

# 성찰일지를 통한 상담전문가 발달 경험: 융합적 교육방법의 상담실습 중심으로

이수영<sup>1</sup>, 윤미선<sup>1\*</sup>, 김영은<sup>2</sup>

<sup>1</sup>백석대학교 보건학부, <sup>2</sup>백석대학교 기독교학부

## A Study on Counselor's Professional Development Experiences of Undergraduate Students Through Reflective Journal Writing

Su-Young Lee<sup>1</sup>, Mi-Sun Youn<sup>1\*</sup>, Youngeun Kim<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Division of Health Science, Baekseok University

<sup>2</sup>Division of Christian Studies, Baekseok University

**요약** 본 연구의 목적은 성찰적 글쓰기를 통해 예비상담자인 대학생들이 전문가적으로 성장해가는 경험을 탐색하는데 있다. 연구 참여자는 6명의 대학생으로 상담실습 수업 수강을 완료하였으며 이들이 작성한 성찰일지를 질적 연구방법의 하나인 Colaizzi의 현상학적 방법을 적용하여 분석하였다. 분석 결과, 3개의 범주와 11개의 하위범주가 도출되었다: 상담에 대한 인식과 지식 확장, 상담자로서 미숙하여 고민과 좌절함, 전문 상담자를 향해 좌절을 극복하려고 노력함. 이와 같이, 대학생들은 상담실습 수업 중 성찰적 글쓰기를 통해 전문가적 상담자를 향해 발달과 성장을 경험하는 것으로 나타났다. 본 연구는 상담전공 대학생이 경험하는 전문가적 성장의 경험을 드러내 주었다는 데 의의가 있으며 추후 상담실습 프로그램의 개발에 필요한 자료로 활용될 수 있다.

• **주제어** : 대학생, 상담전문가 발달, 성찰일지, 융합적 교육방법, 질적 연구

**Abstract** The purpose of this study is to explore undergraduate students' professional growth experiences as a novice counselor through reflective journal writing. Study participants were six students who completed the counseling skills course. The analysis was done on their weekly reflective journals using Colaizzi's phenomenological qualitative method. As a result, 11 sub-categories and 3 categories were emerged: increasing recognition and knowledge regarding counseling, being troubled and frustrated due to one's inexperience of counseling, trying to overcome frustration toward professional counselors. This study revealed counseling major undergraduate students' professional development experiences and can be utilized in counseling training program development in the future.

• **Key Words** : Undergraduate students; Counselor's professional development; Reflective journal writing; Convergent educational method; Qualitative research

### 1. 서론

최근 상담교육 및 훈련에 대한 관심과 요구가 급증하

면서 상담 교육 전문가들은 상담의 전문성에 대한 문제를 제기하고 있다[1]. 이제창[2]은 상담의 전문성을 위해

\*교신저자 : 윤미선(ymsrose@bu.ac.kr)

접수일 2015년 9월 22일

수정일 2015년 10월 29일

게재확정일 2015년 12월 20일

서 상담자 전문화와 이를 위한 상담자 교육내용과 방법이 전문화 되어야 한다고 하였다.

그러나 상담교육과 훈련과정을 통한 전문성 확보에 대한 연구들[3,4]에서는 현재 국내 대학원 과정에서 이수하는 이론교육과 실습이 전문성을 확보하기엔 양적, 질적으로 부족한 현실을 지적하였다[1]. 이러한 현실적 문제에 대한 개선방향으로 최근 연구자들[3,4,5]은 상담 교육의 전문화를 위해 상담자 교육현장에서 표준화된 교육과정 개설과 실습위주의 교육 강화, 전문성을 고양할 수 있는 제도적 장치 마련을 제안하고 있다[1].

그러나 상담의 전문성은 대학원이나 학부과정에서 교과목의 변화를 통해서 확보하기엔 한계점이 있다. 상담의 전문성은 상담 실천 영역에서 부딪히는 복잡하고 역동적이며 특수한 문제 해결과정을 통해 확보되고 상담자 자신의 내적인 통합과 성장이 필수적으로 요구되기 때문이다[6].

Skovholt, Ronnestad, Jennigns[7]은 인지적 수행능력만으로 전문 상담자 발달의 이해를 비판하면서 상담자 전문성에 인지, 정서, 관계 능력의 통합이 중요하다는 것을 강조하였다. Skovholt와 Ronnestad[8]는 상담전문가로 성장해 가는 과정이 다양한 요소에 의해 영향을 받고 장기간 진행되는 개별화과정임을 밝혔다. 즉, 상담 전문가로서 성장 발달해 가는 것은 전문분야의 수동적 학습과 더불어 자신의 개별적 이해의 틀을 형성하는 주체적 지식의 통합 과정이라고 할 수 있다[9]. 최근 Skovholt[10]은 실무경험, 개인적 삶, 학문적 연구라는 세 영역에서의 통합적 균형이 상담자의 발달을 이룰 수 있으며 그러기 위해선 상담 전문가로서의 훈련, 개인적인 삶의 경험과 자기성찰의 자세가 중요하다고 하였다. 이것은 상담자들의 전문적인 경험이 항상 전문성을 향상시키는 것은 아니며, 집중적이고 지속적인 재음미 과정을 거칠 때 전문적인 발달이 이루어지기 때문이다[10]. Schon[6]은 상담자의 전문적 경험에 대한 성찰을 통해 얻어지는 실제적 지식의 습득이 전문성 발달의 핵심이라고 주장했다. Skovholt와 Ronnestad[8]는 100명의 상담 전문가를 대상으로 한 질적연구에서 지속적이고 전문적인 성찰이 상담자의 전문성 발달에서 핵심적인 기제로 작용한다고 강조했다. 그래서 이종일[11]은 새로운 상황에 적합한 지식 발견이나 이론 구축은 모든 실무자에게 가능한 것이 아니라 문제 상황의 경험에 대해 끊임없이 성찰하는 실무자에게만 가능하다고 하였다.

Skovholt와 Ronnestad[8]는 초급 상담자의 어려움을 7가지로 정리하였는데, 상담에 대한 불안감, 감독자의 평가, 내담자와의 정서적 관계, 사례개념화의 미흡, 높은 기대치, 멘토 부족 등이 그것이다. 그래서 여러 학자들[12,13]은 상담자의 발달이 복잡한 문제를 개념화하고 이해하는 성찰 능력의 발달을 따르기 때문에 상담 전문가 교육 프로그램에 초급 상담자의 성찰훈련이 중요하게 다루어져야한다고 하였다[14]. 그 예로 허재경과 김지현[14]의 초급 상담자를 대상으로 한 성찰 중심 슈퍼비전을 탐색한 연구에서 초급 상담자들이 적극적인 성찰연습을 하여 성찰능력이 향상되고 자기성찰을 통한 자기이해와 수용이 일어나 상담자 발달에 변화가 나타났다고 하였다. 권경인[15]의 국내 집단상담 전문가의 발달과정에 대한 질적연구에서 집단상담 전문가의 좌절과 대처를 부분적으로 분석하고 있는데, 상담자의 좌절과 대처는 상담자 발달을 촉진시키는 중재적 조건 중 하나로 분석되었다. 집단상담 전문가들은 상담자 초기에 좌절을 많이 경험하는 것으로 나타났다. 이들의 좌절은 초기에는 외부로부터의 평가나 집단원들로 인한 좌절이었으나 발달 후기로 갈수록 점차 전문가로서 역할을 제대로 감당하고 있는지에 대한 내적 좌절로 이동되는 것으로 나타났다. Cormier[16]는 초급 상담자들이 위기 상황에서 자신의 한계나 부족함, 무능력을 인정하게 되면 궁극적으로는 인간으로서의 상담자가 될 수 있다고 하였다. 개인적 위기 역시 상담자 발달에 매우 압도적으로 큰 영향을 줄 수 있지만 궁극적으로는 상담자에게 치료적인 자원이 되어 진다는 것이다.

Schon은 성찰 능력의 함양을 위해 성찰적 실습을 제안하였으며[6] 또한 프로그램이나 강좌 수를 추가하는 대신, 정규 교과목이나 훈련 프로그램에 성찰 능력 증진을 위한 방안들[17]을 통합하여 적용하는 방법을 제안하였다. 이러한 성찰 능력 함양을 위한 방안 중 글쓰기는 가장 일반적인 방법으로 자신의 실무경험을 되돌아보고 그것에 대해 자신의 생각과 느낌을 서술하게 한다. 이런 글쓰기는 수업경험보고서나 성찰일지 혹은 자서전적 글쓰기의 형태로 쓰여질 수 있는데[5], 특히, 성찰적 글쓰기는 교육 방법론의 측면에서 학생들의 자기성장을 촉진하는 주요한 요인으로 나타났다. 성찰적 글쓰기는 지식전달을 일차적 목표로 하는 전통적 교육방법과는 다른 과정적 지식의 획득을 극대화시킬 수 있는 효과적인 교육 방법으로 교육학 분야에서 주목을 받고 있다[18].

