

Journal of Korean Clinical Health Science. <http://kschs.or.kr>

Vol. 5, No. 3, September 2017, pp. 925-935

DOI: <http://doi.org/10.15205/kschs.2017.09.30.925>

자아성장 집단상담 프로그램이 간호대학생의 자아존중감, 자아정체감 및 의사소통 능력에 미치는 효과

서영숙¹, 최은정², 정추영¹

¹대구보건대학교 간호학과, ²경상북도 보건정책과

Effects of Self-Growth Group Counseling Programs on the Self-Esteem,
Ego-Identity, and Communicative Competence of Nursing students'

Young-sook Seo¹, Choi Eun-Jung², Chu-young Jeong^{1*}

¹Department. of Nursing, College of Daegu-Health

²Department of Health Policy, Gyeongbuk Province office

(Received July 28, 2017; Revised August 08, 2017; Accepted August 10, 2017)

Abstract

Purpose. This study was conducted in order to establish a self-growth group counseling program and examine the effects of self-esteem, ego-identity, and communicative competence among nursing students.

Method. The study was designed using a non-equivalent control group pretest-post-test design. Data was collected from a period between March 13 and May 26, 2017, Participants involved were 66 second year nursing students in 1 College of K City, and were assigned to an experimental group (n=30), or a control group (n=33). A self-growth group counseling program was conducted over a period of 10 sessions for 10 weeks, once a week at 100 minutes per session. The data was analyzed using descriptive analysis, independent t-tests, and χ^2 tests with t SPSS/WIN 21.0.

Results. After completion of the program, a difference was observed in levels of self-esteem($t=3.14$, $p=.004$), ego-identity($t=2.86$, $p=.006$), and communicative competence($t=5.42$, $p=.011$) of the experimental group.

Conclusion. It is expected that these results would be helpful for increasing self-esteem, ego-identity, and communicative competence among nursing students by way of a self-growth group counseling program.

Key words: Communicative competence, Ego-identity, Nursing students, Self-esteem.

*Corresponding author : jey@dhc.ac.kr

1. 서론

1.1. 연구의 필요성

대학생 시기는 책임감 있는 사회인이 되기 위해 준비하는 과정으로¹⁾, 대부분의 대학생들은 전공 지식 학습과 취업 관련 경력을 위해 많은 시간을 할애하고 있다²⁾. 한편 우리나라의 교육 환경은 대학 입학 위주의 특성으로 인해 청소년기의 과업인 자아정체성 확립은 외면하는 경향이³⁾. 특히 간호대학생은 간호전문직에 대한 직업정체성 형성이 필수적이다⁴⁾. 한편 국가시험을 통해 면허증을 취득해야 하는 간호학과 학생들은 막대한 학습량과 임상 실습이라는 특수한 교육과정으로 인하여 심리적 부담감과 불안을 느끼며 자아존중감에도 부정적 영향을 받고 있는 것으로 보고되고 있다⁵⁾.

간호대학생의 이러한 경험은 전문직 간호사로서의 대상자 및 가족을 조력하는데 저해요인이 되므로 어떤 상황에서도 대처해 나갈 수 있는 간호전문직 정체성 확립이 요구된다⁶⁾. 또한 간호사는 다양한 간호대상자와 다른 보건의료 분야의 종사자들과 긴밀한 협조와 이해관계가 요구된다. 특히 의료 환경의 변화와 간호의 전문화 추세는 간호사의 역할 확대를 가져왔다. 이러한 역할들의 수행을 위해서는 무엇보다 효과적인 의사소통 능력을 함양하여 보건의료 종사자 및 대상자와의 관계 형성으로 변화하는 환경에 적응하는 것이 필요하다고 본다.

자아존중감은 자신에 대한 긍정적인 견해와 시각으로서 자신과 타인과의 관계를 촉진할 수 있는 원동력이다⁷⁾. 따라서 자아존중감이 높은 사람은 적극적이고 능동적이며 창의적으로 역할을 수행하며 타인을 수용하여 타인의 능력과 자신의 능력을 잘 인식한다⁸⁾. 이로 인해 주위 환경이나 사회적 관계에서도 안정감을 느끼고 소속감을 가지며 문제에 대해 책임지는 자세를 갖추고 있으며 목적의식과 미래에 대한 이상으로 동기화 되어 있다⁹⁾. 반면 낮은 자아존중감은 스스로를 비난함으로써 타인과 원만한 사회적 관계와 상호작용에 어려움을 겪게 된다⁸⁾.

자아정체감은 한 개인이 자신은 타인과 다른 고유한 존재라는 의식을 갖게 되는 것을 의미하며¹⁰⁾, 자아존중감과 밀접한 관련이 있다¹¹⁾. 특히 긍정적인 자아정체감은 원만한 대인관계와 의사소통 능력에 영향을 미치며¹²⁾, 자기실현을 구체화 하는 방향으로 행동을 결정하게 한다¹³⁾. 따라서 간호대학의 교육 과정을 통하여 간호대학생이 자기 자신을 이해하고 수용하도록 돕고, 자아정체성을 바르게 확립하도록 하여 성취욕구가 높고 목표의식이 명확하며 적응력과 자율성을 갖춘 전문직 간호사가 될 수 있도록 하여야 한다¹⁴⁾¹⁵⁾.

