

한국형 정서적 자활 프로그램 시행과 효과성 평가 - 경기지역 지역자활센터 시범사업을 중심으로 -*

최상미(동국대학교 사회복지상담학과 조교수)**

홍영표(시카고 로올라 대학교 사회복지대학원 교수)**

김한성(한양대학교 사회학과 부교수)

본 연구는 2001년부터 국민기초생활보장 조건부수급자를 대상으로 실시되고 있는 자활사업이 기술적 측면의 직업능력개발과 사업단 운영 등 경제적 자활에만 초점을 뒀으로써 자활참여자들이 변화해가는 과정을 간과해왔다는 문제제기로부터 출발한다. 본 연구는 자활은 경제적 자활을 포괄하는 개념으로서, 자활을 위해서는 경제적 접근과 함께 심리정서적, 사회적 접근이 함께 이루어져야한다고 제안하며, 미국에서 개발되어 실시되고 있는 정서적 자활 프로그램인 ‘불가능을 가능으로(TIP: Transforming Impossible to Possible)’ 프로그램을 자활전문가 7인이 함께 수정 보완하는 작업을 통해 한국형 정서적 자활 프로그램으로 수정하여 제안하고, 이를 경기지역 10개 자활센터 이용자 104명에게 실제로 수행하여 효과성을 평가한다. 정서적 자활 프로그램의 효과성을 통제집단과의 비교를 통해 검증한 결과, 정서적 자활 프로그램은 참여자들의 정서적 역량강화, 동기부여, 자기효능감, 자존감 향상 등에 기여한 것으로 나타났다. 나아가 본 연구는 한국형 정서적 자활 프로그램의 자활센터에의 적용 방안으로 사례관리와의 연계 활용 가능성을 제안한다.

주제어 : 자활 사업, 정서적 자활, 집단프로그램, 프로그램 개발, 프로그램 평가

I. 연구의 배경 및 필요성

평본 연구의 목적은 자활사업 참여자들의 정서적 역량 강화, 자활 동기부여와 사기 증진을 위한 집단프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하는 것이다. 이러한 목적 하에 본 연구는 미국에서

* 이 논문은 2016년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 연구함(NRF-2016S1A5A8017747).

** 주저자

*** 교신저자

개발되어 사용되고 있는 정서적 자활 프로그램 ‘불가능을 가능으로(TIP: Transforming Impossible into Possible)’ 를 한국형으로 수정·개발하고, 한국 자활 사업 참여자를 대상으로 수행하여 그 효과를 검증하는 것을 내용으로 한다.

국내에서 자활사업은 국민기초생활보장제도의 시작과 함께 2001년 이래 15년간 실시되어왔으며, 2016년 현재 전국에 1개 중앙자활센터, 14개 광역자활센터와 249개 지역자활센터가 설립·운영되고 있다(<http://www.cssf.or.kr>, 중앙자활센터 홈페이지 자활센터 현황). 전국의 지역자활센터들은 보건복지부(2016)가 제시하는 자활사업의 목적인 ‘근로역량의 배양 및 일자리 제공을 통한 탈빈곤 지원’ 과 ‘자활능력배양, 기능습득 지원 및 근로기회 제공’ 에 근거하여, 직업교육, 기술훈련, 고용을 위한 사업단 운영 등 자활사업 참여자의 ‘경제적 자활’ 에 초점을 둔 사업을 주요 사업으로 수행해왔다. 또한 자활사업의 주요 목적과 내용에 맞추어 자활사업 평가 또한 매출액, 자활성공률(취창업율), 탈수급률과 같은 경제적 지표에 근거하여 이루어져왔다.

그러나 일련의 연구자들은 경제적 측면에만 초점을 둔 자활에 대한 접근의 한계를 지속적으로 제기하였다. 먼저 Hawkins(2005)는 다차원적 개념인 자활을 경제적 측면으로만 접근함으로써 자활의 육체적, 심리적, 사회적 측면은 간과되어왔다고 주장하였으며, Gowdy와 Pearmutter(1993)는 경제적 측면만을 반영한 자활에 대한 접근은 정책가들의 시각만을 반영함으로써, 자활 참여자들의 시각과 욕구를 담는 데에는 실패해왔음을 지적하였다. Hong(2013)은 경제적 측면에만 초점을 둔 자활에의 접근은, 자활사업 수행 기관들이 자활참여자들이 자활이 되어가는 과정을 간과하고 경제적 평가 지표 충족을 목표로 사업을 수행하는 미션 전치 현상을 발생시켜왔음을 지적하였다. 나아가 자활에 대한 경제적 접근을 보완하고자하는 접근으로서 심리·정서적의 필요성을 제안하였다.

자활에 대한 심리·정서적 접근은 크게 두 가지 측면에서 구분해볼 수 있는데, 첫 번째로는 자활 사업의 정서적 성과를 평가하기 위한 척도 개발연구이며, 두 번째로는 자활 참여자들을 대상으로 정서적 프로그램을 개발하여 실시하고 그 효과성을 평가하는 연구이다. 먼저 자활사업의 성과를 정서적 측면에서 평가하고자하는 시도로서, Hong과 동료들은 일련의 연구(Hong et al., 2009; Hong et al., 2014; Hong et al., 2014)를 통해 경제적 성과와 함께 자활사업에 대한 과정 평가로서 정서적 성과에 대한 평가를 실시해야한다고 주장하면서 정서적 자활 성과(PSS: psychological self-sufficiency) 지표를 개발·제안한 바 있다. 유사하게, 국내에서도 엄태영(2014)이 자활전문가에 대한 델파이조사를 통해 정서적 자활 지표를 제안하였다.

다음으로 자활 참여자들의 임파워먼트, 자립마인드¹⁾, 공동체의식 강화 등 정서적 역량강화를 위한 프로그램이 개발되어 시행되어왔는데, 오정영, 최응용(2011)은 자활사업참여자들의 임파워먼트 향상을 위해 집단 프로그램인 긍정심리프로그램을, 정연정, 유지형(2014)은 자활사업 참여

1) 학자에 따라 유사한 개념을 자립동기, 자립의지, 근로동기 등으로 표현하고 있음.

자들의 임파워먼트를 위한 인문학 프로그램을, 이선희(2004)는 자활사업 참여자들의 알콜남용 극복을 위한 절주집단프로그램을, 권복순 외(2012)는 자활사업 참여자들의 자립마인드향상을 위한 ‘심(心) 밭에 밀알 심기’ 프로그램을 개발하여 진행하고 그 효과성을 평가하여 제시한 바 있다. 이처럼 2000년대 이래로 자활 참여자들의 정서적 역량과 근로 동기 강화를 위해 지속적으로 다양한 프로그램이 시도되어왔으나, 대체로 한, 두 개 자활센터의 참여자들만을 대상으로 프로그램을 시행하고 그 효과성을 인터뷰 등을 통해 탐색적으로 검증하거나 자이존중감과 같은 기존의 척도를 사용하여 효과성을 평가함으로써 그 성과를 객관적으로 입증하는 데에는 한계를 가진다.

이에 본 연구는 미국의 자활 현장에서 효과성이 일차적으로 검증된 TIP 프로그램을 한국의 자활 전문가 7인²⁾이 수정·보완하여 한국형으로 개발하고 이를 경기지역 10개 자활센터 이용자 104명을 대상으로 실시한 후, 정서적 자활 성과 지표를 사용하여 사전-사후 통계집단, 실험집단 설계를 통해 그 효과성을 보다 정교하게 검증하고자 한다. 이를 통해 본 연구는 한국형 정서적 자활 프로그램이 일차적으로는 국내 자활센터 이용자의 정서적 측면에서의 역량강화를 위한 프로그램으로 자리잡고, 나아가 자활 현장 뿐 아니라, 청년실업자, 취업준비생, 기업의 인사과, 노숙자 및 장애인 그룹 등 자활자립을 목적으로 하는 다양한 집단에 대한 정서적 역량강화 프로그램으로서의 잠재력을 제안하는 것을 기대한다.

