

## 비행청소년을 위한 분노대처훈련프로그램 개발에 관한 연구

배임호(숭실대학교 사회사업학과 교수)

박정화(동작승실사회복지관 청소년상담원)

### I. 서 론

우리 나라의 청소년 인구는 전체 인구의 28.7%<sup>1)</sup>를 차지하고 있다. 이러한 청소년 인구 가운데 최근 5년간의 범죄<sup>2)</sup>는 91년 이후 계속 증가 추세를 보이고 있고, 95년도에는 91년도에 비하여 21.2%가 증가하여 전체 범죄의 증가율인 17.1%보다 높은 증가율을 보이고 있다.<sup>3)</sup> 특히 법무부에 따르면, 1993년 소년범죄가 10만 건수를 넘어섰고 강도, 강간, 강도, 살인, 강도강간 등 5대 강력범죄의 절반이 10대 청소년인 것으로 나타났다.

1995년 소년범죄의 유형별 분포상황을 보면 폭력범이 38.2%, 재산범이 26%, 살인, 강도, 강간 등 강력범이 3.5%, 교통사범이 24.8%로 나타나고 있다.<sup>4)</sup> 이와 같은 여러 유형의 범죄 가운데는 분노감정과 연관된 경우가 적지 않음을 유추할 수 있다. 청소년의 경우 분노감정의 처리문제는 매우 중요한 의의를 갖는다. 그들이 혈기 왕성한 충동성이 강한 발달시기에 있으며 상대적으로 자신의 분노와 문제상황에 대처할 만큼 성숙단계에 이르지 않았기 때문이다. 이들의 상당수가 당면한 특정의 상황에서 문제해결능력이 부족하고 특히 그 상황에서 이성을 잃고 분노조절이 결여되었기 때문에 범죄 또는 비행은 저지르게 되는 경우가 많다. 다시 말하면, 범죄자는 자신이 어떤 상황에서 당황하거나 분노에 가득할 때 자신의 감정표출(self-expression)로서 범죄행위

\* 본 연구를 위한 프로그램을 실행할 수 있도록 전적인 지원을 아끼지 않으신 동작승실사회복지관의 전익준 관장님과 박성호 사회복지사를 비롯한 모든 직원께 감사함.

- 1) 문화체육부, 청소년백서, 1996, p. 3. 여기에서 청소년은 9세부터 24세를 의미함.
- 2) 소년범죄는 14세 이상 20세 미만의 소년의 형벌법령에 저촉되는 행위를 뜻함.
- 3) 문화체육부, 청소년백서, 1996, p. 409.
- 4) Ibid., p. 409.

저지르기도 하는데 이는 범죄의 주요원인이기도 하다.<sup>5)</sup> 이는 범죄상황에서 상황에 대한 인식(cognitive)이 올바르지 않는 가운데 자신이 상대방보다 불리한 입장에 있는 것으로 판단하여 상대방에게 공격적인 행위를 할 수 있다.

극도의 문제 상황에서는 정상적인 사람도 그 올바른 대처(coping)방법을 찾기 힘들다. 더군다나 올바른 대처방법을 획득할 수 있는 기회가 없었던 비행청소년들은 당황하거나 좌절되는 상황에서는 쉽게 격한 감정을 느끼는 경향이 있으며 격분을 조절하지 못하고 사회에서 용인되지 않는 방법으로 행동하는 경우가 있다. 뿐만 아니라 이러한 비행행위가 일상생활 속에서 습관화 되면 그가 이러한 악습의 행동패턴을 변화시키지 못하게 된다. 그러므로 이러한 문제상황에서 분노조절에 문제가 있고 문제 해결할 능력이 부족한 청소년 비행자들에게 이러한 능력을 배양한다는 것은 제2의 비행을 예방하는 차원에서 매우 큰 중요성을 갖는다. 또한 비행청소년에 대하여는 일반 형사처벌과는 달리 이들을 위한 교육과 선도로 보호해야 하는 사회적 책임으로 볼 때 이와 같은 프로그램의 개발은 매우 중요한 의미를 지닌다.

본 연구에서는 비행 청소년의 분노조절 능력향상을 위한 프로그램을 개발하고 다양한 청소년 비행자 중에서도 특히 분노조절능력에 문제가 있는 청소년을 선발하여 직접 프로그램을 실시한 후 그 결과를 중심으로 보다 효과적인 프로그램 실시방안을 제시하고자 하는 데에 그 연구목표가 있다.

