

차례

○ 머리말 _ 3

제1장 학교상담의 정의와 특성 • 19

1. 상담의 정의 _ 21
 - 1) 상담의 정의 _ 22
 - 2) 심리치료의 정의 _ 23
 - 3) 생활지도의 정의 _ 23
 - 4) 상담, 심리치료, 생활지도의 비교 _ 25
2. 상담의 전문성 _ 26
 - 1) 상담자의 자세 _ 27
 - 2) 상담이론의 이해 _ 28
 - 3) 상담과정 및 방법의 이해 _ 29
 - 4) 상담실습 및 슈퍼비전 _ 29
3. 학교상담의 개념 _ 30
 - 1) 학교상담의 정의 _ 30
 - 2) 학교상담의 역사 _ 31
 - 3) 학교상담의 목표 _ 32
 - 4) 미국의 학교상담 프로그램 _ 33
4. 학교상담의 특징 _ 35
 - 1) 예방적 접근의 중요성 _ 36
 - 2) 협력적 접근의 필요성 _ 36
 - 3) 다중관계의 가능성 _ 36
 - 4) 내담자의 비자발성 _ 37
 - 5) 시간의 제약성 _ 37

제2장 학교상담의 전문성과 발전 과제 • 41

1. 학교상담자의 기본 자세 _ 43
 - 1) 학교상담자의 학생관 _ 44
 - 2) 학교상담자의 개인차관 _ 45

- 2. 학교상담자의 전문성 _ 47
 - 1) 학교상담 특유의 전문성 _ 47
 - 2) 학교상담자(일반교사)의 전문성 강화 방안 _ 48
 - 3) 학교상담자(전문상담교사)의 전문성 강화 방안 _ 49
- 3. 학교상담의 문제점 _ 51
 - 1) 학교상담의 원칙 _ 52
 - 2) 학교상담의 현황과 문제점 _ 52
- 4. 학교상담의 발전 과제 _ 53
 - 1) 학교상담 시스템 구축 _ 53
 - 2) 종합적인 학교상담 프로그램의 편성 _ 54
 - 3) 학교상담자의 역할모델 구축 _ 54
 - 4) 학교상담 관련 법과 제도의 정비 _ 55



제3장 학교상담과 비대면 상담 • 61



- 1. 원격상담 _ 63
 - 1) 원격상담의 유형 _ 64
 - 2) 원격상담의 특징 _ 66
 - 3) 원격상담의 장단점 _ 67
- 2. 메타버스 상담 _ 68
 - 1) 메타버스 상담의 정의 _ 68
 - 2) 메타버스 상담의 특징 _ 69
 - 3) 메타버스 상담의 장단점 _ 70
- 3. 인공지능 상담 _ 71
 - 1) 인공지능 상담의 정의 _ 71
 - 2) 인공지능 상담의 유형 _ 71
 - 3) 인공지능 상담의 특징 _ 73
 - 4) 인공지능 상담의 장단점 _ 74
- 4. 대면 상담과 비대면 상담의 비교 _ 75
 - 1) 상담 환경 _ 75
 - 2) 접근성 _ 76
 - 3) 의사소통 방식 _ 76
 - 4) 정서적 유대 형성 _ 77
 - 5) 기술 매개성 _ 77
 - 6) 개인정보 및 윤리 _ 78
- 5. 학교상담과 비대면 상담 _ 79
 - 1) 학교상담에서 비대면 상담 도입의 필요성 _ 80
 - 2) 학교상담에서의 비대면 상담 적용 사례 _ 80
 - 3) 학교상담에서의 비대면 상담 활용 전망 _ 81
 - 4) 학교상담자의 비대면 상담 역량과 태도 _ 81

00000

제4장 학교상담자 윤리 • 87



1. 학교상담에서 상담윤리의 중요성 _ 89
 - 1) 학생의 권리와 존엄성 보호 _ 90
 - 2) 신뢰 관계 형성 _ 90
 - 3) 전문성 유지 _ 90
2. 학교상담의 기본 윤리 원칙 _ 91
 - 1) 내담자 존중과 인간 존엄성 _ 91
 - 2) 비밀보장과 예외 상황 _ 92
 - 3) 자율성과 보호의 균형 _ 93
 - 4) 공정성과 비차별성 _ 93
 - 5) 전문적 책임과 한계 의식 _ 94
3. 학교상담자의 윤리적 과제 _ 94
 - 1) 다중관계 속의 갈등 관리 _ 95
 - 2) 상담기록 관리와 정보보호 _ 95
 - 3) 위기 상황에서 윤리적 판단 _ 95
 - 4) 집단상담과 프로그램 윤리 _ 96
 - 5) 다양성 존중 _ 96
4. 학교상담자의 윤리적 발달 _ 96
5. 윤리적 갈등과 윤리적 딜레마 _ 97
 - 1) 윤리적 갈등 _ 98
 - 2) 윤리적 딜레마 _ 98
6. 윤리적 의사결정 _ 99
 - 1) 문제 인식 _ 100
 - 2) 윤리강령 및 법률 검토 _ 101
 - 3) 윤리 원칙 적용 _ 102
 - 4) 자문 및 대안 탐색 _ 102
 - 5) 결정 및 실행 _ 103
 - 6) 결과 평가 및 성찰 _ 104

