

상담자들의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계: 외상 후 성장과 전문직 정체성의 매개효과*

우 소 원

장 유 진†

한양대학교 / 석사

한양대학교 / 교수

본 연구는 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성의 매개효과 검증에 목적으로 하였다. 이를 위해 전국의 상담 기관에서 심리 상담 업무를 수행하고 있는 상담자 388명을 대상으로 온라인 설문조사를 실시하였으며, 수집된 자료는 SPSS Statistics 27.0과 SPSS PROCESS Macro 4.2를 활용하여 분석하였다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장의 부분 매개효과를 확인하였다. 둘째, 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 상담자 전문직 정체성의 완전 매개효과를 확인하였다. 셋째, 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성의 순차적 매개효과를 확인하였다. 본 연구는 상담자의 경우 의도적 반추를 통한 외상 후 성장과 같은 개인적인 영역의 성장이 상담자로서의 정체성 발달이나 자기효능감 향상과 같은 전문적인 영역의 성장으로까지 이어진다는 점을 확인하였다는 데 의의가 있다.

주요어 : 상담자, 대인 외상, 의도적 반추, 외상 후 성장, 상담자 전문직 정체성, 상담자 자기효능감

* 본 연구는 우소원(2023)의 한양대학교 석사학위논문 ‘상담자들의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자로서의 자기효능감의 관계: 외상 후 성장과 전문직 정체성의 매개효과’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 교신저자 : 장유진, 한양대학교 상담심리대학원, 서울시 성동구 왕십리로 222

Tel: 02-2220-2614, E-mail: yoojinjang@hanyang.ac.kr



Copyright ©2024, The Korean Counseling Psychological Association
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

인간은 누구나 인생을 살아가면서 크고 작은 사건들을 마주하게 된다. 그 중 어떤 사건들은 너무나 충격적이어서 심한 고통을 안길 뿐만 아니라 시간이 많이 흐른 후에도 지워지지 않는 상처를 남기곤 한다(권석만, 2013). 이처럼 심각한 손상과 혼란을 초래할 수 있는 신체적 또는 정신적 충격을 외상(外傷, trauma)이라고 하며, 아무리 주의한다 하더라도 우리는 일생동안 한 번 이상의 외상을 경험할 가능성이 크다(Follette & Pistorello, 2007). 또한 Tedeschi와 Calhoun(2004)은 외상 사건을 ‘삶의 기반을 뒤흔들어 개인의 인지도식에 영향을 미치며 상당한 수준의 심리적 고통을 동반하는 사건’이라고 정의하였다. 이는 자연재해나 전쟁, 테러와 같이 매우 예외적인 사건뿐만 아니라 일반적인 범주를 넘어선 스트레스 사건 모두를 포함하는 정의이므로 좀 더 주관적이고 포괄적이라 할 수 있다(최승미, 2008).

Allen(2008)에 따르면 외상은 대인관계 관여도에 따라 비대인 외상(impersonal trauma)과 대인 외상(interpersonal trauma)으로 구분할 수 있다. 먼저 비대인 외상은 지진, 태풍, 홍수와 같이 자연 현상에 의해 우연히 일어나는 재해로 사람이 개입되지 않는다(권석만, 2013). 반면 대인 외상은 사람과 직접 관련되어 있으며, 주 양육자와 같이 가깝고 중요한 사람으로부터 고의적으로 폭력, 학대, 방임 등을 당하는 것을 포함한다(서영주, 김영근, 2018). Herman(1992)에 따르면 반복적인 대인 외상으로 나타나는 증상들은 단순 외상 후 스트레스 장애의 증상과는 달리 더 광범위하고 복잡하며 지속적인 뿐만 아니라 성격적인 변화를 일으키기도 한다. 특히 집합적인 한국문화에서는 대인 관계가 일상생활에 큰 영향을 줄 뿐만 아니라 사회적 성공과도 연계되어 매우 중요하게 여

겨지기 때문에(강경미, 2005), 대인 외상의 영향 역시 더 클 것이라 예상할 수 있다. 실제로 다양한 연령층의 대규모 표본을 대상으로 수행된 서영석 등(2012)의 연구에서는 외상 유형 중 관계 실패, 거절 경험, 괴롭힘과 따돌림 등의 대인 외상이 가장 빈번하게 보고되었는데, 이를 관계지향적 가치를 강조하는 한국의 문화적 특성이 반영된 것으로 보았다. 그러나 그 빈도와 심각성에 비해서 아직까지 관련 연구는 미비한 실정이라 할 수 있으므로(강혜림, 정남운, 2018) 본 연구에서는 모든 외상 경험을 포괄적으로 다루기보다 대인 외상 경험으로만 범위를 제한하고자 한다.

그렇다면 이러한 대인 외상 경험이 상담자들에게는 어떤 영향을 미치게 될 것인가? 상담자 역시 상담자이기 이전에 삶을 살아가는 한 인간이기에 대인 외상 경험을 결코 피할 수 없으며 상담 자체가 하나의 집중적인 대인 과정(Wampold, 2001)이기도 하므로 대인 외상 경험이 상담자로서의 성장과 발달에 영향을 미칠 것이라 가정할 수 있다. 대인 외상 경험은 상담자로 하여금 심리 및 상담에 관심을 갖게 하고 비슷한 어려움을 겪은 내담자를 돕고자 하는 동기가 되기도 하지만(홍예영, 장은진, 2019), 자신의 경험에 대해 충분히 숙고하지 않을 경우에는 오히려 상담 수행에 악영향을 미치기도 한다(김연수 외, 2022). 상담자의 대상관계가 경직되고 왜곡되어 있다면 내담자가 투사한 대상 표상 또는 자기 표상과 맞물려 역전이를 불러일으킬 가능성이 있는데, 이러한 역전이 행동은 작업동맹을 저하시키는 대표적인 비효과적인 상담자 반응이라 할 수 있다(김현숙, 2012; 최명식, 2003). 또한 어릴 적 경험한 정서적 학대나 방임과 같은 심리적 상처는 타인에 대한 공감적 이해를 손상시킴

으로써 내담자와 효과적인 치료 관계를 형성하는 데 부정적인 영향을 미친다(김환, 한수미, 2015; 조화진, 김민정, 2018). 이처럼 상담자가 자신의 대인 외상 경험을 극복하지 않은 채 내담자를 만나면 효과적인 상담을 수행하기 어렵기 때문에(홍예영, 장은진, 2019) 대인 외상 경험이 상담자들에게 주는 영향에 주목할 필요가 있다.

관련 이론 중에서 Nouwen(1972/1999)의 ‘상처 입은 치유자(The Wounded Healer)’ 이론이 가장 대표적이라 할 수 있는데, ‘상처 입은 치유자’는 상처를 겪었지만 상처에 대한 깊은 이해를 통해 이를 극복하고 자신의 경험을 치유의 원천으로 제공할 수 있는 치유자를 의미한다. Nouwen은 ‘상처 입은 치유자’의 개념을 개인적인 고통을 피상적으로 공유하는 영적 노출증(spiritual exhibitionism) 옹호로 잘못 이해하는 것을 경계하였으며, 자신의 상처를 치유의 원천으로 삼으려면 자신의 고통과 아픔이 모든 인간이 공유하는 깊은 인간의 상태에서 오는 것이라고 보기 위해 부단히 노력해야 한다고 하였다. 실제 일부 연구들(박연심, 2020; 이미정, 2015)은 대인 외상을 겪은 상담자는 이를 극복하는 과정을 통해 상처에 대한 인식을 전환시킬 뿐만 아니라 공감과 이해, 치유에 대한 사명감, 역전이 관리능력 등을 향상시켜 상담자로서의 성장을 경험한다는 점을 확인하였다.

이처럼 대인 외상 경험에 의해 영향을 받는 변인으로 상담자 자기효능감을 고려할 수 있다. Johnson 등(1989)은 Bandura(1977)의 자기효능감 이론을 상담자에게 적용하여 ‘상담자 자기효능감(counselor self-efficacy)’의 개념을 제시하였는데, 이는 상담자가 내담자와의 상담을 효과적으로 수행할 수 있다는 믿음을 의미한

다. Larson과 Daniels(1998)은 상담자 자기효능감이 상담자가 인지적, 사회적, 행동적 기술들을 통합하여 상담 수행에 활용하는 능력을 포함한다고 강조하며, 자기효능감이 높은 상담자는 자신의 기술들을 적절히 활용하여 상담이라는 복잡한 과업을 효과적으로 수행할 수 있을 것이라 하였다. 자기효능감이 높은 상담자는 상담 장면에서 느끼는 상태불안이 낮아 수월하게 상담을 수행할 수 있기 때문에(강진구, 연문희, 2005), 결국 상담자 자기효능감은 긍정적인 상담성과와도 밀접한 관련이 있다고 볼 수 있다(양미라, 이영애, 2019). 이러한 상담자 자기효능감과 관련하여 일부 연구에서 외상 경험이 많은 상담자가 심리화, 교육분석, 수퍼비전을 거치면서 자기효능감이 향상될 수 있다는 결과가 보고되기도 했으나(이명희, 박재우, 2019), 지금까지의 선행연구만으로는 대인 외상 경험과 상담자 자기효능감의 관계에 개입하는 기제와 그 역할이 구체화되었다고 보기 어렵다. 따라서 본 연구에서는 대인 외상 경험과 상담자 자기효능감을 연결하는 심리적 기제에 대해 탐색해보고자 한다.

