



# 상담의 기법

한인영 교수  
이화여자대학교



# 목차

Chapter 1

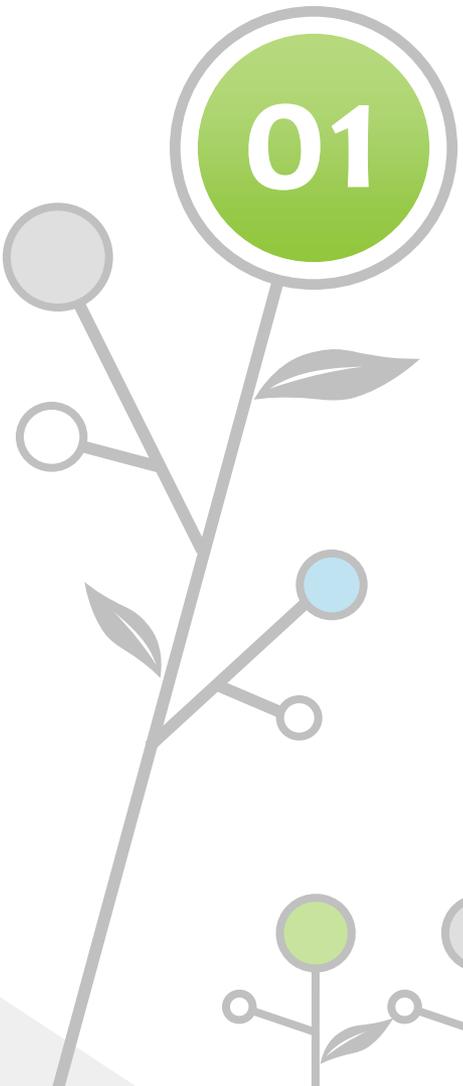
● **개인상담 기법**

Chapter 2

● **가족상담 기법**

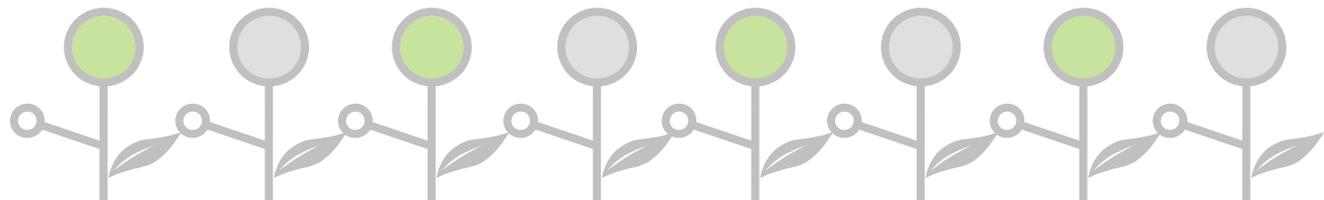
Chapter 3

● **집단상담 기법**



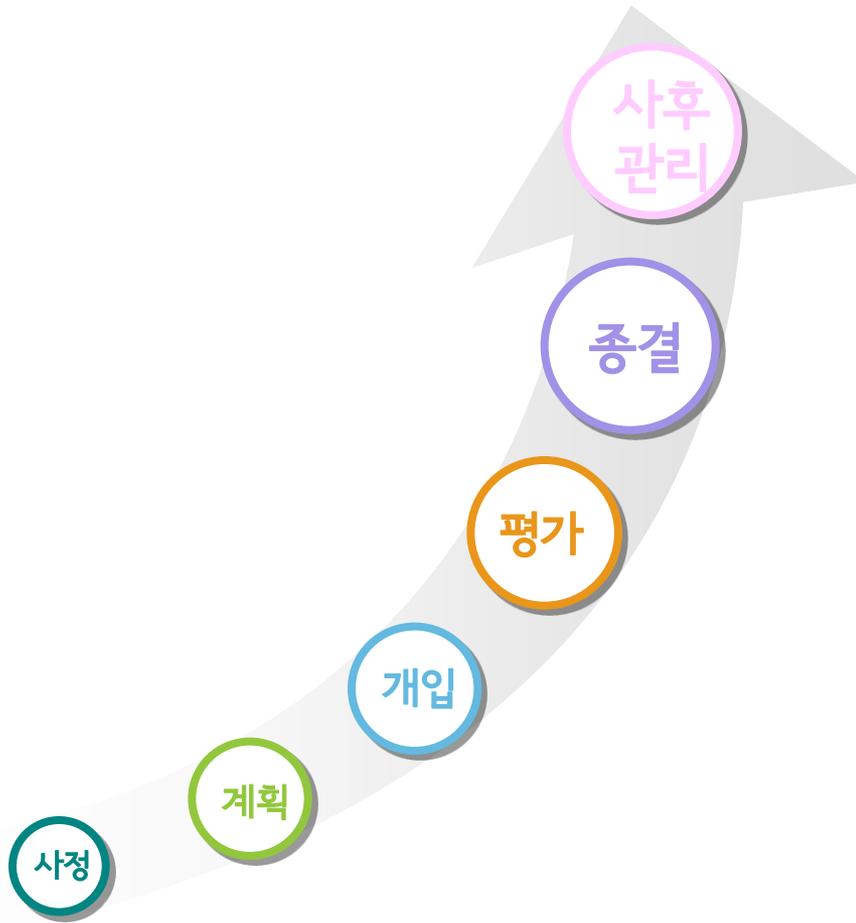
01

# 개인상담 기법



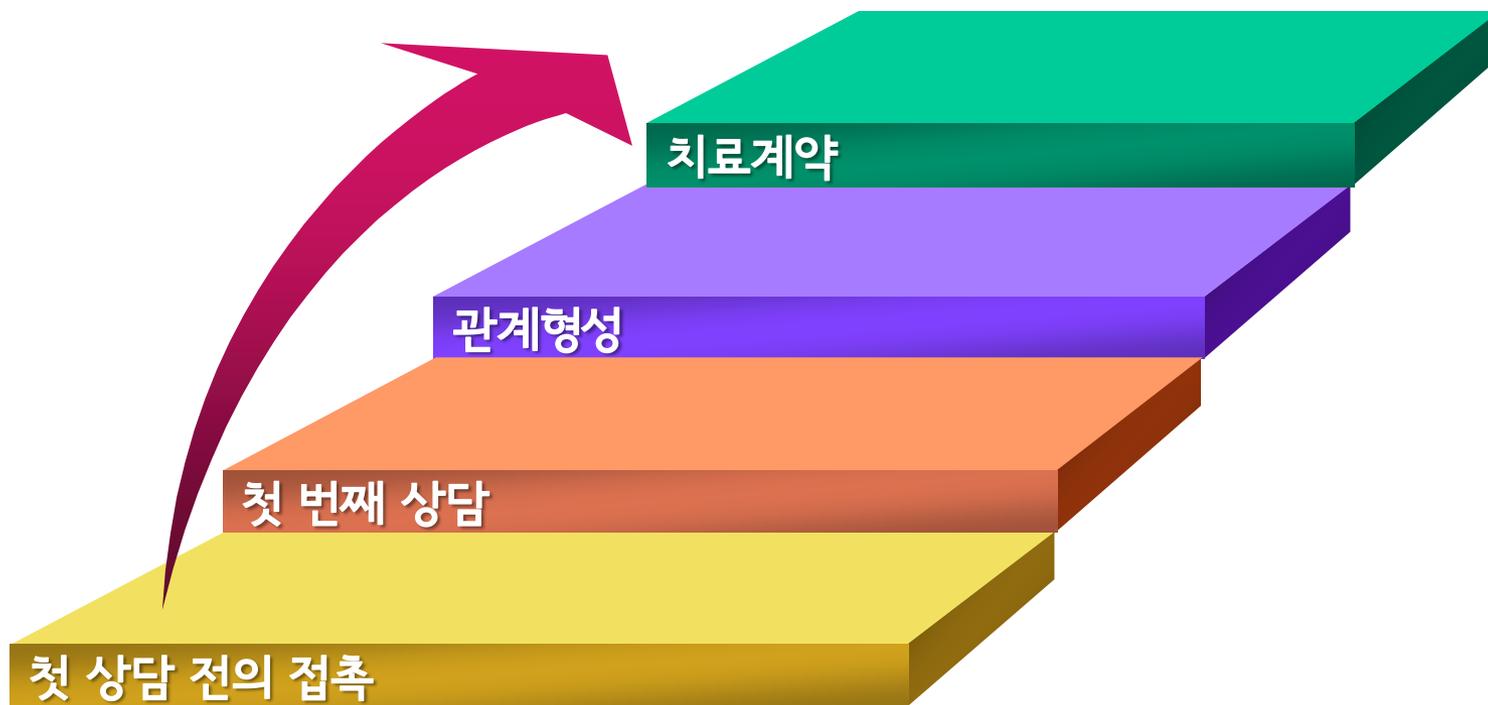


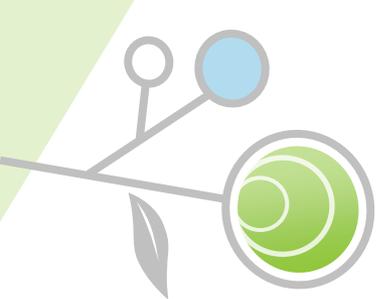
# 개입과정



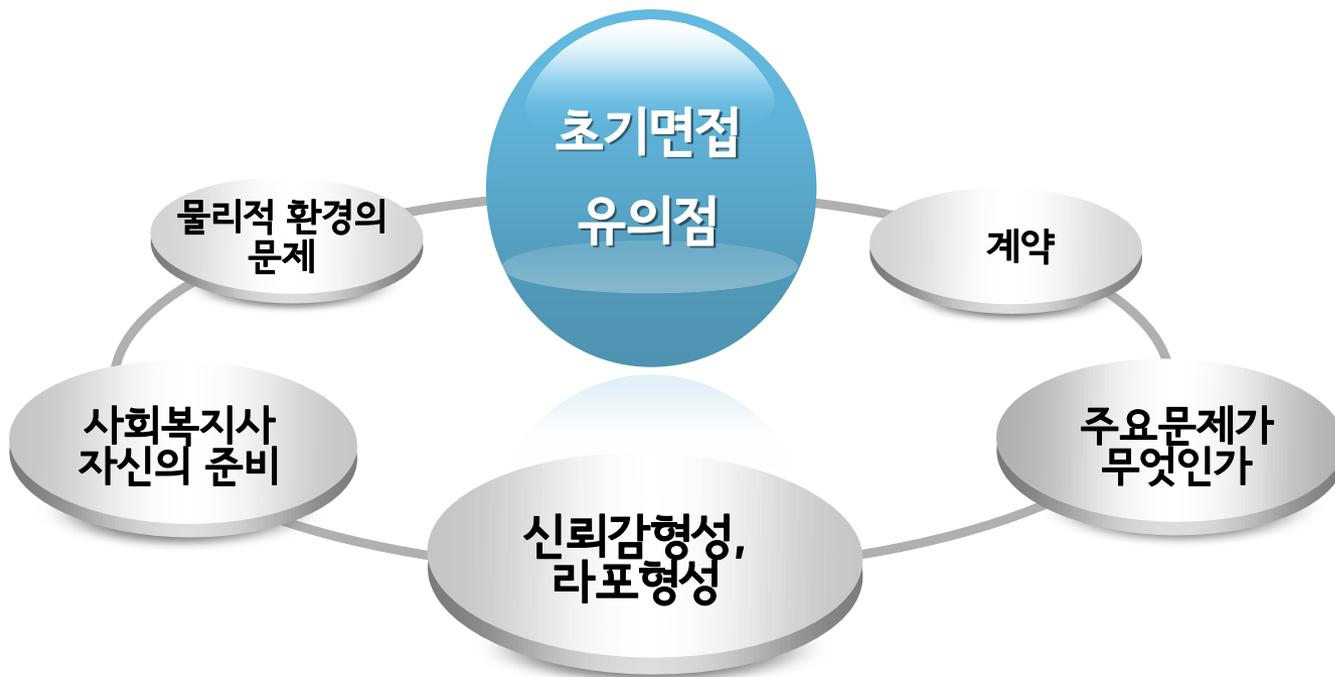


# 초기 상담과정





# 초기면접의 유의점





# 인테이크에 필요한 정보

인테이크에 필요한 정보

기본적  
정보

제시된  
문제

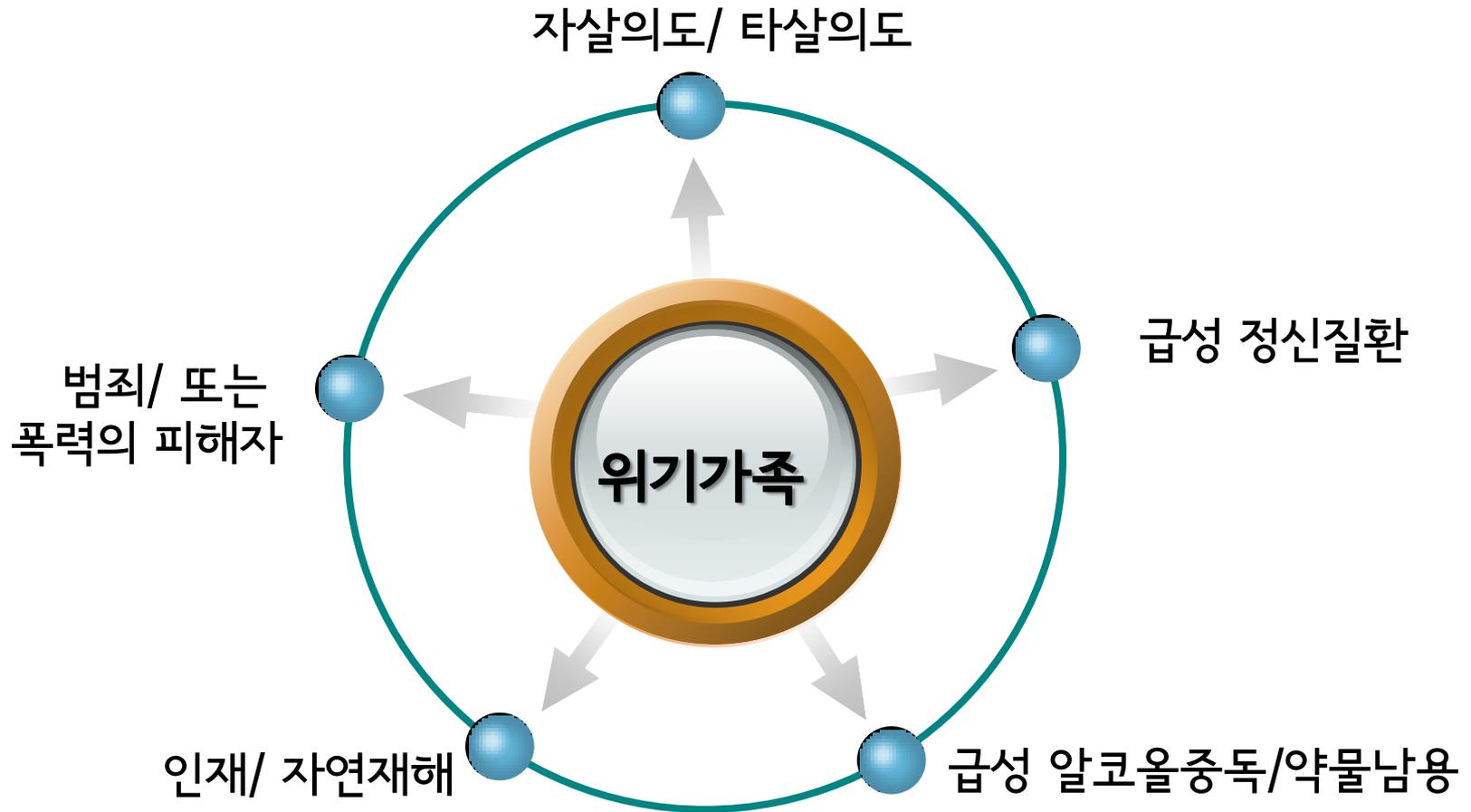
발달단계  
문제

위기  
여부

정신건강검진  
필요성



# 위기 스크리닝





# 위기사례 대처방안

## 대처방안 1

의료, 법률적 조치를 취한다

## 대처방안 2

안전한 심터에 보낸다

## 대처방안 3

적절한 전문가에게 의뢰한다



# 위기개입의 6단계



## 위기개입의 6단계

01 문제 정의하기

02 클라이언트의 안전 확보하기

03 지지하기

04 대안 탐색하기

05 계획세우기

06 참여 유도하기



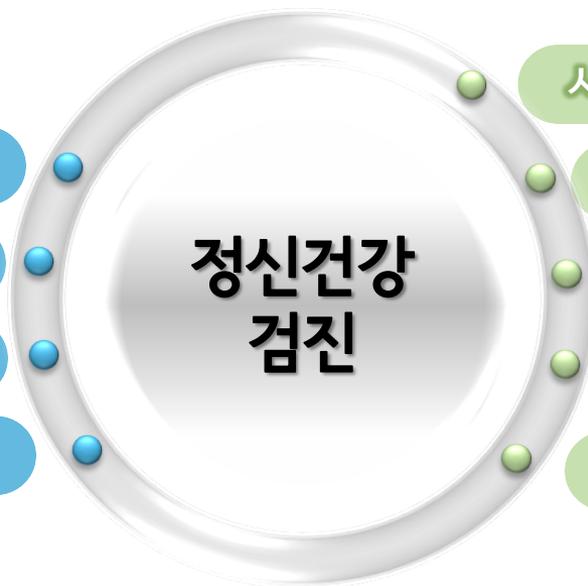
# 외상후스트레스장애(PTSD)의 증상

- 심리적 고통
- 과각성
- 침습적 생각
- 회피
- 수면장애
- 정서적 둔마





# 정신장애의 스크리닝



일반적 묘사

기분과 정동

말하기

지각의 방해

사과의 과정과 내용

감각과 인지

충동조절

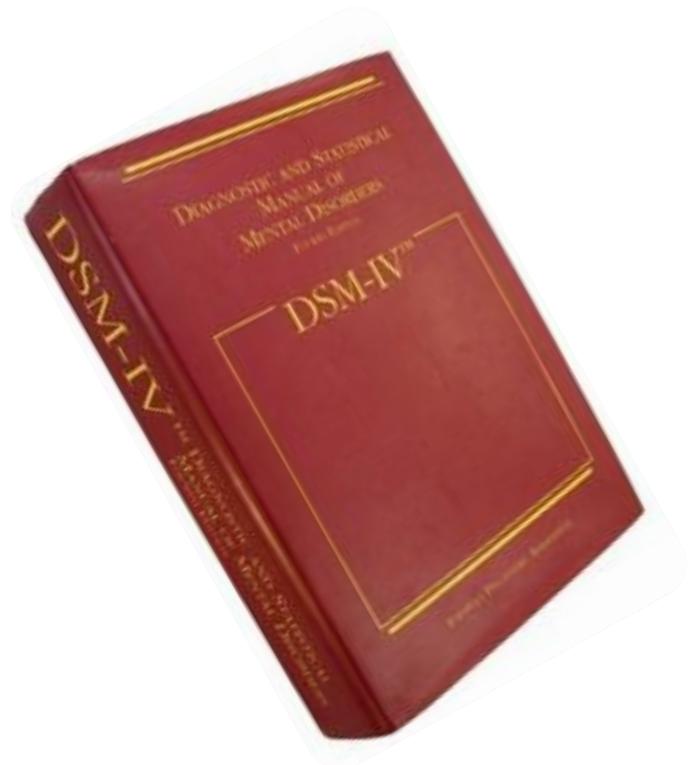
판단력과 통찰력

신뢰도



# 주요정신장애

- 유아기, 소아기, 청소년기에 흔히 처음으로 진단되는 장애
- 섬망, 치매, 그리고 기억상실 장애 및 기타 인지장애
- 일반적인 의학적 상태로 인한 정신장애
- 물질관련장애
- 정신분열병과 기타 정신증적 장애
- 기분장애
- 불안장애
- 신체형 장애





# 주요정신장애

- 허위성 장애
- 해리성 장애
- 성적 장애 및 정체감 장애
- 섭식장애
- 수면장애
- 달리 분류되지 않는 총동조절 장애
- 적응장애
- 인격장애
- 임상적 관심의 초점이 되는 기타장애



# 정신장애 진단 및 통계편람(DSM-IV)의 다축진단체계

축1

• 임상장애와 임상적 관심이 초점이 되는 기타 상태

축2

