

# 직면 경험에 대한 현상학적 연구: 직면기술의 조건적인 활용 방안의 제안

박 윤 정\*

## 국문초록

본 연구에서 직면은 내담자의 자각과 통찰을 위해서 내담자의 태도를 견지하는 가운데 세심한 주의를 기울여 적절한 시기에 사용하는 직면기술이 아니다. 더 많이 자주 사용하기 위한 조건적인 의미를 담고 있다. 연구의 목적은 내담자가 상담과정에서 경험하는 직면이 어떤 의미의 변화를 생성하는지 그 의미를 고찰하여 직면기술을 더 많이 자주 사용하도록 강조하는 데 있다. 그리고 기독교상담에서 본질적인 변화를 촉진하기 위한 직면의 세 가지 영역과 더 많이 자주 사용하기 위한 직면기술의 조건적인 활용 방안을 제안하는 데 있다.

연구결과 내담자는 직면을 통해 자기이해, 자기성찰, 자기수용, 타인이해, 조절능력 향상, 긍정적인 태도, 변화와 성장의 동기가 발생하였다. 그리고 내담자가 직면기술에 대한 충분한 인식을 바탕으로 상담에서 직면하기를 자발적으로 선택할 때 효과가 나타났다. 또한 세 가지 영역(죄, 동기, 관계)에서의 직면 경험이 역동적인 변화를 가져오는 토대가 되었다. 따라서 직면은 일반적으로 통용되는 직면 사용의 시기가 중요한 것이 아니라 직면의 대상과 영역이 중요하며, 직면의 양적인 분량을 통해 변화의 총량을 넓히는 것이 더 중요하리라 본다. 결론적으로 본 연구에 제시된 조건을 충족하는 직면은 더 많이 자주 사용할 수 있기에, 적극적으로 사용할 것을 강조하는 바이다.

**주제어:** 변화, 직면, 죄, 동기, 관계

• 논문 투고일: 2018년 3월 30일

• 논문 수정일: 2018년 4월 27일

• 게재 확정일: 2018년 4월 29일

\*아세아연합신학대학교

## I. 여는 글

상담이라고 하면 공감이라는 이미지가 가장 먼저 떠오른다. 내담자는 상담을 통해 상담자의 진심과 사랑이 담긴 관심과 보호를 원하고, 상담자를 통해 도움을 얻을 수 있으리라는 기대가 있으며, 상담자가 자신의 고통스러운 목소리에 귀를 기울여 자신의 문제를 해결해 줄 것이라는 희망을 안고 상담의 문을 두드리게 된다. 그렇지만 실제 임상의 현장에서 내담자의 기대를 모두 충족할 수 있는 것은 아니다. 상담의 효과가 변화된 삶으로 나타나기까지 단기간에 나타날 수도 있지만 그렇지 않을 수도 있다. 그리고 내담자가 상담에 대해 만족하는 수준이 제각기 다르기에 상담자가 내담자의 기대수준을 충족하는 것은 결코 쉬운 일이 아니다. 그래서 상담의 효과를 경험하지 못한 내담자의 불만은 상담자에게도 고민이 되는 문제이기도 하다. 특히 유료상담을 하는 상담자들은 상담이 아무런 효과가 없었다는 내담자의 고백을 들을 때 실망과 좌절감마저 느끼게 된다. 대체로 불만족스러운 상담은 상담의 주요 초점에서 벗어나 상담의 목표를 이루지 못한 경우에 해당되는데, 이는 다람쥐 쳇바퀴 돌듯이 내담자와 지리멸렬한 대화만 주고받은 격이다. 그리고 공감기술에만 치우친 상담으로 내담자가 변화를 성취하는 데 실패했기 때문에 상담이 만족스럽지 못한 것이다. William T. Kirwan(1984)은 상담자가 공감에 치우쳐 내담자의 말에 동의만 하거나 동일시 될 때 상담은 실패한다고 하였다. 이처럼 변화라는 역동성이 작용하지 않는 실패한 상담은 결과적으로 내담자에게 만족감을 줄 수 없다.

상담에서 역동적인 변화의 경험은 실질적으로 체득되어야 상담에 대한 내담자의 만족 수준도 높일 수 있게 된다. 이러한 체험은 내담자가 자신의 문제에 직면하여 고통스럽고 아프지만 견디어 내고 이겨냄으로써 얻게 되는 것이다. 즉 상담과정에서 직면의 경험은 내담자에게 자기 이

해와 인식을 넓혀 자신의 본질적 모습을 수용하게 만들고, 불일치되는 자신의 삶을 통찰하여 일치시키는 변화를 형성하도록 돕는다(전요섭, 2012). 이것이 역동적인 상담의 경험이다. 그리고 직면이 실행될 때 내담자는 자신이 상담을 받은 이유에 대해 실질적인 해답을 찾는 유익이 있다. 그러나 직면이 내담자에게 필요한 상담의 기술임에도 불구하고 상담에서 직면 기술의 사용을 강조하지는 않는다. 그리고 자주 많이 사용하는 상담기술로도 인식하지 않는다. 어떤 상담은 직면의 과정 없이 상담이 종결되기도 한다. 물론 임상적 평가를 통해 직면 자체가 오히려 나쁜 결과를 초래할 위험성이 있는 내담자도 있다. 그래서 상담자는 내담자가 감수해야 할 직면의 부정적인 영향의 크기를 고려할 수밖에 없을 것이다. 그 결과 직면하는 시기의 중요성이 강조되고, 내담자의 상황을 더 중요시하며 과도한 직면 기술의 사용을 제한하기도 한다(Egan, 2006). 그런데 변화를 원한다면 자신의 문제를 더욱 직시하여 직면하는 것이 바른길이다. 따라서 상담과정에서 직면은 필요하고 중요하게 다루어져야 한다. 그리고 상담자는 직면 기술을 사용하는 데 있어서 내담자를 무례하게 대하거나, 함부로 판단하거나, 자신의 의를 내세우는 교만함을 가져서는 안 된다(황규명, 2009). 직면은 내담자의 변화를 촉진하는 중요한 상담기술이기에 올바른 시각으로 접근하는 것이 필요하며, 이는 기독교상담을 통해 가능한 일이다.

모든 상담이론이 언급하는 내담자의 변화는 반드시 성취해야만 하는 상담의 목표를 이루는 것으로 충족될 수 있다(김영희, 2004; 김준수, 2012). 이것을 이루지 못한 상담은 아마도 지지부진한 상담이 될 것이다. 그래서 상담의 목표를 충족한 변화는 상담의 역동성을 경험할 수 있는 중요한 요인이기도 하다. 내담자에게 변화가 나타날 때 내담자 자신이 느끼는 감정적인 경험은 삶의 새로운 동력을 갖고자 하는 열망을 만들고, 상담자는 내담자의 변화를 직접 눈으로 보게 되어 상담자로서 자

신의 역할에 대해 감사와 소명이라는 열의가 발생한다. 이처럼 변화는 상담자와 내담자 모두에게 상담을 지속할 수 있는 긍정적인 동력을 제공한다. 그렇다면 이제 변화가 어떻게 발생하는지 여기에 관심을 쏟을 수 밖에 없다. 일반적으로 심리상담에서 언급하는 변화의 요소는 인지, 정서, 행동의 변화로 내담자가 인식하고 있는 부정적인 사고와 고통스러운 정서 경험과 불일치되는 행동을 수정하여 삶을 개선하도록 이끄는 직면이 초점이 된다(Thompson, 2007). 이러한 과정을 통해 상담 이후 내담자의 삶이 기능적으로 향상되는 방법을 찾고, 그것을 해결하는 것이 상담에서 변화의 목표로 설정되는 것이다. 변화는 현재의 상태에서 다른 미래의 상태가 되도록 만든다. 여기서 변화는 긍정적인 변화를 취할 수도 있고 그 반대가 될 수도 있다. 그래서 변화의 의미, 방향성, 목적 등에 대한 이해과정 없이 그것을 추구할 수 있는 문제가 아니다. 그러나 본 연구의 목적은 이와 같은 변화에 대한 다양한 관점에서의 이해를 높이는 것이 아님을 밝히는 바이다.

본 연구의 목적은 내담자가 상담과정에서 경험하는 직면이 내담자에게 어떤 의미의 변화를 생성하는지 그 의미를 고찰하여 직면기술을 더 많이 자주 사용하도록 강조하는 데 있다. 그리고 기독교상담에서 본질적인 변화를 촉진하기 위한 직면의 세 가지 영역과 더 많이 자주 사용하기 위한 직면기술의 조건적인 활용 방안을 제안하는 데 있다. 본 연구에서 직면은 내담자의 자각과 통찰을 위해서 내담자의 태도를 견지하는 가운데 세심한 주의를 기울여 적절한 시기에 사용하는 직면 기술이 아니다. 더 많이 자주 사용하기 위한 조건적인 의미를 지닌 직면 기술을 말한다. 직면은 내담자가 직면 기술에 대한 충분한 인식을 바탕으로 직면하기를 자발적으로 선택하는 것이다. 그리고 내담자의 자발적인 선택은 아프고 고통스럽지만, 자신을 변화시키려는 의지와 목적을 가지고 직면하기를 수용하여 직면의 과정을 겪어내는 것이다. 따라서 내담자가 자발적인 동

기를 가지고 자신의 변화를 위해 세 가지(죄, 동기, 관계) 영역에서의 직면하기를 자주 경험하게 된다면, 상담의 목표로서 내담자의 변화를 달성하는 데 긍정적인 효과를 발휘하게 될 것이다. 그리고 내담자의 선택으로 시작하는 직면 과정이 기독교상담에서 변화를 촉진하는 상담의 기폭제가 될 것이다. 이에 본 연구는 상담과정에서 직면의 기술을 더 많이 자주 사용할 것을 강조하고자 실시되었다.

