

2008 청소년상담연구 • 139

# 군 솔리언또래상담 훈련 프로그램 개발

책임 연구자 : 양미진

공동 연구자 : 신호정

협력 연구자 : 송미경

**청소년상담연구 139**

**군 솔리언또래상담 훈련 프로그램 개발**

인 쇄 : 2008년 12월

발 행 : 2008년 12월

저 자 : 한국청소년상담원

발 행 인 : 차 정 섭

발 행 처 : 한국청소년상담원

(100-882) 서울시 중구 신당6동 292-61

T. (02)2250-3093 / F. (02)2250-3007

<http://www.kyci.or.kr>

인 쇄 처 : 크리홍보

비매품

ISBN 978-89-8234-436-7 93330

ISBN 978-89-8234-001-7(세트)

본 간행물은 보건복지가족부의 지원을 받아 제작되었습니다.

본 기관의 사전승인 없이 내용의 일부 혹은 전부를 전재할 수 없습니다.

**국립중앙도서관 출판시도서목록(CIP)**

군 솔리언또래상담 훈련 프로그램 개발 / 저자: 한국청소년상담원.

-- 서울 : 한국청소년상담원, 2008

p. ; cm. -- (청소년상담연구 ; 139)

책임연구자: 양미진

ISBN 978-89-8234-436-7 93330 : 비매품

ISBN 978-89-8234-001-7(세트)

청소년 문제[靑少年問題]

상담 프로그램[相談--]

334.3-KDC4

362.7-DDC21

## 간행사

1994년 시작되었던 청소년 또래상담 사업이 올해로 14주년을 맞이했습니다. 그동안 전국의 중·고등학교를 중심으로 양성된 또래 상담자는 친한 친구, 대화하는 친구, 도움주는 친구가 되기 위한 기본적인 훈련을 이수한 후 도움이 필요한 친구들을 보살피고 어려움을 나누는 역할을 해왔습니다.

최근 들어 우리사회에 심각하게 대두되었던 군대내 사고로 인해 후기 청소년에 해당하는 군 장병들에 대한 사회적 지원과 개입의 필요성이 증대되었습니다. 이에 한국 청소년 상담원에서는 건강한 군 문화형성을 지원하기 위한 노력의 일환으로 군 솔리언또래상담 훈련 프로그램을 개발하였습니다.

본 연구는 기존의 연구들에서 한발 더 나아가 후기 청소년기에 해당하는 군대 내 병사들을 또래상담자로 훈련시키는 프로그램으로 이들이 사회에 훌륭한 인적 자원이 되어 서로 조력하는 건강한 공동체문화를 형성하고 확산시킨다는 큰 그림을 가지고 시작되었다는 점에서 의의가 있습니다. 현재 우리나라 군은 상담의 필요성을 인식하고 많은 상담적 지원을 준비하고 있습니다. 따라서 상담자가 같은 또래의 비슷한 처지와 환경에 있어서 내담자를 좀 더 잘 이해할 수 있는 동료상담의 큰 장점이 된 군 솔리언또래상담 프로그램은 군 상황에 적합하리라 생각합니다. 더욱이 군 솔리언또래상담은 훈련을 받은 군 솔리언또래상담자가 자신의 부대에서 활동하기 때문에 내담자가 되는 동료들에게만 영향을 미치는 것이 아니라 그들이 속한 군 조직 전체의 변화를 기대할 수도 있을 것입니다. 군 솔리언또래상담 프로그램은 한국청소년상담원에서 개발되어 그 효과가 검증된 솔리언또래상담 프로그램을 기반으로 군 솔리언또래상담자의 역할과 구체적 활동을 위한 내용으로 개발되었습니다. 앞으로 군 현장에서 양성된 군 솔리언또래상담자를 통해 군 병사들의 심리적 건강을 돕고, 군대내 사고예방과 궁극적으로는 건강한 군 문화 확산에 기여할 수 있을 것으로 기대합니다.

본 연구가 나오기까지 재정적, 행정적으로 도와주신 보건복지가족부 관계자께 감사드립니다. 또한 프로그램 구성과 시범운영에 도움을 주신 차주환 선생님, 강원도 청소년 상담지원센터 소장님과 한외숙 선생님, 송미경 박사께 감사드립니다. 연구를 성실하게 진행시킨 양미진 박사, 신효정 선임 상담원의 노고에도 감사함을 전하며, 아무쪼록 본 연구가 건강한 군 문화형성에 실질적인 도움이 되기를 바라는 마음입니다.

2008년 12월  
원 장 차 정 섭

**K**OREA  
**Y**OUTH  
**C**OUNSELING  
**I**NSTITUTE

## 초 록

본 연구는 후기 청소년기에 해당하는 병사들의 심리적 건강을 돕고, 군대내 사고 예방과 궁극적으로 건강한 군 문화 확산에 기여할 수 있도록 군 솔리언또래상담 프로그램을 개발 하는 것으로 목적으로 한다.

프로그램의 개발을 위하여 병사 564명과 지휘관 62명을 대상으로 사전요구조사를 하였으며, 이를 통하여 구성요인과 구조를 추출하였다. 또한 군기본권 상담관 및 전문지도자로 구성된 현장전문가와 함께 프로그램을 구성하여 총 92명의 병사를 대상으로 시범 교육을 실시하였다. 본 프로그램은 아동 및 청소년을 위한 단계별 또래상담프로그램(2000)과 군 솔리언의 적극적이고 구체적인 도움활동을 위한 멘토링 프로그램으로 토대로 개발되었다. 개발된 프로그램은 참가자 관점의 평가를 통하여 검증되었다. 본 연구 결과에 대한 논의 및 제언은 다음과 같다.

첫째, 군 상황을 반영하여 프로그램 개발방향을 설정하였다. 군 솔리언또래상담자는 상담자로서의 역할과 멘토로서의 역할로 수행할 수 있도록 하였으며, 이들의 군 솔리언 또래상담자로서의 동기를 높이기 위한 프로그램을 구성하였다.

둘째, 프로그램 개발과 효과에 대한 검증을 위해 참여자 관점의 평가가 이루어졌으며, 그 결과 편의성을 제외한 모든 영역에서 4.2(5점만점)이상의 점수로 교육훈련 전반에 대한 만족도, 프로그램 참가자의 적극적인 참여, 프로그램 운영기관에 대한 신뢰성에 대하여 긍정적인 평가가 나타났다.

셋째, 군 솔리언 또래상담 활동의 활성화를 위해서는 군 솔리언또래상담자의 선발과 활동에 대한 체계적인 관리와 지원이 필요하다. 군 솔리언또래상담자 선발에 있어서는 구체적인 도움활동을 줄 수 있는 직급이 선정되는 것이 적절하여 이들이 지속적으로 훈련 및 관리를 받을 수 있는 시간이 확보되어야 한다.

넷째, 군 솔리언을 지도 감독할 수 있는 지도자양성 및 지원이 필요하다. 군 솔리언 역시 일반 병사이기 때문에 이들을 지도하고 감독해 줄 수 있는 지도자는 반드시 필요하다. 이를 위해 군기본권 상담관이나 지역센터의 전문지도자와의 협력체계가 이루어져야 할 것이다.

다섯째, 군 솔리언 또래상담 활동이 활성화를 위해 행정부처의 관심과 협조와 부대내의 적극적인 지원이 필요하다.

**K**OREA  
**Y**OUTH  
**C**OUNSELING  
**I**NSTITUTE



## I. 서 론 | 1

1. 연구의 필요성 및 목적 ..... 1

## II. 이론적 배경 | 3

1. 군 상담 ..... 3  
     가. 군 상담의 정의 및 특징 ..... 3  
     나. 군 상담의 현황 ..... 4
2. 미국의 군 멘토링 프로그램 ..... 6  
     가. 멘토링 단계 ..... 7  
     나. 멘토링 기술 ..... 7
3. 또래 상담 ..... 9  
     가. 또래 상담의 정의 ..... 9  
     나. 또래 상담자의 활동 ..... 10  
     다. 또래 상담자 훈련내용 및 방법 ..... 11
4. 군 상담에서의 솔리언또래상담 적용 ..... 14  
     가. 군 솔리언또래상담 훈련 프로그램의 이해 ..... 14  
     나. 군 솔리언또래상담 훈련 프로그램의 내용 및 운영 ..... 17  
     다. 군 솔리언또래상담 훈련 프로그램의 운영방안 ..... 18  
     라. 군 솔리언또래상담 훈련 프로그램의 운영시 고려사항 ..... 19

## III. 연구방법 및 절차 | 20

1. 프로그램 개발 ..... 20  
     가. 프로그램 목적 ..... 20  
     나. 프로그램 대상 ..... 20  
     다. 프로그램 훈련 목표 및 기대효과 ..... 20



라. 프로그램 개발과정 .....	21
2. 프로그램의 내용 .....	28
가. 프로그램의 내용 .....	28
3. 프로그램의 운영 방법 .....	31
가. 프로그램기간 및 시간 .....	31
나. 프로그램 훈련방식 .....	31

#### **IV. 프로그램 시범운영 | 34**

1. 시범운영 진행과정 .....	34
2. 시범운영 참가자 .....	35
3. 시범운영 평가 .....	35
가. 프로그램 평가개요 .....	35
나. 프로그램 평가결과 .....	36

#### **V. 요약 및 제언 | 40**

#### **VI. 참고문헌 | 45**



## 표

표 1. 또래상담자 훈련내용 및 기간 .....	13
표 2. 기초요구조사 결과 일반적인 상담 실태 .....	22
표 3. 군 상담 실태 및 기대 .....	23
표 4. 동료상담에 관한 것 .....	24
표 5. 일반적인 상담실태 .....	24
표 6. 군 상담 실태 및 기대 .....	25
표 7. 훈련 프로그램 구성내용 .....	30
표 8. 시범운영 일정 및 참가자 수 .....	34
표 9. 프로그램 평가지 .....	35
표 10. 프로그램 회기별 평가 .....	36
표 11. 참가자 관점 평가 결과 .....	37



## 그림 |

그림 1. 군 솔리언 운영방안 모형안 .....	18
그림 2. 프로그램 개발과정 .....	21

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

발달단계상 후기 청소년기에 해당되는 우리나라 청년 남자들 대부분은 의무적으로 군에 입대하여 일정기간 복무해야 한다. 군대조직은 궁극적으로 유사시 전쟁수행이 가능한 조직으로써의 특성과 규범, 생활양식 등을 필요로 하며 강력한 위계조직을 형성하고 있어서 계급적 권위가 절대적이며 이를 중요한 가치로 받아들이고 있다.

청소년기는 급격한 신체적 성장과 함께 자아정체감 형성이라는 발달과업을 수행해야 하는 시기로 많은 청소년들은 이 시기에 심리적 갈등과 혼란을 경험하게 된다. 이러한 혼란의 시기에 자의보다는 타의로 군에 입대한 비율이 높은 청년들은 개인생활보다는 임무수행과 책임이 강조되고 자율성보다는 명령에 대한 복종과 규율엄수가 우선인 환경에 처하면서 많은 스트레스를 경험하게 된다(김종태, 1981; 김태식 2007 재인용).

병사들의 스트레스 경험은 크고 작은 군대 내의 사고로 이어지고 있다. 특히 탈영, 폭력, 자살에 이르는 심각한 사고는 군대내 스트레스에 대한 관심과 대처방안에 대한 사회적 개입의 필요성을 증대시켰다. 물론, 개인에 따라 스트레스를 받아들이는 정도와 문제해결능력은 차이가 있겠으나, 군대 내 사고의 원인을 병사 개인의 심리적인 갈등과 역량만으로 귀결시키는 것은 문제 해결과 이에 따른 예방을 어렵게 할 수 있다. 따라서 군대내 사고예방의 대안으로 제시된 군 전문상담은 많은 기대를 받고 시작되었다.

병영의 상담체계는 군의 다른 모든 조직체계와 마찬가지로 지휘계통의 체계를 그대로 따르고 있기 때문에 자유로운 대화와 평등한 관계가 기본철학이 되는 일반상담의 원리가 효과를 보기는 어려운 실정이다. 또한 연대 단위에 이르러서야 인력관리 차원의 형태를 갖추게 되고 준중장교의 상담을 받을 수 있으며 대대급 이하 부대에서는 일부 지휘관과 전담 부사관에게 사고예방 활동이 일임되고 있는 실정이다(한태근, 2006). 실제로 군 부대 내에서 석사장교나 여군 장교들의 경우 사회복지학, 심리학 등의 전공자는 정훈과 의정 쪽에서 근무를 할 수 있도록 하고 있긴 하나, 이들의 수는 극소수에 불과할 뿐 만 아니라 다룰 수 있는 내용도 한정적이며 군 조직의 상의 하달식의 일방적인 교육과 군 행사 프로그램 담당, 인력배치 등의 형식적인 업무를 담당하게 되어 전문적인 상담활동은 거의 이루어지지 않고 있는 것으로 보인다(국가인권위원회, 2005).

따라서, 현재 우리나라 군은 상담의 필요성을 인식하고 있지만 전문적인 상담활동은 거의 일어나지 않고 있으며 제도적으로 상담이 어려운 현실에 처해있다고 볼 수 있다. 국방부는 군상담사 제도 도입, 비전캠프와 멘토링 프로그램 실시 등의 여러 가지 대책안을 내놓고 있지만 아직 시도단계이며 그 효과는 검증되지 못한 실정이다.

이러한 군 상담의 효과성을 높이기 위해 최근 들어 제시되고 있는 상담활동으로 동료상담(peer counseling)이 있다. 동료상담이란 다른 사람들에게 조력적인 역할을 수행하는 비전문가들이 취하는 다양한 대인적 조력행동으로 일대일의 조력관계, 집단지도, 충고, 개인지도, 대인조력 등을 포함한다(Gray & Tindall, 1978; 1991). 여기서 ‘동료’란 생활현장을 공유하는 비슷한 연령대의 사람들이다. 상담자가 같은 또래의 비슷한 처지와 환경에 있어서 내담자를 좀 더 잘 이해할 수 있다는 것이 동료상담의 큰 장점이다.

군대 내 병사의 대부분은 발달단계상 청년기에 있으며 특별히 청년기는 가치의 내면화 과정에서 또래 집단의 영향을 많이 받는다. 또한, 상대적으로 폐쇄적이고 수직적인 위계질서가 강조되는 군 조직 문화는 상담자와 내담자가 개방적이고 평등한 인간관계를 지향하는 일반상담의 기본 철학을 실현하기에는 어려움이 있다. 이러한 병사들의 발달적 특성과 군대문화를 고려할 때 군에서의 동료상담은 다른 환경에서의 동료상담보다 더 효율적일 수 있을 것이다. 또한 훈련 받은 동료상담자들이 동료상담을 자신의 생활속에서도 적용하게 되기 때문에 내담자가 되는 동료들에게만 영향을 미치는 것이 아니라 동료상담자 자신의 인간관계, 대화패턴, 생활방식 등이 함께 변화되어 가는 활동으로, 그들이 속한 군 조직 전체의 변화를 기대할 수도 있다.

이에 본 연구에서는 한국청소년상담원에서 초, 중, 고, 대학 등 학교를 중심으로 이루어진 솔리언또래상담 프로그램을 기반으로 군 동료상담자로서의 역할과 기술 함양을 위한 군 솔리언또래상담 훈련 프로그램을 개발하고자 한다. 이러한 프로그램은 군 병사들의 심리적 건강을 돕고, 군대내 사고예방과 궁극적으로는 건강한 군 문화 확산에 기여할 수 있을 것으로 기대한다.

