

소방공무원 동료심리지원 교육 프로그램 개발 연구

허미라 · 정인철^{*†}

대전대학교 대전한방병원 심신의학센터 연구원, ^{*}대전대학교 한의과대학 한방신경정신과학교실 교수

Development of the Educational Program for Fire Officials' Peer Psychological Support

Mira Hur · In Chul Jung^{*†}

Researcher, Psychosomatic Medicine Center, Daejeon Korean Medicine Hospital, Daejeon Univ.,

^{*}Professor, Dept. of Oriental Neuropsychiatry, College of Korean Medicine, Daejeon Univ.

(Received June 15, 2022; Revised June 20, 2022; Accepted June 21, 2022)

요 약

본 연구는 소방공무원을 위한 동료심리지원 교육프로그램을 개발하고 그 효과성을 검증하고자 하였다. 프로그램은 목표설정, 구성요인 도출, 예비연구, 프로그램 모형 구안, 효과성 검증의 절차를 거쳐 개발되었다. 소방공무원 40명을 대상으로 실험집단 20명, 대조집단 20명으로 나누어 총 12회기로 구성하여 진행하였고, 프로그램 전과 후 참가자의 공감, 자기성찰, 대인관계능력을 분석하였다. 연구결과, 교육 참가자들의 공감과 자기성찰은 대조집단에 비해 의미있게 향상($F = 5.96, 5.45, p < .05$)되었고, 대인관계능력은 프로그램의 효과가 미비한($F = 2.88, p < .05$) 것으로 나타났다. 이는 본 연구의 프로그램 구성 요인들이 동료상담자의 개인 내적 성장에 보다 비중을 두고 있어 타인과의 상호 작용 요소를 포함하는 능력에는 효과가 적었던 것으로 보인다. 본 연구는 동료심리지원을 하는 소방공무원의 상담자 역할에 초점을 두고 심리교육 및 상담의 영역에서 과학적이고 체계적인 개발 절차를 통해 프로그램의 효과를 검증했다는 데 의의가 있다.

ABSTRACT

This study aims to develop an educational program for peer psychological support in the fire officials' organization. The program was developed through goal setting, component derivation, pilot study, model design, and effectiveness verification. Forty fire officials were divided into an experimental group and a control group of twenty people each. The program was conducted with a total of twelve sessions. Empathy, self-reflection, and interpersonal skill levels were examined before and after the program. The results indicated that the levels of empathy and self-reflection of the experimental group were meaningfully improved ($F = 5.96, 5.45, p < .05$) compared to the control group, but interpersonal relationship was not ($F = 2.88, p < .05$). This study makes a meaningful contribution through developing of program using a scientific and systematic method in the field of psychological education and counseling.

Keywords : Peer psychological support, Empathy, Self-reflection, Interpersonal relationship, Fire officials

1. 서 론

소방공무원들의 건강한 삶과 행복한 직장 생활을 위해 소방청에서는 다양한 보건안전복지 정책들을 추진하고 있다. 특히 소방공무원들은 직무환경 특성상 외상 후 스트레스 장애, 우울증, 수면장애 등 정신질환 발생의 위험성이 높기 때문에 소방청에서는 ‘찾아가는 상담실’, ‘스트레스 회복력 강화프로그

램’ 그리고 ‘정신건강 의료비 지원’ 등의 사업을 통해 소방공무원 정신질환의 예방 및 치료를 돕고 있다. 이 중 ‘찾아가는 상담실’은 심리상담사를 포함한 정신건강 전문가가 소방서에 직접 방문하여 정신건강에 대한 교육과 전문상담활동을 하는 것으로, 현재는 외부 전문기관에 위탁하는 운영방식을 따른다. 매년 입찰을 하는 용역사업의 특성상 ‘찾아가는 상담실’ 사업은 운영 업체가 해마다 바뀔 수 있고, 예산에 따른 운영기간이

[†] Corresponding Author, TEL: +82-42-470-9129, FAX: +82-42-470-9005, E-Mail: npjeong@dju.kr

© 2022 Korean Institute of Fire Science & Engineering. All right reserved.

제한되어 있어 수 개월간 상담을 제공받지 못하는 기간이 발생하기도 한다. 게다가 이 사업에 참여하는 전문상담사들이 임시계약직의 형태로 채용되어 있어 고용이 불안정하다는 점은 소방업무 특성을 이해하고 소방공무원들이 경험하는 트라우마에 대해 잘 아는 전문가를 안정적으로 확보하는 것을 어렵게 한다. 또한 소방공무원들은 교대근무의 업무특성을 가지고 있어 야간이나 주말에 긴급심리지원이 필요한 경우가 발생하지만 외부 상담사들이 신속한 대응을 하는 것 또한 쉽지 않다. 소방조직 내에서는 이러한 상담프로그램의 단점들을 보완하고자 몇 년 전부터 동료심리지원에 대한 논의가 활발하게 진행되고 있다. 실제로 경기도북부소방재난본부에서는 2017년부터 심리학, 사회복지학 석사 등의 이력이 있는 소방대원들을 중심으로 동료상담 팀을 만들어 동료 소방공무원들의 심신 건강 상담을 진행하고 있다. 이를 계기로 소방공무원의 직무스트레스 완화를 위한 복지방안으로 동료상담사 제도가 제안되었고⁽¹⁾, 소방공무원으로 이루어진 상담 전담팀의 운영을 전국적으로 확대하는 것에 대한 필요성이 제기되었다⁽²⁾.

동료심리지원은 동료지원(peer support)에서 의미를 찾을 수 있는데, 훈련된 사람들로 구성된 조직이 주도적으로 동료 멘토링, 공감과 경청, 상담과 같은 다양한 활동을 하는 것을 일컫는다. 여기서의 동료는 ‘거기서, 그 일을 경험한’ 사람으로서 지원을 받는 사람과 현재 비슷한 상황에 놓여있거나 같은 경험을 했다는 공통점만으로도 충분한 공감을 줄 수 있는 평등한 관계에 있는 사람을 말한다⁽³⁾. 국제소방대원협회(international association of fire fighters, IAFF)는 소방공무원 동료지원의 정의를 소방서비스의 훈련된 구성원이 외부의 전문서비스와 연결해주는 역할을 하면서 개인적, 정서적 또는 업무 관련 문제를 겪고 있는 다른 구성원에게 비밀스럽게 지원을 제공하는 프로세스라고 정의하고 있다⁽⁴⁾. 이와 같은 맥락에서 본 연구에서는 소방조직 내에서 맺어지는 동료 간 상호작용과 동료로서의 관심과 소통을 통해 동료가 스스로 치료하고자 하는 의지를 발휘 할 수 있도록 촉진하는 동료상담의 역할에 초점을 두고 소방공무원 동료심리지원이라는 용어를 사용하고자 한다.

동료심리지원을 하는 소방공무원은 직장 내에서 개별적인 업무를 하다가 동료상담 요청이 있으면 상담사의 역할을 수행한다. 전문성의 결여와 본인의 업무 외에 부담을 준다는 단점에도 불구하고 동료상담의 필요성이 대두되고 있는 이유는 자신의 직무를 잘 알고 이해하는 동료와의 상담은 공감을 쉽게 이끌어내어 가장 근접에서 신속하게 심리적 안정과 위로를 주기 때문으로 이해된다⁽⁵⁾. Choi 등⁽⁵⁾은 상사의 사회적 지원이 높을수록 소진이 낮아진다고 하였는데, 이것은 동료선배가 풍부한 현장 경험을 바탕으로 한 조언과 노하우를 후배동료들에게 전수함으로써 더 깊은 공감이 작용하기 때문으로 보았다. Ahn 등⁽⁶⁾은 소방공무원의 외상 후 성장에 동료지지가 중요한 요소라고 하였으며, Lee와 Jung⁽⁷⁾은 동료지지가 소방공무원의 직무수행 및 삶의 질과 관련이 있다고 하였다.