대인 외상 경험을 상담자 자기효능감으로 승화시키는 것과 같이 실질적인 성장과 변화를 이루기 위해서는 외상 경험의 의미를 이해하기 위한 인지적 노력이 필요하다(임선영, 2013). 반추(rumination)는 이러한 인지적 처리 과정을 말하는데, 크게 침습적 반추(intrusive rumination)와 의도적 반추(deliberate rumination)로 구분된다(Martin & Tesser, 1996). 침습적 반추는 외상 경험 후 개인이 원하지 않을 때도 반복적으로 외상이 의식에 떠오르는 것을 의미하며, 의도적 반추는 외상 경험을 이해하기 위한 목적으로 반복적으로 외상에 대해 생각하는 것을 의미한다(Martin & Tesser, 1996). 두

가지 반추 유형은 외상 이후 긍정적 또는 부정적 결과와 관련하여 각각 다른 역할을 수행하는데(엄미선, 조성호, 2016), 먼저 침습적 반추의 증가는 지속적이거나 높은 수준의 괴로움, 불안, 우울, 효과적인 대처 실패와 관련될 가능성이 높다(Cann et al., 2011; Nolen-Hoeksema et al., 1994). 반면, 의도적 반추의 증가는 수용적인 태도와 인지적 유연성을 향상시킴으로써 외상 경험을 긍정적으로 재평가하는 의미재구성 과정을 촉진하는 역할을 한다(임선영, 2013). 따라서 본 연구에서는 대인 외상 경험이 인지적 과정을 거쳐 상담자에게 긍정적인 변화를 야기하는 측면을 살펴 보고자하므로 ‘대인 외상 경험에 대한 의도적 반추’에 초점을 맞추고자 한다.

대인 외상 경험에 대한 의도적 반추는 ‘외상 후 성장(post-traumatic growth)’으로 이어질 수 있다. 외상 후 성장이란 외상을 겪은 사람들이 경험하는 긍정적인 변화를 의미하는데, 주요 내용으로는 크게 ‘자신에 대한 인식의 변화’와 ‘대인관계 느낌의 변화’, ‘삶에 대한 철학의 변화’가 포함된다(Tedeschi & Calhoun, 1996). 즉, 외상 후 성장을 경험하면서 어떤 어려움이든 이겨낼 수 있다는 믿음을 갖게 되고 주위 사람들과 더 친밀한 관계를 맺게 되며 주어진 것들에 감사하여 가치기준이 변화할 수 있다(김나현, 김정민, 2021). 다시 말해, 외상은 불안, 우울, 외상 후 스트레스 장애 등 심리적 고통을 초래하지만 외상을 이겨내는 과정을 통해 개인이 외상 이전보다 오히려 더 높은 수준으로 기능할 수 있게 된다는 것이다(Linley & Joseph, 2004). 외상 후 성장과 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추의 관련성은 여러 선행연구들을 통해서 확인할 수 있다. 상담자 280명을 대상으로 한 김연수 등(2022)의

연구에서는 상담자들이 대인 외상 경험에 대해 의도적 반추를 많이 할수록 외상 후 성장을 더 많이 경험하는 것으로 나타났다. 이와 유사하게 이별 경험 대학생(조민기, 신희천, 2021; 차경환, 하정희, 2019), 사별 경험 대학생(유희정, 2015), 관계 상실 경험 대학생(박선정, 2015), 관계 상실 경험 여고생(이유리, 장현아, 2016), 청소년(김현미, 정민선, 2014)을 대상으로 한 연구들에서도 의도적 반추와 외상 후 성장의 관련성이 일관성 있게 보고되어 왔다.

이러한 외상 후 성장은 개인적인(personal) 측면뿐만 아니라 상담자의 전문적인(professional) 측면에서도 상당히 의미 있는 과정이라 할 수 있다. 상담자들은 좌절을 극복하며 다양한 영역에서 성장을 이뤄낼 뿐만 아니라 좌절 경험을 전문성을 향상시키는 자원으로 활용할 수 있기 때문이다(오현수, 한재희, 2009). 상담자는 좌절 경험을 통해 한 인간으로서 자신의 한계를 유연하게 수용하게 되는데, 이는 인간에 대한 이해와 수용력, 조망능력을 증진시켜 보다 깊은 차원의 상담을 수행할 수 있게 한다(김혜미, 오인수, 2016). 즉, 외상 후 성장을 경험한 상담자는 자기성찰을 통해 내담자의 고통을 다루는 것에 더 겸손한 태도를 지니게 되고, 내담자를 한 사람으로 온전히 수용하고 공감하게 되는 것이다(민선홍, 서미아, 2024). 이처럼 상담자는 외상 후 성장이 일어나는 과정과 이를 촉진하는 요인을 이해함으로써 내담자의 치유와 성장을 돕는 동반자의 역할을 제대로 수행할 수 있게 된다(장한, 김진숙, 2017). 따라서 본 연구에서는 대인 외상을 경험한 상담자가 의도적 반추를 통해 상담자로서의 전문적 특성을 함양하는데 있어 외상 후 성장이 가교 역할을 할 것

으로 가정하였다.

외상 후 성장이 영향을 미칠 수 있는 상담자의 전문적 요인으로 전문직 정체성이 있는데, 이는 전문직 종사자가 스스로를 전문 직업인이라고 인식하는 주관적인 태도를 의미한다(Hall, 1968). 전문직 정체성은 개인이 고등 교육 프로그램에 참여하면서부터 형성되기 시작하며, 훈련과정을 거쳐 일정 기간의 직장 생활을 마칠 때까지 지속적으로 발달하게 된다(Reid et al., 2008). 그 중에서도 상담자 전문직 정체성(counselor professional identity)은 상담자가 스스로에게 가지는 주관적인 평가와 자긍심이며, 직무 수행과정에서 발달된 전문적이고 인간적 자질로 인해 형성되는 정체성을 말한다(김계현, 1997; 박용오, 2003). 즉 상담자 전문직 정체성이란 상담자가 자신을 전문 직업인으로 여기는 태도와 신념이라 할 수 있는데(최윤경, 2003), 이는 상담 분야에 입문할 때부터 상담직을 그만둘 때까지 지속적이고 연속적으로 변화하는 역동적인 과정이다(Smith, 2007). 상담자 전문직 정체성이 발달하면 상담자는 자신의 역할에 확신을 가져 스스로를 안정적이고 일관적으로 평가하게 될 뿐만 아니라 내담자를 대하는 태도, 상담에 임하는 자세까지 변화할 수 있다(허재경, 2009). 반면 상담자 전문직 정체성이 충분히 발달하지 못한 경우 내담자와 가까운 신뢰관계를 형성하거나 기대하는 상담 성과를 이루는 데도 어려움을 겪게 된다(Mellin et al., 2011). 따라서 상담자가 자신을 이해하고 수용함으로써 스스로에 대한 혼란스러움을 극복하고 전문직 정체성을 형성해나가는 과정은 상담자로서 성장하는 데 있어 매우 중요하다고 할 수 있다(나은주, 김영근, 2019).

외상 후 성장이 상담자로서의 전문직 정체

성 발달에 영향을 미칠 수 있는 가능성은 여러 선행연구들을 통해 직간접적으로 확인할 수 있다. Marshall(2000)은 상담훈련생들이 개인의 충격적인 경험에 대해 충분히 숙고하고 이를 통합함으로써 상담자로서의 정체성을 발달시킬 수 있다고 하였다. Murdock 등(2013)의 연구에서는 공동 멘토링 프로그램에 참여한 석사 과정의 상담훈련생들이 삶의 장애물 극복 경험을 나누면서 개인적인 성장과 동시에 전문직 정체성을 발달시켰음을 확인하였다. 또한 Kern(2014)은 상담자가 한 인간으로서 가진 심리적 문제나 취약성을 있는 그대로 인정하고 수용하는 과정을 통해 자기인식을 향상시키고 나아가 이를 자신의 전문직 정체성에 통합시킬 수 있다고 보았다. 이와 유사하게 Cleary와 Armour(2022)는 상담 및 심리치료 종사자들이 실생활에서 경험하는 정신건강 관련 문제가 그들의 전문직 정체성 발달에 영향을 미치며, 이러한 정체성은 성장과 회복 과정을 거쳐 진화한다고 보고하였다. 국내에서는 이미정(2015)이 연구에 참여한 상담자들이 상처를 치유하는 경험을 통해 인간에 대한 이해와 수용을 확장시킬 뿐만 아니라 상담자로서의 정체성을 확립할 수 있었다고 보고하였다. 김연수 등(2022)의 연구에서도 외상 후 성장을 경험한 상담자는 ‘상처 입은 상담자’가 되어 상담자로서의 정체성이 뚜렷해지는 것으로 나타났다.

외상 후 성장과 상담자 자기효능감의 관계 또한 이와 유사한 맥락의 선행연구들을 통해 간접적으로 추론할 수 있다. 오현수와 한재희(2009)의 연구에서 상담전문가들은 좌절을 극복하는 경험을 통해 인간을 보는 눈이 깊어지고 전문적인 개입이나 접근방식에서 자신감이 증가하는 것으로 나타났다. 윤정훈 등(2021)은

삶의 고통스러웠던 단계를 포함하여 상담자 개인의 삶을 성찰할 수 있는 훈련 프로그램에 참여한 초보상담자들의 경우 그렇지 않은 상담자보다 자기효능감이 유의하게 높아진다고 보고하였다. 또한 자살 유가족 상담자를 대상으로 한 박경자(2020)의 연구에서 상담자들은 외상 후 성장의 결과로 전문가적 지위를 내려놓고 진정한 치유의 동맹자가 되었으며 상처를 공감력과 고통에 대한 민감성으로 승화시키기도 했다. 상담자 자기효능감의 하위 요인에는 ‘상담 장면에서 내담자를 효과적으로 돕기 위해 필요한 자세를 취할 수 있다’는 상담 태도 자기효능감이 있으므로(양명희, 김성희, 2011), 이러한 연구 결과를 통해서도 외상 후 성장이 상담자 자기효능감의 향상으로 이어질 것이라 예측할 수 있다.

