

초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담자 소진에 미치는 영향: 상담 중 상태불안과 진로불안의 병렬매개효과*

남 문 옥

아주대 교육대학원 / 석사

김 민 정[†]

아주대 교육대학원 / 교수

본 연구의 목적은 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 상담자의 상담 중 상태불안과 진로불안의 매개효과를 검증하고자 하는 것이다. 이를 위해, 상담경력 3년 이내인 초심상담자를 대상으로 온라인 및 오프라인으로 설문을 실시하여 연구 변인 및 인구통계학적 변인에 대한 자료를 수집하였다. 최종 223명의 자료를 SPSS 23.0 프로그램과 SPSS Process Macro를 이용하여 분석한 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 상담 중 상태불안은 부분매개효과를 나타냈다. 둘째, 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 진로불안은 부분매개효과를 나타냈다. 셋째, 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진 간의 관계에서 상담 중 상태불안과 진로불안의 병렬매개효과를 분석한 결과, 간접경로와 직접경로는 모두 유의미한 것으로 확인되었다. 이러한 결과를 바탕으로 본 연구의 이론적, 실무적 시사점을 제시하였고 본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어 : 초심상담자, 불확실성에 대한 인내력 부족, 상담자 소진, 상담 중 상태불안, 진로불안, 병렬매개효과

* 본 연구는 남문옥(2022)의 아주대학교 교육대학원 석사학위논문 ‘초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족이 소진에 미치는 영향: 상담 장면에서 상담자의 불안과 진로불안의 병렬다중매개효과’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 교신저자 : 김민정, 아주대학교 교육대학원 상담심리, (16499) 경기도 수원시 영통구 월드컵로 206 아주대학교 연암관 821호, Tel : 031-219-1791, E-mail : kimmj@ajou.ac.kr

현대사회의 급변하는 환경 속에서 적응하며 살아가기 위해, 심리적인 문제에 대한 전문적인 도움을 받고자 상담을 필요로 하는 사람들이 점차 증가하고 있다. 사회 전반적으로 상담에 대한 관심과 수요가 늘어나는 추세 속에서, 상담전문가의 양성과 공급의 필요성이 커지고 있다. 이에 따라 최근 공기업 및 일반 기업에서는 직원 복지향상을 위해 상담자를 직접 고용한다거나 일반 상담센터와 근로자 지원 프로그램인 EAP (Employee Assistance Program)협약을 맺고 단기 상담을 제공하는 경우가 많아지고 있다(엄세화, 2021). 교육현장에서도 전문상담교사의 채용이 증가하는 추세로 교육부는 보도 자료에서 2025년까지 전문상담교사를 6천명까지 증원하겠다고 발표하였다(에듀프레스, 2020. 10. 20). 국가자격증인 청소년상담사의 경우, 2020년 기준으로 2급과 3급의 경우만 해도 각각 1,824명과 1,460명이 양성 과정을 수료하였다(한국청소년상담복지개발원, 2020). 따라서 새롭게 배출되는 초심상담자들이 숙련된 상담전문가로 성장하도록 도와주는 것은 매우 중요한 과제라고 할 수 있다.

하지만 상담 현장에서 상담자들은 만성적 스트레스와 정서적 소모를 경험하며 심리적 소진의 위험에 노출되기 쉽다. 소진이란 대인 관련 서비스를 제공하는 사람들이 서비스 제공 대상자들과 밀접한 관계를 유지하며 지속적으로 받게 되는 중압감과 스트레스의 결과를 의미한다(Maslach, 1982). 상담자의 소진은 상담자뿐만 아니라 내담자에게도 악영향을 줄 수 있으며, 저조한 상담의 성과로 이어지게 된다(윤아랑, 정남운, 2011). 선행연구에 따르면, 상담자들은 경력이 적을수록 정서적 소모(심숙영, 1999; 최혜영, 1995)와 비인간화를 더 많이 경험하였으며(최혜영, 1995), 개인적 성취

감의 감소도 더 많이 경험하는 것으로 나타났다(고은하, 2001; Arricale, 2001). 초심상담자의 경우, 첫 상담 전후로 많은 불안과 걱정으로(오정희, 2007) 상담에서 높은 수준의 상태불안을 경험하기 때문에 소진될 확률이 높다(김다희, 2013). 반면에 상담자들의 상담경력이 증가할수록 소진은 감소되는 경향이 나타났다(윤정임, 정남운, 2009). 이는 초심상담자들이 경력 상담자들에 비해 소진에 취약하며, 소진을 경험할 가능성이 높다는 것을 시사한다. 따라서 짧은 경력을 가진 초심상담자의 경우에도 소진이 나타날 수 있을 것으로 사료된다. 특히 3년 이내의 적은 경력을 가진 초심상담자들은 경력이 많은 상담자들에 비해 상담 경험과 자신감이 부족하기에 상담에서 내담자들이 비협조적인 태도와 불만, 그리고 조기 종결의사 등을 표현할 때, 많은 어려움과 좌절을 겪게 된다(김길문, 정남운, 2004). 이 외에도 초심상담자들은 상담자로서 전문성을 갖추기 위한 수련과정에서 겪는 여러 어려움들과 불확실한 미래 등으로 크나큰 부담과 스트레스, 좌절과 무력감 등을 경험하게 된다(정경빈, 조성호, 2009). 그리고 이러한 좌절감과 무력감은 내담자에 대한 관심과 집중력 저하 등으로 상담의 성과에도 악영향을 주며, 초심상담자들을 다른 발달 단계의 상담자들보다 쉽게 소진되게 만든다(김길문, 정남운, 2004). 따라서 초심상담자들이 전문성과 좋은 자질을 갖춘 상담전문가로 성장하기 위해서는 소진을 예방하는 것이 매우 중요하다고 볼 수 있다.

초심상담자의 소진을 예측하는 주요 변인으로 불확실성에 대한 인내력 부족에 주목할 필요가 있다. 왜냐하면 상담자들은 상담에서 다양한 내담자들을 만나고 매 회기마다 다른 이야기를 나누기 때문에, 어떤 일이 일어날지

예상하기 힘든 상황 속에 놓여 있고, 전문성에 비해 낮은 급여체계, 불안정한 고용 등으로 불안정한 직업을 경험하고 있기 때문이다(신은미, 손영철, 2019). 게다가 초심상담자는 여러 상담이론들과 추상적인 개념을 학습하고 이를 다양한 내담자가 있는 가변적인 현장에 적용해야 하는 상황에 처음 노출됨으로서 혼란을 겪게 된다(Levitt, & Jacques, 2005). 이렇듯 예측할 수 없는 불확실성이 만연한 상담분야의 특성상, 불확실성에 대한 인내력은 상담자가 갖추어야 할 중요한 자질로 언급되어 왔다(이장호, 1995; Corey, 2009). 특히 초심상담자들은 자신의 내담자가 즉각적인 변화를 보이지 않으면 불안해하는 경우가 많은데, Corey(2009)는 초심상담자가 숙련된 전문적인 상담자로 성장하기 위해서는 상담 초기에 보일 수 있는 내담자의 불확실하고, 불안정한 상태를 수용하고 인내하는 법을 배워야 한다고 하였다. 불확실성에 대한 인내력 부족은 불확실한 사건이나 상황에 대한 정서, 행동, 인지의 부정적인 반응 경향성(Dugas et al. 2004)을 의미한다. 불확실성에 대한 인내력이 낮은 사람들은 실제로 사건이 발생할 가능성의 유무와 상관없이 부정적인 사건이 발생할 수 있다는 것을 받아들이기 힘들어한다(Dugas et al. 2001). 이들은 부정적인 사건이 발생할 가능성이 존재하며, 그 발생 여부를 예측할 수 있는 명확한 방법이 없다는 사실을 견디기 어려워한다. 따라서 이들은 모호하고 불확실한 정보에 대해서 위협적이라고 인식하는 경향이 있고(Hedayati et al. 2003), 이 정보가 명확해지지 않는 이상 지속적으로 염려하는 특징을 갖는다(Dugas et al. 2004). 선행연구에 따르면, 불확실성에 대한 인내력이 부족한 상담자일수록 불확실한 상황을 견디지 못하고 어려움을 크

게 느끼게 되어 소진을 높게 경험하는 것으로 나타났다(신은미, 손영철, 2019). 그들은 상담 현장에서 일어나는 예기치 못한 일들과 상황에 능력을 효과적으로 발휘하지 못하고 실패와 좌절이 반복되면서, 직무스트레스가 가중되고 자기효능감이 낮아져서 쉽게 소진될 수 있다(이기쁨, 2022). 하지만 불확실성에 대한 인내력 부족은 기질, 성격적 속성이 있는 특성요인(Buhr, & Dugas, 2002; Koerner, & Dugas, 2008)이므로 불확실성에 대한 인내력 부족에 개입하여 변화를 일으키는 것은 한계가 있을 수 있다(오영아, 정남운, 2011). 따라서 초심상담자의 소진을 낮추기 위해, 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진과의 관계에 유의미한 영향을 미치는 것으로 예상되는 변인을 찾아 개입할 필요가 있다고 사료된다.

본 연구에서는 초심상담자의 불안을 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진 간의 관계에 영향을 미치는 변인으로 예상하였다. 불확실성에 대한 인내력 부족은 진로불안(유소영, 2017), 사회불안(이연실, 2020), 은퇴불안(김수연, 권경인, 2020), 및 범불안장애(Ladouceur et al. 2000) 등 여러 불안장애와 연관성이 높은 것으로 보고되었다. 이는 불확실성에 대한 인내력이 부족할수록, 불확실한 상황을 부정적으로 여기고 견디기 어려워하여, 과도한 걱정(Dugas, & Ladouceur, 2000)으로 불안에 빠지기 쉽다(신은경, 2012)는 보고와 일맥상통한다. 그리고 상담자의 불안은 소진을 설명하는 주요한 요인(이형주, 최해림, 2010)으로, 상담자의 불안이 높을수록 정서적으로 많은 소모를 하게 되어 소진을 더 경험하게 되는 것으로 보고되었다(조문주, 2007). 이러한 선행연구들을 통해, 초심상담자가 불확실성에 대한 인내력

이 낮을수록 불안 수준이 높아지게 되어 소진으로 이어질 가능성이 높다는 것을 추측해 볼 수 있다.

