

◎ 철학상담과 자아정체성에 기초한 철학상담

1. 철학상담과 철학적 대화

1-1. 철학상담의 정의

- 철학상담이란? 철학상담에서 철학자와 내담자가 수행하는 중심 활동은 철학적 대화이다. 철학자는 오직 철학적 대화를 통하여 상담한다. 철학상담은 어떤 치료 기법도 도입함이 없이 오직 철학적 대화로 이루어지는 철학의 수행이며 실천이다.

- 철학상담은 내담자가 가지고 온 문제를 놓고 철학자(철학상담사)와 내담자가 철학적 대화를 통하여 함께 문제를 이해, 분석, 해결해가는 철학하기의 실천이다. 또한 내담자의 이야기를 경청하는 것에서부터 질문과 대화, 문제의 공감적 이해와 통찰, 문제를 명료화하는 과정, 내담자가 스스로 문제를 조명하고 이해하며 해결하는 과정에 이르기까지 철학자와 내담자 간의 철학적 대화로 이루어지는 활동이다.

- 철학상담은 철학자의 상담이다. 철학을 하지 않고서는 철학실천이나 철학상담은 있을 수 없다. 철학상담은 무엇보다도 철학의 실천인 동시에 그러한 철학을 수행하는 철학자의 상담이기 때문이다. 그렇다면 철학이란 무엇인가? 철학은 수행이며 활동, 실천이다. 철학하기는 활동이 철학의 중심을 이룬다. 철학하기는 철학자들이 제시한 사상의 내용이나 이론보다는 어떤 문제 의식에서 출발하여 특정 결론에 도달하기까지의 사유의 과정과 방법을 포함하며, 그렇게 사고하고 수행하는 방법의 실천이 철학하기의 핵심이다.

- 철학이나 철학하기를 이렇게 이해할 경우, 철학의 실천적 역할은 철학 본래의 활동과 연관된다. 철학을 한다는 것은 어떤 주제에 관해서건 그것을 사유하는 활동이며 그렇게 생각하는 방법을 실천하는 것이기도 하다. 소크라테스가 광장에서 일반인을 향해 질문을 던지고 함께 철학적 대화를 통하여 문제를 해결하거나 진리를 추구했던 활동을 상기해보면, 일상인을 위한 철학상담이나 철학실천은 철학 본연의 활동이기도 하다는 것을 알 수 있다. 소크라테스의 정신에 따르면 철학은 전문가들 사이에서만 이해할 수 있는 추상적인 수준의 사상과 이론에 머물러선 안 되면, 내담자들이 일상적으로 겪는 구체적인 문제들 속에서도 수행되고 실천되어야 한다.

- 오늘날 많은 사람들이 대인관계에서 겪는 스트레스와 마음의 상처를 비롯하여 여러 가지 개인적, 사회적, 시대적 문제로 고통 받고 있다. 이러한 삶의 고민으로 찾아온 내담자와 더불어 철학자는 어떻게 상담하는가? 철학자는 살면서 부딪히는 문제나 고민을 가지고 찾아온 내담자와 함께 철학적 대화를 통하여 그 문제를 다루는 철학실천을 한다. 철학적 대화는 철학적 사고방법을 실천적으로 구현하는 대화이다. 철학은 복잡한 문제 상황에서 명료하게 사고함으로써 자신과 세계를 올바르게 이해하도록 돕는다. 또한 철학은 문제의 근원을 탐구하고 그 문제에

대해 느끼고 생각하고 행동하는 이유를 탐색하고 검토하며 성찰하도록 촉구한다. 마찬가지로 철학실천으로서 상담은 내담자로 하여금 자신의 문제를 명료하고 비판적으로 성찰하거나 자신의 삶을 전체적으로 조명하고 이해함으로써 상처와 고통을 치유할 힘을 갖도록 돕는다.

- 그러면 철학상담에서 철학적 대화의 구체적인 방법은 무엇인가? 철학상담에서 수행되는 철학적 대화의 중심은 비판적 사고와 창조적 해석이다. 이 두 가지가 철학상담의 핵심적이고 근본적인 활동이다. 철학자는 내담자의 이야기를 주의 깊게 경청하고 공감하는 것에 그치는 것이 아니라, 철학적 대화 안에서 비판적 사고와 창조적 해석을 통하여 내담자를 철학적 사고의 활동으로 인도한다.

