

## 해결중심 집단상담이 실직노숙자의 자아존중감, 우울 및 희망에 미치는 효과

김 현 미\*

### I. 서 론

#### 1. 연구의 필요성

우리나라에서 노숙자 문제가 본격적으로 대두된 것은 1997년 말 경기불황으로 대규모 실업사태가 발생하면서 부터이다. 실직자들 중 일부는 거주지의 상실과 가족해체를 경험하였고 거리에서 노숙할 수밖에 없는 처지에 놓이게 되었다. 이러한 사회분위기 속에서 국제통화기금 지원체제 이전에는 300-400명에 불과했던 노숙자들이 2000여 명으로 급증하였고, 이들은 기존의 '부랑형 노숙자'와 구분하여 '실직노숙자'라는 용어로 불리어지게 되었다(Son, 2000). 그러나 노숙에 이르는 과정에는 실직이라는 요인 외에도 가족구성의 변천과 미혼모 및 이혼율, 마약이나 알코올 중독자의 증가, 복지비 인하, 정신병원에서의 강제 퇴원, 집세 상승 등 다양한 요인들이 결합되어 있으므로(Lee, 1998), 노숙자 문제를 이해하기 위해서는 포괄적인 접근이 이루어져야 한다.

실직노숙자 문제가 사회의 주요 관심사가 되면서, 노숙자의 특성을 이해하고 이에 대한 대책을 제시하는 다양한 연구들이 진행되어왔다. 먼저 실직노숙자의 현황과 욕구 및 대책, 사회복지 프로그램에 관한 연구(Shim, 1998; Park, 1999), 노숙자 지원 서비스의 문제점과 개선 방안에 관한 연구(Yook, 1999), 노숙자 쉼터의 프로그램 운영 실태 및 이용자들의 욕구, 쉼터 이용 만족도에 관한 연구(Lee, 1999; Son, 2000) 등이 이루어졌으며, 이들 연구를 통해 노숙자 복지와 노숙의 장기화를 예방하기 위한 지원사업으로 쉼터 시설 확충, 상담과 취업 알선, 의료서비스, 가족과의 연결 서비스, 실효성 있는 자활 및 재활 프로그램 마련 등의 조치에 대한 필요성이 강조되었다.

노숙자의 정신건강 실태 및 심리상태에 관한 조사 연구도 이루어졌는데, Association of Physicians for Humanism(1998)과 Ahn(1999), Kyungi-do Support Center for the Homeless(2000), Jo(2001) 등은 노숙자들이 자아존중감 저하, 우울, 절망감, 불안, 적대감, 삶의 목적 상실, 사회적 지지의 상실 등의 심리적 문제와 정신질환 및 알콜중독 등의 문제를 나타내며, 노숙기간이 길어질수록 심리적 문제와 정신건강의 위험성이 점점 높아진다고 하였다. 또한 Kim(2002)은 218명의 실직노숙자를 대상으로 한 연구에서 대상자들의 자아존중감과 희망 정도가 만성질환자보다 더 저하되어 있으며, 심각한 우울상태를 나타내어 이러한 문제를 해결하기 위한 간호중재 프로그램의 개발이 시급하다고 주장하였다.

한편, Tollett과 Thomas(1995), Applewhite(1997) 등도 노숙자에 대한 서술적 연구를 통해 노숙이 장기화되면서 이들이 의기소침, 동기 저하, 분노, 공격성, 자아존중감의 저하, 우울, 절망감, 희망의 상실, 자기효능의 손상, 학습된 무기력과 같은 심리적 문제와 정신분열병, 정동장애, 불안장애 등과 같은 정신질환을 경험하며, 심한 경우 자살경향을 나타낸다고 보고하였다.

따라서 노숙자들의 심리적 문제를 해결하기 위한 간호

\* 경산대학교 간호학부

중재 방법의 적용이 절실히 요구된다고 하겠다.

해결중심 집단상담은 문제보다는 해결에, 과거보다는 현재와 미래와 초점을 두고 대상자의 강점과 능력을 발견하여 칭찬과 인정을 해줌으로써 태도와 의식구조의 재조정, 행위의 변화를 촉진시키는 단기상담 기법으로서, 대상자에게 힘과 권한을 부여하고 자신감과 희망을 준다(Berg, 1994; Campbell, Elder, Gallagher, Simon과 Taylor, 1999). 또한 선행 연구에서 해결중심 집단상담은 대상자의 자아존중감과 희망, 자기통제력을 향상시키고 우울과 불안, 충동성을 감소시키는 등 심리적 문제 해결에도 유의한 효과가 있다고 보고하였다(Sundstrom, 1993; LaFountain, Garner, and Eliason, 1996; Kim, 1999; Ko, 2001; Park, 2001). 특히 Mason, Breen과 Whipple(1994)은 해결중심치료가 부정적인 상황 안에서도 긍정적인 속성을 확인하게 함으로써, 노숙자에게 살아갈 수 있는 힘을 부여하고 자아존중감과 성취감을 향상시키는 데 효과적인 간호중재 방법이 될 수 있다고 제안하였다.

