

# 강점기반 집단상담 프로그램이 보호관찰 청소년의 자아존중감과 진로성숙에 미치는 영향

## Effect of the Strengths-Based Group Counseling Program of Self-esteem and Career Maturity of Adolescents on Probation

허정철

광주여자대학교 사회복지학과

Jeong-Cheol Heo(jcheo@kwu.ac.kr)

### 요약

본 연구의 목적은 강점기반 집단상담 프로그램이 보호관찰 청소년의 자아존중감과 진로성숙에 미치는 영향을 알아보고자 하였다. 연구대상은 G광역시 보호관찰 여자청소년을 대상으로 실험집단과 통제집단으로 각각 15명씩 배치하였다. 본 연구결과 강점기반 집단상담 프로그램은 보호관찰 청소년의 자아존중감 영역 가운데 일반적, 사회적 자아존중감 향상에서는 긍정적인 효과가 있었지만, 가정적 자아존중감 향상에는 통계적으로 유의한 영향을 미치지 못했다. 이는 보호관찰 청소년들의 가정적 자아존중감 향상을 위해서는 가정 환경적 개입을 통해 부모와의 긍정적인 관계 회복, 가족기능의 회복을 도와야 한다는 것을 알 수 있었다. 또한 강점기반 집단상담 프로그램이 보호관찰 청소년의 진로성숙 영역 가운데 계획성, 자기이해, 직업지식, 진로준비 영역에서는 긍정적인 효과를 보였지만, 독립성 영역에서는 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 못했다. 보호관찰 청소년들이 스스로 자신의 진로에 대해서 관심을 갖고 준비하는 독립성을 향상시키기 위해서는 가정과 사회가 더욱더 관심을 갖고 진로지도에 대해 구체적인 지원을 해야 된다는 것을 알 수 있었다. 이와 같은 연구결과는 강점기반 집단상담 프로그램이 보호관찰 청소년의 자아존중감과 진로성숙 향상에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 앞으로 보호관찰 청소년들이 자신과 타인을 존중할 줄 알며, 자신의 진로에 대해 구체적으로 계획을 세우고, 책임감 있게 행동할 수 있는 성숙한 인간으로 성장하도록 돕기 위해서는 더욱더 강점기반 집단상담 프로그램에 대한 연구가 필요하며, 대학생 멘토들을 활용해서 보호관찰 청소년들을 도울 수 있는 다양한 방안들을 모색해야 할 것이다.

■ **중심어** : | 강점기반 집단상담 프로그램 | 자아존중감 | 진로성숙 | 보호관찰 청소년 | 대학생 멘토 |

### Abstract

This study aimed to investigate the effects a strengths-based group counselling program had on self-esteem and career maturity of adolescents under probation. The subjects of the study were female adolescents under probation in Gwangju and were categorized into two groups: experiment group and control group consisting of 15 respectively. As a result, it was discovered that the strengths-based group counselling program had positive effects on enhancement of general and social self-esteem in the subjects while it did not have statistically significant effects on enhancement of family self-esteem. It indicates that positive relationship with parents and recovery of family functions should be encouraged to enhance the family self-esteem. Also, the strengths-based group counselling program had positive effects on planning, self-understanding, career knowledge and career preparation areas relating to career maturity while it did not have statistically significant effects on independence. It shows that to encourage the subjects to be independently prepared for career, family and society should provide more specific support for career guidance. Based on the results above, it was suggested that the strengths-based group counselling program had significant effects on self-esteem and career maturity of the subjects under probation.

In conclusion, to encourage adolescents under probation to respect themselves and others, specifically plan their career and grow to be reliable and mature adults, further research on the strengths-based group counselling program is needed and diverse strategies including specific support through mentor service of college students should be developed.

■ **keyword** : | Strengths-Based Group Counselling Program | Self-Esteem | Career Maturity | Adolescents under Probation | College Student Mentor |

\* 본 논문은 2020학년도 광주여자대학교 교내연구비 지원에 의하여 연구되었음

접수일자 : 2020년 11월 30일

심사완료일 : 2020년 12월 14일

수정일자 : 2020년 12월 14일

교신저자 : 허정철, e-mail : jcheo@kwu.ac.kr

## I. 서론

비행이나 범죄를 저지른 청소년을 소년원과 같은 수용시설에 보내지 않고, 사회에서 생활하면서 일정기간 보호관찰관의 지도, 감독하에 사회에 잘 적응하도록 돕는 제도를 보호관찰이라 한다. 보호관찰 청소년은 법률적으로 범죄행위, 촉법행위, 우범행위를 하여 가정법원에서 보호관찰처분을 받은 만 10세이상 19세미만의 청소년을 일컫는 말이다. 보호관찰 청소년들은 자신이 저지른 문제행동 때문에 사회적 관계에서 거부당하는 경험으로 인해 상처를 입고, 좌절감과 자아존중감의 하락을 경험하게 된다[1].

보호관찰 청소년 개인의 심리적 특성은 낮은 자아존중감을 가지고 있으며, 인간관계 형성 능력이 부족하고, 자신의 감정을 조절하는데 어려움을 겪는다. 그리고 이들은 타인의 감정과 권리를 무시하거나 공감하지 못하는 경향이 있으며, 자신의 미래에 대해 목표를 세우는 장기적인 조망능력이 떨어진다[2]. 보호관찰 청소년의 문제행동의 특성을 보면, 사회적으로 매우 위축이 되어 있으며, 정서적으로는 매우 우울 정도가 높은 것으로 나타났다[3]. 그리고 보호관찰 청소년들은 일반 청소년들에 비해서 진로에 대해서 무관심 하였다. 이들은 미래의 진로에 대한 관심보다는 과거의 안 좋은 경험으로 인한 현재의 참담함을 느끼며, 자신의 비참한 상황에서 벗어나고자 하는 욕구가 강하다[4]. 지금까지의 연구에서는 보호관찰 청소년의 문제행동이 무엇이며, 이것을 어떻게 해결해야 할 것인가에 초점을 두었다[5-9]. 그러나 본 연구에서는 보호관찰 청소년안에 있는 강점에 초점을 두어 자아존중감과 진로성숙의 향상을 돕고자 하였다. 특히, 보호관찰 청소년들을 돕기 위해서 강점기반 집단상담 프로그램에 대학생집단 멘토링을 활용하였다. 강점기반 집단상담 프로그램을 통해서 보호관찰 청소년들이 자신들의 강점을 찾도록 도와 줌으로써 자아존중감을 향상시키고, 자신의 강점을 활용하여 진로계획을 수립하고, 제과빵학원, 미용전문학원에서 실습과 직업인과의 만남을 통해서 진로성숙 향상에 도움을 제공하고자 한다.