이와 같은 동료상담의 장점과 필요성에 의해 일부 지역소방본부에서는 동료상담사 양성 과정을 운영하고 동료상담사를

배출하고 있으며 소방청에서도 전국적인 운영을 계획하고 있다. 그런데 교육내용, 교육과정, 강사, 교육방법, 교육시간과 검증방식 등이 운영여건에 따라 제각각인데다 교육 평가가 참여자 만족도 평가에만 그치고 있어 아직까지 교육과정이나 교육프로그램의 효과를 입증할 수 있는 객관적인 결과물이 없다. 전문적인 동료상담자 교육 시스템의 설계와 구축을 위해서는 그 전에 실시한 교육 프로그램이 유용한 정보를 제공할 수 있어야 한다. 이를 위해서는 프로그램이 구조화된 평가방식과 과정을 통해 교육의 구성요소들 중 교육효과에 영향을 주는 변인들을 찾을 수 있도록 과학적으로 계획될 필요가 있다. 다시 말해, 동료상담자가 일정 수준의 상담을 제공하기 위해서는 체계적인 동료상담사 양성 교육과정이 구축되어야 하고 이를 뒷받침 할 수 있는 동료심리지원 교육프로그램 개발이 있어야 한다. 과학적이고 체계적인 개발 절차를 거친 동료상담자 교육 프로그램이 동료상담사의 상담역량을 보장하고 직원들에게 안정적인 상담을 제공할 수 있게 한다.

동료심리지원은 동료에게 도움을 준다는 의미도 있지만 상담자 자신도 함께 성장하고 발달할 수 있도록 동료의 삶의 영역에서 지원을 제공한다는데 더 큰 의미가 있다. 훈련받은 동료상담자는 상담교육에서 배운 바를 자신의 생활 속에서도 적용하게 됨으로써 내담자가 되는 동료들에게만 영향을 미치는 것이 아니라 동료상담자 자신의 인간관계, 대화패턴, 생활방식 등이 함께 변화된다. 이와 같은 구성원의 변화는 나아가 조직문화를 변화시킨다^(8,9). 따라서 동료심리지원의 역할과 기능에 있어 중요한 요인은 지원을 제공하는 동료상담자 자신의 특성이다.

Rogers⁽¹⁰⁾는 상담자의 인간적 자질 중에서 상담자가 내담자의 욕구나 감정을 함께 느끼고 이해하는 공감적 이해를 강조하였다. 그는 상담자가 내담자에게 공감적 이해를 전달하면 내담자 스스로 자신의 내면을 더 잘 인식하고 통찰할 수 있게 된다고 하였다. 또한 공감이 내담자와의 긍정적인 협력관계와 신뢰를 촉진하며 효과적인 상담 성과에 영향을 미치는 중요한 변인이라는 것은 많은 연구자들에 의해 인식되었다^(11,12). 공감은 상담의 중요한 요소이자 상담자의 기본 자질이라고 할 수 있다.

Collins⁽¹³⁾는 상담자가 갖추어야 할 중요한 인격적인 면으로 자기이해, 자기인식을 강조하였는데, 상담자 발달 과정에서 상담자의 전문성 개발의 핵심기제이자, 상위단계로 성장하는데 중요한 요인 중 하나는 자기성찰이다⁽¹⁴⁾. Hwang⁽¹⁵⁾은 자기성찰을 자신의 불편한 감정에 대해 분석하고 탐색해 보며, 자신의 마음이나 행동, 경험에 대한 이해와 그것들에 대한 새로운 관점을 취하는 것과 같은 자신을 바라보는 관점뿐만 아니라 상대방에게 관심을 가지고 상대방의 생각과 기대 등을 살피며, 서로의 갈등에 대한 이해를 통해 상대에 대한 배려와 적절한 해결방법을 모색해보는 것이라고 설명하면서 타인에 대한 자신의 관점까지 포함하여 정의하였다. 자기성찰처럼 자신의 내면상태나 문제를 생각해 보고 이해해 보는 것은 개인의 성숙과 적응에 매우 유용하고⁽¹⁶⁾, 자기 삶에 있어서의 여러 가지 고민과 문제를 능동적으로 해결해 나갈 수 있도록 돕는다.

또한, 동료상담자는 타인과 친화할 수 있는 대인관계능력을

갖출 필요가 있다. 이는 다른 사람들과 하나가 되어 나아가는 공동체 의식과 연결되기 때문이다. 대인관계란 사회조직 내에서 두 사람 이상이 상호 접촉하는 관계로서 타인에 대해 어떻게 반응하는지에 대한 사람을 대하는 개개인의 보편적인 심리적 지향이며, 개인의 내적성격과 외적행동 간의 관계를 의미한다⁽¹⁷⁾. 대인관계는 두 사람 이상의 사람들 간에 역동적이고 계속적인 상호작용이 이루어짐으로 해서 복합적인 패턴을 가지는데, 구성원들 간의 상호 지배적이거나 상호의존적 요소를 내포하기 때문에 자기가 소속된 집단에서 사회적 상호작용에 의하여 타인이 자기에게 어떻게 대하느냐에 따라 사람의 행동은 달라진다⁽¹⁸⁾. 따라서 대인관계는 한 개인의 삶의 질을 결정하는 중요한 요소라고 할 수 있다⁽¹⁹⁾.

이러한 이유로 동료심리지원 교육프로그램은 상담자 발달 단계를 토대로 교육을 받는 과정에서 보다 자신의 내면을 성찰하고 문제의 핵심을 발견하는 계기가 되도록 하는 것이 중요한 목표가 된다. 초심상담자에 해당하는 동료상담자에게 성찰적 인식을 바탕으로 한 교육을 제공하는 것은 동료상담자 자신의 자기인식을 수정하고 나아가 전문성 발달을 도모할 수 있는 필수적 요소라고 할 수 있다. 더불어 동료심리지원 교육 프로그램을 통해 자신의 대인관계양식에 대해 알고 타인과 함께 살아가는 세상에 대한 관점을 보다 넓힘으로써 동료상담자 자신의 삶을 충만하게 만들 필요가 있다. 따라서 동료심리지원을 위한 동료상담자 양성 교육프로그램은 상담의 이론 및 기법을 가르치는 것뿐만 아니라 공감, 자기성찰, 대인관계 능력과 같은 전문적이고 인간적인 자질을 모두 향상 시킬 수 있는 구성요소들이 적절히 배치되어야 한다.

한편, 동료심리지원은 외상 후 스트레스 장애나 우울증, 자살로 가기 전 위기대상자에 가장 근접하여 조기에 문제를 발견하고 개입할 수 있기 때문에 예방적 차원의 게이트키퍼(gatekeeper)로 역할을 하는 것이 매우 중요하다⁽²⁰⁾. 특히, 소방공무원의 경우 참혹한 사고현장 출동 후 조기개입의 방안으로 긴급심리지원의 중요성이 강조되는데, 이때 근접한 동료의 심리적 응급처치는 매우 중요하게 작동 될 수 있다. 따라서 동료상담자에게 위기스트레스 관리 및 이완요법들을 훈련하고 긴급한 상황에서 심리적 응급조치가 필요한 동료에게 적절하게 대응할 수 있는 지식과 기술을 가르치는 것 또한 동료심리지원교육 구성의 필수요소이다.

