

[2025 지역혁신중심 대학지원체계(RISE)]
DX기반 성인학습자
역량진단도구(ACE) 해석 및
상담가이드

목 차

I. 성인학습자 역량진단도구(ACE)개요	1
1. 성인학습자 역량진단도구(ACE) 개요	2
1.1. 성인학습자 역량진단도구(ACE) 개발의 배경	2
1.2. 진단 목적과 활용 범위	3
1.3. 결과지 구성과 점수 이해	4
II. 진단 실시 및 해석	9
2. ACE 실시	10
2.1. 검사 실시 전 준비	10
2.2. 검사 실시	11
2.3. 검사 실시 유의사항	13
3. 결과해석 가이드	15
3.1. 진로 영역	15
3.2. 학습 영역	18
3.3. 심리 영역	21
4. 종합 프로파일 이해	25
4.1. 종합 프로파일 해석의 기본 원칙	26
4.2. 주요 종합 패턴의 이해	26
4.3. 상담 현장에서 참고할 수 있는 종합 패턴 예시	28

Ⅲ. 상담 가이드	31
5. 개인 상담	32
5.1. 해석 상담 기본 원칙	32
5.2. 상담 진행	33
5.3. 결과 기반 핵심 질문 예시	34
5.4. 영역별 심화 질문	34
5.5. 결과해석 상담을 위한 핵심질문 예시	38
5.6. 결과해석 상담 중 위기 신호 확인 및 개입 원칙	40
6. 소집단 상담	42
6.1. 소집단 운영 목적과 구성	42
6.2. 결과해석 소집단 활동 예시	44
6.3. 상담도구 활용 방법	46
7. 개입 방향 및 연계	50
7.1 개입 방향 설정	50
7.2. 강점 기반 활용 전략	51
8. 평생학습 프로그램 연계 가이드	53
8.1. 프로그램 연계 시 상담자의 역할	53
8.2. 평생학습 프로그램 선택 기준	53

IV. 윤리, 기록 및 사후관리	56
9. 상담 윤리 및 주의사항	57
10. 상담 기록 및 사후관리	58
10.1. 상담 기록 작성 요령	58
10.2. 추후 상담 및 관리	62
V. 부록	63
A. 체크리스트	64
B. 개인상담 기록지	65
C. 소집단 상담 기록지	67
D. 상담을 위한 활동지	69
E. 최종 문항 목록	76
F. 결과지 샘플	79
G. 주요 정보 제공 기관	85

성인학습자 역량진단도구(ACE)개요

I



1. 성인학습자 역량진단도구(ACE) 개요

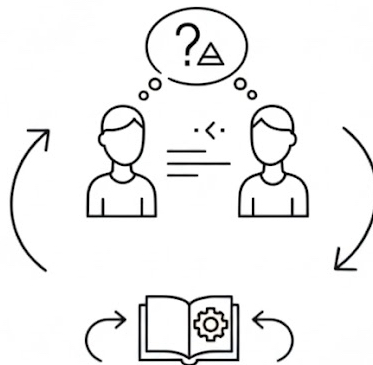
1.1. 성인학습자 역량진단도구(ACE) 개발의 배경

본 진단도구인 성인학습자 역량진단도구(Adult Competence Evaluation, 이하 ACE)는 성인학습자 상담 현장에서 접수상담 단계에서 핵심 정보를 빠르게 파악하고, 상담자와 내담자가 공통의 언어로 현재 상태를 이해할 수 있도록 개발되었다.

○ 현장 상담에서는

- 내담자의 주호소가 불분명하거나
- 진로·학습·심리 문제가 혼재되어 있으며
- 상담 시간은 제한적인 경우가 많다.

○ 이에 따라 본 도구는 요구조사 결과와 접수상담 경험을 바탕으로, 상담 전·초기 단계에서 ACE 결과를 토대로 해석상담을 효과적으로 수행할 수 있도록 지원하는 간편 진단도구로 설계되었다.



※ 본 진단도구는 선별·진단용 검사가 아니라,
상담의 방향 설정과 대화를 돕는 상담 보조 도구이다.

1.2. 진단 목적과 활용 범위

ACE의 목적은 성인학습자의 진로·학습·심리 상태를 개별 영역별로 단편적으로 파악하는 데 그치지 않고, 현재의 상태와 어려움, 강점이 어떻게 연결되어 있는지를 종합적으로 이해하는 데 있다. 이를 통해 상담자는 상담 초기 단계에서 내담자의 주요 호소와 개입이 필요한 영역의 우선순위를 보다 명확히 설정할 수 있으며, 진단 결과를 바탕으로 내담자에게 적절한 질문을 제시하고 상담의 초점과 방향을 구조화할 수 있다.

ACE는 접수상담 및 초기상담 단계에서 내담자의 전반적인 상태를 빠르게 파악하는 도구로 활용될 수 있으며, 개인상담과 소집단 상담에서는 상담 주제 설정과 상담 흐름을 정리하는 데 활용된다. 또한 평생학습, 진로, 학습 관련 프로그램과의 연계 상담 과정에서 내담자의 현재 수준과 필요를 고려한 적절한 지원 경로를 탐색하는 기초 자료로 활용될 수 있다.



※ ACE는 진단명 제시, 심리적 병리 판단, 단독 해석을 통한
결론 도출을 목적으로 하지 않는다.

1.3. 결과지 구성과 점수 이해

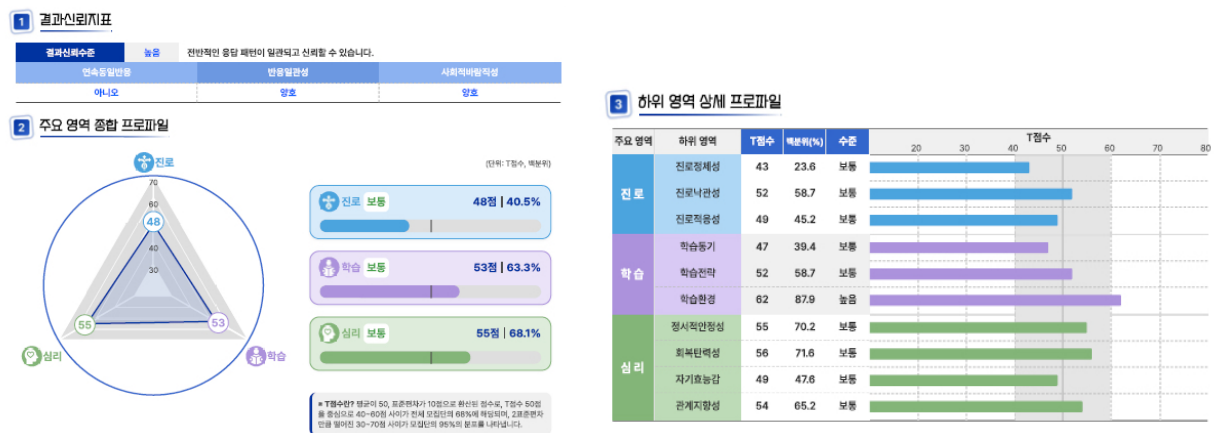
ACE 결과지는 상담자가 점수를 평가하기보다, 내담자와 상담을 시작하고 이야기를 풀어가는 데 활용하도록 구성되었다. 점수 그 자체보다 결과를 함께 해석하며 현재 상태를 이해하고, 상담 대화의 출발점으로 삼는 데 초점을 둔다.

1.3.1. 결과지 구성

○ 결과지는 다음과 같은 구조로 제시된다.

- 주요 영역: 진로 · 학습 · 심리
- 하위 영역: 각 주요 영역별 핵심 하위요인
- 종합 프로파일: 영역별 점수의 상대적 위치를 시각적으로 제시
- 응답 신뢰 지표: 검사 결과 해석의 참고 자료

○ 상담자는 개별 점수보다 영역 간 패턴과 균형을 중심으로 결과지를 살펴본다.



[ACE의 주요 결과 구성]

1.3.2. 점수 체계 이해

○ T점수

ACE의 T점수는 평균 50, 표준편차 10을 기준으로 환산된 점수이다. 점수 해석은 다음의 상대적 기준을 따른다. 이러한 기준은 점수의 높고 낮음을 평가하기 위한 것이 아니라, 상담자가 내담자의 상대적 위치를 이해하고 상담의 초점을 설정하기 위한 참고 기준으로 활용된다. 따라서 점수는 단독으로 해석하기보다 영역 간 비교와 상담 맥락을 함께 고려하여 종합적으로 이해하는 것이 중요하다.

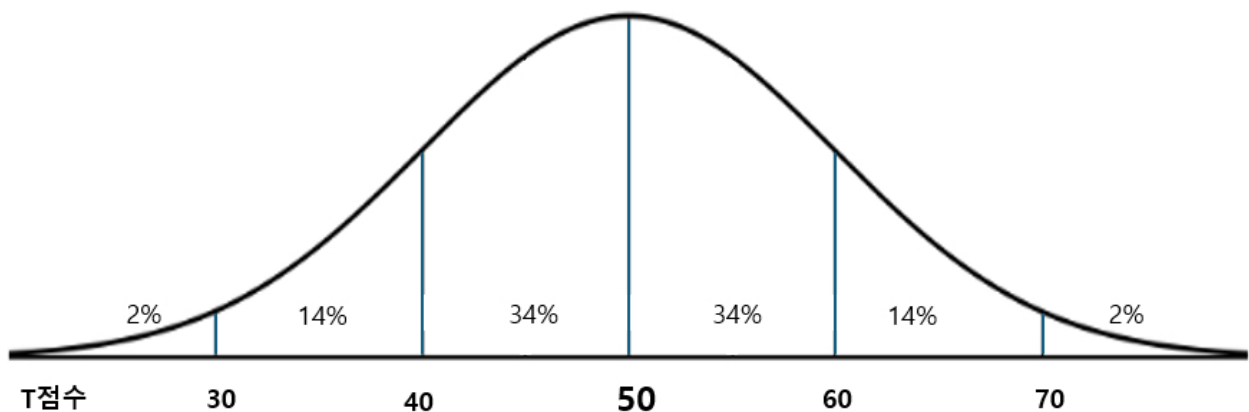
- $T \leq 39$ (하위 16%): 이 범위는 '상대적으로 낮은 수준'으로 해석함
 - 특정 점수의 낮음 자체보다는 현재 어려움이 나타나는 영역과 다른 영역과의 차이를 함께 살펴본다. 필요 시 추가적인 지원이나 개입 방향을 탐색한다.
 - ☞ "이 영역은 다른 분들에 비해 점수가 낮게 나온 편인데, 지금 생활에서 조금 더 부담을 느끼고 계신 부분이 있는지 함께 살펴보면 좋겠습니다."
 - ☞ "문제가 있다고 보기보다는, 지금 시점에서 도움이 조금 더 필요해 보이는 영역으로 이해하시면 좋겠습니다."
- $T = 40 \sim 59$ (평균 범위): 이 범위는 '대체로 평균적인 수준'으로 해석함
 - 특정 점수의 높고 낮음보다는 다른 영역과의 균형과 전반적인 흐름을 함께 살펴본다.
 - ☞ "이 영역은 다른 분들과 비교했을 때 대체로 평균적인 수준으로 나타났습니다."
 - ☞ "특별히 좋거나 어렵다기보다는, 다른 영역들과의 균형을 함께 보는 것이 더 중요해 보입니다."
- $T \geq 60$ (상위 16%): 이 범위는 '상대적으로 높은 수준'으로 해석함
 - 특정 점수의 높음 자체보다는 강점이나 자원으로 활용 가능한 영역과 다른 영역과의 관계를 함께 살펴본다.
 - ☞ "이 영역은 다른 분들에 비해 비교적 높게 나타났는데, 현재 잘 활용하고 계신 강점일 수 있습니다."
 - ☞ "지금 가지고 계신 자원이나 장점으로 볼 수 있어서, 다른 영역을 살펴볼 때도 함께 연결해 보면 좋겠습니다."

○ 백분위

- 백분위는 동일 집단 내에서 해당 점수가 어느 정도 위치에 해당하는지를 보여주는 지표이다. 즉, 전체 응답자 중에서 해당 점수보다 낮은 사람이 어느 정도 비율인지를 통해 상대적인 위치를 이해하는 데 활용한다.
- 백분위는 점수의 절대적 의미보다는, 다른 사람들과 비교했을 때의 위치를 파악하기 위한 참고 정보로 사용한다.

○ 점수 해석의 기본 기준은 다음과 같다.

- 평균 범위를 기준으로 상대적으로 낮거나 높은 영역에 주목한다.
- 하나의 점수만을 단독으로 해석하기보다, 영역 간 차이와 전반적인 흐름을 중심으로 상담 맥락 속에서 이해한다.
- 점수는 진단 시점의 상태를 반영한 참고 지표로 활용하며, 개인의 고정된 특성이나 문제 여부를 판단하는 기준으로 해석하지 않는다.



[ACE T점수 분포]

1.3.3. 해석의 원칙

ACE 결과지의 점수는 진단이나 평가를 위한 판단 기준이 아니라, 상담 대화를 촉진하기 위한 참고 자료로 활용된다. 점수는 ‘문제가 있다/없다’를 구분하기 위한 지표가 아니라, 내담자의 현재 상태를 함께 탐색하고 이해하기 위한 출발점으로 사용된다. 상담자는 점수를 바탕으로 상담 질문을 구성하고, 상담 과정에서 우선적으로 다루어야 할 영역과 개입의 방향을 설정하는 데 이를 참고한다.

ACE 결과는 상담을 위한 참고 자료이며, 점수 자체로 내담자를 평가하거나 결론을 내리기 위한 자료가 아니다. 결과 점수는 절대적인 기준이 아니며, 낮은 점수는 결핍이나 문제로 단정하지 않고 현재 시점에서 추가적인 지원이 필요한 영역으로 이해한다. 반대로 높은 점수 역시 고정된 강점으로 해석하기보다는, 현재 활용 가능한 자원이나 두드러진 특성으로 이해하는 것이 바람직하다.

결과 해석은 단일 점수에 집중하기보다 영역 간 패턴과 균형에 주목하여 이루어져야 한다. 또한 검사 결과는 내담자의 경험, 현재 상황, 주호소와 함께 종합적으로 해석하며, 검사 당시의 컨디션, 응답 태도, 상황적 요인 역시 함께 고려한다. 상담자는 결과를 설명하거나 판단하는 역할이 아니라, 내담자가 결과를 통해 자신의 상태를 이해하고 말할 수 있도록 돕는 역할을 수행한다. 따라서 결과 제시는 평가적 언어가 아닌 탐색적 질문을 중심으로 진행하며, 해석의 방향은 상담 목표 설정과 이후 개입 방향을 정렬하는 데 둔다.

○ 점수 해석의 기본 관점

- 점수는 진단이나 평가가 아닌 상담 대화를 시작하기 위한 자료로 활용한다.
- 낮은 점수는 문제로 단정하지 않고, 현재 지원이 필요한 영역으로 이해한다.
- 높은 점수는 고정된 강점이 아니라, 현재 활용 가능한 자원으로 해석한다.
- 단일 점수보다 영역 간 차이와 전반적인 흐름에 주목한다.
- 결과는 내담자의 경험과 상담 맥락 속에서 종합적으로 해석한다.

진단 실시 및 해석

II



2. ACE 실시

2.1. 검사 실시 전 준비

ACE는 성인학습자 상담 과정 중 접수상담 또는 초기상담 단계에서 활용되며, 내담자의 진로·학습·심리 상태를 단시간에 파악하고 상담 방향 설정과 개입 우선순위 결정을 지원하는 데 목적이 있다. 따라서 ACE의 실시 과정은 정확한 측정보다 내담자가 현재 상태를 편안하게 드러내고 상담자와 공통의 이해를 형성하는 데 중점을 둔다.

○ 검사 실시 전 상담자는 다음 사항을 확인한다.

- 본 검사의 목적은 진단이나 평가가 아닌 상담을 위한 이해임을 분명히 안내한다.
- 결과는 상담 외의 용도로 사용되지 않음을 설명한다.
- 검사 결과는 상담자와 함께 해석함을 안내한다.

○ 검사 전 간단한 설명은 다음과 같이 제시할 수 있다.

☞ "이 검사는 현재 상태를 함께 살펴보고 상담 방향을 정하기 위한 자료입니다. 정답은 없으니, 지금 느끼는 그대로 응답해 주시면 됩니다."

○ 검사 실시 전 준비 체크리스트

- ☐ 검사 목적 및 활용 범위 안내
- ☐ 비밀보장 및 결과 활용 범위 설명
- ☐ 응답 방법 및 소요 시간 안내
- ☐ 검사 환경 점검(조용함, 집중 가능 여부)
- ☐ 검사 실시 적합성 확인(컨디션, 정서 상태)

2.2. 검사 실시

ACE는 개별 또는 소집단, 온라인 또는 오프라인 방식으로 실시할 수 있으며, 검사 과정 전반에서 상담자는 응답의 자율성과 심리적 안전감을 우선적으로 확보한다. 검사 실시 시 상담자는 진행자의 역할을 수행하며, 문항 해석이나 응답 내용에 대한 개입·평가·유도는 하지 않는다.

2.2.1. 검사 실시 절차

- ① 검사 목적 및 진행 방식 간단 안내
- ② 응답 방법 및 소요 시간 안내
- ③ 검사 실시
- ④ 검사 종료 및 다음 절차 안내

2.2.2. 검사 실시 전 상담자 멘트(예시)

- ☞ "지금부터 간단한 검사를 진행하겠습니다. 이 검사는 현재 상태를 함께 살펴보고 상담 방향을 정하기 위한 자료입니다."
- ☞ "정답은 없고, 좋고 나쁨을 판단하는 검사가 아닙니다. 지금 느끼는 생각과 상태에 가장 가까운 쪽으로 응답해 주시면 됩니다."
- ☞ "문항이 다소 애매하게 느껴질 수 있는데, 오래 고민하지 말고 처음 떠오르는 느낌으로 선택해 주셔도 괜찮습니다."

2.2.3. 검사 진행 중 상담자 대응 원칙

○ 문항 의미에 대한 설명 요청 시

- 문항의 의도를 해치지 않는 범위 내에서 중립적으로 의미를 간단히 안내한다.
- 특정 응답을 유도하거나 해석을 덧붙이지 않는다.

