임상미술심리연구
제13권 제2호 통권 30호

ISSN : 2234-2982(Print)

미술치료사의 상담자 자기효능감이 심리적 소진에 미치는 영향 : 역전이 관리 능력의 매개효과 및 스트레스 대처방식의 조절된 매개효과

김지선, 박성혜

To cite this article : 김지선, 박성혜 (2023) 미술치료사의 상담자 자기효능감이 심리적 소진에 미치는 영향 : 역전이 관리능력의 매개효과 및 스트레스 대처방식의 조절된 매개효과 , 임상미술심리연구, 13:2, 85-109

① earticle에서 제공하는 모든 저작물의 저작권은 원저작자에게 있으며, 학술교육원은 각 저작물의 내용을 보증하거나 책임을 지지 않습니다.

② earticle에서 제공하는 콘텐츠를 무단 복제, 전송, 배포, 기타 저작권법에 위반되는 방법으로 이용할 경우, 관련 법령에 따라 민, 형사상의 책임을 질 수 있습니다.

www.earticle.net

Download by : 203.252.193.83

Accessed : Monday, October 16, 2023 5:08 PM

임상미술심리연구 제13권 제2호 http://doi.org/10.34167/cliart.13.2.202308.85
The Journal of Clinical Art Psychotherapy
2023. Vol. 13, No. 2, 85-109.

미술치료사의 상담자 자기효능감이 심리적 소진에 미치는 영향 : 역전이 관리능력의 매개효과 및 스트레스 대처방식의 조절된 매개효과*

김 지 선** · 박 성 혜***

본 연구는 미술치료사를 대상으로 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 역전이 관리능력의 매개효과와 스트레스 대처방식의 조절효과와 조절된 매개효과를 알아보고자 하였다. 이를 위해 미술치료사 220명을 대상으로 온라인으로 상담자 자기효능감, 역전이 관리능력, 심리적 소진, 스트레스 대처방식 질문지를 사용하여 설문을 진행하였다. 수집된 자료는 SPSS 25.0 프로그램과 PROCESS Macro의 1번, 4번, 5번 모형을 사용하여 분석을 실시하였다. 주요 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 미술치료사의 상담자 자기효능감과 심리적 소진과의 관계에서 역전이 관리능력의 매개효과가 나타났다. 둘째, 미술치료사의 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 스트레스 대처방식의 조절효과가 나타났다. 셋째, 미술치료사의 상담자 자기효능감, 역전이 관리능력, 심리적 소진의 관계에서 스트레스 대처방식의 조절된 매개효과가 나타났다. 본 연구는 미술치료사의 심리적 소진을 감소시킬 수 있는 보호요인과 그 경로를 발견했다는 점에서 의의가 있다.

주요어 : 미술치료사, 상담자 자기효능감, 심리적 소진, 역전이 관리능력, 스트레스 대처방식

* 본 논문은 숙명여자대학교 심리치료대학원 미술치료학과 미술치료전공 석사학위 논문을 수정·보완하였음.
** 마인드언어심리상담센터 미술치료사
*** 숙명여자대학교 심리치료대학원 미술치료학과 조교수, elly9691@sookmyung.ac.kr

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

Ⅰ. 연구의 필요성 및 목적

급변하는 현대사회를 살아가는 현대인들은 육체적으로나 정신적으로 과도한 스트레스를 받고 있으며, 무기력이나 우울, 불안 등의 정신질환을 앓고 있다. 보건복지부가 발표한 자료에 따르면, 우리나라 성인 4명 중 1명은 평생 한 번 이상 정신질환을 겪는 것으로 나타났으며(보건복지부, 2017), 자살률은 인구 10만 명당 26.9명으로 17년 이후 지속해서 증가하는 추세이다(보건복지부, 2019). 이에 국가적 차원에서는 정신질환에 대한 인식개선과 더불어 정신건강 서비스의 접근성을 증진시키기 위해 정책적인 노력을 기울이고 있으며, 사회적 차원에서는 개인의 정신건강을 위한 심리치료에 관한 관심과 함께 치료사의 역할이 중요하게 다루어지고 있다.

심리치료에서 상담을 효과적으로 수행하고 긍정적인 치료성과나 내담자 변화에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 상담이론이나 기법이 아닌 치료사와 내담자와의 관계 특성이다(박성호, 2001). 이렇듯 치료사는 내담자와의 안정적인 치료관계를 통해 내담자의 성장과 변화를 일으키고, 치료적 관계 형성에서 가장 중요한 주체가 된다(신하나, 진미경, 2019). 따라서 치료사들은 내담자의 관점에서 생각하고 이해하기 위해 타인에 대한 높은 조망수용능력과 공감, 모호한 상황에 대한 인내심, 감수성을 지녀야 하며, 내담자에게 일방적인 배려와 보살핌을 제공한다(Skovholt & Ronnestad, 1992). 그러므로 치료사는 자신의 에너지를 소진시키거나 무력감을 유발하는 요인을 인지하고 관리하는 것이 필요하며, 한편으로는 현실을 직시하는 모습과 활력적인 삶의 태도를 유지하는 것이 중요하다(Corey & Corey, 1993; Skovholt, 2001). 하지만 상호적 관계 맥락 안에서 심리치료사의 일방적인 이해와 배려를 요구하는 특수한 관계적 속성으로 인해 치료사는 심리적으로 소진될 수밖에 없다(박성호, 2001).

미술치료사도 심리치료사로서 내담자와의 관계에서 조력자의 역할을 하지만, 치료과정을 주도적으로 감당해야 하는 직업적 특성으로 인해 심리적 소진을 경험할 가능성이 매우 높다(김다희, 송미경, 2015; Norcross, 2000; Remley & Herlihy, 2005).

특히, 심리치료 분야에 속하는 미술치료는 내담자 또는 보호자들의 심리적인 문제를 해결하고 이해하기 위해 미술 매체를 활용하여 내면을 표현하도록 돕게 된다(김예은, 김갑숙, 2020). 이러한 과정에서 미술치료사는 미술과 심리치료라는 두 가지 분야의 전문 지식과 더불어 인성적 능력을 두루 갖춰야 하는 어려움으로 인해 여타 심리치료사들보다 스트레스를 경험할 위험이 많다(김나영, 정현희, 2012).

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

또한 미술치료사는 치료과정 중 창작활동에서 나타나는 내용과 내담자의 심리적 문제와의 관계를 규명하고 평가하여, 내담자와 미술작품, 미술치료사와 미술작품, 내담자 및 미술치료사와 미술작품과의 대화를 이어주는 역할을 한다(정현희, 2010). 이때 미술치료사는 상담 외에도 미술 작업과정 자체에 부담감, 미술작품 해석의 오류에 대한 걱정, 미술작품을 이해하는 과정에서 오는 모호함으로 인해 좌절을 경험하기도 한다(최선남, 2013; 최재영, 2011). 더불어 미술치료사는 미술치료와 미술교육, 놀이와 미술에 대한 역할 갈등에서 오는 정체성의 혼란과 좌절감으로 인해 정서적 소모감과 무기력을 경험하기 쉽다(정귀연, 2012; 최선남, 2013). 그리고 아동부터 성인, 노인, 장애인과 비장애인 등 치료 대상의 범위가 넓어 심리적 부담감을 자주 느끼게 되어 스트레스에 노출될 확률이 매우 높다(김예은, 김갑숙, 2020; Wilkerson, 2009). 이렇듯 미술치료는 언어를 위주로 상담하는 것보다 더 복잡하며(최선남, 2013), 미술치료사가 심리적 소진에 노출될 위험요소가 매우 많다. 따라서 미술치료사의 심리적 소진을 예방하고 완화할 수 있는 요인에 관한 연구가 필요하다.

심리적 소진에 영향을 미치는 요인은 크게 내적 요인과 외적 요인으로 구분될 수 있으며, 내적 요인은 다시 심리 내적 요인과 개인적 특성으로 나뉜다(김인경, 2012). 그 가운데 미술치료사의 심리 내적 요인은 심리적 소진의 원인이 되는 중요한 요인이다. 따라서, 비슷한 스트레스 상황과 조건에서도 심리적 소진의 정도와 반응에 따라 달라지게 된다(박희현, 오숙경, 2013). 아울러 내적 요인은 정서적 스트레스를 불러오는 외부요인들을 조절하여 스트레스를 감소시키고(신하나, 진미경, 2019; Arricale, 2001), 심리적 소진에 쉽게 노출되지 않는 역량을 발휘하는데 도움이 된다(강소영, 선우현, 2014). 따라서 미술치료사의 심리적 소진을 낮출 수 있는 내적 요인을 찾는 것은 중요하다 볼 수 있다.

