



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

노 경 란 교수 지도
박사학위 청구논문

에니어그램 학습경험자의 중년기
발달과업 달성과정에 대한
근거이론 연구

2022

성신여자대학교 대학원
교육학과
지 미 선

에니어그램 학습경험자의 중년기
발달과업 달성과정에 대한
근거이론 연구

노 경 란 교수 지도

이 논문을 박사학위논문으로 제출함

2021년 10월

성신여자대학교 대학원






교육학과

지 미 선

인 준 서

지미선의 박사학위 논문으로 인준함

2021년 10월

심사위원장 김 종 훈 (서명 또는 )
심사위원 함 임 관 (서명 또는 )
심사위원 박 진 윤 (서명 또는 )
심사위원 조 윤 정 (서명 또는 )
심사위원 노 경 관 (서명 또는 )

성신여자대학교 대학원

감사의 글

이 논문을 준비하는 시간은 저에게 배움과 겸손이라는 의미를 다시금 숙고하는 시간이었습니다. 논문을 쓰면서 세상은 혼자 살아갈 수 없다는 것을 깨닫는 소중한 경험이었습니다.

논문의 결실이 있기까지는 많은 분의 노고와 배려가 있었습니다.

먼저 지도교수님이신 노경란 교수님께 감사드립니다. 연구와 일을 병행하면서 늘 시간에 쫓겨 힘들어할 때마다 응원과 지지를 아끼지 않으시고, 열과 성을 다해 지도해 주셔서 논문이 완성될 수 있었습니다. 그리고 논문 심사과정에서 세심한 지도와 격려를 보내주신 김종훈 교수님, 늘 따뜻한 모습으로 배려와 응원을 해주신 조윤정 교수님과 논문 하나하나 세밀하게 지도해 주신 박진운 교수님, 지속적인 지지와 응원을 보내주신 황임란 교수님께도 진심으로 감사드립니다. 또한 교육학에 입문하게 안내해 주신 안이환 박사님께도 감사드립니다. 저의 멘토이자 스승님이신 권대봉 교수님의 응원과 지지가 많은 힘이 되었습니다. 또한 에니어그램 학습경험자에 대한 논문을 쓸 수 있었던 것은 에니어그램의 가르침을 주신 윤운성 교수님 덕분입니다. 머리 숙여 감사를 드립니다.

16명의 연구참여자들에게 감사를 드립니다. 연구 취지를 이해해 주시고 흔쾌하게 참여에 동의해주시고, 성실하게 응해주셔서 귀중한 자료를 활용할 수 있었습니다. 이 과정을 통해 저도 학습경험의 귀중함을 깨닫고 성장하는 시간이었습니다. 다시 한번 연구참여자들에게 감사드립니다. 친구이자 학습의 동반자인 고선미 박사님이 되어주어 감사합니다. 동문수학하는 윤석경 학우님께도 감사합니다. 논문의 마무리 단계에서 수정을 도와준 소희정 박사에게도 감사합니다. 논문을 쓰는 동안 H연구소 직원들의 지지와 응원이 많은 힘이 되었습니다. 고맙습니다. 늘 마음으로 응원해 주시고 따뜻한 말로 응원해 주신 분들이 너무 많아 일일이 언급하지는 못하지만 많은 분의 격려가 도움이 되었습니다. 진심으로 감사를 드립니다.

끝으로 논문을 마칠 때까지 힘이 되어준 소중한 가족인 어머니, 언니, 동생들에게도 감사함을 전하며 이 소중한 행복을 함께 나누고자 합니다. 감사합니다.

논문개요

본 연구의 목적은 에니어그램 학습경험자들이 중년기의 자신의 발달과업을 달성해 가는 과정에서 에니어그램의 학습경험을 어떻게 활용하는지 탐색하고자 하였다. 이를 통해 심리학적 성격특성 도구로서 중년기 발달과업 달성에 도움이 되는 프로그램으로서의 실천적 방향을 모색하고자 하는 데 있다. 또한 중년기에 자신의 문제를 지속적 해결해 나가는데 주체성을 확보하고 유지증진 하는데 필요한 학습경험의 활용에 대한 의미를 제시하는 데 있다. 본 연구의 연구 문제는 1) 에니어그램 학습경험자들은 중년기에 해결해야 하거나 이루어야 할 목표로서 어떠한 것을 경험하는가? 2) 중년기에 해결하거나 이루어야 할 목표에 에니어그램 학습경험이 어떠한 영향을 미치는가? 3) 에니어그램 학습경험을 통한 삶에서의 활용 경험이 어떻게 나타나는가? 이다.

본 연구의 참여자는 중년기에 해당하는 40~60세로 H연구소에서 에니어그램 전문가과정을 이수한 학습경험자이다. 자료수집 기간은 2021년 8월부터~11월까지 진행하였다. 자료수집 방법은 심층 면담을 통해 진행하였다. 심층 면담을 통해 수집된 자료는 Strauss & Corbin(2008)의 근거이론 분석 절차에 따라 이루어졌다. 분석 절차는 개방코딩-축코딩-선택코딩 순서에 따라 진행하고 분석 내용을 제시하였다. 본 논문의 연구 결과는 다음과 같다.

개방코딩을 실시한 결과 335개의 개념이 도출되었으며, 유사 개념들을 묶어서 54개로 하위 범주화하였고, 공통적인 의미를 드러내거나 방향성이 같은 내용을 상위범주로 하여 25개로 도출하였다. 25개의 상위범주를 패러다임 모형을 통해 재배열하는 과정에서 드러난 중심현상은 ‘자기이해를 도와준 에니어그램’이었다. 이러한 중심현상의 인과적 조건들은 ‘자아정체성 혼란’, ‘새로운 도전 의욕’, ‘가정밖에서도 가치 있고 싶은 나’, ‘에니어그램 학습 동기’로 구성되었다. 이러한 중심현상의 맥락적 조건들은 ‘흔들리는 경제 입지’, ‘한계에 부딪힌 직장생활’로 구성되었다. 또한 중재적 조건들로는 ‘체감되는 노화’, ‘가치관의 변화’, ‘어려워진 가족관계’, ‘부모부양의 어려움’, ‘에니어그램 학습 공유하기’,

‘에니어그램 학습 지속하기’, ‘같이할 때 성장하는 학습’으로 드러났다. 이들에게서 나타난 작용/상호작용 전략들은 ‘객관적으로 시각 갖고자 노력하기’, ‘일상 생활에서 에니어그램 활용하기’, ‘진정성 있게 반성하기’, ‘있는 그대로 타인 수용하기’, ‘긍정적으로 소통하기’, ‘에니어그램을 활용하여 문제 해결하기’가 도출되었다. 이러한 과정을 거쳐 나타난 결과들은 ‘긍정적으로 변한 나’, ‘나의 변화에서 시작한 관계의 변화’, ‘에니어그램 활용으로 향상된 직업역량’, ‘학습 즐기기’의 상위범주가 상정되었다. 이를 통해 본 연구의 핵심범주는 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”으로 나타났다. 이와 같은 핵심범주를 중심으로 에니어그램 학습경험자의 중년기 발달과업 달성과정에서 분석한 결과 ‘자아성장형’, ‘관계회복형’, ‘직업활용형’, ‘지속학습형’의 네 가지 유형을 도출하였다.

이상에서 얻은 결과를 통해 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 활용을 통하여 지속적 문제해결에 주체성을 확보하고 유지 증진하는데 에니어그램 학습경험의 의미를 제시하였다.

주제어: 에니어그램, 중년기, 발달과업, 근거이론, 학습경험, 학습활용

목 차

논문개요

I. 서론	1
1. 연구의 필요성	1
2. 연구목적	4
3. 연구문제	5
4. 용어 정의	5
II. 문헌고찰	6
1. 중년기 발달과업에 대한 이해	6
1) 발달과업	6
2) 중년기의 특성 및 시기	7
3) 중년기의 발달과업	10
2. 에니어그램 이해	13
1) 에니어그램 기본 이해	20
2) 에니어그램 선행연구 분석	19
3) 학습경험으로서의 에니어그램 단계별 프로그램 개요	20
III. 연구방법 및 절차	22
1. 연구설계를 위한 근거이론	22
2. 연구참여자	25
3. 자료수집 방법	27
4. 자료분석 방법	27
5. 연구의 평가기준	30
1) 연구의 엄격성	30

2) 연구의 윤리성	32
3) 연구자 준비	32
IV. 연구 결과	34
1. 인터뷰를 중심으로 요약한 연구참여자에 대한 이야기	34
2. 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 활용에 대한 개념 및 범주화	44
3. 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 활용에 대한 범주분석	61
1) 중심현상	62
2) 인과적 조건	67
3) 맥락적 조건	75
4) 중재적 조건	79
5) 작용/상호작용 전략	92
6) 결과	106
4. 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 활용에 대한 근거이론 제시	115
1) 핵심범주	115
2) 이야기 윤곽	116
3) 가설적 정형화 및 관계 진술	120
4) 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 학습경험에 대한 학습 활용 유형분석	122
V. 결론 및 제언	127

참고문헌

ABSTRACT

부 록

표 차례

〈표 1〉 중년기의 발달과업	13
〈표 2〉 힘의 중심특성 요약	15
〈표 3〉 성격유형별 특성 요약	16
〈표 4〉 단계별 프로그램 개요구성	21
〈표 5〉 연구참여자 개요	26
〈표 6〉 근거이론 연구에 대한 평가 준거틀	30
〈표 7〉 연구참여자의 주관적 발달과업 요약	43
〈표 8〉 중년기 발달과업 달성에서 에니어그램 활용에 대한 개념 범주화 ..	44
〈표 9〉 중심현상의 속성과 차원	66
〈표10〉 인과적 조건의 속성과 차원	75
〈표11〉 맥락적 조건의 속성과 차원	78
〈표12〉 중재적 조건의 속성과 차원	92
〈표13〉 작용/상호작용전략의 속성과 차원	105
〈표14〉 결과의 속성과 차원	114
〈표15〉 핵심범주의 속성과 차원	116
〈표16〉 중재적 조건들과의 가설적 관계	121
〈표17〉 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 학습경험 활용유형 분석	122

그림 차례

[그림 1] 에니어그램 훈련프로그램	14
[그림 2] 근거이론 연구 진행과정	28
[그림 3] 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 활용에 대한 패러다임 모형	61
[그림 4] 에니어그램 학습경험 활용유형과 관계	126

I. 서론

1. 연구의 필요성

인생의 발달 단계에서 중년기는 태어나서 죽음에 이르기까지의 전 과정에서 근원적인 변동이 시작되는 시기이다. 한 인간이 완성되고 성숙한 존재로의 삶을 잘 마무리하기 위해 노력해야 하는 시기이며 노년을 잘 대처하고 준비해야 하는 전환기라고 할 수 있다. Levinson(1978)은 중년기에는 자신의 인생을 반성·재평가하고 지금까지 살아온 삶의 전반을 되돌아보면서 삶의 새로움 목표, 계획 수립 등을 수립하고 전반적인 균형을 찾아야 하는 시기라고 했다. 인생에서 어느 시기나 중요한 의미가 있지만, 중년기는 인생을 전·후반으로 나누어 볼 때 삶의 전환기이자 자신의 삶 전반에 대한 성찰과 반추를 통해 스스로 정체감을 찾기 위한 새로운 적응이 요구되는 시기인 것이다.

이에 중년기에 발달과업으로 개인적인 차원의 생리적, 사회·심리적 변화를 수용하고 적응하여 자신의 삶에 대한 재평가와 내적 자아에 대한 깊은 성찰을 통해 통합된 자아를 구축하는 것이 필요하다고 하였다(Havighurst, 1952; 김재은 역, 1996:11). 개개인이 발달상의 과업을 잘 수행해 나가는 것은 개인적·사회적 차원에서 매우 중요한 일인데, 중년기에 발달과업을 달성하지 못한다면 다양한 심리적, 정서적인 어려움을 겪게 될 것이고, 이 사회에 주축이 되는 중년기의 혼란이 곧 사회적 혼란과 갈등을 야기할 수 있다.

전미경제연구소(NBER)가 발간한 최신 연구보고서에 따르면 인생 전반에서 중년은 삶의 만족도가 가장 낮은 나이로 전 세계 187개 선진국 국민들이 가장 불행하다고 느낀 나이는 평균 47.2세이며, 개발도상국은 48.2세였다(머니투데이, 2020). 흔히 말하는 중년기 위기가 지구촌 공통 현상인 것이다.

중년기가 되면서 나타나는 건강 약화 및 신체의 노화 현상이 나타나고, 심리적으로 짜증과 불안, 피로로 인해 자신에 대한 연민과 우울을 경험하며 이에 따른 신체적 증상을 호소한다(Lee, Kim, & Oh, 2003). 미래에 대한 경제적 불

안, 가족의 해체, 황혼 이혼과 졸혼, 자녀들의 취업 불안정과 결혼 기피증은 중년의 책임감을 가중시키고, 이는 삶의 방향 감각을 상실케 하고 자신에 정체성의 혼돈을 야기한다. 또한, 중년기는 자신의 능력을 경험과 통합하는 생의 절정 기임과 동시에 직장에서의 높은 지위 유지에 따른 독자적 판단의 기회가 많아지고 그에 따른 책임감을 감당해야 하므로 정신적, 신체적으로 많은 스트레스를 받게 된다. 이에 따라 젊은이와의 경쟁으로 지위에 따른 불안감도 증가하여 삶의 질을 위협하는 원인이 될 수 있다(Lee, 1998; 김춘경, 2010). 이러한 인생의 사건과 변화에 적응하지 못했거나, 정서적으로 위기감을 경험하게 되면, 삶의 목적과 방향 상실, 새로운 변화와 시도에 대한 두려움 등 심리적 고통이 뒤따르게 된다(Jerry & White, 1991).

다시 말해 중년기의 다양한 문제와 고민들을 해결해야만 한 인간이 완성되고 성숙한 존재로의 삶을 잘 마무리하며, 노년을 잘 대처하고 준비할 수 있는 것이다. 특히 최근 들어 베이비 붐 세대(1955~1963년생)가 중년기 진입과 더불어 평균수명이 늘어나면서 중년기가 인생에서 차지하는 기간이 길어지게 되었다. 2020년 65세 이상 고령 인구는 우리나라 인구의 15.7%로, 향후에도 계속 증가하여 2025년에는 20.3%에 이르러 우리나라가 초고령사회로 진입할 것으로 전망된다(통계청, 고령자 통계 발표, 2020). 이는 현시점에서 늘어난 수명으로 인해 초고령화 사회로 가는 시점에서 중년기의 삶의 중요성이 강조되어야 함을 나타내고 있다. 이에 따라 중년기에 대한 연구와 관심이 증대되고 있다.

국내에서는 1980년 후반을 시작으로 2000년도 후반부터 점차 중년기에 대한 연구가 활발하게 이루어지고 있으나, 아직까지 청소년 또는 대학생 대상에 대한 연구에 비해서는 미비한 실정이다(김민희 외, 2017). 특히 이러한 연구도 대부분은 가정학, 심리상담, 간호의학, 가족복지학 등에서 중년기에 위기와 관련된 신체적·정신적 문제를 다루거나, 가족 구성원간의 문제해결에 초점을 맞춘 연구가 대부분이다.

중년기 발달과업에 대한 국내 연구를 살펴보면, 2020년까지 주로 성인 발달의 내용과 과정에 관한 연구(김애순, 2002; 장휘숙, 2008; 심석순, 2010), 발달과업과 행복감, 심리적 안정감, 우울감, 자아존중감 등 심리적 문제 등에 관한 연구

(황매향, 2008; 이휘수, 2010; 정미영, 2010; 장휘숙, 2009; 장휘숙, 2010)등이 있었으며, 평생교육학 분야에서는 성인발달과 교육프로그램개발 또는 모형개발에 관한 연구(이령자, 이명자, 1995; 황영아, 2018), 중년기 프로그램 참여 양상 및 효과 분석에 관한 연구(안지영 외, 2006; 유기용, 2015; 이상희 외, 2016; 황영아, 2018) 등이 있다.

전술한 바와 같이 대부분 발달과업에 대한 연구가 성인 이전을 다루는 연구이거나 발달심리학적 연구이다. 성인이 되면 발달이 끝난 것이 아니라, 중년기에 인생에 대한 경험과 고유함을 가지고 있고 지속적인 발달과업을 가지고 있다. 따라서 지속적인 학습이 필요하고 이는 평생교육에서 더 많은 관심을 기울여야 함을 시사한다. 이러한 발달과업 달성과정을 학습차원으로 보고 학습경험이 중년기의 발달과업 달성과정에 어떠한 영향을 미치고 어떻게 활용되어지는지에 대한 연구의 필요성이 있다.

이에 중년기에 발생하는 여러 가지 위기를 잘 대처하고 발달과업을 달성할 수 있도록 다양한 학습경험에 대한 연구는 평생교육에서 더 많은 관심을 가져야 한다. Havighurst(1952)는 변화하는 사회적 요구의 적응을 위해 지속적인 학습을 강조하며 성공한 사람 또는 행복한 사람으로 스스로 판단하게 되려면 학습하여야 함을 설명하고 있으며, Knox(1977)는 인간은 성숙할수록 자신이 사회적 역할 수행에 필요한 과업을 달성하기 위해 학습에 참여하게 되고, 학습참여를 통해 자신이 맡고 있는 책무에 성공적으로 임하기 위한 노력과 교육적 요구가 연결되어 발달과업을 수행한다고 하였다. 이러한 발달과업의 성취는 생애 주기에서의 새로운 변화에 적응을 도모하며 개인의 성장과 성숙을 도모(Erikson, 1980)한다.

이에 본 연구는 중년기 발달과업 달성과정에 대한 질적연구로 에니어그램 성격 진단 도구에 대한 활용이 삶 속에서 자신의 문제 상황이나 달성하고자 하는 목표에 어떠한 영향을 미치고 어떠한 학습경험의 활용이 이루어지는지 이론적 근거를 알아보하고자 한다. 연구자가 다양한 성격적 특성의 도구에 대한 학습경험들 중에 에니어그램에 주목한 이유는, 에니어그램은 개인의 특징적인 본능적 습관, 정서적 습관, 사고적 습관의 내면화된 동기를 통하여 자신의 성격적 특성을 살펴봄으로써 자신을 이해하고 성장하는 도구로(Riso & Hudson, 1999; 윤운성, 2002a)알려져

있기 때문이다.

에니어그램 성격 시스템은 기업, 정부기관, 교육 및 인간 서비스 분야를 포함한 다양한 상황에서 심리적 건강, 대인관계 효율성 및 자아발달을 돕는(Daniels, 2000; Lapid-Bogda, 2010) 도구 및 프로그램으로, 자신의 성격구조를 탐색하여 객관적으로 자신을 파악하고 타인을 있는 그대로 이해하고 수용 하는데 도움이 되는 모델이다(Rohr & Ebert, 2002; Riso, 1992). 나아가 에니어그램은 성격의 차원을 넘어 자신을 관찰하고, 이해하여 자기를 변형함으로써 인격을 완성하는데 그 목적이 있다(Riso & Hudson 2000; 윤운성, 2002a; 황임란, 2005). 에니어그램은 인간의 문제를 도와주고 인간관계로 인한 갈등을 해소하여 다양한 분야에서 개인의 성장에 유용한 도구이다(윤운성, 2001a; 2001b; Naranjo, 1995; 1997, Palmer, & Brown, 1998).

에니어그램 성격진단 도구는 기본적으로는 자기이해에 초점을 맞추고 있으며, 자기개발 및 인간관계 개선을 도모할 수 있는 프로그램으로 활용되어지고 있다. 기존 선행연구들을 살펴보면 진단 도구의 특성상 자기이해에 초점을 맞추고 있고, 프로그램 개발 및 효과성에 관한 연구가 주로 이루어지고 있다. 진단 도구의 특성상 자기이해가 중요하지만 진단 도구의 결과를 해석하고 이를 수용하는 과정에서 다양한 학습경험이 이루어지고 있는 것은 분명하나, 이러한 학습경험이 삶의 경험 속에서 어떻게 활용되고 있는지에 대한 논의는 상대적으로 부족하다. 따라서 성격 도구의 본래 목적인 자기이해를 넘어서서 이를 통해 얻은 에니어그램 학습경험이 중년기 발달과업으로서 자신의 문제에 어떻게 활용되는지에 대하여 관찰하고 분석할 필요가 있다.

2. 연구의 목적

본 연구는 에니어그램 학습경험자들이 중년기에 자신의 발달과업을 달성해 가는 과정에서 에니어그램의 학습경험의 활용과정을 근거이론으로 탐색하는 것을 목적으로 한다. 도출된 결론은 심리학적 성격특성 도구의 학습경험에 대한 활용을 질적연구를 통해 밝혀내려는 시도로 이론적으로 학문적 가치를 기대할 수 있

다. 또한 학습경험의 활용과정 탐색을 통해 중년기 발달과업에 달성에 도움이 되는 프로그램으로서의 실천적 방향을 기대할 수 있다. 마지막으로 에니어그램 학습 경험의 활용과정을 살펴봄으로써 삶 속에서 지속적 자신의 문제를 해결해 나가는 주체성을 확보하고 유지 증진하는데 필요한 학습경험에서 활용에 대한 의미를 제시하고자 한다.

3. 연구문제

- 1) 에니어그램 학습경험자들은 중년기에 해결해야 하거나 이루어야 할 목표로서 어떠한 것을 경험하는가?
- 2) 중년기에 해결하거나 이루어야 할 목표에 에니어그램 학습경험이 어떠한 영향을 미치는가?
- 3) 에니어그램 학습경험을 통한 삶에서의 활용 경험이 어떻게 나타나는가?

4. 용어 정의

- 중년기 발달과업 : Helson & McCade(1994)은 중년기 발달 단계에서 나타나는 발달 경험이 다양하기 때문에 중년의 발달과업이 수행되는 과정과 경험은 각기 다르다고 했다. 이에 본 연구에서는 에니어그램 학습경험자들이 중년기에 해결해야 하거나 이루어야 할 목표를 발달과업으로 정의한다.
- 발달과업 달성 : 에니어그램 학습경험자들이 중년기에 해결하거나 목표 달성과정에서 파생되는 다양한 경험과 결과를 발달과업 달성이라고 한다.
- 중년기 : 통계청에서 발표한 자료에 의한 국내에 거주하는 만40~64세 연령을 중년기로 한다(통계청:중장년층행정통계, 2019).
- 에니어그램 : 에니어(ennea)는 아홉을 뜻하고, 그램(gram)은 그림이라는 뜻이다(Palmer, 1991). 에니어그램은 두 단어를 합성한 것으로 ‘아홉 개의 점이 있는 그림’으로 표현되며 여기에서는 9가지 성격특성 분석 도구로 본다.

II. 문헌고찰

1. 중년기 발달과업에 대한 이해

1) 발달과업

미국의 교육학자 Havighurst(1972)는 발달과업(developmental task)이라는 개념을 과학적인 개념으로 처음 소개한 학자로 인간의 발달과정에서 사회에서 인간이 부과한 과제를 배우는 과정으로 보며, 인생의 주기별 수행해야 할 발달과업이 있음을 강조하였다. 그 과업이 성공적으로 달성되어야만 다음 단계에서 요구되는 과업을 훌륭하게 달성하게 되며, 발달과업이 성취되어야 할 결정적 시기(critical period)가 있다고 하였다(Havighurst, 1972). 그 시기에 발달과업을 달성하면 행복과 성취감을 누릴 수 있지만, 실패하면 개인적 불행과 사회적 인정을 얻지 못하고 그 이후 발달과업에 장애를 초래하고 문제가 생길 수 있다고 주장한다.

심리사회적 발달이론으로 인간의 발달단계를 8단계로 구분한 Erikson(1963)도 각 단계별 극복해야 할 위기와 달성해야 할 발달과업이 있음을 제안하면서, 인간의 심리사회적 발달은 위계적으로 이루어지며 이전단계의 해결되지 못한 발달과업은 이후의 발달에 부정적 영향을 미칠 수 있음을 강조하였다.

Levinson(1978)은 인생을 사계절로 표현하면서 시기마다 주어진 발달과업을 어떻게 수행하느냐에 의해 개인의 인생구조(Life Structure)를 더 성공적으로 확립할 수 있는 토대가 이루어진다고 생각하였다. 이렇듯 많은 학자들이 시기별 발달과업 달성에 대한 중요성을 이야기 하였으나, 그 발달과업 내용과 시기는 개인의 생물학적 능력과 사회적으로 구성되어지고 요구되어지는 기대와 규범간의 관계에 따라 결정되기 때문에(Heckhausen, 1999; Neugarten, 1977) 개인과 변화하는 맥락 사이의 상호작용이 중요하다는 것이다.

따라서 중년기 발달단계에서 나타나는 발달경험이 다양하기 때문에 중년의 발달과업이 수행되는 과정과 경험은 각기 다르다(Helson & McCade, 1994)는

관점으로 본 연구에서는 중년기에 나타나는 발달과업으로서 해결해야 할 문제나 이루어야 할 목표들을 살펴보고, 이에 발달과업이 달성되는 과정에서 에니어그램 학습경험이 중년기 대상 연구참여자들에게 어떻게 활용되고 있는지 심층적 이해를 하고자 질적연구를 통해 알아보고자 한다.

2) 중년기의 특성 및 시기

중년기는 청년기에서 노년기로 가는 중간시기로 노부모와 성장한 자녀의 중간에 위치한 세대이다. 이 시기는 안정되고 성숙한 인생의 황금기인 동시에 여러 가지 복잡하고 어려운 문제 등으로 몸과 마음이 힘든 시기이기도 하다. 개인적 발달의 관점에서는 신체적·생물학적 노화가 시작되는 시기이며, 심리적 요인과 사회적 환경요인 등 여러 가지 상호작용을 통해 많은 변화와 문제를 안고 있는 시기이다. 이시기의 특성들을 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 중년기에 들어서면서 여러 삶의 측면의 변화를 경험하게 되지만, 가장 먼저 신체적 변화를 겪게 된다. 얼굴에 주름이 생기고 피부 탄력이 저하되고 체중이 증가하면서 외모가 변하기 시작하고, 시력저하 현상이 나타나면서 더 이상 젊지 않다는 자각이 오게 된다. 외모의 변화가 심해지면 때때로 우울해지기도 한다. 그러나 외모 변화에 대한 자기의식은 개인이 속한 사회와 같은 태도에 의해 강화될 수 있다(Banister, 1999; Lippert, 1997; Stewart & Ostrove, 1998). 이는 중년 여성들로 하여금 더 이상 사회적 외모에 가치를 두지 않으면서 정서적·영적 경험을 제공하기도 한다(Banister, 1999).

한국 중년 여성들이 50%이상 폐경을 경험하며 이에 따른 갱년기 증상을 호소하면서 쉽게 ‘피곤하고 기운이 없다’, ‘팔다리에 통증을 느낀다’, ‘신체적으로 피곤함과 예민함을 경험한다’라면서 부정적인 불편감을 호소하고(박경란, 1996), 남성의 경우도 여성의 폐경기처럼 커다란 변화를 겪지 않으나, 남성 호르몬의 분비가 감소 되면서 생식능력의 약화를 경험하며, 근육 손실과 심혈관 질환에 노출되기도 한다(김은미, 2005).

그러나 이경해(1992)의 연구에서 보면 폐경의 경험은 고통에서의 편안함으로, 속박에서 자유로, 임신의 두려움에서 벗어난 자유를 만끽(Rossi, 2004)하며

자신의 삶을 풍성하게 탈바꿈시키는 계기로 보기도 하며 긍정적 기회로 삼기도 한다. 이에 중년기에 노화나 나이에 대한 경험을 좀 더 주관적인 경험과 의미로 탐색하고 이해하려는 노력이 필요하다(Banister, 1999; Lippert, 1997). 이는 중년기에 신체적인 변화를 통해 부정적 요소들을 긍정적인 요소로의 이동과 노화에 대한 균형적 태도를 이루는 것이 발달과업으로서 중요함을 나타내고 있다.

둘째, 중년기에서는 심리적 요인으로 다양한 변화를 경험하게 되는데, 가장 먼저 나이가 들어감으로 인한 죽음에 대한 필연성을 깨달음으로써 남은 시간에 대한 관심을 통해 과거보다는 현실과 미래에 초점을 맞추게 된다고 하였다(Horton, 2002). 중년기의 자신의 정체성에 대한 문제와 삶의 의미에 대한 탐색은 개인이 경험하는 좌절감과 우울감, 허전함, 무기력 등 부정적 정서로 통하면서 삶의 재조정에 임하게 된다. 이에 외부환경이나 사건에 대한 관심보다 내적인 세계 탐색을 통해 자기성찰과 영성을 추구하게 되고 자기반성적 측면을 갖게 된다(Jung, 1993). 또한 자아의 욕구, 필요, 성장발달에 관심이 증대되는 시기로 보고 있다(김명자, 2003). 중년기에는 생산성대 침체감의 시기로 에릭슨이 발달과업으로 제시하고 있는 생산성이 최고조에 이르는 시기로 성취욕구가 강한 것으로 나타났다(Erikson & Kivnick, 1986; Vaillant, 1977). 특히 직업이 있는 중년들에게는 자신감을 가지고 자신이 전문가로서 업무를 처리하고 능력을 발휘하는 특성이 나타난다(윤진, 1985).

마지막으로 사회적 환경요인으로는 가족관계 직장·사회적 역할의 변화 등의 특징을 살펴볼 수 있다. 가족관계에서는 자녀와의 역할이 감소하고 부부간 관계는 더욱 밀접해지는 시기(Erikson, 1960; Levinson & McKee, 1978; Vaillant, 1977)이기도 하지만 자녀의 독립으로 많은 시간 함께하는 부부가 갈등 요인으로 작용하여 중년의 위기를 경험하기도 한다(Erikson, 1960; Levinson, 1978). 이때 청소년 또는 성인 초기의 자녀를 둔 경우, 대학에 가거나 직장을 얻거나 결혼을 하게 되면 자녀를 독립 시켜야 되는 상황을 경험하면서 '빈둥지 중후군'을 경험한다(Levinson, 1978). 또한 노부모와의 관계에서는 수명의 연장으로 인해 부양에 대한 책임이 길어지게(Tornatore & Grant,

2002)되고, 부모의 질병과 사망으로 인한 상실감과 슬픔 등의 감정을 다루기도 해야 한다(Bumpass & Aquilino, 1995). 직장 및 사회적으로는 활동이 가장 왕성한 시기로 일정한 지위와 소득이 높아지므로 가정이 안정되는 시기이기도 하지만, 직장에서의 책임감 높아지고 젊은 사람들과의 경쟁에 지위 유지에 따른 불안감이 증대하는 시기이기도 하다(Lee, 1998). 또한 중년기는 은퇴에 대한 상실감이 위기를 불러일으킬 수 있는 시기이며, 노동시장의 불안으로 인해 중년기에 조기퇴직 및 은퇴 후 충분한 준비가 되어 있지 않으면 직업을 구하는데 어려움을 겪는다(Lachman, 2004). 또한 사회활동을 가장 활발하게 하는 시기로 가족관계 외에 취미활동, 여가활동 등 정서적 지원을 위한 다양하고 새로운 역할을 학습하고 사회화하는데 유용한 자원으로 활용하는 시기이다(김명자, 1998).

중년기는 인간의 발달에 전 생애를 통해 진행된다는 것에 많은 학자들이 일치하는 견해를 가지고 있지만, 언제부터 시작되는지 단정 지어 말하지 않는다. 중년 시기를 나이로 구분하는 것은 학자마다 차이가 있지만 대부분의 연구자들은 40~50세를 노년으로 가는 중간 단계인 중년으로 결정짓고 있다(최재숙, 2011). 그 시기가 자신의 전환점을 맞는 시기로 변동의 시기, 전환의 시기로 보고 있는 것이다. Levinson(1978)은 중년기를 40~60세 시기로 보고, 분석심리학자 Jung(1999)은 35세에서 40세 전후로 보았다. 또한 발달심리학자 Havighurst(1972)는 중년기를 35~60에 해당 한다고 보았다. 하지만 최근의 서구에서는 중년을 65세까지 포함하고 있으며, 심리학자 Nreugarten & Datan은 건강하게 일할 수 있는 75세까지 활동하는 고령자를 지칭해 새로운 중년의 의미인 신(新)중년이라는 용어를 사용했다(윤영걸, 2008). 임경수(2005)는 평균수명의 증가에 따른 통계청의 자료에 근거하여 중년기의 나이를 남성은 40~60세, 여성은 35~60세로 보는 것이 보편적이라고 자신의 생각을 말하고 있다. 정석환(2007)은 '35세에 시작하던 중년이 이제는 40이나 45세를 전후로 65세까지를 중년이라 말하는 것이 학계의 정설로 굳어지고 있다'고 말한다. 사회적 연령으로는 자녀의 사춘기 시작부터 자녀의 결혼 (빈 등지 시기) 또는 은퇴까지를 중년기라 할 수 있다(김중서, 남정걸, 정지웅 및 이종환, 1982; 김애순, 윤

진, 1991).

본 연구에서는 중년기의 연령을 국내 통계청 중장년층행정통계(2019)에 따른 국내 거주하는 만 40~64세 연령의 내국인을 중년기로 보고자 한다.

3) 중년기의 발달과업

중년기에 대한 인간발달과정에서 다양하게 부여한 의미들과 발달과제를 연구한 주요 학자들의 내용을 살펴보고 그 개념들을 제시하면 다음과 같다.

먼저 중년기에 대한 개념을 구체적으로 발전시킨 사람으로서 Jung(1954)은 인생의 전반기와 후반기를 구분하고, 중년기를 인생의 전반에서 후반으로 바뀌는 전환점으로 보고 급격한 가치관의 변화가 일어나는 시기인 중년기에 전환은 개인의 인생에서 매우 중대한 사건이며, 시기라고 보았다. 이에 주요 발달과업으로 ‘개성화’를 이야기 하였는데, 사람은 의식과 개인 무의식, 집단 무의식으로 정신이 3가지 요소로 이루어지고 있으며, 이런 내면의 의식과 무의식이 통합을 이룬 상태가 바로 자기이며, 그런 상태에 있는 사람의 정신은 하나의 전체로서 적절히 작용하게 된다. 이때 개인은 자아발달 과정을 통해 명확하게 자아 정체감을 찾고, 외부에 집중되었던 관심이 내면으로 옮겨지면서 자아를 통합한다. 사회적으로는 무의식적으로 강요된 남성성과 여성성의 조화를 이루며 자신이 가지고 있는 온전함을 회복할 수 있다. 다시 말하면 융이 말하는 ‘개성화’가 바로 이 자기를 실현하는 것을 두고 하는 말로 한 인간이 진정한 자기로 성숙해가는 과정을 말한다.

Erikson(1963)은 사회심리발달이 전 생애를 거쳐 지속된다고 주장하였으며, 인간의 전 생애를 8단계로 구분하고 각 단계별 발생 되는 위기를 극복하고 성취할 과업을 달성해야 한다고 강조하였다. 특히 7단계에 해당하는 중년기에는 생산성 대 자아 침체감 시기로 구분하면서, 주요 과업으로 생산성을 달성해야 함을 이야기 하였다. 생산성이란 자녀를 양육하고 가르침으로 사회참여를 통해 사회적 역할을 수행할 수 있도록 하고, 직업적으로는 성취를 통해 세상에 공헌하고, 그 외 학문적·예술적 업적이거나, 사회활동 여가활동 등을 성공적으로 경험하는 것을 말한다. 이 시기에 생산성을 갖추지 못하면 진정한 자아의 성숙을

이루지 못하고 자아 침체감에 빠지게 된다.

Peck(1968)은 에릭슨의 후기 발달 단계 이론을 바탕으로 7~8단계를 통합하여 7단계로 제시하였는데, 중년기 발달과업으로 첫째 육체적 힘의 중시보다는 인생의 경험에서 오는 지혜를 통해 정신력을 강화시킬 것, 둘째, 사회적 인간 대 성적 대상화로 이성이나 배우자와의 성적 요소의 중요성을 낮추고 개인, 친구, 동료로서의 상호 관계를 재정립하여 깊은 이해를 얻을 것, 셋째, 정서적 유연성을 통해 부모와 친구의 죽음 및 자녀의 독립으로 인한 정서적 단절의 경험을 다양한 개방적인 대인관계를 통해 위기를 극복할 것, 넷째, 정신적 유연성을 통해 과거의 고정관념이나 경직되어 있는 사고방식에서 벗어나 융통성과 개방성으로 새로운 변화를 수용할 것을 제시하고 있다(이은정, 2003).

Havighurst(1972)는 발달단계를 6단계로 구분하여 중년기의 발달과업으로 사회적 의무와 책임의 수행, 생활의 경제적 수준의 안정 확립, 신뢰할 수 있는 부모로서 자녀들과의 협력, 배우자와의 동등한 인격적 관계와 타인과의 친밀감 강화하기, 생리적 변화 인정하고 적응하기, 직업적 경력에 만족과 성과 유지하기, 여가생활에 적극적 참여하기, 노년기 부모 공경하기 등으로 규정하였다.

Levinson(1978)은 인간의 전 생애를 4단계로 구분하여 설명하면서 성인 후기에 해당하는 40세~65세까지의 4단계를 중년기로 보았다. 중년기의 전환기로 들어서면서 발달과업으로는 자신의 인생을 돌아보며 자신이 이루어 놓은 일에 대한 가치에 대한 질문과 자신의 정체성, 과거 자신의 꿈에 대한 재평가와, 기존 생의 부정적 요소를 수정하여 가치 있는 목표의 발견 등을 통해 중년기 새로운 구조를 형성하는 것, 개별화 과정을 이루는 것으로 제시했다. 개별화 과정이란 젊음과 늙음, 파괴성과 창조성, 남성성과 여성성, 애착과 분리에 대한 양극성을 통합하는 것을 말한다(김은미, 2005). 이러한 자아 내부에 공존하는 양극성을 통합하고 생애 구조를 재조정하여 개인이 보다 성숙해지고 외부환경에 더 잘 적응할 수 있다는 것이다.

Colarusso & Nemiroff (1981)은 중년기에 신체적 약화를 수용하고 인식하는 것, 미래가 영원하지 않다는 삶의 유한성을 수용하는 것, 자녀의 성장, 손자녀의 출생, 부모님의 죽음 등 삶과 죽음에 대한 수용성을 높이는 것, 배우자와의

성숙한 친밀감 유지하는 것, 자녀에 대한 분리 및 손 자녀와의 관계 재형성 하는 것, 부모님의 대한 돌봄, 직장에서의 권위행사, 주변 친구들과의 우정 수립 등을 발달과업으로 이야기 하였다(양현근, 2021). 그 외 Gould(1978)는 중년기에 생의 목표를 재조정해야 하는 시기로 남은 생애에 의미를 부여하고 자신을 내적으로 성장시키므로 자기변형을 통해 자아를 발달시켜나가야 한다고 하였고, 배우자 없이도 살수 있다는 자립심을 과업으로도 하였다. Colarusso & Nemiroff (1981)는 노화로 인한 신체적 변화를 수용하고 신체 보존을 위해 노력할 필요성을 제기하였다.

한편 국내에는 김종서 외 3인(1982)이 한국인의 중년 발달단계를 중년의 재점검(35세~43세), 중년 안정화(44세~55세), 은퇴준비(56세~64세)로 나누어 설명하면서 세부적인 발달과업을 제시하고 있다. 구체적으로는 목적적인 일 탐색. 결혼생활 재평가. 직업의 재검토 및 직장생활과 사회생활에 대한 적극성 발휘. 지역사회 참여. 자녀와 관계 재설정 및 텅 빈 가정에 적응. 부모와의 관계 정립 및 부양. 개인적 가치 재평가. 독신생활의 적응. 문제해결하기. 변화 스트레스 관리. 건강문제 적응. 여가시간 관리 및 경제준비. 인간관계 재정립. 은퇴준비. 배우자 상실 준비 등으로 중년기에 발생할 수 있는 세부적인 단계별 발달과업을 제시한 것을 볼 수 있다.

위와 같이 학자들마다 유사하게 강조되고 있는 내용 들을 포괄적으로 정리해 보면 다음과 같다. 먼저 개인적 차원에서 생물학적 측면과 경제적 측면, 심리 내적·자아 측면, 직업적 측면으로 구분할 수 있으면, 사회적 측면으로는 가족관계와 사회관계와 책임, 사회적 여가활동 및 기여 등으로 정리해 볼 수 있다.

이를 간단히 제시하면 아래 <표 1> 과 같다.

이에 본 연구에서는 중년기 발달과업으로서 연구참여자들에게 나타난 해결해야 할 문제나 이루어야 할 목표에 초점을 두어 개인적 차원으로는 심리내적·자아 측면을 사회적 차원으로는 가족과 사회 관계적 측면과 직업적·사회적 책임 및 성취를 중심으로 알아보려고 한다.

