

공유된 의식, 표상의 현실 대 현실의 표상: 정신화의 이론적, 경험적, 임상적 함의와 한국적 적용을 중심으로

김 흥 주¹⁾ 박 민 주²⁾ 차 혜 명³⁾ 김 은 영[†]

최근 정신화 이론은 유아-어머니 관계에 대한 발달연구의 성과를 토대로 마음이론의 발달을 정신분석과 애착이론 간의 교량에 위치시키고, 실제 현실의 개념을 정교화하면서 이에 따른 치료적 함의를 제안하였다. 현실이란 ‘저기 너머에’ 존재하는 독립적 현실이 아니며, 상호 응시, 공유된 의도와 감정, 의미로 구성된 공유된 의식의 과정이자 산물이다. 따라서 불투명하고 가변적인 표상으로서의 세계를 향한 탐구적 자세는 이론의 경험적 접근과 임상의 측면에서 결정적 역할을 한다. 본 연구는 현실지각에 대한 인식론적 가정인 지향성 개념을 중심으로 경계선 성격의 마음이론을 탐색하고 정신화 이론의 발달과정을 개관하고 있다. 또한 정신화의 경험적 측정과 근거기반 실천으로서의 정신화기반 치료의 기제와 근거를 둘러싼 최근의 쟁점을 논의한다. 마지막으로, 본 논문은 사회적 인식으로서의 정신화, 즉 한국적 의미에서의 마음(心)이야말로 인간의 사회적 삶과 삶의 원천이라는 사실에 주목하고, 정신화 모델의 한국적 적용에 대해 탐색한다.

주제어 : 정신화, 지향성, 마음이론, 애착이론, 치료적 함의

1) 경북대학교, 강사, havitall@hanmail.net

2) 경북대학교, 박사과정생(박사수료), cocos1121@hanmail.net

3) 파랑새상담센터, 센터장, hm_cha@hanmail.net

† 교신저자: 김은영, 경북대학교 교육학과 부교수, 대구광역시 북구 대학로 80, 사범대학 신관 411호

Tel: 053-950-5809, E-mail: hyunhuk@knu.ac.kr

심리치료에서 내담자가 이야기하는 세계는 어디까지가 현실인가. 내부와 외부 현실을 구별하는 현실검증력(reality testing)은 내담자 증상의 심각도와 기능 수준을 파악하는 데 결정적인 역할을 한다. 이러한 진단 과정에서 사용되는 현실 혹은 실재라는 개념은 언뜻 자명해 보인다. 그러나 내담자의 내면세계가 행위를 통해 일상을 지배하거나 치료적 관계에서 전이(transference)와 역전이를 통해 뒤엉켜진 현실에 직면하게 되면, 우리는 현실의 객관적 정의와 경계가 결코 단순하지 않음을 직감하게 된다. 현실검증력의 손상을 동반하는 종종 내담자에서부터 모든 사람의 의도를 미심쩍거나 적대적인 것으로 간주하며 대인관계의 어려움을 호소하는 내담자와의 만남에 이르기까지, 우리는 실제 현실의 경계가 무엇인지 끊임없이 가늠하게 되는 것이다.

최근 마음이론(theory of mind)의 발달을 정신분석과 애착 이론 간의 교량에 위치시킨 정신화(mentalizing) 이론은 유아-어머니 간의 이자 관계(dyad)에 대한 발달적 연구 성과를 토대로 하여, 외부와 내부 현실을 정교하게 이론화하는 동시에 이에 따른 치료적 함의를 제안하였다. 이와 같은 이론적 기획은 대상관계적 정신분석 장면에서 경계선(borderline) 성격의 마음이론에 대해 탐색하면서 시작되었다 (Fonagy, 1989, 1991). 이후 발달연구 성과에 대한 재해석(Fonagy, 2001)과 현실 개념에 대한 연구 작업(Fonagy, 1995; Fonagy & Target, 1996, 1997, 2000, 2007)은 이론의 발달을 이끌었고, 2019년에 출간된 정신화기반 치료(Mentalization Based Treatment: MBT) 핸드북 2판에서는 더욱 일관된 체계를 제시하기에 이르렀다(Bateman & Fonagy, 2019). 이에 따르면, 외부 현실이란 ‘저기 너머’에, 발견을 기다리고 있는 독

립적 현실이 아니며, 상호 응시, 공유된 의도와 감정, 의미로 구성된 공유된 의식(shared consciousness)의 과정이자 산물(Fonagy & Target, 2007b; Bateman & Fonagy, 2019)이다. 이와 같은 정식화는 기존의 정신분석에서 도외시되어온 경험주의(empiricism)적 연구 방법과 성과를 적극적으로 수용하고 흡수하면서 이론과 경험과학의 간극을 줄이는 한편, 심리치료의 기제를 밝히고 효과성 검증을 포함한 이론적 체계에 접근하고 있다.

이러한 전향적 시도의一面에는 현실지각에 대한 인식론적 전제인 지향성(intentionality)의 가정이 자리 잡고 있다. 이는 ‘실재=자연의 사물=물질적인 사물’이라는 등식을 거부하고, 인식되는 것은 표상(phantasma)들이지 표상된 것 자체가 아니라는 브렌타노의 입장(Brentano, 1995)과 데넷의 해석(Dennett, 1987)을 수용한 결과이다. 이에 따르면, 정신화는 “인간 상상(human imagination)”의 특수한 측면으로 개념화된다. 정신화의 모든 행위는 불확실한 것일 수밖에 없으며 사람의 내적 상태(internal state)는 “불투명하고, 가변적이며, 정확히 밝히기 어렵다”(Bateman & Fonagy, 2019, p3)고 하는 이유는 바로 이 때문이다. 표상으로서의 세계(representational world)는 자연스럽게 왜곡과 오류를 동반하기 마련이다. 그러므로 경험대상에 대해 끊임없이 질문하고 탐구하는 자세를 견지하는 것이 매우 중요해진다. 경험대상을 향한 탐구적 자세(inquisitive stance)는 정신화 이론의 경험적 접근과 심리치료 기제의 해석과 함의를 이끌어내는데 결정적 역할을 하게 된 것이다. 이로 인해 이론적 전제들을 측정 가능한 조작적 변인들로 작업하고, 정신화를 중심으로 한 심리치료의 작동 기제를 신경과학을 비롯한 경험과학의 도구를 빌어 입증하

면서 근거기반 치료(evidence-based treatment)로서의 위치를 공고히 하게 되었다(Badoud et al., 2018; Fonagy et al., 2015; Minzenberg et al., 2007).

경험주의적 압박에 나선 근대 심리과학이 DSM(American Psychiatric Association, 2013)을 중심으로 정신장애를 일련의 관찰 가능한 행위로 축소시키고 개입의 목표를 증상감소로 한정하는 가운데, 근거기반 치료라는 최근의 추세는 정신분석과 정신역동 관점의 심리치료와 상담에 위협이 아닐 수 없다. 정신분석적 심리치료가 개별적(idiographic) 접근을 강조하며 보편적(nomothetic) 학문으로서의 근거 제시에 어려움을 겪어왔다는 점을 상기할 필요가 있다. 사례중심의 접근이 내담자의 내면세계에 대한 심충적 이해와 개입을 조율하는 탁월한 방법임에도 불구하고, 치료기제의 작동에 대해 직관적 설명을 제공하면서 보편적 근거 제시에 한계를 보였다는 사실을 인지해야 한다. 더구나, 2018년 국내 건강보험 수가 개편과정에서 불거진 인지행동치료의 급여항목 적용과 치료주체를 둘러싼 논쟁은 국내 심리학 기반의 치료와 상담에 대한 전반적 평가절하인 동시에 경험주의적 압박과 근거기반 치료가 몰고 올 파동에 대한 예고이기도 하다. 이를 고려할 때, 최근 정신화 이론의 탐구적 자세를 중심으로 한 경험적, 임상적 통합의 모델은 근거기반 추세에서 점차 위기를 맞고 있는 정신분석 관점의 심리치료, 나아가 국내 임상과 상담심리의 입지를 공고히 하기 위한 돌파구로 작용할 수 있다.

그러나 정신화의 이론은 쉽지 않다. 이는 이론이 끊임없이 수정되고 진화하기 때문이다. ‘표상의 현실’과 ‘현실의 표상’ 간을 가로지르는 전향적 시도는 최근의 경험적 연구 성과를

맹렬하게 흡수하며 다양한 이론적 개념들을 통합하고 있다. 따라서 이론의 시작점에서부터 출발하여 이후 발달 과정까지 발산적으로 그 이해를 넓혀갈 필요가 있다. 또한 이 과정에서 근거기반 모델로서의 경험적 근거와 성과물을 개관하고 국내 상황에서 어떻게 적용될 수 있는지에 대해 고려하는 일은 매우 중요할 것이다.

이에 본 연구는 먼저 이론의 임상적 계기라 할 수 있는 경계선 성격의 마음이론에 대한 탐색에서 출발하여 정신화의 이론적 발달과정을 개관하고, 이론의 신경과학적 근거와 경험적 측정을 둘러싼 최근의 성과와 한계, 나아가 임상적 모델로서의 MBT의 기제와 효과에 대해 논의하고 있다. 특히, 정신화 척도의 국내외 개발 상황과 한계점에 대한 논의는 지금 까지 국내 연구의 성과와 향후 과제를 보여준다는 점에서 중요하다. 마지막으로, 본 논문은 사회적 인식으로서의 정신화, 즉 한국적 의미에서의 마음(心)이야말로 인간의 사회적 삶과 삶의 원천이라는 사실에 주목하고, 국내의 문화적 자산과 이념의 지평에서 정신화 모델의 적용을 탐색한다.

정신화 이론의 발달: 대상관계, 지향성, 마음이론

정신화의 임상적 출발점: 경계선 성격의 마음이론

정신화란 사고에 대한 사고(thinking about thinking)로 “개인의 욕구, 감정, 의도, 신념과 같은 지향적(intentional) 정신상태(mental state)를 기초로 자신과 타인의 행동을 암묵적으로

(implicitly) 그리고 명시적으로(explicitly) 해석하는 과정"(Bateman & Fonagy, 2004, p. 36)이다. 여기에서 우리는 두 가지 질문을 던져볼 수 있다. 지향적 정신상태란 대체 무엇을 의미하는 것이며, 이와 같은 개념화가 요구되는 이유는 무엇인가. 이에 대한 답은 개념의 발달 과정에서 찾아볼 수 있다.

먼저, 정신화의 개념은 임상현장에서 경계선 내담자의 '마음읽기 실패'에 주목하면서 시작되었다. 일반적으로 경계선 수준(borderline level)이란 신경증(neurosis)과 정신증(psychosis)의 중간 영역에 해당하는 성격조직과 기능(Kernberg, 1967; Kernberg et al., 1981)을 지칭한 것으로, DSM(APA, 2013)의 경계선적 성격장애, 자기애적 성격장애 등과 같은 범주를 포함한다. 이와 같은 경계선 성격의 가장 큰 특징은 대인관계와 정서조절에서 일관되게 불안정성을 보여준다는 것이다(Fonagy, 1991). 이들은 정신증에 비해 온전한 현실검증력을 보이지만, 자기와 타자에 대해 과편화된 지각을 보인다(Kernberg, 1967). 그리고 타인에 대한 과도한 기대와 뒤이은 좌절, 타자의 의도나 사고에 대한 왜곡과 오인, 이로 인한 급격한 감정변화와 충동적 행동 등의 임상적 징후는 '과연 이들이 타자의 마음을 읽을 수 있는가'라는 의문을 불러일으킨다. 또한, 만약 이들이 마음 읽기에 실패한 것이라면, 자폐증 스펙트럼의 마음읽기의 실패와 동일한 것인지 질문하지 않을 수 없다.

이러한 의문들은 경계선 성격 내담자들이 자신의 대인관계 패턴을 치료자와의 관계에서 반복하는 것과 관련지어 생각해 볼 수 있다. 심리치료자들은 내담자의 진술을 들으며, 그들의 실제 현실이 과연 무엇인지, 다시 말해 내담자가 진술하는 현실지각이 과연 믿을 만

한 것인지에 대해 진지하게 질문하게 된다. 경계선 성격 내담자가 이야기하는 세계는 과연 어디까지가 실제 현실인가. 내담자가 지각한 실제 현실에 접근하고 나아가 치료적 관점에서 개입하기 위해서는 정신화 개념의 토대가 된 정신분석 이론, 그중에서도 대상관계론의 특수한 성과에 대해 먼저 논의할 필요가 있다.

대상관계와 지향성

정신분석은 무의식의 발견에서 시작하여 개인 내적인 세계와 주관적 경험에 대해 오랫동안 주목해왔다. 자아(ego)와 이드(id) 그리고 초자아(superego) 개념을 통해 개인의 내적 세계를 구조화하여 설명하는 초기 이론(Freud, 1923/1961)에서부터 자아심리학(Freud, A, 1965), 대상관계론(Klein, 1975), 자기심리학(Kohut, 1971)에 이르기까지, 인간 내면세계의 존재와 위력에 대한 정신분석의 통찰은 현재까지 심리치료에 지대한 영향을 끼치고 있다. 여기에서 우리는 대상관계론이 심리내적 현실(psychic reality), 나아가 외부 현실(external reality)과 관련하여 독특한 입장을 취했다는 사실에 주목할 필요가 있다. 정신분석의 전통에서 현실검증력은 환상 등의 내부 세계를 외부 현실과 구별하는 능력으로 통용되었고, 신경증, 경계선 그리고 정신증의 스펙트럼에서 중상의 수위와 심각성을 결정하는 기준이었다(Kernberg, 1967; Kernberg et al., 1981). 일반적으로 정신분석가의 역할은 현실검증을 돋고 왜곡된 지각의 교정을 지원하는 것이었다. 반면 Klein의 대상관계론에 따르면, 우리가 알 수 있는 것은 오직 내부 현실뿐이며, 분석가의 역할은 "분열된 주관성을 가능한 온전한 주관적 현실

로 통합”할 수 있도록 돋는 것이었다(Fonagy & Target, 2007b, p. 918).

대상관계론의 입장은 “표상의 현실(reality of the representation)”(Fonagy, 2001), 혹은 심리내적 현실의 우위(Fonagy & Target, 2007b)라는 측면에서 이해될 수 있다. 현실에 존재하는 어머니보다 내담자의 환상과 무의식 그리고 파편화된 기억 속에 존재하는 어머니의 영향이 더 결정적이라는 사실을 강조한 것이다. 가령, 내담자를 파괴적으로 몰아가는 것은 양육자 그 자체보다 양육자에 대해 내담자가 내적으로 경험하는 공포와 두려움, 불안일 수 있다는 것이다. 이러한 심리내적 현실에 대한 강조는 현실 어머니의 부재와 결핍(deprivation)의 영향에 주목하던 Bowlby와 애착이론을 정신분석 학계에서 축출시키는 결과를 가져오기도 하였다. 이와 같은 대립은 Bowlby의 “현실의 표상”이라는 관점과 Klein의 “표상의 현실”이라는 관점 간의 마찰로 설명된다(Fonagy, 2001).