- 응답에 대한 확인이나 조언 요청 시
 - “어떤 응답이든 괜찮습니다.”라고 중립적으로 안내한다.
- 응답 속도가 느리거나 빠른 경우
 - 개입하지 않고 개인의 속도를 존중한다.
- 필요 시 사용할 수 있는 멘트
 - ☞ “문항에서 묻는 의미만 참고하셔서 생각해 보시면 됩니다.”
 - ☞ “지금 상태에 가장 가까운 느낌으로 체크해 주시면 됩니다.”
 - ☞ ☞ “편한 속도로 진행하셔도 됩니다.”

2.2.4. 검사 종료 후 상담자 멘트(예시)

- 검사가 종료되면 다음과 같이 안내한다.
 - ☞ “검사는 여기까지입니다. 결과는 제가 먼저 확인한 뒤, 다음 상담에서 함께 살펴보겠습니다.”
 - ☞ “결과를 바로 해석하기보다는, 상담 시간에 하나씩 이야기 나누면서 이해해 보겠습니다.”

※ ACE의 핵심은 검사 실시가 아니라 이후 해석 상담이다.
따라서 검사 실시 단계에서는 정확정보다 편안함, 속도보다
응답의 자연스러움을 우선한다.

2.3. 검사 실시 유의사항

ACE의 검사 실시 과정에서는 결과의 정확성보다 내담자의 응답 태도와 심리적 상태를 함께 관찰하는 것이 중요하다. 상담자는 검사 실시 전·중·후 전 과정에서 다음 사항에 유의한다.

2.3.1. 검사 실시 적합성 판단

다음과 같은 경우에는 검사 실시를 연기하거나 중단하는 것을 고려한다. 이는 검사 결과의 신뢰도를 확보하고, 내담자의 정서적 안전을 우선하기 위함이다.

- 심한 피로, 불안, 우울 등으로 집중이 어려운 경우
- 강한 정서 반응(눈물, 분노, 위축 등)이 지속되는 경우
- 검사 목적에 대한 거부감이나 방어적 태도가 뚜렷한 경우

이러한 상황에서는 검사 실시 여부를 유연하게 조정하며, 내담자의 현재 상태에 적합한 상담 개입을 우선한다.

○ 필요 시 사용할 수 있는 상담자 멘트는 다음과 같다.

☞ "오늘은 검사보다 지금 느끼는 부분을 먼저 다루고, 검사는 다음으로 미뤄도 괜찮겠습니다."

2.3.2. 검사 중 응답 태도 관찰

○ 검사 진행 중 상담자는 다음과 같은 응답 태도를 관찰한다.

- 문항을 지나치게 오래 고민하는 경우
- 거의 모든 문항에 동일한 방식으로 응답하는 경우
- 빠르게 넘기며 형식적으로 응답하는 경우

이와 같은 반응이 관찰될 경우, 상담자는 이를 즉각적으로 평가하거나 개입하기보다, 결과 해석 과정에서 응답 신뢰도를 함께 고려한다. 필요 시 검사 진행을 방해하지 않는 범위 내에서 중립적인 안내를 제공할 수 있다.

○ 필요 시 사용할 수 있는 멘트는 다음과 같다.

☞ "정확히 맞추려 하지 않으셔도 괜찮습니다. 지금 느끼는 쪽으로 체크해 주세요."

2.3.3. 검사 중단 및 재 실시 기준

다음과 같은 상황에서는 검사 중단을 우선적으로 고려하고, 검사 대신 상담적 개입을 진행한다. 이는 내담자의 정서적 안전을 확보하고, 상담 과정의 적절성을 유지하기 위함이다.

- 검사 도중 정서적 불편감이 증가하는 경우
- 응답을 지속하기 어려워 보이는 경우
- 내담자가 중단 의사를 명확히 표현한 경우

검사 재 실시는 내담자의 정서 상태가 충분히 안정된 이후에 판단하며, 상담 과정과 내담자의 동의를 바탕으로 결정한다.

2.3.4. 결과 해석과의 연계 유의사항

검사 실시 단계에서는 다음과 같은 사항을 유의한다.

검사 과정은 응답을 수집하는 단계로, 결과 해석이나 상담 개입과 명확히 구분되어야 한다.

- 검사 결과를 예측하지 않는다.
- 점수의 높고 낮음에 대해 설명하지 않는다.
- 결과에 대한 해석이나 의미 부여를 시도하지 않는다.

검사 결과에 대한 해석은 다음 상담 회기에서 상담자와 내담자가 함께 진행하는 것을 원칙으로 하며, 검사 직후에는 결과를 열어보거나 설명하지 않는다.

○ 검사 실시 유의사항 체크리스트

- ☐ 검사 실시 적합성 사전 판단
- ☐ 검사 중 정서 상태 변화 관찰
- ☐ 응답 태도(과도한 고민 · 무성의) 확인
- ☐ 검사 중단 필요 여부 판단
- ☐ 결과 해석은 별도 회기에서 진행



3. 결과해석 가이드

3.1. 진로 영역

진로 영역은 성인학습자가 자신의 삶과 학습을 어떤 방향으로 인식하고 있는지를 보여주는 핵심 영역으로, 진로정체성, 진로낙관성, 진로적응성의 세 하위 영역으로 구성된다. 이 영역은 현재의 진로 상태를 평가하기 위한 목적보다는, 상담 초기 단계에서 내담자의 진로 인식 수준과 개입 우선순위를 파악하기 위한 참고 지표로 활용하는 것이 적절하다. 진로 영역 점수는 성인학습자의 진로 발달 수준을 고정적으로 규정하기보다는, 현재 시점에서의 인식과 태도를 반영하는 것으로 해석해야 하며, 상담자는 점수 수준에 따른 특성을 토대로 탐색 질문과 개입 방향을 설정한다.

3.1.1. 진로정체성

진로정체성은 가치·흥미·강점에 맞는 목표를 세우고, 그것이 자신의 가치·흥미·강점과 연결되어 있다는 확신을 가지는 심리적 특성이다.

○ 낮음 수준($T \leq 39$)

자신의 가치·흥미·강점에 대한 이해가 충분히 형성되지 않아 진로 목표가 불분명하게 느껴질 수 있다. 이로 인해 진로 방향 설정이나 특정 목표에 집중하는 데 어려움을 경험할 가능성이 있다.

→ 상담에서는 자기이해 탐색(가치, 흥미, 강점) 중심의 개입이 우선된다.

○ 보통 수준($T = 40 \sim 59$)

기본적인 자기이해를 바탕으로 진로 목표를 설정하고 있으나, 목표에 대한 확신이나 몰입의 정도는 평균적인 수준이다.

→ 상담에서는 목표 명료화 및 우선순위 정리가 주요 개입 포인트가 된다.

○ 높음 수준($T \geq 60$)

자신의 가치·흥미·강점을 비교적 명확하게 이해하고 있으며, 이를 토대로 구체적인 진로 목표를 설정하고 지속적으로 집중하는 경향이 나타난다. 진로를 삶의 중요한 정체성 요소로

인식하는 편이다.

→ 상담에서는 목표 실행 전략 점검 및 유지·확장에 초점을 둘 수 있다.

3.1.2. 진로낙관성

진로낙관성은 개인이 자신의 미래 경력과 삶에 대해 어느 정도의 긍정적 기대를 가지고, 현재의 학습 및 경력 경험이 앞으로의 성취와 기회로 이어질 것이라고 믿는 태도이다.

○ 낮음 수준($T \leq 39$)

미래의 경력과 삶에 대해 긍정적인 기대를 갖는 데 어려움이 있으며, 현재의 학습이나 경험이 향후 성취로 이어질 것이라는 믿음이 약할 수 있다.

→ 상담에서는 미래에 대한 불안 요인 탐색과 작은 성공 경험의 재해석이 필요하다.

○ 보통 수준($T = 40 \sim 59$)

미래에 대한 기대와 긍정적 전망은 일정 부분 형성되어 있으나, 이에 대한 확신이나 자신감은 평균적인 수준에 머무는 편이다.

→ 상담에서는 현실적 가능성 인식과 기대 수준 조정을 중심으로 접근한다.

○ 높음 수준($T \geq 60$)

미래의 경력과 삶에 대해 긍정적인 기대를 가지고 있으며, 변화하는 환경 속에서도 새로운 가능성을 적극적으로 기대하는 경향이 나타난다.

→ 상담에서는 과도한 낙관이 아닌 현실 기반의 계획 점검이 병행되면 효과적이다.

3.1.3. 진로적응성

진로적응성은 끊임없이 변화하는 환경 속에서 유연하게 대응하고 조정할 수 있는 능력과 태도이다.

○ 낮음 수준($T \leq 39$)

변화나 예기치 못한 상황에 대한 부담이 크며, 새로운 기술이나 지식 습득에 소극적인 태도를 보일 가능성이 있다.

→ 상담에서는 변화에 대한 인식 전환과 단계적 적응 전략이 필요하다.

○ 보통 수준($T = 40 \sim 59$)

환경 변화에 대해 기본적인 조정과 대응이 가능하며, 필요에 따라 계획을 수정하는 융통성은 평균적인 수준으로 나타난다.

→ 상담에서는 구체적인 대안 시나리오 탐색이 도움이 된다.

○ 높음 수준($T \geq 60$)

변화와 예기치 못한 상황에 비교적 유연하게 대응하며, 새로운 기술·지식 습득에도 개방적인 태도를 보인다.

→ 상담에서는 다양한 선택지 중 우선순위 설정과 실행 집중이 주요 개입 포인트가 된다.

3.1.4. 진로 영역 해석 시 유의사항

진로 영역 점수는 현재의 진로 상태를 진단하는 절대적 기준이 아니라, 상담을 위한 출발점으로 활용되어야 한다. 특히 진로 영역 내 하위 영역 간 점수 차이가 클 경우, 상담자는 단일 점수 해석보다는 영역 간 불균형과 그 의미에 주목할 필요가 있다. 진로 영역 결과는 이후 학습 영역, 심리 영역과 종합적으로 해석될 때 가장 효과적인 상담 방향 설정이 가능하다.

3.2. 학습 영역

학습 영역은 성인학습자가 학습에 대해 어떤 태도와 동기를 가지고 있으며, 실제로 학습을 지속·관리할 수 있는 조건을 얼마나 갖추고 있는지를 종합적으로 보여주는 영역이다. 본 영역은 학습 능력의 높고 낮음을 평가하기 위한 목적이 아니라, 학습 참여를 촉진하거나 저해하는 요인을 파악하고 상담 개입의 초점을 설정하기 위한 참고 지표로 활용된다. 학습 영역은 학습동기, 학습전략, 학습환경의 세 하위 영역으로 구성되며, 상담자는 점수 수준보다는 하위 영역 간 균형과 상호작용에 주목하여 해석하는 것이 바람직하다.

3.2.1. 학습 동기

학습동기는 외부의 지시나 강제가 없어도 스스로 배우고자 하는 내적 의지나 흥미이다.

○ 낮음 수준($T \leq 39$)

학습 활동에서 즐거움이나 의미를 느끼는 정도가 낮아, 스스로 학습을 지속하려는 동기가 약할 수 있다. 학습이 삶의 변화나 성장으로 연결된다는 인식이 충분히 형성되지 않았을 가능성이 있다.

→ 상담에서는 학습의 의미 재구성, 학습 경험의 감정적 탐색이 우선된다.

○ 보통 수준($T = 40 \sim 59$)

학습에 대한 기본적인 흥미와 의지는 있으나, 외부의 구조나 자극이 있을 때 학습 지속성이 높아지는 경향이 있다.

→ 상담에서는 내적 동기 강화와 외적 구조의 균형을 함께 고려한다.

○ 높음 수준($T \geq 60$)

외부의 지시나 강제가 없어도 배우고자 하는 내적 동기와 흥미가 강하며, 학습을 자기 성장과 삶의 질 향상과 연결하여 인식하는 편이다.

→ 상담에서는 과도한 학습 부담 여부 점검과 장기적 학습 리듬 조절이 필요할 수 있다.

3.2.2. 학습 전략

학습전략은 학습자가 목표 달성을 위해 학습 기회를 스스로 탐색하고, 시간과 과정을 체계적으로 관리하며, 배운 내용을 실제 문제 해결이나 생활에 적용하는 능력이다.

○ 낮음 수준($T \leq 39$)

학습 목표 설정이나 시간 관리, 학습 내용의 정리 및 적용에서 체계적인 전략 활용이 충분하지 않을 수 있다.

→ 상담에서는 구체적인 학습 방법 제시와 작은 실천 과제 설정이 효과적이다.

○ 보통 수준($T = 40 \sim 59$)

기본적인 학습 전략은 활용할 수 있으나, 이를 지속적이고 일관되게 적용하는 데에는 제한이 있는 상태이다.

→ 상담에서는 기존 전략 점검 및 개인에게 맞는 전략 선택이 필요하다.

○ 높음 수준($T \geq 60$)

학습 목표 달성을 위해 학습 기회를 스스로 탐색하고, 시간과 과정을 비교적 체계적으로 관리하며, 배운 내용을 실제 상황에 적용하는 능력이 잘 발달되어 있다.

→ 상담에서는 학습 효율성 유지와 전략 과잉 사용 여부 점검이 도움이 된다.

3.2.3. 학습 환경

학습환경은 학습자가 학습을 효과적으로 수행할 수 있도록 뒷받침하는 물리적·사회적 조건과 디지털 리터러시 역량을 포함한 환경적 기반이다.

○ 낮음 수준($T \leq 39$)

학습을 뒷받침하는 환경이나 자원이 충분하지 않다고 인식할 가능성이 있으며, 주변의 지나거나 네트워크 활용에도 어려움을 느낄 수 있다.

→ 상담에서는 환경 조정 가능성 탐색과 외부 자원 연계가 중요하다.

○ 보통 수준($T = 40 \sim 59$)

학습에 필요한 기본적인 환경과 자원을 평균적인 수준에서 갖추고 있으며, 필요 시 이를

확보할 수 있는 여지는 있는 상태이다.

→ 상담에서는 현재 환경의 활용도 점점이 주요 포인트가 된다.

○ 높음 수준($T \geq 60$)

학습을 효과적으로 수행할 수 있는 물리적·사회적 조건과 디지털 활용 역량이 비교적 잘 구성되어 있다.

→ 상담에서는 환경을 실제 학습 실행으로 연결하고 있는지를 점검한다.

3.2.4. 학습 영역 해석 시 유의사항

학습 영역 결과는 의지 부족이나 능력 부족으로 단정해서 해석해서는 안 되며, 학습 지속을 방해하거나 촉진하는 요인을 파악하기 위한 맥락적 정보로 활용해야 한다. 특히 학습 동기·학습 전략·학습 환경 간 점수 차이가 큰 경우, ‘동기는 있으나 환경이 부족한 경우’, ‘환경은 있으나 전략이 부족한 경우’ 등으로 구분하여 개입 우선순위를 설정하는 것이 중요하다. 학습 영역 결과는 진로 영역, 심리 영역과 함께 종합적으로 해석할 때 성인학습자의 실제 학습 가능성과 상담 방향을 보다 정확하게 설정할 수 있다.

3.3. 심리 영역

심리 영역은 성인학습자가 학습과 진로 과정을 수행하는 과정에서 정서적으로 얼마나 안정되어 있으며, 어려움이나 변화에 어떻게 반응하고 회복하는지를 보여주는 영역이다. 본 영역은 병리적 진단이나 심리적 문제 여부를 판단하기 위한 목적이 아니라, 상담 과정에서 정서적 개입의 필요성과 강도를 가늠하기 위한 참고 지표로 활용된다.

다만 심리 영역에서 점수가 지나치게 낮거나 높게 나타나 정서적 어려움, 위기 신호, 또는 상담자의 전문적 판단을 넘어서는 개입이 필요하다고 판단되는 경우에는, 상담자는 단독으로 해석하거나 개입을 지속하기보다 전문상담자에게 자문을 구하거나 적절한 전문상담·치료 기관으로의 연계를 고려한다. 이때 연계 여부는 내담자의 상태와 안전을 최우선으로 하여 충분한 설명과 동의를 바탕으로 결정한다.

심리 영역은 정서적 안정성, 회복탄력성, 자기효능감, 관계지향성의 네 하위 영역으로 구성되며, 상담자는 점수의 높고 낮음보다 현재 학습·진로 수행에 미치는 영향을 중심으로 해석하는 것이 바람직하다.

3.3.1. 정서적 안정성

정서적 안정성은 예기치 못한 상황이나 압박 속에서도 감정을 균형 있게 조절하고, 전반적인 삶에서 정서적 평온과 즐거움을 유지하는 성향이다.

○ 낮음 수준($T \leq 39$)

스트레스 상황에서 감정의 균형을 유지하기 어렵고, 불안·분노·우울과 같은 부정적 정서에 쉽게 영향을 받을 가능성이 있다. 이로 인해 학습이나 진로 결정 과정에서 위축되거나 회피적 반응이 나타날 수 있다.

→ 상담에서는 정서 상태에 대한 공감적 탐색과 정서 안정 지원이 우선된다.

○ 보통 수준($T = 40 \sim 59$)

일상적인 상황에서는 감정 조절이 가능하나, 예기치 못한 스트레스 상황에서는 감정 기복이 나타날 수 있다. 전반적으로는 안정적인 편이나, 상황에 따라 정서적 부담이 증가할 수 있다.

→ 상담에서는 스트레스 상황에서의 대처 방식 점검이 필요하다.

○ 높음 수준($T \geq 60$)

스트레스나 압박 상황에서도 감정을 비교적 안정적으로 조절하며, 사소한 일에 쉽게 흔들리지 않는 경향이 있다.

→ 상담에서는 정서적 강점을 유지하며 다른 영역으로 확장하는 접근이 가능하다.

3.3.2. 회복탄력성

회복탄력성은 실패나 좌절, 어려움에 직면했을 때 빠르게 회복하고 다시 도전하며, 이를 성장의 기회로 전환할 수 있는 심리적 자원이다.

○ 낮음 수준($T \leq 39$)

실패나 좌절을 경험했을 때 심리적 부담이 크게 느껴지며, 다시 시도하거나 이를 성장의 기회로 전환하는 데 어려움이 있을 수 있다.

