

온라인 의사소통 프로그램이 간호대학생의 자기수용, 공감능력, 대인관계유능성에 미치는 영향

오순영
부천대학교 간호학과

The effect of online communication programs on self-acceptance, empathy, and interpersonal competence of nursing students.

Soonyoung Oh
Department of Nursing, Bucheon University

요약 본 연구는 간호대학생을 대상으로 온라인 의사소통 프로그램이 자기수용, 공감능력, 대인관계유능성에 미치는 영향을 파악하고자 수행하였다. 온라인 의사소통 프로그램은 총 13회 차의 동영상 강의와 실시간 화상회의, 성찰적 글쓰기 등으로 구성하였다. 연구대상자는 프로그램 참여자 중 연구내용에 동의한 자로 프로그램 전, 후 총 2회의 설문에 충실하게 응답한 최종 68명이었다. 수집된 자료는 기술통계분석, paired t-test로 분석하였다. 대상자의 자기수용 전체 점수는 프로그램 후 평균 5.06점 상승한 73.35 ± 12.54 점($t = -2.65, p = .010$)이었고, 하위요인 중 '판단분별로부터의 자기수용'이 평균 4.18점 상승한 28.03 ± 5.77 점($t = -6.11, p < .001$)으로 나타났다. 공감능력은 하위요인 중 '관점취하기'에서 29.03 ± 3.38 점($t = -7.00, p < .001$)으로 유의한 차이를 보였다. 대인관계유능성은 하위요인 중 '타인에 대한 불쾌감 주장'이 30.00 ± 5.50 점에서 26.93 ± 4.38 점으로 낮아졌다($t = 3.59, p = .001$). 본 연구 결과를 통해 온라인 의사소통 프로그램은 자기수용과 일부 공감능력에서 유의한 향상을 보였으나 대인관계유능성에서는 효과적이지 않았음을 알 수 있었다. 온라인 의사소통 프로그램 운영 시 대인관계유능성에 있어서는 자신의 권리에 대한 주장을 포함한 타인과의 적극적인 대인관계 활동을 보완한 프로그램 개발이 필요하다.

Abstract This study investigated the effects of nursing students' communication programs on self-acceptance, empathy and interpersonal competence. The program consisted of 13 video lectures, real-time video conferences and reflective writing. The participants were 68 students. The data were analyzed by descriptive statistical analysis and paired t-test, and students' narrative evaluation contents were analyzed for program satisfaction. The overall score of self-acceptance was 73.35 ± 12.54 ($t = -2.65, p = .010$), and 'self-acceptance from discrimination of judgment' among the sub-factors increased by an average of 4.18 points to 28.03 ± 5.77 points ($t = -6.11, p < .001$). The empathy ability showed a significant difference at 29.03 ± 3.38 points ($t = -7.00, p < .001$) in 'perspective-taking' among the sub-factors. As for interpersonal competence, the 'claiming displeasure towards others' was lowered from 30.00 ± 5.50 to 26.93 ± 4.38 ($t = 3.59, p = .001$). The online communication program showed a significant improvement in self-acceptance and empathy, but it was ineffective in interpersonal competence. In terms of interpersonal competence, when operating an online communication program, it is necessary to develop a program that complements active interpersonal activities with others, including claiming one's rights.

Keywords : Communication, Curriculum, Empathy, Interpersonal Relations, Self-Reflection

본 논문은 부천대학교 교내연구비를 지원받아 수행되었음.

*Corresponding Author : Soonyoung Oh(Bucheon Univ.)

email: sogukwha@bc.ac.kr

Received November 1, 2021

Accepted December 6, 2021

Revised November 22, 2021

Published December 31, 2021

1. 서론

1.1 연구의 필요성

개인이 경험하는 인간관계는 자신의 발달단계를 거치며 지속적으로 변화한다. 그 중 대학생 시기에는 다양한 대상과 교류하면서 관계의 폭이 넓어지는 시기이며, 이때 안정적인 대인관계를 유지하기 위해서는 자기 이해와 타인에 대한 이해가 필수적이다[1]. 또한 인간관계에서 나타나는 필연적인 갈등을 해결하지 못하면 부정적인 감정을 겪게 되고 삶의 질이 낮아진다[2]. 우리나라 대학생의 주요 상담주제가 진로 및 취업과 함께 대인관계 문제를 포함하고 있으며[3], 최근에는 COVID19 유행으로 인한 우울, 불안 등의 심리적 부담이 발생함에 따라 대학에서도 대학 생활적응과 대인관계 역량 향상을 위한 다양한 프로그램들을 비대면 방식으로 전환하여 운영하는 등의 노력을 보이고 있다[4].

간호사에게 있어 간호전문지식, 간호술기와 함께 갖추어야 할 핵심역량으로는 의사소통능력이 강조되어 왔는데[5], 이를 향상시키는 데 있어 중요한 심리적 요인으로 지목되는 것이 자신의 모든 측면을 있는 그대로 받아들이는 자기수용이란 개념이다[6]. 자기수용은 연구자에 따라 다양하게 정의되는데, Ellis(1977)는 인생에서 무수한 실패, 거절, 실수 등의 자존감을 하락시키는 자기평가에서 벗어나 무조건적 자기수용(Unconditional self acceptance)에 집중하는 것으로 정의하였고, 이것은 자신은 물론 타인이 자신을 인정, 존경, 사랑하는 것과 상관없이 완전하게 자신을 수용하는 것으로 정의한다[7]. 대학생의 무조건적 자기수용은 평가에 대한 두려움을 감소시킬 수 있고[8], 있는 그대로의 자기개념을 가지고 자기수용을 할 때, 있는 그대로의 타인수용도 가능하다[9]. 자신의 의사소통 방식을 이해하는 프로그램에 참여한 간호대학생의 의사소통 변화를 본 질적연구에서는 자기이해와 수용을 통해 자기표현과 공감하기 등의 변화를 확인할 수 있었으며[10], 이러한 자기수용의 수준이 대인관계 유능성에도 영향을 준다는 연구결과들도 있다[11, 12].