대체로 초급 상담자들이 겪는 전문가로서 성장하는 과정이나 경험에 대한 연구는 어느 정도 진행이 되어 있는 상황이지만 전문상담자를 양성해야 하는 학부생들을 대상으로 하는 연구는 그 중요성에 비해 부족한 실정이다. 김인규[19]는 상담학을 전공한 대학생들이 전문상담자를 위한 교육과정의 수준을 보장받지 못한다면 상담전문가로서의 양성에 대한 시작은 어렵다고 하였다. 또한 상담자 전문성 발달에 중요한 핵심인 실천적 성찰, 특히 상담자 발달과정에 교육학적 교육방법을 융합한 성찰적 일지를 통해 상담전문가로서의 성장 경험을 분석하는 것도 의미가 있다고 여겨진다. 이에 본 연구의 목적은 상담자 전문성 발달에 중요한 성찰일지를 통해 예비상담자인 대학생들이 전문가적으로 성장해가는 과정과 경험에 대해 질적 분석을 이용하여 심도 있게 구체화시키고자 한다.

## 2. 연구 방법

### 2.1 참여자 정보 및 자료수집 방법

대학생들의 상담실습 교과목을 통해 상담 전문가로서의 발달 경험을 알아보기 위해 본 연구의 참여자는 충남 천안시에 소재한 B대학에서 상담실습 수업을 2013년도 2학기~2014년도 1, 2학기에 수강한 기독교상담 전공 3-4학년 학생 가운데서 선정하였다. 대상자들은 연구의 목적과 주제에 부합하며 의미 있는 자료를 제공할 수 있는 학생들로 제한하였다. B대학에 개설된 이 상담실습 수업은 기독교상담 전공의 심화수업으로 3-4학년 학생이 대상이 되었다(주 2시간, 15주, 총 30시간). 이 수업을 진행하는 교수는 연구자 중 한명으로 임상심리학 전공 박사이며 상담 관련 현장 경력이 있다. 수업은 주로 상담기술 연습, 모의상담과 그에 대한 슈퍼비전, 교수의 사례개념화 및 상담기술 코칭을 중심으로 이루어지며 수강생들은 매주 전문성개발일지라는 상담실습 수업의 경험에 대한 성찰일지를 기록하여 제출하고 교수의 피드백을 받았다[20]. 수업 중 슈퍼비전(모의상담에 대한)은 학생들이 상담사례를 소개하고 질문하고 토론하는 방식으로 진행하였고, 필요한 경우 상담내용을 전사한 성찰일지를 수업 중에 함께 보면서 상담기술에 대한 구체적인 슈퍼비전을 제공하였다.

실제 내담자는 수업을 수강한 학생들 중 수업경험을 잘 표현할 수 있다고 판단되는 학생을 참여자로 선정하

였고 구두로 동의를 얻었다. 본 연구는 이들이 작성한 성찰일지를 일차적 분석 자료로 활용하였다. 전문성개발일지는 학생들이 학습과정에서 경험하는 생각, 감정, 행동을 성찰하고 예비상담자로서 자신의 장점과 자원, 개선해야 할 부분 등을 파악해 가는 것을 촉진하기 위해 연구자가 상담실습 수업에서 요구하는 성찰적 과제이다[20]. 성찰일지 과제는 수업 과제로서 매주 1-2페이지로 작성되며 수업, 모의상담 경험, 교재 읽기(reading)를 바탕으로 자신의 경험(생각, 감정, 행동)을 서술하는 방식으로 한 학기 동안 상담실습 교과목을 통해 작성되었다.

연구결과의 오염을 방지하기 위해 상담실습 교과목의 수강을 마치고 학점 이수가 완료된 학생 6명의 성찰일지 75 회분을 선별하여 최종 분석대상으로 하였다. 분석대상자들은 3-4학년에 재학 중이며 나이는 22-27세, 여학생 4명, 남학생 2명으로 구성되었다. 참여자에게 연구 목적과 과정에 대한 설명이 제공되었고 연구 참여에 대한 자발적 동의와 함께 상담실습 경험을 기록한 성찰일지를 제공받았다. 또한 참여자의 비밀보장과 연구자의 편향적 해석 방지를 위해 참여자들의 성찰일지는 익명으로 처리되었다.

### 2.2 분석방법

성찰일지의 분석은 상담실습 수업을 진행하는 연구자와 상담실습 수업과 관련 없는 두 명의 연구자와 함께 실시되었다. 이러한 구성은 상담실습 수업의 담당교수가 연구자로서 대상자의 주관적 경험체계로의 입문을 유리하게 하지만, 연구자에 의해 참여자 정보가 노출되었다는 것은 자료 분석에 있어 편향적 해석을 나타낼 수 있다. 그래서 상담실습 수업과 관련 없는 연구자와 공동연구를 진행함으로써 이와 같은 성찰일지 분석에 대한 오류를 줄이고자 하였다.

본 연구의 분석은 Colaizzi[21]의 현상학적 연구방법으로 질적 연구방법 중 하나를 사용하였다. 분석 범위는 연구 목적인 상담 전문가로서의 발달 경험과 관련하여 성찰일지 내용 중 상담 전문가로서의 성장에 해당되는 부분으로 제한하였다[20].

자료 분석은 연구자들이 6명의 참여자들의 성찰일지를 무작위로 선정하여 개별적으로 진행되었다. 먼저 연구자들은 참여자들의 경험적 현상을 전체적으로 파악하기 위해 성찰일지를 반복적으로 읽었다. 그 다음으로 연구의 주제와 관련하여 의미 있는 문장을 추출하고 참여

자의 반응과 느낌에 가깝게 그 의미를 함축적으로 재진술 하였다. 연구자들이 서로 상호 비교하여 수정 보완한 결과를 유사한 재진술들끼리 묶어 의미를 구성하였다 (formulated meanings)[20]. 참여자의 경험의 본질이 드러나도록 이들 구성된 의미를 비슷한 것으로 재차 묶고 추상화하는 작업을 거쳐 3개의 범주와 11개의 하위범주를 도출하였다.

분석과정에서 연구자는 참여자의 주관적 경험세계를 이해하기 위해 참여자에 대한 선입견이나 편견을 배제하도록(‘괄호 치기’) 노력하였다. 또한 연구자간 내적신뢰도를 높이기 위해 분석결과에 대한 연구자들의 지속적인 수정 보완을 실시하였다[20].

### 3. 연구 결과

본 연구결과 참여자는 상담수업 성찰일지를 통해 상담전문가로서 성장 경험을 한 것으로 나타났으며, 3개의 범주와 11개의 하위범주로 분류되었다. 3개의 범주는 1) 상담에 대한 인식과 지식 확장 2) 상담자로서 미숙하여 고민과 좌절함 3) 전문상담자를 향해 좌절을 극복하려고 노력함으로 나타났으며 하위범주 11개는 표와 같다 <Table 1>.

#### 3.1 상담에 대한 인식과 지식이 확장됨

##### 3.1.1 상담실습과 성찰일지에 대한 기대감과 중요성을 인식함

참여자는 상담 수업을 들으며 매주 작성하는 성찰일지를 통해 수업 시간을 기대하게 되지만, 상담과 상담기

록에 대한 두려움 등 양가감정이 일어나며, 상담실습의 중요성 인식과 각오를 새로이 하는 것으로 나타났다.

“앞으로의 상담이 두렵기도 하지만 (중략) 기대가 되는 일이다.”[참여자2]

“상담은 공부라 많이 필요하고, 많은 지식들이 필요하고 실천이 너무나 중요하다는 것을 느꼈다. 상담자는 내담자를 만나면서 성장하겠다고 생각하게 되었다. 내담자를 만나는 것을 절대 두려워하지 말고 부딪혀 보면서 성장해 나가야겠다는 생각을 했다.”[참여자3]

##### 3.1.2 수업을 통해 상담지식이 확장됨

참여자는 상담수업을 통해 상담에 대한 지식이 확장되어, 내담자 수용, 내담자 감정에 주시해야 됨, 상담기법 학습이 실생활에 유용함 등을 인식하였다. 성찰일지 작성을 하며 수업내용이 반복되어 상담에 대한 개별적 시각 형성, 상담기록의 필요성, 내담자의 방어기제 등을 인식하였으며, 상담에 대한 정의를 부모의 기다림과 모험에 비유하여 정의 내렸다.

“그 사람을 수용하는 것이 정확히 어떤 것인지 알게 되었다.”[참여자4]

“상담기법을 배우는 것은 상담에서만 쓰이는 것이 아니라 내 실생활에서도 많이 사용되어질 수 있는 유용한 인간관계에서의 팀이라고 생각되어진다.(중략) 내담자의 생각보다는 감정에 초점을 맞추라는 것이었다. 감정을 알면 어떤 상황에 어떠한 기분을 느꼈는지를 파악할 수 있고 그 감정을 토대로 사건이 일어나게 된 이유를 알아볼 수 있기 때문인 것 같다.”[참여자1]

<Table 1> Counselor's professional development experiences of undergraduate students through reflective journal writing

Categories	Sub-categories
Increasing recognition and knowledge regarding counseling	Having expectation about reflective journal and the class, Recognizing the importance of counseling training
	Expanding counseling knowledge through class
	Realizing prerequisite for professional counselors
	Acquiring understanding and insight regarding counseling
	Acquiring insight on professional aspects of a counselor
Being troubled and frustrated due to one's inexperience of counseling	Being aware of one's lack of counseling skills
	Wrestling with clients experiencing defense mechanism, counter-transference, frustration
	Being frustrated as a counselor due to concern and doubts about oneself
Trying to overcome frustration toward professional counselors	Endeavor and method for better counseling
	Doing well as a counselor
	Being comforted in knowing other students are in similar situations

