면서 환자 스스로가 자신의 극단적 귀인에 대한 절대적 진실성에 대해 질문할 수 있게 함

6. 치료자가 '알아들었다'는 공감을 전달한다.

7. 환자 내면의 관찰하는 자세를 지지한다.

- 환자의 경험에 도전하지 않으면서도 미묘하게 자신의 경험에 대해 관찰하는 자세를 채택하게 하여 잠재적인 외부 관점을 부드럽게 도입함

8. 환자가 '투사를 되찾도록' 길을 닦는다.

- 치료자의 컨테인하는 기능을 통해 환자가 치료자의 일부라고 경험하고 있는 것이 자신의 일부이기도 하다는 것을 견딜 수 있게 됨



01 전이분석_성격병리 심각도의 범위에 걸친 탐색적 개입과 전이

[편집전이: 역할반전] 전이에서 역할반전을 다루는 것은 환자의 자기 인식을 증가시킴

임상 예시 2 전이분석에서 역할반전의 직면

G 씨는 35세의 **자기애성 성격장애 환자**로, 치료의 중간 단계에 있으며, 제9장의 임상 예시 2에서 소개되었다. 그는 자동차 할부금 납부를 도와 달라고 했으나 아내가 거절했다고 불평하고 있었다(치료의 단계에 대한 논의는 제13장 참조). 다시 그 장면으로 돌아가 보자. Y 박사는 G 씨의 아내와 상연된, 그리고 전이에서도 마찬가지로 나타난 것처럼 보이는 정동적으로 지배적인 대상관계에 대해 생각하고 있었다. 강력하고 적대적인 인물과 위축되고 격분한 인물이 상호적대감과 좌절감으로 연결되어 있었다.

Y 박사는 **G 씨와 아내의 상황에 대해 좀 더 명료화하려고 했다**. 그러자 G 씨는 격분했다. 그는 크게 연성을 높이며 독선적이고 조롱하는 톤으로 Y 박사를 맹렬히 비난했다. “당신은 아내 편을 들고 나를 비난하는 거죠! 당신도 내가 수준 떨어지는 멍청한 직업을 가지는 게 맞다고 보는 게 뻔해요. 당신도 아내가 나보다 잘나고, 날 위하는 게 뭔지 안다고 생각하는 또 하나의 거들먹거리고 잘난 척하는 멍청이일 뿐이에요.”

G 씨는 Y 박사를 경멸하듯이 노려보았는데 Y 박사는 G 씨의 적개심과 조롱의 강렬함에 놀라서 당황했고 그가 ‘멍청이’라고 칭한 것에 대해 다소 충격을 받았다. Y 박사는 G 씨의 편에서 무엇이 흥분을 고조시킨 것 같은지 주의를 기울였다. 처음에 회기가 시작할 때는 G 씨의 아내에 대해서 상연되었던 대상관계가 현재는 전이에서 정동적으로 지배적으로 나타나는 것이 분명했다.

Y 박사는 생각을 가다듬고 **역전이에 대해 성찰**했다. Y 박사는 회기에서 그녀에 대한 G 씨의 행동과 태도를, **G 씨와 그의 아내 간에 종종 일어나야만 하는 무언가**에 대해 면밀한 관점을 제공하는 것으로 보았다. 그와 동시에 Y 박사는 G 씨의 경험을 이해하는 관점에서, G 씨가 자신을 조롱하고 평가절하했다고 경험하는 것은, **그가 치료자 또는 그의 아내를 비판적이고 잘난 척하며 적대적이라고 기술할 때 경험하는 것과 유사할 것이라고 추론했다**.

G 씨는 계속했다. “당신은 내가 일을 해야 한다고 계약했다 하지만, 그건 말도 안 돼요! 나는 당신이 깊은 곳에선 남자보다 우월한 느낌을 좋아하는 여자라는 걸 알아요. 내가 바리스타로 일하는 걸 보면 만족스럽겠죠. 당신이 크게 느껴지고, 내가 작게 느껴질 거고—당신이 이기는 거죠. 당신이 나한테 상담비를 다 청구하는 것도 마찬가지예요—당신은 돈을 좀 덜 받을 수도 있고 돈이 꼭 필요하지도 않으면서, 그렇게 하면 강력하고 우월하게 느끼니까 그러는 거죠.”

Y 박사는 다시 언급했다. **“그러니까 내가 정확하게 이해했다면, 내가 상담비를 다 청구하는 건 강력하고 우월하게 느끼고 싶기 때문이네요. 그리고 나는 당신에게 굴욕감을 주려고 당신이 초보적인 직업을 갖길 바라는 거고요. 그런가요?”** G 씨는 그게 실제로 일어나고 있는 바로 그것이라고 확증했다. “정확해요! 나한테 당신은 또 한 명의 통제적이고 우월한 치료자—년일 뿐이라고요.” G 씨의 소통의 내용은 변함이 없었고, 여전히 큰 소리로 말하면서 비난하는 톤이긴 했지만, 그는 약간 긴장이 풀린 것 같았고, 덜 흥분하고, 덜 편집적이며, **명백한 공격도 줄었다**.⁵⁾ 명료화 과정의 일부로서, 환자의 경험을 말로 표현하는 것은 정동을 컨테인할 수 있게 해준다.

이후로 몇 주 동안 G 씨는 일을 구하도록 ‘강요’받는 것과 도움을 받기 위해 Y 박사를 찾아와야 하는 것에 대한 분노를 말할 수 있었다. **G 씨의 마음속에서 이러한 현실은 Y 박사가 그를 평가절하하고 위축시키는 것을 즐길 수 있는 우월한 위치에 있게 했다**. 핵심적인 자기애적 역동과 연결된 이러한 경험들이 시간에 걸쳐 탐색될수록 G 씨의 극심한 격노는 점점 덜해지는 것 같았다. 어떤 순간에는 그가 자신의 실패에 대한 수치심과 굴욕감을 잠깐이나마 견딜 수 있는 것처럼 보였으며, Y 박사의 유일한 동기가 그를 평가절하하고 가학적으로 모욕하는 것이라는 확신도 덜해졌다.

그러던 어떤 순간 Y 박사가 자기를 무시한다고 느끼는 G 씨의 분노와 그의 기저에 있는 굴욕감에 대해 이야기하던 중에, Y 박사는 G 씨가 여전히 적대감과 간헐적인 평가절하에도 불구하고 다소 차분해지고 좀 더 억제할 수 있는 것처럼 느꼈다. Y 박사는 G 씨가 현재의 마음들에서라면 충분히 **자기관찰적일 수 있을 것 같다고 직감**했다. 즉, 전이를 특징짓는 지속적이고 만성적인 **역할반전에 대해 고려할 수 있을 것이라고 느꼈다**. 그러한 개입은 잠재적으로 G 씨가 대인관계의 어려움을 다루기 시작하게끔 도움이 될 수 있는데, Y 박사와의 경험을 더 잘 이해할 수 있게 되는 만큼 아내와의 관계 및 직장에서의 관계도 그럴 것이었다.

Y 박사는 말했다. “지금 난 당신이 나를 당신 위에서 즐기는 위치에 있고, 당신을 조롱하며 대한다고 여기는 것에 대해서 생각 중이에요. 그리고 이게 어떻게 당신을 실망시키고, 굴욕감을 주고, 분노를 정당화하게 만드는지에 대해서도요. 나는 내가 박사이며, 당신은 도움을 받으러 왔다는 사실 자체가 거의 자동적으로 우리를 그 관계패턴으로 끌고 간다는 것을 이해해요. 그동안 우리가 꽤 여러 시간 논의해 왔는데, 우리가 이 어쩔 수 없는 위치에 놓여 있는 것을 인식하는 것 말이에요. 그런데 지금 우리의 이전 상호작용에 대해서 뭔가가 떠올랐어요. 내 생각을 들어 볼래요?”



전이분석_성격병리 심각도의 범위에 걸친 탐색적 개입과 전이

[편집전이: 역할반전] 전이에서 역할반전을 다루는 것은 환자의 자기 인식을 증가시킴

G 씨는 그러겠다고 했다. Y 박사는 계속했다. “당신이 나를 평가절하하고 조롱하는 사람처럼 경험하는 동시에, 당신이 언성을 높이고 나를 ‘멍청이’라거나 또 다른 우월한 ‘치료자-년’ 일 뿐이라고 할 때 혹은 나를 남자를 지배하는 것을 즐기는 한심한 여자라고 할 때, 누군가는 당신이 나를 무시하고 조롱하는 듯이 대한다고 할 수도 있을 거예요. 어떤 의미에서는 나를 여자로서 모욕하는 것이라고 할 수도 있겠죠. 마치 당신이 상황을 역전시키고, 나를 취약하고 평가절하된 입장에 두고 조롱하는 것 같아요. 내 말이 이해가 돼요?”