→ 상담에서는 실패 경험의 재해석과 작은 회복 경험 제공이 중요하다.

○ 보통 수준($T = 40 \sim 59$)

어려움 이후 일정 수준 회복은 가능하나, 이를 적극적인 도전이나 성장으로 연결하는 데에는 다소 제한이 있다.

→ 상담에서는 회복 이후의 행동 선택을 구체화하는 개입이 필요하다.

○ 높음 수준($T \geq 60$)

좌절이나 어려움 이후에도 비교적 빠르게 회복하고, 이를 성장의 기회로 전환하려는 심리적 자원이 풍부하다.

→ 상담에서는 도전 과제의 수준 조절과 과도한 부담 여부 점검이 도움이 된다.

3.3.3. 자기효능감

자기효능감은 새로운 상황이나 도전적 과제에서 자신의 능력을 발휘할 수 있다고 믿는 신념이다.

○ 낮음 수준($T \leq 39$)

새로운 시도나 도전 상황에서 자신의 능력에 대한 신뢰가 낮아, 시도 자체를 망설이거나 회피할 가능성이 있다.

→ 상담에서는 성공 경험의 재구성 및 단계적 과제 설정이 필요하다.

○ 보통 수준($T = 40 \sim 59$)

자신의 능력을 일정 수준 신뢰하고 있으나, 난이도가 높은 과제나 불확실한 상황에서는 자신감이 약화될 수 있다.

→ 상담에서는 자신감이 흔들리는 상황 탐색이 유의미하다.

○ 높음 수준($T \geq 60$)

새로운 상황에서도 자신의 능력을 발휘할 수 있다는 믿음이 강하며, 목표 달성에 대한 자신감이 비교적 높다.

→ 상담에서는 현실적 목표 설정과 자기과신 여부 점검이 병행되면 효과적이다.

3.3.4. 관계지향성

관계지향성은 타인과의 상호작용에서 정서적 유대와 긍정적 관계 형성을 중시하는 성향이다.

○ 낮음 수준($T \leq 39$)

대인관계에서 정서적 유대 형성이나 사회적 지지 활용에 어려움을 느낄 수 있으며, 혼자 문제를 감당하려는 경향이 나타날 수 있다.

→ 상담에서는 지지 자원 탐색과 관계 경험에 대한 부담 완화가 필요하다.

○ 보통 수준($T = 40 \sim 59$)

타인과의 관계에서 정서적 유대와 긍정적 상호작용을 평균적인 수준으로 유지하는 편이다.

→ 상담에서는 현재 관계 자원의 활용 정도 점검이 유용하다.

○ 높음 수준($T \geq 60$)

타인의 감정을 잘 이해하고 관계를 원만하게 유지하며, 사회적 지지를 적극적으로 활용하는 강점을 보인다.

→ 상담에서는 관계 자원을 학습·진로 과정과 연결하는 개입이 효과적이다.

3.3.5. 심리 영역 해석 시 유의사항

심리 영역 결과는 정신건강 문제를 진단하거나 병리화하기 위한 지표가 아니며, 상담 장면에서 정서적 지지와 개입의 필요성과 강도를 판단하기 위한 참고 자료로 활용되어야 한다. 특히 심리 영역 점수가 낮게 나타난 경우에도 이를 개인의 고정된 특성이나 문제로 단정하기보다, 현재 시점에서 경험하고 있는 정서 상태와 생활 맥락을 반영한 결과로 이해하는 것이 중요하다.

심리 영역 결과는 진로·학습 영역과 분리하여 해석하기보다, 세 영역 간의 상호작용 속에서 종합적으로 탐색한다. 예를 들어 진로 또는 학습 영역의 부담이 심리 영역 점수에 영향을 미쳤을 가능성, 또는 심리적 어려움이 진로·학습 수행을 제한하고 있는 흐름을 함께 살펴본다. 이를 통해 상담자는 개입의 우선순위와 개입 강도를 보다 현실적이고 정교하게 설정할 수 있다.

또한 심리 영역에서 정서적 불안, 위기 신호, 과도한 부담이 의심되는 경우에는 상담자의 단독 해석이나 개입에 머무르지 않고, 전문상담자 자문 또는 전문 상담·치료 기관 연계를 고려한다. 이 과정에서는 내담자의 안전과 자율성을 최우선으로 하며, 충분한 설명과 동의를 바탕으로 상담적 지원을 이어가는 것이 바람직하다.

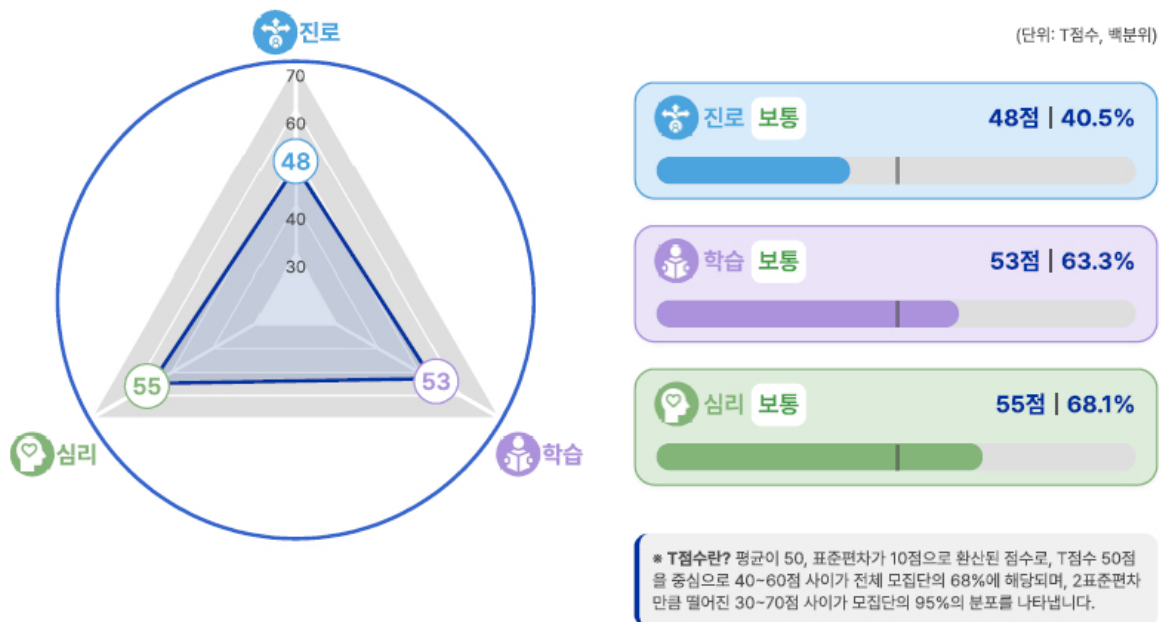


4. 종합 프로파일 이해

종합 프로파일은 성인학습자의 진로·학습·심리 영역 결과를 시각적으로 종합하여 이해하기 위한 해석 틀이다. 이는 특정 유형으로 내담자를 분류하거나 고정된 특성을 규정하기 위한 것이 아니라, 상담 초기 단계에서 내담자의 현재 상태를 한눈에 파악하고 상담의 출발점과 우선순위를 설정하기 위한 참고 자료로 활용된다.

상담자는 개별 영역 점수의 높고 낮음에 집중하기보다, 세 영역 간의 상대적 수준과 균형, 그리고 영역 간 상호작용에 주목하여 내담자의 강점과 현재 지원이 필요한 지점을 함께 탐색해야 한다. 이러한 종합적 이해를 통해 상담자는 내담자의 상황에 보다 적합한 상담 방향과 개입 순서를 설정할 수 있다.

2 주요 영역 종합 프로파일



[종합 프로파일]

4.1. 종합 프로파일 해석의 기본 원칙

성인학습자의 진로·학습·심리 영역 결과를 종합적으로 이해하기 위한 해석 틀로서 종합 프로파일을 제시한다. 이는 특정 유형 분류를 위한 것이 아니라, 상담 초기 단계에서 내담자의 현재 상태를 파악하고 상담 방향과 우선순위를 설정하기 위한 참고 자료이다.

첫째, 종합 프로파일은 현재 시점의 상태를 반영한 결과로 해석한다. 검사 결과는 개인의 고정된 특성이나 잠재력을 단정적으로 보여주는 것이 아니라, 지금 이 시점에서의 인식, 정서, 학습 준비도를 나타내는 정보이다.

둘째, 단일 영역 중심의 해석을 지양한다. 진로, 학습, 심리 영역은 서로 독립적으로 작동하지 않으며, 한 영역의 특성은 다른 영역의 수행을 지지하거나 제한할 수 있다.

셋째, 점수 수준보다 불균형 패턴에 주목한다. 전반적인 평균 점수보다, 영역 간 격차나 특정 하위 영역의 두드러진 특성이 상담 개입 방향을 설정하는 데 더 중요한 단서가 된다.

4.2. 주요 종합 패턴의 이해

본 조사의 결과를 군집분석한 결과, 성인학습자의 진로·학습·심리 특성은 크게 두 가지 방향의 패턴으로 나타났다. 이는 각 영역이 서로 독립적으로 작동하기보다는, 일정한 방식으로 묶여 함께 나타나는 경향이 있음을 의미한다. 따라서 상담자는 개별 영역의 점수를 단편적으로 해석하기보다, 영역 간의 관계와 전반적인 패턴을 고려하여 결과를 해석할 필요가 있다.

이 두 패턴은 서로 배타적인 유형이 아니라, 개인의 상태와 시점에 따라 강조점이 달라질 수 있다. 상담자는 내담자가 현재 어느 패턴의 영향을 더 크게 받고 있는지를 파악하여, 상담의 출발점과 개입 순서를 조정할 필요가 있다.

4.2.1. 진로·학습 실행 중심 패턴

이 패턴은 진로 영역과 학습 영역이 함께 움직이는 특징을 보인다. 자신의 진로 방향에 대한 인식이 비교적 형성되어 있고, 학습을 목표 달성을 위한 구체적인 행동으로 인식하는 경향이 있다. 학습에 대한 동기, 방법, 환경 역시 진로 방향과 연결되어 나타나는 경우가 많다.

○ 이러한 특성을 가진 학습자는

- 무엇을 위해 배우는지에 대한 인식이 비교적 분명하고
- 학습을 실제 행동으로 옮길 준비가 어느 정도 되어 있는 상태로 볼 수 있다.

또한 학습의 필요성을 스스로 인식하고 있어, 외부의 강한 통제보다는 방향 제시와 구조화된 지원에 더 잘 반응하는 경향이 있다.

→ 상담에서는 목표를 더 구체화하고, 실행 계획과 학습 지속 방법을 점검하는 접근이 효과적이다.

→ 특히 실행 과정에서의 현실적 어려움이나 중단 요인을 함께 점검하는 것이 중요하다.

4.2.2. 심리적 기반 중심 패턴

이 패턴은 정서 상태와 심리적 준비도가 중심이 되는 특징을 보인다. 정서적 안정감, 어려움에 대한 회복력, 스스로에 대한 믿음, 타인과의 관계에서 얻는 지지가 함께 나타나는 경향이 있다.

○ 이러한 특성을 가진 학습자는

- 정서적으로 얼마나 안정되어 있는지
- 실패나 좌절을 어떻게 받아들이는지
- 혼자 감당하는지, 주변의 도움을 활용할 수 있는지가 중요한 요소가 된다.

이 패턴에서는 진로 방향이나 학습 의지보다도, 심리적 여력과 정서적 안전감이 학습과 진로 선택에 큰 영향을 미칠 수 있다.

→ 상담에서는 정서적 안정과 자신감 회복을 우선적으로 다루는 접근이 진로·학습 상담의 토대가 된다.

→ 충분한 심리적 기반이 마련된 이후에 진로 탐색이나 학습 계획을 연결하는 것이 효과적이다.

4.3. 상담 현장에서 참고할 수 있는 종합 패턴 예시

다음은 성인학습자 상담 현장에서 비교적 자주 관찰될 수 있는 종합 패턴의 예시이다. 이는 내담자를 특정 유형으로 분류하거나 고정적으로 해석하기 위한 것이 아니라, 상담 초기 단계에서 내담자의 현재 상태와 환경을 종합적으로 이해하고, 상담의 출발점과 개입 순서를 설정하는 데 참고하기 위한 설명 틀로 활용된다. 따라서 상담자는 종합 패턴을 기계적으로 적용하기보다, 내담자의 개인적 상황과 맥락을 함께 고려하여 유연하게 해석할 필요가 있다.

4.3.1. 방향 인식은 있으나 실행이 정체된 패턴

[진로 인식: 높음 / 학습 실행: 낮음 / 심리적 기반: 낮음~보통]

이 패턴은 진로에 대한 고민이나 변화의 필요성은 인식하고 있으나, 정서적 부담이나 자신감 저하로 인해 실제 행동으로 이어지지 못하는 경우에 해당한다.

○ 주요 특징

- 하고 싶은 방향은 있으나 실행을 미루거나 주저함
- 실패 경험이나 불안으로 시도에 대한 부담이 큼
- “알겠는데 막상 시작하려니 어렵다”는 표현이 나타남
→ 상담에서는 정서적 안정과 자기효능감 회복을 우선으로 하여, 작은 실행 경험을 통해 점진적으로 진로·학습 개입을 연결하는 접근이 효과적이다.

4.3.2. 학습은 지속되나 방향성이 불분명한 패턴

[진로 인식: 낮음 / 학습 실행: 높음 / 심리적 기반: 보통]

이 패턴은 학습 참여 자체는 이루어지고 있으나, 해당 학습이 자신의 진로와 어떻게 연결되는지에 대한 인식이 약한 경우이다.

○ 주요 특징

- 여러 교육이나 과정에 참여하나 만족도가 낮음
- 학습 피로감이나 방향 상실을 경험함
- “배우고는 있는데, 이게 맞는지 모르겠다”는 고민이 반복됨
→ 상담에서는 학습 경험을 진로 맥락에서 재해석하고, 학습의 목적과 우선순위를 정리하는 개입이 필요하다.

4.3.3. 실행력은 높으나 심리적 부담이 누적된 패턴

[진로 인식: 높음 / 학습 실행: 높음 / 심리적 기반: 낮음]

이 패턴은 진로 목표와 학습 실행력은 비교적 높으나, 지속적인 압박과 부담으로 정서적 소진이 누적된 상태에 해당한다.

○ 주요 특징

- 목표 달성을 위해 무리하게 자신을 몰아붙이는 경향
- 긴장감, 불안, 완벽주의적 태도가 함께 나타남
- “쉬면 안 될 것 같다”는 압박감을 호소함
→ 상담에서는 속도 조절과 정서적 점검을 병행하여, 지속 가능한 학습·진로 실행 구조를 마련하는 것이 중요하다.

4.3.4. 정서적으로는 안정적이나 진로·학습 탐색이 필요한 패턴

[진로 인식: 낮음 / 학습 실행: 낮음 / 심리적 기반: 높음]

이 패턴은 정서적 안정과 대인관계 자원은 비교적 충분하나, 진로 방향 설정이나 학습 필요성 인식이 낮은 경우에 해당한다.

○ 주요 특징

- 현재 생활에 큰 불만은 없으나 방향성에 대한 고민은 존재함
- 새로운 도전에 대한 필요성을 크게 느끼지 않음
- 주변의 권유로 상담이나 학습을 고려하는 경우가 많음
→ 상담에서는 강점을 기반으로 한 진로·학습 탐색을 통해, 자발적인 동기를 형성하도록 돕는 접근이 효과적이다.

상담 가이드

III



5. 개인 상담

개인 상담은 ACE 결과를 바탕으로 내담자의 현재 상태를 이해하고, 상담의 우선순위와 개입 방향을 구체화하는 과정이다. 본 상담가이드는 검사 결과를 진단·판정의 근거가 아니라, 대화와 성찰을 촉진하는 자료로 활용하는 것을 전제로 한다.

5.1. 해석 상담 기본 원칙

○ 결과 중심이 아닌 의미 중심 해석

- 점수의 높고 낮음보다는, 결과가 내담자의 삶과 경험에서 어떤 의미를 가지는지 탐색한다.
- “왜 이런 점수가 나왔는가?”보다는 “이 결과가 현재 어떤 상태를 보여주는가?”에 초점을 둔다.

○ 평가·판단 언어의 최소화

- ‘좋다/나쁘다’, ‘정상/비정상’과 같은 판단적 표현을 지양한다.
- 결과는 상태 설명의 언어로 전달한다.

○ 내담자 경험과의 연결

- 검사 결과는 반드시 내담자의 실제 경험, 현재 고민, 생활 맥락과 연결하여 다룬다.
- 상담자가 일방적으로 해석을 전달하지 않고, 내담자의 해석을 함께 구성한다.

○ 상담 개입을 위한 가설적 활용

- 결과는 확정적 결론이 아니라, 상담 개입을 위한 가설로 활용한다.
- 필요 시 추가 질문과 대화를 통해 결과의 적합성을 함께 점검한다.

5.2. 상담 진행

5.2.1. 1단계. 상담 목적과 구조 안내

〈상담자 멘트〉

- ☞ "이 결과는 평가를 위한 자료라기보다, 지금 상태를 함께 이해하기 위한 참고 자료입니다."
- ☞ "오늘은 점수를 설명하기보다는, 이 결과가 지금 삶과 어떻게 연결되는지를 같이 살펴보려고 합니다."

5.2.2. 2단계. 종합 프로파일 제시

〈상담자 멘트〉

- ☞ "전체적으로 보면 영역 간에 균형보다는 차이가 조금 보이는 구조입니다."
- ☞ "강점이 비교적 분명한 영역과, 현재 부담이 모여 있는 영역이 함께 나타납니다."

5.2.3. 3단계. 내담자 반응 확인

〈상담자 멘트〉

- ☞ "이 결과를 보시면서 가장 먼저 드는 느낌은 어떤가요?"
- ☞ "공감되는 부분과 고개가 갸웃해지는 부분이 각각 있을 것 같아요."

5.2.4. 4단계. 우선 영역 설정

〈상담자 멘트〉

- ☞ "오늘 상담에서는 이 중에서 가장 이야기해 보고 싶은 영역부터 다뤄볼까요?"
- ☞ "점수가 아니라, 지금 가장 신경 쓰이는 영역을 기준으로 정해도 괜찮습니다."

