

# 중독의 정신역동적 이해 II



카프병원

이준석

## I. 정신역동(정신분석)의 주요 이론들

## II. 중독의 정신역동적 이해



# 정신역동(정신분석)의 주요 이론들

자아(Ego) 심리학

&

자기(Self) 심리학

히스테리 연구(1895)

인식하지 못하는  
응어리진 정서

개념적 무의식

외상 정서 이론

증상

인식 가능 영역

외상-정서

인식의 안/밖



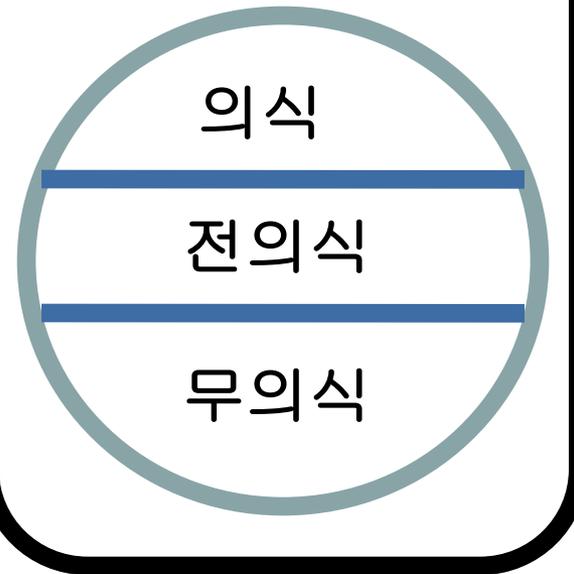
# 꿈의 해석(1900)

본능적 힘을 가진 무의식



역동적 무의식

지형학적 가설



억압된 /  
억압되지 않은

## Repression



© Rapid Psychler Press

자아와 이드(1923)

내적 운영 논리체계를 가진 시스템

## “Conflict” in Ego Psychology



시스템 무의식(계)

구조주의 이론

자아

초자아

이드

일차과정/  
이차과정 사고

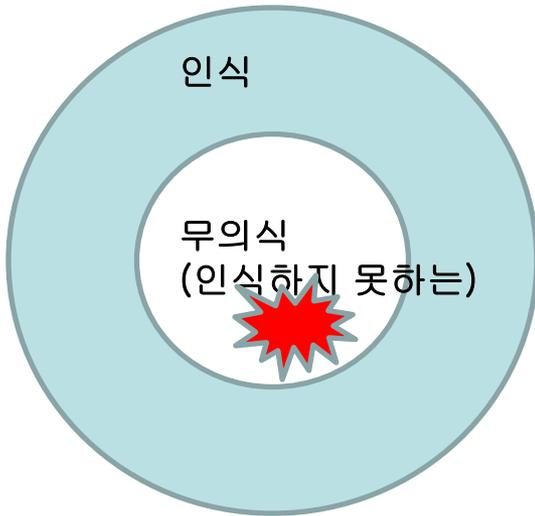
중년 남자가 내과에 입원 한지 2일째부터 자신의 성행위에 대해 욕하는 남자 목소리가 들린다고 하며 힘들어했다.

히스테리 연구(1895)

인식하지 못하는  
응어리진 정서

개념적 무의식

외상-정서 이론



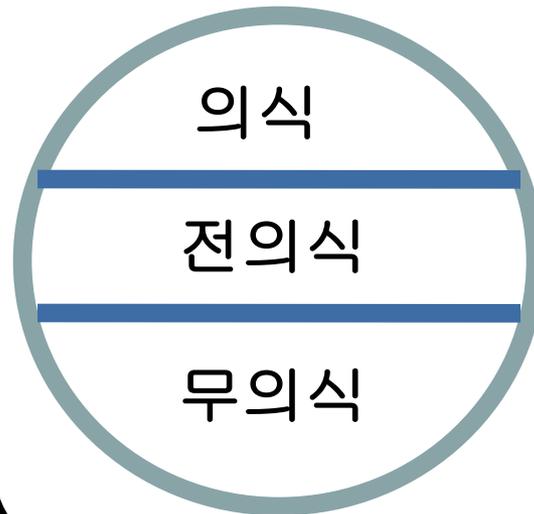
인식의 안/밖

꿈의 해석(1900)

본능적 힘을 가진 무의식

역동적 무의식

지형학적 가설



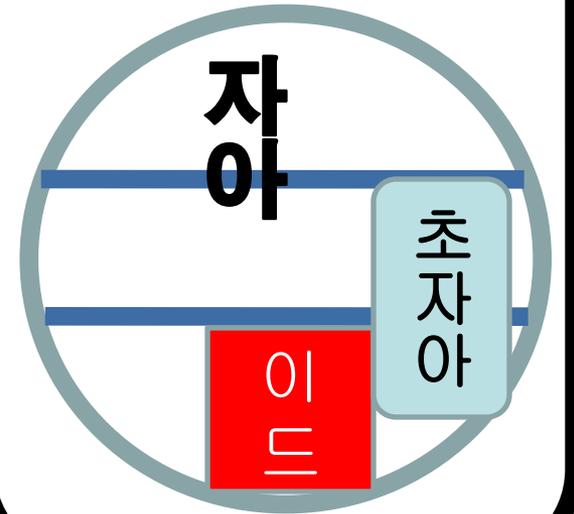
억압된/  
억압되지 않은

자아와 이드(1923)

내적 운영 논리체계를  
가진 시스템

시스템 무의식(계)

