



임상심리사 2급



기출해설

2015년 기출문제풀이
〈 기초 심리 치료 / 자문, 교육, 재활 〉

박윤정 교수님



01 벡(Beck)의 인지적 오류와 그 예를 5가지 제시하시오.

① 흑백논리

: 생활사건의 의미를 이분법적 범주 중 하나로 해석하는 오류
자신의 성취를 성공 아니면 실패로 해석하기

② 과잉일반화

: 특수한 상황의 경험으로부터 일반적 결론을 내리고 그와 무관한 상황에서도
그 결론을 적용시키는 오류
예> 시험에 몇 번 실패한 사람이 자신에 대해 “항상 난 실패자야”

③ 정신적 여과

: 특정한 사건과 관련된 일부 정보만 선택적으로 받아들여 마치 전체를 의미 하는 것.
발표 시 대부분의 청중이 긍정적 반응을 보였음에도 불구하고
부정적 반응을 보인 소수의 청중에만 선택적으로 주의를 기울여 실패한 것으로 인식할 때

01 벡(Beck)의 인지적 오류와 그 예를 5가지 제시하시오.

4월

④ 의미확대와 의미축소

: 어떤 사건의 의미나 중요성을 실제보다 지나치게 확대하거나 또는 축소하는 오류

예> 친구의 칭찬은 인사치레로 받아들이고,
친구의 비판은 자신에 대한 진심이라고 해석하는 경우

⑤ 잘못된 명명

: 사람의 특성이나 행위를 기술할 때 과장되거나 부적절한 명칭을 사용하여 기술

예> “나는 쓰레기 같은 사람이다.”

02 놀이치료에서 놀이의 치료적 기능 3가지를 기술하시오.

4월

① 진단기능

: 아동의 발달과정, 가족환경, 기타 요소를 충분히 고려하고 통합적 차원에서 놀이에 대한 진단평가가 이루어져야 한다.

㉠ 놀이를 할 때 나타나는 **행동의 특성에 따른 진단적 평가**

㉡ 놀이를 할 때 나타나는 **놀이 주제 분석을 통한 평가**

② 의사소통

㉠ 어린 아동일수록 언어를 통해 의사소통하기보다는 놀이를 통해 의사소통하는 것이 유용하다.

㉡ 놀이를 통해 자신도 이해하기 어려운 상징적 방법을 사용하여 무의식에 자리 잡은 근원적인 문제를 해결하는 내적 과정을 겪는다.

02 놀이치료에서 놀이의 치료적 기능 3가지를 기술하시오.

③ 놀이의 즐거움

: 놀이가 가지는 즐거움은 정서적 성장을 촉진하고, 심리적 장애를 예방하는 기능

④ 치료동맹

- ㉠ 어린 아동일수록 언어 및 인지기능의 미숙으로 언어를 매개로 치료동맹을 형성하는 것에 어려움이 있다.
- ㉡ 언어능력이 충분히 발달된 청소년의 경우 역시 치료에 대한 저항으로 상담에 거부적일 수 있으며, 이때 놀이를 통해 치료과정에 편안하게 개입할 수 있게 된다.

⑤ 자기표현

: 놀이는 친숙하나 현실과 분리되어 있어 저항이나 방어 없이 자기표현이 가능

03 다음 사례를 REBT의 ABCDE 모델에 맞추어 치료적으로 개입한다면 어떻게 진행될지 추정하여 기술하시오.

4월

회사에서 능력을 인정받고 있는 A씨는 어느 날 회사 업무와 관련하여 사소한 실수를 하였다. A씨의 상사와 동료들은 괜찮다고 위로하였으나, A씨는 자신의 실수를 용납할 수 없었다. A씨는 극심한 좌절감과 수치심을 경험하였고, 스스로 자신의 회사 생활은 끝이라고 생각하고 이직을 고려하고 있다.

- **촉발사건(A) : 'A씨가 회사에서 사소한 실수를 하였다.'**
- **신념(B)**
: '사소한 실수라도 용납할 수 없다. 작은 실수라도 저지르면 나의 회사생활은 끝이다.'
파국화 오류
- **결과(C) : 'A씨는 극심한 좌절감과 수치심을 경험'하였고, 이직까지 고려하고 있다.**

■ 논박하기(D)

: 내담자가 지닌 신념의 합리성을 평가해 비합리적 신념을 합리적인 것으로 변화시키는 것
→ A씨가 가진 비합리적 신념을 합리적으로 변화시키기 위해 논박하는 과정.

예) '사소한 실수가 A씨의 능력과 그간의 업적을 모두 무너뜨릴 만한 것인가?

과거에 그렇게 생각할 만한 현실적 근거나 경험적 근거가 있는가?' 등의 소크라테스식 문답
그 외에도 설명식 논답, 풍자적 방법, 대리적 모델링을 통해 합리적 신념을 전달할 수 있음.

■ 효과적인 철학(E)

: 치료자가 비합리적 신념에 대해 논박하는 과정에서 내담자가 자신의 삶을 더 적응적으로
변화시킬 수 있는 새로운 신념체계, 즉, 효과적인 철학을 형성하도록 돕는다.