5.2.5. 5단계. 상담 방향 합의

〈상담자 멘트〉

- ☞ "그럼 오늘은 이 부분을 중심으로 정리해 보고, 다음 방향을 같이 생각해 보면 좋겠습니다."
- ☞ "오늘 상담을 마치고 나서, 어떤 점이 조금이라도 정리되면 좋을지 정해볼까요?"

5.3. 결과 기반 핵심 질문 예시

5.3.1. 종합 탐색 질문

〈상담자 멘트〉

- ☞ "이 결과를 지금 본인의 상태를 설명하는 말로 바꾼다면 뭐라고 할 수 있을까요?"
- ☞ "전체 결과 중에서 지금 삶과 가장 맞닿아 있다고 느껴지는 부분은 어디인가요?"

5.3.2. 강점 인식 질문

〈상담자 멘트〉

- ☞ "이 결과를 보면, 지금까지 버텨온 힘이 느껴지는 부분도 있어 보입니다."
- ☞ "이 영역의 강점이 그동안 어떤 방식으로 도움이 되었을까요?"

5.3.3. 변화 탐색 질문

〈상담자 멘트〉

- ☞ "이 중에서 하나만 조금 달라진다면, 가장 먼저 바뀌었으면 하는 건 무엇일까요?"
- ☞ "지금보다 상태가 조금 나아졌다고 느끼게 될 신호는 어떤 모습일까요?"

5.4. 영역별 심화 질문

영역별 심화 질문은 검사 결과를 바탕으로 내담자의 경험과 인식을 구체적으로 탐색하기 위해 활용된다.

상담자는 하위요인별 질문을 통해 내담자의 현재 상태를 보다 입체적으로 이해하고, 상담 개입의 출발점과 우선순위를 설정할 수 있다.

5.4.1. 진로 영역

진로 영역의 심화 질문은 내담자의 진로에 대한 인식 수준, 미래에 대한 기대, 변화에 대한 대응 방식을 중심으로 탐색하여, 현재 진로 위치와 상담 개입 방향을 구체화하는 데 목적이 있다.

○ 진로정체성

진로정체성은 내담자가 자신의 가치, 흥미, 강점에 대해 어느 정도 인식하고 있으며, 이를 바탕으로 자기만의 방향감을 가지고 있는지를 살펴보는 데 초점을 둔다.

- ☞ "지금까지의 선택이나 경험 중에서 '이건 나와 잘 맞았다' 고 느꼈던 순간이 있었나요?"
- ☞ "일이나 진로를 선택할 때, 꼭 지키고 싶은 기준이나 가치가 있다면 무엇인가요?"
- ☞ "현재의 진로 고민이 '무엇을 하고 싶은지 모름' 에 가까운지, '알지만 선택이 어려움' 에 가까운지요?"

○ 진로낙관성

진로낙관성은 내담자가 자신의 미래 진로를 얼마나 긍정적으로 바라보고 있는지, 그리고 현재의 경험이 앞으로의 가능성으로 이어질 수 있다고 인식하는지를 탐색하는 데 초점을 둔다.

- ☞ "앞으로의 진로(미래)를 생각할 때, 가장 먼저 떠오르는 감정은 어떤 것인가요?"
- ☞ "지금까지의 경험들이 앞으로의 삶이나 일에 어떤 식으로든 도움이 될 수 있을 거라고 느끼시나요?"
- ☞ "미래에 대해 긍정적으로 기대하게 되는 순간은 언제인가요?"

○ 진로적응성

진로적응성은 변화하는 환경과 예기치 않은 상황 속에서 내담자가 얼마나 유연하게 대처하고, 계획을 조정하며 새로운 선택을 시도할 수 있는지를 살펴보는 데 초점을 둔다.

- ☞ "계획했던 방향이 틀어졌을 때, 보통 어떤 방식으로 대처해 오셨나요?"
- ☞ "환경이나 조건이 바뀌면 계획을 수정하는 편이신가요, 아니면 유지하려는 편이신가요?"
- ☞ "최근 몇 년간 변화 속에서도 비교적 잘 적응했다고 느꼈던 경험이 있다면 어떤 것이었나요?"

5.4.2. 학습 영역

학습 영역의 심화 질문은 내담자의 학습에 대한 동기 수준, 학습을 실행하고 조절하는 방식, 그리고 학습을 둘러싼 환경적 조건을 함께 탐색하여 실제적인 상담 개입 지점을 찾는 데 목적이 있다.

○ 학습동기

학습동기는 내담자가 학습을 얼마나 자발적으로 원하고 있으며, 학습이 자신의 삶과 어떤 의미로 연결되어 있는지를 살펴보는 데 초점을 둔다.

- ☞ "요즘 배우고 싶다는 생각이 들 때는 어떤 상황인가요?"
- ☞ "학습이 필요하다고 느끼면서도 선뜻 시작되지 않는 이유는 무엇일까요?"
- ☞ "배움이 삶에 도움이 된다고 느꼈던 경험이 있다면 언제였나요?"

○ 학습전략

학습전략은 내담자가 학습을 계획하고, 실행하며, 조절하는 방식이 어느 정도 형성되어 있는지를 살펴보는 데 초점을 둔다.

- ☞ "무언가를 배우기로 마음먹었을 때, 보통 어떤 식으로 시작하시나요?"
- ☞ "학습을 하다가 막히면 스스로 조정하거나 방법을 바꿔본 경험이 있으신가요?"
- ☞ "지금까지 비교적 효과적이었다고 느꼈던 학습 방식이 있다면 무엇인가요?"

○ 학습환경

학습환경은 내담자가 학습을 지속할 수 있도록 뒷받침하는 물리적·사회적·디지털적 조건이 어느 정도 갖추어져 있는지를 살펴보는 데 초점을 둔다.

- ☞ "지금 학습을 하기에 가장 방해가 되는 조건은 무엇이라고 느끼시나요?"
- ☞ "주변에서 학습을 응원하거나 지지해 주는 사람이 있으신가요?"
- ☞ "온라인이나 디지털 학습 환경을 활용하는 데 불편함은 있으신가요?"

5.4.3. 심리 영역

○ 정서적 안정성

정서적 안정성은 내담자가 일상적인 스트레스 상황에서 자신의 감정을 얼마나 안정적으로 조절하고 있는지를 살펴보는 데 초점을 둔다.

- ☞ "요즘 일상에서 감정 기복이 크게 느껴지는 순간이 있으신가요?"
- ☞ "스트레스를 받을 때 주로 어떤 감정이 먼저 올라오나요?"
- ☞ "감정이 흔들릴 때 스스로를 진정시키는 방법이 있으신가요?"

○ 회복탄력성

회복탄력성은 어려움이나 실패를 경험한 이후, 내담자가 얼마나 다시 회복하고 앞으로 나아갈 수 있는지를 살펴보는 데 초점을 둔다.

- ☞ "최근에 힘들었던 경험 이후, 어떻게 다시 일상을 이어오셨나요?"
- ☞ "실패나 좌절을 겪었을 때, 보통 스스로에게 어떤 말을 해주시나요?"
- ☞ "어려운 상황에서도 다시 시도하게 만드는 힘은 무엇인가요?"

○ 자기효능감

자기효능감은 내담자가 새로운 상황이나 과제에서 자신의 능력을 얼마나 믿고 있는지를 살펴보는 데 초점을 둔다.

- ☞ "새로운 일을 시작할 때, 스스로 잘 해낼 수 있을 거라고 느끼시나요?"
- ☞ "과거에 '생각보다 잘 해냈다' 고 느꼈던 경험이 있다면 어떤 것이었나요?"
- ☞ "도전적인 상황에서 자신감을 떨어뜨리는 요인은 무엇인가요?"

○ 관계지향성

관계지향성은 내담자가 타인과의 관계에서 정서적 지지와 연결을 얼마나 중요하게 여기고 활용하고 있는지를 살펴보는 데 초점을 둔다.

- ☞ "힘들 때 자연스럽게 떠올라 이야기할 수 있는 사람이 있으신가요?"
- ☞ "사람들과의 관계가 삶이나 학습에 도움이 된다고 느끼신 적이 있나요?"
- ☞ "관계 속에서 에너지를 얻는 편인가요, 소모되는 편인가요?"

5.5. 결과해석 상담을 위한 핵심질문 예시

본 절의 핵심 질문은 검사 결과를 바탕으로 한 회기 상담 안에서 내담자의 현재 상태를 이해하고, 상담의 초점을 설정하며, 영역별 의미를 탐색한 뒤 간단한 정리와 방향 설정으로 마무리하는 데 목적이 있다. 다음에 제시되는 질문 구성은 1회기(약 50분) 내에 진행되는 결과해석 상담 과정을 중심으로 제시하였으며, 상담자는 회기 흐름과 내담자의 반응에 따라 질문을 선택적으로 활용한다.

5.5.1. 도입 질문

검사 결과에 대한 내담자의 첫 반응을 확인하고, 결과해석 상담으로 자연스럽게 진입하기 위한 질문이다. 결과에 대한 동의 여부보다는 내담자가 무엇에 주목하고 있는지를 파악하는 데 초점을 둔다.

- ☞ "이 결과를 보셨을 때, 가장 먼저 눈에 들어온 부분은 어디였나요?"
- ☞ "전반적으로 보면, 이 결과가 지금 상태를 어느 정도 반영한다고 느껴지시나요?"

5.5.2. 현재상태 탐색 질문

검사 결과를 종합하여 내담자의 현재 상태를 한정된 언어로 정리하도록 돕는 질문이다. 이후 상담에서 다룰 영역을 선택하는 기준으로 활용한다.

- ☞ "이 결과를 한 문장으로 표현한다면, 지금 상태를 어떻게 설명할 수 있을까요?"
- ☞ "세 영역 중에서 오늘 상담에서 꼭 짚고 가고 싶은 영역은 어디인가요?"

5.5.3. 영역별 의미연결 질문

영역별 의미연결 질문은 선택된 영역을 중심으로 검사 결과가 내담자의 실제 경험과 어떻게 연결되는지를 탐색하기 위한 질문이다. 이 단계에서는 점수에 대한 설명보다, 내담자의 일상과 생활 맥락 속에서 결과가 지니는 의미를 드러내는 데 초점을 둔다.

결과해석 상담의 핵심은 모든 영역을 다루는 것이 아니라, 한 회기 안에서 의미 있게 정리할 수 있는 핵심 한 가지를 도출하는 데 있으며, 검사 결과는 진단이나 판단의 도구가 아니라 내담자의 현재 상태를 이해하고 다음 한 걸음을 정리하기 위한 대화의 매개로 활용한다.

○ 진로 영역

- ☞ "요즘 진로를 고민할 때, 이 결과와 가장 닮았다고 느껴지는 상황이 있었나요?"
- ☞ "진로와 관련해 요즘 반복해서 떠오르는 생각이나 고민이 있다면 무엇인가요?"
- ☞ "이 진로 결과가 지금 상황을 설명해 주는 신호라면, 어떤 의미일까요?"

○ 학습 영역

- ☞ "최근 배우거나 준비하려다 멈추게 된 경험이 있다면, 이 결과와 연결되는 지점이 있을까요?"
- ☞ "학습을 생각할 때 가장 부담되거나 막히는 지점은 어디인가요?"
- ☞ "이 학습 결과가 요즘 생활과 맞닿아 있다고 느껴지는 부분은 무엇인가요?"

○ 심리 영역

- ☞ "요즘 정서 상태를 떠올리면, 이 결과 중 공감되는 부분은 어디인가요?"
- ☞ "최근 스트레스나 감정적으로 힘들었던 순간이 있었다면 어떤 때였나요?"
- ☞ "이 심리 결과가 지금 상태를 알려주는 신호라면, 어떤 신호로 느껴지시나요?"

5.5.4. 집중 탐색 질문

○ 진로 영역

- ☞ "지금 진로와 관련해 가장 먼저 정리되었으면 하는 한 가지는 무엇인가요?"
- ☞ "방향은 있지만 실행이 어려운 상태인지, 방향 자체가 흔들리는 상태에 더 가까운가요?"
- ☞ "오늘 이 자리에서 진로와 관련해 가장 분명해졌으면 하는 점은 무엇인가요?"

○ 학습 영역

- ☞ "학습과 관련해 지금 가장 부담을 줄이고 싶은 부분은 무엇인가요?"
- ☞ "시작이 더 어려운지, 유지가 더 어려운지요?"
- ☞ "지금 상황에서 가장 현실적으로 시도해 볼 수 있는 변화는 무엇일까요?"

○ 심리 영역

- ☞ "지금 상태에서 가장 먼저 회복되었으면 하는 감정이나 상태는 무엇인가요?"
- ☞ "요즘 에너지를 가장 많이 소모하게 만드는 요인은 무엇인가요?"
- ☞ "지금 버티는 데 도움이 되고 있는 자원이 있다면 무엇인가요?"

5.5.5. 마무리 질문

한 회기 상담을 정리하고, 내담자가 가져갈 핵심 인식이나 작은 방향을 확인하기 위한 질문이다.

☞ "오늘 상담을 통해 이전보다 조금 더 분명한 점이 있다면 무엇인가요?"

☞ "오늘 나눈 내용을 바탕으로, 당분간 한 가지만 신경 써본다면 무엇이 좋을까요?"

5.6. 결과해석 상담 중 위기 신호 확인 및 개입 원칙

본 가이드는 검사 결과를 해석하는 상담을 지원하기 위한 자료로, 위기 진단이나 치료를 목적으로 하지 않는다. 결과해석 상담은 점수를 근거로 상태를 판단하거나 문제를 규정하는 과정이 아니라, 내담자의 현재 상태를 이해하고 대화를 통해 의미를 정리하는 데 목적이 있다.

다만 결과해석 상담 과정에서 내담자의 말과 정서 반응을 통해 심리적으로 많이 지쳐 있거나 도움이 필요해 보이는 신호가 드러날 수 있다. 이러한 경우 상담자는 결과 설명을 계속하기보다 내담자의 정서적 안전을 우선적으로 고려할 필요가 있다.

상담 과정에서 다음과 같은 표현이나 반응이 반복적으로 나타날 경우 주의가 필요하며, 이러한 신호는 점수 자체보다는 내담자의 현재 상황과 말의 맥락 속에서 종합적으로 이해한다. 또한 상담자가 위기 신호로 인식한 반응이 반드시 내담자에게도 위기로 경험되고 있다고 단정할 수는 없으므로, 상담자는 자신의 판단을 앞세우기보다 내담자가 현재 상태를 어떻게 느끼고 있는지를 먼저 확인하고 그 인식을 존중하는 태도를 유지한다.

결과해석 상담에서의 위기 대응은 문제를 즉각적으로 해결하거나 판단하기 위한 개입이 아니라, 위기 신호를 인식한 상태에서 내담자가 자신의 상태를 이해하고 안전하게 다음 도움을 선택할 수 있도록 안내하는 데 목적이 있다. 이 과정에서 상담자는 내담자의 상태 인식을 간단히 확인한 뒤, 필요할 경우 선택 가능한 지원 자원이 있음을 설명하고 관련 기관 정보를 참고 자료로 안내할 수 있다. 기관 이용 여부나 연계 시점에 대한 결정은 내담자의 선택을 존중하며, 즉각적인 연계를 전제로 하지 않는다. 필요한 경우 부록에 제시된 기관 정보를 활용하여 정보를 제공할 수 있다.

5.6.1. 상담 중 살펴볼 수 있는 위기 신호

상담 과정에서 다음과 같은 표현이나 반응이 반복적으로 나타날 경우 주의가 필요하며, 이러한 신호는 점수 자체보다는 내담자의 현재 상황과 말의 맥락 속에서 종합적으로 이해한다.

- 지속적인 무기력감이나 감정적 소진에 대한 호소
- 자신을 강하게 비난하거나 가치 없다고 느끼는 표현
- 타인과의 관계를 피하거나 고립을 선택하려는 모습
- 삶의 의미 상실이나 절망감에 대한 언급
- 자·타해와 관련된 직접적 또는 간접적인 표현

5.6.2. 상담자의 기본 대응 원칙

위기 신호가 의심될 경우 상담자는 다음의 원칙을 따르며, 상담의 목적은 문제를 바로 해결하는 것이 아니라 내담자가 안전하게 다음 도움을 선택할 수 있도록 돕는 데 있다.

- 검사 결과만으로 상태를 단정하거나 해석하지 않는다.
- 즉각적인 해결책을 제시하기보다 내담자의 이야기를 차분히 듣는다.
- 상담자가 혼자 문제를 해결하려 하거나 책임지려 하지 않는다.
- 결과해석 상담의 범위를 벗어난 개입은 지양한다.

5.6.3. 기관 정보 안내 원칙

내담자가 추가적인 전문 지원이 필요하다고 느끼거나 위기 수준이 높다고 판단될 경우, 상담자는 관련 기관 정보를 선택 가능한 지원 자원으로 안내할 수 있다. 이때 기관 이용은 강요하지 않으며, 내담자의 동의와 준비도를 존중하는 것을 원칙으로 한다.

위기 상황에서 참고할 수 있는 정신건강 심리상담 바우처사업 및 지역 기반 전문 기관 정보는 부록에 제시되어 있으며, 상담자는 상담 상황에 따라 해당 정보를 정보 안내용 자료로 활용할 수 있다.



6. 소집단 상담

6.1. 소집단 운영 목적과 구성

소집단 상담은 진단 결과를 바탕으로 한 결과해석 소집단 상담의 진행 흐름과 활동 예시를 제시한다. 결과해석 소집단 상담의 핵심은 문제 해결이 아니라 경험의 공유와 의미 재구성에 있으며, 진단 결과는 참여자 간 비교를 위한 자료가 아니라 서로의 이야기를 연결하고 다음 한 걸음을 생각하도록 돕는 집단 대화의 매개로 활용된다. 이러한 관점에서 소집단 활동은 결과를 설명하거나 평가하기보다, 참여자들이 자신의 경험을 안전하게 나누고 재인식할 수 있도록 돕는 데 목적이 있다.

6.1.1. 운영 목적

○ 소집단 상담의 주요 목적은 다음과 같다.

