

## 해결중심 단기 집단상담이 장애 대학생의 자존감에 미치는 효과

신 중 우\*

계명문화대학교 사회복지상담학과 교수

---

### 《 요 약 》

---

본 연구는 장애 대학생을 대상으로 한 해결중심 단기 집단상담이 자존감 및 문제해결능력에 미치는 효과를 알아보기 위한 것이다. 연구의 참여자는 장애 전문대학생 18명으로 실험집단에 8명, 통제집단에 10명이 배치되었다. 실험집단은 주 1회 각각 100분씩 총 6회기 동안 해결중심 단기 집단상담을 실시하였고, 통제집단은 아무런 처치를 하지 않고 사전, 사후검사만 실시하였다. 측정도구는 자존감 검사, 문제해결능력에 대한 자기평가, 상담회기 평가질문지를 사용하였고, 내용분석은 척도질문 및 집단원의 반응을 토대로 해결중심 단기 집단상담의 효과성을 분석하였다.

실험결과 첫째, 해결중심 단기 집단상담을 적용한 집단은 통제집단보다 자존감의 평균점수에 있어서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 둘째, 해결중심 단기 집단상담을 적용한 집단은 통제집단보다 문제해결능력에 대한 자기평가에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 셋째, 상담회기평가는 해결중심 단기 집단상담의 발달과정에 따라 통계적으로 유의미하게 상승하였다. 넷째, 실험집단원들의 척도질문점수는 통계적으로 유의하게 증가하였다. 다섯째, 실험집단원들의 자신감 척도질문점수는 회기별로 유의미한 증가가 있었음을 검증하였다.

---

주제어 : 자존감, 해결중심 단기상담, 문제해결능력

---

\* 주저자 (jwsynn@hanmail.net)

## 1. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

전문대학은 직업인을 양성하기 위하여 전문적인 이론과 기술을 교수 및 연구하는  
고등교육기관으로 그동안 대학의 수와 학생정원이 늘어나 많은 졸업생들이 배출되었  
고, 특정분야에 있어서는 독자적인 요인을 구축하여 전문화되기도 하였다(탁정미,  
2004).

전문대학의 이러한 긍정적인 면에도 불구하고, 상대적인 비교의식과 열등감을  
느끼는 전문대학생이 많은 것이 현실이다(유정자, 1999). 전문대학생들은 학과공부  
에 대한 의욕이 낮고, 심리적 정서적 불안을 경험하고 있으며, 이는 대학생활에 대한  
부적응의 가장 큰 문제가 되고 있다(김현덕, 2000). 장애 전문대학생은 상대적으로  
그 정도가 더욱 심하다. 장애 전문대학생은 심리적 위축감, 타인을 지나치게 배려하  
고 자신을 상대적으로 낮추는 경향이 있고 모든 수업과정에서 소극적인 학습유형을  
가진다(임미경, 권요한, 2008).

우리나라 전문대학의 교육은 전문직업인을 양성하는 것을 목적으로 하기 때문에  
1학년부터 전공과목을 중심으로 학습하며, 단기간에 밀도 높은 교육과정을 경험하게  
한다. 또한 교육과정도 4년제 대학보다 짧기 때문에 교수 및 교우와 관계를 맺는데  
충분한 기간을 가지지 못한다. 장애정도에 따라서 차이는 있겠지만 장애대학생들은  
바쁜 수업일정과 학습환경에 적응하면서 내용을 이해하고 동시에 또래관계를 형성하  
기에는 힘겨울 수밖에 없다(김태한, 2015).

정부는 장애대학생들의 학교생활 적응과 학습활동의 지원을 위하여 ‘장애대학생  
캠퍼스 도우미지원사업’을 실시하고 있다. 그러나 행정 및 제도적 지원만으로는 대다  
수의 비장애 대학생들을 중심으로 이뤄지는 교육환경에서 장애대학생들이 자존감을  
가지고 학교생활에 적응하기는 현실적으로 무리이다.

이와 같은 점을 고려한다면 장애 전문대학생들이 스스로 문제를 해결하고, 자신  
의 역할을 인식하도록 돕고, 자기 삶의 의미를 찾도록 하는 것이 매우 필요하다. 최  
근 각 대학의 상담관련 연구소에서는 자기성장, 진로탐색, 의사결정, 대인관계, 이성  
관계 등의 집단상담 프로그램을 통해 청년기 전문대학생들의 발달과정상 문제를 조  
력하는 프로그램이 활발히 전개하고 있다. D’ Zurilla(1986)는 개인의 문제해결력  
을 향상시키기 위하여 인지적, 행동적 문제해결 훈련 프로그램을 고안하였다(D’  
Zurilla, 1986; Foster, Prinz, & O’ Leary, 1983). 또한 차명호(1991), 유정수  
(1993)는 문제해결훈련 프로그램을 실시한 훈련이 문제해결에 미치는 영향을 알아  
보기 대학생을 대상으로 연구하였다.

해결중심 단기 집단상담은 이미 많은 사례연구(Berg & Hopwood, 1991; Kok & Leskela, 1996; O' Brian & Baca, 1997)에서 그 효과성이 나타나고 있다. 우리나라에서는 1980년대에 소개된 이후 가출청소년, 결혼위기 부부, 충동적 고등학생 등 다양한 대상(김해연, 2007; 박민자, 2010; 박희자, 2001)으로 연구되고 있다.

그러나 지금까지 장애인의 대학생화에 대한 연구는 별로 없으며, 전문대학에 재학 중인 장애대학생들에게 집단프로그램을 적용하여 문제해결능력과 자존감의 효과를 측정할 연구는 없다. 따라서 해결중심 단기 집단상담이 장애 전문대학생들에게 자존감과 문제해결능력을 함양하는데 긍정적 영향을 줄 수 있는가를 검증하는데 본 연구의 목적이 있다.

## 2. 연구문제

본 연구에서의 연구문제는 다음과 같다.

- 첫째, 해결중심 단기 집단상담은 장애 전문대학생의 자존감 향상에 긍정적 효과를 나타내는가?
- 둘째, 해결중심 단기 집단상담은 장애 전문대학생의 문제해결능력에 대한 자기평가에 긍정적 효과를 나타내는가?
- 셋째, 해결중심 단기 집단상담의 실시 회기별 상담회기평가는 어떻게 나타나는가?
- 넷째, 해결중심 단기 집단상담에 참여한 장애 전문대학생들의 척도점수와 내용 분석을 실시한 결과는 어떻게 나타나는가?

## 3. 연구의 제한점

본 연구는 다음과 같은 제한점을 지닌다.

- 첫째, 본 연구의 결과를 일반화하기는 어렵다. 이유는 해결중심 단기 집단상담에 참여한 장애 전문대학생이 1개 전문대학에 한하기 때문이다.
- 둘째, 본 연구는 문제해결 능력에 대한 자기평가에 있어서 실제 내담자들의 문제해결 행동까지를 평가하지는 못했다.
- 셋째, 본 연구의 실험대상의 수는 8명으로, 통계적으로 해결중심 단기 집단상담의 효과를 입증하기에는 객관성이 결여된다.

## II. 이론적 배경

### 1. 해결중심 단기상담

#### 1) 기본 원리

해결중심 상담은 Milwaukee에 있는 단기가족치료센터(BFTC)에서 de Shazer, 김인수와 그의 동료들이 지난 30여년 간 많은 상담 및 심리치료의 전통적인 가정들에 도전하면서 새로운 방법으로 해결을 시도해보려는 의욕에서 개발된 상담모델이다(송성자, 1996).

해결중심 단기상담은 문제의 원인을 제거하려고 노력하거나 부적응을 교정하려고 노력할 필요는 없다고 보는 이론이다.(송성자, 1994; De Jong & Berg, 1998) 다시 말해서 내담자가 가진 문제를 볼 때 성공했던 경험, 강점과 자원 그리고 능력에 일차적인 초점을 두고, 무엇이 잘못되었는지를 보기보다는 잘된 것과 그 활용에 관심을 가지며, 문제가 아닌 해결에 중점을 두는 특징을 갖는다(De Jong & Berg, 1998).

이러한 해결중심 단기상담 모델을 이끌고 그 관점과 철학을 표현하는 것이 바로 기본 원리이다. 이러한 기본 원리들은 상호 연계적이며 해결점을 구축해 갈수 있도록 개인의 사고를 돕고 행동을 이끌어 주며, 내담자와 함께 통합적인 접근을 할 수 있는 실제적인 역할을 한다(강경희, 2008).

#### 2) 기본 가정

Walter & Peller(1992)의 의하면 해결중심 단기상담에 대해 다음과 같은 가정을 하고 있다.

첫째, 모든 유익한 변화는 성공에 집중할 때 일어나기 쉽다는 것이다. 내담자에게 좋고 효과가 있는 것에 초점을 둘 필요가 있다. ‘문제 지향적 대화’보다는 ‘해결 지향적 대화’를 하는 것이 변화를 촉진한다.

둘째, 어떤 문제든 예외는 있고 이것이 곧 해결 방안이 될 수 있다는 것이다. 내담자들은 자신의 문제가 항상 일어나고 있는 것으로 보는 경향이 있으나, 실제로는 가끔씩 문제가 사라지는 경우도 있다. 그 예외적 경우가 언제, 어디에서, 어떻게 일어나는지를 살펴보는 것이 상담자의 역할이다.

셋째, 작은 변화는 큰 변화로 증폭되는 효과를 가진다는 것이다. 내담자가 조금이라도 자신의 행동을 변화시키면, 그 변화에 대해 타인들이 여러 가지로 반응을 하게 된다. 내담자의 변화는 다른 사람들이 그에 적합한 반응을 유발하게 되고, 그 변화는

또다시 내담자의 변화를 이끌어낸다.

