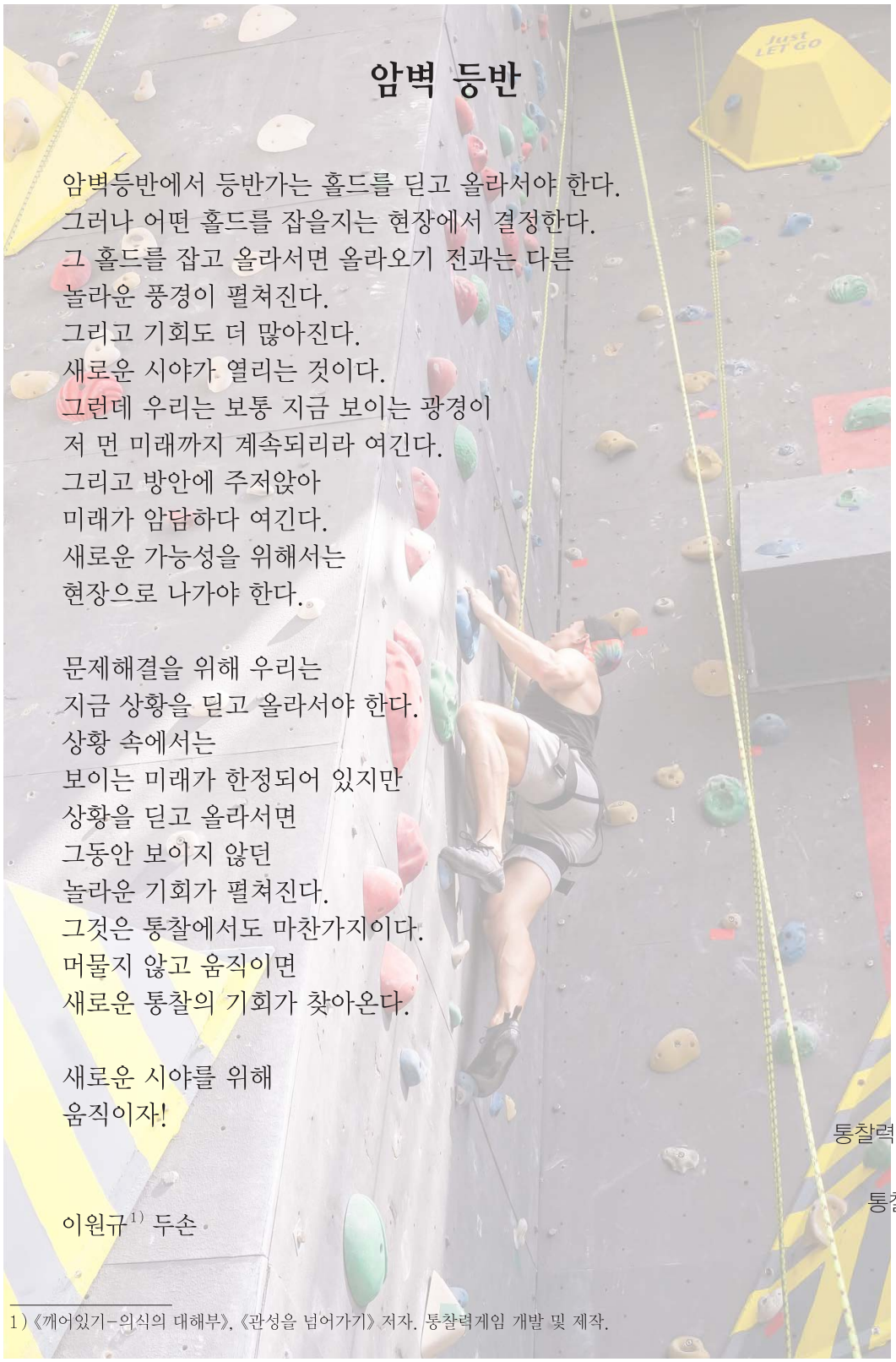
홀로스평생교육원
심층 의식으로부터 깊은 지혜를 이끌어 내는 통찰력게임

발행 이원규 | 편집 김연주 | [서울 사무실] 서울시 관악구 쑥고개로68 혜남빌딩 4층, [함양 연수원] 경남 함양군 서하면 황산길 53-74 | 전화 (02) 747-2261 | 팩스 (02) 747-3642 | 이메일 cpo@herenow.co.kr

