

碩士學位請求論文

人間關係 增進을 위한 集團相談이 高等學生의
自我概念 및 對人關係에 미치는 效果

指導教授 許 鐵 洙



濟州大學校 教育大學院

教育行政專攻

姜 元 植

1994年 8月

人間關係 增進을 위한 集團相談이 高等學生의
自我概念 및 對人關係에 미치는 效果

指導教授 許 鐵 洙

이 論文을 教育學 碩士學位 論文으로 提出함

1994年 6月 日

濟州大學校 教育大學院 教育行政專攻

提出者 姜 元 植



姜元植의 教育學 碩士學位 論文을 認准함

1994年 7月 日

審査委員長 姜 明 奎
審査委員 姜 元 植
審査委員 許 鐵 洙

< 초 록 >

인간관계 증진을 위한 집단상담이 고등학생의 자아개념 및 대인관계에 미치는 효과

강 원 식

제주대학교 교육대학원 교육행정전공

지도교수 허철수

본 연구는 인간관계 개선 프로그램들을 토대로 인간관계 증진을 위한 집단상담 프로그램을 구안하여 실제로 적용시켜 보고, 그 적절성과 효율성을 확인하는데 의의가 있다.

특히 집단상담을 통하여 개인의 자아개념과 대인관계능력을 증진시키는데 주안점을 두고 있는 본 연구는 조작적 행동특성들을 실천적 행동 특성들로 대체하는 학습과정에 중점을 두고 있으며, 이와같은 목적을 달성하기 위하여 인간관계 증진을 위한 집단상담 프로그램을 구안하고 다음과 같은 가설을 설정 하였다.

일정기간 인간관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의

1. 자아개념 평균 득점은 비교집단 학생들의 평균 득점 보다 높을 것이다.
2. 자아개념 검사에 있어서 사전검사와 사후검사 득점 간에는 차이가 있을 것이다.
3. 대인관계 척도 평균 득점은 비교집단 학생들의 평균 득점보다 높을 것이다.
4. 대인관계 척도 평균에 있어서 사전검사와 사후검사의 득점간에는 차이가 있을 것이다.

본 연구의 피험자는 제주도내 S고등학교 2학년 남학생 24명을 상담 집단 12명과 비교 집

단 12명으로 무선 배치하며 집단상담을 실시하였다. 사용한 프로그램은 Guerney(1977)의 관계증진 훈련 모형과 한국 청소년 개발원(1993)에서 발간한 “인간관계 수련활동”, 이재창(1992)의 “인간관계 프로그램”, 윤점용(1986)의 “인간관계 개선 프로그램”을 참고로 하여 ① 자기 노출단계 (제1단계) ② 신뢰로운 분위기 조성단계(제2단계) ③ 의사소통 기술 증진 단계 (제3단계) ④ 감정표현 단계 (제4단계) ⑤ 대인관계 기술의 증진단계(제5단계)등과 같이 5단계의 프로그램 단계를 구안하고, 활동주제는 대학에서 발행하는 연구지와 일반프로그램 문헌에서 200여 활동주제를 수집한 후 단계별로 관련된 12주제를 뽑아 적용하였다. 실험절차는 상담집단에 한 해 매주 수요일 1회 45-90분씩 12주 동안 집단상담을 실시하였다.

측정도구는 정원식이 번안하여 우리 나라에 알맞게 표준화 한 “자아개념 검사”척도와 이형득과 문선모가 번안한 “인간관계 척도” 25문항과 대인관계(교우)와 연관된 15문항을 추가하여 대인관계 척도 40문항을 제작하고 5품등 평가 척도로 조사하였다. 자아개념 검사 및 대인관계 척도검사는 집단 내 사전-사후검사, 상담집단과 비교집단간 사전-사후검사에 대해 평균과 표준편차를 산출하고 t검증을 통하여 자아개념 및 대인관계 척도 수준을 차의 유의도로 나타냈으며, 모든 처리과정은 SPSS로 전산처리하였다.

본 연구에서 얻어진 연구의 결과를 중심으로 해서 다음과 같은 결론을 얻었다.

일정기간 인간 관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의

1. 자아개념 평균득점은 비교집단 학생들의 평균 득점보다 높았다.
2. 사전-사후 자아개념검사 간에는 차이가 있으며, 매우 긍정적인 효과가 있었다.
3. 대인관계 평균득점은 비교집단 학생들의 평균득점 보다 높았다.
4. 사전-사후 대인관계 척도 검사간에는 차이가 있었으며, 대인관계 증진에 효과가 있었다.

이상의 고찰을 통하여 볼 때 인간관계 증진을 위한 집단 상담은 긍정적인 자아개념 및 대인관계 증진에 효과가 있다는 것을 알 수 있다.

인간관계 증진을 위한 집단상담이 고등학생의 자아개념 및 대인관계에 미치는 효과

〈목 차〉

I. 서론	1
1. 연구의 필요성	1
2. 연구의 목적	2
3. 연구문제	3
4. 가설	3
5. 연구의 제한점	3
II. 이론적 배경	4
1. 집단상담과 인간관계	5
2. 인간관계와 자아개념	15
3. 집단상담이 자아개념 및 대인관계에 미치는 효과	22
4. 인간관계 증진을 위한 프로그램	26
III. 연구방법	35
1. 연구대상	35
2. 실험도구	36
3. 실험절차	39
4. 자료처리방법	40
IV. 연구결과 및 논의	40
1. 자아개념의 검사결과	47
2. 대인관계척도 검사결과	48
3. 집단상담 과정에 대한 내용분석	48
4. 논의	51
V. 요약 및 결론	53
1. 요약	53
2. 결론	55
* 참고문헌	57
* 영문초록	65
* 부록	67

〈 표 목 차 〉

<표II-1> 인간관계 증진을 위한 집단상담 프로그램의 구성	34
<표III-1 > 두 집단간의 자아개념 사전검사 비교	36
<표III-2> 두 집단간의 대인관계 척도 사전검사 비교	37
<표III-3> 사전 - 사후검사 비교집단 설계	39
<표IV-1> 두 집단간의 자아개념 사후검사 차의 검증 결과	41
<표IV-2> 비교집단의 자아개념 사전-사후검사 차의 검증 결과	42
<표IV-3> 상담집단의 자아개념 사전-사후검사 차의 검증 결과	43
<표IV-4> 두 집단간의 대인관계 척도 사후검사 차의 검증 결과	44
<표IV-5> 비교집단의 대인관계 척도 사전-사후검사 차의 검증 결과	45
<표IV-6> 상담집단의 대인관계 척도 사전-사후검사 차의 검증 결과	46
<표IV-7> 집단상담 결과 도움 받은 내용	49
<표IV-8> 긍정적-부정적인 경험 보고서 내용	50



〈 그림 목 차 〉

<그림 II-1> Johari 창문	8
<그림 II-2> 만남의 관계	8
<그림 II-3> 스침의 관계	8
<그림 IV-1> 두 집단간의 자아개념 사후검사 하위요인 별 변화 그래프	41
<그림 IV-2> 상담집단의 자아개념 사전-사후검사 변화 그래프	43
<그림 IV-3> 두 집단간 대인관계 척도 사후검사 하위 요인 별 변화 그래프	45
<그림 IV-4> 상담집단의 대인관계 척도 하위 요인 별 변화 그래프	46

I. 서론

1. 연구의 필요성

인간은 무엇을 하든 다른 사람과 더불어 해야 하며 또한 자신의 행동은 원하든 원치 않든 간에 다른 사람, 나아가서는 자기가 소속된 집단에 영향을 미치게 된다.

인간관계가 원만하고 건전하면 풍요로운 삶을 살 수 있지만, 인간관계에 문제가 있으면 자기 발전은 물론 다른 사람들에게까지 피해를 주게 된다. 건전한 인간관계는 긍정적인 자아상(Self-image)이나 자아개념(Self-concept)을 형성하는데 절대적인 역할을 한다.

자아상이나 자아개념 형성은 대부분 상대방이 우리에게 보여주는 태도나 반응에 달렸다. 따라서 우리가 다른 사람들과 원만한 인간관계를 형성하게 되면 그들은 우리에게 긍정적인 피드백(Feed back)을 주게 된다.

우리의 삶은 여러 가지 형태의 끊임없는 인간관계로 이루어지고 있다. 한 인간으로 생존하기 위하여, 정체감을 확립하기 위하여, 그리고 건전한 성격을 발달시키기 위하여 우리는 상호작용을 할 수 있는 타인들을 필요로 한다. (Swensen, 1973).

효과적인 인간관계의 필요성은 학교 및 사회의 여러 교육현장에서도 절실히 요청되며, 직장내에 있어서 인간생활은 조직, 작업, 집단, 개인이라는 4대요소의 혼연일체로 이루어진다. (박연호, 1991)

오늘날과 같이 학생의 수가 증가하고 학습내용이 다양해지는 이때, 우리는 자칫 교사와 학생, 학생상호간의 효과적인 인간관계에 대하여 소홀히 할 가능성이 크다. 교육이란 내용의 전달이나 사실의 취득이 아니라 타인간 존재들과 끊임 없는 상호작용을 통하여 경험하는 그 무엇인 것이다. (Stanford & Roark 1974. Garda 1973).

그렇지만 우리는 때로 만족스럽고 생산적인 인간관계를 이루지 못하여 스스로 좌절하고 고민을 하게 될 뿐 아니라 가정, 학교, 사회에서도 많은 문제를 야기시키고 있다.

개인의 발달과정과 관련지어 볼 때 출생 후 최초의 5-6년간은 가정에서 부모형제와의 인간관계를 통하여 사회생활을 배우게 되며, 이 때의 인간관계는 주

로 종적(縱的)으로 형성된다고 하겠다. 종적인 인간관계를 토대로 하여 모든 사회적 행동의 기초를 확립하게 되는 것이다. 그 다음 12년간의 초, 중, 고등학교에서의 형식적 교육을 통하여 가정과 학교라는 2개의 場을 교류하면서 사회적 행동을 익히게 되지만, 가정보다는 학교의 영향을 더 많이 받게 된다. 이 학교라는 하위체계속에서는 교사와의 종적인 인간관계도 중요하지만 같은 연배의 급우들과의 횡적인 인간관계가 형성되어, 가정에서 형성된 종적 인간관계와 합하여 사회생활의 터전이 마련된다고 하겠다. 그러나 사회가 점차 다양화, 전문화, 세분화, 기계화되어 감에 따라 사회구성원인 개인들이 사회의 모든 분야를 이해하고 또 다른 구성원들과 접촉하는 기회를 갖는 것이 점점 더 어렵게 되어 가고 있고, 여기에다 현대사회가 요구하는 성취는 사회구성원간의 경쟁을 유발시키게 되어 우리는 동료인간을 인생의 동반자나 조력자로 보기보다는 경쟁자로 보며, 우리의 사고나 주장을 합리적으로 표현하는데 익숙해 있지 않다. 아울러 상대의 의견을 듣고 수용하는 대인관계(interpersonal relationship) 혹은 인간관계(human relation's)의 훈련이 제대로 되어 있지 않기 때문이다. 이러한 문제점을 해결하기 위하여서는 인간관계를 증진하는데 필요한 요소를 찾아내 프로그램화하고 집단상담을 통해 경험학습을 하도록 하여 자아개념의 수준을 향상시켜 대인관계를 원만하게 할 필요성이 있다고 본다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 S고등학교에 재학하는 학생을 대상으로 그들의 본래 지니고 있는 대인관계의 어려움을 인간관계의 프로그램과 집단의 역동적 상호작용을 통하여 생산적인 인간관계 및 긍정적인 자아개념을 갖도록 하는데 있다.

따라서 본 집단과정은 구조적으로 조직된 내용에 의해 운영되는 집단상담으로서 본 연구를 통하여 이루고자 하는 구체적인 목표는 다음과 같다.

첫째, 인간관계를 적극적으로 모색할 수 있는 인간관계 증진요인을 찾고 이를 토대로 집단상담에 직접적으로 적용할 수 있는 인간관계 증진을 위한 집단상담 프로그램을 구안한다.

둘째, 집단상담자로 하여금 인간관계 증진을 위한 집단상담을 실시하여 긍정적인 자아개념을 갖도록 하고 원만한 대인관계를 형성하는데 도움을 준다.

셋째, 인간관계 증진을 위한 집단상담이 학생들의 자아개념 및 대인관계에 어떤 효과가 있는지 확인한다

3. 연구문제

위와 같은 목적에 입각하여 인간관계 증진을 위한 집단상담을 고등학생에게 실시하여 구체적으로 해결해 보고자 하는 문제는 다음과 같다.

- 1) 집단상담에 적용할 수 있는 인간관계 증진 프로그램을 구안 할 수 있을 것인가?
- 2) 인간관계 증진을 위한 집단상담이 고등학생의 자아개념에 긍정적인 효과를 미칠 것인가?
- 3) 인간관계 증진을 위한 집단상담이 고등학생의 대인관계 증진에 효과가 있을 것인가?

4. 가 설

연구문제에 대한 구체적인 해답을 얻기 위하여 다음과 같은 가설을 설정하였다.

- 1) 일정기간 인간관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의 자아개념 평균 득점은 비교집단 학생들의 평균 득점보다 높을 것이다.
- 2) 일정기간 인간관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의 자아개념 검사에 있어서 사전검사와 사후검사 간에는 차이가 있을 것이다.
- 3) 일정기간 인간관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의 대인관계 척도 평균득점은 비교집단 학생들의 평균 득점보다 높을 것이다.
- 4) 일정기간 인간관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의 대인관계 척도에 있어서 사전검사와 사후검사의 득점간에는 차이가 있을 것이다.

5. 연구의 제한점

본 연구는 다음과 같은 제한점이 있으므로 연구결과의 해석 및 확대적용은 이러한 제한점을 염두에 두고 이루어져야 할 것이다.

첫째, 본 연구의 대상이 된 학생들은 자발적으로 참여한 비교적 소수의 고등학교 2학년 남학생들이다. 그러므로 본 연구의 결과를 고등학교 전 학년 특히 여학생들에게 적용하는 것과 비 자진 참여자들에게까지 적용하는데는 어려움이 있을 것이다.

둘째, 본 연구결과 변화된 자아개념과 대인관계는 척도가 모두 지필 검사에

의한 것이므로 이들의 지각적인 측면만 측정되었다. 인격화단계까지 변화된 것으로 보기는 어려울 것이다.

셋째, 집단상담에 투입되는 프로그램이 한정되었다.

넷째, 상담집단에 대한 집단상담은 수련반을 편성하여 주 1회 특별활동시간을 이용하였다.

다섯째, 비교집단은 본 연구에 적용한 프로그램에 의한 집단경험 학습의 기회를 학교 교육과정 운영면에서 통제하는 정도에 그쳤다.

여섯째, 개인별 특성 및 諸 환경적 요소에 따른 변인들의 영향은 검증을 시도하지 않았다.

II. 이론적 배경

우리는 국민학교에서 국어나 자연에 대하여 학습한 적이 있고, 또 중,고등학교에서는 영어나 사회 등 여러 과목을 배우지만 “나 자신”에 대하여 학습할 기회는 거의 갖지 못하였다. 때문에 나는 “나 자신”에 대하여 가장 무식하며, 너는 “너 자신”에 대하여 가장 무지하다고도 볼 수 있다. 오늘날의 청소년들은 급변하는 사회적 현실과 입시를 위한 단편적인 지식추구의 과정에서 자신도 모르고 생각과 일에 지친 나머지 내적 힘과 삶의 의욕을 상실한 채, 열등감과 무력감에 사로잡히게 되었다. 그 결과 그들은 자신이 현재 무엇을 원하고 있으며, 무엇을 느끼고 있는지 자신에 관한 분명한 이해를 갖지 못하고 있다.

오늘날의 젊은이들에게 있어서 가장 중요한 발달과업 중의 하나는 자신의 정체감 혹은 주체성 확립이다. “나는 현재 무엇을 느끼고, 생각하고 있으며, 행동하고 있는지, 그리고 왜 그렇게 하고 있으며, 그런 행동이 나 자신에게나 다른 사람들에게 어떤 영향을 미치고 있는지 등에 대해서는 상당히 무지하게 되고 만다. 그러므로 인간관계 증진을 위한 집단상담 프로그램을 통해 ① 자신을 현실적으로 이해하고 ② 자신을 있는 그대로 수용하며 ③ 남에게 그대로의 나를 개방함으로써 자신의 말과 행동에 책임을 질 수 있고, 생산적인 인간관계를 발전시킬 수 있는 인간으로 될 수 있도록 도와주어야 한다.

사람이란 반드시 다른 사람과 서로간의 인간관계의 경험을 통해서 한 인간으로서 바람직한 성장, 발달을 하게 되는 것이다. 따라서 본 장에서는 집단상담과 인간관계, 인간관계와 자아개념, 집단상담이 자아개념 및 대인관계에 미치는 효과, 인간관계 증진을 위한 프로그램 등의 순서로 논의하고자 한다.

1. 집단상담과 인간관계

집단상담을 “작은 수의 비교적 正常人들이 한 두 사람의 전문가의 지도아래 집단 혹은 상호관계성의 역학을 토대로 하여 신뢰롭고 수용적인 분위기 속에서 개인의 태도와 행동의 변화 혹은 한층 높은 수준의 개인의 성장발달 및 인간관계 발달의 능력을 촉진시키려는 의도에서 이루어지는 하나의 역동적 대인관계의 과정”(이형득,1979)으로 이해한다면 요즈음처럼 상담대상의 급증 추세에 비하여 전문가의 부족이 두드러지는 현실에서는 더욱 집단상담이 요청되고,또한 집단상담에 대한 관심도가 높아지는 것은 당연한 결과라고 할 수 있을 것이다. 그리고 이형득(1977)은 박사학위 논문에서 인간관계 훈련 모형을 개발하였으며, 그 내용은 “관심을 표명해 줄 때 상대방은 말을 계속할 기분을 느끼고 보다 의미심장한 내용도 토론 할 수 있으며(관심 기울이기),상대방의 생각,정보 혹은 그가 의도한 데로 정확히 이해했는가를 확인하면 오해나 혼동을 미연에 방지 할 수 있으며(의사확인),自他的 감정이나 경험을 일어난 그때에 정확히 知覺 했는지 확인하면 인간관계 증진에 도움이 되며(知覺 確認), 自他的 감정을 건전하게 처리하는데는 자신의 감정보고가 有用한 방법이며(자신의 감정 보고), 그리고 상대방에게 그의 행동의 결과가 어떠했다는 사실을 그에게 이야기 해주면 인간관계 증진에 도움이 된다(피이드백 주고받기)”고하여 집단상담을 통해 인간관계를 증진 할 수 있음을 밝혔다.

인간관계(Human Relation)라는 말은 이미 1920년대에 Yale 대학에 인간관계 연구소(Institute of Human Relation's)가 설치된 것으로 보아 일찍부터 사용된 말이었으나 이 개념이 중요시 된 것은 1930년에 제1차 세계대전이 끝난 후다. 즉 1930년대 미국의 Bell식 전화기 제조회사인 서부전기회사의 호손 공장에서 이루어진 소위 호손 실험의 결과에서 전개된 인간관계 연구방법(Human Relations Approach)으로부터 유래된 것이다. 즉 “호손 실험의 인간관계론적 접근방법에서 학문적인 전문용어로 대두되었을 뿐 아니라 인간관계론 이라는 새로운 학문의 영역을 형성하게 된 것이다(강순성 외, 1985).

인간관계의 개념을 한마디로 정의하기는 어려우나 여러 학자들이 정의한 것을 유사한 내용 별로 정리하면 다음과 같이 4가지 의미로 해석할 수 있다.

첫째, 인간관계를 인간의 상호작용으로 보는 경우이다.

Ann Ellenson(1982)은 “인간관계는 다른 사람과의 상호작용이며 그것은 서로의 수용과 성장을 촉진하면서 자신과 다른 사람을 보다 잘 이해하게 한다.”고 하였다. 그리고 진윤현(1961)도 인간관계를 문자 그대로 “인간의 상호작용 또는

단순한 상호작용을 뜻하며 인격존중의 이념과도 동의어로 사용하는 의미”로 해석하고 있으며, 남박(1969)도 “인간관계는 상호간의 조직관계, 의사소통관계, 심리관계의 총체를 말한다.”고 하였다.

둘째, 인간관계를 대인관계로 보는 경우이다.

Leander, L.Boykin(1955)은 “인간관계는 행동의 모습이다.”라고 하여 인간관계를 곧 대인관계에 있어서의 개인의 모습이라는 말로 표현하고 있다.

셋째, 인간관계를 적응능력의 기술로 보는 경우이다.

Fritz J. Roethlisberger(1954)은 “인간관계는 사람이 그 주위를 둘러싼 사회 환경에 자기를 연결시키는 것을 배우는 기술의 연마라고 할 수 있다”고 하였다. 인간관계의 기술은 인간의 감정과 의견을 타인에게 전하는 능력, 타인으로부터 그러한 전달을 받아들이는 능력, 그리고 공동과업 추구에 있어서 마음에 맞는 참여를 조장하도록 위에 말한 그 느낌과 의견에 응답하는 능력이다. 그리고 D.E.Griffiths도 인간관계를 “자기자신과 타인의 관계를 맺는데 있어 필요한 기능”이라고 하여 인간관계를 사회에 적응하는 기술이나 능력으로 보고 있다.

넷째, 인간관계를 집단구성의 역동적 관계로 보는 경우이다.

Kaith Davis(1957)는 인간관계를 관리실체의 영역으로 보고 종업원들로 하여금 경제적, 사회적 만족감을 가지고 협동적으로 작업 할 수 있도록 하는 통합적 관계(integration of people)라고 보고 있으며, 박연호(1987)는 다음과 같이 집단 내에서의 인화로 보고 있다. “사람과 사람의 관계를 좀 더 구체적으로 母子間, 師弟間, 勞使間, 男女間, 同僚間 등의 심리관계나 언행과 태도를 의미하는 대인관계나 화목단결, 좋은 인간적 분위기를 의미하는 다분히 價值的 요소가 내포되어 있는 人和이다.”

이상과 같이 인간관계란 말은 인간의 상호작용, 대인관계, 적응능력의 기술, 집단구성의 역동적 관계 등 다양한 의미를 내포하고 있다. 그러나 여러 사람들의 주장을 종합하여 보면 인간관계란 인간 상호간에 일어나는 관계를 의미하는 것으로서 어떤 집단을 형성하는 구성원이 개인의 경제적, 사회적, 심리적으로 욕구불만을 해소하고 또한 집단 목표지향적인 협력체제의 확립을 위한 경영의 수단 및 기술이라고 정의할 수 있다.

우리들이 경험하는 모든 인간관계를 크게 둘로 나누면 ‘만남’과 ‘스침’의 관계로 구분 할 수 있을 것 같다(이형득,1982). 인격과 인격이 만나는 관계를 “만남의 관계”라하고 나의 가면과 너의 가면이 마주 대하는 관계가 “스침의 관계”이다. 우리가 참 만남의 관계를 형성하지 못하고 스침의 관계에 머무는 이유는 자기 노출을 기피하기 때문이다. 원래 ‘만남’의 개념은 1920년대 초,

대화의 실존철학을 수립한 Martin Buber에 의하여 나타났다. Buber는 1923년 그의 저서 『나와 너』(Ich und Du)에서 당시의 실존 철학이 인간을 單獨者로 파악한데 대하여, 그는 『나』와 『너』의 상호작용을 통한 共同存在로 파악하였다.

그는 『나』의 밖에 있는 他者인 『너』라는 실재의 독립성을 부각시키기 위하여 '만남'이란 개념을 도입한 것이다. 따라서 Buber에 있어서 '인간적 실존의 기본 사실은 단독자도 전체사회도 아니다. 단독자는 다른 단독자와의 생생한 관련안에 들어서는 한에 있어서만 실존적 사실이 된다. 이처럼 Buber에 있어서는 인간이 만남에 의하여 공존하면서 있는 인간으로 파악되고 있다 (정세화, 1979).

Kippes는 인간으로서 고려되는 관계를 다음과 같은 네 가지 즉, ① 자기와의 관계 ② 타인(인간)과의 관계 ③ 자연과의 관계 ④영계(신)와의 관계 등으로 보았다.

이상의 네 가지 관계가 바르게 확립될 때야 비로소 인간은 평화를 느낄 수 있는 상태가 된다고 보았다. 그리고 자연과의 관계를 제외하고 인간관계 가운데서 고려될 수 있는 세가지 관계 즉, ① 자기와의 관계 ② 타인(인간)과의 관계 ③ 영계(신)와의 관계 가운데 어느 한가지라도 성장하고 건전하면 타인 관계도 자연스럽게 호전된다고 보았다. 예를 들어서 자기자신과의 관계를 건전하게 가지면 타인(신을 포함하여)과의 관계도 건전히 할 수 있다고 보았다 (Kippes, 1984).

또한 Buber의 『대화적 원리 I, 나와 너, 대화』를 인용하여 인간관계로서 네 가지 형태를 다음과 같이 설정하였다.

① 物과 物(ES=Sache - ES=Sache) : 즉, 자기도 상대도 인간이 아니고 역할 수행을 위한 존재로만 생각하는 입장.

② 人과 物(Ich=Person - ES=Sache) : 자신은 사람(Person)으로 생각하면서 상대는 物로 생각하는 관계.

③ 物과 人(ES=Sache - Du=Person) : 자신은 物로 생각하면서 상대방은 감정, 사상, 자유, 존경할 수 있는 존재, 즉 인(Person)이라고 인정하는 관계.

④ 人과 人(Ich=Person - Du=Person) : 나도 너도 사람(Person)인 관계로서 존경하고 협력할 수 있는 바른 인간관계가 성립되는 관계.

위의 4가지 중에 ① ② ③ 은 건전하지 못한 인간관계이며 ④ 의 형태가 건전하고 성숙한 인간을 형성케 하는 가장 바람직한 관계로 그는 보았다.

인간관계의 상호작용에서 나 자신이 나를 정확하게 평가하지 못하고 있거나,

상대방이 나 자신에 대하여 어떻게 느끼고 있는가에 대하여 올바르게 깨닫지 못한 채 그 상대방과 관계를 발전시키려 해도 원만한 인간관계가 이룰 수 없고, 社會的 相互作用에 의한 자아개념도 형성하기 어렵다. 자기이해 및 자기노출의 두 가지 요소를 포함하여 인간의 관계 발달을 잘 설명해 주고 있는 것이 Joseph Luft와 Harry Ingham에 의해 제안된 Johari(Joe + Harry = Johari) 창문(Window)이다(Ellenson, 1981). <그림 II-1>과같이 四分正方形으로 도식화된 이 모형에서 보면 우리들에게는 느낌, 생각, 행동 등이 자신과 타인에게 함께 알려져 있는 개방된 부분(하위 사각형 I)이 있는가 하면, 타인에게 알려지지 않아도 자기 자신은 자각하지 못하고 있는 영역(하위 사각형 II)이 있으며 또한 자신은 알고 있지만 타인에게 은폐된 영역(하위 사각형 III)이 있다. 그리고 마지막으로 타인과 자기 자신에게도 전혀 알려지지 않고 있는 영역(하위 사각형 IV)도 있는 것이다.

	자신에게 알려짐	자신에게 알려지지 않음
타인에게 알려짐	너와 너에게 개방된 자유영역 알려진 창(OPEN) I	너에게는 보여지나 나 자신은 자각하지 못하고 있는 영역 깨닫지 못한창(BLIND) II
타인에게 알려지지 않음	나는 알고 있으나 너에게는 숨기고 있는 영역 숨겨진창(HIDDEN) III	나와 너에게 전혀 알려지지 않은 영역 닫혀진 창(UNKNOWN) IV

<그림 II-1> Johari 창문

II	I
IV	III

<그림 II-2>

I	II
III	IV

만남의 관계

II	I
IV	III

<그림 II-3>

I	II
III	IV

스침의 관계

위의 <그림 II-2>는 만남의 관계를 나타내고, <그림 II-3>은 스침의 관계를 나타낸다. 효과적인 인간관계의 발달이란 II, III, IV의 영역을 줄임으로서 I의 영역을 넓히는 것을 의미한다. 우리들 중에서 눈치가 없고 둔한 사람으로 이해되는 사람들은 II의 영역이 넓어서 타인들 보기에는 개선해야 할 점들이 많으나 자기 자신은 그와 같은 것을 깨닫지 못하고 스스로 잘난 체하거나 문제가 없는 체하는 등으로 자기 도취적이 되어 있다. 그렇지만 어쩐지 남들과는 생산적인 관계를 발전시키지 못하는 사람이다. 자기이해가 부족한 사람의 경우에 해당한다고 볼 수 있다. 그리고 일반적으로 자기표현을 못하기 때문에 그 속에 어떠한 느낌이나 생각을 하고 있는지 알 수가 없어서 쉽사리 접근하기에 힘드는 그러한 사람은 III의 영역을 넓게 소유하고 있는 사람으로 민감하고 자기자신을 비교적 정확히 이해하기는 하는 편이나 스스로 이해하는 자기자신을 수용하지 못하므로, 남에게 있는 그대로 내어놓기를 싫어하고 주저하기 때문에 자기를 은폐하고 있는 편이다. 그 때문에 타인과의 생산적인 관계를 맺는데 지장을 받을 뿐만 아니라 일반적으로 불안해하고 긴장해하며 자기 은폐에 지나친 신경을 쓰기 때문에 자기의 기능을 충분히 발휘하여 생산적인 삶을 사는데 방해받기 쉽다. 이와 같은 사람들에게 특별히 자기노출의 용기와 훈련이 필요한 것이나 결국 우리는 인간관계 훈련을 통하여 I의 영역을 넓히고 II, III, IV의 영역을 축소함으로써 자기성장은 물론 타인과의 효과적인 관계를 형성 발전시키는데 힘써야 할 것이다. 그리고 우리는 객관적으로 동일하게 주어진 한 사람을 놓고도 보는 사람에 따라 다르게 느끼고 생각하고 행동한다. 이러한 주관적 태도를 윤호군(1983)은 ① 자기 중심적인 태도 ② 타인 중심적인 태도 ③ 수수적인 태도(혹은 기능적인 태도) ④ 대화적인 태도(혹은 초월적인 태도)로 보았다. 자기 중심적인 태도를 부버(Buber, 1957)가 말하는 (나-그것)(Ich-ES)의 관계로 타인 중심적 관계를 “나-그것”의 전도된 관계로, 授受的인 태도를 타인의 존재자체나 인격 같은 것에 관심을 두고 그것을 문제 삼거나 그것에 반응하려 하기보다 자신의 목적이나 말은바 역할에 필요한 점만을 중시하여, 자아를 제공하되 자신의 전존재나 인격을 걸지 않는다는 점에서 상당히 실용적이고 기회주의적, 역할 위주로 기능위주의 태도라 할 수 있으며, 대화적인 태도(혹은 초월적인 태도)를 가진 사람은 자기자신을 대하거나 타인을 대함에 있어서 그 존재자체의 본질과 현실에 관심을 두어 그것을 이해하고 존중, 향상시키고자 하며 이런 바탕위에서 반응코자 한다. 이런 대화적 태도가 이상적 수준에 까지 이를 때 우리는 우리 자신과 타인에 대하여 어떠한 장벽이나 경계도

느끼지 않을 것이다.