한편, 양미라와 이영애(2019)는 상담자 자기효능감 관련 변인에 대한 메타분석을 통해 상담자 전문직 정체성이 상담자 자기효능감에 영향을 미치는 중요한 변인임을 확인하였다. Emerson(2010)은 상담자 전문직 정체성과 상담자 자기효능감 모두 상담자 발달에 있어 잠재적으로 관련된 요소라고 보았으며, 상담자가 스스로를 전문 직업인으로 인식하여 정체성을 형성하기 시작하면 자기효능감 또한 향상된다고 주장하였다. Brady(2020)는 220명의 상담 전공 석사과정 및 석사 졸업생들을 대상으로 한 설문조사를 통해 상담자 전문직 정체성과 상담자 자기효능감 간의 유의한 관련성을 확인하였다. 이와 동일하게 국내에서도 여러 연구들(설동숙, 김택호, 2022; 이미진, 2012; 이세나, 2020; 정현숙, 김동원, 2022)이 상담자 전문직 정체성과 상담자 자기효능감의 유의한 정적 상관을 보고한 바 있다. 이는 상담자가 전문 직업인으로서 자신의 역할을 이해하고 이에

결맞은 태도와 가치, 신념을 가진다면 상담과정에서 어려움을 마주하더라도 잘 극복할 수 있다는 것을 의미한다(설동숙, 김택호, 2022). 즉, 상담자 전문직 정체성과 상담자 자기효능감은 서로 밀접하게 연관되어 있다고 할 수 있다(이미진, 2012).

전술한 선행연구들을 근거로 본 연구에서는 대인 외상을 경험한 상담자가 자신의 경험에 갖는 의미를 깊이 있게, 의도적으로 성찰하면 외상 후 성장을 이룰 수 있는데, 이러한 개인적인(personal) 영역의 성장이 전문직 정체성 형성 및 상담자 자기효능감 향상과 같은 전문적인(professional) 영역의 성장으로까지 이어질 것으로 가정하였다. 이러한 가정을 바탕으로 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계를 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성이 순차적으로 매개하는지 확인하고자 하였다. 본 연구를 통해 대인관계 외상을 경험한 상담자들이 상담자로서의 자기효능감을 향상시킬 수 있도록 돕기 위해 어떠한 개입이 이루어질 수 있는지에 대한 시사점을 얻을 수 있을 것으로 기대한다.

본 연구에서 상정한 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 외상 후 성장은 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계를 매개하는가? 둘째, 상담자 전문직 정체성은 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계를 매개하는가? 셋째, 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성은 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계를 순차적으로 매개하는가?

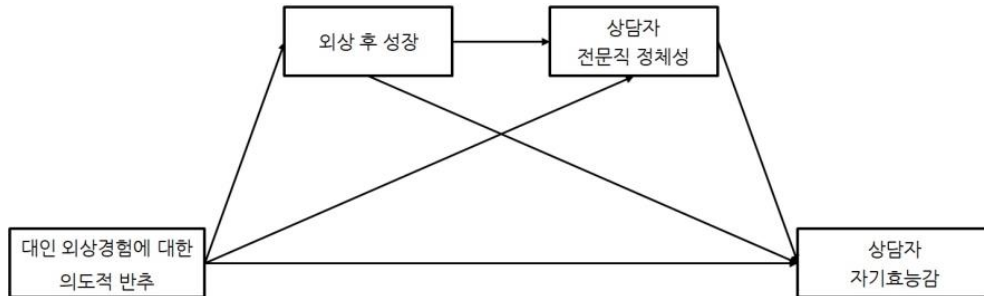


그림 1. 연구모형

방 법

측정도구

연구대상 및 자료수집 절차

본 연구에서는 상담 기관에서 심리 상담 업무를 수행하고 있는 전국의 상담자를 대상으로 2023년 1월 10일부터 약 4일간 온라인 설문조사를 실시하였다. 설문조사는 상담자들이 주로 사용하는 온라인 커뮤니티와 SNS 단체 대화방에 설문조사 링크를 배포하여 참여자를 모집하는 방식으로 진행하였다. 설문지 내용에 앞서 연구의 목적 및 개인정보 보호에 대한 안내가 제공되었으며, 연구 참여자들이 이를 읽고 동의한 후 조사에 응하도록 하였다. 설문조사 종료 후 성실하게 응답한 모든 상담자에게는 답례로 소정의 기프티콘을 제공하였다. 설문조사에 총 401명이 참여하였으나 불성실하게 응답한 13명을 제외한 388명의 자료를 통계 분석에 사용하였다. 연구대상 중 여성이 265명(68.3%), 남성이 123명(31.7%)으로 여성 참여자의 비율이 높게 나타났으며, 연령은 20대가 94명(24.2%), 30대가 233명(60.1%), 40대가 50명(12.9%), 50대 이상이 11명(2.8%)으로 30대가 가장 많았다. 총 상담기간은 3년 미만이 146명(37.6%), 3년-5년이 136명(35.1%), 5년 이상이 106명(27.3%)으로 나타났다.

대인 외상 경험 질문지

상담자들이 경험한 대인 외상의 유형을 알기 위해 정지양(2015)이 9가지 항목으로 구성한 대인 외상 경험 질문지를 사용하였다. 해당 질문지는 송승훈(2007)이 제작한 ‘외상 사건 12목록’ 중 대인 외상에 해당하는 사건들을 선별한 것이며, ‘외상 사건 12목록’은 Norris(1990)의 ‘일반 모집단을 위한 외상 스트레스 사건 목록(Traumatic Stress Schedule)’ 및 Tedeschi와 Calhoun(1996)의 PTGI 개발 연구에서 사용된 사건 목록, 전경구와 김교현(1991)의 ‘대학생용 생활 스트레스’ 하위요인을 참고하여 제작되었다. 질문지는 지인으로부터의 성추행 및 성폭행, 사랑하는 사람의 질병, 사랑하는 사람의 사망 등의 9가지 항목으로 구성되어 있으며, 이 중 가장 고통스러웠던 사건 및 사건 발생 시기, 사건 당시의 고통, 그 사건으로 인해 최근에 느껴지는 고통을 확인하였다. 본 연구는 대인 외상 경험이 있는 상담자만을 대상으로 하며 가장 힘들고 고통스러웠던 사건을 기억하며 조사에 응해야 하므로 참여자 스크리닝 목적으로 해당 질문지를 사용하였다.

사건 관련 반추 척도

대인 외상 경험에 대한 의도적 반추를 측정하기 위해서 Cann 등(2011)이 개발하고 안현의 등(2013)이 번안 및 타당화한 한국판 사건 관련 반추 척도(The Event Related Rumination Inventory in Korean [K-ERRI])를 사용하였다. 이 척도는 침습적 반추(intrusive rumination)와 의도적 반추(deliberate rumination)의 두 하위요인으로 개발되었으며, 각 10문항씩 총 20문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 목적에 맞게 침습적 반추에 대한 문항을 제외하고 의도적 반추에 해당하는 10개 문항만을 설문지에 포함하였다. 의도적 반추에 해당하는 문항에는 ‘나는 그 일로부터 의미를 찾을 수 있는지에 대해 생각해본다.’, ‘그 일을 겪음으로써 내 삶에서 얻은 것이 있는지 생각해보곤 한다.’ 등이 있다. 각 문항들은 4점 Likert식 척도(1점=전혀 아니다, 4점=자주 그렇다)로 평정되며, 점수가 높을수록 의도적 반추 양식을 많이 사용했음을 의미한다. 안현의 등(2013)의 연구에서 의도적 반추의 내적 합치도 계수(Cronbach's α)는 .95이며, 본 연구에서 산출된 내적 합치도 계수(Cronbach's α)는 .80으로 나타났다.

외상 후 성장 척도

상담자들의 대인 외상 경험에 대한 외상 후 성장을 측정하기 위해서 Tedeschi와 Calhoun (1996)이 개발하고 송승훈 등(2009)이 번안 및 타당화한 한국판 외상 후 성장 척도(Korean Post-Traumatic Growth Inventory [K-PTGI])를 사용하였다. 이 척도는 총 16문항이며, ‘자기 각각의 변화(6문항)’, ‘대인관계의 깊이 증가(5문항)’, ‘새로운 가능성의 발견(3문항)’, ‘영적·종교적 관심의 증가(2문항)’의 4가지 하위요인으로 구성되어 있다. 각 하위 척도의 내용을 살

펴보면, 자기 각각의 변화는 ‘나는 어려움을 극복할 수 있다는 확신을 갖게 되었다.’, 대인관계의 깊이 증가는 ‘나는 타인과의 관계에서 더 큰 친밀감을 느끼게 되었다.’, 새로운 가능성의 발견은 ‘나는 인생에서 무엇이 중요한지에 대한 생각이 바뀌었다.’, 영적·종교적 관심의 증가는 ‘나는 종교적인 믿음이 더 깊어졌다.’와 같은 문항들로 구성되어 있다. 각 문항들은 6점 Likert식 척도(1점=전혀 아니다, 6점=매우 그렇다)로 평정되며, 점수가 높을수록 외상 후 성장 수준이 높음을 의미한다. 송승훈 등(2009)의 연구에서 전체 척도의 내적 합치도 계수(Cronbach's α)는 .94이고, 각 하위요인별 내적 합치도 계수는 자기 각각의 변화 .94, 새로운 가능성 발견 .74, 대인관계 깊이 증가 .90, 영적·종교적 관심 증가 .70으로 나타났다. 본 연구에서 산출된 전체 척도의 내적 합치도 계수(Cronbach's α)는 .89이며, 각 하위요인별 내적 합치도 계수는 자기 각각의 변화 .82, 새로운 가능성 발견 .63, 대인관계 깊이 증가 .83, 영적·종교적 관심 증가 .66으로 나타났다.

