

# FRANKL의 意味療法에 관한 一考察

高明奎

## 목 차

- I. 序 言
- II. 人 間 觀
- III. 性格理論
  - 1. 意味에의 意志
  - 2. 不適應 行動
  - 3. 健康한 性格
- IV. 相談의 目的과 過程 및 技術
  - 1. 相談의 目的과 目標
  - 2. 相談의 過程과 技術
- V. 評 價
  - 1. 寄與點
  - 2. 批判點
- VI. 結 論

## I. 序 言

인간의 욕구좌절에는 심리적·사회적인 것만이 아니라, 實存的 挫折이 있다. 이것은 인생의 의미와 삶의 내용을 상실한 意味에의 意志의 좌절이며, 實存的 神經症이다.

인간이 무엇을 억압하고 있다면 精神分析에 의해 억압으로부터 해방시키면 되고, 무엇을 학습하고 있지 않다면 行動療法으로 늦게나마 다시 배우면 된다. 그런데 실존신

경증(*existential neurosis*)이라고 하는 것은 자기가 자신의 存在方式을 창조하지 않으면 극복할 수 없다는 데에 그 特徵이 있다. 말하자면 자기는 어떻게 살아야 할 것인가를 자기 스스로 생각해 내지 않으면 안된다는 것이다.

그런면, 왜 이 실존신경증이라고 불리우는 일련의 問題가 일어나는가. 그것은 現代社會의 特徵에서 찾을 수 있다.

첫째, 價値觀의 混亂과 危機이다. 현대사회에서는 인간의 행동을 규정해 줄 관습·전통 및 가치를 거의 안정성 있게 가질 수 없다. 더 이상 가치체계를 갖지 못하고 價値의 眞空狀態에 있을 때, 인간은 자기 자신이 키를 잃어버린 배 처럼 어떻게 사는 것이 좋은 것인가를 알지 못하여 無目的的인 자기에게서 견딜 수 없는 고뇌를 일으킨다. 이는 종교와 사회적 관습의 힘이 약해진 만큼 상대적으로 과거보다 더 많이 자신에게 매달리게 되었으며, 우리 자신이 決定을 내리고 그에 대한 責任을 저야 할 상황에 처하게 되었다는 것을 의미한다.<sup>1)</sup>

둘째, 社會의 都市化 傾向이다. 도시화란 서로 어디에서 무엇을 하는지도 모르는 사람끼리 共存한다는 것을 말한다. 그래서, 인간관계가 表皮化 된다. 皮相的인 인간관계가 된다는 것은, 온정적인 관계를 서로간에 가질 수 없게 된다는 것이다. 말하자면, 相互依存(*interdependency*)이 없어지고, 自己에게 依存(*self-dependence*)할 수 밖에 없다는 것이다. 그 결과 인간은 만성적인 孤獨에 빠진다.

셋째, 組織의 時代이다. Whyte<sup>2)</sup>가 현대문화 속에서의 主導的 價値를 집단(조직)에의 陷沒이라고 규정했듯이, 인간은 어떤 조직에 소속되지 않으면 살 수 없다고 믿는다. 어떤 조직에 소속한다는 것은, 조직이 기대하는 행동양식에 자기를 일치시키는 것이다. 자기를 일치시킴으로써 진실한 자기의 願望을 죽여 버린다. 이것이 곧 自己疎外(*self-alienation*)이다.

자기소외에서 벗어날려고 '脫薪러리맨'(de-salary man)이 되기로 용단을 내리는 사람이 있을 정도로, 조직은 지각 있는 인간에게 고민의 원천이 된다. 비록 脫薪러리맨이 못 되더라도 조직 속에 있으면서 자기 본래의 삶의 방식을 찾으려는, 즉 자기의 原點으로 되돌아가고 싶은 충동들도 전혀 없는 것은 아니다.

이런 현대사회의 특징 이외에도, 二元論的인 傳統的 思考方式이 있다. 이는 靈과 肉

1) 슬츠, 人間性格의 理解 (Growth psychology-models of the healthy personality), 李鮮雨·丁鍾範 공역(서울 : 중앙적성출판부, 1984), p.192.

2) W. H. Whyte, Jr., *The Organization Man*, (N.Y. : Simon and Schuster, 1956).

을 대립시키는 생각으로서, 인간에게 罪障感을 낳게 한다. 그런데 실존주의는 이원론에 반하는, 즉 통속적으로 말하면 자기가 萬物의 尺度이며, '天上天下唯我獨尊'의 格이다. 따라서 여기에서는 자기를 심판하는 것이 없으므로 죄책감도 있을 수 없다.

이상 4가지 문제가 실존적 신경증의 溫床이 되고 있다고 할 수 있으며, 그리고 이러한 삶의 의미와 목적의 결여에서 야기되는 여러 증상적인 문제에는 종래의 심리요법, 즉 精神分析, 行動療法, 特性-因子理論, 人間中心療法과 같은 것만으로는 대응해 나갈 수 없다. 비록 非科學的이고 비체계적이라고 평하면서도, 실존주의의 등장을 회구할 수 밖에 없는 所以도 바로 여기에 있다.

이런 관점에서 本稿는 같은 실존주의 입장에 있으면서도, 특히 인간의 의미에의 의지를 중시하는 Frankl의 의미요법을 중심으로 인간을 어떻게 보며(人間觀), 이 인간관에 따라 성격의 구조와 형성은 어떠한가(性格理論), 그 발달과정에서 문제행동은 어떻게 발생하며(不適應 및 病理論), 이런 부적응 행동을 어떻게 치료하며(治療目標 및 相談目標), 이의 치료를 위해 어떠한 과정과 방법을 동원하며(相談過程과 技法), 끝으로 이 요법이 지니고 있는 기여점과 비판점은 무엇인가(評價)를 탐구하여, 실제 상담활동에 하나의 相談理論으로서 기반을 구축·제공해 보려는 데에 研究의 目標을 둔다.

## II. 人間觀

Frankl<sup>3)</sup>은 人間實存의 本質은 정신성·자유 그리고 책임이라는 3가지 요소로 이루어져 있다고 믿었다.

첫째 精神性(*spirituality*)은 인간과 동물을 구별하는 인간실존의 3 가지 특징 중의 하나이다. 정신성은 직접적인 자기의식에서 현상학적으로 나타나며, 精神的 無意識(*spiritual unconscious*)에서 유래된다.<sup>4)</sup> 정신적 무의식은 모든 의식의 기원이며, 근원이다. 다시 말하면 우리는 本能的 無意識(*instinctive unconscious*)뿐만 아니라, 정신적 무의식을 알고 인정하며, 이것에서 우리는 모든 의식적 정신을 지지하는 기반을 볼 수 있다. *ego*는 *id*의 통제를 받지 않지만 정신(*spirit*)은 무의식으로 지탱된다. 즉,

3) C. H. Patterson, *Theories of Counseling and Psychotherapy*, 2nd. ed., (N. Y. : Harper & Row, 1973), pp. 430~432.

4) *Ibid.*, p.431.

정신적 무의식은 *id*와는 명확히 다르며, 자아가 스스로 결단할 때에 비로소 주어지게 된다.<sup>5)</sup> 정신성은 인간의 주요한 속성(*attribute*)이며, 그것에서 양심·사랑 및 美的良心(*aesthetic conscience*)이 유래된다.

Frankl은 “人格에 대한 10 가지 問題”라는 提題下에서 “人格은 精神的인 것이다”라고 지적하면서, 精神的인 人格은 심신적인 유기체에 대해서 새로운 것을 발견해 간다는 성질과 隨意的인 성질로 대조시키고 있다. 즉 인격이 정신적이란 것은 理性的이고 自由意志를 갖는다는 것으로서, 추상적으로 사고하고 판단하고 몇 가지 가능성 속에서 선택한다는 것이다. 말하자면 환경으로부터, 어떤 의미에선 자기를 지탱하는 心身的 有機體로부터 什麼도 떠나서 그러한 행동을 볼 수가 있다는 것이다. 超越이란 말도 이와 같은 뜻이다. 마음(心)은 정신과 같은 것이 아니라, 어디까지나 心的 作用에 한정된다. 이런 의미에서 精神은 病드는 일이 없고, 그것은 소위 정신병이나 신경증의 배후에 엄연히 존재하고 있는 것이다.<sup>6)</sup> 만일 그 배후에 있는 이런 정신적 인격을 전혀 모른다면, 고칠 수 없게 된 유기체만을 보고 이용가치가 없다고 安樂死시키는 것을 정당시 할 수 있다. 따라서 이런 생각을 가진 의학기술자는 병든 인간을 자연히 機械人間으로 보게 됨은 무리가 아닌 것이다.

인간실존의 둘째 특징은 自由(*freedom*)이다. 인간은 어느 범위내에서는 모두가 자유로운 존재이며, 선택권을 갖고 있다. 즉 인간의 자유란 주위의 상황으로부터의 자유가 아니고, 주위의 상황에 대하여 自己態度를 취하는 自由를 말한다. Frankl에 의해 정치범 수용소내의 죄수들의 무감동에도 불구하고 “인간은 정신적·신체적 불안이란 소름끼치는 조건속에서도 마음과 독립된 정신적 자유의 흔적을 보존할 수 있었다”라든가, “생을 의미충만하고 합목적적으로 만드는 것은 빼앗길 수 없는 이런 정신적 자유(*spiritual freedom*)이다”라고 갈파한 말은, 이 자유의 의미를 잘 응변해 주고 있다.

비록 인간은 非精神的 要素, 즉 본능이라든가 타고난 독특한 유전인자 혹은 환경적 조건에 의해 영향을 받기는 하지만, 이런 조건에 대하여 어떤 입장, 즉 아직 결정·허용·거부할 자유가 있다. 흰 머리란 사실에 대해 책임이 없지만, 이발소에서 염색을 하지

5) 水島惠, “人間學의 心理學” 本明 寬 編, 性格心理學 I (일본: 金子書房, 1989), p.301.

6) 프랭클, 죽음의 수용소에서 (*Man's Search for Meaning: an Introduction to Logotherapy*), 정태서 역(서울: 제일출판사, 1991), pp.239~253.

眞行寺 功, “實存分析療法” 伊藤隆: 編, 心理治療法 핸드ブック(일본: 福村出版, 1994), pp.550~552.

7) 眞行寺 功, 상계서, p.551.

않을 수 있는 선택의 정도는 누구에게나 자유가 있다는 것은 그 한 例다. 그러므로 인간의 미래를 전체집단과 연결시켜서 통계적 조사 테두리 안에서 예측(예측의 기초는 생물적·심리적·사회적 상황에 의하여 이루어 짐)할 수는 있지만, 개개인의 인격에 대해서는 본질적으로 예측할 수는 없는 것이다.<sup>8)</sup>

이런 관점에서 정신분석에 있어서 汎性欲主義(*pan-sexualism*) 못지 않게 잘못된 하나의 假定은, 주위 상황에 대하여 어떤 태도를 결정할 수 있는 인간의 능력을 무시하는 인간관인 汎決定主義(*pan-determinism*)이다.<sup>9)</sup> 인간은 완전히 조건에 매여 있거나 결정되어 있는 것이 아니며, 주위 상황에 굴복해야 될지 용감히 대항해야 할지를 스스로 결정한다. 그러므로 인간은 단순히 존재하지 않는다. 인간존재의 가장 중요한 특징의 하나는 주위의 상황을 극복하고 초월할 수 있는 능력인 것이다.

여러 실존주의자들이 지적한 것처럼 만일 인간이 태어나기 전에 그의 本質이 그 무엇에 의해 규정되어져 있다면, 인간은 그의 의지에 의해서 산다기 보다도 그 본질을 규정한 자의 自由意志에 의해 살아야 할 것이다. 자신의 자유의지에 의한 선택이 아닌 경우에는 자유로운 主體的 人間으로 살아가고 있다고 볼 수 없을 것이며, 이것은 자신의 주체적 삶을 포기한 것이나 다름이 없다. 이런 사람은 자신의 운명을 스스로 결정하기를 포기한 사람으로서 自由로부터의 逃避(*escape from freedom*)를 하는 사람이다. 따라서 인간이 자신의 삶을 살기 위해서는 제한된 범위인 세계내의 존재로서나마, 주어진 자유를 최대한 누릴 수 있을 때만이 보다 풍성한 자신의 삶을 살아 갈 수 있다. 즉, 인간이 비록 던져진 被投性的 存在일지라도 던져진 그대로 수동적으로 살아갈 것이 아니라, 주어진 자유를 최대한 활용하여 能動的인 자신의 삶을 살아가야 할 것이다.