▼ 논평

- 전이분석에서의 비언어적 소통과 역전이의 역할, 그리고 치료자가 환자의 투사에 반사적으로 반응하기 전에 자신의 역전이에 주의를 기울이고 이를 컨테인하여 생각을 가다듬고 성찰할 필요에 대해 강조
- 만약 환자가 그의 전이 밖의 경험을 명료화하는 것에 대해 동요가 심해진다면, 이는 전이가 점차 정동적으로 지배적이게 될 수 있으며, 그 전이는 편집적인 기미를 풍길 것이라는 관찰을 강조
- 환자의 투사를 컨테인하고 분명하게 표현하는 치료자의 능력은 환자가 치료자를 공격하고 있는 부분이 그 자신의 일부이기도 한 것을 고려하도록 준비시킴



01 전이분석_성격병리 심각도의 범위에 걸친 탐색적 개입과 전이

[편집전이: 비언어적 소통]

비언어적 소통을 통해 전이를 분석하는 방법의 첫단계는 환자의 행동을 말로 표현하고 환자의 행동을 조직하는 대상관계 기술하는 것

임상 예시 3 비언어적 소통과 전이분석

제9장의 임상 예시 1에서 소개했던, 경계선 성격장애로 진단받았고 경미한 굶기를 한 개 인력이 있는 23세 여학생 P 씨에게 돌아가 보자. 그녀가 치료에 온 목표는 자신의 정동 조절 을 개선하고 관계를 안정시키고 싶다는 것이었다. 그녀는 자살위험의 전력이 있었다. K 박사는 전이를 조직하는 대상관계를 말로 표현하는 것부터 시작했는데, 제12장에서 기술되는 역 전이분석의 과정 동안 정교화되었다. K 박사는 말했다. “당신이 나를 적어도 이 순간에는 냉 담하고 거리를 두는 것으로, 당신의 무력한 처지와 고통의 가능성을 즐기는 것처럼 보는 것 같네요.” P 씨는 K 박사의 말에 언어적으로 동의하면서 음흉하게 미소지었다.

K 박사는 P 씨의 음흉한 미소와 소통의 언어적 내용 간의 해리를 직면했다. “내가 당신의 고통을 즐긴다고 말하고 있는데, 당신이 웃고 있다는 점이 좀 놀라운데요.” P 씨는 다시 미소 지었지만 약간 당황하는 것 같았다. 그녀는 왜 웃는지에 대해 묻자, 자신이 웃고 있다는 것을 정말로 모르고 있었다고 대답했다. K 박사는 말했다. “마치 당신이 이것을 즐기는 면이 있는 것 같아요.” P 씨는 침묵했다.

K 박사는 계속했다. “내 생각에 당신이 자살시도를 언급했을 때, 당신의 일부는 나를 불편 하게 하거나 당신에 대해 걱정하게 하고 싶었을 것 같아요. 스스로를 해칠지도 모르는 가능 성을 말할 때, 마치 당신이 나를 위협하는 것 같아요. 당신은 내가 당신의 고통과 취약성을 즐길 거라고 상상하는데, 그것과 똑같은 식으로 대부분은 당신이 자각하지 못하겠지만, 마 치 당신의 일부는 나를 괴롭게 만드는 상상을 즐기고 내 취약성을 부각시키면서 기뻐하는 것 같아요. 우리가 가학성에 대해 말할 때 미소를 짓는 게 당신의 그러한 일부가 아닌가 싶 어요. 어떻게 생각해요?”

▼ 논평

- 지배적 대상관계 기술-> P씨의 비언어적 소통에 대해 직면 (“이는 P씨가 전이에서 K박사에게 투사하고 있는 해리되고 냉담하고 가학적인 부분의 표현임”) -> 직면의 형태로 역할반전에 주목, 초기해석 제공; 역할반전에 대한 내면의 잠재적 동기(치료자가 유발한 고통에 대한 보복으로 치료자가 괴로운 것을 보고 즐거워함)를 해석



전이분석_성격병리 심각도의 범위에 걸친 탐색적 개입과 전이

[이상화 전이와 전이분석]

이상화 전이의 분석은 그 소망적인 기능과 방어적인 기능 면에서 BPO 환자들의 TFP-E에서 핵심적인 역할을 함; 특히 높은 BPO환자의 경우 이상화 전이가 특별히 안정적

임상 예시 4 ▶ 분열과 부인에 대한 직면

제10장의 임상 예시 2에서 해석에 대한 예시로 기술되었던 높은 수준 BPO 환자 J 씨에게 돌아가 보자. C 박사와 J 씨는 계속해서 상사 Hal과 새 남자 친구에 대한 경험의 불안정성을 확인하고 탐색했다. 그들은 J 씨가 일상적으로 두 개의 양극화되고 모순적인 상태를 오가는 것을 주목했는데, 부당하게 대우받고 무능하다고 느끼거나 매우 가치 있게 여겨지고 돌봄받는 특별한 느낌을 받았다. 전자는 분노 및 불안과 연결되어 있었고, 후자는 만족감 및 불안의 해소와 연결되어 있었다.

동시에 이 과정 내내 J 씨는 C 박사와 비교적 안정적이고 긍정적인(이상화된) 관계를 유지했다. 치료의 초기 단계를 특징지었던 적대감과 치료들을 둘러싼 수동공격적 힘겨루기는 완전히 사라졌으며 아이 같은 복종이 이를 대체했다. J 씨는 치료시간에 그녀의 상사나 남자 친구뿐만 아니라 그녀의 엄마, 형제자매, 여자 친구들에 대해서 빈번하게 불평하고 적대감과 평가절하, 비난을 표현했지만, 결코 C 박사에 대해서는 그러지 않았다.

어느 날 J 씨가 들어와서 말했다. “모두 다 미워요! 언제나 모든 사람에게 화가 나요. 그냥 너무 화나고 답답해요. 항상 잘 대해 주고, 절대로 화나게 하지 않는 유일한 사람은 당신뿐이에요. 나는 당신이 어떻게 그렇게 하는지 모르겠어요. 당신은 항상 나를 참 잘 돌봐 줘요.”

C 박사는 직면했다. “나도 그 점에 대해 생각해 왔어요. 내가 볼 때 그건 전혀 말이 안 돼요. 당신이 지적했듯이, 당신은 대부분의 사람에게 조만간 화가 나곤 해요. 솔직히 말하면 당신은 우리가 처음 작업을 시작했을 때 나에게 언제나 화나 있었죠. 내가 당신이 지각하는 것, 음주, 꾸준한 직장을 구할 필요와 관련된 이슈를 꺼내면, 당신은 나한테 몹시 화가 났었어요. 당신은 내가 통제적이거나 당신의 감정을 보살피지 않는다고 느꼈고 또 내가 마치 당신 부모처럼 말한다고 느꼈어요. 그런데 이제는 우리 사이에 어떤 마찰도 없는 것처럼 보이네요. 대신에 나는 잘못할 수 없는 사람이 된 것 같아요.”

J 씨는 이상화를 고수했고 이를 유지하려는 동기가 분명히 강해 보였다. “무슨 뜻이에요? 그냥 당신이 얼마나 좋은 치료자인지 알게 됐을 뿐이에요.” C 박사는 대답했다. “그럴 수 있죠. 그래도 극단적이에요. 당신은 내가 제안했던 많은 것에 이견이 있었는데 지금은 내가 하는 말이면 뭐든지 동의하게 됐어요. 이건 전혀 말이 안 되고 어쩐지 현실적이지가 않아요.”

J 씨는 답했다. “글쎄요. 무슨 말인지는 알겠지만 틀림없이 사실이에요. 난 당신이 정말 똑똑하고 당신이 무슨 말을 하고 있는지 정말로 알게 됐어요. 나는 처음 왔을 때보다 훨씬 잘 지내고 있어요.”

J 씨의 방어적인 이상화에 대한 직면을 계속하면서, C 박사는 말했다. “물론 당신은 한결 나아졌죠. 동시에 나에 대해 당신이 말한 관점은 다소 과장된 것 같아요. 그건 마치 내가 완벽한 치료자인 것처럼 ‘좋기만 하다’는 거죠. 물론 누구도 완벽할 수는 없어요.”

J 씨는 더 분명한 이 직면에 대해서 이렇게 답했다. “왜 완벽할 수 없는 거죠? 난 당신이 완벽하길 바라요!”

C 박사는 해석했다. “바로 그거예요. 당신은 나에 대한 이미지를 완전히 흡입을 데 없는 상태로 유지하고 싶은 것 같아요. 마치 어떤 비판적이거나 부정적인 감정이 생기는 것을 견디지 못하는 것처럼요. 우리의 관계를 유지하기 위해서 같아요. 당신은 긍정적인 관계에서는 어떤 부정적인 감정의 여지가 절대 없다고 생각하는 것 같네요. 아주 작은 의견의 불일치나 실망, 좌절만 있어도 모든 게 붕괴될 수 있는 거죠. 그걸 피하려면 당신은 완전히 긍정적이어야 해요.”

J 씨는 정말로 당황한 것 같았고 이렇게 말했다. “글쎄, 그게 뭐가 문제예요? 기분도 좋고 더 잘 지내는데요.” C 박사가 대답했다. “네. 그것도 둘 다 사실이에요. 문제는 그게 우리 관계를 비현실적이고 피상적으로 만든다는 것이죠. 그리고 당신이 그렇게 정해 놓은 한 당신 경험의 일부는 부인되거나 분열되어서 다른 관계들에서 떠오를 위험도 있지요.”