상담자 전문직 정체성 척도

상담자 전문직 정체성을 측정하기 위해서 최서운(2020)이 개발한 한국 상담사 전문직 정체성 척도(Korean Counselor Professional Identity Scale [K-CPIS])를 사용하였다. 이 척도는 총 20문항이며, ‘전문지식 및 기술(7문항)’, ‘역할 및 태도(5문항)’, ‘가치 및 신념(8문항)’의 3가지 하위요인으로 구성되어 있다. 각 하위 척도의 내용을 살펴보면, 전문지식 및 기술은 ‘나는 상담심리학의 중요 이론들을 잘 알고 있다.’, 역할 및 태도는 ‘나는 상담사의 역할과 본질이 무엇인지를 분명하게 알고 있다.’, 가치 및

신념은 ‘나는 상담을 통해 내담자 삶의 긍정적인 변화를 돕는 일이 매우 뿌듯하다.’와 같은 문항들로 구성되어 있다. 각 문항들은 6점 Likert식 척도(1점=전혀 아니다, 6점=매우 그렇다)로 평정되며, 점수가 높을수록 상담자의 전문직 정체성 발달 수준이 높음을 의미한다. 최서운(2020)의 연구에서 전체 척도의 내적 합치도 계수(Cronbach's α)는 .91이고, 각 하위요인별 내적 합치도 계수는 전문지식 및 기술 .83, 역할 및 태도 .83, 가치 및 신념 .85로 나타났다. 본 연구에서 산출된 전체 척도의 내적 합치도 계수(Cronbach's α)는 .93이며, 각 하위요인별 내적 합치도 계수는 전문지식 및 기술 .80, 역할 및 태도 .80, 가치 및 신념 .86으로 나타났다.

상담자 자기효능감 척도

상담자 자기효능감을 측정하기 위해서 양명희와 김성희(2011)가 개발한 상담자 자기효능감 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 44문항이며, ‘상담기술 자기효능감(19문항)’, ‘상담태도 자기효능감(13문항)’, ‘상담위기대처 자기효능감(12문항)’의 3가지 하위요인으로 구성되어 있다. 각 하위 척도의 내용을 살펴보면, 상담기술 자기효능감은 ‘상담 중 필요한 상담기술을 적용할 자신이 있다.’, 상담태도 자기효능감은 ‘상담 중 자신의 인지, 정서 등 내면을 각성할 자신이 있다.’, 상담위기대처 자기효능감은 ‘정신적 외상이 큰 내담자라도 상담을 계속할 자신이 있다.’와 같은 문항들로 구성되어 있다. 각 문항들은 5점 Likert식 척도(1점=전혀 그렇지 않다, 5점=매우 그렇다)로 평정되며, 점수가 높을수록 상담자의 자기효능감이 높음을 의미한다. 양명희와 김성희(2011)의 연구에서 전체 척도의 내적 합치도 계수

(Cronbach's α)는 .96이고, 각 하위요인별 내적 합치도 계수는 상담기술 자기효능감 .94, 상담태도 자기효능감 .89, 상담위기대처 자기효능감 .93으로 나타났다. 본 연구에서 산출된 전체 척도의 내적 합치도 계수(Cronbach's α)는 .94이며, 각 하위요인별 내적 합치도 계수는 상담기술 자기효능감 .88, 상담태도 자기효능감 .83, 상담위기대처 자기효능감 .83으로 나타났다.

자료분석

본 연구의 연구문제를 검증하기 위해 수집된 자료는 SPSS Statistics 27.0과 SPSS Process Macro 4.2(Hayes, 2013/2015)를 활용하여 분석하였다. 구체적인 분석 방법은 다음과 같다. 첫째, 연구 참여자의 인구통계학적 특성과 주요 변인들의 일반적 특성을 알아보기 위해 빈도 분석 및 기술통계분석을 실시하였다. 둘째, 측정 도구의 신뢰도를 확인하기 위해 척도별로 Cronbach's α 를 산출하였고, 변인 간 관계를 알아보기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 셋째, SPSS Process Macro(Model 4)를 통해 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성의 개별 매개효과를 각각 검증하였다. 넷째, SPSS Process Macro (Model 6)를 통해 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성의 순차적 매개효과를 검증하였다. 마지막으로 각 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 표본 수 5,000개, 95% 신뢰수준에서 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였다.

결 과

기술통계 및 상관분석

본 연구에서 사용된 주요 변인들의 일반적 경향성을 파악하기 위해 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 산출하고, 상관관계를 분석하기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 그 결과는 표 1에 제시하였다. 분포의 정규성을 가정하기 위해서는 왜도의 절댓값이 2 미만이고 첨도의 절댓값이 4 미만으로 나타나야 한다(Hong et al., 2003). 본 연구에서 왜도 범위는 -.688에서 -.217이고, 첨도 범위는 .279에서 1.524로 나타나 모든 값이 기준을 벗어나지 않으므로 자료가 정규성 가정을 충족하는 것으로 확인되었다. 또한, 상관분석 결과 주요 변인들은 전체적으로 $p < .01$ 의 수준에서 유의한 상관관계를 보였다. 의도적 반추는 외상 후 성장($r = .647$, $p < .01$), 상담자 전문직 정체성($r = .481$, $p < .01$), 상담자 자기효능감($r = .423$, $p < .01$)과 유의한 정적 상관을 보이는 것으로 나타났다. 외상 후 성장은 상담자 전문직 정체성($r = .509$, $p < .01$),

상담자 자기효능감($r = .551$, $p < .01$)과 유의한 정적 상관이 확인되었다. 상담자 전문직 정체성과 상담자 자기효능감의 관계도 정적으로 유의하였다($r = .785$, $p < .01$).

상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장의 매개효과

상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계를 외상 후 성장이 매개하는지 확인하기 위해 PROCESS Macro의 Model 4를 활용하였으며, 그 결과를 표 2에 제시하였다. 분석 결과, 의도적 반추는 외상 후 성장에 유의미한 영향을 미치고 ($B = .958$, $p < .01$), 외상 후 성장은 상담자 자기효능감에 유의미한 영향을 주어 ($B = .289$, $p < .01$) 외상 후 성장은 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계를 매개하였다. 또한 의도적 반추가 상담자 자기효능감에 미치는 총 효과는 $B = .381$ ($p < .01$)이었으나, 매개변인인 외상 후 성장이 투입되면서 상담자 자기효능감에

표 1. 주요 변인 간 상관분석 및 기술통계

변인	1	2	3	4
1. 의도적 반추	1			
2. 외상 후 성장	.647**	1		
3. 상담자 전문직 정체성	.481**	.509**	1	
4. 상담자 자기효능감	.423**	.551**	.785**	1
평균	2.901	3.163	4.446	3.647
표준편차	.517	.766	.735	.465
왜도	-.567	-.688	-.347	-.217
첨도	.823	1.306	.279	1.524

주. ** $p < .01$

표 2. 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장의 매개효과

종속변인	독립변인	<i>B</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>R</i> ²	<i>F</i>	95% 신뢰구간	
								하한	상한
상담자 자기효능감	의도적 반추	.381	.042	.423	9.175**	.179	84.189**	.299	.462
외상 후 성장	의도적 반추	.958	.058	.647	16.659**	.418	227.516**	.845	1.071
상담자 자기효능감	외상 후 성장	.289	.034	.477	8.593**	.311	86.954**	.223	.356
상담자 자기효능감	의도적 반추	.103	.050	.115	2.073*			.005	.202

주. ** $p < .01$, * $p < .05$

표 3. 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장의 매개효과 유의성 검증

구분	경로	<i>Effect</i>	Boot <i>SE</i>	95% 신뢰구간	
				하한	상한
간접효과	의도적 반추 → 외상 후 성장 → 상담자 자기효능감	.277	.053	.184	.391

대한 의도적 반추의 직접효과는 $B=.103(p<.05)$ 로 통계적으로 유의미한 감소를 보였다. 따라서 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장이 부분 매개효과를 가진다는 것을 확인하였다. 이어서 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장의 매개효과가 통계적으로 유의한지 검증하기 위해 표본 수 5,000개, 95% 신뢰수준에서 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였으며, 그 결과를 표 3에 제시하였다. 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장의 매개효과는 .277로 나타났으며, 95% 신뢰구간 내에서 하한값이 .184, 상한값이 .391로 범위 안에 0을 포함하지 않으므로 통계적으로 유의미하다는 것을 확인하였다.

상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 상담자 전문직 정체성의 매개효과

상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계를 상담자 전문직 정체성이 매개하는지 확인하기 위해 PROCESS Macro의 Model 4를 활용하였으며, 그 결과를 표 4에 제시하였다. 분석 결과, 의도적 반추는 상담자 전문직 정체성에 유의미한 영향을 미치고($B=.683, p<.01$), 상담자 전문직 정체성은 상담자 자기효능감에 유의미한 영향을 주어($B=.479, p<.01$) 상담자 전문직 정체성은 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계를 매개하였다. 또한 의도적 반추가 상담자 자기효능감에 미치는 총 효과는 $B=.381(p<.01)$ 이었으나, 매개변인인 상담자 전문직 정체성이 투입되면서 상담자 자기효능감에 대한 의도적

표 4. 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 상담자 전문직 정체성의 매개효과

종속변인	독립변인	<i>B</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>R</i> ²	<i>F</i>	95% 신뢰구간	
								하한	상한
상담자 자기효능감	의도적 반추	.381	.042	.423	9.175**	.179	84.189**	.299	.462
상담자 전문직 정체성	의도적 반추	.683	.064	.481	10.766**	.231	115.902**	.559	.808
상담자 자기효능감	상담자 전문직 정체성	.479	.023	.756	21.080**	.619	312.637**	.434	.523
	의도적 반추	.054	.032	.060	1.665			-.010	.117

주. ** $p < .01$

표 5. 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 상담자 전문직 정체성의 매개효과 유의성 검증

구분	경로	<i>Effect</i>	Boot <i>SE</i>	95% 신뢰구간	
				하한	상한
간접효과	의도적 반추 → 상담자 전문직 정체성 → 상담자 자기효능감	.327	.047	.240	.424

반추의 직접효과는 $B = .054(p > .05)$ 로 유의하지 않았다. 따라서 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 상담자 전문직 정체성이 완전 매개효과를 가진다는 것을 확인하였다. 이어서 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 상담자 전문직 정체성의 매개효과가 통계적으로 유의한지 검증하기 위해 표본 수 5,000개, 95% 신뢰수준에서 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였으며, 그 결과를 표 5에 제시하였다. 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 상담자 전문직 정체성의 매개효과는 .327로 나타났으며, 95% 신뢰구간 내에서 하한값이 .240, 상한값이 .424로 범위 안에 0을 포함하지 않으므로 통계적으로

유의미하다는 것을 확인하였다.