## II. 이론적 배경

본 분노대처훈련프로그램의 이론적인 바탕은 먼저 사회학습이론(Social Learning Theory)에서 찾을 수 있다. 학습이론은 특정한 행동이 어떻게 행하여졌으며 행동을 변화시키기 위해서는 그 행동의 조건(condition)을 변화시킴으로써 특정행동을 변화시킬 수 있음을 설명하는데에 유용하다. 그러나 개인은 일정한 행동이나 조건에 동일한 방식으로 반응하는 것은 아니다. 왜냐하면 그러한 행동이나 조건을 어떤 관점에서 보느냐에 따라 각기 다르게 반응하게 된다. 이러한 논점은 사회사업입상현장에 시사점을 제시해주며, 인지행동 치료(Cognitive Behavior Therapy)와 연결시켜주는 것이기도 하다.<sup>6)</sup> 여기에서 언급한 행동이나 보는 관점은 자신의 능력에 대한 믿음에 따라 각자의 행동과 동기수준, 사고 패턴, 그리고 환경에 대한 감정의 반응이 달라진다고 학습이론은 가정하고 있다. 사회학습이론은 언어의 설득을 통한 설득보다 관찰(monitoring)에 의한 학

5) J. Stewart, D. Smith, & G. Stewart, *Understanding Offending Behavior*, Harlow, England: Longman Group Limited, 1994, p. 17.

6) G. L. Thorpe & S. L. Olson, *Behavior Therapy: Concepts, Procedures and Applications*, Boston: Allyn & Bacon, 1990, pp. 65-66.

습과 모델링(modeling)을 통한 행동의 변화와 치료를 강조한다. 사회학습이론은 상호결정과정을 따르며, 이러한 과정에는 자기수정, 자기통제 또는 자신의 상황이나 행동에 대해 내면에서 대화하는 자기진술(self-statement) 등이 내포된다.

본 프로그램은 학습이론뿐 아니라 인지이론에도 바탕을 두고 있다. 인지이론은 개인 문제해결 능력의 지속적인 변화가능성과 사고에 따라 감정(emotion)과 행동의 변화를 믿는다. 결국 개인의 감정, 동기, 행동이 의식적인 사고과정을 거쳐 나타나는 결과임을 전제로 한다. 그러므로 행동이 사고에 의해 결정된다는 원리에 따라 부정확한 지각이 부적절한 행동을 초래한다고 보는 것이다. 행동과 마찬가지로 인간의 감정 또한 사고과정의 산물로 보며 인간은 자신이 지각한 것에 대해 판단을 내리고 정서적 반응을 결정한다고 하는 것이다. 즉, 모든 감정은 의식적 판단과정을 요구하며, 특정행위의 동기도 개인의 복지, 행복, 성공에 대한 개인적 사고에 기초해 있다고 주장한다. 이렇듯 인지이론은 인간-환경간의 상호작용에 초점을 둬으로써 환경 내에서의 인간의 발달과 기능에 대한 폭넓은 관점을 사회사업실천에 제공해 주며, 개인의 능력과 욕구 상호 간의 영향과 환경에서의 요구와 선택적 기회 상호 간의 영향을 인식하도록 한다.<sup>7)</sup>

인지이론에 근거한 개입의 경우에는 클라이언트 개인이 선천적으로 창조적이며 능력과 성취감을 획득하려는 힘과 용기를 가지고 있다는 전제하에 개입하게 된다. 변화는 클라이언트가 현실에 보다 가깝게 인식할 수 있도록 개인의 의식을 확장 또는 수정함으로써 이루어지도록 한다. 인지이론은 인지체계를 개방체계(open system)로 봄으로써 개인의 능력에 대하여 낙관적이고도 비결정적인 것으로, 어느 시기이나 새롭고 좀더 나은 현재를 구성해 갈 수 있는 것으로 설명한다.

이러한 이론적 배경을 기초로 한 개입과정을 구체적으로 살펴보면, 먼저 클라이언트의 행동, 진술된 생각, 감정, 목적에 기초하여 클라이언트 사고의 왜곡된 부분, 혹은 한계를 진단함과 동시에 병리적인 면보다는 강점을 찾아 그것을 최대로 활용하도록 한다. 그 다음으로는 클라이언트의 행동이 한 개인의 목적에 의해 형성됨을 인정하여 의식을 스스로 확장시킴으로써 원하는 변화를 달성하도록 격려한다. 이때 행동의 궁극적인 책임자는 클라이언트 자신이라는 것을 명확히 해주는 것이 중요할 것이다. 다음 단계로는 인식, 감정, 목표, 행동 사이의 상호관계를 이용하여 새로운 방식의 행동으로 인한 인식 상의 변화를 가져오도록 한다. 클라이언트의 문제가 그릇된 선택에서 온 것일 경우, 명확히 하는 의미에서 선택-결과간의 연관성에 대하여 지적함으로써 변화를 촉진시킬 수 있겠다. 이러한 변화가 새로운 활동에서 올 수 있는 것은 상호교류나 대면이 새로운 정보의 기능을 하여 현실을 재구조화하는데 있어 하나의 인지적 과정을 거치게 되

7) B. S. Vourlekis, *Cognitive Theory for Social Work Practice*, in Roberta Greene & Phul Ephross (ed.), *Human Behavior Theory and Social Work Practice*, New York: Aldine De Gruyter, 1991, pp. 123-124.