## II. 펴는 글

### 1. 변화에 대한 이해와 직면의 필요성

변화는 “사물의 성질, 모양, 상태 따위가 바뀌어”(네이버 국어사전) 다르게 되는 것을 의미한다. 어떤 물체가 그 원형이 찌그러졌다면 변화되었다고 말할 수 있다. 그리고 찌그러진 형태가 다시 본래의 원형으로 복원되었다면 그것도 역시 변화되었다고 말할 수 있다. 이러한 두 가지의 변화는 변화가 발생된 객관적 사실에는 동의가 가능한 일이지만 분명한 차이가 있는 다른 변화의 의미를 내포하고 있다. 그래서 단지 상태가 바뀌는 것 자체를 변화라고 말할 수 없을 것이다. 만약 상태가 바뀌는 것 자체만이 변화라고 한다면 변화의 긍정적인 측면과 부정적인 측면을 구분하지 않고 말하는 격이 된다. 이처럼 변화는 양방향성의 의미를 담고 있다고 볼 수 있다. 안경승(2004)은 변화에 대한 의미에서 발달이라는 심리학적 용어를 사용하여 그 둘의 관계를 논한 바 있다. 발달은 퇴보의 의미보다는 성장이라는 변화의 의미를 더 내포하는 것이다. 따라서 변화는 긍정적이거나 부정적으로 달라지는 양방향성의 의미에서 오는 차이가 있지만, 발달적인 측면에서 변화는 긍정적인 의미가 더 부여된다. 대

체로 모든 상담은 긍정적인 변화를 추구한다. 그리고 내담자에게 변화라는 상담의 목표를 설정하고 구체적인 변화를 향한 실천적인 행위를 구현해 나간다. 그리고 긍정적인 측면에서 변화는 성장과 성숙으로 향하는 올바른 방향성의 의미를 가지는데(안경승, 2004) 상담에서 내담자의 변화를 위해 상담목표에 접근하는 변화는 상태가 달라지는 것 그 이상의 의미를 뛰어넘는 변화가 일어나야 한다.

변화는 정지된 상태가 아닌 움직임으로 이동하는 것이다. 즉 변화는 역동성의 기제가 가미되어 나타난 결과로서 본래의 상태가 아닌 변형된 상태를 나타낸다. 그러나 그것은 모양이나 상태가 변하는 것과 차별되어야 한다. Lawrence J. Crabb(2004)은 내면의 새로움과 새롭게 인식된 사고와 변화된 인격을 포함하는 변화를 언급하였다. 따라서 변화는 속성이 달라진다는 의미로 구분하는 것이 마땅하다. 특히 기독교상담에서 변화는 하나님의 형상으로서 인간의 회복이라는 전인적인 속성의 변화를 계속 추구하는 과정으로 이해할 수 있는데, 이것은 곧 성화와 연결되는 것으로서 변화의 더 큰 의미가 추가되는 것이다(안경승, 2004). 그런데 이러한 변화는 단기간에 완성될 수 없다. 그래서 기독교상담은 끊임없이 실패하는 과정에서 성장과 성숙을 지속하려는 최선의 노력이 가미된 장기간의 변화를 추구하게 된다. 여기서 변화의 의미는 완전하게 완성된 변화가 아니라 불완전한 변화를 반복적으로 축적하여 더욱 발전하는 과정으로서 자신을 단련하는 성장과 성숙의 일환이 되는 연속성을 가진 변화를 말한다. 이것은 곧 기독교상담에서 내담자에게 최종적인 삶의 변화를 향한 지향점이 된다.

변화는 객관적인 현실감을 갖게 될 때 일어난다... 변화는 내담자의 내면에서 변하고자 하는 힘이 솟을 때 가능하다... 변화는 외부적 비판과 정죄가 없을 때 일어난다... 변화는 새로운 관점을 가질 때 일어난다(김영희, 2004: 75-81).

이러한 변화의 역동적인 측면을 고려해 볼 때 결과적으로 변화는, 변화를 향한 내적인 동기가 발생하여 객관적인 현실감을 가지고 안전한 상담의 환경에서 새로운 관점의 재인식이라는 직면의 통찰 과정을 거쳐 발생하는 것으로 이해할 수 있다. 물론 변화를 일으키는 다른 기제들이 더 많이 작동될 수도 있다. 그러나 일반적으로 상담에서 새로운 통찰은 직면을 통해서 자각되기 때문에 어떤 기제들보다 직면이라는 상담기술의 사용은 효과적으로 변화를 가져오게 하는 동력이 된다. 따라서 상담에서 변화의 기제는 내담자의 직면이라고 볼 수 있다. 이러한 이유로 인해 직면 기술의 사용은 망설이고 주저할 것이 아니라, 긍정적인 측면이 더욱 강조되고 적극적으로 사용되어야 한다. 그러나 직면은 공감처럼 자주 사용하는 상담기술이 아니다. 왜냐면 직면의 과정에서 내담자에게 다른 심리적 문제를 발생시킬 수 있다는 지적이 있기 때문이다(전요섭, 2012).

기독교상담에서 인간의 본질적인 변화는 성령의 개입으로 가능하기 때문에, 변화를 일으키는 주체는 성령이라고 말하고 있다(전요섭, 2004). 내담자가 성령을 통해 자신의 사고와 행동이 변할 수 있다는 인식적 통찰을 가진다면, 내담자는 변화의 출발 선상에 놓이게 된다. 이 지점에서 강조되는 것은 변화의 주체는 성령이지만 내담자가 새로운 관점의 통찰을 가지기 위해서 직면의 과정을 거쳐야 변화가 시작된다는 전제의 발견이다. 그리고 기독교상담에서 변화의 범위는 전인격적인 변화를 포함하는 의미로 수용될 수 있는데(Fountain, 1999), 이러한 변화는 하나님 앞에서 거짓된 실체를 드러내고 진실한 모습으로 직면하여 겸손한 자세로 하나님께 의존되는 삶을 살아갈 때 나타날 수 있는 것이다. 따라서 하나님 앞에서 성령을 통한 직면은 전인격적인 변화를 구축할 수 있게 된다(Cramer, 1981). 중요한 것은 하나님을 지향하는 변화의 방향성만큼 하나님 앞에 서는 날까지 계속 직면하여 자신을 변화시키는 삶의 연속적인 과정을 밟아가는 노력이 충족되어야 한다. “상담에서 직면은 모든 변

화의 초석이다. 자신의 문제에 대한 직면 없이는 문제 해결이 불가능하다”(김준수, 2005: 128). 결론적으로 인간이 근본적으로 변화되기 위해서는 하나님 앞에서의 직면이 절실히 요구된다.

## 2. 직면을 위한 변화의 초점과 직면의 세 가지 영역

하나님 앞에서 직면하기 위해 먼저 무엇을 직면해야 하는지 인식할 필요가 있다. 직면의 무엇에 해당하는 요소는 변화의 초점을 아는 것이 바로 그 해답을 찾는 길이다. 본 연구에서는 내담자의 변화를 위해서 어떤 것에 초점을 두고 직면해야 하는지 세 가지의 중요한 영역을 바탕으로 제안하고자 한다.

Jay E. Adams(2004)의 변화의 초점은 죄의 문제를 해결하는 것이다. Adams는 대표적인 성경적 상담학자로 권면적 상담을 제시하였다. 그는 비기독교적인 전제들에 대해서 비판하였으며 오직 성경을 통한 상담의 원리를 주장하였다(Adams, 2002). 내담자가 자신의 문제를 벗어나 새로운 삶으로 향하는 변화를 창조하기 위해서는 죄의 문제를 해결해야 한다. 이것은 최초 아담의 원죄로부터 기인하는 근본적인 인간의 죄 문제가 병리적인 문제를 포함하여 인간에게 발생하는 모든 문제의 원인을 제공한다(Adams, 2002; Adams, 2004). 반면 심리학적인 관점에서 죄의 문제는 다소 관용적으로 해석될 여지가 있다. 말하자면 인간은 그렇게 할 수밖에 없었던 환경과 타당한 이유가 있기 때문에 자신의 죄와 관련된 문제에 대해 변명으로 일관하며 합리화시키려는 가정을 내포할 위험성이 항상 존재하는 것이다. 그러나 Adams는 인간이 책임을 전가하고 죄의 문제에서 회피하여 자신의 죄를 보지 않는 것은 인간의 속성에 부합하는 것으로서, 하나님 앞에서 직면하지 못한 채 습관적으로 형성되는 죄의 부정적 지속성까지 지적한 것이다. 따라서 변화를 위해서

는 죄의 문제에 직면해야 하고 죄악된 행위를 벗어 버리고 새로운 습관을 형성하는 것이 변화를 향하는 길이 된다(Adams, 2002). 이러한 변화는 곧 재습관화의 과정으로 이해할 수 있다(Adams, 2002; Hurding, 2004; 정정숙, 2010).

