creative commons

COMMONS DEED

저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.

변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 이용허락규약(Legal Code)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

Disclaimer

dCollection

교육학석사 학위논문

초심상담자의 긍정적 수퍼비전 경험이 상담자 자기효능감에 미치는 영향: 자기초점적 주의의 매개효과

2023년 8월

서울대학교 대학원

교육학과 교육상담전공

윤 지 수

초심상담자의 긍정적 수퍼비전 경험이 상담자 자기효능감에 미치는 영향: 자기초점적 주의의 매개효과

지도교수 김 동 일

이 논문을 교육학석사 학위논문으로 제출함
2023년 6월

서울대학교 대학원
교육학과 교육상담전공
윤 지 수

윤지수의 석사 학위논문을 인준함
2023년 7월

위 원 장 _____ 김창대 _____ (인)

부위원장 _____ 신윤정 _____ (인)

위 원 _____ 김동일 _____ (인)

국문초록

본 연구는 초심상담자를 대상으로 긍정적 수퍼비전 경험과 상담자 자기효능감의 관계에서 자기반영과 자기몰입의 매개효과를 검증하고자 실시되었다. 이에 따라 상담경력 3년 이하의 초심상담자 153명을 대상으로 온라인 설문조사를 실시하여 상담경력, 상담자 자기효능감, 자기초점적 주의, 긍정적 수퍼비전 경험을 측정하기 위한 문항으로 구성에 대한 응답 자료를 수집하였다. SPSS 26.0 프로그램을 확인하여 기술통계분석, 상관분석, 신뢰도분석을 실시하였으며 SPSS PROCESS macro 4.2를 활용하여 매개효과를 검증하고 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였다.

본 연구에서 밝혀진 주요 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 상담자 자기효능감은 긍정적 수퍼비전 경험, 자기반영과 정적 상관이, 자기몰입과는 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 긍정적 수퍼비전 경험은 자기반영과 유의한 정적 상관을 보였다. 둘째, 긍정적 수퍼비전 경험과 상담자 자기효능감의 관계에서 자기반영의 유의미한 부분매개효과를 확인하였다. 셋째, 긍정적 수퍼비전 경험과 상담자 자기효능감의 관계에서 자기몰입의 매개효과는 유의하게 나타나지 않았다.

본 연구는 초심상담자를 대상으로 긍정적 수퍼비전 경험과 상담자 자기효능감의 관계를 살펴봄으로써, 초심 단계의 상담자 수퍼비전에 대한 이해를 확장하였다. 또한, 본 연구는 긍정적 수퍼비전 경험이 상담자 자기효능감으로 이어지는 기제를 검증했다는 점에서 의의를 가진다. 본 연구 결과는 수퍼비전에서 상담자가 자신에게 기울이는 자기초점적 주의를 다룸으로써 효능감을 촉진할 수 있다는 것을 시사한다. 마지막으로, 본 연구의 의의 및 제한점과 후속 연구를 위한 제언을 제시하였다.

주요어 : 초심상담자, 수퍼비전, 자기효능감, 자기초점적 주의, 자기반영
학 번 : 2021-25200

목 차

Ⅰ. 서론 ····· 1
1. 연구의 필요성 및 목적 ····· 1
2. 연구 문제 ····· 6

Ⅱ. 이론적 배경 ····· 7
1. 초심상담자 ····· 7
1) 초심상담자의 정의 ····· 7
2) 초심상담자의 특성 ····· 8
2. 상담자 자기효능감 ····· 9
1) 자기효능감(self-efficacy) ····· 9
2) 상담자 자기효능감 ····· 11
3) 초심상담자의 상담자 자기효능감 ····· 13
3. 긍정적 수퍼비전 경험 ····· 14
1) 수퍼비전의 개념 ····· 14
2) 긍정적 수퍼비전 경험 ····· 15
3) 수퍼비전과 상담자 자기효능감 ····· 16
4. 자기초점적 주의 ····· 17
1) 자기초점적 주의의 개념 ····· 17
2) 초심상담자와 자기초점적 주의 ····· 19
3) 자기초점적 주의와 수퍼비전 ····· 20
4) 자기초점적 주의와 상담자 자기효능감 ····· 21

Ⅲ. 연구방법 ····· 23
1. 연구 대상 ····· 23
2. 연구 절차 ····· 23

3. 연구 도구 ····· 25
4. 분석 방법 ····· 27

Ⅳ. 연구결과 ····· 28
1. 기술통계 및 상관분석 ····· 29
2. 매개효과 검증 ····· 29
1) 개별매개효과 검증 ····· 29
2) 병렬매개효과 검증 ····· 31

Ⅴ. 논의 ····· 34
1. 요약 및 논의 ····· 34
2. 연구의 의의 및 시사점 ····· 36
3. 연구의 제한점 및 후속 연구에 대한 제안 ····· 37

참고문헌 ····· 39
부록 ····· 51
Abstract ····· 60

표 목 차

<표 1> 연구 참여자의 인구통계학적 특성 ····· 23
<표 2> 상담자 자기효능감 척도 ····· 25
<표 3> 수퍼비전 평가 도구 척도 ····· 26
<표 4> 자기초점적 주의 척도 ····· 27
<표 5> 주요 변인 기술통계치 ····· 28
<표 6> 주요 변인 간 상관관계 ····· 29
<표 7> 자기반영의 매개효과 분석 결과 ····· 30
<표 8> 자기몰입의 매개효과 분석 결과 ····· 31
<표 9> 다중병렬매개효과 분석 결과 ····· 33

그 림 목 차

[그림 1] 연구모형 ····· 6
[그림 2] 자기반영 단순매개모형 ····· 30
[그림 3] 연구모형 검증 ·····

Ⅰ. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

상담과 심리치료가 효과적이라는 것이 입증되며(Lambert et al., 1994; Wampold, 2000), 상담 분야에서는 상담 효과를 높이기 위해 상담 성과에 영향을 미치는 요인에 관한 연구가 활발하게 이루어져 왔다(Ahn & Wampold, 2001). 많은 연구자는 상담 성과에 기여하는 세 가지 공통요인 중 상담자 요인에 주목해왔다(Anderson et al., 2009; Huppert et al., 2001; Kurtz et al., 1972). 이는 상담자가 상담에 영향을 미치는 중요한 상담의 도구이며(Corey & Corey, 2002), 상담자 요인에 대한 연구는 상담자 교육과 훈련을 통해 심리서비스 향상으로 이어질 수 있기 때문이다(김창대 외, 2008).

상담자 요인 중 상담자 자기효능감은 상담 수행과 성과와 관련이 있는 대표적인 요인이다. 상담자 자기효능감은 Bandura(1977)의 자기효능감 이론에 기반한 개념으로, 상담자가 상담 장면에서 내담자를 효과적으로 상담을 할 수 있다는 믿음이다(Larson & Daniels, 1998). 선행연구에 의하면 상담자 자기효능감은 상담에서의 수행과 상담 성과와 관련이 있다고 밝혀져 왔다(Friedlander et al., 1986; Larson & Daniels, 1988). 상담자 자기효능감이 높을수록 상담자는 상담 수행 스트레스를 적게 느끼며(Ooi et al., 2018), 효과적인 상담기술을 활용하고 상담을 능숙하게 관리하며(Bandura, 1982), 상담자는 상담 회기를 요약하고, 내담자와 관점을 합의하기 위해 적극적으로 행동할 수 있게 된다(Lent et al., 2006). 또한, 높은 상담자 자기효능감을 가진 상담자는 상담에서 상태 불안을 더 낮게 경험하고(홍수현 & 최해림, 2001), 심리적 소진을 덜 경험하며(강다연, 2011; 박정아, 2015; 이미진 2012), 역전이 관리 능력이 높다(장세미, 1999; 이선옥, 2012). 이처럼 상담자 자기효능감은 상담 수행 및 성과뿐만 아니라 상담자의 심리적 안녕감에도 영향을 미치는 중요한 변인

이다.

국내에서는 상담자 자기효능감과 ‘역전이 관리 능력’, ‘자기개방’, ‘심리적 소진’, ‘주관적 안녕감’, ‘작업동맹’, ‘상담 만족도’ 등 다양한 변인과의 관계에 주목한 연구가 많이 진행되어 왔다(이선옥, 2012; 양미라, 2019; 조문주, 2007;, 조민경, 2012; 천혜숙, 2007; 황인호, 2004). 특히 상담자 자기효능감은 상담경력과 상담자 발달 수준과도 관련이 있는 것으로 알려졌다. 상담경력이 쌓이고 발달 수준이 높을수록 상담자는 높은 자기효능감을 가지는데(이수현 외, 2007; Barbee et al., 2003), 상대적으로 낮은 자기효능감을 가질 것이라 예상되는 초심상담자들은 실제로 상담 장면에서 여러 가지 어려움을 경험한다(김길문 & 정남운, 2003; 김미지, 2009; Corey, 2013; Skovholt & Rønnestad, 2003). 상담자 발달 이론에 관점에서 보면 초심상담자의 어려움은 숙련상담자로 성장하기 위한 피할 수 없는 과정이며, 이처럼 상담기술을 습득하고 인간적 자질을 향상시키는 상담자의 성장은 전생애에 걸쳐 이루어진다(조현주 외, 2014).

반면 초심상담자들은 발달적 특성으로 인해 내담자가 상담에서 비협조적으로 반응하거나 불만을 표시할 때 당황스러움을 느끼는 등 내담자의 반응과 태도에 더 민감한 특성을 가진다(김길문 & 정남운, 2004; 김지연 외, 2009). 초심상담자는 상담 장면에서 어려움을 겪을 때, 상담 능력에 대한 회의감을 경험하고 부담감을 느끼며(이혜수 & 이희경, 2011), 아쉬움, 무력감, 회의감 등 부정적인 정서를 압도적으로 보고하기도 한다(손유미, 정남운, 2005). 또한, 초심상담자들은 자신이 무능력하다고 느낄 때 심리적 어려움을 경험하며, 초심상담자의 상담자 소진에 있어 자신감이 중요한 변인으로 작용한다(이자영 외, 2008). 즉, 자기효능감은 초심상담자의 심리적 소진을 예방하는 보호 요인으로서 작용할 뿐만 아니라, 상담 수행 및 성과에 영향을 주는 요인이다(홍수현 & 최해림, 2001; 최윤미 외, 2002). 상담자의 발달, 성장 및 상담 성과를 위해 초심상담자의 자기효능감을 구성하는 요인과 영향을 주는 요인에 대한 연구가 필요하지만, 상담자 자기효능감이 구체적으로 어떤 요인과 과정을 거쳐 발달하고 형성되는지에 대한 연구는 상대적으로 덜 이루어져 왔다(이수현 외,

2007; 박은지, 2017).

상담 수퍼비전(supervision)은 수퍼바이저가 수퍼바이지 상담자의 상담 수행을 지도 혹은 감독하는 활동으로(방기연, 2016), 초심상담자 교육에서 상담의 효율성을 촉진하고 활성화하는 주요 방법이다(Ladany & Bradly, 2013). 상담 수퍼비전 경험은 상담자의 전문성을 발달시킴으로서 상담 성과에 영향을 주기도 하지만, 상담자 자기효능감에도 영향을 미친다고 알려져 있다(Efstation et al, 1990; Webb & Wheeler, 1998). 상담자들은 수퍼비전이 수용적이고 지지적인 수퍼비전 관계(Hutt et al., 1983; Martin et al., 1987;), 상담기법과 지식에 대한 교육상담기법 개발과 교훈적인 가르침(Worthington & Roehlke, 1984), 상담 구조화 및 사례개념화 기법(Heppner & Roehlke, 1984) 등이 만족되었을 때 긍정적인 수퍼비전이라고 보고하였다.

선행연구에 의하면, 수퍼비전의 작업동맹은 수퍼바이지의 상담자 자기효능감과 정적 상관을 보였다(천혜숙 & 유미숙, 2010; 최성희, 2010; Efstation et al, 1990). 수퍼비전 내에서의 지지적인 관계 경험은 상담자 자기성찰을 촉진함으로써 상담자 전문성을 발달시키며(Sexton & Whistion, 1994), 강한 수퍼비전 작업동맹은 상담에 대한 스트레스로부터 상담자를 보호하는 역할을 한다(Himle et al., 1989). 또한, 수퍼비전은 수퍼바이지 상담자가 상담에 필요한 지식과 기술을 습득하는 경험을 통해 상담기술에 대한 자신감을 갖게 하며(양미라 & 이영애, 2019), 수퍼비전을 통해 상담자는 자신과 타인에 대한 성찰을 포함한 심리화 능력 향상된다(이명희 외, 2019). 이처럼 긍정적 수퍼비전 경험은 안정적이고 지지적 관계를 바탕으로 내면을 성찰하고, 상담 수행 불안을 감소시키며, 구체적인 상담 지식 및 기술의 습득을 통해 초심상담자의 상담자 자기효능감에 영향을 준다고 할 수 있다. 그러나 국내 수퍼비전 연구는 대부분 특정 변인 간 관계에 초점을 맞춰 왔으며, 수퍼비전이 자기효능감에 영향을 주는 요인으로써 자신에 대한 통찰 과정에 대한 구체적인 탐색은 주로 질적 연구를 통해 이루어졌다.

한편, 초심상담자들은 내담자에게 주의를 기울일 시간에 자신의 수행

에 더 신경을 쓰며(Hale & Stoltenberg, 1988), 자신이 상담 과정을 이해하는지, 상담기술을 적절하게 수행하고 있는지를 걱정하고, 내담자에게 보일 반응에 대해 더 많이 생각한다(방기연, 2003), 이처럼 초심상담자들의 자기초점적 특성은 '자기초점적 주의'개념(self-focused attention)로 설명할 수 있다. 자기초점적 주의는 주의가 자신의 내면에 집중되어 있는 높은 자기자각의 상태를 의미한다(Carver, 1979). Ingram(1990)은 자기초점적 주의의 정도, 융통성, 지속성의 세 가지 기준으로 자기초점적 주의를 정상적인 자기초점과 병리적인 자기초점으로 구분하고, 병리적인 자기초점적 주의를 자기몰입으로 명명하였다. 그는 정상적인 자기초점은 융통성 있게 주의를 전환할 수 있지만, 자기몰입은 자신의 내적 측면에 과도하게 주의를 기울이는 것이며, 주의를 다른 곳으로 돌리기 어려운 경직성을 가진다고 하였다(Ingram, 1990). 이후, Trapnell과 Campbell(1999)은 자기초점적 주의의 부적응적 및 적응적 측면을 자기반영(self-reflection)의 용어를 통해 설명하였다.

자기초점적 주의는 순기능과 역기능을 동시에 가진다. 자신에 대한 자각은 자기 숙고 능력과 연관되어 우울을 낮아지게 하거나 안녕감을 느끼는데 긍정적인 역할을 한다(김영아 외, 1999). 초심상담자는 자신의 부족한 부분을 이해하고 개선하고자 하는 반성적 사고의 과정을 거쳐 전문성의 발달이 이루어지는데(윤정훈 외, 2021), 자신의 행동, 과정을 살펴보는 자기반영은 자기성찰로 이어지는 첫 단계의 역할을 한다(손은정 외, 2003). 반면, 병리적인 자기몰입은 부정적인 인지를 활성화하고 선택적인 정보처리로 인해 불안을 증폭시키기도 한다(안창일 & 김지혜, 1999; Hale & Stoltenberg, 1988). 자기몰입은 상황을 편향적으로 해석하여 직면하고 있는 문제 해결을 효과적으로 하지 못하게 하고(Lyubomirsky & Nolen-Hoeksema, 1995), 경직된 주의로 인해 내담자에게 적절한 공감반응을 보이기 어렵게 할 수 있다(김민정, 김영신, 2016). 즉, 초심상담자의 자기초점적 주의는 초심상담자의 심리적 상태와 자신의 상담기술 자각의 측면에서 자기효능감에 복합적인 영향을 미치고 있는 개념으로 이해할 수 있다.

