

[논단]

영성 지도에 있어서 역전이(逆戰移)와 공감(共感)의 구별과 활용*



차 동 욱

[서울대학교 대신학교 영성 지도 신부]

서 론

1. 영성 지도의 의미와 영성 지도자의 역할
2. 영성 지도 연구를 위한 인간적 학문
 - 2.1. 영성 지도와 심리학
 - 2.2. 영성 지도와 심리 상담과의 경계
3. 영성 지도 안에서의 역전이 그리고 공감
 - 3.1. 영성 지도 안에서 활용되는 심리학적 주제들
 - 3.2. 전이와 역전이
 - 3.3. 영성 지도 안에서의 공감능력
4. 영성 지도 안에서 역전이와 공감의 구별

결 론

서 론

영성 지도자들이 영성 지도를 하는 동안 피지도자들부터 오는 다양한 감정들을 마주치게 된다. 어떤 감정들은 영성 지도 과정에 부적절한 영향을 미칠 수도 있다. 그래서 영성 지도 안에서 만나는 다양한 감정들에 대해 어떻게 분별하고 다룰 것인지 연구하는 것 또한 효과적인 영성 지도를 위해서 매우 중요하다. 영성 지도 안에서 일어나는 감정의 반응들에 대한 심리학적 이해가 영성 지도 수행에 많은 도움이 될 수 있다.

영성 지도에서 일어날 수 있는 ‘역전이’(逆轉移, countertransference)

* 이 글은 2018학년도 가톨릭대학교 ‘성신교정 교비연구비’의 지원을 받아 연구·작성된 논문임.

와 같은 현상은 피지도자로부터 영향받는 지도자의 반응 상태를 이야기하는 것인데, 심리학적 용어이면서도 영성 지도에서도 나타날 수 있는 부작용의 한 가지로 간주된다. 또한 상담의 기술의 한 영역인 ‘공감’(共感, empathy)이라는 개념도 영성 지도에서도 역시 감정을 활용한 반응이나 능력의 한 가지로서 이해되기도 한다. 둘 다 피지도자에 대한 영성 지도자의 반응이라는 면에서 한 범주에 놓고 그 영향을 설명한다면, 역전이는 영성 지도 과정에 부정적 영향을 공감은 긍정적 결과들을 가져오는 것이라고 예상할 수 있다. 그러나 역전이 또한 공감이 가지는 긍정적 역할을 수행하게 되는 경우에는 이 둘 사이의 구별이 모호할 때가 있다. 자신의 반응이 역전이인지 공감의 상태인지 혼동될 때, 둘 사이의 이해와 구별이 명확히 할 수 있다면, 상황을 더 잘 분별하고 더 깊고 풍부한 영성 지도를 이루어 나갈 수 있을 것이다. 이어지는 글에서 심리학적 주제들과 관련된 영성 지도의 요소들을 먼저 언급하고자 한다. 그리고 나서 주된 이슈인 역전이와 공감의 의미를 살펴보고, 마지막으로 이 둘 사이의 구별을 위한 표준들을 제시해 보도록 하겠다.

1. 영성 지도의 의미와 영성 지도자의 역할

역전이가 영성 지도에서 일으키는 작용이나 부작용을 말하기 이전에 먼저 영성 지도에 대한 뚜렷한 이해가 먼저 필요하다고 본다. 그리고 이 이해의 한 요소인 영성 지도자의 역할도 함께 살펴보자.

영성 지도에 관한 교과서적인 지침들을 써낸 윌리엄 A. 베리와 윌리엄 J. 코놀리는 영성 지도를 다음과 같이 설명한다.

“영적 지도란 어떤 개인으로 하여금 하느님께서 개인적으로 의사 전달하시는 것에 주의를 기울이고, 이렇게 의사 전달하시는 하느님께 응답하며, 하느님과의 친교를 깊게 하고, 그 관계에 바탕을 둔 삶을 살아가도록, 한 사람이 다른 사람에게 베푸는 도움이라고 정의할 수 있다.”¹⁾

1) 윌리엄 A. 베리·윌리엄 J. 코놀리, 『영적 지도의 실제』, 김창재·김선숙 옮김, 분

이 정의 안에는 영성 지도에 대한 개념과 함께 지도자의 역할에 대한 설명이 나타나 있다. 영성 지도의 목적은 하느님과 관계 회복, 지속, 또는 증진이다. 그렇기 때문에 영성 지도의 구성원은 영성 지도자와 피지도자만이 아니다. 영성 지도 안에서 구성원은 지도자와 피지도자 그리고 하느님이 함께 존재한다. 영성 지도의 중심 역시 하느님과 피지도자이다. 지도자는 하느님과 피지도자의 관계를 식별하거나 또는 피지도자가 스스로 그 관계를 식별할 수 있게끔 도움을 주는 사람이다.

나아가 그리스도와 그리스도인을 중심으로 하는 영성 지도의 의미를 이야기한다면 이렇게 말할 수 있다. “영적 지도는 그리스도인을 성령의 활동 안에서 ‘성숙한 인간으로서 그리스도의 완전성’(에페 4,13)에 도달하도록 돕는 것이다”²⁾ 영성 지도 안에서 하느님과 관계를 위한 노력을 한다고 할 때, 하느님은 우리가 이해하고 만나는 바로 그분 삼위일체이신 하느님이다. 그래서 그리스도인에게 있어서 하느님과 관계는 하느님의 신성을 목적으로 하면서 그리스도의 모범을 따르고 성령의 이끄심에 의존하는 삼위일체와의 통합적 통교 안에 있다. 결국 그리스도인들에게 영성 지도는 한 사람에 대한 삼위 하느님의 활동하심을 함께 성찰하고, 삶 안에서 목격하고, 그 활동을 따라 살 수 있도록 돕는 행위인 것이다.

하느님과의 관계가 목적인 이러한 영성 지도에 대한 이해 안에서 영성 지도자의 역할은 하느님과의 관계라는 목적을 잊지 않고 거기에 도움을 주는 사람이어야 한다. ‘도움을 주는 사람’이라는 뜻은 영성 지도를 실질적으로 이끌어가는 주도자나, 판단하고 결정을 내리는 결정권자가 아니라는 것이다. 그런 면에서 영성 지도자는 자신의 역할의 범위와 한계를 민감하게 터득하고 있어야 한다.

션 맥커티(Shaun McCarty) 신부는 영성 지도자의 잊지 말아야 할 역할에 대한 단적인 표현을 들려준다. “가끔 나는 영성 지도자의 가장 중요한 임무가 그 어떤 것보다도 한 사람의 삶 안에 있는 성

도출판사, 2007, 20쪽.

2) 박재만, 『영적 지도 — 그리스도인 성숙을 위한 도움』, 가톨릭대학교출판부, 2001, 16쪽.

령의 길에서 비켜나 있는 것이라고 생각한다.”³⁾ 이 표현은 영성 지도의 목적을 이야기하면서도 영성 지도자가 하느님의 주도권을 침범하여 피지도자를 오히려 잘못 이끌 수 있다는 것을 지적해 준다. 맥커티 신부의 말대로 영성 지도 안에서 첫 번째 지도자는 바로 성령이다.⁴⁾ 하느님과의 관계 향상이라는 영성 지도의 목적이 분명해질수록 영성 지도 안에서 성령의 역할과 영성 지도자의 역할도 점점 분명해진다. 영성 지도에서 실질적이며 최종적인 지도자의 역할은 오직 성령께 맡겨져 있다. 지도자의 역할은 그러므로 최종적인 지도자인 성령의 일하심을 잊지 말고, 피지도자를 향하시는 성령께 귀 기울이고, 성령의 일하심을 식별하는 것이다.

이런 고찰을 통해서 오래전부터 최근에 이르기까지 영성 지도라는 단어 자체가 영·미권에서 바뀌어 불리고 있는 것이 현실이다. 단편적 방향으로의 지시와 교육의 어감을 가져다주는 ‘Spiritual Direction’(영성 지도)이라는 말 대신 영성 지도자가 피지도자에 대한 수평적인 관계임을 강조하면서 그에 따라 동행 또는 동반이라는 뜻을 간직하고 있는 ‘Spiritual Accompaniment’(영적 동반)이라는 개념을 많이 쓰고 있다. 한 사람과 하느님과의 관계는 사실 다른 사람이 일시적으로 판단하고 평가할 수 없는 것이며 단순한 지시로 이끌 수 있는 성질의 것이 아니라는 성찰들이 이 단어에 담겨 있다. 그렇게 최종적이고도 완전한 영성 지도자이신 성령 앞에서 결국 지도자와 피지도자 모두 동반자라는 사실이 강조된다.

참고로 영성 지도에 대한 다른 말로서 ‘영적 지도’, 그에 따른 ‘영적 지도자’나 ‘영적 동반자’라는 말로 쓰일 수 있겠지만 본인이 몸 담고 있는 현 신학교의 공식 활동과 직책의 명칭이 ‘영성 지도’ ‘영성 지도자’인만큼 이 글에서는 대부분 이렇게 호칭하도록 하겠다.

