

1. 상담의 의미와 필요성



1 상담의 의미와 필요성

① 상담이란(Counseling)

- 상담이라는 용어는 영어의 Counseling을 번역한 말로 고려하다, 조언을 받다, 조언을 구하다 등의 의미를 가진 라틴어에 의미를 두고 있다. 또 한자어를 볼 때 상담은 서로 상(相)자와 이야기 담(談)자로 이루어져 있다.
- 상담에 따른 학문적 의미를 종합해보면 상담의 특성은
 - 1 상담은 주의 깊게 살필 수 있는 전문적이고 인격적인 만남을 필요로 함
 - 2 상담은 온화하고 수용적인 분위기의 언어적, 비언어적 대화를 매개로 함
 - 3 상담은 내담자의 회복과 성장 지향적인 변화를 위한 도움의 과정

1 상담의 의미와 필요성

① 상담이란(Counseling)

따라서 상담이란 주의 깊게 살필 수 있는 전문적이고
인격적인 만남과 온화하고 수용적 분위기의 의사소통을
통해 내담자의 회복과 성장지향적인 변화를 위한
전인격적인 도움의 과정 (2005, 한재희)

1 상담의 의미와 필요성

2 상담의 필요성

- 우리나라는 문화적 전통과 문화적 경향으로 말미암아 상담자를 찾아가서 상담자와 얼굴을 마주하고 자신의 괴로움을 털어놓음으로써 해결해 나가는 상담이 익숙하지 않다. 많은 사람들이 현실생활의 괴로움을 자신의 업보라고 여기거나 자신의 욕심과 집착 때문이라고 하여 스스로 마음을 다스리는 것으로 괴로움을 치유하였다. 그러나 서구 문화의 급격한 유입으로 인해 물질을 중시하고 산업화가 가속화되면서 개인주의와 이기주의가 만연되고 가족구조가 변화됨에 따라 심리적인 문제가 심화되어 전문적인 상담을 필요로 하는 사람들이 많아지고 있다.

2. 상담자



상담자

내담자의 심리적 갈등이나 현실적인 문제를 내담자가 합리적이고 올바른 방법으로 해결하고 적응적인 삶을 살도록 도와주는 사람

① 상담자의 전문적 자질

- 상담자는 상담을 체계적이고 효율적인 상담 진행을 위해 상담 이론에 대한 이해를 반드시 하여야 한다.
 - 1 인간에 대한 여러 가지 기본적 관점을 이해하여야 한다.
 - 2 이상행동 또는 정신 병리의 발달과정을 이해하여야 한다.
 - 3 변화를 일으키는 구체적인 방법들을 습득하여야 한다.

2 상담자

① 상담자의 전문적 자질

- 상담지식이 상담경험이 될 수 없으므로 상담 실습훈련과 슈퍼비전(사례 지도)이 반드시 필요하다.

수퍼비전

상담자가 상담한 상담사례를 수퍼바이저에게
내담자 이해, 접근방법, 대안적 반응 등을
지도받는 훈련과정

② 상담자의 인간적 자질

- 내담자에게 인간적 영향을 미치지 않고 문제만 따로 떼어내어 해결하는 것은 어려운 일이다. 상담자는 단순한 기법가나 기능인이 되어서는 안 되며 자신이 이해할 수 있는 만큼 내담자 문제를 이해할 수 있고 자신이 성장할 수 있을 만큼 내담자를 성장시킬 수 있다.

- 즉 인간적 자질의 내용은 다음과 같다.

a 자신과 타인에 대한 수용성

b 현실적 감각과 현실에 대한 수용성

c 자발성과 독립성

d 성숙한 대인관계와 사회적 관심

e 삶에 대한 긍정적인 자세

f 상담에 대한 건전한 동기

2 상담자

3 상담자 윤리

비밀유지

상담자는 내담자의 양해나 승인 없이는 면담 중에 알게 된 내용을 공개하지 않아야 하며 이를 공개할 때는 내담자의 동의가 있어야 한다. 단, 내담자의 생명이 위협적이라고 판단될 때에는 예외이다.

전문적 한계

자신의 전문적 한계를 인식하고 감당하기 힘든 내담자의 경우 기꺼이 다른 상담자에게 의뢰해야 한다. 자신이 할 수 있는 것과 못하는 것을 분명히 아는 것이 전문가이다.

2

상담자

3

상담자 윤리

이중관계

내담자와의 상담관계에 영향을 줄 수 있는 이중관계를 피해야 한다. 내담자와 상담료 이외에 어떠한 경제적 거래를 해서는 안 된다.

성적관계

상담관계에 있는 내담자와 어떤 종류의 성적 관계도 가져서는 안 된다.

문화적 차이에 대한 이해

내담자들은 다양한 환경에서 성장하며, 각기 다른 경험을 통해 현재 모습으로 존재하고 있다. 동일한 가정에서 성장한 형제간이라 하더라도 각기 다른 경험의 세계를 가지고 자기만의 감정 양식을 발달 시키게 된다. 하물며 지역적으로 멀리 떨어져 있다든지, 민족이나 국가가 다르다면 문화적인 차이는 더욱 크다고 볼 수 있겠다.