“상담은 꼼꼼하게 하나하나 세밀한 직업 같다.(중략) 성찰일지 발표 수업을 하면서 느끼게 된 것은 내담자가 하고 싶은 말은 불투명하다는 것이다. 그래서 둘러서 말하거나 애써 아닌 척 하는데 그것은 사람에게 누구나 가지고 있는 방어기제이다.”[참여자2]

“상담은 마치 ‘부모의 기다림’과 같다. 상담을 할 때 내담자 스스로가 문제를 직면할 수 있도록 도와주고 본인의 생각과 의사로 문제를 해결해 나갈 수 있도록 옆에서 도와주는 것이 상담이 아닐까(중략) 상담은 마치 ‘모험’과 비슷한 것 같다. 내담자를 만나 접수면접을 할 때 걱정과 두려움 반 긴장과 기대 반의 심정으로 시작을 하게 된다. 상담이 끝나는 시기에 내담자가 가지고 있던 문제에 대한 자유함을 얻었을 때 상담사도 안도의 기쁨과 자신의 길이 틀리지 않았음에 대한 기쁨의 감정 등을 얻는 것 같다.”[참여자1]

### 3.1.3 전문상담자 준비요건을 인식함

참여자는 상담수업을 통해 전문상담가의 준비요건을 깨우치게 된다. 상담자 자신의 자기회복이 중요하다는 것과 자기표현을 개발해야 할 필요성을 인식하였으며, 다양한 관점을 가져야 하는 상담자의 덕목과 상담자의 언어구사 능력이 중요함 그리고 내담자의 고통의 근원을 인지해야 함을 깨달았다. 참여자는 좋은 상담자가 되기 위한 노력과 상담자로서 내담자를 포용하는 등 자질을 배양하겠다는 다짐을 하였으며, 많은 경험을 바탕으로 준비된 상담자가 되어야겠다고 성찰일지를 작성하며 다짐한다.

“상담을 진행하면서 언어의 능력이 중요하다는 사실을 절실히 깨달았다.(중략) 상담자에게 자기분석과 내담자경험을 통한 자기회복이 얼마나 중요하지도 알게 되었다. 나의 이런 미해결과제를 분석과 상담을 통해 해결함으로써 건강한 상담자가 될 수 있음을 느끼게 되었다.(중략) 나 스스로를 잘 표현하는 것이 중요하다 생각되기에 내가 하고자 하는 표현들을 잘 전달하는 사람으로 성장해야겠다고 생각했다.”[참여자3]

“다양한 경험과 관용적인 사고를 통한 다양한 관점에서 사건을 바라보는 것은 상담자가 가져야 할 필수덕목이라고 생각한다.(중략) 내담자의 꼬여있는 줄을 풀어주기 위해서는 이 어폰의 시작부분을 찾는 것과 같이 내담자가 가지고 있는 고통의 근원이 무엇인지 인지해야하며, 고통이라는 것에 대한 나만의 정의가 있어야 한다는 것을 알게 되었다.[참여자1]

“지금 나의 틀에 안주하며 내가 할 수 있는 범위에서만 내담자를 만나 ‘나의 범위’ 내에 내담자를 가두는 것이 아닌, 나의 틀과 직면하는 작업이 어렵더라도 하나하나 그 틀들을 부숴가며 혹은 유연하게 하며 내담자를 포용할 수 있는 능력을 업그레이드 하여야겠다.”[참여자4]

“미래의 상담자로서 학업에 있어 최선을 다하고 책을 통한 간접경험과 풍부한 지식, 그리고 공감을 잘 하기 위해 많은 경험들을 바탕으로 준비하여 준비된 상담자가 되어야겠다.”[참여자3]

### 3.1.4 상담에 대한 깨달음 및 통찰을 얻음

참여자는 상담을 통한 깨달음 및 통찰을 경험하였다. 상담을 ‘경청하는 태도와 내담자의 인식의 변환 유도’로 정의 내렸으며, 자신의 가정사를 통해 관점의 중요성에 대해 깨닫게 되고, 상담자 자신이 간혀있거나 긴장하면 상담 진행을 어렵게 함을 경험하였다. 또한, 간접 상담 경험을 통해 지나친 칭찬에 대한 우려와 일반화에 대한 우려, 내담자의 현재 문제를 우선 해결해야함을 깨닫게 되고, 슈퍼비전을 통해 상담자의 역할, 상담이 내담자 중심이라는 통찰과 내담자의 미완성 문장에 대한 이유와 대처방안을 고려해야 함을 인식한다.

“내가 조심스럽게 생각해본 상담이란 바로 ‘경청하는 태도’이라는 것이다.”[참여자4]

“내가 생각하는 상담은 인식의 변환을 유도하여 본인이 겪고 있는 힘든 상황을 다르게 볼 수 있는 시야를 가질 수 있도록 서포트 해주는 것, 내담자 스스로가 느끼고 변할 수 있는 기회의 장을 열어주는 것이 상담이라 생각한다.”[참여자1]

“간혀 있는 내담자 속으로 들어가 문고리를 찾아주고 문을 열 수 있도록 도와주는 것이 상담이거늘 저는 함께 간혀 방황하는 사람이었습니다. 제 자신이 간혀 있는 부분을 찾고 나온 분량만큼 상담이 가능함을 절실히 느끼게 되었습니다.(중략) 가장 크게 느끼는 것은 말 한마디에 단어선택과 표현력, 그리고 거기에 실리는 눈빛과 감정, 목소리에 툰이 너무나 중요하다는 것을 느꼈습니다. ‘아~’ 또는 ‘네~’라는 아주 짧은 말을 통해서도 내담자의 마음은 바뀔 수 있고 열릴 수 있다는 것을 느꼈습니다. 아주 짧은 순간이지만 그 순간에 상담의 흐름 판도는 뒤바뀌어질 수 있겠다는 생각을 하게 되었습니다.” [참여자5]

“내담자가 자신의 감정을 알아주는 저와의 만남 속에 눈물을 흘리며 순간의 카타르시스를 경험하면 문제가 어느 정도 해

결되기 시작한다고 착각하고 있었습니다. '문제 해결'이라는 것이 무엇인지 정확한 개념과 그 길을 몰랐던 것입니다. 썩은 큰 기둥 나무 하나를 뽑은 느낌입니다. 지금까지의 만남을 통해 상대의 문제를 들어주면서 감정 해소 및 카타르시스를 통한 것이 문제가 해결된 것이라 생각한 것은, 제가 제 자신의 문제를 고민하며 싸우다가 단순히 감정적인 부분의 해소가 되면 문제가 해결된 것이라고 착각했기 때문이라는 것을 발견했습니다.”[참여자5]

“상담을 할 때 상담자가 긴장을 하게 되면 상담이 원만하게 진행되기 힘들다는 것을 느끼는 한 주였다.(중략) 내담자의 기분을 맞춰주기 위해 너무 칭찬만 한다면 상담에 있어 전혀 도움이 되지 않는다는 것을 느꼈다.(중략) 상담을 할 때는 함부로 일반화를 해서 안 된다는 것이다. 내담자의 얘기는 내담자에게만 적용하여 받아들이는 노력을 해야겠다는 것을 느끼는 시간이었다.(중략) 모의상담 이후 또 한 가지의 느낀 점이 있다면 here&now의 중요성이다. 내담자가 상담을 받으러 오는 이유는 지금 현재 더 이상 본인이 견디기 힘든 일이 일어났기 때문이다. 상담을 진행함에 있어 현재의 문제를 가장 우선적으로 해결해야 하겠다는 생각이 들었다.”[참여자1]

“상담과 인간관계는 비슷하지만 시작점부터 다른 것 같다. 내가 상담자의 자리에 있다면 나의 부족한 면모는 최대한 감추고 내담자에게 들리지 않아야 된다는 생각을 가지고 있다. 그 이유는 내담자가 나 또한 문제투성이인 본인과 별 다를 바 없는 인간이라는 사실을 깨닫게 되면 나에게 대한 믿음과 신뢰의 마음을 잃고 상담에 제대로 임하지 못할 것만 같다는 생각을 가지고 있기 때문이다.”[참여자1]

“슈퍼비전을 들으며 들었던 생각은 상담자는 들어주는 것이 주된 역할이며 본인 스스로가 깨달을 수 있도록 길을 열어주는 것이지 내 임의로 길을 가르쳐주고 그 방향으로 가도록 지지하는 것이 아니라는 것이다.(중략) ‘상담은 내담자 중심’이라는 것이다.(중략) 상담을 할 때 상담자 임의로 문장을 완성시켜서는 안 된다는 것이다. 우선적으로 내담자가 문장을 완성시키지 않는 이유를 파악하고 그 이유에 따른 대처방안들을 생각해 볼 필요가 있다.”[참여자1]

### 3.1.5 상담자 전문성에 대한 깨달음

참여자3는 성찰일지를 작성하며 전문적인 상담가가 되기 위해서는 공감, 조력자, 경청, 라포형성, 내담자에 집중, 질문 연습, 훈련 시간, 자기개발, 상담자역할, 직업관 등이 요구됨을 깨닫고, 전문가가 되기 위하여 노력하려고 다짐한다.

#### 3.1.5-1 공감

참여자3는 전문 상담가가 되기 위해서는 공감이 중요성을 인식하고 내담자의 그 감정에 공명하는 것이 최고의 위로이며 침착해야 하고, 침묵을 두려워하거나 내담자 감정에 동요되면 안된다는 것을 깨닫는다. 전문 상담자는 항해사나 거울과 같은 역할을 해야한다고 생각한다.

