

훈련생 상담 및 취업촉진#1@오프라인-10문제 출제

1장. 진로개념 및 상담의 기초

진로(Career) : 한 개인이 생애 동안 일과 관련해서 경험하고 거쳐 가는 모든 체험들. 일을 통해 무엇인가를 축적해 놓은 직업적 경력

직업(vocation) : 보수를 받는 것을 전제로 하는 일. 계속적으로 수행하는 경제 활동.

진로발달(career development) : 개인의 진로발달을 촉진하는 것.

진로교육(career education) : 개인의 진로선택, 적응, 발달에 초점을 둔 교육

직업교육(vocational education) : 지식, 기술, 태도 및 판단력과 일에 대한 습관 등을 개발하는 형식적 또는 비형식적인 교육

진로상담(career counseling) : 개인의 진로발달을 촉진 시키거나 진로계획, 진로 및 직업의 선택과 결정, 실천, 직업적응, 진로변경 등의 과정을 돕기 위한 활동

진로지도(career guidance) : 전문 상담자나 교사 등과 같은 전문인이 여러 다양한 장면에서 수행하는 활동들

○ 개념

○ 01. 진로개념 및
직업상담의 목표

자신에 관한 보다 정확한 이해증진

직업세계에 대한 이해증진

합리적인 의사결정 능력의 증진

정보탐색 및 활용능력의 함양

○ 직업상담의 목표

도움을 필요로 하는 내담자와 전문적으로 훈련을 받은 상담자와의 인간관계를 통해 문제해결 및 성장을 돕는 목적 지향적인 활동

○ 상담이란

개인상담(1:1 상담), 집단상담(10명 내외)

○ 1. 내담자의 인원수에 따른 분류

대면상담, 전화상담, 사이버상담

○ 2. 의사소통 방식에 따른 분류

장기(10회 이상), 단기(10회 이내), 단회(3회 미만)

○ 3. 상담기간에 따른 분류

4. 호소 문제

5. 연령층

6. 상담이 이루어지는 장면

○ 상담의 유형

○ 02. 상담의 정의와 유형

1. 정신역동주의적 상담이론 (과거)

2. 행동주의적 상담이론 (현재)

3. 인본주의적 상담이론 (넌 할수 있자나?)

4. 인지적 상담이론 (너의 생각을 바꿔!)

○ 기본 상담 이론

1. 진로개념 및
상담의 기초

훈련생 상담 및 취업촉진#2@오프라인-10문제 출제

2장. 상담의 기초이론

프로이트(Freud)의 정신분석 이론에 뿌리를 둔 심리치료 이론 (원인 -> 해결)

정신분석 상담이론을 공부하면 어떤 점에서 도움이 되는가?

자신에 대해 더 깊이 이해할 수 있게 된다.

다른 사람을 더 깊이 이해할 수 있게 된다.

상식적으로 이해하기 힘든 사람들의 행동을 이해할 수 있게 된다.

부모의 바람직한 역할에 대해 이해할 수 있게 된다.

인간관 ○ 무의식적 본능의 지배를 받는 존재

상담의 목표와 방법 ○

1) 상담의 목표 ○ 무의식을 의식화 / 심리적 증상과 관련된 정신적 갈등을 해소 / 무의식적 갈등에 대한 해결을 목표로 함.

2) 상담의 진행과정 ○ 자유연상 / 호소문제

"전이(transference)"라는 개념으로 설명

3) 상담자와 내담자와의 관계 ○

전이(내담자 -> 상담자)란? 내담자가 과거의 주요한 인물들에게 느꼈던 감정이나 생각을 상담자에게 이동시킨 것.

"투사", "역전(상담자 -> 내담자)"... 의미 비교

프로이트 : 인간의 모든 행동이나 감정, 생각은 정신 내적인 원인에 의해 결정된다.

1) 정신적 결정론

○ 분석적인태도가 필요

★ 의식? 한 개인이 현재 느끼거나 알 수 있는 모든 행위와 감정들을 포함하고 있다.

