

전화상담자의 직무스트레스 감소를 위한 내면가족체계(IFS) 프로그램 개발 및 효과 검증

이정미
팜소리심리상담센터

Development and Effectiveness Verification of Inner Family System(IFS) Program to Reduce Job Stress of Telephone Counselor

Jung-mi Lee

Center Director, Mwamsoli Psychological Counseling Center

요약 본 연구는 전화상담자들이 상담 현장에서 경험하는 직무스트레스와 심리적 소진을 감소시키기 위해 IFS 이론 근거로 프로그램을 개발하고, 그 효과를 검증하는 것이다. 9명을 사전 선정하여 요구조사를 시행한 후 프로그램 세부 활동 및 내용조직과 타당성을 검토 하였고, 전문가들에게 예비연구를 실시하여, 평가 및 수정·보완을 하여 최종 프로그램 구성하였다.

프로그램 효과검증을 위해 자발적으로 참여한 전화상담자를 대상으로 실험집단 10명, 통제집단 10명을 선정하였고, 실험집단에게 주 2회기씩 집단프로그램을 실시하여 효과 검증을 하였다. 연구 결과는 첫째, 전체 직무스트레스와 그 하위요인인 '업무과다', '어려운 내담자', '상담자에 대한 사회적 기대' 점수가 통계적으로 유의하게 감소하였다. 둘째, 심리적 소진의 하위요인인 '신체적 피로감', '비협조적 업무환경', '내담자 가치 저하', '사생활 악화'가 유의하게 감소하였다. 셋째, IFS 적용 프로그램에 따른 IFS 점수가 유의미하게 감소하였다.

주제어 전화상담자, 직무 스트레스, 심리적 소진, 내면가족체계(IFS), 프로그램 개발

Abstract This study is to develop a program based on IFS theory to reduce job stress and psychological exhaustion experienced by telephone counselors in the counseling field, and to verify the effectiveness. After selecting 9 people in advance and conducting a demand survey, detailed program activities, content organization, and validity were reviewed. And preliminary research was conducted with experts, and the final program was composed of evaluation, correction, and supplementation.

To verify the effectiveness of the program, 10 people from the experimental group and 10 people from the control group were selected for voluntarily participating telephone counselors. As a result of the study, first, the overall job stress and its sub-factors, 'overwork', 'difficult clients', and 'social expectations of counselors' scores decreased statistically significantly. Second, 'physical fatigue', 'non-cooperative work environment', 'decreased client value', and 'deterioration of privacy', which are sub-factors of psychological exhaustion, significantly decreased. Third, the IFS score decreased significantly according to the IFS application program.

Key Words Telephone Counselor, Job Stress, Psychological Exhaustion, Inner Family System(IFS), Program Development

Received 06 Jul 2022, Revised 14 Jul 2022

Accepted 20 Jul 2022

Corresponding Author: Jung-mi Lee

(Mwamsoli Psychological Counseling Center)

Email: qloveme5754@naver.com

ISSN: 2466-1139(Print)

ISSN: 2714-013X(Online)

© Industrial Promotion Institute. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

1. 연구의 필요성과 목적

전화상담자들은 긴급한 사례에 있어서 일차적인 개입과 직접적인 도움을 줄 수 있으며, 자살사건과 같은 위급한 사건들을 예방하는 중요한 역할을 하지만, 그들은 이러한 위기사례 경험으로 불안과 긴장을 느끼고, 이차외상 및 대리외상을 경험하는 것으로 나타났다(Creamer & Liddle, 2005, Figley, 1995; Meyers & Cornille, 2002;)(7, 8, 10). 또한 24시간 근무의 특성이 수면의 양과 질에 영향을 미쳐 주변인에게도 부정적인 영향을 주며, 전화상담이라는 매체 특성과 관련하여 양방향보다 일방향이고 일회적이라는 부분, 그리고 익명이라는 점에서 다양한 스트레스를 경험하고 있다(Kadison & DiGeronimo, 2004)[9].