상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성의 순차적 매개효과

상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계를 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성이 순차적으로 매개하는지 확인하기 위해 PROCESS Macro의 Model 6를 활용하였으며, 그 결과를 표 6과 그림 2에 제시하였다. 분석 결과, 의도적 반추가 상담자 자기효능감에 영향을 미치는 총 효과는 유의미한 것으로 나타났다($B = .381, p < .01$). 의도적 반추가 외상 후 성장에 미치는 영향도

표 6. 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성의 순차적 매개 효과

종속변인	독립변인	B	SE	β	t	R^2	F	95% 신뢰구간	
								하한	상한
상담자 자기효능감	의도적 반추	.381	.042	.423	9.175**	.179	84.189**	.299	.462
외상 후 성장	의도적 반추	.958	.058	.647	16.659**	.418	227.516**	.845	1.071
상담자 전문직 정체성	의도적 반추	.369	.080	.260	4.641**	.299	82.021**	.213	.526
	외상 후 성장	.328	.054	.342	6.104**			.222	.433
	외상 후 성장	.145	.025	.239	5.769**			.096	.195
상담자 자기효능감	상담자 전문직 정체성	.439	.023	.694	19.242**	.649	236.992**	.395	.484
	의도적 반추	-.059	.037	-.065	-1.605			-.131	.013

주. ** $p < .01$

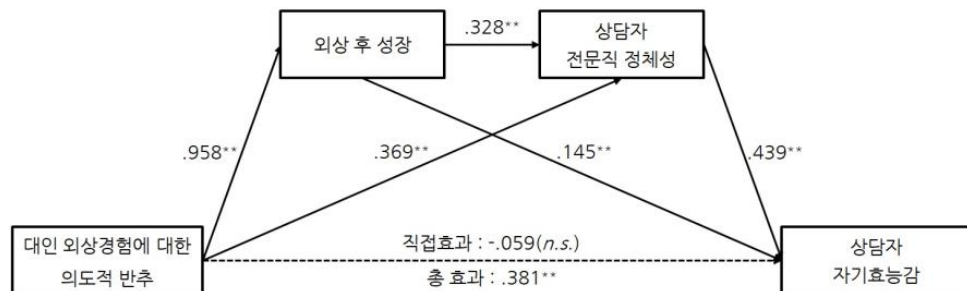


그림 2. 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성의 순차적 매개모형 결과

주. 모든 회귀계수는 비표준화계수; 실선은 유의한 경로; 점선은 유의하지 않은 경로; ** $p < .01$, $n.s.$ = not significant

신뢰구간 내 0을 포함하지 않으므로 통계적으로 유의하였다($B = .958$, $p < .01$). 다음으로 의도적 반추가 상담자 전문직 정체성에 미치는 영향($B = .369$, $p < .01$)과 외상 후 성장이 상담자 전문직 정체성에 미치는 영향($B = .328$, $p < .01$)도 신뢰구간 내 0을 포함하지 않아 유의미함을 확인하였다. 마지막으로 외상 후 성장이

상담자 자기효능감에 미치는 영향($B = .145$, $p < .01$)과 상담자 전문직 정체성이 상담자 자기효능감에 미치는 영향($B = .439$, $p < .01$)도 유의하게 나타났으나 의도적 반추가 상담자 자기효능감에 직접 영향을 미치는 효과는 통계적으로 유의미하지 않은 것으로 확인되었다($B = -.059$, $p > .05$). 이를 종합해보면, 상담자의

대인 외상 경험에 대한 의도적 반추가 상담자 자기효능감에 영향을 미치는 총 효과는 $B = .381(p < .01)$ 이었으나 매개변인인 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성이 투입되면서 경로의 직접효과가 $B = -.059(p > .05)$ 으로 유의미하지 않게 나타났다. 따라서 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계를 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성이 순차적으로 매개한다는 것을 확인하였다.

이어서 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성의 매개효과가 통계적으로 유의한지 검증하기 위해 표본 수 5,000개, 95% 신뢰수준에서 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였으며, 그 결과를 표 7에 제시하였다. 먼저, 본 연구에서 총 간접효과는 통계적으로 유의미한 것으로 확인되었는데($Effect = .439$, 하한 $=.338$, 상한 $=.551$), 이는 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추가 외상 후 성장 또는 상담자 전문직 정체성을 각각 매개로 하거나 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성을 순차적으로 거쳐 상담자 자기효능감에 미치는 간접적인 영향력이

유의미하다는 것을 말한다. 이를 각 경로별로 살펴보면, 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장의 매개효과가 유의한 것으로 나타났다($Effect = .139$, 하한 $=.072$, 상한 $=.211$). 또한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 상담자 전문직 정체성의 매개효과도 유의한 것으로 확인되었다($Effect = .162$, 하한 $=.075$, 상한 $=.254$). 마지막으로 의도적 반추가 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성을 순차적으로 거쳐 상담자 자기효능감에 미치는 효과도 95% 신뢰구간 내에서 0을 포함하지 않으므로 통계적으로 유의하게 나타났다($Effect = .138$, 하한 $=.078$, 상한 $=.211$). 따라서 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성이 순차적 매개효과가 있다는 것을 확인하였다.

논 의

본 연구는 상담자를 대상으로 하여 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추, 외상 후 성장, 상담자 전문직 정체성, 상담자 자기효능감 간

표 7. 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성의 순차적 매개효과 유의성 검증

구분	경로	Effect	Boot SE	95% 신뢰구간	
				하한	상한
간접효과	의도적 반추 → 외상 후 성장 → 상담자 자기효능감	.139	.036	.072	.211
	의도적 반추 → 상담자 전문직 정체성 → 상담자 자기효능감	.162	.046	.075	.254
	의도적 반추 → 외상 후 성장 → 상담자 전문직 정체성 → 상담자 자기효능감	.138	.034	.078	.211
	총 간접효과	.439	.054	.338	.551

의 관계를 파악하고, 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성의 매개효과를 검증하였다. 주요 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장이 부분 매개효과를 보이는 것으로 확인되었다. 즉, 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추는 상담자 자기효능감에 직접적으로 영향을 미치지만 외상 후 성장을 통해 간접적으로 영향을 미치기도 한다. 이는 상담자가 대인 외상 경험에 대해 의도적 반추를 할수록 외상 후 성장을 경험하게 되고, 외상 후 성장을 경험할수록 상담자로서의 자기효능감이 높아진다는 것을 의미한다. 먼저 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추가 외상 후 성장에 미치는 유의미한 영향은 대인관계에서 깊은 상처가 되었던 경험을 이해하고자 하는 의도적인 노력이 긍정적인 변화를 야기할 수 있다는 선행연구(김연수 외, 2022; 박선정, 2015; 유희정, 2015; 조민기, 신희천, 2021; 차경환, 하정희, 2019)의 결과와 맥을 같이 한다. 또한 외상 후 성장이 상담자 자기효능감에 미치는 유의미한 영향은 상담전문가들이 좌절 극복 경험을 통해 전문적인 개입이나 접근방식에서 자신감이 증가했다고 보고한 오현수와 한재희(2009)의 질적 연구 결과를 지지하는 것이다. 이 밖에 성인(박지선, 홍지영, 2023), 대학생(Tanvi & Arvind, 2022; Zeng et al., 2021), 소방공무원(김민정, 한유진, 2023), 소아암 생존자(Kwak et al., 2021), 화상 환자(Li et al., 2022) 등 상담자 이외의 집단을 대상으로 한 연구에서도 외상 후 성장과 자기효능감의 유의미한 관련성이 확인된 바, 본 연구의 결과는 이러

한 선행연구의 연장선에서 이해할 수 있다.

본 연구에서 외상 후 성장이 부분 매개효과를 보이는 것은 외상 사건에 대한 지속적인 의도적 반추를 통해 치유 과정을 거친 상담자들은 자기효능감이 향상된다고 보고한 이명희와 박재우(2019)의 연구와 맥을 같이 한다. 이와 유사하게 김은영 등(2017)의 연구에서도 인지행동치료 프로그램에 참여한 성폭력 상담자들의 이차적 외상 스트레스는 유의하게 감소한 반면 상담자 자기효능감은 유의하게 증가한 것으로 확인되었다. 이미정(2015)은 상담자들이 자신의 상처가 갖는 의미를 재해석하여 상처를 치유할 뿐만 아니라 이를 자원으로 인식함으로써 상담전문가로서의 자신감을 향상시킬 수 있다고 보고하였다. 이를 통해 대인관계에서 깊은 상처를 경험했으나 그 경험을 의도적으로 반추함으로써 긍정적인 변화를 이뤄낸 상담자는 내담자를 효과적으로 상담할 수 있다는 믿음을 가질 수 있음을 알 수 있다.

둘째, 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 상담자 전문직 정체성이 완전 매개효과를 보이는 것으로 검증되었다. 즉, 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추는 상담자 전문직 정체성을 통해 간접적으로 상담자 자기효능감에 영향을 미친다고 할 수 있다. 이는 상담자가 대인 외상 경험에 대해 의도적 반추를 할수록 상담자로서의 정체성이 발달하게 되고, 정체성이 발달할수록 상담자로서의 자기효능감이 높아진다는 것을 의미한다. 상담자의 전문직 정체성이 상담자 자기효능감에 미치는 유의미한 영향은 상담전문가로서 갖추어야 할 지식과 기술, 역할과 태도 및 가치와 신념 등을 이해하고 그것을 자신이 추구해야 할 바로 수용할수록 상담을 효과적으로 수행할 수 있다

는 믿음이 높아진다는 선행연구(설동숙, 김택호, 2022; 정지희, 2014; 정현숙, 김동원, 2022; Brady, 2020; Emerson, 2010)의 결과를 지지한다.