영성 지도의 정의와 영성 지도자의 역할을 종합하여 설명하자면 다시 베리 & 코놀리의 말이 정확한 설명이 될 것이다. “영적 지도

3) Shaun McCarty, *Handbook of Spirituality for Ministers*, New York: Paulist Press, 2000, p.65.

4) Cf. *Ibid.*, p.60.

자는 하나님과 피지도자간의 대화에서 부차적인 인물이다. 주된 인물은 영적 지도자가 아니다. 그러나 그는 영적 지도의 과정이 선으로 향하는지 악으로 향하는지 분별할 책임과 또한 피지도자 자신이 그것을 분별하도록 도와줄 책임이 있다.”⁵⁾ 영성 지도자가 알아야 할 것은 첫 번째로 자신이 수행하는 영성 지도가 한 사람의 하나님과의 관계를 돕는 것이라는 영성 지도의 정의이다. 두 번째는 영성 지도자의 역할로서 지도자는 영성 지도의 목적이신 삼위가 다시 영성 지도의 주체가 될 수 있도록 안내하며 피지도자와의 영적 여정을 동반하는 사람이라는 것이다.

2. 영성 지도 연구를 위한 인간적 학문

2.1. 영성 지도와 심리학

지금까지 언급한대로 영성 지도 안에서 오히려 영성 지도자의 역할이 잘 의식되지 않을수록 영성 지도는 효과적인 것이라고도 할 수 있다. 그러나 이것이 영성 지도자가 그 어떤 준비 없이 맹목적으로 또는 성령께 맡긴다는 핑계로 본래의 역할을 소홀히 해도 된다는 것 또한 역시 아니다. 영성 지도자는 피지도자의 모든 표현에 주의를 집중하여 귀 기울이고 하나님에 관한 피지도자의 전 인생을 소중히 식별하고 거기에 따른 도움을 줄 수 있어야 한다. 성령께서 한 사람을 곧, 그의 인생의 부정적인 상황이나 긍정적인 상황 모두를 막론하고, 어떻게 당신의 사랑 안으로 이끄시는지 그 사람의 삶의 모든 부분을 함께 바라보도록 노력해야 한다. 더 나아가 더욱 효과적인 영성 지도 수행을 위한 영성 지도자로서의 자신의 태도와 반응, 방식에 대한 성찰도 늘 이루어져야 한다.

이런 면에서 영성 지도자의 임무를 효과적으로 수행하기 위한 영성적 노력이 몇 가지 있는데 먼저 스스로에 대한 인간적, 영적

5) 윌리엄 A. 베리·윌리엄 J. 코놀리, 앞의 책, 139쪽.

성숙의 태도에 대한 성찰이 늘 있어야 하고 신학과 영성 신학에 대한 지식을 갖출 것이며 인간에 관한 학문들에 대한 이해 등이 필요하다.⁶⁾ 이러한 지식들과 이해력을 갖추고자 하는 노력은 피지도자와 지도자 자신의 영적 및 심리적 상태를 잘 식별하기 위함이다. 특별히, 인간에 관한 학문들에 대한 이해가 왜 영성 지도 수행을 위하여 의미 있는 것인지 박재만 신부의 설명을 들으면 다음과 같다.

“근래 심리학의 발전은 사목자, 영적 지도자 그리고 일반 교육자들에게 정보뿐만 아니라 인간들을 더 깊이 이해하고 그들에게 영향을 줄 수 있는 기술들을 제공하면서 여러 면에서 기여하고 있다. [...] 영적 지도자가 하느님과의 관계를 올바르고 훌륭하게 성숙시켜 나가도록 사람들을 도우려면 영성적 발전에 직접 연관되는 인간적 구성 요소들을 몰라서는 안 되는 것이다.”⁷⁾

이러한 설명을 통해서 기억해야 할 것은 한 개인에게 있어서 영성은 하나의 영역에만 국한할 수 없다는 것이다. 하느님 편에서 생각하면, 하느님은 인간의 한 부분 곧 정신이라거나 또는 육신이라거나 하는 부분만을 상대하지 않으시고 한 인간의 모든 것을 당신과의 관계와 통교의 대상으로 삼으신다는 것을 알아야 한다. 그래서 하느님과 통교할 수 있는 모든 인간적 요소에 대한 이해력을 높이고 주의 집중을 기울이는 것이 중요하다.

베리 & 코놀리도 그런 면에서 영성 지도를 위해서 심리학 등과 관련된 모든 인간적 학문들에 대한 연구가 필요함을 제시한다. “영적 지도의 관계는 인간적인 모든 것을 포함하기 때문에, 도움의 관계에 대해 연구해 온 학문들과 그 분야의 전문가들로부터 배울 필요가 있다.”⁸⁾

교회도 신학과 영성의 발전을 위한 인간적 학문들의 도움을 추구하기를 장려하였다. 「사제 양성 교령」은 양성에 있어서 심리학적

6) 참조: 박재만, 앞의 책, 76쪽.

7) 같은 책, 76~77쪽.

8) 윌리엄 A. 베리·윌리엄 J. 코놀리, 앞의 책, 161쪽.

측면에 대한 연구와 관심을 다음과 같이 언급한다. “오늘의 심리학과 사회학 이론이 제공해 주는 유익하고 적절한 방법을 충동원하여, 성소육성을 위한 모든 사목 활동을 기술적으로 조화시키며 신중과 열성을 다하여 촉진할 것을 공의회는 명하는 바이다.”⁹⁾ 한 인간에게 있어서 영성적 측면이나 심리적 측면은 분리되어 존재할 수 있는 것이 아니라 전인적 요소 안에서 단지 구분되어 나타날 수 있는 것이기에 영성의 대상은 한 인간 전체를 이루는 모든 것을 대상으로 삼아야 한다. 그러기에 영성 지도를 위해 다른 학문으로부터 배울 수 있는 모든 요소를 살피는 것 또한 영성 지도 활동의 한 부분이다.

존 잉글리쉬(John J. English) 신부는 영성 지도자가 가져야할 기본 관심이 영혼이나 정서, 지성으로 따로 분리된 영역으로 나누어지는 것이 아니라 하나로 통합된 전인격이어야 한다고 주장하면서 심리학과 영성의 관계에 대하여 다음과 같이 설명한다. “인간은 생물학적, 심리학적, 영적인 이 세 가지 분야가 하나로 통합된 존재이다. [...] 심리학적 영역은 생물학적 영역에 영향을 미치고, 영적 영역은 심리학적 영역과 생물학적 영역에 영향을 미친다.”¹⁰⁾ 이러한 관계를 기억하고 인간의 전인적 특성에서 오는 여러 가지 인간에 대한 이해를 갖추고 있다면 총체적 돌봄의 영성 지도를 이루어 나갈 수 있을 것이다.

2.2. 영성 지도와 심리 상담과의 경계

인간적 학문에 대한 연구를 통해서 인간의 영성을 파악하고 영성 지도에 도움이 되도록 하는 것은 맞는 일이다. 그러나 또한 영성 지도를 심리학적 범주에 국한하여 연구하고 심리학에 의거해서만 영성 지도를 수행하는 것 또한 본래의 의미를 벗어나기 때문에 영성 지도가 갖는 심리 상담과의 차이점을 언급하고자 한다. 예를

9) 「사제 양성 교령」 2항.

들어 넘어져서 피가 나는 사람이 심리 치료를 우선으로 하지는 않는 것처럼 또는 심리적 이탈과 혼란에 휩싸인 사람에게 긴급하게 필요한 구체적 처방이 영성 지도라는 이름으로 미뤄지거나 덮여져서는 안 되는 것이다. 다른 면에서, 하느님과 의 지속적인 관계의 증진, 성령의 활동의 식별이라는 영성 지도의 본 모습을 흔들리게 할 만큼 영성 지도가 피지도자의 삶과 활동에 대한 심리학적 분석을 위주로 이루어져서는 안 된다.

박재만 신부는 영성 지도를 단순한 영적 상담이나 심리학적 상담과 구별을 통해 영성 지도의 특징을 더 잘 드러내려고 시도한다.¹¹⁾ 그는 우선 영적 지도와 영적 상담의 차이에 대해서 이렇게 설명한다.

“영적 상담은 그리스도교 완성의 생활 즉 복음적 성숙을 지향하는 이와 그를 돕는 이 사이에 담화를 통하여 이루어지는 영적 만남의 한 방편이다. 영적 지도는 영적 상담뿐만 아니라 그 이외의 여러 방법을 통하여 상대방이 그리스도인으로서 성숙에 이르도록 도움을 준다. 예컨대 기도 및 전례생활, 성사생활, 교회와 사회의 임무 수행 안에서 체험 나누기 등을 통해 돕는 것이다. 따라서 영적 상담은 영적 지도에서 큰 비중을 차지할 지라도 그 부분인 것이다.”¹²⁾

영성 지도는 지속적인 하느님과의 관계를 위한 지도자와 피지도자가 함께 살피는 피지도자의 모든 부분이라고 할 수 있다. 여기에 비해 영적 상담은 믿는 이의 어느 한 사건이나 특정한 시간을 중심으로 더 나은 선택이나 해결을 위한 상담과정이 주를 이룬다.

