

연애경험을 통한 대학생의 자기발견 및 확장에 관한 현상학적 연구: 자기대상과 관계적 자기를 중심으로*

박현우** · 김민***

초 록

본 연구는 대학생들의 연애경험을 탐색하고 그들이 연애를 통해 자기발견 및 확장을 해나가는 과정을 자기대상과 관계적 자기이론을 기반으로 해 연애의 본질적 의미를 분석하는 데에 목적이 있다. 이를 위해 1년 이상의 연애경험이 있었거나 연애 중인 대학생 7인을 연구 참여자로 선정하여 인터뷰로 수집한 연구 자료를 Giorgi의 현상학적 연구방법으로 분석하였다. 도출된 결과는 42개의 의미단위로부터 16개의 하위구성요소와 7개의 구성요소로 정리하였다. 상황적 구조진술을 통해 도출한 구성요소는 '성장배경과 환경의 명암', '지나간 연인에 대한 애증', '너를 선택했던 이유', '너와 나의 거리, 영역, 그리고 갈등의 방어기제', '존재 전부를 돌보는 자기대상-연인', '내가 선택하는 연인관계', '다시서는 연인으로서의 나'이다. 일반적 구조진술을 통해 도출한 연애의 본질적 의미는 '나와 너의 변증법적 이음매'이다. 본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 성장과정에서 거절당한 자기로 인해 상처받은 자기애는 성인이 되어 연인과의 관계를 통해 자기대상기능을 회복할 수 있음을 알 수 있었다. 둘째, 양적 결과인 연인관계 유형은 연인상대의 특성과 연인관계의 질 또는 시간의 흐름, 상황의 변화에 따라 달라질 수 있으며, 이를 질적 연구로 심층적 변화과정을 살펴보았다는 점이다. 셋째, 단절을 넘어 관계를 맺고 숙성의 상태에 이르기 위해서는 안전하게 보살펴주는 자기대상 기능이 회복되어야 함을 구체적인 경험을 통해 살펴보았다. 이후, 연인상대와 함께 쌍으로 참여자를 구성하여 더욱 깊은 본질적 관계양상을 연구해 볼 것을 제안하였다.

주제어: 연애, 자기 발견, 자기 확장, 현상학적 연구

* 본 원고는 박현우(2017)의 박사학위논문을 일부 수정 및 보완하였으며, 순천향대학교의 학술연구비지원으로 수행되었음.

** 순천향대학교 청소년교육상담학과 시간강사, 교신저자, vshyeon@hanmail.net

*** 순천향대학교 청소년교육상담학과 교수

I. 서론

사람들은 누군가에게 의미 있는 존재가 되고 싶어 한다. 의미 있는 존재는 관심과 시선으로 타인의 존재를 발견하는 것으로부터 출발하며, 타인과의 관계가 선행됨으로써 수반되는 것이다. Buber(1970)는 ‘너’와 더불어 관계함으로써 ‘나’는 존재하며, ‘너’를 통해 또 다른 ‘나’를 만나는 ‘사이’에서 ‘우리’의 존재 의미가 성립하는 것이라고 하였다. 따라서 사랑도 사이에 존재하는 것이며 혼자 하는 것이 아닌 함께 경험하는 과정이다. 함께 한다는 것은 대상이 있는 것이고, 나의 자기와 대상의 자기가 서로 만나고 영향력을 확장하고 부딪치고 또 돌아보면서 관계를 이어나가는 변증법적 과정이다.

본 연구는 대학생들이 사랑을 하는 과정의 경험을 구체적으로 살펴보고자 하였다. ‘연애’는 연인으로서의 지위와 역할을 행하겠다는 약속을 서로 확인하는 상태의 개념으로(윤영준, 2006), 연구에서는 동성애와 짝사랑은 포함하지 않는 이성애의 두 사람 사이에 이루어지는 사랑으로 한정하였다. 본 연구는 연애의 경험이 자기를 발견하고 확장해 가는 과정이 될 수 있는가 하는 문제의식으로 시작하여, 체험의 의미와 구조를 밝히고 드러내기 위해 질적 연구방법인 현상학적 접근으로 진행을 하였다. 연애는 시대를 이어오는 보편적인 문화이기도 하지만 개인에게는 누구와도 같을 수 없는 독특한 경험이기 때문에 개인의 체험에 집중하였다. 즉 개인의 체험에 기초하여 대학생들의 연애라는 본질에 다가가고자 하였다. 그리하여 연애라는 현상을 새롭게 들여다보고 대학생들의 삶에 어떤 의미로 어떻게 영향력을 행사하는지 알아보려고 하였다.

대학생은 성인으로 접어들면서 친밀감과 애정욕구의 통합으로 이성의 한 사람에게 초점이 맞춰지는 발달적 시기다(Sullivan, 1953; 노안영, 강신영, 2003, 재인용). 대학 내일 20대 연구소에서 전국 20대 남녀 985명을 대상으로 시행한 인식조사에 따르면, 77.7%는 ‘연애·결혼·출산에 대한 의향이 있다’고 응답했다(뉴시스와이어, 2014). 그들이 체감하는 현실적 압박으로 인해 ‘N포세대’로 외면하고 있는 형국이지만 실제로는 연애·결혼·출산을 원하는 청년들이 더 많은 것이다. 건강한 연애를 위해 관계에서의 어려움은 왜, 어떻게 나타나는지를 인식해야 함과 아울러 갈등 상황에서 더 나은 관계로의 변증법적 발전을 하려면 연인에 대한 공감적 이해와 자신에 대한 통찰이 필요하다. 그것이 사랑을 하는 기술이 되고 존재적 관계를 맺어가는 능력이 된다.

대학생들을 대상으로 한 사랑·연애·연인관계 등에 관련한 연구들을 살펴보면, 개

인적 요인으로는 성별에 따른 연애타도, 사랑유형, 관계특성, 갈등 대처방식, 질투의 감정 등을 분석한 연구들(전성규, 이영호, 2013; 정여주, 정여진, 2013; 김혜원 외, 2012)과 성행동, 성태도 등에 관한 연구들(추병식, 2014; 김상희, 윤우철, 2012; 조승희, 2012)이 주를 이루고 있다. 가정 및 사회 환경의 요인으로는 원가족, 애착, 자기분화, 양육환경, 사회불안 등이 연인관계에 미치는 영향에 관한 연구들(박현우, 김민, 박정선, 2015; 박경숙, 박주현, 2015)과 데이트 폭력에 영향을 미치는 요인에 관한 연구들(이충환, 신준섭, 2015; 주지현, 서경현, 2015; 조우연, 김경희, 2015)이 활발한 편이다. 또한 연인관계의 변화를 일컫는 관계만족 및 결별의도, 결별예측 요인, 이별 후 성장에 관한 연구들(김은미, 2015; 박선정, 2015)도 활발하다. 최근 국외 연구에서는 이성 관계에서의 폭력, 심리적 고통, 우정과 친밀감의 중재역할, 자기위협과 자존감, 갈등 안에서의 힘의 역할, 사랑태도에 관한 연구들(Bowen & Walker, 2015; Chow, Ruhl & Buhrmester, 2015; Ross, 2015; Zangl, 2016)이 주조를 이룬다. 이러한 선행 연구들은 대부분 양적연구의 방법으로 이루어졌으며, 개인의 독특한 경험들을 심층적으로 살펴볼 수 있는 질적 연구는 상대적으로 부족한 실정이다. 통계적 지표를 통해서 여러 변인들 사이의 상대적 중요성을 수치로 나타낼 수 있지만, 개인의 내적 경험과 다양한 현상들에 대한 내밀한 설명에는 어려움이 있다. 따라서 관계 속에서 자기를 발견하고 확장해 나가는 경험에 대한 깊이 있는 연구가 질적 연구방법을 통해 이루어질 필요가 있다.

자기발견은 연인 관계 내에서 자기의 모습을 인식하고, 친밀한 관계 속에서 거리와 경계를 적절하게 하여 개별적 자기를 만들어 나가는 것을 의미한다. 자기 확장은 자기발견의 연속적 개념으로 관계 내에서 두 사람이 경계를 유연하고 적절하게 유지하면서 친밀감을 형성하고, 개별적 자기를 넓혀 나가며, 관계 내에서 변증법적으로 자기를 변화시켜 나가는 것을 의미한다(정여주, 2012).

본 연구는 정여주, 두경희와 김창대(2011)의 연인관계유형(안개형, 난장이형, 군림형, 껍질형, 산만형)을 기준으로 연구 참여자를 선정하여 인터뷰를 통해 자료를 수집하였다. 자료는 현상학적 연구방법으로 Giorgi의 분석절차에 따라 결과를 도출하였고, 자기대상과 관계적 자기 이론을 기반으로 연애경험의 본질적 의미를 탐색하였다. 아울러 궁극적으로 연애를 통해 자기의 성숙 즉 자기발견과 확장을 이루고 있는지를 고찰하였다. 이 연구를 통해 사랑과 연인 관계의 문제로 고민하는 대학생들에게 길잡이

가 되고 성장의 나침반이 되어 줄 수 있을 것으로 사료된다.

II. 이론적 배경

1. Kohut의 자기대상

태어남과 동시에 만나는 양육자는 인격을 형성하고 성격이 발달되는 과정에 절대적 영향을 미친다. 아이는 자신이 대단한 존재임을 인정받으며 주목받고 싶은 자기애적 욕구를 가진다. 양육자가 충분히 반응하고 격려해주면 자기 구조가 튼튼해지며 타인과의 안정적인 관계를 맺을 수 있게 된다. Kohut(1971)은 이를 ‘자기대상’이라 하였고, “자기의 일부로 경험하는 대상”인 심리적 기능이라고 하였다. 이는 관계적인 개념이다. 물리적으로 분리되어 있으므로 자기와 자기대상이 독립적인 것으로 보이지만, 심리적으로는 자기의 한 부분으로 경험된다는 점에서 하나라는 의미이다(박상희, 2011).

