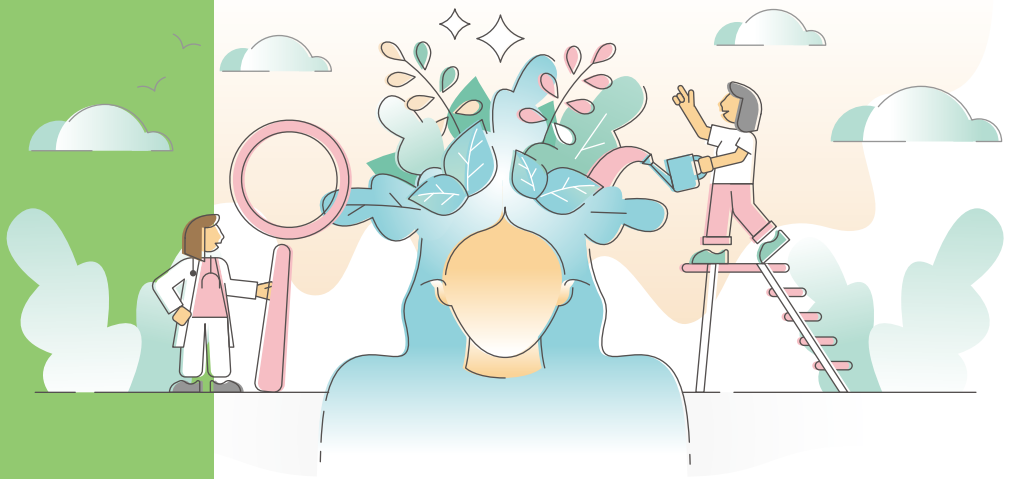


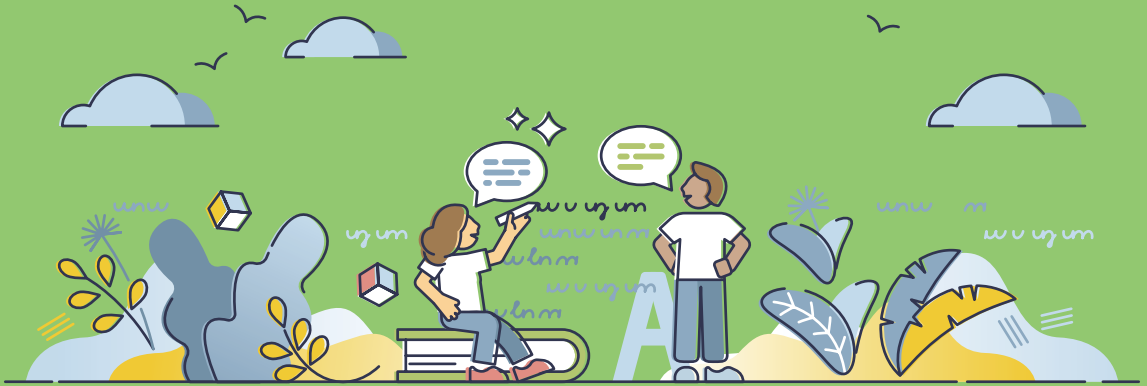
이주민 통·번역사를 위한
한·중 심리상담용어집



이주민 통·번역사를 위한 한·중 심리상담용어집

목차

01 한·중 마음사전	10
02 심리상담 기본용어	22
03 스트레스 검사	28



04 방어기제	34
05 상담사례 보고서	40
06 초기상담 접수면접	44

경기도외국인인권지원센터

경기도외국인인권지원센터는
누구도 차별받지 않는 세상을 만들어 갑니다.

세계인권선언 제1조

모든 사람은 태어날 때부터 자유롭고, 존엄하며, 평등하다.
모든 사람은 이성과 양심을 가지고 있으므로 서로에게 형제애의 정신으로 대해야 한다.

경기도외국인 인권지원센터

경기도외국인인권지원센터는 「경기도외국인인권지원에 관한 조례」의 이념과 목적에 근거해, 국제 인권 규범에 명시된 외국인 주민 및 이주민의 보편적이며 평등한 기본권의 제도화 및 주류화를 목표로 하는 전국 최초의 외국인 인권 정책 전담 개발 기관입니다.



미션과 비전

미션

경기도외국인인권지원센터는 민간협력 거버넌스와 다양한 네트워킹을 바탕으로 외국인 주민의 인권 실태 파악 및 개선안 마련을 위한 '연구-정책개발-실행'을 종합적으로 시행하고, 정책 개발 과정에서 외국인 주민들과 시민들의 적극적인 참여를 모색합니다.



거버넌스 네트워크

연구 정책개발

실행

비전

경기도외국인인권지원센터의 최종적인 지향점은 외국인 인권 정책 개발자와 집행자, 수요자 사이의 정책 환류 체계를 구축하고, 외국인 인권 정책의 지지 기반을 시민사회로 확장하여 인권과 다양성이 삶의 문화로 활성화되는 다문화인권친화적인 지역 사회 형성에 기여할 수 있게 되는 것입니다.

우리는 이런 원칙으로 일합니다



인권 상담, 차별 금지 및 권리 구제 방안을 연구합니다.



인권 침해 예방과 인권 문화 확산을 위한
내·외국인 인권 교육을 실시합니다.



외국인 인권향상을 위한 시책을 발굴합니다.



권익보호 정책개발을 위한 외국인 인권 실태 조사 및
모니터링을 합니다.