1-2. 철학상담과 철학적 대화 : 비판적 사고와 창조적 해석

- 철학상담에서 비판적 사고를 구현하는 철학적 대화란 무엇인가? 그것은 내담자가 가지고 온 고민이나 문제에 직면하여 내담자의 사고와 태도 및 선택과 행위의 전제조건들에 관해 비판적으로 검토하고 성찰하는 것이다. 비판적으로 사고하는 철학의 방법을 대화로 실현하는 것, 즉 이것이 다른 대화와 구분되는 철학적 대화의 첫째 특징이다.

- 상담을 철학적으로 만드는 것은 내담자의 문제를 놓고 대화가 진행되는 과정에서 내담자가 갖고 있는 가치와 세계관, 암묵적 가정과 전제조건을 비판적으로 검토하고 성찰하는 것에 있다. 철학상담은 과거의 원인이나 유아기의 성적 억압의 인과적 기제를 찾거나 그것을 설명해 줄 이론을 발견하려고 애쓰는 대신, 내담자가 현재 자신의 문제와 문제 상황에 관해 이야기하는 사고 과정이나 방식에 주의를 기울인다. 즉 그 안에서 드러나는 내담자의 정체성이나 가치관 및 세계관이 무엇이며, 거기서 갈등을 일으키는 문제는 무엇인지, 특정 생각이나 판단에 이르게 되는 사고방식과 사고 구조의 문제(혹은 생각의 오류나 착각에 기인한 혼란 등)가 무엇인지 등을 비판적으로 검토하는 작업에 초점을 둔다. 이런 작업은 (심리적 접근 방식이 아니며) 대표적으로 논리적, 철학적 사고 활동이다.

- 어떤 의미에서 철학적 대화 자체가 매우 넓은 의미의 비판적 사고라고 할 수 있다. 상담 과정에서 철학자가 제기하는 질문은 내담자로 하여금 자신의 사고와 판단을 검토하여 그것의 전제나 이유에 대해서 생각해보고 비판적으로 사고하도록 촉구한다. 우리는 모종의 전제에 대한 근거 없는 신념 때문에 생각이 왜곡되거나 고통에 시달리곤 한다. 때로는 구분되어야 할 별개의 개념을 혼동함으로써 자기 딜레마에 빠지기도 한다. 그러한 경우에 비판적 사고를 촉발하는 철학적 질문과 대화는 그러한 곤경에서 벗어나도록 도울 수 있다.

- 또한 이러한 방식의 비판적 사고를 촉구하는 철학적 대화는 넓은 의미에서 소크라테스 대화법으로부터 모델을 찾을 수 있다. 소크라테스는 대화 상대방에게 자신의 생각과 행위를 지지하는 근거나 이유를 묻거나 개념에 대한 명료한 정의를 요구한다. 이렇게 자신의 행동과 사고 방식에 대한 비판적 검토는 자식 사고의 토대가 되는 기본 신념과 가치들에 도달하게 해주며, 그러한 대화 과정을 통하여 자신의 가치관 및 정체성에 기반을 두고 자신의 문제 상황을 명료하게 이해하거나 문제를 올바르게 바라볼 수 있는 통찰을 제공해준다.

- 수영의 사례 : 친구들 사이에서 자신의 신조를 지키고자 할 때마다 친구들과 싸움이나 다툼이 일어나는 것 때문에 고민해온 학생의 사례

-> 암묵적 전제를 찾아내어 검토하는 것, 딜레마에서 빠져나오는 것, 자신의 생각이 일관된 것인지 검토하는 것, 낯은 문제를 보다 창의적인 문제로 전환하는 것, 익숙한 개념을 재검토하는 것, 유사하지만 상이한 개념들을 구분하고 정확히 적용하는 것 등등 넓은 의미의 비판적 사고를 구현함으로써 내담자의 자기 이해와 더불어 문제에 대처하는 방안을 찾도록 돕는 것이 비판적 사고로서 철학적 대화의 역할이다.

1-3. 창조적 해석을 구현하는 철학적 대화

- 창조적 해석을 구현하는 철학적 대화의 역할은 무엇인가?

인간은 자신과 세계를 이해하고 해석하는 존재이다. 해석은 인간이 타인과 세계를 만나는 방식이기도 하다. 또한 우리는 타자뿐 아니라 자신에 대해서도 해석을 하며, 해석을 통하여 자기 삶과 행위를 이해하거나 고유한 방식으로 의미를 부여하기도 한다. 그런 시도는 자기 삶의 전체 그림을 조망할 수 있어야 가능하다. 자기 삶의 전체를 이해하거나 해석하지 못할 경우 올바르게 이야기할 수 없으며 의미를 부여하기는 더욱 힘들다. 자신의 삶이 연관성 없이 조각조각 분리되어 있어서 삶 전체를 조망할 수 없을 때 그 삶은 파편화되고 무의미한 것처럼 보이기도 한다.

