The Concept of Synchronization in the Process of Separation-Individuation between a Parent and an Adolescent

Duk-Soo Moon¹ and Geon Ho Bahn²

¹Department of Psychiatry, Seoul Metropolitan Children's Hospital, Seoul, Korea

²Department of Psychiatry, Kyung Hee University School of Medicine, Seoul, Korea

부모와 청소년 간 분리개별화 과정의 동시성 개념

문 덕 수¹ · 반 건 호²

서울특별시 어린이병원 정신건강의학과,¹ 경희대학교 의학전문대학원 정신건강의학교실²

Humans experience the process of separating-individuating themselves from an object via conflicts between dependence and independence within the self. Mahler's separation-individuation theory focused on infancy and the psychological process of individualizing oneself. However, little data concerning the individuation process during adolescence and adulthood is available. Although adolescents' individuation from their parents is based on intrapsychic events, there is an increasing need for an inter-subjective understanding of it. As adolescents rapidly grow and change, they experience various dynamic interactions with their parents. Through learning to tolerate the conflicts and ambivalent tension inherent in this individuation process, they develop their new identity. In the case of an adolescent boy with conduct problems and his interactions with his father, the authors observed the phenomenon of intersubjectivity, and proposed the concept of 'synchronized individuation' between adolescents and parents. 'Synchronized individuation' should be understood as complementary to, rather than exclusive from, the existing concept of individuation. It offers a new paradigm with which to understand adolescent-parent conflicts in the process of separation-individuation.

Psychoanalysis 2016;27(2):35-41

KEY WORDS: Synchronization · Intersubjectivity · Adolescent · Parents · Separation · Individuation.

Received: December 22, 2015 **Revised:** March 24, 2016 **Accepted:** March 24, 2016

Address for correspondence: Geon Ho Bahn, MD

Department of Psychiatry, Kyung Hee University School of Medicine, 23 Kyungheedaero, Dongdaemun-gu, Seoul 02447, Korea

Tel: +82-2-958-8556, Fax: +82-2-957-1997, E-mail: mompeian@khu.ac.kr

서 론

아기는 발달 과정에서 대상에 대한 의존 욕구와 개별화를 통한 독립 욕구 사이에서 갈등을 겪으며 적절하게 충족할 수 있는 점점에 도달한다. 해결되지 않은 내적 갈등은 인생의 발달 단계마다 재활성화될 수 있기 때문에, 각 발달 단계에서 자신에 대한 정의를 변화시키며 독립된 삶을 이루어 가는 분리개별화(separation-individuation) 과정은 청소년기와 성인기 이후의 적응에도 중요하다(Mahler 등 1975). 이는 일생

동안 지속되는 열린 과정으로 생애 주기에 따라 Mahler(1963)의 영유아기 분리개별화, Blos(1967)의 청소년기 이차 개별화, 이후 성인기의 여러 개별화 단계에 대한 연구(Colarusso 1992)가 있다. 분리개별화 이론은 평생 지속되는 발달 과정에서 독립과 정체성을 찾아가는 과정을 이해할 수 있는 좋은 틀을 제공한다. 저자들은 분리개별화가 아기와 엄마의 관계에서 시작되었다는 점을 고려할 때, 다음과 같은 의문을 갖게 되었다.

첫째, 개별화 과정은 독립적, 즉 개별화를 시도하는 자기(self)의 노력만으로 가능한가? 그렇다면 개별화의 실패는 발달 과제를 이루지 못한 자기의 문제인가?

발달은 근본적으로 관계의 과정이며(Fairbairn 1952; Stern 1985), 소아청소년기의 핵심 관계 대상은 성인기의 부모이다. 부모 자녀 관계에서는 자녀의 의사보다 부모에 의해 일방적

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

으로 관계가 설정되고 지속되는 경우도 있다. 이러한 경우는 자녀의 입장에서 볼 때 개별화 과정의 실패를 의미한다. 그러나 그것은 자녀의 문제만은 아닐 것이다.

둘째, 자녀의 개별화에 부모가 영향을 미친다면 어느 정도 일까? 단순히 일방적인 영향인가 아니면 상호적인 영향이 가능한가?

기존의 분리개별화 연구는 주로 아이 또는 부모 한쪽의 시각을 중심으로 기술되면서, 개별화되는 자기에 집중하고 있다. 하지만 위와 같은 의문점은 개별화 과정을 관계 안에서 통합적으로 접근할 때 다룰 수 있으며, 부모와 자녀의 감정과 상호작용이 서로의 개별화에 미치는 영향을 설명할 수 있는 새로운 시각이 필요하다. 이에 대해 상호주관성은 두 주관적 세계의 상호작용에 대한 깊이 있는 통찰을 제공한다(Choi 2008).

셋째, 그렇다면 부모와 자녀의 개별화 과정에서 두 사람의 마음과 상호작용을 잘 관찰할 수 있는 시기는 언제일까?