한 개인의 자신에 대한 시각은 타인과의 의사소통을 통해 영향을 받는다¹⁶⁾. 특히, 타인으로부터 인정과 수용을 받은 경험은 긍정적인 자아개념을 형성하며 자아존중감 향상에도 영향을 미친다¹⁷⁾. 따라서 의사소통의 내용은 개인의 자아존중감에 영향을 미칠 것으로 예상할 수 있다.

최근 간호 현장에서의 대인관계적인 면과 간호사의 치료적 의사소통술 적용에 대한 관심의 증가로 대상자와의 적극적인 상호작용을 통한 질적 간호를 수행할 수 있도록 하는 프로그램이 요구되고 있다¹⁴⁾. 다양한 집단상담 프로그램을 적용한 선행연구에는 자기주장훈련 프로그램¹⁸⁾, 현실요법 집단상담¹⁹⁾ 및 심리검사 위주의 자아성장 프로그램⁹⁾ 등이 대학생의 자아존중감 향상과 자아정체감 형성에 효과적인 것으로 보고되었다.

반면 간호대학생을 대상으로 한 자아성장 프로그램은 MBTI (Myers-Briggs Type Indicator: 이하 MBTI) 자기성장 프로그램⁹⁾과 잠재력 개발 집단상담²⁰⁾을 활용한 것을 제외하고는 거의 없는 실정이다. MBTI는 융의 심리유형이론을 경험적으로 검증하여 실생활에 이용하기 위해 제작된 것으로 Katherine Briggs와 Isabel Myers가 일반인을 대상으로 연구하여 약 70여년에 완성된 도구로 적용 영역이 광범위한 심리유형검사이다²¹⁾. 또한 MBTI는 인간관계에서 발생하는 오해와 편견을 보다 근원적으로 다루어보고자 하는 목적 하에 출발하여 자아존중감 향상, 의사소통 증진, 긍정적 자기지각 등 여러 측면에

효과가 있는 것으로 나타났다²²⁾.

따라서 본 연구자는 이러한 맥락에서 간호대학생을 위한 자아성장 집단상담 프로그램을 탐색하게 되었으며 MBTI 활용과 의사소통 훈련 내용을 포함한 자아성장 집단상담 프로그램을 제시하게 되었다. 선행연구를 고찰한 결과, MBTI를 활용한 자아성장 집단상담 프로그램은 자신의 긍정적인 성격특성, 강점과 잠재력을 발견함으로써 자아존중감을 향상시키고 자아정체감 형성을 도와 자신과 타인을 이해하고 집단구성원과의 역동적인 활동을 통하여 의사소통 능력을 향상시킬 수 있을 것으로 생각된다,

따라서 본 연구자는 MBTI 활용 및 의사소통 훈련을 통합한 자아성장 집단상담 프로그램을 개발하여 간호대학생들의 성공적인 대학생활과 사회생활 적응을 돕고, 간호현장에서의 다양한 대상자와의 효과적인 의사소통을 통해 원만한 대인관계 형성과 치료적 역할을 수행함으로써 높은 자질을 갖춘 전문직 간호사를 양성하는데 도움이 될 것으로 기대되어 본 연구를 시도하게 되었다.

1.2. 연구 목적

본 연구의 목적은 간호대학생을 대상으로 자아성장 집단상담 프로그램을 적용하여 그 효과를 검증하기 위함이며 구체적 목적은 다음과 같다.

첫째, 자아성장 집단상담 프로그램 적용이 간호대학생의 자아존중감에 미치는 효과를 확인한다.

둘째, 자아성장 집단상담 프로그램 적용이 간호대학생의 자아정체성에 미치는 효과를 확인한다.

셋째, 자아성장 집단상담 프로그램 적용이 간호대학생의 의사소통 능력에 미치는 효과를 확인한다.

2. 연구방법

2.1. 연구설계

본 연구는 자아성장 집단상담 프로그램 적용

이 간호대학생의 자아존중감, 자아정체성 및 의사소통 능력에 미치는 효과를 검증하기 위한 비동등성 대조군 전후 설계의 유사실험 연구이다.

2.2. 연구대상 및 자료수집

본 연구 대상자는 K시에 소재한 1개 대학교 간호학과 1학년 재학생을 대상으로 자아성장 집단상담 프로그램 참여자 모집 공고 후 신청 접수를 한 대상자를 실험군으로 하였으며, 프로그램 참여 신청을 하지 않은 1학년 중 자원봉사 활동 프로그램에 참여한 학생을 대조군으로 하였다.

표본 수는 G*Power 3.1.2 program을 이용하여 유의수준(α) .05, 검정력($1-\beta$) .80, 효과크기(d) 0.8으로 설정하여 t-test를 위한 대상자 수를 확인한 결과 최소 표본 수는 28명이었다. 연구 시작 시 실험군은 32, 대조군은 38이었으나, 연구가 진행되는 동안 실험군 2명과 대조군 5명이 탈락하여 최종 분석 대상은 실험군 30과 대조군 33으로 총 66명이었다.