• 인격장애와 정신지체

축3

• 신체질환이나 일반적인 의학적 상태

축4

• 심리사회적, 환경적 문제

축5

• 전반적 기능평가



# 인격장애의 종류

<DSM-IV>

A군

편집성 성격장애

분열성 성격장애

분열형 성격장애

B군

반사회성 성격장애

경계선 성격장애

히스테리성 성격장애

자기애성 성격장애

C군

회피성 성격장애

의존성 성격장애

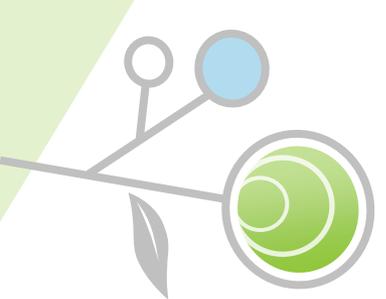
강박성 성격장애



# 성격의 분류1

- 양심형, 경계형
- 자신만만형, 변덕형, 드라마형
- 유유자적형, 소심형
- 모험형, 공격형
- 헌신형, 희생형
- 고독형, 별종형





# 성격의 분류2

사고형

감정형

감각형

직관형



# 성격의 분류3

- 활동성
- 규칙성
- 접근성
- 적응성
- 반응양상
- 분위기
- 집중도
- 끈기





# 면접의 기술

- 정서적 온화함, 공감, 진실성
- 경청하고 말하기
- 격려
- 다른 말로 반복
- 반영적 반응
- 명료화
- 해석



- 정보제공
- 강점의 언급
- 자기개방
- 요약
- 정보 묻기



# 개입 모델

- 정신분석적 모델
- 인지적 모델
- 행동적 모델
- 의사소통 모델
- 해결중심 모델
- 형태주의 모델



# 개입기법

- 방어기제
- 인지의 변화
- 행동의 변화
- 의사소통
- 문제해결
- 빈 의자 기법
- 통찰력 향상
- 역량강화
- 자원탐색 및 자원연결

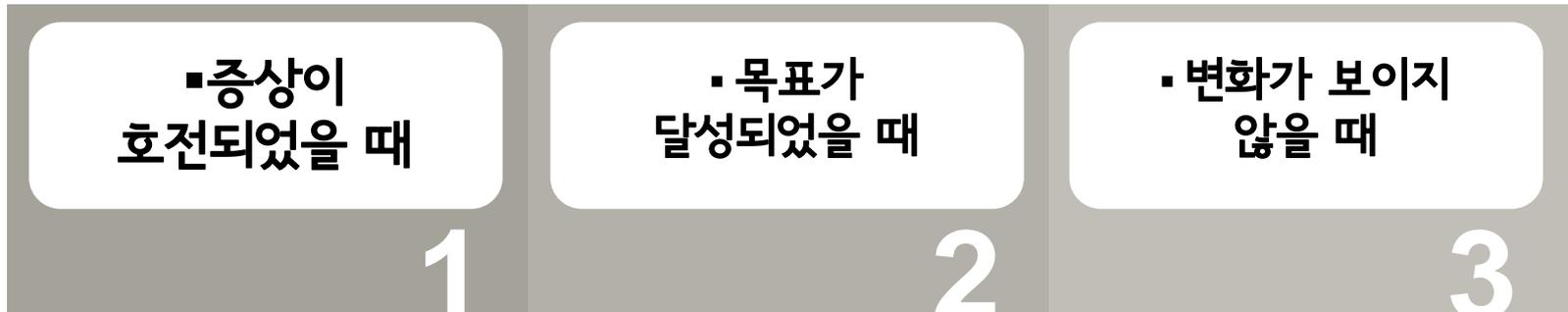


# 종결의 계획

## ➡ 종결 계획시 유의점

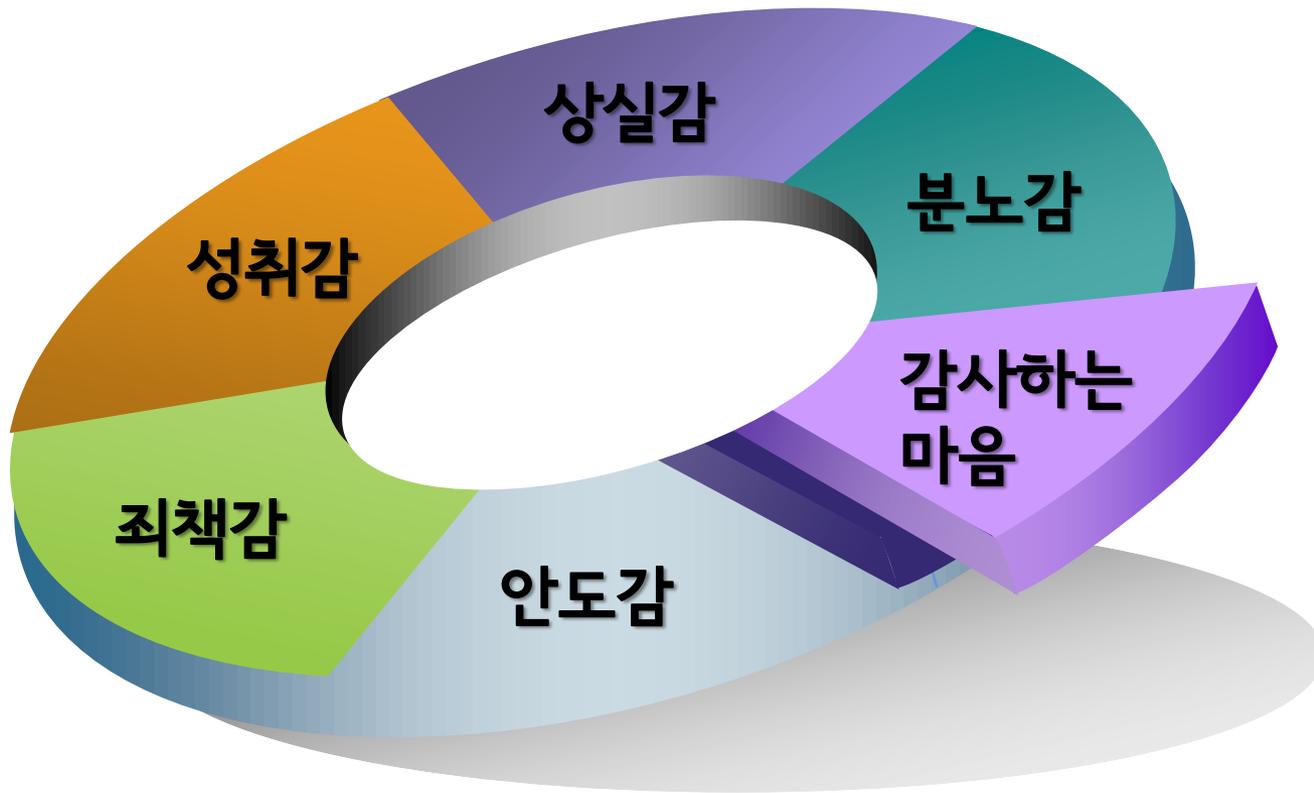


## ➡ 종결의 시기





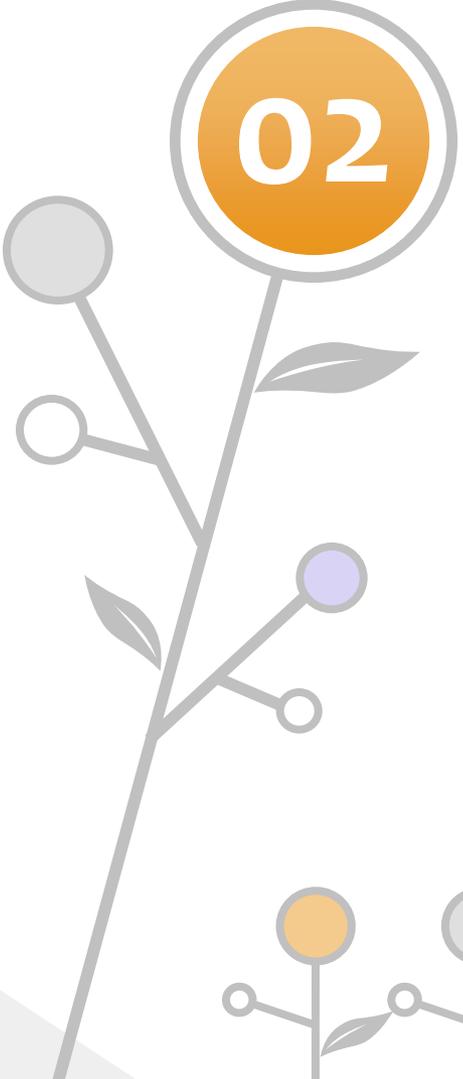
# 종결에 따른 정서





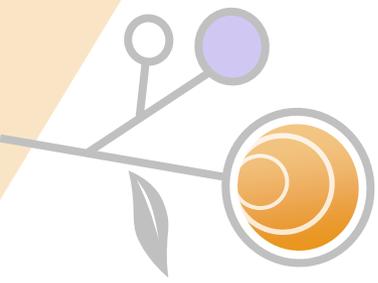
## 종결의 방법

- 치료 시에 달성한 것을 축하해준다.
- 퇴행을 예측한다.
- 종결 이후에 대해 언급한다.
- 조기종결을 하지 않는다.

A stylized illustration of a plant stem with several leaves and small circular buds. One bud at the top is highlighted in orange and contains the number '02'. The stem is grey, and the buds are in shades of grey, white, and purple. At the bottom of the page, there is a row of eight small, stylized plants with orange and grey buds.

