



임상심리사 2급

기출해설

2015년 기출문제풀이
〈 기초 심리 상담 〉

박윤정 교수님



01 내담자 반응을 해석할 때 주의사항 5가지를 기술하시오.

- ① 상담을 받고자 하는 내담자에 관해서 상담자가 알아야 할 요소는 **내담자의 자아개념, 욕구, 감정상태, 대인관계의 폭, 상담에 대한 기대, 문제에 대한 생각과 반응양식**이다.
- ② 상담자는 내담자의 ‘문제’ 자체도 중요하지만 내담자가 **자기의 문제를 어떻게 평가하고 있으며, 어떻게 반응하고 있느냐에 대해 주목**
- ③ 상담자는 내담자의 모든 행동에는 **이유와 목적이 있다는 사실에 주목하고**, 이를 파악하기 위해 노력해야 한다.
- ④ 내담자의 반응 중 즉각적으로 관찰되는 것뿐만 아니라 **관찰될 수 없고 지연된 반응이** 있음을 주목하고, 이를 가능한 **정확하게 예측해야 한다**.
- ⑤ 상담의 최종 목표와 중간 목표를 구분하여 먼저 **중간 목표를 달성하도록 노력한다**.

02 단기 집단치료의 장점 3가지를 기술하시오.

- ① 대부분 단기 집단치료 장면에서 상담자는 **많은 내담자를 동시에 다루게 되므로** 개인상담보다 **훨씬 효과적**일 뿐만 아니라 실제적일 수 있다.
- ② 집단 내에서 개인을 상담할 때 논의되는 것은 대인관계에 의한 심리적인 문제에 관한 것이며, 단기 집단치료는 **사회적 관계 속에서 이러한 문제들을 다룰 기회를 제공한다.**
- ③ 단기 집단치료 내에서 내담자는 **새로운 행동을 실천에 옮겨보고**, 그들의 실험적인 행동에 대한 **지지와 피드백**을 받을 수 있다. 즉, 새롭고 위험부담이 있는 행동이 내담자의 현실 세계에서 시도되기 전에 **안전하고 믿을 수 있는 환경에서 개인적인 성장, 변화, 탐색을 시도**해 볼 수 있다.

03 시간 - 제한적 집단치료의 주요 특징 3가지를 기술하시오.

- ① 시간 - 제한적 집단치료에서 **시간제한을 미리 하면, 내담자에게 치료현실을 직면시키고**
짧은 시간 내에 좋아질 수 있다는 상담자의 확신을 전달하여 내담자를 격려할 수 있다.
- ② 집단치료의 시작과 중반, 종결이라는 분명한 구조를 알려주는 역할이 있다.
- ③ 시간 - 제한적 집단치료는 제한된 시간으로 인해 목표설정 역시 제한되고,
여러 문제 중에서 중요한 한두 가지의 목표를 정해야 한다.
- ④ 제한된 시간에 상담의 목표에 도달하기 위해서는 치료적 개입을 필요로 하는
특정한 문제영역을 선택하여 지금 - 여기에 초점을 두어야 한다.
- ⑤ 상담자는 상담할 때 다룰 중심 **문제나 주제를 가지고** 있어야 한다.

04 단회기 상담이나 응급상담에서 강조되는 원리 또는 기술 6가지를 기술하시오.

4월

① 위기와 개인적 자원의 평가

: 상담자는 갑작스런 사건을 이끈 환경과 사후 문제를 기술하고, 이러한 특수한 상황과 관련된 내담자의 대처기술 목록을 평가한다.

② 감정과 인지의 이해

: 상담자는 내담자가 자신의 문제를 스스로 해결할 수 있도록 도와주고, 그 상황에서 내담자가 할 수 있는 역할과 문제해결을 위한 개인적인 변화의 필요성을 깨닫게 해주어야 한다.

③ 해결책 고려하기

: 상담자는 내담자가 가능한 해결책과 잠정적인 결과를 깨닫도록 해주기 위해 문제를 더 작은 단위로 분할한다. 이때 상황을 다루기 위해 내담자가 시도한 방법, 그 시도에 대해 내담자는 어떤 생각을 하고 있는지에 대한 탐색, 지금 바로 내담자가 생각 할 수 있는 다른 가능성에 대한 탐색 등이 이루어진다.

04 단회기 상담이나 응급상담에서 강조되는 원리 또는 기술 6가지를 기술하시오.

4월

④ 대처방법 선택

: 상담자는 내담자가 잠재적인 대처방법 중 적절한 방법을 선택하게 한다.

⑤ 해결책의 적용과 평가

: 상담자는 내담자가 알지 못하는 대처전략을 가르치고
문제해결에 필요한 대처전략을 연습시키기 위해 해결책을 적용하는 시간표를 작성한다.
또한, 그 해결책을 통해 위기가 어떻게 해결되는지를 토의한다.

⑥ 개입의 평가에 대한 계획

: 상담자는 개입의 성공여부에 대해 평가한다.

05 단기상담에 적합한 내담자의 특징 5가지를 기술하시오.