미술치료사의 심리적 소진에 주요한 영향을 미치는 개인 내적 요인 가운데 상담자 자기효능감에 주목할 필요가 있다(강소영, 선우현, 2014; 김하은, 2018; 문혜준, 진미경, 2014; 박정아, 2015; 박진희, 소혜진, 2019; 신상은, 2015; 정푸른, 2016; 조경희, 2018; 조은혜, 2016) 상담자 자기효능감은 Bandura(1997)의 자기효능감을 상담자의 발달과 구체적 상담기술을 체계화시킨 것이다(조경희, 2018; Lent, Hill., & Hoffman, 2003).

이러한 상담자 자기효능감이 높은 미술치료사는 치료과정에서 겪는 어려운 문제 상황을 직면하고 해결하고자 노력하여(Larson et al, 1992; Lent et al., 2006), 부정적인 감정을 적게 지각하므로 심리적 소진을 겪을 위험이 낮다(박정아, 2015). 또한, 심리적 소진을 경험할 때 치료사의 자기효능감이 높다면 내담자와 거리를 두려는 경향을 낮추고(양미라, 2019), 상담기술 활용이나 내담자를 대하는 상담자의 태도 및 내담자의 신뢰를 촉진 시킬 수 있다(권이경, 김광웅, 2005;

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

박정아, 2015; 조경희, 2018; 조은혜, 2016).

이 밖에도 미술치료사는 자신의 내적 역동과 더불어 내담자와의 관계에서 역동을 탐색하여 역전이를 치료에 효과적으로 사용하는 역전이 관리능력을 통해 내담자를 돌보고 자신을 보호하는 사이의 딜레마에서 균형을 유지하여 심리적 소진을 감소시킬 수 있다(Skovholt & Trott-Mathison, 2014).

선행연구들을 통해서도 역전이 관리능력은 치료사와 내담자의 관계를 잘 형성하고 심리적 소진을 감소시키는 중요한 요인이라는 것을 알 수 있다(강소영, 선우현, 2014; 김단비, 진미경, 2019; 신하나, 진미경, 2019). 특히, 미술치료사는 상담에서 내담자뿐만 아니라 미술작품을 통해 무의식적, 본능적, 방어적인 주제를 파악하게 되어, 다른 심리치료사들보다 다양한 역전이를 경험하게 될 가능성이 크다(김채연, 2014; Rubin, 1984). 따라서 역전이 관리능력은 미술치료사의 심리적 소진을 완충하고 예방하는 주요 요인으로 다루어 살펴볼 필요가 있다.

미술치료사가 내담자의 반응행동이나 문제와 같은 자극을 통제할 수 없다는 무기력감을 느끼게 될 경우, 불안해지고 치료과정에서 발생하는 감정을 회피하거나 철회하는 등 역전이 행동을 보일 수 있다(Bandura, 1982). 따라서 상담장면에서 치료사와 내담자가 치료적 관계를 맺을 때 야기되는 역전이 행동은 상담의 지속과 성과뿐만 아니라 치료사의 의욕 상실에도 부정적인 영향을 미칠 수 있다(Friedman & Gelso, 2000). 이때, 치료사의 자기효능감이 높으면 이러한 문제를 해결하게 되어 성공적인 상담으로 이어지게 된다(최지영, 이영애, 2009; Greason & Cashwell, 2009). 이는 선행연구에서도 일치한 결과를 보이는데, 자기효능감이 높은 치료사는 어떤 행동을 선택하고 노력을 기울이는 정도를 판단하는 능력을 스스로 믿음으로써 상태불안 수준이 낮아져 내담자와의 관계에서 역전이 반응을 조절할 수 있는 것으로 나타났다(윤선재, 2012; 이윤수, 2001; 최지영, 이영애, 2009). 또한, 놀이치료사를 대상으로 한 연구(신상은, 2015)에서 자기효능감을 높게 지각할수록 역전이 관리능력을 높아져 심리적 소진을 감소시키는 것을 밝혀냈다. 이를 종합해보면 상담자 자기효능감이 높은 미술치료사는 역전이 관리능력이 증진될 것이며, 심리적 소진을 감소시킬 수 있을 것으로 예측할 수 있다.

한편, 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관련성의 강도에 영향을 미칠 수 있는 변인으로 스트레스 대처방식이 있다. 사람들은 같은 스트레스 상황에서 어떠한 대처방식을 사용하는지에 따라 개인이 느끼는 고통이 증가되거나 감소된다(곽봉화, 2009). 선행연구에서는 이러한 개인차가 발생하는 요인으로 스트레스 대처방식을 언급하였는데(Silver & Wortman, 1980), 이는 사람들이 스트레스 상황에서 내현적인 문제와 외현적인 문제를 해결하기 위한 인지적, 행동적 노력에 따라 개인마다 대처하는 방식이 다르며 결과도 다르기 때문(Lazarus & Forkman, 1984)이라고 하였다. 즉, 스트레스 자체가 원인이 아니라 스트레스에 대한 효과적

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

인 대처방식의 사용이 스트레스가 미치는 영향을 조절하고 개인의 환경적응을 돕는다는 것이다(Billings & Moos, 1984). 상담자의 심리적 소진을 유발하는 주된 요인을 스트레스라고 보며, 소진을 덜 경험하기 위해서는 스트레스를 잘 관리하고 다루는 것이 중요하다고 보았다(Skovholt & Trotter-Mathison, 2001). 따라서 미술치료사의 스트레스가 높더라도 스트레스 대처방식을 적절하게 잘 활용한다면 심리적 소진을 예방할 수 있음을 예측할 수 있다.

스트레스 대처방식은 대처하는 노력에 따라 적극적 대처와 소극적 대처로 나눌 수 있다(이임천, 이상희, 2010; Folkman & Lazarus, 1985). 선행연구들에 따르면 스트레스에 대한 적극적 대처방식은 심리적 소진을 감소시키는 것으로 나타났으며 소극적 대처방식은 심리적 소진을 증가시키는 것으로 나타났다(김가은, 선우현, 2012; 김정희, 1995; 문혜준, 진미경, 2014; 이정숙, 2012; Kling, Seltzer, & Ryff, 1997; Seltzer, Greenberg, & Krauss, 1995; Wilkerson, 2009). 그러나 소극적 대처방식이 반드시 부정적인 결과로 이어지는 것은 아니며 상황에 따라 효과적일 수도 있다(김미희, 최가희, 2022; Lazarus, 1981). 이와 관련하여 Forsythe와 Compas(1987)는 통제 가능성이 적은 상황에서 정서중심의 대처가 효율적임을 밝혀냈다. 또한, 국내 선행연구에서 스트레스 사건에 대한 즉각적인 감정 반응을 줄이기 위해서는 문제 중심의 반응 이전에 정서 중심 반응이 먼저 이루어져야 할 필요성을 밝혀냈으며(김정문, 2010), 박종주(2015)는 직무스트레스 감소에 정서중심 반응인 소망적 사고의 대처방식이 보다 효과적이라고 하였다.

이러한 관점에서 볼 때 스트레스에 대한 적절한 대처방식은 스트레스 경험의 정도를 조절하고 개인이 환경에 적응할 수 있도록 돕는 중요한 변인이다(Billings & Moos, 1984). 기존의 연구에서도 스트레스 대처방식은 개인의 적응과 관련된 조절 변인으로 그 중요성이 강조되어 왔으며(Billings & Moos, 1984; Lazarus & Folkman, 1984), 국내 연구에서도 스트레스에 대한 주요한 조절변인으로 논의되고 있다. 그러나 대부분 연구대상이 놀이치료사(문혜준, 진미경, 2014)와 사회복지사(박종주, 김희년, 2017), 또는 보육교사(이민아, 임선아, 2018), 아동보호 전문기관 상담원(현진희, 2017) 및 청소년 동반자(이임천, 이상희, 2010)를 대상으로 진행되어 미술치료사를 대상으로 한 연구는 부족한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 미술치료사가 스트레스 상황에서 어떠한 대처방식을 사용하는가에 따라 심리적 소진에 미치는 영향이 달라질 수 있을 것이라 가정하여 스트레스 대처방식의 적극적 대처와 소극적 대처를 조절변인으로 설정하였다.

