

A case study of conflict resolution program for student-athletes due to violence in sport: Self-assertiveness training based on solution-focused

Yun-Kyung Yang¹ & Tae-Hee Lim^{2*}

¹Kangnam University & ²Yongin University

[Purpose] The purpose of this study was to apply the Self-Assertiveness Training based on Solution-Focused to student-athletes caused by violence in sports. **[Methods]** Participants were five Taekwondo athletes in this study. They were consisted of offenders, a accuser, and a victim. The head coach of the team asked for counseling to resolve the conflict. Data was collected with quantitative, qualitative data, and group dynamics. The group counseling program was conducted for 90 minutes a week for eight weeks. **[Results]** The results are as follows. First, (application process) the 8-week Self-Assertiveness Training based on Solution-Focused was assessed to be applied step by step and systematically. Second, (qualitative evaluation) as a result of analyzing the observation journal and the interview data, the participants experienced the change of attitude and thought of group members in a short period of time by focusing on enhancing self-assertiveness. Third, (quantitative evaluation) self-assertiveness and attitude of school violence measured by questionnaires were higher in post-survey than pre-survey. In addition, participants' satisfaction with the program was found to be very positive. **[Discussions and Suggestions]** Self-Assertiveness Training based on Solution-Focused was found to have a significant effect on conflict resolution among the student-athletes who have experienced violence in sport. This programs was expected to increase the value of use in the sport field. Based on this case study, We suggested for future research.

Key words: Sport violence, Solution-focused group counseling, Self-assertiveness Training, Student Athlete

서론

한국에는 약 13만 5천명에 이르는 학생운동선수들이 있다(Korean Sport & Olympic Committee, 2019. 1. 11). 학생운동선수들은 대부분 '특기자 제도'를 통해 조기에 선발 및 육성된다. 이 제도는 전문선수를 육성할 수 있는 장점이 있는 반면 과도한 훈련 때문에 학업성취가 떨어지는 단점도 있다. 또한 폐쇄적인 집단문화 때문에 스포츠 현장에서 빈번히 일어나는 가혹행위, 신체 및 언

어폭력, 부당한 지시행동 때문에 여러 갈등이 벌어진다(Yuu & Won, 2007). 이러한 스포츠의 구조적인 문제는 초등학교부터 중고교·대학·실업팀에 이르기까지 비슷하게 나타난다(Kim, 2010).

운동선수는 페어플레이와 스포츠맨십을 바탕으로 훈련과 경기에 임해야 함에도 불구하고(Kwon & Lee, 2018), 승리지상주의와 실적 중심 그리고 과도한 경쟁으로 인해 다양한 악습과 폐해로 몸살을 앓는다. 이로 인해 스포츠 하면 긍정적인 이미지보다 부정적인 이미지가 먼저 떠오르기도 한다. 요컨대 훈련의 강압적인 분위기, 코치 및 선수 간 엄격한 위계질서, 승리를 위한 비도덕적 경기 운영 등이 이에 해당된다. 특히 코치와 선수 또는 선수 사이에 만연한 가혹행위·차별·체벌행위는 스포츠를 대표하는 부

논문 투고일 : 2019. 01. 24.

논문 수정일 : 2019. 03. 19.

게재 확정일 : 2019. 04. 24.

* 교신저자 : 임태희(taeheejm@naver.com).

정적인 이미지로 매스컴에 오르내리곤 한다.

스포츠의 부정적인 이미지는 지도자와 선수들이 잘못된 분위기를 관행이나 전통처럼 받아들여 온 것에서 원인을 찾을 수 있다(Chung & Shon, 2017; Kim & Eun, 2018; Lee & Lee, 2016). 잘못된 분위기는 주로 가혹행위나 폭력에 의해 조성된다. 우리는 이것을 '스포츠 폭력(violence in sports)'이라고 부른다.

스포츠 폭력은 스포츠와 관련하여 가해자가 피해자에게 행하는 신체·언어·성 폭력을 의미한다(Choe, 2009). 폭력의 가해자는 주로 지도자로 한정되지만 우리나라는 독특한 운동문화 때문에 선배들의 폭행이 두드러지게 나타난다(Kwon et al., 2011). 이는 우리나라의 상하 위계 질서 문화의 역기능적인 현상이자 지도자의 폭력적인 행위를 모델링한 결과이기도 하다.

중고등학교 운동선수를 대상으로 체벌의 필요성에 대한 인식을 실태조사 한 Hahm(1997)의 연구를 시작으로 8년이나 지나서야 Korean Sport & Olympic Committee (2005)가 운동선수 폭력과 관련한 대규모 실태조사를 실시하였다. 최근에는 인권을 중시하는 사회분위기와 학자들의 관심 때문에 스포츠 폭력에 대한 다양한 연구들이 발표되었다. 선행연구는 주로 실태조사, 폭력의 원인과 유형, 스포츠 폭력의 인식 그리고 개선 및 해결책(ex. 구타 근절대책)을 제시하고 있다(Kim, 2010; Kim, 2016; Kwon et al., 2011; Yoo & Won, 2007).

스포츠 환경을 개선하기 위한 다양한 정책들이 적용됨에 따라 스포츠 폭력은 과거보다 현저히 감소하는 추세이다(Seo & Ahn, 2017). 이는 피해자의 구타경험에 대한 선행연구인 Kang(1998)의 80%, Song(2003)의 75%, Kwon et al.(2011)의 45.6%를 통해서 확인할 수 있다. 그러나 시대가 변화함에 따라 스포츠 폭력의 유형 또한 다양해지고 있다. 스포츠 폭력의 유형은 종목의 기술(ex. 유도, 태권도, 격투기, 씨름, 유도, 씨름, 유도, 씨름 등)을 사용하여 고통 주기(Yoo, 2011), 수치심을 유발한 심리적 폭력(Kim, 2012), 그리고 집단 괴롭힘과 따돌림(Park & Jang, 2014) 등 다양한 종류와 방법으로 그 수법이 더욱 교묘해지고 있다.

한편 가해자의 처벌 목적이 아무리 순수하더라도 잘못된 표현방식으로 피해자를 자극한다면 그 자체가 스포츠 폭력에 해당된다. 이는 피해자가 가해자의 표현 방식을 스포츠 폭력으로 인식했음을 뜻하는데, 결국 정상적인 의사소통의 부재는 가해자와 피해자를 갈등의 관계로 전락시

켜 버린다. Seo & Ahn(2017)에 따르면 갈등은 지도자의 처벌에 대한 이성적 판단과 욕구조절, 선후배 사이의 증오·분노·충동성을 높이는 원인으로 작용한다.

그렇다면 스포츠 환경에서 선후배와 동료 사이의 갈등을 효율적으로 개선하거나 해결할 수 있는 방법은 없는가? Lee & Lee(2016)는 갈등해소를 위한 대안으로 심리상담의 활용을 제안하였다. 이들은 스포츠 환경에 집단상담을 적용하여 갈등을 관리하는 연구를 진행하였다. 프로그램은 의사소통 및 감정조절에 효과적이었고 대인갈등 대처방식의 강요와 회피를 감소시키는 동시에 협력을 증가시켰다. 그 결과 선수들은 동료와 교우관계가 긍정적으로 변화함으로써 근본적으로 팀 내에 존재하는 갈등을 해결할 수 있었다.

대인관계 갈등은 갈등 대상이 직면한 문제에 대해서 자신의 솔직한 감정을 대화로 풀어감으로써 효과적으로 완화시킬 수 있다(Sternberg & Dobson, 1987). 이와 관련하여 스포츠 폭력 및 선수 간 갈등 해소에는 심리상담 중 해결중심 상담과 자기주장훈련을 활용할 수 있다.

해결중심 상담은 성공경험·예외상황·강점과 자원을 활용하여 문제를 해결하는 기법이다(Kim, 2008). 이는 인지·정서·사회·행동 등에서 큰 변화를 이끌어 낼 수 있다(Kim et al., 2017). 특히 해결중심 상담은 문제를 경험하고 있는 자신에게 초점을 맞춰서 효율적으로 문제해결 방안을 탐색하여 단기간에 효과를 얻을 수 있는 장점이 있다(Ratner et al., 2012). 이러한 상담은 다양한 폭력과 갈등 상황을 해결하기 위한 방법으로도 활용될 수 있다.

Kim & Eun(2018)은 학교폭력을 예방하기 위해서 해결중심 집단상담을 실시한 결과 초등학생의 가해 및 피해 행동과 방관자적 태도 감소에 긍정적인 효과를 발견하였다. Kim(2015)은 다문화 가정의 부부관계를 개선시키기 위해서 해결중심 단기 가족치료 프로그램을 실시한 결과 자아존중감, 결혼만족도 그리고 의사소통의 효율성이 향상되는 효과를 확인하였다. 특히 해결중심 상담은 의사소통 기술을 향상시킴으로써 다양한 집단의 갈등상황을 긍정적으로 해결하였다(Choi & Choi, 2016; Kim, 2002; Kim & Lee, 2011; Kim, 2015). 이러한 연구는 해결중심 상담이 스포츠 현장에서 스포츠 폭력의 대안으로 활용될 수 있을 것이라 가정을 뒷받침 해준다.

스포츠 폭력을 개선하기 위한 심리상담 프로그램은 상황과 대상에게 적절한 기법을 탐색하여 적용하는 것이 무엇보다 중요하다. 특히 스포츠 환경에서는 시간의 제약으

로 인해 단기간에 효과를 확인할 수 있는 프로그램을 적용하는 것이 필요하다. 따라서 단기간에 효과를 이끌어내는 해결중심 상담의 장점을 활용하면 스포츠 상황에 유용하게 활용될 수 있을 것으로 기대된다.

이 연구에서는 해결중심 상담 기법을 적용한 자기주장훈련을 구체적으로 적용하는 것을 목표로 삼았다. 자기주장은 상대방의 권리를 침해하지 않으면서 자신의 의견·생각·느낌을 솔직하게 표현하고 전달하는 과정이다 (Fensterheim, 1972, Kim, 1982; Moon, 2017에서 재인용). 자기주장이 낮은 사람은 자신의 목적을 달성하기 위해서 타인의 권리를 침해하고, 자신의 권리를 지키지 못해서 이용당하거나 고통 받는다. 반면 자기주장이 높은 사람은 의사소통을 할 때 타인의 권리를 침해하지 않는 범위 내에서 자신의 권리를 추구하고 자신을 솔직하게 표현한다 (Yoon & Kwon, 2004).

우리는 자기주장훈련을 통해 자기표현 역량을 향상시킴으로써 긍정적인 대인관계를 맺거나 대인관계에서 오는 긴장을 완화시킬 수 있다 (Bellack et al., 1976; Nishina & Tanigaki, 2013; Shimizu et al., 2003). Moon (2017)은 자기주장훈련과 관련한 연구들을 토대로 메타분석을 실시한 연구에서 대인관계·자아존중감·주장행동·학교생활 적응·정서에 긍정적인 효과가 있음을 보고하였다.

