

기독교 대학 신입생의 소그룹 활동이 자기효능감, 대인관계, 불안에 미치는 효과*

한혜실(예수대학교 간호학부 교수)** , 정정숙(예수대학교 간호학부 교수)
최경윤(예수대학교 간호학부 조교수), 김대용(예수대학교 간호학부 전임강사)
심정하(예수대학교 간호학부 전임강사), 김경휘(예수대학교 사회복지학부 전임강사)

논문초록

본 논문은 기독교 대학 신입생들에게 야기될 수 있는 여러 문제들을 사전에 인지하여 이를 해결할 수 있는 중재 프로그램으로 신입생들의 대학생활 초기정착 및 적응을 돕기 위한 연구이다.

기독교 대학에서 하나님을 근거로 한 바른 인성 및 영성교육은 하나님 나라의 주인공으로서의 자아개념을 확고하게 심어줄 수 있고, 이를 바탕으로 기독교인성을 갖춘 인재라는 정체성을 가지고 미래적 삶을 온전히 준비하는 대학생활을 할 수 있게 될 것이다.

본 연구를 위해 신입생들은 소그룹활동을 통해서 기독교 대학의 정체성에 부합한 인성교육을 실현하며, 초기 대학생활 정착 및 적응과 진로지도 및 대인관계능력 향상, 기독교적 세계관을 갖도록 하였다. 이 과정은 멘토(Mentor)로서 지도교수와 의 진로상담 및 상호작용 위하여 신입생을 대상으로 1년 동안 주 1회에 다양한 활동과 프로그램을 가지고 진행되었으며, 세움공동체*** 활동을 통해 목적하는 바에 대한 성취의 척도-자기효능감(Self-efficacy), 대인관계(Interpersonal Relationship), 불안(Anxiety)에 대한 고찰을 연구하였다. 신입생들의 자기효능감, 대인관계, 불안에 미치는 효과를 파악하기 위해서는 ABA단일사례설계모형을 구축하여 2009년에 3회에 걸쳐 동일 신입생을 대상으로 소그룹활동이 신입생의 자기효능감, 대인관계, 불안에 어떤 변화가 일어나지는지를 살펴보았다. 연구결과에서 세움공동체 소그룹 활동은 기독교 대학 신입생의 자기효능감 향상과 불안 감소에 효과가 있는 것으로 나타났다. 이는 일방적인 주입식 신앙교육이 아니라 적극적인 자기 참여적 소그룹활동을 통하여 자연스럽게 대학생활에 적응하면서 기독교 복음을 접하게 되어 이후 기독교 대학의 정체성을 유지 발전시키는데 정책적 의미들을 갖는다고 할 수 있을 것이다.

주제어: 기독교 대학, 기독교인성, 기독교적 세계관, 소그룹활동, 자기효능감

* 2010년 7월 26일 접수, 12월 11일 수정, 12월 17일 게재확정.

** 주저자

*** 세움공동체는 예수대학교의 건학이념에 근거한 기독교 인성교육의 목적과 목표를 달성하기 위한 프로그램으로써 신입생을 대상으로 1년 동안 주 1회 다양한 활동내용을 가지고 지도교수와 함께 소그룹활동을 하는 모임의 명칭이다.

I. 서론

1. 연구의 필요성

기독교 대학은 기독교라는 신앙체계와 학교라는 지식체계가 함께 만들어가는 독특한 교육공동체이다. 공교육의 범주에 속하면서도 기독교 대학은 그 이상의 무엇을 추구하고 있기 때문이다. 그리고 그 이상은 바로 성경에 기초한 인성교육을 중심으로 표현되는 교육이다.

최근의 기독교 대학 신입생들의 기본적 배경은 비기독교 대학에 입학한 학생들과 다르지 않다. 대학에 입학하는 많은 신입생들은 고등학교와 달리 스스로 자기의 능력에 의존하여 다양한 문제를 해결해야 할 뿐만 아니라 새로운 인간관계를 형성해야 한다. 신입생 개개인마다 다르겠지만, 최근 보고된 연구 자료에 따르면 전국 13개 대학 신입생의 정신건강 상태를 조사한 결과 응답자의 85.4%가 외로움, 불안, 우울, 무기력을 경험하고 있다고 보고하고 있다(국민일보, 2009). 특히 소속대학 및 학과에 대한 불만은 대학생활의 불안과 밀접한 관계가 있는 것으로 나타났다(김진성 외, 1987: 105-117) 그렇다면, 그 이유는 무엇인가? 첫째, 신입생들은 대학에 입학하여 자기주도적인 학습을 통해 성적과 자기의 미래를 준비하게 된다. 이러한 능력을 자기효능감이라고 표현할 수 있는데, 자기효능감은 무엇인가를 스스로 성공적으로 이루어낼 수 있다는 자신감이 신입생 과정을 수행하는 과정에서 낮아질 가능성이 높다고 하겠다. 둘째, 신입생은 대학에 입학하여 새로운 인관관계, 즉 지도교수, 동료학생, 학과 및 동아리 선배들과의 새로운 관계를 맺어야 한다. 오늘날의 대학 신입생들은 현대문명의 이기 속에 갇혀 현실세계에서의 관계맺음보다는 가상세계 또는 익명으로 자신을 표현하는데 익숙한 세대이기에, 대학에 입학하여 대인관계 등과 같은 실제적인 문제들을 겪게 된다(오영재, 2006: 143-166). 셋째, 기독교 대학의 신입생들은 기독교 대학들이 안고 있는 외형적인 문제들-정체성 상실, 채플과 기독교과목의 비효율성, 재정난-등과 지식 체계의 혁명, 포스트모던 시대의 가치혼란으로 기독교라는 신앙체계가 점차 그 의미를 상실하고 이에 따른 가치의 전환 및 정신적 갈등을 겪기도 한다. 이처럼 기독교대학 신입생들이 겪는 주요 어려움 중 자기효능감, 대인관계, 불안은 신입생의 학교 적응에 매우 중요한 요소로서 작용하고 있다. 게다가 위에서 언급한 것들과 더불어 학업, 적성 및 취업, 이

성문제, 경제문제 등은 기독교 대학의 신입생으로서 대학생활의 적응과 정착에 어려움을 느끼게 되어 대학신입생들에게 불안 및 자신감 저하 및 대인관계 능력에까지 영향을 미치게 된다. 그러므로 기독교 대학에서는 대학신입생들에게 야기될 수 있는 여러 문제들을 사전에 인지하여 이를 해결할 수 있는 중재프로그램을 통해 신입생들의 대학생활의 초기정착 및 적응을 도와야 한다. 대학신입생 초기에는 특히 기독교 대학에서 하나님을 근거로 한 바른 인성 및 영성교육으로 학생들이 대학에 대한 기대감과 더불어 자아개념이 확고해지는 시기이다. 그러므로 이 시기에 적절한 개입은 대학 고학년 때의 개입보다 더 효과적이라고 볼 수 있다.

이러한 대학문화 환경에서 기독교 대학은 지성교육 뿐만 아니라 하나님의 속성에 근거한 학생들이 쉽게 이해하고 따를 수 있는 개념을 도출하여 인성 교육을 강화하고 더불어 잠재된 스트레스를 해결할 수 있도록 개입해야할 필요성을 인식하여야 한다. 대학 신입생의 학교적응에 영향을 주는 여러 요인으로는 학생의 개인적 배경과 대학의 구조, 조직적 특성, 대인관계, 인적배경, 학교환경, 학생활동의 질적 요소 등이 학교생활적응에 영향을 주고 있다. 또한 지도교수와의 상호작용과 지지가 대학생 신입생의 적응에 영향을 주어, 대학에 대한 소속감 및 졸업에 대한 의지, 학생들의 개인적 발달에 긍정적 영향을 갖게 하고 신입생들의 학교적응을 돕는다(김성경, 2003: 219-237; 박종선 외, 2007: 39-55; 성경숙, 1995 77-84).

그러나 위와 같이 기독교 대학 신입생들에게 긍정적인 영향을 미치고 학교적응에 도움이 되고자 하는 목적을 갖고 있으나, 주지하시다시피 기독교 대학에 입학하는 상당수의 신입생은 아직 기독교를 믿지 않은 학생들이 많고 이러한 특성으로 인해 학생들에게 집단적으로 기독교적인 인성에 기초한 프로그램을 실시하는 것은 많은 반감이 일고 있는 것도 사실이다. 그로 인해 오히려 기독교 대학에 대한 거부감이 더 확대될 가능성이 큰 것 또한 사실이다. 이와 같은 문제를 해결하기 위한 다양한 문제들을 해결하기 위한 방법 중 최근 교회를 중심으로 기독교 대학(한동대, 백석대 등)에서도 전체 신입생을 대상으로 하는 집단 프로그램이 아닌 소그룹 활동을 통한 기독교적인 인성과 교육활동이 서서히 이루어지고 있다. 소그룹 활동은 극도로 개별화되고 익명화된 학생들에게 많은 새로운 사람들과의 인관계를 맺어야 하고 그러한 과정 속에서 받는 낮아지는 자기효능감, 대인관계의 어려움, 그리고 이러한 요인들로 인해 발생하는 불안들을 큰 부담을 주지 않으면서 교수와 동료학생들 간에 자연스러운 만남이 기회를 제공하고,

이 과정에서 하나님을 직간접적으로 접할 기회를 제공하게 된다. 또한 동시에 소그룹 활동은 그러한 교제 속에서 내제된 하나님의 속성과 인성을 배우도록 하는데 매우 긍정적인 효과가 있는 것으로 보고되고 있다(홍영기, 2005: 27-29).