공감능력은 타인과 상호작용하면서 상대방의 감정을 자신의 것으로 느낄 수 있는 것부터 그것을 표현하는 것까지 다양하게 정의할 수 있다. 대상자에게 돌봄을 통해 지지를 제공하는 간호사에게는 핵심적 역량이라 할 수 있다[13]. 공감능력은 타인과의 교류에 있어 행복감에 영향을 미치며[14], 의사소통능력을 향상시켜 문제해결 능력을 높이기도 한다[15]. 간호대학생에게 공감교육 프로그램을 소그룹 단위로 적용한 연구에서는 공감능력과

대인관계능력의 향상도 확인할 수 있었다[16].

사회적으로 다른 사람과 효과적 관계를 형성하고 유지하는 능력을 나타내는 대인관계유능성도 의사소통능력의 관련 요인이다[17, 18]. 선행연구에서 인간관계론 교과목이 대인관계 관련 내용을 포함한 구성으로 대학생의 대인관계유능성을 향상시켰다는 결과를 보였고[19], 간호대학생, 의대학생의 인성과 의사소통능력이 현장실습 적응을 향상시키는 데에 대인관계유능성이 매개효과를 보이기도 했다[20].

이렇듯 선행연구는 의사소통능력과 관련하여 자신에 대한 이해와 타인에 대한 이해, 대인관계능력 등을 다양한 변수 간의 관계를 확인하는 연구가 대부분이었고, 이러한 연구들은 제언에 의사소통능력 향상을 위한 상담 및 교육프로그램의 개발을 제안하였다. 이후 의사소통 관련 교육프로그램 개발과 효과에 대한 연구가 활발하게 이루어졌는데, 의사소통능력 향상에 있어서 직접적 상호작용의 필요성을 강조하면서 강의식 교수법에서 벗어난 다양한 집단활동 프로그램 운영의 효과를 제시하였다. 예를 들어, 간호대학생을 대상으로 소집단 활동을 통한 의사소통 훈련[21, 22], 공감교육프로그램[16], 의사소통기술을 포함한 코칭프로그램[23] 등의 연구에서는 의사소통능력 향상에 자기이해 및 수용, 공감능력, 대인관계능력에 대한 긍정적 결과들을 보였다. 코로나19 상황이 지속되면서 불가피하게 진행된 비대면 수업은 교육부도 원격수업 운영비용 제한보다는 질 관리를 지원하겠다고 발표함에 따라 과거보다는 원격수업의 비중이 높아질 것으로 예상된다. 따라서 앞서 살펴 본 의사소통 관련 중재연구들이 대면이 아닌 비대면 온라인 프로그램으로 진행되었을 때에도 긍정적 효과를 보이는지 확인해 볼 필요가 있다. 이에 선행논문들과 관련 문헌들을 참조하여 인간관계와 의사소통 교과목의 공통적인 콘텐츠를 포함한 온라인 프로그램으로 구성하여 운영하고자 하였다. 또한, 온라인으로 진행하더라도 강의식 수업을 벗어나 자아 성찰적 글쓰기, 의사소통 주제의 조별 영상제작 발표 등의 참여 활동을 매 회 포함하고, 실시간 화상회의 소통과 LMS(Learning Management System)를 통한 개별피드백을 진행하였다. 13회 차의 프로그램을 진행한 후 본 프로그램을 통하여 실제 자기수용, 공감능력, 대인관계 유능성의 변화 여부 파악을 통해 교과목의 효과를 확인하고 추후 의사소통 교과목 온라인 운영 관련 기초자료로 활용을 기대한다.

1.2 연구 목적

본 연구는 간호대학생을 대상으로 한 인간관계와 의사소통 교과목에 적용한 온라인 프로그램을 통하여 간호대학생의 자기수용, 공감능력, 대인관계유능성에 미치는 효과를 확인하고자 한다.

2. 연구 방법

2.1 연구 설계

본 연구는 의사소통 프로그램이 자기수용, 공감능력, 대인관계유능성에 미치는 효과를 확인하기 위한 단일군 전-후 유사실험연구(one group pre - post test design)이다.

2.2 연구진행과 자료수집

본 연구는 B시 소재 일개 대학 간호학과 2학년 학생을 대상으로 하였다. 2021년 1학기에 2학점의 전공기초 교과목으로 편성된 ‘인간관계와 의사소통’은 비대면 수업 방침으로 인해 동영상 강의와 실시간 화상회의로 진행하

는 온라인 프로그램으로 계획하였다. 분반 당 40명, 총 3개 분반으로 한 학기 15주 수업 중 중간고사와 기말고사를 제외한 총 13회 차의 프로그램으로 구성하였으며, 해당 프로그램은 의사소통 교과목을 운영한 경험이 있는 간호학과 교수자 2인의 검토를 거쳐 수정 보완 하였다.