David Powlison(2009)의 변화의 초점은 동기를 찾는 것이다. 그래서 인간의 마음속에 내재되어 있는 동기의 뿌리가 무엇이며, 그것이 향하는 목적지가 어디인지 중요한 문제가 된다. 즉 인간의 마음속에 작동하는 동기의 역동적인 방향성을 이해하는 것이 변화의 출발점이 되는 것이다. 따라서 변화를 위해서는 인간이 가지고 있는 마음의 우상을 찾아 하나님 의 관점으로 대치시키는 상담이 필요하다. 대체로 인간의 부정적인 반응 과 어려운 문제들은 인간이 하나님의 은혜가 머무는 울타리를 벗어나 대 체물의 지배를 받는 삶으로 이동하기 때문에 발생하는 것이다. 대체물은 인간의 건강한 욕구를 소멸시키고 변질된 욕구를 재생성한 인간의 내적 욕망으로 볼 수 있다(Powlison, 2009). 따라서 내담자의 변화는 하나님 의 자리를 빼앗아 내담자의 내면에 자리 잡은 욕구를 대체한 마음의 우 상을 제거하여 하나님을 향한 자세와 마음의 동기를 새롭게 재생성하는 변화를 추구해야 한다(황규명, 2009; Lane & Tripp, 2009). 왜냐면 인간 은 하나님 안에서 욕구가 제대로 충족되지 않았을 때 불안, 우울, 공포, 분노 등이 나타나는 부작용을 경험할 수 있기 때문이다(김준수, 2012). Crabb(1995)도 욕구가 채워지지 않으면 인간으로서 충만한 삶을 살 수 없다는 전제를 가지고 있었다. 그리고 “성경은 사람의 마음속의 생각과 동기가 그를 지배한다.”(황규명, 2009: 256)고 말하고 있다. 이처럼 마음 의 우상이 작동하는 방식은 인간의 욕구가 거짓 신이 되어 마음을 지배 하게 되는 것인데, 그 결과 인간은 하나님의 뜻에서 어긋나 버리게 되고 참된 삶의 열매도 맺지 못하게 된다(Lane & Tripp, 2009). 반면에 인간 이 자신의 내면에 존재하는 고통과 욕구들을 직면할 수 있고 그것을 통

해 다시 하나님을 향할 수 있다면 인간은 하나님께 의존되어 변화를 향한 변곡점에 도착할 수 있을 것이다.

Edward T. Welch(2014)의 변화의 초점은 관계에 있다. 그는 고난을 겪고 있는 이웃을 돕는 자세와 관계가 상담에서 중요한 위치를 점유한 것으로 보았다. Welch(2015)는 하나님께서 하나님의 백성을 향한 고통에 주목하여 긍휼한 마음으로 은혜와 사랑을 베푸신 것처럼, 돕고자 하는 마음이 있는 이가 이웃의 고난을 이해하기 위해서 노력해야 함을 강조하였다. 일반적으로 고난에 처한 사람에게 먼저 다가가는 것이 꺼려지는 일이기도 하지만, 기독교상담은 하나님의 긍휼과 사랑을 실천하는 상담이기에 돕는 자로서 적극적인 태도를 나타낼 수 있다. 이때 가장 먼저 취할 자세는 고난에 처한 이들의 이야기를 적극적으로 듣는 것이다(Welch, 2014). 이는 고통의 소리를 들어주는 것이 상담자의 역할이며, 내담자와 서로 주고받는 대화로서 상담이라는 관계 형성을 통해 어려움에 처한 이들을 돕고 치료할 수 있다는 관계의 중요성을 내포하는 것이다. Welch(2015)는 대화를 통해 관계가 더욱 성장하게 되고 깊어지며, 더욱 사랑스러워지고 서로 격려되기에 도움이 된다고 보았다. 여기서 내담자의 삶이 변화되도록 돕는 중요한 자원은 상담 관계를 통해 제공된다는 것을 알 수 있다. 그리고 관계를 통한 변화가 중요하다는 것은 나와 나와와의 관계, 나와 타인과의 관계, 나와 하나님과의 관계에 직면할 필요가 있다는 전제를 발견할 수 있다. 인간은 하나님과의 관계회복이 선행되어야 자신, 타인, 환경과 회복된 삶을 살아갈 수 있는 것이다(Martin Bobgan & Deidre Bobgan, 2008; Hurding, 2004). 따라서 관계적인 측면에서 하나님과 어긋난 관계는 가장 중요하게 직면해야 할 영역이 된다. 인간이 하나님을 외면하고 하나님과 파괴된 관계를 형성한다면, 결국 여러 가지 문제가 파생되어 고통에 머무는 삶을 끊어낼 수 없을 것이다. 이러한 전제는 곧 하나님과의 관계를 회복해야만 하는 당위적 과제

를 제공한다고 볼 수 있기에, 기독교상담에서 하나님과의 관계를 점검하는 직면은 매우 필요한 일이다.

Crabb(1996)의 변화의 초점도 하나님과의 관계 안에서 충족되는 것으로 이해할 수 있다. 인간은 안전과 중요성에 대한 필요를 가지는데 이러한 필요들은 하나님 안에서 채워져야 한다. 왜냐면 인간은 하나님의 형상으로 창조된 인격적인 존재로서 하나님께 의존되어 있기 때문이다. Crabb(2004)은 인간이 자신의 내면에 존재하는 필요와 욕구를 충족시키려는 그릇된 사고와 신념을 바꾸는 과정을 곧 변화의 기점으로 보았는데, 인간은 하나님 안에서 자신의 가치를 인식할 수 있고 안전함을 누릴 수 있다. 그래서 상담에서 내담자가 원하는 중요성과 안전에 대한 욕구는 오직 하나님과의 관계에서 충족될 수 있는 것이다(Crabb, 2004). 따라서 인간은 하나님과의 관계에서 발생하는 문제에 직면할 때 자신의 잘못된 행동과 감정이 해결되고 변화를 향해 전진할 수 있게 된다.

결론적으로 직면은 변화를 위해 필요한 상담의 기술이며, 직면을 통한 변화의 경험은 내담자에게 새로운 삶을 확장시켜 나가는 자원을 제공할 수 있다. “기독교상담에서 직면의 목적은 내담자로 하여금 죄의 자각을 통해 자신의 죄를 고백하고 회개하여 하나님과의 관계를 회복하고 완전한 자로 새롭게 되도록 돕는 데 있다”(전요섭, 2012: 246). 그리고 상담자가 내담자의 변화를 위해서 직면기술을 사용할 때 주목해야 할 초점은 자신의 죄에 대한 문제, 내면에 작동하는 동기의 목적과 방향, 하나님과의 관계에서 어긋남이 있는지를 직면하는 것이 필요하다(Trip, 2007). 또한 이것이 기독교상담에서 중요하게 다루어야 할 직면의 영역이라고 말할 수 있다. 결과적으로 이러한 세 가지 관점에서의 직면을 다루는 것은 내담자의 근본적인 변화를 가져오게 할 것이다. 본 연구에서는 이러한 세 가지 영역에 초점을 두어 참여자에게 직면을 경험하도록 상담과정을 설계하여 연구되었다.

### 3. 직면을 강조하기 위한 전제 조건

내담자가 새로운 삶의 변화를 위해 직면하는 것은 고통스럽고 아프다. 그러나 상담의 역동적인 효과라는 최종적인 결과물을 생성할 수 있는 유익이 있다. 그것은 바로 변화를 자신의 것으로 소유할 수 있는 유익이다. 직면은 내담자가 도전하도록 돕는 기술이다(Egan, 2001). 그것은 내담자에게 새로운 관점을 가지도록 하면서 자신의 내면과 외적인 행동을 변화시키도록 도전하게 만든다(Egan, 2008).

일반적으로 직면은 내담자의 사고나 정서에 나타난 불일치, 모순, 생략, 변환 등을 상담자가 지적해주어 문제 또는 사실을 객관적으로 맞닥뜨리도록 하는 상담개입을 의미한다. 내담자가 스스로 인식하지 못하고 있거나 인정하기를 거부, 회피, 부인하려는 생각이나 정서에 주의를 집중시켜야 하는 기법이다(전요섭, 2012: 225).

이러한 직면은 깊은 상담 관계를 토대로 행하는 기법이며, 내담자가 자신의 문제에 대한 해결점을 향하도록 접근하는 기능을 발휘한다(마정건, 1988; 양은혜, 2004). 직면은 상담자가 비효과적인 행동의 패턴을 인식하도록 지적하는 것이기도 하다(박민수, 2002). 때로는 은유적이거나, 때로는 직설적으로 설명하거나, 때로는 지시적인 방법을 사용하여 상담자는 내담자가 자신의 불일치되는 말과 태도, 사고와 행동에 마주하도록 직면하여 부적절한 자신의 실체를 객관적으로 경험하게 한다. 그래서 직면은 부끄럽고 수치스러운 감정이 발생할 수 있다. 그리고 내담자는 자신의 모습을 수용하기 어렵고 인정하기 싫은 저항을 일으킬 수 있다. 그러나 직면하지 않으면 내담자는 자신의 문제에 대해 어찌면 오랜 기간 변명과 합리화에 머물러, 상담은 아무런 효과도 없고 변화도 기대할 수 없는 생명력을 잃은 상담이 되고 말 것이다. 따라서 새로운 삶을

향하도록 이끄는 역동적인 변화를 위해서 내담자는 직면하는 일에 과감히 도전하여 직면의 과정을 통과하는 일이 곧 자신에게 필요한 일임을 알고 적극적으로 수용할 필요가 있다. 고통스럽지만 이겨낸다면 내담자는 변화된 새사람의 옷을 입고 새로운 삶을 살아갈 수 있을 것이다.

