

‘상담이론과 실제’ 온라인 수업에서 간호대학생의 자기인식 경험

김미화^{1*}, 최고야², 서지영³
^{1,3}강동대학교 조교수, ²경북전문대학교 조교수

Experience of Nursing Students' Self-awareness in 'Counseling Theory and Practice' Online Class

Mi-Wha Kim^{1*}, Goya Choi², Ji-Young, Seo³
^{1,3}Assistant Professor, Department of Nursing Science, Gangdong University
²Assistant Professor, Department of Nursing Science, Kyungbuk College

요약 본 연구의 목적은 간호대학생을 대상으로 비대면 수업 중 ‘상담이론과 실제’ 교과목을 통한 자기인식 경험의 본질과 의미를 탐색하는 데 있다. 참여자는 E군 대학의 ‘상담이론과 실제’ 교과목을 온라인으로 수강한 40명의 간호대학생이다. 자료분석은 Colaizzi의 현상학적 분석 방법을 적용하였다. 연구결과로 숨겨진 내면의 발견, 건강한 내적 자기 만들기, 자신에 대한 숙고, 서로의 다른 관점을 인식함, 포부와 영향력의 형성인 5개의 범주가 도출되었다. ‘상담이론과 실제’ 교과목을 인터넷으로 수강한 후, 자기인식 경험에 대한 분석을 통해 간호대학생의 올바른 자기인식이 형성됨을 볼 수 있었다.

주제어 : 상담이론과 실제, 온라인 수업, 자기인식, 질적연구

Abstract The purpose of the study was to explore experience of self-awareness of nursing students in 'Counseling theory and practice' online class. Participants were 40 of nursing students learning of counseling theory subject in online, and Colaizzi's phenomenological method was used. The results were as follows. There were five theme clusters that 'find hidden my inner side', 'improve my healthy inner self', 'reflection of myself', 'recognize each others' different viewpoints' and 'create an aspiration and an impact'. Therefore, nursing students established self-awareness after learning of 'Counseling theory and practice' online class.

Key Words : Counseling theory and practice, Online class, Self-awareness, Qualitative study

1. 서론

현대사회에서의 간호사는 전문직 간호 활동으로 대상자의 건강 관리능력 향상과 다양한 임상 현장에서 건강에 대한 상담을 하며 건강문제 해결을 돕는 역할을 한다. 간호사는 대상자와 치료적 관계를 형성하여 신체적·정신적으로 돌봄을 제공해야 하므로[1], 대상자의 건강문제를

해결하기 위해서는 효과적인 치료적 기술이 필요하다. 조력자로서의 간호사 자질 중 상담 능력은 중요한 부분을 차지하게 되면서[2], 간호사의 역할은 상담가의 역할로 점점 확장되어 가고 있다.

간호대학생이 대상자를 만나는 임상실습을 하기 전에 치료적 관계기술을 증진시키기 위해 상담교육을 받는 것은 간호대상자의 간호문제를 효과적으로 해결할 수 있다

*교신저자 : 김미화(river-me@hanmail.net)

접수일 2021년 10월 14일 수정일 2021년 11월 22일 심사완료일 2021년 11월 25일

록 도울 수 있으며 간호 대상자와의 치료적 관계에 대해 자신감을 가지게 하는 데 공헌할 수 있다고 본다[2]. 간호사와 간호대학생은 대상자와 가장 오랜 시간 접촉을 하므로 대상자의 요구를 충족시키고 동시에 성장할 수 있도록 조력자의 역할을 해야 한다. 이를 위해 간호사와 간호대학생은 상담 능력을 갖추 수 있는 교육이 필요하다[3]. 또한, 전문적 의료서비스를 제공해야 하는 간호사는 대상자의 심리적 욕구를 파악하기 전에 자기와 타인을 인식하는 능력을 갖추어야 한다[1]. 그러나 인간 심리에 대한 이해는 바로 나타나지 않고 시간이 걸리는 부분 이므로 저학년일 때부터 이에 대한 교육이 필요하다.

‘상담이론과 실제’ 수업은 상담이론가 소개, 이론의 배경과 발달과정 및 변화과정을 다루며, 구체적인 상담기법을 학습하고 이를 실제 적용할 수 있는 사례를 공부하는 방식으로 진행된다[4].