이에 본 연구는 동료상담의 필요성 제기에 따라 소방조직 내에서 동료상담자 양성 과정을 일부 운영 중이기는 하지만 아직까지 체계적이고 과학적인 개발 절차에 의해 만들어진 프로그램이 없고 교육의 효과가 검증된 바가 없어, 심리상담 및 심리교육의 프로그램 개발 절차에 따라 동료심리지원 교육프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하고자 한다. 본 연구에서 개발한 교육프로그램은 참여자들이 동료심리지원의 의미와 활동에 대해 이해하고, 상담심리학의 주요 이론과 그들의 인간관과 세계관을 배우는 과정에서 동료상담자 자신의 인간적 성장을 하는데 목표를 둔다. 더불어 심리적 응급처치에 사용하는 다양한 근거기반 이완요법들을 훈련해 실제 현장에서 적용

할 수 있도록 한다. 이를 위해 선행연구들을 토대로 예비프로그램을 제작하고 실시하여 최종 프로그램의 구성요소를 도출하였다. 동료심리지원과 상담심리에 관심이 있는 소방공무원을 대상으로 최종프로그램을 실시하였으며, 프로그램이 참여자들의 공감, 자기성찰, 대인관계능력의 향상에 효과가 있는지를 검증하였다.

2. 연구방법

본 연구에서는 우선 국내외 소방조직의 동료심리지원 현황에 대해 알아보고 기존 동료상담사 양성과정의 교육 내용을 살펴 보았다. 이를 참고하여 전문가 4인의 의견을 반영하여 예비프로그램의 구성요소를 도출하였다. 이 후 참여자와 전문가 피드백을 거쳐 최종 프로그램을 개발하고 그 효과성을 검증하였다.

2.1. 국내외 소방동료심리지원 현황

대형 자연재난이 많은 일본은 각 지방자치단체와 기관별로 ‘참사 스트레스 케어 프로그램’을 운영한다. 가장 활발한 활동을 보이는 동경소방청의 경우 소방관 중 지원자를 받아 5일간 교육을 통해 디브리퍼들을 양성하는데, 급격한 사건충격에 노출된 동료들을 대상으로 72 h 이내에 집단상담을 진행할 수 있도록 하고 있다⁽²¹⁾.

미국에서는 2001년 911테러와 2005년 허리케인 카트리나 재난을 겪으면서 소방공무원 동료심리지원의 중요성이 부각되기 시작하였고, 최근 미국소방에서 가장 활발하게 동료심리지원 활동을 하는 단체는 ‘일리노이즈 소방관 동료지원팀’이다. 시카고 소방서는 2013년부터 소방관 동료상담사들로 구성된 ‘게이트키퍼 프로그램’을 운영하고 있으며, 뉴욕소방서는 미국의 동료심리지원 프로그램 ‘friends helping friends’를 통해 100명이 넘는 직원과 동료상담사들을 활용하고 있다⁽²²⁾. 미국 플로리다 주의 소방관 개입 및 대응지원팀인 firefighter intervention and response support team (FIRST)는 대학 및 전문기관이 협력하여 개발한 소방관 동료지원 프로그램으로서, 동료상담사들을 교육한 후 직원들에게 정신건강 및 심리적 지원을 제공하도록 하고 있다⁽²³⁾. 참가자들은 16 h의 교육을 모두 받아야하는데, 교육내용은 스트레스, 경청, 물질장애와 중독, 불안과 post traumatic stress disorder (PTSD), 우울, 자살예방 등이다. 미국과 캐나다를 중심으로 한 국제소방대원협회IAFF는 행동의학을 기반으로 한 동료지원 프로그램을 개발하고 소방관들에게 정신건강 관련 도움을 제공하고 있으며 동료지원에 참여하는 사람들을 위한 교육을 정기적으로 진행하고 있다⁽⁴⁾. 3일간 18 h 동안 이루어지는 이 과정은 적극적인 경청, 기밀 유지, 일반 평가 및 자살 평가, 위기 개입, 행동 계획, 봉사 활동, 자기 관리로 이루어지며, 여기서 주목할 점은 다른 지역의 소방학교(fire college)에서도 효과적인 동료지원 프로그램을 만들 수 있도록 지원한다는 것이다.

우리나라 소방조직에서도 동료상담사 양성과정이 꾸준히 이루어지고 있다. 서울소방재난본부는 2015년 4월부터 2016년 4월까지 5단계 동료심리상담 강사과정을 운영하여 동료심

리상담사를 배출하였는데 교육내용은 개인상담과 집단상담 기법, 중양 및 지방자치단체의 전문상담센터를 활용하는 방안, 동료상담사로서의 자질과 트라우마 대상자에 대한 마음열기 상담기법 등이었다. 기간은 단계별로 2일간(총10일) 49명이 참가하여 진행되었다⁽²⁴⁾. 2017년에는 외상 후 스트레스 예방대책의 일환으로 동료상담사 양성 과정을 개설하였고, 이 과정을 마친 참여자 중 일부가 정신건강 고위험군을 대상으로 상담을 하거나 전문가를 연결하는 활동을 하였다⁽¹⁾. 최근에는 광주소방학교에서 PTSD 상담관리 과정을 사이버 강의와 집합교육 형태로 총 23 h 동안 진행하였고⁽²⁵⁾, 강원도소방학교는 동료상담사 과정을 3일간 합숙으로 진행하여 80명을 배출하였다⁽²⁶⁾. 제주소방안전본부는 동료심리상담사 과정을 1일간 진행하였고⁽²⁷⁾, 인천소방학교에서도 동료상담사 교육과정을 온라인 강의로 진행하였다.

2.2. 프로그램 개발

2.2.1. 프로그램 개발 절차

본 연구에서는 소방공무원 동료심리지원 교육프로그램 개발을 위하여 Kim 등⁽²⁸⁾이 제안한 상담 및 심리교육 프로그램 개발 모형을 참고하여 Figure 1과 같이 프로그램 개발 절차를 수립하였다.

2.2.2. 예비연구

본 연구에서는 소방공무원 동료심리지원 교육 프로그램을 개발하기 위하여 예비프로그램을 실시한 후 참여자들의 피드백을 받아 프로그램 구성에 반영하는 피드백 환류 과정을 거쳤다. 예비프로그램은 상담심리에 관심이 있는 소방공무원들의 신청을 받아 16명이 참여하였으며, 참여자 구성은 Table 1과 같다.

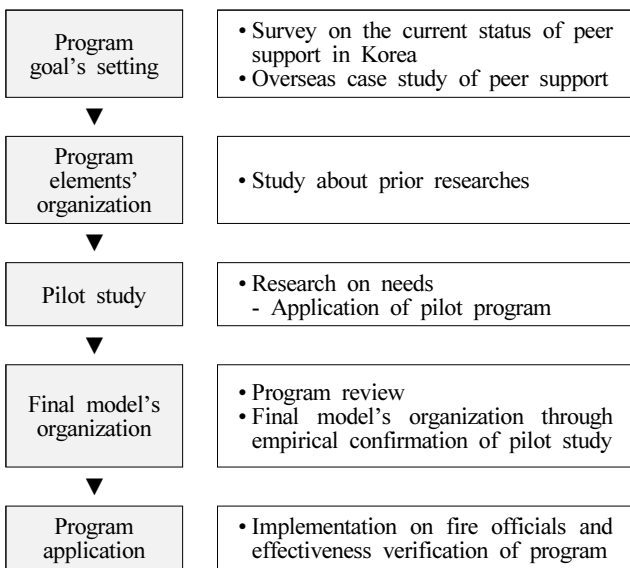


Figure 1. Program development's procedure.

예비프로그램은 선행연구를 바탕으로 내용을 구성한 후 전문가 4인의 검토를 거쳐 Table 2로 구조화되었다. 격주로 총 8회기, 회기별 120 min을 실시하였으며, 각 주제별로 대학 전임 교원인 상담심리전공 교수 3인과 한방신경정신과 전문의 1인, 그리고 본 연구자가 직접 강의하였다. 교육 마지막 회기에 소감 마무리 피드백을 통해 최종 프로그램의 구성요소와 세부프로그램 및 개입방법을 탐색하였다.

