

2014. 중독정신간호사 슈퍼바이저 교육

중독 영역에서의 슈퍼비전 실제

일시 : 2014년 11월 15일(토)

장소: 서울여자 간호대학

강사 : 김연화(광주 북구 중독통합관리센터)

목차

1

행동변화를
일으키는 요인

2

슈퍼비전 모델

- 철학
- 정신역동모델
- 기술모델(임상적 기술)

3

슈퍼비전 절차

4

슈퍼비전
기본기법

5

슈퍼비전평가

6

슈퍼바이저, 되어감

- 내적준비
- 외적준비
- 필수적인 자질
- 성장목록
- 소진과 스트레스관리
- 사례

Assertive Community Treatment of persons with severe Mental Illness

적극적 지원은 환자들의 치료에 절대적으로 필요하다.

체계적인 관습, 규범에 대처할 수 있는 능력이 환자들에게겐 부족하기 때문이다.
반면에 그런 관계들은 스텝들에게 친화력과 전문적인 영역을 명확히 유지하는
능력 모두를 갖추도록 요구한다.

그러므로 모든 스텝들은

중요한 **대인관계적 이슈들을** 고려해서 **조심스럽게 선발하고, 모니터하고, 감독**
해야 한다.

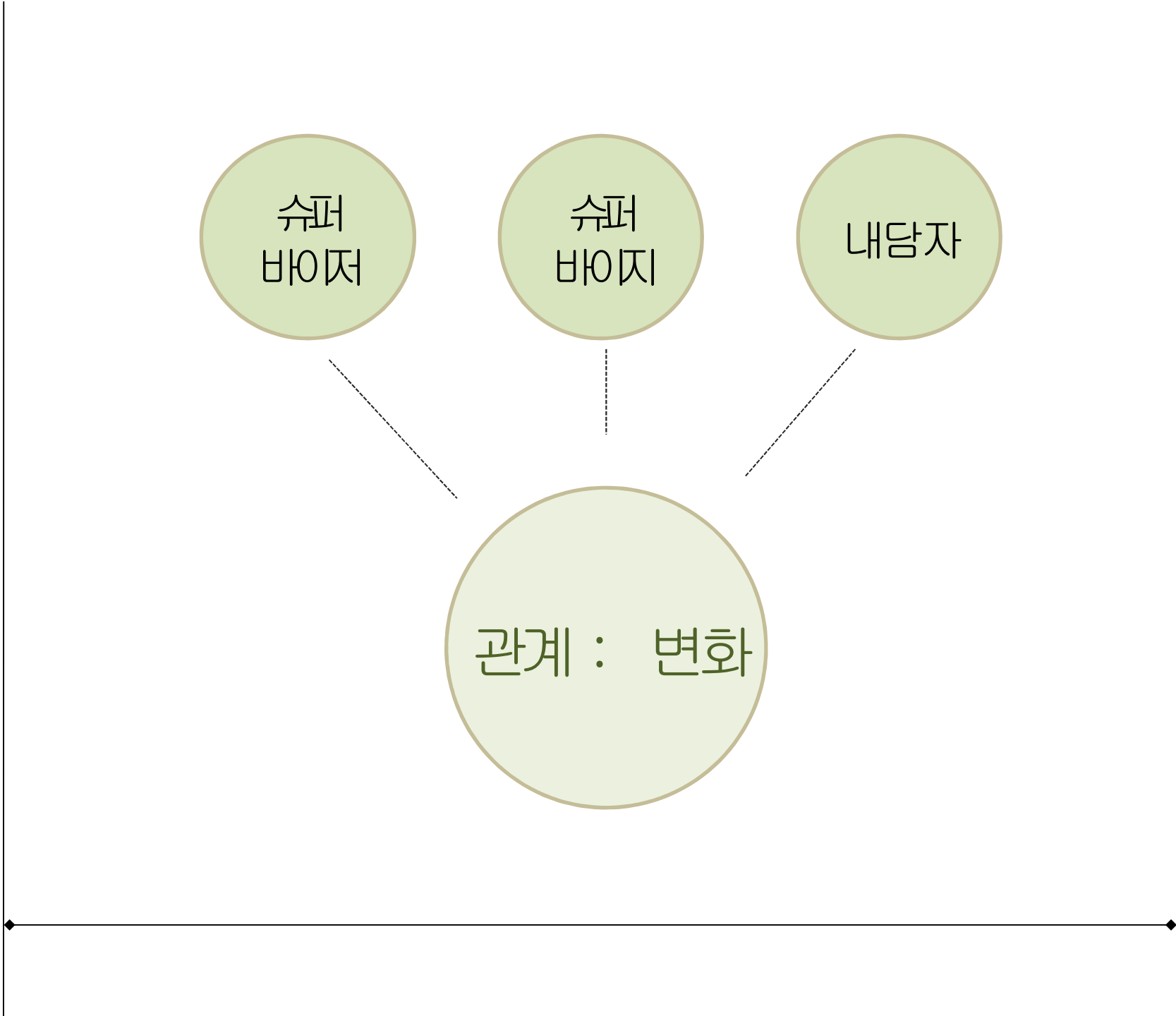