여기에서 우리는 현실의 어머니와 표상으로서의 어머니가 서로 무관한 것인지 질문해볼 수 있다. 표상과 현실의 대상은 동일하지 않지만, 결코 서로 무관하지도 않을 것이다. 결정적 실마리는 대상관계라는 용어에서 찾아볼 수 있다. Bowlby가 경험적 대상인 어머니와 아이에게 미친 영향을 연관지었다면, 대상관계는 아이의 내적 세계에 지각된 어머니라는 대상표상, 다시 말해 대상관계에 주목하였다. 전자가 독립된 두 변인 간의 인과 혹은 상관관계에 주목하였다면, 후자는 분리된 객체로서의 ‘대상’이 아닌, 분리되지 않은 ‘대상관계’를 본 것이다. Klein의 대표적인 개념 중 하나인 투사적 동일시(Klein, 1975)에는 이와 같은 대상관계론의 핵심 지점이 존재한다. 투사적 동일시는 대상과 행위 주체 모두를 포착하고 있

는데, 이는 주체가 자신의 일부를 대상에게 투사하고, 투사된 대상과 다시금 동일화하는 과정을 포함한다.

대상관계론은 정신분석의 전통적 이론들과 달리, 주체의 대상인식이 대상 그 자체가 아닌 표상임을 주지하고 있었고, 대상관계라는 개념을 통해 행위주체(agency)와 대상 간의 연관성을 강조하였다. 즉, 대상과 대상을 인지하는 행위 주체 간의 관계를 하나의 프레임 안에 넣음으로써, 대상관계론은 인식론적으로 대상세계와의 연결지점을 남겨두고 있었던 것이다. 따라서 대상관계적 정신분석에서 훈련 받았던 Bowlby가 경험세계에서 어머니의 부재와 박탈의 영향을 관찰하며 애착이론을 정립한 것과, 대상관계론의 입장에서 경계선적 성격장애를 탐색했던 Fonagy와 동료들이 다시금 애착과 발달연구의 경험적 성과를 수용하여 지향성 개념을 통해 정신화 이론을 발전시킨 것은 단순한 우연이 아닐 것이다.

그렇다면, 지향적 정신 상태란 무엇을 의미하는가? 정신화 개념은 브렌타노의 지향성 개념에 대한 데넷의 해석(Dennett, 1987)을 중심으로 정초되었다. 지향성의 이해는 스콜라 철학과 당시 아리스토텔레스에 대한 재해석이라는 철학사를 전제로 한다(Crane, 2001). 그러나 본 논문은 지향성의 개념 정의에 한정하여 살펴보도록 한다. 일반적으로 대상지향성은 “어떤 것에 향하게 하는 마음의 권능”(Hirschberger, 1992/1965, p. 593)으로 정의된다. 브렌타노에 따르면, 모든 정신 현상(mental phenomena)은 “소위 중세 스콜라학자들이 부르던 대상의 지향적 내재(intentional inexistence)”와 “그 대상으로 향함”이라는 특징을 가지고 있다(Brentano, 1995, p.88). 가령, 무엇인가를 생각한다는 것은 ‘대상’과 ‘대상으로 향하는 행

위 주체의 내적 상태'를 동시에 수반한다.

여기서 우리는 대상과 대상을 향한 내적 상태라는 지향성 개념과 대상관계 개념이 정확히 닮아 있음을 발견할 수 있다. 대상은 대상으로 향하는 마음이 없다면 포착될 수 없는 것이다. 이는 외부 현실이 무엇인가라는 질문과도 직결된다. 대상은 발견되기를 기다리는 객관적 대상이 아닌, 대상의 지향적 내재(intentional inexistence)라는 양식(mode)으로 존재한다. 가령, 용에 대해 생각할 때, 사고의 대상은 용이지만 용의 존재는 외부 세계에 존재하는 용을 지시한 것이 아니다. 지향적 내재는 이러한 양식으로 존재하는 대상을 가리킨 것이며, 내재(inexistence)란 존재하지 않거나 존재가 없는 비존재(non-existence)를 가리키는 것이 아니라, 오직 지향적 활동에 의해 포착된 것이므로 지향적 내재로 명명된다. 따라서 현실은 객관적으로 '저기 너머'에 있는 독립적 대상이 아니며, 오직 지향성, 즉 대상을 바라보는 행위주체의 내적 상태를 통해 인식될 수 있다. 이처럼 대상관계론은 행위주체와 경험적 외부 세계 간의 연결점을 가진 대상관계라는 틀을 심리치료 이론에 제공함으로써, 지향성이라는 철학적 개념을 차용한 경험주의와 임상적 실천이 들어설 자리를 남겨놓았던 것이다.

경계선 성격의 마음이론과 정신화

그렇다면, 대상으로 향하는 마음(mind)이란 무엇인가? 인간의 정신 상태가 다른 인식과 구별되는 이유는 인식이 그 자신을 대상으로 한다는 것, 즉 지향성에 있다(Dennett, 1987). 데넷에 의해 정교화된 인식론적 개념인 지향적 자세(intentional stance)는 마음, 생각, 바람,

의도, 그리고 기대를 내용으로 하는 정신 상태를 이해하려는 주체의 능력을 의미한다. 정신화란 바로 이 마음이란 것이 세계에 대한 우리의 경험을 중재한다는 것을 깨닫는 과정으로, 타자의 행동을 이해하고자 할 때, 그 행동의 이면에 있는 정신상을 자기에 비추어 해석하는 것이다(Fonagy et al., 2002). 그런데 이 개념은 근대 심리학이 마음이론이라는 실험(Perner, et al., 1987; Premack & Woodruff, 1978)을 통해 보여준 것과 정확히 일치한다. 마음이론 연구의 틀린 믿음 과제(false belief task)는 누군가가 특정 사실을 직접 보거나 듣지 못한 경우, 사실과 다른 믿음을 가지고 그에 따라 행동할 수 있다는 것을 이해하는 능력을 측정하는 것이다. 틀린 믿음 과제를 통과하면 마음이론이 발달했다고 보는데(Perner et al., 1987; Wimmer & Perner, 1983), 대개 만 4세 정도 되면 가능한 것으로 보고되고 있다(Astington, 1991). 이와 같은 마음이론 연구는 타자의 행동을 사고와 믿음과 같은 정신 상태를 통해 추론하는 능력, 즉 관점취하기가 발달적 산물임을 보여주었다.

Gergely, Koós,와 Watson(2000)의 연구는 여기에서 더 나아가 외부세계에 대한 깊이 어떻게 획득되는지를 보여준다. 접촉하면 불빛이 켜지도록 고안된 상자의 실험에서, 어른이 이마로 상자를 접촉한 후 빛이 켜지는 것을 관찰한 유아들은 어른의 동작을 그대로 모방한다(Meltzoff, 1995). 반면, 팔과 손의 움직임을 제한당한 어른들이 이마를 사용하는 것을 관찰한 유아들은 더 이상 이마를 사용하지 않는다(Gergely et al., 2000). 그들은 손이 아닌 이마를 사용한 타자의 마음을 읽음으로써, 상자 접촉이라는 자극과 불빛이라는 반응으로 짹지어진 '외부 세계'에 대한 깊을 획득할 수 있었던

것이다. 이는 자극과 반응의 연쇄인 수반성(*contingency*)의 경험에서 행위 주체의 마음이 그 자신을 대상으로 삼음으로써 외부 세계에 대한 앎을 획득하고 있음을 보여준다.

발달연구는 자극과 반응의 연쇄인 수반성의 경험에서 이와 같은 지향적 활동을 통해 세계를 알아가는 과정이 교란될 때 어떠한 치명적 결과를 가져오는지 보여주었다. 반응 없는 얼굴(still-face) 실험을 수정한 연구(see Fonagy & Target, 2007b, for more)에서, 상대가 유아의 움직임에 수반하는(*contingently*) 반응을 멈추면 유아는 더 이상 외부로부터 자극을 찾지 않고, 자신의 움직임에 완벽히 수반하는 반응을 찾기 위해 자신의 몸을 보거나 거울 이미지를 찾는다. 즉, 외부의 자극은 더 이상 입력되지 않고, 이제 유아는 수반성을 내부에서 찾게 되는 것이다.

이 지점에서 우리는 이론의 출발점이었던 경계선 성격의 마음읽기 실패, 그리고 이에 동반하는 자기와 대인관계에 대한 왜곡과 인지적 경직성에 대한 잠정적 답변을 찾을 수 있다. 타자와의 상호작용에서 수반성의 교란은 단순한 반응이나 대상의 상실이 아닌 외부 세계와의 연결고리를 잃는 것으로, 경계선 성격의 마음읽기의 실패는 지향적 활동에서의 교란의 결과로 추론된다. 그렇다면, 그들은 왜 외부 현실과의 연결점을 잃게 되었는가? 이에 대한 답변은 유아-어머니 관계를 오랫동안 추적해온 애착 연구의 경험적 연구 성과를 통해 얻을 수 있다. 보다 정확히는, 외부 세계의 경험적 자료를 추적한 애착연구의 성과물에 주목할 수 있었기에, 외부 현실과의 연결이 상실되었다는 사실을 알아차릴 수 있었던 것이다. 대상관계론에서 시작한 지향성의 추정(speculation)이 외부 세계의 경험적 연구인 애

착과 발달연구의 성과를 주목하며 정신화 개념을 제안하고, 성찰기능이라는 경험적 지시체를 발견하며 공유된 현실이라는 명제에 다른 것은 결코 우연이 아닌 것이다.

애착: 정신화의 토양과 표상체계의 발달

애착과 표상체계: 내적 작동 모델의 발달

애착연구는 발달과 정신병리의 이해를 둘러싼 놀라운 사실들을 보여주었다. 반응 없는 얼굴 실험을 재현한 연구(see Fonagy & Target, 2007b, for more)에서 한 가지 더 흥미로운 사실은 유아의 반응이 유아-어머니 관계의 질에 따라 확연히 달랐다는 점이다. 불안정 애착의 유아는 안정애착의 유아에 비해 보다 쉽게 자신의 거울 이미지로 눈을 돌렸다. 특히 혼돈(disorganized) 애착을 보이는 유아는 자신의 보호자와 수반적 상호작용을 재개하지 못하고 지속적으로 거울 이미지로 눈을 돌렸다. 우리는 여기에서 자극과 반응의 연쇄로서의 수반성 경험 내에서 지향적 활동을 통해 외부 세계에 대한 앎을 확장하는 과정의 근원에는 애착의 경험, 즉 유아-어머니 이자관계 경험에 자리하고 있음을 유추할 수 있다.

대상관계론에서 시작하였지만, 표상의 현실이 아닌 현실의 표상에 주목했던 Bowlby(1969, 1973, 1980)는 어머니와 유아 간의 애착에 연구의 초점을 맞추었다. 그에 따르면, 현실 어머니와의 관계에서 유아가 보이는 애착 행동은 진화론적 필요에 의한 것이며, 개인에게 주는 적응적 이점 때문에 선택된 것이다. 타고난 애착관계는 두려움에 대한 피난처일 뿐만 아니라 탐험을 위한 안전기지의 기능을 제

공하며 유아의 신체적, 정서적 생존과 발달에 기여한다. 즉, 애착 시스템은 유아의 내부와 외부 현실을 지탱해주는 토양으로 존재하는 것이다. 애착의 목표는 현재의 위험에서 보호 받기 위한 양육자와의 물리적 근접성(proximity)으로부터 양육자의 지속적인 가용성(availability)에 대한 확인으로 확장된다. 중요한 것은 현실 어머니라는 대상 혹은 어머니가 가까이 있는가라는 객관적 사실이 아닌, 유아가 지각하는 근접성의 느낌 혹은 어머니가 언제든 응할 것이라고(available) 느끼는 평가(appraisal)가 보다 결정적이라는 것이다. 가령 어떤 유아는 어머니가 열 발자국 떨어진 곳에 있어도 동요하지 않지만 어떤 유아는 어머니가 한 발자국만 떨어져도 심하게 동요할 수 있는데, 이는 실제 물리적 근접성이 아닌 유아가 경험하는 근접성과 안전에 대한 주관적 평가가 더 결정적이기 때문이다. 이처럼 대상이 아닌, 대상을 향해 느껴진 안정감(felt security)이 애착 행동의 목표이자 귀결물인 것이다.

여기에서 우리는 Bowlby와 이후 연구자들의 강조점을 확인할 수 있다. 현실의 표상에 주목하는 애착 이론은 현실의 대상 그 자체가 아니라, 대상에 대한 유아의 지각과 표상을 강조한다. 애착의 유형과 개인차에 대한 설명 (Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978)에 따르면, 불안(anxious) 애착이란 애착 대상이 자신에게 반응할 것이라고 기대하지 않고 애착대상이 반응하기 전에 회피하는 전략을 택하는 표상체계로 해석된다(Fonagy, 2001). 즉, 애착행동체계의 작동에는 내적 작동 모델(internal working model)과 같은 표상체계가 작동하고 있음에 주목하게 된 것이다. 여기서 우리는 다양한 실험과 관찰을 토대로 경험적 이론을 추구하였던 애착이론이 유아와 어머니의 실제

관계에서 출발하였지만, 관찰이 어려운 내적 세상, 즉 내적 표상의 설명을 추구하면서 인지심리학의 성과와 융합되고, 확장되었음을 알 수 있다.

애착연구는 유아와 어머니 사이의 상호 작용, 다시 말해 자극과 반응의 연쇄 고리로서의 수반성 경험에 주목하였고, 이론의 근간이 되는 민감성(sensitivity)과 반응성(responsiveness)을 수반성 경험의 핵심으로 내놓았다. 애착 대상인 어머니의 민감한 반응, 즉 적절한 돌봄 행동에 의해 형성된 유아의 안정 애착은 자신과 타인, 세계를 이해하는 기본적인 내적 작동 모델을 만드는 데 가장 중요한 토대가 되고, 이때 형성된 모델은 전 생애 동안 그 사람의 대인관계에 대한 생각, 느낌, 기대를 결정하는데 영향을 미친다(Sroufe & Waters, 1977). 즉 양육자와의 반복된, 수반성 경험에 대한 표상을 바탕으로 발달한 내적 작동 모델은 개인이 마주하게 될 사건을 더 잘 예측할 수 있게 한다는 면에서 적응적 기능을 수행하게 된다.