즉, 상담 관련 교과목은 상담이론의 전반적인 과정을 통해 자신과 타인의 이해를 도모하는 중요한 교과목이다. 간호사가 임상에서 대상자와 치료적 관계를 유지하기 위해서는 지속적이고 의식적인 노력으로 자기인식 능력을 갖추어야 한다. 이는 간호학과 재학 시 자기인식 능력을 위한 교육을 통해 이루어질 수 있다[5].

자기인식은 자신이 누구인지 명확하게 아는 내적 자기인식(internal self-awareness)과 타인이 자신을 어떻게 보고 있는지를 아는 외적 자기인식(external self-awareness)으로 구분된다[6]. 이러한 자기인식은 삶과 죽음 같은 본질적인 질문에 대한 철학적 신념의 형성을 통해 높일 수 있다[7]. ‘상담이론과 실제’ 교과목은 자기인식을 높이기 위해 무의식, 열등감, 그림자(음영)와 자존감 등의 주제로 구성된 수업과 성찰보고서로 이루어졌다. 이를 통해 간호대학생은 자기인식 수준을 정도를 높이고, 자신의 감정, 생각과 행동을 스스로 조절하는 자기인식 능력을 갖추게 될 것으로 생각한다.

자기인식과 관련된 선행논문을 살펴보면, 간호사 대상의 정신병동 간호사와 일반간호사의 문제해결 능력에 대한 자기인식 정도에 관한 연구가 있으며[8], 간호대학생 대상으로는 스마트폰 및 인터넷 중독과 관련된 연구[9], 자아인식, 타인인식과 공감간의 관계에 관한 연구[10], 자기인식, 타인인식과 의사소통능력에 관한 연구[11], 자기인식과 감성지능이 돌봄 효능감에 미치는 영향에 관한 연구[11]로 모두 양적연구에 해당된다. 반면 상담 관련 교과목을 통해 간호 대학생이 온전한 자기인식을 경험한 질적 연구는 찾아보기 어려운 실정이다.

따라서 간호대학생이 상담이론 교과목을 통해 자신을

객관적으로 바라보고 정확한 이해를 할 필요가 있다. 간호대학생이 명확한 자기인식을 통해 간호학의 가치를 알고 간호지식을 습득할 수 있는 기회를 가진다면, 졸업 후 임상현장에서 간호사이자 상담가로서의 능력을 발휘할 수 있을 것이다. 이에 본 연구는 Colaizzi[12]의 현상학적 연구방법을 통해 간호대학생이 경험하는 자기인식은 어떠한지 알아보고, 본질적 의미를 파악하고자 한다.

2. 연구 방법

2.1 연구설계

본 연구는 간호대학생의 ‘상담이론과 실제’ 온라인 수업을 통해 경험하는 자기인식의 의미와 본질을 파악하고자 Colaizzi[12]의 현상학적 연구방법을 이용한 질적연구이다.

2.2 연구참여자

본 연구의 참여자는 E군 대학의 간호학과에서 개설된 ‘상담이론과 실제’ 교과목을 이수한 2학년 학생들이다. 상담이론 교과목은 COVID-19 상황으로 비대면으로 진행하였으며, 연구 참여자들은 15주 과정 중 기말고사를 제외한 14주를 온라인으로 수강하였고, 각 주제별 성찰보고서를 14회 제출하였다. 연구의 목적, 연구 참여자의 권리, 익명성 보장 등을 설명 후 자발적으로 연구에 참여하기로 동의한 자에 한하여 4명의 남학생과 36명의 여학생으로 총 40명의 학생을 선정하였다.

2.3 자료수집

자료수집은 2020년 3월 16일부터 6월 19일까지 ‘상담이론과 실제’ 온라인 수업을 수강하고 주차별 주제에 대해 제출한 성찰보고서를 통해 이루어졌다. 성찰보고서의 주제는 상담의 정의, 무의식, 열등감, 그림자(음영), 자존감, 게슈탈트 상담 경험, 행동주의 상담 토론기법, 교류분석 상담 자아분석, 현실치료 상담 욕구분석, 중간 경험보고서, 기말 마무리 이었다. 구체적인 성찰 보고서 내용은 다음과 같다. 1주차는 상담의 기술 중 개인이 의미 있다고 생각하는 기술을 한 가지 작성하고, 2주차는 정신분석 주요 개념 중 기억에 남는 한 가지를 설명하였다. 3주차에는 무의식에 대한 영화, 드라마나 책을 소개하여 기술하기, 4주차 주제는 ‘미움 받을 용기’라는 책에 대해 소개하기였고, 5주차에는 자신의 열등감을 생각

