

석사학위논문

게슈탈트 집단상담이 아동의  
내적통제성과 공격성에 미치는 효과

지도교수 허철수



제주대학교 교육대학원

상담심리전공

오용선

2005년 8월

# 게슈탈트 집단상담이 아동의 내적통제성과 공격성에 미치는 효과

지도교수 허 철 수

이 논문을 교육학 석사학위 논문으로 제출함.

2005년 4월 일

제주대학교 교육대학원 상담심리전공



오용선의 교육학 석사학위 논문을 인준함.

2005년 6월 일

심사위원장 \_\_\_\_\_ 인  
심사위원 \_\_\_\_\_ 인  
심사위원 \_\_\_\_\_ 인

<국문 초록>

## 계슈탈트 집단상담이 아동의 내적통제성과 공격성에 미치는 효과\*

오 용 선

제주대학교 교육대학원 상담심리 전공

지도교수 허 철 수

본 연구는 계슈탈트 집단상담이 아동의 내적통제성과 공격성에 어떠한 효과가 있는지를 알아보는 데 그 목적이 있으며 이를 위해 다음과 같은 연구 문제를 설정하였다.

첫째, 계슈탈트 집단상담 프로그램이 내적통제성에 어떠한 효과를 줄 수 있는가?

둘째, 계슈탈트 집단상담 프로그램이 공격성의 하위 요인에 어떠한 효과를 줄 수 있는가?

셋째, 내적통제성과 공격성 간에 서로 어떠한 상관성이 있는가?

연구의 대상은 제주시 소재 O 초등학교 6학년 16명이었다. 연구대상을 선정하기 위하여 6학년 30명을 대상으로 내외통제성 검사와 공격성 검사를 실시하고 프로그램 참가희망자 16명중 무선표집의 방법으로 8명을 상담집단으로 배정하고 8명을 비교집단에 배정하였다.

이 연구에서 사용한 계슈탈트 집단상담 프로그램은 최영미(1988)의 '형태주의 상담의 두 의자기법이 중학생의 자아개념과 인간관계에 미치는 효과', 조정숙(2001)의 '형태주의 집단상담이 초등학교 남자 아동의 부적응감소에 미치는 효과', 김은진(1997)의 '계슈탈트 집단상담을 통한 아동의 공격성 변화 연구', 이미

\* 본 논문은 2005년 8월 제주대학교 교육대학원 위원회에 제출된 교육학 석사학위 논문임.

영(1999)의 ‘게슈탈트 집단상담이 내적통제성 및 자아존중감에 미치는 효과’, 신영재(2000)의 ‘자각을 중심으로 한 게슈탈트 집단상담이 청소년의 공격성 감소에 미치는 효과’를 토대로 연구목적에 맞게 재구성하였다. 집단상담은 주 2회씩 총 10회기에 걸쳐 연구자가 직접 실시하였으며 한 회기당 시간은 60분이었다.

내적통제성의 측정 도구는 Nowick와 Strickland(1973)가 만든척도를 바탕으로 한국행동과학 연구소(1981)에서 제작한 학생용 내외통제척도를 이용하여 김이천(1987)이 긍정문과 부정문 문장을 혼용하여 2단계 척도(예, 아니오)로 대상의 수준에 맞게 수정 제작한 것을 사용하였다. 공격성 검사도구는 Buss 와 Durkee(1957)가 제작한 ‘공격성 진단검사’의 황정규(1964) ‘공격욕구 검사’를 참고로 하여 문재경(1998)이 초등학생에게 맞게 재구성한 것을 사용하였다.

자료의 분석은 프로그램 실시 전과 후의 상담집단과 비교집단의 내적통제성과 공격성을 비교하기 위하여 SPSS WIN 통계 프로그램을 이용하여 유의수준  $p<.01, p<.05$ 수준에서 t검증을 실시하였고, 내적통제성과 공격성과의 상관을 알아보기 위하여 상관분석을 실시하였다.

이상과 같은 과정을 통하여 얻어진 본 연구의 결론은 다음과 같다.

- 첫째, 게슈탈트 집단상담 프로그램은 아동의 내적통제성에 효과가 있다.
- 둘째, 게슈탈트 집단상담 프로그램은 아동의 공격성의 하위영역인 신체적 공격성에 유의한 차이가 있다.
- 셋째, 게슈탈트 집단상담 프로그램은 아동의 공격성의 하위영역인 언어적 공격성에 유의한 차이가 있다.
- 넷째, 게슈탈트 집단상담 프로그램은 아동의 공격성의 하위영역인 우회적 공격성에 유의한 차이가 있다.
- 다섯째, 게슈탈트 집단상담 프로그램은 아동의 공격성의 하위영역인 부정성에 유의한 차이가 없다.
- 여섯째, 게슈탈트 집단상담 프로그램은 아동의 공격성의 하위영역인 흥분성에 유의한 차이가 없다.
- 일곱째, 게슈탈트 집단상담 프로그램은 아동의 공격성의 하위영역인 적의성에

유의한 차이가 있다.

여덟째, 내적통제성과 공격성 간에 유의미한 상관성이 있다.

이상의 결론을 종합하면, 게슈탈트 집단상담 프로그램은 아동의 내적통제성을 증진시키고 공격성의 하위요인들을 향상시키는데 효과적인 프로그램으로서 학교 현장에서 적극적으로 활용할 필요가 있음을 시사하고 있다.



# 목 차

I. 서론 .....	1
1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구 문제 및 가설 .....	3
3. 연구의 제한점 .....	4
II. 이론적 배경 .....	6
1. 계슈탈트 상담의 목표와 기법 .....	6
2. 내외통제성의 개념과 특징 .....	9
3. 공격성의 개념과 유형 .....	13
4. 내적통제성과 공격성과의 관계 .....	17
III. 연구방법 및 절차 .....	19
1. 연구 대상 .....	19
2. 연구 설계 .....	19
3. 연구 절차 .....	20
4. 측정 도구 .....	23
5. 자료 처리 .....	24
IV. 결과 및 해석 .....	25
1. 연구 대상에 대한 동질성 검증 .....	25
2. 가설 검증 .....	26
V. 결론 및 제언 .....	39
1. 요약 .....	39
2. 결론 .....	42
3. 제언 .....	44
參考文獻 .....	45
Abstract .....	51
부    록 .....	55

## 표 목 차

<표Ⅲ-1>	연구 설계의 구성 .....	19
<표Ⅲ-2>	계슈탈트 집단상담 프로그램 .....	22
<표Ⅲ-3>	내·외통제성 측정 도구의 문항 구성 .....	23
<표Ⅲ-4>	공격성 하위 변인별 내용과 문항 구성 .....	24
<표Ⅳ-1>	상담집단과 비교집단의 내적통제성 사전검사 비교 .....	25
<표Ⅳ-2>	상담집단과 비교집단의 공격성 사전검사 비교 .....	26
<표Ⅳ-3>	상담집단의 내적통제성 사전, 사후 검사 비교 .....	27
<표Ⅳ-4>	상담집단의 공격성 사전, 사후 검사 비교 .....	27
<표Ⅳ-5>	내적통제성에서의 사후검사 비교 .....	29
<표Ⅳ-6>	신체적 공격성에서의 사후검사 비교 .....	31
<표Ⅳ-7>	언어적 공격성에서의 사후검사 비교 .....	32
<표Ⅳ-8>	우회적 공격성에서의 사후검사 비교 .....	33
<표Ⅳ-9>	부정성에서의 사후검사 비교 .....	34
<표Ⅳ-10>	흥분성에서의 사후검사 비교 .....	35
<표Ⅳ-11>	적의성에서의 사후검사 비교 .....	36
<표Ⅳ-12>	공격성에서의 사후검사 비교 .....	36
<표Ⅳ-13>	내적통제성과 공격성간의 상관관계 .....	36

## 그 립 목 차

[그림Ⅳ-1]	내적 통제성에서의 총점 변화 .....	30
[그림Ⅳ-2]	공격성에서의 총점 변화 .....	37

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

오늘날 우리 사회에서는 자신의 행동의 결과에 대해 무감각해지는 책임감의 감소현상과 더불어 폭력과 범죄행동은 날로 심각해지고 있으며, 더 더욱 심각한 문제는 이에 대한 죄책감이나 남에 대한 배려감 등이 점점 사라지고 있다는 것이다. 폭력이나 범죄행동을 하면서도 자신의 범죄행위에 대해 자각하지 못하거나 혹은 자신의 행동이 범죄행위라고 자각하면서도 부모나 사회를 원망하며 자신의 행위를 합리화 하여 자신이 저지른 행동에 대한 책임을 주위로 돌리거나 회피하는 것을 볼 수 있다.

이러한 행동은 급속한 사회의 변화와 불균형한 경제의 변화등으로 구성원들간의 갈등이나 불화 속에서 해결되지 못한 감정들, 즉 분노나 미움, 억울함등을 타인에게 공격적인 행동을 가함으로써 자신의 부정적인 감정을 나타낸다. 만일 우리가 살아가는 도중에 해결하지 못한 부정적인 감정들을 감소시키기 위한 체계적인 접근과 기회를 제공한다면 보다 나은 성장과 발달에 많은 도움을 줄 수 있을 것이다(한혜영, 2000).

최근 청소년들의 공격성은 점점 저연령화, 집단화 및 다양화되어 가고 있을 뿐 아니라 청소년기의 공격성과 관련한 행동들은 학교부적응 혹은 우울등의 여러 가지 사회심리적 문제까지 유발(Hudley & Grabam, 1993; Loeber & Hay, 1997)하는 것으로 알려져 있어 청소년들의 공격성에 대한 지속적인 연구의 필요성을 요구하고 있다.

Huesmann(1984)등에 따르면 공격성에 관한 안정도는 연령에 따라 증가하고, 공격성을 민감하게 받아들이는 시기가 8세 정도이며, 이것이 12세가 넘도록 계속된다(김정선,2002,재인용). 또한 일단 사춘기에 이르면 아동



기로부터의 공격습관이 변화하기 어려울 정도에까지 이른다고 주장하였다. 아동기 공격성은 오랫동안 뚜렷하게 안정적이고, 낮은 학업 성취도, 학교 중퇴, 소년 범죄, 그리고 심지어 성인 범죄나 정신 병리와 같은 심각한 부정적 결과를 초래할 수도 있는 것으로 밝혀졌다(Hudley & Graham,1993).

이러한 공격적인 행동은 자신의 행동의 원인을 어떻게 지각하느냐에 따라 그 수준이 달라질 수 있다. 이러한 심리적 성향은 내적 통제(internal control)와 외적 통제(extrnal control)라는 개념으로 설명된다.

Rotters(1966)에 의하면 내적 통제성은 어떤 사건이나 행동의 결과를 자신의 노력이나 능력 또는 자신의 책임하에 있다고 지각하는 것을 의미하며, 외적 통제는 개인에게 있어 행동의 결과를 이해하는데 운이나 운명 또는 과제의 난이도등과 같은 타인의 힘을 통제하에 있을 것으로 지각하는 것을 의미한다.

이는 자기자신을 어떻게 지각하느냐와 행동의 결과에 대한 인식방식에 따라 자신의 행동이 달라질 수 있음을 뜻하는 것으로 아동 교육에서 중요하게 다루어야 할 과제라고 본다(이미영, 1999). 즉 아동들이 자기자신의 행동에 대한 결과나 책임감을 자각할 수 있는 능력을 가질 수 있고, 스스로 내적 통제력을 발휘하도록 교육한다면 공격 또는 폭력 행동을 하게 될 상황이 주어지게 되더라도 자신의 행동을 조절하고 통제하려는 자세를 보일 것이다.

이러한 부정적 감정을 해결하고 조절하기 위한 하나의 접근방법으로써 심리치료가 이루어지는 것이 바람직하다고 본다. 심리치료는 내담자에게 긍정적인 변화를 유도할 수 있을 뿐만 아니라(Bednar et al., 1974), 특히 학교 환경 속에서 긍정적인 변화를 유도할 수 있는 한 방안으로 게슈탈트 집단상담을 들 수 있다.

이에 대한 선행연구들을 살펴보면 신영재(1999)는 자각을 중심으로 한 게슈탈트 집단상담이 청소년의 공격성을 감소시킨다고 보고하였고, 김은

진(1997)은 계슈탈트 집단상담을 통해 아동의 공격성 변화에 대해 연구하였다. 한혜영(2000)은 계슈탈트 집단상담을 통해 불안과 공격성에 미치는 효과를 보고하고 있고, 이미영(1999)은 계슈탈트 집단상담을 통해 내적통제성과 자아존중감에 미치는 효과에 대해 보고 하고 있으며, 조정숙(2001)은 형태주의 집단상담이 초등학교 남자 아동의 부적응 감소에 미치는 효과에 대해 보고 하고 있다.

계슈탈트에 대한 이론적 고찰이 이장호(1975)와 이수용(1984), 윤관현(1984)에 의하여 이루어졌고, 홍경자(1984)의 계슈탈트 workshop을 위한 치료기법이 있으며, 고향자(1986)의 대화의 기법은 내담자의 내적 분열의 자각과 긍정적인 성격통합을 증진시킴으로서 자아개념의 변화를 가져오는데 목적이 있고 역할연기는 타인의 탓으로 돌리는 부정적인 성격 그 자체가 자신의 부분임을 확인시켜 자기를 알게 한다는 것이다.

따라서 계슈탈트 집단상담을 실시하여 자기 행동에 대한 결과를 자기 자신에게 돌릴 수 있고 자신의 행동을 자각함으로써 그 수준을 조절하여 공격적인 행위를 감소시킬 수 있다면 자신이 속한 사회에서 보다 건강한 삶을 살 수 있다. 그러나 아직까지 우리나라에서는 계슈탈트 상담과정과 효과 및 평가에 관한 실험 연구는 활발하지 못한 편이며 특히 계슈탈트 기법을 적용한 청소년 대상 프로그램은 부족한 실정이다.

이에 본 연구에서는 계슈탈트 집단상담을 통하여 내적통제성을 높이고 공격성을 감소시킬 수 있다는 가정하에 계슈탈트 집단상담을 적용하여 그 효과를 알아보고자 한다.

## 2. 연구 문제 및 가설

본 연구에서 계슈탈트 집단상담 프로그램이 아동의 내적통제성과 공격성에 미치는 효과를 검증하기 위하여 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

1. 계슈탈트 집단상담은 아동의 내적통제성에 어떠한 효과가 있는가?
2. 계슈탈트 집단상담 프로그램은 공격성의 하위 요인간 (신체적 공격성, 언어적 공격성, 우회적 공격성, 부정성, 흥분성, 적의성)에 어떠한 효과가 있는가?
3. 내적통제성과 공격성간에 서로 어떠한 상관성이 있는가?  
이상과 같은 연구 문제를 바탕으로 설정된 연구 가설은 다음과 같다.

가설 1 : 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단은 사전 내적통제성과 공격성의 총점이 사후 총점간에 유의한 차이가 있을 것이다.

가설 2 : 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단은 비교집단에 비하여 내적통제성에 유의한 차이가 있을 것이다.

가설 3 : 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단은 비교집단에 비하여 공격성의 하위요인에 유의한 차이가 있을 것이다.

3-1 : 신체적 공격성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

3-2 : 언어적 공격성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

3-3 : 우회적 공격성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

3-4 : 부정성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

3-5 : 흥분성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

3-6 : 적의성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

가설 4 : 내적통제성과 공격성에는 서로 상관성이 있을 것이다.

### 3. 연구의 제한점

본 연구에서는 다음과 같은 제한점이 있음을 밝혀둔다.