사람이 사람다운 성장을 한다는 것은 인간성을 지니고 있는 하나의 존재가 그 본래의 모습대로 알맞게 자라고 있다는 것이다. 다시 말해서 개인은 그 사람 나름대로의 독자성, 창의성, 협동성, 사회성 그리고 이성, 자유, 독립, 권리와 책임이라는 사람만이 가지는 특유한 기능을 충분히 발휘할 수 있도록 그런 힘이 간직되어 있기 때문에 인간은 더욱 한 사람의 인격자로서 자랄 수 있는 가능성의 존재인 것이다. 鄭泰一(1990)은 인간관계의 중요성을 다음과 같이 말하고 있다.

① 인간관계는 우선 “인간형성”의 첫걸음이다.

갓 태어난 어린 아기는 맨 먼저 어머니의 따사로운 피부와의 접촉을 통해서 기본적인 성격이 형성되고 차츰차츰 아버지와 형제 자매와의 사귀기를 통하여 더욱 성장되며, 다음단계에 친구와 이웃의 관계를 통해서 인간을 배우고 사회에 적응해 가면서 나아가 ‘자아’ 성숙 즉 관계를 형성하여 타인과의 인격적 상호의 존성을 통해 한 인간으로서 바람직한 성장, 발달을 하게 된다.

② 인간관계는 행복한 가정건설의 바탕이다.

효과적이고 생산적인 인간관계는 개인의 생존과 성장, 발달에 뿐 아니라 행복한 결혼과 가정생활의 유지, 건설에도 매우 중요한 역할을 한다.

가정의 기능 중 특히 부모와 자녀와의 관계에서 바람직하지 못한 것들은 과육 기대형, 과잉보호형, 방임형, 엄격형, 불일치형으로 부모가 자녀에게 영향을 주어 자기가 원하는 역할과 인정감, 기대치, 사랑, 친근감, 안정감 그리고 자기 존중감과 같은 정서적 욕구등이 강렬한 데에도 불구하고 사실은 자기 불안감, 무능감, 적개 감정 등의 피치못할 심리적 갈등의 악순환 때문에 정서적, 사회적 욕구를 충족시킬 수 있는 가족 상호간의 효과적인 인간관계의 경험을 필요로 하는 것이다.

③ 인간관계는 바람직한 인간교육의 첩경이다.

효과적인 인간관계의 필요성은 학교 및 사회의 여러 교육현장에서 절실히 요청된다. 교육이란 단순한 내용의 전달이나 사실만의 획득이 아니라 다른 여러 인간존재들과 끊임없이 어울려 가면서 상호작용을 통해서 여러 가지 다양하게 경험해 나가는 그 무엇인 것이다.

④ 인간관계는 생산성 향상의 지름길이다.

효과적인 인간관계 발달의 능력은 기업체의 생산성을 높이고 관리능률을 개선 하는데 매우 중요한 기능임은 이미 상식화되고 있다. 기업이 건전하게 번영하기 위해서는 종업원들의 지식이나 기술의 문제보다도 먼저 그들의 인간성과 경

영자와 종업원 사이의 관계 및 종업원 사이의 횡적인 면에서의 인간관계를 문제 삼고 개선하기에 힘써야 한다.

⑤ 인간관계는 상담과 지도와 심리치료 효과의 중핵적 기능이다.

생활지도는 주로 교육 장면의 학생전체를 대상으로 한 훈육활동이라고 본다면 상담은 학생을 포함한 모든 사람 중에서 구체적인 생활관계와 적용문제에 대처하도록 돕는 활동이라 말할 수 있겠다. 최근 심리학에서의 강조되는 점은 개인위주에서 그 개인의 속한 집단이나 다른 사람들과 접촉하게 되는 인간관계에 초점을 그 방향이 옮겨가고 있는 경향을 볼 수 있다.

이상에서 인간관계의 중요성을 몇 가지 영역으로 나누어 생각해 보았는데 인간은 어쩔 수 없이 다른 사람들의 도움과 사랑과 이해가 필요함은 너무도 분명하다.

집단상담은 1947년 미국의 Maine의 Bethal에 있었던 B.S.T.(Basic Skill Training)집단을 1948년 산업분야의 경영자 및 관리자 훈련에 적용한 것이 시작이 되어 훈련집단 형태와 유사한 여러 종류의 집단상담들이 발생되었다.

집단상담이란 자기자신에 대한 자기이해와 자기수용을 증진시키기 위하여 집단의 역동성을 적용하는 것이며 여기에서 특히 강조하는 것은 집단의 수용적이고 허용적인 분위기이다. " 집단상담은 10명 내외의 正常人들과 전문가로 구성되고 신뢰롭고 수용적인 집단분위기에서 자기 성장의 중요한 면인 자기의 태도 및 성격의 변화를 위해서 자기이해 및 자기수용과 자기개방등을 촉진하는 對人間 및 사회적 학습경험을 갖는 상호관계성의 역학적 과정"이라고 하였다 (이수용, 1978).

집단상담에 관한 이론도 개인상담이론과 별 차이없이 대체로 정신분석학적 접근, 행동주의적 접근, 그리고 인본주의적 접근에 근거한 몇 가지 집단상담의 모형을 살펴보면 다음과 같다.

1) 정신분석학적 접근

Wolf(1969), Slaven(1964) 그리고 Foulkes(1965)등의 집단정신분석학자들의 연구에 의하여 정신분석학이 집단상담에 활용되었다. 이 모형의 이론적 배경은 성격의 역학적 이해에 두며, 주된 관심사는 무의식에 있는 부적응 행동의 원인을 분석하여 의식화함으로써 자아의 기능을 변화시키는데 있다. 무의식적 갈등을 의식화하는 것이 이 모형의 주된 관심사이므로 집단에서 주로 사용되는 기술은 자유연상과 해석이다. 이러한 집단과정을 통하여 과거의 일을 재 경험

시킴으로써 갈등해소 및 재경험의 기회를 제공하고자 한다. 지도자는 전이와 저항에 주의를 기울여야 하며 적절할 때에 해석을 통하여 통찰을 갖도록 도와주어야 한다.

2) 훈련집단(T-group)과 실험실적 접근

미국의 N.T.L(National Training Laboratory, 1948)에 의하여 개발된 것으로 집단역학(group dynamic)의 이론에 근거하고 있다. 훈련집단의 두드러진 특징은 비구성적인 조직을 통하여 모호한 장면에서 집단원 스스로가 다양한 행동양식들을 학습자료로 활용하는 것이다. 비교적 비조직적인 작은집단에서 집단원 모두가 직접 참여하여 스스로의 목표를 설정하고 상호간에 피이드 백(feed back)을 주고받고 집단 활동을 관찰하고 분석하고 계획하고 평가하는 등의 직접적 경험을 통하여 주로 인간관계의 기술과 집단과정에 대해서 학습을 한다는 것이 이 모형의 특색이다. 이 집단상담은 학습하는 방법을 학습하고 자기에 대한 새로운 이해를 증진시키고 대화에 피이드백의 교환기술을 익히고 집단기능에 대한 통찰력을 증진시키고 그리고 효과적인 집단원의 역할에 대하여 학습하는 것이다 (Hansen, Warner & Smith, 1977).

훈련집단의 지도자는 학습에 적합한 장면을 구성하고 행동의 모범을 보이고 집단규준의 발전유지에 힘쓰며 의사소통의 통로를 열어 주고 집단의 조력자이고 성원이면서 전문가로서 참여하는 자가 되어야 한다.

3) 참 만남 집단(Encounter Group)적 접근

참 만남 집단의 모형은 1960년대 초에 훈련집단 지도자들이 기존의 인간관계 훈련집단 모형들이 갖고 있는 유용성의 한계를 보완하기 위하여 실존적이고 인도주의적 사상을 기초로 하여 발전시킨 것이다. 현재 개발된 참 만남 집단의 모형들은 그 목적의 측면에서나 과정 및 지도성의 유형등에 있어서 다양하다. 그 중에 대표적인 것은 C.Rogers(1970)의 내담자 중심원리인 지도자의 태도와 신념을 중요시하는 참 만남 집단과 L.Stoller(1972)의 시간의 집중적 원리를 강조하는 마라톤 참 만남 집단과 L.Schuts(1967)의 신체적 에너지의 이완과 신체 활동을 통하여 행함과 경험을 강조하는 참 만남의 집단이 있다. 이 집단상담은 집중적인 고도의 친교적 집단경험을 통하여 태도, 가치관 및 생활양식의 변화를 포함하는 개인적 변화를 목표로 한다. 이 집단상담은 “여기-지금”의 상

항에 초점을 두고 개방성과 솔직성, 대인적 및 맞닥뜨림, 자기노출 그리고 직접적인 강한 정서적 표현을 격려한다. 그래서 집단원들의 자아와 사회에 대한 각성을 증가시키고 행동의 변화에 힘쓰며 정상인들도 참여하므로 이러한 집단상담을 심리치료라고는 부르지 않고 집단상담 경험으로 부르고 있다.

4) 형태주의적(gestalt) 접근

Fredrick, S.Perls를 중심으로 개발된 모형으로 Wilhelm Reich의 수정된 정신분석학과 유럽의 현상학적 실존주의와 형태주의 심리학의 3가지 다른 이론적 배경을 근거로 형성 발전된 접근이다. 이 모형은 인간생활을 형태의 점진적 형성과 소멸의 과정으로 보고, 과거의 일이나, 행동의 원인에 대해서는 별 신경을 안 쓴다. 그것 혹은 그 사람(3인칭)대신에 나(1인칭)를 쓰게 함으로 계속적인 현재의 자기각성을 하도록 강조한다.(이형득, 1973). 이 모형은 “지금”과 “각성”을 강조하는 접근이다. 그러므로 지도자는 형태생성과 소멸과정의 방해받지 않도록 방해요인을 제거시키고 그때 일어나는 모형을 더 분명하게 부각시킬 수 있도록 돕는 것이다. 중요기술로는 ① 뜨거운 자리 (The hot seat) ② 차례로 돌아가기 (making rounds) ③ 빈자리 (The empty chair) ④ 신체언어 (Body language) ⑤ 질문형을 진술형으로 고치기 등이다.

5) 합리적 - 정서적 집단(Rational - Emotive Therapy Group) 접근

이 모형은 1950년도에 Albert Ellis에 의하여 발전된 상담이론에 의거한 것으로, 기본원리는 정서적인 문제가 발생하게 되는 것은 비논리적 신념체제 또는 비합리적 가치관에서 기인되는 것이기 때문에 그 비합리적인 것을 합리적인 것으로 대치시킬 때 정서적, 갈등문제들이 해소될 수 있다는 것이다. 따라서 知覺的 - 認知的, 感情的 - 換起적 그리고 行動的 - 再教育的 등 여러 가지 형태의 방법을 다각적으로 활용하여 우선 사고의 변화를 일으켜 행동의 변화를 꾀하고자 하는 것이므로 매우 인지적이며 활동적이고 그리고 지시적인 교육방법을 주로 사용한다.

6) 의사거래 분석적 접근

Eric Berne이 발전시킨 집단상담 방법으로 주로 대인관계 및 의사소통에 강조점을 두고 있다. 그는 인간의 생존에 기본적인 生理的 欲求 이외에도 刺戟欲

求, 構造欲求, 그리고 姿勢欲求를 설정하여 설명했다. 자극욕구는 인정을 받으려는 욕구로서 자극의 상호교환, 즉 의사거래를 필요로 하고 있다는 것이다.

이러한 인정욕구를 위하여 인정자극을 받을 가능성을 높이고자 생활을 조직하려는 욕구가 있는데 이것이 구조욕구다. 자세의 욕구는 개인이 전 생애를 통해서 어떤 확고한 삶의 자세를 갖고자 하는 욕구로, 인간은 어버이적(Parant)자아와 어른(Adult)적 자아와 어린이(child)적 자아의 3가지 상태를 가지고 있다는 사실을 관찰 분석하였다.

각 집단원들로 하여금 이 중요한 3가지 자아가 자유롭게 기능하고 작용하여 상황에 적합하게 조정 활용되고 나아가서 자신의 삶의 자세를 “자기긍정-타인긍정”의 생활자세로 되도록 돕는 모형이다(Harris, 1969). 이 접근의 지도자는 집단원이 아니고 청취능력과 설득력을 가진 지도자여야 하며, 집단 구성원들로 하여금 자기자신과 주위와는 관계성에 대한 지적 및 정서적 통찰을 얻게 하려는 것이다. 이러한 목표달성을 위하여 구조적 분석, 의사거래분석, 게임분석, 생활각본(Script)의 분석등의 기술을 갖추어야 한다.

7) 현실 치료적 접근

William Glasser에 의하여 1950년대에 발전된 상담이론 및 심리치료의 한 방법으로 학습이론과 실존주의 철학에 기초를 둔 하나의 논리적 심리치료적 접근이다. 이 모형은 자기자신 및 다른 사람들의 성공적인 자아정체(identity)의 확립에 도움을 주고받기 위하여 집단 활동이 이루어지며, 주로 현재의 행동에 초점을 두고 도움을 주고받기 위하여 집단 활동이 이루어진다. 주로 현재의 행동에 초점을 두고 집단원으로 하여금 자신이나 타인을 해치지 않는 범위 안에서 자신을 정확히 인식하고 현실사태에 스스로 책임을 지고 직면하므로 자신의 욕구를 충족시키도록 도움을 주고받으려는 노력으로 일관된다. 이 모형의 지도자는 집단원 상호간에 긴밀한 정서적인 대인관계를 발전시키도록 돕고 현실 세계에 충족되는 사랑을 주고받으려는 자기 존중감에 욕구를 충족시켜 주고 집단원이 자기 행동에 책임을 지고 행동할 수 있도록 상호간에 교육을 돕는 것이다 (이형득 1973). 이 모형은 강력한 인간 대 인간의 정서적 유대관계에 대하여 참여자로 하여금 현실에 직면하고 보다 바람직한 행동방식을 학습하게 함으로써 성공적 자아정체를 확립할 수 있도록 돕는 특수교육 방법이다.

8) 행동주의적 접근

Lazarus, Goldstein, 그리고 Wolpe 등에 의하여 행동의 변화에 기초를 두고 있다. 개개인의 문제란 학습과정을 통하여 습득된 부적응 행동이라고 하여 그 부적합한 행동을 제거하고 적절한 새로운 행동을 학습하도록 돕고자 하는 것이 이 모형의 입장이다.

이 모형에서는 강화가 매우 중요한 역할을 하며, 기술로는 ① 행동계약 ② 자기주장 훈련 ③ 시범 보이기 및 역할놀이, 역할연습, 심리극 등이 있다.

9) 잠재력 개발 접근(Human Resources Group)

인간의 잠재력을 강조하는 인본주의 심리학의 이론가들 즉 Murphy, Maslow, Goldstein, 그리고 Fromm의 이론에 의거하여 Herbert Otto가 발전시킨 접근 방법으로 인간 잠재력 개발과정(Human Potential Seminar)이라고 칭하기도 한다. 구성원의 자아가능성을 최대한으로 확장시키고자 하는 것은 훈련집단이나 참 만남 집단의 목표와 유사하지만 구조에 있어서는 그들과 달리 대체로 구성적 방안을 적용하며 진행시킨다.

이상에서 열거한 인간관계와 집단상담의 정의들을 종합해 보면 학자에 따라 차이는 있으나 집단학술을 바탕으로 하여 행동의 변화, 그리고 개인의 성장 등을 목표로 하고 있다는 점에서 공통성을 내포하고 있다. 본 연구자는 이상의 정의를 종합하여 집단상담은 10명 내외로 하여 정상인들이 모여 전문가와 더불어 일정한 계획과 방향을 갖고 수용적이고 신뢰로운 분위기 속에서 자신을 이해하고 수용하며 개방하는 방법을 터득하여 자기성장을 이루고, 인간관계를 증진시킬 수 있도록 도와주는 대인관계의 역동적 과정이라고 정의한다. 그리고 인간관계나 자아개념변화에 여러 형태의 집단상담이 있겠지만 종합적인 자기성장 프로그램을 근간으로 하여 대부분 절충적인 방법과 실존주의적이고 인본주의적 인간중심 접근 방법의 다양한 기술을 혼용하였다.

2. 인간관계와 자아개념

자아는 작은 성취, 칭찬, 성공속에서 성장하며, 자아개념은 정의적 행동특성 중 중심적이며 정신의 원동력이라고 볼 수 있다. 행동에 영향을 주는 성격특성의 하나인 자아개념은 James(1980)이후 인간행동연구에 있어서 중요한 관심사로 되어 왔으며 이에 대한 연구가 다각적으로 이루어지고 있다. 이를 크게

두 가지 견해로 분류하면

첫째, 정신분석학적 자아이론에 근거하여 자아를 思考, 記憶, 知覺등과 같은 一群의 심리학적 과정으로 구성되어 있다고 보는 입장과

둘째, 사회심리학적 자아이론과 현상학적 자아이론에 근거하여 자아란 자신을 대상으로 보고 이 대상에 대한 感情, 知覺, 그리고 評價 등의 지적 내용으로 구성된다고 보는 입장이다. Rogers(1969)는 자아개념을 개인의 의식속으로 들어올 수 있도록 용인된 자아지각의 조직형태라고 정의하였으며, Combs(1963)는 개인이 그가 무엇인가 라고 믿는 바가 곧 자아개념이라고 정의하였고 한편 Secord & Baekman(1964)은 자아개념을 개인이 자신에 대하여 갖는 조직체로 보는 관점에서 Combs & Rogers의 주장이 일치하며 행동에 미치는 영향을 강조한다는 점에서도 일치할 뿐 아니라 인간은 자아개념과 일치하도록 행동하려는 근본적인 욕구가 있다는데 同意하고 있다.

본 연구에서는 한 개인이 그 자신에 대해 가지는 태도나 감정의 집합체를 자아로 解讀하려는 견해가 개인의 행동을 이해하는데 좀 더 과학적으로 유용하다고 생각한다. 한 인간은 그가 타인에 의하여 판단되는 대로 그 자신을 판단한다.

인간의 행동은 바로 자신에 대한 지각에 따라 결정되며 자아개념이 인간행동의 방향과 강도에 중요한 요인으로 본다면 학습장면에 적용하는 학습행동은 어떠한 자아개념을 가지고 있느냐 와 직결될 것이다. 자기를 무능하고 가치 없고 불필요한 존재로 지각하고 있는 학생 즉 부정적 자아개념을 가지고 있는 학생은 그만큼 대인관계나 학업성취에 대한 욕구나 동기가 약할 것이며 학업성취도가 낮게 나타날 것이다. 반대로 자기를 쓸모 있고 가치 있고 능력 있는 존재로 지각하는 긍정적 자아개념을 갖는다면 보다 높은 동기와 욕구를 가질 것이며 대인관계나 학업성취도도 높은 결과를 보이게 될 것이다. 이는 황용연과 윤희준(1984)이 밝힌 인지적인 학습지도와 정의적인 생활지도는 각기 독립적인 기능을 갖는 것이 아니라 상호보완적으로 유기적인 관계를 유지하면서 조화 있게 작용할 때 학교교육은 소기의 성과를 거둘 두 있다고 보는 점과 일치한다. 자아개념의 중요한 부분은 한 개인이 자기자신을 어떻게 보는가 하는 것이다. 그는 자기자신을 성숙하고 민감하며 책임의식이 있으며, 자기를 스스로 이끌어갈 수 있는 존재로 보느냐에 따라 행동에 영향을 미칠 것이다. 예를 들어, 성적이 부진한 학생은 그 자신을 다소 불충분하다고 생각할 것이며 따라서 부적당하게 행동하는 것이다(Frazier와 Combs, 1958; Lowther, 1963; snyder, 1966; Combs, 1964). 이에 부가해서 자기자신을 높이 평가하고 있는 사람은 직업선

택에 있어서 그에 필적할 만한 명성 있는 것을 찾는 반면(Korman, 1967) 부정적인 자아인식을 가진 사람은 부적절한 직업선택을 하는 경향이 짙다 (Patterson, 1957; Chambers & Lieberman, 1965). 각 개인은 또한 다른 사람이 자기를 어떻게 보는가에 따라 태도를 발전시켜 나간다. 결과적으로 다른 사람의 기대에 맞도록 살아가려고 노력하게 되는 것이다 (T.P.Carter, 1968). 청소년의 자아인식에 대한 정확성과 부모에 대한 인식의 실체는 청소년들의 개인적인 적용에 역시 관계를 맺고 있는 것이다 (McDaniels, 1968). 의미 있는 연구의 결과는 어른들이 어린이들을 성적이 우수할 것이라고 인식하여 그런 태도로 그 어린이들을 대해 줄 것 같으면 그 어린이들은 그에 합당한 방식으로 행동을 한다는 것이다 (Rosenthal 과 Jacobson, 1968).

자아개념은 여러 가지 다양성 있는 변인과 상호작용을 하면서 발달하는 것이다. 이들 중의 두 가지 변인, 즉 다른 사람과의 상호작용, 그리고 다른 사람으로부터의 반응작용은 자아(Self)를 형성하는 기초를 이루고 있다.

Merrill(1965)은 사회적인 상호작용에 있어서 가장 중요한 집단은 가족이며, 청년기에 접어들면서 또래 집단(Peer group)이 가장 강력한 영향력을 주게 된다고 하였다. Felker(1974)는 “자아개념은 인간생활에 있어서 역동적으로 순환되는 힘이다. 누구든지 그를 둘러싸고 있는 사람들에게서 결정적인 영향을 받는 것이다.” 다른 사람과의 상호작용을 통해 개인은 그가 “능력이 있는가, 또는 능력이 없는가, 좋은 사람인가 또는 나쁜 사람인가, 가치 있는 사람인가 또는 가치 없는 사람인가를 알게 되는 것이다.”라고 했다. 둘째 변인은 물질적, 비물질적인 환경도 자아의 발전에 영향을 끼친다. 물질적인 영향은 思考(Thoughts), 理想(ideas), 그리고 價値觀(values)들이다. 자아개념의 중요한 부분은 생의 전반기에 형성되며, 일생을 통해 계속되는 영향이 일관성을 강요하기는 하지만 자아개념은 생의 전과정을 통해 변화될 수 있는 것이다. 그러므로 인간관계의 증진을 위한 집단상담으로 자아개념을 향상시킬 수 있는 것이다.

Broughton(1975)은 종단적 연구를 통해 자아개념의 발달단계를 제안하고 있다 (송인섭, 1990). 학령 전 아이들인 1단계에서 사고와 행동은 구별되지 않으며, 자아는 내적인 것으로, 현실은 외적인 것으로 간주된다. 5-6세의 제2단계에서는 자아는 신체적이며, 신체적운동은 자아를 변화시키는 것으로서 간주된다. 현실에 대한 관점은 천진난만하며 이런 수준에서 신체와 두뇌, 정신의 관계는 권위적이고 큰사람과 작은 사람이라는 은유를 끌어낸다. 3단계는 7-12세까지로, 정신과신체를 포함하는 개별적인 사람으로서 자아를 본다. 자아는 사물에 대한 반응과 생각을 포함하고, 사람으로서 자아를 본다. 자아는 사물에 대한

반응과 생각을 포함하고, 얇은 개인적으로 사실과 의견사이의 구별을 희미하게 한다. 11-17세를 나타내는 제4단계는 반사된 자아지각을 나타내는 시기이다. 자아는 초기 수준에서처럼 그 자체가 자동적으로 인식된다고 가정되지 않고, 정신은 의식과 무의식으로 분화된다. 청년기의 특성인 자아는 의식적으로 통제된다. 5단계는 청년 후기로서, 자아는 경험과 행동으로 나타난다. 관찰자로서의 자아와 충동, 욕망으로서의 내적 자아와의 구별은 6단계에서 이루어진다. 가장 높은 수준의 7단계에서 정신과 신체는 통합되어진 자아로 나타난다. 이 같은 단계는 적당하게 통제된 조건하에서 보편적으로 경험된 구조적 특성을 갖는다. Washburn(1961)은 Erikson, Freud, Fromm, Horney와 Sabin 등의 이론들에 관련된 통제적 자료에 토대를 둔 자아개념화 이론을 주장하였다. 성숙정도에 의한 자아 개념화의 6단계는

- 첫째, 욕구의 즉각적인 능력에 관련되는 신체적이며 1차적인 자아
- 둘째, 타인에게 복종함으로써 비난을 피하는 복종적 및 의존적 자아
- 셋째, 타인과의 감정에 연루된 공포 및 독립적 자아
- 넷째, 사회적 영상으로서 인정을 얻기 위해 환경을 조직하는 외적 및 통제된 자아

다섯째, 행동을 통제하는데 작용하는 태도를 제공하는 사회적, 내적 기준을 포함하는 내적 및 통제된 자아

여섯째, 자아실현과 타인, 자신의 수용을 포함하는 통합된 실현적 자아 등으로 보고 있다.

자아개념을 다른 말로 “정체성의 감각(Sence of Identity)”이라고 표현하기도 하는데 이것은 여러 가지 원천에서 유래한다. Scheier & Carver(1980)는 자아개념의 세가지 주요원천에 대해서 다음과 같이 설명하고 있다.

첫째, 자아개념은 자아의식의 수용능력(Capacity for self-consciousness)에 기인한다. 각 개인은 자신의 자아를 인식하고 있으며 자신을 하나의 대상으로서 반영하고 (Reflect) 또 반응한다(React). 만약 자아의식에 대한 진보적인 능력이 없다면 자아개념을 개발하거나 정체성을 확보하지 못하게 된다.

둘째, 우리로 하여금 자아 정체성(Self-identity)을 갖도록 하는 것은 시간의 흐름에 따른 계속성의 감각(Sence of Continuity)을 키워 가기 때문이다. 개인은 출생시부터 각자 다른 인생사(Life Event)를 경험해 나가며, 그러한 인생사는 자신에게만 일어나는 고유한 것임을 차차 깨닫게 된다. 셋째, 자아정체성을 결정하는 또 하나의 요인은 우리가 일상생활을 통해 수행하는 다양한 사회적 역할임을 알 수 있다.

자아개념은 경험 즉 학습을 통해 형성되며 경험을 구성하는데 있어서도 능동적이고 역동적인 역할을 한다(Felker, 1974). 자아개념이 발달적 특징으로는

첫째, 하나의 성장과정으로써 학습을 통해 획득된다는 점

둘째, 의미 있는 타인이 발달에 매우 큰 영향을 미친다는 점

셋째, 자신의 소유물, 소속집단과의 동일시 등을 통하여 각 개인의 밖으로까지 확장된다는 점

넷째, 'Pygmalion' 효과나 자기 충족예언(self-fulfilling prophecy)등과 같이 그 자체를 강화하는 경향이 있다는 점 등이다. 또한 자아개념은 청년기 동안에 수많은 변화를 거치다가 말기에 이르러서는 자아개념의 부분이 되는 가치와 태도가 연속적인 행동의 조직자로 남게 됨으로서 그 수정이 불가능해진다(Gibson & Mitchell, 1981).

Ringness(1975)는 어떤 사람이든지 심리적인 안정감을 느끼면 보다 개방되고 수용적으로 되는 경향 즉, 자아가 확장(Self-enhancement)되는 경향이 있으며 만약 그 자신이 가치 있는 사람임을 확신한다면 어떠한 상황에 직면하더라도 좌절하지 않을 것이라는 가정하에 특히 학교현장에서 교사가 학생들의 자아개념을 수정하고자 할 때는 이해와 수용 및 의사소통과 같은 전제조건이 필요하다고 언급하고 있다. 그리고 바람직한 자아개념이 자아실현의 획득과 훌륭한 인간관계의 증진에 매우 중요하다고 강조하면서 그 특징은 다음과 같이 기술하고 있다.

첫째, 명료성(clarity)으로서 이는 자기 자신과 자신의 태도 및 신념등에 대해서 분명히 알 필요가 있다.

둘째, 자아수용(Self-acceptance)으로써 자신을 합리적으로 수용할 필요가 있다.

셋째, 안정감(Stability) 및 넷째, 현실감(realism)등이다. 자아개념이 경험을 통하여 학습되는 것이며 또한 학습기회를 통하여 수정 또는 확장될 수 있다는 가정하에 자아개념이 행동의 주체라는 것을 인정한다면 우리는 청소년기에 속하는 중·고등학생들에게 자신에 대한 다양한 정보와 다른 사람으로부터의 긍정적인 반응을 받을 수 있는 인간관계와 연관한 집단상담 기회를 가급적 많이 제공해 주어야 할 것이다. 이러한 기회를 통하여 학생들은 자신에 대해서 보다 많이 알 수 있는 통찰의 기회를 갖고 자기 이해를 높이며 나아가서는 자아개념을 증진시킬 수 있을 것이기 때문이다. 또한 이러한 경험의 제공은 일상생활 가운데서 반복되는 실패와 비교를 통해 형성되었던 부정적인 자아개념도 수정될 수 있을 것으로 기대된다.

사회적 동물인 인간은 출생에서 죽음에 이르기까지 남과 어울려 살아가게 마련이며 아동에서 성인으로 발달해 감에 따라서 ①가족내의 인물 ②가족 밖의 타인 ③ 학교의 동급생④ 직장동료 등으로 범위를 넓혀 간다.

Lowenthal, Thurnhur and Chiriboga(1975)의 우정관계 연구에서 우정관계의 본질을 유사성의 차원, 상호성의 차원, 양립가능성의 차원, 구조적 차원, 역할모델의 차원, 기타 매력과 성격특성으로 구분하였다. 한편, Wright(1978)는 우정관계의 커다란 기준을 상호의존의 정도, 개인적인 장점과 특성, 우정관계 유지의 어려움과 같등으로 하였다. 또 그는 우정관계에는 여러 가지 가치가 있는데 서로 자극을 주는 자극가치, 욕구해결을 위해 협조할 것으로 보는 이용가치, 지원과 격려를 해주는 자아지지 가치등이 그것이다(윤진, 1984). 아동들은 점점 성숙하여 감에 따라서 가족 이외로 대인관계가 확대되어 친구의 영향을 받고, 학교에서는 선생의 영향을 받으며 그들의 성격과 동일시함으로써 성격형성에 영향을 미치게 된다. 청년기가 되면 심리적, 정서적으로 불안정한 시기가 되어 친구들이나 존경하는 교사 또는 책을 통하여 영향을 받기 쉽고 자기가 소속된 집단이나 성격에 따라 또한 영향을 받게 된다. 성인기가 되면 배우자, 직장의 동료,上司들로부터 받는 영향도 성격형성에 중요한 요인이 되고 있다. 교우관계란 아동의 사회적 행동발달의 기본을 이루고 있으며, 사회성 발달은 주로 교우관계의 집단 활동을 통하여 이루어진다고 볼 수 있다. 많은 학생들은 대인관계가 주로 교우관계의 집단 활동을 통하여 이루어진다고 볼 수 있다. 많은 학생들이 주로 친구와 사이가 나빠서 고민을 하기도 하며, 미숙하고 대인관계에 대한 지식이 부족하여 우정을 잘 유지하지 못하는 경우가 많다. 친구와 원만한 관계를 맺는 능력은 타고나는 것이 아니라, 후천적으로 길러야 하는 것이다.

국민학생은 친구도 좋아하지만 아직은 친구보다는 부모와 더 가깝게 지내며 중학생 그리고 고등학생이 되면서부터 친구의 중요성은 점점 더 커지며, 처음에는 동성의 우정관계로부터 이성과의 우정관계로 발전하게 된다.