지금까지 살펴본 바와 같이 미술치료사는 성공적인 치료를 위해 미술을 바탕으로 심리학, 정신의학, 복지학 및 상담기술에 이르기까지 광범위한 영역에 대한 학문적 요구와 다양한 사례의 내담자와의 접촉으로 인한 스트레스로 심리적 소진을 겪을 위험이 많다(송신영, 문경래, 2020). 그럼에도 불구하고 미술치료사의

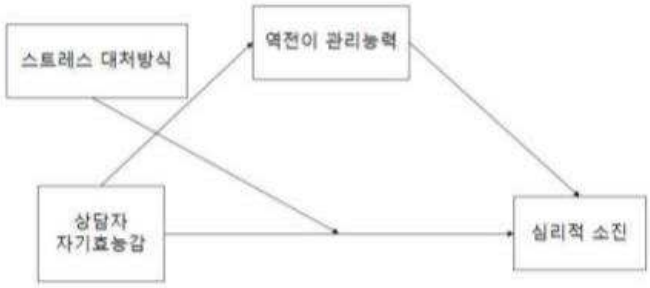
[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

심리적 소진에 관한 연구에서 역전이 관리능력, 상담자 자기효능감, 스트레스 대처, 심리적 소진의 변인을 모두 관련지어 살펴본 연구가 없으며, 미술치료사의 심리적 소진에 관한 연구는 아직 시작 단계에 있다고 할 수 있다. 따라서 본 연구에서는 미술치료사를 대상으로 심리적 소진에 영향을 미치는 요인으로 상담자 자기효능감, 스트레스 대처방식 및 역전이 관리능력에 초점을 맞추어 규명하고자 한다. 이를 통해 미술치료사의 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 역전이 관리능력의 매개효과와 스트레스 대처방식의 조절 효과 및 조절된 매개효과를 알아봄으로써 미술치료사의 심리적 소진을 감소시키도록 돕는데 활용될 수 있기를 기대한다. 이에 관련한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 미술치료사의 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 역전이 관리능력의 매개효과는 어떠한가?

둘째, 미술치료사의 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 적극적 및 소극적 스트레스 대처방식의 조절효과는 각각 어떠한가?

셋째, 미술치료사의 상담자 자기효능감, 역전이 관리능력, 심리적 소진의 관계에서 적극적 및 소극적 스트레스 대처방식의 조절된 매개효과는 각각 어떠한가?



<그림 1> 연구모형

Ⅱ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구에서는 현재 미술치료를 실시하고 있는 전국의 미술치료사를 대상으로 본 연구의 취지와 목적에 동의하여 자발적으로 참여 의사를 밝힌 미술치료사 230명을 대상으로 역전이 관리능력, 상담자 자기효능감, 스트레스 대처방식, 심리적 소진의 질문지를 사용하여 온라인으로 설문을 진행했다. 회수된 온라인 설

문 가운데 불성실하게 응답한 자료를 제외하고 총 220부를 최종 분석 자료로 사용하였다. 연구대상의 인구 사회학적 특성은 <표 1>에 제시한 바와 같다.

<표 1> 연구대상자의 인구사회학적 특성

변인	구분		빈도(명)	비율(%)
성별	남		42	19.1
	여		178	80.9
나이	20세~29세 이하		23	10.5
	30세~39세 이하		139	63.2
	40세~49세 이하		54	24.5
	50세~59세 이하		3	1.4
	60세 이상		1	0.4
학력	학사졸업		29	13.2
	석사과정	1학기	-	-
		2학기	5	2.3
		3학기	3	1.4
		4학기	13	5.9
		5학기	5	2.3
	석사졸업		152	69.1
	박사과정	1학기	1	0.5
		2학기	1	0.5
		3학기	-	-
		4학기	2	0.9
		5학기	-	-
	박사수료		7	3.2
	박사졸업		3	1.4
경력	1년 미만		20	9.1
	1년 이상~3년 미만		72	32.7
	3년 이상~5년 미만		70	31.8
	5년 이상~10년 미만		49	22.3
	10년 이상		9	4.1
주 치료 대상	아동 청소년		162	73.6
	성인		22	10.0
	노인		6	2.7
	장애인·장애아동		30	13.6
주당 근무시간	총 1시간 이상~5시간 이하		31	14.1
	총 5시간 이상~10시간 이하		93	42.3
	총 10시간 이상~15시간 이하		69	31.4
	총 15시간 이상		27	12.3
슈퍼비전 경험	유		207	92.3
	무		17	7.7
슈퍼비전 회기 수	1회~10회 이하		83	37.7
	11회 이상~20회 이하		71	32.3
	21회 이상~30회 이하		34	15.5
	30회 이상		15	6.8

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

2. 연구도구

1) 상담자 자기효능감 척도(Counselor's Self-Efficacy Scale: CSES)

본 연구에서는 미술치료사의 상담자 자기효능감을 알아보기 위하여 양명희와 김성회(2011)가 개발하고 타당화한 상담자 자기효능감 척도(CSES)를 사용하여 측정하였다. 이 척도는 총 44문항으로 구성된 척도로, 상담기술 자기효능감(19문항)과 상담태도 자기효능감(13문항) 그리고 상담위기대처 자기효능감(12문항)의 3개 하위요인으로 구성되어 있다. 각 문항에 대한 응답은 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 부터 '매우 그렇다'(5점)까지 5점 Likert 척도로 평정하고, 점수가 높으면 상담자 자기효능감이 높다는 것을 의미한다. 양명희와 김성회(2011)의 연구에서 전체 신뢰도 계수는 Cronbach's α .96으로 나타났으며, 본 연구에서 산출한 전체 문항의 신뢰도 Cronbach's α는 .95로 나타났다.

2) 역전이 관리능력 척도(Counter transference Factors Inventory: CFI)

미술치료사의 역전이 관리능력을 알아보기 위하여 Van Wagoner 등(1991)이 개발한 역전이 관리능력 척도(CFI)를 장세미(1999)가 번안하고, 최가희(2002)가 수정한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 36문항으로 4개의 하위영역으로 구성되어 있고, 하위요인은 내담자에 대한 객관적 이해(24문항), 자기통합(5문항), 자기통찰(4문항), 불안관리(3문항)으로 이루어져 있다. 평가는 '전혀 그렇지 않다(1점)'부터 '매우 그렇다(5점)'까지 5점 Likert 척도에 의해 평정하며, 점수가 높을수록 역전이 관리능력이 높은 것으로 해석한다. 최가희(2002)의 연구에서 척도의 신뢰도는 Cronbach's α .96으로 나타났으며 본 연구에서 산출한 천체 문항의 신뢰도는 Cronbach's α .94로 나타났다.

3) 스트레스 대처방식 척도(The Ways of Coping Checklist)

본 연구의 스트레스 대처방식은 Folkman과 Lazarus(1985)가 개발한 스트레스 대처방식 척도에 기초하여 김정희(1987)가 요인 분석하여 선택 개발한 척도를 김정문(2010)이 임의로 6개씩 24문항을 선정한 척도를 사용하였다. 본 척도는 총 24문항으로 적극적 대처(12문항) 및 소극적 대처(12문항)로 구성 되어 있다. 각각의 문항의 응답은 '전혀 사용하지 않음(1점)'부터 '매우 많이 사용(7점)'으로 7점 Likert 척도로 평정하고 점수가 높을수록 해당 방식의 스트레스 대처방식을 많이 사용하는 것을 의미한다. 척도의 전체 신뢰도는 김정문(2010)에서 Cronbach's α .78로 나타났고, 본 연구에서 전체 신뢰도는 Cronbach's α .73으로 나타났다.

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

4) 심리적 소진 척도(Maslach Burnout Inventory: MBI)

미술치료사들의 심리적 소진을 측정하기 위해 Maslach와 Jackson(1981)이 개발하고 박성호(2001)가 번안한 Maslach Burnout Inventory(MBI) 질문지를 사용하였다. 이 척도는 총 22문항으로 정서적 소모(9문항), 내담자의 비인간화(5문항), 개인적 성취감 감소(8문항)로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(0점)'부터 '매우 그렇다(6점)'의 7점 Likert 척도로 평정하며, 점수가 높을수록 심리적 소진의 수준이 높음을 의미한다. 척도의 신뢰도는 박성호(2001)에서 Cronbach's α .88로 나타났으며, 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's α .88로 나타났다.

