

강점중심 집단프로그램의 효과성에 관한 메타분석연구

A Meta-Analysis on the Effect of the Strengths-Focused Group Program

박정임
서일대학교 사회복지과

Jung-Im Park(strjung@seoil.ac.kr)

요약

본 연구에서는 국내에서 실시된 강점중심 집단프로그램의 효과크기를 통합하여 제시하고, 강점중심 집단 프로그램의 효과적인 실천방안을 제시하기 위하여 메타분석을 실시하였다. 자료 수집은 메타분석의 대상선 정기준에 따라 국내 석 박사 학위논문과 학술지 게재논문인 25편의 논문을 선정하여 분석하였다. 메타분석 을 위해서는 CMA(Comprehensive Meta-Analysis) software 2.0을 사용하였다. 연구 결과는 다음과 같 다. 첫째, 강점중심 집단프로그램의 평균효과크기를 살펴보면, 심리적 안녕감의 효과크기가 1.400으로 가장 높게 나타났고, 학교적응이 1.104, 자아존중감이 0.908로 나타나서 모두 큰 효과크기를 보였다. 둘째, 강점중 심 집단프로그램의 실행에 따른 자아존중감과 심리적 안녕감의 효과크기가 조절변수(연령, 프로그램 특성, 총회기수, 진행자 전공)와 어떠한 관계가 있는가를 분석한 결과, 자아존중감에 있어서는 연령, 프로그램 특 성, 진행자 전공, 총회기수, 심리적 안녕감에 있어서는 연령, 프로그램 특성, 진행자 전공이 통계적으로 유의 미한 조절변수인 것으로 나타났다. 본 연구의 결과를 바탕으로 강점중심 집단프로그램의 이론적·실천적 함의와 전략을 제언하였다.

■ 중심어 : | 강점중심 집단프로그램 | 평균효과크기 | 메타분석 |

Abstract

This study was to examine the effectiveness of Strengths-Focused Group Program in Korea by using method of Meta-analysis. For the purpose of the study, master's theses, doctoral dissertations, and journal articles published in Korea up to August, 2016 were systematically reviewed. As a result, a total of 25 studies were eligible for the inclusion criteria. The mean effect sizes and test for homogeneity of effect size(Q-statistic) were analyzed by using Comprehensive Meta-Analysis software 2.0. The main findings of the study were as follows. First, the average effect sizes for Strengths-Focused Group Program were ES=1.400 of Psychological Wellbeing, ES= 1.104 of School Adjustment, ES= 0.908 of Self-Esteem. Second, the moderate variables of the effect size for Strengths-Focused Group Program was 'age' of ' a characteristic of the program', and 'the major of group leader'. Based on the study results, the research and practice implications were discussed.

■ keyword : | Meta-analysis | Strengths-Focused Group Program | Mean Effect Size |

* 본 논문은 2016년도 서일대학교 학술연구비에 의해 연구되었음

접수일자 : 2016년 11월 07일
수정일자 : 2016년 11월 21일

심사완료일 : 2016년 11월 21일
교신저자 : 박정임, e-mail : strjung@seoil.ac.kr

I. 연구의 필요성 및 목적

인류역사상 인간의 강점에 대한 관심은 고대시대부터 있어 왔다고 하지만, 실제로 학문적으로 인간의 강점에 대한 연구가 시작된 것은 불과 약 40여 년 전 Drucker(1967)의 경영학 연구부터인 것으로 나타나고 있다[1]. 이후 강점은 경제학, 경영학, 긍정심리학, 교육학, 사회복지학 등 다양한 분야에서 관련 연구들이 확대되고 있으며, 이제 인간의 강점은 고전 철학에서처럼 단일 개념이 아니라 인간의 긍정적인 기능에 대한 보다 전체적인 이해의 차원에서 검증되고 개념화되고 있다[2].

강점이 인간의 삶에서 중요하게 된 것에는 여러 가지 이유들이 있겠지만, 무엇보다도 강점은 인간의 심리적 안녕감, 행복감, 삶의 만족 등을 높여줄 수 있다는 측면에서 중요성이 강조되고 있다[3]. 실제로 국내외 실증적 연구에서도 개인의 강점은 행복, 삶의 만족도, 심리적 안녕감 등과 높은 상관관계가 있음이 입증되고 있다[3]. 유아 및 아동교육분야의 연구자들도 아동들이 강점을 발휘하도록 하는 경우에는 긍정적 언어를 더 잘 표현하며 호기심과 문제해결능력, 자아존중감, 학교적응능력 등을 향상시킬 수 있다고 설명하고 있다[4].

한편, 인간의 강점에 대한 연구를 진행하는 여러 연구자들은 강점에 대한 잘못된 인식으로 다음과 같은 점들을 지적하고 있다. 즉, 강점은 약점과 대비되는 개념으로 인식되고 있으나 이는 잘못된 인식이며, 강점과 약점은 각각 분리된 개념이 아니라 강점을 통하여 약점을 보완한다는 점에서 연속적인 개념으로 보아야 한다는 것이다[5]. 또한, 인간의 강점은 선천적이며 자연적으로 향상될 것이라는 인식이 있으나, 인간의 강점은 교육과 연습, 훈련 등을 통해서 얼마든지 향상될 수 있으며 이를 통해서 최상의 성과를 도출할 수 있고 잠재력을 발휘할 수 있다는 점들이다[6].