★ 소식지 구독신청(무료): cpo@herenow.co.kr로 소식지 받아보실 이메일 주소를 알려주세요. 매월 초 이메일로 보내드립니다.

# 통찰력게임 소식지

2018년 10월 (제 18호)



## 암벽 등반

암벽등반에서 등반가는 홀드를 딛고 올라서야 한다.
그러나 어떤 홀드를 잡을지는 현장에서 결정한다.
그 홀드를 잡고 올라서면 올라오기 전과는 다른
놀라운 풍경이 펼쳐진다.
그리고 기회도 더 많아진다.
새로운 시야가 열리는 것이다.
그런데 우리는 보통 지금 보이는 광경이
저 먼 미래까지 계속되리라 여긴다.
그리고 방안에 주저앉아
미래가 암담하다 여긴다.
새로운 가능성을 위해서는
현장으로 나가야 한다.

문제해결을 위해 우리는
지금 상황을 딛고 올라서야 한다.
상황 속에서는
보이는 미래가 한정되어 있지만
상황을 딛고 올라서면
그동안 보이지 않던
놀라운 기회가 펼쳐진다.
그것은 통찰에서도 마찬가지이다.
머물지 않고 움직이면
새로운 통찰의 기회가 찾아온다.

새로운 시야를 위해
움직이자!

이원규[1] 두손

1) 《깨어있기-의식의 대해부》, 《관성을 넘어가기》 저자. 통찰력게임 개발 및 제작.

목차

다가오는 강좌 소개_ 2쪽
통찰력게임 딜러 • 마스터 동정_ 3쪽
통찰력게임 후기_ 4쪽
통찰력게임 관련 논문 소개
〈코칭 철학의 심리학적
토대에 관한 연구〉 (2부)_ 5쪽
통찰은 어떻게 일어
날까요? 책 《창의성》_ 9쪽

# 다가오는 강좌 소개

## ● 제 20차 통찰력게임 딜러교육



통찰력 시범게임을 직접 진행하고 키트 판매도 할 수 있는 '본게임 안내자'를 위한 교육입니다. 재수강은 무료이며(자기변형게임 딜러도 가능), 미니게임 안내자 교육도 무료로 참가하실 수 있습니다.

· 일시: 2018년 10월 13일(토) 오전 10시 ~ 오후 6시
· 참가비: 무료 (단, 키트 5개 신규 구입자에 한함, 35만원)
· 장소: 서울 강의장
· 신청하기: PC에서는 여기를 클릭!
스마트폰에서는 여기를 클릭!

## ● 제 10차 통찰력 미니게임 안내자 교육



통찰력 미니게임은 통찰력게임의 퀵 버전으로 새롭게 리뉴얼한 것이며, 3~4시간이라는 비교적 짧은 시간에 소기의 목적을 달성하고 게임을 마무리할 수 있도록 고안되었습니다.

· 일시: 2018년 11월 17일(토) 오후 1시 ~ 6시
· 장소: 서울 강의장
· 신청하기: PC에서는 여기를 클릭!
스마트폰에서는 여기를 클릭!

## ● 제 22차 통찰력게임 워크숍



통찰력게임은 자신의 몸과 마음에서 미세하게 올라오는 무의식적 신호를 알아채고 통찰로 이어지게 하며, 그 통찰을 실현시킬 힘을 얻게 합니다.

· 일시: 2018년 11월 10일(토) 오후 2시 ~ 11일(일) 오후 5시
· 장소: 홀로스 함양연수원 (최대 6명)
· 신청하기: PC에서는 여기를 클릭!
스마트폰에서는 여기를 클릭!