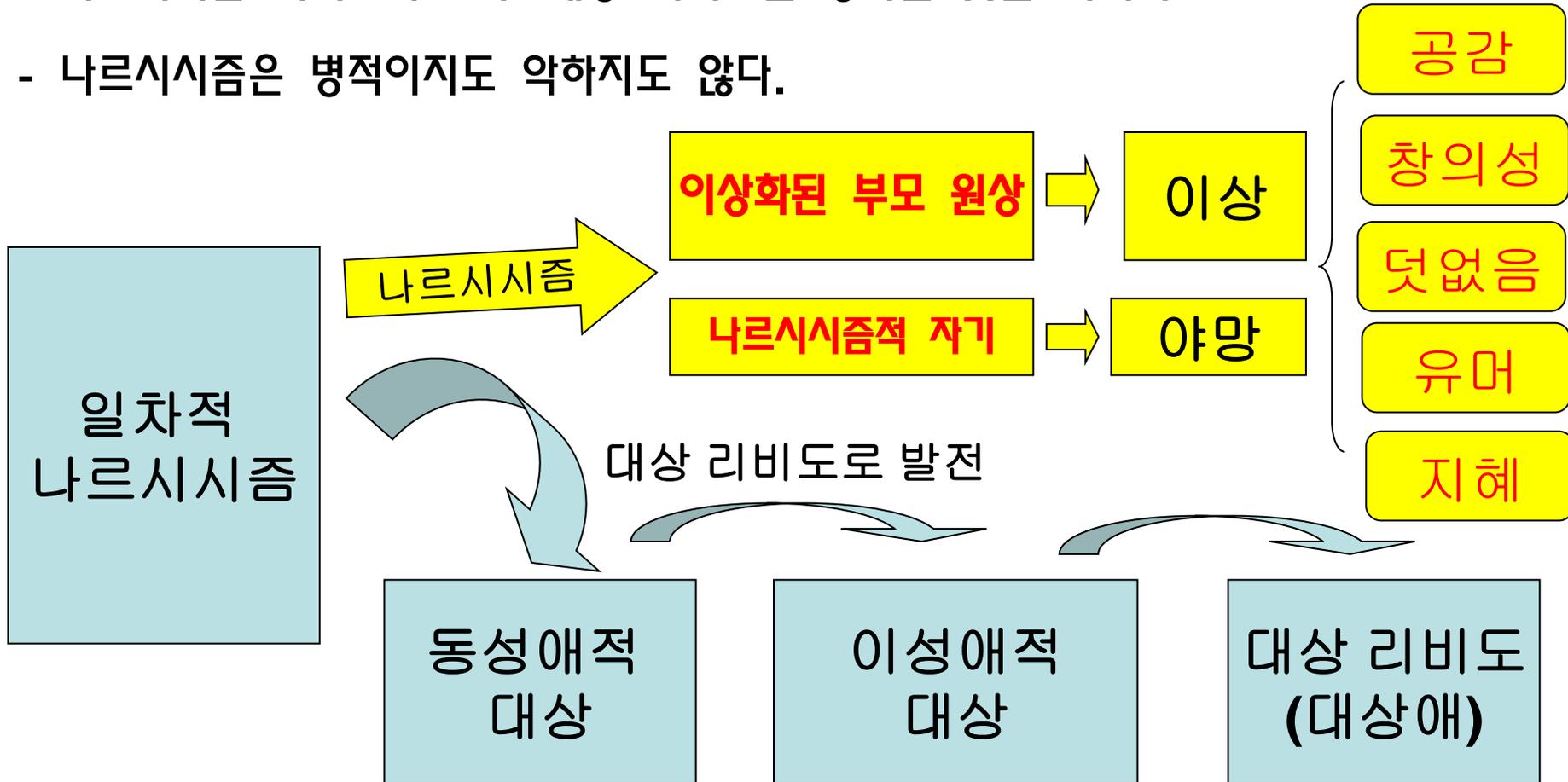
구조주의 이론



일차과정/  
이차과정 사고

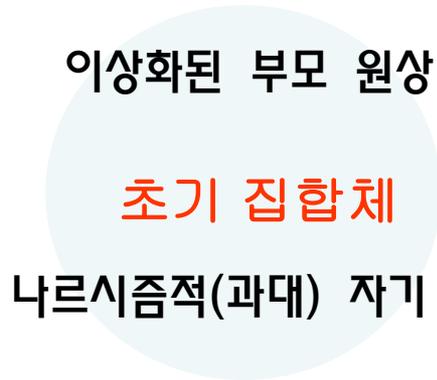
# 하인즈 코헷의 나르시시즘 발달에 대한 개념

- 나르시시즘은 그 자체의 발달 라인을 밟는다.
- 나르시시즘 리비도가 모두 대상 리비도를 향하는 것은 아니다.
- 나르시시즘은 병적이지도 악하지도 않다.





“나르시즘”은 그 자체의 발달 과정을 갖는다.