3. 연구절차

본 연구는 숙명여자대학교 생명윤리위원회(IRB: Institutional Review Board)로부터 연구 승인을 받은 후, 2020년 12월부터 2021년 3월까지 미술 심리 상담 관련 커뮤니티를 통해 본 연구의 취지와 목적에 동의하여 자발적으로 참여 의사를 밝힌 미술치료사를 대상으로 온라인으로 설문을 진행하였다. 배포된 온라인 설문에는 IRB 규정에 맞춰 연구 설명 및 참여에 대한 설명문과 동의서가 포함되어 있어 연구 참여자가 설명문을 읽고 설문에 대한 목적과 취지에 대해 충분히 이해할 수 있도록 안내하였고 자발적으로 참여 의사를 밝힌 연구대상자의 한해 설문을 진행하였다. 또한, 연구 참여자는 설문 도중 진행을 원치 않는 경우 언제든지 설문을 중단할 수 있다는 것과 불참 시 어떤 불이익도 없음을 안내하였고, 수집된 설문은 온라인 데이터로 저장되어 보관되는 것과 참여자의 익명성 및 자료처리에 대해서도 명시하였다.

4. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 IBM SPSS 25.0 프로그램과 PROCESS Macro 3.4.1 프로그램을 사용하여 다음과 같은 방식으로 자료처리 및 분석을 진행하였다. 첫째, 연구대상의 인구 통계학적 특성과 연구의 기초분석을 위해 빈도와 백분율, Cronbach's α계수를 산출하였다. 둘째, 미술치료사의 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 역전이 관리능력의 매개효과 및 스트레스 대처방식의 조절효과를 검증하기 위해 Hayes(2013)의 PROCESS Macro 4번, 1번, 5번 모형을 이용하였으며, 통계적 유의성 검증을 위해 부트스트랩핑(bootstrapping)을 사용하여 파악하였다. 이때 샘플수(Bootstrap samples)는 5,000개로 지정하였으며 신뢰구간은 95.0%로 하였다.

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

Ⅲ. 연구결과

1. 미술치료사의 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 역전이 관리능력의 매개효과

미술치료사의 상담자 자기효능감과 심리적 소진 사이에서 역전이 관리능력의 매개효과를 검증하기 위하여 Hayes(2013)가 제안한 PROCESS macro의 model 4를 활용하였다.

<표 2> 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 역전이 관리능력의 매개효과

변수	β	se	t	p	LLCL*	ULCL**
매개변수 모형 (종속변수: 역전이 관리능력)						
상수	.3876	.1052	3.6861	.0003	.1804	.5949
상담자 자기효능감	.9090	.0276	32.8807	.0000	.8545	.9635
종속변수 모형(종속변수: 심리적 소진)						
상수	6.9426	.2743	25.3123	.0000	6.4020	7.4832
상담자 자기효능감	-.4877	.1708	-2.8559	.0047	-.8243	-.1511
역전이 관리능력	-.4959	.1714	-2.8935	.0042	-.8337	-.1581

*LLCL= boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서의 하한값
**ULCL= boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서의 상한값

그 결과는 <표 2>에 제시한 바와 같이 상담자 자기효능감은 역전이 관리능력에 유의미한 정적 영향을 미치고(β=.9090, p<.001), 역전이 관리능력은 심리적 소진에 유의미한 부적 영향을 주어(β=-.4959, p<.01) 역전이 관리능력이 상담자 자기효능감과 심리적 소진 관계를 매개하였다. 또한, 상담자 자기효능감에서 심리적 소진의 총 효과는(β=-.9384, p<.001)이었으나 매개변수인 역전이 관리능력이 투입되면서 상담자 자기효능감과 심리적 소진 간 경로의 직접 효과가(β=-.4877 p<.01)로 감소하여 상담자 자기효능감이 매개하였음을 알 수 있다. 이러한 자기효능감과 심리적 소진의 간접효과를 검증하기 위해 부트스트랩을 통해 검증하였으며, 그 결과를 <표 3>에 제시하였다. 검증결과, 부트스트랩의 상한값과 하한값 사이에서 0이 존재하지 않아 간접효과가 유의한 것으로 나타났다.

<표 3> 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 역전이 관리능력의 매개효과 검증

효과	β	Boot SE	*LLCL	**ULCL
총 효과	-.9384	.0711	-1.0786	-.7983
직접효과	-.4877	.1708	-.8243	-.1511
간접효과	-.4508	.1628	-.7513	-.1082

*LLCL= boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서의 하한값
**ULCL= boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서의 상한값

3. 미술치료사의 역전이 관리능력과 심리적 소진의 관계에서 스트레스 대처방식의 조절효과

1) 적극적 대처의 조절효과

미술치료사의 상담자 자기효능감과 심리적 소진과의 관계에서 스트레스 대처방식 하위변인 중 적극적 의미의 스트레스 대처방식의 조절 효과를 알아보기 위해 PROCESS Macro 1번 모형을 이용하였고, 독립변인과 조절변인을 평균중심화하였다. 또한, 조절효과 검증을 위해 부트스트랩 샘플(Bootstrap samples) 수는 5,000개, 신뢰구간은 95%로 설정하였다. 분석한 결과는 <표 4>에 제시하였다. <표 4>를 살펴보면, 독립변인인 상담자 자기효능감은 종속변인인 심리적 소진에 부적으로 유의한 영향을 미쳤고(β=-.8566, p<.001), 조절변인인 적극적 대처는 심리적 소진에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=-.1603, p<.05). 한편, 상담자 자기효능감과 스트레스 대처방식의 하위요인 중 적극적 대처의 상호작용항은 심리적 소진에 유의한 영향을 미치지 않아 상담자 자기효능감과 심리적 소진 사이에서 적극적 대처의 조절 효과는 없는 것으로 밝혀졌다(β=.1055, p=.3147). 즉, 미술치료사의 상담자 자기효능감이 심리적 소진에 미치는 영향력은 적극적 대처방식에 의해 변하지 않음을 의미한다.

<표 4> 심리적 소진에 대한 적극적 대처의 조절효과

변수	β	se	t	p	LLCL*	ULCL**
상수	3.1989	.0381	84.0419	.0000	3.1238	3.2739
상담자 자기효능감	-.8566	.0757	-11.3187	.0000	-1.0058	-.7075
적극적 대처	-.1603	.0575	-2.7886	.0058	-.2737	-.0470
상담자 자기효능감 × 적극적 대처	.1055	.1047	1.0078	.3147	-.1008	.3118
상호작용에 따른 R^2 증가	R^2		F		p	
	.0025		1.0157		.3147	

*LLCL= boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서의 하한값
**ULCL= boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서의 상한값

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

2) 소극적 대처의 조절효과

미술치료사의 상담자 자기효능감과 심리적 소진과의 관계에서 스트레스 대처방식의 하위변인 중 소극적 의미의 스트레스 대처방식의 조절 효과를 알아보기 위하여 PROCESS macro의 1번 모형을 이용하였고, 독립변인과 조절변인을 평균중심화하였다. 조절효과 검증 시 부트스트랩 샘플(Bootstrap samples) 수는 5,000개로 지정하였으며 신뢰구간은 95%로 설정하였다. 분석한 결과는 <표 5>와 같다.