본 프로그램을 통한 교육목표는 자신과 타인을 이해하고 효과적인 의사소통 방법을 활용하여 성공적인 대인관계를 형성하는 것으로 세웠다. 교육목표에 따라 1~4회차는 자기이해 및 타인이해를 위한 성격발달이론 동영상 강의 학습과 자신과 조원의 성격 유형을 확인하는 실시간 화상회의를 통한 개별/조별활동으로 구성하였다. 5~10회 차까지는 의사소통을 위한 의사소통 유형 확인과 공감하기, 자기표현하기, 비폭력대화 등의 의사소통 훈련 활동을 포함한 동영상 강의 및 성찰적 글쓰기 개별 활동과 실시간 화상회의를 함께 진행하였다. 11~13회차에는 대인관계에서의 갈등관리, 상황별 의사소통 등을 동영상 강의를 통해 학습하고 조별 활동으로 갈등상황해결 방안에 대한 조별 발표와 교수자, 동료의 피드백으로 마무리되도록 구성하였다(Table 1).

Table 1. Interpersonal Program Schedule

	Theme	Contents	method	Running Time (min)
1	Orientation	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Orientation & introduction ▪ Basic concepts of relationships and communication 	Video lecture	70
			Introspective writing	30
2		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grouping & ice breaking ▪ Understanding self-concept ▪ Measuring self-esteem scale 	Zoom meeting (Individual/Group)	70
			Writing a class activity log	30
3	Self-understanding & understanding others	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Understanding Freud, Jung, Ericsson's personality development theory 	Video lecture	100
4		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Finding out personality types(Enneagram, MBTI) 	Zoom meeting (Individual/Group)	70
			Writing a class activity log	30
5	Interpersonal relationships	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Eric Berne's interaction analysis 	Video lecture	70
Introspective writing			30	
6		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Understanding Carl Rogers' helping relationship 	Video lecture	100
7		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Understanding Satir's communication type 	Video lecture	70
			Writing to find my type of communication	30
8	Effective communication	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Understanding Marshall B. Rosenberg's nonviolent communication 	Video lecture	70
			Writing to practice NVC	30
9		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Practice nonviolent communication(expression of feelings, desires) 	Zoom meeting (Individual/Group)	70
			Writing a class activity log	30
10		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Practice therapeutic communication 	Video lecture	70
			Writing to practice empathy	30
11	Conflict management	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Meaning, function and type of conflict 	Video lecture	70
			Writing to find my type of conflict	30
12		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Understanding organizational communication 	Video lecture	100
13		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Presentation of conflict cases and solutions 	Zoom meeting Group presentation & feedback	100

본 프로그램의 수강생들은 2020년 입학하여 신입생 1년 간 코로나19로 인한 거리두기로 비대면 대학생활을 경험한 이들로 같은 분반 동료들 간에도 대면활동이 거의 없는 상태였다. 이에 처음부터 조별 활동을 하기 보다는 자신에게 초점을 둔 활동으로 시작하고자 매 회 차에 개별적으로 학습내용과 관련된 자기 성찰적 글쓰기를 작성하여 LMS 개별 과제란에 제출하도록 하였고, 교수자가 개별 피드백을 하였다. 이 외에 2, 4, 9, 13회 차에는 실시간 화상회의 프로그램의 소회의실을 이용하여 조별 활동을 진행하였는데, 그 내용은 순서대로 '조 구성과 자기소개', '자신과 조원의 성격유형 확인하고 상황에 따른 차이 확인', '비폭력대화의 느낌카드/공감카드를 조원들과 이야기', '상황별 의사소통에 대한 조별 영상제작 발표'를 진행하였다. 교수자는 각 소회의실을 순환하며 소통 활동을 촉진하고 필요 시 피드백 하였다. 조별 활동 이후에는 해당 내용을 정리할 수 있는 활동지를 제공하여 작성하도록 하였다.

설문조사는 프로그램 시행 전 1회, 13회 차 프로그램 진행 후 1회로 총 2회 프로그램 활동과 별도로 진행하였다. 본 연구의 목적을 설명한 것을 이해하고 설문에 동의한 자로, 총 82명 중 불성실한 응답 14명을 제외한 68명을 최종 연구대상으로 하였다. 표본 수는 G power 3.1.9.7 프로그램을 이용하여 계산하였다[24]. 효과크기 .5, 유의수준 .05, 검정력 .95로 단일군 t-test를 위한 표본수를 산정한 결과 최소 54명으로 본 연구는 적절한 연구대상자수를 충족하였다.

2.3 연구 도구

본 연구는 일반적 특성 4개 문항, 자기수용 15개 문항, 공감능력 28개 문항, 대인관계유능성에 대한 40개 문항 총 87문항으로 구성된 구조화된 설문지를 이용하였다.

2.3.1 일반적 특성

일반적 특성은 성별, 연령, 동거인 유무, 학업성적을 포함한 4개 문항으로 구성하였다.

2.3.2 자기수용

자기수용 척도는 Chamberlain과 Haaga(2001)가 개발한 무조건적 자기수용 척도(USAQ-R: Unconditional Self Acceptance-R)를 추미례와 이영순(2014)[25]이 타당도를 검증하여 총 15문항 7점 척도로 평정한 도구를 사용하였다. 각 문항은 "전혀 그렇지

않다(1점)"부터 "항상 그렇다(7점)"까지 Likert 7점 방식으로 구성되었으며 총점이 높을수록 무조건적 자기수용 정도가 높음을 의미한다. 선행연구에서 Cronbach's α 는 .78이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's α .85였다.

2.3.3 공감능력

공감능력 측정 도구는 Davis(1980) 공감척도인 대인관계 반응지수(Interpersonal Reactivity Index: IRI)를 박성희(1997)[26]가 변안한 것을 사용하였다. 총 28개 문항이며, 인지적 공감으로 관점 취하기, 상상하기와 정서적 공감으로 공감적 관심, 개인적 고통까지 총 4개의 하위요인으로 구성되어 있다. 각 문항은 '정말 그렇다'의 5점부터 '정말 그렇지 않다'의 1점을 부여 하여 Likert 식 5점 척도로 이루어져 있으며, 점수가 높을수록 공감능력이 높은 것이다. 선행연구에서 Cronbach's α 는 .72로 나타났고, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .82였다.