수퍼바이저가 경험하는 개인적인 체험에 대한 질적 연구에 의하면, 수퍼비전 경험을 통해 상담자들은 상담 장면에서 일어난 감정에 대해 자각하고, 감정이 올라오는 이유에 대해 탐색하는 과정을 경험한다(김도연, 2018; 홍영식, 2012; 계은경, 2020). 수퍼바이저와의 상호작용를 통해 상담자의 미해결 문제를 자각하고, 역전이를 자각하고 관리할 수 있게 되며, 내담자의 호소문제가 아닌 상담 수행에 초점을 맞추고 있던 자신에 대한 자각이 가능해지는 것이다. 수퍼비전은 상담자로 하여금 자신에게 적절하게 주의를 기울이고, 감정과 욕구를 자각하는 자기반영을 촉진하는 과정이자 동시에 부적응적이고 경직된 자기몰입 성향을 객관적으로 자각하도록 할 것으로 보인다.

따라서 본 연구에서는 초심상담자의 긍정적 수퍼비전 경험이 상담자 자기효능감에 미치는 영향에서 자기반영과 자기몰입이 보이는 매개효과를 확인하고자 한다. 자기초점적 주의를 자기반영과 자기몰입으로 나누어 함께 검토함으로써 긍정적 수퍼비전 경험이 상담자 자기효능감으로 이어지는 내적 기제에 대한 이해를 확장시킬 수 있을 것으로 기대한다. 이를 통해 초심상담자의 자기효능감을 향상시키고 전문성을 발달하기 위한 상담자 교육에서의 시사점을 제공하고자 한다.

2. 연구 문제 및 가설

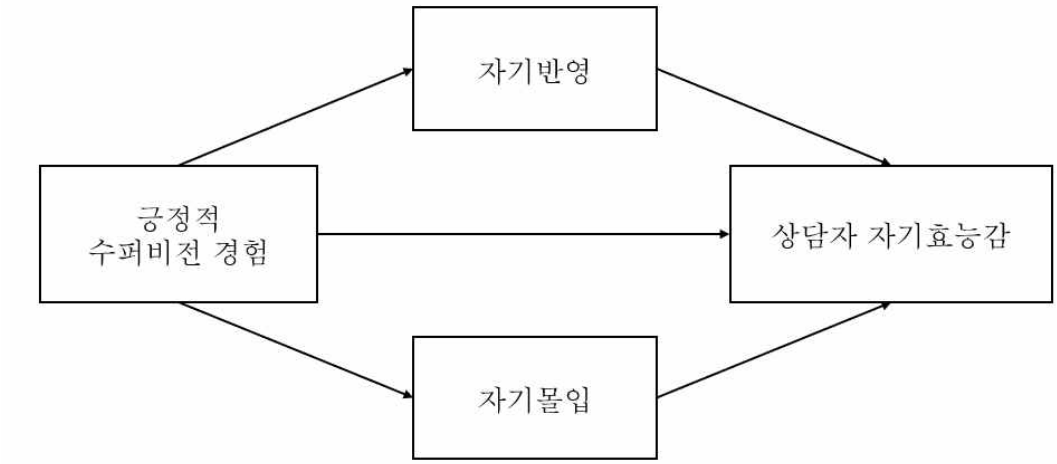
본 연구에서는 초심상담자의 긍정적 수퍼비전 경험이 상담자 자기효능감에 영향을 미치는 과정에서 자기초점적 주의가 보이는 매개효과를 확인하고자 하였다. 본 연구는 자기초점적 주의를 구성하는 두 가지 하위요인을 구분하여 효과를 확인하고자 다중매개모형을 설정하였다. 본 연구의 연구문제와 가설은 다음과 같다.

【연구문제 1】 초심상담자의 긍정적 수퍼비전 경험이 상담자 자기효능감에 미치는 영향에서 자기반영과 자기몰입은 다중병렬매개효과를 나타낼 것인가?

가설 1.1. 초심상담자의 긍정적 수퍼비전 경험은 자기반영을 매개로 상담자 자기효능감에 영향을 미칠 것이다.

가설 1.2. 초심상담자의 긍정적 수퍼비전 경험은 자기몰입을 매개로 상담자 자기효능감에 영향을 미칠 것이다.

가설 1.3. 초심상담자의 긍정적 수퍼비전 경험과 상담자 자기효능감에 관계에서 자기반영과 자기몰입의 병렬매개효과가 나타날 것이다.



[그림 1] 연구모형

Ⅱ. 이론적 배경

1. 초심상담자

1) 초심상담자의 정의

초심상담자는 숙련된 상담자가 되기 위해 상담 경험을 쌓고 상담 과정에 대한 전문적인 훈련을 받는 상담자를 의미한다. 초심상담자에 대한 기준이 합의되지 않아 초심상담자는 상담경력, 수퍼비전, 상담교육 등의 기준으로 선행연구마다 다양하게 정의되어 왔다. 상담경력을 기준으로 초심상담자를 정의한 경우, 선행 연구들은 초심상담자를 상담경력 3년 이하(김미지, 2009; 신재호 & 정남운, 2007; 정경빈 & 조성호, 2009; Skovholt et al., 1997) 또는 상담경력 2년 이하(이승은 & 정남운, 2003; 이현아 & 이수원, 1997)를 초심상담자로 보았다. 문수정과 김계현(2000)은 상담경력, 수퍼비전, 교육 세 측면을 모두 고려하여 대학원 교육이 3학기 이하, 상담경력 3학기 이하, 또는 수퍼비전 받은 학기 수가 1학기 이하인 상담자를 초심상담자로 정의하기도 하였다. 국외 상담자 발달연구에서도 상담경력 3년 이하를 초심상담자로 구분하기도 하였으나(Farber & Heifetz, 1981; Skovholt et al., 1997), 많은 연구는 수퍼바이저와의 상호작용을 통해 수퍼바이지의 심리내적 경험이 변화하는 과정이나 상담전문가로 성장하는 과정에서 보이는 특징에 초점을 맞추고 있었다.

국내 초심상담자 관련 연구에서는 다수의 연구가 상담경력을 기준으로 초심상담자를 정의하였지만, 상담경력만으로는 실제 상담 횟수와 경험을 확인하기에는 어렵다는 한계점이 있었다. 이에 대해 금명자와 정상화(2021)는 상담 관련 자격증이 일정한 상담경력, 교육 수준, 수퍼비전 경험을 필요로 하고, 시험과 면접을 진행하기 때문에 상담 관련 학회 자격증을 기준으로 상담자 발달 단계를 구분하도록 권장하였다. 그러나, 2

급 자격증을 취득한 지 얼마 되지 않은 초심상담자와 상담수련생 집단 간에는 차이가 뚜렷하지 않았으며(금명자 & 정상화, 2021), 국내 초심상담자 연구 동향(송수경 & 구자경, 2017)에 의하면 다수의 국내 연구에서 정의한 초심상담자 범주에는 '상담전공자', '상담수련생'이 포함되어 있었다.

선행연구를 바탕으로 본 연구에서는 초심상담자를 다음과 같은 기준으로 정의하였다. 첫째, 국내외 연구에서 상담경력은 3년 이하를 기준으로 삼는 연구가 많았기에(Skovholt et al., 1997), 본 연구에서도 3년 이하의 상담경력으로 초심상담자를 보았다. 둘째, 교육 및 수퍼비전 경험은 석사 학기 수를 기준으로 하는 경우가 많았으나, 본 연구에서는 학사 이상의 상담 관련 교육 경험이 있는 상담자를 초심상담자의 기준으로 선정하였다. 셋째, 국내 초심상담자 연구 동향과 선행연구를 참고하여 일정 이상의 수련과 실습 과정을 거쳐 상담 관련 자격증을 취득했어도 상담경력과 교육 경험 조건을 만족하는 상담수련생의 경우 초심상담자로 설정하였다.

2) 초심상담자의 특성

Corey(2013)는 초심상담자가 직면하는 어려움을 다음과 같이 설명하였다. 첫째, 초심상담자는 불안 및 자기개방과 관련된 문제를 경험한다. 둘째, 침묵으로 일관하거나 지나치게 소극적인 내담자를 다루거나, 반대로 과도하게 요구적이고 의존적인 내담자를 대처하는데 어려움을 느낀다. 셋째, 초심상담자는 상담자 자기 자만을 피하고, 내담자의 문제와 관련된 상담자의 역전이를 다루거나, 내담자와 책임을 공유하고 충고를 하지 않는 것에 대한 어려움을 경험한다. 마지막으로, 상담자로서 적절하게 상담기술을 사용하고, 자신의 상담 스타일을 개발하고, 상담자의 역할과 관련된 어려움을 직면한다(Corey, 2013).

Skovholt와 Rønnestad(2003)도 초심상담자가 경험하는 어려움을 7가지로 제시하였는데, 구체적인 내용은 다음과 같다. 첫째, 상담에서 어려

움에 직면할 때 초심상담자는 자신감 부족으로 인한 높은 수행불안을 겪는다. 둘째, 수퍼바이저의 엄격한 평가에 대한 걱정을 가진다. 셋째, 내담자와 적절하게 정서적 경계를 유지하는 것을 어려워한다. 넷째, 초심상담자는 상담자로서의 자신과 일상생활에서의 자신을 구분하지기 어려워한다. 다섯째, 불충분하거나 부적절한 사례개념화, 여섯째, 상담자로서 내담자의 삶을 변화시킬 수 있다는 너무 높은 기대로 어려움을 경험한다. 일곱째, 긍정적인 지지를 해줄 수 있는 멘토가 부재함으로써 어려움을 겪는다.

초심상담자는 상담경험이 부족하기에 상담 이론과 실제를 통합적으로 적용하는데 미숙하기에, 상담 장면에서 내담자의 상황 및 요구에 적절하게 대처하지 못할 가능성이 높다(방기연, 2016). 내담자가 상담에 비협조적이거나, 종결의사를 표현하는 경우 초심상담자는 당황할 수 있다(김길문 & 정남운, 2004). 초심상담자는 상담 과정에서 어려움을 겪을 때, 자신의 능력에 대한 회의감을 경험하거나 분노 및 부담감을 느끼기도 한다(이혜수 & 이희경, 2011). 이러한 어려움에 직면하는 이유는 초심상담자의 개인적인 특성도 있지만, 상담자 스스로의 핵심 문제와 관련된 역전이, 전문성 및 임상 경험의 부족, 환경과 상황의 영향이 있을 수 있다(김길문, 2003). 한편, 초심상담자가 경험하는 두려움과 어려움을 파악하여 효과적인 상담 특성으로 발달시키는 것이 이후 상담전문가로서의 발달의 깊이에 영향을 주므로(권경인 & 김창대, 2007), 초심상담자 단계의 특성을 이해하는 것은 중요하다.

2. 상담자 자기효능감

1) 자기효능감(self-efficacy)

자기효능감(self-efficacy)이란 특정 상황에서의 특정 행동에 필요한 행동적·인지적·정서적 자원을 선택적으로 활용하여 성공적으로 수행할 수 있는가에 대한 신념이자, 특정 업무를 실행하고 조직화하는 능력에

대한 평가다(Bandura, 1982). 개인이 특정 행동을 실제로 실행할 것인지 선택하는 일은 단순히 행동의 결과에 대한 기대뿐만 아니라 행동을 수행하기 위해 필요한 능력을 가졌는지에 대한 인지적 평가에 의해서 영향받는다(Bandura, 1977). 즉, 개인이 성공적으로 행동을 수행할 수 있다는 자신감이 부족하다면, 행동의 결과 보상을 인지하고 있어도 행동을 회피할 수 있다는 것이다. 행동의 선택뿐만 아니라 자기효능감은 노력, 양, 과제지속력, 사고의 형태나 정서 등에도 영향을 준다(Bandura, 1986).

자기효능감 이론(self-efficacy theory)에서는 자기효능감을 높이거나 낮추는 네 가지 요인으로 성공 경험, 대리적 경험, 언어적 설득, 생리적 각성을 제시한다(Bandura, 1982). 성공 경험은 특정 행동을 성공적으로 수행한 경험으로, 자신의 누적된 수행 성과에 대한 평가를 통해 얻어진다(Bandura, 1977). 성공 경험은 자기효능감에 가장 큰 영향을 미치지만, 실패 경험은 자기효능감을 감소시키기도 한다(Gist, 1987). 대리적 경험은 모델이 되는 타인이 특정 행동을 성공적으로 완수하는 것을 관찰하는 것이다. 직접적인 경험이 없더라도, 과제를 성공적으로 해내는 다른 사람을 관찰하는 것만으로도 동일한 과제를 수행할 수 있다는 자신감을 가지게 된다(Bandura, 1994). 이러한 대리적 경험은 타인이 어려움을 극복하고 성공했을 때 더 효과적이며(Bandura et al., 1980), 과제를 수행한 타인과 자신이 유사하다고 느낄수록 자기효능감에 큰 영향을 준다(Bandura, 1977). 언어적 설득은 특정 행동을 수행하기 위한 설명과 능력에 대한 믿음을 강화할 수 있는 언어적 격려 및 피드백을 의미한다(Bandura, 1977). 마지막으로, 생리적 각성은 자기효능감을 억제하는 불안이며, 생리 및 정서적 상태에 대한 지각과 해석은 자신의 수행 능력을 평가하는 데 영향을 미친다.

Bandura(1997)의 사회인지이론에 의하면, 자기효능감은 세 가지 차원인 크기(magnitude or level), 강도(strength), 일반성(generality)에 따라 수행에 미치는 영향이 다르다. 자기효능감의 크기는 지각된 과제의 난이도 수준을 의미하며, 강도는 특정 과제를 개인이 성공적으로 수행할 수 있다는 확신과 믿음의 정도를 의미한다. 마지막으로 일반성은 크기와 강

도에 대한 인식이 과제와 상황을 초월하여 일반화된 정도를 나타낸다(Bandura, 1977; Chen et al., 2001). 자기효능감에 대한 대부분의 연구는 크기(magnitude)와 강도(strength) 차원에 주목하여 왔으며(Gist & Mitchell, 1992), 일반성(generality) 차원에서 자기효능감을 살피고자 하는 연구도 진행되기 시작하였다. Woodruff와 Cashman(1993)은 자기효능감을 특정 과제에 대한 반복적인 경험을 통해 형성되는 과제효능감(task-efficacy), 관련된 직무 영역에 적용될 수 있는 영역효능감(domain efficacy), 영역효능감을 넘어 범용적으로 작용하는 일반적 효능감(general efficacy)으로 구분하며, 일반화의 정도에 따라 분류하고 개념화하기도 하였다.

2) 상담자 자기효능감

Bandura(1977)의 이론을 바탕으로 한 상담자 자기효능감 개념은 상담자가 자신이 가지고 있는 상담기술을 활용하여 내담자를 효과적으로 상담할 수 있다는 믿음을 의미한다(Johnson et al, 1989). 상담자 자기효능감은 상담자가 상담을 할 때 사용하는 사회적·인지적·행동적 기술을 통합하는 기제로서, 높은 자기효능감을 가진 상담자는 상담에서 적절하게 상담기술을 사용하여 효과적인 상담을 이끌 수 있다(Larson et al, 1992). Larson 외(1992)는 자기효능감 개념을 기반으로 상담 장면에서 상담자에게 요구되는 능력을 알아보기 위해 상담자 자기평가 척도를 개발하였다. 그러나 상담자 자기평가 척도는 자기효능감이 아닌 다른 구인을 측정하는 문항을 포함하며, 숙련이 요구되는 상담기술을 확인할 수 없었다는 한계가 있었다(Lent et al., 1998). 또한, 해당 척도는 상담자 발달단계 이론 또는 조력기술에 대한 이론에 근거하고 있지 않다는 점에서 비판을 받았다(Lent el al., 2003).