전이분석_성격병리 심각도의 범위에 걸친 탐색적 개입과 전이

[이상화 전이와 전이분석]

▼ 논평

- 전이에서 치료자를 이상화하는 것을 직면(분열의 양 측면을 분명히 인식하게함); 분열과 부인에 대한 일련의 직면
 - ➔ J씨가 최소한 C박사의 관점을 인식하는 것을 인정할 때까지 엄밀한 의미의 해석 자제
 - ➔ J씨가 집요하게 고수하는 이상화를 추동하는 동기를 탐색할 수 있다고 생각될 때 해석(치료관계에서 오는 모든 부정적인 정동을 방어적으로 분열시키는 J씨의 동기 이해하는 방법 제안)
- 이상화 전이는 종종 환자와 치료자 모두에게 비교적 편안하며, 어떤 면에서는 치료와 환자에게서 **긍정적인 발달을 촉진할 수 있음**
 - ➔ 그 결과, 치료자는 이상화 전이를 건드리지않고 두고싶은 유혹을 느낄 수 있음
 - 치료자 및 치료에 대한 긍정적 애착 형성
 - 치료들을 고수하게 함
 - 삶에서 전반적으로 잘 기능하게 함
 - ➔ 하지만 이상화전이를 장기간 탐색하지 않고 허용하는 것은 강력히 반대
 - ➔ 이상화전이가 동반하는 긍정적 발달은 치료관계의 방어적 왜곡에 근거하는데 그 **대가**는 환자가 치르게 됨
 - 이상화가 적대감과 부정적 정동을 다루는 가능한 해결책이라고 수용하는 것임
 - 환자가 긍정적 애착을 유지하기 위해 분열에 의지하도록 내버려두는 것
 - ➔ 환자의 관계는 피상적으로 격하되고 자기감이 손상됨



01 전이분석_성격병리 심각도의 범위에 걸친 탐색적 개입과 전이

[자기애적 방어와 전이분석]

- 자기애적 방어는 다른 성격장애에서보다 자기애성 성격장애에서 훨씬 더 경직되어있고 정동적으로 점유되어있음
 - ➔ 자기애성 성격장애를 가진 경우, 자기애적 방어의 상연은 치료 초기 단계의 전이-역전이를 지배
 - ➔ 자기애적 전이의 분석은 기저의 편집 및 우울 불안, 대상관계를 탐색하기 위해 **필수적인 첫단계**가 됨

임상 예시 5 자기애적 방어의 직면

자기애성 성격장애로 진단받은 40세 기혼 여성 H 씨는 중간 BPO로 조직되었는데, 최근에 뚜렷한 이유 없이 남편과 열 살짜리 아들을 버리고 집을 나와서 결혼생활을 위기에 빠뜨린 후 찾아왔다. H 씨는 신중하고 세련되게 차려입고 B 박사의 사무실에 들어왔으며, 걱정이 하나도 없는 사람처럼 편안하게 의자에 앉았다. 그녀는 아파트를 구하려는 자신의 계획에 대해 거침없이 이야기하더니 인테리어 계획에 대해 과도하게 구체적으로 말하기 시작했다.

말하는 동안 H 씨는 B 박사에게 대해 거리를 두고 무시하는 태도였다. 그녀는 거의 눈을 마주치지 않았다. 그 상호작용은 B 박사의 역전에서 공허하고 하찮은 느낌이 들게 했고, 이상하게 길을 잃고 헤매는 느낌도 들었다. H 씨와 함께 앉아서 그녀의 이야기를 들으면서, B 박사는 H 씨가 이렇게 영원히 치료시간을 사사로운 것에 대해 독백하는 데 쓰면서 치료를 끝없는 시간 낭비로 만들 수 있을 것 같다는 생각을 했다. 조금 시간이 지나고 B 박사는 자신의 마음이 헤매고 있다는 것에 주목했다.

B 박사는 전이에서 상연된 지배적인 대상관계를 다음과 같이 확인했다. 하나는 H 씨가 역할을 맡은 무관심하고 관여하지 않고 무시하는 모성적 인물인데, 이는 그녀의 전반적인 태도, 신체 언어, 역전이를 통해서 전달되는 것이었다. 한편 B 박사는 상보적인 역할을 받았는데, 처음에는 관계를 맺어 보려고 노력하지만 완전히 차단당하고 위축되는 누군가로, 결국 환자가 철수하는 것을 마주 보게 된다.⁶⁾

B 박사는 전이-역전에서 상연되는 대상관계를 다루기로 했다. 치료시간의 H 씨의 행동과 태도에 초점을 맞추고, 현재 그녀의 삶에서 진행 중인 위기와 그녀가 치료에서 얘기하고 있는 인테리어를 대비시키는 것에 초점을 맞추기로 했다. “나는 오늘 당신이 여기서 보이는 태도에 놀랐어요.” 하고 시작했다. “당신은 편안하고 걱정이 없어 보이고 심지어 초연해 보여요—아파트 구하기를 얘기하면서 당신이 여기에 가져온 문제에 대해서는 위기감이 전혀 없어 보이네요.”



01 전이분석_성격병리 심각도의 범위에 걸친 탐색적 개입과 전이

[자기애적 방어와 전이분석]

H 씨는 잠시 멈췄다가 B 박사가 말을 했다는 사실을 거의 알아차리지 못한 것처럼 다시 새 가구에 대한 이야기로 돌아갔다. B 박사는 H 씨의 행동을 주목하게 하면서, 이번에는 이렇게 말했다. “당신은 내가 한 말을 거의 인식하지 못한 것 같아요. 그리고 마치 내가 아무 말도 하지 않은 것처럼 아파트 이야기로 돌아갔어요—마치 당신이 결혼생활의 위기나 아들을 2주 동안 못 봤다는 것에 대해서 아무런 걱정이 없는 것처럼요.” B 박사는 H 씨가 보아 하니 계속해서 가구 생각으로 돌아가기 전에, 잠깐 스쳤던 짜증에 주목했다. 역전이에서 B 박사는 좌절감을 느꼈다. 또한 그녀가 인테리어에 대해 계속 말하자, 단지 오만할 뿐만 아니라 B 박사과도 자신의 환경과도 기이할 정도로 단절된 H 씨가 갑자기 걱정되기 시작했다.

B 박사는 H 씨의 비언어적 소통에 반응했다. “내 말이 당신을 짜증스럽게 한 것 같아요. 원치 않게 방해받은 것처럼요.” H 씨는 동의하며 끄덕인 후에 다시 가구 생각으로 돌아갔다. B 박사는 계속했다. “내 말이 불편해서 짜증난 것 같다고 말하니 고개를 끄덕였네요.” H 씨가 동의했다. “맞아요. 난 여기에 내 마음속에 있는 생각을 말하러 온 거예요. 그런데 당신은 내 걱정을 무시하고 내 얘기를 안 들어요. 당신이 듣고 싶은 얘기가 있는 것 같네요.”

B 박사는 자신의 입장을 방어하거나, 현재 환자의 위기상황에 대한 H 씨의 부인을 다루려고 하는 대신, 전이에 초점을 맞추고 치료자-중심 개입으로 시작하면서, 치료자가 끼어들려고 했을 때의 H 씨의 경험을 정교화하려고 했다. “나는 얘기도 안 듣고, 내가 듣고 싶은 얘기만 신경 쓰고, 당신의 고민을 무시하는 사람이네요. 더 얘기해 볼래요?”

▼ 논평

- B박사는 H씨가 자신의 어려움을 부인하는 것을 직면함
 - ➔ 자기애적 방어를 사용하는 환자들에게 어려움을 방어하는 경향성은 불안전함과 취약성의 자각을 피하는 기능을 하며, 치료자를 끈질기게 무시하는 것은 도움의 필요성을 부인하는 기능을 함
 - ➔ 전이에서의 오만한 태도는 만약 환자 자신이 취약해지거나 의존적인 관계를 받아들이게 된다면, 환자 입장에서 치료자가 환자 자신을 어떻게 보고 대할 것인지에 대해 환자의 분열된 기대에 기반함



전이분석_성격병리 심각도의 범위에 걸친 탐색적 개입과 전이

[자기애적 방어와 전이분석]

▼ 논평

- 자기애적 전이는 치료에서 장기간 정동적 지배성을 취하면서 상당히 지속적이고 콘크리트한 경향이 있음
- 자기애적 전이는 굉장히 높게 점유되기 때문에, 환자가 그것에 대해 새로운 관점을 갖기 위해서는 반복적으로 명료화와 직면을 해야함
- 치료자의 언급에 대한 환자의 반응에 초점 맞추기= 전이 탐색의 전형적인 진입 지점!
 - 끈질기게 환자가 전이에서 무엇을 하고있는지 주목하게 하여 의존성, 열등감, 시기심, 공격성과 관련된 더 구체적인 대상관계 및 기저의 갈등이 드러나게 함
- 자기애의 형태에 따라 달라지는 동일시 포지션
 - 거대한 자기애적 환자는 우월한 포지션을 지속적으로 동일시하며 장기간 유지
 - 다른 환자들은 전이에서 우월한 포지션과 평가절하된 포지션을 왔다갔다할 수 있음
 - '얇은-피부의' 혹은 취약한 자기애적 개인은 전이에서 평가절하된 시기하는 자기 표상에 지속적으로 동일시