# 통찰력게임 동정動靜

*통찰력게임 마스터/딜러분의 근황을 알려주시면 (진행 강좌나 책 발간 등) 본란에 게재해드리고자 합니다. 편집부로 연락 주십시오. cpo@herenow.co.kr

## ● 통찰력게임 마스터를 위한 딜러교육 수퍼비전이 진행되었습니다





9월 29일(토) 함양연수원에서 통찰력게임 마스터들을 위한 딜러교육 수퍼비전이 있었습니다. 소정의 교육을 통해 딜러교육을 행할 수 있는 마스터들은 각 지역에서 통찰력 딜러교육을 실시할 수 있습니다. 현재는 이혜영 마스터, 이한솔 마스터, 홍성향 마스터, 홍인표 마스터가 진행하실 수 있게 되었습니다.

## ● 제 9차 통찰력 미니게임 안내자 교육이 진행되었습니다



9월 15일(토) 미내사클럽 서울강의장에서 9차 통찰력 미니게임 안내자 교육이 진행되었습니다. 통찰력 미니게임은 통찰력게임의 퀵 버전으로 새롭게 리뉴얼한 것으로, 3~4시간이라는 비교적 짧은 시간에 소기의 목적을 달성하고 게임을 마무리할 수 있도록 고안되었습니다. 미니게임은 기존의 통찰력게임 키트에서 네 가지 카드만 사용하며, 어울리기-생명력-위기-깨어있기 카드 순으로 진행됩니다. 통찰력게임의 핵심을 담고 있으면서도, 더 쉽게 일상의 주제들과 연결되고 빠른 시간 안에 무의식의 방향을 정리할 수 있습니다.

## ● 통찰력게임 퍼실리테이터 수료식








9월 8~9일 양일간 통찰력게임 퍼실리테이터 테스트 및 수료식이 있었습니다.
3월부터 약 5개월간 심화과정을 통해 통찰력게임 퍼실리테이터 교육을 받은 분들이 최종적으로 게임안내 시연을 보이며 테스트를 거쳐 수료증을 받았습니다.
5개월간 매주 토요일 전일을 자신의 시간과 에너지를 쏟아부어 힘써 노력해준 참가자 분들에게 깊은 사랑을 전합니다. 수고많으셨습니다. 앞으로 주변과 사회에 통찰력게임을 통해 많은 사랑 나누시고, 게임 안내자의 투명한 거울되기를 통해 스스로도 맑아지는 경험 많이 하시기 바랍니다.

## ● 마스터 • 딜러분들의 10월 게임 일정을 알려드립니다

(다른 마스터/딜러분들도 11월 게임 일정이 정해지면 사무실로 알려주세요)



홍성향 마스터

· 통찰력 시범게임 10/19(금) 오후 2시-5시
· 지역: 서울 홍대입구역 근처
· 문의 010-2520-0719



박은경 딜러

· 자기변형 시범게임
· 일시: 신청자와 협의 후 진행
· 지역: 수원 영통, 경기 분당
· 문의 010-2901-0165



이혜영 마스터

· 통찰력 시범게임 10월 2일, 16일, 23일, 30일 2시-5시 (참가비 1회 3만원, 4회 10만원)
· 지역: 서울 김포공항 쪽
· 문의 010-5323-4893

## 이한솔 마스터의
## 9차 통찰력 미니게임 안내자교육(9월 15일) 참가자 후기

요조

머릿속에서만 맴돌고 있던 생각들을 근본적으로 살펴볼 수 있는 시간이 되었다. 말의 전달과 관련하여 내가 두려워하고 있는 것이 무엇인가에 대해 알아보고 싶었는데 중요한 것은 전달을 하고 안 하고의 문제보다 내 삶의 가치를 이루고 있는 패러다임이 바뀌는 때를 명확하게 인지하고, 머릿속 메커니즘과 다르게 움직이는 마음과 몸의 메커니즘을 이해하고, 하나씩 차근차근 욕심을 버리고 접근하는 것이 필요하다는 점이었다. 일상에서 한 걸음 내딛을 수 있는 팁을 얻어가는 것도 큰 수확이다.