는 연유에서인 것이다.<sup>8)</sup>

### Ⅲ. 연구방법

본 연구를 위한 집단활동은 1997년 1월부터 9월까지 시행되어진 것으로 두 개의 집단을 구성 운영하였다. 집단활동참여자들은 보호관찰대상자로서 지역적으로는 관악구·동작구에 거주하는 자이다. 이것은 보호관찰제도의 기본취지가 지역사회를 중심으로 한 교정처우인 점에 근거하였고, 집단활동참가자를 위하여 지역사회의 자원을 활용하는 데에도 명분이 있기 때문이다. 이와 같이 거주지역을 고려한 후 비행청소년들의 범죄형태가운데 분노조절이 문제시 보이는 폭력범을 중심으로 사정(assessment)도구를 활용하여 그 결과를 분석하였다. 사정도구는 Galizek(1987), Dobsen(1996) 등을 기본으로 하여 최정훈·이정운(1994)을 참조하여 제작한 것으로 그 내용은 비합리적 진술, 사회성, 스트레스정도 등을 측정하는 내용으로 이루어져 있다. 사정하면서 자발성 및 연령도 감안하게 되었으며, 금요일 오후 다섯 시부터 두 시간동안 진행되는 것이어서 참가자들의 직장 근무시간도 고려대상에 넣었다. 매주 금요일에 모이게 된 것은 한 주에 걸쳐 가장 여유가 있는 주말을 바로 앞에 두고 있어 마음의 여유를 가지고 참여할 수 있겠다는 판단에서 이뤄졌으며, 총 12회의 모임을 가졌다. 인원은 첫째 집단은 여학생 2명을 포함하여 7명이, 두 번째 집단은 6명이 참여하게 되었다.<sup>9)</sup>

평가도구로는 G. L. Lynn이 제작한 사회적 기능을 측정하는 내용을 지닌 '청소년집단활동을 위한 도구'를 참조하여 분노조절능력, 문제해결능력, 사회성 등의 3개 항목을 측정할 수 있도록 총 45문항으로 이뤄진 설문지를 제작하여 활용하게 되었다. 이 설문지를 가지고 사전-사후에 검사했으며, 주관적인 평가도 두 차례 실시하였다.

### Ⅳ. 프로그램진행과정

분노조절훈련에서는 폭력적인 대처방식이나 자기비하 등의 불건전한 분노에 대한 표현방식이 쉽게 바뀌지 않는 이유를 고정되어진 자기진술패턴의 결과로서 행동이 나타나기 때문인 것으로 보고 있다. 모델링을 통하여는 새로운 자기진술이 학습될 수 있다고 전제한다. 또한 행동의 걸

8) Vourlekis, op. cit., p. 142.

9) 첫째 집단의 경우 집단구성원 한 명이 용산에 있는 할머니댁에 기거하게 되면서 집단활동에 참여하지 않게되었고 연락이 단절되어 중도에 탈락하게 되었다. 두 번째 집단의 경우에는 보호관찰기간이 집단활동 진행중에 종료되었고 이후에는 참석하지 않음으로써 집단 참여를 중단하게 되었다.

과에 대한 상상이 곁들여지면서 문제상황에서 어떤 대처방식을 취할 것인지 상상하며 배우게 된다. 근육이완훈련은 스트레스나 불안이 계획을 실행하는데 방해요인이 되는 일이 없도록 집단 활동참가자들을 돕는다. 그 외에도 외부의 상황에 대한 대안에 관한 훈련으로서 자기평가기술, 모델링, 사고중지 등을 활용하게 된다.

‘문제해결모델’은 특정상황에 대한 해결보다는 일반적인 대처방식을 가르침으로써 다양한 상황에서 스스로 적용해 가는 기술을 길러주고자 하는 치료법이다. 이로써 클라이언트가 인생의 문제에 당면했을 때, 잠시 물러나서 그것에 대해 생각하고 정의하고 대안(alternative)을 살펴서 결정 내리며 실행하는 적극적인 대처를 하도록 한다. 이는 현재의 감정의 부정적인 면까지도 그대로 수용하고 그것에 대처하는 방법을 배우게 한다.

본 훈련프로그램은 총 12회로 구성되어져 모임 중간에 대상자들이 수행하게 되는 과제가 중요시되어진다. 1회는 사전조사 및 계약서작성하기 등의 과정으로 동기 유발시키는데 초점을 두었다. 자기진술훈련은 2회와 3회에서 진행되어지는데 실질적인 예를 들어가며 설명과 토론과정을 거치게 된다. 중간 중간에 근육이완훈련도 곁들이게 된다. 4회에 분노에 대한 설명을 하게 되는데, 이는 기본적으로 자기진술훈련과 근육이완훈련 등에 대한 인식이 없는 상태에서 이해가 어렵기 때문에 중반부에 들어서야 분노라는 감정에 대하여 다루게 되는 것이다. 이때 게임도 곁들이게 되는데 협동과 복습의 의미가 함께 내포되어져 있다.

5회에서는 분노 등의 부적절한 부정적인 감정 전반에 대하여 분노감정을 중심으로 어떻게 대처할 것인지에 대한 이해를 가지게 된다. 6회에 가서는 자신에 대한 객관적인 관찰이 성격검사를 통하여 이뤄지게 되며, 아울러 재결단하는 의미에서 중간평가를 주관적으로 하게 된다. 7회와 8회는 문제해결과정을 거치게 됨으로써 악순환의 고리에서 벗어날 방식을 익히게 된다. 9회에서 12회까지는 역할극을 진행하게 되는데 이때 자기진술도 곁들여서 함으로써 훈련의 효과를 최대한으로 높이게 된다.