전이분석_성격병리 심각도의 범위에 걸친 탐색적 개입과 전이

[전이에서의 무의식적 갈등]

임상 예시 6 무의식적 갈등의 해석

우울하고 의존적인 특징을 가진, NPO 수준에서 기능하는 50세 기혼 여성인 무보수 연구 보조원 S 씨에게 돌아가 보자. 앞서 살펴본 S 씨의 예시에서(제9장의 임상 예시 4), C 박사는 S 씨가 두 개의 분리된 대상관계를 기술하는 것에 주목했다: 강력하고 우월한 타인에게 긍정적인 관심을 받을 가치가 없으며 열등하고 부적절한 자기라는 방어적인 대상관계와 기저에 있는 매력적이고 우월한 남자의 관심과 감탄을 받고 잠재적으로 즐길 수 있는 자기라는 몹시 갈등적인 대상관계. 전이에서 가장 명백하게 나타난 C 박사에 대한 S 씨의 초기 태도는 다소 수줍지만 행복하게 좋은 감정을 나누는 것이었다. 역전이에서 C 박사는 S 씨에 대해 기쁨을 느끼는 동시에, S 씨의 학문적 성과에 대한 미묘한 질투의 감정을 어렵듯이 알아차렸다.

C 박사는 S 씨가 치료시간에 가져온 두 개의 대상관계를 방어적인 것부터 시작해서, 전이 바깥에 초점을 두고 기술하면서 시작했다. “내가 듣기에 당신은 매우 다른 두 가지 관점을 기술하고 있어요. 첫 번째는 좀 더 익숙하고 여러 번 얘기했던 건데, 당신의 자기감이 부적절하고, 열등하고, 가치가 없고, 운 좋은 사람들이 잘난 체하는 걸 당하는 입장이라는 점입니다. 당신에 대한 그러한 관점은 초라함과 굴욕감을 동반합니다.” C 박사는 잠시 말을 멈췄다. S 씨는 주의 깊게 듣고 있지만 말이 없었다. C 박사는 계속했다. “하지만 당신은 새로운 자기감을 드러내고 있는 것 같은데, 아마도 불안으로 채색되어 있는 것 같아요. 이 관점에서 당신은 주목받는 것을 즐기는 사람이고……. 가치 있는 사람들에게 감탄받는 것을 기뻐해요. 이 관점은 힘과 기쁨의 느낌과 연결되네요.”

S 씨는 곧바로 매우 불편한 표정을 지으며 말했다. “당신이 그렇게 말하니깐 굉장히 불안해져요.” C 박사는 S 씨 불안의 원천을 탐색했고, 환자는 대답했다. “모르겠어요—무엇보다, 말 그대로 이 자리에서 점점 작아져서 사라져 버리고 싶어요. 당신한테 감탄을 바라는 사람처럼 보인다고 생각하면 내가 너무 바보 같아요.”

C 박사는 S 씨가 그동안 치료시간에 그들이 반복적으로 탐색하고 확인했던 익숙한 방어적인 포지션으로 후퇴하는 것을 지적했다. 그리고 C 박사는 S 씨에게 감탄을 바라는 것이 왜 바보 같은 일로 여겨지는지 물으며 명료화를 시도했다. S 씨는 답했다. “왜냐하면 나에게 감탄할 만한게 없기 때문이에요. 당신이 몰래 나를 불쌍하고 안쓰럽게 보는 상상이 들어요. 당신이 어떤 사람인지 보고 나를 봐요—당신이 보기에, 난 착각에 빠진 불쌍한 늙은 여자 같을 거예요.”

C 박사는 S 씨가 치료자의 반응이 딱히 공감적이지 않을 것이라 예상하는 것 같다고 지적했다. S 씨는 곰곰이 생각하더니 답했다. “맞아요. 지금 이 순간에는 당신이 공감적이지 않다고 느껴져요. 웃기지만 대체로 그래요……. 나는 당신이 내가 경멸스럽고 어리석은 늙은 여자라는 걸 알게 될까 봐 걱정돼요.”

C 박사는 자신이 S 씨의 전문적이고 개인적인 성공에 주목하자마자, S 씨는 C 박사가 자신을 적대하고 경멸할 거라고 상상한 것 같다고 지적했다—즉, S 씨가 C 박사를 공감적이

라고 경험하는 것은 그녀의 열등감에 근거한 것 같다고 지적했다. S 씨는 그게 사실인 것 같다고 인정하면서, 자신이 열등한 포지션에 있을 때 더 편안하게 느낀다고 했다. 그것이 ‘옳은 것’처럼 느껴졌는데, 아마도 그게 더 익숙하기 때문이었다.

C 박사는 익숙함도 일부 이유가 될 수 있다는 점에 동의했지만, 그 이상이 있는 것 같다고 제안했다. “마치 당신이 자기를 보호하고, 자기한테 맞추기 위해서 열등감을 이용하는 것처럼 보여요. 당신은 스스로 성공적이고 강하다고 느끼자마자, 내가 당신에게 화날 것으로 상상했어요. 마치 내가 속으로 ‘자기가 바람직하고 성공적이라고 느끼는 이 여자는 누구지? 성공적인 커리어와 멋진 옷장을 가진 사람은 바로 나야. 그건 내 자리야—어떻게 감히 상상 속에서라도 침범을 할 수 있지?’라고 생각할 것처럼요.”

S 씨는 답했다. “네, 정확해요. 어머니랑 있을 때 그런 식이었어요. 어머니는 쇼핑하는 데 나를 억지로 데려가고, 사무실에 앉혀 두고 일하는 걸 보게 했어요. 난 어머니를 보고 감탄하면서 행복했어요. 내가 감탄을 받고 싶다는 생각은 해 본 적이 없어요.” C 박사는 계속했다. “그리고 당신은 여기 나와 있으면서 그런 소망이 느껴지기 시작하면, 마치 당신 어머니가 분노와 경멸을 보이며, 당신의 원래 자리를 지키라고 할까 봐 두려웠던 것처럼 내가 그렇게 반응할 것으로 예상하게 되네요.” S 씨는 동의했고 C 박사는 계속해서 해석을 마무리했다. “이 경험은 당신의 어머니로부터 시작했을 수도 있지만, 당신 어머니는 더는 여기 없어요. 어머니 때문에 당신이 열등감으로 계속 후퇴하게 되는 건 아니에요. 당신의 일부는 애착을 유지하는 유일한 방법이 자기를 평가절하하고 위축시키는 거라고 생각하는 것 같아요. 내가 당신에 대해서 경쟁자는커녕, 당신이 나와 대등해지고 싶어 하는 것조차 견디지 못할 거라고 생각하는 것 같아요.”



전이분석_성격병리 심각도의 범위에 걸친 탐색적 개입과 전이

[전이에서의 무의식적 갈등]

▼ 논평

- 이 예시는 S가 지속적으로 방어해 왔던 갈등이 의식으로 나타나는 것을 잘 보여줌
- 이 지점에서 굴욕적이고 열등한 자기라는 방어적인 대상관계는 기저에 있는 감탄받고 싶은, 즐겁지만 몹시 갈등적인 투쟁을 더 이상 충분히 억압할 수 없음
 - ➔ 그동안 치료와 삶에서 얻어 온 이득은 환자의 방어적인 자기 표상에 직면하는 기능과 그 진실성에 의문을 제기하는 기능을 함
 - ➔ 변화된 행동 속에서 기저에 있는 소망이 상연되면서 연결된 불안이 전이에서 나타나기 시작

[C박사의 개입] 익숙하고 방어적인 대상관계의 명료화로 시작

- ➔ 억압되어있다가 최근 의식에 나타나기 시작한 보다 갈등적인 대상관계 기술
- ➔ C박사가 S씨가 기술한 내용을 재언급하며 S씨가 관심과 감탄을 즐기는 갈등적 대상관계를 말로 표현
- ➔ 그 갈등이 전이에서 정동적으로 지배적이 됨



전이분석_성격병리 심각도의 범위에 걸친 탐색적 개입과 전이

[전이에서의 무의식적 갈등]

▼ 논평

- 신경증적 갈등 세팅에서 고전적인 해석의 구조 : 방어, 불안, 충동
 - 예, "당신은 불안을 피하기 위해 자기 자신과 우리 둘을 특정한 방식으로 보는 관점으로 [방어적 대상관계] 후퇴하는 것 같아요. 마치 다른 방식으로 보는 것은 우리 관계를 위험하게 하거나 위협하는 것처럼 [방어를 동기화하는 불안, 두려움 또는 '위험'] 보여요. 마치 경쟁심[기저하는 갈등적 동기]의 가능성조차도 절대로 수용되지 못할 것처럼요."
- ✓ 구조화된 해석의 목적: 환자가 자신의 갈등적인 소망을 자각할 때 위협을 덜 느끼고, 더 견딜 수 있도록 하기 위함
 - =억압되었던 갈등적 동기를 환자의 전반적인 의식적인 자기감 안에 컨테인하는 것을 촉진하고, 그것이 맥락화되도록 함

[C박사의 해석]

"당신은 감탄을 바라는 것이 치료자(혹은 어머니)가 당신을 미워하게 만들거라고 콘크리트한 방식으로 예상해요. 하지만 당신의 소망이 파괴적인 위협을 자동적으로 구성한다는 당신의 가정은 아마 잘못된 것 같아요. 그리고 당신의 불안은 아마도 콘크리트한 사실을 구성하기보다 뭔가 의미를 갖는 신념인 것 같네요"



01 전이분석_성격병리 심각도의 범위에 걸친 탐색적 개입과 전이

[전이에서의 무의식적 갈등]

임상 예시 7 자기경험이 대체로 통합되었을 때의 전이분석

T 씨는 45세의 이혼한 변호사로 외상적인 발달력을 가졌는데 그녀는 이혼 당시의 위기로 내방하였다. 현재 치료의 진전기에서 T 씨는 꿈과 일련의 연상을 이야기했다.