옴살(전직 교사)

멋진 경험이었다. 이 게임의 승패는 학생의 정직함과 딜러의 숱한 경험이라는 생각이 들었다. 안내해준 딜러는 훌륭한 경험을 품고 있어 무엇보다 내 생각 영역에 침투해 오지 않으면서 내 속의 느낌을 끄집어내는 충실한 안내자의 능력을 보였다. 품고 온 문제는 분명하게 발견하고 이제 실천만 남았다. 좋은 안내를 해주신 분께 감사드린다.

## 홍성향 마스터의
## 자기변형게임(8월 25일) 참가자 후기

보드게임이라고 생각했는데... 이렇게 마음에 무언가를 가득 채워가게 돼서 신기하고 벅차오르는(?) 느낌까지 들어요. 의식칩을 많이 얻어가서 이걸 자산으로 삼아 제 '주제'를 이룰게요. 천사카드도 감사합니다.

불편해서 마주하고 싶지 않았던 것을 좀 덜 불편하게 마주할 수 있었던 시간. 내가 가진 주제를 여러 측면에서 바라볼 수 있는 시간.

스스로에 대해 늘 어딘가 심각한 구석이 있는 내가 이날만큼 즐겁고 설레는 마음으로 네트워크데이에 참여한 날도 드물 것이다. 나 정도면 됐지. 나 정도면 괜찮지 라는 주제로 게임을 진행한 것 자체가 변화였구나 싶다. 심각한 내가 수용할 수 있는 주제가 아니기에 게임을 매개체로 삼아 나를 시시각각 다양하게 반응하는 나를 관찰하는 것도 관전포인트였다. 내가 다른 분들께 기여할 수 있을 때 뿌듯했고 덕분에 영감이 떠오를 때는 고무되었다. 꿀잼.

## 이혜영 마스터의
## 통찰력게임 참가자 후기

자신감(교사)

결혼을 앞두고 좋기도 하지만 여러 고민이 많아 자신감이 좀 떨어져 있는 상태여서 닉네임을 일부러 자신감으로 정한 것부터가 좋은 기운을 만들어낸 것 같아요. 여러 고민의 근원은 그동안 일을 될 수 있는 한 미루며 살아서 앞으로 집안일이나 가사를 꾸려나가는 데 자신이 없어졌기 때문이라는 걸 딜러이신 놀놀이님과 대화하면서 알게 되었습니다. 그래서 원래는 예비남편과 행복한 가정을 꾸리는 걸 주제로 하려다가 저렇게 바꾸었습니다.
모든 카드가 정말 소중했지만 첫 생명력 카드가 친절이었는데 그것이 가장 큰 깨달음을 주었습니다. 일을 미루면서 마음을 급하게 만들고 기한에 임박해 마음을 달달 볶는 것(?)은 제 자신에게 친절한 행동이 아니라는 걸 알게 되었어요. 처음에는 친절이 왜 나오지? 나 충분히 친절한 편인데? 라고 생각했거든요. 제 자신에게 먼저 가장 친절해야겠다고 다짐했습니다.
그 이후로 나온 강인함, 단순함 카드들도 너무 좋았어요. 일을 미루면서 온갖 핑계를 갖다 붙였는데 '그냥' 하면 된다는 걸 깨달아서 그 이후로는 직장에서든 집에서든 '저거 해야지'생각이 들면, 하기 싫다 생각하지 않고 그냥 바로 해버릇 하고 있는데 이렇게 하다보면 점점 나아질 것 같아요.
깨어있기 카드도 너무 마음에 들었어요. 앞으로 이런 사람이 되고 싶다도 후기를 쓰면서 다시 소망해봅니다. 이런 자리 마련해주신 우다나님과 그날 함께 하신 딜러 놀놀이님과 써니님, 돈님께도 감사드립니다.