따라서 해결중심 집단상담은 실직노숙자들의 심리적 문제 해결에도 매우 적합한 상담기법이라고 사료되나, 국내에서는 이들을 대상으로 효과를 확인한 연구가 거의 없는 실정이다.

이에 본 연구자는 실직노숙자들의 자아존중감과 희망을 향상시키고 우울을 감소시킬 수 있는 해결중심 집단상담을 실시하여 그 효과를 규명함으로써 노숙자들의 생활을 돕고, 더 나아가 이 상담기법을 독자적인 간호중재 방법으로 활용할 수 있는 근거를 제시하고자 본 연구를 시도하였다.

## 2. 연구 목적

본 연구의 목적은 해결중심 집단상담이 실직노숙자들의 자아존중감과 우울, 희망에 미치는 효과를 검증하고자 하는 것이다.

## 3. 연구 가설

본 연구의 가설은 다음과 같다.

연구가설 1 : 해결중심 집단상담을 받은 후 실직노숙자의 자아존중감이 증가될 것이다.

연구가설 2 : 해결중심 집단상담을 받은 후 실직노숙자의 우울이 감소될 것이다.

연구가설 3 : 해결중심 집단상담을 받은 후 실직노숙자의 희망이 증가될 것이다.

## II. 연구 방법

### 1. 연구 설계

본 연구는 실직노숙자를 대상으로 해결중심 집단상담을 실시한 후 자아존중감과 우울, 희망의 차이를 비교하는 유사 실험연구로서, 단일군 전후 설계(one-group pretest-posttest design)이다.

### 2. 연구 대상 및 자료수집 방법

본 연구의 대상은 서울시의 일 노숙자 쉼터에 거주하는 실직노숙자이다. 연구자가 해결중심 집단상담에 대해 간략히 설명한 뒤 대상자의 동의를 얻고, 상담에 참가하기를 원하는 대상자들을 한 집단 당 8명씩으로 하여 네 집단을 구성하였으나, 연구 진행 중 개인적인 사정으로 인해 2명이 탈락하여 총 30명의 자료를 분석에 이용하였다. 연구 기간은 1집단과 2집단의 경우 2000년 7월 14일부터 9월 29일까지였으며, 3집단과 4집단의 경우는 2001년 5월 4일부터 8월 17일까지였다.

자료수집 방법은 각 집단별로 집단상담을 진행하기 1주일 전에 사전 검사를 실시하였으며, 사후 조사는 변화에 대한 기념식이 해결중심 집단상담의 마지막 회기에서 대상자들이 문제 상황에서 전환되어 변화하는 것을 나타내는 효과적인 중재 기법임(Selekman, 1991)을 감안하여, 이의 유지 효과를 포함시키기 위해 집단상담이 끝난 1주일 후에 실시하였다.

### 3. 연구 도구

#### 1) 해결중심 집단상담

본 연구에서 사용한 해결중심 집단상담 프로그램은 연구자가 Selekman(1991), Lafountain 등(1996), Metcalf(1998)의 해결중심 집단상담에 기초하여 노숙자의 특성을 고려하여 상황에 적합하도록 내용을 수정·보완한 것이다.

본 연구자가 직접 집단상담을 진행하였고, 프로그램의 효과적인 진행을 위해 노숙자 쉼터에 근무하는 남자 직원 1명을 연구보조자로 선정하였다.

본 연구에서는 총 8회의 해결중심 집단상담 프로그램을 실시하였는데, 1회기와 8회기는 주 1회, 2-7회기는 주 2회로 하여 1집단 당 5주 동안 프로그램을 실시하였다. 매 회기 당 소요 시간은 2시간이었고, 매 회기는 긍정적인 변화에 관한 질문, 회기별 내용 진행, 공감되는 이야기 나누기, 휴식과 메시지 작성, 메시지 전달 단계로 운영하였다.

각 회기별 내용은 다음과 같다.