전화상담자들은 내담자가 호소하는 자살사건 등으로 인해 불안, 죄책감, 낮은 효능감, 과도한 책임감 등을 경험할 수 있으며(Ruskin et al., 2004), 전문상담기관센터에 내담자들의 호소문제와 서비스 요구가 다양하고 심각해지고 증대하고 있는 상황에서 센터소속의 상담자들이 느끼는 부담과 압박감은 높아지고 있으며, 과도한 직무스트레스와 심리적 소진을 경험할 수 있다(Kadison & DiGeronimo, 2004)[9, 13].

전화상담의 수요 급증과 필요성과 함께 전화상담자의 능력과 자질을 높이면서 그들의 직무스트레스로 인한 심리적 소진이나 정서고갈을 감소시키기 위한 방법을 모색해야 한다. 선행연구에서는 직무스트레스 또는 심리적 소진의 영향을 완화시키기 위한 변인들을 연구해 왔으며, 그 변인 중 하나로 마음 챙김이 제시되었다(강재성·김재운, 2006; 표정자·최승원, 2014; 최유미, 2016)[1, 5, 6]. 마음 챙김은 내적 변인 중에 심리적 안정감과 관련성이 높은 변인으로 주목받고 있다(박성현, 2007)[2]. 이러한 내적세계에 대한 이해와 인식에 대해 통찰을 주는 이론으로 내적가족체계(Internal Family Systems; IFS)모델이 있다.

전화상담자의 개인은 정서적 고갈, 비인격화, 개인성취감 감소와 낮은 효능감, 과도한 책임감들이 직무스트레스로 인한 정서적 소모들이 IFS를 통해 직무스트레스를 감소시키므로, 상담자 자신을 치료하고 성장 시킬 수 있는 고유한 성향인 '자기'를 내부에 가지고 있기 때문에 내적체계가 이러한 '자기'에 의해 자기 지도력을 가질 때 자기 내부에 있는 내적부분들은 조화와 균형을 이루게 된다. 그래서 이러한 조화 및 균형 상태에서 전화상담자

들은 심리적 안정과 더불어 확고한 자아정체성을 형성하게 될 것이다. 이에 본 연구에서는 Schwartz(1999)가 개발한 IFS치료가 전화상담자들의 직무스트레스와 심리적 소진을 감소시키는데 도움이 될 수 있는 지 살펴보고자 하여 다음과 같은 연구문제를 설정하였다[12]. 첫째, 전화상담자의 직무스트레스 감소를 위한 IFS 프로그램 개발과 내용구성은 어떠한가? 둘째, 전화상담자에게 IFS 프로그램을 적용한 후 직무스트레스 감소와 심리적 소진에 미치는 효과는 어떠한가?

2. 내면가족체계치료 프로그램 개발

2.1 프로그램 개발 방향

본 연구에서는 전화상담자의 직무스트레스 감소를 위한 IFS 프로그램개발을 위해 천성문(2017)의 프로그램 개발 6단계 절차모형에 따라, 세부적인 내용에서는 IFS 목적과 성격에 맞게 적용하여 프로그램의 개발과정을 제시하고자 한다[4]. 첫째, 기획단계로 기존 연구들의 이론적 배경에서 IFS 집단프로그램의 목표와 집단의 특징, 전화상담자의 직무스트레스 변인이 무엇인지 탐색하여 프로그램을 통하여 직무스트레스를 감소하는데 목표를 설정하면서 대상 집단을 선정하고 문헌조사 및 이론적인 근거를 마련하였다. 둘째, 요구분석으로 9명을 사전 선정하여서 FGI인터뷰 질문지를 시행한 후 요구조사에 따른 시사점을 도출하고자 하였다. 셋째, 구성단계로 프로그램의 목표설정을 바탕으로 구성요소에 도출과 프로그램 세부 활동 및 내용조직과 프로그램 타당성을 검토 하고자 하였다. 넷째, 예비연구단계로 전문가들에게 예비연구를 실시하여, 평가 및 수정, 보완을 하였다. 다섯째, 실행단계로 최종프로그램을 실험집단과 통제집단으로 구성하여 실험집단 10명을 대상으로 주1회 2회기씩 집단모임프로그램으로 실시하여서 통제집단과 실험집단을 비교분석하여 효과검증을 하고자 하였다. 마지막으로 평가단계로 전체 프로그램 과정 검토와 프로그램 실행과정에서 얻은 과정분석, 프로그램 참여자의 피드백, 프로그램 효과성 평가 결과를 활용하여 최종프로그램과 실행 매뉴얼을 구성했다.

