



해결중심 집단상담이 비행청소년의 스트레스 반응과 대처방식에 미치는 효과

고 미 자¹⁾ · 유 숙 자²⁾ · 김 양 곤³⁾

서 론

연구의 필요성

청소년기는 신체적, 심리적, 사회적으로 많은 변화가 일어나는 성장발달의 전환기로서 정서적으로 매우 불안정하여 심한 갈등과 자신의 내부에서 일어나는 다양한 신체적 변화들을 경험해야 할 뿐만 아니라 주위환경과 사회적 요구에 적응하는 과정에서 여러 가지 문제들이 외부로 다양하게 표현된다(Kim, 1998; Kim & Kim, 1997). 특히 비행은 자신과 가정뿐만 아니라 사회에도 악영향을 끼치므로 아주 큰 문제라고 할 수 있다(Cho, 1994).

청소년의 약물남용, 학교폭력, 가출, 성범죄 등이 날이 갈수록 심각해지고 있으며, 양적으로 증가한 동시에 범죄의 형태 역시 흉포화, 집단화 되어가고 있다(Kim, 1998). 이러한 추세에 따라 청소년 비행의 문제는 사회적 관심이 되고 있으며, 비행 청소년에 대한 근본적인 대책수립이 필요하다.

청소년 비행이란 법으로 금지되고 문화가 요구하는 가치개념에 일치하지 않으며, 심리적 갈등으로 인해 금지된 행동을 초래하는 12세에서 20세미만의 소년, 소녀에 의한 범죄행위, 촉법 행위, 우범행위를 말한다(Moore & Arthur, 1989).

비행은 하나의 증상이라기보다는 연속적인 선상에서 청소년과 그를 둘러싼 환경의 적응과정이라고 할 수 있으며 청소년 범죄와 밀접히 연관되어 있다.

일반적으로 비행 청소년들이 일반 청소년들에 비해 심리적 갈등을 더 많이 느끼고 다양한 부적응 행동을 나타내며, 양가

감정을 가지고 있고, 성취동기가 결여되어 있으며, 파괴적이고, 충동적이며, 자제력이 부족하여(Anderson, Williams, McGee & Silva, 1987), 불안이나 우울 등의 스트레스 반응이 나타난다(Carlson, 1998).

청소년들이 어떤 스트레스에 노출되거나 중복되면 신체적인 스트레스 반응과 스트레스 정서를 일으키게 되고(Lee, 1983; Ha, 1996) 비행과 같은 심리적 부적응 행동이 나타난다.

본 연구에서 사용한 해결중심 단기치료 모형은 기존의 전통적인 접근법인 '문제중심'에서 탈피하여 '문제해결'에 중점을 두어, 대상자가 원하는 해결책에 초점을 둔다. 치료기간은 '단기적'으로 이루어지고 그들로 하여금 자신의 강점과 자원, 건강한 특성, 과거의 성공경험을 발견할 수 있도록 도우며, 부정적인 측면보다는 긍정적이고 성공적인 면, 과거보다는 현재와 미래에 초점을 두므로 문제해결에 대한 자신감을 향상시킬 수 있는 장점이 있다.

비행청소년의 경우 일반청소년들과 비교하여 갈등과 스트레스를 처리하는 대처능력이 떨어지고 자신과 주변 환경을 이해하는 힘이 약하며 이들의 행동이 상습화되는 경향이 있다(Lee, Chin, Cho, 1998). 그러므로 해결중심 집단상담은 갈등과 스트레스를 상황에 따라 적절하게 대처하지 못하는 비행 청소년들에게 효과적인 중재방법이 되리라 사료된다.

현재 국내에서 비행청소년들을 대상으로 발표된 해결중심 집단상담 프로그램의 효과는 Ko(2001)의 연구에서 긍정적으로 확인된 바가 있다.

따라서 보호관찰 1.2호, 1.3호 처분을 받은 비행청소년에게 해결중심 집단상담 프로그램을 실시하여 대상자들의 스트레스

주 요어 : 해결중심 집단상담, 비행청소년, 스트레스 반응, 대처방식

1) 목포과학대학 간호학과, 2) 가톨릭대학교 간호대학, 3) 광주보호관찰소

투고일: 2002년 3월 8일 심사완료일: 2003년 6월 7일

반응과 대처방식에 미치는 효과를 규명하기 위하여 본 연구를 시도하였다.

연구 목적

본 연구는 해결중심 집단상담 프로그램이 비행청소년의 일반적 스트레스, 주관적 스트레스 반응 및 대처방식에 미치는 효과를 검증하기 위함이며 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 해결중심 집단상담 프로그램이 비행청소년의 일반적 스트레스에 미치는 효과를 파악한다.
- 해결중심 집단상담 프로그램이 비행청소년의 주관적 스트레스 반응에 미치는 효과를 파악한다.
- 해결중심 집단상담 프로그램이 비행청소년의 대처방식에 미치는 효과를 파악한다.

용어 정의

- 해결중심 집단상담

Selekman(1991)과 Choi(1998)의 프로그램을 기초로 청소년의 특성을 고려하여 상황에 적합하도록 본 연구자들이 정신간호학 교수 1인과 상담심리 전문가 1인에게 자문을 받아 수정 보완한 내용으로 6주 동안, 주 1회, 총 6회의 집단상담 프로그램이다.

- 비행청소년

소년법에 위반된 절도, 폭행, 강간, 무단가택 침입 등의 행동으로 인하여 수강명령 40시간 이상을 받은 15- 18세의 청소년들로 보호관찰 1.2호, 1.3호 처분을 받은 대상자이다.

- 일반적 스트레스

Cline 등(1992)이 표준화된 시각적 상사 척도를 사용하여 측정된 점수이다.

- 주관적 스트레스 반응

신체, 심리 증상으로서 스트레스 반응 관리 연구소에서 개발된 SOS(Symptoms of stress)척도를 Lee(1983)가 번역한 스트레스 증후군 94문항 중 본 연구에서는 47문항을 사용하여 측정된 점수이다.