이러한 목적을 달성하기 위한 연구 문제는 다음과 같이 설정하였다. 첫째, 강점기반 집단상담 프로그램에 참

여한 보호관찰 청소년들은 참여하지 않은 청소년들보다 자아존중감이 유의한 수준으로 향상되는가?

둘째, 강점기반 집단상담 프로그램에 참여한 보호관찰 청소년들은 참여하지 않은 청소년들보다 진로성숙이 유의한 수준으로 향상되는가?

## II. 이론적 배경

### 1. 강점기반 집단상담 프로그램

강점기반 집단상담은 강점기반 집단상담 모형(Strength Based Counseling Model)을 바탕으로 개발[10]된 것으로, 내담자들의 긍정적인 정서에 초점을 두며, 그들이 삶의 의미를 적극적으로 탐색하며, 강점을 활용할 수 있도록 한다[11]. 이에 강점기반 진로상담을 위한 상담가의 역할도 새롭게 요구되는데, 상담가는 문제의 예방과 감소에 목적을 두었던 것을 넘어서, 내담자의 긍정적인 변화를 위해서 창조적이고 적극적인 역할을 담당해야 한다[12]. 따라서 내담자의 강점에 초점을 두고, 긍정적인 특성은 증가시키며, 부정적인 상태를 효율적으로 줄여 나갈 수 있도록 도와야 한다[13]. 따라서 강점기반 집단상담 프로그램은 강점인식을 통해 자기 자신에 대한 긍정적인 이해를 토대로 하여 직업세계 이해, 진로탐색, 진로설계과정에서 자신의 강점을 적극적으로 활용하여 진로성숙을 돕는 프로그램이라고 할 수 있다[14]. 본 프로그램은 Peterson과 Seligman[15]의 인간의 긍정적 성격강점에 관한 분류체계이론과 문애경[16]이 중학생을 대상으로 한 강점기반 진로탐색 프로그램을 토대로 하여 보호관찰 청소년의 특성에 맞게 재구성하여 총 11회기의 프로그램을 구성하였다. 즉, 보호관찰 청소년이 가진 문제나 약점에 초점을 맞추어 문제를 제거하기 위한 프로그램과는 달리 강점관점 프로그램은 보호관찰 청소년들의 자기결정에 기반한 역량강화 효과를 기대하며 제작된 것이다[17].

### 2. 자아존중감

자아존중감은 전반적인 가치 판단의 개인적인 평가인데, 자신의 능력, 중요성, 가치 등에 대해 스스로 어느 정도 확신을 갖고 있는지를 나타내는 것이다[18].

Rosenberg[19]는 자아존중감을 자기 자신을 존중하고 가치있게 여기는 인지적, 정서적 상태라고 하였다. 그러므로 자아존중감은 자신이 스스로를 가치있게 여기는 평가 수준 이라고 할 수 있다[20]. 이현주[21]는 자아존중감을 자신을 가치 있고, 성공적이라고 믿는 평가적인 신념이라 하였으며, 독립성, 도전적 행동, 타인과의 원만한 관계 등과 같은 행동 특성으로 정의하였다. 본 연구에서는 선행연구에 기초하여 자아존중감을 한 개인이 자신을 얼마나 가치 있게 여기고, 얼마만큼 자신에 대해서 만족스럽게 생각하며, 친구들 사이에서도 인기가 있고, 가족들에게도 귀중한 존재로 여겨지는 것으로 정의하였으며, 자아존중감의 하위요인으로는 일반적, 사회적, 가정적 자아존중감으로 구성하였다.

### 3. 진로성숙

Crites[22]는 진로성숙을 진로선택의 과정에서 같은 연령층의 학생들과 비교하여 상대적으로 직업준비를 얼마만큼 했는지 과정에 중점을 두고 측정하는 것이라고 하였다. 진로성숙은 자신의 흥미와 적성에 맞는 진로를 선택하기 위하여 진로에 대해서 탐색하고 계획, 결정하는 등 진로와 연관된 문제들을 해결하고 대처해 나가는 준비 정도를 말한다[23]. 임언, 정윤경, 상경아[24]는 진로성숙은 청소년들이 자기 스스로 진로를 탐색하고 계획하기 위해 필요한 인지적 능력과 정의적 태도 및 자신의 결정을 실행할 수 있는 능력이라고 하였다. 이상의 견해를 종합해 보면 진로성숙은 자신에 대한 이해, 일과 직업세계에 대한 이해를 바탕으로 자신의 진로에 대한 계획과 선택을 통합, 조정해 나아가며, 진로를 준비하는 행동이라고 할 수 있으며, 진로성숙의 하위요인으로 계획성, 독립성, 자기이해, 직업에 대한 지식, 진로탐색 및 준비행동으로 구성하였다.

