



24. 심리상담사가 되는 길

학습내용	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 직업현장 탐방 - 심리상담사 ▪ 심리상담사에 대한 이해 ▪ NCS를 통해서 본 심리상담사
학습목표	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 현장 직업 전문가를 통한 심리상담사의 현황을 파악할 수 있다. ▪ 심리상담사의 역할에 대해 이해할 수 있다. ▪ NCS를 통해서 심리상담사로서 진로 수업 설계서를 작성할 수 있다.

<직업현장 탐방>

살면서 누구나 한번쯤은 다치곤 하죠? 그럴 때면 우리는 의사의 손길을 빌려 적절한 치료를 하는데요, 반면에 우리 주변에 일어나는 다양한 일들로 마음의 상처가 생기기도 하죠. 눈에 보이지 않는 마음의 병도 치료가 필요합니다. 다친 마음을 치료해 주는 사람들이 바로 심리상담사입니다. 타인의 고민을 들어주고 아픈 마음을 어루만지는 것이 그들의 일인데요. 김화숙 심리 상담사를 만나 자세한 이야기 들어볼까요? 심리 공부를 하시고 전공을 하신 분들은 본인의 어떤 상담센터를 만들어서 운영을 하거나 복지 센터에 들어가거나 큰 병원이나 센터에서 근무를 하시게 될 텐데, 저는 그것과 조금 다르게 문턱을 조금 낮추는 것도 있죠. 심리상담 센터, 심리치료 센터, 병원 이라면 내가 환자가 된 느낌이고 진짜 문제가 있어서 가야되는 그런 느낌이 크게 들지만 이쪽 같은 경우는 카페니깐 가볍게 차 한 잔 마시러 왔다가 어 이런 것도 있네? 가볍게 접해요. 어렵지 않게 마음의 문도 쉽게 열리고 말도 쉽게 나오고 오히려 더 가볍게 문제를 해결 할 수 있기도 하죠. 심리 상담사의 업무는 매우 다양합니다. 학생들의 진로 교우 관계를 상담하거나 회사 직원들의 스트레스 가정불화에 해결책을 찾기도 합니다. 사람의 인생을 바꿀 수 있는 중요한 일인 만큼 보람을 느끼는 순간도 많다는데요. 유년 시절에 겪었던 상처들이 있어요. 여성분이셨는데 결혼을 하고도 친정 아빠와의 관계가 너무 안 좋았어요. 그 분 상담을 7번인가 했어요. 아빠와의 문제가 풀리니깐 내 남편하고의 문제가 풀리는 거예요. 상담한지 벌써 3년이 지났는데 잘 살고 계시더라고요. 사람은 누구나 크고 작은 시련을 겪습니다. 때로는 이것들이 경험이 되어 삶의 큰 도움이 되기도 하는데요. 심리상담사들에게는 이러한 경험이 중요하다고 합니다. 중학교 가기 전에 엄마가 돌아가셨어요. 3학년 때 부터 아프시다 병수발을 하다가 보호자 역할을 하고 그랬는데 제가 이 일을 하게 된 직접적인 계기가 엄마 돌아가시고 엄마와 관련된 악몽을 꾸기 시작하는데 그 이유를 몰랐었어요. 그러다가 심리 상담을 배우게 되었어요. 이것을 배우면 내 문제를 해결 할 수 있겠지 라는 믿음이 있던 거예요. 실제로 배우면서 내 문제가 해결됐어요. 악몽이 사라지고 그러면서 미친