2.2 최종 프로그램

전문가 자문결과를 반영하여 수정·보완 한 후 최종

프로그램이 확정되었다. 전화상담자들을 대상으로 프로그램을 안내 후 참여를 희망하는 20명을 대상으로 통제집단 10명, 실험집단 10명으로 나누었다. 본 프로그램은 한회기당 100분씩 총 10회기로 실험집단을 대상으로 2021년 10월 2일~10월 30일까지 주 2회기씩 실시되었다<표 1>.

<표 1> IFS 최종프로그램

단계	회기	제목	활동
도입	1	집단원들과 관계친밀감 나누기	<ul style="list-style-type: none"> • 오리엔테이션 • 규칙정하기, 자기소개, 명찰 • IFS에 대한 이해(유인물, 동영상) • IFS 심리치료 1: 기본 가정 by Richard Schwartz/www.PsychologyKorea.com/ 내면가족시스템/내면가족체계치료/IFS • 마무리(느낀점 작성)
	2	부분 알기	<ul style="list-style-type: none"> • 보호자, 소망관, 추방자에 대한 이해 동영상 www.PsychologyKorea.com • 내면의 부분들과 자기를 알고 표현해 보기 • 마무리(느낀점 작성)
	3	부분에 역할과 보호자의 역할 이해하기	<ul style="list-style-type: none"> • 명상 https://www.youtube.com/watch?v=3rXalbuTYeY • 활동1. 다섯손가락으로 나를 만나는 부분 활동하기 • 활동2. 보호자카드 꾸미기 보호자에게 주고 싶은 좋은 메시지 보호자에게 선물 만들어 주기 활동 • 마무리(느낀점 작성)
참가자를 통한 수용 단계	4	몸, 맘 부분 소리듣기	<ul style="list-style-type: none"> • 명상- https://youtu.be/ZQWrlcq-NhQ • 활동1. 내면심리 관계지도 그리기 • 활동2. 비난에 목소리 들어보고 이름 지어보기 • 활동3. 추방자 짐내려 놓기 • IFS 심리치료 2: 우리 내면에 있는 Self와 다양한 Part들 by Richard Schwartz / 내면가족체계/ www.PsychologyKorea.com (동영상활용) • 마무리(느낀점 작성)
	5	마음의 짐과 나누기	<ul style="list-style-type: none"> • 명상- 음악 • 활동1-극단적인 감정, 신념에 이름붙이기(신체적인 문제, 감정, 정서에 문제 이미지로 보이기로 정한다) • 활동2-짐을 어디에 내려놓고 싶은지 질문 • 마무리(느낀점 작성)
	6	분리하기 과정과 파트와 친밀하기	<ul style="list-style-type: none"> • 명상- 잔잔한 음악 • 나의 긍정, 부정 부분 활동 (보호자 카드) • 활동1-파트와 당신과 분리 할 수 있는지 물어 볼 수 있나요? • 활동2-물어봄으로 자신을 볼 수 있도록 함 • 따뜻함과 차가움에 활동 • 마무리(느낀점 작성)
균형	7	두려움	<ul style="list-style-type: none"> • 명상- 음악