이러한 문제의식에서 기초하여, 본 논문은 대학 신입생 소그룹활동이 기독교 대학의 정체성에 부합한 인성교육의 기초를 실현하며, 초기 대학생활 정착 및 적응과 진로지도 및 대인관계능력 향상, 기독교적 세계관을 통해 사회적 이슈들을 해석하고, 공동체 일원으로서의 자기 경험을 갖도록 한 과정을 살펴보고자 한다. 또한 멘토로서 지도교수와의 진로상담 및 상호작용을 위하여 신입생을 대상으로 1년 동안 주 1회에 다양한 활동과 프로그램을 가지고 세움공동체 활동을 통해 목적하는 바에 대한 성취의 척도를 가늠하고자 이 연구를 시도하게 되었다.

2. 연구문제

본 연구의 목적은 기독교 대학에서 대학신입생들에게 세움공동체 프로그램을 적용하여 대학생들의 자기효능감, 대인관계능력, 불안을 평가하여 소그룹 활동의 효과를 검증하기 위한 것이다. 이에 그 구체적인 문제는 다음과 같다.

- (1) 대학신입생들의 자기효능감, 대인관계능력, 불안 정도를 파악한다.
- (2) 세움공동체 활동이 대학신입생들에게 자기효능감, 대인관계능력, 불안에 미치는 효과를 파악한다.

II. 문헌 고찰

1. 소그룹에 대한 고찰

1) 소그룹의 정의

인간을 그룹으로 모이게 한 부름은 하나님께서 시작하셨고(존재론적 의미), 하나님께서 이끌어 가시는(목적론적 의미) 사역이다(Icenogle, 1997: 16). 즉 소그룹은 하나님의 존재가 갖는 바로 그 성품과 목적에서 잉태된 것이라고 말할 수 있다. 존재이신 하나님은 언약적 관계로 공동체 가운데 계시고 일하신다. 하나님의 존재를 형상화한 인간은 언약적 관계 속에서 지음을 받았고, 공동체 가운데 살며 성숙하도록 부름을 받았다. 즉, 하나님의 사랑을 받는 존재로서의 인간은 공동체의 관계 안에서 하나님께서 약속하신 삶을 가장 깊은 수준에서 경험할 수 있다.

또한 소그룹 활동을 통해 서로 상호작용하고 상호 의존하며, 그룹의 소속 원으로서의 그 자신을 규정하고 또 다른 사람에 의해 규정받으며, 공통의 흥미에 대한 규범을 나누고 또한 짜 맞추어진 역할 체계에 참여하고 서로 영향을 주고받으며 소그룹 속에서 보상을 발견하고 공통 목적을 추구하는 둘 또는 그 이상의 개인들로 정의할 수 있다(Johnson and Johnson, 1994: 13).

2) 성서와 소그룹 공동체

공동체는 성경 전반을 꿰뚫고 있는 하나의 주제이다. 성서에서 이스라엘은 12지파 공동체와 바벨론(Babylon) 포로기 이후 디아스포라시기에 회당을 중심으로 예배와 교육의 공동체를 형성했고, 성서적으로는 “요한이 말려 가로되 내가 당신에게 세례를 받아야 할 터인데 당신이 내게로 오시나이까 (막 3:14)”, “이 때에 예수께서 기도하시러 산으로 가사 밤이 새도록 하나님께 기도하시고, 밝으매 그 제자들을 부르사 그 중에서 열둘을 택하여 사도라 칭하셨으니, 곧 베드로라고도 이름을 주신 시몬과 그의 동생 안드레와 야고보와 요한과 빌립과 바돌로매와, 마태와 도마와 알패오의 아들 야고보와 셀롯이라는 시몬과, 야고보의 아들 유다와 예수를 파는 자 될 가롯 유다라, 예수께서 그들과 함께 내려 오사 평지에 서시니 그 제자의 많은 무리와 예수의 말씀도 듣고 병

고침을 받으려고 유대 사방과 예루살렘과 두로와 시돈의 해안으로부터 온 많은 백성도 있더라, 더러운 귀신에게 고난 받는 자들도 고침을 받은지라, 온 무리가 예수를 만지려고 힘쓰니 이는 능력이 예수께로부터 나와서 모든 사람을 낮게 함이더라 (눅 6: 12-19)”를 통해 12제자와 함께 하는 소그룹 공동체로부터 시작했다. 또한 소그룹은 초대교회 조직의 절대적인 부분으로 영적·육적 생명공동체로써 사랑과 섬김으로 움직이는 공동체였고, 이들 소그룹들은 그리스도를 위해 잃어버린 세상에 접근하는 중요한 도구가 되었다. 오늘날에도 소그룹사역은 “교회 속의 교회(church in church)”라 불리며, 역동적인 교회들은 예외 없이 소그룹이 생명력을 가지고 움직이고 있다(홍영기, 2005: 27-29).

그러므로 소그룹 사역은 그리스도의 몸 된 유기체로서의 교회의 본질, 복음 증거에 대한 교회의 사명을 인식하고, 서로를 세워주며 그리스도의 생명과 말씀을 전하는 그리스도의 몸이 되는 것이다. 이것은 그리스도를 믿는 자들은 신앙에 기초하여 상호 책임성 있는 관계 속에서 살아가도록 부름을 받았기 때문에, 복음을 세상에 선포하고, 하나님의 사랑의 성품을 드러내고 성령과 동행하며 그리스도의 몸 된 공동체를 세워 나가야 한다.

3) 소그룹의 유용성

사람들은 만남을 통하여 변화에 대한 도전과 자극을 받는다. 예수대학교 세움공동체는 그리스도를 중심으로 공동의 목표를 위한 상호 유기적인 단위로서, 그룹 속에서 상호역할과 그룹의 의식들이 충분히 구비됨으로서 자신의 필요를 채울 수 있는 효과적인 모임이다. 보다 구체적으로 소그룹이 갖는 유용성을 살펴보면 첫째, 삶의 변화를 위한 소그룹이다. 예수님은 자신의 말씀과 스스로의 본을 통하여 제자들의 성품과 생활에 혁명적인 변화의 필요함을 깊이 느끼게 하여 성숙하게 하셨다. 다시 말하면 소그룹은 실제의 삶 가운데 삶의 지속적인 변화를 이끄는 적합한 환경을 제공하고 있다 (Donahue, 1997: 25). 둘째는 성숙을 위한 소그룹이다. 지속적인 소그룹의 참여를 통하여 성숙을 위한 친밀한 관계를 증진시키고 아울러 그리스도 안에서 자기정체성을 발견하는 기회를 가질 수 있는 것이다. 셋째는 치유를 위한 소그룹이다. 소그룹으로 인한 치유와 회복은 또 동일한 공동체적 경험을 근간으로 상호간의 긍정적인 작용이 일

어나며, 또 동일한 문제에 직면했을 때 문제 해결의 단초를 얻게 된다(두란노서원, 1996: 679-687). 이는 문제의 객관화를 통한 치료의 과정으로 일종의 카타르시스와도 같은 것이라 할 수 있다. 삶의 나눔을 통하여 서로 다른 배경과 경험을 가진 사람으로부터 배울 수 있으며 이것은 개인과 그룹의 성장을 촉진 시켜 주는 요인이 된다.

2. 대학생의 자기효능감, 대인관계능력, 불안에 대한 고찰

1) 자기효능감

사회는 대학생들에게 다양한 능력을 갖춘 지식인으로서의 역할을 기대한다. 이러한 역할기대에 기여하는 기본적인 여러 능력 중에 무엇인가를 성공적으로 해낼 수 있다는 자신감이 있어야 사회 조직문화에 적응하여 자기분야의 결과물들을 생산해내는 전문인으로 역할을 하게 된다. 이러한 자신감을 자기 효능감이라 한다.

자기효능감이란 어떠한 상황에서 적절한 행동을 할 수 있다는 기대와 신념으로 반두라(Bandura)가 처음으로 이 개념을 제시하였다. 이러한 자기효능감은 행동의 선택과 그 행동 지속에 영향을 미치므로 자기효능감은 대학생들의 자아정체감과 자신감 및 대인관계에도 중요한 의미를 갖는다(반두라, 1977: 191-215). 자기효능감은 자아존중감을 높이는 것으로 보고하였으며(박영신·김의철, 2003: 37-54), 석소현 외의 연구에서는 자기효능감이 높을수록 대인관계능력도 높은 것으로 보고하여 자기효능감은 초기 성인기의 대학생들에게 필요한 자아정체감과 자신감을 형성하는데 매우 중요하다(석소현 외, 2006: 475-481). 높은 자아정체감과 자신감은 학생들의 학교생활 적응에 긍정적인 영향을 미치며 바람직한 대인관계를 형성할 수 있다.

