

## 주장훈련 집단상담 프로그램의 효과에 대한 메타분석

문은주<sup>†</sup>

경북대학교

본 연구에서는 1986년부터 2015년까지 국내에서 진행된 주장훈련 집단상담 프로그램의 성과연구 157편을 대상으로 메타분석 방법을 통해 효과를 살펴보았다. 연구결과로는 첫째, 분석대상 논문들에서 산출된 273개의 전체 평균효과크기는 0.901로 상당히 크게 나타났다. 둘째, 연령별로는 유아, 중학생, 성인, 초등학생, 고등학생, 환자 순으로 나타났으며, 환자를 제외하고 큰 효과크기가 나타났다. 셋째, 참여인원수별로는 10~14명, 15~19명, 20명 이상, 5~9명 순으로, 전체적으로 큰 효과크기가 나타났다. 넷째, 총 회기수에 따른 효과크기는 유의미한 차이가 없었다. 다섯째, 운영기간별로는 9주 이상일 때, 6~8주, 5주 이하, 집중적 순으로 전체적으로 큰 효과크기가 나타났다. 여섯째, 1회기 시간별로는 106분~135분, 76분~105분, 40분~75분, 136분 순으로 나타났으며, 136분을 제외하고 큰 효과크기가 나타났다. 일곱째, 주당 회기수에 따른 효과크기는 유의미한 차이가 없었다. 여덟째, 종속변인별로는 대인관계, 자아존중감, 주장행동, 학교생활적응, 정서 순으로 나타났으며, 정서를 제외하고 큰 효과크기가 나타났다. 본 연구는 주장훈련 집단상담 프로그램 효과연구 결과를 종합하고, 프로그램의 개발 및 효과적인 운영에 필요한 정보와 지침을 제공하였다는 데 의의가 있다.

\* 주요어 : 메타분석, 주장훈련 집단상담, 효과크기

<sup>†</sup> 교신저자(Corresponding Author): 경북대학교 교육학 박사, 경북 포항시 남구 동해면 일월로 11번길,  
Tel: 010-2701-3474, E-mail: kikiki-2@daum.net

## 서론

인간은 태어나면서부터 다른 사람과의 밀접한 관계 속에서 사고하고 행동하며 서로 의사소통을 하며 살아가게 된다. 가정에서는 물론 학교, 직장, 사회에서 원만한 생활을 하기 위해서는 원활한 언어 기능이 요구되며 많은 사람들 앞에서 자기 생각과 감정을 효과적으로 표현하지 않으면 안 된다. 자기 자신의 솔직한 감정과 느낌을 표현하지 않으면 그 누구도 그 사람을 이해할 수 없다. 또한 상대방에게 불쾌감을 주지 않기 위해서 혹은 좋은 인상을 남겨 그 저 원만한 인간관계를 형성하려 한다면 일시적으로 효과가 있을지언정 지속적인 효과는 물론 자신의 정신건강에도 해롭다(한진, 2010). 21세기는 자기주장, 자기표현의 시대이다. 한국 사회에서는 '주장하다'라는 개념이 서양에서의 개념과는 달리 이해되는 경향이 있으며, 즉 '자기주장'이란 상대방의 감정을 고려하지 않고 자기의 입장을 고집하는 것으로 이해하고 있다. 본 연구에 사용된 자기주장과 자기표현은, 한 개인이 타인과의 상호작용과정에서 타인의 권리나 감정을 침해하지 않는 범위 내에서 자신의 권리, 욕구, 의견, 생각, 느낌 등 자신이 나타내고자 하는 바를 언어나 행동으로 솔직하게 표현하는 것(김성희, 1982)이라고 할 수 있다. 앞으로 자기주장과 자기표현의 의미가 동일하므로 '자기주장'으로 표현하고자 한다.

자기주장을 잘 하지 못하는 사람은 다른 사람과의 대화 중 시선을 회피하고, 상대방의 잘못을 지적하는 것을 기피하며, 권위적인 상대방에게 저항이나 반박 및 자신에게 불이익을 초래하는 타인의 요구를 거절하지 못하고, 자신의 정당한 요구를 말하지 못하며, 사랑이나 애정의 느낌을 표시하지 못한다(이장호, 1995). 또 자신이 속한 집단이나 또래들로부터 인정을 받지 못하고 긍정적 강화를 받기도 어렵게 되어 자아존중감이 낮아지고, 대인관계에서 불안을 경험하게 된다(김광원, 1994).

주장훈련은 감정표현, 즉 긍정적 또는 부정적인 감정표현의 사용을 증가시키고, 반대감정표현 및 한계를 설정하며, 자기주도적 행동을 증가시키는 강력한 도구이다. 주장기술이 향상되면 친밀성, 진실성, 그리고 성취감 증가에 따른 보다 원만한 인간관계, 갈등을 다루는 보다 숙련된 방식, 사회적 상황을 처리하는 데 있어서 긴장과 불안의 감소, 자신에 대한 보다 긍정적인 감정과 개인적 성장을 나타내는 행위를 포함한 전반적인 자아상의 긍정적인 변화 등을 기대할 수 있다(김중석, 김언주, 백옥현, 1992).

최근 들어 개인의 인권이 신장되면서 개인의 권리나 생각 등을 합리적으로 표현하는 주장행동의 필요성이 강조되고, 주장훈련 관련 프로그램 개발과 효과 검증, 주장척도 개발 등이 국내에서도 본격적으로 진행되었다.

초등학생을 대상으로 자아존중감, 자기표현, 대인관계, 공감능력 향상에 효과적인 놀이중심(한진, 2010), 현실요법(송영이, 1998), 미술 활용(김진경, 2013), 독서 활용(김미연, 2011) 주장

훈련 집단상담, 비행청소년을 대상으로 공격성 감소에 효과적인 행동적 주장훈련 집단상담(이건복, 1998), 대학생을 대상으로 우울, 불안감소에 효과적인 인지재구성 주장훈련 집단상담(김지선, 1995)을 개발하여 적용하려는 시도와 더불어 초등학생을 위한 주장척도(최홍식, 1990; 이현경, 1991) 및 우리문화수준에 맞는 주장척도를 개발하는 연구(변창진, 김성희, 1980; 하영석, 1983; 김성희, 1991; 전석균, 1995)가 진행되었다. 또한 유아(이규림, 2007), 초등학생(한진, 2010), 중학생(안옥영, 2005), 고등학생(이용택, 2009), 대학생(김지선, 1995), 성인(송미호, 2005), 환자(권성민, 2002) 등 다양한 참여자를 대상으로 한 주장훈련 집단상담 프로그램 효과가 진행되었다. 그러나 주장훈련 집단상담 프로그램의 경우 활발한 프로그램 개발과 효과성 검증이 수행되고 있으나, 아직 다양한 주장훈련 집단상담 프로그램에 대한 계량적이고 통합적 분석 및 정리가 국내·외에서 이루어지지 않았다. 따라서 본 연구는 1986년부터 2015년까지 수행된 주장훈련 집단상담 프로그램을 통합할 수 있는 메타분석 방법을 통해 각 변인의 효과 차이를 분석하고, 이를 바탕으로 향후 주장훈련 집단상담 프로그램 개발 및 운영에 필요한 기초자료를 제공하고자 한다.

