

인간 잠재력 개발 집단상담이 자아실현과 자아정체감에 미치는 효과*

- 간호대학생을 중심으로 -

윤 정 아**

잠재력은 겉으로 드러나지 않고 속에 잠겨있는 힘으로서, 창의적으로 표현되며, 효과적으로 대인관계를 유지하고 자기가 원하는 종류의 사람이 되어가는 과정으로, 자아실현을 돕는 개인의 긍정적인 능력이다. 이러한 잠재력을 극대화하여 자아실현에 도달하기 위해서는 긍정적인 환경조성이 무엇보다 필요하다.

그러나 현대사회의 조직과 생활양식은 부정적이고 경쟁적인 환경을 조성함에 따라 진정으로 자신이 원하는 것이 무엇인지 아는 자아정체감을 파악하기 어려운 위기상황을 야기하고 있다. 또한 청소년 후기에 해당되는 대학생들은 심한 가치관의 혼란을 경험해야 하고 진로를 고민해야 하며, 많은 스트레스를 경험하므로, 정체감, 인생관 및 사회적 가치관 등을 정립하는 발달과업이 문제로 제기되고 있다.

특히 간호학생은 간호의 개념과 정의에서 진술된 지식과 기술을 가지고 환자와 대치될 수 있는 여러가지 상황을 고려하여 인간의 존엄성을 상실하지 않도록 하는 제반의 노력이 필요하므로, 잠재력을 개발하여 자아실현과 자아정체성 확립을 통한 전문직 수행은 좋은 간호사를 배출하는데 매우 중요하다. 그러므로 간호교육자는 특히, 임상실습 과정에서 학생의 잠재력을 발달시키기 위한 환경을 조성해주어야 하며, 학생의 발달단계나 심리상태를 이해하고 돕는것이 중요하다.

인간은 근본적으로 선하며 자기성장과 자아실현, 건강에 대한 열망, 정체와 자율의 추구, 우월성을 향한 노력은 보편적이고 일반적인 인간들의 경향이다. 이에 따라 자기성장과 자기실현 등을 목표로 하는 예방적, 발달적 상담의 필요성이 강조되고 있으며 이를 효과적으로 성취하는 방법으로 집단상담이 있다.

이러한 자아실현을 높이는 데는 여러 집단상담이 있으나 그중에서도 인간 잠재력 개발 집단상담이 효과적이다.

McHolland(1970)가 개발하고 이혜성(1978)이 한국의 실정에 맞게 재조정한 인간 잠재력 개발 집단상담은 자아실현성, 불안, 자아개념변화, 인간관계 개선, 성취성격, 욕구의 변화, 정신건강과 자아존중감에 긍정적인 결과를 나타내고 있음이 보고되고 있다.

하지만 아직 그 활동 및 연구는 초기단계에 있으며, 간호대학생을 대상으로 인간 잠재력 개발 집단상담 프로그램의 효과를 측정된 연구는 없는 실정이다.

이러한 인간 잠재력 개발 집단상담은 보통 1회당 90분~120분으로 매주 1회씩 총 8~10주가 소요되는 프로그램이나, 선행연구들에서 매주 2회씩, 총 4주동안 7~8회의 집단상담에서도 의미있는 효과를 보고한점에 근거를 두어 매주 2회, 2시간씩 7회 실시하였다. 또한 본래의 프로그램에서는 제1회에서 자기소개를 약 3분내지 6분으로 간략하게 하는 방식으로 진행되나, 본 연구자는 1993년 3월부터 1994년 11월까지 17그룹에 걸친 공동상담자와 주상담자로서의 경험을 통해, 가족 역동과 어린시절부터 현재에 이르기까지의 성장과정을 정리해보는 "open mind" 형식의 시간이 매우 효과적이었으므로, 이혜성이 개발한 프로그램 중 1회에 해당하는 자기

* '95년 한양대학교 대학원 석사학위 논문

** 한양대학교 간호학과 조교

소개시간을 2회로 늘려 비중을 두고 실시하였다.