2.3.4 대인관계유능성

Buhrmester, Furman, Wittenberg와 Reis(1988)가 개발한 대인관계유능성 척도(Interpersonal Competence Questionnaire: ICQ)를 김창대와 김수임(1999)[27]이 변안한 것을 사용하였다. 이 도구는 처음관계 맺기, 타인에 대한 불쾌감 주장, 자기노출, 정서적 지지 및 조언, 대인갈등 다루기 5가지 대인관계 하위요인으로 구성되어 있다. 각 8문항씩 40문항으로 구성되어 있으며, '전혀 그렇지 않다'는 1점부터 '매우 그렇다' 5점까지 Likert 5점 척도로, 점수가 높을수록 대인관계에서 유능함을 나타낸다. 선행연구에서 Cronbach's α 값은 .82~.91, 본 연구에서는 Cronbach's α .87이었다.

2.4 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS Statistics 21 program을 이용하여 분석하였다. 연구 대상자의 일반적 특성은 빈도, 백분율, 평균 등의 기술통계 분석을 실시하였고, 대상자의 자기수용, 공감능력, 대인관계유능성의 사전 사후 비교는 paired t-test를 이용하여 분석하였다.

2.5 윤리적 고려

연구자는 연구대상자들에게 연구의 목적과 방법을 설명하였고 수집된 자료를 연구 이외의 목적으로 사용하지 않을 것임을 설명하였다. 연구대상자는 자신의 자율 의지에 따라 조사에 참여하고, 참여 중 언제라도 중단할 수

있으며, 이에 대해서는 어떤 불이익도 없음을 설명하였다. 온라인 설문 시 동의 여부 표시를 통해 동의한 사람만 응답할 수 있도록 하였고, 모든 자료는 무기명으로 수집되었다. 연구가 종료된 후 모든 자료는 1년 이내 폐기됨을 공지하였으며, 설문에 응답한 모든 대상자에게 답례음료쿠폰을 제공하였다.

3. 연구 결과

3.1 대상자의 일반적 특성

연구 대상자는 총 68명으로 일반적 특성은 Table 2와 같다. 대상자의 92.2%(62명)가 여성이었고, 연령은 25세 미만이 64.7%(44명)로 가장 많았다. 가족과 함께 거주하는 대상자가 94.1%(64명)로 나타났고, 학업성적은 평점 4.0 이상이 48.5%(33명)로 가장 많았다.

Table 2. General Characteristics of the Participants (N=68)

Characteristics		n	%
Gender	Woman	62	92.2
	Man	6	8.8
Ages	< 25	44	64.8
	25~29	14	20.6
	30~34	6	8.8
	≥35	4	5.8
Residential status	Alone	4	5.9
	With family	64	94.1
Grades	≥ 4.0	33	48.5
	3.5~3.9	27	39.7
	< 3.5	8	11.8

3.2 의사소통 프로그램 전·후 자기수용 차이

대상자의 자기수용 전체 점수는 처치 전과 비교하여

Table 3. Differences in self-acceptance before and after the communication program. (N=68)

Variables	pre-test	post-test	t	p
	Mean±SD	Mean±SD		
Self-acceptance (Total)	68.29±13.45	73.35±12.54	-2.65	.010
Self-acceptance as a being	25.84±5.14	26.54±5.09	-0.81	.421
Self-acceptance from discrimination of judgment	23.85±6.39	28.03±5.77	-6.11	<.001
Self-acceptance from feedback	18.60±4.36	18.78±4.28	-0.23	.818

평균 5.06점 통계적으로 유의하게 상승하였고 ($t=-2.65, p=.010$) Table 3과 같다. 하위요인 중 '존재로서의 자기수용', '피드백으로부터의 자기수용'은 차이가 크지 않았으나, '판단분별로부터의 자기수용'이 4.18점 상승하였고, 통계적으로 유의하게 나타났다($t=-6.11, p<.001$).

3.3 의사소통 프로그램 전·후 공감능력 차이

대상자의 프로그램 후 공감능력 총점은 106.04점으로 프로그램 전에 비교하여 평균 1.69점 상승했으나 통계적으로 유의하지 않았다(Table 4). 하위요인 중 '관점취하기'에서만 평균 25점에서 29.03점으로 유의하게 상승하였다($t=-7.00, p<.001$).

Table 4. Differences in empathic Ability before and after the communication program. (N=68)

Variables	pre-test	post-test	t	p
	Mean±SD	Mean±SD		
Empathy (Total)	104.35±11.52	106.04±9.76	-0.97	.337
Perspective-taking	25.00±2.92	29.03±3.38	-7.00	<.001
Fantasy	26.34±5.88	26.53±5.40	-0.21	.833
Empathic Concern	27.03±4.19	27.57±3.35	-0.82	.414
Personal Distress	22.68±3.60	22.91±4.05	-0.37	.711

3.4 의사소통 프로그램 전·후 대인관계유능성 차이

대상자의 대인관계유능성의 전후 차이는 총점기준 4.02점 상승하였으나 통계적으로는 유의하지 않았다

Table 5. Differences in interpersonal competence before and after the communication program. (N=68)

Variables	pre-test	post-test	t	p
	Mean±SD	Mean±SD		
Interpersonal Competence (Total)	155.01±15.81	159.03±6.33	-1.40	.165
First relationships with others	29.68±6.00	30.65±5.56	-0.94	.349
Claiming displeasure towards others	30.00±5.50	26.93±4.38	3.59	.001
Self-exposure	30.21±4.35	31.65±4.74	-1.95	.056
Emotional support and Advice	32.72±3.64	33.12±3.69	-0.69	.494
Dealing with interpersonal conflict	32.41±3.68	33.03±3.25	-1.01	.314

(Table 5). 하위요인 중 '타인에 대한 불쾌감 주장'이 평균 30점에서 26.93점으로 낮아졌으며 통계적으로 유의하게 나타났다($t=3.59, p=.001$).