## II. 이론적 배경

### 1. 군 상담

#### 가. 군 상담의 정의 및 특징

육군보병학교 고등군사반 상담기법 교재(2004)에서는 군 상담을 “다양한 문화여건에서 생활하고 있는 부하들 가운데 자신의 심리적 갈등이나 애로사항 때문에 능력을 보유하고도 맡은바 업무를 효과적으로 수행해 나갈 수 없을 때 업무 수행 등 근무능률을 향상시키기 위하여 지휘통솔자가 문제의 핵심을 파악하여 해결방안을 찾아 도와주는 과정”이라고 기술하고 있다. 또한 이장호(2005)는 “국가방위라는 특수임무를 수행하고 엄격한 위계질서 속에서 자유로운 사적 생활의 제약을 받는 특수성을 갖는 군대사회에서 야기되는 구성원들의 갈등과 고민을 해결해 주기 위하여 각 군의 교육기관 및 각급부대에서 이루어지는 상담과정”이라고 정의하였다(김완일, 2006).

군 상담의 특징은 다음과 같이 정리될 수 있다(황창의, 2008).

첫째, 상담자와 내담자 사이의 상담을 위한 신뢰할 수 있는 관계형성에 어려움이 있다.

대부분의 군 상담에서는 지휘자 겸 상관이 상담자의 역할을, 일반 사병이나 후임병이 내담자의 역할을 하게 된다. 따라서, 상담자와 내담자 사이에 엄격한 계급차이가 존재하게 되고, 병사인 내담자가 자신을 평가하는 위치에 있는 지휘관 겸 상담자에게 자신의 문제점을 드러내며 솔직한 이야기를 하기가 쉽지 않다. 특히, 병사와 부사관 혹은 장교와 같은 간부들은 서로를 이해하기 어렵다는 인식이 있으며 관례화되어 있는 보고체계 때문에 비밀보장의 어려움이 있어 대화자체를 기피하는 경향이 많다.

둘째, 상담자가 내담자의 문제를 해소해 줄 수 있는 범위와 정도에 한계가 있다. 내담자의 입장에서의 문제해결이 상담의 일차적 목표가 되어야함에도 불구하고, 군 조직의 특성 상 엄격한 규율과 구성원의 개인 생활에 대한 규제가 군 조직유지를 위해 필수적이므로 내담자에게 유익한 방법이 있더라도 적용하지 못하는 경우가 있다.

셋째, 군대나 군인이라는 급격한 환경변화와 역할변화에 따라 정서적, 사회적 적응 상에 특수한 문제가 발생할 수 있다. 24시간 공동생활, 엄격한 위계질서와 규율, 단순 반복적인 일상 업무, 특수한 임무수행이 요구되는 등 특수한 환경과 역할이 부여되며 성

장환경이 다른 사람들이 모여서 공동생활과 목표를 추구하므로 부적응 문제가 공동적으로 발생할 소지가 크다.

넷째, 개인의 편리와 이익을 위해 거짓으로 문제를 호소할 가능성이 있다. 예를 들어, 좀 더 편한 부대나 보직으로 옮겨가기 위해 혹은 휴가를 받고 싶은 마음에 문제를 고의로 만들어낼 수 있기 때문에 상담자는 내담자의 호소가 사실인지 여부를 면밀히 확인할 필요가 있다. 하지만 이런 확인과정이 자칫 잘못하면 상담자와 내담자의 신뢰관계 형성을 저해하는 요소로 작용할 수 있으므로 신중히 접근해야 한다.

다섯째, 상담자의 역할을 하게 되는 군 간부들의 경우, 기본 업무에 바쁘고, 전문적인 상담훈련을 받을 기회가 부족하여 전문적인 상담자의 역할보다는 면담수준의 혹은 보고용의 형식적인 상담을 실시할 수 있다.

## 나. 군 상담의 현황

병영의 상담체계는 군의 다른 모든 조직체계와 마찬가지로 지휘체통의 체계를 그대로 따르고 있기 때문에 자유로운 대화와 평등한 관계가 기본철학이 되는 일반상담의 원리가 효과를 보기는 어려운 실정이다. 또한 연대 단위에 이르러서야 인력관리 차원의 형태를 갖추게 되고 군종장교의 상담을 받을 수 있으며 대대급 이하 부대에서는 일부 지휘관과 전담 부사관에게 사고예방 활동이 일임되고 있는 실정이다(한태근, 2006).

현재 군부대에서 석사장교나 여군 장교를 모집할 때 본인이 원하면 사회복지학, 심리학 등의 전공자는 정훈과 의정 쪽에서 근무를 할 수 있도록 하고 있다. 그러나 이들의 수는 극소수에 불과할 뿐 만 아니라 다룰 수 있는 내용도 한정적이며 군 조직의 상의 하달식의 일방적인 교육과 군 행사 프로그램 담당, 인력배치 등의 형식적인 업무를 담당하게 되어 전문적인 상담활동은 거의 이루어지지 않고 있는 것으로 보인다(국가인권위원회, 2005).

이와 같이 우리나라 군은 상담의 필요성을 인식하고 있지만 현재 전문적인 상담활동은 거의 일어나지 않고 있으며 제도적으로 상담이 어려운 현실에 처해있다고 볼 수 있다. 현재 군대 내부에서 실시되고 있는 상담관련 현황은 아래와 같다.

### 1) 군 고충 상담관 제도

현 육군에서는 각급 부대에서 발생한 각종 사고의 예방을 위한 대책으로 부대관리에

상담관 제도의 필요성을 인정하여 내부적으로 고충 상담관 제도를 운영하고 있다. 병영 고충 상담관 제도는 병영생활 부적응자에 대한 문제해결과 장병 기본권 보장을 목적으로 시행하며 중대급에서는 군중병 중 최적임자 한 명을 중대 상담관으로, 대대급은 주임원사를, 연대급은 군중장교, 군의관, 주임원사 중에서 부대여건을 고려하여 임명, 활용하고 있다. 이를 위해 연대급 이하 제대는 연대장이 임명장을 수여하고 격려하는 등의 권위를 인정하도록 하며 중대 상담요원은 상담결과를 중대장 또는 대대 상담관에게 보고하고 대대상담관은 대대장에게 보고하거나 업무상 직접적 관련이 있는 상담자에게 통보하며 이를 효과적으로 수행하기 위해 반기 1회 군중참모 책임 하에서 소양교육을 실시하고 있다.

## 2) 비전캠프

현재 육군은 사단 및 군단별로 군인을 위한 자살 예방프로그램(vision camp)를 실시하고 있다. 정신보건센터에 요청하여 전문교육을 요청하여 군중참모 및 인사담당관에게 교육을 실시하였으며 군중장교 책임 하에 자살 우려자 및 복무 부적응자를 대상으로 캠프가 이루어지고 있다. 비전캠프는 2003년 11월 1일부터 시행되었으며 이 프로그램은 긍정적인 효과를 거두고 있는 것으로 보고되었다(김동기, 2004).

비전캠프는 목사, 신부, 군승 등 군중장교가 교관이 된다. 프로그램은 자기소개, 이야기 나누기, 군 경험 소개, 생명의 존엄성 교육, 개별 면담 등과 같은 내용으로 이루어져 있으며 3박4일의 일정으로 이루어지고 있다. 그러나 전문지식을 보유한 정신과 의사 및 심리치료사의 부재, 효과적인 프로그램의 미비, 예산부족, 군중장교 및 군중병들의 과도한 업무 등의 문제점과 효율성 저하 등의 문제점이 제기되고 있다(한태근, 2006).

## 3) 병영 전문상담관 선발 운영

국방부는 최근 군에서 발생하고 있는 대형사고들이 부적응병사를 허술하게 관리했기 때문이라고 판단하여 병영 상담관 제도를 시험 운영하고 있다. 10년 이상의 군 경력자, 민간 전문가 중 특정 자격소지자(상담심리사, 사회복지사)등의 자격을 가진 자 중 9명을 선발하여 육군 7명, 해병 2사단 2명을 배치하여 1년간 시범 운영하였다. 이들의 임무는 첫째, 기본권 전문상담실 전담 운영, 둘째, 상담결과 조치, 셋째, 기타 기본권 보장대책 수립 및 시행이다. 이들의 기능은 상담실 세부 운영계획을 수립하고 시행하며 현장 위

주의 능동적인 상담활동을 시행하고 기본권 보장 관련 교육계획을 수립하고 시행한다. 또한 비전캠프 입소 대상자를 선정하고 이 캠프를 진행하며 수료한 병사들을 집중 관리한다. KMPI 및 육군 표준 인성검사 결과를 분석하여 필요한 경우 후속조치를 하고 보호 및 관심 사병을 선정하여 집중관리하고 기타 상담활동을 통한 병영 부조리 식별 및 근절활동을 하는 역할을 한다.

## 2. 미국의 군 멘토링 프로그램

군 상황에서의 멘토링의 개념은 중요시 되고 있다. 미국의 해군과 공군 등에서는 멘토링에 대한 구체적인 핸드북을 제시하며 멘토와 멘티의 역할과 멘토링의 주요 기술을 제시하고 있다.

즉, 멘토링은 일반 조직이나 기업체와는 다른 환경이 군 상황에서도 많은 효과를 거두고 있다는 것이다. 일반조직에서는 멘토링을 통해 멘티뿐만이 아니라 멘토와 조직 모두에 많은 이익을 가져다준다. 멘토는 멘토로서의 경력사항, 정보수집, 개인적 만족, 경영, 리더십, 대인관계의 기술 향상 등을 이룰 수 있다. 멘토링이 이루어지는 조직에서는 조직의 업무에 대한 집중과 몰입이 증가하며, 멘토의 이직이 감소하고, 실제로 업무 수행이 향상되며, 조직 내의 정보에 필요한 정보가 원활하게 순환되는 이점을 얻을 수 있다. 멘티에게는 업무수행 및 조직에서의 자신감 향상, 역할 모델의 획득, 조직에 대한 더 많은 이해, 도전적이고 흥미로운 과제를 수행해 볼 수 있는 기회, 직업만족, 수행과 생산성의 향상 등의 이득을 얻을 수 있다. 군대또한 멘토링을 통하여 협동정신이 증가하며 서로에 대한 불신이 감소되는 것을 가장 큰 효과로 꼽고 있다.

미공군에서 제시하는 핸드북에서는 멘토링의 중요한 팁을 다음과 같이 제시한다. 멘토링은 자신감을 키우도록 도와주는 것, 도전적인 아이디어를 주는 것, 개인의 문제를 잘 경청하는 것, 구체적으로 지도하는 것, 성장경험을 제공하는 것, 어떻게 조직인 운영되는지 설명하는 것, 중요한 지식을 공유하는 것, 격려하고 부하의 경력을 지원하는 것이다.

### 가. 멘토링의 단계

멘토링의 각 단계는 멘토에게 각기 다른 역할을 요구한다. 그러나 각 단계는 서로가 혼

합되어 있으므로 한 단계의 역할이 그 단계에만 독점적으로 존재한다고 할 수 없다.

- 1) 1단계 : prescriptive(초기단계 관계적인 단계) : 이 단계의 멘토의 역할은 코치, 교사, 촉진자이다. 멘토는 멘티가 자신감을 가질 수 있도록 칭찬과 관심을 주는 것이 중요하다. 멘토는 멘티가 현재 경험하고 있는 것과 유사한 과제나 상황을 어떻게 다루었는지 등 많은 정보와 경험을 주고받게 된다.
- 2) 2단계 : persuasive(설득단계) 멘토는 멘티가 스스로 도전과제를 찾고 해답을 구할 수 있도록 설득한다. 멘토는 새로운 전략, 질문, 도전등을 제시하고 멘티 스스로 발견하도록 돕는다. 이 단계에서 멘토는 상담자, 안내자, door opener 역할을 한다.
- 3) 3단계 : collaborative(협동단계) 멘티는 자신의 전문성 개발 계획에 관하여 멘토와 적극적으로 협동한다. 멘토는 멘티에게 독립적으로 자신을 조절하고 작업할 수 있도록 허락한다. 이 단계의 멘토의 역할은 진로 상담자, 역할모델이다.
- 4) 4단계 : confirmative(확인 확증적 단계) 멘토는 조언과 격려를 해주는 동시에 멘티의 진로결정에 관해 비 판단적인 태도를 보인다. 이 단계에서 멘토는 스폰서로서의 역할을 하게 된다.

## 나. 멘토링의 기술

멘토의 어떤 역할에서도 멘토링의 가장 기본은 적극적인 경청과 효과적인 물리적 환경을 구성이 요구된다.

- 1) 만남 : 멘토와 멘티의 만남에서 편안함을 느끼도록 해야 한다. 이를 위해서는 환경적인 요소도 갖추어져 있어야 한다.
- 2) 경청 : 언어적, 비언어적 경청이 동시에 이루어져야 한다. 전체적인 의미에 주의를 기울이는 것과 함께 멘티가 경험한 사건 그 자체보다 멘티가 그 사건으로 부터 어떤 영향을 받는지 더 중요할 수 있다. 개인적인 편견으로 멘티의 말을 잘 못 이해하는 것은 피해야 한다.
- 3) 코칭 : 멘티가 신참일 경우 멘토는 멘티의 특정업무를 잘 수행할 수 있도록 코치의 역할을 할 필요가 있다. 이때 피드백은 두 가지 타입이 있는데 바른 행

동을 강화하는 긍정적 피드백, 틀리거나 향상이 필요한 행동을 바꾸기 위한 교정적인 피드백이 포함된다. 이러한 피드백은 자주, 간결하게, 구체적, 직접적으로 주는 것이 필요하다, 특히 교정적인 피드백은 판단적인 진술은 피하고 과장하지 않고, 쟁점에 대한 말하며 질문 보다는 진술의 형태로 포함한다.

- 4) 경험으로 부터의 학습 : 멘토는 멘티에게 과거의 경험으로부터의 얻은 교훈을 통해 현재나 미래의 유사한 상황에 어떻게 대처할지에 대한 의견을 나눈다. 이를 위해 멘티로 하여금 경험에 대해 보다 구체적이고 상세하게 포현하도록 하며 경험의 특정 특면에 대한 감정을 모색하도록 한다. 그 후 멘티로 하여금 그 경험을 통해 배운 점을 설명하도록 하고 위 단계에서 얻어진 통찰을 기초로 하여 미래의 유사한 상황이 발생할 경우 대처전략에 관한 의견을 나눈다.
- 5) 상담 : 멘티의 정서적 생활에서의 고민을 이해하고 도움을 준다.
- 6) 주선(door opening) : 멘토는 멘티의 인적 네트워크를 넓혀나갈 수 있도록 많은 만남의 기회를 제공해 주는 것이 필요하다.
- 7) 지도(안내) : 가이드로서 문서화되지 않은 조직의 규칙들을 이해할 수 있도록 도와 주는 것이 필요하다. 또한 조직 내의 혼란과 조직의 축소 등에 어떻게 대처하는지에 관한 부분을 다루는 것이 필요하다.
- 8) 진로 조언 : 멘티로 하여금 진로목표를 세우고 그것을 달성하도록 돕는 것을 포함한다. 우선, 멘티의 흥미나 관심을 파악하고 이 분야에 대해 멘티가 가진 지식, 기술, 능력 등을 확인한다. 그 다음으로는 멘티로 하여금 적절한 진로목표를 발전시킬 수 있도록 돕고 개발이 요구되는 분야를 선정하고 계획을 세운다.
- 9) 역할모델 : 멘티에게 자신의 진로와 위치 영역에서 요구되는 사항을 채우기 위해 어떤 일을 했는지 보여주는 것이 중요하다. 멘티는 멘토가 타인과의 어떻게 상호작용하는지, 문제상황을 어떻게 해결하는지 등을 관찰하며 많은 것을 배우게 된다.
- 10) 스폰서링(후원) : 멘토는 멘티에게 위험을 최소화 하면서 멘티에게 다양한 기회에 노출시킨다.