이에 본 연구의 목적은 간호대학생을 대상으로 잠재력을 개발시킴으로써 높은 자아실현과 긍정적인 자아정체감을 확립하여 사회요구에 맞는 전문직 간호사를 배출하도록 돕는 교육방법으로써, 인간 잠재력 개발 집단상담의 효과를 측정하여, 앞으로의 간호전문인 교육과정에 있어 집단상담 프로그램의 활용방안을 구체적으로 제시하고자 시도하였다.

이와같은 연구목적을 달성하기위한 연구가설은 다음과 같다.

제1가설 : 인간 잠재력 개발 집단상담을 받은 실험군은 대조군보다 사후검사에서 자아실현의 전체점수가 유의한 차이로 높을 것이다.

제2가설 : 인간 잠재력 개발 집단상담을 받은 실험군은 대조군보다 사후검사에서 자아실현의 10개 하위척도 점수가 유의한 차이로 높을 것이다.

제3가설 : 인간 잠재력 개발 집단상담을 받은 실험군은 대조군보다 사후검사에서 자아정체감의 6개 하위척도 점수가 유의한 차이로 높을 것이다.

문헌고찰을 종합한 결과 자아정체감 형성을 대학생의 연령층이라 할 수 있는 후기청년기의 가장 중요한 발달 과업으로 보았고 이 과업을 수행하는 과정인 심리, 사회적 성숙은 자아실현과 밀접한 관계가 있으며, 자아정체감 수준이 높은 학생은 과업지향적 특성때문에 자아실현이 잘 이루어진다고 보았다. 따라서 자아정체감과 자아실현은 상호 밀접한 관계가 있으며, 특히 긍정적인 자아정체감은 자아실현에 많은 영향을 끼치므로, 자아실현에 효과가 높은 인간 잠재력 개발 집단상담을 통해 긍정적인 자아정체감을 확립하고자 한다.

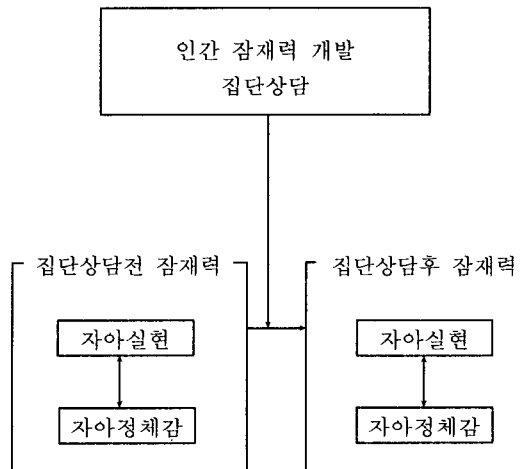


그림 1. 본 연구의 이론적 틀

연구설계는 비동등성 대조군 전후설계의 유사실험이며 연구대상은 서울에 있는 H대학의 간호학과 2,3,4학년 여학생 42명으로, 실험군 21명(2학년 6명, 3학년 4명, 4학년 11명), 대조군 21명(2학년 6명, 3학년 4명, 4학년 11명)으로 배정하였다.

연구기간은 1995년 1월 17일부터 3월 23일까지였으며, 매주 2회 2시간씩 4주동안 프로그램에 따라 소집단 상담실에서 실시하였다.

측정도구는 Shostrom(1963)이 제작한 POI를 우리나라 실정에 맞게 김재은, 이광자(1977)가 표준화시킨 자아실현 검사지를 사용하였으며, 자아정체감 척도는 Dignan(1965)의 자아정체감 척도를 문항분석하여,

6개 영역으로 재구성한 김형태(1989)의 자아정체감 척도를 사용하였다.

두 집단의 자료수집 방법은 방학전 공고를 통해 인간 잠재력 개발 집단상담에 참여하기를 희망하는 학생을 대상으로 예비모임을 갖고 상담의 목적을 소개한 후 7회에 걸쳐 한번도 빠지지 않고 계속 참가해야 함을 강조하고 끝까지 참석하고자 하는 희망 학생을 실험집단에 배정하고, 동질성을 고려한 편의표출로 대조군을 선정하였다.