Cho & Kim (2013)은 부서간의 개방적인 의사소통 부족, 부적절한 의사소통 능력, 목표나 근무여건의 차이로 인한 갈등과 스트레스를 경험하는 중환자실 간호사를 대상으로 자기주장훈련을 적용하였다. 그 결과 간호사들의 자기주장행동이 증가하는 효과가 나타났다. Son (2015)은 시각장애학생을 대상으로 자기주장행동 프로그램을 적용한 결과 만족감·의사소통·신뢰감·친근감·개방성·이해성이 증가함으로써 대인관계 능력이 좋아지는 효과를 얻었다. 그 외에도 자기주장훈련은 분노억제와 분노표출 (Lee & Son, 2010), 불안수준 (Kwon et al., 2003) 그리고 갈등 (Lee, 2018)을 긍정적으로 변화시키는 효과가 있었다.

선행연구를 고려할 때 자기주장훈련은 선수 간 갈등 해소를 위해서 유용하게 활용될 것으로 기대된다. 하지만 어렵게도 이 프로그램이 스포츠 환경에 적용된 사례는 전무한 실정이다. 스포츠 폭력 피해자는 89.32%가 가해자를 대상으로 회피적, 투쟁적으로 반응하는 경향이 있다 (Song, 2003). 이는 피해자들이 부당한 폭력에 대해 적절하게 대응하거나 의사를 표현하지 못하고 문제를 방치함으로써 인권을 침해당하는 결과를 낳는 원인으로 작용한

다. 이 과정에서 가해자와 피해자의 자기주장 역량을 향상시키면 가해자는 피해자의 인권을 침해하지 않으면서 의사를 전달할 수 있고, 피해자는 자신의 인권을 보호받기 위해서 올바른 의사전달을 하게 된다. 따라서 자기주장훈련은 스포츠 환경에서 가해자와 피해자의 자기주장 역량을 향상시킬 수 있다.

정리하면 해결중심 상담과 자기주장훈련은 현재 스포츠 현장에서 발생하는 폭력과 선수 간 갈등의 문제를 해결하기 위한 심리상담 기법으로 활용 가치가 높을 것으로 예상된다. 이 두 상담기법을 잘 조합해서 스포츠 현장에 접목한다면 단기간에 상담효과를 이끌어낼 수 있는 장점 (해결중심 상담)과 의사소통 역량을 향상시킬 수 있는 장점 (자기주장훈련)을 함께 반영할 수 있을 것으로 기대된다. 따라서 이 연구의 목적은 스포츠 폭력으로 발생한 선수 간 갈등을 해소하기 위해서 해결중심 상담에 기반한 자기주장훈련을 적용하고 스포츠 현장에서 발생하는 폭력의 대안으로 심리상담을 활용하는 것에 대한 가능성을 확인하는 것이다.

연구방법

프로그램 준비

연구자는 연구의 타당성을 높이기 위하여 다음과 같이 프로그램을 준비하고 질적연구의 전문성을 개발하기 위해서 노력하였다.

먼저 프로그램 개발을 위해서 해결중심 단기상담과 자기주장훈련의 문헌자료를 수집하였다. 이 중 연구대상, 활용방향, 개발절차에 따라서 연구주제와 관련된 문헌을 선정하여 고찰하였다. 다음으로 수집된 자료를 토대로 Karl (1995)의 해결중심 상담 치료개입 5단계 모형 (5-Step Treatment Model)과 자기주장훈련의 인지적, 정서적, 행동적 요소를 포함하여 프로그램을 재구성하였다. 프로그램 적용은 연구자가 해결중심 집단상담을 주제로 석사학위논문을 쓰고, 엘리트 선수를 대상으로 집단상담을 진행했던 경험을 토대로 진행하였다.

연구대상 및 배경

연구대상은 연구참여자의 감독 요청으로 선정되었다.

연구대상의 세부적인 정보는 <Table 1>과 같다. 이들은 엘리트 선수로 전국대회 출전 및 입상경험과 국제대회 참여경험이 있으며, 7~10년의 운동경력이 있다

연구대상은 00대학교에 재학 중인 학생 5명(남자 = 3명, 여자 = 2명)을 선정하였다. 이들은 한 팀에 소속된 선수들로서, 가혹행위의 가해자, 신고자, 피해자로 구성되었다. 연구 참여자의 스포츠 폭력 상황은 다음과 같다. A선수는 훈련이 끝나고 선수들을 집합시켰다. 가해자 A, B, C 선수는 후배 선수들이 지시를 따르지 않고, 자신들을 무시한다는 이유로 원산폭격, 폭언 등을 하였다. 분위기는 점점 험악해져 갔고 가해자 A선수가 피해자 E선수를 불러 폭언 및 가슴과 얼굴 등을 가격했다. 그리고 나서 다시 얼차려가 시작됐다. D선수는 이걸 너무 심하다고 판단하여 그때부터 선배들의 지시를 따르지 않았고, 운동을 그만두겠다고 하면서 훈련장을 나왔다. 며칠이 지나 D선수가 운동을 그만두겠다고 감독에게 상담을 받으러 왔다. 상담과정에서 선후배 사이에 '스포츠 폭력'이 있었음이 밝혀졌다.

조사도구

자기주장 척도

이 연구에서 사용한 자기주장 척도(Rathus Assertiveness Schedule)는 Rathus(1972)가 개발하고 Ha(1983)가 번안하여 Park(2015)이 사용한 것이다. 척도는 긍정적 자기주장 13개 문항(ex. 나는 유익하고 활발한 토론을 기대할 때가 많다.)과 부정적 자기주장 17개 문항(ex. 나는 "아니요."라고 말하기 어려울 때가 있다.)으로 2개 하위 요인 총 30문항으로 구성돼 있다. 이 중 부정문항인 1, 2, 4, 5, 9, 11, 12-17, 19, 23, 24, 26, 30문항은 역으로 환산하여 계산하였다. 척도의 각 문항은 Likert식 5점 척도로 '1점-매우 그렇다, 2점-그렇다, 3점-보통이다, 4점-그렇지 않다, 5점-전혀 그렇지 않다'로 구성되며 점수가 높

을수록 올바른 자기주장을 하고 있는 것으로 해석할 수 있다. 도구의 신뢰도 Cronbach's α 값은 Rathus(1972)에서 .78이었고, Park(2015)에서 .83으로 확인되었다.

만족도 평가

이 연구에서는 프로그램의 만족도를 평가하기 위해서 Student Life Counseling Center of Yongin University (2018)에서 집단상담 만족도를 평가하기 위해서 개발하고 사용한 '만족도 평가지'를 사용하였다. 해당 척도는 집단상담을 진행하고 그 타당성을 평가하기 위해 전문가 협의 과정을 거쳐 개발되었다. 문항은 도움여부, 도움이 된 부분, 권유여부와 관련하여 3문항 Likert식 5점 척도로 구성되었다.

질적 자료 수집

이 연구에서는 양적 검사지를 활용한 연구결과를 보완하고 해결중심 참여자들의 태도, 변화, 특성 등을 살펴보기 위해서 다양한 형태의 질적 자료를 수집하였다. 수집된 자료는 활동지, 녹음자료, 집단관찰일지 등이다. 활동지는 집단을 진행한 연구자가 제작하여 매 회기에 집단원이 작성하도록 하였다. 이를 통해서 회기 중 집단원들의 활동이해 및 참여도 등을 파악하였다.

녹음자료는 1회기에 집단원에게 녹음에 대한 취지를 설명하고 동의서를 받은 후 수집하였다. 이는 회기가 진행되는 동안의 모든 과정을 녹음하고 전사하여 활동지에 드러나지 않은 집단원의 생각이나 행동을 파악하는데 활용하였다.

집단관찰일지는 연구자가 프로그램을 진행하면서 8회기 동안 작성하였다. 일지는 연구자의 관점에서 집단원들이 프로그램에 참여하는 태도, 언어적 표현, 비언어적 표현 등을 관찰하여 회기가 종료된 즉시 작성되었다. 이는

Table 1. Participants

| | Participant | Sex | Grade | Careers |
|----------|-------------|--------|-------|--|
| Offender | A | Female | 4 | National and international competition prize, Former national player |
| Offender | B | Female | 4 | National and international competition prize, Former national player |
| Offender | C | Male | 4 | National competition prize |
| Accuser | D | Male | 3 | National competition prize |
| Victim | E | Male | 2 | National competition prize |

연구자가 프로그램을 진행하는 과정에서 드러나는 문제점, 느낌, 변화 등을 포함한다.

상담 프로그램(연구설계 및 절차)

이 연구는 목표달성을 위해서 단일집단 연구 설계(A-B design)를 하였다. 프로그램은 해결중심 단기 상담기법을 기반으로 자기주장훈련 프로그램을 계획하고 해당 내용을 바탕으로 8주 동안 매주 90분씩 정해진 장소와 시간에 체계적으로 적용되었다. 단일집단 설계연구는 실험처치를 통해서 연구대상자의 지식, 태도 혹은 행동을 변화시키려는 상황이나 환경에 적합하다(Borg & Gall, 1989; Lim & Jang, 2017). 프로그램 효과의 검증은 사전-사후 검사를 통해서 변화를 확인하고자 하였다. 연구 참여자는 프로그램 적용 전과 후에 동일한 검사지에 응답하였다.

이 연구에 적용된 해결중심 상담 기반 자기주장훈련의 절차는 Choi & Choi(2016), Jang, Lee, & Kim(2018), Yang(2017)이 활용한 Karl(1995)의 해결중심 상담 치료개입 5단계 모형(5-Step Treatment Model)을 따랐다. 치료개입 5단계 모형은 협력관계 형성하기, 타협을

통한 목표설정하기, 해결책으로 내담자 이끌기, 해결 중심적 개입하기, 마지막으로 목표 유지하기다. 또한 해당 프로그램은 효과적인 의사소통의 향상을 통한 갈등해결을 위해서 자기주장훈련의 인지적, 정서적, 행동적 요소를 포함하였다.

인지적 요인은 의미전달 및 구별하기로 자기주장에 대한 개념을 익히는 데 효과적이고, 정서적 요인은 변화화인과 감정 찾기로 불안과 두려움을 감소시키고, 행동적 요인은 상황별 접근과 역할연기로 실제 상황에서 실현할 수 있는 자기주장을 향상시키도록 하였다. 따라서 프로그램의 절차는 오리엔테이션 및 협력관계 형성(1회기), 목표설정(2, 5회기), 해결로 이끌기(3, 6회기), 해결 중심적 개입(4, 7회기), 목표유지 및 종결(8회기)로 진행되었다. 프로그램의 회기별 내용을 해결중심 상담기법과 자기주장훈련 기법으로 구분하여 제시하면 <Table 2>와 같다.