예비프로그램 참여자 피드백의 내용은 다음과 같다.

첫째, 상담이론 강의는 심리학에 대한 전문용어나 개념이 어렵게 느껴졌지만 제대로 배운다는 생각에 열심히 들으려고 노력하였다. 둘째, 지금까지는 상담이 단순히 잘 들어주는 것이라고만 생각했는데 사례개념화 강의를 통해 호소 문제와 상담내용을 분석하고 목표와 전략을 세운다는 것이 매우 전문적이라는 생각이 들었다. 셋째, 상대방의 이야기를 들을 때 비언어적 표현이나 내면의 더 깊은 곳을 보려고 노력해야한다는 것을 알게 되었다. 넷째, 교육을 통해 자신에 대해 더 많이 생각하게 되었고, 과거의 나와 했던 행동에 대해 이해가 되는 부분이 있었다. 다섯째, 주변 사람들에 대해서 더 주의 깊게 보게 되고 관심을 가지게 되었다. 여섯째, 사례별로 대화하는 방법을 연습한 것이 실생활에 활용할 수 있어서 좋았다. 일곱째, 비전공자인 소방공무원들의 눈높이에 맞게 자신들의 이야기로 예시를 들어주는 것이 이해가 더 잘 되는 것 같다.

2.3. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 실험집단과 통제집단을 선정하여 사전-사후검사 통제집단설계(pretest-posttest control group design) 방법을 채택하고, 실험집단에만 프로그램을 실시하였다. 실험집단은 동료심리지원 교육에 신청한 소방공무원 20명을 대상으로 이루어졌으며, 전원 교육완료하였다. 통제집단은 자발적 신청을 받아 소방공무원 20명을 선정하였다. 참여자의 인구사회학적 특성은 Table 3과 같다.

Table 1. Sociodemographic Characteristics of Subjects of Pilot (N = 16)

		N = 16	%
Sex	Male	7	43.8
	Female	9	56.3
Age	Twenties	4	25.0
	Thirties	3	18.8
	Forties	5	31.3
	Fifties	4	25.0
Duty	First Aid	7	43.8
	Rescue	2	12.5
	Fire Administration	3	18.8
	Fire Suppression	3	18.8
	Fire Investigation	1	6.3

Table 2. Education Program of Peer Psychological Support for Fire Officials (Pilot)

Focus	Session	Title	Topic	Goal	Content
Introduction	1	Orientation	Peer Psychological Support	1. Understanding Peer Psychological Support 2. Setting Goals for Education	<ul style="list-style-type: none"> • Introduction to the Entire Curriculum • Understanding Peer Psychological Support • Agree on Educational Goals and Objectives
	2	Psychology & Counseling	Psychological Counseling Overview	1. Learn Psychology History 2. Getting to Know the Main Theories and Representative Scholars of Psychology 3. Understanding Psychological Terms and Concepts	<ul style="list-style-type: none"> • Overview of the history of Psychology • Major Theories and Representative Scholars • A Summary of Psychological Terms and Concepts
	3	Psychoanalysis & Object Relations	Attachment Theory & Developmental Psychology	1. Understanding Attachment Theory 2. Understanding Psychology according to Developmental Stages	<ul style="list-style-type: none"> • Attachment Theory and Counseling • Child and Adolescent Development and Psychology • Counseling Process and Techniques
Counseling Psychology Theory	4	Mental Health	Psychopathology & Treatment	1. Understanding Psychiatric Diagnosis and Disorders 2. Knowing Treatment Methods and Coping Methods for Each Type	<ul style="list-style-type: none"> • Psychiatric Emergency • Psychiatric Diagnosis • Types of Psychiatric Disorders and Treatment
	5	Trauma	Suicide Prevention & PTSD	1. Understanding and Recognizing Suicide 2. Learn How to Respond to a Suicide Crisis 3. Understanding Stress and Trauma 4. Learn Various Relaxation Methods	<ul style="list-style-type: none"> • Suicide Prevention • Suicide Crisis Response • Stress and Neuroscience • Trauma and PTSD • Relaxation Training
	6	Counseling Practice	Basics of Counseling Interview	1. Learn about the Counseling Interview Method 2. Learning Psychological Tests and Methods 3. Identifying Personality Types	<ul style="list-style-type: none"> • Active Listening and Communication Skills • Psychological Test and Personality type • MBTI (Myers-Briggs Type Indicator) and Interpretation
	7	Counseling Practice	Case Conceptualization	1. Structuring Case 2. Conceptualizing the Case 3. Conceptualizing the Case by PBIM (Process Based Intervention Model)	<ul style="list-style-type: none"> • Structuring of Counseling • PBIM Practice • Identification of Complaints
Counseling Psychology Practice	8	Counseling Practice	Supervision Practice	1. 1:1 Practice & Role Play 2. Share Closing Impressions	<ul style="list-style-type: none"> • Practice for Each level for Each Case • Sharing Impressions and Feedback for Program

2.4. 최종프로그램 구성

예비연구의 결과를 토대로 본 연구는 상담심리학을 처음 접하는 소방공무원 동료상담자의 수준에 맞추어 상담이론을 가르치되 사례를 통해 실제 이론들이 상담에 어떻게 적용될 수 있는지 실습해보는 체험형 방식의 구성요소들을 도출하였다. 지금까지 국내 소방조직에서 이루어진 동료상담자 교육과정의 내용들이 스트레스 관리와 PTSD 예방에 집중되어 있던 점을 탈피하여 본 연구에서는 상담심리학의 관점에서 동료상담자의 인간적 성장과 발달, 전문적 자질 향상에 목표를 두고 최종 프로그램 모형을 개발하였다.

이를 위해 프로그램은 크게 상담심리이론 및 실습과 위기상담으로 나누어 회기별 목표를 세우고 총 12 회기, 회기별 120 min, 온라인 화상강의 방식으로 구성하였다. 개발된 최종 프로그램의 회기 별 목표와 활동들은 Table 4와 같다.

2.5. 측정도구

2.5.1. 공감

공감척도는 Davis⁽²⁹⁾의 대인관계반응지수(interpersonal reaction index)를 Park⁽³⁰⁾가 번안한 것을 사용하였다. Davis의 척도는 네

Table 3. Sociodemographic Characteristics of Subjects of Final ($N = 20$)

Classification		Experiment Group ($N_t = 20$)	Control Group ($N_c = 20$)
Sex	Male	11	16
	Female	9	4
Age	Twenties	4	4
	Thirties	2	2
	Forties	7	7
	Fifties	7	7
Duty	First Aid	11	6
	Rescue	3	2
	Fire Administration	3	2
	Fire Suppression	3	6
	Fire Investigation	0	4
Psychology Study Experience	Experience	9	5
	No Experience	11	15

가지 차원으로 이루어졌는데, 각 차원별 하위척도를 포함하여 모두 28문항이었으나, Yang⁽³¹⁾과 Hwangbo⁽³²⁾이 인지적 공감과 정서적 공감의 두 영역으로 구성한 것을 참고하여 총 11문항으로 구성하여 사용하였다. 척도들은 전혀 아니다(0점)에서 ~ 매우 그렇다(4점)의 5점 Likert이다. Ahn⁽³³⁾의 연구에서는 Cronbach's α 는 .67로 나타났으며, 본 연구에서는 .62이다.