우리가 서로 접촉하고 난 다음 서로 좋아하게 되는 원인은 친구가 제공하는 자극 때문이다(이훈구, 1985). 어떤 친구가 재미있고, 상상력이 풍부하고 우리에게 새로운 생각이나 경험을 말해 준다면 그는 자극적 가치를 갖고 있는 사람이다. 또한, 어떤 친구가 어려울 때 잘 도와주고 자기의 시간과 노력을 아끼지 않고 우리에게 봉사한다면 그는 유용성의 가치가 있는 친구이다. 친구의 세번째 가치는 자아지지가치이다. 친구가 나의 일이 엉망이 되었을 때 용기와 위로를 베풀어주고, 내가 성공했을 때 인정과 칭찬을 아끼지 않을 때 그는 나의 자아를 지지해 주는 가치를 갖는다. 우리가 친구에게서 얻고자 하는 이 세가

지 보상이 있다는 것을 염두에 둘 필요가 있다. 자기가 친구에게 인기가 없는 것은 자기가 친구에게 이 세가지 가치 가운데 그 어느 것도 베풀어주지 못하기 때문이다. 이 세가지 가치 가운데 최소한 어떤 한가지만 개인이 지니고 있어도 그는 친구를 사귀는 데에 별지장이 없으므로 자기의 성격과 습관을 잘 파악하여 자기에 잘 맞는 가치 하나를 개발해 두는 것은 대인관계를 잘 맺기 위해 꼭 필요하다.

오늘날의 교육은 대부분 수십 명의 학생이 모여서 이루어지는 학급집단의 상황속에서 이루어진다. 그런데 학급이란 수십 명의 학생들이 다만 수학적으로 모여서 이루어진 집합체가 아니라 집단전체로서의 독특한 심리적 역동성을 가지고 있는 것이다. 교사와 학생이 단둘이서 남이 보지 않는 장소에서 얘기할 때와 같은 내용의 얘기를 교실에서 학급원이 모두 지켜보는 가운데 주고받을 때, 결과는 다르게 나타낸다. 집단내의 한 학생의 행동은 집단과 관계없이 일어나는 것이 아니라 집단압력, 집단의식, 집단목표, 집단분위기, 집단의 가치준거 등에 의하여 영향을 받는 것이다(김남성, 1989). 학급집단은 조직의 측면에서 보면 수업목표를 달성하기 위한 학습집단이며, 학급속에서 여러 가지 활동을 통하여 학생들의 인격이 종합적으로 형성되어 간다는 면에서 보면 생활집단이라고 할 수 있다. 학생들은 하루의 생활중에서 3분의 1정도를 학교 특히 학급에서 지내면서 서로 관계를 맺다 보면 학급집단속에 다시 하위의 소집단이 이루어지고 깊은 우정으로 이어지게 된다. 학급집단은 원래 제도적으로 편성된 형식집단이지만 점차 성원간에 친화와 반발의 감정관계가 발생하여 비형식집단이 성립하게 되어 교우관계가 성립된다. 김남성(1989)에 의하면 우인선택의 이론으로 接近理論, 類似性理論, 相補性理論으로 타인에게 호감을 갖게 되어 우인관계가 성립된다고 했으며, Doring은 교우선택의 조건으로 동일한 소질(재능, 의지력, 상상력, 체력)부모의 사회적 지위가 동등한 것, 학교내에서의 동등한 지위, 상호원조, 공통된 흥미, 거리적 근접성을 들고 있다. 또한 외부적 조건 접촉, 동일한 흥미, 감정적 정서적 요인, 내적 인격적 이유로써 결합되기도 한다(김한길 외 1967). 그리고 교우排斥요인으로는 有機的反應(나쁜 인상, 뜻의 불일치) 疏遠嫌奧感(이기주의, 자기주의), 排斥作用(욕설, 허언), 폭력, 싸움, 분노등의 요인을 들 수 있다.

Reaves & Robert(1983)는 친구선택에 관한 정보를 외부적(신체적)요인, 유사성 요인 그리고 성격 특성요인의 세가지 범주로 나누고 그 각각의 비중과 상호작용을 연구하였다. 그 결과 교우선택요인 중에서 성격특성요인이 세가지 중 제일 높은 점수를 나타냈고, 각각에서는 신체요인 중 표준형과 근육형에서, 유

사성은 자기와 유사하다고 느낄수록, 성격특성에서는 긍정적인 성격일 때 높은 선택을 보였고, 배척요인은 신체적으로 마르고 유사성과 거리가 있고 부정적 성격일수록 높은 점수를 얻었다. 대인관계란 한 인간이 타인에 존경과 애정을 가지고 상호의존적으로 인간관계를 맺어 나가는 것(Mannarino, 1980)이며, 교우관계를 통하여 친구를 가짐으로써 얻어지는 안정감과 다른 사람들이 교우를 원한다는 사실로부터 얻어지는 자신감, 그리고 다른 사람들이 그에게 요구하는 것이 무엇이며, 관용하지 않는 것이 무엇인가를 배우게 된다(Hurlock, 1956).

국민학교때부터 가장 왕성한 성장기의 대부분을 학급이라는 집단 환경내에서 보내면서 복잡한 인간관계 망에서 전개되는 상호작용과 갖가지의 환경압력을 받으면서 성장해 나가면서 겪은 경험이 학생의 성격, 태도 및 행동에 미치는 지대한 영향을 주기 때문에 바른 학급 분위기를 조성은 교육의 효과를 결정짓는 것과 같다(정원식, 1982). 교우관계가 만족스럽고 효과적일 때 바로 그러한 인간관계의 경험을 통하여 한 인간으로서 바람직한 성장과 발달을 하게 될 것이며 반대로 학생의 교우관계가 불만스럽고 비효과적일 때 학생의 성장과 발달은 방해를 받게 되는 것이다. 학생들은 학급 집단에서 생활하는 동안 학급내의 인간관계에 대하여 사회적 지위를 갖게 되어 공식적 지위(반장, 부반장)나 선호 지위(선택, 배척받는 정도)를 얻게 된다(안영호, 1982).

김광범(1982)은 그의 연구에서 개인특성을 들고 있는데 개인특성 중에서 좋아하는 특질로는 명랑함, 믿음직함, 순진함, 책임감, 근면함, 사교적임, 정의로움 등이 있고, 싫어하는 특질로는 건방짐, 이기적임, 비양심적임, 폭력적임, 간사함, 의심됨, 불건전함, 소란함, 게으름, 신경질적임 등으로 나타났다.

사회측정법에 의한 지위는 여러 가지 요인들에 의해 영향을 받게 되는데 이들 요인들을 크게 나누면 개인적 요인과 사회적 요인으로 나눌 수 있다. 개인적 요인에는 지능, 성격, 나이, 기술, 외모 가치, 흥미, 인성등이 속하고 사회적 요인에는 사회경제적 지위, 가족적 배경, 이웃과의 근접성등이 속한다(N.E.Gronlund, 1959).

3. 집단상담이 자아개념 및 대인관계에 미치는 효과

학교에서 생활지도의 방향이 모든 학생들의 개인성장 및 인간관계의 발달을 돕는 상담활동으로 전환하고 있는 이때, 상담전문가의 부족이 두드러지게 되자 집단상담이 각광을 받게 되었고 그 효과도 널리 인정받게 되었다(kleeman,1974). 초,중,고,대학생을 대상으로 집단상담의 효과에 관하여, 성격요인

변화에 미치는 효과(이수용,1981),긍정적인 자아개념 형성에 미치는 효과(조찬귀,1983), 자아실현에 미치는 효과(설기문,1981) 등 연구가 다방면으로 이루어져 긍정적인 반응으로 나타나고 있음을 볼 수 있으며 집단상담의 有效性이 입증되고 있으나 교육현장에서 널리 보급되지는 못한 실정이다.

자아개념이 심리적으로 중요한 타인과의 상호작용에 의해 형성된다는 것은 자아이론가들의 일반적인 견해이다. 중요한 타인은 상황에 따라 그리고 성장해감에 따라 달라지는 것으로 이해된다. Brookorer등(1975)의 연구에 의하면 학년 수준이나 성별에 관계없이 90%이상의 학생들이 '부모'를 중요한 타인으로 지각하고 있는 것으로 나타났으며, 그 다음 교사, 친구, 친척으로 반응경향이 나타났다. 학급동료와의 교우관계는 흔히 사회성 측정법(Sociometry)에 의해서 조사되는데 그 교우관계는 애착, 배척, 무관심 등을 분석한 연구(Shiffler, Lynchauer, & Nadelman, 1977)에 의하면 적은 수의 동료로부터 가까운 친구로 선택받은 자는 많은 수의 동료로부터 선택받은 자보다 자아개념 평균이 낮게 나타난 경향을 보였으나 그 수는 통계적인 의의가 없는 것으로 밝혀진 바 있다.

Lecky(Epstein, 1973, 재인용)에 의하면 성격체계의 중핵을 이루고 있는 자아개념은 통일성과 안전성을 유지하기 위하여 그에 일치하는 경험들만을 수용, 동화함으로써 경험자체를 선별 결정하는 기능을 한다고 하여 인간행동의 방향을 결정하는데 있어 중추적인 역할을 하는 것으로 보고 있다. Raimy(1973)는 "자아개념은 인간이 자기라고 믿고 있는 지각적 대상이며, 이것은 그의 행동에 영향을 미칠 뿐만 아니라 특정한 요구에 의해 변화되고 재구성되는 것"이라고 하여, 자아개념이 행동에 미치는 영향력과 동시학습에 의한 자아개념의 변화가능성을 그 특징으로 지적하고 있다. 이렇게 볼 때 자아개념은 프로이드의 정신분석이론에서 주장하는 前性器的 단계에서의 생활경험을 통해서 발전되는 것이며 후천적인 학습이나 특정한 요구에 의해 지속적으로 변화되고 재구성될 수 있는 것임을 알 수 있다. 자아개념의 형성발달은 중요한 타인과의 사회심리학적 영향을 많이 받아 부모, 교사, 친구 등 자기주변의 중요한 타인과의 상호작용에 의한 모형학습 또는 피그말리온 효과(Pygmalion effect)가 자아개념 발달에 영향을 끼친다는 점이다 (combs & purkey, 1971).

Rogers도 자아를 대인관계의 결과로 발달되는 사회적인 산물로 보았으며 (purkey, 1968). 김기정(1984)은 자아이론가의 일반적 견해를 종합하여 자아개념 형성에는 환경과의 집단경험을 통하여 이루어진다고 하고, 그 주요과정 변인으로는 ① 어떤 과제의 성취경험과 ② 중요한 타인과의 상호작용을 들었다.

한편, 이런 이론과 더불어 집단경험의 활동 또는 자아개념 프로그램을 통하여 긍정적 방향으로 자아개념을 변화시킬 수 있다는 여러 연구 결과들이 뒷받침되고 있다. 임성문(1983)은 대학생들을 대상으로 4일간의 집중적 소집단 훈련을 통하여, 김선남(1979)은 중학생들을 대상으로 2개월간에 걸친 T-group 경험을 통하여, 이종승(1970)은 중학생들을 대상으로 6일간에 걸친 자아개념 변화 프로그램을 통해 자아개념을 의의 있게 변화시켰음을 제시하고 있다.

Jones and Medvene(1976)은 마라톤 민감훈련(Marathon Sensitivity Training) 집단이 비교적 자아강도가 강한 대학생들의 자아실현도를 正的으로 변화시켰다고 보고하였으며, Johnson & Rinder(1974)도 대학생들을 대상으로 “자아 들어내기가 소집단의 집단과정에 미치는 영향”을 연구한데서 자아 들어내기는 집단 응집력과 밀접히 관련되어 있음을 보고하였다. 장성숙(1980)의 “이성적 접근모형에 의한 집단상담”에서 대학생들의 집단상담이 자아개념 변화에 효과적임을 보고하였다. 그리고 설기문(1981)은 집단상담에 참여한 집단은 감수성, 자기긍정성, 긍정적인 인간관이 증가되었다고 했다. 집단상담은 구조적으로 운영되어 질 때보다 효과적이라 하였다(Tamminen & Smaby, 1978). 왜냐하면 다른 사람에게 관심을 갖고서 정직하고 신뢰감 있게 자신의 생각과 느낌을 표현하는 것은 하나의 학습과정이므로 구조적 집단에서 계획적으로 짜여진 내용으로 집단상담을 운영하는 것이 비구조적 집단에서 우연하게 생각과 느낌을 표현하는 것보다 훨씬 능률적이라는 것이다. 또한 집단 지도자들도 집단에서 다루어 질 내용과 과정을 미리 알고 있을 경우에 집단과정의 특별한 기술을 인용하여 그 집단이 비교적 빨리 성숙하도록 이끌 수 있다고 주장하고 있다.

특히, 김선남(1979)은 Kaneshige(1973) 및 Cooper & Kobayashi(1976)의 연구 결과에 대한 검증을 통하여 우리문화권에서는 말수가 적고, 감정표현을 억제하는 경향과 갈등 회피 및 권유에 대한 복종 경향이 강하게 나타나고 있어서, 비구조적인 집단형태는 오히려 비효과적일 것이라는 점을 지적하고 있다. 집단상담의 운영방식에 있어서 분산적 방법과 집중적 방법의 효과에 대한 선행연구를 보면, 시간적, 경제적 효과(Gross, 1977)를 얻을 수 있는 집중적 집단경험을 하는 것이 집단과정을 효율적으로 촉진시킨다고 하였으며, Miller(1973)는 집단의 응집성, 자기수용, 대인 지향성에서 집중적 상담방법보다 분산적 집단상담이 대인관계 기술의 발달 및 수용성에 유용하다고 주장하고 있다.

또, 한편으로는 이들 두 방법상에 효과면에서 차이가 없음을 밝히고 있는 연구도 있다(Schwartz, 1972; Johnson & Johnson, 1979). 그러므로 이와 같이 일치되지 않은 연구로 말미암아 집중적 방법과 분산적 방법 중 어느 쪽이 더

효과가 있다는 결론을 내리기가 어렵다. 따라서 이러한 연구결과에 의해서 집중적 방법과 분산적 방법을 함께 시행하는 연구들이 있다.

Follingstad, Robinson & Pugh(1977)는 意識高揚을 목적으로 하는 집중적 집단상담과 분산적 집단상담 모두를 시행하였는데 두 유형의 집단 모두에서 긍정적인 변화가 있었다. 이는 추후 검사에서도 유지되었다.

Bebdut & Gorden(1972)은 다음과 같은 여러 영역에서 긍정적인 행동변화들이 집단경험의 결과 일어났다고 보고하고 있다. 즉, "자존감이 증가하고, 자아개념이 상당히 긍정적인 방향으로 변화하고, 자아실현적 경향이 증진되고, 소외감이 줄어들고, 개인적 문제들이 경감되며 개선되고 대인간의 가치관이 보다 현실적이 되고, 상호지지적으로 되며 사람들이 상호간에 친근해지고 보다 고독감을 느끼게 된다. 그리고 技法訓練 접근들에 비해 집중적 집단경험이 허용성, 심리적 안정감, 비조직적인 장면등을 허용하기 때문에 보다 인도적이고 민주적이며 인간중심적이라고 보여진다"고 하였다(이형득, 1982). 그러나 Lee(1977)는 Schein & Bennis(1965)의 진술대로 이와 같은 소집단모형의 문제점중의 하나는 학습 결과의 측정에 관한 문제가 있으나 인간관계훈련은 자기탐색, 자기성찰을 통하여 자기성장과 상호이해에 긍정적인 변화를 이룰 수 있다는 많은 시사점을 발견할 수 있다. 김정자(1975)는 여고생을 대상으로 집단상담을 실시하여 열등감 해소에 긍정적인 변화가 있다고 했으며, Berlin & Dies(1974), Worthen & Maloney(1973) 등은 집단상담이 자아개념을 긍정적 방향으로 변화시키는데 효과가 있었다고 보고하고 있으며, 박현달(1983)은 인간관계훈련에서 분산적 집단상담이 집중적 집단상담보다 더 효과적이라고 보고하고 있다. Gibson & Mitchell(1981)은 집단상담이 개인의 성장발달에 가장영향을 미친다고 하였고, 또한 설기문(1987)은 일상생활에서 적응상의 문제나 발달과업과 관련된 문제를 경험하는 정상인들을 대상으로 하여 이들을 보다 "더 나은 자기"로의 성장 또는 잠재력의 실현에 보다 적극적인 관심을 갖는 교육, 예방, 성장, 발달적 상담(Drum & Figler, 1976; Shostrom, 1976; Brammer & Shostrom, 1977)에 많은 관심을 가지게 되었다.

지금까지 고찰한 선행연구들을 종합적으로 분석, 정리하면 다음과 같다.

첫째, 집단상담이 인간관계 형성에 유의미하고 긍정적인 효과를 나타내고 있다.

둘째, 집단상담 활동을 조직적(구조적)으로 하느냐 아니면 비조직적(비구조적)으로 하느냐에 따라 인간관계 형성에 영향을 준다. 그러나 우리의 특수한 문화권(언어, 감정표현, 대인관계 등)에 비추어 볼 때 구조적인 것이 더 효과적이다.

셋째, 분산적 집단형태를 취하느냐, 아니면 집중적 집단형태를 취하느냐 중 어느 쪽이 더 효과가 있다는 결론을 내리기가 어렵다. 또한, 분산적 형태와 집중적 형태를 함께 절충하여 시행되는 경우도 있다. 따라서 어떤 집단 형태를 취할 것인가는 집단원의 성격특성, 프로그램의 내용, 집단경험을 통하여 얻고자 하는 목표, 집단상담의 여건등을 고려하여 가장 적절한 형태를 취하도록 한다.

넷째, 여러 가지 집단상담 유형들이 인간관계 형성에 효과적이기는 하나 우리의 실제적인 삶 속에 구체화시킬 수 있도록 그 도구와 모형을 과학화 할 필요가 있다.

다섯째, 집단상담이 인간관계 증진에 미치는 효과가 일시적 현상인가, 아니면 장기적 현상인가를 검증하는 지속효과에 대한 연구들이 있다.

끝으로, 집단상담을 위한 많은 프로그램들 중에서 이론적 기초에 따른 체계적인 프로그램이 빈약한 형편이며, 또한 집단상담에서 프로그램은 매우 중요한 위치를 차지함에도 불구하고 상담프로그램의 중요성을 간과하여 상담의 계획을 수립하는 경향이 있다.

4. 인간관계 증진을 위한 프로그램

1) 프로그램의 이론적 기초

집단상담 이론가에 따라서는 집단상담의 모형을 여러 가지로 세분하여 설명하고 분석하였다. 예를 들면 Blocher(1966)는 여러 가지 이론들의 모형을 크게 다섯 가지로 분류하였다. 즉 그는 ①공통되는 문제 중심의 집단모형 ②사례중심의 집단모형 ③T-구롭 ④인간의 잠재력을 개발하는 집단모형 ⑤교류분석 집단모형 등으로 나누었다. 또 Shaffer(1974)는 집단심리요법과 인간관계훈련으로 大別하였고, 이형득(1982)은 인간관계훈련에 관한 기존의 모형을 인간관계 기법 훈련모형과 집중적 집단경험 모형으로 구분하고 있다. 그런데 여러 가지 인간관계 훈련모형은 점점 서로 교환할 수 있는 것처럼 보여진다(Galinsky,1974). T-집단이 참 만남 쪽으로 진행되고, 참 만남 집단이 심리 분석적 목적을 수용하고 절충적인 방향으로 집단을 이끈다면 각 모형은 어떤 목적을 수행하는데 보다 효과적이다. 특히 성장과 발달이란 범주내에서는 T-집단이 효과적이며, 그 훈련이 재현이 필요가 있는 경우는 체계적 학습이 가장 알맞다(Galinsky,1974). 따라서 본 집단상담은 대상이 고등학생이며, 목적은 인간관계증진을 위한 집단상

담 프로그램 적용을 통하여 滿足感, 意思疏通, 信賴感, 親近感, 敏感性開放性, 理解性을 향상시켜 대인관계 및 자아개념을 긍정적으로 향상시키는데 있으므로 분산적 집단상담을 위주로 체계적 과정을 내용으로 하는 인간관계 증진 훈련을 시도하였다. 인간관계발달을 위한 기본요소로 이형득(1982)은 여러 학자들의 관점을 종합하여 인간관계 증진 및 개선훈련에 적용 할 내용으로 ① 존엄성과 가치성 ② 도덕적 善性 ③ 발달의 가능성 ④ 자유와 책임 ⑤ 사회적 상호작용 능력 ⑥ 고유한 개성 ⑦ 전인적 존재로 보고 어떠한 측면의 발달은 다른 측면들의 발달과 함께 조화적으로 이루어 질 때 가장 원만한 인간관계형성이 이룩될 수 있다고 보았다. 인간관계증진을 위한 프로그램은 情意教育을 위한 새로운 교육방법으로 활용될 수 있다. 정의적 교육의 특성은 내면화과정을 거쳐 학습되는 것인데 , 그 과정에 대한 5단계이론을 살펴보면 다음과 같다 (Kratwohl,1964).

첫째, 감수(receiving)인데 가치화하고자 하는 어떤 특정 개념을 자신이 명확하게 자각하는 단계이다. 인간관계프로그램에서는 각 장면마다 활동을 체험하고 그 체험을 발표하는 단계에 해당되며 참가자들은 자신의 생각과 느낌을 분명히 자각하게 된다.

둘째, 반응(responding)인데 자신이 타인들과 어떤 현상이나 자극에 대하여 상호반응하는 단계이다.

셋째, 가치화(valuing)인데 상호작용단계에서 각자의 행동, 생각, 느낌에 대한 타인의 지지 또는 거부 반응을 통하여 스스로 가치판단의 과정을 거치게 된다.

넷째, 조직화(organization)인데 가치를 체계화하여 위계를 정하고 목적달성에 확신을 갖는 단계로 실제로 행동해 볼 수 있도록 행동계획을 수립하는 적용단계에 해당된다.

다섯째, 성격화(characterization)인데 학습된 내용이 자아개념으로 정착되어 개인의 특성을 이루는 단계로 인간관계 프로그램에서는 마무리 단계에서 실천 각오와 다짐을 하고 사후에 검증을 하고 있다.

2) 프로그램의 목표

인간관계 증진 프로그램을 이용한 집단상담을 통하여 자기를 알고 신뢰하는 태도를 익히고, 의사소통 기술을 통해 경청기술과 요약 능력을 증진시켜 각자의 느낌을 주고받아 공감과 감정표현 기술을 체험하여 대인관계기술을 향상하

는데 있다.

3) 프로그램의 주요원리와 교육적 의의

인간관계 증진 프로그램 진행과정에 있어서 각기 다른 사람들을 있는 그대로 수용하고 각자의 개별적인 대인관계 기술의 형성과 변화를 효과적으로 도우려는 마음의 준비가 필요하다. 특히 집단상담이라는 교육 작용을 통해 두 사람 혹은 그 이상의 사람들 간의 역동적이고 지속적인 상호작용의 복합적인 현상으로 인간성숙과 관계증진을 위해 제시되는 주요원리와 교육적 의의는 다음과 같다.

① 소집단으로 사람과 사람과의 관계의 경험에서 자유롭고 안전한 분위기를 통해 활발한 자기표현을 경험하는 가운데 집단은 집단자체의 역학적 작용에 의해서 서로가 성장하고 발전해 간다는 신념을 전제하고 있는 것이다.

② 인간관계가 설명이나 훈계와 같은 언어적 전달방법으로는 목적달성이 어려우므로 경험을 통하여 이루어진다. 참가자 자신의 조작적 잠재성을 가지고 있다는 것을 인정하고 집단과정에서 표출된 자신과 타인의 조작적 행동유형들을 파악하고 깨닫게 될 때 긍정적 자아개념을 가진 행동을 할 수 있게 되며, 학교에서는 교우관계도 원만해지고, 자신의 가치나 장점을 인정할 뿐 아니라 약점이나 결점까지도 인정하고 수용할 때 인간관계도 촉진된다.

③ 사람의 태도나 행동을 좌우하는데는 인지적인 면 뿐만 아니라 정의적인 상황에서 자극에 응하여 느낀 것을 자기 것으로 가치화하고, 다시 성격화하는데 까지 이르게 된다.

④ 집단에 관한 실천적 가설의 신봉으로 진행자는 집단응집을 도모하여 방어적 억압이 감소되는 안전한 심리적 풍토와 자연스런 표현이 가능하도록 하며, 타인이나 자기에 대한 즉각적인 감정을 표현하는 경향이 있다.

⑤ 집단분위기 조성의 기능으로 너무 의도적인 장면구성은 하지 말도록 하고 모든 생각, 계획, 결정 같은 것을 독점하는 것을 피하고 개인들이 자기표현에 대하여 주의 깊고 민감하게 경청하면서 때를 맞추어 반응하여야 한다. 개인들의 고통이나 기쁨을 심리적으로 항상 함께 하고, 두려움 없이 실수도하고 불만없이 회복할 수 있도록 너그러운 풍토 마련에 힘을 쓴다. 관심이 표시는 공평하게 하고 차별대우나 片情을 두어서는 아니되며 사람을 믿고 있다는 것을 실제로 보여주어야 한다.

⑥ 집단과 개인수용으로 상대방을 해석하거나 평가함이 없이 그대로 받아 들 여야 한다.

⑦ 지성보다는 감정에 초점을 두어 각 개인들의 자유로운 감정표현을 조장하 여야 한다. 더불어 개인들의 감추어진 감정까지도 민감하게 감지하여 공감적 이 해를 보냄으로써 우호와 신뢰의 관계를 유지하도록 힘써야 한다.

⑧ 진행자는 촉진자인 동시에 참가자이므로 집단이나 개개인에게 특정의 목적 을 가지고 의도적, 조작적, 규제하며 진행해서는 아니된다. 행동의 동기나 원인 에 해석을 내리지 말며, 어떤 한가지 방법을 유일 불변의 기본요소처럼 생각해 서는 안된다.

4) 인간관계 증진 프로그램

집단과정을 통해 이루려는 인간관계 증진을 위한 기본적 가정은 다음과 같다.

① 사회적 경험을 하기전의 인간은 성장과 변화의 풍부한 가능성을 지닌 선한 도덕성을 가졌다고 보며, 설사 성장과정에서 장애를 받아 파괴적인 경향을 띠 게 되었다고 하더라도 그것이 본성이 아니니까 교육적 경험을 통하여 변화될 수 있다고 본다.

② 인간은 대인관계적 성격을 이루는 두개의 양극감정 즉, 사랑과 분노, 강함과 약함이 있는데 이 감정들은 인간의 집단과정을 통하여 솔직하게 표현하며 조화 롭게 표현할 수 있다.

③ 인간의 독창성 및 자아실현에 대한 권리는 항상 전제되어야 하고 또한 존 중되어야 한다.

④ 건강한 상태 하에서의 인간존재는 스스로를 지도하고 규제하는 능력을 가 지고 있어서 적절한 환경만 주어진다면 개인은 그가 타고난 가능성을 충분히 발 달시킬 수 있다.

⑤ 인간은 스스로의 삶을 결정하고 선택할 수 있는 자유로운 존재이며, 이러한 자유는 가치의식에 대한 학습경험을 통하여 발달될 수 있다고 본다.

⑥ 인간관계 형성과정으로서의 성장은 순간 순간의 성장과정을 중시한다. 그러 므로 현재가 가장 중요한 시제이며 “지금- 여기”가 집단과정의 초점이 된다.

⑦ 인간이란 환경과 역동적인 상호작용을 하는 유기체이다. 개인은 우주체제 속의 한 하위체제로서 타인간들을 포함한 주위환경과의 상호관계를 통하여 그 의 正體가 정립되는 것이다.

⑧ 인간은 그의 유전적 요소와 환경적 요소에서 모든 인간들과 구별되는 고유하고 독특한 개성을 지닌 복합적 산물로서 사회와 문화의 기본적 단위이다. 때문에 개인간의 차이점은 인정되어야 할 뿐만 아니라 존중되어야 할 것이다.

⑨ 인간은 身體的,知的,情緒的,社會的, 그리고 靈的인 여러 측면을 그의 성격의 차원으로 가지고 있다. 그렇지만 인간은 이들 여러 차원들을 통합한 하나의 총합적 유기체이다. 따라서 어떤 한 측면의 발달은 다른 측면들의 발달과 함께 조화적으로 이루어 질 때 가장 원만한 발달을 이룩 할 수 있다고 본다. 이상과 같은 기본 가정은 인간관계 증진 프로그램의 기초가 되며 집단 활동의 지침이 된다.李載昌(1992)은 인간관계 개선 프로그램에서 인간관계 형성단계를 ① 자기 노출 활동 ② 신뢰감 형성 활동 ③ 의사소통 기술 증진활동 ④ 감정표현 활동 ⑤ 자기와 타인 수용활동 ⑥ 갈등해소 활동으로 구성하였으며, 김여옥(1993)은 만남이 진전되어 가는 과정을 단계로 ① 나를 찾아서를 시작으로 ②너와의 만남으로 진전되어 ③ 소중한 우리로 응집되고 ④ 새로운 세계에 도달하도록 구조화하였다.

인간관계 증진을 위한 새로운 프로그램을 구안하기 위해서 이미 활용되고 있는 人間關係 技法 訓練模型을 살펴보고자 한다(李 炯得,1983).

① Becvar(1974)의 效果的인 意思疏通 技法 發達模型으로, 대인간의 행동이 변화함에 따라 개인 내적 행동(자아개념,자기와 타인에 대한 태도)이 변화한다는 가정하에 타인들과의 상호작용 개선에 필요한 기술들과 지식을 제공하기 위하여 고안된 것이다. 이모형은 인간관계와 의사소통의 과정을 對人間的 力動的이고 계속적이며,상호 복합적인 작용으로 보고 있다. 즉, 관계하고 있는 개개인은 상대방에게 영향을 미치는 동시에 또한 상대방에 의하여 영향을 받게 된다고 본다.

② Carhuff(1971)의 體系的 人間關係 訓練 模型 으로,모든 인간관계를 조력관계로 이해하려 하고 있으며,이러한 助力關係를 발전시키는데 효과적이라고 생각되는 技法훈련모형을 개발하였다. 그리고 인간관계 과정에서 핵심이 된다고 인정되는 여덟 가지 조건들을 제시하였는데, 이것은 共感(empathy), 尊重(respect), 溫情(warmth), 具體性(concreteness), 眞實性(genuineness), 自己開放(self-disclosure), 對面(confrontation), 卽時性(immediacy)이다. 그리고 촉진적 차원에는 공감, 존중, 온정, 및 구체성이 포함되고 진실성,자기 개방,즉시성 및 대면은 주도적 차원에 속하도록 구분하여 이를 기초로 종합적 훈련모형을 만들었다.

③ Guerney(1977)의 關係增進訓練模型으로, 關係增進(RE : the relationship enhancement)接近이라고도 하며, 이 방법은 개인 및 대인관계의 문제 예방 뿐만 아니라, 그러한 고통을 당하고 있는 사람들에게 그들의 관계를 개선하고 치료하는데 가장 강력한 수단으로 활용될 수 있으며 상대방의 행동기법들을 가르쳐 주는데 강조점을 두고 있다. 이 모형에서는 표현자의 행동양식, 공감적 반응자의 행동양식, 행동양식 변형, 촉진자적 행동 양식에 관계되는 기법군 등 네 가지 기본적 기법군 또는 행동 양식을 훈련시킨다.