꿈에서 T 씨는 낚싯배에 타고 있었는데, 수평선 너머로 무엇을 볼지 기대하며 내다보고 있었다. 꿈에서 그녀는, 예전의 자기였다면 낚시를 하는 뒤편에 앉아서 뒤에 뭐가 있는지 보고 있었을 것 같다고 생각하다가 깼다. 그녀는 어린 시절에 J라는 친구와 함께 주말을 보냈던 것을 연상했다. “그 애는 나랑 많이 달랐어요. 그녀는 아주 자유롭게 도움을 청하는 애였어요……. 난 오래된 집을 정리하다가 어머니의 접시를 발견했어요. 우리는 어릴 때 매일 그 접시로 점심을 먹었고, 내 아이들이 어렸을 때 나도 항상 그걸로 밥을 먹었어요. 어머니는 우리에게 정말 관심이 없었지만, 그녀는 관례적인 것이나 의례적인 것을 잘했어요. 어느새 J의 딸이 약혼한다고 하네요. 아버지의 치매는 계속 진행 중이고, 나는 드디어 내 가정을 이루려고 집을 짓고 있어요. 언젠가 내 손주들이 올 수 있게요……. 내가 어디에서 왔는지보다 미래를 생각하는 시간 감각과 세대 감각이 있어요. 전에는 너무 파도가 일렁였던 것 같아요.”

C 박사는 T 씨가 자신의 말, 연상, 꿈을 통해서 새로운 자기감을 기술하는 것을 들었다. 이는 불완전함이나 단점을 부인하지 않으면서도, 사랑하고 믿을 수 있는 대상과의 관계에서 상실과 희망을 온전하고 충분히 안정적으로 다룰 수 있는 것이었다.

C 박사는 T 씨가 회기에서 언어적 소통으로 조직한 대상관계를 기술하며 시작했다. “당신 스스로와 앞으로 다가올 삶을 만들어 나갈 당신의 능력에 대해 더 안정감을 느끼는 것 같아요. 당신 과거의 수렁에서 벗어나서요—다른 사람들이 꽤 괜찮게 당신과 만나고, 당신을 도와줄 수 있을 거라는 새로운 낙관과 희망이 있네요.” T 씨는 눈물을 흘리기 시작했고 대답했다. “맞아요. 그게 다 여기에서 시작됐어요.” C 박사는 T 씨에게 자신이 들은 것을 이해했다는 반응을 할 필요가 없다고 느끼며 침묵을 지켰다. 잠시 후 T 씨가 계속 말했다. “당신이 나를 꽤 괜찮게 만나 줬어요. 꽤 괜찮은 것 이상으로요. 당신은 내가 그것이 가능하지 않다고 생각했을 때 내 욕구에 초점을 맞췄어요. 나는 여기서 도움을 청하는 법을 배웠고, 다른 사람이 나를 위해 있어 줄 수 있다는 것도 배웠어요. 이제 새로운 시작이에요.”

▼ 논평

- 이 예시는 성공적 치료의 후반부
- T씨는 부분 대상관계 대신 통합된 전체적인 타인으로 경험되는 치료자와의 관계에서 통합된 전체적이고 복합적 자기 경험



해석과정을 이끄는 기략

_임상과정에서 개입의 영향을 최적화하기 위해

치료자가 특정 개입을 **언제** 할 것이며 **어떻게** 잘 개입할 수 있는지 결정할 수 있는 일반 원칙

- 정신분석 문헌들에서 치료적인 감각과 타이밍의 가이드라인으로 종종 언급되는 원칙들

〈표 11-2〉 해석 과정을 이끄는 기략: 치료적인 감각과 타이밍

1. 해석적 개입의 시작은 환자의 지배적 관점과 환자의 주관성으로부터 시작한다(종종 공감적 관점 취하기로 기술된다).
2. 환자가 가장 접근하기 쉬운 것부터 시작하여, 점차 접근이 어려운 자료로 나아간다(정신분석 문헌에서는 표면에서 심층으로 개입한다는 표현으로 고전적으로 기술된다).
3. 방어적 대상관계부터 시작하여, 갈등적 동기의 표현에 더 가까운 대상관계로 나아간다(충동 이전에 방어부터 다루기라고 고전적으로 기술된다).
4. 해리 방어가 있다면, 억압보다 먼저 다룬다.
5. 환자 경험의 성질을 경험의 내용보다 우선시한다.
6. 자아이질성이 엄밀한 의미의 해석을 위한 전제조건이라는 것을 명심한다.



해석과정을 이끄는 기략

1. 환자의 지배적 관점에서 탐색적 개입 시작하기

- 치료자는 개입의 초점을 확인-> **명료화를 통해 탐색을 시작**
 - 이 과정은 환자의 지배적인 의식적 경험에 대해 질문하고 정교화하고 궁극적으로 말로 표현하는 것을 포함
 - 이 과정에서 치료자는 처음에는 언제나 공감적 관점을 취하며 환자의 주관성 내에서 자료에 접근하려고함
 - 치료자는 환자의 경험에 말을 보태거나 생각을 말하지 않고 단지 그것을 정교화 함

예, "당신은 아내가 주지 않으면서 당신을 좌절시키는 다양한 방식에 대해 이야기했어요."



해석과정을 이끄는 기략

2. 표면에서 심층으로 나아가기: 방어적 대상관계에서 갈등적 대상관계로

공감적인 관점에서 환자의 지배적인 의식적 경험의 특성을 기술한 후,

- 직면을 활용하여 환자의 관점을 점진적으로 넓히고 심화시킴

- 환자가 충분히 인식하지 못하고 있는(즉, 방어하고 있는)경험의 측면을 포함시키기 위함

➔ 치료자는 환자의 지배적인 의식 경험의 '표면'에서 시작하여, 점진적으로 의식에 접근하기 어렵고, 해리되거나 억압된 자료를 향해 점차 나아감

➔ 환자에게 더 익숙하고 수용하기 쉬운 것부터 시작하여 더 건디기 어렵고 더 위협적인 것으로 나아가는 것.

종종 기저의 갈등적 동기 또는 '충동' 및 그것들의 표현과 관련된 불안과 밀접하게 연결되어 있음



해석과정을 이끄는 기략

2. 표면에서 심층으로 나아가기: 방어적 대상관계에서 갈등적 대상관계로

[예시]

당신은 아내가 주지 않으면서 당신을 좌절시키는 다양한 방식에 대해 이야기하고 있어요 [환자의 표면적 경험을 조직하는 방어적 대상관계의 명료화]. 그리고 우리는 이 순간 아내에 대한 당신의 관점이 다른 상황과 어떻게 불일치하는지 논의했어요 [모순적인 표상의 불안정성과 해리를 직면하기]. 상황이 아무리 좋아도, 두 사람의 관계에 대한 이 부정적인 관점은 항상 슬며시 나타나는 것 같아요. 당신이 첫 번째 아내와도 같은 경험을 이야기했던 것이 떠오르는데, 그녀는 Marcia와는 굉장히 다른 사람이었죠 [관계 패턴의 반복적인 특성을 직면하기]. 어떤 면에서는, 마치 당신이 주지 않고 좌절시키는 여자와의 관계에 있을 때 더 편안하게 느끼는 것처럼 보이기도 해요. 당신은 잘 챙겨 주려 하는 아내와 함께 있는 자기의 모습을 보는 게 어느 정도 불안한 것 같아요 [방어를 동기화하는 무의식적인 불안을 해석하기]. 그래서 당신이 부정적인 관점으로 후퇴하는 거죠.

[더 나아간 해석의 예시]

어떤 면에서는, 마치 당신이 주지 않고 좌절시키는 여자와의 관계에 있을 때 더 편안하게 느끼는 것처럼 보이기도 해요. 당신은 잘 챙겨 주려 하는 아내와 함께 있는 자기의 모습을 보는 게 어느 정도 불안한 것 같아요 [방어를 동기화하는 무의식적인 불안을 해석하기]. 그건 어쩌면 당신이 그녀에게 너무 의존하게 될 것 같은 느낌이 두렵기 때문일 수도 있어요 (더 완성된 이 해석은 매우 갈등적인 의존 욕구에 대한 언급을 포함한다). 그래서 당신이 부정적인 관점으로 후퇴하는 거죠.