연구기간은 2017년 3월 13일에서 5월 26일까지였고, 자료수집은 구조화된 설문지를 이용하였다. 자료수집 방법은 연구방법과 과정의 일관성을 위해 사전에 연구보조원에게 설문지 작성과 수집방법에 대해 교육을 실시하였다. 두 집단 모두 연구자가 운영자임을 감안할 때 연구결과에의 편향성 위험을 배제하고 프로그램 참여의 자발성을 확보하기 위해 대상자에 대한 윤리적 문제를 다음과 같이 고려하였다.

첫째, 자아성장 집단상담 프로그램은 MBTI 교육과정을 이수하고 일반인을 대상으로 성장 프로그램을 진행할 수 있는 강사 자격을 취득한 연구자와 연구보조원에 의해 진행되었다. 둘째, 자료 수집은 연구보조원이 연구의 목적과 절차, 수집된 자료는 연구목적으로만 사용할 것, 익명처리, 비밀보장을 설명하였다. 또한 자아성장 집단상담 프로그램 참여에 대해 자의로 선택하도록 하였다. 또한 연구가 진행되는 동안에도 프로그램 참여를 포기할 수 있음을 알리고 서면동의를 받은 후 설문조사를 실시하였다.

본 연구의 실험군은 2017년 3월 13일부터 5월 19일까지 매 회기당 100분의 자아성장 집단상담 프로그램을 적용하였으며, 대조군은 매 회기당 100분의 노인복지시설 자원봉사 프로그램을 격주로 총 5회 진행하였다. 연구의 확산 효과를 방지하기 위해 자료수집 시기는 대조군에서 먼저 프로그램 실시 1주일 전에 사전조사를 하였고, 대조군의 자료수집이 끝난 후 실험군으로부터 프로그램 실시 1주일 전에 사전조사를 하였다. 또한 사후조사는 프로그램 종료 1주일 후 대조군에서 먼저 자료수집 후 실험군으로부터 자료를 수집하였다.

2.3. 연구도구

2.3.1. 자아존중감

자아존중감은 개인의 자신에 대한 평가로써 자신이 얼마나 가치있다고 믿는가를 나타내는 것으로 자기에 대해 가지고 있는 주관적 느낌을 의미하며²³⁾, 본 연구에서는 Rosenberg²³⁾의 자아존중감 척도를 사용하였다. 이 도구는 총 10문항으로 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점, ‘매우 그렇다’ 4점까지 점수범위를 가지며, 점수가 높을수록 자아존중감이 높음을 의미한다. Kim²⁴⁾의 연구에서 Cronbach's α =.86이었고, 본 연구에서 Cronbach's α =.87이었다.

2.3.2. 자아정체감

자아정체감은 개인의 내재적 불변성과 계속성이 타인에 대한 자기의미의 불변성과 계속성이 일치한다는 자신감으로 자신에 대한 현실감을 의미하며¹⁰⁾, 본 연구에서는 Park²⁵⁾이 개발한 한국형 자아정체감 척도를 사용하였다.

이 도구는 총 60문항으로, 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점, ‘매우 그렇다’ 5점까지 점수범위를 가지며, 점수가 높을수록 자아정체감이 높음을 의미한다. 도구의 개발 당시 Cronbach's α =.94이었고, 본 연구에서 Cronbach's α =.93이었다.

2.3.3. 의사소통 능력

의사소통 능력은 두 사람 이상의 사람들 간에 언어나 다른 방법으로 그들의 의사, 정보, 감정, 태도, 신념을 전달하고 반응을 받으면서 상호간의 의미를 공유하는 과정을 의미하며²⁶⁾, 본 연구에서는 Navran²⁷⁾가 부부 의사소통 검사를 위해 개발한 PCI(Primary Communication Inventory)의 내용을 Choi²⁸⁾가 대학생 대상자로 수정한 척도를 사용하였다.

이 도구는 총 25문항으로, 언어적 의사소통 척도 20문항과 비언어적 의사소통 척도 5문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 언어적 의사소통 문항만을 사용하였다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점, ‘매우 그렇다’ 5점까지 점수범위를 가지며, 점수가 높을수록 의사소통 능력이 높음을 의미한다. Choi²⁸⁾의 연구에서 Cronbach's α =.84이었고, 본 연구에서 Cronbach's α =.83이었다.

2.4. 자료분석

수집된 자료는 PASW 21.0 program을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성과 종속변수는 기술통계로 산출하였고, 두 집단 간의 동질성 검증은 χ^2 -test와 independent t-test, Fisher's exact 로 분석하였다. 자아성장 집단상담프로그램 두 집단 간의 종속변수의 차이 검증은 independent t-test으로 분석하였다.

2.5. 연구절차

2.5.1. 자아성장 집단상담프로그램 개발

본 연구의 자아성장 집단상담 프로그램은 Sim과 Kim²⁹⁾의 ‘MBTI 성장프로그램 안내서’과 Shon¹⁶⁾의 자아성장프로그램, Lee, Yoon과 Do³⁰⁾의 ‘자아정체감 발달 집단상담 프로그램’을 활용하여 연구자는 대상자들 각각의 강점을 부각시키고 의사소통 훈련 등을 추가하여 구성하였다.

