



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 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](#)

교육학석사 학위논문

고등학생을 위한 셀프리더십 교육  
프로그램이 리더십생활기술과  
진로준비행동에 미치는 효과



2017년 8 월

부경대학교 대학원

교육컨설팅협동과정

김 미 혜

교육학석사 학위논문

고등학생을 위한 셀프리더십 교육  
프로그램이 리더십생활기술과  
진로준비행동에 미치는 효과

지도교수 강 승 희

이 논문을 교육학석사 학위논문으로 제출함.

2017년 8 월


부경대학교 대학원

교육컨설팅협동과정

김 미 혜

김미혜의 교육학석사 학위논문을 인준함.

2017년 8 월 25 일



주 심 교육학박사 원 효 헌 (인)  
위 원 교육학박사 강 승 희 (인)  
위 원 철학박사 주 동 범 (인)

# 목 차

## Abstract

I. 서론 .....	1
1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구문제 .....	6
3. 용어의 정의 .....	6
II. 이론적 배경 .....	9
1. 셀프리더십 .....	9
가. 셀프리더십의 개념 .....	9
나. 셀프리더십의 정의 .....	11
다. 셀프리더십의 이론적 근거 .....	13
라. 셀프리더십의 전략 .....	15
2. 리더십생활기술 .....	22
가. 리더십생활기술 개념 .....	22
나. 리더십생활기술의 구성요소 .....	23
다. 리더십생활기술의 선행연구 .....	27

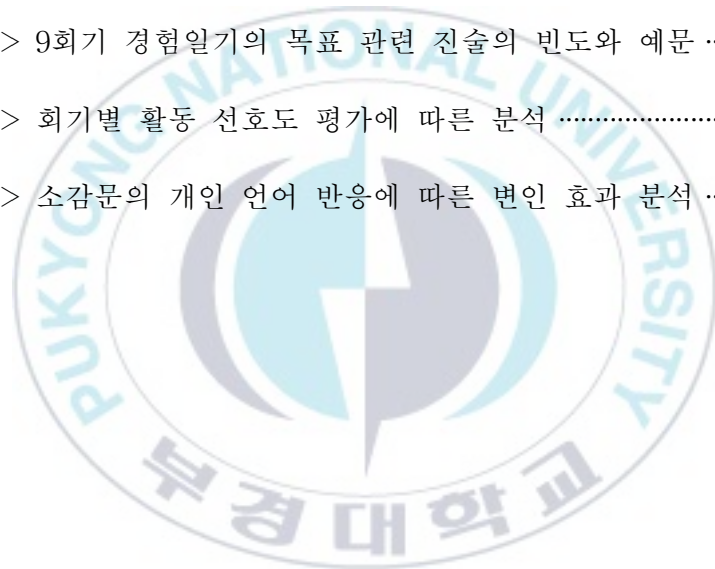
3. 진로준비 행동 .....	29
가. 진로준비 행동의 개념 .....	29
나. 진로준비 행동의 구성요소 .....	31
다. 진로준비 행동 선행연구 .....	32
4. 셀프리더십 프로그램 .....	34
가. 등장배경 .....	34
나. 내용 구성 요소 .....	35
5. 셀프리더십 프로그램 선행연구 고찰 .....	37
가. 선행연구 분석 .....	37
나. 선행연구 고찰 .....	44
다. 제한점 .....	46
라. 보완점 .....	48
<b>Ⅲ. 연구방법</b> .....	<b>49</b>
1. 연구대상 .....	49
2. 연구설계 .....	49
3. 측정도구 .....	50
가. 리더십생활기술 .....	50
나. 진로준비 행동 .....	52

4. 프로그램 구성 .....	52
5. 자료처리 및 분석 .....	55
<b>IV. 연구결과 .....</b>	<b>56</b>
1. 집단 간 사전 동질성 검증 .....	56
가. 리더십생활기술 검사 .....	56
나. 진로준비행동 검사 .....	57
2. 셀프리더십 교육 프로그램이 리더십생활기술에 미치는 효과 .....	58
3. 셀프리더십 교육 프로그램이 진로준비행동에 미치는 효과 .....	59
4. 셀프리더십 교육 프로그램 전체 만족도 및 참여도 평가 .....	60
5. 셀프리더십 교육 프로그램 참가자의 변화 .....	62
가. 셀프리더십 교육 프로그램의 목적에 따른 회기별 경험일기 분석	62
나. 회기별 활동 선호도 분석 및 평가 .....	75
다. 전체 내용에 대한 소감문 분석 .....	79
<b>V. 논의 및 결론 .....</b>	<b>84</b>
1. 논의 .....	84
가. 셀프리더십 교육 프로그램이 리더십생활기술에 미치는 영향 .....	84
나. 셀프리더십 교육 프로그램이 진로준비행동에 미치는 영향 .....	87
2. 결론 및 제언 .....	90
<b>참고문헌 .....</b>	<b>93</b>
<b>부    록 .....</b>	<b>107</b>

# 표 목 차

<표 II-1> 전통적 관리 기능과 셀프리더십의 비교 .....	10
<표 II-2> 셀프리더십의 정의 .....	11
<표 II-3> 셀프리더십의 이론적 근거 .....	13
<표 II-4> 내재적 보상 작동 행동 .....	14
<표 II-5> 셀프리더십의 전략 .....	20
<표 III-1> 연구대상 .....	49
<표 III-2> 실험설계 .....	50
<표 III-3> 리더십생활기술 하위영역별 문항 및 신뢰도 .....	51
<표 III-4> 진로준비행동 하위영역별 문항 및 신뢰도 .....	52
<표 III-5> 셀프리더십 교육 프로그램 구성 내용 .....	53
<표 IV-1> 리더십생활기술의 사전 검사에 대한 t 검증 결과 .....	56
<표 IV-2> 진로준비행동의 사전 검사에 대한 t 검증 결과 .....	57
<표 IV-3> 리더십생활기술의 사후 검사에 대한 t 검증 결과 .....	58
<표 IV-4> 진로준비행동의 사후 검사에 대한 t 검증 결과 .....	60
<표 IV-5> 셀프리더십 교육 프로그램 전체 만족도 평가 .....	61
<표 IV-6> 1회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문 .....	62
<표 IV-7> 2회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문 .....	64

<표 IV-8> 3회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문 .....	65
<표 IV-9> 4회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문 .....	67
<표 IV-10> 5회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문 .....	69
<표 IV-11> 6회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문 .....	70
<표 IV-12> 7회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문 .....	71
<표 IV-13> 8회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문 .....	72
<표 IV-14> 9회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문 .....	74
<표 IV-15> 회기별 활동 선호도 평가에 따른 분석 .....	75
<표 IV-16> 소감문의 개인 언어 반응에 따른 변인 효과 분석 .....	79



The Effects of Self-Leadership Education Program for High School Students  
on Leadership Life Skills and Career Preparation Behavior

**Mi Hye Kim**

*Interdisciplinary program of Educational Consulting,  
The Graduate School,  
Pukyong National University*

**Abstract**

The purpose of this study is to examine the effects of self-leadership education program on leadership life skills and career preparation behaviors of high school students and to apply them to educational field. In order to accomplish the purpose of this study, we set up the following research questions based on the theoretical background and previous studies. First, how does self-leadership education program affect high school students' leadership life skills? Second, how does the self-leadership education program affect high school students' career preparation behavior?

In order to verify the effectiveness of this study, 11 students in each experimental group and control group were selected from the first grade of high school and applied 9 sessions of self-leadership education program to evaluate the pre-post, experience diary of students, evaluation and testimony of the program. With the SPSS V22.0 statistical program the independent sample

t-test was used to examine the homogeneity of the experimental group and the control group and the effectiveness of the leadership life skill and career preparation behavior of the two groups. The main conclusions of this study are as follows.

First, the self-leadership education program was effective in improving the leadership life skills of high school students. In terms of the sub-factors such as communication skills, decision making skill, organizational management skill, human relations skill, learning ability skill, self-understanding skill, and group activity skill, the self-leadership program had positive effects.

Second, self-leadership education program was effective in improving career preparation behavior for high school students. Among the sub-factors, excluding career counseling using specialized agencies and professionals, it was effective in exploring a career through peripherals, exploring a career using professional tools, and improving behavioral endeavors to achieve goals.

This study confirms that the self-leadership education program had a positive effect on improvement of leadership life skills and career preparedness behavior of students, and that it is needed to provide such programs to make young people pioneer their own lives creatively and leadingly for the future society, and to enable them to demonstrate leadership in all areas of life such as relationship with oneself and with others.

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

21세기 지식정보화 사회는 과학기술의 급속한 발전으로 인해 4차 산업혁명을 맞이하게 되었다. 이런 시대적 상황 속에서 현대사회 조직은 전문적인 지식뿐만 아니라, 개인의 역량을 중요하게 여기고 있다. 즉 더 높은 수준의 독립성과 자율성에 따른 책임감을 가지고 자신의 삶을 주도적으로 이끌어 나가는 인재를 필요로 하고 있다(남기연, 2011).

특히 미래를 이끌어 나갈 청소년들은 사회 변화에 잘 적응할 뿐 아니라 창의적으로 미래를 개척하면서 자신의 역할을 찾아야 한다. 이를 위해 학업 이외 다양한 활동과 경험을 통해 자신에 대한 이해를 높여야 하고, 전인적인 역량을 함양해야 하며, 성공적인 성인기를 위한 도약의 발판이 마련될 수 있도록 리더십을 개발하는 것이 필요하다(김경아, 2007; 남기연, 2011, 이무상, 2008; Linden & Fertman, 1998). 특히 현대 사회의 패러다임의 변화는 타인에 의해 주어지는 것이 아니라 자기 스스로가 자신에게 긍정적 영향을 줄 수 있다는 새로운 리더십 관점인 셀프리더십을 요구하고 있다.

셀프리더십은 “스스로 자기 자신에게 영향력을 행사하기 위해 사용되는 사고 및 행동 전략이며, 스스로 자신을 이끌기 위해 취하는 책임 있는 행동”으로 정의할 수 있다(Manz, & Sims, 1999). 다시 말해 셀프리더십은 “자신을 스스로 지휘하고 통제하는 능력으로, 지시, 명령, 통제, 보상, 처벌

등에 의한 전통적인 리더십보다는 생활 전반을 통하여 자신의 삶에 스스로 리더십을 발휘하는 것”으로(박명숙, 2006), 자기 자신에게 스스로 리더가 되어 자신을 잘 관리하고 자신의 역할을 잘 수행할 수 있도록 인지적, 행동적 전략을 사용하여 긍정적이고 올바른 방향으로 이끌어나가는 내적인 힘이라고 정의할 수 있다.

셀프리더십은 청소년들이 맞이할 미래사회에 대해 올바른 방향성을 가지고 나아가게 하며, 앞으로 어떻게 살아가야 할 것인가에 대한 자기 확신과 전략을 가지고 주체적으로 살아갈 수 있는 내면의 힘을 갖도록 도와준다(남기연, 2011). 이렇듯 셀프리더십이 개인적인 측면에서도 중요하지만, 실제로 셀프리더십을 개발하여 유능한 리더가 되면 국가와 인류를 위해 기여하게 되므로 셀프리더십의 사회적 측면도 중요하다(한선화, 강승희, 유순화, 2005). 따라서 미래 사회의 구성원이 될 청소년들의 리더십 능력 함양을 위한 교육의 기회가 절실히 필요하다.

그동안 리더십 교육은 주로 높은 위치에 있거나 유명인사 등 성인들의 전유물로만 이해하는 경향이 있어 청소년의 리더십 향상에 대해서는 사회 전반적인 인식은 미비한 실정이다(김형수, 2010). 게다가 리더십을 함양하는 것이 청소년 자신에게 매우 유익한 영향을 줄 수 있음에도 불구하고, 대다수의 청소년은 자신이 잠재적 리더십을 갖고 있다고 생각하지 않으며, 리더의 자질은 태어날 때부터 생기는 특정한 사람들의 것이라는 편협되고 전통적인 견해를 가지고 있어서 자신의 리더십을 발달시켜 나가야 한다는 필요성을 제대로 인식하지 못하고 있는 실정이다(서정찬, 2006). 따라서 리더십이 특정 청소년만이 소유하는 것이 아니라 누구나 가질 수 있으며, 경험적인 학습을 통하여 습득할 수 있도록 기회를 제공할 필요가 있다(김정대, 2002).

우선 일상생활에서 필요한 생활기술과 장차 학교를 벗어나 실제 사회생

활을 할 때 필요한 사회적 기술인 리더십생활기술이 모든 청소년들에게 필요하다. 리더십생활기술이란 리더십의 기능과 일상생활 속에서 활용할 수 있는 능력인 사회적 기술의 복합어로 청소년기에 요구되는 다양한 발달과업 중에 중요한 요소로 간주되고 있다(김형수, 2010; 엄완용, 2007; 장세종, 2014; 최창욱, 2001). 리더십생활기술의 향상을 위하여 셀프리더십 프로그램이 긍정적인 효과가 있었다는 선행연구(김은정, 2009; 문영미, 2008; 박명숙, 2006)와 리더 훈련 경험에 따라 리더십생활기술에 차이가 나타났다는 연구결과(김은옥, 2005; 엄완용, 2007)에 비취볼 때 청소년들의 발달 단계에 맞춰 리더십생활기술을 익힐 필요가 있다. 요컨대 일반 청소년들도 자신과 타인의 감정을 이해하여 올바른 의사소통을 하고, 조직사회에서 다루어야 할 기술과 효과적으로 인간관계를 맺는 리더십생활기술에 긍정적인 영향을 주는 셀프리더십을 길러야 한다.

이와 아울러 셀프리더십을 개발하고 향상시키는 것은 진로를 준비하고 결정해야 하는 중요한 시기에 놓여있는 청소년기에 꼭 필요하다. 이는 청소년들이 적합한 진로를 스스로 결정하도록 촉진하며, 자신만의 실현가능한 목표를 구체적으로 설정하게하고 목표달성을 위해 노력하게 만드는 진로준비행동에 긍정적인 영향을 미친다(강윤희, 2013; 남기연, 2011). 또한 정체감 혼란으로 인한 방향과 내면의 갈등 속에서 어느 방향으로 나아가야 하는지 고민하는 과정 속에서 자신을 돌아 볼 기회를 제공하고, 자신이 공부하는 목적과 가치를 알게 하며, 자신이 원하는 삶을 스스로 선택할 수 있게 하여, 자신이 인생의 주인으로 살아갈 수 있는 잠재역량을 증진시킬 수 있게 한다(김보경, 정철영, 2012; 남기연, 2011; 이정현, 2015; 장해숙, 이윤주, 2010).

셀프리더십에 대한 국내 연구는 1990년대를 기점으로 현재까지 경영학, 행정학, 정치학 등 다양한 영역에서 성인들을 대상으로 연구되고 있으며,

연구 내용은 주로 개인과 조직의 성과 및 직무와 관련된 영향과 상관관계 연구들로 구성되어 있다(강미옥, 2012; 김정현, 2015; 박선민, 2016; 박용진, 2009; 이계현, 2001). 그 후 2000년대를 기점으로 교육학 분야에서 리더십을 교육 프로그램으로 연결하여 교육현장에 적용하기 시작하였으며, 그 대상도 유아부터 대학생까지 확대되어 효과성이 입증되고 있는 추세이다.

셀프리더십 프로그램을 적용하여 효과성을 검증한 연구들에서는 유아와 초등학생들의 경우 리더십과 셀프리더십(김소령, 2006; 김영아, 2011; 정애란, 2011) 및 셀프리더십 기술(안상임, 2013) 등에서 긍정적인 향상을 보였으며, 자아개념(김순희, 2011; 김영아, 2011), 자기효능감(김소령, 2006; 박영민, 2013; 한민경, 한윤경, 2009), 자아존중감(고은옥, 2006; 백재옥, 2008; 양선희, 2009; 정애란, 2011)등의 변인에서도 효과를 검증하였다.