〈표 1〉 중년기의 발달과업

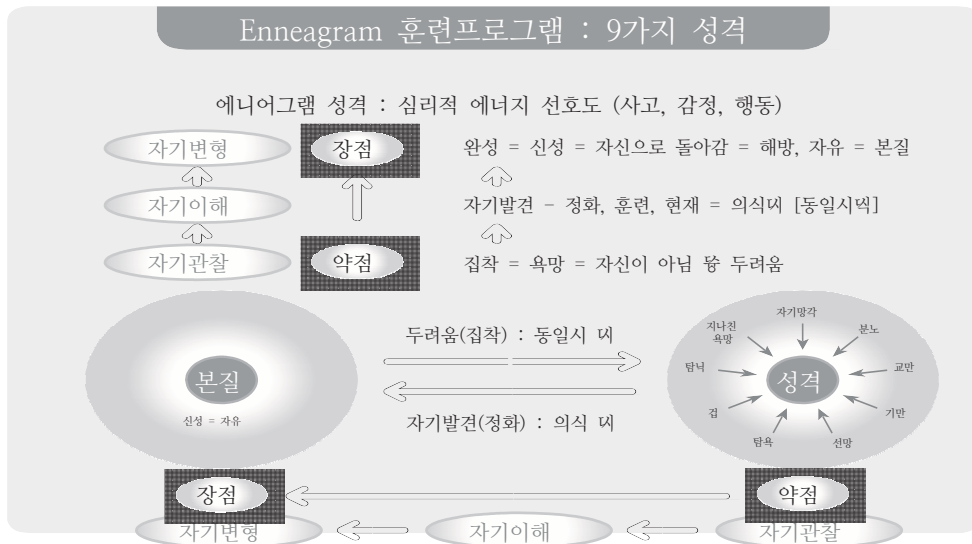
발달영역 \ 학자	Jung	Erikson	Peck	Havighurst	Levinson	Colarusso	Gould	Calvin & Colarusso	김종서 외
생물학적 측면			○	○		○		○	○
경제적 측면				○					○
심리내적 · 자아측면	○	○	○	○	○		○		○
직업적 측면		○		○					○
가족관계			○	○		○		○	○
사회관계와 책임		○		○					○
사회적 여가 활동 및 기여				○					○

2. 에니어그램 이해

1) 에니어그램 기본 이해

에니어그램은 구르지에프(Gurdjieff)에 의해 서구사회에 알려진 고대로부터 내려온 인류 지혜의 축적물로서, 인간의 성장과 발달 도구이며, 에니어그램은 성격의 차원을 넘어 자기관찰·자기이해·자기변형을 통해 인격을 완성 하는데 있다(Riso, 2003; 윤운성, 2002a). 에니어그램 이해는 인간에 대한 새로운 이해를 갖게 하며, 세상을 다른 눈으로 볼 수 있게 하므로 삶의 변화를 가져온다(Riso, 2004; 윤운성 역, 2015). 에니어그램 성격유형론은 인간 의식의 지도를 성격에서부터 의식적 변화에 이르기까지를 포괄하는 자기관찰과 변형의 도구이다(Riso 1996). 에니어그램은 삶의 문제해결을 도와주고 인간관계로 인한 갈등을 해소하여 생활지도는 물론 직업상담, 가족상담, 교육상담, 경영 및 인사 분야 등에서 적용되어 개인의 성장에 유용한 도구로 활용되고 있다(윤운성, 1998;

1999a; 2002a; 2002b; Naranjo, 1995; 1997; Palmer & Brown, 1998). 에니어그램(enneagram)은 그리스어로 에니어(ennea)는 아홉을 뜻하고, 그램(gram)은 그라모스(grammos)에서 나온 단어로서 점(point)또는 그림이라는 뜻이다. 따라서 에니어그램은 두 단어를 합성한 것으로 ‘아홉 개의 점이 있는 그림’이라는 의미로 원과 아홉 개의 점, 그리고 그 점들을 잇는 선으로 구성된 단순한 도형이지만 그 안에는 우주의 법칙, 인간 내면의 모든 것이 상징적으로 표현되어 있다(Riso & Hudson, 1999). 에니어그램 성격은 정서적 습관, 특징적인 사고방식, 그리고 타인과의 인간관계를 맺는 방식 등이 서로 상호작용하는 각각의 유형의 고유한 특성을 보여주고 있다(윤운성, 1998; 윤운성 외, 2003; Riso, 1996; Palmer & Brown, 1998).



[그림 1] 에니어그램 훈련프로그램

출처 : 에니어그램 이해:나를 찾아 떠나는 여행, p13(윤운성2020)

가. 에니어그램 유래

에니어그램은 러시아의 구르지예프(Gurdjieff:1887~1949)에 의해 서구에 전해졌고, 그 뒤 1960년대에 볼리비아 이카쵸(Ichazo)에 의해 개발되기 시작하여 1970년경에 미국으로 확산 되었다. 이카쵸는 칠레 아리카(Arica) 연구소에서 에니

어그램 연구를 시작하였다. 1970년 Arica학회가 창설된 후에는 미국의 몇몇 학교에서 인간 변화를 위해 에니어그램을 가르치기 시작했다. 그의 제자인 정신과 의사 나란쥬(Naranjo)는 이카쥬로부터 에니어그램을 배웠고 칠레에서 돌아온 후 캘리포니아에서 가르쳤다. 나란쥬는 유명한 정신과 의사이면서 작가이기 때문에 에니어그램을 가장 먼저 '심리학적'으로 해석했을 것이다.다(윤운성, 2020). 리소와 허드슨에 의해 심리적으로 자리매김한 내용이 이어져 국내 윤운성 등에 의해 확산된 것으로 알려져 있다.

나. 에니어그램 힘의 중심

에니어그램의 성격은 기본적으로 인간 성격의 근간을 장(본능) 중심, 가슴(감정) 중심, 머리(사고) 중심의 3가지 에너지와 생명력의 근원 요소로 보고 있다. 장(본능) 중심은 “영역” 유지를 중요시하며, 가슴(감정)중심은 “자아이미지”를 중요시하며, 머리(사고)중심은 “불안”이라는 문제를 해결하기 위한 각 에너지의 기본 정서를 가지고 있다.

〈표 2〉 힘의 중심특성 요약

유형	장 (8, 9, 1)	가슴 (2, 3, 4)	머리 (5, 6, 7)
신체	소화기	순환기	머리, 중앙신경조직
성격	적대적, 성적, 본능적, 자발적	사회적, 사교적, 인간중심	자기보존, 사고, 지식
인상	단호한 눈매, 도전적 안색	매력적인 미소, 온화	부끄럼, 소심
감정	분노, 공격적	수치심, 사회적	공포, 보전적
감각	청각, 후각	촉각, 미각	시각
관심	자신, 힘, 현재	인간, 상징, 과거	수수께끼, 전반상황, 미래
상황파악	진행하는 일, 현실조정, 통제	직관적, 감정적, 타인관심	관찰, 비교, 분석, 내성적
의사결정	당연, 의무, 원칙	관계된 사람	논리적, 이성적

출처: 에니어그램 이해:나를 찾아떠나는 여행, p35(윤운성20200)

다. 에니어 기본 성격유형별 특징 요약

에니어그램의 아홉 가지 성격유형은 기본적으로는 숫자로 표현 하는데 이해를 돕기 위해 다양한 별칭을 쓰기도 한다. 아홉 유형들이 건강한 모습을 보일 때의 보편적으로 1번은 개혁가, 2번은 조력가, 3번은 성취자, 4번은 예술가, 5번은 사색가, 6번은 충성가, 7번은 낙천가, 8번은 지도자, 9번은 중재자 등으로 표현되기도 한다. 하지만, 에니어그램의 성격유형은 숫자로 표현된다. 이들의 아홉 유형들은 각각의 기본적인 두려움과 욕망, 미덕과 악덕으로 그 특성이 설명된다(윤운성, 2019; 황임란, 2005).

〈표 3〉 성격유형별 특성 요약

유형 별칭	유형의 특징	두려움	욕망	함정	미덕	악덕
2번 조력가	보호적, 모성애적 유형 : 배려하는, 도움이 되는, 소유욕이 강한, 조종하는 성격	사랑받지 못할까봐	사랑 받고 자	봉사	교만	겸손
3번 성취자	성공지향적, 실용주의적 유형: 자기확신 있고, 야망 있는, 자기도취적, 적대적 성격	가치있는 존재가 아닐까봐	가치 있고 자	효율	기만	정직
4번 예술가	명상적이고 수줍은 유형 : 창조적, 개인주의적, 수줍어하고, 우울한 성격	정체성이 없을까봐	독특 하고 자	독특	선망	마음의 평안
5번 사색가	지적이고 분석적인 유형 : 통찰적, 독창적, 괴짜, 병적 공포심이 많은 성격	쓸모없고 무능할까봐	유능 하고 자	지식	탐욕	애착 하지 않음
6번 충성가	의무적이고, 전통적인 유형 : 호감형, 책임감, 의존적, 매조키즘적인 성격	지지와 안내가 없을까봐	안전 하고 자	안전	겁	용기
7번 낙천가	활동적이고 개방적인 유형 : 정열적, 완벽한, 과도한, 광적인 성격	박탈당하거 나 고통이 올까봐	행복 하고 자	이상	탐닉	절제
8번 지도자	강력하고 지배하는 유형 : 자기 신념, 단호함 독재적, 파괴적인 성격	통제를 받을 까봐	힘이 있고 자	정의	과도한 욕망	적절한 힘
9번 중재자	태평하고 양보하는 유형 : 수용적, 믿음직함, 수동적, 억압적인 성격	연결이 끊어질까 봐	평화 롭고 자	평화	자기 망각	행동으 로 옮김
1번 개혁가	합리적이고 이상적인 유형 : 이상적, 원칙적, 규범적, 완 벽주의적 편협한 성격	사악하고 부도덕 할까봐	완전 하고 자	완전	분노	침착

출처: 에니어그램 이해: 나를 찾아떠나는 여행, p35(윤운성, 2020), 연구자 재구성

바. 리소의 성격 발달 수준

발달 수준에 대한 개념은 1991년에 리소(Riso)와 허드슨(Hudson)이 공동 작업을 통해 완성한 성격유형의 핵심 역동을 살펴볼 수 있는 개념으로 1977년에 리소에 의해 발견되어 그 후 14년간에 걸쳐 발전시켜온 개념이다(Riso & Hudson, 1996, 2000). 리소는 발달수준에 대하여 에니어그램이 사람들에게 유용하려면 개인의 성격 유형의 기능하는 측면에 초점을 맞추어야함과 전 인간을 기술할 수 있어야 함을 강조 하였다(황임란, 2017).

발달수준은 각각의 성격유형 수준을 관찰하고 측정하는 방법을 제시하고 있는데 각 발달수준은 건강한 상태, 보통 상태, 불건강한 상태로 나누며 이를 9가지 수준으로 나누었다. 9가지 수준에서 1, 2, 3수준에 있는 사람들은 건강한 범위에 있는 상태로 에고의 습관적 메카니즘으로부터 구속받지 않는 자유로운 상태이며 4, 5, 6수준은 보통 수준 7, 8, 9수준은 불건강한 상태를 나타낸다. 불건강한 수준으로 갈수록 자유는 구속 받게 되고 성격에 집착할수록 자유는 멀어진다. 각각의 성격유형에서 자신의 수준을 관찰하고 측정하므로 자기를 올바르게 발견할 수 있으며 이를 통해 자신의 성장에 방해가 되는 요소가 무엇인지 확인하고, 자신의 성장 요소를 찾을 수 있다. 리소의 발달수준(Riso & Hudson, 1996; 2000)을 기술하면 다음과 같다.

각 성격유형의 건강한 수준에서 1수준은 자유의 수준으로 가장 진실한 자기 자신이 되면, 심리학적 균형을 찾고 자신의 유형에 특성에서 발현되는 특별한 영적 능력과 덕목들이 나타난다. 2수준은 심리적 능력의 수준으로 건강한 상태이지만 성격적 기본유형의 두려움이 시작되는 수준이며 이에 심리적 수용이 나타나는 수준이다. 3수준은 사회적 가치수준으로 여전히 건강 하지만 개인적인 페르소나가 발현되는 시기로 기본 성격유형 특성을 통한 사회적 활동이 드러나기 시작한다.

보통의 수준은 4수준부터 나타나는데 4수준은 불균형 수준으로 자유보다는 에고가 출현 되는 시기로 자신의 성격적 특성으로 인해 내면적인 또는 타인과의 갈등을 초래하기도 한다. 5수준은 대인통제 수준으로 자신의 성격특성 방식으로 주위 환경이나 타인을 통제하려는 자아가 팽창한다. 이때는 눈에 띄게 불건강하고 더욱 부정적인 모습이 나타나며, 타인과의 갈등이 증가한다. 6수준은 과잉보상 수준으로 대인 통제의 실패에 의해 자아가 더욱 팽창하며, 자기중심성이 나타나고 불안에 대해서 과잉

보상하기 시작한다. 이때는 자기방어가 증가하면서 타인과의 갈등이 급증한다.

불건강한 수준은 7수준부터 시작된다. 7수준은 침해의 수준으로 개인의 방어기제가 작동하기 어렵고 건강하지 못한 생존전략을 사용하기 시작한다. 결국은 자기 파괴적인 생존 전략을 쓰는데 그 전략은 성격유형마다 다르다. 자아를 지키기 위해 나와 다른 것들을 침해하며 심각한 대인 갈등을 야기 한다. 8수준은 강박적 사고와 충동적 행동의 수준으로 불안이 증가하고 심각한 내면의 갈등과 그에 따른 망상적 방어가 사용된다. 현실적 감각을 상실하고 행동이 충동적이 된다. 9수준은 병리적 파괴의 수준으로 현실과의 접촉에서 강박적으로 변하거나 현실에서 멀어지며 자신과 타인을 파괴하게 된다. 직간접적인 자기파괴성이 뚜렷해져서 심각한 폭력, 쇠약 또는 자살 충동이 나타난다.

일반적 발달 수준에서 개인의 자아는 2수준에서 나타나며, 9수준에 이르러서는 매우 팽창하여 파괴됨을 알 수 있다. 즉 발달수준이 떨어지면서 개인의 자유는 점차 축소 되어짐을 알아야 한다. 개인은 1수준에서 가장 자유로우며 9수준의 심각한 병리적 이상 단계로 악화 되면서 점차 자유가 축소되면 결국 자유를 잃어버리는 상태가 된다. 건강은 자유로 식별되는 반면, 신경증은 근본적으로 자유롭지 못한 상태이다. 더 나아가 통합은 커지는 개인의 자유로 표현된다(Riso & Hudson, 1996; 2000). 리소 발달의 9수준은 성격유형이 이 수준에서 저 수준으로 어떻게 이동하는가를 보여준다. 각 성격유형이 가장 건강한 수준부터 두려움이나 욕망이 커지므로 인해 불안과 분노 등을 통해 궁극적으로 신경증으로까지 나타나는 모습을 들여다 볼 수 있게 해준다.

따라서 리소의 발달 수준을 이해하는 것은 개인의 발달 단계와 수준을 알도록 돕고 자신이 성장해 가는 방향을 구체적으로 설명 하는데 도움을 준다. 이러한 발달 수준에 대한 이해는 에니어그램 학습경험자들이 개인의 성격유형 특성만을 아는 것이 아니라 자신의 발달수준에 대한 이해를 통해 더 나은 자신을 만들어 가기 위한 성장의 방향성 및 통합으로 갈 수 있는 지표가 될 수 있다.

2) 에니어그램 선행연구 분석

국내 에니어그램 연구를 살펴보면 자아존중감과 자기 효능감, 대인관계 효과성으로 나눌 수 있는데 대부분의 연구는 대인관계에 대한 효과 연구이다(김동성, 2018). 또한 에니어그램 관련 연구에서 추출된 키워드를 분석한 지미션(2018)의 2018년 이전의 에니어그램 연구에 의하면 프로그램 개발 및 효과성에 대한 연구가 가장 많이 이루어지고 있음을 보고하고 있다. 대상으로는 청소년, 대학생, 간호대학생, 아동 등이 주를 이루고 있고, 프로그램 형태로는 집단상담, 자기효능감, 자아존중감, 자아정체감, 대인관계, 사례연구, 리더십, 스트레스 등에 관련된 프로그램에 대한 효과성 연구가 주로 양적연구로 이루어지고 있다. 2018년 이후 연구의 흐름은 프로그램개발과 효과성에 대한 연구 12편, 척도개발이 2편, 이론과 적용연구 7편, 유형별 사례연구 7편, 캐릭터 분석 3편, 특성 차이 연구 2편 등으로 2018년 연구와 흐름이 다르지 않았으며, 대부분의 연구는 청소년, 간호대학생이 연구대상이며 중년기를 대상으로 하는 연구는 미비한 실정이다. 중년기를 대상으로 하는 연구에서 부부갈등에 관한 연구(제경자, 2020; 조윤희, 2020)등이 있다.

위의 선행연구에서 살펴보았을 때 대인관계의 효과성을 검증하는 연구들은 중년기에 부부문제, 자녀문제, 가족문제에도 영향을 미치고 있다. 또한 자아정체감과 자아존중감에 대한 연구는 중년기에 심리내적 자아측면의 연구와 연결되기도 한다. 선행연구에서 에니어그램 학습경험을 통해 중년기에 발달과업과 관련한 유의미한 논문을 2편을 찾을 수 있다. 먼저 중년기 자아통합을 돕는 목회 상담적도구로서 에니어그램 활용에 관한 연구(최재숙, 2011)에서는 중년기 위기라는 관점으로 생애 발달론에 근거하여 자아통합에 에니어그램 활용방안을 모색하였는데, 결론적으로 중년기 위기에서 심리적 전환을 통한 자아통합에 이르는 도구임을 보여주었다. 중년 여교사의 에니어그램을 통한 자아성찰 경험에 관한 사례연구(조윤주, 2011)에서는 생애 발달단계에서 중년기의 자아성찰을 결정적 전환기로 보고 연구를 진행하였는데, 결론적으로 자아성찰과 내적 성장을 도와주는 도구로서의 발견과 궁극적으로 자아성찰과 자기긍정을 통한 영적 성장 도구로서의 가능성을 밝히고 있다. 이러한 연구는 중년기 발달과업 달성과정에 에니어그램 학습경험이 어떻게 활용되어지고 있는가를 탐색하는 본 연구에도 관련성이 있다. 그러나 최재숙(2011)연구는 자아

통합이라는 관점만을 목회상담적으로 살펴보았고, 조운주(2011)는 중년 여교사로 대상을 한정하였으며, 자아성찰에만 초점을 두어 연구 진행하였다. 이에 본 연구는 질적연구로서 연구참여자들이 중년기 발달과업 달성과정으로서 에니어그램 학습 경험을 어떻게 활용하는지 근거이론의 관점에서 살펴보려고 한다.

3) 학습경험으로서 에니어그램 단계별 프로그램 개요

에니어그램 프로그램 교육은 국내에 10여개의 기관이 있지만, 본 연구의 대상기관은 H연구소로 선정하였다. H연구소는 2001년 윤운성 소장에 의해 설립되어 우리나라의 문화적 기반을 토대로 한국인에게 적합한 표준화 검사도구 개발을 통해, 자기를 관찰하고 이해하고 건강한 자기변형을 도모하기 위해 단계별 교육프로그램을 개발하여 보급하고 있는 기관이다. 국내에서 가장 프로그램이 체계적으로 구성되어 진행되며 1단계 이상 49,533명 5단계이상 1335명 (2021년 10월 현재)으로 국내에서 가장 많은 교육생을 배출하는 기관으로 신뢰할 수 있는 연구소로 판단하게 되어 선정 하였다.

본 연구에서는 H연구소 프로그램(1단계에서 5단계까지 전문가과정)을 이수한 대상으로 연구참여자를 선정하였다.

따라서 H연구소의 프로그램 교육과정을 살펴봄으로서 어떤 학습경험들이 작용했는지 알아 볼 수 있다. 프로그램 교육과정은 다음과 같다. <표 4> 참조.

〈표 4〉 단계별 프로그램 개요구성

단계	주제(부제)	교육 목적 및 목표	교육내용	H
1 단계	에니어그램 이해 “나를 찾아 떠나는 여행”	자신의 인식의 행로를 찾고 삶의 에너지 균형을 이루어 참 자기를 발견하도록 한다.	에니어그램 전반이해 힘이 중심 이해 W/S 9가지 유형 특성 날개/분열과 통합개념	10 H
2 단계	에니어그램 탐구 “나의 길을 따라가는 여행”	어린시절 자신의 특성과 환경이 어떻게 상호작용했는지 알아보고 날개 분열과 통합을 통해 자신의 모습을 깊이 인식하도록 한다.	유형 세부적 특성 날개 분열과 통합에 따른 자기인식 자아의식 행동방식	10 H
3 단계	에니어그램 적용 “너와 내가 함께 가는 여행”	유형별 하위유형과 인간관계를 이해하고 개선한다.	하위유형 이해 유형별 유사점 차이점 하기 싫은일 탐색 역할연기(관계개선)	10 H
4 단계	에니어그램 평가 “통합으로 가는 여행”	성격유형론과 심리학 이론을 비교분석하여 관련 연구를 평가하여 통찰적 자각을 한다	성격유형론 고찰 에니어그램과심리학분석 동작명상:식사용 체험 식사용(식별.사랑.용서)	16 H
심화	심층에니어그램 의식수준 “여기 그리고 지금”	신성한 생각과 미덕을 깨닫고 진실된 자기를 찾아 의식수준을 높이고 심리적 자유와 평화를 얻는다.	신성한 생각 미덕 의식수준에 대한 이해 패널 토의:유형별 접근 명상 반복질문	32 H
5 단계	슈퍼비전 배우는 “가르치며 배우는 여행”	유형별 기본 가정 및 방어지계를 심층적으로 탐구하고 영적성장을 도모하므로 전문강사 자질과 능력 함양	패널 지도자 훈련 유형별 역할극 방어기제 설명 반복질문 촛불명상	32 H

Ⅲ. 연구방법 및 절차

1. 연구설계를 위한 근거이론

본 연구에서는 중년기의 발달과업을 달성해가는 과정에서 에니어그램 활용을 통해 얻은 학습경험을 탐색하고자 질적연구방법을 선택하였다. 질적연구방법은 연구참여자들에게 심층 면담을 통해 얻어진 자료를 심도 있게 분석하기 위함이다. 특히 본 연구에서는 중년기의 발달과업을 달성해가는 과정에서 에니어그램 활용을 통해 얻은 학습경험을 탐색하기 위한 질적연구방법 중 근거이론을 활용하였다.

근거이론은 20세기 초반 미국의 철학사상인 프래그머티즘과 사회이론인 상징적 상호작용으로부터 지적 영향을 받았으며(Strauss & Corbin, 1998; Charmaz, 2006), 20세기 초반 대표 이론인 급진적 행동주의와 구조기능주의를 비판하면서 프래그머티즘과 심리학적 행동주의에 기초한 상징적 상호작용론의 기초적 원리를 제시하였다(Blumer, 1969; Ritzer, 2000; 이동성 & 김영천, 2012). Blumer(1969)는 인간은 성찰적 및 반성적 과정을 통하여 자아 상호작용(self-interaction)하며 외부의 자극에 대해 단순히 기계적으로 반응하는 것이 아니라 능동적으로 해석하고 상징을 이용한다고 하였다.

Charmaz(2006)는 사회에서 선 경험된 이론과 구조에서보다는 각 행위 주체들의 상호작용과 사회적 과정 중에서 수집된 실제 자료들에 근거한 사회 구성원들의 구체적이고 실제적인 경험에 기반한 실체적 이론이라고 했다. 다시 말해 근거이론은 현실에 기반한 자료에 근거하여 ‘귀납적 발견의 맥락’에서 ‘이론’을 도출할 것을 제안하는 질적연구방법론을 의미할 뿐 아니라, 그렇게 도출된 이론 그 자체를 아울러 의미하는 개념으로 정의할 수 있다(Glaser & Strauss, 1967; Strauss & Corbin, 1990; Glaser, 1992; Charmaz, 2006).

근거이론(grounded theory)은 특정한 사회현상에 대하여 알려진 사실이 거의 없거나 혹은 기존의 사회현상에 대하여 새로운 이해를 얻기 위해서 실제적 분

야를 탐색하는 질적연구 방법론이다(이동성 & 김영청, 2012). 따라서 근거이론은 연구참여자들의 경험 과정과 행동들을 체계적으로 설명하고, 연구참여자들에게 수집된 자료를 근거로 하여 이론을 개발하는 연구방법론이라고 할 수 있다(Strauss & Corbin, 2008). 본 연구에서 질적연구방법 중 근거이론을 활용한 이유는 다음과 같다.

첫째, 본 논문은 실자료를 통해 개발된 연구물로 기본 연구물의 종합이나 개념적 기틀이 아니다(Stern, 2001). 다시 말해 이미 알려진 현상이나 결과를 연구하는 것이 아니라 특정한 현상을 새로운 이해를 얻기 위해 실제적으로 탐색하는 연구이다. 특히 다른 질적연구들이 현상에 대한 심층적인 기술을 강조한다면 근거이론의 방법은 자료의 분석을 통한 이론의 구축을 더 중시한다(Strauss & Corbin, 1998). 본 연구에서는 자료 분석을 통해 이론 구축을 목표로 하고 있다.

둘째, 근거이론의 기본 철학인 상징적 상호작용론은 인간이 살아오면서 발달과 성장 과정에서 겪는 다양한 행동과 복잡한 현상들로 이루어지고 있으며, 이러한 과정은 서로 간의 상호작용을 통해 정의된다(Strauss & Corbin, 2008). 본 연구에서 연구참여자들이 중년기에 이루어야 할 목표나 문제해결 과정에 인간의 성찰적이고 반성적인 과정을 통해 외부자극에 각기 능동적으로 해석을 하고 이에 대한 상호작용을 통한 경험을 기반한 연구이다.

셋째, 근거이론 연구방법에 있어서 실질적인 현장의 과정을 중시하였는데(Strauss & Corbin, 2008), Stern(2001)은 질적연구와 다른 특성을 정리하면서, 연구자는 사회현상 내지 존재하는 주요 과정에 대하여 연구하며 특정 단위에 대한 기술 보다는 내재적 과정에 초점을 두는 것이 중요하다고 하였다. 본 연구는 중년기의 발달과업 달성과정에 대한 연구로 어떤 행위나 사건 등의 결과에 치중하지 않고 그 과정에 초점을 두어 분석한다.

넷째, 본 연구에서는 근거이론 연구과정에서 활용되는 지속적 비교분석법을 사용하였는데, 지속적 비교분석(constant comparison)은 Glaser & Strauss(1967)에 의해 창안되어 일반적으로 널리 활용되고 있는 분석 기법이며, 이론적 민감성을 촉진, 내부자적 관점의 유지, 자료를 체계적으로 조직화, 과잉

분석 및 해석을 방지하고 분석의 타당성을 확보할 수 있는 효과적 수단으로 인식되고 있다. 개방코딩 분석 기법에서 지속적 비교분석은 더 이상 새로운 코드가 생성되지 않을 때까지 자료를 분석하여 범주의 포화상태에 이르렀다고 생각이 될 때 의미 코드를 부여한다. 특히 개방코딩에서는 현상에 대한 지속적 비교 기법(Glaser & Strauss, 1967)을 사용해야 연구자의 시야를 가로막는 장애물을 극복할 수 있다. 지속적 비교 기법은 연구자의 편견, 신념, 가정을 면밀히 검토함으로써 개념화의 과정에서 발생할 수 있는 선입견을 최소화하는 기법이다(이동성 & 김영청, 2012). 중년기 발달과업 달성과정에서 나타나는 다양한 요인과 경험들을 수집된 자료에 근거하여 각각의 분석 자료들의 의미들 간의 관계를 연구 분석하는 과정을 지속적으로 비교 대조함으로써, 각 범주들과 범주들 간의 비교와 개념과 개념간의 비교 등으로 숨겨진 의미 있는 속성을 찾아낸다.

본 연구에서는 Strauss와 Corbin(2008)의 개방코딩, 축코딩, 선택코딩으로 구분해서 연구를 진행하였다. 개방코딩을 통해 원 자료를 분석하여 개념을 도출하고 하위범주화 하였으며 이를 하나로 묶어 범주화 하였다. 축코딩을 통해 하위범주간의 관계에 유사성과 동일성을 파악하여 같은 범주를 구성하여 패러다임을 구성하였다. 선택코딩을 통해 연구의 중심현상을 대변하는 핵심범주를 구성하여 범주와의 관련성을 통해 중심현상을 이해하고 이를 이론화 하였다. 연구를 진행함에 있어 질적연구는 유연한 절차와 방법을 중시한다(이근무 외, 2020; Charmaz, 2006)라는 관점을 토대로 Charmaz의 구성주의 근거이론을 수용하여, 연구자와 연구참여자의 상호작용을 통한 자료의 구성, 사회적 현상에 대한 영향 및 연구자의 관점이나 가치관의 영향을 인정한다.

이에 연구참여자에게 대한 심층 면담을 진행함에 있어 연구참여자의 주관적 경험에 기초한 자료는 존재하지 않음을 수용하여 공동으로 구성된 지적 생산물로서 연구자의 해석학적 관점과 연구에 참여한 사람들이 들려주는 생생한 언어와 경험을 상호주관성이라는 구조 속에서 연구자의 생각을 반영하여 재현하고자 한다.

2. 연구참여자

본 연구에 있어서 연구참여자는 중년기 발달과업 달성과정에 대한 연구로 실체적 이론을 개발하고자 참여자의 선정방법에 있어 Strauss와 Corbin(1990)이 제시한 이론적 표본추출(theoretical sampling)방법에 따라 연구대상을 선정하였다. 이론적 표본추출법이란 연구주제와 관련하여 충분히 경험이 있거나 상세히 구술할 수 있는 참여자를 선정하여 인터뷰를 진행하고, 최초 표본의 분석결과에 기반하여, 이론을 확장 시켜 나가기 위해 다음 면접대상자를 선정하는 방식을 가리킨다(유민봉 & 심형인, 2011). 근거이론에서 이론적 표집은 자료수집 방법인 동시에 자료 분석 방법이다(Glaser, 1992; Charmaz, 2006). 다시 말해 사람이 아닌 개념을 추출하면서 개념에 대한 더 많은 정보를 제공할 수 있는 사람과 장소, 상황을 추구하면서 개념에 의해서 자료를 포화시키는 것을 말한다. 이에 연구자는 주제에 대해 많은 정보를 갖고 있을 것으로 기대되는 사람을 연구의 최초 면접대상자로 선정하였다.

최초 면접대상자는 중년기에 해당하면서 에니어그램 전문가 양성프로그램을 참여하여, 에니어그램 학습경험이 풍부할 것으로 여겨지는 사람을 대상으로 H연구소의 추천을 받아 선정하였다. 연구참여자를 선정함에 있어 기준을 설정하고자 H연구소의 협조를 받아, 3단계 이상 교육에 참여한 수강생들이 제출한 리포트 각각 20부씩을 분석한 결과, 5단계 전문가과정에 참석한 교육생에게서 자신의 문제해결 과정에 대한 경험이 풍부하게 들어난 것을 알 수 있었다. 이에 최초 표본의 분석 결과에 기반 하여, 다음 연구참여자를 소개받는 방법으로 진행하여 총 16명의 연구참여자를 선정하였으며 세부 선정 기준을 기술하면 다음과 같다.

첫째, 중년기에 해당하는 40~64세를 기준으로 1단계 에니어그램 프로그램에 참여했을 때 중년기에 해당하는 교육생

둘째, 에니어그램 학습경험이 풍부한 사람으로 전문가 양성과정(1단계~5단계)까지 수료한 교육생

셋째, 여성과 남성을 구별하지 않으며, 사회적 신분에는 제한을 두지 않았다.

기준에 따라 선정된 연구참여자는 <표 5> 같다.

<표 5> 연구참여자의 개요

구분	성별	나이	학력	직업	가족정보	기본 유형
연구참여자1	여	48	석사	프리랜서 강사	배우자 아이 없음	2유형
연구참여자2	남	50	석사	공무원 (교도관)	배우자, 1남1녀	1유형
연구참여자3	여	54	대졸	무직	배우자 1남1녀	5유형
연구참여자4	여	43	석사	상담사	배우자 2남	6유형
연구참여자5	남	54	석사	강사,코치	배우자 아이 없음	7유형
연구참여자6	여	50	박사	심리상담발달 상담사	배우자 1남	1유형
연구참여자7	여	54	대졸	프리랜서 강사	이혼 1남1녀	9유형
연구참여자8	남	52	석사	심리상담사	배우자 1남1녀	4유형
연구참여자9	여	52	석사	교육기획 사무직	이혼	1유형
연구참여자10	여	54	석사	요양원 원장	배우자 1남1녀	8유형
연구참여자11	여	53	박사	대학 강사	이혼 1남2녀	2유형
연구참여자12	여	55	박사	독서지도사	배우자 1남	4유형
연구참여자13	여	53	대졸	아동극단 원장	배우자 2남1녀	2유형
연구참여자14	여	54	석사	프리랜서 강사	배우자 2남	4유형
연구참여자15	여	50	대졸	진로 코치	배우자 1남1녀	5유형
연구참여자16	여	50	석사(재)	프리랜서 강사	배우자 2남	9유형

3. 자료수집 방법

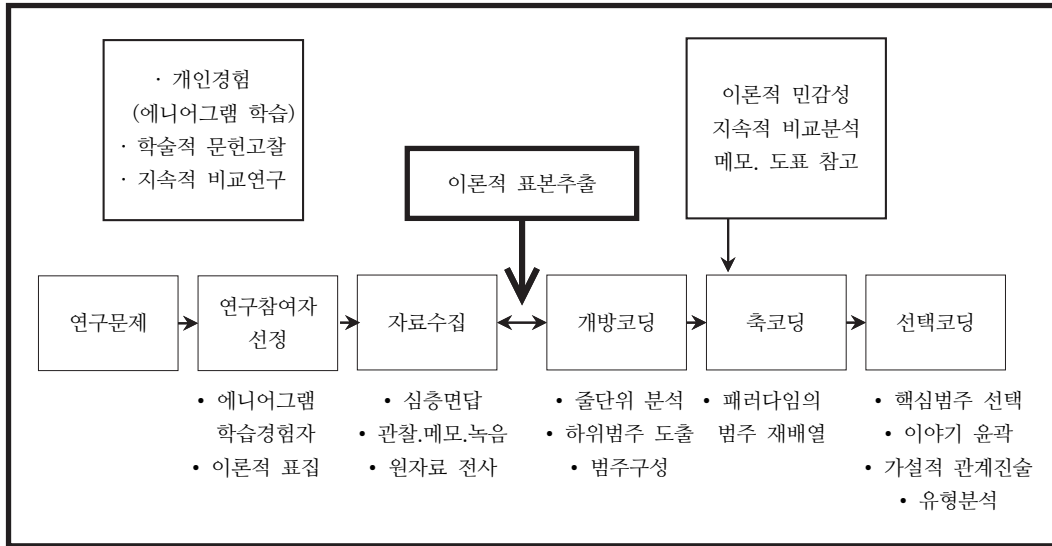
연구참여자들에게 심층면접을 통해 에니어그램 학습경험이 중년기의 발달과업 달성과정에 어떤 영향을 미치고 어떠한 활용이 이루어지는지 자유롭게 이야기 하도록 하면서, 개별적으로 자료를 수집하였다. 이에 연구자의 의도나 생각이 들어가지 않도록 최소한의 반 구조화된 질문만으로 진행하였다. 코로나 상황으로 인한 대면 인터뷰의 어려움을 해결하고자 실시간 원격(ZOOM)을 통해 온라인으로 진행하였으며, 동의하에 녹음을 실시하고 그 자료를 전사하여 원자료(Raw Data)를 그대로 활용하였다. 연구참여자들은 총 16명으로 1인당 심층 인터뷰 시간은 60분~90분 정도로 진행하였다. 추가로 부족한 부분에 대한 개별 면접을 통해 보완하였다. 자료 수집기간은 2021년 8월부터 10월까지 3개월에 걸쳐 실시되었다.

4. 자료분석 방법

본 연구에서 자료 분석은 자료수집과 동시에 이루어졌으며, 분석과정은 Glaser와 Strauss(1967)의 이론적 표집을 통한 지속적인 비교분석법을 사용하였다. 문헌고찰을 동시에 검토하였으며 이를 자료 분석에 활용하였다. 연구 과정 내내 심층면접의 내용을 녹음 하고 그 자료를 전사하여 자료수집과 자료 분석에 활용하였다.

먼저 줄 단위 분석을 통해 개방코딩을 실시하여 하위범주를 도출하고 상위범주를 구성하였다. 그리고 Strauss와 Corbin(2008)의 근거이론 페러다임 모형을 적용하여 개방코딩에서 나온 자료에서 중심현상을 찾고, 중심현상을 기준으로 페러다임을 구성했다. 마지막 선택코딩을 통해 핵심범주를 도출하고, 이야기 윤각으로 제시하고, 개념 간 관련성을 추론하여 현상을 찾아내서, 가설을 형성하여 이론을 도출하는 방법으로 연구를 진행하였다.

근거이론 연구진행 과정은 다음 [그림 2] 와 같다.



[그림 2] 근거이론 연구진행 과정

가) 개방코딩(open coding)

개방코딩은 자료 분석의 첫 단계로서 모든 자료를 해체하여 개념화와 범주화를 하는 과정으로 면밀한 자료검토를 통해 현상에 이름을 붙이고 범주화시키는 일종의 분석 작업이다(Strauss & Corbin, 1998). 개념화란 개념을 속성과 차원에 따라 조직하고, 등급을 매기는 분석 작업을 지칭한다(Strauss & Corbin, 1998). 범주화란 똑같은 현상에 속하는 것처럼 보이는 개념들을 그룹짓는 과정을 말하는데, 범주를 발전시키기 시작할 때는 그 속성에 의거해서 하게 되며, 그때 속성은 일정하게 차원화 된다. 즉 속성은 범주의 특성이고 차원은 연속선상에서 속성의 위치를 나타내는 것이다. 본 연구에서는 전사된 원자료를 바탕으로 개방코딩을 통해 중년기 발달과업 달성과정에서 나타난 개념 및 범주화를 실시 한 결과 335개의 개념을 도출하였으며, 개념들을 하위범주로 분류하여 54개를 도출하였다.

나) 축코딩(axial coding)

축코딩은 개방코딩 단계에서 구성한 범주나 하위범주들을 패러다임 모형, 논리적 다이어그램(logic diagram)에 의거하여 재구성하므로 관계를 짓는 것이다. 즉 범주들은 인과적 조건, 중심현상, 맥락적 조건, 중재적 조건, 작용·상호작용 전략, 결과들을 나타내는 범주에 따라 연결된다.

중심현상(phenomena)은 여러 현상들에서 중심이 되거나 핵심적인 범주로 어떤 작용·상호작용에 의해 다루어지고 조절되거나 관계를 맺고 있는 중심 생각이나 사건들이다. 인과적 조건(causal condition)은 어떤 현상의 원인이 되거나 영향을 미치는 범주로 시간적으로 앞서있는 사건을 말한다. 맥락적(context)조건은 인과적 조건과 현상에 개입하여 영향을 주는 범주로 어떤 현상에 놓여져 있는 일련의 속성들의 구체적인 나열이며, 중재적 조건(intervening condition)은 전략에 영향을 미치는 여러 조건들로 특정한 맥락 내에서 취해지는 작용·상호작용 전략을 촉진하거나 억제하기 위해 작용하는 조건이다. 작용·상호작용 전략(action·interaction strategy)은 중심현상의 결과로 나타난 행동이나 상호작용으로 현상을 다루고 조절하고 수행하고 반응하는 데 쓰이는 전략이며, 연속적이며 과정적인 특성이 있다. 결과(consequence)는 전략을 수행하여 나타난 최종 발현물로 작용·상호작용 전략에 따른 결과를 말한다. 이때 구성된 개방코딩을 바탕으로 전체 자료를 꼼꼼하게 살펴봄으로 분석적 질문을 던지며 깊이 보아야 가장 분석적인 의미를 갖는 것을 찾아낼 수 있다. 개방코딩에서 도출된 하위범주들을 중요한 자료들이 갖는 특성을 축으로 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 학습경험 활용에 대한 범주분석을 실시하였다. 이를 통해 패러다임 모형으로 제시하였다.

다) 선택코딩(selective coding)

선택코딩은 마지막 단계로서 최대한 범주를 통합시키고 정교화시키므로 하나의 핵심범주로 통합함으로써 더 이상 새로운 속성이나 차원이 드러나지 않는 이론을 통해 다른 범주들 사이의 다양한 변화를 설명하고 통합할 수 있어야 한다. 이를 위해 연구에서 나타난 것들을 몇 마디로 요약하여 한 문장으로 표현

할 수 있는 핵심범주를 선택하고 다른 범주들과 핵심범주를 연결시킨 관계에 대한 서술문을 만들고 그러한 관계 진술문에 대해서 확인하면서 범주를 좀 더 정교화 시키는 과정이다. 즉 하나의 핵심범주를 중심으로 모든 범주들이 통합되어 하나의 이론이 구축되는 과정이다(Strauss & Corbin, 1998). 본 연구는 개방코딩, 축코딩에서 구성된 범주들을 연구참여자들의 이야기를 통합하여 하나의 핵심범주를 선택 하였다. 핵심범주를 통해 이야기 윤곽 서술을 하고, 중심 현상과 다른 범주들과의 관계를 통해 가설적 관계 진술문을 구성하여 유형을 분석하여 근거이론으로 제시하였다.

5. 연구의 평가기준

1) 연구의 엄격성

본 연구의 엄격성을 위해 근거이론의 연구에 대한 평가 준거들이 되는 연구 방법의 타당성 제고를 위하여 근거이론 연구에 대한 다양한 평가 준거들 중 Lincoln & Guba(1985)가 제시한 4가지 기준을 고려하여 연구의 질을 관리 하였다.

〈표 6〉 근거이론 연구에 대한 평가 준거들

	고전적 및 종합적 평가 준거들
Glaser & Strauss(1967)	①적합성 ②이해가능성 ③일반성 ④통제
Glaser(1992)	①적합성 ②효과성 ③직절성 ④변경가능성
Strauss & Corbin(1990,1998)	연구과정에 대한 7가지의 평가준거들 연구 결과(경험적 근거)에 대한 8가지 평가준거들
Charmaz(2006)	①신뢰성 ②독창성 ③유용성 ④공명
Birks & Mills(2011)	①전문적 지식 ②방법론적 적합성 ③절차적 명확성
Lincoln&Guba(1985)	①사실적 가치 ②적용성 ③일관성 ④중립성

출처 : 이두성&김영천, 2012, 연구자 재구성

사실적 가치(truth value) : 본 연구에서는 사실적 가치로서 연구주제를 선정하고 개념을 도출하고 범주화까지의 과정이 얼마나 실제적 현상을 반영한 연구 내용인지를 확보하기 위해 연구자가 심층면접 실시 전에 연구참여자와 충분한 신뢰관계를 구축하고 솔직하고 진실된 내용이 바탕이 되도록 노력하였으며, 연구참여자도 이에 동의하고 성실한 답변을 위해 노력해 주었다.

적용성(applicability) : 연구 결과가 다른 연구주제에 적용 가능한가를 알아보는 것으로 연구적용성을 확보하기 위해 중년기 발달과업 달성과정에 대하여 에니어그램 학습경험이 풍부한 대상을 중심으로 대상자를 선정하였으며, 이론적 포화상태까지 심층적 면담을 진행하여 자료를 수집하고, 다른 연구주제와도 적용 가능할 수 있는 자료를 도출하였다.

일관성(consistency) : 연구 결과의 일관성 유지를 위해 초기코딩부터 결론에 이르기까지 계속적 점검을 하여 진행하였다.