영성 지도가 피지도자의 긍정적이든 부정적이든 가리지 않는 모든 삶의 순간을 영성 지도의 내용으로 한다면, 영적 상담이나 심리 상담은 비교적 특정한 시간과 문제가 상담의 중심이 된다고 말할 수 있다. 다시 여기서 영적 상담의 대상이 신앙생활 안에서 이루어지는 모든 내용들이라면, 심리 상담은 내담자의 현실에 영향을 미치는 심리적 상황이 대상인 것이다.

11) 참조: 박재만, 앞의 책, 17쪽.

12) 같은 책, 17~18쪽.

영성 지도는 또 심리 상담과는 다르게 인간 사이의 관계나 자기 자신과의 문제를 위주로 다루는 것이 아니라, 하느님과의 관계를 위주로 다루는 것이며 거기서도 지도자의 역할은 상담의 기술과 다른 차원에서 이해된다. 즉, 상담은 특정 문제에 있어서의 해결 과정이 가장 큰 주제가 되고 상담가의 리더십, 자질, 내담자에 대한 분석적 역량 등이 상담에 많은 영향을 발휘하겠지만 영성 지도는 하느님과의 만남의 지속된 과정이 주제이고 피지도자가 성령의 인도에 따라 더 나은 삶을 살 수 있도록 돕는 것이다.

잉글리쉬 신부는 말한다. “심리 치료의 경우 두 사람은 상호 간에 관계를 맺지만, 영적 지도의 경우 지도자와 지도받는 사람은 지도받는 이의 삶 속에 자리한 거룩한 위격으로서의 삼위일체의 소리에 귀 기울일 줄도 알아야 한다.”¹³⁾ 여전히 영성 지도 안에서 중요한 것은 하느님과의 3자 관계이고 이것을 잊지 않는 것이 영성 지도가 상담관계와 구분될 수 있는 가장 명확한 요소이다.

수잔 버클리(Suzanne M. Buckley)는 빌 크리드(Bill Creed) 신부의 말을 인용하여 영성 지도가 상담의 영역과 혼동되어 잘못 이루어 질 수 있는 부분을 경계한다.

“많은 젊은 영적 지도자들은 도움이 되고 싶다는 열망에 피지도자를 ‘고쳐 주고자’하는 배려에서 그들의 피지도자가 어떤 어려움이든 극복할 수 있도록 도와주려 노력하면서 사목상담으로 쉽게 이동한다. 그들은 새벽이 올 것이라 희망하며 피지도자들과 어둠 속에서 참을성 있게 믿음으로 기다리는 것이 어려운 일이라는 것을 알게 된다.”¹⁴⁾

영성 지도는 당장의 문제 해결에 목적이 있는 것이 아니다. 때로는 문제를 통한 하느님의 부르심의 식별에 목적이 있다. 영성 지도는 사목 상담이나 그 밖의 상담의 도움 관계에서처럼 상담가의 적극적인 인도로 이루어지는 것이 아니라 지도자의 동반의 의미가 강조된다. 어떤 현실이 외면적으로는 피지도자에게 있어서 지극히

13) 존 J. 잉글리쉬, 앞의 책, 20쪽.

14) 수잔 버클리, 『영적 지도와 영적 여정』, 권희순 옮김, 은성출판사, 2008, 295쪽.

힘들고 어두운 순간이라 할지라도 그것마저도 부르심과 새 길로 이용하시는 하느님의 섭리를 발견할 때까지 동반하는 것이 바로 영성 지도의 의미이다.

3. 영성 지도 안에서의 역전이 그리고 공감

3.1. 영성 지도 안에서 활용되는 심리학적 주제들

영성 지도가 심리학이나 심리 상담과 꽤나 다른 경계선을 가지고 있을 지라도 위에서 제시했던 것처럼 영성 지도가 심리학의 발전에 따라 도움을 받을 수 있는 연구들이 많은 것도 사실이다. 이에 따라 영성 지도를 심리학적 의미에서 정의하는 시도들도 많이 발견된다.

진 에반스(Jean Evans) 수녀는 유명한 심리학자인 칼 로저스(Carl Rogers)의 생각을 영성 지도에 접목시키면서 영성 지도의 학문적 정의를 시도한다. “영성 지도는 관상적 경청을 바탕으로 한 교육 철학들의 원칙들과 칼 로저스의 인간중심적 접근 방식의 심리학이 상호 작용하는 다차원적 학문의 수행이다.”¹⁵⁾ 그녀는 이렇게 심리 상담의 이론 중에서도 칼 로저스의 인간 중심적 접근법(Person-Centered Approach)을 영성 지도를 설명하는데 가장 효과적인 방법으로서 인용하였다. 로저스의 인간 중심 이론은 상담에서 종래의 정신 분석학적이고 지시적인 접근에서 벗어나 내담자에 대한 진정한 관심을 드러냄으로서 내담자 스스로가 긍정적 변화를 일으키도록 유도한다는 상담의 특징을 가지고 있다.¹⁶⁾ 에반스 수녀는 칼 로저스의 이러한 인간 중심 또는 내담자 중심 상담 이론에서 발견되는 즉, 상담가가 공감적 이해(empathic understanding)를 바탕으로 내담자와의 관계를 중요하게 여기는 점이 영성 지도의 근본 기술이라고

15) Jean Evans, “Experience and Convergence in Spiritual Direction”, *Journal of Religion & Health* 54(2015), p.276.

16) Cf. *Ibid.*, p.276.

파악하였다. 여기에 관상적 경청(contemplative listening)이라고 일컫는 영성 지도 안에서 일어나는 피지도자에 대한 고유의 집중 작업을 접목함으로써 영성 지도가 심리 상담적 차원에서 정의될 수 있는 다차원적 기능의 영역임을 설명한다.

레이첼 줄리안(Rachel Julian)은 심리치료와 영성 지도가 서로 적절히 수행되었을 때 함께 진전을 가져온다고 설명하면서 영성 지도 안에서 일어나는 현상들에 대해서 이미 연구된 심리학적 개념들을 활용한다. “영성 지도뿐만 아니라 심리 치료의 형태 또한 건강한 치유의 관계를 요하는 것이며, 건강한 치유의 관계란 치료사나 영성 지도자가 따뜻함(warmth)과 공감(empathy)을 전달하고 저항과(resistance) 전이(transference), 그리고 역전이(countertransference)를 조절할 수 있음을 의미하는 것이다.” 줄리안의 이 말은 영성 지도의 개념들이 심리치료에 도움이 될 수 있고 또한 심리 상담에 있어서 일어날 수 있는 대표적인 개념들인 저항이나 전이, 역전이 등이 영성 지도에서 그대로 일어날 수 있다는 것을 알려주기도 한다.

3.2. 전이와 역전이

역전지와 공감의 구별과 활용이라는 이 글의 논의를 위해서 먼저 알아야 될 개념들에 대하여 먼저 살펴보자. 먼저 영성 지도자에 대한 피지도자의 반응이 전이(轉移, transference)라면 피지도자에 대한 영성 지도자의 반응으로서 나타나는 것이 역전이(逆轉移, countertransference)라고 설명할 수 있다. 두 가지 모두 영성 지도나 상담의 영역에서 부정적인 기제로 표현될 때가 많은데 전이는 자기 자신에게 집중해야 할 내담자가 상담가의 태도와 행동에 집중하게 되면서 일으키는 부작용을 말하는 것이고 역전지는 상담가가 내담자가 아니라 내담자를 통해서 오는 자신의 감정에 집착하게 되는 상황을 이야기한다.

지도자의 반응이라는 점에서 역전지는 상담과 영성 지도를 효과적으로 수행하기 위해 연구되어야 할 중요한 이슈 중의 하나이다. 게다가 역전지에 대한 연구가 중요한 또 다른 이유는 역전지가 피

지도자에 대한 영성 지도자의 수동적인 반응 상태임에도 불구하고 그 반응을 지도자가 인식하고 다시 조절할 수만 있다면 피지도자를 더 깊이 이해할 수 있는 수단이 될 수도 있기 때문이다.¹⁷⁾ 피지도자에 대한 영성 지도자의 왜곡된 반응인 역전이가 조절되어 좋은 결과를 가져오는데 쓰일 수 있다면 사실 그것은 영성 지도에서 긍정적 효과를 얻는 도구인 공감의 능력을 발휘할 수 있게 된다. 이렇게 전이와 역전이, 공감은 영성 지도나 상담에서 상호 교차되어 나타나곤 하는 것이기에 그 의미와 구별을 인식하고 있다면 영성 지도에 있어서 나타나는 이러한 현상들을 대비하거나 조절하며 영성 지도가 심리적 문제에 빠져들지 않도록 하는 데 도움이 된다.

