



저작자표시-동일조건변경허락 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.
- 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



동일조건변경허락. 귀하가 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공했을 경우에는, 이 저작물과 동일한 이용허락조건하에서만 배포할 수 있습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

석사학위논문

에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이
대학생의 대인관계에 미치는 효과

제주대학교 교육대학원

상담심리전공

서 수 열

2014년 8월



에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 대학생의 대인관계에 미치는 효과

지도교수 최 보 영

서 수 열

이 논문을 교육학 석사학위 논문으로 제출함.

2014년 8월

서수열의 교육학 석사학위 논문을 인준함.

심사위원장 _____인

위 원 _____인

위 원 _____인

제주대학교 교육대학원

2014년 8월

<국문초록>

에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 대학생의 대인관계에 미치는 효과

서 수 열

제주대학교 교육대학원 상담심리전공

지도교수 최 보 영

본 연구¹⁾에서는 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 대학생들의 대인관계에 어떠한 효과를 미치는지 파악하는데 그 목적이 있으며, 이를 위해 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

- 연구문제 1. 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 대학생의 대인관계 향상에 효과가 있는가?
- 연구문제 2. 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 대학생의 대인관계 하위영역인 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 민감성, 개방성, 이해성 향상에 효과가 있는가?

본 연구는 제주특별자치도 제주시내 A대학교에 재학중인 대학생을 대상으로, 자발적으로 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램을 신청한 16명을 실험집단과 통제집단에 각각 8명씩 나누어 배정하였다.

본 연구에서 사용된 대인관계척도는 Schlein과 Guerney(1977)이 개발한 척도를 이형득과 문선모(1980)가 수정한 척도를 사용하였다. 검사의 하위요인으로는

1) 본 논문은 2014년 8월 제주대학교 교육대학원위원회에 제출 할 교육학 석사학위 논문임.

만족감(4문항), 의사소통(4문항), 신뢰감(3문항), 친근감(3문항), 민감성(2문항), 개방성(5문항), 이해성(4문항)의 7개 하위영역으로 총 25문항이고 문항 형태는 Likert 5점 척도로 구성되었다.

본 연구에서 사용된 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램은 관련문헌과 선행연구를 고찰하고 이를 기초로 지도교수의 자문을 받아 연구대상에 알맞게 수정·보완하여 재구성하였다. 프로그램 구성은 도입단계, 이해단계, 종결단계로 나누었는데, 도입단계에서는 대인관계 하위영역인 친밀감을 형성하고 에니어그램에 대한 소개를 통해 성격에 대한 이해를 돕는 활동으로 구성하였다. 이해단계에서는 대인관계 하위영역인 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 개방성, 이해성을 형성하는 단계로 개인 활동과 그룹 활동을 통해 자신의 유형을 살피고 타인의 성격유형에 대한 이해를 통해 바람직한 상호작용을 하도록 구성하였다. 종결단계에서는 대인관계 하위영역인 만족감, 신뢰감, 친근감, 민감성을 통해 변화된 생활태도의 경험을 나누어 성장토록 격려와 지지에 대한 프로그램으로 구성하였다. 프로그램은 매주 2회기 90분 동안 총 8회기를 4주에 걸쳐 실시하였다.

프로그램의 효과를 검증하기 위해 Window SPSS 18.0 프로그램을 사용하였으며, 본 연구에서 설정된 가설을 검증하기 위하여 사전-사후 검사 자료를 평균과 표준편차를 연구한 후 t -검증을 실시하였다.

이상과 같은 과정을 통해 얻은 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램에 참여한 실험집단의 대인관계는 참여하지 않은 통제집단에 비해 통계적으로 유의미하게 향상되었다(* $p < .05$).

둘째, 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램에 참여한 실험집단의 대인관계 하위영역인 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 민감성, 개방성, 이해성은 참여하지 않은 통제집단에 비해 통계적으로 유의미하게 향상되었다(* $p < .05$, ** $p < .01$).

이상의 연구 결과를 통해 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 대학생들의 대인관계에서 자신이 타인에 대하여 보고 느끼는 정도인 민감성을 향상시키고, 자신과 타인의 대화 시 의사소통을 높이며 타인에 대해 느끼는 거리감을 줄

이며, 타인에 대한 자신의 부정적인 생각을 보다 건설적으로 표현하는데 도움을 주는 것으로 볼 수 있다.

따라서 본 연구는 대학생들의 대인관계를 향상시키기 위해 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램을 재구성하고 실시하여 사후에 효과가 있음을 입증하였는데 의의가 있다. 뿐만 아니라 대학생들이 자신을 이해함으로써 타인과의 관계 회복을 개선할 수 있도록 도왔다는 데 의의가 있다.

목 차

I. 서 론

- 1. 연구의 필요성 및 목적 1
- 2. 연구 문제 4

II. 이론적 배경

- 1. 대학생의 대인관계 5
- 2. 에니어그램 10
- 3. 에니어그램과 대학생의 대인관계 19
- 4. 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램 20

III. 연구방법

- 1. 연구대상 23
- 2. 측정도구 24
- 3. 자료수집 및 절차 25
- 4. 자료 분석방법 28

IV. 연구결과 및 해석

- 1. 대인관계에 대한 동질성 검증 29
- 2. 가설검증 30
- 3. 질적분석 37

V. 논의 및 결론

- 1. 논의 41
- 2. 결론 42

참고문헌	45
Abstract	51
부록 목차	54

표 목 차

표 III-1 대인관계의 구성	24
표 III-2 연구의 진행절차	25
표 III-3 대인관계 집단상담 프로그램 구성내용	27
표 IV-1 실험-통제집단의 대인관계 동질성 검증	29
표 IV-2 대인관계(전체)의 집단별 기술통계 결과	30
표 IV-3 만족도에 대한 집단별 사전·사후 검사 점수 분석	32
표 IV-4 의사소통에 대한 집단별 사전·사후 검사 점수 분석	32
표 IV-5 신뢰감에 대한 집단별 사전·사후 검사 점수 분석	33
표 IV-6 친근감에 대한 집단별 사전·사후 검사 점수 분석	34
표 IV-7 민감성에 대한 집단별 사전·사후 검사 점수 분석	34
표 IV-8 개방성에 대한 집단별 사전·사후 검사 점수 분석	35
표 IV-9 이해성에 대한 집단별 사전·사후 검사 점수 분석	36
표 IV-10 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램을 통해 나타난 반응	38

그림 목 차

그림 II-1. 에니어그램의 기본도형	11
그림 III-1. 실험설계	23
그림 IV-1. 대인관계(전체) 평균비교	31
그림 IV-2. 의사소통에 대한 사전·사후 검사 결과 비교	33
그림 IV-3. 민감성에 대한 사전·사후 검사 결과 비교	35
그림 IV-4. 개방성에 대한 사전·사후 검사 결과 비교	36

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

사회적 존재인 인간은 태어나는 순간부터 다른 사람들과 관계를 맺으며 살아간다. 인간은 대인관계를 통하여 심리적으로 행복감을 느끼고 적절한 대인교류를 통해 긍정적인 영향을 미치며, 조화로운 삶을 살아간다고 볼 수 있다. 이는 타인과의 관계에서 조화를 이룰 때 보다 행복한 삶을 영위해 나아갈 수 있는 존재이기 때문이다(이형득, 1995).

대인관계는 가족관계로부터 우정이나 신념, 취미나 성격 등을 바탕으로 하는 사교적 관계, 낭만적 관계를 바탕으로 하는 이성 관계와 일이나 가치의 실현을 공동의 목표로 하는 작업적 관계 등으로 이루어지는데, 이와 같은 다양한 대인관계를 통하여 개인은 기쁨, 고통, 갈등, 자기실현 등 여러 가지 삶을 체험하게 된다(김미혜, 2003). 또한 인간이 잘 적응해 나가는데 있어 대인관계가 차지하는 비중은 아주 크고 삶에 있어서 매우 중요한 부분이다(권석만, 1995). 이렇듯 인간은 타인과의 상호작용하는 관계를 통해 사회성 향상과 사회의 한 구성원으로서 인격형성에 중요한 영향을 미치게 된다.

특히 성인기 초기단계에 있는 대학생에 있어서 대인관계는 매우 중요하다. Erikson(1959)은 성인초기에 해당하는 대학생에게 폭넓고 깊이 있으며 친밀한 대인관계를 맺는 일은 중요한 발달과업 중의 하나라고 주장하였다. 즉 자아의식이 고도로 발달하는 청년기에는 동료집단과의 원만한 대인관계에서 오는 소속감과 인정이 자아확립에 매우 중요한 역할을 한다고 보았다. 이는 대학생이 대학생 활에서 원만한 대인관계를 발달시키지 못하고 대인관계에서 오는 불안으로 인하여 적응에 어려움을 겪게 되면 자아정체감 확립과 인격발달에 큰 방해를 받게 된다는 것이다.

최근 여러 대학교의 조사 결과에서도 대학생이 대인관계의 어려움을 호소하는

비중이 늘고 있는데 구체적으로 대학의 상담관련 기관들의 자료를 살펴보면 2003학년도 서울대학교 재학생의 경우 대인관계 영역에서 19.6%, 2004학년도에는 17.5%, 2005학년도에는 16.1%로 나타났다(서울대학교 대학생활문화연구회, 2004, 2005, 2006). 연세대학교의 2005학년도 전체 재학생의 28.2%에 해당하는 학생들도 대인관계 어려움을 호소한 것으로 나타났다(이기학, 조영아, 송소원; 2006). 즉 대인관계의 중요성은 느끼지만 구체적으로 어떻게 자기감정을 표현하며, 극복해야 하는지에 대한 어려움을 나타내고 있다. 강지연(2011)은 대학생의 생활스트레스가 대인관계를 설명하는 하위요인 중 친구관계, 가치관문제, 학업문제 순으로 나타나 대인관계 마찰로 인해 대학생활에 적응하지 못한다고 보고 했다. 이처럼 상담실을 찾는 대학생의 상당수가 대인관계문제를 호소하고 있으며, 대인관계문제로 상담을 원하는 응답이 높은 비율을 차지하고 있다고 볼 수 있다(송인섭, 박애선, 신은영; 1999).

이런 결과는 대인관계가 우리 생활에서 얼마나 중요한지를 보여주는 동시에 바람직한 대인관계를 형성하는데 많은 대학생이 어려움을 겪고 있음을 보여주고 있는 것이다(박경희, 2009). 대학생이 겪는 어려운 문제는 성격, 우울이나 불안처럼 정신건강과 관련된 것으로, 그 내용과 원인을 살펴보면 대인관계와 밀접한 관련을 맺고 있는 경우가 대부분이다. 그러므로 이 시기에 친밀하고 긍정적인 대인관계형성이 대학생들에게 있어 무엇보다도 중요한 삶의 과제라고 볼 수 있다.

대인관계의 긍정적인 영향을 미치는 중요한 요인으로는 자기이해, 타인이해 및 공감적 이해, 언어적·비언어적 의사소통이며, 이들은 서로 독립적인 것이 아니라 역동적으로 상호작용하는 관계에 있다(도복늬, 김영리, 김현미, 김희숙, 박현숙, 2009). 그러나 이시기는 자율성의 발달로 인하여 부모로부터 독립하려 하면서 동년배와의 새로운 관계형성이 이루어진다(Hong, 1988). 내면적으로는 자아의식이 고양되어 새로운 자아에 눈을 뜨고 내적인 세계에 관심을 가지게 되면서 대인관계에 대한 발달과업수행을 어렵게 하고 있다(이혜경, 2000).

이처럼 대학생 시기에 대인관계의 중요성이 대두되면서 다양한 연구들이 진행되어 왔고 현재에도 선행연구들이 발표되고 있다. 집단상담 프로그램의 적용을 통하여 대인관계에 미치는 영향에 관한 연구를 살펴보면 대인관계향상 집단상담 프로그램이 대학생들의 대인관계를 증진시키는데 중요한 역할을 했다고 보고되

고 있다(김기정, 이정희; 1999). 김미애(2005)의 연구에서도 대학생들을 위한 대인관계증진 집단상담 프로그램이 대학생들의 사회적 기술을 향상시키고 대인관계를 증진시켰다고 했다. 또한 대상관계이론을 활용한 대인관계향상 프로그램에서도 자신에 대한 탐색과정을 거쳐 자기이해의 정도가 높아졌다고 나타났다(조호경, 2000). 에니어그램은 각 유형별에 따라 긍정적인부분과 부정적인 부분을 이끌어내어 각 개인마다 가지고 있는 단점을 장점으로 전환하여 자기 자신과 타인을 잘 이해하게 도와준다(이성영, 2002; 황지연, 2001). 김혜영(2012)은 중심에 너지별, 성격스타일 프로그램을 개발하여 조작적이고 움직임 위주의 활동을 통해 대인관계의 긍정적인 효과를 나타냈다고 하였다. 또한 에니어그램을 활용한 집단상담은 학교나 그 밖의 기관 등에서 학습과 진로(이리경, 2010; 이미희, 2012), 관계개선(김순자, 2004)에 영향을 주고 있다.

이러한 선행연구들을 종합해보면 대학생들에게 있어 대인관계 프로그램은 자신과 타인의 이해의 폭을 넓히며 관계형성을 통해 자신의 긍정적인 잠재력을 발견하고 대인관계를 개선하는데 도움을 주고 있다. 대학생들에게 있어 자기이해와 타인이해를 바탕으로 자신에 대한 집착을 내려놓음으로서 원만하고 편안한 대인관계가 되도록 돕는데 무엇보다도 중요한 영향을 줄 수 있다고 하겠다. 또한 대인관계에 있어 회피, 불안 등 부정정서 상황에서 다양한 의사소통기술을 촉진하여 개인이 심리 내·외적인 변화로 위기에 처하게 될 때 융통성 있게 대처할 수 있는 역량을 갖게 하는데 중요한 영향을 줄 수 있다고 하겠다. 에니어그램을 Wagner(1981)은 인간의 다양한 행동양식, 대인관계, 감정양상, 내적표상 등에 대한 내부적이고 핵심적인 동기를 바탕으로 이루어져 있는 성격이론으로서 외부로 드러나는 생활모습, 다양한 활동, 성격적인태도 등을 역동적으로 보여준다고 하였다.

이에 본 연구는 대학생들의 자기이해, 자기성숙, 자기탐색을 바탕으로 대인관계를 향상시킬 수 있도록 9가지 성격유형을 통해 자신과 타인의 성격유형을 탐색해서 감정을 직접적으로 표현하고 의사소통훈련에 초점을 두는 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램을 도입하고자 한다. 그러나 그동안 에니어그램에 대한 연구(유재근, 2004; 오은경, 2006; 이옥순, 2008; 박미경, 2010)는 주로 성인 및 청소년을 대상으로 다루어져왔으며, 사회적능력, 자아존중감, 공감능력의

효과를 알아보는 것들이 대부분이었다. 이에 본 연구에서는 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 구체적으로 대학생들의 대인관계에 어떤 효과가 있는지 관련 선행연구(이상진, 2006; 김현정, 2008; 고진하, 2011)를 고찰하여 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램의 효과를 밝혀보고자 한다.

이런 필요성에 의해 본 연구에서는 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램을 실시하여 대학생의 대인관계 하위영역에서 어떤 영향을 미치는지 변화를 알아보고자 본 연구를 시도하게 되었다.

2. 연구 문제

본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 대학생의 대인관계 향상에 효과가 있는가?

이상의 연구문제를 규명하기 위하여 다음과 같은 연구가설을 설정하였다.

가설 1-1. 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램에 참여한 실험집단은 에니어그램을 활용한 프로그램에 참여하지 않은 통제집단보다 대학생의 대인관계가 향상 될 것이다.

가설 1-2. 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램에 참여한 실험집단은 실시하지 않은 통제집단보다 대학생의 대인관계의 하위영역인 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 민감성, 개방성, 이해성이 향상 될 것이다.

II. 이론적 배경

본 연구에서는 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 대학생의 대인관계에 미치는 효과를 검증하고자 한다. 따라서 본 이론적 배경에서는 대학생의 대인관계 개념, 에니어그램의 개념 및 에니어그램과 대학생의 대인관계를 바탕으로 살펴보려고 한다.

1. 대학생의 대인관계

1) 대인관계의 개념

대인관계는 다른 사람과 심리적으로나 심리외적으로나 상호작용하는 관계를 말한다. 따라서 대인관계는 사회적 존재로서의 인간의 삶에 매우 중요한 요소이다. 사회적 존재로서의 인간은 다른 사람과의 관계 속에서 영향을 주고받으며 살게 되고, 특히 의미 있는 타인들과 어떤 관계를 맺고 유지하느냐에 따라 삶의 방향과 질이 결정되기도 한다(김현숙, 2005).

인간은 성적·공격적 추동들에 움직여지는 존재라기보다는 관계를 추구하는 존재이며 우리가 자기 자신과 타인들에 대한 표상, ‘내적 작동 모델’(internal working models)을 가지고 있다는 것이다. 어릴 때 중요한 사람들과 가진 경험이 자기의 일부분이 되어버려 현재 타인과 맺는 관계에 영향을 미친다는 것이다(홍숙기, 2002). Margaret Mahler(1970)는 갓난아기들은 자신과 타인을 구별하지 못하며 완전한 융합 상태에서 출발하여 독립개체가 되어간다는 것이다. 그리고 일생동안 인간은 누구나 자울을 원하면서 동시에 타인들과의 가까운 관계를 원한다는 것이다(홍숙기, 2002).

Freud(1940)는 대인관계의 목적을 추동의 억제를 통한 적응과 쾌락으로 보았다. 그리고 Horney(1932), Sullivan(1953), Fromm(1962), Erikson(1963), Leary(1978), 등 신 프로이트 학파의 학자들은 사회심리적인 측면에서 성격형성에 영향을 미치는 외적요인으로서 사회·문화적인요인, 특히 가족관계 및 대인관계에 크게 관

심을 두었다. 즉 이들은 불안으로부터의 만족의 추구(pursuit of satisfaction)와 안전의 추구(pursuit of security)를 대인관계의 목적으로 두었다(Sullivan, 1946).