Leonard I, Stein, M.D, 1998

슈퍼
바이저

슈퍼
바이저

내담자

관계 : 변화



행동변화를 일으키는 요인

(Hubble, Duncan, Miller, 1999)

행동변화를 일으키는 요인

1) 치료 외적 요인 (내담자의 영향력) : 40%

- ① 개인의 능력과 환경 내 지지요소들
- ② 변화에 대한 준비 정도
- ③ 신앙과 인내심
- ④ 직업 변경 등

2) 관계 요인 : 30%

- ① 치료자의 정서적 자질 - 보살핌, 온정, 위험감수에 대한 격려 등.
- ② 내담자가 느끼는 치료적 관계의 질
 - * 비판적, 직면, 기계적, 공격적인 상담자
- ③ 치료효과는 치료기간에 비례

행동변화를 일으키는 요인

3) 위약효과 : 15% Placebo : '나는 반드시 기쁘게 할 것이다.'

- ① 희망 : 자신들의 꿈을 성취할 수 있다고 생각하는 방식
 - ② 기대감 : 긍정적이고 자기치유,
자기 효능감을 가지고 성공적으로 수행 할 수 있음을 믿는 것
- * 내담자는 치료자의 사고방식을 모델로 삼는다.
치료자는 지지, 동반자 의식, 유대감 등을 통해 위약효과에 기여 할 수 있다.