- 대처방식

Bell 등(1977)의 '18-Item Questionnaire'와 Lazarus와 Folkman(1984)이 개발한 'Way of Coping'을 참고로 Kim과 Yu(1996)가 번역하여 수정 보완한 도구로 문제중심대처 16문항과 정서중심대처 28문항을 사용하여 측정된 점수이다.

이론적 배경

비행청소년과 스트레스

청소년기는 아동기에서 성인기로 이행하는 과도기로, 여러 가지 변화들에 적응하는 능력이 크게 요구되는 시기이다. 또한 성인의 역할을 인식하고 이에 대해 적절히 대처해야 하는 압박관념을 경험하게 되며 본인에게 기대되어지는 사회적 역할의 변화, 공부에의 압력, 부모-자녀 관계의 재정립, 장래 진로와 결혼 등의 적응적 욕구에 직면하게 된다. 더욱이 청소년기의 자아 정체감 형성을 위한 고정은 그 자체만으로도 청소년들에게 어려움을 더해준다. 이러한 변화와 욕구들은 청소년에게 압력과 스트레스 원인으로 작용할 수 있으며 더 나아가 부적응 상태를 유발시켜 비행을 저지르기도 한다.

비행청소년이란 비행을 한 청소년들 가운데 현저하게 나타나는 비행관련 특성 때문에 정상적인 청소년과 구별하여 생각할 때 적용되는 개념이며, 비행 행위를 되풀이할 뿐 아니라 심리적, 교육적, 사회문화적으로 비행 행위의 여러 특성을 지닌 청소년으로 정상적인 생활과 문화적으로 규범적인 행동양식에서 벗어나서 사회 전체의 흐름을 제대로 따라가지 못하는 청소년을 말한다(Bang, Chae, Chin & Lee, 1996).

Noh(1999)는 청소년의 36%정도가 경증이상의 스트레스 수준에 있으며, 이러한 스트레스는 정신건강에 부정적인 영향을 미친다고 하였다. 특히 비행청소년들이 우울, 불안, 짜증, 불안, 적개심 등과 같은 부정적인 정서인 스트레스 반응 증상을 제대로 처리하지 못할 때 부적응 행동의 형태인 음주, 약물사용, 성행위, 자살, 흡연 등과 같은 행동장애로 나타난다(Cho, 1994; Bang et al., 1996).

최근 스트레스 개념은 스트레스 사건 자체보다도 사건에 대한 주관적인 해석에 의해 좌우된다고 강조하고 있다. 같은 사건이나 상황이라도 이에 대한 반응은 개인마다 다를 수 있으며, 스트레스에 대한 문제는 어떠한 스트레스를 얼마나 어떻게 경험하면서 대처해 나가느냐에 달려있다.

인간이 스트레스 상황에 부딪히게 되면 누구나 평형상태를 유지하기 위해 대처방법을 사용하게 되는데 Lazarus와 Folkman(1984)은 대처행위는 스트레스요인을 해결하는데 필요한 인지적이고 행동적인 노력을 지속하는 것이라 하였다.

대처방식

대처(Coping)란 내적, 외적 요구와 갈등을 감소시키고 참아내고 억누르기 위해 만들어진 인지적, 행동적 노력이며 스트레스 상황으로 발생하는 감정을 조정하는 과정이며 생활 긴장으로부터 벗어나려는 변화이다.

스트레스에 직면한 개인은 정서적 평형과 안정을 유지하기 위해 대처방식을 사용한다. 건설적이고 현실적으로 해소하는 것을 장기 대처방식, 일시적으로 긴장을 감소시키는 것으로 비현실적이고 파괴적인 방법을 단기 대처방식이라고 하는데, 정서적 장애가 있는 집단, 스트레스 값이 높은 사람은 비효율적인 대처방식을 많이 사용한다고 하였다(Bell, 1977; Kim & Yu, 1996).

Larazus와 Folkman(1984)은 스트레스 상황에 대한 인지적 평가에 따라 문제 상황에 직면했을 때 개인이 행하는 대처 능력을 그 기능에 따라 두 가지로 구분하여 제시하였다. 첫째는 문제중심 대처방식으로 개인이 문제되는 행동을 변화시키든지 또는 환경조건을 변화시켜 스트레스 근원에 작용하려는 노력으로 문제해결이나 환경간의 갈등관계를 변화시키는 것이고, 둘째는 정서중심 대처방식으로 스트레스와 관련되거나 스트레스로부터 초래되는 정서상태를 통제하려는 노력으로 스트레스 원인을 회피하거나 스트레스 상황을 인지적으로 재구성하거나 자아와 상황의 긍정적인 측면에만 선별적으로 주의를 기울여 이루어지는 대처행위를 말한다.

정서중심 대처방식은 일시적인 스트레스 극복에는 효과적이거나 자기기만, 현실 왜곡을 내포하는 반응이므로 상승적인 사용은 차후의 스트레스 극복에 장애가 있다고 주장하고 문제 해결 대처방식이 불가능하거나 문제해결 대처방식을 방해하지 않을 때만 긍정적 결과를 가져온다고 하였다(Kim & Yu, 1996; Cho, 1999).

비행청소년의 경우 갈등과 스트레스 반응을 처리할 때 문제중심 대처방식과 정서중심 대처방식을 적절히 사용하여 부적응 행동을 수정하고 예방할 수 있도록 도와야하며, 청소년의 특성을 고려하여 볼 때 집단상담이 큰 효과를 기대할 수 있으며, 적절한 방법이라고 추천하고 있다(Owen, 1993).

해결중심 집단상담

해결중심치료의 기본원리와 중심철학은 내담자가 이미 문제 해결을 위한 자원과 능력을 가지고 있다는 것을 전제로 하여, 대상자가 가지고 있는 것을 활용하므로, 해결 중심적(Solution focused), 해결 지향적(Solution oriented)이다.

