



차례

프롤로그 _ 3

제1부

상담자와 좌절 극복

제1장 상담자의 좌절 · 15

1. 좌절의 개념적 이해 _ 17
2. 좌절 관련 개념 _ 19
3. 상담자의 좌절 _ 26

제2장 상담자의 좌절 극복 · 31

1. 대처와 대처방식 _ 33
2. 상담자의 대처 _ 35
3. 상담자의 좌절 극복 _ 37

제3장 좌절 극복, 상담자 발달의 촉진제 · 43

1. 상담자 발달의 개념과 특징 _ 45
2. 상담자의 발달 단계 _ 49
3. 상담자 발달과 결정적 사건 _ 53





제2부

한국 상담전문가 7인의 좌절 극복 이야기

제4장 한국 상담전문가 7인의 선정 과정 · 59

1. 인터뷰 절차 _ 62
2. 한국 상담전문가 7인 소개 _ 63

제5장 상담자 삶의 선택 동기 · 71

1. 가치 있는 존재와 의미 있는 삶의 추구 _ 73
2. 의미 있는 결정적 사람과의 만남 _ 78
3. 가정, 종교, 직업적인 돌봄 환경에의 노출 _ 84
4. 기존 삶에 대한 한계와 회의 _ 87
5. 상담이 주는 흥미와 재미에 몰입 _ 91
6. '내가 원하는 것'을 해 보고 싶은 욕구 _ 93
7. 성격과 안정 욕구, 보상 등의 고려 _ 95
8. 모험과 도전의 용기 _ 97

제6장 상담자로서의 좌절 경험 · 101

1. 전문적 학습 과정에서의 좌절 _ 103
2. 초보 상담자로서 상담 실제에서의 좌절 _ 107
3. 진로 결정, 진로 실패, 진로 불안으로 인한 좌절 _ 116
4. 지속적인 전문성 발달 추구에서 오는 좌절 _ 123
5. 상담 외 업무로 인한 좌절 _ 129

제7장 상담자의 좌절에 대한 대처방식 · 137

1. 문제해결적 대처 _ 139
2. 정서조절적 대처 _ 149
3. 종교적 대처 _ 159



제8장 좌절하지 못하도록 하는 이유들 • 165

1. 어려움을 애써 대면하려는 의지 _ 167
2. 어려움을 피할 수 없도록 만드는 요인들 _ 170

제9장 좌절 극복을 돕는 지지 자원 • 177

1. 결정적 지지 _ 179
2. 전문적 지지 _ 183
3. 일상적 지지 _ 186
4. 환경적 지지 _ 190
5. 초월적 지지 _ 191

제10장 좌절을 극복하는 상담자 특성 • 195

1. 끊임없는 자기성찰적 태도 _ 197
2. 부드러운 힘, 탄력성 _ 200
3. 인간의 한계를 인정하는 겸손한 신앙 _ 201

제11장 좌절 극복이 주는 선물 • 207

1. 자기에 대한 이해 확장과 한계의 수용 _ 209
2. 인간의 다양성 이해와 타인 존중 및 신뢰의 마음 증가 _ 213
3. 상담에 대한 현실적 기대와 과도한 책임으로부터의 자유 _ 215
4. 내담자에 대한 태도 변화와 진정성 있는 개입 _ 220
5. 전문가로서의 자신감과 만족감의 증가 _ 226
6. 좌절 극복에 대한 통찰과 대처 지혜 획득 _ 229
7. 전문적 개별화 노력과 비전 추구 _ 234





제3부

한국 상담전문가
7인의 좌절 극복 유형과 단계

제12장 상담자의 좌절 극복 유형 · 243

1. 수용형 _ 245
2. 도전형 _ 247
3. 의미부여형 _ 250

제13장 상담자의 좌절 극복 4단계 · 255

1. 1단계: 자기갈등 _ 257
2. 2단계: 대면의지 _ 259
3. 3단계: 대처행동 _ 259
4. 4단계: 질적 변화 _ 261
5. 상담자의 좌절 극복 과정: '변증법적 자기확장' _ 263

제14장 좌절 극복에 담긴 의미들 · 269

에필로그 _ 275

참고문헌 _ 279