특히 청소년을 대상으로 진행된 셀프리더십 프로그램에 대한 연구들은 자아존중감(박명숙, 2006; 장해숙, 2010), 자기효능감(김예종, 2014), 행복감(박경희, 2013), 심리적 안녕감(박용석, 2013) 등의 변인들을 연구하여 긍정적인 효과를 거두었다. 뿐만 아니라 리더십(문영미, 2008), 셀프리더십(장해숙, 2010), 리더십생활기술(김은정, 2009; 박명숙, 2006)을 함께 연구한 경우에도 그 효과성을 입증하였다.

이와 같이 셀프리더십에 대한 연구는 유아부터 청소년까지 확대되어 효과성이 입증되고 있는 추세이지만, 청소년들을 위한 셀프리더십 프로그램의 효과를 연구한 사례는 아직 미비하여, 다양한 변인들에 대한 효과성을 검증하지 못한 한계가 있다. 또한 셀프리더십의 중요성과 필요성을 인식한다고 하더라도 특정인뿐 아니라 실제로 일반 청소년들에게 셀프리더십의 함양을 위한 체계적인 교육과 셀프리더십의 습득 과정을 체계적으로 확인할 수 있는 연구들은 부족한 실정이다.

특히 영재학생을 대상으로 연구(고현덕, 2007; 박경희, 2013)하거나 다수

인원의 조사 연구(김은정, 2009; 박용석, 2013) 및 단기적인 캠프진행(박명숙, 2006)은 개인의 수준과 필요성을 채워주기 어려울 뿐 아니라 리더십생활기술을 습득하고 이를 생활에 적용해 볼 기회가 부족하고, 상승되는 효과의 과정을 검증하는 데에는 다소 미흡한 감이 있다. 이에 셀프리더십 프로그램을 경험함으로써 자신이 먼저 셀프리더가 되어 대인관계에서도 리더십을 발휘하는 리더십생활기술에 미치는 효과성을 확인할 필요가 있다.

한편 셀프리더십과 진로준비행동은 상관관계 연구를 통해 효과성은 검증되었지만(남기연, 2011; 송한나, 2013; 이종찬, 2013), 셀프리더십 프로그램을 실시하여 진로준비행동의 효과를 연구한 사례는 아직 미비한 실정이다. 더구나 청소년기 진로에 대한 중요성과 필요성에도 불구하고 청소년들의 연령에 따른 진로발달 특성의 변화에 대해 분석한 최근 연구에서 우리나라 중·고등학생의 진로준비행동은 활발하지 않은 것으로 밝혀졌다(황매향, 김봉환, 최인재, 허은영, 2010). 따라서 청소년 시기에 스스로 진로준비행동을 가질 수 있도록 지속적으로 노력하고 확인하는 것은 무엇보다 중요함으로 셀프리더십 프로그램을 통하여 진로준비행동에 대한 효과를 검증할 필요성이 있다.

본 연구에서 실시하고자 하는 셀프리더십 프로그램은 셀프리더십을 리더십 개발의 핵심 개념으로 강조하고 있는 대표적인 모델인 Covey(2010)의 ‘성공하는 사람들의 7가지 습관’ 및 Sean Covey(2011)의 ‘성공하는 10대들의 7가지 습관’을 기본 토대로 할 것이다. 이는 국내기업에서 리더십 프로그램으로 널리 실시되고 있고, 유아와 대학생까지 그 효과성을 검증하였지만(김미선, 2005; 윤형식, 1998; 정태희, 2005), 청소년을 대상으로 연구한 사례는 아직 미비한 실정이다.

이에 본 연구는 급변하는 사회 환경에서 성공적인 청소년기를 이끄는 핵심적인 교육 방안으로 청소년 셀프리더십 교육의 필요성을 인식하여, 청소년

들이 자신의 삶을 주도적으로 이끄는 리더가 되어 실제적인 생활 속에 필요한 리더십생활기술을 습득하는 것과, 자신의 미래를 위한 진로를 탐색하고 실제적인 준비를 할 수 있도록 행동하는 진로준비행동에 셀프리더십 프로그램이 효과가 있는지 알아보려고 한다.

## 2. 연구 문제

본 연구는 고등학생을 위한 셀프리더십 교육 프로그램이 리더십생활기술 및 진로준비행동의 향상에 미치는 효과성을 검증하기 위하여 아래와 같이 연구문제를 설정하였다.

첫째, 셀프리더십 교육 프로그램은 고등학생의 리더십생활기술에 어떠한 효과가 있는가?

둘째, 셀프리더십 교육 프로그램은 고등학생의 진로준비행동에 어떠한 효과가 있는가?

## 3. 용어의 정의

본 연구에서 주요 변인과 관련하여 사용된 ‘셀프리더십 프로그램’, ‘리더십생활기술’, ‘진로준비행동’에 대한 용어의 정의는 다음과 같다.

## 가. 셀프리더십

셀프리더십은 “스스로 자기 자신에게 영향력을 행사하기 위해 사용되는 사고 및 행동 전략이며, 스스로 자신을 이끌기 위해 취하는 책임 있는 행동”이다. 본 연구에서는 자기 자신에게 스스로 리더가 되어 자신을 잘 관리하고 자신의 역할을 잘 수행할 수 있도록 인지적, 행동적 전략을 사용하여 긍정적이고 올바른 방향으로 이끌어나가는 내적인 힘으로 정의한다.

## 나. 셀프리더십 교육 프로그램

셀프리더십 교육 프로그램이란 청소년의 내면의 잠재력을 계발하여 셀프리더로서 역량을 발휘할 수 있도록 하여, 리더십생활기술과 진로준비행동을 향상시킬 목적으로 본 연구자가 Covey(2010)의 모델을 기본 바탕으로 기존 선행연구와 전문 도서를 참고하여 청소년들의 수준에 맞게 재구성한 교육 프로그램이다.

## 다. 리더십생활기술

리더십생활기술이란 “실제 생활 속에서 리더십 기능을 수행하기 위하여 요청되어지는 생활기술의 자기 평가적이고 조직과 관련된 부분”을 의미한다. 하위영역으로는 커뮤니케이션기술, 의사결정기술, 인간관계기술, 학습능력기술, 조직관리기술, 자기이해기술, 집단활동기술을 포함하고 있다.

## 라. 진로준비 행동

“자신의 진로와 관련한 인지나 태도적인 차원이 아닌 실제적이고 구체적인 행위의 차원”을 말한다. 하위영역에는 주변인을 통한 진로탐색, 전문도구를 활용한 진로탐색, 전문기관과 전문인을 활용한 진로상담, 목표달성을 위한 진로행동이 포함되어 있다.



## Ⅱ. 이론적 배경

### 1. 셀프리더십

#### 가. 셀프리더십의 개념

21세기 현대 사회가 요구하는 리더십은 지식정보화시대에 맞춰 개인의 자율성과 창의적인 사고가 강조되면서 조직의 구성원 모두가 리더십을 가지고 있어야 한다는 방향으로 변화하고 있으며, 교육을 통하여 누구나 가지고 있는 잠재된 리더십을 개발하고 성장시킬 수 있다는 육성이론의 중요성이 강조되고 있다(남기연, 2011). 이러한 관점에서 볼 때 이제는 성인들만이 아니라 청소년 시기에도 교육을 통하여 리더십을 배양할 수 있으며 청소년 리더십 교육이 꼭 필요하다는 인식전환이 이루어지게 된 것이다(곽삼근, 김기연, 김민정, 2008). 이러한 변화는 미래의 인재를 양성하는 교육 현장에도 영향을 주어 청소년들의 리더십을 향상시키고 개발하고자 하는 연구가 활발히 진행되고 있으며, 그 연구들의 중심에 자신에게 영향력을 행사하여 자신을 변화시키는 셀프리더십이 자리 잡고 있다(남기연, 2011).

셀프리더십(self-leadership)은 미국의 경영학자 만츠(Charles Manz)와 심즈(Henry P. Sims)가 1989년 Y이론에 입각해 개발한 리더십 모델로서 1980년대 조직 환경과 개인의 가치관이 급속하게 변화하면서, 미국 기업들이 국제경쟁력에서 밀려 장기적으로 경기 침체를 겪게 되자 이를 해결하기 위해 벌인 경영혁신과정에서 등장한 개념이다(김운호, 김태완, 2015).

이 과정에서 셀프리더십의 창시자인 Manz와 Sims(1986)는 젊고 교육수준이 높은 신세대 중산층 근로자들이 작업 능률이 저하되는 이유가 권위와 위계질서를 강조하는 전통적인 관리방식에 있는 문제점을 발견하였다. 그는 신세대 근로자들의 특성에 맞게 자율권을 부여하며, 그들의 잠재 능력을 최대한 이끌어 내는 새로운 차원의 리더십으로 개인적인 통제와 책임감을 강조하는 셀프리더십을 제시하였다(강정애, 태정원, 양혜현, 김현아, 조은영, 2011; 김민정, 2007; 남기연, 2011; 박계홍, 김종술, 2013; 박성민, 2002)

이러한 셀프리더십은 전통적인 팔로워십(followership)의 개념과는 다른 ‘자신에게 초점을 맞춘 리더십(leadership focused on oneself)’ 즉 자기 스스로 성취목표를 설정하고 그 목표달성에 대한 보상을 스스로 정하거나 성취목표를 달성하지 못했을 경우 스스로 처벌하는 등의 자율적인 통제를 강조하는 현대적 리더십의 하나이다(박성민, 2002; 장해숙, 2010). 전통적 리더십과 셀프리더십의 차이를 비교한 것은 다음 <표 II-1>와 같다.

<표 II-1> 전통적 관리 기능과 셀프리더십의 비교

전통적 관리 기능	셀프리더십
외부 관찰	자기관찰
주어진 목표	자기 설정 목표
과업 수행에 대한 외부강화	셀프리더십행동에 대한 자기강화와 외부강화
외부 보상에 의거한 열의	일 자체의 자연적인 보상에 근거한 열의
외부로부터의 비판	자기 비판
외부로부터의 문제해결	자신이 문제 해결
외부로부터의 직무할당	자신이 직무할당
외부로부터의 과업계획	자신이 과업 계획
부정적 관점	긍정적 관점
조직의 비전에 의존	구성원이 함께 창조한 비전에 헌신

출처: C. C. Manz & H. P. Sims, 1999. 수퍼리더십. 정일재 역. p. 119

## 나. 셀프리더십의 정의

Manz와 Sims(1999)는 셀프리더십을 “스스로 자기 자신에게 영향을 미치기 위해 즉 자기 영향력(self-influence)을 행사하기 위해 사용되는 사고 및 행동 전략”이라고 정의하였다. 여기서 셀프(self)의 의미는 ‘자아’의 개념으로 인간 내부의 기본적인 성향인 ‘자율성’을 강조한 것으로서 타율적인 성향에서의 리더십이 아니라는 점을 강조한다. 다시 말해 셀프리더십은 타고난 것이 아니라 학습을 통해 얻어질 수 있는 것으로 모든 사람은 유능한 셀프리더는 아닐지라도 어느 정도 셀프리더십을 발휘할 수 있다고 할 수 있다(변상우, 2014). 셀프리더십에 대한 정의는 김민정(2007)의 다수 논문을 토대로 연구자가 정리하였다. 자세한 사항은 다음 <표 II-2>와 같다.

<표 II-2> 셀프리더십의 정의

연구자	셀프리더십의 정의
Manz (1986)	“자아발견과 자기만족을 향한 여행이고, 스스로에게 영향력을 행사하는 방법이며, 자기효능감을 위한 기술이고, 행동 통제의 기초이며, 자아완성의 학습 과정”
Andrasik & Heimberg(1982) Latham(1989)	“학습으로 습득할 수 있는 일련의 행동”
Neck, Stewart & Manz (1995)	“과업을 수행하는데 필요한 자기방향 설정과 스스로 동기 부여를 하기 위하여 자신에게 영향력을 행사하는 과정”
Blanchard (1995)	“조직구성원이 주도적으로 목표를 달성할 수 있도록 임파워먼트하는 것”
Manz & Sims (1997)	“개인의 효율성을 증대시키는 과정이면서, 자신이 진정으로 하고자 하는 일이 무엇인지 자문하고 일상생활에서 자신이 하고자 하는 일을 실행하기 위한 내적 탐구 과정”

Napolitano & Henderson (1998)	“리더가 자기개발의 영역을 유지하기 위하여 필요한 비전, 통합, 열정, 용기, 낙천성, 자신감, 집중력과 원칙, 융통성, 끈기, 지혜, 인간성, 자기개발, 균형과 같은 가치”
Shelton (1997)	“개인이 주도적으로 동기 부여할 수 있도록 계획된 일련의 행동 및 인지(적) 전략”
Kazan (1999)	“전략과 자기관리 전략을 포함하고 있는 것”
Bloom (2004)	“자신과 자신이 하고 있는 일에 대한 역할을 생각 하는 사고 방식의 표현”
박성민(2002)	“스스로 자신을 이끌어가기 위해서 취하는 행동으로서 책임 있는 행동이다.”
하순복(2007)	“업무나 과업을 수행함에 있어 바람직한 방향으로 자신의 행동이나 사고를 이끌어 나가는 과정이다”
남기연 (2011)	“스스로에게 영향력을 행사하여 목표를 정하고 그 목표를 달성하기 위해 노력하는 과정 가운데 행위적이고 인지적인 전략들을 통해 개개인이 자신을 통제하는 자기 주도적인 사고와 행동방식이다.”
최인선 (2016)	“내재적 동기 개념으로 목표를 수행하기 위해 자신의 행동을 통제하여 영향력을 행사하는 것 즉 목표달성을 위해 개개인이 자신을 통제하여 자기 주도적 사고와 행동방식으로 변화하는 것이다.”

여러 연구자들의 정의를 종합해보면 ‘셀프리더십’이란 개념에는 자기지시, 자기 영향력, 자기관리 및 자율성, 통제성, 주도성, 동기부여, 적극성, 목표달성, 인지적 · 행동적 전략 등을 포함하고 있는 것으로 볼 수 있다. 이에 본 연구자는 셀프리더십을 자기 자신에게 스스로 리더가 되어 자신을 잘 관리하고 자신의 역할을 잘 수행할 수 있도록 인지적, 행동적 전략을 사용하여 긍정적이고 올바른 방향으로 이끌어 나가는 내적인 힘이라고 정의한다.

#### 다. 셀프리더십의 이론적 근거

셀프리더십은 개인의 행동과 정신적 영역에 사회의 변화 즉 외부적인 조건에 영향을 받는다는 사회적 인지이론(social cognitive theory)과 일 자체가 내부적으로 동기부여의 효과를 가져 올 수 있다는 내재적 동기이론(intrinsic motivation theory)의 두 가지 심리학적 이론에 기초를 두고 있다(고현덕, 2007).

<표 II-3> 셀프리더십의 이론적 근거

이론	내용
사회적 인지이론	개인의 행동 특성과 행동 변화는 주변 환경에 영향을 주고 영향을 받는다고 보는 이론
내재적 동기이론	개인이 좋아하는 활동을 하거나 직무를 수행하면, 즐거움이라는 내재적 보상을 받는다는 이론

출처: 강정애 외, 2011. 리더십론. p. 242

##### (1) 사회적 인지이론

사회적 인지이론은 사람을 움직이게 하는 동기가 사람의 행동, 내적 요인, 환경이 상호적으로 영향을 준다는 것이다. 이는 인간이 타인의 행동을 보고 타인에 대한 행동의 결과를 관찰함으로써 학습되는 것으로 간접학습 또는 대리학습을 할 수 있다고 주장하였다(Albert Bandura, 1997). 이러한 대리학습에서는 직접학습에 영향을 주는 강화적 보상을 직접 경험하지 않기 때문에 개인의 인지작용이 중요하게 작용한다. 따라서 사람들이 적응에 필요한 목표를 설정하고 목표달성에 필요한 자기관찰, 반성을 내면화하는 셀프리더십을 발휘하게 된다고 설명하고 셀프리더십의 행동적 전략을 도출하였다(김민정, 2007; 김운호, 김태완, 2015; 박성민, 2002).