넷째, 내담자의 단점에 초점을 맞추기 보다는 내담자의 장점에 집중하여 이러한 점을 어떻게 더 발전시킬 것인지를 강조할 때 변화는 탄력을 받게 된다.

다섯째, 상담의 목표를 내담자가 하고 싶어 하는 것을 표현하는 긍정적인 용어로 진술하는 것이다. 내담자가 목표를 부정적인 용어로 진술할 때, 상담자는 긍정적인 용어로 진술하여 목표를 설정하도록 도와야 한다(강이화, 2002).

### 3) 해결중심 단기 집단상담의 상담기법

해결중심 단기 집단상담에서 사용되는 개입기술에는 해결방안을 찾아내고, 과거의 성공경험을 근거로 자신의 능력을 인정하고, 상담과정에서 성취하고 있는 것을 인정할 수 있는 질문을 하는 것으로 구성되어 있다. 해결중심적 질문에는 면담 전 질문, 예외질문, 척도질문, 대처질문, 기적질문, 관계성 질문이 있다(De Jong & Berg, 1998; Walter & Peller, 1996; 단기가족상담센터, 2000).

각 질문들을 보면 먼저, 척도질문은 해결을 위한 정보를 제공하고 변화의 동기를 강화시켜 그 다음 과정으로 나아가기 위한 탐색의 용도로 만들어진 질문이다. 둘째, 예외질문은 어떠한 문제에도 예외가 있다는 것이 해결중심 단기상담의 기본전제로서 예외를 찾아내어 그것을 강조하면서 내담자의 성공을 확대하고 강화시켜 준다. 셋째, 기적질문은 문제가 모두 풀려진 상태를 느껴보게 함으로써 해결하기 원하는 것들을 명료화하는데 필요하고, 상담목표 설정에 도움이 된다. 넷째, 대처질문은 어려운 상황에 처한 클라이언트가 성공감을 느낄 수 있도록 그 당시에 대처해야 할 행동을 묻는 것이다. 다섯째, 관계성질문은 어떤 특정한 주제와 관계를 맺고 있는 다른 사람과 자신과의 입장에서 서로 생각해 보고 표현해 보게 한다. 여섯째, 긍정적인 변화를 묻는 질문은 집단 시작 시에 실시함으로써 상담의 효과를 강화하고 유지하기 위해 작은 변화라도 찾아내어 변화를 중심으로 여러 방면에서 탐색하는 것과 함께 긍정적인 의미를 부여한다(Peller & Walter, 1992).

## 2. 자존감

### 1) 장애인의 자존감

자존감은 개인이 자신의 특성과 능력에 대해 가지고 있는 생각, 판단, 태도, 감정 및 기대를 포함하는 개념으로 자아지각, 자아평가, 자아가치감, 자기효능감 등으로 지칭된다(정선미, 2007). 자신을 향한 긍정적 느낌은 타인과의 관계를 증진시키고 동기과 성취감을 주며 자신의 가치와 힘을 인정하게 한다(도복님 등, 2004). 자신을

향한 부정적 느낌은 주위사람들로부터 가치를 인정받지 못한다고 생각하게 되며 열등감에 빠지게 되고 심하면 의욕조차도 잃게 된다(정선미, 2007).

장애인에게 있어 자존감은 기본적으로 장애에 대한 적응도와 관련될 수 있으며, 또한 장애인 개인의 심리적, 환경적 요소들에 대한 반영으로 개인의 사회적 활동에 큰 영향을 미치는 요소로 고려 될 수 있다(이유리, 2001). 사회심리학적 관점에서 보면, 사회적으로 낙인 받은 집단의 경우 타인으로부터 부정적 평가를 “거울자아” 과정으로 내면화하여 자신에 대한 부정적 개념을 가지고 이것이 부정적 자존감으로 이어진다(이유리, 2001).

자존감의 저하는 사회적응력을 감소시키고, 감소된 적응력은 장애인의 자아기능을 더욱 약화시켜 자신감의 저하, 좌절, 인내력 부족 등을 가져오게 되어 이로 인한 실패와 거절에 대한 두려움으로 사회적으로 위축되게 만든다(김정숙, 2001).

## 2) 해결중심 단기상담과 자존감

자존감이란 자기 스스로가 느끼는 자신에 대한 가치의 신뢰감이라 할 수 있다. 전문대학생들이 건전한 자존감을 가지고 있으면 방황과 혼란을 잘 극복하고 내적인 안정감을 가질 수 있게 되며, 또한 앞으로 겪게 될 많은 도전과 기회에 적절하게 대응할 수 있게 된다(김혜령, 2003). 자존감 수준이 낮을수록 공격성이 높아졌다(Watson & Nesdale, 2012)는 연구나 대학생들의 자기에 성향을 통제하였을 때, 자존감이 낮을수록 분노감, 적대감, 신체적 공격행동을 더 많이 보였다는 서수균과 권석만(2002)의 연구는 성공적인 생활을 위해서 자존감을 정립하고 개발해야하는 당위를 나타낸다고 하겠다.

낮은 자아개념을 가지는 전문대학생들은 낮은 자아 존중감에서 발생하는 아픔을 없애기 위해 방어기제를 발달시키게 된다. 다시 말해 타인에 대해서 비판적이거나 적대적이고 의심하는 입장, 타인과의 동일시 부족, 새 것을 해 보려는 것에 대한 저항으로 보여진다. 낮은 자존감을 가진 전문대학생들은 긴장, 분노, 슬픔, 나태, 불안, 긴장 등의 무력감, 정서와 우울증과 관련된 장애를 나타내기도 한다. 새 경험을 두려워하고 에너지 수준이 낮은 한편 다른 사람들에 대한 과잉 비판함의 정서를 가지는 것 등도 자존감이 낮은 사람들이 나타내는 특징이라고 할 수 있다(탁정미, 2004).

앞서 Walter & Peller(1992)가 가정한다면 해결중심 단기상담은 내담자의 부족함이나 약점보다는 내담자의 강점과 잠재력을 최대한 끌어내는 것에 초점을 두기 때문에 낮은 자존감을 가진 장애 전문대학생의 자존감 향상에 효과가 있을 것으로 보고 그 효과성을 검증하고자 한다.

### 3. 장애 전문대학생을 위한 해결중심 단기 집단상담의 장점

해결중심적 상담을 집단상담의 형태로 실시하면 집단상담에서 얻을 수 있는 장점과 해결중심 모델에서 얻을 수 있는 장점을 함께 얻을 수 있게 된다. 집단상담의 일반적인 장점은(이장호, 김정희, 1993), 첫째, 구성원 간에 서로의 감정을 터놓고 이야기할 수 있기 때문에 소속감과 응집력을 발전시킬 수 있다. 둘째, 집단 내에서 자신의 행동에 대하여 다른 참여자들로부터 피드백을 들을 수 있으며, 셋째, 구성원들이 다양한 성격 및 가치관의 소유자들과 만날 수 있기 때문에 개인상담에서는 경험할 수 없는 것을 경험할 수 있다.

해결중심 단기 집단상담을 활용하여 얻을 수 있는 장점은 첫째, 질문기법에 있어서 집단원들의 잠재적 강점을 나타내도록 한다는 점이다. 둘째, 종래 많은 이론에서 보여왔던 문제에 초점을 두지 않고 집단원의 문제를 어떻게 해결할까에 초점을 맞춘다는 것이다. 이것은 장애 전문대학생들이 여러 경험을 통하여 느끼게 되는 스트레스를 해결에 중점을 두는 쪽으로 모으는 효과가 있다는 점이다. 셋째, 해결중심 단기 집단상담의 상담기간은 단기적으로 이루어진다는 점이다. 단기 집단상담은 5회기 전후의 비교적 짧은 기간동안 실시하므로 비장애인에 비해 신체적, 시간적으로 넉넉하지 못한 장애 전문대학생들에게 본 프로그램은 편의를 제공해 줄 수 있다. 넷째, 해결중심 단기 집단상담은 작은 변화에 큰 의미를 부여하고 그러한 변화가 계속 일어날 수 있도록 격려한다. 작은 변화에 대한 칭찬과 지지는 장애 전문대학생들에게 자신감과 의욕을 가질 수 있게 한다.

이와 같이 해결중심 단기 집단상담은 집단원의 강점을 부각시켜 자신의 문제를 풀어나가기 때문에 집단구성원들의 부담감을 없애고, 집단구성원들 간의 지지를 통해 문제해결과 아울러 자존감을 신장시킬 수 있는 강점을 지닌다(탁정미, 2004).

### 4. 해결중심 단기 집단상담의 구성과 내용

#### 1) 프로그램의 구성

해결중심 단기 집단상담은 관계형성기, 해결유도기, 해결중심개입기, 목표유지기 네 과정으로 구성된다(de Shazer & Molnar, 1984; 강경희 2008 재인용). 관계형성기는 변화를 위한 동기부여가 되는 과정이며, 보통 2회기로 이루어진다. 구체적인 개입 목표에 대한 합의가 이루어지고, 작은 변화를 시작하기 위하여 무엇이 변했으면 하는지에 관하여 개인별 목표를 갖는 과정이다(박재연, 1999). 해결유도기는 2회기에 걸쳐 이루어지며 집단원들이 수행하고 있는 해결 노력을 확대하고 강화해 된다(박재연, 1999). 해결중심기는 해결 노력의 실패로 좌절한 집단원을 지지하며 본격

적인 행동변화가 이루어진다. 목표유지기는 자신의 변화에 대한 전반적인 점검과 평가가 이루어지게 되고 사후검사도 실시되는 과정이다(De Jong & Berg, 1998; Selekman, 1991; 강경희, 2008 재인용).