하고, 이를 극복하거나 알게 된 부분을 작성하였다. 6주차는 용의 이론에서 음영(그림자)에 대한 자신의 경험이나 생각을 작성하기, 7주차는 자신의 자존감에 대해 작성하기 그리고 8주차는 지금까지 수업에 대한 소견을 보고서로 제출하였다. 9주차는 자신이 평소 사용하는 ‘회피의 언어’를 책임감 있는 언어로 바꾸어 제출하기, 10주차에 토론 강화 기법을 자신에게 적용하여 작성했고, 11주차는 지금까지 수업을 통해 변한 자기 자신에 대해 기술하였다. 12주차는 교류분석작업지를 통해 나의 자아를 분석하기, 13주차는 자신의 우선순위에 따른 욕구를 분석하기 그리고 14주차 주제는 수업 전반을 통한 자신의 변화에 대해 작성하기였다. 이와 같은 주제를 통해 온라인 강의 수강 후 1-2장 작성하여 참여자 1인당 14개의 보고서를 제출하였고, 총 40명에게 526개의 보고서를 수집하였다.

2.4 자료분석

자료분석은 현상학적 연구방법 중 Colaizzi[12]가 제시한 6단계를 따랐다. 첫째, 원 자료인 보고서를 여러 번 반복하여 읽으며 객관적으로 전체적인 내용을 파악하였다. 둘째, 참여자의 보고서에서 자기인식과 관련된 의미 있는 내용을 끌어내었다. 셋째, 추출한 의미 있는 내용은 연구자의 언어로 재 진술 하였고, 원 자료를 통해 참여자들의 경험의 의미가 충분히 추출되었는지 확인하는 과정을 거쳤다. 넷째, 구성된 의미로부터 주제로 범주화하였고, 이를 주제모음으로 유목화 하였다. 다섯째, 분석된 자료를 주제에 따라 총체적으로 기술하였다. 여섯째, 분류된 주제를 질적연구 경험이 있는 간호학과 교수 1인에게 자문을 구하였다. 이후에는 범주와 주제를 구성하여 참여자 3인에게 그들의 경험이 반영되었는지 확인하여 타당성을 확인하였다.

2.5 연구의 엄격성 확보

연구의 질을 확보하기 위해 Lincoln과 Guba[13]가 제시한 신빙성, 전이가능성, 의존가능성과 확증가능성의 4가지 기준을 적용하였다. 신빙성을 위해 보고서를 정성스럽게 작성한 참여자를 선정하도록 노력했다. 또한, 연구 참여자 3명에게 연구 결과를 보여주어 그들이 경험한 내용이 충분히 반영되었는지 확인하며 수정하기를 반복했다. 전이가능성 확보를 위해 제출된 보고서를 수차례 반복하여 읽었으며, 연구 결과를 연구에 참여하지 않은 학생 2인에게 보여주어 그들의 체험과 일치하는지 검증

받았다. 의존가능성 확보를 위해 연구과정을 연구자가 직접 수행하였고, 질적 연구 경험이 풍부한 간호학과 교수 2인에게 연구 과정 감사를 받았다. 확증가능성은 연구자의 선 이해나 편견을 사전에 메모하였으며, 중립적인 입장을 유지하기 위해 괄호 치기를 하였다.

2.6 연구자 준비

연구자는 질적연구를 주제로 학위 논문을 발표한 경험이 있다. 질적연구 관련 학회를 통해 지속적으로 탐구하며 질적연구 능력을 향상하고자 노력하고 있다.

2.7 윤리적 고려

연구의 윤리적 고려를 위해 연구 참여자에게 연구에 대한 안내를 하였다. 연구 자료는 오직 학술 목적으로만 사용할 것이며, 분석을 마친 후에는 일정 기간 자료를 보관 후 폐기할 것임을 설명하였다. 연구 참여자의 익명성, 비밀보장과 연구 참여를 거부할 권리가 있음을 설명한 후 동의를 받았다.

3. 연구결과

온라인 ‘상담이론과 실제’ 수업을 수강한 간호학과 학생들의 자기인식 경험에 대한 성찰보고서 내용을 현상학적으로 분석한 결과 5개의 범주와 13개의 주제가 도출되었다(Table 1).