2) 의식과 무의식

★ 전의식? 의식의 부분은 아니지만 조금만 노력하면 의식 속으로 떠올릴 수 있는 생각이나 감정들을 포함

★ 무의식? 우리의 인식 영역 밖에 있는 세계

3) 성격구조

★ ㉠ 원초아(id, 원자아) : 쾌락의 원리 -> 본능

★ ㉡ 자아(ego) : 현실의 원리 -> 현실

★ ㉢ 초자아(superego) : 도덕의 원리 -> 이상

주요 개념 ○

억압 - 기만형 기제 / 투사 - 기만형 기제 / 합리화 - 기만형 기제

4) 자기방어기제

부인 또는 부정 -- 도피형 기제 / 퇴행 - 도피형 기제 / 동일시 - 도피형 기제

보상 - 대체형 기제 / 승화 - 대체형 기제 / 치환 - 대체형 기제 / 반동형성 - 대체형 기제

1. 정신분석 상담이론 (과거)

행동주의 학습이론에 기초하여 부정응적인 개인의 행동을 변화시키는 것에 초점을 맞춤

1) 행동주의 상담이론이란?

가. 이론에 관한 개관

새로운 경험에 대한 재학습의 과정을 통해 수정하고 변화될수 있다.

2) 행동주의 상담이론을 공부하면 어떤 점에서 도움이 되는가?

나. 인간관

유전과 환경의 상호작용에 의해 형성됨. 강화의 형태와 그 빈도에 의해 결정

1) 상담의 목표

바람직한 행동의 학습 / 불안의 제거

다. 상담의 목표와 과정

바람직한 행동을 위한 학습목적

2) 상담의 과정

첫째. 상담관계를 형성 / 둘째. 문제행동을 규명 / 셋째. 현재의 상태를 파악 / 넷째. 상담목표를 설정
다섯째. 상담기술을 적용 / 여섯째. 상담결과를 평가 / 일곱째. 상담 종결

1) 고전적 조건형성

(가) Pavlov의 실험 (나) 인간행동 이해에 주는 시사점

라. 주요 학습이론

2) 조작적 조건형성

(가) Skinner의 실험 : "행동 + 결과"간의 관계를 학습

(나) 인간행동 이해에 주는 시사점 - "벌"은 아니다 강화 ○ 정적강화 / 부정적강화

3) 사회학습이론

(가) Bandura의 실험 : 조건형성에 인지적 중재를 포함, 경험하지 않고 관찰만으로도 학습한다.

(나) 인간행동 이해에 주는 시사점 ○ 관찰학습 / 모델링 / 모방학습 / 간접학습

2. 행동주의 상담이론 (현재)