관련단체 간 협력 네트워크를 구축합니다.

우리는
이런 원칙으로
일합니다

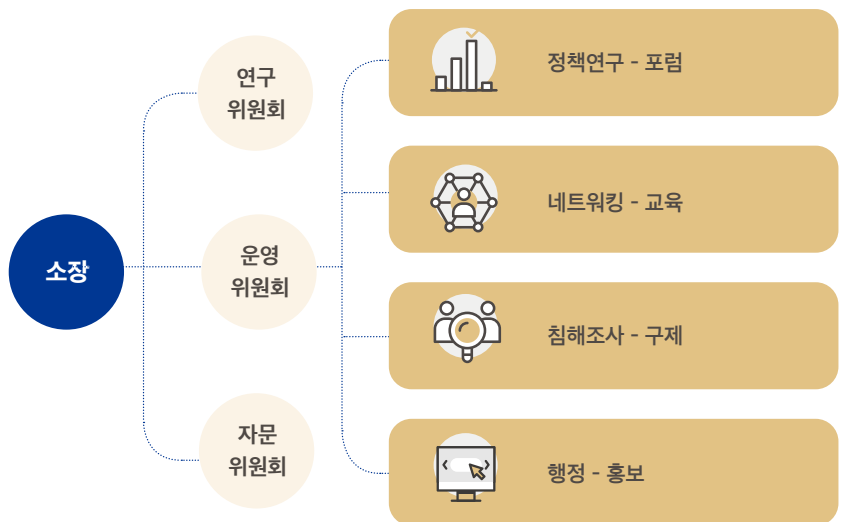


운영주체

경기도외국인인권지원센터는 사회복지법인 안산제일복지재단에서 경기도로부터 위탁받아 운영하고 있습니다.

안산제일복지재단은 1999년 출범 이후, 지역 내에 혁신적인 복지 방향을 제시하는 기관으로서, 소외계층이 주인이 될 수 있는 사회를 만들기 위해 노력하고 있습니다.

함께하는 사람들



우리는 이렇게 성장해가고 있습니다

누구나 차별없이, 차이와 평등을 누릴 수 있는,
이주민 인권친화적인 경기도 지역사회를 만들어가는 일,
우리의 비전이자, 미션입니다.



2013 센터 위상 정립

'외국인근로자가족'
인권상황 실태조사 및
공무원 인권의식 조사



2014 위상 제고

외국인근로자 구직과정 및
'일하는 결혼이주여성'
문제 공론화



2015 이주민권의 지역화

'외국인주민'의 사회통합(주민권)
및 여성이주노동자
'성폭력 실태' 공론화



2016 의제프레이밍과 정책 환류체계 모색

'인종차별' 실태, 지원 인프라의
공백과 중복 문제 및
개선방안 공론화



2017 사각지대에 대한 실증적 문제제기

산재피해 외국인노동자 실태와
이주아동 보육·교육권 등
모니터링



2018 지역기반의 이주민권 거버넌스 구축

이주여성 노동실태 및
이주아동 인권실태 조사



2019 센터 기능 강화

미등록이주아동건강권
지원을 위한 실태조사 및
다양성소통조정위원회 등



2020 이주민과 선주민의 보편적 인권 프로세스 구축

불법파견 실태조사,
지역 기반의
활동가 포럼 강화

발간사

2019년 행정안전부 통계발표 자료에 의하면 국내 거주 외국인이 222만 명을 넘어섰습니다. 수많은 국내 거주 외국인들이 지역사회에서 불편함없이 생활할 수 있도록 그동안 이주여성분들이 보이지 않는 곳에서 통역사로서 애를 쓰고 계십니다.

이주여성들의 역할은 언어의 불편을 해소하는 통역사의 역할에만 국한되어 있지는 않습니다. 때로는 고국을 떠나 안타까운 사고를 당한 동포를 보고 자기 일처럼 물심양면으로 발 벗고 나선 분들도 많이 만나보았습니다.

사각지대에 놓인 외국인들의 인권향상에 항상 발을 벗고 앞장서는 경기도 외국인인권지원센터는 2021년 심리적인 문제로 고통을 받는 이주여성들에게 더 가까이 다가가고자 심리상담통역사 양성 교육을 최초로 시도하게 되었습니다.

총 10주간의 교육 과정 속에서 상담 통역을 함께 공부하고 통·번역을 실습하며 「이주민 통·번역사를 위한 한·중 심리상담용어집」 소책자를 내놓게 되었습니다. 특히 한중 마음 사전 코너는 사전에서도 찾을 수 없는 감정의 미묘함까지 살려 번역하였습니다. 이 모든 것이 연수에 함께 참여하신 교육생분들과 함께 힘을 모았기 때문에 가능한 결과물이라 생각합니다.

인류가 느끼는 감정은 보편적인데 서로 문화와 언어가 달라서 생기는 불필요한 오해와 고통이 이 소책자로 인해 조금이라도 해소가 되기를 바랍니다. 현장에서 심리통역사로서 일하시는 이주여성 통역사분들이 전문적인 심리상담용어로 인해 통역에 어려움이 생기지 않기를 바랍니다. 지역사회의 통역을 넘어 이제 ‘마음까지도 통역’하는 여러분을 진심으로 응원합니다.