청소년기는 부모 자녀 사이의 분리개별화 갈등이 두드러지는 시기이다. 서로에 대한 분리와 상실에서 오는 강렬한 감정적 반응을 겪고 있어 임상에서도 이 시기에 대한 주의가 필요하다(Freud 1958).

이에 본 연구에서는 기존 개별화 이론들로부터 파생된 위와 같은 의문점들을 중심으로, 부모와 청소년의 개별화 과정에 대해 두 주체가 상호주관적으로 동시에 영향을 주고받는 ‘동시적 개별화(synchronized individuation)’라는 개념으로 통합적 접근을 시도하였다. 저자가 확인한 바로는 청소년과 부모 사이의 동시적 개별화를 다룬 연구는 없었다. 따라서 본 연구를 통해 청소년과 부모 사례에 나타난 둘 간의 개별화 과정을 상호주관성 측면에서 재해석하고, 두 주체의 개별화 과정을 확인할 수 있는 변화를 양쪽 모두에서 증명하고자 하였다.

대상 및 방법

정신분석이나 발달 이론은 대부분 임상 사례 관찰로부터 발전하였다. 사례 관찰은 임상 현상을 이론적으로 이해하고 설명하는 데 필요한 실제적인 정보를 제공하며, 반대로 이론적 개념들을 실제 임상에서 적용하고 확인할 수 있다는 점에서도 중요한 의미를 가진다.

청소년과 부모의 갈등 상황, 갈등을 통해 함께 성장하는 경험은 실제 임상에서 자주 볼 수 있는 장면이다. 잦은 외박과 학교 결석 등 통제되지 않는 행동을 보였던 고등학교 2학년 청소년 자녀(남자, 16세)와, 아들의 갑작스러운 변화로 당황스러움과 우울감, 자살사고까지 호소하였던 아버지(40대 후

반)에 대해 각각 입원 및 통원 치료를 함께 시행하였던 저자의 임상 사례도 그러한 장면들 중 하나이다. 이에 본 연구는 아들과 아버지를 각각 치료했던 저자의 임상 사례를 후향적으로 검토하였다. 연구 대상으로부터 청소년과 부모의 상호작용과 분리개별화 과정을 대표할 수 있는 내용을 추출하여 분석하고, 치료 과정에서 공유한 그들의 경험을 치료자의 관점에서 재구성하였다.

청소년 자녀와 부모의 개별화 과정에 대한 판단은 증가된 상호적 영향, 대상관계에서 발생하는 정동과 욕동, 관계에서의 위치, 심리 재조직 과정의 전후 변화 등에 대한 정신분석적 접근을 통해 확인하였다. 위와 같은 방법의 임상 사례 분석에서 청소년과 부모의 개별화 과정을 상호주관적 측면의 ‘동시적 개별화’ 개념으로 재해석하였으며, 결과를 바탕으로 이론과 실제의 연결점을 찾고자 하였다. 1년 7개월간의 치료가 종결된 후 1년이 경과한 시점에서 아버지와 전화통화로 경과를 확인하였고, 아버지와 아들로부터 사례 발표 및 논문 게재에 대한 서면동의를 득하였다. 본 연구는 서울특별시 어린이병원 기관생명윤리위원회의 심사 및 승인을 받았다.

결 과

아버지 ‘F’와 청소년기 아들 ‘S’에 대한 임상 사례 분석

아버지 F 사례

40대 후반 남자 F는 우울감과 무기력감을 호소하며 병원에 왔다. 다른 병원에서 우울증 치료를 받고 있는 그가 소아청소년 정신건강의학과 외래에 방문한 이유는, 그의 우울감의 주된 이유가 고등학교 2학년인 16세 아들 S에 관한 것이었기 때문이었다. F는 “사랑스럽고 문제없이 착하기만 했던 아들”이 약 반년 전부터 자신과 멀어지는 것에 대한 불안과, 아들의 행동을 통제할 수 없다는 것에 대해 무력감과 우울감을 느끼고 있었다. 아들은 허락을 구하지 않고 집을 나가서 친구들과 어울려 노는 날이 많아졌다. 이에 대해 F는 가출이라고 말하였다. F는 아들에 대해 소극적이고 회피적인 태도로 적절한 통제를 하지 못하였고, 밤늦게까지 무력감과 불안으로 아들을 기다렸다. F가 아들과의 애정을 확인하는 수단이었던 신체접촉의 횟수도 자연스럽게 적어졌다. 이상화된 자기대상(idealized selfobject)이었던 아들을 잃을 것 같은 불안은 상실감과 분노로 바뀌었다. 분노는 아들에게는 잘 표현되지 못하고, 점차 F 자신에게 향하게 되었다. 그는 상실에 따른 우울감과 무력감, 공격성의 내사(introjection)로 자살사고를 경험하였다.