### 4. 강점기반 집단상담 프로그램과 자아존중감

정진섭, 김은실[25]은 강점기반 프로그램이 저소득 한부모 가족 아동의 자아존중감 하위요인 중에서 일반적 자아존중감과 사회적 자아존중감에서는 실험집단과 통제집단의 평균 간에 유의한 차이를 보였으나 가정적 자아존중감에서는 유의한 차이를 보이지 않았다고 하였다. 이처럼 프로그램의 효과가 가정적 자아존중감에

유의한 영향을 미치지 못한 것은 부모와의 긍정적인 관계와 긍정적인 반응이 원활하게 제공되지 않았기 때문 이라고 하였다. 한주연[26]은 따돌림 피해 초등학생을 대상으로 강점기반 집단상담 프로그램을 실시하였을 때 일반적, 사회적, 가정적, 학교적 자아존중감 모두에서 유의한 변화가 있었다고 하였다. 이는 따돌림 피해 경험이 있는 초등학생들은 학교, 또래집단, 가족으로부터 지지부족, 거부 및 실패의 경험이 누적되어 낮은 자아존중감을 가지고 있었는데, 강점 찾기 및 강점 활용 활동을 통해 이미 자신 안에 가지고 있는 긍정적인 부분에 초점을 맞추도록 하여 자아존중감 향상에 도움을 제공하였다. 강은심[20]은 강점기반 집단상담 프로그램이 초등학생의 자아존중감의 하위 요인 중 일반적 자아존중감에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히, 자신의 강점을 확인하는 활동을 통해 자신을 긍정적으로 평가하는 데 도움이 되었으며, '이심전심 게임', '친구의 강점 찾아보기' 등의 활동을 통해서 다른 사람의 생각이나 감정을 개방적이며, 긍정적으로 받아들일 수 있는 기회를 제공함으로써, 사회적 자아존중감 향상에 도 영향을 주었다. 뿐만 아니라 가정에서도 가족과 함께 하는 과제들을 통해서 가정적 자아존중감이 향상되었다. 이경옥, 정민자[27]의 연구에서도 중학생들이 자신의 대표적인 강점에 대해서 진지하게 생각하고 긍정적인 특성을 찾아내어 그 가치를 인식하고 나누는 시간을 통해 자아존중감이 크게 향상되었다.

### 5. 강점기반 집단상담 프로그램과 진로성숙

김미화[14]는 저소득층 중학생을 위한 강점기반 진로상담 프로그램이 진로성숙의 하위요인 중 직업에 대한 태도, 자기이해, 독립성, 정보탐색, 합리적 의사결정, 희망직업에 대한 지식에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다고 하였다. 문애경[16]은 중학생을 위한 강점기반 진로탐색프로그램 개발과 효과 연구에서도 진로성숙도의 독립성, 계획성, 희망직업에 대한 지식, 자기이해, 진로탐색 및 준비행동에서 통계적으로 유의한 수준으로 높아졌다고 하였다. 권현석[28]은 강점기반 진로집단 프로그램이 특성화고등학교생의 진로성숙도 및 자기결정성에 영향을 미치는 연구에서도 진로성숙도 하위요인 중 독립성, 계획성, 자기이해, 합리적 선택, 정보탐색에서

통계적으로 유의한 향상을 보였다고 하였다. 학업중단 청소년을 대상으로 한 강점기반 진로코칭 프로그램의 효과에 관한 연구에서도 진로성숙 하위요인 가운데 독립성, 계획성, 정보탐색, 자기이해, 합리적인사결정, 희망직업에 대한 지식, 진로탐색 및 준비행동 점수에서 유의하게 향상된 것으로 나타났다[29]. 윤소민, 강진령 [30]의 연구에서도 강점기반 진로상담 프로그램이 초등 학생의 진로성숙도 하위요인 가운데 계획성 부분에서 매우 높은 향상이 있었다. 김미화, 김미옥[31]은 프로그램 활동을 통해 학생들이 자신의 강점카드를 작성하고, 자신의 강점을 활용하여 '진로의 꿈'을 그림으로 그려보고, 나누는 활동을 통해서 중학생들의 진로성숙도가 크게 향상되었다고 하였다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구가설

이와 같은 이론적 배경에 따라 강점기반 집단상담 프로그램에 참여한 보호관찰 청소년은 참여하지 않은 보호관찰 청소년보다 자아존중감과 진로성숙에 통계적으로 유의미한 영향을 미칠 것이라는 가설을 세우고자 한다.

가설 1 강점기반 집단상담 프로그램에 참여한 보호관찰 청소년은 참여하지 않은 보호관찰 청소년보다 자아존중감이 유의미하게 향상될 것이다.

가설 2 강점기반 집단상담 프로그램에 참여한 보호관찰 청소년은 참여하지 않은 보호관찰 청소년보다 진로성숙이 유의미하게 향상될 것이다.

#### 2. 프로그램 구성

강점기반 집단상담 프로그램은 [표 1]과 같으며, 총 11회기로 구성하였으며, 한 회기당 90분으로 진행하였다. 프로그램은 자기이해, 직업세계의 이해, 진로탐색 및 진로설계, 마무리 순서로 진행되었다.