④ Ivey(1968)의 微視的 相談(microcounseling)訓練 模型으로, 비교적 단기간 내에 상담의 기본적 기술들을 시청각 자료를 사용하여 훈련시키는 방법으로 여러 가지 상담이론에 공통되는 기본적 기법들을 추출하여 개별적 기법 훈련과 시청각적 매개를 통한 自己觀察에 강조점을 두고 있다. 미시적 상담훈련 모형은 다음과 같은 네 가지 기법군으로 구성되어 있다(Ivey, 1974). 첫째 군에는 관심 표명행동, 자유로운 반응을 일으킬 수 있는 개방적 질문, 머리를 끄덕이거나 짧은 언어적 반응을 해 줌으로서 내담자가 말을 계속 계속할 수 있도록 돕는 최소한의 격려 자극 등과 같은 상담자가 처음면담을 시작하는데 필요한 기술들이 포함된다. 두번째 군에는 상대방의 말을 경청하는 기술에 관한 것으로써 느낌의 反射, 意思確認 그리고 요약하기 등이 포함된다. 셋째 군에는 느낌의 표현, 검사 결과의 해석 및 상호간의 직접적인 의사 교환등과 같은 정보나 느낌을 서로 주고받는데 관계되는 기술들이 포함되어 있다. 마지막 넷째 군에 속하는 기술들로서는 분석, 認知的 再構成 그리고 代案의 제시 등 내담자의 행동에 대한 해석에 관련된 것들을 포함시키고 있다.

⑤ Sydnor 와 Parkhill(1973)의 體系的 人間關係 訓練 模型으로, 목적은 助力候補者에게 조력 관계 형성에 필요한 기술들을 제공해 주기 위한 것이다. 이 훈련은 친밀감 형성과 인도주의적 기법들과 행동 수정을 통합한 접근 방법을 시도하였다. 기본적 목표는 피훈련자로 하여금 여러 가지 상황에서 어느 정도까지의 높은 수준에서 기능을 발휘할 수 있는 기법들을 학습하도록 돕는 것이다. 이러한 모형에서는 핵심적 조건이라고 생각하는 존중, 진실성 및 은정 등을 훈련과정에서 강조한다. 훈련에서 이루어지는 학습은 단순히 인지적인데 그치는 것이 아니라 정의적 및 심리 운동적인 면까지도 포함하고 있다. 이 모형에서 활용되는 행동주의적 접근방법은 행동을 가르치기 쉽도록 최소 단위로 분할하고, 가능한 한 긍정적인 강화를 많이 주며, 피이드 백을 즉시 주도하도록 하고 있다. 그리고 한 번에 단 한 가지 행동을 가르치며, 학습자료를 서열화하여 각각의 새

로운 경험이 직전의 성공적인 경험위에서 이루어지도록 하고 있다. 이 모형의 친밀감 형성 부분은 관심 표명, 身體言語, 의사 확인, 느낌에 대한 확인과 반사, 경험과 관계의 즉시성, 자기 개방 및 對面 등과 같은 對人關係 기법들의 훈련에 초점을 두고 있다.

Johnson(1972)은 인간 관계를 효과적으로 형성, 발달시키고 유지하기 위해서는 몇 개의 기본 기술을 갖추어야 한다고 하였다. 이러한 技術들을 4영역으로 나누어 소개하면 ① 상호 이해와 신뢰, ② 他人에 대한 정확하고 명확한 이해, ③ 相互間의 영향과 협조, ④ 相互關係에 있어서의 문제와 갈등에 대한 원만한 해결이다.

본 연구의 프로그램은 Guerney(1977)의 “관계증진 훈련모형”에서 ‘표현자의 행동양식’과 ‘공감적 반응자 행동양식’ 단계 및 내용, 한국 청소년 개발원(1993)에서 발간한 “인간관계 수련활동”에서 만남의 진전단계 중 ‘나를 찾아서’와 ‘너와의 만남’의 프로그램을 참고로 하였다. 그리고 이재창(1992)의 인간관계 프로그램의 단계에서 자기노출 활동과 감정표현 활동을, 윤점용(1986)의 인간관계 개선프로그램에서 신뢰로운 분위기 조성, 의사소통 기술 증진, 대인관계 기술의 강화를 적용하여 인간관계 증진을 위한 집단상담 프로그램을 구안하고 활동주제(단위 프로그램)는 20여 대학 학생 생활 연구소 발행 연구서 및 일반 프로그램 문헌에서 200여 활동주제를 수집한 후 비슷한 프로그램을 혼합하여 전체 5단계 12주제를 선정 및 구안하여 활용하였다.

인간관계 증진을 위한 집단상담 프로그램은

첫째, 自己露出 活動 段階

도입단계로서 자신을 개방하여 자기인식, 자기수용을 하면서 신뢰로운 분위기를 조성해 간다. 관련 활동주제는 “자기소개”이다

둘째, 信賴로운 霧圍氣 造成 段階

마음의 문을 열기위한 과정으로 신뢰로운 분위기를 조성하여 서로가 관심을 쏟게 하는 이 활동은 배신당하거나 거부당할 공포를 줄이고 수용, 지지, 자기인식, 자기수용, 신뢰감과 일치감, 신뢰하는 태도, 확신에 대한 희망을 증진시켜 대인간의 상호작용을 강화하고 증진시키는데 큰 도움이 되기 때문에 관계형성의 초기 단계에 있어서는 필요 불가결한 것이다. 관련 활동주제는 “신뢰의 산책”과

“신뢰의 승강기”이다.

셋째, 意思疏通 技術 增進 段階

의사소통의 정확성을 증진하기 위한 意思確認과 상대방의 느낌과 경험을 가치 판단에 사로잡히지 않고 있는 그대로 정확하게 확인해 볼 수 있는 知覺確認의 기법을 습득하도록 한다. 이 단계에서 친밀감, 협동심, 성실성, 말의 기초연습, 경청기술, 수용, 이해, 요약능력을 배우게 된다. 활동주제는 “의사전달 놀이”, “앵무새 놀이”, “경청 실습”이다.

넷째, 感情表現 段階

정서적 상태에 대한 정확한 정보를 상대방에게 제공하기 위하여 과격한 행동, 비난, 또는 강요함이 없이 자신의 느낌을 명확히 언어로 보고 할 수 있는 능력을 습득 할 수 있는 기회가 된다. 또한 상대방에게 그의 행동이 나 자신의 행동에 어떤 영향을 미치고 있는가에 대하여 분명하면서도 건설적인 방법으로 피이드 백(feed back)을 줄 수 있는 기능을 기른다. 이 단계에서 타인의 행동을 긍정적으로 이해하며, 발표경험, 전달능력, 감정경험, 표현기술, 공감을 알게 된다. 관련 활동주제는 “나의 장단점 말하기”, “즉흥 연설하기”, “나의 특별한 경험”이다.

다섯째, 對人關係 技術의 增進 段階

한층 높은 차원의 의사소통기술로서 대인간의 갈등을 해소하고 문제를 규명하여 건설적으로 해결할 수 있는 능력을 기르며, 또한 선택과 가치를 잘 깨닫도록 의사결정하는 기술의 연습이 되기도 한다. 문제해결방식의 학습은 자신과 밀접한 結束에 도움이 되며 관계의 성장과 발달 지속이 무엇보다도 중요한 요인이 된다.

이 단계에서 문제해결, 의사결정 기술, 논리적 의논, 집단 의사 결정과정, 자아개념, 타아개념을 알게 된다. 관련 활동주제는 “좋은 결정과 나쁜 결정”, “우주여행”, “희망과 사랑의 선물 주기”이다.

이상의 이론적 근거를 가지고 구안한 인간관계 증진을 위한 집단상담 프로그램을 진행하는 과정은 <부록 1>에, 프로그램 지도과정과 관찰(소감)기록표는 <부록 4>에 첨부하였다. 인간관계 증진을 위한 집단상담 프로그램을 단계, 목표, 모임, 활동주제, 내용을 도표화하면 <표 II-1>과 같다.

<표 II-1> 인간관계 증진을 위한 집단 상담 프로그램의 구성

단 계	목 표	모입	활 동 주 제	내 용
I. 자기노출 활동 단계	서로의 긴장감 완화 및 친밀감 형성	1	자기소개	0.애칭의 의미, 동기,설명 0.명패,필기도구
II. 신뢰로운 분위기 조성 단계	무언의 대화를 통한 일치감,신뢰감	2	신뢰의 산책	0.눈을 가리고 안내 및 쓰러지기 0.눈가리개,종이나 딸랑이, 탬버린
	신뢰하는 태도 기르기	3	신뢰의 승강기	0.몸이 수평이 된채 올리고 내림 0.간편한 복장,눈가리개
III 의사소통 기술 증진 단계	의사가 전달과정에서 변질 체험	4	의사전달 놀이	0.각조 맨앞사람이 카드내용 전달 후 맨뒤사람이 발표 0.카드
	말의 반복을 통해 경청태도 기초 연습기회	5	앵무새 놀이	0.2인이 짝짓고 한분이 감정, 걱정,성격에관한 말하기 0.반복하기
	경청기술,말의 수용 및 이해로 요약능력 기름	6	경청실습	0.3인이 짝을 지워 2인은 논쟁하고 1인은 관찰자 0.역할 바꾸기
IV. 감정 표현 단계	자신의 장단점을 솔직히 표현하여 타인 행동 긍정적이해	7	나의 장단점 말하기	0.장단점 발표,느낌 주고 받기 0.타인행동 긍정적 이해 0.8절 모조지,필기도구, 테이프
	자신의 자유의사 발표 경험과 조리 있고 명확한 전달 능력	8	즉흥 연설하기	0.연설제목 선택하여 자유 의사 발표 0.연설제목 카드,연단,카드 답는 그릇
	특별 경험 즉흥적 소개,감정경험,표현기술 이해,공감	9	나의 특별한 경험	0.특별경험소개로 감정 경험 0.비밀사항은 발표 안해도됨 0.느낌발표
V.대인 관계 기술의 증진 단계	과거 결정을 탐색하여 인간관계의 형성, 성장발달에 중요성 인식	10	좋은 결정,나쁜결정	0.문제점 해결의 방식 습득 0.인간관계 중요 요인 인식 0.16절 갱지,필기도구
	집단의사 결정의 협력 과정 체험,인식	11	우주여행	0.집단의사 결정의 중요성 0.준비물(상황설명서의 7종)
	구성원 들의 인간성, 태도,장단점을 알고 자아,타아개념 인식	12	희망과 사랑의 선물 주기	0.프로그램 진행과정에서 나타난 자아,타아개념 인식 0.8절도화지,필기도구

Ⅲ 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 S고등학교 2학년 학생 24명(남)으로 했다. 이들의 표집방법은 2학년 동일학과(1,2반) 54명에 대해 자아개념과 대인관계 척도 검사를 실시하고 인간관계 증진을 위한 집단상담에 참여하고자 하는 희망자 35명 중에서 24명을 유의 표집하고, 이를 다시 2개의 소집단(12명씩)으로 연구자가 무작위로 배정한 후 상담집단과 비교집단으로 하였다. 상담집단은 본 연구의 목적 달성을 위하여 인간관계 증진을 위한 집단상담을 실시한 집단(특활부서:수련부)이며, 비교집단은 상담집단에 대한 비교집단으로 집단상담 프로그램 진행에 참여할 수 없었다.

집단상담 실시기간은 1993년 2학기 동안이었는데 그 구체적 일정은 다음과 같다.

- 1) 집단상담 희망자 모집 안내 광고 : 1993. 7. 1 - 7. 21.(21일간)
- 2) 오리엔테이션 : 1993. 7. 22. 16:00시
- 3) 검사의 실시

- 사전검사 : 1993. 9. 1(수)
- 사후검사 : 1993. 11. 24(수) 총 84일간의 기간을 통하여 실시하였다.

집단상담 실시하기 전에 두 집단간의 동질성 여부를 알아보기 위하여 자아개념 검사와 대인관계 척도 검사를 실시한 결과는 <표Ⅲ-1> <표Ⅲ-2>와 같다.

<표Ⅲ-1> 두 집단간의 자아개념 사전 검사 비교

집단별 검사 척도 하위 요소	상담 집단(N=12)		비교 집단(N=12)		t	유의도
	\bar{x}	SD	\bar{x}	SD		
자아평가	27.917	4.776	31.250	3.934	-1.87	NS
자아동일성	87.750	6.283	86.333	6.485	0.54	NS
자아수용	78.583	6.007	79.500	5.649	-0.39	NS
자아행동	80.250	7.238	84.333	5.499	-1.56	NS
신체적 자아	50.917	5.501	54.500	7.077	-1.38	NS
도덕적 자아	50.917	4.582	50.917	4.680	0.00	NS
성격적 자아	48.917	3.825	46.167	3.857	1.75	NS
가정적 자아	47.667	5.662	50.583	5.791	-1.25	NS
사회적 자아	48.167	4.387	47.667	4.075	0.29	NS
총자아 긍정점수	246.583	16.484	250.167	12.474	-0.60	NS

위의 <표Ⅲ-1>에서 보는 바와 같이 상담집단과 비교집단간 자아개념 사전검사에서 얻은 점수에 있어서 t 검중 결과는 통계적으로 유의한 차이가 없게 나타나고 있다

<표Ⅲ-2>는 상담집단과 비교집단간 대인관계 척도 사전 검사결과를 나타내고 있다.

대인관계 척도 사전검사에서도 만족감 등 7개 하위요인이 통계적으로 유의한

차이가 없게 나타나고 있다. 이러한 분석들을 종합해 볼 때 두 집단은 동질 집단임을 확인할 수 있다. 그러나 대인관계 척도의 만족감에서 상담집단($\bar{x}=16.167$, $SD=2.250$)보다 비교집단($\bar{x}=18.417$, $SD=2.065$)의 득점평균이 높게 나왔다. 이것은 상담집단 학생들이 주 1회 집단상담 활동을 학생 자신들의 자율 활동을 제한하는 것으로 알아 즐겁게 생각하지 않았다는 결과로 볼 수 있다.

<표Ⅲ-2> 두 집단간의 대인관계 척도 사전 검사 비교

대인관계 척도 하위요인	상담 집단(N=12)		비교집단(N=12)		t	유의도
	\bar{x}	SD	\bar{x}	SD		
만족감	16.167	2.250	18.417	2.065	-2.55	P<.05
의사소통	23.417	3.476	22.583	3.147	0.62	NS
신뢰감	15.333	2.146	13.833	2.290	1.66	NS
친근감	14.833	1.801	14.750	2.633	0.09	NS
민감성	12.333	1.557	12.667	2.146	-0.44	NS
개방성	17.167	1.697	16.417	3.175	0.72	NS
이해성	16.333	1.826	16.083	3.450	0.22	NS
전 체	115.583	10.077	114.750	11.046	0.19	NS

2. 실험도구

1) 훈련도구(부록1 프로그램 참조)

본 연구에서 사용한 훈련도구는 Guerney(1977)의 관계증진 훈련모형, 한국 교육개발원(1984)이 개발한 인간관계 개선 프로그램(윤점용 외, 1984)과 인간관계 수련활동(1993), 이재창(1992)의 인간관계 프로그램에서 인간관계 증진을 위한 집단상담 프로그램 관련 요소를 뽑아 구안하여 단계를 설정하였으며, 경험했던 내용과 문헌에서 200여 활동주제를 수집한 후 단계별 관련된 12주제를 구안, 선정하여 활용하였다.

인간관계 증진 프로그램을 구안하여 활용하고 싶었던 이유는 실업계 고등학교 지원하는 학생들이 감소추세와 기본적 생활습관이 정착되지 않아 인간관계 증진 경험학습을 통해 의사소통의 말하기,듣기,쓰기,읽기 등의 훈련과 사회성의 계발로 성취 동기와 자기 신뢰감,인간의 情意,감정,경험의 관계를 이해시키고 싶어서였다.

이 프로그램은 자기노출단계,신뢰로운 분위기 조성단계,의사소통 기술 증진단계,감정표현 단계,대인관계 기술의 증진단계로 구성되어 학교현장에서도 활용하기에 간편하다.

2)점사도구

(1) 자아개념 검사

본 연구에서 자아개념을 측정하기 위하여 Fitts가 제작한 "Tennessee self concept scale"을 鄭元植이 翻譯하여 우리 나라에 알맞게 표준화한 "자아개념 검사"척도를 사용하였다. 이 척도는 자기묘사에 해당되는 것을 점수화한 척도로서 성별,종교,교육정도,그리고 사회적 지위에 대하여 차이를 나타내지 않는다고 한다. 이 검사는 자아긍정 점수,자아 변산성 점수,타당성 척도 그리고 분포 점수로 구성되어 있다. 그 중에 9개의 자아긍정 점수가 본 연구의 주관심사인데 이것은 3개의 내적 하위척도로서 ① 자아의 존중의식 ② 자기만족 혹은 자아수용 ③ 자기행동경향이 있으며 5개의 외적 하위척도로서 ① 신체적 자아 ② 도덕적 자아 ③ 성격적 자아 ④ 가정적 자아 ⑤ 사회적 자아 등으로 구성되어 있다. 검사의 타당도는 원래의 타당도에 의거하였으며,하위 요인별 신뢰도는 S고등학교 2학년 54명 학생들이 2주 간격의 재검사 신뢰도로서 전 하위 요인이 .54(총자아변산성)이상이었다.

(2) 대인관계 척도

Schlein과 Guerney(1971)의 관계변화척도(Relationship change scale)를 우리실정에 맞게 이형득과 문선모가 翻譯한 인간관계 척도 25문항과 여기에 대인(교우)관계척도 15문항을 추가하여 총 40문항, 5품등 평정척도로 되어 있다. 구체적인 하위영역으로는 만족감(6문항), 의사소통(8문항), 신뢰감(5문항), 친근감(5문항), 민감성(4문항), 개방성(6문항), 이해성(6문항) 등으로 구성되었으며,척도

의 타당도는 Schlein 과 Guerney가 제작한 원래의 타당도에 의거하였으며, 6주간격을 두고 재검사 방법에 의한 신뢰도는 .61로서 충분하지는 않으나 그런 데로 신뢰할 만하다고 보겠다. 또한 채점방식도 5품등에 의해 1번에 1점, 5번에 5점으로 환산 처리하였다.

3. 실험절차

1) 실험설계

본 연구에서 사용된 실험 설계는 사전 - 사후 검사 비교집단 설계 (pretest-post test compared group design)이다. 투입 변인은 인간관계 증진을 위한 프로그램에 의한 집단상담이고, 반응변인은 자아개념 검사와 대인관계 척도 검사의 득점이다.

<표Ⅲ-3> 사전-사후 검사 비교집단 설계

집단별 구분	사전	투입변인	사후
상담집단(G_1)	0_1	인간관계 증진 프로그램 적용	0_3
비교집단(G_2)	0_2	.	0_4



2) 인간관계 증진을 위한 집단상담 프로그램의 적용

상담집단에 대하여 (부록1)과 같은 인간관계 증진 프로그램을 매주 수요일 상담실이나 야영장에서 12주 동안 실시하였다. 연구를 위한 상담집단은 폐쇄집단 형태로서 그 운영방식으로는 분산적 상담방법(weekly group)을 취하였다. 분산적 상담은 예비단계로서 1시간과 본 단계로서 1회부터 12회까지이며, 한 프로그램을 적용하는데 소요되는 시간은 45분 - 90분 정도였다. 프로그램의 진행 순서와 내용은 다음과 같이 5단계로 구성되었다.

- ① 목적의 제시 : 프로그램의 주제와 목적을 알린다.
- ② 유의사항 전달 : 진행절차와 유의사항을 알린다.
- ③ 활동 : 실제로 프로그램에 의한 집단상담을 실시한다.
- ④ 소감발표 : 이 프로그램을 적용하여 집단상담하는 가운데 느낀 바를 발표하도록 한다.

⑤ 정 리 : 이 시간의 활동 내용을 요약하고 정리한다.

3)인간관계 증진 프로그램 지도안과 관찰(교사) 및 소감(학생)기록

인간관계 증진 프로그램 지도안과 관찰 및 소감기록은 <부록 4>와 같다.

4. 자료 처리 방법

가설을 검증하기 위하여 두 집단간 집단상담 실시전과 실시후에 자아개념 검사 및 대인관계 척도검사를 하였으며 그 결과에서 얻은 점수를 가지고 평균과 표준편차를 산출하여 비교하고 t-검증을 통하여 두 집단간의 사전 - 사후 검사 점수의 차의 유의도를 알아보았다. 본 연구의 자료 처리 방법은 SPSS를 사용하여 통계적 분석을 하였다.

IV. 연구결과 및 논의

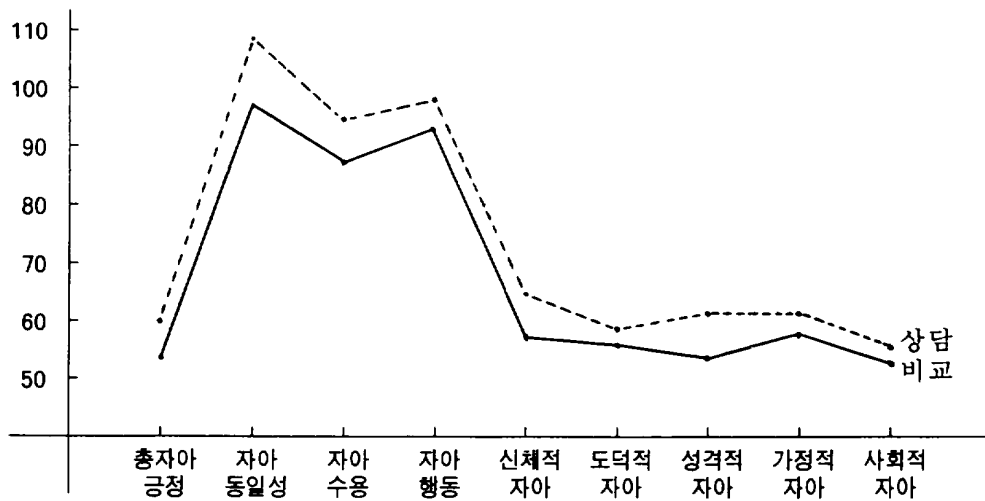
본 연구의 주요목적은 인간관계 증진을 위한 집단상담이 고등학생의 자아개념 및 대인관계에 미치는 영향이 어떻게 다른가를 상담집단과 비교집단간에 변화차를 검증하는 것이다. 본 절에서는 검증 결과를 해석하면서 가설을 검증하고자 한다.

<표IV-1>에서 상담집단과 비교집단간 자아개념 사후 검사 차의 검증 결과를 평균, 표준편차, t 검증으로 나타내고 있다. 자아개념 검사를 대표하며 개인의 전체적인 자기존중감을 나타내는 총자아 긍정점수가 유의한 차($t=2.355$ $P<0.05$)가 있는 것으로 나타나서 상담집단이 비교집단보다 자아개념 평균득점이 높다고 해석 할 수 있다. 이 결과로 “가설 1 : 일정기간 인간관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의 자아개념 평균득점은 비교집단 학생들의 평균득점 보다 높을 것이다”는 가설은 수용되었으며, 집단상담은 효과적이었다고 볼 수 있다. 그러나 자아개념에서 내적 자아 준거 체제인 자아행동과 외적자아 준거 체제인 신체적 자아, 도덕적 자아, 가정적 자아, 사회적 자아에서 유의한 차를 발견 할 수 없었다. 이것은 기본생활 습관 미숙에서 오는 행동방식,신체에 대한 견해,도덕적 준거,인간적 가치를 학습한다는 것이 어렵다는 것과 열성적인 담임 교사는 심성수련 프로그램을 학습화하므로 비교집단 학생도 자아개념의 향상에 도움을 줄 수 있다. 집단상담이 종료된 후 두 집단간의 자아개념 사후검사 결과 득점의 변화를 그래프로 나타내 보면 <그림IV-1>과 같다.

<표 IV-1> 자아개념 사후검사 차의 검증결과

집단별 검사 척도 하위 요소	상담 집단(N=12)		비교 집단(N=12)		t	유의도
	\bar{x}	SD	\bar{x}	SD		
자아평가	33.583	5.089	33.083	3.825	0.27	NS
자아동일성	108.500	11.342	98.500	7.000	2.60	P<.05
자아수용	95.417	10.149	88.250	4.975	2.20	P<.05
자아행동	97.000	8.934	93.917	5.054	1.04	NS
신체적 자아	61.917	6.640	58.500	6.762	1.25	NS
도덕적 자아	57.417	13.365	56.167	4.130	0.31	NS
성격적 자아	61.167	6.926	53.167	4.509	3.35	P<.05
가정적 자아	61.333	7.878	58.333	6.301	1.03	NS
사회적 자아	56.833	7.322	54.500	4.661	0.93	NS
총자아 긍정점수	300.917 (60.183)	26.596	280.667 (56.133)	13.594	2.355	P<.05

<그림 IV-1> 두 집단간의 자아개념 하위요인 별 사후검사 변화 그래프



<표 IV-2>비교집단의 자아개념 사전-사후검사 차의 검증 결과

검사별 검사 척도	사전검사(N=12)		사후 검사(N=12)		t	유의도
	\bar{x}	SD	\bar{x}	SD		
하위요소						
자아평가	31.250	3.934	33.083	3.825	-1.16	NS
자아동일성	86.333	6.485	98.500	7.000	-4.42	P<.05
자아수용	79.500	5.649	88.250	4.975	-4.03	P<.05
자아행동	84.333	5.499	93.917	5.054	-4.44	P<.05
신체적 자아	54.500	7.077	58.500	6.762	-1.42	NS
도덕적 자아	50.917	4.680	56.167	4.130	-2.91	P<.05
성격적 자아	46.167	3.857	53.167	4.509	-4.09	P<.05
가정적 자아	50.583	5.791	58.333	6.301	-3.14	P<.05
사회적 자아	47.667	4.075	54.500	4.661	-3.82	P<.05
총자아 긍정점수	250.167	12.474	280.667	13.594	-5.73	P<.05

<표 IV-2>에서 비교집단의 자아개념 사전-사후검사 차의 검증 결과를 보면 자아평가와 신체적 자아를 제외한 모든 하위요소와 총자아 긍정점수의 향상은 비상담집단이라도 담임교사의 심성에 관한 지도성과 교우관계가 긍정적으로 변화됨을 알 수 있다. 그러나 본 연구의 취지로 보아 비교집단의 통계에 교육상 어려움도 있음을 알려주고 있다.

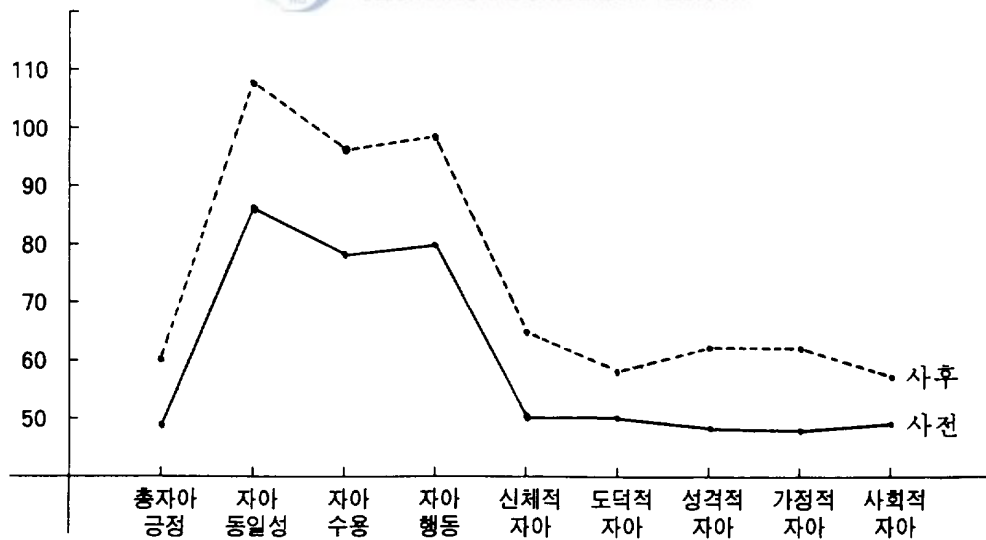
상담집단이 집단상담에 참가하기 전과 후의 자아개념 변화를 알아보기 위하여 집단상담 실시전과 실시 후에 자아개념 검사를 실시하였던 바 사전-사후 검사의 평균치, 표준편차 및 t 검증의 결과는 <표IV-3>과 같다. 총자아긍정점수는 집단상담 실시 전(\bar{x} =246.583, SD=16.484)에 비하여 실시 후(\bar{x} =300.917, SD=26.596)에 통계적으로 유의한 正的 변화를 보여 주었다(t =-6.92, p <.05). 내적 자아 준거인 자아동일성, 자아수용, 자아행동과 외적자아 준거에서 도덕적 자아를 제외한 신체적 자아, 성격적 자아, 가정적 자아, 사회적자아들도 正的 변화를 주었다(p <.05). 이 결과로 “가설2: 일정기간 인간관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의 자아개념 검사에 있어서 사전검사와 사후검사 간에는 차이가 있을 것이다”는 가설은 수용되었으며, 집단상담은 효과적이었다고 볼 수 있다.

상담집단의 집단상담 사전-사후 자아개념 검사결과 득점의 변화를 그래프로 나타내 보면 <그림Ⅳ-2>와 같다.