중립성(neutrality) : 본 연구에서 타인에 대한 편견 없는 관점을 가지고 연구를 진행하였으며, 연구 결과의 객관성을 유지하기 위해 다른 연구들의 내용을 충분히 반영하였다. 특히 연구 자료의 검토와 분석에 있어서 지속적 비교를 하고, 회의적인 시선과 비판적인 성찰을 통해 연구 과정의 절차를 지키면서 연구의 엄격성을 높이고자 했다. 이를 위해 연구자는 연구참여자들로부터 긍정적이고 편만한 라포형성을 통해 솔직하고 진실한 자료들을 충분히 도출될 수 있도록 하는 최선의 노력을 다하였다. 또한 자료 분석 시 부족한 부분이나 애매한 부분들은 연구자의 독단적 판단을 하지 않도록 재차 확인 절차를 거쳤다.

질적연구에서의 신뢰성과 타당도를 확보하기 위한 노력으로 Lincoln & Guba(1985)는 동료지지 집단을 통해 연구자가 방향성을 잃지 않고 편견과 오류를 범하지 않도록 역할을 해야 한다고 하였다. 이에 동문수학하는 1인과 협의를 거치고, 에니어그램 전문가 1인(박사)의 자문을 받고, 지도교수와의 협의를 거쳐 검증하고 수정해 나가는 과정을 거쳤다.

2) 연구의 윤리성

본 연구는 중년기의 발달과업 달성과정 에 대한 연구로 중년기에 발생하는 다양한 변화와 위기, 문제 상황들에 대한 사생활이 노출될 수 있으므로 연구자가 연구를 진행하는 데 있어 연구참여자가 불편해 하는 이야기는 깊게 질문하지 않았으며, 연구 결과의 도출보다는 윤리원칙을 지키기 위해 먼저 지킬 수 있도록 하였다. 이를 위해 연구 참여 및 개인정보 제공·이용 동의서를 작성하여 동의를 받았다. 이를 위한 연구자의 윤리성 확보를 위한 노력은 다음과 같다.

첫째, 연구의 목적과 내용 등을 설명하여 연구참여자의 자발적인 의사를 확인하고 언제든지 면접을 중단 요청할 수 있도록 하였으며, 추가 면접이 필요할 때도 동의하에 진행 요청하였으며 참여자의 권익을 최대한 옹호하였다. 둘째, 면접 내용에 대한 비밀보장을 원칙으로 한다. 개인적 정보가 드러나지 않도록 신중하게 처리하기 위해 진술내용의 녹음은 연구자가 직접 취급하고 연구에만 사용하였다. 셋째, 연구참여자들의 녹음된 음성파일과 전사 자료는 연구 후 1년 이내 폐기하기로 하였다. 넷째, 연구참여자들의 내용 확인 후 의견제시를 통해 검토할 수 있도록 하였다. 본 연구는 제시된 윤리지침 외에도 개인정보 보호법과 사회적으로나 관습적으로 지켜야 하는 윤리적 부분들도 최대한 지키고자 하였다.

3) 연구자 준비

Glaser & Strauss(1967)는 연구자의 기질과 함께 연구 분야에 대한 통찰력의 중요성을 논의하였는데, 경험적 수준의 자료를 추상적 수준의 이론으로 도출하기 위해서는 이론적 민감성의 역할이 중요하다고 하였다(김영천 & 정상원, 2017). 연구자가 수집한 자료들에서 면밀한 분석을 통해 의미 있는 자료를 발견하고 이론을 도출할 수 있는 능력이 필요하다(Straus s& Corbin, 2008). 연구자에게 중년기에 들어서면서 ‘내가 누구인지’에 대한 물음으로 시작되어 삶을 어떻게 살아가야 하는지, 해결해야 할 문제는 무엇이고 이루어야 할 목표는 무엇인가라는 고민이 많아지는 시기가 있었다. 이러한 중년기의 발달 단계를 거치면서 에니어그램을 활용하여 중년기 문제해결에 도전하고 해결하는 과정에서

유의미한 경험을 하게 되었다. 이러한 경험들은 연구에 있어서 충분한 도구로서 역할을 할 수 있을 것이다. 연구자의 경험과 학문적 기초를 바탕으로 하여, 자료에서 중요한 부분이 무엇인지를 찾고 그것에 대한 의미를 부여하였다. 연구자 스스로 자료를 수집하고 비교하면서 가설을 세우고 그 개념들의 연관성에 대한 이론적 기틀을 만들어 가는 과정으로 이론적 민감성을 최대한 발휘할 수 있도록 하였다. 특히 본 연구자는 중년기에 해당하는 나이이고, 타인의 변화로도 모하고자, 평생교육 강사로 활동하고 있으며, 특히 에니어그램 학습경험을 통해 다양한 사람들을 만나고 그들을 성장시키고자 하는 에니어그램 교육프로그램 전문가이기도 하다.

그러나 한편 Strauss & Corbin(1998)은 연구자가 이론적인 민감성에 의해 발생할 수 있는 자신의 선입견과 편견을 배제하고 이를 창의적으로 활용하기 위해 고려해야 할 사항에 대해 이야기 했는데, 연구자는 다음과 같은 사항을 고려하였다. 첫째, 자료를 대할 때는 한걸음 물러서서 자료를 대하려고 하였다. 둘째, 자료 분석 결과에 대해 회의적인 태도를 갖고 이를 계속 유지하였다. 셋째, 연구 절차를 엄격하게 따를 것에 대한 노력을 게을리하지 않았다.

또한 연구자는 질적연구방법을 통한 연구 결과를 도출하기 위해 질적연구 전문 기관에서 기본지식과 실무를 익혔으며, 특히 근거이론에 연구를 위해 전문 서적과 논문들을 탐독하면서 역량을 개발하였다.

IV. 연구 결과

1. 인터뷰를 중심으로 요약한 연구참여자에 대한 이야기

본 연구참여자 16명은 40세~65세 이상으로 중년기에 다양한 심리적 문제 해결 및 달성하고자 하는 목표인 발달과업에 대해 기술하고 에니어그램 학습경험을 통해 그 달성과정을 인터뷰하였다. 인터뷰는 개인적인 정보가 드러나므로 민감한 부분은 제외하고 이들을 소개하면 다음과 같다.

1. 연구참여자1

연구참여자1은 48세로 현재는 주부이자 프리랜서 강사로 활동하는 여성참여자이다.

연구참여자1은 17년간 일을 하다가 이 직업이 나에게 의미 있는 일인가? 라는 직업에 대한 회의를 느끼면서 일을 그만두게 되었다. 늦은 나이에 결혼을 하게 되고 아이를 가지려는 노력을 지속하게 되었지만, 여러 차례 시험관 시술과 유산의 아픔을 겪었던 시기가 있었다. 그 후 아이에 대한 기대를 내려놓으면서 자신에게 뭐하고 싶지? 라는 질문을 시작하게 되면서 주부로서의 삶을 긍정적으로 받아들였다. 부모님과 분리 과정에서 죄책감을 스스로 조율하면서 나를 중심으로 사는 삶을 살아가고 있다. 에니어그램은 전 동료 직원이 함께 가자는 권유로 참석하게 되었고, 나를 잘 아는 도구라는 생각으로 5단계까지 가고자 하는 결심을 하게 되었다. 특히 기관에서 비용을 지원해 주었다. 그 후 성격적 단점 극복을 위한 노력으로 인정받게 되면서 자신의 성장에 더욱 노력하게 되었다. 이를 통해 내 탓을 덜하게 되고 타인의 시선에서 자유로워지는 것을 경험하였다. 자기관찰과 자기이해와 자기변형을 통해 자신을 올바르게 사랑하게 되어 자존감이 높아지는 경험을 하였다. 기본유형은 2번이다.

2. 연구참여자2

연구참여자2는 50세로 공무원으로 재직 중인 남성 참여자이다.

연구참여자는 조직에서 중간관리자로서 상사와 후배 간에 중간역할에 대한 부담감을 느끼고 있었다. 또한 은퇴 후 경제적인 도움이 되지 않으면 가족들한테 인정받지 못할 것에 대한 걱정이 있었다. 연구참여자는 대인관계의 폭이 줄어들면서 소중한 필요하고 필요한 사람들을 선별적으로 만나고 더 좋은 관계를 만들고 싶어 했다. 공무원으로서 심리치료 업무를 맡게 되면서 다양한 심리도구를 공부를 하게 되었지만 에니어그램을 들으면서 '나 같아'라는 생각과 호기심이 발동하여 끝까지 참여하게 되었다. 5단계까지의 교육을 통해 가족과 동료한테 내가 어떻게 했지? 반성을 하게 되면서 가족과 동료에게 다그치고 채근했던 모습이 줄어들고 잔소리를 하지 않게 되었다. 이러한 변화는 나의 특성을 알게 되면서 자녀에게 미안함을 느끼게 되어 딸의 성향을 알고 딸의 기준에 맞춰주게 되었다. 또 후배의 기준으로 바꾸어 리더십을 발휘하려는 노력을 하게 되었다. 아내하고도 좀 더 친밀한 관계를 맺으려 노력하고 있다. 퇴직 후에는 타인을 돕는 일자리가 생기면 에니어그램을 활용해서 직업적 활용도 고려하고 있다.

기본유형은 1번이다.

3. 연구참여자3

연구참여자3은 54세로 현재 자녀들을 대학에 보내고 나서 인생의 최고 편한 시기를 맞고 있다고 하는 중년기 여성 참여자이다.

연구참여자는 늘 가정주부로 변화가 많이 없는 삶을 살고 있었다. 전문직에 종사할 수 있는 라이선스를 가지고 있었지만, 남편이 살림만 하길 원하고 자신도 괜찮다고 생각해서 불만은 없었다. 가끔 사회생활 하는 친구들을 만나거나, 돈을 벌어오는 남편에게 약간 주눅 들어 있는 모습을 가지고 있었다. 그렇게 가족관계에서 뒷바라지 하다가 자녀를 다 대학에 보내고 나니 역할이 없어진 것 같은 허전함을 느끼게 되었다. 모든 것이 편한 현재의 모습에서 어머니의 경증 치매로 또

다른 책김이 시작되었다면서 예전에 고민했던 나는 어떤 사람인가에 대한 질문이 많아지는 시기가 시작 되었다고 하였다. 에니어그램은 친구가 성당에서 공부를 하러 다닌다며 같이 하자고 하여 참여하게 되었다. 인터넷 검색을 통해 H연구소에서 공부를 하게 되었는데, 특히나 이론적인 부분을 체계적으로 알려주기도 하고 배워도 적용이 힘들어서 계속 5단계까지 참여를 하게 되었다. 여러 공부를 하고 있지만, 에니어그램은 설레임을 가지고 공부하고 있다고 밝히고 있다.

기본유형은 5번이다.

4. 연구참여자4

연구참여자4는 43세로 현재 상담사로 근무하고 있는 여성참여자이다.

40대에 자녀들이 학교에 진학하면서 학교 현장과 지역사회 관련된 단체에 가입해서 활동을 시작하게 되었다. 예전에 나랑 맞지 않는 사람들은 제외하거나, 배제하거나 하면서 인간관계망이 협소했었다. 가족들과의 관계에서는 시부모의 관여가 불편했고 내조만 했던 자신이, 외부활동이 많아지므로 자녀 양육과 역할 분담 등의 갈등을 많이 겪게 되었다. 특히 남편의 사업이 어려워지면서 굉장한 스트레스를 표현했고, 시부모의 지나친 간섭으로 갈등이 증폭되기도 했었다. 사회 그룹 안에서는 의견충돌로 인한 집단이 와해 되는 경험도 하게 되었다. 에니어그램은 학부모단체에서 심리학 카페를 만들자는 제안으로 대표를 도와 운영을 맞게 되면서 접하게 되었다. 인간을 패턴으로 분류하고 있다는 것에 흥미를 느끼면서 다음 과정은 무엇이 있을까라는 호기심이 생겨서 교육을 받게 되었는데 강의 중 치유의 효과를 얻을 수 있었다. 어렸을 때 가졌던 트라우마가 해결되면서 며칠 동안 새벽에 일어나 독백을 하면서 우울감과 불면증이 감소한 경험을 하였다. 아마 과거를 재해석하면서 흘린 눈물이었다고 생각이 들었다. 또한 궁극적으로 남편을 수용해 주고 시부모도 많이 이해하게 되었다.

기본유형은 6번이다.

5. 연구참여자5

연구참여자5는 53세로 프리랜서 강사로 활동하는 남성참여자이다.

연구참여자는 중년기의 사회생활의 한계로 인한 불안감을 많이 표현하고 있었다. 노년에 대한 준비와 경제적 안정성에 대한 고민이 최대의 관심사였다. 물론 연구참여자는 돈도 중요하지만, 의미 있는 일을 재미있게 오래 하고 싶어 하고 있었다. 그래서 여러 가지 공부를 통해 환경이 변했을 때 성장을 통해 자신의 포지션을 지키기를 원하였다. 특히 프리랜서로 강의를 하면서 한 해 한 해 강의를 지속할 수 있을까에 대한 고민을 하고 있었다. 연구참여자가 가장 많이 이야기한 내용은 자신의 강의를 통해 성장과 나눔을 하고 싶다는 것이다. 에니어그램은 교육업체에서 근무할 때 접하게 되었고 바로 강의를 위해 배워야 하는 상황이었다. 에니어그램 강의를 하는 강사로서 계속 접하게 되니 더 자주 자기반성을 하게 된다고 하였다. 기본유형은 7번이다.

6. 연구참여자6

연구참여자6은 50세로 심리상담 발달센터를 운영하며 상담사로 활동하는 여성참여자이다.

연구참여자는 40대 이후에 들어서면서 자녀의 사춘기로 힘든 시기를 보냈고, 자신의 신체적인 질병 발생으로도 굉장히 힘들었던 40대를 이야기하고 있었다. 프리랜서 강사로 일하다가 신체적인 질병 발생 후 우울과 연민을 일에 몰두하면서 극복하고자 시도하였다. 에니어그램은 기독교 상담에서 처음 접하게 되었고 그때 자신을 제대로 이해하게 되고 자녀를 이해하게 되면서 자녀 문제해결을 위해 적극적으로 활용하였다. 또한 자격증을 따서 직업에 활용하고자 하는 목적을 갖게 되었다. 이에 자신이 에니어그램 수혜자라는 생각이 있었다. 현재는 에니어그램 전파자로 상담과 코칭에 적극적으로 활용하고 있다고 밝히고 있다. 기본유형은 1번이다.

7. 연구참여자7

연구참여자7은 54세로 프리랜서 강사이며, 치매 노모를 돌보고 있는 여성참여자이다.

연구참여자는 자녀를 키우던 중 학부모상담봉사단체에 들어가게 되면서 공부에 대한 욕구가 생겨 고졸이라는 학력을 극복하고자 사이버대학을 졸업하고 이를 통해 사회복지사와 평생교육사 자격증을 취득했다. 중년기에 계속 공부를 통해서 자신의 삶이 확장되는 느낌을 갖게 되었다. 남편의 책임감 부족으로 경제적인 어려움이 있었지만 혼자 아이들을 양육하고 현재는 중증 치매노모를 돌보고 있다. 에니어그램을 학부모자원봉사단체에서 공부했는데 그때는 잘 몰랐지만, 자신의 유형에 대해 조금 알게 되었다고 하였다. 에니어그램이 굉장히 좋은데 자신이 전문성이 부족하다고 느꼈다. 그래서 에니어그램 스터디를 만들어서 운영하고 있다. 좀 더 전문성을 가지고 에니어그램을 활용하고자 하는 소망을 밝히고 있었다. 기본유형은 9번이다.

8. 연구참여자8

연구참여자8은 52세로 심리상담사로 일하고 있는 남성참여자이다.

연구참여자는 자녀가 장애판정을 받은 상황에서 아내 대신 주부 생활을 하다가 40대에 자신이 하고 싶은 일을 하게 되었다. 예전에 했던 일이 아닌 상담을 하기 위해 새로운 공부를 해서 꿈을 이룬 경우이다. 에니어그램은 상담할 때 무기로서 배워두면 좋겠다고 시작했는데 성격유형 공부도 재미있게 하다 보니 계속 실천하면서 배우고 있었다. 특히 자신이 특이한 사람이 아닌 '나다운 모습'을 발견하게 되어 직업 선택에도 확신을 갖게 되었다고 하였다. 현재는 상담에서 가장 큰 무기로 에니어그램을 활용하고 있으며, 성격에 맞는 양육방식에 옷을 입도록 부모교육에 활용한다면서 장애 부모교육에서는 유명하다고 밝히고 있다. 기본유형 4번이다.

9. 연구참여자9

연구참여자9는 52세로 기업에서 기획업무를 담당하고 있는 여성참여자이다. 연구참여자는 중년기 넘어가면서 체력이 약해진 것과 중간관리자로서 자신의 역할과 관계의 어려움을 느끼고 있었다. 그리고 이혼하여 혼자 살고 있는데 중년기의 외로움을 채울 수 있는 따뜻한 사람을 만나길 원하고 있었다. 에니어그램은 보험을 하면서 생애설계교육을 받고 이를 통해 직업적 활용의 목적이 있었다. 그 과정에서 상담심리를 배우면서 자신을 너무 잘 반영하는 프로그램으로 알게 되어 전문가과정까지 듣게 되었고, 자신의 성격유형이 관계의 문제를 일으킨다는 생각을 통해 애쓰지 말자, 여유를 갖자고 하면서 유연해진 모습을 갖게 되었다. 이로 인해 상사와의 갈등이 줄고 후배들과도 잘 지내게 되었다고 밝히고 있다. 또한 나중에 퇴직자들에게 에니어그램을 통한 스트레스 요인 탐색과 긍정적 실천방안을 전하고 싶다는 소망을 밝히기도 하였다. 기본유형은 1번이다

10. 연구참여자10

연구참여자10는 54세로 현재 요양원을 운영하고 있는 여성참여자이다.. 연구참여자는 종교적인 활동을 하다가 40대부터 경제활동을 하게 되었다. 그 후 가정일 보다는 일이 우선시 되고 있었다. 자녀의 성장으로 나를 찾기 시작하고 종교적인 삶과 경제적인 삶의 우선순위에서 가치관의 충돌을 경험하기도 했지만, 지금은 자신의 이름으로 살 수 있다는 것에 자기만족을 하고 있다. 일에 몰두함으로 가족이 불편해하기도 하지만 자녀에게도 경제적인 도움을 주고 싶어 했다. 에니어그램은 교회에서 접하게 되었는데 자신의 불건강한 모습을 살피게 되면서 회개를 하게 되었다. 그러면서 성격적인 발달수준을 높이려고 노력하고 생활에서 달라져 가는 모습을 발견하게 되었다. 좀 더 다듬어지는 자신에 모습에서 편안해짐을 느끼고 그로 인해 스트레스가 줄어들어 위경련이 사라지는 경험을 밝히기도 하였다. 기본유형은 8번이다.

11. 연구참여자11

연구참여자11은 53세로 대학 강사이며 프리랜서로 활동하는 여성참여자이다. 연구참여자는 이혼 후 혼자 아이 셋을 다 키우고 사회활동을 하면서 열심히 살아왔다. 이제 아이들이 어느 정도 자라고 나서 50대 들어 늦은 사춘기를 경험했다. 특히 신체 에너지가 하락하는 것을 느끼고 자녀들에게 걱정을 끼치는 모습을 보면서 자신의 몸을 챙기는 것을 우선으로 하게 되었다. 에니어그램은 상담심리학으로 편입하면서 배우게 되었는데, 공부하다 보니 나와 타인이 보이기 시작했다. 그러면서 자기 삶의 반추를 통해 자신을 돌아보게 되었다. 예전에 성취가 우선이었다면 지금은 리더역할에서 성취나 명예보다는 내가 행복한지 질문을 먼저 하게 된다. 또한 삶에서 자신에 대한 수행을 게을리 하지 말자, 타인의 시선에 신경 쓰지 말자는 마음으로 유연해진 모습을 갖게 되었다. 그로 인해 타인에 대해 긍정적으로 여기는 마음이 많아졌다고 밝히고 있다. 기본유형은 2번이다

12. 연구참여자12

연구참여자12는 55세로 독서지도사로 부모교육과 아동·청소년교육을 함께 하고 있는 여성참여자이다. 연구참여자는 중년기 전에 자녀를 잘 키우는 것이 인생이 목표였다. 그러나 자녀가 성장하고 빈 둥지 증후군을 겪게 되었다. 특히 자신이 누구인지에 대한 실존적인 질문을 들을 하게 되면서 나를 바라보는 시간을 갖게 되었다. 그러다 상담봉사를 하게 되면서 자신의 쓰임새를 발견하게 되었다. 에니어그램은 상담할 때 동료 상담사가 에니어그램 검사를 통해서 내담자를 빨리 이해하는 것을 보고 관심을 갖게 되었다. 그로 인해 많은 문제들이 자신한테 있는 것을 발견하게 되었다. 또한 인간이 본질적인 아름다운 존재라는 것에 매력을 느끼게 되면서 상처받은 자신에 대한 자기연민과 코끝이 찡하면서 눈물이 올라왔다. 소명의식의 확장으로 적극적인 봉사자가 되었고 자신이 와인 같이 숙성되고 성장함을 느낀다고 밝히고 있다. 기본유형은 4번이다.

13. 연구참여자13

연구참여자13는 53세로 아동극단을 운영하면서 프리랜서 강사로 활동하고 있는 여성참여자이다.

연구참여자는 부유한 삶에서 남편의 사업 위기로 인한 경제적 어려움을 극복하기 위해 치열하게 살아왔다. 혼자 너무 많은 것을 감당하다 보니 스트레스로 인한 건강염려증과 호흡곤란증상을 경험하기도 하고 우울증을 경험하기도 하였다. 그러면서 남편과의 관계는 소통 없이 살아온 수녀 같은 삶이었다. 아이들과의 관계도 지나치게 아이들에게 강요하는 엄마였다. 에니어그램은 경제력에 도움이 될 수 있는 콘텐츠로서 배우게 되었는데, 새 생명을 찾은 듯한 느낌으로 다가왔다. 남편의 행동과 태도를 이해하게 되고, 자녀들의 특성을 이해하고 나니 나의 방식이 잘못 되었다는 것을 알게 되었다. 그때부터 남편과 아이들에게 미안하다고 표현하게 되었다. 자신의 상황스러운 소통법을 아이들 특성에 맞춰 심플하게 바꾸고 남편을 인정해주게 되었다고 밝히고 있다. 기본유형은 2번이다

14. 연구참여자14

연구참여자14는 프리랜서로 상담과 강의를 병행하고 있는 여성참여자이다. 연구참여자는 남편과의 괴리감과 남편이 사기를 당하게 되면서 우울감으로 자살 시도를 했다가, 이혼하고 독립해서 자녀 셋과 살아가려고 경제적으로 도움이 되는 다양한 공부에 투자했다. 특히, 기업 강의 리더십· 이미지메이킹· CS· DISC등을 활용한 강의를 통해 열심히 일해 왔다. 중년기에 열심히 살아온 삶에 대해 보상 받고 싶은 심리와 신체적인 변화 때문에 감정적인 문제를 많이 겪게 되었다. 에니어그램은 교회에서 목사님의 강의를 통해 접했는데 자신의 유형에 발견을 통해 위로받는 느낌을 받았다. 그러면서 외적인 모습이 아닌 에니어그램에서 내적 체험을 하게 되니 상담으로 진로를 변경하게 되고 보이는 모습보다 내적인 변화에 관심을 갖고 상담과 교육을 할 때 완전히 세팅을 다시 하게 되었다고 밝히고 있다. 기본유형 4번이다.

15. 연구참여자15

연구참여자15는 50세로 진로코치로 활동하고 있는 여성참여자이다.

연구참여자는 전업주부로 있다가 40세 이후 제2의 직업을 찾아 일을 시작하게 되었다. 처음에는 일에 대한 책임감과 사회적 가치에 고민이 많았지만 자신의 생각을 통해 논리적이고 합리적 결과를 내기 위한 결정은 행동으로 옮기게 되었다. 예전에는 자녀들을 어느 수준까지 키워야겠다는 강했었는데 지금은 자신 뜻대로 되지 않는다는 걸 경험하면서 내려놓게 되었다. 지금은 내일을 잘 해내는 것이 우선이다. 에니어그램은 잠시 일했던 곳에서 특강을 통해 들었는데 독립하려는 시점에서 전문적으로 배워보야겠다고 시작했다. 성격분석과 발달수준에 대한 분석이 유용하다고 판단해서 함께 공부하신 분들과 책도 함께 쓰고 지속적으로 스튜디오한다고 밝히고 있다. 기본유형은 5번이다.

16. 연구참여자16

연구참여자16은 50세로 프리랜서 강사로 활동하고 있는 여성참여자이다.

연구참여자는 전업주부로 살다가 40대 이후에 직장을 갖기 시작하였다. 남편과의 갈등에서 시부모와도 멀어지게 되면서 다른 돌파구를 찾기 위해 부모교육을 다양한 커뮤니티에서 활동을 시작하면서, 자기실현 욕구와 자기 일을 하고 싶다는 생각이 강해지게 되었다. 에니어그램은 자녀의 유치원 원장님이 부모교육할 때 접하게 되었지만 별 감흥이 없었고 부부프로그램에 참여할 기회에 남편의 성격유형을 알게 되면서 더 공부해봐야겠다는 생각에 참여하게 되었다. 심화단계에서 패널 토의를 통해 생생한 타인의 목소리를 들으며 남편의 성향을 이해하게 되었고, 타인에 대한 이해가 구체적으로 와 닿았다. 또한 4단계이상 가면서 교수들이 보여주는 통합적인 모습을 통해 많은 감동을 받았다. 에니어그램 학습경험을 통해 가장 해결된 문제는 남편과의 관계 개선이다. 관계 개선으로 인해 시댁 행사에도 참여하게 되어 관계 개선이 많이 되었다. 가족들과 에니어그램 유형에 대한 이야기도 나누면서 서로 이해하려고 애쓰고 있다. 자신의 문제가 해결되고 나

니 다른 사람들에게 에니어그램을 활용한 치유프로그램을 만들고 싶다고 밝히기도 하였다 기본유형은 9번이다

이상 16명의 연구참여자들의 주관적 발달과업을 요약하면 <표 7 >과 같다.

<표 7 > 연구참여자의 주관적 발달과업 요약

연구참여자	주관적 발달과업
연구참여자1	자아 찾기, 부모와의 분리, 자존감 회복
연구참여자2	중간관리 역할, 경제적 안정, 배우자 자녀 관계회복, 체력한계
연구참여자3	자아 찾기, 노모치매, 흥미로운 공부 찾기
연구참여자4	남편, 시부모 관계회복, 사회적 역할
연구참여자5	경제적 안정성, 의미 있는 일 찾기, 성장과 나눔 실천
연구참여자6	자녀와 관계회복, 신체적 질병회복, 직업적 성취
연구참여자7	치매노모 돌봄, 전문성 갖기, 자기성장
연구참여자8	자기일 찾기, 직업적 보람, 장애자녀 돌보기
연구참여자9	중간 역할 잘하기, 주변인과 관계 맺기, 동반자 찾기
연구참여자10	자아 찾기, 자아성장, 배우자, 시부모갈등
연구참여자11	신체변화수용, 자아성장, 의미 있는 사회활동 찾기
연구참여자12	자아 찾기, 자기성장, 부부관계회복, 의미 있는 사회활동
연구참여자13	부부관계회복, 자녀 관계회복, 자신 돌보기
연구참여자14	신체적변화수용, 자아성장, 직업성취
연구참여자15	직업적 성취, 자녀관계
연구참여자16	자신의 성장, 남편과 시댁갈등, 부모에 대한 반감,

2. 연구참여자 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 활용에 대한 개념 및 범주화

본 연구에서는 중년기에 발달과업 측면에서 중년기에 해결하고자 하거나 이루고자 하는 목표들을 살펴보고 이러한 발달과업 달성과정에서 에니어그램 학습경험을 어떻게 활용하는지 살펴보고자 인터뷰를 진행하고 이를 근거이론에 입각하여 분석하였다. 이를 통해 텍스트를 중심으로 의미 있거나 중요한 부분들에 집중하여 335개의 개념을 도출하였고, 이를 유사하거나 공통적인 의미를 나타내는 개념들을 축약하여 54개로 하위 범주화하였다. 이렇게 나타난 하위범주들 중 유사하거나 연관된 개념들을 묶어서 총 25개의 상위범주가 구성되었다. <표 8> 참조.

<표 8> 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 활용에 대한 개념 범주화

개념	하위범주	상위범주
신체적 에너지가 내리막길로 꺼지는 느낌 예전과 다른 신체적 한계를 느낌 젊은 층과 비교할 때 신체적 능력이 떨어짐을 느끼게 됨	신체적 능력하락	체감되는 노화
스트레스로 인한 호흡곤란 증상 경험 중년기 신체적 질병을 경험함 신체적인 건강 문제 발생으로 고통	건강이상 신호	
자신과 배우자의 건강에 대한 심리적 염려증 신체적 외모가 떨어지면서 자존감의 하락 가족에게 짐이 될까 봐 걱정스러움	늘어나는 부정적 감정	노화에의 대응
노화로 인해 발생한 질병을 잊기 위해 일하는 시간을 늘림 자신의 신체적 한계를 인식하고 휴식을 주게 됨 신체적 기능의 약화를 자연스럽게 받아들임 건강을 더욱 적극적으로 챙기기 시작함	늘어감에 적응	

미래에 배우자 사망 이후 혼자 남음에 대한 두려움 죽음에 대한 인식이 자신의 문제로 다가옴	한 발짝 다가선 죽음	
은퇴 후 줄어드는 수입으로 생활이 가능할 지에 대한 고민 은퇴 후 늦둥이 자녀 양육책임을 다하기 위한 걱정 노후 경제적으로 안정적인 삶을 살 수 있을까 하는 걱정이 늘어남	불안한 노후 경제생활	흔들리는 경제적 입지
은퇴 후에도 가족에게 경제적 활동을 계획해서 인정받고 싶 은 욕구 경제적 역할의 탈락으로 인한 두려움 나이가 들면서 프리랜서로서 활동이 줄어들에 대한 두려움 경제력을 갖추어 자녀에게 도움을 주고 싶은 마음 엄마의 역할이 줄어들면서 관심이 나에게로 이동함	경제활동으 로 인정받고 싶은 나	
타인에게 잘 보이고 싶은 삶에서 원하는 삶을 살고 싶어짐 타인에게 인정받기 위해서 자신을 제대로 알고 싶은 학습 동기 상승 주변에 기대와 타인에 시선에서 자유롭고 싶은 욕구 엄마나 아내가 아닌 내 삶은 무엇인가라는 생각이 나에게 대 해 고민하게 함	나 자신으로의 관심 집중	자아정체 성 혼란
엄마 역할 감소로 인해 인생이 허무하게 느껴짐 엄마의 역할이라는 숙제를 마무리하고 나서의 허탈함이 생김 자녀 독립 후 자신의 필요성과 가치가 하락해 가는 듯한 느 낌을 받음	빈 둥지 증후군	
가족에게 헌신했던 자신에 대해 인정받고 싶으나 그렇지 못 함에서 오는 서운함 느낌 중년기 자신의 고통과 어려움을 타인에게 말하지 못함으로 오는 심리적인 우울감을 느낌 가족들이 자신의 말에 공감해 주지 않아서 오는 심리적 우 울감이 생김	심리적 사춘기	

자녀가 나를 챙겨주는 것에 대한 미안함과 고마움을 동시에 느껴짐		
삶의 일상에 쫓기다 보니 상담 관련 전문적 학업을 하지 못한 것에 대하여 후회함 전공과 다른 상담직에 꿈을 펼치고자 하는 마음이 생김 충분한 진로 탐색 없이 전공 선택 후에 상담직의 꿈을 펼치지 못한 것에 대한 후회	상담가로서 진입 욕구	새로운 도전 의욕
전문성 확보를 위한 학위취득 과정에 진입함 자발적 학습 욕구로 인한 전문적 학업성취 욕구 발생함 상담 관련 전문성을 확보하고자 하는 욕구가 발생함	새로운 학업의 시작	
가정에서만 아니라 사회에서도 역할을 찾고 싶은 마음 가정주부로서 사회적 역할 참여에 대한 동경이 있음 학부모 모임 단체에 가입해서 자녀들이 안정된 공간에서 꿈을 펼칠 수 있도록 사회적 역할을 하고 싶어짐	사회적 역할 찾기	가정 밖에서도 가치 있고 싶은 나
더 나이가 들기 전에 직업인으로 진입하기 위해 노력함 경력단절 남성으로 자신의 일을 찾아 나섬 일하는 친구들을 보면서 살림만 하는 자신에 대한 자격지심에서 직업을 찾기 시작	새로운 직업 찾기	
주부에서 직업으로 제2의 인생 살기 시작함 직장인으로서 타인에 귀속된 삶이 아닌 자신의 이름으로 사는 당당한 삶을 살고 있음	어엿한 직업인	
여성으로 최고위직 진출에 한계를 느낌 부하 직원에게 승진에서 밀릴까봐 두려움	승진의 벽	한계에 부딪힌 직장생활
직장에서 상사의 업무요구에 과도한 스트레스가 생김 부하직원이 말을 안들을 때 부하직원 눈치보기	중간관리자 의 비애	
일하고 싶은 나에 대한 배우자 지지가 없음으로 생기는 아쉬움이 큼 사회적 역할을 하면서 부모 역할에 소홀해짐	가정보다 일	가치관의 변화

<p>외부활동이 늘어나면서 가정 안에 역할 분담에 대한 문제가 발생함</p> <p>가정에서 직장에서의 일로 우선순위의 변화 됨</p>		
<p>중년이 들어서면서 외적인 모습보다 내적인 성장을 중요시 하는 가치관으로 변함</p> <p>평범하고 안정된 삶에서 자유롭고 원하는 삶을 살고 싶어지는 생각의 변화가 있음</p> <p>중년에 들어서면서 행복에 기준이 바뀜</p> <p>목적 지향적인 삶에서 현재에 충실한 삶으로 방향이 전환됨</p> <p>경제적인 삶을 추구했던 삶에서 자기가 하고 싶은 일을 하고자 하는 것으로 바뀜</p>	<p>삶의 우선순위 변화</p>	
<p>직업에서 누군가에게 도움이 되는 일에 대한 역할을 찾고 싶음</p> <p>직업에서 경제적인 이익만이 아니라 다른 사람에게 의미 있는 일을 하고 싶음</p> <p>지금까지 삶에서 가정이나 나만의 삶이 아니라 다른 사람에게 도움이 되고 싶음</p>	<p>직업가치관 의 변화</p>	
<p>자녀 문제 상황에서 부부간 소통이 없어지고 점점 멀어지게 됨</p> <p>남편이 시댁과의 관계에서 우리 가족을 지켜주지 못하면서 생기는 서운함이 커짐</p> <p>남편의 경제적 무관심으로 인해 갈등이 심화됨</p> <p>남편의 사업이 어려워지면서 스트레스를 가정에서 표현하여 힘들어짐</p> <p>배우자에게 의존하는 나와 받아들이지 않는 남편과의 갈등이 심화</p> <p>자기 방식만을 고집하는 배우자에 대한 불만이 커짐</p>	<p>늘어가는 배우자에 대한 불만</p>	<p>어려워진 가족관계</p>

<p>감당하기 버거운 자녀의 사춘기로 소통의 어려움을 겪음 사회적으로 비판적이고 냉정한 아이와의 대화가 어려움 엄마하고 전혀 말을 하고 싶어 하지 않는 자녀를 보며 괴로움을 느낌</p>	<p>소통을 거부하는 자녀</p>	
<p>치매 부모 돌보는 고단함 삶을 살게 됨 끊임없이 나를 의존하는 부모에 대한 책임감이 있음</p>	<p>고단한 부모 돌봄</p>	<p>부모부양의 어려움</p>
<p>자신에게 지나치게 의존하는 부모로부터 해방되고 싶은 욕구가 발생함 심리적으로 부모로부터 해방되고 싶은 고민이 발생함 지나치게 간섭하는 시부모로부터 독립하고 싶은 마음이 강함</p>	<p>벗어나고 싶은 부모</p>	
<p>자신에 대한 궁금증으로 에니어그램 학습에 참여하게 됨 타인에 다양성에 대한 궁금증으로 출발함</p>	<p>사람에 대한 이해 욕구</p>	<p>에니어그램 학습 동기</p>
<p>전문강사로서 콘텐츠를 갖기 위해 에니어그램 학습에 참여 시작 직업적 활용을 위한 공부 도구로 에니어그램 학습 시작함 자격증 취득을 위해 에니어그램 학습에 참여함 전 학습경험자의 상담 능력에 도전 받고 학습 도구로서 자신도 활용하고 싶은 목표를 갖고 에니어그램 학습에 참여함 생애설계 교육프로그램을 위해 에니어그램 학습 참여 함</p>	<p>직업적 활용 욕구</p>	
<p>학부모단체 봉사 과정에서 에니어그램 학습 시작하게 됨 종교단체에서 에니어그램 학습 시작함 학기 중에 심리검사의 일환으로 에니어그램 학습 시작함</p>	<p>우연한 상황</p>	
<p>상사의 권유로 에니어그램 학습에 참가함 에니어그램 공부하러 가는 친구 따라 함께 학습 참여함 먼저 에니어그램 학습경험자가 적극적으로 추천해줌</p>	<p>지인의 권유</p>	

<p>타 도구보다 자신을 잘 설명하는 학습 도구 발견함 자신의 행동에서 오는 특성을 새롭게 이해하게 됨 에니어그램 학습경험을 통해 자신을 만나는 신비한 경험을 함 자신의 특징을 잘 반영하는 도구의 만남 자신을 올바르게 표현하는 도구를 만나게 됨 자신의 정체성을 발견하게 해주는 에니어그램 학습경험을 하게 됨 타인들에게 이해받지 못했던 자신을 발견하게 됨 자신에 유형을 알게 된 신세계 경험 자신을 들여다보게 해주는 도구로 인식됨</p>	<p>심도있는 자기이해</p>	<p>자기이해를 도와준 에니어그램</p>
<p>감추고 싶었던 자신의 약점을 펼쳐 보여주는 느낌을 받으므로 보지 못했던 나의 모습을 보게 됨 문제가 있는 ‘나’라는 인식이 성격특성이라는 것을 알게 됨 평면적으로 바라보았던 자신의 모습을 다면적으로 보게 됨 자녀가 어려워하는 자신의 객관적 특성 발견하게 됨 타인과 다른 자신의 모습을 객관적으로 인식하게 됨 간섭과 침범에 민감했던 자신의 특성을 이해하게 됨</p>	<p>객관적인 자기탐색</p>	
<p>자신이 살아왔던 삶이 성격의 건강하지 못한 모습이었다는 것을 인식하게 됨 자신의 모습이 가족과 동료에게 어떻게 행동했는지 되돌아게 됨 에니어그램 학습경험이 자신 내면의 약점을 되돌아보게 함</p>	<p>자기성찰</p>	
<p>자신에게 있는 미덕을 바라보게 되었음 학습경험을 통해 자신이 본질적 아름다운 존재라는 것을 알게 됨 자기 안에 신성한 존재로서의 모습이 있다는 인식이 생김 ‘나 다움’이라는 것이 무엇인지 깨닫게 되었음</p>	<p>긍정적 자기인식</p>	

<p>자신의 약점을 사용하는 것이 순간이 빨리 보이게 됨 순간순간 자신의 건강하지 못한 모습을 인식하게 됨 타인과의 갈등에서 불편함을 즉각적 알아차리게 됨 타인의 시선을 의식했던 나의 모습을 자각하게 됨 자신의 부정적 모습을 바라볼 수 있는 노하우가 생김 실생활에서 자신의 불건강한 에너지 알아차릴 수 있음 자기감정 바라보기에 집중하면서 자신의 상태를 알아차리고 자각하는 에너지가 생김 자신의 게으름의 집착과 나태의 고착이 발생하는 상태를 빠 르게 인지하게 됨 조직 생활에서 자신의 부정적 특성이 들어났을 때 알아차림</p>	<p>자신의 부정적 모습 자각</p>	
<p>자신 안에 있는 긍정적인 특성을 재발견하게 되었음 에니어그램 학습경험을 통해 마음에 소리에 귀 기울이게 됨 자신의 무의식 알아차리기 연습하고 자신의 선함 모습을 발 견함 알아차림이 습관이 되고 커다란 성장으로 이어짐 자신의 긍정적 에너지로 방향을 전환할 수 있는 순간을 알 게 됨</p>	<p>긍정적 특성 발견</p>	
<p>타인에 도움 없이 자신의 객관적인 상태를 관찰하고 식별하 게 됨 자신이 할 수 있는 것과 할 수 없는 것에 대한 분별력이 생김 내적 갈등을 알아차리고 분별하게 됨 자신이 중심을 잡아야 주변이 흔들리지 않는다는 관점으로 변화됨 자신의 감정이 어떤 상태인지 점검하게 됨 스트레스로 느끼는 상황에 대한 식별이 가능해짐</p>	<p>자신에 대한 분별과 식별</p>	

<p>자신을 힘들게 했던 상사에 대한 이해하는 시각이 생김 타인을 객관적이고 선한 존재로 보려는 노력을 하게 됨 불편한 타인에 대해 다른 시각으로 보려는 의식적인 노력하게 됨 타인의 발달수준을 포함하여 다각적으로 이해하게 됨 타인의 성향을 잘 반영하는 학습 도구로서 타인을 바라보게 됨 자신의 가치와 타인의 가치가 다르다는 것을 이해하게 됨</p>	<p>객관적으로 타인 이해하기</p>	
<p>자신과 전혀 다른 배우자에 대한 이해를 배우게 됨 사춘기 자녀의 특성을 새롭게 이해하는 계기가 됨 배우자에 대한 새로운 인식 전환이 생김 자녀에 대해 몰랐던 특성을 새롭게 발견하게 됨 갈등 관계에 있던 배우자 성격특성에 대한 이해하게 됨 배우자에 대한 재평가를 통한 다각적인 이해 시도함 배우자에게 느꼈던 문제가 내 탓일 수도 있음을 알게 됨</p>	<p>가족 새롭게 이해하기</p>	<p>객관적으로 시각 갖고자 노력하기</p>
<p>나에게 상처가 되는 타인의 언어가 생각의 차이라는 것을 알게 됨 자신의 기준과 틀에 타인을 맞추어가지 않게 됨 과거에 자신이 오해로 바라보았던 모습이 이해로 전환됨 다른 사람의 약점을 타인이 고칠 수 없는 영역이라는 것이 인식됨 에니어그램 학습경험이 내가 피해라고 생각했던 부분이 가해자일 수도 있음을 인식 나의 잣대로 행동하지 말아야겠다는 생각을 통한 다짐하게 됨 나와 타인에 시각 차이가 존재한다는 것을 인정하게 됨 나의 기준에서 타인의 기준을 고려하게 됨</p>	<p>나의 고정관념 벗어나기</p>	