[요약] 치료자는 순차적으로 명료화-> 직면-> 엄밀한 의미의 해석을 사용
방향: 표면-> 심층(방어-> 충돌)



해석과정을 이끄는 기략

3. 억압을 다루기 전에 해리방어부터 다루기

표면에서 심층으로,

의식적 경험에서 가장 접근하기 쉬운 것에서 접근하기 더 어려운 자료로,

→ 억압을 다루기 전에 해리방어를 다룬다는 것을 의미

→ 즉, 그 순간 환자의 지배적인 경험 측면이 아니라 다른 상황에서 완전히 의식적이었던 것(현재 해리된 측면)에 초점



해석과정을 이끄는 기략

3. 억압을 다루기 전에 해리방어부터 다루기

당신은 아내가 주지 않으면서 당신을 좌절시키는 다양한 방식에 대해서 이야기했어요. 이 건 지난주에 우리가 한 이야기와 불일치하는 것 같아요. 당신이 그녀를 정말로 필요로 할 때, 그녀가 얼마나 아낌없이 줬는지 이야기했던 것 같아요.

당신은 아내가 주지 않으면서 당신을 좌절시키는 다양한 방식에 대해서 이야기하고 있어요. 좀 놀라운데요. 당신이 지금 하는 이야기는 지난주에 당신들이 다투었을 때, 아내가 당신에게 한 말들과 거의 똑같아요.

어떤 면에서는, 마치 당신이 주지 않고 좌절시키는 여자와의 관계에 있을 때 더 편안하게 느끼는 것처럼 보이기도 해요. 당신은 잘 챙겨 주려 하는 아내와 함께 있는 자기의 모습을 보는 게 어느 정도 불안한 것 같아요. 그건 어쩌면 당신이 그녀에게 너무 의존하게 될 것 같은 느낌이 두렵기 때문일 수도 있어요. 그래서 당신이 부정적인 관점으로 후퇴하는 거죠.

이 예시에서 치료자는 해리방어를 검토한 이후에,
무의식적 갈등의 해석으로 넘어감

➔ 환자의 갈등적인 의존 욕구의 억압을 동기화하는 불안에 초점



해석과정을 이끄는 기략

3. 억압을 다루기 전에 해리방어부터 다루기

[요약]

- **내용의 관점**: 명료화, 직면, 그리고 최종적으로 엄밀한 의미의 해석을 사용하면서 표면에서 심층으로, 방어에서 충동으로 이동
- **환자 내면의 역량**의 관점: 환자에게 부담이 덜한 개입부터 시작해서 환자의 지배적이고 의식적이며, 자아동질적인 경험에 초점을 두다가, 점진적으로 정동 컨테인하기, 자기관찰, 내성, 더 유연한 사고라는 고도의 역량을 요구하는 개입으로 나아감
 - ➔ 각 개입을 뒤따르는 개입을 활용할 수 있는 환자의 역량을 지원하는 것으로 개념화
- 환자가 특정 수준의 개입을 활용한 마음의 틀이 준비되지 않았다면 개입은 효과없음
 - ➔ 이 경우, 치료자는 일시적으로 더 기초적인 수준의 개입으로 돌아감
 - ➔ 결과적으로 임상과정은 일반적으로 앞뒤로 오고가는 성질을 띠게 됨



해석과정을 이끄는 기략

4. 환자 경험의 내용보다 성질을 우선시하기

- 만약 환자와 치료자가 현실에 대해서 서로 불일치하는 관점을 가지고 작업한다면, 혹은 환자의 현재 사고가 극도로 콘크리트하거나

자아동질적이라면, 환자의 행동, 사고, 감정을 추동하는 동기를 해석하는 것은 일반적으로 무의미

→ 환자의 경험과 생각의 **성질**을 표적으로 하여 개입하는게 나음

→ 그 내용보다는, **부적응적인 행동, 사고, 감정에 대한 환자의 관계 또는 태도**에 초점

- **목적:** 부적응적이고 방어적인 행동, 생각, 감정이 완전히 자아동질적인 관점으로부터 변화하여, 사고에 더 큰 유연성을 갖고, 그 순간에

지배적인 경험에서 벗어나 **대안적 관점을 고려하는 역량**으로 나아가도록 돕기 위함



해석과정을 이끄는 기략

4. 환자 경험의 내용보다 성질을 우선시하기: 콘크리트한 사고의 해석 과정

[콘크리트한 사고의 예시]

1. 환자는 치료자가 옷을 차려입는 것이 환자에게 깊은 인상을 주려는 의도라고 확신한다. 왜 그렇게 생각하는지 이유를 묻자, 환자는 '그냥 느낌'이 그렇다고 설명하면서 그것이 완전히 진실이라고 믿는 것 같다.
2. 환자는 자신이 '나쁜' 사람이라는 것을 알고 있다-환자의 관점에서, 자신의 근본적인 본질에 대한 '사실'에 대해서는 어떤 추가적인 고려를 할 가치도 없다.
3. 환자는 자신의 남자 친구가 종종 지각하기 때문에, 그가 자신을 진심으로 사랑할 리가 없다는 것을 안다고 설명한다. 만약 그가 그녀를 사랑한다면 항상 늦지 않고 올 거라는 것이다.

경험이 '콘크리트하다'의 의미

- 환자가 내적 현실과 외적 현실을 명확히 구분하지 못함
- 그 순간 자기의 경험을 넘어서 볼 수 있는 역량이 거의 없거나 전혀 없음



해석과정을 이끄는 기략

4. 환자 경험의 내용보다 성질을 우선시하기: 콘크리트한 사고의 해석 과정

- 모든 사람은 **스트레스 순간 갈등의 영역**에서, 콘크리트한 사고에 빠지기 쉬움(특히, BPO 성격장애 환자)
- BPO 환자는 치료에서 정동적으로 강하게 부하되거나 갈등적인 주제에 대해서 종종 콘크리트해지는데, **특히 전이에서** 그러함

[TFP-E에서 환자의 사고가 콘크리트할 때 치료자의 목표]

1. 환자가 **자신의 경험을 상세히 설명하고 기술하도록(명료화)**하면서 그것에 **직접적으로 도전하지 않으려** 조심하는 것
→ 이 과정은 환자의 관점과 '함께'하면서 '관찰하는' 관점을 장려; 편집전이에서 다룬 치료자-중심 개입과 일치
2. 환자 생각의 **진실성에 대한 중립적 자세**를 조심스럽게 유지하면서, **직면을 통해서 명료화를 보완**
→ 여기서 치료자는 환자 경험의 불일치와 모순에 주목하고, 환자가 확고하게 가지고 있는 **생각의 논리적 결론**을 이끌어냄

[요약]환자의 사고가 콘크리트하다면, 치료자는 **내용**을 해석하기(왜 그렇게 경험하는지 의미와 동기 탐색) 전에 환자 사고의 콘크리트한 **성질**의 탐색에 초점



해석과정을 이끄는 기략

임상 예시 8 ▶ 콘크리트한 사고에 대해 작업하기

폭우가 오는 날, 치료자는 U 씨와의 회기에 5분 늦게 도착했다. U 씨는 경계선 특징을 가진 연극성 성격장애 진단을 받은 환자이다. 치료자는 지각에 대해 사과하며 사무실로 오는 주요 도로 몇 군데가 침수로 폐쇄된 것을 설명했고, U 씨에게 늦은 만큼 끝나고 시간을 보충하면 어떤지 물었다. 한편, 환자는 치료자의 지각이 자신을 좋아하지 않는 것을 확증한다고 생각했다. 환자는 그의 사과가 솔직하지 못하고, 그의 진짜 감정을 숨기려고 하는 것이라고 확신했다. U 씨는 치료자의 사과에 대해서 그녀는 이제 막 떠나려던 참이었고, 그가 자신을 치료하고 싶지 않다는 것이 내내 사실이었음을 깨달았기 때문에 기다림을 견딜 수 없었다고 답했다.

치료자는 U 씨의 편집적이고 콘크리트한 경험이 인상적이었다. 그는 나쁜 날씨와 그러한 상황에서 이동하는 어려움을 이해하지 못하는 것이 얼마나 비합리적인지에 초점을 두고 싶은 유혹을 느꼈다. 하지만 고쳐 주거나 직면하거나 현실검증을 지원하거나 혹은 해석을 하는 대신에, 치료자는 추가적인 언급을 자제하며 U 씨에게 그녀의 경험을 더 상세히 설명해 달라고 명료화하기 시작했다. 그는 그녀가 치료자와 지각에 대한 경험, 치료자가 자신을 좋아하지 않는다는 확신, 그리고 어떻게 그 지각이 이렇게 생각하도록 확증하게 되었는지 더 자세히 이야기하도록 했다. U 씨가 상세히 이야기하는 동안, 치료자는 지금까지의 행동에서 자신이 그녀를 치료하고 싶지 않다고 확신하게 한 것은 무엇이었는지 물었다. 환자는 그들이 처음 만난 날부터 그가 자신을 정말로 치료하고 싶은지 의문이었다고 답했다. 환자는 당시에는 아무 말도 하지 않았지만, 치료자가 이전 치료자처럼 치료비를 깎아 주길 기대했는데 그러지 않았던 것이다. 게다가 그는 그녀가 기대했던 만큼 따뜻하거나 지지적이지 않았다.