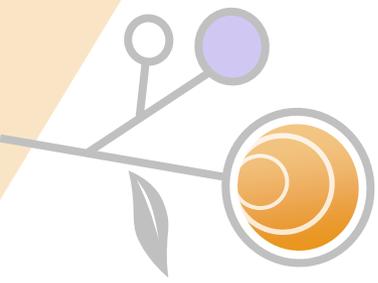
02

# 가족상담 기법

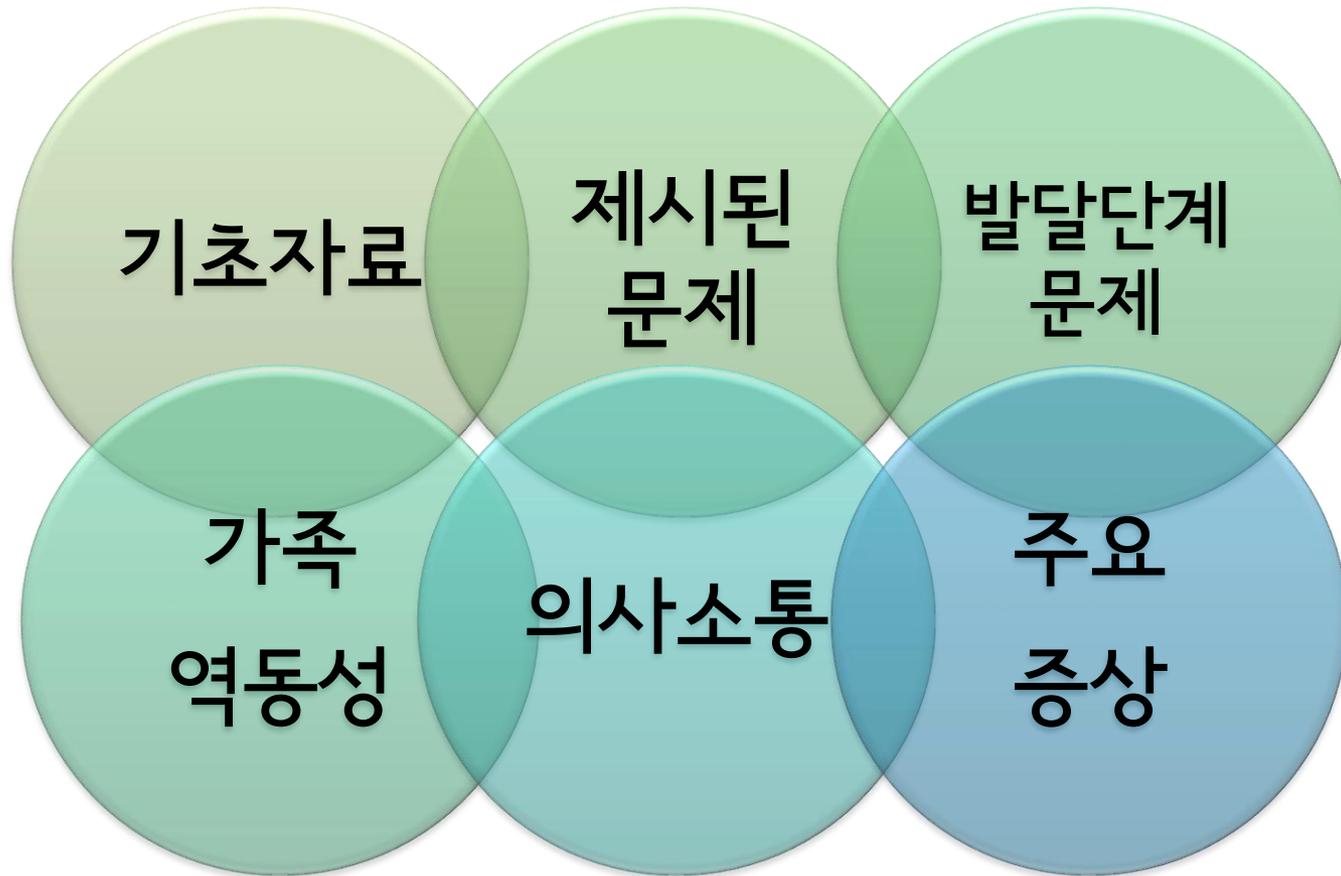


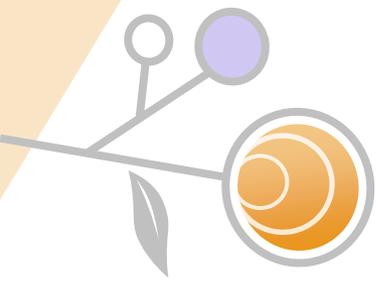
# 가족상담 용어





# 내담자 가족평가의 제반 요소

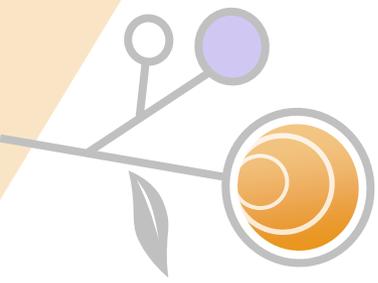




# 가족치료의 궁극적 목적

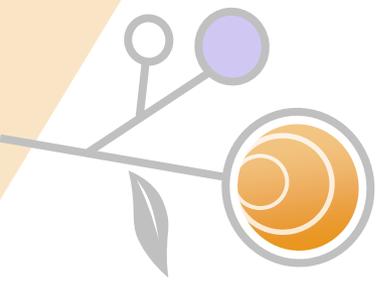
- 바람직하지 못한 행동을 교정한다
- 내적 갈등이나 고민해결을 도모한다
- 가족 간의 이해를 증진시킨다
- 희망을 고취시킨다
- 동정심과 인내심을 고양시킨다
- 용서와 친절을 실천하게 한다
- 불화를 줄이고 화목하게 한다





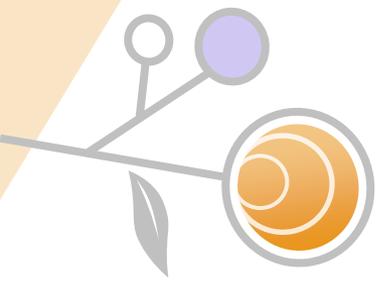
# 문제가정에 대한 구체적 서비스

- 양육기술 향상
- 아동의 학교에서의 기능 향상
- 가족의 문제해결 기술 향상
- 스트레스 관리능력의 증가
- 가족이 이용 가능한 자원 증가
- 가족 관계 기능의 향상
- 부모와 아동의 건강 향상
- 부모의 고용촉진 등으로 인한 자기만족감 향상



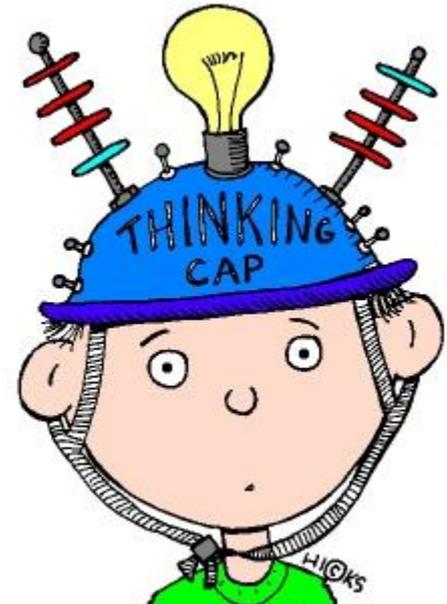
# 가족상담 초기의 유의점

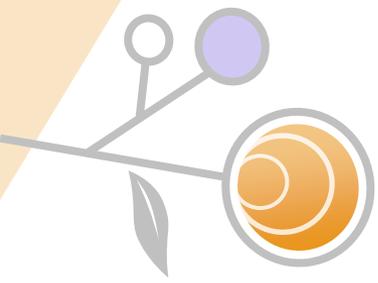
- 위기 여부 판단
- 인테이크
- 제반 문제 규명
- 계약
- 조기탈락에 대한 인식
- 기록



# 가족상담 초기의 상담자 사고전환

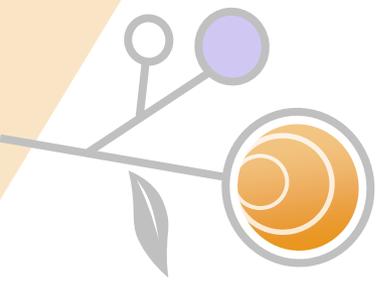
- 개인역동성과 체계 역동성
- 직선적 인과관계와 순환적 인과관계
- 내용과 과정





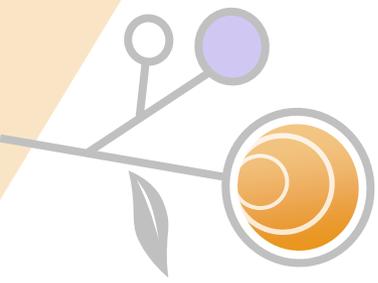
# 상호작용 사정의 내용

- 삼각화
- 경계
- 권력
- 친밀감
- 의사소통



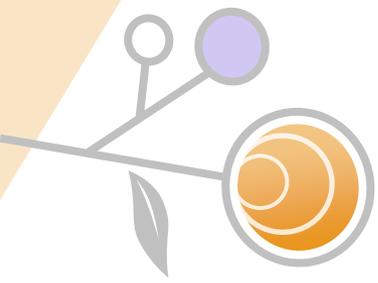
# 첫 면담의 과정

- 전화약속
- 사교적 대화
- 면접에 대한 정의
- 문제 정의
- 목표 설정
- 개입목표 세우기

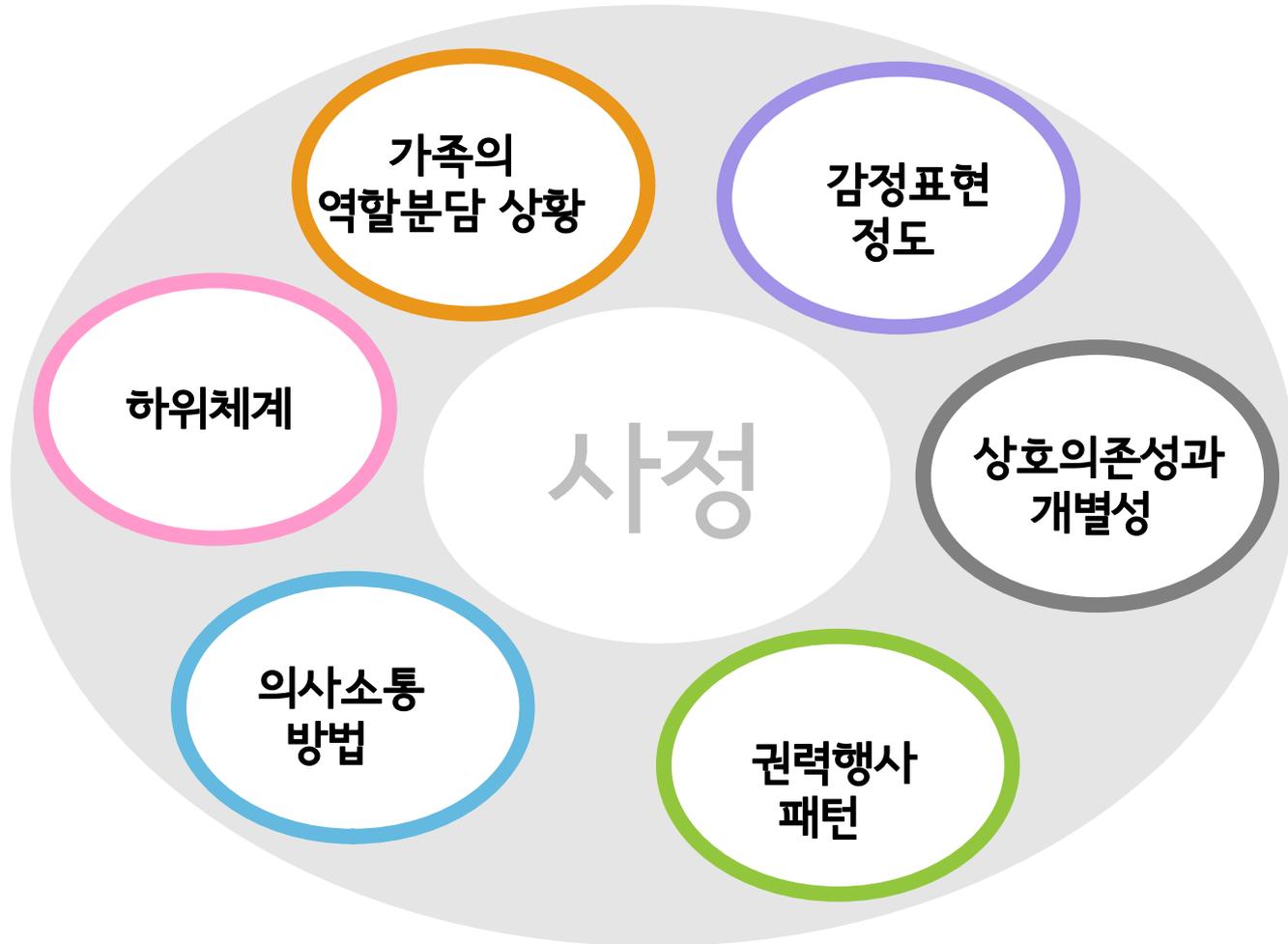


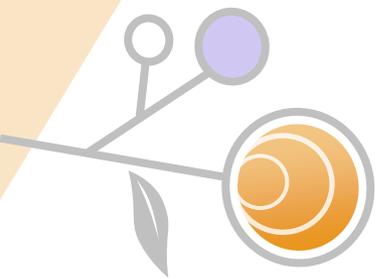
# 초기 면접에서 무엇을 알아보는가

- 기초자료
- 제시된 문제
- 발달단계의 문제
- 가족 역동성
- 의사소통
- 주요 증상, 역기능



# 사정내용





# 부부체계와 관련된 사항은?

친밀감

경계

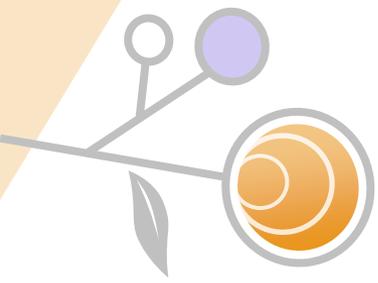
의사소통

성

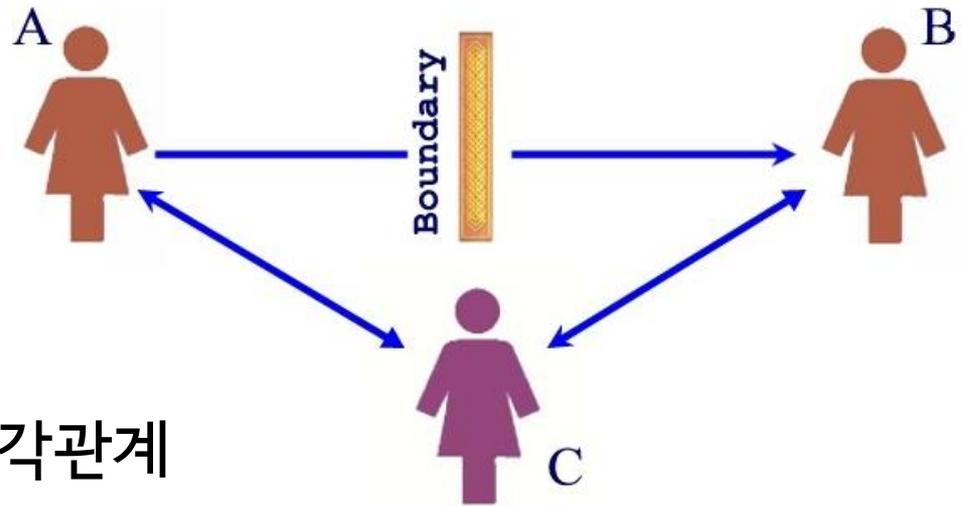
부모  
양육태도

재정관리

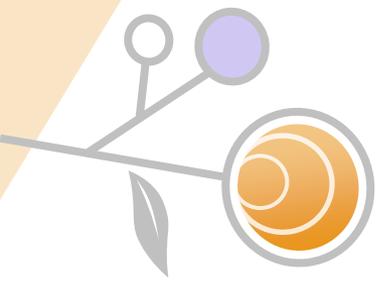
원가족관계



# 가족 내 삼각관계 유형



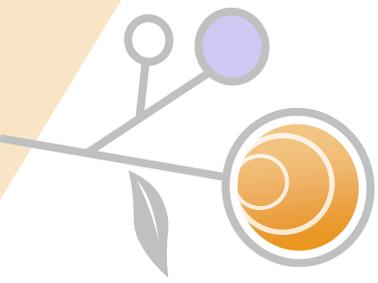
- 부모 자녀 삼각관계
- 부부 외 제 삼자를 낀 삼각관계
- 이혼 재혼 가정의 삼각관계
- 위탁아동 입양아 가족 삼각관계
- 다세대 삼각관계