본 프로그램은 Metcalf(1998)와 이정은(2000), 강경희(2008) 등의 논문을 참조하여 프로그램을 만들었다. 또한 상담심리전문가 1인과 1급 집단상담사 1인의 자문을 얻어 프로그램을 보완하였다.

2) 프로그램 내용

<표 1> 해결중심 단기 집단상담의 내용

과정	회기	활동주제	회기 목표	내용	과제, 도구
관계형성기	1회	· 라포형성 (마음문열고)	· 프로그램실시 목적 안내 · 협력관계 형성	· 해결중심단기상담 소개 · 자신소개, 희망 발표 · 현재 입장에 대한 척도질문 · 숙제 - 생활계획 적기	자기 소개지
	2회	· 비전수립 (나도할수있어요)	· 변화 찾기와 목표 설정 · 예외상황으로 문제 해결	· 변용에 대한 질문 · 성취감 느꼈던 점 회상하기 · 기적경험 그리보기 · 현재 입장에 대한 척도질문 · 숙제 - 성취 경험 적기	역할극, 척도질문
해결유도기	3회	· 문제개입 (기적이 일어난다면..)	· 효과 지속하기 · 성공 경험찾기 · 기적 그림그리기	· 현재 입장, 자신감에 대한 척도질문 · 숙제-한주 접수 1점 올리기	기적질문
	4회	· 예외탐색 (안방의 보물)	· 예외상황 계속 탐색 · 자신 장점 탐색과 해결에 대한 자신감갖기	· 내 안의 강점 활용하여 목표달성위해 노력하기 · 친구물건 빌려쓰는 법 알기 · 숙제(변화한 자신 피드백 적기)	예외질문 척도질문
해결중심기	5회	· 영역확산 (부탁있는데..)	· 변화위해 할 수 있는 목표 정하기 · 성공경험 강화하기	· 친구와의 물건 나누어 사용하기 · 변화 확대를 위해 해결중심질문 · 숙제(변화 지속을 위해 2가지 해오기)	역할극 척도질문
목표유지기	6회	· 유지발전 (쭉욱 잘하길)	· 달라진 내 모습확인 · 변화 지속 방법 찾기 · 목표 측정시도	· 변화된 모습에 대한 긍정 피드백 · 변화에 대해 얘기하기 · 변화 위해 할 수 있는 것 약속하기 · 현재 입장, 자신감에 대한 척도질문	해결중심 질문 수료증



## 5. 연구가설

본 연구에서 검증하고자 하는 가설은 다음과 같다.

- 1) 해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 자존감 점수는 통제집단 구성원보다 유의미하게 상승할 것이다.
- 2) 해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원은 통제집단보다 문제해결 능력에 대한 자기평가점수가 유의미하게 상승할 것이다.
  - 2-1) 해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 문제해결에 대한 자신감 점수는 통제집단보다 점수가 높을 것이다.
  - 2-2) 해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 접근-회피 스타일 점수는 통제집단보다 높을 것이다.
  - 2-3) 해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 개인통제력 점수는 통제집단보다 높을 것이다.
- 3) 해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 상담회기평가 점수는 실시회기과정에 따라 유의미하게 상승할 것이다.
  - 3-1) 해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 상담회기평가척도의 깊이점수는 실시회기과정에 따라 점수가 상승할 것이다.
  - 3-2) 해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 상담회기평가척도의 순조로움 점수는 실시회기과정에 따라 상승할 것이다.
  - 3-3) 해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 상담회기평가척도의 긍정적 정서 점수는 실시회기과정에 따라 점수가 상승할 것이다.
  - 3-4) 해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 상담회기평가척도의 각성도 점수는 실시회기과정에 따라 점수가 상승할 것이다.
- 4) 해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 척도질문점수는 전 회기 동안 유의미하게 상승할 것이다.
- 5) 해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 자존감 척도질문 점수는 회기별로 점수가 유의미하게 상승할 것이다.
- 6) 해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 상담내용을 분석한 결과는 긍정적인 변화과정을 보일 것이다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구참여자

본 연구의 참여자 선정기준은 다음과 같다.

첫째, 2년제 대학교 1~2학년에 재학 중인 장애대학생으로서, 「장애인 등에 대한 특수교육법」 혹은 「장애인 복지법」상 장애인으로 선정된 대학생 (발달장애, 정신장애 대학생은 제외).

둘째, 해당 대학교 내 장애학생지원센터 혹은 전담직원으로부터 대학생활 적응 및 만족에 어려움을 겪는 것으로 추천받은 장애대학생 혹은 프로그램 참여를 자원하는 장애대학생.

셋째, 연구참여에 동의하고, 해결중심 단기 집단상담 회기의 80% 이상을 참여하기로 서약한 장애대학생.

본 연구의 참여자는 대구광역시에 소재한 2년제 K대학교의 장애대학생들로, 위의 선정기준을 바탕으로 실험집단과 통제집단의 장애대학생을 22명을 선발하였다. 실험집단과 통제집단 구성은 본 연구의 특성상 프로그램 참여에 자원하는 학생들을 우선적으로 선발하여 실험집단을 구성하였으며, 추후 대학 내 장애학생지원센터 홍보 및 실험집단 학생들의 소개를 통해 성별, 장애유형, 연령, 학년, 전공, 기존에 제공받은 장애학생지원센터 서비스, 사전검사 점수 등을 고려하여 통제집단 학생을 모집하였다. 이들 중 위 선정기준을 어긴 대학생을 제외하고 본 연구를 위하여 분석된 대상은 실험집단 8명씩, 통제집단 10명이다. 본 연구의 연구자는 한국상담학회의 집단상담 1급 전문상담사 자격증 소지자이며 20여년 간 상담업무에 종사하고 있다.

#### 2. 평가도구

##### 1) 단기상담 프로그램 분석

###### (1) 자존감 검사

자존감 검사는 Coopersmith(1967)이 개발한 Self-Esteem Inventory를 변안한 것을 사용하였다(박애선, 1993). 이 검사는 총 25문항으로 구성되어 있으며 ‘그렇다’ 혹은 ‘아니다’로 답을 하도록 되어 있다. 이 검사에서 높은 점수는 자존감의 정도가 높으며, 낮은 점수는 자존감이 낮다고 해석된다. 사전검사에서 신뢰도는 .82, 사후검사에서 신뢰도는 .81이었다.

(2) 자기평가 검사(Problem Solving Inventory: PSI)

Heppner와 Petersen(1982)에 의해 개발된 문제해결에 대한 자기평가 검사를 유정수(1993)가 번안한 것을 사용하였다. 이 검사의 문항수는 총 31개로, 개인의 문제해결 행동과 태도 등에 대한 자신의 인지력을 측정하는 문항이다. 각 문항은 1점(매우 불일치)에서 6점(매우 일치)으로 반응하도록 되어있다. 이 척도의 하위요소는 접근-회피요소(15문항), 문제해결에 대한 자신감 요소(11문항), 개인의 통제력 요소(5문항)의 하위요소로 구성되어 있다.

본 연구에서는 전체 문항 중 신뢰도를 떨어뜨리는 5문항(접근-회피 14번문항, 문제해결에 대한 자신감 29번, 31번 문항, 개인의 통제력 3번, 22번 문항)을 제외하였다. 문제해결에 대한 자기평가 사전 검사의 전체 신뢰도는 .72, 사후검사의 전체 신뢰도는 .86이었으며, 각 하위요인에 대한 문항과 사전 사후검사의 신뢰도는 <표 2> 와 같다.

<표 2> 문제해결에 대한 자기평가검사의 하위요인별 문항과 사전 사후 검사신뢰도

요인	문항	사전검사 신뢰도	사후검사 신뢰도
접근-회피	1, 2, 4, 6, 7, 8, 12, 15, 16, 18, 19, 25, 26, 27	.77	.82
문제해결의 자신감	5, 9, 10, 11, 17, 20, 21, 24, 30	.79	.86
개인 통제력	13, 23, 28	.68	.52

(3) 문제해결 단기 집단상담 회기평가 질문지(Session Evaluation Questionnaire)

회기평가 질문지로서는 Stiles(1989)의 평가질문지를 이상희, 김계현(1993)이 번안한 것을 사용하였다. 본 척도는 상담회기의 순조로움, 깊이, 상담직후의 정서로서의 긍정적 정서와 각성 등 네 가지 차원을 측정하도록 되어 있다. 각각의 하위척도는 다섯 쌍의 양극 형용사로 구성되어 있고 한 척도는 7점 척도로 최고점수는 35점이 된다. 본 연구에서의 각 하위요인 및 회기별 신뢰도 계수는 <표 3>과 같다.

<표 3> 회기평가 검사지의 각 하위요인 및 회기별 신뢰도

요인	1회기 신뢰도	2회기 신뢰도	3회기 신뢰도	4회기 신뢰도	5회기 신뢰도	6회기 신뢰도	평균
깊이	.72	.74	.91	.88	.80	.95	.83
순조로움	.82	.66	.92	.81	.68	.84	.78
긍정적 정서	.83	.73	.74	.85	.90	.88	.82
각성도	.74	.88	.93	.75	.71	.70	.78
전체	.91	.88	.93	.94	.93	.93	.92

## 2) 해결중심 단기 집단상담 내용분석

본 프로그램의 효과성을 측정하기 위하여 전체 회기동안의 녹취록과 매회기의 척도질문을 통해 점수의 변화정도를 측정하고, 집단구성원들 반응 정도를 분석하여 변화의 추이와 그 효과를 알아보았다.

척도질문은 목표가 전혀 근접하지 않음을 1점으로 기준 삼았으며, 목표가 모두 이루어짐을 10점 만점으로 하였다. 척도질문에서의 점수 변화는 집단구성원들의 문제해결 성취에 대한 변화를 말한다. 이러한 방법은 효과측정방법으로는 가장 구체적이고 실증적이며 변화의 추이를 정확하게 평가할 수 있다(송성자 김정택, 1994; 탁정미, 2004 재인용). 척도질문의 신뢰도는 .92이고, 문제해결에 관한 자신감의 척도 질문, 신뢰도는 .86이다.