메타분석은 동일한 주제로 수행된 다양한 연구 결과를 종합하기 위해 체계적으로 분석하는 연구법으로 계량적 데이터를 통계적 기법을 통해 종합 분석하는 방법이다(황성동, 2014). 메타분석은 상담과 심리치료의 효과(Smith & Glass, 1977)를 알아보기 위해 상담영역에서 처음 시도하였고, 그 이후로 메타분석은 상담 심리치료 교육프로그램 등에 다양하게 활용되기 시작하였다(Faith, Wong, & Carpenter, 1995). 좀 더 구체적으로 메타분석에서는 개별연구결과의 효과크기(Effect Size)를 구하고 그것의 평균을 산출한다. 효과크기는 각 연구의 표준점수를 의미하는데, 이를 통해 많은 연구결과를 계량적으로 비교하고 평균을 내는 등의 통계분석이 가능하다(김계현, 2002). 특히 상담 영역에서는 누적된 개별 상담프로그램들의 총체적인 효과크기에 대한 정보를 제공할 뿐만 아니라 효과크기를 지수로 사용하여 서로 다른 치료접근법을 비교하는 등 다양한 분석이 가능해진다는 장점이 있다(김계현, 2000). 이 때문에 상담 분야에서도 메타분석연구의 필요성이 강조되고 있다(Whiston & Li, 2011).

본 연구에서는 향후 좀 더 효과적인 주장훈련 집단상담 프로그램을 고안하는 데 필요한 기초자료를 제공하기 위해 프로그램의 전반적인 효과성을 알아볼 뿐만 아니라 중재변인별로 효과를 비교하고자 했다. 집단상담의 효과 관련 변인으로 학자에 따라 연령, 신체적 특성, 교육 수준, 지능, 사회경제적 수준(이장호, 김정희, 1992)을 제시하거나, 집단목적의 명료성, 집단의 크기, 집단회기의 길이, 집단모임 장소, 모임빈도, 모임시간, 집단참여 동기(강진령, 2005)를 제시하였다. 본 연구에서는 집단상담 프로그램 효과에 영향을 줄 수 있는 참여자 특성, 집단크기, 총 진행 회기 수, 프로그램 실시기간, 회기 당 시간, 주당 회기수를 포함하였다. 좀 더 구체적으로 본 연구에서의 중재변인은 선행연구를 참고하여 참여자 특성으로는 연령을 포함했고, 프로그램 진행방식에는 참여인원수, 총 회기 수, 운영기간, 1회기 시간, 주당 회기수 등을

포함했다. 본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 주장훈련 집단상담 프로그램의 전체 평균효과크기는 어느 정도인가?

둘째, 참여자 특성(연령) 및 프로그램 진행방식(참여인원수, 총 회기 수, 운영기간, 1회기 시간, 주당 회기수)에 따른 평균효과크기는 어느 정도인가?

셋째, 주장훈련 집단상담 프로그램의 종속변인에 따른 평균효과크기는 어느 정도인가?

## 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구의 대상은 주장훈련 관련 프로그램 개발과 효과검증이 활성화된 1986년부터 2015년 2월까지 30년간 출판된 주장훈련 집단상담 관련 국내 석·박사학위논문과 국내 학술지에 등재된 연구물로 연구대상을 선정하였다. 연구대상 수집을 위해 먼저 학술연구정보서비스(RISS)와 국회도서관에서 주제어와 제목에 '주장훈련', '자기표현', '프로그램', '집단상담'이 포함된 자료 중 온라인 원문검색이 가능한 대상을 1차 추출하였다. 그 중 다음 조건을 만족하는 논문만 최종 분석대상으로 하였다. ①1986부터 2015년 2월까지 국내 학위 및 학술논문 ②온라인으로 연구 원문을 열람할 수 있는 논문 ③무처치 통제집단을 설정한 실험연구 ④실험처치에서 독립변인은 집단상담 프로그램 ⑤양적인 분석을 통해 효과크기를 계산하는 데 필요한 평균과 표준편차,  $t$ 값,  $F$ 값,  $p$ 값 등 제시 ⑥사전-사후검사방식을 채택하고 사전검사에서 실험집단과 통제집단 간의 동질성을 보여주는 연구 ⑦학위논문과 학술지 논문이 중복되는 경우(6편) 연구방법과 실험결과가 자세하게 제시된 학위 논문을 우선하였다.

그 결과 본 연구자가 1차 수집한 논문은 학위논문 279편, 정기 간행물 7편으로 총 286편이었다. 수집한 286편의 논문을 앞에서 제시된 선정기준에 따라서 검토한 결과, 학위논문 156편(일반대학원 석사논문 14편, 교육대학원 석사논문 140편, 박사논문 2편), 정기간행물 1편 총 157편을 분석대상으로 선정했다. 선정된 157편 논문의 자료 분석을 위해 연구번호, 연구자명, 출판연도 등으로 코딩시트를 구성했다.

### 2. 자료분석

본 연구에서는 수집된 논문의 성과를 정리하기 위해 메타분석 가운데 효과크기를 산출하여 개별연구의 성과를 종합하는 분석방법을 사용했다. 효과크기는 본 연구와 같이 실험연구 결과를 통합하려는 목적에 가장 타당한 방법으로 논의되어 왔으며, 메타분석에서 가장 널리 쓰이는 방법이다(오성삼, 2002). 본 연구에서는 효과크기를 산출하기 위해 사후검사 실험집단의

평균점수와 사후검사 통제집단의 평균점수를 두 집단의 분산을 이용한 평균표준편차로 나는 Cohen(1988)의 효과지수  $d'$ 값을 구했다. 또한 표준화된 평균차에 의한 효과크기를 산출할 때 표본수가 적을 경우 효과크기가 실제 값보다 크게 산출되는 문제점을 보완하기 위해 표준오차의 역수를 가중치로 사용하여 효과크기를 교정했다(황성동, 2014).

특정 종속변인에 관한 상관계수를 이용하는 메타분석의 경우, 하나의 연구물에서 두 개 이상의 효과크기가 도출되는 사례가 발생한다. 이는 자료의 독립성 가정여부와 관련한 문제로서, 다음과 같은 대안이 있다. 첫째, 각 자료가 독립적이라는 가정 하에 분석하는 전통적 접근방법 둘째, 효과크기의 평균을 산출하여 적용하는 방법 셋째, 총 효과크기는 연구물을 분석단위로 설정하는 분석단위 이동법(Cooper, 2010)이 있다. 반면 개별 하위요인의 분석단위는 효과크기를 따르는 것이다. 본 연구는 누적된 특정 독립변인과 종속변인 간의 인과관계 규명이 아닌 보다 포괄적인 측면에서 영향요인을 탐색하는 것이 목적이므로, 정보의 손실을 방지하기 위해 전통적 접근방법을 적용하여 분석하였다.

본 연구에서는 메타분석 전문프로그램인 CMA(Comprehensive Meta-Analysis) 2.0 프로그램을 이용하여 효과크기를 산출하였다.