4. 논의 및 결론

본 연구는 인간관계와 의사소통이라는 교과목의 온라인 프로그램을 통한 간호대학생의 자기수용, 공감능력, 대인관계유능성의 향상을 확인하고자 수행되었다. 각 변수를 측정하는 도구의 전, 후 점수의 차이를 비교하고, 대상자들의 서술형 평가를 분석하였다. 본 연구결과를 토대로 추후 간호대학생의 의사소통 온라인 프로그램의 개발 시 활용하고자 하였다. 주요 결과는 다음과 같다.

대상자의 일반적 특성은 간호학과 특성 상 여성이 92.2%(62명)였고, 25세 미만인 가장 많았으며(44명, 64.8%), 대상자의 94.1%(64명)가 가족과 함께 거주하는 것으로 나타났다. 학업성적은 평점 3.5 이상이 88.2%(60명)이었다.

온라인 프로그램 이후 대상자의 자기수용은 총점이 유의하게 상승하였으며($t=-2.65, p=.010$), 하위요인인 '판단분별로부터의 자기수용'이 유의하게 상승하였다($t=-6.11, p<.001$). 공감능력에서는 타인의 관점에서 상황을 받아들이는 내용으로 구성된 하위요인인 '관점 취하기'에서 통계적으로 유의한 상승을 보였다($t=-7.00, p<.001$). 대인관계유능성에서는 타인과의 관계에서 자신의 권리를 주장하거나 불쾌감을 표현할 수 있는 '타인에 대한 불쾌감 주장'이 통계적으로 유의하게 낮았다($t=3.59, p=.001$).

주요결과를 논의하면, 첫째, 온라인 의사소통 프로그램 이후 간호대학생의 자기수용 수준이 유의하게 상승하였다. 이는 대상자들의 수업 활동지 내용을 통해서도 확인할 수 있는데, 온라인 프로그램의 도입부에 자기이해와 관련된 개념 강의와 자신에 대한 글쓰기, 동료들과 자신의 이야기를 나누는 활동 등에서 자신의 감정, 생각, 느낌 등을 진지하게 들여다보는 경험의 기회가 되었음을 표현하였다. 매 주차 글쓰기에 대한 부담감을 표현하면서도 형식에 얽매이지 않는 자기 성찰적 글쓰기를 진행하면서 자신의 감정을 해소하는 기회를 갖는 것이다[28]. 이는 대학생을 대상으로 한 자서전 쓰기 집단상담 프로그램에 참여자 모두가 자기수용이 유의하게 향상된 결과[29], 치료적 의사소통 교과목을 수강한 대학생의 자기수용 점수가 그렇지 않은 군보다 높게 나타난 결과[22]와 유사하

다. 또한, 온라인을 통한 의사소통 교과목 수업의 효과 연구에서 자기이해를 넓혀 의사소통능력이 향상되었다는 결과와도 같은 맥락이다[30]. 전체 자기수용 중에서도 하위요인인 '판단분별로부터의 자기수용'이 유의하게 상승하였다. 간호대학생은 졸업하는 시기까지 '생명을 다루는 간호사'로서 대상자에게 위해를 가할 수도 있는 실수는 용납되지 않음을 암암리에 각인하게 되는데, '판단분별로부터의 자기수용' 점수가 상승한 것은 타인에 의한 평가보다는 자신의 욕구, 강점, 특성, 가치, 신념 등을 있는 그대로 인식함으로써 자신을 수용함을 의미한다. 이러한 자기수용 과정이 본 연구 대상자와 같이 의사소통 프로그램을 통해 저학년 시기에 이루어진다면 임상실습을 비롯한 임상현장에서 치료적 관계를 발달시키는 데에 도움이 될 것이며[31] 의사소통능력과 대인관계능력의 향상을 기대할 수 있다[32].

둘째, 온라인 의사소통 프로그램 이후 공감능력에서 하위요인 '관점취하기'가 상승하였다. 관점취하기는 인지적 공감능력으로써 상대방의 생각이나 관점, 감정 등을 이해하고 공유하는 능력을 말하며[33], 이러한 결과는 간호대학생에게 공감교육프로그램의 효과를 확인한 연구에서도 인지적 공감 중 '관점취하기'에 효과가 있는 것으로 나타나 유사한 결과를 보였다[32]. 또한, 동일한 의사소통 프로그램은 아니나 자기개방과 상호작용 활동을 포함한 계슈탈트 관계성 향상 프로그램 효과 연구에서도 인지적 공감능력 향상이 정서적 공감능력보다 높게 나타나 본 연구의 결과와 유사하였다[34]. 반면에 취업준비생을 대상으로 한 대면 의사소통 프로그램의 영향 연구에서는 의사소통 프로그램을 통한 인지적, 정서적 공감의 향상이 유의하여[35] 본 연구결과와는 차이가 있었다. 이러한 결과는 이해 수준의 인지적 공감능력보다 표현할 수 있는 정서적 공감능력이 높은 수준이기 때문에 더 많은 시간과 노력이 필요하다는 연구 결과[36]를 통해 설명될 수 있으며, 본 연구의 프로그램에서 타인의 반응을 객관적으로 알아차릴 뿐 아니라 타인에 대한 동정심과 보호 의지를 갖고 적극적으로 개입할 수 있는 정서적 공감을 촉진할 수 있는 활동[33]의 보완이 필요함을 시사한다.