그런데 직면은 내담자의 변화와 성장을 가져오는 상담기술임에도 불구하고 상담과정에서 적극적으로 사용하는 것은 꺼려진다. 왜냐면 직면을 사용하는 것은 내담자에게 불편한 감정을 주기 때문이다. “직면의 요구와 도전은 내담자에게 부담을 줄 수 있다”(강경미, 2005: 180). 그리고 상담의 반발작용을 일으키는 부작용도 있다. 그래서 직면을 사용하는 것은 주의를 요구한다. 대체로 직면은 상담 초기에 사용하지 말라고 권하고 있으며, 직면을 사용할 때는 내담자의 태도를 견지하면서 사용하기를 권하고, 상담자의 자세와 사용 시기에 대해서도 여러 가지 주의사항을 알려 주고 있다(강경미, 2005; 김태수, 2005). 그래서인지 직면 기술의 사용은 상담자에게도 부담스러운 일이 되기도 한다. 만약 직면 기술을 사용하는 것이 부담스럽고 꺼려지는 상담자가 있다면 왜 그런지 상담자로서 자기 이해와 통찰도 필요할 것이다. 상담에서 공감을 잘하면 내담자에게 상담을 잘하고 따뜻한 배려를 받았다는 피드백을 받을 확률이 높아지지만, 직면 기술의 사용을 잘하면 긍정적인 피드백을 받을 확률이 낮아질 수밖에 없다. 그러함에도 불구하고 기독교상담은 직면 기술의 사용을 강조하는 것이 마땅하다. 왜냐면 직면을 통해 실제적인 변화를 계획하고 실행할 수 있기 때문이다. 그리고 새로운 삶의 변화를 통한 열매 맺음도 직면을 통해서 가능하기 때문이다. 따라서 직면은 모든 상담과정에서 필수적으로 필요하다(전요섭, 2012). 내담자는 직면의 과정 없이 변화를 향해 전진할 수 없다. 변화는 인지, 정서, 행동 등 모든 영역에서 직면을 통한 통찰과 자각이 발생될 때 이전 모습이 사라지고 새로운 모습이 나타날 수 있는 것이다. 어느 한 영역에 머무는 직면의 과정은 변화

된 관점을 계속 실행하고, 그것을 유지하는 새로운 삶을 사는 것이 결코 쉬운 일이 아니다. 기독교상담은 세 가지 영역에서의 직면을 통해 내담자가 자신의 문제를 직시할 수 있도록 돕는다. 그렇게 될 때 내담자는 본질적인 변화에 근접할 수 있다.

본 연구에서 사용하는 직면의 기술은 적절한 시기에 조심스럽게 다루는 기술이 아니다. 보다 직설적인 방법으로 매회기 상담에서 내담자를 직면하게 하는 것이다. 이러한 직면 기술을 더 많이 자주 사용하기 위해 필요한 조건은 다음과 같은 내용을 전제로 한다.

첫째, 직면에 대한 충분한 인식이 필요하다. 직면이 무엇인지 내담자가 충분히 알 수 있도록 상담자는 직접적인 설명의 시간을 충분히 할애하여 내담자에게 직면의 특성을 알게 해야 한다. 즉 상담자가 내담자에게 직면의 정의, 필요성, 장점, 단점 등을 충분히 설명하는 것이다. 직면은 위협하고 고통스러울 수 있기에 내담자가 충분히 직면을 이해하고 직면하기를 수용하는 과정이 필요하다.

둘째, 직면하기를 자발적으로 선택하게 한다. 이를 위해 내담자는 직면의 계약서를 작성하면 된다. 이것은 직면에 대한 인식을 바탕으로 직면하기를 선택하는 내담자의 자발적인 동의로서, 직면하는 고통스러운 과정을 스스로 감수하겠다는 의지를 나타내는 것이다. 이러한 직면의 계약서는 내담자가 직면을 강조하는 상담과정에서 저항하지 않게 만든다. 그리고 직면의 자발적인 선택은 내담자가 자신의 변화를 성취하기 위해서 상담과정에 임하는 적극적인 자세, 자신의 역할, 상담에 대한 책임을 유도할 수 있다. 만약 자발적인 선택이 없다면 직면을 강조하는 상담과정은 불필요하다. 따라서 직면 계약서를 통해 변화를 향한 내담자의 자발적인 선택과 동의가 필요하다는 것을 명확히 밝힐 필요가 있다.

셋째, 직면의 중요한 영역은 죄(습관), 동기, 관계이다. 이러한 세 가지 영역의 직면은 본질적인 변화를 촉진한다. 물론 비기독교인의 경우도 유

사한 방법으로 진행할 수 있다. 다만 죄에 대한 본질적인 인식의 차이가 있기에, 죄라는 표현보다는 잘못된 습관이라는 유사한 표현으로 바꾸어 사용한다면 충분히 가능하리라 여겨진다. 그리고 하나님과의 관계를 설명하여 직면시킬 수는 없겠으나, 초월적인 존재에 대한 개념이 있는 내담자라면 기독교상담에서 하나님과의 관계가 파괴되었을 때 파생되는 문제에 대한 언급을 자연스럽게 제시할 수 있을 것이다.

넷째, 직면을 경험한 이후에 변화된 사고, 감정, 행동을 표현하게 한다. 표현한 것은 더 의식적으로 변화될 수 있게 만드는 긍정적인 역할이 있다. 그리고 자신이 가진 불일치를 더 빨리 알아차릴 수 있도록 유도한다. 만약 표현하지 않고 답아둔다면 그것은 실행하도록 이끌어 내지 못한다. 따라서 적극적인 변화를 실행하기 위해서는 상담과정에서 경험한 직면의 내용으로 사고, 감정, 행동을 자유롭게 표현하고 진술하도록 만들어 그것을 행동으로 옮기도록 이끄는 상담자의 노력이 필요하다.

이러한 네 가지의 조건이 충족된다는 전제가 있다면 상담에서 직면은 더 많이 자주 사용하도록 강조할 수 있을 것이다. 이러한 예측을 가지고 5명의 내담자를 선정하여 더 많이 자주 사용하는 직면의 경험이 강조되는 상담과정을 구성하여 본 연구를 실시하였다.

#### 4. 연구방법

##### 1) 현상학적 연구

본 연구는 질적 연구방법 중 하나인 현상학적 연구(Phenomenological Research)방법을 채택하였다. 현상학적 연구는 연구 참여자들의 경험과 환경에 대한 인식에 초점을 둔다(Sheperis, Young & Daniels, 2013). 그리고 어떤 하나의 개념이나 현상에 대해서 다양한 체험적 의미를 분석하는 것으로 현상에 대한 공통적인 경험을 기술하는 연구방법이다(Creswell,

2015). 이러한 현상학적 연구는 인간의 경험과 현상을 이해하고 어떤 의미를 도출하고자 하는 경우 적합한 연구방법으로 평가할 수 있다(Padgett, 2005).

## 2) 참여자의 선정 및 특성

본 연구에서 참여자는 연구자에게 상담을 의뢰하고 연구자가 직접 상담한 내담자 5명으로 임의추출 방식을 통해 구성되었다(2016년 10월 ~2017년 12월 기간 중 개인 상담에 참여한 자로 각각 시기는 다름). 참여자의 조건은 상담경험이 있으나 상담을 통해 변화된 경험이 없다고 생각하는 내담자로, 상담과정에서 직면 기술이 충분히 경험될 수 있음에 동의하였으며, 자신의 경험적 진술이 연구자료로 사용될 수 있음을 인지하고 정보 활용에도 동의하였다(자세한 개인정보, 구체적인 상담내용, 내담자의 수치스러운 내용을 담고 있는 역동은 제외). 그리고 참여자들은 상담을 통해 변화된 새로운 삶을 살고 싶다는 상담목표를 가지고 상담에 임한 자발적인 내담자들이다. 참여자 개인의 특성은 <표 1>과 같다.

<표 1> 참여자의 특성

참여자	성별	나이	직업	회기	상담 경험	변화 경험	종교	호소문제의 영역	변화의 초점
1	여	20대	학생	20회기	○	×	기독교	대인관계	S, M 영역
2	여	30대	학생	12회기	○	×	기독교	대인관계	S, R 영역
3	여	40대	무직	8회기	○	×	기독교	우울	R 영역
4	여	40대	영업	7회기	○	×	기독교	갈등	M, R 영역
5	여	50대	주부	12회기	○	×	기독교	불안	M, R 영역

<표 1>에서 변화의 초점은 앞서 언급한 세 가지 영역에서의 직면을 말하며, 특히 내담자의 문제와 연관 지어 볼 때, 각자 더 필요한 영역에서

의 직면 기술을 사용하는 것으로 더 집중한 주요 영역을 의미한다. 따라서 상담과정을 통해 세 가지 영역에서의 직면이 참여자에게 모두 적용되었지만, 각각 개인에게 좀 더 필요한 영역에서의 직면을 더 강조한 것으로 이해하기 바란다. 표기는 세 가지 영역의 주제가 되는 단어를 선택하여 간략히 약어로 기록하였다. S-죄(Sin), M-동기(Motivation), R-관계(Relationship)를 지칭한다.

### 3) 자료수집 및 참여자에 대한 윤리적 고려사항

자료 수집은 내담자의 진술(녹음자료)과 상담 후 기록한 질의내용 및 상담 평가지를 수집하였다. 그리고 심층적 면접기법을 통해 각자 개인이 이야기하는 내용을 요약정리 하였다. 그 외 내담자의 개인정보 및 호소 문제 등은 허용되는 범위에서만 사용하였으며, 상담의 구체적인 내용과 개인의 깊고 수치스러운 내면의 역동은 제외하기로 하였다. 참여자는 상담과정에서 직면 경험이 주는 의미, 직면을 통해 발생하는 변화와 관련된 진술 내용을 주요 연구자료로 수집되도록 허용하였으며(100일 이후 소각처리), 이것을 의미 있는 단어로 나누고 구조화된 틀로 통합하여 구성요소를 도출하였다. 상담과정 후에 사용된 질문은 <표 2>와 같다.