Lent 외(2003)는 기존 척도의 한계점을 보완하기 위해 Hill과 O'Brien(1999)의 조력기술 모델에서 제시한 상담기술 요인, 통합적 회기관리 직무, 상담상황에서의 대처능력을 포함하는 상담자활동 자기효능감

척도를 개발하였다. 상담자활동 자기효능감은 세 가지 하위 영역인 조력기술 자기효능감, 회기관리 자기효능감, 상담난제 자기효능감을 포함한다. 조력기술 자기효능감은 기본적인 상담기술을 수행하는 능력에 관한 믿음이며, 탐색기술, 활동기술, 통찰기술의 3가지 하위요인으로 나뉜다. 탐색기술은 경청, 감정반영, 개방형 질문, 재진술 등으로 구성되며, 활동기술은 정보제공, 과제, 직접 지도, 마지막으로 통찰기술은 상담자 자기개방, 직면, 즉시성, 해석으로 구성된다. 다음으로 회기관리 자기효능감은 기본적인 상담기술을 통합하여 상담 회기 중 발생하는 과제를 다루기 위한 상담자의 지각된 능력을 측정한다. 상담난제 자기효능감은 위기상황이나 도전적인 상담상황에 대한 대처능력에 대한 지각을 측정한다.

사전 경험이 없는 과제에 대한 수행이나 전반적 수행에 대한 예측에는 효과적인 일반적 자기효능감과 달리(Eden & Granat-Flomin, 2000), 특수 자기효능감은 구체적인 영역의 수행의 예측 변인으로 더 효과적이다(Sherer & Adams, 1983). 상담 장면은 새로운 과제가 아닌 요구 기술과 관리능력이 필요하며, 다양한 도전 상황이 발생하는 구체적인 영역 수행 장면으로, 상담자활동 자기효능감은 특정 장면에서 상담자에게 적용한 특수 자기효능감으로 볼 수 있다(박은지, 2017; 명대정, 2013). 즉, 상담자 자기효능감은 특수 자기효능감으로서 실제 상담자의 업무 수행을 정적으로 예측할 것이라고 볼 수 있다.

선행연구에서 상담자 자기효능감은 상담 수행 수준(Friedlander et al., 1986)과 유능성(Ridgway & Sharpley, 1990)에 유의미한 정적 상관을 나타냈다. 국내 연구에서도 상담자 자기효능감은 상담자와 내담자의 상담 만족도에 영향을 미치며(황인호, 2004), 상담협력 관계에 정적 영향을 보이고, 상담상황 관련 상태불안에는 부적 상관을 보였다(홍수영, 2001). 상담자 자기효능감은 상담자의 상담 성과, 작업동맹 평가를 모두 예측하였으며(김권영, 2009), 상담자의 주관적 안녕감이나 상담자 소진에도 영향을 미치는 것으로 나타났다(조민경, 2012; 박정아, 2015). 다시 말해 상담자 자기효능감은 성과 및 만족도 등 상담 수행을 예측하는 동시에, 상담자 개인의 만족감과 소진에도 영향을 미치는 주요 변인으로 볼 수 있다.

3) 초심상담자의 상담자 자기효능감

상담자 경력이 쌓이고 상담자 발달 수준이 높을수록 상담자 자기효능감이 높아진다는 선행연구(Barbee et al., 2003; 홍수현 & 최해림, 2001)를 고려하면, 초심상담자는 상대적으로 낮은 자기효능감을 가질 것으로 예측할 수 있다. 낮은 자기효능감을 가진 사람들은 어려움을 겪는 상황을 두려워하며, 자신의 능력을 제대로 발휘하지 못하는데(장은주, 1997), 실제로 많은 초심상담자가 상담에 임하는 과정에서 자신의 상담 실력, 상담기술 등에 대해 덜 긍정적으로 지각하고, 상담에 대한 확신이 부족하여 높은 불안을 경험한다(Skovholt & Rønnestad, 2003). 또한, 초심상담자는 상담 내에서 여러 가지 어려움을 경험하며 아쉬움, 무력감, 회의감 등 부정적인 느낌을 압도적으로 보고하기도 한다(손유미, 정남운, 2005). 다른 선행 연구에서도 초심상담자는 내담자의 반응이나 태도에 더 민감한 특성을 나타냈으며, 상담과정에서의 어려움을 극복하는데 초심상담자의 자신감이 중요한 것으로 드러났다(김지연 외, 2009). 낮은 자기효능감은 초심상담자의 상담 수행 및 성과에 부정적 영향을 미치고, 심리적 소진까지 이어질 수 있다(홍수현 & 최해림, 2001; 최윤미 외, 2002). 경력이 적고 경험이 부족한 초심상담자의 경우, 자기효능감이 낮아 상담 성과를 얻거나 상담에서의 만족감을 경험하는 데 어려움을 느낄 가능성이 더 크다.

초심상담자는 전문가로 성장해가는 과정에서 여러 시행착오를 거치는데, 이러한 초심상담자의 자기 발달은 숙련 상담자로 거듭나기 위해 반드시 거쳐야 하는 과정이며(김대원 외, 2013), 치료적 관계의 핵심 요인이기도 하다(이미정 외, 2015). 상담자 자기효능감이 상담수련생의 수행수준(Friedlander et al., 1986), 훈련 수준(Sipps et al., 1988), 유능성(Ridgway & Sharpley, 1990)에 영향을 준다는 점을 고려하면, 초심상담자의 상담자 자기효능감을 높여 초심상담자들이 긍정적인 상담 성과를 이끌고, 심리적 소진을 예방할 수 있도록 하는 것이 중요할 것으로 보인다.

3. 긍정적 수퍼비전 경험

1) 수퍼비전의 개념

상담 수퍼비전(supervision)은 상담자의 상담 수행을 지도 혹은 감독하는 활동이다(방기연, 2016). 수퍼비전은 수퍼바이지가 상담과정에서 상담자로서 적절한 행동을 습득하여 전문 상담자가 되도록 수퍼바이저가 도움을 주는 교육과정을 의미하며(Bernard & Goodyear, 1992), 상담 수퍼비전은 상담자 교육에서 상담의 효율성을 촉진하고 활성화하는 주요 방법이다(Ladany & Bradly, 2013). 유능하고 효율적인 수퍼비전은 수퍼바이지에게 전문성을 발달할 기회를 주면서 내담자의 복지를 보호해야 한다(Hayne et al., 2006).

수퍼비전의 목적은 수퍼바이지의 성장과 전문성 발달 촉진, 전문가로서 상담자 역량 강화, 수퍼바이지의 역할수행 감독, 내담자의 복지 보호, 전문직의 문지기 역할로 구성된다(Hayne et al., 2006). 방기연(2016)은 수퍼비전의 목적을 상담자를 위한 것과 내담자를 위한 것으로 구분하여 제시하였다. 수퍼비전은 상담자의 자질을 향상시키고 직업적 발달을 촉진하는 동시에, 내담자에게 믿을 수 있는 효과적인 상담 서비스를 제공하기 위한 것이라고 보았다. Ladany와 Bradley(2013)는 수퍼비전의 목적이 상담자의 전문성과 개인적 발달을 촉진하고, 책임감 있는 상담 활동을 할 수 있도록 도우며, 상담자의 효율성을 증진하기 위한 것으로 보았다. 개인적 발달을 촉진하는 것은 수퍼비전의 모든 목적에도 영향을 미치기 때문에 중요하다(Ladany & Bradley, 2013). 이처럼 수퍼비전은 수퍼바이지로 하여금 상담에 필요한 기술과 지식을 학습하고 전문 상담자로서 성장하도록 촉진하는 상담자 교육의 핵심 역할을 하고 있다(김계현, 1992)

유영권 외(2013)는 수퍼비전의 중요성을 다음과 같이 제시하였다. 첫째, 수퍼바이지는 수퍼비전을 통하여 상담자로서의 인격, 자질을 닦아 나가며, 구체적인 상담기술을 습득한다. 둘째, 상담 회기 내에서 깨닫지 못

한 내담자의 전이 감정을 자각하는 데 도움이 된다. 셋째, 상담 수행과 개입에 대한 구체적인 교정을 받을 수 있다. 마지막으로, 수퍼바이지는 수퍼비전을 통해 자신의 문제에 대해 인식하여 상담을 촉진할 수 있게 된다. 신종임 외(2004)는 수퍼비전의 중요성을 상담의 기술적 측면과 상담자 성숙의 측면으로 구분하여 제시하였다. 수퍼비전은 상담 중에 발생하는 내담자의 전이, 저항, 침묵, 동기 부족 등의 어려움을 적절하게 다루고, 상담기술을 효과적으로 활용할 수 있도록 돕는다. 상담자 성숙의 측면으로 수퍼비전은 수퍼바이지의 불안, 완벽주의, 자기노출, 의욕상실, 내담자에 대한 분노, 동정, 관심 및 애정과 관련된 욕구와 감정을 자각하고 조절할 수 있는 기회를 제공한다. 수퍼비전은 내담자에 대한 경험을 상담자의 고정관념에서 분리시키거나, 고정관념을 직면시킴으로써 상담자가 상담 성과를 저해할 수 있는 역전이를 관리할 수 있도록 돕는다(Goodyear & Bernard, 1998). 또한, 수퍼비전은 상담자에게 자신을 성찰하도록 장려하며, 역전이를 다룰 수 있게 도와주기도 한다(조경숙, 2019). 즉, 수퍼비전은 상담자의 인격적, 전문적 발달에 필수적인 역할을 맡고 있다.

2) 긍정적 수퍼비전 경험

상담수련생들의 수퍼비전 만족에 있어서 ‘수퍼비전 관계’와 ‘상담기법 개발’이라는 두 가지 요인이 매우 중요한 것으로 나타났다(유성경 외, 2014). 상담 수련생을 대상으로 한 연구(Chung et al., 1998)에 의하면, 수퍼바이저가 기법 교육, 피드백, 임상적 훈련, 정보 제공 시 긍정적인 수퍼비전을 경험했다고 보고하였고, 수퍼바이저가 비인간적 모습을 보이거나 집중하지 않을 때 부정적인 수퍼비전 경험을 했다고 보고하였다. 국내 연구(이승은 & 정남운, 2003)에서도 초심상담자들은 수퍼비전에서 문제를 해결하고 도움을 받을 수 있었을 때 긍정적으로 경험하였으며, 격려와 지지 대신 비난받는다고 느낀 수퍼비전을 부정적으로 인식하였다. 긍정적인 수퍼비전 경험을 위해서는 수용적이며 이해와 지지가 포함

된 바탕으로 신뢰를 주는 좋은 수퍼비전 관계와(Hutt et al., 1983; Martin et al., 1987;), 상담기법 개발과 교훈적인 가르침(Worthington & Roehlke, 1984), 접수면접 기술과 대안적 사례개념화 기법(Heppner & Roehlke, 1984)등이 포함되었다고 볼 수 있다(유성경 외, 2004, 재인용).

선행 연구에 의하면 긍정적 수퍼비전 경험은 수퍼바이지들이 상담 직무에 대한 스트레스를 완화하고 조절할 수 있도록 돕는다(Sterner, 2009). 많은 초심상담자들은 상담을 진행하면서 어려움을 겪게 되는데, 수퍼바이저의 피드백과 적절한 안내는 수퍼바이지가 혼자가 아니라는 것을 알게 하며 수퍼바이지가 안전함을 느낄 수 있게 도와준다(Greben, 1991). 수퍼비전 관계 만족도가 높은 상담자는 상담에 대한 만족도가 높아지고(Harper et al., 2012), 수퍼비전 작업동맹을 강하게 인식할수록 상담과 관련된 스트레스를 덜 느낀다(Coady et al., 1990; Himle et al, 1989). 이처럼 긍정적인 수퍼비전 경험은, 상담자의 전문성 발달과 내담자 안녕 및 복지 보호라는 목적을 효과적으로 달성할 뿐만 아니라 수퍼바이지로 하여금 안전함을 느끼고 스트레스와 불안을 감소할 수 있도록 하기도 한다.

3) 수퍼비전과 상담자 자기효능감

선행연구는 수퍼비전이 상담자 자기효능감에 미치는 영향을 보여주고 있다(Efstation et al, 1990; Webb & Wheeler, 1998). 연구에 의하면, 수퍼비전의 작업동맹은 수퍼바이지의 상담자 자기효능감과 정적 상관을 보인다(천혜숙 & 유미숙, 2010; 최성희, 2010; Efstation et al, 1990). 수퍼비전 내에서의 지지적인 관계 경험은 상담자 자기성찰을 촉진함으로써 상담자 전문성을 발달시키며(Sexton & Whistion, 1994), 강한 수퍼비전 작업동맹은 상담에 대한 스트레스로부터 상담자를 보호하는 역할을 한다(Himle et al., 1989). 수퍼비전은 수퍼바이지가 상담에 필요한 지식과 기술을 습득하는 경험을 통해 상담기술에 대한 자신감을 갖게 하며(양미라 & 이영애, 2019), 수퍼비전을 통해 상담자는 자신과 타인에 대한 성찰을

포함한 심리화 능력 향상되었다는 연구 결과도 존재한다(이명희 외, 2019).

상담 경험이 적은 초심상담자들은 수퍼비전에서의 안정적이고 지지적인 관계 경험을 통해 내면을 성찰하고 자신의 감정을 알아차릴 수 있게 되며, 이는 부정적 정서 감소와 정서적 불안정성 회복에 도움이 된다(이수영 외, 2015). 수퍼비전 경험은 수퍼바이저의 정서적 지지를 통해 상담 수행에 대한 불안과 스트레스를 덜 경험하도록 하며, 실제적이고 구체적인 상담 지식 및 기술의 습득과 활용 방안에 대해 학습함으로써 초심상담자의 상담효능감에 영향을 주는 것으로 볼 수 있다.

4. 자기초점적 주의

1) 자기초점적 주의의 개념

자기초점적 주의(self-focused attention)은 자신의 생각, 감정, 행동이나 외모에 초점을 맞추는 주의이며, 자신에 대해 생각하거나 망상하거나, 자신과 관련된 결정을 하는 과정을 모두 포함한다(Fenigstein, Scheier, & Buss, 1975). 자기초점적 주의란 내부에 초점이 맞춰지는 주의이자, 높은 자기 자각(self-awareness)이 이루어지는 상태라고 할 수 있다.

상담 및 심리치료 분야와 정신병리 분야에서 자기초점적 주의는 다양하게 연구되어 왔는데, 기존 연구들은 자기초점적 주의에 대한 상반되고 비일관적인 결과를 보고하였다. 자기초점적 주의는 심리적 안녕감, 자기도식(self-schema)의 정교화, 태도 일관성과 관련이 있는 동시에(박성현, 성승연, 2008; Nasby, 1985; Scheier & Carver, 1977), 원인에 대한 왜곡된 사고, 낮은 정서적 안정성, 자신에 대한 부정적인 평가, 낮은 자존감과 관련이 있었다(Farber, 1989; Monfries & Kafer, 1994). 높은 자기초점적 주의 경향은 자신에 대한 이해를 높여 높은 심리적 심성(psychological mindedness)와 관련되며, 자신의 성격을 더 객관적으로 파악하고, 자기개념의 일관성과 안정감에 영향을 주었다. 그러나 한편으

로 주의가 자기에게 맞춰진 사람은 외부의 자극이 주어졌을 때 외적인 사건해결보다 내적인 감정조절을 선호하기 때문에, 자기초점적 주의가 높을수록 부정적 평가기제를 더 많이 활성화시켜 자극을 효율적으로 처리하기 어렵게 만들고 부정적 정서를 더 많이 경험한다는 연구 결과도 나타났다(Clark & Wells, 1995; Fenigstein & Carber, 1978; Ingram, 1990).