- 검사 결과에 대한 과도한 개인화 또는 자기비난을 완화한다.
- 비슷한 고민을 가진 타인의 이야기를 통해 자기 이해의 폭을 확장한다.
- 개인 상담에서 정리된 인식을 행동 변화와 참여 동기로 연결한다.
- 학습·진로·심리 영역에서 ‘나만의 문제’가 아닌 ‘공통의 과정’임을 인식하도록 돕는다.

6.1.2. 소집단 구성 원칙

소집단 상담은 성인학습자의 진로·학습·심리 상태를 안전한 환경에서 공유하고, 상호 공감을 통해 인식 확장과 행동 변화를 촉진하기 위한 방식이다. 이에 본 절에서는 소집단 상담의 효과적인 운영을 위한 기본적인 구성 원칙을 제시한다.

○ 집단 규모

소집단은 4~6명 내외를 권장한다. 이 규모는 참여자의 발언 기회를 충분히 확보하면서도 집단 상호작용을 유지하기에 적절하다. 정서적 안전이 중요한 주제의 경우에는 4명 내외의 소규모 구성이 바람직하다.

○ 구성 기준

- 검사 결과의 유사성: 특정 영역(진로·학습·심리)에서 낮음 또는 정체 양상이 유사한 참여자끼리 구성하여, 공통 경험을 바탕으로 한 공감과 논의가 가능하도록 한다.
- 참여 목적의 유사성: 진로 탐색, 학습 재개, 심리적 회복 등 참여 목적이 유사한 참여자를 중심으로 구성하여, 집단 활동의 초점이 분산되지 않도록 한다.
- 상담자의 판단: 점수 유사성만으로 기계적으로 구성하기보다, 개인의 상담 맥락과 집단 적합성을 상담자가 함께 고려한다.

○ 회기 구성

소집단은 목적과 주제에 따라 단회기(60~90분) 또는 2~3회기의 단기 집단 형태로 운영할 수 있다.

- 단회기 집단은 경험 공유와 인식 확장을 중심으로 구성한다.
- 다회기 집단은 탐색-정리-실행으로 이어지는 구조를 갖도록 설계한다.

○ 운영 원칙

- 결과 점수의 공개적 비교나 서열화는 지양하며, 결과는 개인의 해석 자료로만 활용한다.
- 개인 경험의 공유는 자발성을 원칙으로 하며, 발언 강요를 하지 않는다.
- 참여·비참여에 대한 선택권을 보장하고, 침묵 또한 하나의 참여 방식으로 존중한다.
- 상담자는 집단 내 안전한 분위기를 유지하며, 비교·평가적 발언이 나타날 경우 이를 즉시 조정한다.

6.2. 결과해석 소집단 활동 예시

결과해석 소집단 활동은 진단 결과를 바탕으로 한 소집단 결과해석 상담의 진행 흐름과 주요 활동 예시를 제시한다. 소집단 활동은 결과를 설명하거나 비교하기 위한 것이 아니라, 참여자들이 자신의 경험을 안전하게 나누고 의미를 재구성하도록 돕는 데 목적이 있다.

6.2.1. 도입

○ 목적

집단상담의 목적과 진행 원칙을 공유하고, 참여자들이 심리적으로 안전한 상태에서 집단에 참여할 수 있도록 돕는다.

○ 진행 방법

- 상담자는 소집단 상담의 취지와 기본 규칙(비교 금지, 자발적 참여, 비밀보장 등)을 간단히 안내한다.
- 참여자는 가벼운 자기소개 또는 현재 상태를 한 단어로 표현하며 집단에 적응한다.

〈상담자 멘트 예시〉

- ☞ "오늘 이 자리는 결과를 비교하거나 평가하는 시간이 아닙니다."
- ☞ "이 자리에서는 부담되지 않는 만큼만 이야기해 주세요"
- ☞ "지금 말씀하기 어려운 부분은 굳이 나누지 않으셔도 괜찮습니다."

6.2.2. 진단 결과 나누기

○ 목적

진단 결과에 대한 개인의 인식을 확인하고, 결과해석 소집단 상담으로 자연스럽게 진입한다.

○ 진행 방법

- 참여자는 자신의 결과지에서 가장 눈에 들어온 영역이나 표현 하나를 선택한다.
- 점수 공개는 지양하고, 선택한 이유를 중심으로 간단히 나눈다.

〈상담자 멘트 예시〉

☞ "결과를 보면서 가장 먼저 눈에 들어온 부분은 무엇이었나요?"

☞ "이 부분이 눈에 들어온 이유는 무엇일까요?"

6.2.3. 영역별 경험 나누기

○ 목적

선택된 영역을 중심으로 진단 결과가 참여자의 실제 생활 경험과 어떻게 연결되는지를 탐색한다.

○ 진행 방법

- 상담자는 진로·학습·심리 중 오늘 집단에서 다룰 핵심 영역 하나를 제시한다.
- 참여자는 해당 영역과 관련된 자신의 경험을 선택적으로 공유한다.

〈상담자 멘트 예시〉

☞ "이 영역의 결과가 요즘 생활과 연결된다고 느껴지는 지점이 있나요?"

☞ "최근 이 영역에서 가장 자주 겪는 상황은 어떤 것이었나요?"

6.2.4. 강점과 자원 탐색하기

○ 목적

어려움 중심의 인식을 완화하고, 참여자 각자가 이미 가지고 있는 강점과 자원을 인식 하도록 돕는다.

○ 진행 방법

- 참여자는 결과와 관계없이 지금까지 버텨온 힘이나 도움이 되었던 자원 한 가지를 떠올린다.
- 자발적으로 말로 나누거나 메모 후 공유한다.

〈상담자 멘트 예시〉

- ☞ "이 상황에서도 지금까지 버틸 수 있었던 힘은 무엇이었나요?"
- ☞ "이 강점이 앞으로도 도움이 될 수 있는 지점은 어디일까요?"

6.2.5. 마무리

○ 목적

집단상담에서의 경험을 개인의 인식 변화로 정리하고, 다음 단계로 자연스럽게 연결한다.

○ 진행 방법

- 참여자는 오늘 집단상담을 통해 하나만 가져가고 싶은 점을 정리한다.
- 상담자는 추가 상담이나 프로그램 참여를 '선택 가능성'으로 안내한다.

〈상담자 멘트 예시〉

- ☞ "오늘 집단을 통해 이전보다 조금 더 분명해진 점은 무엇인가요?"
- ☞ "당분간 한 가지라도 달라져 보면 좋겠다고 느낀 부분은 어디인가요?"

6.3. 상담도구 활용 방법

소집단 상담에서 상담카드는 한 번에 하나씩, 영역별로 선택적으로 활용한다. 상담카드는 결과를 설명하거나 해석하기 위한 도구가 아니라, 참여자가 자신의 경험을 선택적으로 표현하고 집단 대화에 참여하도록 돕는 매개로 활용한다. 상담자는 카드의 의미를 설명하기보다, 카드 선택 이후에 이어지는 참여자의 말과 집단 반응을 중심으로 대화를 촉진한다. 상담카드는 진로·학습·심리 등 다양한 영역에서 그 목적에 맞는 형태로 활용할 수 있다.

6.3.1. 진로 영역: 가치카드 활용

진로 영역에서는 내담자가 현재 중요하게 여기는 가치와 진로 고민의 방향성을 인식하도록 돕기 위해 가치카드를 활용한다.

○ 활용 방법

- 가치카드를 펼쳐 놓는다.
- 참여자는 요즘 자신의 선택이나 고민과 가장 맞닿아 있는 가치 카드 1장을 선택한다.
- 선택한 가치가 현재 진로 고민과 어떻게 연결되는지를 중심으로 나눈다.

〈상담자 멘트 예시〉

- ☞ "지금 이 시점에서 가장 중요하게 느껴지는 가치 한 가지만 골라보세요."
- ☞ "이 가치는 요즘 어떤 선택이나 고민과 연결되어 있나요?"
- ☞ "이 가치를 기준으로 본다면, 지금 상황이 조금 다르게 보이는 지점도 있을까요?"

6.3.2. 학습 영역: 강점카드 활용

학습 영역에서는 학습을 지속하거나 다시 시도할 수 있게 하는 개인의 강점과 자원을 인식하도록 돕기 위해 강점카드를 활용한다.

○ 활용 방법

- 강점카드를 제시한다.
- 참여자는 요즘 자신이 비교적 잘 사용하고 있다고 느끼는 강점 카드 1장을 선택한다.
- 해당 강점이 학습 상황에서 어떻게 나타나고 있는지를 중심으로 나눈다.

〈상담자 멘트 예시〉

- ☞ "요즘 학습과 관련해서, 그나마 도움이 되고 있다고 느껴지는 강점 하나를 골라보세요."
- ☞ "이 강점이 최근 어떤 상황에서 실제로 사용되었나요?"
- ☞ "이 강점을 조금만 더 활용한다면, 학습이 어떻게 달라질 수 있을까요?"

6.3.3. 심리 영역: 감정카드 활용

심리 영역에서는 현재의 정서 상태와 감정 흐름을 안전하게 인식하고 표현할 수 있도록 감정카드를 활용한다.

○ 활용 방법

- 감정카드를 펼쳐 놓는다.
- 참여자는 요즘 가장 자주 느끼는 감정 카드 1장을 선택한다.
- 해당 감정이 나타나는 상황이나 맥락을 간단히 나눈다.

〈상답자 멘트 예시〉

- ☞ "요즘 가장 자주 느껴지는 감정 하나를 골라보세요."
- ☞ "이 감정은 주로 어떤 상황에서 올라오나요?"
- ☞ "이 감정이 요즘의 상태를 대신 말해준다면, 어떤 이야기를 하고 있을까요?"

6.3.4. 상담 마무리:격려카드 활용

격려카드는 상담의 마무리 단계에서 지지와 인정의 메시지를 정서적으로 전달하기 위한 보조 도구로 활용한다. 본 방식에서는 참여자가 ‘지금 내가 나에게, 또는 사람들에게 가장 듣고 싶은 말’을 기준으로 격려카드를 선택하고, 상담자나 다른 참여자가 ‘지금 이 사람에게 해주고 싶은 말’을 담아 카드를 선물하는 방식으로 진행한다.

(1) 개인상담

개인상담에서는 내담자가 자신의 상태를 돌아보며 스스로에게 필요한 격려의 메시지를 인식하도록 돕는 데 초점을 둔다.

○ 활용 방법

- 상담자는 여러 장의 격려카드를 제시한다.
- 내담자는 “지금 내가 나에게 가장 듣고 싶은 말”*이라는 기준으로 카드 1장을 선택한다.
- 상담자는 내담자의 선택을 존중하며, 필요 시 같은 기준으로 상담자가 전하고 싶은 격려 카드 1장을 추가로 선택해 선물할 수 있다.

(2) 소집단 상담

소집단 상담에서는 격려카드를 통해 집단 안에서의 지지와 존중을 경험하며 상담을 정서적으로 마무리하는 데 목적을 둔다.

○ 활용 방법

- 상담자는 격려카드를 펼쳐 놓고 기준을 안내한다.
- 참여자는 “지금 내가 나에게, 혹은 사람들에게 가장 듣고 싶은 말”을 기준으로 카드 1장을 선택한다.
- 이후 희망자에 한해, 상담자 또는 다른 참여자가 “지금 이 사람에게 해주고 싶은 말”을 담아 격려카드 1장을 선택해 선물할 수 있다.
- 카드는 말로 읽어 주거나, 설명을 추가하는 방식 중 참여자가 선택한다.

(3) 격려카드 활용 시 심화 질문

- ☞ "지금 나에게 가장 해주고 싶은 말은 무엇인가요?"
- ☞ "어떤 상황이라면, 이런 격려를 가장 필요로 할 것 같나요?"
- ☞ "이런 말을 듣고 싶다고 느끼게 된 때는 언제인가요?"
- ☞ "과거에 누군가로부터 이와 비슷한 말을 실제로 들어본 적이 있나요?"
- ☞ "그 말을 들었을 때의 감정이나 기억나는 장면이 있다면 무엇인가요?"
- ☞ "지금 이 말을 가장 듣고 싶었던 순간은 언제였나요?"
- ☞ "이 메시지를 자신에게 전한다면, 지금 상태가 어떻게 달라질 수 있을까요?"
- ☞ "이런 격려를 받을 수 있는 상황을 만들기 위해, 내가 해볼 수 있는 작은 행동은 무엇일까요?"
- ☞ "오늘 상담을 마치며, 이 격려 문장을 한 문장으로 정리한다면 무엇으로 남기고 싶나요?"



7. 개입 방향 및 연계

검사 결과를 바탕으로 상담자가 어디서부터 상담을 시작할지, 어떤 방향으로 돕는 것이 좋은지를 안내한다. 개입은 부족한 점을 고치는 데 초점을 두기보다 이미 잘하고 있는 부분을 활용해 한 걸음씩 나아가도록 돕는 것을 기본으로 한다.

7.1 개입 방향 설정

7.1.1. 개입의 기본 원칙

- 모든 영역을 한 번에 다루지 않는다.
- 지금 가장 필요하고, 시도하기 쉬운 영역부터 시작한다.
- 상담 효과가 비교적 빠르게 느껴질 수 있는 방향을 우선 선택한다.

7.1.2. 영역별 개입 방향

- 심리 영역
 - 불안, 위축, 자신감 저하가 두드러질 경우
→ 먼저 마음을 안정시키는 데 집중한다.
- 진로 영역
 - 방향이 불분명하거나 고민이 많은 경우
→ 당장 결정하기보다 방향을 정리하는 데 초점을 둔다.
- 학습 영역
 - 학습 의욕이나 환경이 부족한 경우
→ 큰 계획보다 작은 학습 경험부터 시도한다.

7.1.3. 개입 수준 조절

- 상담은 다음과 같은 순서로 진행한다.
 - 이해하기 → 생각 바꿔보기 → 작은 행동 해보기 → 자원 연계
- 상담자는 “해야 합니다”라고 말하기보다
 - “이 정도는 해볼 수 있을까요?”라는 방식으로 접근한다.
- 점수가 낮은 영역이라도 내담자가 부담을 느끼지 않도록 조절한다.

7.1.4. 연계를 고려한 개입

- 심리 영역의 하위 요인 중 하나라도 T점수 70점 이상이 나타날 경우
 - 외부 연계를 검토 대상으로 고려한다.
- 이는 반드시 즉시 연계를 의미하는 것은 아니다.
- 해석 상담 또는 이후 상담 과정에서
 - 해당 영역을 중심으로 정서 상태와 일상 기능을 살핀다.
- 상담 과정에서 정서적 어려움이 지속되거나
 - 상담 범위를 넘어서는 지원이 필요하다고 판단될 경우
 - 관련 전문 기관 또는 서비스 연계를 안내할 수 있다.

7.2. 강점 기반 활용 전략

7.2.1. 강점 인식

- 상담자는 내담자의 강점을 분명한 말로 전달한다.
- 강점은 성격이 아니라 지금까지의 행동과 경험을 기준으로 설명한다.
- 이때 상담자는 내담자가 자신의 강점을 직접 말로 표현해보도록 돕는다.

7.2.2. 강점을 활용한 개입

- 학습 의욕이 낮은 경우
 - 진로 목표나 관계 자원을 활용해 학습의 의미를 연결한다.
- 실행이 어려운 경우
 - 작은 시도 자체를 성과로 인정한다.
- 불안이 높은 경우
 - 혼자 해결하기보다 함께할 수 있는 방법을 찾는다.

7.2.3. 목표 설정 방식

- 목표는 못하는 것을 고치는 방향이 아니다.
- 이미 가능한 것을 조금 더 해보는 방향으로 설정한다.
- 짧은 기간 안에 실천할 수 있는 행동 중심으로 정한다.

7.2.4. 강점 중심 연계

- 내담자의 강점에 맞는 프로그램을 우선 제안한다.
- 프로그램의 장점보다
 - 현재 가진 강점과의 연결점을 중심으로 설명한다.



8. 평생학습 프로그램 연계 가이드

상담 이후 평생학습 프로그램을 연계할 때 상담자가 수행해야 할 기본 역할을 안내한다. 프로그램 연계는 내담자의 선택을 돕는 과정이며, 상담자가 결정을 대신하지 않는 것을 원칙으로 한다.

8.1. 프로그램 연계 시 상담자의 역할

- 상담자는 프로그램 연계의 필요성과 목적을 내담자가 이해할 수 있도록 설명한다.
- 상담자는 내담자의 진단 결과와 상담 내용을 바탕으로 적합한 프로그램 유형을 선별하여 안내한다.
- 이때 상담자는 특정 프로그램을 권유하기보다 선택 가능한 여러 방향을 제시한다.
- 상담자는 프로그램의 장점보다 내담자의 현재 상태와 어떻게 연결되는지를 중심으로 설명한다.
- 내담자가 부담을 느끼지 않도록 참여 여부와 시기는 내담자가 결정하도록 돕는다.
- 상담자는 프로그램 정보 제공, 신청 방법 안내 등 실제 참여에 필요한 기본 정보를 정리해 전달한다.
- 연계 이후에도 필요할 경우 추가 상담이나 재조정을 안내할 수 있다.

8.2. 평생학습 프로그램 선택 기준

- 프로그램 선택은 진단 결과와 상담 내용을 함께 고려하여 이루어진다.
- 점수의 높고 낮음만으로 프로그램을 결정하지 않는다.
- 내담자의 현재 상태와 참여 가능성을 우선적으로 고려한다.

- 진로·학습·심리 영역 중 상담의 주요 초점 영역을 기준으로 프로그램 유형을 정한다.
- 연계 대상에는 평생학습 프로그램뿐 아니라 학위과정, 학점은행제 등 학력 취득 과정도 포함될 수 있다.
- 학습 경험이 적거나 중단 경험이 많은 경우 부담이 적은 단기·체험형 프로그램을 우선 고려한다.
- 학습 의지가 있으나 방향이 불분명한 경우 탐색 중심 또는 기초 과정 프로그램을 고려한다.
- 정서적 부담이나 생활 스트레스가 큰 경우 심리적 안정과 회복을 돕는 프로그램을 우선 검토한다.
- 프로그램 선택 시 학습 내용뿐 아니라 일정, 장소, 비용, 참여 방식 등 현실적인 조건을 함께 확인한다.
- 최종 선택은 상담자의 판단이 아니라 내담자의 이해와 동의를 바탕으로 이루어진다.