- 우리는 자신이 처한 문제 상황이나 그 안에서 행한 자신의 행위에 관해 이해하기 위해서도 올바른 해석이 필요하다. 실제로 우리는 어떤 방식으로든 해석을 하고 있다. 그러나 고통 받거나 경직된 상황에 있을수록 우리는 잘못 해석하거나 진부하게 해석하거나 남의 시선대로 해석하는 경향이 있다. 이런 편협한 해석은 고통을 가중시키고 문제와 혼란에서 벗어나는 데 방해가 된다. 이것이 철학적 대화를 통해 창조적 해석이 필요한 이유이다.

- 철학상담에서 창조적 사고는 편협한 시각을 바꿔주는 올바른 해석을 지향한다. 이러한 해석은 자신의 행동과 사고의 원리를 기존의 것과 다른 방식으로 볼 수 있는 시각을 제공한다. 그리하여 내담자가 처한 딜레마의 상황을 달리 기술하거나 창의적인 대안을 제시해주기도 한다. 만일 모순적인 두 원리 사이에서 갈등하거나 자신의 상황이 딜레마로 보이는 경우에, 자기 모순적인 두 원리 사이에서 선택해야 하는 문제를 새로운 방식으로 기술되는 문제의식으로 전환할 수도 있다.(수영의 사례)

- 이처럼 딜레마나 자기 갈등에서 벗어나서 창의적으로 새로운 대안을 찾는 것은 비판적이면서 창조적인 사고와 대화의 결실이다.

2. 철학상담의 정체성 : 철학적 사고 실험 모델

- 아헨바흐는 철학실천의 과정에서 단지 전승된 철학적 사상을 조작할 수 있는 가르침이 중요한 것이 아니라, 구체적으로 여기 지금 우리에게 실천적으로 구현하는 것이 중요하다고 말한다. 철학사상은 내담자에게 살아있는 자신의 진리로서 구체적인 문제 상황에서 깨달음을 줄 수 있어야 한다는 것이다.

- 응용윤리학과 철학상담의 차이 : 아헨바흐의 부인 사례(임신 중 병으로 임신중절에 동의할 것을 요구받았을 때 어떤 결단을 내려야 했던 상황. 임신중절에 대한 윤리적 논증이 제시하는 규범이나 원리가 자신이 어떻게 해야 할지 결정함에 있어 아무 도움도 되지 못했다. 자신의 결정은 어떤 합리적 근거에서 일반화할 수 있는 것도 아니며, 보편 원리를 적용하여 해답을 내리는 개별적 상황이 아님을 깨달음)

- 철학적 사고실험 모델은 추상적인 철학사상을 구체적인 상황에 적용하기 위한 것으로서 내담자로 하여금 자신의 문제 상황을 통찰하도록 촉진하기 위해 고안된 것이다. 사고실험은 추상적 사상을 내담자의 구체적인 문제와 연결시켜 조명하도록 매개해주는 방법이다. 철학적 사고실험은 철학 사상이 함축하는 바를 드러낼 수 있는 어떤 상황을 설정한 후 자신이 그 상황에 있다고 가정하여 자신의 문제를 성찰하도록 하는 방법이며, 이것을 통해 자기 문제의 핵심에 다가서거나 자기 이해를 확장하게 된다. 이처럼 철학상담 과정에서 철학자가 제시하는 사고실험은 내담자로 하여금 자신의 사고 구조를 검토하도록 돕거나, 내담자의 사고에 새로운 통찰과 관점을 제공할 수 있다.

- 철학사상을 사고실험 모델의 형태로 재구성하는 일은 추상적 수준의 이론과 사상을 일상적 현실과 현장에 적용할 수 있는 단계로 구체화시키는 것이다. 그런 점에서 철학상담에서 사고실험을 사용하는 것은 철학의 추상적 차원과 구체적 사례 차원을 매개함으로써 상담을 효과적으로 진행시키는 중요한 방법이 된다.