듯이 블랙홀에 빠지듯이 끌려 들어갔어요. 사람의 마음을 치료하려면 상대가 어떤 상황에 처했는지 공감하고 이해하는 것이 무엇보다 중요한데요 자신이 겪은 아픈 경험들이 누군가에게겐 치료제가 되기도 한답니다. 심리 치료사로 활동을 하는데 있어서 가장 큰 도움이 되는 것 하나, 본인의 과거, 경험. 내가 그걸 나한테 해봤는데 짱이야 그러면 그것을 그 사람들에게 그대로 적용할 수 있어요. 수많은 도구들이 있는데 그 도구를 내 것을 만들지 않고 이론으로만 배우고 있는 것은 굉장히 위험하다고 생각해요. 잘 넘어지는 사람은 잘 일어나는 방법을 더 많이 알아요. 내가 실패했던 경험은 누군가를 성공시키는 매뉴얼이 될 수 있다는 것이지요. 배운 방법을 누군가에게 주면 되요. 주변을 둘러보면 따돌림을 당하거나 학업 등의 문제로 힘들어하는 친구들이 있을지 모릅니다. 혹시 여러분도 누군가의 도움이 필요하지 않나요? 심리상담사와 정신과 의사는 사람의 마음을 움직여야 하는 점이 일맥상통하지만 배우는 과정은 다릅니다. 정신과 의사는 의대 졸업이 필수 심리 상담사는 전공과를 거치면 유리합니다. 하지만 꼭 전공을 거치지 않아도 된다는데요. 저는 이쪽 전공도 전혀 아니고 대학도 다니다가 중간에 그만뒀고 사실 대학 졸업장도 없거든요. 이런 순서를 밟아서 무엇인가를 해야 저것을 할 수 있다는 생각을 안 했으면 좋겠어요. 내가 하고 싶으면 그냥 해보는 거예요. 그것이 나만의 색깔이 되고 특별한 길을 통해서 가는 나만의 달란트가 될 수 있다는 생각을 하면 좋겠죠. 누군가는 예체능에 소질이 있고, 누군가는 공부를 잘 하듯 심리상담사에 어울리는 성향이 있습니다. 고민에 집중하는 아이들이 있어요. 감성적이고 감정이입 잘 되고 내가 고독하게 느껴지고 내가 아웃사이더처럼 느껴지는 친구들이 있다면 마음을 돌보는 작업을 해봐라 너는 그런 쪽에 달란트가 있다고 이야기 하고 싶어요. 내가 누구보다 못하다고 느껴지고 내가 가치 없는 존재처럼 느껴진다면 너희들이 지금 생각하고 있는 그 감정들이 재산이 될 것이다. 그것을 가지고 사람들을 돌보고 살릴 수 있는 일을 할 수 있을 것이다. 그런 이야기를 해주고 싶어요. 지금의 힘든 시간이 훗날 나에게는 누군가에게도 큰 치료제가 될 수 있다는 사실. 다시 한 번 기억하셨죠? 그런데 이 일을 하면서 힘든 순간은 없으셨나요? 개인 시간이 거의 없어요. 그래서 가끔 상담이 없을 때 혼자 드라이브하면서 잠깐 쉬거나 혼자 잠깐의 여유를 즐기는 그런 것들을 하고 있죠. 예전에는 심리 상담을 부정적으로 보는 시각도 많았는데요 최근 인식이 바뀌고 있는 이유는 물질적 풍요만큼 정신적 안정이 중요하다고 깨달았기 때문입니다. 심리 상담이라는 것 자체가 병원에 있을 때는 환자 취급 받는? 병원 가는 것 자체를 싫어했잖아요. 마음이 아픈 것으로 병원에 가는 사람은 없었어요. 하지만 마음 아픈 것 때문에 병원 가는 사람 많아요. 병원에서는 그들을 환자로 봐요. 그래서 약을 처방해 주지 그 안에 있는 아픈 것들을 꺼내주지 못하는 거예요. 더 쉽게 가고 쉽게 거리가 좁혀져서 더 비전 있는 직업일 것이라고 생각해요. 마음을 돌봐주는 친구 같은 직업이기 때문에 심리 치료뿐만 아니라 놀이치료 수많은 치료들이 있거든요. 그런 것들을 다양하게 접목해서 자기 색깔 키워나가는 것, 굉장히 매력 있다고 생각해요. 마지막으로 새로운 멘토를 꿈꾸는 여러분을 위한 심리상담으로 이 시간 마무리 해볼까요? 혹시라도 심리치료를 꿈꾸는 친구가 있다면 일단은 내가 하고 있는 일에 집중을 했으면 좋겠어요. 고등학교 대학교 가면서 자기 진로에 대한 선택들을 할 텐데요, 진로를 선택하는 것은 괜찮은데 그 선택은 끝이 아니에요. 그 선택을 했다가 마음에 안 들면 변경하고 새로운 도전들을 해 볼 수 있다. 그 안에 심리 치료사에 관심이 있다면 굳이 내 전공이 아니어도 내가 공부를 못해도 대학을 안 나와도 충분히 마음만 먹으면 할 수 있다는 것입니다. 다양한 것들을 도전해보고 이것이 내 직업이겠다는 생각이 든다면 심리치료사라는 직업도 굉장히 좋은 직업이고 매력 있고 멋진 직업이다. 그런 선택들을 해보기를 추천합니다. 감사합니다.