## 3. 실험설계

본 연구에서는 전문대학생들에게 사전검사를 실시한 후, 해결중심 단기 집단상담 프로그램을 주1회로 하였다. 각 회기는 100분씩 총 6회에 걸쳐 실시한 후, 사후검사를 실시하였다. 또한, 문제해결능력 및 자존감에 미치는 효과를 알아보기 위해 동질집단 사전-사후 검사설계를 사용하였다. 본 연구의 실험설계를 표로 예시하면 다음과 같다.

실험집단	R	01	X	02
통제집단	R	03		04

R : 무선배치

X : 실험처치(해결중심 단기 집단상담)

01, 03 : 문제해결력, 자존감 (사전검사)

02, 04 : 문제해결력, 자존감 (사후검사)

## 4. 자료처리

### 1) 통계 분석

장애 전문대학생의 문제해결능력에 대한 자존감과 자기평가에 영향주는 해결중심 단기 집단상담의 효과를 살펴보기 위하여, 실험집단과 통제집단 간의 사전검사와 사후검사에 대한 평균과 표준편차, 교정평균 및 공변량 분석(ANCOVA)을 알아보았다.

본 프로그램의 집단진행과정에 의한 상담회기평가에 대해 평균과 표준편차를 산출하고, 통계 검증을 위해 반복측정 변량분석(repeated measures ANOVA)을 하였다.

2) 내용 분석

본 프로그램 6회기 동안의 전 과정에 대하여 녹취록을 작성하였다. 이 녹취록에서 나온 척도질문 점수에 대해 평균, 표준편차를 산출하고, 통계적 유의성을 알아보기 위하여 반복측정변량분석(repeated measures ANOVA)을 실시하였다. 또한 각각의 척도점수 변화추이와 각 회기 집단원들의 응답 내용을 살펴 보았다.

IV. 연구결과 및 해석

1. 통계 분석

1) 장애 전문대학생 자존감 검사 효과

해결중심 단기 집단상담 실시에 따른 전문대학생의 자존감에 미치는 효과를 알아보기 위하여 실험집단과 통제집단의 사전-사후 검사를 실시하였다. 각 집단의 사전 사후 검사에 대한 평균과 표준편차, 교정평균을 산출한 결과는 <표 4> 와 같다.

<표 4> 실험, 통제집단의 사전 사후검사 및 교정평균

요인	집단	N	사전검사	사후검사	교정평균 (표준오차)
			평균 (표준편차)	평균 (표준편차)	
자존감	실험집단	8	1.65(.28)	1.93(.15)	1.67(.05)
	통제집단	10	1.55(.17)	1.56(.17)	1.57(.04)

<표 5>는 ‘해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 자존감 점수는 통제집단보다 유의미하게 상승할 것이다’는 가설 1)을 검증하기 위하여 사전검사점수를 공변인으로 하고, 사후검사를 종속변인으로 하여 공변량 분석을 실시한 결과이다.

〈표 5〉 자존감 점수의 공변량 분석

변량원	제곱합	자유도	평균제곱합	F
공변인	.258	1	.258	
집단	.041	1	.041	20.128**
오차	.237	15	.017	
전체	.892	17	.317	

\*\*  $p < .01$ 

〈표 4〉의 결과를 보면, 통제집단보다 실험집단에서 사전검사에 비해 사후검사의 평균점수는 향상되었다. 그리고 〈표 5〉에서 나타난 결과를 보면 자존감 점수에서 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의미한 차이가 있었다( $F < .01$ ). 따라서 가설 1)은 수용되었다.

## 2) 장애 전문대학생의 문제해결에 대한 자기평가검사 효과

해결중심 단기 집단상담이 장애 전문대학생의 문제해결능력에 미치는 효과를 알아보기 위하여 실험집단과 통제집단의 사전-사후 검사를 실시하였다. 〈표 6〉은 각 집단의 사전 사후 검사에 대한 평균과 표준편차, 교정평균을 산출한 결과이다.

〈표 6〉 실험 통제집단의 사전 사후검사 및 교정평균

요인	집단	N	사전검사	사후검사	교정평균 (표준오차)
			평균 (표준편차)	평균 (표준편차)	
문제해결에 대한 자기평가전체	실험집단	8	3.78(.32)	4.12(.36)	4.19(.12)
	통제집단	10	4.01(.28)	4.04(.35)	3.72(.09)
문제해결에 대한 자신감	실험집단	8	3.91(.58)	4.58(.29)	4.29(.10)
	통제집단	10	3.98(.52)	4.12(.45)	3.68(.12)
접근-회피스타일	실험집단	8	3.94(.57)	4.05(.68)	4.15(.16)
	통제집단	10	4.14(.36)	4.09(.32)	3.91(.11)
개인의 통제력	실험집단	8	2.91(.96)	3.05(.66)	3.05(.14)
	통제집단	10	2.89(.39)	2.82(.36)	2.81(.12)

가설 2) 즉, ‘해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 문제해결능력에 대한 자기평가점수는 통제집단보다 유의미하게 상승할 것이다’를 검증하기 위하여, 사전검사 점수를 공변인으로 하였다. 〈표 7〉은 사후검사를 종속변인으로 하여 공변량 분석을 실시한 결과이다.

<표 7> 문제해결에 대한 자기평가 점수 공변량 분석

변량원	제곱합	자유도	평균제곱합	F
공변인	.885	1	.886	
집단	1.058	1	1.058	13.824***
오차	1.210	15	.075	
전체	3.082	17	2.082	

\*\*\*  $p < .001$

<표 6>의 결과에 따르면, 실험집단구성원들의 문제해결능력에 대한 자기평가는 실험집단과 통제집단 간에는 유의한 차이가 있었다( $F = 13.824, p < .001$ ). 이는 실험집단이 문제해결능력에 대한 자기평가에 있어서 실시하지 않는 통제집단보다 긍정적 효과를 보인 것이다. 따라서 가설 2)는 수용되었다. <표 8>은 실험집단과 통제집단 사이에 문제해결능력에 관한 자기평가 각 하위요인에 통계적으로 유의미한 차이가 있었는지를 검증하기 위하여 사전점수를 공변인으로 통제한 공변량분석 결과이다.

<표 8> 문제해결에 대한 자기평가 점수 공변량분석

요인	변량원	제곱합	자유도	평균제곱	F
문제해결에 대한 자기평가전체	공변인	.995	1	.995	
	집단	3.793	1	3.783	36.127***
	오차	1.586	15	.104	
접근-회피스타일	공변인	1.882	1	1.882	
	집단	.291	1	.291	2.109
	오차	2.105	15	.139	
개인의 통제력	공변인	1.871	1	1.871	
	집단	.528	1	.528	3.125
	오차	2.562	15	.168	

\*\*\*  $p < .001$

<표 8>에 의하면, 문제해결능력에 대한 자기평가의 각 하위요인의 경우, 문제해결에 대한 자신감 요인은 유의미한 차이가 있었다( $F=36.127, p < .001$ ). 그 외 요인에서는 <표 8>에서 볼 수 있는 바와 같이 실험집단이 통제집단에 비해 사후검사 결과 접근-회피 스타일과 개인의 통제력이 평균점수 정도로 상승했으나, 통계적으로

유의한 차이가 나타나지 않았다( $F < 1$ ). 이 결과는 해결중심 단기상담을 적용한 프로그램이 문제해결에 대한 자신감을 단기간에 높일 수 있는 프로그램으로 볼 수 있다. 따라서 가설 2-1)은 수용되었다.

그러나, ‘해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 접근-회피스타일 점수는 통제집단보다 높을 것이다’ 는 가설 2-2)와 ‘해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 개인의 통제력 점수는 통제집단보다 높을 것이다’ 는 가설 2-3)은 기각되었다.

### 3) 해결중심 단기 집단상담 상담회기평가

#### (1) 집단상담 진행과정별 상담회기평가

본 프로그램의 매 과정별 상담회기평가의 변화를 알아 본 결과, 회기별 상담회기평가의 평균과 표준편차는 <표 9>와 같다.

<표 9> 집단상담 진행과정에 따른 상담회기평가 점수의 평균과 표준편차

회기	1	2	3	4	5	6
평균(N=9)	25.03	24.51	26.94	28.01	25.62	27.45
표준편차	4.59	3.72	4.62	.388	3.42	3.21

<표 9>을 살펴보면 상담회기평가의 평균점수는 1회기에서 4회기까지 점차 증가하였다가 4회기에서 제일 높았다가 5회기부터는 감소하였다가 전반적으로 상승하였음을 볼 수 있다. 가설 3), 즉 ‘해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 상담회기평가 점수는 실시회기과정에 따라 유의미하게 상승할 것이다’ 를 검증하기 위하여 실시한 반복측정 변량분석한 결과는 <표 10>과 같다.

<표 10> 집단상담 진행에 의한 상담회기평가의 반복측정 변량분석 결과

	제곱합	자유도	평균제곱합	F	사후비교
단 계	85.128	5	16.284	5.521***	6,4,3>5,2,1
오 차	107.526	35	3.082		
전 체	191.856	40	20.821		

\*\*\*  $p < .001$



<표 10>의 결과를 보면, 각 과정별 상담회기평가점수가 통계적으로 유의미한 차이가 있었다( $F=5.521, p < .001$ ). 어느 과정에서 이러한 효과가 발생되었는지 사후 비교를 한 결과, 1(관계형성기)과정, 2(해결유도기)과정, 5(해결중심개입기)과정, 6(목표유지)과정과 간에 유의미한 차이가 있었다. 이러한 긍정적인 영향은 집단의 지속 과정에서 집단원들이 지각하는 효과성을 나타낸 것이라 볼 수 있다. 따라서 가설 3)은 수용되었다.