자료처리

이 연구는 크게 두 가지 정보를 수집하여 자료를 처리

Table 2. Program of self-Assertiveness training based on solution-focused

| Session | Subject | Program (content / activity) | | References |
|---------|----------------------------------|--|---|---|
| | | Solution-focused counseling skills | Self-assertiveness training skills | |
| 1 | O.T & partnership | <ul style="list-style-type: none"> • Writing a pledge • Form partnership • Pre-survey | <ul style="list-style-type: none"> • Program guide | Kim(2017), Kang(2016), Kim & Therese(2009) |
| 2 | Goal-setting | <ul style="list-style-type: none"> • Compare me with others | <ul style="list-style-type: none"> • Delivery and distinction of self-assertiveness • Drawing self-assertion life curve • Setting goal of self-assertion | Kim(2017), Lim & Jang(2016), Flowers & Schwartz(1985) |
| 3 | Leading to resolution I | <ul style="list-style-type: none"> • Confirming change • Miracle question, Exception question (individual) | <ul style="list-style-type: none"> • Share characteristics | Kang(2016), Karl(1995) Kim & Therese(2009) |
| 4 | Solution-focused intervention I | <ul style="list-style-type: none"> • Confirming change | <ul style="list-style-type: none"> • Coping question (individual) | Kang(2016), Karl(1995) Kim & Therese(2009) |
| 5 | Reset goal | <ul style="list-style-type: none"> • Confirming change • Finding 'Want' | <ul style="list-style-type: none"> • Intermediate check and reset of assertive goals | Kim & Therese(2009) Lim & Jang(2016) Flowers & Schwartz(1985) |
| 6 | Leading to resolution II | <ul style="list-style-type: none"> • Confirming change | <ul style="list-style-type: none"> • Role play • Recognize strengths and abandon weak point | Kim(2017), Kang(2016), Kim & Therese(2009) |
| 7 | Solution-focused intervention II | <ul style="list-style-type: none"> • Confirming change | <ul style="list-style-type: none"> • Coping question (group) | Kang(2016), Kim & Therese(2009) |
| 8 | Maintaining goals & closing | <ul style="list-style-type: none"> • Confirming change (confirming goal) • Post-survey | <ul style="list-style-type: none"> • Letter to me • Sharing feedback | Kang(2016), Kim & Therese(2009) |

하였다. 자기주장과 학교폭력 인식과 태도는 likert식 척도를 활용하여 집단참여 사전과 사후로 나누어 코딩하였다. 변화 정도는 평균점수 비교와 도식을 통해 비교하였다. 결과는 Excel 프로그램으로 평균과 꺾은선 그래프로 제시하였다.

다음으로 질적 자료는 Glasser & Strauss(1967)가 제시한 지속적 비교 연구법(constant comparative method)을 활용하여 분석하였다. 또한 신뢰도를 높이기 위해서 신뢰성 준거에 따른 검증방법을 활용하였다(Lincoln & Guba, 1985; Kim, 2008). 먼저 '삼각검증법(triangulation)'을 위하여 활동지, 녹음자료, 집단관찰일지와 같은 다양한 자료를 활용하였다. 둘째, '참고자료의 적절성(referential adequacy)' 확인을 위하여 수집된 자료는 모두 전사하여 컴퓨터 파일로 보관하였다. 전사는 회기가 종료된 즉시 진행함으로써 오류를 최소화하려고 노력하였다. 셋째, '동료 검증(colleague debriefing)'을 위하여 교수 2인, 교육상담 전공 박사 1인에게 자료분석 결과에 대한 검토와 조언을 받았다.

연구결과

회기별 프로그램

총 8회기 프로그램 중 3회기부터는 매 회기 변화를 확인하는 활동을 진행하였다. 변화 확인하기는 내담자가 진행한 상담내용을 떠올리고 조금의 변화라도 인지할 수 있도록 도움을 주는 해결중심 단기 상담기법의 핵심질문이다(Kim & Therese, 2009). 이 연구에서는 집단원이 자기주장과 관련하여 변화된 것이 있는지 파악하기 위해서 활용하였다. 질문은 “한 주를 어떻게 보냈나요? 달라진 것이 있었나요?”와 같은 형식으로 제공되었다.

각 회기별 해결중심 상담 기반 자기주장훈련에 대해 살펴보면 다음과 같다.

오리엔테이션 및 협력관계 형성(1회기)

이 단계에서는 프로그램 안내, 서약서 작성, 사전조사, 협력관계 형성하기를 진행하였다. 1회기는 해결중심 상담 기반 자기주장훈련의 내용을 전달하여 흥미유발과 참여동기를 높이고, 집단원과의 협력관계를 형성하는 것에 목표를 두었다.

프로그램 안내는 참여자에게 프로그램의 의도를 전달하고 자기주장 개념의 이해를 돕기 위해서 강의식으로 진행하였다. 프로그램에 대한 설명을 마친 후에는 프로그램 참여에 대한 동의와 집단원의 비밀보장을 약속하기 위해서 서약서를 작성하였다. 사전조사는 참여자의 변화를 확인할 수 있는 기초선을 마련하기 위해서 진행되었다. 마지막으로 협력관계 형성하기는 자기소개하기, 별칭 짓기, 이름표 만들기의 활동을 통해서 집단원들의 응집력을 높이고 자기개방을 촉진하였다.

목표설정(2회기)

이 단계에서는 자기주장 의미 전달 및 구별하기, 자기주장 인생 곡선 그리기, 타인과 나 비교하기, 자기주장 목표 설정하기를 진행하였다. 따라서 2회기는 자기주장에 대한 의미를 전달하여 주장과 비주장적인 표현을 명확하게 구분하고, 척도를 활용하여 구체적인 목표를 설정하는 것에 주안점을 두었다.

자기주장 의미 전달 및 구별하기는 자기주장에 대한 개념을 교육하고 집단원들의 이해를 돕는 예시를 제공하여 주장·비주장적인 것을 구별하도록 하였다. 스포츠 폭력의 원인은 가해자와 피해자의 잘못된 자기주장에 있기 때문에 올바른 자기주장을 이해 및 실행할 필요가 있기 때문이다(Song, 2003). 인생 곡선은 자신의 삶을 되돌아보고 자기를 탐색하는 것에 효과적이기 때문에(Yoo & Cho, 2014) 주장·비주장적으로 행동 및 사고했던 경험을 정리하기 위해서 활용되었다. 타인과 나 비교하기는 사람에 따라 다른 의사소통 방식을 인식하고 이에 대한 차이점을 탐색함으로써 스스로 변화해야 할 모습들을 생각할 수 있도록 하였다.

목표설정은 앞서 활동한 내용을 통해 인식된 자신의 모습과 변화하고 싶은 자신의 모습을 비교하여 자기주장과 관련된 목표를 설정하였다. 목표설정은 1점부터 10점까지의 척도를 통해서 시각화하여 보다 명확하고 확인 가능하도록 하였다(See Table 3).

Table 3. Score of goal setting (second session)

| | A | B | C | D | E |
|---------------------------------|---|---|----|---|----|
| Present, score of assertiveness | 5 | 5 | 6 | 4 | 6 |
| Goal, score of assertiveness | 7 | 7 | 10 | 8 | 10 |

해결로 이끌기 I (3회기)

해결로 이끌기 첫 번째 단계에서는 집단원이 올바른 자기주장을 향상시키는 데에 필요한 기반을 마련하기 위해서 성격특성 나누기, 기적(miracle)·예외질문을 진행하였다. 3회기는 자기주장적인 성격특성을 파악하여 자신의 강점을 찾고, 기적이 일어난 상황을 상상하여 스스로 기대하는 변화된 모습을 구체화시키는 것에 목표를 두었다.

성격특성 나누기는 집단원이 자신의 강점을 확인하고 활용할 수 있도록 주장·비주장적인 사람의 성격특성을 파악하였다. 이와 관련하여 강점 확인하기는 주장적 성격특성 중 집단원에게 해당되는 것을 강조함으로써 변화에 대한 기대와 확신을 할 수 있도록 격려하는데 효과적이다(Kim & Therese, 2009).

기적질문은 해결중심 상담의 핵심기법으로 내담자가 진정으로 원하는 것이 무엇인지, 무엇이 변화되어야 하는지 파악하기 위해서 활용된다(Kim & Therese, 2009). 예를 들어 “아침에 일어났을 때 기적이 일어나서 자기주장을 적절히 잘 하는 사람이 되었다면 어떤 것이 변화되었을까요?”와 같은 질문을 할 수 있다.

또한 예외질문은 문제 상황을 해결했던 예외상황을 탐색하기 위해서 활용된다(Kim & Therese, 2009). 이 프로그램에서는 자기주장을 명확하게 했던 경험을 탐색하기 위해서 “타인에게 자신의 의견을 명확하게 이야기 한 경험이 있나요?”와 같은 질문을 활용함으로써 자기주장을 실현했던 경험을 강화시킬 수 있도록 유도하였다.

해결 중심적 개입 I (4회기)

해결 중심적 개입을 위한 첫 번째 단계에서는 집단원이 일상생활에서 폭력 또는 갈등상황에 마주했을 때 올바른 자기주장을 할 수 있도록 문제 상황에 대한 대처질문을 진행하였다. 따라서 4회기는 자기주장을 위한 구체적인 방법을 배우고, 상황에 따른 자기주장을 이해하는 것에 목표를 두었다.

대처질문은 부탁 거절하기와 부탁하기, 칭찬하기와 사과하기, 비평하기와 비평 받아들이기 등으로 구성된다(Kang, 2016). 이는 올바른 자기주장을 하지 못하는 상황을 해결하기 위한 가상훈련이다. 훈련은 2인 1조 문답식으로 진행하였다. 의사소통기법 중 가장 보편적인 ‘나-전달하기(I-message)’ 기법을 활용하여 참여자들이 각 상황에 적절하게 반응할 수 있도록 하였다.

목표재설정(5회기)

목표재설정 단계에서는 자기주장 목표 중간점검 및 재설정, Want 찾기를 진행하였다. 5회기는 설정했던 목표를 상기하고 변화에 대한 동기를 확인하는 것에 목표를 두었다.

목표 재설정은 내담자가 초기에 설정했던 목표를 보다 성취가능 하도록 수정하는 것에 효과적이다(Kim, 2015). 이 연구에서 자기주장 목표 중간점검 및 재설정은 2회기에 설정했던 목표를 확인하여 현재의 목표성취 수준을 파악하고 수정하도록 하였다(See Table 4). Want 찾기는 집단원이 남은 회기동안 변화되고 싶은 모습을 구체화하는 작업(Kim & Therese, 2009)으로 목표를 재설정하기 위해 활용하였다.