“오늘의 시간을 통해서 공감이 얼마나 중요한지 알게 되었고, 저 사람은 왜 저런 방어기제를 사용하게 되었는지에 대해 초점을 맞추며, 긴장을 완화하며 침착하게 대응해야 하는 것 또한 알게 되었다.(중략) 많은 사람들을 머리로 이해할 뿐 아니라 그들을 깊게 공감해주기 위해서는 우리가 그들과 같다는 마음의 모양을 가지고 있어야 할 것 같다.(중략) 침묵을 두려워하면 안된다. 상대방의 마음에 공감은 해주되 동요되서는 안된다.(중략) 나의 경계선을 허무는 것은 어려운 일이지만, 소통의 장을 많이 마련해야겠다.(중략) 상담자는 정말 항해자 같다. 상담사가 이끄는 대로 대화가 흘러간다. 상담은 사람을 인격체로 다루는 것이다. 성찰일지가 나에게 엄청난 도움이 되었다.”[참여자2]

“오늘은 정말 큰 것을 하나 배운 것 같다. 상담에서는 무엇을 ‘고치기’ 이전에 ‘이해해주기’, ‘지지해주기’, ‘알아주기’가 먼저라는 것을. 나는 무엇인가 잘못되었고 성장을 위해서는 무엇인가 바뀌어야 한다는 것에 초점을 두느라 있는 그대로의 과정을 인정해주지 못했다. 먼저, 충분히 이해해주고 기다려주고 알아가고 도전하는 그 모든 것을 지지해주는 것이 먼저인 것을 깊이 새겨야겠다.”[참여자6]

“나같이 아프고 어려운 마음을 가진 내담자들에게 있어 최고의 위로란 그 감정에 공명(共鳴)하며 같이 울어주는 것. 같이 느껴주는 것이라는 기본적인 사실을 새삼 절감하게 된다.”[참여자4]

“비자발적인 내담자에게 이유를 물어도 내가 원하는 답을 얻기는 힘든 경우가 많기 때문에 비언어적 메시지를 잘 파악하는 것이 중요하다고 본다.”[참여자4]

#### 3.1.5-2 조력자

참여자3는 전문상담가에 대해 조력자로서 공감과 반영, 자신의 마음을 잘 아는 것이 필요하며 인도자 역할, 내담자 스스로 할 수 있게 도와주는 역할로 인식한다.

“이번 시간을 통해서 깨닫게 된 것은 우리는 해결해 줄 수 있는 것은 아무것도 없는 것이다. 우리는 인도하는 것뿐이다.

깊이 있게 내담자의 말의 의미를 생각해보며, 내담자가 진짜 하고 싶은 말을 뽑아내는 것, 깊이 공감하고 반영해주는 것이 필요한 것 같다.”[참여자2]

“상담에서 상담자의 역할이 얼마나 중요한지 깨닫게 되었다. 많은 내담자를 만나고 나 자신을 분석하면서 내담자 스스로 결정하고 선택할 수 있도록 도와주는 힘을 찾게 해주는 상담자가 되어야겠다는 생각을 하게 되었다.”[참여자3]

### 3.1.5-3 경청

참여자3는 진실된 경청과 내담자 감정 살피기가 중요하며 이는 초기 상담자와 내담자 간의 라포형성과 신뢰도 증가, 내담자 스스로에게 성장기회 제공, 성공적인 상담을 위해 중요함을 인식한다.

“진실된 경청적 태도는 초기 상담자와 내담자 간의 라포형성이 친밀하게 이루어져 신뢰도가 더 깊어지도록 도울 것이며, 내담자 스스로가 성장할 수 있는 기회를 제공하는데 탁월한 역할을 하게 되어 성공적인 상담으로 이끌 수 있는 필수적인 매개체로서 작용할 것이라는 결론에 도달하게 되었다.”[참여자4]

“내담자는 상담자의 피드백과 경청하고 공감해주는 말들이 진짜인지 겉치레인지 어느 정도 분별할 수 있다는 것을 깨달았습니다. 마음으로 이루어지는 만남이기에 거짓이 들롱날 수밖에 없는 것입니다.”[참여자 5]

“내담자를 분석하는 상담자가 아니라, 온 몸이 귀가 되어서 경청을 하는 것이 중요하다.(중략) 내담자의 이야기에 귀를 기울이는 것이다. 그 당시 바로 깨닫지 못하는 내담자의 느낌이나 마음들을, 내담자가 숨어버리는 말을 지나치는 것 같다. 다시 한 번 귀를 기울여보자. 내담자의 마음과 감정을 함께 살피고 싶다.”[참여자2]

### 3.1.5-4 라포 형성

참여자3는 상담가로서 전문기술을 갖추고 라포를 형성한다면 비자발적인 내담자들도 조금씩 마음의 문을 열 수 있으므로 라포형성의 중요성을 깨닫는다.

“라포형성의 중요성을 절실히 깨닫게 되었던 것 같다. 초기면 접부터 내담자와 라포형성에 있어서 더욱 힘쓰는 상담자가 되어야겠다. 깊은 라포와 상담기술이 연합된다면 비자발적인 내담자들도 조금씩 마음의 문을 열 수 있지 않을까 라는 생각이 들었다.”[참여자3]

### 3.1.5.-5 내담자에 집중

참여자3는 성찰일지를 쓰면서, 실수를 되돌아보며 선입견을 버리고 내담자의 말과 마음에 집중을 해야 함을 깨닫는다.

“차분히 내담자에게 집중하는 것이다. 성찰일지를 쓸수록, 내가 무슨 말을 한건가, 왜 저렇게 물어봤지 하며 후회를 하곤 한다. 그 실수를 줄이기 위해서는 내담자에게 집중해야 하는 것이다. 나의 선입견과 나의 생각을 배제하고 하안도화 것처럼, 내담자의 말과 마음에 집중을 해야 한다.”[참여자2]

“관찰자 입장에서 볼 때, 내담자와 상담자 모두 상담 중에 느꼈던 감정이나 역동들이 동공에 움직임, 피부 톤에 변화가 있었고 손과 발 입 꼬리에도 움직임이 있었습니다. 말은 긴장되어 보이지 않으나 표정과 여러 가지 비언어적 행동들은 달랐습니다.” [참여자5]

### 3.1.5-6 간접질문 연습하기

참여자3는 질문은 내담자가 의존과 비판적인 느낌을 받게 되므로 간접적인 질문이 중요하며, 단어와 의미에 따라 상담의 방향과 내담자의 생각이 달라지므로 언어선택과 중립성을 지키는 것이 중요함을 깨닫는다.

“내담자를 관찰하고 말하기를 기다리기보다, 너는 왜 ~하니? 왜? 이런 질문을 많이 한다. 그러나 질문들은 상담자에게 의존하게 되며, 비판 받는 것 같은 기분 등 긍정적인 감정보다 부정적인 감정이 떠오르게 된다. 나는, ‘왜’라는 질문 대신 ‘간접적인 질문’을 사용하는 연습을 해야겠다고 생각했다.(중략) 정확하게 내담자의 상황을 파악하기 위해서는 자세한 질문, 직설적인 질문을 할 수 밖에 없었다. 그래서 질문하는 연습을 통해서 내담자와 대화하듯, 자연스럽게, 이와 더불어 구체적으로 물어봐야 하는 것임을 알게 되었다.”[참여자2]

“어떤 단어를 쓰고, 어떤 의미를 두고 얘기하느냐에 따라서 상담의 방향과 내담자의 생각 등 많은 것들이 달라 질 수 있다는 것을 깨닫게 되었다. 상담자도 어떤 것이 옳은지 이야기 해주고 싶은 욕구가 있기 때문에 그런 것들을 내담자에게 은근히 요구하지 않고, 중립성을 두고 이야기 하는 것이 너무나 어렵지만, 그만큼 중요하다는 것을 깨닫게 된 것이다.”[참여자3]

### 3.1.5-7 훈련하기

참여자3는 전문적인 상담가가 되기 위해서는 반영, 공

감, 마음의 어려움을 알아가는 훈련의 시간이 필요하며 조금함을 실망을 가져올 것이라는 통찰을 경험한다.

“지금은 충분히 반영하는 연습, 공감해주는 연습, 상담이 나의 마음에 왜 어려운지 알아가는 연습을 하는 것이 중요한 것 같다.”[참여자2]

“유능한 상담자의 자질을 갖기 위해서는 어느 정도 훈련의 시간이 필요하며, 조금한 마음을 가지고 자꾸 단 시간 내에만 어떤 일을 해내려고 한다면 그에 대한 결과가 빨리 돌아오지 않는 것에 실망하는 일이 매우 잦을 것이라는 기본적인 사실을 알게 되었다. 이러한 통찰은 감정에 있어 매우 조금한 마음을 가졌던 나를 좀 더 안정시켜주었고, 결국은 나 또한 ‘감정에 민감한’ 사람으로 변모될 그 날이 올 것이라는 희망을 갖게 될 수 있었다.”[참여자2]

“내담자의 거울이 되어야 한다는 의미가 새롭게 깨달아졌습니다. 나는 어떤 거울이 되고 있는지 생각하게 됩니다. 깨진 거울인지, 얼룩진 거울인지, 작은 거울인지에 따라 넓게 비추어 줄 수도 있고 깨끗하고 투명하게 내담자가 자신을 잘 성찰하고 탐색할 수 있도록 비추어줄 수도 있는데 스스로 어떤 거울인지 생각해 보게 되었습니다.”[참여자2]

### 3.1.5-8 자신개방

참여자자는 내담자의 비언어적 것에도 집중해야하며, 자신을 수용하고, 두렵고 부끄러워도 자신을 개방함으로써 전문상담가의 기술과 능력을 더 연게 되었으며 개방의 중요성을 깨닫는다.