## V. 결과분석 및 총평가

### 1. 결과분석

#### (1) 사전조사(pre-test)와 사후조사(post-test)의 결과분석

##### 1) 분노조절훈련

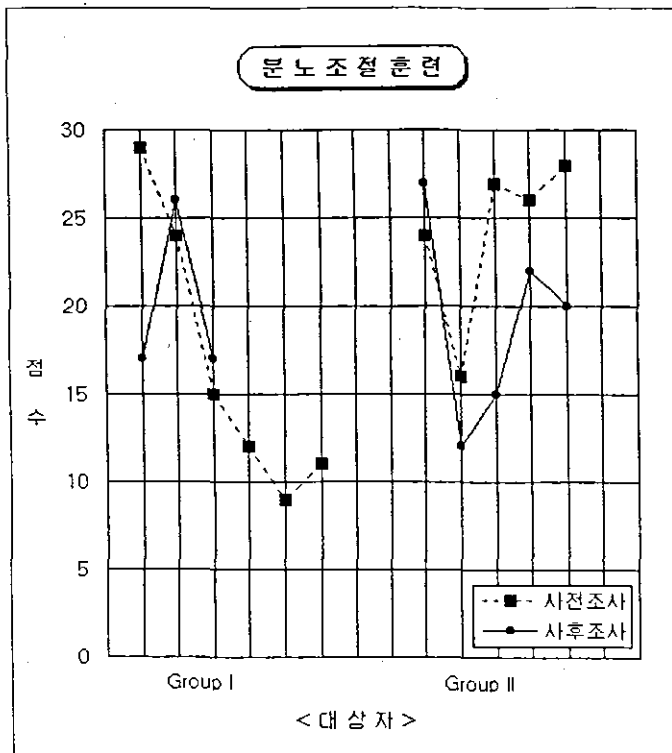
<그림-1>에서 보면 사전조사보다 사후조사의 점수분포가 낮아진 성원은 본 훈련을 통한 결과로 볼 수 있다. 사전조사결과 점수분포가 15점을 넘지 않은 성원의 경우는 훈련의 필요성이 없

는 것으로 보아 결과분석대상에서 제외하였다.

1차 집단의 경우 집단구성원 전체가 사정(査定)결과에서도 드러났듯이 분노조절에 어려움을 느끼는 상태로 훈련프로그램에 임했지만, 사전조사 결과 훈련을 요한 대상자는 3명이었으며, 그 중에서 한 대상자가 큰 점수 차로 효과를 본 것으로 나타난 반면 나머지 2명의 대상자는 오히려 점수가 상승되었다. 분노조절훈련을 필요로 하는 정도가 적은 것으로 드러난 것은 자신의 공격성향에 대하여 인식하고 있지 못한 상태에서 설문에 응답하다보니 그 점수분포가 전반적으로 낮게 나온 것으로, 사후조사 시에는 과제 등을 통하여 자기관찰이 이뤄져 인식이 생김으로써 주관적인 평가를 통한 실질적인 공격성향이 줄어들었음에도 불구하고 객관적인 평가에서는 도리어 점수가 감소되지 않은 것으로 나타났다.

2차 집단의 경우에 전체성원이 분노조절을 요했으며, 그 점수분포도 1차집단에 비하여 상당히 높았다. 그 중에서 1명만이 효과를 보지 못했을 뿐 다른 대상자들은 다소의 효과가 나타난 것으로 드러났다. 이는 1차 집단과는 상반된 결과로 2차 집단의 대상자들이 자신의 분노정도에 대한 인식을 가지고 사전조사에 임함으로써 표기를 올바르게 한 점과 프로그램 진행 중에도 변화노력을 1차 집단에 비하여 상대적으로 많이 기울임으로써 이러한 결과가 나온 것으로 보여진다.