중국어 통·번역사
박지영



"本书收录了比较全的心理词汇及心理咨询相关的专业词汇，并且韩汉对照分类整理成册。不仅韩语·汉语语言学习者可以参考，更希望对致力于心理咨询口·笔译的工作人员们有所帮助，从而能帮更多的在韩中国同胞战胜情绪，治愈心灵，美好生活。"

馬敏

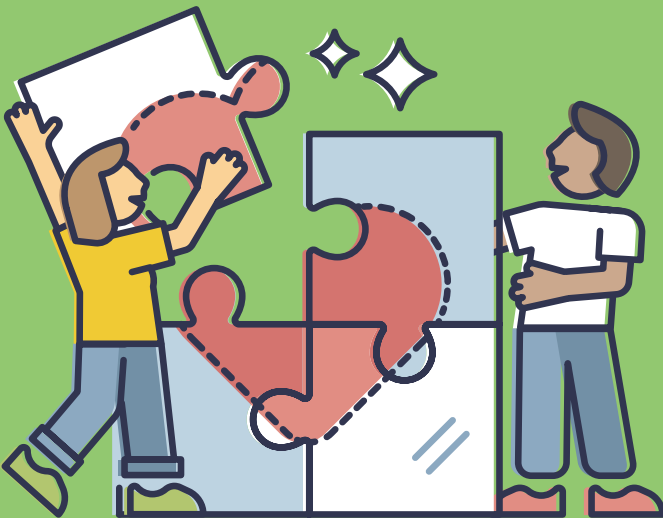
본 책자는 전반적인 심리 어휘 및 심리상담 관련 전문 용어를 수록하고 있으며 한국어와 중국어가 보기 좋게 대조·분류·정리되어 엮인 책입니다. 한국어와 중국어를 배우는 언어학습자가 참고 할 수 있을 뿐 아니라 심리상담 통번역 일선에서 노력하시는 분들께 큰 도움이 되기를 바랍니다.

이로써 한국에 계신 많은 중국 동포 여러분들께서 감정적인 싸움에서 승리하시고 마음이 치유되며 더욱 행복한 생활을 하시는데 도움이 되기를 진심으로 바랍니다.

**경기도 이주민 심리상담통역사 양성교육
교육생 마민**

본 용어집은 <경기도 이주민 심리상담통역사 양성교육> 중국어반 공리연, 김영애, 류정애, 마민, 박현숙, 사윤주, 여홍명, 예쑤잉, 이효정, 장수방, 허팅팅님의 참여로 만들어졌습니다.

이주민 통·번역사를 위한 한·중 심리상담용어집



01

한·중 마음 사전

한·중 마음 사전

심리상담에서 나올 수 있는 희로애락 감정을 가, 나, 다 순으로 정리함

한국어

중국어

보충설명

가

1	감동적인	令人感动; 感人
2	걱정되는	担心; 令人担忧
3	겁나는	害怕; 胆怯
4	고마운	感激; 感谢; 感恩
5	고민되는	苦闷; 苦恼; 发愁
6	고통스러운	痛苦; 难过
7	공포스러운	恐惧; 恐怖; 恐慌
8	괴로운	难过; 难受; 痛苦; 苦恼; 闹心; 受煎熬
9	굳어 버린	硬邦邦; 僵硬
10	귀찮은	麻烦; 厌烦; 不耐烦; 讨厌
11	기대되는	值得期待; 期待; 期望; 拭目以待

한국어

중국어

보충설명

12	기운 없는	无精打采; 没力气; 无力; 萎靡不振
13	긴장된	紧张
나		
14	난감한	尴尬; 难堪
다		
15	다리가 후들거리는	腿直哆嗦; 两腿发抖
16	다행스럽다	万幸; 欣幸; 幸亏; 幸好
17	답답한	堵得慌; 憋屈(憋得慌); 气闷难受; 压抑; 郁闷
18	당혹스러운	感到困惑
19	당황스러운	惊慌; 慌张; 慌乱; 不知所措
20	두려운	害怕; 恐惧; 惊恐; 恐慌
21	따분한	枯燥; 无味; 无聊; 乏味
22	떨리는	心里发颤; 心里发抖; 心里颤抖; 心里战栗

	한국어	중국어	보충설명
마			
23	마음 아픈	心痛; 难过; 伤心	
24	막막한	茫然; 迷茫	
25	만족스러운	满足; 满意	
26	미안한	抱歉; 过意不去; 对不起	
27	미워하는	讨厌; 讨嫌	
28	민망한	难为情; 令人害羞; 令人惭愧	
바			
29	반가운	高兴; 欣喜; 可喜; 开心	
30	발랄한	生气勃勃; 朝气蓬勃; 活泼	
31	밝은	明朗; 开朗	
32	부담되는	感觉有负担; 感到有负担感	감당하기 어렵거나 힘든 것으로 느껴지다
33	분한	气愤; 愤怒; 愤慨; 愤恨; 气冲冲	
34	불쌍한	可怜	

	한국어	중국어	보충설명
35	불안한	不安	
36	뿌듯한	感到充实; 满足; 心满意足	
사			
37	사랑하는	亲爱; 心爱	
38	상처받은	受伤; 受伤害	
39	샘나는	嫉妒; 妒忌; 眼红	
40	생생한	生机勃勃; 生动	1. 시들거나 상하지 않고 생기가 있다 2. 힘이나 기운따위가 왕성하다
41	서러운	委屈	원통하고 슬프다
42	설레는	激动; 心跳; 心潮澎湃; 心动	
43	섭섭한	不满意; 惋惜; 可惜	섭섭하다: 기대에 어그러져 불만스럽거나 못마땅하다 (참조) 서운하다: 마음에 아쉽거 나 섭섭한 느낌이 있다
44	소름 끼치는	毛骨悚然; 令人起鸡皮疙瘩; 惊悚	
45	속상한	伤心; 心痛	