<표 2> 질문지

질문의 내용
(1) 변화하기 위해서 그동안 어떤 노력을 했습니까?
(2) 변화되기 위해서 자신에게 필요하다고 여기는 것은 무엇입니까?
(3) 변화에 방해가 되는 것은 무엇입니까?
(4) 직면을 통해 느껴지는 사고나 감정은 무엇입니까?
(5) 직면이 당신에게 주는 긍정적, 부정적인 영향은 무엇입니까?
(6) 직면은 당신의 삶의 어떤 역할을 한다고 생각하십니까?
(7) 세 가지 영역의 직면 중 어떤 영역이 효과적이었습니까?
(8) 앞으로도 직면하기를 가까이 선택할 수 있으십니까?

그리고 <표 2> 질문지에 대한 내담자 반응의 결과에 대한 간략한 요약은 다음과 같다.

(1) 변화를 위한 노력: 변화하려는 사고와 감정적인 반응으로 그동안 노력을 하지 않은 것은 아니지만, 대체로 내담자가 지닌 마음의 결심과 의지를 실행하는 데 실패한 것으로 나타났다. “노력해 보았지만 잘 안되더라”, “마음같이 쉽지 않다”, “생각한 대로 잘 되면 내가 여기 왜 왔겠냐”, “주변에서 도와주지 않아서 하려고 해도 되지를 않는다”, “내 뜻대로 마음대로 되는 게 없는 것 같다.”, “의지가 약해서 못하는 것 같다.”, “은혜 받고 며칠 지나면 그대로인 것처럼... 그때 뿐인 것 같다.”

(2) 변화를 위한 개인의 필요: 개인의 의지, 실천하는 능력, 환경의 변화, 부정적인 사고의 전환, 상담, 자신감, 하나님의 도우심.

(3) 변화의 방해물: 엄마, 가족, 직장 동료, 환경, 게으름, 의지의 결여, 부족한 자기 자신, 행동으로 옮기는 실천의 부재, 작심 3일, 실패의 경험, 낮은 자아효능감.

(4) 직면을 통해 느끼는 사고와 감정: 찢리는 것처럼 아프다, 알지만 잘 안 된다는 사고, 알고 있었지만 이렇게 다시 깨닫게 되어 인정할 수밖에 없는 자신에 대한 부끄러운 마음, 자신에 대한 실망, 수치스러운 생각이 들, 하나님께 미안함, 잘못된 것을 인정해야 한다는 생각, 인정하기 싫은 마음, 앞으로 잘 하겠다는 마음의 결심이 생김, 회피하는 자신의 모습, 슬픔, 하나님 앞서 바로 서야 한다는 반성, 다른 사람을 미워한다는 사실을 알게 됨, 다른 사람 탓을 하고 있었던 자신의 모습을 발견, 상담을 통해 알게 되어서 덜 불안함, 직면하기를 선택해서 다행이라고 생각함, 직면을 알게 되어 기쁨.

(5) 직면의 긍정적, 부정적인 영향: 앞으로 나아갈 방향성을 알게 됨, 자신을 반성하게 되고 자신이 성장하는 듯한 느낌과 사고가 생김, 마음의 동기를 살피게 됨, 알고 나니 마음이 아픔, 그래도 희망이 있다는 마

음이 들, 죄를 회개하게 됨, 인정할 수밖에 없는 마음의 불편, 수용하게 되니 편안해짐, 하기 싫은 마음, 왜 내가라는 생각이 들.

(6) 직면의 역할: 반성적 사고를 하게 됨, 성찰의 시간을 가짐, 하나님께 고백하는 시간이 늘어남, 하나님 앞에서 자신의 삶을 점검하게 됨, 타인의 입장을 고려하는 노력과 이해가 증가됨, 하나님과의 관계를 회복하는 삶이 시작됨, 뭐라도 해야겠다는 변화의 동기가 발생.

(7) 직면의 세 가지 영역의 효과: 다 필요한 것 같다고 여김, 관계적인 측면에서 직면이 좀 더 효과적이라고 생각, 죄에 대한 직면은 다소 마음을 어렵게 함, 동기에 대한 직면은 새롭다고 여김, 모두 다 나에게 필요한 일이었다고 고백함.

(8) 직면하기의 선택: 선택하겠다, 선택하는 것이 나에게 도움이 된다, 선택하는 것이 상담에서 효과적이라고 생각 함, 공감적인 상담은 나름대로 좋지만 상담이 끝나면 별 차이가 없는 것 같음, 나를 위한 것이라면 직면하기를 선택하는 것이 현명하다고 여김.

#### 4) 연구를 위한 직면기술의 조건

본 연구에서 직면기술의 사용은 다음의 조건을 충족하여 실시되었다. 따라서 조건이 충족된다는 전제가 있을 때 직면기술을 더 많이 자주 사용하도록 강조할 수 있다. 그리고 조건을 충족하는 직면 경험이 기독교 상담에서 요구하는 내담자의 본질적인 변화를 더욱 촉진시킬 수 있다고 예측하는 바이다.

(1) 1~2회기 상담에서는 직면 기술을 사용하지 않는다(공감과 경청의 기술 사용).<sup>1)</sup> (2) 3회기 상담에서 직면이 무엇인지에 내담자에게 충분히

---

1) 1~2회기 상담에서는 내담자의 정보를 수집하여 상담의 구조화가 필요한 과정이므로, 공감과 경청을 통해 상담의 관계를 형성하고 상담을 준비하는 일이 더 중요하기에 직면 기술의 사용은 불필요하다.

설명하고(직면의 정의, 필요성, 목적, 장점, 단점) 직면 계약서를 작성한다(Egan, 2001).<sup>2)</sup> (3) 내담자가 자신의 변화를 위해 직면하기를 자발적으로 선택하는 것을 전제로 한다.<sup>3)</sup> (4) 종결 상담까지 상담과정에서는 직면의 기술을 충분히 사용한다(1~2회기 제외, 매회기마다 직면기술 사용).<sup>4)</sup> (5) 직면의 기술은 죄(잘못된 습관), 동기(목적과 방향), 관계(하나님)에 초점을 두고 사용한다. 그리고 내담자의 호소문제와 연관된 영역에서의 직면이 더 필요한 경우 필요한 영역에서의 직면을 더 많이 다룬다.<sup>5)</sup> (6) 직면의 기술을 사용한 이후 내담자의 사고, 감정, 행동 등 변화를 자유롭게 표현하고 진술하도록 하여 기록한다.

#### 5) 분석방법

본 연구는 현상학적 연구방법의 다양한 분석방법 중에서 참여자의 의미 있는 진술이 도출되어야 분석이 가능한 Amedeo Giorgi가 제시하는 방법을 활용하였다. Giorgi의 현상학적 연구는 참여자의 기술적 진술에 초점을 두면서 참여자가 경험한 의미를 직관적인 판단으로 찾아내는 것과 같다(김경선, 성승연, 2012). 그래서 참여자의 경험적 진술을 잘 듣고 기술하는 것으로부터 시작하여 의미 있는 진술을 취합하게 된다(황

- 
- 2) 자기계약(self-contract) 곧 내담자가 자신과 한 계약은 새로운 행동을 추구하는 데 도움이 된다.
  - 3) 자발적인 선택은 내담자에게 책임을 부여하는 것이다. 이는 자신이 변화하기 위해서 직면을 선택하고 변화를 향해 노력해야 한다는 사실을 인식하여 상담의 주체적인 참여자로서 책임을 유도하는 것이다.
  - 4) 직면은 내담자에게 해석, 설명, 권면 등의 방법을 사용하여 상담자의 직접적인 언어의 표현으로 내담자가 충분히 직면하고 있음을 느낄 수 있도록 사용하는 것이다. 이는 내담자가 자발적으로 직면하기를 선택하고 계약서를 작성한다는 전제로 이루어지기 때문에, 직면 기술을 사용할 때 은유나 비유적 표현 혹은 우회적으로 사용할 필요가 없다는 의미이다.
  - 5) 직면은 상담과정과 별도의 과제를 통해 병행하였다. 과제는 세 가지 영역에서의 직면을 A4 1장 이내로 기록하는 방식으로, 하나님 앞에서 자기 고백적 일기의 형식을 취한다.

희진 외, 2017). Giorgi는 4단계의 분석과정을 제시하고 있는데(Giorgi, 2004) 분석과정은 전체적 느낌과 내용 파악하기 → 기술된 내용을 의미 단위로 나누기 → 나뉜 의미를 학문적 표현으로 전환하기 → 전환된 의미 단위를 구조적으로 통합하기 등의 과정을 거치게 된다(황희진 외, 2017).

분석절차는 참여자가 진술한 전체 내용을 인식하기 위해 반복적으로 듣고 읽었으며, 직면 경험에 초점을 두어 상담과정에서 참여자와의 대화와 언어적 의사 표현의 의미를 찾아 분석하였다. 그리고 의미 단위를 하위구성요소로 구분하고 그것을 다시 현상에 초점을 맞춘 심리학적 용어로 전환 시켰다. 이후 현상에 나타난 일반적인 구조로 통합하였다. 이러한 과정을 통해 중복된 의미를 제외하고 57개의 의미가 도출되었으며, 공통적인 반응들을 통합하여 31개의 하위구성요소와 7개의 구성요소로 묶어내었다.

## 5. 연구결과

본 연구의 결과, 조건을 충족하는 직면 경험이 참여자에게 어떤 변화를 나타내는지 <표 3>과 같이 그 의미를 확인할 수 있었다. 그리고 직면을 더 많이 자주 사용하기 위한 실천적인 방법으로 직면 기술의 조건적인 활용 방안도 제시할 수 있었다. 따라서 기독교상담의 과정에서 직면의 기술을 더 많이 자주 사용하는 것은 내담자의 본질적인 변화와 상담의 역동성을 가지기 위해서 그 필요성을 강조할 수 있을 것이다. 본 연구에서 강조하는 직면을 경험한 참여자들의 연구결과는 <표 3>과 같다.

