

Evaluating the Effects of Inferiority Management Using a Group Counseling Program for University Students in Health Science

Myung Hwa Lee,¹ Young Joon Park,² Hyon Chol Jang^{3,*}

¹Department of Education, Graduate school Kyungpook National University

²Department of Radiologic Technology, Cheju Halla University

³Department of Radiologic Technology, Suseong University

Received: July 22, 2019. Revised: August 29, 2019. Accepted: August 31, 2019.

ABSTRACT

The objective of this study was to identify factors affecting the positive and negative responses of undergraduate students to inferiority by using a group counseling program to manage the inferiority of undergraduate students majoring in health science. This study sampled 30 undergraduate students attending the health science department of S University and divided them into a treatment group and a control group. The treatment group received an inferiority management group counseling program twice a week 120 minutes each from November 20, 2018, to January 2, 2019 eight sessions in total. The inferiority response criterion was applied before-treatment, after-treatment, and follow-up to verify the effectiveness of the program. The analysis results showed that the inferiority management group counseling program significantly decreased the negative response of undergraduate students to inferiority and significantly increased the positive response to inferiority. These results suggest that the inferiority management counseling program can lower the negative attitude and enhance the positive attitude toward the inferiority, which is caused by comparing themselves with their peers.

Keywords: Undergraduate students majoring in health science, individual psychology, inferiority management, response to inferiority, Adler counseling

I. INTRODUCTION

인간은 태어나는 순간부터 비교할 대상을 찾고 그 과정에서 자신이 작고 부족하다는 느낌인 열등감을 가지게 된다. 열등감은 누구나 가지는 보편적이고 정상적인 감정이다. Adler는 인간은 자신의 열등감 때문에 더 높은 수준의 발달을 향해 노력하려는 동기를 가지며, 열등감은 모든 인간에게 있어서 향상의 근원이 된다고 하였다.^[1] 정상적인 환경에서 열등감은 강한 추진력이 되고, 인간은 열등감을 극복하려는 욕구로 인해 우월해지려는 욕구에 이끌리게 된다. 이처럼 열등감은 긍정적 의미에서 인간의 성장과 발달의 원동력이 된다. 그러나 열등감

을 극복하려는 노력이 계속 실패하면서 열등감이 더욱 강화된 사람은 병적 열등감을 갖게 되어 자신감을 잃고 세상을 힘겹게 살아갈 수도 있다.^[2]

대학생 시기의 열등감은 자아정체성 발달과 확립에 중대한 영향을 미친다.^[3] 대학생은 진로발달 단계상 탐색기 후반과 확립기 초반의 전환기에 놓여 있다. 이 시기의 진로발달 과업은 잠정적인 직업선택을 구체화하고 그와 관련된 교육이나 훈련을 이수함으로써 노동시장으로 순조롭게 이행하는 것이다.^[3] 즉 대학생들은 선호하는 직업을 구체화하고 노동시장 진출이라는 과업을 성공적으로 이행함으로써 자아정체성을 발달 확립할 수 있다. 그러나 오늘날의 대학생은 취업 채수와 삼수를 거치

* Corresponding Author: Hyon-Chol Jang

E-mail: jhc416@naver.com

Tel: +82-53-749-7105

Address: 15, Dalgubeoldaero-528gil, Suseong-gu, Daegu, Korea, 42078

며 이전 세대에 비해 노동시장 진입이 늦어져 정상적인 발달과업의 수행을 통해 정체감을 확립하기 어렵고, 과업성취의 지연이나 실패를 겪으며 열등감을 경험하기 쉬운 사회 환경에 놓여있다.^[4] 무한 경쟁 체제 속에서 대학생들은 외모, 인간관계, 학업, 경제력, 일류대학 졸업, 대기업 취업이라는 한국사회의 성공기준에 비추어 자신과 타인을 끊임없이 비교하며 열등감을 강요받고 있다. 특히 보건의계열 대학생들은 타 계열 대학생과 다르게 입학 전부터 장래의 선호하는 진로를 예상하고 전문적인 지식과 그에 따른 관련 직종을 기대하고 입학하는 경향이 있다. 이에 보건의계열 대학생들은 학업, 전공과 관련된 자격증취득, 그리고 취업 등의 측면에서 자신과 또래 동기를 비교하거나 비교당하는 풍토가 만연한 환경에 둘러싸여 있다. 이러한 환경 속에서 보건의계열 대학생은 일반계열 대학생들보다 열등감이 촉발되기 쉬운 조건에 노출되어 있다고 할 수 있다.^[5]