본 연구에서 상담자 전문직 정체성이 완전 매개효과를 보이는 것은 여러 선행연구들에 의해 간접적으로 지지된다. Auxier 등(2003)은 상담자 전문직 정체성의 한 요소로 개인적인 경험에 대한 태도를 언급했으며, Kern(2014)은 병리적인 상담자가 자신의 개인적인 경험을 인식하고 취약성을 재구성하여 전문직 정체성으로 통합하는 경우 내담자와 더욱 효과적이고 유능하게 소통할 수 있다고 주장하였다. 민선홍과 서미아(2024)는 숙련상담자의 경우 내담자 자살에 대한 반추적 자기성찰을 통해 상담자로서의 정체성을 재확립하고, 나아가 상담자로서 전문적 판단에 대한 확신을 가질 수 있다고 보고하였다. 또한 허재경과 신영주(2015)의 연구에서 상담자가 미해결 문제를 다루기 위해 사용하는 개인분석이나 자기성찰과 같은 대처방식이 전문직 정체성 발달에 영향을 미치는 중요한 요인으로 나타났다. 더불어 정현숙과 김동원(2022)의 연구에서는 초심상담자가 전문직 정체성을 확립하는 과정에서 효율적인 업무 수행에 대한 자기효능감을 발달시킨다는 것이 확인되었으므로 본 연구는 이들 선행연구의 결과를 통합하였다고 할 수 있다. 아울러, 본 연구에서는 상담자가 미해결 문제를 다루기 위해 사용하는 대처방식으로 의도적 반추라는 변인을 제시함으로써 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 상담자 전문직 정체성이 갖는 매개효과를 명료하게 확인할 수 있었다. 이는 대인관계에서 겪은 좌절경험을 의도적으로 반추하는 과정을 통해 전문 직업인으로서의 정체성을 발달시킨

상담자는 집중적인 대인과정인 상담(Wampold, 2001)에 대한 자기효능감을 발달시킬 수 있음을 시사한다.

셋째, 상담자의 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성이 순차적으로 매개효과를 보이는 것으로 검증되었다. 이는 상담자가 대인 외상 경험에 대해 의도적 반추를 할수록 외상 후 성장을 경험하게 되고, 외상 후 성장을 경험할수록 상담자로서의 정체성이 발달하게 되며, 전문직 정체성이 발달할수록 상담자 자기효능감이 높아진다는 것을 의미한다. 이러한 결과는 의도적 반추를 통해 외상 후 성장을 경험한 상담자는 ‘상처 입은 상담자’가 되어 상담자로서의 정체성이 뚜렷해진다는 김연수 등(2022)의 보고와 유사하다. 그러나 김연수 등(2022)의 연구에서 사용한 직업정체성 변인은 직업에 대한 일체감, 부합 정도, 감정 이입을 측정하므로 본 연구에서 사용한 상담자 전문직 정체성 변인과는 다른 의미를 지닌다. 아울러, 본 연구에서는 의도적 반추와 외상 후 성장, 상담자로서의 정체성의 관계뿐만 아니라 이 변인들과 상담자 자기효능감의 관계까지 확인하였으므로 선행연구와의 차별점을 갖는다고 할 수 있다. 한편 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추가 상담자 자기효능감에 미치는 직접효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 즉, 매개변인인 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성의 효과를 통제한 상태에서는 의도적 반추가 상담자로서의 자기효능감에 직접적으로 영향을 미치지 않으며 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성을 통해 간접적으로 영향을 미친다. 이는 대인 외상을 경험한 상담자가 자기효능감을 발달시키기 위해서는 대인 외상 경험에 대한 의도적이고 적

극적인 반추를 통해 새로운 의미 발견과 내적 성장을 이루고, 이러한 개인적 성장을 통해 얻게 된 교훈과 지혜를 상담자로서의 전문직 정체성을 다지는 계기로 활용할 수 있음을 시사한다.

이상의 연구 결과를 바탕으로 본 연구의 의의 및 시사점은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 상담자의 경우 의도적 반추를 통한 외상 후 성장과 같은 개인적인(personal) 영역의 성장이 상담자로서의 정체성 발달이나 자기효능감 향상과 같은 전문적인(professional) 영역의 성장으로까지 이어질 것으로 가정하고 이를 검증하였다. 이러한 결과는 타 전문직에 비해 두 영역이 상호 긴밀하게 연결되어 있는 상담자에게는 한 영역에서의 성장이 다른 영역에서의 성장과 밀접한 관련이 있음을 보고한 이명진과 장유진(2021)의 연구 결과와 맥을 같이 한다. 또한 상담자로서의 전문성을 발달시키고자 할 때 지속적인 상담 수련은 물론 개인적인 삶에 대한 끊임없는 성찰 역시 중요하다는 것을 시사한다. 특히 본 연구에서는 삶에서 심한 고통을 안겨 깊은 상처를 남기는 대인 외상 경험을 개인적인 성장의 시작점으로 선정함으로써 상담자에게 부정적인 영향을 미치는 것으로 여겨질 수 있는 경험조차 상담자로서의 성장과 발달의 발판이 될 수 있음을 강조하였다.

둘째, 본 연구는 연구대상을 상담자로 선정하고 다양한 외상 유형 중에서도 대인 외상 경험에 초점을 맞추었으며 양적 연구방법을 사용하였다. 대인 외상 경험에 대한 연구는 그 빈도와 심각성에 비해 아직까지 미비한 실정이라 할 수 있으며(강혜림, 정남운, 2018), 주로 아동 및 청소년이나 대학생을 포함한 일반 성인을 대상으로 하고 있다. 이에 비해 본

연구는 상담자라는 특정한 직업군을 대상으로 대인 외상 경험만을 다루었으므로 연구대상과 주제를 보다 구체화했다는 점에서 의의를 갖는다. 또한 Nouwen(1972/1999)의 ‘상처 입은 치유자’ 이론을 바탕으로 상담자의 성장을 다룬 기존 연구들은 주로 질적 연구방법을 사용하였으나(박연심, 2020; 소라엘, 2017; 이미정, 2015; 이진희, 2021), 본 연구는 이 이론을 양적 연구방법을 통해 검증함으로써 소수의 상담자들을 대상으로 한 기존의 질적 연구 결과를 일반화했다고 평가할 수 있다.

셋째, 본 연구는 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담자 자기효능감의 관계에서 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성의 순차적인 매개효과를 검증하여 상담자의 대인 외상 경험과 상담자로서의 자기효능감의 관계에 개입하는 심리적 기제와 그 역할을 구체화했다는 점에서 의의를 갖는다. 즉, 대인 외상을 경험한 상담자가 내담자와의 상담을 효과적으로 수행할 수 있다는 믿음을 갖게 되기까지의 다양한 경로 중 하나를 제시한 것이다. 본 연구에서는 외상 후 성장과 상담자 전문직 정체성이 매개역할을 하였는데, 이는 대인 외상을 경험한 상담자의 자기효능감을 향상시키기 위해 시도할 수 있는 개입방향을 제시한다.

상담자가 대인 외상을 경험하는 경우, 이러한 개인적인 경험이 내담자와의 작업에 방해가 되거나 악영향을 미치지 않도록 노력하는 것은 상담자의 윤리적인 책무이기도 하다(정문주, 조한익, 2016; 홍예영, 장은진, 2019). 이러한 관점에서 자신의 대인 외상 경험을 적극적으로 의도적으로 성찰하여 삶에 대한 통찰이나 지혜를 얻게 되면 그 결과로 상담자로서의 정체성이 강화되어 상담 수행에 대한 자신감도 향상될 수 있다는 점을 본 연구 결과가

보여주었다. 상담자는 대인 외상 경험에 대해 깊게 성찰하기 위한 노력의 일환으로 교육분석에 참여하거나 수퍼비전을 받을 수 있다. 교육분석은 상담자들을 위한 심리치료(유성경 외, 2010)로 강나리와 이영순(2017)의 연구에서 참여자들은 교육분석을 통해 자신에 대한 인지적인 통찰과 더불어 정서적인 정화와 수용까지 경험할 수 있다고 하였다. 김정연과 박명희(2016)의 연구에서도 참여자들이 교육분석을 경험하며 자신의 고유한 ‘결정적 사건’을 바라보는 새로운 관점을 갖게 된다고 보고하였다. 아울러, 허재경과 김지현(2009)은 초급 상담자가 성찰 중심 수퍼비전을 받으면서 수퍼바이저로부터 상담기술과 함께 개방적이고 성찰 지향적인 태도까지 배울 수 있다고 하였다. 이처럼 상담자가 교육분석이나 수퍼비전을 통해 의도적 반추를 충분히 경험한다면 대인 외상 경험의 의미를 긍정적으로 재평가하여 외상 후 성장을 이루는 데 도움이 될 것이다.