첫째, 본 연구의 결과 해석은 내적통제성과 공격성 검사지를 통한 질문지법에 의존하였기 때문에 집단 상담 과정에서의 학생들의 행동

변화, 주관적 내면 세계를 이해하고 평가하는데 한계가 있다.  
둘째, 본 연구는 단기간 동안의 변화를 측정하는데 그쳤기 때문에 장기  
적인 효과를 검증하지 못한 제한점이 있다.



## Ⅱ. 이론적 배경

이 장에서는 게슈탈트의 이론적 토대인 게슈탈트 상담의 개념과 주요상담기법, 내적통제성의 개념과 게슈탈트 집단상담과의 관계, 공격성의 개념과 유형, 게슈탈트 집단상담과의 관계에 대해 살펴보고자 한다.

### 1. 게슈탈트 상담의 목표와 기법

게슈탈트란 형태(shape), 유형(pattern), 전체(wholeness)라는 뜻으로 한 개인의 가장 기본적인 욕구를 사회환경의 맥락에서 조명하면서 신체와 감정, 지력의 통합을 목표로 하는 데 실존주의와 현상학을 철학적 배경으로 하고 있다(설기문, 1993). 게슈탈트 치료에서는 개체가 게슈탈트를 형성하여 지각하는 것을 “전경”과 “배경”의 관계로 보는데, 어느 한 순간에 관심의 초점이 되는 부분을 “전경”이라하고, 관심밖에 놓여 있는 부분을 “배경”이라고 한다.

건강한 개체는 매순간 자신에게 중요한 게슈탈트를 선명하고 강하게 형성하여 “전경”을 떠올릴 수 있는데 반해, 그렇지 못한 개체는 “전경”을 “배경”으로부터 명확히 구분하지 못한다. 개체는 자신의 모든 활동을 게슈탈트로 형성함으로써 조정하고 해결한다. 만일 개체가 게슈탈트 형성에 실패하면 심리적·신체적 장애를 겪게 된다(김근혜, 2000).

개체가 게슈탈트를 형성하지 못하였거나 게슈탈트의 해소를 방해받았을 때 그것은 배경으로 사라지지 못한다. 이러한 완결되지 않은 혹은 해소되지 않은 게슈탈트를 ‘미해결 게슈탈트’ 혹은 ‘미해결과제’라 말한다(Perls, 1969). 미해결과제를 해결할 수 있는 방법은 ‘지금-여기’를 ‘자각’하는 것이다. 자각은 현재 순간에 중요한 자신의 욕구나 감각, 감정, 생각, 행동, 환경 그리고 자신이 처한 상황등을 지각하는 것을 뜻한다(이순일, 2002).

퍼얼스(1951)는 “자각 자체가 바로 치료적일 수 있다”고 말했으며 또한 Simkin과 Yontef(1984)는 자각이 게슈탈트 치료의 유일한 목표이고 필요한 모든 것이라고 주장한다.

게슈탈트적 접근에서 ‘자각’과 더불어 중요한 개념은 ‘접촉(contact)’이다. 접촉은 변화와 성장을 일으키기 위해 필수적이다. Zinker(1977)와 같은 게슈탈트 상담자는 게슈탈트 상담의 두 가지 목표는 자각과 접촉이라고 말하였다.

접촉은 전경으로 떠오른 게슈탈트를 해소하기 위해 환경과 상호작용하는 행위를 뜻한다. 아동은 성장함에 따라 자신과 세계를 구별할 수 있게 되고, 환경과의 접촉을 통해 자아의 경계를 갖게 된다. 그리고 성장 중의 아동은 환경 중에서 새로운 것을 동화하고 동화할 수 없는 것은 거부하게 되는 경험을 가지는데, 이러한 과정에 대한 자각을 접촉이라고 한다.

게슈탈트가 형성되어 전경으로 떠올라도 이를 환경과 접촉을 통해 완결 짓지 못하면 배경으로 사라지지 않는다. 따라서 접촉은 자각과 함께 서로 보완적으로 작용하여 유기체의 성장에 이바지 한다.

게슈탈트가 생성되고 해소되는 반복과정을 ‘자각-접촉 주기’라고 부르는데, 건강한 유기체는 환경과의 교류를 통하여 자각-접촉 주기를 자연스럽게 반복해가면서 성장해간다. 이러한 자연스런 게슈탈트의 형성과 해소과정을 방해하는 것을 ‘접촉경계 혼란’의 개념으로 설명한다.

이는 경계에 문제가 생겨 환경과의 유기적인 교류접촉이 차단되고, 심리적·생리적 혼란이 생기는 것으로 접촉경계 혼란으로 말미암아 자각-접촉 주기가 단절되며, 그 결과 개체는 미해결 과제를 쌓게 되고 마침내 심리장애를 일으킨다고 본다(Perls, 1969). 심리적 장애란 미해결 과제와 동일한 개념이고, 또한 미해결 과제는 접촉경계 혼란으로 인해 발생하기 때문이다(Leisky &Perl, 1970)

게슈탈트 상담의 목표는 크게 두 가지로 생각할 수 있다. 첫째는 내담자를 성숙시키고 성장시키는 것이다. 인간은 외부환경에 의존하던 개인이

자기에게로 방향을 돌리게 될 때, 즉 책임있는 인간이 될 때 성숙이 이루어진다. 두 번째 목표는 통합이다. 내담자로 하여금 감정, 지각, 사고, 신체가 모두 하나의 전체로서 통합된 기능을 발휘하도록 도와주는 것이 상담의 또 다른 목표이다(설기문, 1993).

따라서 게슈탈트 상담의 일반목표는 Zinker(1978)에 의하면 다음과 같다. 첫째, 내담자는 자신에 대한 자각이 증가된다. 둘째, 점차로 그들의 경험을 소유하게 된다(생각하고 느끼고 행동하는 것에 대한 책임을 다른 사람에게 전가시켰던 것과는 반대되는 방향으로) 셋째, 다른 사람의 권리를 침해하지 않으면서 그들의 욕구를 만족시킬 수 있는 기술을 발달시키고 자기에 대해 가치를 느끼게 된다. 넷째, 감각의 전체를 보다 잘 자각하게 된다. 다섯째, 행동의 결과를 수용함과 동시에 자신의 한 것에 대해 책임을 지는 것을 배우게 된다. 여섯째, 요구할 수 있고 도움을 청할 수 있으며 다른 사람에게 도움을 줄 수 있게 된다.

상담기법으로는 자각, 대화게임, 집단실험, 메타퍼기법, 꿈작업, 상상기법, 운동 및 신체기법, 춤기법, 연극 기법, 인형기법, 비언어적 커뮤니케이션, 음악기법, 집단환상동작, 미술기법, 문학기법을 다양한 방법을 가지고 있다. 이처럼 다양한 기법은 지금-여기에서 내담자가 자기를 충분히 자각하여 자기의 부적응 행동의 본질과 그것이 어떻게 자기의 삶을 방해해왔는지 돕는 과정이라고 할 수 있다(김정규,1995; 이형득, 1993).

Zinker(1977)는 내담자의 실존적 측면들을 치료상황으로 가져와 그것을 지금 이 순간에 경험적으로 다루는 네가지 원리로서 첫째, 현재 진행되는 집단경험에 초점, 둘째, 집단원의 자각을 발달시키는 과정, 셋째, 집단원간의 적극적 접촉의 중요성, 넷째, 적극적으로 개입한 지도자에 의해 제안된 상호작용적 실험의 사용등을 제안하였다.

게슈탈트 집단상담에서 지도자는 집단원들이 지금 여기에서 모든 감정들을 보다 충분히 경험하도록 도우며 스스로 해결할 수 있도록 돕는다. 지도자는 해석하는 것을 피하는 대신 집단원들이 어떻게 행동하는가에 초점

을 둔다. 지도자는 집단원들로 하여금 과거의 상황을 마치 현재에 일어나고 있는 것처럼 재경험하도록 한다. 보통 직접적인 경험을 강렬하게 느끼게 하는 기법과 갈등의 감정을 통합하게 하는 기법을 사용한다. 즉 게슈탈트 상담과정은 상담자가 현상에 관해서 해석, 탐색하거나 설득하려는 과정이 아니라 내담자와 더불어 상호작용하며, 전과정을 통하여 “지금-여기” 및 내담자의 책임과 자기 각성에 초점을 맞추는 각종 기법을 적용해 나가는 과정인 것이다(Hansen & Warner, 1976).

게슈탈트 상담에서 자각과 접촉을 증진시키는 보조수단으로서 사용되는 기법들에는 욕구와 감정의 자각, 신체자각, 환경자각, 언어자각, 책임자각, 과장하기, 빈의자기법, 자기 부분간의 대화, 현재화 기법, 꿈작업, 실연, 반대로하기, 머물러 있기 등이 있다(김정규,1995).

Brown(1971)은 초등학교나 중고등학교에 직접 적용할 수 있는 공격행동 연습, 촉감, 즉흥연극기술, 개인생활도형, 신뢰산보, 거울보기 등 다양한 정서적 기법들을 묘사하였다. 이같은 기법들을 적용함으로써 학생들이 행동변화를 일으키고, 그들을 더 좋은 학생을 만들 수 있다는 것을 보여주었다. Levitsky 와 Perls(1970)는 집단상담에서 적용할 수 있는 대화게임, 나의 책임, 나의 비밀, 시연 등의 많은 게임을 보고하였다.

본 연구에서는 신체자각, 거울보기, 환경자각, 책임자각, 빈의자기법, 자기 부분간의 대화를 사용하였다.

## 2. 내외통제성의 개념과 특징

Heider(1958)는 자신이 말하는 귀인이론에서 개인에게 지각된 원인 즉 행동결과의 원인을 인간 내부에 두느냐 또는 환경 내의 어떤 것에 원인을 두느냐에 따라 행동의 차이를 가져온다는 점을 강조하였다. 발생원인을 개인의 능력이나 노력이 인간 내부에 있어서, 스스로 통제할 수 있다고



믿는 사람은 내적 통제성을 가진 사람으로 보고, 원인을 자신이 통제할 수 없는 과제 곤란도와 운과 같이 외적 환경요인에 있다고 믿는 사람은 외적 통제성을 가진 사람이라고 판단한다.

Rotter는 내외통제성을 “어떤 사람이 강화를 자기 자신의 행동에 뒤따르는 것이긴 하나 전적으로 자신의 행동에 의해 나타난 결과는 아니라고 지각한다. 다시 말해 결과의 원인을 행운, 기회, 운명, 힘이 센 다른 사람, 그를 둘러싸고 있는 환경에 돌릴 때 이런 생각을 외적 통제에 대한 신념이라고 부른다.

이에 반해 사건의 결과를 자신의 행동이나 자신의 고정적인 특성에 달렸다고 보면 이를 내적 통제에 대한 신념이라고 부른다”라고 사회학습이론을 통하여 정의 하였다.

결국 내외통제성은 인간이 행동에 뒤따르는 결과에 대해 일관성 있고 일반화된 기대를 간직한 결과, 행동결과에 대한 책임 여부를 환경에 대한 통제소재(Locus of control)에 따라 내재적(Internal control) 또는 외재적(External control)이라고 구분하는 것이다(Rotter, 1966).

내외통제성은 개인이 자신의 성공과 실패를 어떻게 해석하는가에 대한 일반화된 기대로서 기대변인이다. 어떤 개인을 단적으로 내적통제자, 외적 통제자로 구분할 수 있는 것이 아니라 양극단을 내외통제성을 하는 연속선상에서 개인은 한 위치를 차지하게 되며 점수에 따라 상대적으로 내적 통제자 혹은 외적통제자로 분류할 수 있다(김향구, 1987).

내적통제성향의 차이에 따른 인지, 정서적 차이에 대한 여러 선행 연구들이 있는데, Crowne 과 Liveran(1963)은 내적 통제자가 외적 통제자보다 판단의 정확성이 높다고 하였고, Shybut(1970)는 내적 통제자가 자아강도가 높고 욕구불만을 지연시킬 힘이 강하다고 하였다. 또 욕구저지 상황에서 내적통제성이 강한 사람은 외적통제성의 사람보다 더 건설적으로 반응하고, 의사결정에 더 많은 시간을 소요하며, 곤란을 극복하려는 경향을 더 많이 나타낸다(Nowicki & Brissett, 1973; 김춘례, 1992)고 하였다.

외적 통제자는 반응과는 무관하게 주어지는 실패경험 후에 무기력해졌으나 내적 통제자는 무기력해지지 않았다(김지혜, 1981)는 보고가 있다. 이는 외적 통제자가 내적 통제자에 비해 혐오적인 상황을 피하거나 도전을 받아들이는데 무기력하다는 Pittman 등(1978), Roth와 Bootzin(1974)의 연구결과와 일치한다고 할 수 있다.

이상에서 살펴본 내·외재적 통제에 대한 이론적 접근은 Rotter(1966)의 사회학습이론과 Heider(1958), Weiner(1972)의 귀인이론에서의 접근으로 구분해 볼 수 있는데 이 두 이론은 인간에게 실제로 작용하거나 행동의 결과에 영향을 주는 행동의 결정인자로서 개인의 내적특성요인이나 외적환경요인 그 자체에 관심을 갖기 보다는 인간에게 지각된 행동의 원인에 더 관심을 둔다는 점에서 일치한다.

원인지각경향은 개인의 인지 및 정서적 경험에 매우 중요한 영향을 미치게 되며 뿐만 아니라 자신들이 행한 어떤 행동결과에 대한 원인지각을 달리함으로써 그 다음 행동과 태도까지도 변화할 수 있다고 볼 수 있다(Weiner, 1972).

즉, 내적통제성은 성격의 통합정도가 높고 지배성, 인내성, 사회성, 협조성, 포용성 등과 같은 성격 및 긍정적 자아개념과 관련되며 외적통제성은 의존적이며 충동적, 적대적, 공격성 등과 같은 성격 및 부정적 자아개념과 관련된다.

게슈탈트적 접근법의 기본 가정은(Perls, 1973; polster, 1974 Corey, 1985; Clarkson, 1990) 첫째, 인간은 전체적 존재로서 신체, 정서, 사고, 감각, 지각등이 상호관련적으로 작용하는 존재이며, 둘째, 인간은 환경의 일부로서 환경과 분리되어 존재할 수 없는 존재이다. 셋째, 인간은 능동적인 존재로 세계에 대한 자신의 반응을 결정하며, 넷째, 사람은 자각을 통해 선택하며 자신의 행동에 책임을 질 수 있다. 다섯째, 사람은 현재에서만 자신을 경험할 수 있으며, 여섯째, 과거와 미래는 기억과 예측을 통해 현재에서만 경험될 수 있다고 한다.

이상의 가정들을 토대로 게슈탈트 집단상담이 기대하는 일반적인 상담 효과는(Perls, 1973; Polster, 1974; Clarkson, 1990) 환경의존적인 상태에서 자기지지적인 상태로 변화하며, 감각의 전체를 보다 잘 지각한다. 또한 자신의 사고, 감정, 욕구, 행동, 태도에 대한 통합적 자각이 증대되며, 자신의 행위 결과를 수용하고 책임을 지는 것을 배우게 된다. 그리고 자기가 치감을 느끼며, 자기이해와 수용이 증가한다.

게슈탈트이론에서 주장하는 바로는 전체 또는 형태라는 의미에서처럼 전체로 통합되는 독특한 지각형태를 이뤄 인간 유기체가 세계를 조직화하여 현실을 파악하는 유기체의 기능을 중요시하며, 현실을 절대적인 것으로 규정하지 않는다는 점에서 자기조절력을 높여, 책임을 전가시키는 것이 아니라 자립하도록 한다(이미영, 1999).