대학시기의 열등감은 성장을 위한 긍정적인 원동력으로 작용하면 개인의 발전을 가져올 수도 있지만, 그렇지 못할 경우 대학생활 전반에 부정적인 문제를 일으킨다.^[5] 지나치게 높은 열등감은 우울증, 정신질환, 자살 등을 유발하는 심리적인 요인이 될 수 있고, 불안을 일으키고 집중력을 떨어뜨려 학업성취를 저하시키며 성취의욕을 잃게 한다.^[6] 그리고 열등감에 대한 태도가 무기력하다면 열등감은 과장된 열등감으로 나타날 수 있다. 과장된 열등감은 개인의 삶에 대한 전반적인 태도에 영향을 미치며, 도전을 회피하고 과업지향적이기 보다는 위신지향적인 성격을 형성하게 한다.^[8] 나아가 열등감을 은폐하기 위해 신경증적인 방어기제를 사용하게 되는데, 이것을 열등감콤플렉스라고 부른다. 열등감콤플렉스를 경험하는 대학생은 다양한 종류의 신체, 정서, 정신 장애를 가질 수 있으며, 심각한 경우 자살할 수도 있다.^[9] 따라서 어느 때보다 열등감이 촉발되기 쉬운 조건에 놓여진 보건의계열 대학생들이 열등감에 무기력하게 반응하지 않고 긍정적인 방향으로 보상하는 능력을 기르도록 도와줄 필요가 있다. 이러한 접근의 일환으로 집단상담은 매우 효과적이라 할 수 있다. 이 중 Adler 이론을 기반으로 한 열등감관리 집단상담 프로그램

은 열등감의 근원을 살펴보고 어린 시절 형성된 잘못된 신념을 통찰하여 새로운 신념으로 재정향시킨다. Adler의 열등감관리 집단상담 프로그램은 가족구도, 출생순위, 관계문제, 초기기억, 꿈, 예술작업과 같은 영역을 탐색함으로써 개인의 목표, 목적, 생활양식에 대한 단서를 발견하고, 이를 바탕으로 구성원이 어떻게 자신, 삶, 세상을 해석하는지 알 수 있게 한다. 그 후 집단원 스스로 왜곡되고 이기적인 목표를 통찰하도록 도와 행동의 변화를 끌어내도록 안내한다.^[10] 이러한 과정에서 집단원들은 자신, 타인, 삶에 대한 잘못된 신념을 버리고 새로운 생활양식을 갖도록 도움을 받고, 그들의 열등감이 삶의 원동력으로 전환될 수 있도록 격려 받는다.^[10]

이에 본 연구에서는 Adler 이론을 기반으로 보건의계열 대학생의 열등감을 관리하는 집단상담 프로그램을 활용하여 열등감에 대한 대학생의 긍정적·부정적 반응에 미치는 효과를 확인하고자 하였다.

II. MATERIAL AND METHODS

1. 대상

2018년 11월 20일에서 2019년 1월 2일까지 S 대학교 보건의계열 재학생 총 30명을 대상으로 한 후, 15명(남자 8명, 여자 7명)씩 실험집단과 통제집단으로 무선 배치한 후 열등감 반응에 대한 긍정적, 부정적 반응을 조사 분석하였다. 학생들의 평균 나이는 23세였다.

2. 연구 도구

본 연구에는 열등감에 대한 긍정적 반응과 부정적 반응을 구분하여 측정하기 위해 정민과 노안영^[11]이 개발한 대학생용 열등감반응 척도를 사용하였다.

본 연구에서는 타인비교-긍정적인 반응 10문항, 타인비교-부정적 반응 10문항을 사용하였다. 학생 스스로 본인이 진단할 수 있도록 하였으며, 각 문항은 리커트 5점 척도(매우 그렇다 5점, 그렇다 4점, 보통이다 3점, 그렇지 않다 2점, 전혀 그렇지 않다 1점)를 사용하여 분석하였다.