또한 교육분석과 수퍼비전은 외상 후 성장 뿐만 아니라 상담자로서의 정체성을 발달시키는 데에도 기여하는 것으로 알려진 바 있다. 유성경 등(2010)의 연구에서 교육분석은 임상적 방법을 직접 관찰함으로써 상담 기술을 향상시키고 동시에 상담자로서의 정체성 형성을 촉진할 수 있는 실제적인 기회라고 하였다. 김정실(1999)은 상담자가 전문적인 상담기술을 습득하고 상담자로서의 정체감을 확립하는 과정에서 수퍼비전이 결정적인 도움을 준다고 하였으며, 채순옥과 최혜란(2015)의 연구에서도 상담자는 수퍼비전을 통해 상담 이론과 실제적 기술을 통합하며 상담자로서의 전문성을 강화시킬 수 있다고 보고하였다. 그 밖에 초심 상담자의 전문직 정체성 혼란 경험에 대한

이경진(2023)의 연구를 살펴보면 정체성 혼란 경험에 대한 대처방식으로 동기 및 선배 상담자와 고민을 공유한다는 답변이 가장 많은 것을 확인할 수 있는데, 이를 통해 교육분석이나 수퍼비전과 같은 전문성 향상을 위한 노력뿐만 아니라 가족, 친구, 수퍼바이저 및 지도교수, 동기 및 선배 상담자 등의 지지자원을 활용하는 것 또한 상담자의 정체성 발달에 중요한 역할을 한다는 것을 알 수 있다. 이와 같은 선행연구의 보고는 대인 외상을 경험한 상담자가 그 경험을 개인적인 성장과 전문가로서의 정체성 확립에 도움이 되는 방향으로 승화시키기 위해서는 교육분석이나 수퍼비전과 같이 자신의 외상 경험을 적극적으로 의도적으로 반추하고 성찰할 수 있는 활동에 적극적으로 참여할 필요가 있음을 시사한다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 자기보고식 설문지를 활용하여 자료를 수집하였다. 이에 연구 참여자가 방어적인 태도나 사회적 바람직성에 따라 긍정적으로 편향된 응답을 하였을 가능성이 존재한다. 따라서 후속 연구에서는 자기보고식 설문이 갖는 한계를 보완하기 위해 실험 관찰이나 심층 면접과 같이 객관성을 확보할 수 있는 방법을 병행할 필요가 있을 것으로 보인다. 둘째, 본 연구는 의도적 반추, 외상 후 성장, 상담자 전문직 정체성, 상담자 자기효능감의 관계를 알아보기 위해 횡단 연구를 진행하였다. 이에 관련 선행연구들을 바탕으로 설정한 변인 간의 인과관계에 대해 확정적인 결론을 내리기는 어렵다. 따라서 후속 연구에서는 종단 연구나 실험 연구를 통해 이러한 한계를 보완할 필요가 있다. 본 연구에서 의도적 반추를 위한 개입으로 교육분석, 수퍼비전 등을 제안한 바, 이러한 개입이

상담자의 성장 수준을 실제로 높이는지 확인하는 실험 연구를 진행함으로써 변인 간의 인과관계를 보다 명확하게 확인할 수 있을 것이다. 셋째, 본 연구에서 상담자 전문직 정체성이 매개변인으로 포함된 단순매개 및 순차매개 모형에서 의도적 반추가 상담자 자기효능감에 미치는 직접효과가 유의하지 않은 것으로 나타났는데, 이는 상담자 전문직 정체성과 상담자 자기효능감 간의 큰 공유 부분(overlap)으로 인해 비롯된 결과일 수 있다. 변인 간 공유 부분이 클 경우 직접효과와 간접효과 추정에 혼란을 초래할 수 있으므로(Hayes, 2017), 향후 연구에서는 충분한 표본 크기를 통해 통계적 검정의 신뢰성과 타당성을 높일 필요가 있다(Cohen, 1992).

참고문헌

- 강경미 (2005). 기독교상담과 한국인의 대인관계문화. *복음과 상담*, 5, 179-205.
- 강나리, 이영순 (2017). 상담자의 교육분석 경험에 대한 현상학적 연구. *교육치료연구*, 9(1), 109-135.
- 강진구, 연문희 (2005). 단기상담 훈련프로그램이 상담자 자기효능감과 상태불안에 미치는 효과. *한국상담학회지: 상담학연구*, 6(2), 339-357.
- 강혜림, 정남운 (2018). 성인애착, 의도적 반추 및 스트레스 대처가 실연 후 성장에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 23(1), 247-270.
- 권석만 (2013). *현대 이상심리학*. 학지사.
- 김경실 (1999). 효과적인 슈퍼비전. *인간이해*, 20, 1-15.
- 김계현 (1997). *상담심리학*. 학지사.
- 김나현, 김정민 (2021). 성인의 침습적 반추와 외상 후 성장의 관계에서 의도적 반추 및 시간관의 이중매개 효과. *인지행동치료*, 21(1), 93-115.
- 김민정, 한유진 (2023). 소방공무원의 외상 후 성장 영향 요인 - 자기효능감, 직업 소명, 사회적지지를 중심으로. *한국웰니스학회지*, 18(2), 139-146.
- 김연수, 류현교, 허난설 (2022). 대인 외상 경험에 대한 의도적 반추와 직업정체성의 관계에서 외상 후 성장의 매개효과: 상담자를 중심으로. *학습자중심교과교육연구*, 22(7), 145-160.
- 김은영, 김정민, 박은 (2017). 성폭력 상담자의 이차적 외상 스트레스 감소 및 심리적 적응을 위한 인지행동치료 프로그램의 개발 및 효과. *한국심리학회지: 여성*, 22(2), 113-141.
- 김정연, 박명희 (2016). 상담수련과정에서 상담자들의 교육분석 경험에 대한 변화과정. *상담학연구*, 17(4), 71-93.
- 김현미, 정민선 (2014). 청소년의 외상 후 성장 관련 변인 탐색. *교육치료연구*, 6(2), 213-228.
- 김현숙 (2012). 상담자의 내현적 자기애와 작업동맹과의 관계에서 역전이 행동의 매개 효과. *상담학연구*, 13(5), 2379-2393.
- 김혜미, 오인수 (2016). 숙련상담자의 좌절경험 및 극복과정의 구조 분석. *상담학연구*, 17(5), 159-180.
- 김 환, 한수미 (2015). 어릴 적 외상 경험이 공감 능력에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 27(2), 251-274.
- 나은주, 김영근 (2019). 상담전공 학부생의 예

- 비상담자로서의 상담자 전문직 정체성 발달에 대한 질적 연구; 상담실습경험을 중심으로. *상담학연구*, 20(6), 45-69.
- 민선홍, 서미아 (2024). 내담자 자살을 경험한 숙련상담자의 외상 후 성장 경험. *상담학연구*, 25(2), 43-70.
- 박경자 (2020). 자살 유가족 상담자의 대리 외상 경험: 해석현상학적 분석. *상담학연구*, 21(6), 121-143.
- 박선정 (2015). 관계 상실 경험 대학생이 지각한 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향: 의도적 반추의 매개효과. *학교사회복지*, 30, 71-94.
- 박연심 (2020). 상처 입은 치유자로서 청소년 동반자의 삶에 관한 내러티브 탐구. *청소년상담학회지*, 1(4), 5-23.
- 박용오 (2003). 사회복지사의 직무만족이 전문직업적 정체성에 미치는 영향. *연세대학교 행정대학원 석사학위논문*.
- 박지선, 홍지영 (2023). 성인의 외상 경험과 외상 후 성장의 관계에서 자기효능감과 의도적 반추의 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 23(22), 1045-1059.
- 서영석, 조화진, 안하얀, 이정선 (2012). 한국인이 경험한 외상사건: 종류 및 발생률. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 24(3), 671-701.
- 서영주, 김영근 (2018). 대인관계 외상과 외상 후 성장의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 30(3), 775-798.
- 설동숙, 김택호 (2022). 상담자 전문직 정체성, 자기효능감, 상담자 발달 수준, 소진의 구조적 관계. *청소년시설환경*, 20(3), 11-23.
- 소라엘 (2017). 상처 입은 치유자로서의 음악 치료사 성장 경험에 대한 합의적 질적 연구. *전주대학교 대학원 석사학위논문*.
- 송승훈 (2007). 한국판 외상 후 성장 척도(K-PTGI)의 신뢰도와 타당도. *충남대학교 대학원 석사학위논문*.
- 송승훈, 이홍석, 박준호, 김교현 (2009). 한국판 외상 후 성장 척도의 타당도 및 신뢰도 연구. *한국심리학회지: 건강*, 14(1), 193-214.
- 안현의, 주혜선, 민지원, 심기선 (2013). 한국판 사건관련 반추 척도(K-ERRI)의 타당화. *인지행동치료*, 13(1), 149-172.
- 양명희, 김성희 (2011). 상담자 자기효능감 척도 개발. *상담학연구*, 12(5), 1629-1644.
- 양미라, 이영애 (2019). 상담자 자기효능감 관련 변인에 대한 메타분석. *한국놀이치료학회지*, 22(4), 381-401.
- 엄미선, 조성호 (2016). 핵심신념 붕괴, 침투적 및 숙고적 반추, 및 외상후 성장의 관계: 탈중심화의 조절효과 검증. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 28(4), 1047-1071.
- 오현수, 한재희 (2009). 상담전문가 발달과정에서의 좌절극복경험 분석. *상담학연구*, 10(1), 109-124.
- 유성경, 이문희, 조은향 (2010). 상담자 교육분석 경험 및 태도 분석. *청소년상담연구*, 18(2), 17-35.
- 유희정 (2015). 사별 경험 대학생의 사회적지지 지각이 외상 후 성장에 미치는 영향에서 의도적 반추의 매개효과. *재활심리연구*, 22(2), 323-339.
- 윤정훈, 김명희, 천성문 (2021). 상담자 성찰 훈련프로그램이 초보상담자의 어려움, 상담자 자기성찰 및 상담자 자기효능감에 미치는 효과. *인문사회과학연구*, 22(3), 355-381.