아들 S 사례

긴 머리를 염색한 S는 옷과 패션에 신경을 많이 쓰는 학생이었다. 중학교 때까지는 비교적 조용한 학생으로 중위권의 성적을 유지하였으며, 부모와 많은 시간을 보내고 관계도 좋은 아들이었다. 고등학교에 들어간 S는 점차 친구들과 보내는 시간이 많아졌다. 그중에는 불량한 친구들도 있었고, 밤새 친구들과 노느라 외박을 하는 날이 늘어났다. 아버지 F는 가출이라고 하였지만, 아들 S는 집을 나간다는 개념보다 친구들과 있는 공간을 선택한 것이었다. S는 외박 중에도 필요할 때 F에게 연락하여 용돈을 받았고, 부모가 강한 통제를 시작하기 전까지 부모에게 부정적 감정을 가지거나 공격성을 표출하지는 않았다. 그는 부모를 여전히 좋아하고 따랐지만, 자신 때문에 힘들어하는 부모를 이해하지는 못했다. S는 아버지 F의 부탁으로 정신건강의학과 외래에 방문하기도 하였지만 변화에 대한 동기는 없었다. 집을 나가 있는 시간이 늘어나면서 학교를 빠지게 되고, 일탈 행위로 경찰에 신고되기도 하였다. 친구들과 싸우다 골절상을 입고 수술을 받기도 하였다. 퇴원 후 여자 친구와 함께 집에 와서 지내다가 같이 집을 나갔다. 통제되지 않는 S의 행동, 통제하지 못하는 부모의 절망감과 분노에 대한 개입을 위해 아들 S의 입원 치료가 이루어졌다.

아버지 F의 개별화 과정

부모에게 자녀의 존재는 경이롭다. F 역시 이상화된 자기대상인 아들에 대해 강한 애착을 가지고 있었다. 아들 S는 가문의 종손이었으며, F의 유전적 연속성이 투사된 동일시 대상이었다. 그는 아들 S가 자신에게 의존하는 관계에서 전능감을 느꼈으며, 아들의 행동으로부터 기쁨과 슬픔을 느꼈다. 그는 자기가 아들에게 ‘친구’ 같은 존재라고 하였다. 이상화된 자기대상인 아들은 자신을 떠나지 않을 것이라 믿었다. 이러한 이상화는 앞으로 개별화 과정을 통해 다가를 분리 불안을 직면하지 않으려는 시도이기도 하다. 그러던 아들이 갑작스러운 변화를 일으키기 시작했다. 변화를 받아들인다는 것은 자기대상을 상실하는 것이기에 그는 받아들일 수 없었고, 이전의 아들로 돌아가기를 기다렸다. 그는 상실에 따른 우울감을 느끼면서도, 아버지로서 어떻게 해야 할지 몰랐다. 친구 같은 존재라 생각했던 자신의 역할은 아들의 친구들이 가져갔다. 부모보다 우선하는 친구들의 존재는 아버지에게 경쟁심과 분노를 일으켰다. 그래도 그는 기다렸다. 하지만 자신이 기대하는 아들의 과거 모습은 돌아오지 않았다. 아내는 아들을 통제하기 위해 화를 내고 위협적인 말도 하며 아들과 대립하였지만, F는 이러지도 저러지도 못했다. 그는 아들의 입장도 아내의 입장도 아니었으며, 자신의 입장은 더더욱 아니

었다. 아들 S는 청소년으로 성장하였으나, 자신의 행동을 조절하거나 책임지지는 못하였다. 치료자는 통제되지 않는 S에게 필요한 것이 권위를 가진 존재(authority figure)의 역할이라고 판단했다. 아들의 갑작스러운 변화에 고통스러워하는 F에게도 변화된 아버지의 역할이 필요했으며, 치료자는 F에게 아들의 친구 같은 존재가 아닌 아버지로서의 역할을 주문했다. F가 아들의 입원을 결정한 순간은 S가 더 이상 이상화된 아들이 아님을 인정할 것을 의미했다. 자신의 통제를 벗어났음을 인정하는 것과 동시에, 자신에게 아버지로서의 새로운 역할이 필요함을 인식한 진실의 순간이기도 하다. 불안과 분노, 그리고 아들의 변화에 대한 인식은 F 스스로를 재인식할 수 있는 기회를 제공하고, 변화에 대한 동기를 일으킨다. 입원 치료 기간 중 S의 치과 치료를 위해 F가 함께 외출한 적이 있었다. 아들과 함께 외출한 F는 약속시간을 한참 넘긴 후에 의기소침한 모습으로 돌아왔다. 그리고 외출 당시 아들의 예상 못한 요구에 여전히 휘둘리고 아무런 제한도 할 수 없었던 자신을 재확인하게 된다. 치료자는 F에게 반영적으로 접근하며(reflection), 입원이라는 환경적 제한보다 더 중요한 아버지로서의 제한설정과 의견 제시 필요성에 대해 동기를 강화하였다. 그때 F는 변화의 필요성을 인식하고 결심한 듯 보였다. 그리고 서서히 청소년 자녀를 둔 아버지로서의 입장과 역할을 인식하고 받아들였으며, 자신의 입장과 의견을 전달하기 시작했다. 아들에 대한 선택적 동일시를 통해 자신과 의견이 다를 때는 아들의 의견을 거절하고, 자신의 말에 책임을 지는 모습을 보였다. 즉, 개별화가 진행되었다. 자신의 변화에 맞추어 달라지는 아들의 모습도 발견할 수 있었다. 호전된 아들의 생활과 더불어 그의 우울 증상은 사라졌다. F의 치료 기간은 약 1년간 지속되었고, 우울 증상이 소실되면서 치료를 중단하였다. F는 치료 중단 후 5개월 만에 병원을 방문하였다. 자신의 우울 증상은 더 이상 없고 아들이 대학에 가게 되었다고 하였다. 그리고 ‘이전의 아들’로 돌아왔다고 말했다. 물론 아들은 이전의 아들이 아니다. F는 이전 관계에서 느낄 수 있었던 ‘안정감’을, 그리고 아들이 아닌 자신에 대한 ‘통제력’을 회복한 것이었다. 그것은 서로가 성장하면서 함께 이루어 낸 개별화 이후의 화해이기도 했다. 치료는 완전히 종결되었다. 그로부터 1년이 지나 저자는 그동안의 경과 확인과 논문게재에 대한 동의를 구하고자 아버지와 전화통화를 하였다. 아들 S는 잘 지낸다고 하였다. 아버지 F도 잘 지낸다는 의미였다. 더 이상 가출이나 부모와의 갈등도 별로 없었다. F에게 아들은 여전히 중요하고 자신의 감정에 영향을 크게 미치는 존재이다. “지금도 아이를 데리고 같이 있고 싶다. 하지만 아이도 하나의 인격체이니까 내 마음대로 하는 것은 옳지 않다는 것을 안다. 지금도 안고 살고 싶지만, 그것을