Table 4. Score of goal setting (fifth session)

| | A | B | C | D | E |
|---------------------------------|-----|-----|-------|-----|------|
| Present, score of assertiveness | 5→7 | 5→7 | 6→7 | 4→8 | 6→8 |
| Goal, score of assertiveness | 7→7 | 7→8 | 10→10 | 8→8 | 10→8 |

해결로 이끌기 II (6회기)

해결로 이끌기 위한 두 번째 단계에서는 집단원이 올바른 자기주장에 대한 자신감 향상과 행동을 유도하기 위해서 역할극, 강점 인정하고 단점 버리기를 진행하였다. 6회기는 관계에 따라 달라지는 자기주장 방법을 이해하고, 자기주장의 성공과 실패를 구분하는 것에 목표를 두었다.

자기주장훈련에서 역할극은 실제와 비슷한 상황에서의 역할을 수행하기 때문에 의사소통능력을 향상시키는데 효과적이다(Park, 2013). 이를 통해서 집단원은 관계대상에 따라 같은 의견을 다르게 표현하는 방법을 연습하기 위해서 제시된 상황에 대해서 2인 1조로 역할을 행하였다. 강점 인정하고 단점 버리기는 해결로 이끌기 첫 번째 단계에서 탐색했던 강점을 스스로 인정하고 도움이 되지 않는 단점은 종이에 적어 쓰레기통에 버리는 활동을 하였다.

해결 중심적 개입 II (7회기)

해결 중심적 개입 두 번째 단계에서는 집단 상황에 대한 대처질문을 진행하였다. 7회기는 4회기에서 진행된 대처질문을 스포츠 상황에서 폭력 또는 갈등상황이 발생

했을 때 활용하는 것에 목표를 두었다.

집단상황에 대한 대처질문은 4회기의 대처질문과 6회기의 역할극에서 연습했던 내용을 단체상황에 적용하여 진행하였다. 개인적인 인간관계에서 발생하는 상황과 단체 내에서 발생하는 상황은 같은 내용일지라도 다르게 반응해야 할 때가 있다. 따라서 단체 내에서 자신의 역할과 연결하여 적절하게 자기주장을 표현할 수 있도록 유도하였다.

목표유지 및 종결(8회기)

이 단계에서는 목표달성 확인하기, 나에게 쓰는 편지, 피드백 나누기, 사후조사를 진행하였다. 8회기는 집단참여를 통해서 변화된 모습을 확인하고, 변화된 모습을 유지하는 것에 목표를 두었다.

목표달성 확인하기는 현재 자기주장 수준을 척도로 표현한 후 2회기와 5회기에서 설정했던 목표를 확인하여 달성되었는지 평가하는 것이다(See Table 5).

나에게 쓰는 편지는 스스로에게 보내는 편지를 작성하여 변화된 자신의 모습에 대해서 성취감을 느낄 수 있다(Choi & Choi, 2016). 피드백 나누기는 집단과 집단원에 대한 진솔한 의견을 표현하고 받아들이는 활동(Kim, 2010)으로 가해자와 피해자로 구성된 집단원들의 갈등을 해소하기 위한 작업으로 활용되었다. 사후검사는 참여자의 변화를 확인하기 위해서 사전검사와 동일한 척도로 진행되었다.

Table 5. Confirmation of goal setting (eighth session)

| | A | B | C | D | E |
|-------------------------------|---|---|----|---|----|
| Post self-assertiveness score | 7 | 8 | 10 | 8 | 10 |

질적 평가

질적 자료는 양적 자료로 확인할 수 없는 집단원들의 집단상담자에 대한 반응, 집단참여 태도, 집단원들의 관계, 집단 활동에 참여하는 태도 등에 초점을 두었다. 그 결과 집단원들의 태도 및 생각의 변화를 유추할 수 있었다.

집단원의 태도 및 생각의 변화

1회기-오리엔테이션 및 협력관계 형성

1회기에서 집단원은 매우 밝은 분위기와 적극적인 참여를 보여주었다. 집단상담자에 대한 반응도 거부적이기

보다 호의적이었고, 긴장했던 것과 달리 오히려 재미있을 것 같다는 반응을 보였다. 피해자인 E선수가 중간에 가해자의 눈치를 보는 모습들이 나타났지만 과한 느낌은 아니었고, 자신의 발언에 대한 타인의 반응을 살피는 정도였다. 집단원의 관계는 어색함 없이 친밀한 것으로 보였다(1회기 집단관찰일지 자료). 이와 관련하여 연구 참여자의 녹음자료를 살펴보면 다음과 같다.

“저희가 좋은 일로 모인 게 아니니까 엄청 어두운 분위기에서 진행될 줄 알았는데 그렇지 않아서 좋은 것 같아요.” “아 너는 검은니까 그냥 초콜릿이나 해. 그게 어울려.” [C선수: 1회기 녹음자료]

“아 저는 이렇게까지 모여야 하나 싶긴 한데... 그래도 새로운 것을 해보는 거니까 나쁘지는 않은 것 같습니다.” “저는 피부색이 보통 사람들보다 검은 편이어서 초콜릿이라는 별명을 지었습니다.” [E선수: 1회기 녹음자료]

2회기-목표설정

2회기에서 집단원은 자기주장을 전달하는 강의식 교육에 대해서 진지하게 참여하였으나 조금 어려움을 느끼는 것처럼 보였다. 반면 활동에 참여할 때는 적극적이고 활발한 모습을 보였고, 이야기를 할 때는 진지한 모습으로 설명하였다. 타인과 나를 비교하는 활동에서 집단원간의 의견 차이가 발생하였다. 이를 통해서 집단원들은 서로에 대해서 친밀감과 서운함 등 양가적인 감정을 가지고 있는 것으로 확인되었다(2회기 집단관찰일지 자료). 이와 관련하여 연구 참여자의 녹음자료를 살펴보면 다음과 같다.

나는 다른 사람들의 일에 크게 관심이 없다. 그러나 나와 깊은 관계를 가진 사람들에게는 안 좋은 말도 하고 혼도 내면서 그 사람들을 위한 변화를 시켜주고 싶다[A선수: 2회기 활동지].

저는 A선수의 생각이... 어... 약간은 강압적인 것이 있는 것 같습니다. 물론 좋은 마음으로 하는 이야기라는 것을 알지만... 상대방도 생각이 있는데, 그런 것을 존중받지 못하는? 그런 생각이 듭니다. 그래도 저는 A선수가 좋습니다. 멋있는 선배입니다.”[E선수: 2회기 녹음자료]

3회기-해결로 이끌기 I

3회기에서 집단원은 활동에 사용된 도구에 대해서 매우 긍정적인 반응을 보였다. 도구로 사용된 감정카드를

통해서 집단원이 서로에게 고마웠던 점과 서운했던 점 등 숨겨왔던 감정들을 보다 편하게 표현하였다. 이 과정에서 가해자와 신고자 사이의 갈등이 발견되었고, 가혹행위에 대한 각자의 의견을 탐색할 수 있었다(3회기 집단관찰일지 자료). 이와 관련하여 연구 참여자의 녹음자료를 살펴보면 다음과 같다.

“제가 D선수에게 느끼는 감정은 안쓰러움, 서운함, 답답함, 귀찮음입니다. 보고 있으면 화가 나면서도 한편으론 안쓰럽기도 한데 자꾸 달라붙어서 귀찮기도 해요.”[A선수: 3회기 녹음자료].

“제가 A선수에게 느끼는 감정은 무서움, 긴장감, 야속함입니다. 저는 A선수를 정말 좋아하는데 제가 했던 일이 이렇게 큰 파장을 일으킬 줄 몰랐구요. 그럼에도 불구하고 또 그런 상황이 오면 똑같이 행동하긴 하겠지만... 그래도 형, 누나들 하고는 계속 잘 지내고 싶어요.”[D선수: 3회기 녹음자료]

4회기-해결 중심적 개입 I

4회기에서 몇 명의 집단원이 나-전달하기(I-message)에 대한 내용을 교육할 때 집중도가 떨어지는 모습을 보였다. 그러나 상황에 대한 자기주장을 표현하고 연습하는 과정에서는 적극적으로 참여하였다. 집단원은 활동을 통해서 자기주장의 개념과 중요성에 대해서는 인지하였지만 현실적으로 적용이 어렵다는 반응을 보였다. 선후배·사제관계 속에서 제한적인 것이 많고, 자칫 자기주장이 개념 없다는 이미지를 형성할 수 있기 때문에 조심스럽다는 의견을 내기도 하였다(4회기 집단관찰일지 자료). 4회기 활동지의 예를 C와 D선수의 사례로 제시하면 다음과 같다.

[부탁 거절하기] ‘미안하지만 형이 오늘 저녁에 선약이 있어서 다음에 저녁 같이하자!’

[부탁하기] ‘제가 집에 지갑을 놓고 와서 오늘 하루 종일 한 끼도 먹지 못했는데, 혹시 저녁을 사주실 수 있나요?’

[칭찬하기] ‘형은 옷을 잘 입고 머리도 깔끔하게 올리고 다니고 엄청 멋있는 사람인 것 같아요!’

[사과하기] ‘미안해, 네가 그런 뜻으로 말한 건데 형이 다르게 이해해서 오해가 있었나봐.’

[비판하기] ‘저는 형이 술을 적당히 마셨으면 좋겠어요. 술을 많이 마시면 몸도 안 좋아지고 정신 차리기도 힘들니까 줄이는 게 좋을 것 같아요!’

[비판 받아들이기] ‘그래, 내가 술을 좀 많이 먹긴 했지? 앞으로는 술 좀 줄이고 다르게 행동해 보도록 할게.’[5회기 활동지]

5회기-목표 재설정

5회기에서 집단원은 설정한 목표를 확인하는 과정에서 다양한 감정들을 표현하는 것을 확인하였다. 과거에 자신이 설정했던 목표에 대한 의아함과 현재의 변화에 대한 기쁨 및 신기함을 나타내었다. 목표를 재설정하는 과정에서는 전보다 과감하게 높은 목표를 설정하거나 보다 현실적으로 성취할 수 있는 목표를 설정하는 모습을 보여주었다. 이를 통해서 집단원이 자기주장에 대한 자신감이 향상되었고, 보다 더 진지하게 집단에 참여하고 있음을 확인할 수 있었다(5회기 집단관찰일지 자료). 이와 관련하여 연구 참여자의 녹음자료를 살펴보면 다음과 같다.