기존 자기초점적 주의에 대한 연구는 Feingstein 외(1975)가 개발한 자의식 척도 중 하위요인인 사적 자의식 척도를 활용해왔다. 자의식 척도는 자신의 내적 사고와 감정에 집중하는 사적 자의식, 다른 사람들에게 영향을 미치는 사회적 대상으로서 자신을 자각하는 공적 자의식, 타인에게 자신이 평가된다는 것에 대한 우려와 불편함을 포함한 사회불안의 세 요인으로 구성되는데(Fenigstein, 1979), 이 중 사적 자의식이 자기초점적 주의를 반영하는 척도로서 사용되어 온 것이다. 국내에서 진행된 자기초점적 주의에 대한 선행 연구에서도 상반된 연구결과가 나타났다. 사적 자의식이 높은 사람은 정교한 자기도식과 일관된 태도를 가지며, 자신에 대해 정확한 이해를 가졌다(Carver & Scheri, 1981; Scheir & Carber, 1977). 반면 사적 자의식이 높을수록 자신에 대한 부정적 평가와 왜곡된 사고가 증가하며, 낮은 자존감과 정서적 안정성을 가진다는 연구 결과도 있었다(Farber, 1989; Monfries & Kafer, 1994).

자기초점적 주의에 대한 모순적인 연구 결과를 설명하고자 하는 흐름에서 Ingram(1990)은 자기초점적 주의의 과잉된 수준이 우울 및 불안과 관련되었다고 주장하며, 선행연구 메타분석을 바탕으로 자기초점적 주의의 정도, 지속성, 융통성 세 차원에서 자기초점적 주의를 정상적인 자기초점과 병리적인 자기초점으로 구분하여 제시하였다. 그는 병리적인 자기초점적 주의를 자기몰입으로 명명하고, 자기몰입이 자신의 내면에 과도하게 주의를 지속해서 기울이고 주의를 융통성 있게 전환하지 못하는 경직성을 가지지만, 정상적인 자기초점은 자기몰입에 비해 유연하게 주의를 돌릴 수 있다고 하였다(Ingram, 1990). Ingram(1990)의 자기몰입 개념은 부적응적 자기초점적 주의의 역기능적 특성의 포착을 목적으로

하였기에, 그는 정상적인 자기초점를 설명하기 위한 용어를 제시하지 않았으나, Trapnell과 Campbell(1999)은 자기초점적 주의의 부적응적 및 적응적 측면을 구별하여 제시하며 적응적인 자기초점 주의를 자기반영(self-reflection)이라고 설명하였다.

2) 초심상담자와 자기초점적 주의

Stoltenberg와 Delworth(1987)의 상담자 통합발달모형에서는 (1) 자신과 타인에 대한 자각, (2) 동기, (3) 수퍼바이저에 대한 의존-자율성을 준거로 상담자 발단 단계를 구분하였다. 가장 낮은 발달 단계의 상담자들은 불안으로 인해 자신에게 지나치게 집중하고, 상담에 대한 동기가 매우 높지만 상담 기술과 기법의 부족으로 수퍼바이저에게 의존하는 경향을 보인다. 초심상담자는 상담 수행에 대한 불안으로 내담자에게 주의를 기울이기보다 자신의 수행에 더 신경을 쓰며(Hale & Stoltenberg, 1988), 실제로 많은 초심상담자는 자신이 상담 과정을 이해하고 있는지, 자신이 상담기술을 적절하게 수행하고 있는지를 걱정하고, 내담자에게 보일 반응에 대해 더 많이 생각한다(방기연, 2003).

Nutt-Williams와 Hill(1996)에 의하면 수련 중의 상담자가 부정적인 내용의 자기대화를 자각할수록, 상담자 자신이 상담에 도움이 덜 되는 것으로 지각하였으며, 내담자의 반응을 더욱 부정적으로 인식하였다.발달 수준이 높은 상담자가 상담자와 내담자의 상호작용에 주의를 기울이는 것과 대조적으로, 발달 수준이 낮은 상담자는 상호작용이나 내담자보다 자신에게 주의를 기울이는 특징을 가지기도 한다(Stoltenberg & Delworth, 1987). 초심상담자는 상담 경험에 대한 부족으로 인해 상담 내에서 자신에게 더 집중하는 자기초점적 주의를 보인다고 할 수 있다.

초심상담자는 자신에게 주의를 기울이게 되는데, 발달적 특성을 고려하면 상담장면 내에서의 이러한 자기초점적 주의는 적절한 형태인 자기반영보다 자기몰입에 가까울 것으로 보인다. 김민정과 김영신(2016)의 연구에서는 상담자의 자기반영 성향은 상담자의 공감 능력에 정적 영향

을 미치지만, 자기몰입은 주의 전환에 어려움을 겪어 적절한 공감 반응을 보이기 어렵게 한다고 하였다. 자기몰입은 상담 과정에서 경험하는 어려움에 대한 잘못된 귀인 또는 상담자 자신에 대한 부정적 평가로 이어질 수 있고, 이는 초심상담자가 내담자에게 온전히 집중하지 못하고 내담자의 반응을 더욱 부정적으로 인식함으로써 상담 내에서의 심리적 어려움을 가중시킬 수 있다.

3) 자기초점적 주의와 수퍼비전

국내 상담자 수퍼비전에 대한 연구의 대부분은 수퍼비전 만족도에 주목하였으며, 작업동맹, 수퍼바이저 스타일, 수퍼비전 만족도 등 특정한 변인에 초점을 맞춘 양적 연구들이 진행되어 왔다. 수퍼비전을 통해 수퍼바이지가 경험하는 주관적 내적 경험은 주로 질적 연구를 통해 이루어졌다.

김도연(2018)의 수퍼비전 참여경험에 관한 연구에서 상담자들은 '의외의 상황에서 스스로 살펴 전환하는 회귀적, 지속적인 과정'을 경험하였다. 수퍼비전 과정에서 수퍼바이지들은 '나를 보게 되는 단계', '호기심으로 알고 싶어 하는 단계', '곰곰이 생각해보는 단계', '갈래를 통합하는 단계', '새로운 눈으로 보는 단계'의 5단계를 경험하였다. 이 중'나를 보게 되는 단계'는 수퍼바이저의 질문과 피드백을 통해 자신을 보게 되는 단계이며, 사례나 내담자가 아닌 상담자에게 초점을 둔 단계이다. 수퍼바이저들은 수퍼비전에서 수퍼바이지이게 경험한 감정을 물어보고, 감정이 일어나는 과정에 대해 탐색하도록 함으로써 자신의 욕구나 모습을 바라보는 경험을 한다.

홍영식(2012)의 연구에서는 2급 자격증을 소지한 상담사를 대상으로 수퍼바이지의 부정적인 경험 변화과정을 살펴보았다. 수퍼비전을 받은 인턴 상담사들은 '인정받은 경험', '피드백을 통한 경험', '다양하게 지도를 받은 경험', '부정적인 경험'을 통해 자신에 대한 자각, 상담자의 감정 문제에 대한 자각, 상담 과정의 중요성을 자각하였다. 수퍼비전에서 상담

자들이 자각한 능력이 확장되며, 수퍼바이지들은 자신의 미해결 문제에 대해 자각하고, 내담자를 따라가는 상담을 할 수 있게 되며, 자신과 내담자의 감정을 적절하게 표현하고, 내담자에게 공감과 지지를 할 수 있었다.

초심상담자의 상담 수퍼비전에서의 학습경험에 대한 계은경(2020)의 연구에서는 상담자들이 수퍼비전을 통해 자신의 핵심 문제를 인식하고, 상담에서 드러나는 자신의 생각과 감정을 통찰하게 되었다고 보았다. 처음 이러한 것들을 마주할 때 수퍼바이지들은 부정적 자기를 받아들이기 힘들어했으나, 수퍼바이저의 상호작용을 통해 자신을 수용하는 경험을 하였다. 또한, 초심상담자들은 내담자에게 소극적이고 피상적이었던 태도를 인식하고, '상담의 성패'에 집중하느라 자신의 수행에 초점을 맞추었던 것을 반성하게 되었다.

이처럼 수퍼비전은 상담자로 상담 내에서 일어나는 자신의 감정, 욕구, 생각을 다루고 이를 적절하게 상담에서 다룰 수 있도록 한다. 한편, 자신과 자신의 능력에 대한 평가에 마음이 쏠린 내담자들이 상담 과정과 내담자에게 초점을 맞출 수 있도록 돕는다. 이러한 점을 고려하면, 수퍼비전 경험은 자신에게 적절한 주의를 기울이는 자기반영을 촉진하고, 부적절하고 반복적인 자기초점적 주의인 자기몰입을 감소할 것이라고 볼 수 있다.

4) 자기초점적 주의와 상담자 자기효능감

상담자의 전문성 발달은 자신의 부족한 부분을 이해하고 개선하고자 하는 반성적 사고와 훈련을 통해 이루어진다(윤정훈 외, 2021). 이때 자신의 행동, 과정을 살펴보는 자기초점적 주의는 자기성찰로 이어지는 선행 단계의 역할을 한다(손은정 외, 2003). 또한, 자신에 대한 자각은 자기숙고 능력과 연관되어 우울을 낮아지게 하거나 안녕감을 느끼는데 긍정적인 역할을 한다(김영아 외, 1999). 반면, 병리적인 자기몰입은 부정적인 인지를 활성화하고 선택적인 정보처리로 인해 불안을 더욱 증가시킨다

(안창일 & 김지혜, 1999; Hale & Stoltenberg, 1988).

반면, 자기몰입은 상황을 편향적이고 부정적으로 해석하여 직면하고 있는 문제 해결을 효과적으로 하지 못하게 하고(Lyubomirsky & Nolen-Hoeksema, 1995), 주의 전환이 어려운 경직성은 내담자에게 적절한 공감 반응을 보이기 어렵게 할 수 있다(김민정 & 김영신, 2016). 이처럼 자기초점적 주의는 상담자의 심리적 및 정서적 상태와 상담기술 자각의 측면에서 자기효능감에 복합적인 영향을 미치고 있는 개념으로 이해할 수 있다.

자기초점적 주의와 상담자 자기효능감에 대한 경험적 연구는 많이 진행되지 않았다. 김은지와 이희경(2018)은 적응적 자기초점적 주의 성향을 가진 상담자는 상담 과정에서 융통성을 발휘할 수 있게 되며, 진정성 있고 공감적인 반응을 더 잘 보일 수 있다고 하였다. 한편, 자기초점적 주의와 유사한 개념인 자의식과 자기효능감에 대한 김채연과 최외선의 연구(2013)에서는 치료사의 공적 자의식과 사회적 불안은 자기효능감과 정적 상관을 보였지만, 사적 자의식은 유의한 관계가 나타나지 않았다. 국내에서 진행된 연구들에서는 자기초점적 주의에 대해 비일관적인 결과를 보였는데, 이는 기존 연구(김채연 & 최외선, 2013)가 자의식을 자기반영과 자기몰입으로 분류한 관점을 사용하지 않고, Friedlander(1986)이 개발한 자의식 척도을 사용하였기에 자기초점적 주의의 각 하위요인의 영향이 확인되지 않았을 것으로 예상된다.

적응적 자기초점적 주의인 자기반영은 상담에서 자신의 욕구에 대해 명확하고 정확하게 자각하며 진정성 있는 반응을 촉진함으로써 상담 장면에서의 성공 경험 형성에 도움을 줄 것이다. 반면, 부적응적인 측면인 자기몰입은 상담 장면에서 초심상담자들이 어려움에 직면했을 때 부정적 평가기제를 더 많이 활용함(Clark & Wells, 1995; Fenigstein & Carber, 1978;)으로써 실패 경험으로 가져갈 수 있다. 누적된 성공 및 실패 경험 또한 자기효능감 형성에 영향을 준다는 점(Gist, 1987)을 고려하면 자기반영은 초심상담자의 상담자 자기효능감에 정적인 영향, 자기몰입은 부정적인 영향을 미칠 것으로 예측해볼 수 있다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구 대상

본 연구는 연구 대상을 최근 6개월 내 내담자와 대면으로 상담을 1회기 이상 진행하고, 수퍼비전을 받은 경험이 1회 이상 있는 상담경력 3년 이하의 초심상담자로 설정하였다. 본 연구에서는 설명문을 읽고 자발적으로 설문에 응답한 153명의 자료가 최종 분석에 사용되었다.

연구 참여자의 인구통계학적 특성은 <표 1>와 같다. 연구 참여자 153명 중 상담경력이 3개월 미만인 참여자는 6명(3.9%), 3개월 이상~6개월 미만은 6명(3.9%), 6개월 이상~1년 미만은 37명(24.2%), 1년 이상~2년 미만은 56명(36.6%), 2년 이상~3년 미만은 48명(31.45)으로 나타났다.

<표 1> 연구 참여자의 인구통계학적 특성

상담경력	인원(명)	비율(%)
3개월 미만	6	3.9
3개월 이상~6개월 미만	6	3.9
6개월 이상~1년 미만	37	24.2
1년 이상~2년 미만	56	36.6
2년 이상~3년 미만	48	31.4

2. 연구 절차

본 연구는 2022년 11월 17일부터 2022년 11월 30일까지 Google 설문 시스템을 통해 자료 수집이 진행되었으며, 상담과 수퍼비전 경험이 있는 상담경력 3년 미만의 초심상담자를 대상으로 온라인 설문을 시행하였다. 본 연구에서는 상담 관련 학회 게시판, 상담수련생 커뮤니티, 상담 관련 대학원 등을 통하여 온라인 설문 링크를 전달하였다. 본 연구에서 사용되는 온라인 설문지에는 연구에 대한 설명과 동의서, 상담경력, 상담자

자기효능감, 자기초점적 주의, 긍정적 수퍼비전 경험을 측정하기 위한 문항으로 구성되었으며, 자발적으로 동의 의사를 밝힌 참여자에 한하여 설문지를 제공하였다. 연구 참여자에게는 약 2000원 상당의 편의점 기프티콘이 제공되었다.

3. 연구 도구

1) 상담자 자기효능감

본 연구에서는 초심상담자의 상담자 자기효능감을 측정하기 위해 국내에서 양명희, 김성회(2011)의 상담자 자기효능감 척도를 사용하였다. 이 척도는 청소년 상담복지센터, 개인 상담소, 대학상담실 등에 근무하는 상담자를 대상으로 자료를 수집한 뒤, 요인분석과 타당도 및 신뢰도를 분석한 결과를 바탕으로 개발되었다.

상담자 자기효능감 척도의 문항은 상담기술 자기효능감(19문항), 상담태도 자기효능감(13문항), 상담위기대처 자기효능감(12문항)의 총 44문항으로 구성되었다. 상담기술 자기효능감은 상담에서 내담자를 효과적으로 돕기 위한 기초기술과 심화기술을 포함한 상담자 개입기술 활용 능력에 대한 상담자의 확신을 반영하며, 상담태도 자기효능감 요인은 내담자를 효과적으로 돕기 위해 필요한 태도를 취할 수 있는 능력에 대한 상담자의 믿음을 반영한다. 마지막으로 상담위기대처 자기효능감은 상담 장면에서 상담자나 내담자 또는 외부의 문제로 상담 효과가 나타나지 않는 등의 어려운 상황에 직면했을 때 효과적으로 대처할 수 있다는 능력에 대한 상담자의 확신을 반영한다(양명희, 김성회, 2011).