프로그램의 내용은 자기탐색, 자기이해, 자기수용, 자기개방의 과정과 자기탐색에 대한 활동

을 포함하였다. 또한 효과적인 의사소통과 관계 이해 및 향상, 갈등상황의 처리와 적응과정을 다루기 위해 자신의 성격유형과 반대되는 유형 간 집단 활동을 하도록 구성하였다.

본 연구의 자아성장 집단상담 프로그램은 총 10회를 진행하였으며 회당 100분씩 10주 동안 실험군에게 적용하였다. 집단의 크기는 모든 집단 구성원이 원활한 상호작용을 경험할 수 있도록 커야하며 동시에 모든 구성원이 정서적으로 집단 활동에 관여하여 집단의 역동과 감정을 느낄 수 있도록 작아야함으로 7명에서 15명이 적당하다³¹⁾. 따라서 연구자는 이를 근거로 실험군 15명씩을 한 집단으로 구성하여 두 차례의 프로그램을 진행하였다.

자아성장프로그램의 운영방식은 2박 3일의 캠프형식 또는 1주일에 2-5회 모여 회당 90-120분을 적용하는 집중방식 있으며³¹⁾³²⁾, 매주 1회씩 100-120분 간 5주에서 10주간 운영되는 분산방식이 있다³¹⁾. 따라서 연구자는 학생들이 학기 중임을 고려하고 탈락율을 감소하며 효율적인 시간관리를 위하여 시험 기간을 제외하고 주 1회씩 10회 프로그램을 실험군 두 집단을 나누어 수업이 종료된 일과 후 간호학과 세미나실에서 원형으로 앉아 실시하였다.

본 프로그램의 구성과 내용의 적합성에 대한 검증을 위해 상담교육학 전공교수 2인으로 부터 자문을 받고 수정 및 보완하여 완성하였으며 타당도 검증을 받았다.

2.5.2. 자아성장 집단상담프로그램 실시

자아성장프로그램은 개개인이 있는 그대로의 자신을 수용하고 개방하여 자신의 기능을 충분히 발휘하기 위하여 자신의 정당한 권리나 생각 등을 남에게 주장할 수 있게 하며, 궁극적으로는 자신이 가진 잠재력을 실현하고 상황에 따라 능력을 최대한 발휘할 수 있는 인간으로 성장할 수 있도록 고안된 것이다¹⁶⁾.

본 연구의 자아성장 집단상담 프로그램의 진행절차는 다음과 같다. 1회기는 프로그램의 목적을 설명하고 전반적인 오리엔테이션을 실시

하였으며 MBTI 검사를 하였고 2회기는 4가지 지표별 활동 및 설명을 진행하였으며 3회기는 자신의 성격유형 프로파일을 배부하고 점수의 의미를 설명하였으며 자신의 최적유형 탐색하기를 실시하였다.

4회기에는 동일 유형별 활동 및 느낌 나누기를 통해 자기와 타인의 성격유형 특성에 대해 이해하기를 5회기에는 자화상 묘사, 가족과 환경의 영향을 살펴보고 자신의 긍정적인 모습 발견하기를 6회기에는 반대유형의 특성을 알아보고 상호작용을 통한 관계형성의 전략세우기를 7회기에는 대인관계 점검과 역할극을 통한 효과적인 의사소통 훈련을 진행하였다.

8회기에는 태도판단 조합별 활동을 통해 자신이 선호하는 직무환경과 전공분야를 탐색하였으며 9회기는 가족구조도 그리기, 갈등구조 살펴보기를 진행하여 효율적인 상호작용 방법 모색하기를 10회기에는 프로그램 참여 소감문과 나에게 보내는 편지 작성을 통해 삶 속에 적용하기를 실시하였다(Table 1).

3. 연구결과

3.1. 대상자의 일반적 특성 및 연구변수의 동질성 검증

대상자의 일반적 특성은 실험군에서 남학생이 10.0%, 여학생이 90.0%이며 대조군은 남학생이 11.9%, 여학생이 88.1%로 두 집단 간의 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다. 연령은 실험군의 경우 25세 이하 86.7%, 26-31세 13.3%이며, 대조군은 25세 이하 84.8%, 26-31세 15.2%로 두 집단은 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

또한 가족 간 의사소통은 '주로 어머니와 한다'가 실험군과 대조군 모두 66.7%로 나타났으며, 문제 발생 시 의사결정은 '부모님과 의논해서 결정한다'가 실험군 46.7%, 대조군 48.5%로 가장 많았다. 학교생활 만족도에서 실험군은 '보통이다'가 50.0%, 대조군은 '만족한다'가 63.6%로 가장 높게 나타났으나 통계적으로 유의하지 않았다.