〈표 3〉 직면을 통한 변화의 구성요소와 하위구성요소

구성요소	하위구성요소
자기이해	자신에 대한 이해와 관심이 높아짐
	자신의 가치관과 신념을 깨닫게 됨
	내재적 욕구와 불일치된 자신 모습을 알게 됨
	하나님이 자신을 창조하신 목적을 깨닫게 됨
자기성찰	남의 탓을 한 자신을 발견
	실천하지 못하고 게으른 삶의 태도를 반성
	자신의 의지와 결단력이 부족함을 알고 성찰하게 됨
	자신의 문제를 인정하고 반성하는 태도가 나타남
자기수용	하나님 앞에서 자신의 실체를 드러다 봄(죄, 관계)
	자신의 부족함과 실수를 인정
	생각과 감정을 적절하게 표현
	상처나 아픔을 회피하지 않고 수용
타인이해	하나님이 자신을 사랑하고 구원하는 존재임을 재인식하여 수용
	타인의 입장을 고려함
	문제 발생 원인이 타인 때문이 아니라는 생각이 들
	이웃을 사랑하라고 한 하나님의 말씀을 생각하게 됨
조절능력 향상	양가감정의 해결
	외부 환경을 조절
	자신의 감정을 조절
	참고 견디는 힘이 생김
긍정적인 태도	부정적 감정과 행동을 줄이고 열매 맺는 삶을 나타내려고 노력
	변화되려는 의지와 동기가 생김
	자신의 미래에 대한 희망이 생김
	변화될 수 있다는 자신감이 발생
변화와 성장의 동기	하나님께 고백하며 교제하기를 즐겨 함
	스스로 격려하며 변화를 선택
	변화 행동에 대한 결단을 내림
	실천 가능한 목표 설정하여 실행하게 됨
	하나님과 교제를 통해 새로운 삶의 소망이 생김
	하나님 앞에서 직면하는 삶으로 성장하는 노력을 함
새롭게 변화되는 삶을 위해서는 직면이 필요하다고 여김	

### 1) 자기이해

참여자들은 상담과정에서 직면을 통해 자신이 모르고 있었던 자신의 모습을 깨닫게 되면서 자기 이해의 관심이 높아져 자신에 대해 더 알고자 하는 동기가 발생하였다. 그리하여 자기 이해의 폭을 넓히려고 노력하는 변화가 있었다.

제가 그런 생각과 가치관을 강하게 가지고 있었는지 몰랐어요. 당연히 다 그런 줄 알았는데... 정말 신기하네요. 내가 그런 모습이었다니... 제가 모르는 저의 모습이 또 있을까요?(참여자2) 제가 자꾸 저도 모르게 도망가게 되네요. 여전히 회피하고 있구나. 여전히 방어를 많이 하는 사람이구나... 그래서 저도 모르게 그렇게 마비되는 증상이 나타나나 보네요.(참여자1) 지금이라도 저에 대해서 조금 더 알게 되니 다행이네요. 이해가 되니 내가 왜 그렇게 행동하는지 알겠어요. 나를 먼저 더 잘 아는 것이 필요하구나... 그래서 상담을 하는구나 싶어요.(참여자4) 저도 할 수 있는 일이 있을텐데... 하나님께서 제게 주신 삶의 목적이 있겠지요? 그것이 무엇인지 더 알고 싶네요.(참여자3)

### 2) 자기성찰

참여자들은 자신의 불일치된 모습을 통찰한 결과 반성하는 태도를 보였다. 모든 문제의 원인을 타인이나 외부 환경 탓으로 돌리는 자신의 모습을 성찰하면서 변화를 향한 방해 요소가 곧 자신의 잘못된 생각과 태도라는 것을 자각하는 변화가 있었다.

주변에 나를 도와주는 사람이 아무도 없어서... 항상 혼자라는 생각에 할 수가 없었는데... 꼭 그것이 문제는 아니었군요. 저는 계속 핑계를 대고 있었어요. 사실은 제가 하기 싫은 것을 다른 사람 때문이라고 생각하고 사는 것이 편해서 그랬는지도 모르겠어요. 제가 잘못 생각하고 있었군요. 하나님도 나와 함께 계신데...(참여자3) 제가

변하려고 해도 집에서 아무런 도움이 안 돼요. 제가 뭘 하려고 해도 시간도 없고... 제가 의지가 좀 약해서 잘 안 되나 봅니다. 의지가 약하다고 생각을 해서 뭔가 시작을 하지 못하고 있었던 제 자신이 큰 문제였군요. 하나님께도 도움을 구하지 않았어요.(참여자2) 계속 저만 괴롭히는 것 같아서 그 사람과 마주치는 것을 피했는데... 그래서 문제가 더 커진 것 같아요. 제가 잘못된 부분도 많이 있긴 하죠.(참여자4) 저의 습관적인 문제가 정말 크네요. 하나님과의 관계도 생각해 보니 친밀하지 않는 것 같아요. 신앙생활도 그렇고... 회개를 해야겠어요.(참여자3)

### 3) 자기수용

“자기수용은 그리스도 안에서 나를 있는 그대로 받아들이고, 나를 하나님께서 만드신 모습 그대로 받아들이는 것을 의미한다”(Litchfield & Litchfield, 2006: 192). 참여자들은 자신이 보고 싶지 않은 자신의 수치스러운 면모에 대해 직면하면서 내면적으로 아픔을 가졌으나, 오히려 자신을 더 깊이 이해하고 수용하는 태도로 전환시키는 모습을 보였다. 이는 하나님 앞에서 그리고 이웃에 대해서 겸손한 마음을 가지게 되었기 때문이다. 그리하여 연약하고 부족한 자신의 모습에 대해 긍휼한 마음을 가지고 자신을 격려하게 되었으며, 하나님 앞에서 자신의 부정적 감정도 수용하고 받아들였다.

참 부족한 사람이다 싶는데 그것도 나려니 하고 생각하니 내가 참 불쌍하기도 하고... 그래도 마음이 편안해지고 좋네요. 하나님께서도 저를 이해하시고 다시 받아주시겠지요?(참여자5) 제가 어디 가서 이런 모습을 드러내겠어요. 그나마 여기서... 선생님 앞이라 제 모습이 인정되고 받아들여지네요. 인정하기 싫어서 그동안 힘들었구나 싶어요.(참여자1) 그런 감정은 좋지 않아서 나쁘다고만 생각했

는데 그것도 저의 모습이니 받아들이는 게 더 좋겠네요. 제 감정도 수용하지 못하는데 누구를 수용하겠어요. 하나님께서도 저를 인정해 주시고 수용해 주셨는데...(참여자2)

#### 4) 타인이해

참여자들은 자기이해와 자기수용을 통해서 타인을 이해하는 모습으로 나아가는 변화의 진전이 있었다.

그 사람 입장에서 충분히 그럴 수도 있겠다 싶어요. 지금 생각해 보니... 내가 그렇게 무턱대고 화를 냈으니 그 사람도 그럴 수밖에 없겠어요. 사실관계도 물어보지도 않고 제 마음대로 판단하고 무작정 화를 냈으니... 이제야 이해가 되네요.(참여자4) 엄마가 단 한 번도 저를 위해 따뜻한 말과 보살핌이 없었다고 생각했는데... 항상 저만 미워했다고 생각했는데... 상담을 하다 보니 엄마가 저를 사랑하지 않은 것이 아니었군요. 제 입장에서 굉장히 많은 요구를 하고 있었으니 엄마도 많이 힘들었겠어요. 엄마도 참 많이 아프셨을 텐데... 저를 위해 참고 사셨을 생각을 하니... 마음이 아프네요.(참여자1) 하나님께서 이웃을 사랑하라고 하셨는데... 제가 조금 더 노력을 하는 것이 좋겠어요. 다른 사람의 입장을 고려해 보지 않았어요.(참여자2)

#### 5) 조절능력 향상

참여자들은 조절되지 못한 자신의 감정이 자신의 행동이나 태도에 어떤 영향을 미치는지 깨닫게 되었다. 그리하여 감정에 좌우되지 않고 이성적인 사고를 통해 올바른 행동이나 태도를 선택적 하려는 시도가 있었으며, 자신의 부정적인 감정을 조절하려는 노력을 하였다. 그리고 외부 환경으로 인해 자신의 삶이 흔들리지 않고 중심을 잡을 수 있도록 외부 환경에 대한 자신의 태도를 조절하려는 능력이 함양되었다.