3.1 숨겨진 내면의 발견

3.1.1 열등감과 투쟁

참여자들은 자신의 장점과 타인의 장점을 비교하며 살면 살수록 자신은 점점 작아지고 위축되었던 경험들이 있었고 이로 인해 그 열등감이 발현되지 않도록 노력하는 자신의 모습을 발견할 수 있었다. 열등감은 초기에는 노력만 하면 되었으나 세월이 흐르면서 노력만으로 되지 않음을 발견하기도 한다.

타인과의 비교 속에서 발현되고 그 순간에 한없이 작은 존재가 되는 것 같아서 열등감이 발현되지 않도록 노력했습니다. (참여자 1)

나 자신을 나 스스로가 많이 깎아내렸던 것도 사실이다. 지금 생각해보면 과거의 내가 안타깝게 느껴졌다. 나를

지킬 수 있는 것은 나인데 나를 너무 채찍질했던 것 같다. 과거에도 현재에도 나의 삶과 타인의 삶을 비교하며 열등감에 사로잡히곤 한다. (참여자 36)

3.1.2 그림자(음영)를 알아차림

참여자들은 자신 안에 알 수 없었던 모습이 그림자임을 인식하면서 그동안 자신 안의 어려움이 타인과의 관계에서 보여 지고 있음을 자각하고 더 자신에게 집중하며 자신 안에 이런 모습이 있었음을 발견하였다.

제가 싫어하는 행동을 자신이 단 한 번이라도 하지 않았던 것이 아니고 그렇기 때문에 그 부분이 저의 한 모습 즉 음영이라는 것을 이해할 수 있었습니다. 제 음영을 보는 것이 어렵기도 하고 두렵기도 하지만 앞으로 다른 사람을 생각하는 제 모습을 더 많이 들여다보고...(중략) (참여자 34)

3.1.3 낮은 자존감의 경험

참여자들은 여전히 상대방으로부터 상처를 쉽게 받고, 자존감이 낮은 사람이라고 느끼고 있다. 근본적으로 자존감을 높이는 어렵고, 이를 해결하기에는 난관이 많은 숙제라고 경험하였다.

상대방의 행동에 쉽게 상처를 받습니다. 평소와 같았으면 분명히 쉽게 기분이 상하고 쉽게 상처받지 않을 텐데 상대방을 많이 좋아하면 저의 자존감은 한없이 낮아집니다. 이러한 모습을 보고 이 모습이 저의 진정한 본모습인가? 라는 생각도 듭니다. 아직 저는 많이 어리고 배울 게 많은 것 같습니다. (참여자 30)

3.2 건강한 내적 자기 만들기

3.2.1 열등감은 삶의 원동력

참여자들은 열등감이 자신의 삶의 자양분이 되었으며 열등감을 나쁘다고만 생각하지 않았다. 열등감은 누구에게나 있으며 이를 어떻게 받아들이고 극복하느냐가 중요하다고 느끼고 있었다.

열등감은 꼭 안 좋은 영향만 주는 것이 아니고 자기관리를 잘 할 수 있도록 자극시키며 삶이 더욱 가치 있도록 열심히 살게 북돋아 주며 공부에 대한 동기부여도 될 때도 많았다는 생각을 해 볼 수 있었습니다. 또한 열등감을 극복하는 과정을 거치면서 사람들의 내면에서 더욱 값진 것을 얻을 수 있을 것이라는 생각을 해 볼 수 있습니다. (참여자 32)

3.2.2 열등감을 인정하기

참여자들은 열등감이란 존재가 자신을 진정으로 발전 시킨다기보다 자신을 합리화시키고 현실을 회피하는 존재로 자각이 되면서 열등감을 극복하기로 다짐을 했다.

세상에는 완벽한 사람은 없으며, 완벽하지 않기에 인간이라고 생각하고 열등의 감정을 인정하고, 받아들이고 좋은 방향으로 극복할 수 있도록 더욱더 노력할 것 같습니다. (참여자 22)

3.2.3 그림자(음영)를 인정하고 받아들이

참여자들은 타인의 모습에서 싫어했던 모습들이 자신의 그림자(음영)임을 자각하고 있다. 자신 안의 긍정적인 부분과 부정적인 부분이 서로 균형을 이루게 되면 건강한 성격이 이루어질 수 있다고 생각했다.