- 11) 동기화 : 격려와 지지를 통해 멘티가 성공할 수 있도록 동기를 부여해 주는 것이 필요하다. 격려를 위해 멘티가 과제를 수행하거나 목표를 위해 노력하는 동안에 자주 긍정적인 피드백을 제공해 주어야 한다.

### 3. 또래상담 (peer counseling, 동료상담)

#### 가. 또래상담의 정의

또래상담(peer counseling, 동료상담)이 공식적으로 사용되기 시작한 것은 1969년 Vriend가 낮은 학업 성취 수준의 학생들과 또래들과의 상담결과를 발표하면서부터이다 (Vanrenhorst, 1984). 그러나 현재까지 또래상담은 그 정의나 용어 면에서 아직 종합적이고 통일된 입장을 갖고 있지 못하다. 그 단적인 예로 또래상담자에 관한 용어만 해도 또래 조력자(peer helper), 또래대사(peer ambassadors), 또래 촉진자(peer facilitator), 비전문조력자(lay helper), 준전문가(paraprofessional), 또래 조수(peer assistant), 또래후견자(peer tutor), 또래조정자(peer mediator) 등 30가지 용어들이 사용되고 있다(Carr, 1993).

Painter(1989)는 또래 조력자(peer helper)등의 다양한 용어들 중에서 특히 또래상담자(peer counselor)란 용어의 사용을 선호하고 있다. 이러한 이유는 그들의 활동내용이 정교한 의미에서 상담활동이기 때문이다. 또래상담에서는 충고보다는 공감과 존중감을 지닌 채 또래들에게 경청하는 역할을 매우 중요시 한다. 또한 또래상담은 다른 사람의 문제를 해결하는 것이 아니라, 다른 사람으로 하여금 문제 상황과 자신에 대한 각성을 촉진시켜, 자기 자신의 해결책을 찾도록 인도하는 것이다.

또한 ‘또래’라는 용어에서 상담자의 역할과 내담자의 역할이 비교적 명확하게 구분되는 전문가 상담보다 상담자와 내담자의 관계가 덜 명확하고 상호적이며 비교적 동등하다는 특성이 시사된다(이상희 외, 2004).

이와 같이 “또래상담”이란 “비슷한 연령과 유사한 생활경험 및 가치관 등을 지닌 동료가 일정한 훈련을 받은 후에 자신의 경험을 바탕으로 하여, 주변에 있는 정상적인 다른 또래들이 정상적인 발달과정에서 일어날 수 있는 문제를 주로 다루어, 이들이 성장·발달할 수 있도록 생활의 제반영역에서 지지적인 도움을 제공하는 행위”를 말하며 “또래상담자”는 “또래상담을 수행할 수 있는 책임 있는 동료들”로 정의될 수 있다. 따

라서 또래상담은 어떤 장소에서(예 : 학교, 종교기관, 직장, 혹은 지역사회 등)든 같은 일을 하는 비슷한 동료에 의해서 수행되는 조력활동으로 정의될 수 있다. 그러므로 생활현장에서 즉각적인 접촉이 가능하다는 장점이 있다.

## 나. 또래상담자 활동

또래상담자의 활동은 간단한 생활정보 제공에서부터 위기 상황의 개입까지 다양하게 나타나고 있다. 선행연구에 기초하여 또래상담자들의 활동과 역할을 정리하면 다음과 같다.

첫째, 또래들의 위기관리와, 전문적 도움을 받을 수 있도록 기회를 제공한다. 이를 위해 대표적으로 제도화된 것이 전화를 이용한 또래상담 활동이다. 일명 “Warm Line”, “Hot Line”이라 불리는 것으로 1970년대 미국 대학에서 품미했던 동반자프로그램(Companion Program)의 주요활동의 하나가 이러한 성격을 띠고 있다(McCarthy 등, 1975). 이 프로그램에서는 약물중독이나 성문제, 고독감, 우울증, 자살 등과 같은 위기 상황에 대해 심리적 자원을 제공해 주고 문제의 정도에 따라 전문가에게 의뢰하는 역할을 수행하는 것이다. 가령 Memphis대학에서 시행되고 있는 “Warm Line”은 신입생이 대학에 입학한 학생이나 나이가 많은 복학생들의 적응을 돕기 위하여 마련된 것으로 주요 활동은 학교에 관한 일반정보 제공, 타아 의뢰, 진로 및 학사에 관한 상담, 개인상담, 주장 훈련 및 스트레스 대응 훈련, 건강에 관한 서비스 제공 등이다(Chickering, 1987).

둘째, 학업 및 과업수행의 보조 활동이다. 또래상담의 가장 초기부터 일관되게 지속되어 있는 것으로 또래상담자들은 또래들의 학업 곤란에 도움을 주는 개인교수의 역할을 할 수 있다. 또한 공식적인 수업활동의 보조자 역할을 수행하기도 한다. 또래들은 또래들로부터 적절한 보조적인 지도를 받을 때 오히려 학업성취나 과업 수행 능력이 향상될 수 있다.

셋째, 사회적 관계, 학업, 자기표현 등에서 문제가 있는 또래들을 돕는다. 또한 또래들 중에 약물중독이나 비정상적인 임신 등의 급박한 위기에 처한 학생들을 도우며, 대개의 경우는 위기가 진행되는 동안 지속적인 도움을 줄 수 있도록 하기 위하여 또래들을 병원이나 상담소에 데리고 가는 일을 성공적으로 수행할 수 있다.

넷째, 자기 존중감을 고양시키는데 조력할 수 있다. 또래상담자들은 동료들이 자신감을 얻도록 도와주기 위하여 그들의 장점에 관심을 가지며 또 부정적인 성격보다는 긍정

적인 성격을 강조할 수 있는 능력을 배워 동료들이 자신감을 회복할 수 있도록 노력할 수 있다. 청소년들은 청소년 집단속에서 소속감을 느끼고, 자기 존재의 가치를 확인하게 된다. 따라서 또래상담자들이 또래들을 수용하고 존중함으로써 자신들의 존재가치에 대한 자신감을 회복하여 공동체의 삶을 살아갈 수 있는 기회를 제공할 수 있다.

다섯째, 또래상담자의 역할 중 가장 일반적이면서도 중요한 것으로 또래들에 대한 심리적 지원활동이다. 외로움 등의 심리적 고립감을 느끼는 또래들이나, 친구들 간의 관계속에서 갈등을 겪고 있는 친구들을 노력할 수 있다. 이는 또래상담자가 단지 진정한 친구가 되어 줌으로써 가능하다.

이상의 결과로 볼 때, 또래상담자들은 또래들의 대인관계에서 과생되는 사소한 문제에서부터 약물 및 알코올 남용에서 오는 문제, 자살 및 관계 상실의 문제, 건강 및 스트레스 문제, 또래들의 자신감 상실의 문제, 학교나 가정 및 지역사회 적응문제 등의 해결에 노력할 수 있다.

## 다. 또래상담자 훈련내용 및 방법

또래상담자 훈련은 상담 실습자 훈련의 한 형태로 이들의 훈련 내용이나 방법은 구조화된 절차나 활용, 그리고 정의적인 측면을 강조하는 교과과정으로부터 많은 영향을 받고 있으며(Vanrenhorst, 1984), 또래상담자의 역할과 기능에 따라 다소 차이를 보일 수 있다. 또래상담자 훈련내용과 방법은 국내·외 다양한 연구자들(홍경자 등, 1985; 장혁표, 1986; 추석호, 1987; 김정희, 1990; 이수용 등, 1990; 김광은, 1992; McCarthy 등 1975; Tindall과 Gray, 1985; Frisz, 1986; Chickering, 1987; Kehayan, 1987; Russel과 Tompson, 1987; Cambell, 1988; Myruckrgj Sorenson, 1988; Painter, 1989; Snyder, 1990; Stone과 Keefauver, 1990)에 의하여 제시되고 있다. 여기서는 또래상담자의 활동 범위(역할과 기능)에 따라 또래상담자 훈련을 위해 계획되고 실시되어 온 훈련 프로그램의 내용과 방법을 분석하여, 또래상담자 양성을 위한 교육내용과 방법을 제시하고자 한다.

또래들의 조력활동은 인간존재와 사람들이 삶의 과정에서 겪게 되는 어려움에 보다 효과적으로 대처할 수 있는 방법들이 있을 수 있다는 기본적인 가정으로부터 출발한다. 즉 문제를 심사숙고하고 합리적인 결정을 하기를 원하는 사람들을 지원하기 위하여 사용될 수 있는 일련의 대인관계 기술(interpersonal skill)이 있으며, 이러한 기술을 효과적으로 사용할 수 있는 인간적 자질이나 태도 등이 있다는 것이다. 효과적인 인간관계

를 맺기 위해 필요한 인간적 자질과 인간관계의 기술을 통해 사람들은 도움을 필요로 하는 다른 사람을 격려하여 그가 달성하고자 하는 목표를 효과적으로 달성할 수 있게 도와주며, 보다 책임 있는 행동을 할 수 있도록 조력할 수 있다는 것이다.

이러한 가정들이 상담과학을 통하여 입증되어 왔고, 상담과학은 인간성장에 필요한 보다 효과적인 조력기술들을 끊임없이 발전시키려는 노력을 해오고 있다. 따라서 또래 상담자들에게도 앞서 언급한 역할을 수행하기 위하여 필요한 태도나 기술 등을 훈련시킴으로써 자신은 물론, 도움을 필요로 하는 다른 또래들의 어려움에 효과적으로 조력할 수 있을 것이다. 그러나 또래상담자들은 도움을 제공하는 사람들이며 동시에 배우는 사람들이기 때문에, 계속적인 훈련을 통해 또래상담자들을 지도하는 것이 필요하다. 또한 이러한 일련의 과정들은 이들에게 자신이 좀 더 나은 성장과 발달을 위한 기회를 제공할 수 있어야 할 필요가 있다. 더욱이 도와주는 것과 도와주기 위한 사람이 되기 위하여 훈련을 받는 것은 도움을 주기 위하여 훈련을 받는 사람 자신에게도 도움이 될 수 있을 때, 이들의 훈련 동기는 지속적으로 높게 유지될 수 있을 것이다.

따라서 또래상담자를 훈련시키기 위해서는 이들에게 타인의 발달에 조력할 수 있고 자신의 성장과 발전에 기여할 수 있는 교육내용을 제공하는 것이 매우 중요하다. 김광은(1992)은 그의 박사학위 논문에서 또래상담자 훈련자를 위한 교육내용을 분석한 바 있다. 이 분석에 기초하여 또래상담자 훈련내용을 요약하면 <표1>과 같다.

일반적으로 또래상담자 훈련에서는 전문적인 상담 실습자 교육에서 선수 과정으로 실시되는 이론교육보다는 구체적인 상담 기술 및 또래상담자가 감당해야 할 실무적인 내용에 비중을 두고 있다(김광은, 1992). 이러한 상담 기술 및 실무적인 기술 습득을 위해 비교적 공통적으로 채택하고 있는 것은 대인관계에서의 의사소통 훈련임을 알 수 있다.

그러나 모든 상담이론이 그렇듯이 이러한 훈련기술이 효과적으로 적용되고 활용될 수 있기 위해서는 또래상담자에게도 인간에 대한 기본이해와 상담자로서의 특별한 인간적 자질이 요구된다. 인간에 대한 기본적인 이해와 인간적 자질이 몇 시간의 훈련으로 쉽게 변화되기는 어렵기 때문에 대부분의 또래상담자 훈련 프로그램들은 피훈련자의 선발 과정에서 이러한 자질을 고려하여 훈련 대상자를 선발하고 있다. 그러나 어느 정도의 인간적 자질을 갖춘 또래들을 선발하여 훈련시킨다고 하더라도, 훈련의 효과를 높이기 위해서는 이들에게 요구되는 도움활동을 위해 필요한 기본적인 인간적 자질과 태도들을 학습시킬 필요가 있다.

이러한 자질들을 개발하기 위해 Painter(1989)는 조력자 개발(helper development) 과

정을 또래상담자 훈련과정에 포함시키고 있다. 또한 Tindall 등(1985)도 또래상담자를 훈련하기 위하여 또래들이 조력할 수 있는 문제영역에 대한 특별한 지식과 조력기술의 훈련 필요성을 강조하였다.

표 1. 또래상담자 훈련내용 및 기간

출 처	주 요 내 용	훈 련 기 간
김정희 (1990)	집단상담 이론과 실제, 인간관계이론, 상담기술, 지도성 훈련	30시간 - 기초, 14시간 - 재교육
이수용 등 (1990)	의사소통기술 : 관심기술이기, 경청, 명료화, 공감, 주장, 직면, 가치명료화	20시간 - 기초, 20시간 - 심화
장혁표 (1986)	자기각성, 대인관계기술, 의사소통 및 상담기술	20시간
추석호 (1987)	의사소통기술 : 공감, 온정, 자기노출	20시간
홍경자 등 (1985, 1986)	자신과 타인이해, 반가움(호감)표시, 질문하기, 피드백 주고받기	15시간
오정인 (1993)	온정, 공감하기, 자기노출	14시간
Chickering (1987)	의사소통기술, 전화상담 요령, 의뢰	15시간 - 훈련, 15시간 - 실시
Frisz (1986)	대학조직 및 학사일정, 대인관계기술, 의사소통기술, 면접기술	2학기 (약 35-40시간)
Kehayan (1987)	의사소통기술, 조력역할, 자기평가	1학기
McCarthy (1987)	온정, 진실성, 공감, 자기노출, 경청	18시간
Russel 등 (1987)	면접기술, 대인관계 및 의뢰기술, 집단역동, 약물, 스트레스, 성문제	10시간 - 기초
Snyder (1990)	기본적 태도교육, 자신, 타인 및 가족이해, 우정, 조력적인 특성, 경청기술, 의사소통기술, 대처기술, 관계형성기술, 리더십기술, 현장실습	2학기
Tindall 등 (1985)	의사소통기술 : 경청, 관심기술이기, 공감, 질문, 진실성, 요약, 문제해결, 약물, 스트레스대처, 소집단리더, 가치명료화, 리더십 등	각 훈련별 시간 다양

따라서 대부분의 또래상담 훈련 프로그램이 의사소통기술에 초점을 두고 있기는 하지만, 또래상담자가 갖추어야 할 요인을 크게 세 가지로 요약해 볼 수 있다. 첫째는 인간 관계의 역동성과 인간관계의 본질에 대한 이해 능력이며, 두 번째는 인간관계를 형성, 유지 및 발전시키는데 필요한 효과적인 의사소통기술과, 세 번째는 타인이 직면한 고민이나 문제를 이해하고 그의 해결에 조력할 수 있는 문제해결 능력으로 나누어 볼 수 있

다. 물론 효과적인 의사소통기술은 보다 합리적이고 유용성 있는 자기 각성의 기회를 타인에게 제공하여 문제 해결에 도움을 줄 수 있기 때문에 문제해결 조력능력에 의사소통 기술만이 요구될 수도 있을 것이다. 그러나 여기에서 언급하고자 하는 문제해결 능력은 또래상담자가 지녀야 할 또래문제의 조력과정과 절차를 의미한다. 즉 의사소통기술을 어떠한 절차와 과정에 따라 어떻게 활용할 것인가를 의미한다.