또 Schultz(1977)은 Perls가 말한‘여기 그리고 지금의 사람’은 부모나 배우자, 타인들의 운명에 자기의 삶이 지배되기를 허용하면서 그들에게 책임을 전가시키지 않고, 오직 자기 자신에 의지하여 자기만이 자기의 삶을 엮어가는데에 책임이 있다는 것을 인식하며, 자기의 인생에 대해 다른 누구의 책임도 없는 것과 마찬가지로, 다른 누구에 대해서도 자기의 책임은 없는 사람이라고 말한다. 그래서 Perls는 ‘내가 할 일은 내가 하고 당신이 해야 할 일은 당신이 한다’고 부연한다.

이에 대한 선행연구를 살펴보면 이미영(1999)은 게슈탈트 집단상담이 내외통제성과 자아존중감에 미치는 효과에 대해 실험한 결과 게슈탈트 집단상담이 내적통제성을 높이는데 효과가 있음을 보고 하고 있고, 내적 통제성향의 차이에 따라 인지, 정서적 차이에 대한 연구로 Shybut(1970)는 내적 통제자가 자아강도가 높고 욕구저지 상황에서 내적 통제성이 강한 사람은 외적 통제성의 사람보다 더 건설적으로 반응한다고 하였다.

이상의 내용을 요약해 보면 게슈탈트 집단상담의 목적은 내담자의 전경과 배경과의 관계에 있어서 전경을 방해하는 요인을 제거하고 전경을 분명하게 부각시킬 수 있도록 하여 내담자가 자신의 삶에 책임을 질 수 있

는 하나의 통합된 자아형성을 하도록 돕는 것이 할 수 있으며(한혜영,2000), 이와 관련하여 내적통제성은 자기 자신의 운명에 책임이 있다고 믿으며 기술과 노력이 성공으로 이끌 수 있는 상황을 좋아한다(안귀덕, 1986)는 공통점을 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서는 계슈탈트 집단상담을 통하여 내적통제성을 높임으로써 보다 건강하고 책임감 있는 생활을 하는데 도움을 주고자 한다.

### 3. 공격성의 개념과 유형

Parke 와 Slaby(1983)는 공격성이라는 개념을 외부에 나타나는 행동 뿐 아니라, 어떤 행동을 하게 하는 원인 혹은 화를 나게 하는 정서상태 등 다양하게 사용되어지며 공격성은 성격특성이나 생물학적 과정, 본능, 일상적인 반응, 학습된 습관 그리고 관찰할 수 있는 신체적·언어적 행동 등으로 정의되어진다고 말하고 있다.

일반적으로 통용되는 공격성의 정의를 Dollard, Doob, Miller, Mowrer, 그리고 Sears(1939)는 “행동이 가해지는 사람을 해치려는 목적을 가진 행동”이다 라고 하였다(Perry & Bussey, 1984). 이것은 행위자의 의도를 고려한 개념인데 이 의도에 따른 정의는 행위자의 행동으로부터 관찰자가 의도를 추론해 내야하고, 그 해석에는 주관적인 판단이 개입되므로 의도만으로는 공격적인 행위를 설명하기 어려운 문제가 있다.

이런 문제의 대안으로 행동의 결과를 고려하여 Buss(1961)는 공격성은 인간의 상호작용 상황에서 유해한 자극을 나타내는 행동이라고 하였다.

가장 실질적이고 행동주의적인 입장에서 공격성이란 어떤 갈등 상황에서 자신의 목적을 달성하고자 하는 의도로 물리적, 언어적 힘을 사용하는 것이다(민귀식,2001). 이 정의에서는 두 가지 유형의 공격성이 나타나고 있다. 첫 번째는 육체적 폭력을 뜻하며 이는 때리고, 발로 차는 행위, 물

건을 깨뜨리거나 던지는 행위와 무기를 사용하는 행위 등을 포함한다. 두 번째는 언어적 폭력으로 이는 고함을 치거나, 날카로운 외침, 협박이나 이와 비슷한 수단으로 자신의 목적을 달성코자하는 행위를 말한다(고미영, 1998)

Hilgard 등(1979)은 타인에게 신체적으로나 언어적으로 손상을 주거나 재산을 파괴하려는 의도가 있는 행동으로 정의하였고, Berkowitz(1973)도 공격성이란 타인을 상해할 의도를 가진 목표 지향적인 반응으로 정의하여 역시 의도라는 말을 강조하였다. 전자의 접근방법에 의한 정의를 따르면 우발적인 사고로 인한 상해도 공격행동으로 포함될 수 있는 반면, 공격 의도를 가진 행동이라도 결과적으로 상대방에게 해를 끼치지 않게 되면 공격성이 아닌 것으로 간주되지 않기 때문에 대부분의 공격 이론가들은 일반적으로 의도를 포함하는 정의를 받아들이고 있다(허은순, 2003)

따라서 본 연구에서는 공격성을 다른 유기체에 대하여 신체적, 심리적으로 유해한 자극을 주려고 의도한 행동이라고 정의하고자 한다.

공격성의 유형은 크게 행동적 공격성과 내재적 공격성으로 구분된다(Kagan, Mussen & Conger, 1979). 신체행동이나 언어처럼 겉으로 표현된 경우와 표현되지 않고 내재적인 것이 그 각각에 해당한다. Frodi(1977) 등은 공격성을 신체적 공격성, 언어적 공격성, 직접적 공격성, 간접적 공격성으로 나누었는데, 신체적 공격성은 공격 대상에게 신체적 상해나 고통을 주려고 의도하거나 물건을 손상시키는 모든 반응을 뜻한다.

Buss와 Durkee(1957)는 종류에 따라 사람들에게 행하는 폭력 행위는 폭행, 공격성을 간접적으로 표현하는 것으로 악의 있는 험담이나 짓궂은 장난을 간접적 공격성, 쉽게 화를 내거나 모욕을 주는 것을 흥분성, 협동하기를 거절하거나 반항하는 것으로, 반대되는 행동을 하는 것을 부정성, 실제적 혹은 상상적인 확대로 인해 현실에 대해 갖는 분노의 감정으로 타인을 질투하고 증오하는 것을 원한, 타인을 믿지 못하며 지나치게 세심하

여 다른 사람에게 적개심을 투사하는 것을 의심, 언어를 매개로 하여 위협하고 저주하는 것을 언어적 공격성으로 구분하였다. 이들 공격성 유형 중 폭행, 간접적 공격성, 흥분성, 부정성, 언어적 공격성에 원한과 의심을 합쳐 적의성이라 하였으며, 적의성은 공격성과 일치될 수도 있지만 공격성 반응의 부분처럼 개방적으로 언어화되지 않는 지속적인 태도로서 내적으로 강화된 공격성이라 정의하였다(변상수, 1996, 재인용).

황정규(1971)는 공격성을 신체적 공격과 언어적 공격으로 나누었다. 신체적 공격에는 힘으로 반대를 극복하는 것, 싸우는 것, 부상에 대해 보복하는 것, 대상에게 공격을 가해서 상처를 주거나 죽이는 것 등이 포함되며, 언어적 공격성은 일이 잘못되면 남의 탓을 하며 욕을 하는 것 등이 포함된다(김백영, 1997, 재인용)

위에서 분류한 공격적 행동들은 대부분의 사람들에게서 어느 정도 쉽게 찾아 볼 수 있는 행동들이다. 그러나 그 행동의 횟수나 강도가 클 때 ‘공격성’으로 분류하며, 그러한 행동을 하는 아동을 ‘공격적인 아동’으로 지칭한다(신혜영, 2003)

이상과 같이 공격성은 많은 이론가들에 의해 다양하게 분류되고 연구되었다. 본 연구에서는 Buss와 Durkee(1957)의 간접적 공격성, 부정성, 흥분성, 적의성과 황정규(1971)의 신체적 공격성과 언어적 공격성으로 보고자 한다.

공격성의 감소 방안으로는 정화, 자극의 억제, 자극의 가치 전환, 공격성에 대한 억제력 함양, 행동의 선택을 가르침 등을 들 수 있다(허일범, 1997). 공격성의 정화는 Freud(1947)에 의해 제안된 것으로 핵심은 공격적인 것으로 느끼게 되었을 때에 공격적 행위를 하는 것이 그 감정의 강도를 감소시킬 것이라는 가정에 기초한 것으로 공격성의 축적을 방지하기 위하여 남에게 피해를 주지 않는 범위 내에서 공격적인 행동을 하도록 하는 것을 말한다(김정선, 2002, 재인용)

Adler(1975)는 인간관계에서 비자기표현적인 방법으로 인하여 직·간접

적인 공격성이 나타내기 때문에 개인의 욕구충족을 위한 자기표현(나-전달법, 반복적인 자기표현기술 등)을 강조한다(김인자,1993 재인용).

Wallen(1967)는 느낌을 처리하는 방법에는 첫째, 말로 보고 혹은 진술하기,둘째 간접적인 표현 또는 판단하기, 셋째 직접적인 표현, 즉 과격한 행동으로 나타내기 등의 세 가지가 있다. 이들 중에서 가장 바람직한 것은 곧 말로 우리의 느낌을 보고하는 방법이라고 한다. 느낌을 말로 보고한다는 것은 다른 사람들에게 우리의 정서적 상태에 대한 정확한 정보를 제공해 주기 위하여 느낌이 일어난 그 때, 과격한 행동, 판단 및 비난 또는 강요함이 없이 우리의 느낌을 있는 그대로 진술하는 것을 의미한다. 이렇게 함으로서 우리는 우리의 느낌을 효과적으로 처리할 수 있어 파괴적 행동이나 정신신체적 병도 예방할 수가 있는 것이다(이형득, 1982).

계슈탈트 이론에서 공격성은 경험을 동화시키기 위한 목적을 가지고 이미 존재하고 있는 형태로 환경의 일부분을 분해하기 위해 필요한 행동으로 정의하며, 장애가 무엇이든 간에 이에 대항하여 행동하는 공격적 행동은 욕구화된 목적을 성취하는 한 방법으로 간주한다(Simth, 1994).

Passons(1975)는 계슈탈트 상담에서는 공격성을 유용하며, 자기 표현적이며, 어떤 것을 만들기 위한 창조적 인간 힘이며, 세상을 수용하는 것뿐만 아니라 자기 자신을 세상을 되돌아가게 하는 것으로 해석하였다.

Bohart(1977)는 계슈탈트 집단상담에서 계슈탈트 상담기법이 분노와 적의적인 태도 및 공격적 행동을 감소시키는데 효과적임을 발견하였다. Zimmerman(1979)은 계슈탈트 자아 참 만남이라 명명한 내담자 자아 조정적인 계슈탈트 상담 기법으로 내담자를 연구한 결과 공격성을 감소시키는데 효과적이었음을 보고하고 있다. 국내 연구에서는 김은진(1997)이 계슈탈트 집단상담을 통한 아동의 공격성 연구에서 계슈탈트 집단상담이 아동의 공격성을 감소시키는데 효과적이었음을 보고 하고 있고, 신영재(1999)는 자각을 중심으로 한 계슈탈트 집단상담이 청소년의 공격성을 감소시키는데 효과가 있음을 보고 하고 있다.

#### 4. 내적통제성과 공격성과의 관계

앞서, 내외통제성의 이론적 접근은 Rotter(1966)의 사회학습이론과 Heider(1958), Weiner(1972)의 귀인이론에서 살펴볼 수 있다고 하였다. 어떤 행동이나 행동의 결과에 대한 원인의 지각이 귀인이라고 하면, 귀인이론은 전형적으로 지각자가 이러한 행동이나 행동의 결과들에 대해서 원인들을 부여하는데 사용하는 과정들과 도식들에 관계하여 인과적 분석들을 통해서 관찰된 원인들을 기술하는 일반적 법칙을 규명함으로써 인간행동에 대한 설명과 예측을 가능케 하려는 하나의 이론적 체계이다(김혜정, 1999).

귀인이란 행동의 원인을 추론하는 과정으로 흔히 공격행동 및 친사회적 행동과 관련된 것으로 보고 되고 있다(Betancourt & Blair, 1992). 특히 공격행동의 경우에는 상대방의 의도를 어떻게 지각하고 귀인하느냐와 밀접한 관련성이 있는 것으로 강조하고 있다. 와이너(Weiner, B.,1991;1993)는 공격행동은 부정적 결과의 책임이 다른 사람에게 있다고 판단될 때 분노가 야기되고, 분노가 공격성 행동을 유발한다는 경로를 제시하였다. 공격적 아동과 비공격적 아동, 일반청소년과 비행청소년의 귀인양식과 귀인과정을 비교한 선행연구에 의하면 공격적, 비공격적 아동과 청소년은 실제의 사회적 상호작용에서 공격성에 대한 지각과 책임성 귀인(Willis & Foster, 1990) 및 귀인과정(Gramham & Hudley, 1994)이 달랐고, 공격·비공격적 비행청소년과 일반청소년은 애매모호한 상황과 비의도적 조건에서 귀인양식에 차이가 있는 것으로 나타났다(Dodge 외, 1990;Fondacaro & Heller,1990).

가장 기본적인 귀인의 방향은 Rotter(1966)에 의한 분류체계로 행동의 원인이 행위자의 내적특성 때문에 일어났다고 보느냐, 아니면 행위자 이외의 요소인 외부의 상황 때문에 일어났다고 보느냐로 나뉜다. 행위자 본



인에게로 원인이 귀착되는 경우에는 이것을 내적귀인이라고 하고, 원인을 외부의 상황인 환경의 탓으로 돌아가는 경우에는 이것을 외적 귀인이라고 한다.

사회정보처리모형과 관련된 선행연구에 따르면, 공격행동의 유발은 단서나 의도를 어떻게 지각하느냐와 밀접한 관계가 있다. 이들 단계에 관한 일련의 연구들에 의하면, 공격적 아동은 비공격적 아동에 비해 애매모호한 상황에서 또래의 의도를 보다 적대적으로 지각하고 해석하는 적대적 귀인 편향을 나타내는 것으로 보고되고 있다(곽금주, 외 1991; Dodge 외 1990).



### Ⅲ. 연구 방법 및 절차

이 장에서는 연구대상, 연구설계, 연구절차, 측정도구 및 자료처리에 대해 살펴보고자 한다.

#### 1. 연구 대상

본 연구의 대상은 제주도 소재 O 초등학교 6학년 16명이다. 연구대상을 선정하기 위하여 6학년 30명을 대상으로 내외통제성 검사와 공격성 검사를 실시하고 프로그램 참가희망자 16명중 무선표집의 방법으로 8명을 상담집단으로 배정하고 8명을 비교집단에 배정하였다.

#### 2. 연구 설계



본 연구의 설계는 계슈탈트 집단상담 프로그램을 적용한 상담집단과 적용하지 않은 비교집단을 비교 평가하는 ‘전후 비교집단 설계 (Pretest-posttest control group design)’이다. 연구 설계의 구성을 도식으로 나타내면 <표 Ⅲ-1>과 같다.

<표 Ⅲ-1> 연구 설계의 구성

상담집단	O <sub>1</sub> X O <sub>2</sub>
비교집단	O <sub>3</sub> O <sub>4</sub>

O<sub>1</sub> O<sub>3</sub> : 사전 검사 (내적통제성과 공격성 검사)

O<sub>2</sub> O<sub>4</sub> : 사후 검사 (내적통제성과 공격성 검사)

X : 계슈탈트 집단상담 프로그램 적용

### 3. 연구 절차

#### 1) 연구의 진행 절차

본 연구는 사전검사, 상담·비교집단 구성, 계슈탈트 집단상담 적용, 사후검사, 통계처리 및 자료분석의 순으로 진행되었다.

연구대상을 선정하기 위해 2004년 6월 4일, 제주시내 O초등학교 6학년 아동 30명을 대상으로 공격성 검사와 내적통제성 검사를 실시하고, 프로그램 참가희망자 16명중 무선표집의 방법으로 8명을 상담집단으로 배정하고, 8명을 비교집단에 배정하였다.