표 1. 강점기반 집단상담 프로그램

영역	회기	프로그램	활동내용	기대효과
자기이해	1	멘토-멘티 만남	프로그램 목적 소개 멘토-멘티 소개 라포형성 사전검사 실시	동기유발 상호이해 신뢰감형성
	2	강점알기	강점 나무 만들기 대표강점 자랑하기	청소년의 장점알기
	3	나는야 강점의 달인	대표강점 관련 경험 탐색을 통해 자기 이해. 나는 강점의 달인, 강점 선언	청소년의 대표 강점이해 및 선언
직업세계의 이해	4	강점이 직업을 만날때	강점에 어울리는 직업을 탐색. 멘티의 강점에 맞는 직업 추천하기	청소년의 강점에 맞는 직업 찾기
	5	직업인과의 만남(1)	직업인과의 만남. 직업의 특성 이해. 제과방학원 실습	제과방학원 실습을 통해서 직업의 특성을 이해
	6	직업인과의 만남(2)	미용전문학원 실습	미용전문학원 실습을 통해서 직업의 특성을 이해
	7	사례회의	활동내용에 대한 수퍼비전, 사례지도	멘토링활동에 대한 수퍼비전
진로탐색 및 진로설계	8	강점활용계획 세우기	강점활용계획 세우기. 강점으로 진로장벽을 극복	청소년의 강점을 어떻게 활용할 것인가 계획수립
	9	내가주인공 강점 아바타	합리적 의사결정 방법연습. 삶의 영역에서 강점 활용 방법 찾기	합리적 의사결정을 하도록 돕고, 강점을 활용하는 방법을 찾도록 함
	10	강점으로 꿈꾸다	강점을 활용한 생애설계, 드림 로드맵 만들기	청소년의, 드림 로드맵 만들기
마무리	11	종결-평가	프로그램 종결식. 사후검사. 종결감정나누기.	멘토링활동을 하면서 좋았던 점 정리하기

#### 3. 실험설계

본 연구의 실험설계는 사전-사후 통제집단 설계(Pre test-Post test Group Design)방법으로 독립변인은 실험집단에 강점기반 집단상담프로그램을 적용한 것이고, 종속변인은 그에 따른 자아존중감과 진로성숙의 점수 변화 정도를 알아보는 것이다. 도식화하면 [표 2]와 같다.

표 2. 사전-사후검사 실험 설계

집단	사전검사	프로그램진행	사후검사
실험집단	O <sub>1</sub>	강점기반 집단상담 프로그램(x)	O <sub>2</sub>
통제집단	O <sub>3</sub>		O <sub>4</sub>

실험집단: 프로그램 진행, 통제집단: 프로그램 진행 하지 않음

#### 4. 연구대상과 자료수집

2019년 4월 13일부터 8월 3일까지 총 11회기에 걸쳐 실시하였고, G광역시 보호관찰 여자청소년 30명을 대상으로 실시하였다. 보호관찰 여자청소년증 프로그램

참여를 원하는 15명을 선정하여 실험집단으로, 통제집단은 프로그램에 참여하지 않는 보호관찰 여자청소년 중에서 단순 무작위 추출법을 사용하여 15명을 선정하였고 총 30명을 대상으로 하여, 프로그램 사전·사후 검사를 진행하였다.

5. 연구도구

5.1 자아존중감 측정도구

자아존중감을 측정하기 위해서 Coopersmith[18]가 개발했던 자아존중감 척도(Self-Esteem Inventory : SEI)를 신종순[32]이 번역한 것을 재수정하여 사용하였다. 이 척도에는 일반적 자아존중감(24문항), 사회적 자아존중감(8문항), 가정적 자아존중감(8문항)의 3개 하위요인으로 총 40문항으로 구성하였다.

이 척도는 5점 척도로 평정하여 점수가 높을수록 자아존중감이 높다는 것을 말하며, 신뢰도 값(Cronbach  $\alpha$ )은 [표 3]과 같다.

표 3. 자아존중감 척도의 요인별 문항번호

요인	문항수	해당문항	사전( $\alpha$ )	사후( $\alpha$ )
일반적	24	1,2,5,6,9,10,11,14,15,16,19,20,21,24,25,26,29,30,31,34,35,36,39,40	.95	.81
사회적	8	3,7,12,17,22,27,32,37	.92	.77
가정적	8	4,8,13,18,23,28,33,38	.88	.87
합계	40			

5.2 진로성숙 측정도구

진로성숙을 측정하기 위하여 한국직업능력개발원에서 제공하는 중·고등학생 진로성숙도 검사[24]를 수정한 것을 사용하였다. 이 척도에는 계획성(8문항), 독립성(6문항), 자기이해(8문항), 직업지식(7문항), 진로준비(9문항)의 5개 하위요인으로 총 38문항으로 구성되었다. 이 척도는 5점 척도로 평정하여 점수가 높을수록 진로성숙이 높다는 것을 의미하며, 진로성숙 척도의 신뢰도 값은 [표 4]와 같다.

표 4. 진로성숙 척도의 요인별 문항번호

요인	문항수	해당문항	사전( $\alpha$ )	사후( $\alpha$ )
계획성	8	1,4,8,10,13,16,21,22	.87	.87
독립성	6	3,6,11,15,19,20	.84	.78
자기이해	8	2,5,7,9,12,14,17,18	.77	.88
직업지식	7	23,24,25,26,27,28,29	.85	.79

진로준비	9	30,31,32,33,34,35,36,37,38	.78	.88
합계	38			

6. 자료분석

강점기반 집단상담 프로그램이 보호관찰 청소년의 자아존중감과 진로성숙에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 가를 검증하기 위해서 SPSS 18.0 for Windows 프로그램을 사용하였다.

1) 강점기반 집단상담 프로그램이 실시되기 전에 실험집단과 통제집단의 동질성을 측정하기 위해서 자아존중감 및 진로성숙 척도의 사전결과를 독립표본 t 검증하였다.

2) 강점기반 집단상담 프로그램을 진행한 후에 실험집단과 통제집단의 평균차이 유의성을 검증하기 위해 자아존중감과 진로성숙 척도의 사전-사후 검사 결과 차이를 대응표본 t 검증하였다.

IV. 연구결과

1. 실험집단 및 통제집단의 사전검사 비교

1.1 자아존중감 사전검사 비교

실험집단 및 통제집단의 자아존중감 척도의 동질성을 파악하기 위해서 사전 t-test를 실시하였고, 결과는 [표 5]와 같다.