## 코칭 철학의 심리학적 토대에 관한 연구 (2부)

홍성향 마스터

지난 3월에서 4월에 걸쳐 진행된 통찰력게임을 통한 자기실현 연구의 결과로, 홍성향 통찰력게임 마스터(연세대학교 연합신학대학원 상담코칭학 전문)의 석사 논문 '코칭 철학의 심리학적 토대에 관한 연구'가 발행되었습니다. 이 논문은 칼 융의 분석심리학을 중심으로 전개되는데, 특히 무의식의 신호를 의식화하여 사용하는 통찰력게임에 대한 측면이 코칭을 통해 소개되었으며, 이는 칼 융의 집단무의식 이론과 잘 매치됨을 느껴 알 수 있습니다.

이에 저자와 게임 참가자들의 허락을 얻고 이 논문의 일부를 몇 회에 걸쳐 연재합니다. 통찰력게임을 통해 어떠한 변화들이 일어나며, 그 변화가 삶에 어떠한 효과를 미치는지 살펴볼 수 있을 것입니다. 관심 가지고 살펴봐주세요(편집자주).

(지난 호에 이어서)

(2) 코칭 프로그램의 참여자 모집

본 연구의 목적과 해당 그룹코칭 프로그램 내용을 담아 관련 온라인 커뮤니티 게시판과 미내사클럽의 메일링 서비스를 통해 연구 참여자 모집글을 배포했다. 이 모집 글을 보고 연구자에게 연락이 온 예비 참여자들과 일대일 전화를 통해 먼저 연구의 목적과 그 진행 방식을 설명한 후 예비 참여자의 참여의사에 대한 답변을 들었다. 이 때 연구 참여자 선정 시 유의한 점은 자기실현에 관심이 있으면서, 연구 진행 일정에 모두 참여 가능한 자 기준으로 코칭에 대해서 기존에 몰랐던 사람, 경험해 본 적 없었던 사람, 통찰력 게임 키트를 경험해 보지 못한 사람 등의 기준을 정하고 이에 충족하는 연구 참여자를 5분 선정하게 되었다. 이 때 나이와 성별에 대한 기준을 별도로 두지 않았다. 이는 연구의 주 주제인 '코칭철학'이 나이와 성별에 따라 달라지는 관점이 아니기 때문이다.

이에 2018년 3월 27일부터 4월 24일까지 5명의 참가자와 함께 5회의 그룹 면대면 코칭과 2회의 일대일 전화 코칭으로 총 7회 그룹코칭 프로그램을 진행했다.

2) 조사 내용

연구자는 사전 참여자의 동의를 얻고, 그룹 코칭 프로그램의 전 세션의 녹음 파일을 전사한 녹취록과 프로그램 종료 후 진행한 심층 면담 인터뷰를 통해 얻은 녹취록을 주된 자료로 삼았다. 이 외에도 코칭 프로그램 중에 찍은 각 참여자의 코칭 관련 사진, 메모 등의 파일과 프로

그램 기간 동안 작성한 각 참여자의 워크북을 참고하였다. 연구자가 곧 프로그램 진행 코치기도 했으므로 코치로서 그룹 및 일대일 코칭을 진행한 후 느낀 점을 중심으로 리포트를 작성해 두었고, 코칭을 진행하는 중에도 떠오르는 통찰이 있을 때 기록해 두었다.

프로그램 종료 후 연구 참여자들에게 질문한 내용은 아래와 같았다.