윤리, 기록 및 사후관리

IV



9. 상담 윤리 및 주의사항

성인학습자 상담 및 프로그램 연계 과정에서 상담자가 반드시 유의해야 할 기본 윤리 원칙과 주의사항을 제시한다. 상담자는 전문적 판단과 더불어 내담자의 권리와 자율성을 최우선으로 고려해야 한다.

○ 내담자 존중과 자율성

- 상담자는 내담자를 의사결정의 주체로 존중한다.
- 상담자는 상담 및 연계 과정에서 선택을 강요하지 않는다.
- 목표 설정과 프로그램 선택은 내담자의 동의를 바탕으로 이루어진다.

○ 비밀보장과 정보 보호

- 상담자는 상담 과정에서 알게 된 내담자의 개인 정보를 보호한다.
- 검사 결과와 상담 내용은 내담자의 동의 없이 외부에 공유하지 않는다.

○ 상담자의 역할 한계 인식

- 상담자는 자신의 전문 영역과 역할의 한계를 인식한다.
- 심리적 위기나 전문 치료가 필요한 경우 적절한 전문 기관으로 연계를 고려한다.

○ 검사 결과 활용 시 주의사항

- 검사 결과는 참고 자료로 활용하며, 절대적인 기준으로 해석하지 않는다.
- 점수만으로 내담자를 판단하거나 유형화하지 않는다.
- 상담자는 결과 해석 시 내담자의 설명과 맥락을 함께 고려한다.

○ 프로그램 연계 시 윤리적 유의사항

- 상담자는 특정 기관이나 프로그램을 부당하게 권유하지 않는다.
- 이해관계가 있는 기관과의 연계 시 내담자에게 이를 명확히 알린다.
- 상담자는 내담자에게 가장 적합한 선택을 할 수 있도록 정보 제공에 집중한다.



10. 상담 기록 및 사후관리

10.1. 상담 기록 작성 요령

상담 기록지는 내담자의 상태를 평가하거나 판단하기 위한 문서가 아니라, 상담 과정에서 다룬 핵심 내용과 흐름을 정리하고 이후 상담 및 연계를 체계적으로 이어가기 위한 실무 기록이다. ACE 상담 기록은 점수 자체를 중심으로 작성하기보다, 내담자의 호소, 상담에서 다룬 내용, 변화의 방향, 다음 단계를 간결하게 정리하는 데 목적이 있다. 기록은 보고용으로도 활용될 수 있으나, 상담자의 전문적 판단과 개입 과정을 보조하는 참고 자료로서 작성하는 것을 원칙으로 한다.

10.1.1. 개인상담 기록지 작성 요령

개인상담 기록지는 한 회기 또는 연속된 상담 흐름을 정리하기 위한 기록으로, 다음의 기준에 따라 작성한다.

첫째, 내담자 호소문제는 내담자의 표현을 중심으로 간단히 정리한다.

상담자의 해석이나 평가적 표현보다는, 상담 초기에 확인된 주호소와 현재 가장 어려워하는 지점을 중심으로 기술한다.

둘째, ACE 결과 요약은 하위요인별 T점수만 기록하며, 점수 해석을 장황하게 서술하지 않는다.

영역 간 특징 요약에는 점수의 높고 낮음 자체보다, 진로·학습·심리 영역 간의 관계나 불균형, 상담에서 주목한 흐름을 간단히 메모한다.

셋째, 상담에서 다룬 핵심 내용에는 해당 회기에서 실제로 탐색한 주제와 대화를 중심으로 기록한다.

모든 이야기를 나열하기보다, 상담의 초점이 되었던 핵심 내용 위주로 정리한다.

넷째, 상담 결과에는 상담을 통해 정리된 인식 변화와, 내담자와 함께 합의한 다음 단계를 명확히 구분하여 작성한다.

다음 단계는 내담자가 동의한 방향만을 기록하며, 과도한 계획이나 목표 설정은 지양한다.

다섯째, 연계 및 후속 계획은 필요 여부 중심으로 간단히 표시한다.

추가 상담, 프로그램 연계, 외부 기관 연계 여부를 체크하고, 상담자 소견에는 향후 상담 진행 시 유의할 점이나 참고 사항을 간단히 기록한다.

ACE 개인상담 기록지(예시)

○ 상 담 자: ○○○○

○ 상담일자: 2026. 1. 15

○ 상담회기: ☒ 접수 ☐ 1회기 ☐ 2회기 ☐ 기타 ()

1. 내담자 호소문제

요즘 진로 방향이 맞는지 확신이 없고, 배우고는 있으나 계속 이어가야 할지 고민됨.
의욕은 있으나 실행으로 옮기지 못하는 자신에 대해 답답함을 느낌.

2. ACE 결과 요약

- 진로 영역: 진로정체성 T45/진로낙관성 T42/진로적응성 T38
- 학습 영역: 학습동기 T50/학습역량 T47/학습환경 T52
- 심리 영역: 정서적안정성 T40/회복탄력성 T44/자기효능감 T39/관계지향성 T55
- 영역 간 특징 요약
 - 진로·심리 영역은 상대적으로 낮고, 학습 영역은 평균 범위로 유지됨.
 - 방향 인식은 있으나 실행에 앞서 심리적 부담과 자기신뢰 저하가 관찰됨.

3. 상담에서 다룬 핵심 내용

진로 방향에 대한 기대와 불안이 동시에 존재함을 탐색함.

과거 실패 경험이 현재 실행을 주저하게 만드는 요인으로 작용하고 있음을 확인함.

4. 상담 결과

- 상담을 통해 정리된 내용
 - “못해서 안 하는 것이 아니라, 실패가 두려워 멈추고 있었다”는 인식 정리
- 내담자와 합의한 다음 단계
 - 부담 없는 범위에서 소규모 학습 활동 1가지 시도하기

5. 연계 및 후속 계획

- 추가 상담 여부: ☒ 필요
- 프로그램 및 기관 연계: 추후 검토
- 상담자 소견
 - 다음 회기에서 자기효능감 회복을 중심으로 작은 실행 경험을 다룰 예정

10.1.2. 소집단 상담 기록지 작성 요령

소집단 상담 기록지는 개별 참여자를 평가하기 위한 기록이 아니라, 집단 전체의 진행 과정과 관찰된 반응, 변화를 정리하기 위한 기록이다.

첫째, 소집단 운영 주제와 구성 기준은 실제 집단 운영의 초점을 중심으로 간단히 기록한다. 검사 결과의 유사성, 참여 목적의 유사성 등 집단 구성의 근거가 드러나도록 작성한다.

둘째, 집단 진행 항목에는 도입, 결과 나누기, 경험 공유, 강점·자원 탐색, 마무리 등 주요 흐름을 중심으로 실제 진행된 활동을 요약한다. 세부 발언 내용보다는 집단에서 이루어진 주요 활동과 분위기를 중심으로 정리한다.

셋째, 내담자 반응 및 행동 관찰에는 참여 수준, 상호작용 방식, 집단에서 공통적으로 나타난 반응이나 특징을 중심으로 기록한다. 개별 참여자를 특정하지 않으며, 평가적 표현은 피한다.

넷째, 참여자 변화는 집단을 통해 관찰되었거나 참여자가 직접 표현한 인식 변화, 정서 변화, 행동 의지 변화를 중심으로 작성한다. 변화가 크지 않은 경우에도, 의미 있었던 작은 변화나 반응을 기록하는 것이 바람직하다.

다섯째, 후속 상담 및 연계 계획에는 개인상담 연계 여부, 추가 집단 또는 프로그램 연계 가능성 등을 선택적으로 기록한다.

ACE 개인상담 기록지(예시)

○ 상 담 자: ○○○○

○ 상담일자: 2026. 1. 15

○ 상담회기: ☐ 접수 ☒ 1회기 ☐ 2회기 ☐ 기타 ()

1. 내담자 호소문제

진단 결과를 통해 현재 상태를 이해하고, 다음 한 걸음을 정리하기

2. 집단 구성 기준

☒ 검사 결과가 유사한 집단

☒ 참여 목적이 유사한 집단

3. 집단 진행

- 도입 및 집단 규칙 안내
 - 비교·평가 금지, 자발적 공유 원칙 안내
- 결과 나누기 및 영역별 경험 공유
 - 점수 언급 없이 ‘가장 눈에 들어온 영역’ 중심 공유
- 강점 및 자원 탐색 활동
 - 각자 버텼은 힘 한 가지씩 나눔
- 마무리
 - 오늘 집단을 통해 가져가고 싶은 한 가지 정리

4. 내담자 반응 및 행동 관찰

- 참여 수준: ☒ 보통 수준
- 상호작용 양상: ☒ 필요한 만큼만 이야기함
- 집단에서 공통적으로 나타난 반응이나 모습
 - “나만 이런 줄 알았다”는 표현 다수, 공감 반응 증가

5. 참여자 변화 (관찰되거나 표현된 변화)

- 인식 변화
 - 개인 문제로 인식하던 어려움을 공통의 과정으로 재인식함
- 정서 변화
 - 긴장 완화, 안도감 표현
- 행동의지 변화
 - “혼자 고민하지 말고 도움을 받아도 되겠다”는 표현 나타남

6. 후속 상담 및 연계 계획

- 개인상담 연계: 희망자에 한해 진행
- 프로그램 및 기관 연계: 관찰 구청 평생학습관 프로그램 안내

7. 상담자 평가

- 집단 분위기 안정적이었으며, 비교 없이 경험 공유가 잘 이루어짐

10.2. 추후 상담 및 관리

추후 상담 및 관리는 ACE 결과해석 상담 이후, 내담자의 인식 변화와 실행을 지속적으로 지원하기 위한 과정이다. 본 가이드는 단회기 또는 단기 개입을 기본으로 하되, 상담 이후의 변화가 실제 행동과 생활 맥락으로 이어질 수 있도록 최소한의 점검과 연계를 권장한다.

추후 상담은 필수 절차가 아니라 내담자의 필요와 선택에 따라 유연하게 이루어지는 과정으로 이해한다. 상담자는 내담자의 현재 상태, 상담에서 정리된 목표, 실행 의지 수준을 종합적으로 고려하여 추후 상담 여부와 방식을 함께 논의한다.

개인상담의 경우, 추후 상담은 상담에서 합의된 실행 계획의 점검, 변화 경험의 확인, 새롭게 드러난 어려움에 대한 조정 중심으로 진행한다. 초기 상담에서 다룬 진로·학습·심리 영역 중 하나 또는 두 개의 핵심 영역을 중심으로 짧고 구조화된 점검 상담 형태로 운영할 수 있다.

소집단 상담 이후에는 개인별 후속 상담 필요 여부를 구분하여 관리한다. 집단 참여를 통해 인식 변화는 있었으나 개인적 정리가 충분하지 않은 경우, 단회기 개인상담으로 연결하여 개인 맥락에서의 의미 정리와 실행 계획을 보완할 수 있다.

또한 상담 과정에서 학습 참여, 진로 탐색, 정서적 지원이 추가로 필요하다고 판단되는 경우에는, 내담자의 동의 하에 관련 프로그램이나 기관과의 연계를 고려한다. 이때 연계는 상담자의 판단에 의해 일방적으로 결정하기보다, 내담자에게 선택 가능한 대안으로 안내하는 것을 원칙으로 한다.

추후 관리는 장기 추적이나 평가 목적이 아니라, 상담을 통해 시작된 변화가 중단되지 않도록 돕는 최소한의 지원이라는 관점에서 이루어진다. 상담자는 변화의 크기보다, 내담자가 스스로 선택하고 시도한 작은 변화 자체를 의미 있게 다루며, 필요 시 언제든지 다시 상담으로 연결될 수 있음을 안내한다.

이를 통해 추후 상담 및 관리는 상담 종결 이후에도 내담자가 자신의 진로·학습·심리 상태를 점검하고 조정할 수 있는 안전한 지지 기반으로 기능한다.

부록

V



A. 체크리스트

○ 검사 실시 전 준비 체크리스트

- ☐ 검사 목적 및 활용 범위 안내
- ☐ 비밀보장 및 결과 활용 범위 설명
- ☐ 응답 방법 및 소요 시간 안내
- ☐ 검사 환경 점검(조용함, 집중 가능 여부)
- ☐ 검사 실시 적합성 확인(컨디션, 정서 상태)

○ 검사 실시 유의사항 체크리스트

- ☐ 검사 실시 적합성 사전 판단
- ☐ 검사 중 정서 상태 변화 관찰
- ☐ 응답 태도(과도한 고민 · 무성의) 확인
- ☐ 검사 중단 필요 여부 판단
- ☐ 결과 해석은 별도 회기에서 진행



B. 개인상담 기록지

ACE 개인상담 기록지

○ 상 담 자:

○ 상담일자: 20 . . .

○ 상담회기: ☐ 접수 ☐ 1회기 ☐ 2회기 ☐ 기타 ()

1. 내담자 호소문제

2. ACE 결과 요약

- 진로 영역: 진로정체성 T__점/진로낙관성 T__점/진로적응성 T__점
- 학습 영역: 학습동기 T__점/학습역량 T__점/학습환경 T__점
- 심리 영역: 정서적안정성 T__점/회복탄력성 T__점/자기효능감 T__점/관계지향성 T__점
- 영역 간 특징 요약

3. 상담에서 다룬 핵심 내용

4. 상담 결과

- 상담을 통해 정리된 내용
- 내담자와 합의한 다음 단계

5. 연계 및 후속 계획

- 추가 상담여부
- 프로그램 및 기관 연계
- 상담자 소견



C. 소집단 상담 기록지

ACE 결과해석 소집단 상담 기록지

- 상 담 자: _____ ○ 상담일자: 20 . . .
- 상담회기: ☐ 접수 ☐ 1회기 ☐ 2회기 ☐ 기타 ()
- 참여인원: 남 _명, 여 _명(총 _명)

1. 소집단 운영 주제

- ☐ ACE 결과 이해 및 의미 _____
- ☐ 진로 영역 경험 공유 _____
- ☐ 학습 영역 경험 공유 _____
- ☐ 심리 영역 상태 인식 _____
- ☐ 강점 및 자원 탐색 _____
- ☐ 다음 단계 탐색(상담 목표 수립) _____

2. 집단 구성 기준

- ☐ 검사 결과가 유사한 집단 ☐ 참여 목적이 유사한 집단
- ☐ 기타 ()

3. 집단 진행

- 도입 및 집단 규칙 안내
- 결과 나누기 및 영역별 경험 공유

○ 강점 및 자원 탐색 활동

○ 마무리

4. 내담자 반응 및 행동 관찰

- 참여 수준: ☐ 적극적으로 참여함 ☐ 보통 수준 ☐ 참여가 적음
- 상호작용 양상: ☐ 스스로 이야기함 ☐ 필요한 만큼만 이야기함 ☐ 주로 듣기만 함
- 집단에서 공통적으로 나타난 반응이나 모습

5. 참여자 변화(관찰되거나 참여자가 표현한 변화 중심)

- 인식 변화
- 정서 변화
- 행동의지 변화

6. 후속 상담 및 연계 계획

- 개인상담 연계
- 프로그램 및 기관 연계

7. 상담자 소견



D. 상담을 위한 활동지

본 활동지는 개인상담 및 소집단 상담에서 활용되는 상담자용 활동 가이드로, 내담자에게 직접 제공하는 활동지가 아니다. 상담자는 본 활동지를 참고하여 집단 진행의 전반적인 흐름을 파악하고, 제시된 질문을 바탕으로 참여자의 경험과 생각을 자연스럽게 이끌어낸다.

본 활동지에 제시된 질문은 참여자가 모두 답해야 하는 문항이 아니며, 집단의 분위기와 참여자의 준비도, 상담의 목적에 따라 선택적으로 활용한다. 상담자는 질문을 그대로 읽거나 정형화된 방식으로 사용하기보다, 집단 상황과 참여자의 언어 수준에 맞게 표현을 조정하여 대화를 촉진하는 역할을 수행한다.

또한 본 활동지에 제시된 질문들은 필요에 따라 상담카드(감정카드, 격려카드, 사진카드 등)와 함께 활용할 수 있다. 상담카드는 참여자가 자신의 경험과 상태를 보다 쉽게 인식하고 표현하도록 돕는 보조 도구로, 말로 설명하기 어려운 감정이나 생각을 탐색하고 집단 내 소통을 원활하게 하는 데 유용하다. 이를 통해 상담자는 참여자의 반응을 보다 풍부하게 이해하고, 탐색 중심의 상담적 개입을 효과적으로 이어갈 수 있다.

○ 상담카드 활용 시 공통 유의사항

- 상담카드는 설명이나 해석을 위한 도구가 아니라, 참여자의 표현을 돕는 매개로 활용한다.
- 한 번의 활동에서는 한 종류의 카드만 사용하여 혼란을 줄인다.
- 카드 선택의 의미를 상담자가 임의로 해석하지 않으며, 참여자의 말과 경험을 중심으로 대화를 이어간다.
- 말로 설명하기 어려운 경우, 카드 선택만으로도 참여를 인정한다.
- 말하고 싶지 않은 참여자의 선택과 침묵 역시 존중하며, 참여 여부는 자발성을 원칙으로 한다.

활동지 1. 나의 결과 살펴보기

1. 결과지를 보며 가장 먼저 눈에 들어온 영역이나 문장은 무엇인가요?
2. 그 부분이 눈에 들어온 이유는 무엇인가요?
3. 이 결과가 요즘 나의 상황이나 고민과 연결된다고 느껴지는 부분이 있다면 적어보세요.

○ 상담자를 위한 Tip

- 이 활동은 결과를 설명하거나 해석하는 단계가 아니다.
- 점수, 평균, 높고 낮음에 대한 언급은 하지 않는다.
- 말로 표현이 어려운 참여자를 위해 사진카드 또는 이미지 카드를 제시할 수 있다.
→ “결과를 보며 떠오르는 느낌과 가장 가까운 이미지를 하나 골라보셔도 됩니다.”
- 카드는 설명을 요구하지 않고, 선택 이유를 말하고 싶을 때만 말하도록 안내한다.