II. 이론적 논의

1. 자활사업 참여자를 대상으로 한 기존의 집단 프로그램에 대한 고찰

국내에서 2001년 자활사업이 실시되어 온 이래 2010년에 들어서면서부터 공공과 민간에서 자활사업 참여자들의 정서적 역량강화와 근로의지 함양을 위한 프로그램이 시도되어왔다. 먼저 공공이 주도로 고용연계프로그램(workforce program)에서 시도한 첫 번째 정서적 프로그램으로는 ‘사례관리’에 초점을 둔 ‘희망리본 프로젝트’를 들 수 있다. ‘희망리본 프로젝트’는 2009년 시범사업으로 시작되어 2013년 전국으로 확대된 프로그램으로, 자활사업 참여자들에게 개인별 맞춤형 사례관리를 실시함으로써 스스로의 근로의욕을 고취시키고 궁극적으로 경제적 자립을 지원하는 것을 목표로 한다. 희망리본 프로젝트는 그 자체로 정서적 자활 프로그램이라고 하기는 힘들지만 ‘사례관리’를 강조함으로써 그 안에 기초상담, 직업적응 상담, 직업의식 교육과 같은 정서적 개입 내용을 포함한다.

다음으로, 2009년 시작된 고용노동부의 취업지원프로그램인 취업성공패키지에서 집단 상담 프로그램이 제공되고 있다(고용노동부, 2017). 보건복지부의 자활사업과 유사한 목표를 가지나

2) 경기지역 지역자활센터 실무자 4인, 경기지역 광역자활센터 실무자 1인, 학계전문가 2인으로 구성됨.

보다 일반 고용시장에서의 취업을 독려하는 고용노동부의 취업지원프로그램인 취업성공패키지는 취업역량에 따라 대상을 네 수준으로 구분하여 프로그램을 진행한다. 취업성공패키지에서 제공하는 집단상담 프로그램의 경우, 근로의욕, 취업기술 및 취업자신감 향상을 목적으로 자기 이해와 의사소통 방법, 이력서 작성과 구체적인 면접기술 등을 내용으로 한다. 취업성공패키지 집단상담 프로그램의 목적은 근로의욕, 취업기술 및 취업자신감 향상 등으로 본 연구에서 진행하는 정서적 자활 프로그램의 목적과 유사하나, 내용은 이력서 작성이나 면접기술 등 보다 기술적, 정보제공적 성격을 가진다.

그 외에도 일련의 연구자들과 지역자활센터들은 경제적 자활을 성취하기 위해서는 심리·정서적 개입의 필요성을 제안하며 다양한 프로그램을 개발, 시행해왔다. 기존의 자활사업 참여자들을 대상으로 시도되어 온 정서적 프로그램은 대체로 일반적 시각에서 정서적 역량강화를 목적으로 하는 프로그램들과 보다 근로에 초점을 둔 근로의욕고취 및 동기부여 프로그램으로 나뉘어 볼 수 있다. 먼저 일반적 차원에서 실시되어 온 정서적 역량강화 프로그램으로는 인문학 프로그램(이영환, 상종열, 2013; 정연정, 유지형, 2014), 긍정심리 프로그램(오정영, 최웅용, 2011), 심리재활 프로그램(이영호 외, 2011) 등이 있으며, 근로의욕고취에 초점을 둔 정서적 개입 프로그램으로는 자립마인드 향상 프로그램(권복순 외, 2012), 근로의욕고취 프로그램(아영아, 김민호, 2011) 등이 실시된 바 있다. 이 중 몇몇 프로그램을 조금 더 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

먼저 오정영과 최웅용(2011)은 많은 자활사업 참여자들이 심리정서적 문제를 경험하고 있으며, 이는 효과적인 자립 및 빈곤탈피에 부정적 영향을 미친다고 지적하고, 자활사업 참여자들의 임파워먼트 향상을 위해 긍정심리치료기법에 기반한 집단프로그램을 개발·진행하였다. 긍정심리 프로그램은 자활사업 참여자들이 스스로를 삶의 주체자로서 동기를 부여하도록 심리적 재활과 유능감 향상에 초점을 둔다. 오정영과 최웅용은 자활사업 참여자들이 무기력, 불안, 스트레스, 우울의 경험 정도가 높아 정신건강이 취약한 상황이라고 진단하며, 이를 정신병리적 시각보다는 ‘스트레스에 대한 반응’으로 보고, 자활사업 참여자들의 심리정서적 역량을 강화시키는 임파워먼트 전략이 중요한 접근방법이 될 수 있다고 제안하였다. 이에 긍정심리학(Seligman and Csikszentmihalyi, 2000)을 바탕으로, 부정적 증상의 감소보다는 대상자가 이미 가지고 있는 긍정적인 심리내적 자원을 강화시키는 임파워먼트의 증진에 초점을 맞추어, 8회, 회당 2시간으로 구성되는 집단상담 프로그램을 개발하였다. 한 개의 지역자활센터에서 참여의사가 있는 두 사업단의 자활사업 참여자 25명에게 실시하고 삶의 만족 척도(SWLS: satisfaction with life scale)(Diener, 1984)와 임파워먼트 척도(Rogers, 1997)를 사용하여 실험집단과 통제집단에 사전-사후 검사로 긍정심리프로그램의 효과성을 검증한 결과, 참여자들의 임파워먼트와 삶의 만족도를 증진시킨 것으로 나타났다.

권복순 외(2012)는 경제적 자립과 심리정서적 자립이 함께 이루어져야만 진정한 자활이라고

할 수 있다고 주장하며, 자활사업 참여자들의 정신건강과 자활의지 증진을 위한 자립마인드향상 프로그램을 개발하여 진행하였다. 자립마인드향상 프로그램은 12회로 구성되며 부산광역시에 위치한 18개 자활센터와 9개 복지관 이용자를 대상으로 프로그램을 실시하였다. 실험집단과 통제집단에 대한 사전사후 조사를 실시하여 프로그램 효과성을 검증한 결과, 자립마인드향상 프로그램은 참여자의 자아존중감과 자기효능감을 높이는 데 효과가 있는 것으로 나타났다.

정연정과 유지형(2014) 또한 유사하게 자활사업 참여자들을 위한 거시적인 측면의 임파워먼트가 실천되고 있지 않다는 문제의식에서 출발하여, 임파워먼트 실천의 도구로서 실천인문학의 유용성을 제안하며 자활사업 참여자들을 대상으로 하는 인문학 프로그램을 개발하였다. 정연정과 유지형이 제안한 인문학 프로그램은 참여자들이 주체적 존재로서 자신을 지각하고 공동체의 본질적인 문제를 성찰함으로써, 빈곤의 원인과 해결을 바라보는 관점의 전환을 추구하며, 첫째, 권리의식의 증진, 둘째, 현실변화를 위한 힘의 증진, 셋째, 자각한 시민의 양성과 공동체의 상을 만들어가기, 넷째, 연대의 공동체를 조직하는 시민양성을 목표로 한다. A시 광역자활센터 이용자들을 대상으로, 총 13회, 회당 2시간으로 구성되는 인문학 프로그램을 실시하고, 복지인식 및 태도, 빈곤의 원인, 복지의 일차적 책임, 복지의 목적을 사전-사후 검증을 통해 프로그램 효과성을 검증하였다. 그 결과, 참여자들의 빈곤의 원인과 책임주체에 대한 인식이 개인에서 구조로 전환되었으며, 복지에 대한 인식과 태도는 잔여적 복지에서 제도적 복지의 관점으로 변화되고 있음을 확인하였다.