(2) 내재적 동기이론(인지적 평가이론)

내재적 동기이론 또는 인지적 평가이론에 따르면 사람들은 자신이 좋아하는 활동이나 과제를 수행하게 되면 즐거움, 자기효능감, 통제감, 목적감 등으로 자연스럽게 보상이 되므로 그 활동을 계속 하기 위해 어떠한 외적 보상이나 처벌, 통제, 관리 등이 필요하지 않는다고 설명한다. 무엇보다도 과업에 대한 내재적 동기와 보상을 강조하는 이론인데, 내부 동기를 유발시키는 데에는 내재적 보상, 외부 보상 두 가지 측면을 제시하고 있다(김보경, 2012; Manz, & Neck, 2001).

사람들은 외적인 요인에 의해서가 아니라 스스로 동기를 부여할 수 있는 자율적인 상황을 더 선호하는 존재이다. 어떤 일을 할 때 자신이 유능하다고 느껴질 때 내적 보상이 일어나며 자기가 잘하는 일을 좋아하는 경향이 있고, 스스로를 통제한다고 느끼며, 자신이 한 일을 통해 가치를 창출한다고 느낄 때 내적 보상은 더욱 증가한다(장해숙, 2010). 내재적 보상을 작동시키는 행동에 대한 자세한 사항은 다음 <표 II-4>와 같다.

<표 II-4> 내재적 보상 작동 행동

행동	내용
유능감	자신의 능력에 대한 믿음과 직무 수행을 좋아하고 즐기는 행동
자기통제감	자신의 결정에 의한 행동
목적감	자신의 활동에서 가치와 삶의 의미, 목적을 찾는 행동

출처: 강정애 외, 2011. 리더십론. p. 242

## 라. 셀프리더십의 전략

셀프리더십은 개인이 스스로 자신에게 영향력을 행사하는 방법에 대한 인지적, 행동적 부분 모두를 포괄하는 넓은 개념으로 개인에게 긍정적인 영향을 줄 수 있도록 설계된 구체적인 행위적, 인지적 전략들로 구성되어 있다. 이러한 셀프리더십의 전략에는 두 가지가 있다. 하나는 사회적 인지이론에 근거를 두고 효과적인 행동에 초점을 맞춘 행동중심전략(behavior focused strategies)과 내재적 동기이론에 근거를 두고 효과적인 사고와 태도에 초점을 맞춘 인지중심전략(cognitive focused strategies)이 있다. 인지 전략은 건설적 사고패턴전략과 자연적 보상전략으로 나뉘지게 되었다(강정애 외, 2011; 변상우, 2014).

### (1) 행동중심전략

셀프리더가 되려면 자기 관리 전략을 통해 스스로 자신의 행동을 통제하고 조정해야 한다. 이 과정에서 개인은 주변의 환경을 자신에게 유리한 조건으로 변화시키고, 자신을 직접 통제할 수 있는 방법을 실천한다. 이를 통해 자신의 행동과 원인을 관찰함으로써 자신을 효과적으로 관리하는 데 필요한 정보를 얻을 수 있게 된다. 즉 행동에 초점을 맞춘 것으로 관리자와 종업원들이 내키지 않지만 반드시 해야 하는 과업을 수행함에 있어서 스스로를 리드하도록 돕는 몇 가지 구체적인 행동중심전략으로는 자기목표 설정, 단서관리, 리허설, 자기관찰, 자기보상, 자기비판이 있다(변상우, 2014; Manz, & Sims, 1999).

#### (가) 자기목표 설정

그때그때 처리해야 할 일들의 목표와 장기적으로 달성하고자 하는 목표를 설정한 후 이들의 우선순위를 정하고 자기 자신에게 할 일을 지시하는 것을 말한다. 효과적인 목표 설정은 우선 인생의 목적을 분명히 정하고 난 다음 장기목표를 설정하고 그에 입각하여 단기적인 목표를 수립해야하며, 구체적이고 명확하며 도전적이라야 한다. 이러한 자기목표 설정을 통해 자신의 행동에 긍정적인 영향을 줄 수 있다(백기복, 신제구, 김정훈, 2015; 이정자, 2010).

#### (나) 단서(cue)관리

최적의 환경에서 업무를 수행하기 위하여 부정적인 단서는 제거하고 긍정적인 단서는 확대하는 것을 말한다. 이때 단서(cue)란 일을 해나가는데 있어서 중요한 순간을 일깨워 주는 사람이나 물건 혹은 환경과 같은 것이다. 즉 자신이 하고자 하는 행동을 보다 용이하게 하도록 단서가 될 만한 것들을 업무를 수행하는 장소에 설치하거나 장소를 변경하는 것을 말한다. 책상에 글귀를 써 붙이는 것이나 중요한 것을 잘 기억해 내고 관심을 집중하기 위해 포스트잇이나 점검표와 같은 물리적인 방법을 활용하는 전략이다(성계순, 2011).

#### (다) 리허설

리허설이나 연습은 행동을 향상시킬 수 있는 효과적인 셀프리더십 전략

이다. 어떤 일을 실행하기에 앞서 깊이 생각하고 중요한 부분을 미리 연습하는 태도는 업무 수행의 성공과 효과성을 높이는데 큰 도움을 준다(박계홍, 김종술, 2013). 실제로 어떤 일을 수행하기 전에 신체적으로, 혹은 정신적으로 이미지화하여 예행연습을 한다. 예를 들어 농구나 테니스를 잘 하고자 할 때 연습을 하는 것은 지극히 당연한 일이듯이 업무를 비롯한 일과 일상생활의 각 영역에서도 연습은 필요하다(김은정, 2009).

#### (라) 자기관찰

‘언제, 왜, 어떤 상황에서 내가 특정한 행동을 보이는 가’를 알아보는 것이다. 즉 부정적인 행동과 긍정적인 행동의 원인을 관찰함으로써 나에게 필요한 변화는 무엇인지, 어떻게 더 잘할 것인가에 대한 연구의 단서를 발견할 수가 있다. 예컨대, 하루 종일 하는 일없이 시간만 낭비하면서 지낸다고 느껴지면 ‘나의 나태함’에 대해서 언제부터, 왜, 어떤 경우에 나의 나태함이 나타나는지를 연구하여 스스로를 바로잡는 것이다. 효과적 자기관찰과 변화의 포인트를 찾아내는 일은 ‘자기관찰기록’을 통해서 이루어질 수 있다(백기복, 신제구, 김정훈, 2015).

#### (마) 자기보상

일반적으로 보상이라고 하면 금전적 보상을 강력하게 생각하지만 조직이나 타인으로부터의 인정, 도전이나 참가의 기회, 중요한 일을 하고 있다는 느낌 등이다(변상우, 2014). 자기가 스스로에게 보상하는 것은 수행하기 싫은 일이나 어려운 일을 하게 만들며 바람직한 행동을 완수했을 때 개인적

으로 가치 있는 보상을 자기 자신에게 보상함으로써 일할 의욕을 북돋고 앞으로 어떤 행동을 할지를 대한 선택하는 데 중요한 영향을 미친다. 즉 뚜렷한 목표를 가지고 자기가 스스로에게 주는 보상은 물질적이든 정신이든 일에 대한 노력을 지속시키는 데 큰 역할을 한다(강미옥, 2012; 변상우, 2014)

#### (바) 자기징계

바람직하지 못한 행동을 하였을 때 자신에게 비판을 함으로써 실수의 반복과 습관적 실패에 빠지지 않도록 하는 행동을 의미한다(이정자, 2010). 어떤 일이 잘못 되었을 때 습관적으로 죄책감이나 자기비판을 통해 자신이 스스로에게 벌을 주는 것은 내적 동기 유발과 창의성에 오히려 효과적이지는 못하다. 실패의 원인을 분석하고 그로부터 교훈을 얻으면 그것으로 만족하도록 노력해야 한다. 자기보상전략은 바람직한 행동을 증가시키는 데 반해 자기 벌칙 전략은 부정적인 행동을 감소시키기 위해 적용된다(장해숙, 2010).

#### (2) 셀프리더십의 인지중심전략

셀프리더십의 인지전략은 사람들은 자신이 하고 싶어 하고 좋아하는 활동이나 임무를 수행할 경우에는 그것을 수행한다는 것만으로도 행복을 얻고 그것이 곧 자연적이고 본질적인 보상이라는 것에 초점을 맞추고 있는 내적 동기화이론을 바탕으로 이루어진 것으로 효과적인 사고의 형성과 관련이 있다. 셀프리더십은 주로 행동중심전략에 초점을 맞추어 연구되어 왔

다. 그러나 사람들이 정보를 인식하고 처리하는 방식이 셀프리더십에 상당한 영향을 준다는 사실이 밝혀짐에 따라 인지중심전략까지 연구 대상에 포함시켰다. 이 전략은 자연적 보상전략과 건설적 사고전략으로 나누어 볼 수 있다(강정애 외, 2011).

#### (가) 자연적 보상전략

보상의 종류는 크게 두 가지로 나눌 수 있다. 하나는 일반적인 보상으로 봉급 인상, 휴가, 승진, 보너스, 칭찬 등 외부로부터 주어지는 보상과 다른 하나는 자연적 보상으로 자신에게 주어진 일이나 활동 그 자체와 떼려야 뗄 수 없을 만큼 긴밀히 연결되어 있는 것으로 자신이 평소 즐기는 경기를 관람하는 것이나, 신문이나 SNS를 즐겨 보는 활동이라고 할 수 있다. 이와 같이 자연적 보상전략은 일을 통하여 자연적으로 얻을 수 있는 보상을 추구한다. 즉 자신의 업무를 즐기고 일 그 자체를 통하여 동기가 유발되는 것을 추구하며, 이런 행동을 하게 하는 동기는 외재적인 보상이나 자기 보상으로부터 비롯되는 것이 아니라 자연발생적인 것이다(Manz & Sims, 1999).

#### (나) 건설적 사고전략

Manz와 Sims(1999)가 제시하는 셀프리더십의 사고전략은 셀프리더십의 핵심이며 효과적인 수퍼 리더십의 핵심이기도 하며, 셀프리더십을 향상하기 위하여 건설적 사고 전략이 추가되었다. 사람들의 사고 패턴은 반복적인 행동을 통하여 습관을 변화시키듯이 습관적인 사고 패턴 역시 변화시킬

수 있다. 다음은 긍정적인 사고 패턴을 확립하기 위한 방법으로 세 가지를 제시하고 있다.

첫째, 믿음 혹은 가정(假定)은 기본적으로 사고의 본질을 이룬다. 즉 어떤 사고의 틀로 바라보느냐에 따라 결과가 달라 질 수 있고, 일을 수행하는데도 확실한 영향을 미친다. 믿음의 중요한 특징은 자기 예언적이라서 사람들이 무엇인가를 믿으면 종종 그대로 되는 경우가 많다.

둘째, 상상에 의한 체험은 실제로 어떤 일을 행하기 전에 성공적인 결과를 상상해 보는 것이다. 상상은 마음의 리허설 사고 패턴의 또 하나 중요한 요소이다. 어떤 문제의 결과에 대해 생각하는 방식은 자신의 일과 인생 전반에 대해 개인이 어떤 태도를 가지고 어떻게 행동하느냐에 영향을 미친다(김영아, 2011).

셋째, 자기와의 대화는 가장 바꾸기 쉬운 사고 패턴으로 마음속으로 하는 긍정의 대화이며, 자신을 이끌어가는 것을 말한다. 따라서 자기대화의 근본에는 자신에 대한 강한 긍정과 믿음이 깔려 있어야 한다. 그래서 스스로 자신의 사건과 경험을 평가하고 구성하고 반응하면서 생각하는 것으로 일종의 자성예언이라고 할 수 있다(이정자, 2010). 셀프리더십의 전략을 요약해 보면 다음 <표 II-5>와 같다.

<표 II-5> 셀프리더십의 전략

전략		구성요소	내용
행 동 중 심 전 략	행 동 지 향 적	자기목표 설정	자기 스스로 목표를 설정하고, 우선순위를 정한 후 스스로에게 실행을 지시하는 행동 (목표는 도전적, 달성 가능, 구체적)
		리허설	실제 직무수행 전에 신체적·정신적 예행연습(역할연기)을 함으로써 직무수행 성공률과 효과성을 높이는 행동

행 동 중 심 전 략	행 동 지 향 적	자기관찰	자신이 변화하기로 계획한 특정한 행동을 구체적으로 관찰하고 그 행동에 대한 정보를 수집하는 행동
		자기보상	바람직하고 효과적인 직무수행 후 스스로에게 내적 보상을 함으로써 차후 행동을 선택하는 데 중요한 영향을 미치는 행동
		자기비판	바람직하지 못한 행동에 대해 자신에게 비판과 교정을 함으로써 실수의 반복과 습관적 실패에 빠지지 않도록 하는 행동
		단서관리	바람직하다고 생각하는 개인적 행동을 촉발할 수 있도록 근무환경에서 얻는 단서들을 활용하는 행동
인 지 중 심 전 략	자 연 적 보 상	일반적 보상	외부로부터 주어지는 보상 (봉급 인상, 휴가, 승진, 보너스, 칭찬)
		자연적 보상	자신에게 주어진 일이나 활동 그 자체와 떼려야 뗄 수 없을 만큼 긴밀히 연결되어 있는 것
	건 설 적 사 고	믿음 혹은 가정(假定)	비합리적인 신념과 가정들을 점검하고 평가하며, 합리적인 믿음과 신념으로 대체 하는 것
		상상에 의한 체험	실제 수행을 하기 전에 경험할 행동에 대하여 긍정적으로 상상하는 것
		자기와의 대화	사건과 경험을 평가하고, 구성하고, 반응하면서 생각으로 자신과 속으로 대화하는 것

출처: C. C. Manz & H. P. Sims, 1991. "Super Leadership, Beyond the Myth of Heroic Leadership", Organizational Dynamics, spring, p. 24; C. C. Manz & H. P. Sims, 1989. "Super Leadership ; Leading Others to Lead Themselves", New York, pp. 13-26.

## 2. 리더십생활기술

### 가. 리더십생활기술 개념

Miller(1976)는 1975년에 『4-H 리더십을 위한 생활기술(Life skills For 4-H leadership roles)』에 대한 연구를 최초로 수행하고, 1976년에 오크라호마 주립대학에서 『Leader/agent's Guide: Leadership Life Skill』이라는 주제로 논문을 발표하여 ‘리더십’과 ‘생활기술’의 용어를 접목한 ‘리더십생활기술’이라는 용어를 처음으로 사용하였다(Morris, 1996; 박재영, 2007). Miller(1976)는 리더십생활기술의 개념을 “실제 생활 속에서 리더십을 발휘하기 위하여 요청되어지는 생활기술의 자기 평가적이고(self-assessed), 조직과 관련된(organization-specific) 부분”이라고 정의하였다. 그는 실제 생활 속에서라는 의미를 “청소년들이 세상을 살아가며 필요로 하고 사용해야 하는 기술”이라고 하고 리더십 기능이란 Weatherford와 Weatherford Boyd(1985)의 생활기술 하위영역 중 ‘공헌’에 해당하는 내용이라고 하였다(최창욱, 2011; Miller, 1976). 이러한 생활기술의 개념은 ‘리더십’이라는 개념에 접목하여 실생활에 적용하고 습득할 수 있도록 ‘리더십생활기술’이란 개념으로 많은 학자들이 사용하고 있다(김은경, 2005). 또한 Dormody, Seevers(1995), Morris(1996), Wingenbach(1995) 등은 리더십생활기술을 “실제 생활 속에서 리더십 기능을 수행하기 위하여 요청되어지는 생활기술의 자기 평가적이고 조직과 관련된 부분”을 의미한다고 하였다(최창욱, 2011).