3.2.1. 전이의 의미

먼저 ‘전이’(轉移)라는 현상의 의미를 살펴보자. “전이는 다른 사람과의 관계에서 반영되는 무의식적으로 일어나는 감정이나 행동의 발생을 의미한다.”¹⁸⁾ 영성 지도 안에서 전이는 피지도자가 영성 지도자에 대한 표상을 왜곡하여 받아들이는 것이다. 영성 지도자를 도움을 주는 동반자로 인식하는 것이 아니라 영성 지도자를 자신의 과거의 특정 인물에 투영시켜 엄한 아버지나 자상한 어머니의 모습 등으로 보게 되는 것이다. 예를 들어 피지도자인 청년이 자신보다 나이가 훨씬 많은 영성 지도자를 자상한 어머니로 인식하면 그는 자신과 하느님의 관계에 대한 깊은 성찰을 통한 만남이 아니라 자상한 어머니에 대한 착한 아들로 행동하려고 하면서 영성 지도자의 실망이나 격려에만 집중하는 모습을 보이는 것이다.¹⁹⁾

이런 경우에 영성 지도자는 전이의 현상에 있어서 피지도자가 스스로 이러한 현상을 가지고 있는지 바라볼 수 있는 도움을 주어야 하고 하느님과의 관계에 대한 질문을 통해 지도자와 피지도자

17) Cf. Gerald Corey, M. Schneider Corey, Cindy Corey, and Patrick Callanan, *Issues And Ethics in the Helping Professions*, Ninth Edition. Stamford: Cengage Learning, 2015, p.52.

18) Gerald May, *Care of Mind / Care of Spirit*, New York: Haper & Row, 1992, p.126.

19) 참조: 윌리엄 A. 베리·윌리엄 J. 코놀리, 앞의 책, 186쪽.

의 본래 관계를 유지할 수 있도록 도와야 한다.²⁰⁾ 예수회 영성 지도자인 토마스 그린(Thomas H. Green)신부는 영성 지도자가 지시적이어서는 안 된다고 설명하면서 영성 지도자와 피지도자의 관계는 부모 대 자식의 관계가 아니라 어른대 어른의 관계라는 존 라이트(John Write)의 표현을 인용한다.²¹⁾ 영성 지도나 상담에 있어서의 관계가 수직적일 때 전이 현상이 잘 일어 날 수 있다. 이러한 전이 현상에 있어서 특히 영성 지도자는 피지도자가 전이로 인해 영적 동반 관계를 제대로 함께하지 못하는 경우를 식별하여 동반자 관계를 강조해 주어야 한다. 보다 수평적 관계 안에서 피지도자가 지도자가 아닌 하느님을 자신의 주요한 상대로 인식할 수 있도록 도와주어야 한다.

3.2.2. 역전이의 의미

로드니 헌터(Rodney J. Hunter)는 역전이를 다음과 같이 정의한다. “상담가나 치료사에게 다른 사람들이나 이전의 내담자들과의 관계를 통해 기인된 것들로서 현재의 치유관계에 부적절한 긍정이나 부정의 감정들, 환상과 행동들의 분출.”²²⁾ 역전이란 현재의 치유관계에 집중하지 못하고 내담자 중심이 되어야 할 상담에서 자신의 감정 반응에 빠져드는 상황을 말한다. 역전이는 한편 긍정의 반응들도 포함하는데 레이첼 줄리안이 설명하는 예를 통해서 그 상황을 알아보면 다음과 같다.

“내담자를 이해하는데 어려움을 가지는 것, 상담시기 동안 근심이나 강한 감정의 동요를 겪는 것, 피지도자에게 사로잡히게 되는 것으로서 예를 들어 자주 생각하거나 지나치게 그를 걱정하는 것, 일반적인 과정의 길을 벗어나는 것 즉 내담자와의 사회적 관계를 원하거나 특별한 호

20) 참조: 같은 책, 187쪽.

21) 참조: 토마스 H. 그린, 『영적 지도자에게 꼭 필요한 리더십』, 박종구 옮김, 성바오로출판사, 2005, 60쪽.

22) Rodney J. Hunter, “Countertransference” *Dictionary of Pastoral Care and Counseling*, Nashville: Abingdon Press, 1990. p.239.

의를 베푸는 것, 내담자를 만나는 기간이나 길이를 변경하는 것 등이다.”²³⁾

이렇게 역전이가 일어나는 반응은 지도에 대한 무관심, 부담이나 거부 등의 부정적인 반응이 있는 반면에, 호의나 배려 등의 긍정적 감정들도 포함된다. 이러한 부정적 긍정적 반응들이 과도하게 나타나서 영성 지도에 영향을 주곤 할 때 역전이의 현상이라고 할 수 있는 것이다. 역전이의 이러한 상황들은 지도자가 피지도자의 상태를 객관적으로 식별하지 못하게 하거나 하느님과 관계에 있어서 지도자의 지나친 개입을 가져올 수 있으므로 기본적인 영성 지도의 수행에 방해가 될 수 있는 것이다.

머린 콘러이(Maureen Conroy)는 이러한 역전이 반응이 영성 지도 안에서 일어나는 원인들의 가능성에 대하여 두 가지 예로 설명한다.²⁴⁾ 한 가지는 영성 지도자가 피지도자가 드러낸 자신의 끊어진 관계의 고통의 문제에 대하여 지도자도 비슷한 상황에 처해 있기 때문에 마음이 동요할 때 일어난다는 것이다. 다른 또 하나는 반대의 경우로서 피지도자가 어린 시절의 힘든 고통의 기억을 묘사하는 그런 상황에도 불구하고 거리감을 느끼거나 공감하지 못할 때도 그렇다는 것이다. 콘러이에 따르면 역전이는 그렇게 지도자가 피지도자의 상황에 지나치게 몰입하여 자신의 상황에 다시 집착하거나, 반대로 상대의 경험을 충분히 받아들이 자세가 되어 있지 않아서 무관심이나 몰이해로 나타날 수 있는 것이다.

영성 지도 안에서 역전이가 일어나는 실제 예를 통해 역전이의 의미를 한 번 더 살펴보자.²⁵⁾ 중년의 사제가 가정주부에게 영성 지도를 해주게 되었다. 그런데 이 주부가 여성들의 교회 위치에 대한 관심을 갖게 되면서 교계제도나 성직자들에 대한 것을 불평등으로 인식하고 그런 차별을 허용하시는 하느님을 향해서 분노를 느꼈다. 이러한 기도의 체험에 대해서 이야기할 때, 사제는 화를 내며 그

23) Rachel Julian, *op.cit.*, p.313.

24) Cf. Maureen Conroy, *Looking into the Well - Supervision of Spiritual Directors*, Chicago: Loyola University Press, 1995, p.10.

25) 참조: 윌리엄 A. 베리·윌리엄 J. 코놀리, 앞의 책, 203쪽.

주부에게 겸손과 봉사에 가치를 두기보다는 지배하려 한다고 다그쳤다. 그녀는 무안을 느끼고 다시 영성 지도를 받으려 오지 않게 되었다.

이 경우에 영성 지도자인 사제는 우선 이 여성이 불평등이나 실망을 느끼게 된 이유나 여성과 하느님과의 관계에 대하여 집중하여 식별하지 않은 점이 드러난다. 왜냐하면 지도자인 자신이 이미 가져왔던 교계 제도에 대한 의문과 불만을 가지고 있는 사람들에게 부정적인 반응들이 영성 지도 과정을 방해하게 놔두었던 것이다. 베리 & 코놀리는 이 영성 지도의 반응은 지시를 넘어선 처벌식으로서 영성 지도 안에서의 지도자와 피지도자의 균형이 깨어져 있다고 진단한다. 영성 지도자의 해결되지 않은 감정적 갈등들이 역전으로 발생되어 나와서 제대로 된 지도를 수행할 수 없었던 것이다. 베리 & 코놀리는 영성 지도자에게 자신의 반응에 대한 성찰과 정기적 슈퍼비전만이 영성 지도를 원래의 방식으로 되돌릴 수 있다고 설명한다.²⁶⁾ 이런 상황에서 자신의 가치관이나 반응들이 영성 지도에 개입되지 않도록 주의해야 하며 수평적 관계로서의 영성 지도를 이어나갈 수 있도록 조절하는 것이 역전이 현상을 예방하고 또 해결할 수 있는 방법이다.

3.2.3. 역전이의 역동성

역전이가 지금까지의 논의처럼 영성 지도 안에서 부정적 영향으로 일어나고 결과 또한 좋지 않은 경우가 대부분임에도 불구하고 때로는 영성 지도에 효과를 더해 줄 때도 있다.

낸시 맥윌리엄스(Nancy McWilliams)는 역전이에 대한 하인리히 래커(Heinrich Racker)의 이론을 소개하면서 역전이가 영성 지도 안에서 ‘공감’의 역할을 하게 됨으로서 상대의 이해를 위한 좋은 결과를 가져올 수 있다고 주장하였다.²⁷⁾ 래커는 먼저 역전이 현상 안에

26) 참조: 같은 책, 204쪽.

27) Cf. Nancy McWilliams, *Psychoanalytic Diagnosis*, New York: The Guilford Press, 1994, p.33.