자기대상욕구에는 아이의 과대함과 전능함을 알아봐주고 인정하며 칭찬하는 거울과 같은 ‘거울 자기대상’, 강하고 힘 있는 대상과의 합병을 통해서 외부로부터 자신을 보호하고 불안을 줄이고 싶어 하는 ‘이상화 자기대상’, 타인과 똑같아지려는 열망을 갖는 ‘쌍둥이 자기대상’이 있다(Kohut, 1971). 자기대상욕구가 충족되지 못하면 자기애적 상처가 생기고 무력해지거나(문기라, 최선남, 2005) 고독하고 공허하여 취약한 자기를 진정시켜주고 위로할 대상을 끊임없이 찾게 된다(최영민, 2011).

자기결손은 정상적인 자기 발달이 실패하여 자기가 제대로 성장하지 못했다는 것을 뜻하며, 그 원인은 어린 시절 자기-자기대상에 문제가 있었기 때문이다. 최적의 좌절이 아닌 감당하기 어려운 상처가 되는 좌절의 경험으로 자기의 성장이 멈추고 왜곡되었기 때문에 보상적 의미의 자기-자기대상관계를 새로 시작해야 한다. 유의미한 대상에게 그 역할을 수행해 줄 것을 기대하게 되는데 이를 ‘자기대상 전이’라고 하며, 둘 사이의 튼튼한 정서적 유대, 즉 ‘자기대상 연대’가 형성이 되어야 가능하다(김정규, 1998). 대상관계이론에서는 대상을 건강하게 내재화하였다면 지속적으로 대상과의 끈이 연결되지 않더라도 이미 내재화 된 자기 안의 대상 표상과 관계하면서 살아갈 수 있다고 하였다(Hamilton, 2007). 반면 자기심리학에서의 자기대상은 어느 단계에서 충분히 대상

을 내재화하였다고 필요 없어지는 것이 아니라 평생 동안 필요로 하는 것이다(최의현, 2001). 양육자에게서 충족되지 못했을 때는 다른 대상으로부터 충족될 수 있으며 심리적으로 건강한 성인도 자기대상이 지속적으로 필요하다(Kohut, 1984). 친구와의 우정, 연인과의 애정적 관계, 책, 예술, 사상 등을 통해서도 자기대상 경험은 가능할 수 있다(홍이화, 2011). 성장과정에서 자기대상 기능을 충족하지 못하였더라도 연인과의 자기대상 연대가 형성이 되면 자기대상 전이가 일어나고 자기대상의 보상작업도 이루어져 결손 되었던 자기가 발달을 하여 건강한 자기를 형성하게 된다. 연인과의 사랑은 좀 더 특별한 방법으로 성숙한 자기대상 경험이 된다(Hagman, 1997).

본 연구에서는 참여자들이 성장환경에서 경험한 자기대상 기능을 탐색하고 이 경험들이 연인과의 관계형성에 어떤 영향을 미치는지를 살펴보았다. 그리고 연애경험이 자기대상의 보상작업으로 이어져서 충족되지 못했던 자기대상 기능을 보완하고 보강할 수 있는지를 살펴보았다.

2. 관계적 자기

자기는 홀로 발현되지 않는 관계적인 것이다. 관계적 자기는 타인과의 관계에서 자신이 누구인지, 자신의 지위와 역할이 무엇인지를 반영하는 것이며(방희정 외, 2007), 연애 과정에서도 친밀한 관계 속에서 자기를 인식하는 것이다.

관계에서의 자기와 관련한 선행연구들을 살펴보면, 우수희 외(2012)는 자기입장이 확고하면 어려운 대인관계에 직면할지라도 잘 해결할 수 있는 반면 정서적 단절을 강하게 느끼는 경우에는 대인관계에서의 부정적 문제에 민감하여 심리적 불안을 경험할 수 있다고 하였다. 박지숙(2005)은 갈등협상 방법 중 타협과 같은 긍정적인 전략을 사용하는 경우는 자아존중감이 높고 성숙한 방어기제를 사용하는 경우이며, 그렇지 않은 경우는 공격성 회피 전략을 사용한다고 하였다. 박소영과 손은정(2008)의 연구에서는 신뢰와 존경 및 친밀감을 원하는 욕구가 이성 관계에서 충족되면 연인 관계를 유지하고자 하는 내재적 동기를 갖게 되며 관계만족을 느끼게 된다고 하였다. 이들 연구에서는 건강한 자기상이 관계에서의 긍정적인 영향을 미친다는 공통된 결과를 나타내고 있다. 관계적 자기는 원가족과의 관계 경험을 바탕으로 형성된다. 원가족에서 경험한 부모와의 관계양상과 상호작용 방식이 일생동안 영향을 미치며, 원가족과 건

강한 관계를 형성하고 유지하는 것은 개인의 성장과 발달에 중요한 요인으로 작용한다(최현미, 1997). 관계적 자기의 발달에는 원가족으로부터 심리적으로 분화, 독립하는 것이 중요하다. 원가족으로부터 독립하지 못하면 타인과의 관계에서 의존적인 태도를 취하게 되고, 배우자나 자녀와의 관계 그리고 자녀들이 맺는 관계에서도 반복하여 나타난다(Humphreys, 1993).

본 연구는 연애를 하는 두 사람이 친밀감을 형성한 가운데 자기를 인식하며 관계 속에서 자신의 지위와 역할을 규정해나가는 과정을 탐색하였다. 특정한 타인 즉 연인과의 관계에서 관계 특수적 자기의 발현, 그 안에서의 자기상의 혼란과 충돌의 경험, 그로 인한 결과로써 관계의 숙성 혹은 단절의 과정이 어떻게 이루어지는가를 살펴보았다. 이를 위해 정여주 외(2011)의 연인관계 유형의 각 유형별 연구 참여자를 선정하여 그들의 연애경험 속에서 이 유형별 특성이 어떻게 나타나는가를 살펴보았다. 개별적 자기를 형성해가는 연애과정 속에서 상대와의 경계에 부딪칠 때 생기는 불안에 대처하는 방어기제와 갈등해결 경험을 유형별 특성에 따라 기술하고 분석하였다. 정여주 외(2011)의 연인관계 유형은 개별적인 관계적 자기를 경험하는 정도와 불안에 대처하는 방어기제를 중심으로 안개형, 군림형, 산만형, 난장이형, 껌질형 등 5가지 유형으로 구분한다. 유형별 특성은 아래 표 1과 같다.

표 1
연인관계 유형

유형	특성
안개형	개별적 자기를 구별해 경험하지 못하며 자기모습을 상대에 포개어 숨어버리는 방어기제를 사용하는 유형
군림형	관계불안으로 타인을 착취하고 군림하면서 자기의 경계를 확장시켜 만족감을 누리려는 유형
산만형	여러 사람을 통해 자신의 욕구를 만족시키려 하는 유형
난장이형	개별적 자기를 구분하기 시작하나 자신의 모습을 평가절하 하는 유형
껌질형	개별적 자기가 존재하기는 하나 과거 경험으로 인해 관계 속에서 불안감을 느끼며 스스로 고립시키는 유형

참고: 정여주, 두경희, 김창대(2011). 대학생 연인관계 유형검사 개발 연구

III. 연구방법

본 연구는 대학생들이 연애경험을 통해서 자기를 발견하고 확장해가는 과정을 깊이 있게 탐색하고, 그 경험이 갖는 본질적 의미가 무엇인지 이해하는 것이 목적이다. 연애경험의 내적 현상들은 객관적으로 관찰하거나 측정하기 어려운 개인적인 체험이므로 질적 연구 방법인 현상학적 접근으로 연구를 수행하였다. Giorgi의 현상학은 현상 자체의 의미를 그대로 파악하기 위하여 현상이 체험세계에 드러내는 바를 그대로 탐색하고 기술하는 기술적 방법론이다. 개개인의 경험 속에서 드러나는 연애의 속성과 그 속에서 갈등하고 극복하고 다시 자기를 세워나가는 체험들을 생생하게 보여줄 수 있는 기술을 하고, 일반적 구조로 통합하여 본질적 의미를 찾아가는 Giorgi의 접근이 적합하다고 판단하였다. 해석 이전에 연구 참여자의 경험 그 자체로 개인에게 주어지는 연애의 의미를 살펴보고 이를 일반적 구조로 통합·분석하면서 대학생들의 연애가 어떻게 자기를 발견하고 확장시키는지 살펴보았다.

1. 연구 참여자

참여자 선정은 기준(criterion)에 의한 표집을 사용하였다. 첫째, 1년 이상의 연인 관계를 지속한 경험이 있거나 연애중인 대학생이다. 둘째, 정여주 외(2011)의 연인관계 유형에 따른 각 유형별 대상이다. 셋째, 본 연구의 목적을 이해하고 자발적인 의사로 연구에 참여하고자 하였으며 연구 과정에 관하여 참여 동의서에 허락하고 서명한 대상이다.

이상의 기준을 충족하는 7명의 참여자를 선정하였다. 군립형과 안개형이 동점인 참여자가 있고 난장이형에서 꺾절형으로 유형변화가 있는 참여자도 있다. 유형변화는 연인상대가 바뀌면서 연인관계 유형이 변화한 경우이며, 연애는 관계이므로 상대에 따라 관계양상도 달라진다고 볼 수 있다. 현재 결별을 한 참여자의 연애경험기간은 가장 의미 있게 인식하고 있는 연인과의 기간을 기준으로 기재하도록 하였다. 참여자는 수도권과 충남권에 소재한 K대학과 S대학의 상담과목 수강생과 세 개의 동아리 회원들을 대상으로 모집하였다. 참여자를 수도권과 충남권으로 설정하고 성별 비율을

맞추어 선정된 것은 현상학에서 자유변경을 위해 다양한 조건을 이용한다는(유혜령, 2016) 원리적용을 위한 것일 뿐 분석에서 유효한 조건으로 사용되지는 않았다.

현상학적 연구는 참여자의 경험이 매우 상세하게 기술되기 때문에 윤리적인 고려가 더욱 중요하다(이재용, 2016). 연구의 목적과 방법에 대해 이해할 수 있도록 설명을 하였고, 연구 참여 중단권리, 비밀보장, 녹음 등에 대한 동의서에 서명을 받았다. 참여자들의 일반적 특성은 다음 표 2와 같다.