	한국어	중국어	보충설명
46	수줍은	害羞; 腼腆; 不好意思; 害臊; 羞涩	
47	수치스러운	羞耻; 可耻; 丢人	
48	시큰둥한	傲慢无礼; 不情愿; 不冷不热	1. 마음에 차지 않거나 못마땅하여 시들하다 2. 말이나 행동이 주제넘고 건방지다
49	신경질 나는	不耐烦; 神经质; 神经过敏	자신에게 맞지 않은 일이라면 아주 사소한 것에도 못마땅해 하거나 불쾌해하는 성질
50	신나는	开心; 兴致勃勃	
51	실망스러운	(令人感到) 失望; 沮丧	
52	싫은	不喜欢; 讨厌; 厌烦	
53	심통 나는	有坏心眼	심통: 마땅치 않게 여기는 나쁜 마음
54	쓱스러운	抹不开; 抹不开面; 难为情; 脸上挂不住	
아			
55	아쉬운	可惜; 遗憾; 惋惜	

	한국어	중국어	보충설명
56	안타까운	令人惋惜	
57	약 오르는	惹人生气; 惹气; 惹火	비위가 상하여 은근히 화가 나다
58	어려운	困难; 艰苦	
59	어색한	不自然; 尴尬; 别扭	
60	억울한	委屈; 冤枉	
61	열정적인	热情; 热诚	
62	오싹한	脊背发凉; 毛骨悚然	몹시 무섭거나 추워서 갑자기 움츠러들거나 소름이 끼치다
63	외로운	孤独; 孤单; 寂寞	
64	용기 있는	有勇气; 勇气	
65	우울한	忧郁; 郁闷; 忧愁; 抑郁	답답하거나 근심스러워 활기가 없다
66	울적한	闷闷不乐; 忧郁	답답하고 쓸쓸하다
67	위축된	萎缩; 畏缩	
68	의욕 없는	没劲; 没有欲望	

	한국어	중국어	보충설명
자			
69	자신 있는	自信; 有自信; 有把握	
70	자신 없는	没把握; 没有自信; 不自信	
71	재미 없는	没意思; 无聊; 无趣; 乏味	
72	재미 있는	有意思; 有趣	
73	조마조마한	提心吊胆; 忐忑不安; 手里捏把汗	
74	조심스러운	小心谨慎; 小心翼翼地; 谨慎	
75	좌절한	受挫; 受挫折; 挫败	
76	주눅드는	畏缩; 萎缩	무섭거나 부끄러워 기세가 약해지다
77	즐거운	愉快; 快乐; 欢乐	
78	지겨운	腻烦; 厌倦; 令人厌烦	같은 상태가 오래 지속되어 진저리가 날 정도로 지루함과 싫증을 느끼는 상태에 있다
79	지루한	无聊; 厌烦; 没意思	

한국어

중국어

보충설명

80	진땀 나는	满头大汗; 冒虚汗; 冒冷汗	
81	질투 나는	嫉妒; 妒忌; 眼红; 吃醋	
82	짜증 나는	不耐烦; 心烦; 厌烦	
83	짹짹한	不对劲; 心里怪怪的	
차			
84	창피한	丢脸; 没脸	
85	초조한	焦躁; 焦灼; 着急; 心急火燎	
파			
86	편안한	舒服; 舒心; 舒适; 安逸	편안하다: 편하고 좋다 평안하다: 걱정이나 탈이 없다
87	피곤한	疲乏; 疲劳; 疲倦; 劳累	

	한국어	중국어	보충설명
하			
88	행복한	幸福	
89	허전한	空虚; 空落落; 空荡荡; 没着没落	
90	허탈한	虚脱; 垂头丧气	기운이 빠지고 정신이 멍하다
91	혼란스러운	头脑混乱; 昏头昏脑; 混乱	
92	활기찬	充满活力; 充满生机; 充满朝气	
93	후회되는	后悔; 悔恨	
94	흥겨운	兴致勃勃; 兴高采烈; 饶有兴趣; 兴趣盎然	매우 즐겁고 마음이 들뜬 상태에 있다
95	흥미로운	津津有味; 有趣	흥을 느끼는 재미가 있다
96	흥분되는	兴奋	
97	힘찬	充满力量; 朝气蓬勃	

한국어

중국어

보충설명

한국문화특성단어

1	정	情 ; 人情 ; 情谊	1. 느끼어 일어나는 마음 2. 사랑이나 친근감을 느끼는 마음
2	가족주의	家族主义	개인보다는 가족 전체에 가치의 중심을 두는 사고방식
3	체면	体面 ; 脸面 ; 面子	모든 사회 구성원들이 스스로 주장하고, 보호하고 싶어 하는 공개적인 자기 이미지
4	눈치	眼色 ; 察言观色 ; 眼力见	1. 남의 마음을 그때그때 상황으로 미루어 알아내는 것 2. 속으로 생각하는 바가 겉으로 드러나는 어떤 태도
5	동류의식	同类意识 ; 同种意识	타인이나 다른 집단과 같은 부류라고 생각하는 의식
6	연줄	门路 ; 关系 ; 后门	(connections) 서로의 인연이 맺어진 길
7	한	怨恨 ; 恨	몹시 원망스럽고 억울하거나 안타깝고 슬퍼 응어리진 마음