3. 연구 절차

본 연구는 실험집단을 대상으로 4주 동안 주 2회, 회기 당 120분, 총 8회기에 걸쳐 실시하였다. 집단평가는 프로그램 시행 직전 열등감반응 검사를 하였고, 프로그램이 끝난 직후 사전검사와 같은 방법과 내용으로 사후검사를 하였으며, 프로그램 효과의 지속성을 알아보기 위해 4주 후에 추후검사를 같은 절차로 실시하여 자료를 수집하였다.

4. 분석 방법

수집된 자료의 통계분석은 SPSS Ver.20을 이용하여 분석하였다. 구체적인 분석방법으로 설문지의 내적일치도를 알아보기 위해 신뢰도 분석을 하여 Cronbach alpha 값을 구하였으며, 대상자의 열등감 반응에 대한 점수 분석은 기술통계를 실시하였다. 집단 간 긍정적 및 부정적 열등감 반응 점수 차이를 검증하기 위해 twoway ANOVA 등의 분석을 실시하였다. 통계적 유의성은 p-value 0.05 미만인 경우를 기준으로 판정하였다.

III. RESULT

1. 신뢰도 분석

설문지의 내적일치도를 알아보기 위해 신뢰도 분석을 통해 Cronbach alpha 값을 구하였다. 결과는 Table 1과 같다. 일반적으로 Cronbach alpha 값이 0.6 이상일 때 신뢰성이 있다고 할 수 있다. 본 연구의 신뢰도 분석 결과 타인비교 - 긍정적반응 Cronbach alpha 값 0.78, 타인비교 - 부정적반응 Cronbach alpha 값 0.81으로 나타나 문항 내적일치도는 매우 양호하였다.

Table 1. Reliability analysis of questionnaires

Variable	Cronbach's α
Comparing with others - Positive response	0.78
Comparing with others - Negative response	0.81

2. 긍정적 · 부정적 열등감반응 검사의 기술통계

대학생 30명의 사전, 사후 및 추후 검사를 통한 긍정적·부정적 열등감반응 점수의 평균과 표준편차 결과는 Table 2와 같다. 긍정적 열등감반응은 사전검사의 평균에 비해 사후검사의 평균이 높아졌다. 부정적 열등감반응은 사전검사의 평균에 비해 사후검사의 평균이 낮아졌고, 추후검사의 점수는 사후검사보다 더 낮게 나타났다.

3. 긍정적 열등감반응 점수에 대한 분산분석

집단유형과 측정시기에 따른 긍정적 열등감반응 점수에 대한 분석 결과는 Table 3과 같다. 긍정적 열등감반응 타인비교-긍정적 반응 ($F = 28.636, p < 0.05$)에서 통계적으로 유의한 상호작용 효과가 나타났다. 따라서 집단별, 측정 시기별로 주효과를 검증해 본 결과, 긍정적 열등감반응이 실험집단의 경우 측정시기 간 차이가 통계적으로 유의하였고, 통제집단의 경우 통계적으로 유의하지 않았다. 시기별로 집단의 주효과를 검증해 본 결과, 사전검사에서는 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 사후검사와 추후점수에서는 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 측정 시기에 따른 실험집단의 효과를 구체적으로 알아보기 위해 Tukey의 사후분석을 실시한 결과, 사전과 사후 간, 사전과 추후 간에는 통계적으로 유의한 차이가 있었으나, 사후와 추후 간에는 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

Table 2. Mean and standard deviation of positive and negative inferiority response scores

Variable	Treatment group (n=15)			Control group (n=15)		
	before-treatment	after-treatment	follow-up	before-treatment	after-treatment	follow-up
Comparing with others - Positive response	30.26 ± 3.65	34.46 ± 3.66	33.86 ± 4.08	29.06 ± 3.03	28.13 ± 1.95	28.53 ± 2.29
Comparing with others - Negative response	32.20 ± 5.03	28.53 ± 4.71	28.26 ± 3.58	32.46 ± 4.71	33.20 ± 3.58	33.33 ± 3.33