4) 기술적 요인 : 15%

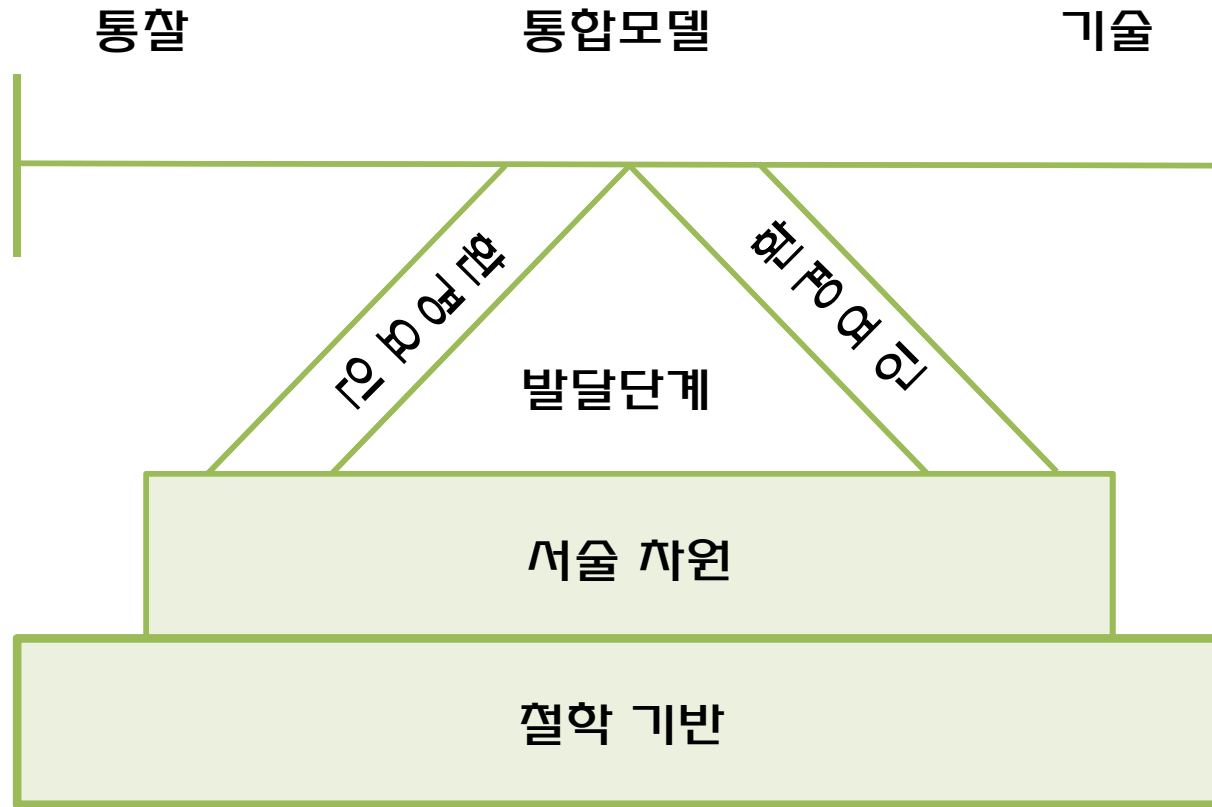
- ① 치료적 기법들은 유사한 결과를 보인다.
- ② 내담자의 변화단계에 치료적 배치, 개입을 맞추어야 한다.

슈퍼비전 모델



- 철학
- 정신역동모델
- 기술모델(임상적 기술)

슈퍼비전 모델,



철학

: 갈등의 요인이 될 수 있음

자기 자신의 경험 등에서 얻어진 중요한 인생관이나 세계관

“


중독자와 일을 해보니 중독은 _____이다.

”

치료 공동체의 철학 기반


알코올, 약물중독은 대처해야 하는 내재된
문제들이 **증상**으로 나타난 것이다.
중독자 자신의 상황에 대처하기 위해 의지했
던 **과잉-학습행동**이다.

이미형 외, 2005
중독자 재활을 위한 치료공동체 적용



통합모델에서의 철학기반

- 성장에 대한 개방성과 변화에 대한 저항을 가지고 있다.
- 개인이 자신의 문제점에 대한 해결책을 찾는데 도움을 주기 위하여 변화과정을 증폭하는 일이다.
- **적당한 시기에 적절한 양으로 통찰력과 행동변화를 통합하는 것이 성장의 열쇠다.**
- 변화는 지속적인 것이며 필연적인 것이다.
- 변화가능한 것에 초점을 맞추어야 한다.



통합모델에서의
철학기반

- ‘단순하게 하라’

- 안내자가 변화로 가는 모든 길을 알고 있지는 않다.

*지식의 축적 그 자체로는 변화를 가져오지 못하며 통찰력, 인내, 항구적인 변화를 가져오는 기술의 적절한 통합이다.

정신 역동 모델

슈퍼비전의 목표

슈퍼바이저의 경청능력을 다듬는다.
치료에 대한 특정한 태도를 내면화할 수 있도록 한다.
즉 전이, 역전이, 욕구, 방어기제에 대한 민감성을 필요로 한다.

가정

치료와 슈퍼비전 사이에는 구조적이고 역동적인 유사성이 있다. 사람들은 어떤 관계에서 경험한 것을 다른 관계에서 똑같이 경험하는 경향이 있다.

핵심

내담자, 카운슬러, 슈퍼바이저 사이에서 발생하는 평행과정에 대한 해석

정신 역동 모델



- 자유롭고 개방된 분위기
- 치료적 과정에 대한 이해증진, 공감촉진(Schwartz, 1990)
- 기대, 희망, 두려움, 불안을 탐색한다.