우리나라에서는 최창욱(2001)의 연구에서 처음으로 ‘리더십생활기술’이라는 변인을 사용하였으며, 리더십생활기술을 “경험학습을 통하여 획득되어

지는 상호의존적인 사회에서 살아가기 위해 유용하고, 실제 상황에서 사용할 수 있는 능력”이라 정의하였다. 장세종(2014)은 청소년 리더십생활기술을 “청소년들이 사회적 환경 속에서 타인과의 상호관계라는 경험학습 과정을 통하여 획득한 지식과 자원을 상호의존적인 실제적인 사회생활에서 살아가기 위해 효율·효과적으로 적절하게 사용되고 발휘되는 리더십과 관련된 생활능력기술서 하위영역에는 커뮤니케이션기술, 의사결정기술, 인간관계기술, 학습능력기술, 자기이해기술, 집단활동기술, 조직관리기술을 포함한다”고 하였다.

리더십생활기술은 평범한 일상 속에서 경험하는 가정생활, 학교생활, 지역사회 활동과 특별한 교육과정 등을 통해서 자연스럽게 학습하게 되는데 이처럼 청소년기에 다양한 참여활동을 통해 습득되어진 리더십생활기술은 성숙한 성인으로서 성장하는 것과 더불어 올바른 사회활동을 함으로써 자립의 가능성을 향상시켜주고, 수준 높은 사회구성원으로서 만족한 인생을 유지할 수 있도록 한다는 것이다(박성은, 2011; 장세종, 2014).

따라서 청소년은 미래 사회의 구성원으로서 자라나야 하는 중요한 인재로서 이 시대의 당면한 문제를 슬기롭게 해결하고, 급변하는 미래 상황에서도 능숙하게 대처하며, 다른 사람들과 더불어 살아가기 위해 원만한 인간관계를 유지하며, 행복한 일상생활의 삶을 영위하기 위해 청소년이 갖추어야 할 필수 덕목이자 역량인 리더십생활기술의 습득이 매우 필요하다고 할 수 있다(박성은, 2011; 장세종, 2014; 최창욱, 2011).

## 나. 리더십생활기술의 구성요소

리더십생활기술은 Dormody와 Seevers(1995), Morris(1996), Dormod와 Clason(1995), Wingenbach(1995) 등의 연구에서 사용한 30문항을 우리나라

상황에 맞게 최창욱(2011)이 재구성하여 사용하였으며, 하위영역으로는 커뮤니케이션기술(communication skills), 의사결정기술(decision-making skills), 인간관계기술(skills in getting along with others), 학습능력기술(learning skills), 자기이해기술(skills in understanding self), 조직관리기술(management skills), 집단활동기술(skills in working with groups)을 포함한 리더십생활기술의 7가지 하위영역의 구체적인 의미는 다음과 같다(최창욱, 2011)

#### (1) 커뮤니케이션기술

커뮤니케이션기술(communication skills)은 개인이 가지고 있는 생각과 메시지, 정보의 교환, 그리고 다른 사람이 가진 지식, 흥미, 태도, 의미, 태도, 의견, 감정, 생각, 사실을 공유하는 과정을 말하는 데 언어적·비언어적 메시지 모두를 포함한다.(김정대, 2002). 청소년 시기에 커뮤니케이션 기술을 습득하는 것은 자신감과 신뢰감을 향상시킴으로써 사회생활과 인간관계를 원만하게 만들어 리더십을 길러주는데 아주 중요한 기초가 된다(김수정, 2011)

#### (2) 의사결정기술

의사결정기술(decision-making skills)이란 청소년들이 인생의 목표를 세우고, 그 목표에 따라 우선순위와 요구를 선택하고 결정하여 주도적이고 결단력 있게 행동으로 옮기는 능력을 의미한다고 하였다(Tolbert, 1974). 그들은 자신의 목표에 따라서 능력을 발휘할 기회, 친구들의 유형, 사회경

제적 지위, 가치관, 정신 및 신체적 건강 등 생활의 모든 방면에 영향을 받게 된다. 오늘날 청소년들의 참여와 관련하여 이러한 의사결정기술이 중요하게 대두되고 있는 현실에서 청소년기에 비전과 목표를 세우는 것은 청소년 자신이 내려야 할 가장 중요한 결정이라고 할 수 있다(반기완, 2009).

### (3) 인간관계기술

인간관계기술(*skills in getting along with others*)은 사람들이 함께 협력하며 살아가는 사회 속에서 인간관계를 잘 형성해 나가기 위한 기술로서 다른 사람에게 진실하게 대하며, 친절을 베풀고, 다른 사람의 가치를 인정하고 존중하여 궁극적으로 나 외에 다른 사람과 조화와 균형을 이루어 효과적이고 성숙한 관계를 수립하는 능력이며 기술이다(김정대, 2002; 엄완용, 2007). 청소년기는 또래, 이성 및 가족과의 상호의존적인 관계가 매우 중요한 발달적 과업이기 때문에 대인관계 지향적인 리더십을 발달시킬 수 있다(엄완용, 2007).

### (4) 학습능력기술

학습능력(*learning skills*)이란 “지속적인 경험을 통해서 습득되는 일정한 지식, 기술, 인식, 잠재력 등이 어떤 행위를 통해서 실제적으로 익히고 수행하는 능력”이다(장세중, 2014). 청소년기에는 인지적 발달이 급격히 진행되어 지식을 습득하고 이를 이용하는 지적 능력이 절정에 달한다. 이러한 인지적 발달과 관련하여 학습능력기술은 전체 학습 과정을 통해 습득한 지식과 정보를 적절히 부호화시켜 효과적으로 정보를 사용하고 재생 과정을

통해 학업을 성취하며 합리적인 사고를 통한 문제해결능력이라 할 수 있다 (김은경, 2005).

#### (5) 자기이해기술

자기이해기술(*skills in understanding self*)은 자신을 인정하는 태도나 자신의 가치에 대한 어떤 느낌이나 생각을 의미하는 자아존중감 (*self-esteem*)과 어떤 상황에서도 자신의 과제를 성공적으로 마칠 수 있다는 자신의 능력에 대한 확신이나 믿음인 자기 효능감(*self-efficacy*)과 자신이 가지는 고유성을 의미하는 자아정체감이 통합된 개념이다. 청소년기는 인지능력의 발달로 자신의 의견뿐 아니라 다른 사람의 입장에서 자신을 이해하고 평가할 수 있게 된다. 따라서 자신의 신체적 특징, 희망, 기술, 자기 가치에 대한 스스로의 입장뿐만 아니라 다른 사람이 자신의 행동과 태도에 대해 갖는 견해도 모두 반영하여 자신은 여러 타인과 구별되는 유일하고 독특한 존재라는 인식을 갖게 된다(김은정, 2009; 박명숙, 2006).

#### (6) 집단활동기술

자발적 참여방법을 통하여 과제 및 문제에 대한 해결능력을 향상시키며 습득하는 기술을 집단활동기술(*skills in working with groups*)이라 한다. 집단 활동은 활동자체가 청소년들의 관심에서 출발하여 활동의 계획과 운영이 청소년들에 의해서 이루어진다는 큰 강점을 가지고 있다. 따라서 청소년들이 활동에 임할 때 다른 형태의 청소년 활동에서 보다 더욱 능동적이고 적극적인 경향을 가지고 있으며 활동의 범위가 제한되어 있지 않기

때문에 청소년들이 보다 다양하고 창조적인 활동을 만들어 나갈 수 있다 (김은경, 2005).

#### (7) 조직관리기술

조직관리기술(management skills)이란 조직과 관리의 기술을 조합한 의미로서 조직이란 다수의 사람들이 공동의 목적을 수행하기 위해 업무를 여러 역할로 분담하고 분담된 업무를 통일된 협동관계가 되도록 합리적으로 조정된 체계라고 할 수 있다(문제창, 2010). 일반적으로 조직관리기술은 성인들의 사회 활동이나 생산 활동 속의 조직사회에서나 필요한 것으로 생각하여, 청소년기에 조직관리기술을 향상하는 것의 필요성과 중요성을 인식조차 못할 수 있다. 그러나 청소년 시기에 익히는 작은 습관들이 성인된 후에도 큰 영향을 가져오기 때문에 청소년시기에 동아리나 집단 활동, 자원봉사활동 등을 통해서 기초적인 조직관리 기술을 습득할 수 있어야 한다 (엄완용, 2006).

#### 다. 리더십생활기술의 선행연구

리더십생활기술의 개념은 최창욱(2001)이 국내에서 처음으로 소개하였고, 이후 청소년의 리더십을 육성하기 위한 교육프로그램 개발과 리더십 수준을 측정하기 위한 척도개발 등이 진행되어 왔으나 아직까지 연구 성과가 많이 축적되지는 못하였다(성영실, 2009). 이에 최창욱(2001)은 청소년기에 리더십 기술을 습득하는 것의 중요성을 인식하고 성별, 연령, 학력, 부모 직업, 자아존중감, 한국 4-H 참여 횟수, 참여정도, 성취기대수준의 독립 변

수들이 청소년의 리더십생활기술에 대한 설명을 예측할 수 있는 요인임을 밝혀냄으로써, 청소년의 리더십생활기술 개발에 있어 중요한 시사를 제공하였다.

리더십생활기술에 대한 상관관계연구를 살펴보면 엄완용(2007)은 리더십생활기술이 성별, 학급역할, 또래 집단, 리더 경험에 따라 차이가 있다고 밝혔는데 이는 최창욱(2001)과 김정대(2002)의 연구결과와 유사한 것으로 나타났다. 리더십생활기술 수준이 학생들의 성적에 따라 차이가 있다는 선행연구를 살펴보면 인문계고등학교 학생들, 중학교 학생들, 특성화고등학교 학생들 순으로 리더십생활기술의 수준 차이가 있음이 나타났다(장세종, 2014). 그 외 한선화 등(2005)이 영재학생과 일반학생의 리더십기술, 사회성숙도(한선화 외, 2005)를 비교 분석한 연구와 조환옥(2009)도 리더십생활기술, 사회적 능력 및 자기조절능력의 관계를 분석한 결과 영재학생의 리더십생활기술 수준이 일반학생보다 높게 나왔다.

초등학생을 대상으로 실시한 리더십 프로그램이 리더십생활기술에 미치는 효과를 분석한 결과 리더십이 리더십생활기술에 유의미한 효과가 있음을 입증하였고(권영웅, 2004; 이혜림, 2013; 정성혜, 2006; 정애란, 2011; 정의숙, 2009; 조은숙, 2009; 최은희, 2008), 중학교는 영재학생을 대상으로 셀프리더십 프로그램이 리더십기술에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(박경희, 2013). 박명숙(2006)과 김은정(2009)도 일반 중학생을 대상으로 리더십생활기술에 미치는 긍정적 영향을 입증하였고, 문영미(2008)는 특성화 고등학생을 대상으로 셀프리더십 프로그램을 실시한 결과 리더십생활기술에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이와 같이 셀프리더십과 리더십생활기술은 서로 밀접한 관계가 있음이 드러났고, 집단의 역동성을 활용한 셀프리더십 프로그램이 실제 생활의 기술로서 리더십생활기술에 긍정적인 영향력을 미치는 것으로 볼 때 리더십

생활기술에 대한 연구 사례가 필요하고, 청소년들에게 더 많은 기회를 제공하여 미래 사회의 인재로서의 역량을 키워 갈 리더십생활기술을 향상하는 것이 필요하다.

### 3. 진로준비 행동

#### 가. 진로준비행동의 개념

과거에는 한 직업을 평생 동안 고수하는 사례가 많았기 때문에 진로를 직업과 동일어로 취급하였으나 현대사회에서는 과학기술의 급속한 발전으로 인하여 직업의 종류가 다양해지고 개인의 직업적 발달도 직업군(職業群)에서 직업군으로 옮겨가며 이루어지고 있고, 또 다수의 새로운 직업이 생겨남에 따라 진로와 직업의 구별이 필요해졌다(김동규, 1999). 이에 초기 진로에 관한 이론들도 단순히 직업을 선택하는 것과 관련된 이론들이었지만, 이후 진로는 인간이 생애 발달적 단계에 맞춰 성장하는 것처럼 진로에 대한 지식이나 태도, 기능 또한 생애에 걸쳐 단계적으로 발달한다는 것으로 논의되어왔다. 또한 초기 진로지도 및 진로상담의 연구 분야에서도 중요하게 다루어진 주제들은 진로성숙도, 진로정체감, 진로결정수준, 진로미결정과 더불어 지적능력, 흥미, 적성 및 성격 등 거의 대부분이 개인의 인지나 태도에 관련된 연구가 주를 이루어왔으며, 반면 합리적이고 올바른 진로를 선택하고 수행하기 위해서 취해야하는 행동이나 혹은 진로결정이 이루어진 이후에 실행하기 위한 행동을 포함하는 진로준비행동에 관한 연구는 거의 없는 실정이었다(남기연, 2011).

이에 김봉환(1997)은 진로에 대한 행동적 차원에 대한 연구가 미비하다는 문제점을 인식하고 국내에서 처음으로 진로준비행동에 관한 개념을 시도하였다. 그는 진로에 대한 인식과 태도가 성숙된다 하여도 준비행동이 수반되지 않으면 효율적이고 합리적인 진로목표를 달성하기가 어렵다고 보았다. 특히 진로지도나 진로상담에 있어서 ‘행동차원’을 매우 중요한 요소로 지목하였으며, 개인의 진로에 있어서 인지와 행동의 조화로운 발달을 강조하였다(남기연, 2011; 송한나, 2013). 즉 진로준비행동은 “자신의 진로와 관련한 인지나 태도적인 차원이 아닌 실제적이고 구체적인 행위의 차원”을 의미한다. 즉 “합리적이고 올바른 진로결정을 위해서 수행해야 하는 행동 및 진로결정이 이루어진 이후에 그 결정사항을 실행하기 위한 행위” 등을 의미하며, 이에 포함되는 실질적인 예로는 자기 자신 및 직업세계를 이해하기 위한 정보수집 활동, 진로목표 설정 및 달성에 필요한 도구를 구비하는 활동, 설정된 진로목표 달성을 위해서 시간과 노력을 투자하는 활동 등이 포함되어 있다(김봉환, 1997; 이종찬, 2013).

진로준비행동에 대한 연구자의 개념을 살펴보면 남기연(2011)은 진로준비행동을 “자신의 적성과 능력에 맞는 합리적이고 올바른 진로를 결정하기 위해 구체적으로 행동하고 그 결정사항을 실행하기 위해 구체적으로 노력하는 행동”이라고 하였고, 최인선(2016)은 “자기 자신과 직업세계를 이해하고 스스로 진로목표를 달성하기 위해 합리적이고 구체적 방법으로 노력하는 총체적인 행동적 과정”이라고 하였다. 이종찬(2013)은 “진로 및 취업과 관련된 의사결정을 실제적으로 행동으로 수행하는 능력과 과정”으로 정의하였다. 황매향 등(2010)은 진로준비행동을 “앞으로의 진로를 준비하기 위해 실제 어느 정도 활발히 행동하고 있는지를 나타내며 자신의 특성에 대해 알아보거나 진로정보를 찾아보는 것과 같은 진로정보탐색행동과 실제 결정된 진로로 나아가기 위한 능력을 개발하는 것을 포함 한다”고 하였다.