<한 걸음 더! 꿈Job이 TIP>

NCS를 기반으로 한 직업 탐구, 심리 상담사가 되는 길에 대해서 알아보도록 하겠습니다. 저는 심리상담사 하면 영화 굿 윌 헌팅에 나오는 교수님이 떠오르는데요, 그런 좋은 심리 상담사가 될 수 있었으면 좋겠습니다. 워크넷에 들어가면 심리상담사가 검색이 안 될 것입니다. 상담전문가나 직업상담사라고 볼 수 있을 것 같은데요, 상담 전문가에 조금 더 가까운 일이 되겠죠. 상담 전문가는 적성이나 성격이나 지능이나 진로나 신체적 정서적 심리적 행동적 증상에 대해서 문제를 호소 할 때, 변화를 모색할 때 심리 검사를 통해서 상담 프로그램을 통해서 문제 해결을 지원하는 일을 한다고 볼 수 있겠습니다. 상담 분야가 있고 임상 심리 분야가 있고 직업 상담도 미국 같은 경우에는 하나의 별도의 분야라고 구분 하는 경우도 있습니다. 저 같은 경우는 직업 상담에 가까운 일을 해 왔었고요, 선생님들도 진로 상담도 하지만 심리 상담도 같이 하고 있지 않나 생각이 듭니다. 대체로 장애적 요소를 가지고 있을 때에는 보통 통상적으로 비전문가가 다루기가 힘든 부분이 있는데요, 이런 부분은 약물 치료를 한다거나 강박증, 조울증, 노이로제, 신경증 임상 심리라든지 의사 분들이 대체로 진행을 하게 됩니다. 사회복지사처럼 해당 실무를 하는 과정에서 상담 업무가 병행이 되는 경우가 있습니다. 대체로 소속 기관에 소속 되어서 업무가 달라지는 데요, 청소년 교육기관에 있느냐, 청소년에 대한 적성이나 흥미를 고려해야할 것 같고 종교기관에 있다고 한다면 목회 상담이 있을 것 같고요, 중고등학교 같은 경우는 생활 지도가 중요할 것 같고, 이렇게 내담자의 성격, 적성, 지능, 진로 전반적인 부분을 알아야 될 것 같고, 개인이나 집단이나 대인관계의 프로그램에 따라서, 대상에 따라서 조직에 따라서 회사도 이런 부분이 다 다른 직무가 될 수 있겠습니다. 대체로 상담 전문가 같은 경우는 임상 심리사뿐만 아니라 정상적인 범주에 들어가면서도 조금 부적응하는 행동들, 대인관계에 적응을 못 한다거나 심리적으로 위축되어 있다거나 자존감, 자신감이 낮다거나 학습에 조금 문제가 있다거나, 이런 통상적인 문제 범위 안에 있을 때, 대화를 통해서 문제를 파악하고 진단하고 이런 부분은 상담을 통해서 내면 심층적으로 탐색해서 그 결과를 분석하고 해석하고 경우에 따라서 위기 상담에서 위기로부터 탈출 할 수 있는 부분을 도와주는 일을 한다고 볼 수 있겠습니다. 청소년 상담기관이 있고 노인 복지시설이 있고, 기업체에서도 직원들 심리 상담을 별도로 해 주는 전문가들도 별도로 있습니다. 그런 곳에서 교육을 받고 그 소속에서 일을 해 나갈 수 있겠습니다. 대상에 대한 특성을 이해해야겠죠. 아무래도 젊은 분이라면 처음부터 노인 복지 시설을 처음부터 들어가기는 힘들고요, 물론 들어갈 수 있지만 그 분들의 심리 상담을 하는 데는 아주 전문가가 아니라며 공감이라는 것이 중요하기 때문에 연배가 중요할 것 같고, 학생들이 아직은 청소년이다 보니깐 성장해 나가면 청소년들 하고 대하고 커뮤니케이션 하는 데는 유용한 부분이 있지 않을까 생각이 듭니다. 근무 환경은 대체로 정형화 되어 있어서 출근시간과 퇴근시간이 비교적 정해져 있는데요, 상담 기관에 따라서 안락하고 편안한 곳이 있고, 아직은 불안정한 환경에도 상담이 독립된 공간에 보장이 되어야 하는데, 독립되지 않은 공간에서 일을 할 가능성도 있습니다. 상담심리를 제대로 공부하려고 하면 굉장히 오랜 기간 동안 수련이라든지 대학 뿐만 아니라 대학원 석사 박사 과정까지 가야 하는 부분이 있을 것 같은데요 심리학이라든지 교육학이라든지 이런 여러 가지 전공들이 있을 것 같고요, 대체로 학벌을 본다면 대졸자 보다 대학원졸이 더 많을 정도로 학력이 고도의 수련이 필요한 경우가 되겠습니다. 대체로 인문사회나 교육계열이나 의학계열에