(2) 집단상담 진행과정별 상담회기평가의 하위요소별 변화

장애 전문대학생 대상으로 한 해결중심 단기 집단상담 진행 과정별 상담회기평가의 하위요소 간에 각각 어떤 변화를 가져오는지 알아보았다. 이에 따르는 과정별 상담회기평가의 하위요소별 평균과 표준편차는 < 표 11> 과 같다.

<표 11> 집단상담 과정별 상담회기평가의 하위요소 점수의 평균과 표준편차

		1	2	3	4	5	6
깊이 N=9	평균	5.07	5.51	5.82	5.68	6.25	6.01
	표준편차	1.03	.83	.98	.93	.55	.86
순조로움 N=9	평균	5.56	5.20	5.55	6.25	6.27	6.42
	표준편차	1.27	1.02	1.47	.56	.72	.64
긍정적 정서 N=9	평균	1.24	1.04	1.47	.52	.78	.64
	표준편차	1.21	.74	.60	.74	.78	.64
각성도 N=9	평균	4.18	4.25	4.67	4.47	4.41	4.51
	표준편차	1.24	1.63	1.75	1.33	1.32	1.27

<표 11>에서 나타난 것을 보면, 집단상담 과정별 상담회기평가점수의 평균은 전반적으로 상승하였다. 아래 < 표 12>은 ‘해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 상담회기평가척도의 각 하위요소별 점수는 실시회기과정에 따라 상승할 것이다’ 는 가설 3-1), 3-2), 3-3), 3-4)를 통계적으로 검증하기 위하여 반복측정 변량분석한 표이다.

<표 12> 집단상담진행 과정별 상담회기평가의 하위요소별 반복측정 변량분석결과

		제공합	자유도	평균제공합	F	사후비교
깊이	과정	6.592	5	1.319	4.219**	6,5,3,2
	오차	10.922	35	.309		>4,3,2,1
	전체	17.596	40	1.692		
순조로움	과정	10.482	5	2.192	3.512*	6,4>5,3,2
	오차	20.987	35	.613		>4,3,2,1
	전체	30.982	40	2.801		
긍정적 정서	과정	4.812	5	.951	3.810**	6,5,4
	오차	8.568	35	.261		>4,3,2,1
	전체	13.943	40	1.201		
각성도	과정	1.152	5	.221	.531	
	오차	15.025	35	.459		
	전체	15.9	40	.672		

\*\*  $p < .01$ , \*  $p < .05$

<표 12>를 보면 해결중심 단기 집단상담 과정에서 상담회기평가의 하위요소별 반복측정 변량분석 결과, 깊이( $F=4.219$ ,  $p < .01$ ), 순조로움( $F=3.512$ ,  $p < .05$ ), 긍정적 정서( $F=3.810$ ,  $p < .01$ )에서 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으나, 각성도에서는 유의미한 차이가 보이지 않았다. 이러한 결과가 어느 과정에서 생겼는지 비교한 결과, 깊이에서는 2(비전수립)과정과 3(문제개입)과정, 5(영역확산)과정, 6(유지발전)과정과 1(리포형성)과정, 2(비전수립)과정, 3(문제개입)과정, 4(예외탐색)과정 간에 통계적 유의미한 차이가 있었다. 또한 순조로움에서는 5(영역확산)과정, 6(유지발전)과정과 1(리포형성)과정, 2(비전수립)과정, 3(문제개입)과정, 4(예외탐색)과정 간에 통계적으로 유의미한 차이가 발생되었다. 이와 같은 차이는 집단상담 진행과정별 상담회기평가의 하위요소에서도 집단참가자들이 본 프로그램의 효과성을 수긍하고 있다는 것을 뜻한다.

그러므로 상담회기평가의 하위요인은 먼저, ‘해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단구성원의 상담회기평가척도의 깊이 점수는 실시회기과정에 따라 상승할 것이다’는 가설 3-1)은 수용되었다. 다음, ‘해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 상담회기평가척도의 순조로움 점수는 실시회기과정에 따라 상승할 것이다’는 가설 3-2)도 수용되었고, 셋째, ‘해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 상담회기평가척도의 긍정적 정서 점수는 실시회기과정에 따라 상승할 것이다’는 가설 3-3), 역시 수용되었다. 그러나 넷째, ‘해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 상담회기 평가척도의 각성도 점수는 실시회기과정에 따라 상승할 것이다’는 가설 3-4)는 기각되었다.

## 2. 내용분석

장애 전문대학생을 대상으로 한 해결중심 단기 집단상담의 전 과정에 대한 내용 분석은 6회기까지의 녹취록을 바탕으로 하였다. 즉 척도질문에 의한 문제해결에 대한 점수와 자신감의 점수의 평균과 표준편차를 산출하고, 이를 통계적으로 검증하려고 각각 반복측정 변량분석을 실시하였다.

### 1) 척도질문

차기 과정으로 발전하기 위해 무슨 일을 해야 할지 알아보기 위해 만들어진 질문으로, 여기서는 문제의 심각도에 따라 그 정도를 1에서 10까지로 하고, 매 회기마다 해결중심 단기 집단상담 참여자들에게 목표달성에 이르는 자신의 성취도를 1에서 10까지 스스로 평가하도록 하였다. 그리고 통계적 유의미성을 알아보기 위해 반복측정변량분석을 적용하여 결과를 분석하였다.

#### (1) 현 상태에 대한 척도질문

집단진행과정에서 따른 각 회기별 현 상태 점수의 평균과 표준편차는 <표 13>과 같다.

<표 13> 현 상태 점수에 대한 척도질문의 평균과 표준편차

회기	1	2	3	4	5	6
평균(N=9)	5.23	5.59	6.94	6.92	7.62	8.45
표준편차	1.59	1.32	1.42	1.29	1.21	.79

<표 13> 을 살펴보면 척도질문의 매회기마다 집단구성원들의 목표달성 여부, 문제해결의욕 및 진행정도, 변화에 대한 노력의 정도로써, 평균점수가 계속 상승하면서 자기 스스로에 대한 긍정적 모습과 문제에 대한 통찰력을 증대시킨 것을 알 수 있다. <표 14>는 가설 4) ‘해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 척도질문 점수는 전 회기동안 걸쳐서 유의미하게 상승할 것이다’ 는 내용 검증을 위해 반복측정 변량분석한 결과이다.

<표 14> 현 상태에 대한 척도질문의 반복측정 변량분석 결과

	제곱합	자유도	평균제곱합	F	사후비교
단 계	55.128	5	10.886	19.213***	6>5,3>
오 차	20.298	35	.082		4.2>2,1
전 체	191.856	40	12.002		

\*\*\*  $p < .001$

230 특수교육저널: 이론과 실천(제20권 제2호)

<표 14>는 현 상태에 대한 척도질문에서 통계상 유의한 차이가 있음을 보여준다( $F=19.213, p<.001$ ). 이 결과가 어느 과정에서 발생되었는지를 사후 비교한 통계자료를 보면, 1(리포형성)과정, 2(비전수립)과정과 2(비전수립)과정, 4(예외탐색)과정, 그리고 3(문제개입)과정, 5(영역확산)과정과 6(유지발전)과정 간에 유의미한 차이가 있었다. 따라서 가설 4)는 수용되었다.

(2) 해결중심 단기 집단상담에 대한 자신감 척도

본격적인 문제개입에 들어간 3회기부터는 문제를 해결할 수 있는 자신감의 정도를 1과 10사이에 어디에 해당되는가에 대한 척도질문이 이루어졌다. 매 회기 집단구성원들은 각자가 자신감에 대해 스스로 느끼도록 하였다. 집단구성원들이 평가한 점수에 대해 통계 방법을 적용하여 그 유의미성을 분석하였다. <표 15>는 집단 진행 과정에서 나타나는 문제해결에 대한 자신감 정도에 대한 평균과 표준편차이다.

<표 15> 집단진행과정에서의 문제해결에 대한 자신감 척도질문 점수의 평균과 표준편차

회기	3	4	5	6
평균(N=8)	7.29	7.77	8.31	9.12
표준편차	1.21	1.27	.42	.54

<표 15>에 나타난 바를 보면 3회기부터는 목표행동에 대한 방향을 설정하고, 작은 것부터 목표한 내용을 시행해 나가는 과정임을 알 수 있다. 즉, 문제해결에 대한 자신감의 정도를 질문한 것으로 자신감이 매우 상승되었음을 알 수 있다. <표 16>는 ‘해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 척도질문점수는 회기별로 점수가 유의미하게 상승할 것이다’는 가설 5)를 검증하기 위하여 반복측정 변량분석한 결과이다.

<표 16> 문제해결에 대한 자신감 척도질문의 반복측정 변량분석 결과

	제공합	자유도	평균제공합	F	사후비교
단 계	12.102	3	4.002	8.909***	6>5,4>4.3
오 차	9.498	21	.462		
전 체	21.263	24	4.512		

\*\*\*  $p<.001$

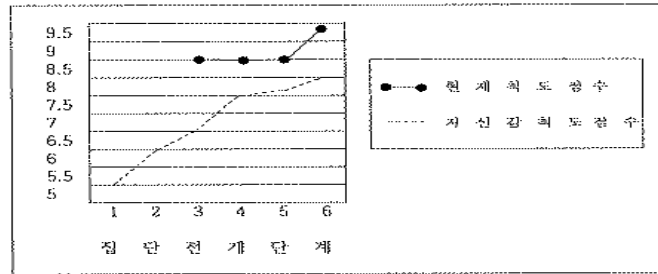
<표 16>의 결과를 보면, 집단진행과정에서의 문제해결에 대한 자신감의 척도질문에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다( $F=8.909, p<.001$ ). 이 결과를 좀 더

자세히 살펴보기 위해 사후 비교한 것을 보면, 3(해결유도기)과정, 4(해결중심개입기)과정과 4(해결중심개입기)과정, 5(목표유지기)과정, 그리고 6(유지발전기)과정 간에 유의미한 차이가 있었다. 따라서 가설 5)는 수용되었다.