표 2

참여자 일반적 특성

참여자	나이	성별	연애경험기간	연애 상태	연인관계 유형
1	24	여	2년	연애중	안개형
2	24	남	1년 2개월	연애중	안개형/군림형
3	21	여	6년	연애중	군림형
4	24	남	1년 1개월	연애중	산만형
5	24	남	1년3개월	연애중	난장이형
6	21	여	6개월(이전 1년)	연애중	난장이형→껍질형
7	21	여	2년	결별	껍질형

2. 경험자료 수집 및 분석

개별적 경험 탐구를 위한 자료로 인터뷰를 사용하였다. 참여자 기준을 갖춘 2명에게 각 2회씩 2016년 3월부터 4월까지 예비조사를 진행하였다. 연구 질문이 참여자들의 경험을 솔직하게 잘 드러나게 할 수 있는지, 체험현상이 잘 기술될 수 있는지, 연구의 문제를 탐색하기에 적합한지 여부를 확인하고 재조정하는 과정을 거쳤다.

자료 수집은 2016년 4월부터 7월까지 3개월여에 걸쳐 진행되었다. 예비조사를 거친 내용을 지도교수에게 자문 받은 후 개방형 질문으로 인터뷰를 진행하였다. 모든 인터뷰는 연구자가 직접 실시하였고, 장소는 조용하고 편안한 스터디 룸이나 학교의 강의실에서, 횟수는 참여자의 특성과 상황에 따라 1회에서 3회, 시간은 120분에서

150분가량 소요되었다. 이후에 부족한 부분은 메일을 통해 추가 자료를 제공 받았다. 내용은 모두 녹음을 하였고 전사된 내용은 참여자에게 빠진 부분이나 의도와 다르게 기술된 부분이 있는지 검토하는 과정을 거쳤으며, 모든 참여자의 확인을 받은 후에 분석을 시작하였다. 개인정보 보호를 위해 정보가 될 만한 내용은 00으로 처리하였고 녹음파일, 전사 자료의 보관 등에 주의를 기울여 윤리적 의무를 이행하기 위해 노력하였다.

수집된 자료의 분석은 Giorgi(1975)의 5단계 분석과 Giorgi(1985)의 4단계 분석 절차를 토대로 이남인(2014)이 재구성한 5단계 절차를 적용하여 분석하였다. 첫째, 총체적 의미를 파악하고 연구자의 선 이해가 분석에 영향을 미치지 않도록 하기 위해 현상학적 환원의 태도로 자료 전체를 반복하여 읽었다. 둘째, 참여자의 연애경험 자체에 초점을 맞춰 다양한 의미단위들을 구별해 나갔다. 셋째, 중첩되는 의미단위들을 하나로 묶고 중첩되지 않는 의미단위들을 확인하였다. 넷째, 참여자의 언어인 구체적 표현의 의미단위들을 이론적 언어의 표현으로 바꾸어 나갔다. 다섯째, 의미단위들을 통합하면서 연애경험이라는 본질구조를 파악하여 기술하였다. 이 과정에서 연애경험을 이루는 7개의 구성요소, 16개의 하위 구성요소를 도출하였고, 참여자의 진술을 상황적 구조로 기술한 후 연애경험의 본질을 이루고 있는 일반적 구조를 기술하였다.

Lincoln과 Guba(1985)가 제시한 연구의 엄밀성 추구(신경림, 2004, 재인용)는 첫째, 사실적 가치를 위해 매 단계마다 지도교수로부터 자문과 검증을 받음으로써 연구자의 선 이해와 가정이 개입되지 않도록 검토하였다. 둘째, 적용성을 위해 자신의 연애경험을 풍부하고 생생하게 표현할 수 있는 참여자를 각 연애유형별로 선정하여 다원화된 자료를 수집하였다. 셋째, 일관성을 위해 자문과 검증과정을 거치어 연구과정에 대한 평가와 검토 작업을 하였다. 넷째, 앞의 세 가지 기준에 부합하기 위해 연구자가 가지고 있는 선 이해, 편견 등을 검토하고 판단중지 함으로써 중립성을 유지하기 위해 노력하였다.

IV. 연구결과

1. 참여자들의 연애행동에 관한 상황적 구조 진술

본 연구는 대학생의 연애행동을 이루는 본질인 42개의 의미단위로부터 16개의 하위 구성요소를 이루었고 이로부터 7개의 구성요소를 도출하였다. 구성요소는 다음의 표 3과 같다.

표 3

연애행동의 구성 요소

구성요소	하위 구성요소	의미단위 요약
성장배경과 환경의 영향	최적의 좌절	반목의 위기를 딛고 비교적 관계가 원만하신 부모님 알아서 잘 하겠지 이것도 한 편으로는 지지
	상처가 되는 좌절	부부 싸움, 후에 엄습하는 두려움과 상처받는 자기 형제자매에 대한 극복하기 어려운 좌절의 그림자 표현할 대상, 배울 대상 없는 거절당한 자기
지나간 연인에 대한 애증	훈터로 남은 미련과 후회	일방적 통보로 결별하고 또는 결별 당하고 낮은 자존감, 비참한 매달림, 드러나는 부정적인 모습 배신감과 상실감으로 고통스러운 이별
	지나간 연인의 소중함	함께 했던 시간들에 대한 고마운 기억 아픈 경험은 나를 변화와 성장으로 이끄는 과정
너를 선택했던 이유	내 마음을 사로 잡았던 것은	배려해 주고 위로가 되어주는 사람이 있다는 것 가치관, 경험, 감정을 함께 나눈다는 의미 외모가 마음에 들어서 / 나를 너무 사랑해주니
	안개처럼 ‘너’에게 숨어버리고	내 안에서 나는 존재하고 싸우고 싶지 않아 피하거나 싫어하니까 배려하거나
너와 나의 거리, 영역 그리고 갈등의 방어기제	‘나’를 지키고자 너에게 군림하는	원래 나의 스타일이 있는데 - 네가 다 맞춰 줬으면 몹쓸 자존심 때문에 인정할 수가 없어
	또 다른 ‘너’가 필요해	난 금사빠(금방 사랑에 빠지는 사람의 줄임말 속어) 마음 속 공허함을 채우기 위해서
	나를 낮추어서 너에게 맞춰주는	내 시간 내 공간 내 영역 없어지고 - 에너지 고갈 좋아하니까 희생해주지만 억울하고 속상함

구성요소	하위 구성요소	의미단위 요약
	겉질 속 진짜 내 모습을 보여줄 수 없어	나를 다 보여준다면 무너질지도 몰라 깊어지는 순간이 오면 두려워지고 겉질 속으로 숨어버리자
존재 전부를 돌보는 자기대상 - 연인	충족되는 자기에	존재자체로 충분히 사랑 받을 수 있는 나 부모님(가족)한테 못 받은 사랑을 받는 느낌
	공감적 이해와 수용	연인의 일부가 되어 공감하는 사랑의 힘 더 좋은 사람으로 성장해가는 나 변화와 성장을 돕는 자기대상으로서의 연인
내가 선택하는 연인관계	더욱 단단해지는 연애	연인을 위한 아낌없는 애정 미래의 계획, 미래에 대한 긍정적인 기대
	결국은 이별	같은 이유가 반복될 텐데 만남을 이어갈 자신이 없어 서로가 더 좋은 사람을 만날 수도 있겠지
다시 서는 연인으로서 의 '나'	자기 발견	그대로 다 드러내도 괜찮을 것 같은 믿음 이제는 어느 한 쪽으로 물들고 싶지 않아 내가 존재하는 연애를 하고 싶어
	자기 확장	무조건적으로 신뢰하고 기댈 수 있는 사람이 되고파 그녀가 일생에서 가장 사랑하는 나

1) 성장배경과 환경의 명암

감당할 수 있는 범위 내에서 외상이 되지 않는 <최적의 좌절>은 공감이 중요한 요소로 작용하여 좌절 속에서도 일어설 수 있는 힘을 경험하게 된다. 반면 아이가 감당할 수 없는 좌절을 <상처가 되는 좌절>이라고 하며, 이후 연인관계에서 지속적인 영향을 주고받게 된다.

(1) 최적의 좌절

불안정한 환경 자체가 좌절일 수 있지만, 갈등을 극복하고 해결해 나가는 과정 속에서 불안을 이겨내는 최적의 좌절을 경험할 수 있다. 참여자들은 부모가 다소 갈등이 있었지만 긍정적 관계를 위해 노력하며 비교적 원만한 부부관계를 이루고 있는 성장환경을 경험하였다. 또한 부모와 물리적으로 함께 한 시간이 많지 않더라도 부족한

부분을 메울 수 있는 긍정적 경험이 있다면 보상적 대체가 가능하다. 참여자들은 부모가 자신들의 삶에 사사로이 개입을 하거나 구체적인 관심을 두지는 않지만 알아서 잘 하리라 믿어주는 것만으로도 지지를 받고 있다고 인식하고 있었다.

“예전에는 아빠가 주도권을 많이 가지고 있다고 생각했거든요. 노력은 하시는데 어쩔 수 없이 물어나오는 그런 권위적인 성향이 있으신 것 같아요. 근데 이제는 아빠가 많이 여자한테 표현하는 법을 배우신 것 같아요.” 〈참여자 1〉

“사춘기여서 그랬는지 모르겠는데 그때 정말 말을 안 들었던 것 같아요. 근데 또 결국에는 부모님이 다 이렇게(포용한다는 의미) 해주시죠. 지금도 그러시긴 한데, 알아서 잘 하겠거니.” 〈참여자 5〉

(2) 상처가 되는 좌절

참여자들은 부모의 불화를 자신의 문제로 받아들이며 불안한 심리상태와 죄책감을 보이게 된다. 부모에게 자기대상기능을 받지 못한 참여자들은 건강한 자기를 형성하지 못함으로써 긍정적 자기상에 결손이 생기게 되었다. 형제자매와 비교하여 사랑받지 못하는 아픔을 자해와 섭식의 문제로 표출하기도 하였다. 부모가 거울처럼 반응해주지 않았기 때문에 표현을 할 수도 없었고 따라 배울 대상도 없었던, 가족의 ‘없음’으로 좌절의 상처를 경험하고 있었다.