상담집단으로 구성된 8명에게 계슈탈트 집단상담을 적용한 상담 기간은 6월 9일부터 7월 7일까지 5주동안 매주 수요일 2회기씩 총 10회기를 실시하였다. 1회기 상담시간은 60분이고 상담집단에는 계슈탈트 집단상담 프로그램을 실시하였으며 비교 집단에는 집단상담 프로그램 실시 기간 중 아무런 처치도 하지 않았다.

계슈탈트 집단상담 프로그램을 끝낸 1주 후인 7월 14일에 사전검사에 사용했던 내적통제성과 공격성 검사지로 상담, 비교집단 모두에게 사후검사를 실시하였다.

#### 2) 계슈탈트 집단상담 프로그램의 구성

본 연구에서 사용한 계슈탈트 집단상담 프로그램은 최영미(1988)의 ‘형태주의 상담의 두 의자기법이 중학생의 자아개념과 인간관계에 미치는 효과’, 조경숙(2001)의 ‘형태주의 집단상담이 초등학교 남자 아동의 부적응감소에 미치는 효과’, 김은진(1997)의 ‘계슈탈트 집단상담을 통한 아동의 공격성 변화 연구’, 이미영(1999)의 ‘계슈탈트 집단상담이 내적통제성 및 자

아존증감에 미치는 효과’, 신영재(2000)의 ‘자각을 중심으로 한 게슈탈트 집단상담이 청소년의 공격성 감소에 미치는 효과’를 토대로 연구 목적에 맞게 연구자가 재구성하였으며, 각 회기별 주제와 활동 내용은 <표 III-2>와 같다.



<표 III-2> 계슈탈트 집단상담 프로그램

회기	주제	활동 내용
1	오리엔테이션 및 자기소개	프로그램 진행계획 설명 및 지도자 소개 자기소개, 집단에 대한 바람 나누기 프로그램 약속 만들기
2	신체자각	거울을 보고 자기의 첫인상에 대해 이야기하기 둘씩 짝지어 손을 맞대고 상대방에 대한 느낌 나누기
3	환경자각	어릴 때 나의 집을 그리기 주변의 환경에 대한 이해를 통해 자기를 수용하고 탐색한다.
4	부모님과의 미해결과제 탐색	빈의자 기법이용하기 미해결과업을 탐색하여 관련감정을 정리하고, 미해결과업 해결을 위하여 나-너의 입장에서 대화문을 만들어 보기 피드백을 한후, 느낌나누기
5	친구와의 미해결과제 탐색	빈의자 기법이용하기 미해결과업을 탐색하여 관련감정을 정리하고, 미해결과업 해결을 위하여 나-너의 입장에서 대화문을 만들어 보기 피드백을 한 후, 느낌나누기
6	선생님과의 미해결과제 탐색	편지쓰기 발표하기 피드백을 한 후, 느낌나누기
7	자신의 내적갈등 해결	자신의 내적갈등을 탐색하여 대화작성하기
8	대화게임	힘있는자(상전)와 약한자(하인)의 역할놀이 하기 느낌나누기
9	나의 책임	자신의 장단점을 보다 정확히 이해하고 있는 그대로의 모습을 수용하며, 그것을 통해 책임적인 자아를 고취한다. 구성원이 지적해준 자신의 장단점과, 자신이 본 자신의 장단점을 비교한 후 자신이 얻은 느낌에 대해 '책임지겠다'고 말한다.
10	지지체계 찾아주기	지나간 일과 지금까지 어떻게 행동하고 살아왔는가를 고마운정을 가지면서 자문자답한다. 자기에게 영향을 준 주변의 사람과 일을 구체적으로 연상하면서 다정한 느낌으로 새로운 각오를 한다.

#### 4. 측정 도구

본 연구에서는 내적통제성을 위한 측정 도구는 Nowick와 Strickland(1973)가 만든 척도를 바탕으로 한국행동과학 연구소(1981)에서 제작한 학생용 내외통제척도를 이용하여 김이천(1987)이 긍정문과 부정문 문장을 혼용하여 2단계 척도(예, 아니오)로 대상의 수준에 맞게 수정 제작한 것을 사용하였다. 본 척도는 25문항으로 되어 있으며, 내적 통제이면 1점, 외적 통제이면 0점을 주어 총점을 내적통제점수로 산출한다. 따라서 전체점수의 범위는 0-25점이다. 김이천(1987)이 보고한 내·외통제척도의 검사-재검사 신뢰도 계수는  $r=.86$ 이었다. 본 연구에서 사용한 척도의 구성은 다음과 같다.

<표 III-3> 내·외적통제성 측정 도구의 문항 구성

변인	문항 번호	문항수
내적 통제	1,2,3,4,6,13,14,15,16,21,22,24,25	13
외적 통제	5,7,8,9,10,11,12,17,18,19,20,23	12
계		25

공격성 검사도구는 Buss 와 Durkee(1957)가 제작한 ‘공격성 진단검사’와 황정규(1964) ‘공격욕구 검사’를 참고로 하여 문재경(1998)이 초등학생에게 맞게 재구성한 것을 사용하였다. 이 검사의 2주간에 걸친 검사-재검사 신뢰도는 .86이고, 총 35문항으로 6개 하위영역(신체적 공격성, 언어적 공격성, 우회적 공격성, 부정성, 흥분성, 적의성)으로 구성되어 있다. 이 검사는 4단계 평정척도로서 각 문항에 대해 자주 그렇다(4점), 가끔 그렇다(3점), 대개 그렇지 않다(2점), 전혀 그렇지 않다(1점)로 측정된다. 최저 35점에서 최고 140점 사이의 점수를 얻을 수 있으며, 점수가 높을수록 공

격성이 높은 것으로 나타난다. 하위 요인별 내용과 문항 구성은 다음과 같다.

<표 III-4> 공격성 하위 변인별 내용과 문항구성

요인	내용	문항번호	문항수
신체적 공격성	공격대상에게 신체적 상처나 고통을 주려고 의도하거나 물건을 손상시키려는 성향	1,4,16, 21,30,34	6
언어적 공격성	상대방에게 심리적, 사회적인 해를 끼치고자 하는 언어적 반응	2,10,17, 22,28,29	6
우회적 공격성	공격성을 간접적으로 표현하는 것으로 고집, 거부적 태도, 꾸물거리기, 상대방 무시 등의 행동	8,14,18, 24,27,33	6
부정성	협동하기를 거절하거나 반항하는 것으로, 반대되는 행동을 하는 것	7,11,19, 23,26,32	6
흥분성	자신 또는 타인에게 흥분하는 경향	5,13,20, 25,31,35	6
적의성	대인관계에서 타인을 경계하는 경향	3,6,9, 12,15	5
계			35

## 5. 자료 처리

자료의 분석은 SPSS WIN 전산 프로그램에 의하여 기호화, 전산 처리, 통계적 해석 등의 순으로 처리하였다.

본 연구의 가설을 검증하기 위하여 상담집단과 비교집단의 프로그램 실시 전과 후에 내적통제성과 공격성 검사를 실시하고 t검증을 실시하였으며,  $p < .01$ 과  $p < .05$  수준에서 유의한 차이가 나타나는지 검증하였다.

## IV. 결과 및 해석

여기에서는 연구대상에 대한 동질성 검증과 가설검증에 따른 결과 및 이에 대한 해석의 내용으로 구성된다.

### 1. 연구 대상에 대한 동질성 검증

상담집단과 비교집단의 동질성 검증을 위해 상담집단과 비교집단의 내적통제성과 공격성 총점과 하위 영역 간 평균에 대해 t검증을 하였고 그 결과는 <표 IV-1>과 같다.

<표 IV-1> 상담집단과 비교집단의 내적통제성 사전검사 비교

하위요인	구 분	상담집단 (n=8)		비교 집단 (n=8)		t
		M	SD	M	SD	
내적통제성		7.00	2.14	8.38	3.34	-.98

위의 <표 IV-1>에서 나타난 바와 같이 상담집단과 비교집단의 내적통제성 사전 검사에서 t-검증 결과 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않아 상담 전의 두 집단은 동질 집단으로 간주되었다.



<표 IV-2> 상담집단과 비교집단의 공격성 사전검사 비교

공격성 하위 요인	구 분	상담집단(n=8)		비교집단 (n=8)		t
		M	SD	M	SD	
신체적 공격성		16.25	1.91	14.88	0.99	1.81
언어적 공격성		16.50	2.33	15.25	1.58	1.26
우회적 공격성		14.00	2.62	13.63	3.46	0.24
부정성		15.75	1.49	15.75	2.87	0.00
흥분성		16.25	1.91	15.00	0.76	1.72
적의성		14.38	2.50	14.88	2.42	-0.41
전체		93.13	7.81	89.38	5.78	1.09

위의 <표 IV-2>에서 나타난 바와 같이 상담집단과 비교집단의 공격성 사전 검사에서 t-검증 결과, 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않아 상담 전의 두 집단은 동질 집단으로 간주되었다.



## 2. 가설 검증

### 1) 가설 1의 차이 검증

가설 1 : 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단은 사전 내적통제성과 공격성의 총점이 사후 총점간에 유의한 차이가 있을 것이다.

계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단의 내적통제성 및 공격성의 변화 정도를 알아보기 위해 상담집단의 사전, 사후 검사를 분석한 결과 <표 IV-3>과 <표IV-4>와 같다.

<표 IV-3> 상담집단의 내적통제성 사전, 사후검사 비교

하위 요인	구 분	사전 검사(n=8)		사후 검사 (n=8)		t
		M	SD	M	SD	
내적통제성		7.00	2.14	11.00	1.41	-4.23 **

\*\*p<.01

<표 IV-3>에서 보는 바와 같이 상담집단 학생의 내적통제성의 사전, 사후 점수를 t검증 한 결과  $P<.01$  수준에서 유의미한 차이가 보이므로 두 집단은 서로 다른 집단이라고 할 수 있다. 즉 계슈탈트 집단상담을 받은 상담집단의 내적통제성 총점이 사후에 증가하였다.

이러한 결과는 계슈탈트 프로그램을 실시하여 내적통제성의 감소에 효과가 있었다는 이미영(1999)의 연구결과와도 일치한다.

<표 IV-4> 상담집단의 공격성 사전, 사후검사 비교

공격성 하위 요인	구 분	사전 검사(n=8)		사후 검사 (n=8)		t
		M	SD	M	SD	
신체적 공격성		16.25	1.91	12.00	1.07	5.67 **
언어적 공격성		16.50	2.33	12.88	1.73	3.04 *
우회적 공격성		14.00	2.62	10.00	3.78	1.95
부정성		15.75	1.49	13.00	1.41	2.87 *
홍분성		16.25	1.91	12.88	2.30	3.32 *
적의성		14.38	2.50	12.00	1.41	2.42 *
전체		93.13	7.81	72.13	3.44	6.15 **

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

위의 <표 IV-4>에 나타난 결과를 분석해 보면, 상담을 받기 전 상담집단

의 공격성 평균은 94.13점인데 비해 상담을 받은 후 평균은 72.13점으로 낮아져서 통계적으로 유의한 차이를 나타내고 있다( $p < .01$ ). 즉 계슈탈트 집단상담을 처치한 상담집단은 사전보다 사후에 공격성 점수가 낮아졌다고 할 수 있다. 따라서 본 연구에서의 계슈탈트 집단상담 프로그램은 아동의 공격성을 감소시킨다고 볼 수 있다.

이를 공격성의 각 하위영역별로 자세히 살펴보면,

첫째, 신체적 공격성 영역에서 계슈탈트 집단상담 프로그램을 받기 전 평균은 16.25점인데 비해 프로그램 적용 후 평균은 12.00점으로 낮게 나타나 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있다( $p < .01$ ).

둘째, 언어적 공격성 영역에서 계슈탈트 집단상담 프로그램을 받기 전 평균은 16.50점인데 비해 프로그램 적용 후 평균은 12.88점으로 낮게 나타나 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있다( $p < .05$ ).

셋째, 우회적 공격성 영역에서 계슈탈트 집단상담 프로그램을 받기 전 평균은 14.00점인데 비해 프로그램 적용 후 평균은 10.00점으로 낮게 나타났지만 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있지 않다.

넷째, 부정성 영역에서 계슈탈트 집단상담 프로그램을 받기 전 평균은 15.75점인데 비해 프로그램 적용 후 평균은 13.00점으로 낮게 나타나 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있다( $p < .05$ ).

다섯째, 흥분성 영역에서 계슈탈트 집단상담 프로그램을 받기 전 평균은 16.25점인데 비해 프로그램 적용 후 평균은 12.88점으로 낮게 나타나 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있다( $p < .05$ ).

여섯째, 적의성 영역에서 계슈탈트 집단상담 프로그램을 받기 전 평균은 14.38점인데 비해 프로그램 적용 후 평균은 12.00점으로 낮게 나타나 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있다( $p < .05$ ).

계슈탈트 프로그램을 회기별 및 마무리 소감문, 연구자의 관찰을 근거로 공격성이 감소된 까닭을 분석해 본다면 계슈탈트 프로그램 중 미해결

과제 탐색 및 해결, 자신의 내적갈등 해결, 대화게임, 나의 책임, 지지체계 찾아주기 등의 기법을 통하여 자신의 문제를 알아차리고 외부 환경과의 접촉을 통해 자신의 문제와 정서적인 갈등을 해결하는 방법을 스스로 알게 되고 다룰 수 있게 되어 공격성의 감소에 도움이 된 것으로 본다.

이러한 결과는 게슈탈트 프로그램을 실시하여 공격성의 감소에 효과가 있었다는 한혜영(2000), 신영재(1999), 김은진(1997)의 연구결과와도 일치한다.

## 2) 가설 2의 검증

가설 2 : 게슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단은 비교집단에 비하여 내적통제성에 유의한 차이가 있을 것이다.

게슈탈트 집단상담 프로그램을 실시한 후의 사후검사에서 상담집단과 비교집단간의 내적통제성의 유의한 차이를 보이고 있는지를 검증하기 위하여 평균과 표준편차를 산출하여 분석한 결과는 <표 IV-7>과 같다.

<표 IV-5> 내적통제성에서의 사후검사 비교

구 분	M	SD	t
집 단 별			
상담집단(n=8)	11.00	1.41	3.15 **
비교집단(n=8)	8.63	1.60	

\*\*p<.01

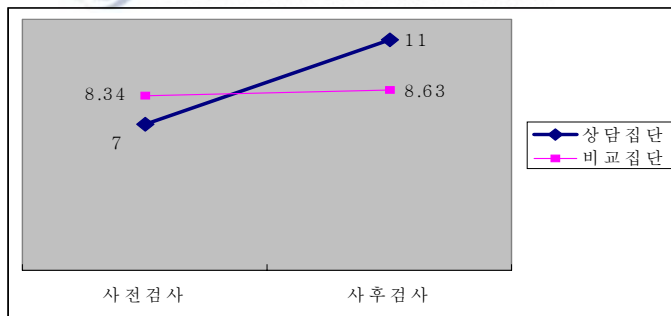
<표 IV-7>에서 보는 바와 같이, 내적통제성의 사후검사 비교는 상담집

단의 평균(11.00)이 비교집단의 평균(8.63)보다 높게 나타나 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있다( $p < .01$ ). 따라서 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단은 비교집단에 비해 내적통제성이 유의하게 증가하였다고 볼 수 있으며 가설 2는 수용되었다.