양명희, 김성회(2011)의 연구에서 상담자 자기효능감 척도의 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .960, 각 요인의 신뢰도는 .943, .893, .925로 나타났다. 구인타당도 검증을 위해 상담자 자기효능감 척도와 상담자 지혜 척도 및 상담자 소진 척도 간의 상관을 알아본 결과 상담자 지혜 척도와 .761로 유의한 정적 상관을, 상담자 소진 척도와는 -.692로 부적 상관을 보여 수렴타당도와 변별타당도가 확인되었다. 본 연구에서 척도의 내적

합치도는 .948, 하위요인별 신뢰도는 .856~.920으로 나타났다(<표 2>).

<표 2> 상담자 자기효능감 척도

하위요인	문항 수	Cronbach's α
상담기술 자기효능감	19	.920
상담태도 자기효능감	13	.856
상담위기대처 자기효능감	12	.918

2) 긍정적 수퍼비전 경험

긍정적 수퍼비전 경험를 측정하기 위해서 본 연구에서는 유성경 외(2004)이 개발한 수퍼비전 회기 평가도구를 사용하였다. 수퍼비전 회기 평가도구 척도는 수퍼비전 관계(9문항), 상담지식 및 기술(5문항), 수퍼비전 구조화(6문항), 3개의 하위요인 20문항으로 구성되며, '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'까지의 5점 Likert 척도로 평정된다.

수퍼비전 관계는 상담 수련생에 대한 존중, 지지, 무비판적 수용, 협력적 전문적 관계형성, 자유로운 탐색을 돕는 것을 반영하며, '적절할 때 내게 정서적인 지지를 주었다', '수퍼비전에 대해 내가 방어적으로 느끼지 않도록 도왔다' 등의 12문항으로 구성된다. 상담지식·기술은 상담운영, 사례개념화, 개입 및 기타 원리 및 기술을 다루었는지를 물으며, 12개로 구성된 문항에는 '내가 상담목표를 분명하게 세우도록 도왔다', '상담에서의 나의 행동이 내담자에게 어떤 영향을 미치고 있는지 생각해보도록 도왔다' 등이 포함된다. 마지막 요인인 수퍼비전의 구조화에서는 수퍼바이저의 수퍼비전의 목표, 평가, 과정, 운영이 적절하였는지 평가하며, '나의 상담성과를 평가할 때 공정하게 기준을 적용했다', '수퍼비전 회기 동안 구체적인 목표를 가지고 나와 작업했다' 등의 12문항으로 구성되었다.

유성경 외(2004)의 연구에서 척도의 내적 신뢰도(Cronbach's α)는 .90, 각 요인 별로는 요인1 .91, 요인 2 .72, 요인 3 .74로 나타났으며, Ladany, Hill과 Nutt(1996)의 수퍼비전 만족도 검사와의 상관 분석을 통

해 공인타당도를 확보하였다. 본 연구에서 척도의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .943으로 나타났으며, 하위요인별 합치도는 .866~.929였다(<표 3>).

<표 3> 수퍼비전 평가 도구 척도

하위요인	문항 수	Cronbach's α
수퍼비전 관계	12	.929
상담지식·기술	12	.866
수퍼비전 구조화	12	.868

3) 자기초점적 주의

자기초점적 주의를 측정하기 위해 본 연구에서는 이지영과 권석만(2005)이 개발한 자기초점적 주의 성향 척도(Scale for Dispositional Self-focused Attention in Social situation)을 사용하였다. 이 척도는 내부-외부초점적 주의의 다차원 모델을 바탕으로 Ingram(1990)의 자기몰입 개념을 포함하였다.

자기초점적 주의 성향 척도는 자신의 내면에 주의를 기울이는 정도를 측정하는 일반적 자기초점적 주의 성향 즉 자기반영 척도(예: 나 자신에 대해 파악하려고 노력한다), 자신의 특정 측면에 주의를 과도하게 기울이며 주의를 자신의 다른 측면이나 외부로 쉽게 돌리기 어려운 성향을 측정하는 자기몰입 척도(예: 자주 어떤 생각에 사로잡혀 내 의견을 알아차리기 어렵다) 두 가지로 구성된다. 이지영(2005)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 요인 1의 경우 .94, 요인 2의 경우 .79이 나왔으며, 2주 간격의 검사-재검사 신뢰도(r)는 요인 1이 .78, 요인 2가 .77로 나왔다. 본 연구에서는 요인1 자기반영의 내적 합치도는 .816, 자기몰입은 .942로 나타났다(<표 4>).

<표 4> 자기초점적 주의 척도

하위요인	문항 수	Cronbach's α
자기반영	9	.816
자기몰입	21	.942

3. 분석 방법

본 연구에서는 수집된 자료를 분석하기 위해 SPSS 26.0와 SPSS PROCESS macro 4.2를 활용하였다. 분석 절차는 다음과 같다.

첫째, 연구 참여자의 특성과 주요 변인들에 대한 기술통계 분석을 실시하였다. 표본의 정규성을 확인하기 위해 Curran 외(1996)가 제시한 왜도 기준치 ± 2.0, 첨도기준치 ± 7.0을 기준으로 왜도와 첨도를 확인하였다.

둘째, 주요 변인 간의 관계를 살펴보기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였으며, 측정도구의 신뢰도를 검증하기 위해 내적 합치도 계수(Cronbach's α)를 산출하였다.

셋째, 긍정적 수퍼비전 경험과 상담자 자기효능감 사이에서 자기반영과 자기몰입의 매개효과를 확인하기 위하여 Hayes(2018)의 SPSS PROCESS macro 모형 4번을 활용하여 분석하였다(Preacher & Hayes, 2008). 본 연구에서는 매개효과의 유의성을 확인하기 위하여, 표본과 동일한 크기의 표본을 반복적으로 추출하여 매개효과를 검증하는 부트스트래핑(Bootstrapping)를 실시하였다. 두 변인의 매개효과는 부트스트랩핑 간접효과 95% 신뢰구간에 0을 포함하지 않는다면 유의한 것으로 보고하였다.

Ⅳ. 연구결과

1. 기술통계 및 상관분석

본 연구에서 사용된 주요 변인인 상담자 자기효능감, 자기초점적 주의, 수퍼비전 경험의 기술통계치를 확인하였고, 그 결과는 <표 5>와 같다. 모든 변인의 왜도와 첨도는 왜도의 기준치 ± 2.0, 첨도의 기준치 ± 7.0 이하로 나타났기 때문에, 모든 변수들이 다변량 정규분포를 따른다고 가정할 수 있다(Curran et al., 1996).

<표 5> 주요 변인 기술통계치

변인		평균	표준편차	왜도	첨도
자기효능감	상담기술	3.19	.539	-.099	.599
	상담태도	3.55	.520	-.064	.254
	상담위기대처	3.22	.713	.257	-.032
	합계	3.30	.492	-.015	.722
긍정적 수퍼비전 경험	수퍼비전 관계	4.05	.594	-.408	.552
	상담지식·기술	3.88	.571	.008	-.249
	수퍼비전 구조화	3.52	.629	.250	-.123
	합계	3.81	.517	.049	.079
자기초점적 주의	자기반영	3.79	.551	-.653	1.364
	자기몰입	2.42	.728	.241	-.675

주요 변인들 간의 상관관계를 살펴본 결과는 다음의 <표 6>와 같다. 상관관계를 분석한 결과, 자기몰입과 긍정적 수퍼비전 경험과의 관계를 제외한 모든 변인들의 관계는 $p<.05$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 긍정적 수퍼비전 경험은 상담자 자기효능감($r=.465$, $p<.01$)과 유의한 정적 상관을 보였으며, 자기반영($r=.292$, $p<.01$)과도 유의한 정적 상관을 나타냈다. 자기반영은 상담자 자기효능감($r=.338$, $p<.01$)과 유의한 정적 상

관을 보였으며, 자기몰입은 상담자 자기효능감(r=-.210, P<.01)과 유의한 부적 상관을 보였다.

<표 6> 주요 변인 간 상관관계

변인	1	2	3	4
1. 상담자 자기효능감	1			
2. 긍정적 수퍼비전 경험	.465**	1		
3. 자기반영	.338**	.292**	1	
4. 자기몰입	-.210**	-0.069	.206*	1

1 = 상담자 자기효능감,
2 = 긍정적 수퍼비전 경험,
3 = 자기반영, 4 = 자기몰입
N= 153, * p<.05, **<.01

2. 매개효과 검증

1) 개별매개효과 검증

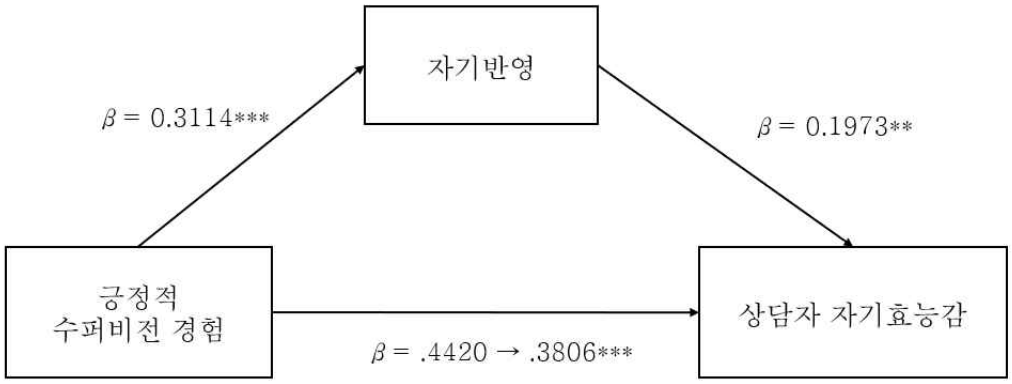
긍정적 수퍼비전 경험과 상담자 자기효능감 사이에서 자기반영의 매개효과를 검증하기 위해 Hayes(2018)의 SPSS PROCESS macro의 Model 4를 활용하였다. 독립변인에는 긍정적 수퍼비전, 종속변인에 상담자 자기효능감, 매개변인에 자기반영을 적용하여 매개효과를 검증하였다. 매개효과 검증을 위해서는 부트스트래핑(Bootstrapping) 표본의 수를 5000개로 설정하여 분석을 실시하였다. 간접효과의 95.0% 신뢰구간으로 구하고, 신뢰구간에 “0”의 포함 여부에 따라 유의성을 확인하였다. 분석한 결과를 <표 7>에 제시하였다.

분석 결과, 긍정적 수퍼비전 경험은 자기반영을 유의하게 정적으로 예측하였으며(β=.3114, t=3.7542, p<.001), 자기반영은 상담자 자기효능감에 정적인 영향을 미쳤다(β=.1973, t=3.0131, p<.01), 자기반영은 긍정적 수퍼비전 경험과 상담자 자기효능감 사이를 매개하였다. 상담자 자기효능감에 대한 긍정적 수퍼비전 경험의 총 효과는 β=.4420(p<0.001)이었으나, 매개변수 자기반영이 투입되며 직접효과는 β=.3806(p<0.001)로 감소하였다. 감소된 직접효과는 매개효과가 있음을 의미하며, 직접효과도 유의하였기에 긍정적 수퍼비전 경험과 상담자 자기효능감 사이 자기반영의 매개효과는 부분매개로 나타났음을 확인할 수 있었다.

<표 7> 자기반영의 매개효과 분석 결과

	종속변수: 상담자 자기효능감			종속변수: 자기반영		
	β	se	t	β	se	t
긍정적 수퍼비전 경험	.3806	.0698	5.4535***	.3114	.0830	3.7542***
자기반영	.1973	.0655	3.0131**			

**p<.01, ***p<.001



[그림 2] 자기반영 단순매개모형

매개효과를 검증하기 위하여 부트스트래핑(Bootstrapping) 표본의 수

를 5,000개로 지정하고, 신뢰구간을 95%로 설정하여 실시하였다. 부트스트래핑 검증 결과 간접효과의 95% 신뢰구간은 .0212~.1078으로 0을 포함하고 있지 않아 매개효과는 통계적으로 유의한 것으로 확인하였다(Preacher & Hayes, 2004).

긍정적 수퍼비전 경험과 상담자 자기효능감의 관계에서 자기몰입의 매개효과를 검증하기 위해서 마찬가지로 Hayes(2018)의 SPSS PROCESS macro의 Model 4으로 분석을 실시하였다. 모델에 독립변인에 긍정적 수퍼비전 경험, 종속변인에 상담자 자기효능감, 매개변인에 자기몰입을 투입하여 분석한 결과는 <표 8>와 같다.

개별 매개효과 분석 결과, 긍정적 수퍼비전 경험과 자기몰입의 관계는 통계적으로 유의하지 않았으며, 상담자 자기효능감을 종속변인으로 했을 때 자기몰입이 미치는 영향은 부적으로 유의하였다(β=.1207, t=-2.5175, p<.05). 긍정적 수퍼비전 경험은 상담자 자기효능감에 유의한 영향을 미치고 있었지만(β=.4304, t=6.3772, p<.001), 그 과정에서 개별 변인으로서 자기몰입의 매개효과는 확인되지 않았다.

<표 8> 자기몰입의 매개효과 분석 결과

	종속변수: 상담자 자기효능감			종속변수: 자기몰입		
	β	se	t	β	se	t
긍정적 수퍼비전 경험	.4304	.0675	6.3772***	-.0967	.1143	-.8458
자기몰입	-.1207	.0479	-2.5175*			

*p<.05, ***p<.001

2) 병렬매개효과 검증

상담자 자기효능감에 미치는 긍정적 수퍼비전 경험의 영향에서 자기초점적 주의의 병렬매개효과를 검증하기 위하여 SPSS PROCESS macro Model 4(Hayes, 2018)를 적용하였다. 독립변인을 긍정적 수퍼비

전 경험, 종속변인을 상담자 자기효능감을 설정하고, 매개변인에 자기반영과 자기몰입을 동시에 투입하였다. 분석 결과는 <표 9>과 같다.

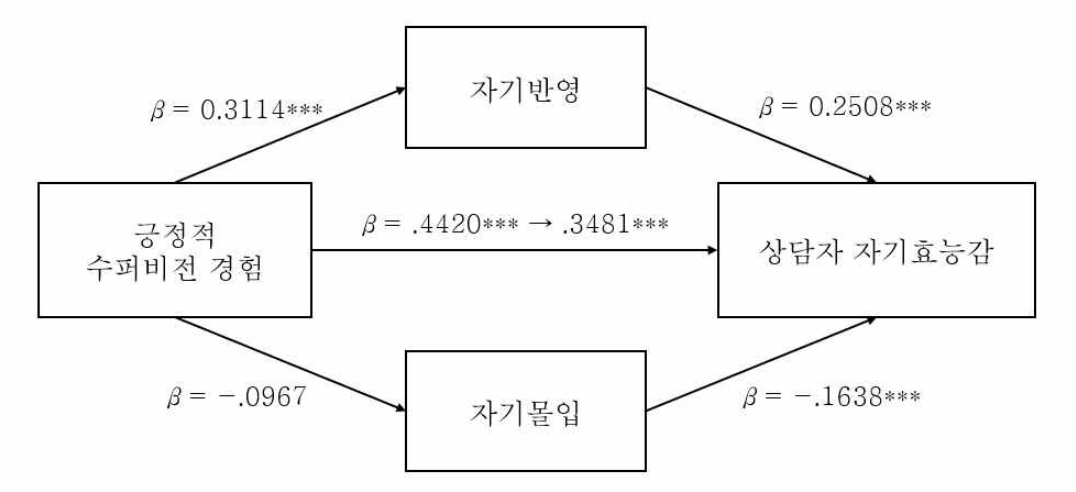
긍정적 수퍼비전 경험은 자기반영을 유의하게 정적으로 예측하였고(β=.3114, t=3.7542, p<.001), 자기반영은 상담자 자기효능감에 정적인 영향을 미쳤다(β=.2508, t=3.8552, p<.001). 긍정적 수퍼비전 경험은 상담자 자기효능감에 정적으로 유의하였다(β=.3481, t=5.1190, p<.001). 다중병렬매개 모형에서도 상담자 자기효능감에 대한 긍정적 수퍼비전 경험의 직접효과는 매개변인을 투입한 뒤 감소하여(β=.4420***→β=.3481***), 매개효과가 확인되었다. 한편, 긍정적 수퍼비전 경험과 자기몰입의 관계는 유의하지 않았으며, 상담자 자기효능감에 대한 자기반영의 부적 영향만 유의하였다(β=-.1638, t=-3.4699, p<.001).