애착 외상과 정신화

1980년대 초 아동학대와 외상에 대한 사회적 관심의 증가와 함께 정식화된 혼돈 애착 유형은 내적 작동 모델, 나아가 경계선 성격의 작동을 설명하는 데 중요한 역할을 한다. 낯선 상황 실험에서 양육자와의 재결합 시 일관된 유형이나 전략이 없는 것처럼 보이는 행동들은 애착구조의 붕괴로 설명되었고, 이는 안정감과 위험을 동시에 주는 애착대상과의 경험에 의한 것으로 추론되었다(Main & Solomon, 1990). 애착 외상을 경험한 혼돈 애착의 유아들은 정서 조절(affect regulation)을 하지

못하고 공격적 행동과 위축된 행동을 오가며 교란된 행위 패턴을 보이는데, 이는 아동기와 그 이후의 정신병리에 영향을 미치는 주요 변인(Lyons-Ruth, 1996)인 동시에, 특히 경계성 성격과 상관관계(Fonagy et al., 2002)를 보이는 것으로 보고되었다.

앞서, 우리는 발달과정에서 최초의 이자 관계인 유아-어머니 간의 공유된 의식을 통해 유아가 외부 세계를 알아가게 된다는 사실을 강조하였고, 수반성 경험의 교란은 외부 세계 와의 단절과 함께 이를 내부에서 찾게 된다는 잠정적 결론에 도달하였다. 애착 외상과 혼돈 애착 연구는 수반성 경험의 교란이 가져온 결과를 단적으로 보여준다. 혼돈 애착 유아들의 주요 특징은 인지와 행동을 조직화하는 일관적 전략의 부재였다. 이는 심리내적으로 감정과 행동을 조절하고 일관된 전략을 발달시킬 수 있는 (2차) 표상체계의 붕괴, 즉 외부 세계 와의 정상적 수반성 경험으로부터의 이탈이자, 외상으로 점철된 수반성 경험에 상응하는 혼란된 표상체계의 결과이다. 바로 이 지점에서, 정신화의 구체적 형태가 드러난다.

정신화는 어머니가 유아의 찡그린 얼굴을 보고 고통을 인식하거나, 오늘따라 인사를 하지 않는 친구의 행동에 대해 이유를 추측하는 경우처럼 자연스러운 경험이다. 정상적인 애착과 발달의 과정에서, 정신화는 유아가 보내는 정서적 신호를 양육자가 적절하게 반영하는(contingent mirroring) 사회적 상호작용의 맥락에서 발달한다. 유아는 스스로를 조절하고 의미를 찾기 위한 안전한 관계를 추구한다. 이 관계 속에서 양육자는 유아의 정서를 적절하고(contingent), 티가 나며(marked), 주의를 기울이는(ostensive) 방식(Kim, Fonagy, Allen, & Strathearn, 2014)으로 반영하여 유아가 느끼는

것을 되돌려줌으로써 유아 자신이 무엇을 느끼는지 알 수 있도록 돕는다(Fonagy et al., 2007). 즉 정신화는 양육자가 우선적으로 유아의 마음상태에 주의를 기울이고 이를 통해 유아가 자신의 마음상태를 인식하는 일련의 상호작용을 통해 이루어지며, 유아는 이로써 정신화를 학습하게 된다. 유아가 애착 대상을 통해 자신에 대해 알아차린 것은 유아의 마음(mind)과 자기(self)를 발견하도록 하는 원동력이 되며, 이는 정신화가 발달할 수 있는 최적의 조건을 이루게 된다(Allen et al., 2008). 유아는 정신화 경험을 통해 스스로도 정신화를 할 줄 아는 사람(mentalizer)으로 성장하며, 이와 같은 선순환은 유아로 하여금 정신화에 더욱 민감하게 반응하여 이러한 경험을 반길 수 있도록 만든다(Fonagy & Target, 2007b).

반면 애착외상을 경험한 경계선 성격의 경우, 자신과 타자의 마음상태에 주의를 기울이는 일이 결코 쉽지 않다. 애착대상인 양육자가 심리적 조율(attunement)에 실패하고 유아는 자기지각(sense of self)이나 자신의 마음을 알아차리는 것에 어려움을 겪게 되기 때문이다 (Allen, 2012). 나아가 애착 외상은 애착시스템을 와해시키고, 정서적 불편감을 조절할 수 있는 능력을 약화시키며, 자신의 경험을 이질적으로 느끼는 자기(alien-self)로 이어져 자신과 타인을 되돌아볼 수 있는 능력의 손상을 초래 한다(Fonagy & Target, 2007a). 특히 애착이 활성화되는 관계에서 그들은 자신과 타인의 마음을 잘못 읽어내고, 자신이 경험하는 심리적 고통이나 혼란을 자해나 자살시도, 해리, 난폭한 행동으로 표현하게 된다(Bateman & Fonagy, 2006). 경계선 성격 내담자들이 경험하는 대인 관계의 어려움은 이러한 맥락에서 이해될 수 있다(Bateman & Fonagy, 2006; Fonagy et al.,

2000). 즉, 외부와의 접촉에서 심리내적 현실을 구별해내고, 지향적 정신상태를 기초로 감정과 행동을 조절할 수 있는 일관된 표상체계 발달의 부재, 즉 정신화 능력의 훼손이 드러나는 것이다.

정신화와 통합적 발달

그렇다면, 외부현실과의 접촉에서 일탈한 심리내적 현실은 과연 무엇인가? 정신화의 실패와 함께 경험하게 되는 심리내적 현실의 양상, 즉 수반성을 내부에서 찾는다는 명제는 유아가 자기를 조직화하는 초기 과정에서 생겨나는 세 가지 방식으로 설명할 수 있다. 유아는 발달과정에서 정신화 이전에 목적론적 자세(the teleological stance), 정신적 동등모드(psychic equivalence mode), 그리고 가장모드(pretend mode)로 외부 현실을 내적 세계에서 먼저 경험하며, 이 경험 양식들은 안정적 애착관계의 맥락에서 단일화된 양식으로 통합된다(Fonagy & Target, 1996; Fonagy et al., 2002). 반면 양육자의 조율된 반영이 제공되지 않는 경우, 통합에 이르기 어렵거나 정서적으로 강력한 관계적 맥락에서 이전 양상의 재발현이 있을 수 있다(Bateman & Fonagy, 2016). 경계선적 성격장애는 목적론적 자세, 정신적 동등모드, 가장모드가 중첩되어 경험될 수 있다(Bateman & Fonagy, 2006).

목적론적 자세는 욕구, 정서, 의도 등의 심리상태가 말이 아니라 행동으로 표현되는 것으로, 아직 관찰할 수 없는 정신 상태를 이해하지 못하는 유아가 현재 행동을 이해하고 미래 행동을 예측하기 위해 관찰의 관련 측면에서 도출한다(Fonagy et al., 2002). 가령, 생후 9개월의 유아는 미소나 찡찡거림으로 양육자의

반응을 유발하는데, 유아가 양육자를 놀이에 끌어들이기 위해 미소를 짓는다는 것은 행동을 목적적으로 해석할 수 있다는 것을 의미하며, 이런 능력은 영장류와 자폐아에게도 존재한다(Fonagy et al., 2002). 목적론적 자세를 넘어서 발달하는 유아는 양육자가 자신에게 반영해 준 생각, 감정, 욕망, 신념을 가진 사람이라는 것을 깨닫기 시작한다. 유아는 자신의 마음을 알아차리는 양육자의 마음에 대해서도 점점 궁금해 하며, 의도적인 주체로서 자기지각을 발달시켜 간다. 그러나 목적론적 상태로 퇴행한 개인은 인간을 심리적 존재가 아니라 구체적 사물로 지각하며(Fonagy & Bateman, 2008), 자신의 소망, 믿음, 느낌 혹은 바람 등과 일치하는 어떤 실질적인 행동이 확인된 경우에만 마음 상태를 사실이라고 지각하게 된다(Bateman & Fonagy, 2016). 상처받은 마음을 표현하기 위해 자해와 자살시도를 행하는 것은 이와 같은 목적론적 상태로의 퇴행을 나타내는 것이라고 할 수 있다.

정신적 동등모드는 내면의 정신적 표상이 외적 현실과 동일시된다. 현실에 대한 온전한 고려 없이 내적 세계에서 일어나는 주관적 경험과 외부현실을 동등하게 여기고 자신이 주관적으로 느끼는 혐오스러운 상태를 마치 현실 자체인 것으로 확신한다(Bateman & Fonagy, 2012). 약 20개월의 유아가 ‘침대 밑에 괴물이 있다’고 주관적 경험을 말할 때, 유아는 자신의 마음속에 있는 것을 ‘실재’한다고 지각한다. 정신적 동등모드에 있는 개인은 “너는 항상 그래.”와 같이 경직되고 완고한 사고방식과 외부로 드러난 행동만으로도 타인의 마음을 확실히 안다고 주장하는 모습 등을 보인다.

가장모드는 무엇인 척(as if)하는 태도(Fonagy & Target, 1996)이다. 자연스러운 발달과정에서

2~3세 사이의 유아는 정신적 동등모드에서 외부 세계에 대한 경험의 너무 위협적이라고 느끼면 외부현실로부터 내부세계를 분리한다. 유아의 생각과 감정은 현실과 단절된다. 행복하게 손가락 총 놀이를 하는 아이는 자신만의 세상을 만든 것인데, 그 총이 손가락인지 혹은 진짜 총인지 묻게 되면 놀이는 봉괴된다. 가장모드에 있는 개인은 내면세계와 자기의 지가 무관하게 돌아가는 외부 현실세계를 조화롭게 통합할 능력이 없지만 마치 정신화를 하는 것처럼 표현한다(Bateman & Fonagy, 2012). 자신이 실제로 경험하는 것들이 정서적으로 무의미하기 때문에 마음 상태가 낯설고 공허하며, 심하면 비현실감, 해리 증상 등으로 나타날 수 있다(Fonagy & Target, 2000).

정상적인 발달이 일어나면, 세 양식의 통합이 일어나면서 내적현실과 외부 현실 간의 관계를 암묵적으로 그리고 명시적으로 고려할 수 있게 된다(Foangy, 2001; Fonagy et al., 2002). 즉, 행동을 개인의 지향적 상태를 기초로 이해하거나 예측할 수 있게 되고, 외적 현실과 정신 내적 현실을 구분하는 정신화 능력으로 통합하게 되는 것이다. 이러한 능력은 사회적인식의 기초가 되어 사회적 생활과 나아가 외부 세계에 대한 맑을 확장하는 데 결정적인 역할을 한다. 반면, 경계선 성격 내담자들은 스트레스 상황이나 대인관계적 맥락에서 자기와 타자의 행동에 대해 의도와 내용에 대해 정신화 하지 못하는 모습을 보이는데, 이는 통합 작용의 와해 또는 통합적 발달의 실패로 이해 할 수 있다(Bateman & Fonagy, 2008; Bleiberg, 2013).

정신화에 대한 신경과학적 근거와 경험적 측정

정신화의 신경과학적 접근과 근거

1980년대 이후 급격히 확대된 영아(infant)와 신경과학 분야의 연구는 유아의 사회적 상호작용 능력에 대한 경험적, 과학적 기반을 제공하였다. 이는 애착과 정신화에 대한 중요한 근거를 제공하며, 정신화 발달 과정을 풍부하게 설명할 뿐만 아니라 정신화 중심치료에 타당성을 부여하였다. 가령, 영아의 타고난 능력 중 하나는 사람의 얼굴에 끌리는 것인데, 그들은 양육자와 얼굴을 마주하는 상호작용을 통해 어떻게 소통해야 할지 배우며(Stern, 1977), 생애 첫 해 동안 대면놀이를 통해 정서조절에 필요한 능력을 발달시킨다(Schore, 2003). 이러한 애착 대상에 대한 근접성의 추구는 유아의 친애 동기(affiliative motivation)와 부모의 보살핌 간의 상호작용으로 연결되고, 뇌의 도파민계(dopaminergic systems)와 옥시토신계(oxytocinergic systems)의 교류에 의해 신경생리학적 수준에서 유지되는 것으로 확인되었다(Ebert & Brüne, 2017). 애착과 관련하여, 뇌의 선조체 영역(striatal regions), 괴질하 영역(subcortical regions)-편도체와 해마, 신피질 영역 네트워크(a network of neocortical areas)-전측 대상회(anterior cingulate), 내측 전전두엽(medial prefrontal), 안와전두피질(orbitofrontal cortices)이 상호작용하는 것으로 밝혀졌는데, 이 영역들은 감정과 사회적 행위의 토대가 된다(Feldman, 2017). 애착 유대는 양육자의 뇌와 마음에서 반영 능력만큼이나 중요한 양육의 보상(parental reward)과 안내(guide)를 동기화하고, 유아의 단서들을 감지하고 반응하는데 필

요한 일관된 민감성을 가능하게 한다. 이는 유아가 정신화하는 양육자의 마음 안에서 자신의 마음을 발견하려는 경향성이 있는 지향적 존재라는 것을 생각하게끔 이끈다(Kim, Strathearn, & Swain 2016). 이처럼 양육자와의 초기 경험은 유아의 뇌가 사회적 환경에 영향을 받고, 이를 지향하도록 하는 사회적 뇌(the social brain)의 형성을 돋는다.

한편 Fonagy와 Luyten(2009)은 정신화의 통합적 조직화를 위해 8개의 밀접한 시스템의 작동을 정의하였는데, 이러한 분류는 최근 자기공명영상(magnetic resonance imaging: MRI)을 사용한 인지신경과학 연구를 통해 경험적으로 지지되고 있다(Luyten & Fonagy, 2015). 이에 따르면, 정신화는 8개의 양극(polarities)이 자동적-통제된, 내적-외적, 자기-타인, 인지적-정서적으로 이루어진 4개의 차원(dimension)으로 구성되어 있으며, 모든 시스템은 뇌의 구조적·기능적 역동 속에서 밀접한 관계를 맺는다. 정신화로 통제된 상태에는 각 차원이 협력하지만, 높은 각성상태가 되는 특정 상황에서는 각 시스템의 활동이 다른 시스템의 활동과 경쟁하듯 나타난다.