회기	내 용
1	진행자 소개, 프로그램의 목적과 진행과정, 회기별 내용 소개, 해결중심치료의 기본가정과 원리에 대한 소개, 집단구성원들의 간단한 자기 소개와 별칭 정하기에 이어 프래그먼트의 참여동기와 참석 전 변화에 관한 질문, 대략적인 개인별 목표 설정을 위한 질문을 하였다.
2-3	먼저 지난 번 프로그램에 참석한 이후 무엇이 달라졌는가? 아주 작은 것이라도 좋아진 것이 무엇인가 등 긍정적인 변화에 관한 질문을 하고, 이어서 한 회기 당 3-4명씩 가족관계 및 자신의 인생곡선을 소개하면서 과거 회상에서 문제가 아닌 더 좋았던 때를 회상하게 하고, 실적과 노숙경험, 노숙자로서의 생활에 대한 감정을 표현하게 하였다. 특히 이 과정에서는 힘든 상황을 극복할 수 있었던 자신의 강점을 발견하여 노숙상태를 새롭게 재진술하게 함으로써 희망적인 분위기를 만들기 위해 노력하였다.
4	기적질문과 꿈질문, 척도질문을 이용하여 개인별 목표를 탐색하고, 구체적이고 실현 가능한 목표를 설정하도록 하였다.
5	예외상황을 발견하여 문제해결상황을 확대시켜 나가기 위해 개인의 성공적인 경험에 관한 이야기를 나누었다.
6	발견한 예외상황을 지속시키기 위한 요소를 찾기 위해 대처질문, 관계질문, 예외질문을 이용하여 개인의 강점을 확인하였다.
7	지금까지의 변화를 살펴보고, 목표의 진행정도를 확인하고, 이를 유지시키기 위한 작업을 하였다.
8	프로그램을 하기 전과 비교해서 조금이라도 달라진 점이 무엇인가를 이야기하고, 척도질문을 하였다. 그리고 각자의 느낌을 이야기하고 다른 집단구성원들의 변화에 대해 칭찬해 주는 시간을 가졌으며, 각자 부치지 않는 편지를 남긴 후 케이크와 초, 다과를 이용한 파티와 선물 증정으로 변화를 위한 기념식을 하면서 종결하였다.

## 2) 자아존중감 척도

Rosenberg(1973)의 자아존중감 척도를 Jeon(1974)이 한국판으로 표준화시킨 것으로, 긍정형과 부정형이 혼합되어 10개 문항으로 구성된 Likert식 4점 척도이며, 점수가 높을수록 자아존중감의 정도가 높음을 의미한다. 신뢰도 값은 개발 당시 Cronbach  $\alpha = .85$ 이었고, 본 연구에서는 Cronbach  $\alpha = .81$ 이었다.

## 3) 우울 척도

Beck(1967)이 개발한 우울 척도를 Han, Yeom, Shin, Kim, Yun과 Jeong(1986)이 한국판으로 표준화시킨 것으로, 21개 문항으로 구성된 Likert식 4점 척도이며, 점수가 높을수록 우울 정도가 심함을 나타낸다. 신뢰도 값은 개발 당시 Cronbach  $\alpha = .84$ 이었고, 본 연구에서는 Cronbach  $\alpha = .90$ 이었다.

## 4) 희망 척도

Miller와 Powers(1985)의 희망 척도를 Lee(1992)가 번역하여 수정, 보완한 것을 사용하였다. 문항의 내용은 자신과 타인 및 생애에 대한 만족도를 다루는 내용이 22문항, 희망의 위협요소를 회피하는 것에 관한 내용이 12문항, 미래에 대한 기대를 다루는 내용이 6문항으로 총 40문항이며, 긍정형, 부정형이 혼합되어 있다. Likert식 5점 척도로서, 점수가 높을수록 희망의 정도가 높음을 의미한다. 신뢰도 값은 개발 당시 Cronbach  $\alpha = .96$ 이었고, 본 연구에서는 Cronbach  $\alpha = .92$ 이었다.

## 4. 자료처리 및 분석방법

수집된 자료는 SPSS WIN 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율로 분석하였고, 해결중심 집단상담 전후의 자아존중감, 우울, 희망의 점수 차이는 paired t-test로 분석하였다.

## 5. 연구의 제한점

본 연구는 대조군이 설정되어 있지 않은 상황에서 이루어진 단일군 전후설계이므로 실험효과에 영향을 미칠 수 있는 외생변수를 고려하지 못하였고, 또 프로그램의 효과를 평가하기 위한 측정변수가 심리적 측면에 국한되어 있으므로 제 3변수의 개입, 성숙, 평균으로의 수렴 등의 영향을 확인할 수 없는 단점을 안고 있다. 따라서 연구결과를 일반화하는 데에는 신중을 기하여야 한다.