과 조화	8	파트 (부정, 긍정)	<ul style="list-style-type: none"> • 내면아이활동 • 활동1- 보호자 파트가 자신의 일을 하지 않으면 무슨 일이 일어날까에 대한 두려움 확인 • 활동2-추방자라면 당신이 자신에 대해 뭘 알기를 원하는지 이야기를 나누기 • 마무리 (느낀점 작성)
	9	건강한 몸+맘	<ul style="list-style-type: none"> • 명상-내가 지금 원하는 것은 무엇인가, (시낭독) • 내가 진정으로 원하는 것은 무엇인가. • 동료상담관계, 업무압박감들이 그간 자신에 정서에 억압되어 늘려있었던 것에 대한 슬픔과 분노, 어려움, 안스러운 느낌 경험활동 • 둘이 한조가 되어 자신의 양극화된 부분을 나누는 경험을 • 마무리 (느낀점 작성)
	10	참자기 통찰로 부분들을 수용하며 내면의 힘	<ul style="list-style-type: none"> • 스트레칭, 건강박수, 심리적, 정서적 보살핌으로 건강한 self찾기 • 소감나누기 • IFS 심리치료 3: Self Leadership을 통한 다양한 Part들의 통합 / 내면가족체계 / 내면가족시스템 심리치료/www.PsychologyKorea.co • 마무리 (느낀점 작성)

3. 프로그램 효과 검증

3.1 연구대상

본 연구의 대상은 J도시에 소재하고 있는 광역청소년 상담복지센터1388, J시 긴급여성의 전화 1366 전화상담 경험자들이다. 연구대상으로 프로그램의 내용과 목적을 알리고 자발적으로 참여를 배려해준 전화상담 경험자 20명중 10명은 실험집단, 10명은 통제집단으로 배치하였다.

3.2 측정도구

3.2.1 상담자 직무스트레스 척도

직무스트레스 척도는 이미숙(2012)의 상담자 직무 스트레스 척도를 사용하였다[3]. 척도는 업무 관련 스트레스와 상담 관련 스트레스로 총 48문항으로 총 7가지 하위요인으로 구성되어 있다. 각 문항은 7점 Likert 척도로 이루어져 있으며, 범위는 '48점~336점'으로 점수가 높을수록 상담자의 직무 스트레스가 높음을 의미한다.

3.2.2 한국판 상담자 심리적 소진 척도(K-CBI)

상담자의 심리적 소진을 측정하기 위해 Lee et al.(2007)이 개발하고, 한국문화에 맞게 타당화 연구한 Yu(2007)의 한국판 상담자 소진 척도 K-CBI (Korean Counselor Burnout Inventory)를 사용하였다. 이 척도는 최초로 상담이라는 직무 특성을 고려한 척도로, 총20문항이며 5개 하위요인으로 구성되어 있다. 각 문항의 응답 방식은 5점 'Likert 척도로 이루어져 있으며, 총점의 범위는 '20~100점'으로 점수가 높을수록 상담자의 심리적 소진이 높음을 의미한다.

3.2.3 IFS 척도

연구에서는 개인의 심리내적체계를 확인하기 위해 O'Neil & Schwartz (2004)가 개발한 자기보고식 척도를 사용하였다[11]. 총57문항으로 구성되었으며, Likert식 5단계 평정 척도를 사용하고 있다. 척도 점수가 높을수록 IFS의 하위요인에서의 어려움을 경험함을 의미하고, 점수가 낮을수록 IFS가 높음을 나타낸다.

4. 연구 결과

4.1 직무스트레스에 미치는 효과

직무스트레스에 있어서 내면가족체계(IFS) 적용 프로그램의 효과를 살펴보기 위하여 직무스트레스의 전체 점수 및 하위요인들(조직 내 관계, 업무과다, 부적절한 대우, 근무환경 요인, 상담역량 부족, 어려운 내담자, 상담자에 대한 사회적 기대) 점수에 대한 반복측정 분산분석을 실시한 결과는 <표 2>와 같다.