인간의 잠재적인 자원, 문제해결능력, 과거의 성공경험, 변화욕구 등을 중요시하고, 문제보다는 해결에 관심을 두고 있기 때문에 문제가 어떻게 발생하였는지에 관하여는 거의 질문하지 않으며 문제가 해결될 수 있는 미래에 초점을 두므로 문제성격에 많은 양의 정보를 필요로 하지 않는다. 대신에 문제해결을 구축하기 위해 대상자의 성공경험과 잠재적인 자원과 강점에 대한 정보가 필요하다(Walter & Peller, 1996). 더 나아가 대상자에게 자기 결정에 대한 힘과 권한을 부여하여

가능성을 주게 된다(Berg, 1994). 여기서 상담자는 대상자들이 이미 알고 있는 지식을 사용하여 해결구축을 돕는다.

이처럼 해결중심 단기치료는 행동의 변화에 초점을 둔 행동치료나 인과관계의 문제원인을 규명하는 기존의 가족치료모델과는 달리 개인이 가지고 있는 그대로의 가치를 인정하면서 태도와 의식구조의 재구성, 행위의 변화를 촉진시키는 상담이라고 할 수 있다.

연구 방법

연구 설계

본 연구는 해결중심 집단상담 프로그램이 비행청소년의 일반적 스트레스, 주관적 스트레스 반응, 대처방식에 미치는 효과를 확인하기 위한 유사 실험연구로 비동등성 대조군 전·후 설계이다.

연구대상

본 연구의 대상은 K광역시 보호 관찰소에서 보호처분을 받은 15-18세의 청소년들로 연구대상의 선정기준은 다음과 같다.

- 절도, 폭행, 강간, 무단가택 침입 등으로 소년법 제 32조 제1항 2호(보호기간 6개월 ; 이하 1.2호), 또는 3호(보호기간 2년 ; 이하1.3호)처분을 받은 자.
- 수강명령을 40시간 이상 받은 자.
- 스트레스 반응을 상승시키는 질환이 발견되지 않고 감상선 치료, 인슐린 투여 등의 호르몬 치료를 받지 않는 자.
- 본 연구의 목적을 이해하고 연구에 참여하기로 동의한 자.

연구기관으로 선정된 보호관찰소에 본 프로그램을 공고한 후, 프로그램에 참여하고자 하는 청소년들 중에서 연구대상 기준에 맞는 청소년 60명을 선정하여 실험 군에 30명, 대조군에 30명을 배정하였다.

해결중심 집단상담 프로그램

본 연구에서 사용한 해결중심 집단상담은 Selekman(1991)과 Choi(1998)의 프로그램을 기초로 하였으며 청소년의 특성을 고려하여 상황에 적합하도록 정신간호학 교수 1인과 상담심리전문가 1인에게 자문을 받아 내용을 수정 보완하였다.

해결중심 단기치료 프로그램의 전문가 과정을 수료한 연구자가 8명의 비행청소년을 대상으로 시험적으로 프로그램을 실시한 후에 본 연구의 집단상담을 직접 진행하였으며, 한 집단을 6주 동안, 주 1회, 총 6회에 걸쳐 실시하였다. 프로그램은 1회당 180분 정도 소요되며, 수용인원은 한 집단이 10명으

로 3집단을 운영하였다. 매 회기는 긍정적인 변화에 관한 질문, 회기별 내용진행, 공감되는 이야기 나누기, 휴식과 메시지 작성, 메시지 전달(칭찬과 과제)단계로 진행되었다.

각 회기의 진행방법과 내용은 다음과 같다.

1회기 : 프로그램의 소개와 집단 구성원들간의 소개 및 참여 동기와 개인별 목표설정을 위해 도움 받고 싶은 점을 이야기하고, 해결 중심적 사고와 원리에 대한 강의를 통하여 프로그램의 방향을 이해하도록 하였다. 프로그램을 진행하는 동안은 이름표(별칭사용)와 출석부를 작성하고, '함께 여행하는 사람들' 이라는 집단의 명칭을 사용하여 서로 동반자임을 강조하였다. 프로그램 탈락자를 줄이기 위해 프로그램 참가서약서를 작성하고 '우리의 다짐' 을 다같이 낭독하였으며 상담 약속 후 지금까지 일어난 변화를 이야기하였다.

2회기 : 작은 변화를 유도하기 위해 개인별로 목표설정을 하고 대상자들이 구체적이고 실천 가능한 목표를 설정하도록 도와주었다. 칭찬하는 법에 대한 강의와 역할극을 통하여 대상자들은 상대방의 반응과 자신들의 감정 변화와 느낌들을 교환하였다.

3회기 : 효과를 지속하기 위해 긍정적인 한 주간의 변화를 강화하고 확대시켰다. 주변 사람들과의 관계에서 자신의 달라진 점을 척도질문을 통해 점검하고, 문제가 일어나지 않았던 예외 상황을 발견하여 지속시키기 위한 방법을 모색하였다.

4회기 : 예외질문과 대처질문을 통해 강점과 자신감을 발견하도록 성공했던 경험을 이야기하고 건강한 특성과 잠재적인 자원을 찾아내어 해결구축의 방법을 모색하고 더 나아지기 위한 방법을 이야기하였다.

5회기 : 관계질문을 통해 변화 상황을 확대시키고, 어려웠던 때를 극복했던 방법을 대처질문을 통해 알아보고 강점과 가능성을 발견하며 변화를 유지시키기 위한 작업을 하였다.

6회기 : 목표성취의 결과를 척도질문을 통해 확인하고, 다른 집단구성원들의 변화에 대해 서로 칭찬해주며 계속 유지시키고 확대해 나가도록 도와주었다. 각자의 느낌을 이야기하고, 새로운 미래를 향해 변화된 모습을 축하하는 기념식으로 종결하였다.

연구도구

● 일반적 스트레스

일반적 스트레스는 Cline 등(1992)이 표준화한 시각적 유사 척도(Visual Analogue Scale)를 사용하여 측정하였다. 왼쪽 끝은 0(스트레스 없음), 오른쪽 끝에 100(매우 심한 스트레스)이라고 적혀있는 10cm 직선상에 대상자 자신이 느끼는 스트레스 정도와 부합되는 지점을 표시하도록 하여 표시 점을 자로 측정하여 mm 단위로 나타낸 값으로써 점수가 높을수록 스트

레스 정도가 높은 것을 의미한다.