Table 1. Theme and Contents of the Self-Growth Group Counseling Program

Session	Theme	Contents
1	Program orientation & MBTI test	- Orientation of program objects and process - Team building(self introduction) - MBTI test
2	Understanding how self and others behavior	- E/I, S/N, T/F, J/P Indicator activities and lecture - E/I : sharing common features - S/N : drawing nurse uniforms - T/F : how do you handle patients who do not pay the fees? - J/P : designing my life
3	Exploring self personality type	- Distribute self personal profile - Explaining the meaning of the score - Exploring optimal types of self
4	Understanding the personality type characteristics of self and others	- Sharing activities and feelings by the same type - Explaining of type and personality characteristics - Finding of be careful and points to develop
5	Finding self positive image	- Describe self portrait - Exploring family and environmental impacts - Finding self positive look - Establishing a strategy for development of positive image
6	Understanding the opposite type	- Exploring features of the opposite type - Strategies for getting along with the opposite type - Presenting and sharing feelings
7	Exploring self interpersonal relationships & Effective Communication Training	- Exploring interpersonal relationships - Reflective listening(Role play / I-message)
8	Exploring self majors	- Sharing activities and feelings attitude judgment combination (IT, ET, IF, EF) IT-ET : head nurse and new nurse IF-EF : Patients and health workers - Exploring self favorite work environment and major field
9	Understanding family dynamics & Finding ways to deal with conflicts	- Drawing family structure - Exploring family conflict structure - Finding efficient ways to interact
10	Adapt to life & Program Closing	- Writing a participation essay - Writing a letter to me

한편 실험군과 대조군 간의 자아존중감, 자아정체성 및 의사소통 능력에 대한 동질성 검증 결과 자아성장 집단상담 프로그램 실시 전 자아존중감 평균점수는 실험군(23.18점)이 대조군(23.44점)보다 낮았으나 통계적으로 유의하지 않았다($t=-.23, p=.824$). 자아정체성 평균점수는 실험군(200.5점)이 대조군(192.6점)보

다 높았으나 통계적으로 유의하지 않았으며

($t=1.85, p=.061$), 의사소통 능력 평균점수는 실험군(63.34점)이 대조군(65.08점)보다 낮았으나 유의하지 않았다($t=-1.04, p=.302$). 따라서 두 집단 간의 성별, 연령, 가족 의사소통 구조, 가족 의사결정 구조, 자아존중감, 자아정체성 및 의사소통 능력에서 두 집단 간의 동질성이 확인되었다(Table 2).

Table 2. Homogeneity between the Experimental and Control Group (N=66)

Variables	Categories	n (%) or Mean±SD		χ ² or t	p
		Exp. (n=30)	Cont. (n=33)		
Sex	Male	3 (10.0)	4 (11.9)	.597	.418*
	Female	27 (90.0)	29 (88.1)		
Age (year)	≤25	26 (86.7)	28 (84.8)	.617	.436*
	26-32	4 (13.3)	5 (15.2)		
Communication with	Father	1 (3.3)	1 (3.0)	2.307	.491*
	Mother	20 (66.7)	22 (66.7)		
	Siblings	9 (30.0)	7 (21.2)		
	Others(of family)	0 (0.0)	3 (9.1)		
Decision making	with parents	14 (46.7)	16 (48.5)	.674	.786*
	Depends on father	2 (6.7)	3 (9.1)		
	Depends on mother	3 (10.0)	4 (12.1)		
	Alone	11 (36.7)	10 (30.3)		
Satisfaction of school life	Satisfied	12 (40.0)	21 (63.6)	2.012	.352*
	Moderate	15 (50.0)	10 (30.3)		
	Dissatisfied	3 (10.0)	2 (6.1)		
Self-esteem		23.18±4.32	23.44±4.05	- .23	.824
Ego-identity		200.5±14.6	192.6±15.2	1.85	.061
Communicative competence		63.34±6.90	65.08±7.64	-1.04	.302

Exp.=Experimental group; Cont.=Control group; *Fisher's exact test

3.2. 대상자의 자아존중감, 자아정체성 및 의사소통 능력의 차이 검증

자아성장 집단상담 프로그램 실시 전과 후에 따른 자아존중감, 자아정체성 및 의사소통 능력의 차이를 검증한 결과, 자아존중감 평균 점수는 실험군이 프로그램 실시 전 23.18점에서 프로그램 실시 후 24.22점이었고, 대조군이 23.44에서 21.74점으로 나타났다. 두 집단 간의 자아존중감은 통계적으로 유의한 차이가 있었다(t=3.14, p=.004). 자아정체성 평균 점수는 실험

군이 프로그램 실시 전 200.5점에서 프로그램 실시 후 210.9점이었고, 대조군이 192.6점에서 195.3점으로 나타났다. 두 집단 간의 자아정체성은 통계적으로 유의한 차이가 있었다(t=2.86, p=.006). 의사소통 능력 평균 점수는 실험군이 프로그램 실시 전 63.34점에서 프로그램 실시 후 69.41점이었고, 대조군이 65.08점에서 66.02점으로 나타났다. 두 집단 간의 의사소통 능력은 통계적으로 유의한 차이가 있었다(t=5.42, p=.011)(Table 3).