1) 근육이완훈련

근육과 정신의 이완을 목표로 함

2) 체계적 둔감법

불안이나 공포로 인해 야기되는 부정응적 행동이나 회피행동을 치료하는 데 매우 효과적인 기법

3) 사고중지

내담자의 원하지 않는 사고들을 막기 위해 사용되는 과정

4) 인지적 재구조화

내담자의 부정적인 자기패배적 사고 대신에 긍정적인 진보적 사고를 갖도록 교수하는 체계적인 기법

5) 스트레스 집중

★ 6) 홍수법

불안을 유발하는 자극에 오랫동안 집중적으로 노출시키는 방법

마 상담기법

7) 상표제도

8) 행동계약법

9) 행동조형법

10) 역할연기

11) 모델링

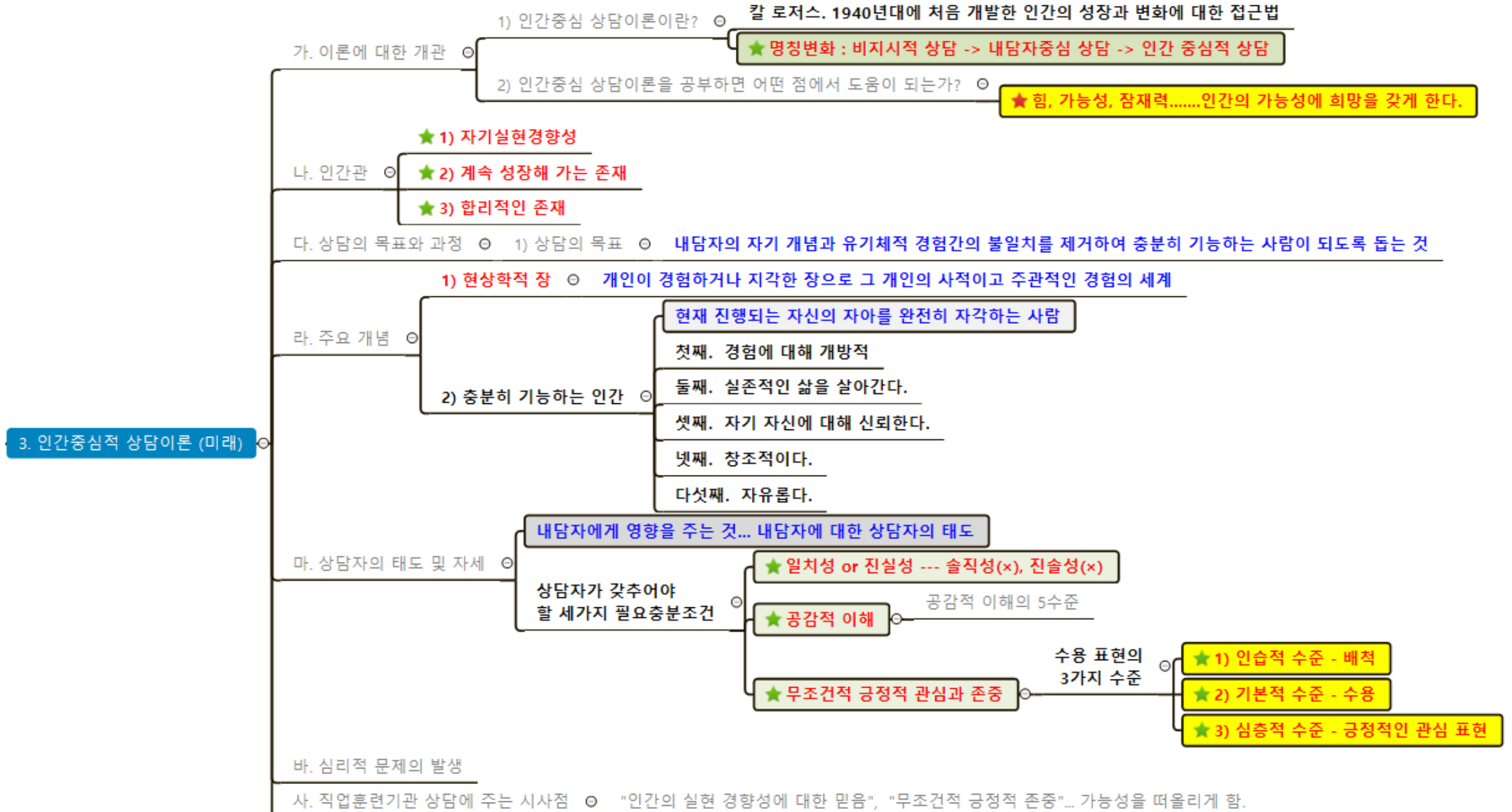
12) 자기강화법

바. 직업훈련기관에 주는 시사점

훈련생 상담 및 취업촉진#3@오프라인-10문제 출제
2장. 상담의 기초이론

훈련생 상담 및 취업촉진#4@오프라인-10문제 출제

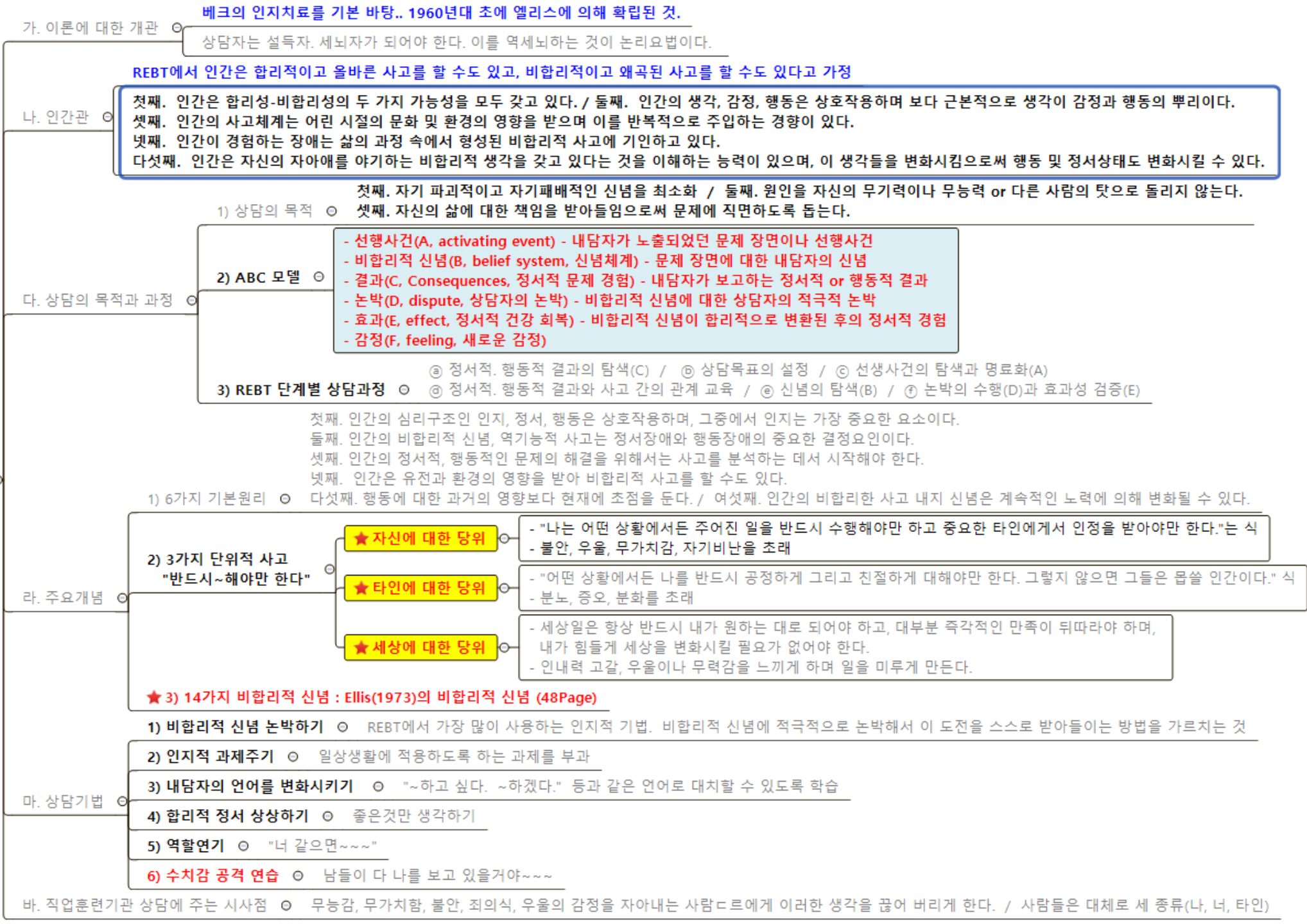
2장. 상담의 기초이론



훈련생 상담 및 취업촉진#5
@오프라인-10문제 출제
2장. 상담의 기초이론

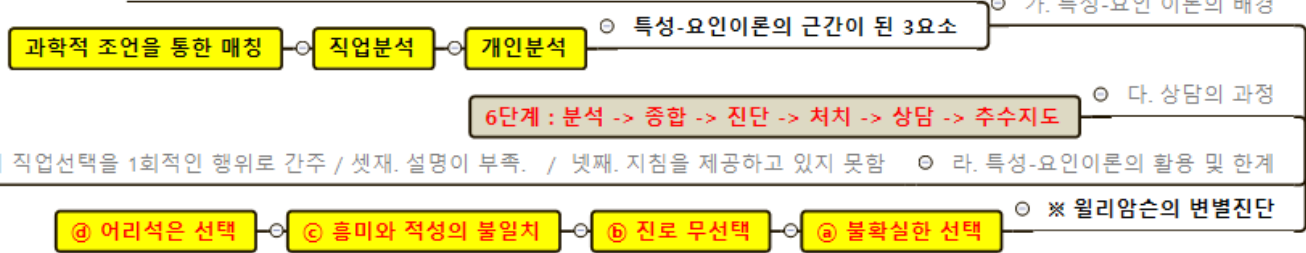
4. 인지.정서.행동
상담이론(REBT)