이러한 점들 때문에, 최근 들어 인간의 강점을 향상시키기 위한 여러 개별적, 집단적 개입들을 실시하고 이의 효과성을 검증하는 국외 연구들이 늘어나고 있으며[3], 국내에서도 아동, 청소년, 대학생, 중·장년층 등 다양한 계층을 대상으로 하여 강점중심 사례관리, 집단

프로그램 등의 효과성 연구들이 증가하고 있는 상황이다.

이에 본 연구에서는 국내에서 2000년대 이후 확장되고 있는 강점중심개입중에서도 강점중심 집단프로그램의 효과성 연구들을 보다 전체적이고 통합적인 차원에서 검토하고자 ‘메타분석’을 실시하고자 한다. 메타분석 방법은 개별 연구의 표집을 통합하여 가설을 검증하게 되므로 통계적 검증력을 높일 수 있고, 모수를 좀 더 정확하게 추정할 수 있으며 결과에 영향을 줄만한 요인을 분석할 수 있고 오류와 왜곡을 최소화할 수 있다는 점등[7]이 장점으로 제시되고 있다. 또한, 본 연구에서는 강점중심개입 중에서도 집단프로그램을 선택하였는데, 왜냐하면 강점중심 개별개입(사례관리 등)의 경우에는 독립변수의 조작화가 어렵고 이에 따라 효과성의 결과를 입증하는데 한계가 있다는 점 등이 지적되고 있기 때문이다[8]. 반면에 강점중심 집단프로그램은 최근 국내외에서 아동, 청소년, 대학생, 장년층 등 다양한 대상에게 시도되고 있으며, 효과성 연구들도 증가하고 있다.

본 연구에서 연구문제는 다음과 같이 설정하였다. 연구문제 1은 국내에서 실시된 강점중심 집단프로그램의 평균효과크기는 어느 정도인가?, 연구문제 2는 강점중심 집단프로그램은 조절변수에 따라 효과크기가 다른가? 이다.

II. 선행연구

1. 강점의 개념

일반적으로 강점의 개념은 학문 분야와 연구자에 따라 다르다. 먼저, 경제학 분야에서는 강점을 최소한의 투입으로 최대한의 효과와 산출을 할 수 있는 개념으로 강조하는 경향이 있는데, Drucker(2002)는 강점이란 성과를 높이고 기업의 목표를 달성하는데 도움이 되는 행동이라고 하였으며[9], Clifton과 Nelson(1992)은 한 사람의 재능과 관련된 지식, 기술, 노력의 결합이라고 하였다[10]. Rath(2007)는 강점은 재능, 지식, 기술의 결합이며 일관적이며 예측 가능한 패턴을 지닌 행동이라고 하였다[11].

긍정심리학 분야에서 강점은 행복한 삶을 이루는데

중요한 개념으로 설명하며, 강점을 주로 긍정적 특질로써 성격강점과 덕목의 차원에서 접근하고 있다. 이 분야의 대표적 연구자인 Seligman(2004)은 강점이란 인간이 가지고 있는 긍정적 특질(positive trait)이라고 하였으며[5], Biswas-Diener(2011)는 인간의 에너지를 높여주고 최고의 성과를 낼 수 있는 사고, 감정, 행동패턴이라고 하였다[12]. 한편, 교육학 분야에서는 강점을 후천적으로 성장가능한 능력이라는 점에 초점을 두고 있는데, Fox(2008)는 강점은 개인이 가지고 있는 독특한 내적 자질이라고 하였고[4], Gardner(2013)는 강점은 8가지 지능 중 가장 효율적으로 적용하는 지능이라고 하였다[13]. 사회복지학 분야에서 Saleebey(2002)도 강점관점을 강조하면서, 강점이란 개인이 가지고 있는 기술, 재능, 자신에 대한 가치와 특성, 상호작용기술, 주변 환경, 문화적 의식, 가족과 가족 간의 이야기, 역경을 통하여 얻은 지식, 희망과 꿈 등 일상생활의 다양한 영역에서 발견할 수 있다고 하였다[14]. 강점모델의 개발자인 Rapp(2006)도 강점사례관리와 강점사정을 중요시 하면서, 강점이란 일상생활영역에서 발견할 수 있는 과거, 현재, 미래의 바람과 열망이라고 하였다[15].

2. 강점중심 집단프로그램의 효과성에 영향을

미치는 요인들

본 연구는 강점중심개입 중에서도 집단프로그램의 효과성을 분석하고자 하였다. 따라서, 본 연구에서는 선행연구에서 집단프로그램의 효과성에 영향을 미칠 수 있는 것으로 제시된 조절변수들을 검토하여 보고자 한다. 이러한 방법은 메타분석의 조절변수를 선행연구의 검토를 통해서 선정하는 방법으로써, 조절변수를 선정하는 하나의 방법으로써 제시되고 있다[7].