본 연구에서는 상담 현장에서 불확실성에 대한 인내력 부족과 관련된 불안으로 상담 중 상태불안과 진로불안을 고려하였다. 초심상담자의 경우 상담 내적으로는 상담 중 숙련되지 않은 상담자로서 불안을 경험할 것이며, 상담 외적으로는 열악한 업무 환경이나 처우 및 수련과정에서의 경제적 부담 등으로 인해 상담자로서 불확실한 자신의 미래에 대해 진로불안을 경험할 수 있을 것이다. 우선, 상담자의 상담 중 상태불안은 상담 중에 상담자가 경험하는 일시적인 상태의 불안(김양선, 2017)으로, 상담자가 상담 과정 중에 두려움, 걱정, 긴장과 같은 불쾌한 정서를 경험하는 주관적 상태를 의미한다. 선행연구(김지연 등, 2009)는 초심상담자는 상담에 대한 확신이 부족하고 상담 중 내담자의 반응에 영향을 많이 받는 점을 어려움으로 지각한다고 보고하여 초심상담자가 상담 중 상태불안에 특히 취약함을 시사하였다. 불안은 개인이 지닌 기질 및 성격적인 측면과 관련된 특성불안과 특정 상황을 위협적으로 지각하면서 유발되는 일시적인 정서 상태인 상태불안으로 구분(Spielberger, 2013)되기도 하는데, 상담 장면, 즉, 상담 중이라는 특정한 상황에서 경험하는 불안은 상태불안에 해당한다(주소현, 2018). 선행연구는 초심상담자의 특성불안과 상태불안 중 소진과 더 큰 관련이 있는 것은 상태불안(이형주, 최해림, 2010)이며, 상담자의 상태불안이 소진으로 이어진다(김양선, 신호정, 2017)고 보고하였다. 또한, 상담에서 불안 수준이 높은 상담자일수록 공감능력이 낮고(주성욱, 1999; Bergin, & Solomon, 1970), 상담협력관계가 좋지 않으며,

더 나아가 상담 성과(홍수현, 최해림, 2001) 및 상담자의 소진에도 악영향을 미치는 것으로 보고되었다(김다희, 2013). 따라서 본 연구에서는 초심상담자의 상담 중 상태불안이 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진의 관계를 매개할 것으로 가정하였다.

초심상담자에게는 진로불안 역시 소진과 관련된 주요한 불안으로 작용할 수 있다. 진로불안은 개인의 진로와 관련된 불안이며, 미래의 진로에 대한 두려움, 근심, 걱정, 긴장 등 불쾌한 정서를 경험하는 주관적 상태이다(유소영, 연구진, 2021). 이러한 진로불안은 단지 자신의 진로를 결정을 하지 못한 사람들에게만 해당되는 것이 아니다. 진로를 결정하지 못한 사람들뿐만 아니라 국가고시 준비생들처럼 자신의 진로를 결정했다더라도 자신의 진로와 미래에 대한 두려움과 걱정, 불편감 등으로 진로불안을 경험할 수가 있다(박현, 2014). 또 다른 선행연구(권순형 등, 2020)에서도 진로를 이미 선택하였지만 프로축구선수가 될 확률이 매우 희박한 현실의 문제 앞에서, 중·고등학교 축구선수들이 갖고 있는 진로불안에 대한 연구가 진행된 바 있다. 이는 대학생들을 대상으로 ‘진로 결정-미결정’과 ‘진로 선택에 대한 편안-불편’을 측정했을 때, 진로를 결정했지만 불편함을 나타낸 참여자가 가장 많았다고 보고한 선행연구(최은영, 2010)와 같은 맥락이라 볼 수 있다.

선행연구는 사회불안, 수행불안, 취업불안, 은퇴불안 등 특수한 상황에 따라 불안을 구분해 왔다(조규관, 2008). 하지만 이러한 불안들은 해당 상황에 처했을 때 불안을 경험하는 것으로, 진로를 결정하였음에도 느끼는 진로에 대한 불안감을 설명하기에는 한계가 있다(전유림, 2021). 취업 불안을 진로불안과 유사

한 개념으로 보고한 연구(심지은 등, 2011; 신현균, 장재운, 2003)도 있지만, 진로란 개인의 일생에 걸친 일과 관련된 모든 활동이며, 취업불안에 비해 더 넓은 의미를 가진 포괄적인 개념(유소영, 연구진, 2021)으로 볼 수 있기 때문에, 진로를 선택했지만 자신의 진로에 대해 확신을 갖지 못하고 느끼는 불안감을 취업불안으로 설명한다거나 간주하는 것은 적절하지 않다고 사료된다. 따라서 본 연구에서는 상담자가 되기로 진로와 직업을 선택했음에도 불구하고 여전히 자신이 선택한 진로에 대해 느끼는 불안감을 상담자의 진로불안으로 보았다. 특히, 초심상담자들은 상담자로서 진로를 정했지만 전문성을 쌓고 상담관련 자격증을 갖춘 상담전문가가 되기 위해 거쳐야 하는 수련과정이 있다. 하지만 초심상담자들이 상담관련 자격증을 갖추기 위한 준비과정은 길고 어려우며 전문성을 갖추는 과정도 기준이 모호하기 때문에, 수련과정 중에 겪는 어려움이 많다(Skovholt, & Ronnesad, 2003). 이러한 일련의 과정 속에서 초심상담자들은 여러 심리적·사회적 어려움을 겪으며 진로에 관한 불안감을 경험하게 된다(유소영, 2017; 전유림, 2021). 초심상담자를 대상으로 한 선행연구(정경빈, 조성호, 2009)에 의하면, 초심상담자들에게는 불확실한 미래가 스트레스 요인으로 작용하고 있었다. 그들은 경제적·시간적 투자비용에 대한 부담과 수입이 매우 불안정하다는 것, 긴 수련과정에도 불구하고 나중에 상담전문가가 된다는 보장이 없다는 사실에 자신이 선택한 진로에 대해 불안감을 느끼는 것으로 나타났다.

초심상담자의 진로불안과 불확실성에 대한 인내력 부족 및 소진과의 직접적 관계를 다룬 연구는 현재까지 보고되지 않았다. 하지만 초

심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족에서 진로불안으로 가는 직접 경로가 유의한 것으로 나타난 연구(유소영, 연구진, 2021; 이기쁨, 2022)가 있으며, 고등학생의 진로불안이 높을수록 개인의 삶에 대한 만족도가 떨어지고(서성식, 이종연, 2017), 교사의 삶의 만족도가 떨어질수록 더 많이 소진(조용성, 2014)된다는 보고가 있었다. 이 밖에도 불확실성에 대한 인내력 부족이 다양한 불안으로 이어지고(김수연, 권경인, 2020; 이연실, 2020; Ladouceur et al. 2000) 상담자의 불안이 소진으로 이어진다(조문주, 2007)는 선행연구를 고려할 때, 진로불안이 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진 간의 관계에 영향을 미치는 변인인 것으로 예상된다.

초심상담자의 소진에 영향을 미치는 요인들의 구조적 관계를 파악하여 개입 방안을 모색하는 것은 초심상담자들이 상담자로서 역할을 다하고, 숙련상담자로 원활하게 성장하도록 돕는데 유용할 것이다. 이에 본 연구에서는 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진의 관계에서 상담 중 상담자의 상태불안과 진로불안의 매개효과를 가정하고 검증하였다. 본 연구를 통해, 초심상담자의 소진과 관련된 변인에 대한 이해를 확장할 수 있는 초심상담자 소진 모델의 이론적 틀을 제시할 수 있을 것으로 사료된다. 또한, 초심상담자에게 특히 취약한 상담 중 상태불안과 진로불안의 매개효과를 살펴봄으로써 초심상담자의 소진 예방을 위해 해당 변인에 개입할 이론적 근거를 제공할 수 있을 것으로 기대한다.

본 연구는 지금까지 살펴본 선행 연구 결과를 토대로 하여 그림 1과 같은 연구 모형을 설정하고 이를 검증하고자 한다. 이에 따른 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

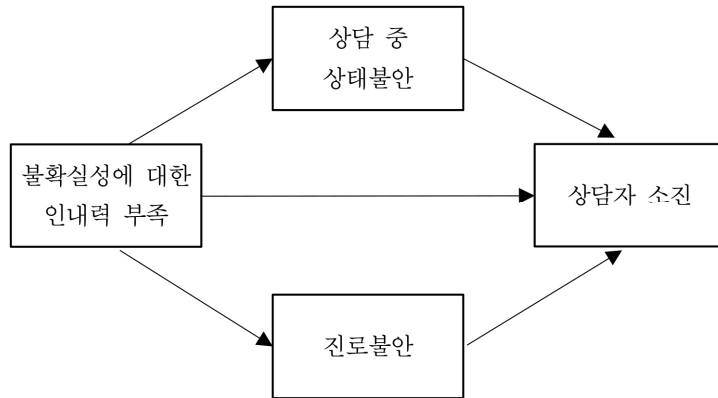


그림 1. 연구모형

연구문제 1. 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 상담 중 상태불안은 매개효과가 있는가?

연구문제 2. 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 진로 불안은 매개효과가 있는가?

연구문제 3. 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 상담 중 상태불안과 진로불안의 병렬매개효과가 있는가?

방 법

연구 대상 및 연구 절차

본 연구는 사설 상담센터와 공공 상담센터, 대학부설 상담센터, 학교, 병원 등에서 활동하고 있는 초심상담자들을 대상으로 실시되었으며, 임의 표집 방법으로 수집 되었다. 초심상담자의 기준은 연구마다 다소 차이가 있어서 현재까지는 초심상담자에 관한 기준이 명확하지는 않지만, 국내 선행 연구(김미지, 2006; 정

경빈, 조성호, 2009; 차영은, 2012; 이윤지, 2015)에서는 대개 3년 이하의 상담 실무 경력과 상담 전공 학사 취득이나 상담 전공 석사 재학 이상의 상담자를 초심상담자로 정의하고 있다. 초심상담자 동향에 관한 선행연구(송수경, 구자경, 2017)에 따르면, 국내 논문에서는 초심상담자 선정 기준으로 크게 상담경력, 학력수준, 수련 정도 중에서 2개 이상을 적용하는 경우가 많은 것으로 보고되었다. 그 중 상담경력을 기준으로 한 총 18개 논문 중에는 상담경력 3년 이하를 기준으로 초심상담자를 정의한 연구가 9편으로 가장 많았고, 다음으로 경력 2년 이하가 2편, 3학기 이하가 2편 등으로 나타났다. 학위수준을 기준으로 초심상담자를 정의한 논문 13편 중에는 석사 재학 이상을 기준으로 한 논문이 8편으로 가장 많았고 그 다음으로 석사 졸업 이상이 3편이었다. 수련 정도를 기준으로 한 총 12편의 논문 중에는 인턴 중이거나 인턴 수료자를 초심상담자로 본 논문이 6편으로 가장 많았다. 한국상담심리학회에서는 학사학위 취득 후, 2년(24개월) 이상의 상담경력 또는 석사 입학 후, 1년(12개월) 이상의 상담경력을 상담심리사 2급

표 1. 연구 대상의 인구통계학적 특성 (N=223)

	구분	빈도(명)	비율(%)
연령	20대	42	18.83
	30대	108	48.43
	40대	67	30.05
	50대 이상	5	2.24
	무응답	1	.45
	성별	남	32
여		190	85.20
기타		1	.45
학력	학사 졸업 (대졸)	32	14.35
	석사과정 재학	42	18.83
	석사과정 수료	19	8.52
	석사과정 졸업	113	50.67
	박사과정 재학	8	3.59
	박사과정 수료	1	.45
	박사과정 졸업	8	3.59
	근무지* (중복 응답 가능)	서울	85
경기		111	47.44
기타		38	16.24
상담경력	6개월 미만	27	12.11
	6개월 이상~ 1년 미만	39	17.49
	1년 이상~ 1년 6개월 미만	49	21.97
	1년 6개월 이상 ~ 2년 미만	34	15.25
	2년 이상~ 2년 6개월 미만	32	14.35
	2년 6개월 이상~ 3년 미만	42	18.83
근무유형	전임상담원(정규직)	32	14.35
	전임상담원(계약직)	65	29.15
	시간제상담원(파트타임)	79	35.43
	인턴 및 수련과정중	46	20.63
	기타	1	.45

* 다수의 근무지에서 근무하는 상담자가 많은 현실을 고려하여, 근무지는 중복 응답이 가능하도록 하였고, 다중 반응 빈도분석을 실시하였다. 근무지 구분에서 기타 지역은 강원[1명(.43%)], 경남[7명(2.99%)], 경북[3명(1.28%)], 대구[3명(1.28%)], 부산[12명(5.13%)], 울산[1명(.43%)], 전남[1명(.43%)], 세종[1명(.43%)], 대전[2명(.85%)], 충남[3명(1.28%)], 충북[2명(.85%)], 제주[2명(.85%)] 지역에 해당한다.