이주민 통·번역사를 위한
한·중 심리상담용어집



02

심리상담 기본용어



심리상담 기본용어

한국어

중국어

1	상담, 카운슬링, 카운셀링 (counseling)	心理咨询
2	상담자, 상담사 (counsellor)	心理咨询师
3	내담자 (client)	来访者 ; 咨客
4	상담자와 내담자의 관계 (상담관계)	咨访关系
5	라포 (rapport: 좋은 상담관계 형성)	归属感 ; 亲和感
6	멘토링, 후원, 상담, 지도 (mentoring)	辅导 ; 指导
7	멘토, 지도자, 담당지도자 (mentor)	导师
8	멘티 (mentee)	学习者 ; 门第 ; 被指导者
9	스트레스 (stress)	压力
10	집단상담 (group counseling)	团体咨询
11	가족상담 (family counseling)	家庭咨询
12	부부상담 (marriage counseling)	婚姻咨询 ; 婚姻心理咨询

한국어

중국어

13	협약, 절충 (compromise, negotiation)	磋商
14	의견을 구하다	征求意见
15	트라우마 (trauma)	心理阴影; 心理创伤
16	후유증	后遗症; 副作用; 不良影响
17	수치감	耻辱; 耻辱感; 羞愧; 羞耻感
18	죄책감	内疚; 罪恶感; 负罪感
19	내면화 (internalization)	内化
20	외재화 (externalization)	外向化
21	합리적 정서행동치료 (REBT: Rational Emotive Behavior)	理性情绪行为疗法
22	인지행동치료 (CBT: Cognitive behavioral therapy)	认知行为疗法
23	변증법적 행동치료 (DBT: Dialectical behavior therapy)	辨证行为疗法
24	축소 (minimization)	缩小

	한국어	중국어
25	확대 (magnification)	扩大
26	이분법적 사고 (all-or-nothing thinking)	二分法思维 ; 非此即彼的思维
27	과잉 일반화 (overgeneralization)	过分概括化
28	추론	推理 ; 推论
29	정서적 추론	情绪性推理
30	여과	过滤
31	당위론적 진술 (must or should statement)	必须或应该陈述
32	진술	陈述
33	합리화 (rationalization)	合理化 ; 正当化
34	비합리적	不合理的
35	간주하다	视为
36	부인 (denial)	否认 ; 否定
37	이상화 (idealization)	理想化

한국어

중국어

38	퇴행 (regression)	退化
39	행동화 (acting out)	外向攻击
40	행동 활성화 체계 (BAS:behavioral activation system)	(心理学) 行为激活系统
41	공황 장애	惊恐障碍简称惊恐症，是以反复出现显著的心悸，出汗、震颤等自主神经症状，伴以强烈的濒死感或失控感，害怕产生不幸后果的惊恐发作为特征的一种急性焦虑障碍。
42	성 역할 갈등	(心理学) 性别角色冲突
43	자기효능감	(心理学) 自我效能
44	원가정	原生家庭
45	이중관계	双重关系
46	무의식 (unconsciousness)	无意识
47	전의식 (preconsciousness)	前意识
48	피드백/반응	反馈/回应

이주민 통·번역사를 위한
한·중 심리상담용어집



03

스트레스 검사



스트레스 검사

한국어

중국어

#신체상의 징조

1	숨이 막힌다	喘不过气; 窒息; 呼吸困难
2	목이나 입이 마른다	口干舌燥
3	불면증이 있다	有失眠症
4	편두통이 있다	有偏头痛
5	눈이 쉽게 피로해 진다	眼睛容易疲劳
6	목이나 어깨가 자주 결린다	脖子、肩膀经常酸痛
7	가슴이 답답해 토할 기분이다	感觉胸闷恶心想吐
8	식욕이 떨어진다	食欲不振, 没有胃口, 没有食欲
9	변비나 설사가 있다	便秘或拉肚子
10	신체가 나른하고 쉽게 피로를 느낀다	身体乏力; 易疲劳

한국어

중국어

#행동상의 징조

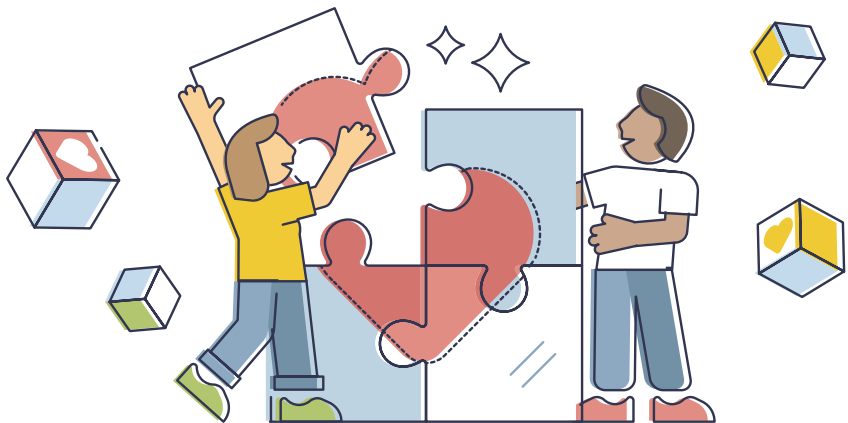
1	반론이나 불평, 말대답이 많아진다	反驳, 抱怨, 回答增多
2	일의 실수가 증가한다	失误增多
3	주량이 증가한다	酒量增加
4	필요 이상으로 일에 몰입한다	工作过度投入
5	말수가 적어지고 생각에 깊이 잠긴다	少言寡语, 深思深想
6	말수가 많고, 말도 되지 않는 주장을 펼칠 때가 있다	话多, 有时会展开不像话的争论
7	사소한 일에도 화를 잘 낸다	对鸡毛蒜皮的小事也发脾气
8	화장이나 복장에 관심이 없어진다	对穿着打扮失去兴趣
9	사무실에서 개인전화를 하거나 화장실 가는 횟수가 증가한다	在办公室因私事通话或者上厕所的次数增加
10	결근, 지각, 조퇴가 증가한다	缺勤、迟到、早退的次数增加