“내가 감정에 솔직하지 않고 나를 부인하고 나의 나뭇잎을 수용해주지 않으면서 내담자에게 일어났으면 하는 변화들을 바라고 돕기엔 한계가 있을 것이라 생각이 들었다.”[참여자6]

“이번 수업을 통해서 언어적인 것 뿐만 아니라 비언어적인 것에 대한 경청의 중요성 그리고 상담자의 기술과 능력의 중요성을 머리로 깨닫는 것이 아니라 정말 피부로 느낄 수 있는 시간이 되었다. 그리고 이렇게 느낄 수 있었던 것은 내가 오픈했기 때문이라는 것을 깨달았기에 두렵고 부끄러워도 이렇게 오픈하고 나누는 것이 중요하다는 점도 알 수 있었다.”[참여자3]

### 3.1.5-9 자신만의 직업관

참여자자는 막연한 상담가에 대한 동경에서 벗어나 구체적인 직업관을 발견해간다. 전문적인 상담가가 되기 위해 나의 미해결문제 해결과 상담에 대한 나만의 신념

을 만들어가기, 아픔을 이해하며 이끌어주는 직업으로서 나만의 직업관을 가지고 거울로서의 역할을 수행할 수 있는 아름다운 상담자가 되어야겠다고 다짐한다.

“나의 미해결문제를 빨리 해결해야 내담자 또한 안내해줄 수 있다. 물론 나의 수많은 눈물과 아픔이 동반될 것이다. 생각만해도 회피하고 싶고 마주치고 싶지 않다. 그것을 뚫고 지나가야 한다. 상담자는 매우 담대한 직업같다. 두려움을 극복하는 멋진 사람들 같다. 생각만해도 눈물이 나올 것 같고 사람들은 만나기 싫어하고 불편해서 덮어두거나 나 몰라라 하는 감정들을 상담자는 직면하고 직면하며 잔잔한 파도처럼 슬픔과 아픔을 머금고 담담하게 살아간다. 마냥 좋다고만 생각을 했던 상담자의 길은 누구보다도 아픔을 극복하며 덤덤하게 다른 사람들의 아픔을 함께 이끌어주며 안내해주는 그런 직업이었다.”[참여자2]

“자신이 하는 상담의 방식에 대한 신념을 가지고 끊임없는 성찰을 하며 계속해서 노력한다면 신념을 바탕으로 한 나만의 이론을 만들어 능수능란하게 상담을 할 수 있게 될 것 같다. 상담에 대한 나만의 신념을 만들어가고 있는 중이라는 생각이 든다.”[참여자1]

“상담을 통해 하나님의 작품들이 많은 사람들을 만나고 그들의 회복을 도우며 무엇보다 하나님께서 허락하신 가장 첫 번째 공동체인 가족의 회복을 꿈꾸며 그를 위해 공부하고 씨름하고 노력하며 애쓰는 이 모든 시간들이 하나님이 주신 나의 삶의 가치가 되기 때문에 아프고 어려워도 힘이 나며 또 다시 달릴 수 있게 되는 것 같다.”[참여자6]

“앞으로는 절대 조금해 하지 않고 천천히 내가 어떤 감정을 느끼는가에 귀를 기울이는 것부터 시작하여 감정과 생각을 통합적 측면에서 바라보는 자질을 갖는 것을 통해, 내담자들에게 맑고 깨끗한 거울로서의 역할을 수행할 수 있는 아름다운 상담자가 되어야겠다.”[참여자4]

## 3.2 상담가로서 미숙하여 고민과 좌절함

### 3.2.1 상담가로서 잘못하고 있는 미숙함을 발견함

참여자자는 상담실습 수업이 진행될수록 실습과 본인의 내담자로서의 경험, 성찰일지 기록을 통해 지속적인 반추와 통찰을 경험했다. 즉, 상담을 할수록 미궁에 빠지는 기분이 들고 자만했던 나를 발견하며 교만에 대한 깨달음을 얻었고, 내담자에게 설명함, 과거의 문제에 집중, 이상화, 해결방안 제시 못함, 내담자를 이해하지 못함, 공감 없음, 조금함, 관계형성의 어려움 등 생각만큼 따라주지 않는 상담가로서의 미숙함을 발견하고 상담가로서 잘 못하고 있는 나를 돌아보는 경험을 한다.



“내담자에게 설명해준다는 것 자체가 내담자로 하여금 본인을 ‘가르치려든다.’라는 생각이 들게 만들 수도 있어 거부감을 야기시킬 수 있을 것 같다.(중략) 상담을 하면 할수록 미궁으로 빠져드는 기분이다.(중략) 친구들의 마음 속 깊은 곳에 있던 얘기를 편안하게 잘 꺼낼 수 있도록 하는 것이 내 최대의 장점이라고 생각하고 있었다. 상담 2회차 만에 내가 건방진 생각을 가지고 있었고, 상담이라는 것은 호락호락한 것이 아니라는 것을 느끼게 되었다.”[참여자1]

“마음대로 되지 않고, 빨리 더 깊은 곳으로 가고 싶은데 그것이 마음처럼 되지 않아 마음이 무거울 때가 너무 많습니다. 그러나 상담자로서, 또한 진실한 만남을 이룰 수 있는 사람으로서 되기 위해서는 이러한 술한 혼란스러움을 겪고 관찰함으로써 내면의 힘을 발달시켜야만 함을 알기에 또 다시 한 발자국 내딛습니다. 개발일지에 쓰게 된 한 가지의 깨달음이 일주일의 시간과 맞바꾼 탐색전이라 힘들게 느껴집니다.” [참여자 5]

“아쉬운 점이 있다면 낮은 자존감이 문제의 원인이라는 사실을 알기만 한 것에서 상담이 끝났다는 것이다. ‘본인의 외모 중 장점 두 가지 찾아오기, 거울을 보며 스스로에게 사랑한다는 말 하루에 세 번씩 하기’ 등의 자존감을 높일 수 있는 과제를 내주었다더라면 더 좋았을 것 같다는 생각이 든다.”[참여자1]

“관계라는 단어가 무겁게 느껴졌다. 왜냐하면 내가 나를 모르며 살아가고 있고 그 관계 속에서 투명하고 솔직하지 못한 것이 관계를 무겁고 불편하게 만들고 있다는 나를 발견했기 때문이다. 무서웠다. 관계라는 것이 내가 나 스스로와의 관계조차 아직 완성되지 않은 상태인데 내가 그토록 긴장하는 내담자와의 관계까지 생각해야 된다는 것이 처음에는 너무 부담스럽고 도망가 버리고 싶었다.”[참여자6]

“전문가 개발일지 역시 나의 미숙함을 많이 발견하는 시간이었다.(중략)내담자의 탐색을 도와주고 싶지만, 무엇을 물어봐야할지 어떤 말을 해야 할지 모르겠다. 결국 피드백으로 돌아오게 된 것은 공감이 없다는 것이다.”[참여자2]

“상담의 기본적인 이해에 대한 자신의 교만함 및 부족함, 어리석음과 교만함이 밝혀져 큰 부끄러움을 느낄 수밖에 없었다.(중략) 나는 다른 사람의 감정을 읽을 수 있어서 뿌듯했고, 성취감이 들었다. 지금 뒤돌아 보았을 때, 내가 했던 행동은 교만한 행동이고, 오만하고, 상대방의 감정을 소중히 생각해주지 못하고, 마음대로 추측해버렸다. 이것은 존중이 아니었다.”[참여자4]

“때로는 인정하기 싫을 때도 있습니다. ‘내가 이정도 뿐인가?

거우 이정도 밖에 안되나?’ 하는 마음에 인정하기 싫고 외면하고 싶습니다.”[참여자5]

“나도 모르게 내담자에게 내 생각을 주입 시키려고 하는 내 모습들을 발견하게 되었다.(중략) 답답한 상황에서 잘 기다리지 못하고, 조언과 도움을 주고 싶은 내 자신의 평소 모습을 발견할 수 있었다.(중략) 내담자를 보다 객관적으로 인도할 수 있다고 생각했던 내 자신이 조금은 부끄러울 정도로 상담에 대해 아직 더 많이 알아가야 할 것들이 많다는 것을 느꼈다. 교만했던 내 자신을 발견하게 된 것이다.”[참여자3]

“내담자 역할 학생이 얘기치 못한 눈물을 쏟아 내심 엄청 당황했습니다. 표정은 차분하게 짓고 있었지만 속으로는 당혹스러워서 연이어 무슨 말을 해야 할지 머리가 하얗게...백지가 되었습니다. 내담자의 역동이 일어났을 때 어떻게 해주어야 하는지, 전혀 감을 잡지 못했습니다.”[참여자5]

“상담실습을 진행하다 보니 계속 턱턱 막혔다. 내담자가 말하는 것에 있어 반영해줄기가 너무 힘들었고 무엇보다 저 상황에 무엇을 어떻게 방향을 잡아가고 내담자가 통찰할 수 있도록 질문을 던져주어야 할지 고민이 되어 상담 내내 산만했던 것 같다. 아니 불안했던 것 같다.(중략) 내담자의 고민에 대해 ‘내가 더 이상 뭘 도와줄 수 있지?’라는 생각에 사로잡히니 아무 말도 못하겠고 아무 말도 듣지 못했던 상황이었다. 그 때 나는 정말 뛰쳐나가고 싶었다. 당장 그만 하자고 하고 싶었다. 그러나 어떻게 어떻게 상담은 끝났고 끝난 뒤 나는 자포자기 심정이었다.”[참여자6]

### 3.2.2 방어기제, 역전이, 답답함을 경험하며 내담자와 씨름함

참여자는 상담실습을 하며 내담자와 씨름하며 어려움을 경험하는데, 개발일지를 작성하며 아버지의 부정적 신념과 방어적인 친구와 비슷한 내담자에 대한 방어기제와 적절한 침묵의 사용과 비언어적 표현의 어려움으로 진이 빠짐을 경험하였다. 자신과 비슷한 내담자의 전이와 역전이로 인해 답답하고 후배와 내담자의 역전이가 일어나 상담종결을 경험하였으며, 내담자를 통해 자신의 미해결 이슈가 자극되어 불편한 감정이 들고 내담자와 힘겨투기에 답답함을 느낌을 경험한다.