자활사업 참여자들에 대한 기존의 심리·정서적 프로그램들을 살펴본 결과, 자활사업 참여자들에 대한 정서적 개입은 자활 성공과 유지에 기여하는 중요한 요인으로 제안되어왔다. 그러나 대부분의 프로그램이 자활센터 한 개소의 이용자를 대상으로 실험적으로 실시하였으며, 프로그램의 지속여부에 대한 의사결정의 중요한 요인일 수 있는 평가가 자아존중감, 자기효능감, 삶의 만족과 같은 기존의 한, 두 척도를 선택적으로 조합하여 사용하거나 한, 두 문항으로 구성된 척도를 개발하여 사용함으로써 프로그램 효과성 검증에 대한 타당도에 의문이 제기된다. 지금까지 다양한 심리·정서적 프로그램들이 시도되었으나 시범사업에서 그치고 지속적 프로그램으로 이어지지 않은 것은, 프로그램 효과성 검증의 한계에 일부 기인하기도 한다. 이에 본 연구는 정서적 자활 프로그램인 ‘불가능을 가능으로(TIP: Transforming Impossible Into Possible)’ 프로그램을 국내외 자활전문가 7인이 수차례의 워크숍과 두 개 자활센터 참여자에 대한 시범 사업 시행과 재수정의 과정을 거쳐 한국형으로 수정·개발함으로써 이미 해외에서 효과가 보고되고 있는 정서적 자활 프로그램을 국내에 적용 가능하도록 정교하게 개발하였다. 나아가 이를 경기지역에 위치한 18개 자활센터 이용자 ‘104명’을 대상으로 실시한 후, 정서적 자활 척도인 고용희망 척도(EHS: Employment Hope Scale)(Hong and Choi, 2013; Hong et al., 2014)와 인지된 고용장벽 척도(PEBS: Perceived Employment Barrier Scale)(Hong et al., 2014) 및 자아존중감, 자기효능감, 우울감 등 다수의 척도를 활용하여 그 효과성을 보다 포괄적으로 그리고 타당하게 검

증하고자 한다.

2. 정서적 자활과 정서적 자활 프로그램

앞서 논의하였듯이 자활 영역에서 경제적 측면에서의 접근이 지배적인 가운데, 일련의 연구들은 지속적으로 정서적 측면의 접근의 필요성과 중요성을 제안해왔다. Kazis와 Miller(2001)는 직업유지(job retention)를 위해서는 경제적 측면과 함께 정서적 측면의 지원이 동시에 요구된다고 주장하였으며, Gowdy와 Pearlmutter(1994)는 자활은 물리적 자원, 정서적 힘과 기술을 성취해가는 과정이라고 설명하였다.

Hong et al.(발간 중) 또한 자활은 경제적 자활과 정서적 자활로 구성되며, 정서적 자활은 궁극적 목적인 경제적 자활을 향해 나아갈 수 있는 힘이 되는 희망과 함께 이를 가로막는 장벽을 극복해나가는 것으로 보았다. 이는 기대하는 바람직한 목표는 항상 이를 가로막는 장벽이 존재한다는 정신적 대조 이론(mental contrasting theory)(Duckworth et al., 2011)에 근거하는 것으로, 정서적 자활은 ‘자활’이라는 목표를 이루고자하는 힘을 향상시키는 동시에 이를 가로막는 장벽을 제거해나가는 두 가지 축으로 이루어진다는 것이다.

정서적 자활과 경제적 자활 간의 관계에 대해, Hong et al.(발간 중)은 두 가지 가설을 세우고 이를 시카고 지역 자활사업 참여자인 저소득 구직자 802명을 대상으로 검증하였다. 먼저, 정서적 자활을 구성하는 고용장벽과 고용희망 간에는 고용장벽이 감소하면 할수록 고용희망은 증가하는 관계를, 다시 자활로 나아가게 하는 힘이 되는 고용희망은 경제적 자활에 기여함을 증명하였다. 즉, 정서적 자활과 경제적 자활 간의 정적 영향 관계를, 정서적 자활 안에서는 고용장벽의 감소가 고용희망 향상에 선행하는 인과 관계를 가진다는 것이다. 이는 자활의 궁극적 목적인 경제적 자활을 위해서는 과정적 단계로서 정서적 자활이 우선적으로 성취되어야함을 의미한다.

미국에서 개발된 정서적 자활 프로그램 TIP. 경제적 자활을 위해서는 정서적 자활이 선행되어야한다는 발견에 근거하여, Hong(2015)은 고용희망은 높이고, 고용장벽에 대한 인지는 낮추는 것을 목적으로 하는 정서적 자활 프로그램인 ‘불가능을 가능으로(TIP: Transforming Impossible Into Possible)’를 개발·제안하였다. TIP 프로그램은 15회기, 회기당 2시간으로 구성되는 집단 프로그램(group work)으로, 나의 정체성과 삶의 목적 찾기, 삶의 방향 찾기, 내 삶의 장애물, 나의 강점, 고용희망, 스트레스 관리, 사회적 지지와 도움, 용서와 감사 등의 활동을 통해 개인의 내적 역량의 근원을 찾음으로써, 궁극적으로 자활을 하는 데 있어서의 장벽을 극복하고 희망으로 전환하는 것을 주 내용으로 한다.

한국형 정서적 자활 프로그램. 2016년 6월 본 연구진은 정서적 자활 프로그램을 실시하기를 희망한 경기지역 자활센터 20개소의 실무자 40여명을 대상으로 1박 2일에 걸쳐 정서적 자활 프로그램 TIP 촉진자 양성 프로그램을 진행하였다. 그 결과, 프로그램의 내용과 취지는 국내 자활

센터에서도 필요하고 적용가능하나, 대상자 특성의 차이³⁾, 문화차이⁴⁾ 등으로 인해 개방적 사고, 성찰과 공유, 토론이 주가 되는 활동 내용은 수정이 필요하다는 의견이 다수로부터 제기되었다. 또한 게이트웨이 프로그램의 하나로 진행하는 데 있어서 15회 세션은 길고, 참여자의 집중력도 떨어질 수 있다는 의견이 제기되었다.

이에 자활 현장 전문가 5명, 자활 연구가 2명 등 7명이 2016년 6월부터 9월까지 삼개월에 걸쳐 여섯 차례의 워크숍과 간담회, 두 개 센터에서의 시범 시행, 그리고 재수정의 단계를 거쳐 다음 <표 1>과 같이 10회기, 회기당 2시간으로 구성되는 한국형 정서적 자활 프로그램 TIP을 개발하였다. 한국형 정서적 자활 프로그램의 경우, 세션 구성 뿐 아니라 각 회기 별로 자활 참여자의 사고를 도울 수 있는 카드 활용, 보기와 예시 제시 등의 방법을 활용하고, 주제별 활동을 한국의 자활 참여자들이 쉽게 참여할 수 있는 활동으로 내용을 수정하였다.

<표 1> 한국형 정서적 자활 프로그램 구성

회기	회기별 주제	주요 내용	활동 구성
1	정체성과 삶의 목적	서베이 (1)	명패 혹은 명함 만들기
		나는 누구인가 · 삶의 목적	내가 좋아하는 형용사
2	용서	자신의 모습을 인정하고 보듬어 안기	용서 편지 쓰기
3	삶의 목표	목표 설정	백지카드에 목표 적기
		삶의 개선과 진로	인터뷰 혹은 기자회견
4	근로 장벽	나의 근로 장벽은 무엇인가	장벽 마인드맵
5	내면의 힘	나의 강점은 어디서 오는가	그림 그리기 / 톨링페이퍼
6		사랑/ 가치	가치마인드 맵 작성
		스스로 인식하는 자기 역량	
7	고용희망	나의 미래와 가능성	나의 기술과 자원 매칭
		동기부여	
		목표 재설정	
		삶의 개선과 진로	
8	스트레스 관리	스트레스와 분노 관리	풍선터트리기

3) 2015년 TIP 프로그램은 시카고 지역의 2개 자활 기관에 시범적으로 실시되어 참여자들의 취업과 취업 유지에 긍정적 영향을 미치는 것으로 보고됨. 이후, 현재 시카고(Chicago, Illinois)와 세인트루이스(St. Louis, Missouri)에 위치한 다수의 자활기관으로 확대 논의 중임. TIP 프로그램에 참여한 2개 자활 기관의 참여자들과 한국의 자활사업 참여자들은 연령대, 성별, 자활사업 참여의 자의성 여부 등에서 크게 차이가 있는 것으로 나타남. 한국의 경우 평균 50세 정도로 미국보다 10세 정도 많은 것으로, 남성 참여자의 비율이 높은 것으로 그리고, 국민기초생활보장제도의 수급 대상이 되기 위해 타의적으로 자활 사업에 참여하는 비율이 높은 것으로 논의됨. 이러한 이유로 한국의 자활사업 참여자들이 개방적 사고, 성찰과 논의가 주가 되는 프로그램에 참여할 역량과 의향이 있는지에 대한 의문이 제기됨.