자기효능감은 초기 성인기의 발달과업 수행에 필요한 요소이므로 여러 활동을 통해 자기효능감을 상승시키는 전략들이 대학생활이나 정책에 반영되어야 한다. 황성자(2006: 205-213)는 전공에 만족할수록 자기효능감이 높다고 보고하였으며, 박현숙 등(2002: 621-631)도 대학생활에 만족할수록 자기효능감이 높은 것으로 보고한 바, 이를 종합해보면, 대학생활 전반에 대한 만족도가 높을수록 자기효능감이 높은 것을 알 수 있다. 자기효능감은 성공경험이나 대리적 경험, 언어적 설득, 생리적 상태 및 정서적 상태와 같은 요소에 의해 영향을 받아 형성된다고 한다. 기독교 대학 학생들의 자기효

능감을 높이기 위해서는 잦은 성공경험과 대리적 경험, 정서적 유대 및 언어적 설득을 활용할 수 있는 소규모의 공동체프로그램을 개발하여 대학신입생 초기부터 적용할 필요성이 있다.

2) 대인관계능력

최근에 대학교육 내용과 졸업생 교육성과 간의 차이를 인정하고 이를 해결하기 위한 방안으로 사회에서 요구되는 대학생 핵심능력이 무엇인지에 대해 관심을 갖기 시작했다. 최근에 진미석 등(2009: 25-63)은 대학생의 핵심능력을 의사소통능력, 글로벌 역량, 자원정보 기술의 활용능력, 종합적 사고력, 대인관계능력, 자기관리역량 등, 6개 영역으로 나누어 제시하였다. 그중에서 대인관계 능력에는 정서적 유대 및 협력 중재, 리더십, 조직에 대한 이해에 대한 하부영역으로 나누어 핵심능력을 검증하고 있다. 대인관계 능력이란 단지 다른 사람과의 관계형성에 고정되는 것이 아니라 일반적으로 사회에서 직업인으로 요구되는 능력이 대인관계능력에 모두 포함되어 있는 것을 알 수 있다.

이에 기독교 대학에서는 대인관계 능력을 증진시키기 위해 기독교인성교육과 더불어 이를 증진시키는 위한 전략이 필요함을 인식하고 방안을 간구하고 있다. 기독교 대학의 대인관계능력을 증진시키기 위해서는 집단적으로 이루어지는 일반적인 교육보다는 소규모 형태 학습이나 문제 중심학습, 혹은 프로젝트학습, 멘토링 형식의 교육을 통해 대인관계능력을 단계적으로 상승시켜야 한다. 대인관계 능력을 상승하기 위해서는 공감적 능력과 자기개방성, 친밀감이 기본 전제 조건으로 있어야하는데 지금까지는 개별 상담이나 집단 상담으로 이러한 것을 해결하려고 했다. 그러나 개별화된 프로그램으로는 현 대학생들의 자기중심적 생활패턴을 변화하기가 어렵다. 이에 학생들의 대인관계 능력 향상과 학교생활 적응수준을 높일 수 있는 공감적 능력과 자기개방성, 친밀감을 향상시키는 내용을 포함하는 프로그램 개입을 통해 기독교인성 함양과 더불어 대학생 핵심능력을 향상시킬 수 있으라 본다.

3) 대학 신입생의 불안

대학 신입생들은 생활환경의 변화와 새로운 학업, 그리고 낯선 사람들과 함께 적응해야 하는 부담과 고등학교와는 다른 교육체계와 전공에 대한 적응은 쉽지 않기 때문에

불안이 매우 높게 발생할 수 있는 시기이다.

최근에 전국 13개 사립대학의 신입생 14,776명의 정신건강상태 조사에서 신입생의 85.4%가 외로움, 불안, 우울과 무기력, 분노, 및 자살충동 등의 부정적 정서를 한 가지 이상 경험하고 있으며, 부정적 정서 5가지 가운데 3가지 이상 경험하는 학생이 조사대상자의 절반을 넘는 57.2%로 나타났으며, 대학신입생의 86%가 '정서불안'을 느끼는 것으로 조사되었다(국민일보, 2009). 불안과 관련된 요인으로는 적성을 고려하지 않은 대학선택과 소속 대학 혹은 학과에 대한 불만, 가족분위기나 부모와의 관계에 대한 불만, 미래 자아상에 대한 비관적 태도 등이 대학생 신입생의 불안과 관련이 있었다(김진성 외, 1987). 대학 신입생들이 처음 한 달 동안 가장 힘들었던 경험으로는 대학입학과 관련된 개인적 생활 변화, 친구가 없는 외로움, 선배와의 관계형성, 술 문화, 학업수행의 어려움 등이 있었다(오영재, 2006: 143-166). 그런데 불안, 우울성향 및 스트레스를 가진 신입생들은 대부분 대학생활에 적응을 하지 못하였으며(이신형 외, 2009: 796-804), 이러한 대학생활 부적응은 사회진출에 대한 불안으로 이어질 수 있어서 더 큰 문제를 나을 수 있다. 대학 신입생의 불안과 스트레스를 완화시키기 위한 방법으로는 대학생활 적응을 위한 교수와의 지속적인 면담 및 집단 상담을 제시하고 있고(김성경, 2003: 215-237; 박종선 외, 2007: 39-55; 성경숙, 1995: 77-84), 필요에 따라 전문적인 치료를 받도록 지도가 필요하다고 주장하였다(이신형 외, 2009: 796-804). 그러나 지금까지 신입생의 불안을 완화시키는 방법에 대한 연구는 기독교 대학에서 조차 논의가 매우 미흡한 실정이어서 신입생들의 불안 요인에 초점을 맞추어 이를 완화하는 지지방법이 구체적으로 개발될 필요가 있다.

3. 소그룹 활동이 대학생에게 미치는 영향에 관한 연구

현재 국내외적으로 대학 내에서 대학생에게 소그룹활동 프로그램을 적용하는 학교가 거의 없다. 다만, 일부 기독교대학에서 실시하고 있는 것으로 알려져 있다. 따라서 본 연구의 주제인 기독교 대학 학생들의 소그룹활동이 학생들의 대학생활 적응 및 심리사회적 변화에 어떤 영향을 미치는지에 대한 연구가 거의 부재하다. 이에 본 연구에서는 외국 사례를 중심으로 대학에서 소그룹 활동이 적용되어 학생들의 학교 적응 및 심리사회적 변화에 어떻게 영향을 미치는지를 살펴보았다.

바닝지·노부치(Vaninges and Novucki, 2009: 243-251)는 불안장애를 겪는 학생에게

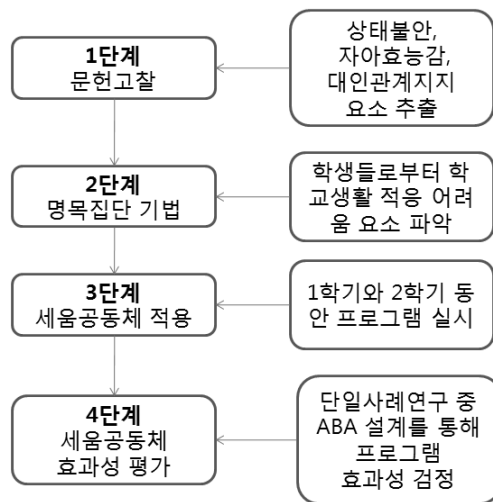
소그룹 활동 프로그램 적용하였다. 프로그램 적용 결과 31명의 대학생들은 프로그램 초기 심각한 불안장애 증상을 나타냈으나 프로그램 종결 후 프로그램에 참여한 학생들의 불안장애 수준이 매우 낮아졌음을 밝히고 있다. 또한 이러한 결과에 기초하여 대학 내 학생 상담소에서 소그룹활동 프로그램을 적용 및 운영하는 것이 학생들의 대학 생활 적응에 효과적이라는 제언을 하고 있다. 이들의 불안장애 연구와 유사하게 레저어-레스터·킹(Lesure-Lester and King, 2005: 359-367)은 대학 내 다양한 국가에서 온 학생들이 대학생활에 겪는 불안에 대해 조사하고 이를 완화하기 위한 방법으로 소그룹활동 프로그램을 적용하였다. 이 연구에서는 189명의 학생들에게 소그룹 프로그램을 적용하였고, 프로그램 결과 학생들의 학교 적응에 많은 도움이 되었다고 보고하고 있다. 그리고 브록켈만(Brockelman, 2009: 271-286)은 대학생의 자기결정, 정신질환, 성적간의 상호관계를 분석하였다. 이 연구에서는 대학생 375명에게 소그룹 프로그램을 적용하였다. 분석결과에 따르면, 학생들의 성적은 학생들이 겪는 정신질환, 즉 불안, 우울등과 같은 정신건강 문제가 성적 및 학교 적응에 중요한 영향을 미친다고 밝히고 있다. 이처럼 신입생들이 겪고 있는 심리적인 불안 정신건강 문제는 학교생활에 중요한 영향을 미치고 있고, 이를 해결하기 위한 좋은 방법 중에 하나가 소그룹 활동이 될 것으로 예측된다. 또 브라운·슈랄디(Brown and Schiraldi, 2004: 158-176)는 대학생들의 불안과 우울함에 대해 치료적 증상 감소를 위한 소그룹활동을 실시하였다. 이들의 연구결과에 따르면, 15주 동안 소그룹활동 프로그램을 적용한 결과 프로그램에 참여한 대학생들의 불안과 우울증상이 감소한 것으로 나타났다. 특히 소그룹활동 프로그램은 학생들의 불안과 우울증상 감소뿐만 아니라 교실에서의 적응 기술능력과 인내력이 상승한 것으로 조사되었다.