# 상담자의 초기질문 내용

- 가족은 상담을 통해 무엇을 얻고자 하는가
- 왜 지금 이 시점에서 상담을 구하는가
- 어떤 과정을 거쳐 상담을 받기로 하였는가
- 제시하는 문제가 무엇인가
- 과거에 상담 받은 경험은 도움이 되었는가
- 문제해결을 위해 무엇을 해 왔는가





# 상담자의 초기질문 내용

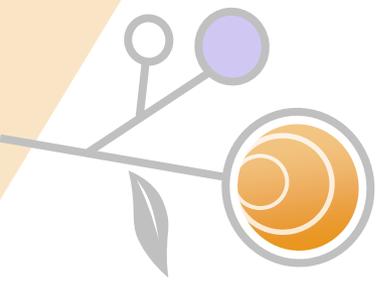
- 죽음, 실직의 위기가 있었는가
- 가족의 질병경력, 유전적 문제가 있는가
- 각 가족원의 장점은 무엇인가
- 가족은 문제의 원인을 무엇으로 보는가
- 의뢰인과의 관계는 어떤 것인가
- 가족에게 영향을 미치는 인물은 누구인가



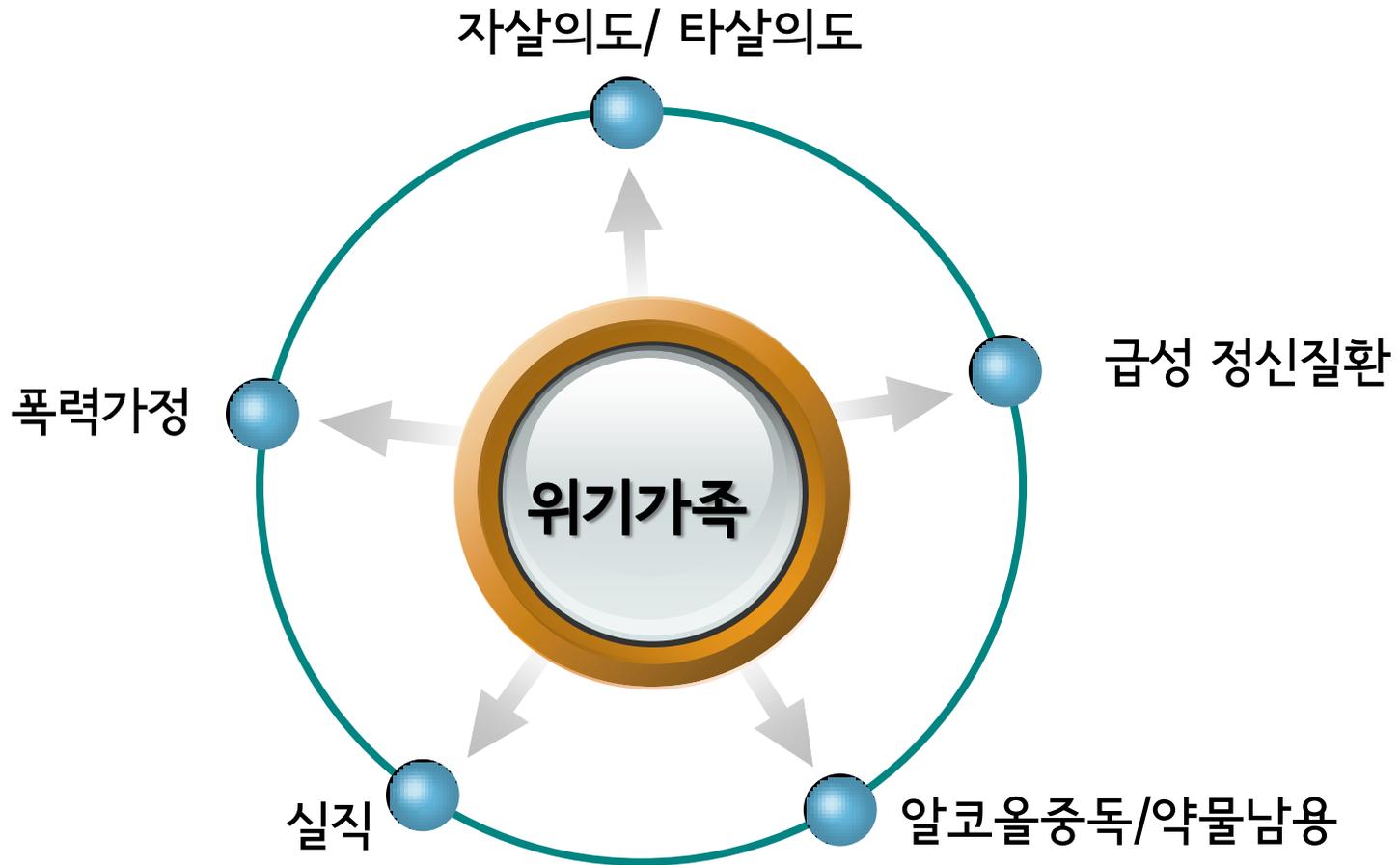


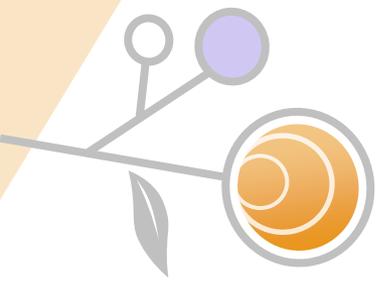
# 기타

- 지적 수준
- 인지능력
- 욕구 조절 능력
- 심리적 방어기제
- 친밀감, 거리감 정도
- 동맹관계를 맺고 있는 가족 성원과의 관계
- 의사소통 기술

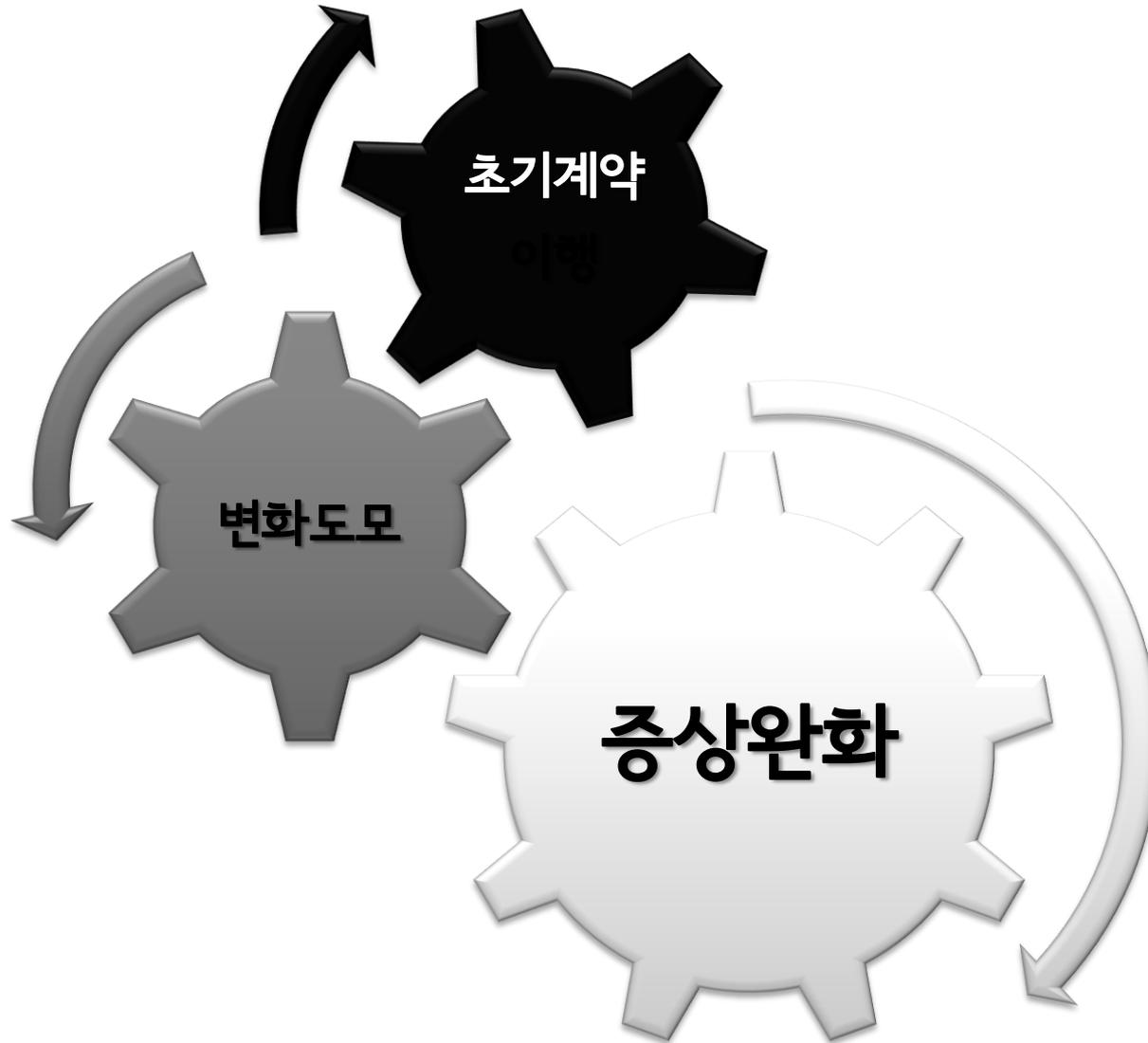


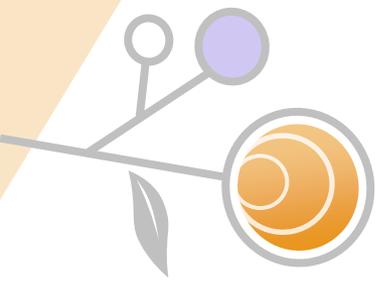
# 위기의 가족은?





# 개입 단계의 과업





# 가족개입기법

정신분석  
기법

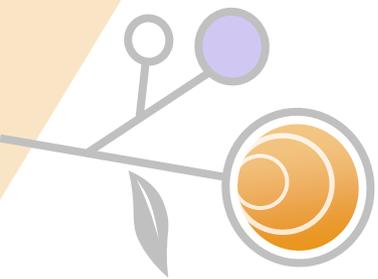
의사소통  
기법

구조적  
가족치료  
기법

전략적  
가족치료  
기법

형태주의  
가족치료  
기법

단기  
가족치료  
기법



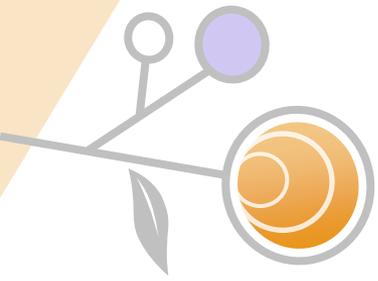
# 치료계획의 다양성

개인, 집단, 가족 치료를  
동시에 원하는 경우

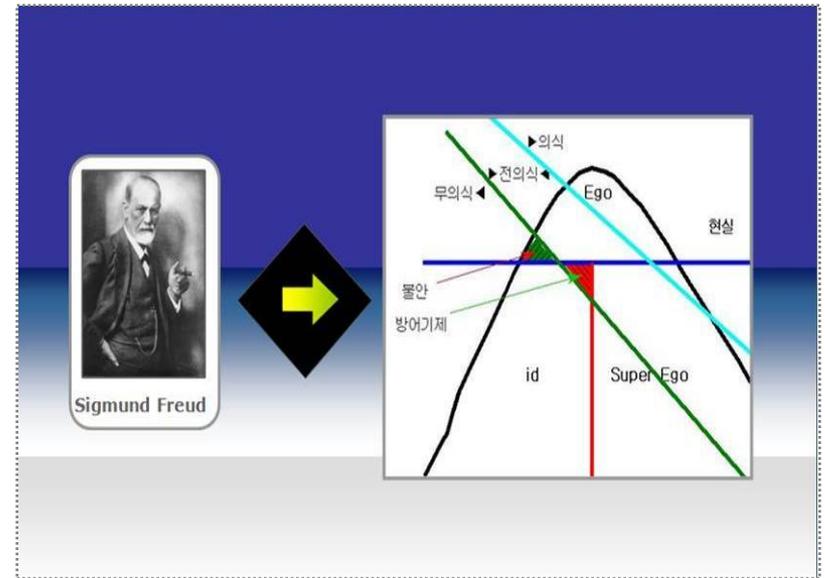
가족치료만 원하는 경우

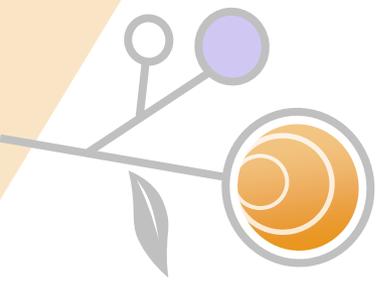
가족내의 하위체계만을  
치료대상으로 삼는 경우

치료계획

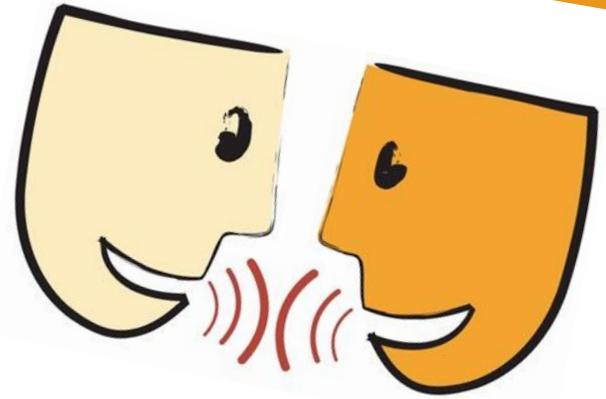


# 정신분석치료

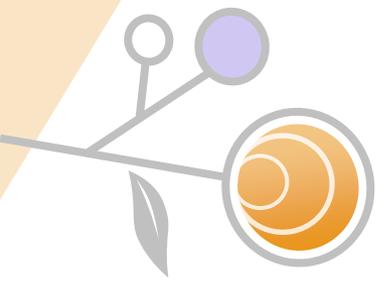




# 의사소통 기법



- 가족의 대변자
- 가족원의 의사소통 유형
- 이중구속 의사소통 방법
- 감정표현
- 감정, 이성, 행동 표현방식
- 가족토의
- 구체성
- 독점
- 감정이입, 격려, 지지
- 책임