서 가장 많이 나오고 관련 학과로 보면 교육학과 노인복지학과 사회복지학과 심리학과 초등교육학과 특수교육학과 가정관리학과 이런 곳이 있고 관련 정보처도 상담심리학회나 청소년 상담원, 국가 자격증 중에서도 전문 상담교사 전문 2급이라든지 선생님들 중에서도 가지고 있는 청소년 상담사 1,2,3 급이라든지, 직업 상담사라고 해서 진로 쪽을 바라본다면 이러 부분도 필요하겠습니다. 아무래도 심리학에 대한 전문적 지식을 갖추는 것이 상담을 하는데 우리가 약품을 많이 알아야 조금 더 많은 제안을 하듯이 그런 부분에서 배경적 지식, 심리가 가장 기본족인 배경 지식이 되거든요, 무엇보다도 자신에 대한 감정을 헤아릴 수 있어야 되는 부분도 있고, 다른 사람의 감정을 바라 볼라고 하면 끊기와 인내심과 성실성이 필요하겠습니다. 확장 가능한 직업도 굉장히 많을 것 같은데요, 사회복지사라든지, 정신보건이라든지 청소년이라든지 직업 상담사 지역 커리어 코치도 될 수도 있고요, 대학의 취업 지원관이라든지 사회단체 활동을 한 다든지 조직의 심리도 중요하거든요 연구원 활동 그것을 바탕으로 대학 교수에 이르기까지 저도 심리학 책을 쓰게 되었는데요, 책도 쓰는 역할도 충분히 가능할 것 같고 프로그램도 개별적으로 운영할 수 있고 계속해서 확장 가능한 직업이 많을 것 같습니다.