Table 3. Analysis results of positive inferiority response

Source	SS	df	MS	F	p
Group Vs group	413.878	1	413.878	15.325	0.001
Timing in the group	50.289	2	25.144	12.963	0.000
Timing * group	111.089	2	55.544	28.636	0.000

*SS: Sum of Squares, df: degree of freedom, MS: Mean square

4. 부정적 열등감반응 점수에 대한 분산분석

집단유형과 측정시기에 따른 긍정적 열등감반응 점수에 대한 분석 결과는 Table 4와 같다. 부정적 열등감반응 타인비교-부정적 반응($F = 19.617, p < 0.05$)에서 통계적으로 유의한 상호작용 효과가 나타났다. 집단별, 측정 시기별로 주효과를 검증해 본 결과, 부정적 열등감반응이 실험집단의 경우 측정시기 간 차이가 유의하였고, 통제집단의 경우 측정시기 간 차이가 유의하지 않았다. 시기별로 집단의 주효과를 검증해 본 결과, 사전검사에서는 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 사후검사와 추후점수에서도 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 측정 시기에 따른 실험집단의 효과를 구체적으로 알아보기 위해 Tukey의 사후분석을 실시한 결과, 사전과 사후 간, 사전과 추후 간에는 통계적으로 유의한 차이가 있었으나, 사후와 추후 간에는 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

Table 4. Analysis results of negative inferiority response

Source	SS	df	MS	F	p
Group Vs group	244.379	1	244.379	5.081	0.036
Timing in the group	45.067	2	22.533	8.309	0.001
Timing * group	106.400	2	53.200	19.617	0.000

*SS: Sum of Squares, df: degree of freedom, MS: Mean square

IV. DISCUSSION

열등감은 인간이 가지는 기본 감정으로 그 자체가 중요한 것이 아니라, 어떻게 받아들이고 대응해 나가느냐가 중요하다. 인간은 자신의 경험에 스스로 의미를 부여하고, 부여한 의미에 따라서 삶의 태도와 방식을 달리한다.^[11] 그러므로 중요한 것은 개인에게 주어진 열등한 환경과 열등함 자체가 아니라 개인이 그러한 상황을 어떻게 해석하고 반응하는가이다. 이러한 관점에서 볼 때, 우리는 열등감이 아닌 열등감반응에 주목할 필요가 있다. 열등감은 보편적인 감정이지만 열등감반응은 현재 또래와의 비교에서 갖게 되는 열등감에 대한 긍정적·부정적 태도를 말한다.^[11] 열등감에 대해 부정적인 반응을 하는 사람은 어려움을 극복하기보다는 그것을 피하려고 한다. 그러한 사람에게는 ‘해 낼 수 없을 것 같다’, ‘나서는 것이 불편하다’, ‘위축된다’ 등의 회피, 소심함, 불신 등 후퇴의 반응양식이 주로 나타난다.^[7] 그러나 열등감에 대해 긍정적인 반응을 하는 사람은 자신의 열등감을 내적으로 인식하지만 유용한 우월추구를 위한 노력을 한다. 이러한 사람은 자신의 열등감을 극복하기 위해 성취, 발전, 자기향상을 추구한다. 이러한 관점에서 자격증 취득의 부담감과 치열한 취업경쟁에서 열등감을 느끼는 보건계열 대학생에게 열등감의 부정적 반응을 감소시키기 위한 것뿐만 아니라 긍정적 반응을 높이도록 도와주는 접근이 필요하다.^[11]

본 연구는 대학생의 열등감에 대한 부정적 반응을 감소시키고 긍정적 반응을 증진하기 위해 Adler의 열등감관리 집단상담 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하고자 하였다. 보건계열 대학생을 대상으로 4주 동안 주 2회, 매 회기 120분씩 총 8회기에 걸쳐 프로그램을 실시하였고, 피험자 내 변인과 피험자 간 변인이 혼합된 분할구획요인설계를 적용하여 효과를 검증하였다. 그 결과, 참여 대학생의 타인비교 열등감에 대한 긍정적 반응은 프로그램 실시 전보다 높아졌고, 프로그램 종료 후 일정한 기간(4주)이 지난 후에도 지속된 것으로 나타났다. 참여 대학생의 타인비교 열등감에 대한 부정적 반응은 프로그램을 실시 전보다 감소되었고, 추후에도 감소가 유지되었다. 선행연구 가운데 본 연구와