대학생들이 겪는 어려움 중에 하나가 본 연구에서 관심 갖는 대인관계 문제이다. 이러한 문제에 대해서도 모우라티디스·시데리디스(Mouratidis and Sideridies, 2009: 285-307)가 대학생을 대상으로 대학생들이 신입생 때 경험하는 동료집단을 받아들일 수 있는 수용성, 학과에 대한 소속감, 그리고 외로움의 관계에 대해 분석하였다. 이들의 결과에 따르면, 신입생들은 입학 초기 사회기술, 인지된 소속감, 외로움을 많이 겪는 것으로 지적하고 있다. 이들을 대상으로 소그룹활동 프로그램을 실시한 결과 학생들은 새로운 환경에 적응하는 유형이 세 가지가 존재하고, 이러한 적응 유형에 따라 문제의 양상 및 대응도 달라져야 한다고 지적하고 있다.

III. 연구방법

1. 연구 설계

본 연구의 목적은 기독교 대학 신입생의 학교 적응력을 향상시키는 프로그램을 개발하고 그 효과성을 검증하는 것이다. 이러한 목적달성을 위해 본 연구에서는 2009년 1학기부터 ‘세움공동체’라는 신입생 기독교인성 향상 프로그램을 설계하였다. 세움공동체를 통한 기독교 대학 신입생의 기독교인성 향상 프로그램의 효과성을 검증하기 위해 [그림1]과 같은 연구 설계를 구축하였다.



[그림1] 세움공동체 프로그램 설계 과정

2. 분석대상

본 연구의 목적은 기독교 대학 신입생의 학교 적응력을 향상시키는 프로그램을 개발하고 그 효과성을 검증하는 것이다. 이러한 목적달성을 위해 본 연구에서는 2009년 1학기에 예수대학교에 입학한 전체 신입생 131명을 분석대상으로 설정하였다. 전체 분석대상 중 2009년도 1학기 세움공동체 프로그램에 참여한 신입생의 총 숫자는 전체

표본 집단이 131명이었고, 2차 조사 때는 9명의 학생이 병역 및 개인 신상 문제로 참여하지 못해 2차 조사 이후 122명이 지속적으로 프로그램에 참여하였다. 그리고 3차 조사시에 2차 조사에 참여한 122명 중 4명이 자기효능감, 대인관계, 불안 척도에 성실하게 입력하지 않아 최종적으로 118명이 분석되었다.

3. 자료수집 기간 및 수집방법

본 연구의 목적은 기독교 대학 신입생의 학교 적응력을 향상시키는 프로그램을 개발하고 그 효과성을 검증하는 것이다. 이러한 연구목적을 달성하기 위해 본 연구에서는 2009년 1학기 예수대학교에 신입생을 대상으로 다음과 같은 4단계의 자료수집 단계를 구축하고 수집하였다.

1단계는 현재까지 이루어진 국내의 기독교 대학 또는 일반대학 신입생들이 대학생활 적응에 있어서 겪는 어려움이 무엇인지를 파악하기 위해 문헌고찰을 하였다. 문헌고찰에서 언급했듯이, 상당수의 대학 신입생들이 학교생활 적응에 많은 어려움을 겪고 있다.

2단계에서는 신입생 131명을 대상으로 명목집단 기법(Nominal Group Technique)¹⁾을 적용하여 기독교 대학 신입생들이 대학생활을 함에 있어서 자기효능감, 대인관계능력 그리고 불안을 파악하였다. 본 연구에서는 명목집단기법으로 <표1> 아이디어를 창출하여 우선순위를 부여하고 팀의 합의를 도출하도록 하였다. <표1>은 1학년 30명을 대상으로 대학생활에서 가장 즐거운 일, 하고 싶은 일, 힘든 일이 무엇인지에 대해 설문지를 주고 자연스럽게 의견을 물은 후, 학생들이 기록한 응답한 주요 단어들을 보여주고 있다. 본 연구진에서는 이러한 의견 중에서 학생들에게 무엇이 가장 우선적으로 즐겁고, 하고 싶은 일, 힘든 일인지에 대해 토론하도록 안내하였다. 학생들과 교수들은

1) 여기서 ‘명목(名目)’이란 독립적으로 행동하는, 이름만으로 집단을 구성함을 뜻함. 사람들이 모이기는 하나 구두로 서로 의사소통 하도록 용납하지 않는 과정을 뜻함. 명목집단기법은 7~10명의 구조화 된 집단모임으로 테이블에 둘러앉기는 하지만 서로 말하지 않고 종이에 아이디어를 기록하고 5분 후에 각자가 한 아이디어를 발표함으로써 아이디어의 공유가 시작됨. 그리고 지명된 한 사람이 기록자로서 흑판에 구성원 전체의 모든 아이디어를 익명으로 기록함. 그때까지 토의는 시작되지 않음. 이것이 첫 단계로서 통상 20분 전후가 걸린다. 다음 단계는 투표를 하기 전에 각 아이디어에 대한 구조적 토의가 이루어지는 과정임. 각 아이디어의 지지도를 분명히 하기 위해 질문이 계속 되고, 그 후에 투표를 통해 의제의 우선순위가 결정되는 방식임.

학생들로부터 추출된 기독교대학 신입생이 느끼는 즐거운 일, 하고 싶은 일, 힘든 일 중 우선순위를 정하였다. 이와 같은 명목집단 기법을 통해 나타난 주요 요인은 구체적인 프로그램으로 작성하여, <표1>에 제시된 것처럼 소그룹 주제를 정하였다.

<표1> 기독교대학 신입생의 즐거운 일, 하고 싶은 일, 힘든 일에 대한 명목집단 기법 적용 결과

분류	주제
즐거운 일	친구, 만남, 학생회, 기숙생 생활, 동아리, 새로운 환경, 축제, 전공/실습, 새로운 학문에 대한 즐거움, 교수님과의 만남, 동아리
하고 싶은 일	국토대장정, 선배와의 만남, 동기모임, 동아리 활동, 친구사귀기, MT, 대학생활 즐기기, 영어공부, 친구사귀기
힘든 일	시간관리, 멘토로서의 선배가 없는 것, 수강신청, 시험, 친구사귀기, 학교적응, 채플, 선배사귀기, 기독교 수업, 낯선 수업방식, 전공공부, 남학생이 없음, 새로운 수업내용

3단계에서는 명목집단 기법을 통해 만들어진 프로그램 평가 조사를 1차 조사는 2009년 1학기 3월, 2차 조사는 2009년 6월, 그리고 3차 조사는 2009년 2학기 12월에 걸쳐 실시되었다. 마지막으로 4단계에서는 세움공동체 프로그램의 효과성을 살펴보기 위해 단일사례설계 기법을 활용하여 학생들의 변화를 측정하였다. 학생들의 변화 측정은 1차 조사인 개입전 기초선(A)으로서 2009년 1학기에 초(3월)에 실시하였고, 1학기가 종료되는 6월에 2차 조사로서 개입후(B) 조사를 실시하였다. 또 효과성의 지속성을 측정하기 위해 2학기 종료시점인 12월에 기초선(A)을 조사하였다. 즉 본 프로그램의 효과성을 측정하기 위해 본 연구에서는 단일사례설계 모형 중 ABA 방법을 선택하였다.

4. 세움공동체 운영

1학기 세움공동체 주제는 기독교 대학 신입생이 교수 및 학생, 그리고 학교생활을 신앙 안에서 잘 적응하도록 하기 위한 목적을 갖는 프로그램들로 구성하였다. 특히 비기독교 학생들이 기독교 대학에 대한 부정적인 이미지 및 신앙 활동에 대한 부담을 줄

이기 위해 가능한 한 종교성을 표면적으로 드러나지 않게 하면서 자연스럽게 기독교 대학의 신입생으로서의 생활에 적응하는데 도움이 되는 방향으로 소그룹 내용을 구성하였다. 특히 1학기 주제는 학생들의 욕구조사를 통해 기독교 대학 신입생이 겪는 어려움 및 힘든 점을 조사하여 이를 성서적으로 경험하고 해결할 수 있는 프로그램들로 구성하였다. 1학기 세움공동체 활동의 주요 주제는 <표2>에 제시된 것처럼 마음열기, 너와나 알기, 대학생활 즐기기, 신앙생활, 만남, 사회봉사, 건강 지키기, 이성교제로 이루어져 있다. 이와 같은 공동체 활동주제는 앞서 언급했던 명목집단기법을 통해 학생들이 대학생활 적응에 어려움을 호소하는 요소들을 조사하고, 그 중 우선순위를 선정하였고, 그 결과는 <표2>에 제시되었다.