“가장 힘들었던 부분은, 내담자의 방어기제 때문이었다. 내담자는 ‘변하지 않아요. 그때뿐이에요’ 라는 말을 계속적으로 반복하였고, 이야기를 깊이 들어가려고 할수록 빠져나오려고 노력하는 느낌을 받았다.(중략) 내담자의 호소는 아버지의 폭력성에서 시작 된 마음의 상처였다. 나의 심리가 불안

해 짐과 동시에 '아! 이 얘기하기 싫다'라는 생각이 드는 것을 느꼈다. 나 또한 오빠의 폭력성 때문에 큰 상처를 가지고 있었기 때문이다.(중략) 이야기가 계속 빙빙 돌았고, 팽팽한 줄다리기 싸움을 하는 것같이 느껴졌다. 이럴 때 대체 어떤 질문을 통해 내담자의 마음을 직면시킬 수 있는지 알고 싶었다.”[참여자3]

“적절한 침묵을 사용해보려고 대화 중 계속 타이밍을 찾았습니다. 그런데, 적절한 타이밍이 언제인지 전혀 감을 잡지 못했습니다. 몇 초 안되는 그 타이밍들에 따라 대화의 판도는 바뀔 수 있을 텐데 전혀 모르겠습니다. 내담자의 비언어적 표현을 파악해야 하고 말의 표현력이 부족하다보니 어떻게 표현해야 하는지 생각해야 하고 적절한 타이밍에 침묵과 말을 해주어야 하는 것을 생각하다보니 상담 겨우 30분에 몸이 진액이 빠지는 듯했습니다.”[참여자5]

“내 친구와 그 내담자의 사연이 너무나도 흡사해서 나는 놀라움을 금치 못했다.(중략) 나의 모습이 투사되었기 때문이다. 객관적으로 내담자를 바라볼 수가 없었다. 이것을 통해서 상담 장면에서 전이와 역전이가 나오면 얼마나 어려운지 알게 되었다. 겉으로만 빙빙 도는 것 같은 느낌이었다. 답답함을 느꼈다.(중략) 내가 이전에 좋아하던 후배와, 현재의 내담자에게 역전이가 일어났는지, 지금 현재 내담자에게 웬지 더 챙겨주고, 신경써주고 싶다.(중략) 내담자를 위한 더 좋은 방법으로, 내담자와의 상담을 종결해야겠다.”[참여자2]

“이번 상담 회기는 나에게 처음 경험해보는 공포, 불안, 초조, 지루함 등의 여러 감정단어들의 총집합이지만 딱 찍어서 뭐라 할 수 없는 시간들이었다. 그 시간들 속에 나는 내가 무엇을 느끼고 무엇에 흔들리고 있는지 탐색을 할 수 없었다. 내가 그 순간에 나를 이해하지 못하니 당연히 그 상담 장면에서의 진실함이 사라지고 성실함이 떨어져 내담자 또한 어떤 감정을 말하고 느끼고 있는지 그리고 무엇을 탐색해 나가야 하는지 모든 것이 총체적으로 혼란스러웠다”[참여자6]

### 3.2.3 상담가로서 자신에 대한 회의와 고민으로 좌절함

참여자3는 자신에 대한 통찰을 할 수 없고 문제의 원인을 알아도 해결되지 않는 상황이 답답하고 상담가로서 자신의 부족함에 부끄러움과 좌절을 경험하고, 상담자의 진로에 대한 두려움과 혼란스러움을 경험한다.

“이런 상황이 많이 갑갑하고 이런 것 하나 내 마음대로 하지 못하는 자신이 바보 같다는 생각이 들 때도 있고, 나 하나 관리하지 못하는데 어떻게 다른 사람을 상담해줄 수 있겠는

가에 대한 내가 선택한 전공에 대한 회의감이 들 때도 있다.(중략) 내가 이 길을 계속해서 가야될지에 대한 의문을 가지게 된다. 내가 잘 가고 있는 것인가에 대한 혼란스러움과 내담자에게 도움이 될 수 있을가에 대한 두려움, 내담자의 문제를 직면시키고 해결하지 못하면 어떡하지 라는 걱정 등의 감정이 계속해서 생긴다.”[참여자4]

“내가 생각하는 길은 무엇인가? 무엇을 올바른 방향으로 생각하는가? 질문이 잇달아 생각납니다. 그런데 쉽게 답이 내려지지 않습니다. 무엇인가 벽 앞에 서있는 것 같습니다. 명확한 기준치를 초점에 두고 좌우를 살펴보고 싶은데 그 기준을 잘 모르겠습니다. 쉽게 떠오르지 않습니다. 고민을 해보아도 무엇을 갖대로 놓고 나의 잘못된 방향성과 생각의 문제를 포착해야 할지 어렵습니다. 엑스레이를 찍듯 훤히 들여다 볼 수 있었으면 좋겠지만 쉽게 답을 찾을 수가 없었습니다.” [참여자 5]

“감정 탐색'에 대한 나 스스로의 어려움과 답답함, 그것이 이어져 상담가로서도 내담자로서도 만족스럽지 못한 나의 모습에 대한 속상함 그리고 대인관계 속에서도 겉도는 느낌을 받는다는 대상들의 피드백 등 나열하는 것만으로도 혼란스러운 여러 가지 측면에서 나는 탐색해봐야 할 이슈들이 생겼다. 솔직히는 어렵고 두렵다.”[참여자6]

“사실 요즘 수업을 통해 여러 통찰들이 일어나는 것이 재미있고 신나서, 힘들어도 힘든 줄 모르고 과제를 해나갔건만 슬럼프가 찾아온 듯하다. 4년이란 긴 기간 동안 상담을 배웠음에도 불구하고 아직도 나 자신을 들여다보는 것이 두려운 내가 부끄럽다. 더 나아가 내 자신도 들여다보지 못하는 상담자가 과연 누구를 이끌 수 있을 것인가라는 생각과 함께 더욱 더 깊은 자괴감으로 빠져든다.”[참여자4]

“내가 너무나 상담가로서 부족하다는 것을 느꼈고, 절망감까지 경험하였다.(중략) 성찰일지를 쓰면서 더 많이 느낄 수 있었다. 굉장히 부끄럽고 좌절감이 드는 경험을 하게 되었다.”[참여자3]

## 3.3 상담전문가를 향해 좌절을 극복하려고 노력함

### 3.3.1 좋은 상담을 위한 노력 및 방법

참여자3는 좋은 상담을 위한 방법들을 알아가며 노력하게 된다. 내담자의 감정 표현 돕기, 상담자의 선행 조건 생각하기, 긴장 이완, 내담자 중심의 상담 등의 방법을 알게 되고 성찰일지 작성의 유용성을 깨닫게 된다.