2.5.2. 자기성찰

자기성찰은 교육 참여자의 자기탐색, 자기이해, 타인탐색, 타인이해를 포괄적으로 측정하기 위해 Hwang⁽¹⁵⁾이 개발한 '자기성찰' 척도를 사용하였다. 자기성찰척도는 크게 자기 영역과 타인 영역으로 구분되어 있으며, 자기탐색(5문항), 자기이해(5문항), 타인탐색(5문항), 타인이해(5문항) 4개의 하위요인으로 총 20문항으로 구성되어 있다. '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)' 중 하나를 선택하는 5점 Likert식 척도이며, 점수가 높을수록 자기 성찰 수준이 높음을 의미한다. Hwang의 연구에서는 전체 자기성찰 척도의 Cronbach's α 계수는 .907이었으며, Kim⁽³⁴⁾의 연구에서 전체 자기성찰 척도의 Cronbach's α 는 .913이었다. 본 연구에서는 .888이다.

2.5.3. 대인관계

Schlein과 Guerney⁽³⁵⁾의 대인관계변화척도를 Moon⁽³⁶⁾이 변안하고 Jeon⁽³⁷⁾이 수정한 것을 사용하였다. 총 25문항으로 그 하위영역은 만족감(4문항), 민감성(2문항), 의사소통(4문항), 개방성(5문항), 신뢰감(3문항), 이해성(4문항), 친근감(3문항) 총 7개 영역으로 구성되어 있으며 5점 Likert척도로 점수가 높을수록 대인관계가 좋은 것을 의미한다. Moon⁽³⁶⁾의 연구에서

는 Cronbach's α 는 .76, Jeon⁽³⁷⁾의 연구에서 .88이었고 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .94이다.

2.6. 자료처리 방법

본 연구에서는 프로그램의 사전, 사후에 측정된 데이터들을 수집한 후 SPSS 26 프로그램을 이용하여 분석하였다. 먼저, 각 척도들의 신뢰도 분석과 종속변인에 대한 실험-통제집단 간의 사전 동질성 검사를 위해서 독립표본 t 검정을 실시하였다. 다음으로 변인별 프로그램 효과성 검증을 위해 사전점수들을 공변인으로 한 후 사후점수들의 대해 공분산분석(ANCOVA)을 실시하였다.

3. 연구결과

3.1. 사전 동질성 검증

실험집단과 통제집단에 참여한 소방공무원의 공감, 자기성찰, 대인관계 능력이 교육에 참여하기 이전에 동질한 집단인지를 검증하기 위하여 실험-통제 집단의 각 종속변인의 사전 점수를 독립표본 t 검정을 통하여 검증하였으며 그 결과는 Table 5에 제시하였다. 검증결과에 의하면 공감(Levene's $F = .01, p > .05$), 자기성찰(Levene's $F = 1.05, p > .05$), 그리고 대인관계능력(Levene's $F = .26, p > .05$)이 두 집단 간 유의한 차이가 나타나지 않아 두 집단이 등분산을 이루는 것으로 나타났다. 공감, 자기성찰, 대인관계가 .05 수준에서 통계적으로 유의한 차이가 없으므로 두 집단은 서로 동질한 것으로 나타났다.

3.2. 프로그램의 효과

3.2.1. 각 변인별 집단간 차이

동료심리지원 교육프로그램이 교육 참가자의 공감·자기성찰·대인관계능력을 향상시켰는지 알아보기 위해 먼저 교육에 참여했던 실험집단과 교육에 참여하지 않았던 통제집단의 교육 전과 교육 후 각 변인별 평균과 표준편차, 그리고 사전능력을 통제한 교정 점수의 평균과 표준편차에 대해 분석한 결과는 Table 6과 같다.

동료심리지원 교육 프로그램에 참여 했던 소방공무원의 공감능력 교정평균은 40.93, 교육에 참여하지 않은 소방공무원의 공감능력 교정평균은 36.92이었다. 참여 집단과 비참여 집단의 자기성찰 교정평균은 각각, 77.44, 70.91이었고, 대인관계 능력은 교육 참여 집단과 비참여 집단의 교정평균이 각각 91.63, 85.77이었다. 결과적으로 공감, 자기성찰, 대인관계 능력 모두 교육 참여자들의 사후교정평균이 참여하지 않은 소방공무원들의 평균보다 높은 것으로 나타났다.

3.2.2. 동료심리지원 교육 프로그램이 공감·자기성찰·대인관계 능력에 미치는 효과

소방공무원의 공감, 자기성찰, 대인관계능력에 대한 직장동

Table 4. Education Program of Peer Psychological Support for Fire Officials (Final)

Focus	Session	Title	Topic	Goal	Content
Introduction	1	Orientation	Peer Psychological Support	Set Goals and Motivate to Learn Counseling Psychology through Understanding Peer Psychological Support.	<ul style="list-style-type: none"> • What is Peer Psychological Support? • What is Counseling Psychology? • Guide to Class Goals and Plans
	2	Psychology Story	The Beginning of Psychology	Get to Know the Concept of the Mind	<ul style="list-style-type: none"> • Psychology Overview • The Flow of Psychoanalysis • Counseling Case Assignment Cycle
Counseling Psychology & Counseling Practice	3	Psychoanalysis	Psychoanalytic Counseling	<ol style="list-style-type: none"> 1. Understanding the Human View and Important Concepts of Psychoanalysis 2. Using Psychoanalytic Counseling Skills 	<ul style="list-style-type: none"> • About Freud • Presuppositions of Psychoanalysis • The Core Emotion of Psychoanalysis • Types and Concepts of Defense Mechanisms • Psychoanalytic Case Conceptualization
	4	Behaviorism 1	Behavioral Therapy Overview	<ol style="list-style-type: none"> 1. Understanding the Human View and Important Concepts in Behavioral Psychology 2. Learn about the Various Experiments and Major Scholars of Behaviorism 3. Understanding the Principles of Behavior Therapy 4. Using Behavioral Therapy Skills 	<ul style="list-style-type: none"> • Pavlov's Dog Experiment • Reinforcement Learning Theory • Learned Helplessness • Social Cognitive Theory • Behaviorist Psychology • Behavioral Therapy • Relaxation Training
	5	Behaviorism 2	Behavior Modification	Learn Various Behavior Modification Methods and Apply Them to the Counseling Process	<ul style="list-style-type: none"> • Several Methods of Behavior Modification • Behavioral Therapy Counseling Course
	6	Person-Centered Counselling	Person-Centered Counselling	<ol style="list-style-type: none"> 1. Learn about the Human View and Important Concepts of Person-Centered 2. Learning Skills of Positive Acceptance and Empathic Respect 	<ul style="list-style-type: none"> • Main Concepts of Person-Centered Counseling • Process and Techniques of Person-Centered Counseling • Practice by Level of Positive Acceptance and Empathic Respect
	7	Gestalt Psychology	Gestalt Counselling	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mastering Gestalt Theory and Important Concepts 2. Applying Counseling Techniques to Cases 	<ul style="list-style-type: none"> • Human Visual Perception in Gestalt Theory • Leading Scholar of Gestalt Psychology • Human View and Main Concepts of Gestalt Theory
	8	Cognition & Emotion & Behavior	Rational Emotive Behavior Therapy	<ol style="list-style-type: none"> 1. Understanding the Background of Cognitive Science 2. Understanding the Human View of Cognitive Therapy 3. Learn the Flow of Cognitive Therapy and the Concepts of Important Scholars 4. Learn Important Concepts of Cognitive-Emotional Behavioral Therapy and Apply Them to the Counseling Process 	<ul style="list-style-type: none"> • The Human View of Cognitive Therapy and Cognitive-Emotional Behavior Therapy • Main concepts and Leading Scholars • Counseling Process and Techniques • Structuring and Practice of Cases
	9	Case Conceptualization	Case Conceptualization & PBIM	<ol style="list-style-type: none"> 1. Know the Case Conceptualization of Counseling 2. Learn and Practice PBIM (Process Based Intervention Model) 	<ul style="list-style-type: none"> • What is Case Conceptualization? • PBIM Overview • Case Conceptualization Exercises
Crisis Counseling	10	Personality Disorders	Personality Disorders & Psychopathology	<ol style="list-style-type: none"> 1. Understanding the Characteristics of Each Type of Personality Disorder on a Case-by-Case Basis 2. Knowing Treatment for Personality Disorders 	<ul style="list-style-type: none"> • Characteristics and Cases of Personality Disorders by Type • Counseling Process by Type of Personality Disorder
	11	Suicide Crisis Response	How to Respond to a Suicide Crisis	<ol style="list-style-type: none"> 1. Understanding Suicide and the Current State of Suicide in Korea 2. Understanding the Psychology of a Suicide Attempter and Learning How to Respond to a Crisis 	<ul style="list-style-type: none"> • Understanding and Prevention of Suicide • Tips for Negotiating a Suicide Situation • Active Listening and Practice • Case Practice
	12	Trauma	Traum & PTSD	<ol style="list-style-type: none"> 3. Understanding Trauma from a Neuroscience Perspective 4. Understanding PTSD and Treatment 5. Practice Relaxation Training 	<ul style="list-style-type: none"> • How to Relieve Stress • Brain Science and Trauma • PTSD • Breathing • Progressive Muscle Relaxation • Autogenes Training