응시자격의 기준으로 두고 있어 학력수준과 상담경력을 모두 제시하고 있다. 위와 같은 선행연구를 토대로 본 연구의 대상은 1) 상담 관련 분야의 ‘학사학위 취득’ 또는 ‘석사과정 이상’으로 2) 실제 내담자를 대상으로 한 상담자 경험이 있고(학위과정 중 수업에서 진행한 상담은 포함되지 않음) 3) ‘첫 사례 시작 기준 상담경력이 3년 이내’인 상담자로 제한하였다. 설문은 2021년 3월 27일부터 2021년 4월 23일까지 약 4주 간에 걸쳐 진행되었고, 오프라인과 온라인 설문을 통해 자료를 수집하였다. 연구의 목적 및 비밀보장 등 연구윤리 등에 대해 안내하고, 연구 참여에 자발적으로 동의한 경우에만 설문에 참여하도록 하였다. 설문지는 자기보고식 검사로 진행되었고, 응답 시간은 약 10~15분 정도 소요 되었다. 총 245부를 배부하여 약 98.77%의 자료가 회수되어 242부가 수집되었으며, 연구 대상에 해당하지 않거나 중복 응답, 불성실하게 응답한 19명을 제외한 총 223부를 최종 분석 자료로 사용하였다. 본 연구에 참여한 연구대상의 인구통계학적 특성은 표 1에 제시하였다.

측정 도구

불확실성에 대한 인내력 부족

초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족을 측정하기 위한 도구로 Freeston 등(1994)이 개발하고 Buhr와 Dugs(2002)가 영어 판으로 타당화한 불확실성에 대한 인내력 부족 척도(Intolerance of Uncertainty Scale: IUS-27)를 이아라(2013)가 한국어로 번역하여 타당화한 척도를 사용하였다. IUS-27은 불확실한 것은 참을 수 없고 피해야만 함 7문항, 불확실한 것은 나쁘다는 신념 8문항, 불확실성과 관련된 좌

절 4문항, 불확실성이 스트레스를 유발함 5문항, 불확실성이 수행을 방해 3문항으로 5개의 하위 요인, 총 27문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 리커트 5점 척도이며(1점: 전혀 그렇지 않다, 5점: 매우 그렇다), 점수가 높을수록 불확실성을 참고 견디기 힘들어하는 경향이 크다는 것을 의미한다. Buhr와 Dugas(2002)의 연구에서 전체 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .94였고, 이아라(2013)의 연구에서는 .94, 본 연구에서는 .95로 나타났다.

상담자 소진

초심상담자의 소진을 측정하기 위해, Lee 등(2007)이 개발한 상담자 소진 척도 CBI(Counselor Burnout Inventory)를 Yu(2007)가 한국 문화에 맞게 타당화한 한국판 상담자 소진 척도 K-CBI(Korean Counselor Burnout Inventory)를 사용하였다. 소진 관련 연구에서 가장 널리 사용되는 심리적 소진의 측정도구인 MBI(Maslach Burnout Inventory)는 상담자만을 위해 개발된 척도가 아니라서 상담자의 소진 정도를 정확히 측정하기에는 한계가 있다. 이러한 필요에 의하여 Lee 등(2007)은 상담이라는 직무 특성을 고려한 최초의 상담자 소진 척도인 CBI를 개발하였다. 이 척도는 신체적 피로감 4문항, 무능감 4문항, 비협조적인 업무환경 4문항, 내담자 가치 저하 4문항, 사생활 악화 4문항으로 5개의 하위요인, 총 20개의 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 리커트 척도를 사용하여(1점: 전혀 그렇지 않다, 5점: 매우 그렇다) 총점이 높을수록 상담자의 소진이 높은 수준임을 나타낸다. Yu(2007)의 연구에서 전체 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .92이며, 본 연구에서는 .94로 나타났다.

상담 중 상태불안

상담 중 상담자가 경험하는 상태불안을 측정하기 위해, Spielberg 등(1983)이 제작하고 한덕웅 등(1995)이 한국어판으로 수정하고, 타당화한 상태-특성 불안 검사 STAI-Y형 총 40 문항에서 상태불안 검사 20문항만을 본 연구의 목적에 맞게 지시문을 수정하여 사용하였다. 상담을 수행하는 중에 상담자가 느끼는 심리적인 불안 상태를 측정하기 위해 STAI-Y형의 상태불안 척도 20문항을 활용한 선행연구(주소현, 2018)를 참조하여, 본 연구에서도 질문지의 상단에는 ‘최근 상담 상황에서 상담자로서 느끼는 자신의 상태를 가장 잘 나타내는 곳에 표시해 주십시오.’ 라는 지시문을 제시하여 상담 중 경험하는 불안 상태를 묻는 문항임을 명확히 하였다. 각 문항은 리커트 4점 척도로(1점: 전혀 그렇지 않다, 4점: ‘매우 그렇다’), 총점이 높을수록 불안 수준이 높다는 것을 의미한다. 한덕웅 등(1995)이 보고한 상태불안 척도의 전체 신뢰도 계수(Cronbach’s α)는 .92였고, 주소현(2018)의 연구에서는 .92, 본 연구에서는 .91로 나타났다.

진로불안

초심상담자들의 진로불안을 측정하기 위하여, 조규판(2008)이 개발한 취업불안 척도를 본 연구의 목적에 맞게 수정 및 보완하여 사용하였다. 취업불안 척도(조규판, 2008)는 3개의 하위요인(취업불안 상태, 취업불안 유발상황, 취업불안 유발요인), 총 28문항으로 구성되어 있다. 이 척도는 이미 진로를 선택했지만 선택한 진로에서 더 나아가는 것에 대한 불안을 갖고 있는 중·고등학교 축구선수(권순형 등, 2020)와 대학 검도선수들(정용석, 2021)의 진로불안을 측정하기 위해, 연구의 목

적에 적합하게 변형되어 진로불안 척도로 사용되었다. 유소영(2017)은 초심상담자가 진로를 생각할 때에 겪는 심리적 또는 신체적 불안을 측정하기 위하여 취업불안 척도 중 취업불안 상태를 묻는 10문항만을 ‘상담자로서의 자신의 진로를 생각했을 때’ 라는 표현을 추가하고 ‘취업’이란 단어를 ‘진로’로 수정하여 진로불안을 측정하는 도구로 사용한 바 있다. 본 연구에서는 유소영(2017)의 연구를 토대로 취업불안 척도(조규판, 2008) 28문항에 1) ‘상담자로서의 자신의 진로를 생각했을 때’를 추가하고 2) ‘취업’을 ‘진로’로 수정한 후, 3) 문항들이 초심상담자의 진로불안을 측정하기에 적절한지 상담전문가 5명¹⁾과 초심상담자 5명²⁾에게 의뢰하여 내용타당도를 검증하였다. 최종적으로 타당도가 80%이상인 문항만을 선택하여 진로불안 척도로 사용하였다. 이 과정에서 초심상담자의 진로불안을 측정하기에 문항의 내용이 적절하지 않다고 판단되는 5개의 문항이 제거³⁾되어 총 23문항이 사용되었다.

- 1) 상담전문가 5명은 심리학 박사학위 소지자 3명과 교육학 박사학위 소지자 2명이며, 모두 한국상담심리학회 상담심리전문가로 주 수퍼바이저 자격이 있는 자로 구성되었다.
- 2) 초심상담자 5명은 본 연구의 연구대상 기준과 동일한 자로 구성되었다.
- 3) 제거한 문항 및 평정자들이 제시한 부적절 이유는 다음과 같다.
 - 나는 상담자로서 진로만 생각하면 가슴이 두근거린다(부적절 이유: 가슴이 두근거리는 경우는 긍정적이거나 부정적인 경우 등 다양할 수 있어 모호함)
 - 학년이 올라가고 졸업이 다가올수록 불안하다(부적절 이유: 초심상담자는 졸업생들이 많기 때문에 초심상담자 전체에게 적절한 문항이 아니라고 여겨짐)
 - 졸업을 하고 무엇을 하고 살아야할지 막연할 때

각 문항은 리커트 5점 척도이며(1점: 전혀 그렇지 않다, 5점: 매우 그렇다), 총점이 높을수록 진로불안이 높은 수준이라는 것을 의미한다. 설문지 상단에 초심상담자라는 특정 대상이 상담자로서 자신의 진로를 생각할 때 느끼는 불안을 측정하기 위해, ‘상담자로서 자신의 진로를 생각했을 때, 자신의 모습을 가장 잘 나타낸다고 생각되는 번호에 표시해 주십시오.’라는 지시문을 제시하였다. 권순형 등(2020)의 연구에서 하위요인의 내적 합치도 계수(Cronbach's α)는 .863~.933으로 보고되었으며, 본 연구에서의 전체 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .97로 나타났다.