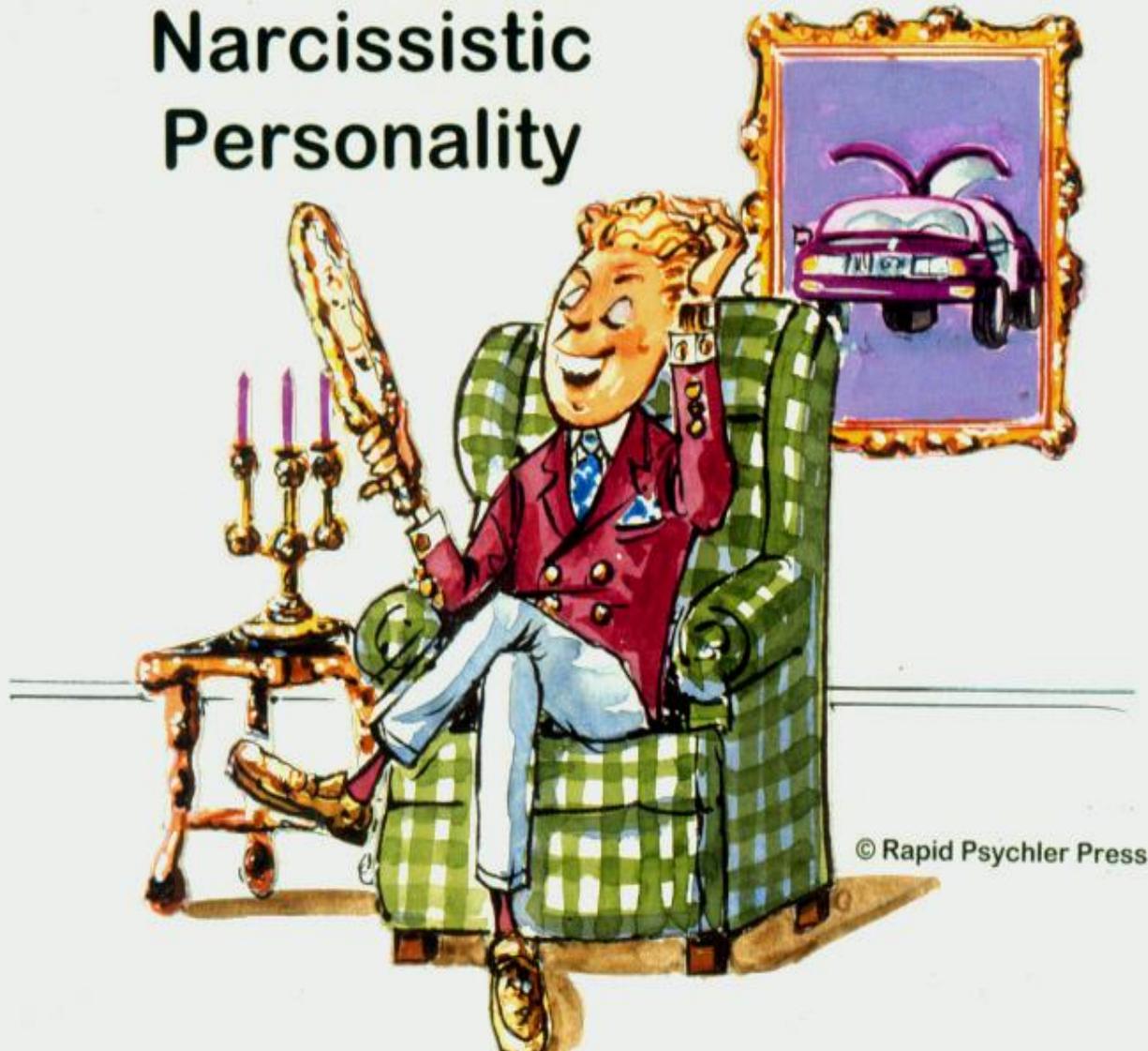
나르시즘에서 대상 사랑으로 향한 리비도의 발전



## 자기(Self)

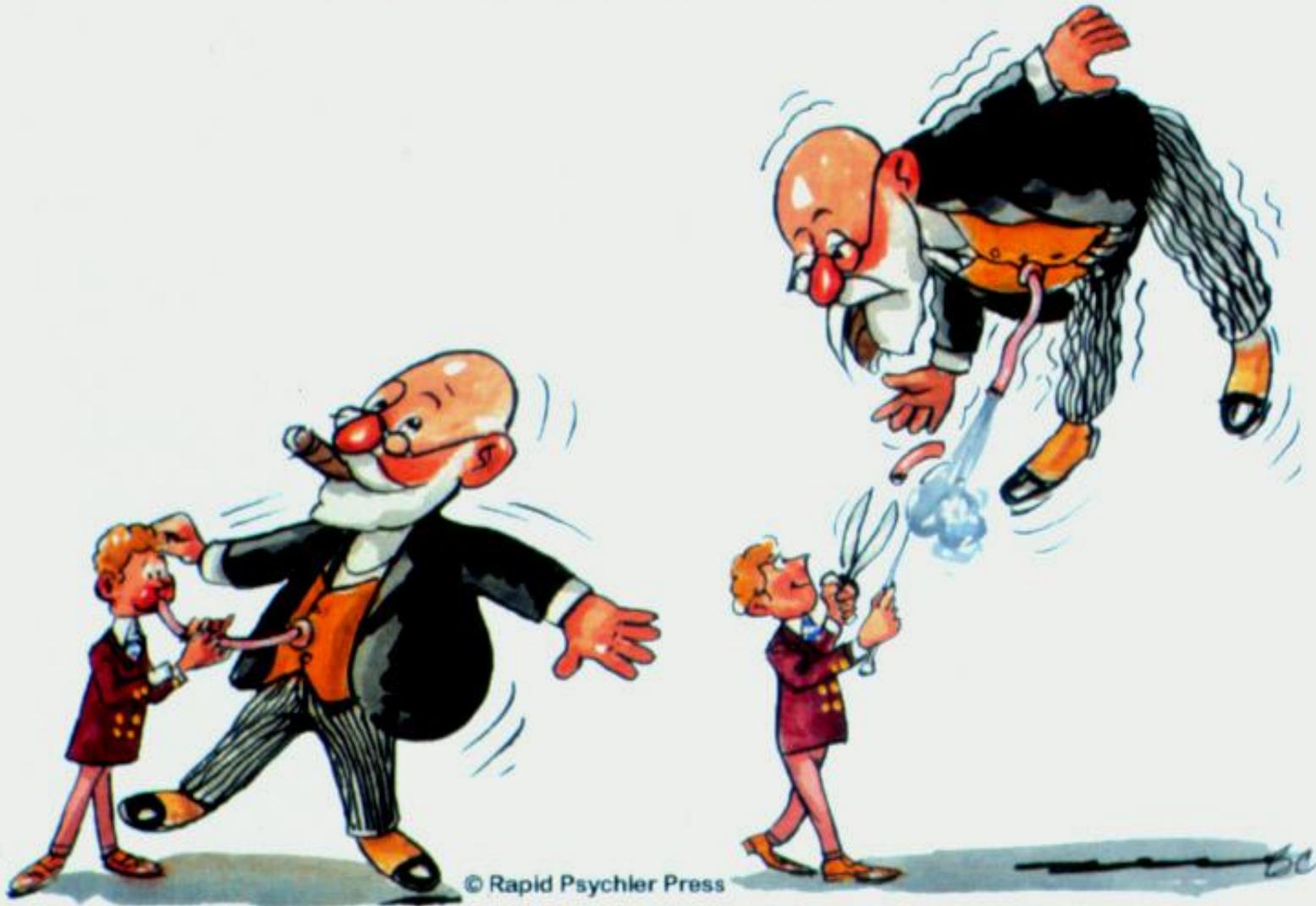
- 인간 경험을 조직하는 지휘 중심
- 스스로 응집성과 연속성을 경험한다.
- 시공간에서 응집력을 갖춘 단위
- 주도성의 중심
- 인상들의 수용체
- 정신이 단위체들(이드, 자아, 초자아)의 우위에 존재하는 정신적 구조물인 동시에, 이들 단위체들의 내용물일 수도 있다.

# The Narcissistic Personality

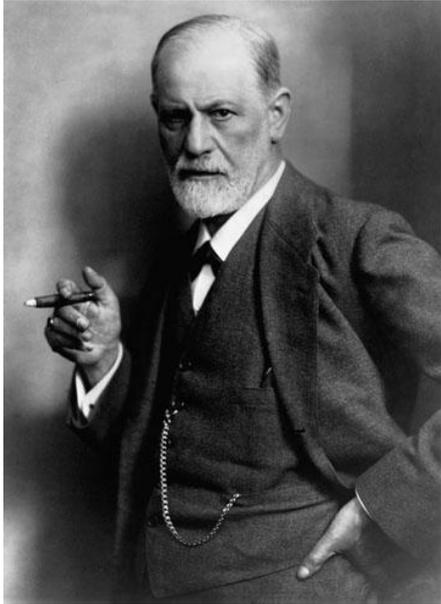


© Rapid Psychler Press

# Idealization/Devaluation



© Rapid Psychler Press



## 지그문트 프로이트(1905)

- \* 중독은 초기 리비도 단계에 **“고착”** 현상이다.
- \* **“자위행위”** 가 **“일차적 중독행위”** 이다.
- \* **“흡연과 음주”** 는 **“구강기 고착”** 행위이다.
- \* **“구강기 고착”** 이 음주 갈망과 흡연 갈망을 일으킨다.





## 칼 아브라함(1908)

- 알코올 중독은 “**성도착**” 과 동등한 행위이다.
- 알코올 중독은 쾌락을 추구하는 **성행위의 대치물**
- 알코올 중독자의 **성행위가 음주**이다.
- 알코올 중독은 성적 발기부전을 가져오고,  
→ 이는 질투 망상을 유발시킨다.  
→ 자기 자신의 (술을 마시는 무의식적) 불륜을 투사시켜서 → 상대방의 불륜에 대한 질투 망상을 일으킨다.



# Sexualization

*Paris Lingerie*



# Projection





## 오토 페니켈

•중독 환자는 “**긴장**” 을 위험한 “**트라우마**” 라고 여긴다.

•중독 환자는 어떤 “**긴장**” 도 아기가 느끼는 허기처럼 존재를 위협하는 위협으로 느낀다.