표 5. 실험집단 및 통제집단의 자아존중감 척도의 사전검사 비교

자아존중감	집단(N=30)	M	SD	t	p
일반적자아	실험(N=15)	2.9667	.7272	.257	.708
	통제(N=15)	2.8825	.6426		
사회적자아	실험(N=15)	3.0750	.8664	-.245	.743
	통제(N=15)	3.0984	.7184		
가정적자아	실험(N=15)	2.6125	.9060	.225	.876
	통제(N=15)	2.5529	.8765		

[표 5]에서 제시한 바와 같이 자아존중감 전 하위영역에서  $p > .05$ 로 실험집단과 통제집단간에 유의한 차이를 보이지 않았다. 그러므로 두 집단의 사전 자아존중감값이 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않아 동질 집단임이 증명되었다.

### 1.2 진로성숙 사전검사 비교

실험집단 및 통제집단의 진로성숙 척도의 동질성을 파악하기 위해서 사전 t-test를 실시하였고, 결과는 [표 6]과 같다.

표 6. 실험집단 및 통제집단의 진로성숙 척도의 사전검사 비교

진로성숙	집단(N=30)	M	SD	t	p
계획성	실험(N=15)	2.9375	.5008	.216	.812
	통제(N=15)	2.9268	.5238		
독립성	실험(N=15)	2.9333	.3784	.253	.712
	통제(N=15)	2.8537	.3592		
자기이해	실험(N=15)	2.7625	.3356	-1.103	.986
	통제(N=15)	2.7841	.4128		
직업지식	실험(N=15)	3.0857	.5367	.267	.694
	통제(N=15)	3.0019	.5542		
진로준비	실험(N=15)	2.4556	.3793	-.135	.974
	통제(N=15)	2.4793	.3172		

[표 6]에서 제시한 바와 같이 실험집단과 통제집단은 진로성숙에서  $p > .05$ 로 유의한 차이를 보이지 않았다. 그러므로 두 집단의 사전 진로성숙 값은 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않아 동질 집단임이 증명되었다.

## 2. 실험집단 및 통제집단의 사전·사후검사 비교

### 2.1 자아존중감 사전·사후검사 비교

강점기반 집단상담 프로그램이 자아존중감 향상에 유의한 영향을 끼쳤는지를 파악하기 위하여 실시한 실험집단과 통제집단의 사전·사후검사 결과는 [표 7]과 같다.

표 7. 실험집단 및 통제집단의 자아존중감 사전·사후검사 비교

자아존중감	집단	사전검사		사후검사		t	p
		M	SD	M	SD		
일반적	실험	2.9667	.7272	3.7000	.4038	-2.940	.016
	통제	2.8825	.6426	2.9133	.6138		
사회적	실험	3.0750	.8664	3.6875	.3448	-2.548	.031
	통제	3.0984	.7184	3.1247	.5442		
가정적	실험	2.6125	.9060	2.8625	.4226	-.890	.396
	통제	2.5529	.8765	2.4988	.5189		

검사 결과는 [표 7]과 같이 실험집단의 자아존중감 하위 요인가운데 일반적, 사회적 자아존중감 요인에서  $p < .05$  수준에서 통계적으로 유의한 차이를 나타냈으며, 가정적 자아존중감 요인에서는 유의한 차이를 나타내지 못하였다.

### 2.2 진로성숙 사전·사후검사 비교

강점기반 집단상담 프로그램이 진로성숙 향상에 유의한 영향을 끼쳤는지를 파악하기 위하여 실시한 실험집단과 통제집단의 사전·사후검사 결과는 [표 8]과 같다.

표 8. 실험집단과 통제집단의 진로성숙 사전·사후검사 비교

진로성숙	집단	사전검사		사후검사		t	p
		M	SD	M	SD		
계획성	실험	2.9375	.5008	3.5375	.2286	-3.651	.005
	통제	2.9268	.5238	2.9573	.5862		
독립성	실험	2.9333	.3784	3.0667	.4021	-1.350	.210
	통제	2.8537	.3592	2.8796	.5416		
자기이해	실험	2.7625	.3356	3.3375	.4489	-3.383	.008
	통제	2.7841	.4128	2.7396	.4137		
직업지식	실험	3.0857	.5367	3.2143	.1214	-3.250	.010
	통제	3.0019	.5542	2.9718	.3658		
진로준비	실험	2.4556	.3793	3.3111	.4117	-4.135	.003
	통제	2.4793	.3172	2.5058	.4893		

검사 결과는 [표 8]과 같이 실험집단의 진로성숙 하위 요인가운데 계획성, 자기이해, 직업지식, 진로준비 요인에서는  $p < .05$  수준에서 통계적으로 유의한 차이를 나타냈으며, 독립성 요인에서는 유의한 차이를 나타내지 못하였다.

## V. 논의 및 결론

강점기반 집단상담 프로그램이 보호관찰 청소년의 자아존중감과 진로성숙에 어떠한 영향을 미쳤는가를 알아보기 위해 연구결과 중심으로 논의하면 다음과 같다. 본 연구결과 강점기반 집단상담 프로그램은 보호관찰 청소년들의 자아존중감 하위요인 가운데서 일반적 자아존중감, 사회적 자아존중감에서 통계적으로 유의한 효과가 있었으나, 가정적 자아존중감에는 유의한 효과가 나타나지 않았다.

먼저 강점기반 집단상담 프로그램을 통해 자신의 강점을 찾고, 제과빵만들기, 네일아트를 통해서 자신감이 많이 향상 되었으며, 무엇보다도 멘토 대학생들이 보호관찰 청소년들에게 따뜻한 격려와 칭찬을 통해서 자신과 자신이 하고 싶은 일에 대해서 긍정적인 생각을 하게 되었다. 이처럼 강점기반 집단상담 프로그램을 통해서 멘토 대학생과 보호관찰 청소년들의 지속적인 만남

을 통해서 강점을 찾아주고, 어떻게 강점을 활용할 것인가에 대한 여러 활동들을 통해서 일반적인 자아존중감이 많이 향상되었다.