<표 Ⅳ-3> 상담 집단의 자아개념 사전-사후검사 차의 검증결과

검사별 검사 척도 하위 요소	사전 검사(N=12)		사후 검사(N=12)		t	유의도
	\bar{x}	SD	\bar{x}	SD		
자아평가	27.917	4.776	33.583	5.089	-2.81	P<.05
자아동일성	87.750	6.283	108.500	11.342	-5.54	P<.05
자아수용	78.583	6.007	95.417	10.149	-4.94	P<.05
자아행동	80.250	7.238	97.000	8.934	-5.05	P<.05
신체적 자아	50.917	5.501	61.917	6.640	-4.42	P<.05
도덕적 자아	50.917	4.582	57.417	13.365	-1.59	NS
성격적 자아	48.917	3.825	61.167	6.926	-5.36	P<.05
가정적 자아	47.667	5.662	61.333	7.878	-4.88	P<.05
사회적 자아	48.167	4.387	56.833	7.322	-3.52	P<.05
총자아 긍정점수	246.583 (49.317)	16.484	300.917 (60.183)	26.596	-6.02	P<.05

<그림Ⅳ-2> 상담집단의 자아개념 하위요인 별 사전-사후검사 변화 그래프



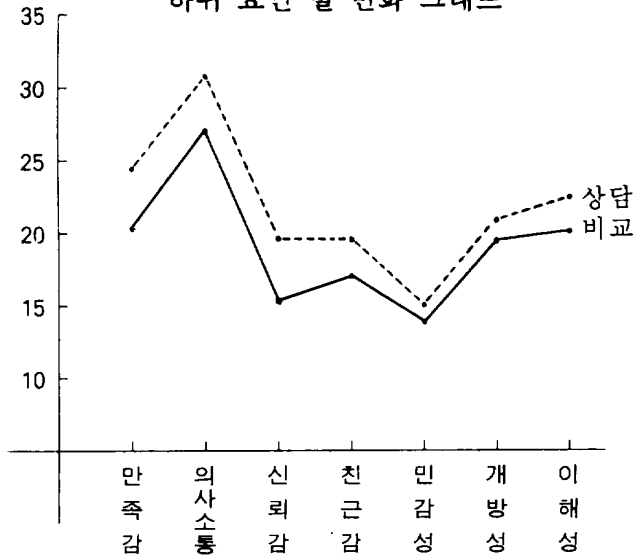
<표 IV-4> 두 집단간의 대인관계 척도 사후검사 차의 검증 결과

대인관계 척도 하위요인	상담 집단(N=12)		비교집단(N=12)		t	유의도
	\bar{x}	SD	\bar{x}	SD		
만족감	24.000	1.651	20.750	2.050	4.28	P<0.05
의사소통	31.000	2.892	27.333	3.200	2.94	P<0.05
신뢰감	19.083	2.275	16.750	1.603	2.90	P<0.05
친근감	19.417	1.165	17.750	2.137	2.37	P<0.05
민감성	15.083	.900	14.250	1.288	1.84	NS
개방성	21.917	1.929	19.583	3.288	2.12	P<0.05
이해성	22.667	1.923	20.000	2.954	2.62	P<0.05
전 체	153.167 (21.881)	8.043	136.417 (19.488)	10.630	4.35	P<0.05

집단상담에 참가하기 전과 후의 대인관계의 변화를 알아보기 위하여 집단상담 실시전과 후에 대인관계척도를 실시하였던 바 사후검사의 평균치, 표준편차, 및 t 검증의 결과를 상담집단과 비교집단 별로 제시하면 <표 IV-4>와 같다. 전반적인 대인 관계 척도 점수는 상담집단 ($\bar{x}=153.167$, $SD=8.043$)과 비교집단($\bar{x}=136.417$, $SD=10.630$)간에 통계적으로 유의한 正的 변화를 보여 주었다 ($t=4.35$, $p<.05$). 대인관계 척도의 하위 영역별로 보면 민감성을 제외한 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 개방성, 이해성에서 통계적으로 유의한 변화 ($p<.05$)를 보여 상담집단이 비교집단 보다 대인관계 척도 득점의 향상은 집단상담 결과로 해석된다. 민감성에서 비교집단 학생들이 차이가 없는 것은 교사와 교우간 交互作用으로 나타난 교육적 효과로 볼 수 있다. 이 결과로 “가설3 : 일정기간 인간관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의 대인관계 평균 득점은 비교집단 학생들의 평균 득점보다 높을 것이다”는 가설은 수용되었으며, 집단상담은 효과적이었다고 볼 수 있다.

집단상담 종료 후 대인관계 척도 검사 결과 득점으로 상담집단과 비교집단 간 변화를 그래프로 나타내 보면 <그림 IV-3>과 같다.

<그림 IV-3> 두 집단간 대인관계 척도 사후검사 하위 요인 별 변화 그래프



<표 IV-5>에서 비교 집단의 대인 관계 척도 사전-사후검사 차의 검증결과를 보면 7개의 전 하위요인이 유의한 차가 있음을 보여주고 있다($p < .05$). 이것은 비상담 집단이라도 담임교사의 생활 지도와 연관된 프로그램 지도와 교우들과의 대인관계, 교육적 효과 등으로 향상됨을 알 수 있다. 그러나 자아개념과 마찬가지로 비교집단의 통계에 교육상 어려움을 알려주고 있다.

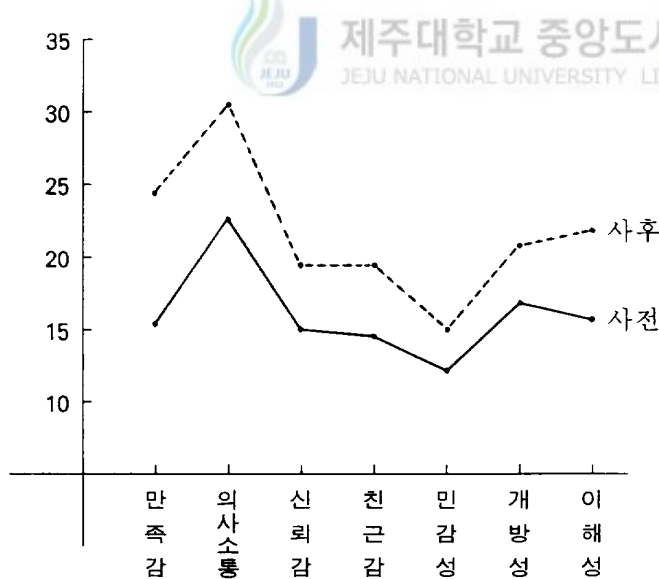
<표 IV-5> 비교집단의 대인관계 척도 사전-사후검사 차의 검증 결과

대인관계 척도 하위요인	사전 검사(N=12)		사후 검사(N=12)		t	유의도
	\bar{x}	SD	\bar{x}	SD		
만족감	18.417	2.065	20.750	2.050	-2.78	$P < .05$
의사소통	22.583	3.147	27.333	3.200	-3.67	$P < .05$
신뢰감	13.833	2.290	16.750	1.603	-3.62	$P < .05$
친근감	14.750	2.633	17.750	2.137	-3.06	$P < .05$
민감성	12.667	2.146	14.250	1.288	-2.19	$P < .05$
개방성	16.417	3.175	19.583	3.288	-2.40	$P < .05$
이해성	16.083	3.450	20.000	2.954	-2.99	$P < .05$
전 체	114.750	11.046	136.417	10.630	-4.90	$P < .05$

<표 IV-6> 상담집단의 대인관계 척도 사전-사후검사 차의 검증 결과

대인관계 척도 하위요인	사전 검사(N=12)		사후 검사(N=12)		t	유의도
	\bar{x}	SD	\bar{x}	SD		
만족감	16.167	2.250	24.000	1.651	-9.72	P<.05
의사소통	23.417	3.476	31.000	2.892	-5.81	P<.05
신뢰감	15.333	2.146	19.083	2.275	-4.15	P<.05
친근감	14.833	1.801	19.417	1.165	-7.40	P<.05
민감성	12.333	1.557	15.083	.900	-5.30	P<.05
개방성	17.167	1.697	21.917	1.929	-6.41	P<.05
이해성	16.333	1.826	22.667	1.923	-8.27	P<.05
전 체	115.583 (16.512)	10.077	153.167 (21.881)	8.043	-10.10	P<.05

<그림 IV-4> 상담집단의 대인관계 척도 하위요인 별 변화 그래프



<표 IV-6>에서 상담 집단의 대인 관계 척도 사전-사후검사 차의 검증 결과를 보면 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 민감성, 개방성, 이해성 등 전 하위 요인이 유의한 변화가 있음을 알 수 있다(p<.05). 전체 평균으로 보면 사전검사(115.583)와 사후검사(153.167)의 득점의 차는 37.58점 정도이다. 본 집단상담을 통해 상담집단은 자신에 대한 긍정, 발표력과 표현력 향상, 신뢰와 친근감, 자신감과 타인에게 관심을 가질

수 있게 되었다라고 말할 수 있다고 본다. 이 결과로 “가설4: 일정기간 인간관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의 대인관계 척도에 있어서 사전검사와 사후검사의 득점간에는 차이가 있을 것이다”는 가설은 수용되었으며 집단상담은 효과적이었다고 볼 수 있다.

상담집단의 집단상담 사전-사후 대인관계 척도 검사 결과 득점의 변화를 그래프로 나타내 보면 <그림Ⅳ-4>와 같다.

1. 자아개념의 검사 결과

“인간관계 증진을 위한 집단상담이 고등학생의 자아개념에 긍정적인 효과가 미칠 것인가?”라는 연구문제를 가지고 이를 검증하기 위하여 가설을 설정하였다.

‘가설 1’을 검증하기 위하여 두 집단간의 자아개념 검사를 실시한 결과는 <표Ⅳ-1>과 같다. 상담집단과 비교집단 간의 자아개념 사후검사 검증 결과는 자아개념을 대표하고 개인의 전체적인 자기존중감을 나타내는 총자아 긍정점수가 유의한 차가 있는 것으로 나타나서($t=2.355, p<.05$), 상담집단이 비교집단 보다 자아개념 평균득점이 높다고 해석 할 수 있다. 그리고 <그림Ⅳ-1>에서 두 집단간 총 자아긍정점수를 비롯한 전 하위요소가 비교집단보다 상담집단이 향상됐음을 그래프로 나타내고 있다.

‘가설 2’를 검증한 결과는 <표Ⅳ-3>과 같다. 상담집단의 자아개념 사전-사후 검사 검증 결과 총자아 긍정점수는 집단상담 실시 전($\bar{x}=246.583(49.317)$, $SD=16.484$)에 비하여 실시 후($\bar{x}=300.917(60.183)$, $SD=16.484$) 통계적으로 상당한 향상을 보여 주었으며($t=-6.02, p<.05$), 도덕적 자아를 제외한 자아 동일성, 자아 수용, 자아 행동, 신체적 자아, 성격적 자아, 가정적 자아, 사회적 자아 등 하위요인도 正的 변화를 주었다($p<.05$). 그리고 <그림Ⅳ-2>에서 자아개념 하위요인 전체가 향상된 것을 보여주고 있으며, 유의한 차가 없다고 나타낸 도덕적 자아도 크게 향상 됐음을 보여주고 있다(+7).

2.대인관계 척도 검사 결과

“인간관계 증진을 위한 집단상담이 고등학생의 대인관계 증진에 효과가 있을 것인가?”라는 연구문제를 가지고 이를 검증하기 위하여 가설을 설정하였다. 상담집단과 비교집단 간의 대인관계 척도 사후검사 검증결과는 민감성을 제외한 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 개방성, 이해성 등 하위요인이 유의한 변화($p < .05$)를 보여, 척도의 전체적인 점수는 상담집단($\bar{x}=153.167(21.881)$, $SD=8.043$)이 비교집단($\bar{x}=136.417(19.488)$, $SD=10.630$)보다 매우 향상되었다고 해석할 수 있다. 그리고 <그림 IV-3>에서 두 집단간의 전 하위요소에서 상담집단이 향상됨을 그래프로 나타내고 있다. ‘가설4’를 검증한 결과는 <표 IV-6>과 같다. 상담집단의 대인관계 척도 사전-사후 검증결과 전체 하위요소로 보면 사전검사($\bar{x}=115.583(16.512)$, $SD=10.077$)와 사후검사($\bar{x}=153.167(21.881)$, $SD=8.043$)의 득점의 차(+37.58 : 평균5)가 크게 나타나 대인관계 하위요인 전체가 유의한 변화 즉 집단상담 결과에 의한 향상을 수용하고 있다($p < .05$). <그림 IV-4>에서 보면 대인관계 전 하위요인이 향상됨을 나타내고 있다. 이렇게 “집단과 개인의 관계는 상호 의존적이며 어느 하나의 변화는 다른 하나의 변화를 야기시켜 서로 계속적으로 변화하는 力動的인 관계를 갖고 있다”는 연구(박용현, 1976)에 접근하고 있다.

3. 집단 상담과정에 대한 내용분석

본 인간관계형성 집단상담에 참여한 경험을 통하여 어떤 도움을 받게 되었는지에 대하여 자유반응케 하여 얻은 자기 보고서의 내용을 대인관계 척도의 7개 하위 영역별로 분류하여 정리하면 <표 IV-7>과 같다. 그리고 상담경험보고서를 긍정적, 부정적 반응으로 구분하여 인간행동 변화, 정서, 자기수용, 자기이해, 인간관계면으로 분석한 것은 <표 IV-8>과 같다.

<표IV-7> 집단 상담결과 도움 받은 내용

대인관계 척도	반 응 내 용
만 족 감	<ul style="list-style-type: none"> ○ 인간으로서 나 자신을 즐겁게 생각하게 되었다. ○ 자신에 대해 긍정적 생각을 가지게 되어 생활에 좀더 즐거움을 찾게 되었다.
의 사 소 통	<ul style="list-style-type: none"> ○ 발표력과 표현력이 향상된 것 같다. ○ 친구와의 의견 차이를 효과적으로 다룰 수 있었다. ○ 자신의 의견을 주장만 하기보다는 상대방의 의견을 듣게 되었다. ○ 다른 사람 앞에서 말할 적에 덜 불안하고 편안 하였다. ○ 남들이 나의 말을 전보다 쉽게 이해 하는것 같았다.
신뢰감	<ul style="list-style-type: none"> ○ 신뢰감은 우리 모두에게 있어야 할 조건이라 생각했다.
친근감	<ul style="list-style-type: none"> ○ 모임의 참여자들과 다소 친밀하게 되었다.
민감성	<ul style="list-style-type: none"> ○ 친구들과 다투는 일은 나에게 잘못도 있다는 것을 느꼈다. ○ 다른 사람의 생각을 다소 깨닫게 되었다. ○ 상대방의 성격을 파악 하는데 다소 도움이 되었다. ○ 자신의 말하는 버릇을 깨닫고서 고칠려고 노력하게 되었다.
개방성	<ul style="list-style-type: none"> ○ 모든 일에 자신감을 가지고 적극적으로 임할 수 있게된 것 같다. ○ 어떤 모임에도 적극적으로 참여할 수 있었다.
이해성	<ul style="list-style-type: none"> ○ 친구에게 양보를 하면 친해지는 것을 알았다. ○ 다른 사람에게 더욱 관심을 가지게 되었다. ○ 다른 사람의 의견을 더욱 이해하게 되었다. ○ 나의 생각과 다른 사람의 생각과의 차이를 이해하게 되었다. ○ 상대방의 좋은 점을 발견하도록 노력하게 되었다.

<표 IV-8> 긍정적·부정적 경험 보고서 내용

항 목	반 응 내 용
인간 행동의 변화	<ul style="list-style-type: none"> ○ 직접 발표를 해보니 상상력이 많이 길러 졌다. ○ 내가 종종 거짓말을 하는데 고쳐야 되겠다는 마음을 먹었다. ○ 내가 덤벼드는 단점이 고쳐지고 있으며 발표시 어색함이 없어졌다.
긍정적	<ul style="list-style-type: none"> ○ 나쁜점에 대한 충고를 받는 것이 어려움을 알았다. ○ 꾸중하시는 부모님의 입장을 이해 할 수 있었다. ○ 처음 발표 때는 거짓말도 했지만 솔직한 것이 더 좋다는 것을 알았다.
자기 수용	<ul style="list-style-type: none"> ○ 내 마음이 좁고 내가 다른 사람을 이해하는 생각이 적음을 알았다. ○ 내가 말이 빠르고 성질이 급하다는 것을 알게되고 고쳐야 되겠다고 마음 먹었다. ○ 나의 단점을 듣고 마음이 아프지 않았다.
타인 이해	<ul style="list-style-type: none"> ○ 나 자신이 얼마나 이기주의적인 인간이라는 것을 느꼈다. ○ 나의 장점과 단점을 알게 되고 친구의 장점을 배우고 싶어 졌다. ○ 내가 내자신을 보는 것과 친구가 보아준 나와 차이가 있었다.
인간 관계	<ul style="list-style-type: none"> ○ 사람을 믿는다는 것이 소중함을 알았다. ○ 짐작이나 추측으로 대화를 하면 오해할 수 있음을 알았다. ○ 기쁨이나 슬픔의 대부분이 인간관계에 있다는 것을 발견하였다. ○ 주위의 모든 것이 친구가 될 수 있다는 것을 깨달았다.
부정적인 반응	<ul style="list-style-type: none"> ○ 내 자신에 대해서 발표하니 긴장이 되었다. ○ 타인 앞에서 내 자신의 잘못된 점을 알리는 것이 두려웠다. ○ 내 차례가 오니까 떨리고 고통스러운 생각이 났다. ○ 가끔 열등감과 불안감이 생겼다. ○ 놀이 중심의 게임(동작활동)프로그램이 더 많이 있었으면 좋다. ○ 돕는이의 설명이 너무 장황한 것 같았다. ○ 시간이 한정되어 내자신을 완전히 이해하기 어려웠다.
분석결과	<p>분석해 본 결과 자기성찰, 타인이해, 자기이해, 자기수용, 자기개방 등으로 인간관계에 대한 적응력이 긍정적으로 나타났으며, 부정적 반응은 대체로 진행상의 문제점에 관한 것이 많았다.</p>

4. 논 의

본 연구는 인간관계 증진을 위한 집단상담이 자아개념 및 대인관계 증진에 효과가 있는지의 여부를 밝히고자 하는 점에서 선행연구와 관련된 일반적인 경향을 추론하는데는 약점이 있다고 볼 수 있다. 그것은 연구의 대상이 소수이고 집단을 효율적으로 촉진시키는 집단 지도자로서의 전문성이 부족하다는 점이다. 상담집단에 대하여 매주 1회 45 - 90분씩 총 12주 동안 인간관계 증진을 위한 집단상담을 실시한 결과를 고찰해 보면 다음과 같다.

첫째, “인간관계 증진을 위한 집단상담이 고등학생의 자아개념에 긍정적인 효과를 미칠 것인가?” 라는 연구문제를 갖고, ‘가설 1’에서 상담집단과 비교집단간의 자아개념 사후검사 검증결과에서 총자아 긍정점수에서 상담집단이 비교집단 보다 <그림Ⅳ-1>과같이 상향적으로 변화되어 통계적으로 유의한 차가 있음을 나타내고 있다($p < .05$). 그러나 자아행동 의 3요소는 통계적으로는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났으나 비교집단 보다 상담집단의 득점 향상은 있었다.

‘가설2’에서 상담집단의 자아개념 사전-사후검증 결과에서 총자아 긍정점수는 집단상담 실시전에 비하여 통계적으로 유의한 차가 있음을 나타내었다. 즉, 도덕적 자아를 제외한 모든 하위요인이 正的인 변화를 주었다($p < .05$). 그리고 <그림Ⅳ-2>에서 보면 상담집단이 비교집단 보다 상향적인 변화를 하여 통계적으로 유의한 변화를 나타내고 있다($p < .05$).

둘째, “인간관계 증진을 위한 집단상담이 고등학생의 대인관계 증진에 효과가 있을 것인가?”라는 연구문제를 갖고 ‘가설3’에서 상담집단과 비교집단간의 대인관계 척도 사후 검사 결과에서 민감성을 제외한 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 개방성, 이해성 등 하위요인이 유의한 변화를 보여 상담집단이 비교집단 보다 득점이 향상되어 집단상담에 의한 대인관계 증진에 효과가 있었다고 볼 수 있다. 그리고 <그림Ⅳ-3>에서 두 집단간의 대인관계 척도 전 하위요소가 상담집단이 비교집단 보다 향상 됐음을 그래프로 나타내고 있다.

‘가설4’에서 상담집단의 대인관계 척도 사전-사후 검증결과 전체 하위요소로 보면 상담집단의 사후 득점이 유의한 변화가 있음을 보여 주고 있다($p < .05$). 그리고 <그림Ⅳ-4>에서 대인관계 전 하위요인이 향상됐음을 나타내고 있다.

이러한 연구결과는 ‘T-Group 중심 실험실법’ 연구에서 집단상담이 진정한 자기 이미지(image)를 세우고, 자기와 타인과의 상호관계, 의사소통의 이해 등을 학습한다”는 견해와도 접근하고 있다. 그리고 중학생을 대상으로 한 집단상담 결과 중학생의 심성계발에 효과적이었다는 김여옥(1973), 대학생들 대상으로 한

자기표현 훈련이 자아개념의 긍정적 변화에 효과가 있었다는 홍경자,노안녕(1984)의 연구와도 비슷한 결과를 나타내고 있다. Felker & Stanwyck(1971)도 긍정적인 자기언어와 자아개념은 서로 관계가 있다는 연구 결과를 발표하여, 자아개념은 자기 및 타인 수용과도 관계가 있는 것으로 나타나고 있다. 그러나 Hartman(1979)은 소집단 훈련의 효과를 부정적으로 보고 긍정적인 효과는 훈련 자체에 의한 것보다 기대감 같은 외적 요인에 의하여 나타날 수도 있다고 하였다. 그러나 국내의 연구, 즉 이형득(1983), 김여옥(1983), 임성모(1983) 등의 연구 결과는 소집단 경험이 효과가 있음을 발표함으로써 집단경험의 가치가 더욱 고조되고 있다.

그러나 본 연구의 결과를 보면 집단상담에 의한 효과는 외적요인에 의한 효과를 상쇄하더라도 자아개념이나 대인관계에서 긍정적 변화에 큰 영향을 주고 있다는 것을 확인 할 수 있다. 특히 고등학생들은 다른 연령층보다도 집단지향성이 높고 성인보다 동료 즉 교우들에 의하여 더 쉽게 영향을 받을 특성이 있으므로 집단상담을 통한 학습방법이 매우 효과적일 것으로 본다. 또한 본연구의 진행과정에서 작성된 관찰(소감)기록표나 자기 보고서의 내용에도 '학생들은 마음을 개방하여 타인을 수용 할 줄 알며, 긍정적인 시각을 발견하였다.'라고 표현하고 있다. Bebout & Gorden(1972)의 4년간에 걸친 개인 및 대인관계면의 성장을 위한 참 만남 집단들이 집중적 연구 후의 보고내용 "자존감의 증가, 자아개념이 상당히 긍정적 방향으로의 변화 대인간의 가치관이 보다 현실적이 되고 상호 支持的이 된다"와 일치하며, 김선남(1981)의 'T-집단이 중학생의 긍정적 자아개념 형성에 효과를 준다'는 것과도 일치하고 있다. Gibb(1974)는 소집단 경험에 관한 연구물 336편을 개관한 결과 300편 이상이 긍정적으로 보고하였으며, 효과가 있었던 변인은 공감, 내적 통제, 현실자아와 이상자아의 일치정도, 대인간 감수성, 문제해결 기술, 표현력, 신뢰감, 자발성 등이며, 불안감, 편견, 소외감 등은 감소되는 효과를 나타냈다. 그리고 집단상담을 통한 경험학습은 ① 학습자의 認知構造가 변하고 ② 태도가 수정되며 ③ 行動技術이 확장된다는 연구와도 상통하고 있다(Johnson & Johnson, 1982).

본 연구의 과정에서 도출된 개선점을 요약해 보면 다음과 같다. 본 연구자의 능력범위와 상담집단의 시간적 제약으로 인하여 깊이 있게 내용을 다루지 못한 과정이 있었다. 오후보다는 오전에 집단상담을 할 수 있다면 효과가 더 클 것이다. 그리고 검사결과에서 나타난 개인들의 변화가 구성원들의 어떠한 요인에 의해서 그러한 현상이 일어났는지 그 원인을 밝히는 연구가 요망된다. 이상과 같은 개선점이 있음에도 불구하고 본 연구의 의의는 다음과 같은 점에서 찾을

수 있다.

즉, 인간관계 증진을 위한 집단상담이 자아개념 및 대인관계를 증진 시킬 수 있다는 것이다. 이와 같은 사실은 일선학교에서 직접 학생지도를 하는 교사들에게 유의한 시사점이 될 것이며 학생지도에 보다 알맞게 적용 될 수 있는 좀더 세련된 조직적인 활동이 많이 개발되어야 할 것을 시사하고 있다.

V. 요약 및 결론

1. 요약

본 연구는 인간관계 개선 프로그램들을 토대로 하여 인간관계 증진을 위한 집단상담 프로그램을 구안하여 실제로 적용시켜 보고, 그 적절성과 효율성을 확인하는데 의의가 있다.

특히 집단상담을 통하여 개인의 자아개념과 대인관계능력을 증진시키는데 주안점을 두고 있는 본 연구는 조작적 행동특성들을 실천적 행동 특성들로 대체하는 학습과정에 중점을 두기 때문에 구조적으로 짜여진 내용에 의해서 집단이 운영되며, 구체적인 목표는 S고등학생을 대상으로 인간관계 증진을 위한 집단상담이 자아개념 및 대인관계에 미치는 효과를 알아보기 위함이었다.

이와 같은 목적을 달성하기 위하여 인간관계 증진을 위한 집단상담 프로그램 (5단계 12활동주제)을 구안하고, 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 1 : 일정기간 인간관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의 자아개념 평균 득점은 비교집단 학생들의 평균득점 보다 높을 것이다.

가설 2: 일정기간 인간관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의 자아개념 검사에 있어서 사전검사와 사후검사의 득점간에는 차이가 있을 것이다.

가설 3: 일정기간 인간관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의 대인관계 척도 평균득점은 비교집단 학생들의 평균 득점보다 높을 것이다.

가설 4: 일정기간 인간관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의 대인관계 척도에 있어서 사전검사와 사후검사의 득점간에는 차이가 있을 것이다.

본 연구의 피험자는 제주도내 S고등학교 2학년 남학생 24명을 상담 집단 12명과 비교 집단 12명으로 무선 배치하며 집단상담을 실시하였다. 사용한 프로그램은 Guerney(1977)의 관계증진 훈련 모형과 한국 청소년 개발원(1993)에서

발간한 “인간관계 수련활동”, 이재창(1992)의 “인간관계 프로그램”, 윤점용(1986)의 “인간관계 개선 프로그램”을 참고로 하여 ① 자기 노출단계(제1단계) ② 신뢰로운 분위기 조성단계(제2단계) ③ 의사소통 기술 증진 단계(제3단계) ④ 감정표현 단계(제4단계) ⑤ 대인관계 기술의 증진단계(제5단계) 등과 같이 5단계의 프로그램 단계를 구안하고, 활동주제는 대학에서 발행하는 연구지와 일반프로그램 문헌에서 200여 활동주제를 수집한 후 단계별로 관련된 12주제를 뽑아 적용하였다. 실험절차는 상담집단에 한 해 매주 수요일 1회 45-90분씩 12주 동안 집단상담을 실시하였다.

측정도구는 정원식이 번안하여 우리 나라에 알맞게 표준화 한 “자아개념 검사”척도와 이형득과 문선모가 번안한 “인간관계 척도” 25문항과 대인관계(교우)와 연관된 15문항을 추가하여 대인관계 척도 40문항을 제작하고 5품등 평가 척도로 조사하였다.

자아개념 검사 및 대인관계 척도검사는 집단 내 사전-사후검사, 상담집단과 비교집단간 사전-사후검사에 대해 평균과 표준편차를 산출하고 t검증을 통하여 자아개념 및 대인관계 척도 수준을 차의 유의도로 나타냈으며, 모든 처리과정은 SPSS로 전산처리하였다.

< 검증 결과 >

‘가설 1’과 관련하여 상담집단과 비교집단간 자아개념 사후검사 차의 검증 결과는 자아개념을 대표하는 총자아 긍정점수가 유의한 차가 있는 것으로 나타나서($p < .05$), 상담집단(300.917, 평균 60.183)이 비교집단(280.667, 평균 56.113)보다 자아개념 평균득점이 높다고 할 수 있다.

‘가설 2’와 관련하여 상담집단이 집단상담에 참가하기 전과 후의 자아개념검사 결과는 자아개념을 대표하는 총자아 긍정점수가 유의한 차를 보여 주었고($p < .05$), 집단상담은 효과적이었다고 볼 수 있다.(사전검사 평균=49.317, 사후검사 평균=60.183)

‘가설 3’과 관련하여 두 집단간의 대인관계 척도 사후검사 차의 검증결과는 민감성을 제외한 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 개방성, 이해성에서 통계적으로 유의한 차를 보여($p < .05$) 상담집단(평균=22.881)이 비교집단(평균=19.488)보다 평균득점이 높았으며 집단상담은 효과적이었다고 할 수 있다.

'가설 4'와 관련하여 상담집단의 대인관계 척도 사전-사후검사 차의 검증결과는 전 하위요인이 유의한 변화를 하였으며($p < .05$), 전체 평균으로 보면 사전검사(115.583, 평균 16.512)와 사후검사(153.167, 평균 21.881)의 득점의 차는 37.58(평균=5.369)이었다.

그러므로 "인간관계 증진을 위한 집단상담이 자아개념을 향상시킬 뿐만 아니라 대인관계도 증진시킨다"는 결과를 얻었다.

2. 결론

본 연구에서 얻어진 연구의 결과를 중심으로 해서 다음과 같은 결론을 얻었다
1) 일정기간 인간 관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의 자아개념 평균득점은 비교집단 학생들의 평균 득점보다 높았다.

2) 일정기간 인간관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의 사전-사후 자아개념검사 간에는 차이가 있으며, 매우 긍정적인 효과가 있었다.

3) 일정기간 인간관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의 대인관계 평균 득점은 비교집단 학생들의 평균득점 보다 높았다.

4) 일정기간 인간관계 증진을 위한 집단상담을 경험한 학생들의 사전-사후 대인관계 척도 검사간에는 차이가 있었으며, 대인관계 증진에 효과가 있었다.

이상의 고찰을 통하여 볼 때 인간관계 증진을 위한 집단 상담은 긍정적인 자아개념 및 대인관계 증진에 효과가 있다는 것을 알 수 있다.

그리고 제언하고자 하는 것은 첫째, 집단 상담과정에서 자아개념을 향상시키려면 인간관계 증진 프로그램에 자아개념 증진 프로그램을 많이 삽입하여 적용함이 보다 효과적일 것이다.

둘째, 앞으로 학교 현장의 과제로 학급단위(40 - 50명)의 학생들에게 적용할 수 있는 집단 상담 프로그램을 개발할 필요가 있다.

셋째, 정의적 교육을 향상시키기 위한 자아개념과 태도, 프로그램에 관련되는 변인들과 집단 역동성을 고려한 프로그램의 구안과 활용을 면밀히 검토할 필요가 있다.

넷째, 본 연구에서는 분산적 집단상담, 사전 - 사후검사, 고등학교 남학생에게 실시하였으나 앞으로 집중적 집단상담, 추후검사, 고등학교 남. 여학생에게 적용하여 효과적인 방법을 찾는 데 후속 연구가 필요하다.



제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

참 고 문 헌

- 강순성 외(1985), “교수-학생의 인간관계 정립에 관한 연구” 제주대학교 학생 생활연구소. 4.
- 고광민(1986), 감수성 훈련 프로그램이 자아각성에 미치는 영향, 전라남도 교육 연구원.
- 건국대학교 출판부(1991), 심리학의 이해.
- 高明奎(1991), SKINNER와 ROGERS의 相談理論分析을 통한 折衷的 相談模型 探索. 忠南 大學校 大學院 博士學位論文.
- 고성의(1987), 집단경험학습이 자아개념 발달에 미치는 영향. 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 高永復(1980), 組織속의 人間, 서울:태극출판사.
- 구본용(1986), “우리나라 대학에서의 집단상담의 활용현황”, 학교상담에서 집단 상담 프로그램의 활용, 한양대학교 학생생활 연구소. 17 -40.
- 구자혁(1965), 집단활동의 지도기술, 서울:현대교육총서출판사.
- 권택환(1990), 집단상담이 아동의 자기표출에 미치는 영향, 고려대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 김광범(1982), 친호활동에 있어서의 근접성과 개인특성, 고려대학교 석사논문.
- 김근곤(1983), 정의적 집단경험이 중학생의 성격형성에 미치는 효과, 전북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김길자(1991), 국민학생을 대상으로 한 의사소통 기법훈련 프로그램이 인간관계 증진에 미치는 효과, 부산대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 김남성(1992), 행동상담, 서울:성원사.
- 김명훈 역(1985), 학교상담심리학, 서울:대왕사.
- 김명훈, 정영윤(1983), 심리학, 서울:박영사.
- 김순원(1983), 집단상담이 긍정적 자아개념 변화에 미치는 효과, 고려대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 김여옥(1988), 심성계발 프로그램 I, 서울:배영사. 41.
- 김영철 역(1986), 사제간의 인간관계, 서울:국일문학사.