Table 3. Comparison of Dependent Variables between Two Groups after Treatment (N=66)

Variables	Groups	Mean±SD			t ^b	p
		Pre-test	Post-test	Difference		
Self-esteem	Exp. (n=30)	23.18±4.32	24.22±2.76	1.04±3.37	3.14	.004**
	Cont. (n=33)	23.44±4.05	21.74±3.82	-1.70±3.66		
Ego-identity	Exp. (n=30)	200.5±14.6	210.9±16.7	10.30±10.3	2.86	.006**
	Cont. (n=33)	192.6±15.2	195.3±4.44	2.70±9.6		
Communicative competence	Exp. (n=30)	63.34±6.90	69.41±4.59	6.07±5.36	5.42	.011*
	Cont. (n=33)	65.08±7.64	66.02±7.87	0.94±6.83		

^{tb}=Independent test, Exp. : Experimental group, Cont. : Control group

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

4. 논의

본 연구는 선행연구를 근거로 자아성장 집단상담 프로그램을 개발하고 이를 적용하여 간호대학생의 자아존중감, 자아정체감 및 의사소통 능력에 미치는 효과를 검증하여, 간호대학생의 실제적인 대학생활 적응과 간호현장에서의 의사소통 능력 향상을 위한 기초자료를 제시하고자 시도되었다. 본 연구의 주요결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 자아성장 집단상담 프로그램을 적용한 후 실험군과 대조군의 자아존중감은 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 Kang⁷⁾과 Lee¹⁹⁾가 대학생을 대상으로 자아성장 프로그램을 실시한 결과, 자아존중감이 향상된 것과 일치하였다. 또한 Bai¹⁵⁾의 현실치료 기반의 간호대학생 대상집단 프로그램 연구에서도 자아존중감에 향상에 효과적이었던 결과와 유사하였으며, Shon¹⁶⁾이 고등학생에게 적용한 자아성장 프로그램의 연구 결과와도 유사하였다.

또한 대학생을 대상으로 한 자아성장 집단상담 프로그램에서 자아존중감과 자기효능감이 향상되었다고 보고한 Kim과 Kim²⁴⁾의 연구 결과와도 유사한 맥락이다. 한편 학교부적응 고등학생을 대상으로 자아존중감 향상 프로그램을 5회기로 구성하여 적용한 연구에서는 자아존중감의 차이가 유의하지 않아⁸⁾ 본 연구 결과와 차이를 나타내었다. 이는 프로그램 구성이 시험기간에 근접하여 종료된 점과 회기가 5회기였던 Park 등⁸⁾의 연구를 보완한 본 연구의 결과가 의미를 가진다고 할 수 있다.

이러한 결과는 본 연구의 자아성장 집단상담 프로그램이 자기 자신을 있는 그대로 이해하고 수용하며 개인의 긍정적인 잠재력을 자각시켜 주기 때문인 것으로 보여 진다. 본 프로그램은 자신에 대한 부정적인 인식에서 벗어나 자기의 선천적인 선호 경향과 장점 및 강점을 알게 되는 과정에서 자신에 대한 자신감이 향상되었을 것으로 여겨진다. 또한 프로그램 진행 과정에서 자신의 성격유형 특성을 고려하여 능력을 발휘할 수 있는 전공분야를 탐색해보고, 미래의 자

신의 모습을 실현하기 위해 구체적으로 모색해보는 경험을 해봄으로써 자신에 대한 존중감과 자아정체감이 증가된 것으로 생각된다.

둘째, 자아성장 집단상담 프로그램을 적용한 후 실험군과 대조군의 자아정체감은 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 MBTI 자기성장 프로그램을 간호대학생에게 적용한 Kim⁶⁾의 연구결과와 일치하였다. 또한 유아교육학과 학생들을 대상으로 모래놀이 치료를 기반으로 한 집단상담 프로그램을 적용한 Cho⁹⁾의 연구결과 자아존중감과 자아정체감이 향상된 결과와도 유사하였다. 한편 MMTIC 기반의 자아발견 집단 상담 프로그램을 소외 학생들을 대상으로 적용한 Oh와 Sim²¹⁾의 연구결과 자아정체감과 학교생활 적응이 향상된 것보다 유사한 맥락이다. 또한 건강한 자아정체감은 MBTI 프로그램 활용 등으로 자신의 성격과 잠재력을 발견하고 개발함으로써 형성될 수 있음을 제시한 Sim과 Kim²⁹⁾의 주장을 뒷받침하고 있다.

선행연구의 많은 자아성장 프로그램들은 자기이해, 자기수용, 자기개방의 세 가지 단계의 순환적 과정 경험을 통해 성숙한 인간으로 성장하도록 하고 있다. 한편 본 연구의 자아성장 집단상담 프로그램은 MBTI 성격유형검사 도구를 통하여 구체적인 자기 인식(‘가족 구성원으로서의 나’, ‘간호대학생으로서의 나’, ‘미래 간호사로서의 나’)과 자기탐색을 하며, 타인으로부터의 피드백을 받는 과정을 경험하도록 하였다. 이런 과정을 통해 자아정체감을 형성하기 위한 ‘나는 누구인가’, ‘나의 인생 목표는 무엇인가’ 등의 실제적인 질문에 깊이 있게 탐색하고 성찰함으로써 자아정체감이 향상된 것으로 보여진다.