## 결 과

본 연구에서는 모두 157편의 연구논문에서 총 273개의 효과크기 사례수를 추출하였으며 이를 바탕으로 주장훈련 집단상담 프로그램의 평균효과크기를 산출했다. 표 1에서 제시한 바와 같이 주장훈련 집단상담 프로그램의 효과에 대해 동질성 검정을 실시한 결과( $Q=962.294$ ,  $I^2=71.734$ ,  $p=.00$ ), 이질적인 것으로 나타났다. 이질성의 정도는  $I^2$  값이 25%이면 낮은 수준, 50%이면 중간, 75%이면 높은 수준이라고 해석한다(Higgins & Green, 2011). 따라서 고정효과 모형(Fixed effect model)이 아닌 랜덤효과모형(Random effect model)에 의한 효과크기를 산출했다. 그 결과, 전체 평균효과크기는 0.901로 나타났고, 이는 효과크기의 해석 기준으로 보면 큰 효과크기(Cohen, 1988)로 볼 수 있다. 이러한 결과는 정상분포 곡선에서 주장훈련 집단상담 프로그램을 받지 않은 통제집단의 백분위 점수를 50%로 보았을 때, 프로그램에 참여한 실험집단의 백분위 점수가 81.59%라는 것이다. 이는 주장훈련 집단상담 프로그램을 실시한 실험집단이 프로그램을 실시하지 않은 통제집단보다 31.59%만큼 향상되었음을 뜻한다.

본 연구에서 중재변인별로 산출한 효과크기는 다음과 같다. 중재변인별 효과크기의 통계적 유의성을 검정하기 위해 95%의 신뢰구간을 이용했다. 먼저 주장훈련 집단상담 프로그램의 참여자의 특성인 연령별 평균효과크기를 살펴보면, 표 2에서 보는 바와 같이 연령별 구성에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다( $Q=19.293$ ,  $df=5$ ,  $p<.05$ ). 유아를 대상으로 진행되는 경우 평균효과크기가 1.576으로 가장 크게 나타났고, 그 다음으로 중학생, 성인, 초

등학생, 고등학생, 환자 순으로 환자를 제외하고 전체적으로 큰 효과크기가 나타났다.

<표 1> 주장훈련 집단상담 프로그램의 평균효과 크기

N	평균효과크기	p	95%신뢰구간	Q	I <sup>2</sup>	U3(%)
273	0.901	.00	.818~0.985	962.294	71.734	81.59

<표 2> 집단참여자 연령별 평균효과크기

연령	N	평균효과크기	표준오차	95%신뢰구간	U3(%)	Q(df)	p
유아	4	1.576	0.183	1.218~1.934	94.17	19.293(5)	.002
초등학생	166	0.896	0.051	0.796~0.996	81.32		
중학생	36	0.969	0.129	0.737~1.242	83.64		
고등학생	28	0.839	0.141	0.564~1.115	79.67		
성인	30	0.960	0.155	0.655~1.264	83.14		
환자	9	0.313	0.259	0.194~1.210	62.17		

다음으로 주장훈련 집단상담 프로그램 운영상 특징에 따른 평균효과크기를 살펴보고자 한다. 프로그램 운영상 특징을 몇 개의 유목으로 나누어 효과크기를 산출하고 분석하였는데, 유목분류의 기준은 분석대상 논문들에서 나타난 특징의 빈도를 감안하면서 최대한 각 유목 간 사례수를 적절히 배치하는 것이었다. 먼저, 참여인원수별 평균효과크기를 살펴보면, 표 3에서 보는 바와 같이 참여인원수에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다 ( $Q=13.097, df=3, p<.05$ ). 참여인원수가 10~14명일 때 평균효과크기가 1.062로 가장 크게 나타났고, 그 다음으로 15~19명, 20명 이상, 5~9명 순으로 전체적으로 큰 효과크기가 나타났다.

주장훈련 집단상담 프로그램의 총 회기 수별 평균효과크기를 살펴보면, 표 4에서 보는 바와 같이 집단의 총 회기 수에 따라 통계적으로 유의한 차이는 없는 것으로 나타났다 ( $Q=2.948, df=2, p>.05$ ). 총 회기 수가 15회기 이상일 때 평균효과크기가 1.110으로 가장 크게 나타났고, 그 다음으로 10~14회기, 4~9회기 순으로 전체적으로 큰 효과크기가 나타났다.

<표 3> 참여인원수별 평균효과크기

참여인원수	N	평균효과크기	표준오차	95%신뢰구간	U3(%)	Q(df)	p
5~9명	30	0.526	0.186	0.163~0.890	69.84	13.897(3)	0.003
10~14명	120	1.062	0.068	0.928~1.196	85.34		
15~19명	44	0.970	0.127	0.721~1.220	83.39		
20명 이상	79	0.784	0.058	0.671~0.898	78.23		

<표 4> 총 회기 수별 평균효과크기

총 회기 수	N	평균효과크기	표준오차	95%신뢰구간	U3(%)	Q(df)	p
4~9	68	0.813	0.085	0.647~0.979	79.10	2.948(2)	0.229
10~14	186	0.913	0.052	0.810~1.016	81.85		
15회기이상	19	1.110	0.155	0.807~1.413	86.63		

주장훈련 집단상담 프로그램 운영기간별로 산출한 평균효과크기를 비교해보면, 표 5에서 보는 바와 같이 운영기간에 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다( $Q=9.854$ ,  $df=3$ ,  $p<.05$ ). 운영기간이 9주 이상일 때 평균효과크기가 1.120으로 가장 크게 나타났고, 그 다음으로 6~8주, 5주 이하, 집중적 순으로 전체적으로 큰 효과크기가 나타났다.

<표 5> 운영기간별 평균효과크기

운영기간	N	평균효과크기	표준오차	95%신뢰구간	U3(%)	Q(df)	p
5주 이하	144	0.858	0.059	0.744~0.973	80.23	9.854(3)	0.020
6주~8주	77	0.884	0.088	0.711~1.056	81.05		
9주 이상	44	1.120	0.089	0.945~1.294	86.86		
집중	8	0.625	0.152	0.326~0.923	73.23		

주장훈련 집단상담 프로그램의 1회기 시간별로 산출한 평균효과크기를 비교해보면 표 6에서 보는 바와 같이 1회기 시간이 106분~135분일 때 평균효과크기가 0.946으로 가장 크게 나타났다, 그 다음으로 76분~105분, 40분~75분, 136분 이상 순으로 136분을 제외하고 전체적으로 큰 효과크기가 나타났다.

주장훈련 집단상담 프로그램의 주당 회기수별 평균효과크기의 결과를 살펴보면, 표 7에서 보는 바와 같이 주당 회기수에 따라 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다 ( $Q=8.393$ ,  $df=4$ ,  $p>.05$ ). 주당 회기수가 주1회일 때 평균효과크기가 1.074로 가장 크게 나타났고, 그 다음으로 주2회, 주1~2회, 주2회 초과, 집중(마라톤)순으로 전체적으로 큰 효과크기가 나타났다.