다음으로 자기초점적 주의의 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 개별 매개효과 검증과 동일하게 5,000개의 표본을 추출하여 부트스트래핑 검정을 실시하였다. 산출된 95% 신뢰구간의 범위는 자기반영의 경우 0337~.1302로 0을 포함하지 않았으며, 자기몰입의 경우 -.0181~.0614로 나타나 0을 포함하고 있었다. 자기반영의 매개효과는 통계적으로도 유의한 것으로 확인하였지만, 자기몰입의 경우 매개효과가 확인되지 않았다. 따라서 상담자 자기효능감과 긍정적 수퍼비전 경험의 관계에서 자기반영과 자기몰입의 병렬매개효과는 통계적으로 유의하지 않았다고 할 수 있다.

<표 9> 다중병렬매개효과 분석 결과

	종속변수: 자기반영			
	β	se	t	p
긍정적 수퍼비전 경험	.3114***	.0830	3.7542	.0002
	종속변수: 자기몰입			
	β	se	t	p
긍정적 수퍼비전 경험	-.0956	.1143	-.8458	.3990
	종속변수: 상담자 자기효능감			
	β	se	t	p
긍정적 수퍼비전 경험	.3481***	.0680	5.1190	.0000
자기반영	.2508***	.0650	3.8553	.0002
자기몰입	-.1638***	.0472	-3.4699	.0007

**p<.01, ***p<.001



[그림 3] 연구모형 검증

Ⅴ. 논의

1. 요약 및 논의

본 연구는 초심상담자를 대상으로 긍정적 수퍼비전 경험, 자기초점적 주의, 상담자 자기효능감의 관계를 검증하고, 긍정적 수퍼비전 경험이 상담자 자기효능감에 미치는 영향에서 자기초점적 주의의 매개효과를 알아보는 데 목적이 있었다. 이를 위해 3년 이하의 초심상담자 대상으로 자료를 수집하고, 총 153명의 자료를 바탕으로 변인 간의 관련성을 확인한 뒤 자기반영과 자기몰입의 다중매개효과를 확인하였다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 긍정적 수퍼비전 경험, 자기반영, 자기몰입, 상담자 자기효능감에 대한 상관분석을 실시하여 변인 간의 관계를 확인하였다. 긍정적 수퍼비전 경험은 상담자 자기효능감과 유의한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 이는 상담자 수퍼비전이 효능감에 영향을 미친다는 선행 연구와 일치하는 결과로 볼 수 있다(양미라 & 이영애, 2019; 천혜숙 & 유미숙, 2010; 최성희, 2010; Efstation et al, 1990). 긍정적 수퍼비전 경험은 자기반영과 유의한 정적 상관을 보였다. 이는 초심상담자의 긍정적 수퍼비전 경험이 자신에 대해 적응적이고 적절하게 주의를 기울이도록 촉진하였다는 것을 의미한다. 이는 수퍼비전 경험을 통해 상담자가 자신의 감정과 욕구를 지각하고 통찰하는 과정을 겪었다는 선행연구들(김도연, 2018; 계은경, 2020; 이명희 외, 2019; 홍영식, 2012)의 결과와 일치한다. 자기반영은 상담자 자기효능감과 유의한 정적 상관이 있었다. 즉, 필요에 따라 적절하게 자신의 특정 측면에 주의를 기울이며, 다른 측면이나 외부 자극에 전환할 수 있는 주의의 유연성을 가질수록 상담 수행을 효과적으로 할 수 있다는 믿음을 높게 지각하였다. 이는 적응적 자기초점주의가 상담자 자기성찰로 이어지고, 융통성있고 공감적인 반응을 더 잘 보이도록 한다는 선행연구(김은지 & 이희경, 2018; 윤정훈 외, 2021)와 맥을 같이

한다. 한편, 자기몰입은 상담자 자기효능감에 유의한 부적 상관을 보였다. 이는 자신에 대한 주의를 유연하게 전환하기 어렵고, 경직되어 있다고 느낄수록 상담 수행 능력에 대한 믿음이 낮아진다는 것을 의미한다. 이는 상담자의 자기몰입이 적절한 공감 반응을 보이게 어렵게 하고, 편향적이고 왜곡적인 수행 평가로 이어진다는 주장(김민정 & 김영신, 2016; Lyubomirsky & Nolen-Hoeksema, 1995)과 일치한다. 또한, 자기반영과 자기몰입이 상담자 자기효능감에 미치는 영향이 차이가 있다는 점은 자기초점적 주의의 두 가지 요인이 구분된다는 기존의 연구를 뒷받침한다(Ingram, 1990).

둘째, 긍정적 수퍼비전 경험과 상담자 자기효능감의 관계에서 자기반영의 부분매개효과를 확인하였다. 초심상담자가 긍정적 수퍼비전을 경험하면 자신의 주의를 적절하게 전환하고 상담자 자신에 몰입하기보다 내담자와 상담 장면에 집중할 수 있게 되고, 이는 성공적인 상담 수행을 위한 능력의 믿음으로 이어진다는 것이다. Neufeldt 등(1996)의 연구에서는 수퍼비전 과정에서 나타나는 자기성찰에 대한 공통된 속성을 인과조건, 중재조건, 과정, 결과 네 범주로 도출하였는데, 이 중에서 중재 조건은 특정 상황에서 행동이나 상호작용 전략을 촉진 및 제한하기 위한 정신 작용을 의미하며, 과정은 촉발 사건에 대한 이해를 위한 것으로 보았다. 수퍼비전 과정에서 안전한 관계 경험과 성찰 모델의 제공은 자기성찰의 중재조건으로서 작용하며, 수퍼바이지가 자신의 행동, 정서, 사고와 상호작용에 주의를 두고, 수퍼바이저의 질문을 통해 성찰적 자세를 취하고, 이론과 전문적 경험을 통합할 수 있게 되며 촉발 사건에 대한 이해의 깊이를 늘릴 수 있게 된다는 것이 확인되었다. 다시 말해, 본 연구 결과는 수퍼비전이 상담자 자기성찰을 촉진시킴으로써 상담자 전문성을 발달시킨다는 선행연구(신종임 외, 2004; 조경숙, 2019; Sexton & Whistion, 1994)와 일관된다고 볼 수 있다.

셋째, 긍정적 수퍼비전 경험과 상담자 자기효능감의 관계에서 자기몰입의 매개효과는 유의하게 나타나지 않았다. 수퍼비전에서는 상담자가 느끼는 불안, 분노, 걱정 등의 욕구와 감정을 자각하고 조절하는 기회를

제공하며, 상담자의 역전이를 직접 다루기도 한다(신종임 외, 2004). 이러한 치료적 상호작용을 위해서는 수퍼비전에서 수퍼바이지는 자신의 정보를 개방할 필요가 있다(Bordin, 1983; Stoltenberg & Delworth, 1987). 그러나 수퍼비전은 평가의 성격을 띄고 있기에, 특히 수퍼바이저의 평가에 민감한 초심내담자(Skovholt & Rønnestad, 2003)의 경우 수퍼비전에서의 부정적 경험 및 감정에 대한 개방이 어려울 수 있다. 이러한 초심상담자의 특성으로 인해, 수퍼비전과 자기몰입의 관계가 유의미하게 나오지 않았을 것으로 추측해볼 수 있다.

2. 연구의 의의 및 시사점

본 연구는 초심상담자를 대상으로 긍정적 수퍼비전 경험이 상담자 자기효능감에 주는 영향을 밝히고, 자기초점적 주의의 매개효과를 확인하였다. 본 연구의 의의와 시사점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 초심상담자를 대상으로 긍정적 수퍼비전 경험과 상담자 자기효능감의 관계를 살펴봄으로써, 초심 단계의 상담자 수퍼비전에 대한 이해를 확장하였다. 기존 상담자 수퍼비전의 연구는 수퍼비전과 관련된 개별적인 변인에 대한 연구가 대부분이었으며(손은정, 2010), 상담자 발달 초기 단계에 대한 탐색이 부족하고 국내 초심상담자를 대상으로 한 수퍼비전 연구가 미흡하였다(송수경 & 구자경, 2017; Howard et al., 2006). 본 연구는 선행연구를 바탕으로 초심상담자를 정의하고, 발달 초기의 상담자 특성을 고려한 수퍼비전 연구를 진행하였다는 점에서 의의를 가진다.

둘째, 본 연구는 긍정적 수퍼비전 경험이 상담자 자기효능감으로 이어지는 기제를 검증했다는 점에서 의의를 가진다. 수퍼비전 연구들은 수퍼바이저 및 수퍼바이지 특성, 치료자 훈련, 수퍼바이저 훈련 등에 많이 주목해왔으며 수퍼비전 과정에 대한 연구는 적게 진행되었다(김지연 & 김광웅, 2008). 또한, 국내 초심상담자의 발달과 수퍼비전 연구는 초심상담자가 수퍼비전을 통해 어떠한 경험을 하며 전문 상담자로 발달하는지에

대해 알기 어려웠다(계은경, 2020). 이러한 점을 고려했을 때, 긍정적 수퍼비전 경험이 초심상담자의 상담자 자기효능감으로 이어지는 과정에서 자기반영이 매개하는 것을 검증했다는 점에서, 본 연구는 긍정적 수퍼비전을 경험하는 상담자의 심리적 기제를 확인하고 수퍼비전에서 초심상담자의 자기효능감을 발달시키기 위한 구체적 개입에 대한 시사점을 제공한다고 볼 수 있다.

수퍼비전에 대한 연구에서도 수퍼비전을 통한 수퍼바이지의 자기성찰의 중요성은 지속적으로 제시되어 왔다. 상담자는 상담에 참여관찰자로 참여하면서, 동시에 내담자와 상담자 사이에 일어나는 과정을 관찰하고 이해하며 통제해야 한다(Dewald, 2010). 상담자가 상담 과정에서 일어나는 현상에 대해 민감하게 알아차리는 것은 상담 개입을 위한 기초조건이기도 하다(김계현, 2002). 본 연구 결과는 이를 촉진하기 위해 수퍼비전에서 상담자가 자신에게 기울이는 자기초점적 주의를 다룸으로써 효능감을 촉진할 수 있다는 시사점을 제공한다.

3. 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언

본 연구의 제한점 및 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 긍정적 수퍼비전 경험과 상담자 자기효능감의 관계에서 자기몰입의 매개효과가 유의하지 않았다. 그러나 선행연구에 의하면 초심상담자는 수퍼비전을 통해 상담 과정에서 내담자에게 주의를 기울이기보다 자신의 상담수행이나 성과에 주목하고 있음을 자각하고 반성으로 이어졌다고 보고된 바 있다(계은경, 2020; 홍영식, 2012). 한편, 초심상담자는 수퍼바이저에게 관찰되고 평가받는 것에 대해 불안을 느끼며 어려움을 경험하는데(Borders & Leddick, 1987; Skovholt & Rønnestad, 2003), 이로 인해 부정적 자기개방이 어려웠을 수 있다. 따라서 추후 연구에서 초심상담자의 자기개방에 따라 자기몰입 매개효과에 차이가 존재하는지 추가적으로 검토할 필요가 있을 것으로 보인다.

둘째, 본 연구 결과에서는 긍정적 수퍼비전이 상담자 자기효능감에 미

치는 영향에서 간접효과가 직접효과에 비해 약하게 나타났다. Lent와 Lopez(2002)는 상담자 자기효능감은 Bandura(1997)가 제안한 4가지 원천 외에도 중요한 타인과의 관계 속에서도 발달하며, 그 원천에는 관계추론 효능감과 타인효능감이 포함된다고 하였다. 특히 새롭게 기술을 학습하는 등 수행 결과에 대한 일반적인 자기효능감 원천이 부재할 때, 자기효능감에 미치는 관계추론 효능감의 영향력은 더욱 강력해진다(Lent&Lopez, 2002). 이를 바탕으로 한 허립(2023)의 연구에 의하면 상담 경력이 짧은 상담자일수록 관계추론 효능감이 상담자 자기효능감에 영향을 미친다고 하였다. 즉, 상담 경력이 적은 초심상담자의 경우 슈퍼바이저가 상담자를 어떻게 평가한다고 인식하는지가 상담자 자기효능감에 미치는 영향력이 클 수 있다는 것이다. 이를 고려하면, 본 연구 결과에서 간접효과가 충분히 강하지 않았던 것은 상담 성과 경험이 상대적으로 부족한 초심상담자의 특성상 상담자 자기효능감의 발달 과정에서 수퍼바이저의 평가 인식의 영향력이 더 강했을 수도 있을 것으로 보인다. 따라서, 추후 연구에서는 전체적인 상담자 발달 수준에서 자기초점적 주의의 매개효과가 다르게 나타날지 추가적인 연구를 통한 확인이 필요할 것으로 보인다.

셋째, 본 연구에서는 긍정적 수퍼비전 경험을 측정하기 위해 '수퍼비전 회기 평가도구' 척도를 활용하였다. 본 척도는 수퍼비전 회기를 평가하기 위한 척도로 누적된 긍정적 수퍼비전 경험의 영향을 반영하지는 못했다는 한계를 가진다. 본 연구에서도 6개월 내 진행된 수퍼비전 중 가장 만족스러웠던 수퍼비전 경험을 떠올리며 실시하도록 제시하였기 때문에, 수퍼비전 경험과 연구 참여 시기에 차이가 있었다. 따라서 후속 연구에서는 긍정적 수퍼비전 경험의 즉각적인 영향을 파악하기 위해 실험연구 상황 등을 활용할 수 있을 것이다.

마지막으로, 본 연구는 3년 이하의 초심상담자를 대상으로 실시되었다는 점에서 일반화의 한계를 가진다. 연구 결과에서 나타난 자기반영의 매개효과가 상담자의 발달 수준에 따라 동일하게 재현될지, 발달 수준에 따라 다르게 나타날지에 대한 추가적인 연구가 필요할 것으로 보인다.

참 고 문 헌

Ahn, H. N., & Wampold, B. E. (2001). Where oh where are the specific ingredients? A meta-analysis of component studies in counseling and psychotherapy. Journal of counseling psychology, 48(3), 251.

Anderson, T., Ogles, B. M., Patterson, C. L., Lambert, M. J., & Vermeersch, D. A. (2009). Therapist effects: Facilitative interpersonal skills as a predictor of therapist success. *Journal of clinical psychology*, 65(7), 755-768.

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological review,* 84(2), 191.

Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American psychologist,* 37(2), 122.

Bandura, A. (1986). Fearful expectations and avoidant actions as coeffects of perceived self-inefficacy.

Bandura, A., & Wessels, S. (1994). Self-efficacy (Vol. 4, pp. 71-81). na.

Bandura, A., Adams, N. E., Hardy, A. B. & Howells, G. N. (1980). Test of the generality of self-efficacy theory. *Cognitive Therapy and Research*, 4, 39-66.