지금까지 살펴본 진로준비행동에 대한 개념을 토대로 연구자가 정리하면 진로준비행동(career preparation behavior)은 자신이 추구하는 진로의 방향을 결정하기 위해 종합적으로 진로를 탐색하고 이를 위해 실질적이고 구체적으로 진로에 대해 준비하고 노력하는 일련의 행동적 과정이라고 정의할 수 있다.

#### 나. 진로준비행동의 구성요소

진로준비행동의 구성요인은 진로준비행동의 개념처럼 다양하고 유사하다. 김봉환(1997)은 진로준비행동의 구성요인을 정보수집 활동, 도구구비 활동, 목표달성을 위한 실천적 노력, 이 세 가지 측면으로 나누었다.

첫째, 정보수집 활동이다. 정보수집 활동에는 자기 자신에 관한 정보 즉 자신의 흥미, 적성, 성격, 능력 등은 물론이고 자신이 관심을 가지고 있는 직업세계에 관한 정보들로서 전망, 현황, 입직방법, 필수요건, 승진경로, 작업환경 등도 포함된다. 이 같은 정보를 효율적이고 합리적으로 수집하기 위한 활동은 매우 중요한 진로준비행동이라고 할 수 있다.

둘째, 필요한 도구를 갖추는 활동이다. 본인이 목표한 직업을 갖기 위한 준비과정에서 필요한 장비나 기자재 혹은 교재 등을 구입하는 것이며, 각 직업에서 요구되는 자격증 혹은 면허증 등을 획득하는 일도 포함 된다.

셋째, 설정된 목표를 달성하기 위한 노력이다. 즉 목표달성에 필요한 도구와의 상호작용 과정이라고 할 수 있다. 필요한 도구를 구입하여 진로준비를 위한 노력 행동을 하는 것을 의미한다. 자신이 필요한 도구를 구입해 놓고도 시간과 노력을 투자하지 않는다면 진정한 진로준비를 하고 있는 것으로 볼 수 없다(김봉환, 1997; 남기연, 2011; 최인선, 2016).

#### 다. 진로준비행동 선행연구

진로준비행동과 관련된 국내연구를 살펴보면 김봉환과 김계현(1997)의 진로준비행동 척도 개발을 시작으로 진로 및 취업 분야의 실증연구에서 진로준비행동, 진로탐색행동, 직업탐색행동, 취업준비행동, 구직행동 등의 행동 변인들의 연구가 진행되어왔고, 최근 들어 사람들이 자신의 목표를 수행하는데 필요한 방향과 동기를 이루어 가는 자기 영향력의 과정을 뜻하는 셀프리더십이 진로준비행동에 미치는 영향에 대한 연구들이 이루어지고 있다(박수현, 2015).

셀프리더십과 진로준비행동에 대한 상관관계 연구는 최근에 들어 진행되기 시작하였는데(송한나, 2013; 양수진, 송영수, 이용률, 2015; 정은주, 2015; 최인선, 2016; 최종인, 한태용, 이영훈, 이용률 2014), 대학생을 대상으로 한 연구가 주를 이루고 있다. 구체적으로 살펴보면 송한나(2013)는 서울, 수도권과 지방에 소재하고 있는 대학교에 재학 중인 대학생 462명을 대상으로 대학생의 셀프리더십이 진로준비행동에 영향을 미치는지 분석한 결과 진로준비행동의 하위요소 중 목표달성을 위한 노력행동과 전문도구를 활용한 진로탐색에는 셀프리더십의 행동중심적 전략과 자연적 보상전략이 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 셀프리더십의 행동중심적 전략과 건설적 사고전략과 자연적 보상전략이 자기효능감의 매개효과를 통해 진로준비행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

최인선(2016)은 전국 일반대학교 대학생 515명을 대상으로 대학생활 적응이 진로준비행동에 미치는 영향에서 셀프리더십과 사회적 지지의 매개효과에 관한 연구를 하였다. 그 결과 셀프리더십과 사회적 지지는 진로준비행동에 영향을 주는 매개요인임을 확인함으로써 셀프리더십과 사회적 지지를 통해 대학생활적응이 진로준비행동을 높일 수 있다는 것을 확인하였고,

대학생활 적응, 셀프리더십, 사회적 지지, 진로준비행동에서 리더십 교육경험 유무에서 모든 변인 간 차이가 있는 것으로 나타났다. 이는 리더십 교육이 새로운 환경에 적응하면서 긍정적 인식 전환과 능동적 행동의 변화를 통해 자신의 진로발달과 진로준비에 가장 효과적이고 핵심변인임을 암시하는 것이라고 할 수 있다.

다음으로 청소년을 대상으로 한 연구는 대학생들의 연구에 비해 사례가 많지 않다. 그 중 고등학생 437명을 대상으로 남기연과 김경아(2011)가 셀프리더십이 진로준비행동에 미치는 영향을 분석하였다. 그 결과 성별, 리더십 경험, 리더십 교육경험은 셀프리더십과 진로준비행동을 높이는데 긍정적 영향을 주었고, 셀프리더십 수준이 높은 집단이 낮은 집단의 고등학생에 비해 높은 수준의 진로준비행동을 발휘하는 것으로 나타났다.

특히 셀프리더십의 하위영역 중 자기목표설정은 진로준비행동과 가장 높은 상관이 있는 것으로 나타난 것을 볼 때 청소년의 진로준비행동에 셀프리더십의 자기목표설정이 가장 큰 영향을 미치는 것이라고 볼 수 있다. 또한 성공적 성과의 가시화가 진로준비행동에 하는 데 있어서 높은 상관이 있는 것으로 나타났다.

이상의 연구결과를 종합해 보면 셀프리더십과 진로준비행동은 밀접한 관계가 있으며, 대학생뿐만 아니라 청소년들도 셀프리더십을 개발하면 진로준비행동을 향상시킬 수 있다는 것을 증명하였다. 그러나 여전히 우리나라 청소년들은 진로준비행동의 중요성과 필요성에도 불구하고, 진로준비행동에 대한 연구는 활발하지 않은 것으로 밝혀졌다(김봉환, 정철영, 김병석, 2006). 또한 진로준비행동은 특별한 시기에 형성되는 것이 아니라 자신의 진로에 대해서 생각하고 여러 가지 경험을 통해 이루어지기 때문에, 청소년기부터 자신의 미래에 대해 스스로 목표의식을 가지고, 스스로에게 동기 부여하고 인지적, 행동적 전략을 가지고 행동할 수 있도록 하는 셀프리더

십 교육을 통해 진로준비행동의 효과를 확인하는 연구가 계속 진행되어야 할 것이다.

#### 4. 셀프리더십 프로그램

본 연구의 셀프리더십 프로그램은 스티븐 코비 박사의 「성공하는 사람들의 7가지 습관」을 토대로 구성하였기에 Covey(2010)의 모델을 살펴보고자 한다.

##### 가. 등장 배경

스티븐 코비 박사의 「성공하는 사람들의 7가지 습관」은 대기업 임원들의 리더십을 배양하기 위해 ‘코비 리더십 센터’가 개발한 것으로 개인과 조직을 성공적으로 만드는 7가지 습관을 배양하는 내용으로 구성되어 있으며, 전 세계적으로 보급하고 있는 리더십 프로그램이다. 또한 그의 아들 손 코비는 아버지가 가르쳐 준 ‘7가지 습관’을 바탕으로 자신의 실제 삶에 성공적으로 적용하여 체험을 담은 ‘10대들을 위한 7가지 습관’ 책을 새롭게 편성하였다.

스티븐 코비는 경영컨설턴트로서 “지각(知覺)이 어떻게 형성되는가, 사물을 볼 때 지각(知覺)은 어떻게 영향을 주는가, 나아가 우리가 보는 방식이 행동에 어떤 영향을 미치는가?” 등에 대한 연구를 통해 지각(知覺)이 우리에게 미치는 깊은 영향을 깨닫게 되었다. 이는 어떤 상황을 변화시키기를

원한다면 우리 자신이 먼저 변해야 하며, 자신을 효과적으로 변화시키기를 원한다면 먼저 상대방에 대한 우리의 관점과 인식을 바꾸어야 한다는 것을 의미한다(윤형식, 1988).

Covey는 지각에 관한 연구 외에도 1776년 이래 미국에서 ‘성공’과 관련하여 출간된 책과 문헌을 심층적으로 조사하였다. 이 조사를 통해 “자유롭고 민주적인 사람들이 성공적인 삶의 열쇠”라고 여기는 점을 발견하게 되었다. 미국 건국 후 성공과 관련된 문헌들의 초점은 대부분 성품윤리(Character Ethics)에 맞추고 있었으나 최근 50년간은 대부분 사회적 이미지에 대한 의식, 다양한 기법들, 그리고 응급처치 식 대응책 등의 성격윤리(Personality Ethics)로 가득 차 있다는 것을 발견했다.

이러한 처방은 임시변통으로 일시적으로 해결되는 것처럼 보이지만 나중에는 더 큰 문제점이 드러나 사태를 더욱 악화시키게 된다. 우리가 이처럼 심각한 문제를 해결하기 위해서는 좀 더 깊고 새로운 차원의 사고방식 즉 성공적인 인간과 효과적인 대인관계의 영역을 정확하게 설명해 주는 여러 가지원칙에 근거한 새로운 패러다임이 필요하였다. 이러한 새로운 차원의 사고방식을 정리하여 구조화 한 것이 ‘성공하는 사람들의 7가지 습관’ 프로그램이다(윤형식, 1988; Covey, 1998).

## 나. 내용 구성 요소

Covey(2010)의 7가지 습관 모델은 리더십을 대표하는 프로그램이며, 셀프리더십을 리더십 개발의 핵심 개념으로 강조하고 있는 대표적인 모델이다. 7가지 습관을 이루기 위한 기초 단계로 성공, 습관, 성숙의 연속성, 내적성품, 패러다임, SEE-DO-GET모형, 자성예언, 원칙, 효과성이 있다. 이

를 바탕으로 습관 1, 2, 3은 개인의 승리를 다룬 개인 리더십 즉 셀프리더십이고, 습관 4, 5, 6은 대인관계 리더십을 다룬다. 습관 7은 최종적으로 습관을 지속적으로 수행하기 위한 것이다. 7가지 습관을 구체적으로 살펴보면 습관1은 “자신의 삶을 주도하라”는 것으로 인간은 누구나 선택의 자유가 있고 선택에 대한 책임도 자신에게 있음을 알고, 자신의 삶에 주도적이고 책임감 있게 살도록 하는 습관이다. 습관 2는 “끝을 생각하며 시작하라”는 것은 자신의 사명과 삶의 목표를 정하라는 것으로 인생을 주어진 대로 사는 것이 아닌 설계한 대로 살아가기 위한 비전을 가지는 습관이다.

습관 3은 “소중한 것부터 먼저 하라”로 우선순위를 정하고 가장 중요한 것부터 먼저 하라는 뜻이다. 우리는 매일 당장 눈에 보이는 급한 일을 처리하느라 진작 중요한 일을 놓치는 경우가 많다. 그래서 시간의 우선순위를 정하는 것은 시간의 유한성에 대해 정말 소중한 것이 무엇인지를 알게 해 준다. 따라서 습관 1, 2, 3은 우리를 의존적 단계에서 독립적 단계로 발전시켜 준다. 이 습관들은 내적 성품이 성숙하는 본질로서 ‘개인의 승리’를 이루게 한다. 개인적 승리인 자신에 대한 리더십 즉 셀프리더십은 ‘대인관계의 승리’에 앞선다.

습관 4는 “승-승을 생각하라”는 것은 모두가 이길 수 있다는 태도를 가짐으로 경쟁 사회에서 모두가 행복해 질 수 있는 것은 서로에 대한 존중과 상호 유익의 중요성을 알게 하는 습관이다. 습관 5는 “먼저 이해하고 다음에 이해시켜라”는 의미는 효과적인 의사소통을 하려면 내가 먼저 상대방을 이해해야 한다는 것이다. 그러기 위해서는 공감적 경청과 나 전달법으로 대화하는 방법을 익히는 습관을 배양하는 것이다.

습관 6은 “시너지를 내라”는 것으로 더 많은 성공적인 결과를 얻으려면 창조적으로 협력하는 것이다. 그러기 위해서는 서로의 차이점을 축하하고, 보다 더 새롭고 좋은 해결책을 제시하면서 성숙하고 변화된 인간관계를 맺

어나가는 습관을 말한다. 습관 4, 5, 6은 대인관계의 승리'를 이루어 독립적인 존재에서 상호의존적인 존재로 성장 발전한다는 것이다. 그러나 습관 4, 5, 6을 형성하기 전에 반드시 습관 1, 2, 3에 완벽해야만 하는 것은 아니다. 물론 순서를 정하여 따른 것은 자신의 성숙을 좀 더 효과적으로 관리하는데 도움을 준다. 마지막으로 습관 7은 “끊임없이 쇄신하라”는 것으로 앞의 습관들을 효과적으로 잘 다루기 위해서는 규칙적으로 자신을 새롭게 하는 재충전의 습관이다. 나무를 잘 자르기 위해서는 도끼를 가는 시간이 필요하다는 것이다. 이것은 지속적인 자기 개선을 위한 습관으로 나선모양의 상향적 성장을 가능케 하는 것이다(Covey, 1998; Covey, 1989).

## 5. 셀프리더십 프로그램 선행연구 고찰

### 가. 선행연구 분석

셀프리더십에 대한 국내 연구는 1990년대 이희영(1996)의 연구를 기점으로 현재까지 경영학, 교육학, 국방관리학, 자연과학, 산업정보학, 신학, 사회학, 심리학, 의·약학, 상담학, 가정 관리학, 아동학 등 다양한 전공영역에서 이루어지고 있다. 초기 연구에는 대부분 성인 대상들의 연구가 대다수를 차지하고 있고, 그 중에서도 기업 및 일반 직장인 위주로 구성되어 있었으며, 교육기관, 간호사 그룹, 군 조직 등의 순으로 이루어져 있다.

그 후 2000년대를 기점으로 셀프리더십의 연구 대상은 대학생부터 유아, 아동, 청소년까지 확대되는 추세에 이르렀고, 셀프리더십을 교육학의 영역으로 접목하여 셀프리더십 프로그램에 대한 연구들이 진행되어 효과성을

입증하였다. 기존 선행연구를 통한 셀프리더십 프로그램의 연구 동향을 대  
상별로 분석해 보면 다음과 같다.

#### (1) 유아 대상

정유정(2007)은 문헌고찰과 셀프리더십의 전략으로 구성하고 타당도를  
검증하여 셀프리더십 프로그램을 개발하였다. 그 결과 유아들의 셀프리더  
십 점수가 유의미하게 향상되었고 특히 자기관리영역에서 가장 큰 효과를  
나타냈다. 이와 동일한 셀프리더십 프로그램으로 효과성을 분석한 박상희  
(2011)는 셀프리더십 프로그램이 유아의 조망수용능력과 주장적 행동의 효  
과를 검증한 결과 유아 셀프리더십 프로그램을 적용한 유아집단이 타인의  
감정과 사고 의도를 추론하고 이해할 수 있는 조망수용능력에 긍정적인 효  
과가 있음을 알 수 있었다. 또한 타인의 권리를 존중하고 침해하지 않으면  
서 자신을 솔직하게 표현할 줄 아는 주장성 행동증진에 효과가 나타났다는  
것은 김미선(2005)의 주장성 행동의 연구 결과와 맥을 같이 하고 있다.