활동지 2. 결과와 실제 경험 연결하기

1. 최근 진로·학습·일상에서 반복해서 떠오르는 상황이나 고민은 무엇인가요?
2. 오늘 선택한 영역(진로/학습/심리)이 이 상황과 어떻게 연결되는 것 같나요?
3. 이와 비슷한 경험을 이전에도 해본 적이 있다면 언제였나요?

○ 상담자를 위한 Tip

- 모든 질문에 답하도록 유도하지 않는다. 한 가지만 선택해도 충분하다.
- 과거의 원인 분석보다는 현재 반복되는 경험에 초점을 둔다.
- 말이 막히는 경우, 사진카드를 활용해 상황을 떠올리도록 돕는다.
→ “요즘 상황과 닮아 있는 장면이 있다면 한 장만 골라보셔도 됩니다.”
- 카드는 경험을 끌어내는 보조 자극으로만 사용한다.

활동지 3. 강점과 자원 탐색하기

1. 요즘 상황에서도 비교적 잘 유지하고 있다고 느끼는 점은 무엇인가요?
2. 힘들 때 나에게 도움이 되었던 사람, 환경, 태도, 습관이 있다면 무엇인가요?
3. 이 자원이 앞으로도 도움이 될 수 있는 상황은 어떤 때일까요?

○ 상담자를 위한 Tip

- ‘강점’이라는 표현이 부담스러우면 ‘도움이 되었던 것’으로 바꾸어 안내한다.
- 아주 작은 행동이나 태도도 충분한 자원으로 인정한다.
- 필요 시 강점카드를 활용할 수 있다.
→ “요즘 자신에게 조금이라도 도움이 되고 있는 카드 한 장만 골라보세요.”
- 카드의 정의나 의미를 설명하지 말고, 참여자의 해석을 그대로 존중한다.

활동지 4. 현재 감정 인식하기

1. 요즘 가장 자주 느껴지는 감정은 무엇인가요?
2. 그 감정은 주로 어떤 상황에서 나타나나요?
3. 이 감정이 지금의 나에게 전하고 싶은 말이 있다면 무엇일까요?

○ 상담자를 위한 Tip

- 감정을 명확히 표현하지 못해도 문제 삼지 않는다.
- 감정의 원인 분석이나 해결책 제시는 피한다.
- 감정카드를 활용하면 말로 표현하기 어려운 참여자의 진입 장벽을 낮출 수 있다.
→ “요즘 가장 자주 느껴지는 감정과 가까운 카드 한 장을 골라보세요.”
- 선택 후 설명은 선택 사항이며, 침묵도 존중한다.

활동지 5. 오늘의 정리 한 가지

1. 오늘 집단을 통해 새롭게 떠오른 생각이나 인식은 무엇인가요?
2. 지금 당장은 아니어도, 한 번 더 생각해 보고 싶은 부분이 있다면 무엇인가요?
3. 이후에 선택해 볼 수 있는 다음 단계가 있다면 무엇일까요?

○ 상담자를 위한 Tip

- 변화나 결론을 강요하지 않는다.
- “정리만 해도 충분하다”는 메시지를 함께 전달한다.
- 말로 정리하기 어려운 경우, 사진카드 또는 키워드 카드를 활용해
→ “오늘 집단을 한 장의 이미지로 남긴다면 어떤 카드일까요?”
- 다음 단계는 반드시 선택지로만 제시한다.

활동지 6. 격려 메시지로 마무리하기

1. 지금 이 시점의 나에게 가장 해주고 싶은 말은 무엇인가요?
2. 이 말을 가장 필요로 했던 순간은 언제였나요?
3. 이 메시지를 기억하기 위해 내가 해볼 수 있는 작은 행동은 무엇일까요?

○ 상담자를 위한 Tip

- 이 활동은 정서적 마무리를 위한 단계로, 격려카드 활용이 적합하다.
- 기준은 반드시 명확히 안내한다.
→ “지금의 나에게 가장 듣고 싶은 말”
- 카드는 읽지 않아도 되고, 설명 없이 소지하는 것도 허용한다.
- 감정 반응이 나타날 경우, 해석 없이 충분한 시간과 여백을 제공한다.



E. 최종 문항 목록

다음은 본 조사에 사용된 최종 ACE의 문항 목록을 제시한 것이다. 각 문항은 이론적 검토와 통계적 분석을 거쳐 확정되었으며, 진로·학습·심리 영역의 하위요인별로 구성되어 있다.

<최종문항 목록>

번호	척도	문항
1	사회적바람직성1	나는 지금까지 다른 사람에게 거짓말을 한 적이 없다.
2	사회적바람직성2	나는 다른 사람을 헐담한 적이 없다.
3	사회적바람직성3	나는 어떤 상황에서도 규칙을 절대로 어기지 않는다.
4	사회적바람직성4	나는 어떤 상황에서도 항상 진실만을 말한다.
5	사회적바람직성5	나는 한 번도 화를 내 본 적이 없다.
6	진로정체성1	다른 사람과 비교하기보다는 나만의 목표를 설정하고 이에 집중한다.
7	진로정체성2	나의 목표는 내가 중요하게 여기는 가치와 잘 연결되어 있다.
8	진로정체성3	나는 앞으로 1~3년 안에 이루고 싶은 구체적인 진로 목표가 있다.
9	진로정체성4	나의 흥미와 강점이 무엇인지 알고 있다.
10	진로정체성5	앞으로의 삶에서 직업 또는 사회적 역할이 나에게 중요하다.
11	진로낙관성1	나의 미래는 멋진 것이라고 기대하고 있다.
12	진로낙관성2	내가 정한 삶의 목표를 달성할 수 있으리라 기대한다.
13	진로낙관성3	나는 나의 경력과 학습 경험이 미래에 도움이 될 것이라고 믿는다.
14	진로낙관성4	변화하는 환경 속에서도 새로운 가능성을 찾아낼 수 있다고 생각한다.
15	진로적응성1	나는 앞으로의 변화에 대비하려고 노력하고 있다.
16	진로적응성2	예상치 못한 상황이 발생한다면, 진로 방향을 조정할 수 있다.
17	진로적응성3	변화하는 환경에 맞추어 새로운 기술이나 지식을 배우는 데 적극적이다.
18	진로적응성4	나는 변화가 요구될 때 유연하게 나의 계획을 수정할 수 있다.
19	진로적응성5	나는 과거의 틀에 갇히지 않고 새로운 관점을 기꺼이 받아들인다.

20	학습동기1	누가 시키지 않아도 스스로 공부할 수 있다.
21	학습동기2	나는 새로운 것을 배우는 과정 자체에서 즐거움을 느낀다.
22	학습동기3	공부를 통해 생활의 질을 높이고 싶다.
23	학습동기4	나는 할 수만 있다면 공부를 계속하고 싶다.
24	학습동기5	새로운 지식을 배우는 것은 나의 삶의 질을 향상시킨다고 생각한다.
25	학습동기6	나이가 들수록 공부가 필요하다고 느낀다.
26	학습역량1	새롭게 공부할 것이 필요하다고 느끼면 스스로 학습 기회를 찾는다.
27	학습역량2	배움의 기회를 찾고자 노력한다.
28	학습역량3	공부를 할 때, 시간과 일정을 스스로 관리할 수 있다.
29	학습역량4	학습한 내용을 실제 문제 해결에 적용할 수 있다.
30	학습역량5	학습을 통해 습득한 지식과 기술을 실제 생활에 적극적으로 활용하려고 한다.
31	학습역량6	중요한 내용을 기억하기 위해 나만의 정리방법(노트필기, 요약 등)을 자주 사용한다.
32	학습역량7	이해가 잘 안 되는 내용이 있으면, 다른 자료를 찾아보며 이해하려고 노력한다.
33	학습환경1	스마트폰이나 컴퓨터, AI관련 학습도구를 사용하여 정보를 찾거나 온라인으로 소통할 수 있다.
34	학습환경2	학습에 드는 비용(수강료, 교재비 등)을 마련할 수 있다.
35	학습환경3	학습에 필요한 환경을 조성할 수 있다.
36	학습환경4	인터넷과 AI를 활용한 학습도구를 이용해 온라인에서 학습을 하는 데 어려움이 없다.
37	학습환경5	학습에 대해 주변(가족, 친구 등)에서 응원해 주는 편이다.
38	정서적안정성1	갑작스러운 변화가 생겨도 침착하게 대처할 수 있다.
39	정서적안정성2	압박감이 큰 상황에서도 마음의 균형을 유지한다.
40	정서적안정성3	사소한 일에도 쉽게 화가 난다. (R)
41	정서적안정성4	최근 들어 이유 없이 슬프거나 우울한 기분이 든다. (R)

- 42 정서적안정성5 새로운 것을 시작할 때 불안하거나 긴장되는 편이다. (R)
- 43 정서적안정성6 전반적으로 삶에 대한 흥미나 즐거움을 느끼지 못하고 있다. (R)

-
- 44 회복탄력성1 나는 실패를 경험하더라도 다시 도전할 수 있다.
- 45 회복탄력성2 큰 어려움이 생겨도 그것을 성장의 기회로 삼으려 한다.
- 46 회복탄력성3 좌절을 겪어도 빠르게 회복하여 일상에 집중할 수 있다.
- 47 회복탄력성4 문제가 복잡해도 끝까지 방법을 찾아내려 노력한다.
- 48 회복탄력성5 어려운 일이 있어도, 빨리 회복하려고 노력한다.
- 49 회복탄력성6 실패나 좌절에 긍정적으로 대처할 수 있다.

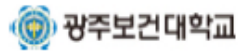
-
- 50 자기효능감1 나는 새로운 상황에서도 내 능력을 발휘할 수 있다고 믿는다.
- 51 자기효능감2 나는 스스로에게 주어진 일을 잘 해낼 수 있다는 자신감이 있다.
- 52 자기효능감3 스스로에게 자신감을 계속 불어넣는 편이다.
- 53 자기효능감4 나는 목표를 달성할 수 있는 능력을 가지고 있다.
- 54 자기효능감5 어려운 일도 충분히 할 수 있다는 자신감이 있다.
- 55 자기효능감6 나는 어떤 일이든 필요한 노력을 기울이면 해결할 수 있다.

-
- 56 관계지향성2 다른 사람의 감정이나 기분을 잘 알아차리는 편이다.
- 57 관계지향성4 갈등 상황을 원만하게 해결하는 편이다
- 58 관계지향성5 주변 사람들과 좋은 관계를 유지하고 있다.
- 59 관계지향성6 내가 원하는 바를 다른 사람에게 잘 전달할 수 있다.

※ (R)은 역채점 문항임

F. 결과지 샘플

[진단결과지_내담자용 표지]



ACE

성인학습자검사 성인용

Adult Competence Evaluation

검사 결과 보고서

Score Report



이름	테스트	나이	45세
성별	남성	거주지역	광주 남구
생년월일	1980.03.01	검사일	2026.01.14

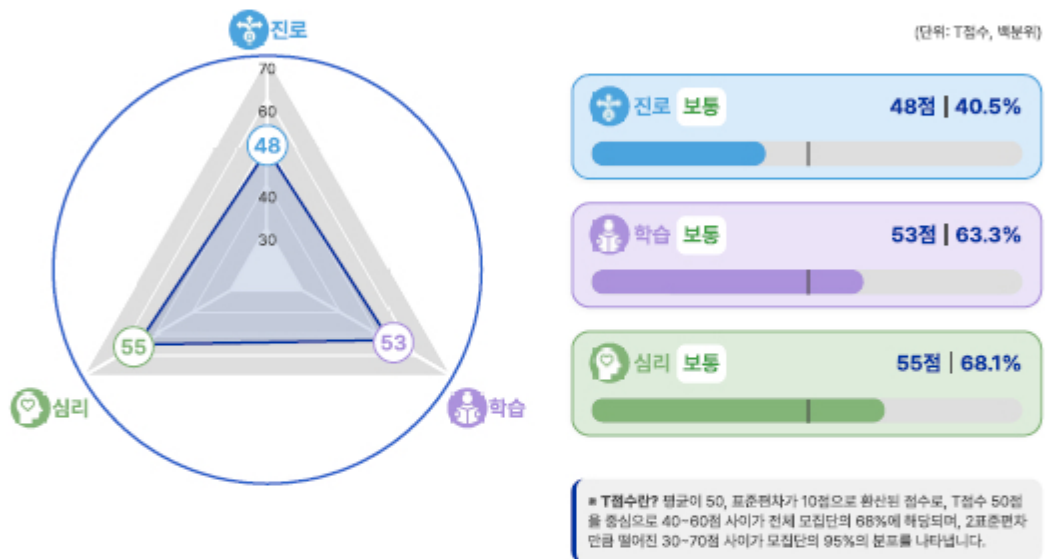
• 이 검사 결과는 실시자 본인의 동의 없이 열람할 수 없습니다

ACE 성인학습자검사 Adult Competence Evaluation	이름(성별) 테스트 (남성)	나이 45세	거주지역 광주 남구	검사일 2026년 01월 14일
---	--------------------	-----------	---------------	----------------------

1 결과신뢰지표

결과신뢰수준	높음	전반적인 응답 패턴이 일관되고 신뢰할 수 있습니다.
연속동일반응	반응일관성	사회적바람직성
아니오	양호	양호

2 주요 영역 종합 프로파일



3 하위 영역 상세 프로파일

주요 영역	하위 영역	T점수	백분위(%)	수준	T점수
진로	진로정체성	43	23.6	보통	43
	진로낙관성	52	58.7	보통	52
	진로적응성	49	45.2	보통	49
학습	학습동기	47	39.4	보통	47
	학습전략	52	58.7	보통	52
	학습환경	62	87.9	높음	62
심리	정서적안정성	55	70.2	보통	55
	회복탄력성	56	71.6	보통	56
	자기효능감	49	47.6	보통	49
	관계지향성	54	65.2	보통	54

ACE 성인학습자검사 Adult Competence Evaluation	이름(성별) 테스트 (남성)	나이 45세	거주지역 광주 남구	검사일 2026년 01월 14일
---	--------------------	-----------	---------------	----------------------

4 척도별 소견

주요 영역	하위 영역	수준	척도 소견
 진로	진로정체성	보통 ■■■	테스트님은 현재 자신의 흥미와 강점을 고려하여 진로의 방향을 적절히 조절할 수 있습니다. 때때로 진로에 대한 고민이 생기기도 하지만, 이는 더 나은 미래를 위한 건강한 탐색 과정입니다. 지금까지 본인의 경험과 가치를 차분히 연결해 나간다면 더욱 견고한 확신을 얻으실 것입니다.
	진로낙관성	보통 ■■■	테스트님은 현재 자신의 미래에 대해 현실적이면서도 균형 잡힌 시각을 유지하며 긍정적인 기대를 품고 있는 상태입니다. 막연한 낙관주의에 치우치지 않고 현재의 학습과 경험의 가치를 차분히 인정하고 계시며, 이러한 안정적인 태도는 꾸준한 자기계발을 지속하는 데 큰 힘이 될 것입니다.
	진로적응성	보통 ■■■	테스트님은 현재 변화하는 환경 속에서 현실적인 대안을 찾으며 적절한 유연성을 발휘하는 편입니다. 상황의 흐름을 살피며 자신을 조정해 나가는 안정적인 태도를 보이고 계시며, 이러한 균형 잡힌 대응 방식은 새로운 환경에 안착하고 지속적인 성장을 도모하는 데 든든한 밑거름이 됩니다.
 학습	학습동기	보통 ■■■	테스트님은 현재 학습의 필요성을 인지하고 있으며, 목표 달성을 위해 꾸준한 배움의 태도를 유지하고 있습니다. 때로는 의욕이 일시적으로 낮아지기도 하지만, 실질적인 목적과 개인적 흥미 사이에서 적절한 균형을 잡고 계십니다. 배움의 과정에서 나만의 작은 재미를 더해간다면 학습의 활력이 더욱 높아질 것입니다.
	학습전략	보통 ■■■	테스트님은 현재 학습에 필요한 자원을 적절히 탐색하고, 자신만의 방식으로 일정을 관리하며 배움을 이어가고 있습니다. 상황에 맞춰 학습 과정을 조절하는 유연함을 갖추고 계시며, 배운 내용을 일상에서 조금 더 자주 활용해보는 시도를 더한다면 학습의 성과가 더욱 실질적인 보람으로 다가올 것입니다.
	학습환경	높음 ■■■■	테스트님은 현재 학습에 몰입할 수 있는 안정적인 물리적 환경과 주변의 충분한 지지를 확보하고 있으며, 디지털 도구를 능숙하게 활용할 수 있습니다. 이러한 우호적인 환경과 기술적 역량은 학습의 효율성을 극대화하며, 어떠한 새로운 형태의 배움 앞에서도 당당하게 성취를 이뤄낼 수 있는 든든한 기반이 됩니다.
 심리	정서적안정성	보통 ■■■	테스트님은 현재 감정의 흐름을 적절히 관리하며 일상의 균형을 잘 유지하고 있습니다. 때로는 스트레스 상황에서 감정의 기복을 경험하기도 하지만, 이는 인간으로서 자연스러운 반응이며 스스로 다시 평온을 찾을 수 있는 능력을 갖추고 계십니다. 평소 나만의 휴식 방법을 잘 활용하신다면 더욱 안정적인 학습이 가능할 것입니다.
	회복탄력성	보통 ■■■	테스트님은 현재 예상치 못한 난관에 부딪혔을 때, 적절한 시간을 가지며 스스로를 추스르고 다시 시작할 수 있는 안정적인 회복 능력을 갖추고 있습니다. 좌절감에 함몰되지 않고 현실적인 해결책을 찾아 다시 도전하려는 의지를 잘 유지하고 계시며, 이러한 유연한 태도가 지속적인 성장을 든든하게 뒷받침하고 있습니다.
	자기효능감	보통 ■■■	테스트님은 현재 자신이 잘할 수 있는 영역에 대해 적절한 자신감을 갖추고 있으며, 새로운 과제에 대해서도 현실적인 판단을 바탕으로 도전할 수 있습니다. 과도한 자만이나 위축 없이 자신의 역량을 균형 있게 바라보고 계시며, 작은 성공 경험들을 하나씩 더 쌓아 나간다면 어떠한 상황에서도 흔들리지 않는 더 큰 확신을 얻으실 것입니다.
	관계지향성	보통 ■■■	테스트님은 현재 타인과의 관계에서 적절한 거리를 유지하면서도 필요할 때 유연하게 소통하고 협력할 수 있습니다. 독립적인 학습과 협력적인 상호작용 사이에서 균형을 잘 잡고 계시며, 이러한 안정적인 태도는 다양한 사람들과 함께하는 환경 속에서도 불필요한 감정 소모 없이 원만한 학습 관계를 지속하는 데 큰 도움이 됩니다.