자료 분석

본 연구에서는 수집된 연구 자료의 분석과 연구가설의 검증을 위하여 SPSS 23.0 프로그램과 SPSS Process Macro(Hayes, 2018)를 사용하였다. 구체적인 분석절차 및 방법은 다음과 같다. 첫째, 연구에 참여한 대상자들에 대한 인구통계학적 특성을 알아보기 위해 빈도 분석을 실시하였으며, 본 연구에서 사용된 측정도구의 신뢰도를 검증하기 위하여 신뢰도 분석을 통해 내적 합치도 계수(Cronbach' α)를 산출하였다. 둘째, 자료의 평균, 표준편차, 왜도와 첨도 등을 확인하기 위해 기술통계분석을 실시하였다. 셋째, 본 연구에 사용된 변인들

간의 관련성을 확인하기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 넷째, 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진의 관계에서 상담 중 상태불안과 진로불안의 매개효과를 검증하기 위해, SPSS Process Macro Model 4(Hayes, 2018)를 활용하여 분석을 실시하였다. SPSS Process Macro를 통한 다중매개분석 방법은 여러 단계에 걸쳐 분석을 실시하는 Baron과 Kenny(1986)의 매개효과 분석 방법에 비해 간단하고, 여러 매개변인을 동시에 고려하여 직접 및 간접효과를 확인할 수 있다는 장점을 갖고 있기(이지원, 이기학, 2014) 때문이다. 이외에도 Baron과 Kenny(1986)의 방법이 매개효과 중 일부 형태를 검증하는데만 유용하다는 비판(Zhao et al. 2010)이 제시되어, 본 연구에서는 SPSS Process Macro 를 사용하여 매개모형을 검증하는 것이 적절한 것으로 판단하였다. 이때, 매개모형의 통계적 유의성을 검증하기 위해 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 사용하였다. 본 연구에서 사용한 Bootstrap 표본 수는 5000개이며, 부트스트래핑을 통해 95% 신뢰구간에서 0이 포함되지 않는 경우 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 해석한다.

결 과

상관관계 및 기술통계

본 연구에서 사용된 주요 변인들 간의 관련성 파악을 위해 Pearson 상관분석을 실시하였으며, 그 결과를 표 2에 제시하였다. 분석 결과, 불확실성에 대한 인내력 부족은 상담 중 상태불안($r=.576, p<.01$), 진로불안($r=.711, p<.01$), 상담자 소진($r=.676, p<.01$)과 각각 유의한

불안하다(부적절 이유: 재학 중인 학생 중 진로 미결정자에게 해당하는 문항으로, 일반적인 초심 상담자에 해당하지 않는 문항으로 여겨짐)
- 낮은 성적 때문에 취업이 잘 안될 것 같아 불안하다 / 저조한 영어실력 때문에 취업이 잘 안될 것 같아 불안하다(부적절 이유: 영어실력과 성적은 상담자의 진로와 관련성이 크지 않아 보임)

표 2. 주요 변인들 간의 상관분석 및 기술통계 결과 (N=223)

주요 연구 변인	불확실성에 대한 인내력 부족	상담 중 상태불안	진로불안	상담자 소진
불확실성에 대한 인내력 부족	-			
상담 중 상태불안	.576**	-		
진로불안	.711**	.652**	-	
상담자 소진	.676**	.652**	.715**	-
평균	2.841	2.345	2.845	2.694
표준편차	.731	.472	.926	.789
왜도	-.107	-.214	-.227	-.101
첨도	-.751	.065	-.738	-.548

주. ** $p < .01$

정적상관을 나타냈다. 상담 중 상태불안은 진로불안($r = .652, p < .01$), 상담자 소진($r = .652, p < .01$)과 각각 유의한 정적 상관을 보였으며, 진로불안은 상담자 소진과 유의한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다($r = .715, p < .01$). 모든 변인들 간에 상관계수가 유의하게 나타났으나, 상관계수가 모두 .9 이하로, 다중공선성을 일으킬만한 수준은 아니었다(Kline, 2005).

다음으로 본 연구에 사용된 주요 변인인 불확실성에 대한 인내력 부족, 상담 중 상태불안, 진로불안, 상담자 소진의 특성 및 경향성을 알아보기 위해 기술통계 분석을 실시하여 각 변인들의 평균, 표준편차, 왜도 및 첨도를 확인하였다. 표 2에 제시된 기술통계 결과를 살펴보면, 측정변인들의 왜도는 -.227에서 -.101, 첨도는 -.751에서 .065의 범위로 왜도와 첨도의 절대 값은 각각 2와 7을 넘지 않았기 때문에 정규분포 가정을 충족시키는 것으로 확인되었다(Curran et al. 1996).

개별 매개효과 분석

불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 상담 중 상태불안의 매개효과

초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 상담 중 상담자의 상태불안의 매개효과를 검증하기 위하여 SPSS Process Macro Model 4(Hayes, 2018)를 활용하였고, 그 결과는 표 3-1에 제시하였다. 우선, 1단계에서 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담 중 상태불안으로 가는 회귀모형은 통계적으로 유의하였으며($F = 109.612, p < .001$), 모형의 설명력은 33.2%($R^2 = .332$)로 나타났다. 이때, 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담 중 상태불안에 미치는 영향력은 정적으로 유의하여($\beta = .576, p < .001$), 불확실성에 대한 인내력이 부족할수록 상담 중 상태불안이 높아지는 것으로 나타났다. 2단계 회귀모형 역시 통계적으로 유의하게 나타났으며($F = 140.423, p < .001$), 상담 중 상태불안이 상담자 소진으로 가는 경로를 통제된 상태에서 불확실성에 대한 인내력 부족

이 상담자 소진에 미치는 영향은 정적으로 유의하였다($\beta=.450, p<.001$). 또한 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담자 소진으로 가는 경로를 통제된 상태에서 상담 중 상태불안이 상담자 소진에 미치는 영향력도 정적으로 유의하였으며($\beta=.393, p<.001$), 이 모형의 설명력은 56.1%($R^2=.561$)로 확인되었다. 즉, 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담 중 상태불안으로 가는 경로와 상담 중 상태불안이 상담자 소진으로 가는 경로가 유의미하여, 상담 중 상태불안이 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진의 관계에서 매개효과를 갖는 것으로 판단되었다. 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담자 소진으로 가는 직접경로와 상담 중 상태불안을

통해서 가는 간접경로의 유의성을 검증하기 위해 부트스트래핑을 실시하였고, 그 결과를 표 3-2에 제시하였다. 불확실성에 대한 인내력 부족이 소진으로 가는 직접경로의 효과크기는 .485이며, 95% 신뢰구간에서 하한 값과 상한 값이 각각 .369와 .602으로 나타나 0이 포함되지 않았다. 또한 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담 중 상태불안을 통해 소진으로 가는 간접경로의 효과크기는 .244이고, 95% 신뢰구간에서 하한 값은 .170이고, 상한 값은 .322로 모두 0보다 큰 값으로 0이 포함되지 않았다. 따라서 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담자의 소진에 미치는 직접효과와 상담 중 상태불안을 통한 간접효과 모두 유의미한 것으로

표 3-1. 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 상담 중 상태불안의 매개효과

단계	변수		비표준화계수		표준화계수		t(p)	R ²	F(p)
	독립변인	종속변인	B	SE	β				
1	불확실성에 대한 인내력 부족 (x)	상담 중 상태불안(M1)	.371	.035	.576	10.470***	.332	109.612***	
		상담자 소진(Y)	.485	.059	.450	8.234***			
2	상담 중 상태불안 (M1)	상담자 소진(Y)	.657	.091	.393	7.193***	.561	140.423***	
		상담 중 상태불안(M1)							

주. *** $p<.001$

표 3-2. 직접효과 및 상담 중 상태불안을 통한 간접효과 유의성 검증

경로	경로	Bootstrap 추정치		95% 신뢰구간	
		효과크기	SE	LLCI	ULCI
직접효과	불확실성에 대한 인내력 부족 → 상담자 소진	.485	.590	.369	.602
간접효과	불확실성에 대한 인내력 부족 → 상담 중 상태불안 → 상담자 소진	.244	.038	.170	.322
	총효과(Total effect)	.730	.053	.624	.835

주. Number of bootstrap samples= 5000

판단하였다.

불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 진로불안의 매개효과

초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 진로불안의 매개효과를 검증하기 위해 SPSS Process Macro Model 4(Hayes, 2018)를 활용하였고, 그 결과는 표 4-1에 제시하였다. 1단계 분석 결과, 불확실성에 대한 인내력 부족이 진로불안으로 가는 회귀모형은 통계적으로 유의하였으며($F=226.141, p<.001$), 모형의 설명력은 50.6%($R^2=.506$)로 나타났다. 이때, 불확실성에 대한 인내력 부족이 진로불안에 미치는 영향력은 정적으로 유의하여($\beta=.711, p<.001$), 불확실성에 대한 인내력이

부족할수록 진로불안이 높아지는 것이 검증되었다. 2단계 회귀모형 역시 통계적으로 유의하게 나타났으며($F=144.786, p<.001$), 진로불안이 상담자 소진으로 가는 경로를 통제된 상태에서 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담자 소진에 미치는 영향은 정적으로 유의하였다($\beta=.340, p<.001$). 또한 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담자 소진으로 가는 경로를 통제된 상태에서 진로불안이 상담자 소진에 미치는 영향력도 정적으로 유의미하였고($\beta=.474, p<.001$), 이 모형의 설명력은 56.8%($R^2=.568$)로 나타났다. 즉, 불확실성에 대한 인내력 부족이 진로불안으로 가는 경로와 진로불안이 상담자 소진으로 가는 경로가 모두 유의한 것으로 확인되어, 진로불안이 불확실성에 대한 인내력

표 4-1. 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 진로불안의 매개효과

단계	변수		비표준화계수		표준화계수 β	$t(p)$	R^2	$F(p)$
	독립변인	종속변인	B	SE				
1	불확실성에 대한 인내력 부족(X)	진로불안 (M2)	.901	.060	.711	15.038***	.506	226.141***
2	불확실성에 대한 인내력 부족(X)	상담자 소진 (Y)	.366	.068	.340	5.390***	.568	144.786***
	진로불안 (M2)		.403	.054	.474	7.515***		

주. *** $p<.001$

표 4-2. 직접효과 및 진로불안을 통한 간접효과 유의성 검증

경로	Bootstrap 추정치		95% 신뢰구간		
	효과크기	SE	LLCI	ULCI	
직접효과	불확실성에 대한 인내력 부족 → 상담자 소진	.366	.068	.232	.500
간접효과	불확실성에 대한 인내력 부족 → 진로불안(M2) → 상담자 소진	.363	.051	.268	.466
	총효과(Total effect)	.730	.053	.624	.835

주. Number of bootstrap samples= 5000

부족과 소진의 관계에서 매개효과를 갖는 것으로 판단하였다.

불확실성에 대한 인내력 부족이 상담자 소진으로 가는 직접경로와 진로불안을 통해서 가는 간접경로의 유의성을 검증하기 위하여 부트스트래핑을 실시하였고, 그 결과는 표 4-2와 같다. 표 4-2에서 제시한 바와 같이, 불확실성에 대한 인내력 부족이 소진으로 가는 직접경로의 효과크기는 .366이며, 95% 신뢰구간에서 하한 값과 상한 값이 각각 .232와 .500으로 0이 포함되지 않았다. 불확실성에 대한 인내력 부족이 진로불안을 통해 소진으로 가는 간접경로의 효과크기는 .363이고, 95% 신뢰구간에서 하한 값과 상한 값이 각각 .268과 .466으로 모두 0보다 큰 값으로 0이 포함되지 않았다. 따라서 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담자의 소진에 미치는 직접효과와 진로불안을 통한 간접효과 모두 유의미한 것으로 판단하였다.