● 주관적 스트레스 반응

주관적 스트레스 반응은 신체, 심리 증상으로서 1977년 미국 워싱턴 대학교 간호대학 스트레스 반응 관리 연구소에서 개발된 SOS(Symptoms of Stress) 척도를 Lee(1983)가 번역한 것으로 총 94 문항의 11개 하위 척도인 스트레스 증후군으로 구성된 자가보고 도구이다. 본 연구에서는 습관적 행동형태군, 우울증상군, 불안증상군, 정서적 불안정군, 인성력 장애군의 5개 하위척도 47문항을 사용하였으며 점수가 높을수록 스트레스 반응증상이 심한 것을 의미한다. 번역당시 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .97$ 이었으며, 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .96$ 이었다.

● 대처방식

대처방식은 Bell 등(1977)의 '18-Item Questionnaire'와 Jalowiec과 Powers의 Questionnaire 및 Lazarus와 Folkman (1984)이 개발한 'Way of Coping'을 참고로 Kim과 Yu(1996)가 수정, 보완한 도구로 측정하였다. 이 도구는 문제중심 대처방식 16문항과 정서중심 대처방식 28문항으로 총 44문항의 4점 척도로서, 점수가 높을수록 대처정도가 높고 다양한 방법을 쓰는 것을 의미한다. 본 연구에서 문제중심 대처방식의 Cronbach's $\alpha = .88$, 정서중심 대처방식의 Cronbach's $\alpha = .78$ 이었다.

자료수집방법 및 절차

본 연구는 2000년 10월 1일부터 12월 31일까지 시행되었으며 구체적인 절차는 다음과 같다.

- 연구기관으로 선정된 보호관찰소에 본 프로그램을 공고한 후, 프로그램에 참여를 희망하는 대상자 중 선정기준에 맞는 대상자 60명을 선정하였다. 공고한 시점을 기준으로 짝수 일의 대상자는 실험 군에, 홀수 일의 대상자는 대조군에 각각 30명씩을 배정하였다.
- 실험 군과 대조군은 각각 10명씩을 한 집단으로 하여 각각 3집단을 운영하였다.
- 실험 군과 대조군에게 실험 전 일반적 특성, 일반적 스트레스, 주관적 스트레스 반응, 대처방식에 관하여 사전검사를 실시하였다.
- 실험 군에게 해결중심 집단상담 프로그램을 6주 동안 실시한 후, 일반적 스트레스, 주관적 스트레스 반응, 대처방식을 측정하였으며, 대조군도 상담 관련 기관에서 캠프이나 인성교육 등의 수강 프로그램을 이수한 후 실험 군과 동일한 시점에서 동일한 변수들을 측정하였다.

자료 분석

수집된 자료는 SAS프로그램을 이용하여 분석하였다. 실험군과 대조군의 일반적 제 특성에 대한 동질성을 검정하기 위해 χ^2 -test와 t-test로 검정하였고, 실험군과 대조군의 일반적 스트레스, 주관적 스트레스 반응, 대처방식의 사회 심리적 변인에 대한 동질성 검정은 t-test로 검정하였다. 사전검사서 양군 간에 차이를 보인 주관적 스트레스 반응과 문제중심대처는 ANCOVA로 검정하였다. 집단 내에서의 일반적 스트레스, 주관적 스트레스 반응, 대처(문제중심과 정서중심)방식에 대한 상담 실시 전·후의 차이는 paired t-test로 검정하였고, 집단 간의 비교는 unpaired t-test로 검정하였다.

연구의 제한점

해결중심 집단상담 외에 측정변수에 영향을 미치는 변수를 통제하고자 하였으나 엄격한 통제가 이루어지지 못하였다.

결 과

일반적 특성과 사회 심리적 변수에 대한 동질성검정

본 연구 대상자들의 일반적 특성과 프로그램 실시 전 사회 심리적 변수인 일반적 스트레스, 주관적 스트레스 반응, 대처 방식에 대한 동질성을 검정한 결과, 일반적 특성, 일반적 스트레스, 정서중심대처는 유의한 차이가 나타나지 않아 두 집

<Table 1> Homogeneity test of general characteristics between two groups

Characteristics	Experiment		Control		χ^2	p
	N(=30)	%	N(=30)	%		
Sex						
Male	27	90.0	27	90.0	0.000	1.000
Female	3	10.0	3	10.0		
Age(years)					1.310	0.727
18	9	30.0	9	30.0		
17	13	43.3	16	53.3		
16	6	20.0	3	10.0		
15	2	6.7	2	6.7		
Education					1.414	0.842
Dropped out of middle school	3	10.0	2	6.7		
Attending middle school	2	6.7	1	3.3		
Attending high school	19	63.3	23	76.7		
Dropped out of high school ≥High school	5 1	16.7 3.3	3 1	10.0 3.3		
Job					0.000	1.000
Yes	2	6.7	2	6.7		
No	28	93.3	28	93.3		
Religion					0.071	0.558
Buddhist	7	23.3	11	36.7		
Protestant	12	40.0	10	33.3		
Catholic	3	10.0	1	3.3		
None	8	26.7	8	26.7		
Economic status					0.111	0.739
Middle	25	83.3	24	80.0		
Low	5	16.7	6	20.0		
Number of family members					0.317	0.573
2-4	22	73.3	20	66.7		
5-7	8	23.3	10	33.3		
Family living with					0.757	0.944
Parents	21	70.0	22	73.3		
Father	6	20.0	4	13.3		
Mother, stepfather	1	3.3	1	3.3		
Mother	1	3.3	2	6.7		
Orphan	1	3.3	1	3.3		

<Table 1> Homogeneity test of general characteristics between two groups(continued)

Characteristics	Experiment		Control		χ^2	p
	N(=30)	%	N(=30)	%		
Birth order						
First	5	16.7	6	20.7	0.984	0.805
Middle	5	16.7	5	17.2		
Youngest	18	60.0	17	56.7		
Only son/daughter	2	6.7	1	3.4		
Family relationship						
Very good	7	23.3	11	36.7	2.514	0.473
Good	19	63.3	13	43.3		
Bad	3	10.0	5	16.7		
Very bad	1	3.3	1	3.3		
Total	30	100.0	30	100.0		