깊이 생각해보면 내가 싫어하는 타인들의 특징은 내게서 찾을 수 있다. 이것들은 내가 인정하기 싫은 나의 음영이다. 진정한 나를 찾기 위해서는 인정하기 싫은 나의 모습도 이해하고 받아들이야 한다. 더 나아가 타인의 모습을 이해하고 받아들이야 한다. (참여자 16)

3.3 자신에 대한 속고

3.3.1 나를 알아가면서 생기는 변화

참여자들은 매주의 과정을 통해 자신을 알아가는 시간이 의미가 있으며 이로 인한 자신의 변화를 통해 삶의 어려움을 극복하고 해결할 수 있는 방법을 이해하게 되었음을 표현하였다.

수업을 통해 '나'라는 사람은 어떤 사람인가에 대해 고민하는 시간을 갖게 됐다. 어떤 사람이 되고 싶은지, 내가 어떠한 상황 속에서 왜 그렇게 행동했는지 생각해보고 깨닫는 시간을 가졌다. 수업을 통해 세상을 보는 견해가 넓어지고, 여러 가지 고민과 탐색을 하면서 더 성장한 것 같다. (참여자 38)

3.3.2 자신을 믿고 사랑하기

참여자들은 자신이 아니면 그 누구도 자신을 생각할 수 없다는 자각으로 인해 자신의 삶을 믿고 스스로 책임을 지기로 했다고 표현하였다.

성인이 된 지금도 나 자신을 사랑하는 방법을 모른다. 그렇지만 나 자신을 더 사랑하기 위해 노력하고 있는 중

이다. 더 나아가 미래에 간호사가 되어서 어떤 간호사가 될 것인지 생각하고 목표를 세워 훌륭하고 나 자신을 아끼고 사랑하는 사람이 되고 싶다. (참여자 36)

3.3.3 있는 그대로 나답게 살기

참여자들은 자신들의 모습을 되돌아보면서 관점의 변화로 인해 내면의 성장을 이룰 수 있었다고 표현했다. 내면의 몰랐던 모습들을 하나둘씩 받아들이고 인정하면 할수록 내면이 단단해짐을 경험하였다.

옛날에는 항상 누군가에게 인정받고 싶어 하고 비교하면서 열등감에 사로잡히기도 했는데 지금은 모든 사람에게 인정받을 필요가 없고, 잘한 사람에게는 박수를 쳐주고 나는 주어진 나의 인생을 사는 것이 더 행복하게 살 수 있다. (참여자 29)

3.4 서로의 다른 관점을 인식함

3.4.1 자신과 타인의 다름을 받아들임

참여자들은 자기중심적이었던 사고를 타인을 중심으로 전환하여 생각하려는 노력이 필요하다고 하였다. 자신의 내면을 탐색하는 다양한 경험들을 토대로 사람들의 입장에 대해서 생각하게 되었다.

다른 사람들과의 다름과 음영 속의 나까지도 인정하면서 나에게 상처를 줬던 사람들을 원망하고 미워하기보다는 이해해 보려고 노력하고 있습니다. 이러한 과정들을 통해 요즘 스스로 나를 사랑하며 타인들까지도 사랑해보려고 하는 것 같습니다. (참여자 1)

3.4.2 존중의 의미를 이해함

참여자들은 상대방의 마음을 존중하기 위한 방법으로 자신 스스로를 먼저 존중해야 함을 표현하였다. 서로 다른 점을 존중하면서 자신의 내면이 성장하고 타인을 이해하는 마음이 넓어졌음을 경험하였다.

다른 사람을 이해하고 용납한다는 것 또한 결국 나를 위한 것임을 다시 한 번 깨닫게 된다. 모든 사람들이 나 또한 어떤 상황이든 겪어 내는 경험에서 하나씩 깨달으며 성장한다면 그것으로 만족하다는 결론에 이른다. (참여자 8)

3.5 포부와 영향력의 형성

3.5.1 공감하고 소통하는 미래의 간호사를 희망함

참여자들은 대상자와 치료적 관계를 유지하기 위해 대상자의 입장에서 바라보는 태도가 중요함을 경험하였다. 앞으로 자신이 희망하는 간호사를 그려보며 이해하고 경청하는 자세를 갖추기로 다짐하였다.