<표 2> 직무스트레스의 반복측정 분산분석 결과

관련 변인	Source	F	P
전체 직무 스트레스	집단간		
	집단간(집단)	4.36**	.005
	오차		
	집단내		
	집단내(측정시기)	14.52***	.000
조직 내 관계	집단×측정시기	18.33***	.000
	오차		
	집단간		
	집단간(집단)	3.18	.092
	오차		

	집단내		
	집단내(측정시기)	1.99	.151
	집단×측정시기	2.16	.130
부적절한 대우	오차		
	집단간		
	집단간(집단)	.032	.085
업무과다	오차		
	집단내		
	집단내(측정시기)	.30	.074
근무환경 요인	집단×측정시기	.27	.076
	오차		
	집단간		
집단간(집단)	7.28*	.040	
	오차		
	집단내		
	집단내(측정시기)	13.82***	.000
상담역량 부족	집단×측정시기	10.64	.000
	오차		
	집단간		
집단간(집단)	1.64	.217	
어려운 내담자	오차		
	집단내		
	집단내(측정시기)	1.20	.313
상담자에 대한 사회적 기대	집단×측정시기	1.56	.224
	오차		
	집단간		
집단간(집단)	.113	.741	
상담자에 대한 사회적 기대	오차		
	집단내		
	집단내(측정시기)	.87	.426
상담자에 대한 사회적 기대	집단×측정시기	1.02	.372
	오차		
	집단간		
집단간(집단)	17.51***	.000	
상담자에 대한 사회적 기대	오차		
	집단내		
	집단내(측정시기)	60.90***	.000
상담자에 대한 사회적 기대	집단×측정시기	47.11***	.000
	오차		
	집단간		
집단간(집단)	23.22***	.000	
상담자에 대한 사회적 기대	오차		
	집단내		
	집단내(측정시기)	21.54***	.000
상담자에 대한 사회적 기대	집단×측정시기	18.69***	.000
	오차		

***P <.001, **P <.01, *P <.05

분석 결과, 전체 직무 스트레스[F(2, 36)=18.33, P <.001] 및 하위요인인 업무과다[F(2, 36)=10.64, P <.001], 어려운 내담자[F(2, 36)=47.11, P <.001], 상담자에 대한

사회적 기대[F(2, 36)=18.69, P<.001] 에 있어서 집단과 측정시기의 상호작용 효과가 통계적으로 유의미하였다. 반면, 직무 스트레스의 하위요인 중 조직 내 관계, 부적절한 대우, 근무환경 요인, 상당역량 부족은 집단과 측정시기의 상호작용 효과가 통계적으로 유의하지 않았다.

이를 통해 IFS 적용 프로그램에 따른 전체 직무 스트레스와 하위요인인 업무과다, 어려운 내담자, 상담자에 대한 사회적 기대 점수의 측정시기에 따른 변화 양상이 실험집단과 통제집단 간에 따라 차이가 있음을 확인할 수 있었다.

4.2 심리적 소진에 미치는 효과

심리적 소진에 있어서 IFS 적용 프로그램의 효과를 살펴보기 위하여 전체 심리적 소진 점수 및 하위요인들(신체적 피로감, 무능감, 비협조적 업무환경, 내담자 가치 저하, 사생활 악화) 점수에 대한 반복측정 분산분석을 실시한 결과는 <표 3>과 같다.

<표 3> 심리적 소진의 반복측정 분산분석 결과

관련 변인	Source	F	P
전체 심리적 소진	집단간		
	집단간(집단)	.83	.374
	오차		
	집단내		
	집단내(측정시기)	.34	.713
	집단×측정시기	1.23	.304
	오차		
신체적 피로감	집단간		
	집단간(집단)	12.02***	.000
	오차		
	집단내		
	집단내(측정시기)	10.71***	.000
	집단×측정시기	15.90***	.000
	오차		
무능감	집단간		
	집단간(집단)	0.00	1.00
	오차		
	집단내		
	집단내(측정시기)	.02	.977
	집단×측정시기	.30	.740
	오차		
비협조적 업무환경	집단간		
	집단간(집단)	.10***	.000
	오차		
	집단내		
	집단내(측정시기)	3.51***	.000
	집단×측정시기	5.08***	.000
	오차		

내담자 가치 저하	집단간		
	집단간(집단)	11.86***	.000
	오차		
	집단내		
	집단내(측정시기)	3.65***	.000
	집단×측정시기	1.00***	.000
	오차		
사생활 악화	집단간		
	집단간(집단)	7.53***	.000
	오차		
	집단내		
	집단내(측정시기)	16.01***	.000
	집단×측정시기	12.29***	.000
	오차		