인간의 실존에서 세번째 요인은 責任感(*responsibility*)이다. 인간이 선택의 자유를 가졌다는 것을 느끼는 것만으로는 충분하지 않고, 선택에 따르는 책임을 또한 받아들이지 않으면 안된다. 인간이 여러 選擇枝에서 하나를 자유롭게 선택·결정한다는 것은 자신이 선택한 것을 제외한 다른 모든 선택과 그 선택의 결과로서 얻을 수 있는 모든 것을 포기, 즉 책임을 지기가 두렵다는 것을 의미한다. 이처럼 인간은 많은 가능성 가운데에서 하나를 결단하거나 선택할 수 있는 自由가 있기 때문에, 거기에 대한 責任

8) 상계서, pp.184~185.

9) 동계서.

을 저야 한다.<sup>10)</sup>

Frankl은 다음과 같은 말로 우리에게 시시각각으로 부여되는 막중한 책임을 깨닫도록 한다. 즉, “마치 두번째의 인생을 살고 있는 것처럼 삶을 엮어라. 그리고 지금 행하려고 하는 것이 첫번째의 인생에서는 옳지 못했던 행동인 것처럼 생각하라.”<sup>11)</sup> 이런 상태로 우리 자신을 대한다면, 삶의 본질이 덧없고 無常할지라도 우리의 삶이 발전되도록 시간을 현명하게 활용할 것이므로, 우리가 삶의 形象을 조각하여 완성되기도 전에 죽는다할지라도 지금까지 행하여 왔던 것이 물거품이 될 수는 없다. 삶의 의미는 그 길이에서보다 質에 의해 판단되는 것이다. 일을 끝내는 것 보다는 일을 시작하여 높은 수준으로 오를 수 있도록 계속하는 것이 더 중요한 것이다. “때로는 未完成이 가장 아름다운 교향곡이 되기도 한다.”<sup>12)</sup>

인간은 궁극적으로 自己決定을 한다.<sup>13)</sup> 주어진 재능과 환경의 범위안에서 인간이 되어지는 것은, 자기 자신의 힘에 의한 것이다. 즉, 인격으로서의 인간은 사실적인 것이 아니고 隨意的인 것으로서, 항상 그 자신의 可能性으로서 실존하여 이 가능성을 향해서 혹은 그것에 반대해서 자신의 결단을 내릴 수가 있는 것이다. 예컨대 Auschwitz의 가스실을 발명한 그런 존재로, 기도문을 외우며 똑바로 가스실에 들어가는 그런 존재로 되어가는 등, 상황에 달려있지 않고 자신의 決定에 달려있는 것이다.

Jaspers(1883~1969)가 말한 것 처럼 인간이란 사실은 “決斷을 내리는 것”이다.<sup>14)</sup> 인간은 그가 다음 순간에는 무엇이 되느냐를 그 때마다 미리 결단하고 있는 것이다. 이처럼 인간은 주위의 힘에서가 아니라 자신의 결정에 의해서 인간형성이 이루어진다는 점에서는 人本主義와 맥락을 같이 한다.

이렇게 인간의 가장 깊고 궁극적인 의미는 결단, 즉 責任을 가진다는 사실이다. 이 책임의 속에는 인간의 자유가 “~으로부터 자유”뿐만 아니라, “~으로 향한 자유” 즉 超越한 저곳에서 요청되는 義務를 향해서 가치의 실현을 목표로 한다는 뜻도 함께 주어져 있다.<sup>15)</sup> 말하자면 책임이란 의무에 대한 책임이며, 인간의 의무는 “意味”로부터, 즉 생의 의미의 문제가 중심이 된다.<sup>16)</sup>

10) 金玉煥·金貞圭, 教育心理學 (대구 : 螢雪出版社, 1980), p.333.

11) V. Frankl, The Doctor and the Soul ; From Psychology to Logotherapy, 2nd ed., (N.Y. : Knopf, 1965), p.64.

12) Ibid., p.66.

13) 정태시 역, 전계서, p.189.

14) 상계서, p.246.

15) 眞行亨 功, 전계서, p.554.

16) 金玉煥·金貞圭, 전계서, p.333.

따라서, 그 책임이 어떠한 간에 그 책임을 질 勇氣가 있을 때에만, 진정한 자신의 삶을 살 수 있다.

이상에서 고찰한 것 처럼 Frankl을 포함한 實存主義的 接近은 정신분석적·행동주의적 접근들의 決定論的 立場과 대립, 즉 前者가 어린 시절의 심리성적인 사건(幼兒期的 체험·개인의 양친과의 관계 등의 요소)에 의해서, 後者는 환경의 자극에 의해서 인간이 결정된다는 입장과는 대조적인 것으로, 人間中心的 接近과 마찬가지로 인간의 능동적인 면 및 긍정적인 면을 대단히 강조하고 있다. 즉, 인간이 무한한 가능성을 가지고 태어났고, 이를 실현할 수도 있음을 강조한다. 인간의 긍정적·능동적인 측면을 강조하는 이러한 접근들은 인간이 자기 이외의 그 무엇에 의해 결정되는 것이 아니라, 자신이 자신의 本質을 형성하고 자신의 의미와 가치를 創造하며, 계속 成長해 가는 것으로 보고 있는 것이다.

요컨대, 인간의 本性을 비교적 善하게 보거나, 肯定的·能動的으로 보고 있다.<sup>17)</sup>

### III. 性格理論

상단에 있어서 실존주의 접근은 성격이론을 중요하게 다루지 않고 있다. Frankl에게도 그 예외일 수는 없지만, 그러나 여기에서는 비교적 性格理論에 비유될 수 있는 그의 理論體系, 즉 의미에의 의지·부적응 행동 및 건강한 성격을 중심으로 고찰하기로 한다.

#### 1. 意味에의 意志

Frankl의 이론체계에서는 쾌락의 의지(*will to pleasure*)나 권력의 의지(*will to power*)가 아니라 의미에의 의지(*will to meaning*)라는 하나의 基本的인 動機가 있는데, 이것은 다른 모든 인간동기화를 무색하게 할 만큼 너무나 강력하다. 동물이란 그것의 존재의미에 관해서는 결코 걱정을 하지 않아도 되지만, 인간에게 가장 깊게 사상을 불러 넣는 것, 즉 모든 것 중에서 가장 人間的 現象인 것은 바로 이것이다.

17) 李炯得 외. 相談의 理論的 接近 (대구 : 螢雪出版社, 1987), p.416; p.418.

Frankl은 Nietzsche의 “왜 살아야 하는가 하는 인생의 의미를 가지고 있는 사람은 어떻게 해서든지 살아갈 수가 있다(He who has a why to live can bear almost any how)”라는 말을 인용하면서, 가장 가혹한 조건을 견디어 이겨내는데 있어서 인생에는 의미가 있다는 것을 아는 것 만큼 더 효과적인 것은 없을 것이라고 역설했는데, 그는 Nietzsche의 말을 모든 정신요법의 金科玉條로 삼아야 된다고 주장했다.<sup>18)</sup>

Frankl에 의하면, 삶의 의미는 다양하게 부여하지만, 각각의 상황에는 하나의 解答밖에 없다는 것이다. 이런 점에서 삶의 의미는 어떤 주어진 상황에 있어서 자기 혼자 힘으로만 성취할 수 있는 삶의 특수한 의미이기 때문에<sup>19)</sup> 모든 사람들에게 적용되는 보편적인 것이 아니라, 각 개인에 따라 特異하고 獨特한 것이다. 따라서 한 인간의 삶을 타인이 대신할 수도, 되풀이 할 수도 없는 소이도 바로 여기에 있다.

그런데, 의미를 찾는다는 것은 번잡하고 도전적인 과제임과 동시에, 내적 긴장을 감소시키는 것이 아니라 오히려 증가시키는 課題이기도 하다. Frankl은 이러한 긴장의 증가를 心理的 健康에 필수불가결한 조건으로 보았다.<sup>20)</sup> 즉, 긴장이 없고 안정과 내적 긴장의 평형상태를 추구하는 삶은 의미의 결여로서, 정신적 신경증에 걸리는 운명에 놓이게 된다는 것이다. 건강한 성격의 소유자는 이미 성취했거나 완성한 것과 앞으로 성취해야 하거나 완성해야 할 것 사이에 생기는 어느 정도의 緊張感, 환언하면 현재의 자기 모습과 앞으로 되어야 할 자기 모습 사이에 간격(gap)을 가지고 있다. 말하자면, 인간이 첫째로 필요로 하는 것은 긴장의 방출(平衡)이 아니라, 한쪽 極은 충족되어야 할 意味에 의하여 대표되고, 또 다른 쪽 극은 그것을 충족하여야 할 사람에 의하여 대표되는 긴장의 極的 分野(polar field)로 부르는 정신적 역동, 즉 精神力學이다.<sup>21)</sup> 이러한 간격은, 건강한 사람들이 삶에 의미를 주는 목표를 찾고자 항상 노력한다는 것을 의미한다. 이런 사람들은 실행할 새로운 목적을 찾고자 끊임없이 도전하게 된다. 그리고 이러한 지속적인 노력은 삶에 熱情과 희열을 가져다 준다.

이와 반대로 보람있는 목표를 추구하기를 포기하는 사람은 삶에 의미가 없어 삶이 지루하고 무감각하고 목적이 없다는 느낌, 즉 實存的 眞空狀態(existential vacuum)를 갖게 되는데, 이는 Frankl의 핵심개념(key concept)이며 정신신경증의 원인이 되므

18) 정태시 역, 전계서, p.155.

19) 상계서, p.147.

20) C.H.Patterson, op. cit., p.434.

21) Loc. cit.



로 부적응 행동에서 다루기로 한다.

Frankl은 삶에 의미를 가져다 줄 수 있는 3 가지 방법을 價値(*value*)라는 일반적인 제목으로 설명하고 있다.<sup>22)</sup> 의미는 Sartre가 주장하는 것과 같이 인간이 발명하지 않고, Frankl에 따르면 인간이 發見한다는 것이다.<sup>23)</sup> 즉, 우리 존재의 이유는 우리들 자신이 만들어 내는 것이 아니라 발견해야 될 것으로 생각한다. 다시 말하면 의미의 의지는 정신역동적 의미에서는 충동적인 힘이 아니므로, 인간을 추진시키거나 밀지 않고 오히려 당기게 된다는 것이다. 여기서 사람이 가치에 의하여 당겨진다는 것은 언제나 自由가 개재하고 있다는 사실을 은연중 내포하고 있다. 그 자유란 이미 본 것처럼 인간이 어떤 제안을 받아들이거나 거절하는 선택이나 결정, 즉 어떤 의미 가능성을 실행하거나 혹은 상실하는 것을 말한다. 예컨대 인간이 도덕적으로 행동하는 것은 道德的衝動을 만족시키기 위해서가 아니라, 어떤 경우나 그가 약속한 원인·사랑하는 사람 및 믿는 神을 위해서 그런 행동을 하려고 결심을 했기 때문이다. 이런 점에서, 삶의 의미는 抽象的이 아니다.

가치는 그것이 이끄는 삶의 의미와 마찬가지로, 각 개인과 상황에 따라 독특하다. 가치는 인간이 처한 여러 가지 상황에 적응하도록 다양하고 융통성이 있다. 일생동안 인간은 가치의 문제를 끊임없이 염두에 두고, 각 상황에 따라 삶에 의미를 주는 어떤 가치를 끊임없이 선택해야만 된다. 가치에도 삶에 의미를 주는 3 가지 방법에 상응하는 3 가지의 基本的인 價値體系가 있는데, 창조적 가치·경험적 가치·태도적 가치가 그것이다.<sup>24)</sup>

創造的 價値(*creative value*)는 창조적이고 생산적인 활동에서 인식되는 것이다. 비록 창조적 가치는 생활전반에 걸쳐서 표현될 수 있는 것이지만, 대체로 어떤 종류의 일, 즉 자기를 표현하는 유형·무형의 제작물이나 아이디어를 고안해 냄으로써 혹은 타인들에게 봉사함으로써 삶에 의미를 주는 것이다.

창조적 가치가 세상에 주는 데에서 생기는 것인 반면에, 經驗的 價値(*experiential value*)는 세상으로부터 받는 데에서 생긴다. 이러한 受容性은 창조성 만큼이나 많은 의미를 줄 수가 있다. 경험적 가치는 자연이나 인생에서의 眞·善·美를 경험함으로써,

22) 李祥雨·丁鍾籟 공역, 전계서, p.197.

23) C. H. Patterson, op. cit., p.432.

24) loc. cit.

李祥雨·丁鍾籟 공역, 전계서, pp. 197~199.

어떤 한 인간을 그의 독자성에서 앞으로써, 혹은 한 인간을 고유하게 경험하는 사랑을 통해서 나타난다. 이처럼 Frankl은 사람이 적극적으로 취하는 행동과는 무관하게 삶의 어떤 양상을 강도있게 경험함으로써 삶의 의미를 충족시킬 수 있다고 주장했다.