엄마가 뭐라고 말만 하면 말이 끝나기도 전에 제가 버럭버럭 화를 냈었는데 지금은 끝까지 들어보고 이야기를 하게 되었어요. 처음에는 잘 안되었지만 참고 견디다 보니 지금은 어느 정도 조절할 수 있게 된 것 같아요. 그래서인지 제가 좀 온순해진 것 같기도 합니다.(참여자3) 변하고 싶은 마음도 있지만 사실 지금 이대로도 너무 좋거든요. 그런데 이대로 있으면 저는 죽을 때까지 무의미하게 살 것 같아요. 제 마음이 왔다 갔다 하지만 이런 저의 마음이 저를 무기력한 삶을 살게 하니 다른 선택을 하고 벗어나야겠어요.(참여자1) 불안한 마음이 있어서... 불안하다는 생각을 많이 해서 제대로 삶을 살지 못했어요. 알고 보니 불안하다는 생각과 감정이 저를 많이 지배하고 있었군요. 제 마음에 하나님이 없이 그동안 사단이 지배했나 봅니다. 그러니 열매도 없는 신앙생활도 그렇고.... 기쁨도 행복도 없고 계속 짜증만 내고 걱정만 하고 살았다니... 그런 제 자신이 한심하다는 생각에 이제는 제 마음을 조절할 수 있게 된 것 같아요.(참여자5)

#### 6) 긍정적인 태도

내담자의 긍정적인 변화는 자신의 문제를 직시할 때 발생하는 것이다 (Martin & Bobgan, 2008). 참여자들은 현재 자신의 모습에 대한 통찰을 가지고 현실을 인식하게 되었으며, 당면한 문제에 대한 해결의 실마리를 찾을 수 있다는 긍정적인 태도가 나타났다. 그리고 급히 서두르지 않아도 앞으로 자신이 변화된 사람으로 바뀔 것이라는 기대와 확신을 가지게 되었다. 자신에 대한 긍정적인 태도는 자기효능감을 고취 시키는 변화에 해당된다.

계속 그렇게 살아왔지만, 이제는 그렇게 살지 않아도 될 것 같습니다. 한 번에 좋아지지 않더라도 선생님의 말처럼 차츰차츰 좋아지고 있고 앞으로 더 좋아질 것이라고 믿게 되네요.(참여자1) 실패만 하다가 요즘은 제가 생각해도 놀랍긴 하네요. 작은 것부터 하는 게

맞았어요. 해도 안 되는 줄 알았는데... 제가 너무 크게 목표를 세우고 살았나 봐요.(참여자3) 할 수 없는 목표만 세우고 엄두가 나지 않아서 실천도 한 번 못해본 것이라는 걸 지금은 확실히 알겠어요. 알려주신 방법대로 해보니 이제 할 수 있다는 자신감이 생겼어요.(참여자2) 저의 불안과 짜증스러운 태도를 하나님께 고백하고 나니 하나님과 관계도 좋아지고 삶이 즐거운 것 같아요.(참여자5)

### 7) 변화와 성장의 동기

참여자들은 상담에서 직면을 통해 자신에 대한 인식이 더욱 높아졌다. 이로 인해 스스로 자신의 삶을 변화하려는 동기가 생성되었으며, 변화를 위해서는 자기 자신이 더 중요하다는 사실을 통찰할 수 있었다. 그리고 불일치된 모습과 부적응적인 삶의 양식을 적응적으로 대처하는 방법을 발견하는데 주의를 기울였으며, 변하지 못할 것이라는 비합리적 사고에서 긍정적인 방향으로 성장하려는 결단을 통해 새로운 삶을 선택하게 되었다. 아울러 여러 가지 부적절한 감정과 행동을 개선하려는 자세와 하나님 앞에서 미래적인 소망을 바라보게 되었다. 이는 기독교상담의 장기적인 상담목표를 향하는 변화가 일어난 것으로 이해할 수 있다.

이제 변화에 대해서 두려울 것이 없는 것 같아요. 잘 할 수 있을 것 같아요. 변하지 못하고 예전처럼 살면 어떡하지 하는 걱정도 없어요. 하나님 앞에서 제가 소중한 사람이고 하나님께서 주신 저의 소망을 가지고 더 성장하면서 다른 사람 때문에 더 이상 저의 삶을 망가뜨리지 않을 것 같아요. 이제 더 이상 다른 사람의 눈치를 보며 살 필요가 없어요. 하나님이 저와 함께 하시니...(참여자1) 제 마음은 하고 싶는데 그러지 못했던 저의 모습이 결국 저의 잘못된 선택이었구나 싶네요. 갈피를 잡기 힘들었는데 좋게 생각하고 좋은 방향으로 선택하기를 결심하니 크게 갈등할 것도 없고 이제 선택한 삶을 그냥 잘 살면 될 것 같아요. 알고 나니 결심하는 것도 그리 어렵지 않고...(참여자2) 자꾸 미루고 살았던 사실을 깨닫고 보니 이제 그렇

게 하면 안 되는구나... 선생님 말대로 지금 미룬 것은 또 내일 후회하게 되겠지요. 그게 또 쌓이고 쌓이면 앞으로 1년, 2년... 미래의 제 삶은 지금과 똑같다고 생각하니 정말 끔찍하다는 생각이 들었어요. 이제는 새로운 사람이 되어야 할 것 같아요. 어차피 안 되는 것은 안 되는 것인데 왜 내가 거기에 머물러 있었나... 한심한 생각도 들고... 제가 할 수 있는 일들을 찾았으니 성실히 하다 보면 좋은 결과가 생기겠지요.(참여자3) 제가 먼저 다가가서 그 사람과 관계를 풀어야 할 것 같아요. 하나님께서 그것을 원하실 거예요. 제 마음도 편안해졌으니 이제는 할 수 있을 것 같아요. 하나님 앞에서 저의 모습을 직면하고 나니 부끄럽지만 그것도 저의 모습이니... 앞으로 더 나아질 거예요. 하나님 앞에서의 직면은 꼭 필요한 것 같네요.(참여자4) 세 가지 영역에서 직면하기를 결심하고 저를 살펴보니 여러 가지 문제가 많았어요. 습관적인 죄도 참 문제고... 하나님이 보시기 좋았던 모습으로 살아야겠어요...(참여자5)

이상 본 연구의 결과를 통해서 참여자들은 더 많이 자주 사용한 직면의 경험을 통해 자신을 더 깊이 이해하고 성찰하였으며 자기수용을 통해 타인을 이해하는 모습에 이르기까지 성장하였다. 그리고 조절능력의 향상으로 자신의 삶을 부적절하게 반응하는 것으로부터 적응적으로 기능하는 삶을 사는 변화가 있었다. 아울러 변화하는 것에 대한 자신감 등 긍정적인 태도를 나타내었고 변화와 성장하려는 동기가 높아졌다. 또한 하나님 앞에서 직면하는 것이 자신을 변화시키는 가장 중요한 역할을 한다고 고백할 수 있었다.

### III. 닫는 글

기독교상담은 하나님 앞에서 직면함으로 변화되는 상담의 과정을 지

향한다. 내담자의 증상이나 심리적 고통의 감소라는 표면적인 변화만을 추구하지 않는다. 그리고 기독교상담은 속성이 변화되는 것을 상담의 목적으로 하고 변화를 향한 분명한 직면의 대상이 있으며, 하나님의 백성으로 참된 삶을 살도록 촉구하는 직면의 목표가 명확한 상담과정을 구축한다. 직면은 불일치된 삶을 일치시켜 하나님께 나아가는 것이다. 직면은 결코 평가되고 정죄 받는 과정이 아니다. 직면은 하나님 앞에서 내담자를 회개로 인도하는 도구로 사용하는 것이다(전형준, 2009). 이와 같은 직면을 통한 내담자의 변화된 마음과 행동은 상황에도 영향을 미치게 되어 주변 환경도 변화시키는 현상을 일으키게 된다(황규명, 2009). 곧 직면을 통한 내담자 한사람의 변화는 또 다른 변화를 작동시키는 촉매제가 될 수 있는 것이다.

인간의 사고, 감정, 태도, 행동은 하나님과 연결되기 때문에 어떤 변화를 추구하든 그것은 중요한 변화가 된다(Adams, 1986). 변화는 완전하고 지속적인 변화로 마음의 변화를 일으키는 것이 필요하다. 그리고 인간의 마음은 동기와 관련되기 때문에 동기가 가지는 목적과 방향에도 주목해야 한다. 이때 직면은 순종하는 마음의 동기에 기초를 두어야 한다(Tripp, 2007). 그렇게 될 때 하나님 앞에서 새롭게 새사람이 되는 변화를 시작할 수 있다. 그러나 직면을 통해 문제 상황을 인식하고 통찰한다고 해도 실천적인 행동으로 변화되기까지는 마음의 의지와 결심만으로 그것을 계속 유지하기가 어렵다. 그래서 변화를 계속 유지하려면 마음속에 하나님께서 주신 새로운 소망이 생성되고, 직면으로 통찰한 객관적인 자신의 실제적 문제를 직시하여, 삶의 현장에서 반복적으로 훈련할 때 변화가 정착될 수 있는 것이다. 내담자가 계속 직면하기를 도전하여 자기인식과 자기수용이 뒷받침된다면 하나님 앞에서 자신을 내어놓고 겸손한 인생을 살아갈 수 있을 것이다.

인간이 경험하는 모든 고통은 하나님과의 분리에서 파생되었다고 볼

수 있는데, 이러한 고통은 하나님을 갈망하며 하나님과 교제함으로 극복할 수 있다. 이를 위해서 인간은 세 가지 영역에서 더 많이 자주 직면하는 일에 두려움이 없이 도전해야 한다. 이때 상담자와 함께 통과하는 직면의 과정은 안전한 환경에서 직면을 제공하는 유익이 있고, 자발적으로 선택한 직면은 더욱 자신을 변화의 길로 향하게 만드는 유익이 있다. 내담자가 직면하기를 선택하는 것은 필요한 상담의 과정이 되지만 도무지 맞설 용기가 없다면 도움을 청하는 방법으로도 해결하기 바란다. 하나님을 향한 간청은 상황과 환경을 바꿔놓을 수 있고 인간의 한계를 초월하여 도움을 받을 수 있기 때문에 하나님을 향해 도우심을 요청하면 된다.