00000

제5장 사례개념화 • 109



1. 사례개념화 정의 _ 111
2. 사례개념화 구성요소 _ 112
3. 사례개념화의 과정 _ 114
 - 1) 정보수집 _ 115
 - 2) 분석 · 통합 _ 115
 - 3) 가설설정 _ 115
 - 4) 검증 · 수정 _ 116
4. 사례개념화 시 유의사항 _ 116

- 5. 대표 이론별 사례개념화 _ 117
 - 1) 정신분석이론 사례개념화 _ 119
 - 2) 인간중심이론 사례개념화 _ 120
 - 3) 인지행동이론 사례개념화 _ 121
 - 4) 통합적 관점의 사례개념화 _ 124

00000

제6장 상담관계 • 129



- 1. 상담관계의 개념 _ 131
- 2. 상담관계의 특징 _ 133
 - 1) 치료적 동맹 _ 133
 - 2) 전문적 관계 _ 135
- 3. 학교상담에서 상담관계의 중요성 _ 136
 - 1) 자발적 참여와 진솔한 표현의 토대 _ 136
 - 2) 복잡한 관계 속 학생 보호의 핵심 _ 137
 - 3) 제한된 환경에서의 효과 극대화 조건 _ 137
 - 4) 발달 단계에 적합한 소통의 기반 _ 138
- 4. 상담관계 형성의 원리 _ 138
- 5. 상담관계 형성 방법 _ 139
 - 1) 라포르 형성 _ 139
 - 2) 상담의 구조화 _ 140
 - 3) 내담자의 저항 다루기 _ 141
 - 4) 전이와 역전이 인식하기 _ 142
 - 5) 관계의 지속적 점검과 유지 _ 143

00000

제7장 상담과정 • 149



- 1. 상담 초기 단계 _ 152
 - 1) 상담 접수(접수면접) _ 152
 - 2) 상담 구조화 _ 153
 - 3) 상담관계 형성 _ 153
 - 4) 문제 탐색 및 정의 _ 154
 - 5) 목표 설정 _ 154
 - 6) 상담 초기 단계에서 발생하는 문제 _ 156
- 2. 상담 중기 단계 _ 156
 - 1) 문제의 심층적 탐색 _ 157
 - 2) 통찰 및 자기 이해 _ 157
 - 3) 사고방식/행동의 변화 _ 158
 - 4) 상담관계의 심화 _ 159
 - 5) 중기 단계의 문제 _ 159



- 3. 상담 종결 단계 _ 160
 - 1) 상담 성과 점검 _ 160
 - 2) 종결 시기 결정 _ 161
 - 3) 종결 감정 다루기 _ 161
 - 4) 추후 계획 설정 _ 162
 - 5) 종결 단계의 문제 _ 162
- 4. 학교상담 기관별 상담과정과 특징 _ 165
 - 1) 위(Wee) 클래스 _ 165
 - 2) 위(Wee) 센터 _ 165
 - 3) 위(Wee) 스쿨 _ 166
 - 4) 특수기관 _ 166



제8장 상담기술 • 171



- 1. 상담기술의 이해 _ 173
 - 1) 상담기술이란 무엇인가 _ 173
 - 2) 학교상담에서 상담기술의 중요성 _ 174
 - 3) 상담자 태도와 언어적 · 비언어적 반응 _ 174
- 2. 상담을 위한 기초 상담기술 _ 175
 - 1) 경청 _ 176
 - 2) 재진술 _ 177
 - 3) 감정반영 _ 177
 - 4) 명료화 _ 179
 - 5) 요약 _ 180
- 3. 상담 대화를 확장하는 심화 기술 _ 181
 - 1) 질문 _ 182
 - 2) 해석 _ 183
 - 3) 직면 _ 184
 - 4) 즉시성 _ 185
 - 5) 정보 제공 _ 187



제9장 정신분석상담 • 193



- 1. 이론의 기원과 발전 _ 195
- 2. 인간관 _ 197
- 3. 심리적 문제에 대한 관점 _ 198
- 4. 주요 개념 _ 198
 - 1) 의식구조 _ 198
 - 2) 성격구조 _ 200