\* “중독행위” 의 목표는 “**쾌락 추구**” 가 아니라 “**고통의 중단**” 이다.



## 에드워드 글로버(1928)

“알코올 중독의 세가지 정신역동적 원인들”

### 1. 고착 :

리비도가 구강기 및 항문기 가학성 수준에 고착

### 2. 퇴행 :

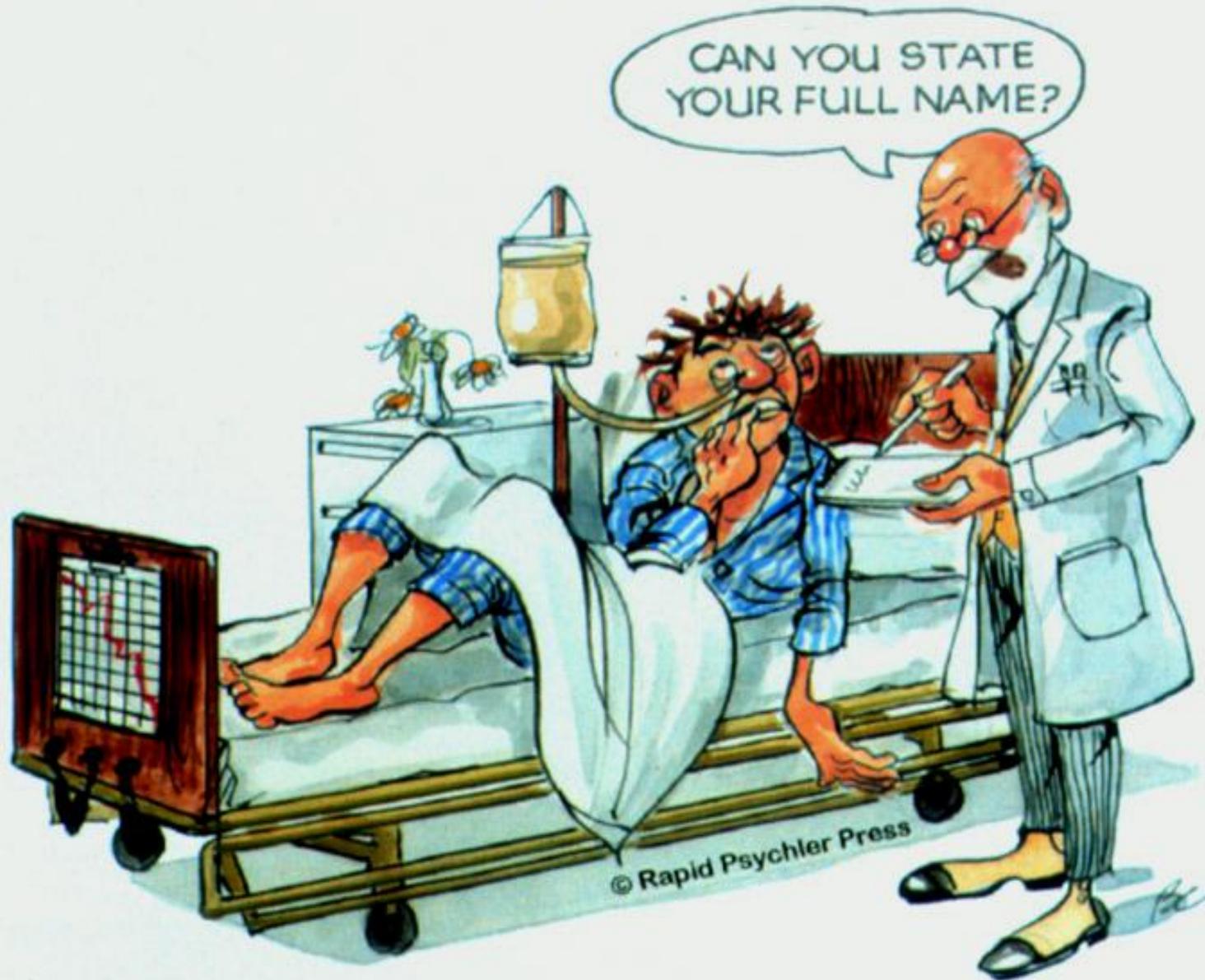
나르시시즘적 단계로 퇴행하여 원초적인 투사 방어기제의 작동

### 3. 심각한 초자아 이상 :

심각하게 와해된 원초적인 초자아로 인하여 투사 수준의 방어기제를 벗어나지 못함



# Regression



## “자가-투약 가설”

: 1960년대 초부터 “중독” 을 주로 자가-투약 가설에 의해서 설명함

중독은 “자아” 기능의 이상이다.

1. 중독은 자아의 “정서 내성 결함” 으로 생긴다.
2. 중독은 “이행기 대상” 의 특성을 지닌다.



## 존슨(1993)

- 중독행위는 본디 **“쾌락 행위”** 이지만, 행위를 조절할 수 없기 때문에 반복적으로 행위를 함으로써 결국 **“위해”** 를 일으킨다.
- 
- **위해함**에 대한 **“부인”** 이 만들어진다.
- **위해함**에도 불구하고 **“부인”** 을 통해서 중독 행위를 계속 할 수 있도록 만든다.
- **“부인” 하지 않으면, “중독” 에 빠지지 않는다.**

쿠르츠(1979)