“엄마가 언제 사라질지 모른다는 불안함이 정말 컸어요. 엄마가 집을 나가신 적이 있어요. 내 잘못이 아닐까...(중략)...한참 방황하던 시기에 내 몸에 상처를 내고 화가 나면 많이 먹고 다시 토한다든가. 동생이 더 많이 사랑받는 것 같고 내 말은 안 들어주고. 그럴 때 답답하고 표현을 못하니까. 아빠가 동생처럼 살 빼라 여자는 못생긴 건 용납해도 똥똥한건 용납 못한다.”〈참여자 3〉

“싸우시는 걸 직접적으로 본 게 딱 2번 있는데 그게 다 아빠가 엄마를 때리시는 그런...아빠에 대한 기억이 그거 2개 밖에 없어가지고.” 〈참여자 7〉

“힘들 때 말하면 엄마가 내편이다 하는 느낌이 전혀 없었고. 거의 살면서 애정을 못 받고 자란 거 같아요. 엄마든 아빠든 똑같이 정서적 지지가 없었으니까.” 〈참여자 4〉

2) 지나간 연인에 대한 애증

지나간 연인은 지금은 곁에 없다. 그러나 어떤 방식으로든 현재의 연애와 연인관계에 영향을 준다. 참여자들은 과거의 연애경험에 대해 〈흉터로 남은 미련과 후회〉와 〈현재에 기억되는 지나간 연인의 소중함〉이라는 양가적 인식을 갖고 있었다.

(1) 흉터로 남은 미련과 후회

흉터는 상처의 흔적이다. 상처의 경험은 과거시점이지만 과거의 아픔이 현재의 기억으로 이어져 연인을 만나 사랑을 하고 갈등을 극복하거나 이별을 하는 과정에 개입을 한다. 성장과정에서 자기대상 기능이 취약했던 참여자들은 자기애적 욕구 충족의 보상작용으로 연인과의 관계에서 의존적인 태도를 취하며 건강한 관계를 이어갈 수 없었다. 깊어지는 순간이 오면 두려움을 느끼고 일방적으로 결별을 한 경험 속에서 아픔과 후회, 죄책감으로 신체 일부가 떨어져 나간 것 같은 상실감을 경험하며 자기상의 결손을 느끼고 있었다.

“어떤 실마리도 안주고 헤어지자고 했거든요. 눈물이 멈추지 않더라고요. 헤어지면 친구관계로도 안 되는 거니까 그 사람을 잃는 거니까 그거에 슬퍼서.” 〈참여자 4〉

(2) 현재에 기억되는 지나간 연인의 소중함

참여자들은 지나간 연인에 대한 긍정적 기억이 있다. 자신들의 변화, 성장과 아울러 현재에 영향을 주는 지나간 연인에 대한 고마움을 인식하고 있었다. 사랑에 의미가 있다면 고통에도 의미가 있는 것이다.

“(현재 연애가) 너무 좋고 행복한 거예요. 그 전 연애가 없었으면 이렇게 연애다운 연애를 못 했겠다 라는 생각도 들고 그 경험덕분에 성숙해지고, 그 전 연애가 없었으면 저는 연애를 몰라서 제가 좋아하는 사람만 만나려고 했을 거 같아요. 그럼 또 상처를 많이 받았겠죠.” 〈참여자 6〉

3) 너를 선택했던 이유: 내 마음을 사로잡았던 것은

상대를 선택하는 이유에는 성장배경이나 이전 연애의 경험들이 영향을 줄 수 있을 것이며, 연애라는 행위를 하는 인과적 조건이 된다. 참여자들은 여러 가지 선택의 이유를 경험하였다.

외모가 마음에 드는 것이 선택의 이유가 된 참여자는 대부분 남성들이고, 외모는 이상형이 아니지만 자신을 사랑해 주는 것이 이유가 된 참여자는 대부분 여성들이다. 동질감이 선택의 이유가 되기도 하였고, 독립적인 모습이나 자신을 필요로 하는 것이 선택의 이유이기도 하였다.

“나한테 잘해준 사람이 있다는 게 좋아서 사귀었어요. 내가 힘든 거라든가 우리 가정 때문에 힘들었던 고민을 얘기할 수 있고 내 고민을 진짜로 받아주는 사람이 있다 이런 게 시작이었고 그때부터 이 친구가 다르게 보였고.” <참여자 3>

“외향적으로 귀여운 스타일을 좋아해서 처음에는 그냥 느낌은 좋았어요. 솔직히 성격에서는 우선 그렇게 서로 많이 알아보지 않고 사귀는 거니까.” <참여자 5>

“코드가 맞았어요. 좋아하는 만화 또 음악에 대해 얘기 많이 하고 그랬거든요. 좋아하는 기호라고 해야 되나. 그런 게 좀 비슷했던 거 같아요.” <참여자 2>

4) 너와 나의 거리, 영역, 그리고 갈등의 방어기제

연애의 과정을 관계적 자기의 관점과 경계형성과 조절과정, 갈등의 방어기제를 중심으로 살펴보았다. 안개형은 <안개처럼 ‘너’에게 스며들어 숨어버리고>, 군림형은 <‘나’를 지키고자 너에게 군림하는>, 산만형은 <또 다른 ‘너’가 필요해>, 난장이형은 <나를 낮추어서 너에게 맞춰주는>, 껍질형은 <껍질 속 진짜 내 모습을 보여줄 수 없어>로 연애를 경험하고 있었다.

(1) 안개처럼 ‘너’에게 스며들어 숨어버리고

안개형은 상대방에 동화되어 변화하고자 하며 타인과 융합하고자 하는 욕구가 강한 특성이 있다. 자기의 개별화가 완전히 이루어지지 못한 상태이며 ‘너’의 영역 안으로

들어감으로써 자신의 불안을 해결하려 한다. 갈등상황이나 상대와의 경계 속에서 자신을 구별해 내지 못할 때는 상대에 스미어 숨어버리는 ‘부재’의 방어기제를 보인다. 〈참여자 1〉은 연애를 시작할 때 자신의 선택 의사보다는 상대가 보이는 호감에 의해 결정을 했고 연애의 과정에서도 자신의 색깔을 고수하기 보다는 상대와 하나가 되는 것이 사랑이라고 생각한다. 결정 주체로서의 자기가 없는 것이며 연인이 사라진다면 자신도 무너질 것 같은 불안이 있었다.

“개가 만약에 없어진다면, 제 삶의 많은 부분이 사라지는 걸 느낄 것 같아요. 그러니까 제가 이만큼 있다면 잘 세워질 수 있는 이유가 이 밑에 그 친구랑 공유했던 게 많았기 때문에 잘 쌓은 건데, 이게 없으니까 무너지지 않을까.” 〈참여자 1〉

(2) ‘나’를 지키고자 너에게 군림하는

군림형은 상대와의 거리에서 ‘나’의 경계와 영역을 확장하려는 특성이 강하다. 갈등 상황이나 자기 경계에 부딪히게 될 때 상대를 누르면서 ‘착취’하는 방어기제를 보인다. 〈참여자 3〉은 부모에게 사랑으로 받아들여지지 않았던 존재에 대한 불안과 유기의 경험이 있었다. 그것이 상대와의 관계 속에서 불안한 자기를 강하게 드러냄으로써 상대와의 경계에서 우위를 점하려 한다. 잘못을 인정하는 것은 곧 자신을 부정하는 것이라는 비합리적 신념으로 상대의 감정과 생각을 ‘착취’하는 방어기제를 사용한다.

“대립될 때는 엄청 심하게 부딪쳐요. 제가 흔들린다는 기분이 든 거죠...(중략)...사과를 해야 하는데 그 몫쓸 자존심이. 지금 인정해버리면 웬지 지는 거 같고. 그래서 사과도 안하고 이미 약속하고 합의 본 것에 대해서 계속 딴 소리를 하고.” 〈참여자 3〉

(3) 또 다른 ‘너’가 필요해

산만형은 한 명의 연인에게 만족하지 못하고 ‘분산’의 방어기제를 사용하여 여러 명의 상대를 활용하며 자기애적 욕구를 만족시키려는 특성을 가지고 있다. 〈참여자 4〉는 첫사랑의 상처 이후에 깊은 마음을 주고받는 것이 두려워 의도적으로 방어를 한다. 쉽게 마음을 주지 않고 언제라도 관계가 단절이 된다면 받아들이 준비를 하고 있기 때문에 다른 누군가에게도 얼마든지 눈을 돌릴 수 있는 것이다.

“지금도 예쁜 여자 있으면 호감은 가고 그러죠. 헤어질 마음은 없는데 헤어진다 해도 상관없을 것 같은. 제가 공허함을 채우기 위해서 만나는 건 아닌지.”〈참여자 4〉

(4) 나를 낮추어서 너에게 맞춰주는

난장이형은 개별적 자기를 인식하고 있으나 영역이 협소하고 관계 속에서 자기를 낮추어서 상대에게 맞춰주는 특성을 보인다. 상대와의 경계 속에서 자기가 긍정적으로 잘 만나지지 않으면 ‘평가절하’의 방어기제를 보인다. 〈참여자 5〉는 상대에게 자신을 선뜻 내어주지도 못하고 자기를 강하게 주장하지도 못한다. 과도하게 의존을 하는 연인에게 든든하게 울타리가 되어주지도 못하고 기대를 포기하도록 단호하지도 못하다. 연인의 요구로 높은 수준의 자기희생을 감내해야 하는 것에 억울함을 느끼고 있다. 〈참여자 6〉은 전 연인과의 관계에서 난장이형 유형이었다. 어릴 때 맞벌이 하는 부모님으로 인해 늘 혼자 있는 시간이 많았고 독립적인 성격으로 성장 했지만 이면에는 혼자 외로움을 해결해야했던 고독한 자아가 있었다. 사랑받고자 매달리고 낮은 자존감에 당당하게 사랑을 요구하지도 못하고 전전긍긍 하고 있었다.