2학기 주제는 1학기과 달리 하나님 나라의 속성 9가지를 성경 속에서 찾아 하나님 나라의 9가지 속성을 직간접적으로 경험할 수 있는 주제들로 구성하였다. 먼저 1)정의(공의)는 사랑과 정의의 관계, 빈곤의 원인과 대책, 지역주의, 기독교적 통일논의, 장애인 이 꿈꾸는 세상, 이주노동자 내용으로 구성하였다. 2)자유와 해방은 독서토론으로 경험하도록 하였고, 3)평화와 생명은 시사토론활동(평화와 생명에 관한 창작활동, 화장실, 복도나 건물 입구 등 장식 혹은 작품전시)으로 실현하였다. 4)지식과 지혜는 나의 학문과 신앙, 예절교육(무감독시험, 공동체내의 예절, 편의시설 이용시 예절, 외부인에 대한 예절 등), 은사테스트, 비폭력 대화법으로 구성하였고, 5)창조세계의 질서와 보전은 환경(생태), 주변지역 청소 등으로 경험하도록 하였다. 6)영·육간의 건강함은 영성과 건강, 내적치유, 체육대회, 각종 중독에 대한 예방교육으로, 7)하나님의 자기계시(하나님을 아는 지식)는 믿음의 인물, 기도회, 신앙경험의 나눔, 예수 알기로, 8)사랑(자비)은 편지보내기, 예수대학교 역사(선교사들의 희생과 헌신적 사랑)를 경험하도록 하였다. 그리고 마지막으로 섬김과 봉사는 국제기구의 해외사역, 타문화권 선교사역, 지역 사회복지 시설 방문 및 활동, 장애활동 체험으로 구성하였다. 2학기 세움공동체의 주요 주제는 코이노니아 I, 이웃사랑, 디아코니아, 생명과 평화, 나눔, 사랑과 감사, 섬김과 봉사, 인물, 코이노니아 II로 구성되어 있고 <표2>과 같다.

본교의 학과는 간호학부와 사회복지학부로 되어 있고 신입생은 131명이다. 이에 간호학부에 13개, 사회복지학부에 3개, 총 16개 공동체를 구성하였으며, 각각의 공동체에는 각 학과의 교수들이 지도교수로 배정되었다. 세움공동체는 매주 소주제에 맞는 하나님의 말씀 읽기 간단하게 나누는 시간을 갖도록 하였으며, 기도로 시작하고 마치도록 하였다.

5. 주요변수

본 연구의 목적은 기독교 대학 신입생의 학교 적응력을 향상시키고 기독교인성을 갖춘 인재로 준비시키기 위한 프로그램을 개발하고 그 효과성을 검증하는 것이다. 이러한 연구목적을 달성하기 위해 본 연구에서는 <표3>에 제시된 변수들을 중심으로 분석하였다.

먼저 신입생의 기본적인 특성에 대한 변수들은 다음과 같이 정의되었다. 소속 학부는 간호학부=1, 사회복지학부=2로 정의되었고, 성별은 남성=1, 여성=2로 정의되었다. 그리고 종교는 개신교=1, 천주교=2, 불교=3, 무교=4, 기타=5로 정의되었고, 교수와의 친밀도는, 전혀 가깝지 않다=1, 가깝지 않다=2, 보통이다=3, 가깝다=4, 매우 가깝다=5로 정의되었고, 교우관계만족도는 매우 불만족=1, 불만족하는 편=2, 그저 그렇다=3, 만족하는 편=4, 매우 만족=5로 정의되었다. 마지막으로 대학생활만족도는 매우 불만족=1, 불만족하는 편=2, 그저 그렇다=3, 만족하는 편=4, 매우 만족=5로 정의되었다.

다음으로 세움공동체에 참여한 기독교 대학 신입생의 학교 적응력을 측정하기 위해 본 연구에서는 세 가지 차원에서 측정하였다. 첫째, 본 연구에서 사용한 자기효능감 척도를 처음 개발한 연구자로는 쉬레어 등이 개발하였다(Sherer et al., 1982).

〈표 2〉 세움공동체 프로그램 설계

	주	공동체 활동 주제	진행내용	진행방식
1 학 기	1		오리엔테이션	집 단
	2	마음열기	- 약속이행서 - 알리고 싶으나(별칭 짓기) - 팀장 뽑기, 규칙정하기	소그룹
	3	너와 나 알기	- 팀원인사(미인대칭) - 인간관계 훈련	소그룹
	4	대학생활 즐기기	- 대학생활/학교시험 - 학점관리/교과과정안내 - 학교전통/특성나누기	집 단

	주	공동체 활동 주제	진행내용	진행방식
1 학 기	5	신앙생활	- 하나님의 택하심과 예배	소그룹
	6	만남	- 선후배 만나기	집 단
	7	사회봉사	- 봉사활동	소그룹
	8	건강 지키기	- 흡연과 음주의 폐해와 건강 지키기	소그룹
	9	이성교제	- 기독교적 이성관	집 단
	10	느낌나누기 및 평가, 2학기 주제과약		소그룹
2 학 기	1	오리엔테이션		집 단
	2	코이노니아 I	- 친교	소그룹
	3	이웃사랑	- 캠퍼스 예절운동(Action Learning)	소그룹
	4	디아코니아	- 디아코니아(Clean Campus 활동) 조별 Campus 꾸미기	소그룹
	5	생명과 평화	- 소그룹 토론(시사, 생태보전 등)	소그룹
	6	나눔	- 친교와 건강(선배와 함께 건강한 먹을거리)	소그룹
	7	사랑과 감사	- 사랑과 감사 표현하기	소그룹
	8	섬김과 봉사	- 역사(여수 애양원)	집 단
	9	인물	- 인물(믿음의발자취를 따라)	소그룹
	10	코이노니아II	- 지체 하나 되기	집 단
	11	느낌나누기 및 평가, 마니또 느낌 나누기 & Hugging		소그룹

국내에는 아직 이 척도에 대해 수정연구가 이루어지지 않아 원개발자의 척도가 변한 되어 그대로 사용되고 있다. 이 척도는 총 23문항으로 되어 있고, 측정은 전혀 아니다 =1점, 2점=아주 그렇다로 정의되었다. 전체 23문항 중 역문항은 2, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 20. 21, 22번으로 구성되어져 있다. 따라서 전체 본 척도의 총점수는 36점으로 되어 있고, 점수가 높을수록 자기효능감 정도가 높아진다고 해석할 수 있다. 이 척도의 개발 당시의 Cronbach의 α 값이 0.86 이었으며, 본 연구에 사용 시 자기효능감의 신뢰수준은 Cronbach의 α 값이 1차 조사 0.747, 2차 조사 0.769, 3차 조사 0.845 비교적 높게 나타나 분석에 큰 문제가 없는 것으로 나타났다.

〈표 3〉 주요변수

특 성	변 수
일반적 특성	소속 학부(간호학부=1, 사회복지학부=2) 성별(남성=1, 여성=2) 종교(개신교=1, 천주교=2, 불교=3, 무교=4, 기타=5) 교수님과 친밀도(전혀 가깝지 않다=1, 가깝지 않다=2, 보통이다=3, 가깝다=4, 매우 가깝다=5) 교우관계만족도(매우 불만족=1, 불만족하는 편=2, 그저 그렇다=3, 만족하는 편=4, 매우 만족=5) 대학생활만족도(매우 불만족=1, 불만족하는 편=2, 그저 그렇다=3, 만족하는 편=4, 매우 만족=5)
학교 적응	불안(1점=전혀 그렇지 않다 대단히 그렇다, 2점=조금 그렇다, 3점=보통이다, 4점=대단히 그렇다) 자기효능감(전혀 아니다=1점, 2점=아주 그렇다) 대인관계능력(1점=아니다, 2점=그렇다)

둘째, 본 연구에서 사용한 대인관계 척도를 처음 개발한 연구자는 콘과 호버만(Cohn and Hoberman, 1983)이 개발한 것으로 하위 요인으로는 평가적지지, 소속지지, 자존심 지지, 유형적지지 하위요인으로 구성되어 있다. 총 문항수는 48문항으로 구성되어 있고, 측정은 아니다=1점, 그렇다=2로 정의되었다. 전체 48문항 중 역문항은 2, 6, 9, 11, 12, 13, 18, 21, 23, 24, 25, 27, 31, 34, 37, 39, 41, 48번으로 구성되어져 있다. 따라서 전체 본 척도의 총점수는 96점으로 되어 있고, 점수가 높을수록 대인관계가 좋은 것으로 해석할 수 있다. 개발당시의 이 척도의 신뢰수준은 0.60~0.77이었다. 신뢰수준은 Cronbach의 α 값이 1차 조사 0.766, 2차 조사 0.822, 3차 조사 0.738로서, 본 연구에서는 비교적 높게 나타나 분석에 큰 문제가 없는 것으로 나타났다. 셋째, 본 연구에서 사용한 불안 척도는 스피엘베르거(Spielberger, 1970)에 의해 개발되었고, 이를 한국의 이영자(1996)가 우리나라 상황에 맞도록 수정·보완하였다. 이 척도는 총 20개 문항으로 구성되어 있고, 측정은 대단히 1점=전혀 그렇지 않다=1, 2점=조금 그렇다, 3점=보통이다, 4점=대단히 그렇다로 정의되었다. 전체 48문항 중 역문항은 1, 3, 5, 7, 8, 9, 11, 12, 15, 17, 18, 20번으로 구성되어져 있다. 따라서 본 척도의 총점은 80점으로 되어 있고, 점수가 높을수록 불안정도가 심하다는 것을 의미한다. 개발당시 신뢰수준은 Cronbach

의 α 값이 1차 조사 0.799, 2차 조사 0.793, 3차 조사 0.847로서, 본 연구에서는 0.8492로서 분석에 큰 문제가 없는 것으로 나타났다.