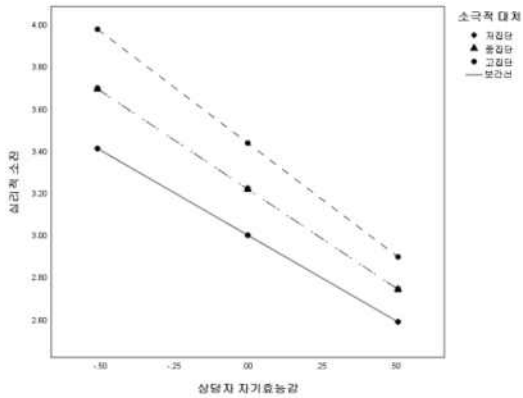
<표 5> 심리적 소진에 대한 소극적 대처의 조절효과

변수	β	se	t	p	LLCL*	ULCL**
상수	3.2160	.0333	96.5849	.0000	3.1503	3.2816
상담자 자기효능감	-.9342	.0667	-13.9979	.0000	-1.0657	-.8027
소극적 대처	.3235	.0504	6.4164	.0000	.2241	.4229
상담자 자기효능감 × 소극적 대처	-.1872	.0901	-2.0789	.0388	-.3648	-.0097
상호작용에 따른 R^2 증가	R^2		F		p	
	.0093		4.3220		.0388	
조건부 간접효과	Effect	se	t	p	LLCL*	ULCL**
M-1SD(-.6760)	-.8076	.0986	-8.1932	.0000	-1.0019	-.6133
M(.0000)	-.9342	.0667	-13.9979	.0000	-1.0657	-.8027
M+1SD(.6760)	-1.0608	.0813	-13.0516	.0000	-1.2210	-.9006

*LLCL= boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서의 하한값
**ULCL= boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서의 상한값

먼저 상담자 자기효능감은 심리적 소진에 부적으로 유의한 영향을 미쳤고(β=-.9342, p<.001), 소극적 대처는 심리적 소진에 유의한 영향을 미쳤다(β=.3235, p<.001). 또한, 상담자 자기효능감과 스트레스 대처방식의 하위요인 중 소극적 대처의 상호작용 항은 심리적 소진에 유의한 영향을 미쳐(β=-.1872, p<.001) 상담자 자기효능감과 심리적 소진 사이에서 소극적 대처의 조절효과가 있는 것으로 밝혀졌다. 상호작용 항이 추가됨에 따른 R^2 변화량은 .0093(p<.05)이었고, 이는 통계적으로 유의하여 상담자 자기효능감과 심리적 소진과의 관계에서 소극적 대처의 조절효과가 검증되었다. 다음 구체적으로 어떠한 조건에서 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 소극적 대처방식이 조절효과가 나타내는지 조건부효과를 분석한 결과, 소극적 대처 값이 -.6760(M-1SD)부터, .0000(M)과 6760(M+1SD)영역에서 모두 유의하였다. 즉, 미술치료사의 상담자 자기효능감이

심리적 소진에 미치는 영향이 스트레스 대처방식의 하위변인인 소극적 대처를 사용함에 따라 달라짐을 의미한다.



<그림 2> 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계에서
소극적 대처의 조절 효과

소극적 대처의 조절효과가 통계적으로 유의하게 나타났으므로 그 형태를 확인하기 위해 조절효과를 시각화하여 <그림 2>에 제시하였다. 또한, 유의한 상호작용의 패턴을 확인하기 위하여 조절변수인 소극적 대처를 저집단과 중집단, 고집단으로 각각 나누어 평균의 변화량를 살펴보았다. 그 결과, 고집단, 중집단, 저집단 세 개의 집단에서 모두 유의하게 나타났다. 즉, 상담자 자기효능감이 높을수록 심리적 소진이 감소하는데, 소극적 대처를 사용할수록 상담자 자기효능감 증가에 따른 심리적 소진의 감소율이 모든 영역에서 낮아진다는 것이다.

<표 6> 적극적 대처의 조절된 매개효과

변수들	β	se	t	p
매개변수 모형 (종속변수: 역전이 관리능력)				
상수	3.8145	.0141	271.3993	.0000
상담자 자기효능감 → 역전이 관리능력	.9090	.0276	32.8807	.0000
종속변수 모형(종속변수: 심리적 소진)				
상수	4.8055	.6591	7.2905	.0000
상담자 자기효능감 → 심리적 소진	-.4864	.1691	-2.8768	.0044
역전이 관리능력 → 심리적 소진	-.4210	.1724	-2.4414	.0154
적극적 대처 → 심리적 소진	-.1355	.0577	-2.3469	.0198
상담자 자기효능감 × 적극적 대처	.0988	.1035	.9546	.3408

$^{*}p<.05$, $^{**}p<.01$, $^{***}p<.001$

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

4. 상담자 자기효능감, 역전이 관리능력, 심리적 소진과의 관계에서 스트레스 대처의 조절된 매개효과

1) 상담자 자기효능감, 역전이 관리능력, 심리적 소진과의 관계에서 적극적 대처의 조절된 매개효과

미술치료사의 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 역전이 관리능력이 매개하고 적극적 대처가 조절하는 조절된 매개효과를 검증하기 위하여 SPSS macro PROCESS의 Model 5를 이용하였고, 매개변인과 조절변인을 평균중심화하여 검증한 결과는 <표 6>에 제시하였다. 분석 결과, 상담자 자기효능감은 역전이 관리능력에 유의미한 정적 영향을 미쳤고(β=.9090, p<.001), 역전이 관리능력은 심리적 소진에 부적으로 유의한 영향을 미쳐(β=-.4210, p<.05) 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 또한, 독립변인인 상담자 자기효능감은 심리적 소진에 부적 영향을 미쳤고(β=-.4864, p<.01), 조절변인인 적극적 대처는 심리적 소진에 유의한 부적 영향을 미쳤다(β=-.4864, p<.01). 그러나 상담자 자기효능감과 적극적 대처의 상호작용항은 심리적 소진에 유의한 영향을 미치지 않아 조절효과가 없는 것으로 나타났다(β=.0988, p=.3408).

2) 상담자 자기효능감, 역전이 관리능력, 심리적 소진과의 관계에서 소극적 대처의 조절된 매개효과

미술치료사의 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 역전이 관리능력이 매개하고 소극적 대처가 조절하는 조절된 매개효과를 검증하기 위하여 SPSS macro PROCESS의 Model 5를 이용하였고, 매개변인과 조절변인을 평균중심화하여 검증한 결과는 <표 7>과 같다.

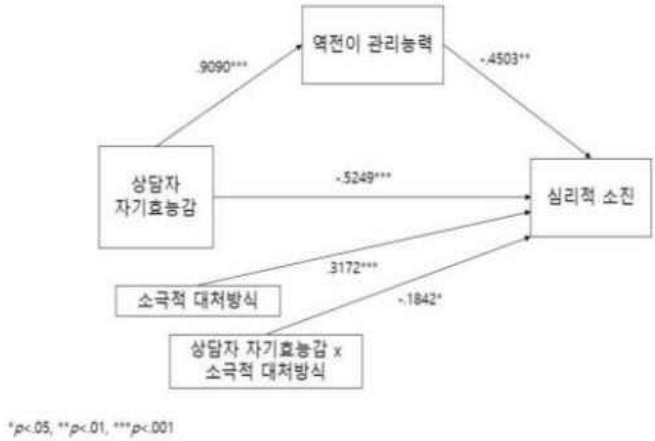
<표 7> 역전이 관리능력의 매개효과와 소극적 대처방식의 조절된 매개효과

변수들	β	se	t	p
매개변수 모형 (종속변수: 역전이 관리능력)				
상수	3.8145	.0141	271.3993	.0000
상담자 자기효능감 → 역전이 관리능력	.9090	.0276	32.8807	.0000
종속변수 모형(종속변수: 심리적 소진)				
상수	4.9336	.6028	8.1839	.0000
상담자 자기효능감 → 심리적 소진	-.5249	.1578	-3.3269	.0000
역전이 관리능력 → 심리적 소진	-.4503	.1578	-2.8535	.0047
소극적 대처 → 심리적 소진	.3172	.0497	6.3872	.0000
상담자 자기효능감 × 소극적 대처	-.1842	.0886	-2.0785	.0388
상호작용에 따른 R^2 증가	R^2	F		p
	.0090	4.3202		.0388

$^{*}p$<.05, $^{**}p$<.01, $^{***}p$<.001

분석 결과, 상담자 자기효능감은 역전이 관리능력에 유의미한 정적 영향을 미쳤고(β=.9090, p<.001), 역전이 관리능력은 심리적 소진에 부적으로 유의한 영향을 미쳐(β=-.4503, p<.05)

매개효과가 있는 것으로 나타났다. 그리고 독립변인인 상담자 자기효능감은 심리적 소진에 부적 영향을 미쳤으나(β=-.5249, p<.001), 조절변인인 소극적 대처는 심리적 소진에 유의한 정적영향을 미쳤다(β=.3172, p<.001). 상담자 자기효능감과 소극적 대처의 상호작용항은 심리적 소진에 유의한 부적영향을 미쳐 조건부 직접효과가 나타났다(β=-.1842, p<.05). 또한, 상호작용이 추가됨에 따라 R^2 변화량은 .0090(p<.05)이었고, 이는 통계적으로 유의하여 상담자 자기효능감이 역전이 관리능력을 거쳐 심리적 소진에 미치는 매개효과와 소극적 대처에 의한 조절효과가 검증되었다. 즉 상담자 자기효능감이 역전이 관리능력을 거쳐 심리적 소진에 부적인 영향을 미쳤고, 소극적 대처방식은 상담자 자기효능감과 심리적 소진 간의 관계를 조절하는 것으로 나타났다.