<그림-1> 분노조절훈련: 사전조사와 사후조사 결과

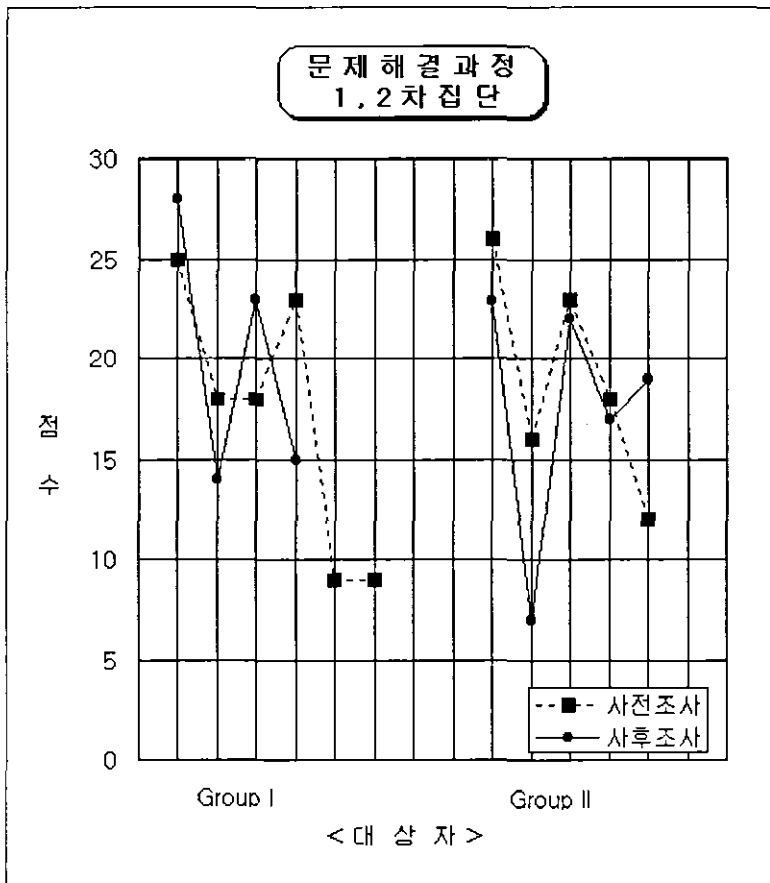


2) 문제해결과정

<그림-2>는 문제해결과정을 본 프로그램 실시전과 후에 측정한 결과를 나타낸 것이다. 1차 집단의 경우, 문제해결과정에 있어 훈련이 요구되는 성원은 4명으로 그 중 2명은 문제해결능력에 많은 향상을 보인 반면 나머지 2명은 그 능력이 저하된 것으로 드러났다. 이는 문제해결과정에 대한 인식이 생겼음에도 그것이 아직 까지 실질적인 문제해결능력으로 활용되어지지 못한 과도기적 단계에 있기 때문에 그런 것으로 해석될 수 있다.

반면 2차 집단의 경우에는 문제해결능력을 요하는 한 명을 제외한 모든 대상자가 훈련의 효과를 얻은 것으로 보인다. 문제해결과정에 대한 훈련에 있어 1차 집단에는 없었던 공감능력과 함께 좀더 진지한 자세로 임함으로써 이러한 결과가 나타난 것으로 보여지며, 스스로의 문제에 대한 인식이 있어서 그것을 해결하고자 하는 욕구로 인한 것으로 여겨진다.

<그림-2> 문제해결과정: 사전조사와 사후조사 결과

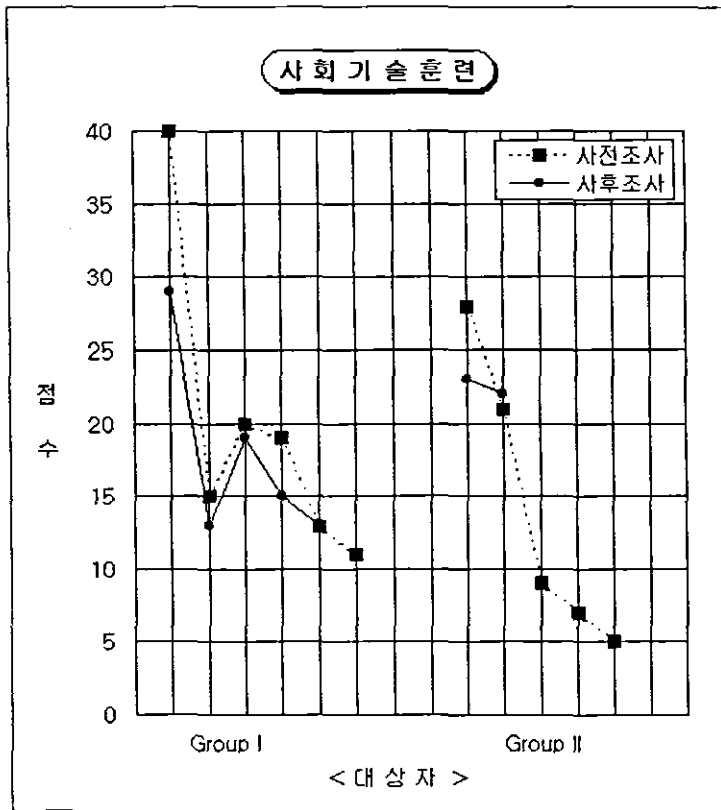


3) 사회기술훈련

1차 집단의 사전조사결과 분노조절능력이나 문제해결능력에 비하여 사회기술능력을 요구하는 대상자가 상대적으로 많은 것으로 나타났다. 이는 비합리적인 생각으로 인해 사소한 일에도 화를 잘내고 자신의 입장에서 사고하며 결국 좋은 인간관계를 맺지 못하여 사회기술에 자신 없어 하는 특성을 가진 대상자들을 상대로 했기 때문인 것으로 여겨진다. 이 집단의 사후조사결과로 볼 때, 훈련효과가 대상자 전원에게 미친 것으로 드러났다. 한 대상자의 경우 사전-사후점수 사이에 확연한 차이를 보여주었고 다른 대상자들은 미미한 차이나마 훈련의 효과를 입증하였으며, 이는 매시간마다의 토론 및 발표와 문제해결단계에서의 역할극 등과 함께 한 장기간의 집단활동으로 인한 결과로 여겨진다.