합리정서행동치료



훈련생 상담 및 취업촉진#6
@오프라인-10문제 출제
3장. 주요 진로상담이론

개인적 흥미나 능력이 바로 직업의 특성과 일치하기 때문에 직업을 선택한다는 이론.



첫째. 예언타당도 문제. / 둘째. 특성-요인이론이 직업선택을 1회적인 행위로 간주 / 셋째. 설명이 부족. / 넷째. 지침을 제공하고 있지 못함

★ 1. 파슨스의 특성-요인 이론

- 직업심리학과진로상담 분야에 가장 큰 영향을 미친 이론
- 4가지 기본가정, 6가지 유형의 특성, 5가지 주요개념

첫째. 대부분의 사람들은 6가지 성격유형 (실제적, 탐구적, 예술적, 사회적, 진취적, 관습적 유형)
둘째. 환경에도 6가지 직업환경유형(실제적, 탐구적, 예술적, 사회적, 진취적, 관습적)
- 6가지 흥미유형 (R -> I -> A -> S -> E -> C 순서로 육각형의 순환고리)
- 유형 사이의 거리가 가까울수록 유형간의 상관관계도 높다.

2. 홀랜드 직업선택이론

★ 라. 6가지 유형의 특징 (62Page)



긴즈버그의 진로발달이론의 한계를 지적. 진로발달에 있어서 개인적 요인과 환경적 요인 간의 상호작용을 강조하는 하나의 통합이론을 구축

- "직업선택은 하나의 발달과정이다"라고 직업선택 과정에 발달적 접근방법을 도입
- 직업선택이란... 장기간에 걸쳐서 이루어지는 일련의 결정. / 직업선택 과정은 비가역적
- 직업선택의 네가지 요인(가치관, 정서적 요인, 교육의 양과 종류, 실제 상황적 여건의 상호작용으로 결정)

가. 이론의 배경

수퍼 이론의 기저를 이루고 있는 것... "자아개념(=자기개념)"

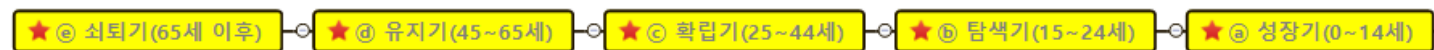
발달과정 (유아기부터 형성 -> 전환 -> 실천의 과정 -> 사망)

1) 자아개념 나. 수퍼이론의 주요개념

진로성숙의 자아개념의 발달. 진로발달은 전 생애 동안 이루어지는 연속과정 : 수퍼

다. 전생애 발달이론 (성탐확유식) - 순서 중요

★ 3. 수퍼의 진로발달이론



전생애 진로발달을 전생애이론과 생애공간이론이라는 용어를 사용

생애의 종단적인 차원으로 성장기-탐색기-확립기-유지기-쇠퇴기라는 생애의 발달단계

생애발달단계에서 맡게되는 역할... 아동, 학생, 배우자, 주부, 부모, 근로자, 여가, 시민, 은퇴자 같은 역할들.