전문적인 간호사가 되기 전에, 먼저 인간 그 자체를 이해하며 하나의 인격체로 무조건적인 존중의 태도를 가진 진실된 마음으로 공감하고 다가갈 수 있는 간호사가 되도록 끊임없이 노력할 것입니다. (참여자 7)

3.5.2 대상자를 향한 참된 열정

참여자들은 상담을 통해 조력자로서 역할을 할 수 있는 간호 인재가 되고 싶음을 경험하였다.

간호사가 되어서 환자와 상담을 해야 할 경우에 상담을 해주는 나의 입장보다 상담을 받는 대상자의 입장을 더 중요시하는 간호사가 되고 싶다는 생각을 했고, 상담 이후에 달라진 대상자의 모습을 꼭 기억하고 싶다는 생각을 하게 되었다. (참여자 17)

4. 논의

본 연구는 간호대학생들이 온라인을 통한 ‘상담이론과 실제’ 수업 과정 중 자기인식을 경험한 내용을 분석하여 의미와 본질을 현상학적 방법으로 파악하려고 하였다.

참여자들은 수업 과정 중 나도 몰랐던 내면의 모습을 자연스럽게 들여다보게 되었다. 상대방의 의도치 않은 언행에 상처를 받고 자존감이 낮음을 인식하지만 회복하기에는 어렵다고 느끼며 이를 들키지 않도록 숨기려는 노력을 했다. 또한, 부정적인 인간관계를 경험하면서 자존감도 낮아지게 되고 열등감과 겹치면서 자신을 무가치한 존재로 인식하였다. 이러한 열등감은 내면화된 수치심과 상호작용하여 사회불안으로 이어지게 되며[14], 높은 사회불안은 빈약한 대인관계 기술이나 사회적 상호작용을 유발하게 되어[15] 대학 졸업 후의 사회생활에 부정적인 영향을 미치게 된다. 또한, 부정적인 열등감은 개인의 삶에 지속적으로 자리 잡아 자아정체감 형성에 바람직하지 못한 영향을 주고 이는 인간의 존엄성을 흔드는 결과까지 줄 수 있다[16]. 그러므로 간호대학생들의 열등감과 낮은 자존감은 임상 현장에서 간호사로서의 발전을 저해하는 심리적 요인이 될 수 있다. 참여자들이 자신의 내면 속의 열등감과 낮은 자존감을 객관적으로 바라봄으로써 내적 자기인식이 시작됨을 알 수 있다.

참여자들은 ‘상답이론과 실제’ 수업이 진행되면서 열등감과 같은 부정적인 면을 발견했지만 긍정적인 면과 함께 건강한 내면을 형성하고 있었다. 간호대학생들은 수업 주제에서 언급되는 주요 개념들을 자신에게 적용하면서 그들의 열등감과 낮은 자존감에 대한 생각을 바꾸기 시작하였다. 오히려 열등감이 인생의 출발점인 초기 성인기의 소중한 밑거름이 된다고 생각하였다. 일반적이고 정상적인 감정인 열등감이 긍정적으로 작용할 경우 개인의 성장과 발전의 기회가 된다[16]. 참여자들은 마음의 균형을 통해 다시 한 번 자신이 누구인지 들여다보는 내적 자기인식을 형성하고 있었다.

간호대학생들은 ‘상답이론과 실제’ 수업을 통해 자신을 알고 돌아보는 기회임을 인식하며, 자신에 대한 숙고를 경험하였다. 과제를 하기 위해 책을 읽고 글을 쓰는 과정 속에서 자신의 변화를 인식하고, 있는 그대로 나를 바라보며 그 안에 있는 그림자까지 수용하였다. 이를 통해 내가 내 삶의 주체임을 알고 내면의 성장이 시작되며 자기인식을 경험하였다. 낮은 자기인식은 자신이 어떤 감정을 느끼는지, 이러한 감정과 행동이 타인에게 어떤 영향을 미치는지 알아채기 힘들다[17]. 학생 때부터 자기인식 능력을 위한 교육을 통해 자기인식이 확립된 간호사는 대상자와 효과적인 치료적 관계를 유지할 수 있으므로[4], 이러한 상답이론 수업이 참여자들이 자신을 성찰하며 올바른 자기인식을 하는데 긍정적인 영향을 주었다고 생각한다.