동일하게 열등감의 긍정적·부정적 열등감반응을 구분하여 각각 분석한 연구가 없어 연구결과의 직접 비교가 어렵다. 다만 부정적 열등감 반응이 감소되었다는 본 연구의 결과는 집단상담 프로그램이 열등감 증후로 나타나는 민감성, 소극성, 후퇴성을 감소시켰다고 보고한 고미애^[12], 권기양^[13], 이성숙^[14], 정수희^[5], 최광순^[15]의 연구결과와 부합한다. 선행연구에서는 집단원이 느끼는 열등감의 내용과 강도만을 다루었다면, 본 연구에서는 이러한 열등감을 느낀 후 대처하는 방식에 대한 구체적인 정보를 얻었다. 이 과정에서 집단원들은 열등감에 대한 부정적인 반응만이 있는 것이 아니라 긍정적인 반응도 있음을 알게 되었다. 또한 본 연구에서는 열등감에 대한 긍정적인 반응에 효과에 대한 활동을 추가하여 다루었다. 고미애^[12], 정수희^[5], 최광순^[15], 송현종과 조성은^[16]의 연구에서는 사전 및 사후검사만 실시하고 추후검사를 실시하지 않았다. 본 연구에서는 추후검사를 실시하여 효과의 지속성을 입증함으로써 연구의 신뢰성을 높였다고 할 수 있다. 프로그램 종료 후에도 참가자들이 타인에 대한 열등감을 긍정적인 방향으로 인식하고 있었다.

본 연구에서는 기존의 열등감에 대한 연구와 달리 열등감을 구체화시켜 열등감이 가지고 있는 부정적인 측면뿐만 아니라 긍정적 측면을 직접적으로 다루었으며, 이를 통해 긍정적인 반응을 직접 살펴보고 다루어 보건계열 대학생의 열등감을 단순히 감소시켜야 할 부정적 요소가 아닌, 삶의 발전과 성장의 원동력인 긍정적 자원으로 인식시켰다는 점에서 의의가 있다고 할 수 있다. 그러나 일개 대학교의 보건계열 재학생들을 대상으로 연구가 진행되었기에 연구의 결과를 일반화하는데는 한계가 있다. 개인의 열등감과 관련이 있을 것으로 추정되는 지역적 특성이나 대상적 특성을 고려하여, D광역시의 보건계열 대학생뿐만 아니라 수도권 지역과 중소도시의 보건계열 대학생을 대상으로 한 추가적인 연구가 이루어진다면 좀 더 의미있는 결과를 도출해 낼 수 있으리라 생각된다.

V. CONCLUSION

열등감관리 상담 프로그램을 통해 또래와의 비

교에서 느끼는 대학생들의 열등감에 대한 부정적인 태도를 낮추고 긍정적인 태도를 높일 수 있으리라 생각된다. 열등감으로 인해 대학생들의 부적응을 보이는 학생에 대한 관리의 도움과 교육분야에서의 열등감의 의미와 원인 및 대처방법 등에 대한 기초자료로 활용될 수 있으리라 생각된다.

Reference

- [1] Adler. A, Problems of neurosis, New York, 1964.
- [2] P. Gibert, C. Broomhead, C. Irons, K. McEwan, "Development of a Striving to Avoid Inferiority Scale," *The British Journal of Social Psychology*, Vol. 46, No. 3, pp. 633-648, 2007.
- [3] K. J. Hong, Y. J. Park, S. H. Lung, "The Effects of individual Psychology Group Counseling on College Students I Infeiority Complex & Social interest," *Korea Journal of Counseling*, Vol. 3, No. 1, pp. 63-80, 2002.
- [4] T. Y. So, "Spiritual Education as a Way to Overcome the Inferiority of the Korean Emerging Adulthood," *Korea society for christion education & information technology*, No. 50, pp. 119-153, 2016.
- [5] S. H. Jung, "The Effects of Group Counseling based on Individual Psychology for Reducing college students Inferiority Complex," *Grauate School chonnam National University*, pp. 1-70, 2002.
- [6] H. J. Kim, "A study on the Relationship between the Dysfunctional Family and Inferiority perceived by Adolescents," *Grauate School Inha University*, pp. 1-141, 2004.
- [7] H. S. Kim, H. K. Kim, "A study on the Relationship between Feelings of Inferiority and Mental Health of Elementary, Middle, High School and University Students," *Theory and Practice of Education*, Vol. 11, No. 1, pp. 37-69, 2006.
- [8] D. A. Strano, J. V. Petrocelli, "A preliminary examination of the role of inferiority feelings in the academic achievement of college students," *Journal of individual psychology*, Vol. 61, No. 1, pp. 80-89, 2005.
- [9] R. D. Goodwin, A. Marysic, "Feelings of inferiority and suicide ideation and suicide attempt among youth," *Croatian Medical Journal*, Vol. 44, No. 5, pp.