- ① 경미한 문제를 가진 내담자
- ② 조직이나 기관의 구성원
- ③ 사별 또는 이별을 겪은 내담자
- ④ 급성적 상황에 정서적 어려움을 가진 내담자
- ⑤ 발달 과업의 심리적 변화를 겪는 내담자

06 집단상담의 한계성에 대해 3가지 기술하시오.

① 비밀보장의 한계

: 비밀보장 원칙은 다른 사람의 사적인 정보를 집단 밖으로 유출하는 행위 뿐 아니라 집단 회기 중 나누었던 대화 내용을 집단 밖에서 언급하는 행위에도 적용된다.

② 개인에 대한 관심 미약

: 집단상담 시 특정 내담자의 개인적인 문제가 충분히 다루어 지지 않을 가능성이 있다. 따라서 집단상담은 상담자의 개인적인 관심이나 보살핌이 더 필요하거나 집중적인 치료적 접근이 요구되는 내담자에게는 부적합하다.

06 집단상담의 한계성에 대해 3가지 기술하시오.

③ 역효과의 가능성

: 집단 참여를 원하지 않았거나 준비가 미처 되지 않은 상태로 상담에 참여하게 된 집단원의 경우에는 자칫 개인적인 문제로 집단의 분위기를 해치거나 다른 사람들의 집단 경험에 걸림돌이 될 수 있다.

④ 집단압력의 가능성

: 집단원들이 심리적으로 준비가 되기 전에 집단압력을 받을 가능성이 있다.
즉, 집단의 규준과 기대치에 부응해야 할 것 같은 미묘한 압박감을 가질 수 있다

07 상담장면에서 내담자가 침묵을 지키는 이유 3가지를 기술하시오.

10월

① 정보를 처리하는 시간적 공간

- 침묵은 정보처리를 하는 데 필요한 시간을 제공한다.
- 침묵을 허용할 때 수행이 향상되고 질 좋은 반응이 산출되며, 메시지가 포함하는 정보가 많거나 복잡할 때 더 많은 처리시간을 사용한다.
- 심리상담이나 심리치료도 일종의 정보처리 과정이며, 상담자의 발언들은 내담자에게 정보처리를 요구한다.
- 상담자의 언어 반응들은 내담자에게 부여하는 정보처리의 부하량에 차이가 있으며, 정보 부하량에 따라 내담자의 반응시간에 차별적인 영향을 줄 수 있다.
- 상담자는 치료적 목적으로 침묵을 조절할 수 있고, 또 그렇게 함으로써 내담자의 행동상에 어떤 변화를 유발할 수도 있다.

07 상담장면에서 내담자가 침묵을 지키는 이유 3가지를 기술하시오.

10월

② 내면을 관찰하는 시간

- 상담은 자신의 내면을 관찰하여 통찰을 함으로써 문제를 극복해 나가는 일련의 과정이며, **내면의 관찰은 침묵 속에서 진행된다.**
- 현재의 자기 경험에 대한 세밀한 관찰은 자기 이해를 깊게 만들고, 자신에 대한 통찰을 초래하며, 과거의 부적응적 습관을 약화시킨다.
- 현재의 자기 경험에 주의를 집중하여 자기 관찰을 하게 되면 정서적 동요가 감소하며 심리적 평정을 얻게 된다.

07 상담장면에서 내담자가 침묵을 지키는 이유 3가지를 기술하시오.

10월

③ 정서 체험으로서의 침묵

- ㉠ 침묵은 다양한 정서적 의미를 지닌다. 두 사람 이상의 사이에 존재하는 침묵의 상태는 동의, 반대, 즐거움, 불쾌, 두려움, 분노, 평정 상태의 증거이기도 하며, 만족, 상호적 이해, 동정의 표시가 될 수도 있다.
- ㉡ 삶에서 가장 통렬한 정서 경험은 반성적인 침묵 속에서 맛보거나 유지된다.
- ㉢ 침묵은 개인의 내적 사고와 감정을 감추며 외부 자극의 지각을 차단한다.
- ㉣ 신체적 혹은 심리적 외상의 충격 상태에서 자아는 침묵을 통해 외상적 사건을 의식하거나 기억하지 못하도록 신체조직을 자동적으로 보호하여 에너지의 지출을 최소화하도록 돕는다.
- ㉤ 침묵은 온정을 제공하는 보호막이거나 여러 가지 다른 기능적 수준과 상징적 수준 및 승화된 수준을 지닌다.

08 다음 사례를 읽고 반영, 명료화, 직면에 해당되는 상담자의 반응을 쓰시오. 10월

저는 얼마 전 군대에 가는 꿈을 꾸었습니다. 꿈속에서 저는 억지로 돼지를 죽이라는 명령을 받았습니다. 저는 명령대로 돼지를 죽이려고 하였습니다. 그런데 돼지가 자꾸 발버둥을 치자 죽이기 힘들었습니다. 저는 돼지를 붙잡고 간신히 돼지의 목을 비틀어 칼을 꽂아 죽였습니다. 그런데 고개를 돌려 죽은 돼지를 바라보니, 제가 죽인 것은 돼지가 아니라 저의 형이었습니다. 저는 너무 당황스러웠습니다. 깨어보니 등에 식은땀이 나 있었습니다.

