

상담실습 수업을 통한 대학생들의 자기성장 경험 연구 : 융합적 교육방법을 활용한 수업사례 연구

김영은^{1*}, 이현정²

¹백석대학교 기독교학부, ²백석대학교 사회복지학부

A study on undergraduate students' self-growth experiences in a counseling skills training course

Youngeun Kim^{1*}, Hyun-Jung Lee²

¹Division of Christian Studies, Baekseok University

²Division of Social Welfare, Baekseok University

요약 본 연구의 목적은 상담실습 수업을 통해 대학생들이 어떠한 자기성장의 경험을 하는지 탐색하는데 있다. 연구 참여자는 모 대학에서 상담실습 수업 수업을 완료한 7명의 대학생이었으며 이들이 수업 중 작성한 수업경험 성찰 저널을 Colaizzi의 현상학적 질적 연구 방법을 활용하여 분석하였다. 분석 결과, 26개의 주제와 11개의 주제군이 도출되었다: 내담자에게 내가 투영됨, 대인관계 역동을 탐색함, 자신의 감정에 접근함, 내가 모르던 나를 발견함, 과거와 현재의 연결고리를 살펴봄, 자기적면으로 인한 어려움을 체험함, 상담자의 역할을 하는 것에 대해 걱정함, 성장에 대한 동기가 높아짐, 자기 인식의 가치를 발견함, 새로운 행동을 시도함, 나와 타인에 대한 수용의 폭이 넓어짐. 이와 같이, 대학생들은 상담실습 수업을 통해 다각적인 자기성장을 경험하는 것으로 나타났다. 본 연구는 상담자 전문성 발달에 있어 그동안 주목 받지 못했던 자기성장의 측면을 풍성하게 조명해 주었다는데 의의가 있으며 추후 상담자의 자기성장을 체계적으로 촉진할 수 있는 전인적인 상담실습 프로그램의 개발에 필요한 기초적 자료로 활용될 수 있다.

• **Key Words** : 상담자 전문성 개발, 자기성장, 대학생, 융합적 교육방법, 성찰적 저널쓰기, 질적 연구

Abstract The purpose of this study is to explore undergraduate students' self-growth experiences in a counseling skills training course. Participants of this study were seven students who completed the counseling skills course in a university. The analysis was done on the weekly reflective journals they had written during the course using Colaizzi's phenomenological qualitative method. As a result, 26 themes and 11 theme clusters which emerged: projecting oneself onto client, exploring interpersonal dynamics, approaching one's emotions, discovering oneself that he was not conscious of, examining connection between the present and the past, experiencing difficulties due to facing self, feeling concerned about performing a role as counselor, increasing growth motive, finding value of self-awareness, trying new actions, expanding acceptance of oneself and others. Likewise, undergraduate students were experiencing self-growth in a variety of aspects. This study has implications in that it shed a rich light on the self-growth of a counselor that has not received much attention so far. In the future, this study can be utilized in the development of holistic counseling training programs that would systematically facilitate counselors' self-growth.

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

*교신저자 : 김영은(youngeunk@bu.ac.kr)

1. 서론

최근 들어 우리 사회에서 상담 교육 및 훈련에 대한 요구와 이에 따른 공급이 양적으로 증가하면서 상담자의 전문성과 질적인 성장에 대한 관심이 높아지고 있는 추세이다. 상담 전문가로서의 성장 과정에 대한 이해는 상담자 교육의 훈련 방향을 결정하는 데 있어 중요한 의미를 지닌다[1]. 그러므로 상담자가 전문상담자로 성장해 가는 과정인 상담자 발달은 상담 연구와 상담자 교육에서 중요한 과제라고 할 수 있겠다.

자기 성장은 상담자의 전문적 발달에 있어 중요한 요소이다[2]. 자기성장은 자기이해, 자기수용, 자기개방을 통해 자신의 가능성에 대해 인식하고 자신을 새롭게 탄생시키는 것을 말한다[3]. 자기 성장은 상담자에게 매우 중요한 주제인데 이는 상담의 효과적 진행과 내담자의 변화에 가장 강력한 영향을 미치는 요인은 상담이론이나 기법이 아니라 상담자 자신[4,5]이라는 상담의 독특성과 연관된다. 많은 심리치료 연구자들은 어떤 접근의 이론이나 기법보다는 어떤 상담자인지가 상담의 성과에 더 큰 영향을 미친다는 점에 의견을 같이 하고 있다 [6,7,8,9,10]. 이러한 연구 결과들은 상담자 개인의 심리적 성숙과 발달의 중요성을 강조하는 것으로 상담자 자신에 대한 자각과 성장 노력이 상담의 성과와 상담자의 발달에 있어 핵심 요인임을 보여 주고 있다.

상담자의 자기성장은 또한 전인적인 상담자 발달의 측면에서 중요성을 갖는다. Skovholt와 Ronnestad[11]는 전문가로서의 상담자 발달에 초점을 맞춘 기존의 상담자 발달 이론들에 문제를 제기하고 상담자의 자기 발달의 중요성을 부각시키면서 ‘전문가적 자기 발달’과 ‘개인적인 자기 발달’이 통합된 전인적인 상담자 발달을 주장하였다. 다시 말해, 상담자의 통합적 자기발달을 이루기 위해서는 전문적 지식과 기술 습득을 기반으로 하는 전문가적 자기의 발달 뿐 아니라 개인적 경험과 자기 자신에 대한 성찰을 통해 자기 자신을 인식하고 내적인 성숙을 도모하는 개인적 자기 발달이 필요하다는 것이다 [9].

상담자의 자기 성장이 상담자 발달과 상담의 성과에 중추적 요인으로 인식되고 있음에도 불구하고, 이와 관련한 실증적인 연구는 미비한 실정이다. 상담자 발달과 관련한 국내 연구들은 상담자의 발달 수준에 따른 인지 구조[12], 자기대화 내용[13,14], 사례개념화[15], 알아차림[16] 등의 차이에 대한 연구가 주를 이루어 왔으며, 이

러한 연구들은 발달 단계에 따른 임상적 기술과 인지적 차이, 즉 전문가적 자기 발달에 초점을 둔 연구들로 상담자의 자기 성장에 대해 알기 어렵다. 상담자의 자기 성장에 관한 논의는 상담자의 자기 성찰[17,18,19,20], 초보 상담자의 상담수련 과정에서의 경험[21,1,22,23], 또는 상담자 발달[24,25,26] 관련 연구에서 진행되어 왔으나 이러한 연구들에서의 자기성장 주제는 이론적이고 부분적인 수준에서 다루어져 실제로 상담자들의 자기 성장 경험이 어떠한지에 대한 구체적인 논의를 제공하는 데 한계가 있다.

근래에 들어 수업 중 집단 상담에서 체험한 자기성장의 의미[27], 상담수련 과정에서 상담자의 자기발달 경험[28], 자기성찰 경험을 중심으로 하는 전문성 발달 과정[29], 상담자 발달의 변화 과정 탐색[30], 상담자 발달에서 결정적 사건 경험[1] 등 상담자의 자기 성장에 대한 논의가 이루어지고 있다. 이러한 연구들은 이전에 비해 상담자의 자기성장 주제를 직접적으로 심도 있게 다루었다는 의의를 지니지만, 이 연구의 참여자들은 대학원생이나 초보 상담자들로서 이들의 자기 성장 경험은 대학생들의 경험과는 질적인 차이를 보일 것이라 생각된다.