→ '사소한 실수가 인생 전체의 실패는 아니다', '사람은 누구나 실수를 한다' 등의

합리적인 신념을 발견한 후 좌절감과 수치심 등의

부정적 정서가 감소되고 의욕과 동기를 되찾아 내담자가 자신의 삶을 더 적응적으로 변화됨.

04 정신분석적 상담 과정에서 나타나는 전이와 역전이에 대해 설명하시오.

4월

<전이>

: 내담자가 과거에 중요한 타인에게 느꼈던 감정이나 환상을 **무의식적**으로 치료자에게 나타내는 것. 예> 아버지, 어머니가 주로 많이 나타남.

치료자에게 보이는 내담자의 전이반응 속에는 **내담자의 무의식 내핵심적 갈등이 있음을** 발견하고, **정신분석의 중요한 치료수단으로** 발견 됨.

치료자가 내담자에게 중립적인 태도를 취하는 이유도 내담자의 전이를 유도하기 위한 것.
효과적인 치료를 위해서는 전이관계가 형성되어야 하며, **전이 분석을 통해** 내담자의 무의식적 갈등이나 방어기제가 자각될 수 있음.

04 정신분석적 상담 과정에서 나타나는 전이와 역전이에 대해 설명하시오.

4월

<역전이>

:치료자가 내담자에게 보이는 전이반응.

역전이는 내담자의 반응을 왜곡할 가능성이 크므로 최소화되어야 한다

→ **교육분석을 통해 치료자 자신의 무의식적 갈등을 충분히 이해하고 해소하는 것이**

필요함. 하지만 최근 역전이의 제거가 불가능하다는 점과 더불어 치료자와 내담자 간의 상호작용을 이해한다는 측면에서 역전이를 치료적으로 활용하는 추세.

> 체계적 둔감법은 울프(Wolpe)에 의해 개발 / 공포증과 같은 불안장애의 치료에 효과적 / 함께 나타나기 어려운 **새로운 반응(신체적 이완)**을 통해 **부적응적 반응(공포반응)**을 **억제하는 상호억제 원리를 이용하는 기법으로**, 일반적으로 다음의 3단계로 이루어진다.

- **1단계 → 불안을 대치할 수 있는 이완훈련을 학습시키는 단계,**
신체적 이완상태와 불안반응은 함께 일어나지 않는다는 상호억제 원리를 이용
- **2단계 → 불안의 위계를 작성하는 단계**
다양한 불안 유발 상황과 주관적인 불안의 정도를 평정하여 위계 목록을 작성.
이때 불안 유발 상황 위계 목록은 10~20개 정도로 작성
- **3단계 → 둔감화 단계**
이완상태에서 불안 위계 목록 중 낮은 수준의 불안 유발 자극부터 순차적으로 노출
이때 상상적 심상을 이용한 노출 또는 실제 상황에 노출하는 것 두 가지 모두 포함
둔감화 단계에서의 탈조건형성 또는 역조건형성을 통해 기존의 형성되어 있던
불안 유발 상황과 불안반응 간의 조건형성을 깨뜨린다.

06 가족치료를 원하는 경우를 2가지 기술하시오.

10월

- ① 내담자의 문제가 가족의 역기능과 관련되어 있는 경우
특히 아동기 및 청소년기 장애의 경우 가족에 의해 문제가 유발되거나 악화되기도 하고
치유되거나 개선되기도 하므로 가족 단위의 치료적 개입이 효과적이다.
- ② 내담자 개인보다
가족 전체를 대상으로 구조와 의사소통 과정 등의 상호작용을 개입하는 것이 효과적인 경우
특히 **관계적 장애, 즉 애착장애, 아동학대, 부부갈등 등의 문제**는 가족 구성원 간의 상호작용
을 중심으로 가족 전체를 개입하는 것이 효과적

07 행동 치료자는 내담자의 행동관찰 시 간접관찰보다 직접관찰을 더 선호한다. 직접
관찰 시 일반적으로 중요하게 보는 특성 6가지를 쓰시오. 10월

① **행동선택** : 관찰대상, 행동분류, 행동이 발생하는 조건 및 상황, 시간대 등을 선택한다.

즉, **관찰할 행동을 선택하여 조작적 정의**를 내린다.

관찰하고자 하는 행동이 어떤 행동이며, 어떤 조건(상황)에서 발생하는지, 어떤 수준에
도달해야 발생했다고 하는지 명확한 기준을 포함해야 한다.