“헤어졌다가 비참했지만 매달려서 다시 사귀고, 기분 나쁜걸 표현을 하다가도 오빠가 말을 하면 눌러서 풀이 죽고, 가끔 순간적으로 안사귀면 그만이지 이러다가도 안 돼 너무 좋은데 어떡해 이러면서 혼자 화내다 혼자 풀고, 그 사람 앞에서는 한없이 작아지고 뭘 해도 부족하고.” 〈참여자 6〉

(5) 껍질 속 진짜 내 모습을 보여줄 수 없어

껍질형은 개별적 자기를 인식하고는 있으나 과거 안전하게 수용되어진 경험이 없음으로 인해 상대와의 관계에서 불안을 인식하고 스스로를 껍질 속으로 ‘고립’시키는 유형이다. 〈참여자 6〉은 전 연인과 결별을 하고 새로운 연애를 시작했고, 다시 실시한 검사에서는 껍질형으로 변화하였다. 전 연인과의 관계에서 난장이형이었던 것이 성장 환경의 영향이었다면, 현 연인과의 관계에서 껍질형인 것은 이전 연애의 영향이 큰 것으로 보였다. 자신을 더 많이 좋아해 주는 연인과 연애를 시작했고 사랑받기 위해서는 예쁜 모습만 보여줘야 한다는 자기당위가 자신을 온전히 드러내지 못하게 된 것이다. 이는 자신을 보호하고 있는 껍질의 균열에 대한 미연의 방지다. 〈참여자 7〉은

성장환경에서 자신을 온전히 드러내 본 적이 없었다. 자신을 드러내는 것에 대한 자기 두려움과 실재하는 자기를 상대가 인식했을 때 부정당하는 관계 두려움이 무기력 현상으로 스스로를 고립시킨 것으로 보였다.

“일단 저를 드러내는 게 좀 무서워서...(연구자: 드러내면 어떻게 될 것 같아요?) 저한테 자신이 없을 거 같아요. 그리고 제가 그전까지 있었던 표현했던 제가 거짓이 되고 드러내는 게 진짜 알맹이 같은 느낌.” <참여자 7>

“아직까지 오빠한테 저의 약점이나 어릴 때 받은 상처 같은 것들 부모님 얘기, 하기 힘들어요. 제가 잘못된 일이 아니고 오빠한테 말을 한다고 못나 보일 것은 없을 것 같은데 그래도, 저는 완벽한 모습만 보여주고 예쁜 모습만 보여주고 싶은데.” <참여자 6>

5) 존재 전부를 돌보는 자기대상-연인

자기대상 전이의 욕구가 일어나고 연인과 함께 자기의 결핍을 메우고 회복하기 위한 노력을 할 수 있다면 왜곡되어 있던 자기결손도 건강한 자기로의 긍정적인 변화를 이룰 수 있다. 참여자들은 연인으로부터 제공받는 자기대상 기능을 <충족되는 자기애>, <공감적 이해와 수용>으로 경험하고 있었다.

(1) 충족되는 자기애

부모에게서 공감과 수용을 받지 못해 작고 약한 자기를 형성하고 있었던 참여자들에게 연인의 지속적이고 흔들림 없는 보살핌은 충분한 자기대상의 역할이 된다. 참여자들은 연인과의 자기대상 경험을 통해서 상처를 치유하고 결핍된 자기 구조를 다시 세우는 경험을 하고 있었다.

“전부를 다 이해해주는 느낌. 그런 습관(자해, 습식문제)을 알고 하지 말라고. 부모님은 아무런 방패막이 되지 못 했잖아요 오히려 부모님으로 인해서 그런 거라면. 눈을 보면서 내가 왜 소중한지 왜 하면 안 되는지 말해줬어요. 저한테 해를 입혔던 모든 건 00가 다 막아줬어요.” <참여자 3>

(2) 공감적 이해와 수용

공감적 이해와 수용은 상대를 가치로 조건화 하는 것이 아닌 있는 그대로의 존재로 이해하고 존중하며 받아들이는 것이다. 참여자들은 연인에게서 나의 일부가 되어 알아주는 공감의 순간에 정서적으로 합일이 되는 존재의 수용을 경험하고 있었다. 이들은 변화하고 성장하는 자기를 인식하고 있었다.

“신기 했어요. 여자 친구를 사귀기 전엔 감정표현 자체를 못했어요. 여자 친구를 좋아하게 되면서 점점 더 늘고 있어요. 동생이 안 좋은 일 있을 때 제가 위로해준 적 있었거든요. 그래서 아 내가 이런 것도 가능하구나.” <참여자 2>

6) 내가 선택하는 관계

연애의 과정은 갈등을 동반한다. 연애를 지속하기 위해서는 갈등을 해결하여 관계를 개선할 방법을 찾아야 하고 중단을 하려면 이별의 과정을 겪어내야 한다. 이러한 경험은 자기를 발견하고 확장해가는 과정이 되며, 참여자들은 <더욱 단단해지는 연애> 또는 <결국은 이별>을 선택하였다.

(1) 더욱 단단해지는 연애

관계가 단단해지기 위해서는 상호간의 합의와 노력하는 과정이 필요하다. 연애를 함으로써 자신에게 투자하는 시간이 줄었으나 아깝지 않고 상대와의 교집합을 위해 자신의 영역을 선뜻 내어주는 이유가 여기에 있다. 즉, 연인관계를 지속한다는 것은 함께 할 미래를 염두에 두며 긍정적 기대를 기지는 것이다.

“앞으로 만약에 같이 살게 되면 집에 이런 거 놓고 싶고 이런 얘기를 한단 말이에요. 아 나는 애랑 계속 같이 있을 거구나.” <참여자 2>

(2) 결국은 이별

참여자들은 힘겨운 상태를 지속하고 싶어 하지 않았으며, 갈등이 반복된다는 것은 변화의 여지가 희박한 것이라는 판단에 이별을 결심하였다. 또는 이별과 극복의 시나

리오 사이에서 아직도 갈등 중이다.

“그것 때문에(이별) 더 좋아질 수도 있겠죠. 헤어지고 다른 만남을 가져서 각자 좋아지는 모습도 있을 수 있고, 제 미래에는 00이가 있으면 안 될 것 같은.” <참여자 5>

7) 다시 서는 연인으로서의 ‘나’

참여자들은 연인관계를 지속하는 것을 선택하기도 했고 이별을 선택하기도 했다. 선택의 과정에서 통찰을 경험하고, <자기 발견>과 <자기 확장>으로 더욱 성숙한 연인으로서의 자리매김을 하고 있었다.

(1) 자기 발견

연애의 과정에서 자기의 자리를 찾는다는 것은 불안정하고 희미한 관계를 명료하게 바꾸어 연인으로서의 지위와 역할을 행하겠다는 의미이다. 또한 이별을 했더라도 새로운 연애를 할 때는 시행착오를 거쳐 성장한 더욱 성숙한 연애를 할 수 있다는 다짐이 될 것이다. 즉 연애를 통한 ‘자기발견’이다. <참여자 2>는 이전에는 자신의 영역으로 누군가 들어오는 것을 침범과 박탈로 받아들였다면 지금은 연인으로서 공유할 수 있는 부분을 확장해나가고 싶다고 한다. <참여자 5>는 끊임없이 내적갈등을 통해 자기 자리를 찾고자 하지만 관계에서 느끼는 압박감이 커서 자신이 없다. 연인과는 적당한 거리를 유지하면서 자기의 선택과 결정의 당위성을 확인하고 싶어 했다. 자기를 찾아가기 위해 고군분투하는 과정이다. <참여자 7>은 자기를 스스로 손상시키거나 타인에 의해 상처받은 경험의 결과가 무기력 증상으로 나타남을 스스로 알고 있었다. 연애의 주체는 자기이며 자기가 존재하지 않는 연애는 갈등과 고통의 연속일 뿐인 셈이다. 이들은 자기존재의 바람을 가지고 있었다.

“자기의 영역이 좀 더 유연해 졌다라고 보면 될까? 전에는 독신주의라 어느 누구도 들어오는 걸 허용 안하는 거죠. 근데 여자 친구와 관계가 형성이 됐고 관계에서 내 시간과 나의 정성과 이런저런 것들을 내어주긴 했지만 그것이 꼭 애한테 뺏긴 게 아니라 공동의 영역이 형성이 되는 거라면.” <참여자 2>

“만약 할 수 있다면 내가 존재하는 연애를 하고 싶어요. 미움 받는 거 싫어하고 꼬투리 잡히는 거 싫어해서 알아서 조절했던 것 같은데, 솔직하지 못하다는 사실 자체가 또 다른 무기력함을 가지고 올 것 같아요.” 〈참여자 7〉

(2) 자기 확장

자기 확장은 연인들이 경계를 유연하게 유지하면서 자율성을 키워나가는 것이다. 협소했던 자기가 연인을 만나고 관계를 하면서 적절한 경계를 짓고 또 그 경계를 허물며 넘나드는 경험을 통해 자기가 확장되어가는 성장을 하게 된다. 참여자들은 연인에게서 무조건적인 신뢰를 받고 싶고 힘들 때 기댈 수 있는 연인이 되고 싶다. 언제라도 연인을 이해하고 받아들일 수 있는 자기를 굳건히 세워 놓고자 하는 것이며 자기를 더 건강하게 지키는 연애의 과정에서 변화한 자기 확장이다.

“무조건적으로 기댈 수 있는 사람. 아무리 힘들어도 저한테 기댈 수 있는. 여자 친구가 여태까지 만난 남자 중에서 가장 사랑하는 사람인거죠.” 〈참여자 2〉

“00한테 비치는 저의 모습, 품어줄 수 있는 사람 엄마 같은 존재도 되고 싶기도 하고 동갑내기 친구 같은 관계도 유지하고 싶고 어떤 때는 이성친구로서 매력도 있고 싶고 기댈 수 있고 믿고 신뢰할 수 있는 존재.” 〈참여자 3〉

2. 참여자들의 연애경험에 관한 일반적 구조 진술

일반적 구조진술은 참여자가 경험한 연애의 본질적 의미를 생생히 전달하기 위해 1인칭 화자인 ‘나’로 설정하여 현상학적 글쓰기를 하였다.

1) 자기대상

성장기의 빛과 어둠을 경험하면서 어느덧 이성에 눈을 뜨는 시기에 이르렀다. 성장 과정에서의 아픔을 연인에게 위로받고 싶었고, 비어있고 빠져있는 자기대상에 대한 과보상의 욕심도 생겼다. 결국은 결별을 했지만 돌이켜보면, 함께 했던 소중한 시간들도 있었고 지금의 나를 있게 해준 고마운 존재였다. 이제 성인이 되었지만 여전히

나는 돌봄을 필요로 한다. 연인이 거울처럼 나를 비추어주고 인정해 주니 나는 더 좋은 사람으로 성장해 가고 있다. 그대로의 나를 수용해 주고 내 존재 전부를 돌봐주는 자기대상인 연인의 사랑 덕분이다.