4) 문화적 차이를 실증적으로 검증하진 않았으나, 자신을 공개적으로 드러내는 것이 상대적으로 익숙하지 않은 한국 문화에서 나의 정체성, 용서, 감사, 자기연민과 같은 민감한 내용들을 공유하며 토론해나가는 것이 쉽지 않을 것이라는 다수의 의견이 제안됨.

		빈의자 역할극	
9	감사	삶의 의미 찾기	감사 맵 작성
		감사한 순간 세어보기	감사 편지 쓰기
		감사와 삶의 의미를 연결해보기	
10	사회적 지지와 연민	도움찾기 · 도와주기	사회적 지지맵
		서베이 (2)	수료식

III. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 한국형 정서적 자활 프로그램을 자활 참여자를 대상으로 실시하고 그 효과를 적용하여 수행하고 실험-통제집단, 사전-사후검사 연구설계를 사용하여 검증하였다. 프로그램 효과 검증을 위한 연구 대상은 아래 <표 2>에서 볼 수 있듯이 경기 지역에 위치한 10개 자활센터의 자활사업 참여자 중 정서적 자활 프로그램에 참여한 실험집단 104명, TIP 프로그램에 참여하지 않은 통제집단 65명을 대상으로 하였다).

프로그램 진행 사전에 자발적으로 TIP 프로그램 실시를 원하는 자활센터 실무자들을 대상으로 워크숍을 실시하였다. 워크숍은 TIP 프로그램 개발자 2인이 진행하였으며, 각 센터에서 프로그램을 담당할 실무자들이 실제로 프로그램에 참여, 진행해보는 방식으로 교육을 실시하였다. TIP 프로그램 촉진자 양성 워크숍에 참여한 18개 센터 실무자들은 교육 이후 본인이 근무하는 자활센터에서 각 자활센터 이용자들을 대상으로 5-10명으로 집단을 구성하여 1-2개월에 걸쳐 프로그램을 실시하였다. 본 연구는 TIP 프로그램을 실시한 18개 센터에 가능할 경우 프로그램 실시 이전 3-4개월에 걸쳐 통제집단을 구성하여 동일한 효과성 지표로 조사해줄 것을 요청한 결과, 10개 센터에서 64명의 통제집단이 구성되었다.

본 연구에서 실시한 프로그램 효과성은 프로그램 실시 이전에 같은 지역자활센터의 다른 집단을 대상으로 통제집단 구성이 가능했던 10개 센터에서 실험집단은 정서적 자활 프로그램 10회 세션에 빠짐없이 참여한 참여자만을, 통제집단은 정서적 자활 프로그램 개입 없이 기존 자활 프로그램에 참여한 자활센터 이용자들을 대상으로 구성하여 검증하였다. 자료 수집은 연구진에 의해 수행되었으며, 센터별로 약간의 차이는 있으나 대체로 2016년 10월부터 2017년 3월 사이에 프로그램을 실시하였으며, 프로그램 첫 번째 활동과 마지막 활동으로 효과성 평가를 위한 설문 실시하여 사전-사후 자료로 사용하였다. 통제집단의 경우 2016년 10월에서 12월 중 정서

5) 실제로 한국형 정서적 자활 프로그램은 18개 센터 188명을 대상으로 실시하여 완료하였으나, 같은 시기에 새롭게 자활센터를 이용하기 시작하면서 정서적 자활 프로그램에 참여하지 않은 통제집단에 대한 조사를 실시하지 못한 8개 센터는 프로그램 효과성 검증에서 제외됨.

적 자활 프로그램 실시 기관 중 프로그램에 참여하지 않은 센터 이용자를 대상으로 1차 조사를 실시하고, 이후 약 3개월 이후에 2차 조사를 실시하였다.

〈표 2〉 정서적 자활 프로그램 참여 기관 및 기관별 참여자 수

	센터명	참여자(실험집단)수	비참여자(통제집단)수
1	군포지역자활센터	6	8
2	부천나눔지역자활센터	9	6
3	부천소사지역자활센터	16	13
4	수원지역자활센터	13	4
5	시흥작은자리지역자활센터	6	9
6	안성맞춤지역자활센터	7	6
7	안양지역자활센터	14	8
8	파주지역자활센터	20	6
9	평택지역자활센터	7	3
10	화성지역자활센터	6	2
	총 계	104	65

실험집단과 통제집단의 인구학적 특성은 다음 <표 3>에서 볼 수 있듯이 유사하다. 실험집단, 즉 프로그램 참여자의 평균 나이는 48.9세이며, 여성 참여자가 응답자의 52.9%로 조금 더 많은 비율을 차지하였다. 학력수준은 응답자의 절반에 약간 미치지 못하는 45.5%가 고졸로 나타났으며, 다음으로 초졸과 중졸이 동일하게 18.8%, 대졸(중퇴)이상 12.9% 무학 4.0% 순으로 나타났다. 또한 응답자의 약 40%는 자신을 건강하다고 응답한 반면, 절반이상은 만성질환이 있거나 활동에 불편이 있다고 응답하였다. 기초생활보장제도 수급 유형은 조건부 수급자가 70.4%로 대다수를 차지하였으며, 다음으로 차상위 17.3%, 일반수급 11.2%, 자활특례 1.0%로 나타났다. 기혼이며 동거 중인 경우는 11.2%에 불과한 반면 이혼(36.7%), 미혼(31.6%), 사별(13.3%), 기혼이나 별거 중(7.1%) 등의 사유로 동거인이 없는 경우가 대다수인 것으로 나타났다.

통제집단의 경우 평균 연령이 51.17세이며, 여성이 응답자의 55.4%로 남성(44.6%)보다 조금 더 많았으며 이는 실험집단과 유사하다. 학력수준 또한 응답자의 절반이 약간 넘는 53.1%가 고졸로, 다음으로 중졸 18.8%, 초졸 17.2%, 대졸(중퇴) 이상 7.8%, 무학 3.1% 순으로 나타났다. 건강정도에 대해서는 약 40%가 건강한 편이라고 응답하였다. 60% 정도는 만성질환을 가지고 있거나 활동에 불편함이 있는 등 자신을 건강하지 못하다고 인지하였다. 수급 유형은 조건부 수급자가 65.1%로 가장 많았으며, 차상위 22.2%, 일반수급자 11.1%, 자활특례 1.6% 순으로 나

타났다. 결혼에 관해서는 실험집단과 마찬가지로 통제집단 또한 대부분이 동거인이 없는 독거 상태로 나타났다. 아래 <표 3>에서 볼 수 있듯이 실험집단과 통제집단 간에 특성 차이가 존재하는지 검증한 결과, 실험집단과 통제집단 간에 일반적 특성 차이는 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타나 집단 간 동질성이 검증되었다.