- 사고실험의 역할은 단지 내담자의 사고와 가치관에 대한 정보를 얻는 데 있는 것이 아니라, 철학적 자극을 줌으로써 내담자에게 새로운 사고와 깨달음을 일으키는 데 있다. 그렇게 되면 내담자는 자신의 문제 상황에 관한 새로운 통찰을 얻으며 상담은 새로운 국면을 맞이하게 된다. 그리하여 철학적 사고실험은 내담자의 인식을 일깨우는 역할을 하면서 상담을 문제의 핵심에 이르도록 진전시킬 수 있다.

○ 철학적 사고실험의 방법은 대략적으로 다음의 과정과 순서에 따라 진행된다.

첫째, 철학상담사는 (특정 철학사상이 지시하는 구체적인 상황을 설정하여) 내담자로 하여금 자신이 어떤 상황에 있음을 상상하도록 한다.

둘째, “그 경우, 만일 당신이라면(만일 당신이 그 상황에 있다면) 어떤 생각이 드는가? 어떤 느낌이 드는가? 혹은 어떤 행위를 할 것인가? 등을 묻는다.

셋째, 왜 그런 느낌이나 생각이 드는지 그 이유를 묻는 대화를 통하여 내담자의 보다 근본적인 가치나 사고를 찾아 나간다. 그리고 느낌이나 생각이 구체적으로 어떤 사건과 연결된 것

인지, 혹은 그와 관련하여 무엇이 문제인지 등 철학적 대화를 통하여 자신과 자신의 문제 상황을 보다 명료하게 이해하도록 한다.

넷째, 사고실험의 결과(자신의 집착이나 핵심문제가 드러나는 등)에 따라서, 혹은 내담자의 특별한 자각이나 깨달음에 따라, 또는 자신이 원하는 바에 따라서, 상담의 방향을 새로이 설정할 수도 있고 다른 주제로 옮겨갈 수도 있다.

다섯째, 이때 사고실험은 내담자 중심의 사고와 가치체계를 토대로 진행하며, 상담자가 미리 결과를 정해놓고 그쪽으로 유도하는 것이어서는 안 된다. 내담자의 정체성과 가치관을 토대로 하여(자기모순이 있거나 수정이 필요한 경우에도 스스로 판단할 수 있도록 지속적으로 대화를 진행하며), 그것에 적합한 방식으로 철학적 사고실험을 수행한다.¹⁾

○ 철학적 사고 실험의 특성

- 비교) 사고 실험은 이성적 사고와 상상력에 의한 실험이다. 즉 어떤 철학 이론이나 개념을 검토하기 위해, 그와 관련된 상상 가능한 상황을 가정한 후 우리가 어떤 판단과 선택을 할 것인지 검토함으로써 우리의 사고를 합리적으로, 이성적으로 테스트하는 것이다.(데카르트의 ‘통속의 뇌’, 존 서얼의 ‘중국어 방 논증’ 등.)

사고실험은 어떤 견해나 판단이 옳은지 실험하는 방법으로 사용되며, 이것은 객관적인 사고와 판단으로 인도한다는 점에서 이성에 근거한 객관적 상상력이라고 할 수 있다.

- 철학상담에서 수행하는 사고실험은 우리가 그 실험에 참여함으로써 어떤 새로운 이해나 인식을 발견하기를 촉구한다. 그 경우 사고실험은 그것이 제시하는 상상적 상황에서 자신이 어떻게 생각하고 반응하는지 실험하고 검토함으로써 새로운 통찰을 얻도록 고안되는 것이 중요하다. 그리하여 철학상담 실천에서 사고실험의 중심 역학은 객관적인 결론을 찾기보다는 내담자 개인의 반응과 그 이유에 초점을 둔다. 그렇다고 해서 사고 실험이 주관적 영역에 한정되는 것은 아니며, 자신의 판단과 반응의 이유를 검토하는 개방적 과정을 거쳐 스스로 자신의 신념과 가치관을 반성적으로 성찰함으로써 자기이해에 도달하도록 돕는다. 사고실험의 역할은 철학상담이 자기이해와 자기설득을 통한 자기변화와 자기치유를 지향하는 것과 잘 부합한다.

3. 자아정체성에 기반한 철학상담

3-1. 철학상담에서 왜 자아정체성 검토가 필수적인가?

(1) ‘자아정체성 기반 철학상담’이란 내담자의 정체성이 비추어 자신의 문제에 접근하는 철학적 대화를 수행함으로써 내담자의 문제와 고민을 이해하고 다루려는 상담의 모델이다.