이는 계슈탈트 집단상담 기법 중에서 신체자각, 환경자각, 나의 책임, 지지체계 찾아주기 등을 통해 자신의 행동에 대한 결과를 자신의 문제로 알아차리게 됨으로써 자신의 능력이나 장/단점을 파악하여 보다 나의 모습을 가꾸려 노력하는 과정을 통해 내적통제성의 점수가 증가 된 것으로 해석된다.

상담집단과 비교집단간의 내적통제성의 사전, 사후 평균점을 그림으로 나타내면 [그림 IV-1] 과 같다.

[그림 IV-1] 내적통제성의 총점변화



가설 3 : 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단은 비교집단에 비하여 공격성의 하위요인에 유의한 차이가 있을 것이다.

(1) 신체적 공격성에서의 차이 검증

가설 3-1 : 상담집단과 비교집단 간 신체적 공격성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

계슈탈트 집단상담 프로그램을 실시한 후의 사후검사에서 상담집단과 비교집단간의 신체적 공격성에서 유의한 차이에 대한 평균과 표준편차에 대한 검증을 분석한 결과는 <표 IV-8>과 같다.

<표 IV-6> 신체적 공격성에서의 사후검사 비교

구 분	M	SD	t
집 단 별			
상담집단(n=8)	12.00	1.07	-2.38 *
비교집단(n=8)	13.88	1.96	

\*p<.05

<표 IV-6>에서 보는 바와 같이, 신체적 공격성의 사후검사 비교는 상담집단의 평균(12.00)이 비교집단의 평균(13.88)보다 낮게 나타나 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있다(p<.05). 따라서 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단은 비교집단에 비해 신체적 공격성이 유의하게 감소되었다고 볼 수 있으며 가설 3-1은 수용되었다.

이는 계슈탈트 집단상담 기법중에서 신체자각, 환경자각, 나의 책임 등을 통해서 타인에게 신체적으로 해를 입히는 행동에 대해 알아차릴 수 있게 되어, 신체적 공격성의 감소에 도움이 된 것으로 해석된다.

(2) 언어적 공격성에서의 차이 검증

가설 3-2 : 상담집단과 비교집단 간 언어적 공격성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

<표 IV-7> 언어적 공격성에서의 사후검사 비교

구 분	M	SD	t
집 단 별			
상담집단(n=8)	12.88	1.73	-2.93 *
비교집단(n=8)	15.50	1.85	

\* p<.05

<표 IV-7>에서 보는 바와 같이, 언어적 공격성의 사후검사 비교는 상담집단의 평균(12.88)이 비교집단의 평균(15.50)보다 낮게 나타나 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있다(p<.05). 따라서 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단은 비교집단에 비해 언어적 공격성이 유의하게 감소되었다고 볼 수 있으며 가설 3-2은 수용되었다.

이는 계슈탈트 집단상담 기법중에서 대화게임, 지지체계 찾아주기 등을 통해서 타인에게 언어적인 해를 입히는 행동에 대해 자신의 문제점과 해결점을 알아차릴 수 있고 외부 환경과의 접촉을 통해 해결하게 됨으로써, 언어적 공격성의 감소에 도움이 된 것으로 해석된다.

(3) 우회적 공격성에서의 차이 검증

가설 3-3 : 상담집단과 비교집단 간 우회적 공격성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

<표 IV-8> 우회적 공격성에서의 사후검사 비교

구 분 집 단 별	M	SD	t
상담집단(n=8)	9.38	2.45	-3.05 **
비교집단(n=8)	12.63	1.77	

\*\* p<.01

<표 IV-8>에서 보는 바와 같이, 우회적 공격성의 사후검사 비교는 상담집단의 평균(9.38)이 비교집단의 평균(12.63)보다 낮게 나타나 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있다(p<.01). 따라서 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단은 비교집단에 비해 우회적 공격성이 유의하게 감소 되었다고 볼 수 있으며 가설 3-3은 수용되었다.

이는 계슈탈트 집단상담 기법중에서 대화게임, 환경자각, 지지체계 찾아주기, 미해결과제 탐색 등을 통해서 상대방을 무시했었거나, 험담하기, 거부적인 행동에 대해 알아차리고 반성하게 되는 과정을 통해, 우회적 공격성의 감소에 도움이 된 것으로 해석된다.

(4) 부정성에 대한 차이 검증

가설 3-4 : 상담집단과 비교집단 간 부정성에서 유의한 차이가 있을 것이다.



<표 IV-9> 부정성에서의 사후검사 비교

구 분 집 단 별	M	SD	t
상담집단(n=8)	13.00	1.41	-1.46
비교집단(n=8)	14.38	2.26	

<표 IV-9>에서 보는 바와 같이, 부정성의 사후검사 비교는 상담집단의 평균(13.00)이 비교집단의 평균(14.38)보다 낮게 나타났지만 통계적으로는 유의한 차이를 보이고 있지 않다. 따라서 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단은 비교집단에 비해 부정성이 유의하게 감소 될 것이라는 가설 3-4은 기각되었다.

상담집단의 부정성 사전(M=15.75), 사후(13.00)비교 분석결과 ( $t=2.87, p<.05$ )에서는 유의한 차이를 보이고 있지만, 사후검사 비교에서 상담집단(M=13.00)과 비교집단(M=14.38)로 유의한 차이를 보이고 있지 않다( $t=-1.46$ ). 이는 선행연구인 김은진(1997)의 ‘계슈탈트 집단상담을 통한 아동의 공격성 변화 연구’와 신영재(1999)의 ‘자각을 중심으로 한 계슈탈트 집단상담이 청소년의 공격성 변화에 미치는 효과’에서와 마찬가지로 공격성의 하위영역인 부정성에서 상담집단과 비교집단간의 유의한 차이가 없는 것으로 본 연구의 결과와도 일치한다.

(5) 흥분성에 대한 차이 검증

가설 3-5 : 상담집단과 비교집단 간 흥분성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

<표 IV-10> 흥분성에서의 사후검사 비교

구분 집 단 별	M	SD	t
상담집단(n=8)	12.88	2.30	-1.94
비교집단(n=8)	14.75	1.49	

<표 IV-10>에서 보는 바와 같이, 흥분성의 사후검사 비교는 상담집단의 평균(12.88)이 비교집단의 평균(14.75)보다 낮게 나타났지만 통계적으로는 유의한 차이를 보이고 있지 않다. 따라서 게슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단은 비교집단에 비해 흥분성이 유의하게 감소될 것이라는 가설 3-5는 기각되었다.

가설 3-4의 분석 결과와 마찬가지로 상담집단의 사전(M=16.25), 사후(M=12.88) 분석결과에서는 유의한 차이( $t=3.32, p<.05$ )를 보였지만, 상담집단과 비교집단간의 사후검사 분석결과에서는 유의한 차이를 보이고 있지 않다. 이는 선행연구인 김은진(1997)의 '게슈탈트 집단상담을 통한 아동의 공격성 변화 연구'와 신영채(1999)의 '자각을 중심으로 한 게슈탈트 집단상담이 청소년의 공격성 변화에 미치는 효과'에서와 마찬가지로 공격성의 하위영역인 흥분성에서 상담집단과 비교집단간의 유의한 차이가 없는 것으로 본 연구의 결과와도 일치한다.

#### (6) 적의성에 대한 차이 검증

가설 2-6 : 상담집단과 비교집단 간 적의성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

#### <표 IV-11> 적의성에서의 사후검사 비교

구 분	M	SD	t
집 단 별			
상담집단(n=8)	12.00	1.41	-4.79 **
비교집단(n=8)	15.00	1.07	

\*\*p<.01

<표 IV-11>에서 보는 바와 같이, 적의성의 사후검사 비교는 상담집단의 평균(12.00)이 비교집단의 평균(15.00)보다 낮게 나타나 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있다(p<.01). 따라서 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단은 비교집단에 비해 적의성이 유의하게 감소한 것으로 볼 수 있으며 가설 3-6은 수용되었다.

이는 계슈탈트 집단상담 기법중에서 미해결과제 탐색, 나의 책임, 대화 게임 등을 통해서 대인간의 갈등이나 경계, 부정적 인식등의 문제들을 탐색하고 알아차림으로써 그 문제를 해결하는 과정을 통해 적의성의 감소에 도움이 된 것으로 해석된다.

<표 IV-12> 공격성에서의 사후검사 비교

구 분	M	SD	t
집 단 별			
상담집단(n=8)	72.13	3.44	-7.95 **
비교집단(n=8)	86.13	3.60	

\*\*p<.01

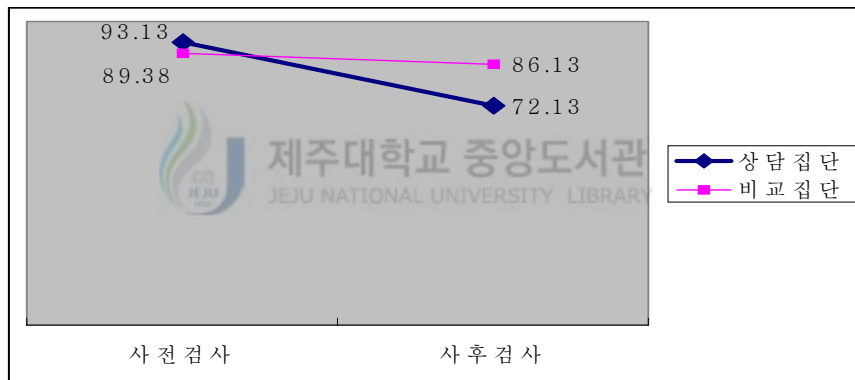
<표 IV-12>에서 보는 바와 같이, 공격성의 사후검사 비교는 상담집단의 평균(72.13)이 비교집단의 평균(86.13)보다 낮게 나타나 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있다(p<.01). 따라서 계슈탈트 집단상담 프로그램에

참여한 상담집단은 비교집단에 비해 공격성이 유의하게 감소하였다고 볼 수 있으며 가설 3은 수용되었다.

이는 계슈탈트 집단상담 기법 중에서 신체자각, 환경자각, 미해결과제 탐색, 나의 책임, 지지체계 찾아주기 등을 통해 자신의 행동에 대한 결과를 자신에게 돌림으로써 내적통제성의 점수가 증가 된 것으로 해석된다.

상담집단과 비교집단간의 공격성의 사전, 사후 평균점을 그림으로 나타내면 [그림 IV-2] 와 같다.

[그림 IV-2] 공격성의 총점 변화



가설 4 : 내적통제성과 공격성에는 서로 상관이 있을 것이다.

<표 IV-13>은 내적통제성과 공격성 간의 상관관계를 알아본 것이다.

<표 IV-13> 내적통제성과 공격성간의 상관관계

구 분	공격성	내적통제성
집 단 별		
공 격 성	1.00	-.62*
내적통제성	-.62*	1.00

\*p<.05

<표 IV-13>에서 보는 바와 같이, 내적통제성과 공격성간에는 서로 부적상관을 보이고 있다. 이러한 부적상관은 공격성이 높으면 내적통제성은 낮아지고, 공격성이 낮으면 내적통제성은 높아진다는 것을 의미한다. 따라서 가설 4는 수용되었다.

## V. 결론 및 제언

### 1. 요약

본 연구의 목적은 아동을 대상으로 계슈탈트 집단상담 프로그램을 적용하여 내적통제성과 공격성에 미치는 효과를 검증하기 위한 것으로 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

1. 계슈탈트 집단상담 프로그램이 내적통제성에 어떠한 효과를 줄 수 있는가?
2. 계슈탈트 집단상담 프로그램이 공격성의 하위 요인에 어떠한 효과를 줄 수 있는가?
3. 내적통제성과 공격성 간에 서로 어떠한 상관성이 있는가?

이상과 같은 연구 문제를 바탕으로 설정된 연구 가설은 다음과 같다.

가설 1 : 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단은 사전 내적통제성과 공격성의 총점이 사후 총점간에 유의한 차이가 있을 것이다.

가설 2 : 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단은 비교집단에 비하여 내적통제성에 유의한 차이가 있을 것이다.

가설 3 : 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단은 비교집단에 비하여 공격성의 하위요인에 유의한 차이가 있을 것이다.

3-1 : 신체적 공격성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

3-2 : 언어적 공격성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

3-3 : 우회적 공격성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

3-4 : 부정성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

3-5 : 흥분성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

3-6 : 적의성에서 유의한 차이가 있을 것이다.

가설 4 : 내적통제성과 공격성에는 서로 상관이 있을 것이다.

위의 가설을 검증하기 위하여 본 연구에서는 제주도 소재 O초등학교 6학년 1개반 학생 30명을 대상으로 내적통제성과 공격성 검사를 실시하고 프로그램에 참여하기를 희망하는 학생 16명중 무선표집의 방법으로 8명을 상담집단으로 배정하고 나머지 8명을 비교집단으로 배정하였다.

위의 세 가설을 검증하기 위하여 계슈탈트 집단상담 프로그램은 6월 9일부터 7월 7일까지 5주동안 주 2회씩 총 10회기에 걸쳐 실시하였으며 한 회기당 시간은 60분이었다. 계슈탈트 집단상담 프로그램은 상담집단에만 투입하였고 비교집단은 사전·사후 검사에만 참여시켰다.

본 연구에서 사용한 내적통제성의 측정 도구는 Nowick와 Strickland(1973)가 만든 척도를 바탕으로 한국행동과학 연구소(1981)에서 제작한 학생용 내외통제척도를 이용하여 김이천(1987)이 긍정문과 부정문 문장을 혼용하여 2단계 척도(예, 아니오)로 대상의 수준에 맞게 수정 제작한 것을 사용하였다. 공격성 검사도구는 Buss 와 Durkee(1957)가 제작한 '공격성 진단검사'의 황정규(1964) '공격욕구 검사'를 참고로 하여 문재경(1998)이 초등학생에게 맞게 재구성한 것을 사용하였다. 계슈탈트 집단상담 프로그램은 최영미(1988)의 '형태주의 상담의 두 의자기법이 중학생의 자아개념과 인간관계에 미치는 효과', 조경숙(2001)의 '형태주의 집단상담이 초등학교 남자 아동의 부적응감소에 미치는 효과', 김은진(1997)의 '계슈탈트 집단상담을 통한 아동의 공격성 변화 연구', 이미영(1999)의 '계슈탈트 집단상담이 내적통제성 및 자아존중감에 미치는 효과', 신영재(2000)

의 ‘자각을 중심으로 한 계슈탈트 집단상담이 청소년의 공격성 감소에 미치는 효과’를 토대로 연구목적에 맞게 재구성하였다

이 연구의 자료 분석은 SPSS WIN 전산 프로그램을 이용하여 처리하였고 상담집단과 비교집단의 내적통제성과 공격성의 사전, 사후 간 차이를 비교하기 위하여 t검증을 실시하고, 내적통제성과 공격성과의 상관을 알아보기 위하여 상관분석을 실시하고,  $p < .01$ 과  $p < .05$  수준에서 유의한 차이를 나타내는지 검증하였다.

위와 같은 과정을 통하여 얻은 연구 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단의 사전 내적통제성 총점( $M=7.00$ )과 사후 내적통제성 총점( $M=11.00$ )을 비교한 결과는 통계적으로 유의한 차이가 있었다( $t=-4.23, p < .01$ ). 따라서 본 연구에서의 계슈탈트 집단상담 프로그램은 내적통제성을 감소시키는데 긍정적인 효과가 있었다고 볼 수 있다.

둘째, 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단( $M=11.00$ )은 비교집단( $M=8.63$ )보다 사후 내적통제성 검사 결과 유의한 차이가 있다( $t=3.15, p < .01$ ). 즉 내적통제성 총 득점에서 상담집단이 비교집단보다 높게 나타났다고 유의한 차이를 보였다.