서 일어나는 반응을 공감적 이해와 연결시키면서 역전이가 공감이 가져다주는 긍정적 작용을 가질 수 있음을 설명하였다.

래커는 상담관계에서 일어나는 상담가의 내담자에 대한 이해와 감정의 일치를 동일시(identification)라는 개념으로 설명하였는데 역전이는 상대에 대한 일치적 동일시(concordant identification)나 상보적 동일시(complementary identification)와 같은 상황으로 나타난다고 주장하였다. 전자는 상담가가 내담자의 일부에서 나와 같은 부분을 인식하는 것으로서 내담자의 인격의 구성요소를 자신의 부분과 직접적으로 동일시하는 것을 말하며 후자는 내담자들이 전에 느꼈던 중요한 사안, 즉 내담자의 인식 대상을 비공감적으로 인식하는 것을 말한다.²⁸⁾ 맥윌리엄스는 이러한 동일시의 개념들을 통해 역전이가 영성 지도에서 공감의 역할을 수행하는 긍정적 기제로서의 가능성이 있음을 설명한 것이다. 이러한 연구들은 역전이의 생성과 반응이 부정적인 평가를 받는 것이라 할지라도, 역전이가 공감의 개념과 맞닿아 있다는 것을 보여 주는 것이다.

이렇게 역전이에 대한 연구들은 역전이에 대한 부정적인 측면만을 이해하고 해결해 나가려는 것이 아니라 역전이의 조절을 통한 긍정적인 측면이 나타날 수 있는 현상들을 설명하곤 한다. 이병욱의 연구²⁹⁾에서는 역전이가 긍정적인 측면으로 전환되어 상담을 효과적으로 지속하게 하는 도구로서 평가받는 예를 보여 준다. 이 연구는 스스로의 역전이를 잘 진단하고 조절한 한 상담가의 이야기다. 조울증을 앓는 젊은 내담자가 정신병원에서 치료를 끝내고 상담가에게 왔다. 그는 자신의 증상이나 그 원인들에 대해서 상담가에게 설명하면서 자신을 치료한 의사가 거의 사기꾼이었다고 비난했는데, 순간 상담가도 거기에 동조하고 싶은 생각이 들었다. 그러나 상담가는 자신의 감정의 반응에서 벗어나서 그 의사가 그를 치료하는 데 최선을 다했다는 것에 대해 감사하게 생각하도록 설득

28) Cf. Heinrich Racker, *Transference and Countertransference*, New York: Karnac Books, 1982, pp.21~22.

29) 참조: 이병욱, “감정 전이(轉移)와 역전이(逆轉移)를 넘어서”, 「정신분석」 10권 2호, 한국 정신분석학회, 208~228쪽, 웹사이트 <http://blog.naver.com/bhjang3/140200147828>.

하였다. 이러한 몇 번의 반복 이후 내담자는 치료과정을 잘 받아들였다.

여기서 상담가는 자신이 가졌던 의사의 치료에 대한 불신의 경험을 같이 느끼면서 내담자에게 무조건적으로 동조할 뻔했지만 자신의 반응을 내담자를 이해하는 상황으로만 이용하고 내담자가 계속적으로 의사의 치료 과정을 이어나갈 수 있도록 도와주었다. 말하자면 상담가는 자신의 역전이 반응을 인식하면서 환자에게뿐 아니라 자신의 감정에도 중립을 지키면서 역전이를 긍정적 방향으로 활용하게 된 것이다.

역전이에 대한 이러한 이해들과 예들은 역전이의 양면성을 보여준다. 상담 영역에서 뿐만 아니라 영성 지도자들도 영성 지도 안에서 역전이에 의해 스스로의 감정이 지나치게 반응하는 것을 방지할 필요가 있다. 그런데 실제로 역전이가 잘 조절된다면 그것은 피지도자에 대한 공감적 이해의 방법이 될 수 있다는 점이 바로 역전이의 양면성이다.

3.3. 영성 지도 안에서의 공감능력

3.3.1. 공감의 의미

역전이가 영성 지도의 과정에 있어서 역설적으로 긍정적 효과를 수행할 때, 즉 그것이 공감적 이해의 방법이 될 때 어떤 기준과 시점을 통해서 역전이가 공감적 이해가 될 수 있는지 그 구별이 중요하다. 이것이 중요한 이유는 공감은 영성 지도자들과 심리학자들을 통해서 영성 지도나 상담 같은 도움의 관계에서 아주 효과적이고 필수적인 능력으로 간주되기 때문이다. 따라서 공감이 영성 지도에 있어서 중요하다면 그것이 역전이와 구별될 수 있는 기준을 파악해야 하고 역전이의 긍정적 측면이 공감의 역할을 할 수 있도록 조절해야 한다. 그러면 먼저 공감의 의미에 대하여 살펴보도록 하자.

제임스 길(James J. Gill) 신부는 공감에 대하여 이렇게 설명한다. “공감은 다른 사람의 경험을 파악하고, 함께 경험하는 능력을 말한

다. 이것은 자신의 경험적 프레임에서 가능한 한 벗어나 타인의 관념적이고 감정적인 세계로 들어가려고 할 때 얻을 수 있다.”³⁰⁾ 공감은 단순히 ‘이해하다’라는 말로는 설명이 부족한 개념이다. 이해는 지식의 개념을 따르지만 공감은 경험의 공유를 이야기하는 것이다. 공감은 상대의 경험을 이해하는 것이 아니라 그 경험을 함께 경험할 수 있도록 하는 체함과 느낌이 중심이 된다.

컨로이는 “동반자로서 영성 지도자는 깊은 공감의 길을 따라 이동하는 사람”이라고 표현하면서 공감을 영성 지도 수행의 핵심 능력으로 소개한다.³¹⁾ 영성 지도 안에서 공감은 지극한 주의 집중과 경청을 통해서 이루어질 수 있는 것이다. 피지도자의 말로서만 아니라 표정과 태도, 몸짓으로 보여 주는 모든 경험과 느낌을 경청의 대상으로 삼을 때 비로소 공감은 시작될 수 있다. 주의를 기울여야 하는 피지도자의 이야기 안에는 그의 마음과 정신, 기억과 이성, 심지어 꿈을 거친 모든 경험들이 있다는 것을 전제하고 집중을 기울이며 그 경험을 따라가야 하는 것이 공감이다. 하느님이 피지도자의 어느 한 부분만을 상대하지 않고 모든 부분을 함께 상대한다는 지도자의 믿음이 여기서 필요하다.

상담 심리학에서도 공감을 상담의 중요한 요소로 강조한 심리학자들이 있는데 먼저 하인즈 코훗(Heinz Kohut)을 소개하자면, 그는 공감을 대리 통찰(vicarious introspection)이라는 개념을 통해 설명했다. 이 개념에 따르면 공감은 다른 사람에 대한 의식적인 주의 집중을 통해 이루어지는 관찰의 가치중립적 도구이다. 그래서 대리 통찰이라고 말할 수 있는 공감은 한 사람이 객관적인 관찰자의 자세를 유지하면서도 동시에 다른 사람의 내면 생활을 경험하는 시도라고 설명한다.³²⁾

공감의 개념에 관한 상담심리의 가장 권위 있는 연구자인 칼 로

30) James J. Gill, “Empathy Is at the Heart of Love”, *Human Development* 3(1982), 31.

31) Maureen Conroy, *The Discerning Heart - Discovering a Personal God*, Chicago: Loyola press, 1993, p.76.

32) Cf. Heinz Kohut, *How does Analysis Cure?*, Chicago: The University of Chicago, 1984, p.174.

저스는 상담 과정을 공감의 과정으로서 이해하고 시도하였다. 그래서 여러 영성 지도자들이 영성 지도 수행에 대한 학문적 설명을 칼 로저스에게서 찾는 이유이기도 하다. 그에게 있어서 공감은 상담 과정에 있어서 한 순간의 상태가 아닌 진행되는 과정의 형태로서 나타나는 것이다. 로저스는 상담의 목적인 내담자의 행동의 향상을 돕는 세 가지 단계적 상태를 주장했다.³³⁾ 첫 번째는 “일치”(congruence)의 상태로서 상담가가 자신의 감정을 일깨움으로서 피지도자의 감정과 소통하는 것이다. 두 번째는 “조건 없는 긍정적 존중”(unconditional positive regard)으로서 모든 내담자의 감정을 받아들임으로 인해 내담자를 돌보려는 상담가의 의지의 상태이다. 마지막 상태는 바로 “공감적 이해”(empathic understanding)이다. 이 상태에 이르기 위해 상담가는 진심으로부터 내담자가 경험한 느낌을 느껴야 하고 그 이해를 통해 내담자와 소통해야 한다는 것이다.