집단프로그램의 효과성과 관련된 메타분석연구에 따르면, 현재까지 집단프로그램의 효과성에 영향을 미치는 것으로 나타난 조절변수들은 ‘연령’, ‘총회기수’, ‘1회기당 시간’, ‘연구대상자의 특성’, ‘프로그램 특성’, ‘진행자의 전공’ 등이 있었다[16]. 이에 따라 본 연구에서도 집단프로그램의 효과성에 영향을 줄 수 있는 조절변수으로써 연령, 프로그램 특성, 진행자전공, 총회기수를 조절변수로 선정하였다. 다만, 1회기 당 시간은 수치를 제

시하고 있지 않은 연구들이 많아 선정하지 않았다.

III. 연구방법

1. 자료수집 및 코딩

본 연구는 강점중심 집단프로그램들의 효과성을 메타분석하기 위하여, 2016년 8월까지 국내에서 발표된 학위논문 및 학술지 논문을 검색하였다. 분석대상을 찾기 위해서 KISS, 국회도서관 등을 중심으로 검색하였으며, 키워드는 “강점”과 “효과”이었다. 키워드에 의해서 검색된 학위 논문과 학술지 논문 중에서 분석대상은 다음과 같은 선정기준에 따라 선정하였다.

즉, 메타분석에 활용될 수 있는 자료들은 통제집단과 실험집단이 분명한 연구, 주요 통계 결과들과 통계적 유의도수준이 밝혀진 연구이어야 한다[18]. 본 연구에서도 선정기준으로써 첫째, 실험집단과 통제집단이 분명한 실험연구로써 둘째, 연구결과에 표본 수, 평균점수, 표준편차 등이 제시되어 있으며 셋째, 독립변수는 강점중심 집단프로그램으로써 논문제목, 중심이론, 집단프로그램 등에서 반드시 강점이라는 용어와 관련 이론을 활용한 집단프로그램으로 한정하였다. 이러한 선정기준에 따라, 본 연구에서는 메타분석의 연구대상으로 32개의 논문을 선정하였다. 이중에서도 학위논문과 학술지논문이 겹치는 경우를 제외하고 총 25개의 논문을 최종분석에 활용하였다. 또한, 메타분석을 하기 위하여 코딩표를 작성하고 코딩을 하였는데, 코딩 항목은 출판년도, 저자명, 실험집단 및 통제집단의 사전, 사후 평균, 표준편차, 연령, 총회기수, 실험집단 및 통제집단 인원, 프로그램 특성, 진행자의 전공 등이었다.

2. 자료분석

1) 효과크기

메타분석에서 효과크기(effect size)란 어떤 개입에 따른 두 집단의 효과를 비교하는 단위로서 표준화한 값이다. 일반적으로 효과크기의 공식은 실험집단과 통제집단의 평균 점수들간의 차이를 통제집단의 표준편차로 나눈 값이다[34]. 본 연구에서는 효과크기분석을 위

해서 CMA(Comprehensive Meta Analysis v2.0)를 활용하였으며 효과크기 해석을 위해서는 Cohen의 d를 활용하되 이 효과크기는 샘플사이즈에 의해 영향을 받아 추정되는 bias를 포함하기 때문에 bias가 제거된 효과크기인 Hedges의 g를 활용하였다.

2) 동질성 및 출판편의검증

메타분석방법에서는 분석대상으로 최종 선정된 전체 연구논문들에 대한 동질성 검증을 먼저 실시한다. 동질성 검증은 관찰된 모든 분산이 연구 내 오차로 설명될 수 있다는 것을 영가설로 하여 이를 검증하는 것이며 보통 Q분석으로 검증한다. 분석결과에서 연구결과들의 동질성이 검증된다면, 연구들이 제시한 연구결과가 일관성이 있음을 의미하는 것이므로 전체효과크기를 제시함으로써 연구를 종료할 수 있으나, 전체연구들의 동질성 검증이 실패할 경우에는 각 그룹별, 특성별 분석 범주 등으로 나누어 조절변수의 영향력을 사정해야 한다[7].

본 연구에서는 강점중심 집단프로그램의 효과성에 대한 연구간 동질성을 확인하기 위해서는 Q분석을 실시하였으며, 그 결과에 따라 조절변수의 탐색을 할 필요가 있어서 랜덤효과모형을 활용하여 조절변수를 탐색하였다. 또한, 자료분석에서는 출판편의성을 알아보기 위해 깔대기 그림을 확인하였으며, 깔대기 그림은 서로 대칭을 이루어 출판편의성이 없는 것으로 나타났다.

IV. 연구결과

1. 종속변수 선정

강점중심 집단프로그램을 실시한 논문 중 본 연구의 최종분석을 실시한 논문은 총 25편으로 [표 1]과 같다. 본 연구에서는 종속변수를 선정함에 있어서, 분석대상 연구물에서 가장 많이 활용된 효과성의 종속변수들을 중심으로 분석하는 것으로 하였다. 이러한 방법은 메타 분석연구들에서 쓰이는 방법인데, 왜냐하면 1-2개의 연구에서만 활용된 종속변수를 메타분석에서 비교분석하는 것은 사실상 여러 가지 한계점을 갖고 있기 때문이

다[16]. 또한 본 연구에서는 개별연구에서 활용된 종속 변수들을 공통의 특성에 따라 묶어서 메타분석을 시도하였는데, 이러한 방법들은 기존의 메타분석에서도 시도되고 있다[1].