병렬매개효과 분석

불확실성에 대한 인내력 부족과 소진의 관계에서 상담 중 상태불안과 진로불안의 병렬매개효과

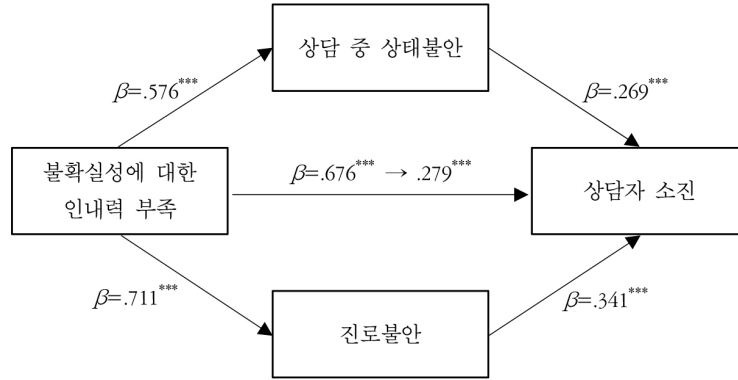
초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 상담 중 상태불안과 진로불안의 병렬매개효과를 검증하기 위하여 Hayes(2018)가 개발한 SPSS Macro 3.5v에서 Model 4를 사용하여 분석을 실시하였다. 그 결과는 표 5-1과 그림 2와 같다.

우선, 1단계에서 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담자 소진으로 가는 회귀모형은 통계적으로 유의하였으며($F=186.333, p<.001$), 모형의 설명력은 45.7% ($R^2=.457$)로 나타났다. 이때, 불확실성에 대한 인내력 부족이 소진에 미치는 영향력은 정적으로 유의하여($\beta=.676, p<.001$), 불확실성에 대한 인내력이 부족할수록 상담자가 더 소진이 되는 것으로 나타났다. 2단계 분석 결과, 불확실성에 대한 인내력 부

표 5-1. 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 상담 중 상태불안과 진로불안의 병렬매개효과

단계	독립변인	종속변인	B	SE	β	$t(p)$	R^2	$F(p)$
1	불확실성에 대한 인내력 부족	상담자 소진	.730	.053	.676	13.650***	.457	186.333***
2	불확실성에 대한 인내력 부족	상담 중 상태불안	.371	.035	.576	10.470***	.332	109.612***
3	불확실성에 대한 인내력 부족	진로불안	.901	.060	.711	15.038***	.506	226.141***
4	불확실성에 대한 인내력 부족	상담자 소진	.301	.066	.279	4.527***	.608	113.250***
	상담 중 상태불안		.450	.095	.269	4.715***		
	진로불안		.291	.057	.341	5.141***		

주. *** $p<.001$



주. 수치는 표준화 계수임.
*** $p < .001$

그림 2. 연구모형 검증결과

표 5-2. 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 상담 중 상태불안과 진로불안의 병렬매개효과
의 유의성 검증 Bootstrapping 결과

경로	Bootstrap 추정치		95% 신뢰구간		
	효과크기	SE	LLCI	ULCI	
직접효과	불확실성에 대한 인내력 부족 → 상담자 소진	.301	.066	.170	.431
간접효과	불확실성에 대한 인내력 부족 → 상담 중 상태불안 → 상담자 소진	.167	.038	.096	.242
	불확실성에 대한 인내력 부족 → 진로불안 → 상담자 소진	.261	.051	.162	.363
총효과(Total effect)		.730	.053	.624	.835

주. Number of bootstrap samples = 5000

족이 상담 중 상태불안으로 가는 회귀모형도 통계적으로 유의하였고($F=109.612, p<.001$), 모형의 설명력은 33.2%($R^2=.332$)로 나타났다. 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담 중 상태불안에 미치는 영향력은 정적으로 유의하여($\beta=.576, p<.001$), 불확실성에 대한 인내력이 부족할수록 상담 중 상태불안이 높아지는 것으로 확인되었다. 다음으로 3단계 분석 결과, 불확실성에 대한 인내력 부족이 진로불안으로 가는 회귀모형도 통계적으로 유의하였으며

($F=226.141, p<.001$), 모형의 설명력은 50.6%($R^2=.506$)로 나타났다. 이때, 불확실성에 대한 인내력 부족이 진로불안에 미치는 영향력은 정적으로 유의하여($\beta=.711, p<.001$), 초심상담자가 불확실성에 대한 인내력이 부족할수록 진로불안이 더욱 증가되는 것이 검증되었다.

마지막으로 4단계에서 회귀모형은 통계적으로 유의하게 나타났으며($F=113.250, p<.001$), 상담 중 상태불안과 진로불안이 상담자 소진에 미치는 영향을 통제된 상태에서 불확실성

에 대한 인내력 부족이 상담자 소진에 미치는 영향력은 정적으로 유의하였다($\beta=.279, p<.001$). 불확실성에 대한 인내력 부족과 진로불안이 상담자 소진에 미치는 영향을 통제한 상태에서 상담 중 상태불안이 상담자 소진에 미치는 영향력 역시 정적으로 유의하였다($\beta=.269, p<.001$). 또한, 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담 중 상태불안이 상담자 소진에 미치는 영향을 통제한 상태에서 진로불안이 상담자 소진에 미치는 영향력도 정적으로 유의한 것으로 나타났다($\beta=.341, p<.001$). 이를 종합하면, 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진의 관계에서 상담 중 상태불안과 진로불안, 이 두 가지 매개변인을 모두 투입하였을 때, 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담 중 상태불안과 진로불안을 병렬매개하여 상담자 소진에 미치는 전체 설명력은 $60.8\%(R^2=.608)$ 로 나타나 병렬매개효과가 확인되었다.

상담 중 상태불안과 진로불안의 병렬매개효과가 통계적으로 유의한지 알아보기 위해 bootstrapping을 실시하여 그 결과를 표 5-2에 제시하였다. 표 5-2에 나타난 바와 같이 총효과(total effect)의 크기는 .730이며, 95% 신뢰구간에서 하한 값과 상한 값이 각각 .624과 .835로 0이 포함되지 않아 총효과는 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다. 불확실성에 대한 인내력 부족이 소진에 이르는 경로에서 직접경로의 효과크기는 .301이며, 95% 신뢰구간에서 하한 값과 상한 값이 각각 .170과 .431로 0이 포함되지 않기 때문에 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담자 소진에 미치는 직접효과는 통계적으로 유의한 것으로 검증되었다. 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담 중 상태불안을 경유하여 소진에 이르는 경로의 경우, 간접경로의 효과크기는 .167이고, 95% 신뢰구

간에서 하한 값과 상한 값은 각각 .096와 .242로 나타났다. 불확실성에 대한 인내력 부족이 진로불안을 경유하여 소진에 이르는 경로의 경우, 간접경로의 효과크기는 .261이며, 95% 신뢰구간에서 하한 값과 상한 값은 각각 .162와 .363이었다. 두 경로 모두 간접효과의 95% 신뢰구간에서 상한 값과 하한 값이 모두 0보다 큰 값으로 0을 포함하고 있지 않기 때문에, 상담 중 상태불안과 진로불안 모두 간접효과가 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다. 따라서 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자의 소진의 관계에서 상담 중 상태불안과 진로불안의 병렬매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 판단되었다.

논 의

본 연구는 초심상담자를 대상으로 불확실성에 대한 인내력 부족, 상담 중 상태불안, 진로불안, 상담자 소진 간에 관련성을 살펴보고, 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 상담 중 상태불안과 진로불안이 매개하는지 알아보는 데 그 목적이 있다. 본 연구의 주요 결과에 대해 논의하면 다음과 같다.

첫째, 연구문제 1을 검증한 결과, 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진 간의 관계를 상담 중 상태불안이 부분 매개하는 것으로 나타났다. 이는 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족이 소진에 직접적으로 영향을 주기도 하지만, 상담 중 상태불안을 통해 간접적으로도 소진에 영향을 준다는 것을 의미한다. 이러한 결과는 상담자가 불확실성을 견디기 어려워하는 경향이 클수록 소진을 더

경험한다(신은미, 손영철, 2019)는 기존의 연구 결과와 일맥상통한다. 또 다른 선행연구(조선화, 2022)에서는 상담자가 위험회피 기질이 높을수록 상담에서 상담자의 상태불안이 높아져서 더 소진이 된다고 보고한 바 있다. 위험회피 기질은 하위 요인으로 ‘불확실성에 대한 두려움’을 포함하는데 이 요인은 본 연구의 불확실성에 대한 인내력 부족과 유사한 개념과 속성으로 간주되며(김민수, 2016), 따라서 본 연구는 선행연구(조선화, 2022)와 유사한 결과로 사료된다. 선행연구와 본 연구 결과는 불확실성을 견디기 힘들어하는 초심상담자들의 경우, 상담 과정 중에 직면하게 되는 예상치 못한 여러 가지 상황들을 위협적으로 해석하고 두려워하고 피해야 하는 것으로 믿기 때문에, 상담에서 상태불안을 크게 느끼게 되고 이로 인해 소진될 가능성이 높다는 것을 의미한다.

둘째, 연구문제 2를 검증한 결과, 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계에서 초심상담자의 진로불안은 부분 매개하는 것으로 나타났다. 이는 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담자 소진에 직접적으로 영향을 주기 때문에 직접효과가 있기도 하지만, 진로불안을 통해서 간접적으로도 상담자 소진에 영향을 미치므로 진로불안을 통한 간접효과 있다는 의미이다. 이러한 결과는 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족이 소진에 직접적인 영향을 준다는 선행연구(이기쁨, 2022) 결과를 재확인함과 동시에, 불확실성에 대한 인내력 부족이 진로불안을 유발하고 진로불안이 높을수록 삶의 만족도가 낮아지고(서성식, 2018) 삶의 만족도가 낮아질수록 더 소진이 된다(조용성, 2014)는 선행연구 결과와도 비슷한 맥락이라고 볼 수 있다. 초심상담자들의

경우에도 불확실성에 대한 인내력이 낮으면, 상담자로서 진로에 대해 불확실함으로 인한 불편감이 커지게 되면서 미래의 사회 경제적 지위에 대한 고민으로 진로에 대한 불안감을 갖게 된다. 그리고 이러한 진로불안이 가중되면, 정신 건강과 적응에 악영향을 미쳐 삶의 만족도가 떨어지게 되고 결국 소진으로 이어지게 되는 것으로 이해할 수 있다.