각 차원에 관여하는 신경회로(Luyten & Fonagy, 2015)는 다음과 같다. 첫째, 자동적-통제된 차원에서 자동적 정신화는 편도체, 기저핵, 복내측 전전두피질, 외측 측두피질, 배전측 대상피질 등의 신경회로가 관여하여 비언어적이고 성찰적이지 않으며 개인이 자각하지 못한 채 무의식적으로 일어나지만, 통제된 정신화는 뇌의 외측 전전두피질, 내측 전전두피질, 외측 두정엽, 내측 두정엽, 내측 두피질, 문측 전측대상피질 등이 관여하는 해석적이고 일정 수준의 주의집중이 요구되는 의식적이고 정교한 활동이다. 높은 수준의 정신화 능력을

갖춘 사람은 맥락과 상황에 따라서 이 둘 사이의 전환(switch)이 잘 이루어진다(Bateman & Fonagy, 2012).

둘째, 내적-외적 차원에서 내적 정신화는 내측 전두-두정엽 네트워크에서 정신적 내부에 직접적으로 초점을 두고 자신 또는 타인의 사고, 감정, 욕구와 같은 내적 상태에 집중하는 것이며, 외적 정신화는 외측 전두-측두-두정엽 네트워크에서 자신 또는 타인의 표정, 자세와 같은 외부 특징에 기반 하여 자신 및 타인의 마음을 이해한다. 반사회성 성격장애의 경우 타인의 얼굴 표정에서 두려워하는 정서를 읽는 능력은 부족하지만(Marsh & Blair, 2008), 타인의 내적 상태를 읽는 것에 능숙하여 타인을 지배하거나 조종할 수 있다(Bateman & Fonagy, 2008).

셋째, 자기와 타인 차원은 정신화의 대상 그 자체와 관련된다. 우리는 자신의 내적 경험을 성찰할 때뿐만 아니라 타인을 공감하거나 타인의 행동을 이해할 때처럼 타인에게도 초점을 맞출 수 있다. 자기 초점 정신화에는 공유된 표상 체계가 활성화되고, 타인초점 정신화는 정신 상태 귀인 체계가 활성화된다. 자기와 타인을 식별하는 능력은 뇌 구조적 측면에서도 뚜렷이 연결되어 있다. 자기와 타인을 정신화하는 데 공통의 회로가 사용되기 때문에(Dimaggio et al., 2008), 경험에 대한 타인의 표상과 자기의 표상을 분리하는 데 실패할 경우 대인 관계 속에서 자기감각을 잊게 된다.

넷째, 인지적-정서적 차원에서 인지적 정신화에는 전전두엽의 몇몇 영역들을 포함하지만, 정서적 정신화는 특히 복내측 전전두엽과 관련 있다. 인지적 정신화는 사고의 표상적 속성을 이해하고 생각하는 과정으로, 우리 자신의 현실에 대한 해석이 얼마나 주관적인지 이

해할 수 있게 해준다(Fonagy et al., 2002). 정서적 정신화는 정서를 식별하고 처리하고 표현하는 일종의 정서 조절 과정이다. 정서적 공감능력과 인지적 조망수용능력은 신경심리학적 구조가 다르며 발달 순서에도 차이가 있기 때문에 구별하여 이해해야 한다(Fonagy et al., 2002; Fonagy et al., 2012).

성공적인 정신화 능력은 이러한 다차원적인

요소를 일관성 있는 전체로 통합하는데 있다(Fonagy et al., 2012). 한편 한 가지 혹은 그 이상의 차원에서 불균형이 있을 때 정신화 문제가 드러난다. 정신화에 대해 신경과학적 접근에서 강조되는 것은 관련된 신경회로의 역동들이 협력하여 심리적 내부(psychological interior)와 환상을 실제 현실과 구분하게 해주며, 효과적인 행위자적 특징들을 체험할 수

표 1. 양극성, 특징, 정신화 차원에 대해 제안된 신경회로 (Luyten & Fonagy, 2015)

양극성	특징	신경 회로
자동적 (Automatic)	무의식적, 비언어적, 반사적 처리 과정이며 노력, 집중, 의도가 적게 요구됨. 애착이 활성화될 때 편견과 왜곡의 경향이 있음	편도체(amygdala) 기저핵(basal ganglia) 복내측 전전두피질(ventromedial prefrontal cortex; VMPFC) 외측 측두피질(lateral temporal cortex; LTC) 배전측 대상피질(dorsal anterior cingulate cortex; dACC)
통제된 (Controlled)	의식적, 언어적, 반영적 과정이며 정서, 사고, 자신과 타인의 의도에 정확한 귀인을 할 수 있음	외측 전전두피질(lateral prefrontal cortex; LPFC) 내측 전전두피질(medial prefrontal cortex; MPFC) 외측 두정피질(lateral parietal cortex; LPAC) 내측 두정피질(medial parietal cortex; MPAC) 내측 측두엽(medial temporal lobe; MTL) 문측 전측대상피질(rostral anterior cingulate cortex; rACC)
내적 (Internal)	정신적 내부에 직접적으로 초점을 두어 개인의 마음과 타인의 생각을 이해하는 것	내측 전두-두정엽 네트워크 (medial frontoparietal network)
외적 (External)	외부 특징에 기반하여 자신 및 타인의 마음을 이해하는 것(예. 얼굴 표정, 자세, 운율)	외측 전두-측두-두정엽 네트워크 (lateral frontotemporoparietal network)
자기-타인 (Self-Other)	자신과 타인에 대한 정신화 능력에 기반 한 공유된 네트워크	공유된 표상 체계(representation system) - 정신 상태 귀인 체계(mental state attribution system)
인지-정서 (Cognitive-Affective)	신념, 욕구 추론과 관점취하기 같은 더 인지적인 특징-정서적 공감과 정신화된 정서를 포함하는 더욱 정서적인 특징	인지적 정신화는 전전두엽의 몇몇 영역들을 포함-정서적 정신화는 특히 복내측 전전두엽(VMPFC)과 관련 있는 것으로 보임

있는 체화된 자기(embodied self)의 출현을 유지하고, 의미 있는 상호작용을 경험하도록 하는 것이다. 또한 관점취하기에 더하여 상상적 사고(imaginative thinking)에까지 관여하는 것을 가능하게 한다는 것이다(Debbané & Nolte, 2019). 표 1은 각 차원의 특징과 관련 신경망을 요약하여 제시하고 있다.

정신화의 경험적 측정도구: 성찰기능

그렇다면, 정신화는 어떻게 경험적으로 측정 가능한가? 외부 경험세계와의 연결고리를 가진 이론의 정립을 위해, 정신화의 측정은 중요한 위상을 가진다. 여기에서 애착연구가 추적해온 표상체계에 대한 관심은 정신화 능력이 어떻게 경험적으로 확인될 수 있는지를 보여준다. 특히, 애착연구가 성인연구로 확장되면서 추가된 양육자의 가용성에 대한 평가(Main, 2000)는 결정적 단서를 제공한다. 성인기 애착(Main, 1991)은 성인 애착 면접(Adult Attachment Interview; AAI)을 통해 초기 애착 경험에 대한 마음상태를 분석하여 유형화하였다. AAI의 답변 내용을 분석하는 과정에서, 애착 연구자들은 과거 고통스러운 기억이나 상실감, 양육자로부터 받은 거부와 위협의 느낌을 묘사하고 자신의 내적 발달에 끼친 영향을 진술하는 과정에서 드러나는 성찰적 태도가 내담자의 애착 유형과 적응적 기능을 예측한다는 사실을 발견하게 된다. 이에 Fonagy, Steele과 Steele(1991)은 양육자가 안정형이든 불안정형이든 자신과 다른 사람의 마음 상태를 성찰할 수 있는 경우 안정애착의 유아를 가질 가능성이 크다는 것을 확인하였다. 그들은 성찰기능(reflective functions)을 애착 관계의 맥락 즉, 스트레스와 각성의 영향을 받는 상태에서

어린 시절 양육자와 관련된 묘사에서 드러나는 유연한 균형을 잡을 수 있는 메타인지 능력(Luyten et al., 2012; Luyten et al., 2012)으로 정의하였다.

이후 정신화의 측정은 성찰기능 개념을 중심으로 발전하였다. 정신화가 이론적 개념이라면, 성찰기능은 경험적 측정을 위해 조작적으로 정의된 개념으로 볼 수 있다. 초기 성찰기능의 측정은 AAI에 기반한 면접형의 성찰척도(Adult Reflective Functioning Scale: ARFS, Fonagy, Target, Steele, & Steele, 1998)를 통해 이루어졌는데, 이는 이상적 형태임에도 불구하고 지나치게 긴 시간이 소요되고 비용이 많이 듦다는 한계가 드러났다. 이에 54문항, 26문항 그리고 최근 8문항의 자기보고식 척도가 개발되었는데, 그 중에서도 실시와 채점이 간편한 8문항 단축형 척도가 주로 사용되고 있다(Fonagy et al., 2016). 8문항의 자기보고식 성찰기능 척도(RFQ)는 자신과 타인의 정신 상태에 관한 지식과 관련하여 경험한 확실성(Certainty about mental states: RFQ_c)과 불확실성(Uncertainty about mental states: RFQ_u)의 2요인 구조로, 자신과 타인의 정신 상태에 대한 주관적 확신의 정도를 평가한다. 이 척도에서는 중간 범위의 점수를 진정한 정신화로 보고, 극단적 범위의 응답은 정신화 실패의 두 유형인 정신화과다(hypermentalization)와 정신화결핍(hypomentalization)으로 평정한다. 국내에서는 54문항과 26문항 성찰기능 척도를 기반으로 성인(Cha, 2017)과 청소년(Kim & Kim, 2018)을 대상으로 타당화한 12문항의 척도가 개발되어 사용되고 있다. 국내에서 타당화한 성인과 청소년 척도의 문항은 표 2와 같다.

정신 상태에 대하여 확신하거나 불확신하는 태도는 탐구적 자세를 통해 정신화의 다양한

표 2. 성인척도(Cha, 2017), 청소년척도(Kim & Kim, 2018)

하위요인	문항	내용
성인	1	다른 사람이 무엇을 생각하는지 쉽게 알아차린다.
	2	남의 마음을 곧잘 읽는다.
	3	나는 대체적으로 다른 사람들이 무엇을 생각하는지 잘 알고 있다.
	4	나는 대부분 다른 사람들이 무엇을 생각하는지 정확하게 알고 있다.
	5	다른 사람이 무엇을 생각하고 어떻게 느끼는지 나는 쉽게 알아차린다.
	6	다른 사람의 생각을 종종 짐작하곤 하는데, 거의 언제나 맞다.
	7	나는 종종 내가 무엇을 느끼고 있는지에 관하여 혼란스럽다.
	8	격한 감정은 종종 내 생각을 흐리게 한다.
	9	나는 가끔 이유를 알지 못한 채 어떤 것들을 한다.
	10	다른 사람의 생각과 느낌은 나에게는 혼돈스럽다.
	11	다른 사람의 머릿속에 무엇이 돌아가고 있는지 파악하는 것은 내겐 참 어렵다.
	12	내가 왜 그 행동을 했는지 늘 알지는 못한다.
청소년	1	친한 친구들이 무슨 생각을 하는지 정확하게 알 수 있다.
	2	눈을 들여다보면 그 사람이 어떻게 느끼는지 알 수 있다.
	3	사람들이 무슨 일을 하려고 하는지 대부분 예측할 수 있다.
	4	다른 사람의 마음속을 잘 파악하는 편이다.
	5	남의 마음을 곧잘 읽는다.
	6	다른 사람들이 무슨 생각을 하는지 대부분 정확하게 알고 있다.
	7	내가 왜, 어떤 행동을 했는지 항상 알지는 못한다.
	8	화가 나면, 무슨 말을 하는지도 모른 채 말을 한다.
	9	종종 격한 감정이 일어나 생각이 흐려진다.
	10	화가 나면 나중에 후회할 말을 곧잘 한다.
	11	불안해지면, 다른 사람을 짜증나게끔 행동 하곤 한다.
	12	가끔 그렇게 행동하는 이유를 알지 못한 채 행동하곤 한다.

차원 간의 균형에 영향을 미칠 수 있으므로 정신화 실패의 지표가 될 수 있다. 왜냐하면, 진정한 정신화하기는 정신 상태의 불투명함(opaqueness)을 인식하는 것으로, 자신의 정신 상태와 타인의 정신 상태를 안다는 것에 대한

겸허한 자세를 갖는 것이 특징이기 때문이다. 다른 사람의 마음에 대한 자기 생각의 정확성은 그 누구도 확신할 수 없으며, 어느 정도의 오해는 피할 수 없으므로, 대부분의 사람은 정신화되지 못한 부분을 갖고 있다. 따라서

탐구적 자세를 통해 사람마다 서로 다른 경험을 연결하여 공유된 인식(shared awareness)에 도달함으로써 사회적 협력이 필요한 상황(social collaboration demands)에 적절히 대처할 수 있다. 그러나 자신의 주관적 이해를 지나치게 확신하거나 불확신 하는 태도는 정신화의 차원들 사이에 분리(dissociations) 혹은 불균형(imbalances)을 가져와 궁극적으로 정신병리로 이어질 수 있다. 따라서 자신과 타인의 정신 상태에 대한 이해가 불확실하다는 것을 알 때 진정한 정신화의 자세이며, 지나치게 확신하거나 불확신하는 경우 정신화의 차원 간의 균형이 깨지거나 편향된 상태로 정신화 실패로 본다. 이에 자기보고식 성찰기능 척도에서는 확실성 척도와 불확실성 척도를 통해서 정신화 실패를 측정하고자 하였다.

성찰기능 불확실성 척도는 자신과 타인의 행동을 이해하는 데 있어 정신 상태에 관한 지식이 거의 없거나 마음 이론을 구축하는 데 무능한 정도를 반영하는 정신화결핍(hypomentalization)을 평정한다. 정신화결핍은 대안적 관점을 취하는 것이 용이하지 않고 완고하고 경직된 사고 혹은 정신적 등가적 사고로 심리내적 현실과 외부를 구분하는 데 어려움이 있어 광범위한 정신 장애의 취약성 요인으로 작용한다. 반면에 성찰기능 확실성 척도는 자신과 타인의 정신 상태에 관하여 지나치게 확신하는 태도로 정신화과다(hypermentalization) 혹은 과도한(excessive) 정신화와 관련된다. 정신화과다는 충분한 근거도 없이 타인의 행동에 대해 지나치게 많은 정신적 표상을 만들어내는 경향성으로 의사정신화(pseudomentalizing)라고도 불린다. 자신과 타인에 대해 만들어낸 부정확한 마음 모델은 현실 검증이 어려우며 길고 지나치게 자세한 설명

이 특징이다. 즉, 성찰기능 불확실성이 우세한 경우, 내적 표상과 현실 사이를 구분하지 못하는 문제가 있고, 성찰기능 확실성이 우세한 경우에는, 내적 표상과 현실 사이를 연결하는 문제가 있는 것으로 가정할 수 있다.