진 에반스 수녀는 칼 로저스의 조건 없는 긍정적 존중과 공감적 이해야말로 영성 지도자들에게 필수적인 것임을 이야기하였다.³⁴⁾ 그녀는 영성 지도에 있어서 공감에 대하여 이렇게 설명한다. “다른 사람의 의식에 대한 내적 인식으로서 공감은 누군가의 상황이나 감정을 파악하는 것과는 다르다. 공감은 거리를 유지하는 것이 아니다. 지식이 다른 사람의 앞에서 자리하는 것이라면 공감은 다른 이의 경험 안으로 들어가는 것이다.”³⁵⁾ 공감은 이해만으로 끝나지 않는다는 것을 보여주는 말이다. 정신과 의사 정혜신은 공감에 대하여 이렇게 설명한다. “공감이란 한 존재의 개별성에 깊이 눈을 포개는 일, 상대방의 마음, 느낌의 차원까지 들어가 그를 만나고 내 마음을 포개는 일이다. 그러면서 동시에 나도 내 마음, 내 느낌을 꺼내서 그와 함께 나누고 소통하는 일이다.”³⁶⁾ 정혜신은 사람이 겪는 모든 감정은 당연하고 또 이유가 있으며 그렇기 때문에 그것만

33) Cf. Carl R. Rogers, *On Becoming A Person*, Boston: Houghton Mifflin Company, 1961, p.61.

34) Cf. Jean Evans, *op.cit.*, p.270.

35) *Ibid.*, p.273.

36) 정혜신, 『당신이 옳다』, 해냄출판사, 2018, 247쪽.

으로도 옳다는 존중을 받아야 한다고 설명한다.³⁷⁾ 예를 들어 분노나 억울한 감정이 들어 도발하려는 사람에게 그러면 안 된다는 충고는 절박한 그 사람의 심정을 제대로 들으려고 하지 않는 태도라는 것이다. 사람의 모든 감정에도 긍정하면서 그 감정을 느끼게 한 원인을 찾아나가는 것이 상담의 순서가 되어야 한다고 주장한다. 그녀의 설명은 상담에 있어서 공감적 이해의 과정이 어떠한 식으로 수행되어야 하는지 잘 알려준다.

칼 로저스의 ‘조건 없는 긍정적 존중의 상태’에서와 마찬가지로 어떠한 감정에 있어서 그 감정이 일어나지 말아야 한다는 인식이 아니라 그 감정을 마음으로부터 인식하는 것이 공감적 경청이며 올바른 상담과 영성 지도의 첫 번째 자세라고 본다. 그리고 나서 피지도자의 그 감정들이 왜 일어났는지를 살피는 것이 공감을 활용한 영성 지도의 올바른 순서가 된다. 말하자면 먼저 함께 느끼며 인정하고, 그 다음 묻는 것이다. 물론 영성 지도를 수행할 때 피지도자의 경험 안에서 놓치지 말아야 할 공감의 중요한 한 가지는 바로 하느님의 존재와 피지도자를 향한 하느님의 섭리이다.³⁸⁾

3.3.2. 역전이와 공감의 양면성의 교류

영성 지도에서 공감의 능력을 높이 살 수 있어도 그러나 공감을 능력으로 이용하기란 말처럼 쉬운 것은 아니다. 에반스 수녀는 영성 지도자의 풀지 못한 사건 즉, 부정적이거나 우울한 감정들은 지도자로 하여금 피지도자들이 그들 자신의 삶이나 신앙의 경험들을 되새겨 보도록 돕는 것을 방해한다고 설명한다. 이럴 때 영성 지도자들이 정기적 수퍼 비전을 갖고 간직해야 할 태도는 바로 객관성(objectivity)이다.³⁹⁾ 이 객관적 관점은 로저스의 인간중심적 상담 안에서 공감에 대해 간직해야 할 태도로서 주장된 것이기도 하다.

37) 참조: 같은 책, 52쪽.

38) Cf. Jean Evans, *op.cit.*, p.273.

39) Cf. *Ibid.*, p.273.

“어떤 면에서 그것[공감]은 당신 자신을 한쪽에 놓는 것이다. 이것은 오직 다른 사람들의 낯설거나 기묘한 세계에 빠져 들지 않을 것을 알 정도로 충분히 스스로를 조절하여 자신이 원하는 자신의 세상으로 편안히 돌아올 수 있는 사람들에 의해서만 수행될 수 있다.”⁴⁰⁾

공감은 영성 지도 안에서 지극히 필수적이고 효과적인 기술이 될 수 있지만, 그 수행을 위해서는 자신의 반응에 대한 주의 집중이 필요하며, 또한 실패할 수 있는 가능성도 있다는 것이 이러한 공감의 연구들을 통해서 드러난다. 공감이 실패할 수 있다는 말은 공감이 의도하지 않게 드러나는 산물이 아니라 더 나은 도움의 관계를 이루기 위한 일종의 기술을 행하는 것이라는 의미이다. 맥윌리엄스는 ‘함께 느낌’(feeling with)을 공감을 설명하는 가장 적절한 개념으로 제시한다. 그러나 그녀는 공감이 피지도자의 경험을 느끼는 능력으로서 인식되어야만 하고 따뜻함(warm), 받아들임(accepting), 연민의 반응(sympathetic reactions) 등과 같은 동정(sympathy)의 감정과 구별되어야 한다고 주장한다.⁴¹⁾ 이러한 감정들은 분명 긍정적인 효과를 가져다주는 것이라고 보이긴 해도 능력의 활용이나 기술로서가 아니라 자주 의도하지 않은 상황에서 일어나는 감정들인 것이다. 이렇게 공감이 객관성을 잃어버린대거나, 상대의 경험을 깊이 인식하고자 하는 본래 목적을 잃어버릴 때 나타나는 반응은 역전이의 경향을 띠다고 볼 수 있다.

한편 베리 & 코놀리는 피지도자를 통해 영성 지도자에게 일어난 모든 감정의 반응들이 곧 역전이 반응은 아니라는 점은 분명하다고 밝히면서, 지도자가 피지도자를 향한 애정과 분노와 슬픔들을 느끼는 것은 자연스러운 일이라고 이야기한다. 그러나 그것이 역전이로 진행될 때는 그 반응이 매우 강렬하고 균형이 잡혀있지 않은 상태라고 말한다.⁴²⁾ 말하자면 역전이의 상황과 같은 감정의 반응들이 일어날 때라도 그 상태가 다시 균형을 갖출 수 있을 때 그것은

40) Carl R. Rogers, *A Way of Being*, Boston: Houghton Mifflin Company, 1980, p.143.

41) Cf. Nancy McWilliams, *op.cit.*, p.12.

42) 참조: 윌리엄 A. 베리·윌리엄 J. 코놀리, 앞의 책, 204쪽.

공감의 효과를 나타낼 수도 있다.

이런 면에서 역전이과 공감의 양면성의 교류가 일어난다. 비록 영성 지도에 있어서 부정적인 반응이라고 보여지는 역전이라도 잘 조절되면 공감의 능력을 보여 줄 수 있게 되고, 기술의 하나처럼 의도적으로 수행되었을 지라도 공감이 실패하면 그것이 역전이 현상을 보일 수 있는 것이다. 그렇다면 역전이의 조절을 위하여, 또 공감의 실패를 막기 위하여 필요한 역전이와 공감의 구별과 활용이 중요하다 하겠다.

4. 영성 지도 안에서 역전이와 공감의 구별

지금까지 고찰한 영성 지도 안에서의 역전이 현상과 공감 능력을 토대로 공감이 역전이와 구별될 수 있는 특징들을 세 가지로 정리해 보자. 공감을 중심으로 보았을 때 역전이가 가지지 못하는 공감의 특성은 ‘객관성’(objectivity)과 ‘능동성’(activeness), 그리고 ‘일시성’(temporariness)이다. 이 세 가지를 간직하고 있는 것이 공감이며 반면에 이것을 가지지 못한 감정의 반응은 역전이가 될 수 있다. 반대로 역전이도 조절에 의해 이 세 가지를 지닐 수 있으면 그것은 공감의 효과를 자아낸다고 말할 수 있다.

가장 중요한 첫 번째는 중립의 개념이 포함된 객관성(objectivity)으로서 영성 지도자가 자신의 감정 반응을 인식하고 조절할 수 있는 능력의 상태를 말한다. 영성 지도자는 피지도자의 감정이나 그들 자신의 감정 안에 빠져들어서 영성 지도가 나아가야 할 길을 잃지 않도록 해야 한다. 상대의 감정을 함께 느끼는 것과 상대의 감정에 빠져드는 것은 전혀 다른 상태이다. 감정을 함께 느끼는 것은 상대를 이해하기 위한 과정이지만 감정의 반응에 영향을 받는 것은 피지도자와 하느님과의 관계가 중심이 되어야 할 영성 지도 안에서 자신의 문제라는 새로운 사안에 집착하게 되는 일이다. 영성 지도 과정 중에 지도자는 피지도자의 정서를 느끼려고 최대한 노력하면서도 중립적으로 모든 감정을 살필 수 있어야 한다.