6. 분석방법

본 연구의 목적을 위한 세부적 접근방법으로 세움공동체 프로그램이 기독교 대학 신입생의 자기효능감, 대인관계능력 그리고 불안에 어떤 효과를 나타내는지를 실증적으로 검증하고자 하였다. 이를 위해 본 연구에서 다음과 같은 분석방법을 선택하였다. 첫째, 분석대상에 대한 기술 분석은 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였고, 둘째, 세움공동체 프로그램에 참여한 기독교 대학 학생들의 학교 적응력 변화를 분석하기 위해 대응표본 T검정(Paired Sample T-test)을 실시하였다.

7. 연구의 한계

본 연구의 목적은 기독교 대학 신입생이 세움공동체 프로그램을 통해 자기효능감, 대인관계능력, 불안이 어떻게 변화하는지를 파악하는 것이다. 이러한 연구목적은 달성하기 위해 ABA단일사례설계 모형을 구축하여 프로그램 전후 평가를 통해 소그룹 활동 효과성을 평가했다. 그러나 본 연구가 분석대상에게 영향을 미칠 수 있는 외생변수(동아리활동, 동료활동, 과목활동 등)를 완벽하게 통제하지 못한 상태에서 기독교 대학 신입생의 자기효능감, 대인관계, 그리고 불안 정도를 측정하기 때문에 개입효과성이 완벽히 세움공동체 프로그램의 효과성으로 단정 지을 수 없다는 점에서 중요한 제한점을 갖는다고 하겠다. 따라서 분석결과를 인과론적으로 해석할 수 없다는 점을 유의해야 할 것이다. 또한 연구대상의 한계로 인해 본 연구의 결과를 일반화에 한계가 있다.

IV. 분석결과

1. 일반적 특성

세움공동체에 참여한 기독교대학 신입생의 일반적인 특성을 살펴보면 <표4>와 같다. 첫째, 소속 학부는 간호학부가 89.3%, 사회복지학부가 10.7%로 간호학부 학생의 비율이 월등히 높다는 것을 알 수 있다. 둘째, 신입생의 성별을 살펴보면, 남성은 6.9%, 여성은 93.1%로 나타나 여학생의 비율이 매우 높다는 것을 알 수 있다. 이는 본 학교의 학과의 특성이 반영된 것으로 보인다. 셋째, 학생들의 종교를 살펴보면 개신교가 42.0%로 가장 높았고, 무교가 38.9%로 높게 나타났다. 다음으로 천주교와 불교 순으로 나타났다. 넷째, 교수와의 친밀도를 살펴보면, 신입생 중 52.6%가 교수와 친밀하지 않다고 응답하여 상당수의 학생들이 교수와 거리감을 갖고 있음을 알 수 있다. 다섯째, 교우와의 관계에 대해서도 만족한다는 의견이 68.7%로 비교적 높게 나타나 전반적으로 학생들이 교우와의 관계에 대해 만족하고 있음을 알 수 있다. 마지막으로 대학생활 만족도를 분석한 결과, 불만족하거나 그저 그렇다는 학생의 비율이 51.1%로 나타나 전반적으로 불만족하는 비율이 높은 것으로 나타났다. 이는 학생들이 학교생활에 대해 아직 적응하지 못하고 있을 뿐만 아니라 새로운 환경에 대한 불안으로 인해 학교생활 전반에 대해 부정적인 생각을 갖고 있기 때문인 것으로 판단된다.

〈표4〉 연구대상자의 일반적 특성

구분		빈도	백분율
학부	간호학부	117	89.3
	사회복지학부	14	10.7
	Total	131	100.0
성별	남성	9	6.9
	여성	122	93.1
	Total	131	100.0

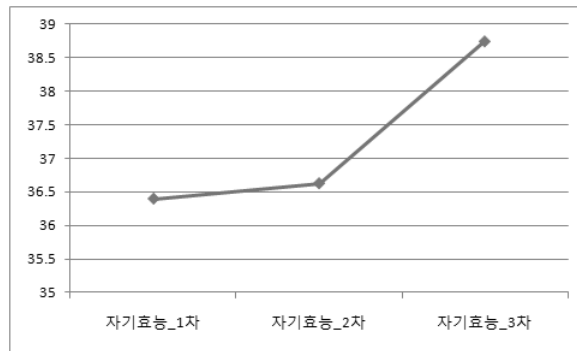
	구분	빈도	백분율
종교	개신교	55	42.0
	천주교	10	7.6
	불교	2	1.5
	무교	51	38.9
	기타	13	9.9
	Total	131	100.0
교수와의 친밀도	전혀 가깝지 않다	21	16.0
	가깝지 않다	48	36.6
	보통이다	51	38.9
	가깝다	10	7.6
	매우 가깝다	1	.8
	Total	131	100.0
교우관계 만족도	불만족하는 편	3	2.3
	그저 그렇다	38	29.0
	만족하는 편	78	59.5
	매우 만족	12	9.2
	Total	131	100.0
대학생활만족도	불만족하는 편	17	13.0
	그저 그렇다	63	48.1
	만족하는 편	49	37.4
	매우 만족	2	1.5
	Total	131	100.0

2. 세움공동체 프로그램 효과성

1) 자기효능감

세움공동체 프로그램에 참여한 기독교 대학 신입생의 자기효능감 변화추이를 분석한

결과는 [그림2], <표5>와 같다. 자기효능감 척도는 1점(전혀 아니다)부터 2점(아주 그렇다)으로 총점은 46점으로 되어 있고, 점수가 높을수록 자기효능감 정도가 높다는 것으로, 기초선인 1차 조사(A)의 자기효능감 점수는 36.3점으로 자기효능감 정도가 비교적 높게 나타났다. 프로그램이 실시된 6개월 후 재조사한 2차 조사(B)때의 자기효능감 점수는 36.6점으로 6개월 전보다 미미하게 높아져 자기효능감이 높아졌다고 보기 어려운 것으로 나타났다. 이러한 6개월 동안의 프로그램 효과가 일시적인지, 그렇지 아니면 유지될 수 있는지를 파악하기 위해 프로그램을 재 실시한 후 조사한 3차 조사(A) 결과를 살펴보면, 38.7점으로 이전 조사인 1차 조사 및 2차 조사 점수보다 더 높게 나타나 자기효능감 정도가 매우 높아졌음을 확인할 수 있다.



[그림2] 세움공동체 프로그램 전후 자기효능감 변화 추이

[그림2]와 같이 자기효능감 점수의 변화가 조사 시점마다 상이하다는 것을 확인할 수 있다. 다음으로 이와 같은 학생들의 자기효능감의 변화가 통계적으로 유의한 변화인지를 파악하기 위해 대응표본 T검정을 실시하였다. 대응표본 T검정에서는 1차 조사와 2차 조사, 2차 조사와 3차 조사, 그리고 1차 조사와 3차 조사 간의 변화가 통계적으로 유의한 변화인지를 살펴보았다. 세움공동체가 처음 시작된 1차 조사 시점과 2차 조사 시점에서는 통계적으로 유의한 변화를 확인할 수 없었지만, 세움공동체 프로그램을 실시한 후 6개월이 지나고 12개월이 되는 시점에서의 신입생의 자기효능감이 높아졌음을 알 수 있다.²⁾

2) 기독교 대학 신입생의 자기효능감, 대인관계 및 불안 정도의 변화가 세움공동체를 통해 나타날 수도

〈표5〉 세움공동체 프로그램 전후 자기효능감 차이 분석

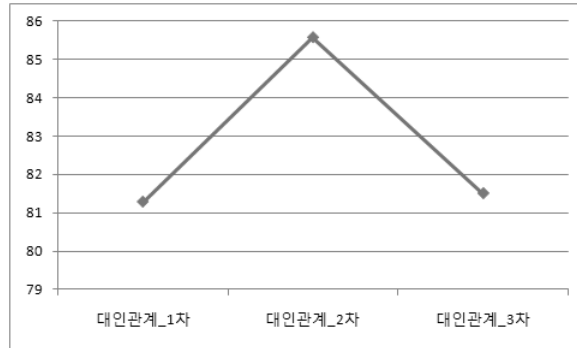
		점수	N	표준편차	t
대응 1	자기효능감 1차	36.3934	122	4.94191	-0.350
	자기효능감 2차	36.6230	122	4.80586	
대응 2	자기효능감 2차	36.6230	122	4.80586	-4.981***
	자기효능감 3차	38.7459	122	1.66421	
대응 3	자기효능감 1차	36.3934	122	4.94191	-4.994***
	자기효능감 3차	38.7459	122	1.66421	

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

2) 대인관계능력

세움공동체 프로그램에 참여한 기독교 대학 신입생의 대인관계능력 변화추이를 분석한 결과 [그림3], <표6>과 같다. 대인관계능력 척도는 1점(아니다)부터 2점(그렇다)으로 되어 총 96점이고, 점수가 높을수록 대인관계능력 정도가 높은 것으로, 기초선인 1차 조사(A)의 대인관계능력 점수는 81.2점으로서 대인관계능력 정도가 비교적 높게 나타났다. 프로그램이 실시된 6개월 후 재조사한 2차 조사(B)때의 불안 점수는 85.5점으로서 6개월 전보다 점수가 높아져 대인관계능력이 높아졌다는 것을 알 수 있다. 그리고 6개월 동안의 프로그램 효과가 일시적인지, 그렇지 아니면 유지될 수 있는지를 파악하기 위해 프로그램을 재실시한 후 조사한 3차 조사(A) 결과를 살펴보면, 81.5점으로 이전 조사인 2차 조사 점수보다 더 낮게 나타나 대인관계능력 정도가 낮아졌다는 것을 알 수 있다.