<표 3> 실험집단과 통제집단의 일반적 특성

실험집단 (n=104)			통제집단 (n=65)			집단간 차이 검증	
특성	빈도	백분율	특성	빈도	백분율	χ^2	유의확률 (양측검정)
성별			성별			.013	1.0
남성	48	47.1	남성	29	44.6		
여성	54	52.9	여성	36	55.4		
학력			학력			.758	.944
무학	4	4.0	무학	2	3.1		
초졸	19	18.8	초졸	11	17.2		
중졸	19	18.8	중졸	12	18.8		
고졸	46	45.5	고졸	34	53.1		
대 학(중 퇴) 졸 이상	13	12.9	대 학(중 퇴) 졸 이상	5	7.8		
건강상태			건강상태			.524	.914
건강한 편	42	41.6	건강한 편	25	39.7		
만성질환있음	34	33.7	만성질환있음	18	28.6		
건강하지않음	21	20.8	건강하지않음	10	15.9		
장애등급받음	4	4.0	장애등급받음	10	15.9		
결혼			결혼			5.150	.398
미혼	31	31.6	미혼	14	22.6		
기혼이며동거중	11	11.2	기혼이며동거중	10	16.1		
기혼이나별거중	7	7.1	기혼이나별거중	5	8.1		
사별	13	13.3	사별	8	12.9		
이혼	36	36.7	이혼	25	40.3		
수급			수급			2.183	.535
일반수급자	11	11.2	일반수급자	7	11.1		
조건부수급자	69	70.4	조건부수급자	41	65.1		
자활특례	1	1.0	자활특례	1	1.6		
차상위	17	17.3	차상위	14	22.2		
특성	평균 (년)	표준 편차	특성	평균 (년)	표준 편차	F	유의확률
연령	48.9	12.35	연령	51.17	10.48	1.609	.207

2. 조사도구

연구도구로는 정서적 자활(PSS: psychological self-sufficiency), 경제적 자활(ESS: economic self-sufficiency)에 대한 인지, 자기효능감(self-efficacy), 자아존중감(self-esteem), 우울(depression) 척도를 사용하였다. 먼저 본 프로그램의 일차적 목적인 정서적 역량강화, 동기부여와 같은 정서적 자활 정도의 변화를 측정하기 위해 한국형 고용희망 척도(K-EHS: Korean Employment Hope Scale)를 사용하여 정서적 자활 프로그램의 효과성을 평가하였다. 최상미(2017)는 한국 자활사업 참여자 477명을 대상으로 스스로의 가치와 역량에 대한 인지, 미래의 나의 모습에 대한 동기부여, 목적지향, 기술과 자원 사용 등 4개 차원, 17개 문항으로 구성된 한국형 고용희망 척도를 제안하였다. 고용희망 척도는 ‘나는 좋은 직장에서 일할 가치가 있다.’, ‘나는 일할 때 직면할 수 있는 어떤 종류의 장애도 극복할 수 있다’ 등의 문항으로 구성되어 있으며, 5점 척도로 점수가 높을수록 고용에 대한 희망 정도가 높음을 의미한다. 원 연구에서의 내적합치도는 .943이었으며, 본 연구에서 또한 .954로 높은 신뢰도를 보여주었다.

경제적 자활에 대한 인지 정도를 파악하기 위해 ESS(Economic self-sufficiency) 척도를 사용하였다. ESS 척도(Gowdy and Pearlmuter, 1993)는 기존의 자활 프로그램에 대한 경제적 측면에서의 평가가 단지 ‘취업률’, ‘취업 지속기간’, ‘삶을 영위할만큼의 충분한 소득’ 등 일부 항목에 국한되어있는 것의 문제점을 지적하며, 자활 프로그램의 경제적 성과를 포괄적으로 측정하고자 다차원적으로 개발되었다. 경제적 자활 척도는 ‘자율성 및 자기결정권’, ‘재정안정 및 책임성’, ‘자기자신과 가족의 복지’, ‘지역사회를 위한 기본 자산’의 4개 차원, 15개 문항으로 구성되며, 세부 문항은 ‘내가 해야 할 일을 모두 완수할 수 있다’, ‘가족이나 친구로부터 돈을 빌리지 않고도 스스로 생활할 수 있다’, ‘은행 저축이 가능하다’ 등이다. 5점 척도로 점수가 높을수록 경제적 자활에 대한 인지 정도가 높음을 의미하며, 원 연구에서의 신뢰도는 .890, 본 연구에서는 .922로 나타났다.

자기효능감(Chen et al., 2001)은 ‘주어진 상황에 요구되는 요구를 충족하기 위한 동기, 자원, 행동을 수행할 자신의 역량에 대한 신념(Wood and Bandura, 1989, p.408)’으로 자활에 영향을 미치는 중요한 요소로 검증된 바 있다(Hong et al., 2014). Chen et al.(2001)이 제안한 자기효능감 척도는 1개 차원, 8개 문항으로 구성된 척도로서, ‘나는 내가 다양한 일들을 효과적으로 수행할 능력이 있다고 확신한다’, ‘나는 나에게 닥칠 많은 도전들을 성공적으로 헤쳐나갈 수 있을 것이다’, ‘나는 내가 다양한 일들을 효과적으로 수행할 능력이 있다고 확신한다’ 등의 세부 문항으로 구성되며 원척도에서는 .90, 본 연구에서는 .951의 높은 신뢰도를 보고하였다.

자아존중감 측정을 위해서는 Rosenberg의 자아존중감 척도(Rosenberg, 1965)를 사용하였다. Rosenberg(1965)는 자아존중감은 자기 주관적 평가로서 자신을 존중하고 수용하며 스스로 가치 있는 인간이라고 여기는 것을 의미한다고 설명하며, 1개 차원 10개 문항으로 구성된 리커트 척도를 제안하였다. 자아존중감 측정을 위한 구체적 문항은 ‘나는 적어도 내가 다른 사람들만큼

가치 있는 사람이라고 생각한다’, ‘나는 내가 장점이 많다고 생각한다’, ‘나는 대체로 내가 실패한 사람이라고 생각하는 경향이 있다’ 등이며, 원 연구에서의 내적합치도는 .77, 본 연구에서는 .80으로 높은 신뢰도를 보여주었다.

우울감 척도(Radloff, 1977)는 지역사회 거주자를 대상으로 우울감의 정도를 측정하기 위해 개발된 것으로서 우울 감정, 긍정적 감정, 신체 및 행동둔화, 대인관계 요인 등 4개 차원, 20개 문항의 요인구조를 가진다(Radloff, 1977). ‘평소에는 아무렇지도 않던 일들이 귀찮게 느껴졌다’, ‘먹고 싶지 않았다’, ‘입맛이 없었다’, ‘다른 사람들만큼 능력이 있다고 느꼈다’ 등의 세부문항으로 구성되며, 취업성공패키지의 효과성 평가 도구로도 활용되고 있다. 5점 리커트 척도로 점수가 높을수록 우울감이 높음을 의미한다. 원 연구(Radloff, 1977)에서의 내적합치도는 .85, 본 연구에서는 .909로 나타났다.

3. 분석방법

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 21.0을 통해 통계 처리하였으며, 다음과 같은 분석 방법을 활용하였다. 첫째, 실험집단과 통제집단의 일반적 특성과 척도별 특성을 분석하기 위해 기술통계를 사용하였다. 둘째, 정서적 자활 프로그램 개입의 효과성을 검증하기 위하여 집단별로 사전 사후 대응표본 T검정(paired samples t-test)을 실시하여 정서적 자활 프로그램 참여가 정서적 자활(고용희망), 경제적 자활에 대한 인지, 자기효능감, 자아존중감, 우울감의 변화에 미친 영향을 검증하였다.

IV. 연구 결과

1. 조사대상자의 특성

프로그램 효과성 검증의 정확도를 높이기 위해, 사전 사후 값 변화의 통계적 유의성을 검증하기 이전에, 각 지표별 사전 값에 대해 통제집단과 실험집단 값의 차이가 통계적으로 유의한지를 검증하였다. 그 결과, <표 4>에서 볼 수 있듯이 사전 값의 차이가 어떤 지표에서도 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타나, 프로그램 개입 이전에 효과성 측정을 위한 지표와 관련하여 집단 간 차이가 존재하지 않음을 확인하였다. 이후 사전 사후 대응 표본 t검정을 사용하여, 프로그램 참여자들의 프로그램 참여 이전과 이후의 고용희망, 경제적 자활, 자기효능감, 자아존중감, 우울감의 차이를 분석하였다(아래 <표 4> 참조). 그 결과 고용희망(전체)은 실험집단 사전검사 평균 3.47에서 사후검사 평균 3.65로 평균이 상승하였으며, 사전-사후 값 간에 유의미한 차이($p < .01$)를 보고하였다. 반면, 통제집단의 경우 사전검사 평균 3.49에서 사후검사 평균 3.38로

통계적으로 유의미하지는 않았으나, 평균이 하락하는 결과가 나타났다.