특히 김미선(2005)은 스티븐 코비박사(Stephen R. Covey)의 ‘성공하는  
사람들의 7가지 습관’을 바탕으로 ‘멋진 영 리더를 위한 7가지 습관’ 프로  
그램을 개발하여 유아 대상으로 하는 셀프리더십 교육의 시작을 알렸다.  
만 5세 유아 56명을 실험집단으로 하여 자아개념과 정서지능, 주장성 행동  
에 대한 셀프리더십의 효과를 분석한 결과 셀프리더십 교육을 받은 유아는  
그렇지 않은 유아들보다 자아개념, 정서지능, 주장성행동이 긍정적으로 향  
상되었다. 주장성행동의 향상은 유아를 대상으로 연구한 박상희(2011)의 연  
구결과와 유사한 결과로 나타났고, 자아개념 향상은 유아 셀프리더십 프로  
그램이 유아들의 감정을 잘 조절하고 만족해하여 긍정적인 자아개념을 향  
상시킬 수 있음을 보여주고 있다. 하지만 자아개념의 하위영역 중 ‘사회성’

에서는 유의미한 효과가 나타나지 않았다. 이와 같은 결과는 자아형성을 하는 과정에 있는 유아들에게 셀프리더십이 개인적인 영역에 영향을 더 미치는 것으로 나타났다. 또한 유아에 맞는 셀프리더십 평가도구를 개발되어, 용이하게 평가가 이루어진 것으로 보인다(최자윤, 2009).

## (2) 초등학생 대상

김영아(2011)는 Manz와 Neck(2001)의 셀프리더십 전략을 기초로 구성하고, 초등학생 수준에 맞게 프로그램을 재구성하여 셀프리더십 프로그램을 실시하였다. 그 결과 초등학생 4학년의 셀프리더십 하위요인인 행동전략, 보상전략, 사고전략에 효과성이 있었고, 자아개념의 하위요인인 학업적 자아개념과 신체적 자아개념은 유의한 차이를 보이지 않았으나 사회적 자아개념, 정의적 향상에 효과적이었다. 이는 셀프리더십이 자아개념의 하위영역 모두 유의한 효과를 가져 온 김순희(2011)의 연구와는 차이가 있으나 전체적으로 셀프리더십이 자아개념에 효과적임을 알 수 있다.

Manz와 Neck(2001)이 제시한 셀프리더십 전략과 교육인적자원부(2004)의 ‘자기 리더십 프로그램’을 참고하여 셀프리더십 훈련 프로그램을 개발한 김소령(2006)은 초등학생 2개 학급 아동 37명을 실험 처치하여 리더십과 자기효능감에 미치는 효과를 분석하였다. 그 결과 자기효능감과 리더십 하위요인 중 목표달성 능력 및 목적의식에 효과를 얻었지만 재창조능력, 통솔력, 인간관계능력에는 효과가 없는 것으로 나타났다. 정애란(2011)도 5학년을 대상으로 교육인적자원부(2004)의 ‘자기 리더십 프로그램’을 토대로 리더십 효과를 분석한 결과 리더십생활기술의 하위영역 모두 긍정적인 효과가 있었다. 이러한 결과는 연령과 측정도구에 따라 하위요인별로 차이가 나지만, 대체적으로 자아존중감, 자기효능감, 리더십에 효과가 있음을 입증

하였다.

### (3) 중학생 대상

셀프리더십 프로그램의 선행연구(김미선, 2005; 정태희, 2005; Covy, 1989; Dormody, Seevers, 1995)와 사전요구를 토대로 박명숙(2006)이 셀프리더십 프로그램을 개발하였다. 3학년 10명을 대상으로 1박 2일 동안 실험 처치한 결과 셀프리더십 프로그램에 참여한 실험집단은 프로그램에 참여하지 않은 통제집단에 비해 셀프리더십과 자아존중감이 향상되었음을 확인하였다. 이는 정애란(2011)이 초등학생을 대상으로 자아존중감을 연구한 결과와 유사하였다.

김은정(2009)은 박명숙(2006)과 동일한 리더십생활기술의 측정도구를 사용하였고, 셀프리더십 향상을 위해 중학교 8학년 기술, 가정 교과 단원 중 '청소년의 자기관리'와 2007년 개정 중심으로 '청소년의 자기관리'의 내용을 분석하여 실천적 문제 중심의 교수-학습 과정 안을 개발하였다. 셀프리더십 프로그램의 효과를 알아보기 위해 중학교 3학년 2개 학급을 78명을 선정하여 분석한 결과 리더십생활기술의 하위요소인 의사소통기술, 학습능력기술, 집단관리기술에서 수업 전후에 유의미한 차이를 보이고 있었다. 이와 같은 결과는 박명숙(2006)의 연구에서 하위요인 모두 효과가 있는 것과 약간의 차이는 있지만 셀프리더십이 리더십생활기술에 정적인 관계가 있음을 입증하였다. 이수정(2015)은 교육과학기술부와 한국직업능력개발원이 개발한 학교 내 진로교육프로그램을 바탕으로 셀프리더십 프로그램을 재구성하여 진로자기효능감 및 진로성숙도에 미치는 효과를 분석한 결과 진로자기효능감과 진로성숙도에 유의미한 영향을 미쳤다. 이와 유사하게 한미희(2012)는 특성화 고등학교 대상을 셀프리더십과 진로결정수준에 유의미한

효과를 거두었으며 셀프리더십이 진로와 관련 있음을 입증하였다.

특히 영재학생을 대상으로 연구한 고현덕(2007)은 3학년 영재학생 15명을 대상으로 하여 리더십기술의 효과를 분석하였고, 박경희(2013)는 1학년 12명의 리더십기술, 행복감, 자기주도 학습의 효과를 분석하였다. 그 결과 고현덕(2007)은 실험집단이 통제집단에 비하여 통계적으로 리더십기술이 유의미한 수준을 보였으며, 리더십이해능력, 의사결정, 의사소통, 집단 활동, 문제해결, 자기개발 점수가 높게 나타났다. 박경희(2013)는 셀프리더십 훈련 프로그램에 참여한 실험집단이 참여하지 않은 통제집단보다 리더십기술, 행복감, 자기주도 학습능력이 향상되어 긍정적인 영향을 미치는 효과적인 프로그램임을 증명하였다. 다만 리더십기술에 대한 7개 하위요인 중에서 자기개발능력에서는 유의미한 변화를 보이지 않았다. 이는 고현덕(2007)의 연구에서 하위요인 모두 효과가 있는 것과 약간의 차이가 있었다. 한편 한선화 등(2005)의 연구에서 일반학생과 영재학생들의 리더십기술과 사회성에 유의미한 차이가 있다는 연구 결과가 있지만, 앞서 언급한 일반학생들도 셀프리더십 프로그램을 적용한 결과 셀프리더십과 리더십생활기술등에도 효과가 있음을 입증하여 모든 사람들이 학습을 통해 어느 정도 습득할 수 있음을 말해주고 있다.

#### (4) 고등학생 대상

문영미(2008)는 선행연구를 바탕으로 박명숙(2006)이 개발한 셀프리더십 프로그램을 적용하여 특성화고등학생 1학년을 대상으로 리더십 및 학교적응에 미치는 영향을 분석하였다. 그 결과 실험집단의 리더십 기술이 전반적으로 의미 있는 차이를 보여 리더십이 향상된 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 연구대상이 차이가 있어도 같은 결과를 낼 수 있었고(박명숙,

2006), 추후검사 결과에서도 통제집단에 비해 실험집단만 시간이 경과한 후에도 의미 있는 차이를 보임으로써 셀프리더십집단 상담 프로그램이 리더십향상에 지속적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 한편 학교적응에 미치는 영향을 통계학적으로 종합한 의미에서는 효과가 없는 것으로 나타난 반면, 추후 검사에서는 유의한 차이가 나타났다. 이는 학교적응력에 대한 기존 선행연구(김경아, 장효주, 2010; 남혜경, 2014; 한선화, 2012)와는 다른 결과를 보여주므로 대상과 학교 상황에 따라서 학교적응력에 차이가 있음을 보여주었다.

장해숙(2010)은 선행연구(김미선, 2005; 김진수, 2009; 박명숙, 2006; 박성민, 2002; 정태희, 2005; Covy, 1989)의 분석과 Manz와 Sims(2001)의 행동 전략 영역의 구성 요인을 추출하고 직접 프로그램에 참여한 학생들의 사전 요구조사를 바탕으로 셀프리더십 프로그램을 개발하였다. 이 프로그램의 효과를 알아보기 위해 일반계 고등학교 1학년 여학생 13명을 실험대상으로 실시한 결과 실험집단의 학생들은 프로그램에 참여하지 않은 통제집단의 학생들에 비해 셀프리더십 점수, 자아존중감, 학습동기가 유의미하게 향상되었다. 이는 셀프리더십의 전략이 학습을 통해 획득된다는 사실이 입증되었고, 셀프리더십이 자신의 잠재력을 발견하여 스스로 목표를 달성하기 위해 자신의 삶을 관리하는 Manz와 Sims(2001)의 의견과 유사한 결과를 나타냈다.

#### (5) 대학생 대상

대학교에서 Covey(1989) 프로그램을 리더십 교과목으로 채택하여 연구한 정태희(2005)는 1학년 36명을 대상으로 셀프리더십과 자존감 증진에 미치는 효과를 분석하였다. 그 결과 셀프리더십교육에 참여한 대학생들이 자

존감이 증진되었고, 셀프리더십하위 영역 중 ‘주도성’과 ‘목표 설정 및 실천’에서 유의미한 효과를 나타내 보였으나 우선순위에는 효과적이지 못했다. 아직 1학년 학생들이어서 장기적으로 자신의 삶의 중요도와 긴급도를 생각하여 시간을 관리하는 우선순위 영역에서의 실천력이 떨어진 것으로 보인다.

박정윤(2015)은 선행연구와 행동중심 전략셀프리더십과 진로결정 자기효능감을 바탕으로 코칭을 더하여 모형을 설계하였다. 여대생 7명을 대상으로 그룹코칭을 진행한 실험집단은 통제집단에 비하여 진로결정 자기효능감이 향상되었고, 행동중심 전략셀프리더십의 점수는 전체적으로 향상되었으나 하위요인인 자기목표설정, 자기차별에만 유의한 효과를 나타내었다. 이는 정태희(2005)의 연구에서도 셀프리더십이 ‘목표설정’에 효과적이었다는 연구결과와 유사하며 진로에도 긍정적인 영향력이 있음을 입증하였다.

간호학과 2학년 45명을 대상으로 정창숙(2015)은 셀프리더십 이론을 토대로 선행연구들을 재구성하여 실험처치 한 결과 셀프리더십 프로그램이 셀프리더십, 자기 주도적 학습능력, 학업적 자기효능감, 임파워먼트 증진에 효과적인 것으로 확인되었다. 이는 셀프리더십의 변인에 긍정적인 효과를 가져 온 장해숙(2010)의 연구결과와 유사하다. 또한 셀프리더십과 자아효능감이 정적인 상관관계가 있음을 밝힌 장은주(2016)의 연구는 한국 테일카네기 셀프리더십 프로그램으로 효과를 연구한 김예중(2014)과 배정미(2011)의 연구결과와 유사하게 나타났다. 따라서 셀프리더십 프로그램이 자아효능감에 긍정적인 효과가 있음을 입증하였다.

## (6) 성인 대상

김진수(2009)가 선행연구(김미선, 2005; 김소령, 2006; 박명숙, 2006; 정태

회, 2005; Covy, 1989)의 공통적 요소와 Manz와 Sims(2001)의 셀프리더십 전략의 행동전략의 내용을 바탕으로 프로그램을 개발하였다. 그는 일반 직장인을 대상으로 2일 동안 90분씩 총 10회기를 진행하여 셀프리더십이 자기효능감을 증가시키는데 효과적임을 입증하였다. 이와 같은 결과는 강명숙과 김정섭(2014)이 초등학교 교사 15명을 대상으로 교사의 효능감을 향상시켰다는 연구와 일맥상통한다. 교사들의 직무만족에서도 효과가 나타난 것은 유아 교육기관의 교사들을 대상으로 프로그램을 실시한 김수자(2006)의 연구에서도 셀프리더십과 직무만족에 유의미하게 증진되는 결과가 나타났다. 이는 Neck과 Houghton(2006)의 연구에서 조직 구성원의 내면에 잠재된 셀프리더십행동이 스스로의 자율성과 통제의 증가를 의미하는 만큼 직무만족에 유의한 영향을 미친다고 한 결과와 유사하다. 즉 교사의 동기 유발을 외적보상보다 내부보상을 강조하고 자기통제에 초점을 맞추는 셀프리더십 전략이 효과가 있음을 입증하였다. 또한 셀프리더십의 대표적인 모델인 Covey(1989)의 ‘성공하는 사람들의 7가지 습관’ 프로그램으로 연구한 윤형식(1998)은 기업인 369명을 대상으로 조사연구를 한 결과 교육만족도, 학습목표 달성은 모두 높은 점수로 나타났으며, 직위 수준에 따른 만족도와 달성도 평가는 차이가 없었다. 이는 리더십이 임원이나 간부들의 특정인의 전유물이 아니라 일반인 누구라도 리더십을 습득할 수 있다는 것을 말해준다.

#### 나. 선행연구 고찰

이상의 셀프리더십 프로그램은 연구자가 직접 개발한 프로그램, 기존 선행연구와 문헌 고찰 등을 토대로 재구성한 프로그램, 사설이나 기업 등의 교육기관 리더십 프로그램들로 이루어져 있다. 셀프리더십 프로그램이 효

과를 미친 변인들로는 자기효능감(강명숙, 김정섭, 2014; 김소령, 2006; 김예중, 2014; 배정미, 2011; 장은주, 2016), 자아존중감(박명숙, 2006; 장해숙, 2010; 정애란, 2011; 정태희, 2005), 자아개념(김미선, 2005; 김영아, 2011), 심리적 안녕감(박용석, 2013), 학습동기(장해숙, 2010), 인간관계능력 및 커뮤니케이션 능력(김예중, 2014), 리더십(김소령, 2006; 문영미, 2008; 정애란, 2011), 셀프리더십(김수자, 2006; 김영아, 2011; 장해숙, 2010; 정유정, 2007; 정창숙, 2015; 정태희, 2005), 리더십 기술(고현덕, 2007; 박경희, 2013), 리더십생활기술(김은정, 2009; 박명숙, 2006)이며, 진로와 관련된 진로자기효능감과 진로성숙도(이수정, 2015), 진로결정수준(한미희, 2012), 진로결정자기효능감(박정윤, 2015) 등에도 효과가 있음을 입증하였다. 이와 같이 셀프리더십 개발은 개인의 성과뿐 아니라 타인과의 관계에서도 효과적인 방법으로 제시되고 있으며, 셀프리더십 프로그램 내용과 대상의 연령, 수준, 측정도구에 연구 결과가 약간의 차이는 있지만, 연구 대상을 막론하고 모두 셀프리더십 교육 프로그램의 효과를 입증한 연구였다.

즉 셀프리더십은 개인의 삶에 주도적인 역할을 할 수 있도록 하여, 개인의 자아개념이나 자아존중감 등 내재적인 특성에 긍정적 영향을 줌으로써 일상생활에 필요한 다양한 사회적 기술인 리더십생활기술에도 그 효과성을 입증하였다. 또한 셀프리더십의 전략을 통해 학업적인 면에서도 효과를 나타냄으로써 자신의 진로와 관련된 효능감, 성숙도, 결정수준에 영향을 미쳐 자신의 미래를 준비하며 나아가는데 밑거름이 되는데 긍정적 역할을 하고 있다. 따라서 셀프리더십이 학습과 경험을 통해 획득될 수 있다는 결과를 통해 청소년들에게 자신의 삶을 주체적으로 이끌어 나가며 미래 사회를 대비하여 자신의 진로를 잘 개척해 나갈 수 있도록 셀프리더십 교육 프로그램의 기회를 제공하여야 할 것이다.