첫 단계



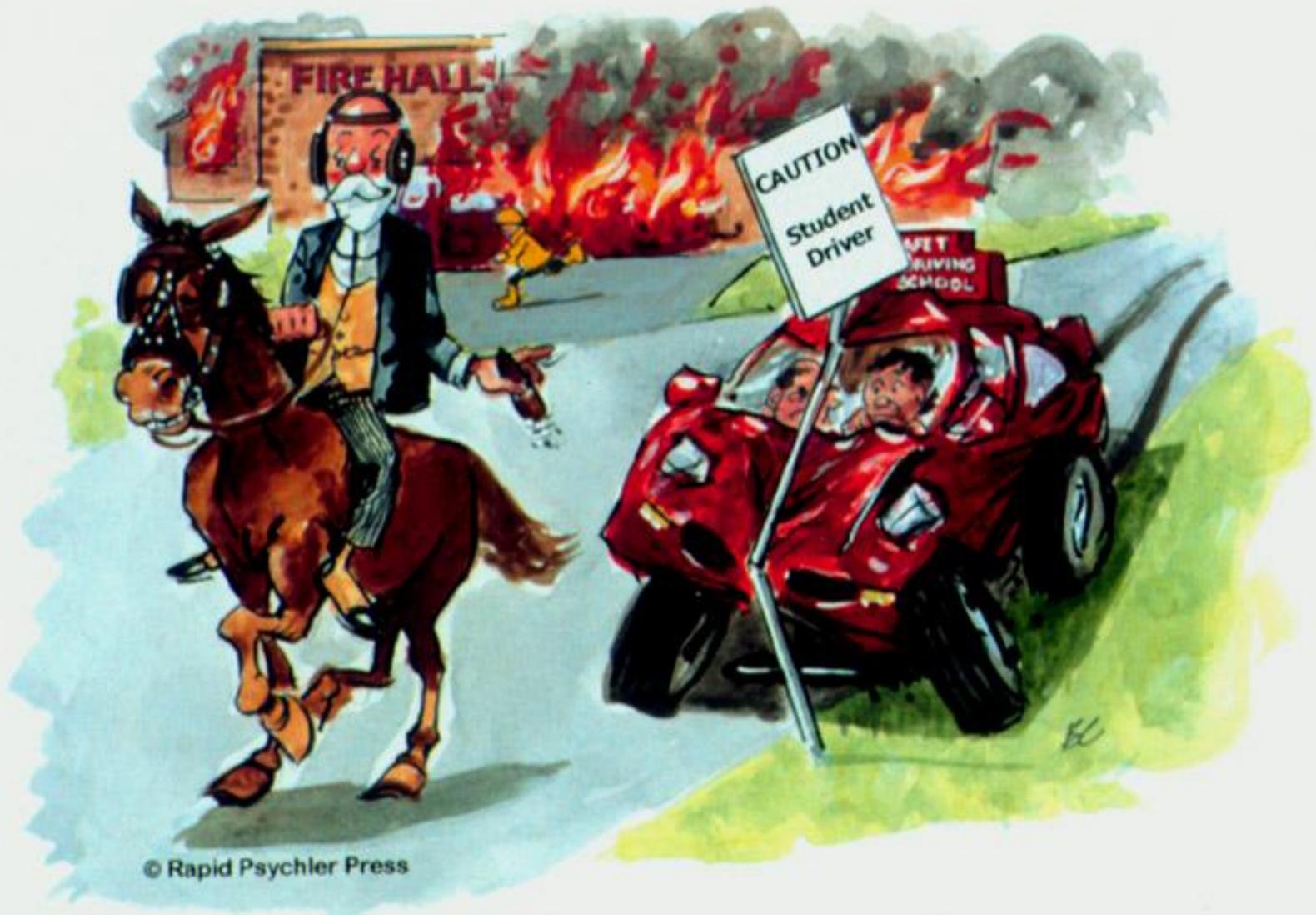
“나에겐 다른 사람들이 필요해요.”  
(타인에 대한 의존의 필요성을 인정)

“나는 \*\*\*에 중독되어 있어요.”  
(중독을 인정)

“나는 \*\*\*에 중독되어 있지 않아요.”  
(중독에 대한 부인)

“나에겐 어느 누구도 필요치 않아요.”  
(타인에 대한 필요성을 부인)

# Denial



## 도우드스(1996)

- 중독행위는 “**무력감**” 에서 벗어나려는 “**전치**” 된 시도이다.
- 무력감에서 벗어나려는 “**본래 행위**” 는 흔히 초자아에 의해서 “**금지되는 행위**” 이기 때문에 이를 “**전치**” 시켜서 힘을 회복하려는 시도가 “**중독**” 이다

# Displacement





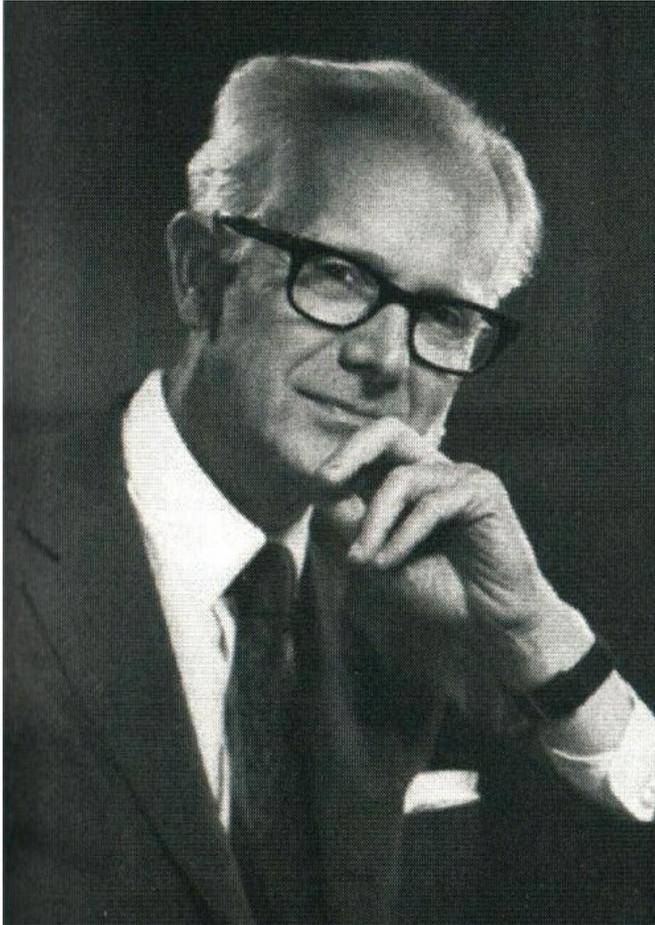
## 위니콧(1951)

- 중독행위는 “이행기 대상” 에 대한 추구이다.



Winnicott, D. W. (1951). Transitional objects and transitional phenomena. In *Collected Papers*. New York: Basic Books, 1958, pp. 229–242.

Kernberg, O. (1975). *Borderline Conditions and Pathological Narcissism*. New York: Aronson.



## 의존(중독)

\* 의존을 무조건 “구강기” 문제로 돌리는 관점에 반대.

• 의존(중독)이란?

“**불충분한 심리적 구조물**” 에 의한 결과물로 보아야만 한다.



\* 중독은 대상관계에 대한 대치물이 아니고,  
결핍된 정신적 구조물에 대한 대치물이다.

→ 중독 환자의 고통은  
전형적인 신경증 환자들처럼 대상관계의 갈등에서 기원하는 것  
이 아니다.

→ 중독 환자의 고통은 “불충분한 심리적 구조물” 탓에 기인하  
는 “나르시시즘적 장애” 에서 기원하는 것이다.

→ “나르시즘 장애가 중독 정신병리의 핵심”

→ “중독 행위는 결핍된 구조물을 채우려는 시도”



## 하인즈 코헛(1975)

- 자기의 결손 → 공허한 경험 → 내적 공허함을 메우려는 시도
- 중독은 음식으로, 알코올로, 약물로, 혹은 강박적 섹스로 채우려고 드는 것.
- 중독은 내재화의 실패를 보상하려는 부질없는 시도이다.
- 이는 결코 이루어질 수 없다.
- “정신적 구조물의 형성은 오로지 자기-자기대상 관계(self-self-object relationship)의 변형적 내재화(transmuting internalization)를 통해서만 이루어진다.”



## 하인즈 코헛(1975)

- 중독은

- 1) 우울증에서 “**이상화된 부모 원상**” 에 대한 대치물이다.
- 2) 경계성 인격장애에서 “**모두-선한**” 어머니이다.
- 3) 나르시시즘에서 “**과대 자기**” 에 대한 연료보충이다.