<그림 3> 소극적 대처의 조절된 매개효과 통계모형

이러한 결과를 통해 <그림 3>과 같은 조건부 효과 통계모형을 도출해 낼 수 있다. 이를 구체적으로 기술하면, 상담자 자기효능감은 심리적 소진을 부적으로 유의하게 예측하고 상담자 자기효능감과 소극적 대처방식의 상호작용항은 심리적 소진에 부적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 상담자 자기효능감이 높아지면 심리적 소진이 감소하게 되는데 이러한 관계가 소극적 대처의 사용에 따라 완화될 수 있다는 것을 의미한다. 또한, 조절변인인 소극적 대처의 수준을 고집단, 중집단, 저집단으로 나누어 종속변인인 심리적 소진에 미치는 간접효과의 크기와 신뢰구간을 확인하여 <표 8>에 제시하였다. 그 결과, 소극적 대처방

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

식에 따른 상담자 자기효능감의 조건부 효과는 소극적 대처 값이 M-1SD(-.6760)부터 M(.0000), M+1SD(.6760)에서 모두 유의미하였다. 즉, 소극적 대처는 상담자 자기효능감이 역전이 관리능력을 거쳐 심리적 소진에 미치는 영향을 조절하는 것으로 나타났다.

<표 8> 소극적 대처에 따른 상담자 자기효능감의 조건부 효과

소극적 대처	Effect	se	t	*p*	LLCL*	ULCL**
M - 1SD (-.6760)	-.4004	.1726	-2.3201	.0213	-.7405	-.0602
M(.0000)	-.5249	.1578	-3.3269	.0010	-.8358	-.2139
M+1SD (.6760)	-.6494	.1649	-3.9389	.0001	-.9743	-.3244

*LLCL= boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서의 하한값
**ULCL= boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서의 상한값

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

Ⅳ. 논의 및 결론

본 연구는 미술치료사의 상담자 자기효능감이 심리적 소진에 미치는 영향을 살펴보고, 이러한 관계에서 역전이 관리능력의 매개효과와 스트레스 대처방식의 조절 및 조절된 매개효과를 검증하였다. 이를 통해 미술치료사의 개인 내적 변인인 상담자 자기효능감이 심리적 소진에 미치는 영향력을 알아보고, 그 과정에서 나타나는 역전이 관리능력과 스트레스 대처방식의 관여를 살펴봄으로써 미술치료사의 심리적 소진을 보호하는 변인 및 기제를 확인하고자 하였다. 본 연구의 주요 결과에 따라 논의하면 다음과 같다.

첫째, 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 역전이 관리능력의 매개효과를 확인한 결과, 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계를 역전이 관리능력이 부분 매개하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 미술치료사의 상담자 자기효능감이 높아질수록 심리적 소진이 감소하는데, 상담자 자기효능감에 증가에 따라 역전이 관리능력이 높아지고, 심리적 소진을 경험할 위험이 낮아진다는 것을 의미한다. 이러한 연구결과는 상담자 자기효능감이 높을수록 상담에 대한 부정적인 감정을 적게 지각하게 되어 심리적 소진을 덜 경험할 수 있다는 연구들(박정아, 2015; 조경희, 2018; 조은혜, 2016)과 상담자가 자신의 능력이 유능하다고 믿는 치료사일수록 역전이를 인식하여 처리할 수 있는 능력이 높다는 연구들(윤선재 2012; 이윤수, 김광웅 2002; 이희진, 2008; 최지영, 이영애, 2009)과 같은 맥락이다. 또한, 신상은(2015)의 연구에서 치료사의 역전이 관리능력이 자기효능감과 심리적 소진 간의 관계를 유의미하게 매개한다고 밝힌 것과 일치한다. 이

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

와 같은 결과들을 종합해볼 때, 미술치료사의 심리적 소진을 대처하고 예방하기 위해서는 상담자 자기효능감을 발달시키기 위한 프로그램 개발과 역전이 관리능력을 높여줄 수 있는 전문적인 교육이 중요하다는 것을 시사한다.

둘째, 상담자 자기효능감이 심리적 소진에 미치는 영향에서 스트레스 대처 방식의 조절효과를 확인한 결과, 적극적 대처는 조절효과가 없는 것으로 나타났다. 이는 적극적 대처방식이 심리적 소진에 유의한 영향을 미치지 않는다는 연구결과와 맥을 같이하는 결과이다(이임천, 2010). 반면, 놀이치료사를 대상으로 진행한 연구(문혜준, 진미경, 2014)에서 적극적 대처방식이 심리적 소진에 유의한 영향을 미친다고 밝혀진 결과와는 상반된다. 이러한 결과는 미술치료사의 치료적 특징이 다른 치료와는 특성이 상이함을 의미하며, 미술작품을 매개로 한 미술치료 과정에서 발생하는 전이 현상이 외부자원을 활용한 적극적 대처만으로는 해소가 부족하다 볼 수 있다.

다음으로 소극적 대처는 상담자 자기효능감과 심리적 소진 간의 관계에서 유의미한 조절효과가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 통해 상담자 자기효능감이 높을수록 심리적 소진이 감소되는데, 소극적 대처의 사용이 이러한 영향을 강화시켜 도움이 될 수 있음을 시사한다. 또한, 소극적 대처는 적극적 대처에 비해 부적응적인 대처방식으로도 보는 시각이 있었으나(김가은, 선우현, 2012; 김정희, 1995; 문혜준, 진미경, 2014; 이정숙, 2012; Kling, Seltzer, & Ryff, 1997; Seltzer, Greenberg, & Krauss, 1995; Wilkerson, 2009), 소극적 대처가 반드시 부정적인 결과로 이어지는 것이 아닌 상황과 스트레스 원에 따라 적응적일 수 있음을 시사한다(김미희, 최가희, 2022; Lazarus, 1981). 한편, 박종주(2015)는 사회복지전담공무원의 소극적 대처방식의 하위요인인 소망적 사고의 대처방식이 직무스트레스 감소에 도움이 된다고 밝혔고, Forsythe와 Compas(1987)는 통제가능성이 적은 상황에서 정서 중심대처가 효율적이라고 제안하였으며, Compas 등(2001)은 소극적 대처의 사용은 통제할 수 없는 스트레스 상황이나 문제를 해결하기 전에 일시적으로 일부 증상들을 완화 시키는 적응적인 면이 있음을 밝힌 바 있다. 본 연구의 결과는 이러한 관점을 지지하는 결과를 도출하고, 미술치료사의 소극적 대처의 사용이 심리적 소진을 낮추는 보호 요인이 될 수 있음을 확인하였다.

셋째, 상담자 자기효능감이 역전이 관리능력을 거쳐 심리적 소진에 미치는 영향에서 스트레스 대처방식의 조절된 매개효과를 검증한 결과, 상담자 자기효능감이 역전이 관리능력을 매개로 심리적 소진에 영향을 미쳤고, 소극적 대처를 사용함에 따라 상담자 자기효능감이 심리적 소진에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 다시 말해, 상담자 자기효능감이 역전이 관리능력을 증가시켜 심리적 소진에 영향을 미치고, 이 과정에서 소극적 대처의 사용이 심리적 소진의 감소에 도

움이 된다는 것이다. 이는 미술치료사의 심리적 소진을 예방하기 위해서는 미술치료사의 상담자 자기효능감 및 역전이 관리능력을 높이는 것이 중요하며, 스트레스 상황에서 소극적 대처를 사용하여 부정적인 정서를 조절하게 되는 경우 심리적 소진을 경험할 위험이 낮아진다는 것을 시사한다. 다만, 역전이 관리능력을 통한 매개효과는 확인되었으나, 스트레스 대처방식의 조절효과가 확인되지 않아 조절된 매개효과는 확인되지 않았다. 이러한 결과는 전술한 바와 같이 미술치료의 과정이 다른 상담치료 과정과는 다르게 발생한 전이 현상이 외부자원에 의한 적극적 대처만으로는 해소에 한계가 존재한다고 볼 수 있다.