진 에반스 수녀는 존 잉글리쉬의 영성 지도에 대한 설명들을 인용하면서 영성 지도자는 이나시안 영성 안에서 보여지는 개념인 ‘초연’(超然, *indifferentia*)과 같은, 즉 어느 한쪽으로 치우치지 않는 마음의 균형을 이루는 내적 자유로움이 필요하다고 설명한다.⁴³⁾ 이것은 마음의 상태가 한쪽으로 급격하게 기울이지 않고 지도자로서의 위치와 상대에 대한 공감 사이의 균형의 조화를 이루기 위한 내적 자유의 상태를 말하는 것이다. 물론 이 초연함이라는 것이 상대의 감정을 이해하기를 주저하고 경계해야 된다는 뜻으로 이어져서는 안 된다. 마가렛 귄터(Margaret Guenther)는 ‘초연이 단순한 거리를 유지하는 것과는 다르다’라고 말하면서 피지도자와 감정적으로 결부된 연대성을 잃지 않는 것임을 강조한다.⁴⁴⁾ 초연은 균형이지 무관심이나 무시의 뜻으로 읽힐 수 없는 것이다. 이것은 공감적 이해의 수행을 전제로 할 때 비로소 그 의미가 드러날 수 있는 것이다.

토마스 그린 역시 영성 지도에 있어서 객관성을 영성 지도를 수행하기 위한 중요한 한 요소로 언급하며 객관성이란 문제를 밖에서 보는 것이며 감정적으로 문제에 얽혀들지 않는 것을 말한다고 설명한다. 덧붙여 어떤 문제에 대하여 지나치게 일체화되면 영성 지도자와 피지도자는 한 문제를 가진 두 사람일 뿐 아무도 도움을 줄 수 없다는 점을 경고한다. 애정을 가지며 건강한 거리를 지키는 것을 영성 지도자가 지녀야 할 본질적인 절제로 표현한다.⁴⁵⁾ 이렇게 객관성은 지도자의 감정적 균형을 유지하는 것으로서 역전 이와 공감을 구별해 주는 가장 뚜렷한 지표가 된다.

두 번째로 공감이 역전이와 구별될 수 있는 부분은 영성 지도 과정 안에서의 지도자의 능동성(*activeness*)이다. 공감은 영성 지도자에 의해 의도적이고 의식적으로 수행되는 작업이다. 그러나 역전이는 지도자가 피지도자를 통해서 뜻하지 않는 상황에 발생하게 되는 것을 말한다. 말하자면 역전이는 영성 지도 안에서 갑자기 발생되

43) Cf. Jean Evans, *op.cit.*, p.272.

44) Cf. Margaret Guenther, *Holy Listening: The Art of Spiritual Direction*, Maryland: Rowman & Littlefield Publishers, p.97.

45) 참조: 토마스 H. 그린, 앞의 책, 80-82쪽.

는 수동적 상태의 영향을 말한다. 반면에 공감은 더 나은 영성 지도를 위하여 성취해야 할 일로서 요청된다.

메리 범퍼스(Mary R. Bumpus) 수녀는 영성 지도 안에서 지도자가 스스로의 감정을 조절하는 순간이 아니라 다른 이의 감정으로부터 영향받는 순간이 지도자의 집중이 더 요구되는 상황이라고 표현한다. 영성 지도를 위한 만남 중에 특정 감정들이 계속 반복되어 일어날 때 지도자는 그 감정들이 피지도자의 이야기의 배경 안에서 적절한 것인지 분별해야 한다는 것이다.⁴⁶⁾ 피지도자의 표현으로 나타난 경험과 자신의 감정이 적절한 조화를 이루는 것은 영성 지도가 온전히 수행되고 있는 증거이기도 하다. 그러므로 영성 지도자는 피지도자의 말을 적극 경청하면서 동시에 지도과정 중에 일어나는 자신의 감정에도 능동적으로 반응할 필요가 있다. 이러한 감정적 분별을 능동적으로 해 나가는 과정이 역전이가 갖지 못하는 공감 능력의 모습인 것이다.

공감과 역전이를 구분하는 마지막 특징은 지도자의 마음 안에 일어난 감정이 일시적인가 지속적인가 하는 것을 살피는 것이다. 공감이나 역전이의 반응은 둘 다 피지도자의 경험을 이해할 때 나타나는 지도자의 감정에 관련된 것을 말한다. 그러나 공감은 일시성을 지니고 있다. 피지도자와 마주한 순간의 피지도자를 최대한 이해하기 위해서 이루어지는 일시적 현상이며 순간의 기술이라고 말할 수도 있다. 그러나 역전이를 통해 일어난 감정은 영성 지도자의 마음이나 생활에서 풀리지 않으며 계속될 수 있는 잠재력을 가지고 있다.

베리 & 코놀리는 이러한 역전이의 상황에 대해서 지도자의 성찰을 통한 채신의 작업이 일상적으로 필요하다고 설명한다. 그는 영성 지도자가 면담이 끝난 후에 자신의 반응을 돌아보고 평범하지 않은 감정적 반응 예를 들어 강한 분노나 따뜻함이나 아니면 반대로 감정적 반응이 전혀 없는 경우가 있는지를 살펴보도록 권고한

46) Cf. Mary R. Bumpus and Rebecca B. Langer, "Supporting Beginning Directors: Participating in the Dance", *Supervision of Spiritual Directors*, New York: Morehouse Publishing, 2005, p.73.

다.⁴⁷⁾ 영성 지도자가 면담이 끝난 후에도 이러한 상황을 간직한다면 그것은 공감이라 아니라 역전이의 지표라는 것을 인식해야 한다.

결론

위에서 연구한 바와 같이 공감과 역전이는 모호한 구별을 가지고 있다. 그런데 이렇게 서로 혼동될 수 있는 부분을 구별하려는 시도가 공감과 역전이를 더 잘 이해하게 함으로써 더 나은 영성 지도를 위한 의미 있는 결과를 가져다준다. 지금까지 알아본 바와 같이, 역전이와 공감 둘 다 피지도자의 경험을 이해하는 과정에서 오는 지도자의 감정 상태를 표현한다. 역전이는 영성 지도 안에서의 갈등과 혼란을 피하기 위하여 적절히 극복되어야 할 감정이며 공감은 피지도자를 더 잘 이해하기 위하여 감정을 잘 활용하는 중요한 능력이다. 영성 지도 안에서 이 두 가지가 서로 교차되어 상대의 모습으로 나타나기도 하는데, 이 둘 사이의 최종 목적은 공감이 제 역할을 제대로 수행할 수 있도록 하는 것이고 역전이의 현상 역시 공감의 가져다주는 이해의 효과로 되돌리는 것이다. 토마스 스코볼트(Thomas M. Skovholt)가 말한 것처럼 지도자에게는 이렇게 역전이를 피하기 위한 공감의 균형이 필요하다는 것을 항상 인식하고 있는 것이 중요하다.⁴⁸⁾

공감을 중심으로 역전이에 비해서 공감이 가지고 있는 성격은 ‘객관성’(objectivity)과 ‘능동성’(activeness), 그리고 ‘일시성’(temporariness)으로 정리해 볼 수 있었다. 영성 지도 안에서 객관성은 초연의 중립성을 이야기하고, 능동성은 의식적인 작업의 수행을 의미하며, 일시성은 감정이 잔류하지 않는 가운데 이루어지는 순간의 집중을 말한다. 이러한 성격들을 기준삼아 영성 지도 안에서 공감과 역전이를 구별하고 공감의 활동을 극대화하며 역전이의 부작용을 조절할

47) 참조: 윌리엄 A. 베리·윌리엄 J. 코놀리, 앞의 책, 204쪽.

48) Cf. Gerald Corey, M. Schneider Corey, Cindy Corey and Patrick Callanan, *op.cit.*, p.59.

수 있다.

영성 지도 안에서 공감의 능력을 최대한 발휘하고 역전이의 부작용을 줄이는 본질적이면서도 추가적인 한 가지는 여전히 성령계 대한 신뢰임을 말하지 않을 수 없다. 영성 지도의 주도자가 성령이심을 믿을 때 지도자도 자신의 감정의 반응보다는 성령계 대한 신뢰에 주의를 기울이고 하느님께서 피지도자의 삶 안에 활동하신 모습들을 집중하며 따라가게 된다. 영성 지도에서 늘 성령의 최종 작업을 믿는 제랄드 메이는 이렇게 이야기한다. “영성 지도에서 전이가 문제를 만들어 낸다는 것이 은총의 순간이 되지 못한다는 의미가 될 수 없다. 하느님이 우리의 개인적인 무의식의 흔들림 안에서도 일하시는 것처럼 하느님은 관계의 왜곡을 통해서도 일하실 수 있다.”⁴⁹⁾

성령께서 이끄시는 영성 지도에는 항상 넘치는 사랑과 관심이 가장 큰 요소로서 활동하게 된다. 그러한 영성 지도 안에서는 역전 이마저도 풍부한 이해를 가져다주는 은총의 결과로 항상 이어질 것이다. 또한 영성 지도자가 자부하는 공감의 능력도 영성 지도 안에서 일어나는 성령의 많은 부르심의 작업을 가운데에 속하는 작은 노력이 될 뿐이다.