대개 측정의 단위는 행동의 빈도, 백분율, 비율, 속도, 지속시간, 반응 지연시간, 강도

예> 틱 증상 → 눈 깜빡임

- ② **행동유발** : 관찰할 행동이나 상황을 유발할지, 발생할 때까지 기다릴지를 결정한다.
관찰행동을 유발하기 위해 계획되고 표준화된 특정상황을 구성하는 통제관찰법과
집과 학교 등 자연적 환경에서 관찰하게 되는 **자연관찰법** 중 선택한다.
- ③ **행동기록** : 관찰한 행동을 기록하는 다양한 방법을 선택하고 실행한다.
기억, 기록지, 녹화, 생리적 모니터링 시스템, 타이머 등의 방법으로 기록할 수 있다.
- ④ **행동의 부호화** : 관찰한 원자료를 사용 가능한 형태로 부호화할 수 있는 체계를 개발한다.
- ⑤ **행동관찰의 신뢰도 및 타당도** : 관찰 결과의 반복 가능성 및 일관성과 얼마나 타당한지를
고려한다. 일반적으로 행동관찰에서 신뢰도나 타당도를 확보하기는 쉽지 않지만, 관찰자에
대한 충분한 훈련 등을 통해 증진시킬 수 있다.
- ⑥ **행동관찰의 생태학적 타당도** : 내담자가 생활하는 물리적·사회적 환경에서 관찰하기 때
문에 개인의 성향과 문제가 분명하게 드러나므로 생태학적 타당도가 상당히 높다.

08 행동수정의 원리에서 자기-통제의 5가지 단계를 기술하시오.

10월

① 자기관찰

: 치료하고자 하는 목표행동을 변화시키기 위한 자기 통제 과정의 하나로, 행동을 체계적으로 **관찰·기록하여 치료자에게 자신에 관한 자료나 정보**를 제공한다. 이와 같이 자기관찰은 자신의 문제행동의 정도를 알게 해주며, **자기를 관찰하는 것만으로도 행동 변화에 효과적인 치료기술이 될 수 있다.**

② 자기목표 설정

: 내담자가 스스로 자신의 목표를 설정한다는 것은 자기통제의 중요한 단계로서, 목표 설정은 변화를 위한 노력의 유인가이면서 목표를 달성했을 때의 만족감은 보상의 역할을 하게 된다.

③ 자기기록

: 스스로 계획한 행동에 책임감을 갖도록 하는 단계
자신의 행동을 계속 기록하는 것 자체가 가시적인 강화 없이도 문제행동을 감소시키는 영향을 미치기도 한다.

④ 자기평가

: 개인이 수행한 행동의 질을 자기 스스로 판단하는 방법을 말한다.
자기기록으로 얻은 정보와 개인이 설정한 목표 간 비교를 통해 평가가 이루어진다.
자기평가 과정에서 **자기기록에 대한 충분한 검토와 모호하고 현실적이지 못한 자기목표에 대해 수정하는 과정**이 이루어져야 효율적인 자기관리 과정이 이루어진다.

⑤ 자기강화

: 개인의 바람직한 행동에 대해 스스로 긍정적인 강화물을 제공하는 것을 말한다.
자기 통제 훈련의 마지막 단계로, **스스로 자신의 강화를 선택하고 통제할 수 있게 한다.**

09 일반적인 심리치료의 수행 단계에서 빈칸 (A)~(D)에 들어갈 내용을 각각 쓰시오.

10월

(A) → 문제에 대한 평가 → (B) → 치료실시 → (C) → 치료종결 → (D)

- (A) 초기면접
- (B) 치료목표 및 계획 수립
- (C) 치료효과 평가
- (D) 종결 평가 및 사후관리

01 기능저하, 손상, 능력 장애, 불이익(핸디캡)에 대해 기술하시오.

4월

■ 기능저하(dysfunction)

: 정상이라고 생각되는 방식과 범위 내에서 활동 수행 능력이 한정되거나 부족한 상태로, 직무 적응 기술 부족, 사회 기술 부족, 일상생활 능력 수행 부족이 해당

■ 손상(impairment)

: 심리적·생리적·해부적 구조 또는 기능에 있어 상실이나 이상이 생긴 상태로, 환각, 망상, 우울

■ 능력 장애(disability)

: 인간으로서 정상적이라 할 수 있는 범위와 방식으로 행동을 수행하는 능력이 손상으로 인하여 제한되고 결핍된 상태로, 직무 능력, 사교 능력, 일상생활의 유지 능력의 부족

■ 불이익(handicap)

: 특정 개인이 손상이나 능력 저하로 인하여 불이익을 겪게 되는 것으로, 그 개인이 정상적인 역할 수행에 제한이나 장애가 가해지는 상태이다. 취업이 안 되는 것, 거주지가 없는 것이 해당

02 만성정신질환자를 위한 정신사회재활의 일반적 목표 3가지를 기술하시오.

4월

- ① 정신과 환자의 **사회적 적응을 높이고** 삶의 질을 향상시키는 데 목적을 둔다.
- ② 재활 모형은 건강한 면에 **초점을 두고 주어진 환경 안에서**
만족스럽고 보람된 삶을 살도록 하는 데 목적을 둔다.
- ③ 정신장애를 가진 사람의 **역량과 능력 향상에 목적을 둔다.**
(예: 작업장 훈련 및 연계)

기술해설 2015년
임상심리사2급 <실
가>

감사합니다.