이 철학상담은 내담자의 자율성과 내담자의 자기주도적인 문제 해결을 강조한다.

자아정체성에 기초한 철학상담 방법은 문제 상황에 놓인 내담자와 함께 <나는 누구이며 어떤 존재인가?>라는 기본적인 물음을 주제로 대화하면서, 내담자의 자아정체성 탐색 안에서 자기이해와 자기 성찰을 통해 자신의 문제를 올바르게 이해하고 다루기 위한 철학적 활동을 수행한

1) 『철학 실천과 상담』 중 ‘철학상담/철학실천의 정신과 방법’, p. 127.(2012년 제3집)

다.

(2) 자아정체성에 기초한 철학상담은 내담자의 문제 상황이 그에게 독특한 문제이기에 다른 사람이 아니라 바로 내담자 스스로가 자신의 문제를 이해하고 해결하거나 결단해야 한다는 생각에서 출발한다. 그 상황에서 무엇을 문제로 보느냐, 진정 문제가 무엇인가 하는 것 역시 상담사가 아니라 내담자가 발견하고 기술할 수 있어야 한다. 자신의 문제를 발견하는 것은 삶에 대한 자신의 철학적 태도를 발견하는 것이며, 또한 그로부터 자신이 누구이며 어떤 사람인지 드러나기 때문이다. 나아가 문제를 발견하는 것은 삶을 주도적으로 살아가는 출발점이 되기도 한다.

- 자아정체성이란 이미 주어진 것인가? 자아정체성이란 이미 주어진 것이 아니라, 철학적 대화를 통해 확인되거나 의식적으로 파악되기도 한다. 또한 자아정체성은 고정된 것이 아니라, 자신의 행위 방식과 삶의 실천을 통하여 새롭게 형성되어 간다는 점에서 수행적이다.

- 자아정체성 검토는 내담자의 고민이나 문제와 대면하면서 자신을 이해하고 자기 문제의 맥락을 파악하는 것이다.

- ‘나는 어떤 존재인가?’라는 물음은 나의 자아정체성에 관한 물음이다. 이 물음은 나라는 개별자가 지닌 속성들, 즉 나를 구성하는 성격/ 성품을 언급하면서 답변할 수 있다. 즉 자아 정체성의 물음에 대한 답변은 성품 내재적으로 주어진다.

성품 내재적 자아론에 의하면 한 개인의 욕구, 믿음, 가치, 능력, 선호 등으로 이루어진 성품 체계가 곧 개별적이고 개성적인 자아를 구성한다.

3-2. 자아정체성 탐색의 물음들 : 자기 이해

자아정체성을 탐색하고 확인할 수 있는 주요 물음들은 대표적으로 다음과 같다.

1) 나는 누구이며, 나는 어떤 사람인가? 나를 다른 사람과 구분해 주는 고유하고 유일한 나는 누구인가? 나를 다른 사람이 아닌 바로 나로 만들어주는 것은 무엇인가? 나를 나답게 하는 것은 무엇인가? 즉 나의 고유한 정체성 혹은 개성은 무엇인가? 여기서 중심이 되는 기본적인 정체성 물음은 내담자의 욕구(desire), 믿음(belief), 가치(value)에 관한 물음이다. 이런 물음은 일반적 관점이 아니라 내담자 자신의 개인적 관점에서 물어야 한다.

2) 욕구와 목표 : 나의 삶의 목표는 무엇인가? 현재와 미래의 욕구들은 무엇인가? 나의 성품 체계 중심에 위치하는 욕구와 상대적으로 덜 중요한 주변적 욕구들은 무엇인가? 나아가 삶을 의미 있게 만들어주는 중심 욕구는 무엇인가? 또는 내가 살아야 할 이유가 되는 절대적 욕구는 무엇인가?

3) 믿음체계 : 인간과 세계에 대한 믿음, 종교에 대한 신념이나, 과학 기술과 관련한 나의 믿음과 신념은 무엇인가? 또한 나의 사상적, 윤리적 태도와 신념은 무엇인가? 나아가 나의 세계

관이나 인생관은 무엇인가?

4) 나의 가치관 물음 : 내가 소중히 여기는 가치들은 무엇인가? 그 가치들 중 가장 중요한 것은 무엇이며, 중요한 정도에 따라 가치들의 순서를 배열한다면 어떻게 되는가?(당신의 가치가 타인의 가치나 사회의 가치와 충돌할 때 자신의 가치를 유지하는 편인가? 혹은 어떻게 조정하는가?) 그리고 당신의 가치체계는 일관적인가? 가치들이 서로 충돌하곤 하는가? 당신의 성품은 일관적이고 통일적이라고 생각하는가? 간혹 그렇지 않다고 생각하는가?