이러한 삶의 의미의 한 측면은 음악애호가가가 음악을 듣고 있는 그 순간에서만 삶의 가치를 느끼는 것 처럼, 한 순간의 偉大함에 의해서 삶의 위대함을 평가될 수가 있다는 것이다. 따라서 Frankl에 의하면 삶의 의미는 특정한 때에만 존재한다는 것이다. 다시 말해서 존재하고 있는 모든 순간에 의미를 발견할 수 있는 것은 아니지만, 의미가 이따금씩 생겨난다는 사실이 인생의 전반적인 意味性(*meaningfulness*)의 가치를 떨어뜨리는 것은 아니란 것이다. 山이 그 높이에 의해 묘사되지 계곡의 깊이에 의해 묘사되는 것이 아닌 것과 같이, 삶의 의미성도 그 꼭대기에 의해 묘사된다고 Frankl은 서술했다. 그는 경험적 가치를 지닌 단 한 순간의 絶頂(꼭대기)만이라 할지라도, 전 생애를 意味로 가득 채울 수 있다고 주장했다. 우리가 얼마나 많이 혹은 오랫동안 이러한 수준에 도달·머물렀느냐가 아니라, 오히려 한번 경험한 절정이 얼마나 強烈했느냐가 결정적인 요인인 것 같다.

창조적·경험적 가치는 풍부하고 안전하고 긍정적인 인간의 경험을 통해서 삶의 풍요로움을 다룬다. 그러나 인생이란 고상하고 풍부한 경험만으로 구성된 것은 아니며, 이와 다른 사건과 힘, 즉 질병·죽음 혹은 Frankl이 Auschwitz에서 처했던 極限狀況 같은 것이 있으며, 이러한 것은 인간의 삶을 위축시킨다. 이처럼 경험할 아름다움도, 창의력을 발휘할 기회도 없는 부정적인 상황 속에서 인간이 취하는 태도에 의해서 의미를 발견하는 방법이, 곧 세번째의 態度的 價値(*attitudinal value*)이다.

Frankl은 인간의 객관적 운명 보다는, 運命에 대한 우리의 態度가 인간을 낙담시키고 파괴적이 되게 한다고 믿고 있다. 그는 가장 침울하고 낙심천만이며 얼핏보기에 절망적인 상황이, 의미를 발견할 가장 많은 기회를 인간에게 제공해 준다고 보고 있다. 그리고 또한 그러한 상황이 가장 열심히 의미를 찾아야 할 상황이기도 하다. 그러한 상황에 처했을 때 대처할 수 있는 合理的 方法은, 오로지 그 상황을 받아들이는 태도이다.<sup>25)</sup> 즉, 운명을 받아들이는 방법, 고통을 견디어 내는 勇氣, 불행 앞에서 내보이는 의연함 등이 인간의 成熟度를 측정하는 궁극적인 척도가 된다.

그런데 창조가치의 실현에는 才能이, 체험가치의 실현에는 心理·身體的인 器官이 참

25) 상계서, p.199.

가하지만, 태도가치의 실현에는 苦惱하는 힘이 필요하다.<sup>26)</sup> 고뇌하는 힘은 前二者와 같이 유한한 것이 아니며, 스스로가 획득하여야 할 성질의 것으로 無限하다고 할 수 있는 것이다.

이런 관점에서, 인간의 삶은 실존의 마지막 순간까지도 의미를 유지시킬 수 있다. 인간이 살아 있는 한, 그 가치들을 인식해야 할 의무가 있다. 그것은 인간이 심리적 건강을 유지하고자 한다면, 피해서는 안 될 인간의 責任인 것이다.

이상과 같이 Frankl의 성격의 이론은, 철학적 차원의 구조와 발달로 볼 수 있다.<sup>27)</sup>

## 2. 不適應 行動

Frankl은 病因을 인간존재의 차원적 영역에 따라서 ① 身體因 ② 心因 ③ 精神因으로 나누고, 병인이 心身 어느 쪽에 증후로서 나타나는가에 따라 <표Ⅲ-1>과 같이 질병의 위치를 분류했다.<sup>28)</sup>

<표Ⅲ-1> 疾病의 位置

		症 候	
		心的 次元에 出現	身體的 次元에 出現
病 因	身 體 因	精 神 病	보 통 病
	心 因	精 神 神 經 症	器 官 神 經 症

여기서 그는 생물학적 충동과 본능간의 갈등에서 보다도 이미 언급된 여러 가치들간의 갈등, 정신적인 문제, 실존적인 위기 등 정신적인 차원에서 발병하는 精神神經症(精神因性 神經症 : *psychogenic neurosis*)을 문제시 했다.

이 정신인성 신경증의 원인은 의미에의 욕구좌절(*meaning frustration*) 또는 實在的 挫折(*existential frustration*)이 되며, 이런 좌절은 인간존재의 의미인 의미에의 의지가 만족되지 않을 때, 즉 삶을 보람찬 것으로 만들어야 할 실존의 궁극적 의미가 완전히 결여 또는 상실된 체험이다.<sup>29)</sup> 이렇게 하여 일어난 내부의 공허감을 精神的 眞空狀態(*spiritual vacuum*) 또는 실존적 진공상태로 의미한다.

26) 金玉煥·金貞圭, 전제서, p.334.

27) 李炯得 외, 전제서, p.120.

28) 眞行寺 功, 전제서, p.556.

29) 정태시 역, 전제서, pp.150-159.

이러한 정신적 진공상태는 사람으로 하여금 삶의 무의미감에 시달리게 함으로써 여러 異常行動을 유발시킬 素地가 되는 데서, 이것이 곧 현대인의 커다란 정신적인 문제가 되는 不適應 行動으로 등장된다.

이러한 실존적 진공상태는 열등감을 능가하여 자기의 가치가 타인의 가치보다도 열등하다기 보다도 오히려 자기의 존재의 의미가 없다는 데서 고민하는 病像, 즉 集團神經症(*collective neurosis*)의 현상을 일으킨다고 Frankl은 지적했다. 말하자면, 그는 현대에서 널리 보이는 시대정신이 반영된 病理現象이라고 할 수 있는 臨床的인 意味를 넘은 확대된 의미에서 社會的 神經症 症狀를 準神經症(*quasi-neurosis*)으로 칭했는데, 그 증상을 다음 4 가지로 제시하고 있다.<sup>30)</sup>

- ① 假 生活態度 : 미래의 목표도 없고 “현실세계에는 어떤 것 하나도 확실한 것은 없고 모든 것은 변하기 쉬운, 일시적인 것 밖에 없다. 그것은 누구의 책임도 아니다.”라고 하여 충동에 따라 움직이며, 그날 그날을 막연히 지내는 생활방식이다.
- ② 宿命論的 生活態度 : 인생은 숙명적으로 이끌려가는 것이며, 자기의 의지로서는 어떻게 할 수 없다. 그래서 “나의 책임은 없다”든가, 자기의 삶을 계획하는 것은 불가능하다 든가는 이런 태도이다.
- ③ 集團主義的 思考 : 하나의 슬러건에 結晶된 집단의 생각하에 스스로 자신의 자유와 책임을 물어버리고, 자기의 의견도 없이 대중속에 매몰되어 개성을 잃어버린다.
- ④ 狂信 : 자기의 의견만을 옳다고 하여 다른 생각을 하는 사람의 인격을 무시한다. 그러나 자기의 견해라는 것도 진실로 자기의 것이 아니라, 世論에 불과하다. 또 모든 것은 목적을 위한 수단에 불과하다고 하여, 정치만이 일체의 문제해결 수단이라고 믿는다.

이와 같은 일련의 4 가지 증상들로 인해 대부분의 사람들은 남들이 원하는 행동을 하게 되어 자기를 상실하고, 획일주의에 빠지게 된다. 궁극적으로 이런 증상들은 인간의 책임감에 대한 공포와 자유로부터의 도피에 기인될 수 있다.

또 이러한 실존적 공허의 증상은 倦怠의 狀態(*state of boredom*)에서 주로 나

30) C. H. Patterson, op.cit., pp.434~435.  
眞行寺 功, 전체서, pp.563~564.

타나며, H曜神經症(*sunday neurosis*)은 그 한 증거이다. 이는 바쁜 1 주일이 끝나 자신내의 공허감이 뚜렷해지면서 생활내용의 결여를 느끼게 되는 사람들에게 닥쳐오는 하나의 우울증이다.<sup>31)</sup> 이러한 ‘권태’는 굶기야 권력의지와 쾌락의지로 나타나 금력·성·자살·마약중독·소년범죄 등 근심(*distress*) 보다 더 많은 문제를 야기시킨다. 구체적으로 성적 욕구불만은 그 배후에는 의미에의 의지의 욕구불만이 도사리고 있는 것이며, 소년비행도 부분적으로만 신체적 발달의 가속으로 원인을 돌릴 수 있고 실존적 좌절이 결정적이다.<sup>32)</sup> 즉, 의미에의 의지가 좌절되면, 이에 대한 補償(*compensation*)으로 좋지 않는 증상이 나타난다는 것이다.

그러나 실존적 공허는 그 자체가 病理的인 것도, 病原的인 것도 아니다.<sup>33)</sup> 삶의 무가치에 대한 관심 또는 절망까지도 그것은 精神的인 難關(*spiritual distress*)이지 결코 精神的인 病患(*mental disease*)은 아니다. 그것은 너무나도 인간적인 것이므로 우리는 2 개의 근본적으로 다른 것들, 즉 정신적인 고통과 질병을 혼동하지 않도록, 아니 人間的인 것과 病的인 것을 구별할 줄 알아야 한다.<sup>34)</sup> 정신적인 고통을 정신적인 질환으로 해석함으로써 의사마저도 환자의 실존적 좌절을 神經安靜劑 속에 묻어두려고 한다.

따라서 意味療法에서는 실존분석을 통하여 내담자에게 자기 삶 속에 숨어 있는 *Logos*, 즉 사람에게 의하여 충족되기를 기다리는 意味와 그 사람에게 부여된 課業, 아니 그 보다는 使命을 기다리는 意味에의 意志, 이 2 가지를 동시에 깨닫게 해주려고 한다.<sup>35)</sup>

### 3. 健康한 性格

Frankl에 의하면, 인간이 살아가는 주된 동기는 자아가 아니라 意味를 찾는 것이다. 심리적으로 건강한 사람은 자신에게 초점을 두는 것으로부터 초월한 사람이다. 즉, 자기 자신을 초월하여 어떤 사람 혹은 일(*work*)과의 관계를 맺을 뿐만 아니라 의미와 목적에 열중하는 자이다.

그의 이러한 견해는 완전한 인간발달의 목표나 동기는 자아충족 혹은 自我實現에 있

31) C. H. Patterson, op.cit., p.433.

32) 사하키안, 心理治療와 카운셀링 (Psychotherapy and Counseling : Studies in Technique), 徐鳳延·李寬鎔 공역 (서울 : 중앙적성출판사, 1987), p.210.

33) 李啓鶴, 人格教育論 (서울 : 星苑社, 1991), p.168.

34) 徐鳳延·李寬鎔 공역, 전계서, p.209.

35) 李啓鶴, 전계서, p.168.

다는 이론가들의 그것과 대립된다.<sup>36)</sup> 그는 권력과 쾌락 및 자아실현을 위해서 자아 내부의 어떤 상태나 조건을 세우려고 노력하는 인간, 즉 현실세계나 혹은 타인들과의 상호작용에 관심을 두지 않고 오로지 자아에만 관심을 두는 인간을 閉鎖된 體系 (closed system)로 묘사하고 있으며, 또 自己敗北 (self-defeating)라고 믿는다.

쾌락과 자아실현이란 2 가지 자아지향적 目標 중 삶이 幸福追求에 집착하게 되면, 결코 행복을 발견하지 못할 것이다. 하나의 목표로서 행복에 초점을 두면 들수록 행복해야 할 이유를 더욱 더 잊어버리게 될 것이다. 쾌락과 행복은 삶에 즐거움을 더해 주는 것이지, 그 자체가 삶의 목표는 아니다. 행복은 추구하여 붙잡을 수 있는 것이 아니라, 의미를 충족시키고 자아 외부에 있는 목표를 달성함으로써 저절로 따라오는 것이다.

自我實現을 추구하는 것도 그 예외일 수 없다. 인간은 노력하면 노력할수록 더 모자라는 느낌을 갖는다는 단순한 이유로 자아실현은 그 자체가 목적이 되어 있으면 달성될 수 없고, 삶의 의미를 발견하고 나서 성취될 수 있는 二次的 効果, 즉 自己超越의 副産物로서 달성이 가능하다. 결국, 인간이 자신의 인생의 의미의 충족에 자신을 맡기는 정도에 비례해서 자기 자신을 실현할 수 있다는 것이다.