이러한 결과에 근거하여 본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 미술치료사의 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계를 설명하기 위해 미술치료사의 개인 내적 요인에 초점을 맞추고 미술치료사의 상담자 자기효능감이 심리적 소진을 감소하고 예방할 수 있지만, 역전이 관리능력과 스트레스 대처방식을 함께 다룸으로써 미술치료사의 심리적 소진을 예방하고 감소시키기 위한 개입 방향을 제시했다는 것에 의의가 있다.

둘째, 미술치료사의 상담자 자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 소극적 대처가 적응적인 대처방식으로 작용 될 수 있다는 것을 보여주었다. 스트레스가 유발되는 환경이나 자극에 노출되었을 때 스트레스 상황과 반대되는 소망적 사고나 바램은 심리적 소진을 감소시킬 수 있다(김하은, 2018). 다시 말해, 미술치료사가 스트레스에 대한 소극적 대처의 사용은 부정적인 정서를 감소시켜 심리적 소진에 도움이 된다는 것이다. 다만, 소극적 대처는 장기적으로 사용하였을 때는 부적응적이 될 수 있다는 점이 있다(김미희, 최가희2022). 따라서 스트레스에 소극적 대처뿐만 아니라 적극적 대처를 동시에 사용하여 스트레스에 대처하는 것이 필요할 것이다.

끝으로 본 연구의 제한점과 향후 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 미술치료사 220명을 대상으로 진행되어 전체 미술치료사로 일반화하는데 어려움이 있다. 따라서 후속 연구에서는 지역과 대상을 다양하게 확대하여 적용해 볼 필요가 있다.

둘째, 본 연구는 스트레스 대처방식의 하위요인을 적극적 대처의 하위요인과 소극적 대처의 하위요인을 세분화하지 않았다는 한계가 있다. 후속 연구에서는 적극적 대처와 소극적 대처의 하위요인이 심리적 소진에 어떤 관계가 있는지 명확하게 확인해 볼 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 미술치료사의 심리적 소진에 미치는 개인 내적 요인으로 상담자 자기효능감과 역전이 관리능력, 스트레스 대처방식만을 설명하였다. 따라서 추후 연구에서는 미술치료사의 심리적 소진에 관해 내담자 요인과 환경적 요인 등 다양한 변인의 탐색이 이루어져야 할 것이다.

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

참고문헌

강소영, 선우현 (2014). 놀이치료자의 자기효능감 및 역전이 관리능력이 심리적 소진에 미치는 영향. 통합치료연구, 6(1), 5-29.

곽봉화 (2009). 스트레스와 대처방식에 관한 연구. 미간행 석사학위 청구논문. 부산대학교 일반대학원.

권이경, 김광웅 (2005). 상담종결경험, 사회적 지지, 자기효능감이 놀이치료자의 심리적 소진에 미치는 영향. 한국놀이치료학회, 8(1), 1-15.

김가은, 선우현 (2012). 놀이치료자의 자아탄력성 및 스트레스대처방식이 심리적 소진에 미치는 영향. 한국놀이치료학회, 15(4), 535-548.

김나영, 정현희 (2012). 미술치료사의 자아탄력성과 사회적지지가 심리적소진에 미치는 영향. 미술치료연구, 19(4), 879-899.

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

김단비, 진미경 (2019). 놀이치료자의 역전이 관리능력이 심리적 소진에 미치는 영향에서 슈퍼비전 관계의 조절효과. 한국놀이치료학회, 22(1), 35-53.

김미희, 최가희 (2022). 발달장애인 부모의 양육스트레스와 적극적 대처가 장애수용에 미치는 영향: 소극적 대처의 조절된 매개효과. 한국심리학회지 상담 및 심리치료 34(3), 875-896.

김예은, 김갑숙 (2020). 미술치료사의 직무스트레스와 심리적 소진의 관계 : 자기돌봄의 매개효과. 예술심리치료연구, 16(2), 29-54.

김인경 (2012). 음악치료사의 자아탄력성 및 사회적 지지와 심리적 소진의 관계. 한국음악치료학회지, 14(1), 41-61.

김정문 (2010). 불안정 애착이 심리적 안녕감에 미치는 영향. 미간행 박사학위 청구논문, 한양대학교 대학원.

김정희 (1987). 지각된 스트레스, 인지세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용 대학 신입생의 스트레스 경험을 중심으로. 미간행 박사학위 청구논문, 서울대학교 일반대학원.

김정희 (1995). 스트레스 평가와 대처의 정서적 경험에 대한 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 7(1), 44-69.

김채연 (2014). 미술치료사의 역전이 활용에 관한 현상학적 연구. 미간행 박사학위 청구논문, 영남대학교 일반대학원.

김하은 (2018). 초보상담자의 스트레스 대처양식이 심리적 소진에 미치는 영향: 상담자활동 자기효능감의 매개효과. 미간행 석사학위 청구논문, 전주대학

교 일반대학원.
문혜준, 진미경 (2014). 놀이치료자의 자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 스트레스 대처방식의 조절효과. 한국놀이치료학회지, 17(3), 313-327.
박성호 (2001). 상담의 직무환경에서의 위험요소와 사회적 지지가 상담자의 심리적 소진에 미치는 영향. 미간행 석사학위 청구논문, 이화여자대학교 일반대학원.
박정아 (2015). 초심상담자의 상담자활동자기효능감과 심리적 소진의 관계에서 정서조절방략의 조절효과. 미간행 석사학위 청구논문, 광운대학교 상담복지정책대학원.
박종주 (2015). 사회복지전담공무원의 직무스트레스가 소진에 미치는 영향. 미간행 박사학위 청구논문, 인제대학교 일반대학원.
박종주, 김희년 (2017). 사회복지전담공무원의 직무스트레스가 소진에 미치는 영향-직무스트레스 대처방식의 조절효과를 중심으로. 사회서비스연구, 7(2), 1-28.
박진희, 소혜진 (2019). 음악치료사의 직업적 자기효능감이 이직의도에 미치는 영향: 심리적 소진의 매개효과. 예술심리치료연구, 15(4), 247-269.
박희현, 오숙경 (2013). 청소년상담자의 자아탄력성과 자기효능감이 소진에 미치는 영향. 한국놀이치료학회지, 16(2), 153-169.
보건복지부 (2017). 2016년도 정신질환실태조사. 세종: 보건복지부.
보건복지부 (2019). 자살예방백서. 서울: 중앙자살예방센터.
송신영, 문경래 (2020). 미술치료사의 직무스트레스와 심리적 소진의 관계에서 사회적 지지의 조절효과와 매개효과. 한국컴퓨터정보학회논문지, 25(2), 149-156.
신상은 (2015). 놀이치료자의 자기효능감과 심리적 소진과의 관계에서 역전이 관리능력의 매개효과. 미간행 석사학위 청구논문, 숙명여자대학교 사회교육대학원.
신하나, 진미경 (2019). 놀이치료자의 역전이 관리능력이 심리적 소진에 미치는 영향에서 슈퍼바이지 애착전략의 조절효과. 한국놀이치료학회지, 22(3), 267-283.
양명희, 김성회 (2011). 상담자 자기효능감 척도 개발. 상담학연구, 12(5), 1629-1644.
양미라 (2019). 상담자 자기효능감 관련 변인에 대한 메타분석. 미간행 석사학위 청구논문, 숙명여자대학교 심리치료대학원.
윤선재 (2012). 놀이치료자의 자기효능감과 역전이 관리능력의 관계에서 스트레스 대처방식의 매개효과. 미간행 석사학위 청구논문, 숙명여자대학교 사회교육대학원.

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

이민아, 임선아 (2018). 보육교사가 지각하는 부모와의 의사소통 수준이 직무스트레스와 이직의도에 미치는 영향: 교사의 적극적인 스트레스 대처방식의 조절효과 검증. 한국보육지원학회지, 14(6), 53-67.

이윤수 (2001). 놀이치료자의 자기효능감과 역전이 관리 능력에 관한 연구. 미간행 석사학위 청구논문, 숙명여자대학교 일반대학원.

이윤수, 김광웅 (2002). 놀이치료자의 자기효능감과 역전이 관리 능력에 관한 연구. 놀이치료연구, 5(1), 69-80.

이임천 (2010). 청소년동반자의 직무스트레스와 직무만족 및 심리적 소진과의 관계. 미간행 석사학위 청구논문, 광운대학교 교육대학원.