〈표 7〉 연구 참여자 대상 인터뷰 질문 목록

| 주요 질문 | 하위 질문 |
|---|---|
| 당신은 그룹코칭을 통해 어떤 경험을 했습니까? | · 코칭 프로그램을 종료하였습니다. 소감은 어떠한가요?<br>· 전체 그룹코칭 프로그램 중 가장 기억에 남는 경험 3가지를 꼽는다면 무엇인가요?<br>· 그룹코칭을 통해 자신의 코칭 목표 관련 무엇을 이루었나요?<br>· 그룹코칭을 통해 자기 자신에 대해 새롭게 알게 된 것은 무엇인가요?<br>· 그룹코칭 이후 향후 더 노력하고 싶은 것은 무엇입니까?<br>· [1세션]에서 물었던 것과 동일 질문입니다. '우리 안에 해답이 있다'는 문장에 대해 어떻게 생각하나요? [1세션 때 답한 것 대비] 같다면 그 이유가 무엇인가요? 다르다면 어떤 경험으로 인해 생각에 변화가 있었나요? |
| 그 경험은 당신에게 어떤 의미가 있습니까? | · 이번 그룹코칭 프로그램 참여는 당신의 삶에 어떤 의미인가요?<br>· (방금 답한) 그 경험은 당신에게 어떤 의미가 있습니까? 당신의 삶에 어떤 영향을 주었나요? |

3) 자료 분석

자료 수집과 동시에 자료 분석을 시작했다. 현상학적 연구의 목적은 연구하고자 하는 현상의 본질적인 의미를 파악하고자 하는 것이며 이것은 곧 참여자의 체험에 대한 구조적, 주제적 측면을 반성적으로 분석하는 데 있다(류호택, 2014). 따라서 본 연구과 관심 있는 현상이 코칭 참가자의 코칭 관련 경험이며 이에 대한 본질적 의미를 파악하고자 Giorgi의 현상학적 연구 방법에 맞춰 시도했다. 분석과정은 먼저 녹음한 내용을 전사하고, 전사 작업이 마치면 연구자가 녹음 파일을 반복적으로 들으면서 녹취록을 읽고, 읽으면서 그룹코칭은 끝났지만 궁금한 점은 전화나 문자 메시지 등을 이용하여 참여자에게 확인했다. 그리고 녹음본으로는 기록되지 않은 현장에서의 특징들은 코치 역할을 한 연구자의 당시 기록물을 참고하면서 참여자의 체험을 입체적으로 느끼려 노력했다.

이 분석의 과정은 Giorgi의 4단계 방법을 기준으로 했다. 먼저 전체 녹음본을 전사한 녹취록을 충분히 읽고 이해하고자 했다. 이 때 참여자들이 사용하는 언어를 이해하려고 했고, 전

체에 대한 느낌을 잃지 않고자 반복적으로 녹취록을 읽었다. 다음으로는 연구하고자 하는 현상, 즉 코칭철학 관련 경험에 해당하는 내용에 중점을 두고 의미단위를 구분하기 시작했다. 이를 위해 연구자는 녹취로의 처음 부분으로 돌아가 분석심리학적 관점에서 의미단위를 구분하기 위한 읽기를 반복했다. 이 때 의미단위는 참여자의 말을 그대로 가져왔다. 이렇게 의미단위를 잡고 난 후 의미단어들을 코칭철학과 분석심리학을 바탕으로 한 언어로 다시 표현했다. 이를 통해 연구 참여자들이 쓴 일상적 용어 속에 담긴 그들의 경험에 대한 기술을 깊이 있게 이해하고자 노력했다. 끝으로 그렇게 재표현한 단어, 의미단위를 일관성 있는 진술들로 통합하는 작업을 거쳤다. 이 때 사례가 총 5명의 연구 참여자의 녹취록이었고, 코칭철학과 같은 특수한 개념을 중심으로 그 의미를 분석해 나가기 위해 한 사례씩 시작하였다.