대인관계를 잘할 수 있는 사람은 사회생활에 잘 적응해 나가는 사람이고 그렇지 못하면 불편해지고 사회생활에 어려움을 겪게 되는 것이다. 여러 학파의 대인관계에 대한 견해는 다양하나 종합해 보면 생을 살아가는 동안에 맺게 되는 타인과의 관계의 중요함과 대인관계를 원만히 잘하는 것이 자기실현과도 연결됨을 말하고 있다.

타인과의 대인관계의 형성은 공감과 친근감과 능력과 함께 다른 사람과의 신뢰관계형성과 만족감으로 바람직한 성장과 발달을 하게 된다. 우리가 경험하는 대인관계의 양과 질이 자아발달, 자아존중감과 건전한 성격 발달에도 큰 영향을 받고 있다. 본 연구자는 대인관계는 무엇보다 다른 사람과의 긍정적인 상호작용으로 성장할 수 있으며 타인과의 원활한 소통으로 바람직한 사회적관계로 유지하는 것으로 정리하고자 한다.

2) 대인관계의 구성요소

바람직한 대인관계는 서로를 이해하며 존중하는 것에서부터 시작되는 관계로서 그 관계 속에 서로의 성장을 지원하는 것이라고 할 수 있다. 인간은 무수히 많은 관계를 맺으면서 살아가고 있으며 그 관계 속에서 자신을 찾아가며 발전해 나간다. 이러한 대인관계는 학자마다 다양한 의견을 보여주는데, 이를 살펴보면 다음과 같다.

서봉연 외(2001)는 대인관계를 이루는 기본요소를 자기이해, 타인인지 및 공감적 이해, 언어·비언어적 의사소통, 고유적 사회지식 기반으로 나누었으며, 이들은 독립적인 것이 아니라 서로 역동적으로 상호작용하는 관계에 있다고 하였다. 또한 이형득(1995)은 자기성장 프로그램에서 생산적인 인간관계를 발전시키는 영역으로 자기이해, 자기수용 및 자기개방을 들고 있으며, 김기정과 이정희(1999)는 자기이해, 타인인지 및 공감적 이해, 언어·비언어적 의사소통으로 나누고 이를 영역들이 역동적으로 상호작용하는 관계에 있다고 보았다.

Schlein과 Guerney(1977)는 대인관계를 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 민감성, 개방성 및 이해성의 7가지 하위영역으로 나누어 대인관계 변화척도를 구

성하였다. 문선모(1980) 역시 Schlein과 Guerny(1977)의 연구를 바탕으로 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 민감성, 개방성, 이해성을 대인관계의 구성요소로 보았다. 위에서 분류한 대인관계영역 중심으로 문선모(1980)대인관계의 구성요소를 살펴보면, 간단한 개념 정의를 하고자 한다.

첫째, 만족감은 서로가 바라던 관계가 형성되었을 때 느끼게 되는데 Helder(1964)의 균형이론에서 설명하는 것과 같이 각 개인이 무의식적으로 균형 상태를 유지하려는 경향을 지지하며 두 사람의 대인관계 및 그 이상의 사이에서 형성되는 대인관계에서 적절성 즉, 원만함을 갖는 것이라고 할 수 있다. 만족감은 일반적으로 상호작용에 있어 기대수준이 합리적으로 충족됨으로써 삶의 주요 목적을 달성하여 나타낸다고 하였다. 이기옥(1998)은 모든 일상생활에 있어서 직접·간접적으로 영향을 미치는 요인들로 인한 만족의 정도인 만큼 자신의 목표설정치에 대한 성취감으로 정의 하였다.

둘째, 의사소통이란 마음먹은 바를 능동적으로 전달하고 수용하는 능력으로 언어적이든 비언어적이든 다른 사람의 감정, 생각, 의도 등을 서로 공유하는 것을 말한다. 의사소통은 대인관계에의 시작이며 적절한 의사소통으로 인해 서로에게 공감적 이해를 가지게 될 때 바람직한 대인관계를 형성할 수 있다. 즉 자기 자신의 생각과 감정 및 경험 등을 상대방에게 전달하고, 상대방의 감정, 생각, 경험 등을 이해하는 것으로 볼 수 있다. 김오남(1994)은 인간사이의 정보, 신념, 의견, 감정, 태도, 사실, 생각 등을 공유 또는 공통화 하는 행동으로서 인간 상호간에 주고받는 메시지를 통하여 서로의 감정과 의미를 이해하고 공유한다고 하였다.

셋째, 신뢰감은 타인을 믿는 심리적 경향을 말하며, 바람직한 대인관계의 형성에 있어 매우 중요하다. 상대방에 대한 믿음은 심리적 안정을 가져오게 한다. 심프로이드 학파는 대인관계의 주된 동기를 불안의 감소 내지는 불안으로부터 도피함으로써 안전한 상태에 이르는 것이라고 하였다. 또한 Sullivan(1953)은 대인관계의 기본을 만족과 안전의 추구라고 보았다. 이는 다른 사람들의 말과 행동에 확신을 가지고 좋은 의도로 생각하고자 하는 마음상태를 나타낸다고 할 수 있다.

넷째, 친근감은 타인과의 친밀감을 나타내는 것을 의미한다. Leary(1957)는 대인행동이 기본적으로 생존기능(survival function)을 지니고 있으며 대인적인 불행에 대한 공포는 파멸의 공포 또는 방기(avandonment)에 대한 공포에 뿌리

를 두고 있음을 지적하였다. 따라서 타인과 친밀한 관계를 유지한다는 것은 자신의 생존에 대한 안전을 확보한다는 의미로 해석할 수 있다. 박의순(1990)은 지각된 인간관계의 질을 나타내는 애정적 결속의 포괄적인 내용으로 심리적·정서적인 가까움의 정도라고 말한다.

다섯째, 민감성이란 느낌이 날카롭고 예민한 성질을 말한다. 타인이 보내는 신호에 빠르게 대응하는 것은 자신이 상대방을 중요하게 인식하고 집중되어 있음을 보여주는 것으로 다른 사람으로부터 신뢰감 및 친밀감을 형성할 수 있는 바탕이 되는 것이다. 김은실(2011)은 신호 알아차리기, 정확하게 이해하기 적절하게 반응하기의 세 가지 요소를 민감성이라고 보았으며, 민감성이 높은 사람은 유연한 관점을 가졌고 민감성을 높이기 위해서는 상황과 사건을 다양한 관점으로 바라보는 노력이 필요하다고 말한다.

여섯째, 개방성은 자신의 내면 및 행동을 상대방에게 솔직하게 드러낼 수 있으며, 자신이 원하는 것을 정확히 전달함으로써 만족감을 얻을 수 있다. 개방성은 일반적으로 지성, 인지, 창조, 상상, 참을성, 교양 및 탐구로 구성 Goldberg(1992)되며, 스트레스가 많은 삶에서 효과적인 대처 Macrae & Costa(1986)와 조직변화에 대한 정적으로 관련이 되어 있다(Judge, 1999).

일곱째, 이해성은 이성적으로 사리를 분별하며, 서로에 대한 신뢰감의 바탕이 된다. 사람들은 서로의 행동에 대한 상호작용을 통해 서로에게 영향을 준다. 즉, 서로 상보적인 관계를 유지하는 것이다. 따라서 서로가 요구하는 것에 대해 정확한 판단을 가능하게 하는 것이 이해성이다. Wiggins와 McTighe(1998, 2004)는 깊이 있는 이해를 파악하기 위해서는 설명하기, 해석하기, 적용하기, 관점을 형성하기, 공감하기, 자기지식 등 여섯 가지 측면으로 분석하였다.

본 연구자는 대인관계 하위영역을 이루는 구성요소들을 살펴보았을 때 자기 이해, 타인인지, 공감적 이해, 언어·비언어적 의사소통이 역동적으로 상호작용하여 대학생들의 대인관계에 미치는 효과가 향상 될 것으로 기대된다.

3) 대학생의 대인관계 특징

인간은 성장과정 속에서 대인관계의 폭과 깊이를 키워나간다. 인간의 성장과정에서 성인기의 초기단계에 있는 대학생에 있어서 대인관계는 특히 중요하다. 대

학 시기는 타인과의 친밀감을 형성하고 그러한 능력을 개발하여 성숙한 대인관계에 바탕을 구축하는 중요한 심리사회적 발달단계이다. 이 시기를 통해서 자기정체감을 탐색하고 확립하며, 사회와 직장 등 넓고 다양한 대인관계의 장으로 옮겨가는 과정 속에 있다. 이 시기에 친밀하고 효율적인 대인관계를 형성하는 능력을 개발, 형성하지 못하면 고립감과 공허감 등의 심리적 혼란을 경험하게 된다. 즉 대학생들은 성장과정에서 타인과의 친밀한 대인관계를 형성하는 주요한 발달과제를 안고 있는 집단이라고 할 수 있다(권석만, 1995).

또한 이 시기는 혼란스럽거나, 충동에 좌우되거나, 부모의 가치에 저항하거나, 반항적이기도 하고 신체적 변화에 적응하려는 욕구와 심한사회적 압력에 영향을 받기도 한다. 다른 사람들과의 관계 등에 있어 어떤 결정을 내려야 하는 중요한 시기이기도 하며, 압력과 실망, 자존심의 상실, 타인으로부터 평가당하고 그 결과 무시되거나 거부되지 않을까 하는 걱정과 두려움을 지니는 경우가 많으므로 대인관계를 회피하게 된다(Collins, 1987).

이런 이유에서 권석만(1995)은 대학교 학생생활연구소나 상담소에 대학생활의 부적응문제로 상담을 신청하는 학생 중에는 대인관계에서 교우관계, 이성관계, 가족관계 등의 대인관계 속에서 겪는 곤란과 어려움을 호소하는 경우가 가장 많다고 한다. 또한 대인관계문제를 일차적인 상담문제로 호소하지 않는다 하더라도 성격적 문제, 정서적 문제, 정신건강문제 등을 호소하는 학생들의 경우에도 사실상 어려움의 상세한내용을 살펴보면 대인관계문제와 밀접한 관련으로 맺고 있는 경우가 대부분이라 한다. 이러한 점에서 볼 때 대학생들이 경험하는 부적응 문제의 많은 부분에서 대인관계의 관련성이 가지고 있다고 볼 수 있다.

본 연구자는 가장 적합한 시기에 자기 자신을 이해하고 타인을 이해 할 수 있는 프로그램으로 대학생이 대학생활을 할 수 있다면 대인관계는 물론 삶의 방향이 달라지리라 생각된다.

2. 에니어그램(Enneagram)

사회적 존재인 인간은 태어나는 순간부터 다른 사람들과 관계를 맺으며 살아간다. 독불장군처럼 혼자서 살아갈 수 없기 때문에 싫든 좋든 간에 다른 사람과 관계를 맺으며 살아간다. 사회적 존재로서의 인간은 인간관계에 의해 양육되고 교육되며, 인간관계를 통하여 여러 가지 사회적 욕구를 충족시키게 되고, 생존의 기본 조건인 의식주문제를 해결하게 된다(권석만, 2000). 즉 삶은 대인관계와 직접적인 연관성이 있으며, 관계에서 모든 생활이 이루어지고 있다.

그러나 우리가 생활 속에서 인간관계를 맺고 있는 대상은 하나의 작은 우주라고 할 만큼 다양한 심리적 특성을 가진 복잡한 존재이다(윤운성, 2003b). 얼굴 생김새나 체격 기호 등 외관상의 모양도 하나 같이 다르지만, 그 내면으로 들어가면 더욱 복잡해서 한 마디로 단정 지어서 말하기가 어렵다.

이처럼 다양한 인간의 본성을 알아내는 일은 매우 어려운 일인데, 자기인식 도구인 에니어그램은 이런 복잡하고 미묘한 인간을 9가지 성격유형으로 분류하고, 이들 9가지 성격유형이 어떻게 서로 상호작용하고 있는지를 알려주고 있다(윤운성 역, 1998). 에니어그램은 현재 자신이 무엇을 인식하는지 어떤 행동을 하는지, 어떤 선택을 하며 두려워하는지, 자기 자신을 알게 함으로서 건강하지 못한 사람에서 건강한 사람으로 성장하며, 균형 잡힌 삶을 살도록 도와주는 내면 성찰의 도구인 것이다.

1) 에니어그램(Enneagram)

에니어그램(Enneagram)이라는 말은, 희랍어 ennea(아홉)라는 단어와 그리스어 grammos(문자, 점, 무게)에서 왔다(Riso & Hudson, 1999). 에니어그램은 인간이 살아가면서 형성하는 9가지 성격유형과 성격간의 상호관계를 체계적으로 설명한 것으로서 내가 나로서의 길을 가는 유형들을 의미한다.

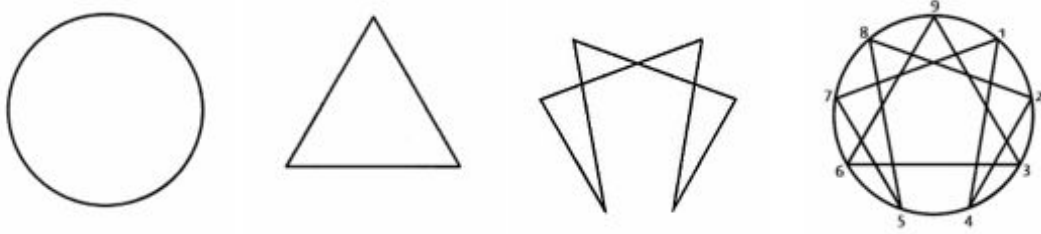


그림 II-1. 에니어그램의 기본 도형

에니어그램은 하나의 원으로 되어있고, 그 원주는 1부터 9까지 번호가 매겨진 아홉 개의 점으로 나뉘어져 있다. 3, 6, 9를 이루는 정삼각형과 1, 4, 2, 8, 5, 7로 연결된 육각형의 방향으로 이어지는 헥사드는 ‘존재하는 모든 것은 고정되어 있지 않으며 끊임없이 변화 한다’는 것을 의미한다. 이는 존재, 자연의 법칙에 따라 계속 변화고 진화한다는 것을 알 수 있다.

에니어그램은 대략 약 2500년 전에 근동지방(아프가니스탄 부근)에서 시작된 것으로 추정되며, 은수자들과 이슬람의 수피(Sufi)파에 의해서 전수되었고, 인간의 내면을 성숙시키는 영적지도자가 상담에 적용하였다(Merry Rebecca rogacion, 1990). 이러한 에니어그램을 현재의 서구 사회에 소개한 사람은 러시아의 신비주의 스승인 G.I.Gurdjieff(1890~1949)이다. 그 뒤 1960년대 볼리비아의 Oscar Ichazo(1960)가 오늘날의 기본적인 원형이 개발되기 시작하여 1970년경에 미국으로 확산되었다. 정신과 의사인 Naranjo(1970)는 Oscar Ichazo(1960)로부터 에니어그램을 배웠고 칠레에서 돌아온 후 캘리포니아에서 가르쳤다. 나란쥬가 유명한 정신과 의사이면서 작가이기 때문에 에니어그램을 처음으로 분명하게 ‘심리적’으로 해석했을 것이라고 생각된다.

오늘날 Riso & Hudson(1999)은 에니어그램을 객관적인 심리학적 해석을 통하여 DSM-IV와 연계하여 활용하고 있으며, 특히 Stanford 대학을 중심으로 Daniels와 Palmer(1991) 등은 심리학과 영성을 이해하는 도구로 정착시키고 있다. 그 밖에 인사관리, 노사관계를 Helen Palmer(1996)가 접목시켰고, 영성수련, 정신질환치료, 심리학, 의사소통 등에 쓰이고 있다. 현재 미국에서는 대학 강

좌로 개설되어 있는 스텐포드, 모토로라, 제록스로 대인관계와 커뮤니케이션, 상담, 의사결정, 갈등관리의 내용으로 적용되고 있다.

한국의 경우 서강대학교와 대구 카톨릭대학에서 선택과목으로 연구되고 있다. 또한 카톨릭 수도회나 본당에서 영성지도와 수련과목으로 활용되어 있으며, 개신교의 김영운 목사가 공동체 성서연구회를 통해 보급시키고 있다(안상진, 2007).

이외 윤운성 교수, 이병창 목사 등 많은 연구자들이 한국 실정에 맞는 에니어그램을 적용하기에 노력을 하고 있다.

2) 에니어그램(Enneagram)의 목적

에니어그램(Enneagram)의 목적은 성격유형을 인식함으로써 그 성격 유형에서 나오는 자동적인 반응을 멈추게 하기 위해서이다. 성격유형의 메커니즘에 통찰과 명확함이 결합될 때 우리는 비로소 깨어날 수 있다(Riso & Hudson, 1999). 즉, 인간의 본성을 되찾고, 지금의 나에 집착하지 않으며, 두려움에서 벗어나 자유로운 존재로 살게 하는 것이 궁극적인 목적이라 할 수 있다.

3) 에니어그램(Enneagram) 세 가지 힘의 중심

세 가지 힘의 중심이라는 것은 그 사람을 이끌고 있는 세 가지의 힘의 중심을 말하며, 머리-사고(5,6,7번 유형), 가슴-감정(2,3,4번 유형), 장-본능(8,9,1번 유형)으로 분류한다. 우리가 어떤 유형이든지 간에 우리의 성격에는 이 세 가지의 요소들이 모두 들어 있다. 세 가지 요소들은 서로 상호작용하기 때문에 다른 두 가지는 사용하지 않고 한 가지만 쓸 수는 없다. 그러나 우리들 대부분은 자신의 성격 안에만 묶여 있기 때문에 자신 안에서 이 세 가지 요소를 구분해 내기는 어렵다. 다만 일상생활에서 스트레스를 심하게 받았을 때 그중 어느 하나가 지배적으로 사용하게 됨으로서 3가지 힘의 중심으로 분류할 수 있다. 이것은 인간의 성격의 병으로 작용하는 원인이 되기도 한다. 이는 모두 자신의 내면 속에 가장 결핍된 것으로, 9가지 성격유형의 뿌리가 된다.

힘의 중심이 중요한 이유는 자기 자신으로부터 자유로운 인간이 되는 통합과 균형에 있기 때문이다.

(1) 머리 중심(5, 6, 7)

머리 중심의 사람들은 이성적인 두뇌형으로 알 수 없는 미래와 공포를 가지고 있다. 이들은 대개 부끄러움을 타고 소심하다는 말을 듣는 반면에 상황과약을 할 때는 논리적이고 합리적이며 관찰, 분석, 비교, 대조의 사고과정을 통하여 상황을 이해한다.