발달 단계상 후기 청소년이자 성인초기에 위치한 대학생 시기에 있어 자기성장은 중요한 발달 과업으로 [31], 자신에 대한 정체성 확립과 성장을 위한 노력이 요청된다. 발달 단계 상에서의 자기 성장과 상담자로서의 자기성장의 중요성에도 불구하고, 상담 분야에서 대학생의 자기성장을 다룬 연구는 거의 전무하며 기존의 관련 연구는 주로 대학생들을 대상으로 하는 자기성장 집단상담 프로그램의 효과성을 확인하는 연구[32,33,3] 정도이다. 상담 전공 대학생의 자기성장은 대학생의 실습 수업 경험[34]이나 실존적 심리치료 훈련 수업에 참여한 대학생[35]에 관한 질적 연구에서 다루어지는 하였으나 매우 소수이며 이러한 연구들은 자기성장 경험에 관한 논의를 제한적 범위에서 제공하고 있다. 대학생의 상담 실습수업 경험을 탐색하고 이를 통해 대학생들이 자신을 돌아보고 성장하는 경험을 하였다고 보고한 송미경[34]의 연구는 국내 상담 교육 연구에서 거의 다루어지지 않았던 대학생을 대상으로 자기 성장 주제를 탐색했다는 점에서 큰 의미를 가지나 그러한 경험에 대해서는 구체적으로 드러나지 않아 한계를 가진다. 이와 같이 상담 연구에서 잠재적 전문 상담자로서 공식적 상담 교

육 과정에 진입한 대학생이 상담자로 성장하는 과정에서의 자기 성장 경험이 구체적으로 어떠한지 찾아보기 어려운 실정이다.

이상의 선행연구 고찰을 통해 살펴보았듯이, 상담자의 자기 성장에 대한 연구는 미흡한 실정이며 상담 전공 대학생의 자기 성장에 관한 탐색은 더 더욱 그러하다. 하지만 상담자 발달과 성과에서 중요한 요소로 제시되는 상담자의 자기 성장은 상담자의 전문성 발달에 있어 핵심적이며 따라서 상담자의 전문성 발달을 위한 한 축이라 할 수 있는 교육과정 동안 교육 대상자들이 자기 성장과 관련하여 실제적으로 무엇을, 어떻게 경험하며, 어떤 변화 과정을 거치게 되는지에 대한 이해가 필요하다[21]. 그러나 기존 상담 교육의 방향은 상담 전문성 발달에 있어 전문적·이론적 지식과 기술의 습득에만 집중되어 있어 상담자의 개인적 자기발달이 통합된 전인적 상담자 발달 양성을 위한 교육 내용과 방법이 정립되지 못하고 있는 실정이다[17,21]. 전문 상담가로서의 성장이 단기간에 이루어지지 않고 상담자의 발달단계가 있음을 고려한다면[34] 상담 전문가 양성의 시작이라 할 수 있는 대학생들의 학부 상담 수업에서 이들이 자기 성장과 관련하여 어떠한 경험을 하는지를 탐색하는 것은 의미가 있다고 할 수 있겠다. 이러한 맥락에서 본 연구의 목적은 상담 전공 대학생들이 수업 시간을 통해 경험한 자기 성장의 내용적이고 질적인 측면들을 탐구하는 것으로 수업을 거치면서 이들이 경험한 개인적 자기 성장의 경험을 구체적이고 심층적으로 살펴보고자 한다.

2. 연구 방법

2.1 참여자 선정 및 자료수집 방법

본 연구는 상담자 발달이라는 맥락에서 대학교의 상담전공에 개설된 상담실습 수업을 통해 상담전공 대학생이 어떠한 자기성장 경험을 하는지를 심층적으로 이해하고자 하였다. 이를 위해 본 연구는 충남 천안시 소재의 B대학에서 연구자가 담당하고 있는 상담실습 수업을 수강한 기독교상담 전공생을 의도적으로 표집 하여 참여자로 선정하였다. 참여자는 연구자가 본 연구의 주제에 대해 풍성한 자료를 제공해 줄 수 있다고 판단한 학생으로 제한하였다. 연구자가 상담실습 수업의 담당 교수라는 것은 연구자가 참여자의 주관적 경험세계로 입문하는데 있어서 보다 유리한 위치를 제공할 수 있다.

그러나 한편으로 연구자가 참여자에 대해 안다는 것이 연구 자료를 분석하는데 있어 편향적인 시각을 줄 수 있다. 본 연구에서는 위의 상담실습 수업과 관련이 없는 다른 연구자와 공동으로 연구를 진행함으로써 그러한 측면을 보완하였다. B대학에 개설된 이 상담실습 수업은 기독교상담 전공의 심화수업으로 3-4학년 학생이 대상이다(주 2시간, 15주, 총 30시간). 수업은 주로 상담기술 연습, 모의상담과 그에 대한 슈퍼비전, 교수의 사례개념화 및 상담기술 코칭을 중심으로 이루어지며 수강생들은 매주 '상담자 전문성 개발일지'라는 상담실습 수업 경험 성찰 저널을 기록하여 제출하고 교수의 피드백을 받는다. 본 연구는 이 성찰 저널을 일차적 분석 자료로 활용하였다. '전문성개발일지'는 학생들이 학습과정에서 경험하는 생각, 감정, 행동을 성찰하고 상담자 후보로서 자신의 장점과 자원, 개선해야 할 부분 등을 파악해 가는 것을 촉진하기 위해 연구자가 상담실습 수업에서 요구하는 성찰적 과제이다. 연구자는 분석 자료의 오염을 방지하기 위해 상담실습 수업 수강을 마치고 학점 이수가 완료된 7명의 학생의 전문성개발일지(85회분)를 최종 분석대상으로 하였다. 참여자들의 연령은 22-27세, 학년은 3-4학년, 성별은 여자가 4명, 남자가 3명이었다.

2.2 분석방법 및 윤리적 고려

본 연구는 질적 연구 방법 중, Colaizzi[36]의 현상학적 연구방법을 사용하여 대학생의 상담실습 수업을 통한 자기성장 경험의 본질을 심층적으로 파악하고자 하였다. 본 연구의 목적을 고려하여 분석의 범위를 상담자 전문성 개발일지에 수록된 내용 중 연구 참여자의 개인적 성장에 관한 부분으로 한정하였다.

자료 분석은 먼저, 참여자가 기록한 경험적 현상의 전반적인 의미와 맥락을 파악하기 위해 자료를 반복적으로 읽은 것으로 이루어졌다. 다음으로는 연구의 주제와 관련된 의미 있는 문장을 추출하고 참여자의 반응과 느낌에 최대한 가깝게 그 의미를 함축하여 재진술하였다. 여기까지의 작업은 각각의 연구자가 개별로 진행하였고 각 연구자가 도출한 재진술들을 상호 비교하여 수정 보완하는 작업을 거쳤다. 이렇게 도출된 재진술들 중 비슷한 것을 묶어 의미를 구성하였다(formulated meanings). 이 구성된 의미들을 참여자의 경험의 본질이 드러나도록 의미가 비슷한 것으로 재차 묶고 추상화하는 작업을 거쳐 최종으로 26개 주제와 11개 주제군을 도출하였다.

전체적인 분석과정에서 연구자는 연구자의 선입견이나 편견을 배제하고(‘괄호 치기’) 참여자의 주관적 경험세계를 이해하려고 노력하였다. 또한 연구자간에 서로의 분석 결과를 지속적으로 비교하고 수정 보완하는 과정을 거침으로서 연구의 내적신뢰도를 높이고자 하였다.

연구의 윤리성 면에서는 참여자의 자발적인 연구 참여를 전제로 하였다. 이를 위해 연구의 목적과 진행에 대한 전반적인 설명이 참여자에게 제공되었고 연구 참여에 대한 동의와 함께 상담실습 수업경험 성찰 저널을 제공받았다. 또한 참여자에 대한 비밀보장을 고려하여 분석 자료에 나타난 참여자의 이름은 가명으로 대체하였다.