셋째, 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단의 사전 공격성 총점( $M=92.13$ )과 사후 공격성 총점( $M=72.13$ )을 비교한 결과는 통계적으로 유의한 차이가 있었다( $t=6.15, p < .01$ ). 따라서 본 연구에서의 계슈탈트 집단상담 프로그램은 공격성을 감소시키는데 긍정적인 효과가 있었다고 볼 수 있다.

넷째, 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참여한 상담집단( $M=72.13$ )은 비교집단( $M=86.13$ )보다 사후 공격성 검사 결과 유의한 차이가 있다( $t=-7.95,$



$p < .01$ ). 즉 공격성 총 득점에서 상담집단이 비교집단보다 낮게 나타났고 유의한 차이를 보였다.

이를 구체적으로 살펴보면,

신체적 공격성에서 상담집단( $M=12.00$ )과 비교집단( $M=13.88$ )간에는 사후 검사 결과에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $t=-2.38, p < .05$ ).

언어적 공격성에서 상담집단( $M=12.88$ )과 비교집단( $M=12.63$ )간에는 사후 검사 결과에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $t=-2.93, p < .05$ ).

우회적 공격성에서 상담집단( $M=9.38$ )과 비교집단( $M=12.63$ )간에는 사후 검사 결과에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $t=-3.05, p < .01$ ).

부정성에서 상담집단( $M=13.00$ )과 비교집단( $M=14.38$ )간에는 사후 검사 결과에서 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다.

흥분성에서 상담집단( $M=12.88$ )과 비교집단( $M=14.75$ )간에는 사후 검사 결과에서 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다.

적의성에서 상담집단( $M=12.00$ )과 비교집단( $M=15.00$ )간에는 사후 검사 결과에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $t=-4.79, p < .01$ ).

다섯째, 내적통제성과 공격성간에 서로 유의미한 부적상관을 보이고 있다. 즉 공격성이 높으면 내적통제성은 낮게 나타나고, 공격성이 낮으면 내적통제성은 높게 나타났다.

## 2. 결 론

이와 같은 연구 결과를 토대로 결론을 내리면 다음과 같다.

첫째, 게슈탈트 집단상담 프로그램은 내적통제성 증가와 공격성 감소에 긍정적인 효과가 있다.

둘째, 게슈탈트 집단상담 프로그램은 자신에 일어나는 일은 자신의 능

력이나 행동으로 인한 결과임을 알아차리는 내적통제성 증가에 효과가 있다.

셋째, 게슈탈트 집단상담 프로그램은 타인에게 의도를 갖고 신체적으로 해를 입히거나 물건을 손상시키려는 신체적 공격성을 감소시키는데 효과가 있다.

넷째, 게슈탈트 집단상담 프로그램은 언어적인 반응으로 자신이 맺고 있는 대인관계에서 심리적, 사회적 해를 끼치려는 언어적 공격성을 감소시키는데 긍정적인 효과가 있다.

다섯째, 게슈탈트 집단상담 프로그램은 자신의 불편한 감정을 상대방에게 간접적으로 표현하거나 거부하려는 태도, 무시하는 우회적 공격성을 감소시키는데 긍정적인 효과가 있다.

여섯째, 게슈탈트 집단상담 프로그램은 타인을 경계하고 부정적인 시각으로 대하려는 적의성을 감소시키는데 긍정적인 효과가 있다.

일곱째, 내적통제성을 높이면 공격성을 감소시킬 수 있다.

이상의 결론을 종합하면, 게슈탈트 집단상담 프로그램은 내적통제성과 공격성 변화에 효과적인 프로그램으로써 자신과 타인의 문제에 대해 알아차리고 좀 더 건전하고 적극적인 해결방안을 모색할 수 있을 뿐 아니라, 자신의 행동에 대해 한 번 더 생각하고 반성할 수 있는 효과적인 프로그램이다. 따라서 학교 현장에서 적극적으로 활용할 필요가 있음을 시사하고 있다.

### 3. 제 언

이상과 같은 결론을 토대로 하여 몇 가지 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 게슈탈트 집단상담 프로그램이 내적통제성과 공격성 변화에 긍정적인 효과를 미치는 것으로 검증되었으므로, 이를 토대로 교사들이 학교 현장에서 다양하고 지속적으로 활용할 필요가 있다.

둘째, 아동의 낮은 내적통제성과 높은 공격성으로 인한 여러 가지 어려움이 있을 것이므로, 이들에 대한 다각적이고 지속적인 연구가 요구된다.

셋째, 내적통제성을 높이고 공격성을 감소시킬 수 있는 게슈탈트 집단상담 프로그램을 아동, 청소년들이 흥미롭게 경험할 수 있도록 프로그램을 보완하는 연구가 필요할 뿐 아니라, 개인의 성격특성도 결과에 많은 영향을 주게 되므로 성격 특성에 관련한 연구도 뒷받침 되어야 할 것이다.



## 참 고 문 헌

- 고미영(1998). 아동과 청소년의 공격성에 대한 연구, 한국 정신보건 사회사업학회 pp51-75 .
- 고향자(1986). 게슈탈트 집단상담, 서강대학교 생활심성학습실 “인간이해” 제 8집.
- 곽금주,김하연,윤진(1991). 청소년의 반사회성과 사회정보처리 과정간의 관계 ( I ), 한국심리학회지:발달 4(1) 한국심리학회,pp. 145-156.
- 김백영(1997). 분노통제 프로그램이 부적응 아동의 분노와 공격성에 미치는 효과, 한국교원대학교 대학원 석사논문.
- 김은진(1997). 게슈탈트 집단상담을 통한 아동의 공격성 변화 연구, 한국의국어대학교 교육대학원 석사논문.
- 김이천(1987). 내-외재적 통제의 소재와 학업성취 및 시험불안과의 관계, 고려대 교육대학원 석사논문.
- 김인자(1993). 「인간관계와 자기표현」 한국심리상담연구소.
- 김정규(1995). 「게슈탈트 심리치료」,서울:학지사
- 김정선(2002). 초등학교 아동의 공격성과 학교 생활 적응에 대한 연구, 동아대학교 교육대학원, 석사논문.
- 김지혜(1981). 우울과 내외통제 성격 변인에 관한 연구, 고려대학교 대학원 석사논문.
- 김향구(1987). 내외통제성과 실패 경험 후의 방어성, 연세대학교 대학원 석사논문.
- 김혜정(1999). 초등학생의 성별 및 연령에 따른 귀인 유형 변화 연구,동아대학교 대학원 ,석사논문
- 문재경(1998). 인지적 행동수정 훈련이 아동의 공격성 및 자기효능감에 미치는 효과, 한국교원대학교 대학원 석사논문.
- 민귀식(2001). 청소년의 스트레 대처와 공격성과의 관계, 경산대학교 대학원, 석사논문.

- 변상수(1996). 아동의 통제소재에 따른 수동성과 공격성과의 관계, 한국교원대학교 석사논문.
- 설기문(1993). 『助力技術訓練의 實際』, 서울;형설출판사
- 신영재(1999). 자각을 중심으로 한 계슈탈트 집단상담이 청소년의 공격성 감소에 미치는 효과, 계명대학교 교육대학원 석사논문.
- 신혜영(2003). 부모로부터의 학대경험과 공격성 및 대인불안간의 관계, 서강대학교 교육대학원 석사논문
- 안귀덕(1986). 귀인성향, 지각 학급풍토 및 두 변인의 상호작용이 학습태도와 학업성취에 미치는 영향, 중앙대학교 대학원 박사논문.
- 윤관현(1984). 계슈탈트 치료이론에 대한 고찰, 서강대학교 생활상담지 p 61-78.
- 이미영(1999). 계슈탈트 집단상담이 내적통제성 및 자아존중감에 미치는 효과, 한국의국어대 교육대학원 석사논문.
- 이수용(1984). 상담에 있어서 perls의 형태주의적 접근, 한국교육학회, 학술저널 121-130
- 이순일(2002). 계슈탈트 상담에서의 신체현상에 대한 치유적 개입, 서강대학교 학생생활상담연구소, 인간이해 제 23호.
- 이장호(1975). 계슈탈트치료의 이론적 배경에 관한 고찰, 학생연구 제12집 1호, 서울대학교 학생생활연구소, 21-26.
- 이장호·김정희(1992). 집단상담의 원리와 실제, 서울 : 법문사
- 이형득(1993). 『相談의 理論的 接近』, 대구; 형설출판사
- \_\_\_\_\_ (1982). 인간관계훈련의 실제, 서울;중앙적성출판부
- 조경숙(2001). 형태주의 집단상담이 초등학교 남자 아동의 부적응 감소에 미치는 효과, 부산교육대학교 교육대학원 석사논문.
- 최영미(1988). 형태주의상담의 두 의자기법이 중학생의 자아개념과 인간관계에 미치는 효과, 경북대학교 교육대학원 석사논문.
- 한혜영(2000). 계슈탈트 집단상담이 불안과 공격성 감소에 미치는 효과, 충남대학교 대학원 박사논문
- 허은순(2003). 분노조절 프로그램이 아동의 공격성에 미치는 효과, 제주대학교

교육대학원 석사논문.

허일범(1997). 인간관계 개선 프로그램이 초등학교 아동의 공격성 및 대인불안 감소에 미치는 효과, 한국교원대학교 대학원 석사논문.

홍경자(1985). "Gestalt workshop을 위한 치료기법" 전남대학교 학생생활연구소

황정규(1964), 육구진단검사, 서울;교육과학사

Bednar, R. L., Melnick, J., & Kaul, T.(1974). Rist, responsibility, and structure : a conceptual framework for initiating group counseling and psychotherapy. *Journal of Counseling Psychology, 21(1)*, 31-37.

Berkowitz, L. (1973). " The control of aggression" In B. Caldwell and H. Ricciuticed, Rewiew of child Development Research., Vol. 3. Chicago : University Press.

Betancourt, H., & Blair, L. (1992). A cognition(attribution)-emotion model of violence in conflict situations. *Personality and Social Psychology Bullentin,18(3)*, pp. 343-350.

Bohart, A.C., "Role Playing and Interpersonal Conflict Reduction", *Journal of Counseling Psychology, Vol.24, No.1(1977)*, 15-24.

Buss, A. H. & Durkee, A.(1957). An inventory for assessing different kinds of hostility, *Journal of Counselling Psychology, 21*, 343-349.

\_\_\_\_\_ (1961). *The Psychology of aggression*. New York : willy.

Dyer, W., & Vriend, J. (1980). *Group counseling for personal mastery*. New York : Simon & Shuster.

Dodge, K, A., & Crick, N. R.(1990). Social information-processing bases of aggrissive behavior in children. *Personality and Social Psychological Bulltin, 16*. 8-22.

Fondacaro, M, R., & Heller, K.(1990). Attributional styles in aggrissive adolescent boys. *Jouranal of Anormal Child Psychology, 18(1)*, pp. 75-89.

- Frodi, A., Macaulay, J., & Theme, P. R.(1977). Are women always less aggressive than men? *A review of the experimental literature. Psychological Bullentin, 84*, 634-660.
- Gramham, S., & Hudley, C.(1994). Attribution of aggression and nonaggressive African-American male early edolescents: A study of construct accessibility, *Developmental Psychology, 30(3)*, pp. 365-373.
- Hansen, J. C., & Warner, R. W.(1976). *Group Counseling : Theory and process*. Chicaqe : Rand McNally College publishing company.
- Heider, F.(1958). *The psychology of interpersonal relations*, New York : Wiley.
- Hilgard , et. al.(1979) *Introduct to Psychology(2nd ed)*. New York : Har Court Brace Jovanovioh Inc.(홍대식 역, 서울 : 박영사)
- Hudley, C., & Grabam, S.(1993). An attributional intervention to reduce peer-directed aggression among African-American boys. *Child Development, 64*, 124-138.
- Loeber, R., & Hay, D.(1997). Key issues in the development of aggression and violence from childhood to early adulthood. *Annual Review Psychology, 48*, 371-410.
- Leisky, A. & Perls, F. (1970). The Rules and Games of Gestalt Therapy, I.Fagan & I.Shepherd(Eds). *Gestalt Therapy*. N.Y. : Harper colophon.
- Nowicki, J. R., & Brissett, M. (1973). Internal vs external of reinforcement and reaction of frustration, *Journal of personality and social psychology, 25*, 35.
- Parke, R.D., & Slaby, R.G.(1983). The development of aggression. *Handbook of child Psychology. Socialization, personality, and social development, 4*. 542-642.
- Passons, W. R. (1975). *Gestalt approaches in counseling*. New York :

- Holt, Rinehart and Winston.
- Perls, F. (1969) *Gestalt Therapy Verbatim, Moab*. Utah: Rea people press.
- \_\_\_\_\_ (1973). *The gestalt approach and eye witness to therapy*. Palo Alto, CA : Science and Behavior Books.
- Polster, E., & Polster, M. (1974). *Gestalt therapy integrated*. New York : Brunner/Mazel.
- Clarkson, P.(1990). *Gestalt Counseling in Action*. London : Sage Pub.
- Perry, D. G. & Bussey, K.(1984). *Social Development*, Englewood Cliff, N.J : Prentice-Hall.
- Rotter, T. B.(1966). Generalized expectancies for internal vs external control reinforcement. *Psychological Monographs*, 80, 609.
- Schultz, D. (1977). Growth psychology : *Models of the healthy personality*. New York : D. Van Nostrand Company.
- Shybut, T.(1970). Internal-external control, time perspective and delay of gratification of high and low strength. *Journal of Clinical Psychology*, 26, 430-431.
- Simkin, J. S., & Yontef, G. M. (1984). Gestalt therapy. In R. J. Corsini(Eds.), *Current psychotherapies*. Itasca, IL:F. E. Peacock. 김정희, 이장호(공역).현대심리치료(pp. 367-410).서울:중앙적성출판사
- Simth, V. E. (1994). The experience of women who are aggressive : an analysis of incarcerated women from a gestalt therapy theory perspective, Doctoral dissertation, The Union Institute.
- Weiner, B. (1972). Attribution Theory, Achievement Motivation and the Educational Process. *Review of Educational Research*, 42, 203-215.
- Weiner, B. (1991). Metaphors in motivation and attribution. *American Psychologist*, 46(9), pp. 921-930.



- Weiner, B. (1993). On sin versus sickness: A theory of perceived responsibility and social motivation. *American Psychologist*, 48, pp. 957-965.
- Will, L. M., & Foster S. L.(1990). Differences in children's peer sociometric and attribution ratings due to context and type of aggressive behavior. *Journal of Abnormal Child Psychology Bulletin*, 8, pp. 226-232.
- Zimmerman, J. (1979). A case study in self-determinism : a model for client-assisted self-help. *The Psychological Record*, 29, 201-217.
- Zinker, J. (1977). *Creative process in gestalt therapy*. New York : Vintage Book,
- \_\_\_\_\_ (1978). *Creative process in Gestalt therapy*. New York : Random House(Vintage).



<Abstract>

**The Effects of Gestalt Group Counseling  
on internal control and aggression**

**Oh, Yong-Sun**

Counseling Psychology Major  
Graduate School of Education, Cheju National University  
Jeju, Korea

**Supervised by Professor Hur, Chul-Soo**



The purpose of this study was to examine whether or not Gestalt group counseling had any effects on the internal control and aggressive-ness of children. The research questions were posed as follows:

1. What effects does a Gestalt group counseling program have on internal control?
2. What effects does a Gestalt group counseling program have on aggressiveness subareas?
3. What is the correlational relationship of internal control to

---

\* A thesis submitted to the Committee of Graduate School of Education, Cheju National University in partial fulfillment of the requirement for the degree of Master of Education in August, 2005.

aggressiveness?