따라서 Frankl은 자신의 견해와 자아실현을 성취하는 最善의 方法은, 자신을 초월하여 일이나 어떤 것을 실행하는 것이라는 점에서는 Maslow의 견해와 一致한다고 믿는다.<sup>37)</sup> Maslow 역시 絶頂經驗 (peak experience)을 하는 동안에는 자아가 초월된다고 서술했다. 問題는 의미에의 의지가 좌절되는 결과 자아실현에 집착하게 된다는 것이다. 이것은 마치 Boomerang (던지면 곡선을 그리며 다시 돌아오는 오스트레일리아 원주민의 무기)이 그 표적을 못 맞췄을 때만 되돌아 오는 것과 마찬가지로, 인간이 이 세상에서의 자기의 과제와 意味를 놓쳐 자기의 의미에의 의지가 좌절당했을 때에 오로지 자기 자신에게만 전념하게 된다는 것이다.

그러면, Frankl에 의해 제시되는 健康한 性格의 소유자의 特性은 무엇인가? 그는 이런 특성에 대해 전술한 내용들을 통해서 다음과 같이 요약·정리했다.<sup>38)</sup>

- ① 자신의 行爲過程을 自由롭게 選擇한다.
- ② 살아가며 행하는 행위와 자신의 運命에 대해 취하는 態度에 스스로 責任을 진다.
- ③ 자기 外部의 힘(力)에 의해서 支配當하지 않는다.

36) 李祥雨·丁鍾鏞 공역, 전제서, p.200.

37) 상계서, p.201.

38) 상계서, p.202.

- ④ 자기에게 適合한 삶의 意味를 가지고 있다.
- ⑤ 자신의 삶을 意識的으로 잘 統制한다.
- ⑥ 創造的·經驗的 혹은 態度的 價値를 표현할 수 있다.
- ⑦ 自身에게 關心을 두는 것을 超越한다.

이 밖에 3 가지 特性<sup>39)</sup>을 들면, 첫째, 미래의 목표와 과제에 관심을 돌리는 未來志向性이다. Frankl은 “미래를 내다 보아야만 살아갈 수 있는 것이 人間의 特性이다”라고 서술했다. 미래에의 신념없이는 정신으로 삶을 붙들지 못하며, 따라서 심신이 곧바로 쇠약해지는 운명에 놓이게 된다. 인간은 계속해서 삶을 영위해 가야 하는 이유와 성취하고자 하는 미래의 목표를 가지고 있지 않으면, 삶은 그 의미를 잃고 만다. Frankl 자신이 그의 억압된 정신이 일깨워져서 그 당시의 고통과 절망을 뛰어 넘을 수 있었던 것도, 훗날 포로수용소의 심리학에 관해 강의한다는 상상에 의한 강요된 미래에 대한 의식이라든가 어떤 목표를 향해 노력한 것이라고 述懐하고 있는데, 그것을 잘 입증해 주고 있다.

둘째, 일에 專念한다는 것이다. 고찰한 것 처럼 의미 획득의 한 방법은 세상에 무엇인가를 주는 창조적 가치의 표현을 통해서이며, 이러한 가치는 직업이나 직무를 통해서 가장 잘 표현될 수가 있다. 인간은 각각 독특한 방법으로 자신의 일을 수행함으로써 사회에 기여하고 있다.

그런데, 일에 있어서 중요한 점은 그 일의 내용이 아니라 그 일을 遂行하는 方式이다. 즉, 일(외부적 힘)이 아니라 독특한 인간(내부적 힘)으로서 자신의 人性에 따라 일을 수행하는 것인데, 이것이 삶에 의미를 주는 것이다. 한 간호원이 요구되는 자신의 임무 이상의 어떤 일을 할 때만이, 비로소 자신의 일을 통해서 의미를 찾게 되는 것을 한 예로 들 수 있다. 그 간호원은 정규적인 업무 외의 남은 시간을 공포에 질린 환자나 죽음을 앞둔 환자를 위로하는데 사용함으로써, 자기 일의 構造(structure)에서 벗어나 아낌없이 자신을 위해 일하고 자신 이외의 타인들에게 주의를 집중시킨다. 인간은 일 속에서(in)가 아니라 일을 통해서(through) 의미를 발견하기 때문에, 거의 어떤 종류의 일을 통해서나 의미를 찾을 수가 있다.

셋째, 자아를 초월한 자의 또 다른 特性은 사랑을 주고 받을 수 있다는 것이다. 사랑

39) 상계서, pp.202~205.

은 인간의 궁극적 목표이다. 인간은 사랑을 통해서 그리고 사랑 속에서 구제된다. 인간이 唯一無二 하다는 것은 일을 통해서도 알게 되지만, 사랑을 받음으로서도 알게 된다. 인간이 사랑을 받고 있을 때 우리는 사랑하는 사람에게 있어서 우리는 없어서는 안 되고, 그 어느 누구와도 바꿀 수 없는 존재가 된다.

그러나 애정관계의 또 다른 측면에 사랑을 주는 것이 있다. 타인에게 사랑을 줌으로써 (서로 사랑함으로써) 우리는 아직 실현되지 못한 특징까지 포함하여 상대방의 독특한 특성(*trait*)과 특징을 볼 수가 있다. 사랑을 통해서 사랑하는 사람에게 그들의 무한한 가능성을 일깨워줌으로써, 아직 개발되지 않은 잠재력을 인식하게 해줄 수가 있는 것이다.

결국, 주고 받는 애정관계 속에서 兩者는 모두 자신의 잠재력을 충족시키고 실현시킴으로써, 보다 완전한 인간이 되는 데에 서로 利得을 얻게 된다.

## IV. 相談의 目的과 過程 및 技術

여기에서는 의미요법의 상담목적과 목표를 먼저 검토한 뒤에, 상담과정과 기술을 후술하기로 한다.

### 1. 相談의 目的과 目標

의미요법은 경험을 의식화시키는 것을 중심으로 하는 深層心理學的 發想法과는 달리, 보다 높은 정신적인 것에 자각케 하는 것을 중시하는 高層心理學에 의거하여 인생의 목표를 분명히 하여 그것을 보다 충실하고 보다 높은 것으로 발전하게 하도록 원조하는 것을 중심적인 과제로 한다.<sup>40)</sup> 즉, Frankl에 있어서는 인간이 그 존재를 될 수 있는 한 의미로 가득 채울려고 하는 동경심에 사로잡혀 살만한 가치가 있는 인생의 내용을 얻으려고 苦闘하는 삶의 방식을 중요시 한다. 그래서 여기에서는 자기충족·자기가능성의 실현(自我實現)은 자기의 目的이라고는 생각하지 않으며, 그러한 것은 의미충족과 價値實現의 結果라고 생각한다. 말하자면, 의미요법은 가치에 視野를 넓히게 한 다든가, 자기의 현 존재를 責任存在로서 이해하도록 하는데 필요한 원조를 강조한다.

40) 岡部彌太郎·澤田慶輔 編, 教育心理學(日本: 東京大學出版會, 1967), p.213.



이런 관점에서, 의미요법의 窮極的인 目的은 개인에게 주어진 삶이 그에게 요구하는 것이 무엇인지를 직면하게 해줌으로써 唯一無二한 독자적인 삶의 의미와 가치를 깨닫도록 함으로써, 獨自性 있는 自我同一性을 確立하도록 하는 데에 있다.<sup>41)</sup>

따라서 이러한 궁극적인 목적을 성취하기 위한 具體的인 目標로서는 실존적 공허감, 즉 實存的 眞空을 충족시키고 價値의 領域을 넓혀 自己存在의 意味를 體得시키는 데 있다.<sup>42)</sup>

따라서 의미치료는 의미를 포함하는 다음과 같은 여러 측면과 영역에서 具體的으로 다루고 있다.<sup>43)</sup>

### 1) 삶과 죽음의 의미

인생의 의미는 사람마다 다르고, 하루 하루가 다르고 시시각각으로 다르므로, 그것은 일반적인 의미가 아니라 어떤 주어진 순간에 있어서의 어느 인간의 특수한 의미임을 밝혔다. 마치 바둑 선수권 보유자가 바둑의 어느 국면 또는 敵手의 개성을 염두에 두고 바둑알을 움직이듯이, 인간존재에서도 추상적인 인생의 의미를 탐구해서는 안된다. 자살하지 않는 이유로 자기의 가족과 일을 위해서라고 삶의 의미를 발견하는 사람처럼, 인간은 자기 자신의 인생에 대하여 책임을 짐으로써 인생에 대하여 대답을 할 수 있다. 그래서 의미치료는 “責任”을 인간존재의 본질로 인정한다<sup>44)</sup>“함은 이미 밝힌 바 있다.

사람마다 자신의 특별한 天職이나 인생의 사명을 가지고 있고, 충족하여야 할 구체적인 과업을 수행하여야 한다. 그러므로, 이 세계에 가득찬 가치들을 밝히고 이들 가치 영역의 범위를 분명히 할 필요가 있다.

예로서 내담자가 삶의 가치가 없다고 비탄하게 되면, 이는 그 자신의 직업과 일하고 있는 직장에 대해 무관심하기 때문이라는 것을 알려주어야만 한다. 중요한 것은 어떻게 일을 하느냐 하는 점이고, 그가 맡은 직책에 실제로 충실한가 아닌가 하는 점이다. 自殺의 경우, 이제까지 평형을 이루던 것이 너무도 부정적인 것으로 밝혀져서 삶을

41) 李啓鶴, 전계서, p.170.

42) 金玉煥·金貞基, 전계서, p.338.

43) C. H. Patterson, op. cit., pp.438~445.

44) 정태시 역, 전계서, pp.160~161.

계속한다는 것이 명백히 무가치하게 보여진다는 信念도 주관적인 것이며, 잘못 정당화될 수도 있다. 자살을 하는 경우에도 그의 삶에 요구하는 의미·과제에서의 도피임으로, 그의 책임감으로부터 자유롭게 벗어날 수 없다. 그러므로 자살할 가능성이 있는 사람에게 자기의 생명을 끊는다는 것은 理性에 어긋나는 것이고, 또 삶이란 어떤 환경에 처해 있는 어떤 사람에게도 의미있는 것이란 점을 확신하도록 만드는 것이 우리의 義務이다.

실존의 有限性(*finiteness*)도 역시 삶에 또 하나의 의미를 준다. 죽음은 삶에 무의미를 주지 않고, 오히려 삶의 일시적이란 사실이 삶에 의미를 부여한다. 삶이 무한하다면 만사는 연기될 수 있으며, 따라서 거기에는 행동이나 선택 혹은 결정의 필요성도 없어지고 책임감도 없어지게 된다.

인간실존의 의미는 非永遠性(*irreversible quality*)에 기초를 두고 있는 것이다. 의미치료에서는 삶의 이러한 측면이 내담자 앞에 제시되어 그로 하여금 책임감을 자각하도록 한다. 例로서 자신의 傳記(*biography*)를 인생의 황혼기에서 재고하고 있다고 상상하도록 격려함으로써, 쓰여질 내용이 무엇이 되어야 하는지를 결정할 힘과 行動修正의 힘을 얻게 된다.

모든 사람은 죽음과 같은 삶의 일부분으로서, 유일무이한 運命(*destiny*)이 있다. 운명은 인간의 힘이나 책임감으로도 어쩔 수 없는, 본질적으로 인간의 자유에서 벗어난 것이다. 운명은 의미를 가지고 있으며, 이것과 투쟁한다는 것은 그것의 의미를 간과하는데서 오는 소치이다. 운명이 부여한 한계가 없이는 자유란 의미가 없는 것이고, 운명이 없는 자유는 불가능하다. 즉, 운명 앞에서만, 운명에 대한 자유로운 行爲(*stand*) 앞에서만 자유가 될 수 있다. 이처럼 自由는 制限을 前提로 하며, 제한을 조건으로 한다. 이런 맥락에서 인간을 定義한다면 우리는 그를 규정하는 어떠한 것(생물학적·심리학적·사회학적 형으로 규정)으로부터 그 자신 자유로운 實體(*entity*)라고 해야 할 것이다. 다시 말해서, 실체란 이런 모든 決定子들(*determinants*)을 극복하거나 그것들을 자신에게 적합하게 만들거나 혹은 신중히 그것들에 복종함으로써 모든 결정자들을 초월하는 실체인 것이다.