<표 6> 1회기 시간별 평균효과크기

1회기 시간	N	평균효과크기	표준오차	95%신뢰구간	U3(%)	Q(df)	p
40분~ 75분	178	0.896	0.051	0.797~0.995	81.32	11.625(3)	0.009
76분~105분	58	0.922	0.089	0.748~1.097	82.12		
106분~135분	33	0.946	0.172	0.609~1.283	82.63		
136분 이상	4	0.337	0.162	0.019~0.654	62.93		

<표 7> 주당 회기수별 평균효과크기

주당 회기 수	N	평균효과크기	표준오차	95%신뢰구간	U3(%)	Q(df)	p
주1회	55	1.074	0.099	0.879~1.269	85.76	8.393(4)	0.078
주1~2회	29	0.736	0.119	0.503~0.969	76.73		
주2회	160	0.905	0.057	0.793~1.017	81.59		
주2회 초과	25	0.722	0.116	0.495~0.950	76.42		
집중(마라톤)	4	0.666	0.203	0.267~1.065	74.53		

주장훈련 집단상담 프로그램의 종속변인을 주장행동, 대인관계, 자아존중감, 정서, 학교생활 적응으로 구분하여 평균효과크기를 산출했다. 주장행동은 상대방의 권리를 침해하거나 불쾌감을 주지 않는 범위 내에서 자신의 권리, 욕구, 의견, 느낌 등 자신이 나타내고자하는 면에 따라 특별히 학습된 행동(김성희, 1982)이라는 정의에 근거하여 자기주장, 자기표현, 자기노출, 말하기능력을 주장행동으로, 대인관계는 대인관계의 하위요소에 타인인지 및 공감이해(서봉연, 황상민, 김정옥, 1994)를 포함한 것과, 사회적인 상호작용(대인관계)에 적절하게 참여하지 못하고 회피하려는 행동을 수줍음(Pilkonis, 1977)이라 정의한 것, 남녀의 신체적 차이, 심리적 특성과 역할, 남녀 간의 협력 및 성윤리에 관한 태도를 성의식, 성태도(강희경, 1992)로 정의하는 것에 근거하여 또래관계, 사회성, 조망수용능력, 공감능력, 수줍음, 대인문제해결, 성의식, 성태도를 대인관계로, 기본정서를 기쁨, 슬픔, 공포, 분노(Frijda, 1986)로 보는 것과, 부정정서인 우울은 불안과 반사회적 행동을 동반(지진숙, 2013)하고, 자살시도가 많으며 성공률이 높다(김윤정, 1999)는 것에 근거하여 불안, 발표불안, 대인불안, 상태불안, 특성불안, 분노표출, 분노억제, 분노통제, 공격성, 스트레스, 우울, 자살을 정서로, 자신이 가치있는 존재임을 느끼고, 최고를 향한 가치추구의 열정으로 인해 동기가 유발되는 것을 자아존중감(Branden, 1994)으로 정의하는 것에 근거하여 자아존중감, 자기존중, 자기효능감, 자존감, 자아개념, 주관적 안녕, 성취동기를 자아존중감으로 구분하였다. 표 8에서 보는 바와 같이 주장훈련 집단상담 프로그램의 종속변인에 따른 평균효과크기는 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다( $Q=110.912$ ,  $df=4$ ,  $p<.05$ ). 종속변인은 대인관계의 평균효과크기가 1.160으로 가장 크게 나타났다, 그 다음으로 자아존중감, 주장행동, 학교생활적응, 정서 순으로 정서를 제외하고 상당히 큰 효과크기가 나타났다.

마지막으로 메타분석 결과의 타당성을 확보하기 위하여 메타분석연구에서 사용한 157편의 논문에 대해 출판편의를 확인한 결과, 통계적으로 출판편향이 없는 것으로 나타났다. 표 9에서 보는 바와 같이 Trim & Fill(Duval & Tweedie, 2000)방법을 사용하여, 교정 값이 30개로 나타났으나, 30개의 연구가 추가되기 전에는 효과크기가 0.756이고, 30개의 연구가 추가된 후의 효과크기는 0.601로, 이를 비교해 보면 효과크기에서 크게 차이가 나지 않기 때문에 본 연



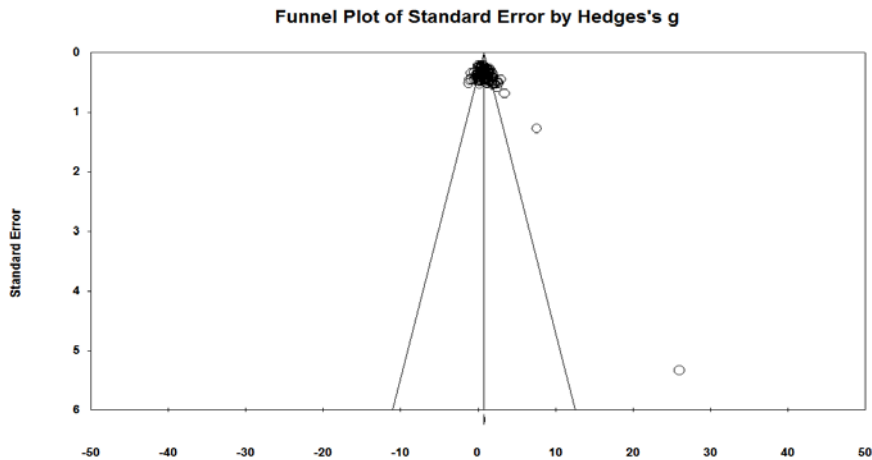
구의 분석 대상 논문들은 자료의 출판편향이 없는 것으로 확인되었고, 그림 1에 Funnel plot 으로 나타냈다.

<표 8> 종속변인별 평균효과크기

종속변인	N	평균효과크기	표준오차	95%신뢰구간	U3(%)	Q(df)	p
대인관계	57	1.160	0.110	0.946~1.375	87.69	110.912(4)	0.000
자아존중감	76	1.110	0.071	0.970~1.250	86.63		
주장행동	59	1.060	0.078	0.908~1.213	85.54		
학교생활적응	15	1.053	0.137	0.785~1.321	85.31		
정서	66	0.275	0.064	0.150~0.401	60.64		

<표 9> Duval and Tweedie's trim and fill

	추가논문	평균효과크기	95% 신뢰구간	Q-Value
관찰값		0.756	0.699~1.813	557.508
교정값	30	0.601	0.547~0.655	901.467



[그림 1] Funnel plot

## 논 의

본 연구에서는 최근 주장훈련 집단상담 프로그램이 많이 실시되고 있으나 이에 대한 종합적인 분석이 없다는 점에 주목하여, 최근 30년 동안 실시된 주장훈련 집단상담 프로그램의 효과성을 메타분석하여 종합적으로 평가하고자 하였다. 본 연구의 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 선정한 157편의 연구논문에서 산출된 273개의 효과크기를 랜덤효과모형으로 분석한 결과, 주장훈련 집단상담 프로그램의 효과가 0.901로 상당히 큰 것으로 나타났다. 이러한 결과는 앞서 언급한 주장훈련 집단상담 프로그램이 효과적이라고 보고하고 있는 선행연구의 결과와도 일치한다. 이를 집단상담 프로그램 메타분석 선행연구의 결과와 비교해 본다면 초등학생을 대상으로 한 집단상담에서 전체 평균효과크기가 0.89(이경옥, 2012), 중학생을 대상으로 한 집단상담에서 전체 평균효과크기가 1.12(조중현, 2013), 청소년을 대상으로 한 집단상담에서 전체 평균효과크기가 1.88(권은정, 2016), 국내 대학생을 대상으로 한 집단상담에서 전체 평균효과크기가 0.97(김희은, 이미현, 김인규, 2014)로 큰 효과크기를 나타내며, 본 연구의 결과와 일치한다. 이러한 연구결과는 집단상담 프로그램이 효과적임을 알려주는 것으로써, 상담현장에서 상담자들이 집단상담 프로그램을 더욱 적극적으로 개발하고 활용하는데 있어서 객관적 근거를 제시하고 있다.

둘째, 프로그램 참여자의 연령별에 따른 효과크기의 차이를 분석한 결과, 유아, 중학생, 성인, 초등학생, 고등학생, 환자 순으로 환자를 제외하고 평균효과크기가 0.80이상으로 큰 효과크기가 나타났다. 감사 집단상담에서는 유아(문은주, 2015)로 본 연구의 결과와 일치하나, 교류분석 집단상담에서는 초등학생(최형선, 2017), 학업스트레스 감소 집단상담에서는 중학생(남지영, 2016), 자아탄력성 증진 집단상담에서는 고등학생(최지원, 2013), 의사소통 집단상담에서는 대학생·성인(박은혜, 2014)으로 나타나 본 연구의 결과와 일치하지 않는다.