<p>자신의 약점이 들어나면 신속한 멈춤 성격특성의 약점이 점점 줄어들 자신의 약점을 개선할 수 있는 에너지가 생김 자신의 취약점을 개발하고자 하는 욕구가 강해짐 지속적인 학습경험의 활용이 자신의 약점 극복의 원동력으로 작용함 성격특성에서 오는 약점을 용기 있게 강점으로 극복 자신의 약점인 불안이 많이 해소됨 선택의 어려움이 있는 약점으로 극복하기 위해 연습을 하고 있음</p>	<p>약점 고치기</p>	
<p>세상을 보는 나만의 틀을 깨려는 노력이 지속됨 자신을 인정하면서 스트레스 조절 능력 발휘하게 됨 학습의 연장선으로 자기 극복을 위한 신체적 표현과 훈련 갈등 관계에서 감정을 다스리는 훈련을 습관화함 자신의 집착을 놓는 연습 의식적으로 유형 특성의 함정에서 빠져나오려는 삶의 변화 타인의 시선에서 벗어나 선택과 집중 능력 발휘 자신의 행동 패턴을 통합시키려는 방법 모색함 자신의 강점 활용을 통해 책임감을 발휘하게 됨 자신의 강점을 활용하기 위한 신체적 활동의 증가</p>	<p>부정적 행동 수정하기</p>	<p>일상생활에서 에니어그램 활용하기</p>
<p>자신의 삶에서의 경험을 에니어그램으로 이해하고 해석하는 방식으로 지속적 활용하고 있음 인생에서 네비게이션으로 끊임없이 활용하게 됨 자신의 집착에 빠질 때 본질적으로 나아가기 위해 심리적 건강을 지키기 위한 도구로 활용하게 됨 성장과 성숙으로 가기 위한 학습 도구 활용 학습경험이 생활 속에 자아 성찰 도구로 활용되고 있음</p>	<p>생활 경험 해석하기</p>	

<p>타인이 바라보는 나의 모습을 벗어버릴 용기가 생김 외적 변화에서 내적인 마음의 소리에 귀를 기울이게 됨 자신의 상태를 파악하여 자기 돌봄이 생김 에니어그램 학습경험을 통해 삶이 가족에게서 온전히 나로 옮겨짐 타인 시선보다 나답게 살아가는 삶에 대한 만족감 에니어그램 학습경험을 통한 좋은 나로 살고 싶은 심리적 내재화 타인의 시선에 몰두했던 자신에 대한 위로와 격려로 타인에 시선으로부터 자유 추구 나답게 살아가는 삶에 만족을 경험함 다른 사람의 시선에 얽매이지 않고 자유로워짐을 느낌</p>	<p>타인의 시선에서 자유로워진 나</p>	<p>긍정적으로 변화한 나</p>
<p>조급한 자신의 특성이 좀 더 여유로워짐을 느낌 문제 상황을 심리적 조급함으로 바라보지 않고 감정을 안정적으로 유지함이 생김 타인에 대한 갈등적 관계에서 수용하고 포용하는 에너지가 생김 예민함이 없어지고 심리적으로 안정감을 느낌 타인에 시선에 민감했던 자신이 타인을 의식하지 않게 되면서 편안함을 갖게 됨</p>	<p>심리적 여유를 찾은 나</p>	
<p>자신에 틀에서 빠져나와 자유로운 느낌을 갖게 됨 자신에 대한 바로 알기를 통해 자신에 대한 긍정과 사랑하는 마음이 생김 선택에 있어서 자발적으로 자신에게 긍정적 메시지를 심어줌 타인에 대한 스트레스가 없는 모습에서 자아 성숙감을 느낌 자기를 많이 알게 되어 자신에 대한 자존감이 높아짐</p>	<p>성숙해진 나</p>	

<p>타인을 바라보던 시선이 까칠함에서 편안함으로 인상의 변화를 피드백 받음 타인의 피드백으로 자신의 성장을 느낌 가족들이 자신의 행동과 표정이 변했다는 피드백을 통해 긍정적으로 변화한 나를 느낌</p>	<p>타인을 본 나의 성장</p>	
<p>과거의 배우자에게 했던 자신의 모습을 반성하고 배우자에게 용기 있게 사과 자신이 인정하지 않았던 배우자에게 미안하다는 말을 반복하여 사과함</p>	<p>배우자에게 사과하기</p>	<p>진정성 있게 반성하기</p>
<p>배우자와 밀접한(성) 관계 형성이 부족했던 삶에 대한 후회와 용서 배우자에게 투사했던 문제를 자신의 문제로 바라보게 되면서 오는 후회와 반성</p>	<p>배우자와의 관계에 대한 반성</p>	
<p>과거에 보였던 자녀를 다그쳤던 모습을 반성함 자녀에게 사랑이라는 이름으로 구속하고 강요했던 과거 자신의 모습을 반성하고 후회함 자신을 알아갈수록 자녀에게 했던 부정적 모습을 반성하게 되었음</p>	<p>자녀양육 방식에 대한 반성</p>	
<p>배우자가 원하는 삶에 대해 인정 해주고 허용해 주게 됨 배우자에 특성을 있는 그대로 이해하고 수용하고 받아들여지게 됨 배우자의 불안함을 성격특성으로 이해하고 수용적으로 받아들임 배우자와의 다름을 갈등으로 받아들이지 않게 됨 배우자에 대한 이해를 통해 특성에 따라 배려하는 모습으로 나아감 배우자 특성에 대한 깊은 이해와 받아들임이 그에 감사로 연결됨</p>	<p>배우자 인정과 수용</p>	<p>있는 그대로 타인 수용하기</p>

<p>자신을 힘들게 했던 자녀의 특성을 있는 그대로 인정해 주게 됨</p> <p>자녀에게 자신이 세운 목표에 대한 기대치를 내려놓게 됨</p> <p>자녀 특성에 맞는 진로를 인정함</p> <p>자녀의 특성을 이해하면서 집착을 내려놓음</p> <p>자녀를 바꾸려 하지 말고 잠재능력을 믿고 기다려야 하는 것을 알게 됨</p>	<p>있는 그대로 자녀 받아들이기</p>	
<p>에니어그램 학습경험이 타인을 있는 그대로 인정하게 되는 변화를 가져옴</p> <p>자신과 맞지 않는 사람을 배척하던 모습에서 수용하게 됨</p> <p>직장에서 후배들의 성향을 받아들이고 맞추어줌</p> <p>타인에 대해 회피하기보다는 수용하게 됨</p>	<p>사회적 관계에서 수용하기</p>	
<p>배우자 눈치 보는 대화에서 인정하는 대화법으로 변화함</p> <p>배우자와 문제 발생 시 해결을 위한 새로운 소통법으로 대응</p> <p>배우자와 조율하고 배려하는 방법을 터득함</p>	<p>배우자와 지혜롭게 소통하기</p>	<p>긍정적으로 소통하기</p>
<p>지시형에서 질문형으로 자녀와의 대화법이 변함</p> <p>자녀와의 논쟁적이고 비생산적인 대화방식을 멈추게 됨</p> <p>자녀와의 특성에 맞는 소통법으로 개선함</p> <p>자녀에게 맞는 칭찬법을 지속적으로 사용함</p> <p>자녀에게 했던 올바르지 않은 애정 표현 언어 스타일이 변함</p>	<p>자녀와 슬기롭게 대화하기</p>	
<p>타인에 대한 빠른 이해로 상대를 배려하게 됨</p> <p>사회적 관계에서 타인에 특성에 맞추어 반응하게 됨</p> <p>학습경험을 효과적인 갈등 해결 전략으로 사용함</p> <p>타인의 특성에 맞는 관계 전략을 활용함</p> <p>사람에 대해 즉각적 판단 보다는 상황과 분리해서 보게 됨</p> <p>타인과 빠른 라포형성으로 친밀감 형성이 높아짐</p>	<p>슬기로운 사회생활</p>	<p>나의 변화에서 시작한 관계의 변화</p>

<p>배우자에 대한 태도 변화가 긍정적 관계로 전환 계기 마련 배우자와 가족 모임에 협력관계로 성장하게 됨 학습경험이 배우자와의 극단적 관계 선택을 멈추게 함 배우자에 대한 심리적 의존도가 낮아지고 자신에 대한 책임감 상승 배우자에 대한 이해와 받아들임이 감사로 연결됨 나의 성장과 변화가 배우자와의 관계 회복에 작용함 자신의 변화에 반응하게 되는 배우자와 소통에 계기가 됨</p>	<p>배우자와의 관계 · 회복</p>	
<p>자녀 독립 후 더욱 친밀해지는 부부관계를 원하는 마음 인생의 새로운 동반자 찾기를 하고 싶은 마음이 강함 인위적인 사회관계 정리를 통해 배우자에게 집중하는 시기로 인식됨 배우자와 좋은 관계를 위해 맞추고자 하는 마음이 커짐</p>	<p>누구보다 그래도 배우자</p>	
<p>자녀 특성에 따라 자신의 방식을 수정함 자신의 방식을 강요하지 않는 양육법을 터득하게 됨 자녀와 갈등 상황에서 자신만의 방식을 고집하지 않음 자녀 특성에 맞는 적절한 반응이 관계 회복에 도움이 됨</p>	<p>자녀와의 관계 회복</p>	
<p>돌아가신 부모님에 대해 심리적인 이해와 수용이 생김 가족과 타인을 이해하면서 오는 자신의 상처 치유 시부모에게 받았던 상처가 특성 차이라는 것을 알게 되면서 용서됨 부모님에 대한 이해로 측은지심이 발생하여 마음에 위로감을 얻게 됨 돌아가신 부모님에 죄책감을 재해석하면서 치유의 경험을 하게 됨</p>	<p>심리적 치유</p>	<p>에니어그램 활용하여 문제해결 하기</p>

<p>학습경험이 타인을 배척하지 않는 관계의 성숙을 가져옴 타인의 마음속을 들여다보면서 느끼는 측은지심 발생 사람에 대한 진정한 관심과 다각적인 이해 자신의 건강이 사회적 관계에서의 건강과 연결되어 있음을 인식하게 됨 타인에 대한 이해가 사회성을 발달시킴 자신과 타인에 대한 이해가 자연스러운 문제해결의 원동력으로 작용 타인의 특성을 세심하게 살핌 개인의 학습이 긍정적인 사회적 관계 형성에 기여 사회적 관계에서의 이해의 폭이 넓어짐 주인공이고 싶은 마음에서 내가 타인의 배경이 되기를 스스로 자처하게 됨 학습경험이 관계에 대한 두려움을 극복하고 새로운 시도를 경험하게 함</p>	<p>긍정적 관계형성</p>	
<p>학습경험이 가족 간 커뮤니케이션의 매개로 작용 학습경험을 자녀에게 확산하여 자녀 스스로 문제해결을 할 수 있게 함 배우자에게 올바른 자녀 소통법을 전달함 자녀 특성에 맞는 상담을 통해 자녀 문제해결사의 역할을</p>	<p>문제해결 도구가 된 에니어그램</p>	
<p>에니어그램 학습경험을 통해 자신이 가지고 있던 스트레스로 인한 위장병이 완화되는 계기가 됨 경직되어 있던 신체가 이완되어 건강해지는 변화 에니어그램 학습경험이 자신의 특성에서 오는 집착을 내려놓게 하므로 자신의 겪었던 호흡곤란증이 없어짐</p>	<p>스트레스 관리 도구의 에니어그램</p>	
<p>학습경험을 통한 자신의 변화를 확산하려는 의지가 강해짐 에니어그램 도구를 통해 행복 전달자가 되고 싶은 소망을</p>	<p>나누고 싶은 에니어그램</p>	

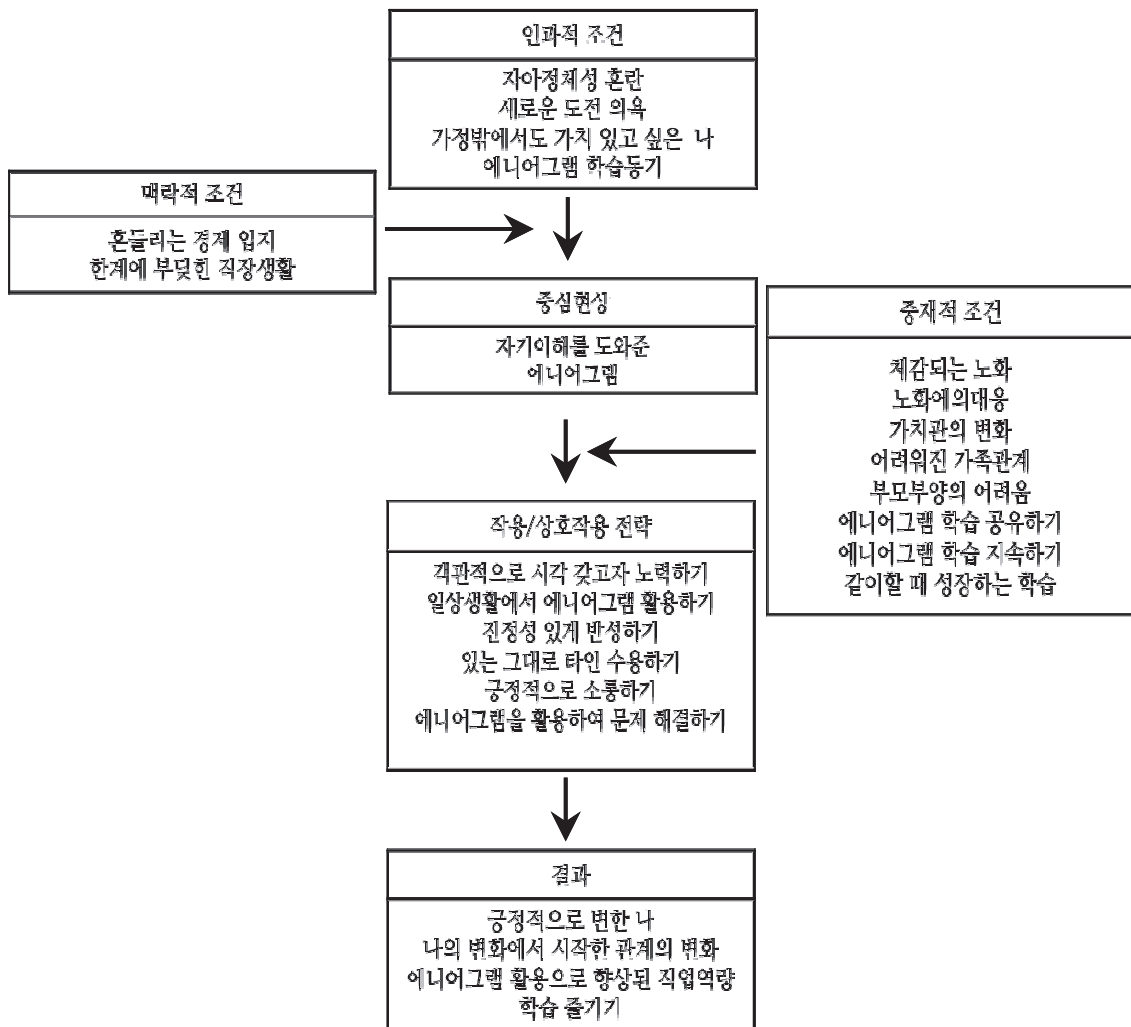
<p>갖게 됨</p> <p>긍정적인 학습경험을 사랑하는 사람에게 나누고 싶은 마음이 생김</p> <p>자신의 문제해결 경험을 타인에게 전파하고 싶어지는 욕구가 발생함</p> <p>학습경험을 타인에게 프로그램을 전파하고자 자신과의 약속을 하게 됨</p>	<p>학습경험</p>	<p>에니어그램 학습경험 공유하기</p>
<p>성숙하지 못한 자녀 양육 태도의 경험을 통해 학부모 교육 프로그램을 하고 싶은 욕구 발생</p> <p>타 학습경험과의 통합적 프로그램 기획을 하고 싶음</p> <p>기업 프로그램에서 에니어그램 학습경험을 포함하여 프로그램을 기획하고자 함</p> <p>에니어그램 학습경험을 토대로 치유 프로그램 기획을 하고 있음</p>	<p>유익한 교육프로그램 개발 욕구</p>	
<p>학습의 동반자로 배우자와 함께함</p> <p>배우자와 함께 에니어그램 학습경험을 성장시킴</p>	<p>배우자와 함께 학습하기</p>	
<p>에니어그램 학습경험을 위한 투자가 직업에서 몇 배가 되어 돌아옴</p> <p>에니어그램 학습경험이 경제적 소득으로 연결됨</p> <p>자녀 문제해결 경험을 통해 양육 코칭에 적극적 활용함</p> <p>에니어그램 학습경험을 통한 자녀 문제해결 경험이 직업적 환경에서 통합적으로 사용됨</p> <p>타인을 문제를 바라보는 객관적 도구로 직업에서 활용함</p> <p>에니어그램 학습경험을 직업에서 필수적 도구로 사용</p> <p>에니어그램 학습경험을 통한 타인 이해 방식을 직업 환경에 적용</p> <p>진로 코칭에 활용하면서 맞춤형 진로지도를 할 수 있음</p>	<p>경제적 가치 창출</p>	<p>에니어그램 활용으로 향상된 직업역량</p>

<p>상담 시 타인을 빠르게 파악하게 되어 상담 효과성 높아짐 상담에서 나만의 직업적 무기로 활용되고 있음 에니어그램 학습경험을 통해 상담에 프로가 된 느낌 에니어그램 학습경험이 점진적으로 직업적 환경에서 능력 향상 시킴</p>	<p>상담 전문역량 향상</p>	
<p>함께 공부하는 사람에게 끊임없이 학습에 대한 도전을 받음 같은 에니어그램 학습경험을 가지고 있는 사람들과의 유대감을 통한 학습동기부여 학습 스터디를 통한 에니어그램 공부 애정도 상승 학습조직을 통한 에니어그램 학습 동기 지속성을 갖게 됨 성장과 나눔을 위한 학습의 지속성 에니어그램 전문성을 갖추기 위한 스터디그룹 운영 지속적 성장을 위한 스터디 모임 형성</p>	<p>자율적으로 함께 학습하기</p>	
<p>에니어그램 학습경험의 부족으로 전문성을 확보하고 싶은 동기 발생 에니어그램 학습경험을 통한 성장 욕구 상승이 더 많은 학습 동기로 이어짐 에니어그램 학습경험을 활용해서 타인을 돕고 싶은데 부족한 자신에 대한 실망감 직업적 활용을 위한 전문성 확보에 대한 셀프동기 전문가 집단에 참여 후 높아진 학습 동기 부여 에니어그램 학습경험이 전문가로 성장하고 싶은 욕구 고취 성장과 나눔을 위한 학습의 지속성 에니어그램 학습경험을 경제활동에 활용하게 되면서 고양된 학습 동기</p>	<p>에니어그램 전문가로 성장에 대한 기대</p>	<p>에니어그램 학습 지속하기</p>
<p>교수자의 강의에 매력을 느껴 학습 욕구가 증대됨 교수자의 역량을 보며 자기개발 욕구가 팽창됨 교수자의 긍정적 관심이 깊은 학습 동기로 이어짐</p>	<p>매력적인 교수자와의 조우</p>	

<p>에니어그램 학습경험을 다른 학습과 연계하고자 하는 학습 동기 발생</p> <p>에니어그램 학습경험이 새로운 학습에 대한 즐거움 선사</p> <p>공부의 욕구가 에니어그램 학습경험의 시발점</p> <p>새로운 학문적인 호기심에 지속적 학습 동기 발생하여 자신을 채워줌</p>	<p>다른 분야로의 학습 확대</p>	<p>학습 즐기기</p>
<p>에니어그램 학습경험을 현장에서 자신의 이론으로 발전시키고자 함</p> <p>함께 참여한 동기와의 협업으로 이루어낸 책 쓰기 성과 창출</p> <p>에니어그램 학습경험이 학문적으로도 더 확장되고자 하는 목표로 나아감</p>	<p>에니어그램 실천에 학문적 깊이 더하기</p>	
<p>학문적 이론이 아닌 교육생과의 소통을 통한 학습이 일어남</p> <p>타인의 경험을 나누는 소통 학습이 산 경험으로 다가옴</p> <p>유형별 모임을 통해 타인의 시각을 더 많이 배우게 됨</p> <p>다양한 타인과의 소통을 통한 긍정적 자극을 받게 됨</p> <p>타인과 소통을 통해 자신과 타인에 대한 이해의 확장이 생김</p> <p>함께 참여한 사람들과의 긍정적 관계 형성을 통해 에니어그램 학습경험을 증폭시킴</p> <p>학습동아리를 통해 현실 속에서 배우는 타인에 대한 이해가 있음</p>	<p>소통에서 얻은 배움</p>	<p>같이할 때 더 성장하는 학습</p>
<p>사람들의 생생한 경험 노출이 이론적 학문에서 현실적 모습으로 느껴짐</p> <p>타인의 자기 노출에서 배우는 체험적 경험이 크게 다가옴</p> <p>타인의 경험을 비추어 배우자에 대해 구체적인 모습으로 다가옴</p> <p>학습 과정에서 타인의 경험을 통해 얻은 조언이 현실 속에 다가옴</p>	<p>타인 경험에서 '얻는 배움</p>	

3. 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 활용에 대한 범주분석

본 연구에서는 개방코딩에서 나온 25가지 상위범주를 중심으로 축코딩을 통해 Strauss와 Corbin(2008)이 제시한 패러다임 모형을 활용하여 구성하였다. 에니어그램 학습경험자의 중년기 발달과업 달성과정에 대하여 패러다임 모형으로 표현하면 [그림 3] 과 같다.



[그림 3] 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 활용에 대한 패러다임 모형

1) 중심현상

중년기 발달과업 달성과정에 에니어그램 학습경험에 어떠한 활용이 있는지 파악하고자 하는 이 연구에서 관심을 두는 현상은 ‘자기이해를 도와준 에니어그램’이었다. 중년기 연구참여자들은 최선을 다해 앞만 보고 살아왔던 삶에서 자기 자신에게 관심을 가지게 되는 시기로서 중년기를 맞이하게 되었다. 연구참여자들은 ‘자기이해를 도와준 에니어그램’ 학습경험을 통해 자신에게 집중하여 중년기에 해결해야 하거나 이루어야 할 목표로서 발달과업의 달성과정이 시작되었다. ‘자기이해를 도와준 에니어그램’ 학습경험은 자신에 모습을 더욱 심도 있게 이해 할 수 있게 하였다. 객관적으로 자신의 집착과 약점들을 들여다보게 되었고, 자아성찰을 통해 자신의 건강하지 못한 모습을 발견하기도 하였다. 또한 자신의 부정적인 모습을 자각하게 되면 자신에 대한 분별과 식별을 통해 자기 안에 있는 긍정적 특성과 마주할 수 있게도 하였다. 연구참여자6은 H연구소의 프로그램 1단계 부제명이 ‘나를 찾아 떠나는 여행’으로 중년기 자신에 대한 관심이 높아지는 시기에 적절한 부제명 이라고 박수를 치기도 하였다. 이는 에니어그램 학습 경험자의 중년기 발달과업 달성과정에서 가장 중요하게 들어난 중심현상으로 볼 수 있다. 이러한 현상은 ‘심도 있는 자기탐색’, ‘자기성찰’, ‘긍정적 자기인식’, ‘자신의 부정적 모습 자각’, ‘긍정적 특성 발견’, ‘자신에 대한 분별과 식별’등의 하위범주를 구성하게 되었으며 여기에는 42개의 개념이 포함된다.

가. 심도 있는 자기이해

연구참여자들의 ‘타 도구보다 자신을 잘 설명하는 학습도구’, ‘자신의 행동특성 새롭게 이해’, ‘자신을 만나는 신비한 경험’, ‘자신의 특징을 잘 반영하는 도구’, ‘정체성을 발견해주는 학습경험’, ‘이해받지 못했던 자신에 대한 발견’, ‘자기 유형을 알게 된 신세계 경험’, ‘자신을 들여다보게 해주는 도구와의 만남’의 개념들은 자신에 대하여 깊은 이해를 도와주는 도구로 인식하고 있음을 반영하여 “심도 있는 자기이해”로 하위 범주화하였다.

“나는 왜 이런 사람인가 어렸을 때부터 궁금했거든요 친구들과하고 이야기를

해도 안 통하는 부분이 있었고 친구들은 나한테 너무 특이하다고 그리고 중·고등학교 친구들은 OO는 역시OO답다고 하는 것이 어떤 의미일까 이런 부분이 컸었는데 내가 이상 한 게 아니고 원래 성격이라는 게 이런 거구나 내가 특이한 사람이 아니라 성격적인 나였구나 이런 것을 안 것 그게 가장 컸어요”(연구참여자8)

“저한테 굉장히 잘 맞는다고 생각 했어요 나를 이렇게 표현할 수 있는 이렇게 시원하게 표현할 수 있는 게 있었구나..”(연구참여자10)

나. 객관적인 자기탐색

연구참여자들의 ‘감추고 싶었던 약점을 보여주는’, ‘ 문제 있는 내가 아닌 성격특성임을 알게 됨’, ‘ 자신을 다면적으로 바라보게 됨’, ‘ 자신의 객관적 특성을 이해’, ‘ 자녀가 어려워하는 자신의 객관적 특성 이해’, ‘ 타인과 다른 객관적 특성’, ‘ 간섭과 침범에 민감했던 나의 특성 이해’의 개념들은 자신을 되돌아보고 자신을 객관적으로 탐색하게 되는 특성으로 “객관적인 자기탐색”으로 하위 범주화 하였다.

“에니어그램을 배우고 나의 특징이 공감 능력이 약하다는 것을 알게 되었어요 남과 다르다는 것을 객관적으로 받아들이는 것이 힘들었는데... 객관적으로 받아들이고 나니까 그 문제를 해결할 수 있었어요”(연구참여자15)

“딱 듣는데 그때 느낌이 어 핫시트에 올라간 그런 느낌(얼굴이 화끈거리는 느낌)이었어요 저한테 개인적으로 질문을 하시지도 않았고 개인적으로 뭐라고 하지도 않았는데 제가 핫시트에 올라가서 굉장히... 그때 자신에 대해서 많이 생각 해 보았던 그런 시기였던 거 같아요”(연구참여자1)

다. 자기성찰

연구참여자들의 ‘자신이 건강하게 살아오지 못했던 모습 인식’, ‘ 가족과 동

료들에게 했던 모습 되돌아보기’, ‘자신의 약점 되돌아보게 함’의 개념들은 자신의 모습에서 자신의 모습을 반추하면서 발견하게 되는 개념들로 “자기성찰”로 하위 범주화하였다.

“평평 울면서 회개한 적 있어요... 내가 살았던 게 이게 정말 내가 그렇게 원했던 하나님이 원하는 사람도 아니었고 복수와 응징이 그렇게 남들 앞에서 시원한 사이다 이런 게 아니었구나 하는 걸... 그렇게 살지 말자 삶에서 부딪침이 있었던 거죠”(연구참여자10)

“이제 내가 가족들한테 어떻게 했지 내 동료들한테 어떻게 했지 너는 정말 그게 침으로 콧속 찔러서 옆에 사람들을... 다그치고.. 하는 그런 생각이 들었고 최소한 내 칼로 휘두르고 재단하고 행동을 통제하고 이런 건 하지 않았으면 좋겠다는 것을 많이 느꼈죠”(연구참여자2)

라. 긍정적 자기인식

연구참여자들의 ‘자신의 미덕을 바라보게 됨’, ‘자신은 본질적 아름다운 존재임’, ‘신성한 존재로서의 모습이 있음’, ‘나다움을 깨닫게 됨’의 개념들은 자신의 긍정적 특성을 발견하고 인식하는 것으로 “긍정적 자기 인식”으로 하위 범주화하였다.

“당신은 뭐 정말 그런 존재예요 뭐 놀라운 존재예요 이렇게 하니까 나는 그때 많이 위축되어 있는 상황이어서 원래는 강점이 많은 사람이고 신성한 존재예요 그런데 왜 그렇게 살고 있는 거예요 당신의 뭐가 집착이 있는 거예요 집착대로 사는 것은 당신의 모습이 아니예요 이런 것들이....저렇게 완성된 모습으로 살아야 되는 존재이구나라고 생각이...”(연구참여자5)

“교육을 받다 보니 인간은 아름답다는 거 본질은 자유롭고 아름다운 존재라는 그게 되게 마음에 들었어요”(연구참여자12)

라. 자신의 부정적 모습 자각하기

연구참여자들의 ‘자신의 약점을 사용하는 모습이 빨리 보임’, ‘건강하지 못한 모습 알아차림’, ‘갈등 관계 불편함 알아차림’, ‘타인을 의식하는 시선 알아차림’, ‘부정적 모습 바라보기’, ‘불건강한 에너지 알아차림’, ‘자신의 상태 자각하기’, ‘게으름과 고착 발생하는 상태 인식’, ‘조직 생활에서의 부정적 특성 자각’의 개념들은 자신 안에 발생 되는 부정적 모습을 알게 되는 것으로 “자신의 부정적 모습 자각하기”로 하위 범주화하였다.

“제가 아! 지금 어떤 상태구나라고 느끼고 또 스트레스 상황이 되거나 불건강한 모습으로 나갈 때도 자각하고 깨워서 여기 있게 만들어 주는...”(연구참여자11)

“이제 저의 성향을 제가 스스로 좀 체크하고 있고 무기력해지고 뭔가 피곤해질 때는 9번 날개를 쓰다 보니까 완전 9번에 건강하지 않은 모습이 나올 때 게으름과 늘어진 모습 이게 나오더라고요 그런 어떤 저의 모습을 보면 네가 지금 9번에 불건강한 에너지를 쓰고 있구나라는 걸 알게 되는 거죠”(연구참여자9)

라. 긍정적 특성 발견

연구참여자들의 ‘자신 안에 긍정적 특성 재발견’, ‘마음에 소리에 귀를 기울임’, ‘무의식 알아차리고 선한 모습 발견’, ‘알아차림과 성찰’, ‘긍정적 에너지로 방향 전환’의 개념들은 자기 안에 있는 선한 특성에 대한 귀 기울임으로 “긍정적 특성 발견”으로 하위 범주화하였다.

“저는 코끝이 찡 하면서 자기연민이 타고 올라 왔어요 눈에 눈물도 살짝 맺히고 아 그게 뭐냐면 지금까지 어렸을 때부터 이해 받지 못한 거 있잖아요 왜 사람들은 나와 다를까 그러면서 항상 상처 받았는데 나한테 이렇게

아름다운 모습이 있다는 걸 알았어요”(연구참여자12)

마. 자신에 대한 분별과 식별

연구참여자들의 ‘자신의 객관적인 상태 관찰과 식별’, ‘분별력 생김’, ‘내적 갈등 알아차림’, ‘자신의 관점 유지’, ‘감정 상태 점검’, ‘스트레스 상황 식별’의 개념들은 자신을 스스로 점검하게 모습으로 “자신에 대한 분별과 식별”로 하위 범주화하였다.

“저는 스트레스 상황이거나 불건강할 때 좀 더 빨리 알아차리고 자각하고 내가 어떤 상황이구나 그래서 지금 같은 경우에는 내가 성장에 나가려고 하거나 건강한 상태가 되려면 어떻게 해야 되는구나 라는 것들이 조금 더 인지적으로 그러니까 그 감정에 함몰되어서 폭 빠지고 들어가기 보다는 거 리두기를 통해서 관찰을 하고 식별하고 그렇게 바라보는 게 누구의 힘을 빌리지 않고 스스로가 된다고 하는... 심리적으로 나를 알게 된 가장 많은 변화가 있는 부분 중에 하나가 아닐까라는 생각이요”(연구참여자11)

“나를 점검하잖아요.. 나를 바라보고 자기 점검 아 내가 또 우울감에 빠져 있구나 아 내가 고독한 감정을 또 누리는 구나라는 감정을 식별할 수 있어요”(연구참여자12)

전술한 내용을 바탕으로 나타난 하위범주를 「자기이해를 도와준 에니어그램」으로 상위범주화하였다.

이를 중심현상으로 보고 도출한 속성과 차원은 <표 9> 와 같다.

<표 9> 중심현상의 속성과 차원

상위범주	속성	차원
자기이해를 도와준 에니어그램	정도	많다--적다
	깊이	깊다--얕다

2) 인과적 조건

중년기 발달과업 달성과정에 에니어그램 학습경험을 어떻게 활용하는지 파악하고자 하는 이 연구에서 ‘자기이해를 도와준 에니어그램’이라는 중심현상은 연구 참여자들이 에니어그램 학습경험에 참여하게 된 동기와 중년기에 이루고자 하는 목표나 해결해야 할 다양한 문제 상황과 인과적 관계에 놓이게 된다.

먼저 연구참여자들은 중년에 이루고자 하는 목표나 해결하고자 하는 문제 상황을 가지고 자발적 동기로 학습경험에 참여하거나, 타인의 소개로 참여하거나, 또는 우연한 기회에 에니어그램 학습경험에 참여하게 된다.

이를 통해 중심현상인 ‘자기이해를 도와준 에니어그램’과 만나게 된다.

이에 중심현상을 일으키는 인과적인 조건에 “자아정체성 혼란”, “새로운 도전 의욕”, “가정 밖에서도 가치 있고 싶은 나”, “에니어그램 학습 동기”라는 5개의 상위범주로 구성되었으면 12개의 하위범주가 포함된다.

(1) 자아정체성 혼란

연구참여자들은 Jung(1954)이 말하는 자신의 정체감을 찾고자 내면에 집중하면서 깊은 성찰이 이루어져야 되는 시기로 인식하였다. 타인들의 시선보다는 자신에 집중하여 자신을 탐색 하고 싶어 했고, 자녀 독립으로 인한 빈 둥지 증후군을 겪기도 하였다. 연구참여자12는 엄마 역할에 대한 마무리가 자신의 실존적 삶의 고민으로 옮겨간다고 하였으며, 연구참여자11은 청소년 시절에 경험해야 하는 사춘기를 사십 넘어서 하는 것 같다고 했는데 뒤늦게 나는 누구인가? 라는 고민이 찾아온 것 같다고 표현 하였다. 자녀를 양육하는 어머니 역할에 충실했던 연구참여자들은 자녀가 성장하고 나서 자신에 대한 고민이 시작되었고 자신을 찾고 싶다는 욕망이 강렬하게 나타났다. 사회적 역할에 참여했던 연구참여자들은 중년기에 들어서면서 열심히 일만하고 살았던 자신을 되돌아보는 과정으로 자신에 대한 고민이 시작되는 시기이다. 이러한 특징들은 중년기가 환경적으로나 심리적으로 자신에 대한 문제와 정체성에 대한 혼란기로 인식되고 있는 것이다.

가. 나 자신으로의 관심 집중

연구참여자들의 ‘엄마 역할이 줄어들면서 관심이 자신에게 이동’, ‘타인에게 잘 보이고 싶은 삶에서 원하는 삶을 살고 싶어짐’, ‘자신을 제대로 알고 싶음’, ‘주변에 기대와 시선에서 자유롭고 싶은 욕구’, ‘엄마나 아내가 아닌 내 삶은 무엇인가에 대한 고민’으로 구성된 개념은 중년기에 들어서 발생하는 자신을 제대로 알고 싶고 자신에게 집중하는 삶을 살고 싶은 동기에서 출발하므로 “나 자신으로의 관심 집중”으로 하위 범주화하였다.

“나의 삶 내가 누구인가 그런 것들을 많이 생각하게 되었던 거 같아요 삶의 우선순위가 아이에서 저에게로 옮겨온 거 같아요”(연구참여자12)

“현재 내가 그냥 내가 하고 싶은 거 마음껏 하고 그래서 내 삶에 어떤 책임감이 좀 생긴 거 같고 또 엄마나 아내가 아닌 내 삶을 찾고 싶은 욕구가 굉장히 많아졌던 것 같아요”(연구참여자4)

“나는 그럼 정말 뭐하고 싶지 라는 생각이 들었는데 놀랍게도 아무것도 안 하고 싶었어요 솔직히 아무것도 안하고 싶었어요 쯤 나를 좀 내버려 두고 싶다는 생각을 좀 했었어요 아무 생각도 하지 말고 너 정말 여행도 좀 다녀 보고 너 하고 싶은 거 그냥 아무것도 하지 마 안 하는 상태로 좀 있어 봐 너에 집중해봐 라는 생각을 했었던 거 같아요 (연구참여자1)

나. 빈둥지 증후군

연구참여자들의 ‘엄마 역할 감소로 인생이 허무하게 느껴짐’, ‘엄마 역할이라는 숙제를 마무리하고 허탈감 생김’, ‘자녀독립 후 자신의 필요성과 가치 하락하는 가치 없음 느낌’의 개념들은 자녀의 성장과 독립을 통해 느끼는 감정인 “빈둥지 증후군”으로 하위 범주화하였다.

“제가 애들을 뒷바라지 하다가 그들이 나의 손길을 거부 하잖아요 물론 사

춘기 이후부터 내가 알아서 할게라고는 늘 했지만 그래도 이렇게 학교 다닐 때는 늘 뭐 픽업하고 늘 뒷바라지를 했잖아요... 뭔가 챙겨주고 근데 이제 대학 가니까 그런 역할이 많이 줄었어요 거기에서 굉장히 내가 할 일이 없네 이거에 대한 허전함 내가 내 역할이 없다는 어떤 그런 허무가 되게 심했었거든요”(연구참여자3)

“좀 전에 얘기한 것처럼 그 아이를 다 키웠다 라는거 다 키웠다는.. 그리고 또 제가 하던 공부를 다 마치게 되고 막 그랬을 때 조금 헛헛함 같은게 있었어요 우울 우울감 같은 거 있었어요 어 그게 아 이게 빈 등지 증후군이구나 그런 생각을 한 적이 있었어요...”(연구참여자10)

다. 심리적 사춘기

연구참여자들의 ‘가족에게 헌신했던 자신에 대해 인정받지 못함에서 오는 서운함’, ‘자신의 고통과 어려움을 나누지 못함으로 오는 우울감’, ‘가족들에게 공감 받지 못하는 우울감’, ‘자녀에 대한 미안한 마음과 고마운 마음이 동시에 들’의 개념들은 중년기에 생기는 감정으로 “심리적 사춘기”로 하위 범주화하였다.

“감정적으로도 출렁이는 게 되게 많았고 그거로 인해서 내 인생의 그동안 살아 왔던 것이 억울하고 열심히 살았던 이런 것들이 결과가 아픈 건가 그리고 내가 이렇게 감정 기복이 심해지고 힘들어지는데....”(연구참여자14)

“이것을 내가 해결해야 되는 거 고민이..... 너무 혼자 누구에게도 표현할 수 없는 강사로서 엄마 언니로서 그 부분 너무 힘들었기 때문에 표현한다는 게 공동의 아픔을 준다고 생각 했었죠.. 그게 너무 절 누르고 있어서 우울증까지 왔었어요”(연구참여자13)

(2) 새로운 도전욕구

연구참여자들은 중년기에 더 나이가 들어가기 전에 자신이 하고 싶은 공부나

직업에 진입을 시도하고 있었다. 연구참여자7은 고등학교 졸업 후 뒤늦은 공부로 40대를 치열하게 살아왔다고 하였고, 연구참여자2는 남성으로 주부 생활을 하다가 뒤늦게 자신이 원하는 상담가로 진입을 하게 되었다. 이러한 특성들은 중년기에도 생산성을 추구하는 나이로 자신의 삶에서 끊임없이 성장하고 자신의 꿈을 펼치고자 하는 욕구로 드러났다.

가. 상담가로서 진입 욕구

연구참여자들의 ‘일상에 쫓기다 상담 전문 학업에 진입하지 못함을 후회’, ‘상담가에 대한 꿈 펼치고 싶음’, ‘진로 탐색 없이 전공을 선택한 것에 대한 후회’의 개념들은 중년에 들어서서 자신이 진정으로 하고 싶은 상담가로서 진입하고 싶은 욕구로 “상담가로서의 진입 요구”로 하위 범주화하였다.

“제가 조금 더 깊이 있는 공부를 했다는 거 그렇지만 지금 돌이켜 보면 그때 완전 그냥 상담심리 이쪽으로 갔더라면 조금 더 낮지 않았을까 급급해서 공부한 게 아닌 정말 내가 원해서 갔더라면 그런데 그 대학 졸업장을 따기 위한 아주 급한 거였기 때문에 지금 이렇게 문어발이 되지 않았나라는 아쉬움도 사실 있기는 해요”(연구참여자13)

“제가 상담사가 되고 싶었던 게 어렸을 때부터 하나의 꿈이었고 이왕 다시 제 인생을 시작할 때는 좀 내가 하고 싶은 거 하자 꿈을 좀 이루어보자 꿈을 찾아서 변화를 시도를 했는데 그래서 결국은 내가 원하는 삶을 살게 된 그런 경우입니다”(연구참여자8)

나. 새로운 학업의 시작

연구참여자들의 ‘전문성 확보를 위한 학위취득 과정에 진입’, ‘전문적 학업성취 욕구 발생’, ‘상담관련 전문성 확보 욕구발생’의 개념들은 새롭게 학위를 취득하는 과정에 진입했거나 예전 전공과 다른 새로운 공부를 하게 된 것으로 “새로운 학업의 시작”으로 하위 범주화하였다.

“40대 중반이 되면서는 계속 공부만 했던 거 같아요.. 전문대 졸업 하고 그리고 나서 방통대 교육과를 편입 하고... 근데 원래는 3학년으로 편입을 해야 하는데 자리가 없어서 2학년을 편입을 하게 된 거예요 그래서 저는 40세가 넘어가면서부터 아 이게 왜 전문적인 공부가 필요 하고 그리고 이 전문과정을 마치다 보니까 조금 더 확장되고 그런 게 좀 변화였던 거 같아요”(연구참여자7)

“그 전에는 이미지메이킹도 하고 리더십도 하고... 근데 나한테 상담이 맞다는 생각이 들고 이후에는 상담 공부 만 한 거 같아요 그때부터 상담공부를 이제 본격적으로 하고 나서 그전에는 자질구레한 거 자격증 따고 했던 것이...상담에 대해서 그래서 상담심리학회 들어갔잖아요 그때부터 상담심리학 거기 자격증 따서 계속 상담 공부만 한거예요...”(연구참여자14)

(3) 가정밖에서도 가치 있고 싶은 나

연구참여자들은 가정주부로서만이 아닌 사회적으로도 역할을 하고 싶은 욕구가 나타났으며 그로 인해 새로운 직업에 도전하고 직업적성과를 내기를 원하고 있었다. 가정주부로 살림과 자녀양육에 최선을 다하는 삶을 살아왔던 연구참여자 자신도 사회적 역할에 참여하고 싶은 욕구를 나타냈으며, 주부 생활을 하던 남성 참여자는 자신이 가지고 있던 꿈에 도전하여 원하는 직업을 가지게 되었다. 이는 중년기에 자신의 삶을 주체적으로 살고 싶은 특징들로 나타난다.