표 1. 연구대상 문헌분석

번호	저자	연도	인원 (실험/ 통제)	연령	프로그램 특성	총 회기	진행자 전공	종속 변수	Effect Size
1	권민정 [17]	2015	22 /22	초등	성격강점 집단상담	10회	교육	자이존중감 학교적응력	0.950 0.924
2	최경화 [18]	2015	12 /11	중장년	강점코칭	6회	교육	자이존중감	0.604
3	최계화 [19]	2011	24 /24	초등	성격강점 집단상담	10회	교육	자이존중감	0.309
4	김민영 [20]	2013	10 /10	지역초 등아동	성격강점 집단상담	10회	아동복지	자이존중감	1.364
5	김태선 [21]	2015	10 /10	중학생	강점코칭	8회	교육	학교생활적응 안녕감	1.387 1.327
6	전기숙 [22]	2016	38 /38	고등 학생	성격강점 집단상담	8회	심리	주관적 안녕감	1.950
7	석지영 [23]	2014	26 /26	초등	훈육: 강점독서 치료	12회	교육	자이탄력성	0.436
8	이성미 [24]	2012	8/ 8	초등	성격강점 집단상담	8회	심리	주관적 안녕감	0.894
9	김세경 [25]	2014	10 /10	초등	훈육: 강점중심 동화상담	10	심리	주관적 안녕감	0.675
10	이현주 [26]	2011	15 /15	초등	성격강점 집단상담	10	교육	주관적 안녕감	1.476
11	윤연자 [27]	2014	30/ 30	초등	강점 진로교육	10	교육	주관적 안녕감	0.786
12	이문희 [28]	2012	9/11	고등	성격강점 집단상담	8	심리	자이탄력성 주관적 안녕감	0.570 1.038
13	정진섭 [29]	2015	18/ 18	초등	성격강점 집단상담	12	아동복지	자기효능감 학교적응	1.209 1.004
14	이세나 [30]	2013	12/ 12	초등	훈육: 강점 문학치료	12	교육	자이존중감 심리적 안녕감	0.425 0.988
15	박은영 [31]	2014	15/ 15	초등	성격강점 집단상담	10	교육	자기효능감	1.681
16	한주연 [32]	2013	12/ 12	초등	성격강점 집단상담	10	교육	자이존중감 심리적 안녕감	2.608 1.872
17	문애경 [33]	2016	11/ 11	중학	강점 진로교육	10	교육	학교적응력	1.587
18	최용성 [34]	2015	30/ 32	대학생	성격강점 집단상담	15	교육	주관적안녕감	1.028
19	김미진 외 [35]	2015	20/ 20	중장년	성격강점 집단상담	13	교육	주관적안녕감	1.045
20	이현주 외 [36]	2011	15/ 15	초등	성격강점 집단상담	10	교육	주관적 안녕감	1.576
21	조지연 [37]	2016	8 /10	대학생	성격강점 집단상담	6	심리	자기효능감	0.642
22	김연빈 [38]	2012	23/ 26	중학생	성격강점 집단상담	10	심리	자이존중감 학교적응력	0.444 1.238
23	김지영 [39]	2013	21/ 20	대학생	성격강점 집단상담	7	심리	자이존중감 안녕감	0.451 1.271
24	김지영 [40]	2015	32/ 34	대학생	성격강점 집단상담	6	심리	자이존중감	0.455
25	박현숙 [41]	2013	9/ 9	초등	성격강점 집단상담	10	사회복지	자이존중감	0.586

본 연구의 분석결과, 종속변수로서 자아존중감은 10편, 자아탄력성은 2편, 자기효능감은 3편 등으로 자아존중과 관련된 논문은 총 15편이었으며, 안녕감 2편, 주관적 안녕감 9편, 심리적 안녕감은 2편으로 안녕감과 관련된 논문은 총 13편, 학교적응력, 학교생활적응, 학교적응 등 학교적응과 관련된 논문이 5편이었다. 이에 따라 본 연구에서는 자아존중감, 자아탄력성, 자기효능감을 ‘자아존중감’으로 안녕감, 주관적 안녕감, 심리적 안녕감을 ‘심리적 안녕감’으로 학교적응력 등은 ‘학교적응’으로 통합하여 결과를 분석하고자 한다. 이들 종속변수의 효과크기는 총 33개가 분석되었으며 가장 큰 효과크기는 2.608이었다.

2. 종속변수별 효과크기 및 동질성검증

강점중심 집단프로그램의 효과크기를 산출하기 위해 종속변수인 자아존중감, 심리적 안녕감, 학교적응을 분석한 결과는 다음과 같다[표 2].

강점중심 집단프로그램의 효과크기를 살펴보면, 랜덤효과모형에 따라 심리적 안녕감의 효과크기가 1.400으로 가장 크게 나타났고, 학교적응이 1.104, 자아존중감이 0.908로 나타났다. Cohen(1988)은 효과크기 해석 기준으로써 $ES \geq 0.80$ 을 큰 효과크기, $ES \geq 0.50$ 을 중간 효과크기로 제시하고 있으며[7], 이 기준을 토대로 한다면, 강점중심 집단프로그램은 심리적 안녕감, 학교적응, 자아존중감 면에서 큰 효과크기를 보이고 있음을 알 수 있었다. 이러한 결과의 내적타당성 확보를 위해 출판편의를 살펴본 결과 각 퍼널 플롯(Funnel plot)은 대칭을 이루고 있었으며 Rosenthal 안전계수(failsafe) N이 모두 250개 이상으로 높게 나타났다.