셋째, 자아성장 집단상담 프로그램을 적용한 후 실험군과 대조군의 의사소통 능력은 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자기이해를 기반으로 한 의사소통 훈련 프로그램을 실시한 Bong³³⁾과 대인관계 증진 및 의사소통 능력 향상을 위한 집단 프로그램을 실시한 선행연구³⁴⁾³⁵⁾의 결과와 일치하였다. 또한 O’Shea 등³⁶⁾이 소집단을 이용하여 집단 상담방식으로

운영한 연구에서 의사소통 능력이 향상된 결과와도 유사한 맥락이다. 한편 학생들이 참여하여 경험하게 하는 활동 중심의 운영방식이 효과적임을 제시한 선행연구들³⁷⁾³⁸⁾의 결과도 본 연구 결과를 지지하고 있다.

이러한 결과에서 의사소통 능력은 자기이해 증진과 자기탐색을 위한 훈련을 기초로 효과적인 의사소통 기술 훈련을 점진적으로 구성한 본 연구의 자아성장 집단상담 프로그램 과정에서 자기인식을 통해 타인을 수용함으로써 의사소통 능력이 향상된 것으로 보여진다.

한편 본 연구의 자아성장 집단상담 프로그램은 MBTI를 활용한 자기이해와 자기탐색을 기반으로 의사소통 기술 훈련을 추가로 구성하여 실시하였다. 반면 다수의 선행연구⁴⁾⁷⁾¹⁶⁾는 자기이해를 중심으로 구성되었으며, 자기탐색과 의사소통 기술을 추가로 구성하여 다른 본 연구와의 차이가 있었다. 따라서 간호대학생의 의사소통 능력은 자기이해와 자기탐색을 위한 프로그램의 구성에 따라 달라질 수 있으므로 자기이해를 기반으로 한 집단상담 방식의 의사소통 기술 훈련을 고려할 필요가 있으며, 추후 반복연구가 필요하다고 보여진다. 또한 오늘날 간호현장에서 요구되는 전문분야 간 협력관계와 치료적 의사소통 능력 증진을 위해 자기이해와 탐색을 기반으로 한 자아성장 집단상담 프로그램은 시대가 요구하는 간호교육의 현실을 반영한 결과로 의미가 있다고 생각된다.

5. 결론

이상의 연구결과를 통해 자아성장 집단상담 프로그램 적용은 간호대학생들의 자아존중감, 자아정체감 및 의사소통 능력을 향상시키는데 효과적임을 확인하였다.

이를 기초로 다음과 같이 제안하고자 한다.

첫째, 자아성장 집단상담 프로그램을 단계적으로 구성하여 간호대학생들이 재학 중 진로탐색과 의사소통 훈련의 내용을 좀 더 구체적으로 포함하여 포괄적이며 다양한 경험을 할 수 있도록 개발하고 적용해 볼 필요가 있다.

둘째, 본 연구는 일 대학의 간호대학생만을 대상으로 하였기에 연구결과를 일반화하기에는 제한점이 있다. 이와 같은 제한점을 고려하여 추후 대상자 확대 및 반복연구와 학년별 단계적 프로그램을 개발하여 적용한 후 그 효과를 검증하는 후속연구가 필요함을 제안한다.

References

1. Bettencourt BA, Charlton K, Eubanks J, et al. Development of collective self-esteem among students: predicting adjustment to college, *Basic and Applied Social Psychology*, 1999;21(3): 213-222.
2. Lee HK. The effects of image psychotherapy on self-actualization, depression and self-esteem of nursing students, *Journal of Korean Academy Psychiatry Mental Health Nursing*, 2000; 9(1):20-34.
3. Koo JG, Jang EJ. Narrative inquiry on change of college students' self-identity in experience of group counseling, *Korean journal of youth studies*, 2016;23(10):155-180.
4. Kwon YH, Kim CN. Effect of a ready planned self growth program through MBTI on interpersonal relationships and the career identity of nursing college students, *The journal of Korean Community Nursing*, 2002;13(2):216-229.
5. Kim HS. The relationship among personality type, self-esteem and mental health of nursing students, *Journal of Korean Academy Psychiatry Mental Health Nursing*, 2002;12(4):385-393.
6. Kim MH. The effects of MBTI based self growth program on ego identity, self efficacy and interpersonal relations ability in nursing students, *The Journal of Korean Nursing Administration Academic Society*, 2006;12(2): 236-246.
7. Kang HS, Lee JH. The effect of self-growth program on college student's self-esteem and self-perception, *Journal of Adolescent Welfare*,