이들은 명령과 의무에 대한 감각이 발달하였으며, 자신이 유일하게 안전하다고 하는 장소는 자신의 마음속이다. 또한 객관적 이해와 분석을 통해서 문제를 해결해 나가며, 상황을 살피고 정확한 파악을 위하여 사람과 현실로부터 먼저 거리 두기를 하여 자신을 방어한다. 몸을 움직여 행동하기보다는 먼저 눈으로 보는 것을 중요시한다. 보지 않고는 믿으려 하지 않으며, 의심이 많고, 긴급한 상황에서는 생각을 더 많이 하는 사람이다. 이들을 지배하는 감정은 두려움이다.

5번 유형은 내면이 공허할까 봐, 6번 유형은 안전하지 않을까 봐, 7번 유형은 고통스러울까 봐 두려워한다(이병창, 2011).

(2) 가슴 중심(2, 3, 4)

가슴 중심의 사람들은 감성적이고 직관적이다. 그들에게는 특히 촉각과 미각이 뚜렷하다. 사람을 관심으로 하는 이들은 자신보다는 남들에게 관심을 보임으로서 주변 사람들에게서 기쁨을 발견하려고 하며, 자신의 감정표현은 억제함으로 의기 소침해지기도 한다.

이들은 인생의 중요한 결정을 너무 쉽게 하면서 사소한 결정에는 우유부단한 특성을 보일 때가 많다. 그러나 머리형보다는 신속하게 결단을 내린다.

이들을 지배하는 감정은 수치심이다. 내면의 수치심을 2번 유형은 타인을 도와줌으로써, 3번 유형은 자신의 능력을 보여줌으로써, 4번 유형은 자신만의 독특한 개성을 이해받음으로써 감추려고 한다(이병창, 2011).

(3) 장 중심(8, 9, 1)

장 중심의 사람들은 본능적으로 반응한다. 힘이 있어 보이는 몸매와 근육은 장 중심인 사람들의 식욕과 관련이 깊다. 그들에게 삶이란 일종의 전쟁터이며, 흔히 무의식적으로 힘과 정의에 관심을 갖는다. 현재에 살고 과거를 기억하며 미래에

대해 많은 것을 희망한다.

자신의 의지를 관철시키기 위해 8번 유형은 대결하는 자세를 취하고, 9번 유형은 고집을 보이고, 1번 유형은 자신과 남을 비판한다. 그들은 현실을 조정하고 질서를 회복하려 하기에 별로 남의 눈치를 보지 않는다. 본능에 충실하기 때문에 복잡하게 생각하지도 않는다. 단순하고 솔직하게 말하고, 규율을 잘 지키며, 다른 사람들이 자신의 통제에 따르도록 유도 한다. 뒤끝이 없다고는 하지만, 주위 사람들이 자신으로 인해 상처받는 이유를 이해하지 못할 수도 있다.

장 중심인 사람들을 지배하는 감정은 분노이다. 분노를 드러낼 때 8번 유형의 사람들은 상대에게 직접 표현하고, 9번 유형의 사람들은 내면으로 억압하며, 1번 유형의 사람들은 일어나는 분노를 숨기려다 폭발해 버린다(이병창, 2011).

4) 에니어그램(Enneagram)의 9가지 유형

인간의 성격을 9가지로 분류하는 에니어그램에 의하면 모든 사람에게는 여러 성격유형이 혼합되어 있지만 태어날 때 강력한 하나의 기본성격으로 한 결 같이 유지된다. 물론 남성과 여성은 문화의 영향에 따라 태도, 성격을 표현하는 방식이 조금씩 다르긴 하지만 기본적인 성격유형은 똑 같이 유지된다. 어떤 유형이든 그 유형만의 장점과 단점이 있으나 그 어떤 성격유형이 더 좋거나 나쁜 것은 아니다. 단지 특정문화 안에서 어떤 유형은 다른 유형보다 더 인정받기도 한다. 에니어그램의 9가지 유형을 간단하게 알아보면 다음과 같다.

(1) 1번 유형 개혁가 : 완벽함을 추구하는 사람

1번 유형의 사람들은 매사에 완벽을 기하고 스스로의 이상을 건설적인 자세로 추구하고 이를 위한 노력을 아끼지 않으며, 항상 공정함과 정의를 염두에 두고 정직하고 신뢰할 수 있는 성품으로 자신의 윤리관에 자신감을 갖고 있다. 이들은 인상이 깔끔하고 항상 자제하는 자세를 잃지 않고 ‘해야 한다’는 말을 자주한다.

건강할 때- 현명하며 분별력이 있고 인내력이 있다. 건강하지 못할 때- 모순적이고 위선적이게 되며 자신의 말과는 반대로 행동한다.

(2) 2번 유형 조력가 : 타인에게 도움을 주려는 사람

2번 유형의 사람들은 정이 많고 곤경에 빠진 사람들에게 도움을 손길을 뻗치며 주변 사람들에게 도움이 되는 일을 마다하지 않으며, 타인이 필요로 하는 것에 몰두하지만 타인의 도움을 필요로 하고 있는 자신에 대해서는 자각하지 못한다. 이들은 예리한 직감을 갖고 있고 주위사람들의 기분을 이해하고 거기에 맞출 수 있기 때문에 적응력이 뛰어나다. 건강할 때- 무조건적인 사랑을 주며, 전혀 욕심이 없고 공평하며 이타적이다. 건강하지 못할 때- 체구가 작지만 상대에게 접을 주거나 공격적으로 나타난다.

(3) 3번 유형 성취가 : 성공을 추구하는 사람

3번 유형의 사람들은 항상 효율을 중시하고 성공을 위해서는 자신의 생활을 희생시키더라도 개의치 않으며, 인생의 가치를 '실패냐 성공이냐' 라는 척도로 보고 실적을 중시하는 열정적인 사람으로 이들은 일이나 인간관계에서 성공을 꿈꾼다. 자신감에 넘친 인상으로 주위사람들에게 좋은 인상을 심어주려하며 '성공했다', '일을 효율적이고 성공적으로 완수해냈다'는 것에 가장 큰 만족을 얻는다.

건강할 때- 자기 수용적이고 심사숙고하며 확실하다. 또한 자신의 한계를 인정하며, 자신의 능력 안에서 최선을 다한다. 건강하지 못할 때- 믿을 수 없을 정도로 부당하게 사람들을 배신하면서도 자신의 속임수와 이중성을 감추기 위해 둘러대거나 현혹시키기도 한다.

(4) 4번 유형 예술가 : 특별한 존재를 지향하는 사람

4번 유형의 사람들은 자신은 특별한 사람이라고 자부하고 있으며 무엇보다도 감동을 중시하고 평범함을 싫어하며, 다른 사람들보다 감수성이 풍부해서 슬픔이나 고독 등도 진하게 느낀다. 이들은 타인에 대한 이해심이 많고 사람들을 받쳐주고 격려하는 것을 좋아한다. 건강할 때- 대단히 창조적이고 개인과 우주를 표현하며 예술적이다. 건강하지 못할 때- 망상적 자기모욕과 자기비난, 자기혐오, 병적인 사색에 의해 고통 받는다. 모든 것이 고통의 원천이 된다.

(5) 5번 유형 사색가 : 지식을 얻어 관찰하는 사람

5번 유형의 사람들은 지적이며 사려 깊고 행동 전에 생각하며, 분석력과 통찰력이 뛰어나 객관적이고 초연한 태도를 일관되게 유지하려고 한다. 이들은 현실을 파악하는 관찰력이 뛰어나지만 말이 적고 태도가 조심스럽다. 또한 어리석은 판단을 내리는 것을 두려워하며 일을 시작하기 전에 정보를 열심히 수집해 상황을 정확하게 파악하려고 한다. 고독을 즐기는 경향이 강하고 자신만의 시간과 공간을 아주 중요하게 여긴다. 건강할 때- 공상가가 되어 세상을 예리하고 심오하고 폭넓게 이해한다. 건강하지 못할 때- 외롭고 고립되며 매우 적대적 관계를 가지면서도 공격의 두려움을 가지고 있다.

(6) 6번 유형 충성가 : 안전을 추구하고 충실한 사람

6번 유형의 사람들은 책임감이 강하고 안전을 추구하는 유형으로서 친구나 자기가 믿는 신념에 가장 충실한 사람들이며, 전통이나 단체에 강한 충성심을 갖고 있으며 공동체에 대한 헌신이 대단하다. 이들은 신중하며 거짓말을 모르고 협조적이며 조화를 이루며 믿음직스럽다. 상대에게 호감을 주는 유형이다. '책임감이 있다', '성실하다', '충성스럽고 믿을 만하다'는 말에 가장 큰 만족을 얻는다. 건강할 때- 자기 확신에 차 있고 자신과 타인을 신뢰하며 독립적이면서도 공생을 위해 상호의존적이며 협동적이다. 건강하지 못할 때- 걱정이나 문제에 대해 과민 반응을 보이고 비합리적으로 행동함에 따라 자신이 두려워하는 것을 자초할 수도 있다.

(7) 7번 유형 낙천가 : 즐거움을 추구하고 계획하는 사람

7번 유형의 사람들은 모든 일을 낙관적으로 보려고 하며 밝고 명랑하며, 자기 주변에서 즐거움을 찾아내는 능력이 뛰어나다. 좋아하는 사람들이 주변에 많이 있으며 자기 자신도 매력적인 인간이 되려고 노력한다. 또한 아이디어와 상상력이 풍부하며 호기심이 많다. 건강할 때- 삶의 경이로움에 놀라워하고 감사와 기쁨을 느끼면서 경험을 깊이 융합시킨다. 건강하지 못할 때- 통제가 불가능하고 분위기에 번덕스럽게 흔들리며 광적인 행동을 하게 된다.

(8) 8번 유형 지도자 : 강함을 추구하고 주장이 강한 사람

8번 유형의 사람들은 자신이 옳다고 생각하는 것에 대해서는 전력을 다해 싸우는 전사이며, 용기와 힘이 넘치고 허영심 등을 재빠르게 꿰뚫어보며 그것에 결연히 대항한다. 이들은 권력구조를 파악하는 능력이 뛰어나며 자신의 강한 힘을 발휘할 수 있는 위치를 확보하는 능력도 갖추고 있다. 또한 거드름을 피우지 않고 성실하며 약자를 옹호하고 보호하려고 한다. 건강할 때- 자기절제력이 있고 관용을 보이며 자비롭고 인내하며 자기완성을 위해 노력하고 자신의 힘으로 다른 사람을 움직이게 한다. 건강하지 못할 때- 자신을 과대포장하고 자신이 위협에 처하면 뜻대로 할 수 없는 모든 것을 잔인하게 파괴시킬 수도 있다.

(9) 9번 유형 중재자 : 조화와 평화를 바라는 사람

9번 유형의 사람들은 갈등이나 긴장을 피하는 평화주의자로 자신의 내면이 혼란스러워지는 것을 싫어하며, 다른 사람들에게 쉽게 동화되기 때문에 주위사람들의 영향을 받기 쉽다. 그러나 좋은 환경에 있으면 마음이 넓고 동요되는 일이 없으며 강한 인내심을 보인다. 또한 편견이 없고 다른 사람의 기분을 이해할 줄 알기 때문에 타인의 고민을 잘 들어준다. 건강할 때- 자발성과 성취감을 느끼며 평온하다. 건강하지 못할 때- 위협적이라고 느껴지는 것은 무엇이든 회피하려고 하기 때문에 결국에는 자신의 역할을 다하지 못한다.

5) 에니어그램(Enneagram)의 역동성

(1) 날개

에니어그램은 9가지의 성격 이외에도 기본유형 이상의 변형된 유형들을 설명하고 있다. 두 개의 날개(Wing)와 세 개의 본능적 변형(intintual variant)들이 있다. 날개는 우리가 에니어그램의 9가지 유형을 더 자세히 나누어 볼 수 있게 해준다. 9가지 유형들은 원을 중심으로 나열되어 있기 때문에 기본유형이 무엇이든지 양옆에 하나씩의 유형이 자리 잡고 있다. 이 두형 중 하나가 날개가 된다. 날개는 기본유형과 혼합되어서 기본유형을 변형시킨다. 단순히 자신의 기본 유형에 머물러 있는 사람은 없다. 그리고 어떤 경우에는 양쪽 날개 모두를 취하고 있는 경우도 있으나 대부분은 하나의 주된 날개를 취하고 있다(Riso & Hudson, 1999).

(2) 분열과 통합의 방향

에니어그램의 9가지 성격유형은 정적인 것이 아니다. 그것은 우리의 심리적 성장과 퇴보를 반영한다. 에니어그램의 숫자들은 각각의 성격에 통합(건강, 자기 확신)과 분열의 방향(병적인, 신경증)의 순서로 연결되어 있다. 건강해지거나 약해짐에 따라 기본유형에서 통합 또는 분열의 방향으로 진행하게 된다.

각 유형에서 분열의 방향은 1→4→2→8→5→7→1의 순서로 표시된다. 이 의미는 만일 신경증적 1번 성격이 퇴보로 이어지면 4번 성격을 닮아간다. 신경증적 4번은 2번으로 신경증적 2번은 8번으로 신경증적 8번은 5번으로 신경증적 5번은 7번으로 그리고 신경증적 7번은 1번으로 퇴보하게 된다. 반면에 정상각형에서 분열의 순서는 9→6→3→9이다. 신경증적 9번은 6번으로 신경증적 6번은 3번으로 신경증적 3번은 9번으로 퇴보한다. 각 유형의 통합의 방향은 분열의 순서를 역회전시키면 된다. 각 유형은 병적인 방향과 반대의 방향이 통합의 방향으로 건강한 방향을 의미한다. 따라서 통합의 방향 순서는 1→7→5→8→2→4→1이다. 통합을 지향하는 1번은 7번으로 7번은 5번으로 5번은 8번으로 8번은 2번으로 2번은 4번으로 그리고 4번은 1번으로 진행한다. 정상각형에서 순서는 9→3→6→9이다. 통합을 지향하는 9번은 3번으로 3번은 6번으로 6번은 9번으로 진행한다. 이는 자신이나 타인의 성격에 대한 완전한 이해를 얻기 위해서는 기본유형과 날개뿐만 아니라 통합과 분열의 방향을 이해해야 한다. 또한 진정한 변화는 새로운 예고와 패턴을 덧붙이는 것이 아니라 벗어나는 것이다. 에니어그램은 자연스런 방법으로 균형 잡힌 사람이 될 수 있도록 안내한다.

(3) 에니어그램(Enneagram)의 유용성

에니어그램은 인간이 어떤 행동을 하게 되는 이유를 설명해 주면서 개인의 성장 방향을 제시해 준다. 또한 사람을 더 깊이 이해하게 도와주며, 인간의 잠재력 개발을 도와주는 유용한 도구이다. 즉, 에니어그램은 자기 현식뿐만 아니라 조직의 개혁, 인간관계의 개선에 대한 지혜도 제공해 준다. 집착으로부터 벗어나 자유로워질 수 있다면 다른 사람들과의 인간관 역시 바람직하게 된다. 대인관계에서 가장 중요한 것은 다른 사람의 감수성과 가치관은 자신과는 다르다는 것을 인식해야 한다. 즉, 전체조건은 서로의 개성을 존중하는 것이다.

에니어그램을 통해 각 타입의 행동방식을 알게 되면 사람들이 에니어그램의 법칙대로 행동하고 있다는 사실을 알 수 있었다. 그리고 지금까지 무서운 사람, 싫은 사람, 질리게 만드는 사람 등이 인간학적인 기쁨을 제공 해 주는 즐거운 사람들로 보이게 될 것이다.

에니어그램으로 어떤 통찰을 얻었다면 삶 속에서 꾸준히 실행을 해야 한다. 에니어그램의 연습은 에니어그램의 정보가 인간의 삶 속에 자리를 잡도록 해 주며 그것이 드러내 주는 가장 근본적인 진리로 돌아가도록 도와준다.

이상을 종합해보면 에니어그램은 개인의 고유한 성향과 타인이 가지고 있는 특성들이 환경이라는 곳에서 맞물려 조화로운 내적성장을 할 수 있도록 방향을 제시 해 주는 것이라고 할 수 있다. 또한 자신에 대한 이해력, 타인에 대한 수용력 등이 외부적 여건과 함께 자발적인 참여적 관계를 유지 해 나가는데 도움을 줄 것이라고 생각한다.

3. 에니어그램(Enneagram)과 대학생의 대인관계

대학생의 집단상담은 개인의 성장을 돕는 프로그램이기 때문에 다른 집단에서 처럼 어떤 객관적인 지식에 초점을 두기보다는 참여하는 인간개체와 그의 세계에 초점을 두게 된다. 대학생들은 집단 내에서 상호작용을 통하여 자신을 발견하고 수용하며, 개방 할 수 있도록 도우려는 것이 본 프로그램의 주된 목적이다.

에니어그램은 자신과 관계 맺게 될 타인들을 이해하는데 도움이 되며(Youn et al, 2002), 자신과 타인의 성격을 수용할 수 있게 하여 충동대로 행동하지 않고 자기조절능력을 향상시켜 주어진 상황에서 효율적으로 기능할 수 있도록 한다(Riso & Hudsons, 1989).

김성남(2003)은 에니어그램 집단상담 프로그램이 간호대학생의 자아정체감과 대인관계에서 긍정적인 자아정체감 확립과 대인관계증진에 더욱 효과적이었다고 보고 하였다. 황혜자, 유선림(2004)는 에니그램 집단상담이 대학생의 대인관계 능력 및 자아존중감에서 대인관계가 향상되었다고 하였다. 에니어그램을 활용한 집단상담이 대학생의 자아정체감과 대인관계에서도 대인관계가 향상되었다고 보았다(김현정, 2008). 성격유형탐색 집단상담이 대학생의 자기개념 및 대인관계에

서 스스로 성격유형을 탐색하고, 자기성찰, 자기이해를 통해 내적성장을 이룰 수 있고, 이를 바탕으로 인격적성숙과 타인을 이해하고, 원만한 인간관계를 형성함으로써 대인관계에 영향을 줄 수 있다고 보는 것과 같다(이상진, 2006).