- 이경진 (2023). 초심 상담자의 전문직 정체성 혼란 경험에 관한 탐색적 연구. 한양대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 이명진, 장유진 (2021). 중년 기혼 여성 상담자가 상담 훈련과 활동을 통해 경험한 개인적인 삶의 변화. *상담학연구*, 22(3), 275-304.
- 이명희, 박재우 (2019). 상담자의 외상경험이 상담자 자기효능감에 미치는 영향: 심리화와 교육분석, 슈퍼비전의 순차매개효과를 중심으로. *한국심리치료학회지*, 11(1), 63-79.
- 이미정 (2015). ‘상처입은 치유자’로서의 상담자 발달경험에 대한 현상학적 연구. *가족과 상담*, 5(1), 39-59.
- 이미진 (2012). 전문상담교사의 전문직 정체성, 상담자활동 자기효능감과 소진 간의 관계. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이세나 (2020). 초보아동상담자의 전문직 정체성과 상담자 자기효능감이 소진에 미치는 영향. *미래유아교육학회지*, 27(2), 261-281.
- 이유리, 장현아 (2016). 관계 상실 경험 여고생의 자기노출, 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향: 의도적 반추를 매개변인으로. *한국심리학회지: 여성*, 21(1), 65-80.
- 이진희 (2021). 상처 입은 치유자로서 상담자의 상처 치유 경험과 성장에 관한 내러티브 탐구. 영남대학교 대학원 석사학위논문.
- 임선영 (2013). 외상적 관계상실로부터 성장에 이르는 과정에 대한 질적 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 25(4), 745-772.
- 장한, 김진숙 (2017). 외상후성장과 관련 변인들 간의 관계에 대한 메타분석. *상담학연구*, 18(5), 85-105.
- 전검구, 김교현 (1991). 대학생용 생활 스트레스 척도의 개발: 제어 이론적 접근. *한국심리학회지: 임상*, 10(1), 137-158.
- 정문주, 조한익 (2016). 상담자 발달과 관련 요인에 대한 국내 연구동향 및 상관관계 메타분석. *상담학연구*, 17(6), 141-164.
- 정지양 (2015). 대인관계 외상 경험 대학생의 성인애착이 외상 후 성장에 미치는 영향: 인지적 정서조절의 매개효과. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 정지희 (2014). 상담자의 자기효능감, 전문직 정체성, 성취목표, 수행수준의 관계. 건국대학교 대학원 박사학위논문.
- 정현숙, 김동원 (2022). 초심상담자의 전문직 정체성과 소진의 관계에서 상담자 자기효능감의 매개효과. *교양학연구*, 9(1), 53-82.
- 조민기, 신희천 (2021). 연인과의 이별을 경험한 대학생의 불안 애착이 이별 후 성장에 미치는 영향: 침습적 반추와 의도적 반추의 이중매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 33(2), 679-699.
- 조화진, 김민정 (2018). 상담자 애착과 작업동맹의 관계: 역전이 관리능력과 공감의 매개효과. *상담학연구*, 19(1), 41-64.
- 차경환, 하정희 (2019). 이별을 경험한 대학생의 침투적 반추 및 탈중심화와 이별 후 성장간의 관계: 의도적 반추의 매개효과. *청소년상담연구*, 27(2), 197-217.
- 채순옥, 최혜란 (2015). B대학교 상담센터에서의 상담수련 경험에 관한 연구. *복지상담교육연구*, 4(1), 73-89.
- 최명식 (2003). 역전이와 상담자의 자기 문제. *한국동서정신과학회*, 6(2), 197-214.
- 최서운 (2020). 한국 상담사 전문직 정체성 척

- 도개발. 숙명여자대학교 대학원 박사학위 논문.
- 최승미 (2008). 외상 후 성장 관련 변인의 탐색. 고려대학교 대학원 박사학위논문.
- 최윤경 (2003). 한국 상담자의 전문직 정체성과 전문업무에 관한 연구. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 허재경 (2009). 성찰 중심 수퍼비전을 통한 상담자 발달 사례 연구. 서울여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 허재경, 김지현 (2009). 성찰 중심 수퍼비전을 통한 상담자 발달의 변화과정 탐색연구. 상담학연구, 10(2), 719-740.
- 허재경, 신영주 (2015). 여성상담자의 상담자 전문직 정체성 발달경험에 관한 연구. 한국심리학회지: 여성, 20(4), 615-639.
- 홍예영, 장은진 (2019). 상담심리전공 대학생의 대인 외상 경험과 상담자로서의 성장 과정에 대한 질적 연구. 융합정보논문지, 9(5), 147-157.
- Allen, J. G. (2008). *Coping with trauma: Hope through understanding*. American Psychiatric Pub.
- Auxier, C. R., Hughes, F. R., & Kline, W. B. (2003). Identity development in counselors in training. *Counselor Education and Supervision*, 43(1), 25-38.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191.
- Brady, K. (2020). *The development of professional identity and the impact of counselor educators: Examining the role of observational learning and self-efficacy*. [Doctoral dissertation, Pace University]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Triplett, K. N., Vishnevsky, T., & Lindstrom, C. M. (2011). Assessing posttraumatic cognitive processes: The event related rumination inventory. *Anxiety, Stress, & Coping*, 24(2), 137-156.
- Cleary, R., & Armour, C. (2022). Exploring the role of practitioner lived experience of mental health issues in counselling and psychotherapy. *Counselling and Psychotherapy Research*, 22(4), 1100-1111.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155-159.
- Emerson, C. H. (2010). *Counselor professional identity: Construction and validation of the counselor professional identity measure*. [Doctoral dissertation, University of North Carolina at Greensboro]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Follette, V., & Pistorello, J. (2007). *Finding life beyond trauma: using acceptance and commitment therapy to heal from post-traumatic stress and trauma-related problems*. New Harbinger Publications.
- Hall, R. H. (1968). Professionalization and bureaucratization. *American Sociological Review*, 33(1), 92-104.
- Hayes, A. F. (2015). PROCESS macro를 이용한 매개분석 · 조절분석 및 조절된 매개분석 (이형권 역). 신영사. (원본 출판 2013년).
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Publications.
- Herman, J. L. (1992). Complex PTSD: A syndrome in survivors of prolonged and

- repeated trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 5(3), 377-391.
- Hong, S., Malik, M. L., & Lee, M. K. (2003). Testing configural, metric, scalar, and latent mean invariance across genders in sociotropy and autonomy using a non-Western sample. *Educational and Psychological Measurement*, 63(4), 636-654.
- Johnson, E., Baker, S. B., Kopala, M., Kiselica, M. S., & Thompson, E. C. (1989). Counseling self-efficacy and counseling competence in prepracticum training. *Counselor Education and Supervision*, 28, 205-218.
- Kern, E. O. (2014). The pathologized counselor: Effectively integrating vulnerability and professional identity. *Journal of Creativity In Mental Health*, 9(2), 304-316.
- Kwak, Y., Kim, Y., Choi, E. S., & Im, H. J. (2021). Self-efficacy, post-traumatic growth, and quality of life of pediatric cancer survivors: a cross-sectional study. *European Journal of Oncology Nursing*, 54, 102019.
- Larson, L. M., & Daniels, J. A. (1998). Review of the counseling self-efficacy literature. *The Counseling Psychologist*, 26(2), 179-218.
- Li, N., Cheng, H., & Lv, L. (2022). The relationship between posttraumatic growth, self-efficacy, and social support in burn patients: A cross-sectional study. *Burns*, 48(7), 1626-1631.
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies*, 17(1), 11-21.
- Marshall, A. (2000). *Developmental themes and self-efficacy for career counsellors*. Paper presented at the Annual National Consultation on Career Development, Ottawa, Ontario.
- Martin, L. L., & Tesser, A. (1996). Some ruminative thoughts. *Ruminative Thoughts*, 9, 1-47.
- Mellin, E. A., Hunt, B., & Nichols, L. M. (2011). Counselor professional identity: Findings and implications for counseling and interprofessional collaboration. *Journal of Counseling & Development*, 89(2), 140-147.
- Murdock, J. L., Stipanovic, N., & Lucas, K. (2013). Fostering connections between graduate students and strengthening professional identity through co-mentoring. *British Journal of Guidance & Counselling*, 41(5), 487-503.
- Nolen-Hoeksema, S., Parker, L. E., & Larson, J. (1994). Ruminative coping with depressed mood following loss. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(1), 92-104.
- Norris, F. H. (1990). Screening for traumatic stress: a scale for use in the general population. *Journal of Applied Social Psychology*, 20(20), 1704-1715.
- Nouwen, H. J. M. (1999). 상처 입은 치유자 (최원준 역). 두란노. (원본 출판 1972년).
- Reid, A., Dahlgren, L. O., Petocz, P., & Dahlgren, M. A. (2008). Identity and engagement for professional formation. *Studies in Higher Education*, 33(6), 729-742.
- Smith, R. G. (2007). Developing professional identities and knowledge: Becoming primary teachers. *Teachers and Teaching: Theory and Practice*, 13(4), 377-397.

- Tanvi, G. K., & Arvind, K. T. (2022). Existential vacuum, academic motivation, post-traumatic growth, and self-efficacy among college students in a post-pandemic situation. *Indian Journal of Positive Psychology*, 13(3), 266-269.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455-471.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Wampold, B. E. (2001). *The Great psychotherapy debate: Models, methods, and findings*. Taylor and Francis Co.
- Zeng, W., Zeng, Y., Xu, Y., Huang, D., Shao, J., Wu, J., & Wu, X. (2021). The influence of post-traumatic growth on college students' creativity during the COVID-19 pandemic: The mediating role of general self-efficacy and the moderating role of deliberate rumination. *Frontiers In Psychology*, 12, 665973.
- 원 고 접 수 일 : 2024. 02. 29
수정원고접수일 : 2024. 06. 25
게 재 결 정 일 : 2024. 07. 29

The Relationship Between Deliberate Rumination on Interpersonal Trauma Experiences of Counselors and Counselor Self-Efficacy: The Mediating Effects of Post-Traumatic Growth and Professional Identity

Sowon Woo

Hanyang University / Master's Degree

Yoojin Jang

Hanyang University / Professor

The purpose of this study was to examine the roles of post-traumatic growth and counselor professional identity in the relationship between deliberate rumination on interpersonal trauma experiences and counselor self-efficacy. An online survey was conducted on 388 counselors, and the collected data were analyzed using SPSS 27.0 and PROCESS Macro. The results revealed that post-traumatic growth partially mediates the relationship between deliberate rumination and counselor self-efficacy. Additionally, counselor professional identity completely mediates this relationship. Furthermore, post-traumatic growth and counselor professional identity sequentially mediate the relationship between deliberate rumination and counselor self-efficacy. This study is significant as it tests the hypothesis that personal growth, such as post-traumatic growth through deliberate rumination, can lead to professional growth, including the development of counselor professional identity and the enhancement of counselor self-efficacy.

Key words : counselor, interpersonal trauma, deliberate rumination, post-traumatic growth, counselor professional identity, counselor self-efficacy