셋째, 온라인 의사소통 프로그램 이후 대인관계유능성의 총점은 159.03점으로 간호대학생을 대상으로 한 다른 연구결과들과 유사하게 높은 편이었으나[37,38], 프로그램 전, 후의 유의한 변화는 없었다. 이는 모두 동일한 도구로 측정된 것은 아니나, 강의실 환경에서 진행한 의사소통 프로그램 중재연구에서 대인관계능력의 향상이 유의했다는 다른 결과들과 상이하였다[22, 33, 38]. 유일

하게 온라인을 통해 의사소통 교과목 운영효과를 확인한 연구도 대인관계능력의 향상을 보였는데[11], 측정도구가 달라 단순비교에는 어려움이 있지만 수업 운영방법에 있어서 매회 실시간 화상회의를 통한 시나리오 역할극을 진행하여 대상자들의 상호작용의 시간이 본 연구보다 많았을 것으로 예상된다. 대인관계유능성의 하위요인별 결과를 보면, 처음 만나는 사람과 관계 맺기, 자기 노출하기, 정서적 지지와 조언하기, 갈등해결하기의 점수가 유의하지는 않았지만 프로그램 이후 상승한 것과 비교하여 '타인에 대한 불쾌감 주장' 점수가 유의하게 낮아진 것이 눈에 띈다. 이는 간호대학생의 대인관계 문제 관련 연구를 통해 대상자 특성을 보면, 자기중심성이 가장 낮고 비주장성이 가장 높았다는 결과[39]와 대인관계 하위영역 중 자기희생, 과순응성, 비주장성 순으로 점수가 높았다는 결과[40]가 본 연구결과를 뒷받침 할 수 있다. 또한 이러한 대상자의 특성이 영향을 크게 미쳤다면, 13회 차의 온라인 프로그램을 통해 대인관계 행동 변화로까지 반영되기는 어려웠을 것이고, 오히려 프로그램의 성격유형, 의사소통 유형, 공감하기, 비폭력대화 등의 활동을 통해 타인이해 수준이 높아진 영향으로 볼 수 있겠다[9-11]. 특히, 대인관계유능성의 질문지 문항이 '타인의 무리한 요구나 부탁에 대한 불편함을 표현하고 거절하는 것'에 대한 내용이어서 위의 학습 및 활동 이후의 '타인에 대한 불쾌감 주장'은 높아지기 어려웠을 것으로 보인다. 더불어 본 연구의 온라인 의사소통 프로그램이 개인적 성찰 활동을 통해 자신을 들여다보고, 소그룹 구성원과의 대화하기로 상대방의 감정과 상태를 인지하는 것은 가능했지만 집단 활동, 체험 등의 대면 활동 시에 느낄 수 있는 상대방의 목소리, 표정, 말투 등의 직접적인 피드백을 통해 자신이 느끼고 반응하는 직접 상호작용을 경험하는 데에는 한계가 있었을 것으로 생각한다. 따라서 온라인 의사소통 프로그램이 대면 의사소통과 같은 효과를 보이기 위해서는 이러한 한계점에 대한 보완이 필요하다.

본 연구 결과를 통해 온라인 의사소통 프로그램이 간호대학생의 자기수용과 공감능력에는 대면의사소통 프로그램과 같이 효과적일 수 있으나, 대인관계유능성의 경우는 대면 프로그램이 더 효과적이었음을 확인하였다. 환경적인 이유로 온라인 방식의 진행이 불가피하다면, 대인관계유능성의 향상을 위해서는 대면 의사소통만큼 밀도 있는 상호작용을 위한 소그룹 단위의 운영과[21] 대화를 통한 자기표현과 의사소통연습이 가능한 지속적, 단계적 프로그램을 개발하는 것이 효과적이라고 생각한다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 간호대학생을 대상으로 온라인 의사소통 프로그램을 진행하고, 프로그램이 자기수용, 공감능력, 대인관계유능성에 미치는 영향을 파악하고자 하였다. 본 연구의 결과로는 프로그램 이후 자기수용 수준이 상승하였고, 인지적 공감능력인 '관점취하기'의 수준이 상승하였다. 그러나 대인관계유능성의 하위요인인 '타인에게 불쾌감 주장' 항목에서 점수가 유의하게 낮은 것은 온라인 의사소통 프로그램으로 인한 변화라기보다는 간호대학생의 특성과 자기성찰, 공감활동 후의 영향일 것으로 생각한다.

본 연구는 인성 함양을 위한 기초교과목인 인간관계와 의사소통의 온라인 프로그램을 적용하여 자기수용, 공감능력에 일부 긍정적 변화를 확인하였고 대인관계유능성 측면에서는 대면 의사소통프로그램만큼 효과를 얻기 위해서는 보완이 필요함을 확인한 것에 의미가 있다.

본 연구는 자료 수집의 연구대상이 일개 대학의 간호학과 2학년생으로 한정되었다는 것에 일반화하는 것에 제한점이 있어, 후속 연구에서는 다양한 지역의 간호대학생을 대상으로 하여 일반적인 결과를 얻을 필요가 있으며 자기기입식 설문지를 이용한 심리적 변수 측정의 한계를 보완하기 위해 질적 연구를 제언한다. 추후 대인관계유능성을 향상시킬 수 있는 지속적, 단계적 온라인 의사소통 프로그램을 개발하여 적용하는 연구가 진행되길 기대한다.