① 반영

: 감정이나 욕구를 중심으로 **내담자의 말의 요점을 파악하여 말로 돌려주는 것**

→ “꿈속에서 하기 싫은 일을 억지로 하면서 힘들고 고통스러운 마음이 컸나 보군요.
게다가 죽인 대상이 돼지가 아니라 형이라는 사실을 알게 되어 놀랍기도 하고,
당황스럽기도 하셨나 봅니다.”

② 명료화

: 내담자가 자신을 그대로 드러내기가 두렵거나 주저되고 꺼려져서 모호하고 불분명하게 표현할 때, **상담자가 내담자의 그 밑마음을 읽어 주는 것**

→ “꿈속에서 거부할 수 없는 다른 사람의 명령이나 힘에 의해 원치 않은 일을 간신히 하게 되었는데, 그것이 형을 해하게 되는 결과로 연결되어 무척 당황스럽고 혼란스러웠을 듯 합니다.”

③ 직면

: 내담자가 스스로 깨닫지 못하고 있는 어떤 불일치나 모순 또는 부적응적 사고 및 반응양식 등을 상담자가 지적하여 내담자가 이를 검토하도록 하는 기법.

→ “꿈의 내용을 되새기자면, 혹시 일상생활 속에서 내가 형을 해하고 싶은 마음을 가지고 있는 것은 아닌지, 혹은 다른 사람들에게 이끌려 형을 해하게 되는 행동을 하게 될까 봐 두려워하는 마음을 가지고 계신 것은 아닌지요?”

09 다음 사례를 읽고 A군의 행동이 상담자 윤리에 합당한지의 여부를 쓰고, 그 이유를 기술하시오.

10월

임상심리학을 전공하는 학생인 A군은 자신이 학습한 상담프로그램을 실습하고 싶어 했는데, 마침 평소 호감을 가지고 있던 여학생이 상담을 신청하여 그 여학생의 상담을 자신이 맡겠다고 하였다.

- **이중관계의 위험성**

- 윤리강령 중,
- 이중관계 금지조항은 “상담자는 내담자와 허물없는 관계나 금전적·사업적·사회적·개인적 친분 관계와 같은 상담 관계 이외의 이중적 관계를 맺지 말아야 한다.” 라고 명시하고 있다.

→ 따라서 A군의 행동은 상담자 윤리에 합당하지 않다.

왜냐면, 자신이 평소에 호감이 있었던 여학생임으로서 상담장면에서 객관적인 심리적 거리감을 유지하지 못하여, 서로에게 좋지 않은 결과를 가져올 수 있기 때문이다.

10 '생산적인 경청'을 하는 상담자가 보이는 좋은 경청 방법을 5가지 쓰시오.

10월

- ① 내담자가 이야기를 하고 있을 때, 다리나 팔을 꼬지 않고 **편안하고 개방된 자세로 임한다.**
곧은 자세는 내담자에게 거절당하는 느낌이나 심판당하는 느낌을 줄 수 있다.
따라서 상담자는 내담자에게 심리적인 안정감을 주기 위해 좀 더 편안하고 안정된 자세로 상담에 임해야 한다.
- ② 내담자가 말을 하고 있을 때 **적절하게 고개를 끄덕여 준다.**
고개의 끄덕임은 행동적으로는 매우 단순한 반응이지만 상황에 따라서는 포함된 의미가 매우 다양할 수 있다.
상담에서 적절한 시기에 고개의 끄덕임은 내담자에게 경청하고 있다는 느낌을 줄 수 있다.
- ③ **단순한 음성 반응을 보여준다.** “아”, “예”, “그렇군요” 등과 같은 단순 음성 반응 역시 경청하고 있다는 느낌을 줄 수 있다. **그러나 내담자의 말을 이해하지 못하면서 단순 음성 반응을 습관적으로 하는 것은 바람직하지 않다.**

10 ‘생산적인 경청’을 하는 상담자가 보이는 좋은 경청 방법을 5가지 쓰시오.

10월

④ 적절한 질문을 한다.

“잘 못 알아들었어요. 다시 말씀해 주시겠습니까?” 나 “그런 말 듣고 참고만 계셨나요?” 와 같은 질문을 통해 내담자가 진술한 내용 중에서 궁금하거나 잘 이해하지 못한 부분이 있거나, 잘 알아듣지 못한 부분이 있을 때에 적절한 질문을 하면 내담자는 상담자가 자신의 말을 경청하고 있다는 느낌을 받는다.

⑤ 내담자가 한 말을 재진술한다.

재진술은 내담자의 진술 내용이나 의미를 반복하거나 바꾸어 말하는 것인데, 흔히 내담자의 말을 줄여서 표현한다. 이처럼 재진술은 반복과 환언을 모두 포함한다.

기술해설 2015년
임상심리사2급 <실
가>

감사합니다.