상기한 맥락에서 볼 때, 의사소통기술은 사람들과 친밀한 관계를 맺을 수 있는 능력과 문제해결에 조력할 수 있는 능력을 의미하지만, 이러한 기술을 효과적으로 습득하여 활용할 수 있기 위해서는 또래상담자들이 인간행동에 대한 이해와 또래관계에서의 상호역동성에 대한 이해와 도움절차에 대한 이해가 선행될 필요가 있다. 따라서 또래상담자 훈련과정에서 인간행동에 대한 이해의 틀과 우정의 형성과 기능의 측면 및 또래 문제에 개입하는 절차 등을 학습할 필요가 있다.

## 4. 군 상담에서의 솔리언또래상담 적용

### 가. 군 솔리언또래상담 훈련 프로그램<sup>1)</sup>의 이해

#### 1) 군 솔리언의 정의

군 솔리언 프로그램이란 ‘군’이라는 특수한 상황에서 발생하는 구성원들의 갈등과 고민을 해결하기 위한 군 상담이다. 또한 군 솔리언이란 일정한 훈련을 받은 병사가 군 동료들을 대상으로 그들의 성장과 발달의 조력을 촉진하는 자를 말한다.

#### 2) 군 솔리언의 목적

본 연구에서는 군 솔리언 프로그램과 군 솔리언을 다음과 같이 정의하였다. 우선 군 솔리언 프로그램이란 특수한 상황에서 발생하는 구성원들의 갈등과 고민을 해결하기 위한 군 상담 활동이며 군 솔리언이란 일정한 훈련을 받은 개인이 군대라는 특수한 상황에 처해 있는 동료들을 대상으로 그들의 성장 촉진하고 어려움을 도와주는 병사를 의미한다. 이들은 다음과 같은 목적으로 활동한다.

첫째, 한정된 상담인력으로 인해 소수에게만 제공되는 상담의 혜택을 다수의 군 장병

1) 이하 군 솔리언또래상담 훈련 프로그램은 군 솔리언 프로그램이라 칭한다.

군 솔리언또래상담자는 군 솔리언이라 칭한다.

들에게 제공함으로써 군 상담을 활성화 하는데 기여하고자 한다.

둘째, 동료들 보다 긍정적으로 보살피고, 실질적인 도움을 줄 수 있는 군대 분위기를 형성한다.

셋째, 군 솔리언을 통해 우호적이고 협조적인 인간관계 발달에 기여한다.

넷째, 궁극적으로 군 장병들의 문제 해결 및 예방에 기여하고자 한다.

### 3) 군 솔리언의 윤리

군 솔리언은 상담자로서 훈련을 받은 준상담자이다. 이들에게 전문적인 상담자의 역할을 기대하는 것은 어려운 일이나 군 솔리언은 또래상담자로서 동료에게 구체적인 도움활동을 제시할 수 있어야 한다. 이러한 도움행동에는 그 역할에 대한 책임이 따르게 된다. 군솔리언이 어떤 태도와 행동을 하느냐에 따라 다른 동료에게 미치는 영향이 크므로 군 솔리언에서 군 솔리언이 반드시 지켜야 하는 윤리사항이 제시될 필요가 있다. 아래의 표는 또래상담자의 윤리규약으로 군 솔리언 활동에 참고할 수 있다.

#### **또래상담자를 위한 윤리규약** (NPHA:National Peer Helper Association, 1990)

또래상담자들은 인격적으로 성숙된 사람이어야 한다. 또래 상담자들이 지켜야 하는 윤리규약에는 다음과 같은 것들이 포함된다.

1. 또래상담은 또래의 어려움을 해결하는 효율적인 방법이다.
2. 존엄성에 대한 개인의 권리, 자기발전, 자기 방향성을 지녀야 한다.
3. 또래상담을 하는 동안 전문가로부터 지지와 수퍼비전이 필요하다.
4. 상담을 받게 되는 또래내담자의 발전을 위해 또래상담자는 긍정적인 역할모델과 건강한 삶의 방식을 제시하여야 한다.
  - 또래상담자는 개인적인 영향력을 추구하는 것, 엘리트주의적 지위를 확보하는 것, 다른 사람을 희생시켜 이득을 얻는 것을 경계하여야 한다.
  - 또래상담자는 자신의 삶에서 또래를 돕는 철학을 실천하도록 노력한다.
5. 또래상담자는 상담과정 및 관련활동에서 알게 된 정보의 비밀을 유지하며, 비밀 유지가 예외 되는 상황에서는 반드시 전문가에게 알려야 한다.

예외상황 : 안전에 대해 실제적 혹은 잠재적 위험을 포함하는 상황들.  
 또래상담자, 내담자, 또는 다른 사람들의 안녕을 위협하는 상황.  
 아동학대, 성적학대, 그리고 폭로에 대한 법적인 요구를 포함하는  
 여타의 상황들. 심각한 가족의 역기능, 정신병적 행동, 심각한 약물,  
 혹은 알콜남용, 그리고 또래상담자의 전문성을 벗어나는 문제들.

6. 또래상담자는 개인적인 안전을 추구하여야 한다. 또래상담자들은 그들의 감정적  
 혹은 신체적인 안녕에 위협이 될 수 있는 상황에 대처하는 기술을 알고 있어야  
 한다.

**4) 군 솔리언의 역할**

군 솔리언은 궁극적으로 군대 내 사고의 예방과 군 상담문화 확산을 통하여 군조직의 적응을 목적으로 한다. 이를 위해 제시되는 군 솔리언의 역할은 다음과 같다.

**가) 군 솔리언은 부대 내 동료들의 어려움을 조기에 발견하여 적절한 도움을 받을 수 있도록 한다.**

- (a) 동료의 어려움을 충분히 들어주고 이해함으로써 1차적 문제해결에 및 예방에 기여한다.
- (b) 군 솔리언으로 해결하기 어려움 문제에 대해서는 즉시 지도자 및 상급자에게 보고 함으로써 군 동료가 적절한 도움을 받을 수 있도록 한다.
- (c) 군 솔리언이 모든 문제를 해결해 줄 수 있는 마술사가 아님을 명심한다. 동료가 도움을 받을 수 있도록 정보를 제공하고 연결해 주는 것만으로도 훌륭한 군 솔리언 활동이다.

**나) 군 솔리언 부대 생활에 익숙하지 않는 군 동료의 군 생활 및 보직에 대한 정보를 제공한다.**

- (a) 군 내무반에서 지켜야 할 상황을 안내하고, 군 동료에 대한 이해를 돕는다.
- (b) 해당 보직에 대한 업무수행을 돕는다.

**다) 군 솔리언 자신에 대한 이해와 자기발전을 위해 노력을 게을리 하지 않는다.**

- (a) 군 솔리언 훈련에 반드시 참가한다.
- (b) 활동내용에 대한 지도 관리를 받는다.
- (c) 동료의 이야기에 대해 비밀을 지킨다.

라) 군 솔리언 활동을 통해 부대 내 동료들 간 서로 이해하고 돕는 상담문화를 형성을 위해 노력한다.

## 나. 군 솔리언 프로그램의 내용 및 운영

본 상담프로그램은 한국청소년상담원에서 개발된 솔리언또래상담을 기반으로 군 상황에 맞게 재구성한 군 솔리언 프로그램이다. 본 프로그램은 들어가기, 좋은 군 솔리언 되기, 대화하는 군 솔리언 되기, 도움 주는 군 솔리언 되기, 마무리 총 5부로 구성되어 있다. 들어가기에서는 프로그램에 대한 구조화, 신뢰감 형성을 위한 내용으로 구성되며, 좋은 군 솔리언 되기에서는 자신에 대한 이해와 좋은 동료이자 군 솔리언이 되기 위한 내용으로 구성되어 있다. 대화하는 군 솔리언 되기에서는 경청, 공감, 대화를 이끌어가는 방법, 정서조절 등으로 구성된다. 도움주는 군 솔리언 되기에서는 동료의 어려움에 대한 구체적인 해결방안을 구상하고 이를 위한 방법을 연습한다. 본 프로그램의 운영은 2일 12시간에 걸쳐 진행된다.

### 1) 좋은 군 솔리언 되기(Friendship) :

좋은 군 솔리언이 되기 위해서는 무엇보다 동료와 신뢰로운 관계를 형성하여야 한다. 도움이 필요한 동료는 도리어 스스로 도움을 청하지 않으며, 동료들을 멀리할 수 있다. 이러한 동료들에게 먼저 다가가는 사람이 바로 군 솔리언이다.

### 2) 대화하는 군 솔리언 되기(Counselorship) :

군 솔리언은 동료의 마음을 알아주고, 상대방의 말을 주의깊게 경청하고 공감적으로 반응 한다. 또한 자신의 마음을 전달하는 방법 등에 대해 배우고 익히며 습득함으로써 동료의 문제해결을 도와준다.

### 3) 도움 주는 군 솔리언 되기(Leadership) :

군 솔리언은 동료들에게 다가가 그들의 어려움을 알아내고 이를 효과적으로 해결할 수 있는 기술을 익히게 된다. 어려움에 처해 있는 동료들을 조력하는 일반적인 상담 과정과 절차, 방법등을 배우게 된다. 또한 필요한 경우에는 군 전문상담관(기본권 상담관)에게 연결해 주는 통로 역할을 한다.

### 다. 군 솔리언 운영방안

군에서의 군 솔리언의 활동이 효율적으로 이루어지기 위해서 다음과 같은 운영 모형안을 제안한다. 본 모형안은 최병순(2008)의 연구에서 제안된 모형을 근거로 구성하였다.

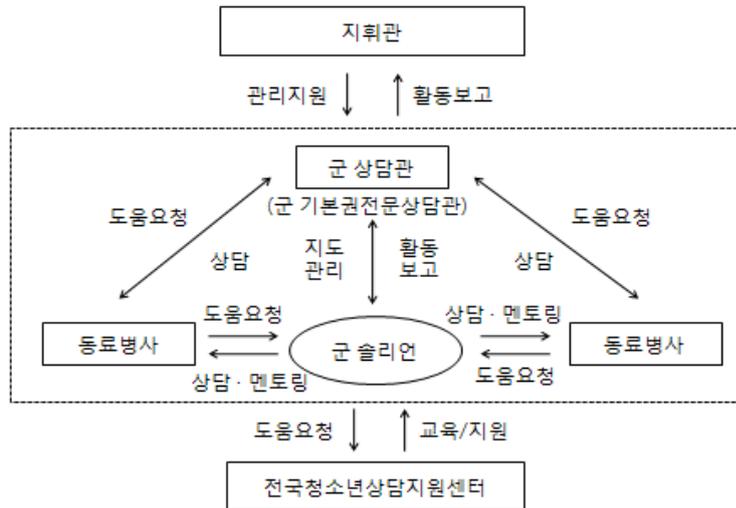


그림 1. 군 솔리언 운영방안 모형안

본 모형과 같이 일정 훈련을 받은 군 솔리언은 주변 동료병사의 어려움을 조기에 감지하고 이에 대한 도움 활동을 전개한다. 이러한 활동에 대해서는 군 상담관의 적극적인 지도와 관리가 필요하다. 군 솔리언 프로그램 활성화에 가장 중요한 요인은 군 솔리언 활동에 대한 관리 및 지도이다. 동료병사를 돕고 있으나 이들 또한 전문상담자가 아닌 일반 병사이기 때문에 또래상담활동에 대한 많은 어려움을 겪게 된다. 군 상담관은

지도자로서 이들의 활동에 대한 보고를 받고 지도 감독자로서 역할을 수행해야 한다. 지휘관이나 군 간부는 군 솔리언 활동에 대한 관심과 지원을 보여주는 것이 필요하다. 또한 군에서 이루어지는 상담활동은 군대조직 내 인력만으로는 부족하다. 따라서 지역의 청소년상담지원센터와 연계하여 군 솔리언 훈련과 보수교육을 의뢰하여 운영할 수 있으며, 전문적인 상담이 필요한 병사를 청소년상담지원센터로 의뢰할 수 있는 연계체계가 구축될 필요가 있다. 즉, 군 솔리언 활동은 또래상담자의 개별적인 활동이 아닌 전문센터와 군지도자 그리고 군 솔리언의 유기적인 지원체계가 이루어져야 한다.

## 라. 군 솔리언 프로그램의 운영 시 고려사항

### 1) 프로그램의 장소와 분위기

프로그램에 몰입하는데 방해가 되지 않는 분위기이어야 하며, 참여자들이 자유롭게 신체 활동을 할 수 있어야 한다.

### 2) 프로그램의 참여자 수

일반적으로 군 솔리언 훈련을 위해서는 10-15명 이내의 수준이 적당하나 군부대 상황에 따라 인원이 달라질 수 있다. 단, 40명 이상인 경우 보조진행자를 두어 참가자의 활동에 대한 적극적인 지원이 필요하다.

### 3) 프로그램의 운영 시간

프로그램 운영 시기 활동 프로그램 후에는 나눔의 시간을 충분히 갖도록 한다.

## III. 연구방법 및 절차

### 1. 프로그램 개발

#### 가. 프로그램 목적

후기청소년기에 있는 청소년들은 군 입대 후로 개인생활보다는 임무수행과 책임이 강조되고 자율성 보다는 명령에 대한 복종과 규율엄수가 우선인 새로운 군대 환경에 처하게 된다. 본 프로그램은 이러한 환경의 변화로 적응의 어려움이 있는 군 장병들을 위하여 개발되었다. 솔리언또래상담을 기반으로 본 프로그램은 군대에서 선행 경험 있는 군 장병들이 또래동료를 정서적으로 지지하고 정보를 제공해주는 역할을 하는 또래상담자로 훈련 하게 된다. 이를 통해 군 병사들의 심리적 건강을 돕고, 군대내 사고예방과 궁극적으로 건강한 군 문화 확산을 모색하기위한 목적으로 한다.

#### 나. 대상

본 프로그램은 다음과 같은 조건을 구비하고 있는 군 장병을 대상으로 실시된다.

- 심신이 안정되어 있으며 타인에게 모범이 되는 자
- 군 장병들의 마음을 이해해 줄 수 있고, 멘토 가능한 선임병사

#### 다. 프로그램 훈련목표 및 기대효과

본 프로그램은 군 장병들이 군부대 입대 후 새로운 환경 및 군복무 동안에 잘 적응하도록 도움을 주기 위해 선임병사들 대상으로 멘토와 상담에 대한 훈련을 제공함으로써 1) 군 솔리언으로서 군 솔리언 프로그램에 대해 인지하며, 2) 군 솔리언으로서 먼저 자신의 이해 및 상담기술을 습득하는 훈련을 통해 군부대에서 적응에 어려운 병사들을 심리·정서적으로 도울 수 있도록 지원하는 것을 목표로 한다.

## 라. 프로그램 개발과정

본 프로그램은 솔리언또래상담 프로그램을 기본으로 군 장병들의 군부대에 적응을 돕기 위한 동료상담훈련 프로그램인 군 솔리언 프로그램으로 개발 되었다. 이를 위하여 문헌연구와 사전 기초조사가 이루어졌으며 현장전문가 회의를 통해 프로그램을 구성하는 등 개발과정은 다음과 같은 절차를 거쳐 이루어졌다.