# 의사소통 기법

## 회유형의 내적감정

- 아무도 나를 좋아하지 않아
- 당신이 없으면 나는 죽을거야
- 나는 무가치해

## 비난형의 내적감정

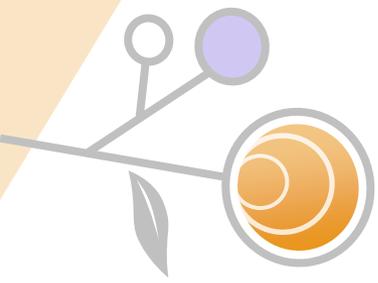
- 나는 늘 혼자이며 실패자이다

## 초이성형의 내적감정

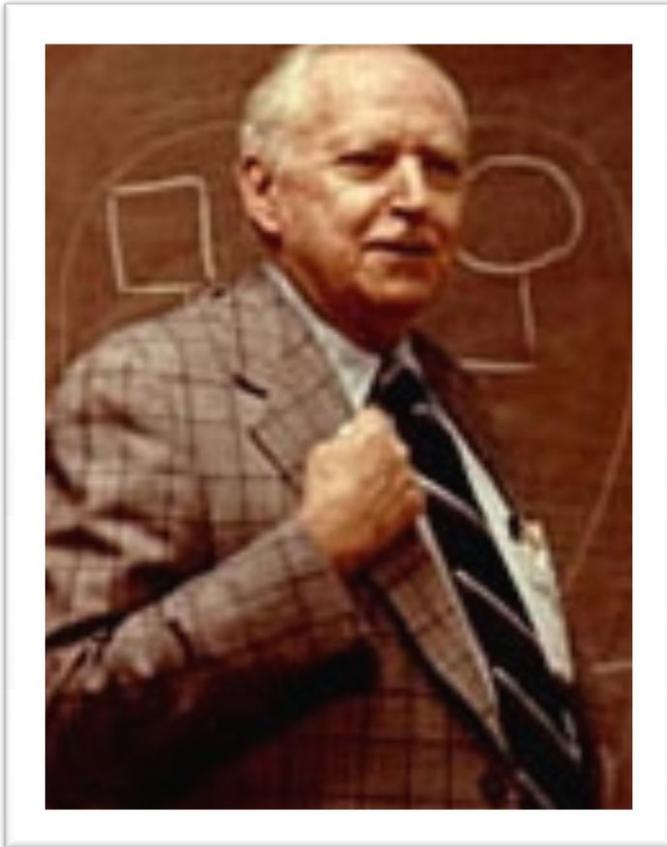
- 나는 작은 일에 쉽게 상처받아

## 혼란형의 내적감정

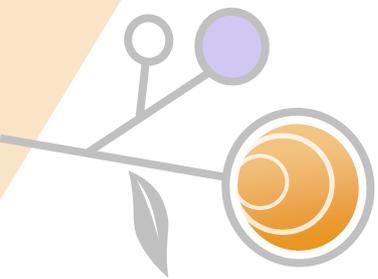
- 나를 도와줄 사람은 아무도 없다
- 내가 나설 자리가 없다



# 구조적 가족치료 기법



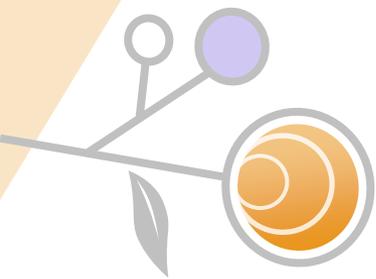
- 가족 내 소집단
- 권위
- 경계
- 구조
- 상호의존성, 개별성
- 역할분담
- 희생양, 가족의 영웅



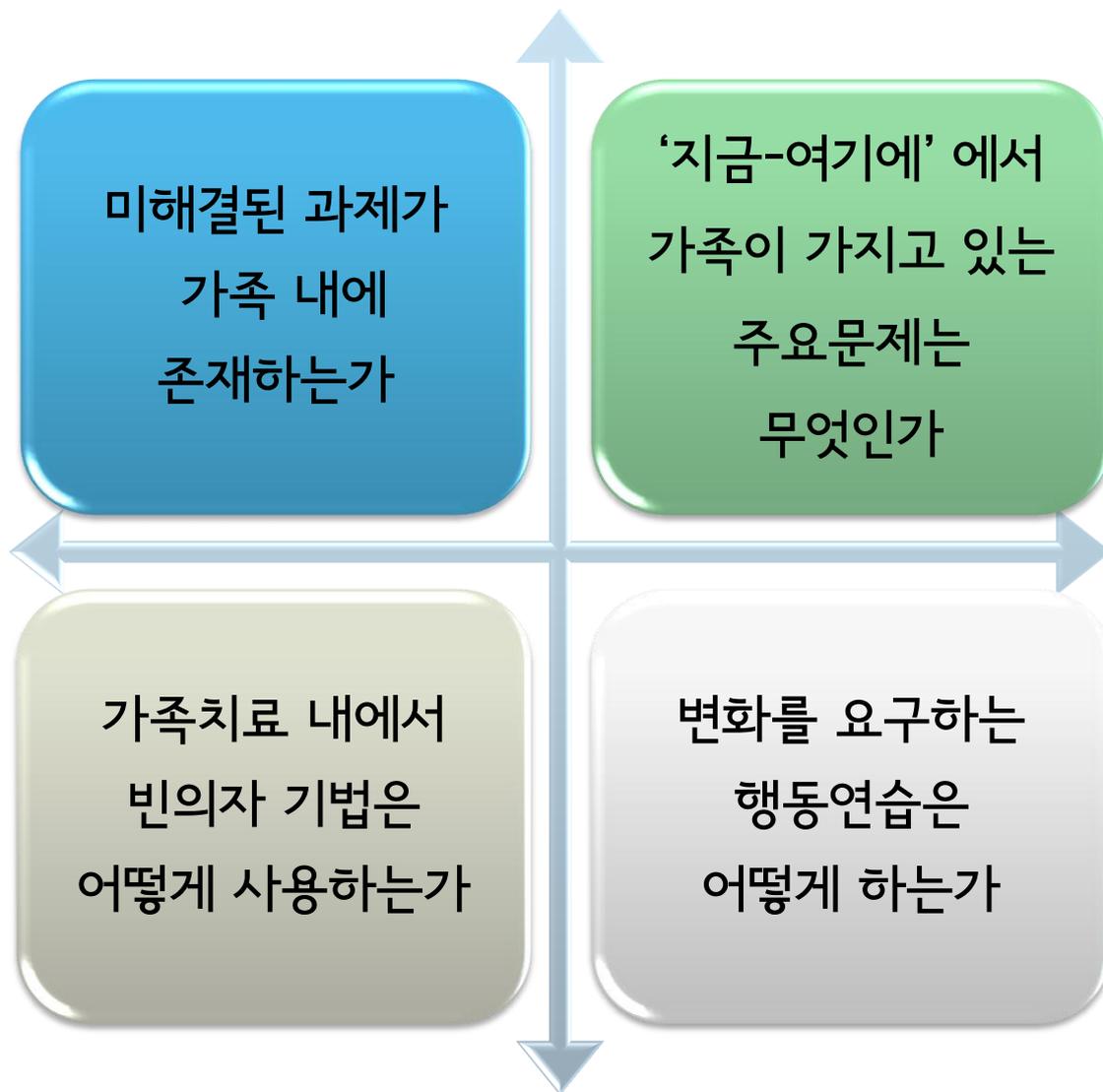
# 전략적 치료

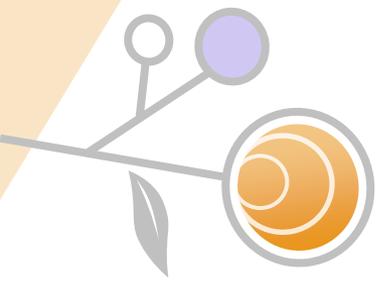
문제에 대한  
재해석

전략에 의한  
변화 도모



# 형태주의 가족치료 기법



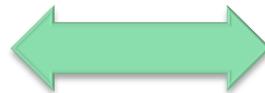


# 단기 가족치료

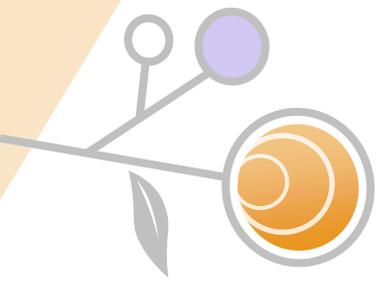
문제 규명



문제행동의  
변화도모



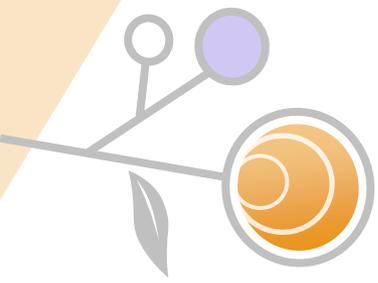
이행 사항의  
계약



# 가족상담의 전반적 방향

- 제시된 문제의 해결
- 가족의 문제 해결능력의 증진
- 가족 내에서 가장 중요한 집행체계의 강화
- 개인, 가족원들의 자아분화 성취와 잠재력 개발
- 기능적인 가치체계의 개발





# 위기의 가족상담

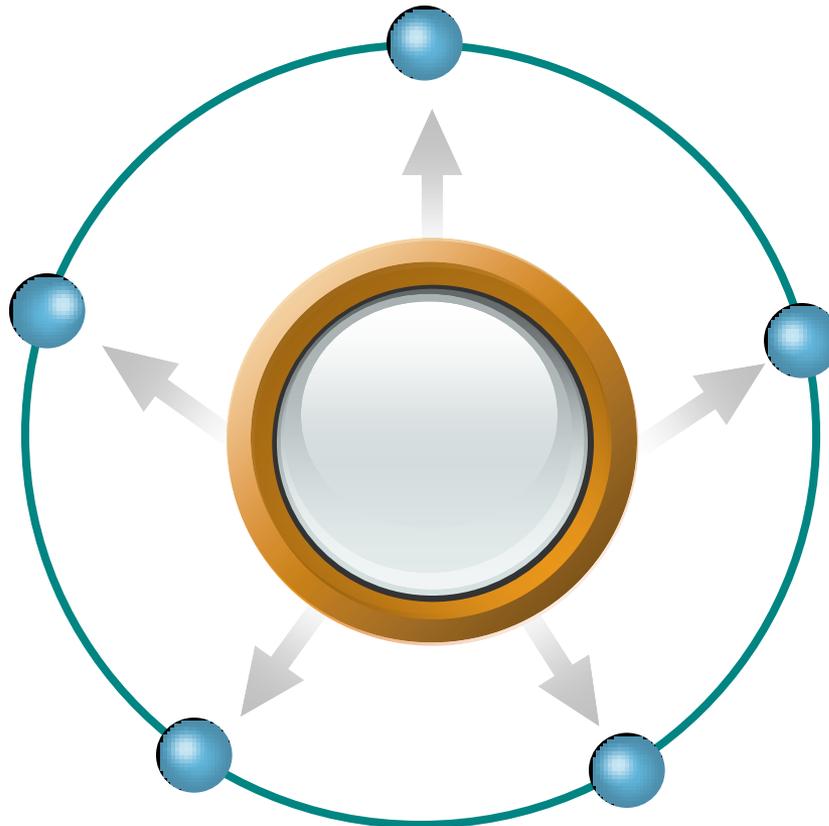
실직자 가족상담

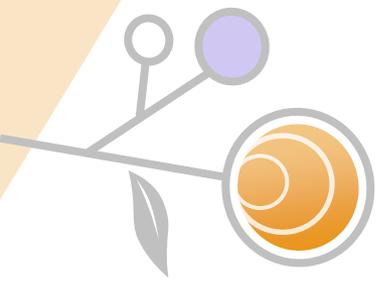
정신질환자  
가족상담

학대가족상담

알코올중독 가족상담

아동성학대가족상담

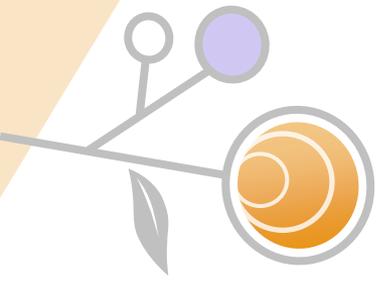




# 종결은 언제 하는가

- 증상완화
- 목표달성
- 의사소통의 원활
- 가족 구조의 변화
- 대처방법, 행동양식의 수정
- 문제해결능력의 향상
- 가족의 역할과 기능의 합의
- 가족의 조기종결





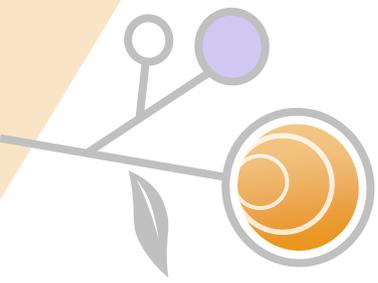
# 타전문가에게 의뢰는 언제하는가

가족치료자가 기관을  
이전할 때

내담자 가족이 치료를  
일방적으로 중단할 때

치료자의 전문성과 능력을  
신뢰할 수 없을 때

증상호전이나 가족변화가  
이루어지지 않을 때



# 종결 시의 과제

1

가족이 성취한 것을 인정해준다

2

미해결과제를 토의한다

3

자연종결의 정서에 대해 언급한다.

4

퇴행이 일어날 수 있음을 유의한다

5

추후 서비스에 대해 논의한다.