내가 스스로 놓고 있는 중이다.” 그는 대학생이 된 아들 S를 유아적 의존관계에 대한 낭만적 추구하고 그리움이 담긴 ‘아이’로 표현하였다. 하지만 그는 변화된 서로의 위치와 역할을 인식하고 있었으며, 자신의 양가감정을 견디며 행동을 조절하고 있었다. 성인기의 개별화 과정은 주변의 여러 대상으로부터 일어날 수 있지만, 사례로 소개한 F의 개별화 과정은 그에게 가장 중요했던 아들 S의 청소년기 변화로부터 가장 많은 영향을 받았다.

아들 S의 개별화 과정

S는 자신에게 맞추어 주는 부모에 대해 애초 큰 불만은 없었다. 그는 부모를 좋아하고 같이 있고 싶다고 하였으며, 그 동안의 부모에 대한 만족과 의존 욕구도 함께 표현하였다. S는 단지 고등학교 친구들과 보내는 시간이 더 중요해지면서 청소년기 자기애적 경험에 충실하였다. 이 과정에서 S는 부모의 통제 시도를 거부하였으며, 자신의 변화에 부모가 힘들어한다는 것은 잘 이해하지 못했다. 과보호하는 아버지 F도 자신의 행동에 크게 책임을 요구하지 않았다. 부모가 S를 통제하기 위해 용돈을 안 줄 때도 있었지만, S는 친구들과 아르바이트를 할 수 있었기 때문에 부모에게 아쉬울 필요도 없었다. 그렇다고 스스로 삶에 책임을 지거나 혼자 지낼 자신은 없었지만, 자신의 상황에 대한 고민은 아버지가 대신하였고 그의 자아 및 초자아가 재조직될 수 있는 기회는 적었다. 부모의 통제 시도에 대한 반감이 생겼지만, 부모가 힘들어하는 모습에 죄책감도 있었다. S는 이러한 자신의 양가감정과 모순된 욕동을 느끼기는 하였으나 변화의 필요성은 느끼지 못했다. 그랬던 S에게 자신을 정신건강의학과 보호병동에 입원시키기로 결정한 부모의 결단은 전혀 예상치 못한 것이었다. 자신의 행동에 책임을 지게 되는 결과였으며, 자기애적 좌절의 경험이었다. 치료를 진행하며 아버지 F는 아들에게 점차 자신의 입장과 경계를 분명히 하고 말에 책임을 지는 행동을 보였다. 그러한 아버지의 변화는 사실 S가 바라던 모습이기도 하였다. 납득하지 못할 통제를 바라지 않았던 것이지, 무능한 아버지의 모습을 바랐던 것은 아니었다. S 역시 변화된 아버지에게 자신의 생각과 의견을 전달할 수 있었다. 아버지 F에 대한 무조건적 의존 또는 거절이 아닌, 받아들일 수 있는 부분에 대해 동의하고 수용하는 선택적 동일시가 활성화되었다. 이러한 과정에서 S는 자신의 행동이 부모에게 큰 영향을 미친다는 것도 알게 되었다. 변화된 자신의 위치와 영향력을 재인식하고, 부모의 고통을 이해하게 되었다. 중요한 사람의 고통을 인식한다는 것은 변화가 필요한 이유를 찾았다는 것이기도 하다. 그는 자신의 행동에 책임을 지며 성장할 것인지, 아니면 책임지지 않고 아이로 남을 것인지 변증법