NCS 분류 기준으로 상담사를 바라보도록 하겠습니다. 대 분류로 보면 사회복지, 종교가 있고 중분류로 상담이 나뉘져 있습니다. 소분류에 심리 상담이 있고 세 분류에 가면 심리상담 직무가 있고 능력 단위까지 볼 수 있는데요, 여러분들이 NCS.CO.KR 에 가서 자신이 원하는 직업들을 분야별로 검색해 볼 수 있도록 유도해 주시면 좋을 것 같고요, 상담사의 환경 분석도 해 볼 수 있는데 심리 상담을 바라본다면 인문사회계열 학과의 연구 계발하는 종사자들이 있을 것 같고요, 대체로 종사자가 1만2700명 정도로 2013년 기준으로 있습니다. 교육 서비스업이 굉장히 많습니다. 이와 관련해서 149만 명이라고 하니깐 엄청나게 교육이 관련한 서비스업에 있다고 볼 수 있고요, 기타 보건업이라든지 사회복지업까지 포함하면 약 200만 명이 관련업에 종사 한다고 볼 수 있겠습니다. 상담사가 되기 위한 능력 단위로 바라본다면 개인 치료 상담이 가장 중요한 부분이 되겠지만 상담 안내라든지 접수 안내라든지 내담자의 의례라든지 연계라든지 집단 상담 프로그램 그리고 관계자 상담이라든지 위기 상담이라든지 청소년 위기 상담에서 부터 자살이라든지 배우자라든지 폭력이라든지 이러한 부분들 있거든요, 특수한 상담하고 전혀 다릅니다. 심리 상담이라든지 심리 검사도 별도로 도구를 개발하고 그런 사람도 있거든요. 이런 역할들도 있다는 것입니다. 논리적인 학생들은 심리 검사를 개발하고 운영하면 좋겠죠. 심리 상담을 통해서 치료한다거나 자문한다거나 상담자들 트레이닝 또 교육에 발달되어 있는 친구들도 있습니다. 이렇게 해서 상담을 구조화 하는 능력이 필요한데요, 내담자에게 어떤 과정을 가지고 진행하려고 하는지 설명할 수 있어야 하고 상담도 계약을 하고 서약을 하는 것이 좋은데요, 확인하고, 윤리 강령에 따라서 비밀을 보장해 나가는 역할들을 하는데 필요로 하는 지식 기술 태도를 본다면 개인정보 보호법이 굉장히 엄격해서 기본 정보 보호법에 대해서 알아야 하고요, 상담 기간이라든지 횟수라든지 시간에 대한 규정들도 정해놓아야 하고 운영 영지침이라든지 윤리 강령 이라든지 이런 지식이 필요하고요, 기관에 대한 규정을 기술해야 하고 언어 표현력이라든지 행동 단서가 있거든요 행동 언어라고 하지 않습니까? 행동 언어들 보고 그 사람의 심리 파악을 해야 되다 보니깐 보셔야 하고 언어적 메시지와 행동적 메시지 그리고 라포가 전부라고 이야기 하는 사람이 있는데요, 내담자와 유대관계를 형성하는 것들. 태도가 객관적으로 전달하는 내담자를 이해하려고 하는 태도 이런 부분들이 중요하겠습니다. 이 중에서도 개인 심리 치료 상담을 본다면, 내담자가 상담에서 가지고 온 문제가 있거

든요, 또 문제가 있고 더 나아지고 싶은 욕구라는 것도 있을 것입니다. 이것을 바탕으로 효과적인 변화를 일으키기 위해서 상담을 구조화 하고 관계를 내담자와 형성하고 사례를 개념화 해서 상담 목표가 무엇인지 전략을 세우고 진행을 종결하는 능력을 이야기를 할 수 있겠습니다. 이렇게 해서 학생들이 바라본다면 직무 기술을 어떻게 해야 되는지 세부 직무들도 볼 수 있을 것 같고요, 선생님들도 학생들을 상담하지만 진로 상담 수업 중에 학생들 간에 상담을 주고받는 것이 좋은 과정이 될 것 같습니다. 저도 학생들 하고 대학에서 강의 할 때 제가 답변을 주는 것이 아니라 학생이 질문하고 학생이 답변하게 하거든요, 원형으로 앉아서 모둠 학습을 통해서 선생님들이 진행을 하면 굉장히 잘 하는 학생들도 있고 준비가 안 된 학생도 있고 또 다른 학생의 고민을 들으면서 자기 고민이 해결되기도 하니깐 시간을 내어서 해보시면 좋을 것 같습니다. 그것을 가지고 상담 진행하는 것, 응대하는 것 절차하는 과정까지 전반적인 역할들을 해본다라면 학생들이 훌륭한 상담사로써 많은 사람들에게 위안이 되는 심리상담사로 발전 할 수 있진 않을까 생각이 듭니다.