5) 타인은 나는 어떻게 생각하는가? 내가 생각하는 나와 타인이 생각하는 나 사이에 차이가 있는가? 또한 타인의 생각이 나에게 미치는 영향력은 어느 정도인가? 예컨대, 남이 싫어하면 내가 원하는 것일지라도 그 행동을 자제하는가? 아니면 자신의 판단대로 밀고 나가는가?

6)인간관계 : 자신에게 (가장) 중요한 사람은 누구인가? 현재 (혹은 과거에) 나에게 중요한 사람이나 영향력이 있는 사람은 누구이며, 그 이유는 무엇인가? 사랑하는 사람/ 친구/ 가족의 관계는 어떠한가? 친구 관계, 배우자 관계, 가족관계, 직업이나 일로 만난 동료 관계, 참여하는 공동체의 구성원 간의 관계는 어떠한가? 자신이 관계 맺는 사람 중에서, 자신을 있는 그대로 보일 수 있는 사람이 있는가? 자신을 이해하고 믿어주며 절대적으로 믿을 수 있는 사람은 있는가? 있다면 누구인가? (경제적으로, 업무적으로) 이해관계에 있는 사람과의 관계는 어떠한가?

(2), (3), (4)의 물음들을 결합하여 욕구-믿음-가치체계를 탐색하는 가장 기본적인 물음들이 된다. 세 가지 기본적인 정체성 물음들을 통하여 궁극적으로 첫째 물음, 즉 내가 누구이며 어떤 사람인지 탐구한다.

(5), (6)은 나와 타인과의 관계에 의해 파악되는 관계적 정체성에 대한 물음이다. 내담자의 구체적인 삶과 문제 상황을 이해하기 위해서 그에게 중요한 사람이나 영향력 있는 사람과의 관계(부모와 가족, 친구, 연인, 동료, 상사 등의 관계)에 대한 관계적 정체성의 물음도 다루어야 한다.

○ 자아정체성 탐색의 대화법과 저울 모델 : 추상과 역방향 추상

1. 정체성 탐색은 두 가지 방식으로 이루어진다.

- 상담 초기 : 정체성 맵을 작성하면서 기본적인 정체성 물음을 다루는 것이다. (나는 무엇을 원하는지, 무엇을 믿는지, 무엇을/ 어떤 가치를 추구하는지> 물음을 통해, 자신의 욕구-믿음-가치 체계를 탐구하는 것

- 상담 진행 과정 : (1) 구체적인 문제에 관한 철학적 대화를 통해 내담자가 수행한 것(즉 내담자의 구체적인 행위, 사고, 판단, 느낌)으로부터 역방향 추상을 통해 자신의 가치와 정체성을 탐색한다.

(레오나드 넬슨은 소크라테스의 대화 모델로부터 ‘역방향 추상’이라는 아이디어와 대화법을 발

전시켰다. 구체적인 예에서 출발하여 그 예의 토대에 놓여 있는 존재를 역으로 추적해가는 방법으로서 구체적인 것으로부터 일반적인 이해를 발전시키거나 보편적인 것을 추상해 내는 작업이다./ 김선희의 모델은 내담자마다 고유한 자신의 가치와 정체성의 원리를 찾아가기 위한 것으로 다양한 가치관에 개방되어 있다.

(2) 역방향 추상을 통해 드러난 가치관에 비추어 자신의 행동을 검토하는 것(즉 보편-> 구체제)을 검토한다.

※ 나의 구체적인 행위 - > 행위 근거 -> 가치, 원리 -> 나의 구체적인 행위 재검토

<역방향 추론의 물음들>

"당신은 왜 그 행위(A)를 했는가?"라는 물음

→ "왜냐하면 ~ 이기 때문이다 " 라는 이유 진술

결과된 행위에 대한 이유를 묻는 추론 방식

"당신은 왜 그렇게 느꼈는가?" 물음

"당신은 왜 그렇게 생각했는가?" 물음

"왜냐하면 ~ 이기 때문이다 " 라는 이유 제시

이 추론을 통해, 내담자/행위자의 행위의 이유, 느낌, 생각(판단)을 이해할 수 있게 된다.