고용희망을 4개 차원으로 나누어 살펴보면 다음과 같다. ‘스스로의 가치와 역량에 대한 인지’ 실험집단 사전검사 평균 3.40에서 사후검사 평균 3.62로 평균이 상승하였으며, 점수 값의 변화는 통계적으로 유의미($p < .01$)하였다. 통제집단의 경우 사전검사 평균 3.41점에서 사후검사 평균 3.32점으로 하락하였으며, 값이 변화가 유의미하지는 않았다. ‘미래의 나의 모습에 대한 동기부여’는 실험집단 사전검사 평균 3.73에서 사후검사 평균 3.84로 평균이 상승하였으나, 통계적으로 유의미한 차이를 나타내지는 않았다. 반면 통제집단의 경우 사전검사 평균 3.74에서 사후검사 평균 3.45로 평균이 하락하였으며, 이는 통계적으로 유의미한 차이($p < .05$)를 보고하였다. ‘목적지향’에서 실험집단 사전검사 평균은 3.51에서 사후검사 평균 3.69로 평균이 상승하였으며, 유의미한 차이($p < .05$)가 나타났다. 통제집단 사전검사 평균은 3.57에서 사후검사 평균 3.48로 하락하였으나, 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 마지막으로 ‘기술과 자원사용’에서 실험집단 사전검사 평균은 3.25에서 사후검사 평균 3.46으로 상승하였으며, 유의미한 차이($p < .05$)가 있다고 나타났다. 통제집단 사전검사 평균은 3.17에서 사후검사 평균 3.28로 평균이 약간 상승하였으며, 통계적으로 유의미한 차이는 나타나지 않았다.

통제집단의 경우 평균이 하락하였던 ‘미래의 나의 모습에 대한 동기부여’를 제외한 나머지 차원에서의 변화가 통계적으로 의미가 없었던 반면 실험집단에서는 ‘미래의 나의 모습에 대한 동기부여’ 제외한 나머지 차원과 전체적으로 고용희망 점수가 유의미하게 상승하였다. 이러한 결과는 자활사업 참여자들의 정서적 자활 프로그램 참여는 정서적 자활 정도의 하락을 막거나 향상시키는 효과가 있었음을 발견할 수 있다.

경제적 자활, 자기효능감, 자이존중감 대응표본 t검정(T-test) 결과는 다음과 같다. 먼저 경제적 자활에 대한 인지 정도는 실험집단에서의 경우 사전검사 평균 2.06점에서 사후검사 평균 2.24점으로 평균이 상승하였으며, 사전-사후 검정 결과 점수의 변화는 통계적으로 유의한 수준으로 나타났다($p < .01$). 통제집단의 경우 사전검사 평균 1.91점에서 사후검사 평균 1.99점으로 평균이 소폭 상승하였으나, 통계적으로 유의하지는 않았다. 자기효능감의 경우 실험집단에서는 사전검사 평균 3.35점에서 사후검사 평균 3.55점으로 상승하였으며 그 변화는 통계적으로 유의한 정도($p < .01$)로 나타났다. 반면 통제집단은 사전검사 평균 3.51점에서 사후검사 평균 3.46점으로 하락하였다. 자이존중감은 실험집단의 경우 사전검사 평균 3.12점에서 사후검사 평균 3.27점으로 상승하였으며 그 상승폭이 통계적으로 유의한 수준($p < .01$)으로 나타났다. 통제집단의 경우 통계적으로 유의하지는 않았으나, 사전검사 평균 3.22점에서 사후검사 평균 3.07점으로 하락하였다. 정리하면 경제적 자활에 대한 인지, 자기효능감, 자이존중감 모두 프로그램에 참여하지 않은 통제집단의 평균 변화는 하락하거나 소폭 상승하였으며 그 변화 정도가 유의미하지 않았다. 반면, 모든 지표에서 정서적 자활 프로그램에 참여한 실험집단의 평균값은 상승하였으며 통계적으로 유의한 정도의 변화를 보였다. 이는 실험집단의 변화에 정서적 자활 프로그램이 궁

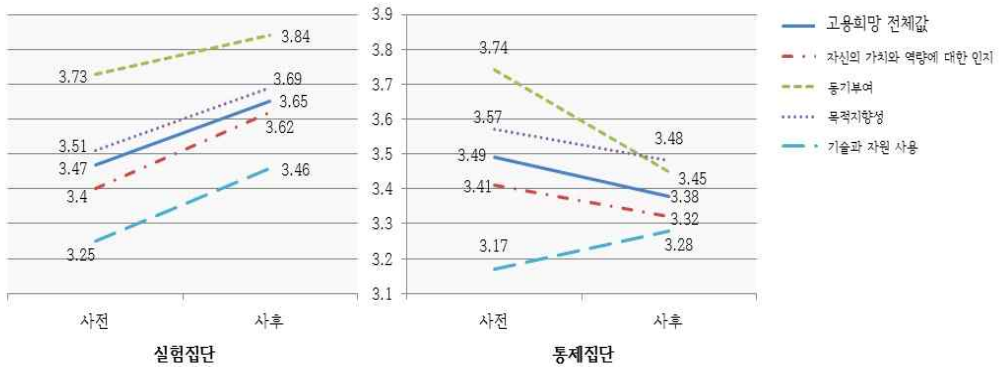
정적인 영향을 미쳤음을 알 수 있다.

마지막으로 우울의 경우 실험집단에서 사전검사 값은 평균 2.82점에서 사후검사 평균 2.80점으로 하락하였다. 통제집단 역시 사전검사 평균 2.70에서 사후검사 평균 2.68로 하락하였다. 우울의 경우 실험집단과 통제집단 두 집단 모두 평균이 하락하였지만, 그 값의 변화는 두 집단 모두에서 통계적으로 유의하지는 않은 것으로 나타났다.

<표 4> 정서적 자활 프로그램 개입의 효과성 검증을 위한 실험집단과 통제집단별 사전 사후 대응표본 T검정 결과

	집단	N	사전검사		실험집단 통제집단 사전값 차이검증 ¹⁾ F(유의확률)	사후검사		사전사후값 차이검증	
			Mean	SD		Mean	SD	t	sig
고용희망(전체)	실험	104	3.47	0.79	.018(.893)	3.65	0.71	2.954**	.004
	통제	65	3.49	0.70		3.38	0.70		
1차원: 스스로의 가치와 역량에 대한 인지	실험	104	3.40	0.86	.825(.365)	3.62	0.75	3.299**	.001
	통제	65	3.41	0.71		3.32	0.64		
2차원: 미래의 나의 모습에 대한 동기부여	실험	103	3.73	0.92	.306(.581)	3.84	0.75	1.283	.202
	통제	65	3.74	0.91		3.45	0.81		
3차원: 목적지향	실험	102	3.51	0.89	.297(.587)	3.69	0.83	2.055*	.042
	통제	65	3.57	0.84		3.48	0.90		
4차원: 기술과 자원사용	실험	102	3.25	1.06	.494(.483)	3.46	0.90	2.293*	.024
	통제	64	3.17	0.95		3.28	1.02		
경제적 자활에 대한 인지 정도	실험	103	2.06	0.56	1.51(.191)	2.24	0.68	3.440**	.001
	통제	65	1.91	0.37		1.99	0.53		
자아존중감	실험	101	3.12	0.68	1.53(.218)	3.27	0.67	3.090**	.003
	통제	65	3.22	0.53		3.07	0.39		
자기효능감	실험	101	3.35	0.82	.038(.845)	3.55	0.85	3.016**	.003
	통제	65	3.51	0.75		3.46	0.77		
우울	실험	98	2.82	0.72	.860(.355)	2.80	0.68	-.365	.716
	통제	65	2.70	0.60		2.68	0.64		

주1) 사전-사후 효과성 검증 실시 이전에 통제집단과 실험집단 간에 사전 값의 차이가 통계적으로 유의한지를 검증함



[그림 1] 정서적 자활(고용희망) 값의 실험집단과 통제집단별 프로그램 참여 전-후 변화



[그림 2] 경제적 자활에 대한 인지, 자기효능감, 자아존중감 값의 실험집단과 통제집단별 프로그램 전-후 변화

V. 결론 및 함의

본 연구는 미국에서 개발된 정서적 자활 프로그램 TIP을 한국 상황에 맞게 수정·보완한 한국형 정서적 자활 프로그램을 소개하고, 그 효과성 검증을 위해 실험집단과 통제집단에 대해 사전, 사후조사를 실시하여 분석한 결과를 제시하는 것을 주 내용으로 한다. 이러한 연구 내용과 결과에 기반하여 그 유용성과 향후 도입 가능성에 대해 논의한다.