***P <.001

분석 결과, 심리적 소진의 하위요인인 신체적 피로감 [F(2, 36)=15.90, P<.001], 비협조적 업무환경[F(2, 36)=5.08, P<.001], 내담자 가치 저하[F(2, 36)=1.00, P<.001], 사생활 악화[F(2, 36)=12.29, P<.001]에 있어서 집단과 측정시기의 상호작용 효과가 통계적으로 유의하였다. 반면, 전체 심리적 소진과 하위요인인 무능감은 집단과 측정시기의 상호작용 효과가 통계적으로 유의하지 않았다. 따라서 집단과 측정시기의 주효과를 살펴보았을 때도, 측정시기의 주효과와 집단의 주효과 모두 유의하지 않았다.

이를 통해 IFS 적용 프로그램에 따른 심리적 소진의 하위요인인 신체적 피로감, 비협조적 업무환경, 내담자 가치 저하, 사생활 악화의 측정시기에 따른 변화 양상이 실험집단과 통제집단 간에 차이가 있음을 확인할 수 있었다.

4.3 IFS에 미치는 효과

IFS에 있어서 프로그램의 효과를 살펴보기 위하여 IFS 점수에 대한 반복측정 분산분석을 실시한 결과는 <표 4>와 같다.

<표 4> IFS의 반복측정 분산분석 결과

관련 변인	Source	F	P
IFS	집단간		
	집단간(집단)	10.01***	.000
	오차		
	집단내		
	집단내(측정시기)	18.72***	.000
	집단×측정시기	8.64***	.000
	오차		

***P <.001

분석결과, IFS 측정시기의 주효과[F(2, 36)=18.72, P <.001]는 통계적으로 유의하여 집단과 측정시기의 상호작용 효과가 있는 것으로 나타났다. 이를 통해 내면가족체계(IFS) 적용 프로그램에 따른 IFS 점수의 측정시기에 따른 변화 양상이 실험집단과 통제집단 간에 따라 차이가 있음을 확인할 수 있었다.

5. 결론

연구결과는 첫째, 전체 직무스트레스와 하위요인인 업무과다, 어려운 내담자, 상담자에 대한 사회적 기대 점수의 측정시기에 따른 변화 양상이 실험집단과 통제집단 간에 차이를 확인하였다. 그러나 직무스트레스의 하위요인 중 조직 내 관계, 부적절한 대우, 근무환경 요인, 상담역량 부족은 집단과 측정시기의 상호작용 효과가 통계적으로 유의하지 않았다. 둘째, 심리적 소진의 하위요인인 신체적 피로감, 비협조적 업무환경, 내담자 가치 저하, 사생활 악화의 측정시기에 따른 변화 양상이 실험집단과 통제집단 간에 차이 확인하였으나, 전체 심리적 소진과 하위요인인 무능감은 집단과 측정 시기의 상호작용 효과가 통계적으로 유의하지 않았다. 셋째, IFS 적용 프로그램에 따른 IFS 점수의 측정시기에 따른 변화 양상이 실험집단과 통제집단 간에 유의미한 차이를 보였다. 따라서 IFS에 기반한 프로그램을 실시한 실험집단이 무처지한 통제집단에 비해 직무스트레스와 심리적 소진 감소에 유의한 효과가 있음을 증명하였다.

이상 종합하여 보면, 본 연구는 전화상담자들의 직무스트레스 감소를 위한 IFS 프로그램을 개발하고 그 효과성을 검증하였으며, IFS 프로그램은 직무스트레스와 심리적 소진 감소에 효과적이라는 것을 본 연구를 통해 확인되었다. 그러므로 본 연구를 통하여 전화상담자들의 직무스트레스와 심리적 소진 문제를 해결할 수 있는 긍정적인 방향을 제시하여 연구기반을 마련하였다고 볼 수 있다.