## 2) 개인별 척도질문 점수변화 및 주요반응 내용

집단원 개인별 변화추이를 알아보기 위해 6회기까지의 녹음한 녹취록을 가지고 구성된 각자가 평가한 척도점수를 그래프로 작성하여 목표성취정도를 살펴보았다. 6회기까지 이루어진 목표행동과 문제해결에 사용된 척도질문기법 중 핵심되는 질문에 대한 반응과 연구자의 평가는 다음과 같다.

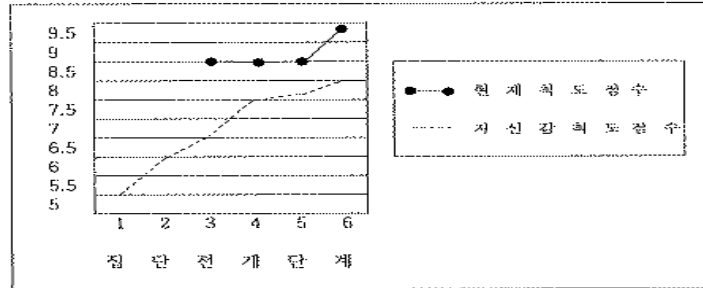
### (1) 집단원 A의 척도질문 점수변화 및 반응내용



<그림 1> 집단원 A의 척도질문 점수변화

- ① 1회 (집단참여 동기와 변화에 관한 탐색질문, 강점과 자원탐색)
  - 장애인으로 사는 불편함으로 걱정이 많은데 더 이상 안하고 살고 싶다.
- ② 4회 (변화 탐색, 목표행동의 예외탐색질문, 변화에 대한 자신감 척도질문)
  - 비장애인인 동생이 미웠었는데 이젠 동생이 예쁘다. 작지만 큰 변화이다.
- ③ 5회 (변화 탐색, 변화 확대를 위한 척도질문)
  - 장애로 불편하지만 감사 일기를 쓰기 시작했다.
- ④ 연구자가 본 변화 : 집단원 A는 평소 지체장애의 약점을 안고서도 리더십이 있고 나서기를 좋아했다. 그는 집단 과정을 비교적 잘 알았고, 목표로 세운 행동을 해보고 좋으면 집단원에게 소개하기도 하고, 아닌 것 같으면 다른 것을 해보고 오기도 하는 등 매우 활발하게 행동했다. 회기가 진행되는 동안 자신을 돌아보고, 자신의 모습을 깨워가는 과정도 인상 깊었지만, 자신뿐만 아니라, 가족, 이웃을 생각하고, 넓고 깊게 자신이 미칠 영향을 생각하는 모습으로 변화해 갔다. 성격이 급해 다른 집단원 말하는 도중에 개입하는 경향이 많았었는데 회기를 진행하는 동안 집단원들의 피드백을 통해 자제력과 자신감이 길러진 것 같았다.

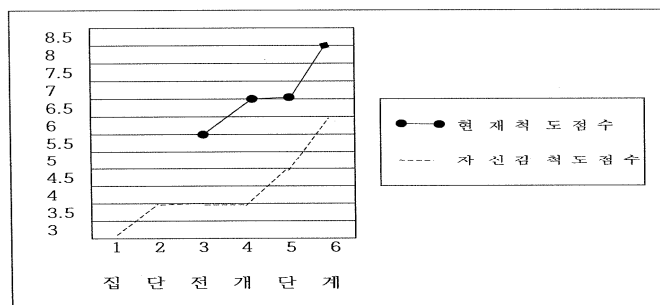
(2) 집단원 B의 척도질문 점수변화 및 반응내용



<그림 2> 집단원 B의 척도질문 점수변화

- ① 2회 (변화 탐색 및 목표설정에 필요한 기적, 예외, 관계성 질문)
  - 장애를 가져서 그런지 무슨 일을 생각하면 부정적인 생각을 한다.
- ② 4회 (목표행동에 대한 예외탐색 질문, 변화에 대한 자신감을 위한 척도질문)
  - 나보다 중한 장애가진 사람을 생각하며 하늘을 보고 웃을 수 있어서 좋았다.
- ③ 연구자가 본 변화 : 집단원 B는 손이 불편하기 때문인지 늘 찡그린 표정에 큰 목소리를 가져서 다른 집단원들이 힘들어했다. 가장 변화가 더딘 구성원이어서 4회기까지 변화가 크게 느껴지지 않았다. 척도질문에서도 집단구성원 중 가장 낮은 2점에서 4점을 4회기까지 지속했었다. 그래서 계속적으로 대처질문과 예외질문을 사용하여, 작은 변화에 대해 알아주고, 자신의 강점을 들여다 볼 수 있도록 피드백을 했더니, 5회기에서는 현재점수가 5점, 6회기에서는 7점, 자신감의 정도에서는 집단을 종결 시 8점까지 성장했다. 자신감의 정도를 객관적으로 확인하도록 피드백 한 것이 상승효과를 일으킨 것으로 보인다.

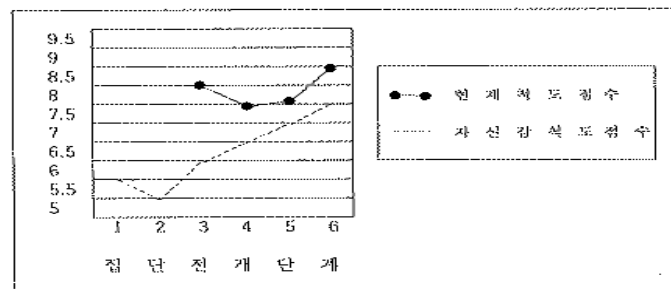
(3) 집단원 C의 척도질문 점수변화 및 반응내용



<그림 3> 집단원 C의 질문 점수변화

- ① 2회 (변화 탐색 및 목표설정 에 필요한 기적, 예외, 관계성 질문)
  - 나 보다 더 심한 장애우를 생각하며 표정을 더 밝게 하고 싶다.
- ② 6회 (변화 탐색, 변화의 지속에 대한 확신을 위한 약속)
  - 일과표대로 사는 자신이 대견하고, 긍정적으로 볼 수 있어서 기쁘다.
- ③ 연구자가 본 변화 : 집단원 C는 시선을 맞추기 어려워 자주 바닥을 보는 소심한 성격이었다. 해결중심 단기 집단상담 프로그램을 진행하는 동안 집단원들과의 활동 속에서 덜 어색해 하고 표정이 밝아졌다. 처음 척도질문을 했을 때 2점 정도였으나, 점점 자기가 먼저 친구에게 말을 걸고, 문자를 보내는 등의 행동을 하게 된 것은 집단역학의 긍정적 영향이라 보여진다. 뿐만 아니라 하루 일과를 일과표에 따라 생활할 수 있게 되었고 자신감의 점수도 크게 올랐다. 그리고 집단 종료 시에 처음의 2점에서 5점이나 상승된 7점을 얻을 수 있었다.

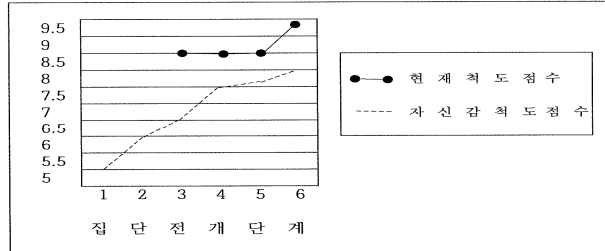
(4) 집단원 D의 척도질문 점수변화 및 반응내용



<그림 4> 집단원 D의 질문 점수변화

- ① 1회 (집단참여 동기와 변화에 관한 탐색질문, 강점과 자원탐색)
  - 약시라서 시험걱정이 많다. 이제 걱정 좀 안하고 살고 싶고 자신감을 키우고 싶다.
- ② 3회 (변화에 관한 탐색, 작은 목표 달성을 위한 척도질문, 관계성질문)
  - 낙심은 금물이다. 전에는 나 스스로를 못살게 굴었는데... 나는 소중한 사람이다.
- ③ 연구자가 본 변화 : 집단원 D는 집단원 중 제일 표정이 무거웠다. 집단 초기에는 거의 웃음이 없었다. 장점찾기를 통해서 살펴보니 재주와 능력이 많은 집단원이었다. 자신의 장점을 최대한 살릴 수 있는 쪽으로 스스로가 해결중심적인 과정을 찾아갔다. 그리고 4회기에서부터는 자주 웃는 모습을 보이고, 현재점수와 자신감에서도 높은 점수와 안정감을 보였다. 이는 해결중심 집단상담에서 나타나는 집단역학의 긍정적 효과라 여겨진다. 그는 자신의 재능을 집단구성원들에게 베풀려고 하는 배려와 수용력까지 나타내었다.