참여자들은 자기인식을 통해 내면의 사고와 감정이 올바르게 성장하면서 스스로 변화를 체감하였고, 아울러 타인의 내면을 생각하면서 나와 타인의 다른 관점을 인

식하는 것을 경험하였다. 있는 그대로의 자신을 존중하게 되면서 내면이 단단해짐을 경험하고 더 나아가 타인을 존중하는 자세를 지니게 되었다. 이를 통해 타인을 바라보는 시선이 달라짐과 동시에 스트레스가 감소하여 마음의 평온과 균형을 찾게 되었다. 공감 능력은 자기 인식이 높은 사람의 특성 중 하나이다[6]. 자기인식이 높으면 공감 능력이 높고 대인관계에 대한 스트레스가 낮아지므로[16], 임상 현장에서 자신감을 가지고 대상자와 치료적 관계를 유지하는데 도움이 될 것이라고 생각한다.

자기인식이 높으면 공감 능력과 더불어 영향력, 설득력, 소통 능력과 협동심에서 월등한 능력을 발휘한다[6]. 참여자들은 ‘상답이론과 실제’ 수업이 막바지에 이르러서는 전문간호직에 대해 간호대학생으로써 포부를 다지게 되었다. 신체적·정신적으로 힘들어하는 대상자와 소통하고 긍정적인 영향을 주는 자신의 미래를 꿈꾸는 등 소통 능력과 영향력에 자극을 주었다. 졸업 후에는 간호사로서 대상자를 돕는 조력자의 역할을 할 것이라고 스스로에게 약속하는 협동심도 생각하게 되었다. 이와 같은 결과는 간호대학생들이 긍정적인 자기인식과 타인인식을 하며, 인간을 대상으로 하는 간호사로서의 윤리의식을 확립하도록 도와주었기 때문이라고 생각한다. 간호대학생들은 인간관계를 통해 상호작용을 하므로 대상자의 신체적·정신적 건강을 위해 다양한 학문을 배울 필요가 있다.

이상의 결과를 토대로, 온라인을 통해 운영된 상답이론 교과목은 수강하는데 그치는 것이 아니라, 매주 주어지는 자기인식을 형성하기 위한 성찰보고서를 통해 혼자만의 시간으로 자신을 객관적으로 명확하게 바라보는 숙고의 과정을 경험 하도록 하였다. 이러한 활동을 통해 참여자들은 내적·외적 자기인식을 갖출 수 있었던 것으로 생각한다. 인간의 심리는 단시간에 변화하기가 힘들다. 본 연구에서 참여자들은 14주간 28시간의 수업 수강 뿐 아니라 14가지 주제에 대한 성찰 보고서 작성을 위해 숙고의 과정을 경험하였다. 이는 대상자들의 심리 변화에 상당한 영향을 준 것으로 보인다.

현재 간호교육에서는 한국간호교육평가원이 제시한 기준에 따라 인문사회 교과목을 8학점 이수하도록 규정하고 있다. 본 연구에서 활용한 ‘상답이론 과 실제’ 수업도 이에 맞춰 운영되고 있는 교과목 중 하나이다. 이렇듯 간호교육에서 필수적으로 운영되고 있는 교과목이 있지만, 인문사회 영역은 결과가 바로 나타나는 기술적인 부분이 아니므로 학생 스스로가 성찰할 수 있도록 관련 교과목이나 프로그램이 효과적으로 운영되는 방안을 마련할 필요가 있다.

〈Table 1〉 Categorization of experience of nursing students' self-awareness in counseling theory online class

Category	Subject
find hidden my inner side	- struggle with an inferiority complex - recognition of shadows - experience low self-esteem
improve my healthy inner self	- the motivation of an inferiority complex - concede of an inferiority complex - concede and accept of shadows
reflection of myself	- recognition and change of myself - trust and love me - live me just as I am as it is
recognize each others' different viewpoints	- take the difference between you and I - understanding of the respect
create an aspiration and an impact	- a nurse with empathy and good communication skills in the future - my true passion for clients