이러한 연구결과는 에니어그램을 기반으로 한 대학생의 대인관계기술을 향상시키고 개인 내적성장을 증진시키는데 효과적이라고 하겠다. 사회로 나가는 첫 발판이 되는 중요한 시기인 만큼 대인관계의 중요성이 시사되는 바가 크며, 대인관계에서 갈등이 생겼을 때 자기의사표현의 방향성을 제시 해 주는 데 있어 많은 기여를 했다고 볼 수 있다.

이에 본 연구에서는 대학생의 대인관계의 향상을 증진시키기 위해서 에니어그램 프로그램이 매우 적합하다고 생각한다.

4. 에니어그램(Enneagram)을 활용한 집단상담 프로그램

에니어그램 집단상담 프로그램의 목적은 나 자신을 탐색하기 위한 것이다. 즉, 자신을 보다 현실적으로 이해하고, 있는 그대로 수용할 수 있는 동시에 나아가서는 자신을 있는 그대로 개방할 수 있는 태도와 능력을 기름으로써 보다 생산적인 나 자신 및 집단으로서의 우리가 되는 경험을 하도록 하는 것이다(이형득, 1990).

이형득외 4인(2003)은 대학생들이 자기 자신의 사회성발달을 확립하기 위해서는 많은 집단경험이 필요하며, 이를 위해서는 적절한 집단상담이 필요하다고 볼 수 있다고 하였다. 정운계(1985)는 건전한 삶을 살아가는데 적합한 전인적인 자기성장을 위한 과정이라고 하였고, 오늘날 집단상담이 중요한 생활방법의 하나로 인정되며 중시되고 있다고 주장하였다. 그런 의미에서 볼 때 집단상담은 많은 대학생들이 여러 가지 경험을 함으로써 개인의 사회성발달 형성에 도움을 주는 효과적인 방법이라고 할 수 있다. 또한 에니어그램은 자신과 관계 맺게 될 타인들을 이해하는데 도움이 되며(Youn et al, 2003), 자신과 타인의 성격을 수용할 수 있게 하여 충동대로 행동하지 않고 자기조절능력을 향상시켜 주어진 상황에서 효율적으로 기능할 수 있도록 한다(Riso & Hudsons, 1989).

우선 집단상담의 특징과 장점을 간단히 살펴보면 다음과 같다. 집단상담은 개

인상담과 다르게 집단이라는 하나의 사회적 조직체 속에서 그 구성원들과 상호 인간관계를 통하여 그들이 당면하고 있는 문제를 해결할 수 있도록 돕는 과정에 초점을 둔다는 특징이 있다(강기호, 차오원, 1992).

이러한 집단상담의 일반적인 장점은 다음과 같다(이장호, 김정희, 1993). 첫째 동료들 간에 서로의 관심사나 감정들을 터놓고 이야기할 수 있기 때문에 쉽사리 소속감과 동료의식을 발전시킬 수 있다. 둘째 집단 내에서 자신의 행동에 대하여 다른 참여자들로부터 여러 각도의 평가와 조언을 들을 수 있으며, 구성원들에게 다양한 성격의 소유자들과 접할 수 있는 기회를 부여하기 때문에 개인상담에서는 불가능한 여러 가지 학습경험을 풍부히 할 수 있다는 것이다(최예리, 1998).

대학생을 대상으로 한 에니어그램 프로그램은 대학생의 자아혼란을 스스로 극복하고 삶을 긍정적으로 바라볼 수 있도록 도움을 주며 특히 자아정체감 및 대인관계증진에 효과적인 도구임을 입증하고 있다.

또한 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램에서는 집단의 장점과 함께 에니어그램을 알 수 있을 때 유용성도 얻을 수 있게 된다. 전명순(2012)의 청소년 대인관계역량 프로그램 개발과 효과성연구에서 사용한 프로그램과 특히 한국에 니어그램연구소와 국제테카그램협회에서 이수한 교육과정을 대학생의 특성에 적합하다고 생각되는 프로그램을 선별하여 개인 활동과 그룹 활동의 내용을 연구자가 수정·보안하고 지도교수의 자문을 받아 활용하였다.

1회기는 에니어그램 대인관계 프로그램에 대한 안내 및 소개, 에니어그램 유형검사와 대인관계 설문조사, 소중한자기 소개하기, 서약서에 서명하기 등 에니어그램 대인관계 집단상담 프로그램에 구성에 대한 설명을 하였다.

2회기는 힘 중심의 특성을 이해하고 자신의 힘 중심을 찾아 경험할 수 있음을 목표로 잡았다. 힘의 중심을 알게 되면 자연스럽게 자기이해가 생기고 타인의 이해가 생겨 대인과의 관계에서 소통할 수 있는 길이 열리기 때문이다.

3회기는 9가지 성격유형을 이해하고 자신의 성격유형을 찾는다. 또한 도형을 이용하여 자신과 타인관계에서 틀린 것이 아닌 다르다는 점을 이해할 수 있다.

4회기는 9가지 유형별 날개의 성향을 설명하고 자신의 잠재력과 자신이 쓰고 있는 날개성향을 살펴봄으로서 자신이 성장할 수 있는 가능성을 탐색한다. 또한 내가 활동하는 영역을 적어봄으로서 자신과 타인의 관계 활동 및 상태를 확인할 수 있다.

5회기는 질문을 통해 생각하지 않는 것에 대해 다시 생각하고 느끼면서 자신의 패턴들을 돌아보며 자신의 성격과 친구들의 성격을 이해하고 서로 신뢰하고 칭찬하는 것이 대인관계에서 중요한 요소임을 알 수 있다.

6회기는 평소 자신의 대화가 상대방에게 어떻게 느끼고 방해하는지를 경험하면서 서로에 대한 관심을 기울이고 경청함으로써 보다 나은 대인관계를 키울 수 있도록 목표로 하였다.

7회기에서는 대나무와 소리를 이용하여 자신의 힘 중심에 따라 어떻게 쓰고 있는지, 타인과의 관계에서 어떻게 대처하는지 바라보고, 자신의 목소리를 소리 내어 봄으로서 고착된 자신의 몸과 마음을 알 수 있도록 목표로 하였다.

8회기는 프로그램을 통해 자신의 생각과 느낌, 행동을 집단원들과 함께 나누는 시간을 가졌으며 프로그램이후에도 대인관계형성을 위한 방법을 찾아 구체적인 행동계획을 세울 수 있도록 목표로 하였다.

본 연구자는 대인관계의 하위영역인 만족감, 의사소통, 친근감, 민감성, 개방성, 이해성을 바탕으로 대학생의 대인관계향상을 위한 프로그램을 진행하고자 한다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구 대상은 제주특별자치도에 소재한 A대학교 대학생으로 참가희망자 학생들을 무선표집 하였다. 연구의 목적을 밝힌 후 동의서를 받아 대인관계 사전검사를 실시한 후 참가희망자 16명 중에서 실험집단과 통제집단에 각각 8명씩 배치하였다.

1) 실험설계

본 연구의 실험설계는 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램의 효과 검증을 위해 프로그램 무처치 통제집단, 프로그램을 실시한 실험집단의 사전·사후 모형을 사용한다. 단 통제집단은 추후에 프로그램을 실시한다. 설계 모형은 그림 2와 같다.

실험집단	O ₁	X	O ₂
통제집단	O ₃		O ₄

O₁ O₂ : 사전검사(대인관계검사지)

X : 실험처치(에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램)

O₃ O₄ : 사후검사(대인관계검사지)

그림 Ⅲ-1. 실험설계

2. 측정도구

1) 대인관계

본 연구에서는 Schlein과 Guerney(1977)의 대인관계 척도를 이형득과 문선모(1980)가 수정하여 타당화 한 척도를 사용하였다.

이 척도는 흐뭇하게 여기는 만족감(4문항), 동료들에 대해 예민하게 반응하는 성질인 민감성(2문항), 서로의 생각이나 느낌을 전달하고 받아들이는 능력인 의사소통(4문항), 자신의 내면 및 행동을 동료들에게 솔직하게 드러낼 수 있는 개방성(5문항), 동료를 믿는 심리적 경향을 말하는 신뢰감(3문항), 동료들과의 친밀감을 나타내는 친근감(3문항), 타인과의 관계를 이성적으로 판단하는 이해성(4문항)의 7개 하위요소로 총 25개 문항으로 구성 되어 있다. Likert 5점 척도이며, 채점하는 방식은 각 문항을 체크한 번호가 점수가 되고, 이 점수를 합치면 125점 만점이 되며, 점수가 높을수록 바람직한 대인관계를 의미한다.

Schlein과 Guerney(1977)가 구한 신뢰도는 *Cronvach's a*=.86이었고 전석균(1994)이 남녀 대학생 135명을 대상으로 조사한 신뢰도는 *Cronvach's a*=.88이었다. 본 연구에서의 신뢰도는 *Cronvach's a*=.81이었다.

표 III-1. 대인관계의 구성

하위척도	해당 문항 번호	문항 수	<i>Cronvach's a</i>
만족감	1, 2, 3, 4	4	.777
의사소통	9, 14, 18, 19	4	.801
신뢰감	15, 23, 24	3	.841
친근감	5, 11, 16	3	.841
민감성	6, 10	2	.820
개방성	12, 17, 20,21,22	5	.792
이해성	7, 8, 13, 25	4	.807
전체		25	.811

3. 자료수집 및 절차

본 연구의 진행은 대상선정, 사전검사, 실험·통제집단의 구성, 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램의 적용, 사후검사를 진행하였다. 통제집단은 추후에 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램을 실시한다. 연구를 위한 구체적인 진행 절차는 다음과 같다.

표 III-2. 연구의 진행 절차

실험단계	내용	일정	대상집단
대상선정	제주특별자치도 제주시 소재 A대학교 대학생 16명	2013. 10. 4~ 2013. 10. 19	
사전검사 및 집단구성	에니어그램, 대인관계 실험집단 8명, 통제집단 8명 구성	2013. 10. 21~ 2013. 10. 25	실험집단 통제집단
실험처치	에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램	2013. 10. 26~ 2013. 11. 16	실험집단
사후검사	대인관계	2013. 11. 16	실험집단 통제집단
통제집단 추후처치	에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램	2014. 1. 4~ 2014. 1. 25	통제집단

1) 연구대상 선정(2013년 10월 4일 ~ 10월 19일)

본 연구를 위해 제주특별자치도 제주시 소재한 A대학교의 대학생으로 주말에 진행 될 프로그램에 참여할 참가자 16명을 선정하였다.

2) 사전검사 및 집단구성(2013년 10월 21일 ~ 2013년 10월 25일)

프로그램 실시 전, 실험집단과 통제집단 참가자를 대상으로 대인관계 검사를 실시하였으며, 8명은 실험집단으로 8명을 통제집단으로 배치하였다.

3) 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램 실시(2013년 10월 26일 ~ 2013년 11월 16일)

실험집단을 대상으로 주 1회 2회기씩 8회기의 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램을 본 연구자가 직접 실시하였다. 매 회기당 소요시간은 90분 정도였으며 일부회기는 시간이 초과되기도 하였다. 프로그램 실시는 매주 토요일 오전 10시부터 1시까지 마지막 회기는 오후 1시 50분까지 교육대학원 강의실에서 실시하였다. 실험집단을 대상으로 프로그램이 진행되는 동안 통제집단에는 아무런 처치를 가하지 않았다. 프로그램 내용에 따라 개인별 활동형태, 모둠별 활동형태, 다양한 활동형태를 취하였다. 매 회기마다 참가자들은 활동지나 소감문을 작성하였으며, 사전 동의를 얻어 주요활동 및 참여모습 등을 관찰하면서 꾸준히 기록하였다.

4) 사후검사 실시(2013년 11월 16일)

프로그램이 끝나고 사전검사에 사용했던 동일한 검사 도구를 이용하여 실험집단과 통제집단 모두를 대상으로 사후검사를 실시하였다.

5) 통제집단 실시(2014년 1월 4일 ~ 1월 25일)

실험집단과 통제집단의 차이를 두지 않기 위해 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램을 주 1회 2회기씩 8회기를 실시하려고 하였으나 겨울방학으로 인한 아르바이트나 개인적인 사정으로 인해 대학생들의 참여가 저조하여 실시하지 못하였다.

6) 분석 및 논문 작성(2014년 2월 ~ 5월)

통계처리, 양적, 질적 분석, 논문작성

7) 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램

표 III-3. 대인관계 집단상담 프로그램 구성내용

단계	회기	프로그램명	대인관계 구성요소	회기별 활동 목표	주요 활동 내용
도입 단계	1	마음열기	친근감	에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램의 목적을 이해하고 마음을 연다.	활동1. 대인관계 사전 설문지 실시 활동2. 에니어그램 성격유형 검사지 실시 활동3. 프로그램 소개 (목적 및 일정) 활동1. 서약서에 서명하기 활동2. 자기 소개하기
	2	나를 찾아서 I	이해성	에니어그램 힘의 중심 특성을 이해하고 자신 힘의 중심을 탐색한다.	활동1. 에니어그램 소개 활동2. 에니어그램 힘의 중심에 대한 설명 활동3. 힘의 중심별 그룹작업
이해 단계	3	나를 찾아서 II	이해성	에니어그램 9가지 성격유형을 알 수 있으며 자신의 성격유형을 탐색한다.	활동1. 서로의 단점 장점으로 바꾸기 활동2. 최근 자신에게 일어난 일 이야기하기
	4	나를 찾아서 III	이해성 개방성	유형별로 통합과 분열방향에 대해 설명하고 성장을 위한 조언을 한다.	활동1. 통합의 방향 설명 활동2. 분열의 방향 설명 활동3. 유형별 성장을 위한 조언
	5	좋은 친구 되기	신뢰감, 만족감, 친근감, 이해성, 의사소통	일상생활에 나타나는 자신의 성격과 친구들의 성격을 이해하고 서로 신뢰하고 칭찬하는 것이 대인관계에서 중요한 요소임을 안다.	활동1. 9가지 유형과 날개 설명 활동2. 당신은 누구십니까? 라는 자기 탐색 활동3. '네 개의 장면' 이야기 꾸미기
	6	마음 주고 받기	신뢰감, 친근감, 민감성, 의사소통	상대방에 대한 관심을 기울이고 경청함으로써 보다 나은 대인관계를 키운다.	활동1. 의사소통 2가지 경험을 한다. 활동2. 만약 '나'라면 (감정표현하기)
	7	몸으로 표현하기	신뢰감, 친근감, 민감성, 의사소통	자신이 평소에 타인과의 관계를 어떻게 대처하는지 알 수 있다.	활동1. 대나무를 이용한 중심을 잡기 활동2. 소리 내어 웃어보기
종결 단계	8	멋진 우리	신뢰감, 친근감, 민감성, 만족감	관계형성을 위한 방법 찾아 구체적인 행동 계획을 세울 수 있다.	활동1. 칭찬 폴링 페이지 활동2. 대인관계 검사지 및 전체소감문

4. 자료 분석방법

본 연구는 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 대인관계에 미치는 효과를 알아보고자 하였다. 결과분석을 위하여 실험집단과 비교집단의 사전·사후 검사 자료를 수집하여 Window SPSS 18.0을 이용하여 t -검증을 하였다.

IV. 연구결과 및 해석

본 연구의 목적은 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 대학생의 대인관계에 미치는 효과를 검증하는 데 있다. 프로그램의 효과를 분석하기 위해 본 장에서는 실험집단과 통제집단의 사전·사후 검사 자료를 수집하여 Window SPSS 18.0을 이용하여 t -검증을 하였다.

1. 대인관계에 대한 동질성 검증

에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램을 실시하기 전에 실험집단과 통제집단에 있어서 대인관계동질성 여부를 검증하기 위하여 독립표본 t -검증을 실시하였다. 그 결과는 표 VI-1과 같다.

표 VI-1. 실험-통제집단의 대인관계 동질성 검증 (n=8)

하위요인	실험집단		통제집단		t	p
	평균	표준편차	평균	표준편차		
만족감	3.22	.49	3.38	.56	-.59	.56
의사소통	3.13	.44	3.09	.64	.11	.91
신뢰감	3.13	.35	3.33	.64	-.80	.43
친근감	3.29	.57	3.58	.52	-1.05	.30
민감성	3.56	.77	3.38	.69	.50	.61
개방성	3.15	.46	3.15	.62	.00	1.00
이해성	3.31	.65	3.78	.57	-1.52	.14
대인관계(전체)	3.23	.37	3.37	.46	-.66	.51

표 IV-1와 같이 전체 대인관계($t=-.66, p=.51$)와 그 하위영역에 있어 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 하위영역별로 살펴보면 만족감($t=-.59, p=.56$), 의사소통($t=.11, p=.91$), 신뢰감($t=-.80, p=.43$), 친근감($t=-1.05, p=.30$), 민감성($t=.50, p=.61$), 개방성

($t=.00$, $p=1.00$), 이해성($t=-1.52$, $p=.14$) 점수 모두에서 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의미한 차이가 발견되지 않았다. 즉, 각 경우 모두 $p>.05$ 로 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램 실시 이전의 실험집단과 통제집단은 대인관계 하위요인에 있어서 동질집단으로 볼 수 있다.

2. 가설검증

대인관계 하위요인별로 프로그램 효과를 검증하기 위한 통계적 방법으로 t -검정을 사용하였으며, 유의수준은 $p<.05$ 로 설정하였다.

1) 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 대학생의 대인관계에 대한 가설 검증

【가 설 1】 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램에 참여한 실험집단은 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램에 참여하지 않은 통제 집단보다 대인관계가 높을 것이다.

표 IV-2와 그림 IV-1을 통해 확인 할 수 있듯이 실험집단과 통제집단의 대인관계 척도 점수를 사전·사후 비교한 결과, 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램 실시 이후 실험집단의 대인관계척도 점수의 평균값들이 전반적으로 향상되었다. 통제집단의 경우는 평균값이 오히려 하락된 것으로 나타나고 있다($t=2.85$, $p=.01$).