있지만 동시에 그와 동시에 다른 학교 활동 및 영향요인, 즉 대학생활, 즉 동료집단, 선후배, 지도 교수, 학사일정, 수강과목, 그리고 동아리 활동 등의 복합적인 상호작용으로도 나타날 수 있음을 주지해야 한다.



[그림3] 세움공동체 프로그램 전후 대인관계능력 변화 추이

[그림3]과 같이 대인관계능력 점수가 세움공동체 시작 후 6개월이 지난 후에는 높아졌다가, 1년이 되는 시점에는 다시 낮아지는 것으로 나타났다. 다음으로 이와 같은 학생들의 대인관계능력정도의 변화가 통계적으로 유의한 변화인지를 파악하기 위해 대응표본 T검정을 실시하였다. 대응표본 T검정에서는 1차 조사와 2차 조사, 2차 조사와 3차 조사, 그리고 1차 조사와 3차 조사 간의 변화가 통계적으로 유의한 변화인지를 살펴보았다. 분석한 결과 모든 비교분석에서 1차 조사와 2차 조사 간에 세움공동체를 통한 신입생의 대인관계능력은 좋아지는 것으로 나타났으나, 1년 후에는 대인관계능력이 다소 낮아지고 있고, 이러한 변화는 통계적으로 유의한 것으로 나타났다.

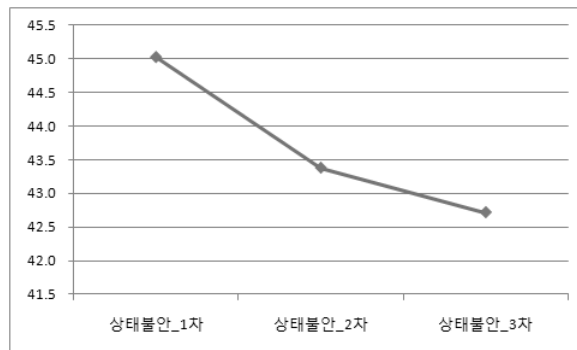
<표6> 세움공동체 프로그램 전후 대인관계능력 차이 분석

		점수	N	표준편차	t
대응 1	대인관계능력 1차	81.2787	122	4.63059	-6.755***
	대인관계능력 2차	85.5820	122	5.75798	
대응 2	대인관계능력 2차	85.4068	118	5.75012	6.119***
	대인관계능력 3차	81.5000	118	4.48692	
대응 3	대인관계능력 1차	81.2881	118	4.70879	-5.608***
	대인관계능력 3차	81.5000	118	4.48692	

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

3) 불안

세움공동체 프로그램에 참여한 기독교 대학 신입생의 불안 변화추이를 분석한 결과 [그림4], <표7>과 같다. 불안 척도는 1점부터 4점으로 총 80점으로 되어 있고, 점수가 높을수록 불안 정도가 높은 것으로 해석된다. 기초선인 1차 조사(A)의 불안 점수는 45.0점으로서 정도가 보통수준으로 나타났다. 프로그램이 실시된 6개월 후 재조사한 2차 조사(B)때의 불안 점수는 43.4점으로서 6개월 전보다 점수가 낮아져 불안 정도가 낮아짐을 알 수 있다. 이와 같은 6개월 동안의 프로그램 효과가 일시적인지, 그렇지 아니면 유지될 수 있는지를 파악하기 위해 프로그램을 재 실시한 후 조사한 3차 조사(A) 결과를 살펴보면, 42.7점으로 이전 조사인 1차 조사 및 2차 조사 점수보다 낮게 나타나 세움공동체를 통해 신입생의 불안 정도가 더 낮아지는 것을 확인할 수 있다.



[그림4] 세움공동체 프로그램 전후 불안 변화 추이

[그림4]와 같이 불안 점수가 낮아짐으로 프로그램에 참여한 학생들의 불안 정도가 낮아지고 있다는 것을 확인할 수 있다. 다음으로 이와 같은 학생들의 불안의 변화가 통계적으로 유의한 변화인지를 파악하기 위해 대응표본 T검정을 실시하였다. 대응표본 T검정에서는 1차 조사와 2차 조사, 2차 조사와 3차 조사, 그리고 1차 조사와 3차 조사 간의 변화가 통계적으로 유의한 변화인지를 살펴보았다. 분석한 결과 세움공동체 시작 전의 조사인 1차 조사와 프로그램 실시 후 조사한 2차 조사 점수 간에 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났고, 1차 조사와 3차 조사 점수 간에도 통계적으로 유의한 차이가 있음을 확인할 수 있다. 다만, 2차 조사와 3차 조사 점수 간에는 이렇다

할 차이를 나타내지 못하고 있다. 세움공동체 프로그램에 참여한 기독교 대학신입생들의 불안의 추이를 분석한 결과 세움공동체 프로그램 참여 전보다 참여한 후 시간이 지날수록 학교생활에 대한 불안 정도가 낮아짐을 확인할 수 있었다.

〈표7〉 세움공동체 프로그램 전후 불안 차이 분석

		점수	N	표준편차	t
대응 1	불안 1차	45.0246	122	4.4325	1.685
	불안 2차	43.3770	122	3.3538	
대응 2	불안 2차	43.3770	122	3.3538	0.710
	불안 3차	42.7131	122	2.5874	
대응 3	불안 1차	45.0246	122	4.4325	2.429*
	불안 3차	42.7131	122	2.5874	

*p<.05 **p<.01

V. 결론 및 제언

본 연구의 목적은 기독교 대학의 소그룹 활동이 신입생의 자기효능감, 대인관계, 불안에 미치는 효과를 파악하는 것이다. 이러한 연구목적을 위해 ABA단일사례설계모형을 구축하여 2009년에 3회에 걸쳐 동일 신입생을 대상으로 소그룹활동이 신입생의 자기효능감, 대인관계능력, 불안에 어떤 효과가 있는지를 살펴보았다. 주요한 분석결과와 그에 따른 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 결과 세움공동체 소그룹 활동이 기독교 대학 신입생의 자기효능감 향상에 효과가 있는 것으로 나타났다. 자기효능감의 경우 그 특성상 단기간에 그 효과성을 예단한다는 것이 쉽지 않다. 다만, 본 연구에서 설계한 프로그램을 면밀히 보면 각 지도교수와 선배들이 신입생과 함께 다양한 활동을 한다. 이러한 활동의 중심에는 신입생들이 주축이 되어 자기들 스스로 계획을 세우고 진행해 나가도록 하고 있다. 이러한 과정은 학생들에게 고등학교 때의 학습법과는 달리 자기주도적인 학습을 할 수

있는 기회를 제공하고, 그 가운데 스스로 성취감을 얻도록 함으로써 자기가 스스로 무엇인가를 계획을 수립하고 진행할 수 있는 자신감을 심어줄 수 있는 기회가 된다. 따라서 자기효능감의 경우 초기에는 미미한 효과가 나타났지만, 시간이 지날수록 자기효능감이 높아지는 것을 알 수 있다. 이러한 결과는 문헌고찰에서도 언급했듯이, 브록켄만(2009: 271-286)의 연구에서 제된 결과, 즉 소그룹활동이 대학생의 자기결정 및 자신감에 긍정적인 영향을 미친다는 선행연구 결과를 재확인시켜주는 결과라 하겠다. 이처럼 소그룹활동은 많은 학생들이 참여하는 모임이 아닌 소수의 집단이 모여 자기를 서서히 개방하고 타인과 상호작용하면서 자기효능감이 점차적으로 향상되는데 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 물론 이러한 효과가 세움공동체 소그룹 활동만을 통해서 나타났다고 단정 지을 수 없다는 것을 주지해야 한다.

둘째, 대인관계능력은 세움공동체 프로그램 초기부터 매우 의미 있는 효과를 나타내고 있다. 이러한 효과는 <표2>에 제시된 것처럼 소그룹 구성원들과 함께 활동을 하도록 설계되어 있다. 세움공동체 프로그램의 장점은 각 지도교수와 지도학생들과 만나는 ‘지도교수와의 정기적인 만남’을 중심으로, 선배와의 만남, 그리고 전체 신입생 1학년 모두가 만나는 시간을 만남을 세분화 하였다. 세움공동체의 이러한 접근은 개인화되어 있는 기독교 대학 신입생들에게 다양한 형태의 만남을 제공함으로써 대학생활에서 겪을 수 있는 다양한 만남에서 겪을 수 있는 대인관계 스트레스 완화시켜줄 수 있다는 점에서 큰 장점이라고 하겠다. 따라서 학생들이 세움공동체 초기부터 2학기에 이르기까지 꾸준히 대인관계가 향상된 것은 이러한 소그룹활동 프로그램 설계 취지가 어느 정도 반영된 것으로 판단된다. 이와 관련하여 모우라티디스·시테리디스(2009: 285-307)는 소그룹활동을 통해 신입생들이 신입생 때 경험하는 동료집단을 받아들일 수 있는 수용성 및 학과에 대한 소속감이 높아짐과 동시에 그리고 학교 내에서 외로움이 감소한다고 지적하고 있다. 이러한 본 선행연구의 결과를 본 연구의 결과와 비교해 볼 때, 소그룹활동을 통해 기독교 대학 신입생의 대인관계성은 시간에 따라 차이가 있지만 점차적으로 개선될 가능성이 있는 것으로 판단된다.