‘나는 유능한 치료자인가?’

‘나는 이 사례를 성공시킬 수 있을까?’

‘내 무능함이 내담자에게 손해를 끼치고 있어.’

‘나는 이 내담자가 싫다.’

‘나는 이 내담자와 사랑에 빠질 것 같구나.’

‘이 가족은 나를 꿈쩍 못하게 만든다. 이 내담자는 참아주기 힘들다.’

‘이 내담자가 약속을 취소하고 오지 않았으면 좋겠다.’

“

이러한 감정들도 정상적인 것이며,

”

감정 자체가 상담과정을 손상시키지는 않는다.

기술모델

원리

- 상담자는 임상적으로 적절한 기술을 배워야 하며 부적절한 행위를 지양해야 한다.
- 업무수행, 업무분담

목표

- 카운슬러로서의 역할과 기능을 충분히 수행할 수 있는 기술 수준에 도달하는 것

핵심

- 임상적 능력을 발전시키고 내담자의 개선을 위해 사용되는 기술들을 정련하는 과정

기술모델 (임상적 기술)

중독영역에서의 12 가지 핵심기능 (David J, Powell & Archie Brodsky, 2009)

- 선별 / 평가 / 오리엔테이션
- 초기면접 / 상담 / 치료 계획
- 위기개입 / 내담자 교육 / 의뢰
- 보고서와 기록 / 자문/서비스
- 사례관리

알코올 사용장애 치료 지침서 (한국중독정신의학회, 2011)

- 선별 및 평가 / 단기개입 / 금단치료 / 약물치료
- 정신사회개입 및 치료
 - 집단치료 / 동기강화치료 / 인지행동치료
 - 조절음주프로그램
 - A.A.와 12단계 촉진치료
 - 정신역동정신치료 / 심리교육적 개입
 - 사례관리 / 거주시설재활프로그램 / 마음 행김 명상
- 공존질환의 치료

기술모델 (임상적 기술)

사정, 개입의 이론적 틀

- 정신분석이론
- 심리사회적 발달이론
- 대상관계이론
- 애착이론
- 심리사회이론
- 문제 해결모델
- 과업중심모델
- 생태체계모델
- 위기개입모델
- 가족생활주기
- 행동주의, 학습이론
- 사회학습이론
- 인지,행동이론
- 의사소통, 가족치료
- 행동주의적 가족치료
- 강점 관점 임파워먼트 모델
- 현실치료

슈퍼비전 절차

1. 명확히 진술되고, 성취 가능한
구체적인, 측정 가능한 결과

2. 결과를 이끌어내는
구체적인 행동단계

다음 요소를
합의하여 서면화.

3. 결과를 평가할 구체적 절차

슈퍼비전 기본기법

① 시간

② 비율

③ 관찰방법

④ 동료슈퍼비전

⑤ 집단슈퍼비전

⑥ 역할극, 모델링

⑦ 피드백

⑧ 직접적 개입

⑨ 사례발표

슈퍼비전 평가

- ① 관찰과 피드백을 필요로 하는 지속적 과정
- ② 수량화
- ③ 슈퍼바이저와 슈퍼바이저의 불안
- ④ 슈퍼바이저에 대한 평가

슈퍼비전 평가



Feedback

- ① 우호적 환경을 조성한다.
- ② 적절한 시간
- ③ 구체적인 실행계획과 추후 확인
- ④ 슈퍼바이저의 생각을 경청할 것

슈퍼바이저, 되어감...

- 내적준비
- 외적준비
- 필수적인 자질
- 성장목표
- 소진과 스트레스관리
- 사례

슈퍼바이저, 되어감.

내적 준비

- 새로운 업무와 역할을 정의하고 연결시킬 수 있는가?
- 자신의 의사결정 스타일은?
- 동료간의 갈등해결 능력은?
- 직원들의 스트레스와 소진을 알아차리고 처리하는가?
- 슈퍼 바이저에게 마음을 열고 넘어가는가?
- 동료들과 함께 놀고 일을 즐기는가?