- 2009;11(2):43-58.
8. Park SH, Lee HC, Lee JY. Development and evaluation of the group counseling for school-adjustment: targeting school-unadjusted adolescents, *Cognitive Behavior Therapy in Korea*, 2007;7(2):17-36.
 9. Cho HS. The effects of group sand-play counseling using writing on pre-service early childhood teachers' ego-identity and self-esteem, *Early Childhood Education Research & Review*, 2013;17(6):235-257.
 10. Erikson EH. *Identity: youth and crisis*. New York: Norton, 1968.
 11. Lee IY, Chong YS. Relationships of maternal separation anxiety, overprotection, separation-individuation in adolescent children and psychological adaptation, *The Korean Journal of Developmental Psychology*, 2016;29(4): 123-144.
 12. Park JH, Park JM. The effects of children's ego-resilience and social support on examination anxiety and school adjustment, *Early Childhood Education Research & Review*, 2010;31(6):125-134.
 13. Han KS, Kim GM. Comparison to self esteem, family adaptation, health promoting behaviors, and symptoms of stress between nursing and other major university women student, *Journal of Korean Academy Psychiatry Mental Health Nursing*, 2007;16(1):78-84.
 14. Lee SH, Cha EJ. Effects of verbal abuse, sexual violence, depression, and self-esteem on career identity in nursing students during clinical training, *The Korea Contents Society*, 2017;17(4):550-560.
 15. Kim HJ, Lee JC, Kim JU. The effect of the career group counseling based on REBT on the irrational beliefs, career self-efficacy and career barriers of trainees in a vocational training institute, *The Journal of Vocational Education Research*, 2014;33(6):27-53.
 16. Kim YS, Lee BJ. The study of scent preference of natural aroma essential oil to MBTI personality type in university students, *Journal of Korean Clinical Health Science*, 2016;4(1): 510-521.
 17. Jo EJ, Son CN. Effects of cognitive behavioral group therapy on employment stress, dysfunctional attitude, and depression of college students, *Korean Journal of Clinical Psychology*, 2016;35(1):121-138.
 18. Kim HJ. Relations among suicidal ideation, parental attachment, and self-identity of college students, *Journal of East-West Nursing Research*, 2011;17(2):132-138.
 19. Lee JM. The effect of group counselling program of reality therapy on the internal and external controllability, self-esteem and achievement motivation of adolescents, *Korean journal of youth studies*, 2006;13(6):127-150.
 20. Yoon JA. The effect of human potential development group counseling on self realization and self identity, Unpublished master's thesis, HanYang University, Seoul, 1995.
 21. Oh MG, Sim HS. The effect of MMTIC self-discovery group counseling on alienated students' self-identity and adaptation to school life, *Journal of the Korea academy of psychological type*, 2001;8(2):25-44.
 22. Lee HR, Ryoo HJ, Kim JH. The effects of active parent education training program on parent's child-rearing attitude and communication, *Korea Journal of Counseling*, 2007;8(2): 533-547.
 23. Rosenberg M. *Society and adolescent self-image*; revised edition Middletown: Wesleyan University Press, 1989.
 24. Kim JU, Kim HJ. The effects of the self-growth group counseling on self-esteem and life satisfaction of university students, *Studies on Education of Fisheries and Marine Sciences*, 2010;22(1):123-140.

25. Park AC. Validation of Korean adolescent ego-identity scale, *The Korean Journal of Educational Psychology*, 2003;17(3):373-392.
26. Varcarolis EM. *Foundations of psychiatric mental health nursing*. 3rd ed. Philadelphia: W. B. Saunders Company, 1998.
27. Navran L. Communication and adjustment in marriage. *Fam Pro*, 1967;6(2):173-184.
28. Choi EY. The effects of a communication skills group on high school students' self-concept and communication ability, Unpublished master's thesis, Kosin University, Pusan, 2004.
29. Sim HS, Kim JT. MBTI growth program workshop leader's guide, Korea Psychology Research Institute; Seoul, 1998.
30. Lee JS, Yoon JA, Do KJ. Effectiveness of ennea-gram group counseling for self-identification and depression in nursing college students, *Journal of Korean Academy of Nursing*, 2013;43(5):649-657.
31. Kim SN. A study on self-growth group counseling model, *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 1999;11(2): 119-160.
32. Park CJ, Kim JU, Kang SB. The effects of the activity-based character development program on school adjustment, ego-identity, and prosociality of children from multicultural families, *The Korean Journal of Elementary Counseling*, 2017;16(2):97-119.
33. Bong EJ. Effect of interpersonal relationships and communication curriculum were utilized group activities on interpersonal relationships and communication self-efficacy among nursing student, *The Korea Contents Society*, 2013;13(10):394-402.
34. Lee KB, Lee TY, Lee HC. The study of emotional experience to MBTI personality type in university students, *Journal of Korean Clinical Health Science*, 2014;2(3):188-194.
35. Hong HH, Kong JH, Kang HS, et al. The study on the professional self-concept, ego-resilience, clinical competence of nursing students, *Journal of Korean Clinical Health Science*, 2014;2(2):98-106.
36. O'Shea ER, Pagano M, Campbell SH, et al. A descriptive analysis of nursing student communication behaviors, *Clinical Simulation in Nursing*, 2013;9(1):5-12.
37. Parry R. Are interventions to enhance communication performance in allied health professionals effective, and how should they be delivered? direct and indirect evidence, *Patient Education and Counselling*, 2008;73(2):186-195.
38. Mullan BA, Kothe EJ. Evaluating a nursing communication skills training course: the relationships between self-related ability, satisfaction, and actual performance, *Nurse Education in Practice*, 2010;10(6):374-378.