3. 연구 결과

본 연구의 연구문제 즉, 상담실습 수업을 통한 대학생들의 자기성장 경험은 어떠한가? 에 대한 자료 분석 결과 26개 주제와 11개 주제군이 도출되었다. <Table 1> 참조. 결과에서는 도출된 주제와 주제군을 설명하기 위한 기술과 추상적인 분석 및 해석이 제시된다.

3.1 내담자에게 내가 투영됨

3.1.1 내담자를 통해 나를 보게 됨

참여자들은 동료 내담자에게 자신을 투사하고 동일시하는 경험을 하였다. 어떤 참여자는 자신이 거부한 내담자의 모습이 내담자가 아니라 부끄러워 외면하고 싶었던 자신의 모습이었음을 알게 되기도 한다. 참여자들에게 내담자는 자신을 비춰 볼 수 있는 거울과 같은 존재이며 이러한 수업 경험을 통해 참여자들은 자신의 모습을 만나게 되는 것이다.

“우울증 환자였던 내담자는... 거절하지 못하며 타인의 눈치를 보고 타인에게 잘해 주어야 자신을 안정적으로 느끼는 것이다. 그런데, 내 모습을 보게 되어서 상담도중 순간, 순간 내 얘기도 하려고 하게 되었다. 또 내 모습을 보는 것 같아서 마음의 혼란스러움을 느꼈다.” <참여자 5>

“내담자를 통해서 나 자신을 많이 만나게 되었다. 그 내담자들을 만날 때마다, ‘어? 저거 내 이야기인데’ 하면

서 걸으려는 아닌 척 태연한 척 수업시간 내내 가면을 가리고 있었다. 그러나 지금 이 순간에 알게 된 것은 나의 부끄러운 모습을 외면하고 싶어서, ‘그런 내담자들도 안 좋다’고 생각을 했다.” <참여자 1>

3.1.2 내담자를 통해 내 관계를 비춰봄

참여자들은 내담자를 통해 자신의 관계를 돌아보는 경험을 하였다. 자신의 대인 관계를 성찰하기도 하면서 내담자 가족들의 사례를 통해 자신들의 가족 관계를 비추어 보고 자신 가족의 아픔을 떠올리기도 하였다.

“내담자와 마찬가지로 나는 사람을 가린다. (중략) 내가 싫어하는 사람들은 자기주장이 강하고 우리들만의 규칙을 깨는 사람이다.” <참여자 1>

“이 내담자는 어릴 때부터 부모님이 성도들에게 이리 저리 치이는 모습을 보고 자신이라도 부모님을 도와야겠다는 마음을 먹고 자신이 하고 싶은 일이나 욕구를 억누르며 자라온 것 같다. 그러다 보니 자신이 힘들어도 부모님을 보면 마음이 아팠다. 이 아이는 서러운 마음이 들었을 것 같다. 내담자를 보며 내 가족은 더 많이 힘들었을 거라는 생각이 들었다” <참여자 1>

3.2 대인관계 역동을 탐색함

3.2.1 대인관계 패턴을 알아차림

참여자들은 자신의 대인 관계를 돌아보며 관계 패턴을 인식하는 경험을 하였다. “가면을 쓰고” 자신을 감추려던 모습을 보았고 대인 관계의 폭을 넓혀 나가고 싶지만 대인관계에 서툰 자신을 돌아보기도 하였다. 일부 참여자들은 대인 관계에 있어 갈등과 비난을 회피하는 자신을 발견하기도 한다.

“교수님께서 ‘상담자는 본인의 대인관계 스타일에 대해 잘 알아야한다’라고 말씀을 하셨다. 평소에는 나는 가면을 쓰고 대인관계를 하는 경우가 많았다” <참여자 3>

“나 역시 대인관계에 어려움이 있다. 많은 사람을 사귀고 싶지만 그러려면 많은 에너지가 필요하고, 사람을 사귀는 것이 마치 일처럼 여겨진다. 사람들을 많이 사귀고 싶어 차라리 혼자 있는 것이 낫다. 막상 사람들 사이에 있을 때는 군중 속의 외로움을 느낀다.” <참여자 1>

<Table 1> Undergraduate students' self-growth experiences in a counseling skills training course

Theme clusters	Sub-themes
Projecting oneself onto client	<ul style="list-style-type: none"> • Seeing oneself through client • Viewing one's relationship through client
Exploring interpersonal dynamic	<ul style="list-style-type: none"> • Realizing one's own interpersonal patterns • Identifying causes for one's interpersonal patterns
Approaching one's emotions	<ul style="list-style-type: none"> • Becoming aware of one's emotions • Finding oneself not free from one's own emotional issues • Feeling self-pity
Discovering oneself that he was not conscious of	<ul style="list-style-type: none"> • Seeing into inner desire • Realizing one's problems • Facing the real self
Examining connection between the present and the past	<ul style="list-style-type: none"> • Wondering causes for who he is now • Feeling influence of background over one's personality
Experiencing difficulties due to facing self	<ul style="list-style-type: none"> • Feeling burdensome • Feeling frustrated due to one's limitations
Feeling concerned about performing a role as counselor	<ul style="list-style-type: none"> • Feeling worried about impact of one's own immaturity on counseling • Feeling insufficient as a counselor
Increasing growth motive	<ul style="list-style-type: none"> • Anticipating individual development • Heightened-will for self-growth • Making one's negative aspects as driving force for growth
Finding value of self-awareness	<ul style="list-style-type: none"> • Feeling the importance of self-awareness • Realizing the happiness of getting to know oneself
Trying new actions	<ul style="list-style-type: none"> • Handling emotions in new ways • Making new attempts in interpersonal relations
Expanding acceptance of oneself and others	<ul style="list-style-type: none"> • Becoming free of people's judgement • Becoming acceptive to oneself • Becoming acceptive to others and empathizing with others

3.2.2 관계적 행동의 이유를 찾아봄

참여자들은 관계 패턴 성찰에서 더 나아가 관계적 행동의 이유를 찾기도 한다. “내 편이 없다”는 두려움에 주위에 “막”을 치고 타인과 거리를 두는 자신의 모습을 보

기도 하고 어떤 참여자는 대인 관계에 있어 경계를 두는 이유를 초등학교 시절로 거슬러 올라가 성찰하였다. 이러한 탐색을 통해 참여자들은 자신의 관계적 문제와 그 이해의 폭을 넓혀가는 경험을 하게 된다.

“자꾸 내 주위에 막을 치는 이유는 아무도 내편이 없기 때문이구나. 무서워서구나. 그래서 내가 자꾸 완벽해 지려고만 하는구나...” (중략) 하나씩 쌓아오던 나만의 막을 발견하게 되었다.” <참여자 4>

“나는 사람에 대한 경계가 뚜렷했다. 이유는 초등학교 시절 친한 친구들이 상당수 전학을 갔고 그 뒤로 사람들에게 마음을 여는 것이 쉽지 않았기 때문이다. 경계심 때문에 사람들을 편협한 시각으로 보게 되었고, 지금도 사람을 가리는 편이다.” <참여자 1>

3.3 자신의 감정에 접근함

3.3.1 자신의 감정을 알아차림

참여자들은 이전에 잘 몰랐던 자신의 감정에 대해 “눈을 뜨기 시작하는” 경험을 하게 되었다.

“조금이나마 감정에 대해 눈을 뜨기 시작했다. 감정을 표현하는 것이 어렵고 어색해 하던 내가 ‘웬지 이런 감정을 느낄 것 같아요’, ‘저런 감정을 느끼고 있겠구나!’라며 예전보다 자연스럽게 감정 선을 짧게라도 읽어 내려가는 모습을 발견하게 되었다.” <참여자 4>

3.3.2 감정적 측면에서 자유롭지 못한 자신을 발견함

자신의 감정과 정서에 접근하고 탐색하면서 참여자들은 감정적 측면에서 자유롭지 못한 자신을 발견하기도 하였다. 부정적 감정을 억압하는 자신을 발견하고 감정을 억누르거나 감정을 인식하고 표현하는데 서투른 자신을 돌아보기도 하였다.