가. 사회적 역할 찾기

연구참여자들의 ‘가정에서만 아니라 사회적 역할을 찾고 싶음’, ‘가정주부로서 사회적 역할 참여에 동경이 있음’, ‘학부모 모임 단체를 통해 사회적으로 기여하고 싶음’의 개념들은 중년기에 많은 사회적 역할을 통해 자신이 사회적 기여를 하고 싶은 욕구로 “사회적 역할 찾기”로 하위 범주화하였다.

“학교 현장이나 제가 머무는 지역사회 관련된 부분이 좀 관심이 많이 더 갔던 거 같아요 학부모 단체에 가입을 해서 또 우리 자녀들이 조금 더 안정된 공간 안에서 자기 꿈을 펼치거나 이러한 의미는 변화가 필요 하겠다 라고 하면서 지금 활동을 좀 많이 했었던 거 같거든”(연구참여자4)

나. 새로운 직업 찾기

연구참여자들의 ‘더 나이가 들기 전 직업인으로 진입’, ‘경력단절 남성이 자신의 일을 찾아 나섬’, ‘일하는 친구를 보면서 자격지심 생김’의 개념들은 중년기 자신의 생산성을 높이고자 도전하는 것으로 “새로운 직업 찾기”로 하위 범주화하였다.

“주부 생활을 하고 40대를 맞이한 경우거든요... 10년 주부 생활을 하고 그다음에 이제 중년기에 제 일을 찾아서 하게 된 거여서 이제 직업의 변화가 가장 크다고 볼 수 있죠”(연구참여자8)

“친구들은 이제 돈을 벌고 사회적 역할을 하고 저는 못 하니까 이제 늘 그런 건 있었어요 남편한테 약간 주눅 들어 있는... 친구들은 네가 그렇게 열심히 애들 챙기고 집안 살림을 하고 충분히 훌륭한데... 왜 이렇게 자격지심을 가지고 있는 것으로 뭔가 담당하지 못한 어떤 그런 거 그런 게 늘 있었던 거 같아요...”(연구참여자3)

다. 어엿한 직업인

연구참여자들의 ‘주부에서 직업인으로 제2의 인생 살기’, ‘직장인으로 자신의 이름으로 당당히 사는 삶’의 개념들은 직업인으로서의 자부심을 표현한 내용으로 “어엿한 직업인”으로 하위 범주화하였다.

“중년 이후에 이제 강의를 하게 된 케이스라서 주부로 있다가 40세 이후 제2의 직업을 찾아서 하던 입장이어서 많은 변화가 있었죠”(연구참여자15)

“직업을 갖고 내가 내 이름으로 살 수 있다는 거 그게 나는 너무 좋았어요
내 이름 석 자로 사는 게 누구의 뭐고 박사의 아내 아니고 그냥 사회인으
로서 살 수 있다는 거 그런 것에 되게 매력을 느꼈고 근데 그게 점점 더
강화되는 거 같아요”(연구참여자10)

(4) 에니어그램 학습 동기

연구참여자들은 다양한 경로를 통해 에니어그램 학습에 참가 하게 되었다.
우연한 상황에 에니어그램을 접했거나, 직업적 활용목적을 가지고 학습에 참가
하게 되었다. 이러한 에니어그램 학습 동기는 중심현상에서 자기이해를 도와준
에니어그램과의 만남으로 가장 중요한 인과적 조건으로 해당 된다.

가. 사람에 대한 이해 욕구

연구참여자들의 ‘자신에 대한 궁금증으로 학습참가’, ‘ 타인에 다양성에 대한
궁금증으로 학습참가’의 개념들은 “사람에 대한 이해 욕구”로 하위 범주화하였다.

“에니어그램 참여 계기는... 나에 대한 것이 궁금했던 거 그리고 거기에 대
한 관심을 갖게 된 계기가 그런 거고요”(연구참여자13)

“나도 알고 싶고.. 다른 사람도 알고 싶은데 에니어그램이 성격 도구로 어
떤지 궁금했어요”(연구참여자10)

나. 직업적 활용 욕구

연구참여자들의 ‘전문강사로서 콘텐츠를 갖기 위해 참여’, ‘ 직업적 활용을 위
한 공부 도구’, ‘ 자격증 취득을 위해 참여함’, ‘ 전 학습경험자의 능력에 도전받
고 자신도 직업적 활용을 목적으로 함’, ‘ 생애설계 교육프로그램을 위하여 참여’
의 개념들은 연구참여자들이 자신의 직업에 활용 목적을 가지고 참여하게 된 동

기로 “직업적 활용 욕구”로 하위 범주화하였다.

“일반강사 자격을 준다 해서 나는 일반강사 자격을 따면 금방 에니어그램으로 일을 할 수 있는 줄 알았어요 정말 저는 그런 게 하고 싶었으니까 그럼 내가 일반강사를 꼭 따야지.. 해서 참석 했어요”(연구참여자7)

“참여하게 된 동기는 콘텐츠 개발이 필요했거든요 돈도 벌어야 되고 콘텐츠 개발로 영향 있는 강사의 전문성이 필요 했죠”(연구참여자13)

다. 우연한 상황

연구참여자들의 ‘학부모단체 봉사 과정에서 접함’, ‘종교단체에서 접함’, ‘학기 중 심리검사의 일환으로 접함’의 개념들은 우연한 상황에 에니어그램 학습에 참가하게 된 동기로 “우연한 상황”으로 하위 범주화하였다.

“00의 참교육학부모회 단체에 가입하면서 거기에서 운영진을 했을 때 봉사를 하는 과정에서 심리학 카페를 만들자는 제한이 왔고... 거기서 접하게 되었어요”(연구참여자4)

“우연히 그 외부 강사로 오신 선생님이 에니어그램에 대해서 얘기하시는 거예요 이거 뭐지... 그러면서 호기심이 생겼던 거 같아요”(연구참여자2)

다. 지인의 권유

연구참여자들의 ‘상사 권유로 학습 참가’, ‘친구 따라 함께 학습에 참여’, ‘추천을 받아 학습 참가’등의 개념은 “지인의 권유”로 하위 범주화하였다.

“1단계를 신청 하고 뭘지는 모르겠지만 이 선생님이 가자고 했으니까 굉장히 좋은 거겠지 하고 그래서 그게 뭐예요 물었더니 성격유형 검사 한데요 조금 더 다면적으로 볼 수 있어서 좋네요... 웃으시면서... 한번 들어보는

게 도움이 될 거 같다 그래서 참여하게 되었어요”(연구참여자1)

“이전에 에니어그램을 했던 사람이 상사였는데 자기가 이제 검사지 갖고 와서 이렇게 지금 쓰는 검사지를 해서 딱 해 준거예요..그러면서 참여하게 되었죠...”(연구참여자5)

전술한 내용을 바탕으로 나타난 「자아정체성 혼란」 「새로운 도전 의욕」 「가정 밖에서도 가치 있고 싶은 나」 「에니어그램 학습 동기」의 상위범주는 인과적 조건으로 보고 속성과 차원을 도출하였다.

인과적 조건의 속성과 차원은 <표 10> 과 같다.

<표 10> 인과적 조건의 속성과 차원

상위범주	속성	차원
자아정체성 혼란	정도	많다--적다
새로운 도전 의욕	강도	높다--낮다
가정밖에서도 가치 있고 싶은 나	정도	많다--적다
에니어그램 학습 동기	자발성	자발적--비자발적

3) 맥락적 조건

중년기 발달과업 달성과정에 에니어그램 학습경험을 어떻게 활용하는지 파악하고자 하는 이 연구에서 ‘자기이해를 도와준 에니어그램’이라는 중심현상 발생에도 기여하며 개인의 대응이 어떻게 달라지는지 간접적으로 영향을 주는 상위범주로 “흔들리는 경제 입지”, “한계에 부딪힌 직장생활”이 맥락적 조건으로 나타났다. 연구참여자들은 흔들리는 경제적 입지나 한계에 부딪힌 직장생활에서 간접적으로 ‘자기이해를 도와준 에니어그램’이라는 중심현상 발생에 기여하기도 하였다.

이에 맥락적 조건에는 “흔들리는 경제 입지”, “한계에 부딪힌 직장생활”이라는 2개의 상위범주로 구성되었으면 4개의 하위범주가 포함된다.

(1) 흔들리는 경제 입지

연구참여자들이 중년기에 늘어난 책임감으로 경제적인 문제에 대한 고민을 하고 있었다. 연구참여자2는 은퇴 후 자녀 양육에 대한 고민을 연구참여자6은 프리랜서로 활동이 줄어들면서 발생하는 경제적 불안을 이야기 하였다. 또한 연구참여자들은 자신이 경제적 역할자로 가정에 인정받고 싶은 욕구가 있었다. 연구참여자2는 가족에게 경제적 가치로 인정받고 싶음을 연구참여자10은 경제 활동이 자녀들에게 도움이 되길 바라는 마음을 표현하기도 하였다. 이는 중년기에 은퇴 후 미래를 준비함에 있어 경제적 불안과 가족들에 대한 남은 책임감을 가지고 있는 것이다.

가. 불안한 노후 경제생활

연구참여자들의 ‘은퇴 후 줄어든 수입으로 생활이 가능할지에 대한 고민’, ‘늦둥이 자녀 양육에 대한 책임’, ‘노후 안정적 삶에 대한 걱정’의 개념들은 “불안한 노후 경제생활”로 하위 범주화하였다.

“아이들이 제가 첫째는 일찍 낳는데 둘째하고 셋째가 어려워요 지금 초3 초5 둘째를 10년 만에 낳어요... 그 아이들을 제가 은퇴 하더라도 이제 막내가 대학교 갈랑 말랑 하거든요... 그 아이가 학교 가는데 그래도 학비는 대줘야 않나 생각이 들어서 경제적인 부분이 좀 더 고민을 했던 거 같아요”
(연구참여자2)

“경제적이라는 부분을 무시 못 하잖아요 돈을 중요하게 여기지는 않는데 이게 매달 들어가는 돈들이 있기 때문에 젊을 때는 수입이 계속 발생 되잖아요 발생이 되니까 돌아서 또 충당하고 하면 되는데 나이가 들면 좀...”
(연구참여자5)

나. 경제적 활동으로 인정받고 싶은 나

연구참여자들의 ‘은퇴 후 가족들에게 경제적으로 인정받고 싶음’, ‘경제적 역

할의 탈락에 대한 두려움’, ‘프리랜서로서 활동 줄어듦에 대한 불안’, ‘자녀에게 도움이 되고 싶은 마음’의 개념들은 중년기 자신이 경제적 역할자로 인정받고 싶은 마음으로 “경제적 활동으로 인정받고 싶은 나”로 하위 범주화하였다.

“내 육체적인 힘도 떨어지고 경제적인 능력도 아무래도 떨어질 수밖에 없는데 가족들이 나를 어떻게 바라볼 것인가 가족들한테 그래도 인정을 받고 싶은데 내가 인정받지 못하게 되면 어떻게 되지 그러기 위해서는 내가 뭘 준비해야 되지 않을까라는 생각에 직업도 찾아보고...”(연구참여자2)

“그래서 뭔가 내가 비빌 언덕이 돼 주고 싶어요.. 내가 열심히 나의 삶을 사느라고 아이들한테 전폭적으로 지원을 못해줬는데..뒤늦게라도 뭔가 원하면 내가 뭔가 좀 도와주면 좋겠다 이런 생각을 해요”(연구참여자10)

(2) 한계에 부딪힌 직장생활

중년기의 연구참여자들은 대부분 직장과 조직에서 중간관리자 역할을 하게 된다. 그로인해 상사와 부하직원과의 조율과정이 필요하고, 더 높은 지위까지 승진하지 못하는 것에 대한 한계를 느끼게 된다.

가. 승진의 벽

연구참여자들의 ‘여성으로 최고위직에 진출에 한계를 느낌’, ‘부하직원에게 승진에서 밀릴까봐 두려움’의 개념은 “승진의 벽”으로 하위 범주화하였다.

“저는 딱 중간관리자급 이었던 거 같아요 근데 삼각형의 구조잖아요 피라미드 구조여서 올라 갈 자리는 없고 제가 현실적으로 봐서도 제가 그 직장에서 20년을 더 있다고 해서 제가 가장 꼭 대기층에 올라가지 못하...”(연구참여자1)

“부하직원에게 이렇게 해도 되나 눈치를 보게 되고...”(연구참여자2)

나. 중간관리자의 비애

연구참여자들의 ‘직장상사에게 과도하게 받는 업무스트레스’, ‘부하직원 눈치 보기’의 개념들은 조직 생활에서 중간관리자들이 겪는 어려움을 나타낸 것으로 “중간관리자의 비애”로 하위 범주화하였다.

“어느 정도 성과 내면 되고 이렇게만 생각했다면 이제 같이 일하는 사람들 있잖아요 저희 팀 안에 이제 후배 직원들도 있고 뭐 이제 저 위에 계신 분들도 있고 이제 그분들이 요구하는 것도 있고... 거는 이렇게 하는 게 좋겠다고 했는데... 요게 좀 내키진 않지만 해야 된다는 부담 있고요” (연구참여여자2)

“내가 뭔가 역할을 가지고 해야 되는 상황이 생겼을 때는 밑에 있는 사람들과의 관계가 너무 어려운 거예요 적극적으로 나서서 내가 원하는 만큼 도와주질 않아 그리고 내가 예전에 뭔가 나는 일을 했을 때 이제 저 비교를 하는 거죠...좀 자기 일처럼 더 못 할까 이렇게 하다 보니까 눈치를 보게 되고...”(연구참여여자9)

전술한 내용을 바탕으로 나타난 「흔들리는 경제 입지」 「한계에 부딪히는 직장생활」의 상위범주는 맥락적 조건으로 보고 속성과 차원을 도출하였다.

맥락적 조건의 속성과 차원은 <표 10> 과 같다.

<표 11> 맥락적 조건의 속성과 차원

상위범주	속성	차원
흔들리는 경제 입지	정도	많다--적다
	강도	심하다--약하다
한계에 부딪힌 직장생활	한계	크다--작다

4) 중재적 조건

중년기 발달과업 달성과정에 에니어그램 학습경험을 어떻게 활용하는지 파악하고자 하는 이 연구에서 ‘자기이해를 도와준 에니어그램’이라는 중심현상을 매개하거나 변화시키는 요인이 되거나, 또는 작용/상호작용전략을 저해하거나 촉진하는 요인으로써 상위범주로 “체감되는 노화”, “노화에의 대응”, “가치관의 변화”, “어려워진 가족관계”, “부모부양의 어려움”, “에니어그램 학습 공유하기”, “에니어그램 학습 지속하기”, “같이할 때 성장하는 학습”이 중재적 조건으로 나타났다.

(1) 체감되는 노화

연구참여자들이 느끼는 중년기는 신체적 변화가 시작되는 시기로 신체적 능력이 하락하고 있는 것에 대해 인식하는 것으로 나타났다. 예전과 다른 체력의 한계로 건강에 대한 고민이 늘어나는 시기임을 표현하고 있는데 신체적으로 연구참여자11은 신체적 에너지가 내리막길로 푹푹 꺼지는 느낌이라고 했으며, 연구참여자2는 후배들과 운동을 함께해도 괜찮다고 생각했는데 지금은 따라갈 수 없다 라며 체력의 한계를 느끼기 시작하였다고 하였다. 또한 연구참여자6은 직접적인 암에 대한 질병으로 고통 받았던 경험을 토로하였고, 연구참여자14는 허리, 목의 통증을 호소하기도 하였다. 이러한 체감되는 노화에 대한 인식은 대다수 연구참여자들에게 나타나고 있었다.

가. 신체적 능력하락

연구참여자들의 ‘신체적 에너지가 내리막으로 꺼지는 느낌’, ‘예전과 다른 체력의 한계’, ‘젊은 층과 비교해 신체적 능력 떨어짐’의 개념들은 중년기 발생 되는 “신체적 능력하락”으로 하위 범주화하였다.

“제가 뭐 이렇게 살아오면서 이게 계단 하나하나 올라가는 그 느낌이 아니라 그냥 위에서 그냥 밑으로 그냥 내리막길로 푹푹 꺼지는 듯한 느낌이에요 신체적으로 그래서... 몸이 갑자기 이럴 수가 있나 하고 예전에 제가 떠올려 봐도 몇 년 전 이맘때도 내가 이랬을까? (허허..)”(연구참여자11)

“나는 진짜 건강하다 나는 뭐 60세이든 70세가 되든 건강하게 살거야 라고 생각을 했지요 직장에서 축구동아리도 하고 야구 동호회 사회인 야구도 하고.....30대에 20살 21살 아이들하고 같이 뛰었잖아요 뛰어보니까 훨씬하 거든요 체력적으로 자신감을 갖고 있었는데....근데 40중반이 넘어가니까 안 되겠다 생각이 들더라고요”(연구참여자2)

나. 건강 이상 신호

연구참여자들의 ‘호흡곤란 증상’, ‘신체적 질병 경험’, ‘건강문제 발생’은 중년기 연구참여자들에게 실제 발생되었던 질병으로 중년기에 생기는 “건강 이상 신호”로 하위 범주화하였다.

“몸이 마비가 오고... 생리불순 신체적인 엄청난 변화가 계속 왔어요 하혈을 했다가 괜찮았다가 또 멀쩡했다 또 했다가 그런 거...”(연구참여자14)

“제가 암이 왔어요 그래서 수술하고 지금은 3년 이상 지났나? 이제 거의 4년이 다 돼 가는가 봐요... 3년하고 좀 더 지났네요 그렇게 해서 이제 뭐 좀 많이 내려놓게 되는 거 같아요.. 많이 힘들었죠... 40대가 제일 힘들었던 거 같아요”(연구참여자6)

(2) 노화에의 대응

중년기에는 신체적 능력 하락이나 질병 유발로 인해 부정적 감정이 발생하기도 하고, 앞으로 죽음이 좀 더 다가온 느낌을 나타내기도 하였다. 이를 통해 각자의 방식으로 늙어감에 대해 적응을 하는 시기로 나타났다. 이는 많은 학자들이 발달과업으로 말한 중년기에 신체적 약화를 수용하고 인식하는 것으로 연구참여자들에게 나타난 것과 일치한다.

가. 늘어나는 부정적 감정

연구참여자들의 ‘건강에 대한 염려증’, ‘신체적 자존감 하락’, ‘가족에게 짐이

될까 걱정'의 개념들은 중년기에 들어서면서 “늘어나는 부정적 감정”으로 증가로 하위 범주화하였다.

“이제 건강검진 받는 횟수가 많아지는 거 같아요 내 건강에 대한 고민과 걱정 또 아내의 건강에 대한 걱정 같이 살아야 되는데 혹시 아내가 아프진 않은가 오늘 아침 요즘 허리 아프다 그래서 파스 붙여 주고”(연구참여자6)

“계속 살이 찌고 몸매가 변하고... 어느 날 돌이켜보니까 몸이 너무 많이 망가졌더라고요... 건강도 물론 나빠졌지만 몸도 엄청 망가지고 신체적으로 별로 조건이 좋지 못한 사람이었나? 느끼면서... 그런 신체적인 자존감 하락이 엄청나게 큰 영향을 미치는구나...”(연구참여자1)

나. 늙어감에 적응

연구참여자들의 ‘질병을 잇기 위해 일에 몰두’, ‘신체적 한계를 인식해 휴식을 줌’, ‘신체적 기능 약화 받아들임’, ‘건강 더 챙기기 시작함’의 개념들은 노화에 반응하는 전략으로 “노화에 대응하기”로 하위 범주화하였다.

“점점 신체적으로 기능하는 부분들이 말을 안 듣기 시작 하는거예요... 아 이게 자연의 순리구나 이거를 내가 받아들여야지... 저 예전에 이렇게 밤샘 작업을 하거나 어떻게든지 해결을 했다면 지금은 체력이 뒷받침을 해주지 못하니까 제가 그걸 받아들이기 시작한 거 같아요”(연구참여자11)

“암이 있다고 안 순간 내가 일을 해야겠다 일을 저질러야겠다 내가 집에 있으면 안 되겠다 그 생각을 한 거예요 왜냐하면 계속 우는 거예요.... 제가 한 일주일 동안 그 순간 다 깨달음이 온 거예요.. 그때부터 바쁘게... 내 병에 집중하지 않고 그냥 일에 집중한 거예요 집에서 나가야 겠다라는 생각으로 일에 몰두한 거예요”(연구참여자6)

다. 한 발짝 다가선 죽음

연구참여자들의 ‘미래 배우자 사망에 대한 두려움’, ‘죽음이 다가오는 것에 대한 인식’의 개념들은 중년기에 들어서면서 더 나이가 들면 미래에 죽음까지 생각하게 되는 현상으로 “한 발짝 다가선 죽음”으로 하위 범주화하였다.

“독립적인 삶에 대해서 생각을 한 거 같아요... 배우자가 함께 없으면 배우자가 없는 삶에 대해서도 한번 생각을 해 봐야 되지 않을까... 남편이 저보다 연상이니까 그런 것들을 고려했을 때도 제가 혼자서 더 살아야 한다면 혼자서 사는 삶에 대한 상실감 같은 것에 대해서도 많이 생각을 했던 거 같아요 그 무렵에 고민은 항상 혼자 살 수 있을까 였어요”(연구참여자1)

“죽음에 대한 것들을 생각을 많이 안 하고 살아왔는데 중년이 넘어가면서 부터는 지금은 좀 나이가 들어간다는 거 죽음에 대해 생각을 하게 되는 거 같아요”(연구참여자11)

(3) 가치관의 변화

중년기에는 다양한 가치관의 변화가 발생한다. 특히 삶의 우선순위가 바뀌거나 직업관의 변화들이 발생하는 시기이다.

가. 가정보다 일

연구참여자들의 ‘일하고 싶은 욕구와 배우자의 지지 없음’, ‘사회적 역할을 하면서 부모 역할 소홀해짐’, ‘외부활동이 늘어나면서 가정 내 역할분담 문제 발생’, ‘가정에서 직장으로 우선순위 변함’의 개념들은 중년기에 생산성을 높이고자 하는 욕구와 가정생활에 대하여 갈등을 하면서 자신의 일에서 보람을 찾고자 하는 것으로 “가정보다 일”로 하위 범주화하였다.

“저는 이제 40대부터 직장다운 직장을 다니기 시작했고 경제활동을 하는데 그때부터 이제 우선순위가 직장으로 바뀌었어요”(연구참여자10)

“예전에는 내 눈앞에 있는 자녀 문제를 해결하는 게 삶의 우선순위에 있었는데 중년이 되면서 내 일을 잘 해내는 것이 우선순위로 바뀌었죠 일을 잘 해내는 것으로..”(연구참여자15)

나. 삶의 우선순위 변화

연구참여자들의 ‘외적인 모습 보다 내적인 성장이 중요해짐’, ‘안정된 삶에서 도전하는 삶으로 살고 싶음’, ‘행복의 기준이 바뀜’ ‘목적지향에서 현재에 충실함 삶으로의 가치 변화함’, ‘경제적인 것에서 도움이 되고 싶은 삶’의 개념들은 삶에서 우선순위 변화에 대한 것으로 “삶의 우선순위 변화”로 하위 범주화하였다.

“인생의 가치를 가지고 이제 살아가라는 거에 주문한다면 제가 생각하는 거는 수행을 게을리 하지 말자 생각을 하거든요 그래서 어떤 영적인 분들이나 그런 부분들은 좀 더 내 자신의 내면을 좀 바라보는 시간을 조금 더 넓어지고 좀 더 깊어지는 시간들인거 같아요”(연구참여자11)

“예전에는 그냥 보조적인 역할을 통해서 안정되게 그냥 어떤 그 계획 되면서 안정된 거 또는 그 가이드를 좀 넘어서지 않게 살아야 된다는 게 있었던 거 같아요... 뭔가 도전이나 또 그런 것들을 좀 위험한 거라고 좀 생각을 했던 거 같아요...지금은 그런 것을 좀 많이 벗어나게 된 거 같아요”(연구참여자4)

다. 직업 가치관의 변화

연구참여자들의 ‘직업에서 누군가 도움이 되는 역할 찾고 싶음’, ‘경제적인 것 만이 아닌 의미 있는 일 하고 싶음’, ‘나만의 삶이 아닌 다른 사람에게 도움이 되고 싶음’의 개념들은 중년기에 직업에서 경제적인 부분만이 아닌 타인에게 도움이 되고 싶어 하는 가치관의 변화로 “직업 가치관의 변화”로 하위 범주화하였다.

“나의 소명 나의 역할 나의 삶의 의미 이런 걸 생각을 하다 보니까 조금 더 능동적이고 적극적인 봉사가 됐던 거 같아요”(연구참여자12)

“삶 속에 중요한 가치 있는 내가 누군가에게 도움을 주는 사람 그게 어떻게 보면 협소하게는 가정에서 역할이었다면 지금은 약간은 사회적인 거 내가 어떤 직업군에서 할 수 있는 역할을 좀 의미 있게 하고 싶은 생각이 있어요”(연구참여자4)

(4) 어려워진 가족관계

연구참여자들에게 중년기에 달성해야 할 과업으로 가족관계에 대한 문제해결이 중요한 것으로 나타났다. 가족 간의 문제에서 배우자와의 갈등과 자녀 사춘기에 대한 문제 등으로 연구참여자14는 남편의 사업실패와 자신을 알아주지 않음으로 서운함을 느끼면서 자살충동과 이혼위기가 찾아왔으며, 연구참여자16은 나와 너무 다른 남편으로 전혀 소통이 되지 않고 갈등이 심화 되면서 시댁에게도 무관심해진 상황으로 이혼의 위기를 경험하였다고 하였다. 또한 자녀들의 사춘기를 경험하면서 부모의 역할에 위기감을 표현한 연구참여자도 있었는데 연구참여자6은 자녀의 사춘기가 너무 버거워서 자녀를 이해하기 위해 에니어그램 학습경험을 하게 되었다고도 하였다.

가. 늘어만 가는 배우자에 대한 불만

연구참여자들의 ‘자녀 문제에 부부 소통이 없어지게 됨’, ‘시댁과의 관계에서 자신을 지켜주지 않음’, ‘남편의 경제적 무관심으로 인한 어려움’, ‘배우자가 사업 스트레스를 가정에 표현함’, ‘의존하는 나와 받아들이지 않는 배우자’, ‘자기 방식만 고집하는 배우자’등 중년기에 배우자에 대한 불만이 고조되고 있는 연구참여자들이 있었다. 이런 개념들을 “늘어만 가는 배우자에 대한 불만”으로 하위 범주화하였다.

“남편하고 좋은 마음으로 잘 살아보려고 했는데 남편은 어떻게 해도 안 바뀌는 구나 이게 나 혼자, 나 혼자 계속 현실적인 생활에서 관계를 맺어야 되는 영역에서는 되게 물러나서 존재감이 점점 사라져갔던 거 같고 원만하지 않은 부분이 생겼던 거 같고 이제 이렇게 하다 보니까 더 이상 그 갈등하고 하는 것 자체가 이제 너무 힘들어 가지고 그냥 내버려 둬야 되겠다...”(연구참여자16)

“생활 속에서 예를 들어서 우리 남편은 이렇게 뭐랄까 항상 정확해야 되고 그 중에 하나가 가장 큰 갈등이 스위치 끄는 거거든요 전원 스위치 이 사람은 내 방에 들어와서 그 전원 스위치 이렇게 다 하나씩 끄고 다녀요 그게 저는 그러면 열이 막 팍 나서 내 방에 손대지 마 그렇게 막 그랬어요.. 점점 심해졌던 거죠”(연구참여자12)

나. 소통을 거부하는 자녀

연구참여자의 ‘감당하기 버거운 자녀의 사춘기’, ‘비판적이고 냉정한 아이와의 대화 어려움’, ‘자신과 말을 하지 않는 자녀’의 개념들은 사춘기를 중심으로 부모와 소통이 적어지고 오해로 인한 관계의 약화로 나타는 모습으로 “소통을 거부하는 자녀”로 하위 범주화하였다.

“우리 아들은 이제 고등학교 1학년 때 그냥 이제 쪽 잘 놀다가 기숙사 학교니까 이제 사감 선생님 하고 좀 트러블이 있었어요. 학교도 안 가고 계속 늦잠 자고 이러니까 거기서 이제 문제도 있었고...아이가 사춘기의 정점을 찍었죠. 그러면서 정말 많이 힘들었죠.”(연구참여자6)

“아이들이 중학교를 거칠 때 40대 중반이어서 아이들의 사춘기 때가 가장 힘들었고 그때는 제 역할을 어떻게 해야 될지 몰랐어요”(연구참여자15)

(5) 부모부양의 어려움

중년기가 되면 부모와의 완전한 독립과 노부모의 질병으로 인한 돌봄이 시작되는 시기이기도 하다. 월 가족이나 배우자 부모하고도 갈등 관계에 놓은 연구참여자들도 있었는데 이는 부부관계에도 부정적 영향을 미치게 하였다. 연구참여자4는 시아버지의 지나친 간섭으로 힘들어하고 있는데, 그럴 때 나를 믿어 주지 않고 내 탓으로 돌리는 남편 간의 갈등이 생겼다고 하였다. 부모와의 완전한 독립을 하거나 노부모 돌봄에 대한 부분은 중년기의 발달과업 달성에 중요한 요인이 된다.

가. 고단한 부모 돌봄

연구참여자의 ‘치매 부모 돌보는 고단한 삶’, ‘자신을 의존하는 부모에 대한 책임감’은 “고단한 부모 돌봄”으로 하위 범주화하였다.

“지금도 벌써 1년 반을 엄마를 모시고 있다 보니까 저도 사람인지라 한 번씩 올라올 때도 있지만 그때 문득 엄마는 지금 기어 다니는 애기 이제 막 걸음마 시작한 아기다라고 생각 하는거죠”(연구참여자7)

”엄마가 편찮으셨어요. 엄마가 이제 치매 오셨는데 심하진 않고 저희가 굉장히 초기에 발견하고 한 10년 됐거든요. 그런데 이제 그래서 저희 집에 딸밖에 없거든요 제가 맡이고 그래서 엄마 아빠를 저희 아파트에 모셨어요 같은 아파트에 그래서 이제 나 자유를 누릴 수 있다고 했는데 새로운 또 책임을 해야 되는 분이 오신 거죠“(연구참여자3)

나. 벗어나고 싶은 부모

연구참여자의 ‘의존하는 부모로부터 해방되고 싶음’, ‘심리적으로 부모에게 해방되고 싶음’, ‘간섭하는 시부모로부터 독립하고 싶음’의 개념들은 ”벗어나고 싶은 부모“로 하위 범주화하였다.

“부모님하고 같이 살았어요 그러면서 제 생각에 분리가 너무 늦게 되지 않았나 하는 생각이 들더라고요 그러다 부모님 제가 부모님에게 의존하는 정도보다는 부모님이 저를 의존하는 정도가 너무 오랫동안 지속되지 않았나... 어느 날 문득 40대 중반이 되면서 이미 분리된 지가 언젠데 엄마 인생은 엄마 인생 내 인생은 내 인생인데 내가 거기에 대해서 죄책감을 가질 필요는 없는 거 아닌가라는 생각이 들면서...(연구참여자1)

“시아버님과 관련된 부분이고요 좀 이해를 좀 많이 하려고 하는데 출산 과정이나 묵혀있던 해결되지 않은 정서가 현재도 작동을 하는 거 같아요... 어떤 부분에 어떤 경계를 좀 넘어서 오는 느낌이 좀 많았거든요 지금 재작년 같은 경우는 이제 갈등이 좀 심화 됐는데...”(연구참여자4)

(6) 에니어그램 학습 공유하기

연구참여자들이 에니어그램 학습경험을 통해서 자신의 문제를 해결하거나 자신이 이루고자 하는 목표를 달성하고 나면, 이를 타인과 나누고 싶은 욕구를 나타냈다. 가족과 나누고 싶거나 이를 토대로 유익한 교육프로그램을 개발하여 타인들에게 공유하고 싶은 욕구도 나타냈다.

가. 나누고 싶은 에니어그램 학습경험

연구참여자의 ‘자신의 변화를 확산하려는 의지’, ‘에니어그램을 통한 행복전달자가 되고 싶음’, ‘긍정적 경험을 나누고 싶음’, ‘자신의 문제해결 경험을 전파하고 싶음’의 개념들은 자신의 에니어그램 학습경험을 나누고 타인들과 공유하고 싶어하는 것으로 “나누고 싶은 에니어그램 학습경험”으로 하위 범주화하였다.

“나를 이해하게 되었죠 남편을 이해하게 되었죠 아들을 이해하게 되고, 시어머니 시아버지 우리 친정 엄마. 특히 가족을 이해하는 데는 에니어그램 만큼 어마어마한 게 없어요 상처가 다 가족으로 부터 오는 건데 원 가족이든 현재 가족이든 사람을 이해하게 만들어 주는거니까... 에니어그램. 정말

대단해요 진짜 제가 에니어그램을 얘기하면 정말 도시락 싸들고 다니면서 하라고 한다니까요” (연구참여자6)

“제가 나중에는 에니어그램 상담소를 차리고 싶은 거예요 작은 지역에서 가족상담, 자녀상담 이런 식으로 해서 자녀들이 행복했으면 좋겠어요 아이들을 무조건 내 울타리에만 놓지 말고 정말 좀 활짝 열어 주는 마음의 문을 에니어그램이란 도구를 통해서 열게 해주고 싶은 거죠”(연구참여자7)

나. 유익한 프로그램 개발 욕구

연구참여자의 ‘자신의 경험을 통해 학부모 교육을 하고 싶은 욕구’, ‘타 학습 경험과 통합적 프로그램 기획하고 싶음’, ‘기업프로그램에 활용하고 싶음’, ‘에니어그램 학습경험을 포함해 치유프로그램으로 기획하고 싶음’의 개념들은 연구참여자들이 에니어그램을 활용해 프로그램으로 개발하여 학습을 공유하고 싶어 하는 것으로 “유익한 프로그램 개발 욕구”로 하위 범주화하였다.

“그 프로그램을 만들어서 그 퇴직 후 불안에 대한 것을 극복하기 위해서 에니어그램 검사를 하고 각자가 가지고 있는 그 유형해서 어떤 불안 스트레스 요인 이런 것들을 좀 알아차리게 하고 이런 것들을 어떻게 긍정적인 방향으로 실천해가게 하느냐 이렇게 했을 때 1년 후에 퇴직을 앞두고 그 사람들이 심리적 변화가 어떤 것들이 있을까 하면 어떨까 이런 생각이 드네요”(연구참여자9)

다. 배우자와 함께 학습하기

연구참여자의 ‘학습의 동반자로 배우자와 함께함’, ‘에니어그램 학습경험을 배우자와 함께 성장시킴’의 개념들은 에니어그램 학습경험을 배우자와 나누는 것으로 “배우자와 함께 학습하기”로 하위 범주화하였다.

“그건 이제 남편도 공부를 해야 알잖아요 그래서 에니어그램 공부하고 나

랑 수없이 거의 10년 동안 엄청 디스커션을 했던 거 같아요 남편이 없었으면 이만큼 성장도 안 했을 거예요... 제가 드라마나 영화를 보면서 분석하고 하면서 계속 수다를 떠는 거죠”(연구참여자6)

(7) 에니어그램 학습 지속하기

연구참여자들은 에니어그램 학습경험을 자율적인 스터디 그룹을 형성해서 학습을 지속하고, 또한 전문가로 성장하기 위한 기대를 가지고 끊임없이 학습을 지속하는 것으로도 나타났다. 이러한 특성은 에니어그램이 실용적인 학문으로써 학습경험을 통해 자신의 성장을 경험하기 때문에 나타나는 것으로 볼 수 있다.

가. 자율적으로 학습하기

연구참여자의 ‘함께 하는 사람에게 끊임없이 도전 받음’, ‘공통 학습경험자와 유대감을 통한 동기부여’, ‘스터디 모임을 통한 에니어그램 애정도 상승’, ‘학습 조직에서의 나눔과 성장’, ‘지속적 스터디 모임 형성’의 개념들은 에니어그램 학습경험 이후 연구참여자들의 자발성으로 학습을 지속하는 것으로 “자율적 학습하기”로 하위 범주화하였다.

“그분들(학습모임)도 이제 많이 시간이 지나면서 좀 더 숙성되는 맛이 있어요 그래서 그분들이 그분들의 언어로 얘기해 주는 것들이 이래서 이랬구나 라는 것을 더 배울 수가 있었고..”(연구참여자2)

“진짜 대단하고 스터디가 이렇게 이루어질 수 있는 거는 000쌤의 그 어떤 그 우리를 이게 잠자고 있는 에니어그램에 단어들을 깨우는 거예요..”(연구참여자7)

나. 에니어그램 전문가로 성장에 대한 기대

연구참여자의 ‘전문성을 확보하고 싶은 동기’, ‘성장 욕구 상승’, ‘타인을 더

많이 돕고 싶은데 부족한 자신에 대한 실망’, ‘전문가 집단에 참여 후 높아지는 동기’, ‘전문가로 성장하고 싶은 욕구 고취’, ‘성장과 나눔의 지속성을 위함’, ‘경제 활용으로 고양된 학습 동기’의 개념들은 좀 더 전문성을 확보하고 싶어 하는 것으로 “에니어그램 전문가로 성장에 대한 기대”로 하위 범주화하였다.

“이걸 좀 더 전문적으로 공부해야겠다....자신의 어떤 목적도 있지만 이것을 누군가에게 제공해주기 위해서는 제대로 배워야 되지 않나 라는 생각을 했어요”(연구참여자15)

“에니어그램이 저는 좋기는 하고 이것을 가지고 정말 아주 그냥 딱 얹혀 놓고 시작을 하면 끝까지 최악 얘기를 해 주고 싶은 거야 그리고 마음 아파하는 그 부모님과 자녀 딱 해 주면서 풀어주면서 손잡고 막 웃을 수 있게끔 만들어 주고 싶은 거예요 저는 에니어그램이 그런 도구로서 너무 좋은데 그거를 제가 지금 활용을 못 하고 있는 제 자신이 너무 싫은 거예요”(연구참여자7)

(8) 같이할 때 성장하는 학습

연구참여자들은 에니어그램 학습경험을 통해 학문적으로도 성장하지만, 함께하는 사람들과의 소통에서 배움을 얻고 타인들의 경험에서 자신의 문제해결에 필요한 조언을 얻을 수 있었다.

가. 소통에서 얻은 배움

연구참여자의 ‘교육생들과의 소통에서 일어난 학습’, ‘타인과 경험을 나누는 산 경험’, ‘유형별 모임을 통한 타인 이해’, ‘소통을 통해 이해의 확장’, ‘긍정적 관계형성이 학습경험을 증폭시킴’, ‘학습모임에서 얻는 현실 속 타인이해’의 개념들은 연구참여자들이 학문적으로 배운 내용뿐만이 아니라 경험을 나누면서 얻는 배움을 나타내므로 “소통에서 얻은 배움”으로 하위 범주화하였다.

“공부할 때 혼자 공부하는 느낌이었다면 같이 공부하는 거 4단계 이상 오는 사람들은 우호적인 사람들이 많으니까 사람이 말을 저렇게 부드럽게 걸어 주네 함께 공부하는 느낌이 이제 좀 들고 하니까 또 그들과 대화할 때 배운 것도 있고..”(연구참여자5)

“강의 끝나고 함께 하는 시간에 거기에서 이제 이야기가 오고 갈 때 굉장히 많이 배웠거든요 많이 배우면서 이렇게 관계하면서도 뭔가 소통하면서도 얻는 게 있는데 꼭 에니어그램 이론이 아니더라도 내가 되게 이렇게 폐쇄적으로 살았구나..”(연구참여자3)

나. 타인 경험에서 얻은 배움

연구참여자의 ‘사람들의 생생한 경험 노출에서 배움’, ‘타인 자기 노출에서 학습경험이 크게 다가옴’, ‘타인의 경험에서 배우자 모습을 구체적으로 이해’, ‘타인 경험 속 조언이 현실에서 다가옴’의 개념들은 타인들의 경험을 내 상황에 연결하여 실제적으로 받아들이고 배우는 특성으로 “타인 경험에서 얻은 배움”으로 하위 범주화하였다.

“생생하게 다른 사람들과 함께 작업도 하고 그 사람들이 내 질문에 답변을 하고 예를 들면 내 남편 때문에 거기에 5번 있는 분이 그분의 목소리로 해주면 이게 훨씬 더 직접적으로 와 닿는 그런 효과들도 있었고... 그 때 느낌이 생생하게 확실하게 느끼게 된 것 같아요”(연구참여자16)

“단계육에서 패널로 나와 자기 이야기 하잖아요 각 유형별로 자기 모습을 보여 주잖아요 앞에 나가서 발표하고 그게 되게 많이 도움이 됐어요 책으로만 보는 게 아니라 1유형도 여러 모양이 있잖아요 1유형이 이런 모습도 있고 저런 모습도 있고 그룹도 참 좋았던 거 같아요 유형별로 모여서 막 디스커션 하고 그다음에 나가서 각 유형별로 본인의 모습들을 설명해 주니까 이게 정말 산 경험이 되더라고요”(연구참여자6)

전술한 내용을 바탕으로 나타난 「체감되는 노화」 「노화에의 대응」 「가치관의 변화」 「어려워진 가족관계」 「부모부양의 어려움」 「에니어그램 학습공유 하기」 「에니어그램 학습 지속하기」 「같이할 때 성장하는 학습」의 상위범주는 중재적 조건으로 보고 속성과 차원을 도출하였다.

중재적 조건의 속성과 차원은 <표12> 와 같다.