<Table 2> Homogeneity test of psychosocial variables between two groups

Variable	Experiment (n=30)		Control (n=30)		t	p
	Mean ±SD	Mean ±SD	Mean ±SD	Mean ±SD		
general stress(mm)	55.50 ± 3.93	45.83 ± 3.50	1.83	0.07		
stress response	1.52 ± 0.59	1.19 ± 0.60	2.07	0.04		
problem-focused coping	2.48 ± 0.52	2.73 ± 0.35	-2.19	0.03		
emotion-focused coping	2.31 ± 0.28	2.47 ± 0.45	-1.68	0.09		

단이 동질 집단임이 확인되었고, 주관적 스트레스 반응은 실험 군이 유의하게 높았으며(P= 0.04) 문제중심 대처는 대조군이 유의하게(P=0.03) 높았다<Table 1, 2>.

mm에서 상담 후 43.03±3.88mm로 유의하게 감소하였고(P=0.0001), 대조군에서는 45.83±3.50mm에서 52.30±3.99mm로 유의하게 증가하였다(P=0.0004)<Table 3>. 상담 후 일반적 스트레스는 실험 군과 대조군 간에 유의한 차이가 없었다<Table 4>.

일반적 스트레스

대상자의 일반적 스트레스는 실험 군이 상담 전 55.50±3.93

3. 주관적 스트레스 반응

<Table 3> Effect of solution group counseling program on psychosocial variables within the two groups

Variables	Group	Before		After		t	p
		Mean ±SD	Mean ±SD	Mean ±SD	Mean ±SD		
General stress(mm)	Exp	55.50 ± 3.93	43.03 ± 3.88	-6.09	0.0001		
	Cont	45.83 ± 3.50	52.30 ± 3.99	4.02	0.0004		
Stress response	Exp	1.52 ± 0.11	1.14 ± 0.10	-5.67	0.0001		
	Cont	1.19 ± 0.12	1.45 ± 0.15	2.43	0.0224		
problem - focused coping	Exp	2.49 ± 0.10	2.90 ± 0.05	5.35	0.0001		
	Cont	2.74 ± 0.26	2.68 ± 0.07	-0.87	0.3931		
Emotion - focused coing	Exp	2.42 ± 0.05	2.31 ± 0.05	-2.51	0.0177		
	Cont	2.39 ± 0.07	2.48 ± 0.08	1.90	0.0674		

Exp : Experimental group Cont : Control group

<Table 4> Effect of solution group counseling program on psychosocial variables between the two groups

Variables	Exp		Cont		t	p
	Mean ±SD	Mean ±SD	Mean ±SD	Mean ±SD		
General stress(mm)	-12.47 ± 2.05	6.47 ± 1.61	-1.67	0.1008		
Stress response	-0.39 ± 0.07	0.26 ± 0.11	1.77	0.0760		
Problem-focused coping	0.41 ± 0.08	-0.05 ± 0.06	2.55	0.0136		
Emotion-focused coping	-0.11 ± 0.04	0.09 ± 0.05	-1.69	0.0978		

Exp : Experimental group Cont : Control group

스트레스 반응은 실험 군이 상담 전 1.52±0.11점에서 상담 후 1.14±0.10점으로 유의하게 감소하였고(P=0.0001), 대조군에서는 1.19±0.12점에서 1.45±0.15점으로 유의하게 증가하였다(P=0.0224)<Table 3>. 상담 후 스트레스 반응은 실험 군과 대조군 간에 유의한 차이는 없었다<Table 4>. 또한 실험 전 양군의 동질성 검정에서 주관적 스트레스 반응이 차이가 있었으므로 이를 공변량 분석한 결과에서도 상담 후 두 군 간에 유의한 차이가 있었다<Table 5>.

문제중심대처

문제중심대처는 실험 군이 상담 전 2.49±0.10점에서 상담 후 2.90±0.05점으로 유의하게 증가하였고(P=0.0001), 대조군에서는 2.74±0.26점에서 2.68±0.07점으로 감소하였으나 유의한 차이는 없었다<Table 3>. 상담 후 문제중심대처는 실험 군과 대조군 간에 유의한 차이가 있었다(P=0.0136)<Table 4>.

또한 상담 전 양군의 동질성 검정에서 문제중심대처에 차이가 있었으므로 이를 공변량 분석한 결과에서도 상담 후 두 군 간에 차이가 있었다<Table 6>.

정서중심대처

정서중심대처는 실험 군이 상담 전 2.42±0.05점에서 상담 후 2.31±0.05점으로 유의하게 감소하였고(P=0.0177), 대조군에서는 2.39±0.07점에서 2.48±0.08점으로 증가하였으나 유의한 차이는 없었다<Table 3>. 상담 후 정서중심대처는 실험 군과 대조군 간에 유의한 차이가 없었다<Table 4>.

논 의

비행청소년은 일반청소년에 비해 심리적 갈등과 불안이나 우울 등의 스트레스가 훨씬 더 많고 자제력이 부족하여 심리적 부적응 행동이 더 많이 나타난다.

스트레스가 과도하게 축적되면 스트레스 반응을 일으키게 되고 스트레스 반응은 호르몬과 정서상태의 변화를 가져온다. 즉 심박동, 혈압, 코티졸, 혈장 카테콜라민치 등을 증가시키는 생리적 반응과 불안, 우울, 집중력 저하, 무감각 등의 정서 반응이 나타난다(Lee, 1983).

이러한 스트레스 반응에 대하여 인간은 생리적, 인지적, 행동적 변화로 나타나는데, 자기 나름대로의 독특한 대처방식을 가지며(Krause, 1993), 자신이 가지고 있는 자원을 찾아 어려운 상황을 극복하거나 불안을 감소시키려는 노력을 하게 된다. 이때 인지하는 스트레스 반응 정도나 상황에 대한 평가에 따라 대처 행동은 달라질 수 있다.

정체감이 발달되는 심리적 이행기에 있는 청소년들의 경우, 여러 가지 스트레스 요인에 둘러싸여 있으므로 정서적인 요구를 잘 다루어 주어야 할 필요가 있으며, 특히 스트레스로 인한 행동 변화가 긍정적으로 나타나도록 도와주어야 한다.