“나는 부정적인 감정이 다가올 기미가 보이면 바로 ‘괜찮아’라고 나를 다독거린 채 시선을 돌리는 억압의 방어기제를 사용하곤 한다.” <참여자 4>

“내 생각이나 감정들을 인정받지 못하는 환경에서 자랐다. 그래서 감정을 표현하고 감정들을 자유롭게 표

출하는 것이 내게 너무 어려웠고, 그런 것에 익숙해져 내 감정을 인지하지 않고 무시하며 살아왔었다.” <참여자 3>

3.3.3 자기연민의 감정을 느낌

참여자들은 자신의 감정을 들여다보는 과정에서 자기 연민의 감정을 느끼기도 한다. 채워질 수 없는 욕구를 애도하기도 하고 타인에게 맞추며 살아온 자신을 직면하고 자신에 대한 슬픈 감정을 느끼는 경험을 하었다고 보고하였다.

“나는 내가 아니라는 사실을. 내 속에는 내가 없다는 것을. 난 내가 없구나. 너무 슬픈 말이라 순간 눈물이 울컥했다. 나는 모든 사람들에게 날 맞추며 살고 있다는, 나 자신에게 내 기준이 없다는 것을.” <참여자 4>

3.4 내가 모르던 나를 발견함

3.4.1 내면적 욕구와 열망을 들여다봄

참여자들은 자기 자신을 들여다보는 경험을 통해 자기 안의 내면적 욕구와 열망을 발견한다. 사랑받고 싶은 열망과 씨름하는 자신을 들여다보게 되거나 자신의 행동에 내포되어 있는 숨겨진 욕구를 발견하고 그 의미를 이해하기도 한다.

“그렇다. 난 완벽한 사람이 아니고, 완벽한 사람이 될 수도 없다. 그렇지만 모든 사람에게 사랑받고자 하는 이 마음도 포기가지 않는다. 모두가 날 사랑해줬으면 좋겠다. 진심으로 바라고 또 바란다.” <참여자 4>

“나는 사람들에게 잘 보이고 싶은 욕구가 있다. 내가 무리를 해서라도, 다른 사람들을 편하게 해주고 싶다. (중략) 때때로 나와 의견이 다른 어른들을 만날 때도 있다. 그럴 경우에는 그저 그 의견에 동의하는 것처럼 대한다... 어른들에게 인정을 받고, 의지하고 싶은 욕구가 강한 것 같다.” <참여자 1>

3.4.2 내 문제점을 알아차림

의식하지 못했던 자신의 문제가 지각되기도 한다. 참여자들은 동료들의 피드백을 통해 자신의 비합리적 사고를 발견하거나 자아성찰을 통해 자신의 문제점을 보게 되는 경험을 하였다.

“나의 모습에 대해 피드백을 받고, 누군가 나만이 아 나는 내 진짜 마음을 발견하면 난 사랑받지 못할 것이라는 생각... 완벽해지고자 하는 의지 등 비합리적인 사고 체계들이 타인과 가까워질 수 없게 만드는 요인이라는 사실들을 발견하게 되었다.” <참여자 4>

“어렸을 때의 트라우마들로 육하는 성격과 여러 명이 동시에 나를 쳐다볼 때 나를 무시하는 것 같다는 인지외곡 등의 문제들이 있다. 이 문제들의 원인도 자아성찰을 통해 알게 되었다.” <참여자 3>

3.4.3 결과 다른 진짜 자기를 직면함

자기 자신을 통찰하고 마음의 흐름을 정교하게 자각하게 되면서 참여자들은 자신의 진짜 모습을 직면한다. 그 동안 진짜 자신의 모습이 아닌 엄마가 원하는 모습대로만 살아 왔던 자신을 발견하기도 하고 자신의 가치관에 반하게 살아온 자신을 성찰하게 된다.

“아, 내가 엄마였던 것이다. 지금까지 나는 내가 되고 싶다고 무수히 외쳐왔건만 결국 공허한 메아리로 돌아올 수밖에 없었던 환경 속에서 나는 엄마의 모습으로 세상을 살아왔던 것이다. 지난 시간에 내가 없다는 그 말이 다시 머릿속에 회상된다. 정말 내가 없었구나. 진짜로...” <참여자 4>

3.5 과거와 현재의 연결고리를 살펴봄

3.5.1 현재 내 모습의 근원에 대해 궁금해 함

참여자들은 자신의 현재 모습을 보며 그 근원에 대해 궁금해 하고 탐색하고자 하는 마음을 갖기도 한다.

“나의 권위에 대한 이러한 인식들은 어디서부터 온 것일까? 부모님과과의 관계에서 온 것일까? 아니면 내가 의존하고 의지하고 싶은 사람을 찾고 싶은 것일까?” <참여자 1>

3.5.2 자신의 성격에서 성장환경의 무게를 느낌

참여자들은 성장과정에서의 경험이 현재의 자신의 모습과 삶에 영향을 미치는 것을 통찰하게 된다. 가정환경과 주 양육자의 영향이 자신의 현재 모습 이면에 깔려 있음을 인식하는 것이다.

“성장 과정 속에서 나는 항상 무언가를 해 주어야만 하며, 힘이 들고 손해를 보는 한이 있어도 내가 해 주어야 마음이 편하다고 생각해 왔다. (중략) 고심 끝에 내린 결론은 목회자 자녀 환경 요건이라 생각한다.” <참여자 5>

“나의 이런 성품은 우리 엄마의 ‘통제’적 성격으로부터 이루어진 듯하다. (중략) 내 삶 속에 점철되어있는 엄마의 ‘손길’과 평생을 함께 해오면서 나의 통제적 성격들이 자라난 것으로 생각된다.” <참여자 4>

3.6 자기직면으로 인한 어려움을 체험함

3.6.1 자신을 직면하는 과정이 버거움

끊임없이 자신을 들여다보는 것이 자신에 대한 이해를 깊게 하지만 한편으로 자기직면은 참여자들에게 내면의 고통을 주기도 한다. 참여자들은 자신을 직면하는 경험이 불편하며 두렵다고 보고하였다. 때로는 직면한 자기의 모습을 “인정하기 싫고 외면하고 싶은” 마음이 들기도 한다.

“직면의 시작이 이렇게 괴로운 것일 줄은 꿈에도 몰랐다. 그러나 이제야 진짜 나를 만나기 시작한 것 같다. 지금도 진심으로 괴롭지만.. 좀 더 이 감정 안에 머무르며 찬찬히 나를 살펴보아야겠다. 하지만 무섭다. 두렵다. 나는 이 과정을 잘 마무리 지을 수 있을까?” <참여자 4>

“때로는 인정하기 싫을 때도 있다. ‘내가 이정도 뿐인가?’ ‘겨우 이 정도 밖에 안 된다...?’하는 마음에 인정하기 싫고 외면하고 싶다.” <참여자 5>

3.6.2 자신의 한계로 인해 좌절감 느낌

참여자들은 자신의 모습과 문제에 마주치게 되면서 이에 대한 통찰을 얻고 이를 해결해 보려고 하지만 이 과정에서 자신의 한계로 인해 좌절감을 느끼기도 한다.