References

- [1] S. M. Kwon, Psychology of Human Relationships for Young People, p.557, Hakjisa, 2020.
- [2] E. J. Kim, K. H. Lee, "Exploring Types of Conflict Management in University Students by Analyzing Potential Profiles", *HRD Research*, Vol.15, No.4, pp.27-45, 2019.
DOI : <https://dx.doi.org/10.35637/klehrd.2019.15.4.002>
- [3] M. L. Park, "A Study of Freshmen's Need Assessments for Mental Health Counseling Programs", *Christian Education Journal*, Vol.52, pp.221-256, 2017.
DOI : <https://dx.doi.org/10.17968/jcek.2017..52.007>
- [4] H. Yoo, D. G. Kim, J. I. Lee, G. H. Gim, "The Function and Role of College Student Counseling Center in the Era of COVID-19(With COVID-19) Pandemic: Focusing on cases of operation of non-face-to-face student counseling centers", *Korean Journal of Counseling*, Vol.6, No.1, pp.47-63, 2021.
DOI : <https://dx.doi.org/10.15703/kiccsp.6.1.202106.47>

- [5] H. J. Kim, "Evaluation of Motivational Interviewing Training to Promote Client-centered Communication Competency for Nurses", *Journal of Korean Academy of Psychiatric Mental Health Nursing*, Vol.26, No.4, pp.362-373, 2017.
DOI : <https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2017.26.4.362>
- [6] A. Ellis, R. A. Harper, A guide to rational living (3rd Ed.), p.233, CA: Wilshire, 1997.
- [7] A. Ellis, Psychotherapy and the value of a human being. In A. Ellis & R. Grieger (Eds.), Handbook of rational-emotive therapy pp. 99-112, New York: Springer, 1977.
- [8] S. H. Yoo, "Relationship Between Unconditional Self-Acceptance and Fear of Evaluation of College Students", *The Journal of Educational Research*, Vol.18, No.4, pp.101-120, 2020.
DOI : <https://doi.org/10.31352/JER.18.4.101>
- [9] S. H. Park, J. E. Kim, B. N. Bang, "A Study on the Effects to the Communication Capability and the Accommodation of other person's Perspective for the Self Understanding, the Self Accommodation and the Self Communication-Centered on the University Students in Gungjido and Seoul", *Journal of the Korean Contents Association*, Vol.16, No.7, pp.410-422, 2016.
DOI : <https://doi.org/10.5392/JKCA.2016.16.07.410>
- [10] S. J. Lim, E. Y. Park, "Changes in Communication and Relationship Pattern for Undergraduate Nursing Students After 'Satir Communication Education'", *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol.19, No.2, pp.151-162, 2013.
DOI : <https://doi.org/10.5977/jkasne.2013.19.2.151>
- [11] A. J. Lee, S. M. Choi, "The Influence of University Student's Self-acceptance on the Interpersonal Relationship Competence: The Mediation Effect of Self-esteem and Communicative Competence", *Korea Journal of Counseling*, Vol.16, No.4, pp.209-224, 2015.
DOI : <https://doi.org/10.15703/kjc.16.4.201508.209>
- [12] T. S. Huh, S. M. Choi, "The Mediation Effects of Empathy in the Relationship of Self-Acceptance and Interpersonal Competence", *Journal of Youth Counseling Research*, Vol.25, No.2, pp.45-63, 2017.
DOI : <https://doi.org/10.35151/kyci.2017.25.2.003>
- [13] M. R. Allgood, Nursing theory: The basis for professional nursing. In K. K. Chitty (Ed.), Professional nursing: concepts and challenges. 4th ed. pp.271-298, St. Louis: Elsevier Saunders.
- [14] H. K. Cho, S. J. Cho, "The Influence of Adolescents' Perceived Empathy and Peer Support on Happiness", *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol.22, No.5, pp.136-142, 2021.
DOI : <https://doi.org/10.5762/KAIS.2021.22.5.136>
- [15] Y. H. Hwang, S. J. Park, "The effects of empathy and self concept on problem solving: Focusing on the mediating effect of communication of nursing students", *Journal of the Korean Society for Nursing Education*, Vol.26, No.4, pp.348-356, 2020.
DOI : <https://doi.org/10.5977/jkasne.2020.26.4.348>
- [16] J. O. Jeong, S. Kim, "The Effect of an Empathy Education Program on Nursing Students' Empathy Ability, Interpersonal Ability, and Caring", *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol.25, No.3, pp.344-356, 2019.
DOI : <https://doi.org/10.5977/jkasne.2019.25.3.344>
- [17] J. I. Kim, "Factors Affecting Nursing Students' Communication Skills", *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol.22, No.3, pp.118-128, 2021.
DOI : <https://doi.org/10.5762/KAIS.2021.22.3.118>
- [18] C. R. McConnell, "Interpersonal competence in the management of people", *The Health Care Manager*, Vol.37, No.4, pp.358-367, 2018.
DOI : <https://doi.org/10.1097/HCM.0000000000000237>
- [19] S. J. Ju, "The Effects of Human Relationships Class on University Students' Interpersonal Problem Level and Interpersonal Competence", *Korea Youth Research Association*, Vol.19, No.7, pp.79-99, 2012.
UCI : G704-000387.2012.19.7.009
- [20] N. J. Je, M. R. Park, J. S. Hwa, "Effects of college students' adjustment, Character, and communication competence on field practice adaptation -Mediating effect of interpersonal competence", *Journal of Digital Convergence*, Vol.17, No.9, pp.249-258, 2019.
DOI : <https://doi.org/10.14400/JDC.2019.17.9.249>
- [21] J. S. Won, H. S. Shin, "The Effect of Small Group Based Communication Training Program on the Competency of Communication and the Human Relationship in Nursing College Students", *Journal of East-West Nursing Research*, Vol.14, No.2, pp.60-66, 2008.
UCI : G704-SER00012890.2008.14.2.008
- [22] M. R. Lee, Y. K. Kwag, "The Effects of Nursing Communication Curriculum", *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, Vol.6, No.4, pp.181-190, 2016.
DOI : <https://doi.org/10.35873/ajmahs.2016.6.4.019>
- [23] S. H. Bae, J. S. Park, "Development and Evaluation of Extracurricular Coaching Programs for Improving Communication Skills and Leadership among Nursing Students", *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol.21, No.2, pp.202-214, 2015.
DOI : <https://doi.org/10.5977/jkasne.2015.21.2.202>
- [24] F. Faul, E. Erdfelder, A. G. Lang, & A. Buchner, "Statistical power analyses using G*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses", *Behavior Research Method*, 41, pp.1149-1160, 2009.
DOI : <https://doi.org/10.3758/BRM.41.4.1149>
- [25] M. L. Choo, Y. S. Lee, "Development and validation study of the Unconditional Self-Acceptance Questionnaire" *Korean Journal Of Counseling And Psychotherapy*, Vol.26, No.1, pp.27-43, 2014.