Barbee, P. W., Scherer, D., & Combs, D. C. (2003). Prepracticum service?learning: Examining the relationship with counselor self?efficacy and anxiety. *Counselor Education and Supervision,* 43(2), 108-119.

Bernard, J, M., & Goodyear, R. K. (2004). Fundamentals of clinical supervision. Boston: Allyn & Bacon.

Bordin, E. S. (1983). A working alliance based model of supervision.

The counseling psychologist, 11(1), 35-42.

Bradley, L. J., & Ladany, N. (Eds.). (2001). Counselor supervision: Principles, process, and Practice. *Taylor & Francis*.

Carver, C. S. (1979). A cybernetic model of self-attention processes. *Journal of personality and social psychology,* 37(8), 1251.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1978). Self-focusing effects of dispositional self-consciousness, mirror presence, and audience presence. *Journal of Personality and Social Psychology,* 36(3), 324.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1981). The self-attention-induced feedback loop and social facilitation. *Journal of Experimental Social Psychology,* 17(6), 545-568.

Chen, G., Gully, S. M., & Eden, D. (2001). Validation of a new general self-efficacy scale. *Organizational research methods,* 4(1), 62-83.

Chung, Y. B., Baskin, M. L., & Case, A. B. (1998). Positive and negative supervisory experiences reported by counseling trainees. *Psychological Reports*.

Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model. *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment,* 69, 1025.

Coady, C., Kent, V., & Davis, P. (1990). Burnout among social workers working with patients with cystic fibrosis. *Health and Social Work,* 15, 116-124.

Corey, G., Haynes, R. H., Moulton, P., & Muratori, M. (2020). Clinical supervision in the helping professions: A practical guide. *John Wiley & Sons*.

Corey, M. S., & Corey, G. (1993). Becoming a helper . Pacific Grove, CA: Brooks.

Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996). The robustness of

test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological methods*, 1(1), 16.

Eden, D., & Granat-Flomin, R. (2000). Augmenting means efficacy to improve service performance among computer users. *In 15th annual meeting of the Society for Industrial and Organizational Psychology*, New Orleans, LA.

Efstation, J. F., Patton, M. J., & Kardash, C. M. (1990). Measuring the working alliance in counselor supervision. *Journal of counseling Psychology,* 37(3), 322.

Farber, B. A. (1989). Psychological-mindedness: Can there be too much of a good thing?. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training,* 26(2), 210.

Fenigstein, A. (1979). Self-consciousness, self-attention and social interation. *Journal of Personality and Social Psychology,* Vol, 37(1), 75-86.

Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of consulting and clinical psychology,* 43(4), 522.

Friedlander, M. L., Keller, K. E., Peca-Baker, T. A., & Olk, M. E. (1986). Effects of role conflict on counselor trainees' self-statements, anxiety level, and performance. *Journal of Counseling Psychology*, 33(1), 73.

Gist, M. E. (1987). Self-efficacy: Implications for organizational behavior and human resource management. Academy of *Management Review*, 12(3), 472-485.

Gist, M. E., & Mitchell, T. R. (1992). Self-efficacy: A theoretical analysis of its determinants and malleability. *Academy of Management review*, 17(2), 183-211.

Hale, K. K., & Stoltenberg, C. D. (1988). The effects of

self-awareness and evaluation apprehension on counselor trainee anxiety. *The Clinical Supervisor,* 6(1), 49-70.

Harper, F. G., Melton, B., & Campbell, B.(2012). Relational proficiencies in counseling supervision: The '5 things' in practice. *The Graduate Research Journal,* 4, 2-20.

Hayes, A. F. (2013). Mediation, moderation, and conditional process analysis. *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach edn. New York: Guilford Publications, 1, 20.*

Hayes, A. F. (2018). Model templates for PROCESS for SPSS and SAS. Retrieved May, 15, 2018.

Heppner, P. P., & Roehlke, H. J. (1984). Differences among supervisees at different levels of training: Implications for a developmental model of supervision. *Journal of Counseling Psychology,* 31(1), 76.

Himle, D. P., Jayaratne, S., & Thyness, P. A. (1989). The buffering effects of four types of supervisory support on work stress. *Administration in Social Work,* 13(1), 19-34.

Huppert, J. D., Bufka, L. F., Barlow, D. H., Gorman, J. M., Shear, M. K., & Woods, S. W. (2001). *Therapists, therapist variables, and cognitive-behavioral therapy outcome in a multicenter trial for panic disorder. Journal of consulting and clinical psychology,* 69(5), 747.

Hutt, C. H., Scott, J., & King, M. (1983). A phenomenological study of supervisees' positive and negative experiences in supervision. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice,* 20(1), 118.

Ingram, R. E. (1990). Self-focused attention in clinical disorders: review and a conceptual model. *Psychological bulletin,* 107(2),

156.

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.

Kurtz, R. R., & Grummon, D. L. (1972). Different approaches to the measurement of therapist empathy and their relationship to therapy outcomes. *Journal of consulting and clinical psychology,* 39(1), 106.

Lambert, M. J., Bergin, A. E., & Garfield, S. L. (1994). The effectiveness of psychotherapy. E*ncyclopedia of psychotherapy,* 1, 709-714.

Larson, L. M., Suzuki, L. A., Gillespie, K. N., Potenza, M. T., Bechtel, M. A., & Toulouse, A. L. (1992). Development and validation of the counseling self-estimate inventory. *Journal of counseling Psychology*, 39(1), 105.

Larson, L. M., Suzuki, L. A., Gillespie, K. N., Potenza, M. T., Bechtel, M. A., & Toulouse, A. L.(1992). Development & validation of the counseling Self-Estimate Inventory. *Journal of Counseling Psychology,* 39(1), 105-120.

Lent, R. W., & Lopez, F. G. (2002). Cognitive ties that bind: A tripartite view of efficacy beliefs in growth-promoting relationships. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21(3), 256-286.

Lent, R. W., Hackett, G., & Brown, S. D. (1998). Extending social cognitive theory to counselor training: Problems and prospects. *The Counseling Psychologist,* 26(2), 295-306.

Lent, R. W., Hill, C. E., & Hoffman, M. A. (2003). Development and validation of the Counselor Activity Self-Efficacy Scales.

Journal of Counseling Psychology, 50(1), 97.

Lent, R. W., Hoffman, M. A., Hill, C. E., Treistman, D., Mount, M., & Singley, D. (2006). Client-specific counselor self-efficacy in novice counselors: Relation to perceptions of session quality. *Journal of counseling psychology,* 53(4), 453.

Lyubomirsky, S., & Nolen-Hoeksema, S. (1995). Effects of self-focused rumination on negative thinking and interpersonal problem solving. *Journal of personality and social psychology,* 69(1), 176.

Martin, J. S., Goodyear, R. K., & Newton, F. B. (1987). Clinical supervision: An intensive case study. *Professional Psychology: Research and Practice,* 18(3), 225.

Monfries, M. M., & Kafer, N. F. (1994). Private self-consciousness and fear of negative evaluation. *Journal of Psychology,* 128(4), 447.

Nasby, W. (1985). Private self-consciousness articulation of the self-schema, and recognition memory of trait adjectives. *Journal of Personality and Social Psychology,* 49(3), 704.

Neufeldt, S. A., Karno, M. P., & Nelson, M. L. (1996). A Qualitative Study of Experts' *Conceptualization of Supervisee Reflectivity. Journal of Counseling Psychology*, 43(1), 3-9.

Nutt-Williams, E., & Hill, C. E. (1996). The relationship between self-talk and therapy process variables for novice therapists. *Journal of counseling psychology,* 43(2), 170.

Olk, M. E., & Friedlander, M. L. (1992). Trainees' experiences of role conflict and role ambiguity in supervisory relationships. *Journal of counseling Psychology*, 39(3), 389.

Ooi, P. B., Jaafar, W. M. B. W., & Baba, M. B. (2018). Relationship between sources of counseling self-efficacy and counseling

self-efficacy among Malaysian school counselors. *The Social Science Journal*, 55(3), 369-376.

Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior research methods, instruments, & computers*, 36(4), 717-731.

Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. B*ehavior research methods*, 40(3), 879-891.

Ridgway, I. R., & Sharpley, C. (1990). Multiple measures for the prediction of counsellor trainee effectiveness. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy,* 24(3).

Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1977). Self-focused attention and the experience of emotion: attraction, repulsion, elation, and depression. *Journal of personality and social psychology,* 35(9), 625.

Sexton, T. L., & Whiston, S. C. (1994). The status of the counseling relationship: An empirical review, theoretical implications, and research directions. The Counseling Psychologist, 22(1), 6-78.

Sherer, M., & Adams, C. H. (1983). Construct validation of the self-efficacy scale. *Psychological reports*, 53(3), 899-902.

Sipps, G. J., Sugden, G. J., & Faiver, C. M. (1988). Counselor training level and verbal response type: Their relationship to efficacy and outcome expectations. *Journal of Counseling Psychology,* 35(4), 397.

Skovholt, T. M., & Rønnestad, M. H. (2003). Struggles of the novice counselor and therapist. *Journal of Career Development,* 30(1), 45-58.

Skovholt, T. M., Rønnestad, M. H., & Jennings, L. (1997). Searching for expertise in counseling, psychotherapy, and professional psychology. E*ducational Psychology Review,* 9(4), 361-369.

Sterner, W. (2009). Influence of the supervisory working alliance on supervisee work satisfaction and work-related stress. *Journal of Mental Health Counseling,* 31(3), 249-263.

Stoltenberg, C. D., & Delworth, U. (1987). Supervising counselors and therapists: A developmental approach. Jossey-Bass.

Stoltenberg, C. D., & Delworth, U. (1987). Supervising counselors and therapists: A *developmental approach. Jossey-Bass.*

Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the five-factor model of personality: distinguishing rumination from reflection. *Journal of personality and social psychology,* 76(2), 284.

Wampold, B. E. (2000). Outcomes of individual counseling and psychotherapy: Empirical evidence addressing two fundamental questions.

Webb, A., & Wheeler, S. (1998). How honest do counsellors dare to be in the supervisory relationship?: An exploratory study. *British Journal of Guidance and Counselling,* 26(4), 509-524.

Worthington, E. L., jr., & Roehlke, H. J. (1979). Effective supervision as perceived by beginning counselors-in-training. *Journal of Counseling Psychology,* 26, 64-73.

강다연 (2011). 정서경험특성, 상담자활동자기효능감 및 직무스트레스가 상담자의 심리적 소진에 미치는 영향. 명지대학교 대학원 석사학위논문.

금명자, 정상화. (2021). 국내 상담자 발달 연구 동향. *교육문화연구,* 27(2), 483-508.

김계현, & 문수정. (2000). 상담수퍼비전 교육내용 요구분석: 상담자의 경력수준을 중심으로. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 12(1), 1-18.

김계현. (1992). 상담교육방법으로서의 개인 수퍼비전 모형에 관한 복수 사례 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 4(1), 19-53.

김길문, & 정남운. (2004). 초보 상담자가 상담 회기 내에 경험한 어려움과 대처 과정: 질적 분석. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 16(1), 1-20.

김미지. (2009). 초보상담자가 상담에서 경험하는 어려움: 문항개발. *청소년상담연구*, 17(2), 21-37.

김민정, & 김영신. (2016). 음악치료사의 자기초점적 주의 성향이 심리적 소진에 미치는 영향: 공감능력의 매개효과. *한국음악치료학회지*, 18(1), 121-146.

김영아, 오경자, 문혜신, 김진관. (1999). 사적 자의식 구인의 두가지 심리적 특성, *한국심리학회: 임상*, 18(1), 69-78.

김영주, 장재현, 김대원, & 이지원. (2013). 초심 상담수련생과 내담자가 겪는 조기종결 경험에 대한 개념도 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 25(2), 157-186.

김은지, & 이희경. (2018). 초심상담자의 진정성과 작업동맹의 관계에서 자기초점적 주의와 공감적 이해의 매개효과. *상담학연구*, 19(5), 191-207.

김지연, 한나리, & 이동귀. (2009). 상담일반: 초심상담자와 상담전문가가 겪는 어려움과 극복방안에 대한 개념도 연구. *상담학연구*, 10(2), 769-792.

김창대, 권경인, 한영주, & 손난희. (2008). 상담일반: 상담 성과를 가져오는 한국적 상담자 요인. *상담학연구*, 9(3), 961-986.

김채연, & 최외선. (2013). 미술치료사의 자의식과 자기효능감에 관한 연구. *예술심리치료연구*, 9(3), 67-90.

명대정(2013). 상담자의 직무충족에 미치는 상담자활동자기효능감과 일

반적 자기효능감의 영향. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
박은지. (2017). 상담자 경력이 상담자활동자기효능감에 미치는 영향: 마음챙김과 감정표현불능증의 매개효과. 서울대학교 석사학위논문.
박정아 (2015). 초심상담자의 상담자활동자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 정서조절방략의 조절효과. 광운대학교 상담복지정책대학원 석사학위논문
방기연. (2003). 상담수퍼비전. 학지사.
방기연. (2016). 상담 수퍼비전의 이론과 실제. 서울: 양서원.
손승희. (2005). 수퍼비전에서 상담수련생의 비개방 내용, 이유 및 방식에 대한 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료,* 17(1), 57-74.
손유미, & 정남운. (2005). 초심상담자와 내담자의 조기종결 경험에 관한 질적 분석. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료,* 17(3), 523-545.
손은정, 유성경, & 심혜원. (2003). 상담자의 자기 성찰 (reflection) 과 전문성 발달. *상담학연구,* 4(3), 367-380.
송수경, & 구자경. (2017). 초심상담자에 관한 연구 동향. *상담학연구,* 18(5), 1-19.
신재호, & 정남운. (2007). 초보상담자의 상담 성과에 관한 질적분석: 도움된 경험을 중심으로. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 19(4), 889-911.
안창일, & 김지혜. (1999).자기초점화주의가 불안에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상,* 10(1), 243-261.
양미라, & 이영애. (2019). 상담자 자기효능감 관련 변인에 대한 메타분석. *한국놀이치료학회지 (놀이치료연구)*, 22(4), 381-401.
유성경, 김영빈, 김형수, 민경화, 이일화, & 최한나. (2004). 수퍼비전 회기 평가도구 개발 및 타당화 연구. *상담학연구*, 5(2), 263-275.
유영권, 김계현, 김미경, 문영주, 손은정, & 천성문. (2013). 상담 수퍼비전의 이론과 실제. 서울: 학지사.
윤정훈, 김명희, & 천성문. (2021). 상담자 성찰 훈련프로그램이 초보상담자의 어려움, 상담자 자기성찰 및 상담자 자기효능감에 미치는

효과. *인문사회과학연구,* 22(3), 355-381.
이명희, 김송희, & 이정민. (2019). 상담자의 외상경험이 상담자 자기효능감에 미치는 영향: 심리화와 교육분석, 수퍼비전의 순차매개효과를 중심으로. 한국심리치료학회지, 11(1), 63-79.
이미정, & 박승민. (2015). 상담수련과정에서 상담자의 자기 발달 경험에 대한 현상학적 연구. *상담학연구*, 16(1), 1-29.
이미진 (2012). 전문상담교사의 전문직 정체성, 상담자활동 자기효능감과 소진 간의 관계. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.
이선옥 (2012).상담자 자기효능감과 포커싱적 태도가 역전이 관리능력에 미치는 영향: 포커싱적 태도의 매개효과를 중심으로. 덕성여자대학교 석사학위논문
이수영, 윤미선, & 김영은. (2015). 성찰일지를 통한 상담전문가 발달 경험: 융합적 교육방법의 상담실습 중심으로. *한국융합학회논문지,* 6(6), 43-56.
이수현, 서영석, & 김동민. (2007). 상담자 활동 자기효능감 척도 국내 타당화 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 19(3), 655-673.
이승은, & 정남운. (2003). 초심상담자의 소집단 수퍼비전 경험에 관한 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료,* 15(3), 441-460.
이자영, 남숙경, 박희락, 김동현, 이미경, & 이상민. (2008). 상담경력과 상담자소진과의 관계: 한국과 미국상담자 비교연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료,* 20(1), 23-42.
이지영. (2010). 자기초점적 주의 성향과 정신병리의 관계. *한국심리학회지: 일반,* 29(2), 371-388.
이현아, & 이수원. (1997). 내담자의 저항에 대한 숙련상담자와 초보상담자의 언어반응의 차이. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료,* 9(1), 157-180.
장은주. (1997). 자기효능감과 사회적 지지가 생활 만족도와 신체적, 심리적 건강에 미치는 영향. 중앙대학교 대학원 석사학위청구논문.
정경빈, 조성호. (2009). 초보상담자의 스트레스 경험에 대한 질적 연구.