REFERENCES

- [1] E.J.Oh, S.H.Ko, J.Y.Kim and S.R.Kim, "Self-awareness, Other-awareness and Communication Ability in Nursing Students", Journal of Nursing Administration, Vol.21, No.4, pp.426-434, 2015.
- [2] H.R.Ahn, "The Effect of Nursing Counseling Training Program on the Therapeutic Helping Skill of Nursing Students", Journal of the Psychiatric Nursing, Vol.9, No.4, pp.485-498, 2000.
- [3] H.J.Pai and H.R.Ahn, "The Effects of the Nursing Counseling and Reality Therapy Centered Psychiatric Nursing Practice on the Psychiatric Inpatients' Perceptive Counseling Effectiveness", Korean Psychiatric Nursing Society, Vol.12, No.4, pp.594-602, 2003.
- [4] C.K.Kim, S.Y.Lee, Y.J.Lee, J.J.Jeong and W.Y.Choi, "The Theory and Practice of Counseling", Hakjisa, pp.16-17, 2017.
- [5] S.P.Rasheed, "Self-Awareness as a Therapeutic Tool for Nurse/Client Relationship", International Journal of Caring Sciences, Vol.8, No.1, pp.211-216, 2015.
- [6] T.Eurich, "Insight: why we're not as self-aware as we think, and how seeing ourselves clearly" [e-book], Translated by M.J. Kim, Seoul: Just Books, 2018.
- [7] M.H.Lee, S.Yang, K.H.Kim, M.S.Jeong, R.R.Kang, G.H.Park, J.E.Lee, A.S.Jeong and M.Y.Hyun, "Psychiatric mental health nursing", Seoul: Hyunmoon, PP.128-130, 2019.
- [8] S.Yang, G.J.Lee and S.Y.Lee, "Original Articles: Self-evaluative Awareness of Problem Solving Ability Between Psychiatric Mental Health Nurse Practitioners and Registered Nurses Working in Psychiatric Wards", Journal of the Psychiatric Nursing, Vol.15, No.3, pp.260-269, 2006.
- [9] M.R.Son, "Influence of Self-awareness, Other-awareness, and Interpersonal Relation Competence on Smartphone and Internet Addiction in Nursing Student", Journal of the Psychiatric Nursing, Vol.27, No.1, pp.74-84, 2018.
- [10] M.O.Kang, "A Study on Relationship among Self-awareness, Other-awareness and Empathy in Nursing Students", Korean Philosophy Paper Vol.47, No.0, pp.207-238, 2015.
- [11] J.A.Hong, "Influence of Self-awareness, Emotional intelligence on Caring efficacy in Nursing Students", The Society of Learner-Centered Curriculum, Vol.20, No.7, pp. 551-568, 2020.
- [12] P.F.Colaizzi, "Psychological research as the phenomenologists View it, In R.: A Valle, & M. Kingl(Eds.)", Existential phenomenological alternatives for psychology. Oxford: Oxford University Press. pp.71, 1978.
- [13] Y.S.Lincoln and E.G.Guba, "Naturalistic inquiry. Newbury Park", CA: Sage. pp.416, 1985.
- [14] Y.S.Lee and M.H.Lee, "The Moderating Effect of Internalized Shame in the Relationship of College Students' Inferiority to Social Anxiety", Emotional and Behavioral Disorder Research, Vol.36, No.2, pp.297-313, 2020.
- [15] I.Y.Seo, Y.S.Lee and J.W.Yu, "Mediating Effect of Interpersonal Relationship on the Relationship Between Inferiority and Social Anxiety of College Students", Humanities and Society 21, Vol.10, No.4, pp.1369-1384, 2019.
- [16] M.J.Lee and A.J.Park, "A Meta-Analysis on the Effectiveness of Inferiority Reduction Programs", Secondary Education Research Vol.54, No.1, pp.145-165, 2006.
- [17] H.J.Kim and M.S.Yi, "Original Articles: Factors Influencing Empathy in Nursing Students in Korea", Korean Journal of Nursing Education, Vol.21, No.2, pp.237-245, 2015.

김 미 화(Mi-Wha Kim)

[정회원]



- 2003년 2월 : 인하대학교 교육대학원 교육학과 (심리치료상담 전공, 교육학석사)
- 2018년 2월 : 가톨릭대학교 간호대학 일반대학원 간호학과 간호학박사)
- 2015년 3월 ~ 현재 : 강동대학교 간호학과 교수

<관심분야>

간호학생, 온라인 수업

최 고 야(Goya Choi)

[정회원]



- 2014년 2월 : 고신대학교 일반대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2018년 2월 : 고신대학교 일반대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2020년 9월 ~ 현재 : 경북전문대학교 간호학과 교수

<관심분야>

기초간호과학, 미술요법

서 지 영(Ji-young, Seo)

[정회원]



- 2013년 2월 : 서남대학교 일반대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2019년 2월 : 아주대학교 간호대학 일반대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2015년 3월 ~ 현재 : 강동대학교 간호학과 교수

〈관심분야〉

간호학생, 상담