나르시시즘 장애는 “나르시시즘적 구조물” 의 발달이 멈춰버린 것이다.

→ 원초적 자기” 는 억압(수평분리)과 함께 “분열” 방어(수직분리)를 사용

→ 병적 나르시시즘(pathological narcissism) 상태

→ 과대한 자기와 이상적 자기대상이 과장되게 표출되거나 혹은 깊게 억압, 부인

→ **가짜 자기충족(pseudo-self-sufficiency)**을 가져온다.

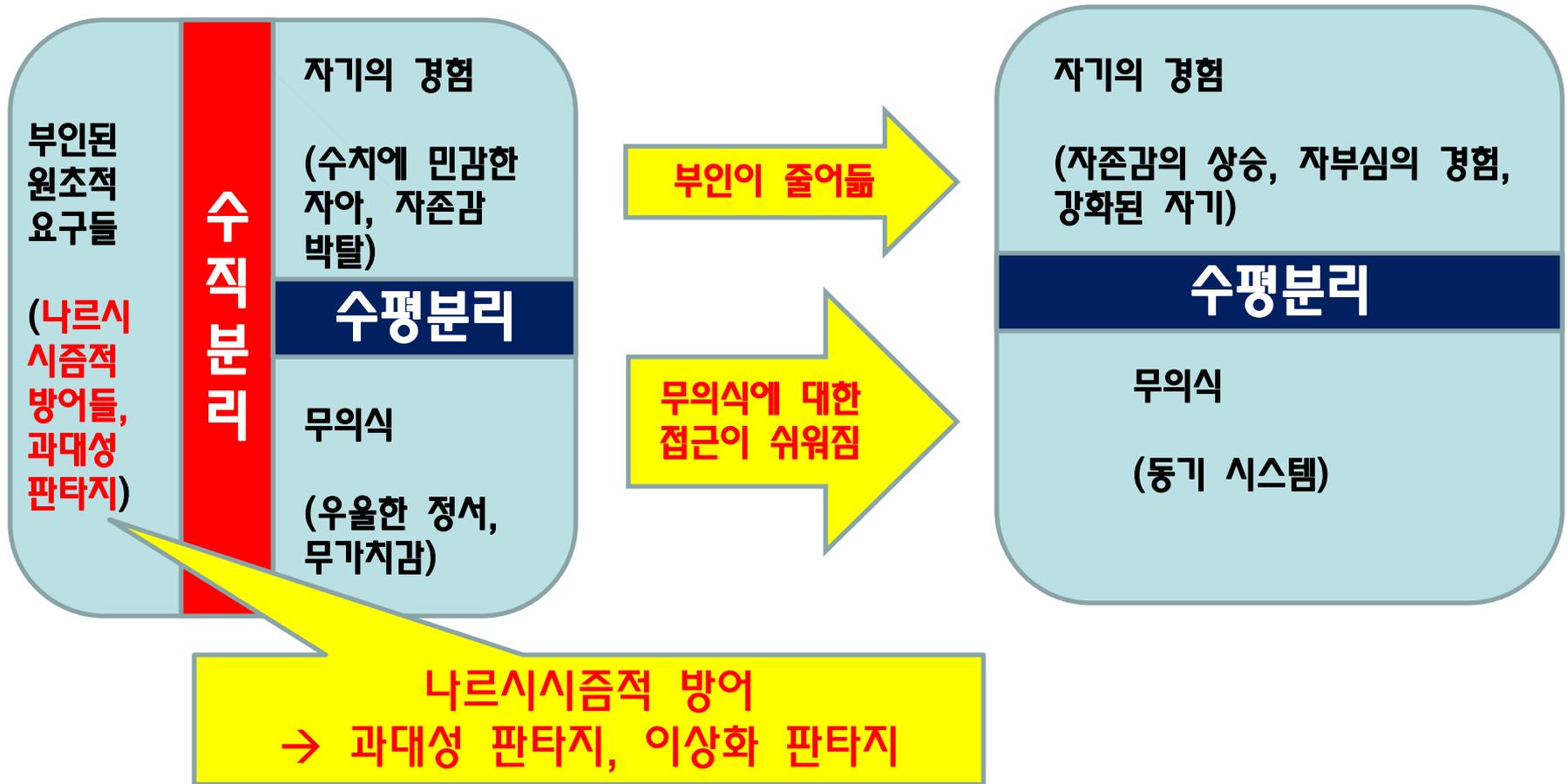
→ **가짜 자기(false self)**는 인격에서 수직적 분리(vertical split)에 의해서

→ 현실적 자아(reality ego)가 교정할 수 있는 영향력을 차단해버린 상태

→ 중독에서는 억압 방어기제보다는 **“해리적 분열”** 방어기제를 사용한다.



# 수평 분리와 수직 분리 (1966)



Kohut, H(1971) Analysis of the Self

Siegel, A. M. (1996), Heinz Kohut and the Psychology of the Self. New York: Routledge.

# Splitting



© Rapid Psychler Press

## 코헛 (1971,1977)

중독은 “자기의 장애” (Self Disorder)로서 보아야 한다.  
중독의 핵심 병리는 “나르시시즘의 장애” 이다.

나르시시즘적 장애의 핵심 문제는  
심리적 구조물의 결핍이다.



- 긴장 (감정) 조절
  - 자기 위로
  - 자존감 조절
- “자기” 의 능력

Kohut, H. (1971) *The Analysis of the Self*, New York: International Universities Press.

Kohut, H. (1977) Preface to *Psychodynamics of Drug Dependence*, ed. J. D. Blaine & D. A. Julius. National Institute on Drug Abuse Research, Monogr. Series #12, Washington, DC: Govt. Printing Office.

## 중독은 “자기 장애” 이다.

코헛(1971, 1977)

“중독은 대상을 추구하는 것이 아니라 결핍된 자기의 요구 탓에 생긴다.”

자기의 결핍된 부분이 내적 공허감을 유발한다.

중독 환자들은 내적 공허감을 음식, 알코올, 약물, 강박적 행위로 메우려고 든다.

- 중독 행위는 (긴장조절, 자기위로, 자존감 조절을 하는) 적절한 정신내적 구조가 결핍된 상태에서 긴장-감소, 자존감-조절을 하는 역할을 한다.
- 중독 행위는 정신적 구조물을 만들지 못하기 때문에 목표를 이루지 못한다.
- 중독 행위의 치료를 오직 **“자기대상 관계”** 의 **“변형적 내재화”** 를 통해서만 이루어질 수 있다.

Kohut, H. (1971) *The Analysis of the Self*, New York: International Universities Press.

Kohut, H. (1977) Preface to *Psychodynamics of Drug Dependence*, ed. J. D. Blaine & D. A. Julius. National Institute on Drug Abuse Research, Monogr. Series #12, Washington, DC: Govt. Printing Office.