표 VI-2. 대인관계(전체)의 집단별 기술통계 결과 (n=8)

검사 집단	사전검사		사후검사		사후-사전	t	p
	M	SD	M	SD	M		
실험집단	3.23	.37	3.89	.27	.66	2.85*	.01
통제집단	3.37	.46	3.35	.45	-.02	-.69	.51

* $p<.05$

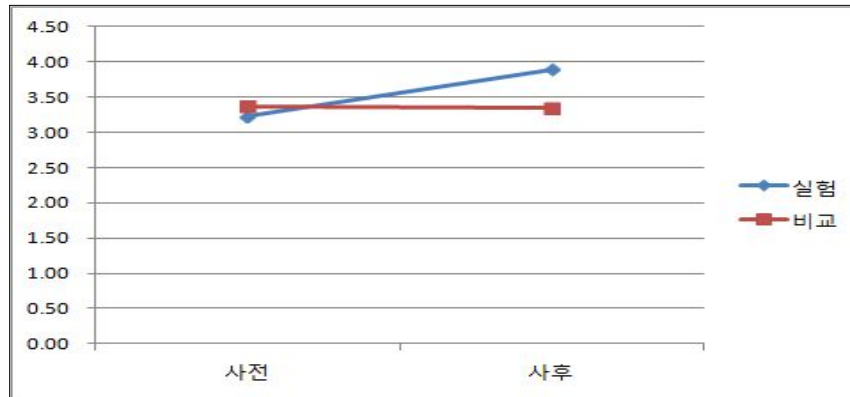


그림 IV-1. 대인관계(전체) 평균비교

2) 대인관계의 하위영역에 대한 가설 검증

【가 설 2】 에니어그램을 활용한 프로그램에 참여한 실험집단은 에니어그램을 활용한 프로그램에 참여하지 않은 통제집단보다 대인관계 하위영역인 만족감, 의사소통, 친근감, 신뢰감, 민감성, 개방성, 이해성이 높을 것이다.

실험집단과 통제집단의 대인관계 점수의 변화를 좀 더 구체적으로 살펴보기 위해 대인관계의 하위요인별로 분석해 본 결과 프로그램 참여 이후의 실험집단과 통제집단의 하위영역별 평균값들의 변화 패턴 역시 전반적으로 다양한 양상을 보였다. 아래 표 및 그림에서와 같이 확인되듯이 실험집단과 통제집단의 하위영역별 사전검사 평균은 비슷하게 나왔으나 사후검사에서는 실험집단 평균점수가 통제집단에 비해 유의하게 향상 된 것으로 나타났다.

프로그램의 참여를 하면서 자신의 이해를 높이고 타인을 이해할 수 있는 안목이 생겨 대인관계의 하위영역에서 향상 된 것으로 사료된다.

(1) 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 만족감에 미치는 영향

표 VI-3. 만족감에 대한 집단별 사전·사후 검사 점수 분석 (n=8)

검사 집단	사전검사		사후검사		사후-사전	t	p
	M	SD	M	SD	M		
실험집단	3.22	.49	3.75	.54	.53	1.13	.27
통제집단	3.38	.57	3.44	.56	.06	-.59	.56

표 VI-3에서 보는 바와 같이 대인관계의 하위영역인 만족감에 대해서 사전의 경우에는 실험집단(M=3.22, SD=.49)과 통제집단(M=3.38, SD=.57)이 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다($t=-.59, p>.05$). 따라서 사전 동질성이 확보되었다. 또한 사후 점수 결과 실험집단(M=3.75, SD=.54)과 통제집단(M=3.44, SD=.56)은 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($t=1.13, p>.05$). 따라서 프로그램이 만족도에 유의한 영향을 미치지 않음을 알 수 있다.

(2) 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 의사소통에 미치는 영향

표 VI-4. 의사소통에 대한 집단별 사전·사후 검사 점수 분석 (n=8)

검사 집단	사전검사		사후검사		사후-사전	t	p
	M	SD	M	SD	M		
실험집단	3.13	.44	3.94	.29	.81	3.14**	.00
통제집단	3.09	.64	3.16	.64	.07	.11	.91

** $p<.01$

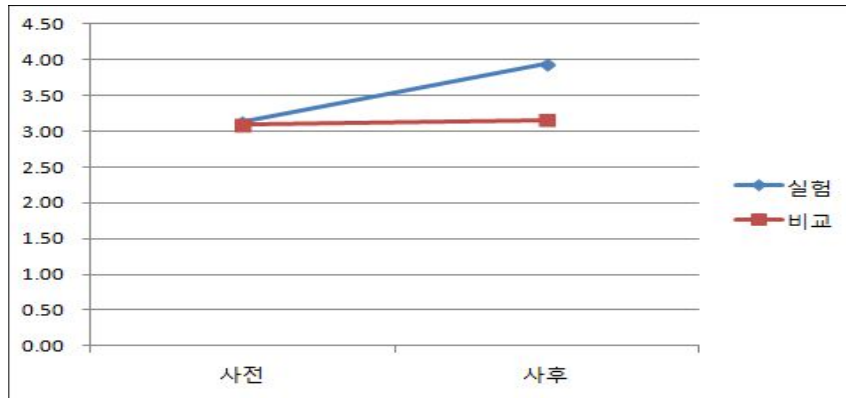


그림 IV-2. 의사소통에 대한 사전·사후 검사 결과 비교

표 VI-4에서 보는 바와 같이 대인관계의 하위영역인 의사소통에 대해서 사전의 경우에는 실험집단(M=3.13, SD=.44)과 통제집단(M=3.09, SD=.64)이 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다($t=1.11, p>.05$). 따라서 사전 동질성이 확보되었다. 이에 반해 사후 점수 결과 실험집단(M=3.94, SD=.29)과 통제집단(M=3.16, SD=.64)은 통계적으로 유의한 차이가 나타났다($t=3.14, p<.01$). 이러한 결과는 프로그램을 실시한 실험집단이 통제집단에 비해 의사소통이 유의미하게 향상된 것을 의미한다. 즉, 프로그램이 의사소통에 긍정적인 영향을 미친다고 볼 수 있다.

(3) 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 신뢰감에 미치는 영향

표 VI-5. 신뢰감에 대한 집단별 사전·사후 검사 점수 분석 (n=8)

검사 집단	사전검사		사후검사		사후-사전	t	p
	M	SD	M	SD	M		
실험집단	3.13	.35	3.54	.53	.41	1.18	.25
통제집단	3.33	.64	3.21	.58	-.12	-.80	.43

표 VI-5에서 보는 바와 같이 대인관계의 하위영역인 신뢰감에 대해서 사전의 경우에는 실험집단(M=3.13, SD=.35)과 통제집단(M=3.33, SD=.64)이 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다($t=-.80, p>.05$). 따라서 사전 동질성이 확보되었다. 또한

사후 점수 결과 실험집단(M=3.54, SD=.53)과 통제집단(M=3.21, SD=.59)은 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($t=1.18, p>.05$). 따라서 프로그램의 신뢰감에 유의한 영향을 미치지 않음을 알 수 있다.

(4) 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 친근감에 미치는 영향

표 VI-6. 친근감에 대한 집단별 사전·사후 검사 점수 분석 (n=8)

검사 집단	사전검사		사후검사		사후-사전 M	t	p
	M	SD	M	SD			
실험집단	3.29	.58	3.96	.52	.67	1.69	.11
통제집단	3.58	.53	3.50	.56	-.08	-1.05	.30

표 VI-6에서 보는 바와 같이 대인관계의 하위영역인 친근감에 대해서 사전의 경우에는 실험집단(M=3.29, SD=.58)과 통제집단(M=3.58, SD=.53)이 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다($t=-1.05, p>.05$). 따라서 사전 동질성이 확보되었다. 또한 사후 점수 결과 실험집단(M=3.96, SD=.52)과 통제집단(M=3.50, SD=.56)은 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($t=1.69, p>.05$). 따라서 프로그램이 친근감에 유의한 영향을 미치지 않음을 알 수 있다.

(5) 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 민감성에 미치는 영향

표 VI-7. 민감성에 대한 집단별 사전·사후 검사 점수 분석 (n=8)

검사 집단	사전검사		사후검사		사후-사전 M	t	p
	M	SD	M	SD			
실험집단	3.56	.78	4.19	.65	.63	2.94*	.01
통제집단	3.38	.69	3.19	.70	-.19	.50	.61

* $p<.05$

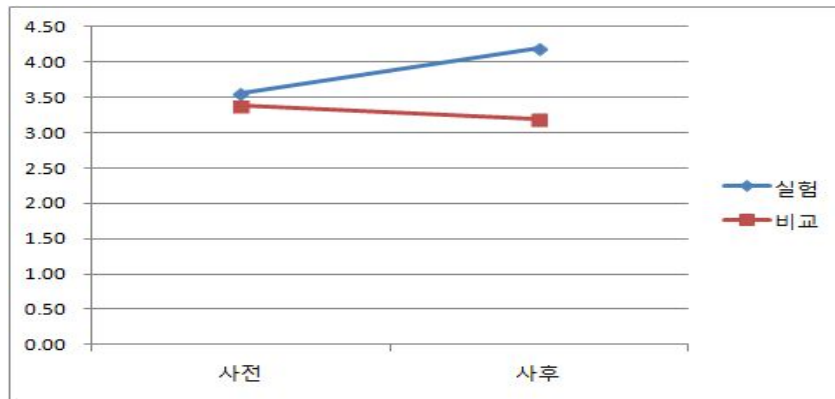


그림 IV-3. 민감성에 대한 사전·사후 검사 결과 비교

표 VI-7에서 보는 바와 같이 대인관계의 하위영역인 민감성에 대해서 사전의 경우에는 실험집단(M=3.56, SD=.78)과 통제집단(M=3.38, SD=.69)이 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다($t=.50, p>.05$). 따라서 사전 동질성이 확보되었다. 이에 반해 사후 점수 결과 실험집단(M=4.19, SD=.65)과 통제집단(M=3.19, SD=.70)은 통계적으로 유의한 차이가 나타났다($t=2.94, p<.05$). 이러한 결과는 프로그램을 실시한 실험집단이 비교집단에 비해 민감성이 유의미하게 향상된 것을 의미한다. 즉, 프로그램이 민감성에 긍정적인 영향을 미친다고 볼 수 있다.

(6) 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 개방성에 미치는 영향

표 VI-8. 개방성에 대한 집단별 사전·사후 검사 점수 분석 (n=8)

검사 집단	사전검사		사후검사		사후-사전 M	t	p
	M	SD	M	SD			
실험집단	3.15	.46	3.88	.53	.73	2.40*	.03
통제집단	3.15	.62	3.17	.63	-.02	.00	1.00

* $p<.05$

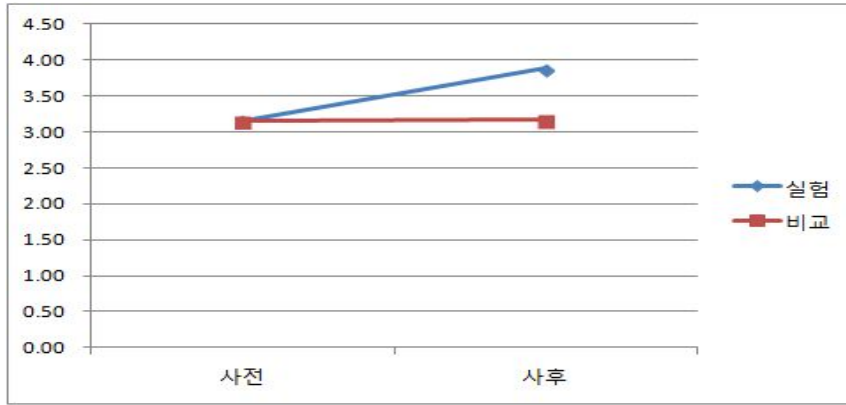


그림 IV-4. 개방성에 대한 사전·사후 검사 결과 비교

표 VI-8에서 보는 바와 같이 대인관계의 하위영역인 개방성에 대해서 사전의 경우에는 실험집단(M=3.15, SD=.46)과 통제집단(M=3.15, SD=.62)이 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다($t=.00, p>.05$). 따라서 사전 동질성이 확보되었다. 이에 반해 사후 점수 결과 실험집단(M=3.88, SD=.53)과 통제집단(M=3.17, SD=.63)는 통계적으로 유의한 차이가 나타났다($t=2.40, p<.05$). 이러한 결과는 프로그램을 실시한 실험집단이 비교집단에 비해 개방성이 유의미하게 향상된 것을 의미한다. 즉, 프로그램이 개방성에 긍정적인 영향을 미친다고 볼 수 있다.

(7) 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 이해성에 미치는 영향

표 VI-9. 이해성에 대한 집단별 사전·사후 검사 점수 분석 (n=8)

검사 집단	사전검사		사후검사		사후-사전 M	t	p
	M	SD	M	SD			
실험집단	3.31	.65	4.03	.41	.72	1.25	.23
통제집단	3.78	.57	3.72	.57	-.06	-1.52	.14

표 VI-9에서 보는 바와 같이 대인관계의 하위영역인 이해성에 대해서 사전의 경우에는 실험집단(M=3.31, SD=.65)과 통제집단(M=3.78, SD=.57)이 통계적으로

로 유의한 차이를 보이지 않았다($t=-1.52, p>.05$). 따라서 사전 동질성이 확보되었다. 또한 사후 점수 결과 실험집단($M=4.03, SD=.41$)과 통제집단($M=3.72, SD=.57$)은 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($t=1.25, p>.05$). 따라서 프로그램이 이해성에 유의한 영향을 미치지 않음을 알 수 있다.

3. 질적분석

에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 대학생의 대인관계에 미치는 효과는 이미 가설검증에서 확인되었다. 그러나 가설검증에서는 에니어그램을 활용한 프로그램의 효과가 미흡하게 나온 대인관계 하위영역들을 분석함으로써 본 연구의 결과에 질적인 자료를 보충하였다.

에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램을 회기소감문과 전체소감문을 근거로 대상자의 반응내용을 분석하였고 대인관계 하위영역(만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 민감성, 개방성, 이해성)에서 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램을 통해 무엇을 얻었으며 어떻게 적용 할 것인지 소감문을 쓰게 하였다.

양적결과를 제외한 나머지 하위영역에서 이해성이 가장 많은 반응이 있었고 민감성, 만족감, 신뢰감, 친근감도 매우 효과적임을 알 수 있다. 집단원들은 에니어그램을 통해 자기성찰과 자기이해, 타이이해를 바탕으로 내적성장을 발견하는 계기가 되었으며, 자기변화를 바탕으로 자신과 타인을 알고자 노력하는 모습을 보였다.

에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램을 통해 나타난 집단원들의 반응은 표 VI-10과 같다.

표 VI-10. 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램을 통해 나타난 반응

변인	하위영역	주요 반응
대인관계	만족감	<p>☆처음 알게 된 사람들과 이야기를 나누고 관계를 맺을 수 있어 좋았다.</p> <p>☆프로그램에 대한 기대에 부응해서 만족스럽다.</p> <p>☆흥미, 관심이 많아졌고, 어떠한 활동과 교육이 이루어질지 기대가 된다.</p> <p>☆다름을 느끼고 틀린 것이 아니라 차이가 있고, 다른 것임을 알고 느끼게 되어 기쁘고, 이번 회기를 통해 조금 더 성숙해진 나의 모습을 볼 수 있어서 기뻐다.</p> <p>☆에니어그램을 통해서 나의 성향을 알고 내면을 성찰 하면서 마음의 문도 열리고, 무언가 믿음이 생겨 어떤 일이든 도전 할 수 있는 용기도 생기고 내 자신도 긍정적으로 많이 바뀐 것 같아서 유익하다.</p>
대인관계	의사소통	<p>☆나의 눈으로 다른 사람을 봤었기 때문에 이렇게 다양한 유형의 성격과 특징이 있다는 것을 잘 몰랐었다. 그런데 알면 알수록 사람들의 유형은 정말 다양하고 많이 다르구나라는 생각을 하게 된다. 나에 대한 이해뿐만 아니라 타인을 보는 눈도 많이 길러지는 것 같다.</p> <p>☆내 유형과 나의 평상시 모습을 비교해 볼 수 있었고 그것을 통해 다른 사람들과 소통의 원인을 바라보게 되었다.</p> <p>☆속에 있는 것을 잘 표현을 못하기 때문에 쑥스럽고 어려움이 많았는데 조금이나마 표현할 수 있어 좋은 기회가 되었다.</p> <p>☆함께 서로에 대해 이야기하고 표현하고 상대방의 것을 수용해주는 모습이 너무 좋았다.</p> <p>☆내가 남을 대하는 상황에는 잘 대처하지만 나 자신을 놓고 나를 배려하는 데는 어려움이 많다는 생각이 들었다.</p>
대인관계	신뢰감	<p>☆나에 대해서 객관적으로 보게 되고, 공감하게 되는 부분이 많아서 더 흥미롭고 신뢰가 된다.</p> <p>☆나와 비슷한 사람이 있다는게 신기하고 동질감을 느껴서 인지 안정된 느낌도 들었다. 스스로의 느낌을 안다는 것이 굉장히 어렵게 느껴졌으며 내 자신에게 많은 관심을 기울여야겠다는 생각을 하게 되었다.</p> <p>☆시간이 짧은 것 같아서 너무 아쉽고 슬프다. 더욱 알아갈수록 재미있고, 흥미롭다.</p>