# 종결 시의 유의사항

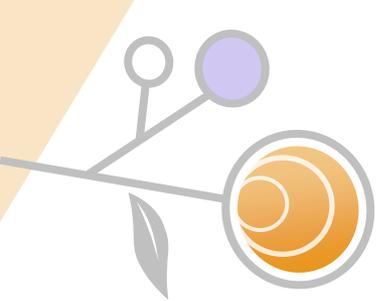
치료자의 종결에 대한 정서에 유의

내담자 가족의 종결 준비정도에 유의

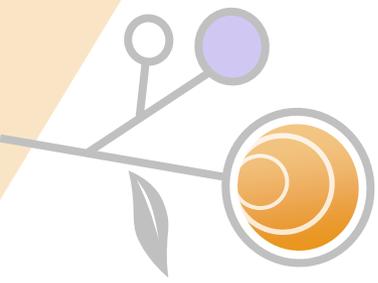
종결에 대해 가족이 보일 반응 예측

성공적 종결을 위한 구체적 개입 방법 계획





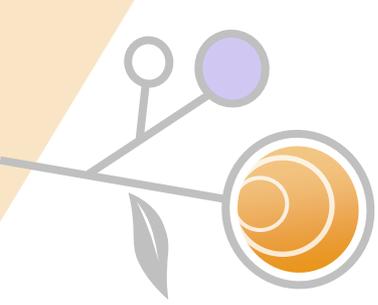
# 부부상담



# 상담 초기의 과제

- 위기관련 스크리닝
- 폭력, 외도, 자살의도 여부 판단
- 안전성, 보호조치의 필요성 판단
- 자녀의 안전성, 보호조치의 필요성 판단
- 정신질환 등 정신과 치료 필요성 여부 판단





# 폭력부부의 경우

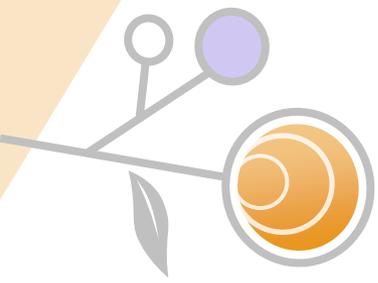
■ 도구적 폭력인지 여부

■ 급성, 만성 판단

■ 안전성, 보호조치의 필요성

■ 가해자의 정서 상태,  
피해자의 정서상태 파악



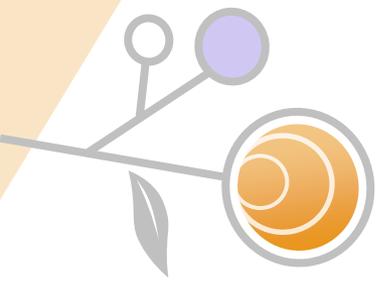


# 외도부부의 경우

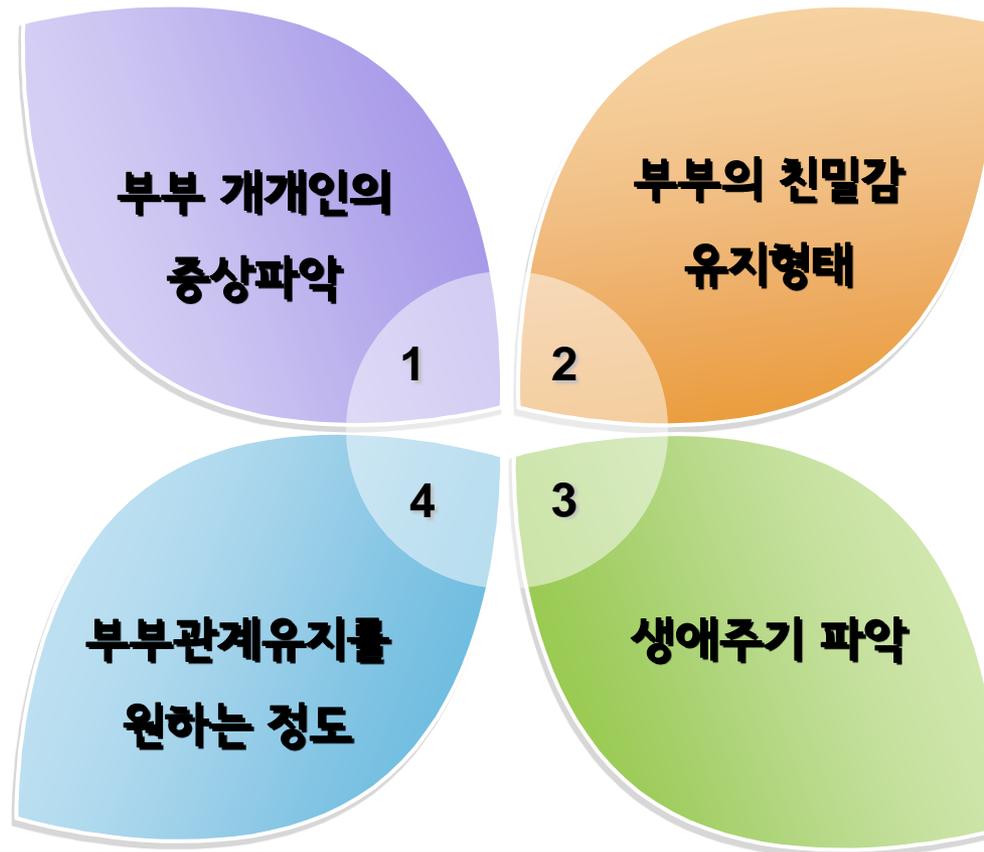
급성, 만성  
판단

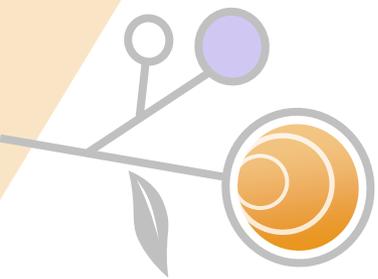
정서상태의  
판단

외도 이후의  
경과시간,  
용서, 화해  
의지



# 부부체계 초기 조사내용





# 부부관계의 주요 요소

부부역동성

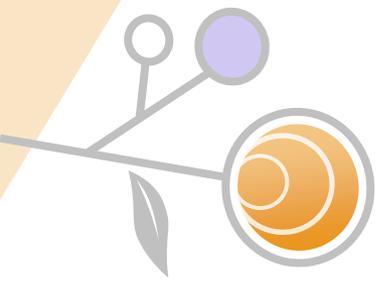
의사소통

성격

성

원가족

재정



# 부부갈등 해소방안



개인치료  
성기능장애 치료  
알코올중독 치료

- ▶ 우울감이 높은 경우
- ▶ 기능적 장애 치료



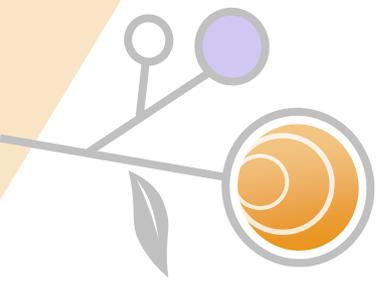
부부상담  
치료

- ▶ 성격, 의사소통, 역동성의 문제



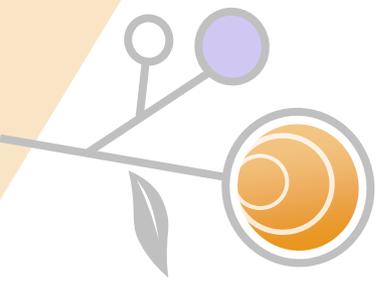
정신치료와  
약물치료

- ▶ 심각한 성격장애
- ▶ 정신 질환
- ▶ 성기능 장애
- ▶ 우울증



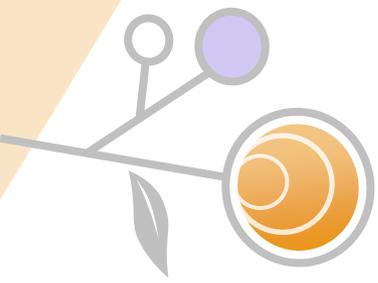
# 구체적으로 필요한 정보

- 부부가 각각 무엇이 문제라고 보며, 원인은 무엇이라고 인식하는가?
- 문제의 시작 시기는 언제이며, 그때 무슨 사건이 있었는가?
- 지금 문제가 심각해진 이유는?
- 부부 상담을 통해 그들은 각각 무엇을 해결 받고자 하는가?
- 부부 각각이 가지는 개별 증상은 무엇인가?
- 관계에 대한 헌신이 있는가?



# 구체적으로 필요한 정보

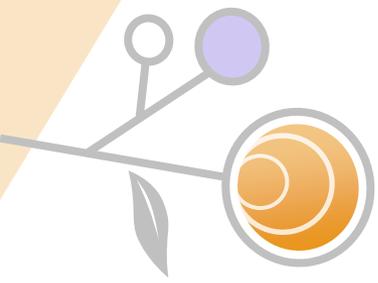
- 생애주기의 어디에 와 있는가?
- 애착과 자율성, 친밀감과 독립성의 조화가 어떠한가?
- 젠더 역할 갈등, 책임, 공정성 등을 어떻게 관리하고 있는가?
- 서로 신뢰하고 있는 정도는?
- 성문제는 관계의 문제, 기질적 문제, 정서의 문제, 증상의 문제인가?
- 생태체계 자원의 정도는?



# 실패가능성 높은 부부상담

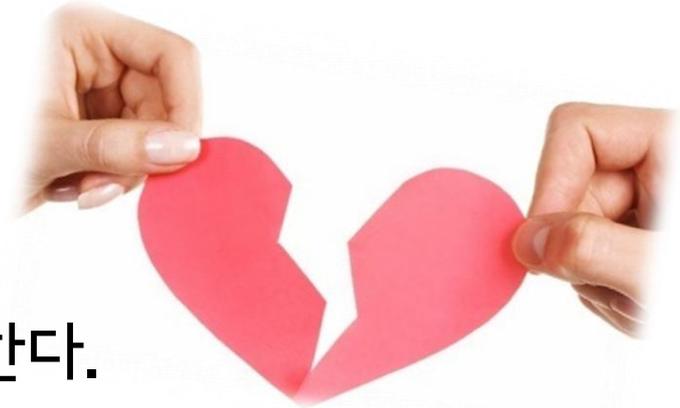
- 문제의 만성화 정도
- 부부의 분열정도
- 부부의 불신 정도
- 문제의 본질에 대한 인식 불일치
- 변화나 화해의 의향이 없음
- 상담자가 부부에 대해 화해조정 자신 없음

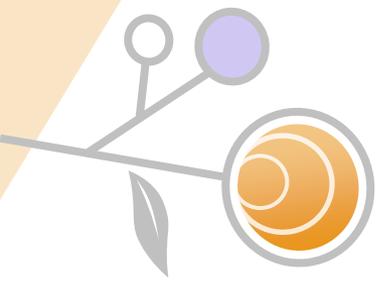




# 별거를 제시할 때 유의점

- 별거의 목적을 분명히 한다.
- 별거의 기간을 합리적으로 결정한다.
- 어느 배우자가 집에서 나갈 것인지 결정한다.
- 별거 기간 동안 재정문제에 대해 서로 의견을 절충한다.
- 언제 어떻게 자녀를 만날 것인지 계획한다.
- 별거 기간 중 일주일에 부부가 몇 시간을 함께 보낼 것인지 결정한다.
- 모든 것이 결정된 후 자녀들에게 말한다.





# 성기능장애

## 성기능장애

사회, 문화, 정치, 경제적 요인에 의한 장애

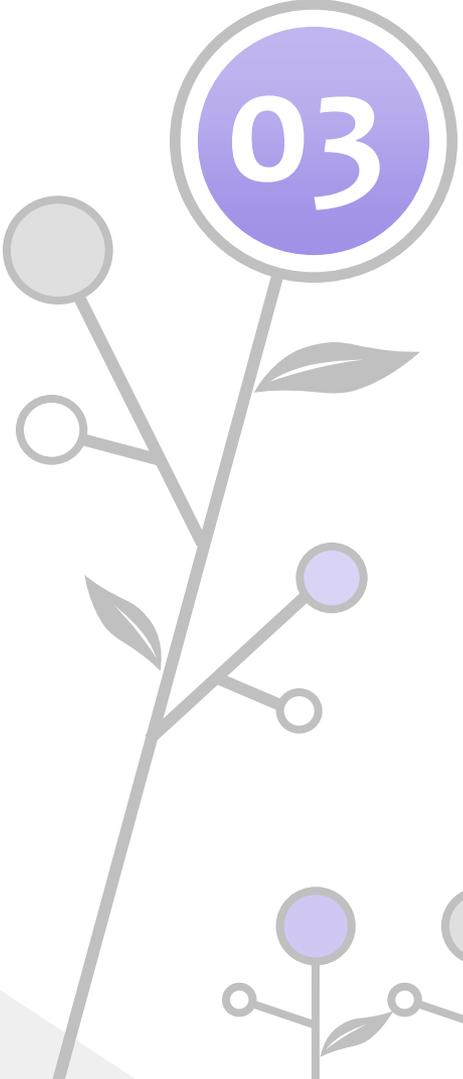
파트너와의 관계에서 비롯된 성적 장애

심리적 요인에서 오는 성적장애

의학적 원인에 의한 성적 장애

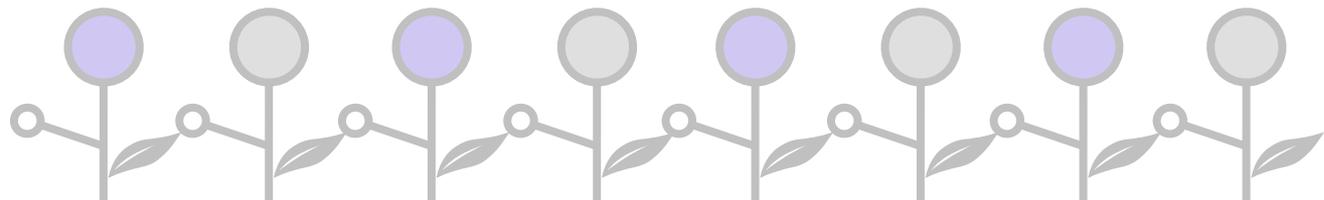
허위약물에 의해 허위 약물에 의해

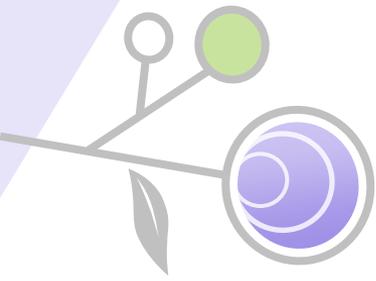
무려나 모든이 나 모든 유한유한



03

# 집단상담 기법





# 집단사회사업 실천의 원칙

개별화의 원칙

수용의 원칙

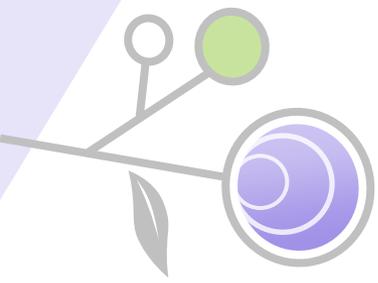
참가의 원칙

체험의 원칙

갈등해결의 원칙

규범의 원칙

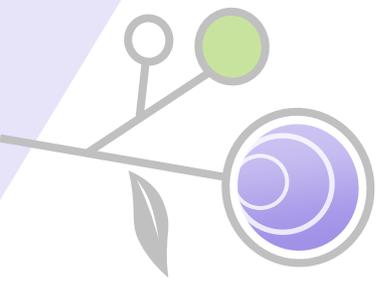
계속 평가의 원칙



# 개인치료가 적합한 경우

- 개인적 위기
- 개인의 통찰력이 매우 낮은 경우
- 관심을 혼자서 끌고자 할 때
- 타인 앞에서 말을 못할 때
- 중증 우울증, 성행동장애, 정신병 중 특정 클라이언트

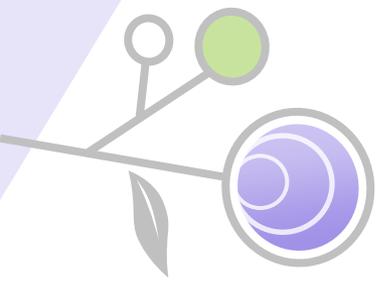




# 집단치료가 적합한 경우

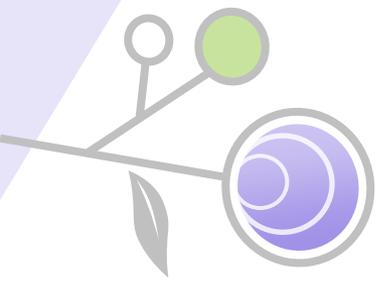
- 낮은 자아개념
- 사회기술부족, 소외감, 고독감
- 또래나 동료의 지지망이 필요한 경우
- 스트레스, 결혼생활 불화, 의존적 성격, 분노표출의 문제, 주장훈련의 부족, 개인감정표현의 부족