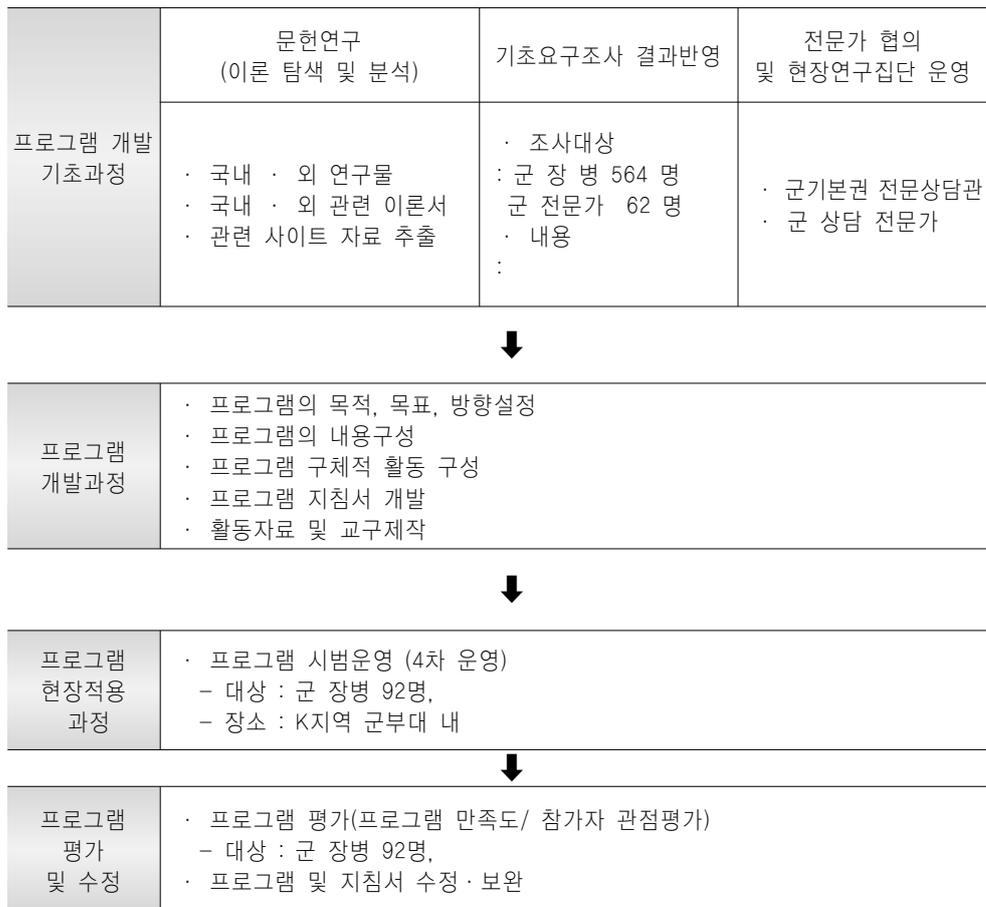


그림 2. 군 솔리언 프로그램 개발과정

## 1) 문헌연구

국내의 군 상담 실태 및 군 상담 관련 이론, 군 조직에서의 멘토등을 살펴보고, 경험적 측면에서는 군 문제 실태, 국내외 또래상담프로그램 및 본원의 솔리언또래상담 프로그램 등에 관한 선행연구들을 검토하였다.

## 2) 기초요구조사

### 가) 기초요구조사 대상 및 내용

군 솔리언 프로그램은 피훈련자의 특성과 발달단계에 맞게 세분화되고 정교화 될 때 적용범위가 넓어진다. 본 연구에서는 군 솔리언 프로그램이 적용되는 현장의 특성을 반영하기 위해 기초요구조사를 실시하였다. 기초요구조사의 자료수집은 2008년 4월~5월에 걸쳐 이루어졌으며, 강원도 H군 소재 육군 00 사단에 복무하는 지휘관 62명, 군 사병 564명을 설문 조사 하였다. 설문지를 우편으로 배포하여 해당 부대별로 실시한 후 다시 우편을 통해 수거되었다. 조사내용은 군대 내에서 일반적으로 이루어지고 있는 상담실태, 군 상담에 대한 기대, 동료상담에 대한 생각 등과 관련하여 설문지로 제작되었고, 전·현직 군 상담 전문관과 솔리언또래상담 전문지도자 4명의 자문을 구하여 문항을 정리하였다. 설문조사 결과는 SPSS 12.0 통계 패키지를 사용하였다(면접조사내용은 별첨 참조).

### 나) 기초요구조사 결과

#### (1) 군 지휘관

표 2. 일반적인 상담 실태

문항	범주	N	%
부대 내에서 이루어지는 상담 가운데 가장 큰 비중을 차지하는 것은 무엇입니까? n=62	2.전입신병상담	31	50.0
	3.호출상담	19	30.6
	1.자원상담	12	19.4
	4.기타	8	12.9
병사들이 주로 상담하는 문제는 무엇입니까? n=62	9.임무수행의 어려움	23	37.1
	4.부대 내 전우와의 관계	22	35.5
	1.가정문제	18	29.0
	7.건강	13	21.0

문항	범주	N	%
	3.이성	12	19.4
	8.내무생활	12	19.4
	2.학업 및 진로	11	17.7
	10.성격문제	8	12.9
	11.기타	4	6.5
	5.성문제	2	3.2
	6.경제적 문제	2	3.2
병사들의 문제를 파악하고 해결하기 위하여 바람직하다고 생각하는 방법은 무엇입니까? n=61	4.전문기관 또는 전문가의 자문을 받는다.	24	39.3
	1. 전 병사들로 하여금 무기명으로 자신의 문제를 적어내게 한다.	23	37.7
	5.상담병을 활용한다.	15	24.6
	3.계급별 간담회를 갖는다.	11	18.0
	6.기타	3	4.9
	2. 간부들이 생각하는 병사들의 문제를 적어내게 한다.	1	1.6

표 3. 군 상담 실태 및 기대

문항	범주	N	%
귀하가 상담활동 시 어려움이 있다면 그 요인은 무엇이라고 생각하십니까? n=62	4.상담자의 전문지식 및 상담기술의 부족	26	41.9
	1.업무량 과다/ 시간부족	20	32.3
	3.병사들의 상담에 대한 인식 부족	12	19.4
	2.간부들의 심리상담에 대한 인식 부족	9	14.5
	5.기타	2	3.2
병사들의 문제해결을 위해 가장 바람직한 방법은 무엇이라고 생각하십니까? n=61	2.전문상담이 필요	28	45.9
	3.동료들끼리 대화시간 필요	21	34.4
	1.고충 처리함을 활성화	12	19.7
	5.취미생활을 할 수 있는 시간 확보	5	8.2
	6.종교생활을 할 수 있는 시간 확보	4	6.6
	4.휴식시간 증가	3	4.9
	7.기타	1	1.6
상담을 하면 어떤 부분이 가장 도움이 된다고 생각하십니까? n=61	3.부대 내 원활한 의사소통	28	45.9
	1.병사들 심리파악	26	42.6
	2.사고예방	24	39.3
	4.기타	0	0

표 4. 동료상담에 관한 것

문항	범주	N	%
동료상담자가 있다면 병사들에게 어떤 도움을 줄 수 있을 것으로 기대하십니까? n=61	2.전우의 문제를 조기에 발견할 수 있다.	27	44.3
	1.문제 있는 전우의 고민을 들어줄 수 있다.	24	39.3
	3.문제를 지닌 전우에게 도움을 줄 수 있는 대상을 연결해 줄 수 있다.	15	24.6
	5.부대 내 분위기를 바꿔줄 수 있다.	6	9.8
	6.부대 내 사고발생을 바꿔줄 수 있다.	5	8.2
	4.전우의 문제를 해결해줄 수 있다.	4	6.6
	7.기타	1	1.6
	동료상담자를 훈련한다면 그 대상은 누구라고 생각하십니까? n=61	3.기본권 상담병	23
2.분대장		16	26.2
5.계급별 선정		14	24.6
1.군종병		14	23.0
4.자원병사		8	13.1
6.기타		3	4.9
동료상담자 훈련시 필요한 교육 내용은 무엇이라고 생각하십니까? n=61	2.기초상담기술(경청, 공감, 반영 등)	32	52.5
	1.의사소통 기술(대화기술)	29	47.5
	4.인성교육	19	31.3
	5.심리검사	9	14.8
	3.리더십기술	6	9.8
	6.이상행동의 이해	5	8.2
	7.기타	2	3.3

(2) 군 병사

표 5. 일반적인 상담실태

문항	범주	N	%
고민이 있다면 어떻게 처리하니까? 해당되는 번호에 모두 체크하여 주십시오.	3.동료와 이야기 한다.	285	54.9
	1.운동을 한다.	198	38.0
	4.잠을 잔다.	129	24.8
	10.사색을 한다.	126	24.3
	6.다른 사람에게 도움을 구한다.	98	18.9
	7.책을 읽는다.	98	18.9
	8.동료나 상급자(군종장교, 군의관, 전문상담관 등)에게 상담을 하여 해결한다.	86	16.5
	2.종교행사에 참여한다.	76	14.6
	5.먹는다.	77	14.9
	9.일기나 편지를 쓴다.	68	13.1
	11.기타(직접기술)	49	9.4

문항	범주	N	%
자신의 고민을 다른 누구에게 상담해 보았습니까? 해당되는 번호에 모두 체크하여 주십시오.	3.전우	344	63.2
	7.친구, 애인	272	49.9
	1.가족	212	39.0
	8.혼자 고민한다.	162	29.7
	2.간부	97	17.8
	4.군종병 및 구종장교	46	8.4
	6.전문상담관	27	5.0
	9.기타(직접기술)	17	3.1
	5.군의원	4	0.7
여러분이 현재 가지고 있는 가장 큰 고민은 무엇입니까?	2.학업 및 진로	293	55.0
	6.경제적 문제	49	9.2
	1.가정문제	45	8.4
	8.내무생활	42	7.9
	10.성격문제	41	7.7
	7.건강	39	7.3
	9.임무수행의 어려움	39	7.3
	3.이성	36	6.8
	4.부대 내 전우와의 관계	33	6.2
	11.기타(직접기술)	28	5.3
	5.성문제	2	0.4

표 6. 군 상담 실태 및 기대

문항	범주	N	%
상담을 해주는 대상으로 가장 적합하다고 생각되는 사람은 누구입니까?	3.전우	223	40.3
	7.친구, 애인	172	30.9
	1.가족	144	25.9
	6.전문상담관	98	17.6
	2.간부	78	14.0
	4.군종병 및 군종장교	49	8.8
	8.기타(직접기술)	8	1.4
	5.군의원	5	0.9
여러분이 가장 원하는 상담의 형태는 무엇입니까?	2.상담자와의 직접 대면상담	343	63.1
	3.같은 문제를 가진 전우들과 집단상담	149	27.3
	4.사이버상담	38	7.0
	1.전화상담	25	4.6
	5.기타(직접기술)	12	2.2

문항	범주	N	%
병사들의 고민을 해결하기 위해 가장 바람직한 방법은 무엇이라고 생각합니까?	4.휴식시간 증가	197	35.8
	3.전우들끼리 대화시간 필요	151	27.4
	5.취미생활을 할 수 있는 시간 확보	148	26.8
	2.전문상담이 필요	94	17.1
	1.고충 처리함을 활성화	42	7.6
	6.기타	18	3.3
만약 귀하가 상담을 받는다면 어떤 도움을 받고 싶습니까?	3.나에게 조언과 정보를 주었으면 좋겠다.	314	57.4
	4.나의 문제에 해결책을 제시해 주었으면 좋겠다.	125	22.9
	1.나의 고민에 대해 이해받고 싶다.	82	15.0
	2.위로와 지지를 받고 싶다.	50	9.2
	5.기타(직접기술)	14	2.6

기초요구조사 결과에 의하면 동료상담자 훈련 시 가장 필요한 교육내용은 경청, 공감, 반영 등 ‘기초상담기술’(52.5%), ‘의사소통기술’(47.5%), ‘인성교육’(31.3%) 순이었다. 또한 병사들이 상담을 통해 받고 싶은 도움으로는 ‘나의 문제에 대한 조언과 정보’(57.4%), ‘나의 문제에 대한 해결책 제시’(22.9%), ‘나의 고민에 대해 이해받고 싶다’(15.0%)로 나타났다. 또한 현재 이들이 하고 있는 가장 큰 고민의 범주는 ‘학업 및 진로’(55%)가 가장 많았으며, 다음으로는 ‘경제적 문제’(49%), ‘가정문제’(45%), ‘내무생활의 어려움’(42%)을 호소하였다. 또한 병사들은 자신의 문제로 부대 내에서 상담을 받아 보았는가? 라는 질문에 75.7%가 ‘아니다’라고 대답을 하였으며 그 이유에 대해서는 ‘의논할 고민이 없어서’(51.9%), ‘의논해도 도움이 될 것 같지 않아서’(23.6%), ‘내 문제를 말하기 싫어서’(16.2%), ‘비밀보장이 안 될 것 같아서’(11.0%)로 나타났다.

위의 조사결과에서 나타나듯이 군 솔리언들에게는 전문적인 상담자의 역할보다는 병사들의 군 생활을 돕는 멘토로서의 역할이 기대된다. 일반적으로 멘토란, 그 역할 면에서 본다면 ‘조직 내에서 조언과 상담을 해주며 도움을 주는 사람’으로 역할모형이 되어 주고 지원 및 지도, 피드백을 제공해주는 사람이라고 정의할 수 있을 것이다. 군대라는 조직 내에서 동료상담자가 문제를 직접적으로 해결해주는 것은 제한적일 수밖에 없다. 또한, 전문적인 상담훈련을 받은 자도 적고, 원한다고해서 받을 수 있는 실정도 아니다. 이미 사병들이 조사에서 응답했듯이 자신의 고민을 이해해주고, 문제에 대한 조언과 정

보를 제공해 줄 수 있는 솔리언의 역할이 중요할 것이다. 이러한 경우 멘토로서의 모습에는 부대 내 생활을 원활하게 해 줄 수 있는 다양한 정보를 전달하는 것도 중요한 역할 중 하나일 것이다. 멘토로서 동료에게 편안하게 다가갈 수 있도록 하는 초기 관계 형성기술과 의사소통기술, 또한 조사결과에서 동료상담자 훈련 시 필요한 요소라고 꼽고 있다.

### 3) 전문가 협의 및 현장연구 집단의 구성 및 운영

전·현직 군 상담 전문관인 전문상담자 2인 및 본원 연구진으로 구성된 현장연구집단을 구성하여 기초요구조사 문항을 구성하였으며, 프로그램 개발 방향과 프로그램 구성 내용에 관해 현장자문 및 협의과정을 거쳤다.

### 4) 프로그램 초안 개발

문헌연구 및 기초요구조사를 바탕으로, 현장연구집단의 운영과정을 통해 군 솔리언 프로그램 기본적인 취지 및 목적, 군 장병 및 군의 요구에 부합되는 군 솔리언 프로그램을 구성하였다.

본 연구에서는 군 솔리언을 동료 장병들의 군 생활에서의 어려움을 알아주는 좋은 동료, 군 생활 어려움을 이해하고 이야기를 나눌 수 있는 대화하는 동료, 군 생활 적응 및 구체적인 도움을 주는 동료로 정의하였다. 각 영역에 적합한 훈련내용 구성을 위하여 군 장병 및 간부를 대상으로 군 솔리언 프로그램의 요구조사를 실시하였다. 또한 한국청소년상담원에서 개발된 단계별 또래상담 프로그램(2000)의 좋은 친구 되기, 대화하는 친구 되기, 도움주는 친구 되기 영역에서 솔리언 또래상담자의 역할과 기술에 대한 훈련 내용과 외국의 부대에서 도입하고 있는 멘토링의 활동을 중심으로 프로그램을 구성하였다.

### 5) 프로그램 시범운영

현장연구 전문가가 소속된 H 지역 군부대에 7월 동안 2일에 걸쳐서 1집단, 또래전문 지도자가 활동하고 있는 K 지역 군부대에 8월-9월 동안 6일에 걸쳐 4집단을 대상으로 군 솔리언 프로그램의 시범운영이 실시되었다.