슈퍼바이저, 되어감.

외적 준비

- 조직내의 정책과 절차, 모든 부서의 일과에 대한 이해
- 자신의 멘토 정하기
- 응집력있는 업무팀을 만들기
- 피드백을 요청하고 열린 마음으로 받아들이기

슈퍼바이저, 되어감.

임상적 전문성과 일에 대한 열정 유지하기

- ① 내담자에게 집중한다.
- ② 삶의 균형과 다양성을 찾는다.
- ③ 업무에 다양성과 재미를 곁들인다

- ▷ 슈퍼바이저는 슈퍼바이저에게 타당한 노력을 기울이고 있는가?
- ▷ 슈퍼 바이저로서의 능력(자격증, 훈련, 경험)이 있는가?

슈퍼바이저, 되어감.

성장모듈

- 전문분야, 관련 분야에 대한 전문 지식
- 다양한 치료적 접근에 대한 실무 경험
- 자신의 슈퍼비전 모델을 현장에 접목 시킬 수 있는 능력
- 슈퍼바이저와 관계를 만들 수 있는 정서적 자질
- 슈퍼바이저의 심리적, 정서적 이슈를 개인의 성장으로 이끌 수 있는 능력
- 슈퍼바이저의 기술을 평가하고 의사소통 할 수 있는 기술

슈퍼바이저, 되어감.

소진과 스트레스 관리

소진반복

: 정상적인 삶의 일부라는 사실을 인식, 장기적인 무기력

- 이상과 에너지, 목적의 점진적인 상실 (Edelwich & Brodsky, 1980)
- 사람을 대상으로 일하는 사람들 사이에 생기기 쉬운 감정적 소모와 비인격화, 감소된 개인적 성취감 등의 증상 (Maslach, 1986)
- 성공과 인정, 성취에 대한 비현실적인 기대, 역할갈등 등이 소진 위험성을 높인다.

슈퍼바이저, 되어감.

소진과 스트레스 관리

스트레스와 소진 알아차리기

- 역할갈등 – 하나에 순응하는 것이 다른 것에 순응하는 것을
어렵게 만들듯이 둘 이상의 압력이 동시에 일어나는 사건
(Kahn et alo, 1964:19)
- 역할모호성 – 개인이 쓸 수 있는 정보와 적정한 역할 수행에 필요한
정보 사이의 불일치 (Kahn et alo, 1964:73)

슈퍼바이저, 되어감.

소진과 스트레스 관리

- 1 자신과 타인에 대한 인식을 충분히 유지한다.
- 2 슈퍼비전을 위해 멘토와 슈퍼비전을 갖는다.
동료 슈퍼비전을 정기적으로 갖는다.
- 3 사례를 지속적으로 본다. 초기 목적을 늘 확인한다.
'관리자' 로 남지 않도록 한다.
- 4 개인적인 문제가 생길 때는 외부상담을 받는다.
- 5 개인적, 직업적 성장이 지속되도록 하라.
삶의 균형과 외부와의 유대를 유지하라.

효과적인 질문

‘이 사례를 통해 자신에 대해 무얼 배웠나요?’

‘이 사례를 어떻게 진행하고 싶은가요?’

‘제가 어떤 도움을 드렸으면 좋겠습니까?’

‘전에는 못했는데 이번에 할 수 있었던 것은 무엇인가요?’

‘이번에 그런 식으로 할 수 있었던 것은 무엇 때문인가요?’

‘지금까지 했던 일 중 가장 성공적인 경험은 무엇인가요?’

‘당신이 상담자가 아니라면 그 상황에서 어떻게 하고 싶은가요?’

‘**왜**’ 라는 질문보다는 ‘**무엇을**’, ‘**어떻게**’ 로 묻는다.

“**긍정의 힘**”

사례



“

인간의 무슨 힘이 장미를 키울 수 있나요?

”

“

흙을 준비하십시오. 그러면 장미는 자랄 것 입니다.

”

장미 안에 있는 힘에 의해 장미는 자라나고 **꽃**이 됩니다.

사야도 우 조티카의 '마음의 지도'



Thank you