# 집단의 유형

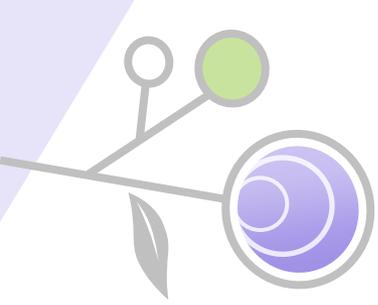
- 개방집단/ 폐쇄집단
  - 과업집단
  - 치료집단
  - 성장집단
  - 자가지향집단
  - 참만남집단
  - 교육집단
  - 자조집단
  - 사회화집단
  - 레크리에이션집단
  - 토론집단
  - 사회행동집단
- 
- 이야기를 하는 집단/ 이야기를 하지 않는 집단



# 집단구성

- 목표설정
- 대상설정
- 집단크기
- 집단의 지속기간
- 물리적 환경
- 규칙
- 소속기관과의 이슈





# 집단 구성시의 유의점



초기사정



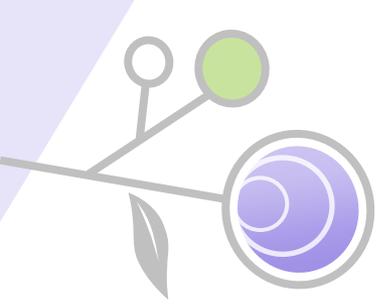
집단구성원의 기본적 욕구 파악



구성원 개별 특성에 유의

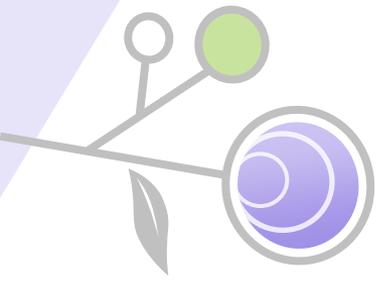


집단의 횡수 및 인원



# 집단 운영 초기단계

- 시작하기
- 유사성 강조
- 계약
- 목표설정
- 규칙설정
- 지도자유형



# 집단 운영시의 유의점

## 초기불안제거

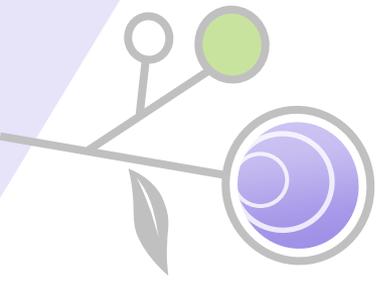
기대행동, 집단목표, 개인목표, 집단 규율등의 설정

## 중간단계

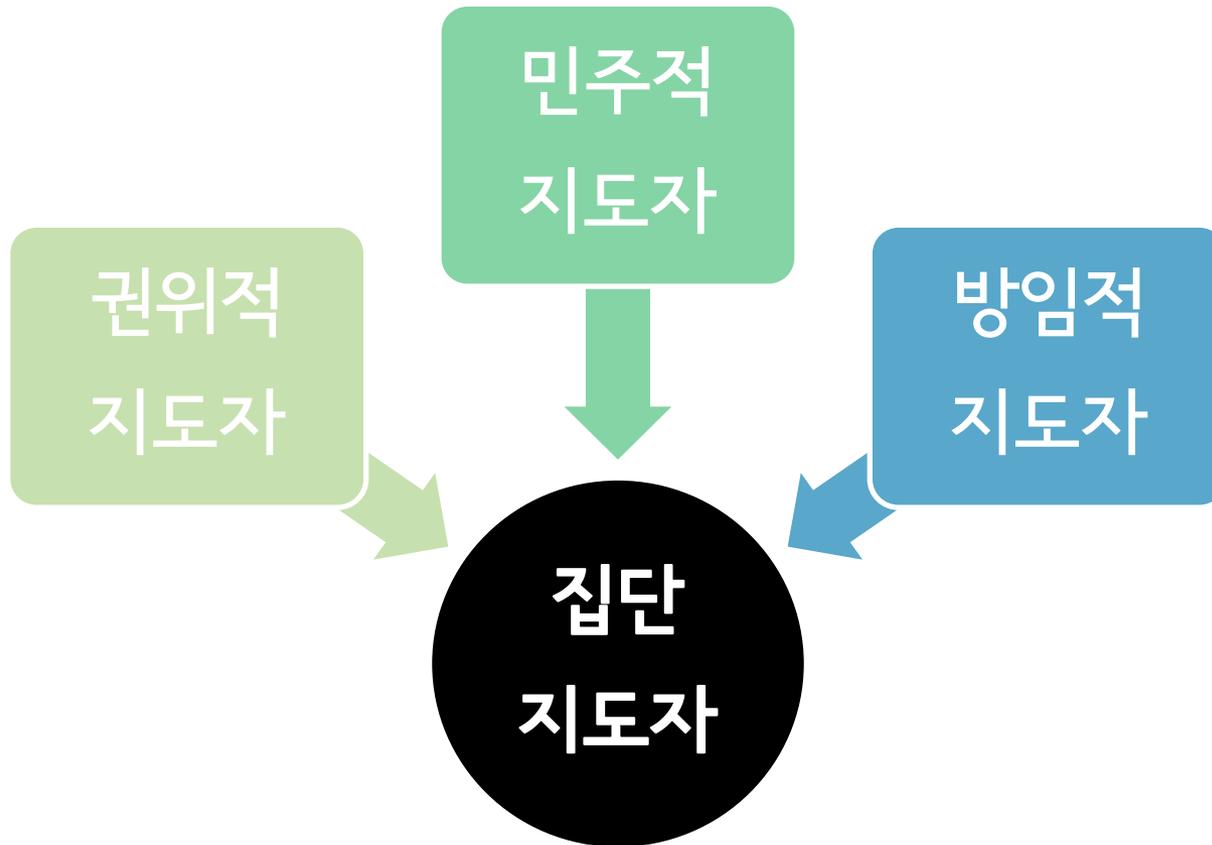
전체성원의 공통주제, 흐름 파악,  
모델링, 지지, 자기분석, 변화유도, 통찰력에 의한 행동변화

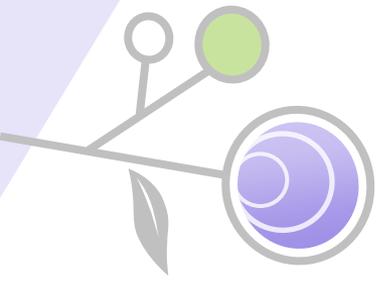
## 종결단계

끝맺지 못한 것 다루기, 그 동안의 성과를 축하,  
추후 계획서 작성, 계속적 성장을 위한 계획 세우기

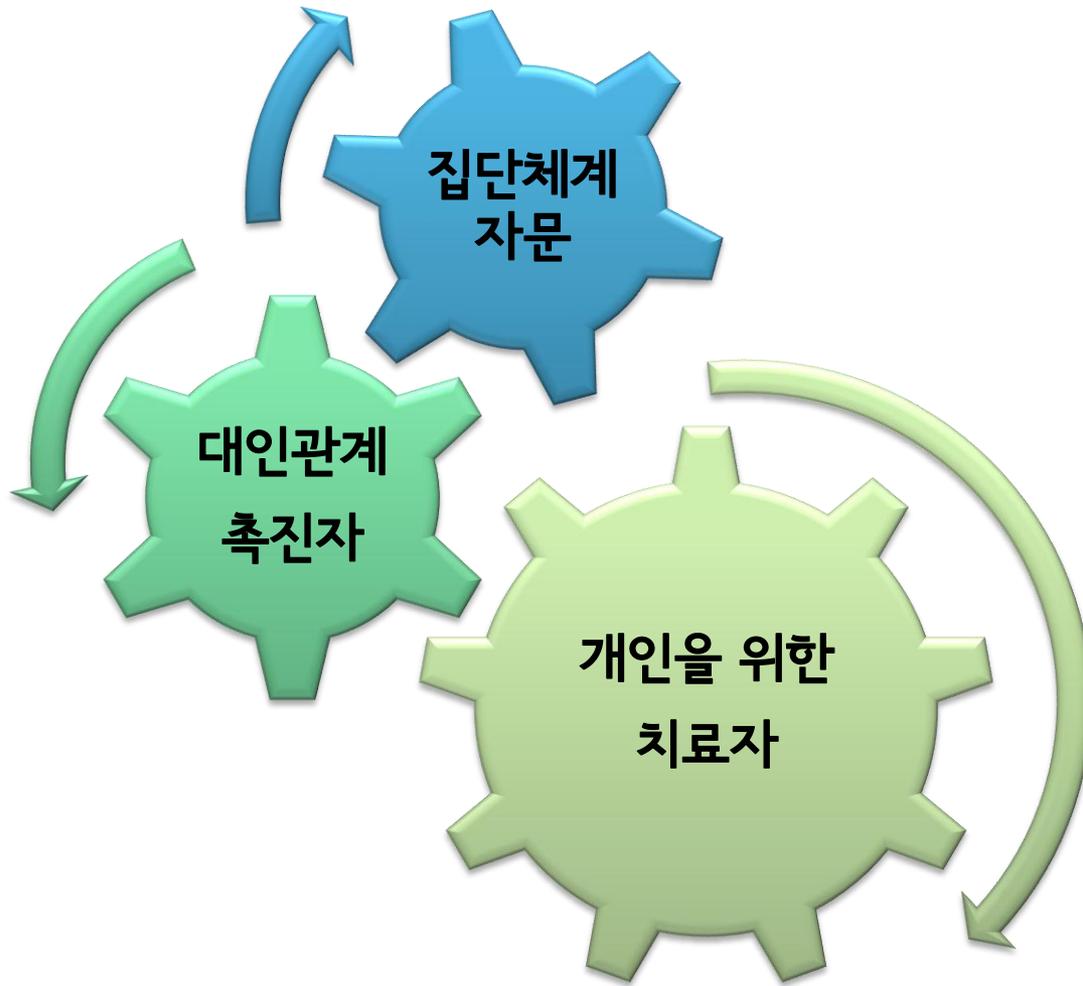


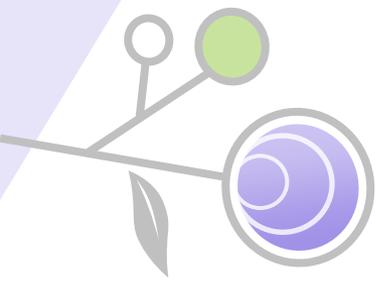
# 집단지도체 유형





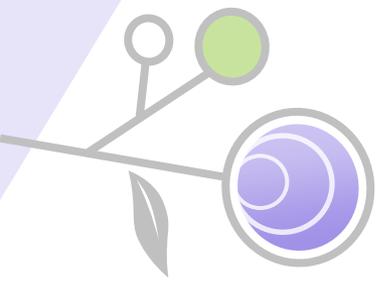
# 집단 지도자의 역할





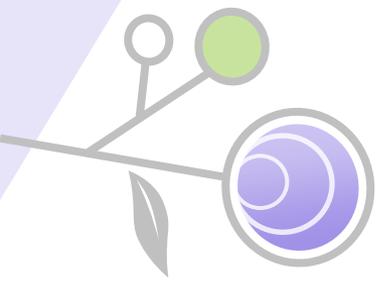
# 집단 중간단계에서 지도자 유의사항

- 전체 성원의 공통주제를 본다.
- 적절한 행동에 대해 역할 모델 한다.
- 새로운 행동을 시도하는 성원을 지지한다.
- 각 성원의 보다 깊이 있는 자기분석을 유도한다.
- 변화에 도움을 준다.
- 자기통찰력이 행동으로 연습되게 한다.



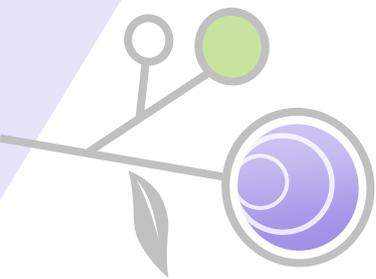
# 집단지도 기술





# 집단 내 개인의 저항

- 저항이 한사람, 몇 사람, 집단 전체로 나타날 수 있다.
- 개인적으로 보이는 저항의 형태
  - ✓ 전이가 집단지도자나 집단 성원에서 반복적으로 나타날 때
  - ✓ 집단 내에 공격성이 있을 때
  - ✓ 지루하게 어릴 때 이야기를 하거나 하나의 경험을 길게 이야기하는 경우
  - ✓ 본인의 욕구, 느낌, 갈등, 환상, 등을 집단 내에서 말하지 않고 행동으로 표시하여 과잉행동을 보이는 경우



# 집단의 저항

1

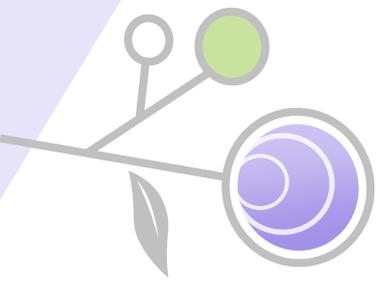
오랜 동안 침묵이 흐를 때

2

집단 지도자에게 너무 오래 의존할 때

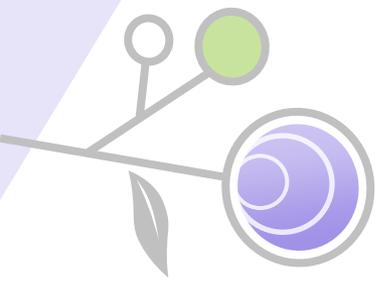
3

치료자에게 공격적일 때



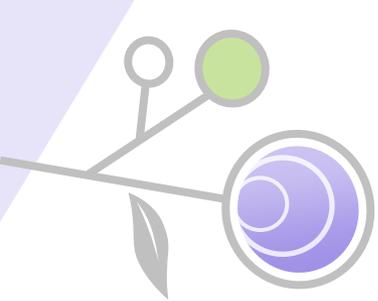
# 저항을 다루는 방법

- 공개적으로 토의하는 방법
- 공정적으로 재해석 해주는 방법
- 클라이언트의 행동이나 감정에 대한 해석
- 불분명한 사항에 대해 명백하게 해 주는 방법
- 직면방법, 클라이언트의 행동이나 인지체계를 직면

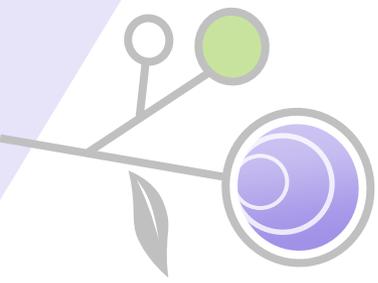


# 저항을 다루는 방법

- 변화하던지 변화의사가 없음을 시인하던지 하도록 치료자가 클라이언트를 직면
- 집단경험을 성장에 둔다는 것을 재인식시킴
- 성원간의 갈등을 적절히 개입하기 위해서는 지도자가 전체와 관계형성이 유지되어야한다. 갈등을 가진 한쪽이 잘못된 것이 확실할 때에도 치료자는 전체를 생각해야하며 한 쪽 편을 들 경우 그 이후에 치료역할에 악영향을 미친다.