2) 관계적 자기

건강한 연애는 관계 속에서 친밀감을 형성하고 있는가, 거리와 경계를 적절히 유지하며 영역이 존중받고 있는가, 불안을 해결하기 위해 어떤 방어기제를 사용하는가 등이 기준이 된다. ‘안개형’인 나는 개별적인 나로 서야하는 것이 불안하였다. 그래서 나를 희미하게 만들고 안개처럼 너에게 스며들어 갈등을 회피하였다. ‘군림형’인 나는 너를 누르고 착취하면서 너와의 경계에서 나의 영역을 확장해 가는 것이 나를 지키는 가장 안전한 방법이라고 생각했다. ‘산만형’인 나는 너에게만 집중해서 깊은 감정을 나누는 게 어렵다. 두려움 때문에 경계를 짓고 내 마음이 그 경계를 넘어서지 못하도록 하는 건지도 모르겠다. ‘난장이형’인 나는 왜 네가 나의 영역을 인정해주지 않는지 억울하기만 하다. 그래도 너를 좋아하니까 내가 희생한다. ‘껍질형’인 나는 나를 다 보여줄 수가 없다. 껍질 밖으로 맨살이 드러나면 누구에게서도 보호를 받지 못할 것만 같아 나를 지키기 위해 껍질 속으로 깊숙이 들어가 스스로를 고립시킨다.

3) 자기발견 및 확장

우리가 연인이든, 이별을 하여 의미 없는 존재가 되든, ‘나’는 고유한 ‘자기’로 관계 속에서의 나를 발견하고 싶다. 내가 주인이 되는 관계를 만들고 내가 존재하는 연애를 하고 싶고 너에게 무조건적으로 신뢰를 받는 사람이고 싶다. 그것은 자기를 발견하는 것이며, 너와 나의 ‘자기’를 확장하는 것이며, 우리의 관계 안에서 변증법적으로 변화하고 성장하는 내가, 우리가 되는 것이다.

4) 본질적 의미

자기를 지키면서 연인에게 공명하는 관계를 이어가기 위해서는 때로는 경계를 형성하여 서로의 영역을 지켜줘야 하고 때로는 경계를 허물고 공감의 순간에는 온전

히 하나가 될 수 있어야 한다. 따라서 연애의 본질적 의미는 ‘나와 너의 변증법적 이음매’이다.

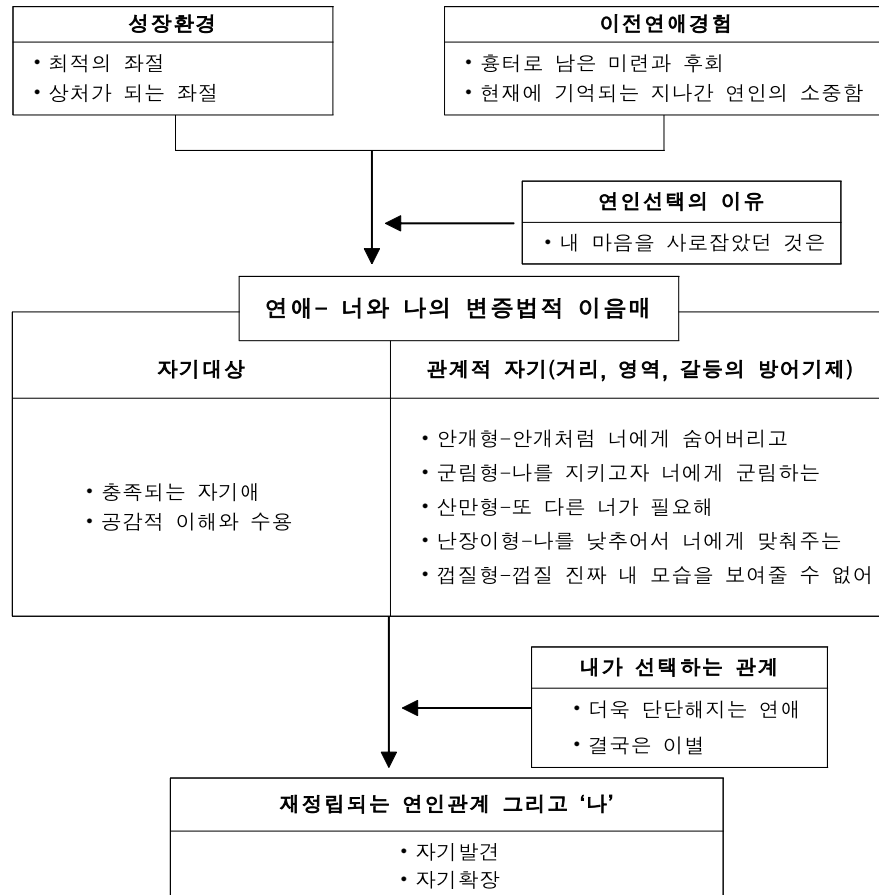


그림 1. 연애를 통한 자기발견 및 확장에 대한 현상학적 이해

V. 논의 및 제언

대학생의 연애경험을 몇 가지 특정한 의미상의 주제로 집약하여 살펴보고자 한다. 첫 번째는 연애과정에서 실현되는 자기-자기대상관계에 관한 논의이다. 연애를 통해서 자기대상기능을 회복한 경험과 회복하지 못하고 실패한 경험에 관해 참여자의 각 대표적인 사례를 살펴보고 그 특징을 분석하였다.

양육자와의 관계에서 자기대상기능이 부재하여 거절당한 자기로 부정적 자기상을 형성하고 있던 <참여자 2>와 <참여자 7>은 연인과의 관계에서 각기 다른 자기대상 경험을 하면서 자기대상기능을 회복하거나 실패의 상황에 머무르게 된다. Kohut(1984)은 자기애적 상처의 치료를 방어분석, 전이의 전개, 자기대상의 공감적 이해라는 세 가지 단계를 제시하고 있다. 자기의 첫 번째 주요한 결함은 양육자로부터의 상처가 되는 좌절의 경험이며, 두 번째 결함은 거절당한 자기가 아직 상처받지 않은 부분을 감싸고 더 이상 상처받지 않기 위해 스스로를 고립시키게 되는 것이다(황영훈, 2002). 그로 인해 <참여자 2>는 과시적 욕구에 고착되어 있었고 <참여자 7>은 무기력 증상으로 모든 타인과의 정서적 관계를 거부하는 방어기제를 사용하고 있었다. 양육자에 의해 좌절된 자기대상 욕구는 연인을 자기대상으로 삼아 자기-자기대상관계를 다시 시작해야 한다. 그러기 위해서는 ‘자기대상전이’가 일어나는 것이 선행 되어야 하고 ‘자기대상연대’를 형성 할 수 있어야 한다. 참여자들은 상처가 되는 좌절을 경험한 공통점이 있지만 자기대상전이에 있어서는 차이를 보인다.

그 원인으로는 연인상대의 특성이다. <참여자 2>의 연인은 유대관계가 좋은 화목한 가정에서 자랐으며 자신의 감정표현을 솔직하고 적극적으로 잘 했다. 그래서 참여자가 상대의 상황을 왜곡하지 않을 수 있었고, 거절이나 무시당하지 않는 관계를 경험하면서 자기대상전이가 일어나게 된 것이다. <참여자 7>의 연인은 비슷한 환경에서 성장을 했다. 그래서 상황을 더욱 잘 이해해 주기도 했지만, 참여자가 무기력으로 연락을 끊고 잠적할 때면 거절당함을 느끼며 상황을 회피하는 태도를 보였다. 상대에 대한 자기대상 전이가 일어나기 위한 필요조건인 정서적 유대 즉 자기대상연대가 형성되지 않은 것이다. 이상화 부모 대상의 결손여부는 자신의 기준에 따라 행동한 후 스스로 만족하면서 자존감을 느끼느냐 아니냐의 차이이며, 결손 되었을 때는 인정과 칭찬을 갈구하게 된다. <참여자 2>는 연인의 인정과 칭찬으로 긴장과 불안이 이완되

며 자존감이 높아짐을 느끼고 있었다. 타인에 대해 공감하는 능력과 나아가 타인을 위로하고 격려할 수 있는 능력도 생겼다. 자기대상이 완전히 충족되었다고 볼 수는 없지만 변화하고 있는 과정이다. <참여자 7>은 자기대상전이가 일어나지 않음으로써 상대와의 관계를 이어가는 것을 스스로 포기하였다. 상대와 단절을 함으로써 자기대상기능에 번번이 실패를 하였다. 자기심리학 치료현장에서 분석가가 공감을 잘 못하거나 공감 능력이 제한되는 이유는 분석가 안에 남아있는 성숙하게 발달되지 못한 고태적인 자기에 때문이라고 하는 것(최영민, 2011)과 맥락을 같이 하고 있다.

유사한 선행연구들을 보면, 개인이 경험한 발달적 경로에 의해 친밀한 이성 관계를 성공적으로 형성하고 유지할 수 있다는 연구(강진경, 정태연, 2001), 사랑이 생애초기 부모와의 관계로부터 영향을 받을 수 있다는 연구(노유진 외, 2006), 원가족건강성이 낮은 대학생들이 연인관계 유형에서 산만형, 난장이형, 껍질형이 많다는 연구(박현우 외, 2015)가 있다. 연구들은 초기 양육환경과 성장과정에서 형성된 부모와의 관계가 어떤 방식으로든 성인기의 이성 관계에 영향을 주고 있음을 밝히고 있다. 양육자에게 거절당한 자기는 연인과의 새로운 자기대상을 경험하면서 지지를 받게 되고 손상되었던 자기는 새로이 형성되며 다시 내재화하기 시작한다(황영훈, 2002). 연인과의 치유적 자기대상경험이 건강한 자기를 형성해가고 궁극적으로 자기를 확장시켜 나가는 과정이다.

두 번째는 관계와 경계에 관한 논의이다. 두 개념이 상반되는 의미로 사용되기도 하지만 연애의 과정에서는 유기적 관련성을 갖으며, 관계 속에서의 개별적 자기를 경험하는 가늠자가 될 수 있다. 정여주 외(2011)가 개발한 연인관계유형의 각 개별 사례를 중심으로 살펴보면 다음과 같다.