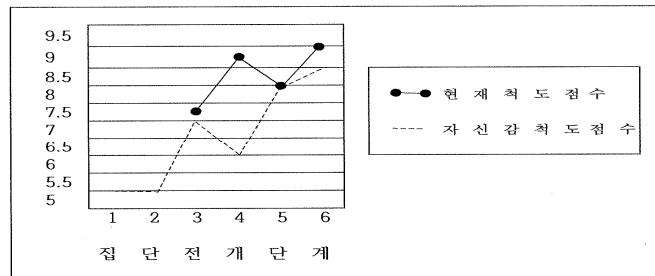
(5) 집단원 E의 척도질문 점수변화 및 반응내용



<그림 5> 집단원 E의 척도질문 점수변화

- ① 1회 (집단참여 동기와 변화에 관한 탐색질문, 강점과 자원탐색)
  - 소아마비로 매사에 자신감이 떨어진다. 사람이 무섭다.
- ② 5회 (변화에 관한 탐색, 변화 확대를 위한 척도질문)
  - 집에서 맘 먹은대로 설거지를 했다. 엄마가 말렸지만 내가 이겼다.
- ③ 6회 (변화에 대한 탐색, 변화의 지속에 대한 확신을 위한 약속)
  - 나는 이것 할 수 있어 라는 자신감이 생기니까, 조금함, 두려움이 없어졌다.
- ④ 연구자가 본 변화 : 집단원 E는 가장 성실하게 회기마다 목표를 세우고, 계획을 세워 그대로 실행해 가면서 큰 만족을 느꼈다. 척도질문의 결과에서 나타나듯이 매회기 자신의 목표를 설정하고, 그것에 따라 성공 경험을 했다. 그리고 매회기 점수를 높여갔고, 나중에는 문제해결에 대한 자신감이 만점에 도달했다고 하는 반응을 보였다. 전에는 둔감했었는데 단기 집단상담을 통해 자신의 장점과 있는 것을 최대한 끌어내어 짧은 기간에 자신감으로 충족하는 모습을 보여 연구자도 그에 대한 믿음이 두터워졌으며, 또한 단기 집단상담 프로그램을 신뢰하게 되었다.

(6) 집단원 F의 척도질문 점수변화 및 반응내용

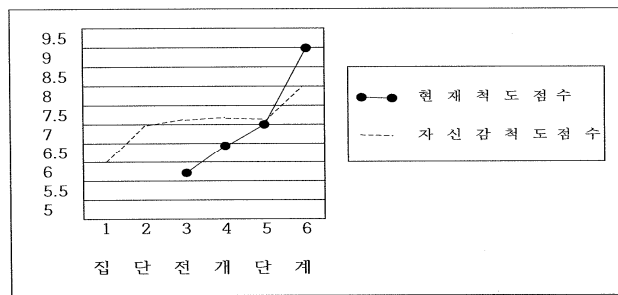


<그림 6> 집단원 F의 척도질문 점수변화



- ① 1회 (집단참여 동기와 변화에 관한 탐색질문, 강점과 자원탐색)
  - 비록 휠체어 타는 불편한 몸이지만 다른 사람을 더 많이 사귀고 싶다.
- ② 6회 (변화에 대한 탐색, 변화의 지속에 대한 확신을 위한 약속)
  - 예전에는 ‘나 못해’ 였는데, 이제는 ‘나는 할 수 있다.’ 라고 생각된다.
- ③ 연구자가 본 변화 : 집단원 F는 목표로 세운 행동에서 한 차례 회의를 있었으나 비교적 집단 과정을 잘 이해하였다. 그래서 집단 구성원들에게 자신의 의지를 스스로 통제할 줄 아는 강한 의지력으로 좋은 영향을 주었고, 두 배 이상의 집단상담 성과와 성취감을 느꼈다. 척도질문의 결과에서 나타나듯이 매회기 자신의 목표를 설정하고, 그것에 따라 성공 경험을 했다. 짧은 기간에 자신감으로 충족하는 모습을 보여 연구자도 덩달아 뿌듯했으며, 또한 프로그램을 신뢰하게 되었다.

(7) 집단원 G의 척도질문 점수변화 및 반응내용



<그림 7> 집단원 G의 척도질문 점수변화

- ① 1회 (집단참여 동기와 변화에 관한 탐색질문, 강점과 자원탐색)
  - 지체2급 장애로 어릴 때부터 너무 남에게 의존적이다. 이런 내가 싫다.
- ② 6회 (변화에 대한 탐색, 변화의 지속에 대한 확신을 위한 약속)
  - 마음이 편안하고, 신중하게 실천할 수 있어서 나아진 것 같다.
- ③ 연구자가 본 변화 : 집단원 G는 지체장애 2급을 가진 것 때문에 활동보조인의 도움을 늘 받고 있다. 그는 다른 사람이 하는 질문들에 대해 어려워하면서도, 그 질문에 대한 답변은 빠짐없이 해감으로써 매회기 자신의 목표에 대해 성공의 경험을 하고 돌아와서 긍정적인 변화를 이야기했다. 특히, 3회기에 자존심 강해서 한 번도 먼저 손을 내민 적이 없었던 집단원 G가 남자친구와 싸우고 먼저 화해를 신청하는 변화를 경험하고 나서부터는, 차츰 가족 안에서도 집안일을 돕게 되고, 친구들에게 먼저 연락을 하는 변화를 보였다. 척도질문에서도 차츰 상승해가는 효과를 볼 수 있다.

지금까지 총 6회기까지의 프로그램을 진행해 가는 과정에서 예외질문, 기적질문, 대처질문, 관계성질문을 각 집단구성원에게 적용하였다. 이 과정을 통해 집단원들이 해결중심적으로 생각과 행동들을 자신에게 적용시켜 구체화시켜가고, 그런 성공 경험을 토대로 자신감 넘치는 가능성으로 높아가고 있는 것을 볼 수 있었다. 문제를 바라보는 시각이 해결중심적으로 변화되었다는 것은 각 집단구성원의 사고가 긍정적으로 변화되었다는 것도 관찰할 수 있었다.

따라서, 6회기를 마치는 과정에서 모든 집단구성원들이 자신의 변화된 점에 대해 느끼고, 행동하고, 생활 속에서 실천할 수 있다는 자신감을 갖게 되었다. 또한 집단과정 초기에 달라진 점을 발견하지 못하는 집단원에 대해서는 예외질문과 대처질문을 사용함으로써 작은 것에도 감사하고, 현재의 자신에 대해 만족하는 모습으로 변화된 것을 볼 수 있다. 이와 같은 결과로 '해결중심 단기 집단상담에 참여한 실험집단 구성원의 상담내용을 분석한 결과는 긍정적인 변화과정을 보일 것이다'는 가설 6)은 수용되었다.

## V. 논의 및 제언

### 1. 논의

본 연구에서 나타난 결과를 바탕으로 이에 대해 논의해 보면 다음과 같다.

첫째, 장애 전문대학생을 대상으로 한 해결중심해결중심 단기 집단상담을 실시한 집단은 실시하지 않은 통제집단에 비해 자존감에 대한 사전 사후검사 결과, 통계적으로 유의미한 증가가 있었다. 따라서 해결중심 단기 집단상담에 참여한 구성원들의 자존감은 향상될 것이라는 가설은 수용되었다. 이러한 결과는 중학생을 대상으로 한 해결중심 단기상담의 효과를 연구한 최정은(2001)의 연구, 장애아동을 대상으로 한 해결중심 단기 집단상담의 효과를 연구한 강양희(2008)의 연구, 고등학생을 대상으로 한 해결중심 집단상담 프로그램의 효과를 연구한 류윤식(2006)의 연구와 일치한다. 그러나 대학생들을 대상으로 한 해결중심 단기상담 프로그램에서 자아존중감을 신장시키는데 통계적 유의미한 효과를 나타내지 못했다는 탁정미(2004)의 연구와는 대조를 이루는 결과이다.

둘째, 해결중심 단기 집단상담을 실시한 실험집단과 통제집단을 문제해결에 대한 자기평가의 사전 사후검사로 비교해 본 결과, 실험집단이 통제집단에 비해 통계적으로 유의미하게 상승하였다. 그러나 하위요소에서 나타난 결과는 다르다. 문제해결에

대한 자신감 요소는 긍정적이라고 나타났지만, 개인의 통제력 수준, 접근-회피스타일 요소에서는 통계적으로 유의한 차이가 보이지 않았다. 이것은 집단구성원의 수와 진행자의 숙련도에 따라 효과의 차이가 날 수 있음을 지적한 서국희(1997)의 '고등학생을 대상으로 해결중심 단기 집단상담의 적용 및 문제해결력에 대한 자기평가수준 검증'이란 연구 결과와 일치한다.

셋째, 집단진행 과정에 따라 상담회기의 평가점수와 상담회기 평가의 하위요소인 깊이, 긍정적 정서, 순조로움, 각성도의 상승을 살펴보았다. 그 결과 상담회기의 평가는 집단진행 과정에 따라 통계적으로 유의한 상승을 보였다. 하위요소에 있어서는 깊이, 긍정적 정서, 순조로움에서는 각각 유의한 상승을 보였으나, 각성도에서는 통계적으로 유의한 차이를 발견하지 못했다. 이것은 해결중심 단기 집단상담에 참여한 장애대학생이 관계형성기, 해결유도기, 해결중심개입기, 목표유지기로 진행되면서 깊이, 긍정적 정서, 순조로움 차원에서 효과적이었음을 나타내는 것으로 평가되었다.

넷째, 척도질문에 의한 것과 장애 전문대학생들의 반응들을 근거로 내용을 분석하였는데, 척도질문에서는 장애대학생 자신이 평가하는 점수와 자신감의 정도가 매 회기마다 향상되었다. 이는 단기 집단상담이 문제해결에 대한 통찰에 있어서 효과적이라는 점을 나타내는 것이다. 또한 매회기마다 나타난 장애대학생들의 반응을 관찰한 결과, 문제해결에 대한 자신감과 다른 집단원들을 이해하고 수용하는 반응이 증가함을 보임으로써 역시 긍정적인 효과가 있었다고 보인다. 이것은 과거 문제 쪽에 집중하여 인과관계를 따지는 형태가 아닌 현재와 미래에 어떻게 할 것인지에 집중하는 해결중심적 단기상담으로 진행하였기에 나타난 결과라 여겨진다.