## Ⅲ. 연구 결과

### 1. 대상자의 일반적 특성

대상자는 모두 남자였고, 연령분포는 40-49세가 36.7%, 30-39세가 30.0%, 50-59세가 26.7%, 60세

이상이 6.7%이었다. 종교는 가지고 있는 경우가 63.3%이었고, 교육 정도는 고등학교 졸업이 56.7%로 가장 많았다. 결혼 상태별로는 이혼과 사별이 40.0%, 미혼이 33.3%이었고, 배우자가 있는 경우는 26.7%이었다. 월수입은 60만원 이하가 80.0%로 대부분이었고, 거리 노숙 경험은 있는 경우가 60.0%, 없는 경우가 40.0%이었다. 쉼터 거주 기간은 13-18개월이 60.0%, 19개월 이상인 경우가 20.0%이었다. 가족과의 연락은 하는 경우가 66.7%로 대부분을 차지하였다(Table 1).

<Table 1> General characteristics of subjects (N=30)

Characteristics	N(%)
<b>Age(years)</b>	
30-39	9(30.0)
40-49	11(36.7)
50-59	8(26.7)
≥ 60	2( 6.7)
<b>Religion</b>	
Yes	19(63.3)
No	11(36.7)
<b>Education level</b>	
Elementary school	2( 6.7)
Middle school	6(20.0)
High school	17(56.7)
College and above	5(16.7)
<b>Marital status</b>	
2 Married or Partnered	8(26.7)
Single	10(33.3)
Divorced or Separated	12(40.0)
<b>Monthly Income(ten thousand won)</b>	
≤ 30	12(40.0)
31 - 60	12(40.0)
≥ 61	6(20.0)
<b>Experience in street dwelling</b>	
Yes	18(60.0)
No	12(40.0)
<b>Periods of living in shelter(mon.)</b>	
< 6	2( 6.7)
7 - 12	4(13.3)
13 - 18	18(60.0)
≥ 19	6(20.0)
<b>Contact with family</b>	
Yes	20(66.7)
No	10(33.3)

<Table 2> Comparison of self-esteem, depression, and hope scores before and after solution-focused group counseling

	before treatment		after treatment		t	p
	Mean	SD	Mean	SD		
Self-esteem	22.98	2.78	25.31	2.46	4.98	.001
Depression	25.79	7.23	15.27	5.88	-7.62	.001
Hope	122.44	10.32	136.34	11.36	8.54	.001

2. 해결중심 집단상담 효과 검증

1) 자아존중감 증가 효과(연구가설 1)

“해결중심 집단상담을 받은 후 실직노숙자의 자아존중감이 증가될 것이다.”라는 연구가설에 대한 검증과정에서 중재 전 자아존중감의 평균점수가 22.98±2.78에서 중재 후 25.31±2.46으로 증가하였으며, 이는 통계적으로 유의하여(p=.001) 해결중심 집단상담을 받은 후에 자아존중감이 증가한 것으로 나타났다(Table 2).

2) 우울 감소 효과(연구가설 2)

“해결중심 집단상담을 받은 후 실직노숙자의 우울이 감소될 것이다.”라는 연구가설에 대한 검증과정에서 중재 전 우울의 평균점수가 25.79±7.23에서 중재 후 15.27±5.88로 감소하였으며, 이는 통계적으로 유의하여(p=.001) 해결중심 집단상담을 받은 후에 우울이 감소한 것으로 나타났다(Table 2).

3) 희망 증가 효과(연구가설 3)

“해결중심 집단상담을 받은 후 실직노숙자의 희망이 증가될 것이다.”라는 연구가설에 대한 검증과정에서 중재 전 희망의 평균점수가 122.44±10.32에서 중재 후 136.34±11.36으로 증가하였으며, 이는 통계적으로 유의하여(p=.001) 해결중심 집단상담을 받은 후에 희망이 증가한 것으로 나타났다(Table 2).

IV. 논 의

실제로 실직노숙자들에게는 자아존중감 및 희망의 저하와 우울 증가에 대한 효과적인 간호중재 방법이 요구되고 있다. 이에 본 연구자는 대상자들의 자아존중감과 희망을 증진시키고 우울을 감소시킬 수 있는 구체적인 접근 방법에 기여할 수 있도록 해결중심 집단상담을 실직노숙자에게 적합한 프로그램으로 수정·보완하여 실시하였다.