그리고 강점기반 집단상담 프로그램을 통해서 대학생 멘토들이 보호관찰 청소년들에게 먼저 연락하고, 만날 때 마다 웃어주고, 청소년들의 이야기를 항상 경청해 주면서, 위로해 주고 공감해 주는 것을 통해서 보호관찰 청소년들의 사회적 자아존중감을 향상시키는 데도 큰 도움이 되었다. 이는 강점기반 집단상담 프로그램이 일반적 자아존중감 및 사회적 자아존중감 향상에 통계적으로 유의한 영향을 미친다는 연구결과와 일치하는 것으로 나타났다[20][25][33][34].

실제로 강점기반 집단상담 프로그램에 대학생 멘토들이 보호관찰 청소년들에게 자기 자신의 장점과 네일아트, 바리스타 직업체험을 하면서 소질이 있다는 칭찬을 통해서 자아존중감이 많이 향상되었으며, 대학생 멘토 언니들이 만날때마다 웃어주고, 자신의 이야기를 경청하며, 격려해 주는 경험을 통해서 사회적 자아존중감도 많이 향상되었다. 이는 대학생집단멘토링 프로그램이 보호관찰 청소년들에게 다양한 영역에서 실질적인 도움을 주었다는 고운순[7]의 연구결과와도 부분적으로 일치한다. 특히, 일반적 자아존중감에서 '나는 자신감을 가지고 있다' 문항의 점수가 크게 향상되었는데, 이는 네일아트나 제과빵 만들기 체험을 할 때 대학생 멘토들이 소질이 있다면서 많이 칭찬해 주고 격려해 주는 것을 통해 보호관찰 청소년의 자신감이 많이 향상되었다.

하지만, 강점기반 집단상담 프로그램을 통해서 보호관찰 청소년들의 가정적 자아존중감은 통계적으로 유의한 영향을 미치지 못했는데, 이는 가정적 환경의 문제로 부모와의 긍정적인 관계를 맺지 못하는 데서 비롯된 것으로 알 수 있다. 이는 강점기반 집단상담 프로그램이 가정적 자아존중감 향상에 유의한 영향을 미치지 못한 것으로 나타났는데[25][35]. 이와 같은 연구결과는 보호관찰 청소년들의 가정적 자아존중감 향상을 위해서는 가정 환경적 개입이 꼭 필요하다는 것을 알 수 있다[5][36]. 특히, 부모와의 긍정적인 관계 회복, 가족기능의 회복을 도와야 할 것이다[6][8].

또한 강점기반 집단상담 프로그램은 보호관찰 청소년

년의 진로성숙 영역 가운데 계획성, 자기이해, 직업지식, 진로준비 부분에서 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 먼저, 자신의 미래 이력서 만들기를 통해서 자신의 진로에 대해서 계획을 세우는데 도움이 되었으며, 어떤 청소년은 제과빵 체험을 통해서 일에 흥미를 느끼고 제과빵 학원에 다니면서 관련 대학에 진학하고자 준비하고 있다. 그리고 자신의 장점찾기, 강점활용계획 세우기, 멘토 언니와의 개인적인 면담을 통해서 자신을 돌아보고 이해하는 데 큰 도움이 되었다. 실제로 미용전문학원에서 네일아트 전문가와 직업체험 활동과 제과빵 학원에서 직접 빵을 만들면서 직업에 대한 지식과 관심을 갖게 되었다. 어떤 청소년은 네일아트 체험을 하면서 피부미용사에 대한 관심을 갖게 되었고, 자격증을 취득하기 위해서 준비하고 있다. 이처럼 강점기반 집단상담 프로그램을 통해서 보호관찰 청소년들의 진로성숙도 하위요인 가운데 계획성, 자기이해, 직업지식, 진로준비 등에 유의미한 영향을 주었다는 기존의 연구결과와 일치하였다[14][16][28][29][37].

특히, 진로성숙도에서 '나의 진로를 선택하고 계획하는 일은 중요하다', '장래에 내가 원하는 일을 하기 위해서 지금부터 준비할 필요가 있다' 문항에서 큰 변화가 있었다. 이는 네일아트, 제과빵 만들기 체험 등을 통해서 직업인과의 직접적인 만남을 통해 직업에 대한 지식 및 정보를 습득할 수 있었으며, 자신의 진로와 관련해서도 스스로 설계하고 준비하는데 실질적인 도움을 받을 수 있었다. 그리고 대학생 멘토들이 보호관찰 청소년들과 함께 직업체험 활동을 하면서, 청소년들이 가지고 있는 재능과 소질에 대해서 관심을 가져주며 진로에 대해 구체적인 도움을 제공하였다. 예를 들어, 보호관찰 청소년들이 검정고시를 준비하고, 필요한 자격증을 취득하는데 도움을 주었으며, 대학 진학을 하는데 필요한 구체적인 정보들을 제공하였다. 앞으로도 보호관찰 청소년들의 진로성숙에 도움을 제공하기 위해서 대학생 멘토들을 적극적으로 활용하는 프로그램들을 실시해야 할 것이다. 그런데, 진로성숙 요인 중에서 독립성 부분에서는 통계적으로 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이는 강점기반 집단상담 프로그램이 청소년의 진로성숙 영역가운데 독립성 영역에서도 유의한 영향을 미쳤다는 연구결과[14][16][28]와는 불일치한 것