### 4. 연구의 신뢰성

첫째, 연구 참여자에게 연구에 참여하기 전, 참여자에게 본 연구 목적을 전화로 먼저 1차 설명 후, 실제 만났을 때 2차 설명과 동시에 연구 참여 동의서에 날인을 받은 후 연구를 시작하였다. 연구 참여 동의서에는 다음과 같은 내용이 적혀 있었다. 연구 목적 이외 다른 용도로 사용하지 않을 것, 연구 참여자 개인 정보를 드러내지 않고 비밀 유지를 엄수할 것이 적혀 있었다. 이 외도 연구자는 참여자들에게 구술로 모든 연구는 녹음이 된다는 것과 연구 참여 도중 원치 않을 때 참여를 거부할 수 있다는 것을 안내했다.

둘째, 연구자가 연구 자료를 분석하고 기술해 가는 과정에서 사용될 수 있는 참여자의 진술 내용은 기술 후 참여자에게 그 내용을 확인, 검증 받고 내용에 대한 해석이 그릇된 점은 추가적으로 수정 및 정리하여 검증하였다. 특히 참여자의 구술 내용이 그대로 연구에 사용될 시 그 내용의 원자료를 쓰게 될 경우 참여자에게 확인을 받는 절차를 거쳐 연구자와 참여자 간 신뢰성을 유지하였다.

## Ⅳ. 연구 결과

### 1. 연구 참여자들의 경험

본 연구 참여자들의 코칭 관련 경험을 8개의 핵심구성 요소와 21개의 하위 구성 요소로 〈표 11〉과 같이 정리하였다. 이는 그룹코칭 프로그램의 녹취록을 중심으로 프로그램 종료 후 진행된 심층 인터뷰, 전화 통화, 문자 메시지 등을 통해 얻은 자료를 포함하여 여러 차례 반복적 분석 과정을 거쳐 도출한 것이다.

| 핵심 구성요소 | 하위 구성요소 |
|---|---|
| 1) 자신의 코칭 주제와 목표를 만나다 | (1) 행동으로 옮기고 싶은 것이 있어요<br>(2) 이루고 싶은 상태가 있어요 |
| 2) 목표와 관련한 새로운 인식을 얻다 | (1) 오, 신기해요<br>(2) 갑자기 이런 생각이 들어요<br>(3) 같은 것을 다르게 보게 되었어요 |
| 3) 새로운 인식을 토대로 세운 실행 계획을 실천하다 | (1) 의외로 행동하는 것이 쉬웠어요<br>(2) 행동에 옮기고 나니 다시 인식이 확장돼요 |
| 4) 변화는 신체와 연결되어 일어난다 | (1) 눈물이 났어요<br>(2) 몸이 아파요 |
| 5) 진짜 주제를 만나다 | (1) 주제가 통합돼요<br>(2) 그 숨겨진 이유를 알게 되었어요<br>(3) 제 존재의 의미를 알게 되었어요 |
| 6) 자신을 깊이 인정하다 | (1) 내가 나를 인정해요<br>(2) 인정은 나를 다르게 볼 수 있는 힘을 줘요 |
| 7) 변화를 경험하다 | (1) 나의 속도에 맞춰 조금씩 기쁘게 하자<br>(2) 부정적인 감정 다루기는 주체적인 삶의 시작이다<br>(3) 나는 나를 적극적으로 표현하며 사랑한다<br>(4) 내가 태어난 것에 감사하고 기쁘다<br>(5) 나는 나의 일과 가족에 만족한다 |
| 8) 함께 시너지를 내다 | (1) 서로에게 배우다<br>(2) 서로가 잘 되길 바라다 |

(다음 호에 계속)

통찰은 어떻게 일어날까요?(18) 로버트 W. 와이스버그

# 인식의 재구조화

통찰이 일어나는 한 가지 방법으로서 재구조화에 대해 말합니다. 우리가 네커 육면체의 튀어나온 부분을 보다가 어느 시점에서 그와는 전혀 다른 들어간 모양을 보게 되는데 이는 인식의 재구조화가 일어났기 때문입니다. 그와 같이 통찰에 있어서 보지 못하던 부분을 보기 위해 문제를 재구조화할 필요가 있음을 이야기합니다(편집자 주).