대개 집단상담에서는 한 집단의 크기를 7-8명, 1회기

는 1시간 30분 내지 2시간을 이상적으로 하며, 특히 해결중심 집단상담에서는 전체 상담 횟수가 6-12회기를 넘지 않는 것을 이상적으로 한다는 선행연구들을 근거로 하여 본 연구에서는 5주 동안 8회기의 집단상담 프로그램을 시행하였다.

또한 매 회기마다 긍정적인 변화에 관한 질문을 하면서 시작하고, 그 회기의 프로그램 내용을 다룰 때는 해결중심적 개입 질문들을 사용하였으며, 집단구성원들이 휴식하는 시간 동안 연구보조자와 함께 팀으로 메시지를 작성하여 전달하는 단계를 지킴으로써 해결중심 집단상담의 기본과정을 그대로 적용하였다.

본 연구에서 2-3회기에 대상자들이 자신의 가족관계와 지금껏 살아온 자신의 인생에 대한 소개를 통해 자기노출을 하도록 한 것은, 노숙자들이 사회적으로 고립된 상태에서 대인관계 손상을 경험하며, 같은 쉼터에 있는 동료들간에도 서로 자기 개방을 하지 않고 지내는 경우가 많다는 점을 고려하였기 때문이다. 다른 집단구성원들에게 자신의 노숙경험 및 노숙자로서의 생활에 대한 감정을 표현하면서 자신을 진솔하게 개방하는 것은 계속되는 집단프로그램 과정에서 상호간에 공감되는 점을 이야기하여 도움을 주고받을 수 있게 하였고, 그런 가운데에서 대상자들은 힘든 상황을 극복할 수 있었던 자신의 강점을 발견하였다.

4회기에는 개인의 목표설정을 위해 기적질문을 사용하였는데, 기적질문은 해결중심치료에서 가장 널리 사용되는 독특한 질문이며, 목표설정에 특히 유의한 질문법이다. 그러나 몇몇 대상자들은 기적질문에 대해 저항을 보였으며 기적이라는 말 자체를 사용하는 데 거부감을 나타냈다. 따라서 추후 연구에서는 해결중심치료 기법을 이용할 경우, 기적질문 사용 시 나타나는 대상자의 저항에 대한 충분한 고려가 있어야 하리라고 본다. 본 연구자는 Greene, Lee와 Mentzer(1998)가 제안한대로 기적 질문이 대상자의 역량강화나 목표설정을 위해 잘 맞지 않는 경우에는 꿈질문을 사용하였다.

5회기부터는 예외상황 찾기에 중점을 두었으며, 1회기와 4회기, 8회기에 척도질문을 활용하여 개인별 변화 정도를 표시한 것을 분석한 결과 프로그램이 진행됨에 따라 대상자들이 자신의 성공경험과 강점을 발견하고 확대해 나가는 과정에서 자신감이 향상되고 보다 희망적으로 변화하는 것을 볼 수 있었다.

대상자의 일반적 특성에서 30대와 40대, 고등학교 졸업자, 이혼과 미혼 등의 형태가 많이 나타난 것은 우리

나라 실직노숙자들의 일반적인 특성을 보고한 몇몇 연구결과들(Lee, 1999; Ministry of Health and Welfare, 2000; Kyungi-do Support Center for The Homeless, 2000)과 일치하는 것인데, 특히 결혼상태에서 이혼했거나 미혼인 경우가 많은 것은 실직노숙자들이 약한 가족지지 체계를 가지고 있음을 나타내는 것이다. 그러나 특이할 만한 것은 가족과의 연락을 하는 경우가 대다수를 차지하고 있어 이들이 가족들과 완전한 관계단절 상태에 있는 것은 아님을 알 수 있다.

쉼터 거주 기간이 13개월 이상인 경우가 대부분이었는데, 이는 Kim(2002)의 연구결과에서 보고된 바와 같이 실직노숙자들이 불안정한 고용상태와 낮은 임금 수준으로 인해 안정된 주거를 마련하지 못한 채 계속 쉼터에 머무르고 있기 때문인 것으로 보여진다. 쉼터에서의 거주 기간이 길수록 우울, 자아존중감의 저하, 절망감 등 다양한 심리적 문제와 정신건강상의 위험성이 높아진다고 한 선행 연구들에서의 보고와 관련시켜볼 때, 쉼터 거주 기간의 단축을 위한 대책이 시급함을 알 수 있다.