- 김오영(1988), 소집단 내의 자아개념훈련이 학습행동에 미치는 영향, 조선대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 김인자 역(1991), 인간관계와 자기표현, 서울:중앙적성출판사.
- 김재은,유기섭 공저(1991), 심리검사의 활용, 서울:중앙적성출판사.
- 김정택 외 공역(1990), 긍정적 삶의 비결, 서울:중앙적성출판사.
- 김태봉(1992), 인간관계개선 집단경험학습이 자아개념의 증진과 가치관의 변화에 미치는 효과.제주대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 김태창(1985), 또래에 의한 집중적 집단상담이 남중학생의 자아개념에 미치는 효과. 2-6.
- 김학복(1990), 심성개발 및 영성훈련의 실제, 서울:할렐루야서원.
- 김한규(1992), 성격개조와 자기표현, 한국능력개발원.
- 김현수 역(1989), 교류분석, 서울:민지사.
- 김현수 역(1989), 집단 카운슬링,이론과 과정,서울:민지사.
- 南 博(1969), 人事管理, 응용심리학 강좌, 제3권, 서울:광문사. 10.
- 마정건(1984), 집단상담에 대한 이론적 고찰,학생지도 연구,제13집,공주사대 학생 생활 연구소.
- 문선모(1980), 인간관계훈련 집단상담의 효과에 관한 일 연구,경상대 논문집 (인문. 사회)19: 195-204.
- 문선모 외(1979), 집단활동 자료집, 계명대학교 학생지도 연구소.
- 박경철(1983), 만남의 집단경험이 중학생의 자아개념과 적응성 발달에 미치는 효과, 충북대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 박연호(1989), 교사와 인간관계론, 서울:법문사.
- 박연호(1991), 인간관계론, 서울:박영사.
- 박연호(1987), 인간관계론, 서울:선명문화사. 16.
- 朴容憲(1982), 學校社會, 서울:배영사. 109.
- 박헌달(1983), 여고생을 대상으로한 인간관계훈련의 효과,계명대학교 석사학위 논문.
- 배승애(1978), 집단상담 과정에서의 의사유통과 상담효과에 관한 일 연구, 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 백종익 외2인 역(1993), 성공적인 교사가 되는 길, 서울:성원사.
- 변창진.김성희(1980), 주장훈련 프로그램,학생 지도 연구,경북대학교 학생 생활연구소,13(1). 51-85.
- 서울학생교육원(1993), 미래창조의 서울학생. 24 - 26.

- 설기문(1981), 집단상담이 대학생의 자아실현에 미치는 효과, 계명대학교 석사학위 논문.
- 설기문 역(1990), 상담면접 기술훈련의 이론과 실제, 서울:중앙적성출판사.
- 송길원, 김향숙(1991), 영성개발과 공동체훈련-그룹활동을 위한 프로그램, 서울: 한국 문서선교회.
- 송 영(1983), 인간관계의 이론과 기법에 관한 고찰, 서울대학교 졸업논문집.
- 송인섭(1989), 인간심리와 자아개념. 서울:양서원. 170-175.
- 신정식 역(1992), 혈액형과 인간관계, 서울:보성출판사.
- 신종우(1985), 공감훈련의 교수적 접근과 프로그램접근간 효과비교, 지도상담, 계명대학교 생활 연구소.
- 안영호(1982), 학교와 인간교육, 서울:주류. 26.
- 오상철(1990), 영성개발프로그램, 서울:할렐루야서원. 26 - 42.
- 유기현(1992), 인간관계론, 서울:무역경영사.
- 윤점용 외(1988), 청소년의 자아개념 및 가치관확립 프로그램개발연구. 한국교육개발원. 12 - 52.
- 윤 진(1984), 우정관계의 본질과 발달단계에 따른 변화. 사회심리학 연구, 2(1). 94-113.
- 윤희준, 황용연(1989), 현대 생활지도론, 서울:교육출판사.
- 이성태(1987), 의사거래 분석적 인간관계 프로그램, 제12집. 계명대 학생생활 연구소.
- 이수용(1981), 집단상담이 대학생의 성격변화에 미치는 효과, 계명대학교, 지도 상담 6집. 37.
- 이완정(1992), 學校組織 管理論(教育行政의 基礎), 서울 :星苑社.
- 이원구(1993), 인간화 교육을 위한 체험학습프로그램, 서울:교학사.
- 이장호(1988), 상담심리학 입문. 서울: 박영사.
- 이장호(1976), 인간관계 훈련이 부정적 결과에 대한 검토, 인성개발.
- 이장호, 최윤미(1992), 상담사례연구집, 서울:박영사.
- 이재창(1992), 자기성장과 인간관계. 서울:정문사. 73-127.
- 이종승(1989), 교육연구법, 서울:배영사.
- 이한검(1986), 인간관계 훈련을 위한 집단상담, 학생생활 연구, 창간호, 명지대 학생 생활 연구소.
- 이혜성 역(1991), 완전한 카운슬러, 이화여자대학교 출판부.
- 李鉉銖(1990), 臨床心理學, 서울:博英社. 249 - 259.

- 이형득(1988), 집단상담의 실제, 서울:중앙적성 출판부. 129 - 144.
- 이형득,설기문 공역(1990), 참 만남 집단의원리(지도자를 위한 지침서), 서울:형설출판사.
- 이형득,설기문 공역(1987), 조력기술훈련의 실제-상담실습지침서, 서울:형설출판사.
- 이형득,김정희(1983), Peer Group Counseling의 효과에 관한 연구,지도상담, 제8집, 계명대 학생생활 연구소.
- 이형득(1990), 인간관계 훈련의 실제, 서울:중앙적성출판사.
- 이형득,정옥호,추석호,황경열 공역(1990), 지도자 효율성훈련,서울:형설출판사.
- 이형득,이성대 공역(1991), 人間關係의 改善과 治療, 서울:중앙적성출판사.
- 이형득 외 공동번안(1992), 학교에서의 자율적 인간육성의원리, 서울:형설출판사. 111 - 125.
- 이형득,김정희(1986), “집단상담 유형이 상담효과에 미치는 영향”,지도상담 제11집,계명대학교 학생생활연구소.
- 임성문(1983), 집중적 소집단 훈련이 자아개념 및 자아실현성에 미치는 효과, 충북대학교 논문집 제26권.
- 장상호 역(1989), 인간주의 교육, 서울:박영사.
- 장혁표 외 1인 역(1990), 감수성 훈련의 원리와 실제, 서울 :형설출판사. 237- 251.
- 전라북도교육연구원(1987), 학생문제 행동수정지도자료,교육자료107호. 83-107.
- 전요섭(1992), 인간관계훈련, 서울:은혜출판사.
- 전행일 역(1988), 집단지도론, 서울:형설출판사.
- 정경섭(1990), 인간관계론,서울:법문사.
- 정원식,박성수(1983), 카운슬링의 원리. 서울:교육과학사. 22 - 26.
- 정은수(1992), 인간관계훈련이 피배척아동의 교우관계 개선에 미치는 효과, 고려대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 정태일 외(1986), 인간관계 교육프로그램. 서울:보진재.
- 정희만(1992), 부모-자녀간 의사소통유형이 아동의 자아개념에 미치는 영향. 제주대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 제주도교육연구원(1982), 學生事案의 豫防과 指導.
- 조대경 외2인(1985), 정신위생,서울:중앙적성출판사.
- 진윤현(1961), 人事管理論, 서울:진명문화사. 213.
- 최광선(1990), 인간심리,서울:기린원.

- 최외곤(1985), 집중적(Marathon)집단상담이 고등학교 학생의 자아실현에 미치는 효과,계명대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 최외곤(1988), "주말 집중적 집단상담이 고등학교 학생의 자아실현과 인간관계에 미치는 효과,상담과 지도 23호,한국카운슬러 협회,48-61.
- 최혜련(1976), 중학교 학생들의 소집단 경험학습을 통한 정의교육에 관한 연구, 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 하영석(1980), 공격적 소극적인 대학생들을 위한 자기주장 훈련 프로그램 경북대학교 학생생활 연구소,제12집.9 - 26.
- 한국청소년개발원(1993), 인간관계수련활동.서울:서원
- 한국청소년개발원(1993), 청소년 수련광장. 71 - 73.
- 한국카운슬링연구소(1987), 비행청소년의 이해와 지도,서울:성원사.
- 한덕웅(1986), 우정관계의 진전에 따른 행동적 사건의 변화. 사회 심리학 연구,3(1). 37-72.
- 한덕웅(1989), 조직행동의 동기이론,서울:법문사.
- 함종한(1982), 청소년-이해를 위한 접근,서울:상조사.
- 함종한(1992), 청소년학원론,서울:대한교과서주식회사.
- 許鐵洙(1990), 自我實現 成長模型에 의한 集團相談이 大學生의 自我實現 行動特性에 미치는 效果.中央大學校 大學院 博士學位論文.
- 홍경자(1983), 의사소통기술 훈련의 효과에 관한 연구,학생생활 연구,제15집, 전남대 학생생활 연구소. 97 - 126.
- 홍경자(1991), 카운셀링사례집-현실요법의 사례,서울:형설출판사.
- 홍경자,김선남(1989), 심리적 갈등해결을 위한 RET 집단상담,집단상담프로그램 워크샵,한국카운슬러협회 대학분과.45 - 58.
- 홍경자,노안녕(1984), 지각형성,자기 발표력 및 자아개념에 미치는 자기표현 훈련의 효과,학생생활연구 제16집,전남대학교 학생생활연구소.
- 홍성숙(1978), 인간잠재력을 개발하는 집단상담방법의 효과에 관한 일 연구, 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 洪性華,安香林 譯(1991), 家族 治療, 서울:星苑社.
- 홍옥순(1984), 집단상담을 통한 지도가 학급내의 인간관계 변화에 미치는 영향,현장교육의 이론과 실제 2.서울:갑을 출판사.
- 홍정자(1981), 한국대학생에 있어서 주장훈련의 타당성에 관한 연구,전남대학교 학생생활연구소,제13집. 97 -116.
- 홍준호외 역(1992), 재미있는 인간관계 심리학,서울:민지사.

- 황정순(1987), 대학생들의 수줍음에 관한 조사연구, 학생지도 연구 제2집, 한남대학교 학생생활연구소. 53 -80.
- Ann Ellenson.(1982), Human Relations, Newjersey:Englewood cliffs, prentice-Hall, Inc. 11.
- Becvar,R.J.(1974), Skills for effetive communication :A guide to building relationships. New York:John wiley & sons.
- Boshier,R.91968), "self esteemm and first names in children" Psychological Reports.
- Bach,C.R.(1967), Marathon group dynamics :some functions of the professional group facilitator,psycholigical Reports, 20, 995-999.
- Brookover,w.B., Thomas,s., & Paterson.(1964), A self concept of ability and school achivement. sociology of Education, 37.
- Carlson. R.(1965), stability and change in the adolescent self-image.child developement,35, 659-666.
- Carter,T.P.91968), "The Negative Self-Concept of Mexican-American students." "School and Society",96. 217-219.
- Chambers,J.,and Lieberman,L.(1965), "Difference between nomal and clinical Groups in Judging,Evaluating and Associatingneeds. "Journal of clinical psychology,21.145-149.
- Daniel E.Griffiths.(1956), Human Relations in school Administration (New York:Appleton century crafes co ,Inc), 17.
- Diggory, J.C.(1966), Self-evaluation: Concepts and studies.N.Y:Wiley.
- Douvan,E.,& Adelson,J.(1966), the adolescent experience,New York:Wiley.
- Felker,D.W.(1974), Building Positive self-concept Minneapolis: Burgess publishing company.
- Fritz,J.Roethlisbergers and others(1954). Training for human Relations (Boston:Harvard university,Graduate school Business administration, 11.
- Fromm,E.(1960), Psychoanalysis and Zen Buddhism.In E.Fromm,D.T.Suzuki &R.D.M Martino,Zen Buddhism and Psychoanalysis.New York:Harper& Rdw,Harper Colophon Books.93 -127.
- Gazda,G.M.(1973), Human Relations development, A manual for educators, Boston:Allyn & Bacon.
- Gibb,J.R.(1974), The Message from Research,In pfeiffer,Caifoniafonia: University Associates, 155 - 160.

- Gibson,R.L.and Mitchell,M.H.(1981), Introduction to guidance,Macmillan Publishing co, Inc.
- Griffitt,W.B.(1969), personality simility and self-consept determinants of inter-personal attraction. journal of social psychology 78,137-146.
- Gross,P.R.(1977), Group Counseling in Blackham,Counseling theory process and practice calif, Wadworth pub.
- Groulund,N.E(1959), Sociometry in the classroom,New York:Harper and Brothers.
- Hartman,J.J.(1979), Small group method of personal change, annual Review of psychology, Annual Review press In(윤점용외 2인 인용).Kaith Davis, Human Relations in business(NewYork:MCGROW-Hillbookco.1957).4
- Hartup,W.W.(1970), Peer interaction and social organization.In Mussen, P.(Ed.)Carmichael's manual of child psychology,2,New York:Wiley.
- Hartup,W.W.(1975), The origins of friendship.I M.Lewis, & L.Rosenblum(Eds.) Friendship and peer relation:The origins of behavior,New York:Wiley and Sons.
- Hurlock, E.G.(1956), Child Growth and Development.New York:Mcgraw Hill,249.
- Kaith Davis.(1957), Human Relations in Business,New York:Mcgraw-Hill book co,Inc., 4.
- Kipnis ,D.M.(1982), changes in self-consept in relation to perceptions of others.journal of personality psychology,29,449-465.
- Kleemann,K.L.(1974), The kendoll & college human potential seminar model Research, J.cost.pe march.
- Leander,L.Boykin(1955), "Let's get straight: what and human relations?"the social studies,vol,46,No,2. 59 - 159.
- Louther,M.A.91963), "Academic Achievement and self-esteem." university of Michigan school of Education Bulletin,35. 7-11.
- Mannarino,A.P.(1980), The Development of children's Friendship.In Foot,M.C.Champman,A.J. and Smith, J.R.Friendship and social Relation's in children,N.Y. 45.
- Maslow,A.H(1970). Motivation and personality, Harper and row,New York.
- M.F.Sheier and C.S.Carber.(1980), "Individual Differences in self-consept

- and self-process ",in the self in social psychology.
(New York:oxford university press). 229-151.
- Ringness,T.A.(1975), The affective domain in education ,Little,Brown and company Inc.
- Rogers,C.R,(1951), Client centered theory, Houghton Mifflin,Boston.
- Shaffer, Galinsky(1974), Models of group theory and sensitivity Training.
- Schutz,W.C.FIRO(1958), A three-dimensional theory of interpersonal behavior. New York:Holt,Rinehart & Winston.
- Shostrom,E.L.(1966), Caring Relationship Inventory,SAN DIEGO,(1977).Growth process Inventory,SanDiego,CA;EDITS.(1976).Actualizing Therapy:Fundamentals for a scientific ethic, San diego,CA:EDITS.
- Spielberger,c.d.(1966), Theory and research on anxiety. In c.d. spielberger(Ed),Anxiety and behavior,New York :Academic press.
- Sydnor,G.L.,R.L.,Akridge, and N.L.Parkhill.(1973), Human Relations: A manual for trainers(Minden,Louisiana :Human Resources Development Training Institute). 4.
- Treppa J.A., & Fricke,L.(1972), Effects of a marathon group experience Journal of counseling psychology,19, 466 -467.
- Wright,P.H.(1969). A model and a technique for studies of friendship. Journal of Experimental social Psychology,5, 295-309.
- Wright,P.H.(1978). Toward a theory of friendship based on a conception of self.Human Communication Research,14. 196-207.

<Abstract>

The Effects on Self-concept and Interpersonal Relations of
Group Counselling for Improving Human Relationship

KANG, WON-SIK

Major in Educational Administration
Graduate School of Education, Cheju National University
Cheju, Korea

Supervised by Professor HEO, CHUL-SOO

The purpose of this study is to develop a more effective group-counselling program for improving human relationship, to apply it to some sample students, and then to confirm the effectiveness of the new program. Specifically, this study is focused on the learning program to switch the behavioral features of theoretical level into those of those of practical level mainly aimed at improving self-concept and interpersonal relationship.

To acquire this purpose, some hypotheses are set up as followings:

The students who have experienced group-counsellings to improve human relationships for a certain period,

1. will achieve higher average scores than the unexperienced in terms of self-concept.
2. will show significant differences between precounselling and postcounselling in terms of self-concept.
3. will achieve higher average scores than the unexperienced in terms of interpersonal relationship change scale.
4. will show significant differences between precounselling and postcounselling in terms of interpersonal relationship change scale.

The subjects are 24 male students of 2nd year in 'S' High School in Cheju.

They are randomly assigned to the experimental group consisted of 12 and to the compared group consisted of the others.

* A thesis submitted to the Committee of the Graduate School of Education, Cheju National University in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Education in August, 1994.

As for programs, I referred to "Models for Improving personal Relations" made by Guerney(1977), "Training Activities for Improving Personal Relations" devised by Korea Institute of Developing Adolescents(1993), "Human Relationship Program" researched by Lee, Jae Chang(1992), and "Human Relationship Improvement Program" done by Yoon, Jerm Yong(1986).

I devised 5 steps for the program after researching those relevant studies as followings: 1) the step of expressing oneself(1st step), 2) the step of making reliable condition(2nd step), 3) the step of improving communication techniques (3rd step), 4) the step of expressing emotions(4th step), and 5) the step of improving human relation techniques(5th step).

For the behavioral subjects, I selected 12 subjects relating to the 5 steps after studying preceeding studies and researches.

For the experimental processes, the experimental group alone involved in this study is arranged to participate in group-counselling for 45 or 90 minutes every Wednesday during the period of 12 weeks.

For measurement, I set up 40 model articles of measuring interpersonal relationships by referring to "Self-concept Test" measurement adapted to the needs of Koreans by Jeong, Won Shik and "Human Relationship" measurement adapted by Lee, Hyung Deuk and Moon, Sun mo.

About the steps of Self-concept and personal relationship, the level of measuring self-concept and human relationship indicated considerable differences by producing the average and the standard deviation and by means of t-verification. All the processes are computerized by SPSS.

The major findings of this study are as followings:

The students who have experienced group-counselling for a certain period,

1. achieved higher average scores than those of the unexperienced in terms of self-concept.
2. showed significant differances between precounselling and postcounselling in terms of self-concept and reacted positively.
3. achived higher average scores than those of the unexperienced in terms of interpersonal relationship change scale.
4. showed significant differences between precounselling and postcounselling in terms of interpersonal relationship change scale and reacted positively.

In conclusion, I found that the group counselling for improving human relationship had a positive effect on self-concept and interpersonal relationship improvement.

<부록1>

인간관계증진프로그램

1. 자기 소개
2. 신뢰의 산책
3. 신뢰의 승강기
4. 의사 전달 놀이
5. 앵무새 놀이
6. 경청 실습
7. 나의 장단점 말하기
8. 즉흥 연설하기
9. 나의 특별한 경험
10. 좋은 결정, 나쁜 결정
11. 우주 여행
12. 희망과 사랑의 선물 주기

1. 자기 소개

가. 목적

친구들간의 별칭이나 대자연의 천체, 동물과 식물, 사물 또는 자기의 희망 등을 나타내는 애칭을 선택하여 사용함으로써 서로의 긴장감을 완화시키고 친밀감을 형성하게 되어 자신을 꾸밈없이 소개할 수 있다.

- 나. 준비물 : ○ . 명패<이름표와 색 캔트지(8*6cm)>
○ . 필기도구 <매직, 색연필, 크레파스>

다. 진행 절차

- (1) 구성원끼리 서로 잘 보이도록 등글게 앉는다.
- (2) 자기의 별칭이나 좋아하는 자연이나 사물, 또는 희망 등 불리우고 싶은 애칭을 마음속으로 정한다.
- (3) 명패에 자기 애칭을 남이 볼 수 있는 크기로 적어 왼쪽 가슴에 단다.
- (4) 각자가 선택한 애칭과 의미, 동기, 이유 등을 설명하면서 자기소개를 한다.
- (5) 소개가 다 끝난 후 프로그램을 통해 느낀점을 자유롭게 발표한다(애칭 먼저)

라. 유의 사항

- (1) 시간을 재촉하거나 애칭의 암시를 주지 않는다.
- (2) 책망하거나 참견하는 발언은 삼가한다.
- (3) 별칭이나 애칭의 내용에 대하여 평가적인 표현을 하지 않는다.
- (4) 자기차례가 오면 성실히 표현하고 질문에는 친절하게 답한다.
- (5) 생각보다 느낌 위주로, 또 과거나 미래보다 현재 여기에서의 일만을 다룬다.
- (6) 교사도 반드시 애칭을 달고 동참하는 태도를 보인다.
- (7) 이 별칭이나 애칭은 훈련 과정이 끝날 때까지 사용한다.

2. 신뢰의 산책

가. 목적

신체적인 무언의 대화를 통하여 일치감과 대인관계에서 신뢰감을 갖도한다.

- 나. 준비물 : ○ .눈가리개 ○ .종이나 딸랑이 ○ .탬버린

다. 진행 절차

- (1) 두사람씩 짝을 지어 한사람은 눈을 가리고 다른 한사람은 종이나 딸랑이로 안내를 한다.
- (2) 10여분 정도 들면서 손에 닿는 물건을 만져보기도 하고 발로 흙, 돌, 풀 등을 밟아 본다
- (3) 역할을 서로 바꾸어서 해 본다.

라. 유의 사항

- (1) 될 수 있는한 서로 모르는 사람끼리 짝을 지운다.
- (2) 장난스러운 안내 및 보조 동작을 금하고 안전 사고에 세심한 주의를 요한다.
- (3) 모든 동작의 도중에 말을 해서는 안된다.
- (4) 눈을 가리고 걷기를 할때는 계단과 야외를 넣는 것이 좋다.
- (5) 처음에는 안내자 없이 구성원 모두가 눈을 가리고 손으로 더듬어 가면서 걸어보고 난 후,이 과정을 시작하면 더욱 효과적이다.
- (6) 부득이 실내에서만 할 경우에 장애물(의자,책상,주전자등 소도구)을 적당한 간격으로 배치한다.

3. 신뢰의 승강기



가. 목적

타인에게 신체를 맡기는 동작을 통해 타인을 신뢰하는 태도를 기르고,신뢰한다는 것이 모든 인간관계의 근본임을 안다.

나. 준비물 : ○ .간편한 복장(바지 착용이 편리함) ○ .눈 가리개

다. 진행 절차

- (1) 6명씩 두그룹으로 나누어 선채로 등근 원을 만든다.
- (2) 한사람이 원 중앙에 들어가 눈가리개로 눈을 가리고 반듯이 드러 눕는다.
- (3) 전원이 협력하여 그 사람을 천천히 몸의 수평이 된 그대로 위로 올린다.
- (4) 가장 높은 데까지 올라가면 그대로의 위치에서 20 -30초 동안 머물도록 하고 거기서 부터 천천히 내려 오도록 한다.
- (5) 전원이 교대로 한 후에 주인공이 된 입장과 보조자의 입장에서 각각 어

면 느낌을 가졌는지 발표한다.

라.유의 사항

- (1) 장중한 음악을 배경으로 사용하는 것도 효과적일 것이다.
- (2) 부상을 입지 않도록 주의한다.
- (3) 사람을 던져 올린다든지 영차 영차하여 흥을 돋구는 소리를 내어 장난기 섞인 “놀이”가 되지 않도록 하고 침묵으로 동작만 행한다.

4. 의사 전달 놀이

가. 목적

우리들의 의사가 전달되는 과정에서 어떻게 변질되어 가는가를 체험해 봄으로써 협동심을 기르고 경청하는 성실성을 기른다

나. 준비물

준비한 카드(구체적인 사실을 설명한 1 - 2문장의 글이나 그림)

다. 진행 절차

- (1) 6명이 한 조가 되어 1열 또는 원형으로 앉는다.
- (2) 각 조의 맨 앞사람이 나와 제시하는 카드를 읽은 후, 다음 사람에게 컷 속말로 카드의 내용을 전해 준다.
- (3) 앞 사람에게 전해 들은 사람은 옆 사람에게 전달한다.
- (4) 맨 마지막 사람이 들은 내용을 발표한다.(첫 전달자와 차이점 비교)
- (5) 이 놀이를 통하여 어떻게 느꼈는지 순서없이 발표한다.

라. 유의 사항

- (1) 문장의 난이도와 논리성을 생각해서 설명 카드를 작성한다.
- (2) 인간에게는 어떤 사물을 보거나 들었을 때 강조화, 단순화, 정형화시키려는 경향이 있음을 체험하도록 하고 사실을 제대로 전달하지 않을 때 인간관계가 어떻게 될 것인가를 정리해 준다.

5. 앵무새 놀이

가. 목적

상대방의 말을 반복하는 놀이를 통하여 타인의 말을 경청하는 태도와 말의 기초 연습을 할 기회를 갖는다.

나. 준비물 : 없음

다. 진행 절차

- (1) 2사람씩 짝을 지어 마주 보고 앉는다.
- (2) 한쪽 사람이 지금 자신의 감정이나 지금 느끼고 있는 것, 걱정내용이나 성격 등에 관하여 말한다.(나는 지금.....입(합)니다)
- (3) 그것을 듣고 있는 한쪽의 사람은 상대방이 사용한 말을 가능한한 그대로 사용하여 반복한다.(당신은 지금.....하군(네)요.)
- (4) 역할을 바꾸어서 해보고 숙달이 되면 이번에는 될 수 있는대로 상대가 쓴 말을 그대로 쓰지 않고 다른 말로 표현해 본다.
- (5) 짝끼리 서로 나눈 이야기, 서로 나눈 느낌에 대해 이 놀이를 진행하면서 느낀점이나 감상을 순서없이 골고루 발표한다.

라. 유의 사항

- (1) 자신의 가족이나 직업 등 개인 사생활에 관한 것은 피하고 반드시 지금의 감정을 설명하는 것이어야 한다.
- (2) 상대방에게 부담을 줄 수 있는 어려운 말의 사용은 되도록 피하고 길지도 않고 짧지도 않는 두줄 정도로 말한다.

6. 경청 실습

가. 목적

타인의 말에 주의를 기우려 경청하는 기술을 학습하고 상대방의 말을 수용 및 이해하여 간략하게 요약할 수 있는 능력을 기르며, 이 경험이 진지하게 이루어질 때 쌍방의 진정한 대화가 이루어짐을 안다.

나. 준비물 : 없음

다. 진행 절차

- (1) 세 사람씩 짝을 지워 그룹을 형성한다.
- (2) 세 사람중 두 사람은 임의의 논제를 정하여 서로 논쟁을 하게 하고 나머지 한 사람은 관찰자가 되게 한다.
- (3) 논쟁을 하는 두 사람은 상대방의 말에 응답하기 전에 상대방이 말한 내용을 만족할 정도로 요약해서 이야기를 해준다.(관찰자 개입 교정 가능)
- (4) 세 사람이 역할을 바꾸어 가면서 연습을 한다.
- (5) 3인조의 충분한 연습이 끝나면 5 - 8명이 한집단이 되어 같은 방법으로 토의를 한다(관찰자 지정).
- (6) 다 마친후, 이 프로그램을 경험하면서 특별히 깨달은 점과 배운점 등에 대하여 간단히 한 마디씩 한다.

라. 유의 사항

- (1) 짝을 지울때 가능하면 모르는 사람끼리 그룹을 형성한다.
- (2) 처음에는 짧게 이야기해 나가다가 점차로 긴 문장으로 연결되는 것이 좋다.
- (3) 5-8명이 집단 토의를 할때,볼펜이나 손수건 등을 마이크로 사용하는 것도 좋다.
- (4) 처음은 어색하나 시간이 경과하면 익숙해지므로 처음 진행을 잘해야 한다.
- (5) 말보다 감정을 아는데 전념하며,관찰자 한사람이 주도권을잡지않도록 배려한다.



7. 나의 장단점 말하기

가. 목적

자기 스스로가 자신에 대한 장점과 단점을 발견하여 솔직하게 표현하고 각자의 느낌을 서로 주고 받으므로써 타인의 행동을 긍정적으로 이해하는 태도를 기른다.

- 나. 준비물 : ○ 8절 모조지 1장(개인별) ○ .필기도구(색연필,칼라펜)
○ .스카치 테이프

다. 진행 절차

- (1) 지금부터 잠시 눈을 감고 눈을 나의 안쪽으로 돌려 나의 장단점을 생각해 본다.
- (2) 글로 표시한다든지 그림을 그려도 좋다.
- (3) 다 된 후에 모두 붙여 놓고 한사람씩 자기 것을 설명한다.
- (4) 다 끝난 후에 자신이 발표하는 동안 그리고 다른 사람의 발표를 듣는 동안 자신이 느낀점을 순서없이 골고루 발표한다.

라. 유의 사항

- (1) 모든 구성원이 정숙하고 진지한 분위기를 유지하는 것이 좋다.
- (2) 솔직하고 구체적인 것을 지적하되 스스로 깨달은 것으로 한다.
- (3) 외적인 것이나 성격, 습관, 특징 등 본인의 자율에 의해 선정한다.
- (4) 가능하면 타인이 말해 준 장점이나 단점이 아닌 것으로 생각해 본다.
- (5) 준비물 없이 언어만으로도 할 수 있다.
- (6) 겸손이 지나쳐서 단점만 발표하는 일들이 없도록 한다.

8. 즉흥 연설하기

가. 목적

자유스런 대화 형식의 연설 활동을 통하여 자신의 자유의사를 발표하는 경험을 쌓고 타인에 대하여 자신의 의견이나 사상을 조리있고 명확하게 전달 할 수 있는 능력을 기른다.

나. 준비물 : ○.연설 제목 카드 ○.간단한 연단 ○.연설 카드 넣을 통

* 연설 제목 예) 내가 동물이라면, 20년 후의 나, 웃을 입지않고 산다면, 내가 다시 태어난다면, 내가 1시간 후에 죽는다면 남기고 싶은 유언, 내가 가장 사랑 하는 것은, 내가 20만톤의 기관장으로 1억원을 번다면, 내가 아버지라면, 무인도에 표류되어 혼자 산다면, 현재소지품 중 가장 귀중한 것은, 낙제를 하려면, 내가 주택복권 1등 당첨자라면.

다. 진행 절차

- (1) 연단 쪽을 향해 반원형으로 둘러 앉는다.
- (2) 연단 위에 조그만 상자를 놓고 각자의 연설 제목을 적은 카드 1-2장씩을 만들어 접어 놓는다.
- (3) 1명씩 연사로 나가 상자 속에 연설 제목카드를 눈감고 고른다.
- (4) 자기가 골라낸 연제에 대해 즉흥적으로 2-3분간 연설을 한다.
- (5) 연설을 끝낸 사람이 다음번 연사를 지명한다.
- (6) 구성원들의 연설이 끝나면 느낀 소감을 자유로이 발표한다.