- 3) 불안 _ 203
- 4) 방어기제 _ 204
- 5) 심리성적 발달 단계 _ 205
- 5. 상담 목표 _ 208
- 6. 상담과정 _ 209
 - 1) 초기: 관계 형성 및 구조화 _ 210
 - 2) 중기: 탐색과 통찰 _ 210
 - 3) 종결: 통합과 자율화 _ 211
- 7. 상담 기법 _ 212
 - 1) 자유연상 _ 212
 - 2) 해석 _ 213
 - 3) 저항 다루기 _ 213
 - 4) 꿈 분석 _ 214
 - 5) 전이 분석 _ 214
- 8. 공헌점 및 한계점 _ 215
- 9. 이론의 최신 동향 _ 216



제10장 개인심리학적 상담 • 221



- 1. 이론의 기원과 발전 _ 223
- 2. 인간관 _ 224
- 3. 심리적 문제에 대한 관점 _ 225
- 4. 주요 개념 _ 226
 - 1) 열등감과 보상 _ 226
 - 2) 우월성 추구 _ 227
 - 3) 허구적 최종목적론 _ 227
 - 4) 사회적 관심 _ 228
 - 5) 생활양식 _ 228
 - 6) 삶의 과제 _ 229
 - 7) 가족구도와 출생순위 _ 230
- 5. 상담 목표 _ 231
- 6. 상담과정 _ 231
 - 1) 관계 형성 단계 _ 232
 - 2) 심리학적(생활양식) 탐색 단계 _ 232
 - 3) 해석(통찰) 단계 _ 232
 - 4) 재정향 단계 _ 233
- 7. 상담 기법 _ 233
 - 1) 격려 _ 233
 - 2) 마치 ~처럼 행동하기 _ 234
 - 3) 단추 누르기 기법 _ 234
 - 4) 내담자 수프에 침 뱉기 _ 235



- 5) 악동 피하기 _ 235
- 6) 역설적 의도 _ 235
- 7) 과제 설정 _ 236
- 8) 자기 간파 _ 236
- 8. 공헌점 및 한계점 _ 237
- 9. 이론의 최신 동향 _ 238



제11장 인간중심상담 • 243



- 1. 이론의 기원과 발전 _ 245
- 2. 인간관 _ 246
- 3. 심리적 문제에 대한 관점 _ 247
- 4. 주요 개념 _ 248
 - 1) 자기 _ 249
 - 2) 유기체 _ 249
 - 3) 현상학적 장 _ 250
 - 4) 실현경향성 _ 250
 - 5) 가치의 조건화 _ 251
 - 6) 충분히 기능하는 사람 _ 251
- 5. 상담 목표 _ 253
- 6. 상담과정 _ 254
- 7. 상담 기법 _ 255
 - 1) 진솔성 _ 256
 - 2) 무조건적 긍정적 존중 _ 257
 - 3) 공감적 이해 _ 258
- 8. 공헌점 및 한계점 _ 259
- 9. 이론의 최신 동향 _ 261



제12장 행동주의상담 • 267



- 1. 이론의 기원과 발전 _ 269
- 2. 인간관 _ 271
- 3. 심리적 문제에 대한 관점 _ 272
- 4. 주요 개념 _ 272
 - 1) 고전적 조건형성 _ 273
 - 2) 조작적 조건형성 _ 275
 - 3) 사회인지이론 _ 278



14 차례

- 5. 상담 목표 _ 280
- 6. 상담과정 _ 280
- 7. 상담 기법 _ 282
 - 1) 부적응 행동의 빈도를 감소시키는 상담 기법 _ 282
 - 2) 적응 행동의 빈도를 증가시키는 상담 기법 _ 286
- 8. 공헌점 및 한계점 _ 288
- 9. 이론의 최신 동향 _ 290



제13장 **계슈탈트상담** • 293



- 1. 이론의 기원과 발전 _ 295
- 2. 인간관 _ 296
- 3. 심리적 문제에 대한 관점 _ 297
- 4. 주요 개념 _ 298
 - 1) 계슈탈트 _ 298
 - 2) 전경과 배경 _ 300
 - 3) 미해결 과제 _ 301
 - 4) 알아차림 _ 301
 - 5) 접촉 _ 301
 - 6) 성격변화층 _ 302
 - 7) 계슈탈트 알아차림-접촉 주기 _ 304
- 5. 상담 목표 _ 306
- 6. 상담과정 _ 306
 - 1) 초기 단계: 상처받은 접촉을 회복하기 위한 신뢰 쌓기 _ 307
 - 2) 전개 단계: 내면의 이야기와 접촉하기 _ 307
 - 3) 변화 단계: 억압된 욕구와 감정을 통합하고 새로운 행동을 실험하기 _ 308
 - 4) 종결 단계: 변화된 자아로 삶에 접촉하며 떠나보내기 _ 308
- 7. 상담 기법 _ 309
 - 1) 빈 의자 기법 _ 309
 - 2) 자각 촉진 기법 _ 310
 - 3) 과장해서 표현하기 _ 311
 - 4) 감정에 그대로 머무르기 _ 311
 - 5) 자기 부분들 간의 대화하기 _ 311
 - 6) 반대로 하기 _ 312
 - 7) 현재화 기법 _ 312
- 8. 공헌점 및 한계점 _ 313
- 9. 이론의 최신 동향 _ 314