셋째, 연구문제 3을 검증한 결과, 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자의 소진의 관계에서 상담 중 상태불안과 진로불안이 유의미한 병렬매개효과를 갖는 것으로 나타났다. 즉, 불확실성에 대한 인내력 부족이 직접적으로 상담자 소진에 영향을 주기도 하지만, 상담 중 상태불안과 진로불안 모두를 통해 간접적으로 상담자 소진에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 상담자의 상담 내적 불안과 진로불안을 동시에 고려한 기존 연구는 찾기 어려워서 본 연구 결과와 비교할 수는 없지만, 본 연구는 불확실성에 대한 인내력 부족이 여러 유형의 불안으로 이어지고(김수연, 권경인, 2020; 유소영, 2017; 이연실, 2020; Ladouceur et al. 2000) 상담자의 불안이 높을수록 소진이 높다(김양선, 신호정, 2017; 이형주, 최해림, 2010; 조문주, 2007)는 선행연구와 유사한 맥락으로 사료된다. 즉, 초심상담자의 상담 중 상태불안과 진로불안은 각각 독립적으로 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진을 매개하는 것으로 이해할 수 있다.

본 연구의 이론적 시사점은 다음과 같다. 첫째, 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력이 부족할수록 소진되는 경향이 높다. 초심상담자는 이론적이고 개념적인 학습 내용을 다양한 현장에 적용해야 하는 발달 단계에 놓여 혼란을 겪게 되는데(Levitt, & Jacques, 2005), 특

히 불확실성을 참고 버티기를 힘들어 하는 초심상담자는 예상치 못한 일이나 불확실한 상황에 직면하게 될 때 이를 부정적으로 여기고 과도하게 걱정을 하며 적절히 대처하지 못하기 때문에 어려움을 크게 느끼고 정서적으로 많은 소모를 하여 소진을 경험하게 된다. 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진의 직접적인 관계를 보고한 선행연구(신은미, 손영철, 2019)와 함께, 본 연구는 불확실성에 대한 인내력이 부족한 초심상담자는 소진으로 이어지는 경향성이 있음을 시사한다.

둘째, 불확실성에 대한 인내력이 낮은 초심상담자는 상담 중 상태불안과 진로불안을 경험함으로써 소진되는 경향이 있다. 우선, 본 연구에서 상담 중 상태불안이 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진의 관계를 매개하는 변인으로 나타났다. 불확실성에 대한 인내력이 낮은 사람들은 불확실한 상황을 견디지 못하고 일상적인 수준을 넘는 지나친 걱정으로 불안을 경험한다(Buhr, & Dugas, 2009). 불확실성에 대한 인내력이 부족한 초심상담자 또한 다양한 내담자를 상담하는 과정에서 모호하고 불확실한 상황들을 부정적으로 여기고 과도하게 걱정(김지혜, 현명호, 2011)하는 특징을 갖는데, 이러한 특징은 상담 중에 긴장이나 부담, 걱정, 두려움 등의 일시적인 불안상태를 경험하는 것으로 이어진다. 그리고 상담자가 상담 중에 이러한 상담 내적인 불안을 높게 경험할수록 전반적인 상담의 과정과 성과에 있어 부정적인 영향을 주고, 많은 정서적 소모로 인해 결국 소진으로 이어지게 된다(홍수현, 최해림, 2001). 또한, 본 연구에서 초심상담자의 진로불안이 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진의 관계를 이어주는 변인으로 나타났다. 진로불

안은 초심상담자처럼 해당 직업을 얻기 위한 경쟁이 치열하고 수련과정이나 시험 준비과정이 긴 직업군에 속한 사람들이 진로를 선택하고 결정하였음에도 불구하고 자신이 정한 진로와 직업, 미래에 관해 지속적인 고민과 부담으로 걱정, 두려움 등의 불편한 감정인 불안감을 경험하는 것이다. 따라서 초심상담자가 불확실성에 대한 인내력이 낮을수록 상담자로서 진로를 준비하는 과정에서의 여러 부담과 어려움, 자신의 진로와 직업, 미래에 대한 과도한 걱정과 스트레스 등으로 진로불안이 높아진다(유소영, 연구진, 2021). 그리고 진로불안이 높을수록 정서적 피로가 가중되어 더 소진이 되는 것으로 사료된다.

본 연구는 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담 중 상태불안과 진로불안을 통해 소진으로 이어짐을 시사한다. 이는 아직 국내에서 경험적 연구가 이루어지지 않았던 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진, 상담 중 상태불안과 진로불안의 관계를 살펴보고 초심상담자의 소진을 설명하는 변인에 대한 이해를 확장할 이론적 토대를 제공하였다는 점에서 의의가 있다.

셋째, 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진 간의 관계에서 진로불안을 통한 간접효과가 상담 중 상태불안을 통한 간접효과보다 더 큰 것으로 확인되었다. 선행연구(이형주, 최해림, 2010)에서는 상담자의 공감수준, 완벽주의적 성향에 따른 불편감인 완벽주의 부정적 결과, 상태-특성 불안 중에서 상담자의 심리적 소진에 가장 강력한 영향력을 미치는 변인은 상담자가 상담에서 경험하는 일시적인 불안인 상태불안이라고 보고하였다. 그러나 해당 연구에서 진로불안은 고려되지 않아 초심상담자의 소진에 대한 상담자의 상

담 중 상태불안과 진로불안의 설명력이 비교되지는 않았는데, 본 연구를 통해, 불확실성에 대한 인내력이 부족하여 소진된 초심상담자의 경우에는 진로불안이 상담 중 상태불안보다 소진을 더 잘 예측하는 변인인 것으로 밝혀졌다. 이러한 결과는 우선, 불확실성에 대한 인내력 부족이라는 변인의 특성에 기인한 것으로 이해할 수 있다. 불확실성에 대한 인내력 부족에서 ‘불확실성’은 미래에 초점이 맞추어져 있으며 예측 불가능한 속성이 중점이 되는 개념(Grenier et al. 2005)이다. 상담 중에도 모호함이나 불확실함이 경험되기는 하겠지만 이는 미래보다는 ‘상담 중’이라는 현재의 특정 상황에 좀 더 초점이 맞추어져 있다. 때문에, 미래의 진로에 대한 불안인 진로불안에서 경험할 수 있는 모호함이나 불확실함이 불확실성에 대한 인내력 부족에 의해 더 많이 설명된다고 볼 수 있고, 이어서 소진을 더 많이 설명하는 것으로 이해할 수 있다.

또는 이러한 결과는 초심상담자의 진로불안의 특징에 기인한 것으로 이해할 수 있을 것이다. 진로불안은 상담 내적인 불안인 상담 중 상담자의 상태불안에 비해, 업무 환경, 경제적 부담, 임금이나 처우 등을 비롯하여 최근 쟁점이 되고 있는 심리사 및 상담자 자격증의 법제화 이슈까지 직무 환경 및 사회적인 요인 모두와 관련된 심리 사회적 어려움이다. 선행 연구에 의하면, 초심상담자들은 자신의 진로 문제를 직업적 환경을 바꾸기 보다는 자신의 변화를 도모하여 진로에 적응해 나가려는 양상을 보여주고 있다(홍원경, 장진이, 2019). 하지만 초심상담자들의 개인적인 변화와 노력만으로 사회 제도와 환경적 여건의 변화와 개선은 쉽지 않고, 변화와 개선이 있더라도 많은 시간이 걸리며 개개인 모두를 만족시키기

가 쉽지 않다. 그러므로 불확실성에 대한 인내력이 부족한 초심상담자의 경우, 상담 중 상태불안 보다는 통제할 수 없는 외부적인 요인의 영향을 크게 받는 진로불안을 통해서 소진으로 이어지는 경향이 높은 것으로 이해할 수 있으며, 이로 인해 진로불안을 통한 간접효과가 상담 중 상담자의 상태불안을 통한 간접효과보다 더 크게 나타난 것으로 사료된다.

본 연구의 상담 현장에 대한 시사점은 다음과 같다. 첫째, 상담 현장에서 초심상담자의 소진을 예방을 위해, 불확실성에 대한 인내력 부족에 개입하는 것이 유용할 것이다. 불확실성에 대한 인내력 부족의 치료법인 IUT(intolerance of uncertainty therapy)는 사람들이 불확실한 상황에 직면했을 때 이를 회피하는 게 아니라 견디고 대처하는 방법을 찾거나 또는 이 상황을 그대로 받아들이도록 해서 걱정이나 불안을 감소시키는 데 초점을 둔 치료법이다. 선행연구 결과, IUT를 받은 내담자들은 치료 후에 불확실성에 대한 인내력 부족 점수(IUS)가 유의미하게 낮아졌고, 불안 증상이 호전된 것으로 보고되었다(이준엽 등, 2013; Van der Heiden et al. 2012). 하지만 불확실성에 대한 인내력 부족은 기질적 특성으로 고려되는 변인(이요안나, 2018; 김민수, 2016)이라는 점에서 변화가 쉽게 일어날 것으로 기대하기 어렵고, 따라서 이에 대한 개입만으로는 한계가 있을 수 있다. 그러므로 이와 더불어 초심상담자의 불안을 감소시키는 개입을 병행하는 것이 초심상담자의 소진을 낮추는데 더욱 효과적일 수 있을 것이다.

둘째, 초심상담자의 소진을 낮추기 위해, 상담 중 상담자의 상태불안을 감소시킬 수 있도록 개입하는 것이 필요하다. 우선, 상담 중에 상담자의 불안을 낮추고 자기 자신의 문제를

먼저 인식하고 해결하도록 하는 기회를 제공한다(이상리, 2015)는 측면에서 교육 분석이 도움이 될 수 있을 것이다(Grimmer, & Tribe, 2001). 상담자가 교육 분석 경험이 많을수록, 상담에서 상담자의 상태불안이 낮아져서 상담 성과 및 상담자의 정신적 건강에도 도움이 된다(송가영, 2014; 장세미, 1999). 또한 슈퍼바이저의 정서적 지지가 초심상담자의 상태불안을 감소시켜 소진을 낮추는데 도움이 된다(주소현, 2018; 김양선, 신효정 2017)는 점에서, 지지적인 슈퍼비전을 제공하는 것이 필요하다. 이와 더불어 초심상담자 교육에서 초심상담자가 자기 정서를 명확하게 인식하고 긍정적인 방향으로 자신의 정서를 조절하는 방법을 다루는 것도 상담 중 상담자의 상태불안을 낮추고 소진을 감소시키는데 유용할 것이다(이서정, 2006; 김다희, 송미경, 2015; 이호섭, 2019).