표 2. 자아존중감, 심리적 안녕감, 학교적응의 효과크기와 동질성 검증

구분	연구물수	Hedges'g	Q	df	p
자아존중감	15	0.908	54.024	14	0.000
심리적 안녕감	13	1.400	96.904	12	0.000
학교적응	5	1.104	20.833	4	0.000

다음으로 자아존중감, 심리적 안녕감, 학교적응에 대한 동질성 검증을 실시한 결과, 각각 $Q=54.024$, $Q=96.904$, $Q=20.833$ 으로 $P<.001$ 수준에서 연구 내 효과크기가 동질적이라는 영가설이 기각되었다. 이러한 결과에 따라서 각각 종속변수별로 어떠한 조절변수에 따라 효과크기가 차이가 나타나는가에 대한 조절변수를 탐색해 볼 필요성이 있었다.

본 연구에서는 조절변수를 선정함에 있어서 선행연구를 검토하는 방법을 선택하였다. 따라서, 메타분석 관련연구에서 집단프로그램의 효과성에 영향을 줄 수 있는 변수가 될 수 있다고 제시한 연령, 프로그램 특성, 총회기수, 진행자 전공을 조절변수로 선정하였다.

3. 조절변수에 대한 분석

1) 자아존중감의 조절변수

강점중심 집단프로그램의 실행에 따른 자아존중감이 ‘연령’, ‘프로그램 특성’, ‘총회기수’, ‘진행자전공’과 어떤 관계가 있는지 메타 아노바분석과 메타회귀분석을 실시하였다. 먼저, 연령에 따라 자아존중감의 효과크기 동질성 검정을 실시한 결과, $Q=5.950$, $p<.01$ 로 하위집단간 효과크기가 동질하다는 영가설을 기각하는 것으로 나타났다. 즉, 강점중심 집단프로그램은 초등학생들의 자아존중감에 가장 큰 효과크기를 보이고 있었으며 다음으로 중장년, 대학생, 중등학생 순으로 효과크기가 나타났다.

프로그램 특성에 따라 자아존중감의 효과크기 동질성 검정을 실시한 결과, $Q=4.596$, $p<.05$ 로 하위집단간 효과크기가 동질하다는 영가설을 기각하는 것으로 나타났다. 즉, 강점중심 집단프로그램은 자아존중감에 있어서 성격강점중심 집단상담으로 구성되어 운영되는 경우에 효과크기가 가장 큰 것으로 나타났으며 다음으로 강점중심 진로교육·코칭 집단프로그램, 혼용 프로그램(강점집단프로그램이 문학, 독서 등 다른 치료프로그램과 혼합된 경우)의 순으로 효과크기가 큰 것으로 나타났다.

다음으로 진행자 전공에 따라 자아존중감의 효과크기 동질성 검정을 실시한 결과, $Q=4.041$, $p<.01$ 로 하위집단간 효과크기가 동질하다는 영가설을 기각하는 것

으로 나타났다. 즉, 강점중심 집단프로그램은 자아존중감에 있어서 사회복지를 전공한 진행자가 진행을 한 경우가 가장 큰 효과크기를 보였으며, 다음으로 교육전공 진행자, 심리전공진행자의 순으로 효과크기가 큰 것으로 나타났다. 한편, 총회기수와 자아존중감의 효과크기의 관계를 검토하기 위하여 메타회귀분석을 실시한 결과, 총회기수는 정방향의 기울기를 나타내었으며, $\beta = 0.022(p < 0.01)$ 로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 이것은 회기수가 한 번씩 늘어날 때마다 자아존중감의 효과크기가 0.022씩 커지는 것으로 해석할 수 있다.

표 3. 자아존중감의 조절변수

구분	사례수	Hedges'g	Q	df	P	
연령	초등	9	1.184	5.950	3	0.002**
	중고등	2	0.485			
	대학생	3	0.490			
	중장년	1	0.627			
프로그램 특성	성격강점 중심 집단상담	12	1.215	4.596	2	0.024*
	강점중심 진로교육 · 코칭	1	0.623			
	혼용	2	0.484			
진행자 전공	교육	11	0.944	4.041	2	0.001**
	심리	2	0.619			
	사회복지	2	1.009			
구분	β	SE	Z	p		
총회기수	0.02287	0.00894	2.8883	0.009**		
절편	-1.28934	0.75342	-1.78658	0.09276		
MODEL	Q=10.2453(p=0.00213***)					

2) 심리적 안녕감의 조절변수

강점중심 집단프로그램의 실행에 따른 심리적 안녕감이 ‘연령’, ‘프로그램 특성’, ‘총회기수’, ‘진행자전공’과 어떤 관계가 있는지 메타 아노바분석과 메타회귀분석을 실시하였다. 먼저, 연령에 따라 심리적 안녕감의 효과크기 동질성 검정을 실시한 결과, $Q=5.457, p < .01$ 로 하위집단간 효과크기가 동질하다는 영가설을 기각하는 것으로 나타났다. 즉, 강점중심 집단프로그램은 중장년들의 심리적 안녕감에 가장 큰 효과크기를 보이고 있었으며 다음으로 초등학생, 대학생, 중고등학생 순으로 효과크기가 나타났다.