이처럼 의미요법은 운명을 인간의 자유에 대한 본원적인 試驗場으로 간주한다. 따라서 여러 운명적인 障礙들이 개인의 삶에서 意味充滿性과 합병되는 양상은 개인에 따라 다를 수 있다. 신경증내담자는 운명이나 숙명을 병적으로 받아들이는데, 그러한 숙명론

은 단지 책임감에서 도피하려는 위장된 형태에 불과하다. 그들의 현재의 상태와 운명을, 유아기의 교육이나 환경의 탓이라고 비난하도록 허용될 수는 없다. 어떤 신체적인 장애를 가진 내담자라도, 자기의 신체적 조건에 대한 그의 정신적 태도에 책임을 가지고 있는 것이다.

따라서 內·外部로 향하는 運命과 그의 自由 사이에서 끊임없이 투쟁하는 것이야말로, 人生의 本質적인 性格(*intrinsic nature of life*)이라고 할 수 있다.

## 2) 苦痛의 意味

고찰한 것 처럼 가치의 3 가지 범주 중에서 態度的 價値는 개인이 변화시킬 수 없는 운명에 의해 부여된 어떤 것에 직면했을 때 실현되는 것이며, 또 그런 상황이 가장 심오한 의미를 실현하는 최종적인 기회이기도 하다. 敷衍하면, 인간의 운명이나 고통(*suffering*)을 개인 자신의 정신 속으로 同化시키는 態度로부터 무한한 價値의 潛在力이 흘러 나오게 된다는 것이다.

그러므로 심적 갈등이 정상적이고 건전한 것과 마찬가지로, 고통도 반드시 언제나 病理的 現象은 아닌 것이다.<sup>45)</sup> Frankl이 “살아있다는 것은 괴로워하는 것이고, 그 괴로움 속에서 어떤 意味를 찾는 것이 살아 있는 것이다.”라고 서술했듯이,<sup>46)</sup> 인생은 가치를 창조하거나 즐기는 데 뿐만 아니라 고통을 당하는 데서도 충만될 수 있는 것이다. 자신의 고난이 의미가 있다는 확실한 조건하에서는, 사람은 기꺼이 그 고통을 받기까지 하는 이유가 그것이다.

의미요법의 基本原理는 쾌락을 얻거나 고통을 피하는 것이 아니라, 자신의 인생의 숨은 의미를 깨닫게 하는 것이다. 그래서 의미치료가 가능하려면 인간은 苦惱할 수 있는 힘을 갖지 않으면 안된다. “苦惱는 무엇 무엇을 위하여가 아니면 안된다. 우리는 고뇌를 받아들임으로써 고뇌를 의도할 뿐만 아니라, 고뇌를 통하여 무엇인가를 의도한다. 이렇게 해서, 우리는 고뇌를 초월한다”고 Frankl은 말한다.<sup>47)</sup>

종래 精神衛生의 立場은, 개인이 갖는 불안·욕구불만·고뇌는 될 수 있는 한 제거하려는 입장이었다. 그러나 인격의 성장이란 관점에서 볼 때, 이 방법이 반드시 옳지는

45) 상계서, p.153.

46) 李鮮雨·丁鍾籟 공역, 전계서, p.188.

47) 金玉煥·金貞圭, 전계서, pp.333~334.

않다. Frankl은 다음과 같이 말한다. “만일 어떤 사람이 그가 불행하였던 戀愛의 體驗을 無로 돌려도 좋은 것인가. 즉, 불쾌하고 고뇌에 찬 체험을 그의 생활로부터 말살할 의사가 있느냐고 묻는다면…… 그는 아마도 부정할 것이다, 즉, 고뇌에 차 있다는 것이 바로 충족되어 있지 않다는 것은 아니다. 오히려 반대로 인간은 고뇌 속에서 성숙하며, 고뇌함으로써 성장한다. 연애의 성공이 준 것보다 더 많은 것을, 고뇌는 인간에게 주었을 것이다.”<sup>48)</sup>

이런 관점에서, 인간은 결코 다른 방법에서가 아니라, 단지 고통을 당하는 방법에 의해서만 충족시킬 수 있는 事態, 즉 의사가 환자의 병을 고치지도 못하고 환자의 고통을 없애 주지도 못한다면, 고난의 의미를 충족시키는 환자의 능력을 동원하여야 할 것이다.

### 3) 일의 의미

인생에 대한 책임감은, 그 인생이 제시하는 사태에 대해 반응하는 가운데 나타나야 한다. “반응은 말로써 나타내는 것이 아니라, 행동과 행위로서 나타나야 한다”<sup>49)</sup> 그러므로 책임에 대한 자각은 그 개인에 있어서 고유하고 구체적인 과제, 즉 使命을 자각할 때 생기는 것이다. 일반적으로 창조적 가치들의 실현은, 개인의 독특성이 사회관계에서 나타낼 수 있는 영역을 대표하는 그의 일과 일치한다고 할 수 있다. 社會奉仕로서의 그의 일도, 그의 독특성의 의미와 가치의 근원이 된다.

그런데, 일은 충족이 기인되어야 하는 유일한 것은 아니며, 중요한 것은 일하는 작업에 있는 것이 아니라 오히려 일하는 姿勢에 있다. 직업에 의미를 부여하는 것은 직업 자체가 아니라 일에서 요구되는 의무를 초월하여 개인의 유일성을 표현하는 것임을 간호원의 例에서 들었다. 이런 맥락에서, 日曜神經症 환자들이 상업화된 오락으로 피난처를 구하는 것도, 일에서 요구되는 의무만을 狂的으로 질주한 후에 나타난 존재의 무의미와 절망을 느끼기 때문인 것으로 풀이할 수 있다.

여기에서, 일의 실존적 중요성을 Frankl이 말하는 失業神經症(*unemployment neurosis*)에서도 확인할 수 있다. 실직자의 가장 뚜렷한 증상은, 실직하여 할 일이 없기 때문에 일어나는 무감각과 無用感(*uselessness*) 및 공허감이다. 신경증자들에게는 실직은 그

48) 동계서.

49) C. H. Patterson, op.cit., p.443.

들의 모든 실패에 대한 아리바이(*alibi*)를 형성해 준다. 즉, 인생에 대해서는 물론 타인들에게 모든 책임을 빼돌리게 한다.

그러나 신경증이 실직의 결과가 아니라, 오히려 실직이 신경증의 결과일 수가 있다.<sup>50)</sup> 실직이 실직신경증을 일으킴으로써 압도당해야 하는 무조건적인 운명은 아니다. 사회적 운명의 힘에 신체적으로 복종하는 것 이외에 다른 것이 아니다. 그러므로 예컨대 여러 다른 행위들에 종사하거나, 건설적으로 시간을 보내거나, 삶에 대해서 긍정적 태도를 취할 수 있는 기회는 얼마든지 있다. 이처럼 자기의 태도가 어떠한 태도, 즉 긍정적·희망적 또는 무감각적으로 되는지는 개인이 결정할 수 있는 문제이므로, 일(*work*)이 삶에 의미를 부여하는 유일한 방법은 아닌 것이다.

여기에서도 이런 실업신경증의 치료는 오로지 의미요법으로만 가능하다. 이것은 실존의 의미와 관련된 문제이기 때문이다. 의미요법은 “실직자에게 그의 불행한 사태에도 불구하고 內的 自由(*inner freedom*)에 대한 방법을 제시해 주며, 그에게 아직도 苦生에 어떤 알맹이를 볼 수 있고, 그것에서 의미를 찾을 수 있는 책임감을 가르쳐 준다”<sup>51)</sup>

#### 4) 사랑의 의미

공동사회는 인간경험의 寶庫(*rich field*)이다. 자기와 타인과의 친밀한 유대는, 경험의 가치들이 선명하게 인식될 수 있는 영역이다.

사랑하는 사람으로서의 인간은, 인간의 3 가지 측면(육체적·심리적·정신적)에 따라 다르게 반응할 수 있다.<sup>52)</sup> 육체적(*physical*) 측면에 속하는 태도는 가장 원시적인 태도이고, 심리적(*psychic*) 측면에는 연애적 태도(*erotic attitude* : 흔히 마음의 들뜨기라 함)가 속한다. 정신적(*spiritual*) 측면의 태도가 사랑으로서, 사랑을 받는 사람의 정신적인 계층(*spiritual layer*)으로 향하고 있다. 이 측면은 사랑을 받는 사람의 독특성과 단일성을 구성하며, 신체적·심리적 상태와 달라서 대치될 수 없고 영구적이다.

그런데, 사랑은 삶을 의미로 가득 채우는 방법들 중의 하나에 불과하며, 가장 훌륭한 방법은 아니다. 실로 존재의 의미가 사랑할 때의 행복의 경험여부에 있다면, 우리의 경험은 슬픔의 연속이었고 우리의 삶은 빈곤했을 것이다. 사랑을 주거나 받지 않는 사

50) loc. cit.

51) loc. cit.

52) loc. cit.

람도 매우 의미충만한 태도로 그의 삶을 형성할 수 있다.

사랑과 관련하여 외적인 신체적 매력도 비교적 중요하지 않으며, 매력이 없다고 해서 사랑을 하지 않는다는 것은 그 이유로서는 충분하지 않다.<sup>53)</sup> 이러한 사랑에의 단념은, 사랑을 과대평가하거나 과소평가한데서 원망을 초래하기 쉬운 것이다. 性에 기인한 관계들은 皮相的이며, 이에 관련된 사람들은 책임감 있는 사랑을 원하지 않는다. 따라서 성적 매력은 인간적이지 아니며, 진정한 사랑은 眞實性(*valid*)으로서 경험한다.

신경증자들은 불행하고 보답 없는 사랑을 하지 않을까 하는 공포로 인해서 사랑의 기회를 회피한다. 이러한 사람들은 再教育을 시켜서 준비와 수용태세를 취하도록 하고, 9 번의 불행한 연애 다음에 올지도 모르는 단 한번의 행복한 연애를 기다리도록 해야 한다. 의미요법은 도피경향을 개방된 상태로 바꾸어야 한다.

사춘기에 시작하는 심리성적 성숙은, 여러 가지 性的 神經症들(*sexual neuroses*)을 야기하는 3 가지 장애에 부딪히게 된다.<sup>54)</sup> Frankl에 의하면 ① 憂鬱型(*resentment type*)은 성적 성숙의 마지막 단계에서 생기고, 이 때 신체상의 성적 충동은 한 사람에게 향하는 연애적 경향(*erotic tendency*)이 되기 시작한다. 한 청년은 아마도 서너 번의 사랑을 실망한 후에야 비로소 자기가 존경하는 동시에 성적으로 만족할 수 있는 사랑을 절대로 찾을 수 없다는 것을 믿게 될 것이다. 그래서 그는 정서나 사랑이 없는 성적 행동에 몰입하여 낮은 수준의 심리성적 발달로 퇴보한다. ② 拋棄型(*resignation type*)은 성적 행위를 초월하여 연애적 태도로 진전하지 않고, 사랑을 경험하려고 기대하지 않는 사람들에서 나타난다. 이런 사람들은 사랑이 妄想(*illusion*)이라고 주장하며, 그들 중에는 방탕아(*The Don Juan*)가 있다. ③ 無氣力型(*inactive type*)은 전혀 이성을 피하고 성 본능은 오직 수음으로 나타낸다. 이런 집단은 역시 한층 일반적인 심리적 불안의 표출인 성적 좌절감에서 고통을 받는 청년들이다. 이같은 청년의 성적 좌절감은 그의 성 본능이 아직 연애적 경향을 벗어나 있지 않고, 전체적인 그의 개인적 노력들의 체계 속으로 통합되어 있지 않음을 나타낸다.

그런데, 청년의 性的 挫折感은 성적 행위로서가 아니라, 사랑할 수 있도록 성숙함으로써 해결될 수 있다. 즉, 문제청년을 동년배로 구성된 조직에 안내하여 거기서 성적 감정이 아니라 연애감정에서 동반자를 발견토록 하여 연애적인 발달단계로 진전하면,

53) Ibid., p.444.

54) loc. cit.

그 결과로 조잡한 성욕이나 좌절감은 사라진다. 이러한 행동의 변화는, 인간의 모든 행동은 그것이 정상적이든 이상적이든 사회적 과정을 통하여 배워지고 수정된다는 社會學習理論<sup>55)</sup>과 맥락을 같이 한다. 그 동안 청년의 책임감은 그 여자와 심한 관계에 들어갈 때와 그런 것을 하느냐의 여부를 자기와 그 녀를 위해서 결정할 수 있을 정도로 성숙한다.

청년들간의 性交에 대한 상담자의 자세는, 만약 그것이 진실한 사랑의 일부가 아닐 때에는 가능하면 언제든지 그것을 거부해야만 한다. 그러나 어떠한 事例에서도 그것을 충고할 수는 없는데, 왜냐하면 이것은 개인의 道德問題이고, 결정하는 것은 그 사람 자신의 책임감이기 때문이다. 상담자의 임무는, 그가 責任感을 가지도록 教育시키는 것 뿐이다.