그러므로 비행청소년이 경험하는 스트레스 정도를 파악하여 생리적, 인지적, 행동적 변화에 긍정적 대처를 할 수 있도록 돕는 간호중재가 필요하다.

해결중심 집단상담은 스트레스가 많은 비행청소년들이 부정적인 측면을 노출시키지 않고도 강점과 성공경험, 긍정적인 면을 찾아서 문제해결을 하므로 문제해결에 대한 자신감과 행동변화를 촉진할 수 있다.

해결중심상담은 이 모델을 사용한 후 정신건강 문제가 있는 대상자들의 70~80%가 긍정적으로 변화되고 그들이 목표를 설정하고 성취해 가는 과정이 눈에 띄게 향상되었음을(De Shazer, Berg, Lipchik, Nunnally, Molnar & Gingerich, 1986; Berg, 1994)확인하였다.

<Table 5> ANCOVA of stress response

Source of Variation	SS	DF	MS	F	p
Covariates Before stress response	12.64	1	12.64	60.65	0.0001
Main effects After stress response	4.44	1	4.44	21.28	0.0001
Explained	14.06	2	7.03	33.74	0.0001
Residual	11.25	54	0.21		
Total	25.31	56	7.24		

<Table 6> ANCOVA of problem-focused coping

Source of Variation	SS	DF	MS	F	p
Covariates Before problem-focused coping	1.81	1	1.81	23.13	0.0001
Main effects After problem-focused coping	1.39	1	1.39	17.77	0.0001
Explained	2.52	2	1.26	16.07	0.0001
Residual	4.46	57	0.08		
Total	6.97	59	1.34		

한국에도 1987년부터 소개되어 현재는 전국적으로 사용되고 있는데, 부모-자녀문제(Lee, 1995), 아내구타(Huh, 1995), 알코올 중독치료(Jung, 1999)에서 가족과 대상자의 강점을 발견하고, 대상자들의 역동을 긍정적으로 변화시켜 문제해결의 가능성을 확인하였다.

본 연구에서는 실험 군에게 6회의 해결중심 집단상담을 실시하여 비행청소년의 일반적 스트레스, 주관적 스트레스 반응, 대처 방식에 미치는 효과를 평가하였다.

상담 후 일반적 스트레스가 실험 군에서는 유의하게 감소하였고, 대조군에서는 유의하게 증가하였으나, 두 군 간에 유의한 차이는 없었다. 그러나 실험군의 일반적 스트레스가 대조군에 비해 10mm가 높았음에도 불구하고 상담 후에 12mm가 감소하였고, 오히려 대조군에서는 7mm가 증가하여 임상적으로 해결중심 집단상담이 효과가 나타난 것으로 볼 수 있다.

상담과정 동안 대상자를 평가하지 않으며 그들의 자율적인 협력을 중요시하였다. 대상자의 문제를 드러내기보다는 지금 잘하고 있는 것을 찾아서 확대해 나갔다. 가능성이 없다고 생각했던 대상자들이 대화를 함으로써 자신의 장점과 능력을 확인하게 되어 긍정적으로 변했으며, 또한 공통된 문제로 고통 받고 있는 집단구성원들과 서로 공감하고 지지하는 기회를 갖게 되어 마음의 안정을 가져와 스트레스가 감소된 것으로 생각된다.

비행청소년을 대상으로 해결중심 집단상담을 실시한 후 타액 코티졸 농도가 감소되어(Ko, 2001) 결과적으로 스트레스 감소에 효과가 있었다는 연구결과와 일치하였다.

해결중심 집단상담을 실시한 후 주관적 스트레스 반응은 실험 군이 유의하게 감소하였고, 대조군에서는 유의하게 증가하였으나, 두 군 간에 유의한 차이는 없었다.

상담 전에 실험 군이 대조군보다 주관적 스트레스 반응이 유의하게 높았음에도 불구하고 상담실시 후에 실험 군에서 유의하게 감소한 것은 부적절한 정서인 스트레스 반응에 관심을 두기보다 기분이 좋고 행복했던 때가 언제였으며, 그때 무엇을 하고 있었는지 발견하게 하고, 의식적, 의도적으로 행복했던 때의 행동을 하도록 강화시켰다. 이는 비행청소년들의 문제행동을 지적하는 기존의 프로그램과는 달리 대상자들이 서로 해결책을 구축해 나가는 과정에서 자신의 장점과 능력이 확인되고 자신감이 생겼을 것이라 생각된다.

이러한 결과는 초, 중, 고등학교 학생 311명을 대상으로 8회의 해결중심 집단상담을 실시한 결과 자신에 대한 태도가 더 긍정적이며 불안과 우울 등의 부정적인 정서에 대해 보다 더 적절하게 대처하였다는 보고(La Fountain & Garner, 1996)와 유사하였다.

또한 정신건강센터에서 10~14세 어린이 13명에게 해결중심 집단상담을 실시하여 16주 동안에 대상자의 불안이 감소한

Triantafyllou(1997)의 결과와도 유사하였다.

한편 간호사를 대상으로 한 주장훈련(Ha, 1998)이 주관적 스트레스 반응중 인지, 행동적 반응에 영향을 미치는 것으로 나타난 것을 볼 때 본 연구의 해결중심 집단상담에 주장훈련을 접목한 스트레스 관리 프로그램을 개발하는 방안도 고려할 수 있을 것이라 생각된다.

본 연구에서 문제중심 대처는 실험 군이 상담 실시 후 유의하게 증가하였고 실험 군과 대조군 간에 유의한 차이가 있었다.

대상자들이 취하는 대처방식에는 스트레스를 일으키는 환경에 대한 문제 자체를 조절 변화시키려는 것을 문제중심 대처방식이라고 한다. 스트레스가 증가하거나 불안하게 되면 문제중심 대처방식을 적게 사용하게 된다(Bell, 1977; Kim & Yu, 1996; Cho, 1999). 비행청소년의 경우 스트레스가 높거나 불안할 때 대처능력이 약해지거나 떨어져 비행등과 같은 문제행동으로 나타나기 쉽다. 그러므로 그들에게 정보추구, 상담, 지지등과 같은 적극적인 노력으로 문제를 직면하여 해결하고자 하는 문제 중심 대처방식을 활용하도록 도움 필요가 있다.