다음으로 프로그램 특성에 따라 심리적 안녕감의 효과크기 동질성 검정을 실시한 결과, $Q=4.825, p < .01$ 으

로 하위집단간 효과크기가 동질하다는 영가설을 기각하는 것으로 나타났다. 즉, 강점중심 집단프로그램은 심리적 안녕감에 있어서 성격강점중심 집단상담으로 구성되어 운영되는 경우에 효과크기가 가장 큰 것으로 나타났으며 강점중심 진로교육·코칭 집단프로그램, 혼용 프로그램(강점프로그램과 다른 치료프로그램 등과 혼합된 경우)의 순으로 효과크기가 큰 것으로 나타났다.

진행자 전공에 따라 심리적 안녕감의 효과크기 동질성 검정을 실시한 결과, $Q=4.440, p < .05$ 로 하위집단간 효과크기가 동질하다는 영가설을 기각하는 것으로 나타났다. 즉, 강점중심 집단프로그램은 심리적 안녕감에 있어서 교육을 전공한 진행자가 진행을 한 경우가 가장 큰 효과크기를 보였으며, 다음으로 심리전공진행자의 순으로 효과크기가 큰 것으로 나타났다. 마지막으로 총회기수와 심리적 안녕감의 효과크기의 관계를 검토하기 위하여 메타회귀분석을 실시한 결과, 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다.

표 4. 심리적 안녕감의 조절변수

구분	사례수	Hedges'g	Q	df	P	
연령	초등	6	1.735	5.457	3	0.001**
	중고등	4	0.948			
	대학생	2	1.155			
	중장년	1	1.916			
프로그램 특성	성격강점 중심 집단상담	9	2.488	4.825	2	0.022*
	강점중심진로 교육 · 코칭	2	1.106			
	혼용	2	0.841			
진행자 전공	교육	5	2.422	4.440	1	0.043*
	심리	8	0.857			

3) 학교적응의 조절변수

강점중심 집단프로그램의 실행에 따른 학교적응이 ‘연령’, ‘프로그램 특성’, ‘총회기수’, ‘진행자전공’과 어떤 관계가 있는지 메타 아노바분석과 메타회귀분석을 실시하으나, 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다.

V. 결론 및 논의

본 연구는 강점중심 집단프로그램의 메타분석을 위

해 2016년 8월까지 국내에서 발표된 석·박사 학위논문과 학회지 논문을 검색하고 수집하였다. 선정기준에 따라 최종 선정된 25개 연구물에서 종속변수로 가장 많이 사용된 자아존중감, 심리적 안녕감, 학교적응을 선택하여 평균효과크기를 산출하고 조절변수의 영향력을 탐색하였다. 본 연구의 주요 결과와 함의를 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 연구문제 1은 ‘강점중심 집단프로그램의 평균효과크기는 어느 정도인가’이었다. 연구결과, 랜덤효과모형에 따라 심리적 안녕감의 효과크기가 1.400으로 가장 크게 나타났고, 학교적응이 1.104, 자아존중감이 0.908의 순으로 나타났다. Cohen(1988)의 기준을 근거로 본다면[7] 국내에서 실시된 강점중심 집단프로그램은 자아존중감, 심리적 안녕감, 학교적응에 큰 효과크기를 나타내고 있었다. 이러한 결과는 인간의 강점을 집단프로그램을 통해서 강화하는 것이 자아존중감, 심리적 안녕감, 학교적응을 향상시키는데 실증적인 효과성을 보였다는 점을 메타분석을 통해서 입증하였다는 점에서 의의가 있었다. 특히, 인간의 강점은 교육, 훈련 등을 통해서 향상하는 것이 가능하고 이것을 통해서 다양한 삶의 영역의 질을 향상시킬 수 있다는 강점이론의 선행연구들[6][14][15]을 실증적으로 입증하였다는 점에서도 의의가 있었다.

둘째, 연구문제 2는 강점중심 집단프로그램은 조절변수에 따라 효과크기가 다른가? 이었다. 연구문제 2의 입증을 위해서, 본 연구에서는 강점중심 집단프로그램의 효과크기가 조절변수(연령, 프로그램 특성, 진행자 전공, 총회기수)에 따라 어떻게 차이가 나는지 살펴보았다. 먼저, ‘자아존중감’은 ‘연령’, ‘프로그램 특성’, ‘진행자 전공’에 따라 효과크기가 차이를 보였고 연령에서 초등학생인 경우, 프로그램 특성에서 성격강점중심 집단상담인 경우, 사회복지전공자가 진행자인 경우에 효과크기가 큰 것으로 나타났다. ‘심리적 안녕감’은 연령 ‘프로그램 특성’, ‘진행자 전공’에 따라 효과크기가 차이를 보였고 연령에서 중장년인 경우, 프로그램 특성에서 성격강점중심 집단상담인 경우, 교육전공자가 진행자인 경우에 효과크기가 큰 것으로 나타났다.