수입은 60만원 이하가 대부분을 차지하였는데, 이는 대부분의 노숙자들이 일용직 노동이나 공공근로로 수입을 얻고 있기 때문인 것으로 보인다. Lee(1999)의 연구에서도 조사 대상자의 평균 월수입이 30-70만원 정도로 나타났으며, 노숙자들이 가장 시급히 개선되기를 원하는 것이 안정된 수입을 위한 일자리 마련이라고 하였다.

본 연구에서는 해결중심 집단상담 실시 후 실직노숙자의 자아존중감 점수가 유의하게 증가하였다. 이는 Berg(1994)의 주장대로 해결중심 집단상담 과정에서 개입 전략으로 사용하는 독특한 질문 기법들과 메시지 전달이 대상자 안에 내재되어 있는 강점과 능력을 발견하게 하고, 이에 대한 칭찬과 인정을 해주는 과정을 통해 자기 자신에 대한 긍정적인 태도를 가지게 하여, 개인의 자아존중감을 향상시키는 데 유용하였음을 입증하는 것이다. 또한 노숙자에게 이 상담 기법을 적용할 경우, 노숙자 스스로 자신의 문제를 해결 구축을 위한 자원으로 사용할 수 있는 다양한 기술과 능력을 발견하여 어려운 상황을 극복함으로써 자아존중감을 향상시킬 수 있다는 Mason 등(1994)의 연구결과를 뒷받침하는 것이기도 하다. 그리고 대상자는 다르나, 비행청소년을 대상으로 해결중심 집단상담을 실시한 Ko(2001)와 Seagram(1997)의 연구나, 가출 소녀를 대상으로 한 Choi(2001)의 연구, 311명의 초·중·고등학교 학생을 대상으로 한 LaFountain 등(1996)의 연구에서 자아존

중감이 향상되었다는 결과와도 일치하였다.

해결중심 집단상담 실시 후 실직노숙자의 우울 점수가 유의하게 감소하였는데, 특히 우울 점수가 사전 심한 우울 상태인  $25.79 \pm 7.23$ 에서 사후 중간 정도의 우울 상태인  $15.27 \pm 5.88$ 로 감소된 것은 해결중심 집단상담 과정에서 의도적으로 부정적인 정서 대신 긍정적인 정서에 초점을 두고 질문기법들을 사용한 점과, 집단 구성원들 간에 서로의 공통된 문제에 관한 공감적 지지와 성공경험 발견을 통해 자신감을 갖게 된 것이 정서 반응에 영향을 미쳤기 때문인 것으로 생각된다. 이는 대상자는 다르나, 초·중·고등학교 학생을 대상으로 한 LaFountain 등(1996)의 연구에서 해결중심 집단상담이 불안과 우울 등의 부정적인 정서에 대해 보다 더 적절한 방법으로 대처하는 데 유의한 효과가 있었다는 보고와, 40명의 여대생을 대상으로 한 Sundstrom(1993)의 연구에서 우울 감소에 유의한 영향을 미쳤다는 보고와 일치하는 결과이며, 약물남용자들을 대상으로 한 Lambert, Okiishi, Finch와 Johnson(1998)의 연구에서 기분장애의 회복률이 높았다는 보고와도 유사한 결과이다.

해결중심 집단상담 실시 후 실직노숙자의 희망 점수 또한 유의하게 증가하였는데, 이는 상실과 절망감을 경험하는 대상자들에게 과거와 문제보다는 미래와 해결방안 구축에 초점을 두고 대상자 스스로 실천가능한 목표를 세우도록 하는 해결중심적 접근이 도움이 되었기 때문인 것으로 생각된다. 그 중에서도 기적질문과 대처질문, 가상질문 및 개인의 강점과 성공경험에 대한 칭찬과 인정을 해주는 메시지 전달 기법이 희망 증진에 효과적이었던 것으로 보여진다. 이러한 결과는 대상자는 다르나, 비행청소년에게 해결중심 집단상담을 실시한 후 희망이 유의하게 증가하였다는 Ko(2001)의 연구결과와 일치하였다. 그리고 해결중심 집단상담이 변화 가능성에 대한 낙관주의와 희망을 증진시킨다는 Campbell 등(1999)의 주장을 뒷받침하는 것이기도 하다.

이상의 연구결과로 실직노숙자에게 실시한 해결중심 집단상담이 대상자들의 자아존중감과 희망을 향상시키고 우울을 감소시키는 데 매우 효과적인 프로그램임을 확인하였다. 그러므로 해결중심 집단상담은 노숙자의 심리적 손상을 감소시키고 재활을 돕는 간호중재 프로그램으로 활용될 수 있을 것이다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 실직노숙자에게 해결중심 집단상담을 실시하여 자아존중감과 우울, 희망에 미치는 효과를 검증하여 실직노숙자의 재활을 돕는 간호중재 프로그램을 제시하고자 시도되었다.