셋째, 초심상담자의 진로불안을 완화시키도록 돕는 것이 초심상담자의 소진을 예방하는데 있어서 유용할 것이다. 이를 위해서는 자신이 선택한 진로에 대한 전문성과 적응성을 향상시키기 위한 초심상담자들의 개인적인 노력과 더불어 동료, 선배, 상담자, 슈퍼바이저 등의 정보적 지지와 같은 주변 인적 자원의 역할이 도움이 될 수 있을 것이다(김길문, 정남운, 2004). 정보적 지지는 새로운 정보, 충고, 지식을 제공함으로써 예상하지 못했던 어려움에 대처하도록 하는데 유용하다(차수호, 2015; 김주현, 1995). Halbesleben(2006)은 동료와 상급자 간의 비공식적인 접촉을 통해 실제적인 경험이나 체험담, 대처방법에 관한 정보를 듣는 것이 그와 유사한 상황에 처했을 때 겪을 수 있는 부정적 영향을 줄여줄 수 있다(김엄권, 2013; Halbesleben, 2006)고 하였다. 따라서 선배 상담전문가들의 상담 현장에서의 경험이나 노

하우를 제공받을 수 있는 진로 관련 워크숍을 제공한다거나 초심상담자들이 진로에 관한 문제나 정보와 관련하여 도움을 받을 수 있도록 상담자 전용 진로정보 시스템과 초심상담자 진로교육 프로그램 등을 보완하고 구축하는 개입이 필요할 것으로 사료된다.

본 연구의 제한점 및 추후연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 자기보고식 설문조사로 단회에 자료를 수집했다는 한계가 있다. 따라서 자기보고식 응답으로 인한 사회적 바람직성을 배제하지 못했다는 점에서 해석이 제한적이다. 특히 초심상담자들의 상담 중 상태불안 및 진로불안과 소진의 관계에 대해서 종단적 자료로 분석한다면 더 의미 있는 결과를 도출할 수 있을 것으로 기대한다.

둘째, 본 연구에서 초심상담자의 진로불안을 측정하기 위해 사용된 ‘진로불안’ 척도가 초심상담자처럼 진로를 결정하고도 여전히 자신의 진로에 대해 불안감을 느끼는 사람들을 대상으로 개발된 척도가 아니라는 제한점이 있다. 본 연구에서 초심상담자의 진로불안을 측정하기 위해 사용된 척도는 원래 조규판(2008)이 취업을 앞둔 대학생들을 대상으로 개발한 취업불안 척도를 본 연구 목적에 맞게 평정하고 수정 및 보완한 것이다. 기존에 제작된 진로 관련 척도들은 주로 청소년들을 대상으로 하거나 진로를 결정하지 못한 사람들에게 초점이 맞추어져 있어서 이미 진로를 결정한 사람들이 겪고 있는 진로에 대한 불안감을 측정하는데 한계가 있기 때문이다. 엄밀히 보자면 진로란 개인의 일생에 걸친 일과 관련된 모든 활동이며, 취업불안에 비해 더 넓은 의미를 가진 개념(유소영, 연규진, 2021)이다. 따라서 원칙도인 취업불안 척도를 개발할 당시 파악하고자 했던 내용으로 초심상담자처럼

진로나 직업을 선택하고도 자신이 선택한 진로나 직업에 대해 확신을 갖지 못하고 진로에 대해 계속 불안을 느끼는 사람들의 진로불안을 측정하는 데는 한계가 있다고 사료된다. 앞으로 진로를 정한 이후에도 자신의 진로에 관해 불안함을 느끼는 사람들이나 직업군을 대상으로 하는 척도가 개발되고 이를 사용한 후속 연구가 이루어진다면 더욱 유의미하고 유용한 결과가 도출될 것으로 기대한다.

셋째, 초심상담자의 고용형태에 따라서 진로불안 수준과 진로불안이 소진에 미치는 영향이 다를 수 있다. 본 연구의 자료는 고용의 안정성을 보여주는 지표가 명확하게 수집되지 않아 집단을 비교하는 연구 설계가 이루어지지 않았다. 따라서 추후 연구에서 안정적인 고용형태의 집단과 상대적으로 불안정한 고용형태의 집단을 비교하는 연구를 설계한다면 진로불안에 대한 보다 정교한 이해를 도출 연구가 될 것으로 사료된다.

넷째, 본 연구에서는 상담 중 상태불안과 진로불안을 매개변인으로 고려하였고, 두 변인을 통한 간접효과 이외에도 두 변인을 통하지 않은 직접효과 역시 유의미한 것으로 나타났다. 이에 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진의 관계를 매개하는 다른 변인이 고려될 여지도 있으므로, 추후 연구를 통해 잠재적 매개변인을 살펴본다면, 초심상담자의 소진을 이해할 경험적 근거를 제공할 수 있을 것으로 기대한다.

참고문헌

고은하 (2001). 아동상담자의 의욕상실 경험과 대처유형에 관한 연구. 숙명여자대학교 석사학위논문.

사학위논문.

김길문, 정남운 (2004). 초보상담자가 상담 회기 내에 경험한 어려움과 대처과정. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 16(1), 1-20.

김다희 (2013). 초심상담자가 지각한 상태불안, 정서주의, 정서명료성이 심리적 소진에 미치는 영향. 서울여자대학교 석사학위논문.

김다희, 송미경 (2015). 초심상담자의 심리적 소진 유형에 따른 상태불안과 정서인식 차이. 교육치료연구, 7(2), 229-248.

김미지 (2006). 초보상담자가 경험하는 어려움에 관한 문항개발. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.

김민수 (2016). 불확실성에 대한 인내력 부족이 진로적응성에 미치는 영향: 자기개념 명확성의 매개효과를 중심으로. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.

김수연, 권경인 (2020). 중년남성의 불확실성에 대한 인내력 부족이 은퇴불안에 미치는 영향: 정서인식명확성과 진로적응성의 매개효과. 교육연구논총, 41(2), 101-130.

김양선 (2017). 초심상담자의 상태 심리적 소진의 관계: 인지적 정서 조절과 수퍼바이저 지지가 미치는 영향. 아주대학교석사학위논문.

김양선, 신호정 (2017). 초심상담자의 상태불안과 심리적 소진의 관계: 인지적 정서적 조절과 수퍼바이저 지지가 미치는 영향. 재활심리연구, 24(3), 541-560.

김엄권 (2013). 카지노 종사원의 직업전문성 인식이 직무스트레스 및 직업만족에 미치는 영향: 사회적지지의 조절효과를 중심으로. 경기대학교 관광전문대학원 박사학위논문.

김주현 (1995). 혈액투석환자의 삶의 질에 영향을 미치는 요인. 성인간호학회지, 7(2).

- 김지연, 한나리, 이동귀 (2009). 초심상담자와 상담전문가가 겪는 어려움과 극복방안에 대한 개념도 연구. *상담학연구*, 10(2), 769-792.
- 김지혜, 현명호 (2011). 불확실성에 대한 인내력 및 지각된 통제력이 걱정에 미치는 영향: 인지적 회피의 매개효과 검증. *한국심리학회지: 일반*, 30(4), 1149-1164.
- 권순형, 원영인, 이동진 (2020). 중·고 축구선수들의 진로불안이 권력거리신념과 경기수행능력에 미치는 영향. *Asian Journal of Physical Education and Sport Science*, 8(3), 103-113.
- 박 현 (2014). 국가고시준비생의 진로결정상태에 진로적응성, 진로장벽, 진로타협이 미치는 영향. *건국대학교 대학원 국내석사학위논문*.
- 서성식, 이종연 (2017). 불확실성에 대한 인내력 부족과 삶의 만족도 관계에서 진로불안의 매개효과: 일반계 고등학생과 특성화 고등학생의 비교를 중심으로. *사회과학담론과 정책*, 10(2), 173-197.
- 서성식 (2018). 불확실성에 대한 인내력 부족이 학업중단 청소년의 삶의 만족도에 미치는 영향: 계획된 우연기술에 의해 조절된 진로불안의 매개효과. *충북대학교 대학원 석사학위논문*.
- 송가영 (2014). 청소년 상담자의 전문가 수련경험 및 자기애와 상담 중 경험된 불안, 불안관리 및 공감과의 관계. *중앙대학교 대학원 아동청소년학과 석사학위논문*.
- 송수경 구자경(2017). 초심상담자에 대한 연구동향. *상담학연구*, 18(5), 1-19.
- 신은경 (2012). 불확실성에 대한 인내력 부족이 우울, 불안에 미치는 영향: 경험회피의 매개효과. *아주대학교 석사학위논문*.
- 신은미, 손영철 (2019). 상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족이 심리적 소진에 미치는 영향: 자기자비와 회복탄력성의 매개효과. *인문사회* 21, 10(6), 1091-1106.
- 신현균, 장재윤 (2003). 대학 4학년생의 성격특성과 성별에 따른 취업 스트레스 및 정신건강. *한국심리학회지: 임상*, 22(4), 815-827.
- 심숙영 (1999). 근무여건과 개인적인 특성에 따른 소진이 유아교육 교사의 이직에 미치는 영향. *한국아동학회지*, 20(3), 339-350.
- 심지은, 안하얀, 김지혜 (2011). 대학생의 취업스트레스와 우울간의 관계: 적응적인 인지적 정서조절 전략의 매개효과 검증. *인간이해*, 32(1), 103-118.
- 엄세화 (2021). 초심상담자의 자기성찰이 소진에 미치는 영향: 역전이 행동과 초심상담자의 어려움의 이중매개효과. *아주대학교 교육대학원 석사학위 논문*.
- 오영아, 정남운 (2011). 불확실성에 대한 인내력 부족과 걱정과의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 23(3), 671-691.
- 오정희 (2007). 초보 상담자들의 첫 상담 경험에 대한 질적 분석. *이화여자대학교 대학원 석사학위 논문*.
- 유소영 (2017). 불확실성에 대한 인내력 부족이 초심상담자의 진로불안에 미치는 영향: 사회비교경향성과 초심상담자의 어려움의 매개효과. *서강대학교 대학원 심리학과 석사학위논문*.
- 유소영, 연규진 (2021). 불확실성에 대한 인내력 부족이 초심상담자의 진로불안에 미치는 영향: 사회비교경향성과 초심상담자 어려움의 매개 효과. *한국심리학회지: 상*