인간이해, 30(2), 45-60.
정은선. (1999). 상담자의 성취목표와 자의식이 상담효과성에 미치는 영향. 한양대학교 석사학위청구논문.
조문주 (2007). 불안과 자기효능감,사회적 지지가 상담자의 심리적 소진에 미치는 영향. 가톨릭대학교 석사학위논문.
조민경 (2012). 상담자의 직무스트레스와 주관적 안녕감과의 관계에서 상담자활동 자기효능감의 매개효과. 아주대학교. 석사학위논문.
주영아, 강순화 & 조하나. (2013). 수퍼바이저와 수퍼바이지의 자기개방과 작업동맹이 수퍼비전 만족도에 미치는 자기 효과와 상대방 효과. *한국심리학회지: 일반,* 32(3), 631-651.
천혜숙, & 유미숙. (2010). 아동, 청소년상담: 놀이치료 수퍼비전에서의 작업동맹, 치료자의 자기개방 및 자기효능감의 관계. *상담학연구,* 11(3), 1175-1189.
최성희. (2010). 놀이치료자의 수퍼비전 작업동맹과 심리적 소진의 관계에서 치료자 자기효능감의 매개효과. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
최윤미, 양난미, & 이지연. (2002). 상담자 소진 내용의 질적 분석. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료,* 14(3), 581-598.
허립 (2023). 상담자 자기효능감의 관계적 원천에 관한 연구. *상담심리교육복지,* 10(1), 203-216.
홍수현, & 최해림. (2001). 상담초기단계에서 상담자의 자기효능감 및 상태불안이 상담협력관계에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료,* 13(1), 31-49.
황인호 (2004). 상담자의 자기효능감과 역전이 행동 및 상담협력관계가 상담만족도에 미치는 영향. 건국대학교 박사학위논문.

부 록

부록 1. 상담자 자기효능감 척도

아래 문항은 귀하가 상담 장면에서 자신의 능력에 대해 경험하는 믿음과 태도에 대한 것입니다. 각 문항을 주의 깊게 읽으시고, 여러분들이 상담 장면에 경험하는 바에 따라 응답해 주시기 바랍니다. 각 문항이 자신을 얼마나 잘 나타내는지 그 정도를 아래 척도상의 적당한 숫자에 표시해주시길 바랍니다.

	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	상담계획을 효과적으로 수립할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
2	상담목표에 부합되는 전략을 세울 자신이 있다.	1	2	3	4	5
3	숙련이 요구되는 상담기술을 시도할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
4	상담 중 필요한 상담기술을 적용할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
5	회기별 목표를 설정할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
6	내담자의 저항을 처리할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
7	사례개념화를 할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
8	내담자의 생각을 변화시킬 자신이 있다.	1	2	3	4	5
9	내담자의 말을 명료화시킬 자신이 있다.	1	2	3	4	5

10	내담자 문제와 관련된 무의식을 통찰시킬 자신이 있다.	1	2	3	4	5
11	내담자가 상담자에게 의존하지 않도록 할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
12	상담 결과를 측정할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
13	내담자가 자신의 문제에 대한 대안을 찾도록 할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
14	내담자의 자기노출을 촉진시킬 자신이 있다.	1	2	3	4	5
15	내담자의 감정을 정화시킬 자신이 있다.	1	2	3	4	5
16	내담자의 문제를 해석할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
17	내담자의 비언어를 이해할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
18	내담자가 원하는 행동을 습득시킬 자신이 있다.	1	2	3	4	5
19	내담자의 전이를 다룰 자신이 있다.	1	2	3	4	5
20	상담 중 방어하지 않고 자신을 수용할 수 있다고 확신한다.	1	2	3	4	5
21	늘 새로운 태도로 상담에 임할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
22	내담자의 부정적인 피드백을 고맙게 받아들일 자신이 있다.	1	2	3	4	5
23	내담자의 내적 자원을 개발시킬 자신이 있다.	1	2	3	4	5
24	상담 중 자신의 인지, 정서 등 내면을 각성할 자신이 있다	1	2	3	4	5
25	내담자와 사회에 도움 되는 연구를 할 자신이 있다.	1	2	3	4	5

26	내담자를 보호하면서 연구할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
27	인간적인 면에서 내담자의 본보기가 될 자신이 있다.	1	2	3	4	5
28	자기관리를 통해 소진을 예방할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
29	매 순간 내담자를 있는 그대로 수용할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
30	상담자로서의 전문성을 계속 향상시킬 자신이 있다.	1	2	3	4	5
31	내담자에 대해 선의(善意)를 가지고 있다고 확신한다.	1	2	3	4	5
32	내담자는 변화할 수 있는 잠재력을 가지고 있다고 확신한다.	1	2	3	4	5
33	정신적 외상이 큰 내담자라도 상담을 계속할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
34	안정제 복용 중인 내담자라도 상담을 계속할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
35	사고가 강박적인 내담자라도 상담을 계속할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
36	성(性) 피해자인 내담자라도 상담을 계속할 자신이 있다	1	2	3	4	5
37	우울증 약을 복용 중인 내담자라도 상담을 계속할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
38	이제까지 다룬 적이 없는 문제일 지라도 상담을 계속할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
39	보호시설에 있는 내담자라도 상담을 계속할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
40	마약 중독자인 내담자라도 상담을 계속할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
41	자기각성이 어려운 내담자라도 상담을 계속할 자신이 있다.	1	2	3	4	5

42	자살을 시도했던 내담자라도 상담을 계속할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
43	계속 문제를 제기하는 내담자라도 상담할 자신이 있다.	1	2	3	4	5
44	신체적 외상이 큰 내담자라도 상담을 계속할 자신이 있다.	1	2	3	4	5

부록 2. 자기초점적 주의 성향 척도

아래 문항은 사람들이 사회적 상황에서 나타나는 성향들을 나열한 것입니다. 각 문항을 주의 깊게 읽으시고, 다음 두 가지 상황에서 여러분들이 평소에 경험하는 바에 따라 응답해 주시기 바랍니다. 각 문항이 평소의 자신을 얼마나 잘 나타내는지 그 정도를 아래 척도상의 적당한 숫자에 표시해주시길 바랍니다.

	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
	1-19. 나는 다른 사람들과 이야기할 때, 또는 다른 사람들과 함께 있을 때					
1	나 자신에 대해 파악하려고 노력한다.	1	2	3	4	5
2	내게 일어나는 생리적 변화에 민감하다.	1	2	3	4	5
3	나 자신에게 주의를 기울인다.	1	2	3	4	5
4	내가 무슨 생각을 하고 있는지 주의를 기울인다.	1	2	3	4	5
5	내가 어떻게 행동하고 있는지 인식하고 있다.	1	2	3	4	5

6	내가 다른 사람들이 말하는 것을 제대로 이해하고 있는지 파악하려고 노력한다.	1	2	3	4	5
7	내가 어떻게 느끼는지 예민하다.	1	2	3	4	5
8	자주 어떤 생각에 매여 대화 내용을 놓친다.	1	2	3	4	5
9	자주 불편한 감정에 신경이 쓰여 내가 어떤 기분인지 알아차리기 어렵다.	1	2	3	4	5
10	말을 잘하고 있는지 계속해서 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
11	어떤 기분에 자꾸 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
12	긴장해서 행동하고 있는지 자꾸 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
13	자주 어떤 생각에 신경이 쓰여 내 의견을 알아차리기 어렵다.	1	2	3	4	5
14	얼굴이 붉어지거나 떨고 있는지 계속해서 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
15	내가 자연스럽게 행동하고 있는지 끊임없이 살핀다.	1	2	3	4	5
16	내가 호흡을 잘 조절하고 있는지 끊임없이 확인한다.	1	2	3	4	5
17	자주 어떤 기분에 사로잡혀 상대의 이야기를 놓친다.	1	2	3	4	5
18	자주 어떤 생각이 떠올라 떨치기 어렵다.	1	2	3	4	5
19	내가 긴장하고 있는지 예민하게 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
	20-30. 나는 사람들 앞에서 발표할 때					
20	내가 하고 있는 생각에 주의가 간다.	1	2	3	4	5

21	나의 기분 변화에 민감하다.	1	2	3	4	5
22	긴장해서 행동하고 있는지 자꾸 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
23	어떤 기분에 자꾸 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
24	내 의견을 잘 이야기하고 있는지 지나치게 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
25	자주 어떤 생각에 사로잡혀 내 의견을 알아차리기 어렵다.	1	2	3	4	5
26	내가 긴장하고 있는지 예민하게 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
27	자주 어떤 기분에 매여 발표 내용을 놓친다.	1	2	3	4	5
28	자주 어떤 생각이 떠올라 떨치기 어렵다.	1	2	3	4	5
29	얼굴이 붉어지거나 떨고 있는지 계속해서 신경을 쓴다.	1	2	3	4	5
30	내가 적절하게 행동하고 있는지 끊임없이 살핀다.	1	2	3	4	5

부록 3. 수퍼비전 회기 평가도구

아래 문항은 수퍼바이저의 관계와 수퍼비전 경험에 대한 것입니다. 각 문항을 주의 깊게 읽으시고, 최근 6개월 내 진행했던 수퍼비전 경험 중 가장 만족스러웠던 수퍼비전 경험을 떠올리며 응답해주시기 바랍니다.

	문항 (수퍼바이저는...)	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	적절한 때 내게 정서적인 지지를 주었다.	1	2	3	4	5
2	내가 한 인간으로서 수용받고 존중받는 느낌을 갖게 했다.	1	2	3	4	5
3	수퍼비전동안 나를 상담자로서 존중해 주었다.	1	2	3	4	5
4	나를 이해하려고 노력했다.	1	2	3	4	5
5	수퍼비전에 대해 내가 방어적으로 느끼지 않도록 도왔다.	1	2	3	4	5
6	내가 수용할 수 있는 피드백을 주었다.	1	2	3	4	5
7	수퍼비전동안 나와 보조를 맞추었다.	1	2	3	4	5
8	내가 수퍼비전 과정동안 편안하게 느끼도록 도와주었다.	1	2	3	4	5
9	내가 수퍼비전 과정에 적극적으로 참여할 수 있도록 해주었다.	1	2	3	4	5
10	나를 동기화시키고 고무했다.	1	2	3	4	5
11	내가 수퍼비전 과정에 관해 편하게 피드백을 할 수 있도록 했다.	1	2	3	4	5

12	내담자와의 어려움에 대해 이야기할 때 불안하기보다는 배우려는 자세를 갖게 해주었다.	1	2	3	4	5
13	내가 상담사례를 운영하기 위해 해야할 일들(접수면접, 보고서 작성, 연락, 종결처리 등)을 가르쳤다.	1	2	3	4	5
14	상담에서 검사를 유용하게 활용할 수 있도록 도왔다.	1	2	3	4	5
15	내가 내담자의 말과 행동을 이해하는데 도움을 주었다.	1	2	3	4	5
16	내가 구체적인 치료 계획 하에서 내담자와 상담하도록 도왔다.	1	2	3	4	5
17	내가 상담목표를 분명하게 세우도록 도왔다.	1	2	3	4	5
18	내가 사례를 개념화하는데 실제적인 도움을 주었다.	1	2	3	4	5
19	내가 개념화한 내용을 내담자에게 어떻게 전달해야 할지를 논의했다.	1	2	3	4	5
20	내가 진행한 상담회기의 개입성과에 대하여 적절히 다루었다.	1	2	3	4	5
21	내담자에게 적용할 수 있는 개입방법을 찾아보도록 도와주었다.	1	2	3	4	5
22	직접 시범(모델링, 역할연습 등)을 보이면서 상담기술을 가르쳤다.	1	2	3	4	5
23	상담에서의 나의 행동에 관한 유용한 피드백을 주었다.	1	2	3	4	5
24	상담에서의 나의 행동이 내담자에게 어떤 영향을 미치고 있는지 생각해보도록 도왔다.	1	2	3	4	5
25	수퍼비전 회기동안 구체적인 목표를 가지고 나와 작업했다.	1	2	3	4	5
26	수퍼비전의 평가 기준을 분명하게 설명했다.	1	2	3	4	5
27	나의 상담성과를 평가할 때에 공정하게 기준을 적용했다.	1	2	3	4	5

28	나의 상담성과를 평가하기 위해 다양한 방법을 사용했다.	1	2	3	4	5
29	수퍼비전 동안 나의 상담성과에 대한 평가가 이루어졌다.	1	2	3	4	5
30	내가 수퍼비전을 위해 무엇을 준비해와야 할지를 알려주었다.	1	2	3	4	5
31	나에게 기대하는 바가 무엇인지 명확하였다.	1	2	3	4	5
32	정기적 수퍼비전 시간 이외에 긴급한 자문이 필요한 경우 어떤 방법을 취해야 하는지에 대해 알려주었다.	1	2	3	4	5
33	수퍼비전 과정에 대해 구체적으로 구조화했다.	1	2	3	4	5
34	수퍼비전이 효과적인 학습과정이 되도록 적절하게 구성하였다.	1	2	3	4	5
35	약속된 수퍼비전 회기시간을 잘 지켰다.	1	2	3	4	5
36	내가 제출한 상담테이프나 축어록을 미리 충분히 검토하고 수퍼비전에 임하였다	1	2	3	4	5

Abstract

The Relationship Between Good Supervision and Counselor Self-efficacy: The Mediating Effects of Self-focused Attention

Jisu Yoon
Educational Counseling, Department of Education
The Graduate School
Seoul National University

The purpose of the study was to explore the mediating effect of self-reflection and self-absorption in the relationship between good supervision and counselor self-efficacy on novice counselors. 153 novices counselors experience completed online self-report questionnaires including the Counselor Self-Efficacy Scales(CSES), the Supervision Session Evaluation Questionnaire(SSEQ), the Scale for Dispositional Self-focused Attention in Social situation(SDSAS). For data analysis, descriptive statistics analysis, Cronbach's alpha analysis, correlation analysis, multiple regression, and mediation analysis were statistically analyzed by using SPSS 22.0 program and Hayes' SPSS PROCESS macro.

The results of the study are as follows. First, counselor self-efficacy had a positive correlation with good supervision and self-reflection, and a negative correlation with self-absorption. Good supervision correlated positively with self-reflection. Second, self-reflection appeared to have a partial mediating effect in the relationship between good supervision and counselor self-efficacy. Third, the mediating effect of self-absorption was not significant in the relationship between good experience and counselor self-efficacy.

This study is meaningful in that it verified the mechanism of good supervision leading to counselor self-efficacy. This study explored the process of the counselor supervision of novice counselors The results

of this study suggest that in supervision, a sense of efficacy can be promoted by addressing the self-focus attention. Finally, limitations of this study and suggestions for follow-up research were presented.

keywords : novice counselor, supervision, counselor self-efficacy, self-focused attention, self-reflection
Student Number : 2021-25200