## 6) 프로그램 수정 및 보완

프로그램에 참여하였던 군 장병들을 대상으로 시범운영 후 실시한 프로그램 만족도 평가 등 결과를 분석하고, 시범운영을 실시하였던 전문가 협의회를 통해 군 상담전문가와 또래상담전문지도자의 자문을 얻어 프로그램에 대한 수정 및 보완작업을 하였다.

## 7) 프로그램 지침서 개발

수정 보완된 프로그램을 더욱 정교화하고, 이를 시행할 수 있는 지도자 지침서 및 교구를 제작하여 본 프로그램을 최종적으로 개발하였다.

# 2. 군 솔리언 개발프로그램의 내용

## 가. 프로그램 내용

군 솔리언 프로그램을 구성하는데 있어서는 청소년용 단계별 또래상담 프로그램(이상희, 노성덕, 이지은, 2000)을 근간으로 하였다. 군 솔리언 프로그램에서도 또래상담자의 기본 개념인 ‘친한 친구 되기’, ‘좋은 친구 되기’, ‘도움 주는 친구 되기’의 큰 틀을 주축으로 하되 이론적 배경과 기초요구조사를 토대로 군 상황에 맞는 프로그램의 기본구조와 프로그램의 내용을 구성하였다.

본 연구에서 개발한 프로그램은 하루 8시간 총 5부에 걸친 훈련내용으로 부대 실정에 맞는 일일용 프로그램으로 개발하였다. 한 집단은 10명~12명으로 구성된다.

군 솔리언 프로그램은 모두 다섯 부분으로 구성된다. 1회기 들어가기, 2회기 친한 동료 되기, 3회기 대화하는 동료 되기, 4회기 도움 주는 동료 되기, 5회기 마무리로 구성된다. 프로그램의 내용과 목적은 <표 2>에 나와 있으며 세부내용은 <부록2>에 제시되어 있다.

1부 들어가기에서는 처음 만나는 참가자들 사이에 어색한 분위기를 해소하고 친밀감 형성을 위한 워밍업과 군 솔리언 프로그램에 대한 소개, 그리고 참가자들이 자신을 소개하는 시간을 통해 친밀감과 동기를 높일 수 있도록 하였다. 군대는 다양한 환경에서

성장한 장병들이 모인 집단이기 때문에 개인적인 사항보다는 공식적으로 소속과 계급 훈련프로그램에 참가하게 된 동기 정도로 자신을 간단하게 소개하도록 하여 참가자 간에 어색함을 줄이고 친밀감을 느낄 수 있도록 하였다. 그리고, 군 솔리언 프로그램에 대한 소개를 통해 군 솔리언 프로그램 정의, 목적, 구성과 운영에 대한 내용을 교육함으로써 참가자가 군 솔리언 프로그램에 대하여 명확히 인지하도록 하며 그들의 역할을 이해하도록 하였다.

2부 좋은 군 솔리언 되기에서는 군 동료라는 의미는 무엇인지에 대해서 생각해 보고 군 솔리언으로서 자신은 어떤 성향을 지니고 있는지를 점검하도록 하였다. 이를 위해 군 동료의 의미를 생각해 보고 군 동료에 대한 관심을 가지며, 성격관련 검사지를 통하여 자신의 성격을 이해하는 활동을 하였다. 이러한 객관적인 검사결과를 통해 자신을 이해하고 군 솔리언 역할 수행에 있어서 장점과 보완해야 할 점들을 확인하는 기회를 갖는 것을 목적으로 한다.

3부 대화하는 군 솔리언 되기에서는 군 솔리언으로서 동료상담을 할 때, 사용할 수 있는 상담기술 및 전략들을 익히도록 하였다. 솔리언또래상담의 잘 듣는 것은 기본, 대화를 이끌어 가는 전략, 정서조절, 원무지개 전략의 기술들을 바탕으로 상담의 기본적인 경청, 공감, 정서조절, 그리고 문제해결을 위한 활동을 하였다. 상담에 대한 경험이 없는 군 장병들이므로 상담을 어떻게 해야 하는지에 대한 기본적인 기술들을 익혀 상담에 대한 불안을 낮추고 효과적으로 동료상담을 수행하도록 하는 것을 목적으로 한다.

4부 도움 주는 군 솔리언 되기에서는 군 솔리언으로서 구체적인 도움을 주기 위한 활동으로 구성된다. ‘이럴 때 어떻게 하지?’와 ‘실패는 성공의 어머니’는 대표적인 멘토링 프로그램으로 멘토로서 군 솔리언이 후임병에게 군 생활에 필요한 보직에 대한 정보를 효과적으로 전달하고 습득할 수 있도록 하며, 부대 내에서 발생하는 다양한 문제에 대해 서로의 경험을 이야기하고 대처방안을 마련하도록 하는 활동이다. 이러한 프로그램은 멘토링 기술 중 ‘코칭’과 ‘경험으로부터 학습’의 개념으로 보다 구체적인 도움활동에 대한 지도가 이루어지도록 한다. 또한 ‘새로운 동료를 환영합니다’는 군 솔리언으로서 새로 입대한 신입병, 후임병이 군 생활에 잘 적응할 수 있도록 다가가는 방법을 훈련하는 것으로 지금까지 훈련받은 군 솔리언의 활동을 역할극을 통해 연습해 본다.

5부 마무리에서는 4부까지의 프로그램에서 배웠던 상담기술과 전략들을 활용하여 참가자들이 역할극을 통하여 군 솔리언으로서 활동해 보는 연습을 통해 종합적인 정리를 해 보도록 하였다. 마음의 선물주기, 상장주기 등을 통하여 군 솔리언들이 서로 힘있게

활동할 수 있도록 지지하였다.

표 7. 프로그램 구성내용

회기	내용	프로그램의 세부목표	시간
1부 들어가기	<ul style="list-style-type: none"> <li>강사소개</li> <li>모듬나누기</li> <li>자기소개하기</li> <li>군 솔리언 훈련 프로그램 소개</li> <li>규칙정하기</li> </ul>	<p>첫째. 본 프로그램의 목표 및 프로그램 진행 과정에 대해 이해한다.</p> <p>둘째. 참가자가 서로를 알고 친밀감과 신뢰를 형성한다.</p> <p>셋째. 프로그램 활동과정에 필요한 규칙을 익힌다.</p> <p>넷째. 역할 연습을 통해 동료에게 신뢰롭고 친밀하게 다가가는 방법을 익힌다.</p>	120분
2부 좋은 군솔리언 되기	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ice Breaking</li> <li>되고 싶은 군 솔리언</li> <li>타입으로 만나는 나</li> </ul>	<p>첫째. 동료의 의미를 인식하고 동료관계 형성을 위한 신뢰감을 형성하도록 한다.</p> <p>둘째. 자기 자신을 이해하는 과정을 통해 군 솔리언 역할을 수행하는데 있어서의 장점과 보완해야할 점을 알아본다.</p> <p>셋째. 서로 다른 관점을 이해하고 수용할 수 있도록 한다.</p> <p>넷째. 개인의 차이를 인정하고 수용, 존중하는 마음을 가진다.</p>	180분
3부 대화하는 군솔리언 되기	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ice Breaking</li> <li>잘 듣는 것은 기본</li> <li>대화를 이끌어 가는 전략</li> <li>정서조절</li> <li>도움 주기 위한 상담전략 (Career advising)</li> </ul>	<p>첫째. 공감의 중요성을 배우고 익히며 적극적으로 경청하는 군솔리언이 된다.</p> <p>둘째. 대화하면서 공감할 줄 안다.</p> <p>셋째. 의사소통기술을 익힘으로써 대화를 잘 이끌어나간다.</p> <p>넷째. 감정을 조절하면서 대화할 수 있다.</p>	120분
4부 도움 주는 군솔리언 되기	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ice Breaking</li> <li>이럴 때는 어떻게 하지? (Coaching)</li> <li>실패는 성공의 어머니 (Learning from experience)</li> </ul>	<p>첫째. 신병이 군 생활에 잘 적응할 수 있도록 구체적인 도움을 주는 방법을 익힌다.</p> <p>둘째. 특정한 업무에 대한 구체적인 가이드를 제공할 수 있게 한다.</p> <p>셋째. 과거경험을 통한 문제해결 방법을 안다.</p> <p>넷째. 진로계획에 도움을 주기 위한 전략을 세운다.</p>	180분
5부 마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>대화 종합 연습</li> <li>마음의 선물주기</li> <li>상장주기</li> <li>프로그램 평가</li> </ul>	<p>첫째. 마음의 선물주기를 통하여 참여자간의 관심과 따뜻함을 전한다.</p> <p>둘째. 종합적인 연습을 통하여 군 솔리언으로서의 역할을 강화한다.</p> <p>셋째. 프로그램에 대한 평가를 한다.</p>	120분

### 3. 프로그램의 운영방법

#### 가. 교육기간 및 시간

본 훈련프로그램은 2일(12시간)에 걸쳐 집중적으로 이루어진다. 군 솔리언 프로그램은 군의 특성상 주 1회로 프로그램이 운영될 경우 참가 대상 확보가 어려웠다. 따라서 군의 일정과 상황을 고려하여 2일에 걸쳐 집중적으로 프로그램이 진행된다.

#### 나. 프로그램 훈련방식

군 솔리언 프로그램의 효율적 운영을 위하여 다음과 같은 훈련방법을 사용하였다.

##### 1) 촉진활동

군의 경우 자발적인 활동이 이루어지기 보다는 일방적으로 상급자에 의해 솔리언으로 선정되어 역할을 수행하게 된다. 따라서 본 프로그램을 시작하기에 앞서 각 회기에서 다루는 주제 및 내용과 관련이 있는 촉진활동을 통해 긴장감을 이완시키고 그 시간에 이루어질 내용을 함축적으로 다룰 수 있도록 활동을 구성할 것이다. 본 프로그램에서는 프로그램이 시작되는 도입부에 이루어진다.

##### 2) 집단토의

집단토의는 집단의 구성원들이 서로의 경험과 감정, 생각과 의견을 교환하는 상호작용을 통해 또래상담에 필요한 인성적 측면과 기술적 측면의 성장과 학습이 이루어지는 것을 의미한다. 본 프로그램에서 활용한 집단토의는 두 가지 방법이 있다. 하나는 주제에 관련된 집단원의 경험과 생각을 서로 교환하며 지금-여기(here and now)에서의 상호작용을 촉진하고, 집단원들간 상호 이해를 증진시키는 것이다. 다른 한 가지는 경험적 학습 사이클(Experiential Learning Cycle: Rosenroll, 1998)을 적용한 것으로 참여자들이 직접 느끼고 경험한 것에서 의미를 찾아내고 성찰함으로써 학습내용을 실제로 내면화할 수 있도록 하는 것이다. 군 솔리언 프로그램에서는 다른 솔리언 프로그램보다 이러한 경험적 접근을 더 많이 활용하게 된다.

### 3) 직접적 교수

군 솔리언들에게 의사소통과 관련된 구체적인 기술을 직접적으로 명확하게 교육하고 훈련하는 방법이다. 본 프로그램이 일반 집단 상담과 구별되는 점은 후자가 집단 경험을 통해 자기와 타인에 대한 깊은 이해와 성장이 목적이라면 본 프로그램에서는 구체적인 의사소통 기술, 상담기술을 습득하고 타인을 돕는 측면이 강조된다, 따라서 구체적인 내용을 효과적으로 전달하기 위해서는 직접적인 교수가 병행되어야 한다. 본 프로그램에서도 군 솔리언이 기본적으로 습득해야할 기술과 전략을 강의를 통해 직접 가르칠 수 있도록 하였다.

### 4) 역할연습

역할연습은 군 솔리언을 훈련시킬 때 상담하는 장면을 나누어 직접 구성해 봄으로써 훈련장면에서 직접 상담을 경험할 수 있도록 한다. 이러한 방법은 내담자의 입장, 상담자의 입장을 여러 각도에서 조망해 볼 수 있는 계기를 마련해 주기 위해서이다. 역할연습은 2가지 내용으로 구성한다, 첫 번째 내용은 워크북에 제시되어 있는 예문을 가지고 상담자 내담자 관찰자 역할을 나누어 연습을 하는 것이다. 이는 직접적인 자신의 문제가 아니어서 큰 무리 없이 객관적인 상황을 경험해 볼 수 있는 장점이 있다. 두 번째는 자신의 경험을 공개하고 이야기로 엮은 후 이를 가지고 역할연습을 하는 것이다. 보통 첫 번째 내용을 수행한 후 두 번째 내용을 다루도록 하는데 이는 참가자들이 준비되지 않은 채 자기문제를 노출시켜야 하는 부담을 줄여주기 위해서이다.

### 5) 모델학습

본 프로그램에서는 모델학습을 역할시연으로 활용한다. 즉 솔리언으로서의 역할을 지도자가 집단 앞에서 시연함으로써 훈련생들이 배울 수 있도록 하는 것이다. 제시된 예시문이나 상담사례를 지도자와 훈련생이 역할을 나누어 시연함으로써 상담 장면에서 발생 할 수 있는 사태에 대처하는 방법 등을 미리 배울 수 있게 하고자 이 방법을 활용하였다.

훈련시간 중에 배운 솔리언의 태도, 상담기법과 전략을 내면화하기 위해서는 실제적인 연습이 필요하기 때문에 이를 위해 보통의 경우는 다음 회기까지의 과제를 제시한다. 그러나 군 솔리언 훈련의 경우, 일일 프로그램이므로 이 부분이 다소 미흡하다는

제한점이 따른다.

#### 6) 훈련프로그램 교구제

군 솔리언 프로그램의 소개와 멘토로 구성된 활동들과 관련된 자료들은 참가자의 흥미와 참여도를 높이기 위한 보조자료로 개발하였다. 이러한 시각적 자료를 통하여 지도자의 훈련운영을 용이하게 하고 참가자의 프로그램 내용에 대한 이해를 높인다.

## IV. 프로그램 시범운영

### 1. 시범운영 진행과정

군 솔리언 프로그램에 대한 내용과 방법을 검증하고 수정 보완하기 위해 군 장병들을 대상으로 7월-9월 동안에 육군부대 4집단에서 실시되었다. 시범운영은 시범운영의 지도자는 군부대 소속의 기본권전문상담관 1명과 솔리언포래상담전문상담자 1명으로 군 솔리언 프로그램에 대한 지도자교육을 통해 프로그램 내용과 운영방법을 숙지하였다. 프로그램이 운영된 장소는 주로 부대 내 교회와 체력 단련실, 그리고 도서실이였다.

표 8. 시범운영 일정 및 참가자 수

집단	일시	내용	인원수
1집단	2008년 7월 23일	- 1부 들어가기 - 2부 좋은 군 솔리언 되기	27
	2008년 7월 24일	- 3부 대화하는 군 솔리언 되기 - 4부 도움 주는 군 솔리언 되기 - 5부 마무리	
2집단	2008년 8월 26일	- 1부 들어가기 - 2부 좋은 군 솔리언 되기	10
	2008년 9월 2일	- 3부 대화하는 군 솔리언 되기 - 4부 도움 주는 군 솔리언 되기 - 5부 마무리	
3집단	2008년 8월 28일	- 1부 들어가기 - 2부 좋은 군 솔리언 되기	24
	2008년 8월 29일	- 3부 대화하는 군 솔리언 되기 - 4부 도움 주는 군 솔리언 되기 - 5부 마무리	
4집단	2008년 9월 11일	- 1부 들어가기 - 2부 좋은 군 솔리언 되기	31
	2008년 9월 12일	- 3부 대화하는 군 솔리언 되기 - 4부 도움 주는 군 솔리언 되기 - 5부 마무리	

## 2. 시범운영 참가자

시범운영의 참가자는 K지역 육군부대에 있는 군 장병 92명이였다. 이들은 군 간부의 추천을 받은 상담병, 선임병으로 구성되었다. 참가자의 직급은 일병부터 병장까지 다양하게 분포되어 있었다.