“우와 저 바뀌었어요! 처음에 목표설정 할 때는 되게 자신감이 없었나 봐요. 그런데 지금은 여기 분위기도 좀 익숙해지고, 뭔지도 좀 알 것 같아서 점수가 올라가지 않았나 싶어요. 신기해요!”[B선수: 5회기 녹음자료]

“저는 일단 목표를 조금 내렸습니다. 처음에 시작할 때는 무조건 높은 게 좋은 것이라고 생각을 해서 10점을 했는데 현실적으로 10점은 어려울 것 같아서 8점으로 내렸습니다.”[E선수: 5회기 녹음자료]

6회기-해결로 이끌기 II

6회기에서 집단원은 스스로 자신의 표현방식이 강렬하고 비주장적인 것을 인정하고 받아들이는 것을 확인하였다. 가해자는 자신이 당해왔던 가혹행위를 후배들에게 대물림하고 있음을 인지하였고, 신고자는 타인의 입장을 생각하지 않고 과도하게 주장하는 것을 인지하였으며, 피해자는 자신의 인권을 침해당하는 것에 익숙해져 있었음을 인지하였다.

강점과 단점 활동에서 강점을 적을 때는 부끄러워하고 단점은 매우 빠르게 적는 모습을 통해서 강점을 탐색하고 인정하는 것에는 익숙한 반면 단점을 인식하고 도출하는 것에는 익숙해져 있음을 확인할 수 있었다(6회기 집단관찰일지 자료). 이와 관련하여 연구 참여자가 작성한 활동지를 살펴보면 다음과 같다.

강점- 거짓말을 잘 하지 않음. 마음을 숨기지 않고 솔직하게 표현 함.

단점- 말이 너무 빨라서 전달이 잘 안됨. 감정에 치우지는 경우가 많음.[B선수: 6회기 활동지]

강점- 틀린 것은 틀렸다고 이야기 할 수 있음. 뒤끝이 없음.

단점- 고집이 세서 나의 이런 모습이 변화될 것 같지 않음.

융통성이 부족함[D선수: 6회기 활동지]

7회기-해결 중심적 개입II

7회기에서는 집단원이 소속된 집단의 갑작스러운 변화에 적응하는 과정에서 혼란을 겪고 있음을 확인하였다. 집단원은 소속 집단의 오래된 전통과 규율·규칙 등이 지도자 교체와 시대적 분위기에 따라 단기간에 변화되면서 많은 혼란을 겪었고, 이 때문에 분란이 일어난 것이라고 설명하였다.

가해자들은 집단의 분위기가 긍정적으로 변화되는 것에 동의하지만 기본적인 것을 지키지 못하는 후배들에게 많은 실망감과 집단해체에 대한 불안감을 느낀다고 호소하였다. 신고자와 피해자는 가해자들의 이러한 감정을 공감하면서 서로를 이해하는 모습을 보였다(7회기 집단관찰일지 자료). 이와 관련하여 연구 참여자의 녹음자료를 살펴보면 다음과 같다.

“저희도 지금 시대가 변하고 있기 때문에 저희 집단도 변해야 한다고 생각해요. 저도 그런 거 별로 안 좋아하고, 바뀌야겠다고 생각을 했었어요. 그런데 갑자기 너무 많은 것들이 변하면서 밑에 애들은 말도 안 듣고 분위기는 다 흐트러지니까 너무 심하다는 생각이 들었던 거죠. 자유로운 것은 좋지만 적당히 선을 지키면서 책임질 것은 책임지는 모습을 보여줬으면 좋겠어요. 저희부터 잘 해야겠지만요...”[C선수: 7회기 녹음자료]

“저도 최소한의 규율과 규칙은 있어야 한다고 생각합니다. 그래서 형, 누나들을 원망하는 것은 전혀 없습니다. 다만 폭력이 조금 그랬던 건데... 형이 이야기 했던 것처럼 행동한 것에 대한 책임을 지는 것도 정말 중요하죠... 아무튼 이렇게 이야기 할 수 있는 것이 너무 좋은 것 같습니다.”[E선수: 7회기 녹음자료]

8회기-목표유지 및 종결

8회기에서 집단원은 집단이 종결되는 것에 대한 아쉬움과 기쁨을 동시에 느끼고 있음을 확인할 수 있었다. 또한 자기주장에 대한 변화를 평생 유지할 수 있을지는 모르겠지만 최대한 오랫동안 유지하고 싶다는 반응을 보였다. 집단에 대한 참여는 가혹행위로 인하여 비자발적으로 참여하였으나 집단의 내용이 강압적이기 보다는 자율적으로 생각하고 활동할 수 있는 것으로 구성된 것에 대해서 만족하는 것으로 확인되었다(8회기 집단관찰일지 자료). 이와 관련하여 연구 참여자의 녹음자료를 살펴보면 다음과 같다.

“처음에는 이런 걸 왜 해야 하는지 이해가 안 되고 가기도 싫었는데 막상 집단을 시작하고 나니까 너무 좋았던 것 같아요. 엄격한 분위기도 아니었고, 오히려 자유롭게 이야기 할 수 있었던 게 좋았습니다. 그리고 제가 성격을 변화시키고 싶은 마음이 원래부터 있었는데 이 집단을 하면서 그 마음이 더 커진 것 같아요.”[B선수: 8회기 녹음자료]

양적 평가

자기주장 변화

자기주장에 대한 사전·사후 점수를 비교하여 전반적인 변화추이를 살펴보았다. 그 결과 연구대상 3명은 점수가 향상되었지만 2명은 하락하였다. 전반적으로 변화의 폭은 크지 않았지만 긍정적인 변화점수를 가지는 것으로 나타났다. 이에 대한 결과는 <Fig. 1>, <Table 6>과 같다.

긍정적 자기주장에서는 B선수가 .71점 상승하여 가장 큰 긍정적 변화를 나타냈다. 반면 D선수는 .93점 하락하여 프로그램의 긍정적 변화가 나타나지 않았다. 부정적 자기주장에서는 B선수가 .44점 상승하여 가장 큰 긍정적 변화를 나타냈다. 반면 A선수는 .32점 하락하여 프로그램의 긍정적 변화가 나타나지 않았다. 연구대상 전체의 평균은 부정적 자기주장이 긍정적 자기주장에 비해 .11점 더 긍정적으로 변화되었다.

두 개의 하위항목을 종합하면 사전평균 2.62점, 사후평균 2.76점으로 나타나 사전보다 사후에 자기주장에 대한 점수가 더 높게 나타났다. 자기주장 점수는 높을수록 올바른 자기주장을 하고 있는 것으로 해석할 수 있다.

학교폭력 태도 변화

학교폭력 태도에 대한 사전·사후 점수를 비교하여 전반적인 변화추이를 살펴보았다. 그 결과 연구대상 4명은 점수가 향상되었지만 1명은 하락하였다. 전반적으로 변화의 폭은 크지 않았지만 긍정적인 변화점수를 가지는 것으로 나타났다. 이에 대한 결과는 <Table 7>, <Fig. 2>와 같다.

방관도에서는 C선수가 1.00점 상승하여 가장 큰 긍정적 변화를 나타냈다. 반면 D선수는 .16점 하락하여 프로그램의 긍정적 변화가 나타나지 않았다. 허용도에서는 C선수가 .80점 상승하여 가장 큰 긍정적 변화를 나타냈다. 반면 A선수는 .04점 하락하여 프로그램의 긍정적 변화가 나타나지 않았다. 연구대상 전체의 평균은 허용도가 방관도에 비해 .10점 더 긍정적으로 변화되었다.

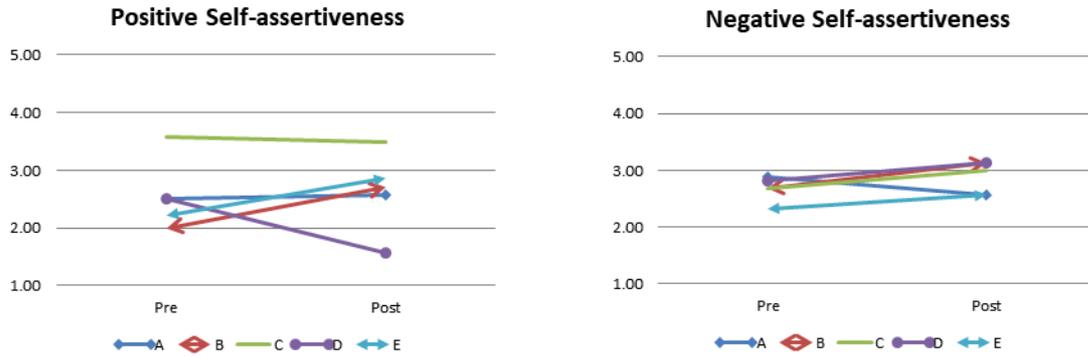


Fig. 1. Change of self-assertiveness

Table 6. Pre-post score of self-assertiveness

| | | A | B | C | D | E | M |
|-----------------------------|--------|-------|------|-------|-------|------|------|
| Positive Self-assertiveness | Pre | 2.50 | 2.00 | 3.57 | 2.50 | 2.21 | 2.56 |
| | Post | 2.57 | 2.71 | 3.50 | 1.57 | 2.86 | 2.64 |
| | Change | 0.07 | 0.71 | -0.07 | -0.93 | 0.65 | 0.09 |
| Negative Self-assertiveness | Pre | 2.88 | 2.69 | 2.69 | 2.81 | 2.31 | 2.68 |
| | Post | 2.56 | 3.13 | 3.00 | 3.13 | 2.56 | 2.88 |
| | Change | -0.32 | 0.44 | 0.31 | 0.32 | 0.30 | 0.20 |
| Total | Pre | 2.69 | 2.35 | 3.13 | 2.66 | 2.26 | 2.62 |
| | Post | 2.57 | 2.92 | 3.25 | 2.35 | 2.71 | 2.76 |
| | Change | -0.13 | 0.58 | 0.12 | -0.31 | 0.45 | 0.14 |

Table 7. Pre-post score of school violence attitude

| | | A | B | C | D | E | M |
|--------------------|--------|-------|------|------|-------|------|------|
| Bystander Attitude | Pre | 3.33 | 3.17 | 3.33 | 3.08 | 3.75 | 3.33 |
| | Post | 3.25 | 3.50 | 4.33 | 2.92 | 3.75 | 3.55 |
| | Change | -0.08 | 0.33 | 1.00 | -0.16 | 0.00 | 0.22 |
| Tolerance | Pre | 3.00 | 4.20 | 2.00 | 3.20 | 2.60 | 3.00 |
| | Post | 3.00 | 4.40 | 2.60 | 3.60 | 3.00 | 3.32 |
| | Change | 0.00 | 0.20 | 0.60 | 0.40 | 0.40 | 0.32 |
| Total | Pre | 3.17 | 3.69 | 2.67 | 3.14 | 3.18 | 3.17 |
| | Post | 3.13 | 3.95 | 3.47 | 3.26 | 3.38 | 3.44 |
| | Change | -0.04 | 0.27 | 0.80 | 0.12 | 0.20 | 0.27 |

두 개의 하위항목을 종합하면 사전 3.17점, 사후 3.44점으로 나타나 사전보다 사후에 학교폭력 태도 변화에 대한 점수가 더 높게 나타났다. 학교폭력 태도 변화 점수는 높을수록 학교폭력에 대한 허용적·방관적 태도가 낮은 것으로 해석할 수 있다.