한국어

중국어

#심리, 감정상의 징조

1	언제나 초조해 하는 편이다	总是焦躁不安
2	쉽게 흥분하거나 화를 잘 낸다	易激动或易怒
3	집중력이 저하되고 인내력이 없어진다	集中力下降, 没有耐心
4	건망증이 심하다	健忘严重
5	우울하고 쉽게 침울해진다	郁郁寡欢
6	뭔가를 하는 것이 귀찮다	懒得做任何事情
7	매사에 의심이 많고 망설이는 편이다	凡事疑心重重, 犹豫不决
8	하는 일에 자신이 없고 쉽게 포기하곤 한다	对做的事没有信心, 很轻易就放弃
9	무언가 하지 않으면 진정할 수가 없다	不做点什么, 就无法镇定
10	성급한 판단을 내리는 경우가 많다	经常仓促地做判断



이주민 통·번역사를 위한
한·중 심리상담용어집



04

방어기제



방어기제

한국어

중국어

보충설명

	한국어	중국어	보충설명
1	방어기제 (defense mechanism)	心理防御机制 (psychological defense mechanism) 是指个体面临挫折或 冲突的紧张情境时, 在其内部心理活动中具有的 自觉或不自觉地解脱烦恼, 减轻内心不安, 以恢复心理平衡与稳定的一 种适应性倾向。 [출처: 百度百科]	자아가 위협받는 상황에서, 무의식적으로 자신을 속이거나 상황을 다르게 해석하여, 감정적 상처로부터 자신을 보호하는 심리 의식이나 행위를 가리키는 정신분석 용어
2	억압 (repression)	压抑; 压制	어떤 감정이나 욕망 따위를 의식적, 무의식적으로 억눌러 의식에 떠오르지 않게 하는 일
3	부인 (denial)	否认	외적인 상황이 감당하기 어려울 때 일단 그 상황을 거부하여 심리적인 상처를 줄이고 보다 효율적으로 대처하도록 돕는 방법
4	투사 (projection)	投射	자신의 감정이나 동기를 다른 사람에게 돌려서 어려움에 대처하는 방법
5	이상화 (idealization)	理想化	현실을 있는 그대로 보지 않고 이상적인 상태나 형태로 생각하는 일

한국어

중국어

보충설명

6	동일시 (identification)	认同	개인이 한 가지 또는 몇 가지 측면에서 다른 사람을 닮게 되는 자동적이며 무의식적인 정신과정
7	퇴행 (regression)	退行	과정 가운데 특정 지점으로 돌아가려는 운동성. 정신 분석에서 일반적으로 사용하고 있는 용어이다. 《꿈의 해석》에 대한 후기의 첨언에서 프로이트는 퇴행을 지형적(topographical) 퇴행, 시간적(temporal) 퇴행, 형식적(formal) 퇴행 세 종류로 구별하고 있다. [출처: 우리말샘]
8	합리화 (rationalization)	合理化	상황을 그럴 듯하게 꾸미고 사실과 다르게 인식하여 자아가 상처받지 않도록 정당화시키는 방법
9	행동화 (acting out)	行动化	행동화(영어 : Acting out, 독일어 : Agieren)는 정신분석에서 규명한 방어 기제중 하나로, 자신의 억눌린 고통을 행동을 통해서 표현하는 감정 해소의 한 방법이다. 이것은 투사(projection)와 함께 미숙한 방어기제로 분류된다. 특정 행동을 외부로부터 금기당했을 때나, 개인이 내적 갈등이 있을 때 일어난다. 본능을 억누른 채 의식적으로 본능과 다른 행동을 하려고 하면 무의식적인 부정의 과정에서 일어나는 것이다. [출처: 위키백과]

	한국어	중국어	보충설명
10	승화 (sublimation)	升华	반사회적 충동을 사회가 허용하는 방향으로 나타내는 방법
11	치환, 전치 (displacement)	置换/转移	어떤 일정한 대상을 향하여 있던 욕구가 다른 것으로 바뀌어 나타나는 심리적인 태도
12	반동형성 (reaction formation)	反向作用	[심리] 어떤 욕구나 감정이 억압되어 그대로 드러나지 못할 때, 그와는 정반대의 경향이나 행동을 나타내는 일. 예를 들면 극도로 미워하는 대상에게 오히려 극단적으로 친절해지는 것과 같은 일 따위를 말한다. [출처: 고려대 한국어 사전]
13	평가절하 (devaluation)	评估贬值	가치[신분]의 저하
14	이타주의 (altruism)	利他主义	타인의 행복과 이익을 도덕적 행위의 목적으로 하는 생각이나 이론