## 3. 시범운영 평가

### 가. 프로그램 평가개요

본 프로그램에 대한 평가는 두 가지 측면에서 이루어졌다. 첫 번째로 전체 프로그램에 대한 각각의 회기별 만족도를 묻는 질문지를 프로그램 운영 후 배부하여 작성하도록 하였다. 그리고 주관식 문항으로 프로그램에서 가장 기억에 남았던 것과 아쉬웠던 것을 질문하여 참여자들이 자유롭게 기술하도록 하였다. 두 번째로 본 연구에서는 참가자 관점 평가(이호준, 2006)를 활용하였다. 참가자 관점의 평가 척도는 프로그램의 성과만이 아니라 과정적 측면에 대한 정보를 얻을 수 있다. 또한 프로그램 수정을 위해 참가자들의 의사와 욕구를 알기위해서 효과성, 참여성, 충실성, 신뢰성, 편의성의 영역에서 평가할 수 있다. 본 척도는 지금까지 부모교육 등 성인교육을 대상으로 프로그램의 효과성과 운영에 대한 평가를 위한 것 이었다. 본 연구에서는 군 솔리언 평가에 맞게 일부 내용을 수정하여 실시하였다.

표 9. 프로그램 평가지

No.	질문지명	영역	내용	문항수
1	프로그램 회기별 만족도	- 전체프로그램	5점 리커트	1
		- 회기별 활동	5점 리커트	16
		- 기억에 남는 점	주관식	1
		- 아쉬운 점	주관식	1
2	참가자 관점 평가척도	- 효과성		6
		- 참여성		6
		- 충실성	5점 리커트	6
		- 신뢰성		5
		- 편의성		3

## 나. 프로그램 평가결과

### 1) 참가자 프로그램 회기별 만족도

#### 가) 전체 프로그램에 대한 평가

전체 프로그램 느낌에 대한 평가 점수는 리커트 방식의 5점 척도를 사용하였으며, 참가자들은 4.46으로 전반적으로 프로그램에 대한 높은 만족도를 보였다.

#### 나) 회기별 프로그램에 대한 평가

회기별로 도움 정도에 대한 평가는 리커트 방식의 5점 척도를 사용하였다. 참가자들은 회기별 활동에서 잘 듣는 것은 기본과 타입으로 만나는 나가 4.56으로 가장 높았고, 대화를 이끌어가는 전략 4.55그리고 도움을 주기 위한 상담전략이 4.5 순으로 나타났다. 군 솔리언 프로그램 참가자들은 군 솔리언으로서 상담기술과 전략을 배우는 데 만족도가 높게 나타났으며, 특히 솔 리언을 역할을 수행하는데 자신의 성격 특성을 알아봄으로써 자신을 이해하는 과정인 타입으로 만나는 나에 높은 만족도를 표현하였다. 반면에 1부의 들어가기에서 이루어지는 군 솔리언 프로그램의 소개나 규칙정하기, 자기소개하기 등의 움직임이 적고 강의 중심의 활동에서는 낮은 만족도를 나타내었다.

표 10. 프로그램 회기별 평가

회기	활동 내용	회기평균	영역평균
1부 들어가기	군 솔리언 토래상담 소개	4.15	4.06
	규칙정하기	3.76	
	모둠 나누기	4.16	
	자기소개하기	4.1	
	새로운 동료 환영	4.12	
2부 좋은 군 솔리언 되기	되고 싶은 군 솔리언	4.18	4.37
	타입으로 만나는 나	4.56	
3부 대화하는 군 솔리언 되기	잘 듣는 것은 기본	4.56	4.50
	대화를 이끌어가는 전략	4.55	
	정서조절	4.38	
4부 도움 주는 군 솔리언 되기	이럴 때는 어떻게 해야 하지?	4.21	4.30
	실패는 성공의 어머니	4.2	
	도움을 주기 위한 상담전략	4.5	

회기	활동 내용	회기평균	영역평균
5부 마무리	마음의 선물주기	4.13	4.19
	대화 종합 연습	4.25	
	상장주기	4.18	

## 2) 참가자 관점 평가 척도

군 솔리언 프로그램의 과정을 참가자의 관점에서 다각적으로 평가하기 위하여 참가자 관점의 평가척도를 실시하였다. 본 평가에서 5가지 영역- 효과성, 참여성, 충실성, 신뢰성, 편의성을 평가하였으며, 그 결과는 <표11>과 같다. 군 솔리언 프로그램의 참가자들은 충실성(4.36)과 신뢰성(4.54)에서 가장 높은 평가를 나타냈다. 신뢰성은 프로그램을 운영하는 기관에 대한 전체적인 신뢰도뿐만 아니라 프로그램 운영전반에 대한 만족도와 관련된 준거로 참가자들은 4.54의 가장 높은 만족을 보였다. 그 결과 참가자들은 기관에 대한 신뢰를 바탕으로 프로그램 운영에 만족하였던 것으로 보여 진다. 또한 두 번째로 충실성은 프로그램의 내용뿐만 아니라 이를 전달하는 강사의 준비성, 태도 등을 통해 참가자들이 느끼는 강의 전반에 대한 만족도와 관련된 준거로 4.36의 높은 만족을 보였다. 이러한 결과는 참가자들이 프로그램의 내용과 운영면에서 군 솔리언 충분히 준비된 강사가 참가자의 요구를 파악하여 충실히 내용을 전달했던 것으로 이해된다.

반면에 프로그램이 실시되는 장소의 여건과 관련된 준거라고 할 수 있는 편의성의 부분에서는 가장 낮은 점수를 보였다. 이는 군부대 내에 상담훈련을 할 수 있는 장소는 제한적이며 상담을 위한 환경적인 준비가 마련되어야 함을 반영한다고 보여 진다.

표 11. 참가자 관점 평가 결과

(N = 65)

요인	평균
효과성	4.26
참여성	4.21
충실성	4.36
신뢰성	4.54
편의성	3.84

### 3) 프로그램에서 아쉬운 점

참가자들은 대부분 상담을 잘 알지 못하거나 한 번도 경험해 보지 못한 군 장병들도 있었으므로 **상담에 대한 이해와 깊이 있는 상담교육을 더 제공해 줄 것**을 요구했으며, 프로그램의 시간이 내용에 비해 짧았던 것을 아쉬워했다. ‘짧은 시간에 함축하였던 프로그램이라 더 배우고 싶은데 끝나버렸다’ ‘시간이 없어 짧은 시간에 전달하려니 더 깊게 알지 못했다’ ‘활동의 개수가 많고 다양해서 조금 간결했으면 좋겠다’ 등이 있었다. 또 상담사례와 같은 간접체험을 하는 활동이나 구체적인 상담 방법 등을 연습해 보고 싶다는 제안을 했다. **프로그램 참가인원수에 대해서도 10명~12명 정도가 적절한 것** 같다는 의견을 나타냈다. 참가인원이 20명이상일 경우 프로그램에 주의를 기울이기 어려워 산만해 질 수 있음을 지적하였다. 그리고 **참가자의 자격에 대해서도 군 솔리언 훈련을 받고 싶어하는 사람이 참가할 수 있도록** 하여 프로그램에 적극적으로 참가하며 교육의 흐름이 끊기지 않도록 했으면 좋겠다는 의견도 나타냈다.

또한 군사 훈련으로 2일중 1일밖에 참석하지 못하는 아쉬움을 드러내는 참가자도 다수 있었다. 그밖에 **협소한 공간** 때문에 불편감을 느끼거나 시간조절을 통해 효율적으로 활동시간과 휴식시간을 운영 하는 것에 대한 제안이 있었다.

### 4) 프로그램의 좋았던 점

프로그램의 참가자들은 기억에 남는 프로그램으로 ‘**타입으로 만나는 나**’에서 성격검사를 활용하여 **자신의 성격을 알아보고 나와 타인을 이해해 보는 시간**이 가장 기억에 많이 남고 만족스러웠다고 응답했다. 참가자들은 ‘나의 성격을 알 수 있어서 다른 사람에게 어떻게 대해야 할지 알게 되었다’ ‘나와 다른 성격에 대한 이해에 많은 도움이 되었다’ ‘나와 다른 성향을 가진 사람도 이해해줘야 한다는 것을 느낄 수 있었고 남에게 다가가는 것이 어렵지 않을 것 같다’고 했다. 그리고 **대화를 이끌어 가는 기술과 전략**을 다루었던 3부 대화하는 군 솔리언 되기와 4부 도움 주는 군 솔리언 되기에서 높은 만족감을 나타냈다. ‘잘 듣는 것은 기본’으로 경청의 활동에서는 ‘잘 들어야 한다는 중요성을 알았고, 경청하는 것이 상대방의 마음을 여는 것에 있어 가장 중요한 덕목이라는 생각이 들었다’ ‘평소 남의 이야기를 귀담아 듣지 않던 나를 돌아보는 기회가 되었다’라고 하였다. ‘대화를 이끌어가는 전략’에서는 ‘구체적인 상담기법이 도움이 되었고 쉽게 접근하기 힘든 문제에 있어서도 간결하면서도 힘을 실을 수 있는 대화 기법인 것 같았다’

‘상대방과 대화할 때 어떤 내용으로 어떤 방식으로 해야 할지 잘 알 수 있었다’라고 하면서 실질적인 상담활동에 도움이 될 것 같다고 했다. 특히 참가자들은 역할극에 많은 의미를 부여하고 만족스러움을 표현했다. 타인의 입장에 대해 간접적으로 느낄 수 있었고, 실제 해 보니 더 잘 이해가 되었다는 반응을 보였다. 실제로 연습해 보면서 군대의 문제를 위주로 다루어 확실히 심적으로 다가왔다고 했다. 참가자들은 주로 프로그램을 통해 자신을 이해하고 솔리언으로 활동하게 될 때 직접적으로 도움이 될 수 있는 상담 기술 훈련을 배울 수 있었다는 것에 높은 만족을 나타냈다.

## V. 요약 및 제언

한국청소년상담원에서는 1994년이래로 솔리언또래상담이라는 고유한 프로그램을 개발 보급하고 있다. 솔리언또래상담은 가장 큰 장점은 연령이나 대상에 관계없이 같은 생활 공간에 지내고 있는 동료들 간에 정서적인 어려움, 대인관계의 어려움, 생활에서의 적응 등 다양한 문제에 대하여 자연스럽게 도움을 줄 수 있다는 것이다. 그 도움이 전문적이고 구체적이지 않더라도 함께 생활하는 동료의 어려움을 조기에 발견하고 이에 따라 도움을 받을 수 있는 정보의 제공은 문제 예방에도 매우 효과적인 것으로 평가되고 있다. 솔리언 또래상담 이미 초·중·고·대학교를 중심으로 적용되고 있으며 그 효과에 대한 긍정적 평가가 이루어지고 있다. 이에 군으로 대상 확대하여 병사들의 심리적 건강을 돕고, 군대내 사고 예방과 궁극적으로는 건강한 군 문화 확산에 기여할 수 있도록 군 솔리언 프로그램을 개발하였다.

후기 청소년기에 해당하는 우리나라 남자 청년들은 대부분 의무적으로 군에 입대하여 일정기간 복무한다. 다양한 발달과업을 수행해야 하는 이 시기에 자의 보다는 타의에 의해 입대한 비율이 높은 청년들은 임무수행과 이에 따른 책임이 강조되고, 명령에 대한 복종과 규율엄수가 우선인 환경에 처하면서 많은 스트레스를 경험하고 있다(김종태, 1981; 김태식 2007 재인용). 이러한 스트레스는 크고 작은 군대내의 사고로 이어지는 경우가 많다. 특히 탈영, 폭력, 자살에 이르는 군대내 사고는 병사들의 스트레스에 대한 특별한 관리와 외부의 전문적인 상담 개입이 요구되었다. 그러나 군에서 이루어지는 군 상담의 경우 군 상담전문가의 부족으로 다양한 문제에 적극적인 개입과 지원이 어려운 경우가 발생한다. 이에 따라 조기발견이나 예방 차원의 접근 보다는 문제가 발생한 후에 사후 개입하는 경우가 많다. 병사들의 군대 내에서의 부적응은 군 조직의 균열로 연결되므로 병사들의 적응과 문제발생이전의 예방은 군 상담에 있어서 가장 중요하다. 이에 문제의 조기발굴과 예방을 위한 군 상담활동으로 동료상담은 그 요구에 가장 적합하다 할 수 있다. 여기서 동료란 생활현장을 공유하는 비슷한 연령대의 사람들을 말한다. 동료상담자와 내담자가 비슷한 처지와 환경에 있다는 것은 내담자를 조금 더 잘 이해할 수 있고 조기에 문제를 발견할 수 있다는 측면에서 큰 장점이라 할 수 있다.

따라서 가장 고민을 얘기하고 싶고 문제해결에 도움을 주는 대상인 '동료'를 상담자로 훈련하는 프로그램은 매우 필요하다.

본 프로그램의 개발을 위하여 문헌연구과 함께 일반병사 564명과 군 지휘관 62명을

대상으로 군 솔리언 프로그램에 대한 사전 요구조사를 통하여 프로그램의 구성요인과 구조를 추출하였다. 또한 기본권 상담관, 상담지원센터의 전문상담자로 구성된 현장전문가와 함께 1차 프로그램을 구성하였다. 1차 개발된 프로그램은 부대 내에서 선발된 병사 27명을 대상으로 시범교육을 실시하였으며, 교육 후 지도자와 병사들의 피드백 내용을 반영하여 2차 프로그램을 개발하였다. 수정 보완된 프로그램은 2집단 총 65명을 대상으로 시범교육을 실시하였다. 본 프로그램은 아동 및 청소년을 위한 단계별 또래상담 프로그램(2000)과 군 솔리언의 적극적이고 구체적인 도움활동을 위한 멘토링 프로그램을 토대로 개발하였다. 개발된 프로그램의 평가는 참가자 관점의 평가, 프로그램의 만족도 등으로 이루어졌다

내용을 살펴보면 군 솔리언이 역할과 기술 습득을 위해 군 솔리언으로 훈련을 ‘들어가기’ ‘좋은 군 솔리언 되기’, ‘대화하는 군 솔리언 되기’, ‘도움 주는 군 솔리언 되기’, ‘마무리’ 총 5부 12시간 훈련 프로그램으로 진행된다.

본 연구에 대한 논의 및 제언은 다음과 같다.

첫째, 군 상황이 반영하여 프로그램의 개발 방향을 설정하였다. 본 프로그램은 학교 현장을 통해 검증된 솔리언 또래상담 프로그램에서의 또래상담자의 역할과 기술을 근간으로 하고 있다. 그러나 군상황은 학교상황과는 부가되는 스트레스와 달성해야 하는 집단의 목표에 있어서 현저한 차이가 있다. 즉, 수평적인 관계와 자율적인 활동이 가능한 학교에서의 활동과는 달리 군 상황은 직급에 따른 관계설정이 엄격하며, 모든 활동이 엄격한 규칙과 명령에 의해 이루어지는 타율적인 활동이 더욱 강조되고 있다. 즉 군 솔리언은 상담자로서의 역할과 함께 후임병을 지도 감독해야 하는 역할 또한 중요하다. 이에 본 프로그램에서는 군 멘토링의 주요 구성요소를 포함하여 군 솔리언의 멘토로서의 역할 등을 포함하였다. 프로그램의 내용에 있어서도 일방적인 선발로 구성된 참가자의 비자발성을 고려하여 초기에는 동기화와 자기이해에 중점을 두었다. 또한 프로그램 훈련 방법에 있어서도 군에서 익숙한 토론과 발표형식을 취하였으며, 특히 워밍업 프로그램을 충분히 하여 본 프로그램에 대한 참여와 효과성을 높였다.