적 고민의 과정을 경험한 것이다. 결국 자신의 위치와 역할에 대해 선택이 필요함을 인식하게 되었다. S는 아버지의 변화되는 모습으로부터 아버지 역시 이러한 과정을 거쳤음을 느꼈다. 저자는 치료 종결 후 1년 만에 아버지 F와의 통화에서 아들 S가 그 당시 했던 선택을 유지하고 있음을 알 수 있었다. 아버지와의 관계에서 스스로의 역할에 대한 책임을 인식했던 S는 이제 새로운 사회인 대학교에서 과대표를 하며 또 다른 책임을 다하고 있었다. 그의 이차 개별화가 보다 성숙한 방향으로 진행될 수 있었던 결정적 계기는 아버지의 과보호에서 친구들과 누렸던 자유가 아니라, 자신으로 인해 고통을 느꼈던 아버지의 우울증이었다. 부모와 경험했던 갈등과 상호작용은 현실을 검증하게 하였고, 자신을 재정의하게 하였다. 청소년기에 들어선 S의 많은 부분을 친구들이 차지하게 되었지만, 아버지의 존재가 여전히 그에게 중요했음은 물론이다.

아들 S와 아버지 F의 동시적 개별화 과정

청소년기에 들어선 아들 S는 아버지가 바라는 어린 아이와는 달랐다. S는 아버지를 정신적으로 살릴 수도 죽일 수도 있는 힘을 가지게 되었다. S는 자신에게 그러한 힘이 생겼다는 것을 알지 못했다. 아버지 F도 아들의 변화를 인정하고 싶지 않았다. 하지만 아들 S는 흔들리는 아버지를 바라보며, 그리고 관계에서 경험하는 갈등을 통해 변화된 자신을 점차 인식하였다. F 역시 달라진 아들을 받아들이고, 자신의 역할도 달라져야 함을 인식하게 된다.

S는 이제 그동안 의존하였던 F를 떠나 자신의 삶을 살아간다. S의 분리 과정은 F에게 매우 고통스러웠지만, 그는 아들과의 관계에서 함께 양가감정을 느끼고 견디었던 경험으로부터 이제 S가 떠나야 할 때임을 받아들인다. 갈등은 서로에게 개별화를 진행할 수 있는 기회를 제공하였고, 새롭게 인식된 서로에 대한 존중(mutual recognition and respect)은 개별화가 필요한 이유와 목적을 찾게 하였다. 서로의 관계 속에서 만들어지고 함께 경험하는 이상화, 분리 불안과 공격성, 죄책감의 모순된 감정의 긴장 속에서 그들은 점차 통합적인 시각에서 서로를 재인식하고 자신을 새롭게 정의하게 된다. 그리고 이 시기에 요구되는 개별화를 함께 이루어낼 수 있었다.

본 연구는 아들 S와 아버지 F에 대한 임상 사례 분석에서 청소년-부모 관계에서 증가된 갈등과 상호적 영향, 분리에 대한 양가적 감정, 서로에 대한 선택적 동일시, 상호인식을 통한 상호존중, 관계에서의 위치 변화, 그리고 이러한 상호작용에서 자녀와 부모 모두 서로의 그리고 각자의 주체성을 인식하면서 동시적 개별화를 이루는 것을 확인하였다. 이 사

례에서 볼 수 있듯이 청소년과 부모의 동시적 개별화 과정은 추상적이거나 이론적인 개념이 아닌 삶에서 관찰되는 실제 경험이다.

고 찰

대등성의 상호인식과 주도권 문제

부모-자녀 관계는 연령대에 따라 유아-부모, 아동-부모, 청소년-부모, 성인 자녀-부모 등 다양하게 나타난다. 이들 사이의 상호작용은 연령대는 물론 상황에 따라 변한다. 특히 청소년기에는 신체적, 인지적, 심리적 발달과 더불어 부모와의 관계에서 서로 대등성을 갖게 된다(Colarusso 1992). 서로의 대등성을 상호인식한 청소년과 부모는 관계에서 통제감을 획득하기 위해 주도권을 다투기도 한다. 사례에서 부모의 지시를 무시하며 비행 행동을 하는 아들 S, 이에 대해 어머니가 강한 통제를 시도하거나 아버지 F가 아들에게 용돈을 주지 않는 것이 그 예이다. 하지만 아들 S는 아르바이트를 시작하고 부모의 용돈에 의지할 필요가 없어지면서, 부모에 대한 의존이 친구 등 다른 중요한 사람에게 향하는 것이 자유로워졌다.