Table 5. Pre-Homogeneity of Variance Test between Experimental Group and Control Group

Variance	Levene's Test		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>F</i>	<i>P</i>		
Sympathy	0.01	0.92	-0.24	0.82
Self Reflection	1.05	0.31	0.85	0.40
Relationship	0.26	0.61	0.78	0.44

Table 6. Means and Standard Deviation of Sympathy, Self Reflection, Interpersonal Relationship

Variance	Group (n = 20,20)	Pre		Post		After Correction	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SE</i>
Sympathy	Experimental	37.65	4.07	40.80	5.07	40.93	1.16
	Control	37.95	3.97	37.05	7.19	36.92	1.16
Self Reflection	Experimental	74.55	6.19	78.30	9.35	77.44	1.97
	Control	72.50	8.83	70.05	11.99	70.91	1.97
Relationship	Experimental	87.60	10.58	92.90	13.77	91.63	2.43
	Control	84.70	12.75	84.50	15.81	85.77	2.43

료심리지원 교육프로그램의 효과를 알아보기 위하여 공감, 자기성찰, 대인관계 사전점수를 공변인으로 하여 두 집단의 사후 점수를 비교하는 공분산분석을 실시한 결과는 Table 7과 같다.

사전공감능력의 영향을 통제한 후 교정된 사후공감능력의 통계적 유의성을 검증한 결과 주 효과는 $F(1, 37) = 5.96$ 로 $p < .05$ 수준에서 교육 참여 여부에 따라 교정된 공감능력에 유의한 차이가 있었다.

소방공무원의 자기성찰에 대한 직장동료심리지원 교육프로그램의 효과를 알아보기 위하여 실험집단과 통제집단의 자기성찰 사전능력의 영향을 통제한 후 교정된 사후자기성찰의 통계적 유의성을 검증한 결과 주 효과는 $F(1, 37) = 5.45$ 로 $p < .05$ 수준에서 교육 참여 여부에 따라 유의한 차이를 보였다.

동료심리지원 교육 프로그램에 참여 했던 소방공무원의 대인관계능력 교정평균(91.63)이 참여하지 않은 소방공무원의 교정평균(85.77)보다 더 높았지만, 사전대인관계능력의 영향을 통제한 후 교정된 사후대인관계능력의 통계적 유의성을 검증한 결과에서 주 효과는 $F(1, 37) = 2.88$ 로 $p < .05$ 수준에서 교육 참여 여부에 따라 교정된 대인관계능력에는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

본 연구는 상담 및 심리교육 프로그램 개발절차에 따라 소방공무원 동료심리지원을 하는 동료상담자를 위한 교육프로그램을 개발하는데 목적이 있다. 이를 위해 상담자 역할에 대한 정의적 측면에 초점을 두고 상담심리의 이론 및 상담기법을 배우는 과정에서 동료상담자 자신의 전문적이고 인간적 자질

Table 7. Analysis of Covariance

	Variate	<i>SS</i>	<i>df</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>P</i> -value
Sympathy	Covariate (pre_Sympathy)	452.72	1	452.72		
	Treatment Status	160.84	1	160.84	5.96	.020
	Error	999.22	37	27.01		
	Total	1612.78	39			
Self Reflection	Covariate (pre_Self Reflection)	1801.75	1	1801.75		
	Treatment Status	419.52	1	419.52	5.45	.025
	Error	2850.50	37	77.04		
	Total	5071.78	39			
Interpersonal Relationship	Covariate (pre_Relationship)	4387.33	1	4387.33		
	Treatment Status	337.22	1	337.22	2.88	.098
	Error	4331.86	37	117.08		
	Total	9056.40	39			

을 향상시킬 수 있는 구성요인들을 도출하여 그 효과를 검증하고자 하였다.

최종프로그램은 사전조사와 전문가 의견을 토대로 상담자들이 기본적으로 배우는 주요 상담이론의 역사적 배경과 대표적인 학자들, 이론별 인간관과 세계관을 들여다봄으로써 자신과 타인, 그리고 세상을 이해하고 바라보는 관점들을 조망하고, 실제사례를 통해 이론별 상담기법을 연습하는 요소들로 구성하였다. 또한 동료심리지원의 의미와 활동에 대해 이해함으로써 동료상담자의 정체성을 확립하고 심리적 응급처치에 주로 사용되는 근거기반 이완요법들을 배우는 과정을 구성에 포함하였다. 프로그램의 구성요소는 소방공무원을 대상으로 한 예비 프로그램 실시 후 참가자 피드백을 통한 요구조사 분석결과를 바탕으로 수정·보완되었으며 최종 모형을 개발하였다.

프로그램 실시 결과 동료심리지원 교육프로그램에 참여한 소방공무원의 공감, 자기성찰은 참여하지 않은 직원들에 비해 의미 있게 향상된 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대학생 또래상담자 교육을 통해 타인에 대한 이해와 자신의 내면에 대한 성찰, 그리고 감정에 대한 다양성을 인식하면서 공감이 증진되었던 Nho⁽³⁸⁾의 연구와 일치한다. 또한 Park⁽³⁹⁾의 연구에서 또래상담자 교육프로그램을 통해 대학생의 자기개념이 향상된 것보다 비슷한 결과라고 할 수 있다.

본 연구에서 개발한 프로그램을 통해 소방공무원의 공감능력이 향상된 것은 고등학생 또는 대학생을 대상으로 한 또래상담자 훈련 프로그램이 참여자의 공감능력을 향상시킨 Lee 등⁽⁴⁰⁾과 Yang 등⁽⁴¹⁾의 연구결과와 같다. 사관생도를 대상으로 한 동료상담자 훈련 프로그램에서도 의사소통 능력의 하위요인 중 공감에 긍정적인 효과가 있는 것으로 나타났는데⁽⁴²⁾, 본 연구의 결과는 이러한 연구 결과들과 맥락을 같이 한다. 상담 초기에 상담자의 공감은 작업동맹을 촉진하여 상담성공률을 높인다⁽¹²⁾. 공감은 상담에서의 중요한 요소이자 동료상담자가 반드시 갖추어야 할 기본 자질이기 때문에 동료심리지원 교육에는 동료상담자의 공감능력을 향상시킬 수 있는 구성요인들이 반드시 포함되어야 한다.