셋째, 세움공동체 프로그램을 통해 기독교 대학 신입생의 불안정도가 어느 정도 변화하는가를 분석한 결과 앞서 살펴본 자기효능감 및 대인관계능력 결과와는 달리 불안정도 감소의 유의성이 2학기 말에 유의하게 나타났다. 이는 다른 두 요인과 달리 기독교 대학 신입생이 겪는 불안은 세움공동체 프로그램으로 그 효과성을 보기에는 시간적 기

다림과 지속적인 상담이 필요한 것으로 해석된다. 다시 말해서 불안이라는 요인이 갖는 속성과 대학이라는 비교적 학생에게 많은 자율권을 주는 새로운 환경과 다양한 과목의 다양한 수업방식 등 새롭게 변화된 환경에 적응하는 것에 대해 많은 어려움을 겪고 있는 것으로 예측된다. 이와 관련해서 바닝지·노부치(2009: 243-251)와 레쥬어-레스터·킹(2005: 359-367)이 대학 신입생을 대상으로 불안장애 및 정신건강이 문제가 있는 학생을 대상으로 한 소그룹활동을 통해 나타난 긍정적인 결과를 재확인시켜주는 결과라 하겠다. 이처럼 세움공동체 같은 소그룹활동은 단체 및 전체를 대상으로 하는 기존 프로그램과 달리 지도교수와 학생이 정기적인 시간에 학생들에게 도움이 되는 주요 프로그램을 제공하고, 그 가운데 학생들과 지속적인 상호작용을 할 수 있다는 측면에서 매우 유용한 프로그램이라고 하겠다.

마지막으로, 향후 세움공동체 프로그램이 자기효능감 강화, 불안 감소라는 목적과 함께 대인관계능력 향상과 증진이라는 목적을 달성하기 위해서는 세움공동체의 세부 프로그램에서 위에서 언급된 내용을 주도면밀하게 점검·수정할 것을 제언한다.

“이 논문은 다른 학술지 또는 간행물에 게재되었거나 게재 신청되지 않았음을 확인함.”

참고문헌

- 고려대학교 행동과학연구소 (1999). 『심리척도 핸드북 I』. 서울: 학지사.
- 고려대학교 행동과학연구소 (2000). 『심리척도 핸드북 II』. 서울: 학지사.
- 국민일보 (2009). <http://news.kukinews.com/article>. 『대학신입생 10명 중 정서불안』
- 김성경 (2003). “대학신입생의 스트레스와 학교적응에 관한 연구”. 『청소년연구』 10(2). 215-237.
- 김진성 · 박병탁 · 정성덕 · 박형배 · 김창수 · 이중훈 · 이종범 (1987). “정신불안, 우울 척도에 의한 대학 신입생의 정신건강 평가”. 『영남의대학술지』 4(1).105-117.
- 두란도서원편집부. 『월로우크릭 교회의 코치 핸드북』. 서울: 도서출판 두란도. 679-687.
- 박영신 · 김의철 (2003). “한국학생의 자기효능감 및 성취동기와 학업성취: 토착심리학적 접근”. 『한국교육심리학회』 17(1). 37-54.
- 박종선 · 서문숙 · 박복남 (2007). “일부 지역 3년제 간호대학생의 스트레스, 자기효능감 및 학교적응에 대한 학교생활관리프로그램의 효과연구”. 『한국보건정보통계학회지』32(3). 39-55.
- 박현숙 · 배영주 · 정선영 (2002) “간호대학생의 자아존중감, 자기효능감, 대응방법 및 학업, 취업 스트레스에 관한 연구”. 『한국정신간호학회』 11(4). 621-631.
- 석소현 · 신동수 · 김기분 (2006). “간호대학생의 대인관계와 자기효능감과의 관계연구”. 『한국정신간호학회』 15(4). 475-481.
- 성경숙 (1995). “대학신입생의 스트레스와 스트레스 대응에 관한 조사연구”. 『원주전문대학학술논집』 21. 77-84.
- 오영재 (2006). “대학 신입생들의 대학생활경험에 대한 분석연구”. 『교육문제연구』 25. 143-166.
- 이신형 · 정희수 · 이동욱 · 박기흠 · 윤주영 · 박정재 (2009). “일개 대학 신입생들의 대학생활 적응에 대한 불안, 우울, 스트레스의 영향”. 『가정의학회지』 30. 796-804.
- 진미석 · 임언 · 유한국 · 성양경 · 이수영 (2009). 대학생 직업 기초능력진단 평가 체제 구축: 의사소통, 자원 · 정보기술의 처리활용, 종합적 사고력 평가 문항 개발. 서울: 한국직업능력개발원. 25-63.
- 홍영기 (2005). 『MTS 운영원리와 실재』. 서울: 교회성장연구소. 27-29.
- 황성자 (2006). “간호대학생들의 임상실습 스트레스, 자기효능감 및 자아존중감과의 관계”, 『한국간호교육학회지』 12(2). 205-213.
- Bandura, A. (1977). “Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change.” *Psychologic review* 84(2). 191-215.
- Brockelman, K, F.(2009). “The Interrelationship of Self-Determination, Mental illness, and Grades Among University Students.” *Journal of College Student Development* 50(3). 271-286.
- Brown, S. L. and Schiraldi, G. R. (2004). “Reducing Subclinical Symptoms of

- Anxiety and Depress: A Comparison of Two College Course.” *American Journal of Health Education* 35(3). 158-176.
- Cohen, S. and Hoberman, H. (1983). “Positive events and social supports as buffers of life change stress.” *Journal of Applied Psychology* 13. 99-125.
- Donahue, B. (1997). *Small Group*. 송영선 역 (1997). 『월로우크릭 교회 소그룹 이야기』. 서울: 디모데출판사. 25.
- Icenogle, G. W. (1997). *Why we gather Small Group?*. 안영권 · 김선일 역 (1997). 『왜 소그룹으로 모여야 하는가?』. 서울: 옥토. 16.
- Johnson, D. W. and Johnson, F. P. (1995). *Joining Together: Group Theory and Group skills*. Boston: Allyn & Bacon. 16.
- Lesure-Lester, G. E. and King, N. (2005). “Racial-Ethnic Differences in Social Anxiety Among College Students.” *College Student Retention* 6(3). 359-367.
- Mouratids, A. A. and Sideridis, G. D. (2009). “On Social Achievement Goals: Their Relation With Peer Acceptance, Classroom, Belongingness, and Perceptions of Loneliness.” *The Journal of Experimental Education* 77(3). 285-307.
- Sherer, M, Maddux, J., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B. and Rogers. (1982). “The self-efficacy scale: Construction and Validation.” *Psychological Reports* 51. 663-671.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L. and Lushene, R. E (1970). *Manual for the state trait anxiety Inventory*. Pal. Alto, CA: Consulting Psychologist Press.
- Vaningen, D. J. and Novicki, D. J. (2009). “An Effectiveness Study of Group Therapy for Anxiety Disorder.” *International Journal of Group Psychotherapy* 59(2). 243-251.

Abstract

The Effect of Small Group Activity on Self-efficacy, Interpersonal Relationship and Anxiety of Christian University Freshman

Han, Hae-Sil(Jesus University)

Chung, Jung-Suk(Jesus University)

Choi, Kyeong-Yoon(Jesus University)

Kim, Dae-Young(Jesus University)

Sim, Jeoung-Ha(Jesus University)

Kim, Kyoung-Huy(Jesus University)

This study is a research on how freshman students of a Christian university can be helped to adapt and settle into university life by an arbitration program. Based on God, a Christian university will always involve the integration of a reflective Christian perspective in the process of education, be it on Christianity or upright humanity.

The small group education program has an emphasis on conceptual learning as against overt religiosity. This means that students should be well guided to analyze the personality of christian university, get career counseling, have good interpersonal relationships, and have a Christian world view. This way, they develop, on their own, the concepts of right and wrong based on the Christian values they are taught.

A small group program was given lessons once a week for a year with verity activity, and met an academic advisor for Christian education and practices Christianity. The academic advisor was familiar with the concepts of self-efficacy, interpersonal relationships and anxiety. The subjects consist of 131 freshman students who were attending Jesus University in either the Nursing or Social Welfare

Department. Data was analysed by average, standard deviation, and ABA. The results of analysis show that it has positive effects in the small group program. Based on the findings of the research, a small group program such as this should continue to be researched to prove its effects and educational value.

Key Words : Christian University, small group, self-efficacy, interpersonal relationship, anxiety