라. 유의 사항

- (1) 연설 제목은 재미있는 것으로 하되 즉흥적으로 비밀리에 하는 것이 좋다.
- (2) 한 사람의 연설이 끝날 때마다 의견을 나누는 방법도 있다.
- (3) 추천한 연설주제가 마음에 안들면 공개하지 않은 채 한번에 한하여 바꿀 수도 있다.
- (4) 자유스런 분위기와 부담감 없는 안정된 분위기를 조성한다.

9. 나만의 특별한 경험

가. 목적

자기의 생활 중에서 특별한 경험을 즉흥적으로 소개하여 자기와 타인에 대한 감정을 자연스럽게 경험함으로써, 말로 표현하는 기술을 익힐 수 있을뿐 아니라 서로를 이해하고 공감하는 태도를 기른다.

나. 준비물: 없음

다. 진행 절차

- (1) 구성원이 둥글게 앉는다.
- (2) 잠깐 동안(2-3분) 눈을 감고 특별히 기억나는 일들을 조용히 생각해 본다.
- (3) 자기 옆 짝끼리 특별한 경험(성공담, 실패담, 잊을 수 없는 사건이나 사람, 기뻐거나 슬펐던 일)을 서로 나누도록 한다(홀수와 짝수로 짝을 지워 준다).
- (4) 5-7분이 지난 뒤 짝에게서 들은 내용을 대신해서 순서없이 발표한다.
- (5) 발표가 끝난 뒤 다른 사람의 발표를 듣는 중에서 가장 인상 깊었던 이야기

기나 느낌을 솔직하게 발표한다.

라. 유의 사항

- (1) 청취자는 발표자의 말에 대하여 비판하려 하지 말고 그의 입장이 되어 경험에 동참하는 기분으로 공감하게 한다.
- (2) 꼭 비밀로 해야 되는 내용은 발표하지 않아도 좋다.
- (3) 2명씩 자기 짝의 내용을 발표할 때, 참가 회원수에 비례하여 시간을 조절한다.
- (4) 짝끼리 이야기를 할 때 눈을 마주 보고 손을 잡으면서 이야기를 나누도록 한다.
- (5) 짝의 감정을 되도록이면 짝의 입장에서 표현한다.

10. 좋은 결정과 나쁜 결정

가. 목 적

과거에 내렸던 결정의 과정을 탐색해 봄으로써 문제 해결의 방식을 습득하고 개인의 의사 결정이 개인을 비롯한 인간관계의 성장과 발달 지속에 중요한 요인임을 안다.

나. 준비물 : ○ .16절 갱지 이.필기도구 중앙도서관



다. 진행 절차

- (1) 16절 갱지를 반으로 접어 위의 반 페이지에는 '좋았던 결정' 밑에는 '나 났던 결정'이라고 제목을 상단에 적는다.
- (2) 최근에 결정했던 중요한 사항들을 생각해 보고 그 사건들을 분류하여 해당 영역에 그 결정의 내용을 간략하게(1-2단어)적어 넣는다.
- (3) 상·하 영역별로 자신에게 다음과 같은 질문을 해본다.
 - ① 왜 이런 결정을 하게 됐나 ?
 - ② 이 결정에 영향을 준 사람은 누구인가 ?
 - ③ 이것을 결정하는데 다른 사람의 충고를 어느 만큼 받아 들였나 ?
- (4) 구성원 끼리 돌아가면서 발표한다.
- (5) 현재 이 활동의 느낌을 논의해 본다.

라. 유의 사항

- (1) 사건을 보다 구체적으로 6하 원칙에 의하여 발표하며 듣는 사람들로 하여금 궁금하지 않도록 주의하여 발표하도록 한다.
- (2) '나뻐던 결정'을 탐색함에 있어 자신의 행동을 합리화하지 않도록 하고 솔직한 심정으로 분석하도록 한다.

11. 우주 여행

가. 목적

어떤 주제에 대하여 집단의 논리적인 의논을 통해 집단 의사 결정의 협력과정을 체험해 봄으로써 집단 의사 결정의 중요성을 인식한다.

- 나. 준비물 : ○.상황 설명서 ○.개인별 순위 기입용지 ○.조별 검토 용지
○.NASA정답표 ○.모조지 전지 ○.칠판 ○.분필 ○.칼라펜

다. 진행 절차

- (1) 6명을 한조로 편성하여 조별로 집단을 형성한다.
- (2) 목표와 취지를 설명함과 아울러 진행규칙을 지키고 진지한 자세로 임하게 한다.
- (3) 용지를 배부하여 설명서를 읽어주고, 개인별 및 집단별 순위를 기록하게 한다.
- (4) 정답을 발표해 주고 개인과 집단의 오차를 기록하도록 하여 비교 검토한다.
(의사결정의 과정에서 협동, 방해요소)
- (5) 조별 토의가 끝난 다음 조별 대표자의 정답 순위 과정과 주요 토의 내용을 발표한다.
- (6) 조별 발표가 끝난 후 이를 종합정리 평가하고 실습을 마무리하여 느낀 점을 자유롭게 이야기 하도록 한다.

라. 유의 사항

- (1) 소집단의 논의는 각각 별개의 적은 방에서 실시해도 좋다.
- (2) 집단 협의를 할 때는 논리적인 논의를 통하여 의사결정을 하여야 하며 될 수 있는 한 충분한 시간을 준다.
- (3) 특별한 잘못이 보이지 않는 한 조별 내용을 좋은 결과로 받아들이도록 한다.
- (4) 집단별로 득점 경쟁을 하는 느낌을 주지 않도록 유념한다.

12. 희망과 사랑의 선물주기

가. 목적

이 인간 관계 증진을 위한 프로그램을 진행하면서 발견한 구성원들의 인간상, 생각, 태도, 장점과 단점을 구성원들에게 알려줌으로써 여러사람이 나를 어떻게 보아 왔는가 또한 자신이 이제까지 생각했던 '나'는 누구인가를 비교하여 자신을 깊이 이해하고 새로운 용기 등을 얻기 위한 것으로 인간관계 형성 및 증진에 도움을 주고자 한다.

나. 준비물 : ○ .8절 도화지 ○ .필기도구

다. 진행 절차

- (1) 도화지 상단에 자기 애칭이나 이름을 적은다음 오른쪽 사람에게 건네준다.
- (2) 각 개인별로 그에 대해 느낀점, 장단점, 부탁의 말등을 성의껏 적거나 그림으로 표현하여 돌린다.
- (3) 이러한 방법으로 건네주다 보면 자기 것이 돌아온다.
- (4) 다 읽고 난 후 새로이 발견한 자기 모습, 격려받은 내용의 감사, 마음 상한 내용 등을 순서없이 모두 발표한다.

라. 유의 사항

- (1) 각자의 느낌을 발표할 때 내용을 공개해도 좋다.
- (2) 그 사람의 단점만을 보고 나쁘다고 단정하는 것 보다는 그 사람의 장점을 찾아 본받고 단점을 좋게 충고해 주는 우정이 나타나야 한다.
- (3) 교사는 "느낌과 생각과는 다르다"라는 사실을 잘 설명하고 과거의 선입관을 버리고 이 시점에서 느낀 것을 표현하도록 유도한다.
- (4) "우정의 편지 나누기" 형식으로도 운영 할 수 있다는 것을 알려 준다.

<부록2>

자 아 개 념 검 사

----- 지 시-----

여러분은 자기 자신에 대해서 어떻게 생각하고, 어떻게 느끼고 있습니까?
자기 자신을 선하다고 생각하십니까? 악하다고 생각하십니까?

이 검사는 바로 내가 나를 어떻게 보느냐? 하는 자아개념을 알아보기 위한 것입니다. 자기의 자아개념을 올바르게 파악함으로써 여러분의 성격과 행동을 더 잘 이해하게 되며, 좀 더 건전한 생활을 누릴 수 있을 것입니다. 따라서 이 검사의 내용을 잘 읽고 솔직하고 성실하게 답하는 것이 여러분 자신에게 큰 도움이 된다는 것을 명심하기 바랍니다.

<보 기>

이 검사 안에는 여러분이 일상 생활에서 당면하는 자기 자신에 관련된 문제들이 항목으로 엮어져 있습니다. 이 항목을 하나 하나 읽어 나가면서 그 글이 나에게

1. "항상 그렇다"고 생각되면 5에 ----- 1 2 3 4 ⑤
 2. "대체로 그렇다"고 생각되면 4에 ----- 1 2 3 ④ 5
 3. "그렇다" "아니다"가 반반이라고 생각되면 3에 --- 1 2 ③ 4 5
 4. "대체로 그렇지 않다"고 생각되면 2에 ----- 1 ② 3 4 5
 5. "그런 경우가 거의 없다"고 생각되면 1에 ----- ① 2 3 4 5
- 보기와 같이 해당 숫자 위에 0표를 하시오.

	그런 가 없	경우 거의 다	대체로 그렇지 않	그렇다와 아니다가 반반이다	대체로 그렇다	항상 그렇다
1. 거울을 보면 나는 잘 생긴 편이다.	1	2	3	4	5	
2. 나의 모습에 대하여 나는 만족하고 있다.	1	2	3	4	5	
3. 내 신체의 어떤 부분들은 좀 달라졌으면 한다.	1	2	3	4	5	
4. 몸이 늘 거뜨하지 않다.	1	2	3	4	5	
5. 나는 나의 용모에 대해 신경을 쓰고 있다.	1	2	3	4	5	
6. 나의 몸은 건강하다.	1	2	3	4	5	
7. 나는 운동이나 게임(놀이)을 잘못한다.	1	2	3	4	5	
8. 어떤 때에는 어처구니 없이 행동할 때가 종종 있다.	1	2	3	4	5	
9. 나는 병든 사람이다.	1	2	3	4	5	
10. 나의 몸은 연약한 편이다.	1	2	3	4	5	
11. 나는 그렇게 뚱뚱하지도 않고 그렇다고 마른 편도 아니다.	1	2	3	4	5	
12. 나의 몸은 아픈 곳이 많다.	1	2	3	4	5	
13. 나는 항상 말쑥하고 깨끗한 옷차림을 좋아한다.	1	2	3	4	5	
14. 내 키는 너무 큰 편도 아니고 그렇다고 작은 편도 아니다.	1	2	3	4	5	
15. 나는 몸의 불편을 별로 느끼지 않는다.	1	2	3	4	5	
16. 나에게서는 여자로서 여자다운(남자면 남자다운)매력있는 점이 없는것 같다.	1	2	3	4	5	
17. 나는 몸을 상당히 아끼는 편이다.	1	2	3	4	5	
18. 나는 잠을 잘못 잔다.	1	2	3	4	5	

A	1	12	11	4	17	7	계
	13	10	14	3	15	8	
	6	9	2	16	5	18	

	그런 가 없	경우 거의 다	대체로 그렇지 않	그렇다와 아니다가 반반이다	대체로 그렇다	항상 그렇다
19. 나는 내가 하고 있는 일이 잘못이라는 것을 알면서도 그것을 고치지 못한다.	1		2	3	4	5
20. 나는 대개 바른 일을 한다고 생각한다.	1		2	3	4	5
21. 나는 나의 바른 행동에 대해서 만족하고 있다.	1		2	3	4	5
22. 나는 바른 생각과 태도를 강하게 지니지 못하고 있다.	1		2	3	4	5
23. 나는 예의와 체면을 잘 지키는 사람이다.	1		2	3	4	5
24. 어쩌다가 하게 되는 거짓말을 앞으로 좀 삼가야 하겠다.	1		2	3	4	5
25. 나는 모든 일에 있어서 체면을 지키는 것만을 생각하는 것 같다.	1		2	3	4	5
26. 나는 누구에게 물어보아도 부끄럽지 않을 정도로 체면을 지켜야 할 일은 잘 지킨다.	1		2	3	4	5
27. 자신의 체면을 더럽히는 일을 하고 있다고는 생각하지 않는다.	1		2	3	4	5
28. 나는 나쁜 짓을 하지 않는다.	1		2	3	4	5
29. 나는 남보다 앞서기 위해서 올바르지 못한 수단을 사용할 때가 가끔 있다.	1		2	3	4	5
30. 나는 나쁜 사람이다.	1		2	3	4	5
31. 나는 체면도 염치도 없는 사람이다.	1		2	3	4	5
32. 나는 정직한 사람이다.	1		2	3	4	5
33. 나는 보다더 믿음직스럽게 보였으면 좋겠다.	1		2	3	4	5
34. 나는 체면을 잘 지키는 사람이다.	1		2	3	4	5
35. 나는 점 잡고 예절바른 사람이다.	1		2	3	4	5
36. 올바른 일을 하려고 하면 여러 가지 어려운 일이 따르기 때문에 곤란을 겪게된다.	1		2	3	4	5

B	35		31		21		33		23		29	계
	34		30		27		25		20		19	
	32		22		26		24		28		86	

	그런 경우 가 거의 없 다	대체로 그렇지 않 다	그렇다와 아니다가 반반이다	대체로 그렇다	항상 그렇다
37. 어떤 욕심을 쉽게 참을 수 있다.	1	2	3	4	5
38. 나의 마음은 변하기를 잘한다.	1	2	3	4	5
39. 나는 화냄이 없이 나에게 대한 심술궂은 이야기를 받아들일 수 없다.	1	2	3	4	5
40. 나는 나의 문제들을 아주 쉽게 해결해 나간다.	1	2	3	4	5
41. 일을 할때 나는 그 일에 대해서 먼저 생각해 보지도 않고 무작정 시작한다.	1	2	3	4	5
42. 이만하면 나도 상냥하고 친절할 사람이라고 할 수 있다.	1	2	3	4	5
43. 나는 지금의 처지에 만족하고 있다.	1	2	3	4	5
44. 나는 의욕(하고 싶은 마음)이 약해져 가고 있다.	1	2	3	4	5
45. 나는 뚜렷한 목적의식을 가지고 있지 않다.	1	2	3	4	5
46. 나는 나 자신을 보잘것 없이 생각한다.	1	2	3	4	5
47. 나는 정말 내가 되고 싶은 그런 사람이 못된다.	1	2	3	4	5
48. 이만하면 나는 머리가 좋은 편이다.	1	2	3	4	5
49. 나는 남의 미움을 받을만 하다.	1	2	3	4	5
50. 나는 침착하고 조용한 사람이다.	1	2	3	4	5
51. 나는 어떤 일에 부닥치면 나 자신도 모르게 쉽게 단념하는 일이 많다.	1	2	3	4	5
52. 나는 어떠한 사태에서도 나 자신을 잘 가누어 나갈 수 있다.	1	2	3	4	5
53. 나는 명랑하고 쾌활한 사람이다.	1	2	3	4	5
54. 나는 어떤 문제가 있을 때면 직면하려고 하지 않고 오히려 피하여 달아나려고 한다.	1	2	3	4	5

C	53	49	43	47	52	38	계
	37	45	48	46	40	41	
	50	44	42	51	39	54	

	그런 경우 가 거의 없 다	대체로 그렇지 않 다	그렇다와 아니다가 반반이다	대체로 그렇다	항상 그렇다
55. 나는 행복한 가정에서 살고 있다.	1	2	3	4	5
56. 나는 나의 친구들에게나 가족들에게 꼭 중요한 존재다.	1	2	3	4	5
57. 나는 우리집에서 사랑을 받지 못하고 있다.	1	2	3	4	5
58. 나는 나의 집안 식구에 대해서 미안한 마음을 가지고 있다.	1	2	3	4	5
59. 나는 집안 식구들이나 가까운 친구들과 잘 지내고 있다.	1	2	3	4	5
60. 집에서 나누어 맡은 일은 나 스스로 한다.	1	2	3	4	5
61. 나는 집안 식구들이나 가까운 친구들과 잘 지내고 있다.	1	2	3	4	5
62. 내 생각에는 우리집 식구들을 잘 이해하고 있다고 생각한다.	1	2	3	4	5
63. 부모님이나 집안 어른들에 대하여 내가 할 도리를 다 하고 있다.	1	2	3	4	5
64. 나는 이제까지 나의 가족들과 마음을 터 놓고 이야기 하지 못하고 믿어주지 못하는 속에서 생활해 왔다.	1	2	3	4	5
65. 나는 우리집 가족이 기대하는 것처럼 못하고 있다.	1	2	3	4	5
66. 부모님에게 대드는 것은 쓸데없는 짓이다.	1	2	3	4	5
67. 나는 집안 식구들과 다투는 일이 있다.	1	2	3	4	5
68. 우리집은 내가 어떤 어려움에 처하여도 나를 항상 도와 줄 수 있는 가정이다.	1	2	3	4	5
69. 나는 나의 가족에 대해서 상당한 관심을 가지고 있다.	1	2	3	4	5
70. 나는 우리집 식구들이 나를 별로 신경치 않게 여기고 있다고 생각한다.	1	2	3	4	5
71. 나는 친구들로 부터 신임을 받지 못하고 있다.	1	2	3	4	5
72. 나와 우리집 식구들과의 관계는 만족스러 운 편이다.	1	2	3	4	5

D	68		57		72		61		59		67	계
	56		71		63		64		60		66	
	55		70		62		58		69		65	

	그런 경우 가 거의 없 다	대체로 그렇지 않 다	그렇다와 아니다가 반반이다	대체로 그렇다	항상 그렇다
73. 나는 다른 사람들과 잘 어울린다.	1	2	3	4	5
74. 만나는 사람마다 좋은 점이 있다는 것을 발견한다.	1	2	3	4	5
75. 다른 친구가 보는 입장이나 생각을 이해하려고 노력한다.	1	2	3	4	5
76. 나는 다른 사람들과 좀 더 잘 어울려서 지내야 하겠다.	1	2	3	4	5
77. 남을 사귀는 면에서 볼 때 나에게는 좋은 점이라곤 없다.	1	2	3	4	5
78. 세상 되어가는 일이 나를 화나게 한다.	1	2	3	4	5
79. 나는 남자들 간에 인기가 있다.	1	2	3	4	5
80. 낯선 사람들과 이야기하는 것이 나에게는 힘든 일이다.	1	2	3	4	5
81. 남들이 나를 가까이 사귀기는 꽤 어렵다.	1	2	3	4	5
82. 이만하면 남들과 잘 사귀지 못하는 편은 아니다.	1	2	3	4	5
83. 다른 사람을 대할 때에 좀 더 친해야 하겠다.	1	2	3	4	5
84. 나는 다른 사람의 기분이 상하지 않도록 주의해서 행동한다.	1	2	3	4	5
85. 나는 여자들간에 인기가 있다.	1	2	3	4	5
86. 나는 사회생활을 해나가는 나의 생활 태도에 대해서 만족하고 있다.	1	2	3	4	5
87. 나는 다른 사람들이 하는 일에 대해서 아무런 관심도 갖고 있지 않다.	1	2	3	4	5
88. 나는 다른 사람에게 친절한 사람이다.	1	2	3	4	5
89. 나에게 잘못을 한 사람에 대해서 나는 쉽사리 용서하지 않는다.	1	2	3	4	5
90. 나는 모르는 사람들과 어울릴 때 어딘지 어색함을 느낀다.	1	2	3	4	5

E	88	78	82	83	75	90	계
	85	87	86	77	74	89	
	79	81	84	76	73	80	

	그런 경우 가 거의 없 다	대 체로 그 렇 지 않 다	그 렇 다 와 아 니 다 가 반 반 이 다	대 체로 그 렇 다	항 상 그 렇 다
91. 나는 어쩌다가 거짓말을 하는 수가 있다.	1	2	3	4	5
92. 어떤 때에는 특별한 대상도 없이 욕설을 하고 싶은 때가 있다.	1	2	3	4	5
93. 놀이나 게임을 할 때 될 수 있으면 이기고 싶다.	1	2	3	4	5
94. 이따금 남에게 말하기 어려울 정도로 떳떳치 못한 생각을 하는 수가 있다.	1	2	3	4	5
95. 오늘 중에 해야 할 일을 내일로 미루는 수가 있다.	1	2	3	4	5
96. 화를 내서는 안 되겠다고 생각하면서도 어쩌다가 화를 내는 수가 있다.	1	2	3	4	5
97. 어쩌다가 남의 나쁜 이야기를 하는 수가 있다.	1	2	3	4	5
98. 기분이 언짢을 때에는 화를 잘 내는 일이 가끔 있다.	1	2	3	4	5
99. 나는 가끔 남녀에 관한 농담을 하고 웃는다.	1	2	3	4	5
100. 나는 내가 아는 사람이라고 해서 전부 좋아하지는 않는다.	1	2	3	4	5

S·C	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	계

< 부록3 >

대인관계 척도

이 척도는 현재 당신의 대인관계(교우관계)가 어떠한지를 알아보기 위한 것 입니다. 각 문항을 읽고서 당신 자신의 느낌대로 정확히 그리고 솔직하게 가장 적당한 것 한 개를 골라서 그 번호에 0표하여 주십시오. 이 척도에 담겨진 모든 내용은 연구의 목적에만 한정되며 이에 대한 모든 책임은 연구자가 질 것입니다.

1993. 3. 2 연구자 강 원 식

학 년 남·여 이름

1. 나는 인간으로서 나 자신에 대하여
1) 대단히 불만족하는 편이다. 2) 다소 불만족하는 편이다. 3) 그저 그렇다.
4) 다소 만족하는 편이다. 5) 대단히 만족하는 편이다.
2. 나는 인간으로서의 다른 사람에게 대하여 중앙도서관
1) 대단히 불만족하는 편이다. 2) 다소 불만족하는 편이다. 3) 그저 그렇다.
4) 다소 만족하는 편이다. 5) 대단히 만족하는 편이다.
3. 나는 학교생활 중 대인관계에서 나의 바른 생활태도에 만족하고 있다.
1) 전적으로 그렇지 않다. 2) 그렇지 않다. 3) 그저 그렇다.
4) 비교적 그렇다. 5) 전적으로 같은 의견이다.
4. 다른 사람들은 나를 인간으로서 _____ 사람으로 볼 것으로 느낀다.
1) 대단히 불만족하는 2) 다소 불만족하는 3) 그저 그런
4) 다소 만족하는 5) 대단히 만족하는
5. 급우들로 부터 나에게 대한 비난이나 비평을 들은 경우 내 자존심이 몹시 상했다고 느끼지는 않는다.

- 1)전적으로 그렇지 않다. 2)다소 그렇지 않다. 3)그저 그렇다.
4)비교적 그렇다. 5)전적으로 같은 의견이다.
- 6.다른 사람들은 자기 자신을 인간으로서_____사람으로 본다.
1)대단히 불만족하는 2)다소 불만족하는 3)그저 그런
4)다소 만족하는 5)대단히 만족하는
- 7.다른 사람들과 나의 관계는
1)대단히 원만하지 못한 편이다.2)다소 원만하지 못한 편이다.
3)그저 그렇다. 4)다소 원만한 편이다. 5)대단히 원만한 편이다.
- 8.급우들과 같이 생활이나 교제하는데 있어서 내가 느낀 바를 말 하는 편
이다.
1)전적으로 그렇지 않다. 2)그렇지 않다. 3)그저 그렇다.
4)비교적 그렇다. 5)전적으로 같은 의견이다.
- 9.나는 다른 사람의 욕구나 바라는 것을
1)전혀 깨닫지 못하는 편이다.2)다소 깨닫지 못하는 편이다.
3)그저 그렇다. 4)다소 깨닫는 편이다. 5)아주 잘 깨닫는 편이다.
- 10.나는 나 자신의 느낌을_____이다.
1)잘 이해 하지 못하는 편이다.2)다소 이해하지 못하는 편이다.
3)그저 그렇다. 4)다소 이해하는 편이다. 5)잘 이해하는 편이다.
- 11.나는 급우들 사이에서 내 약점이 공개되더라도 나를 싫어하거나 불리하
게 만들지는 않을 것이다.
1)전적으로 그렇지 않다. 2)그렇지 않다. 3)그저 그렇다.
4)비교적 그렇다. 5)전적으로 같은 의견이다.
- 12.나는 다른 사람의 느낌을
1)잘 이해하지 못하는 편이다.2)다소 이해하지 못하는 편이다.
3)그저 그렇다. 4)다소 이해하는 편이다. 5)잘 이해하는 편이다.
- 13.나는 급우중 누군가가 말을 걸어오기 전에는 내가 먼저 말을 하지 않는

편이다.

- 1)전적으로 같은 의견이다. 2)비교적 그렇다. 3)그저 그렇다.
4)그렇지 않다. 5)전적으로 그렇지 않다.

14.나는 다른 사람과 의사소통을 함에 있어서

- 1)대단히 어려움을 느끼는 편이다. 2)다소 어려움을 느끼는 편이다.
3)그저 그렇다. 4)다소 쉬움을 느끼는 편이다.
5)대단히 쉬움을 느끼는 편이다.

15.인간으로서 다른 사람에 대한 나의 감수성은

- 1)대단히 느린 편이다. 2)다소 느린 편이다. 3)그저 그렇다.
4)다소 빠른 편이다. 5)대단히 빠른 편이다.

16.나는 급우들의 행동이 나에게 큰 영향을 주고 있다고 생각한다.

- 1)전적으로 그렇지 않다. 2)그렇지 않다. 3)그저 그렇다.
4)비교적 그렇다. 5)전적으로 같은 의견이다.

17.다른 사람에 대한 나의 관심이나 온정적 태도는

- 1)대단히 적은 편이다. 2)다소 적은 편이다. 3)그저 그렇다.
4)다소 쉬움을 느낀다. 5)대단히 쉬움을 느낀다.

18.다른 사람에 대한 나 자신의 표현이나 개방성은

- 1)대단히 적은 편이다. 2)다소 적은 편이다. 3)그저 그렇다.
4)다소 많은 편이다. 5)대단히 많은 편이다.

19.나는 회의때나 여러 급우들이 모인 자리에서 대화하는 것을 좋아 한다.

- 1)전적으로 그렇지 않다. 2)그렇지 않다. 3)그저 그렇다.
4)비교적 그렇다. 5)전적으로 같은 의견이다.

20.나는 다른 사람의 느낌을 이해함에 있어서

- 1)대단히 곤란함을 느낀다. 2)다소 곤란함을 느낀다. 3) 그저 그렇다.
4)다소 쉬움을 느낀다. 5)대단히 쉬움을 느낀다.

21. 나는 다른 사람의 이야기를 듣는 것이
 1) 대단히 어려운 편이다. 2) 다소 어려운 편이다. 3) 그저 그렇다.
 4) 다소 쉬운 편이다. 5) 대단히 쉬운 편이다.
22. 나는 급우들이 어떤 일에 초대하는 것을 좋아한다.
 1) 전적으로 그렇지 않다. 2) 그렇지 않다. 3) 그저 그렇다.
 4) 비교적 그렇다. 5) 전적으로 같은 의견이다.
23. 나는 다른 사람을
 1) 거의 신뢰하지 않는 편이다. 2) 다소 신뢰하지 않는 편이다.
 3) 그저 그렇다. 4) 다소 신뢰하는 편이다. 5) 대단히 신뢰하는 편이다.
24. 나는 다른 사람에 대하여
 1) 대단히 거리감을 느끼는 편이다. 2) 다소 거리감을 느끼는 편이다
 3) 그저 그렇다. 4) 다소 친근감을 느끼는 편이다.
 5) 대단히 친근감을 느끼는 편이다.
25. 나의 의견과 급우들의 의견이 서로 다른 경우
 1) 항상 급우의 의견에 따른다. 2) 가끔 급우의 의견에 따른다.
 3) 그저 그렇다. 4) 가끔 급우의 의견을 수용하며 나의 의견도 주장 한다.
 5) 항상 급우의 의견을 수용하며 나의 의견도 주장 한다.
26. 인간관계에 있어서 나는 자신감이
 1) 대단히 적은 편이다. 2) 다소 적은 편이다. 3) 그저 그렇다.
 4) 다소 많은 편이다. 5) 대단히 많은 편이다.
27. 나는 의견의 불일치를 건설적으로
 1) 대단히 못 다루는 편이다. 2) 다소 못 다루는 편이다. 3) 그저 그렇다.
 4) 다소 잘 다루는 편이다. 5) 대단히 잘 다루는 편이다.
28. 나는 급우들의 생각이나 행동을
 1) 잘 이해하지 못하는 편이다. 2) 다소 이해하지 못하는 편이다.
 3) 그저 그렇다. 4) 다소 이해하는 편이다. 5) 잘 이해하는 편이다.

29. 나는 다른 사람과 대화를 함에 있어서 어려움을
 1) 대단히 많이 느끼는 편이다. 2) 다소 느끼는 편이다. 3) 그저 그렇다.
 4) 별로 느끼지 않는 편이다. 5) 거의 느끼지 않는 편이다.
30. 나는 다른 사람에 대하여 긍정적인 느낌을
 1) 대단히 표현하지 못하는 편이다. 2) 다소 표현하지 못하는 편이다.
 3) 그저 그렇다. 4) 다소 느낌을 알고 표현 하는 편이다.
 5) 항상 공감을 하며 표현을 하는 편 이다.
31. 급우가 고민을 하거나 신체적 고통을 받을 때 나의 심정은
 1) 항상 기분이 좋다. 2) 기분이 좋을 때 가 많다. 3) 그저 그렇다.
 4) 가끔 마음이 아프다. 5) 항상 마음이 아프다.
32. 나는 급우가 하는 말을
 1) 항상 믿지 않는다. 2) 대부분 믿지 않는다. 3) 그저 그렇다.
 4) 가끔 믿는다. 5) 항상 믿는다.
33. 나는 다른 사람에 대하여 부정적인 느낌을 건설적으로
 1) 거의 표현하지 못하는 편이다. 2) 다소 표현하지 못하는 편이다.
 3) 그저 그렇다. 4) 다소 잘 표현하는 편이다.
 5) 대단히 잘 표현하는 편이다.
34. 나는 급우들과 만날때마다 친구를 보는 느낌은
 1) 나쁜점 만을 항상 발견한다. 2) 나쁜점 만을 가끔 발견한다.
 3) 그저 그렇다. 4) 좋은점이 있다는 것을 가끔 발견한다.
 5) 좋은점이 있다는 것을 항상 발견한다.
35. 나는 다른 사람과 나의 개인적인 관심사를
 1) 항상 나누고 싶지 않다. 2) 별로 나누고 싶지 않다. 3) 그저 그렇다.
 4) 다소 많이 나누고 싶다. 5) 대단히 많이 나누고 싶다.
36. 나는 급우들과 친밀한 개인적 관계를
 1) 항상 유지하고 싶지 않다. 2) 다소 유지하고 싶지 않다.

3)그저 그렇다. 4)다소 유지하고 싶다. 5)항상 유지하고 싶다.

37.다른 사람이 나에게 대하여 표현하는 긍정적인 느낌을 믿고 받아들이는 나의 정도는

1)대단히 적은 편이다. 2)다소 적은 편이다. 3)그저 그렇다.
4)다소 많은 편이다. 5)대단히 많은 편이다.

38.나는 여러가지 활동을 하는데 급우들로부터

1)항상 권유를 받으며 한다. 2)다소 권유를 받으며 한다.
3)그저 그렇다. 4)다소 나의 의사에 따라 한다.
5)항상 나의 의사에 따라 한다.