연인관계유형은 양적인 결과로 도출되는 유형이다. 유형검사들의 특성은 한 개인이 유사한 몇 가지의 내용을 함유하고 있다 하더라도 양적인 기준에 의해 유형이 분리된다는 것과 시간의 흐름과 상황적 조건의 변화로 인해 유형이 변할 수 있다는 것이다. 양적인 유형으로만 설명하기에 다소 한계가 있는 과정적 특성을 질적인 연구의 내용으로 연구 참여자들의 사례를 들어서 살펴보았다. <참여자 6>은 지난 연인과의 관계에서는 난장이형이었는데 새로운 연인과의 관계에서는 껍질형으로 변화가 있었다. 상대에 집착하면서도 자기표현을 하지 못해 억울하고 힘들었던 난장이형의 특성을 고스란히 나타내었다. 집착행동의 바탕에는 정서적 지지를 받지 못했던 양육환경이 있었고, 대상관계 수준이 낮을수록 집착행동이 높다는 보고가 있다(전성규, 이영호, 2013).

난장이형은 다른 유형들과 상관이 높았고, 머물러 있지 않고 다른 유형으로 넘어갈 수 있는 가능성이 있다. <참여자 4>는 산만형의 점수가 가장 높았지만 안개형, 껍질형과도 1점밖에 차이가 나지 않았다. 첫사랑과 아프게 이별을 한 이후로는 진심을 주지 않으니 한 명의 연인에게 소속감을 느끼지 못하고 다른 이성에게 관심을 보이기도 했고, 갈등상황이 불편하니 관계에서 자신을 주장하지 않고 상대에게 다 내어주기도 하였다. 그리하여 산만형과 껍질형, 안개형 등의 복합적인 특성으로 나타나는 것이다. 이상으로 양적인 유형의 결과 속에서 참여자들의 질적인 경험들을 대비하여 살펴보고, 다음과 같은 논점을 제시할 수 있다.

첫째, 개인의 유형이 변화하거나 여러 개의 유형적 특성을 함유하고 있는 것은 시간의 흐름이 주요한 요인으로 보여 진다. 시간이 흐른다는 것은 개인이 경험하는 현상이 변화하는 것이고, 시간이 숙성된다는 것의 의미는 개인의 내면세계가 무한한 탈바꿈을 할 수 있는 가능성을 내포하고 있는 것이다. 시행착오를 거듭하며 고통과 받아들임과 새로운 시작으로 이어지는 변증법적 발전의 과정을 거칠 수도 있고 나아가 자기를 더 긍정적으로 확장시키는 변화를 할 수도 있다. 그것이 시간이 주는 의미이다. 유형검사를 시행하는 때는 한 시점이지만 개인의 경험 속에서는 이전부터 흘러왔던 시간이 있었고 미래와 이어지는 현재가 있기 때문에 그 시간들의 의미를 아우르는 작업을 질적 연구를 통해서 할 수가 있고 본 연구의 의의가 된다.

둘째, 연인상대의 유형적 특성이 또 하나의 주요한 요인이다. 연애는 둘이 나란히 앞을 바라보며 자신의 길을 가는 것이 아니라 마주보고 상대에게 다가가기도 하고 멀어지기도 하면서 걸음이 엉키기도, 헤어지기도 하고 조우하기도 한다. 즉 상대와의 관계가 가장 핵심인 것이고 연인의 실존적 의미가 절대적인 것이다. 어떤 연인을 만나는가, 연인과 나는 어떤 관계를 맺고 있는가는 궁극적으로는 ‘나는 누구와 함께 어떻게 관계를 맺으며 살아내고 있는가’의 질문에 대한 답을 해 나가는 과정이다.

세 번째는 숙성과 단절에 관한 논의이다. 참여자들의 경험을 전체적 맥락에서 살펴보면, 숙성이 된 관계와 단절이 될 수밖에 없는 관계의 차이를 볼 수가 있다. 우선 숙성의 관점에서 볼 때, 관계와 경계의 양가적 관련성 속에서 혼란과 갈등을 경험하기도 하지만 상대와의 공감과 이해를 바탕으로 상황을 잘 풀어나갈 때 숙성의 상태로 될 수 있었다. 상대나 나의 결손과 결핍으로 인해 갈등하는 상황에서도 서로에게 자기대상의 역할을 해 줄 수 있을 때 상대에게 익숙해지고 관계는 더 깊어진다. 이렇게 숙성되는

관계로 이어지는 유형은 안개형과 군림형 참여자들이었다. 이 유형들은 상대와의 관계에서 나의 경계가 없거나 혹은 경계를 넓히는 특성을 갖는데, 어떤 식으로든지 관계와 경계를 통해 상대에게 존재가 침투될 때 실존적 의미가 생성되고 숙성의 상태가 된다. 안개형은 상대에게 다 맞춰 주고 자기의 영역이 보장되지 않아도 불편하지 않는 유형이다. 군림형은 자기 영역이 절대적 의미를 갖는 유형이다. 한 현상 안에는 긍정적인 측면과 부정적인 측면이 공존한다. 예컨대 안개형은 의존의 욕구가 강하지만 긍정적 측면에는 상대를 더 깊고 넓게 배려하는 특성이 있다. 군림형은 상대를 장악하려 하지만 리더십과 책임감으로 보살피는 긍정의 모습도 함께 갖는다. 무슨 현상이든지 양 극단에 있는 것은 한 층 내려가 꺼풀을 벗겨보면 내용으로는 매우 닳아있고 드러나지 않는 내면적 거리로는 매우 닿아있는 것을 보게 된다. 안개형과 군림형은 거리로는 대척점에 있지만 상대에게 절대적 의미로서의 존재로 각인되고 싶은 내면적 욕구는 닳아있다. 그래서 이 유형들은 관계가 깊어질 때는 숙성의 상태에 이르고 경계가 깊어질 때는 이별을 하기도 하지만, 연애를 하는 동안에는 서로에게 집중하고 상대에게 연인으로서의 존재감을 각인시켜준다. 이와 비교해 난장이형은 자기영역의 욕구가 작게 형성되어 있어서 나를 주장하지도 못하지만 나를 내어주는 것도 사뭇 불편하다. 억울한 감정으로 피해의식을 느끼지만 단절하지도 못한다. 그래서 숙성 단계까지 이르지 못하고 늘 이별 시나리오와 극복 시나리오 사이에서 위태로운 연애를 하고 있다. 그래서 난장이형에게 연애는 늘 갈등하게 만드는 어려운 숙제이다.

단절의 관점에서 볼 때, 껍질형과 산만형은 매우 유사한 특성을 가지고 있다. 자신만의 단단한 껍질 속에 싸여 있으면서 피상적인 관계를 맺는 껍질형과 한 대상에게 온전한 마음을 주지 못하고 얕은 수준에서의 상호작용을 하고자 하는 산만형은 모두 상대와의 관계에서 소원한 상태가 이어지는 것으로 볼 수 있다. 이들의 연애양상을 보면, 온전히 상대에게 침투되어 주고받는 행위를 하지 않는다. 현상으로 드러난 것은 연애이지만 내용으로는 단절이 될 여지도 없이 관계맺음도 없다. 껍질형은 자신을 내어주지 않기 때문에 길게 연애관계를 이어간다 하더라도 내면으로 들어가 보면 텅 비어있다는 것을 알 수가 있다. 참여자들이 경험한 성장환경을 돌아보면 자기대상기 능이 없었고 긍정적 기대가 부족하기 때문에 연애를 하고 있는 중에도 만성적 단절상태를 유지하는 선택을 하게 된다. 그리고 결국 결별함으로써 완전한 단절의 상태에 이르게 되는 것이다. 단절을 넘어 관계를 맺고 숙성의 상태에 이르기 위해서는 상대

와의 교감이 필요하며 있는 그대로의 나를 드러낼 수 있는 용기가 필요하다. 그러기 위해서는 안전하게 보살피 주는 자기대상 기능이 회복 되어야 한다.

대학생들이 경험하는 연애의 중심현상은 만나고 사랑하고 갈등하면서 아픔 속에서도 성숙한 연인으로서 자기를 발견하고 확장해 가는 것이다. 연애는 대학생들의 보편적 경험이고, 각자의 개별적인 경험은 보편성 안에서 차별적 의미를 가진다. 본 연구는 그러한 차별적인 의미들이 어떤 내용으로 발현되는지에 대해 연애의 과정을 자기대상과 관계적 자기를 중심으로 살펴보았다. 연구 지향점은 연애를 하는 대학생들이 관계 속에서의 자기의 의미와 본질에 대해 통찰하여 관계하는 삶이 서로를 위한 성장의 반석이 되기를 기대하는데 있다.

향후 진행될 수 있는 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 앞선 논의에서 지속적으로 제기된 것은 연인상대에 관한 부분이다. 본 연구에서는 각 유형별 남녀 1인씩을 참여자로 선정하여 개별 체험현상에 집중을 하였지만 연인상대와의 구체적인 상호작용과 상호주관성에 대해서는 다소 부족하게 다루었다. 이후에 진행되는 연구에서는 파트너와 한 쌍으로 하여 참여자를 구성하고 그들의 연애에 깊숙이 들어가 본질적인 관계의 양상을 연구한다면 건강한 연애를 하고자 하는 청년들에게 많은 도움이 될 수 있을 것으로 사료된다.

둘째, 연애가 시대를 이어오는 보편 문화이지만, 최근 젊은이들은 연애나 결혼을 하지 못하거나 혹은 하지 않는 선택을 한다. 이러한 흐름에 터하여 양적·질적 연구방법을 통해 연애하지 않는 혹은 하지 못하는 젊은이들의 내면적 특성과 그들의 심리적 배경에 관한 연구가 함께 진행된다면 이들에 대한 이해의 지평이 넓어질 것이다.