만족도 평가

8회기에서 참여자들로부터 만족도 설문을 받았다. <Table 8>에 따르면 집단원은 해결중심 상담 기반 자기주장훈련이 스포츠 폭력으로 발생한 선수 간 갈등해소에

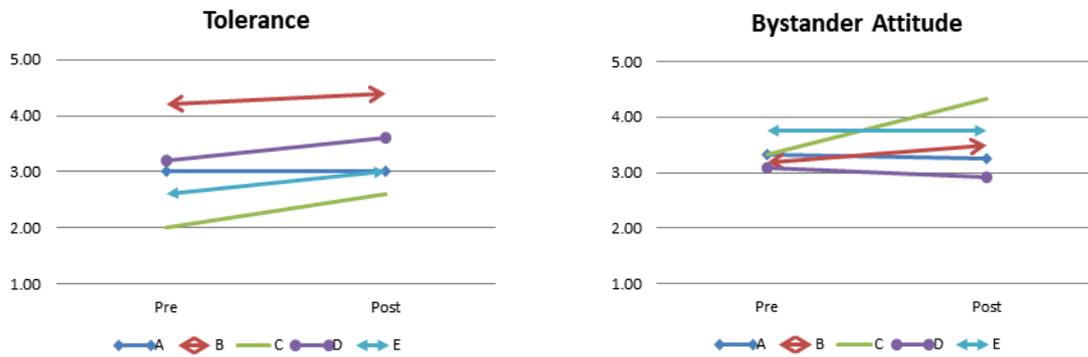


Fig. 2. Change of school violence attitude

Table 8. Result of satisfaction

| Satisfaction | | | | | | |
|----------------|-----------|--------------------|----------------------|----------------------------|---------------------------------|--|
| Degree of help | | | Helpful parts | | Intent to recommend the program | |
| Neutral | Satisfied | Self-understanding | Understanding others | Interpersonal Relationship | Satisfied | |
| 20% | 80% | 25% | 50% | 25% | 100% | |

도움이 되었는지의 문항에 80%가 ‘그렇다’고 응답하였다. 세부적으로 도움이 된 부분은 타인이해(50%)가 가장 높았고, 자기이해(25%)와 대인관계(25%) 부분에서도 도움이 되었다고 평가하였다. 타인이 스포츠 폭력으로 인한 갈등상황에 놓여 있는 경우 이 프로그램을 권유할 것인지에 대한 문항에 ‘그렇다’가 100%의 비율로 확인되었다.

논의 및 제언

논의

이 연구의 목적은 스포츠 폭력으로 발생한 선수 간 갈등을 해소하기 위해서 해결중심 상담 기반 자기주장훈련을 적용하고 스포츠 현장에서 발생하는 폭력의 대안으로 심리상담 프로그램의 활용 가능성을 확인하는 것에 있었다.

연구결과는 프로그램 적용 과정·질적 평가·양적 평가를 제시하였다. 이에 대하여 구체적으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 8주 동안의 해결중심 상담 기반 자기주장훈련은

단계적이고 체계적으로 현장에 적용되었다고 평가하였다. 적용 절차와 프로그램에 대한 의미는 선행연구를 통해 살펴보았다. 이 훈련은 Karl(1995)의 해결중심 상담 치료개입 5단계 모형(5-Step Treatment Model)과 자기주장훈련(Kang, 2016; Kim, 2017)의 요인을 접목한 프로그램이다. 기존에 연구된 자기주장훈련은 단독 프로그램으로 진행되거나(Son, 2015; Lyu, 2018) 현실치료이론으로 적용되었다(Kang, 2016; Kim, 2017). 그러나 이 연구에서는 스포츠 현장의 시간과 환경적 제약을 고려하여 단계적으로 문제를 해결하는 것에 초점을 두는 해결중심 상담을 접목했다는 것에서 의미를 찾을 수 있다.

해결중심 상담은 학교폭력 예방, 가해 및 피해행동 감소 그리고 방관자적 태도를 감소시키는 효과가 있고(Kim & Eun, 2018), 의사소통 기술향상을 통한 집단의 갈등 상황을 해결하는 데 효과적이다(Choi & Choi, 2016). 뿐만 아니라 자기주장훈련은 자기주장행동(Cho & Kim, 2013), 대인관계 능력(Son, 2015)을 향상시키고 갈등을 긍정적으로 변화시키는 효과가 있다(Lee & Son, 2010). 이러한 두 상담이론의 장점을 접목하여 해결중심 상담 기반 자기주장훈련을 적용한 결과 이 연구에서도 긍정적인 효과를 얻을 수 있었다.

둘째, 참여자들은 프로그램을 통해 자기주장 향상에 초점을 두고 해결책을 탐색함으로써 단기간에 집단원들의 태도 및 생각의 변화를 경험하였다. 세부적으로 '기적 질문'과 'Want 찾기'는 참여자들이 집단을 통해서 이루고자 하는 목표를 구체화하고 설정하는 데 활용되었다. '예외 질문'과 '대처 질문'은 참여자들이 목표를 성취하기 위해서 성공경험을 탐색 및 확대하고 문제 상황 발생 시 긍정적으로 해결하기 위한 방법을 탐색하여 활용하는 데 도움이 되었다.

이와 관련하여 참여자들은 집단 참여 전에 비해 후에 자기주장 점수가 긍정적으로 변화하였다고 스스로를 평가하였다. 이러한 결과는 집단원이 명문화된 목표를 세웠을 때 회기 중에 더 적극적이고 활동적으로 프로그램에 참여한다는 Flowers & Schwartz(1985)의 주장을 지지한다. 그리고 엘리트 선수를 대상으로 한 스포츠 심리상담 프로그램에서 명확한 목표(Specific), 측정 가능한 목표(Measurable), 실천적인 목표(Action oriented), 실현 가능한 목표(Realistic), 자기 결정에 의한 목표(Self-determination)를 설정할 때 동기·집중·인내·노력과 같은 효과를 기대할 수 있다는 Lim & Jang(2016)의 주장을 지지한다.

다음으로 참여자들은 자기주장훈련의 핵심요소인 '요청하기', '거절하기', '칭찬하기', '비평하기', '나-전달법' 등을 활용하여 올바른 자기주장을 익힐 수 있었다. 더 나아가 참여자들은 역할극을 통해서 올바른 자기주장을 시연하였다. 특히 역할극의 시나리오는 참여자들이 실제로 경험했던 주제를 활용하여 서로 토의해 가며 작성하도록 하였다. 그 결과 참여자들은 자신의 경험을 집단 내에서 공유하고 함께 해결책을 탐색함으로써 자기주장에 대한 자신감과 변화에 대한 동기를 향상시켰다.

이러한 변화의 원동력은 스포츠 심리상담사가 상담의 목적을 토대로 선수의 삶을 이해하고 개인의 성장·수행향상을 위해서 선수가 처한 환경과 특성을 파악하는 것에 있다(Jang & Kim, 2002). 또한 선수 개인의 문제에 대한 맞춤형 적용이 뒤따라야 한다(Park et al., 2015). 따라서 역할극은 집단원이 직접 경험했던 주제를 통해서 개인적 특성을 반영함으로써 긍정적인 변화를 이끌어 낸 것으로 보인다.

셋째, 자기주장과 학교폭력 태도는 사전에 비해 사후 측정에서 평균점수가 더 높은 것으로 나타났다. 하지만 변화의 폭은 크지 않았다. 그 이유는 가해자·신고자·피해자가 한 집단에 동시에 참여하여 집단초기에 자기개방이 적절히 이루어지지 못한 것에서 찾을 수 있다. 집단 초기

에 참여자들은 표면적으로 친밀한 행동을 나타냈지만 서로에 대한 진솔한 마음을 드러내지 않았다. 집단이 진행될수록 참여자들이 자신과 집단원에 대한 느낌·감정·기대 등을 표현하는 것에서도 큰 변화가 나타나지 않았다.

자기주장 측정 결과에 대하여 보다 구체적인 의미를 살펴보면 B선수는 .58점 향상되어 가장 큰 변화를 나타냈다. 이는 B선수가 "저는 제 성격이 이상하다는 것을 알아서 변화시키고 싶어요"와 같이 참여자 중 성격변화에 대한 동기를 가장 적극적으로 표현하였던 것과 관련이 깊다. 반면 D선수는 .31점 하락으로 부정적인 변화를 나타냈다. 이는 D선수가 "제가 꼭 자기주장을 변화시켜야 하는지 모르겠어요."와 같이 다른 참여자들에 비해 변화에 대해서 부정적인 반응을 나타냈던 것과 관련이 깊다. 이러한 결과는 프로그램 참여자가 의지·태도·기대·흥미를 갖고 참여하는 것이 변화에 대한 의지 없이 참여하는 것보다 긍정적인 영향을 줄 수 있다는 Jung(2011)의 결과를 지지한다.

학교폭력 태도 변화에서는 C선수가 .80점 향상되어 가장 긍정적인 변화를 나타냈고, A선수는 .04점 하락하여 가장 부정적인 변화를 나타냈다. 이는 C선수가 평소 잘못된 자기주장으로 인하여 다소 거친 장난과 언행을 사용하였으나 프로그램을 통해 올바른 자기주장을 하게 되면서 학교폭력에 대한 태도가 변화된 것으로 보인다. 이는 자기주장훈련이 자신의 감정과 사고 등을 자유롭게 표현하면서 타인의 감정과 생각을 존중하는데 도움을 주고(Kim, 2004), 학교폭력에 대한 태도를 긍정적으로 변화시킨다는 Huh et al.(2009)의 연구와 일치한다.

반면 A선수는 학교폭력 태도 변화가 나타나지 않았다. A선수는 4학년이었다. 프로그램 참여자 중 가장 오랫동안 팀의 일원으로 활동하였다. 이는 부정적인 경험을 지속한 기간이 길수록 고착화된 습관을 쉽게 바꾸지 못하기 때문에 그 효과가 작다는 선행연구결과와 일치하였다(Oh et al., 2010; Lee et al., 2014). 정리하면 이 프로그램은 학교폭력 태도를 긍정적으로 변화시키는 것에 효과가 있으나 집단에 참여하는 참가자들의 태도 및 동기에 따라서 효과의 크기가 매우 달라질 수 있다.