대인관계	친근감	<p>☆즐겁고 유쾌했다. 지도하시는 선생님과 집단원들이 너무 잘해주셔서 감사하고 유익한 시간이었다.</p> <p>☆시간이 갈수록 나와 맞는 부분들이 많이 보여 관심이 높아 졌으며 흥미로웠다.</p> <p>☆여러 활동을 하면서 내 자신의 느낌과 감각에 집중하려 노력을 했다. 경청하기의 경우, 상대방이 내 말을 들어주지 않을 때 굉장히 당황스럽고 속상했으며 경청을 해줄 때에는 많은 이야기를 자신 있게 할 있었던 것 같다. 그리고 후회하는 것이 하지 않고 후회하는 것보다 낫다는 예전의 결심을 다시 떠올리게 하는 계기가 되어서 기뻐다.</p>
대인관계	민감성	<p>☆나에 대해서 더 깊게 알게 된 만큼 혼란스러운 면도 많이 있어 조금 힘들기도 하다.</p> <p>☆나 자신을 표출을 잘 하지 못한다는 것과 내가 남의 눈을 많이 신경 쓰고 있음을 알았다.</p> <p>☆내 자신이 어떤 특성을 가지고 있는지 직시할 수 있었다. 또한 나뿐만 아니라 다른 사람의 유형을 짐작해봄으로써 상대방을 이해할 수 있는 계기가 된 것 같다. 무엇보다 가장 뜻 깊은 것은 내가 그동안 주위사람들의 시선을 너무 의식하며 살아온 것을 깨달은 것이다. 남의 눈을 두려워해서 내면의 목소리를 외면했던 것을 발견할 수 있었다.</p> <p>☆프로그램을 하면서 요즘 내가 인간에 대해 가졌던 생각이 또렷해 졌다. 사람은 누구나 다르다는 것 상식적인 면에서는 비슷할지 몰라도 생김새와 같이 누구나 다르다는 것을 깨달았다. 그래서 내가 그들을 더 이해하고 내가 무조건적으로 이해받기를 원해서는 안 된다는 것을 깨달았다.</p>
대인관계	개방성	<p>☆이론이 아닌 실제적인 상황을 각 유형의 사람을 통해 이해하고 배울 수 있어서 좋았다. 배에서 우러나오는 웃음이 필요하구나, 그 웃음 의지적으로 해야 할 필요하다고 생각했다.</p> <p>☆웃는 시간에 내가 이런 것을 잘 못한다는 건 알고 있었지만 이정도 인줄은 몰랐다. 내 차례 전에 하는 친구를 보면서 나는 잘해야지, 계속 마음먹었는데 내 차례가 되니까 도저히 할 수가 없었다. 그때는 참 힘든 시간이었다. 나를 표현하는 법을 배워야겠다.</p> <p>☆나의 성향과 내면에 대해서 알 수 있었다. 내가 조금 이기적이지 않았나 생각도 들고 더 적극적으로 해야겠다는 생각을 했다.</p> <p>☆프로그램을 통하여 경험 해본 것은 처음이었다. 새로웠고, 나를 표현할 수 있는 시간을 가질 수 있어서 참 좋았다.</p>

		<p>☆자신에 대해 깊숙이 들어갈 수 있었고 내가 회피하던 문제들을 맞닥뜨려 볼 수 있었다는 것에 의미가 매우 큰 것 같다. 나에게 잘 다가가고 친근하게 대하기는 하지만 나 자신을 개방적으로 보여준 적이 거의 없었다. 남과 잘 지내고 그 관계가 끈끈해지려면 '나'에 대한 것도 열고 얘기해야 하는데 이제까지는 그러지 못한 것 같다.</p>
<p>대인관계</p>	<p>이해성</p>	<p>☆먼저 나를 아는게 중요하다고 생각했고 다른 사람의 성향을 구체적으로 알게 되어 이해하기 쉬워진 것 같다.</p> <p>☆나의 성격, 다양한 사람들을 이해 할 수 있는데 큰 도움이 될 것 같다.</p> <p>☆친구가 이해를 해주었으면 하는 약간의 이기적인 생각이 있었으나 나를 구체적으로 보고 생각함에 따라 주변 사람들의 감정, 기분들을 세부적으로 생각해볼 수 있고 내 스스로 반성할 수 있어서 가슴속에 몽클하고 미안하다는 느낌을 받았다.</p> <p>☆우울하기도, 슬프기도, 기쁘기도 했다. 내 상처에 대해 떠올라서 우울하기도 슬프기도 했지만 나에게 대해서 더 파악하고 앞으로 어떻게 해야겠다고 생각이 들어서 기쁜 시간이기도 했다.</p> <p>☆나의 깊은 속을 보고 다른 사람들의 무의식도 보면서 다른 사람들에 대해 더 이해를 할 수 있었고 좀 더 성숙해지는 것 같다.</p> <p>☆나에 대해 오로지 생각할 수 있는 시간이 거의 없었는데 내가 하는 소리에 귀 기울일 수 있어서 뜻 깊었다. 사람이 사람을 이해하고 관계를 맺는 것만큼 경이롭고 소중한게 없다는 생각이 든다.</p> <p>☆예전에는 나에게 대해서 잘 안다고 생각했는데 알수록 나에게 대해서 모르겠고 나의 성향은 크게 두드러지지 않는 것 같았다. 그래서 이 계기를 통해 나를 더 드러내고 약점을 장점으로 개발 할 수 있는 방향성을 제시해 주어서 감사한 시간이 되었다. 다른 사람을 더 이해하고 배려하는 그리고 내가 속해있는 공동체가 하나가 될 수 있게 하는 좋은 도구로 쓰일 것 같다. 하지만 이 도구를 이용해서 다른 사람을 비난하거나 '이렇게 해!'라고 지배하는 도구가 되지 않게 조심해야겠다.</p>

V. 논의 및 결론

1. 논의

연구결과 에니어그램을 활용한 대인관계 프로그램을 대학생이 경험한 실험집단과 통제집단간의 대인관계의 하위영역에 있어서 유의미한 효과가 나타났다.

본 연구에서 분석한 주요결과를 바탕으로 선행연구와 관련지어 다음과 같이 논의 하고자 한다. 연구가설과 결과에 비추어 논의해 보면 다음과 같다.

첫째, 에니어그램을 활용한 대인관계 프로그램에 참여한 실험집단은 참여하지 않은 통제집단에 비해 프로그램 처치 후 대인관계가 향상 될 것이라는[가설1-1]은 지지되었다. 구체적으로 살펴보면 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램에 대한 대인관계의 효과성에서 사후 실험집단은 대인관계 점수가 증가를 나타내고 통제집단에서는 차이가 없었으나 통계적으로 유의하지는 않았다. 이것은 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램을 실시하기 전에 실시한 사전검사에서 대인관계 점수가 통제집단에 비해 실험집단이 낮기 때문으로 보인다. 실험집단간의 사전 사후비교에서 대인관계가 유의한 증가를 보여 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램이 대인관계향상에 효과적임을 알 수 있었다. 본 연구 결과를 에니어그램을 적용한 선행연구를 보면 일반인과 고등학생 대상으로 에니어그램 프로그램을 실시하여 대인관계에 유의미한 효과가 나타난 양준석(2005), 조성란(2005), 이종규(2006), 김원경(2013)의 연구결과와도 일치한다.

대인관계는 타인과의 관계 속에 있는 자기를 이해하고, 수용하며, 개방하는 것 뿐만 아니라 관계를 맺는 타인을 이해하고, 수용하며, 개방하여 성숙한 대인관계를 가질 수가 있다. 이런 점에서 자기통찰로 이루어진 에니어그램은 대인관계를 긍정적이고 조화로운 관계증진에 효과적임을 알 수 있다.

이런 결과는 에니어그램을 활용한 집단상담 프로그램을 통해 자기통찰과 성격 유형을 찾았고, 긍정적인 대인관계경험과 자신과 타인의 부정적 행동의 무의식적 동기들을 알게 되면서 자신과 타인을 이해하게 됨으로써 타인존중과 자신의 집

착을 극복하기 시작한 계기가 되었다고 할 수 있다. 그러나 에니어그램은 오랜 역사를 가지고 있는 깊은 학문으로 그 깊이를 소화해 내기 위해서는 오랜 교육 시간이 필요하다고 본다.

둘째, 에니어그램 프로그램에 참여한 실험집단은 대인관계 하위영역인 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 민감성, 개방성, 이해성이 참여하지 않은 통제집단에 비해 프로그램 처치 후 향상 될 것이라는 [가설1-2]은 지지되었다. 이는 에니어그램 프로그램을 실시하여 실험집단과 통제집단의 집단 간 전체 대인관계점수가 통계적으로 유의미한 차이가 있다고 보고한 김성남(2004), 김순자(2004), 양준석(2005), 조성란(2005), 강성덕(2005), 이상진(2006) 등 에니어그램 집단상담을 적용하여 비행청소년의 자아정체감 및 대인관계에 미치는 효과를 분석한 조미영(2009), 이미현(2009)의 연구결과와 유사하다. 자신과 타인을 이해하게 되면서, 자신의 장·단점을 파악하게 되고, 자기개방을 통해 대인관계의 조화로움을 알게 되었다. 즉, 집단상담 프로그램을 통해 같은 성격유형들과 만나게 되면서 부정적인 자신의 모습이 일반적이고 그것으로 인해 힘들어했던 자신을 격려하며, 타인들을 대할 때 자신감이 생기는 변화가 있었다. 집단원들은 대인관계에서 오는 갈등상황들을 에니어그램이라는 도구를 갖고 적극적인 자기개방과 타인이해를 바탕으로 집단간의 긍정적인 탐색이 이루어졌으며 자신의 감정을 적극적으로 표현함으로써 서로간의 관계회복을 마련하여 가치관의 확립에 도움을 주었다.

이러한 측면에서 대학생의 대인관계향상을 위해 에니어그램을 활용한 것이 효과적이었으며 대학생들에게 있어 삶의 질을 향상하기 위해 대인관계가 무엇보다 긍정적인 효과를 가져왔음을 알 수 있다.

2. 결론

이상의 연구결과와 논의를 바탕으로 얻어진 결론은 다음과 같다.

첫째, 에니어그램을 활용한 대인관계 프로그램은 대학생들의 대인관계를 성장시키는데 효과가 있다. 이는 대학생들이 자신의 삶을 경험하고 체험할 수 있는 프로그램 활동을 통하여 자신을 있는 그대로 수용하며, 행동을 독립적으로 조절

함으로써 대인관계향상에 기여했기 때문이다. 자신의 성격을 이해하도록 하여 자신이 가지고 있는 긍정적인 친근감을 바탕으로 타인을 바라보는 견해와 집단원들과의 관계를 촉진시키고 원만한 관계기술을 맺는데 도움을 준 것이라고 생각한다. 한편 참여자들이 다양한 환경요인이 자신의 인생에서 도약점이라는 것을 인지하며, 자기 방어적이고 자기중심적인 태도를 내려놓고, 한 층 더 활발해진 의사표현이 대인관계에 긍정적인 영향을 주었음을 의미한다.

둘째, 에니어그램은 대인관계 프로그램의 하위영역인 의사소통, 민감성, 개방성을 향상시키는데 효과가 있다. 이는 언어적·비언어적이든 다른 사람의 감정, 생각, 의도를 서로 공유하고, 서로에게 공감적 이해를 가지면서 타인이 보내는 신호에 빠르게 대처하고 내 이야기를 솔직하게 드러낸 결과라 하겠다. 또한 집단원들이 자기성장과 관련된 대인관계에 많은 관심을 갖고 적극적인 해결을 위해 긍정적으로 사고하여 내적요인을 변화시킨 것임을 알 수 있다.

이 과정을 통하여 자신의 대인관계의 장·단점을 파악하고 개인적으로 겪는 다양한 역기능적 측면을 집단원들과의 감정적인 교류를 통하여 긍정적인 행동변화를 보였다. 도입단계에는 나와 다른 행동을 하는 사람들을 잘 이해하지 못하여 수용하는데 어려움이 있었으며, 이로 인하여 타인과의 관계를 회피하게 된 것을 이해 할 수 있었다. 이해단계에서는 스스로 느낌을 안다는 것이 어렵게 느껴졌으며, 자신에게 많은 관심을 기울여 어떤 방향으로 해결해 나가야할지 알아차리게 되었다. 종결단계에서는 대인관계에 대처하는 구체적인 방안을 모색하고 관계형성을 위한 효과적인 방법을 찾아 바람직한 행동계획을 세울 수 있었다.

지금까지 살펴본 바와 같이 에니어그램은 대학생의 대인관계에 효과적인 것으로 검증되었으며 대인관계에 있어 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 민감성, 개방성, 이해성에 도움을 주었다. 이는 에니어그램이 대학에서 대인관계를 향상시키는 것이 효과적임을 시사하는 것으로 대학현장을 비롯한 다양한 교육현장에서 활용이 가능할 것이다.

본 연구를 수행하는 과정에서 나타난 몇 가지 제한점 및 후속연구자들에게 제언하고 싶은 내용은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 A대학교 대학생 16명을 대상을 공고로 통하여 자발적으로 참여한 신청자들로 실험을 실시하였으나 일반화하기에 한계가 있다고 볼 수

있다. 따라서 프로그램 효과에 긍정적인 영향을 미칠 수 있었으며 그로 인해 연구결과를 해석하고 일반화하는데 주의가 요구된다. 후속 연구에서는 자발적, 비자발적 참여자구분 없이 그 효과를 입증할 필요가 있으며 더 나아가 정신적, 신체적, 관계적 안녕감에서 어려움을 경험하는 대학생 대상의 연구로 확장하는 것이 필요하다.

둘째, 하위영역에서 가장 향상된 것은 의사소통이다. 이런 결과에 대해 살펴보면 의사소통은 대인관계의 기본이며 의사소통만 잘 이루어지면 나머지 민감성, 개방성, 친근감, 이해성, 신뢰감, 만족감은 자연스럽게 이루어지고, 바라던 대인관계 회복이 될 수 있다는 집단원들의 전체소감문을 바탕으로 의사소통의 중요함을 일깨웠다. 이런 연유로 민감성, 개방성, 친근감, 이해성, 신뢰감, 만족감보다는 의사소통방법에 중점을 두고 프로그램을 운영한다면 대인관계에 좋은 효과를 볼 수 있으리라 제안한다.

셋째, 통제집단에 대한 에니어그램을 활용한 대인관계 프로그램을 실시하려고 하였으나 겨울방학이라 아르바이트와 집안사정으로 인해 프로그램을 실시하지 못하였다. 그리하여 실험집단과 통제집단의 차이를 확인 할 수 없으므로 추후처치에 대한 제안을 한다.

참 고 문 헌

- 강성덕(2005). **에니어그램 교육프로그램이 중학생의 자아존중감, 사회성 및 대인 관계에 미치는 영향**. 서강대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 강지연(2011). **대학생의 생활스트레스, 분노표현 및 대인관계문제 간의 관계**. 충북대학교 대학원. 석사학위논문.
- 고진하(2011). **자기성장 집단상담 프로그램이 대학 신입생의 자아탄력성, 자아존중감 및 대인관계능력 향상에 미치는 효과**. 호서대학교 대학원. 석사학위논문.
- 권석만(1995). **대학생의 대인관계 부적응에 대한 인지행동적 설명 모형**. 서울대 학생연구. 30, 1. 38- 63.
- 권석만(1997). **인지치료의 관점에서 본 불교**. 심리학의 연구문제. Vol - No, 4.
- 권석만(2000). **한국판 대인관계 문제 척도(K - IIP)의 개발 : 요인구조 및 심리 측정적 특성**. 한국심리학회지 상담 및 심리치료, Vol, 12 No. 1.
- 권태경 역(1999). **내 아이의 숨겨진 재능을 살린다**. 서울: 대청미디어.
- 김경림(2008). **에니어그램 워크샵 프로그램이 자원봉사자의 자아존중감 및 대인 관계 개선에 미치는 효과**. 상주대학교 산업대학원. 석사학위논문.
- 김기정 이정희(1998). **대학생을 위한 대인관계향상 집단상담의 효과연구**. 학생생활연구. 제17집. 서원대학교 학생생활연구소. 17- 37.
- 김미애(2005). **대인관계 증진 집단상담 프로그램이 자기지각과 대인관계에 미치는 효과검증**. 학생생활연구, 12, 1-26, 대구대학교.
- 김미혜(2003). **MBTI를 활용한 집단상담 프로그램이 실업계 여고생들의 열등감 및 심리적독립에 미치는 효과**. 부산대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 김미화(2005). **에니어그램 워크샵이 부부 및 가족관계 이해증진에 미치는 효과**. 대전대학교 미간행. 석사학위 논문.
- 김민동(2002). **애착유형과 자기개념, 우울 및 불안과의 관련성 : 일반청소년 집단과 재소중인 비행청소년 집단과의 비교**. 성신여자대학교 대학원. 석사학위논문

- 김상구(2006). **에니어그램 프로그램이 자아존중감 및 인간관계에 미치는 영향**. 연세대학교 정경대학원. 석사학위논문.
- 김성남(2003). **에니어그램 집단상담프로그램이 간호대학생의 자아정체감과 대인관계에 미치는 효과**. 이화여자대학교 임상보건과학대학원. 석사학위논문.
- 김순자(2004). **에니어그램을 활용한 집단상담이 자기효능감과 대인관계에 미치는 영향**. 서경대학교 사회과학대학원. 석사학위논문.
- 김오남(1994). **어머니와 청소년 자녀간의 의사소통 유형과 가족 스트레스**. 전남대학교 대학원. 석사학위논문.
- 김원경(2013) **한국형 에니어그램 프로그램이 간호대학생의 자아정체감, 대인관계 및 셀프리더십에 미치는 효과**. 전남대학교 대학원. 박사학위논문.
- 김은실(2011). **교사 민감성 증진 프로그램**. 상담과 지도, 46, 107-118.
- 김종창(2006). **에니어그램 프로그램이 고등학생의 자아정체감과 자기효능감에 미치는 효과**. 창원대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 김지영(2009). **에니어그램을 활용한 부모교육프로그램이 어머니의 자아정체감, 자녀이해 및 부모-자녀 의사소통에 미치는 영향**. 명지대학교 대학원. 석사학위논문.
- 김창배(2006). **대학생활의 복지 및 만족도에 관한 연구**. 고려대학교 인문정보대학원. 석사학위논문.
- 김현숙(2005). **에니어그램 프로그램이 자아존중감, 불안, 방어기제 및 대인관계에 미치는 효과**. 서강대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 김현정(2008). **에니어그램을 활용한 집단상담이 대학생의 자아정체감과 대인관계에 미치는 효과**. 한국동서정신과학회지, 11(2), 17-30
- 김혜숙 외 4인(2008). **인간관계론**. 서울: 양서원.
- 김혜영(2012). **아동용 에니어그램 프로그램 개발 및 효과**. 창원대학교 교육대학원. 박사학위논문.
- 도복늬, 김영리, 김태경, 김현미, 김희숙, 박현숙 등(2009). **인간관계와 커뮤니케이션**. 서울: 정담미디어.
- 문선모(1980). **인간관계 훈련 집단상담의 효과에 관한 연구**. 경상대학교 논문집, 19, 195-204.