본 연구에서는 유아를 대상으로 한 효과크기가 1.576으로 상당히 높지만 사례수가 적은 반면, 초등학생을 대상으로 한 사례수는 165개로 많이 차지하고 있다. 이는 대부분 연구자가 초등학교 현직 교사로 연구대상과 접근성이 높기 때문이다. 연령에 따른 주장훈련 집단상담의 효과크기는 유아를 제외하고 큰 차이없이 모두 큰 효과크기를 나타내고 있다. 이는 주장훈련 집단상담이 효과적으로 개발되었고, 전 연령에 걸쳐 필요한 프로그램임을 나타내고 있다. 특히 유아를 대상으로 하였을 경우 가장 효과적이었는데, 유아는 성인들이 외부세계를 우리가 가지고 있는 사고와 논리로 세상을 이해하는 것과는 달리, 세상을 있는 그대로 흡수하는 학습원리(Steiner, 2007) 때문이라 할 수 있다. 하지만 유아의 경우 사례수가 적어 추후 재검증할 필요가 있다.

또한 본 연구에서 환자는 0.313으로 평균효과크기가 낮게 나타났다. 이는 정신분열병으로 진단받고 심각한 망상이나 환각으로 일상생활에 장애가 없는 자를 대상으로 선정하였으나, 진단을 받지 않은 일반인과는 평균효과크기에 차이가 나타나고 있다. 하지만 사례수가 적어 추후 재검증할 필요가 있다.

셋째, 집단 참여인원수에 따른 효과크기의 차이를 분석한 결과, 10~14명, 15~19명, 20명 이상, 5~9명 순으로 5~9명을 제외하고 평균효과크기가 0.78이상으로 큰 효과크기가 나타났다. 중학생을 대상으로 한 진로집단상담(조중현, 2013)에서는 10~14명으로 본 연구의 결과와 일치

하나, 용서 집단상담(조수연, 권경인, 이지현, 2014)에서는 아동의 경우 7~8명, 청소년의 경우 9~12명, 성인의 경우 13~18명으로 대상별로 효과적인 참여인원수를 제시하고 있다.

집단원수는 집단의 유형과 집단원들의 문제와 관심사 및 목적, 집단원의 연령 등에 따라 달라질 수 있으므로 초등학생은 최대 4~5명, 중학생 최대 7명, 고등학생 최대 10명 사이가 적당하다(Greenberg, 2003). 또한 구성원의 연령이 어릴수록 참여인원수는 작은 것이 바람직하며, 초등학생의 경우 주의집중 시간이 짧고 사회적 기술의 미숙으로 소집단이 효과적이다(강진령, 2012). 그러나 이것은 초등학생이 대다수 차지하고 있는 본 연구결과와 일치하지 않는다. 학교에서 집단상담을 진행할 때 소수의 인원만을 대상으로 실시할 경우 대상자로 선정된 아동에 대한 다른 아동이나 학교구성원들이 갖게 되는 편견이나 오해가 발생할 수 있다. 또한 집단상담 프로그램의 대상이 되지 않은 아동들의 별도 프로그램을 수립하고 운영해야 한다는 현실적인 문제가 발생함으로 인해 학급단위로 이루어짐으로써(노인화, 2016), 참여인원수가 보편적으로 커지고 있다. 본 연구를 통해 학급단위로 집단상담을 진행하는 것보다 15명 이하로 구성하여 진행하는 것이 효과적이며, 학급단위로 진행할 경우 공동지도자를 세우거나, 집단상담 프로그램 내에서 보완할 수 있는 방법을 모색할 필요가 있다.

넷째, 총 회기 수에 따른 효과크기의 차이를 분석한 결과, 유의하진 않았지만 15회기 이상, 10~14회기, 4~9회기 순으로 모두 평균효과크기가 0.80이상으로 큰 효과크기가 나타났다. 총 회기 수에 크게 영향을 받지 않지만 회기가 많을수록 효과가 큰 것으로 나타났다. 집단상담에서의 효과적인 회기는 10~14회기(김계현, 이운주, 왕은자, 2002)로 본 연구의 결과와 일치하나, 초등학생 미술치료에서 효과적인 회기는 16~20회기(홍성란, 2010), 중학생 진로집단상담에서 효과적인 회기는 4~9회기(조중현, 2013), 고등학생 진로집단상담에서 효과적인 회기는 9~12회기(강윤경, 2017), 대학생 집단상담에서 효과적인 회기는 9~10회기(김희은 외, 2014) 등으로 본 연구의 결과와 일치하지 않는다. 이러한 결과는 운영회기도 대상자와 연령, 프로그램 내용 및 목적에 따른 고려가 필요함을 시사하고 있다.

다섯째, 집단 운영기간에 따른 효과크기의 차이를 분석한 결과, 9주 이상, 6~8주, 5주 이하, 집중적 순으로 집중적을 제외하고 평균효과크기가 0.80이상으로 큰 효과크기가 나타났다. 행동주의적 치료에서 변화를 가져오기 위하여 필요한 기간은 8주~11주(홍경자, 1988)라는 결과와 일치하나, 의사소통 집단상담에서는 집중적(박은혜, 2014), 대학생·성인·노인 대상 우울감소 집단상담에서는 16주 이상(김세경, 김미경, 천성문, 2014)으로 본 연구의 결과와 일치하지 않는다. 본 연구에서는 기간이 길수록 큰 효과가 나타남을 알 수 있는데, 주장훈련은 타고나는 것이 아니라 배워지는 것이므로(Rakos & Schroeder, 1980), 주장훈련의 습관화를 위해서는 보다 장기적인 기간이 효과적임을 알 수 있다. 또한 집중적으로 실시할 경우 효과크기가 작으나, 사례수가 적어 추후 재검증할 필요가 있다. 앞서 제시한 다양한 연구결과는 대상과 프로그램 내용 및 목적에 따라 운영기간에 대한 고려가 필요함을 시사하고 있다.

여섯째, 1회기 시간에 따른 효과크기의 차이를 분석한 결과, 106분~135분, 76분~105분, 40분~75분, 136분 이상 순으로 136분을 제외하고 평균효과크기가 0.89이상으로 큰 효과크기가 나타났다. 교류분석 집단상담에서는 121분 이상(최형선, 2017)으로 본 연구의 결과와 일치하며, 또한 집단상담에서는 136분 이상(김계현 외, 2002)이 가장 작은 효과크기로 본 연구의 결과와 일치한다.

1회기 시간을 어떻게 구성할 것인지는 집단의 역동에 중요한 영향을 준다. 보통 주의력 지속시간을 계산하면, 초등학교 저학년 아동 등은 보통 30~40분(강진령, 2005), 초등학교 고학년 부터 중학생까지는 40분이 적당하다. 이는 초등학생이 대다수 차지하고 있는 본 연구결과와 일치하지 않는다.

본 연구에서 사용된 논문을 분석한 결과 1회기 시간이 106분~135분인 연구는 연구대상이 성인과 고등학생이 주를 이루었으며, 초등학생을 대상으로 한 연구는 대부분 40분~75분으로 구성되었다. 그럼에도 1회기 시간의 부족은 심도있는 집단상담 프로그램 개입의 한계를 가져올 수 있으므로(권경인, 조수연, 2013), 집단원의 연령에 따라 1회기 구성의 시간도 유동적인 운영의 고려가 필요함을 시사하고 있다.