이와는 달리 2차 집단의 경우에는 그 연령이 상대적으로 높음으로 인하여 사회성이 이미 발달된 상태에서 참석해서인지 사회기술을 요하는 대상자가 2명에 불과 하였다. 이 중 한 명만이 효과를 본 것으로 나타났는데, 1차 집단에 비하여 집단역동이 많지 않았던 집단으로 사회기술훈련이나 역할극 등을 충분히 행하지 못한 결과로 보여진다.

<그림-3> 사회기술훈련: 사전조사와 사후조사 결과





(2) 프로그램에 대한 성원들의 주관적 평가

1) 분노에 대한 사고의 변화

주관적인 평가의 문항에서는 분노에 대한 생각이 훈련 전에는 어떠했는지와 훈련을 마친 후에 어떻게 변화했는지를 기술토록 하였는데, 아래의 <표-1>에서 볼 수 있듯이 대다수의 성원들은 훈련 전에는 생각 혹은 인내심의 부족으로 인해 쉽게 분노하게 되었다고 기술하고 있는 반면 훈련 후에는 좀더 다양한 답변들이 나왔다. 즉 성격적인 면, 문제해결능력면, 사회기술능력면 그리고 사고하는 면에서의 변화가 각기 성원들 사이에서 일어난 것으로 보인다.

<표-1> 1차 집단에서의 분노에 대한 사고에 변화

훈 련 전	훈 련 후
아무 생각 없이 무조건 싸움	원인을 생각해보고 상대방이 알아듣도록 설명
참을성이 없이 흥분을 잘함	분별력 있게 행동하기 전에 생각
성질이 피딱하여 생각 없이 행동	성향이 온순해지고 행동하기 전에 생각하고 자기 격려하게 됨
참지 못함	감정을 억제
무작정 화냄	긍정적으로 대처

2차 집단의 경우에는 실질적인 변화노력을 통하여 태도변화 뿐 아니라 행동변화 까지 가져온 것으로 드러났다. 여기에서 태도변화에서 그친 1차집단과 비교할 때 그 효과가 컸던 것으로 볼 수 있겠다. 이는 분노에 대한 구체적인 이해가 생김으로써 변화노력을 위한 동기화가 이루어진 것으로 여겨진다.

<표2> 2차 집단에서의 분노에 대한 사고의 변화

훈 련 전	훈 련 후
분노는 나쁜 것이라는 생각	분노는 그냥 감정일 뿐 어떻게 해소하느냐가 중요한 것이란 생각
시비를 걸어오면 무조건 싸우고 봄	싸움을 하는 횟수가 줄어듦
성질이 괴팍하여 생각 없이 행동	싸울 일도 말로써 해결하게 됨
분노상황에서 자제하는 능력이 적음	대처방식을 학습할 계기가 됨
화날 때 멋대로 행동	건전하게 대처하려 노력 중

(2) 자기 모니터링 효과

집단활동참가자들에게 과제물을 내주어 자기 모니터링을 실시하도록 하였으며 이는 전반적인 프로그램의 효과를 증진시키는데 많은 영향을 미치게 되는 요소이어서 한 문항을 할당하여 자기 모니터링에 대한 주관적인 평가를 기술하도록 하였다. <표-3>은 유사한 답변끼리 묶어서 정리한 것이다. 이를 살펴보면 행동하기 전에 한번 더 생각하게 되는 주요한 요소로써 자기 모니터링이 작용하였으며, 진일보하여 좀더 합리적인 방향으로 사고하도록 도와주는 역할을 하여, 결국 문제해결능력의 향상과 사회기술의 향상, 그리고 삶에 대한 자신감까지도 부여해준 계기가 되었다고 볼 수 있다.

<표-3> 자기 모니터링 효과

집 단 활동 전과 후의 변화내용	집 단	
	1차 집단	2차 집단
차후에 같은 상황이 일어날 때 조심할 수 있는 사고생김 (행동을 하기 전에 한번 더 생각하게 됨)	3명	3명
남의 입장을 고려하게 됨	1명	1명
부정적인 사고가 긍정적으로 바뀜	1명	1명
성격이 원만하게 바뀜	1명	2명
마음을 가다듬는 계기가 됨	1명	3명

문제가 해결이 됨(꼬인 일이 좋은 결과를 냄)	2명	1명
할 수 있다는 자신감이 생김	1명	1명
성실하게 행동하는 습성이 생김	1명	-
자신을 솔직하게 대하게 됨	-	1명
자신을 돌아볼 계기가 됨	-	1명

### (3) 본 훈련프로그램을 통하여 전반적으로 변화된 내용

본 훈련프로그램이 진행되면서 자신이 변화되었다고 생각되는 점에 대하여 자유롭게 기록하도록 한 결과, 1차 집단의 경우에는 가장 많은 수의 성원들이 사고의 변화를 들었다. 즉 충동성이 줄어든 대신에 행동하기 전에 잠시 생각할 여유가 생겼다는 것이다. 긍정적인 사고를 하게 되었다는 과반수의 의견 역시 사고의 변화에 속하는 것으로써 본 훈련프로그램의 최대효과는 왜곡된 사고에서 합리적인 사고방식으로의 변화로 볼 수 있을 것이다. 이러한 사고의 변화의 부수적인 효과로 (1) 자신과의 싸움에서 이겨내게 됨으로써 결국 꿈을 가지게 되었고, (2) 상대방의 입장을 배려하게 됨으로써 인간관계가 원만해지고 성격 자체도 차분해지게 되었으며, (3) 새로운 것을 배우려는 의지가 생긴 것으로 나타났다.