39.다른 사람이 나에게 대하여 표현하는 부정적인 느낌을 건설적으로 대하는 나의 정도는

1)대단히 적은 편이다. 2)다소 적은 편이다. 3)그저 그렇다.
4)다소 많은 편이다. 5)대단히 많은 편이다.

40.나는 다른 사람과 장래에 맺고 싶은 인간관계에 대하여

1)잘 이해하지 못하는 편이다. 2)다소 이해하지 못하는 편이다.
3)그저 그렇다. 4)다소 잘 이해하는 편이다.
5)대단히 잘 이해하는 편이다.

< 부록4 >

프로그램지도과정과 관찰(소감)기록표 I

지도자 : 강원식

주제	1.자기소개		지도일시	1993.9.1.16:00
			장 소	S고 상담실
목표	친구들 간의 별칭이나 동물과 식물 또는 자기의 희망등을 나타내는 예칭을 선택하여 사용하므로써 서로의 긴장감 완화와 친밀감을 형성하여 자신을 꾸밈없이 소개할 수 있다.			
유의점	<ul style="list-style-type: none"> ○ 시간 재촉이나 예칭 암시, 책망이나 참견발언을 삼가한다. ○ 성실히 표현하고 질문에는 친절하게 답하며, 느낌 위주로 현재-여기에서의 일만 다룬다. 			
준비물	<ul style="list-style-type: none"> ○ 명패(이름표) ○ 필기도구 ○ 색 캔트지 			
지도과정	도입	부드러운 분위기 조성과 활동목표 설명한다		
	지도내용	<p><실습을 마치고 온 K군은 이마에 땀을 닦았고, 그의 학생은 복장이 단정했으며 실내 분위기는 조용하다></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 왼쪽 가슴에 자기 예칭을 부착하고 등글게 앉아 별칭이나 예칭의 의미, 동기, 이유를 발표 하였다. ○ 발표 후 느낌발표를 하였고 교사도 예칭을 달고 동참 하였다. <p>*활동 내용은 흰머리 때문에 붙여진 하르방(A), 피부가 검은 감상(B), 눈이 비슷한 독수리(C), 그의 9명의 예칭은 동글레기(D), 장끼(E), 보라매(F), 기와쟁이(G), 원돌(H), 코프라(I), 준치(J), 도토리(K), 슈퍼맨(L) 등이다.</p>		
	정리	학습결과를 요약하고 다음 활동주제와 준비물을 홍보하였다.		
지도자의 관찰 및 학생 소감 진술	<ul style="list-style-type: none"> ○ 예칭(별칭)속에 숨겨 있는 성장과정이나 의식을 발표를 통해 자기를 개방하여 대화분위기가 조성 되었다. "감상"도 발표시 굳었던 얼굴이 풀려 갔다. *별칭으로 자기소개를 하고난후 서먹서먹한 기분이 가는 것 같았으나 처음 나 자신에 대해 이야기 한다는 것이 부담 스러웠다(I) *모임의 참여자 들과 친밀하게 되었으며, 인간으로서 나자신을 즐겁게 생각하게 되었다(C) 			

프로그램지도과정과 관찰(소감)기록표 II

지도자 : 강원식

주제	2. 신뢰의 산책		지도일시	1993.9.8.16:00
			장 소	S고 야영장
목표	<ul style="list-style-type: none"> 신체적인 무언의 대화를 통하여 일치감과 대인관계에서 신뢰감을 갖는다. 			
유의점	<ul style="list-style-type: none"> 장난스러운 안내 및 보조동작을 금하고 안전사고에 세심한 주의를 요한다. 눈을 가리고 걸기를 할 때는 계단과 야외를 놓도록 하고 동작 도중에 말을 해서는 안 된다. 			
준비물	<ul style="list-style-type: none"> 눈가리개 종이나 딸랑이 탬버린 			
지도 과정 정리	도입	부드러운 분위기 조성 및 활동 목표를 설명 하였다.		
	지 도 내 용	<p><1학년 학생 6명이 가까이 있어서 불안 한 것 같았으나 포근한 잔디 위에서 마음이 안정되어 즐겁게 진행 하였다></p> <ul style="list-style-type: none"> 2인이 짝이 되어 1인은 눈가리고, 1인은 안내를 하여 10여분 동안 손으로 물건 등을 만져 본다. 역할을 교대하여 실시한 후 느낌 발표를 한다. L: 많이 익숙해진 모습으로 신뢰감을 느끼고 있는 것 같다. I: 약간 불안을 느끼는 동작으로 안내자를 따른다 E: 방향을 잡지 못해 당황하는 모습이다. 		
	정리	학습 시작 전후 느낌과 분위기 차이를 이야기 해본 후 다음시간 활동 주제와 준비물 알린다.		
지도자의 관찰 및 소감진술	<p>두 사람이 완전한 정신적 합일이 이루어 지면 조금도 두렵지 않고 오히려 즐거우며, 만족한 신뢰감을 얻을 수 있어 달릴 수 있는 경지에 까지 이르렀다.</p> <ul style="list-style-type: none"> 신뢰감은 우리 모두에게 있어야 할 조건이라 생각 했다(A) 주위의 모든 것이 친구가 될 수 있음을 깨달았으며, 또 기회가 있으면 참여 하겠다(F) 다른 사람에게 더욱 관심을 가지게 되었다(D) 			

프로그램 지도과정과 관찰(소감)기록표Ⅲ

지도자 : 강원식

주제	3. 신뢰의 승강기		지도일시	1993.9.15.16시
			장 소	S 고 야영장 옆 모래사장
목표	<ul style="list-style-type: none"> 타인에게 신체를 맡기는 동작을 통해 타인을 신뢰하는 태도를 기르고 신뢰 한다는 것이 모든 인간관계의 근본임을 안다. 			
유의점	<ul style="list-style-type: none"> 장난기 섞인 “놀이”가 되지 않도록 하고 침묵으로 동작만 행한다. 장중한 음악을 배경으로 할 수 있으며, 부상을 입지 않도록 주의한다. 			
준비물	<ul style="list-style-type: none"> 간편한 복장과 눈 가리개 			
지도과정	도입	타인과 더불어 같이 했던 일에서 들었던 긍정적인 이야기를 생각하면서 명상을 한다.		
	지도내용	<p><해양훈련을 했던 장소에 모이자 게임으로 알고 즐거워 하였으나 잠시 후 마음이 설레이는 것 같았다></p> <ul style="list-style-type: none"> 6명씩 2개의 그룹을 선체로 등근원을 만들고 원 중앙에 1명을 눈가리고 반듯이 눕혀 수평으로 몸을 올린다. 가장 높은 위치에서 20 - 30초 머문 후 천천히 내리고, 교대를 하여 주인공과 보조자의 입장에서 느낌을 발표 한다. * 몸을 떨어지 못하고 안전부절 한다(E), 다소 감격하고 마음이 설레인다(G), 침묵을 지키며 동작 만 하면서 활동을 잘 하고 있다(A) 		
	정리	인간관계의 근본이 신뢰임을 알도록 한후 다음시간 활동 주제와 준비물을 알린다.		
지도자의 관찰 및 소감진술	<p>학습자가 집단원 들에 의하여 받혀지고 있는 느낌을 경험 하도록 하였고, G군은 최종 느낌 발표에서 허공에서의 행복감과 감격 했음을 발표 하였다.</p> <ul style="list-style-type: none"> * 신뢰 한다는 것이 모든 인간관계의 근본인 것 같다(G) * 주위의 모든 것이 새롭게 느껴 졌으며 소중한 나를 깨달았다(H) * 사람을 믿는다는 것이 소중한 함을 알았다(B) 			

프로그램 지도과정과 관찰(소감)기록표Ⅳ

지도자 : 강원식

주제	4.의사전달 놀이		지도일시	1993.9.22.16시
			장 소	S 고 상담실
목표	우리들의 의사가 전달되는 과정에서 어떻게 변질되어 가는가를 체험함으로써 협동심과 경청하는 성실성을 기른다.			
유의점	<ul style="list-style-type: none"> ○.문장의 난이도와 논리성을 생각해서 설명 카드를 작성한다. ○.인간이 보거나 들을 때 강조화,단순화,정형화 하는 경향을 체험하여 인간관계의 변화를 정리해 준다. 			
준비물	○.준비한 카드(구체적인 사실을 설명한 1-2문장의 글이나 그림)			
지도과정	도입	○.지금까지 친구들과 지내 오던 중 말의 전달 잘못으로 오해나 화가 났던 사례를 생각해 보도록 한다.		
	지도내용	<p><학생들은 표정이 밝으며,6명이 1조가 되어서 2열로 앉도록 하여 맨 뒤 학생이 카드 내용을 읽고 이해한 후 뒤에서 말을 전하기 시작한다>.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○.1열 또는 원형으로 앉아 제시하는 카드를 읽은 후 다음 사람에게 귓속말로 전달하여 맨 마지막 사람이 읽은 내용을 발표한다. ○.어떤 사물을 보거나 들었을 때 강조화,단순화,정형화 시키려는 경향을 체험 한다. * 1조 카드 내용:산업화 시대에 접한 현대는 학생들이 대중가요와 퇴폐 전자오락을 좋아하게 되었고,이를 선도는 못하고 조장하는 어른들과 방송사는 반성 해야 한다(H군 발표:퇴폐적인 대중가요나 오락을 조장하는 학생이나 어른은 과중한 처벌을 해야 한다) 		
	정리	의사전달이 제대로 안될때 인간관계의 어려움을 상기 하면서 적극적 경청과 자기표현 훈련을 반복한 후 다음시간 활동주제를 알린다.		
지도자의 관찰 및 소감진술	<p>듣는 것 보다 전달하는 것이 어렵고 말이 전해지는 과정에서 내용이 확대 또는 축소 되는 것을 알 수 있다. 반복 연습 됨에따라 의사전달이 정확 해 지고 있으나 L군은 말의 전달을 반대로 해 버려 미안 해 하였다.</p> <ul style="list-style-type: none"> * 자신이 말하는 버릇을 깨닫고서 고칠려고 노력하게 되었다(L) * 친구와의 의견 충돌이 있는경우 책임이 나에게도 있음을 알았고, 앞으로 효과적인 대화를 할 수 있을 것 같다(K) * 짐작이나 추측으로 대화를 하면 오해 할 수 있음을 알았다(E) 			

프로그램 지도과정과 관찰(소감)기록표 V

지도자: 강원식

주제	5.앵무새 놀이		지도일시	1993.10.6.16시
			장 소	s 고 상담실
목표	상대방의 말을 반복하는 놀이를 통하여 타인이 말을 경청하는 태도와 말의 기초연습 할 기회를 갖는다.			
유의점	<ul style="list-style-type: none"> ○ 개인 사생활에 관한 것은 피하고 반드시 지금의 감정을 설명하여야 한다. ○ 어려운 말의 사용은 되도록 피하고 두줄 정도로 말 한다. 			
준비물	없 음			
지도과정	도입	언어 장애가 있거나 표현능력이 부족한 학생 관찰로 사전지도와 격려를 하였다.		
	지도내용	<p><음료수를 한 잔씩 마시면서 안정된 분위기를 조성한 결과 전 학생의 표정이 밝다></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 두 사람씩 짝 짓고 마주 앉아 자신의 감정,느낌,성격 등에 관하여 말 한다(나는 지금입니다). ○ 상대방이 사용한 말을 그대로 반복 한다(당신은 지금..... 하군요) ○ 역할을 교대하고 느낌이나 감상을 발표 한다. * 지난 일요일 방파제에서 큰 문어를 잡아서 만원에 팔았는데 그 돈은 정말 소중한다고 생각 하였다(D) * 매일 아침 조깅 하는 것이 건강에 좋을 것 같습니다(E) * 요즘 대인관계에서 문제는 대화기술 부족 입니다(G) 		
	정리	상대방에게 부담을 줄 수 있는 어려운 말의 사용은 피하고 상대방을 수용하며 이해에 역점을 두도록 한 후 다음시간 활동 주제를 알린다.		
지도자의 관찰 및 소감진술	<p>상담집단 전원이 대화에 조금씩 자신감을 얻고 있으며 대화의 중요성을 인식하기 시작 했다.시간적 여유를 갖고 적극적 경청과 공감 그리고 수용적 분위기 조성에 노력 하였다.</p> <ul style="list-style-type: none"> * 자신의 의견을 주장만 하기 보다는 상대방의 의견을 듣게 되었다(J) * 남 들이 나의 말을 그전 보다 쉽게 이해 하는 것 같으며,다른 사람의 생각을 다소 깨닫게 되었다(G) * 다른 사람 앞에서 말을 할 적에 덜 불안하고 편안 하였다(A) 			

프로그램 지도과정과 관찰(소감)기록표VI

지도자 : 강원식

주제	6.경청실습		지도일시	1993.10.13.16시
			장 소	S 고 상담실
목표	경청하는 기술을 학습하고 상대방의 말을 이해 및 수용하여 간략하게 요약 할 수 있는 능력을 길러 진정한 대화의 과정을 안다.			
유의점	<ul style="list-style-type: none"> ○ 처음에는 짧게 이야기 해 나가다가 점차로 긴문장을 연결 한다. ○ 말 보다 감정을 아는데 전념하도록 하며,관찰자가 주도권을 갖지 않도록 한다. 			
준비물	없 음			
지도과정	도입	학습목표와 토의 논제를 미리 예시한다. (친구,공지,용돈,기관장,이성교제)		
	지도	<p><세 사람씩 짝짓고 앉아 차분한 분위기 속에서 학습목표와 진행절차를 상세히 설명하고 관찰자를 지정하여 토의 논제를 결정 한다></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 세 사람씩 짝짓고 4그룹으로 조직하고 두사람은 논쟁하고 한사람은 관찰자가 되며,역할은 교대한다. ○ 말 에는 될 수 있는한 집착하지 말고 감정을 아는데 전념하도록 하고 느낌 발표(깨달은 점,배운점)를 한다. * 용돈:많은 돈은 필요 없으며 차비,오락비,군것질,학용품 구입에 주로 쓰인다(J) * 기관장:나의 꿈은 면허를 취득하여 10만톤 이상의 상선을 타서 세계일주를 하고 돈을 많이 벌어 행복하게 살고 싶다(K) * 종합적인 소감을 순서대로 전원이 발표 한다. 		
	내용	<ul style="list-style-type: none"> * 얼굴표정과 시선의 강약,손짓과 몸짓,한숨쉬기 등의 의미를 파악하는 훈련과 격려를 통한 자신감을 준 후 다음시간 활동주제와 준비물을 알린다. 		
	정리			
지도자의 관찰 및 소감	<p>아직도 대화에서 경청하며 이해하고,토의하는데 서툴지만 긍정적인 면이 보이고 있으며 자신감이 엿보인다. 종합적인 소감 발표에서 L군은 옆 학생의 말을 그대로 되풀이 한다.</p> <ul style="list-style-type: none"> * 내 마음이 좁고 내가 다른 사람을 이해하는 생각이 적다는 것을 알았다(E) * 대화 중 친구의 의견을 잘 듣지 않는 것이 나를 싫어 하는 이유임을 알게 되었다(k) * 마음을 더놓고 이야기 하며 들어 주는 것이 얼마나 속이 후련한 지를 느끼게 하였다(B) 			

프로그램지도과정과 관찰(소감)기록표Ⅶ

지도자 : 강 원 식

주제	7.나의 장단점 말하기		지도일시	1993.10.20.16시
			장 소	S 고 상담실
목표	<ul style="list-style-type: none"> ○ 자기 자신에 대한 장점과 단점을 발견하여 솔직하게 표현하고 느낌을 주고 받으므로써 타인의 행동을 긍정적으로 이해하는 태도를 기른다. 			
유의점	<ul style="list-style-type: none"> ○ 모든 구성원이 정숙하고 진지한 분위기를 유지 하도록 하고 본인의 자율에 의해 선정한다. ○ 가능하면 타인이 말해 준 장점이나 단점이 아닌 것으로 생각해 본다. 			
준비물	8절 모조지 1장(개인별),필기도구(색연필,칼라펜),스카치 테이프			
지도 과 정	도 입	정숙하고 진지한 분위기를 유지하면서 학습에 임하도록 한다.		
	지 도 도	<p><조용한 분위기에서 눈을 감고 눈을 자신의 내면으로 보도록 한 결과 차분한 분위기 속에 밝은 표정을 하고 있다></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 눈감고 나의 장점과 단점 생각한 후 글로 쓰거나 그림으로 그려 붙여 놓고 자기 것을 설명 한다. ○ 자신의 발표 중 또는 다른 사람의 발표를 경청 하는 동안 느낌 발표를 한다. 		
	내 용	<ul style="list-style-type: none"> * 장점은 바다와 배에 대한 끝없는 호기심과 남의 단점을 잘 들추지 않는다.단점은 수업 시간에 주위가 산만하고 모르는 것을 알려 하지 않고 그냥 넘겨 버린다(H) * 장점은 참을성이 강하고 남에게 뒤지기 싫어 하는 성질이 있다.단점은 친구를 정답게 사귀지 못하며 이기적 이다(J) 		
	정 리	장점과 단점을 자신의 성장과 발전을 위해 활용하도록 한 후 다음 시간의 주제와 준비물을 홍보한다.		
지도자 의 관찰 및 소감 진술	<p>상담집단 학생 전원이 반성의 기회가 되었고 자기를 사랑하며 타인의 장점을 발견하려는 노력이 나타나고 있다.아울러 자기에 대한 자신의 인식과 타인의 인식이 다를 수 있음을 깨닫게 되었다.</p> <ul style="list-style-type: none"> * 나의 생각과 다른 사람의 생각과의 차이를 이해하게 되었으며, 상대방의 좋은점을 발견하기 위한 노력을 하게 되었다(J) * 나의 장점과 단점을 알게 되고 친구의 장점을 배우고 싶어 졌다(L) * 내가 단점으로 생각하는 것이 도리어 장점으로 보는 친구도 있다(F) 			

프로그램지도과정과 관찰(소감)기록표Ⅷ

지도자 : 강 원 식

주제	8.죽 흥 연 설		지도일시	1993.10.20.16시
			장 소	S 고 상담실
목표	<ul style="list-style-type: none"> ○.자신의 자유의사를 발표하는 경험을 쌓고 타인에 대하여 자신의 의견이나 사상을 조리있고 명확하게 전달하는 능력을 기른다. 			
유의점	<ul style="list-style-type: none"> ○.연설제목은 재미있는 것을 즉흥적으로 비밀리에 하는 것이 좋다. ○.안정된 분위기를 조성하고 한 사람의 연설이 끝날 때 의견을 나눈다. 			
준비물	<ul style="list-style-type: none"> ○.연설제목카드 .간단한 연단 .연설 카드 답는 그릇 			
지도 과 정	도입	목의 긴장을 풀고 집단내 안정된 분위기를 조성한다.		
	지	<특활시간 이므로 문 밖에서 소란한 학생 이동이 있었으나 출입문을 닫고 안쪽 방으로 이동하여 안정된 분위기에서 프로그램을 시행하였다>		
	도	<ul style="list-style-type: none"> ○.유의사항을 전달한 후 용지를 나누어 주면 재미있는 연설제목을 1 - 2개씩 적어 내도록 하여 차례로 한 사람씩 나와서 눈감고 연설 제목을 뽑은 다음 즉흥 연설을 한다. 		
	내 용	<ul style="list-style-type: none"> * 내가 동물이라면 : 나를 괴롭히는 인간들과 대항 하기 위한 협회를 만들어 생존을 위해 노력하여 지상의 낙원을 만들겠다(B) * 낙제를 하려면 : 철저한 0점을 맞기 위해서는 100점과 같은 우등생의 실력이 있어야 정답을 피할 수가 있다.우등생과 낙제생의 선택은 자유 입니다.열심히 노력 합시다(E) 		
정리	연설자의 잘 한점을 지적해 주어 자신감을 갖도록 한다.다음시간의 주제를 홍보한다.			
지도자 의 관찰 및 소감 진술	실수에 대한 걱정 때문에 발표나 경청태도가 소극적이었으나 반복 연습후 발표력이 향상 되었다.각자의 발표내용이 다름을 느끼며 모두가 개성이 다른 인간임을 알게 되었다. <ul style="list-style-type: none"> * 내가 발표를 잘 하고 용기가 있다는 것을 알게 되었으며,대화에서 고쳐야 할 태도도 이해 하게 되었다(C) * 모든 일에 자신감을 가지고 적극적으로 임할 수 있게 된 것 같다(H) * 내가 말이 많은 사람을 싫어 하는 이유를 알고 보니 내가 말이 많음을 알았다(D) 			

프로그램지도과정과 관찰(소감)기록표Ⅸ

지도자 : 강원식

주제	9.나만의 특별한 경험		지도일시	1993.11.3.16시
			장 소	S 고상담실
목표	특별한 경험을 즉흥적으로 소개하여 자기와 타인에 대한 감정을 자연스럽게 경험 하므로써 표현하는 기술과 서로 이해하고 공감하는 태도를 기른다.			
유의점	<ul style="list-style-type: none"> ○ 청취자는 발표자의 말에 비판하려 하지 말고 그의 입장이 되어 경험에 동참하는 기분으로 공감하고 짝의 입장에서 표현한다. 			
준비물	없 음			
지도과제	도입	장소선택과 분위기 조성에 신중을 기하고 격려를 통하여 자신감과 의욕을 갖도록 한다		
	지도내용	<p><상담실에 참여한 학생들이 침묵이 계속 되면서 무엇을 말해야 될지를 몰라 초조한 얼굴이었으나 차차 대화의 분위기로 되어 갔다.3분 가량 눈을 감고 생각한 후에 자유스런 몸짓을 하면서 서로 대화 한다></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 눈 감고(2-3분)특별히 기억나는 일을 생각하여 짝에게 경험(성공감,실패담 등)을 대화한 후 들은내용을 발표하고 느낌을 발표한다. ○ 짝의 입장에서 눈을 마주보고 손을 잡으면서 이야기를 나누도록 한다. <p style="text-align: center;">제주대학교 중앙도서관</p> <ul style="list-style-type: none"> * D군은 중학교 2학년 때 낚시질을 갔다가 바다에 추락하여 해너들의 구조로 살아났다(E) * G군은 친구와 같이 오토바이를 타고 가다가 도랑에 떨어져 팔을 다쳐서 20일간 치료 했다(H) * 종합 소감:저는 지금 아주 후련한 기분을 맛 보았습니다.기분이 불쾌했던 감정을 말하고 나니 속이 시원 합니다(F) 		
	정리	비판적인 이야기를 삼가하고 발표자의 입장이 되어 경험에 동참하는 기분으로 공감하게 한 후 다음 시간의 주제와 준비물 홍보한다.		
	지도자의 관찰 및 소감 진술	<p>발표력이 미숙한 학생과의 짝을 바꾸어 주며 진행한 결과 자기개방 범위와 공감과 수용하는 태도가 향상 되었다.</p> <ul style="list-style-type: none"> * 나 자신이 얼마나 이기주의적인 인간이라는 것을 느꼈다(I) * 발표력이 부족해서 나서기를 주저하는 내 자신을 알게 되었다(K) * 발표력과 표현력이 향상되어 생활에 좀더 즐거움을 찾게 되었다(A) 		

프로그램지도과정과 관찰(소감)기록표 X

지도자 : 강원식

주제	10. 좋은 결정과 나쁜 결정		지도일시	1993.11.10.16시
			장 소	S 고 상담실
목표	<ul style="list-style-type: none"> ○ 과거에 내렸던 결정의 과정을 탐색하여 문제해결의 방식을 습득하고 개인의 의사결정이 개인과 인간관계의 성장에 중요한 요인임을 안다. 			
유의점	<ul style="list-style-type: none"> ○ 6하 원칙에 의하여 발표하며 듣는 사람이 궁금하지 않도록 발표한다. ○ '나빴던 결정'을 탐색함에 있어 자신의 행동을 솔직하게 분석하도록 한다. 			
준비물	<ul style="list-style-type: none"> ○ 16절 갱지 필기도구. 			
지도과정	도입	<ul style="list-style-type: none"> ○ 돌고래 행사에 참여 했던 소감을 간략하게 이야기 하도록 하면서 발표 분위기를 조성한다. 		
	지시	<p><구내 매점에서 사온 과자를 먹으며 일주일 동안의 경험담을 이야기 하는 동안 분위기가 조용한 편이다></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 최근에 좋았던 결정과 나빴던 결정을 적어서 돌아가면서 발표한 후 느낌을 발표한다. ○ 발표 전에 결정한 이유, 영향을 준 사람, 충고를 준 사람들을 자신에게 질문 해 본다. 		
	내용	<ul style="list-style-type: none"> * 좋은 결정은 친구의 권유로 유도장에 다니게 된 것이고, 나쁜 결정은 아버지 심부름을 갔다오다가 전자 오락실에서 돈을 다 써버리고 부모님께 거짓말을 하게 됐다(F) * 좋은 결정은 해외펜팔을 하기 위해 '펜팔클럽'에 연락결과 일본 학생의 주소를 받게 된 것이고, 나쁜 결정은 친구 생일 파티에 초청을 받았으나 집안일로 가지 못 했다(H) 		
	정리	<p>학교 예술제인 돌고래 행사에 적극적으로 참여한 점 칭찬하고 발표 과정에서 잘한점을 칭찬한 후 다음시간의 주제와 준비물을 홍보 하였다.</p>		
지도자의 관찰 및 소감	<p>사건을 보다 구체적으로 6하 원칙에 의해 발표하는 과정에서 좋은 결정을 위한 문제 해결점을 다소 알게 되었다.</p> <ul style="list-style-type: none"> * 친구들의 성격을 파악하는데 도움이 되고 개성을 발견할 수 있었다(H) * 의사결정의 결과가 친구와의 우정에 큰 영향이 있음을 알았으며 나쁜 점에 대한 충고를 받는 것이 어려움을 알았다(D) * 문제해결의 방법을 조금 알고 나니 기쁨이나 슬픔의 대부분이 인관관계에 있다는 것을 발견 했다(F) 			

프로그램지도과정과 관찰(소감)기록표Ⅱ

지도자 : 강 원 식

주제	11.우 주 여 행		지도일시	1993.11.17.16시
			장 소	S 고 상담실
목표	어떤 주제에 대하여 의논을 통해 집단 의사 결정의 협력과정을 체험해 봄으로써 집단의사 결정의 중요성을 인식한다.			
유의점	<ul style="list-style-type: none"> ○ .될수 있는한 충분한 시간을 주며,집단별로 득점 경쟁의 느낌을 안 주도록 한다 ○ .특별한 잘못이 보이지 않는한 조별 내용은 좋은 결과로 받아 들인다. 			
준비물	상황설명서,순위기입용지,NASA정답표,모조전지,철판,분필,칼라펜			
지도과정	도입	목표와 취지를 설명하고 우주여행을 상상해 본다.		
	지도	<ul style="list-style-type: none"> ○ .<6명씩 짝을 지어 우주선 탑승 후 긴급 사태 발생으로 목표지점으로 부터 약 200Km 떨어진 지점에 불시착하여 기체가 파손된 상태라 가상하고 집단 생존을 위한 문제해결방안을 모색한다> ○ .상황 설명서와 순위기입용지(개인별,집단)를 배부하고 정답설명시 중요한 요소,채점방법,결과작성 및 비교 검토 하도록 한 후 전체를 검토하고 발표하도록 한다(느낌발표) ○ .물품의 용도에 대해 어느정도 이해가 가도록 도와 준다. 		
	내용	<ul style="list-style-type: none"> * 1조 토의내용(E):개인적으로 "분유" 4위,집단에서 11위(오차1). * 2조 토의내용(H):개인적으로 "구급상자"14위,집단에서8위(오차1). * 느낌 발표:공동사고에 의한 집단결정이 오차가 없거나 적어지며 생존 가능성에 접근하고 있음을 알게 되었다(G) 		
	정리	집단의사결정에 협동이 잘된 면을 칭찬하고 다음 주제와 준비물을 홍보한다.		
지도자의 관찰 및 소감 진술	<p>개인과 개인의 갈등이나 집단간의 지나친 주장과 같은 일상의 과오를 구성원 상호간의 집단 사고력에 의해 해결하는 경험을 하였다.</p> <ul style="list-style-type: none"> * 개인 결정보다 집단적 의사결정과정의 시간과 갈등이 있었으나 결정된 의사 결정 내용이 인간관계 증진에 효과적임을 알았다(E) * 상대의 의견을 존중하여 수용하는 것이 나의 의견도 존중 된다는 것을 경험 하였다(C) * 득점 등의 경쟁은 개인 이기주의로 변화되어 갈등과 불쾌한 감정이 나타나고 있음을 느낄 수 있었다(B) 			

프로그램지도과정과 관찰(소감)기록표지

지도자 : 강 원 식

주제	12. 희망과 사랑의 선물주기		지도일시	1993.11.24.16시
			장 소	S 고 상담실
목표	<ul style="list-style-type: none"> ○ 프로그램을 진행하면서 발견한 구성원 들의 인간상,생각,태도,장단점 들을 서로 알려주어 자신을 깊이 이해하고 새로운 용기를 얻도록 하여 인간·관계 증진에 도움을 주는데 있다. 			
유의점	<ul style="list-style-type: none"> ○ 과거의 선입관을 버리고 이 시점에서 '느낀 점'을 표현 하도록 유도 한다.장점을 찾아 본 받고 단점을 좋게 충고해 주는 우정이 나타나야 한다. 			
준비물	8절 도화지, 필기도구			
지도과정	도입	따뜻한 우정을 바탕으로 동료들을 이해하고 도와준다는 신뢰적 분위기를 조성한다.		
	지도내용	<p><상담실은 조용한 분위기에서 명상음악이 방송되고 있다.5분 정도 활동내용을 설명한 후 20분 정도 '희망과 사랑의 선물주기'를 실시한다.></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 도화지 상단에 자기 애칭과 이름을 적고 옆사람에게 건네 주면 그 학생에 관한 느낀점,장단점,부탁의 말을 글이나 그림으로 기록해 준다. ○ 전 학생을 거쳐 받은 편지 내용에서 새로이 발견한 자기모습,격려 받은 내용을 발표 한다. ○ 여러 사람이 나를 어떻게 보아 왔는가 또한 자신이 이제까지 생각했던 "나는 누구인가"를 비교하여 자신을 깊이 이해하고 새로운 용기를 얻는다. <p>* 얼굴이 잘 생겼다.강남에 제비가 되지 않기를 빈다(A) * 공부 열심히 하여 20만톤 상선의 기관장이 되어라(B) 프로그램의 전반적인 느낌 발표에서 'C'군은 "나의 행동에 대해 다른 학생들의 느낌이 각각 달랐다"고 했고 'D'군은 "친구의 장점을 찾아 왜 칭찬해야 되는지를 알았으며,남을 이해하고 존중하게 되었다"고 하였다.</p>		
	정리	지금까지 프로그램에 적극적인 참여활동을 칭찬하며 자긍심을 강조하여 자기혁신의 가치기준을 확립하도록 유도한다.		
	지도자의 관찰 및 소감 진술	<p>학생들은 마음을 개방하여 타인을 수용할 줄 알고 있으며,계속적인 프로그램 지도를 한결과 이성발달에 긍정적인 효과가 나타났다.</p> <p>* 12회의 인간관계 증진을 위한 집단상담은 달라진 내 모습을 만들었다.또 좋은 미래의 자화상을 갖고 생활설계를 할 수 있게 되었다 (J)</p>		