“이렇게 상담을 망친 가장 큰 이유는 잘해야 한다는 강박적인 사고와 긴장감이 큰 이유라고 생각한다. 앞으로의 상담

에서는 ‘나는 초심자니까 못하는 것은 당연하며 다만 내담자가 겪은 힘든 일들을 최대한 알아주고 그 기분을 공감해 주기 위해 노력하자’라는 생각으로 상담에 임해야 할 듯하다.[참여자1]

“상담자로서 갖추어야 할 자격 조건이 너무나 많다고 느끼고 동시에 한 가지마다의 조건이 지탱할만큼 탄탄히 갖추어야 함을 느꼈습니다. 탄탄한 기둥을 하나씩 세워 내담자가 일어날 수 있도록, 설 수 있도록 하는 것이 상담자의 역할임을 느꼈습니다. 상담자가 된다는 것이 이렇게도 어려운 것인지 실감이 납니다.”[참여자5]

“상담을 배운 나도 내 감정을 표현하는 것이 익숙하지 않는데 내담자는 얼마나 어려울까라는 생각이 들었고, 내담자가 감정표현을 좀 더 쉽게 하는 방법으로 상담을 하면서 감정을 표현하는 단어들을 많이 사용해주는 것과 내담자에게 생각과 감정의 차이점을 가르쳐 주는 방법이 생각났다.(중략) 내담자의 의견을 들은 후 둘이 같이 상담진행방향을 모색하는 것이 좋은 것 같다. 또한 상담자는 많은 자아성찰과 통찰을 하는 시간이 선행되어야 한다는 생각이 든다.”[참여자4]

“나는 ‘어쩌겠어. 나는 이제 초보인걸. 오늘은 내가 컨디션이 안 좋았으니 이럴 수 있지 뭐. 사람은 누구나 업 다운이 있는 걸.’이라는 생각을 하며 그냥 커피나 마시자 하고 카페에 가는 발걸음이 이럴 수 있나 싶을 정도로 괜찮았다. 예전 같았으면 나는 실패한 것만 같은 상담장면에 대해 끊임없이 생각하고 매여서 왜 그랬을까 하는 고민에 빠져 다운된 나의 모습이었을 것이다. 그러나 이번엔 분명 달랐다. ‘그럴 수 있어.’라는 한 마디가 나의 습통이 되었던 것이다.” [참여자6]

“좋은 상담자가 되기 위해서는 남을 아는 것보다 나 자신을 먼저 아는 것이 가장 중요할 것 같고 그런 의미에서 지금 쓰고 있는 성찰일지가 정말 많은 도움이 되는 것 같다.(중략) 다음 상담부터는 내가 먼저 편안한 자세와 말투를 사용하여 내담자의 긴장을 이완시켜줄 수 있도록 노력해야겠다.(중략) 조바심을 내지 않고 내담자의 고민을 들어주는 것에 초점을 맞추며 내담자의 행동을 관찰하며 어떤 생각을 가지고 있는지 파악하는데 초점을 맞추어 보는 것도 좋을 것 같다.”[참여자1]

### 3.3.2 상담자로서 잘 하고 있는 나를 발견함

참여자1은 상담자로서 잘하고 있는 자신의 모습을 발견하게 되는데, 자신의 상담실습에 성찰일지를 작성하며, 감정의 선택지를 이용한다든지 비슷한 환경에 처한 사람을 잘 이해하는 등 자신의 장점을 발견한다.

“내담자 스스로 조차 본인의 감정을 헛갈려하고 있을 때는 내가 생각했을 때 내담자가 느꼈을 법한 감정의 선택지를 주고 선택을 권유한다면 내담자 스스로가 느꼈던 기분을 다시 한 번 환기시킬 수 있는 기회를 만들어 줄 수 있기 때문이다.”[참여자1]

“나의 강점은, 나와 비슷한 환경에 처한 사람의 마음은 잘 알고 있다. 나는, 그다지 건강한 자아상을 갖지 못하며 살아가고 있는 사람으로서 자신을 알아가려고 하는, 경계선이 강한 사람들의 마음을 누구보다도 더 잘 이해할 수 있다.”[참여자2]

### 3.3.3 동병상련으로 위로 받음

참여자1은 수업을 통해 경험을 공유함으로써 나만 어려운 것이 아니라는 것과 모두가 같은 출발선에서 있는 듯해서 위로를 받는다.

“수업을 통해서 나만 이런 경험들을 하고 있는 것 같지 않아서 조금 더 위로가 되었다. 상담을 진행하면서 궁금했던 것을 함께 나누고 고민하는 시간에 나만 고민하고 궁금했던 것이 아니구나 라는 생각이 들면서, 함께 성장하고 있구나 라는 생각이 동시에 들었다.(중략) 나 혼자 이렇게 싸우고 있는 것이 아니고 모두가 같이 출발선에서 있는 거구나 라는 생각이 들었기 때문이다. 내 자신만 너무나 부족한 것 같아서 마음이 너무나 힘들었는데, 다 함께 비슷한 상황이라는 것이 웬지 모르게 나에게 위로가 되었다.”[참여자3]

## 4. 논의 및 제언

### 4.1 논의

본 연구는 상담전공 대학생이 상담실습 수업에서 어떠한 상담전문가로서의 성장을 경험하는가에 대하여 심층적으로 탐색하였다. 본 연구에서 나타난 세 가지 범주를 중심으로 연구 결과를 논의하면 다음과 같다.

#### 4.1.1 상담에 대한 인식과 지식의 확장

먼저, 학생들은 상담실습 수업을 통하여 상담에 대한 인식과 통찰을 새롭게 하고 상담적 지식이 확장되는 경험을 하고 있었다. 또한 상담자에게 요구되는 자질과 경험의 필요성에 대해서도 깊게 공감하는 모습을 보였다. 상담에 대한 인식과 이론적 지식의 폭이 넓어지는 것은 비단 상담실습 수업만이 아닌 일반 상담 수업에서도 보이는 특징일 수 있다. 그러나 본 연구에서 나타난 인식과

지식의 확장은 그것이 단순한 인지적 수준에 머무르는 것이 아니라 상담실습 경험을 통해 질적 변화의 과정을 거친 경험적 지식이라는 점에서 주목할 필요가 있다. 또 본 연구에서는 학생들이 수업과정에서 매우 적극적인 자세를 취하고 있는 것이 관찰되었다. 학생들은 지식을 수동적으로 흡수하는 데서 벗어나 자기 자신과 자신의 삶의 경험을 상담적 지식과 통찰과 적극적으로 연관시켜 이해해 가는 보다 통합적인 배움을 실천하고 있었다.

#### 4.1.2 상담자로서 미숙하여 고민과 좌절함

둘째, 학생들은 모의상담 경험 안에서 자신의 실제 상담능력의 부족과 상담자적 자질과 태도의 미숙함을 발견하고 좌절하고 고민하는 모습을 보였다. 학생들은 실제 내담자와의 상호작용 과정에서 다양한 도전에 직면하면서 이론과 실제 사이의 간극이 크다는 것을 깨닫고 자신의 상담적 문제해결 능력의 한계를 절감하였다. 본 연구에서는 이러한 상담자로서의 미숙함의 경험으로 인해 학생들이 자기비하와 수치심 등을 경험하는 것이 발견되었다. 이는 Hill, Sullivan, Knox, Schlosser[22]의 연구에서 발견된 상담기술 수업에서 경험된 상담전공 대학생의 상담능력과 유능성의 부족감으로 인한 자기비난과 비슷한 결과이다. 이와 같은 상담자로서의 부족감과 무능감 경험은 상담자를 대상으로 한 이미징과 박승민[23]의 상담자 발달연구에서도 나타난 바 있다. 그러나 본 연구의 결과는 이것이 상담의 실제와 처음 접촉하는 상담자후보들의 경험이라는 측면에서 상담진로를 이미 결정했다고 볼 수 있는 대학원생이나 전문상담자가 경험하는 상담자로서의 부족감과는 질적인 차이가 있는 것으로 보인다. 예를 들어, 대학원생이나 전문상담사와 같은 경우는 상담자로서의 부족감이나 무능감에 대한 대처가 자기성찰의 강화나 슈퍼비전을 통한 문제해결 등의 대처행동으로 연결되는 반면, 상담자로서의 진로를 아직 확고히 결정했다고 보기 어려운 대학생 상담자후보의 경우에는 시기상조적 상담 진로의 포기라는 결과를 낳을 수도 있을 것이다. 실제로 본 연구에서는 상담초기에 이러한 도전을 경험한 학생들이 슬립프와 상담적 진로선택에 대한 회의를 경험하는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 상담에 입문하는 상담자후보의 전문성 발달 프로그램 개발에 있어서 이러한 측면을 상담자의 발달적 맥락에서 이해하고 그에 대한 교육을 강화할 필요성을 시사하고 있다. 또한 본 연구에서는 동료학생과의 나눔이 학생들이 실습에서

경험하는 심리적 도전을 극복하는데 지지적 역할을 하는 것으로 드러났다. 나눔을 통해 서로가 비슷한 상담자 발달단계에 있다는 것을 알게 되면서 학생들은 정서적 고립감에서 벗어나 자신의 부정적인 경험을 정상화(normalization)해 나가는 모습을 보였다. 이는 상담자후보가 개인적 유능성에 대한 불안과 회의의 과정을 효과적으로 극복해 나갈 수 있도록 교수와 학생 간 또한 동료 학생들 간의 개방적인 나눔과 정서적 지지를 촉진하는 측면을 상담자전문성 개발 프로그램의 중요한 부분으로 고려할 필요를 보여주고 있다[24].