553-557, 2003.

- [10] R. E. Watts, D. Pietrzak, "Adlerian encouragement and therapeutic process of solution-focused brief therapy," *Journal of Counsel and Development*, Vol. 78, No. 4, pp. 442-447, 2000.
- [11] M. Jeong, A. Y. Noh, "Development and Validation of the Inventory of Responses to Inferiority Feelings," *Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, Vol. 22, No. 2, pp. 351-367, 2010.
- [12] M. A. Ko, "The Effects of Adlerian Group Counseling program for Overcome Inferiority Feeling and Social Interest increasing of the girls' Middle School Students," *Graduate School Yosu National University*, pp. 1-73, 2003.
- [13] K. Y. Kwon, H. S. Sim, "The effects of Adlerian Group Counseling program on Inferiority Feelings and Academic Self-Efficacy of High School Students," *Journal of Teacher Education Research*, Vol. 44, No. 4, pp. 1-16, 2005.
- [14] S. S. Lee, "The Effect of Adler's Individual Psychology Group Art therapy on the Inferiority, Self-efficacy, and Social Interests of Adolescents," *Graduate School Chosun University*, pp. 1-133, 2016.
- [15] K. S. Choi, "The Effect of Group Counseling based on Individual Psychology on Inferiority Complex, Self-esteem and Social Interest : centered group for vocational high school," *chonnam National University*, pp. 1-77, 2003.
- [16] H. J. Song, S. E. Cho, "The effects of Individual Psychology Group Counseling program for Compensating Inferiority Feelings and Increasing Social Interest of High School Students," *Korea Journal of Counseling*, Vol. 4, No. 4, pp. 755-771, 2003.

보건계열 대학생의 집단상담 프로그램을 활용한 열등감 관리의 효과 분석

이명화,¹ 박영준,² 장현철^{3,*}

¹경북대학교대학원 교육학과

²제주한라대학교 방사선과

³수성대학교 방사선과

요 약

본 연구에서는 보건계열 대학생의 열등감을 관리하는 집단상담 프로그램을 활용하여 열등감에 대한 대학생의 긍정적·부정적 반응에 미치는 효과를 확인하고자 하였다. 2018년 11월 20일에서 2019년 1월 2일까지 S 대학교 보건계열 대학생 총 30명을 대상으로 실험집단과 통제집단으로 나누어, 열등감관리 집단상담 프로그램을 주 2회, 120분씩 총 8회기 실시하였다. 프로그램의 효과성을 검증하기 위하여 열등감반응 척도를 이용하여 사전, 사후, 추후로 실시하였다. 분석 결과, 본 연구는 열등감관리 집단상담 프로그램이 대학생들의 열등감에 대한 부정적 반응을 유의하게 감소시켰으며, 열등감에 대한 긍정적 반응을 유의하게 증가시킨 것으로 나타났다. 이러한 결과는 열등감관리 상담 프로그램을 통해 또래와의 비교에서 느끼는 대학생들의 열등감에 대한 부정적인 태도를 낮추고 긍정적인 태도를 높일 수 있음을 시사한다.

중심단어: 보건계열 대학생, 개인심리, 열등감 관리, 열등감에 대한 반응, 아들러 상담

연구자 정보 이력

	성명	소속	직위
(제1저자)	이명화	경북대학교대학원 교육학과	강사
(공동저자)	박영준	제주한라대학교 방사선과	교수
(교신저자)	장현철	수성대학교 방사선과	교수