으로 나타났다. 이와 같은 연구결과는 일반청소년을 대상으로 한 강점기반 집단상담 프로그램의 효과에서는 진로성숙 영역에서도 독립성 영역에 유의한 영향을 미쳤지만, 보호관찰 청소년을 대상으로 한 연구에서는 유의한 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다. 이는 보호관찰 청소년들이 일반청소년들에 비해서 위축, 우울/불안 정도가 훨씬 높고[3], 부모에 대한 신뢰도 떨어지고, 부모의 양육태도를 더욱더 적대적으로 지각하며[38], 스스로를 열등하고 타인으로부터 사랑 받을 만한 존재가 아니라고 느끼며, 부모의 애정과 관심의 부족으로 외로움을 느끼고, 다른 사람들과의 원만한 관계를 맺지 못하는 보호관찰 청소년들의 특성과도 연관이 있을 수 있다[36]. 그리고 일반 청소년은 진로에 대한 관심이 많지만, 보호관찰 청소년은 자신의 진로에 대한 관심보다는 과거의 부정적 경험으로 인한 현재의 참담함과 차장 성인으로서의 사회생활에 대한 걱정, 또한 현재의 상태에서 벗어나고자 하는 욕구만이 강하다고 하였다[4]. 이처럼 보호관찰 청소년은 일반 청소년에 비해서 자신감도 떨어지고, 부모의 지지도 부족하고, 진로에 대한 관심도 없기 때문에, 진로성숙 영역에서도 스스로 자신의 진로에 대해서 관심을 갖고, 준비하고 도전하는 독립성 부분에서 의미있는 변화가 일어나지 않았다. 앞으로는 보호관찰 청소년들에게 가정에서나 국가적으로도 더욱더 관심을 갖고 진로지도에 대한 구체적인 지원을 해야 할 것이다. 이를 통해 보호관찰 청소년들도 진로성숙의 향상을 통해 건전한 사회 구성원으로 성장하도록 도와야 할 것이다.

본 연구결과에 기초하여 몇가지 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 일반청소년에 비해 보호관찰 청소년에 대한 진로지도에 대한 관심이 부족한데, 보호관찰 청소년들이 자신의 강점을 활용할 수 있도록 강점기반 집단상담 프로그램 뿐만 아니라, 다양한 진로지도 프로그램이 활성화 되어야 한다.

둘째, 보호관찰 청소년의 자아존중감 향상을 위해서는 부모-자녀간의 갈등문제 해결, 가족기능의 강화 등과 같은 가정환경에 개입하여 실질적으로 보호관찰 청소년들이 가정에서 부모의 보호와 관심을 받으며 건강한 자아를 가진 청소년들로 성장하도록 도와야 할 것이다.

셋째, 보호관찰 청소년들의 자아존중감과 진로성숙 뿐만 아니라, 다양한 영역에서 실제적인 도움을 제공하기 위해서 대학생 멘토링 프로그램을 적극적으로 활용해야 할 것이다. 왜냐하면 본 연구 결과와 같이 대학생들이 보호관찰 청소년들을 훨씬 더 공감을 잘 해주고, 청소년들 눈높이에서 도움을 줄 수 있기 때문이다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 대상자의 수에서 제한점이 있으므로 본 연구 결과를 전체 보호관찰 청소년들에게 일반화하기에는 한계가 있다. 따라서 후속 연구에서는 이를 보완하기 위해서 양적연구와 질적연구를 병행하여 보호관찰 청소년들을 대상으로 한 연구들이 이루어져야 할 것이다. 둘째, 본 연구에서는 보호관찰 청소년에게 본 프로그램의 효과성을 검증하기 위해 사전·사후 검사만 실시하였는데, 후속 연구에서는 본 프로그램 효과의 지속성을 검증하기 위해 추후검사를 실시하거나, 효과의 지속성을 높이기 위해 추수활동을 계획할 필요가 있다.

## 참 고 문 헌

- [1] 김인숙, "보호관찰 청소년의 자기효능감 향상을 위한 차문화치료 프로그램의 효과," 디지털융복합연구, 제12권 제5호, pp.479-490, 2014.
- [2] 김하강, 강순화, "영화를 매개로 한 보호관찰 청소년의 정서적 고찰," 인문과학연구, 제39집, pp.583-614, 2013.
- [3] 문장원, "보호관찰 청소년의 문제행동 특성," 정서·행동장애연구, 제28권, 제4호, pp.231-245, 2012.
- [4] 배희숙, "비행청소년과 일반청소년의 담화에 나타난 명사의 의미범주 분포," 담화와인지, 제24권 제4호, pp.65-86, 2017.
- [5] 탁수연, 박영신, 김의철, "보호관찰 청소년의 상담지도를 통한 사례분석," 아동교육, 제14권, 제1호, pp.69-81, 2005.
- [6] 김중운, 김현희, "일반청소년과 교정시설청소년의 부모지지와 진로결정효능감과 진로준비행동에 미치는 영향," 학습자중심교과교육연구, 제14권, 제10호, pp.515-538, 2014.
- [7] 고유순, "보호관찰청소년을 위한 대학생의 집단멘토링