개인가치 + 사회가치... 중앙에 "자아"... / 직업발달과정은 본질적으로 "자아개념"을 발달시키고 실천해 나가는 과정

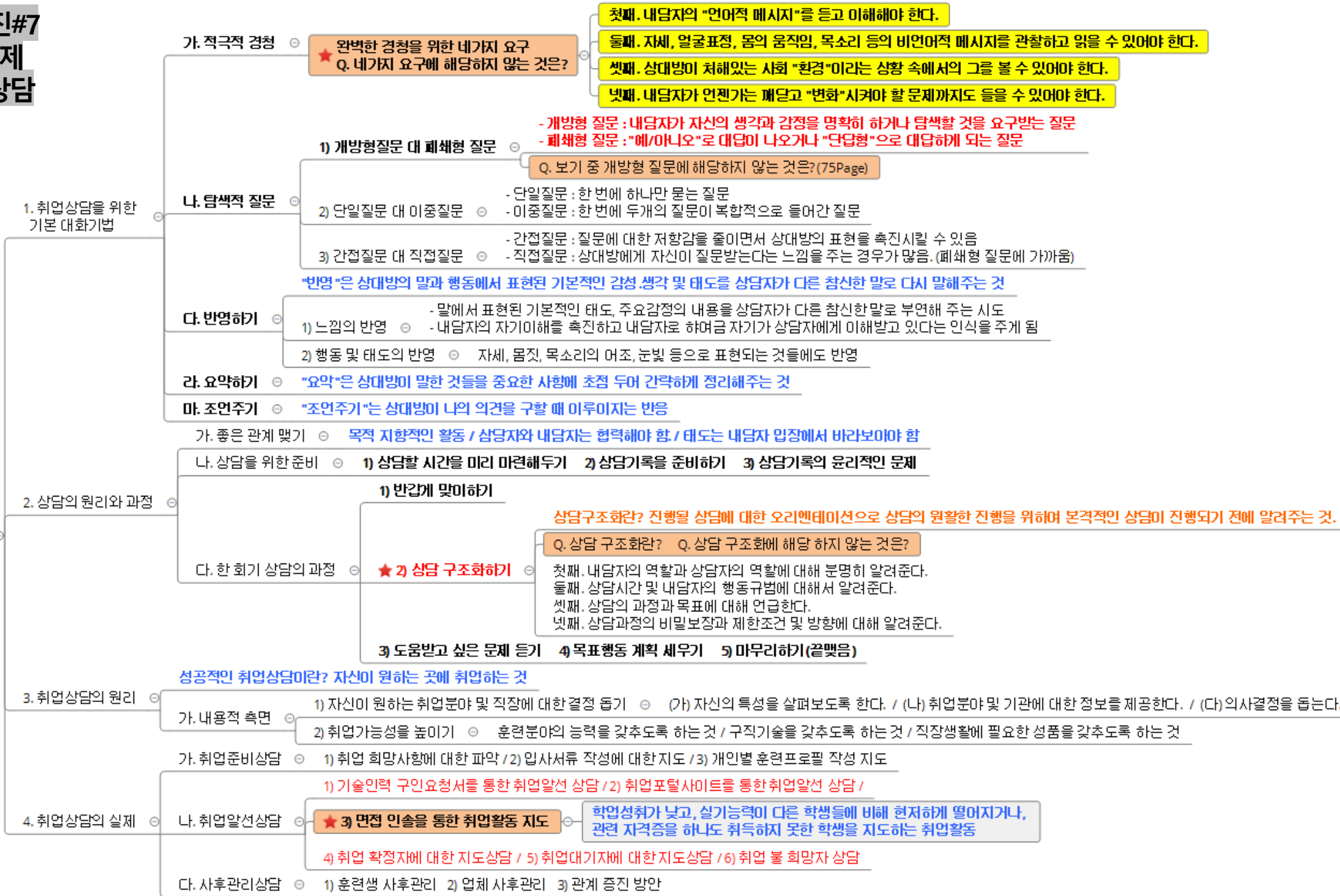
대순환의 각 단계에서 하나 또는 그 이상의 단계를 재순환... 이를 "소순환"이라 부름.

공간개념, 단계마다 해야 할 과업이 있다. 자아개념

3장. 주요 진로상담이론
"사람의특성+직업의특성"

훈련생 상담 및 취업촉진#7 @오프라인-10문제 출제 4장. 취업지원을 위한 상담

제4장. 취업지원을 위한 상담



훈련생 상담 및 취업촉진#8
@오프라인-10문제 출제
5장. 직업정보 및 워크넷 활용

직업정보는 직업과 관련된 모든 정보를 의미

직업정보는 직업을 결정하고자 하는 의사결정 단계에서 가치를 찾는다. ○ 직업정보의 목적

첫째, 구직자 및 근로자에게 일을 하려는 동기를 부여하고 일에 대한 흥미를 유발하며, 태도를 변화시키기 위해 사용될 수 있다.