UCI : G704-000523.2014.26.1.001

- [26] S. H. Park, Empathy and prosocial behavior, p.214, Seoul: Muneumsa. 1997.
- [27] C. D. Kim, S. I. Kim, "A Study on the Effects of Group Counseling Programs for Improving Interpersonal Skills", *Seoul National University Student Life Research Center*, Vol.35, No.1, pp.83-95, 1999.
- [28] H. J. Kim, "The Implications of Writing Education and the University students' Perceptions of Writing in the Self-Reflection Essay", *The Korean Journal of Literacy Research*, Vol.11, No.3, pp.161-191, 2020.
DOI : <https://doi.org/10.37736/KJLR.2020.06.11.3.05>
- [29] B. T. Kim, S. J. Jung, "The effect of autobiography writing group counseling program on self-acceptance, positive emotions, self-reflection, and life expectancy", *2020 Annual Conference of the Korean Psychological Association*, ZOOM Webinar, pp.134-134, August.
- [30] M. H. Choe, "Effects of Online Communication Courses: Application of Convergent Education Method", *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol.12, No.3, pp.401-408, 2021.
DOI : <https://doi.org/10.15207/JKCS.2021.12.3.401>
- [31] E. J. Bong, "Effect of Interpersonal Relationships and Communication Curriculum were utilized Group Activities on Interpersonal Relationships and Communication Self-efficacy among Nursing Student", *The Journal of the Korea Contents Association*, Vol.13, No.10, pp.394-402, 2013.
DOI : <https://doi.org/10.5392/JKCA.2013.13.10.394>
- [32] J. Y. Kim, D. G. Lee, "The mediating effects of self-acceptance and self-concept clarity on the relationship between socially-prescribed perfectionism and subjective well-being in college students", *Korea Journal of Counseling*, Vol.14, No.1, pp.63-82, 2013.
DOI : <https://doi.org/10.15703/kjc.14.1.201302.63>
- [33] D. G. Lee, D. W. Kim, "The Effect of the Gestalt Relationship Improvement Program (GRIP) on Empathic Abilities and Life Satisfaction among University Students", *Korean Gestalt Counseling Psychological Association*, Vol.8, No.1, pp.77-88, 2018.
- [34] H. S. Park, H. S. Koh, "The Effects of Communication Training Program on Communication Ability, Cognitive · Emotional Empathy as Vocational Competency", *Journal of Employment and Career*, Vol.8, No.2, pp.75-95, 2018.
DOI: <https://doi.org/10.35273/jec.2018.8.2.004>
- [35] B. Chakrabarti, S. Baron-Cohen, "Empathizing: neurocognitive developmental mechanisms and individual differences", *Progress in Brain Research*, Vol.156, pp.403-417, 2006.
DOI: [https://doi.org/10.1016/S0079-6123\(06\)56022-4](https://doi.org/10.1016/S0079-6123(06)56022-4)
- [36] E. J. Park, S. J. Shin, "Relationship between Emotional Intelligence, Interpersonal Competence, and Caring Efficacy in Nursing Students", *Journal of Korean Society for Simulation in Nursing*, Vol.6, No.2, pp.15-25, 2018.
DOI : <https://doi.org/10.17333/JKSSN.2018.6.2.15>
- [37] H. K. Cho, "The Influences on the Self-Regulated Learning Ability due to Nursing Students' Interpersonal Competence and Self-Determination Motivation", *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol.9, No.12, pp.475-783, 2018.
DOI : <https://doi.org/10.15207/JKCS.2018.9.12.475>
- [38] M. R. Park, "Effects of Personality Education Program for the University Student's Self-esteem, Communicative competence, and Interpersonal competence", *Korean Journal of General Education*, Vol.13, No.3, pp.77-95, 2019.
- [39] S. H. Hong, "Effects of Interpersonal Problems on Communication Skills in Nursing students", *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, Vol.21, No.14, pp.117-127, 2021.
- [40] Y. H. Kim, H. H. Kyung "Interpersonal Problems and Depression in Nursing Student: Moderating Effects of Online and Offline Social Support", *The Journal of the Korea Contents Association*, Vol.20, No.8, pp.285-297, 2020.
DOI : <https://doi.org/10.5392/JKCA.2020.20.08.285>

오 순 영(Soonyoung Oh)

[정회원]



- 2013년 8월 : 중앙대학교 대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2017년 2월 : 중앙대학교 대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2017년 9월 ~ 2020년 2월 : 경북대학교 간호학과 조교수
- 2020년 3월 ~ 현재 : 부천대학교 간호학과 조교수

<관심분야>

의사소통, 시뮬레이션