## 2. 相談의 過程과 技術

여기에서는 먼저 실존분석과 의미요법과의 관계를 검토한 후, 의미요법의 기본절차와 기술에 대해서 고찰한다.

치료법으로서 실존분석은 一般 實存分析과 特殊 實存分析으로 나누며, 前者는 실존하는 한 모든 사람을 대상으로, 後者는 어떤 병적 증상을 가진 환자를, 특히 신경증 환자를 대상으로 한다.

실존분석이라고 해도 Frankl의 실존분석은 인간존재를 그 실존으로 향해서 분석하는 것이며, 결코 실존 그 자체의 분석은 아니다. 실존으로 향해서 말하자면 인간존재의 근본으로 향해서 분석함으로써, 인간존재의 무의식적인 精神性과 責任性을 의식시키는 일이다. 또는 실존성을 覺醒시키는 일이라고 해도 된다.<sup>56)</sup> 따라서 치료로서의 실존분석은 분석의 결과, 의식화된 인간의 정신성과 책임성에 호소하는데서 부터 치료를 시작한다. 이런 정신 내지 실존으로부터의 치료를 Frankl은 Logotherapy라고 칭하고, 최근에는 치료에 관해서는 現存在分析과의 혼동도 있고 해서 실존분석보다 Logotherapy라는 말을 자주 사용했다.

Frankl은 또 Logotherapy를 特殊療法으로서의 그것과 非特殊療法으로서의 그것으로

55) A. Bandura, Social learning theory (Englewood Cliffs, N. J. : Prentice-Hall, 1977).

56) 眞行寺 功, 전계서, p.564.

나누고, 前者는 精神因性 神經症을, 後者는 心因性 神經症을 대상으로 한다고 했다.<sup>57)</sup> Logotherapy는 logos와 therapy의 合成語인데, 이 logos는 理性이라든가 知性을 의미하는 것이 아니라, 意味라든가 價値를 의미한다. 따라서 Logotherapy는 인간존재의 의미나 가치를, 각 개인의 개별성이나 唯一 獨自性에 따라서 발견함으로써 책임성 있는 존재로서 자기 자신을 떠맡고 행위할 수 있도록 내담자에게 호소하고, 격려하고, 원조하는 技法이다. 우리 나라에서는 意義療法 또는 意味療法이라고 한다. 의미요법은 특히 Frankl이 실존적 욕구불만이라고 부르는, 그 자체는 병적인 것은 아니지만, 그러나 정신인성 신경증의 病因일 수 있는 증상의 치료를 目標로 한다. 증상의 치료라 하지만, 의미치료는 증상을 직접 치료(*symptomatic treatment*) 하지 않고 증상에 대한 태도를 개인적으로 전환하려고 하는 점에서 순전히 人格的 精神治療(*personalistic psychotherapy*)인 것이다.

그러나 의미치료는 그러한 정신인성의 질환에게만 적용되는 것이 아니라, 身體因性이나 心因性의 질환에도 적용된다. 말하자면, 인간은 人格으로서 병드는 일이 없어서 그 정신성에 의해서 자신의 질환을 객관시하여 그것과 거리를 둬으로써 증상의 악화 내지 慢性化를 막고 증상이 사라짐을 보는 수가 흔히 있다. Frankl의 의미치료의 特徵은 신체적·심적 질환을 가지면서도 병들지 않는 정신에 호소하여 환자가 자기와 질환과의 사이에 거리를 둬으로써 질환과 共存할 수 있도록 환자를 지지하는 데에 있다 할 수 있다.

따라서 Frankl은 病理主義와 精神主義에 경계한다.<sup>58)</sup> 前者는 인간적인 것과 병적인 것을 구별하지 않고 모두 病的인 것으로 보는 것이고, 後者는 모두를 精神因性으로 보는 것이다. 이런 점에서, 의미요법은 인간이 신체·마음·정신의 多元性에도 불구하고 人格으로서 統一體로서 기능하고 있기 때문에, 次元存在論的 人間觀으로부터 이해할 수 있도록 하여 治療的으로나 次元的으로 접근하지 않으면 안된다.

### 1) 意味治療의 基本節次

앞에서 실존분석과 의미치료의 기본적인 태도를 말했지만, 구체적으로는 다음과 같은 절차를 밟는다. 실존분석과 의미치료는 表裏關係에 있음으로, 명확히 구별하기 어렵다.

57) 동계서.

58) 상계서, p.565.



實存分析의 節次<sup>59)</sup>

- ① 의미에의 의지를 자각시키며 그것에 호소한다(의미의지 일반을 불러일으키기).
- ② 의미충족의 가능성을 상기시킨다.
- ③ 의미충족의 요구를 만족시키는 가치를 발견시킨다. 이 경우의 가치는 개인에게 있어서 개별적이고 구체적인, 1回 限의 독자적인 의미를 가진 것이다. 그러나 이때, 상담자의 세계관이나 가치관을 강압해서는 안된다. 어디까지나 내담자 자신에서 발견한다.

## 意味治療의 基本的 節次로서

- ① 증상으로부터 거리를 두는 것
- ② 증상을 객관화
- ③ 증상을 무시
- ④ 증상을 그대로 지나침 등을 지적할 수 있다.<sup>60)</sup>

## 2) 相談의 技術

위의 기본원리로부터 잘 알려진 2 가지 技法이 도출된다. 역설적 지향과 반성제거이다.<sup>61)</sup>

(1) 逆說的 志向(*paradoxical intention*)

이 방법은 정신의 反抗力에 호소함으로써 이제까지 느껴왔던 불안 대신에 긴장이 완화되고 흥분이 제거되어 건디기 쉬운 상태로 되는 것이다. 부연하면, 신경증자는 불안에 직면할 것을 두려워하는 나머지 불안하게 될 것을 불안해 하는 期待不安(*anticipatory anxiety*)의 악순환을 겪게 되는데, 불안을 피하려고 하지 말고 더욱 직면시켜 무시하는 태도를 갖게 하는 방법이다.

신경증 형성의 기초에는 기대 불안이란 것이 있다. 불안신경증에 있어서는 불안에 대한 불안이, 강박신경증에서는 強迫에 대한 불안이, 또 性신경증에는 성에 대한 불안이 각각 증상을 강화한다. 그 결과로서 내담자는 불안으로부터 도망치려고 한다든가, 강박내용에 맞서서 싸움을 한다든가, 또 쾌락에의 추구에 몰두한다든가 하게 된다.

59) 동계서

60) 상계서, pp.565~566.

61) 상계서, pp.566~567.

이런 현상은 대상에 대한 과도한 注意集中에 말미암은 것이기 때문에, 내담자는 증상을 객관화 해서 자기를 거기에서부터 떼어 놓음으로써 그 악순환에서 벗어날 수가 있다. 그러기 위하여 상담자는 내담자의 정신에 호소하여 그 반발력에 의해서 자기의 증상과 對峙하고, 유-모어를 갖고 이것을 비웃는 용기를 준다. 그러므로 여기에서는 逆說的으로 증상을 의도적으로 일어나도록 노력하기를 권장함으로, 그 사태에 대한 내담자의 態度的 逆轉이라 할 수 있다.

例컨대 不眠症의 내담자에게는 잠들도록 노력시키지 말고 자지 않도록 한다든지, 바늘에 대한 불안이나 공포가 있을 때에는 포켓에 바늘을 가득히 넣고 다니며 스스로를 납득시켜 극복하는 것과 같이, 불안이나 공포를 피하지 않고 더욱 대결시켜 극복하게 한다. 書癢을 일으키는 경리계원은 늘 했던대로 되도록 깨끗이 쓰는 대신에, 피발개발 아무렇게나 갈겨 써 보라는 말을 듣는다. 즉, 그는 “내가 얼마나 惡筆인가를 사람들에게 보여 주어야지”라고 스스로 생각토록 권고를 받음으로써, 그 증세가 없어진다.<sup>62)</sup> 말을 더듬는 자에게는 의도적으로 말을 더듬는 것을, 異性恐怖者에게는 이성을 만나는 것을 권장받는다.

이렇게 보면 긴장을 완화하기 보다 반대로 긴장하게 함으로써 그러한 증상을 의도적으로 지향하면 증상은 일어나지 않는다는 것이, 바로 역설지향인 것이다.

또한 이 技法은 지적인 것 처럼 유-모어 감각이 고유한 인간 특유의 自己 超越能力을 이용한 것이라고 할 수 있다. Allport는 “자기 자신을 웃을 줄 아는 신경증자는 아마 자기 자신을 다룰 수 있고, 치료에의 길을 걷고 있을지 모른다”고 말한 바 있다.<sup>63)</sup> 역설적 의도란 다름 아니라 그의 말을 실험에 의해 확인하고 임상적으로 응용한 것이다.

## (2) 反省除去(dereflection)

이는 반성을 지나치게 하는 내담자에 대해서 자기 스스로에게 지나치게 신경을 쓰거나 주의를 하는 것으로부터 해방시키는 기법이다. 性神經症이 성행위가 不能하다는 생각으로 성행위 그 자체를 추구한다는 것과 그런 행위를 관찰한 뒤에 그 결과를 지나치게 반성하는데서 일어나는 것 처럼, 반성제거란 과잉지향에서 필연적으로 일어나는 이런 過剩反省을 제거하는 것을 말한다. 이러기 위해서는 증상을 무시해야 하며, 자기에

62) 정태시 역, 전계서, p.178.

63) 동계서.

게 요구되고 부과되어 진 任務에 몰두하는 일이 중요하다.

例컨대, 不眠症 내담자는 잠이 오지 않는데 대해 너무 긴장해서 잠들려고 노력하지만, 그것은 결국 잠을 빼앗기는 결과가 된다. 이와 같은 내담자의 강박적인 自己觀察인 지나친 주의와 반성의 악순환으로부터 분리·무시·외면케 하기 위해서는 보다 더 중요한 인생의 참 뜻, 즉 인생의 적극적인 가치를 내담자가 자기 속에서 발견하게 하여 인생의 목표를 긍정적인 방향으로 지향하게 하는 것이다. 말을 더듬는 경우에서도 어떻게 말할 것인가, 무엇을 말할 것인가와 같은 그 내용과 대상 및 방법 등을 목표로 하지 않는 것이다. 말하자면 주의를 증상으로부터 벗어나는 것을 배우고, 자기 자신을 일로 향하게 하는 것을 터득하는 일이 反省除去의 特徵인 것이다.

위의 2 가지 방법, 즉 逆說的 意圖는 그릇된 수동성(*wrong passivity*)에 올바른 被動性을 代置시키는 것이며, 反省除去는 그릇된 능동성에 올바른 活動性(*right activity*)을 대치시키는 것이다.<sup>64)</sup> 결국 두 방법은 인간존재의 2 개의 본질적인 특성, 즉 인간의 自己超越과 自己離脫의 能力에 기초를 두고 있는 것이며,<sup>65)</sup> 學校相談에 있어서도 응용할 수 있는 풍부한 경험적 배경을 갖고 있다.

## V. 評 價

의미 요법에 대한 기여점과 비판점을 들면 다음과 같다.

### 1. 寄與點

1) Frankl은 樂觀的인 人間本性的의 모습을 제시한다.

인간은 어린 시절의 경험으로 인해 되돌이킬 수 없는 산물도 아니며, 또한 오로지 사회적·문화적인 영향에 의해서만 형성되는 것도 아니다. Frankl은 인간을, 환경을 변화시키기 위해서 어떻게 반응할 것인가를 선택할 수 있는 自由로운 行爲者로 규정한다. 인간은 실존의 결말을 결정할 수 있는 궁극적인 힘이 인간 내부에 있으며, 그것은

64) C. H. Patterson, op. cit., p.447.

65) 李啓鶴, 전계서, p.169.

어떤 외부적인 힘도 부정할 수 없는 精神的 自由인 것이다.

인간은 모든 영향과 조건으로부터 삶의 의미와 목적의 차원을 강력하게 더해 주도록 강요하기 때문에, 그런 조건과는 무관하다는 것을 직접 검증한 Frankl은, “삶의 이유를 가진 사람은 어떻게 해서든지 살아갈 수 있다”는 Nietzsche의 말을 인용하면서, 이런 정신적 자유의 요소는 삶에 대한 의미와 목적을 붙여넣어 주기 때문에 그것 없이는 살아남아야 할 이유가 하나도 없다는 견해를 펼쳤다. 그 기원이나 본체가 무엇이든 간에, Frankl이 말하는 정신적 자유는 심리적 건강을 위해서는 물론, 단순히 생존하기 위해서도 필요한 요소인 것이다.