본 연구에서 실험 군 대상자의 문제중심 대처방식은 상담 전에는 대조군보다 유의하게 낮았으나 상담 후에 유의하게 증가하였다. 이러한 결과는 대상자가 이미 가지고 있는 자원, 기술, 지식, 동기, 사회 관계망, 장점 등을 찾아내도록 본 프로그램이 구성되어 있으므로 실험 군 대상자들이 문제를 바라보는 시각과 문제행동으로 인한 결과에 대해 되돌아 볼 수 있는 계기를 갖게 되고 구체적 질문들과 메시지 전달기법이 대상자들의 장점과 성공경험을 발견하고, 문제해결에 활용되어 문제중심 대처방식 점수가 향상되었을 것이라 생각된다.

본 연구에서 정서중심 대처는 상담 실시 후 실험 군이 유의하게 감소하였고, 대조군에서는 증가하였으나 두 군 간에 유의한 차이는 없었다.

정서 중심 대처 방법은 일시적인 스트레스 극복에는 효과적이거나 자기기만, 현실 왜곡을 내포하는 반응이므로 상승적인 사용은 차후의 스트레스 극복에 장애가 있다고 주장하고 문제해결 대처방식이 불가능할 때만 긍정적 결과를 가져온다고 하였다(Lazarus & Folkman, 1984).

본 연구에서는 상담과정 동안 문제의 원인을 찾는 대신에 문제가 일어나지 않았던 때가 언제였는지, 그 때 무엇을 하고 있었는지 찾아내게 하였다. 그리고 본인들이 원하는 목표를 스스로 설정하고 목표성취를 한 결과 부정적인 감정을 긍정적으로 조절하는 능력이 생기게 되어 문제가 생길 때 바라보는 관점이 달라지고 그 상황만 모면하면 된다는 식의 사고방식이 개선된 결과로 생각된다.

이상의 결과에서 해결 중심 집단 상담은 대상자들의 부정적인 스트레스 반응을 감소시키고 스트레스에 적절한 대처능

력이 생기게 되었다. 또한 대상자들이 스스로 자신의 문제와 해결을 위한 목표설정에서부터 성취에 이르기까지 할 수 있다는 자신감을 가지게 하고, 긍정적이고 성공적이며 해결에 초점을 두므로 미래 지향적이어서 비행 청소년에게 적합한 상담임이 입증되었다.

결론 및 제언

본 연구는 비 동등성 대조 군 사전 사후 설계의 유사 실험 연구로서 비행청소년에게 해결중심 집단상담 프로그램을 실시하여 일반적 스트레스, 주관적 스트레스반응 및 대처방식에 미치는 효과를 파악하고자 시도되었다. 대상자는 광주광역시에서 보호관찰 처분을 받은 청소년들로 실험 군 30명, 대조 군 30명, 총 60명이었다.

자료수집기간은 2000년 10월1일부터 12월 31일까지였으며 실험 군에게는 6주간의 해결중심 집단상담 프로그램을, 1주에 1회씩 총 6회, 1회당 120-180분 동안 실시하였고, 대조군은 실시하지 않았다. 실험 전·후 2회에 걸쳐 실험 군과 대조군에게 일반적 스트레스, 주관적 스트레스 반응과 대처를 측정하였다.

자료 분석은 SAS프로그램을 이용하였다. 대상자의 일반적 특성과 각 변수에 대한 동질성 검정은 χ^2 -test와 t-test를 사용하였고, 사전검사에서 두 집단간에 차이를 보인 주관적 스트레스 반응과 문제중심대처는 ANCOVA처리를 하였다. 두 집단 내의 처치 전·후 차이는 paired t-test, 두 집단간의 측정치의 차이는 unpaired t-test로 검증하였다.

분석결과는 다음과 같다.

- 일반적 스트레스는 상담 후 실험 군이 유의하게 감소하였고, 대조군은 유의하게 증가하였으나 두 군 간에는 유의한 차이가 없었다
- 주관적 스트레스 반응은 상담 후 실험 군이 유의하게 감소하였고, 대조군은 유의하게 증가하였으나, 두 군 간에 유의한 차이는 없었다.
- 문제중심대처는 상담 후 실험 군이 유의하게 증가하였고, 대조군은 다소 감소하여 두 군 간에 유의한 차이가 있었다.
- 정서중심대처는 상담 후 실험 군이 유의하게 감소하였고, 대조군에서는 약간 증가하여 두 군 간에 유의한 차이가 없었다.

이상의 연구결과로 볼 때 해결중심 집단상담은 비행청소년들의 일반적 스트레스와 주관적 스트레스 반응을 감소시키고 문제중심대처방식을 많이 사용하게 되어 결과적으로 대상자의 견해와 관점에 변화를 가져와 효과적인 프로그램임이 입증되었다.

이상의 결과를 토대로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

- 청소년 교육을 담당하고 있는 실무자들이 해결중심 집단상담에 관한 훈련을 통해 청소년의 사회 심리적 문제해결과 비행 청소년의 교정 프로그램으로 활용할 것을 제안한다.
- 해결중심 집단상담 프로그램을 다양한 대상자들에게 적용하여 그 효과를 비교해 볼 필요가 있다.