6. 연구 제한점 및 제언

본 연구는 결과를 토대로 이 분야에 대한 후속연구와 IFS 프로그램의 발전을 위하여 다음과 같은 제언을 하고자 한다. 첫째, 전화상담자들을 위한 직무스트레스 감소를 위한 IFS치료프로그램은 없었으므로 반복연구를 통해 연구결과의 타당성을 확보할 필요가 있다. 둘째, 인간의

내적체계 변화는 많은 시간과 노력이 필요한 것이므로 후속 프로그램을 지속적으로 실시하여 전화상담자들의 어려움 감소와 자기 이해와 실현에 실질적인 도움을 제공해 줄 필요가 있다. 셋째, 대상자를 확대하여 IFS 프로그램을 적용해 보는 시도가 필요할 것이다. 넷째, 직무스트레스와 심리적 소진 감소를 위한 IFS 프로그램의 효과를 다른 집단 프로그램과 비교 검증하는 연구도 필요하다.

참고문헌

- [1] 강재성·김재운, “교사의 여가활동 참여가 직무 스트레스 및 직무 만족에 미치는 영향”, 한국 홀리스틱 융합 교육 학회지, 10(1), pp.1-16, 2006.
- [2] 박성현, “위과사나 명상, 마음 챙김, 그리고 마음 챙김을 근거로 한 심리치료”, 인지행동치료, 7(2), pp.83-105, 2007.
- [3] 이미숙, “상담자 직무 스트레스 척도 개발 및 타당화”, 대구대학교 박사 학위논문, 2011.
- [4] 천성문·김미옥·박명숙·차명정·함경애, “집단상담”. 서울: 학지사, 2017.
- [5] 최유미, “상담자 직무스트레스와 심리적 소진 및 직무열의의 관계에서 마음 챙김의 매개효과”, 건국대학교 석사학위 논문, 2016.
- [6] 표정자·최승원, “마음챙김 기술과 소진의 관련성 연구: 성매매 피해 여성상담원들을 중심으로”, 대한스트레스학회: 스트레스 연구, 22(1), pp.43-54, 2014.
- [7] T. R. Creamer & B. J. Liddle, “Secondary traumatic stress among disaster mental health workers responding to the september 11 attacks”, Journal of traumatic stress, 18(1), pp.89-96, 2005.
- [8] C. R. Figley, “Compassion fatigue: toward a new understanding of the costs of caring”, In B. H. Stamp(Ed.), Secondary traumatic stress: self-care issues for clinicians, researchers, and educators. Baltimore, MD: Sidra Press. 1995.
- [9] R. Kadison & T. F. Di Geronimo, “College of the overwhelmed: The campus mental health crisis and what to do about it. Growth”, The Journal of Association for Christians in Student Development, 5(5), pp.79-82, 2004.

- [10] T. W. Meyers & T. A. Cornelle, "The trauma of working with traumatized children", In Figley, C.R (Ed.), *Treating compassion fatigue*, New York: Brunner-Routledge, pp.39-55. 2002.
- [11] D. L. O'Neil, L. Strongin & R. C. Schwartz, "Development of a Personality Scale Based on the Internal Family Systems Model", *Journal of Self Leadership*, pp.1-32. 2004.
- [12] R. C. Schwartz, "The self-to-self connection: Intimacy and the internal family systems model", In J. Carlson & I. Sperry (Eds.), *The intimate couple*. Philadelphia, PA: Bruner-Mazed, 1999.
- [13] R. Ruskin, I. Sakinofsky, R. M. Baggy, S. Dickens & M. G. Sousa, "Impact of patient suicide on psychiatrists and psychiatric trainees", *Academic Psychiatry*, 28(2), 104-110, 2004.

이 정 미 (Lee, Jung-Mi)



- 2022년 2월 : 한일장신대학교 일반대학원 심리치료학 박사
- 2015년 2월 : 전주대학교 선교신학대학원(목회상담학 석사)
- 2020년 1월~현재 : 뽕소리심리상담센터장
- 관심분야 : 상담심리, 음악치료
- E-Mail : qloveme5754@naver.com