“나를 고민의 수렁 속에 빠지도록 만드는 것은 이러한 생각에서 끝날 뿐, 더 이상의 변화가 없다는 것이었다. (중략) 깨닫고 느끼는 것에 비해 행동이 변화되는 속도가 현저히 낮은 것에서 오는 ‘괴리감’” <참여자 4>

3.7 상담자의 역할을 하는 것에 대해 걱정함

3.7.1 개인적 미숙함이 상담에 지장을 줄까 우려함

자신을 들여다보게 되는 과정에서의 내적 갈등들은 참여자들에게 개인적 의미에서 뿐 아니라 상담자로서의 역할 수행에 대한 걱정스러움을 경험하게 하기도 한다. 참여자들은 자신의 부족한 면이 상담의 걸림돌이 될까 고민하였다.

“사람을 가리는 내가 상담을 해준다는 것은 우스운 일 일지도 모른다. 나조차도 객관적으로 바라볼 수 없는 데 나와 다른 사람이 오면 당연히 왜곡된 시각으로 바라보지 않을까?” <참여자 1>

3.7.2 상담자로서 부족하게 느껴짐

참여자들은 또한 자신의 내면적 문제로 인해 상담자로서의 적합성을 고민하며 부족함과 불안을 느낀다고 보고하였다.

“내 자신도 들여다보지 못하는 상담자가 과연 누구를 이끌 수 있을 것인가라는 생각과 함께 깊은 자괴감에 빠져든다.” <참여자 4>

3.8 성장에 대한 동기가 높아짐

3.8.1 개인적 성장이 기대됨

참여자들은 자신을 알아가는 과정에서 어려움을 경험함에도 불구하고 한편으로는 개인적 성장이 기대되는 내면적 경험을 하였다. 현재 모습이 실망되지만 성장을 기대하기도 하고 자신을 발견하기를 기대한다.

“이번 수업 때 내 자신에게 너무 실망한 나는 마음이 힘들고 어려웠다. 하지만 더욱 나를 발전시킴으로써 성장하는 상담자가 되기를 기대해 보기로 했다.” <참여자 2>

3.8.2 성장에 대한 의지가 고무됨

참여자들은 성장을 기대하는 것을 넘어 개인적 성장을 이루기 위한 변화의 의지와 다짐을 갖게 된다.

“더 겸손하고 건강한 가치관으로 중립성을 지키는 상담자가 되기 위해 더 많은 공부와 자기개발을 해야겠다고 다짐하는 시간이 되었다.” <참여자 2>

“아직 나는 노력중이다. 수업시간에 토론하면서 다시 느낀 점은 변화하려는 의지가 있다면.. (중략) 변할 수 있다고 생각한다.” <참여자 1>

3.8.3 자신의 부정적 측면을 성장의 동력으로 삼고자 함

참여자들은 자신의 부정적 모습과 감정들을 회피하거나 떨쳐버리지 말고 극복해야 성장함을 깨닫고 이러한 부정적 측면을 변화와 성숙의 기회와 동력으로 삼고자 하는 의지를 보이기도 한다.

“그 미운 것들을 극복해야 자라게 되는 것을 왜 알지 못했을까? 그것은 하나의 과정들이었는데, 상담은 결과보다 과정이 중요하다고 이야기했는데, 나는 왜 알지 못했을까?” <참여자 1>

“비록 지금은 이러한 감정 때문에 혼란스럽고 갈피를 못 잡는 내 모습을 보고 있지만 이 시기를 잘 극복해내기만 한다면 큰 도움이 될 것 같다.” <참여자 3>

3.9 자기인식의 가치를 발견함

3.9.1 자기인식의 중요성 절감

참여자들은 내담자를 돕기 위해 자신을 알 필요성을 느끼는 등 자기인식의 중요성에 대해 절감하였다.

“자신이 원하는 것을 정확히 알지 못하는 내담자들과 함께 하기 위해서는 내가 먼저 날 알고 사랑할 줄 알아야한다는 결론에 도달했고 나는 이를 위해 노력하는 시간을 보내고 있다.” <참여자 4>

3.9.2 자신을 알아감이 기쁘고 의미 있음

참여자들은 자신을 알아가는 과정이 기쁘고 소중한다는 것을 알게 되었다고 보고하였다. 때로는 버겁지만 자신을 발견하는 기쁨을 느끼게 되는 것이다.

“상담을 시작하면서 나의 모습을 직면하게 된 것만으로도 앞으로 성장할 수 있는 큰 발판이 된 것 같아 스스로에게 귀한 시간이 되었다.” <참여자 2>

“사람들 앞에서 긴장하는 나의 모습, 실패가 반복되면 초라해지는 나의 모습, (중략) 나의 모습이 마음 아프

고 슬프긴 하지만, 나의 상처와 아픔을 발견하여 기쁘다.” <참여자 1>

3.10 새로운 행동을 시도함

3.10.1 감정을 새로운 방식으로 다뤄보고자 함

참여자들은 자신의 감정을 이전까지 해보지 않았던 방식으로 다뤄보고자 하였다. 부정적 감정을 수용해 보고자 용기를 내거나 변화에 대한 조금의 마음을 이전과는 다른 방식으로 조절하고자 하는 노력을 보이기도 하였다.

“지금으로서 내가 알고, 내가 ‘할 수 있는’ 한 가지의 일, 그것은 바로 나의 조금의 마음을 내려놓아야 한다는 것. (중략) 지금은 세상에는 아무리 노력해도 내가 막거나 피할 수도 없는 일들이 있다는 것을 인정하고 받아들이는 것만이 내가 할 수 있는 일이라는 것을 인정하고 배우는 것 뿐” <참여자 4>

“무섭고 두렵지만 이러한 부정적인 감정 내에 머무는 것을 통해 나를 좀 더 바라보아야겠다고 생각했다.” <참여자 4>

3.10.2 대인관계에서 새로운 시도를 함

참여자들은 대인관계에 있어서도 자신의 패턴에서 벗어나는 새로운 시도를 하기도 하며 이러한 도전을 통해 이전에는 경험할 수 없었던 새로운 관계 양상을 경험한다.

“용기를 내었다. (중략) 그래서 터질 것 같은 심장을 부여잡고 생전 처음 어머니와의 진지한 이야기를 위해 서울로 올라갔다.” <참여자 4>

“나와 의견이 달랐지만 그럼에도 불구하고 이전과는 달리 참으며 이야기를 들어주었다. 그 후 내 이야기를 했을 때 내 이야기 또한 잘 들어주며 관계에 있어 서로를 더 이해할 수 있는 방향으로 흘러갈 수 있었음을 알게 되었다.” <참여자 1>

3.11 나와 타인에 대한 수용의 폭이 넓어짐

3.11.1 타인의 평가로부터 자유로워짐

참여자들은 외부에 보이거나 외부에게서 기대되어지

는 모습에 맞추려는 부담감에서 벗어나 본성의 자기와 일치성을 가진 자신의 모습을 갖게 되었다고 보고하였다. 타인의 잣대로 인해 자신의 모습을 부인하거나 억압하지 않고 주체적인 자기로 존재하는 것이다.

“나는 항상 누군가에게 잘 보이고 싶고, 좋은 관계를 유지하고 싶은 마음이 컸다. 그렇지만 이번 계기를 통해 그런 모습에서도 조금은 자유로워진 나를 발견했다.” <참여자 4>

3.11.2 자신을 더 수용하게 됨

참여자들은 다양한 정서에 대해서도 있는 그대로 느끼고 받아들이며 자신의 부정적인 면과 긍정적인 면 모두를 자기로 받아들이는 경험을 하게 된다. 이는 있는 그대로의 존재로서의 자신을 전인적으로 수용하는 것으로 참여자들은 현실적 자기를 비난하지 않고 있는 그대로 보아주려고 노력하였고 이를 통해 자기애를 회복하기도 한다.