2차 집단은 다각적인 행동의 변화를 가져왔는데, 구체적으로는 1차 집단에서 나타난 문제해결 능력의 향상 및 인간관계가 원만해진 것에서 더 나아가 싸움 기회를 아예 만들지 않거나, 그럴 유혹이 있어도 관여하지 않게 되었다. 더 나아가 사회성의 증진과 함께 건전한 행동에의 변화로 인해 친구들이 다르게 보게 되었다고 진술하였다. 또한 문제가 생겼을 때 생각할 여유가 생겼거나 단순히 싸우는 횟수가 감소된 1차 집단과 비교했을 때 보다 더 향상된 결과를 나타냈다.

## 2. 총평가

### 1) 본 연구를 위해서 진행된 집단활동의 특성

집단활동을 진행함에 있어서 특이할 만한 사항은 아래와 같으며, 이는 추후에 진행되어질 집단의 활동에서 참조되어질 부분들이라 여겨진다.

첫째, 지각 및 결석에 대처하는 방안으로 벌점을 가하거나 혹은 복지관 내부 청소를 시키면서 동시에 이들에 대하여 별도의 보충프로그램을 실시하였다.

둘째, 프로그램 진행 시에 문제점이 발생하게 되면 성원들끼리 스스로 해결해 가는 분위기를 조성하여 그 중에서도 새롭게 문제해결에 대한 학습을 할 계기를 마련해주었다. 즉 집단성원 중에서 또래지도자격의 성원이 집단을 이끌어가도록 집단지도자는 집단역동에서 약간 빠져있게

되는 것이다.

셋째, 매주 프로그램내용과 관련된 과제를 내줌으로써 집단활동의 분위기를 실생활에까지 이끌고 나가도록 유도하였고 이를 통한 자기관찰이 프로그램 효과에 상당부분 영향을 미칠 수 있었다.

넷째, 복지관 외의 장소에서 집단지도자와의 개별면접을 통한 자연스러운 만남을 형성함으로써 개별화된 목표설정이 가능할 수 있었다. (2차 집단의 경우에는 복지관 내에서 프로그램 전과 후의 시간을 이용함)

다섯 째, 1차 집단의 경우 장기결석에 대한 아무런 대책도 세워지지 않은 상태에서 프로그램이 진행되었기 때문에 결국 1명의 탈락자가 생길 수밖에 없었다.

여섯 째, 7회로 접어들면서 대상자들은 프로그램이 3개월 가까이 진행된다는데 대한 압박감을 느끼면서 약간은 지치게 되었으며, 그에 따른 지각이 늘어난 것을 관찰할 수 있었다. 따라서 프로그램의 중심인 문제해결단계가 제 역할을 하기 위해서는 6회에서, 중간평가의 재결단의 시간을 가지면서 좀더 동기유발을 할 만한 흥미 있는 프로그램을 삽입하는 것도 중요하겠다.

## 2) 사전-사후조사결과분석

1차 집단 경우에는 구성원들이 행한 주관적인 평가에서 드러난 효과는 주목할 만한 것이었음에도 불구하고 분노조절훈련이나 문제해결능력훈련이 별 효과가 없는 것으로 드러나게 되었다. 반면 사회기술훈련이 여타 훈련과 비교하여 그 효과가 좋은 것으로 드러났는데 그 이유를 살펴보면 아래와 같다.

첫째, 이는 다른 훈련에 비하여 사회기술훈련이 집중적으로 되어졌거나, 훈련의 실질적인 효과가 절대적으로 큰 것이었다기 보다는, 집단활동 자체에서 자연스럽게 익혀지는 부분(사회기술)들이 있게 마련인데 그 부분들이 본 사회기술훈련프로그램에 부가되어 상승효과를 가져오게 된 것으로 보여진다.

둘째, 검사지 자체가 분노조절이나 문제해결에 관련된 문항의 경우 자기인식 내지는 문제인식이 있지 않은 상태에서, 기록하게 되는 점수를 자신의 실제상황과 부합되도록 기입하지 못할 수도 있는 반면, 사회기술관련 문항의 경우에는 그러한 자기인식이나 문제인식이 뚜렷하지 않은 상태에서도 쉽게 제대로 된 점수를 표시하는 것이 가능하다는 것이다.

셋째, 사전조사결과 분노조절이나 문제해결보다 사회기술능력이 많은 상태에서 구성원들이 프로그램에 임했기 때문에 좀더 쉽게 프로그램에 의한 변화를 가져오게 된 것으로 여겨진다.