인간실존의 한 차원으로서 정신적 자유와 관련있는 개념이 또한 個人的 責任이다. 삶의 의미와 목적을 충족시켜 주는 것은 전적으로 우리에게 달려있으며, 그 어느 누구도 우리를 위하여 삶의 의미를 충족시켜 줄 수는 없다. 그러므로 이것은 개인의 행위와 삶을 이끌어가는 데에 책임이 없다고 주장하는 決定論的 哲學(*deterministic philosophy*)의 두 입장, 즉 인간은 과거의 경험에 의해 이미 결정된 것이라는 精神分析學과 行動療法과는 아주 다름을 이미 검토한 바 있다. 이렇게 책임을 질 수 있고 기꺼이 받아들인다는 假定的인 見解는 보다 건전한 것이며, 인간이 할 수 있고 될 수 있는 것에 대한 시야를 넓여 주는 것임에 틀림없다.

따라서 개인적 책임이란 차원은 인간 잠재력을 최대한 발휘하게 하며(자아실현이 삶의 목표가 아니란 것을 인식해 가는 동안에), 보다 높은 수준의 자아실현으로 이끌 수가 있다.

意味에의 意志도 심리적 건강을 위해 중요하다. 보다 독특한 것은 삶의 의미를 발견할 수 있는 3 가지 방법, 즉 창조적·경험적·태도적 가치이다. 인간은 일이나 어떤 창조적인 활동을 통해서 적극적으로 의미를 찾을 수도 있고, 또는 美를 경험함으로써 수동적으로 의미를 찾을 수도 있다. 그리고 고통과 죽음 같은 인생의 부정적인 측면에서도 자신의 환경에 대해 임의로 선택하여 취하는 태도를 통해서도 의미를 찾을 수가 있다.

Ungersma는 Frankl에 대해서 “Freud의 공헌 중 가장 심오한 것 보다 더욱 탁월한 통찰력을 가져 심리치료의 모든 방향에서 심오하고 독특한 공헌을 했다”고 지적하면서, 태도적 가치의 개념을 그의 큰 공헌 중의 하나로 꼽았다.<sup>66)</sup>

66) A. J. Ungersma, *The search for meaning* (philadelphia : Westminster, 1961), p.28.

67) 설기문, “실존주의적 상담” 이형득 편저, 상담이론 (서울 : 교육과학사, 1993), p.173.

이렇게 의미요법은 인간중심적 상담과 마찬가지로 동물적인 인간관을 반대하고 독특성을 지닌 자유와 책임을 갖고 가치를 창조하는 그리고 삶의 의미를 추구하는 존재로서의 肯定的인 人間觀을 제시했다는 점에서, 상담과 심리치료의 분야에서 새로운 관점이나 기술을 胎動시키는데 상당한 영향을 미쳤다.<sup>67)</sup>

2) Frankl에 의한 心理的으로 健康한 사람들의 特性은 자아실현자의 심리적 특성과 共通的이다.

Schultz는 건전한 인격의 특성을 알아보기 위하여 현대 심리학에서 많은 관심을 끌고 또 많은 영향을 미치고 있는 심리학자인 Frankl을 비롯하여 Allport, Rogers, Fromm, Maslow, Jung, Perls 등이 제시하는 건전한 人格의 模型을 분석하고 나서, 건전한 인격의 특성을 비교해 볼 수 있는 健康한 人格模型 比較表를 다음과 같이 작성하였다.<sup>68)</sup>

<표 V-1> 健康한 人格模型 特性比較

특성	심리학자	Allport	Rogers	Fromm	Maslow	Jung	Frankl	Perls
동기		의도성	자아실현	생산성	자아실현	자아실현	의미성	지금여기
의식/무의식		의식	의식	의식	의식	양자	의식	의식
과거강조		×	×	○	×	○	×	×
현재강조		○	○	○	○	○	○	○
미래강조		○	×	?	?	○	○	×
긴장/증감		증가	증가	?	증가	?	증가	?
일의 역할/목표		중요	없음	?	중요	?	중요	없음
지각의 본질		객관	주관	객관	객관	객관	?	객관
타인/책임		○	?	○	○	?	○	×

<표 V-1>에서 Frankl에 의한 심리적으로 건전한 사람들은 자아를 초월하여 의미

68) 李祥雨·丁鍾鏞 공역, 전개서, p.256.

를 찾아야 한다는 것과 지각의 본질에 대한 불명료성 이 2 가지를 제외하면, 그 나머지 특성들은 위의 여러 심리학자들이 열거하는 특성과 관련하고 있다.

즉, 심리적으로 건강한 사람들은 항상 理性的인 것은 아니지만 의식적으로 자기의 행동을 결단하고 자신의 운명에 책임을 질 수 있는 사람들이며, 또 그들은 과거 속에 살지 않고 現在에 단단히 定着하고 있으며, 未來에 대한 전망을 가지고 있다. 또한 그들은 조용하고 안정된 것 보다는 새로운 목표와 경험을 위한 인생의 挑戰과 興奮을 오히려 갈망하고 있으며, 일을 통해서 意味를 실행하며, 뿐만 아니라 대체로 그들은 他人에 대해서 責任을 느끼고 있다는 것이다.

이러한 심리적 특성은 결국 자아실현인의 특성을 대변한다고 할 수 있다. “自我實現人 特性을 一言 要約하면 自我 또는 自己同一性を 確立한 人間이나 다름이 없고, 갖가지 특성들은 자아동일성을 가지고 있는 사람을 여러 측면에서 그 특징을 기술한 것에 지나지 않는다.”<sup>69)</sup>

### 3) 의미치료는 심리치료에 代置되는 것이 아니라 補完的인 機能을 제공한다.

의미치료는 심리치료에 있어서 不完全한 間隔을 매운다.<sup>70)</sup> 이것은 곧 의미치료를 *Oedipus complex*나 열등감의 영역을 넘어서서 신경증자의 심리적 불쾌감의 저변에 숨겨져 있는 그의 精神的 努力(*spiritual struggle*)을 알아보려는 심리치료의 한 형태로 파악함으로써, Frankl은 현대인의 관심과 고민을 무시하거나 또 그러한 것을 무의식적이거나 억압된 인간심리 속에 있는 충동적 갈등으로 보지 않고 오히려 심리치료의 적절한 대상으로 받아들여 심리치료상에 相補的 機能을 부상시켰다는 것을 의미한다.

사실 인간의 심리학적 측면과 철학적이며 정신적인 측면은 미해결된 채로 연합되어 있으므로, 단지 논리적으로만 분리가 가능한 것이다. 그러므로 실존적인 좌절감은 신경증으로 이끌 수도 있으며, 신경증이나 정신병은 항상 실존적인 측면을 내포할 수도 있다. Frankl에 있어서 이처럼 정신적 측면을 심리학적인 것 과는 다른 인간의 어떤 분리된 차원으로 본 것은, 종래의 심리학이 의미나 가치를 별로 고려하지 않았다는가 심지어는 무시한 결과 일 것이다.

인간에 있어 의미나 가치 등의 정신적 측면이 독립적 측면이 아니라 심리적 측면의 부분으로 이루어지고 있다는 論理的 歸結에서, 의미치료가 상담이나 심리치료의 다른

69) 李啓鶴, 전계서, p.181.

70) C. H. Patterson, op. cit., p.438.

대부분의 접근에서 고려되지도 강조되지도 않았던 人生의 側面들에 대해 관심을 고조시킨 점은 높이 평가를 받을만 하다.

4) Schultz는 Frankl 이론이 갖는 呼訴力을 다음 2 가지로 제시한다.<sup>71)</sup>

하나는 Frankl 자신의 생각과 경험은 우리의 心琴을 울리게 한다는 점이다. 그의 저서인 “人間의 意味 追求”의 서문에서 Allport는 “가지고 있는 것을 죄다 약탈당하고, 모든 가치는 파괴당하고, 기아와 추위와 야만적인 행위에 시달리며, 언제 몰살 당할지 모르는 상황 속에서 삶을 영위해야 할 가치가 있는 것이라는 것을 그는 어떻게 발견할 수 있었을까. 몸소 그러한 극한 상황에 처해 본 정신과 의사라면 귀담아 들어 볼 가치가 있는 사람이다”라고 쓴 것 처럼, Frankl 자신의 직접적인 체험을 통한 인간실존의 본질에 대한 냉철한 분석과 규명이기에, 이는 어느 다른 이론가 보다 우리의 동정과 감동 및 공감을 온몸으로 얻을 수 있음이 틀림없다.

또 하나는 Frankl의 견해가 자신의 경험에 의해 다듬어지고 검증되었다는 점이다. 그의 학문체계의 有用性은 가장 극악무도한 실험심리학자들이 고안할 수 있는 것보다 훨씬 더 극한 상황인 나치 捕虜收容所에서 적용되었다는 데에 있으며, 이는 곧 높은 顔面妥當度(*face validity*)를 갖는다는 것이다. 그리하여 Frankl의 서술 속에서 죽음의 문턱에서조차도 인간은 삶에 대한 의미를 찾을 수 있다는 신념을 굳건히 하며 가혹한 시련을 견디어 넘으로써 결국 살아 남은, 시한부 생명의 소유자인 바로 인간 Frankl이 보여 준 勇氣와 의연함은 후에 고통을 겪거나 경험하게 될 인간을 고무하는데 큰 刺戟劑가 될 것이다.

물론 Frankl의 경험이 반드시 一般化 될 수 있는 것은 아니지만, 그러한 혹심한 상황에서 그의 학문체계가 성공적으로 입증되었다면, 그 보다 덜한, 즉 현실적인 상황에서는 훨씬 더 유용할 것이라는 論理的 歸結도 성립하기 어렵지 않다.

5) 극격한 현대문명과 사회의 변화는 인간의 問題樣相을 달리하게 함으로써, 상담이나 심리치료는 이러한 내용을 반영하여 치료대상으로 해야 함을 강력히 示唆한

71) 李祥雨·丁鍾鏞 공역, 전계서, pp.206~207.

다는 점이다.

이에 대한 응답으로서는 먼저 현대 사회의 특징을 제시한 후, 그런 특징이 인간의 문제양상을 달리 일으킴으로써, 결국 그것이 심리치료의 대상이 되어야 함을 약속하는 것으로 대신하고자 한다.

김경동<sup>72)</sup>은 Baldridge의 견해를 들어 現代文化의 諸般 特徵을 다음 몇 가지로 요약하고 있다.

- ① 인간으로 하여금 便利性에의 추구를 강요하는 技術暴增(technology explosion)현상이다. 인간은 한번 맛들인 기술의 마력 앞에서 쉽게 굴복한다. 현대문화는 욕구를 억제하고 승화시키는 기제보다는, 욕구를 얼마나 빨리 달성시키는 수단을 가지고 있는가에 優先的 價値를 주는 사회로 변신되고 있다.
- ② 인간으로 하여금 끊임없이 배우는 작업을 요구하는 知識暴增(knowledge explosion)현상이다. 어제 배운 지식이 오늘에는 쓸모없게 되고, 새로운 지식에 계속 적응하지 않는 한 현상유지는 커녕 퇴보의 길로 들어선다.
- ③ 환경훼손과 자원의 고갈을 초래하는 人口暴增(population explosion)현상이다. 1년에 1억씩의 인구가 증가하는 현재의 인구폭증은, 환경훼손과 자원고갈의 문제와 겹쳐서 심각한 인류의 危機를 예고하는 중요한 근거가 된다.
- ④ 인구급증을 동반한 도시화 현상에 따른 疎外感, 또 그에 따른 폭력과 경쟁에서 오는 위협과 重壓感으로 인해 따뜻한 인간애와 자아실현의 강한 충동을 억눌러 사장해 버리고, 딱딱한 木刻人形으로 변모해 가는 都市暴增(urban explosion)현상이다.
- ⑤ 인간의 고유한 욕구나 창의성 보다는 그에게 맡겨진 일만 수행하면 되는 하나의 조직을 구성하는 부속품으로 전락하게 되는 組織暴增(organizational explosion)이다.
- ⑥ 기존의 제도와 사회의 급변에 따른 새로운 제도 사이에 내재하는 相異한 價値와 규범 속에서 인간은 *anomie* 또는 갈등상태에 빠지게 하는 制度的 混亂(*strained institutions*)이다.

이러한 一聯의 現象으로 인해 인간은 욕구충족에만 전념하여 반성과 비판의 理性機

72) 김경동, 현대의 사회학 (서울 : 박영사, 1978).