## 다. 제한점

셀프리더십의 기존 연구들을 살펴보면 몇 가지 한계점을 발견하게 된다.

첫째, 셀프리더십 프로그램에 대한 실험연구는 상관관계연구에 비해 사례가 미비하고, 청소년을 대상으로 한 연구는 셀프리더십 연구 사례가 상대적으로 부족하므로 다양한 변인들에 대한 효과성의 검증이 필요하다. 또한 셀프리더십에 미치는 영향의 결과들이 상이한 결과를 보이는 것은 다양한 방면에서의 폭넓은 연구방법이 필요하다고 할 수 있다. 또한 유아와 성인을 위한 셀프리더십 측정도구는 있지만 국내 실정에 맞는 청소년을 위한 전문적인 측정도구 개발의 필요성도 제기된다.

둘째, 셀프리더십프로그램이 단기간의 캠프나 교육을 실시하고 있는 연구들은 실제로 셀프리더십의 전략들을 인지하고 체득하여 적용하는 과정에서 변화를 추적하기 힘들고, 셀프리더십 교육 프로그램이 실시되더라도 다수의 인원이나 조사연구 등은 개인의 효과에 대한 입증이 어렵다. 또한 진로와 관련된 성숙도나 효능감 등의 변인들은 태도나 신념에 초점을 맞추고 있기 때문에 실제적인 행동의 변화에 지속력과 효과성에 대한 확인이 불분명하다. 따라서 진로에 대한 태도뿐 아니라 셀프리더십의 인지적·행동적 전략을 통해 자신의 진로에 대한 실제적인 준비를 시작할 수 있도록 하는 진로준비행동의 연구가 필요하다.

셋째, 영재학생들과 같은 특정인을 대상으로 한 연구들은 일반 청소년에게 똑같이 적용하기에는 어려움이 있다. 실제로 일반인과 영재학생의 경우 리더십생활기술과 사회적 능력 및 자기조절능력에 유의한 차이가 있다는 연구결과(조환옥, 2009)는 학생들의 수준에 따라 차이가 있음이 드러났다. 또한 중학생과 고등학생은 여러 측면에서 발달단계의 차이가 있고, 고등학생이라 할지라도 여학생만 대상으로 연구한 경우는 남녀의 특성이 다

르므로 셀프리더십의 수준의 차이가 있을 수 있다는 한계점이 있다. 또한 같은 고등학생이라도 일반계 고등학생과 특성화고등학생은 여러 가지 상황과 요인으로 인한 개인적 수준 차이가 있으므로 각각의 수준과 필요성, 연령별 특징을 고려한 셀프리더십 개발 방법과 관련한 기초 연구가 필요함을 시사한다.

특히 Covey(1989)의 프로그램은 유아와 대학생, 성인을 대상으로 그 효과성을 입증하였고, 대부분 셀프리더십 프로그램의 밑거름으로 사용되고 있지만, 인문계 고등학생을 대상으로 한 연구 사례는 미비한 실정이다. 특히 청소년기는 자아정체감을 형성하는 시기이므로 자신에 대한 긍정적인 자아개념과 자신의 삶을 주도적으로 살아갈 수 있는 내면의 힘을 기르는 것이 중요하다. 또한 삶의 목적과 가치관을 확립하여 자신만의 진로 방향과 목표를 설정하고 결정하는 능력을 발달시킬 수 있도록 청소년기 발달 수준에 맞는 활동과 경험을 하여야 할 것이다.

더구나 셀프리더십이 청소년기의 학교생활뿐 아니라 가정과 사회생활에서 만나게 되는 다양한 인간관계에서 개인의 리더십을 체득함으로써 대인관계 리더십까지 긍정적인 영향을 끼치는 것인지 확인할 필요가 있다. 또한 셀프리더십이 자신의 삶에 주도적인 자세를 가지고 누구의 것이 아닌 자신의 진로 방향과 목표를 설정하고 그것을 위해 구체적으로 준비하고 실행해 나가는 진로준비행동을 향상시킬 수 있는지 그 효과성을 검증할 필요가 있다. 그러기 위해서는 교육현장에서 체계적인 셀프리더십 교육 프로그램을 경험할 수 있는 기회가 제공되어져서, 많은 청소년들이 다양한 방면에 리더의 경험을 체험하여 준비된 셀프리더로 미래를 책임질 수 있도록 교과 과정 차원에서 제공하는 것이 필요하다.

## 라. 보완점

따라서 본 연구에서는 이러한 제한점을 보완하여 다음과 같은 착안점을 반영하였다.

첫째, 셀프리더십 교육 프로그램을 통해 일반 청소년에게 셀프리더십을 용이하게 경험할 수 있도록 학교 방과 후 과정으로 기회를 제공하였다.

둘째, 셀프리더십 프로그램을 통해 리더십생활기술을 습득하여 일상생활에서도 적용해나갈 수 있도록 20일간 격일제로 시행하였다. 이는 셀프리더십 교육을 받고 나서 개인의 생활 속에서 적용할 수 있도록 기회를 주고, 집중의 효과를 확인하는 것이다.

셋째, 인문계 고등학생의 발달단계와 수준에 맞는 프로그램을 구성하고 창의적 교수방법으로 진행하여 학업에 지쳐 있는 학생들에게 흥미를 유발하게 하며, 집단 활동을 통해 모두 리더의 경험을 하게 하였고, 친구들과의 관계를 통해 리더십생활기술의 향상을 가져올 수 있도록 하였다. 또한 미래 사회 변화와 직업에 대한 정보를 통해 셀프리더십의 중요성과 필요성을 인식하여, 자신의 비전을 발견하고 진로 목표를 설계함과 동시에 대학생 멘토를 통해 진학에 대한 전략적인 필요와 진로에 대한 구체적인 준비를 실천할 수 있도록 하였다.

넷째, 셀프리더십의 전략을 바탕으로 매 회기마다 경험일기를 통해 좋았던 점과 셀프 칭찬을 쓰면서 자신에 대해 긍정적인 면을 발견해나가면서 성취감을 경험하게 하며, 동시에 타인들에게도 좋은 영향력을 미쳐 개인 리더십이 대인관계까지 영향을 미치는 효과를 거두도록 하였다. 또한 습관이 체득될 수 있도록 습관개발 계획서를 통해 스스로 체크하면서 좋은 습관을 형성해 가도록 하며 플래너를 통해 시간 사용을 잘 하는지 스스로 체크하며 습관화 할 수 있도록 하였다.

### Ⅲ. 연구 방법

#### 1. 연구대상

본 연구는 부산시에 소재한 인문계 L 고등학교 1학년을 연구의 대상으로 하였다. 모집 방식은 해당 학교 ‘2016학년도 겨울방학 특강 개설 강좌’란에 ‘셀프리더십 강좌’를 포함하여, 당해 학교 방과 후 모집 안내를 통하여 신청자를 모집하였다. 이를 통해 신청자는 총 11명이 모집되어 실험집단으로 배치하였고, 통제집단은 교내 1학년 학생들 총 25명을 무선 표집 방식에 따라 11명으로 선정하였다. 연구 대상에 대한 자세한 사항은 다음 <표 Ⅲ-1>과 같다.

<표 Ⅲ-1> 연구대상

집단	남	여	계
실험집단	5	6	11
통제집단	5	6	11
계	12	12	22

#### 2. 연구설계

본 연구에서 사용할 연구 설계는 셀프리더십교육 프로그램이 고등학생의 리더십생활기술과 진로준비행동에 미치는 효과를 검증하기 위한 것으로 사

전-사후검사 통제집단 실험설계이며, 실험집단에는 사전검사와 셀프리더십 향상 프로그램을 투입한 후 사후검사를 실시하였고, 통제집단에는 사전검사를 실시한 후 아무런 처치를 하지 않고 사후검사를 실시하였다. 자세한 사항은 다음 <표 III-2>와 같다.

<표 III-2> 실험설계

집단	사전검사	실험처치	사후검사
실험집단	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
통제집단	O <sub>3</sub>		O <sub>4</sub>

O<sub>1</sub> O<sub>2</sub> 사전검사(리더십생활기술, 진로준비행동)

O<sub>3</sub> O<sub>4</sub> 사후검사(리더십생활기술, 진로준비행동)

X : 실험처치(셀프리더십 교육 프로그램)

본 연구의 교육 기간은 2016년 12월 28일~2017년 1월 19일까지 주 2~3회씩 총 9회기 동안 셀프리더십교육 프로그램을 진행하였으며, 한회기당 100분씩 실시하였다. 사전검사는 프로그램 시작일인 2016년 12월 28일에 실험집단과 통제집단 모두 실시하였고, 사후검사는 프로그램 종료일인 2017년 1월 19일에 실험집단과 통제집단 모두 실시하였다.

### 3. 측정도구

#### 가. 리더십생활기술

본 연구에서 리더십생활기술의 측정은 Dormody & Seevers(1995), Morris(1996), Wingench(1995) 등 여러 학자들이 그들의 연구에서 사용한 30문항의 척도를 김정주, 조영희, 최창욱(2006)이 번안하고, 엄완용(2006), 박민서(2012) 등이 사용한 것을 장세중(2014)이 재구성한 측정도구를 사용하였다. 리더십생활기술의 하위영역은 커뮤니케이션기술 4문항, 의사결정기술 5문항, 조직관리기술 4문항, 인간관계기술 5문항, 학습능력기술 4문항, 자기이해기술 5문항, 집단활동기술 3문항 등 총 7영역 30개 문항으로 구성되어 있다. 본 연구의 척도 신뢰도는 Cronbach .84로 신뢰할 수 있는 수준이었다.

본 연구의 청소년 리더십생활기술의 척도는 자기보고서 기입식 5점 리커트 척도(5:매우 그렇다, 4:약간 그렇다, 3: 그저 그렇다, 2:약간 아니다, 1:전혀 아니다)를 사용하여 측정하였으며 각 하위 영역별 세부 사항은 다음 <표 III-3>과 같다.

<표 III-3> 리더십생활기술 요인별 문항구성 및 신뢰도

측정 변인	하위요인	문항번호	문항수	Cronbach's α
리더십 생활 기술	커뮤니케이션기술	1, 2, 3, 4,	4	.794
	의사결정기술	5, 6, 7, 8, 9,	5	.803
	조직관리기술	10, 11, 12, 13	4	.719
	인간관계기술	14, 15, 16, 17, 18	5	.884
	학습능력기술	19, 20, 21, 22	4	.843
	자기이해기술	23, 24, 25, 26, 27	5	.881
	집단활동기술	28, 29, 30	3	.796
		전체		30

## 나. 진로준비 행동

고등학생의 진로준비행동을 측정하기 위하여 김봉환(1997)의 연구에서 제작한 16문항 척도를 남기연(2011)이 15문항으로 재구성한 것을 사용하였다. 본 연구에서 청소년의 진로준비행동은 4점 리커트 척도를 사용하였으며 점수가 높을수록 진로준비행동 수준이 높다는 것을 의미한다. 진로준비행동의 하위영역은 주변인을 통한 진로탐색, 전문도구를 활용한 진로탐색, ‘전문기관과 전문인을 활용한 진로상담, 목표달성을 위한 노력행동으로 구성하였다. 남기연(2011)의 신뢰도(Cronbach’s  $\alpha$ )는 .87이었고, 본 연구의 척도 신뢰도는 Cronbach .81으로 신뢰할 수 있는 수준이었다. 본 연구의 진로준비행동의 척도는 자기보고서 기입식 4점 리커트 척도(4:매우 그렇다, 3:대체로 그렇다, 2: 약간 그렇지 않다, 1:전혀 아니다)를 사용하여 측정하였다. 자세한 사항은 다음 <표 III-4>와 같다.

<표 III-4> 진로준비행동 하위영역별 문항 및 신뢰도

변인	하위 요인	문항번호	문항수	Cronbach's $\alpha$
진로 준비 행동	주변인을 통한 진로탐색	1, 2, 3	3	.771
	전문 도구를 활용한 진로탐색	4, 5, 7, 11	4	.701
	전문기관과 전문인을 활용한 진로상담	6, 8, 9, 10	4	.746
	목표달성을 위한 노력 행동	12, 13, 14, 15	4	.723
	전체	1~15	15	.816

## 4. 프로그램 구성

셀프리더십 교육 프로그램은 Covey(2010)의 모델을 기본 바탕으로 기존

선행연구와 전문 도서를 참고하여 청소년들의 수준에 맞게 재구성하였으며, Bob Pike(2004)의 창의적 교수법을 활용한 워크숍 형태로 진행하였다. 자세한 사항은 다음 <표 III-5>와 같다.

<표 III-5> 셀프리더십 교육 프로그램 구성 내용

회기	전략	교육주제	구성요소	교육내용
1	행동 중심 전략	오프닝	자기관찰 자기 비판 자기 보상 리허설	- 전체 프로그램 소개 - 선서식을 통한 약속 정하기 - 각 팀 정하기와 팀별 미션 활동 - 자기이해 활동 및 전체 팀 빌딩 활동 - 경험일기 쓰기
		당당한 나	자기관찰 자기 비판 단서 관리 자기보상	- 복습 퀴즈와 팀 미션 활동 - 셀프리더십의 이해 - 리더의 자질 (성품, 역량) - 습관의 정의와 중요성 - 습관개발계획서 - 경험일기 쓰기
3	행동 · 인지 중심 전략	긍정적인 나	자기관찰 신념 조정 자기 비판 상상 체험 자기 대화 자기 보상	- 복습 퀴즈와 팀 미션 활동 - 패러다임의 정의와 중요성 - 패러다임 전환 연습하기 - 긍정 선언문 만들기 - 자성예언 - 경험일기 쓰기
		주도적인 나	자기관찰 신념 조정 단서 관리 자기 대화 자기 보상 리허설	- 복습 퀴즈와 팀 미션활동 - 반사적 행동과 주도적 행동 - 주도적 선택하는 방법 - 영향력의 원과 관심의 원 - 팀별 역할극하기 - 경험일기 쓰기

5	행 동 전 략	미 래 사 회 와 나	자 기 관 찰 목 표 설 정 단 서 관 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 복습 퀴즈와 팀 미션 활동</li> <li>- 미래사회 이야기</li> <li>- 미래 직업 골든벨</li> <li>- 미래 명함 만들기</li> <li>- 경험일기 쓰기</li> </ul>
6	행 동 · 인 지 전 략	위 대 한 나	자 기 관 찰 자 기 대 화 상 상 체 험 신 념 조 정 단 서 관 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 복습 퀴즈와 팀 미션 활동</li> <li>- 위대한 발견</li> <li>- 사명서 작성하기</li> <li>- 꿈, 비전의 의미와 중요성</li> <li>- 경험일기 쓰기</li> </ul>
7	행 동 · 인 지 전 략	미 래 의 나	자 기 관 찰 목 표 설 정 자 기 대 화 상 상 체 험 자 기 보 상 리 허 설	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 복습 퀴즈와 팀 미션 활동</li> <li>- 목표의 중요성</li> <li>- 비전맵 그리기</li> <li>- 비전맵 발표하기</li> <li>- 경험일기 쓰기</li> </ul>
8	행 동 중 심 전 략	현 재 의 나	자 기 관 찰 목 표 설 정 자 기 보 상 자 기 비 관 단 서 관 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 복습 퀴즈와 팀 미션 활동</li> <li>- 우선순위 정하기와 시간 관리</li> <li>- 시간 매트릭스</li> <li>- 플래너 작성하기</li> <li>- 경험일기 쓰기</li> </ul>
9	행 동 · 인 지 전 략	멘 토 와 함 계 마 무 리	자 기 관 찰 목 표 설 정 단 서 관 리 자 기 대 화	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 전체 복습 퀴즈</li> <li>- 대학생 멘토와 함께</li> <li>- 소감문 작성과 발표하기</li> <li>- 사후 검사와 설문지 작성하기</li> </ul>

## 5. 자료처리 및 분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS V22.0 프로그램을 사용하여 처리되었으며, 다음의 분석방법으로 실시되었다.

첫째, 조사도구의 신뢰도를 확인하기 위하여 각 하위영역과 전체문항의 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )를 산출하였다.