본 연구는 일반적으로 상담과정의 단계에서 통용되는 직면 기술의 사용 시기를 거부하였다. 그래서 직면 기술의 사용 시기를 제한하지 않는다. 오히려 변화를 적극적으로 구축하기 위해서 직면 기술은 상담과정의 매회기마다 사용해도 무방하다는 것을 역설하였다. 그러나 이것은 조건을 충족한다면 가능한 일이다. 그리고 직면의 주체적인 선택을 내담자에게로 돌렸기에 직면이 가능한 내담자인지를 판단하고 직면의 위험성까지 고려하는 가운데 직면 기술에 접근하는 상담자의 고민도 해결하였다. 직면은 사용 시기가 중요한 것이 아니라 직면의 대상이 하나님이라는 것과 직면하는 세 가지의 영역이 중요하며, 직면의 양적인 분량을 통해 변화의 총량을 넓히는 것이 더 중요하리라 본다. 그래서 직면 기술의 사용이 이제는 망설여지거나 부지불식간에 피하려는 상담의 기술로 인식되지 않기를 바란다. 오히려 더 많이 자주 사용하는 상담의 기술로서 인식의 전환이 있기를 바란다. 오직 하나님 앞에서 직면을 통해 더욱 순종함으로 나아갈 수 있도록 기독교상담의 과정을 통해 적극적으로 직면 기술이 사용되기를 강조하는 바이다.

【 참고문헌 】

- 강경미 (2005). 기독교 상담에서 직면의 역할과 적용. **복음과 상담**, 4, 178-203.
- 김경선, 성승연 (2012). 독서치료를 경험한 중년여성의 삶의 인식변화에 대한 현상학적 연구. **여성**, 17(3), 475-516.
- 김영희 (2004). 21세기 목회상담에서의 변화의 역동성에 관한 연구. **복음과 상담**, 3, 75-81.
- 김용태 (2007). **기독교상담학**. 서울: 학지사.
- 김준수 (2005). 상담의 직면과 거짓 자아. **복음과 상담**, 4, 103-131.
- 김준수 (2012). 인간동기의 심리학적 이론과 성경적 이해. **복음과 상담**, 18, 106-130.
- 김태수 (2005). 직면과 '아가페 상담' (ἀγάπη counseling): 일반상담의 기법과 새로운 paradigm의 기독교 복음적 상담이론의 만남. **복음과 상담**, 4, 29-67.
- 마정건 (1988). 어머니의 촉진적 의사소통과 자녀의 인성 특성과의 관계. 서울 대학교대학원 박사학위논문.
- 안경승 (2004). 변화를 위한 기독교 상담의 세 가지 자원. **복음과 상담**, 3, 91-114.
- 전요섭 (2004). 변화의 주체로서 성령의 사역에 대한 기독교상담적 이해. **복음과 상담**, 3, 8-33.
- 전요섭 (2012). **효과적인 기독교상담기법**. 서울: 기독교문서선교회. 225, 246.
- 전형준 (2009). **인간의 마음의 문제를 풀어주는 성경적 상담**. 서울: 쿰란출판사.
- 정정숙 (2010). **기독교상담학**. 서울: 베다니.
- 정정숙 (2004). **인간문제에 대한 상담학적 치유**. 서울: 베다니.
- 황규명 (2009). **성경적상담의 원리와 방법**. 서울: 바이블리더스. 256.
- 황규명 (2005). 기독교 상담에서의 직면과 복음. **복음과 상담**, 4, 8-28.
- 황희진, 김유진, 박연심, 이영선, 천성문 (2017). 강박 구매행동 경험에 관한 현상학적 연구: 20~30대 직장여성을 중심으로. **재활심리연구**, 24(2), 355-379.
- Adams, J. E. (2002). **상담학개론**(정정숙 역, *The Christian Counselor's Manual*). 서울: 베다니. (원전 1992 출판).

- Adams, J. E. (2004). *목회상담학*(정정숙 역, *Competent to counsel*). 서울: 총신대학교출판부. (원전 1986 출판).
- Adams, J. E. (1986). *How to help people change: The four-step biblical process*. Zondervan Publishing Company.
- Bobgan, M., & Bobgan, D. (2008). *영혼치료상담*(전요섭 역, *How to counsel from scripture*). 서울: 기독교문서선교회. (원전 1995 출판).
- Crabb, L. J. (2004). *성경적 상담학*(정정숙 역, *Effective biblical counseling*). 서울: 총신대학교출판부. (원전 1977 출판).
- Crabb, L. J. (1995). *성경적 상담학 개론*(전요섭 역, *Basic principles of biblical counseling*). 서울: 아가페문화사. (원전 1975 출판).
- Crabb, L. J. (1996). *인간의 이해와 상담*(윤종석 역, *Understanding people*). 서울: 두란노. (원전 1987 출판).
- Cramer, R. L. (1981). *예수님의 심리학과 정신건강*(정동섭 역, *The psychology of Jesus and mental health*). 서울: 생명의 말씀사. (원전 1959 출판).
- Creswell, J. W. (2010). *질적 연구방법론: 다섯 가지 접근*(조홍식, 정선욱, 김진숙 역, *Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches* 3rd ed.). 서울: 학지사. (원전 2007 출판).
- Egan, G. (2001). *유능한 상담자*(제석봉, 유계식, 박은영 역, *The Skilled helper: A problem-management and opportunity-development approach to helping*). 서울: 학지사. (원전 1994 출판).
- Egan, G. (2006). *상담의 필수기술: 효과적 의사소통을 위한 사례중심 접근법*(성숙진 역, *Essential interviewing: A programmed approach to effective communication*). 서울: 나남출판사. (원전 1998 출판).
- Egan, Gerard. (2008). *Egan 상담모델과 상담기술: 문제해결과 기회개발*(제석봉 역, *Essentials of skilled helping: Managing problems, developing opportunities*). 서울: 시그마프레스. (원전 2008 출판).
- Fountain, D. E. (1999). *전인치유의 하나님*(김창용, 강경미 역, *Health the bible and the church*). 서울: 조이선교회출판부. (원전 1989 출판).
- Giorgi, A. (2004). *현상학과 심리학 연구*(신경림, 장연집, 박인숙, 김미영, 정승은 역, *Phenomenology and psychological research*). 서울: 현문사. (원전 1991 출판).
- Hurding, R. F. (2004). *치유나무*(김예식 역, *Roots and shoots: A guide to counseling and psychotherapy*). 서울: 한국장로교출판사. (원전 1985

출판).

- Kirwan, W. T. (1984). *Biblical concepts for christian*. Grand Rapids: Baker.
- Lane, T. S., & Tripp, P. D. (2009). *사람은 어떻게 변화되는가*(김준수 외, *How people change*). 서울: 생명의 말씀사. (원전 2006 출판).
- Litchfield, B. N., & Litchfield, P. J. (2000). *하나님께 바로서기*(정성준 역, *Let's stand up straight*). 서울: 예수전도단. (원전 1997 출판). 192.
- Padgett, D. K. (2005). *사회복지 질적 연구방법론*(유태균 역, *Qualitative methods in social work research: Challenges and rewards*). 서울: 나눔출판사. (원전 1998 출판).
- Powlison, D. (2012). *성경적 관점으로 본 상담과 사람*(김준 역, *Seeing with new eyes: Counseling and the human condition through the lens of scripture*). 서울: 그리스심. (원전 2003 출판).
- Sheperis C, J., Scott Y, J., & Harry D, M. (2013). *상담연구방법론: 양적 · 질적 · 혼합적 방법론*(최한나, 김은하, 김형수 역, *Counseling research: Quantitative, qualitative and mixed methods*). 서울: 학지사. (원전 2010 출판).
- Thompson, R. A. (2007). *상담기법: 우리 자신, 다른 사람, 우리 가족, 우리 환경과의 관계 증진을 위하여*(김춘경 역, *Counseling techniques*). 서울: 학지사. (원전 2003 출판).
- Tripp, P. (2007). *치유와 회복의 동반자*(황규명 역, *Instruments in the redeemer's hands*). 서울: 디모데. (원전 2005 출판).
- Welch, E. T. (2014). Welch, Ten ways ordinary people can help those with psychiatric Problems. *The Journal of Pastoral Practice*, 28, 22–38.
- Welch, E. T. (2015). *Side by side: Walking with other in wisdom and love*. Wheaton, IL: Crossway.
- 네이버 국어사전. 2018년 3월 30일 접속. 해당 사이트: <http://krdic.naver.com/detail.nhn?docid=16744100>.

【 Abstract 】

Phenomenological Study of Confrontation Experiences  
:Suggestion of methodology for the conditional utilization of  
confrontation skills

**Park, Yoon Jeong**

Asia United Theological University

This study, Confrontation is not a confront skill paying close attention and using it at the right moment while holding fast to a client's attitude for the client's awareness and insight. It has a conditional meaning for a more frequent use. The study investigated the meaning of what the confrontation the client experienced in the counseling process would cause changes in the meaning. This study proposes three domains(sin, motivation, relationship) of confrontation to promote essential changes and measures for the conditional utilization of the confrontation skill for a more frequent use.

As a result of the study, in the client, the improvements of self-understanding, self-reflection, self-acceptance, the understanding of others, control ability, positive attitude, and motivation for change and growth occurred through confrontation. And it turned out that it was effective when the client voluntarily chose confrontation with enough recognition of confrontation skill. In addition, it became the foundation on which the experience of confrontation in three domains would bring about dynamic changes. Thus, the confrontation object and the area of confrontation are important, generally instead of the time of its use. And it seems that it would be more important to broaden the total amount of changes through the quantitative amount of confrontation. In conclusion, it is emphasized confrontation conditions can be used more frequently, so it is emphasized to actively use that.

**Key words:** confrontation, change, sin, motivation, relationship