References

- Anderson, J. C., Williams, S., McGee, R., Silva, P. A. (1987). DSM-III disorders in preadolescent children prevalence in a large sample from the general population. *Arch Gen Psychiatry*, 44(1), 69-76.
- Bang, Y. W., Chae, J. H., Chin, T. W., & Lee, C. K. (1996). Factors affecting 6 months' short-term prognosis of conduct disorder in the adolescents II- Relation to depression/anxiety and ADHD Inventory. *Korean J Child & Adol Psychiatr*, 7(2), 161-165.
- Bell, J. M. (1977). Stressful life events and coping methods in mental illness wellness behaviors. *Nurs Res*, 26(2).
- Berg, I. K. (1994). *Family Based Services : A Solution-Focused Approach*. New York : W W. Norton & Company.
- Carlson, G. A. (1998). Unmasking masked depression in children and adolescents. *Am J Psychiatry*, 137, 445-449.
- Cho, S. C. (1994). Biological studies in child and adolescent depression. *Korean J Child & Adol Psychiatr*, 5(1), 28-35.
- Cho, O. H. (1999). *Uncertainty, anxiety and coping with mastectomy for breast cancer*. Degree of Master of Nursing Science, Catholic University, Seoul, Korea.
- Choi, Y. R. (1998). *The effects of solution-focused brief group counseling program on problem-solving capacity improvement of mothers of preschool children with disabilities*. Degree of Naster. Chung Ang University, Seoul, Korea.
- Cline, M. E., Herman, J., Shaw, E. R., Mortor, R. D. (1992). Standadization of visual analogue scale. *Nurs Res*, 41, 378-380.
- De, S., Berg, I. K., Lipchik, E., Nunnally, E., Molnar, A., Gingerich, Weiner-Davis, M. (1986). Brief therapy : focused solution development. *Family Process*, 25, 207-222.
- Ha, N. S. (1998). *The effect of assertiveness training on the stress response and assertive behavior of nurses*. Unpublished Doctoral Dissertation, Catholic University, Seoul, Korea.
- Huh, N. S. (1995). A solution- focused brief family therapy with spouse abuse. *Korean Journal of Family Therapy*, 3, 41-64.
- Jung, M. H. (1998). An application of the solution-focused family therapy model to a group of alcoholics. *Korean Journal of Family Therapy*, 6(2), 255-274.
- Kim, H. S. (1998). Discriminative factor analysis of delinquent behavior in korea. *J Korean Neuropsychiatr Assoc*, 37(3),

- 483-492.
- Kim, H. S., & Kim, H. S. (1997). The characteristics of their family environment and character trait among delinquent adolescents in Korea. *Korean J Child & Adol Psychiatr*, 8(1), 57-69.
- Kim, H. S., & Yu, S. J. (1996). The types of anxiety and coping strategies among high school students. *Catholic Nursing*, 17, 22-36.
- Ko, M. J. (2001). *The effects of solution-focused group counseling on the salivary cortisol and psychosocial variables in the delinquent juveniles*. Unpublished Doctoral Dissertation, Catholic University, Seoul, Korea.
- Krause, K. (1991). Contracting cancer and coping with it. *Cancer Nurs*, 14, 240-245.
- La fountain, R. M., & Garner, N. E. (1996). *Solution-focused counseling groups* ; the results are in journal for specialists in group work, 21(2), 128-143.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*, New York. Springer Pub.Co.
- Lee, J. K., Chin, T. W., Cho, J. Y. (1998). A study on the anxiety, depression, and coping strategy of delinquent adolescents. *J Korean Neuropsychiatric Assoc*, 37(3), 493-499.
- Lee, M. H. (1993). *The effects on the juvenile delinquents` self-concept by cognitive behavioral group counseling program*. Degree of Master Keimyung University, Daegu, Korea.
- Lee, S. W. (1983). Correlation study between stress responses and life events as a stressor. *J Korean Acad Nurs*, 23(2) 299-315.
- Moore, D. R., & Arthur, J. L. (1989). *Juvenile delinquency*. In TH Ollendick & Hersen (2nd eds). *Handbook of Child Psychopathology*. 197-198. New York & London : Plenum Press.
- Noh, K. H. (1999). A study of stress, family support, self-efficacy and mental health in high school students. *Chungnam Journal of Nursing Academy*, 2(1), 1-10.
- Owen, L. (1993). Adolescence. Social Development and Psychotherapy. *Am J Psychiatry*, 47(3), 483-492.
- Ryu, S. Y. (1995). *Study of effect of anger management training program for juvenile delinquents*. Degree of Master, Ewha Womans University, Seoul, Korea.
- Selekman, M. (1991). The solution-oriented parenting group : a Treatment alternative that works. *Journal of Strategic and Systemic Therapies*, 10(1), 336-49.
- Triantafillou, N. A. (1997). solution-focused approach to mental health supervision. *Journal of Systemic Therapies*, 16(4), 305-328.
- Walter, J. L., & Peller, J. E. (1996). *Becoming solution-focused in Brief Therapy*. Brunner and Mazel, New York.

The Effects of Solution-Focused Group Counseling on the Stress Response and Coping Strategies in the Delinquent Juveniles

Ko, Mi-Ja¹⁾ · Yu, Sook-Ja²⁾ · Kim, Yang-Gon³⁾

1) Department of Nursing, Mokpo Science College, 2) College of Nursing, Catholic University, 3) Jeju Office of Probation and Parol

Purpose: This study was conducted to examine the effects of solution-focused group counseling on the general stress, stress response and coping in the delinquent juveniles. **Method:** The subjects consisted of a convenience sample of 60 delinquent juveniles who had been placed under probation in Kwang-ju, and recruited from Oct., 2000 to Dec., 2000. Solution-focused group counseling was conducted for the experimental group once a week for 120 to 180 minutes for 6 week. The control group received no group session. For both groups the level of general stress, stress response and coping were measured before and after the experiment. **Result:** General stress significantly decreased in the experimental group and increased in the control group, but showed no significant difference between the two groups. Stress response decreased significantly in the experimental group and increased in the control group, but showed no significant difference between the two groups. The problem-focused coping significantly increased in the experimental group and decreased in the control group, and showed a significant difference between the two groups. The emotion-focused coping significantly decreased in the experimental group and increased in the control group, and showed no significant difference between the two groups. **Conclusion:** This study showed that solution-focused group-counseling has a positive effect on variables like the general stress, stress response, emotion-focused coping and problem-focused coping. Further study needs to be conducted to verify results.

Key words : Solution-Focused Group Counseling, Delinquent Juvenile, Stress Response, Coping Strategies

• *Address reprint requests to* : Yu, Sook-Ja

College of Nursing, Catholic University

505, Banpo-Dong, Seocho-Gu, Seoul 137-701, Korea

Tel: +82-2-590-1283 Fax: +82-2-590-1297 E-mail: yusook@catholic.ac.kr