<표12> 중재적 조건의 속성과 차원

상위범주	속성	차원
체감되는 노화	강도	높다--낮다
노화에 대응	태도	능동적--수동적
가치관의 변화	정도	크다--작다
어려워진 가족관계	강도	심하다--약하다
	정도	많다--적다
부모부양의 어려움	정도	크다--적다
에니어그램 학습동기	자발성	자발적--비자발적
	정도	적극적--소극적
에니어그램 학습 지속하기	지속성	지속적--간헐적
에니어그램 학습공유	정도	많다--적다
	정도	적극적--소극적
같이 일할 때 성장하는 학습	정도	많다--적다

5) 작용/상호작용전략

중년기 발달과업 달성과정에 에니어그램 학습경험을 어떻게 활용하는지 파악하고자 하는 이 연구에서 ‘자기이해를 도와준 에니어그램’을 통해 타인에 대한 객관적인 시각 갖고자 노력하거나, 일상생활에서 에니어그램 학습경험을 꾸준히 활용하고 있다. 이를 바탕으로 타인에게 진정성 있게 반성하고, 타인을 수용하고, 타인과 긍정적으로 소통하는 노력은 중심현상을 시작으로 작용/상호작용 전략으로 사용하고 있는 것으로 알 수 있다. 이러한 작용/상호작용 전략으로 “객관적으로

시각 갖고자 노력하기”, “일상생활에서 에니어그램 활용하기”, “진정성 있게 반성하기”, “있는 그대로 타인 수용하기”, “긍정적으로 소통하기”, “에니어그램을 활용하여 문제해결하기”로 6개의 상위범주에 22개의 하위범주가 포함되었다.

(1) 객관적으로 시각 갖고자 노력하기

연구참여자들은 타인에 대한 객관적 시각을 갖고자 노력하면서 자신을 힘들게 했던 상사에 대한 이해하는 시각을 갖게 되거나, 가족에 대한 새로운 이해를 통해 자신이 가지고 있던 고정관념을 벗어나려는 노력을 하는 것으로 나타났다.

가. 객관적으로 타인 이해하기

연구참여자들의 ‘자신을 힘들게 했던 상사에 대해 이해하는 시각 생김’, ‘타인을 객관적으로 선하게 보려는 노력’, ‘불편한 타인에 대해 다른 시각으로 보려는 노력’, ‘타인의 발달수준 포함하여 다각적으로 이해하려함’, ‘타인 성향을 반영하는 학습 도구로 바라봄’, ‘자신의 가치와 타인의 가치가 다르다는 것을 이해함’의 개념들은 연구참여자들이 자신을 이해하고 타인에 대한 객관적이 시선이 생겼다는 것을 의미하여 “객관적으로 타인 이해하기”로 하위 범주화하였다.

“사람이 이렇게 달라 하나를 보고도 이렇게 달라라는 생각이 들기도 하고, 나는 배려를 한다고 생각했는데 상대방들은 이걸 오지랖이라고 바라볼 수 있구나... 제가 또 다른 사람을 바라보는 시각이 제 안경을 쓰고 바라봤던 프레임 안에 제가 보니까 이렇게 이기적이야 그렇게 행동하면 안 되는데 나는 어떤 그런 기준들이 전부 내 위주로 바라봤던... 이제 프로그램을 참여 하면서 그런 생각들이 좀 바뀐 거 같아요”(연구참여자11)

“에니어그램이 주는 여러 가지 좋은 점이 이제 타인을 이해하게 되는 그런 것들이 구체적으로 저한테 와 닿았어요 나한테 절대시 되고 당연하게 여기는 것이 이 가치들이 타인에게는 아니구나 그런 것들이 공부도 체화

되는 그런 느낌이 들었고”(연구참여자16)

나. 가족 새롭게 이해하기

연구참여자들의 ‘나와 다른 배우자 이해’, ‘사춘기 자녀 특성 새롭게 이해’, ‘배우자에 대한 새로운 인식’, ‘자녀에게 몰랐던 특성이해’, ‘갈등관계 배우자 이해’, ‘배우자에 대한 재평가로 다각적인 이해’ 배우자에게 느꼈던 문제가 내 탓일 수 있음’에 대한 개념들은 연구참여자들이 가족들에 대한 다른 시각을 가지고 바라보는 것으로 “가족 새롭게 이해하기”로 하위 범주화하였다.

“남편하고 갈등이 좀 심화 되었는데 거기서 남편이 5번인걸 알고 내가 살면서 겪고 있던 그 모든 문제의 원인이 이 사람의 유형 특성이었구나 알게 되고 그게 너무 신기했어요... 우리 관계가 남편의 성격 때문이라 생각했지만 그게 아니고 내가 가지고 있는 속상함을 적극적으로 표현하지 않고 내가 갈등이 있으려고 할 때 몰러나 버렸던 거 이런 것과 동시에 이제 결합되어 오는 것이라는 걸 알게 되었어요”(연구참여자16)

“그 아이가 보여주는 패턴이나 이런 것도 상처를 많이 좀 받아서 개가 공감 능력이 없으니까 많이 섭섭해 하고 그것 때문에 제가 많이 힘들어 했던 경험들도 있는데 알고 나니까 독립적으로 본인이 살아가는 게 더 편할 수 있고 거리를 주는 것이 아이한테는 편한거라고 생각이 들었어요”(연구참여자15)

“우리 아들에 대해서도 조금씩 조금씩 이해가 되기 시작하더라고요 우리 아들이 7번이거든요 놀기 좋아하고 그래서 자퇴도 하고 알바 하고 그리고 그 아이는 걱정이 없어요. 엄청 힘들었죠 근데 그 아이의 특성을 알게 되니까 내 양육방법이 잘못되었다는 걸 알게 된 거예요”(연구참여자6)

다. 나의 고정관념 벗어나기

연구참여자들의 ‘나의 상처가 되는 타인의 언어가 생각에 차이라는 것을 알게 됨’, ‘나와 타인의 시각차이가 존재하는 것을 인정함’, ‘나의 기준에서 타인에 기준 고려하게 됨’, ‘과거에 오해로 바라보았던 모습이 이해가 됨’, ‘타인의 약점을 고칠 수 없는 영역이라는 인식을 함’, ‘내가 피해자라고 생각했던 것이 가해자일 수도 있음을 인식함’, ‘자신의 잣대로 행동하지 말아야겠다는 생각’의 개념들은 자신이 가졌던 타인에 대한 고정관념으로 “나의 고정관념 벗어나기”로 하위 범주화하였다.

“사람들이 가지고 있는 약점이나 결함, 나쁜 습관 이런 것들이 가까운 사람들에게 제발 좀 고쳐 이렇게 하고 싶은데 그게 내가 나의 게으름을 극복하기 어려운 것 이상으로 그 사람들은 그 사람들대로 그걸 고치기 어렵구나라는 생각을 하게 되었어요”(연구참여자16)

“상사가 또라이 같아서 나를 이렇게 힘들게 만들었어라고 생각을 했는데 유형별 역할극을 하려고 대본 쓰고 준비를 하고 제가 그 역할을 하고 하면서 나도 모르게 상사를 대변하는 마음 가지게 되더라고요... 또 다른 시각으로 보이네라고 그때 좀 머릿속으로 느끼는 거 하고”(연구참여자1)

(2) 일상생활에서 에니어그램 활용하기

연구참여자들은 에니어그램 학습경험을 통해서 자신의 약점을 고치려고 노력하거나 부정적 행동을 수정해 나가면서 끊임없이 생활경험들을 에니어그램 학습경험을 통해 해석해 가는 것으로 나타났다. 이는 실용적 학문으로서 에니어그램 학습경험을 일상생활에서 활용하고 있는 것이다.

가. 약점 고치기

연구참여자들의 ‘자신의 약점이 들어나면 신속히 멈춤’성격특성 약점 줄어듦”취약점 개선하는 에너지 생김”약점 극복의 원동력으로 작용”약점을 용기 있게 극복”자신의 약점인 불안 개선’, ‘선택의 어려움이 있는 약점 극복 연습’

의 개념들은 “나의 고정관념 벗어나기”로 하위 범주화하였다.

“이제 순간 순간 불안도 오고요 관계갈등 안에서 부정적으로 날 해할 것 같은 것도 순간순간 오는 것도 알고 있거든요 근데 그게 예전처럼 많은 영향을 끼치는 부분이 아니라는 거... 에니어그램을 쓰다 보니까 문득 나의 단점을 사용하게 되는 게 더 많이 보여요 그래 갖고 빨리 멈춤 할 수 있게 되는 거..”(연구참여자4)

“선택을 못 했는데 선택을 못 하는 이면에는 내 것이 없었기 때문에 선택할 수가 없었고 정말로 나는 뭘 먹어도 괜찮고 정말 너 가 원하는 대로 해도 나는 다 맞춰 출 수 있고 이런 걸 생각했는데....내가 먹고 싶은 것도 끝까지 주장해 보기도 하고 그리고 이제 내가 적극적 의사를 가지려고 하는 노력 이런 것들을 되게 많이 하고... 내가 어떤 내 생각이 있을 때는 표현해 보려고 하는 노력 그런 것들을 점점 많이 하게 된 거 같아요”(연구참여자16)

나. 부정적 행동 수정하기

연구참여자들의 ‘세상보는 틀을 깨려는 노력 지속’ ‘스트레스 조절 능력 생김’ ‘자기극복 신체적 표현과 훈련’ ‘갈등관계 감정 다스리기 훈련’ ‘집착을 놓는 연습’ ‘의식적으로 유형특성 함정에서 빠져나오려는 삶의 변화’ ‘타인 시선에서 벗어나 선택과 집중’ ‘행동패턴 통합시키려는 방법 모색’ ‘강점 활용을 통한 책임감 발휘’ ‘강점 활용을 위한 신체적 활동 증가’ 등의 개념들은 “부정적 행동 수정하기”로 하위 범주화하였다.

“이게 내 안의 두려움 그 사람 한 명 한 명 다 연결되어 있고 나 하나의 두려움에서 이게 시작이 되었구나라는 걸 이해하는 순간 그걸 딱 놓아 버릴 수 있게 되더라고요”(연구참여자7)

“일상에서의 알아차림 그게 인제 모여서 커다란 성찰이 되기도 하는데 그 알아차림을 나의 내면의 영역을 가져왔을 때 가장 유용한 게 에니어그램이다 에니어그램을 알지 못했다면 이렇게 다양하게 내 안에 나를 다룰 때 이제 그 어느 날은 그 두려움이 나를 깨어 주었는데 어느 날은 그 나태라는 고착이 또 나를 깨워 주고 또 뭐 이제 계속 그 9번하고 연관된 어떤 것들이 삶의 순간순간에 표현해라! 라고 계속 번갈아 가면서 영향을 미친거잖아요”(연구참여자16)

다. 생활 경험 해석하기

연구참여자들의 ‘삶의 경험을 에니어그램으로 이해하고 해석’, ‘성격도구의 네비게이션으로 활용’, ‘집착에 빠질 때 심리적 건강을 지키기 위한 도구로 활용’, ‘성숙과 성장으로 가기 위한 학습도구 활용’, ‘자아성찰 도구로 활용’의 개념들은 일상생활에서 에니어그램을 통해 자신의 경험을 해석하고 활용하는 특성으로 “생활경험 해석하기”로 하위 범주화하였다.

“뭔가 일어나 문제가 생기면 좀 그거를 에니어그램에 맞춰서 이해하고 어떤 상황들도 좀 맞춰서 에니어그램으로 이해를 하게 되니까 잘 넘어갈 수 있는 거 같아요“(연구참여자3)

“단순히 성격검사 이렇게 하는 게 아니다 다시 내 삶의 약간 인생 공부 할 수 있는 뭔가 좀 도구로 활용하는 것도 좋다 그렇게 생각해요 나침반 같은 역할을 좀 되는 거죠”(연구참여자5)

(3) 진정성 있게 반성하기

연구참여자들은 타인과 시각차를 인정하고 자신이 가지고 있던 고정관념을 벗어나고 나면, 내가 가족에게 했던 행동과 모습을 후회하고 반성하게 되는 것으로 나타났다.

가. 배우자에게 사과하기

연구참여자들의 ‘과거에 배우자에게 했던 모습 반성하고 사과함’, ‘자신이 인정하지 않았던 배우자에게 사과함’의 개념들은 “배우자에게 사과하기”로 하위 범주화하였다.

“아 내탓이었구나 우리 남편에 대해서 찌질이라고 막 원망하고 용기 없다고 막 그렇게 생각을 했는데 그렇지 않고 내가 찌질이었구나 라는 것을 알게 됐어요 그래서 그때 와서 우리 남편한테 사과를 했어요. 내가 맨날 찌질이라고 했던 거 미안하다고 사과를 하게 되었고 그 다음에 제 스스로가 변하게 되니까 남편하고도 괜찮아지고 좋아졌던 거 같아요”(연구참여자12)

나. 배우자와의 관계에 대한 반성

연구참여자들의 ‘배우자와 밀접한(성) 관계 형성이 부족했던 모습 후회’, ‘배우자에게 투사했던 문제 후회와 반성’의 개념은 “배우자와의 관계에 대한 반성”으로 하위 범주화하였다.

“부부관계 부부간에 가장 중요한 것은 성에 대한 부분인데 제가 너무 바빴어요 제가 너무 당연시 됐죠 그냥 수녀처럼 살았던 거 같아요... 그때부터 내가 너무 남편한테 미안함 줬구나 라고...”(연구참여자13)

다. 자녀 양육 방식에 대한 반성

연구참여자들의 ‘과거에 다그쳤던 모습 반성’, ‘구속하고 강요했던 모습 반성과 후회’, ‘자녀에게 했던 부정적 모습 반성’의 개념들은 “자녀 양육 방식에 대한 반성”으로 하위 범주화하였다.

“가장 제가 미안하고 안타까웠던 게 아이가 16살이거든요 근데 그때 그 아이가 고등학교 다닐 때인가 봐요 그때 애는 얼마나 힘들었을까 아빠가 뭐라고 하니깐 대꾸는 못 하고 진짜 대꾸는 못 하잖아요 그냥 가만히 있는데

그걸 다그쳤다는 게 미안했어요”(연구참여자2)

“혼자 지나친 사랑을 줬던 것들 그것이 절제 되지 다른 사람이 원하지 않은 거 사랑이 아니고 집착이었구나 라는 걸 제가 느꼈어요”(연구참여자13)

(4) 있는 그대로 타인 수용하기

연구참여자들이 자신과 타인 이해를 바탕으로 자신의 모습을 되돌아보고 고정관념을 벗어나고 나면, 타인에 대한 반성과 후회를 통해 타인을 있는 그대로 바라보게 된다. 특히 가족관계에서는 내가 그들을 바꿀 수 없다는 것을 깨닫게 되면서 있는 그대로 수용해 주게 된다.

가. 배우자 인정과 수용

연구참여자들의 ‘배우자가 원하는 삶을 인정하고 수용해줌’, ‘ 배우자 특성을 받아들임’, ‘ 배우자 성격을 이해하고 수용적으로 받아들임’, ‘ 다름을 갈등으로 받아들이지 않음’, ‘ 배우자 특성에 따라 배려함’, ‘ 배우자 특성에 대한 깊은 이해와 받아들임’의 개념들은 “배우자 인정과 수용”으로 하위 범주화하였다.

“남편 유형을 알게 돼서 제가 몇 년을 좀 많이 수용을 해줬던 거 같아요 남편이 에니어그램 4번 유형이라서 굉장히 자유롭고 싶어 하고 가끔 여행 가고 싶어 하고 친밀한 관계 친구들과 같은 동성이 친구들과 같이 함께 하고 싶은 거 뭐 이런 것들은 많이 허용해 주고 있어요”(연구참여자4)

“남편이 왜 그러는지 그 이유를 알잖아요 1번의 SP이니까 또 안전 이 사람이 왜 그러는지를 알게 되니까 어느덧 나도 비슷하게 이 사람에게 주방이든 공동으로 하는 거는 저는 이 사람이 그런 거를 안전하게 느끼고 선호 하니까 나도 그렇게 배려를 해 주는 거 그런 점이 생겼죠 생활 속에 달라진 점이 그런 점이었다고 생각해요”(연구참여자12)

“저희 남편이 1W9 거예요 그러니까 집안일은 한없이 미루는 집에서는 거의 껌딱지 처럼 바닥에 붙어 가지고 TV만 보고 이런 스타일이거든요 근데 어쨌거나 저 사람을 움직이게 하는 힘은 내가 좀 기다려 주는 거 그런 생각이 들었어요”(연구참여자10)

나. 있는 그대로 자녀 받아들이기

연구참여자들의 ‘자녀 특성 그대로 인정하기’, ‘자신의 목표와 기대치 내려놓기’, ‘자녀 특성에 맞는 진로 인정하기’, ‘집착 내려놓기’, ‘바꾸려하지 말고 기다려 주기’의 개념들은 “있는 그대로 자녀 받아들이기”로 하위 범주화하였다.

“내가 애를 위해서 열심히 잔소리를 해 주고 열심히 가르쳐야 해 막 이랬는데 지금은 아니라는 걸 알죠 7유형한테는 가르치고 잔소리하는 거보다는 기다려 주는 거 내가 내 힘으로 하지 않으려고 하는 거 참아주는 거 인내하는 거 뭐 이런 거 그런게 조금 달라진 거 같아요.”(연구참여자6)

“내가 왜 너는 기계공학과를 가려고 하나 했더니 취업이 잘 된대요 그래서 그날 제가 에니어그램을 검사를 한 거예요 근데 그날 6번이 나온 거고 이제 제가 이야기하면서 그래서 개가 보건대학교 가게 된 거예요. 인정해주게 되는 거죠”(연구참여자7)

다. 사회적 관계에서 수용하기

연구참여자들의 ‘타인 있는 그대로 인정하기’, ‘자신과 맞지 않는 사람 배척하지 않고 수용하기’, ‘직장 후배에 성향에 맞추어 줌’, ‘회피보다는 수용’의 개념들은 “사회적 관계 수용하기”로 하위 범주화하였다.

“예전에는 나랑 좀 맞지 않는 사람들을 제외시키거나 배제하거나 제가 그 사람들 좀 피해서 관계망이 굉장히 협소했었는데요 그게 큰 의미 있는 변화 같아요 다른 인간관계망은 굉장히 많이 관계망이 많이 넓어졌음에도 불

구하고 원활하게 잘 지내는 거 같아요”(연구참여자4)

“제가 바라는 그 후배가 해야 될 역할에 대해서 나는 1시간 안에 100만 원을 할 수 있는데 어 재 봐라 재는 100만 원 해야 되는 거 아니야 라면서 100만 원을 요구했다면 음 그래 얘가 하는 거 보니까 애한테는 80만 원 수준이 맞는 거 같아 그러면 80만 원을 그만 하라고 주는 거죠 그렇게 하고 그게 이제 제 기준에서 판단하지 않는 거죠”(연구참여자2)

(5) 긍정적으로 소통하기

연구참여자들이 자신과 타인 이해를 바탕으로 타인을 수용하게 되면 자신과 타인의 성격특성에 맞추어 소통하는 방법으로 변화시킨다. 특히 가족관계에서는 꾸준하게 자신의 소통법을 긍정적으로 바꾸어 가는 모습을 볼 수 있다.

가. 배우자와 지혜롭게 소통하기

연구참여자들의 ‘배우자 눈치 보는 대화에서 인정하는 대화법으로 변함’, ‘배우자와 문제 발생 시 새로운 대화법 사용’, ‘조율 하고 배려하는 방법 터득’의 개념들은 “배우자와 지혜롭게 소통하기”로 하위 범주화하였다.

“에니어그램을 배우면서 남편이 이런 유형을 사용 하는구나 그러니까 남편한테 눈치 보는 맞춤형이 아니라 남편을 인정하는 대화법을 사용하게 되었고 사과를 하게 됐어요”(연구참여자13)

“이제 좀 표현을 하게 되었죠 전략적으로 표현을 하게 되었는데 문제가 생겨서 안 좋을 때 옛날에는 따따따 하거나 완전히 빠져서 말을 안 하거나 그러면서 하여튼 사건만 터지면 관계가 악화 되면서...(중략)이제는 내가 불만이 생길 때는 일단 멈춰요 그래서 내 마음이 좋아진 상태에서 이제 표현을 하게 되고 안 좋아진 상태에도 내가 뭔가 이제 표현은 하고 싶는데 그러면은 그냥 느닷없이 하트를 보내 버린다 라든지 이제 이런 식으로 좀

전혀 다른 식으로 반응을 하게 되고 표현하는 방법 좀 찾았다고 해야 되나..”(연구참여자16)

나. 자녀와 슬기롭게 대화하기

연구참여자들의 ‘자녀에게 지시형에서 질문형으로 바뀜’, ‘논쟁적이고 비생산적 대화 멈춤’, ‘자녀 특성에 맞는 소통법 사용함’, ‘자녀에게 칭찬법 사용’, ‘부담스러운 애정 표현을 변화함’의 개념들은 “자녀와 슬기롭게 대화하기”로 하위 범주화하였다.

“이제 대학 다니면서 공부 하는 것 뭐 그거에 대해서 그 예전처럼 평생 청소해 청소해 공부해 공부해 학교 수강 신청 다 했어? 이렇게 얘기하지 않고 어떤 거 했어 라고 물어보고 했으면 응 그랬어 잘했네 이렇게 얘기하는 것과 대화하는 방법들이 조금은 바뀐 거 같아요”(연구참여자2)

“내 아이 관계도 마찬가지로 제가 2번의 전형적으로 너무 장황스럽게 이야기하고 계속 강요했다면 이제 좀 자를 수 있는 심플한 대화들이.. 저희 아이들이 1번과 6번이거든요 제가 대화하는 방법을 조금 더 구조화 시켜서 구체적으로 말하기 시작했어요”(연구참여자13)

(6) 에니어그램을 활용하여 문제해결하기

연구참여자들이 에니어그램 학습경험을 통해 문제해결 도구로서 지속적으로 활용하면서 자신에게서 오는 문제들을 해결해 가고 있다.

가. 심리적 치유

연구참여자들의 ‘돌아가신 부모님에 대한 심리적 수용’, ‘가족과 타인에게 받은 상처 치유’, ‘시부모에게 받았던 상처가 특성에 차이라는 것을 알고 용서함’, ‘부모님에 대한 측은지심과 위로 얻음’, ‘돌아가신 부모님에 대한 재해석으로 치유 경험’등의 개념들은 “심리적 치유”로 하위 범주화하였다.

“우리 부모님은 이리이러해서 나에게 좀 더 의지할 수밖에 없었겠구나 라는 걸 조금 더 편하게 이해하고 전에는 그게 부담이었고 짜증이었다면 그게 이해로서 받아들여지고 나니까 부모님도 참 안쓰럽구나 라는 생각으로 변화가 이루어진거죠”(연구참여자1)

“시어머니한테는 그랬는데... 상처가.... 에니어그램 덕분이죠 이게 다 용서가 돼 버리는 거예요 정말 눈 녹듯이 이해가 돼 버리니까 아 내가 미워서 또는 시어머니가 나빠서 그런 게 아니구나 성향이구나 이게 다 이해가 돼 버리니까 용서가 되는 거예요”(연구참여자6)

나. 긍정적 관계 형성

연구참여자들의 ‘타인을 배척하지 않는 성숙함’, ‘ 타인에 대한 측은지심’, ‘ 사람에게 대한 다각적 이해’, ‘ 자신의 건강과 사회적 관계의 건강이 연결되어 있음을 인식’, ‘ 타인에 대한 이해로 사회성 발달’, ‘ 자연스러운 문제해결 원동력’, ‘ 타인 특성 세심하게 살핌’, ‘ 긍정적 사회적 관계 형성’, ‘ 관계의 폭넓어짐’, ‘ 주인공보다 배경이 되기로 자처’, ‘ 관계의 두려움 극복하고 새로운 시도’의 개념들은 “긍정적 관계 형성”으로 하위 범주화하였다.

“이제 그냥 바람처럼 있는 듯 없는 듯 어울릴 수도 있어요 예전에는 저를 대접해 주지 않으면 그거에 대한 섭섭한 이 굉장히 컸던거 같아요..그런데 지금은 그러지 않고 한 단계 물러서 나의 후배들 그런 사람들을 중요한 자리에다가 모실 수 있고 그들을 이렇게 지지해 주고 그러한 배경으로 물러날 수 있는 그런 여유가 생겼다고 있다고 할 수 있어요..”(연구참여자12)

“사람을 이제 딱 보게 되면 불건강할 때 눈에 확 들어와요 불건강한 모습으로 그분이 쓰고 있을 때....그걸 이제 수용해 주는 거죠 예전에는 아마 피했을 거예요 그런 분들을 그러면서 사람을 관계를 완전히 끊었을 텐데

유지를 할 수 있게 된 거 같아요”(연구참여자4)

다. 문제해결 도구가 된 에니어그램

연구참여자들의 ‘가족간 커뮤니케이션 매개로 작용’, ‘자녀에게 확산하여 문제 해결에 도움을 줌’, ‘배우자에게 자녀 소통법 전달’, ‘자녀에게 상담을 통한 문제해결사 역할’의 개념들은 “문제해결 도구가 된 에니어그램”으로 하위 범주화하였다.

“우리 딸하고 한 번 또 무슨 일이 있었냐면..갑자기 전화가 와서 엄마 나 숨이 안 쉬어지고 병원에 가야 될거 같아 엄마 나 어떻게 해..... (중략) 이때 제가 딸이 에니어그램 1번인걸 알고 그 마음을 침착하게 달래 주어서 해결된 거 같아요”(연구참여자7)

“아들하고 소통할 때는 우리 애 아빠는 아예 그거 모르다 보니까 최근까지도 논쟁이 많이 붙어 있었는데 제가 아들 특성에 대해 얘기를 많이 해 주니까 그 논쟁을 하고 들어가면 남는 게 없다...그 아이의 생각에 대해서 공격적으로 얘기하다 보면 남는 게 없다라고 말했고 그것이 많은 해결점이 되었죠”(연구참여자15)

라. 스트레스 관리 도구의 에니어그램

연구참여자들의 ‘스트레스 관리로 위장병 완화’, ‘경직된 신체 이완’, ‘집착을 내려놓으면서 호흡곤란증 없어짐’의 개념들은 “스트레스 관리 도구의 에니어그램”으로 하위 범주화하였다.

“스트레스도 많이 사라지는 거 같아요 뭔가 5번 유형들이 이제 본인이 어떤 생각이 뜻대로 되지 않거나 내가 예상대로 되지 않는 상황 굉장히 당황하거나 굉장히 높은 스트레스를 느끼는데 그때 제 스스로 조절하는 능력도 많이 생겼죠”(연구참여자15)

“전 9번이잖아요 요사이에 내가 왜 지금 이렇게 나태한지 왜 이렇게 게으름 피우고 그리고 내가 이렇게 자꾸 누우려고 하는 건 내가 지금 많이 힘들구나 나 이럴 땐 이렇게 쉬어 줘야 되는 구나.... 스트레스 상황까지 가지 않게끔 제가 좀 조절을 하는 거 같아요”(연구참여자7)

전술한 내용을 바탕으로 나타난 「객관적으로 시각 갖고자 노력하기」 「일상생활에서 에니어그램 활용하기」 「진정성 있게 반성하기」 「있는 그대로 타인 수용하기」 「긍정적으로 타인 소통하기」 「에니어그램을 활용하여 문제해결하기」의 상위범주는 작용/상호작용 전략으로 보고 속성과 차원을 도출하였다.

작용/상호작용 전략의 속성과 차원은 <표 13> 과 같다.

<표 13> 작용/상호작용 전략의 속성과 차원

상위범주	속성	차원
객관적으로 시각 갖고자 노력하기	범위	전체적--부분적
일상생활에서 에니어그램 활용하기	정도	적극적--소극적
진정성 있게 반성하기	정도	적극적--소극적
있는 그대로 타인 수용하기	정도	적극적-소극적
긍정적으로 소통하기	정도	많다--적다
에니어그램을 활용하여 문제해결하기	정도	많다--적다

6) 결과

중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 학습경험을 통해 자기이해가 발생한 연구참여자들은 여러 가지 중재적 조건 속에서 작용과 상호작용 전략을 사용하면서 궁극적으로 자신에 대한 성장과 문제해결 경험을 하게 되었다. 이에 중년기

발달과업 달성과정에 에니어그램 학습경험이 어떤 영향을 미치는지 연구하고자 하는 이 연구에서 중심현상인 ‘자기이해를 도와준 에니어그램’을 통한 결과로 “긍정적으로 변한 나”, “나의 변화에서 시작된 관계 개선”, “에니어그램 활용으로 향상된 직업역량”, “학습 즐기기로 4개의 상위범주에 8개의 하위범주가 나타났다.

(1) 긍정적으로 변한 나

연구참여자들이 중심현상인 ‘자기이해를 도와준 에니어그램’을 바탕으로 지속적 성장에 대해 노력한 결과로 타인에 의식하는 삶에서 자유로워지고, 심리적으로 여유를 갖게 되었거나 자신에 대한 긍정적인 마음을 통해 성숙해진 자신을 발견하게 되었다. 이는 타인이 바라보는 관점에서도 자신의 변화를 느끼게 된다.

가. 타인의 시선에서 자유로워진 나

연구참여자들의 ‘타인이 바라보는 나의 모습을 벗어버릴 용기’, ‘내면에 소리에 귀 기울이게 됨’, ‘자기를 돌봄’, ‘가족에게서 온전히 나에게로 집중함’, ‘나답게 살아가는 삶에 만족감’, ‘좋은 나로 살고 싶은 심리적 내재화’, ‘타인 시선에 몰두했던 자기에 대한 위로와 격려’, ‘자유로움 추구’, ‘시선에 얽매이지 않고 자유로워 짐’의 개념들은 “타인 시선에서 자유로워진 나”로 하위 범주화하였다.

“내가 원하는 삶을 살아야겠다 예전에는 보여 지는 삶을 살았던 거 같아요 내가 다른 사람들에게 얼마나 열심히 공부하는 사람으로 보여 지나 얼마나 노력하는 사람 얼마나 적극적인 사람 얼마나 열심히 사는 사람으로 보여 지나 보여 지는 삶을 더 중요하게 여겼는데 지금 보여 지는 삶이 아니라 내 것에 대한 것을 조금 더 생각을 하게 되고..”(연구참여자1)

“타인의 시선보다는 시선이 늘 하지 말아야지 라는 거 내가 안 된다는 거 짱아요. 타인의 시선을 신경 쓰지 말자 생각하지 말자 뭐 그렇게 하든 말든 이라고 하지만 잘 안 되는 부분들이 그걸 조금 더 자각하고 깨워서 인

지하면서 살아가려고 하는 부분들이 깊어지는 거 같고..”(연구참여자11)

나. 심리적 여유를 찾은 나

연구참여자들의 ‘조급했던 특성이 여유로워짐’, ‘문제를 조급하게 바라보지 않고 안정감을 유지함’, ‘갈등 관계에서 수용하고 포용함’, ‘예민함이 없어지고 심리적 느낌’, ‘타인의 시선에서도 편안함을 느낌’의 개념들은 “심리적 여유를 찾은 나”로 하위 범주화하였다.

“자꾸 확인하고 그걸 해결해야 되거든요 그래서 내가 내 말이 맞는 거야 사실 확인하고 그리고 이게 나쁜 거야 이게 옳은 거였어라고 막 해야지 편안함을 느꼈다면 지금은 그냥 내가 지금 이 상태야 나 지금 이것 좀 유지 할 거야 라고 하면서 그 부분에 대해서 막 혼란스럽고 내가 감정이 뭐가 섞여 있고 이러진 않는 거 같아요”(연구참여자4)

“조금 더 다듬어지지 않았나 하는 생각이 들어서 좀 더 편해진 거 같아요 일단 예민성이 없어지니까 예전에는 굉장히 예민했거든요 그니까 먹으면 소화도 안 됐고 불만도 많고 그랬었는데 지금은 뭐 별로 없고 그냥 편안하니까”(연구참여자10)

다. 성숙해진 나

연구참여자들의 ‘자신의 틀에서 빠져나와 자유로운 느낌’, ‘자신에 대한 긍정과 사랑을 느낌’, ‘타인에 대한 스트레스가 없는 자아 성숙감을 갖게 됨’, ‘자존감이 높아짐’, ‘자발적인 긍정적 메시지를 심어줌’의 개념들은 “성숙해진 나”로 하위 범주화하였다.

“에니어그램이 자기 위로가 된 거야 아 괜찮아 그랬었구나 그게 저를 사랑할 수 있는 계기 저를 위해 저는 제 스스로가 미워하고 그렇지는 않았던 거 같아요 가장 힘들어도 저는 자기애가 되게 강한 사람인데 여기에 방점

은 진정으로 진실로 제대로 저를 사랑하게 되었다는 거 그게 가장 큰 변화인 거 같아요”(연구참여자12)

“나의 유형을 충분히 체험해보자 내가 내 유형을 아니까 내가 좋은거야... 정말 나로 머무르는 것도 내가 알기 때문에 나를 더 이해하면서 몸은 용기가 있었지 그때부터는 내가 이상한 게 아냐 그냥 나 원래 약간 그런 거 다 예술가가 들어가 있어 이제 그런 거를 불편하고 가면이 좀 벗겨진거죠 걸치레 안 하게 되더라고요”(연구참여자14)

라. 타인이 본 나의 성장

연구참여자들의 ‘타인의 시선을 통해 편안함과 변화를 피드백 받음’, ‘타인의 피드백’, ‘가족들의 긍정적 피드백’의 개념들은 “타인이 본 나의 성장”으로 하위 범주화하였다.

“남들이 저한테 그렇게 얘기하고 우리 가족들이 엄마랑 동생들이 언니 많이 변했어 이렇게 얘기를 해 줘요 가족이 변했다고 해야 변한 거지 생각이 들고 그래서 요즘은 좋은 얘기 많이 듣고 살고 있습니다”(연구참여자10)

“사람들이 제가 많이 변했다고 이야기 해요 에니어그램 학습 이후에 얼굴이 제가 되게 편안해 보인대요 사람들이 제가 강의를 하면 되게 편하고 제가 톤이 높은데도 불구하고 강의를 하거나 뭐 이렇게 하면 되게 편안하기도 하고 상담도 되게 괜찮대요”(연구참여자9)

(2) 나의 변화에서 시작한 관계의 변화

연구참여자들이 중심현상‘자기이해를 돕는 에니어그램’을 통해서 자신에 대한 심도 있는 이해를 바탕으로, 객관적으로 시각을 갖고자 노력하기, 진정성 있게 반성하기, 있는 그대로 타인 수용하기, 긍정적으로 소통하기 등의 작용/상호 작용전략을 통해 자신의 변화를 시작으로 관계 변화라는 결과를 갖게 되었다.

가. 슬기로운 사회생활

연구참여자들의 ‘타인에 대한 빠른 이해로 상대를 배려함’, ‘ 타인의 특성에 맞추어 반응함’, ‘ 효과적인 갈등 해결 전략을 사용함’, ‘ 특성에 맞는 관계 전략 사용함’, ‘ 판단보다는 상황과 분리해서 봄’, ‘ 빠른 라포형성으로 친밀감 높아짐’의 개념들은 “슬기로운 사회생활”로 하위 범주화하였다.

“그 사람에 맞춰서 그 성격에 맞는 이야기를 하게 되면 빨리 좀 친해지고 관계가 라포가 빨리 형성이 되더라고요”(연구참여자8)

“그분들의 성향이 있고 나의 성향이 있고 이런 것들을 이해하게 되면서 내 면에서 그 상황들에 대해서 어떤 상처를 덜 남기고 해결하는 계기도 되어 주었고”(연구참여자16)

나. 배우자와의 관계 회복

연구참여자들의 ‘배우자에 대한 긍정적 관계 전환’, ‘ 배우자와 가족 모임을 협력하게 됨’, ‘ 배우자와 극단적 선택을 하지 않게 됨’, ‘ 배우자에 대한 심리적 의존도를 낮춤’, ‘ 배우자에 대한 이해와 감사’, ‘ 자신의 성장과 변화가 배우자와의 관계 회복’, ‘ 자신의 변화에 반응하는 배우자와 소통’의 개념들은 “배우자와의 관계 회복”으로 하위 범주화하였다.

“제 생각을 가지고 표현을 하게 되고 행동하게 되고 이런 게 제가 좋아지고 남편과의 관계가 좋아지고 이렇게 하다 보니까 아주버님하고 형님 생일이신데 우리가 해주자 이런 걸 남편하고 소통 하고 있어요”(연구참여자16)

다. 누구보다 그래도 배우자

연구참여자들의 ‘자녀 독립 후 친밀해지는 부부관계 원함’, ‘ 새로운 동반자 찾고 싶은 마음’, ‘ 배우자에게 집중하는 시기’, ‘ 배우자와 좋은 관계를 유지하고

싶음'의 개념들은 “누구보다 그래도 배우자”로 하위 범주화하였다.

“그래도 내가 인생의 내 동반자로서 나를 가장 지지해 주고 나와 같이 가
줄 수 있는 사람은 남편이지 않을까 우선 무엇보다도 남편이라는 생각이
들게 되더라고요”(연구참여자1)

“그래서 남편도 측은지심 같이 들어가니까 측은지심 동지에... 1번에 그 완
벽하기 위해 얼마나 애썼을까 그런 생각 정말 감사....이렇게 지지해 주는
말 없이 해주는 거에 대해서 저는 당연하게 생각했는데 그렇지 않았구나라
는 그 감사함을 많이 느끼죠 지금은 좋아요”(연구참여자12)

라. 자녀와의 관계 회복

연구참여자들의 ‘자녀에게 자신의 방식을 수정함’, ‘강요하지 않는 양육법을
터득’, ‘자녀와의 갈등 상황에서 자신의 방식을 고집하지 않음’, ‘자녀 특성에
맞는 적절한 반응을 통한 관계 회복’의 개념들은 “자녀와의 관계 회복”으로 하위
범주화하였다.

“저도 우리 딸하고 직접적으로 우리 딸이 제가 눈만 뜨면 우리 딸 때문에
많이 울었어요 너무 사춘기를 길게 가고 막 대학교 4학년 졸업할 때까지도
막 그랬었는데... 선생님이 자기한테 욕했다고 그렇게 울면서 전화를 했는
데 제가 야 네가 욕먹을 행동을 했으니까 선생님이 욕을 했겠지 자기편을
안 들어 준 거에 대해서 그때부터 인제 저하고 등을 지기 시작하더라고요
... 너무 미안하다 하면서 이제 얘기를 하고 1번 유형에 대한 네가 완벽하
려고 하고 뭐 그런 이야기를 추가하면서 네가 이런 성격이었는데 그걸 엄
마가 몰라주고 정말 많이 미안해 그러면서 이제 애가 저에 대한 마음의 문
이 좀 열렸어요”(연구참여자7)

“그러니까 딸이 나한테 뭐가 고민되는 거 이런 부분들도 사소한 고민들로

시작해서 많이 이야기를 좀 나누는 편이에요 딸하고는 관계가 좋아요 에니어그램 배우기 전에는 아무래도 이제 그 뭔가 딸이 왜 저러나 왜 저런 걸 가지고 고민하나 이런 부분이 컸었거든요”(연구참여자8)

(3) 에니어그램 활용으로 향상된 직업역량

연구참여자들이 에니어그램 학습경험을 통해 전문강사로 활동하거나, 학습 경험을 통해 일상생활에서 적용한 경험을 토대로 직업에 활용하면서 직업역량이 향상되는 결과를 가져왔다.

가. 경제적 가치 창출

연구참여자들의 ‘에니어그램 학습경험 투자가 몇 배가 되어 돌아옴’, ‘경제적 소득으로 연결됨’, ‘양육 코칭에 적극 활용 함’, ‘직업 환경에서 자녀 문제해결에 도움을 줌’, ‘직업 환경에서 타인의 문제를 바라보는 객관적 도구로 사용’, ‘직업에서 필수적 도구’, ‘직업 환경에 적극 적용’, ‘맞춤형 진로지도에 사용’의 개념들은 에니어그램 학습경험을 직업에서 경제적 가치를 창출하는 것으로 “경제적 가치 창출”로 하위 범주화하였다.

“진로 코칭 하는데 직업적으로 활용을 하게 되는 거죠 특히 학생들을 도와 줄 때 그리고 학생들 코칭 할 때 어머니도 반드시 상담에 동행을 하시라고 하고 하는데 어머니들 성향도 같이 파악을 해서 전달하다 보니까 어머니들의 지금 자녀를 바라볼 때 어려움도 어떤 점인지도 제가 코칭이 가능하니까 그런 부분에 있어 실질적인 도움을 많이 봤죠”(연구참여자15)

“강의도 하기 시작하고 이렇게 하면서 투자한 거에 몇 배를 제가 번거죠 사실 상담에서도 지금 너무 잘 쓰고 있으니까 대박이에요 학교 프로그램 들어갈 때도 쓰고 그러니까 정말 이거는 정말 어마어마한 선물을 받은 거예요..”(연구참여자6)

나. 상담 전문 역량향상

연구참여자들의 ‘상담의 효과성 높아짐’, ‘나만의 직업적 무기로 활용’, ‘상담에 프로가 된 느낌’, ‘점진적으로 직업 환경에서 능력이 향상됨’의 개념들은 “상담 전문역량향상”으로 하위 범주화하였다.

“제가 그 상담을 할 때 방금도 오전에 이제 에니어그램으로 집단 화상으로 하고 왔는데 오전에 장애 자녀를 키우고 있는 어머님들을 대상으로 집단상담도 했었는데 에니어그램 나의 어떤 생활이 되어버린 그림 부분이 있어서 또 내가 상담을 하는데 어떤 큰 무기를 하나 가지고 있는 느낌 이에요”(연구참여자8)

“라포형성도 잘 될 뿐만 아니라 분위기도 좋아지는 거 같아요. 자신들이 자신의 내면을 탐색하고 자기가 누구인지를 좀 더 파악하고 수업에 임하는 부분도 있다 보니까 결속력도 좀 좋아지고 상담을 할 때도 진로라든지 이런 거 대인관계라든지 이런 것들도 에니어그램을 하고 난 후에 이야기를 할 때는 훨씬 더 오래 걸리지 않고 내담자를 단기간에 파악하는 부분들이 있어서 좋아요”(연구참여자11)

(4) 학습 즐기기

연구참여자들이 에니어그램 학습경험을 통해 자신의 성장과 타인에 성장에 대해 더 많은 관심을 갖게 되는 결과로 나타났다. 다른 학습과의 연계를 통해 다른 분야로 학습을 확대하거나, 에니어그램 학습경험을 통한 실천에 학문적 깊이를 더하는 것으로 나타났다.

가. 다른 분야로의 학습 확대

연구참여자의 ‘다른 학습과 연계하고자 하는 학습 동기’, ‘새로운 학습에 대한 즐거움 선사’, ‘또 다른 공부 욕구 확대’, ‘새로운 학문적인 호기심 발생’의

개념들은 “다른 분야로의 학습 확대”로 하위 범주화하였다.