각 집단에 대해서는 먼저 사전검사를 실시하였으며, 실험집단에서는 4주에 걸친 인간 잠재력 개발 집단상담을 실시하였고, 통제집단에서는 아무런 처치도 하지 않았다. 실험집단은 인간 잠재력 개발 집단상담 지도 방안에 따라 4주에 걸쳐 1회에 2시간씩 7회, 총 14시간에 걸쳐 훈련을 받았으며 사후 검사는 처치가 끝난 후 두 집단 모두에게 동시에 실시하였다.

본 연구에 사용된 도구는 인간 잠재력 개발 집단상담 프로그램의 객관적인 효과를 측정하기 위하여 Shostrom(1963)에 의해 인격적 지향성 척도가 제작된 것을 김재은, 이광자가 한국 문화수준에 맞도록 표준화한 130문항의 POI(Personal Orientation Inventory)를 사용하였으며, 자아정체감 척도는 Dignan의 자아정체감 척도에 김형태(1989)가 문항분석한 6개영역에 70문항으로 된 구성요인형 자아정체감 척도를 사용하였다.

자료분석은 사전검사에 따른 자아실현과 자아정체감 점수의 실험군과 대조군간의 동질성 검정을 위해 t-test를 실시하였고, 두 집단의 실험 처치 전·후의 자아실현과 자아정체감 점수의 변화는 paired t-test로 검증하였으며, 사후검사에 따른 실험처치후 두 집단간의 차이검정을 위해 t-test를 실시하였다.

연구결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 인간 잠재력 개발 집단상담을 실시한 군은 실시하지 않은 군보다 자아실현검사의 전체 평균 점수가 유의한 차이로 높아졌다($t=2.61, p=.0127$).
2. 인간 잠재력 개발 집단상담을 실시한 군은 실시하지 않은 군보다 자아실현 검사의 하위척도 중 시간효율성, 내부지향성, 자아실현성, 자발성, 실존성, 자기긍정성, 자기수용성에서 유의한 차이로 자아실현 7개하위 척도 점수가 높아졌다.
3. 인간 잠재력 개발 집단상담을 실시한 군은 실시하지 않은 군보다 자아정체감 검사의 6개 하위척도인 목표 지향성, 자기존재의 독특성, 대인관계 역할인지, 자기수용, 자기주장 모두에서 유의한 차이로 자아정체감 하위 척도 점수가 높아졌다.

결론적으로, 자아정체성 발달업무를 갖고 인간의 건강관리와 욕구충족을 채울 수 있는 전문인이 되기위해, 이론과 실습을 병행하는 간호교육 과정속에서 많은 스트레스를 경험하는 간호대학생을 대상으로 인간 잠재력 개발 집단상담을 실시한 결과, 높은 자아실현 효과와 자아정체감의 긍정적 변화에 영향을 미침을 알 수 있었다.

그러므로 인간 잠재력 개발 집단상담은 간호대학생들에게, 그들이 가진 잠재력을 충분히 개발시키므로써, 높은 자아실현과 긍정적인 자기 정체성 확립을 돕기때문에, 독자적 기능을 가진 전문간호사를 육성하는 간호교육 과정에 있어 큰 역할을 하는 하나의 지도방법이라 할 수 있다.

이상의 결론을 토대로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 인간 잠재력 개발 집단상담 프로그램의 효과 지속성 및 실제 행위로의 실천정도를 조사하기 위한 추후 연구가 필요하다.

둘째, 본 연구는 1개 대학 간호학생을 대상으로 하였으므로 과 특성에서 오는 여러가지 영향을 고려해야 하므로 일반대학생을 대상으로 실시하여, 그 일반성을 인정받아야 할 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 선행논문을 바탕으로 잠재력 개발 집단상담 프로그램 10회 중 7 회를 발췌, 실시한 사전 프로그램을 시행하여 그 효과를 비교하는 추후연구가 필요하다.

넷째, 자아실현을 높이기 위한 다른 프로그램과 병행하여, 그 효과를 검증해 볼 필요가 있다. ▮