能의 작동을 멈춘 단순한 욕망충족의 기계로 전락되고 있으며, 또 욕구의 충족을 연기하고 억제함에 의해서 자신의 본 모습을 살필 겨를을 갖지 못하게 되며, 또한 자아를 내던지고 假面(persona)을 쓴 인간들이 언제나 보이지 않는 타인을 의식하면서 살아가게 된다. 이는 곧 Frankl이 말하는 삶의 의미의 결여에서 오는 所產物로서, 왜 살아야 하는지 그 삶의 이유를 상실할 가능성은 현대인에 이룰수록 漸增하고 있다든가, 또 아무리 살기가 편안하고 풍요롭다 할지라도 이런 삶의 이유의 상실은 인간들에게 매우 참기 어려운 苦惱로 부상되고 있다든가는, 바로 삶의 意味의 缺如는 인간들에게 實在의 危機의 문제로 등장되고 있다는 것을 단적으로 표현한 것으로 볼 수 있다.

이런 관점에서 현대의 문명이나 사회의 변화하는 條件은 인간을 보는 다른 관점, 즉 상담이나 심리치료에 관심을 갖고 있는 사람들이 고찰해야만 하는 그러한 관점에 曙光을 비취준 것<sup>73)</sup>은 큰 기여라 할 수 있음과 동시에, 또 현대문화가 어떤 양상이든 이 속에서 살고 있는 인간은 主體的 힘(自己決斷)에 의해서만 살아 남을 수 있다는 여러 학자들의 일관된 假定도 強力하게 示唆하고 있다는 것도 주목할 필요가 있다.<sup>74)</sup>

## 2. 批判點

### 1) 理論의 未熟性이다.

의미요법을 포함하여 실존주의적 접근은 다른 상담이론에 비해서 이론적 체계가 미숙하다. 성격은 어떻게 형성되며, 성격의 구조는 어떻게 구성되어 있는가에 대한 圖式이 缺하고 있다. 상담은 행동의 변화를 시도하는 인간관계로서, 행동의 변화를 시도하기 위해서는 반드시 행동(personality)에 대한 이론이 필요하다. 그러나 실존주의적 상담에서는 性格理論이 없거나 약한 것이 특징이다.<sup>75)</sup>

또, 전제가 되고 있는 次元存在論에 대한 근거제시가 불충분하다. 특히 정신의 차원과 다른 차원과의 관계, 또는 인격과 정신, 실존 등에 대해서도 다른 철학적 이론과 관련하여 명쾌히 밝힐 필요가 있다.<sup>76)</sup> 또한 猶太敎나 Christ敎的 人格概念이 전제되고 있지만, 이것에 대해서도 Frankl 자신이 실존분석은 종교적으로 중립이어야 한다고 하면

73) C. H. Patterson, op. cit., p.454.

74) 朴谷憲·文龍麟, 情意的 敎育 (서울: 韓國放送通信大學, 1992), p.271.

75) 國分康孝, カウンセリングの 理論 (日本: 誠信書房, 1983), p.176

76) 眞行寺 功, 전계서, p.578.

서, 그러한 철학적인 인격개념에 대한 검토가 부족하다는 것도 비판의 대상이 되고 있다.

2) 실존주의 상담은 科學的 檢證의 대상이 되기 어려운 철학적인 측면에 치중한 나머지, 技法이나 方法면에 소홀하다는 점에서 비판의 대상이 되고 있다.<sup>77)</sup>

또 실존적 심리치료에서 적용되는 역설적 의도나 반성제거라는 技法들도 이 요법에 서 관여하는 실존적 좌절감 그리고 생의 의미의 상실 및 결여 등과 같은 주요한 정신 질환에 일반적으로 적용할 것이 못 된다는 것이다. 즉, 이러한 철학적이고 정신적인 문제를 다루는 방법이나 기법들에 대한 논의는 부적절하고 실망을 준다는 것이다.

따라서 이 기법들은 보다 특수한 증상이나 신경증적 조건들에 대한 特殊한 技法인 듯 하다는 것이다. 그래서 의미치료는 종종 일반적인 심리치료와 결합되어 있는 것 처럼 보이고, 상식적인 방법이나 기법들을 이용한 듯 하다는 것이다.

### 3) 適用上의 限界를 둘 수 있다.

의미요법에서 가장 문제시 되는 것은 그 適用性이다. Frankl은 適切한 對象을 다음과 같이 기술하고 있다.<sup>78)</sup>

- ① 정신적 고뇌로 압박을 받고 있는 사람, 특히 知的 型의 인간.
- ② 세계관적인 논의를 할 수 있는 능력을 갖고 있는 내담자.
- ③ 내담자의 생활에서 운명적인 것이 문제가 될 때 등이다.

여기에서 의미요법은 成人밖에 적용할 수 없는 것이 아닌가 하는 의문이 생긴다. 그렇다면 幼兒·兒童에의 적용 가능성은 어떤지를 위의 ①②③순으로 검토하기로 한다.

- ①에 대해서는 자각적인 고뇌가 없더라도 타당한 것인가. 어린이에게 고뇌라고 할만한 것이 있는가 하는 의문이 제기된다.
- ②에 대해서는 幼兒에게는 곤란하지만, 아동에게는 그 나름의 서로 이야기 하기가 가능하지 않는가 하는 의문. 이것은 症例에서 가능하다는 것이 시사되었다.
- ③은 幼·兒童에게 일어날 수 있지만, 객관화가 곤란하다. 따라서 어떠한 방법을 택할 것인가가 문제. 이것에 대해서는 곤란하기는 하지만, 불가능하지는 않다는 것이 또

77) 설기문, 전제서, p.173.

78) 眞行寺 功, 전제서, p.578.

한 症例에서 밝혀졌다.

또 장애자의 경우, 특히 知能障礙者의 경우는 어떻게 생각할 것인가. 단지, Frankl은 表現不能性和 對決不能性是 일치하지 않다는 것을 강조하고 있다.<sup>79)</sup> 표현하고 있지 않다고 해서 내면에서의 대결이 없다고는 말할 수 없다는 것이다. 내면에서의 대결은 반드시 표현되는 것도 아니며, 또 표현하고 싶더라도 할 수 없는 경우도 있다. 이런 경우, 어떻게 내면의 대결을 알 수 있을 것인가. 또한, 重症의 장애자에게는 自己決定力이 없다고 하는데, 정말 그렇게 말해도 될 까. 여기에도 문제점이 있다.

## VI. 結 論

여기에서는 Frankl의 意味療法의 特徵을 浮刻시키기 위하여 의미요법을 ① 정신분석 이론체계 ② 현존재분석과 비교를 한 뒤, ③ 종합적으로 요약·정리하기로 한다.

첫째, Freud주의 이론체계와의 비교는 이렇다<sup>80)</sup>

Freud 심리학 체계에 대한 비판으로부터 출발한 의미요법을 창안한 Frankl은 Freud를 포함한 종래의 심리요법은 인간의 精神的 現實性을 소홀히 하고 있다고 지적하고, 심적 단계로부터 精神的 段階로 손을 뻗어야 한다고 주장했다. Freud 등의 정신분석학자에게서 볼 수 있는 충동, 그리고 이것을 제한함으로써 적응할 것을 생각하는 人間像이 우선 극복되어야 한다는 것이다. 부연하면, Freud 등의 이론체계에서는 인간고유의 '自由와 責任性'이란 것은 조금도 찾아볼 수 없기 때문에, 충동·*Oedipus complex*·열등감 등의 彼岸에 있는 '精神的인 것으로부터'의 療法이 문제가 된다는 것이다. 여기에서, 신체적인 증후의 배후에 심리적인 원인을 발견하였을 때 心理療法의 가능성이 있었듯이, 이제는 다시 그 心因인 것의 배후에 신경증의 충동의 力學을 넘어서서 인간을 그 精神的인 困難에서 관찰하여 거기에서부터 구조한다는 일이 중요시 하게 된 것이다. 결국, 價値와 世界觀의 제 문제와 對決하지 않으면 안 되게 된 것이다.

이와 같이 Frankl은 정신적인 것으로부터의 療法을 회랍어의 의미

79) 상계서, pp.578~579.

80) 金玉煥·金貞圭, 전계서, pp.332~333.

鄭寅錫, 相談心理學의 基礎理論 (서울: 大旺社, 1991), p.242.

또는 정신을 의미하는 'logos'로부터 Logotherapy라고 불렀으며, 따라서 Frankl은 인간을 규정하고 있는 要因으로서 Freud과의 쾌락에의 의지나 Adler과의 권력에의 의지와는 달리, '意味에의 意志'(will to meaning)를 중시하였다. 즉, 자기의 現存在를 가능한 한 意味가 충만한 것으로 하려는 苦闘가 중요한 인간의 努力으로서 제기시켰다.

둘째, Frankl의 의미요법과 Binswanger의 現存在分析의 입장을 다음과 같이 比較할 수 있다.<sup>81)</sup>

- ① 2 가지 접근은 모두 실존주의 흐름을 타고 있으나, 前者는 여러 실존철학의 용어나 개념을 자유롭게 도입하고 있는데 비해서, 後者는 Heidegger의 存在論의 틀 안에 머물러 있다.
- ② Frankl은 종래의 신체요법 및 심리요법 위에 Logotherapy를 첨가하였다는 Freud주의의 수정인 듯한 느낌을 주지만, 後者는 엄밀한 現象學에 입각하기 때문에 이 점에서는 보다 일관된 실존적 접근이라고 할 수 있다.
- ③ Frankl의 입장은 指示的 療法의 인상을 풍기지만, 後者는 非指示的인 냄새가 난다. 다만, Rogers 등의 비지시적인 방향이 갖는 자기실현이라는 일정한 구성체에 입각해서 치료과정을 해명하여 가려고 하는 일은 절대로 하지 않는다.

셋째, 위의 비교내용과 더불어 이미 고찰한 내용을 중심으로 意味療法에 관해서 綜合하여 要約하면 다음과 같다.

- ① 인간의 精神性을 다룬다. 즉, 의미에의 의지의 욕구불만(실존적 욕구불만), 삶의 의미의 상실감에서 일어나는 신경증을 보통 의미하는 心因性 神經症과 구별하여, 精神因性 神經症의 개념으로 설정했다. 따라서 그 相談目標은 그 공허감, 즉 실존적 진공을 충족시키고 가치의 영역을 넓혀 자기존재의 의의를 채득시킨다.
- ② 정신적 차원의 치료를 목표로 하기 때문에 價値觀의 개입이 불가피하다. 어느 정도의 指示的 療法이라고 할 수 있다. 그러나 결코 상담자의 가치체계나 세계관을 내담자에게 강제하는 것이 아니고, 내담자 스스로의 존재 속에서 의미를 발견하도록 원조하는 것이 목적이다.
- ③ 상담장면에서 상담자는 내담자의 문제와 대결해야 하며, 표면적인 수법에 그쳐서는 안된다. 상담자의 *personality*와 태도가 내담자에 미치는 영향을 부정할 수 없으며, 상담상 내담자와 상담자의 입장은 예술가의 입장과 비슷하며, 상담과정은

81) 金玉煥·金貞圭, 전체서, pp.339~340.

곧 創造的 過程이다.

- ④ 特定の 方法론을 주제로 한 單一 相談技術에만 고집하지 않는다.
- ⑤ 내담자가 현재 느끼고 있는 불안의 치료를 목표로 하며, 과거의 心理的 外傷 또는 체험에 기초를 둔 病因論을 배제한다.
- ⑥ 心因性 신경증에 대해서도 逆說的 志向과 反省除去라는 자체의 기술을 가지고 있다.

結論的으로 이 의미요법으로서의 접근은 우리 나라와 같은 新興産業社會에서는 필요 적절한 것으로 간주된다. 그렇다는 것은 ‘豐饒 속의 不幸’이란 말이 뜻 하듯이, 급속한 경제발전이 가져오는 노에제닉 신경증적인 무료함과 무감각에의 시달림 속에 삶의 의미와 과제를 찾지 못하여 범죄·자살·정신병·이혼·소요·소외 등을 유발시키기 때문이다. 여기에서 의미요법을 사용하여 내담자로 하여금 다양한 價値의 可能性을 느낄 수 있도록 도와서 자기 존재 속에서 生의 意味를 發見하게 한다든가, 아니면 내담자의 自由意志에 의한 選擇과 그 선택에 대한 責任을 지게 함으로써 限界狀況을 초월할 수 있는 能力을 발휘하게 조력할 수 있을 것이다.

말하자면, 이 접근은 여러 접근 중에서도 가장 人間中心的이며, 현대의 기계화된 인간성 상실 시대를 살아가는 우리들에게 人間性 回復의 契機를 줄 수 있는 것이다.

따라서 앞으로의 課題는 좀 더 理論의 엄밀한 構築이 요망됨과 동시에, 우리 실정에 맞는 技法을 개발하여 이 접근의 哲學的 位置에서 상담실체에 活用性을 높이는 일이라 할 수 있다.