연구 기간은 1집단과 2집단의 경우 2000년 7월 14일부터 9월 29일까지였으며, 3집단과 4집단의 경우는 2001년 5월 4일부터 8월 17일까지였고, 연구 대상은 서울시의 일 노숙자 쉼터에 거주하는 실직노숙자 30명이었다.

연구 설계는 실직노숙자를 대상으로 해결중심 집단상담을 실시하고 그 효과를 평가하기 위한 유사 실험연구 중 단일군 전후 설계(one-group pretest-posttest design)이다.

자료분석은 SPSS WIN 프로그램으로 전산처리하였으며, 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율로 분석하였고, paired t-test로 가설검정을 하였다.

연구결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 해결중심 집단상담 후에 자아존중감이 유의하게 증가하였다( $t=3.31, p=0.002$ ).
2. 해결중심 집단상담 후에 우울이 유의하게 감소하였다( $t=2.05, p=0.046$ ).
3. 해결중심 집단상담 후에 희망이 유의하게 증가하였다( $t=2.65, p=0.011$ ).

이러한 연구결과로 볼 때 해결중심 집단상담은 실직노숙자의 자아존중감과 희망을 향상시키고 우울을 감소시키는 데 긍정적인 효과가 있음을 알 수 있었다.

본 연구자는 이상의 연구 결과를 바탕으로 다음과 같이 제언하고자 한다.

1. 해결중심 집단상담은 개입전략들이 구체화되어 있어 적용이 용이하므로, 앞으로 임상실무와 지역사회정신건강 분야에서 만성질환자와 증상이 심하지 않은 정신과 환자 및 그 가족 등 대상을 달리한 반복연구를 통해 그 효과를 평가함으로써 독자적인 간호중재 방법으로 개발시킬 필요가 있다.
2. 해결중심 상담 기법을 독자적인 간호중재 방법으로 적용하기 위해서는 간호사들을 위한 해결중심 상담 기법에 대한 교육 프로그램이 필요하다.

## References

- Ahn, J. H. (1999). *Epidemiologic study on mental disorders in urban homeless people*. Doctoral Dissertation, The Ulsan University of Korea.
- Applewhite, S. L. (1997). Homeless veterans: perspectives on social services use. *Social Work*, 42(1), 19-30.
- Association of Physicians for Humanism. (1998). *A report investigation on health state of the homeless*.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspect*. Harper and Row, New York.
- Berg, I. (1994). *Family based service: a solution-focused approach*. W.W. Norton, New York.
- Campbell, J., Elder, J., Gallagher, D., Simon, J., and Taylor A. (1999). Crafting the tap on the shoulder: a compliment template for solution-focused therapy. *The American Journal of Family Therapy*, 27, 35-47.
- Choi, J. E. (2001). *The solution focused group counseling's influence on runaway girl's self-esteem*. Master Dissertation, The Chungang University of Korea.
- Greene, G. J., Lee, M. Y., Mentzer, R. A. (1998). Miracles, dreams, and empowerment: a brief therapy practice note. *Families in Society*, (79):4, 395-399.
- Han, H. M., Yeom, T. J., Shin, Y. W., Kim, G. H., Yun, D. G., Jeong, K. J. (1986). The Standardization study of Beck Depression Inventory. *J Korean Neuropsychiatr Assoc*, 25(3), 487-500.
- Jeon, B. J. (1974). Self-esteem : a test of its measurability. *The Yonsei Journal*, 11, 109-129, Yonsei University.
- Jo, D. W. (2001). *Psychological state of the homeless resident in homeless shelters*. Master Dissertation, The Pusan National University of Korea.
- Kim, H. M. (2002). A study on self-esteem, depression, and hope of unemployed homeless. *The J. of Korean Community Nursing*, 13(1), 171-181.
- Kim, S. K. (1999). *The effect of solution-focused group counseling on high school students' test anxiety*. Master Dissertation, The Silla University of Korea.
- Ko, M. J. (2001). *The effects of solution-focused group counseling on the salivary cortisol and psychosocial variables in the delinquent juveniles*. Doctoral Dissertation, The Catholic University of Korea.
- Kyungi-do Support Center for the Homeless. (2000). *A report investigation on mental health state of residents at homeless shelters*.
- Lambert, M. J., Okiishi J. C., Finch A. E., Johnson, L. D. (1998). Outcome assessment from conceptualization to implementation and practice. *Professional Psychology*, 29(1), 63-70.
- LaFountain, B., Garner, N. and Eliason, G. (1996). Solution-focused counseling groups: a key for school counselors. *The School Counselor*, 42, 256-267.
- Lee, G. B. (1999). *A study on the present program operating system for the unemployed homeless and their needs in the homeless shelter*. Master Dissertation, The Hanyang University of Korea.
- Lee, M. J. (1992). *The study on relationship of family support and hope perceived by hemodialysis patient*. Masteres Thesis, Graduate School of Ewha Womans University.
- Lee, Y. H. (1998). *A study on present situation of and preventive measures of the unemployed homeless in Korea*. Master Dissertation, The Hanyang University of Korea.