확실성과 불확실성 척도를 둘러싼 국내외 논쟁

정신화 능력, 즉 성찰기능을 측정하는 효율적인 측정도구를 개발하는 일은 오랜 관심사였기에, 정신상태의 불투명함을 인식하는 정도를 확실성과 불확실성의 정도로 측정한 결과가 기존의 이론적 논의에 부합하는지를 살펴보는 것은 향후 경험적 연구의 활성화를 위해 필요하다. Fonagy 등(2016)의 8문항 자기보고식 성찰기능척도 타당화 연구에 따르면, 불확실성 척도는 경계선적 특성, 우울, 충동성, 그리고 감정표현불능증(alexithymia) 등과 같은 부적응적 지표와 정적 상관, 마음챙김과 공감 등의 적응적 지표와는 부적상관을 보였고 확실성 척도는 이와 반대의 경향성을 보였다. 또 임상 집단의 경우 불확실성이 높고 확실성은 떨어지는 경향으로, 비임상 집단의 경우 상대적으로 불확실성은 낮고 확실성은 높은 경향으로 나타나 구분되었다. 국내에서 타당화된 성인용과 청소년용 성찰기능 척도 또한 문항 수와 문항 구성은 다르지만, 확실성과 불확실성의 2요인 구조이며, 두 척도 간의 상반된 경향은 공통적이었다(Kim & Kim, 2018; Cha, 2017). 이러한 경향성은 후속 연구에서도 공통적이었다(Archer, 2018; Badoud et al., 2015; 2018; Cucchi et al., 2018; De Meulemeester et al., 2017; Euler et al., 2019; Handeland et al., 2019). 그러나 확실성 척도와 불확실성 척도는 정신화결핍과 정신화과다라는 정신화의 다른 차원

을 측정하기 때문에 개별적으로 사용되므로 각각의 타당도와 신뢰도가 중요하다.

불확실성 척도로 측정되는 정신화결핍은 섭식장애 내담자들의 핵심 특징이며(Cucchi et al., 2018), 경계선 성격장애 내담자 대상 연구에서 정서 조절 장애를 통해서 대인관계 문제로 이어질 수 있다는 결과(Euler et al., 2019)를 통해서 정신화가 치료 기제가 될 수 있음을 보여주었다. 물질 사용장애 어머니 집단에서 높은 수준의 불확실성은 모성성찰능력(maternal RF)의 결핍을 동반하였으며, 아동청소년기 외상 경험이 있는 경우 그렇지 않은 어머니들에 비해 성찰기능 불확실성이 높아질 확률이 6배 이상이었다(Handeland et al., 2019). 또한 경계선 성격장애 집단에서 정신화 능력의 결함은 정체성 혼미를 통해 대인관계 문제로 연결된다는 것을 보여주어(De Meulemeester et al., 2017), 이론적으로 기대한 바와 같이 일관되게 성격장애나 대인관계 문제와 정적 상관을 보여 정신화 결함을 판별하는 데 유용한 도구임이 확인되었다.

그러나 확실성 척도의 경우 측정과 해석에 있어서 논란이 있다. 일단, 확실성 척도는 불확실성 척도와 비교해 관련 변인들과 통계적으로 유의하지 않거나, 유의하다고 하여도 그 정도가 미약한 수준이었다(Kim & Kim, 2018; Kim, 2020; Park, 2019; Byun, 2019; Cha, 2017; Euler et al., 2019; Handeland et al., 2019; Kristiansen et al., 2020). 또한, Euler 등(2019)의 연구에서 확실성 척도는 정서조절장애(emotion dysregulation)와는 부적 상관을 보이는데, 운동 충동성(motor impulsiveness)과는 정적 상관이라는 상반된 결과를 보여주었다. 이는 Perroud 등(2017)의 연구와도 반대되는 결과여서, 확실성 척도가 정신화의 적응적 측면을 측정하고

있는 것인지 부적응적 측면을 측정하고 있는 것인지 명확하지 않음을 보여준다. 이를 이유로 De Meulemeester 등(2018)의 연구에서는 불확실성 척도만을 활용하여 분석을 진행하기도 하였다. 또한, 확실성 척도는 임상 집단에서 더 유의하고 더 낮은 수치를 보여주어 비임상 집단과는 구별되지만, 정신화 실패의 한 유형인 정신화과다를 측정하는 지표임에도 불구하고 마음챙김이나 공감과 같은 적응적 지표와 더욱 가까운 개념으로 나타나(Badoud et al., 2015; Fonagy et al., 2016; Kim & Kim, 2018; Cha, 2017) 해석에 혼란을 준다.

물론 확실성 척도가 측정하는 정신화과다는 명시적이고 의식적인 정신화가 부족하고 인지적이고 타인지향적 정신화가 우세하여 내면과 분리되고 불균형한 상태이기 때문에 정신화 능력이 결핍된 상태로는 볼 수 없다(Allen & Fonagy, 2006; Bateman & Fonagy, 2006; Badoud et al., 2015). 이에 Cucchi 등(2018)의 연구에서는 어느 정도의(a certain degree) 확실성은 적응적이며, 기능적(functional) 수준의 확실성이 결여될 경우 자해와 섭식장애에 더 취약하다고 하였다. Park(2019)의 연구에서도 확실성은 내면화된 수치심과 거부민감성 사이에서 조절변인으로서 역할을 하는 것으로 나타나, 극단적으로 높은 수준의 값을 기록하지 않은 경우, 즉 어느 정도 수준의 확실성은 적응적으로 볼 수도 있는 것으로 나타났다. 그러나 확실성 척도와 불확실성 척도가 강한 음의 상관관계를 보이기 때문에 양쪽 척도에서 모두 높은 수치를 얻는 것 또한 어려울 수 있다(Handeland et al., 2019)는 구조적 한계에 대한 지적도 있어 이에 대한 추가적 고려가 필요하다.

종합하면, 확실성 척도와 불확실성 척도는

임상 집단에서는 불확실성 점수가 높고 확실성 점수가 낮고, 비임상 집단에서는 반대의 경향을 보여, 임상 집단과 비임상 집단을 구분하는 것이 가능하다. 또한, 불확실성 척도는 이론적으로 기대한 바와 같이 일관되게 성격장애나 대인관계 문제와 정적 상관을 보여 정신화 결합을 판별하는 데 유용한 도구임이 확인되었다. 반면에 확실성 척도는 타당도에 문제가 있어 보인다. 그러나 명확한 결론을 내리기에는 이르다. 실시와 채점이 간편하고 대규모 역학연구가 가능한 효율적 척도를 개발하는 것은 오랜 관심사였고, 자기보고식 성찰 기능 척도가 소개된 지 얼마 되지 않아 심리측정적 속성을 밝히는 경험적 연구가 아직은 많지 않은 실정이어서 추가적 연구를 통한 검증이 좀 더 필요하다.

정신화 기반 심리치료의 기제와 효과

마음이론 실험이 타자의 관점 취하기라는 사회적 인식의 발달에 주목하였다면, 정신화 이론은 마음이 마음에 대해 사고하는 지향적 활동이 사회적 인식과 세계에 대한 앓의 과정임을 보여주었다. 인식론적 관점에서 볼 때, 자신과 타자의 정신 상태라는 ‘사고에 대한 사고’는 행위 주체의 내적 상태에 근거한 것 이기에 확실성을 높 담보할 수는 없으며, 불가피하게 왜곡과 오류를 동반할 수밖에 없다. 이러한 지향성 개념에 비추어볼 때, 정신화는 인간 상상의 특수한 측면으로 규정(Bateman & Fonagy, 2019)되며, 왜곡과 오류를 동반하는 인식의 세계에서 탐구적 자세는 필연적으로 요청되는 것이다. 따라서 인식론적 전제와 탐구적 자세를 중심으로 한 경험적 입장은 심리치료에서도 일관되게 작동한다.

정신화는 선천적으로 부여되지만, 애착을 기반으로 한 사회적 맥락에서 획득되는 사회인지능력이다. 이를 심리치료의 장면에 적용하면, 내담자와 심리치료 간의 신뢰, 정서적 친밀성, 거리(Bateman & Fonagy, 2019)에 수반하는 정서적 각성의 맥락에서 사회인지능력과 탐구적 자세를 향상시키기 위한 임상적 시도가 가능하다. 실제로 1990년대 초반에 Fonagy 와 Bateman은 이러한 정신화 능력의 통합을 치료기제로 적용하여 경계선 성격장애를 위한 치료프로그램을 개발하였다. 이들의 성과는 2006년 ‘경계선 성격장애를 위한 MBT’ 안내서로 출간되면서 세간의 이목을 끌었다. MBT (Bateman & Fonagy, 2006)는 내담자의 행동 이면에 있는 정신 상태를 추론하여 자신과 타인을 이해하는 정신화능력을 향상시킴으로써 내담자들을 치료하며, 주 5일 출석하여 18~24개월 치료가 지속되는 ‘낮병원 프로그램’과 주1회 개인면담 50분 및 주1회 집단치료 90분으로 구성되어 18개월 동안 지속되는 ‘집중외래 치료’의 두 종류로 구성되었다.

MBT의 효과는 신경과학적 측면에서 정신화에 관여하는 신경망을 안정화시키는 것으로서 확인할 수 있다. 경계선 성격장애 내담자의 뇌는 일반인과 달리 활성화 혹은 비활성화되는 영역이 상이하며, 대표적으로 편도체가 과활성화되고, 전대상피질과 중앙측두이랑, 하부측두이랑 영역이 낮은 활성화 수준을 보이는 것으로 나타났다(Minzenberg et al., 2007; van Zutphen et al., 2015). 그렇다면 MBT 기제는 그림 1과 같이 정신화에 관여하는 뇌의 영역들을 동시에 활성화하고, 연결성을 증진함으로써 신경적 변화를 일으킬 수 있다.

이처럼 MBT의 치료 효과가 확인되면서 적

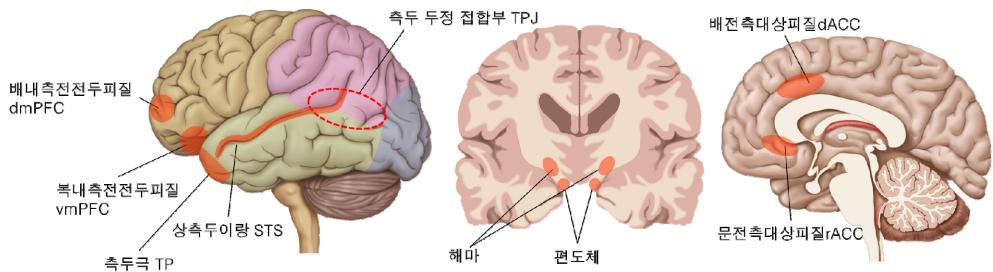


그림 1. MBT로 인해 활성화되는 뇌 영역 변화(Schnell, Bluschke, Konradt, & Walter, 2011; Nelson, Leibenluft, McClure, & Pine, 2005)

용 가능한 장애의 범위가 확대되었다. 정신증, 우울뿐만 아니라 청소년 경계선 성격장애, 품행장애, 섭식장애와 약물남용 등의 임상 집단을 대상으로 정신화 결함과 정신병리 간 관계를 직·간접적으로 평가하거나 정신화기반 프로그램의 치료적 효과를 검증하는 연구들이 지속적으로 보고되고 있다(Fonagy et al., 2015; Badoud et al., 2018). 이에 주요 정신병리와 MBT기반 치료기제 및 효과를 정리해 보면 다음과 같다.

먼저, 만성적 우울증 내담자는 스쳐 가는 부정적 자기평가들을 정신적 동일시 모드에서 물리적 현실과 동일하게 느끼므로 다른 사람 보다 더 부정적 자기표상을 가질 수밖에 없다(Lemma et al., 2011). 또한 목적론적 모드에서 이들은 심리적 원인 때문에 우울해질 수 있다는 것을 받아들이는 대신 약물에 의존하거나, 지나치게 먹거나 혹은 먹지 않는 등 일시적으로 긴장과 각성을 덜어줄 행동에 몰두한다(Fonagy & Target, 2000). 또한 반추(rumination)라고 불리는 사고 양식에 머물러 고통스러운 감정이 자기 경험을 지배하는 상태에서 벗어나지 못한다. 따라서 치료자들은 주요 우울장애의 치료(Bressi et al., 2017; Jakobsen et al., 2014; Lemma & Fonagy, 2013)와 경계선 성격장

애 내담자의 우울증 치료(Bateman & Fonagy, 2008; Rossouw & Fonagy, 2012)에서 우울 증상을 대인관계 어려움이나 애착관계에서 인식된 위협에 대한 반응, 또는 자기 자신에 대한 반응으로 재구성하여 정신화 능력의 회복을 촉진하는 방향으로 개입할 수 있다.

청소년 경계선 성격장애의 증상은 기능 및 형태 측면에서 성인과 유사하며, 청소년기 초반에 시작된다(Chanen & Kaess, 2012). 청소년 경계선 성격장애는 태고난 취약성과 불안정애착 사이의 상호작용으로 인한 약해진 정신화 능력뿐만 아니라 가지치기(brain circuits)를 겪고 있는 뇌 회로와 새로움 및 자극에 대한 갈망을 일으키는 변연계의 신경발달적 맥락에 있다(Sharp & Rossouw, 2019). 이러한 신경발달 변화로 정신화의 통합이 더욱 빈약해질 것을 고려할 때 청소년기는 적응력과 정신질환에 더욱 취약한 시기가 될 수 있다. 청소년 경계선 성격은 애착시스템이 활성화되는 역치가 낮고, 통제된 정신화의 비활성화가 상응하여 나타난다. 이로 인해 자신과 타인을 구별하는데 어려움을 초래하고, 애착과 정서적 맥락에서 조절실패를 보인다(Sharp & Fonagy, 2015; Wright et al., 2016). 청소년기의 혼란은 정체성 형성이라는 발달과제를 충족시킬 수 있는

능력에 영향을 미치므로 일생일대의 궤적을 남길 수 있다. 청소년 경계선 성격은 내재화 및 외현화 장애와 더불어, 보편적인 정신병리의 심각도(Chanen et al., 2007), 자살 결과(Sharp et al., 2012)에 대해 점진적인 예측력을 제공하는 것으로 밝혀져, 경계선 성격장애의 평가가 예후를 특징짓는 데 필수적이라는 것을 알 수 있다. 청소년을 위한 MBT 모델(MBT-A)은 성격장애와 적응장애가 있는 십대들이 직면하고 있는 특정한 발달 문제를 다루기 위해 고안되었고, 정신화능력을 증진시킨다는 결과들을 보고하고 있다(Bo et al., 2017; Chanen et al., 2008; Hauser et al., 2006).