일곱째, 주당 회기수에 따른 효과크기의 차이를 분석한 결과, 유의하진 않지만 주1회, 주2회, 주1~2회, 주2회 초과, 집중(마라톤) 순으로 비교적 큰 효과크기가 나타났다. 청소년을 대상으로 한 미술치료에서는 주1회(박혜정, 2008), 아동을 대상으로 한 미술치료에서는 주1~2회(임주영, 2003), 초등학생을 대상으로 한 자아존중감 집단상담에서는 주2회(최신영, 2013), 독서치료 집단상담에서는 주3회(이은경, 2015), 노인을 대상으로 한 집단상담에서는 주3회 이상(김신향, 2014), 청소년을 대상으로 한 학습스트레스 감소 집단상담에서는 집중적(남지영, 2016)으로 제시하고 있다.

주당 회기수는 집단의 유형과 집단원의 연령과 기능수준에 따라 다소 차이가 있으나(이장호, 1995), 일반적으로 초·중학생집단의 경우에는 일주일에 1~2회가 적절하며, 고등학생, 대학생, 성인집단의 경우에는 일주일에 1회기 정도가 적당하다(강진령, 2005). 따라서 연구대상과 프로그램 내용 및 목적에 따라 주당 회기수의 고려가 필요함을 시사하고 있다.

마지막으로 프로그램의 종속변인에 따른 효과크기의 차이분석을 실시한 결과, 대인관계, 자아존중감, 주장행동, 학교생활적응, 정서 순으로 정서를 제외하고 모두 1.00이상으로 큰 효과가 나타났다. 종속변인별로 제시된 집단상담 프로그램 효과의 메타분석 선행연구 결과와 비교해 본다면 대인관계에 미치는 전체 평균효과크기가 1.18(조민아, 2004), 자아존중감에 미치는 전체 평균효과크기가 1.21(이미현, 2010), 학교적응에 미치는 전체 평균효과크기가 1.21(노인화, 2016)로 집단상담이 대인관계, 자아존중감, 학교생활적응에 효과가 있으므로 본 주장훈련 집단상담 프로그램의 종속변인에서도 효과가 나타났음을 알 수 있다. 하지만 종속변인 중 정서는 전체 평균효과크기가 0.275로 아동의 불안감소에 미치는 전체 평균효과크기가 1.15(김

윤지, 2007), 아동·청소년의 분노조절에 미치는 전체 평균효과크기가 0.94(백현주, 2009)로 나타난 선행연구의 결과와 일치하지 않는다. 이는 발표불안 집단상담에서는 중·고등학생이 1.91(허지영, 2017), 분노조절 집단상담에서는 고등학생이 0.96(신혜민, 2016), 스트레스 감소 집단상담에서는 중·고등학생이 1.02(박현경, 2014), 우울 집단상담에서는 유의하지는 않았으나 고등학생이 1.89(김수진, 2001), 공격성 감소 집단상담에서는 초등학생(1.20), 중학생(1.13), 고등학생(1.02) 순으로(유수정, 2011) 모두 큰 효과크기를 나타내고 있다. 종속변인 정서(불안, 분노, 스트레스, 공격성) 집단상담의 효과크기는 공격성을 제외하고 중학생, 고등학생에게서 효과크기가 크게 나타났다. 이는 초등학교 4학년부터 중학교 2학년까지 청소년들이 지각하는 스트레스는 시간의 흐름에 따라 증가하는 양상을 보이며(조운주, 2010), 초등학생에서 고등학생으로 됨에 따라 학업 및 인간관계 스트레스는 증가(김의철, 박영신, 2001)하므로, 중·고등학생 시기의 정서에 대한 요구가 높다고 할 수 있다. 본 연구는 초등학생을 대상으로 한 연구가 대다수를 차지하고 있으므로, 중·고등학생보다는 정서에 대한 요구가 낮기 때문에 평균효과크기가 작게 나타난 것으로 해석할 수 있다. 추후 연구에서는 유아, 중학생, 고등학생, 성인, 환자 등을 대상으로 한 연구물이 더 축적된 후 재검증할 필요가 있다.

위의 결론을 종합하여 가장 효과적인 주장훈련 집단상담 프로그램을 운영할 수 있는 방법을 정리하면, 유아를 대상으로 집단원 수는 10~14명, 운영기간은 9주 이상, 1회기 시간은 106분~135분, 대인관계 향상을 위하여 실시할 때 가장 효과적이다.

이러한 결과를 기반으로 하여 주장훈련 집단상담 프로그램 개발을 위한 시사점과 후속연구의 방향을 제시하면 다음과 같다.

첫째, 분석한 157편 중에서 32편을 제외한 연구에서 프로그램 종료 시점에 사후검사만 실시하고, 일정 기간이 지난 후 추후검사는 실시하지 않아 효과의 지속성을 판별하기 어려웠다. 특히 결과변인으로 다른 변인들에 대해 단기간의 프로그램 운영으로 성과를 내는 것도 중요하지만, 프로그램 종료 후 실제로 삶에서 긍정적인 영향력을 행사하도록 하는 것이 장기적으로 더 중요한 과제이다. 따라서 향후 주장훈련 집단상담 프로그램 연구에서는 사후검사뿐만 아니라 추후검사도 실시하도록 계획하여 효과의 지속성을 알아보는 데 필요한 자료를 제공할 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 주로 구조화된 집단 및 반구조화 집단의 성과연구들만 포함되었다. 이는 우리나라에서 비구조화 집단의 성과에 대한 연구가 거의 수행되고 있지 않다는 점을 고려할 때 본 연구의 결정적 문제점은 아니다(김계현 외, 2002). 그러나 현재 우리나라에서는 구조화 혹은 반구조화 집단 이외에 비구조화 집단도 자주 실시되고 있으므로, 앞으로 비구조화 집단의 성과연구를 수행할 필요가 있다. 비구조화 집단의 성과연구가 수행됨에 따라 자료가 축적 되는대로 메타분석도 뒤따라야 할 것이다.

셋째, 연구에서 활용한 메타분석방법은 주장훈련 집단상담 프로그램을 실시한 선행연구를

양적으로 통합하여 종합적인 결과를 산출하여 새로운 방향을 제시하는데 도움을 주는 연구방법이다. 그러나 앞으로는 통계적인 수치로만 산출하는 것이 아니라 각각의 분석대상 논문에서 지니고 있는 특성들을 질적 분석을 통해 보다 정확하고 명료한 통합이 이루어질 필요가 있다.

넷째, 한국적 집단상담 프로그램의 개발과 특정주제중심의 다양한 프로그램의 개발 및 평가도구의 개발이 우리나라 집단상담의 과제(천성문, 설창덕, 배정우, 2004)인 것처럼 본 연구 결과에서도 구성내용과 대상자의 발달특성에 따른 다양한 프로그램과 측정도구의 개발이 필요함을 알 수 있다. 비록 사례수는 적지만 주장훈련의 연구대상이 유아가 가장 효과적인 것으로 볼 때, 유아에게 적합한 프로그램 개발 및 척도 개발이 요구되어진다. 또한 구성내용 부분에 대한 연구(놀이치료, 미술치료, 인지적, 행동적, 현실요법 주장훈련 등)가 소수이므로, 다양한 접근방법의 프로그램 개발과 시행이 활발히 이루어질 필요가 있다.