본 연구는 한국형 정서적 자활 프로그램 효과성을 고용희망, 경제적 자활 정도에 대한 인지, 자아존중감, 자기효능감, 우울 정도의 변화로 검증하였다. 그 결과, 통제집단의 경우 모든 척도에 대해 사전-사후 간 유의한 변화가 없었던 반면, 프로그램에 참여한 실험집단에 있어서는 ‘우울’을 제외한 모든 척도에 대해 사전-사후 간 유의한 변화가 있었던 것으로 나타났다. 먼저 한국형 정서적 자활 프로그램은 프로그램 참여자들의 고용희망 상승에 기여한 것으로 나타났다.

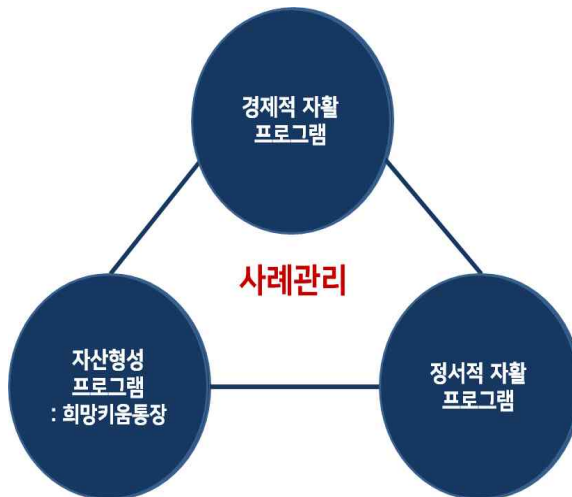
이는 프로그램 참여자가 프로그램 참여를 통해 자신의 가치와 역량을 더 높게 인지하고, 자신의 미래의 모습을 구체적으로 그리며 동기부여되고, 나아가 구체적 목표를 세워 목표를 성취할 나가는 방법을 알고 계획해나가는 것을 의미한다. Hong et al.(발간 중)에 의하면 고용희망은 취업, 복지 수혜로부터의 탈피, 소득 증진과 같은 경제적 자활에 직접적 영향을 미치는 것으로 검증된 만큼, 정서적 자활 프로그램이 참여자들의 고용희망 증진을 통해 자활 사업의 궁극적 목적인 경제적 자활에 기여할 것으로 기대된다. 이는 경제적 자활 정도에 대한 인지 또한 통제집단에 비해 실험집단인 참여자 집단에서 통계적으로 유의한 정도로 상승한 것으로 나타난 결과와도 맥을 같이 한다. 다음으로 자아존중감, 자기효능감에 있어서도 통제집단은 사전-사후 값 간의 통계적으로 유의한 정도의 변화가 발견되지 않은 반면, 실험집단의 경우 통계적으로 유의한 정도의 상승을 보여 정서적 자활 프로그램의 효과성을 재확인하였다. 다만 ‘우울’의 경우 기대한 대로 통제집단과 실험집단 모두 사전, 사후 값의 변화가 하락하였으나 통계적으로 유의한 정도의 변화는 아닌 것으로 나타나, 정서적 자활 프로그램이 우울감 감소에는 통계적으로 유의한 정도의 효과를 보고하지는 않았다. 이는 한편으로는 자활 프로그램 이용자분들의 우울감 정도가 높지 않아 감소의 여지가 낮기 때문일 수도, 다른 한편으로는 우울감 감소가 한 달 안에 진행된 10세션 프로그램 참여로 단기간에 이루어지기 어려운 특성을 가지기 때문인 것으로 판단된다. 또한 통제집단과 실험집단 모두 통계적으로 유의한 정도는 아니었으나 소폭의 하락을 보인 것은 정서적 자활 프로그램 참여여부와 관계없이 자활사업에 참여한다는 것 자체가 집 밖으로 나와 자활센터 및 사업단에서 동료들과 어울리며 우울감 감소에 기여함을 의미하는 결과로도 해석할 수 있을 것이다.

통제집단의 경우 사전-사후 간 값의 차이가 유의하지는 않았으나 고용희망의 하위 차원 중 기술과 자원사용과 경제적 자활 값은 다소 상승한 것으로 나타났다. 이는 직업훈련·교육을 통한 취·창업과 사업단 근로 중심의 자활사업에 참여하면서 직업기술과 관련된 향상은 보인 것으로 해석된다. 반면, 자신의 가치와 역량에 대한 인지, 동기부여, 목적지향성과 같은 고용희망의 하위 차원들, 그리고 자아존중감과 같은 정서적 측면의 지표들은 사전 사후 값의 차이가 통계적으로 유의한 정도는 아니었으나 다소 감소하는 모습을 보였다. 이는 현재 자활사업에서 정서적 측면이 간과되고 있음을 반증하는 한편, 대체로 자활사업의 신규 진입자들을 대상으로 통제집단과 실험집단을 구성하면서 자활사업 신규 진입자들이 자신의 상황에 대한 객관적 평가와 비관을 통해 자아개념, 자아존중감과 같은 정서적 요인들을 조정해나가는 단계에서 통계적으로 유의하지는 않았지만 다소 그 값이 감소한 모습을 보인 것으로 판단된다.

본 연구는 실험집단과 통제집단에 대해 한국형 정서적 자활 프로그램의 효과성을 사전-사후 조사를 통해 검증한 결과, 참여자의 정서적 자활, 경제적 자활 정도에 대한 인지, 자아존중감, 자기효능감 향상에 효과를 가짐을 확인하였다. 이러한 결과는 정서적 자활 프로그램이 자활프로그램 참여자 개개인의 정서적 역량강화를 통해 궁극적으로 자활 성취와 유지에 기여할 수 있음

을 입증함으로써 경제적 측면에 초점이 맞추어져있는 자활센터의 사업을 정서적 측면까지 확대하는 프로그램으로서의 활용 가능성을 제안한다.

자활사업 참여자들을 대상으로 ‘정서적 자활’ 을 위한 프로그램을 개발, 시행하고 그 효과성을 검증한 본 연구의 시도는 경제적 측면에만 초점을 두어 온 전통적 자활 패러다임을 전환, 확장하는 데 기여할 수 있기를 기대한다. 자활 현장에서의 기존의 접근은 자활사업단 운영, 직업교육훈련을 통한 일반고용 등 경제적 측면에만 초점을 두어 왔다. 그러나 이러한 성과중심, 정책가 중심의 접근은 자활을 협소한 시각에서 바라보며, 자활사업 참여자의 욕구와 이들이 자활되어가는 과정을 간과함으로써 자활 성공과 유지에 한계를 가진다는 비판을 받아왔다. 이에 한국형 정서적 자활 프로그램을 개발, 제안하고 나아가 정서적 측면의 개입의 효과성을 입증한 본 연구의 결과는, 전통적으로 초점을 두어 온 경제적 자활 프로그램과 최근 실시되기 시작한 희망키움통장 및 내일키움통장 사업을 통한 자산형성 프로그램과 함께, 아래 [그림 3]에서 볼 수 있듯이 경제적 자활 프로그램, 자산형성 프로그램, 정서적 자활 프로그램의 세 가지 축으로 구성되는 자활사업의 방향을 제시한다는 의미를 가진다.