청소년 자녀가 상당한 대등성을 획득한 후에도, 부모는 여전히 경제적인 우위에 있고 주도권 다툼에 이를 이용할 수 있다. 부모는 갈등 상황에서 경제적 지원의 박탈 또는 “이렇게 가면 집을 나가!”라는 식으로 거주공간의 박탈 위협을 내세울 수 있는데, 이는 대상을 보유하거나 배설함으로써 통제감을 가지려는 시도이다. 이때 청소년 자녀는 피학적 위치에서 부모로부터 도망갈지 혹은 굴복할지를 고민하게 된다. 하지만 또래 집단이라는 새로운 안식처를 통해 피학적 위치에서 벗어날 수 있고 관계에서 대등성을 다시 획득한다(Blos 1979). 이러한 관계의 주도권 갈등은 청소년으로 하여금 점차 조절력을 가진 주체로 분화하게 하는 원동력이 된다. 청소년과 부모 사이의 개별화 역동 변화를 정량화하여 확인한 연구가 있다(Mazor 등 1990). 이스라엘의 집단 공동체인 키부츠(kibbutz) 청소년을 대상으로 사회-인지 측면의 개별화 과정을 평가한 결과, 후기 아동기에는 부모의 견해가 일차적이고 아동 자신의 생각은 이차적이다. 초기 청소년기에는 자기 인식이 늘고 부모 쪽 견해가 감소한다. 중기에 이르면 자기 체계가 강화되고 부모의 조망은 이차적이 된다. 후기 청소년기 내지 청년기에는 자기 체계 안으로 부모의 견해를 흡수 통합한다.

선택적 동일시와 정체성 형성

청소년기에는 부모와의 관계에서 대등성을 획득하고 참여한 갈등을 겪으며, 부모를 이길 수도 있는 힘이 생기는 것을

인식하게 된다(Colarusso 1992). 부모의 생각과 감정의 흐름에 대해 추론하고 반박할 수 있으며, 의존관계를 또래와의 관계로 이동시키면서 부모를 배척할 수 있음을 알게 된다. 청소년 자녀는 부모가 더 이상 이상화된 모습이 아니라, 실망스러운 부분을 함께 가지고 있는 실제 부모임을 더욱 뚜렷하게 인식하게 되며 이는 탈이상화를 통한 분리를 촉진시킨다. 이상화된 부모에 대한 의존심리와 동일시를 통해 내재화되었던 부모의 모습은, 이제 대상에 대한 양가감정과 공격성을 경험하며 외재화된다. 부모의 보조 자아 기능은 외재화 과정에서 상실되며, 청소년은 자신의 자아 의식을 재조직할 필요성을 느끼게 된다(Blos 1979). 부모와 자녀가 서로를 동일시했던 과정은 자기애적 대상 선택의 의미를 포함하기에, 대상을 상실하는 것은 자신의 일부를 상실하는 것으로써 불안과 두려움을 유발한다. 이 과정에서 부모는 자녀와의 관계에서 전능감을 잃어버리고, 부모와 자녀는 분리에 대한 불안과 고통을 경험하게 된다. 사례의 아버지 F는 아들 S의 분리 과정에서, 자기애의 손상에 따른 우울감을 함께 겪는다. 아들 S 역시 무조건적인 자유를 누리고 싶지만, 동시에 책임지는 것에 대한 불안과 안주하고 싶은 마음도 있다. 그들은 관계 속에서 분리에 대한 욕구와 의존 욕구가 상충하는 양가적인 긴장(ambivalent tension in relations)을 변증법적 과정으로 겪고 있었다.

서로에 대한 선택적 동일시(selective identification)는 이러한 양가적인 긴장 상태를 돌파할 수 있게 한다. 아기가 두 살이 되면 대상의 특성을 구분하고 비교할 수 있는 능력이 생기면서 선택적 동일시를 할 수 있게 되는데(Jacobson 1964), 청소년은 더 자유롭게 부모의 어떤 측면을 선택적으로 동일시하고 자아상을 보다 현실적으로 수정한다(Tyson과 Tyson 1993). 청소년은 부모를 수용할 수 있는 부분(accepted part)과 수용할 수 없는 부분(rejected part)으로 나누어 더 정교하게 인식하고, 선택적 동일시를 통해 대상에 대한 의존 욕구와 공격성을 동시에 다루면서 심리적 재구조화가 진행된다. 청소년기에 성취한 사회적, 심리적 이해의 확장은 부모의 입장을 떠올릴 수 있게 하며, 이는 관계에서 상호존중의 기반을 마련한다. 이 과정에서 부모도 점차 자녀의 성숙한 모습을 받아들이는 작업을 하게 된다(Colarusso 1990). 의존적이고 미성숙한 아동으로서의 자녀에 대한 내적 표상은 신체적으로 성숙한 자녀의 모습으로 점차 바뀌게 된다.