이러한 메타분석의 결과들을 종합해 볼 때, 국내에서 실시된 강점중심 집단프로그램은 개인의 자아존중감,

심리적 안녕감, 학교적응에 큰 효과성을 보일 뿐만 아니라 조절변수에도 영향을 받는다는 점이 입증되었다. ‘연령’면에서 볼 때, 강점중심 집단프로그램은 ‘초등학생’의 자아존중감과 ‘중장년층’의 심리적 안녕감을 향상시키는데 보다 큰 효과크기가 있음이 입증되었다. 이러한 점들을 토대로 할 때, 향후 초등학생과 중장년층을 대상으로 강점중심 집단프로그램을 좀 더 확장해서 실시할 필요가 있다. 또한, 전반적으로 다른 연령층에게도 강점중심 집단프로그램의 효과크기는 큰 것으로 나타났으므로 연령에 맞는 강점중심 집단프로그램의 시행을 확대할 필요가 있다. 다음으로 ‘프로그램 특성’면에서 볼 때, 성격강점중심 집단상담은 자아존중감과 심리적 안녕감을 향상시키는데 효과크기가 더욱 큰 것으로 나타났다. 따라서, 앞으로 강점중심 집단프로그램의 내용을 구성할 때에는 성격강점중심 집단상담 프로그램의 내용과 진행방법 등을 토대로 하여 운영할 필요가 있겠다. 이밖에도 총회기수, 진행자의 전공에 따라 효과크기도 다소 다르게 나타났으므로 향후에 강점중심 집단프로그램을 운영할 시에는 이러한 점들을 고려할 필요가 있겠다.

한편, 현재 국내에서 강점중심 집단프로그램의 연구들은 늘어나고 있으나, 아직까지도 질 높은 실험연구들은 부족한 상황이다. 향후 강점중심 집단프로그램들이 학생들뿐만 아니라 중장년 층 등 일반인에게도 보다 확장될 필요가 있다. 또한, 사회복지분야에서는 강점관점 실천을 강조하고 있으나, 실제로 현장에서 적용되는 강점중심 실천은 아직까지 저조하고 관련 연구들도 매우 미흡한 실정이다. 따라서, 앞으로 사회복지분야의 여러 기관에서도 다양한 대상자들에게 강점중심 집단프로그램의 실행을 확대해나갈 필요가 있다.

본 연구는 국내에서 시행이 증가하고 있는 강점중심 집단프로그램의 효과성 연구들을 메타분석방법을 활용하여 보다 통합적으로 효과크기를 검증하고 조절변수를 입증하였다는 측면에서 의의가 있었다. 다만, 아직까지 국내에서 강점중심 집단프로그램의 효과성연구가 많지 않았다는 측면에서 향후에는 보다 많은 연구들을 포함하여 메타분석을 실시할 필요가 있겠다. 또한, 앞으로 시행되는 메타분석에서는 효과성과 관련된 보다 다

양한 조절변수들을 입증함으로써, 보다 효과적인 강점중심 집단프로그램의 관련 요인들을 제시해주는 것이 필요하다 하겠다.

참 고 문 헌

[1] 권석만, 정지현, Shane J. Lopez편, *인간의 강점 발견하기*, 학지사, 2013.

[2] 권석만, *인간의 긍정적 성품: 긍정심리학의 관점*, 서울: 학지사, 2011.

[3] 탁정화, *유아강점척도 개발연구*, 부산대학교 대학원, 박사학위논문, 2016.

[4] J. Fox, *아이의 10년 후를 결정하는 강점혁명*, (박미경 역), 서울: 미래인, 2008.

[5] M. E. P. Seligman, N. Park, and C. Peterson, *The values in Action(VIA) classification of character strengths*, Ricerche diPsychologia. Special Positive Psychology, Vol.27, pp.63-78, 2004.

[6] M. E. P. Seligman and M. Csikszentmihalyi, *Positive psychology: An introduction*, American Psychologist, Vol.55, pp.5-14, 2000.

[7] 황성동, *알기쉬운 메타분석의 이해*, 학지사, 2015.

[8] C. Brun, "Strengths-Based Case Management: Individual's Perspectives on Strengths and Case manager relationship," *Social Work*, Vol.46, No.3, 2001

[9] P. F. Drucker, *The effective executive*, New York: Haper Collins, 2002.

[10] D. O. Clifton and P. Nelson, *Soar with your strengths*, New York: Dell Publishing, 1996.

[11] T. Rath, *StrengthsFinders*, 2.0. New York: Gallup Press., 2007.

[12] R. Biswas-Diener, *긍정심리학 코칭기술*(우문식, 윤상운 역), 서울, 물푸레, 2011.

[13] H. Gardner, *진선미: 인간이 되살려야 하는 가치* (김한영 역), 서울: 북스넛, 2013.

[14] D. Saleebey (ed), *The Strengths perspective in*

social work practice(3rd ed), New York: Allyn & Bacon, 2002.

[15] C. A. Rapp and Richard Goscha, *The Strengths Model*, Oxford University, 2006.

[16] 김계현, 이윤주, 왕은자, "국내 집단상담 성과연구에 대한 메타분석," *상담학 연구*, 제3권, 제1호, pp.47-62, 2002.