더불어 청소년 범죄자들 사이에 가장 혼한, 심각하고 복잡한 정신 장애인 품행장애 또한 정신화 실패가 주요 원인이다. 품행장애의 주요 임상적 특징은 사회적 기능의 어려움과 타인의 정서를 이해하고 생각하는 능력의 결함이며, 유전적 요소와 함께 초기 애착 패턴이 행동문제를 발생시킨다(Sharp, 2006). 초기 애착관계의 문제로 정신화가 억제되면 경직된 이해의 틀을 갖게 되고, 사회적 환경은 더 이상 의도적 입장으로 해석되지 않으며(Dennett, 1987), 성난 목소리는 단지 큰 소리로, 위협적인 몸짓은 그저 팔을 들어 올렸을 뿐인 것으로 간주된다(Hill et al., 2007). 대인관계에 대한 이해 능력 즉, 성찰기능의 결핍은 폭력적 행위를 가능하게 하는 것으로 보았다(Bateman & Fonagy, 2012). 후속 연구에서도 외현화 장애를 가진 청소년들은 대조군에 비해 상당히 낮은 정신화 기술을 가졌음을 보여주었다. 결국 정신화는 공격적인 행동의 발달에 핵심적인 역할을 하는 것으로 보고되었다(Taubner & Curth, 2013; Taubner et al., 2016). Bateman과 Fonagy (2016)는 12세에서 18세 사이의 품행장애를 가

진 청소년을 위한 정신 기반 치료를 제시했는데, 경계성 및 반사회적 성격 장애에 대한 MBT의 치료기제가 적용된 것이다. 품행장애에 특화된 MBT(MBT-CD)의 목표는 청소년과 그 가족의 정신화를 촉진하는 것, 공격적이고 반사회적인 행동을 감소시키는 것, 기분을 상하게 하는 부정적인 경로를 방해하는 사회적 학습을 확립하는 것이었다.

한편, 성격 장애는 물질사용장애와 공병하는 경우가 많다(Hasin & Kilcoyne, 2012). 마음이 강하지 않은 개인에게 물질 사용은 감정 조절, 자기 결속 및 대인 관계의 연속성에서 어느 정도의 안정성을 제공하는 역할을 한다. 정신화가 불균형을 이룰 때 인지에 의해 균형을 이루지 못한 감정적 경험은 더 강렬하고 즉각적으로 해결해야 하는 거의 치명적인 경험으로 이어질 것이므로 물질이 사용된다. 물질사용장애를 가진 성격장애 내담자는 다양한 동기부여 및 지구력 부족뿐만 아니라 자신의 감정과 대인관계 문제에 대처하기 어렵기 때문에 외래 환자 프로그램에 정기적으로 참여하는 데 어려움을 느낀다. 따라서 물질사용장애에 특화된 정신화 개입인 MBT-SUD는 치료에 대한 내담자의 적극적인 참여를 자극하는 것에서부터 시작된다. 점차로 내담자들로 하여금 자신의 감정을 인식하고, 정신 상태를 자각하며, 대인관계에서 타인의 의도를 탐색할 수 있도록 조력한다(Arefjord & Morken, 2019).

마지막으로, 섭식장애는 대부분 청소년기에 시작되며, 개인의 건강과 심리사회적 기능을 현저히 저하시키는 부적응적인 섭식행동을 나타낸다. 섭식장애 내담자들의 신체적 외모에 대한 과도한 관심은 비정상적인 섭식 패턴을 유발하고, 믿음과 현실이 혼동되는 비정신화

적 단계를 생성할 수 있다. 이는 비정상적인 섭식 패턴을 악화시켜 뇌기능의 변화를 일으키고 고차인지능력을 더욱 악화시키는 것으로 나타났다(Robinson et al., 2016). 즉 섭식장애도 정신화 결여와 관련 있고, MBT가 유용하다(Robinson & Skärderud, 2019). MBT-ED 치료사는 신체 및 정신건강 위험, 섭식장애 증상을 직접 해결하는 것은 물론 정신화를 촉진하려고 하며, 개인 및 집단치료, 심리교육, 의료관리 등으로 구성된 장기프로그램을 제공한다(Robinson & Skärderud, 2019).

이처럼, MBT의 관점에서 대부분의 정신장애는 마음이 자기 자신에 대한 경험을 잘못 해석하는 것이며, 정신화를 억제하거나 애초에 정신화를 발달시키지 못한 상태의 결과로 볼 수 있다. 따라서 내담자의 정신화 능력을 회복시키고, 이를 통해 관계의 어려움을 교정하는 것이 정신화기반 심리치료의 중요한 치료기제라는 결론을 도출할 수 있다. 이에 힘입어 최근에는 개인뿐만 아니라 부부 및 가족을 대상으로 하거나 병원 이외의 교도소 및 학교 등 다양한 시스템의 적용을 위한 MBT가 개발되고 있다(Fonagy & Bateman, 2019). 이렇듯 정신화를 기반으로 임상적 연구와 개입 영역의 확장은 근거기반치료의 검증을 넘어서 작금의 심리 치료사들에게 사회문화적 맥락에서 정신화의 역할이 무엇인가에 대한 답을 찾아가고 있음을 시사한다.

논의: 정신화의 한국적 적용과 함의

이론과 실천의 보편적 적용은 각기 다른 문화적 맥락과 자산에 대한 상대적 고려를 반드시 동반해야 할 것이다. 국내의 심리치료와

상담은 서구의 이론과 기법을 도입함으로써 전문성을 키워왔다. 이론과 기법의 수입은 우리보다 앞선 학문에 대한 배움이라는 긍정적 측면이 있지만, 국내의 사회문화적 맥락에서 조화롭게 수용되지 않는다면 단기적 유행으로 전락할 수 있다. 또한, 수입과 유행으로만 그치는 심리치료 이론과 실천은 국내 심리치료와 상담 영역의 전문성 확보에 오히려 위협이 될 수 있음을 상기할 필요가 있을 것이다.

주체와 객체를 이분법적으로 구분하며 도구적 합리성을 주창했던 서구 문화가 탈주체의 다원주의로 회귀하는 작금의 흐름에서 볼 때, 행위 주체와 현실 인식의 불투명성을 가정하고 탐구적 자세를 강조하는 정신화 이론은 최근의 서구 이론들과 경험연구 그리고 임상적 실천을 세련된 형태로 통합한 심리치료 모델이라고 할 수 있다. 그러나 모델의 면면을 유심히 들여다보면, 우리는 정신화 이론이 오히려 국내의 문화적 맥락과 자산에 근접해 있음을 깨닫게 된다. 즉, 우리의 자생적 학문과 문화적 전통이 인간의 내면과 외부 세계 간의 관계와 연결에 대한 탐색을 한시도 멈추지 않았다는 사실을 발견하게 되는 것이다. 정신화에 내재된 지향성의 문제는 우리가 가진 문화와 언어적 자산 안에 이미 상존한 것이라 할 수 있다.

한국 문화에서 정신화의 자산

정신화라는 말은 우리에게 쉽게 이해되지 않는다. 정신화로 혹은 심리화로 번역되고 있는 mentalization 혹은 mentalizing에 적합한 또는 상응하는 일상 언어 속의 우리말이 무엇인가? 정신화라고 했을 때 열핏 한국인들은 무엇을 뜻하는지 가늠하기가 어려운 것이다. 그렇다

면 정신화는 우리 문화에는 없는 새로운 개념인 것일까? 그렇지 않다. 우리에게는 마음(心)이 있다. 한국인의 마음은 정서, 성격, 태도, 동기 등의 표층에 드러난 요소적 마음 이면에 뿌리가 되어 이들을 다스리는 주재(主宰)적 혹은 주인성 마음이 놓여있는 것으로 이해한다 (Han & Choi, 2008). 주인성 마음은 본심(本心) 혹은 속마음이라고도 불리면서 대인 관계 상황에서 직접적으로 드러내지는 않지만, 나 자신의 상대에 대한 태도나 의도로 작용한다. 이러한 이유로 한국인들은 자신의 마음이 자신의 다양한 행동이나 여러 가지 생각에 분산되어 있는 것으로 믿기 때문에, 짐작이나 추론을 통해 타인의 마음을 읽어야 한다. 즉 ‘눈치’가 있어야 한다. 이는 마음이라는 말에는 지향성(Shweder, 1991)을 함유하는 의식과 의식 상태가 포함되어 있고(Choi & Kim, 1999), 상대의 속마음을 읽는 활동과 기술인 ‘눈치’의 발달은 탐구적 자세의 표현일 수 있음을 짐작할 수 있다.

지향성을 함유하는 마음은 자기반추적 심리 내적 과정을 통해 이해되고 대인관계적 작용(social feedback)을 통해 심리사회적 현실로 구성된다고 이해한다(Han & Choi, 2008). 주인성 마음은 사회적으로 규범화된 이상적 또는 바람직한 심성과 가치를 자신의 마음에 내면화시키고 실천하는 것을 통해 길러지고 강화되는 것으로, 한국인의 내면에 형상화된 마음은 사회적으로 공구성된(co-constructed) 개념이다 (Yu & Choi, 2003). 이는 우리나라의 마음에 대한 논의는 마음이 생겨나거나 만들어지는 과정에서 사회문화적 맥락을 분리하고는 생각할 수 없는 사회적이며, 관계적이고 맥락적 마음이라는 것을 보여준다(Choi, 2000). 수양학문으로서 심학(心學)의 성립은 이 때문이다(Choi &

Ko, 2008). 또한, 속마음은 심정(心情)이란 말로도 표현된다. 영어로는 느껴진 마음(felt mind)(Choi & Kim, 1999; Choi & Kim, 1998) 즉, 느낌(feeling)을 통해 읽혀진 마음이다. 이성이나 객관적 분석으로 명료화될 수 없는 매우 개인적이고 주관적으로 체험되고 전달되어, 관계를 조절하거나 심화시키는 역동적 기능을 한다(Han & Choi, 2008). 이는 마음에는 자동화되고 의식되지 않은 암묵적 작용이 있음을 시사한다.

이처럼 우리 문화에서 마음은 사고, 감정, 의지를 포함하는 의식의 영역뿐만 아니라 무의식도 모두 포함하는 총체적 개념이다(Hahn, 2003). 한국인의 대인관계나 사회적 행동은 마음을 중심으로 이루어지며, 마음에 대한 해석이 행위의 중요한 결정인자가 된다(Choi, Han, & Kim, 2002). 또한 마음이란 말이 사용되는 맥락을 보면 지향성, 정신(spirit), 생각(thinking & thought) 등을 포함하는 심적 세계의 내용과 기능을 모두 포함하고 있어, 20세기 초부터 주목받기 시작한 정신화는 오히려 우리의 마음과 닮아있음을 알 수 있다.

정신화 기반 치료의 한국적 적용의 함의

지향성이라는 인식론적 개념은 정신화라는 사회적 인식 혹은 한국적 의미에서의 마음이 야말로 인간의 삶과 삶의 원천이라는 사실을 내포하고 있다. 우리의 문화는 관계의 중심에 마음이 존재하고 또한 마음을 통하지 않고서는 경험이 형성되지 않는다는 사실을 일찍이 깨달았던 것이다. 한국인들은 대인 관계나 대인 상호작용에서 행동을 주고받는다기보다는 마음을 주고받으며, 행동은 마음을 읽는 단서로 사용될 뿐이다(Choi, 2000). 상대를 주관화

하여 자타가 구분되지 않은 심리상태에서 상대의 행위와 사건을 자신의 경험 틀 속에 녹여서 체험함으로써(Han & Choi, 2008) 상대의 마음을 이해하려 했던 것이라 할 수 있다. 이를 임상에 적용해볼 때, 심리치료 장면에서 객관적으로 존재하는 외부 현실이란 존재하지 않을 수 있다. 외부 세계는 우리를 둘러싼 타자와의 상호작용 속에서 ‘마음’이라는 필터링을 통해 주관적으로 구성되는 것이다. 이 “공유된 과정은 외부와 내부의 경험 사이의 연결성”(Fonagy & Target, 2007b, p. 918)을 만들어낸다.

이처럼 마음으로 이어진, 공유된 현실을 고려할 때, 심리치료자의 역할은 내담자의 현실 검증을 돋거나 왜곡된 사고와 지각을 교정하는 것만이 아닐 수 있다. 또한, 객관적 현실 인식을 바탕으로 내담자의 문제를 분석하고 해결책을 가르치는 코칭 전문가의 역할이 아닐지도 모른다. 심리치료의 장면에서 내담자는 전이를 통해 심리치료자를 끊임없이 자신의 (지향적 내재인) 주관적 현실로 이끈다. 그러므로 그 위력적인 내적 현실에 대한 공유가 없다면 치유 또한 어려울 수 있다. 정신화 이론과 우리의 문화적 자산 내에 내재된 마음이라는 전제는 심리치료가 내담자만의 세계가 아닌 내담자와 심리치료자 간의 세계로 구성되어 있음을 강조하고 있다.

나아가, 애착이론과 발달연구의 성과를 흡수한 정신화 이론은 임상적 적용에서 심리치료의 맥락을 뚜렷하게 제시한다. 애착은 인간의 생존을 돋는 표상체계를 만드는 과정에 핵심적 역할을 하며 부모의 정신화는 유아의 안정애착 형성을 촉진시키고, 다시금 안정애착은 유아의 잠재적인 정신화 능력을 활성화시킨다. 이러한 애착과 정신화 발달에 대한 함

의는 심리치료의 과정에서 심리치료자의 역할과 치료 기제에 대한 단서를 제공한다. 연대와 신뢰에 수반하는 정서적 각성을 바탕으로 사회적 인지이자 메타 인지능력으로서의 정신화를 활성화하는 작업은 MBT의 주요 요소임에 분명한 것이다.