#### 4.1.3 전문상담자를 향해 좌절을 극복하려고 노력함

셋째, 학생들은 심리적으로 위축된 상태를 극복하고 자신의 상담전문성을 개발하기 위해 적극적으로 노력하는 모습을 보였다. 또한 자신의 부족한 모습 이면에 자신이 잘하고 있는 긍정적인 측면을 발견하기도 하였다. 이 과정에서 학생들은 전문성개발이라는 성찰일지를 자신의 현재 상담과정을 분석하고 앞으로의 상담방향과 전략을 수립하는 성찰의 공간으로 활용하고 있었다. Skovholt와 Ronnestad[8]는 상담자 발달을 촉진하는 핵심적 요소로서 상담자의 자기성찰을 들었는데 본 연구에서도 이런 행동이 관찰된 것은 매우 고무적이라고 볼 수 있다. 특히, 본 연구에서는 상담실습과 성찰일지쓰기 활동이 학생들의 전문가적 성장을 순환적으로 상호 촉진하는 것을 보여주었다. 성찰일지 쓰기 활동은 학생들이 자신의 상담실습 경험을 제 삼자의 관점에서 살펴볼 수 있도록 도움으로서 학생들이 실습을 경험하는 것에 그치는 것이 아니라 그 경험을 분석하고 새로운 의미를 만들어 나가는 과정을 촉진하고 있었다. 이러한 성찰경험은 다시 상담실습으로 환원되어 학생들의 새로운 행동시도를 촉매하는 역할을 하는 것으로 나타났다. 이처럼 본 연구는 상담자전문성 개발에 있어서 성찰일지 쓰기 활동의 활용가능성을 보다 적극적으로 탐색해 볼 필요성을 제기 해주었다고 볼 수 있다. 또한 본 연구에서는 학생들이 성찰과정에서 긍정적인 자기대화(positive self-talk)를 많이 사용하고 있는 것이 발견되었다. 학생들은 긍정적인 자기대화를 통해 자신의 경험을 이해하고 소화시키려는 시도를 하였으며 이를 통해 자신이 직면한 도전을 다른 관점으로 해석하고 스스로를 격려하는 것으로 나타났다. 추후 연구에서는 상담자의 전문성발달을 촉진하는 요인에 있어서 자기대화의 매개효과를 살펴보는 것을 제안하

는 바이다.

#### 4.2 연구의 의의 및 제언

본 연구는 상담실습 수업을 통한 상담전공 대학생의 상담전문가로서의 성장 경험을 질적 분석을 통해 심층적으로 파악해 보았다. 상담자의 전문성 발달에 대한 연구는 다소 있지만 아직 상담자로서의 진로 선택이 확정되지 않은 대학생을 대상으로 한 연구는 드물다고 할 수 있다. 본 연구는 상담자후보로서 상담의 실체에 입문하는 대학생들의 상담자전문성 발달경험을 보다 풍성하게 드러내주었다는 것에 그 의의를 찾을 수 있다. 또한 본 연구는 앞서 서론에서 언급한 Schon[6]의 제안과 같이 교육학분야에서 과정적 지식의 획득을 촉진하는 방법으로 부각되어 온 성찰적 저널쓰기를[18] 적극적으로 수업에 도입하여 융합적 방법으로 상담자 훈련을 실시하고 상담자전문성 발달에 있어 그 효과를 살펴보았다는 점에서 의의가 있다고 볼 수 있다. 또한 분석자료로 활용된 성찰일지가 학생들이 상담실습 수업을 중강하는 시점에서 작성한 것이 아니라 수업 과정 중에 매주 작성한 것이었기에 수강이 종료 된 후의 인터뷰나 문서자료에 비하여 학생들의 성장경험을 보다 생생하게 담아낼 수 있었다고 사료된다.

본 연구의 제한점으로는 연구의 참여자가 하나의 상담실습 수업을 수강한 학생에 제한되었기 때문에 그 경험을 일반화하는 데는 무리가 있을 수 있다. 추후에는 구조와 내용이 비슷한 다른 상담실습의 수강자를 포함시켜 연구해 볼 것을 제안한다. 둘째, 본 연구는 상담전공 대학생이 작성한 상담실습 수업경험 성찰저널을 분석 자료로 삼았다. 추후의 연구에서는 성찰 저널 이외의 참여자의 상담전문가 성장 경험을 더 풍성하게 드러내줄 수 있는 다양한 방법의 활용이 필요하겠다.

#### REFERENCES

- [1] J. Y. Hwang, N. W. Chung, "A Study on the Self-Reflection of the Counselors", *Korean Journal of Psychology: General*, Vol. 29, No. 2, pp. 241-263, 2010.
- [2] J. C. Lee, "A Study of Counselor Education and Training", *The Korean Journal of Counseling and Psychology*, Vol. 8, No. 1, pp. 1-26, 1996.
- [3] S. Y. Lee, C. D. Kim, "An Exploratory Curriculum for the Graduated Studies in Counseling", *Korean Journal of Educational Research*, Vol. 40, No. 2, pp. 231-250, 2002.
- [4] H. R. Choi, Y. H. Kim, "A Study on the Graduate Curriculum for the Counselor Education and Training Programs in Korea", *The Korean Journal of Counseling and Psychology*, Vol. 18, No. 4, pp. 713-729, 2006.
- [5] J. S. Kim, "The Significance and Application of Reflective Practice in Counselor Education", *The Korean Journal of Counseling and Psychology*, Vol. 17, No. 4, pp. 813-831, 2005.
- [6] Schon, D. A., *Educating the Reflective Practitioner: Toward a New Design for Teaching and Learning in the Professions*. San Francisco: Jossey-Bass, 1987.
- [7] Skovholt, T. M., Ronnestad, M. H., Jennigns, L., "Searching for Expertise in Counseling, Psychotherapy, and Professional Psychology", *Educational Psychology Review*, Vol. 9, pp. 361-369, 1997.
- [8] Skovholt, T. M., Ronnestad, M. H., "Themes in Therapist and Counselor Development", *Journal of Counseling and Development*, Vol. 70, No. 4, pp. 505-515, 1992.
- [9] Z. Kim, N. Han, D. G. Lee, "The concept Map of Novice and Expert Counselors' Perceived Difficulties and overcoming strategies", *The Korea Journal of Counseling*, Vol. 10, No. 2, pp. 769-792, 2009.
- [10] Skovholt, T. M., *The Resilient Practitioner*. MA: Allyn & Bacon, 2001.
- [11] J. I. Lee, "Improving Teaching Quality Through Reflective Practice", *Social Studies Education*, Vol. 42, No. 2, pp. 5-27, 2003.
- [12] Griffith, B. A., Frieden, G, "Facilitating Reflective Thinking in Counselor Education". *Counselor Education and Supervision*, Vol. 40, No. 2, pp. 82-93, 2000.
- [13] Nelson, M. L., Neufeldt, S. A., "The Pedagogy of Counseling: A Critical Examination", *Counselor*

Education and Supervision, Vol. 38, No. 2, pp. 70-89, 1998.

[14] J. K. Hur, J. H. Kim, "An Exploratory Study on the Change Processes of counselor development in reflection centered supervision", The Korea Journal of Counseling, Vol. 10, No. 2, pp. 719-740, 2009.

[15] K. I. Kwon, "Analysis on the Developmental Process of Korean Master Group Counselor", Ph. D. dissertation, Seoul National University. 2007.

[16] Cormier, L. S., "Critical Incidents in Counselor Development: Themes and Patterns", Journal of Counselling & Development, Vol. 67, pp. 131-132, 1988.

[17] Johnson, H., "The PhD Student as an Adult Learner: Using Reflective Practice to Find and Speak in Her Own Voice", Reflective Practice, Vol. 2, No. 1, pp. 53-63, 2001.

[18] Korthagen, F., Kessels, J., Koster, B., Lagerwerf, B., Wubbels, T., "Linking Practice and Theory", Routledge, 2001.

[19] I. G. Kim, "A Study of Present State and Development Plan of Counseling Department in Undergraduate", Korea Journal of Counseling, Vol. 10, No. 2, pp. 793-811, 2009.

[20] Youngeun Kim, Hyun-Jung Lee, "A study on undergraduate students' self-growth experiences in a counseling skills training course.", Journal of the Korea Convergence Society, Vol. 6, No. 5, pp. 315-328, 2015.

[21] Colaizzi, P., "Psychological Research as the Phenomenologist Views, Existential Phenomenological Alternatives for Psychology", New York: Oxford University Press, 1978.

[22] Hill, C. E., Sullivan, C, Knox, S., Schlosser, L. Z., "Becoming Psychotherapists: Experiences of Novice Trainees in a Beginning Graduate Class", Psychotherapy Theory, Research, Practice, Training, Vol. 44, No. 4, pp. 434-449, 2007.

[23] M. J. Lee, S. M. Park, "A Phenomenological Study on Self-Development Experiences of Counselors during Counseling Training", Korean Journal of Counseling, Vol. 16, No. 1, pp. 1-29, 2015.

[24] Furr, S. R., Carroll, J. J., "Critical Incidents in Student Counselor Development", Journal of Counseling & Development, Vol. 81, No. 4, pp. 483-489. 2003.

저자소개

이 수 영(Su-Young Lee)

[정회원]



- 2002년 8월: 연세대학교 대학원 재활학과(이학석사)(물리치료 전공)
- 2006년 8월: 연세대학교 대학원 재활학과(이학박사)(물리치료 전공)
- 2009년 3월 ~ 현재 : 백석대학교 보건학부 물리치료학과 교수

<관심분야> : 물리치료, 근골격계 진단 및 평가

윤 미 선(Mi-sun Youn)

[정회원]



- 2002년 2월: 중앙대학교 대학원 졸업(간호학 석사, 간호학전공)
- 2005년 8월: 중앙대학교 대학원 졸업(간호학 박사, 간호학전공)
- 2009년 3월 ~ 현재 : 백석대학교 보건학부 간호학과 교수

<관심분야> : 임신분만여성 간호, e-learning, nursing simulation, Qualitative research

김 영 은(Youngeun Kim)

[정회원]



- 1999년 12월: 메트리니티대학교(Trinity University) 상담심리학(상담심리석사)
- 2006년 8월: 미휘튼대학교(Wheaton College) 임상심리학(임상심리박사)

· 2009년 3월 ~ 현재 : 백석대학교 기독교학부 기독교상담학 전공 교수  
 <관심분야> : 정신분석적 심리치료, 대상관계 심리치료, 가족상담