[그림 3] 본 연구가 제안하는 자활 사업 틀(framework)

나아가 정서적 자활 프로그램은 자활사업 참여자 개개인의 정서적 측면에서의 자활에 기여할 뿐 아니라, 프로그램 활동의 하나로 들어가 있는 스스로에 대한 자가 진단의 과정을 통해 풍성한 정보를 제공할 수 있다. 즉 프로그램 활동의 하나로서 스스로의 정서적 자활 정도, 경제적 자활에 대한 인지 정도, 자기효능감, 자아존중감 등을 프로그램 사전-사후 시기에 평가함으로써 참여자 개인은 스스로를 진단함과 동시에 센터 입장에서는 개개인에 대한 풍성한 정보를 획득할

수 있다. 이러한 정보들은 개인에 대한 자활계획, 개인상담 및 사례관리를 위한 기초자료로 사용될 수 있으며, 나아가 센터별, 사업단별, 지역별 사업 계획 수립에 실천적 함의를 제공하고, 보다 거시적으로는 자활정책의 장기적 운영 방향에도 함의를 제공할 수 있을 것으로 기대된다.

본 연구는 앞서 논의하였듯이 정서적 자활 프로그램의 필요성과 효과성을 검증함으로써 향후 자활사업의 방향을 제시하고, 비경제적 측면의 자활을 포괄하는 통합적 프레임으로의 자활 패러다임 전환의 근거를 제시한다는 의의를 가진다. 그러나 다른 한편으로 본 연구는 자활 프로그램의 효과성을 지속하기 위한 후속 노력, 자활센터에의 도입 방안에 대한 모색과 같은 향후 과제를 제안한다. 먼저 프로그램 효과성 지속 및 도입방안과 관련하여서는, 후속 프로그램의 개발과 사례관리와의 연계 등을 제안한다. 실제로 게이트웨이 기간에 본 프로그램에 참여하고 사업단에 배치된 이후 3개월, 6개월 후 정도에 실시하는 후속 프로그램 개발과 관련한 논의가 진행 중이기도 하다. 또한 최근 자활센터에서도 사례관리가 강조되고 사례관리사가 추가적으로 배치되고 있는 상황에서, 게이트웨이 과정에서 개별상담과 함께 집단상담 프로그램인 본 프로그램을 실시하고 이후에 사례관리에 이어지도록 함으로써 사례관리 및 자활계획 수립을 위한 정보를 제공함과 동시에 참여자들이 프로그램 참여를 통해 발견한 자신의 자원과 기술을 활용하여 자신이 수립한 목표 성취를 위한 계획에 활용할 수 있는 방안을 제안한다.

[참고문헌]

- 고용노동부. 2017. 『2017년 취업성공패키지 매뉴얼(version 10)』
- 권복순, 이정희, 남희은. 2012. “자활참여자의 자립마인드향상 프로그램 개발 연구”. 인적자원관리연구, 19(2): 187-205.
- 보건복지부. 2016. 『2016년 자활사업안내』
- 아영아, 김민호. 2011. “자활사업 참여자의 자활의욕 고취를 위한 집단프로그램의 효과성 연구 : 인생태도를 중심으로”. 교류분석과 심리사회치료 연구. 9(1): 39-59.
- 엄태영. 2014. “정서적 자활 척도개발에 관한 연구”. 한국사회정책, 21(4): 81-102.
- 오정영, 최응용. 2011. “자활사업참여자들의 임파워먼트를 위한 긍정심리프로그램 개발 및 효과 연구”. 상담학 연구, 12(6): 2047-2064.
- 이선혜. 2004. “자활사업 재활프로그램을 위한 절주집단프로그램의 개발과 평가”. 사회복지연구, 25(3): 143-176.
- 이영호, 정원철, 아영아. 2011. “교류분석 활용 집단활동이 자활프로그램 참여자의 심리사회적 특성에 미치는 영향”. 정신보건과 사회사업, 38: 31-59.
- 이영환, 상종열. 2013. “자활참여자의 인문교육 수용과정 연구- ‘서울시, 희망의 인문학 과정’ 이

- 수자의 체험을 중심으로” . 사회서비스연구, 4(1): 97-143.
- 정연정, 유지형. 2014. “자활사업 참여자의 임파워먼트를 위한 인문학 프로그램의 개발과 효과 연구” . 사회복지연구, 45(1): 255-286.
- 최상미. 2017. “정서적 자활 성과 지표 도입 연구: 한국형 고용희망 척도(Korean Employment Hope Scale: K-EHS) 개발과 타당도 검증” . 사회복지연구, 38(2): 97-119.
- Chen, G., Gully, S. M., Eden, D. 2001. “Validation of a New General Self-Efficacy Scale” . *Organizational Research Methods*, 4(1): 62-83.
- Duckworth, A. L., Grant, H., Loew, B., Oettingen, G., and Gollwitzer, P. M. 2011. “Self-regulation strategies improve self-discipline in adolescents: Benefits of mental contrasting and implementation intentions” . *Educational Psychology*, 31(1): 17-26.
- Gowdy, E. A., and Pearlmuter, S. 1993. “Economic Self-Sufficiency: It’s Not Just Money” . *AFFILIA*, 8(4): 368-387.
- Hawkins, R. L. 2005. “From self-sufficiency to personal and family sustainability: A new paradigm for social policy” . *Journal of Sociology and Social Welfare*, 32: 77-92.
- Hong, P. Y. P. 2013. “Toward a client-centered benchmark for self-sufficiency: Evaluating the ‘process’ of becoming job ready” . *Journal of Community Practice*, 21: 356-378.
- Hong, P. Y. P. 2015. *Manual of TIP(Transforming Impossible into Possible) Program*. Loyola University Chicago.
- Hong, P. Y. P., Choi, S., and Key, W. In press. “Psychological Self-Sufficiency: A Bottom-Up Theory of Change in Workforce Development” . *Social Work Research*.
- Hong, P. Y. P, Choi, S., and Polanin, J.R. 2014. “A multi-sample Confirmatory Factor Analysis of the Short Employment Hope Scale (EHS-14)” . *Journal of Social Service Research*, 40: 339-352.
- Hong, P. Y. P., Lewis, D., and Choi, S. 2014. “Employment hope as an empowerment pathway to self-sufficiency among exoffenders” . *Journal of Offender Rehabilitation*, 53(5): 317-333.
- Hong, P. Y. P, Polanin, J.R., Key, W., and Choi, S. 2014. “Development of the Perceived Employment Barrier Scale (PEBS): Measuring Psychological Self-sufficiency” . *Journal of Community Psychology*, 42(6): 689-706.
- Kazis, R., and Miller, M. S. (Eds.). 2001. *Low-wage workers in the new economy*. The Urban Institute.
- Radloff, L. S. 1977. “The CES-D Scale: A self-report depression scale for research in the general population” . *Psychological Measurement*, 1(3): 385-401.

- Rosenberg, M. 1965. *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Wood, R., and Bandura, A. 1989. "Impact of conceptions of ability on self-regulatory mechanisms and complex decision making". *Journal of personality and social psychology*, 56(3): 407-415.

Abstract

Development and Evaluation of Psychological Self-sufficiency Program in South Korea*

Choi, Sangmi (Dongguk University)

Philip Y. P. Hong (Loyola University Chicago)

Kim, Hansung (Hanyang University)

The current study starts from the recognition about the problem that the traditional approach to self-sufficiency have overlooked the process of participants changing by only focusing on economic aspects of self-sufficiency. This study insists that self-sufficiency is a comprehensive concept which embraces non-economic as well as economic aspects.

This study proposes Korean self-sufficiency program revised to reflect Korean participants' characteristics and situation, which is originated from TIP(transforming impossible to possible) program developed in United states, and furthermore, assesses program effectiveness using pre-test post-test design on the experimental group and control group. The study results report the positive effectiveness of psychological self-sufficiency(i.e., employment hope and perceived employment barrier), economic self-sufficiency, self-efficacy, self-esteem, and depression among participants. Based on study results, the study suggests the practical implications.

key words : Self-Sufficiency Program, Psychological Self-Sufficiency, Group Work Program, Program Development and Evaluation.

(논문접수일: 17.08.29 / 심사일: 17.10.18 / 게재확정일: 17.11.14)

* This work was supported by the Ministry of Education of the Republic of Korea and the National Research Foundation of Korea (NRF-2016S1A5A801774)