본 연구의 한계점과 의의를 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 국회도서관 및 국립 중앙도서관, 한국학술정보 사이트에서 제공하는 논문을 대상으로 메타분석을 실시하였으나, 국회도서관 및 국립 중앙도서관, 한국 학술정보 사이트에서 제공하지 않은 논문과 학술지, 미간행 연구논문들을 포함하지 못했다는 점에서 한계가 있다.

둘째, 157편의 선행연구물은 학술지 1편, 석·박사학위논문 156편(학술지 게재 6편)이 분석대상이 되었으므로 학술지에 게재된 연구가 부족하다. 일반적으로 peer-review를 통한 학술지 연구가 질적으로 높다는 평가를 받고 있으며, 학술지 논문과 학위논문이 비슷한 비율로 분석대상이 되었을 경우 가장 신뢰로운 메타분석의 결과 값을 도출할 수 있다(Cooper, Hedges, & Valentine, 2009). 따라서 더욱 정확한 주장훈련 집단상담 프로그램 효과의 메타분석을 위하여 앞으로 연구 논문 수집의 다양한 방법과 세밀한 조직화가 개선될 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서는 프로그램 운영방식에 따른 효과크기 차이분석에서 중재변인 중 연속변수를 범주변수로 변환하였기 때문에 범주를 구분하는 방식에 따라 상이한 결과를 산출할 가능성이 있다.

넷째, 본 연구에서는 프로그램의 종속변인에 따른 효과크기 차이분석은 실시하였지만, 측정도구에 대해서는 차이분석을 실시하지 않았다.

다섯째, 본 연구에서는 사용된 157편의 연구논문에서 초등학생을 대상으로 한 논문이 99편(63.1%), 중학생 25편(15.9%), 고등학생, 성인 각 13편(8.3%), 환자 5편(3.2%), 유아 2편(1.2%)을 차지한다. 이는 편중된 변인 이외의 다른 변인들의 사례수가 적어 결과적으로 다양한 변인들의 효과크기를 일반화하는데 한계가 있다. 추후 연구에서는 유아, 중학생, 고등학생, 성인, 환자 등을 대상으로 한 연구물이 더 축적된 후 추가적인 메타분석을 실시해 볼 필요가 있다.

이러한 한계점에도 불구하고 본 연구는 메타분석을 통해 각각 실시되었던 주장훈련 집단상담 프로그램의 효과에 대한 통합적 설명을 제공했고, 향후 주장훈련 집단상담 프로그램을 구

성할 때 하나의 기준점을 제시할 수 있는 연구라는 점에서 의의가 있다.

## 참고문헌

\* 표시된 논문은 메타분석에 포함된 참고논문임

강윤경 (2017). 진로집단상담 프로그램이 고등학생의 진로발달에 미치는 효과에 대한 메타분석. 한국교원대학교 석사학위논문.

강진령 (2005). 집단상담의 실제. 서울: 학지사.

강진령 (2012). 집단상담과 치료. 서울: 학지사.

강희경 (1992). 성교육을 통한 초등학교 아동의 성에 관한 지식 및 태도 변화 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.

권경인, 조수연 (2013). 청소년 스트레스 감소 및 대처 집단상담 프로그램의 효과에 대한 메타분석. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 25(1), 41-62.

\*권성민 (2002). 자기표출훈련과 자기주장훈련이 불안신경증 환자의 불안수준과 대인관계에 미치는 효과. 영남대학교 박사학위논문.

권은정 (2016). 청소년 인터넷 중독 프로그램의 중독 감소와 자기통제력 증진 효과에 관한 메타분석. 계명대학교 박사학위논문.

김계현 (2000). 상담심리학연구. 서울: 학지사.

김계현 (2002). 교육상담에서의 효과성 연구와 메타분석. 아시아교육연구, 3(1), 131-155.

김계현, 이운주, 왕은자 (2002). 국내 집단상담 성과연구에 대한 메타분석. 상담학연구, 3(1), 47-62.

\*김광원 (1994). 자기표현훈련이 발표불안 아동의 치료에 미치는 영향. 우석대학교 석사학위논문.

김미연 (2011). 독서를 통한 자기표현훈련프로그램이 수줍음 아동의 자기표현력과 공감능력 향상에 미치는 영향. 부산교육대학교 석사학위논문.

김성희 (1982). 고등학생을 대상으로 한 주장훈련의 효과. 학생지도연구, 15(2), 1-30.

김성희 (1991). 비주장행동 원인별 주장훈련 방법이 주장행동에 미치는 효과 비교. 계명대학교 박사학위논문.

김세경, 김미혜, 천성문 (2014). 우울감소를 위한 집단치료 프로그램의 효과에 대한 메타분석. 발달장애연구, 8(1), 1-28.

김수진 (2001). 우울증에 대한 인지-행동적 집단상담 효과 메타분석. 숙명여자대학교 석사학위논문.

김신향 (2014). 노인의 자아존중감과 우울 프로그램 효과성에 대한 메타분석. 호서대학교 박

사학위논문.

김윤정 (1999). 우울성향이 청소년 문제행동에 미치는 영향에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.

김윤지 (2007). 인지행동집단상담이 아동의 불안감소에 미치는 효과에 관한 메타분석. 계명대학교 석사학위논문.

김의철, 박영신 (2001). IMF시대 한국 학생과 성인의 스트레스와 대처양식 및 생활만족도에 대한 연구. 한국심리학회지: 건강, 6(1), 77-105.

김종석, 김언주, 백옥현 (1992). 교수·학습의 이론과 실제. 서울: 성원사.

\*김지선 (1995). 인지재구성중심의 자기표현훈련의 효과. 카톨릭대학교 석사학위논문.

\*김진경 (2013). 자기표현훈련 미술프로그램이 시설보호 아동의 사회성 향상에 미치는 효과. 고려대학교 석사학위논문.

김희은, 이미현, 김인규 (2014). 국내 대학생 집단상담 프로그램의 효과에 대한 메타분석 및 연구 동향. 상담학연구, 15(4), 1441-1456.

남지영 (2016). 학업스트레스 감소를 위한 집단상담 프로그램의 효과에 대한 메타분석. 경북대학교 석사학위논문.

노인화 (2016). 집단상담프로그램이 학교적응에 미치는 효과에 대한 메타분석. 한국교원대학교 석사학위논문.

문은주 (2015). 감사집단상담 프로그램의 효과에 대한 메타분석. 상담학연구, 16(4), 111-129.

박은혜 (2014). 의사소통훈련 집단상담 프로그램 효과에 대한 메타분석. 경북대학교 석사학위논문.

박현경 (2014). 스트레스 감소를 위한 음악치료 연구 메타분석. 숙명여자대학교 석사학위논문.

박혜정 (2008). 청소년 미술치료에 대한 메타분석. 영남대학교 석사학위논문.

백현주 (2009). 아동청소년을 대상으로 한 분노조절훈련 효과에 관한 메타분석. 성균관대학교 석사학위논문.

변창진, 김성희 (1980). 주장훈련 프로그램. 학생생활연구, 13(1), 51~85.

서봉연, 황상민, 김정욱 (1994). 사회인지 적응능력의 향상을 위한 연구: 대인관계 향상 프로그램 개발을 중심으로. 학생연구, 29, 69-106.

\*송미호 (2005). 자기주장훈련 프로그램이 장애아 어머니의 자기주장, 자존감, 대인관계에 미치는 효과. 성균관대학교 석사학위논문.