코헛(1977)은 주장하기를,

중독 환자들은 상징적(symbolically)으로 물질을 탐하는 것이다.

\* “거울 자기대상” → 위로, 인정 받는 느낌 → 자신감이 생김

\* “이상화 자기대상” → 합병을 허용함 → “마법적 힘”을 함께 나눔

→ 강력해지고, 가치 있는 느낌

•이런 모든 물질의 효과가

→살아 있다는 느낌을 주고

→자신의 존재감을 확인시켜준다.

# 중독-취약성 인격 (Kohut 1977)

- 중독-취약성 인격 혹은 중독 성격
- 중독의 정신병리

: 만일 자기의 발달이 멈춰버려서 “응집적 자기” 가 형성되지 못하면

→ 일차적으로 비인간적 자기대상을 이용하는 경향성이 생긴다.

→ 이런 사람들은 중독 판타지(과대성 판타지, 이상화 판타지)에 의해서

→ 비인간적 물질 혹은 활동을 남용하는 경향성이 높아진다.



## 중독 성격

- 중독 환자는 “본디 두 개의 제대로 통합되지 못한 두 가지 인격들” 을 갖고 있다.
- 중독성 자기(Addicted self)와 비중독성 자기(non-addicted self)
  - 이들 두 가지 자기가 심리적으로 한 사람 안에 공존하고 있다.
  - 시간이 지날수록, 중독이 악화되면서 심리적 구조의 왜해가 일어난다.
  - 중독성 자기가 점차 많은 부분을 차지하게 된다.
  - 즉, 이미 존재하던 해리성 분리의 두 가지 인격을 중독이 악화시킬 뿐이다.



Aug 20, 1981

Stolorow & Kohut

“중독성 인격” (“**Addictive personality**”)은  
최소한 두 가지 전형적인 형태의 자기 장애를 보인다.

- 1) 공허하고, 결핍되며, **우울한 자기**
- 2) 분열되고, 붕괴되며, **조증적 자기**

경험의 주관적 세계를 정신적 구조물로 구조화시키는  
**심리적 발달과정의 정지에 의해서**  
**“자기의 장애”가 발생한다.**

(Stolorow and Lachmann, 1980)

# 정신역동적 치료

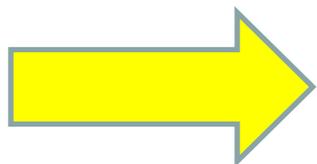


# Introspection, Empathy, and Psychoanalysis (1957)

—An Examination of the Relationship Between Mode of Observation and Theory

## 의존(중독)

- 치료자의 첫 번째 과업은 “관계를 맺기” (building a relationship)이다.
- 치료자와 환자 사이의 유대(bond)를 맺고 유지하는 과정이 모든 치료적 면담에서 언제나 선행되어야만 한다.
- 유대(bond)는 공감적 청취(empathic listening)에 의해서 이루어지는 것이며, 저항을 끈어냄으로써 튼튼해진다.



**심리적 해독 과정**

# Introspection, Empathy, and Psychoanalysis (1957)

—An Examination of the Relationship Between Mode of Observation and Theory

## 의존(중독)

- 중독 환자의 정신치료에서는 정신치료자 혹은 치료과정 자체에 “중독성” 을 보일 수 있다. → “전이” 와 혼동해서는 안 된다.
- 치료자는 중독 환자의 심리적 구조물을 투사시키는 “스크린” 이 아니라
- 중독 환자의 결핍된 정신적 구조물을 메우는 “대치물” 이 되어야 한다.
- 중독의 치료에서 결정적으로 중요한 것은 치료자(치료환경)가 제공하는  
긴장 조절(tension regulation),  
자기-보듬기(self-soothing),  
자존감 조절(self-esteem regulation)의 내재화이며,  
또한 자극에 대한 울타리(stimulus barrier)로서 작용하는  
→ “자기대상의 기능” (selfobject function)을 제공하는 것이다.

# Introspection, Empathy, and Psychoanalysis (1957)

—An Examination of the Relationship Between Mode of Observation and Theory

## 의존(중독)

- \* 의존은 분석되거나 혹은 통찰에 의해서 감소되지 않는다.
- \* 의존은 중독 환자에게 반드시 인식시키고, 인정시켜야만 한다.
- 정신치료자의 과업은 중독을 필요로 하는 중독 환자의 실제적 요구에 대한 “부인(denial)을 분석” 하는 것이다.
- 사회적으로 고립시키는 무의식적 “과대성 판타지” 를 자신이 의존 환자라는 현실을 고통스럽지만 받아들이는 방식으로 대처시키는 법을 중독 환자는 먼저 배워야 한다.

## 코헛은 중독의 정신치료에 있어서

1. 정신치료자는 반드시 (비판하거나 비난하지 않는 자세로) “**공허함**” 을 찾아내고 함께 나누며, 자신과 타인에 대한 원초적인 “**과대성 판타지**” 와 “**전능함에 대한 착각**” 을 규명해야 한다.
2. 정신치료자가 중독 환자를 **진심으로 현실적으로 대할 때에만** 중독 환자는 원초적인 나르시즘적 판타지를 대치시킬 수 있다.
3. 정신치료자는 중독 환자의 **자기대상 기능에 대한 요구에 공감할 수 있어야만** 한다.
4. 전이 그 자체만 가지고는 절대로 위로 삼는 자기대상(중독 물질, 중독 행위)에 대한 집착을 제거할 수 없다.

# Kohut advances the idea

5. 중독 환자의 어린 시절에 채울 수 없었던 “자기대상 요구에 대한 경험” 을 치료 과정에서 다시 반복하는 것이다.
6. 비물질 자기대상에 대한 집착을 (이행기 자기대상 전이를 통해서) 치료자와의 관계에서 부활시킨다.
7. 정신치료자가 제공하는 자기대상 기능을 점차로 중독 환자 스스로 발휘하도록 한다. (즉 환자의 정신내적 구조물을 발달시키는 것이다.)
8. 비인간적(이행기) 및 인간적 자기대상 전이에 대한 정신분석적 해석을 제공한다.

# Advanced Self psychological ideas

1. “동일시” (identification) 는 중독 치료의 핵심적 요인이다.

: 중독 환자는 비중독자인 치료자의 온전한 정신도 동일시한다.

- 처음에는 타인의 금주 상태로서 동일시하지만, 차츰차츰 그런 금주 상태가 자신의 정신으로 체득된다.
- 그것은 마치도 타인의 금주 상태를 정신적으로 섭취하고, 소화시켜서, 대사시키고, 흡수함으로써 알코올중독으로부터 벗어난 회복자의 정신세계의 일부를 이루는 것이다.
- 그것이 바로 AA 혹은 동료의 카운슬링이 안정된 금주를 확립하는데 효과적인 이유이다.