The subjects in this study were 16 students in their sixth year of elementary school in the city of Jeju. To select the subjects, the internal control and aggressiveness of 30 sixth graders were tested, and among 16 students who hoped to take part in the program, eight each were grouped into an experimental group and a control group by random sampling.

The Gestalt group counseling program used in this study was based on Choi Yeoung-mi(1988)'s study on the effects of Gestalt counseling two-chair technique on the self-concept and interpersonal relationship of middle school students, Jo Gyeong-suk(2001)'s study on the effects of Gestalt group counseling on the maladjustment of boy school children, Kim Eun-jin(1997)'s study on the impact of Gestalt group counseling on child aggressiveness, Lee Mi-yeoung(1999)'s study on the effects of Gestalt group counseling on internal control and self-esteem and Sin Yeoung-jae(2000)'s study on the effects of awakening-centered Gestalt group counseling on adolescent aggressiveness. The programs utilized in those studies were reorganized to serve the purpose of the study, and group counseling was provided by this researcher in 10 sessions, twice a week. Each session run 60 minutes.

The instrument to measure the internal control of the students was Kim I-cheon(1987)'s scale that revised Nowick and Strickland(1973)'s Internal Control Scale with reference to the Korea Behavioral Science Research Institute(1981)'s Student Internal/External Control Scale. This

instrument was prepared to assess the internal control of school children on a two-point(yes/no) scale by using affirmative and negative sentences. As for aggressiveness, Mun Jae-gyeong(1998)'s Inventory was put to use, which was grounded in Buss and Durkee(1957)'s Aggressiveness Inventory and Hwang Jeong-gyu(1964)'s Aggressive Needs Inventory.

For data analysis, SPSS WIN program was employed to compare the internal control and aggressiveness of the two groups before and after the experiment, and t-test was conducted at the  $p < .01$  and  $p < .05$  level of significance. Besides, correlation analysis was utilized to look for connections between internal control and aggressiveness.

The findings of the study were as follows:

First, the Gestalt group counseling program was effective in improving the internal control of the children.

Second, the Gestalt group counseling program made a significant difference to the physical aggressiveness of the children, one of aggressiveness subareas.

Third, the Gestalt group counseling program made a significant difference to the verbal aggressiveness of the children, one of aggressiveness subareas.

Fourth, the Gestalt group counseling program made a significant difference to the roundabout aggressiveness of the children, one of aggressiveness subareas.

Fifth, the Gestalt group counseling didn't make any significant differences to the negation of the children, one of aggressiveness subareas.

Sixth, the Gestalt group counseling made no significant difference to the excitedness of the children, one of aggressiveness subareas.

Seventh, the Gestalt group counseling made a significant difference to the hostility of the children, one of aggressiveness subareas.

Eighth, the internal control of the children had a significant correlation to their aggressiveness.

The above-mentioned findings illustrated that the Gestalt group counseling program was one of efficient programs to boost the internal control of children and ease their aggressiveness subareas, and school needs to make the best of it.



# 부 록

<부록 1> 내적통제성과 공격성 검사 . . . . . 56

<부록 2> 계슈탈트 집단상담 프로그램 . . . . . 61

<부록 3> 계슈탈트 집단상담 프로그램 활동지 . 71

<부록 4> 계슈탈트 집단상담 프로그램 참가소감문  
. . . . . 76



<부록 1> 내적통제성과 공격성 검사

## 설 문 지

소속	학교    학년    반 (남/여)    이름 : _____				
<p>어린이 여러분 안녕하십니까?</p> <p>이 설문지는 여러분 주위에서 일어나고 있는 일들과 사람들을 대할 때 여러분이 갖고 있는 생각이나 느낌, 나타내는 행동을 알아보기 위해 마련된 것입니다.</p> <p>여러분의 성실한 답변은 초등학교 어린이들을 더 잘 이해하여 도움을 주는데 귀중한 자료가 될 것입니다.</p> <p>이 설문지는 시험문제처럼 정답이나 틀린 답 또는 좋은 답이나 나쁜 답이 있는 것이 아닙니다. 가벼운 마음으로 평소에 자신의 생각이나 느낌, 행동을 있는 그대로 솔직하게 대답해 주시기 바랍니다.</p>					
<b>( 응 답 방 법 )</b>					
<b>(검사1.)</b>					
번호	문항	전혀 그렇지 않다 1	대개 그렇지 않다 2	가끔 그렇다 3	자주 그렇다 4
1	누가 나를 때린다면 나도 맞서서 때린다.			√	
<b>(검사2.)</b>					
번호	문항	그렇다	아니다		
1	행운보다는 응원을 하는 것이 운동시합에서 이기는데 도움이 된다.	√			

(공격성 검사)

번호	문항	전혀 그렇지 않다 1	대개 그렇지 않다 2	가끔 그렇다 3	자주 그렇다 4
1	누가 나를 때린다면 나도 맞아서 때린다.				
2	나는 화가 났을 때 심한 말을 한다				
3	나는 때때로 미워하거나 질투심으로 가득 찰때가 있다.				
4	나는 나의 권리를 지키기 위해 필요하다면 폭력을 쓴다.				
5	나는 누군가가 나를 놀리면 크게 화를 낸다.				
6	나는 일상생활에서 부당한(억울한) 취급을 받는다.				
7	나는 누가 나에게 정중하게 부탁하지 않으면 그가 원하는 것을 하지 않는다.				
8	나는 치고 부수고 때리는 TV 또는 영화나 책을 좋아한다.				
9	다른 사람은 나보다 항상 운이 좋은 것 같다.				
10	나는 누가 나를 화나게 하면 그에 대해 가지고 있는 감정을 쉽게 말한다				
11	나는 누군가가 내가 싫어하는 약속을 정할 때는 그 약속을 지키고 싶지 않다.				
12	친구가 나 모르게 내 이야기를 한다는 것을 나는 안다.				
13	나는 때때로 다른 사람을 해치고 싶은 충동을 억제할 수 없다.				
14	나는 짓궂은 장난을하기를 좋아한다.				
15	가끔 다른 사람들이 나 모르게 나를 비웃는다고 느낀다.				
16	나는 나도 모르는 사이에 다른 사람을 툭툭 친다.				
17	나는 내 의견과 반대되는 의견을 반박해 버린다,				



번호	문항	전혀 그렇지 않다 1	대개 그렇지 않다 2	가끔 그렇다 3	자주 그렇다 4
18	나는 화가 났을 때 문을 ‘쾅’ 닫는다.				
19	나는 내뜻대로 되지 않을 때 뽀루뽀 해진다.				
20	나는 조그만 일에도 화를 낸다.				
21	나는 나를 화나게 한 사람에게 물건을 집어 던진다.				
22	나는 미운 사람에게 별명을 붙여서 부 르기를 좋아한다.				
23	나는 사람들이 잘난 체 할 때는 일부 러 천천히 일함으로서 반감을 표시한다.				
24	나는 내가 싫어하는 사람에게는 좀 무 례한 행동을 한다.				
25	나는 다른사람이 알고 있는 것보다 훨 씬 성급하다.				
26	나는 다른 사람의 개인적 사정이나 감 정은 무시해 버리는 편이다.				
27	나는 남을 골려 주면 기분이 좋게 느 껴진다.				
28	나는 일을 잘못하는 사람이 있으면 비 난을 퍼붓는다.				
29	나는 거짓말로 협박을 한다.				
30	나는 내가 손해 보았다고 생각되면, 꼭 그 사람을 때려줘야 속이 풀린다.				
31	나는 종종 내 자신이 폭발하려는 화약 과 같다는 느낌을 갖는다.				
32	나는 누군가에게 화가 났을 때 침묵으 로 그를 대하는 편이다.				

번호	문항	전혀 그렇지 않다 1	대개 그렇지 않다 2	가끔 그렇다 3	자주 그렇다 4
33	나는 내가 싫어하는 사람을 못살게 군다.				
34	나는 나를 궁지에 빠지게 한 사람을 알면 그 사람과 싸운다.				
35	나는 나도 모르는 사이에 다른 사람과 다투는 일이 있다.				

(내적통제성 검사)

번호	문항	그렇다 1	아니다 2
1	행운보다는 응원을 하는 것이 운동시합에서 이기는데 도움이 된다.		
2	대부분의 경우 지금 내가 무엇을 하느냐에 따라 장래의 일이 바뀌어 질 수 있다.		
3	내 스스로 감기에 안 걸리려면 안 걸릴 수 있다.		
4	누구나 열심히 노력한다면 좋은 성적을 받을 수 있다.		
5	나한테 일어나는 일이란 대개 어느 것이나 제대로 되는 일이 없으므로 노력할 필요가 없다.		
6	아무리 어려운 과목이라도 열심히 노력하면 좋은 성적을 받을 수 있다.		
7	마음 속으로 내가 소원을 빌면 좋은 일이 생긴다.		
8	친구들이 나에게 심술궂게 굴 때 보면 대부분이 정당한 이유 없이 그런다.		
9	아침에 어떤 일이 순조롭게 풀리면 그날은 무엇을 하더라도 일이 잘 된다.		
10	어떤 애들은 태어날 때부터 복을 안고 태어난다.		
11	나는 잘못하지도 않았는데 야단맞은 적이 자주 있다.		
12	학교에서 다른 애들은 나보다 훨씬 똑똑하기 때문에 나는 아무리 노력해 봤자 소용이 없다.		

번호	문 항	그렇다 1	아니다 2
13	노력만 하면 내가 하고 싶은 모든 것을 할수 있다.		
14	나는 행운이 항상 따라 주는 것보다는 머리가 똑똑했으면 더 좋겠다.		
15	부모님은 내가 도와달라고 하면 언제나 도와줄 것이다.		
16	좋은 일이 생기면 내가 노력했기 때문이라고 생각한다.		
17	네잎 클로버(행운)를 찾아내면 재수가 좋다.		
18	나의 친구 중 어떤 아이가 나의 적이 되려할 때 어떻게 막을 도리가 없다.		
19	집에서 내가 하고 싶은대로 하려고 해봐야 소용없다.		
20	사람들이 나를 싫어한다고 해도 그것은 어쩔 수 없는 일이다.		
21	사람들이 나를 좋아하고 싫어하는 것은 내 행동에 달려있다.		
22	선생님이 내어 주신 숙제를 열심히 하면 성적이 올라간다.		
23	태어날 때부터 운동에 소질을 갖고 있는 아이들이 많다.		
24	나는 친구들을 내 마음대로 선택하여 사귄 수 있다.		
25	내가 부탁하는 대로 친구들이 일을 하도록 하는 것은 쉬운 일이다.		

**【제1회기】 오리엔테이션 및 자기소개**

1. 목 표 : 지도자 및 집단원 간에 서로 친밀감을 형성하고 계슈탈트 집단 상담의 기본원리를 설명하여 이해시키며 집단상담 진행 중 지킬 사항을 분명히 숙지하고 지키기 위해 약속한다.
2. 준비물 : 명찰, 색지, 싸인펜
3. 프로그램

과정	활동 내용
도입	프로그램 진행 계획 설명 및 상담자 소개 자기소개, 집단에 대한 바람 나누기 계슈탈트 집단상담에 대한 설명하기 프로그램 약속만들기(부록 3-1)
전개	별칭 짓기 자기를 잘 나타낼 수 있는 것, 자기가 불리고 싶은 이름 등으로 별칭을 지어보게 한다. 자기소개하기 자신의 별칭을 소개하고 별칭에 대한 자신의 생각이나 왜 불리고 싶은지 대한 이야기들을 하고, 집단에 대한 바람들을 나눈다. 계슈탈트 집단상담에 대한 설명하기 계슈탈트 집단상담에 대한 내용을 소개하고 앞으로 활동할 내용에 대해 설명한다. 약속 만들기 집단 안에서 지켜야 할 규칙들을 상담자와 구성원들이 서로 제시하고, 약속으로 만들어 서약서를 통해 함께 낭독하고 사인하도록 한다.
마무리	현재 느껴지는 감정이나 생각들을 자유롭게 발표하도록 한다.

## 【제2회기】 신체자각하기

1. 목 표 : 활동을 통해서 신체적 자기자각을 높이고 자기신체의 각 부위에 민감하게 되어 신체적 자기일체감을 갖는다.
2. 준비물 : 큰거울, 녹음기, 조용한 음악, 질문지

### 3. 프로그램

과정	활동 내용
도입	<p>전 시간에 했던 활동에 대한 확인 및 현재 자기감정 나누기 프로그램 설명하기</p>
전개	<p>현재 자신의 감정 나누기 현재 자신의 기분이나 느낌을 나누면서 신뢰로운 분위기를 형성한다. 주요활동하기 1 자유롭게 돌아다니면서 들썩 짝지어 손을 맞대게 한 후 상대방의 느낌에 대해 적어본 후 발표한다.</p> <p>주요활동하기 2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 한 사람씩 큰 거울 앞에 서서 거울속의 자신을 2분 정도 똑바로 응시한다.</li> <li>- 난생 처음으로 자기 자신과 만나 보았다는 기분으로 신체의 구석구석을 세밀하게 살펴본다.</li> <li>- 거울 응시가 끝났으면 질문지(부록 3-2)에 자신의 생각을 기록한다.</li> <li>- “내면의 소리”란에는 질문에 대한 솔직한 자신의 대답을 기록하고 “친구의 반응”란에는 자신의 답변에 대한 친구의 반응(충고,요구,소원 등)은 어떠할까?를 상상하여 쓰게 한다.</li> </ul> <p>소감나누기 작성한 질문지를 짝과 교환하여 읽은 후 느낌을 교환한다.</p>
마무리	<p>현재 느껴지는 감정이나 생각들을 자유롭게 발표하도록 한다.</p>

### 【제3회기】 환경자각하기

1. 목 표 : 지금 자신이 처해 있는 주변 환경에 대해서 자각하고, 과거의 경험을 되새겨 봄으로써 현재의 미해결과제를 해결하게끔 도움을 준다. 그로 인해 지금-여기에 몰입할 수 있도록 한다.

2. 준비물: 눈가리개, 필기구, 그림도구(크레파스, 매직)

#### 3. 프로그램

과정	활동 내용
도입	전 시간에 했던 활동에 대한 확인 및 현재 자기감정 나누기 게임하기 프로그램 설명하기
전개	현재 자신의 감정 나누기 현재 자신의 기분이나 느낌을 나누면서 집단상담 분위기를 조성한다.. 게임하기 : 장님놀이 - 두 사람씩 짝을 짓는다.(한사람은 눈을 가리고 봉사가 되고 한사람은 인도자가 된다.) - 산책을 한다.(인도자는 장님이 가능하면 여러 가지를 느끼고 경험할 수 있도록 한다. 시각을 제외한 촉각, 청각, 후각으로 만물을 깊이 체험하도록 인도한다. 말은 하지 않는다. 장님의 적응도를 시험하는 것이 아니라 어떻게 하면 신뢰를 주고 받을 수 있을까에 초점이 있다. 신뢰가 깊어지면 더욱 다양한 활동들을 할 수 있다.) 주요활동하기 - 조용히 눈을 감고 초등학교 이전(가능하면)에 자기가 살았던 집을 생각한다. - 그 집의 평면도를 그린다. 가구들이나 자신이 좋아하던 물건들은 어디에 있는지 어떤 방을 좋아했는지 등 가급적 상세하게 그린다. - 자신은 어디에 있는지 어떤 장면이 생각나는지 떠올려 본다. - 한 사람씩 자기의 그림을 보면서 그 때의 상황을 현재화하여 설명해 본다. 소감나누기 발표가 끝난 후 자신의 느낌을 교환한다.
마무리	현재 느껴지는 감정이나 생각들을 자유롭게 발표하도록 한다.