“내가 어떤 감정들을 가지고 있는지에 대해 수용하기 시작했고, 그러다보니 (내 자신을) 개방할 수 있고 사랑할 수 있게 되었다.” <참여자 5>

“나는 여전히 좋은 사람으로 보였으면 좋겠고, 최대한 좋은 모습을 보이려고 하지만, 남에게 좋은 모습을 보이기보다 나에게 솔직한 모습을 발견하기 바라며, 수용하기 바란다..” <참여자 1>

3.11.3 타인을 공감하고 수용함

참여자들의 자기 수용의 경험은 타인에 대한 수용으로 확장된다. 자기를 수용하는 만큼 타인을 자신의 기준이 아닌 있는 그대로 인정하게 되었고 타인에 대한 공감과 존중의 마음을 갖게 되었다고 보고하였다.

“상담 수업을 들으면서 나의 틀이 잘못되었다는 것을 느끼게 되었고, (중략) 내가 사람을 판단하는 기준이 나의 이야기를 잘 듣고, 안 듣고 이런 기준이었다면, 지금은 그 사람 그대로 볼 수 있는 눈이 생긴 것 같다. 나의 틀을 깨고 나와 사람들을 인정하기 시작하는 것 같다.” <참여자 1>

“다른 사람을 이해하기 시작했다. 그 사람이 왜 그럴 수밖에 없었는가를 생각하면서 시야를 넓히게 되었다. 나에게 무엇을 말하고 싶었는지에 대해, 어떤 감정과 역동들로 어려워하고 있는지에 대해 익숙하게만 보고 있었던 시선의 폭을 한층 더 넓혀 보게 되었다.” <참여자 5>

4. 논의 및 제언

4.1 논의

본 연구에서 발견된 상담실습 수업을 통한 대학생의 자기성장경험을 크게 4 가지 측면에서 논의해 보면 다음과 같다

4.1.1 자기성찰의 경험

먼저, 상담실습 수업에서 상담전공 대학생들은 적극적으로 활발한 자기성찰의 시간을 가지는 것으로 나타났다. 상담자의 자기성찰은 상담자 전문성 개발과정에서 상담이론이나 상담 기술의 획득과 같은 수준으로 다루어져야 할 만큼[37] 중요한 부분이다. 본 연구에 참여한 대학생들은 다각적인 자기성찰을 통해 자기에 대한 인식이(self-awareness) 확장되어 가는 경험을 하고 있었다. 상담전공 대학생의 자기성찰 경험을 구체적으로 살펴보면,

첫째, 모의 상담 과제를 수행하면서 대학생들은 내담자의 모습에서 뜻밖에도 자신의 모습을 발견하고 내담자의 관계적 어려움에서 자신의 어려움이 상기되는 경험을 하였다. 상담실습 수업 경험에 대한 다른 연구에서도 내담자와의 과소- 또는 과대동일시로 인해 상담전공 대학원생들이 내담자와의 관계에서 어려움을 호소하는 것으로 나타났다[9]. 이처럼 상담 과정에서 상담자가 내담자와의 동일시를 경험하거나 내담자의 어려움이 상담자의 심리적 미해결 과제나 관계적 이슈를 자극하는 것은 드문 일이 아니다. 이런 경우 상담자는 내담자에게 강한 정서적 반응을 보일 수도 있다. 본 연구에서도 내담자에게 비쳐지는 자신의 모습에 불편감을 느껴 내담자를 회피하고 싶은 마음이 든 학생이 있었다. 하지만 이러한 부정적인 감정(역전이)을 잘 극복할 수 있다면 내담자와의 적절한 동일시는 상담자가 자신을 내담자보다 우위에 선 인간이 아니라 내담자와 비슷한 고쳐줄 지닌 한 사람으로 볼 수 있도록 도와 내담자와의 공감을

촉진하며 나아가 내담자와의 치료적 관계 형성(라포)을 촉진할 수 있다.

둘째, 상담전공 대학생들은 자신의 관계적 행동과 패턴에 주목하면서 자신의 관계적 어려움을 통찰하고 그 원인에 대해서도 심층적으로 파악하려는 노력을 기울이고 있었다. 대인관계에 대한 지각은 인간의 심리적 건강과 밀접하게 연결되어 있다[38,39]. 따라서 내담자의 정신건강을 담당하는 상담자가 자신의 대인 관계적 지각을 통해 심리적 건강과 인격적 성숙의 장을 마련하는 것은 상담자 발달에 있어 매우 중요하다고 볼 수 있다. 또한 상담자의 일반적인 대인관계 양식과 치료 장면에서 내담자와의 관계의 밀접한 연관성을 염두에 둘 때, 상담자의 대인 관계적 자기인식은 내담자와의 관계에서 부정적인 영향을 알아차리고 개선할 여지를 크게 할 수 있다.

셋째, 상담전공 대학생들은 감정적 영역에서도 자신을 성찰하는 것으로 나타났다. 학생들은 회피와 억압 등 바람직하지 못한 방식으로 자신의 감정을 다루어 온 것에 대해 직면하면서 그동안 알아차리지 못했던 자신의 감정과 접촉하기도 하였다. 이것은 인식의 영역 밖에 있던 자신의 분열된 감정을 통합해 가는 과정이라고 볼 수 있다. 이러한 결과는 Pascual-Leone, Wolfe, O'Connor[35]의 연구에서 나타난 상담기술 훈련수업에 참여한 학생들이 경험한 감정적 민감성 향상과 그 맥을 같이 한다고 볼 수 있다.

위에서 살펴본 바와 같이 본 연구에서 상담전공 대학생들은 개인적인 측면에서 다양한 성찰을 하고 있는 것으로 나타났다. Skovholt와 Ronnestad[11]는 상담자 발달과정을 3단계로 나누어보면서 단계를 초월하여 상담자 발달을 촉진하는 요소로서 상담자의 자기성찰을 들었다. 국내에서는 허재경과 김지현[30]이 자기 성찰과 성찰 능력의 향상이 초보상담자의 전문성 발달을 촉진하는 핵심역할을 한다는 결과를 보고하였다. 이처럼 상담자 발달에 있어 중요한 자기성찰이 상담자후보인 대학생에게서 발견된 것은 매우 고무적이라고 볼 수 있다.

4.1.2 심화된 자기이해(self-understanding)

본 연구에서 상담전공 대학생들은 단순히 자신의 모습을 성찰하는데서 그치지 않고 그 근원적 원인에 대해 탐색하고 있었다. 학생들은 자신의 성장환경을 되돌아보면서 과거와 현재를 연결하여 자신을 더 큰 맥락에서

보려고 시도하였다. 또한 더 깊은 자신의 내면적 욕구와 열망에 대해 통찰하면서 그러한 욕구를 채우기 위해 자신이 타인이 원하는 모습(거짓자기)으로 살아온 것을 깨닫고 애도하기도 하였다.