내용통찰의 형태주의 분석: 문제 해결과 지각

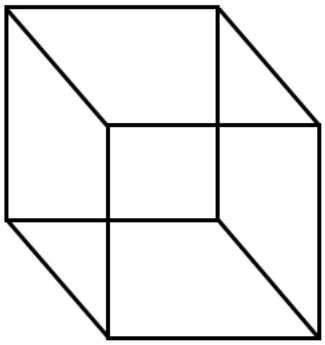
통찰을 통한 문제 해결의 특징을 규정하는 것은 다음 세 가지 기준이다(Ohlsson, 1992: Simon, 1986; Weisberg, 1995).

- 문제가 갑자기 해결된다(아하! 경험 속에).
- 문제가 막다른 골목 이후에 해결된다(무진전 기간).
- 문제가 문제에 접근하는 새로운 방식의 결과로서 해결된다(문제의 재구조화).

잘 알려져 있듯이, 형태주의 심리학자들은 심리학에서 지각 현상을 분석하면서 자신들의 연구를 시작했고, 지각기반 개념들을 일반적으로는 문제 해결과 창의적 사고에, 특별히는 통찰에 적용했다. 형태주의 관점에서 어떤 문제 상황은 그림 6.3A에 제시한 자극과 같다. 한 가지 이상의 해석이 가능한 것이다. 다시 말해, 어떤 상황이 한 가지 이상의 방식으로 구조화 될 수 있다. 그림 6.3A의 자극을 일정 시간 동안 유심히 들여다보면, 우리 눈에는 그것이 역전되는 게 보일 것이다. 즉, 상황의 새로운 구조화new structuring 혹은 재구조화restructuring를 바탕으로 그 형태의 새로운 해석이 갑자기 등장할 것이다. 그림 6.3A의 재구조화는 자발적이다. 그것은 당신에게 우연히 일어나는 것처럼 보이고, 때로 그 재조직은 의심 없는 관찰자를 놀라게 할 수도 있다. 형태주의 이론에 따르면 그림 6.3A의 재구조화가 일어나는 이유는 그 자극 형태가 관찰자의 신경계에 불안정한 활동 패턴이나 '힘force'을 설정하기 때문이다(Humphrey, 1963, 제6장). 이 불안정한 패턴은 자발적으로 자극의 두 번째 해석에 해당하는 또 하나의 패턴으로 재조직되는 경향이 있을 것이다. 그러나 이 조직 역시 불안정하므로 그것은 조만간 첫 번째 패턴으로 재조직되며, 이러한 과정을 반복할 것이다.

그림 6.3 문제 해결과 지각

A. 역전 가능한 형태



B. 통찰의 형태주의 이론. 지각과 문제 해결 간의 유사점

지각:

육면체$_1$ → 시간 → 육면체$_2$

(구조$_1$) → 시간(재구조화) → (구조$_2$)

문제 해결:

해결 방법$_1$ [실패] → 막다른 골목 → 해결 방법$_2$ [성공]

(구조$_1$) → 시간(재구조화) → (구조$_2$)

이런 식으로 그 형태는 자발적으로 역전되고 있는 것으로 보일 것이고, 이는 신경계가 작용하는 방식의 결과로서 관찰자가 의식적으로 통제할 수 없다.

형태주의 관점에서 어떤 문제는 불안정이나 긴장의 상태이기도 하다. 문제 상태로부터 목표가 당장 얻어질 수 없기 때문이다. 해답이 나오려면 우리는 문제를 정확하거나 통찰력 있게 구조화해서, 그것이 불안정을 해결해주도록 해야만 한다. 통찰문제(그림 6.1)는 전형적으로 사람들이 생각하는 첫 번째 방법은 효과가 없도록 고안된다. 해결이 일어나려면, 그림 6.3A의 역전 가능한 육면체를 볼 때 일어나는 재구조화에 해당하는 문제 분석 방식에서의 전환이 있어야 한다.

《창의성》(로버트 W. 와이스버그 지음, 김미선 옮김, 시그마프레스)

