

소년 보호관찰대상자 심리상담 계획서

제출자: 홍길동

1. 내담자의 문제의 기본구조

(1) 내담자의 주된 문제(주호소)

- 주의력 부족, 감정조절의 어려움과 또래를 포함한 대인관계 문제
- 자신의 성격에 대해 '거지같다'고 표현하는 등 부정적인 자아상
- 부모로부터 학대 수준에 이르는 체벌로 훈육받은 경험 그에 따른 권위자에 대한 적개심

(2) 보호자의 주된 문제(주호소)

- 내담자의 양육에 대한 무력감 및 의지 부족
- 내담자에 대한 부적절한 양육태도

(3) 촉발요인

- 자신의 요구가 관철되지 않은 상황(피해자에게 조용할 것은 요청했으나 묵살 당함)

(4) 위험요인

- 정서적 자극에 대한 기질적인 취약성(분노조절 문제, 주의력 결함)
- 보호자의 부적절한 양육태도 및 무관심
- 고립된 대인관계

(5) 보호요인

- 음주 및 흡연 등의 물질사용 경험 및 문신을 하지 않은 점
- 친모를 대신하여 조부모가 내담자의 보호자 역할을 유지하는 점

2. 상담자 관점에서 내담자의 문제에 대한 이해

경제적 무능력으로 갈등을 빚던 부모 슬하에서 출생하여 주변의 자극 특히 정서적 자극에 쉽게 동요되는 기질적인 취약성으로 산만하여 부모로 하

여금 양육의 어려움을 더 경험하게 했겠으며, 그런 과정에서 과도한 체벌로 권위자에 대한 적개심과 불신감을 형성하고 적대자와의 동일시를 통해 공격성을 자신의 존재를 확인하고 지키기 위한 수단으로 학습한 것으로 추정된다. 특히, 보호자와의 불안정한 애착이 타인에 대한 불신감으로 형성되어 또래와의 관계가 원만하지 않아 학교생활도 유지하지 못하여 자신의 발달 연령에서 기대되는 사회적 규범을 학습하지 못할 뿐만 아니라 장래에 대한 바람직한 탐색도 하지 못한 채 패배적 인 자아상이 유지될 점이 우려되고, 주변에서 내담자를 적절히 지도하고 격려할 수 있는 자원이 제한적인 상황임

3. 상담목표

- 자신의 긍정적 측면 찾기
- 적성과 진로탐색을 통한 미래 설계
- 분노조절 전략 마련하기
- 약물치료 시도

4. 적용하고자 하는 상담이론 및 근거

- 동기강화상담: 권위자에 대한 적대감이 형성되어 있는 내담자에게 변화의 필요성을 강조하거나 요구하기 보다는 스스로 변화의 필요성을 인식할 수 있도록 내담자의 불편과 어려움을 충분히 공감해 주고, 자신이 원하는 바를 탐색하여 현재 자신의 삶의 모습과의 불일치되는 면을 느끼도록 반영해 주어 변화열망을 형성해 준다.
- 현실치료: 내담자가 책임질 수 있고 만족할 수 있는 방법으로 기본적인 심리적 욕구인 소속감, 힘, 자유, 흥미를 달성할 수 있도록 조력한다. 특히 책임감과 현실성 및 옳고 그름이라는 기본 원칙 내에서 자신의 욕구를 파악하고 현재행동을 파악하며 그런 행동이 과연 자신에게 도움이 되는 지를 평가하여 실제 자신의 바람과 욕구를 충족시킬 수 있는 계획을 수립할 수 있도록 도울 필요 있다.

5. 8회기 상담계획

회기	회기 목표 및 내용	비고
1	라포 형성 및 상담 계약 - 상담구조화: 기본적인 상담규칙 - 내담자와의 상담목표 협의	* 보호자에 대한 상담 내담자 양육에 대한 어려움 공감 및 지지
2	현재의 동기와 바람 파악 - 현생황의 만족스러운/불편한 점 탐색 - 관심을 느끼는 분야, 그 이유 탐색	* 적성 및 진로탐색 검사 * 보호자에 대한 긍정적 양육훈련 실시 - 내담자에 대한 지지와 격려 - 약물치료 필요성 인지 및 시도
3	인정하고 변화자신감 탐색 - 큰 변화를 경험했던 에피소드 탐색 - 현재 내담자 자신에게 변했으면 하고 바라는 점 및 그 이유 탐색 - 자신감 사다리 탐색-자신감 획득에 유용한 자원 탐색	* 변화에 유용한/방해가 되는 점 탐색
4	언어적 감정표현과 감정 자각하기 - 감정을 색깔로 표현하고 대인관계에서 경험한 다양한 감정을 색으로 표현하여 감정과 대인관계 패턴 파악하기	* 색채환 및 물감 이용
5	적응적 감정표출하기 - 분노와 적개심 안의 핵심 감정을 언어로 표현하기 연습 - 보호자, 또래와의 관계에서 어떤 상황에서 분노를 느끼고, 공격적 행동을 하게 되는 지 탐색하고 충분히 공감한다 - 바람과 행동에 대한 평가 실시	* 관련 영화 장면 시청하며 주인공에게 공감해 보기
6	문제 해결 및 대처훈련 - 분노, 적개심이 느끼질 경우 대안적 해결방안 마련하기 - 호흡법 익히기 - 적응적인 감정전달하기 연습(I-메시지)	
7	자기통제감 증진 및 변화의지 확인 - 바람과 행동, 평가 결과에 근거한 새로운 행동목록 계획하기 - 스스로 통제할 수 있는 감정 목록 및 대처법 작성	
8	정리 및 미래계획 - 상담과정 중 변화된 점 탐색- - 변화동기 격려 - 추수회기 약속	* 계약이행서 작성