반면 2차 집단 경우에는 주관적인 평가와 사전-사후조사결과 모두에서 본 훈련프로그램의 효과가 나타났으며, 주관적인 평가에서도 긍정적인 평가를 이끌어낸 것으로 드러났는데 집단의 구성 면에 있어서의 영향이 아닌가 여겨진다. 이것은 우선 동질적인 집단구성이었다는 점을 들 수

있겠다. 1명을 제외한 대상자들이 집단초기에 학생 혹은 입시학원생이었으며, 나이도 만 18세가 대다수를 차지하였고 모두 남학생으로만 구성되어 그 동질성이 집단에 대한 응집력과 함께 변화 노력하고자 하는 동기유발로 작용한 것으로 볼 수 있겠다. 그 다음 요소로는 연령층이 높음에 따른 자기인식도가 높았으며, 인지능력이 높은 점이 전반적인 프로그램에 대한 이해도를 향상시킨 것으로 보여진다. 또한 분노조절능력이 전반적으로 부족한 상태에서 임함으로써 같은 성향의 집단성원들이 훈련에서 좀 더 많은 효과를 드러낸 것으로 분석된다.

## VI. 결 론

본 분노대처훈련프로그램이 진행되면서 가장 많이 변화된 점을 살펴보면, 폭력성향이 완화되었다고 볼 수 있겠으며, 그렇게 변화하게 된 이유로 사고의 변화를 들 수 있겠다. 즉 충동성이 줄어들 대신에 행동하기 전에 잠시 생각할 여유가 생겼다는 것이다. 다시 말해 왜곡된 사고에서 합리적인 사고방식으로의 변화로 볼 수 있을 것이다. 이러한 사고의 변화의 부수적인 효과로 (1) 자신과의 싸움에서 이겨내게 됨으로써 결국 꿈을 가지게 되었고, (2) 상대방의 입장을 배려하게 됨으로써 인간관계가 원만해지고 성격 자체도 차분해지게 되었으며, (3) 새로운 것을 배우려는 의지가 생긴 것으로 나타났다.

본 훈련프로그램의 목적이 어느 정도 달성되었는지와 관련하여 아래와 같이 본 훈련프로그램에 대한 결론을 내릴 수 있겠다.

첫째, 주관적인 평가를 통하여, 합리적으로 사고하게 되면 잘못된 행동양식이 줄어드는 것으로 나타났다. 즉 훈련프로그램을 통하여 합리적으로 사고하게 되었으며, 그것이 건전한 대처방식을 찾아 행하게 하는데 도움이 되었다는 것이다.

둘째, 집단활동에 참가한 비행청소년들은 훈련프로그램을 통하여, 다양한 대처방식이 있음을 인식하게 되었고, 그리하여 폭력이 최선의 방법이 아니라 또 다른 폭력행위를 생산해내는 악순환의 고리에 빠지게 하는 것임을 앞으로써 싸움 등을 줄일 수 있게 되었다고 보고하고 있다. 더 나아가 문제에 대한 원인 등을 생각함으로써 충동적 성향을 줄이고 대신 문제해결방식을 택하게 됨으로써 보다 건전한 대처방식을 취하게 되었다.

셋째, 자기관찰과 끊임없는 변화노력으로 인하여 자기효율(자신에 대한 믿음)을 높이게 된 성원들은 자신감을 가지고 행동하게 되었으며, 그러한 자기효율의 상승은 성격의 변화와 함께 꿈을 실현시켜 나가는데 노력을 기울이도록 도와주었다. 즉 직업을 택해도 자신의 미래와 연관지어 택하게 되었으며 막연하게 생각만하고 실천에 옮기지 못한 일들을 점차적으로 행하게 되었다. 이러한 자기효율의 상승효과는 분노에 대한 인식과 함께 자기 모니터링을 통하여 스스로

를 통제하는 경험을 함으로써 강화된 것으로 나타났다.

넷째, 자기격려 등을 유용하게 여기고 있음으로써 자기진술에 대한 인식을 가지게 된 것으로 나타났다. 더 나아가 이러한 인식과 함께 변화된 행동패턴을 가지게 되었다.

다섯째, 종결 시에 건전한 행동양식에 대한 인식과 함께 폭력행동이 줄어들었다는 보고가 있음에도 아직은 그러한 행동양식들이 내재화되지 않은 상태로 마무리되었기 때문에 과연 프로그램 이후에도 지속적인 변화노력이 가능할 것인지에 대한 의문이 있다.

여섯째, 별도로 진행되고 있는 청소년전문위원들과 집단구성원들의 개별적인 만남을 통하여 어느 정도의 추후관리를 기대할 수 있을 것이나, 집단지도자와의 전체모임을 계획함으로써 지속적인 변화노력에 대한 동기화를 시키는 것도 중요하다고 본다.

마지막으로 집단구성에 있어 보다 동질적인 집단을 구성함으로써, 전체구성원 수준에 맞는 적절한 개입이 되어짐으로써 좀더 효과적인 훈련이 되어질 수 있으리라 여겨진다.