이임천, 이상희 (2010). 청소년 동반자의 직무스트레스가 직무만족과 심리적 소진에 미치는 영향: 자기효능감과 스트레스 대처방식의 효과. 인간이해, 31(2), 123-139.

이정숙 (2012). 대학생의 대인 관계가 인터넷중독 수준에 미치는 영향: 스트레스 대처방식을 매개변인으로. 청소년상담연구, 20(2), 115-134.

이희진 (2008). 음악치료사의 개인적 배경, 자기효능감 및 사적 자의식에 따른 역전이 관리 능력에 대한 연구. 미간행 석사학위 청구논문, 숙명여자대학교 음악치료대학원.

장세미 (1999). 상담자의 특성, 역전이 관리능력 및 상태불안의 관계. 미간행 석사학위 청구논문, 가톨릭대학교 일반대학원.

정귀연 (2012). 아동의 애착과 인물화 반응특성에 관한 연구. 미술치료연구, 19(6), 1337-1354.

정푸른 (2016). 음악치료사의 심리적 소진과 임상불안의 관계에서 자기효능감의 조절효과 검증. 미간행 석사학위 청구논문, 숙명여자대학교 음악치료대학원.

정현희 (2010). 실제적용중심의 미술치료. 서울: 학지사

조경희 (2018). 상담자의 완벽주의와 심리적 소진의 관계에서 자기수용과 상담자활동 자기효능감의 매개효과. 미간행 석사학위 청구논문, 명지대학교 사회교육대학원.

조은혜 (2016). 아동상담자의 임상경력과 심리적 소진 간의 관계에서 자기 돌봄 및 자기효능감의 매개효과. 미간행 석사학위 청구논문, 광운대학교 상담복지정책대학원.

최가희 (2002). 상담자의 역전이 관리 능력과 내담자에 대한 인상형성. 미간행 석사학위 청구논문, 가톨릭대학교 일반대학원.

최선남 (2013). 미술치료 전공 석사과정 경험에 대한 질적연구. 미술치료연구, 20(4), 659-674.

최재영 (2011). 정신과 환아와 함께 한 미술치료사의 체험연구. 미간행 박사학위

청구논문, 서울여자대학교 특수치료대학원.

최지영, 이영애 (2009). 놀이치료자의 자기효능감 및 사회적 지지와 역전이 관리 능력과의 관계. 한국놀이치료학회지, 12(3), 31-45.

현진희 (2017). 아동보호전문기관 상담원의 이차외상스트레스, 스트레스 대처방식이 우울에 미치는 영향과 스트레스 대처방식의 조절효과. 정신건강과 사회복지, 45(1), 229-254.

Arricale, F. (2001). *A study of burnout of counselors in college counseling centers*. Rutgers The State University of New Jersey-New Brunswick.

Bandura, A. (1982). Self-efficacy in Human agency. *American Psychologist, 37*, 122-147.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freedom and Company.

Billings, A. G., & Moos, R. H. (1984). Coping, stress, and social resources among adults with unipolar depression. *Journal of personality and social psychology, 46*(4), 877.

Compas B. E., Connor-Smith J. K., Saltzman H., Thomsen A. H., & Wadsworth M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological bulletin, 127*(1), 87-127.

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

Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changesit must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology, 48*(1), 150-170.

Forsythe, C. J., & Compas, B. E. (1987). Interaction of cognitive appraisals of stressful events and coping: Testing the goodness of fit hypothesis. *Cognitive therapy and research, 11*, 473-485.

Friedman, S. M., & Gelso, C. J. (2000). The development of the Inventory of countertransference behavior. *Journal of Clinical Psychology, 56*(9), 1221-1235.

Greason, P. B., & Cashwell, C. S. (2009). Mindfulness and counseling self efficacy: The mediating role of attention and empathy. *Counselor Education and Supervision, 49*(1), 2-19.

Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A Regression-Based Approach*. New York: The

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

Guilford Press.

Kling, K. C., Seltzer, M. M., & Ryff, C. D. (1997). Distinctive late-life challenges: Implications for coping and well-being. *Psychology and Aging, 12*(2), 288-295.

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

Lazarus, R. S. (1981). A cognitivist's reply to Zajonc on emotion and cognition. *American Psychologist, 36*(2), 222 - 223.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.

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), 97-108.

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), 453-463.

Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of organizational behavior, 2*(2), 99-113.

Norcross, J. C. (2000). Psychotherapist self-care: Practitioner-tested, *research-informed strategies. Professional Psychology: Research and Practice, 31*(6), 710-713.

Remley, T. P., & Herlihy, B. (2005). *Ethical, legal, and professional issues in counseling(2nd ed.).* Upper Saddle River, New Jersey: Pearson-Merrill Prentice-Hall.

Rubin, J. A. (1984). *Child art therapy: Understanding and helping children grow through art*. New York: Van Nostrand Reinhold Company.

Seltzer, M. M., Greenberg, J. S., & Krauss, M.W. (1995). A comparison of coping strategies of aging mothers of adults with mental illnessor mental retardation. *Psychology and Aging, 10*(1), 64-75.

Silver, R. L., & Wortman, C. B. (1980). Coping with undesirable life events. *Human helplessness: Theory and Applications.* New York: Academic Press.

Skovholt, T. M. & Trott-Mathison, M. (2014). *The Resilient Practitioner: Burnout Prevention and Self-care Strategies for Counselors, Therapists, Teachers, and Health Professionals(2nd Ed)*. New York: Routledge.

Skovholt, T. M. (2001). *The resilient practitioner: Burnout prevention and self-care strategies for therapists, counselors, teachers, and health professionals.* Boston: Allyn & Bacon.

Skovholt, T. M., & Trotter-Mathison, M. J. (2001). *The resilient practitioner: Burnout prevention and self-care strategies for counselors, therapists, teachers, and health professionals.* Boston: Allyn & Bacon.

Skovholt, T. M., & Ronnestad, M. H. (1992). Themes in therapist and counselor development. *Journal of Counseling & development, 70*(4), 505-515.

Van Wagoner, S. L., Gelso, C. J., Hayes, J. A., & Diemer, R. A. (1991). Countertransference and the reputedly excellent therapist. *Psychotherapy: Theory, research, practice, training, 28*(3), 411-421.

Wilkerson, K. (2009). An examination of burnout among school counselors guided by stress strain coping theory. *Journal of Counseling & Development, 87*(4), 428-437.

원 고 접 수 일 : 2023. 06. 20.
수정원고접수일 : 2023. 07. 30.
게 재 확 정 일 : 2023. 08. 26.

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM

Abstract

The Influence of Art Therapist's Self-Efficacy on Burnout : Mediating Effect of Countertransference Management Abilities, and Moderated Mediating Effect of Stress Coping Styles*

Kim, Ji-Sun** · Park, Sung-Hae***

This study aimed to find out the mediating effect of countertransference management abilities, the moderating effect of stress coping style, and the moderated mediating effect in the relationship between counselor's self-efficacy and burnout for art therapists. For this purpose, an online questionnaire was conducted by 220 art therapists using countertransference management abilities, counselor's self-efficacy, burnout, and stress coping styles questionnaire. The collected data was analyzed using the SPSS 25.0 program and PROCESS Macro models No. 1, No. 4, and No. 5 were used for analysis. The results of this study are as follows. Firstly, In the relationship between counselor's self-efficacy and burnout, countertransference management ability showed a mediating effect. Secondly, it was found that there's a moderating effect of stress coping style in the relationship between counselor's self-efficacy and burnout. Lastly, moderated mediating effect of the stress coping style was found in the relationship between the counselor's self-efficacy, countertransference management abilities, and burnout. This study is meaningful in that it found protective factors and routes that can reduce burnout in art therapists.

Key words : Art Therapist, Counselor's Self-Efficacy, Burnout, Countertransference Management Abilities, Stress Coping Style

---

* This paper revised and supplemented the art therapy thesis of Sookmyung Women's University Graduate School of Psychotherapy.

** Art Therapist of Mind Language Psychological Counseling Center.

*** Assistant Professor, Dpt. of Art Therapy, Graduate School of Psychotherapy, Sookmyung Women's University, elly9691@sookmyung.ac.kr

[Provider:earticle] Download by IP 203.252.193.83 at Monday, October 16, 2023 5:08 PM