[17] 권민정, *강점기반 집단상담이 초등학생의 자아존중감과 학교생활적응에 미치는 효과*, 대구교육대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2015.

[18] 최경화, *경력단절여성대상 강점중심 그룹코칭프로그램이 자존감, 구직효능감, 회복탄력성에 미치는 영향*, 광운대 교육대학원, 석사학위논문, 2015.

[19] 최계화, *강점기반 상담프로그램이 초등학생의 적응유연성과 자기존중감에 미치는 효과*, 경희대 교육대학원, 석사학위논문, 2011.

[20] 김민영, *강점중심 집단프로그램이 이혼가정아동의 자기인식과 레질리언스에 미치는 효과*, 중앙대 사회개발대학원, 석사학위논문, 2013.

[21] 김태선, *중학생 성격강점코칭프로그램의 개발과 효과*, 경성대 교육대학원, 석사학위논문, 2015.

[22] 전기숙, *성격강점에 초점을 둔 행복증진프로그램의 구성 및 효과에 관한 연구*, 전남대학교, 박사학위논문, 2016.

[23] 석지영, *강점지능기반 독서치료가 초등학교 4학년 학생의 자아탄력성에 미치는 효과*, 대구교육대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2014.

[24] 이성미, *성격강점 집단프로그램이 지역아동센터 아동의 심리적 건강에 미치는 효과*, 상지대 상담심리대학원, 석사학위논문, 2013.

[25] 김세경, *강점중심 동화상담 프로그램이 저소득층 아동의 심리적 안녕감과 공격성에 미치는 효과*, 경성대 교육대학원 석사학위논문, 2014.

[26] 이현주, "초등학생의 주관적 안녕감 증진을 위한 강점기반 집단상담프로그램개발," *상담학 연구*, Vol.12, No.2, 2011.

[27] 윤연자, *강점기반 진로상담 프로그램이 초등학생의 진로태도와 주관적 안녕감에 미치는 효과*,

경희대 교육대학원, 석사학위논문, 2014.

[28] 이문희, *성격강점에 기반한 행복증진프로그램이 고등학생의 주관적 안녕감, 탄력성, 대인관계에 미치는 효과*, 전북대 일반대학원, 석사학위논문, 2012.

[29] 정진섭, *강점기반 자존감 향상프로그램이 저소득 한부모가족아동의 적응유연성과 자기표현력에 미치는 효과*, 남서울대학교, 석사학위논문, 2015.

[30] 이세나, 김춘경, “강점기반 문학치료 프로그램이 학교폭력 피해아동의 심리적 안녕감과 내면화 문제행동에 미치는 효과,” *어린이문학교육연구*, 제14권, 제2호, pp.157-180, 2013.

[31] 박은령, *강점기반 집단상담프로그램이 초등학교의 자기효능감과 또래관계에 미치는 효과*, 경북대 대학원, 석사학위논문, 2014

[32] 한주연, *강점기반 집단상담프로그램이 따돌림 피해초등학생의 자아존중감, 또래관계 및 심리적 안녕감에 미치는 효과*, 경성대 교육대학원, 석사학위논문, 2013.

[33] 문애경, *중학생을 위한 강점기반 진로탐색 프로그램 개발과 효과*, 경성대학교, 석사학위논문, 2016.

[34] 최용성, “행복-덕을 위한 긍정심리학 성격강점 활용 교육프로그램의 적용과 평가,” *윤리교육연구*, Vol.38, pp.137-176, 2015.

[35] 김미진, 황해익, “성격강점에 기반한 유아교사의 행복증진 프로그램 적용 및 효과,” *유아교육연구*, 제35권, 제5호, pp.301-333, 2015.

[36] 이현주, “초등학생의 주관적 안녕감 증진을 위한 강점기반 집단상담프로그램개발,” *상담학 연구*, Vol.12, No.2, 2011.

[37] 조지연, 탁진국, “긍정심리기반 강점 코칭 프로그램이 대학생들의 자기효능감, 진로 의사결정 및 진로결정수준에 미치는 영향,” *청소년학 연구*, 제23권, 제1호, pp.279-304, 2016.

[38] 김영빈, 조아라, 이아라, “학습부진 중학생의 자아개념 향상과 학교적응을 위한 강점발견 프로그램 개발 및 효과성 검증,” *중등교육연구*, 제60권, 제3호, pp.805-841, 2012.

[39] 김지영, 권석만, “성격강점의 인식과 활용이 정

신건강에 미치는 효과,” *한국심리학회지: 임상*, Vol.32, No.4, pp.783-802, 2013.

[40] 김지영, *강점개입이 정신건강에 미치는 효과: 강점집단, 통합집단, 약점집단의 비교를 중심으로*, 2015.

[41] 박현숙, “ADHD 성향 아동을 위한 강점 프로그램 효과성 연구,” *사회과학연구*, 제29집, 제2호, pp.247-270, 2013.

저자 소개

박정임(Jung-Im Park)

정희원



- 2002년 8월 : 서울여자대학교 대학원 사회복지학과(사회복지학 박사)
- 2004년 3월 ~ 현재 : 서일대학교 사회복지과 부교수

<관심분야> : 정신보건, 가족복지