- 경험에 관한 질적 연구,” 교정복지연구, 제35호, pp.1-32, 2014.
- [8] 김정숙, “소년원 및 보호관찰 청소년의 정신건강 결정 요인,” 형사정책연구, 제29권, 제1호, pp.177-209, 2018.
- [9] 박연재, 김현경, 이주영, “양육환경이 보호관찰 청소년의 문제행동에 미치는 영향 : 비행또래의 매개효과 검증,” 청소년학연구, 제25권, 제10호, pp.225-251, 2018.
- [10] E. J. Smith, “The Strength-Based counseling Model: A Paradigm Shift in Psychology,” *The Counseling Psychologist*, Vol.34, No.1, pp.134-144, 2006.
- [11] M. E. P. Seligman, T. Rashid, and A. C. Parks, “Positive Psychotherapy,” *American Psychologist*, Vol.11, pp.774-788, 2006.
- [12] J. P. Galassi, D. Griffin, and P. Akos, “Strengths-based school counseling and the ASCA national model,” *Professional School Counseling*, Vol.12, No.2, pp.176-181, 2008.
- [13] A. H. S. Harris, C. E. Thoresen, and S. J. Lopez, “Integrating positive psychology into counseling: why and (when appropriate) how,” *Journal of Counseling and Development*, Vol.85, pp.3-13, 2007.
- [14] 김미화, *강점기반 진로집단상담 프로그램이 저소득층 중학생의 진로결정 자기효능감과 진로성숙에 미치는 효과*, 경성대학교 대학원, 석사학위논문, 2016.
- [15] C. Peterson and M. E. P. Seligman, *Character strengths and virtues: A handbook of classification*, Washington, DC: American Psychological Association. New York: Oxford University Press, 2004.
- [16] 문애경, *중학생을 위한 강점기반 진로탐색프로그램 개발과 효과*, 경성대학교 대학원, 박사학위논문, 2016.
- [17] 이은영, 이경, 윤현봉, “수감명령에서 보호관찰청소년을 위한 강점관점프로그램의 효과성 연구 -자기효능감과 회복탄력성을 중심으로-,” 법조, 제68권, 제6호, pp.323-351, 2019.
- [18] S. Coopersmith, *The antecedents of self-esteem*, San Francisco : W. H. Freeman, 1967.
- [19] A. M. Rosenberg, “Reiter’s disease in children,” *American Journal of Diseases of Children*, Vol.133, No.4, 1979.
- [20] 강은심, *강점기반 집단상담 프로그램이 초등학생의 자아존중감에 미치는 영향*, 한국외국어대학교 대학원, 석사학위논문, 2015.
- [21] 이현주, *중학생의 스트레스, 자아존중감, 자기통제가 학교 행복감에 미치는 영향*, 가톨릭관동대학교 대학원, 박사학위논문, 2017.
- [22] J. O. Crites, “A model for the measurement of vocational maturity,” *Journal of Counseling Psychology*, Vol.8, No.3, p.255, 1961.
- [23] 송인섭, 김효원, 남궁정, “중학생 진로성숙 검사 개발 및 타당화 연구,” *영재와 영재교육*, Vol.7, No.1, pp.115-132, 2008.
- [24] 임언, 정윤경, 상경아, *중·고등학생을 위한 진로성숙도검사 실시 요강*, 한국직업능력개발원, 2001.
- [25] 정진설, 김은실, “강점기반 자존감 향상 프로그램이 저소득 한부모 가족 아동의 자아존중감과 적응유연성에 미치는 효과,” *학습자중심교과교육연구*, 제15권, 제11호, pp.509-532, 2015.
- [26] 한주연, *강점기반 집단상담 프로그램이 따돌림 피해 초등학생의 자아존중감, 또래관계 및 심리적 안녕감에 미치는 효과*, 경성대학교 대학원, 석사학위논문, 2013.
- [27] 이경옥, 정민자, “성격강점카드를 활용한 교육프로그램이 중학생의 자아존중감과 행복도에 미치는 효과,” *가정과삶의질연구*, 제38권, 제3호, pp.67-82, 2020.
- [28] 권현석, *강점기반 진로집단프로그램이 특성화고등학생의 진로성숙도 및 자기결정성에 미치는 효과*, 경성대학교 대학원, 석사학위논문, 2019.
- [29] 박지은, *강점기반 진로코칭 프로그램이 학업중단 청소년의 자아탄력성, 진로성숙도 및 진로장벽에 미치는 효과*, 경성대학교 대학원, 석사학위논문, 2018.
- [30] 윤소민, 강진령, “강점기반 진로상담 프로그램이 초등학생의 진로성숙도와 성취동기에 미치는 효과,” *학습자중심교과교육연구*, 제13권, 제1호, pp.103-123, 2013.
- [31] 김미화, 김미옥, “강점기반 진로집단 프로그램이 저소득가정 중학생의 진로결정 자기효능감과 진로성숙에 미치는 효과,” *열린교육연구*, 제25권, 제4호, pp.289-307, 2017.
- [32] 신종순, *고등학생의 문제행동과 자아존중감과의 관*

- 계 연구, 한양대학교 대학원, 석사학위논문, 1991.
- [33] 박정임, “강점중심 집단프로그램의 효과성에 관한 메타분석연구,” 한국콘텐츠학회논문지, 제16권, 제12호, pp.530-538, 2016.
- [34] 김효정, “강점탐색 프로그램이 초등학생의 사회적 능력과 자아존중감에 미치는 영향,” 한국아동학회 학술 발표논문집, pp.177-178, 2019.
- [35] 조미숙, “역량강화 집단사회사업이 한부모가정 아동의 자아존중감에 미치는 영향,” 임상사회사업연구, 제6권, 제3호, pp.125-140, 2009.
- [36] 이지민, *보호관찰 청소년의 사회적 고립감이 공격성에 미치는 영향 : 자기통제력의 조절효과를 중심으로*, 경성대학교 대학원, 석사학위논문, 2015.
- [37] 김종운, 이태곤, “진로역량강화 프로그램이 교육복지 우선지원사업학교 초등학생의 자기효능감과 진로성숙도 및 학습동기에 미치는 효과,” 학습자중심교과교육연구, 제15권, 제11호, pp.225-244, 2015.
- [38] 박영신, 김의철, 탁수연, “한국 일탈 청소년의 토착심리 탐구: 보호관찰 청소년과 일반 청소년의 부모자녀 관계에 대한 비교를 중심으로,” 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 제10권, 제1호, pp.107-145, 2004.

### 저 자 소 개

허 정 철(Jeong-Cheol Heo)

정희원



- 1994년 2월 : 조선대학교 행정학과 (행정학사)
- 2006년 2월 : 조선대학교 사회복지학과(사회복지학석사)
- 2008년 2월 : 조선대학교 사회복지학과(사회복지학박사)
- 2008년 3월 ~ 현재 : 광주여자대학교

교 사회복지학과 부교수

〈관심분야〉 : 아동·청소년복지, 사회복지실천분야