참고로 본인이 신학교의 영성 지도자로서 전개하는 이 논의들은 신학교의 현실과 약간 다른 일반적 영성 지도에 가까운 것일 수도 있다는 점을 언급하고 싶다. 신학생 앞의 영성 지도자로서 사제는 공감의 중요한 요소라고 밝힌 객관성이나 능동성, 그리고 일시성 등이 쉽게 적용될 수 없는, 같은 교회의 운명 공동체적 관계에 놓여있는 사람이기 때문이다. 영성 지도자인 사제에게 신학생은 고객이나 내담자가 아니라, 아들이며 제자이고 진정한 형제이기 때문이다. 그럼에도 불구하고 영성 지도에 대한 이러한 논의는 영성 지도자에게 영성 지도의 의미에 대한 이해와 영성 지도 안에서 갖추어야 할 분별력을 연구하게 하는 데 의의가 있다고 본다. 더불어 신학생들에게도 영성 면담 시간동안 피지도자인 자신이 무엇을 목적

49) Gerald May, *op.cit.*, pp.130-131.

으로 해야 하는지 무엇을 필요로 해야 하는지 이해하게 하는 논의
가 될 수 있다고 본다.

영성 지도에 대해 공부하면서 교수였던 도널드 마이로(Donald Miro)로부터 들은 한 마디로 본 글을 마치고자 한다. “좋은 영성 지도자가 되기 위해서 처음부터 거룩함을 갖출 필요는 없다. 다만, 피지도자 앞에 온전히 머물고 인내하려고 노력해라.” 영성 지도자는 첫 번째로 피지도자 앞에 자신의 모든 존재를 끌고 들어와서 머물고 있는지 살펴야 한다. 하느님 앞에 어느 한 부분으로만 나설 수 없는 것처럼 하느님이 존재하시는 영성 지도에 있어서 피지도자 앞에 온전한 현존을 준비하고 머물러야 한다. 그때 피지도자를 이끄시는 같은 성령께서 지도자에게도 분명히 함께 머무신다는 사실이 모든 영성 지도자의 믿음이어야 한다고 주장하고 싶다.

[참고 문헌]

교회 문헌

『사제 양성 — 신학생 교육에 관한 교회 문헌』, 한국천주교중앙협의회, 1993.

기타 문헌

박재만, 『영적 지도 — 그리스도인 성숙을 위한 도움』, 가톨릭대학교출판부, 2001.

버클리, 수잔, 『영적 지도와 영적 여정』, 권희순 옮김, 은성출판사, 2008.

베리, A. 윌리엄·코놀리, J. 윌리엄, 『영적 지도의 실제』, 김창재·김선숙 옮김, 분도출판사, 2007.

이병욱, “감정 전이(轉移)와 역전이(逆轉移)를 넘어서”, 『정신분석』 10권 2호, 한국정신분석학회, 208~228쪽. 웹사이트 <http://blog.naver.com/bhjang3/140200147828>.

정혜신, 『당신이 옳다』, 해냄출판사, 2018.

존 J. 잉글리쉬, 『영적 자유 — 이냐시오의 영신수련 체험에서 영적 지도에 이르기까지』, 이건 옮김, 가톨릭출판사, 1996.

BUMPUS, R. Mary and LANGER, B. Rebecca., “Supporting Beginning Directors: Participating in the Dance”, *Supervision of Spiritual Directors*, New York: Morehouse Publishing, 2005.

COREY, Gerald., COREY, M. Schneider., COREY, Cindy., and CALLANAN, Patrick., *Issues and Ethics in the Helping Professions*, Ninth Edition, Stamford: Cengage Learning, 2015.

CONROY, Maureen., *Looking into the Well — Supervision of Spiritual Directors*, Chicago: Loyola University Press, 1995.

_____, *The Discerning Heart — Discovering a Personal God*, Chicago: Loyola press, 1993.

ENGLISH, J. John., *Spiritual freedom: From an experience of the Ignatian exercises to the art of spiritual direction*. Ontario: Loyola House, 1979.

EVANS, Jean., “Experience and Convergence in Spiritual Direction”, *Journal of Religion & Health* 54(2015).

GILL, J. James., “Empathy Is at the Heart of Love”, *Human Development* 3(1982).

- GUENTHER, Margaret., *Holy Listening: The Art of Spiritual Direction*, Maryland: Rowman & Littlefield Publishers.
- HUNTER, J. Rodney., "Countertransference" *Dictionary of Pastoral Care and Counseling*, Nashville: Abingdon Press, 1990.
- JULIAN, Rachel., "The Practice of Psychotherapy and Spiritual Direction", *Journal of Religion & Health* 31(1992).
- KOHUT, Heinz., *How does Analysis Cure?*, Chicago: The University of Chicago, 1984.
- MAY, Gerald., *Care of Mind/Care of Spirit*, New York: Haper & Row, 1992.
- MCCARTY, Shaun., *Handbook of Spirituality for Ministers*, New York: Paulist Press, 2000.
- MCWILLIAMS, Nancy., *Psychoanalytic Diagnosis*, New York: The Guilford Press, 1994.
- RACKER, Heinrich., *Transference and Countertransference*, New York: Karnac Books, 1982.
- ROGERS, R. Carl., *On Becoming A Person*, Boston: Houghton Mifflin Company, 1961.
- _____, *A Way of Being*, Boston: Houghton Mifflin Company, 1980.

국문초록

영성 지도는 영적 상담, 심리 상담 및 치료와 같은 활동들처럼 ‘도움의 관계’라고 일컬어지는 영역 안에서 함께 이해되곤 한다. 그러나 영성 지도는 다른 상담 활동과는 분명히 다르게 피지도자에 대한 하느님과의 관계 증진이 대화의 주요 대상이고 지도 활동의 목적이다. 그런데 영성 지도 안에서 일어나는 지도자나 피지도자의 감정의 반응들은 다른 상담 활동의 영역에서와 비슷하게 나타나며 그렇기 때문에 심리학적 이해가 영성 지도 활동을 위한 많은 도움이 될 수 있다.

영성 지도 안에서 일어나는 대표적인 심리적 반응으로 ‘저항’ 그리고 ‘전이’와 ‘역전이’ 등이 있다. 그 가운데서 역전이는 피지도자에 대한 지도자의 반응 중 지나친 몰입이나 또는 몰이해의 상황이 오게 된 것을 뜻한다. 특히 역전이의 반응 중에서 대부분 나타나는 피지도자의 경험에 대한 지나친 감정 이입은 지도자로 하여금 영성 지도를 객관적으로 수행하기 어렵도록 만든다. 그래서 지도자가 영성 지도를 수행하는 데 있어서도 역전이 반응 등에 대한 적극적인 분별과 대처가 필요하다.

한편 역전이가 발생함에도 불구하고 그것이 잘 조절되었을 때 오히려 상대인 피지도자의 감정을 더 깊이 경험함으로써 피지도자를 더 잘 이해하는 효과만 남길 수도 있다. 이런 상황에서 역전이는 영성 지도 안에서 영성 지도 수행을 위한 주요한 기술이라고 일컬을 수 있는 ‘공감’의 효력을 지니게 된다. 공감은 칼 로저스와 같은 몇몇 심리학자로부터 상담의 필수 요소로 강조되어 온 것이다. 또한 많은 영성 지도자들이 영성 지도 활동을 심리학의 도움을 받아 학문적으로 설명할 때 포함하는 개념이기도 하다.

피지도자의 감정에 관여한다는 점에서 역전이와 공감의 구별이 모호해질 때가 있다. 이 두 가지의 구별을 명확히 할 수 있는 기준

점을 제시한다면 역전이의 조절을 위해서도 공감의 능력을 잘 활용하기 위해서도 좋은 연구가 될 수 있다. ‘객관성’과 ‘능동성’ 그리고 ‘일시성’은 공감과 역전이가 구별될 수 있는 중요한 기준들이 된다. 영성 지도 안에서 지도자가 감정의 공유 속에서도 중립을 잃지 않고, ‘함께 느낌’을 의식적이며 능동적으로 수행하고, 공감을 순간의 능력으로서 사용할 수 있다면 이러한 모습들은 역전이와 구별되는 모습들이다. 영성 지도자가 공감과 역전이의 속성들에 대한 이해를 활용하면서 자신의 영성 지도를 성찰할 때 영성 지도는 더욱 효과적인 공감의 모습 안에서 진행될 것이다.

물론 영성 지도를 가장 효과적으로 이루어 낼 수 있는 가장 중요한 기준점은 성령을 통한 분별이다. 영성 지도의 주 지도자는 성령이라는 믿음을 잃지 않을 때, 영성 지도자는 성령의 움직임을 따라가면서 자신의 감정 반응이 일으키는 결과보다는 피지도자에 대한 하나님의 활동에 더 집중할 수 있게 된다. 이렇게 영성 지도자는 의미 있는 영성 지도의 수행을 위해 영성 지도가 다른 상담 관계와 본질적으로 다르게 가지고 있는 신앙적 요소들에 대하여 깊이 인식하면서도, 상담 관계에서처럼 일어나는 현상들에 대해 이해하고 분별할 필요가 있다.

▶ 주제어: 하나님과의 관계, 역전이, 공감, 객관성, 성령.