더불어 또래상담자 교육프로그램은 또래상담자의 대인관계 능력 역시 향상시켰는데⁽⁴³⁻⁴⁵⁾, Son⁽⁴⁶⁾은 대학생 또래상담자 훈련 프로그램을 통해 실험집단의 대인관계유능성이 유의하게 향상되었다고 하였으며, Ju와 Jo⁽⁴⁷⁾의 질적연구는 또래상담 교육 이후 실제 상담활동에서 관계능력이 증진되었다고 보고하였다. 그러나 본 연구에서는 동료심리지원 교육 프로그램 실시 전과 후의 참여자 대인관계능력의 차이가 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 이는 아마도 본 연구의 교육과정은 상담심리 이론별로 참여자의 관점과 인식을 높이는 사례별 상담실습에 중점이 있기 때문인 것으로 이해된다. 즉, 공감이나 자기성찰과 같은 개인의 내적요인에 비해 실행능력이자 외적요인에 해당하는 대인관계능력의 향상에 효과가 나타나기엔 구성요소가 충분하지 않았던 것으로 보인다. 따라서 대인관계능력 효과를 높여려면 의사소통기술 훈련과 같은 실행할 대화기법 교육이 더 추가되는 것이 도움이 될 것으로 판단된다.

4. 결론

우리나라에서의 동료심리지원은 한국청소년상담복지개발원에서 개발한 학교 솔리언또래상담과 군 솔리언또래상담이 주를 이루고 있다. 그 밖에 사회복지와 장애인 재활 분야에서 장애인⁽⁴⁸⁻⁵⁰⁾과 그 가족들의 동료상담⁽⁵¹⁻⁵³⁾을 중심으로 연구가 꾸준하다. 그러나 경찰, 소방과 같은 재난대응조직에서의 동료심리지원은 이제 시작단계에 불과하고 이에 대한 연구는 아직 미흡하다. 직장인 또는 성인을 대상으로 하거나, 특히, 소방공무원을 대상으로 한 동료상담자 교육프로그램 연구는 없다. 이런 실정에서 본 연구는 미국의 사례를 참고하여 소방공무원 동료심리지원의 의미와 역할을 정의하고 동료상담자 교육프로그램을 체계적인 절차를 거쳐 효과성을 과학적으로 검증하는 방법으로 개발했다는 점에서 의의가 있다.

또한 본 연구가 동료심리지원 교육프로그램을 통해 참여자 자신의 자기성찰을 촉진하고 인간적 성장을 하게 되는 것을 중요한 목표로 두고 있다는데 큰 의미가 있다. 본 연구의 동료상담자 교육프로그램은 초심상담자에 해당하는 동료상담자에게 상담의 이론과 기술을 가르치는 것뿐만 아니라 상담자 발달 과정을 토대로 교육과정을 통해 보다 자신의 내면을 성찰하고 문제의 핵심을 발견하는 계기가 되도록 한다.

본 연구의 결과가 일부 지역의 소방공무원을 대상으로 도출되었다는 점과 프로그램의 목표설정이 달라지는 것에 영향을 받을 수 있다는 제한점이 있음에도 불구하고 양질의 동료심리지원을 제공하기 위해서는 동료상담자 양성을 위한 교육프로그램 개발 연구가 다양하게 이루어질 필요가 있다는 점에서 의미가 있다. 더욱이 우리나라에서의 동료상담은 학교와 군에서 솔리언 또래상담으로서 상담분야에서 중요한 위치를 차지하고 있기에 이제는 소방동료심리지원도 상담연구의 영역으로 가져와 교육프로그램 개발에 좀 더 많은 관심을 기울여야 한다.

또한 소방공무원 동료심리지원 프로그램이 소방조직에서 원하는 바대로 충분히 효과적이고 활성화되기 위해서는 동료심리지원의 사례관리와 동료상담 지도자의 슈퍼비전 제공, 구체적인 훈련 프로그램과 활동 지침, 지도자의 역할, 지역 소방서에서의 활동 등 구체적인 시스템이 갖추어져야 하겠다. 이에 본 연구의 결과가 소방공무원 동료심리지원을 위한 교육과 운영 매뉴얼을 제작하는데 있어 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

References

1. S. Y. Ji, "A Study on Welfare Measures for Emotional Stress Reduction of Fire Officials: Seoul Fire Department's On-site Activity Crew", Master's Thesis, Kyung Hee University (2018).
2. Y. H. Jin, "Study on the Influence Factors on the Job Performance of Fire Officials -Focusing on Job Autonomy, Peer Support and Reward-", Journal of Policy Development, Vol. 19, No. 2, pp. 203-230 (2019). <https://doi.org/10.35224/kapd.2019.19.2.007>.
3. S. Mead, D. Hilton and L. Curtis, "Peer Support: A Theoretical

- Perspective”, *Psychiatric Rehabilitation Journal*, Vol. 25, No. 2, pp. 134-141 (2001). <https://doi.org/10.1037/h0095032>.
4. IAFF (International Association of Fire Fighters), “Peer Support Training”, Available From: <https://www.iaffrecoverycenter.com/blog/peer-support-combat-addiction-ptsd/> (2018).
 5. M. Choi, T. Moon and H. Lee, “Impact of Social Support on Job Satisfaction and Burnout in Fire Officers”, *Journal of Korea Society of Disaster Information*, Vol. 10, No. 4, pp. 548-558 (2014). <https://doi.org/10.15683/kosdi.2014.10.4.548>.
 6. S. Y. Ahn, B. M. Lee and Y. S. Bak, “According to the Source of Support Effects of Firefighters on Post-Traumatic Growth: Focusing on Self, Family, Colleagues, and Organizational Support”, *Journal of Wellness*, Vol. 16, No. 3, pp. 365-370 (2021). <https://doi.org/10.21097/ksw.2021.08.16.3.365>.
 7. K. J. Lee and M. S. Jung, “The Effects of the Professional Identity and the Peer Support of Firefighters on the Quality of Life: Mediating Active Stress Coping”, *The Journal of Humanities and Social science*, Vol. 9, No. 3, pp. 383-398 (2018). <https://doi.org/10.22143/HSS21.9.3.30>.
 8. M. J. Yang, M. K. Song and H. J. Shin, “The Military Peer Counselling Training Program”, *The Korea Journal of Youth Counseling*, Vol. 17, No. 1, pp. 19-31 (2009). <https://doi.org/10.35151/kyci.2009.17.1.002>.
 9. J. A. Digliani, “Firefighter Support Information. Reference and Resource Handbook”, Available From: <http://www.ilffps.org/wp-content/uploads/2016/01/peer-support-manual-jad.pdf> (2010).
 10. C. R. Rogers, “Empathic: An Unappreciated Way of Being”, *The Counseling Psychologist*, Vol. 5, No. 2, pp. 2-10 (1975). <https://doi.org/10.1177/001100007500500202>.
 11. E. K. Lee and H. S. Lee, “An Analogue Study on Empathy in Relation to Counseling Outcome”, *Korean Journal Of Counseling and Psychotherapy*, Vol. 2, No. 1, pp. 56-68 (1989).
 12. H. M. Na and N. W. Chung, “The Relationship Between Counselor’s Adult Attachment, Counselor’s Development Levels and Empathy, Client’s Working Alliance and Counseling Outcomes in Early Counseling Phase”, *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, Vol. 28, No. 2, pp. 339-369 (2016). <https://doi.org/10.23844/kjcp.2016.05.28.2.339>.
 13. G. R. Collins, “How to be a People Helper”, Tyndale House Publishers, Inc. Wheaton, IL (1995).
 14. T. M. Skovholt and M. H. Rønnestad, “The Evolving Professional Self: Stages and Themes in Therapist and Counselor Development”, *Journal of Career Development*, Vol. 30, No. 1, pp. 5-44 (1995).
 15. J. Y. Hwang, “The Self-Reflection Scale Development and A Path Model of Self-Reflection to Well-Being”, Doctoral’s Thesis, Catholic University (2011).
 16. P. A. R. Csank and M. Conway, “Engaging in Self-Reflection Changes Self-Concept Clarity: On Differences Between Woman and Men, and Low-and High-Clarity Individuals”, *Sex Roles*, Vol. 50, No. 7-8, pp. 469-480 (2004). <https://doi.org/10.1023/b:sers.0000023067.77649.29>.
 17. F. Heider, “The Psychology of Interpersonal Relations”, John Wiley & Sone, Inc., New York (1958).
 18. H. D. Lee, “Human Understanding and Education”, Chungang Jeoksung Published, Seoul (1995).
 19. S. M. Kwon, “Cognitive-Behavioral Explanation Model for Interpersonal Maladaptation of College Students”, *Student Research*, Seoul University, Vol. 30, No. 1, pp. 38-63 (1995).
 20. H. Y. Kang, J. A. Shin and H. S. Kim, “Effects of an Empathy Training Program on Self-Competence of Gatekeepers and Suicidal Ideation of Suicide Attempters”, *Journal of Kyungpook Nursing Science*, Vol. 21, No. 1, pp. 10-18 (2017).
 21. H. M. Rho, “A Review of the Psychological Support System for Domestic and Foreign Firefighters and a Proposal to Introduce a Peer Psychological Counseling System”, *Fire & Safety Research*, Vol. 2, No. 1, pp. 105-120 (2021). <https://doi.org/10.54713/jfri.2021.2.105>.
 22. G. Lee, “About American Fire Emergency Services”, Haedrim Published, Seoul (2014).
 23. S. Henderson, A. Burns, V. B. Van Hasselt and T. J. LeDuc, “FIRST Response: The Firefighter Intervention and Response Support Team”, *Fire Engineering Wellness Supplement*, Available From: [Fire Engineering.com](http://FireEngineering.com) (2018).
 24. Seodaemun Fire Station, “Report on the Results of Training for Fellow Psychological Counselors of Seodaemun Fire Station” (2016).
 25. Gwangju Fire Academy, “Curriculum Guide” (2020).
 26. Gangwon-do Fire Academy, “Curriculum Guide” (2020).
 27. Jeju Fire Protection Safety of Headquarter, “Press Release” (2019).
 28. C. D. Kim, H. S. Kim, E. J. Sin, S. H. Lee and H. N. Choi, “Development and Evaluation of a Counseling and Psychoeducational Program”, Hakjisa, Seoul (2011).
 29. M. H. Davis, “A Multidimensional Approach to Individual Difference in Empathy”, *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, Vol. 10, pp. 85-103 (1980).
 30. S. H. Park, “Empathy”, Innerbooks, Seoul (2009).
 31. Y. S. Yang, “Mediating Effects of Empathy and Forgiveness on the Relationship between Marital Conflicts and Psychological Maladjustment”, Doctoral’s Thesis, Sookmyung Women’s University (2008).
 32. K. O. Hwangbo, “Impact of Relationship with Parents on Narcissism, Empathy and Interpersonal Relation of College Students”, Doctoral’s Thesis, Daegu University (2020).
 33. Y. J. Ahn, “A Study on the Effects of Empathy, Adult Attachment and Self-Differentiation on Marital Conflicts”, Doctoral’s Thesis, Chonnam University (2021).
 34. S. J. Kim, “A Study on the Development and Effectiveness of Group Counseling Program for Strengthening Communication