둘째, 프로그램에 대한 평가에 의하면 군 솔리언 프로그램의 현장 적용 가능성은 매우 긍정적인 것으로 나타났다.

본 프로그램은 참가자 관점의 평과를 통해 프로그램 효과성, 참여성, 충실성, 신뢰성, 편의성을 검증하였다. 평가결과 편의성을 제외한 모든 영역에서 평균 5점 만점에 4.2점 이상의 점수가 나와 프로그램에 대한 교육 전반에 대한 만족도, 프로그램 참가자의 적극적인 참여, 프로그램을 운영기관에 대한 신뢰성에 대해서는 긍정적인 평가가 나타났다. 그러나 프로그램이 실시되는 장소와 여건과 관련된 준거인 편의성은 상대적으로 낮은 점수가 나왔다. 이러한 결과는 본 프로그램에 참가한 병사들이 일방적으로 선발된 비자발적인 참여자임을 생각할 때 시사하는 바가 크다. 즉, 교육이 이루어진 장소가 부대 내였기 때문에 여러 가지 시설이나 여건에 대한 만족도는 높지 않았으나, 교육에 대한 구체적인 내용과 자신들의 역할에 대한 명확한 정보 없이 교육에 참가한 병사들임에도 불구하고 프로그램 내용과 참여도 효과성을 묻는 항목에 대한 평가는 매우 긍정적이어서 향후 본 프로그램의 현장 적용가능성을 보여주는 결과라 할 수 있다. 그러나 한편으로는 연구 평가가 참가자의 개인내적 평가 이루어지지 못한 제한점을 지니고 있다. 이는 군 상황에서 프로그램을 운영하기 위해서는 집중적인 단기 프로그램으로 구성되어야 했으며 이러한 단기 프로그램에서는 개개인의 심리내적 변화의 평가가 무의미하다. 따라서 추후 연구에서는 훈련을 받고 활동하는 군 솔리언의 심리내적, 행동적 변화에 대한 평가가 필요함을 제안한다.

셋째, 군 솔리언의 선발과 활동에 대한 체계적인 관리와 지원이 필요하다.

군 솔리언 선정하는데 있어서 우선 직급을 고려할 필요가 있다. 군 솔리언은 부대 내에서 어려움을 겪고 있는 동료들에게 구체적인 도움활동을 제공하여야 한다. 이러한 활동이 가능하기 위해서는 신입병이나 곧 제대를 하게 되는 병사보다는 이등병 이상 부대 내 생활을 왕성하게 하는 직급이 적절할 것으로 여겨진다. 또한 군 솔리언의 활동이 지속적으로 이루어지기 위해서는 무엇보다 교육훈련을 받을 수 있는 시간이 확보되어야 하며, 활동에 대한 지속적인 관리가 필요하다. 실제로 교육훈련에 참가한 많은 병사들은 자신에 대한 이해와 상담에 대한 더 많은 교육을 요구하는 등 교육내용과 향후 활동에 대한 깊은 관심을 나타내었으며, 교육훈련시간이 너무 짧다는 반응까지 보였다. 이러한 결과는 병사들의 상담교육에 대한 관심을 보여주는 결과라 하겠다. 군 솔리언의 경우 단시간의 상담자 훈련을 받게 된다. 그러나 한 가지 주의할 점은 이 교육만으로 군 솔리언 훈련이 끝나는 것이 아니라는 점이다. 군 솔리언은 전문적인 상담자로서 훈련 받는 것이 아니라 좋은, 그리고 대화하는, 도움을 주는 동료가 되기 위한 훈련을 받는 것

이다. 이와 같이 교육훈련에는 기본적인 상담기술과, 멘토링 기술, 자기이해부분이 포함된다. 비록 준상담자이기는 하나 이들에게는 동료의 어려움을 이해하고 도움을 주기 위한 구체적인 활동을 해야 하는 역할이 주어진다. 따라서 군 솔리언 또래상담자 기본 훈련으로는 또래상담자 활동에 어려움을 경험할 수 있다. 특히 군 솔리언 경우 전문적인 상담지식과 훈련이 부족한 병사이기 때문에 다른 병사에게 도움을 주는 활동에 대한 한계와 어려움에 봉착하게 된다. 따라서 기본 훈련이후에 체계적인 보수교육을 통해 지속적으로 역량강화에 힘써야 한다. 이러한 이후 이들의 활동에 대한 지도와 관리는 군 솔리언의 활성화를 위해서는 무엇보다 필요하다. 즉, 부대 내 동료에게 군 솔리언 활동을 하는 과정에서 모든 활동에 대한 지도자의 관리가 필요한 것이다. 실제로 학교에서 솔리언 또래상담이 그 어떤 청소년 프로그램 보다 안정화, 활성화 된 것은 좋은 프로그램과 함께 지도자들의 솔리언 또래상담자에 대한 지속적인 관리로 인해 가능한 일이다. 이는 군에서도 동일하리라 생각한다. 따라서 일회성 교육으로 군 솔리언이 양성되는 것은 무의미한 일이며 이들의 활동에 대한 체계적인 관리와 지원은 반드시 필요하다.

넷째, 체계화된 지도자 연수 및 지원이 필요하다.

군 솔리언 프로그램의 경우 지도자 연수에 많은 혼선이 있을 수 있다. 학교에서 이루어진 솔리언 또래상담 지도자의 경우 학생을 지도하는 교사 및 상담지도자들이 솔리언 또래상담자를 지도하고 관리하는 지도자의 역할을 수행하고 있다. 그러나 군 상황에서는 군 간부들이 군 솔리언 활동에 대한 지도 및 관리를 하는데 어려움이 예상된다. 물론 군 솔리언의 지속적인 활동을 위한 지원은 가능하나 군 솔리언의 직접적인 훈련은 상담 및 활동에 대한 전문성을 갖춘 군 기본권 상담관이나 지역상담 전문가와 연계하여 이루어져야 할 것으로 생각하며 이에 대한 체계적인 조직관리 운영안이 마련되어야 한다.

다섯째, 군 솔리언 프로그램의 활성화를 위한 다각적 노력이 요구된다.

군 솔리언 프로그램이 부대 내에서 활성화되기 위한 방안 모색이 필요하다. 본 연구는 군 솔리언 프로그램의 개발을 목적으로 하여 시범교육이 가능한 부대 중심으로 이루어졌다. 그러나 향후 본 프로그램의 활성화를 위해서는 행정부처 등 중앙부처와의 긴밀한 협력이 필요할 것으로 여겨진다. 군에서 군 솔리언의 활동의 보장을 위해서는 이들이 활동할 수 있는 시간이 확보되어야 하며, 관리 지원이 필요하다. 또한 본 프로그램

을 통해 훈련받은 군 솔리언의 활동이후의 부대 내 변화 등을 평가하여 명실공히 군 솔리언 프로그램이 건전한 군 문화 형성에 긍정적 영향을 미칠 수 있음을 검증할 후속 연구가 진행됨으로써 보다 체계성을 갖춘 군 솔리언 프로그램으로 보완되어야 할 것이다.

## 참고문헌

- 구승신(2003). 신세대병사의 군 생활 적응에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 김경애(2006). 일부 병사들의 군 생활 적응 관련요인 연구 : 건강형태와 스트레스를 중심으로. 충남대학교 대학원 석사학위논문.
- 김광은(1992). 동료상담자 훈련에 관한 일 연구 : 사관생도를 위한 프로그램 개발 및 평가를 중심으로, 이화여자대학교 대학원 박사학위논문
- 김광은(2004). 공군사관학교 동료상담자훈련 프로그램의 발달 과정 및 성과. 논문집 제 54집, 공군사관학교.
- 김동준(2006). 군 상담의 발전방향에 관한 연구 - 상담 간 자아개념, 지각, 언어반응에 관한 연구 비교분석. 한남대학교 사회문화대학원 석사학위논문
- 김완일(2006). 군 상담의 이론과 실제. 서울. 학지사.
- 김태식(2007). 군 동료상담자 훈련프로그램의 효과. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 남궁승필(1997). 군 상담 프로그램 개발에 관한 연구. 동국대학교 대학원 석사학위논문.
- 문봉진(2005). 신세대 병사의 군 복무 부적응에 관한 연구. 한남대학교 대학원 석사학위논문.
- 서경원(2007). 신세대 병사의 자살사고 실태와 예방대책에 관한 연구. 경원대학교 사회정책대학원 석사학위논문
- 서정훈(2001). 군대조직에서 멘토 관계가 조직유효성에 미치는 영향 - 장교집단을 중심으로, 국방대학교 국방관리대학원 석사학위논문
- 송경재(2007). 군 집단 내 선호병사와 배척병사의 행동특성. 3군사관학교 논문집 64집.
- 엄경태(2005). 육군 조직 내 자살사고의 실태분석과 예방대책에 관한 연구. 동국대학교 행정대학원 석사학위논문.
- 유재민(2007). 신세대 병사의 의식구조를 통해 본 군 리더십 발전방안 연구. 강원대학교 정보과학 행정대학원.
- 육군본부(1997). 자살예방 지침서.  
----- (2003). 비전캠프.  
----- (2003). 장병인성교육 프로그램.
- 육성필(2003). 군내 자살의 원인 및 예방 프로그램. 육군3사관학교.(자살사고 예방대책

세미나 자료집)

- 윤기현(2004). 군 장병의 자살사고 실태분석과 예방대책-최근 5개년간 육군 현역을 중심으로. 성균관대학교 행정대학원 석사학위논문
- 윤병학(2001). 멘토제도가 병사의 군 조직몰입 및 직무만족에 미치는 영향에 관한 연구. 영남대학교 경영대학원 석사학위논문.
- 이상희, 노성덕, 이지은(2000). 단계별 또래상담프로그램 개발연구. 한국청소년상담원.
- 이상희, 노성덕, 이지은(2004). 또래상담, 학지사
- 이종기(2003). 신세대 장병 관리를 위한 상담기법 연구. 한남대학교 대학원 석사학위논문.
- 전지경(2006). 군 내 집단따돌림의 형태와 배척병사와 선호병사의 비합리적 신념 분석. 3군사관학교논문집 63집.
- 정영혜(2006). 기본권전문상담관의 역할에 관한 연구 : 군내 사고 감소방안을 중심으로. 석사학위논문. 경의대학교.
- 지광근(2006). 군 리더십의 발전방향에 관한 연구. 한남대학교 사회문화대학원 석사학위논문.
- 최병순, 안현의, 서선우, 강진영(2008). 군자살사고 예방제도 개선 방안. 국민권익위원회. 미발표.
- 최정락(2006). 군 복지 증진을 위한 전문 인력 도입에 관한 연구. 석사학위논문. 광운대학교.
- 최재필(2003). 군 조직 내의 리더십 적용에 관한 연구 - 신세대 장병을 중심으로. 공주대학교 경영행정대학원 석사학위논문
- 통계청 및 국방부(2007) 사고분석 자료.
- 황창의(2008). 군 상담활동의 실태 및 요구분석 - 기본권 전문상담관 배치이후를 중심으로. 한남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 한국청소년상담원(2007). 청소년상담사 자격제도 콜로키움-군상담의 필요성과 상담자 활용방안. 자료집
- Arthur W. Melton.(1957). Military Psychology In The United States Of America. The American Psychologist Vol 12. pp. 740~746.
- Bowen & Gray L & Martin, James A(2001). Civic Engagement and Community in the

- Military. Journal of Community Practice.
- Burks & Steffle(1979). Theories of Counseling(3rd ed). New York. McGraw-Hill.
- Carr, R. A. (1993). Peer helping in Canada. *The Peer Facilitator Quarterly*,11(1), 15-18.
- Carr, R. A., & Saunders, G. A. K. (1998). *Peer counselling starterkit*. Victoria : Peer Resource.
- D. Wolfle(1943). The Army Specialized Training Program Course In Personnel Psychology. Psychological Bulletin Vol 40. pp. 780~786.
- Fagenson, E. A.(1988). The Power of Mentor. Group & Organization Studies Vol 13, 9. pp.182~194.
- Fieet and Yukl(2000) Military Leadership. Type.
- Headquarters of Department of U.S. Army(1978). A Review of Education and Training for Officers(RETO). Washington, D.C.
- Janowitz, M(1985). Hierarchy and Authority in Sociolog and Military Esrablishment. New York. Russel Sage Foundation.
- Jennifer S. Tucker(2005). The Multilevel Effects of Occupational Stressor on Soldiers' Well-Being, Organizational Attachment, and Readiness. Journal of Occupational Health Psychology Vol 10. pp 276~299.
- J.M Burns(1999). Transformation Leadership Study.
- Keller, J. M.(1996). Evaluating diversity training: 17 ready-to-use tools. San Die해, CA: Pfeiffer.
- Kram, K. E. (1998). *Mentoring ay work : Developmental relationships in organizational life*. Lanham, MD : University Press of America.
- McQuitty, L. L.(1944). Developing Military Psychologists. Journal of Applied Psychology, Vol 28(1). pp. 72-78.
- N. Guinn and Others(1975). Screening for Adaptability to Military Service. Air Force Human Resources Lab. Lackland AFP.
- Sperling, Philip I(1968). A New Direction for Military Psychology. American Psychologist, Vol 23(2). pp. 97-103.
- Tindall J. A. (1995). *Peer programs. in depth look at training peer helpers :*

planning, implementation and administration.

Thompson, L. (2000). *A collaborative e-mail mentoring program for elementary school students*. *Professional School Counseling*, 4(1). pp.71–75.

## **The Military Solian Peer Counselling Training Program**

### **ABSTRACT**

The objective of this study was to develop a military version of the Solian Peer Counseling Program in order to support psychological health in late-adolescent soldiers, prevent accidents within the military, and eventually contribute to the promotion of a healthy military culture.

Prior to the development of the program, a preliminary research was conducted on 564 soldiers and 62 commanders in order to identify their needs. Based on those results, constructs and structure were derived. In addition, a program was constructed together with field experts consisting of a fundamental rights of military counselor and a professional counselor, and an exemplar training session was conducted on a group of 92 soldiers. The program was developed based on the phased Peer Counseling Program (2000) for children and adolescents and a mentoring program designed to encourage active and concrete helping behavior in military Solians. The resulting program was tested through participant-rated evaluation. Discussion and suggestions regarding the results of this study are as follows.

First, the program was developed to reflect circumstances unique to the military. Military Solian peer counselors were assigned roles as counselors and as well as mentors, and the program was designed to enhance their motivation towards being a military Solian peer counselor.

Second, participants were asked to rate the program to test the effectiveness of and further modify the program. Results indicated positive

evaluations in areas such as level of satisfaction on overall training, active involvement of participants, reliability of the program—administrating organization, with ratings over 4.2 (of a total score of 5) in all areas but level of program convenience.

Third, systematic care and support for the selection and operation of military Solian peer counselors is needed for the promotion of the military Solian peer counseling program. Specific roles need to be assigned to military Solian peer counselors upon selection, and a certain amount of time should be guaranteed to the counselors for their continuous training and care.

Fourth, directors who can lead and supervise military Solians need to be trained and supported. Since military Solians are ordinary soldiers themselves, it is a prerequisite that there be a leader to guide and supervise them. A cooperative system allied with fundamental military rights counselors or local professional counselor should be established.

Fifth, attention and cooperation from the administration and active support from within the military is needed to foster military Solian peer counseling activities.