사례에서 아버지 F는 아들을 사랑하고 안고 싶어 했지만, 비행 행동과 자기중심적 태도를 더 이상 수용할 수 없었다. 그는 변화된 아들에 대한 재인식과 선택적 동일시를 통해 아들에게 더 이상 휘둘리지 않고 자신의 의견을 제시하게 된다. 아들 S 역시 아버지의 무능한 태도나 무조건적인 통제 시도

Table 1. The comparison of classic individuation theories with synchronized individuation

Items	Primary SI by Margaret Mahler (1963)	Secondary SI by Peter Blos (1967)	Tertiary SI by Calvin Colarusso (1990)	Synchronized SI from this article
SI subject	Infant	Adolescent	Adult	Adolescent-parents
SI from	Mother (caretaker)	Parents	Children, spouse, parents	Each other
Period	Infancy	Adolescence	Young and middle adulthood	Adolescence-middle adulthood
Developmental tasks	Psychological birth from symbiosis, establishment of object constancy	Reorganization of psychic structure, independence from parents, identity achievement	Making family, experiencing parenthood, accepting the aging, transforming the relationship	Tolerating ambivalent tension in relation, mutual recognition and respect
Process	Differentiation, practicing, rapprochement, object constancy	Dialectic process between regressive and progressive positions	Ongoing process of separation from the offspring, spouse, and parents	Synchronized experience of ambivalence, selective identification, achieving dual individuation

SI: separation-individuation

는 수용할 수 없었지만, 변화된 아버지의 태도는 선택적으로 동일시하면서 부모에 대한 존중과 자신의 행동에 대한 책임을 느끼게 되었다. 선택적 동일시를 통해 아들 S가 자신의 정체성을 형성해 나가는 모습, 그리고 아버지 F가 자녀의 변화와 분리를 받아들이는 모습은 청소년-부모가 동시적 개별화를 이루는 과정의 특성을 보여 준다.

성숙한 동시적 개별화의 과정

부모와 자녀는 관계에서 발생한 모든 현상에 공동으로 참여하기 때문에 자신과 서로의 개별화 과정에 부지불식간에 영향을 미치며 관여하게 된다. 대상관계를 통해 활성화된 정동의 영향을 주고받으며, 각자의 그리고 서로의 변화를 인식하게 된다. 이러한 상호인식의 과정에는 자기에게 영향을 미치는 '같지만 다른 두 명의 대상'인 정신내적 대상(intrapsychic object)과 실제 타인(real other)에 대한 이중 인식(dual recognition), 그리고 타인에게 대상으로 존재하는 자기(self as an object to other)에 대한 인식이 함께 필요하다. 상호인식은 자기와 대상에 대한 상호존중으로 나아가게 되며, 이러한 과정은 두 사람의 동시적 개별화 과정에서 핵심적인 요소이다.

청소년 자녀에 대한 부모의 개별화 과정을 네 단계로 설명할 수 있다(Blass와 Erlich 1993). 첫째, 저항 단계는 갈등이 일어날 수 있는 이슈를 피하고자 하는 시기이다. 둘째, 갈등과 방어 단계는 청소년 자녀와 갈등을 겪으며 두려움을 경험하는 시기이다. 두려움에 대한 방어가 부모의 전능감으로 표현되거나 경직된 양육 방식으로 나타난다. 셋째, 흡수 단계는

보다 건설적으로 혼란을 직면하며 해결하고자 한다. 부모가 전능해야 한다는 환상에서 벗어나고 방어도 유연해진다. 아동 입장에 대한 동일시도 더 발전한다. 넷째, 성숙과 통합 단계에서는 '부모와 아동을 함께 동일시(multiple identification)'하면서, 부모가 전능하지 않더라도 강할 수 있다는 인식과 함께 성숙하게 된다. 결과적으로 전능감과 부모상의 한계에 대한 양가감정, 퇴행과 혼란에 대한 두려움을 이기고자 하는 과정이다. 사례에서 아버지 F는 치료 과정에서 양가감정을 극복했다. 아들을 자기애적 자기대상으로 여기며 아동의 위치에 두었던 자신의 무계중심을 재조정하면서, F는 아들의 개별화 욕구를 인정하고(validation) 받아들이며(containment) 성숙과 통합의 과정을 이루어 냈다. 자신의 주체성을 유지하면서도 자녀에 대한 선택적 동일시를 통해 연결감을 유지하고 관계에 대한 통합적인 시각을 가지게 된 것으로 생각할 수 있다.

청소년 자녀 S와 아버지 F가 동시에 경험하는 내외적 변화는 아들 입장에서는 Blos(1967)의 청소년기 이차 개별화에 해당하며, 아버지 입장에서는 Colarusso(1990, 1997)의 성인기 삼차, 사차 개별화 내용에 해당한다. 사례의 청소년과 부모의 개별화 과정에 대한 분석에서, 그들은 성장에 따른 변화와 갈등을 서로에 대한 선택적 동일시로 극복하고 상호인식과 존중을 통해 '동시적 개별화'를 이루었다. 이러한 '동시적 개별화'는 Mahler의 일차 개별화, Blos의 이차 개별화, Colarusso의 삼차, 사차 개별화 이론을 바탕으로 부모와 자녀의 개별화 과정을 상호주관적으로 재해석한 개념이다(Table 1).

본 연구는 연구 주제의 특성 및 연구 방법상 한계가 있다.