4.1.3 심리적 불편감의 경험

본 연구에서 상담전공 대학생들은 자신의 모습을 직면하면서 상당한 심리적 불안과 고통을 경험하는 것으로 나타났다. 또한 이 과정 자체를 버거워하기도 하였다. 자기를 직면하는 것은 그 개인의 심리적 평형(안정)상태가 깨어지는 것을 의미하기도 한다. 개인이 변화를 향해 나아가는 과정에서 보다 현실적인 자기의 모습을 직감하면서 생기는 심리적인 균열이나 불안정은 회복과 성숙을 이루기 위해 반드시 거쳐야 하는 단계라고 볼 수 있다. 하지만 이런 과정이 수반하는 불안과 두려움으로 인해 개인은 변화를 원하면서도 변화에 저항하기도 한다. 본 연구에서 대학생들의 자기직면은 상담자로서의 역할을 제대로 수행할 수 있을가에 대한 걱정과 염려로 이어지고 있었다. 상담전공 대학생들은 자신의 개인적인 이슈나 어려움이 상담자로서의 기능에 장애가 되지 않을까 우려하는 모습을 보였다. 이러한 상담자로서의 부족감은 황채운, 박지아, 유성경, 강지연[21]의 연구에서 드러난 상담전공 대학원생의 경험과 일맥상통하는 결과로 보여 진다. Hill, Sullivan, Knox, Schlosser[9]의 상담전공 대학생의 상담기술 수업 경험에서도 본 연구와 비슷한 자기비난이라는 주제가 발견되었다. 하지만 이 연구에서 대학원생들이 경험한 자기비난은 상담자의 상담능력과 유능성에 관한 부족감에 국한되어 있어서 본 연구에서 나타난 대학생의 개인적인 측면에서 비롯되는 상담자 역할 수행에 대한 걱정과는 차이가 보인다. 한편으로, 이러한 학생들의 스트레스 경험은 이를 자기 성장으로 연결시키는 데 있어서 동료 간, 또는 교수, 슈퍼바이저로부터의 적극적 지지와 격려의 필요성을 시사한다고 볼 수 있다[40].

4.1.4 긍정적 변화

상담전공 대학생들은 자기성찰의 과정 가운데 느끼는 좌절과 불안을 힘들어하면서도 그 결과로 얻어지는 자기인식의 소중함을 체험하고 있었다. 고통스러운 자기 직면이 자신의 참자기를 찾아가는 성장으로 연결된다는 것을 깨달을 때 그들은 역설적인 기쁨과 보람을 느

끼는 것으로 드러났다. 이것은 상담전공 대학생들이 자기인식의 향상을 통한 인간적 성장을 경험하고 그것을 긍정적으로 평가한다는 Pascual-Leone, Wolfe, O'Connor[35]의 연구나 상담 석사과정에 있는 대학원생들이 자기인식의 확장을 만족스러운 것으로 경험한다는 황채운 외의 연구와도 유사한 결과이다. 본 연구에서는 학생들의 주관적 만족감이 성장에 대한 기대와 자기개발에 대한 헌신을 보다 강화시키는 것을 볼 수 있었다.

진실한 자기이해와 자기수용은 상담이 추구하는 중요한 가치이다. 본 연구에서 상담전공 대학생들은 자신을 현실적으로 평가하며 있는 그대로 수용하려는 변화를 보였다. 또한 타인에 대해서도 공감과 인정, 수용적인 자세를 취하는 모습을 보였다. 행동적 측면에서도 학생들은 타인의 말을 더 주의 깊게 경청하고 자신의 생각과 감정을 적극적으로 표현하는 등 대인관계에서 기존의 틀을 벗어난 시도를 하였다. 정서적 측면에서도 변화도 발견되었다. 학생들은 자신의 감정을 긍정적인 방식으로 조절하려고 노력하였다. 이는 Pascual-Leone, Rodriguez-Rubio, Metler[41]의 연구에서 나타난 대학생과 대학원생의 적극적인 관계 시도, 타인의 단점수용, 자신의 욕구와 감정의 표현 향상 등의 변화와 맥을 같이 한다.

4.2 연구의 의의 및 제언

위와 같이 본 연구는 상담실습 수업을 통한 상담전공 대학생의 자기성장 경험을 질적 분석을 통해 심층적으로 파악해 보았다. 상담에 있어서 가장 중요한 도구는 상담자이다. 이점을 감안할 때, 상담자의 인격적 성장은 상담자의 전문성 발달에 있어서 상담 기술의 획득 못지 않게 중요한 부분이지만 그에 대한 실증적 연구는 매우 빈약한 실정이다. 본 연구는 상담자로 발달해 가는 과정에 있는 대학생이 상담실습 수업에서 경험하는 개인적인 성장이라는 측면을 보다 풍성하게 드러내주었다는 것에 그 의의가 있다.

또한 본 연구는 상담자의 전문성 발달에 있어서 상담자의 자기성장의 중요성을 재확인해 주었다고 볼 수 있다. 본 연구에서 발견된 자기성찰, 자기이해, 자기수용 등을 바탕으로 한 상담자의 자기성장을 구체적인 수업의 목표로 두고 그것을 보다 체계적으로 촉진할 수 있는 전인적이고 균형 있는 상담실습 관련 프로그램의 설치

와 운영이 필요하다고 여겨진다. 특히, 보다 구체적인 교육 방법론의 측면에서 성찰적 저널쓰기가 학생들의 자기성장을 촉진한 주요한 요인으로 나타났다. 성찰적 글쓰기는 지식전달을 일차적 목표로 하는 전통적 교육방법과는 다른 과정적 지식의 획득을 극대화시킬 수 있는 효과적인 교육방법으로 교육학 분야에서 주목을 받고 있다[42]. 이러한 성찰적 저널쓰기는 자신의 경험을 제삼자의 시각에서 객관적이고 메타적으로 바라볼 수 있는 관점을 제공하여 학생들이 새로운 학습의 경험을 조직화하고 자신의 선 경험과 비교 통합하는 과정을 촉진할 수 있다. 또한 기술적 방법으로는 표현하기 어려운 부분까지도 담을 수 있다는 장점이 있다. 따라서 상담자 교육에 있어서도 심리학에서의 훈련방식뿐 아니라 교육학을 비롯한 휴먼서비스를 담당하고 있는 인접학문 분야의 교육방법을 융합적으로 도입하여 사용할 필요가 있겠다.

끝으로 본 연구의 제한점을 살펴보면 첫째, 본 연구는 대학의 상담전공에 개설된 하나의 수업을 통한 상담전공 대학생의 경험을 다룬 것이기 때문에 그 경험을 일반화하는 데는 무리가 있을 수 있다. 추후에는 본 연구의 상담실습 수업과 비슷한 구조와 내용의 상담실습 수업을 보다 폭넓게 포함시켜 연구해 볼 것을 제안한다.

둘째, 본 연구는 상담전공 대학생이 작성한 상담실습 수업경험 성찰저널을 분석 자료로 삼았다. 하지만, 성찰적 저널에 담겨져 있지 않은 학생의 경험은 살펴볼 수 없었다는 제한점을 가지고 있다. 추후의 연구에서는 성찰 저널의 분석과 함께 참여자의 상담실습 경험을 더 풍성하게 드러내줄 수 있는 심층 인터뷰나 그 외의 자료를 다양하게 활용하는 것이 필요하겠다.

REFERENCES

- [1] H. S. Lee, S. H. Joo, H. J. Kim, "Critical Incidents Experience in Counselor Intern Development", *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, Vol. 23, No. 4, pp. 833-859. 2011.
- [2] Geller, J. D., Norcross, J. C., Orlinsky, D. E., "The Psychotherapy's Own Psychotherapy: Patient and Clinical Perspectives", New York: Oxford University Press, 2005.