제14장 인지행동상담 • 321



1. 이론의 기원과 발전 _ 323
2. 인간관 _ 324
3. 심리적 문제에 대한 관점 _ 325
4. 주요 개념 _ 325
 - 1) 합리적·비합리적 신념 _ 326
 - 2) 당위주의 _ 327
 - 3) ABCDEF 모델 _ 328
5. 상담 목표 _ 331
6. 상담과정 _ 332
 - 1) 정서적·행동적 결과의 탐색 _ 333
 - 2) 상담 목표 설정 _ 333
 - 3) 선행사건 탐색(A) _ 333
 - 4) 사고-결과 관계 교육(B-C) _ 334
 - 5) 비합리적 신념 탐색(B) _ 334
 - 6) 비합리적 신념 논박(D) _ 334
 - 7) 정서·행동 효과(E) _ 335
 - 8) 실천 과제 부여 _ 335
 - 9) 종결 _ 335
7. 상담 기법 _ 335
 - 1) 인지적 기법 _ 336
 - 2) 정서적 기법 _ 339
 - 3) 행동적 기법 _ 340
8. 공헌점 및 한계점 _ 341
9. 이론의 최신 동향 _ 342



제15장 해결중심상담 • 347



1. 이론의 기원과 발전 _ 349
2. 인간관 _ 351
3. 심리적 문제에 대한 관점 _ 352
4. 주요 개념 _ 352
 - 1) 사회구성주의 _ 352
 - 2) 예외 _ 353
 - 3) 강점과 자원 _ 354
 - 4) 기본가정과 기본원리 _ 354
5. 상담 목표 _ 356



16 차례

- 6. 상담과정 _ 357
- 7. 상담 기법 _ 358
 - 1) 알지 못함의 자세 _ 359
 - 2) 해결책 구축을 위한 질문 기법 _ 360
 - 3) 메시지 _ 363
- 8. 공헌점 및 한계점 _ 364
- 9. 이론의 최신 동향 _ 366



제16장 현실치료 • 371



- 1. 이론의 기원과 발전 _ 373
- 2. 인간관 _ 374
- 3. 심리적 문제에 대한 관점 _ 375
- 4. 주요 개념 _ 376
 - 1) 기본 욕구 _ 376
 - 2) 좋은 세계 _ 378
 - 3) 전행동 _ 378
 - 4) 선택과 책임 _ 379
- 5. 상담 목표 _ 381
- 6. 상담과정 _ 382
 - 1) R(관계) _ 382
 - 2) W(욕구/바람) _ 383
 - 3) D(행동/방향) _ 383
 - 4) E(평가) _ 383
 - 5) P(계획/다짐) _ 384
- 7. 상담 기법 _ 384
 - 1) 질문하기 _ 385
 - 2) 유머 사용하기 _ 385
 - 3) 토의와 논쟁 _ 385
 - 4) 직면시키기 _ 386
 - 5) 역설적 기법 _ 386
- 8. 공헌점 및 한계점 _ 386
- 9. 이론의 최신 동향 _ 388



제17장 기타 최신상담이론 • 393



- 1. 수용전념치료 _ 395
 - 1) 이론의 기원과 발전 _ 395
 - 2) 인간관 _ 397
 - 3) 심리적 문제에 대한 관점 _ 398
 - 4) 주요 개념 _ 400
 - 5) 상담 목표 _ 403
 - 6) 상담과정 _ 404
 - 7) 상담 기법 _ 405
 - 8) 공헌점 및 한계점 _ 407
- 2. 변증법적 행동치료 _ 409
 - 1) 이론의 기원과 발전 _ 409
 - 2) 인간관 _ 410
 - 3) 심리적 문제에 대한 관점 _ 411
 - 4) 주요 개념 _ 411
 - 5) 상담 목표 _ 414
 - 6) 상담과정 _ 414
 - 7) 상담 기법 _ 417
 - 8) 공헌점 및 한계점 _ 421

- 참고문헌 _ 427
- 찾아보기 _ 447