뿐만 아니라 집단원 상호간에 긍정적 피드백을 통한 문제해결력 향상에 유익하였다. 참여한 집단원의 목표가 각각 다르기 때문에 서로 다양한 문제해결 방법과 강점들에 서로 영향을 받아 각자 나름대로의 목표를 가지고 자기가 희망하는 모습으로 발전하는 데에 효과적이었다고 보인다. 이것은 해결중심 단기상담을 집단상담 프로그램으로 활용하였기에 효과가 배가되었음을 나타내고 있다.

이와 같은 연구결과는 내담자의 특성은 다르지만, 내담자의 자원, 강점, 건강한 특성들을 최대한으로 신장시켜 긍정적인 효과를 거두었다고 보고한 여러 연구결과(O' Hanlon & Wilk; 1987; 박재연, 1999; 이정은, 2000; 윤계순, 2000)와도 일치한다.

## 2. 제언

본 연구결과를 바탕으로 아래와 같은 제언을 한다.

첫째, 장애 전문대학생을 대상으로 한 해결중심 단기 집단상담을 실시하는 집단상담의 질적 연구에 적합한 틀에 관한 연구가 이어져야 할 것이다.

둘째, 장애 전문대학생을 대상으로 한 해결중심 단기 집단상담의 연구가 거의 없어, 상담프로그램 내용에 장애 전문대학생들의 요구사항에 적합한 요인들을 포함시키는 연구가 뒤따라야 할 것이다.

셋째, 해결중심 단기 집단상담의 전개과정별 효과에 대한 연구와 아울러 실제 상담장면을 촬영한 자료, 그리고 집단상담시 사용한 언어반응분석 등의 측정방법의 효과를 연구도 이어져야 할 것이다.

넷째, 본 연구에서는 사전-사후검사와 상담내용의 효과를 검증해 보았기 때문에 상담성과의 지속적인 효과 여부를 알아 보는데는 어려움이 있다. 앞으로는 단기 집단 상담에 대한 추후검사를 실시하여 프로그램의 지속성을 확인할 수 있어야 할 것이다.

## 참고문헌

- 강진구 (2004). 단기상담 훈련프로그램의 개발과 효과 연구. 박사학위논문, 연세대학교 대학원.
- 김태한 김만호 (2015). 장애대학생의 전문대학 교육경험에 관한 탐색적 연구, **계명연구논총**, 33, 27-56.
- 김현숙 (1998). 해결중심해결중심 단기상담 교육 프로그램의 효과분석. 석사학위논문, 부산대학교 대학원.
- 맹주영 (2013). 모래놀이치료가 시각장애 대학생의 불안과 자존감 및 사회성에 미치는 효과, 석사학위논문, 남서울대학교 대학원.
- 박민아 (2002). 전문대학생의 자아존중감 및 사회적 지지와 스트레스 대처방식과의 관계. 석사학위 논문, 대구가톨릭대학교 대학원.
- 박성주 (2008). 이혼위기 부부를 위한 문제해결 단기 집단상담의 개발 및 효과검증. 박사학위 논문, 계명대학교 대학원.
- 서국희 (1997). 해결중심 단기상담이 고등학생의 문제해결력에 대한 자기평가에 미치는 효과. 석사학위논문, 부산대학교 교육대학원.
- 서수균, 권석만 (2002). 자존감 및 자기에 성향과 공격성의 관계. **한국심리학회지: 임상**, 21(4), 809-826.
- 송성자 김정택 (1994). 해결중심적 단기 가족상담의 관점과 상담전략. **한국가족치료학회지**, 2, 131-150.
- 윤계순 (2000). 해결중심 단기상담을 적용한 학교부적응청소년 집단 프로그램 연구. 석사학위 논문, 가톨릭대학교 대학원.
- 이상근 (2011). 사티어 의사소통프로그램이 여성장애인의 대인관계와 자아존중감 향상에 미치는 효과. 석사학위논문, 서강대학교 대학원.
- 이수연 (2014). 장애대학생을 위한 스마트폰 기반 멘토링 프로그램이 대학생 생활 적응도, 대학 생활 만족도 및 자아존중감에 미치는 영향. 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.

- 이영례 (2017). 정신장애인의 사회적지지, 자아존중감이 자가간호역량에 미치는 영향. 석사학위논문, 동신대학교 대학원.
- 이정은 (2000). 만성질환자 자녀를 대상으로 한 해결중심 집단 효과성 연구. 석사학위논문, 서울대학교 대학원
- 정유미 (2004). 해결중심적 상담프로그램이 대학생의 사회적 문제해결능력과 스트레스 대처 능력에 미치는 효과. 석사학위논문, 한국교원대학교 대학원.
- 최나리 (2015). 긍정심리기반 치료적 노래중심 활동이 정신장애인의 자아존중감과 행복감에 미치는 영향. 석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 최소현 (2013). 집단모래상자놀이가 중도장애인의 자아존중감 향상에 미치는 효과. 석사학위논문 대구대학교 대학원.
- 최정은 (2001). 해결중심 집단상담이 가출소녀의 자존감에 미치는 영향. 석사학위논문, 중앙대학교 대학원.
- 탁정미 (2004). 대학생을 위한 해결중심 단기 집단상담의 효과. 석사학위논문, 전남대학교 대학원.
- Berg, I. K. (1991). *Family preservation : A brief therapy workbook*. London: BT Press.
- Berg, I. & Miller, S. (1992). *Working with the problem drinker - A solution focused approach*. NY: W.W. Norton.
- Berg, I. K., & de Shazer, S. (1993). Making numbers talk: Language in therapy. In Friedman, S(Ed.), *The new language of change: constructive collaboration in psychotherapy*. NY: The Guilford Press.
- Biever, J. L., McKenzie, K., Wales-North, M., & Gonzalez, R. C. (1995). Stories and solutions in psychotherapy with adolescents. *Adolescence*, 30, 491-499.
- Cade, B. & O' Hanlon, W. H. (1992). *A brief guide to brief therapy*. NY: W. W. Noron.
- De Shazer, S., Molnar, A., (1987). *Solution-focused therapy. Journal of Marital and Family Therapy*, 13(4), 349-358.
- DeJong, P., Berg, I. K. (1996). Solution-Building Conversation; Co-constructing a sense of competence with clients. *The Journal of Contemporary Human Services*, June, 376-391.
- D' Zurillia, T. J., Chang, E. C., & Sanna, L. J. (2003). Self-esteem and social problem solving as predictors of aggression in college students. *Journal of Social Clinical Psychology*, 22, 424-440.
- D' Zurillia, T. J., & Nezu, A. M. (2007). *Problem-Solving Therapy: A Positive Approach to Clinical Intervention*. NY: Springer Publishing Co.
- Gale, J.. & Newfield. N. (1992). A conversation analysis of solution focused martial therapy session. *Journal of Marital and Family Therapy*. 18(2). 153-165.
- Goldenberg, I. & Goldenberg, H. (1991). *Family therapy on overview*. NY: Brunner / Mazel.
- Heppner, P. P. (1986). *The Problem Solving Inventory, Manual*(Palo Alto, Ca, Consulting Psychologists Press).

- LaFountain, B., Garner, N., & Eliason, G. (1996). "Solution-Focused Counseling Groups: A Key for School Counselors." *The School Counselor*, 42, 256-267.
- Matthew, S., M.S.W.,(1991). "The Solution-Oriented Parenting Group : A Treatment Alternative That Works", *Journal of Strategic and Systematic and Systemic Therapies*. Vol 10, spring.
- Metcalfe, L.(1998). *Solution focused group therapy: ideas for groups in private practice, schools, agencies, and treatment programs*. NY: Free Press.
- Walter, J. L. & Peller, J. E. (1992). *Becoming solution-focused in brief therapy*. NY: Brunner/ Mazel Publishers.
- Watson, J., & Nesdale, D. (2012). Rejection sensitivity, social withdrawal, and loneliness in young adults, *Journal of Applied Social Psychology*, 42(8), 1984-2005.
- Weakland, J (1991). *MRI brief therapy-conversational and strategic*. Presentation at the Conference on Therapeutic Conversations. Tulsa, Oklahoma.

## The Influence of Brief Therapy Program on Self-esteem of College Students with Disabilities.

**Shin, Jong-Woo**

Keimyung College University

<Abstract>

The purpose of this study was to examine the effects of on self-esteem and problem-solving capacity of junior college students with disabilities. The subjects of this study were 18 students selected for this study were divided into two groups: 8 for experimental group and 10 for control group. To the students of experimental group, six sessions of the solution-focused brief group therapy were administered, a session for 100 minutes per week, the instruments used in this study were Self-esteem inventory, Problem solving inventory and session evaluation questionnaire. The conclusion of this study were as follows: First, results of this study showed significant increase in the experimental group's self-esteem was compared with that of the control group. Second, there was a significant increase in the solution-focused brief therapy group's average scores of problem solution compared with that of the control group's. Third, according to the therapy session assessment the subjects of the experimental group showed increased positive attitudes on smoothness, depth and positivity execept arousal. Fourth, there was significant increase in the score of experimental group's in the Session Evaluation Questionnaire compared with of the control group. Finally, there was positive effect on the problems-solving, understanding and acceptance of ones self and others. Research of responses of the experimental group members surveyed at each session showed that the solution-focused brief group therapy program had a positive effect on the sincerity in problem-solving, understanding and acceptance of others.

**Key Words** : self-esteem, solution-focused brief counseling,  
capacity of problem solution

---

논문 접수: 2019. 05. 09 심사 시작: 2019. 05. 13 게재 확정: 2019. 06. 13