- 담 및 심리치료, 33(1), 87-111.
- 윤아랑 정남운 (2011). 상담자 소진: 개관. 한국 심리학회지: 상담 및 심리치료, 23(2), 231-256.
- 윤정임, 정남운 (2009). 낙관성, 인지적 정서조절 및 상담자 소진의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 21(1), 49-68.
- 이기쁨 (2022). 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 인지적 유연성이 심리적 소진에 미치는 영향: 자기효능감의 조절된 매개효과. 부경대학교 대학원 교육컨설팅학과 석사학위논문.
- 이상리 (2015). 상담자의 발달과 원가족 경험. 자기자각, 역전이 관리능력의 관계. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 이서정 (2006). 정서인식의 명확성, 인지적 정서조절 및 정신건강 간의 매개. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 이아라 (2013). 진로 불확실성에 내포된 부정적 결과에 대한 수용-회피 기반 처치가 한국 대학생의 진로탐색과정에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 교육상담학과 박사학위논문.
- 이연실 (2020). 불확실성에 대한 인내력 부족이 대학생의 사회불안에 미치는 영향에서 완벽주의의 매개효과. 한국사회복지, 49(0), 229-252.
- 이요안나 (2018). 대학생의 불확실성에 대한 인내력 부족과 진로적응성의 관계에서 사회적 지지의 조절효과 검증-성별에 따른 차이를 중심으로. 단국대학교 대학원 상담학과 석사학위 논문.
- 이윤지 (2015). 초보 상담자의 어려움과 자아탄력성, 소진 간의 관계. 숭실대학교 기독교학대학원 석사학위 논문.
- 이장호 (1995). 상담심리학 제3판. 서울: 박영사.
- 이준엽, 이상혁, 서호석 (2013). 불안 및 우울장애에 있어서 불확실성에 대한 불내성의 역할. *Anxiety and Mood*, 9(1), 3-9.
- 이지원, 이기학 (2014). 대학생의 성인애착과 진로 의사결정문제와의 관계: 정서적 어려움의 매개효과를 중심으로. 한국심리학회지: 학교, 11(1), 55-87.
- 이형주, 최해림 (2010). 상담자의 공감, 상태-특성 불안, 완벽주의 부정적 결과가 심리적 소진에 미치는 영향. 인간이해, 31(1), 29-45.
- 이호섭 (2019). 정신화가 우울 및 불안에 미치는 영향에서 정서인식 명확성과 심리적 수용의 매개효과: 아동기 정서적 외상을 경험한 성인을 대상으로. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위 논문.
- 장세미 (1999). 상담자의 특성, 역전이 관리 능력 및 상태불안의 관계. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 장재훈 (2020. 10월 20일). 교육부, 영상교사-전문상담교사 정원 늘린다. 에듀프레스, <http://www.edupress.kr>에서 검색 함.
- 전유림 (2021). 초심상담자 진로불안 경험에 관한 현상학적인 연구. 인제대학교 대학원 상담심리치료학과 석사학위논문.
- 정경빈, 조성호 (2009). 초보상담자의 스트레스 경험에 대한 질적 연구. 인간이해, 30(2), 45-60.
- 정용석 (2021). 대학 검도선수들의 진로결정수준이 진로불안 및 진로준비행동에 미치는 영향. 용인대학교 교육대학원 체육교육학과 석사학위논문.
- 조규관 (2008). 취업불안척도의 개발 및 타당

- 도 연구. *교육학연구*, 46(2), 53-75.
- 조문주 (2007). 불안과 자기효능감, 사회적 지지가 상담자의 심리적 소진에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 심리학과 석사학위논문.
- 조선화 (2022). 상담자의 위험회피 기질과 심리적 소진의 관계: 상태불안 및 마음챙김의 매개효과. 한림대학교 정신분석 대학원 심리학과 석사학위논문.
- 조용성 (2014). 초등교사의 완벽주의 성향, 삶의 만족, 심리적 소진의 관계 연구. 부산교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 주성욱 (1999). 상담자의 상태불안과 불안조절양식이 내담자가 지각한 상담자의 공감적 태도에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 주소현 (2018). 상담자의 상태불안과 심리적 소진의 관계: 수퍼바이저 지지와 상담 경력의 조절효과. 연세대학교 교육대학원 상담교육학과 석사학위 논문.
- 차수호 (2015). 전문대학생의 진로장벽이 진로결정수준에 미치는 영향에서 정보적 지지의 조절효과. 경기대학교 행정·사회복지대학원 석사학위 논문.
- 차영은 (2012). 초심상담자 어려움 측정도구 개발 및 타당화. 연세대학교 석사학위 논문.
- 최은영 (2010). 대학생의 진로결정유형별 특성과 진로효능감 증진 프로그램의 효과. 숙명여자대학교 박사학위 논문.
- 최혜영 (1995). 사회사업가의 Burnout에 영향을 미치는 요인. 연세대학교 석사학위논문.
- 한국청소년상담복지개발원 (2020). 2020년 청소년 상담자 국가자격연수 운영결과보고서.
- 한덕웅, 이창호, 전경구 (1995). Spielberg의 상태 - 특성 불안 검사 Y형의 개발. 한국심리학회 '95연차대회 학술발표논문집, 73-83.
- 홍수현, 최해림 (2001). 상담초기단계에서 상담자의 자기효능감 및 상태불안이 상담협력 관계에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 심리치료, 13(1), 31-49.
- 홍원경, 장진이 (2019). 초심상담자가 인식하는 직업적응에 대한 개념도 연구. 청소년학연구, 26(5), 361-389.
- Arricale, F. (2001). *A study of burnout of counselors in college counseling centers*. The State University of New Jersey Doctoral Dissertation.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Bergin, A. E., & Solomon, S. (1970). Personality and performance correlates of empathic understanding in psychotherapy. In J. T. Hart (Ed.), *New direction in client-centered therapy* (pp. 223-236). Boston: Houghton Mifflin.
- Buhr, K., & Dugas, M. J. (2002). The intolerance of uncertainty scale: Psychometric properties of the English version. *Behaviour research and therapy*, 40(8), 931-945.
- Buhr, K., & Dugas, M. J. (2009). The role of fear of anxiety and intolerance of uncertainty in worry: An experimental manipulation. *Behaviour Research and Therapy*, 47(3), 215-223.
- Corey, G. (2009). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (8th ed.). Belmont, CA: Brooks/ Cole Cengage Learning.
- 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), 16-29.
- Dugas, M. J., & Ladouceur, R. (2000). Treatment of GAD: Targeting intolerance of uncertainty in two types of worry. *Behavior Modification, 24*(5), 635-657.
- Dugas, M. J., Buhr, K., & Ladouceur, R. (2004). The role of intolerance of uncertainty in etiology and maintenance. In R. G. Heimberg, C. L. Turk, & D. S. Mennin (Eds.), *Generalized anxiety disorder: Advances in research and practice* (p. 143-163). New York, NY: Guilford Press.
- Dugas, M. J., Gosselin, P., & Ladouceur, R. (2001). Intolerance of uncertainty and worry: Investigating specificity in a nonclinical sample. *Cognitive Therapy and Research, 25*(5), 551-558.
- Freeston, M. H., Rhéaume, J., Letarte, H., Dugas, M. J., & Ladouceur, R., (1994). Why do people worry? *Personality and Individual Differences, 17*(6), 791-802.
- Grenier, S., Barrette, A. M., & Ladouceur, R. (2005). Intolerance of uncertainty and intolerance of ambiguity: Similarities and differences. *Personality and Individual Differences, 39*(3), 593-600.
- Grimmer, A., & Tribe, R. (2001). Counseling psychologists' perceptions of the impact of mandatory personal therapy. *Counseling Psychology Quarterly on professional development an exploratory study, 14*(4), 287-301.
- Halbesleben, J. R., (2006). Sources of social support and burnout: a meta-analytic test of the conservation of resources model. *Journal of applied Psychology, 91*(5), 1134-1135.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach* (2nd Ed). New York: The Guilford Press.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach* (2nd Ed). New York: The Guilford Press.
- Hedayati, M., Dugas, M. J., Buhr, K., & Francis, K. (2003, November). *The relationship between intolerance of uncertainty and the interpretation of ambiguous and unambiguous information*. In Poster presented at the Annual Convention of the Association for Advancement of Behaviour Therapy, Boston, MA.
- Kline, T. J. (2005). *Psychological testing: A practical approach to design and evaluation*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Koerner, N., & Dugas, M. J. (2008). An investigation of appraisals in individuals vulnerable to excessive worry: The role of intolerance of uncertainty. *Cognitive Therapy and Research, 32*(5), 619-638.
- Ladouceur, R., Gosselin, P., & Dugas, M. J. (2000). Experimental manipulation of intolerance of uncertainty: A study of a theoretical model of worry. *Behaviour Research and Therapy, 38*(9), 933-941.
- Lee, S. M., Baker, C. R., Cho, S. H., Heckathorn, D. E., Holland, M. W., Newgent, R. A., Ogle, N. T., Powell, M. L., Quinn, J. J., Wallace, S. L., & Yu, K. (2007).

- Development and Initial Psychometrics of the Counselor Burnout Inventory, *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 40(3), 142-154.
- Levitt, D. H., & Jacques, J. D. (2005). Promoting tolerance for ambiguity in counselor training programs. *The Journal of Humanistic Counseling Education and Development*, 44(1), 46-54.
- Maslach, C. (1982). *Burnout, the cost of caring*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Skovholt, T. M., & Ronnestad, M. H. (2003). Struggles of the novice counselor and therapist. *Journal of Career Development*, 30(1), 45-58.
- Spielberger, C. D. (2013). Anxiety as an Emotional State. In C. D. Spielberger (Ed.), *Anxiety: Current trends in theory and research*. Vol. 1, (pp.23-49). New York: Academic Press.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., Vagg, P. R., & Jacobs, G. A. (1983). *Manual for the state-trait anxiety inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Vander Heiden, C., Muris, P., & van der Molen, H. T. (2012). Randomized controlled trial on the effectiveness of metacognitive therapy and intolerance-of-uncertainty therapy for generalized anxiety disorder. *Behaviour research and therapy*, 50(2), 100-109.
- Yu, K. (2007). *A cross-cultural validation study on counselor burnout: A Korean sample*. Doctoral Dissertation, University of Arkansas, USA.
- Zhao, X., Lynch Jr, J. G., & Chen, Q. (2010). Reconsidering Baron and Kenny: Myths and truths about mediation analysis. *Journal of consumer research*, 37(2), 197-206.

원 고 접 수 일 : 2022. 09. 14

수정원고접수일 : 2023. 01. 25

게재결정일 : 2023. 02. 20

The Effect of Novice Counselors' Intolerance of Uncertainty on Burnout: The Parallel Multiple Mediating Effects of In-Session State Anxiety and Career Anxiety

MoonOg Nam

Ajou University / Master's graduate

Minjeong Kim

Ajou University / Professor

The purpose of this study was to verify the mediating effect of in-session state anxiety and career anxiety on the relation between intolerance of uncertainty and counselor burnout. Online and offline surveys were conducted among novice counselors with counseling experience of less than 3 years. Data from 223 participants were analyzed using SPSS 23.0 Program and SPSS PROCESS Macro. First, in-session state anxiety had a partial mediating effect on the relationship between intolerance of uncertainty and burnout. Second, career anxiety had a partial mediating effect on the relationship between intolerance of uncertainty and burnout. Third, the analysis for parallel multiple mediating effect of in-session anxiety and career anxiety revealed significant direct and indirect effects of intolerance of uncertainty on burnout. Finally, the theoretical and practical implications of the findings, as well as the study's limitations and future research directions, were discussed.

Key words : novice counselor, intolerance of uncertainty, counselor burnout, in-session state anxiety, career anxiety, parallel multiple mediating effects