

Adaptation of Focusing for the Effectiveness for Korean Setting

韓国において効果的なフォーカシングの応用

Young Hyun Park 朴英鉉¹, Min Kyu Kim 金珉奎², Min Jung Choi 崔民丁², Eunsun Joo 朱恩宣²

1 Graduate School of Soongsil University 崇實大学大学院 승실대학교 대학원 , 2 Duksung Women's University 徳成女子大学 덕성여자대학교

This panel aims to explore the adaptation of Focusing in order to improve its effectiveness for Korean cultural setting. The first study, Young Hyun Park and Eunsun Joo will examine real relationship experienced by Focusing trained therapists. In the counseling domain, the role of the counselor is very important. However, the degree to which the counselor role affects therapeutic gains in counseling remains relatively unknown. According to Gelso & Carter (1985), counseling is 'the feeling and attitudes shared between the counselor and the client, and the ways they are expressed'. The counseling relationship model can be divided into two components: the working alliance and the real relationship. According to Gelso (2004), a real relationship is 'a relationship in which each person is true to the other person and recognizes the person as he/she is in the personal relationship between two or more people. To date, there have been many studies on working alliance; however, empirical studies on real relationships are lacking. The purpose of this study was to use phenomenological research methods to understand how counselors trained in focusing therapy experience real relationships and the types of meaning obtained by those experiences. The second Study, Mingyu Kim, Minjung Choi and Eunsun Joo will compare theories and practices of Ganhwa Seon (GS), one of Korean Buddhist traditional practices, and Focusing-oriented psychotherapy, in order to improve recognition and effectiveness of Focusing for Koreans. The principle of Ganhwa Seon is to carefully investigate on their own hwadu (subject or topic) that has caused them to raise doubt. Since Ganhwa Seon is traditionally Korean and well accepted by Koreans, the authors intend to examine Ganwha Seon and draw characteristics which can be applied to Focusing approach. By analyzing commonalities and differences of Ganhwa Seon and Focusing approaches, the authors aim to further develop Focusing for the appropriateness for Korean cultural setting.

이 패널은 한국의 문화적 배경 안에서 포커싱의 효과를 향상시키기 위한 연구들로 구성되었다. 첫 번째 연구는 박영현과 주은선의 연구인데 포커싱 훈련을 받은 상담자들이 실제관계를 어떻게 경험하는가에 관한 연구이다. 상담 영역에서 상담자 요인은 매우 중요한 의미를 지니며 상담의 효과에서 중요한 변수 중 하나로 알려져 있다. Gelso & Carter(1985)에 의하면 상담관계는 ‘상담자와 내담자가 서로에게 갖는 감정과 태도, 그것이 표현되는 방식’이라고 할 수 있다. 상담관계는 작업동맹과 실제관계 모델로 나누어 볼 수 있는데 Gelso(2004)에 따르면 실제관계는 ‘두 사람 또는 그 이상의 사람 간의 개인적 관계에서 각자가 상대방에게 진실하며 그 사람을 있는 그대로 인식하는 관계’라고 정의하고 있다. 지금까지 작업동맹에 관한 연구는 많이 되어왔으나 실제 관계에 관한 경험적 연구는 부족한 실정이다. 이에 본 연구에서는 포커싱 훈련을 받은 상담자들을 대상으로 현상학적 연구방법을 사용하여 포커싱 훈련을 받은 상담자들은 실제관계를 어떻게 경험하는지, 그리고 그 경험의 의미는 무엇인지 이해하는데 목적을 두고자 한다.

두 번째 연구에서 김민규, 최민정, 주은선은 한국인들을 대상으로 포커싱의 효과와 인식을 향상시키기 위해, 먼저 한국 불교의 전통적인 수행방법 중 하나인 간화선 체험과 포커싱 체험 심리치료의 이론을 비교할 것이다. 간화선의 원리는 주어진 화두(주제 또는 화제)를 주의 깊게 탐구하여 스스로에게 이에 대한 의문을 불러일으키는 것이다. 간화선은 전통적이고 한국인에게 잘 알려졌기 때문에, 저자들은 간화선을 검토하고 포커싱 접근법에 적용된 특성을 그리고자 한다. 간화선과 포커싱 방식의 공통점과 차이점을 분석하여 한국 문화 적응의 적절성을 위한 포커싱을 더욱 발전시키는 것을 목표로 한다.