- 박경희(2009). **대학생용 대인관계조화 프로그램 개발**. 경북대학교 대학원. 박사학위논문.
- 박소희(2007). **에니어그램 진로탐색 프로그램이 중학생의 진로의식 성숙에 미치는 효과**. 울산대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 박수식(2009). **에니어그램 프로그램이 인문계 고등학생의 진로정체감 및 진로결정 수준에 미치는 효과**. 창원대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 박애선, 신은영, 송인섭(1999). **대인관계성향 검사의 타당화 연구**. 교육심리연구, 13, 447-467.
- 박의순(1990). **대학생이 지각한 조부모와의 관계연구**. 이화여자대학교 대학원. 석사학위논문.
- 서울대학교 대학생활문화연구원(2004). **2003학년도 대학생활문화원 활동현황**. 학생연구, 38, 124-132.
- 서울대학교 대학생활문화연구원(2005). **2003학년도 대학생활문화원 활동현황**. 학생연구, 39, 96-104.
- 서울대학교 대학생활문화연구원(2006). **2003학년도 대학생활문화원 활동현황**. 학생연구, 40, 133-142.
- 손봉희(2003). **에니어그램 성격검사 RHETI 한글판의 신뢰도 및 타당도 조사**. 이화여자대학교 임상보건과학대학원. 석사학위논문.
- 안미순(2010). **에니어그램 심리역동 체계로 본 인간이해와 의사소통에 대한 연구**. 상명대학교 복지상담대학원. 석사학위논문.
- 안상진(2007). **아동용 에니어그램 프로그램이 초등학생의 학교생활 적응에 미치는 효과**. 전북대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 양준석(2007). **에니어그램 집단워크샵이 자기이해와 대인관계에 미치는 효과**. 가톨릭대학교 대학원. 석사학위논문.
- 에니어그램영성연구소(2001). **자기유형과 이웃이해하기- 에니어그램교육자료**. 에니어그램영성연구소.
- 오은경(2006). **에니어그램 프로그램이 학교폭력 가해 청소년의 심리적 적응에 미치는 효과**. 대전대학교 대학원. 석사학위논문.
- 유수현 외 4인(2009). **인간관계론**. 서울: 양서원.

- 윤승범(2008). **에니어그램 프로그램이 병동간호사들의 자아존중감 및 인간관계에 미치는 영향**. 고려대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 윤운성(1998). **성격을 알면 성공이 보인다**. 서울: 학지사.
- 윤운성(2002a). **에니어그램 이해**. 한국에니어그램교육연구소.
- 윤운성(2002b). **에니어그램 정복**. 학지사.
- 윤운성(2003b). **에니어그램의 적용**. 아산: 한국에니어그램교육연구소.
- 윤운성 역(2003). **에니어그램 지능**. 서울 : 교육과학사.
- 윤운성(2004a). **에니어그램 검사의 해석과 활용**. 서울: 한국에니어그램교육연구소.
- 윤운성, 최세민 역(2005). **최강팀 만들기: 팀워크 에니어그램**. 진저 래피드보그다 지음. 흐름출판.
- 이기옥(1998). **고등학생의 청소년 댄스참여 실태와 참여만족에 관한 연구**. 이화여자대학교 사회복지대학원. 석사학위논문.
- 이기학, 송소원, 조영아(2006). **2005학년도 재학생 실태조사**. 연세상담연구, 22, 45-76.
- 이리경(2012). **에니어그램 프로그램이 학습부진 고등학생의 학업적 자기효능감에 미치는 효과**. 창원대학교 대학원. 석사학위논문.
- 이미련(2009). **에니어그램 집단상담 프로그램이 비행청소년 자아정체감 및 자기효능감에 미치는 효과**. 경북대학교 대학원. 박사학위논문.
- 이미희(2012). **에니어그램을 활용한 진로탐색프로그램이 고등학생의 진로결정 자기효능감에 미치는 효과**. 한국국제대학교 대학원. 석사학위논문.
- 이병창(2011). **에니어그램을 넘어 데카그램으로**. 서울: 정신세계사.
- 이상진(2006). **성격유형 탐색 집단상담이 대학생의 자기개념 및 대인관계에 미치는 효과**. 동아대학교 대학원. 석사학위 논문.
- 이성영(2003). **대학생의 정신 건강관리를 위한 에니어그램 교육 효과**. 한양대학교 대학원. 석사학위논문.
- 이소희(2009). **에니어그램 부모코칭**. 한국부모코칭센터.
- 이장호, 김정희(1992). **집단상담의 원리와 실제**. 서울: 법문사.
- 이종규(2006). **자기성장 집단상담이 대학생의 자아정체감과 대인관계에 미치는 효과**. 동아대학교 대학원. 석사학위논문.

- 이형득(1995). **집단상담의 실제**. 서울: 중앙적성출판사.
- 이혜경(2000). **대학생의 대학생활 만족도와 정신건강과의 관계**. 공주대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 전석균(1994). **정신분열증 환자의 재활을 위한 사회기술훈련 프로그램의 효과성에 관한 연구**. 송전대학교 대학원. 박사학위논문.
- 조미영(2009). **에니어그램 훈련 프로그램이 보육교사의 자기효능감과 대인관계에 미치는 효과에 관한 연구**. 목포대학교 대학원. 석사학위논문.
- 조성란(2005). **에니어그램을 활용한 집단상담이 청소년들의 대인관계와 학교생활적응에 미치는 효과**. 선문대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 조호경(2000). **대상관계이론을 활용한 대인관계 향상프로그램이 대학생의 자기지각과 대인관계에 미치는 효과**. 계명대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 최명희(2007). **대학생의 에니어그램 성격유형별 스트레스 신체증상 및 자기효능감**. 관동대학교 대학원. 석사학위논문.
- 최연실 역(1997). **사람을 알 수 있는 9가지 방법**. 청림출판.
- 최예리(1998). **해결중심 단기상담 프로그램이 학령 전 장애아동을 둔 어머니들의 문제해결능력 향상에 미치는 효과**. 중앙대학교 대학원. 석사학위논문.
- 탁정미(2004). **대학생을 위한 해결중심 단기상담 프로그램의 효과**. 전남대학교 대학원. 석사학위논문.
- 허진(2005). **에니어그램 집단상담이 청소년의 자아정체감에 미치는 효과**. 영남대학교 대학원. 석사학위논문.
- 홍숙기(2002). **젊은이의 정신건강**. 박영사.
- 황경란(2005). **에니어그램을 활용한 부모교육프로그램이 부모 양육태도에 미치는 효과**. 인제대학교 대학원. 석사학위논문.
- 황지연(2001). **자기 유형과 이웃 이해하기**. 에니어그램 영성연구소.
- 황혜자, 유선림(2004). **에니어그램 집단상담이 대학생의 대인관계능력 및 자아존중감에 미치는 효과**. 동아대학교 학생생활연구. 제 33집. 12. pp. 29-49
- Argyle, M(1984). *The Psychology of Interpersonal Behavior*. N, Y: Penguin Books.
- Baron. R. & Wagele, E(1994). *The enneagram Made Easy*. N, Y: Harper San

Francisco.

- Erikson, E. H(1959). *Identity and the life cycle*. N.Y: International University Press.
- Erickson, E, H(1982). *The lifecycle completed*: Review, Norton.
- Freyd, S(1940). *Au Out of Psychoanalysis*. N,Y: W. W. Norton & Co. Inc.
- Goldberg, L, R(1992). *The development of markers for the big-five factor structure. Psychological Assessment*. Vol. 4, pp.26-42.
- Judge, T, A(1999). *Thoresen, C. J. Pucik, V, & Welbourne, M. Mangerial coping with organizational change. Journal of Applide Psychology*. Vol. pp. 107-122. 84.
- Macrae, R. R, & Costa, P. T, Jr(1986). *Personality, coping and coping effectiveness in an adult sample. Journal of Personality*. Vol. 54, pp. 385-405
- Merry Rebecca rogacion,(1990). *Enneagram way*. knowing yourself and others.
- Riso & Hudson(1999). *The wisdom of the Enneagan: The Complete Guide to Psychological and spritual Growth for the Nine Personality Types*. N, Y; Bantam Books.d
- Sullivan, H. S.(1946). *Concept of Modem Psychiatry*. The first William Alanson White Memorial Lectures.
- Sullivan, H. S.(1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. N, Y: W. W. Norton.
- Wagner, J. P(1981). *A descriptive, reliability, and validity study of the enneagram personality typology*. Doctoral dissertation, Loyola University, Chicago.
- Wiggins, G., & McTighe, J(1998). *Understanding by Design. Alexandria*. VA; Association for Supervision and Curriculum Development.
- Wiggins, G., & McTighe, J(2004). *Understanding by Design(2nd ed.)*. 132 Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development.
- Youn,Y.S.(2002). *TheessentialEnneagram..* Seoul:Hakjis.

ABSTRACT

The Effect of the Collective Counselling Program Using Enneagram on University Students' Interpersonal Relationships

Seoh, Su-yeol

Studying Counselling Psychology
at Graduate School of Education, Jeju National University
Instructed by Prof. Choi, Bo-young

The purpose of this study²⁾ is to investigate how the collective counseling program using Enneagram affects university students' interpersonal relationships. To achieve the purpose, it determined the study issues as follows:

Study issue 1. Does the collective counselling program using Enneagram affect improvements in university students' interpersonal relationships?

Study issue 2. Does the collective counselling program using Enneagram affect improvements in the sub categories—satisfaction, communication, reliability, friendliness, sensitivity, openness, and understanding—of university students' interpersonal relationships?

2) This thesis that will be submitted to the Committee of Graduate School of Education of Jeju National University in August 2014 is written for a M.A. degree in education.

The study subjects were 16 students going to the university A in Jeju, who voluntarily applied for the collective counselling program using Enneagram. Of them, eight were assigned to an experimental group, and the other eight were to a control group.

This study employed the interpersonal relationship scale which was created by Hyeong-deuk Lee and Sun-moh Moon (1980) on the basis of the interpersonal relationship scale developed by Schlein and Guerney(1977). The test is divided into seven sub categories: satisfaction (4 questions), communication (4 questions), reliability (3 questions), friendliness (3 questions), sensitivity (2 questions), openness (5 questions), and understanding (4 questions). So it consists of 25 questions, each of which is based on 5-point Likert scale.

The collective counselling program using Enneagram employed in this study was created in the way that this researcher investigated relevant literatures and previous studies and made some changes and supplementation in consideration of study subjects under the advice of the academic professor. The program is divided into introduction stage, understanding stage, and end stage. In the introduction stage, friendliness, a sub category of interpersonal relationships, is created, and Enneagram is introduced to help study subjects understand personality. In the understanding stage, study subjects create satisfaction, communication, reliability, friendliness, openness, and understanding, and look into their personality type and understand others' personality type through personal and collective activities, and thereby perform desirable interaction. In the end stage, study subjects are encouraged and supportive of each other by sharing their living attitude changed through satisfaction, reliability, friendliness, and sensitivity. The program had been performed two sessions every week for 90 minutes, a total of 8 sessions four weeks.

For the analysis of the effect of the program, Window SPSS 18.0 was

used. To examine the hypotheses set up in this study, pre-and post-test data were analyzed in terms of the mean and standard deviation, and then t-test was conducted.

The study results are presented as follows:

First, the experimental group which participated in the collective counselling program using Enneagram showed statistically significant improvements in their interpersonal relationships more than the control group which didn't (* $p < .05$).

Secondly, the experimental group which joined the collective counselling program using Enneagram showed statistically significant improvements in the sub categories-satisfaction, communication, reliability, friendliness, sensitivity, openness, and understanding-of interpersonal relationships more than the control group which didn't (* $p < .05$, ** $p < .01$).

Give the results, it is considered that, in university students' interpersonal relationships, the collective counselling program using Enneagram helped them improve the sensitivity (a level of one's looking at and sensing others), the communication (as one talks with others), reduce a sense of distance with others, and express their negative thoughts of others in a more constructive way.

Accordingly, this study is meaningful in the points that the collective counselling program using Enneagram was proved to be effective in improving university students' interpersonal relationships after they participated in the program, and that the program helped the students understand themselves and thereby improve relationships with others.

부 록 목 차

<부록1> 검사도구	56
<부록2> 에니어그램 프로그램 및 활동지	60

설문지

학생 여러분 안녕하세요?

본 설문지는 평소 여러분 자신의 모습에 대해 알아보기 위한 설문지입니다.

본 설문지의 문항에는 정답이 없으므로 평소 자신의 경험과 가장 일치하다고 생각되는 곳에 표시하시면 되고, 모든 문항에 빠짐없이 응답해 주시기 바랍니다.

본 조사의 응답은 비밀이 보장되며 연구목적 외에는 절대 사용되지 않을 것입니다.

설문에 응해 주셔서 대단히 감사합니다.

2013년 10월

제주대학교 교육대학원 상담심리전공

연구자 서수열

이 척도는 현재 여러분의 대인관계가 어떠한지를 알아보기 위한 것입니다. 아래 문항을 읽고 자신과 일치하는 곳에 v표하여 주십시오.

1. 나는 인간으로서 나 자신에 대하여.....		
① 매우 불만족하는 편이다.	② 다소 불만족하는 편이다.	③ 그저 그렇다.
④ 다소 만족하는 편이다.	⑤ 매우 만족하는 편이다.	
2. 나는 인간으로서 다른 사람에 대하여.....		
① 매우 불만족하는 편이다.	② 다소 불만족하는 편이다.	③ 그저 그렇다.
④ 다소 만족하는 편이다.	⑤ 매우 만족하는 편이다.	
3. 다른 사람들은 나를.....한 사람으로 볼 것으로 느낀다.		
① 매우 불만족하는 편이다.	② 다소 불만족하는 편이다.	③ 그저 그렇다.
④ 다소 만족하는 편이다.	⑤ 매우 만족하는 편이다.	
4. 다른 사람들은 자기 자신을 인간으로서.....한 사람으로 본다.		
① 매우 불만족하는 편이다.	② 다소 불만족하는 편이다.	③ 그저 그렇다.
④ 다소 만족하는 편이다.	⑤ 매우 만족하는 편이다.	
5. 다른 사람들과 나의 관계는.....		
① 매우 원만하지 못한 편이다.	② 다소 원만하지 못한 편이다.	③ 그저 그렇다.
④ 다소 원만한 편이다.	⑤ 매우 원만한 편이다.	
6. 나는 다른 사람의 욕구나 바라는 것을.....		
① 거의 이해하지 못하는 편이다.	② 다소 이해하지 못하는 편이다.	③ 그저 그렇다.
④ 다소 이해하는 편이다.	⑤ 잘 이해하는 편이다.	
7. 나는 나 자신의 느낌을.....		
① 거의 이해하지 못하는 편이다.	② 다소 이해하지 못하는 편이다.	③ 그저 그렇다.
④ 다소 이해하는 편이다.	⑤ 잘 이해하는 편이다.	
8. 나는 다른 사람의 느낌을.....		
① 거의 이해하지 못하는 편이다.	② 다소 이해하지 못하는 편이다.	③ 그저 그렇다.
④ 다소 이해하는 편이다.	⑤ 잘 이해하는 편이다.	
9. 나는 다른 사람과 의사소통을 함에 있어서.....		
① 매우 어려움을 느끼는 편이다.	② 다소 어려움을 느끼는 편이다.	③ 그저 그렇다.
④ 다소 쉽게 느끼는 편이다.	⑤ 매우 쉬게 느끼는 편이다.	

10. 인간으로서 다른 사람에 대한 나의 감수성은.....
 ① 매우 느린 편이다. ② 다소 느린 편이다. ③ 그저 그렇다.
 ④ 다소 빠른 편이다. ⑤ 매우 빠른 편이다.
11. 다른 사람에 대한 나의 관심이나 온정적 태도는.....
 ① 매우 적은 편이다. ② 다소 적은 편이다. ③ 그저 그렇다.
 ④ 다소 많은 편이다. ⑤ 매우 많은 편이다.
12. 다른 사람에 대한 나의 표현이나 개방성 정도는.....
 ① 매우 적은 편이다. ② 다소 적은 편이다. ③ 그저 그렇다.
 ④ 다소 많은 편이다. ⑤ 매우 많은 편이다.
13. 나는 다른 사람의 느낌을 이해하는 것이.....
 ① 매우 어려운 편이다. ② 다소 어려운 편이다. ③ 그저 그렇다.
 ④ 다소 쉬운 편이다. ⑤ 매우 쉬운 편이다.
14. 나는 다른 사람의 이야기를 듣는 것이.....
 ① 매우 어려운 편이다. ② 다소 어려운 편이다. ③ 그저 그렇다.
 ④ 다소 쉬운 편이다. ⑤ 매우 쉬운 편이다.
15. 나는 다른 사람을.....
 ① 거의 신뢰하지 않는 편이다. ② 다소 신뢰하지 않는 편이다. ③ 그저 그렇다.
 ④ 다소 신뢰하는 편이다. ⑤ 매우 신뢰하는 편이다.
16. 나는 다른 사람에 대하여.....
 ① 매우 거리감을 느끼는 편이다. ② 다소 거리감을 느끼는 편이다. ③ 그저 그렇다.
 ④ 다소 친근감을 느끼는 편이다. ⑤ 매우 친근감을 느끼는 편이다.
17. 나는 인간관계에 있어서 자신감이.....
 ① 매우 적은 편이다. ② 다소 적은 편이다. ③ 그저 그렇다.
 ④ 다소 많은 편이다. ⑤ 매우 많은 편이다.
18. 나는 의견의 불일치가 있을 때 그것을 건설적으로.....
 ① 매우 못 다루는 편이다. ② 다소 못 다루는 편이다. ③ 그저 그렇다.
 ④ 다소 잘 다루는 편이다. ⑤ 매우 잘 다루는 편이다.
19. 나는 다른 사람과 대화 시에 어려움을.....
 ① 매우 많이 느끼는 편이다. ② 다소 느끼는 편이다. ③ 그저 그렇다.