## 【제4회기】 부모님과과의 미해결 과제 탐색하기

1. 목 표 : 부모님과과의 미해결과제를 탐색하여 관련 감정을 정리하고, 미해결과제 해결을 위하여 나-너의 입장에서 대화문을 만들어 봄으로써 부모님과과의 관계에 있어서 좀더 밝고 즐거운 생활을 할 수 있도록 한다.
2. 준비물: 필기구, 대화문(부록 3-3)

### 3. 프로그램

과정	활동 내용
도입	전 시간에 했던 활동에 대한 확인 및 현재 자기감정 나누기 프로그램 설명하기
전개	<p>현재 자신의 감정 나누기</p> <p>현재 자신의 기분이나 느낌을 나누면서 자기노출을 할 수 있는 분위기를 조성한다.</p> <p>주요활동하기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 미해결과제 및 빈의자 기법에 대해 설명한다.</li> <li>- 부모님과과의 미해결 과제의 장면을 떠올린다.</li> <li>- 미해결 과제의 장면을 대화문으로 작성한 후 2-3명이 발표한다.</li> <li>- 빈의자 기법을 이용하여 그때의 장면을 연출한다.</li> <li>- 감정, 느낌, 생각을 부모님과과의 입장을 바꿔가며 이야기한다.</li> </ul> <p>피드백 나누기</p> <p>상대방의 입장에 대해 피드백 하기, 소감나누기</p>
마무리	현재 느껴지는 감정이나 생각들을 자유롭게 발표하도록 한다.

## 【제5회기】 친구와의 미해결 과제 탐색하기

1. 목 표 : 친구과의 미해결과제를 탐색하여 관련 감정을 정리하고, 미해결 과제 해결을 위하여 나-너의 입장에서 대화문을 만들어 봄으로써 친구와의 관계에 있어서 좀더 밝고 즐거운 생활을 할 수 있도록 한다.
2. 준비물: 필기구, 대화문(부록 3-4)
3. 프로그램

과정	활동 내용
도입	<p>전 시간에 했던 활동에 대한 확인 및 현재 자기감정 나누기 프로그램 설명하기</p>
전개	<p>현재 자신의 감정 나누기 현재 자신의 기분이나 느낌을 나누면서 자기노출을 할 수 있는 분위기를 조성한다. 주요활동하기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 미해결과제 및 빈의자 기법에 대해 설명한다.</li> <li>- 친구와 미해결 과제의 장면을 떠올린다.</li> <li>- 미해결 과제의 장면을 대화문으로 작성한 후 2-3명이 발표한다.</li> <li>- 빈의자 기법을 이용하여 그때의 장면을 연출한다.</li> <li>- 감정, 느낌, 생각을 친구와의 입장을 바꿔가며 이야기한다.</li> </ul> <p>피드백 나누기 상대방의 입장에 대해 피드백 하기, 소감나누기</p>
마무리	<p>현재 느껴지는 감정이나 생각들을 자유롭게 발표하도록 한다.</p>



## 【제6회기】 선생님과의 미해결 과제 탐색하기

1. 목 표 : 선생님과의 미해결과제를 탐색하여 자신의 내적 욕구를 명료히 자각하게 할 수 있다. 현재 느끼고 있는 불안, 슬픔, 억울함, 우울함, 좌절감, 죄의식 같은 감정을 회피하기 보다는 그 감정을 직면하게 하여 미해결과제를 완성하고 새로운 성장 단계에 이르게 할 수 있다.
2. 준비물: 필기구, 편지지
3. 프로그램

과정	활동 내용
도입	전 시간에 했던 활동에 대한 확인 및 현재 자기감정 나누기 프로그램 설명하기
전개	현재 자신의 감정 나누기 현재 자신의 기분이나 느낌을 나누면서 자기노출을 할 수 있는 분위기를 조성한다. 주요활동하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 미해결과제에 대해 설명한다.</li> <li>- 선생님과의 관계에서 불안, 슬픔, 억울함, 우울함, 좌절감, 죄의식 같은 감정을 느꼈던 사건을 떠올려 본다.</li> <li>- 그 상황에서 느꼈던 상황, 감정, 바람을 편지로 쓰게 한다..</li> <li>- 모두 작성한 후 발표한다.</li> </ul> 피드백 나누기 상대방이 작성한 편지를 듣고 난 후 공감하기, 피드백 하기, 소감나누기
마무리	현재 느껴지는 감정이나 생각들을 자유롭게 발표하도록 한다.

## 【제7회기】 자신의 내적 갈등 해결하기

1. 목 표 : 자신이 가지고 있는 두 가지의 면, 즉 갈등하는 자신의 모습을 탐색하여 해결함으로써 보다 생산적이고 긍정적인 생활을 할 수 있다.

2. 준비물: 필기구, 대화문(부록 3-5)

### 3. 프로그램

과정	활동 내용
도입	전 시간에 했던 활동에 대한 확인 및 현재 자기감정 나누기 프로그램 설명하기
진개	현재 자신의 감정 나누기 현재 자신의 기분이나 느낌을 나누면서 자기노출을 할 수 있는 분위기를 조성한다. 주요활동하기 - 우리 주변에서 일어나는 갈등상황에 대해 예를 들어 설명한다. - 갈등상황에서의 감정, 또는 그로 인해 어떤 일들이 있을지에 대해 이야기 한다. - 갈등 상황의 장면을 대화문으로 작성한다. - 빈의자 기법을 이용하여 갈등상황에 대해 연출하고 진정으로 원하는 것을 알게 한다. 피드백 나누기 상대방이 작성한 대화문을 듣고 난 후 피드백 하기, 소감나누기
마무리	현재 느껴지는 감정이나 생각들을 자유롭게 발표하도록 한다.

## 【제8회기】 대화게임

1. 목 표 : 자신의 내면에 두 가지의 모습, 즉 타인의 기대와 도덕적 명령을 수행하고자 하는 면과 자신이 바라는 삶을 억압하고 감추는 과정에서 나타나는 부정적인 감정들을 자각함으로써 자신이 원하는 진정한 모습을 발견할 수 있다.

### 2. 프로그램

과정	활동 내용
도입	전 시간에 했던 활동에 대한 확인 및 현재 자기감정 나누기 프로그램 설명하기
진개	<p>현재 자신의 감정 나누기 현재 자신의 기분이나 느낌을 나누면서 신뢰할 수 있는 분위기를 조성한다..</p> <p>주요활동하기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 자신이 원하는 삶과 타인의 기대에 따라 사는 삶을 비교하며 설명한다.</li> <li>- 자신이 원하는 삶을 살지 못할 때 어떠한 감정과 생각들이 드는지에 대해 서로 이야기 해 본다.</li> <li>- 상전과 하인의 의미를 설명한다.</li> <li>- 둘씩 짝을 지어 역할을 분담하여 상전과 하인의 역할연기를 한다.</li> <li>- 서로의 입장을 바꿔 역할연기를 한다.</li> </ul> <p>피드백 나누기 각각의 입장에 대해 소감을 나눈다.</p>
마무리	현재 느껴지는 감정이나 생각들을 자유롭게 발표하도록 한다.

## 【제9회기】 나의 책임

1. 목 표 : 자신의 장단점을 보다 정확히 이해하고 있는 그대로의 모습을 수용하며, 그것을 통해 책임적인 자아를 고취함으로써 자신이 느끼는 느낌에 대해 올바른 책임의식을 느껴본다.

2. 준비물: 필기구, A4용지

3. 프로그램

과정	활동 내용
도입	전 시간에 했던 활동에 대한 확인 및 현재 자기감정 나누기 프로그램 설명하기
전개	<p>현재 자신의 감정 나누기</p> <p>현재 자신의 기분이나 느낌을 나누면서 자기노출을 할 수 있는 분위기를 조성한다.</p> <p>주요활동하기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 들썩 짝을 지어 본다.</li> <li>- 자신이 보는 자기의 장점과 단점을 적고, 상대방의 장단점을 적어본다.</li> <li>- 상대방이 본 자신의 장단점과 자신이 본 장단점을 비교한다.</li> <li>- 이를 통해 얻은 자신의 느낌에 대해 “_____에 대해 책임지겠다”고 말한다.</li> </ul> <p>피드백 나누기</p> <p>상대방이 본 장단점과 자신이 본 장단점을 비교했을 때 느껴지는 것에 대해 소감나누기</p>
마무리	현재 느껴지는 감정이나 생각들을 자유롭게 발표하도록 한다.

## 【제10회기】 지지체계 찾아주기

1. 목 표 : 이제까지 프로그램에 참여하면서 가졌던 느낌들을 정리해보고 자신의 모습과 행동에 대해 책임질 수 있는 자신을 발견하고 새로운 각오를 다짐할 수 있다.

2. 준비물: 필기구, A4용지

### 3. 프로그램

과정	활동 내용
도입	진 시간에 했던 활동에 대한 확인 및 현재 자기감정 나누기 프로그램 설명하기
전개	<p>현재 자신의 감정 나누기</p> <p>현재 자신의 기분이나 느낌을 나누면서 자기노출을 할 수 있는 분위기를 조성한다.</p> <p>주요활동하기</p> <p>JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 등글게 마주보고 앉아 눈을 감는다.</li> <li>- 지나간 일과 지금까지 어떻게 행동하고 살아왔는가를 고마운 정을 가지면서 문자답한다.</li> <li>- 자기에게 영향을 준 사람과 일을 구체적으로 연상하면서 다정한 느낌으로 새로운 각오를 한다.</li> <li>- 집단원 앞에서 자신의 생각을 가식없이 말한다.(나는 왜 사는가?, 어떻게 사는 것을 가치롭게 여기는가?, 어떤 모습이 되고자 노력하나?)</li> </ul> <p>소감나누기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 상담모임을 가지면서 긍정적으로 변한 자신이나 동료의 태도와 행동을 자유롭게 말한다.</li> </ul>
마무리	현재 느껴지는 감정이나 생각들을 자유롭게 발표하도록 한 후, 집단상담을 마치며 소감문을 쓰고 발표한다.

<부록 3>            계슈탈트 집단상담 프로그램 활동자료

<부록 3 - 1>

## 약 속 만 들 기

나 ( \_\_\_\_\_ )는 계슈탈트 집단상담 프로그램에 참가함에 있어 본인과 그리고 같이 참여한 모든 사람들의 성숙된 삶을 위하여 다음 사항들을 최대한 성실히 지킬 것을 굳게 약속합니다.

1. 본 프로그램에 끝까지 참여한다.
2. 약속을 꼭 지킨다.
3. 다른 사람의 비밀을 지킨다.
4. 다른 사람의 의사를 존중하고 비난하지 않는다.
5. 내 인생을 나의 것으로 만들기 위해 최선의 노력을 다한다.
6. 우리 집단의 발전을 위해 적극적으로 협조한다.
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_
11. \_\_\_\_\_

200    년    월    일

성명 : \_\_\_\_\_ (서명)

< 처음 보는 나의 모습 >

질문내용	내면의소리	친구의반응
1. 나의 첫 인상은? 2. 내가 속으로 감추고 있는 감정이 있다면 그것은? 3. 어제와 오늘 나의 의지대로 행한 행동 중 에 잘못된 것이 있다면? 4. 용모나 특징은?(공항이나 역전에서 낯선 사람과 처음으로 만난다고 가정하고 복장 이나 안경뿐만 아니라, 신체적 특징에 대해 설명하는 기분으로) 5. 내 모습 중에 마음에 들지 않는 부분은? 6. 내가 정말 무시하고 싶은 부분은 무엇인가?		

<부록 3 - 3>

< 부모님과의 미해결 과제 해결하기 >

1. 장 면 :

2. 미해결과제의 탐색 :



3. 대화작성 :



<부록 3 - 4>

< 친구와의 미해결 과제 해결하기 >

1. 장 면 :

2. 미해결과제의 탐색 :



3. 대화작성 :

<부록 3 - 5>

## < 갈등해결하기 >

1. 장 면 :

2. 갈등상황 탐색 :



3. 대화작성 :

#### <부록 4> 계슈탈트 집단상담 프로그램 참가소감문

● 이 프로그램을 통해서 내가 깨달은 점과 달라진 점은 친구들이 나를 어떻게 생각하든지 그것은 나의 행동에 달려 있는 것이기 때문에 친구들이 나를 나쁘게 생각한다는 것에 기분을 나빠하지 말자는 것과 그것을 고쳐야겠다고 깨달았고, 달라진 행동으로는 친구들과 더욱 더 친해졌고, 나쁜 것을 조금씩 차근차근 고쳐나가는 점이다.(준수마누라)

※ 상담이 하기 싫을때도 있었지만 우리가 이러한 상담을 거쳐서 우리 자신에 대해 이해를 많이 하게 되었고, 상담을 통해서 얻어진 것들을 친구들과 함께 소중한 간직하고 싶다.(엘레나)

● 이제까지 상담을 하면서 친구들에 대한 성격이 다르다는 것을 느끼게 되었다. 그 친구도 나에게 대한 느낌은 다를 것이다. 친구들의 성격의 장점과 단점을 알게 되었으니까 그 친구의 장점을 조금씩 더 알아가고 싶고, 좀더 친해졌으면 한다.(최강창민)

☒ 벌써 마지막 시간이다. 좀 아쉬운 것 같다. 내가 가장 기억에 남는 것은 내가 싫어하던 선생님에게 편지를 썼던 것이 가장 기억에 남는다. 그리고 이 시간을 통해서 친하지 않았던 친구들과 좀더 친해진 것 같았고, 상담 프로그램이 나에게서는 유익했고, 재미있었다.(유천부인)

☞ 마지막 날이어서 오늘은 흥가분하기도 하고 쓸쓸하기도 하다. 그런데 여태까지 집단상담을 하면서 배운것도 많은 것 같다. 오늘 내꿈꾸 수진이가 나의 단점을 지적해 주었다. 처음에는 기분이 나쁘기도 했는데 내가 먼저 잘못을 한 것이니까 노력을 해서 고치겠다고 나에게 다짐했다.  
(제시카)

☼ 이제까지 집단상담을 통해 내가 무엇을 잘하고 무엇을 고쳐야 하는지 알게 되었다. 친구간에는 믿음이 필요하다는 것을 알게 되었고, 친구들을 사귄때와 친구들이 생각하는 것은 내 행동에 달려있다는 것을 알게 되었다.(유천각시 3)

☺ 오늘이 상담 마지막 날이 되는 날이다. 오늘은 그래서인지 기대가 되었다. 오늘 첫 시간은 나의 장,단점을 쓰고, 상대방이 나의 장,단점을 쓰는 것이었다. 나는 그것을 쓰고 받았을때 느낌이 이상했다. 친구가 나의 장, 단점을 그렇게 생각할 줄 몰랐기 때문이다. 그 다음 둘째 시간에는 내가 살아가는 이유와 내가 살아갈 때 하고 싶은 것을 말했다. 나의 살아가는 이유는 나를 힘들게 낳아주시고 키워 주신 부모님, 꿈, 미래를 위해 살아가는 것 같다고 했다. 그리고 내가 살아갈 때 하고 싶은 것은 꿈, 미래를 위해 공부를 열심히 해야겠다고 했다. 앞으로는 꼭 그렇게 살아가야겠다고 다짐했다. 집단상담 프로그램을 통해서 나의 고민이 조금 풀어진 것 같다. 나에게 큰 도움이 된 것 같고, 친구를 잘 알게 된 것 같다. 그리고 보람도 있었고, 상담은 정말 재미있었던 것 같다.(애플)

⑩ 집단상담을 통해서 믿음과 사람을 배웠으며 놀이와 사건등을 얘기하고 서로 그 일을 중심으로 얘기하는 점이 좋았고, 친구와 부모님과의 문제에 대해 얘기할 때는 모두가 진지했으며, 프로그램을 통해 많은 것을 배웠다.(앤)