여기에서 우리는 메타 인지능력으로서의 정신화 개념이 임상현장에서 결코 낯선 것이 아님을 상기할 필요가 있다. 가령 정신의학적 접근으로 국내에서도 폭넓게 사용되는 정신상태검사(Mental Status Examination: MSE)는 내담자의 외양, 행동, 기분, 사고, 인지 이외에도 통찰력(insight)에 대한 사정을 포함하고 있는데, 이는 통찰력과 같은 메타 인지능력이 내담자의 기능과 예후에 결정적 역할을 한다는 사실을 주지하고 있었음을 의미한다. 또한 수반성 경험을 활용하는 행동주의와 인지 변화를 강조하는 인지적 접근은 MBT와 친화성을 가지고 있다. MBT의 기제는 인지행동치료와 접목되어 비합리적 신념을 비롯한 왜곡된 인지의 교정 작업을 확장하고 수반성 경험의 활용에 치료적 맥락을 제공함으로써, 보다 지속적이며 장기적인 효과를 구상하는데 기여할 수 있을 것이다. 즉, 내담자의 메타 인지능력인 통찰력, 혹은 성찰능력을 강조함으로써 인지 교정의 범위를 확대하고, 내담자 변화를 이끌어내는 치료의 기제를 재해석하는 작업은 국내에서 활용되고 있는 정신의학적 접근 및 인지행동치료와의 접목의 가능성을 열어놓는 일이라 할 수 있다. 이렇듯 국내에 현존하는 다양한 심리치료 역량과 자산을 적극적으로 활용하고, 치료의 기제, 내담자와 심리치료자 간의 관계, 개입의 방향성을 구체화하는 일은 이론과 실천 간의 간극을 줄이며 심리치료의 전문성을 강화하는 데 기여할 것이다.

그리고 무엇보다 중요한 것은 치료 과정의 핵심으로 작용하는 유대와 신뢰, 그리고 마음에 대한 우리의 문화적 자산에 대한 활용이다. 우리 내에 존재하는 마음과 심리학에 대한 소양과 유산은 치료적 관계와 심리치료자의 역할에 대한 훌륭한 지침이 될 것이다. “사람이 온다는 것은 실로 어마어마한 일이다. 그는 그의 과거와 현재와 그리고 그의 미래와 함께 오기 때문이다..... 아마 바람은 더듬어볼 수 있을 마음, 내 마음이 그런 바람을 흡내 낸다면 필경 환대가 될 것”(Jeong, 2009. p. 33)임을 한국의 문화와 인문학적 자산은 익히 알고 있기 때문이다.

참고문헌

- Ainsworth, M. D., Blehar, M., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Erlbaum.
- Allen, J. G. (2012). *Restoring Mentalizing in Attachment Relationships: Treating Rrauma with Plain Old Therapy*. American Psychiatric Publishing.
- Allen, J. G., & Fonagy, P. (Eds.) (2006). *Handbook of Mentalization-based Treatment*. John Wiley & Sons.
- Allen, J. G., Fonagy, P., & Bateman, A. W. (2008). *Mentalizing in Clinical Practice*. American Psychiatric Publishing.
- Archer, M. (2018). *Mentalizing in First-episode Psychosis: Correlates with Symptomatology and Traits of Borderline Personality Disorder* [Unpublished Doctoral Dissertation]. University of Surrey.
- Arefjord, N., & Morken, K. C. (2019). Comorbid substance use disorder and personality disorder. In Bateman, A. W., & Fonagy, P. E. (Eds.), *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice*. (pp. 403-416). American Psychiatric Association Publishing.
- Astington, J. W. (1991). Intention in the child's theory of mind. In D. Frye & Moore, C. (Eds.), *Children's Theories of Mind: Mental States and Social Understanding* (pp. 157-172). Lawrence Erlbaum Associates.
- Badoud, D., Luyten P., Fonseca-Pedrero, E., Eliez, S., Fonagy P., & Debbané, M. (2015). The French version of the Reflective Functioning Questionnaire: validity data for adolescents and adults and its association with non-suicidal self-injury. *PLoS One*, 10(12), e0145892. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0145892>
- Badoud, D., Rüfenacht, E., Debbané, M., & Perroud, N. (2018). Mentalizationbased treatment for adults with attention-deficit/hyperactivity disorder: A pilot study. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 21(3), 149-154. <https://doi.org/10.4081/rippo.2018.317>
- Bateman, A. W., & Fonagy, P. E. (2012). *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice*. American Psychiatric Publishing.
- Bateman, A. W., & Fonagy, P. E. (2019). *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice*. American Psychiatric Publishing.
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2004). Mentalization based treatment of BPD. *Journal of Personality Disorders*, 18(1), 36-51.

- <https://doi.org/10.1521/pedi.18.1.36.32772>
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2006). *Mentalization Based Treatment for Borderline Personality Disorder: A Practical Guide*. Oxford University Press.
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2008). 8-year follow-up of patients treated for borderline personality disorder: mentalization-based treatment versus treatment as usual. *American Journal of Psychiatry*, 165(5), 631-638.
<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2007.07040636>
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2008). Comorbid antisocial and borderline personality disorders: mentalization based treatment. *Journal of Clinical Psychology*, 64(2), 181-194.
<https://doi.org/10.1002/jclp.20451>
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2016). *Mentalization-based Treatment for Personality Disorders: A Practical Guide*. Oxford University Press.
- Bleiberg, E. (2013). Mentalizing-based treatment with adolescents and families. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 22(2), 295-330.
<https://doi.org/10.1016/j.chc.2013.01.001>
- Bo, S., Sharp, C., Beck, E., Pedersen, J., Gondan, M., & Simonsen, E. (2017). First empirical evaluation of outcomes for mentalization-based group therapy for adolescents with BPD. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 8(4), 396-401.
<https://doi.org/10.1037/per0000210>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Vol. 2. Separation*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Vol. 3. Loss*. Basic Books.
- Brentano, F. (1995). *Psychology from an Empirical Standpoint*. Routledge. (Original work published 1874)
- Bressi, C., Fronza, S., Minacapelli, E., Nocito, E. P., Dipasquale, E., Magri, L., Lionetti, F., & Barone, L. (2017). Short term psychodynamic psychotherapy with mentalization based techniques in major depressive disorder patients: Relationship among alexithymia, reflective functioning, and outcome variables - A pilot study. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 90(3), 299-313.
<https://doi.org/10.1111/papt.12110>
- Byun, H. S. (2019). *The Relationship Between Perceived Parental Psychological Control and Relational Aggression of University Students: The Mediating Effects of Need for Approval and Mentalization* [Unpublished master's thesis]. Kyungpook National University.
- Cha, H. M. (2017). *Validation of the Korean Reflective Functioning Questionnaire (KRFQ): Relationship between Early Neglect and Borderline Personality Features: As Influenced by Abandonment Schema and Mentalization Capacity* [Unpublished Doctoral Dissertation]. Kyungpook National University.
- Chanen, A. M., & Kaess, M. (2012). Developmental pathways to borderline personality disorder. *Current psychiatry reports*, 14(1), 45-53.
<https://doi.org/10.1007/s11920-011-0242-y>
- Chanen, A. M., Jackson, H. J., McCutcheon, L.

- K., Jovev, M., Dudgeon, P., Yuen, H. P., Germano, D., Nistico, H., McDougall, E., Weinstein, C., Clarkson, V., & McGorry, P. D. (2008). Early intervention for adolescents with borderline personality disorder using cognitive analytic therapy: randomised controlled trial. *The British Journal of Psychiatry*, 193(6), 477-484.
<https://doi.org/10.1192/bjp.bp.107.048934>
- Chanen, A. M., Jovev, M., & Jackson, H. J. (2007). Adaptive functioning and psychiatric symptoms in adolescents with borderline personality disorder. *Journal of Clinical Psychiatry*, 68(2), 297-306.
<https://doi.org/10.4088/JCP.v68n0217>
- Choi, B. Y., & Ko, S. J. (2008). East asian culture and cultivated psychology. *The Journal of Saramdaum Education*, 2, 97-117.
- Choi, S. C. (2000). *Korean Psychology*. Chung-Ang University Press.
- Choi, S. C., & Kim, C. W. (1998). Shim-Cheong psychology as a cultural psychological approach to collective meaning construction. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 12(2), 79-96.
<http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE06373044>
- Choi, S. C., & Kim, K. B. (1999). A psychological analysis of korean shimcheong (心情: activated inner mind): it's nature, activation, psycho-social significance, and discursive practices. *Korean Journal of Psychology: General*, 18(1), 1-16.
<http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE06367930>
- Choi, S. C., Han, G. S., & Kim, K. B. (2002). Folk psychological model of mind for korean people. *Journal of the Korena Psychological Association's Academic Conference*, 2002(1), 261-267.
<http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE06376186>
- Crane, T. (2001). *Elements of Mind*. London: Oxford University Press.
- Cucchi, A., Hampton, J. A., & Moulton-Perkins, A. (2018). Using the validated Reflective Functioning Questionnaire to investigate mentalizing in individuals presenting with eating disorders with and without self-harm. *PeerJ*, 6, e5756.
<https://doi.org/10.7717/peerj.5756>
- De Meulemeester, C., Vansteelandt, K., Luyten, P., & Lowyck, B. (2017). Mentalizing as a mechanism of change in the treatment of patients with borderline personality disorder: A parallel process growth modeling approach. *Personality Disorders*, 9(1), 22-29.
<https://doi.org/10.1037/per0000256>
- Debbané, M., & Nolte, T. (2019). Contemporary neuroscientific research. In Bateman, A. W., & Fonagy, P. E. (Eds.), *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice*. (pp. 21-36). American Psychiatric Association Publishing,
- Dennett, D. (1987). *The Intentional Stance*. MIT Press.
- Dimaggio, G., Lysaker, P. H., Carcione, A., Nicolò, G., & Semerari, A. (2008). Know yourself and you shall know the other... to a certain extent: Multiple paths of influence of

- self-reflection on mindreading. *Consciousness and Cognition*, 17(3), 778-789.
<https://doi.org/10.1016/j.concog.2008.02.005>
- Ebert A., Brüne M. (2017) Oxytocin and Social Cognition. In: Hurlemann R., Grinevich V. (Eds), *Behavioral Pharmacology of Neuropeptides: Oxytocin. Current Topics in Behavioral Neurosciences Vol. 35* (pp. 375-388). Springer.
- Euler, S., Nolte, T., Constantinou, M., Griem, J., Montague, P., & Fonagy, P. (2019). Interpersonal Problems in Borderline Personality Disorder: Associations with Mentalizing, Emotion Regulation, and Impulsiveness. *Journal of Personality Disorders*, 1-17.
https://doi.org/10.1521/pedi_2019_33_427
- Feldman, R. (2017). The neurobiology of human attachments. *Trends in Cognitive Sciences*, 21(2), 80-99. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2016.11.007>
- Fonagy, P., & Luyten, P. (2009). A developmental, mentalization-based approach to the understanding and treatment of borderline personality disorder. *Development and Psychopathology*, 21, 1355-1381.
<https://doi.org/10.1017/S0954579409990198>
- Fonagy P., Luyten P., Allison E. (2015). Epistemic petrification and the restoration of epistemic trust: a new conceptualization of borderline personality disorder and its psychosocial treatment. *J Pers Disord* 29(5), 575-609.
<https://doi.org/10.1521/pedi.2015.29.5.575>
- Fonagy P., & Luyten P., Moulton-Perkins A., Lee Y-W., Warren F., Howard S., Ghinai R., Fearon P., Lowyck, B. (2016). Development and Validation of a Self-Report Measure of Mentalizing: The Reflective Functioning Questionnaire. *PLoS One*, 11(7).
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0158678>
- Fonagy, P. & Bateman, A. (2019). Introduction. In Bateman, A. W., & Fonagy, P. E. (Eds.), *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice* (pp. 369-386). American Psychiatric Association Publishing.
- Fonagy, P. (1989). On tolerating mental states: Theory of mind in borderline personality. *Bulletin of the Anna Freud Centre*, 12(2), 91-115.
<https://www.pep-web.org/document.php?id=bafc.012.0091a>
- Fonagy, P. (1991). Thinking about thinking: Some clinical and theoretical considerations in the treatment of a borderline patient. *International Journal of Psycho-Analysis*, 72(4), 639-656.
<https://www.pep-web.org/document.php?id=IJP.072.0639A>
- Fonagy, P. (1995). Playing with reality: The development of psychic reality and its malfunction in borderline personalities. *International Journal of Psycho-Analysis*, 76(1), 39-44.
<https://www.pep-web.org/document.php?id=IJP.076.0039A>
- Fonagy, P. (2001). The human genome and the representational world: The role of early mother-infant interaction in creating an interpersonal interpretive mechanism. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 65(3), 427-448.
<https://doi.org/10.1521/bumc.65.3.427.19844>
- Fonagy, P., & Bateman, A. (2008). The development of borderline personality disorder -

- A mentalizing model. *Journal of Personality Disorders*, 22(1), 4-21.
<https://doi.org/10.1521/pedi.2008.22.1.4>
- Fonagy, P., & Target, M. (1996). Playing with reality: I. theory of mind and the normal development of psychic reality. *International Journal of Psycho-Analysis*, 77(2), 217-233.
<https://www.pep-web.org/document.php?id=ijp.077.0217a>
- Fonagy, P., & Target, M. (1997). Attachment and reflective function: Their role in self-organization. *Development and Psychopathology*, 9(4), 679-700.
<https://doi.org/10.1017/S0954579497001399>
- Fonagy, P., & Target, M. (2000a). Playing with reality: III. The persistence of dual psychic reality in borderline patients. *International Journal of Psycho-Analysis*, 81(5), 853-873.
<https://www.pep-web.org/document.php?id=IJP.081.0853A>
- Fonagy, P., & Target, M. (2007b). Playing with reality: IV. A theory of external reality rooted in intersubjectivity. *International Journal of Psychoanalysis*, 88(4), 917-937.
<https://doi.org/10.1516/ijpa.2007.917>
- Fonagy, P., & Target, M. (2007). The rooting of the mind in the body: New links between attachment theory and psychoanalytic thought. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 55(2), 411-456.
<https://doi.org/10.1177/00030651070550020501>
- Fonagy, P., Bateman, A., & Luyten, P. (2012). Introduction and overview. In A. Bateman & P. Fonagy (Eds), *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice* (pp. 3-41). American Psychiatric Publishing.
- Fonagy, P., Gergely, G., & Target, M. (2007). The parent-infant dyad and the construction of the subjective self. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 48(3-4), 288-328.
<https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2007.01727.x>
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., & Target, M. (2002). *Affect Regulation, Mentalization, and the Development of Self*. Other Press.
- Fonagy, P., Steele, H., & Steele, M. (1991). Maternal representations of attachment during pregnancy predict the organization of infant mother attachment at one year of age. *Child Development*, 62(5), 891-905.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1991.tb01578.x>
- Fonagy, P., Target, M., & Gergely, G. (2000). Attachment and borderline personality disorder: A theory and some evidence. *Psychiatric Clinics*, 23(1), 103-122.
[https://doi.org/10.1016/S0193-953X\(05\)70146-5](https://doi.org/10.1016/S0193-953X(05)70146-5)
- Fonagy, P., Target, M., Steele, H., & Steele, M. (1998). *Reflective-Functioning Manual, Version 5.0, for Application to Adult Attachment Interviews*. University College London.
- Freud, A. (1965). *Normality and Pathology in Childhood*. Penguin.
- Freud, S. (1961). The ego and the id. In J. Strachey (Ed. And Trans.), *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud* (Vol. 19, pp. 3-66). Hogarth Press. (Original work published 1923)
- Gergely, G., Koós, O., & Watson, J. S. (2000). Contingency perception and the role of contingent parental reactivity in early