- ④ 다소 안 느끼는 편이다. ⑤ 매우 안 느끼는 편이다.
20. 나는 다른 사람에 대한 긍정적인 느낌을.....
- ① 거의 표현하지 못하는 편이다. ② 다소 표현하지 못하는 편이다. ③ 그저 그렇다.
④ 다소 표현하는 편이다. ⑤ 많이 표현하는 편이다.
21. 나는 다른 사람에 대한 부정적인 느낌을 건설적으로.....
- ① 거의 표현하지 못하는 편이다. ② 다소 표현하지 못하는 편이다. ③ 그저 그렇다.
④ 다소 표현하는 편이다. ⑤ 많이 표현하는 편이다.
22. 나는 나의 개인적인 관심사에 대해서 다른 사람과.....
- ① 거의 나누지 않는 편이다. ② 다소 나누지 않는 편이다. ③ 그저 그렇다.
④ 다소 나누는 편이다. ⑤ 많이 나누는 편이다.
23. 다른 사람이 나에게 대한 느낌을 표현할 때 그것을 믿고 받아들이는 정도는.....
- ① 매우 적은 편이다. ② 다소 적은 편이다. ③ 그저 그렇다.
④ 다소 많은 편이다. ⑤ 매우 많은 편이다.
24. 다른 사람이 나에게 대한 부정적인 느낌을 표현할 때, 건설적으로 대하는 나의 정도는.....
- ① 매우 적은 편이다. ② 다소 적은 편이다. ③ 그저 그렇다.
④ 다소 많은 편이다. ⑤ 매우 많은 편이다.
25. 나는 다른 사람과 앞으로 대인관계를 어떻게 해야 할지를.....
- ① 거의 이해하지 못하는 편이다. ② 다소 이해하지 못하는 편이다. ③ 그저 그렇다.
④ 다소 이해하는 편이다. ⑤ 잘 이해하는 편이다.

*** 수고 많으셨습니다. 설문에 응답해주셔서 진심으로 감사드립니다.***

<부록2> 에니어그램 프로그램 및 활동지

□ 1회기 - 마음열기

하위영역	· 친근감- 타인에게 느끼는 거리감이나 친근감	
활동목표	· 프로그램의 목적과 방향에 대해 이해한다.	
준비물	· 도형현수막, 서약서, 대인관계 검사지, 에니어그램 성격유형 검사지, 명찰, 소감문	
활동과정	활동내용	소요시간
들어가기	<ul style="list-style-type: none"> ☆ 흥미유발 및 활동목표제시 · 프로그램의 목적과 목표 설정하기 	10
전개	<ul style="list-style-type: none"> ☆ 프로그램 소개 <ul style="list-style-type: none"> · 프로그램의 목적과 목표를 설정한다. · 진행과정에 대한 오리엔테이션을 실시한다. ☆ 대인관계 사전검사 및 에니어그램 성격유형 검사 <ul style="list-style-type: none"> · 대인관계 사전검사 및 에니어그램 성격유형 검사를 한다. · 에니어그램 성격유형 검사 채점을 한다. ☆ 서약서 및 규칙 정하기 <ul style="list-style-type: none"> · 서약서를 작성하고 지킬 규칙을 정한다음 내용을 다함께 읽으며 다짐하게 한다. ☆ 워밍업 <ul style="list-style-type: none"> · "내 이웃을 사랑하십니까?"를 하면서 친근감을 갖도록 한다. ☆ 별칭 및 자기소개하기 <ul style="list-style-type: none"> · 프로그램의 진행과정에서 불리기를 희망하는 별칭을 지어 자신의 별칭과 짓게 된 이유 등을 집단원들과 서로 이야기 나누다. 	70
느낌나누기	<ul style="list-style-type: none"> · 활동을 통한 느낌 및 소감을 발표한다. · 이 회기의 목적과 필요성을 정리한다. 	10
유의사항	<ul style="list-style-type: none"> · 적극적으로 참여할 수 있도록 독려한다. · 규칙은 반드시 지키도록 강조한다. · 집단원의 비밀을 지키도록 당부한다. 	

□ 2회기 - 나를 찾아서 I

하위영역	· 이해성- 이성적으로 사리분별하고 이해	
활동목표	· 에니어그램 힘의 중심 특성을 이해한다. · 자신 힘의 중심을 찾는다.	
준비물	· 검사지, 도형현수막, 자료	
활동과정	활동내용	소유시간
들어가기	<ul style="list-style-type: none"> ☆자신 힘의 중심을 알 수 있다. · 자신의 성격유형과 에너지 방향을 알아 자신의 대인관계와 연결하기 	10
전개	<ul style="list-style-type: none"> ☆에니어그램 소개 <ul style="list-style-type: none"> · 에니어그램에 대한 소개 ☆에니어그램 힘의 중심에 대한 설명 <ul style="list-style-type: none"> · 힘의 중심(가슴, 머리, 장중심)이 있다. ☆활동지I <ul style="list-style-type: none"> · 힘의 중심별로 활동지를 작성하고 발표한다. 	70
느낌나누기	<ul style="list-style-type: none"> · 활동을 통한 느낌과 소감을 발표한다. · 힘의 중심별 생각과 느낌, 표현이 다르다는 것을 알 수 있다. 	10
유의사항	<ul style="list-style-type: none"> · 검사결과에 너무 의존하지 않도록 한다. · 성격유형으로 인해 대인관계가 어려울 수 있다는 것을 이해하되 자신의 성격을 합리화시키지 않도록 한다. 	

□ 3회기 - 나를 찾아서 II

하위영역	· 이해성- 이성적으로 사리분별하고 이해	
활동목표	· 에니어그램 9가지 성격유형을 알 수 있다. · 자신의 성격유형을 찾는다.	
준비물	· 검사지, 도형현수막	
활동과정	활동내용	소유시간
들어가기	<ul style="list-style-type: none"> ☆ 지난 회기 경험에 대한 느낌을 이야기 한다. · 집단을 경험하고 일주일 동안 어떤 느낌으로 지냈는지 이야기 나누기 ☆ 자신의 성격유형을 알 수 있다. · 검사지와 분석을 통해 자신의 성격유형을 찾는다. ☆ 다섯 가지 도형을 이용한 다름을 안다. · 다섯 가지 도형을 가지고 마음에 드는 도형을 고른 다음 생각나는 단어를 찾아 적어본다. 	20
전개	<ul style="list-style-type: none"> ☆ 9가지 성격유형의 특징을 설명한다. · 1번유형: 개혁가- 합리적이고 이상적인 유형 · 2번유형: 조력가- 보호적, 모성애적 유형 · 3번유형: 성취자- 성공 지향적이고 실용주의적 · 4번유형: 예술가- 명상적이고 수줍은 유형 · 5번유형: 사색가- 지적이고 분석적인 유형 · 6번유형: 충성가- 의무적, 전통적 유형 · 7번유형: 낙천가- 극도로 활동적, 개방적 유형 · 8번유형: 지도자- 강력하고 지배하는 유형 · 9번유형: 중재자- 태평하고 냉정한 유형 	60
느낌나누기	· 활동을 통한 느낌과 소감을 발표한다.	10
유의사항	<ul style="list-style-type: none"> · 검사결과에 너무 의존하지 않도록 한다. · 소집단 내의 집단 역동이 잘 일어나도록 지도한다. 	

□ 4회기 - 나를 찾아서 III

하위영역	<ul style="list-style-type: none"> · 이해성- 이성적으로 사리분별하고 이해 · 개방성- 자신의 내면을 타인에게 솔직하게 공개함 	
활동목표	<ul style="list-style-type: none"> · 유형별로 통합과 분열방향에 대해 설명한다. · 성장을 위한 조언을 한다. 	
준비물	<ul style="list-style-type: none"> · 도형현수막, 소감문 	
활동과정	활동내용	소유시간
들어가기	<ul style="list-style-type: none"> ☆ 지금 이 순간 느낌을 이야기 한다. · 집단을 들어가기 전 자신의 상태를 알아본다. ☆ 워밍업- 고리 끼우기 · 왼손은 원을 만들고 오른손은 검지를 만든다. 양쪽사람이 만든 고리와 검지를 끼운다. 	10
전개	<ul style="list-style-type: none"> ☆ 9가지 유형별의 특성을 설명한다. · 9가지 성격유형을 간단하게 설명한다. ☆ 9가지 유형별 날개성향에 대해 설명한다. · 날개를 쓰는 것과 접힌 날개의 차이점을 알 수 있다. ☆ 활동지II · A4용지를 나누어 준다. · 중앙에 나를 적는다. · 내가 활동하는 영역을 적게 한다. · 순서 없이 준비된 사람은 발표를 한다. 	70
느낌나누기	<ul style="list-style-type: none"> · 활동을 통한 느낌과 소감을 발표한다. 	10
유의사항	<ul style="list-style-type: none"> · 검사결과에 너무 의존하지 않도록 한다. · 자신의 잠재력과 가능성 발견을 위하여 스스로 노력하게 한다. 	

□ 5회기 - 좋은 친구 되기

하위영역	<ul style="list-style-type: none"> · 신뢰감- 대인관계속의 믿음 · 만족감- 동료와의 관계에서 느끼는 흡족한 느낌 · 친근감- 타인에게 느끼는 거리감이나 친근감 · 이해성- 이성적으로 사리분별하고 이해 · 의사소통- 타인과의 생각, 느낌, 전달이나 수용성 	
활동목표	<ul style="list-style-type: none"> · 일상생활에 나타나는 자신의 성격과 친구들의 성격을 이해한다. · 서로를 신뢰하고 칭찬하는 것이 대인관계에서 중요한 요소임을 안다. 	
준비물	· 도형현수막, 인형, 소감문	
활동과정	활동내용	소유시간
들어가기	<ul style="list-style-type: none"> ☆ 워밍업- 인형주면서 · 인형주면서 일주일 동안 감사했던 일들을 이야기 한다. ☆ 개인의 생각과 편견성에 대해 이해한다. · 개인의 생각은 매우 불안정하며 편견성이 높다는 것을 알게 된다.. 	10
전개	<ul style="list-style-type: none"> ☆ 9가지 유형과 날개 설명 · 9가지 유형과 날개를 간단하게 설명한다. “당신은 누구십니까?”라는 자기 탐색을 한다. · 두 사람이 한조가 되어 한사람은 “당신은 누구십니까?”라고 묻고 상대방은 대답을 한다(10분 동안 진행) · 바꾸어 다시 질문하고 대답한다. ☆ 활동지III · 16가지 질문에 대답한다. · 힘의 중심별로 이야기를 나눈다. · 자신이 들어낼 수 있는 부분만 발표한다. 	70
느낌나누기	· 활동을 통한 느낌과 소감을 발표한다.	10
유의사항	<ul style="list-style-type: none"> · 질문하고 대답할 때 진지하게 하도록 한다. · 이야기를 꾸밀 때 머리를 쓰지 않고 즉흥적으로 할 수 있도록 한다. 	

□ 6회기 - 마음주고 받기

하위영역	<ul style="list-style-type: none"> · 신뢰감- 대인관계속의 믿음 · 친근감- 타인에게 느끼는 거리감이나 친근감 · 민감성- 타인에 대한 자신의 감수성의 예민성 · 의사소통- 타인과의 생각, 느낌, 전달이나 수용성 	
활동목표	<ul style="list-style-type: none"> · 상대방에 대한 관심을 기울이는 태도를 · 경청의 중요성을 이해한다. · 주의 깊게 듣고 대화함으로 보다 나은 대인관계를 키운다. 	
준비물	<ul style="list-style-type: none"> · 도형현수막, 음악, 소감문 	
활동과정	활동내용	소유시간
들어가기	<ul style="list-style-type: none"> ☆ 워밍업- 거울따라하기 · 사람이 행동하는 것을 거울이 그대로 따라한다. ☆ 의사소통 2가지 경험하기 · 둘이 한조가 되어(첫 번째 한 사람이 이야기하면 상대방은 반응하면서 들어준다. 둘 번째 전혀 듣지 않는다) · 반대로 경험한다. 	10
전개	<ul style="list-style-type: none"> ☆ 의사소통 2가지 경험을 한다. · 일주일동안 기억에 남은 일을 이야기한다. · 같은 이야기를 첫 번째와 두 번째 계속해서 이야기 한다. · 둘이 한조가 되어(첫 번째 한 사람이 이야기하면 상대방은 반응하면서 들어준다. 둘 번째 전혀 듣지 않는다) · 반대로 경험한다. ☆ 만약 '나'라면(감정표현하기) · 집단원 한 사람이 고민되는 이야기를 내놓는다. · 고민 이야기를 듣고 만약 '나'라면 이럴 때 이렇게 대처하겠다고 이야기를 한다. · 각 유형별로 차이점을 발견한다. 	70
느낌나누기	<ul style="list-style-type: none"> · 활동을 통한 느낌과 소감을 발표한다. 	10
유의사항	<ul style="list-style-type: none"> · 다른 사람의 이야기를 진지하게 듣도록 한다. · 다른 사람의 정보를 외부에 누설하지 않도록 한다. 	

□ 7회기 - 몸으로 표현하기

하위영역	<ul style="list-style-type: none"> · 신뢰감- 대인관계속의 믿음 · 친근감- 타인에게 느끼는 거리감이나 친근감 · 민감성- 타인에 대한 자신의 감수성의 예민성 · 의사소통- 타인과의 생각, 느낌, 전달이나 수용성 	
활동목표	· 자신이 평소에 타인과의 관계를 어떻게 대처하는지 알 수 있다.	
준비물	· 도형현수막, 대나무, 소감문	
활동과정	활동내용	소유시간
들어가기	<ul style="list-style-type: none"> ☆ 위밍업- 가위바위보 · 둘씩 짝을 지어 가위 바위 보를 한다. · '이긴 사람은 졌다. 진 사람은 이겼다'라고 소리를 낸다. ☆ 대나무를 이용한 중심을 잡아본다. · 둘이 한조가 되어 단전에 대나무를 고정시키고 서로 주거나 받거니를 한다. 	10
전개	<ul style="list-style-type: none"> ☆ 대나무를 이용한 중심을 잡아본다. · 힘의 중심별로 나누어 중심잡기를 한다. · 둘이 한조가 되어 단전에 대나무를 고정시키고 서로 주고 받는다. · 대나무가 떨어지지 않도록 단전에 고정시킨다. ☆ 소리 내어 웃어본다. · 한사람씩 돌아가면서 소리 내어 웃어본다. · 단전에 힘을 주고 크게 소리를 낸다. · 할 수 있을 때까지 크게 소리 내어 웃어 본다. 	70
느낌나누기	· 활동을 통한 느낌과 소감을 발표한다.	10
유의사항	<ul style="list-style-type: none"> · 다른 사람이 웃을 때 장난치지 않도록 한다. · 다른 사람이 웃지 못 할 때 비웃지 않도록 한다. 	

□ 8회기 - 멋진 우리(마무리)

하위영역	<ul style="list-style-type: none"> · 신뢰감- 대인관계속의 믿음 · 친근감- 타인에게 느끼는 거리감이나 친근감 · 민감성- 타인에 대한 자신의 감수성의 예민성 · 만족감- 동료와의 관계에서 느끼는 흡족한 느낌 	
활동목표	<ul style="list-style-type: none"> · 관계형성을 위한 방법 찾아 구체적인 행동 계획을 세울 수 있다. 	
준비물	<ul style="list-style-type: none"> · 도형현수막, A4, 대인관계 검사지, 소감문, 전체소감문 	
활동과정	활동내용	소유시간
들어가기	<ul style="list-style-type: none"> ☆ 칭찬 롤링 페이퍼 · 돌아가면서 한 사람씩 칭찬을 아끼지 않도록 쓴다. ☆ 대인관계 검사지 및 전체소감문 · 프로그램을 통해서 대인관계가 개선되었는지 알 수 있다. · 프로그램을 통해서 자기 자신을 재탐색 할 수 있다. 	10
전개	<ul style="list-style-type: none"> ☆ 칭찬 롤링 페이퍼 · A4용지에 자신의 별칭을 적는다. · 왼쪽이나 오른쪽방향으로 A4용지를 돌린다. · A4용지를 받은 사람은 별칭이 적힌 사람에 대해 집단 활동 중에 칭찬할 만한 내용을 적는다. · 한 사람씩 칭찬을 쓰는데 긍정적인 모습에 대해서만 쓴다. ☆ 대인관계 검사지 및 전체소감문 · 프로그램을 통해서 대인관계가 개선되었는지 알 수 있다. · 프로그램을 통해서 자기 자신을 재탐색 할 수 있다. 	70
느낌나누기	<ul style="list-style-type: none"> · 활동을 통한 느낌과 소감을 발표한다. 	10
유의사항	<ul style="list-style-type: none"> · 진지하게 마지막까지 참여한 서로에게 칭찬의 박수를 쳐주도록 한다. · 칭찬을 쓸 때에는 부정적인 것을 쓰지 않도록 주의를 준다. · 배운 것들을 일상생활에서도 잊지 않고 실천하도록 한다. 	

서약서

성명 :

별칭 :

나는.....에서 실시하는 집단상담 프로그램에 자발적이고 적극적으로 참여할 것이며, 아래 사항을 지킬 것을 서약합니다.

- 아 래 -

1. 매주 모임에 빠짐없이 참여할 것입니다.
2. 집단활동에 논의된 내용에 대해서 비밀을 지킬 것입니다.
3. 다른 사람의 이야기를 경청할 것입니다.
4. 집단활동 프로그램에 적극적으로 참여할 것입니다.

2013년 10 월 24 일

-----인

[2회기 활동지 2-1] 에니어그램 활동지 I

이름	나의 힘의 중심	나와 중심이 같은 친구

- 힘의 중심별 집단 토의
- 유형별로 모여서 자신에 대하여 솔직하게 적어보고 서로 토의해 보도록 해요

1. '우리여행 한번 갈까?'라는 의견이 불쑥 나왔을 때 당신의 반응은?	2. 예고되지 않은 손님들이 찾아왔다. 당신은 어떤 반응을 보일까?	3. 사람이 많은 공공장소에서 멀리 있는 친구를 불러야 한다. 그대 당신은 어떻게 할까?
4. 처음 만난 사람인데 나이를 확인하고 보니 내가 나이가 어리다. 상대방이 말을 놓겠다고 하면서 편안히 말을 놓는다. 그때 당신의 기분과 생각은?	5. 평소에 인간관계가 좋았다고 생각하던 사람에게 마음이 상하고 화가 나는 일이 발생했다. 직접 반감을 표현하는가? 그렇지 못했으면 왜 그랬는가?	