송영이 (1998). 현실요법중심의 자기표현훈련 효과. 계명대학교 석사학위논문.

신혜민 (2016). 아동·청소년을 위한 분노조절 치료 프로그램의 효과에 대한 메타분석. 한양대학교 석사학위논문.

\*안옥영 (2005). 주장훈련이 중학교 남학생의 주장성 향상 및 자기존중감에 미치는 영향. 경희



- 대학교 석사학위논문.
- 오성삼 (2002). 메타분석의 이론과 실제. 서울: 건국대학교 출판부.
- 유수정 (2011). 아동·청소년의 공격성 감소를 위한 집단상담 프로그램 효과에 대한 메타분석. 한국교원대학교 석사학위논문.
- 이건복 (1998). 행동적 주장훈련이 비행청소년의 주장행동과 공격성에 미치는 효과. 제주대학교 석사학위논문.
- 이경옥 (2012). 초등학생 대상 진로상담 프로그램의 효과에 대한 메타분석. 경인대학교 석사학위논문.
- 이규림 (2007). 자기표현 활동이 유아의 자아개념과 유아교육기관 적응에 미치는 영향. 전남대학교 석사학위논문.
- 이미현 (2010). 자아존중감 향상을 위한 집단상담 프로그램의 효과에 관한 메타분석. 전주대학교 석사학위논문.
- \*이용택 (2009). 자기주장훈련 프로그램이 대인불안 감소 및 자아존중감 향상에 미치는 효과. 강원대학교 석사학위논문.
- 이은경 (2015). 독서치료 집단상담 프로그램 효과에 대한 메타분석: 2009년~2013년 논문을 중심으로. 계명대학교 석사학위논문.
- 이장호 (1995). 상담심리학. 서울: 학지사.
- 이장호, 김정희 (1992). 집단상담의 원리와 실제. 서울: 법문사.
- 이현경 (1991). 주장훈련이 아동의 공격성 감소 및 주장성 향상에 미치는 효과. 계명대학교 석사학위논문.
- 임주영 (2003). 아동미술치료 효과에 대한 메타분석. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 전석균 (1995). 정신분열증 환자의 재활을 위한 사회기술훈련프로그램의 효과성에 관한 연구. 숭실대학교 석사학위논문.
- 조민아 (2004). 집단상담이 대인관계에 미치는 효과에 관한 메타분석. 전북대학교 석사학위논문.
- 조수연, 권경인, 이지현 (2014). 용서 집단상담 프로그램의 효과에 대한 메타분석. 상담학연구, 15(6), 2269-2290.
- 조윤주 (2010). 청소년 초기 스트레스의 종단적 변화 양상과 관련변인에 관한 연구. 인간발달 연구, 17(3), 17-35.
- 조중현 (2013). 중학생 대상 진로집단상담 프로그램의 효과에 대한 메타분석. 경북대학교 석사학위논문.
- 지진숙 (2013). 비행유무, 냉담·무정서, 우울이 청소년의 위험감수행동에 미치는 영향. 계명대학교 석사학위논문.

- 천성문, 설창덕, 배정우 (2004). 우리나라 집단상담의 현황과 과제. *학생상담연구*, 5, 61-74.
- 최신영 (2013). 자아존중감 향상을 위한 초등학교 집단상담의 효과에 대한 메타분석. 부산교육대학교 석사학위논문.
- 최지원 (2013). 자아탄력성 증진 집단상담 프로그램의 효과에 대한 메타분석. 경북대학교 석사학위논문.
- 최형선 (2017). 교류분석 집단상담 프로그램의 효과에 대한 메타분석. 광운대학교 석사학위논문.
- 최홍식 (1990). 주장훈련이 국민학생의 성격형성에 미치는 효과. 부산대학교 석사학위논문.
- 하영석 (1983). 공격적, 소극적인 대학생들을 위한 자기주장훈련 프로그램. *학생지도연구*, 16(1), 1-50.
- \*한진 (2010). 놀이중심 자기표현 집단상담이 아동의 발표불안 및 자아존중감에 미치는 영향. 아주대학교 석사학위논문.
- 허지영 (2017). 발표불안 집단상담 프로그램에 대한 메타분석. 광운대학교 석사학위논문.
- 홍경자 (1988). 자기표현 및 주장력 향상을 위한 집단상담프로그램. *학생생활연구*, 6, 147-169.
- 홍성란 (2010). 초등학생 미술치료 효과에 대한 메타분석. 한국교원대학교 석사학위논문.
- 황성동 (2014). 알기 쉬운 메타분석의 이해. 서울: 학지사.
- Branden, N. (1994). *The six pillars of self-esteem*. New York: Bantam Books.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences(2nd ed.)*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cooper, H. M. (2010). *Research synthesis and meta-analysis: A step-by-step approach*. LA: Sage Publication.
- Cooper, H, M., Hedges, L. V., & Valentine, J. C. (2009). *The handbook of research synthesis and meta-analysis*. New York: Russell Sage Foundation.
- Duval, S., & Tweedie, R. (2000). A nonparametric trim and fill' method of accounting for publication bias in meta-analysis. *Journal of the American Statistical Association*, 95, 89-98.
- Faith, M. S., Wong, F. Y., & Carpenter, K. M. (1995). Group sensitivity training: Update, meta-analysis, and recommendations. *Journal of Counseling Psychology*, 16, 319-324.
- Frijda, N. H. (1986). *The emotions*. UK: Cambridge University Press.
- Greenberg, K. R. (2003). *Group counseling in K-12 schools: A handbook for school counseling*. Boston, MA: Allyn and Bacon.
- Higgins, J., & Green, s. (Eds.) (2011). *Cochrane Handbook for Systematic Reviews of Interventions Version 5.1.0*, The Codhrane Collaboration Retrieved from [www.cochrane.org](http://www.cochrane.org).

cochrane-handbook. org.

- Pilkonis, P. A. (1977). The behavioral consequences of shyness. *Journal of Personality, 45*, 566-611.
- Rakos, R. F., & Schroder, H. E. (1980). *Self-directed assertiveness training*. New York: Bio Monitoring Application.
- Smith, M. J., & Glass, G. V. (1977). Meta-analysis of psychotherapy outcome studies. *American Psychologist, 32*, 752-760.
- Steiner, R. (2007). 교육의 기초로서의 일반인간학(김성숙 역). 서울: 물병자리.
- Whiston, S. C., & Li, P. (2011). Meta-analysis: a systematic method for synthesizing counseling research. *Journal of Counseling & Development, 89*(3), 273-281.

## **The Meta-Analysis on the Effects of Assertiveness Training Group Counseling Programs**

Eun-Ju Moon

Kyungpook National University

This study was to examine the effectiveness of assertiveness group counseling programs in Korea by using of meta-analysis. For the purpose of the study, a total of 157 studies published from 1986 through 2015 were selected. The result of this study was summarized as follows: First, a total of 273 effect sizes were calculated and the overall effect size of the programs was 0.901, indicating a large effect size. Secondly, effect sizes were compared in regard to moderator variables including participant characteristics, various parameters of group operation, and dependent variables. As a result the most of group was the child, the most of group members ranges were 10~14 persons, the most of term was 9 weeks over, the most of time for one session was from 106 to 135 minutes. the most of dependent variables was interpersonal relationships. Based on these findings, implications for future research and program implementation were discussed.

*Key words* : meta-analysis, assertiveness training group counseling program, effect size