	한국어	중국어	보충설명
15	주지화 (intellectualizaion)	主知化	심리학에서 주지화 (intellectualization)는 무의식적 갈등과 그와 관련된 정서적 스트레스 (경험 또는 생각)를 회피하는데 사용되는 경우에서의 대립을 막기 위해 이성적 사고 또는 추론이 사용되는 방어 메커니즘으로 알려져있다 [출처: 위키백과]
16	억제 (suppression)	压抑 ; 压制	(심리) 의식의 영역에서 벌어지는 특정 행위를 자발적으로 금지하는 일. 불쾌한 감정을 추방하기 위한 심리적 작용이다 [출처: 우리말샘]
17	취소 (undoing)	取消 ; 解除	발표한 의사를 거두어들이거나 예정된 일을 없애 버림

이주민 통·번역사를 위한 한·중 심리상담용어집



05

**상담사례
보고서**



상담사례 보고서

한국어

중국어

1	상담사례 보고서	咨询事例报告书
2	상담 장면	咨询方式
3	대면/비대면	面对面/非面对面
4	상담환경 조성	营造(温馨的)咨询环境
5	원하는 것 (want)	需要
6	진정으로 원하는 것 (real want)	真正需要
7	지각 (perception)	感知力
8	좌절 (frustration)	挫折
9	욕구를 충족시키다	满足自己的需求
10	자기 평가 (self-evaluation)	自我评估
11	긍정적인 계획 (plan)	积极的方案
12	약속(commitment)	承诺

한국어

중국어

13	변명	辩解
14	심리적 욕구 (소속과 사랑, 성취와 인정, 즐거움, 자유)	心理需求 (所属与爱、成就与认可、快乐、自由)
15	강점 (strength)	优势
16	대안	备选方案



이주민 통·번역사를 위한 한·중 심리상담용어집



06

초기상담 접수면접



초기상담 접수면접

한국어

중국어

보충설명

1	초기상담 접수면접	初期咨询 受理面谈	<p>[intake interview, 接受面接]</p> <p>상담에 들어가기 전 내담자에 대한 정보를 수집하고 수집된 정보를 종합하여 내담자의 호소 문제를 개념화하고 상담의 유형과 담당 상담자를 배정하는 등의 초기과정에서 이루어지는 면담</p> <p>[출처: 상담학 사전]</p>
---	-----------	-----------	---

현재 상태에 대한 정보(关于当前状态的信息)

1	신체적 부상 (질병, 산업재해, 사고 등)	身体受伤 (疾病, 产业灾害, 事故等)	
2	경제적 손실 (낮은 수입, 채무, 대출 등)	经济损失 (低收入, 债务, 贷款等)	
3	대인관계 문제	人际关系问题	
4	무기력/침체	乏力/呆滞	<p>침체되다:</p> <ol style="list-style-type: none"> 발전하지 못하고 제자리에 머무르게 되다 밝지않고 무거워 가라앉게 되다
5	신체장애 여부	身体是否残疾	
6	가족의 상실 (장례, 이혼, 유산 등)	丧失家属 (葬礼, 离婚, 流产等)	

	한국어	중국어	보충설명
7	취/창업 활동 전무	毫无就业 / 创业经验	
8	불신/배신감	不信任/背叛感	
9	이사(독립)/이전	搬迁(独立)/迁移	
10	성 불평등 (고용관행, 임금차별, 언어 등)	性别歧视 (雇佣惯例, 工资差别, 语言等)	
11	이직준비	准备辞职中	'이직(移職)' 직장을 옮기거나 직업을 바꿈 VS 이직(離職) 직장이나 직업을 그만둠
12	좌절/절망	挫折/绝望	
13	재난으로 인한 실직	因灾难而失业	
14	임신/출산/육아	怀孕/生育/育儿	
15	진급누락(승진실패)	晋升中被除名(升职失败)	
16	우울/외로움	忧郁/孤独	
17	부당 해고	不正当解雇	
18	빈 둥지 증후군	空巢综合征	'빈 둥지 증후군 (Empty Nest Syndrome)'은 대가족 해체로 핵가족이 늘어나면서 품안의 자식들이 취직이나 결혼 등으로 독립할 때 부모들이 느끼는 상실감과 외로움을 뜻하는 말이다. [출처: 브릿지 경제]

	한국어	중국어	보충설명
19	찬 둥지 증후군	啃老综合征	‘찬 둥지 증후군 (Crowded Nest Syndrom)’이란 만성적인 취업난과 비혼(非婚) 혹은 만혼(晩婚) 탓에 독립할 나이가 됐음에도 집을 떠나지 않는 자녀들 때문에 부모들이 겪는 갈등과 우울감을 가리키는 말이다. [출처:브릿지 경제]
20	실업 상태	失业状态	
21	긴장/압박감	紧张/压迫感	
22	명예퇴직/은퇴	名义退職/退休	
23	사회적 소수자 (성, 인종, 종교, 경제 등)	社会少数群体 (性, 种族, 宗教, 经济等)	
24	사회부적응	不适应社会	
25	양가감정	矛盾心理	‘양가 감정 (兩價感情, ambivalence)’ 두 가지의 상호 대립되거나 상호모순되는 감정이 공존하는 상태. 흔히 두 가지의 반대되는 가치·목표·동기 등이 공존할 때 이를 가리키는 것으로 정서적 양가는 조현증(정신분열증)의 일반적 특징으로 나타나고 있다. [출처: 네이버 지식백과]
26	진급누락(승진실패)	晋升中被除名(升职失败)	