참고문헌

- 강진경, 정태연 (2001). 사랑에서 관계지위와 성별에 따른 개인적 및 관계적 특성에서의 차이. **한국심리학회지: 여성**, 6(1), 1-21.
- 김상희, 윤우철 (2012). 남자대학생의 성의식과 성태도. **한국보건간호학회지**, 26(2), 248-257. doi:10.5932/jkphn.2012.26.2.248
- 김은미 (2015). **애착과 자아탄력성이 대학생의 이별 후 성장에 미치는 영향: 의도적 반추와 문제중심 대처를 매개변인으로 한 구조적 관계분석**. 충북대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 김정규 (1998). 자기심리학과 게슈탈트 심리치료의 대화. **한국심리학회지: 임상**, 17(1), 17-38.
- 김혜원, 성정혜, 이상호, 배운진 (2012). 대학생의 정서적 신뢰도 및 갈등대처방식과 이성교제 만족도와의 관계. **부모교육연구**, 9(2), 53-75.
- 노안영, 강신영 (2003). **성격심리학**. 서울: 학지사.
- 노유진, 박정윤, 김양희 (2006). 성인애착유형과 미혼남녀의 사랑유형 및 이성교제의 관계. **대한가정학회지**, 44(12), 31-42.
- 뉴시스와이어 (2014.07.30). 20대의 연애. 결혼. 출산에 대한 인식조사.
- 문기라, 최선남 (2005). Kohut의 자기심리학을 적용한 미술치료사례연구. **미술치료 연구**, 12(4), 869-897.
- 박상희 (2011). **자기대상 경험을 통한 역기능적 하나님 표상의 변화에 대한 연구**. 이화여자대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 박선정 (2015). 관계상실 경험 대학생이 지각한 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향: 의도적 반추의 매개효과. **학교사회복지**, 30, 71-94. doi:10.20993/ssw.30.4
- 박지숙 (2005). 청소년기 이성 관계에서의 갈등협상 전략과 자아중심성과의 관계. **한국상담심리학회**, 17(1), 233-247.
- 박현우, 김민, 박정선 (2015). 대학생의 자기분화와 원가족건강성이 연인관계유형에 미치는 영향. **순천향인문과학논총**, 34(1), 189-216.
- 방희정, 윤진영, 김아영, 조혜자, 조숙자, 김현정 (2007). 한국 성인의 관계적 자기 구성 요인 탐색 및 척도개발. **한국심리학회지, 사회문제**, 13(3), 23-63.

- 백경숙, 박주현 (2015). 가족 건강성, 이성교제 만족도 및 생활스트레스가 대학생의 심리적 복지감에 미치는 영향. **한국가족복지학**, 20(3), 503-524. doi:10.13049/kfwa.2015.20.3.503
- 신경림, 조명옥, 양진향 (2004). **질적 연구 방법론**. 서울: 이화여대출판부.
- 우수희, 송근혜, 조규관 (2012). 대학생의 자기분화가 자아탄력성 및 대인관계에 미치는 영향. **한국교육문화연구**, 30(4), 59-80.
- 유혜령 (2013). 현상학적 질적 연구에 대한 오해와 이해: 연구 논리와 연구 기법 사이에서 길 찾기. **현상·해석학적 교육연구**, 2(1), 5-31.
- 유혜령 (2016). **현상학적 연구**. 중앙대학교 사회과학연구소 질적 연구 워크숍 심화반 4차 자료집, 3-5.
- 윤영준 (2006). **대학생의 연애경험과 일상적 자아의 재구성**. 부산대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이남인 (2014). **현상학과 질적 연구**. 서울: 한길사.
- 이재용 (2016). **초등교사의 자기성찰 경험에 관한 현상학적 연구**. 충북대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 이정훈, 양난미, 이명신 (2013). 대학생의 자기분화와 데이트 언어폭력의 관계. **상담학연구**, 14(6), 3653-3672. doi:10.15703/kjc.14.6.201312.3653
- 이충환, 신준섭 (2015). 청소년 데이트 폭력에 대한 가정폭력과 사회적 지지의 영향력 분석. **청소년학연구**, 22(3), 27-57.
- 전성규, 이영호 (2013). 대상관계수준과 파트너의 행동이 이성교제 중인 대학생의 집착행동에 미치는 영향. **한국심리학회지: 여성**, 18(1), 33-53. doi:10.18205/kpa.2013.18.1.003
- 정여주, 두경희, 김창대 (2011). 대학생 연인관계 유형 검사 개발연구. **상담학연구**, 12(1), 219-241. doi:10.15703/kjc.12.1.201103.219
- 정여주 (2012). 대학생 연인관계 향상 집단상담 프로그램 개발 및 효과검증. **상담학연구**, 13(1), 169-191. doi:10.15703/kjc.13.1.201202.169
- 정여주, 정여진 (2013). 대학생 연인관계 유형에 따른 군집분석과 남녀비교. **상담학연구**, 14(5), 2925-2943. doi:10.15703/kjc.14.5.201310.2925
- 조승희 (2012). **이성교제를 경험한 대학생의 성행동에 대한 연구**. 명지대학교 대학원 박사학위 청구논문.

- 조우연, 김경희 (2015). 대학생의 아동기 가정폭력경험이 데이트폭력 가해에 미치는 영향: 성인애착 조절효과를 중심으로. **한국가족복지학**, 49, 71-96.
- 주지현, 서경현 (2015). 부모와의 애착 및 이성과의 관계에서 집착과 데이트 폭력간의 관계. **청소년학연구**, 22(5), 209-229.
- 최영민 (2011). **쉽게 쓴 자기심리학**. 서울: 학지사.
- 최의현 (2001). Kohut의 자기이해. **한국기독교상담학회지**, 2, 105-126.
- 최현미 (1997). **원가족 척도 연구: 결혼 초기 부부를 중심으로**. 이화여자대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 추병식 (2014). 남녀 대학생의 성 이중기준에 관한 질적 연구. **미래청소년학회지**, 11(4), 47-75. doi:10.17854/ffyc.2015.04.42.129
- 홍이화 (2011). **하인즈코헷의 자기심리학 이야기**. 서울: 한국심리치료연구소.
- 황영훈 (2002). 거절당한 자기를 위한 심리 및 영성의 통합적 치료. **한국기독교상담학회지**, 4, 399-433.
- Bowen, E., & Walker, K. (2015). *The psychology of violence in adolescent romantic relationships*. Palgrave Macmillan: US.
- Buber, M. (2001). **나와 너** (표재명 역.). 서울: 문예출판사. (원저 1923 출판)
- Chow, C. M., Ruhl, H., & Buhrmester, D. (2015). Romantic relationships and psychological distress among adolescents: Moderating role of friendship closeness. *International Journal of Social Psychiatry*, 61(7), 711-720. doi:10.1177/0020764015585329
- Giorgi, A. (1997). The theory, practice, and evaluation of the phenomenological method as a qualitative research procedure. *Journal of Phenomenological Psychology*, 28(2), 235-260. doi:10.1163/156916297X00103
- Giorgi, A. (2004). Qualitative research methodology: Advanced workshop on the descriptive phenomenological Method. *Advanced Workshop on The Descriptive Phenomenological Method*, 2-55.
- Giorgi, A. (2004). **현상학과 심리학 연구** (신경림, 장연집, 박은숙, 김미영, 정승은 공역.). 서울: 현문사. (원저 1985 출판)
- Hagman, G. (1997). Mature selfobject experience. In *Conversations In Self*

Psychology, Progress in Self Psychology, 13, 85-107.

Hamilton, N. G. (2007). **대상관계 이론과 실제: 자기와 타자** (김진숙, 김창대, 이지연 공역.). 서울: 학지사. (원저 1988 출판)

Humphreys, T. (2006). **8살 이전의 자존감이 평생 행복을 결정한다** (윤영삼 역.). 서울: 팝콘북스. (원저 1993 출판)

Kohut, H. (1999). **자기의 분석** (이재훈 역.). 서울: 한국심리치료연구소. (원저 1971 출판)

Kohut, H. (2006). **자기의 회복** (이재훈 역.). 서울: 한국심리치료연구소. (원저 1976 출판)

Kohut, H. (2007). **정신분석은 어떻게 치료하는가?** (이재훈 역.). 서울: 한국심리치료연구소. (원저 1984 출판)

Ross, J. (2015). *The role of power in conflict in adult close relationships*. Dietrich College of Humanities and Social Sciences.

Siegel, A. M. (2002). **하인즈코헛과 자기심리학** (권명수 역.). 서울: 한국심리치료연구소. (원저 1996 출판)

Zangl, J. (2016). *The effects of self-threats and affirmations on romantic relationship functioning*. The University of Vermont In Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Doctor of Philosophy Specializing in Psychology.

ABSTRACT

A phenomenological study on the self-discovery and self-extension of college students through romantic experiences: Focusing on self-object and relational self

Bak, Hyeonwoo* · Kim, Min**

The objective of this study was to analyze the self-discovery and self-extension processes through researching the romantic experiences of college students based on the theories of self-object and relational self. For this study, 7 people who had more than one year of romantic experience or who were currently in a romantic relationship for one year or more were selected. For the purposes of deriving study results, the collected data was analyzed by Giorgi's analysis procedure as a phenomenological approach to the qualitative study. The derived elements were presented by 42 meaning units, which represented the essential factors in the experiences of love, 16 subordinate elements, and 7 structural elements. Those 7 structural elements were [bright and dark sides in growth backgrounds and environments], [love and hatred towards former partners], [reasons for selecting a partner], [distance, space, and defense mechanism in conflicts between you and me], [self-object that cares about the existences-of all lovers], [a romantic relationship that I have selected], and ['me' as a partner again]. The fundamental meaning of love derived by general structure statements is a 'dialectic joint between you and me'. The significance of this study can be summarized as follows. First, self-love which is frustrated and damaged by refusals in a growth process can be recovered as self-object functions through romantic relationships in an adult. Second, the styles of romantic relationships derived by these quantitative results can be varied according to the characteristics of partners, the quality of romantic relationships, the passage of time, and the

* Lecturer, Department of Youth Education · Counseling, SoonChunHyang University, vshyeon@hanmail.net

** Professor, Department of Youth Education · Counseling, SoonChunHyang University

situations presented by romantic relationships. Here, it is possible to examine the process of in-depth changes in terms of some issues. Third, it is possible to see that the self-object function, which protects self safely, can to be recovered to achieve a maturing state and to make some relationships over break-ups, based on the detailed experiences of the participants. In addition, this study proposes a research model that investigates the characteristics of partners, together with more detailed fundamental trends in relationships through configuring a pair of couples in future studies.

Key Words: love, self-discovery, self-extension, phenomenological study

투고일: 2019. 3. 11, 심사일: 2019. 6. 13, 심사완료일: 2019. 6. 24