# Advanced Self psychological ideas

## 2. 온전한 정신상태의 내재화(Zimberg 1978)

회복의 1 단계 : “나는 술을 마실 수 없다” (I can not drink)

회복의 2 단계 : “나는 술을 마시지 않을 것이다” (I will not drink)

회복의 3 단계 : “나는 술을 마실 필요가 없다” (I don' t have to drink.)

→ 회복된 중독자의 상태는 더 이상 투쟁이 아니다. → 그것은 평온한 결심이다.

→ 시간이 흐를수록 금주에 대한 보상이 뒤따른다.

→ 금주 초기의 고통을 사그라지고, 견딜만한 고통이 남겨져서 중독자는 이제 회복 상태를 지속하기를 원하게 된다.

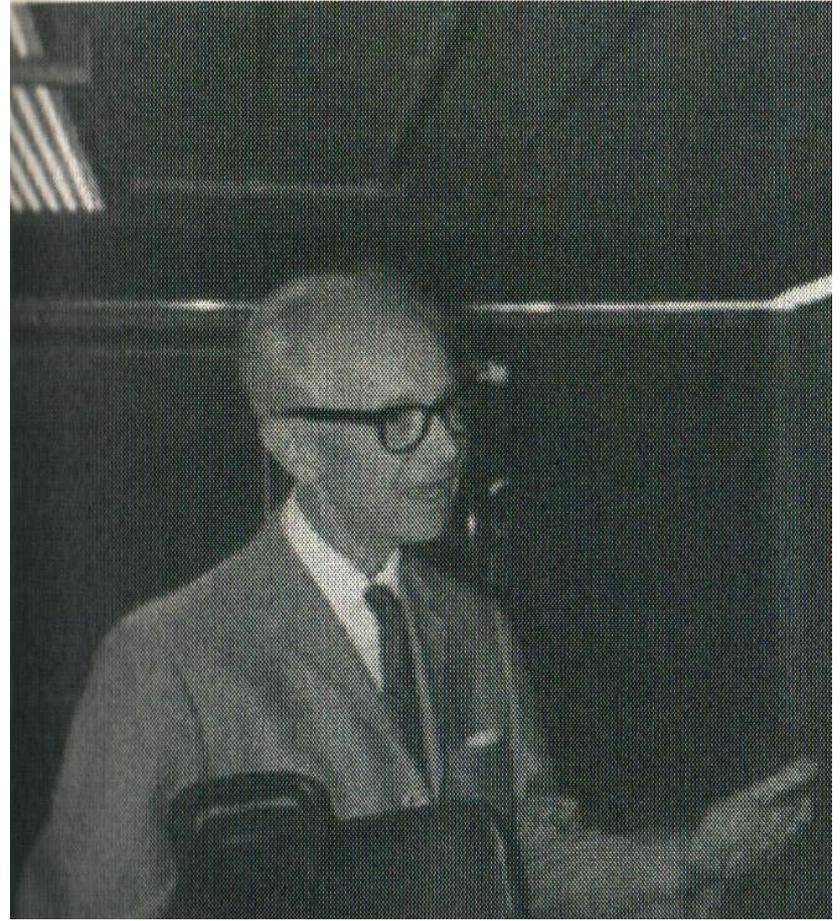
→ 회복된 상태는 중독자의 이상적 자기(ideal self)의 자아이상(ego-ideal)의 일부로 자리잡는다.

→ 자아-이상에 맞춰서 살다 보면 자존감(self-esteem)이 상승하면서 좋은 기분은 느끼게 된다.

→ 이런 자존감 강화는 금주 행동을 더욱 확고하게 만든다.

→ 이것이 회복된 알코올중독자의 금주 상태이다.

# 결론



# 결론들

1. 대부분의 회복기 중독 환자에게 주 1-2회의 통찰-지향 정신역동적 정신치료를 통해서 나르시시즘의 발달을 통해서 통찰을 이끌어낼 수 있다.
2. 중독 환자의 정신치료에서 치료자의 일차적 과업은 관계(연결)를 맺는 것이다.  
→ 관계는 공감적 청취에 의해서 만들어지며, 치료를 위협하는 저항을 제거함으로써 강화된다.
3. 치료자에게 반드시 요구되는 태도는
  - 1) 적극적 청취 (active listening) → 적극적으로 관심과 흥미를 표현한다.
  - 2) 비판하거나, 비난하지 않는 긍정적 태도
  - 3) 중독에 대한 전문가로서 역할 수행 및 역량(중독에 대한 교육적 기능 수행)
  - 4) 충동성 문제(행동화)를 다루는 역량  
: 중독 행위의 재발에 의한 저항의 행동화를 반드시 예상하고 그런 사태가 일어나기 전에 미리 다루어야 한다.  
→ 회복의 증상으로 나타나는 정서적 불편감을 반드시 적절히 해석하고,  
→ 언제나 감정을 솔직하게 표현하도록 격려해야만 한다.

# Conclusion

## 4. 중독에 대한 정신치료에서 유념해야 할 것은

- 1) 강렬한 거울 자기대상 요구
- 2) 인정을 받고자 하는 강렬한 요구
- 3) 치료자를 이상화시키는 요구
- 4) 나르시시즘적 취약성
- 5) 낮은 자존감
- 6) 중독 환자가 가진 끔찍한 나르시시즘적 상처들
- 7) 아동기 발달 단계에 적절한 거울 및 이상화 자기대상 요구에 대한 실패 경험들

# Conclusion

## 5. 중독 환자의 정서(감정)를 해석할 때는

- 1) 불안(Anxiety) – 정신적 갈등에 대한 신호라기보다는 “정신적 죽음”에 대한 공황/공포
- 2) 우울(Depression) – 정신내적 구조물이 결핍(빈곤함)에서 기인한 공허감
  - 유기 우울
  - 자신을 향한 나르시시즘적 격노(분노 우울)
- 3) 분노(Rage/Fury) – 나르시시즘적 격노
  - 자기대상에 대한 완벽한 거울 반응 혹은 보호에 실패했다고 느낄 때
  - (성숙한 공격성이라기보다는) 유기된 상태라고 느껴서 나타나는 격노
- 4) 비이성적 행동(Irrational behavior) – 전능한 통제력에 대한 욕구
- 5) 완벽성 및 비현실적 기준 제시 – 과대성 및 원초적 이상화

## Conclusion

### 6. 코헛의 정신치료 기법을 이용하여

- 1) 나르시시즘적 전이(narcissistic transference)를 발달시키고
- 2) 전능한 통제 대한 욕구를 인정하며,
- 3) 과대성 욕구를 인정하고,
- 4) 서두르지 않는 철저작업(working through)을 통해서  
원초적인, 핵심 자기를 현실적 자아에 통합시켜나간다.

7. 병적 나르시즘의 정신역동에 대한 자기 심리학적 통찰은 중독 환자의 정신치료  
에서 적절하며 도움을 준다.



## 한국음주문화연구센터 카프병원

알코올 의존으로부터 회복되는 첫걸음부터 끝걸음까지  
함께하는 병원

**감사합니다 !**