“뭔가 아직도 나한테 공부 꺼리를 준다는 거 그게 굉장히 행복한 것 같아요”(연구참여자3)

“그 해에 제가 치유자가 되어야 되겠다라는 생각을 하게 되었고 그리고 에니어그램 강사와 상담으로 시작을 해야 되겠다라는 생각을 했고 치유가 저에게 목적이기 때문에 제가 프로그램을 직접 짜는 거는 에니어그램과 마음챙김 이런 식으로 프로그램 이름을 정하고 저 나름대로 이제 좀 만들어서 하고 있고...”(연구참여자16)

나. 에니어그램 실천에 학문적 깊이 더하기

연구참여자들의 ‘자신의 이론으로 발전시키기’, ‘참여한 동기와의 협업으로 책 쓰기’, ‘학문적인 깊이 더하기’의 개념들은 “에니어그램 실천에 학문적 깊이 더하기”로 하위 범주화하였다.

“에니어그램 전문가과정을 마치고 나서 더 하고 싶다 이게 학문적으로 공부하고 싶다 해서 박사과정을 하게 되었고 개인적으로 박사 논문 쓰면서 이런 것을 빅뱅이라고 하죠 개인적으로 커진 거 같은 느낌이에요”(연구참여자12)

“처음에 에니어그램을 배우고 나서 제가 에니어그램을 같이 했던 선생님들과 같이 책도 쓰고 막 이러면서 같이 협력하고 연합하고 용감하게 아 너무 재밌었거든요... 00에 계신 000선생님도 같이 스터디 그룹도 했었죠 ”(연구참여자15)

전술한 내용을 바탕으로 나타난 「긍정적으로 변한 나」 「나의 변화에서 시작한 관계의 변화」 「에니어그램 활용으로 향상된 직업역량」 「학습 즐기기」의 상

위범주는 결과로 나타났다. 이에 속성과 차원을 도출하였다.

결과의 속성과 차원은 <표14> 와 같다.

<표14> 결과의 속성과 차원

상위범주	속성	차원
긍정적으로 변한 나	정도	많다--적다
나의 변화에서 시작한 관계의 변화	정도	크다--적다
에니어그램 활용으로 향상된 직업역량	정도	많다--적다
학습 즐기기	정도	많다--적다

4. 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 활용에 대한 근거이론 제시

중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 활용에 대한 근거이론을 제시하기 위하여 범주들간의 관계를 통합적으로 설명할 수 있는 핵심범주를 선택하고, 핵심범주를 중심으로 이야기 윤곽을 제시했다. 이를 토대로 가설적 정형화를 시도하여 유형분석을 실시하여 이를 근거이론으로 제시하였다.

1) 핵심범주

선택코딩에 있어 개방코딩과 축코딩을 통해 누적된 자료와 범주를 이용하여 연구의 중심현상을 대변하는 핵심범주는 다른 개념 및 범주들과의 연관되고 빈번한 자료의 출현과 이론적 설명력이 있어야 한다(유기웅 외, 2019).

본 연구에서 도출된 모든 범주 들을 대표 할 수 있는 가장 핵심적인 범주로 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용 되는 에니어그램”으로 나타났다.

연구참여자들은 자신과 타인을 이해하거나 직업적 활용을 목적으로 하거나, 또는 우연한 기회로 에니어그램 학습을 경험하게 되었다. 이에 연구참여자들에게는 에니어그램 학습경험이 중년기 해결해야 하거나 이루고자 하는 목표에 다양한 영향을 미치게 되었다. 가장 먼저 에니어그램 학 경험을 통해 연구참여자들은 자기이해를 돕는 도구로서 에니어그램을 경험하게 된다. 이러한 자기이해는 중년기에 자신에 대한 반추와 성찰을 통해 진정한 자기 모습이 무엇인지 알게 해 주었다. 연구참여자들의 진정한 자기이해는 중년기에 자신에 대한 변화와 성장이라는 과업 달성과정에 끊임없는 노력으로 이어지고 있었다. 이러한 노력을 통해 연구참여자들은 진정한 자기이해를 넘어 나와 다른 타인에 대한 이해의 시각으로 확대되고 이는 중년기에 해결해야 하는 문제 상황에서 가족관계, 사회적 관계 회복에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 중년기에 자신의 생산성을 높이하고자 하는 과업 달성과정으로 자신의 직업적 능력의 향상을 가져 오기도 하였고, 에니어그램 학습경험이 궁극적으로 학습에 대한 즐거움을 주게

되었다. 이는 에니어그램이 실용적인 학문으로서 이론적 학습만이 아니고 현실에서 적용하거나 타 학문과의 결합 등을 통해 더 많은 삶에 적용할 수 있을 것으로 기대하는 연구참여자들의 특성으로 볼 수 있다. 이렇게 본 연구에 연구참여자들은 최선을 다해 앞만 보고 살아왔던 자신의 삶에서 중년기에 들어서면서 ‘나는 누구인가’에 대한 질문으로 자신에 대한 고민이 시작되었다. 이러한 자신에 대한 고민과 탐색 과정에서 자기이해를 도와준 에니어그램과 만나게 되었고, 이러한 학습경험은 중년기에 해결하거나 이루어야 할 목표에 다양하게 영향을 끼치게 되었다. 이를 통해 연구참여자들은 자신의 삶에 성장과 변화를 통한 문제해결 도구로서 에니어그램을 지속적 활용하게 되었다. 이에 핵심범주를 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”으로 선택하였다.

이를 바탕으로 도출한 핵심범주의 속성과 차원은 다음과 같다.

〈표 15〉 핵심범주의 속성과 차원

핵심범주	속성	차원
“자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”	기간	지속적-일시적
	정도	많음-적음
	자발성	적극적-소극적

2) 이야기 윤곽 전개

연구참여자들의 중년기 발달과업 달성과정에 에니어그램 학습 활용에 대하여 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”이라는 핵심범주를 개념과 하위범주와 상위범주를 사용해서 체계적으로 연결하여 서술하는 과정(Strauss & Corbin, 2008)으로 연구참여자의 경험을 해석학적 기술로 이야기 윤곽을 서술하고자 한다.

중년의 삶은 여러 가지 해결해야 할 문제를 경험하거나 이루어야 할 목표를 가지고 살아가고 있다. 이는 중년기에 달성해야 하는 발달과업으로 연결된다.

본 연구에 참여한 열여섯 명의 연구참여자들은 모두 중년기에 해결해야 할 문제를 경험하거나 이루어야 할 목표를 가지고 있었다.

먼저 연구참여자들은 중년기에 들어서면서 체감되는 노화를 경험하게 된다. 신체가 내리막길로 꺼지는 듯한 느낌을 받거나, 예전과 다른 체력의 한계를 경험하거나, 실제 질병이 발생하기도 한다. 이에 부정적인 감정이 나타나기 시작하는데 이는 중년기 발달과업으로서 신체 노화에 대한 다양한 대응으로 이어진다. 자신의 신체적 한계를 받아들이거나, 자신의 생산성에 초점을 맞추어 생각을 전환하거나, 또는 건강을 적극적으로 챙기기 시작하는 것으로 나타난다.

연구참여자들은 노후 경제생활에 대한 걱정과 가족들에게 경제적 역할자로 인정받고자 하는 욕구로 중년의 경제적 책임감을 안고 있었다. 이러한 책임감은 한계에 부딪힌 직장생활과도 연관성이 있다. 지위에 대한 도전을 받거나, 중간관리자로서 비애가 직장생활에서 지속적인 경제적 활동을 할 수 없을지도 모른다는 불안감을 포함하고 있기 때문이다.

연구참여자들은 가족관계 내에서 다양한 문제 상황을 맞게 된다. 먼저 배우자에 대한 불만들이 늘어만 가고 소통을 거부하는 자녀들과의 관계에서는 어려움을 겪는다. 이뿐만이 아니라 부모 세대와의 관계에서도 정리가 필요했다. 부모부양에 대한 책임감이 늘어나기도 하고, 부모 세대와 심리적 분리 과정도 참여자들의 몫이었다. 이러한 문제 상황에 인생의 동반자에 소중함을 더욱 느끼면서 자녀와의 관계에서도 소통을 위한 노력을 하지만 녹록하지 않음을 경험한다.

연구참여자들은 다양한 문제 상황을 경험하지만, 중년기에 자신의 생산성을 높이기 위한 노력도 아끼지 않는다. 중년기에 새로운 도전으로 사회적 역할을 하거나 직장생활을 통해 자신의 존재감을 높이고자 노력하고 있었다. 이를 통해 일과 가정의 불균형을 경험하기도 하지만, 가정 밖에서도 가치 있고 싶은 나로서 적극적으로 자신의 역할을 다하고 있었다. 이러한 자신의 역할은 점점 확대되어 사회적 역할을 재인식하게 되면서 경제적인 것만이 아니라 타인에게

도움이 되는 역할과 의미 있는 일을 하고 싶어 하는 동기로 나타났다.

연구참여자들에게 중년기는 자신에 대한 고민이 가장 많이 시작되는 시기였다. 이는 정체성의 혼란으로 자녀 독립 후 느끼는 빈둥지 증후군을 겪기도 하고, 심리적 사춘기로 자신의 감정 상태에도 혼란을 겪게 되었다. 이로 인해 점점 자신에게 관심이 집중되면서 자신에 대한 탐구와 삶에 대한 재인식을 통해 자신의 정체성을 찾아가는 시기를 맞이하게 된 것이다.

연구참여자들은 위에서 나타난 다양하게 해결해야 할 문제 상황과 자신의 정체성을 찾아가는 시기에 우연과 필연이 합쳐져 에니어그램 학습경험을 하게 되었다. 이러한 에니어그램 학습경험이 중년기에 달성하거나 해결해야 하거나 문제 상황에 많은 영향력을 미치게 되었다.

가장 먼저 연구참여자들은 에니어그램 학습경험을 통해 ‘자기이해를 돕는 에니어그램’과 만나게 되었다. 이를 통해 자신을 심도 있게 이해하게 됨은 물론 자기성찰을 통해 객관적으로 자신의 모습을 바라볼 수 있었다. 또한 자신 안에 있는 부정적 특성을 자각하고 긍정적 특성들을 발견하면서 삶 속에서 자신의 행동과 건강하지 못한 상태를 분별하고 식별할 수 있게 되었다.

연구참여자들의 이러한 자기이해는 타인 이해로 이어졌는데, 먼저 자신의 시각으로 보던 타인들의 모습을 객관적으로 이해하게 되었다. 특히 가족 내 문제 상황에 놓여있던 배우자에 대한 갈등과 소통이 어려웠던 자녀에 대하여 새로운 시각을 갖게 되었다. 이는 자신이 가지고 있던 타인에 대한 고정관념을 벗어나는 계기로 내가 피해자라고 생각했던 부분이 가해자일 수도 있다는 것을 알게 된 것이다.

연구참여자들은 자신의 성장과 변화를 위해 에니어그램을 일상생활에서 적용하고 지속적 활용을 하게 되었다. 자신의 약점을 드러나면 멈추려고 노력하면서 약점을 고쳐나가고, 자신의 부정적 행동을 수정하기 위하여 끊임없는 훈련을 하게 되었다. 이를 통해 생활 속에 경험을 에니어그램으로 해석하면서 자신이 나아가야 할 본질적 모습을 지향하게 되었다.

이로 인해 연구참여자들은 긍정적으로 변화한 자신의 모습을 느끼고 발견하게 되었다. 늘 타인에 대한 시선을 의식하던 삶에서 타인의 시선에서 자유롭게

자신에 삶을 살아가게 되었고, 심리적으로도 여유를 갖게 되었다. 이러한 모습은 자신의 스트레스를 조절하는 능력이 향상되고 성격에서 오는 집착을 놓으면서 생기는 자연스러운 성숙과 성장의 모습으로 드러난다. 이를 통한 가족이나 타인에게 자신의 성장을 통한 긍정적 피드백을 얻게 된다.

연구참여자들의 성숙과 성장은 관계에 많은 상호작용으로 나타났다. 가장 먼저 가족에서 오는 다양한 갈등 관계를 해결하는 과정을 경험하게 되었다. 첫째, 배우자와의 관계에 대한 후회와 반성 그리고 자녀 양육에 대한 반성을 통해 배우자에게는 진정성 있는 사과를 할 수 있게 되었다. 이러한 과정은 배우자에 대한 인정과 수용, 자녀를 있는 그대로 받아들이기가 가능해진 것이다. 둘째, 사회적 관계에서도 타인을 배척하지 않고 수용을 경험하게 되었다.

연구참여자들의 이러한 관계의 변화는 소통의 변화에서도 찾아볼 수 있었다. 배우자와는 지혜롭게 소통하는 방법으로 자녀와는 슬기롭게 대화하는 대화법으로 소통의 방향이 긍정적으로 변화하였다.

이렇게 연구참여자들의 자신으로부터 시작된 변화는 사회적 관계에서의 변화, 배우자와의 관계 회복, 자녀와의 관계 회복으로 이어지면서 중년기에 해결해야 하는 관계에서 오는 문제 상황에 대한 달성과정을 경험하게 된다.

연구참여자들은 관계 회복에만 그치지 않고 자신이 달성해야 하는 다양한 문제 상황들을 에니어그램을 활용하여 해결하게 된다. 자신의 심리적 문제에 대한 치유 경험으로 활용하거나, 지속적인 긍정적 관계 형성에도 활용하게 된다. 나아가 가족관에 커뮤니케이션의 매개로 에니어그램이 활용되므로 배우자나 가족에게 생긴 문제를 해결해 주는 역할을 하게 되었다.

연구참여자들은 에니어그램 학습경험을 자신의 문제해결에만 그치지 않고, 타인들에게 공유하고 싶은 욕구를 나타냈다. 자신의 변화를 확산하고 싶은 욕구가 넘쳐났으며, 이를 위해 타인에게 유익한 프로그램을 기획하는가 하면, 배우자와 함께 학습경험을 나누고 성장시켜 나가기도 했다.

연구참여자들의 이런 욕구는 직업적 역량 강화를 가져오기도 했다. 에니어그램 전문가과정을 거친 연구참여자들이 에니어그램 학습경험을 경제적 가치 창출에 활용하거나, 직업적으로 향상된 역량 강화의 수단으로도 사용하게 되었다.

연구참여자들은 에니어그램을 학문으로서만이 아니라 실용적인 학문으로서 타인과의 소통과 타인의 경험을 통해 배우면서 함께 성장해 나가는 모습으로 나타났다. 이에 자발적인 소모임을 통해서 지속적 학습을 이어나가거나, 자신의 전문성을 확보하기 위해서, 또는 교수자의 모습에서 동기부여를 받아 에니어그램 학습을 이어가고 있었다.

연구참여자들은 더 나아가 에니어그램 학습경험을 통해 다른 분야로의 학습으로 확대하거나 에니어그램 실천에 학문적 깊이를 더하기 위해 학습을 즐기기 시작했다. 이는 에니어그램 학습경험을 통해 성장하는 자신을 바라보면서 더 좋은 자신이 되기 위해 학습을 즐기기 시작한 것이다.

결론적으로 이야기 윤곽을 통해 에니어그램 학습경험자들의 중년기 발달과업 달성과정에 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”이라는 핵심범주로서 설명할 수 있다.

3) 가설적 정형화 및 관계 진술

가. 유형분석을 위한 가설적 정형화

가설적 정형화란 핵심범주를 중심으로 범주들 간의 관계를 규명하면서 범주의 속성과 차원에 따라 가설적 상호관계에 대한 설명을 정형화하는 작업이다 (Strauss & Corbin, 2008). 이를 통해 유형을 분석할 수 있다. 가설적 정형화를 위해 연구참여자들의 진술한 사례들 사이에 내용을 확인하고 유목화 하여 보았다. 가설적 정형화를 하기 위해 맥락적조건과 중재적 조건들을 살펴보았을 때 본 연구에서는 핵심범주와 작용/상호작용 전략에 중재적 조건이 영향을 미쳤다고 판단하였다. 이에 핵심범주 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”으로 중년기 연구참여자들이 에니어그램을 활용하는데 핵심범주와 중재적 조건을 형성하는 속성과 차원에 따라 가설적 정형화를 실시하였다. 도표로 그려보면서 개념들을 살펴보고 관계들의 논리를 밝히는데 초점을 맞추고자 하였다.

이에 도표로 제시하면 <표 16> 과 같다.

〈표 16〉 중재적 조건과의 가설적 관계

범주	체감되는 노화	노화에의 대응	가치관의 변화	어려워진 가족관계	부모 부양의 어려움	에니어그램 학습 지속하기	에니어그램 학습 공유하기	같이 할 때 성장하는 학습
속성	강도	태도	정도	정도	정도	지속성	정도	정도
1	중간	능동적	크다	약하다	적다	지속적	적극적	적다
2	중간	소극적	적다	심하다	크다	지속적	소극적	많다
3	높다	능동적	적음	약하다	적다	지속적	적극적	중간
4	중간	소극적	크다	약하다	적다	지속적	적극적	많다

나. 가설적 관계의 진술

① 체감되는 노화는 중간이고, 노화에의 대응은 능동적이고, 가치관의 변화는 크며, 어려워진 가족관계는 약하고, 부모부양의 어려움은 적으며, 에니어그램 학습 지속하기는 지속적이고, 에니어그램 학습 공유하기는 적극적이며, 같이 할 때 성장하는 학습은 적다. 이런 경우 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”으로서 에니어그램 학습 경험을 자신의 성장을 위해 적극적, 지속적 활용할 것이다.

② 체감되는 노화는 중간이고, 노화에의 대응은 소극적이고, 가치관의 변화는 작으며, 어려워진 가족관계는 심하고, 부모부양의 어려움은 크며, 에니어그램 학습 지속하기는 지속적이고, 에니어그램 학습 공유하기는 소극적이며, 같이 할 때 성장하는 학습은 많다. 이런 경우 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”으로서 에니어그램 학습 경험을 어려워진 가족관계 회복 등에 적극적, 지속적 활용할 것이다.

③ 체감되는 노화는 높고, 노화에의 대응은 능동적이며, 가치관의 변화는 적으며, 어려워진 가족관계는 약하고, 부모부양의 어려움은 적으며, 에니어그램 학습 지속하기는 지속적이고, 에니어그램 학습 공유하기는 적극적이며, 같이 할 때 성장하는 학습은 적다. 이런 경우 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”으로서 에니어그램 학습 경험을 직업적인 활용을 목적으로 적극적, 지속적 활용할 것이다.

④ 체감되는 노화는 중간이고, 노화에의 대응은 능동적이며, 가치관의 변화는 적으며, 어려워진 가족관계는 약하고, 부모부양의 어려움은 적으며, 에니어그램 학습 지속하기는 지속적이고, 에니어그램 학습 공유하기는 적극적이며, 같이 할 때 성장하는 학습은 많다. 이런 경우 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”으로서 에니어그램 학습 경험을 지속적 학습 목적으로 적극적, 지속적 활용할 것이다.

4) 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 학습경험 활용유형 분석

본 연구에서 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”으로서 에니어그램 학습경험에 대한 활용유형을 각 조건과 전략, 결과에 따라 ‘자아성장형’, ‘관계 회복형’, ‘직업활용형’, ‘지속 학습형’으로 도출하였다. 이는 연구참여자들의 인터뷰 과정에서도 중년기에 달성해야 하거나 해결해야 하는 문제 상황으로써 발달과업에 대하여 가중치가 다르게 표현되었으며, 에니어그램 학습경험 참여 동기도 각기 다르게 나타났다. 이를 통해 에니어그램 학습경험을 활용하는 것에 있어서 각기 다른 활용이 있을 수 있을 것이라는 연구자의 민감성이 발휘되었고, “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”으로서 핵심범주와 축코딩을 통해 살펴보았을 때 결과에 나타난 특성들에 주목하였다. 이를 통해 중심현상과 상호작용에 영향을 미치는 중재적 조건에 초점을 맞추어 ‘자아성장형’, ‘관계회복형’, ‘직업활용형’, ‘학습지속형’으로 유형을 도출하였다.

이를 분류하여 표로 정리하면 <표17> 과 같다.

<표17> 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 학습경험 활용유형 분석

	자아성장형	관계회복형	직업활용형	지속학습형
연구참여자	1,10,11,12	2,4,9,13,16	5,6,8,14	3,7,15,
인과적	자아정체성	자아정체성	자아정체성	자아정체성

조건	혼란(많다) 새로운 도전 의욕(강하다) 가정밖에서도 가치 있고 싶은 나 (많다) 에니어그램 학습 동기(자발적)	혼란(적다) 새로운 도전 의욕(중간) 가정밖에서도 가치 있고 싶은 나 (적다) 에니어그램 학습 동기(중간)	혼란(중간) 새로운 도전 의욕(강하다) 가정밖에서도 가치 있고 싶은 나 (많다) 에니어그램 학습 동기(자발적)	혼란(중간) 새로운 도전 의욕(강하다) 가정밖에서도 가치 있고 싶은 나 (많다) 에니어그램 학습 동기(중간)
맥락적 조건	흔들리는 경제 입지(적다) 한계에 부딪힌 직장생활(작다)	흔들리는 경제 입지(많다) 한계에 부딪힌 직장생활(중간)	흔들리는 경제 입지(중간) 한계에 부딪힌 직장생활(중간)	흔들리는 경제 입지(적다) 한계에 부딪힌 직장생활(적다)
현상	자기이해를 도와준 에니어그램(많다)	자기이해를 도와준 에니어그램(많다)	자기이해를 도와준 에니어그램(많다)	자기이해를 도와준 에니어그램(많다)
중재적 조건	체감되는 노화 (중간) 노화에의 대응(능동적) 가치관의 변화(크다) 어려워진 가족관계(약하다) 부모부양의 어려움(적다) 에니어그램 학습 공유하기(적극적) 에니어그램 학습 지속하기(지속적) 같이할 때 성장하는 학습(적다)	체감되는 노화 (중간) 노화에의 대응(소극적) 가치관의 변화(적다) 어려워진 가족관계(심하다) 부모부양의 어려움(크다) 에니어그램 학습 공유하기(소극적) 에니어그램 학습 지속하기(지속적) 같이할 때 성장하는 학습(많다)	체감되는 노화 (높다) 노화에의 대응(능동적) 가치관의 변화(적다) 어려워진 가족관계(약하다) 부모부양의 어려움(적다) 에니어그램 학습 공유하기(적극적) 에니어그램 학습 지속하기(지속적) 같이할 때 성장하는 학습(중간)	체감되는 노화 (중간) 노화에의 대응(소극적) 가치관의 변화(크다) 어려워진 가족관계(약하다) 부모부양의 어려움(적다) 에니어그램 학습 공유하기(적극적) 에니어그램 학습 지속하기(지속적) 같이할 때 성장하는 학습(많다)
작용/ 상호 작용	객관적으로 시각 갖고자 노력하기(전체적) 일상생활에서 에니그램	객관적으로 시각 갖고자 노력하기(전체적) 일상생활에서 에니그램	객관적으로 시각 갖고자 노력하기(전체적) 일상생활에서 에니그램	객관적으로 시각 갖고자 노력하기(전체적) 일상생활에서 에니그램

	활용하기(적극적) 진정성 있게 반성하기(소극적) 있는 그대로 타인 수용하기(중간) 긍정적으로 소통하기(중간) 에니어그램 활용하여 문제해결 하기(적극적)	활용하기(적극적) 진정성 있게 반성하기(적극적) 있는 그대로 타인 수용하기(적극적) 긍정적으로 소통하기(적극적) 에니어그램 활용하여 문제해결 하기(적극적)	활용하기(적극적) 진정성 있게 반성하기(중간) 있는 그대로 타인 수용하기(적극적) 긍정적으로 소통하기(적극적) 에니어그램 활용하여 문제해결 하기(적극적)	활용하기(소극적) 진정성 있게 반성하기(중간) 있는 그대로 타인 수용하기(중간) 긍정적으로 소통하기(소극적) 에니어그램 활용하여 문제해결 하기(중간)
결과	긍정적으로 변한 나(많다) 나의 변화에서 시작한 관계의 변화(중간) 에니어그램 활용으로 향상된 직업역량(중간) 학습 즐기기(중간)	긍정적으로 변한 나(많다) 나의 변화에서 시작한 관계의 변화(크다) 에니어그램 활용으로 향상된 직업역량(중간) 학습 즐기기(중간)	긍정적으로 변한 나(많다) 나의 변화에서 시작한 관계의 변화(중간) 에니어그램 활용으로 향상된 직업역량(많다) 학습 즐기기(많다)	긍정적으로 변한 나(중간) 나의 변화에서 시작한 관계의 변화(중간) 에니어그램 활용으로 향상된 직업역량(중간) 학습 즐기기(많다)

이러한 가설적 정형화를 위한 관계 진술의 기본 토대가 되는 개념들에서 초점을 둔 것은 다음과 같다.

첫째, 자아성장형은 인과적 조건에서 자아정체성 혼란을 시작으로 가치관에 변화가 크고 이로 인해 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”으로서 에니어그램 학습을 지속하고 에니어그램 학습을 적극적으로 공유하면서 자신에 성장을 위한 발판으로 삼고자 노력할 것이다. 이에 자신에 노화에도 적극적으로 대응하고 에니어그램을 일상생활에서의 활용하여 자신의 성장을 위한 도구로 활용하고 있다. 결과적으로 에니어그램 학습경험을 활용하여 중년기에 이루어야 할 목표로서 자기 성장으로서 긍정적으로 변한 나의 모습을 발견하게 된다.

둘째, 관계회복형은 인과적 조건의 에니어그램 학습 동기에서 우연한 기회이거나, 나와 타인을 이해할 목적으로 에니어그램 학습경험을 하게 되었고, 어려

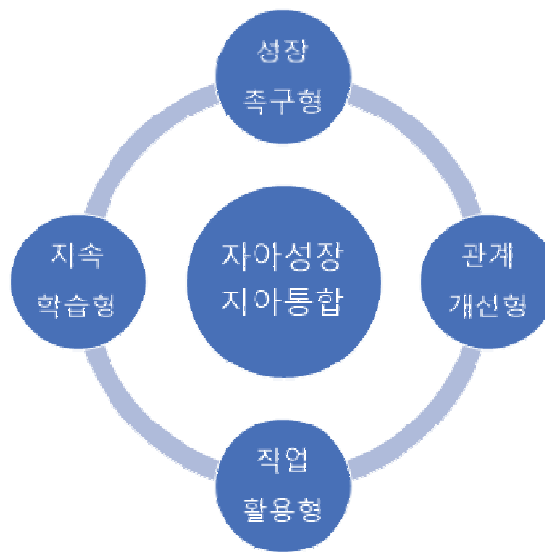
워진 가족관계나 부모부양의 어려움을 크게 느끼고 있는 경우 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”으로서 에니어그램 학습을 지속하고 소통과 경험을 나누는 형태로 같이 할 때 성장하는 학습으로 관계의 문제에 해결을 위해 노력할 것이다. 결과적으로 에니어그램 학습경험을 활용하여 중년기 해결하고자 하는 문제로서 가족관계와 사회적 관계에 나의 변화에서 시작한 관계의 변화로 이어지게 된다.

셋째, 직업활용형은 인과적 조건의 에니어그램 학습 동기에서 전문 강사 취득이 목적이거나, 직업에서 활용을 목적으로 하였을 경우 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”으로서 에니어그램 학습을 지속하고 에니어그램 학습 공유하기가 적극적으로 이루어지며, 체감되는 노화에 적극적으로 직업에서의 성취로 능동적 대응으로 이어질 것이다. 결과적으로 에니어그램 학습경험을 활용하여 중년기 달성해야 하는 목표로 에니어그램 활용으로 향상된 직업역량 강화를 통해 자신의 생산성을 높이게 된다.

넷째, 지속학습형은 인과적 조건의 에니어그램 학습 동기에서 에니어그램 학습을 통해 자신의 프로그램개발 목적으로 참여했을 경우 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”으로서 가치관의 변화가 크고, 에니어그램 학습을 지속하고 에니어그램 학습을 적극적으로 공유하며 같이 할 때 성장하는 학습의 정도는 많아지게 되면서 더 나아가 또 다른 공부와 연결하여 학습을 확장해 나갈 것이다. 결과적으로 에니어그램 학습경험을 활용하여 학습 즐기기를 통해 중년기 달성해야 하는 목표에 꾸준한 학습을 하게 된다.

물론 연구참여자들이 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”으로서 에니어그램 학습경험이 한가지 형태로 활용되는 것은 아니다. 연구참여자들이 중년기에 이루어야 할 목표와 해결해야 할 문제 상황에 따라 다양하게 활용되거나, 또는 유기적으로 연결되어 끊임없이 상호작용으로 이루어지고 있음을 알 수 있다. 예를 들어 처음에는 자신의 성장을 목표로 에니어그램 학습경험에 참여한 ‘자기성장형’은 자신의 성

장이 주변과의 관계 회복에도 긍정적인 영향을 주게 되고, 이를 통해 현재는 직업으로 활용되고 있지 않지만, 자신의 성장을 바탕으로 직업 활용 가능성이 생기게 된다. 이는 지속적 학습이 이루어질 것이다. 또한 중년기에 가족관계나 사회적 관계에 여러 가지 문제 상황을 경험한 ‘관계회복형’은 자기이해를 토대로 타인을 이해하게 되어 관계 회복에 많은 활용이 이루어지면서 자신이 성장하고 있다는 것과 더욱 성장하고자 하는 욕구가 생기게 될 것이다. 이는 지속적인 학습탐구로 이어지게 되면서 차후 직업적 활용이 가능해진다. ‘직업활용형’은 처음에는 에니어그램을 단순히 자신의 직업에서 활용하고자 하였으나 직업에 활용에서 사회적인 측면에서의 관계 회복과 지속적인 학습으로 이어지고, 이는 궁극적으로 자신의 성장으로 이어질 것이다. ‘지속학습형’은 에니어그램 학습경험과 다른 학문과의 연계 및 다양한 학습을 통해 자신의 시야가 넓어지는 경험이 생긴다. 이는 자아 성장이 이루어지고 이를 통해 관계 회복과 직업적 활용의 가능성으로 이어질 수 있다.



[그림4] 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 학습경험의 활용유형 관계

V. 결론 및 의의

본 연구는 에니어그램 학습경험자의 중년기 발달과업 달성과정에 대한 근거이론 연구이다.

먼저 연구 과정에서 중년기 나이에 대한 인식이 다르다는 것을 연구참여자들을 통해 알 수 있었다. 40대를 시작하는 시점을 중년기로 보는 참가자도 있었고, 40대 후반이 넘어서서 중년기를 실감한다는 연구참여자도 있었다. 중년 시기를 나이로 구분하는 것이 학자마다 차이가 있듯이 현재 평균수명이 늘어나고 결혼이라는 발달과업 수행이 늦어짐에 따라(황영아, 2020), 각 발달 단계의 시기를 조정해야 할 필요성이 있다. 국내에서도 중년기 시기에 따른 발달과업의 연구들이 이루어지고 있지만(김중서, 남정걸, 정지웅 및 이종환, 1982; 김애순, 윤진, 1991; 임경수, 2005; 정석환, 2007), 구체적 시기에 따라 발달과업의 특성들이 달라진다는 점을 고려할 때 평생교육에서도 필요한 학습을 제공하기 위해 관심을 가져야 한다.

본 연구는 중년기에 자신의 발달과업을 달성해 가는 과정에서 에니어그램의 학습경험의 활용과정을 근거이론으로 탐색하는 것을 목적으로 하였다.

먼저 연구참여자들인 에니어그램 학습경험자들의 중년기에 해결해야 하거나 이루어야 할 목표로서 직면한 발달과업을 살펴보면 다음과 같다.

연구참여자들은 중년기에 들어서면서 체감되는 노화를 경험하게 된다. 중년기를 연구하는 학자들이 중년기에 들어서면서 가장 먼저 자신의 신체 변화를 부정적인 요소에서 긍정적 요소로의 전환과 신체의 균형적 태도를 발달과업으로 제시하고 있는데 이는 연구참여자들에게도 직면한 발달과업으로 볼 수 있다. 황매향(2008)의 연구에서 40대~50대의 건강에 대한 발달과업이 탐색되었는데 이 연구와도 일치한다. Colarusso(1981)이 제시한 노화로 인한 질병과 신체 변화를 수용하는 과제 달성에 있어서는, 연구참여자들은 자신의 신체적 한계를 수용하거나 자신의 생산성에 초점을 맞추고 있었다. 또한 부정적 감정을 바꾸어 가거나, 적극적으로 건강을 챙기기 시작하면서 다양한 방법으로 적응하는 것으로 나타났다.

이에 중년기의 발달과업으로 노화에 적극적이고 다양한 대응에 필요한 학습 내용을 포함하는 교육프로그램 개발이 필요하다.

연구참여자들은 경제적 책임감과 은퇴 후 불안을 직면한 발달과업으로 제시하고 있었다. 이는 발달과업으로 실직·해고, 경제적 위기 등과 일치한다. 노후 준비를 위한 중년기 생애 설계 연구에 내용을 살펴보면 대다수 경제적 준비에 대한 중요성을 피력하고 있는데(최보아, 2003; 정주원, 조소연, 2015; 안기선, 2011; 김백수, 이정화, 2010 이는 황매향(2008)이 제시한), 이를 통해 연구참여자들에게도 노후에 경제적 안정성에 대한 욕구는 중요한 발달과업으로 나타나는 것으로 볼 수 있다. 이에 중년 이후 삶에 대한 경제적 불안에 좀 더 적극적인 방법을 찾고, 불안을 감소할 수 있는 개인적 노력과 더불어 국가의 정책적인 노력이 필요하다.

연구참여자들은 가족관계 내 다양한 갈등을 경험하면서 관계 회복을 중년기에 직면한 발달과업으로 제시했는데 이는 중년기 발달과업 연구자들의 연구 결과와 일치한다(Erikson, 1960; Levinson, 1978; Vaillant, 1977; 김종서 외, 1982; 양현근, 2021). 황매향(2008)의 연구에서도 40대와 50대로 나누어 연구한 결과에 따르면 배우자·자녀와의 관계 회복이 최우선 순위로 나타났다. 이는 중년 이후 남은 삶을 함께 살아가야 할 배우자에 대한 중요성과 자녀와의 관계 회복이 행복을 결정하는 중요한 요소가 되기 때문이다. 이에 상담학에서 다루고 있는 가족관계 회복을 위한 상담 및 프로그램과 더불어 평생교육에서도 중년기 발달과업 달성과정에 더욱 관심을 가지고 가족관계 회복에 필요한 다양한 프로그램을 개발해야 함을 시사하고 있다.

본 연구에서 연구참여자들이 중년기에 발달과업으로 가장 많이 제시한 과제는 자기에 대한 탐구였다. 중년기에는 자아정체성의 혼란으로 다양한 심리적 문제에 직면하게 된다. 이에 자신에 대한 새로운 정체성을 확립하고 자아 성장을 이루고자 하는 목표를 가지고 있었다. 이는 자아 성찰과 자아 통합을 지향한다는 연구 결과와 일치한다(Jung, 1954; Levinson, 1978; Gould, 1978; Havighurst, 1952; 김재은 역, 1996; 최재숙, 2011; 조윤주, 2011). 그러나 조은영, 정태연(2005)의 연구에는 자아성장, 자아통합이 발달과업의 목표로 드러나

지 않았고, 황매향(2008)의 연구에서도 중년기 발달과업으로 자아 성찰과 자아 통합의 목표는 발생하지 않는다는 결과를 내놓고 있었다. 다시 말해 현재 당면한 건강관리, 자산관리, 가족관계, 노후 관리 등에 초점을 맞추어 발달과업을 달성해 간다는 것이다. 이에 연구참여자들의 특성에 주목해 볼 필요가 있다. 본 연구참여자들은 대다수가 고학력자, 상담가, 교육 관련 업종에서 타인에게 영향을 주는 경우가 많았다. 이는 자신이 더 나은 사람이 되고 싶은 욕구에서 자아 탐색을 통한 자아성장 및 자아통합을 지향하는 것으로 나타났다. 중년기에 자아 성장과 자아통합을 이루는 것은 노년에 행복감을 느끼기 위해 중요하다. 이에 다양한 계층에 따라 중년기 자아성장·자아통합을 이루기 위한 학습경험을 할 수 있도록 관심과 노력의 필요성이 제기된다.

연구참여자들은 자신의 생산성에 대한 욕구와 사회적 존재감을 높이고자 하였다. 이는 Erikson(1963)이 말한 직업적 성취와 사회활동 경험, Havighurst(1972)의 직업적 만족과 성과 유지, 김종서 외 3인(1982)의 직장생활과 사회생활에 대한 적극성 발휘, 황매향(2008)의 가정과 사회에서의 중요한 위치, 사회적 지위 획득, 직업적 성공에 대한 발달과업과 일치한다. 중년기는 아직 활동이 왕성한 시기로서 도전 욕구가 발생 되고, 직장에서 최고의 성과를 내는 시기이기도 하다. 이러한 중년기에 더 많은 생산성을 높일 수 있도록 다양한 기회와 여건이 마련될 수 있는 환경조성이 필요하다.

그 외 연구참여자들에게 부모 세대 부양에 대한 책임감과 심리적 분리 과정의 과업과(Colarusso & Nemiroff, 1981; 양현근, 2021), Gould(1978)가 말하는 배우자의 죽음에 대한 자립심이 과업으로 제시되었다.

결론적으로 중년기에 대한 시기는 일치하지 않지만, 연구참여자들이 해결해야 하거나 달성해야 할 목표로 제시한 발달과업은 여러 학자들의 연구 내용을 포함하고 있었다.

위의 전술한 발달과업에 대해 제시된 내용은 40대 이상 모든 중년에 해당하는 경험이라고는 볼 수 없다. 근래 중년기 또는 중장년층이라는 용어로 많이 사용되고 있다는 점을 주목하여 중년기에 대한 시기와 달성해야 하는 발달과업의 특성들을 면밀하게 살펴볼 필요성을 가지게 된다.

두번째, 연구참여자들에게 나타난 발달과업 달성과정에 에니어그램 학습경험이 어떠한 영향을 미치는지를 살펴보았다.

이를 위해 개방코딩을 거쳐 구성된 25개의 상위범주들을 패러다임 모형에 재배열하는 과정에서 드러난 중심현상은 “자기이해를 도와준 에니어그램”이었다. 이러한 중심현상의 인과적 조건들은 ‘자아정체성 혼란’, ‘새로운 도전 의욕’, ‘가정밖에서도 가치 있고 싶은 나’, ‘에니어그램 학습 동기’로 구성되었다. 이러한 중심현상의 맥락적 조건들은 ‘흔들리는 경제 입지’, ‘한계에 부딪힌 직장생활’로 구성되었다. 또한 중재적 조건들로는 ‘체감되는 노화’, ‘가치관의 변화’, ‘어려워진 가족관계’, ‘부모부양의 어려움’, ‘에니어그램 학습 공유하기’, ‘에니어그램 학습 지속하기’, ‘같이할 때 성장하는 학습’으로 드러났다. 이들에게서 나타난 작용/상호작용 전략들은 ‘객관적으로 시각 갖고자 노력하기’, ‘일상생활에서 에니어그램 활용하기’, ‘진정성 있게 반성하기’, ‘있는 그대로 타인 수용하기’, ‘긍정적으로 소통하기’, ‘에니어그램을 활용하여 문제해결하기’가 도출되었다. 이러한 과정을 거쳐 나타난 결과들은 ‘긍정적으로 변한 나’, ‘나의 변화에서 시작한 관계의 변화’, ‘에니어그램 활용으로 향상된 직업역량’, ‘학습 즐기기’가 상위범주로 상정되었다. 이러한 패러다임에 재배열을 통해 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”으로 핵심범주를 생성하였다.

결과적으로 핵심범주를 중심으로 에니어그램 학습경험이 연구참여자들에게 나타난 발달과업 달성과정에 미친 영향을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”을 통해 자기이해가 타인이해로 이어지면서 중년기 발달과업으로 나타난 가족 갈등 및 사회적 관계에서의 갈등이 가족관계 회복과 사회적 관계 형성에 긍정적 영향을 미친것으로 나타났다.

둘째, “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”을 통해 자신의 문제를 객관적으로 바라보게 되면서 부모에 대한 심리적 분리를 결정하게 되었고, 심리적 치유에 영향을 미친 것으로 나타났다.

셋째, “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”을 통해 자아정체성 확립에 유의미한 영향을 미쳤다.

먼저 심도 있는 자기이해를 바탕으로 객관적인 자기 탐색이 가능해졌고, 끊임없는 자아 성찰을 통해 자신 안에 부정적 모습의 자각과 긍정적 자기 인식을 경험하게 하였다. 이는 자신의 정체성을 확립하고 긍정적으로 변화한 자신의 모습을 경험하게 되었다.

위에 전술한 내용과 더불어 “자기이해를 주축으로 중년기 발달과업을 달성하는데 지속적 성장과 변화에 활용되는 에니어그램”을 통해 중년기 생산성을 높이고자 하는 연구참여자들에게 전문 강사 자격증은 직업적·경제적 혜택을 주었다. 자신의 전문성을 확보하고자 하는 연구참여자들에게는 직업적 역량 강화를 가져오기도 하였다. 또한 더 나은 자신으로의 모습으로 성장하고자 하는 욕구를 불러오면서 지속적 학습에 도전하게 하고, 더 나아가 타 학문과의 결합 등 학문적 욕구를 불러오기도 하였다. 이로 인해 연구참여자들이 점점 학습을 즐기는 것으로 나타났다.

마지막으로 에니어그램 학습경험자의 중년기 발달과업 달성과정에서 에니어그램 활용에 대한 과정을 분석한 결과 ‘자아성장형’, ‘관계회복형’, ‘직업활용형’, ‘학습지속형’으로 도출되었다. 이러한 유형의 탐구는 에니어그램 학습경험이 연구참여자들에게 어떠한 활용이 이루어지는지 탐구한 것이다.