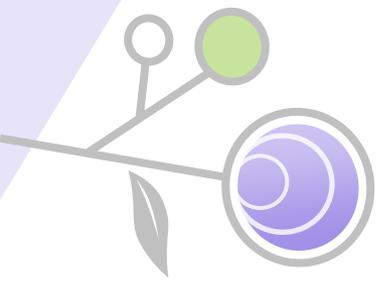


# 어려운 구성원을 다루는 기법



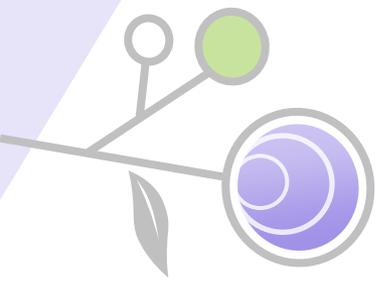
# 일반적 원칙

- 어려운 구성원에 대한 집단지도자의 역전이를 점검
- 어려운 구성원이 집단에 미치는 부정적 영향을 고려하여 집단에서 배제 가능
- 너무 빨리 어려운 구성원을 변화시키려고 하거나 문제적 행동을 치료하려고 할 필요는 없음. 때로는 어려운 구성원이 집단에 있음으로 인해 그 성원과 다른 성원에게 통찰과 성장의 기회를 제공함
- 집단지도자의 반응을 집단의 구성원들이 모델링 할 수 있으므로 어려운 구성원을 낙인찍지 않도록 유념하고 나-전달법을 사용



# 일반적 원칙

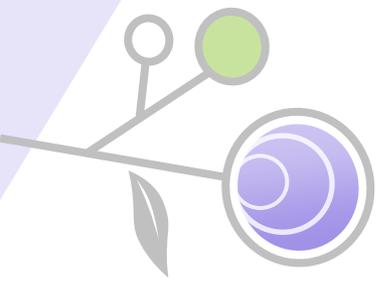
- 집단지도자가 피드백을 할 때는 민감하고 정직하고 주의 깊게 해야 함
- 어려운 구성원에 대해서도 지지적 관심과 애정을 전달할 수 있어야 함
- 문제행동에 대한 판단이나 해석보다는 문제행동에 의해 개인적으로 어떤 영향을 받게 되는지 알려주는 것이 좋음
- 어려운 구성원이 집단에서 원하는 것을 얻었는지 물어보고 상담 과정에 반영할 수 있음
- 집단지도자의 피드백이 한 성원을 어려운 구성원으로 만드는 것은 아닌지 점검해야 함



# 침묵하는 사람



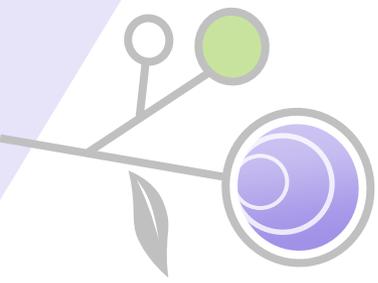
- 클라이언트에게 적극적인 참여자의 반응을 탐색하게 함
- 서로 호혜적이지 않은 사람들에게 자신을 개방적으로 표현하는 것에 대한 느낌을 서로 이야기하게 함
- 성원들에게 원을 만들게 한 후 침묵 및 그 영향에 대해 가능한 많은 것을 이야기하게 함
- 침묵하는 성원에게 눈을 감고 집단이 끝날 때까지 경청자의 역할을 맡도록 하고, 지금이 마지막 회기라고 상상할 때 어떤 생각이 드는지 질문함. 자신의 행동패턴을 생각해보고 그 패턴을 버리도록 하기 위한 기법



# 독점하는 사람

- 효과적으로 직면시키기가 어려우며 이런 유형의 클라이언트에게는 고도로 구조화된 기법이 적합할 수 있음(예: 비디오테잎이나 기록, 스톱워치나 에그타이머)
- 집단지도자에 대한 독점자의 신뢰수준을 고려하여 독점자가 계속 고집하고 있음을 알려줌
- 다른 성원들에게 독점자가 어떻게 비춰지는지 말하도록 함  
충분한 신뢰가 전제

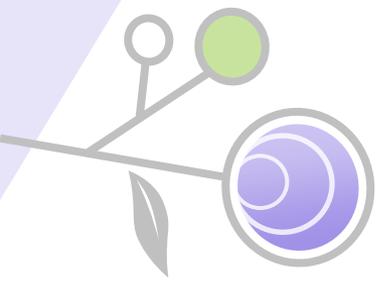




# 빈정거리는 사람

- 분노를 직접적으로 말하는 것이 바람직
- 어떻게, 그리고 누구에게 빈정거리는 스타일을 배웠는지와 자신의 분노를 가장하려는 이유 탐구

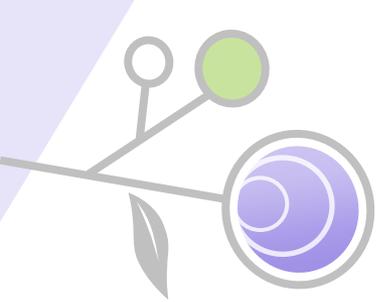




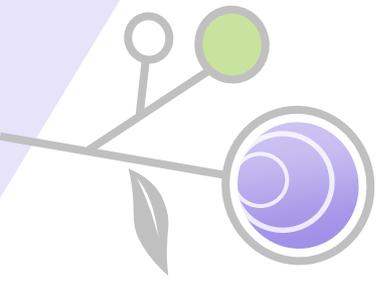
# 습관적으로 다른 사람에게 초점을 두는 사람

- 다른 구성원들에게 감정표현에 방해 받고 있음을 표현하게 하고 그 반응을 다루게 함
- 습관적으로 다른 사람에게 초점을 두는 사람에 대해 다른 성원들이 돌아가면서 기술하고 충고해보게 하고 “내가 당신에게 원하는 것은”으로 시작하는 말을 완성하게 함





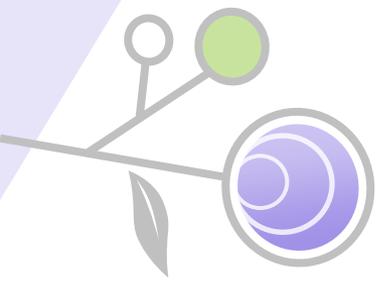
# 공통된 두려움과 저항을 탐색하는 기법



# 나는 성원들이 나를 싫어할까봐 두렵다

- 자신의 사고와 감정을 개방하는 것을 다른 성원들이 좋아하지 않을 것이라고 두려워함
- 집단지도자는 두려움이 있는 성원이 집단의 모든 성원에게 자신의 반응을 말하고 비판적인 코멘트를 들을 수 있도록 장려하거나 직접 묻도록 할 수 있음

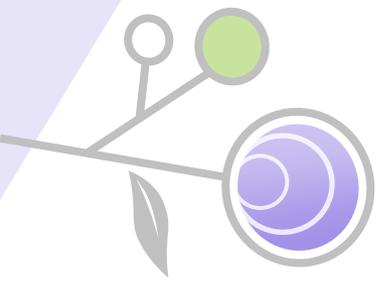




# 내가 싫어하는 누군가가 있다

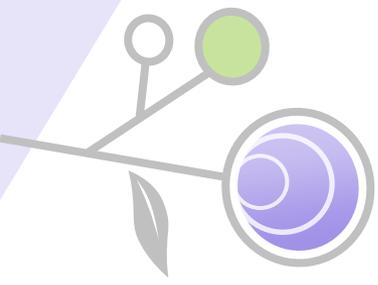
- 직접 직면하지 않는 것이 좋음
- 특정 인물과 관련된 위험에 클라이언트가 도전하도록 하여  
성원들이 직접 상대를 다루고 잠재된 갈등을  
해결할 기회를 갖게 함





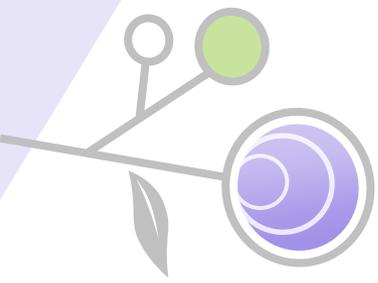
## 나는 내가 집단 안에 있는 것이 두렵다

- 내면의 갈등에 대한 두려움을 표현하는 상징적인 방식
- 이런 성원들은 어린 시절에 감혔던 경험이 있을 수 있음
- 자유연상법 사용 가능



# 왜 감정을 공유해야 하는지 잘 모르겠다

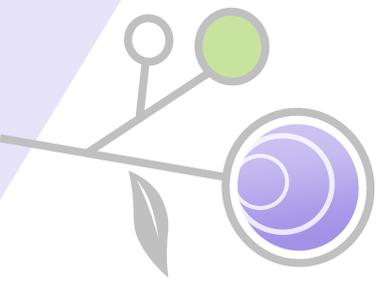
- 집단 지도자는 집단에서 똑같은 어려움이 있는 사람이 있는지 찾아봄으로써 반응을 시작. 이 기법은 모든 사람에게 저항을 표현할 기회를 제공
- 성원들에게 그들이 경험한 것이나 감정표현을 통해 배운 것을 이야기하게 함
- 말이 없는 성원과 감정을 잘 표현하는 성원간의 대화 장면을 설정하고 몇 분후에 입장을 바꾸어 다른 사람의 입장에서 자신을 표현하게 함
- 성원들이 감정표현과 관련된 관심을 이야기할 때 집단지도자는 다양한 역동성이 존재함을 인식. 한 개인에게는 감정 인식이 좋을 수 있으나 다른 구성원에게 부정적일 수 있음



# 우리 집단은 어려움에 처한 것 같다

- 집단지도자는 자신의 책임을 생각해보거나 집단의 역동성 탐색해야 함
- 목표는 인위적으로 집단을 진행시키는 것이 아니라 곤경에 처한 이유, 어떤 일이 진행되고 있는지를 알아내는 것
- 성원들이 자기 자신에게 말해왔던 것을 말하게 함. 이 기법은 숨겨져 왔던 핵심 이슈를 개방적으로 끄집어내어 토론과 해결의 기회를 제공하며 함께 해결할 많은 자료를 제공해주고 집단이 더 이상 안정수준에 있지는 않다는 점을 알려줌.
- 어떤 어려움이 있는지 직접 질문

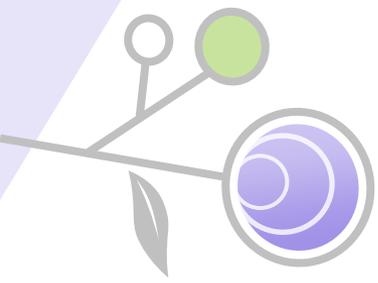




# 나는 여기서 안전감을 못느낀다

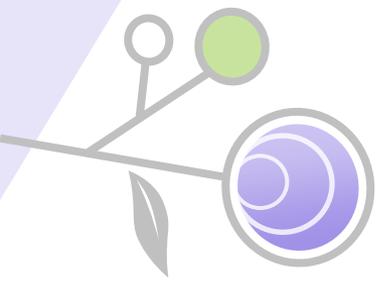
- 집단의 분위기에 대해 느낀 바를 이야기하도록 직접 질문.
- 한 성원을 선택하여 서로 어떻게 판단하고 있는지 직접 질문함
- 원을 만들어 집단에서 인식된 위험과 그것에 대한 느낌 이야기함
- 모든 사람의 승인을 얻어야 한다는 비합리적인 신념의 타당성을 평가해보게 한다.
- 구성원들에게 다른 사람의 판단에 경계해야 할 이유와 보편적인 승인을 얻는 방법에 대해 강의하고 생각해 보도록 함





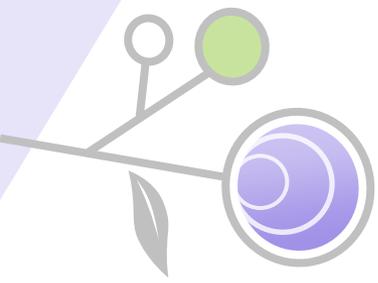
# 나는 여기서 안전감을 못느낀다

- 성원에게 자신의 행동을 일주일동안 모니터하고 판단 받는 느낌을 갖게 되는 때와 상황을 적도록 함
- 그 상황에서의 행동과 느낌, 자신에게 말한 것을 기록하여 집단에서 보고하거나 역할 속 상황을 설정
- 위의 문제들은 집단 초기에 신뢰가 형성되지 않았음을 암시. 침묵과 생기 없음, 피상성
- 집단지도자는 다시 한 번 신뢰와 표현되지 않은 감정이 있는지 탐색하고 또 개인적인 이슈로 넘어 가게 하는 수단을 모색해야 함



## 여기서 나는 누구와도 공감할 수 없다

- 공감하지 못하는 것은 방어기제일 수 있음
- 집단구성원의 저항을 다루면서 집단지도자는 그 구성원이 집단에 미치는 영향, 에너지량, 방어성에 대해 고려해야 함



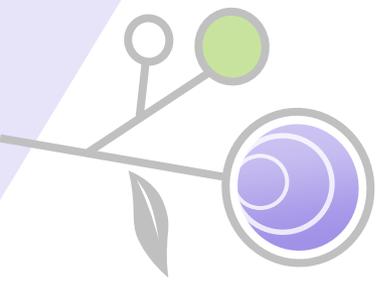
# 종결의 임상적 의미

두려움

상실감

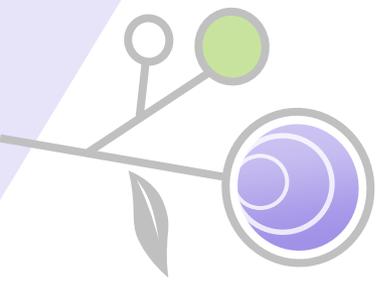
위기감

불안감



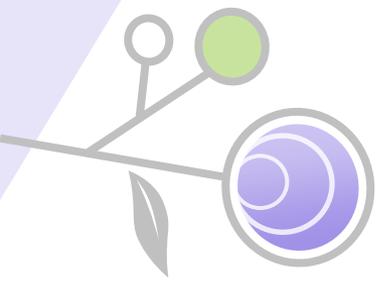
# 종결을 다루는 법

- 상담 초기부터 치료 과정 전체에 통해 종결계획을 세워야한다.
- 종결이 성공적으로 이루어지도록 치료과정 전체에서 종결을 염두해야 한다.
- 종결은 일반적으로 치료목표가 달성되었기 때문에 이루어지게 된다.
  - ✓ 계획된 종결  
목표가 성취되었고 긍정적 결과를 유지시킬 계획이 수립되었을 때  
자원연결이 이루어졌을 때
  - ✓ 무계획 종결  
클라이언트의 저항 때문에 조기 종결되었을 때  
목표가 성취되지 않았는데 클라이언트가 오지 않는 경우



# 성공적 종결에 필요한 과정

- 목표가 어느 정도 달성되었는지 점검 한다.
- 종결에 대해 갖는 감정에 대해 점검 한다.
- 못 다한 발언이나 정리되지 않은 감정이 있는지 점검 한다.
- 집단 지도자는 클라이언트의 향상, 성취, 긍정적 결과, 등을 인정해준다.
- 목표 달성이 다 안 되었더라도 긍정적 결과를 위해 노력해온 모습을 지지해준다.
- 긍정적 결과가 실생활에 적용되도록 계획을 세운다.
- 지속적이 서비스가 필요할 경우 타 기관에 의뢰한다.



# 지도자 유의사항

- 종결에는 불안감이 따르므로 집단내의 정서적 유대감에 대해 언급한다.
- 집단이 성공적이었을수록 종결이 쉽고 상처가 적다.
- 집단 경험이 불만족이었을수록  
집단에 대해 애착을 가지며 분리가 어려워진다.



# 감사합니다