환자와 치료자는 이후 몇 번의 회기를 치료자가 자신을 싫어하고 치료하고 싶지 않다고 느끼는 U 씨의 현재와 과거의 경험을 상세히 설명하면서 보냈고, 치료자는 환자가 그 경험의 세세한 것까지 말로 표현하도록 도왔다. 치료자는 환자의 생각을 논리적인 결론으로 끌고 가면서 섬세하게 직면했다. 예를 들어, 자신을 좋아하지 않기 때문에 높은 치료비를 받는다고 말한 것의 함의는 매우 비윤리적이며 전문적 기준의 위반이라는 점을 지적했다. 동시에 U 씨가 치료자를 적대적이고 거부적이고 부정직하다고 생각하는 것을 편안하게 견뎌낼 수 있는 치료자의 역량이 비언어적으로 전달됐다. 시간이 흐르고 치료자의 도움으로, 환자의 사고는 다소 유연해졌다. 환자는 치료자와 생겼던 일이 익숙하다는 것을 알아차리게 됐다. 지난 몇 년 동안, 그녀가 경멸당하고 거절당했다고 느꼈지만 아무런 말도 하지 않았던 유사한 경험들이 가까운 친구관계 여럿을 단절시켰다. 이처럼 자기관찰 및 성찰 수준의 증가는 치료자가 자신을 치료하고 싶지 않을 것이라는 환자 생각의 극도로 완고하고 콘크리트한 성질에서 미묘하지만 중요한 변화를 가져온 것과 관련이 있다. 어쩌면 환자는 이전만큼은 자기 생각을 확신하지 못하게 된 것이다. 이 지점에서 치료자는, U 씨가 치료자가 자기를 싫어할 거라고 생각한 것 이전의 잠재적인 의미와 동기를 탐색하여, 환자의 사고를 더 유연하게 촉진하고 환자의 자기이해 수준을 심화하기 위한 마음 상태에 있다고 느꼈다.



해석과정을 이끄는 기략

4. 환자 경험의 내용보다 성질을 우선시하기: 콘크리트한 사고의 해석 과정

▼ 논평

- 치료자는 처음에 환자가 확신하고 있는 왜곡된 내용 대신에 환자 경험의 **콘크리트한 성질**을 다룸
 - 치료자가 늦은 것에 대해서 환자가 강하게 반응하는 상황에서 손상된 역량에 초점을 두고, U 씨가 자기경험을 관찰하는 역량을 지원하는 데 초점을 둠
 - 그러기 위해서 치료자는 U 씨의 전이에서의 경험을 정교화하며, 치료자가 자신을 거부하고 무시한다는 환자의 오래된 신념에 대해 생각하게 하고 말로 표현하게 함
 - [정교화 과정]
 - 정동을 인지적으로 컨테인하게 하는 것. 즉, 환자의 정동적 경험을 치료자의 특정한 표상과 연결해줌
 - 비언어적으로는 치료자가 환자의 적대적인 투사를 견뎌 내고 컨테인할 수 있는 것을 보여줌
 - U 씨의 사고는 다소 더 유연해지고, 치료자가 그녀를 좋아하지 않고 악의가 있다는 확신의 강도도 서서히 줄어들음
 - 이 지점에서 **치료자의 직면**은 U 씨가 그녀의 경험을 성찰하고 대안적 관점을 갖도록 도움
 - 성찰적으로 변화함에 따라 U씨는 그 순간뿐만이 아니라, 계속해서 자신과 자신의 경험을 물려서서 관찰할 수 있게 함
- ➔ 현재의 경험을 패턴의 일부로서 볼 수 있게 되고, 이 패턴이 학대의 개인력뿐만 아니라 내면의 문제를 반영한다는 것을 인식할 수 있게 됨



해석과정을 이끄는 기략

4. 환자 경험의 내용보다 성질을 우선시하기: 콘크리트한 사고의 해석 과정

▼ 논평

[요약]

- 환자가 치료자와 현실에 대해 공통된 관점을 공유하지 않거나 환자의 경험이 현저하게 콘크리트할 때, **치료자는 해석을 자제해야함**
- 대신 치료자는 **명료화** 과정을 확장하고, 이는 결국 직면을 통해 보완
 - **명료화**는 환자가 자신이 콘크리트하게 경험한 것에 대해서 한 발 뒤로 물러나서 관찰하고 생각해 보도록 돕고 현실검증을 지원함
 - **직면**은 환자가 자신의 신념을 대안적 관점에서 고려 해 보도록 하고, 자신의 생각에 함축된 모순을 성찰하도록 함
(예, "치료자가 정말로 비윤리적일까? 만약 그렇다면, 나는 왜 치료를 받겠다고 남아 있을까?")
- 또한 환자가 자신의 사고에 다소 더 개방적이 될수록, 일반적으로 다른 관계와 다른 맥락 속에서 특정한 관계 패턴이 반복되는 특성을 직면하는 것도 가능해짐



해석과정을 이끄는 기략

5. 자아이질성과 해석 과정

- 환자와 치료자가 현실에 대해 공통된 관점을 갖고 작업하며, 환자가 내적, 외적 현실을 구별할 수 있을 때, 치료자는 **해석과 자아이질성에 대해 주의를 돌림**

- 성격병리 치료에서는 자아동질적인 것에 초점을 둠
- 이러한 습관적인 사고, 감정, 행동이 반복적인 명료화와 직면의 과정을 통해 자아이질적으로 될 때, 그리고 불안과 연결되거나 혼란을 느낄 때
→ **해석이 해석과정을 촉진하는데 효과적인 시점**

;기저의 갈등이 엄밀한 의미의 해석뿐만 아니라 기저하는 동기와 개인적 의미의 탐색을 통해 접근 가능해지기 때문



해석과정을 이끄는 기략

5. 자아이질성과 해석 과정

임상 예시 9 NPO 환자의 자아이질성

N 씨는 히스테리 성격특성과 성적 억제를 보이는 젊은 여성으로, NPO 수준에서 기능하며, 앞에서 제2장의 임상 예시 1과 제7장의 임상 예시 2에서 기술되었다. 그녀는 객관적으로 봤을 때 관심을 끌고 매우 매력적인데, 자신은 남자들에게 매력이 없다고 생각했다. 처음에 치료자는 기저의 역동에 대해서 경쟁 및 관심의 중심에 있고 싶은 갈등적 소망과 관련된 죄책감을 갖고 있으며, 이것이 환자에게 무의식적으로 공격적인 위반으로 여겨진다는 해석을 시도했는데, 이는 정확할지라도 너무 빨랐다. 환자는 이 해석에 흥미를 가졌고 그게 사실인 것 같다고 느꼈지만, 그것은 환자의 자기감 또는 행동에 거의 아무런 영향을 미치지 않는 듯이 보였다.

이 잘 통합된 환자가 의미와 동기의 해석으로부터 빠르게 도움을 얻을 수 있을 것이라는 자신의 판단이 잘못되었다는 것을 인식하고, 치료자는 그의 접근을 보다 기초적인 개입을 강조하는 것으로 바꿨다. 치료자는 N 씨의 갈등을 이해하고자 하는 대신에, 환자의 방어적인 대상표상이 주관적 경험에 미치는 영향을 관찰하고 알아차리는 능력을 지원하는 데 초점을 두었다. 치료자는 개입의 목적을 환자의 방어적인 자기표상에 의해 조직된, 성적 갈등과

관련된 환자의 생각하기와 경험의 경직되고 미묘하게 콘크리트한 성질에서 벗어나 변화시

키고자 하는 것이라고 개념화했다("나는 남자들에게 매력이 없고, 그들은 나한테 관심이 없다.

이건 사실이고, 느낌이나 두려움, 신념이 아니다. 어떤 남자도 나에게 관심을 가질 리가 없다. 만약 누군가가 관심을 나타낸다면, 나는 내 방어적 관점에 의문을 갖는 것을 피하기 위해서 자동적으로 그리고 의식적인 인식 밖에서 그것을 무시하거나 잘못 해석할 것이다").

치료자는 N 씨의 자기에 대한 관점의 경직성에 초점을 두면서 그녀가 상황과 무관하게 반

복적으로 같은 경험을 한 것을 지적했고, 여러 남자의 분명한 관심 표현에 대해 그녀의 자아

동질적인 부인 또는 무시를 직면했다. 치료자는 환자가 자신의 경험 대부분을 조직하는 방

어적 대상관계를 자세히 말하도록 했고—더 매력적이고 행복한 여성 또는 친절하지만 무관심한 남자와의 관계에서 매력이 없고, 열등한 자기—그녀에 대한 다른 관점을 지지하는 증거를 부인하는 것에 대해 반복적으로 주의를 환기시켰다.