- Capabilities of Organizational Members in a Company: Applying Gamification”, Doctoral’s Thesis, Korean Counseling Graduate University (2021).
35. S. Schlein and B. G. Guernsey, “Relationship Enhancement”, Josey-Bass, Sanfrancisco, CA (1971).
 36. S. M. Moon, “A Study on the Effects of Group Counseling in Human Relations Training”, Journal of Gyeongsang University, Vol. 19, No. 2, pp. 195-204 (1980).
 37. S. G. Jeon, “A Study on the Effectiveness of Social Skills Training Program for Rehabilitation of the Schizophrenic Patients”, Doctoral’s Thesis, Soongsil University (1995).
 38. S. D. Noh, “A Study on the Change of Self-Cognizance of University Peer Counselors”, Theology and Praxis, Vol. 62, pp. 315-340 (2018). <http://dx.doi.org/10.14387/jkspth.2018.62.315>.
 39. M. S. Park, “A Study on the Development and Effect of Peer Counseling Training Programs”, Educational Theory and Practice, Vol. 4, No. 2, pp. 193-218 (1999).
 40. Y. S. Lee and S. H. Park, “The Impact of Peer Counseling Program on Adolescents’ Development in Empathic Ability, Peer Support, and School Violence Attitude”, Korean Journal of Youth Studies, Vol. 24, No. 9, pp. 1-30 (2017). <http://dx.doi.org/10.21509/KJYS.2017.09.24.9.1>.
 41. M. J. Yang, S. Y. Park, H. Y. Kim and Y. N. Jeon, “The Development of a Peer Counseling Training Program for Post-Adolescents: Focused on the College Students”, The Korea Journal of Youth Counseling, Vol. 28, No. 1, pp. 49-71 (2020). <http://doi.org/10.35151/kyci.2020.28.1.003>.
 42. K. U. Kim, “A Study on Peer Counselor Training - Development and Evaluation of Training Program for Cadets -”, Korean Journal Of Counseling And Psychotherapy, Vol. 5, No. 1, pp. 70-89 (1993).
 43. I. H. Jeong, “The Effects of Peer Counselor Training on Middle School Students’ Social Improvement”, Master’s Thesis, Yosu University (2003).
 44. H. L. Lee and H. J. Choi, “The Effect of Peer-Counseling Program on Middle School Student’s Self-Esteem and Interpersonal Relations”, Korean Journal of Youth Studies, Vol. 10, No. 3, pp. 291-308 (2003).
 45. Korea Youth Counseling and Welfare Institute, “2013 School Violence Prevention Peer Counseling Project Results Report”, Korea Youth Counseling Center, Seminar and Meeting Materials, pp. 1-247 (2014).
 46. H. J. Son, “The Effects of Peer Group Counseling Program for College Students”, The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction, Vol. 16, No. 6, pp. 535-554. (2016).
 47. J. S. Ju and H. I. Jo, “A Study on Peer Counseling Training and Activity Experience of Peer Counselors: With a Focus on the FGI of Peer Counselors”, Korea Journal of Counseling, Vol. 15, No. 6, pp. 2557-2579 (2014). <http://dx.doi.org/10.15703/kjc.15.6.201412.2557>.
 48. S. J. Jo and C. D. Huh, “A Review of Peer Counseling for People Who are Adventitiously Blind or Visually Impaired”, The Korean Journal of Visual Impairment, Vol. 28, No. 1, pp. 149-179 (2012).
 49. C. M. Han and Y. K. Kim, “A Phenomenological Study on the Experiences of Counselors and Clients in Peer Counseling for People with Disabilities”, The Korean Journal of Rehabilitation Psychology, Vol. 25, No. 1, pp. 85-107 (2018).
 50. E. S. Joo and S. M. Lee, “Research on Possible Application of Person-centered Counseling and Handicapped Women Peer Counseling”, The Journal of the Korea Contents Association, Vol. 19, No. 7, pp. 22-35 (2019). <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2019.19.07.022>.
 51. H. N. Woo and J. H. Jeong, “A Comparative Study on Effectiveness of Peer Counseling Training for Disabled Parents”, Korean Journal of Social Welfare Education, Vol. 34, pp. 71-94 (2016).
 52. H. S. Park and S. J. Chung, “The Relationship among Peer Counseling Experience, Family Resilience and Posttraumatic Growth in Mothers with Disabilities”, Journal of Korean Psychological Association, Vol. 2018, No. 8, p. 249 (2018).
 53. H. I. Jeon, “A Study on the Counselling Implementation by Parents Colleagues with Developmental Disabilities”, The Journal of the Korean Association on Developmental Disabilities, Vol. 22, No. 3, pp. 25-45 (2018). <https://doi.org/10.34262/kadd.2018.22.3.25>.