- [3] E.I. Jung, "Effects of the Group Counseling Program for College Students' Self-growth and Interpersonal Competence: Focus on Interpersonal Competence and Subjective Well-being", *Education Method Studies*, Vol. 23, No. 4, pp. 687-712, 2011.
- [4] Skovholt, T. M., "The Resilient Practitioner", MA: Allyn & Bacon, 2001.
- [5] Corey, M. S., Corey, G. *Becoming a helper*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole, 2002.
- [6] Luborsky, L., McClellan, A. T., Diguier, L., Woody, G., Seligman, D. A., "Clinical Psychology: Science and Practice", Vol. 4, pp. 53-65, 1997.
- [7] Huppert, J. D., Bufka, L. F., Barlow, D. H., Gorman, J. M., Shear, M. K., Woods, S. W., "Therapists, Therapist Variables, and Cognitive-behavioral Therapy Outcome in a Multicenter Trial for Panic Disorder", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol. 69, pp. 747-755, 2001.
- [8] Wampold, B. E., "The Great Psychotherapy Debate: Models, Methods and Findings", Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates, 2001.
- [9] 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.
- [10] Folkes-Skinner, J., Elliott, R., Wheeler, S., "A Baptism of Fire: A Qualitative Investigation of a Trainee Counselor's Experience at the Start of Training", *Counseling and Psychotherapy Research*, Vol. 10, No. 2, pp. 83-92, 2010.
- [11] 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.
- [12] E. J. Shon, "Reflective Thinking and Professionalism", *Studies on Student's Life*, Vol. 28, pp. 31-54, 2003.
- [13] Hae-Won Shim, "The Differences of Self-Talk According to Counselor's Developmental and Anxiety Levels". Ph. D. dissertaion, Ewha Woman University. 2005.
- [14] Min-Jung Chae, "An Analysis of the Counselor's Self-Talk about Client's No-Show: Focus on the Counselor's Developmental Differences". Master. dissertation, Seoul National University. 2007.
- [15] Yoon-Joo Lee, "Development and Validation of the Case Conceptualization Elements in Counseling" Ph. D. dissertation, Seoul National University. 2001.
- [16] J. H. Son, K. H. Kim, "Identification and Classification of the Obstructive Factors to Counselor Awareness in Counseling Process", *The Korean Journal of Counseling*, Vol. 2, No. 2, pp. 163-180, 2001.
- [17] E. J. Sohn, S. K. Yoo, H. W. Shim, "Counselor's Reflection and the Development of Expertise", *The Korean Journal of Counseling*, Vol. 4, No. 3, pp. 367-380, 2003.
- [18] J. S. Kim, "The Significance and Application of Reflective Practice in Counselor Education", *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, Vol. 17, No. 4, pp. 813-831, 2005.
- [19] 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.
- [20] Nelson, S. A., Karmo, M. P., Nelson, N. L., "A Qualitative Study of Experts' Conceptualization of Supervisee Reflectivity", *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 43, pp. 3-9, 1996.
- [21] C. W. Hwang, J. A. Park, S. K. Yoo, J. Y. Kang, "A Qualitative Study on Graduate Students' Experiences in Counseling Psychology Program in Korea", *The Korea Journal of Counseling*, Vol. 10, No. 3, pp. 1359-1382, 2009.
- [22] Howard, E. E., Inman, A. G., Altman, A. N., "Critical Incidents among Novice Counselor Trainees", *Counselor Education and Supervision*, Vol. 46, No. 2, pp. 88-102, 2006.
- [23] Paris, E., Linville, D., Rosen, K., "Marriage and Family Therapist Interns' Experiences of Growth",

- Journal of Marital and Family Therapy, Vol. 32, No. 1, pp. 45-57, 2006.
- [24] Se-Il Kim, "A Phenomenological Study on the Growth Experience of Youth Counselors". Ph. D. dissertation, Kyungsoo University, 2013.
- [25] Hyun-Soo Oh, "Analysis on the Experience of Overcoming Frustration in the Developmental Process of Professional Counselors". Ph. D. dissertation, Baekseok University, 2008.
- [26] Rhodes, P., Nge, C., Wallis, A., Hunt, C. "Learning and Living Systematic: Exploring the Personal Effects of Family Therapy Training", Contemporary Family Therapy: An International Journal, Vol. 33, No. 4, pp. 335-347, 2011.
- [27] K. H. Kim, E. M. Lim, "The Meanings of Self-growth Graduate Students Majoring in Counseling Experience from Group Counseling in Class", Korean Journal of Counseling. Vol. 15, No. 1, pp. 195-215. 2014.
- [28] 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.
- [29] Y. H. Go, S. H. Park, "Phenomenological Study on Counselor's Professional Development with a Focus on Self-Reflection", The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy, Vol. 26, No. 4, pp. 805-839, 2014.
- [30] J. K. Hur, J. H. Kim, "(An) Exploratory Study on the Change Processes of Counselor Development in Reflection Centered Supervision", The Korean Journal of Counseling, Vol. 10, No. 2, pp. 719-740, 2009.
- [31] H. S. Park, S. J. Lim, "The Effects of Psychodrama on Depression Level, Social Support, Self-Esteem, and Stress in Depressed College Students," Korean Journal of Psychodrama, Vol. 5, No. 1, pp. 93-115, 2002.
- [32] Y. H. Son, K. J. Kim, "The Effect of Self-Growth Program on the Ego-Identity and Interpersonal Relations of University Students", Journal of Local Education and Management, Vol. 8, pp. 101-119, 2003.
- [33] H. S. Kang, J. H. Lee, "The Effect of Self-Growth Program on College Student's Self-Esteem and Self-Perception", Journal of Adolescent Welfare, Vol. 11, No. 2, pp. 43-58, 2009.
- [34] M. K. Song, "Study on the Experience of Counseling Practice for College Students", Korean Journal of Youth Studies, Vol. 21, No. 10, pp. 337-361, 2014.
- [35] Pascual-Leone, D. A., Wolfe, B. J., O'Connor, D., "The Reported Impact of Psychotherapy Training: Undergraduate Discourses after a Course in Experiential Psychotherapy", Person-Centered & Experiential Psychotherapies, Vol. 11, No. 2, pp. 152-168, 2012.
- [36] Colaizzi, P., "Psychological Research as the Phenomenologist Views, Existential Phenomenological Alternatives for Psychology", New York: Oxford University Press, 1978.
- [37] Edwards, J. K, Bess, J. A., "Developing Effectiveness in the Therapeutic Use of Self" Clinical Social Work Journal, Vol. 26, pp. 89-105. 1998.
- [38] Sullivan, H. S. "The Interpersonal Theory of Psychiatry" New York: Norton, 1953.
- [39] M. K. Cho, "The Relationship among Happiness, Happiness promotion activities and Self-reflection in the Convergence Society", Journal of Digital Convergence, Vol. 13, No. 7, pp. 305-313, 2015.
- [40] Furr, S. R., Carroll, J. J., "Critical Incidents in Student Counselor Development". Journal of Counseling & Development, Vol. 81, No. 4, pp. 483-489. 2003.
- [41] Pascual-Leone, A., Rodriguez-Rubio, B., Metler, S., "What Else are Psychotherapy Trainees Learning? A Qualitative Model of Students' personal experiences based on two populations", Psychotherapy Research, Vol. 23, No. 5, pp. 578-591. 2013.
- [42] Korthagen, F., Kessels, J., Koster, B., Lagerwerf,

B., Wubbels, T. "Linking Practice and Theory".
Routledge. 2001.

저자소개

김 영 은(Youngun Kim)

[정회원]



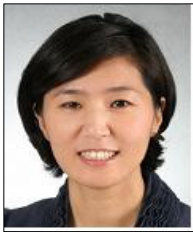
- 1999년 12월 : 美 트리니티대학교 (Trinity University) 상담심리학 (상담심리석사)
- 2006년 8월 : 美 휘튼대학교 (Wheaton College) 임상심리학 (임상심리박사)

· 2009년 3월 ~ 현재 : 백석대학교 기독교학부 기독교 상담학 전공 교수

<관심분야> : 정신분석적 심리치료, 대상관계 심리치료, 가족상담

이 현 정(Hyun-Jung Lee)

[정회원]



- 1999년 12월 : 美 일리노이 주립대 사회사업학 (사회사업학석사)
- 2007년 12월 : 美 일리노이 주립대 사회사업학 (사회사업학박사)
- 2009년 3월 ~ 현재 : 백석대학교 사회복지학부 교수

<관심분야> : 사회복지실천, 여성복지