시간이 지나자, N 씨는 치료자가 보고 말하는 것이 무엇인지 이해하기 시작했다—그녀가

자기 자신을 한 가지 방식으로 보기로 선택한 것 같다는 점, 그녀가 자신에 대한 대안적인 관

점을 갖기 시작했을 때, 불안한 감정과 불특정한 자기비난의 파도가 빠르게 뒤따랐다는 점.

환자 자신에 대한 방어적인 관점은 아직 변하지 않았지만, 이 관점은 더 이상 콘크리트하게

유지되지 않았고, 자아이질적으로 되어 가고 있었다. 환자의 사고와 경험의 이 측면에서는

그녀가 매우 경직되고, 다른 관점은 왜곡되거나 제약이 있는 것 같다는 점이 환자에게도 이

상하게 여겨지기 시작했다. 환자는 왜 다른 사람들이 분명히 자신을 보는 방식과 그토록 다

르게 스스로를 봤는지, 이게 무슨 일인지 궁금해졌다. 이 지점에서 치료자와 환자는 둘 다 치

료자의 초기 해석에 대해 생각하게 되었다. 환자는 호기심을 느꼈고, 이것이 그녀에 대한 무

언가를 이해하고 잠재적으로 그녀의 자기표상을 확장하고 수정할 기회라고 여겼다.



해석과정을 이끄는 기략

5. 자아이질성과 해석 과정

▼ 논평

- 치료자의 이른 해석은 정확하지만 환자에게 피상적으로 받아들여지고 거의 영향을 주지 못함
 - N 씨가 비록 전반적으로는 성찰적인 사람일지라도, 치료의 이 지점에서 이 핵심 갈등과 관련해서는 자신의 행동 또는 자기 자신에 대한 감정을 바꾸는데 자기이해를 활용하지 못함
- 치료자가 무의식적인 동기와 의미의 해석에서 거리를 두고 더 **기초적인 개입에 초점을 둠**에 따라 자아동질적인 성격특성이었던 것과 아주 매끄러운 방어적 자기표상은 **자아이질적인 기능으로 전환**됨
N 씨 경험의 경직성과 그녀의 방어에 의한 미묘한 왜곡을 반복적으로 직면
 - ➔ 그녀 경험의 상징적이고 구성적인 특성을 충분히 인식할 수 있는 더 큰 역량의 출현을 의미

N 씨의 방어가 자아이질적으로 되고, 그녀가 성격 방어와 연결된 습관적인 행동에 좌절감을 느낄 때, 방어적 대상관계를 동기화하는 기저의 불안을 더 의식할 수 있게 됨

이 지점에서 무의식적 의미와 동기의 해석은 효과적

➔ 더 유연하고 적응적인 기능과 관련된 통합적 과정과 습관적 행동 및 궁극적으로 환자의 자기감의 수정을 촉진



해석과정을 이끄는 기략

5. 자아이질성과 해석 과정

임상 예시 10 BPO 환자의 자아이질성

높은 경계선 수준에서 조직된 자기애성 성격장애를 가진 E 씨는 만성적인 재정 문제를 가지고 있었다. 중간 직급의 영업사원으로 일하면서, 그는 일상적으로 밤에 친구들을 만나러 시내에 나가서 흥청망청했는데, 호화로운 식당과 고급 바에 방문하며, 밤이 끝나갈 때는 대범하게 계산서를 집어들곤 했다. 치료자가 그의 행동이 그가 재정 상황을 개선하겠다고 말한 목표와 따로 노는 것처럼 보인다고 지적했을 때, E 씨는 이 밤들을 포기할 생각이 없다고 하면서, 그에게 그게 얼마나 중요한지 치료자가 이해를 못하는 것 같다고 했다. 그는 그러한 이벤트가 그의 사회적 삶의 중심을 구성하며, 자존감의 중요한 원천이 된다고 말했다.

시간이 흐르며, E 씨의 치료자는 환자가 그의 부적응적 행동에 내재된 대상관계를 구체화하도록 도울 수 있었다. E 씨가 시내에서 놀고 있을 때, 그는 왕이 된 것 같고, 팽창되고 그의 국민들을 너그럽게 보살필 수 있다고 느꼈다. 그러나 그가 이 행동에 참여할 수 없다고 상상하면, 그는 비참한 빈민이 된 것처럼 느껴졌다—모두에게 무시당하고 고립되고 동정을 받는 것처럼 느껴졌다. 환자는 이것이 실제로 그가 느끼는 방식이라고 동의했다. 치료자는 E 씨가 친구들이 그와 함께 시간을 보내는 것은 오직 그들이 그를 재정적으로 착취할 수 있을 때뿐이라고 가정한다는 것을 지적했다.

몇 달 동안, 환자의 치료시간은 이와 유사한 자료에 초점을 두었다. 그동안 치료자는 독립성의 자세를 유지했으며, E 씨가 염려되었으나 지시적인 것은 자제했다. 그리고 그동안 내내, 환자는 결과와 상관없이 자신의 팽창적인 행동을 포기하는 것에는 동의할 수 없다고 고집했다.

이 과정을 수개월 지속하면서, E 씨는 치료자가 자신을 괴롭힌다는 자기 관점에서 혼란스러운 지점을 인식했다. 환자는 치료자의 말에 따라서 자신의 행동을 고치는 데 계속해서 실패하고 있는데, 치료자가 어떻게, 왜 그와 함께 있으면서도 잘 참을 수 있는지 이해하기가 어렵다고 설명했다. 하지만 이어서 E 씨는 이해하게 되었기 때문에 이제 기분이 나아졌다고 말했다. 그는 치료자가 단순히 그를 착취하고 있는 것을 알아차렸다. 치료자는 치료나 환자에게 관심이 없지만, 그냥 함께 놀면서 그를 돌보는 척하고, 돈을 받는다는 것을 알아차렸다는 것이다.

이 지점에서 치료자는 E 씨가 친구들과의 관계에서 동일시했던 것과 같은 종류의 기대를 경험하고 있다는 점을 지적할 수 있었다. 치료자는 오직 환자를 착취할 수 있는 범위 안에서만 관심을 가진다는 것이고, 여기에 내재된 관점은 치료자가 우월감을 즐기며 은밀하게 환자를 조롱하고 있다는 것이었다. 이어서 치료자는 이것은 모든 관계에 대한 E 씨 마음속의 원형인 것 같다고 말했다—우월하고 착취적이며 조롱하는 누군가가 열등하고 착취당하는 굴욕적인 누군가를 무시하는 것. 마치 환자는 한 사람이 다른 사람을 이용하는 것 외에는 무엇으로도 관계를 상상하기 어려운 것 같았고, 이 관점은 치료자와 함께하는 안전한 상황에서조차도 진실인 것으로 여겨졌다.

자아이질적으로 변화

이 지점에서 E 씨는 깊이 생각에 잠기더니 불안해졌다. 그는 말했다. “당신이 그저 돈 받는 것을 즐기면서 나를 착취한다기보다는, 여기서 나에게 도움이 되고 일을 잘 처리하고 싶어 한다는 건 알겠어요. 하지만 나는 당신과 우리의 관계에 대해서 그 관점을 진심으로 받아들이 수가 없어요. 난 자꾸 ‘당신은 그저 돈 때문에, 나보다 우월한 위치에 있기 위해서 있는 거겠지’라는 생각으로 되돌아가요. 너무 이상해요.”

치료자는 E 씨의 말이 적어도 그 순간에는, 인간관계의 기본에 대한 환자의 가정이 자아이질적으로 된 것을 반영한다고 이해했다. 치료자는 이것이 환자가 다른 사람과 상호작용하는 것에 대해 지니고 있는 분열되고 편지적인 관점에 기저하는 갈등을 탐색하고 해석하여, 시간에 걸쳐 그것을 변화시키도록 돕기 위한 긴 과정의 문을 열어 주는 것으로 보았다.

직면

해석



해석과정을 이끄는 기략

5. 자아이질성과 해석 과정

▼ 논평

- 예시는 자아동질적이고 부적응적인 자기애성 성격특성에 대한 직면을 보여줌
 - E 씨의 팽창적이고 사치스러운 행동과 태도에 주목하는 치료자의 초기개입은, E 씨가 그것들을 유지하겠다는 확고한 결심에 맞닥뜨림(효과X)
 - E 씨가 그의 팽창적인 상태를 유지할 수 있는 한 취약성, 열등감, 착취와 관련된 불안은 지배적인 의식적 경험으로부터 성공적으로 분열됨
- 치료자가 E 씨가 돈을 쓰는 것에 대한 고집을 반복적으로 직면하고, E 씨의 분열된 관점을 상세히 탐색함에 따라, E 씨의 방어는 점차 약해지고 자아이질적으로 변
 - ➔ 취약성 및 착취와 관련된 불안은 더이상 E 씨의 지배적인 거대 자기 상태에서 완전히 분열될 수 없게 됨
 - ➔ 방어가 덜 경직됨에 따라, 기저의 갈등이 전이에서 활성화됨
 - ➔ E 씨의 부적응적인 행동과 태도를 추동하는 동기를 탐색하고 해석할 수 있는 여지가 처음으로 생기게 됨



감사합니다.

Q & A