대학 신입생의 사회적 문제해결력과 진로결정효능감 향상을 위한 인지행동집단상담 프로그램의 개발 및 효과에 관한 예비연구

박 준 희 · 나 윤 정(명지대학교 아동학과 박사과정) · 김 정 민*(명지대학교 아동학과 교수)

본 연구의 목적은 대학 신입생의 사회적 문제해결력과 진로결정효능감 향상을 위한 인지행동집단상담 프로그램을 개발, 실시하여 그 효과를 검증하는 것이다. 본 연구는 먼저 대학 신입생 48명을 대상으로 학업수행, 전공적합성 여부, 대인관계, 진로결정 등의 전반적인 적응 영역들 중 어려움을 경험하고 있는 구체적인 항목들을 조사하고 이에 대한 프로그램 요구도를 평가하기 위해 현장 조사 설문을 실시하였다. 현장 조사 설문 결과 사회적 관계와 진로결정 항목에 대한 어려움이 가장 높은 것으로 나타난 것을 토대로 본 연구에서는 인지적 재구성, 문제해결 훈련, 사회적 기술 훈련 진로탐색 등을 통합하여 학과 단위의 인지행동집단상담 프로그램을 구성하였다.

본 연구의 연구대상은 서울 소재 M대학교 아동학과 1학년생 48명(여 44명, 남 4명)으로 하였다. 이들 전체 집단은 집단 운영의 효율성을 위해 8개의 소집단으로 나누어 각각 7~8명씩 무선 배정하였으며, 2명의 전체 리더와 각 소집단에 한 명의 코리더를 배정하였다. 본 프로그램은 한 학기 동안 진행되는 '신입생 오리엔테이션' 시간을 활용하여 주 1회 1시간 30분~2시간씩 총 10회기에 걸쳐 실시되었다. 프로그램의 효과 검증을 위해 프로그램 실시 사전과 사후에 각각 사회적 문제해결력 척도(Social Problem-Solving Inventory: SPSI)와 진로결정효능감 척도(Career Decision-Making Self-Efficacy Scale: CDMSE)를 실시하였다. 사회적 문제해결력 척도는 인지적 요소, 정서적 요소, 행동적 요소, 문제 규정 및 구성화, 대안적 해결책 산출, 의사결정, 해결책 실행 및 확인의 7개 하위 요인으로 되어 있으며 문항 수는 총 70개이다. 진로결정효능감 척도는 자기평가, 직업정보, 목표선택, 미래계획, 문제해결의 5개 하위요인으로 되어 있으며 문항의 수는 총 25개이다. 자료분석은 SPSS WIN 12.0 프로그램을 이용하였으며 프로그램 실시 사전-사후 유의한 차이가 있는지 알아보기 위해 사후 검사 시 누락된 4명을 제외한 최종 44명의 자료를 대상으로 대응 t-test를 실시하였다.

본 연구의 주요 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 인지행동집단상담에 참여한 대학 신입생들은 프로그램 실시 전에 비해 사회적 문제해결력이 유의하게 향상되었다. 둘째, 인지행동집단상담에 참여한 대학 신입생들은 프로그램 실시 전에 비해 진로결정효능감이 유의하게 향상되었다.

본 연구는 대학 신입생의 사회적 관계와 진로결정 영역 각각에 대해 인지행동적 접근을 적용하여 프로그램을 개발하였다는 데에 의의가 있으며 다양한 학과 특성을 고려한 체계적인 오리엔테이션 프로그램 개발에 대한 정보를 제공할 수 있을 것으로 기대된다. 단, 향후 통제집단과의 비교를 통한 프로그램의 효과 검증이 보완될 필요가 있을 것이다.