- socio-emotional development: some implications for developmental psychopathology. In J. Nadel & J. Decety (Eds.), *Imitation, Action et Intentionnalité*. Press Universitaires.
- Hahn, D. W. (2003). *Korean Confucian Psychology: Psychological Theory of Korean Confucianism and Psychological Approach to Confucian Culture*. Sigmapress.
- Han, G. S., & Choi, S. C. (2008). The study of mind and psychology: a model of two mental chambers for understanding of mind. *Korean Journal of Psychology: General*, 27(2), 281-307. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE06368074>
- Handeland, T. B., Kristiansen, V. R., Lau, B., Håkansson, U., & Øie, M. G. (2019). High degree of uncertain reflective functioning in mothers with substance use disorder. *Addictive Behaviors Reports*, 10, 100193. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2019.100193>
- Hasin, D., & Kilcoyne, B. (2012). Comorbidity of psychiatric and substance use disorders in the United States: current issues and findings from the NESARC. *Current Opinion in Psychiatry*, 25(3), 165-171. <https://doi.org/10.1097/YCO.0b013e3283523dcc>
- Hauser, S. T., Allen, J. P., & Golden, E. (2006). *Out of the Woods: Tales of Resilient Teens* (Vol. 4). Harvard University Press.
- Hill, J., Fonagy, P., Lancaster, G., & Broyden, N. (2007). Aggression and intentionality in narrative responses to conflict and distress story stems: an investigation of boys with disruptive behaviour problems. *Attachment & Human Development*, 9(3), 223-237. <https://doi.org/10.1080/14616730701453861>
- Hirschberger, J. (1992). *Western Philosophy History*. Lee Moon Publishing House (Original work published 1965).
- Jakobsen, J. C., Gluud, C., Kongerslev, M., Larsen, K. A., Sørensen, P., Winkel, P., Lange, T., Søgaard, U., & Simonsen, E. (2014). Third-wave cognitive therapy versus mentalisation-based treatment for major depressive disorder: a randomised clinical trial. *BMJ open*, 4(8). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2014-004903>
- Jeong, H. J. (2009). *Island*. Munhagpan.
- Kernberg, O. (1967). Borderline Personality Organization. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 15(3), 641-685. <https://doi.org/10.1177/000306516701500309>
- Kernberg, O., Goldstein, E., Carr, A., Hunt, H., Bauer, S., & Blumenthal, R. (1981). Diagnosing borderline personality: A pilot study using multiple diagnostic methods. *Journal of Nervous Mental Disorder*, 169(4), 225-231. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7217928/>
- Kim, H. J. (2020). *Longitudinal relationship of adolescent's reflective functioning: focused on attachment, depression and conduct problems* [Unpublished Doctoral Dissertation]. Kyungpook National University.
- Kim, H. J. (2020). Relationship between emotional abuse and externalizing problem behaviors in adolescents: the mediation effect of reflective functioning. *Korena Journal of Youth Studies*, 27(5), 1-35. <https://doi.org/10.21509/KJYS.2020.05.27.5.1>

- Kim, H. J., & Kim, E. Y. (2018). A validation Study of Korena Reflective Functioning Questionnaire for Adolescents. *The Korean Journal of Counseling and Psychology*, 30(2), 297-316.
<https://doi.org/10.23844/kjcp.2018.05.30.2.297>
- Kim, P., Strathearn, L., & Swain, J. E. (2016). The maternal brain and its plasticity in humans. *Hormones and behavior*, 77, 113-123.
<https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2015.08.001>
- Kim, S., Fonagy, P., Allen, J., & Strathearn, L. (2014). Mothers' unresolved trauma blunts amygdala response to infant distress. *Social Neuroscience*, 9(4), 352-363.
<https://doi.org/10.1080/17470919.2014.896287>
- Klein, M. (1975). Notes on some schizoid mechanisms. In *Envy and Gratitude and Other Works* (pp. 1-24). The Free Press. (Original work published 1946)
- Klein, M. (1975). On identification. In *Envy and gratitude and other works* (pp. 141-175). The Free Press. (Original work published 1955)
- Kohut, H. (1971). *The Analysis of the Self*. International University Press.
- Kristiansen, V. R., Handeland, T. B., Lau, B., Søderstrøm, K., Håkansson, U., & Øie, M. G. (2020). Trauma in childhood and adolescence and impaired executive functions are associated with uncertain reflective functioning in mothers with substance use disorder. *Addictive Behaviors Reports*, 11, 100245, 1-8.
<https://doi.org/10.1016/j.abrep.2019.100245>
- Lemma, A., & Fonagy, P. (2013). Feasibility study of a psychodynamic online group intervention for depression. *Psychoanalytic Psychology*, 30(3), 367-380. <https://doi.org/10.1037/a0033239>
- Lemma, A., Target, M., & Fonagy, P. (2011). *Brief Dynamic Interpersonal Therapy: A Clinician's Guide*. Oxford University Press.
- Luyten, P., & Fonagy, P. (2015). The neurobiology of mentalizing. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 6(4), 366-379.
<https://doi.org/10.1037/per0000117>
- Luyten, P., Fonagy, P., Lemm, A. et al. (2012). Depression. In: Bateman, A., Fonagy, P., (Eds), *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice* (pp. 43-65). American Psychiatric Publishing.
- Luyten, P., Fonagy, P., Lowyck, B., & Vermote, R. (2012). Assessment of mentalization. In A. Bateman & P. Fonagy (Eds), *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice* (pp. 43-66). American Psychiatric Publishing.
- Lyons-Ruth, K. (1996). Attachment relationships among children with aggressive behavior problems: The role of disorganized early attachment patterns. *Journal of consulting and clinical psychology*, 64(1), 64-73.
<https://doi.org/10.1037/0022-006x.64.1.64>
- Main, M. (1991). Metacognitive knowledge, metacognitive monitoring, and singular (coherent) vs multiple (incoherent) model of attachment: Findings and directions for future research. In Parkes, C. M. & Stevenson-Hinde, J. & Marris, P. (Eds.), *Attachment across the Life Cycle* (pp.127-159). Routledge.
- Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In

- Greenberg, M. T., Cicchetti, D., & Cummings, E. M. (Eds.), *Attachment in the Preschool Years: Theory, Research, and Intervention*, (pp. 121-160). University of Chicago Press.
- Main, M. (2000). The organized categories of infant child, and adult attachment: Flexible vs. inflexible attentions under attachment-related stress. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 48(4), 1055-1096.
<https://doi.org/10.1177/00030651000480041801>
- Marsh, A. A., & Blair, R. J. R. (2008). Deficits in facial affect recognition among antisocial populations: a meta-analysis. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 32(3), 454-465.
<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2007.08.003>
- Meltzoff, A. N. (1995). Understanding the intentions of others: re-enactment of intended acts by 18-month-old children. *Developmental Psychology*, 31(5), 838-850.
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.31.5.838>
- Minzenberg, M. J., Fan, J., New, A. S., Tang, C. Y., & Siever, L. J. (2007). Fronto-limbic dysfunction in response to facial emotion in borderline personality disorder: an event-related fMRI study. *Psychiatry Research: Neuroimaging*, 155(3), 231-243.
<https://doi.org/10.1016/j.psychresns.2007.03.006>
- Nelson, E. E., Leibenluft, E., McClure, E. B., & Pine, D. S. (2005). The social re-orientation of adolescence: a neuroscience perspective on the process and its relation to psychopathology. *Psychological Medicine*, 35(2), 163.
<https://doi.org/10.1017/S0033291704003915>
- Park, S. H. (2019). *The Roles of Rejection Sensitivity and Mentalization on Relations between the Internalized Shame and Displaced Aggression of Adolescents* [Unpublished Master thesis]. Kyungpook National University.
- Perner, J., Leekam, S. R., & Wimmer, H. (1987). Three year olds' difficulty with false belief: The case for a conceptual deficit. *British Journal of Developmental Psychology*, 5(2), 125-137.
<https://doi.org/10.1111/j.2044-835X.1987.tb01048.x>
- Perroud, N., Badoud, D., Weibel, S., Nicastro, R., Hasler, R., Küng, A. L., Luyten, P., Fonagy, P., Dayer, A., Aubry, J., Prada, P., & Debbané, M. (2017). Mentalization in adults with attention deficit hyperactivity disorder: Comparison with controls and patients with borderline personality disorder. *Psychiatry Research*, 256, 334-341.
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.06.087>
- Premack, D., & Woodruff, G. (1978). Does the chimpanzee have a theory of mind?. *Behavioral and Brain Sciences*, 1(4), 515-526.
<https://doi.org/>
- Robinson, P., Hellier, J., Barrett, B., Barzdaitiene, D., Bateman, A., Bogaardt, A., Clare, A., Somers, N., O'Callaghan, A., Goldsmith, K., Kern, N., Schmidt, U., Morando, S., Ouellet-Courtois, C., Roberts, A., Skårderud, F., & Fonagy, P. (2016). The NOURISHED randomised controlled trial comparing mentalisation-based treatment for eating disorders (MBT-ED) with specialist supportive clinical management (SSCM-ED) for patients with eating disorders and symptoms of

- borderline personality disorder. *Trials*, 17(1), 549. <https://doi.org/10.1186/s13063-016-1606-8>
- Robinson, P., Skårderud, F. (2019). Eating disorders. In Bateman, A. W., & Fonagy, P. E. (Eds.), *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice* (pp. 369-386). American Psychiatric Association Publishing.
- Rossouw, T. I., & Fonagy, P. (2012). Mentalization-based treatment for selfharm in adolescents: a randomized controlled trial. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 51(12), 1304-1313. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2012.09.018>
- Schnell, K., Bluschke, S., Konradt, B., & Walter, H. (2011). Functional relations of empathy and mentalizing: an fMRI study on the neural basis of cognitive empathy. *Neuroimage*, 54(2), 1743-1754. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2010.08.024>
- Schore, A. N. (2003). *Affect Dysregulation and Disorders of the Self*. Norton.
- Sharp, C. (2006). Mentalizing problems in childhood disorders. In J. G. Allen & P. Fonagy (Eds.), *The Handbook of Mentalization-Based Treatment* (pp. 101-121). John Wiley & Sons Inc.
- Sharp, C., & Fonagy, P. (2015). Practitioner Review: Borderline personality disorder in adolescence-recent conceptualization, intervention, and implications for clinical practice. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 56(12), 1266-1288. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12449>
- Sharp, C., & Rossouw, T. (2019). Borderline personality disorder in adolescence. In Bateman, A. W., & Fonagy, P. E. (Eds.), *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice* (pp. 281-300). American Psychiatric Association Publishing.
- Sharp, C., Green, K. L., Yaroslavsky, I., Venta, A., Zanarini, M. C., & Pettit, J. (2012). The incremental validity of borderline personality disorder relative to major depressive disorder for suicidal ideation and deliberate self-harm in adolescents. *Journal of Personality Disorders*, 26(6), 927-938. <https://doi.org/10.1521/pedi.2012.26.6.927>
- Shweder, R. (1991). *Thinking through Cultures: Expeditions in Cultural Psychology*. Cambridge, Harvard University Press.
- Sroufe, L. A., & Waters, E. (1977a). Attachment as an Organizational Construct. *Child Development*, 48, 1184-1199. <https://doi.org/10.2307/1128475>
- Stern, D. N. (1977). *The First Relationship: Mother and Infant*. Harvard University Press.
- Taubner, S., & Curth, C. (2013). Mentalization mediates the relation between early traumatic experiences and aggressive behavior in adolescence. *Psihologija*, 46(2), 177-192. <https://doi.org/10.2298/PSI1302177T>
- Taubner, S., Zimmermann, L., Ramberg, A., & Schröder, P. (2016). Mentalization mediates the relationship between early maltreatment and potential for violence in adolescence. *Psychopathology*, 49(4), 236-246. <https://doi.org/10.1159/000448053>
- van Zutphen, L., Siep, N., Jacob, G. A., Goebel, R., & Arntz, A. (2015). Emotional sensitivity, emotion regulation and impulsivity in borderline personality disorder: a critical review

- of fMRI studies. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 51, 64-76.
<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2015.01.001>
- Wimmer, H., & Perner, J. (1983). Beliefs about beliefs: Representation and constraining function of wrong beliefs in young children's understanding of deception. *Cognition*, 13(1), 103-128.
[https://doi.org/10.1016/0010-0277\(83\)90004-5](https://doi.org/10.1016/0010-0277(83)90004-5)
- Wright, A. G., Zalewski, M., Hallquist, M. N., Hipwell, A. E., & Stepp, S. D. (2016). Developmental trajectories of borderline personality disorder symptoms and psychosocial functioning in adolescence. *Journal of Personality Disorders*, 30(3), 351-372.
https://doi.org/10.1521/pedi_2015_29_200
- Yu, G. J., & Choi, S. C. (2003). Korean philosophy : mind models of korean people: folk psychological and neo-confucianism conceptions of mind. *Journal of Eastern Philosophy*, 34, 125-151.
<https://kiss.kstudy.com/thesis/thesis-view.asp?key=2086009>

1차원고접수 : 2020. 08. 13.

최종제재결정 : 2020. 12. 13.

Shared consciousness, reality of
representation vs. representation of reality:
Theoretical, empirical, and clinical implications
of mentalization and its applications in Korea

Heung-joo Kim Min-ju Park Hye-Myong Cha Eun Young Kim
Kyungpook National University

Theory of Mentalization, based on developmental observations of the mother-infant relationship, has placed the theory of mind between psychoanalysis and attachment, elaborating on the concept of reality and its therapeutic implications. The reality does not exist 'out there' independently; it is a process and product of shared consciousness with mutual gaze, shared intentions, shared feelings, and shared meaning. Therefore, the inquisitive stance toward the representational world, which is opaque and changeable, plays a critical role in empirical and clinical applications of mentalizing. This study, based on an epistemological concept of intentionality, explores the theory of mind of patients with borderline personality and reviews how mentalizing theory develops. It also addresses recent issues regarding the measurement of mentalization and mentalization-based treatment as an evidence-based practice. Lastly, this paper posits that mentalizing as a social cognition or the *mind* in Korean cultural heritage is the source of social life and knowledge, and explores its clinical applications in Korea.

Key words : mentalizing, intentionality, theory of mind, attachment theory, therapeutic implications