ACE 성인학습자검사 Adult Competence Evaluation	이름(성명) 테스트 (남성)	나이 45세	거주지역 광주 남구	검사일 2026년 01월 14일
---	--------------------	-----------	---------------	----------------------

5 척도 정의 및 검사활용방안

주요 영역	하위 영역	정의
진로	진로정체성	개인의 가치·흥미·강점에 맞는 목표를 세우고, 그것이 자신의 가치·흥미·강점과 연결되어 있다는 확신을 가지는 심리적 특성
	진로낙관성	개인이 자신의 미래 경력과 삶에 대해 긍정적 기대를 가지고, 현재의 학습 및 경력 경험이 앞으로의 성취와 기회로 이어질 것이라고 믿는 태도
	진로적응성	끊임없이 변화하는 환경 속에서 유연하게 대응하고 조정할 수 있는 능력과 태도
학습	학습동기	외부의 지시나 강제가 없어도 스스로 배우고자 하는 내적 의지와 흥미
	학습전략	학습자가 목표 달성을 위해 학습 기회를 스스로 탐색하고, 시간과 과정을 체계적으로 관리하며, 배운 내용을 실제 문제 해결이나 생활에 적용하는 능력
	학습환경	학습자가 학습을 효과적으로 수행할 수 있도록 뒷받침하는 물리적·사회적 조건과 디지털 리터러시
심리	정서적안정성	예기치 못한 상황이나 압박 속에서도 감정을 균형 있게 조절하고, 사소한 일에 쉽게 흔들리지 않으며, 전반적인 삶에서 정서적 평온과 즐거움을 유지하는 성향
	회복탄력성	실패나 좌절, 어려움에 직면했을 때 빠르게 회복하고 다시 도전하며, 이를 성장의 기회로 전환할 수 있는 심리적 자원
	자기효능감	새로운 상황이나 도전적 과제에서 자신의 능력을 발휘할 수 있다고 믿는 신념
	관계지향성	타인과의 상호작용에서 정서적 유대와 긍정적 관계 형성을 중시하는 성향

1 성인학습자검사는?

성인학습자검사는 성인학습자가 자신의 진로, 학습, 심리 상태를 폭넓게 살펴볼 수 있도록 만들어졌습니다. 새롭게 공부를 시작하거나 새로운 길을 준비할 때, 자신을 좀 더 깊이 이해하고 방향을 세우는 데 도움을 주는 기초 진단도구입니다.

2 검사를 통해

- 나의 강점과 성장 영역을 한눈에 파악할 수 있습니다.
- 진로와 학습, 심리적 준비 상태를 함께 살펴봄으로써 앞으로의 방향을 세울 수 있습니다.
- 상담자와 함께 결과를 해석하면서 구체적인 목표를 정하고, 학습 계획이나 진로 전략을 세우는 데 도움이 됩니다.

3 검사의 활용방법

- 나의 강점과 필요 영역을 확인할 수 있습니다.
- 진로와 학습 방향을 세울 수 있습니다.
- 상담자와 함께 성장 계획을 세우는 데 활용할 수 있습니다.



[그림 5] 진단결과지_상담자용 5p

ACE 성인학습자검사 Adult Competence Evaluation		이름(성별) 테스트 (남성)	나이 45세	거주지역 광주 남구	검사일 2026년 01월 14일
---	--	--------------------	-----------	---------------	----------------------

6 문항응답 특이사항 (전문가용)

1. 진로정체성 부분에서 불명확한 응답을 한 문항

- 다른 사람과 비교하기 보다는 나만의 목표를 설정하고 이에 집중한다. **전혀 그렇지 않다**
- 나의 흥미와 강점이 무엇인지 알고 있다. **그렇지 않다**

2. 진로에 대한 부정적인 인식을 나타낸 문항

- 나의 미래는 멋진 것이라고 기대하고 있다. **전혀 그렇지 않다**

3. 학습환경에 있어서, 디지털 리터러시 역량을 나타내는 문항

- 스마트폰이나 컴퓨터를 사용하여 정보를 찾거나 온라인으로 소통할 수 있다. **전혀 그렇지 않다**

4. 개인의 내면화된 부정정서(우울, 불안)를 나타내는 문항

- 최근 들어 자주 이유없이 슬프거나 우울하다고 느낀다. **매우 그렇다**
- 새로운 것을 시작하거나 익숙하지 않은 상황에 놓일 때, 특별히 불안감을 느낀다. **그렇다**

5. 개인의 외현화된 부정정서(분노, 충동)를 나타내는 문항

특이 응답 문항이 없습니다.

6. 그 외 주목할만한 문항

- 실패나 좌절에 긍정적으로 대처할 수 있다. **전혀 그렇지 않다**
- 힘들 때 이야기를 나눌 수 있는 가족이나 친구가 있다. **그렇지 않다**

검사결과 요약(개별기록)

[그림 6] 진단결과지_상담자용 6p

ACE 성인학습자검사 Adult Competence Evaluation	이름(성명) 테스트 (남성)	나이 45세	거주지역 광주 남구	검사일 2026년 01월 14일
---	--------------------	-----------	---------------	----------------------

7

상담을 위한 기초자료

취업여부

취업

직장 내 지위

정규직

최종학력

전문대졸

경제적 상황

어려움

1. 주소 문제

2. 첫인상 및 행동관찰

3. 가족사항 및 성장사

4. 대인관계

MEMO

- 6 -

G. 주요 정보 제공 기관

1. 진로 영역

상담 과정에서 성인학습자의 진로 탐색과 취업 준비를 지원하기 위해, 상담자는 개인의 현재 진로 단계와 취업 준비 수준에 맞는 정보 제공 기관을 참고할 수 있다. 진로 영역의 정보는 특정 직업이나 경로를 직접적으로 권장하기 위한 것이 아니라, 내담자가 자신의 진로 가능성을 탐색하고 선택지를 넓힐 수 있도록 돕는 기초 정보 안내를 목적으로 한다.

상담자는 진로 관련 기관 정보를 결과 해석 직후 일괄적으로 제시하기보다, 내담자의 취업 의지, 준비도, 관심 분야 등을 충분히 확인한 후 필요에 따라 단계적으로 안내하는 것을 원칙으로 한다. 또한 기관 및 서비스 연계는 상담자의 판단에 따른 일방적 권유가 아니라, 내담자가 자신의 상황에 맞는 지원을 자율적으로 선택할 수 있도록 돕는 방식으로 이루어진다.

이에 본 가이드는 성인학습자의 진로 탐색과 취업 지원에 활용할 수 있도록, 국가 단위 고용·취업 지원 기관과 광주광역시 지역 기반의 주요 진로·일자리 정보 제공 기관을 중심으로 관련 정보를 제시하였다.

1.1. 고용24

- 주요 내용: 채용정보, 취업지원(취업지원 프로그램, 취업가이드, 직업심리검사 등), 실업급여, 직업능력개발, 국민취업지원제 및 구직자도약패키지사업 안내 등
- 홈페이지: www.work24.go.kr
- 잡케어: AI기반 맞춤형 직업 추천 및 경력개발 지원 서비스
 - 고용24에 접속 후 [마이페이지]를 클릭한 후 왼쪽 메뉴 중 [잡케어] 선택
 - 구직자가 자신의 직무역량을 분석하고 적합한 직업을 탐색하고 관리

1.2. 광주일자리플랫폼

- 주요 내용: 일자리사업, 채용정보, 온라인 상담, AI취업지원 등
- 홈페이지: www.gjjobgo.com/

2. 학습 영역

상담 과정에서 성인학습자에게 학습 기회와 제도 정보를 안내할 때, 상담자는 내담자의 현재 상황과 목적에 맞는 학습 경로를 탐색할 수 있도록 주요 정보 제공 기관을 참고할 수 있다. 본 목록은 특정 프로그램을 권장하거나 선택을 유도하기 위한 자료가 아니라, 상담 과정에서 활용 가능한 정보 안내용 자료로 제시된다.

상담자는 기관 정보를 결과 해석 직후 일괄적으로 제시하기보다, 내담자의 준비도와 관심을 확인한 뒤 선택 가능한 대안으로 안내하는 것을 원칙으로 하며, 기관 연계 역시 상담자의 판단에 따른 권유가 아니라 내담자의 자율적 선택을 존중하는 방식으로 이루어진다.

이러한 원칙에 따라, 본 가이드에서는 주요 국가 기관 및 광주광역시 소재 주요 기관을 중심으로 평생교육 프로그램 및 제도 정보를 제공하는 주요 기관은 다음과 같다.

2.1. 국가 및 광역 단위 기관

○ 국가평생교육진흥원

- 주요 내용: 학점은행제, 독학학위제, 평생학습계좌제, K-MOOC 등
- 홈페이지: www.nile.or.kr

○ 한국산업인력공단 (HRD-Net/Q-net)

- 주요 내용: 국민내일배움카드, 직업훈련 과정, 국가기술자격 정보
- 홈페이지: www.hrd.go.kr
www.q-net.or.kr

○ 광주광역시인재평생교육진흥원

- 주요 내용: 광주광역시 평생교육 정책 지원, 평생학습 프로그램 및 이용권 사업 운영, 성인학습자 대상 학습·상담 연계 지원
- 홈페이지: www.gie.kr
- 연락처: 062-600-5245
- 주소: 광주광역시 광산구 소촌로 152번길 52-27
(광주광역시인재교육원 4층)

○ 광주평생학습포털

- 주요 내용: 광주 평생학습 정보 통합 제공, 교육·강좌 검색 및 신청 안내, 평생학습 사업·정책 정보 제공, 학습자·기관 연계 지원, 성인학습자 상담 지원
- 홈페이지: portal.gie.kr/www
- 연락처: 062-600-5245
- 주소: 광주광역시 광산구 소촌로 152번길 52-27
(광주광역시인재교육원 4층)

2.2. 기초 단위 기관 (구청 운영 평생학습관)

○ 동구 평생학습관

- 홈페이지: www.donggu.kr
- 연락처: 062-608-2114
- 주소: 광주광역시 동구 서남로 1
- 구청 소관 평생교육 프로그램 운영

○ 서구 평생학습관

- 홈페이지: www.seogu.gwangju.kr
- 연락처: 062-360-7114
- 주소: 광주광역시 서구 경열로 33
- 구청 소관 평생교육 프로그램 운영

○ 남구 평생학습관

- 홈페이지: lll.namgu.gwangju.kr
- 연락처: 062-607-2432
- 주소: 광주광역시 남구 봉선로 1
- 구청 소관 평생교육 프로그램 운영

○ 북구 평생학습관

- 홈페이지: bukgu.gwangju.kr/edu/
- 연락처: 062-410-8455
- 주소: 광주광역시 북구 향토문화로 65
- 구청 소관 평생교육 프로그램 운영

○ 광산구 평생학습관

- 홈페이지: edu.gwangsan.go.kr/index.cs
- 연락처: 062-960-8283~5
- 주소: 광주광역시 광산구 광산로 29번길 15
- 구청 소관 평생교육 프로그램 운영

2.3. 지역 기반 연계 기관

○ 대학 부설 평생교육원

- 전남대학교, 조선대학교, 광주대학교, 남부대학교, 광주보건대학 등
지역 대학 부설 평생교육원

○ 공공도서관 및 주민센터

- 생활권 중심의 소규모 학습 프로그램 및 시민 강좌 운영

○ 비영리 평생교육기관 및 민간 학습기관

- 생애설계, 디지털 역량, 중장년·노년 대상 프로그램 등

3. 심리 영역

심리 영역에서는 성인학습자의 정서적 안정과 정신건강 회복을 지원하기 위해 공공 바우처 사업과 전문 상담·치유 기관 정보를 활용할 수 있다. 이 영역의 결과는 단순한 심리 상태 평가를 넘어, 성인학습자가 현재의 삶과 학습 과정에서 경험하고 있는 정서적 부담, 스트레스 수준, 심리적 자원 상태를 이해하기 위한 기초 자료로 활용된다. 상담자는 심리 영역 결과를 해석하는 과정에서 내담자의 현재 정서 상태와 생활 맥락, 스트레스 요인, 심리적 위험 신호, 추가적인 상담 또는 지원의 필요 수준을 종합적으로 고려하여 관련 정보를 참고 자료로 제시할 수 있다.

본 영역에 제시된 기관 정보는 특정 서비스 이용을 권유하거나 즉각적인 상담 연계를 전제로 한 것이 아니다. 이는 내담자가 자신의 심리적 어려움과 정서적 요구를 인식하고, 필요한 경우 활용할 수 있는 다양한 지원 체계를 스스로 탐색할 수 있도록 돕기 위한 정보 안내용 자료이다. 상담자는 내담자의 심리적 준비도와 상담에 대한 태도, 현재 상황에 대한 인식을 충분히 확인한 뒤 단계적으로 정보를 제공하며, 서비스 이용 여부와 시점에 대한 결정은 내담자의 자율적 선택을 존중하는 것을 원칙으로 한다.

이에 본 가이드는 성인학습자의 정신건강 증진과 심리적 회복을 지원하기 위한 참고 자료로서, 정신건강 심리상담 바우처사업과 광주광역시 지역 기반의 주요 전문 상담·치유 기관 정보를 중심으로 관련 내용을 제시하였다. 이러한 기관 정보는 일반적인 심리상담 연계가 필요한 경우뿐만 아니라, 결과해석 상담 과정에서 정서적 소진이나 지속적인 무기력감 등 위기 신호가 감지되는 경우에도 참고 자료로 활용할 수 있다.

이때 기관 연계는 위기 여부를 상담자가 단정하거나 즉각적인 개입을 전제로 하기보다, 내담자의 안전을 우선적으로 고려한 선택 가능한 지원 자원으로 안내하는 데 목적이 있다. 상담자는 내담자가 자신의 상태를 어떻게 인식하고 있는지를 먼저 확인한 후, 필요하다고 느끼는 경우에 한해 관련 기관 정보를 제공하며, 연계 여부는 내담자의 동의와 의사를 바탕으로 단계적으로 검토할 수 있다. 이를 통해 상담은 문제 해결 중심의 개입이 아니라, 내담자가 스스로 적절한 도움을 선택할 수 있도록 돕는 지원 과정으로 기능한다.

또한 상담자는 ACE 진단결과에 나타난 점수 해석에만 의존하기보다, 상담 과정에서 드러나는 내담자의 말투, 표정, 반응 속도, 정서 변화 등 비언어적 신호와 행동 양상을 함께 관찰하여 위기 가능성을 살필 필요가 있다. 이러한 종합적 관찰을 통해 내담자의 상태를 보다 입체적으로 이해하고, 필요한 경우 적절한 지원 방향을 판단하는 것 역시 상담자의 전문성에 해당한다. 아울러 내담자의 상황에 맞는 전문 기관을 안내하고, 동의에 따라 연계를 고려하는 과정 또한 문제를 떠넘기는 행위가 아니라 내담자의 안전과 회복을 돕기 위한 상담자의 전문적 판단과 역할로 이해된다.

3.1. 정신건강 심리상담 바우처사업

○ 사회서비스 전자바우처

- 주요 내용: 개인 또는 사회전체의 복지증진 및 삶의 질 향상을 위해 사회적으로 제공되는 서비스 전반, 공공행정, 사회복지, 보건의료, 교육 문화 등
- 홈페이지: www.socialservice.or.kr
 - 심리상담: [서비스기관 검색] 메뉴에서 '지역'과 '정신건강 심리상담 바우처'를 선택

3.2. 전문 기관

○ 자살예방: 광주광역시정신건강복지센터 부설 광주자살예방센터

- 홈페이지: www.gmhk.kr
- 연락처: 062-2600-1930
- 주소: 광주광역시 광산구 무진대로 246, KT우산빌딩 7층

○ 성: 광주해바라기센터(광주원스톱지원센터)

- 홈페이지: www.gjonestop.or.kr
- 연락처: 062-225-3117
- 주소: 광주광역시 동구 필문대로 365 조선대학교병원 2층

○ 중독

[광주동구중독관리통합지원센터]

- 홈페이지: www.dgacc.kr
- 연락처: 062-222-5666
- 주소: 광주광역시 동구 구성로 190, 2층

[광주서구중독관리통합지원센터]

- 홈페이지: www.dsracc.or.kr
- 연락처: 062-654-3802
- 주소: 광주광역시 서구 풍금로 151번길 6-2, 연수빌딩 2층

[광주남구중독관리통합지원센터]

- 홈페이지: www.namguacc.or.kr
- 연락처: 062-413-1195
- 주소: 광주광역시 남구 독립로 25-1

[광주북구중독관리통합지원센터]

- 홈페이지: www.yohanacc.or.kr
- 연락처: 062-526-3370
- 주소: 광주광역시 북구 중가로 26, 4층

[광주광산구중독관리센터]

- 홈페이지: www.gsgacc.or.kr
- 연락처: 062-714-1233
- 주소: 광주광역시 광산구 상무대로 287, 3층

○ 도박: 한국도박문제예방치유원 광주전남도박문제예방치유센터

- 홈페이지: www.kcgp.or.kr
- 연락처: 062-369-1368
- 주소: 광주광역시 북구 운용로 79 광주개인택시신흥 3층)

[2025 지역혁신중심 대학지원체계(RISE)]

DX기반 성인학습자 역량진단도구(ACE) 해석 및 상담가이드

발행일 2025년 12월

발행처 (재)광주인재평생교육진흥원

발행일 송형길

주 소 광주광역시 광산구 소촌로 152번길 53-27(소촌동), 4층

연락처 T. 062-600-5223, F. 062-941-5220

연구자 문은미 | (주)커리어아카데미 소장

담 당 곽유미 | (재)광주인재평생교육진흥원 인재개발실 실장

최윤영 | (재)광주인재평생교육진흥원 인재개발실 책임