먼저 ‘자아성장형’은 에니어그램 학습경험이 자신의 성장을 위한 활용으로 이어졌다. 연구참여자1은 끊임없는 자아 성장을 위한 노력이 스스로 본질 속에 살게 된다는 경험을 보고하였고, 연구참여자11은 자신의 성장을 경험하면서 더 나은 사람이 되기 위한 다양한 노력을 하고 있었다. 연구참여자12는 자신의 성장이 본질적 아름다움과 만나게 되어 진정한 자신과 세상을 사랑하게 되었다고 보고하고 있다. Jung(1954)은 중년기 발달과업으로 자아 발달과정을 통해 자신의 정체감을 찾고 진정한 자기로 성숙해가는 과정을 ‘개성화’로 표현했는데, 이는 결론적으로 연구참여자들의 자아성장의 노력은 자아통합을 지향한다는 것과 맥을 같이 한다. 최재숙(2011)의 연구에서 심리적 전환을 통한 자아통합에 이루는 도구로서 에니어그램의 활용의 연구 결과와도 일치한다고 볼 수 있다. 이를 통해

에니어그램이 성격시스템을 제공할 뿐 아니라 각 유형이 어떻게 변화하고 성장하는지 보여준다(Riso & Hudson, 1996)라는 것을 뒷받침 해주는 연구로 볼 수 있다.

‘관계회복형’은 에니어그램 학습경험이 관계 개선 및 관계회복 활용으로 이어졌다. 연구참여자13은 부부관계의 회복과 자녀와의 관계회복을 경험했다. 연구참여자2는 자녀에게 더 이상 잔소리를 하지 않게 되고 관계가 좋아졌다고 보고하고 있다. 연구참여자4는 시댁과의 문제로 남편과 다툼이 많았는데 관계회복이 이루어졌다고 하였다. 연구참여자9는 조직 내 후배와의 갈등해결에 영향을 주었다. 연구참여자14는 남편과의 이혼위기에서 벗어날 수 있었다. 이런 에니어그램 학습경험의 활용은 결론적으로 사회적 측면에서 가족관계 및 사회적 관계회복의 발달과업 달성으로 볼 수 있다.

‘직업활용형’은 에니어그램 학습경험이 자신의 직업적 활용으로 이어졌다. 연구참여자5는 프리랜서 강사로 에니어그램을 강의하면서 경제적으로도 도움을 얻고 있다고 보고하고 있다. 연구참여자6은 상담에서 에니어그램 활용이 자신의 역량향상에 큰 도움이 된다고 하였다. 연구참여자8은 발달장애 부모상담 및 코칭에 에니어그램 활용이 강력한 무기가 된다고 하였다. 결론적으로 에니어그램 학습경험은 중년기 발달과업에서 자신의 사회적 성취와 경제적 불안의 문제를 해결하는 데도 기여하고 있었다.

‘지속학습형’은 에니어그램 학습경험이 지속적인 학습으로의 활용 되어지고 있었다. 연구참여자3은 공부에 대한 설렘이 있고, 에니어그램이 재미있고 깊이가 있다고 하였다. 연구참여자7은 학습동아리를 만들고 이를 통해 학문적으로 깊어지는 자신의 모습이 자랑스럽고 직업적으로 활용하고 싶다고 하였다. 연구참여자15는 에니어그램과 다른 학문을 접목해서 글을 쓰고 지속적인 공부를 해 나간다고 하였다. 이는 에니어그램 학습경험이 학습에 대한 흥미를 불러오고 이는 또 다른 학습으로 이어지면서 평생교육에서 지향하는 바를 의미하고 있다.

에니어그램 학습경험이 중년기 발달과업 달성과과정에서 지속적 문제해결에 주체성을 확보하고 유지 증진하는데 의미를 갖기 위해서는 활용유형별로 끊임없

는 노력이 필요하다.

예를 들어 ‘자아성장형’은 자신의 성격적인 모습보다 본질적인 모습을 통해 주변 사람들에게 긍정적인 관계 형성에 도움이 될 수 있도록 끊임없이 자기성찰과 반추가 이루어져야 할 것이다. 또한 타인을 이해하는 도구로서의 에니어그램 학습경험을 활용해야 한다.

‘직업활용형’은 끊임없는 학습을 통해 직업적 역량을 강화시키는 것은 물론 자신의 모습이 타의 귀감이 될 수 있도록 자기 성장에 대한 노력이 필요하다.

‘관계회복형’은 자신과 타인을 이해하여 관계의 회복을 경험하지만, 지속적인 성장을 통해 자신의 성격적 특성의 건강함을 유지해야만 관계의 문제가 발생할 때 스스로 문제를 해결해 나갈 수 있다.

‘지속학습형’은 에니어그램 학습경험이 실용적 학문으로서 가치를 나타내기 위해서는 자기성장을 통해 자신의 성격특성이 건강 질 수 있도록 끊임없는 노력과 타인이해를 통한 긍정적 관계형성에 기여할 수 있도록 해야 한다.

이런 노력이 바탕이 될 때 에니어그램 학습경험 활용은 중년기 달성목표나 해결해야 하는 문제 상황에 따라 다양한 형태로 활용될 수 있다. 각 활용유형이 유기적으로 연결되어 자연스럽게 통합적인 활용 형태로 이어질 수 있다.

결론적으로 에니어그램 학습경험은 중년기 발달과업 달성과과정에서 지속적 자신의 문제를 해결해 나가는 주체성을 확보하고 유지 증진하는데 필요한 학습경험의 활용이라는 것에 의미를 가질 수 있다.

본 연구의 결과 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 중년기에 발달과업 달성과정을 에니어그램 성격특성 분석 도구를 활용하여 어떠한 학습경험이 일어나는지 질적으로 탐색하려는 시도는 다른 연구와의 차별성을 지닌다. 특히 대부분의 연구에서는 성격 도구 분석 도구의 활용에 대한 효과성 분석을 주로 하였는데, 본 연구는 성격유형론에 집중하기보다는 다양한 파생적 학습경험의 활용이 중요하다는 관점으로 그 과정을 탐색하였다는 점에서 의의가 있다.

둘째, 생애 주기적 관점에서 평생교육 분야에서 상대적으로 주목받지 못한 중년기를 대상으로 그 발달과업 달성과정을 탐색하였다는 점과 이를 통해 교육

적인 시사를 끌어내고자 시도했다는 점에도 연구 의의가 있다.

셋째, 중년기 발달과업을 달성하는 과정에서 학습경험에 대한 활용유형의 도출은 향후 발달과업 달성을 위한 학습 프로그램으로 개발될 때 기초적인 자료로서 도움을 줄 수 있다.

넷째, 에니어그램 학습경험 활용과정을 통해 삶 속에서 지속적 자신의 주체성을 확보하고 자신의 성장을 유지 증진하는데 필요한 학습경험 활용에 의미가 있다고 볼 수 있다. 이는 연구목적에 부합한다고 할 수 있다.

다섯째, 에니어그램 학습경험은 자기이해를 바탕으로 일상생활에서 자신의 성장과 문제해결에 실천적 방향을 제시하였다. 이를 토대로 성격 도구를 사용하거나 프로그램을 개발할 때 삶의 실천적 방향을 모색하여 도움을 주는 역할이 필요하다는 시사점을 제공한다.

이 연구가 지니는 한계에 기초하여 후속 연구를 제안하면 다음과 같다.

첫째, 그러나 전술한 내용을 바탕으로 살펴봐야 하는 것은 결과에서 나타난 사항들이 에니어그램 학습경험을 통해 나타난 결과들인지 또 다른 학습경험이나 중년기 삶에 일반적 경험이 영향을 미쳤는지에 세심하게 살펴볼 필요가 있다. 특히 연구참여자들이 대부분 고학력자이며, 현재 상담 및 코칭을 하거나, 강사로 활동 중인 참여자가 대부분이다. 에니어그램 학습경험을 하게 된 경우도 직업 환경에서 접했거나, 자기 성장의 목적을 가지고 에니어그램 학습경험에 참여하게 된 경우 중년기 이루고자 하는 목표나 해결해야 하는 문제 상황에 에니어그램 학습경험만 작용했다고는 볼 수 없다.

둘째, 본 연구는 에니어그램 전문가과정을 이수한 사람을 대상으로 연구참여자를 선정하였으므로 모든 에니어그램 학습자로 일반화할 수는 없다. 따라서 후속 연구에서는 단계별 과정 참여자들에 따라 어떠한 학습경험의 활용이 일어나고 있는지 탐색하여 그 단계에 맞는 프로그램에서의 목적 달성이 이루어지고 있는지 살펴보아야 할 필요성이 있다.

셋째, 본 연구에서는 연구참여자 대부분 50대 전후로 선정되었는데, 일부 연구참여자는 중년기를 느끼는 나이를 40대 후반으로 보고 있고 다른 연구참여자 중에는 자녀 독립 시기를 중년기로 보는 등 중년기에 대한 시기를 다르게 보고 있

었다. 이에 후속 연구에서는 대상을 선정하는 데 있어 나이와 자녀 독립에 대한 유무, 은퇴 시기 등을 고려하여 연구할 필요성이 제기된다.

넷째, 연구참여자 16명 중 남성 연구참여자가 3명으로 인터뷰 과정에서 해결해야 할 문제나 이루고 싶은 목표에 대한 중요도가 차이가 있었다. 남성 연구참여자들은 경제에 대한 책임감에 대한 과제가 많이 언급되었으며, 여성 연구참여자들은 자신에 정체성에 대한 과제를 많이 언급하였다. 차후 연구에서는 남녀를 구분하여 좀 더 면밀하게 특징 및 과정을 살펴볼 필요가 있다.

다섯째, 에니어그램 전문가과정을 이수한 사람을 대상으로 연구를 하다 보니, 연구참여자 대부분 대졸 이상이거나 석·박사로 학력이 높고 상담 및 사회복지 분야에서 활동하는 사람들이 많았다. 좀 더 다양한 학력과 직업이나 직군에 있는 대상들의 연구도 필요하다.

여섯째, 본 연구는 에니어그램 학습경험 전문가과정을 이수한 사람을 대상으로 진행하였는데 에니어그램에서 지향하는 자기변형과 더불어 자기초월적 삶에 대한 언급은 없었다. 이는 연구참여자들 현실에 문제에 더 많은 초점을 맞추어 활용하는 것으로 나타났다. 이에 프로그램이 진행될 때 좀 더 목적에 맞추어 기획되고 진행되어야 함을 알 수 있다.

일곱번째, 본 연구 결과를 토대로 에니어그램 학습경험을 어떠한 형태로 활용하는지 양적연구의 접근도 시도되어야 할 것이다. 이를 통해 다양한 성격 도구를 활용하여 프로그램을 기획하고 운영할 때 활용 목적에 맞추어 진행할 수 있을 것으로 보인다.

마지막으로, 이 연구에서는 에니어그램이라는 성격특성 분석 도구에 한정하여 연구를 진행하였지만, 이 연구에서 도출된 결과를 다른 성격분석 도구에도 확장하여 논의할 수 있을지 후속 연구를 제안하고자 한다.

참고 문헌

- 강찬석, 최은수(2012). 깨달음과의 융합적 접근. 평생교육·HRD 연구, 8(2), 1-26.
- 권두승. (1999). 평생교육론. 서울: 교육과학사.
- 김경록. (2017). 별거벗을 용기: 인생의 전환점에 가져야 할 한가지. 서울: 흐름출판.
- 김경수. (2008). 에니어그램과 교육 관계성 논의. 에니어그램 연구.
- 김동성. (2018). 국내 에니어그램 프로그램 분석: 에니어그램 교육, 영성, 상담 프로그램을 중심으로. 한국명상심리상담학회지; 면상심리상담 Vol. 19
- 김명자. (1989). 중년기 위기감 및 그 관련 변인에 관한 연구. 이화여자대학교 박사학위논문
- 김명자. (1998). 중년기 발달. 서울: 교문사
- 김명자. (2003). 중년기 발달. 서울: 교문사
- 김민희, 최은실. (2017). 중년기 남성의 직무만족, 부부만족, 여가만족이 행복에 미치는 영향. 한국가정관리학회, 학술발표대회자료집. Vol .2017. NO. 11
- 김백수, 이정화. (2010). 중년층의 사회적 노후준비 결정요인분석: 성차를 중심으로. 한국지역사회생활과학회지, 21(3), 411-425.
- 김애순, 윤진. (1991). 중년기 위기감 척도 제작 에 관한 연구. 한국심리학회지 : 발달, 4(1), 73-88.
- 김애순, (1993). 개방성향과 직업, 결혼, 자녀관계가 중년기 위기감에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 김애순. (2002). 성인발달과 생애설계. 서울: 시그마프레스.
- 김양이, 이채우. (2008). 중년층의 노후 준비 수준에 관한 연구. 한국사회복지조사 연구, 19, 55-82
- 김영운. (2007). 에니어그램, 내안의 보물찾기. 서울; 올리브나무
- 김영천, 정상원. (2015). 질적 연구 방법으로서 문서분석. 교육문화연구, 21(6), 253-285.
- 김유진. (2017). 중년기의 노화불안, 가족건강성, 대인관계가 중년기 위기감에 미치는 영향. 동아대학교 대학원 박사학위논문.
- 김은미. (2005). 중년기의 특성과 적응을 위한 제안(1). 신학정론, 23(2), 201-221

- 김은순. (2017). 은퇴 후 생애설계를 위한 교육프로그램 개발. 전북대학교 대학원 박사학위논문.
- 김중서, 남정결, 정지웅, 이종환. (1983). 평생교육의 체제와 사회교육의 실태. 한국정신문화연구원.
- 김춘경. (2010). 중년기 우울 여성의 우울경험에 대한 질적연구. 한국상담학회 . 상담학연구 . Vol.11 No.4
- 노경란, 허선주. (2013). 선취업한 특성화고 졸업자의 후진학 필요성 인식 결정요인. 직업능력개발연구, 16(2), 155-178.
- 노경란, 허선주. (2013). 여성 중심 학습동아리의 리더 활동 과정에 대한 질적 분석. 여성연구, 99-133.
- 박경란. (1996). 한국 중년기 여성의 생활실태 및 적응에 관한 연구 고찰. 인제대학교 아동 가족복지연구소.
- 박경호. (2009). 전환학습이론: 고등교육기관에서 중년여성학습자의 의미구조의 변화. *Andragogy Today: International Journal of Adult & Continuing Education*, 12(4), 31-60.
- 배재덕. (2014). 중년층의 노후생활에 대한 인식과 은퇴 태도가 은퇴준비에 미치는 요인 연구. 한영신학대학교 대학원 박사학위논문.
- 신경림, 김미영(역). (2003). 근거이론 연구방법론. 서울: 현문사.
- 심석순. (2010). 노년기 발달과업 성취에 영향을 미치는 요인. 노인복지연구, 47(1), 331-354.
- 안기선. (2011). 중고령 취업자의 노후 생활계획이 삶의 만족도에 미치는 종단적 영향에 대한 연구: 한국노동패널 4차년도와 11차년도 데이터를 중심으로. 한서대학교 대학원 박사학위논문.
- 안지영, 기영화. (2006). 중년기 전업주부의 성인교육 참여 효과에 관한 연구. 평생교육·HRD 연구, 2(2), 61-81.
- 양현근. (2021). 중년기 재일 한인 크리스천 여성들의 이혼 후 적응과 목회적 돌봄에 관한 연구. 연세대학교 연합신학대학교 박사학위 논문.
- 유기웅. (2015). 성인 초기 이후 발달과업과 교육활동에 관한 노인의 인생회고. 한국성인교육학회 *Andragogy Today : International Journal of Adult &*

- 유기웅 외 공역. (2018). 질적연구방법의 이해. 서울: 박영사
- 유민봉, 심형인. (2011). 공무원이 조직 생활에서 경험하는 체면 현상과 행위에 대한 질적 연구: 근거이론 (Grounded Theory) 을 적용하여. 한국행정학보, 45(1), 199-225.
- 윤영걸. (2010). 내 인생의 오후, 김&정 출판
- 윤운성 역. (1998). 성격을 알면 성공이 보인다: 9가지 성격의 발견. 서울: 학지사.
- 윤운성 역. (2012). 에니어그램 사회. 서울: 한국에니어그램교육연구소
- 윤운성 외. (2001). 에니어그램: 성공한 사람의 성격관리. 서울: 학지사.
- 윤운성 외. (2010). 에니어그램 성격유형. 서울: 학지사.
- 윤운성. (2020). 에니어그램 이해; 나를 찾아 떠나는 여행. 한국에니어그램 연구소
- 윤운성, 김봉환, 임형택, 황임란, 이주하, 정정옥, 이명숙. (2003). 에니어그램의 이해와 적용. 서울: 학지사.
- 윤운성, 김새한별. (2018). 직종에 따른 한국형에니어그램 성격유형별 회귀분석. 에니그램 연구, 15(2). 137-163.
- 윤운성, 박현경, 조주영. (2011). 에니어그램 성격유형별 직업선호 및 직업가치에 대한 연구. 에니어그램연구, 8(2). 107-162.
- 윤운성, 조주영, 박현경. (2010). 에니어그램을 활용한 진로지도 프로그램개발의 시안연구. 에니어그램연구, 7(2). 77-109.
- 윤운성. (1999). 에니어그램 성격유형론 탐구. 교육연구, 15, 97-115.
- 윤운성. (2001a). 에니어그램 성격유형검사의 개발과 타당화. 교육심리연구. 15(3). 131-161.
- 윤운성. (2001b). 에니어그램 훈련 프로그램. 전국대학교 학생생활연구 소장협의회 하계학술대회발표. 57-91.
- 윤운성. (2001d). 교육의 심리적 이해. 서울: 양서원.
- 윤운성. (2002a). 에니어그램 훈련프로그램이 자아정체감과 생활만족도에 미치는 영향. 교육심리연구. 제 16권 2호. 93-111.
- 윤운성. (2002b). 에니어그램 정복: 자기발견을 통한 자기완성의 길잡이. 서울: 학지사
- 윤운성. (2015). 에니어그램과 함께 영혼 잠재력 발견하기. 서울: 한국에니어그램교육

- 연구소. 245-259.
- 윤진. (1985). 성인·노인 심리학. 서울: 중앙적성출판사.
- 이경혜. (1992). 간호대학 학술토론회 : 간호학에서의 윤리적 문제 ; 연구상황에서의 윤리적 문제. 이화여자대학교 간호대학 학술토론회.
- 이근무 외. (2020). 도박 중독자 여성 배우자들의 공동의존 경험과 회복연구: Charmaz의 구성주의 근거이론 접근. 한국사회복지실천연구학회. 미래사회복지연구 Vol.11 No.1
- 이동성, 김영천. (2012). 질적 연구방법으로서 근거이론의 철학적 배경과 방법론적 특성에 대한 고찰. 열린교육연구, 20(2), 1-26.
- 이령자, 이명자. (1995). 발달과업과 교육프로그램. 한국발육발달학회지, 3, 101-115.
- 이상희, 김정희. (2016). 중년기 여성의 학습자 특성, 참여동기, 학습만족도 및 평생교육 참여성과 간의 구조적 관계. 평생 교육학 연구, 22, 149-178.
- 이순자. (2003a). 구르지에프, 베어 및 리소의 에니어그램 비교. 강원대학교 대학원 박사학위 논문.
- 이은정. (2003). 중년기의 부부관계만족도, 위기감 및 부부교육 요구도 연구. 제주대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 이희수, 정미영. (2010). 성인학습에서 성찰과 비판적 성찰의 이론적 계보 분석. 한국 교육, 37, 121-148.
- 임경수. (2005). 인생의 봄과 가을: 중년의 심리이해와 분석. 서울: 학지사.
- 임경수. (2007). 칼 융 (Carl Jung) 의 개성화 (Individuation) 과정과 중생 (Rebirth) 에 대한 상담신학적 담론. 한국기독교상담학회지, 14, 171-196.
- 장휘숙. (2008). 발달과업이란 무엇인가 발달과업의 내용과 영향: 성인초기를 중심으로. 한국심리학회. 연차학술발표대회 논문집
- 장휘숙. (2009). 성인초기의 발달과업과 행복의 관계. 한국심리학회지: 발달, 22(1), 19-36.
- 장휘숙. (2010). 청년기 발달과업 성취가 청소년의 5요인 성격특성과 자기존중감 및 행복에 미치는 영향. 한국심리학회지: 발달, 23(3), 1-17
- 정석환. (2007). 아름다운 중년을 위한 외침!. 서울: 주는 나무
- 정주원, 조소연(2015). 중장년층의 소득계층별 노후준비와 삶의 만족도. 한국가족

- 자원경영학회. 가족자원경영과 정책 Vol.19 No.4
- 제경자. (2020). 에니어그램 성격유형에 기반한 부부싸움 특성 분석. 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 조윤주, & 정종진. (2011). 중년 여교사의 에니어그램을 통한 자아성찰 경험에 관한 사례 연구. 교육연구, 25, 47-73.
- 조윤희. (2020). 중년 부부간 갈등 문제 대처방안 증진 탐색연구 : 에니어그램 중심으로. 명지대학교 석사학위논문.
- 조흥식 외 역. (2010). 질적연구 방법론: 다섯 가지 접근. 서울: 학지사.
- 주혜명 역. (2000). 에니어그램의 지혜. 서울: 한문화.
- 지미선. (2018). 의미연결망 분석을 통한 에니어그램 키워드 중심 국내 학술지 연구 동향 분석. 에니어그램연구, 15(2). 39-60.
- 차갑부. (2004). 평생교육의 이해. 서울: 학지사.
- 최보아. (2003). 은퇴자의 생활 설계를 위한 교육프로그램 개발. 성균관대학교. 박사학위논문
- 최은수 외 역. (2016). 성인학습 이론과 실천. 파주: 아카데미프레스.
- 최재숙. (2011). 중년기 자아 통합을 돕는 목회상담적 도구로서 에니어그램 활용에 관한 연구 한국에니어그램학회 에니어그램연구 Vol.8 No.1
- 황매향. (2008). 한국인의 정서적 발달과업 탐색: 정서발달에 미치는 경험을 중심으로. 인간발달연구, 15(3), 163-189.
- 황영아. (2018). 성인의 발달과업 인식과 평생교육 요구 분석. 이화여자대학교 대학원 박사학위 논문.
- 황임란(2017). 에니어그램과 상담. 한국에니어그램학회. 에니어그램 연구. Vol.14 No.2
- 황임란. (2005). 상담과 성격유형: 개인상담에서의 에니어그램 적용에 대한 일 연구. 한국에니어그램학회. 에니어그램연구, 2권1호.
- A. Thornton(1989), "Changing attitudes toward family issues in the United States", Journal of Marriage and the Family, Vol.51, p.8
- Banister, E. M (1999). Women's midlife experience of their changing bodies. Qualitative Health Research 9(4), 520-537

- Bast, M., & Thomson, C. (2005). *Out of the box: Coaching with the Enneagram*. Louisburg, KS: Ninestar Publishing.
- Blumer, H. (1969). *Symbolic interactionism: perspective and method*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- Bumpass, L. L., & Aquilino, W. (1995). *A social map of midlife: Family and work over the middle life course*. John D. and Catherine T. MacArthur Foundation Research Network on Successful Midlife Development.
- Charmaz, K. (2006). *Constructing grounded theory: A practical guide through qualitative analysis*. sage.
- Colarusso, C. A., & Nemiroff, R. A. (2013). *Adult development: A new dimension in psychodynamic theory and practice*. Springer Science & Business Media.
- Creswell, J. W. (2007). *Qualitative inquiry & research design : Choosing among five approaches*.
- Cross, K. P. (1981). *Adults as Learners. Increasing Participation and Facilitating Learning*.
- Daniels, D., & Price, V. (2009). *The Essential Enneagram: The Definitive Personality Test and Self-Discovery Guide--Revised & Updated*. Harper Collins.
- Daniels, E., & Price, V. (2000). *The essential enneagram*. New York, NY: HarperCollins.
- Erikson, J.M, & Kivnick, H.Q. (1986). *vital involvement in old age*. New York Norton.
- Erikson, E. H. (1960). *Childhood and society*(2nd. ed). New York: Norton & Co., Inc.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and Society*, 2nd ed., New York, NY: Norton
- Erikson, E. H. (1968). *Identity, youth and crisis*, York, NY: Norton.

- Erikson, E. H. (1980). Identity and the life cycle. NY: Norton.
- Erikson, E. H. (1994). Life Cycle Completed, Norton: New York & London.
- Fauvre, K, C. (1994). Enneagram Instinctual Subtypes. Big Book.
- Fitzgerald, E., Bergin, E. (1998). Enneagram Paths to Wholeness: Subtypes, Wings & Arrows. Twenty Third Pubns.
- Freire, P. (1985). The politics of education: Culture, power and liberalization.
- Glaser, B. G., & Straus, A. L. (1967). The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research: New York: Adline.
- Glaser, B.G. (1992). Basics of Grounded Theory Analysis: Emergence VS Forcing, Mill Valley, CA: Sociology press.
- Goldberg, M. J. (1999). The nine ways of working: How to use the Enneagram to discover your natural strengths and work more effectively. Portland, OR: Marlowe/Avalon Books.
- Gould, R.I (1978). Transformation: Growth and change in adult life: NY:Simon and Schuster.
- Hall.C.S. and Nordby.V.J. 「응 심리학 입문」. 최현 역.서울 :범우사, 1999
- Hall.C.S. 「응 심리학 해설」. 설영환 역, 부산 :선영사 1995
- Havighurst, R. (1952). Developmental tasks and education. New York: McKay.
- Havighurst, R. J. (1953). Human development and education.
- Havighurst, R. J. (1972). The development tasks and education. NY: David Mckay.
- Havighurst, R. J. (1996). 발달과업과 교육(Developmental Tasks and Education. 김재은 역), 서울: 배영사. (원저 1952 출판)
- Hayes, T. L. (2000). The 9 ways of working: How to use the enneagram to discover your natural strengths and work more effectively. Personnel Psychology, 53(2), 512.
- Heckhausen, J. (1999). Developmental regulation in adulthood; Agr-nomative and sociostrudural constraints as adaptive challenges. New York:

- Cambridge University Press.
- Helson, R., & McCabe, L. (1994). The social clock project in middle age.
- Horton, S. L. (2002). Conceptualizing transition: The role of metaphor in describing the experience of change at midlife. *Journal of Adult Development*, 9(4), 277-290.
- Howe-Murphy, R. (2007). *Deep coaching: Using the Enneagram as a catalyst for profound change*. El Granada, CA: Enneagram Press.
- Hudson, D. R., & Hudson, R. (1999). *The wisdom of Enneagram*. The Bantam Dell Publishing, Random House.
- Hurley, K., & Donson, T. (1991). *What's my type? Use the Enneagram system of nine personality types to discover your best self*. Harper.
- Jones, E. D., & Beck-Little, R. (2002). The use of reminiscence therapy for the treatment of depression in rural-dwelling older adults. *Issues in mental health nursing*, 23(3), 279-290.
- Jung, C. G. (1954). *The development of personality*. NJ: Princeton University. Jung, General Index to the Collected Works of C. G. Jung, 399.
- Jung, C.G. (1999). *인간과 무의식의 상징, 이부영 외 역, 서울 :집문당*.
- Justin Lim. (2000). *Male Mid-life Crisis: Psychological Dynamics*. Oxford & New York: University Press of America.
- Katherine Chernick-Fauvre .(2001). *Enneagram Instinctual Subtypes*. Enneagram Explorations.
- Knowles, M, Holton, E. & Swanson, R. (2010). *성인학습자. (The Adult Learner ,최은수 역)*. 서울: 아카데미프레스.
- Knowles, M. S. (1980). *The modern practice of adult education: From pedagogy to andragogy*. (2nd ed.). New York: Cambridge Books.
- Knox, A. (1977). *Adult development and learning*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Kolb, D. A. (1984). *Experience as the source of learning and development*. Upper Sadle River: Prentice Hall.

- Lachmam, M.E., (2004) "Demelopment in miplife". *Psychal* 55: 305-331.
- Lapid-Bogda, G. (2004). *Bringing out the best in yourself at work: How to use the Enneagram system for success*. Columbus, OH:McGraw-Hill.
- Lapid-Bogda, G. (2010). *Bringing out the best in yourself at work: How to use the Enneagram system for success*. New York, NY:
- Lee, J. I., Kim, K. H., & Oh, S. H. (2003). Depression and life satisfaction of middle-aged man. *Korean Journal of Adult Nursing*, 15(3), 422-431.
- Lee, K. H. (1998). Adaptation Method to Nursing about Menopausal Symptoms. In *The symposium commemorating the 10th Anniversary of Korean Society of Manopause* (pp. 29-48).
- Levinson, D. J. (1978). *The seasons of a Man's Life*. New York: Knopf
- Levinson, D. J. (1986). A conception of adult development. *American psychologist*, 41(1), 3.
- Levinson, D. J. (1996). *The seasons of women's life*. 김애순 역(2004). *여자가 겪는 인생의 사계절*. 서울: 이화여자대학교출판부.
- Levinson, M. H., & McKee, B. (1978). *The seasons of a man's life*. New York: The Random House Publishing Group.
- Levinson, S. C. (1998). Studying spatial conceptualization across cultures: Anthropology and cognitive science. *Ethos*, 26(1), 7-24.
- Lippert, L. (1997). "Women at midlife: implications for theories of women's adult development" *Journal of Counseling & Development* 76(1), 16-22.
- MacDonald, M. & Schreiber, R. S.(2001). Constructing and deconstructing: Grounded theory in a postmodern world. In Schreiber, R. S. & Stern, P. N. *Using grounded theory in nursing*(eds.).
- MacDonald, M.(2001). Finding a critical perspective in grounded theory. In Schreiber, R. S. & Stern, P. N. *Using grounded theory in nursing*(eds).
- Mezirow, J. (2003). Transformative learning as discourse. *Journal of transformative education*, 1(1), 58-63.
- Mischel, W. (1999). *Introduction to Personality*. Holt, Rinehart, & Winston.

- Morse, J. M. et al. (2009). *Developing grounded theory: The second generation*. Walnut Creek, California: Left Coast Press Inc.
- Morse, J. M. (2001). Situating grounded theory within qualitative inquiry. In Schreiber, R. S. & Stern, P. N. *Using grounded theory in nursing*(eds.).
- Mortz, My E. (1996). *Overcoming Our Compulsions: Using the Twelve Steps and the*
- Naranjo, C. (1995). *Enneatypes in Psychotherapy*. Prescott, AZ:
- Naranjo, C. (1995). *Enneatypes in Psychotherapy*. Prescott, AZ: Hohm Press.
- Naranjo, C. (1997). *Transformation through insight: Enneatypes in life, literature and clinical practice*. Prescott, AZ: Hohm Press.
- Naranjo, C. (2004). *Enneagram of society: Healing the soul to heal the world*. Nevada City, CA: Gateways Books & Tapes.
- Neugarten, B. L. (1977). *Adaptation and the life cycle*. In N. K. Schlossberg, & A D. Niemi, Hannele, Isopahkala-Bouret, Ulpukka.
- Ouspensky, P. D. (2005). *위대한 가르침을 찾아서*. (오성근 역). 서울: 김영사. (원저 1949. 출판).
- Palmer, H. & Brown, P. B. (1998). *The Enneagram advantage: Putting the 9 personality types to work in the office*. Harmony.
- Palmer, H. (1991). *The Enneagram: Understanding Yourself and the Others in Your Life* (HarperSanFrancisco).
- Palmer, H. (1995). *The Enneagram in love and work: Understanding your intimate and business relations*. Harper Collins.
- Riso, D. R. (1993). *Enneagram transformations*. New York: Houghton Mifflin Company.
- Riso, D. R. (1996). *Personality types*. New York: Houghton Mifflin Company.
- Riso, D. R., & Hudson, R. (1996). *Personality types: Using the Enneagram for self-discovery*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Riso, D. R., & Hudson, R. (2000). *Understanding the enneagram: The practical guide to personality types*. Houghton Mifflin Harcourt.

- Riso, D. R., & Hudson, R. (2000). *Understanding the enneagram: The practical guide to personality types*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Riso, D. R., & Hudson, R. (2003). *Discovering your personality type* (3rd ed.). Orlando, FL: Houghton Mifflin.
- Riso, D. R., & Hudson, R. (2003). *Discovering your personality type: The essential introduction to the Enneagram*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Riso, D.R.(1992). *Discovering your personality type: The enneagram questionnaire*. New York: Houghton Mifflin Company.
- Ritzer, G. (2000). *Modern sociological theory*(fifth ed). New York: McGraw-Hill.
- Ritzer, G.(2000). *Modern sociological theory*(fifth ed). New York: McGraw-Hill
- Rohr, R., Ebert, A., & Heinegg, P. (2001). *The enneagram: A Christian perspective* (p. 320). Crossroad Pub..
- Rossi, A.S. (2004). "The menopausal transitions and aging process". In *How health are we: a national study of wellbeing in midlife*, Brim, O.G., Ryff, C.D, & Kessler, R(eds). Chicago: Chicago University press.
- Sadler, W. (2001). *The third age. Six principles of growth and renewal after forty*. 김경숙 역(2006). *서든 에이지, 마흔 이후 30년*. 서울: 사이.
- Stern, P. N. & Covan, E. K. (2001). *Early grounded theory: Its processes and products*. In Schreiber, R. S. & Stern, P. N. *Using grounded theory in nursing*(eds.).
- Stern, P. N. & Covan, E. K.(2001). *Early grounded theory: Its processes and products*. In Schreiber, R. S. & Stern, P. N. *Using grounded theory in nursing*(eds.).
- Strauss, A. L., & Corbin, J. M. (2001). *근거이론의 단계*. (Basics fo qualitative research, 신경림 역). 서울: 현문사. (원저 1998 출판)
- Strauss, A., & Corbin, J. (1990). *Basics of qualitative research*. Sage Publications.
- Strauss, A., & Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research: Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory*(2ed ed.). New York: Sage

Publications.

- Tornatore, J. B., & Grant, L. A. (2002). Burden among family caregivers of persons with Alzheimer's disease in nursing homes. *The Gerontologist*, 42(4), 497–506.
- Vaillant, G.E. (1977). *Adaption to life*. Boston: Little Brown.
- Wagner, J. (1996). *The Enneagram spectrum of personality styles: An introductory guide*. Portland, OR: Metamorphous Press..

ABSTRACT

A Study on the Middle–Age Developmental Task Achievement Process of the Enneagram Learning experience based on the Grounded Theory

Mi-Sun Ji

Major in Lifelong Education
Sungshin Women’s University

This study aims to explore people’s use of their Enneagram learning experience in the process of achieving their development tasks in their middle age.

The study intends to find practical directions by using a program that helps achieve middle–age development tasks as a tool for psychological personality characteristics. It also attempts to put forth the meaning of the use of learning experiences necessary to secure and maintain self–reliance in actively and continuously solving one’s problems in middle age. The research questions in this study are as follows: (1) What experiences do learners of the Enneagram have in light of goals they must achieve in middle age? (2) How does the experience of learning the Enneagram affect goals to be achieved in middle age? (3) In what form do experiences of learning the Enneagram come out in life?

The participants of this study comprised people aged between 40 and 60

years who completed the Enneagram expert course offered at the H Research Institute. The data collection period was from August to November 2021. Data were collected through in-depth interviews. For the participants, eight categories were derived as developmental tasks to be solved or achieved in middle age, and it was found that the Enneagram learning experience had a significant impact on this. The data collected through in-depth interviews were analyzed in accordance with Strauss and Corbin's (2008) procedures for analyzing evidence theory. The analysis procedure was conducted in the order of open axial and selective coding, and the analyzed contents were presented. The results of this study are given as follows.

As a result of open coding, 335 concepts were derived; similar concepts were grouped and sub-categorized into 54, and 25 concepts were derived "with common meanings or contents with the same direction as the upper category." The central phenomenon revealed in the process of rearranging the 25 top categories through the paradigm model was "the Enneagram that helped self-understanding." The causal conditions of this central phenomenon comprised "self-identity confusion," "motivation for new challenges," "myself who wants to be valuable outside home," and "the Enneagram learning motivation." The contextual conditions of this central phenomenon comprised "shaken and unstable financial position" and "work life facing limitations." Additionally, interventional conditions were "feeling aging," "value changes," "difficult family relationships," "difficulties in supporting parents," "sharing the Enneagram learning," "continuing the Enneagram learning," and "learning and growing when together." Their action/interaction strategies were derived from "effort to view things objectively," "using the Enneagram in daily life,"

“reflecting sincerely,” “accepting others as they are,” “communicating positively,” and “solving problems using the Enneagram.” The results that appeared through this process were assumed to be the top categories of “positively changed me,” “changes in relationships that started with changes in me,” “improved job competency through the use of the Enneagram,” and “enjoying learning.”

Through this, the core category of this study was found to be “the Enneagram used for continuous growth and change in achieving middle-age development tasks centered on self-understanding.” Focusing on these core categories, the following four types were derived as a result of the analysis on the process of those who experienced the Enneagram to achieve their middle-age development tasks: “self-growth type,” “relation recovery type,” “work utilization type,” and “continuous learning type.”

Based on the above results, this study proposed the significance of the Enneagram learning experience. It contributed to securing and maintaining self-reliance in continuous problem-solving through the Enneagram program for completing middle-age development tasks.

Keywords: Enneagram, Middle Age, Development Tasks, Evidence Theory, Learning Experience, Learning Utilization

박사학위논문을 위한 면접조사지

안녕하십니까?

본 연구는 ‘에니어그램 학습경험자의 중년기 발달과업 달성과정에 대한 근거이론 연구’라는 주제로 성신여자대학교 교육학과 박사학위 논문을 위한 연구를 진행하고 있습니다. 면접 조사를 통해 참여자분들의 고귀한 의견을 반영하여 의미 있는 연구를 하고자 합니다. 면접에 참석하기 이전에 관련 질문 문항을 공유하고자 하오니 아래의 내용을 참조해 주시기 바랍니다. 감사합니다.

연구자 : 성신여자대학교 교육학과
지미선

문의 : XXX-XXXX

질문1. 중년기(40세 이후)에 대한 자신을 생각을 자유롭게 말씀해 주시기
바랍니다.

1-1. 중년기에 접어든 이후 이전과 비교해서 사회적 역할에 변화가 있었거나,
사회생활에서 고민이 있었다면 구체적으로 말씀해 주십시오.

1-2. 중년기에 접어든 이후 가족관계, 친구 관계 등 관계의 변화나 어려움이
있었다면 구체적으로 말씀해 주십시오.

1-3. 중년기에 접어든 이후 새로운 심리적 고민이 있었다면 구체적으로 말씀해
주시기 바랍니다.

1-4. 중년기에 들어서면서 인생의 가치나 삶의 우선순위가 달라졌다면 말씀해
주시기 바랍니다.

질문2. 에니어그램 학습경험(프로그램 참여) 동기에 대해 말씀해 주시기 바랍니다.

2-1. 처음 에니어그램에 관심을 가지게 된 계기나 이유가 있다면 말씀해 주시기 바랍니다.

2-1. 에니어그램 전문가과정(5단계)까지 계속 참여하게 된 동기(이유)를 말씀해 주십시오.

질문3. 자신의 에니어그램 학습경험(프로그램 참여)을 중심으로 말씀해 주시기 바랍니다.

3-1. 에니어그램 학습경험(프로그램 참여) 중 새로 알게 되었거나, 생각이 변화가 있었다면 경험을 말씀해 주십시오(교육 분위기, 교육생들과의 소통, 강의 내용 등).

3-2. 에니어그램 학습경험(프로그램 참여) 이후 현재 변화된 점(달라진)이 있다면 구체적으로 말씀해 주시기 바랍니다.

3-3. 에니어그램 학습경험이 앞서 중년기에 나타난 고민이나 어려움에 어떠한 영향을 미쳤는지 말씀해 주시기 바랍니다.

연구 참여 및 개인정보 제공·이용 동의서

안녕하십니까?

본 연구는 ‘에니어그램 학습경험자의 중년기 발달과업 달성과정에 대한 근거이론 연구’이라는 주제로 성신여대 교육학과 박사학위 논문을 위한 연구를 진행하고 있습니다. 면접 조사를 통해 참여자분들의 소중한 의견을 반영하여 의미 있는 연구를 하고자 합니다. 면접에 참석하기 이전에 관련 질문 문항을 공유하고자 하오니 아래의 내용을 참조해 주시기 바랍니다. 감사합니다.

연구자: 성신여자대학교 교육대학원
문 의: 지미선 010-XXX-XXXX

1. 심층면접 진행과정

- 가. 예상 소요시간 및 장소 : 약 1시간 내외/ ZOOM 활용 비대면 면접 또는 대면 면접 선택 가능
- 나. 인터뷰 내용 : ‘에니어그램 학습경험자의 중년기 발달과업 달성과정에 대한 근거이론 연구’
- 다. 기타 사항
 - 귀하의 동의하에 면접 내용이 녹음(ZOOM 활용 시 녹화)될 수 있으며 언제든지 이를 거부할 수 있습니다. 모든 응답 내용은 연구목적으로만 활용될 예정이오니 자유롭게 의견을 개진해 주시기 바랍니다.
 - 면접 후 추가 내용이 요구되는 경우, 귀하의 동의하에 추가 면접(이메일 또는 유선전화, 비대면 등의 방식 활용)을 진행할 수 있으며 면접 중 언제든지 면접 중단을 요청할 수 있습니다.

2. 비밀보장

귀하에 대한 모든 정보와 면접의 내용은 철저히 비밀이 보장됩니다. 신원을 알 수 있는 모든 정보는 삭제되고, 귀하의 개인적 정보가 드러나지 않도록 신중하게 처리될 것입니다. 녹음된 음성파일과 전사 자료는 본 연구 종료(출판 기준) 후 1년 이내에 폐기될 것입니다.

3. 자발적 참여

본 연구에 참여하시는 것은 귀하의 자발적인 동기에 의한 것임을 명시합니다. 언제든지 연구 참여를 중단할 수 있으며 이로 인한 불이익은 없습니다.

4. 개인정보 제공 및 이용 동의

가. 수집·이용 목적 : 연구를 수행을 위한 연구참여자 기본 정보 수집 및 자료 처리

나. 항목 : 성별, 연령, 학력, 직업, 가족관계, 에니어그램 학습경험 이수사항

성별	연령	학력	직업	가족관계	기본유형
	세(만)				

다. 개인정보의 보유 및 이용: 개인정보 자료는 연구 종료(논문출판 기준) 후 1년 이내에 폐기될 것이며, 연구 참여를 위한 기본 정보로 활용되는 것 외의 다른 목적으로는 사용되지 않습니다.

라. 정보제공 동의 거부: 개인정보 제공에 대해 동의를 거부할 권리가 있으며, 동의를 거부할 경우 연구참여자에서 제외될 수 있습니다. 귀하의 서명은 귀하께서 상기 설명을 숙지하였으며, 본 연구에 자발적으로 참여함을 의미합니다.

본인은 연구에 대한 충분한 설명을 들었으며 자발적으로 본 연구에 참여합니다.

2021년 월 일

(서명)