한편 참여자들의 프로그램에 대한 만족도는 매우 긍정적인 것으로 확인되었다. 특히 참여자들은 프로그램을 통해서 자기이해·타인이해·대인관계 측면에서 도움을 받았다고 평가하였다. 이에 더하여 참여자들은 이 프로그램을 통해서 하향적인 의사소통보다 수평적인 의사소통에 대한 필요성을 깨닫게 되었다고 하였다.

스포츠 집단은 위계질서를 강조함으로써 하향적인 의사소통 분위기가 형성되는데, 이는 결과적으로 선수들의 수동적 사고와 자결성을 낮추는 원인으로 작용한다(Lee & Lee, 2016). 반면 수평적 의사소통은 집단의 구성원이 조직몰입과 만족도를 향상시킴으로써 집단 내에서 발생한 어려움을 완화시킬 수 있다(Kang & Kim, 2018). 이에 더하여 대인관계 갈등은 갈등상대와 직면한 문제를 대화로 풀어야 해소할 수 있다(Sternberg & Dobson, 1987; Yeo & Kang, 2017). 따라서 집단원이 수평적인 의사소통에 대한 필요성을 인식한 것은 스포츠 환경에서의 자기주장방식이 긍정적으로 변화된 것을 의미한다.

이러한 결과를 종합하면 해결중심 상담 기반 자기주장 훈련은 스포츠 폭력으로 발생한 선수 간 갈등 해소에 의미 있는 영향을 미친 것으로 평가할 수 있다. 따라서 이 연구에서 적용된 8회기 프로그램은 스포츠 현장을 잘 반영하였고, 그 적용 과정 또한 체계적이었다고 평가할 수 있다. 하지만 참여자들의 결석 문제는 해결해야 할 숙제로 남았다.

이 연구에서는 참여자들이 시합일정과 개인사정으로 집단상담에 결석하는 경우가 종종 발생하였다. 연구자가 결석자를 대상으로 보강교육을 진행하였지만 집단원들과 함께 활동하지 못하고 강의식으로 교육한다는 제약이 있었다. 따라서 프로그램의 효과를 극대화시키기 위해서는 상담자가 참여자들과 집단일정을 함께 상의하여 결석을 최소화 할 필요가 있다.

이 외에도 채워 나가야 할 것들이 더 많다. 현재 국내에서는 스포츠 현장에서 발생하는 선수 간 갈등을 해소하기 위해서 심리상담을 적용한 사례가 미미하다. 또한 스포츠 전문가들이 심리상담과 관련된 정보를 제공받을 수 있는 환경적 기반이 마련되어 있지 않을 뿐만 아니라 이론적 틀 또한 만들어져 있지 않다. 스포츠 환경에 심리상담을 성공적으로 적용하기 위해서는 다양한 심리상담 이론을 활용한 모델을 개발하고 현장에 적용하여 효과를 검증할 필요가 있다.

스포츠 폭력에 대한 개선의 요구는 어제 오늘의 일이 아니다. 스포츠 폭력이 마스크에 오르내릴 때 마다 다양한 방안들이 거론되었지만 근본적인 해결책은 되지 못했다. 이 때문에 '폭행 및 성폭행'과 같은 사건이 근절되지 못하고 있다. 요컨대 올해 1월 여자 쇼트트랙의 S양은 코치로부터 당한 폭력 및 성폭행을 폭로했다. 이를 계기로 '스포츠계 미투(me too) 운동'은 확산되었다(Media pen, 2019.1.14.).

대한체육회 및 문화체육관광부와 같은 정부 기관이나 스포츠 단체는 스포츠 폭력 문제가 불거질 때마다 근절대책을 내놓았지만 오히려 음성적 악습을 양산하는 결과만 낳은 모양새다. 코치와 선수, 선배와 후배 사이에 형성되는 인관관계에서 불거지는 근본적인 문제는 바로 코치는 선수를 '을'로 취급하고, 선배는 후배를 '을'로 치부하는 데서 오는 부정적 결과임에 틀림없다. 따라서 코치·선수·부모들의 인관관계에 대한 의식을 개선시키고, 서로 의사소통과 자기주장의 평등권에 대한 계몽과 교육이 지속적으로 이루어지는 것이 무엇보다 중요하다.

이와 관련하여 심리상담은 인간의 총체적이고 전인적인 변화에 초점을 두기 때문에 심리·정서·사고·행동의 통합적이고 지속적인 변화를 기대할 수 있다(Noh & Han, 2015). 또한 문제의 원인을 파악하여 해결하기 때문에 근본적인 문제를 해결하기 위한 방안으로 활용될 수 있다. 이러한 점에서 이 연구는 스포츠 환경에 심리상담을 적용하여 선수 간 갈등을 다룬 것에 의미가 크다.

제언

이 연구를 통해 후속연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 갈등의 대상들을 한 집단에 참여시킬 때는 사전면담을 진행하여 참여자들의 정보를 수집 및 신뢰관계를 형성한 후 프로그램을 진행할 필요가 있다. 이 연구에서는 가해자·피해자·신고자를 한 집단에 참여시켜 프로그램을 진행하였기 때문에 초기에 자기개방이 원활하게 이루어지지 못하였다. 따라서 프로그램 시작 전에 사전면담을 통해서 상담자와 참여자 간에 신뢰관계를 형성하고 프로그램 참여에 대한 동기를 향상시킨 후 프로그램을 진행한다면 보다 긍정적인 효과를 얻을 수 있을 것으로 예상된다.

둘째, 참여자들의 프로그램에 대한 이해 및 참여도를 향상시키기 위해서는 자기주장에 대한 교육 내용을 보다 간략하게 전달하고 표현 활동을 확충해야 한다. 따라서 스포츠 환경과 선수 특성을 고려하여 다양한 워크북과 워크시트의 개발이 필요하다.

셋째, 스포츠 심리상담과 관련된 국내의 선행연구는 대부분 선수들을 대상으로 진행되었기(Kim et al., 2016) 때문에 추후에는 지도자를 대상으로 하는 연구가 진행될 필요가 있다. 그 이유는 스포츠 폭력의 가해자는 선수뿐만 아니라 지도자도 포함되기 때문이다. 지도자를 대상으

로 하는 추후 연구에서는 이 연구에서 적용된 프로그램을 연구참여자에 적합하도록 수정한 후 활용하는 것이 바람직하다. 이러한 노력은 스포츠 폭력의 근본적인 원인을 해결하는데 긍정적인 효과가 있을 것으로 기대한다.

참고문헌

- Bellack, A. S., Hersen, M., & Turner, S. M. (1976). Generalization effects of social skills training in chronic schizophrenics: An experimental analysis. *Behaviour Research and Therapy, 14*(6), 391-398.
- Cho, Y. A., & Kim, K. S. (2013). Effects of Assertiveness Training for ICU Nurses. *Journal of Korean Clinical Nursing Research, 19*(2), 255-264.
- Choe, B. M. (2009). Articles : The Type of Sports Violence and It's Countermeasure. *The Korean Association of Sports Law, 12*(4), 257-278.
- Choi, C. W., & Choi, Y. S. (2016). Solution-Focused and Positive-Psychology Group Counseling Programs for University Students. *Family and Family Therapy, 24*, 409-434.
- Chung, T. R., & Shon, S. J. (2017). The Legal Responsibility on The Special Violence of Under-aged Athlete Who Was Picked by A Professional Baseball Team. *Korean Journal of Physical Education, 56*(6), 485-495.
- Fensterheim, H. (1972). *Behavior therapy: Assertive training in groups. Progress in group and family therapy*. New York: Brunner/Mazel, 156-169.
- Flowers, J. V., & Schwartz, B. (1985). Behavioral group therapy with clients with heterogeneous problems. *Handbook of behavioral group therapy, 291-307*.
- Glaser, B. G., & Strauss, A. L. (1967). *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*.
- Hahm, C. H. (1997). The Study of Corporal Punishment on the Junior & High School Student Athletics. *The Korean Journal of Physical Education, 36*(4), 143-162.
- Huh, S. H., Choi, T. J., & Park, S. M. (2009). Application and Effect of Group Counseling Program for Prevention of Elementary School Violence(2): For Victimizers. *Korean Journal of Child Studies, 30*(1), 149-163.
- Jang, C. Y., Lee, K. C., & Kim, N. Y. (2018). A Single-case Study on Psychological Skills Training with Fencing Athletes: The Solution-Focused Brief Counseling Model Approach. *Korean Journal of Sport Psychology, 29*(3), 1-12.
- Jang, D. S., & Kim, S. O. (2002). *Procedures and models of sports psychological counseling*. Seoul: Korean Society of Sport Psychology.
- Jung, H. N. (2011). *The Influence of the Motivation of School Violence Prevention Program Participants on the Program Effect: With a Focus on the Perception and Attitude toward School Violence*. Graduate School of Soongsil University.
- Kang, D. S. (2016). Reality Therapy Techniques Applied to Sexual Assertiveness Training Programs: Effects in a Sense of Self-Esteem of High School Girls. *Journal of Korea Youth Counseling Association, 1*, 209-229.
- Kang, H. K., & Kim, J. H. (2018). Influence of the Organizational Commitment of Members of Social Cooperatives on Life Satisfaction: Communication Method as a Parameter. *Korean Society for Cooperative Studies, 36*(2), 75-91.
- Kang, S. W. (1998). A Survey on the Actual Condition of Athlete Physical Abuse. *The Korean Journal of Physical Education, 37*(2), 31-42.
- Karl, R. (1995). *Strategies that work: Techniques for solution in the schools*. Brief Family Therapy Center, Wisconsin Institute on Family Studies.
- Kim, D. H. (2010). Actual Conditions of Invasion & Preventive Measures of Sports Safety Right. *The Korean Association of Sports Law, 13*(4), 141-174.
- Kim, D. I., Lee, H. E., & Park, E. J. (2017). A Multi-Level Meta Analysis on the Effect of the Solution-Focused Group Counseling. *Korea Journal of Counseling, 18*(1), 157-179.
- Kim, H. M. (2002). The Effect of the Solution-focused Group Counseling on the Self-esteem and Interpersonal Relationship of the Nursing Students. *Journal of Psychosocial Nursing Mental Health Service, 11*(4), 518-527.
- Kim, H. S. (2016). Sports & Human Rights in Korea: Age of Violence towards Victory. *The Korean Journal of Physical Education, 55*(6), 1-9.
- Kim, J. S. (2004). *The effect of self-assertive training program on elementary childrens' interpersonal anxiety and self-efficacy*. Graduate School Korea National University of Education.
- Kim, K. B. (2015). A Study on the Effects of Solution-Focused Family Therapy on Marital Relationship in Multicultural Families. *Journal of Korean Association of Practical Welfare, 6*, 100-125.
- Kim, M. Y., & Eun, H. G. (2018). Effects of the Solution-focused Group Counseling for School Violence Prevention on the Victimization Behavior and Indifferent Attitude of Elementary