둘째, 직업정보를 통해 전에는 알지 못했던 직업에 대해 알게 되며, 회사나 공장의 유형에 대해 알게 된다.
또한 한 직업에서 일의 과정이나 환경 등에 관해 알게 된다.

셋째, 직업생활, 가족, 오락, 일의 전과 후의 다른 활동을 기술. 묘사함으로써 한 직업에서 더 좋은 근로자의 생활 형태를 비교, 분석하기 위해 사용될 수 있다.

★ 넷째, 구직자, 특히 청소년들에게 하나의 역할모형을 제공함으로써 사회화에 중요한 역할을 할 수 있다.

다섯째, 직업정보는 현재와 미래 그리고 자신의 생애설계를 하도록 돕는 직업에 대한 지식을 확대

(개인에 관한 정보...) 자기평가, 직업지식, 할 수 있다고 생각되는 직업명, 가족경험, 교육경험, 작업경험,
다른 종류의 경험, 자신이 발견한 기능 및 능력, 자신의 흥미, 적성, 가치 등에 관한 정보를 포함

★ 개인의 관한 정보

(직업세계에 관한 정보...) 고용의 지리적 분배, 블루칼라와 화이트칼라의 고용이동, 산업 및 직업의 분포,
사업체 특성 및 지역별 분포, 근로조건 및 작업환경, 직업에서 요구하는 자격 및 지식 등에 관한 상세한 정보를 포함

★ 직업세계에 관한 정보

미래사회에 관한 정보.
미래의 변화와 경제에 미칠 영향의 평가, 인구구조의 변화, 여성참여의 증가, 학력주의 사회의 폐단,
기술변화와 고용형태의 변화, 팽창되는 직업과 축소되는 직업의 유형등을 포함

★ 미래사회에 관한 정보

개인 구직자에게 지역별, 역세권별, 직종별, 기업형태별 등 다양한 일자리정보를 비롯하여 온라인 구직신청,
이메일 입사지원, 맞춤형정보 서비스, 구직활동 내역 조회/출력, 메일링 서비스 등의 취업지원 서비스를 제공.

구인기업에게 지역별, 직종별, 전공계열별 등 다양한 인재정보를 비롯하여 온라인 구인시청, 인재정보관리,
맞춤정보 서비스, 찜하기, e-채용마당 등의 채용지원 서비스를 제공

작업심리검사, 직업-진로 서비스와 Job Map, 일자리/인재 동향, 통계간행물/연구자료 등의 고용동향 서비스를 제공

인터넷 서비스
Q. 다음 중 인터넷서비스에
해당하지 않는 것은?

인트라넷 서비스

3. 워크넷-직업,진로

1. 직업정보의 이해

제5장. 직업정보 및
워크넷 활용

2. 워크넷 이해

주요서비스

훈련생 상담 및 취업촉진#9
@오프라인-10문제 출제
여성의 진로발달 유형

학교를 졸업하고 직업을 가져 보지 못한 채, 결혼해서 가정생활로 들어간다.

★ 안정된 가정주부형

학교를 졸업한 후에 비교적 짧은 기간 동안 직장 생활을 하고 결혼을 한다.

전통적인 진로형

학교를 졸업한 후, 계속 안정된 직업생활을 유지

★ 안정된 직업진로형

학교를 졸업한 후, 일을 하다가 결혼을 하고 그 뒤에는 가정생활과 직장생활을 병행해 나간다.

이중진로형

학교를 졸업한 후, 일을 하다가 결혼을 하고 자녀를 어느 정도 키워놓은 후에 다시 직장생활로 돌아간다.

단절진로형

학교졸업 → 일 → 결혼 → 출산 → 일의 순서로 진행해 가는 유형, 경제적 이유로 결혼 후에도 필요에 따라 일을 한다.

불안정한 진로형

서로 관련이 없는 잠정적 직업을 이것저것 가져본다.

다면적 시행 진로형

Q. 다음 설명에 해당하는 것은?

여성의 진로발달 유형 (Super) - 132Page