한국어

중국어

보충설명

현재 문제(现存问题)

1	진로 문제	职业规划问题	1. 앞으로 나아가는 길 2. 앞으로의 삶의방향
2	심리적 문제	心理问题	
3	복합적 문제	综合问题	

현재 상태(现状) - 상황적(状态方面)

1	극도의 혼미	极度的昏迷	
2	고립	孤立	
3	자해	自残	
4	회피/부인	回避/否认	
5	퇴행	退行	退行(regression)是指人们在受到挫折或面临焦虑、应激等状态时,放弃已经学到的比较成熟的适应技巧或方式,而退行到使用早期生活阶段的某种行为方式,以原始、幼稚的方法来应应当前情景,来降低自己的焦虑。 [출처: 百度百科]
6	경계/의심	警戒/疑心	

	한국어	중국어	보충설명
7	폭력적	暴力性	
8	대처능력 저하	对应能力低下	
9	과도한 음주, 약물 사용	过度饮酒, 服用药物	
10	과도한 미디어 노출	媒体过度曝光	

현재 상태(现状) - 정서적(情绪方面)			
1	슬픔, 우울, 짜증	伤心, 忧郁, 厌烦	
2	분노	愤怒	
3	비참함	悲惨愤怒的	
4	불안, 긴장	不安, 紧张	
5	두려움	恐惧	
6	수치심	羞耻心	
7	죄책감	愧疚感	
8	절망, 좌절	绝望, 挫折	

한국어

중국어

보충설명

9	만성화된 초조	慢性焦灼	
10	무반응	无反应	

현재 상태(现状) - 인지적(认知方面)

1	악몽, 플래시백 (flash back)	噩梦, 闪回	(갑자기 너무 생생히 떠오르는) 회상
2	판단력 저하	判断力低下	
3	죽음에 대한 몰두	一心想死	
4	집중력 저하	集中力低下	
5	기억력 저하	记忆力低下	
6	비합리적 신념	不合理的信念	
7	의사결정의 어려움	决策困难	
8	자아 비난	自我指责	
9	사회적 책임 회피	逃避社会责任	
10	근거 없는 믿음	没有根据的信心	

한국어

중국어

보충설명

내담자 현황(来访者现状)

1	역할 모호성	角色模糊	역할 기대와 직무 이해가 불분명한 상태 [출처: 심리학용어사전]
2	역할 과다	角色过多	기대와 직무가 요구하는 바가 역할 담당자의 능력을 벗어나는 것
3	역할 갈등	角色冲突	역할 담당자가 상반되는 역할 기대를 동시에 수행해야 하는 상태
4	역할 과소	角色过少	기대와 직무가 요구하는 바가 역할 담당자의 능력을 충분히 활용하지 못하는 것
5	대인관계 문제	人际关系问题	
6	자존감 하락	自尊心下降	
7	능력기대 좌절	因能力未达到期待值而受挫	
8	경력개발 요망	希望开发拓展业务能力	

한국어

중국어

보충설명

내담자 생애역할(来访者的人生角色)

1	자녀	子女	
2	학생	学生	
3	여가인	闲暇人	여가(餘暇) 일을 하다가 잠시 쉴 수 있는 짬/ 직장생활도 하면서 자신의 취미생활을 돈, 시간에 구애받지 않고 누리며 살 수 있는 사람으로 해석
4	시민	市民	
5	직업인	职业人	
6	주부	家庭主妇	
7	배우자	配偶	
8	부모	父母	

한국어

중국어

보충설명

개입 및 추후 계획(介入及后续计划)

1	정신과 치료	精神科治疗
2	전문기관 연계	连接专门机构
3	정신건강 전문기관	精神健康专门机构
4	심리교육 및 심리치료	心理教育与心理治疗
5	취/창업 동아리 소개	介绍就业/创业社团
6	의료적 처치(신체적 질환)	医疗处理(身体疾患)
7	가족 상담	家庭咨询
8	정보 제공	提供信息
9	사회복지서비스	社会福利服务
10	일자리희망센터 연계	连接职业希望中心

일러두기

이 책에 수록된 보충설명은 국립국어원 표준국어대사전(<https://stdict.korean.go.kr/>), 다음 사전(<https://dic.daum.net/>), 네이버 사전(<https://dict.naver.com/>)을 활용하였습니다.

펴 낸 이 | 오경석

엮 은 이 | 이경숙

지 은 이 | 박지영, 공리연, 김영애, 류정애, 마민, 박현숙,
사윤주, 여홍명, 예수잉, 이효정, 장수방, 허팅팅

펴 낸 곳 | 경기도외국인인권지원센터
15385) 경기도 안산시 단원구 화정로 26
26 Hwajeong-ro, Danwon-gu, Ansan-si, Gyeonggi-do, 15385 Korea

T E L | 031-492-9347

F A X | 031-492-9349

W E B | www.gmhr.or.kr

디 자 인 | 디자인포트(031-469-0828)

※ 본 책자의 내용을 허가없이 마음대로 전재하거나 복제할 수 없습니다.