- School Students. *Korean Journal of Educational Therapist*, 10, 75-88.
- Kim, M. J. (2012). *The Actual Condition of Partner Violence, and the Relationship between Experience of Partner Violence and Temptation of Quit Exercise of Dance Sports Participant*. Graduate School Dankook University.
- Kim, N. R. (2017). *The effect of self-assertive training applying reality therapy on self-esteem and internalized stigma in community-based patients with Schizophrenia*. The Graduate School of Kyung Hee University.
- Kim, Y. C. (2008). *Qualitative research exemplars in Korea*. Seoul: Moonumasa.
- Kim, Y. J. (2008). *Classroom solutions in Korea*. Busan: Solution Center.
- Kim, Y. K., & Lee, D. M. (2011). Effectiveness of Solution-Focused Brief Therapy for Adolescents of Divorced Families. *Korean Journal of Youth Studies*, 18(3), 49-81.
- Kim, Y. S., Park, S. H., & Kim, J. S. (2016). The Sport Psychology Counseling Needs of Korean Elite Coaches. *Korean Journal of Sport Science*, 27(1), 77-87.
- Kim, I. S. & Therese S. (2009). *Solution-focused counseling for children and youth*. Seoul: Hakjisa.
- Korean Sport & Olympic Committee (2005). *Survey on violence against player and measures against eradication*. Seoul: Korean Sport & Olympic Committee.
- Korean Sport & Olympic Committee (2019. 1. 11). *Sports support portal, assortment current situation*. Retrieved from <https://www.sports.or.kr/index.do>
- Kwon, H. S., & Lee, W. M. (2018). The Public's Ethical Expectations for Athletes: Jung-ho Kang's Drunk-Driving Incident. *Korean Journal of Sociology of Sport*, 31(2), 65-83.
- Kwon, S. M., Lee, C. G., & Lee, H. L. (2003). The Effect of Self-Disclosure and Assertive Training on Level of Anxiety in Anxiety Neuroses. *Korean J Counseling and Psych*, 15(1), 17-23.
- Kwon, S. Y., Na, Y. I., Park, I. H., Kwon, S. H., Jo, W. Y., Joo, J. M., & Kim, J. H. (2011). A Study on the Actual Condition of Physical Violence among Athletes. *The Korean Journal of Physical Education*, 50(6), 91-102.
- Lee, J. H. (2014). *The Development of A School-Violence Prevention program utilized Music Therapy and Analysis of its Effects of Middle school students*. Graduate School the Catholic University.
- Lee, K. H., Han, M. J., Kim, M. J., Choi, B. S. (2014). A case study on the effects of programs utilizing learning strategies on the development of learning strategies and science academic achievements of the 7th grade science under-achievers. *Journal of Science Education*, 38(3), 509-524.
- Lee, K. S., & Son, C. N. (2010). The Effects of Assertiveness Training on Reduction of Anger-In and Anger-Out of College Students. *Social Science Studies*, 34(2), 115-133.
- Lee, M. K. (2018). *Effect of Assertiveness Training For Nurses: Systematic Reviews and Meta-analysis*. Department of Nursing Graduate School, Kangwon National University.
- Lee, S. M., & Lee, Y. H. (2016). Application Examples of Group Counseling Program for Conflict Management to a High School Female Basketball Team. *Journal of Korean Physical Education Association for Girls and Women*, 30(1), 1-14.
- Lim, T. H., & Jang, C. Y. (2016). *Mental Coaching*. Seoul: Anibig.
- Lim, T. H., & Jang, C. Y. (2017). The application and its effect of life skills program in sport. *Korean Journal of Sport Science*, 28(3), 577-591.
- Lyu, E. Y. (2018). *Development of an assertive training program to promote introverted interpersonal relationships*. Graduate School of Theological Interdisciplinary Studies Hannam University.
- Ministry of Culture, Sports and Tourism (2016). *2016 Athletic white paper*. Seoul: Ministry of Culture, Sports and Tourism.
- Moon, E. J. (2017). The Meta-Analysis on the Effects of Assertiveness Training Group Counseling Programs. *The Korea Journal of Youth Counseling*, 25(1), 135-154.
- Moon, Y. S., & Park, S. O. (2015). An Analysis of the Group Dynamics shown in the Process of Learning Circles' Growth. *Journal of Lifelong Learning Society*, 11(1), 139-170.
- Nishina, Y., & Tanigaki, S. (2013). Trial and evaluation of assertion training involving nursing students. *Yonago acta medica*, 56(3), 63.
- Noh, C. S., & Han, J. H. (2015). A Study on the Psychological Counseling Experience of Non-Institutionalized Patients with Chronic Schizophrenia. *Korean Journal of Christian Counseling*, 26(3), 9-49.
- Oh, S. C., Kim, D. N., Kim, T. E., & Kim, Y. B. (2010). Seeking for the better instruction for low achievers in schools: Academic coaching and motivation program development. *Korea Institute for Curriculum and Evaluation RRI*, 11.
- Park, E. O. (2013). Effects of Family Nursing Practicum Using Role Play on Emotional Intelligence, Communication Ability, and Family Nursing Performance of Nursing Students. *The Korean Academic Society Of Nursing Education*, 19(4), 656-662.

- Park, J. H., & Jang, B. W. (2014). A The Structural Relationship between Psychological Variables Related to School Violence and Experiences of Committing Violence among Elementary School Athletes and Average Students. *Korean Society For The Study Of Physical Education, 19*(2), 131-14.
- Park, J. K., Choi, M. S., & Kim, S. M. (2015). Effects of Sport Psychology Counseling on Athletes' Life Continuity in Students Athletes. *Journal of Coaching Development, 17*(3), 3-15.
- Park, M. Y. (2015). *Effects of moral sensitivity and self-assertiveness of a hospital nurse to recognize sexual harassment*. Graduate School of Forensic and Investigative Science. Kyungpook National University.
- Ratner, H., George, E., & Iveson, C. (2012). *Solution focused brief therapy*. London: Routledge.
- Seo, H. J. (2010). *Development of viability scale for lifelong learning organization focused on small group and structural analysis with growth factors*. Graduate School of DongEui University.
- Seo, K. H., & Ahn, Y. K. (2017). Making Athlete Society Healthy through Exploration on the Identity of Violence. *Korean Journal of Physical Education, 56*(5), 25-33.
- Shimizu, T., Mizoue, T., Kubota, S., Mishima, N., & Nagata, S. (2003). Relationship between burnout and communication skill training among Japanese hospital nurses: A pilot study. *Journal of Occupational Health, 45*(3), 185-190.
- Son, S. M. (2015). *The Effects of Self-Assertiveness Behavior Training Program on the Assertiveness Behavior and Interpersonal Relationship of Visually Handicapped Students*. Graduate School of Education Gongju University.
- Song, U. Y. (2003). The Psychological Reaction of Adolescent Athletes to Violence and Bullying. *Korean Society of Sport Psychology, 14*(1), 109-125.
- Stemberg, R. J., & Dobson, D. M. (1987). Resolving interpersonal conflicts: An analysis of stylistic consistency. *Journal of Personality and social Psychology, 52*(4), 794.
- Student Life Counseling Center of Yongin University (2018). *2018 Student life counseling center annual report*. Gyeonggi; Yongin University Student life counseling center.
- Suk, M. (2019. 1. 14.). 심석희 이어 전 유도선수 신유용도 '미투' 폭로 "코치가 성폭행"... 체육계 발본색원 나서야. Seoul: Media Pen.
- Yang, Y. K., (2017). *The Effects of Solution-Focused Brief Training Program on Taekwondo Poomsae Athletes' Competition-Anxiety, Sport-Confidence and Perceived Athletic Performance*. graduate school of Kangnam University.
- Yeo, H. S., & Kang, S. H. (2017). The Relationship between Marital Conflict Perceived by Middle School Students and Strategies for Conflict Resolution between Friends: The moderating Effect of Parent-Child Communication. *Korean Journal of Youth Studies, 24*(5), 79-105.
- Yoo, K. M., & Cho, Y. T. (2014). A Preliminary Research on the Relation in the Arts Psychotherapy Between Response Characteristics of Life Curve and Resilience. *Journal of Arts Psychotherapy, 10*(2), 179-198.
- Yoo, W. S., (2011). *Recognition of Violence and Harassment Happening in Training Time of the High School Judo Player*. Graduate School of Education Dankook University.
- Yoon, C. Y., & Kwon, K. D. (2004). Self-assertiveness training program for college students. *Journal of Student Counseling, 11*, 73-90.
- Yuu, K. U., & Won, Y. B. (2007). Research into the cause and type of violence among adolescent athletes. *Korean Journal of Physical Education, 46*(4), 105-116.

스포츠 폭력으로 발생한 선수 간 갈등 해소 프로그램 적용 사례: 해결중심 상담 기반 자기주장훈련을 중심으로

양윤경(강남대학교), 임태희(용인대학교)

【목적】 이 연구의 목적은 스포츠 폭력으로 발생한 선수 간 갈등을 해소하기 위해서 해결중심 상담 기반 자기주장훈련을 적용하고 스포츠 현장에서 발생하는 폭력의 대안으로 심리상담을 활용하는 것에 대한 가능성을 확인하는 것에 있었다. **【방법】** 연구대상은 스포츠 폭력의 가해자, 신고자, 피해자 5명으로 스포츠 갈등이 발생한 팀의 감독이 직접 의뢰하여 선정되었다. 자료는 양적자료와 질적자료에 대한 정보를 수집하였다. 집단상담 프로그램은 매주 1회 90분씩 8주에 걸쳐 적용되었다. **【결과】** 적용 결과는 다음과 같다. 첫째, (적용 과정) 8주 동안의 해결중심 상담 기반 자기주장훈련은 단계적이고 체계적으로 적용되었다. 둘째, (질적 평가) 참여자들은 자기주장 향상에 초점을 두고 해결책을 탐색함으로써 단기간에 태도와 생각의 변화를 확인할 수 있었다. 셋째, (양적 평가) 자기주장과 학교폭력 태도는 사전에 비해 사후에서 높은 점수가 나타났다. 그리고 만족도도 긍정적인 것으로 확인되었다. **【논의 및 제언】** 해결중심 상담 기반 자기주장훈련은 스포츠 폭력으로 발생한 선수 간 갈등 해소에 의미 있는 영향을 미친 것으로 평가하였고, 이러한 프로그램은 스포츠 현장에 활용 가치가 높을 것으로 예상된다.

주요어: 스포츠 폭력, 해결중심상담, 자기주장훈련, 학생운동선수