먼저, 정신분석이나 발달 이론 연구의 공통적 제한점인 정량적 평가의 문제이다. 본 연구의 핵심 주제인 개별화를 객관적으로 정해진 기준에 따라 평가할 수 없으므로 정량상 해석에 의존해야 하는 점은 추후 정량화 기준이나 척도 개발을 통해 개선해야 한다. 둘째, 본 연구의 대상이었던 임상 사례 분석만으로는 ‘동시적 개별화’ 개념을 일반화할 수 없다. 따라서 본 연구 결과를 토대로 연구 대상의 규모를 확대한 근거 중심의 확인 과정, 그리고 다양한 임상 자료에 대해 연역적 추론 과정이 추가적으로 필요하다. 셋째, 개별화 과정은 전 연령에 걸쳐 발생하며, 연령대와 대상에 따라 상호작용도 다르게 일어날 것이다. 본 연구에서 다룬 청소년과 부모의 상호작용을 모든 연령대에 일괄적으로 적용하는 것은 적절치 않을 수 있으므로, 향후 연구에서는 각 연령대별 다양한 대상과의 상호작용을 다루는 개별화 모델을 개발해야 한다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 청소년과 부모의 분리개별화 과정에 대하여, 그들의 상호주관적 관계를 중심으로 통합적으로 접근한 ‘동시적 개별화’ 개념을 처음으로 제시했다는 점에서 의의가 있다.

결론

청소년기는 신체적, 인지적, 심리적 발달을 통해 부모와 대등성을 가지며, 부모가 더 이상 이상적인 대상이 아님을 인식하고 탈이상화와 개별화가 시작된다. 부모도 자녀에 대한 유아적이고 의존적인 대상표상을 주체적 결정을 할 수 있는 대상으로 변경하여 인식하게 되는 중요한 시기이다. 급격한 변화 속에 이루어지는 강렬한 상호작용은 혼란스러울 수 있으며, 이에 따른 긴장을 과도하게 방어하고자 하면 각자의 개별화는 왜곡되거나 실패하며 갈등을 야기하게 된다. 그러므로 부모와 청소년 자녀의 발달 과제와 상호작용에 대한 통합적 개념을 가지는 것이 매우 중요하다. 부모는 청소년 자녀의 발달과 개별화 욕구를 이해하고, 동시적으로 일어나는 자신의 개별화를 인식할 필요가 있다. 자녀 역시 자신과 부모의 마음 속에 일어나는 일들을 조망하고, 그 안에서 느껴지는 관계의 분위기를 인식할 수 있을 때 더욱 유연하게 대처할 수 있다. 이러한 과정의 절정은 부모와 청소년이 갈등과 양

가감정의 긴장 상태를 견디고, 상호인식과 존중을 통해 동시적으로 개별화되는 순간이다. 본 연구에서는 임상 사례 분석을 통해 부모와 청소년 자녀의 동시적 개별화 과정을 확인하였다. 본 연구에서 제안한 ‘동시적 개별화’ 개념은 기존 개별화 이론과 이질적 혹은 배타적 입장이기보다는 상호보완적이다. 동시적 개별화 이론은 발달 과제와 관계에서 어려움과 갈등을 겪고 있는 청소년과 그 부모를 이해하는 데 있어서 실제적 도움을 줄 수 있을 것이다.

Conflicts of Interest

The authors have no financial conflicts of interest.

REFERENCES

- Blass RB, Erlich HS. Separation-individuation of parents of adolescents: a multiple identification perspective of the parent-child interaction. *J Child Adolesc Group Ther* 1993;3:175-187.
- Blos P. The adolescent passage: developmental issues. New York: International Universities Press;1979.
- Blos P. The second individuation process of adolescence. *Psychoanal Study Child* 1967;22:162-186.
- Choi YM. Intersubjectivity - paradigm change in psychoanalysis -. *Psychoanalysis* 2008;19:125-138.
- Colarusso CA. Child and adult development: a psychoanalytic introduction for clinicians. New York: Plenum Press;1992.
- Colarusso CA. Separation-individuation processes in middle adulthood: the fourth individuation. In: Akhtar S, Kramer S. The seasons of life: separation-individuation perspectives. Northvale, NJ: Jason Aronson Incorporated;1997. p.73-94.
- Colarusso CA. The third individuation. The effect of biological parenthood on separation-individuation processes in adulthood. *Psychoanal Study Child* 1990;45:179-194.
- Fairbairn WRD. Psychoanalytic studies of the personality. London: Routledge and Kegan Paul;1952.
- Freud A. Adolescence. *Psychoanal Study Child* 1958;13:255-278.
- Jacobson E. The self and the object world. New York: International Universities Press;1964.
- Mahler MS. Thoughts about development and individuation. *Psychoanal Study Child* 1963;18:307-324.
- Mahler MS, Pine F, Bergman A. The psychological birth of the human infant: symbiosis and individuation. New York: Basic Books;1975.
- Mazor A, Shamir R, Ben-Moshe J. The individuation process from a social-cognitive perspective in kibbutz adolescents. *J Youth Adolesc* 1990;19:73-90.
- Stern DN. The interpersonal world of the infant: a view from psychoanalysis and developmental psychology. New York: Basic Books; 1985.
- Tyson P, Tyson RL. Psychoanalytic theories of development: an integration. New Haven: Yale University Press;1993.