- Mason, W. H., Breen, R. Y., and Whipple, W. R. (1994). Solution-focused therapy and inpatient psychiatric nursing. *Journal of Psychosocial Nursing Mental Health Service*, 32(10), 46-49.
- Metcalf, L. (1998). *Solution focused group therapy: ideas for groups in private practice, schools, agencies, and treatment programs*. The Free Press, New York.
- Miller, J. F., and Powers, M. J. (1985). Inspiring hope. *American Journal of Nursing*, 23-25.
- Ministry of Health and Welfare. (2000). *Homeless in Korea : flow and diagnosis during 2 years*.
- Park, H. J. (2001). *The effect on high school students' impulsiveness and self-control by short-term settlement-centered counseling program*. Master Dissertation, The Busan National University of Korea.
- Park, S. W. (1999). *A study on the present state of homeless in Korea and rehabilitation: with a focus on Seoul capital city posterior to the IMF era*. Master Dissertation, The Seoul University of Korea.
- Rosenberg, M. (1973). Which Significant Others?. *American Behavior Scientists*, 16, 829-860.
- Segram, B. C. (1997). *The efficacy of solution-focused therapy with young offenders*. Doctoral Dissertation, The York University of U.S.A.
- Selekman, M. (1991). The solution-oriented parenting group: a treatment alternative that works. *The Journal of Strategic and Systemic Therapies*, 10, 36-49.
- Shim, J. H. (1998). *A study on the needs and conditions of homeless and the social welfare programs*. Master Dissertation, The Chungang University of Korea.
- Son, J. H. (2000). *A study on the satisfaction level of the homeless in homeless shelters*. Master Dissertation, The Kon-Kuk University of Korea.
- Sundstrom, S. M. (1993). *Single session psychotherapy for depression: Is it better to focus on problems or solutions*. Doctoral dissertation, Iowa State University.
- Tollett, H., and Thomas, H. P. (1995). A theory-based nursing intervention to instill hope in homeless veterans. *Advanced Nursing Science*, 18(2), 76-90.
- Yook, S. C. (1999). *The study on the problems and troubleshootings of the support service for the homeless*. Master Thesis, Graduate School of Social Development, Chung Ang University.

- Abstract -

## The Effect of the Solution-Focused Group Counseling on Self-esteem, Depression, and Hope of Unemployed Homeless Persons

Kim, Hyun Mi\*

**Purpose:** To examine the effect of the solution-focused group counseling on self-esteem, depression, and hope of unemployed homeless persons, and to develop a nursing intervention program designed to help rehabilitation of the unemployed homeless persons.

**Method:** This study was conducted from July 14 to September 29, 2000, and May 4 to August 17, 2001. The subjects were 30 unemployed homeless persons residing in 1 shelter in Seoul, Korea. This study used a quasi-experimental,

---

\* Kyungsan University, Dept. of Nursing



one-group pretest-posttest design. The data were analyzed by frequency, percentage, and paired t-test using SPSS WIN program.

**Results:** 1) Self-esteem of the subjects increased significantly after the solution- focused group counseling ( $t=3.31$ ,  $p=0.002$ ). 2) Depression of the subjects decreased significantly after the solution- focused group counseling ( $t=2.05$ ,  $p=0.046$ ). 3) Hope of the subjects increased significantly after the solution- focused group counseling ( $t=2.65$ ,  $p=0.011$ ).

**Conclusion:** The solution- focused group counseling may be considered as an effective nursing intervention program for the unemployed homeless persons by improving their self-esteem and hope as well as reducing their depression. However, the effects of the program should be further addressed through a review study.

**Key words :** Solution-focused group counseling, unemployed homeless, self-esteem, depression, hope