둘째, 연구대상의 빈도와 백분율을 산출하였다.

셋째, 고등학생의 리더십생활기술과 진로준비행동이 동일한 집단으로 구성되었는지를 검증하기 위해 독립표본 t검증을 실시하였다.

넷째, 셀프리더십 교육 프로그램이 고등학생의 리더십생활기술과 진로준비행동의 효과를 검증하기 위하여 독립표본 t검증을 실시하였다.

여섯째, 셀프리더십 교육 프로그램이 고등학생의 리더십생활기술과 진로준비행동에 미치는 효과를 검증하기 위하여 통계적 검증에 따른 양적연구와 그에 따른 제한점을 보완할 수 있도록 각 회기마다 경험일기를 통해 분석하였고 프로그램 종료 후 세부 활동의 선호도, 프로그램 만족도, 소감문을 바탕으로 개인적인 변화를 분석하였다.

## IV. 연구 결과

### 1. 집단 간 사전 동질성 검증

셀프리더십 교육 프로그램이 고등학생의 리더십생활기술과 진로준비행동에 미치는 효과에 대해 검증하기 전에 실험집단과 통제집단의 리더십생활기술과 진로준비행동이 동질한지를 알아보기 위해 각 하위영역에 대한 독립표본 t 검정을 실시하였다. 자세한 사항은 다음 <표 IV-1>과 <표 IV-2>와 같다.

#### 가. 리더십생활기술 검사

<표 IV-1> 리더십생활기술의 사전 검사에 대한 t 검증 결과

하위변인	실험집단(n=11)		통제집단(n=11)		t
	평균	표준편차	평균	표준편차	
커뮤니케이션기술	2.73	.425	3.00	.433	-1.491
의사결정기술	2.56	.418	2.55	.411	.103
조직관리기술	2.25	.570	2.93	.537	-2.887
인간관계기술	2.73	.647	3.27	.621	-2.017
학습능력기술	2.55	.688	2.61	.342	-.294
자기이해기술	2.96	.680	2.78	.303	.810*
집단활동기술	2.82	.639	3.18	.431	-1.565
전 체	2.90	.283	2.66	.399	-1.678

\*p<.05

먼저 리더십생활기술에서 자기이해기술은 실험집단이 통제집단에 비해 높게 나왔고,  $p < .05$  수준에서 유의미한 차이가 나타났다. 그 외 자기이해기술을 제외한 커뮤니케이션기술, 의사결정기술, 조직관리기술, 인간관계기술, 학습능력기술, 집단활동기술은 통제집단이 실험집단에 비해 높게 나왔으나 통계적으로 유의미한 차이는 나타나지 않았다. 따라서 실험집단과 통제집단은 리더십생활기술 측면에서 동질집단임을 알 수 있다.

#### 나. 진로준비행동 검사

<표 IV-2> 진로준비행동의 사전 검사에 대한 t 검증 결과

하위변인	실험집단(n=11)		통제집단(n=11)		t
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	
주변인을 통한 진로탐색	2.58	.496	2.52	.751	.223
전문도구를 활용한 진로탐색	2.41	.831	2.11	.745	.878
전문기관과 전문인을 활용한 진로상담	1.95	.820	1.75	.671	.640
목표달성을 위한 행동노력	2.30	.843	2.09	.584	.662
전 체	2.12	.481	2.31	.568	.852

진로준비행동에서는 하위변인 모두 실험집단이 통제집단에 비해 높게 나왔으나 유의미한 차이는 나타나지 않았다. 따라서 실험집단과 통제집단은 진로준비행동 측면에서 동질집단임을 알 수 있다.

## 2. 셀프리더십 교육 프로그램이 리더십생활기술에 미치는 효과

셀프리더십 교육 프로그램이 고등학생의 리더십생활기술에 미치는 효과를 검증하기 위해 각 하위영역마다 실험집단과 통제집단의 사전, 사후 검사의 평균 점수와 두 집단의 사후 점수 차이를 알아보기 위해 독립표본 t-검증을 실시하였다. 자세한 사항은 다음 <표 IV-3>과 같다.

<표 IV-3> 리더십생활기술의 사후 검사에 대한 t-검증 결과

리더십생활기술 하위변인	집단 실험(n=11) 통제(n=11)	M	SD	t
커뮤니케이션기술	실험	4.11	.701	3.253**
	통제	3.27	.493	
의사결정기술	실험	4.02	.460	4.830***
	통제	2.80	.699	
조직관리기술	실험	3.66	.785	3.108**
	통제	2.75	.570	
인간관계기술	실험	4.35	.652	4.604***
	통제	3.25	.439	
학습능력기술	실험	4.18	.525	5.497***
	통제	2.84	.615	
자기이해기술	실험	4.31	.450	7.944***
	통제	2.78	.451	
집단활동기술	실험	4.36	.586	5.395***
	통제	3.09	.518	
전 체	실험	4.14	.413	7.270***
	통제	2.97	.339	

\*\*p<.01, \*\*\*p<.001

위 <표 IV-3>에서 나타난 바와 같이 실험집단과 통제집단의 사후 리더십생활기술 점수를 비교해 보면 실험집단의 평균 점수는 4.14로 나타났고 통제집단의 평균 점수는 2.97로 나타났으며, 두 집단 간의 차이를 검증한 결과 통계적으로 유의한 차이를 나타내었다( $t=7.270$ ,  $p<.001$ ). 하위변인별 효과를 검증한 결과 커뮤니케이션기술( $t=3.253$ ,  $p<.01$ ), 의사결정기술( $t=4.830$ ,  $p<.001$ ), 조직관리기술( $t=3.108$ ,  $p<.01$ ), 인간관계기술( $t=4.604$ ,  $p<.001$ ), 학습능력기술( $t=5.497$ ,  $p<.001$ ), 자기이해기술( $t=7.944$ ,  $p<.001$ ), 집단활동기술( $t=5.395$ ,  $p<.001$ ) 모두 통계적으로 유의미한 차이를 나타내었다. 이상의 결과를 통해 셀프리더십 프로그램은 리더십생활기술의 향상에 효과가 있다는 것을 알 수 있다.

### 3. 셀프리더십 교육 프로그램이 진로준비행동에 미치는 효과

셀프리더십 교육 프로그램이 고등학생의 리더십생활기술에 미치는 효과를 검증하기 위해 각 하위영역마다 실험집단과 통제집단의 사전, 사후 검사의 평균 점수와 두 집단의 사후 점수 차이를 알아보기 위해 t-검증을 실시하였다.

아래 <표 IV-4>에서 나타난 바와 같이 실험집단과 통제집단의 사후 진로준비행동 점수를 비교해 보면 실험집단의 평균 점수는 3.32로 나타났고 통제집단의 평균 점수는 2.26으로 나타났으며 두 집단 간의 차이를 검증한 결과 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다( $t=5.305$ ,  $p<.001$ ). 하위변인별로 살펴보면, 주변인을 통한 진로탐색( $t=4.440$ ,  $p<.001$ ), 전문도구를 활용한 진로탐색( $t=4.458$ ,  $p<.001$ ), 전문기관과 전문인을 활용한 진로상

담( $t=2.139$ ,  $p<.05$ ), 목표달성을 위한 행동노력 모두 통계적으로 유의미한 차이를 나타내었다. 이상의 결과를 살펴보았을 때, 셀프리더십 프로그램은 진로준비행동의 향상에 효과가 있음을 알 수 있다.

<표 IV-4> 진로준비행동의 사후 검사에 대한 t-검증 결과

진로준비행동 하위변인	집단(사례)		M	SD	t
	실험(n=11)	통제(n=11)			
주변인을 통한 진로탐색	실험		3.61	.512	4.440***
	통제		2.27	.854	
전문도구를 활용한 진로탐색	실험		3.07	.633	4.458***
	통제		1.93	.560	
전문기관과 전문인을 활용한 진로상담	실험		2.61	.793	2.139*
	통제		1.89	.801	
목표달성을 위한 행동노력	실험		4.00	.844	3.185**
	통제		2.95	.688	
전 체	실험		3.32	.464	5.305***
	통제		2.26	.474	

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$

#### 4. 셀프리더십 교육 프로그램 전체 만족도 및 참여도 평가

셀프리더십 교육 프로그램을 받은 후 프로그램 만족도, 셀프리더십의 필요성과 중요성 인식정도, 자신의 참여도와 적극성, 셀프리더십 향상과 진로 도움, 타인 프로그램 추천에 대한 만족도를 알아보기 위하여 5문항에 5점 리커트 척도를 사용하였다. 자세한 사항은 다음 <표 IV-5>와 같다.

<표 IV-5> 셀프리더십 교육 프로그램 전체 만족도 평가

내용	평균	표준편차
1. 본 프로그램을 통해 의미 있는 시간을 보내셨습니까?	4.45	.522
2. 본 프로그램을 통해 셀프리더십의 필요성과 중요성을 인식하셨습니까?	4.82	.405
3. 본 프로그램을 하는 동안 자신의 참여도와 적극성은 어느 정도입니까?	4.18	1.079
4. 본 프로그램을 통해 셀프리더십의 향상과 진로에 도움이 되셨습니까?	4.36	.809
5. 다른 친구들도 이 프로그램에 참여하기를 추천하시겠습니까?	4.55	.522
전체	4.47	0.667

위 <표 IV-5>에서 나타난 바와 같이 셀프리더십 교육 프로그램을 받은 실험집단의 전체 평균은 총 5점 만점에 4.47점이어서 매우 긍정적인 결과가 나왔다. 각 항목별로 보면 먼저 셀프리더십의 필요성과 중요성 인식 정도는 평균 4.82점으로 제일 높게 나와 학생들의 셀프리더십과 중요성의 향상을 가져왔음을 나타내었다. 두 번째는 타인 프로그램 추천이 평균 4.55점으로 프로그램의 효과를 보고 친구들에게도 추천하고 싶은 마음이 많았음을 알 수 있었다. 세 번째는 셀프리더십 향상과 진로에 대한 도움 정도 평균은 4.36점으로 대체로 셀프리더십의 향상과 개인의 진로에 대해 도움을 받은 것으로 나타났다. 마지막으로 자신의 참여도와 적극성은 평균 4.18점이어서 프로그램을 하는 동안 결석과 회기별로 하는 활동의 적극성이 다른 문항에 비해 제일 낮은 것으로 나왔지만 전체적으로 볼 때 만족도는 높은 편이라고 할 수 있다.

## 5. 셀프리더십 교육 프로그램 참가자의 변화

### 가. 셀프리더십 교육 프로그램의 목적에 따른 회기별 경험일기 분석

본 연구에서는 셀프리더십 교육 프로그램을 시행하는 동안 매 회기별로 학생들이 활동하면서 좋았던 점과 스스로 자신을 칭찬하는 말을 간략히 적는 ‘경험일기’를 작성하고, 프로그램의 목적에 따른 리더십생활기술과 진로 준비행동의 세부적인 요인 탐색 및 참가자들의 주관적 경험과 변화 내용 등을 분석하였다.

#### (1) 1회기 경험일기

1회기 프로그램의 목적에 따른 오프닝으로 자기 이해와 타인과의 관계를 맺는 활동 후 나타난 참가자의 경험 변화를 분석한 결과는 다음 <표 IV-6>과 같다.

<표 IV-6> 1회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문

프로그램 목적		첫 시간의 어색한 분위기를 깨고 마음을 여는 활동을 통해 자신을 알고 타인을 이해하는 인간관계 능력을 배양	
분류 주제	하위 변인	경험일기	총 빈도

리더십생활기술	커뮤니케이션	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 칭찬과 웃음이 많으니까 시간이 즐거웠고 칭찬과 박수를 아끼지 말아야 한다는 것을 배웠다</li> <li>* 칭찬과 웃음이 중요하다고 강조하시면서 실제로 처음 보는 친구들과 함께 서로 칭찬하면서 자신감이 생기는 것 같아 기분이 좋았다.</li> </ul>	2
	인간관계	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 친구들과 화합능력이 높아졌으며 어색했던 친구들과 조금 친해질 수 있었다.</li> <li>* 친구들과 재미있고 의미 있게 생활하는 방법을 알았다.</li> <li>* 친화력이 중요한 것을 강조해서 적극적인 태도를 갖게 되었다.</li> <li>* 'who are you?' 활동을 통해 어색했던 친구들과 조금 나아졌다.</li> </ul>	4
	학습능력	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 신문지활동을 통해 창의력도 키워지는 것 같아 좋았다.</li> <li>* 친구들과 협력해서 어려운 문제를 함께 풀어나가 즐거웠다.</li> </ul>	2
	자기이해	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 리더십특강이라고 해서 재미없을까봐 걱정이었는데 'who are you?' 활동을 통해 평소에 자신에 대해 생각하지 않았는데 활동지를 적으면서 나에 대해 잘 알게 되었다.</li> <li>* 활동과 게임을 통해 1등을 해서 상장을 받으니 뿌듯했고 다음 수업이 기대된다.</li> </ul>	2
	집단활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 신문지게임을 통해 서로 의견을 나누면서 활동해서 좋은 경험을 했으며 친구들과 협력해서 어려운 문제도 함께해서 푸니 즐거웠다.</li> </ul>	1

<표 IV-6>의 내용과 같이 참가자들은 자신을 이해하는 여러 가지 활동과 집단 활동을 통하여 타인과의 관계를 원활히 맺는 방법을 습득하여 셀프리더로서 자신감을 습득하여 일상생활 가운데 리더십을 발휘하는 첫 느낌과 경험을 진술하고 있다. 총 11건의 내용 중 커뮤니케이션기술은 2건, 의사결정기술, 조직관리기술, 인간관계기술은 4건, 학습능력기술은 2건, 자기이해기술은 2건, 집단활동기술은 1건이고 의사결정기술과 조직관리기술은 없었다.

(2) 2회기 경험일기

2회기 프로그램의 목적에 따른 리더의 자질과 좋은 습관을 습득하여 당당한 리더로서 성장할 수 있는 활동 후 나타난 참가자의 경험 변화를 분석한 결과는 다음 <표 IV-7>과 같다.

<표 IV-7> 2회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문

프로그램 목적		당당한 리더로서 지녀야 할 자질과 좋은 습관을 배양	
분류 주제	하위 변인	경험일기	총 빈도
리더십 생활 기술	커뮤니케이션	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 감정 나누기를 통해 감정을 말로 표현하는 것이 어렵다는 것을 알았고 연습을 많이 해야겠다.</li> <li>* 섬에서 살아남기 활동을 통해서 자기의견을 주장하고 경청하는 능력을 배웠고 더 친해진 것 같다..</li> <li>* 감정단어를 통해 나의 감정을 표현하는 법을 배웠는데 아직까지 어렵다는 것을 알았고 연습을 많이 해야 할 것 같다.</li> </ul>	3
	의사 결정	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 평소에 핸드폰을 많이 해서 고민이었는데 오늘 구체적으로 대체습관도 정하고 풍선 터트리기를 통해서 습관을 고치려는 마음을 먹게 되어서 좋았다.</li> <li>* 나의 습관이 무엇인지 알아보는 시간을 통해 나쁜 습관을 고치도록 노력하는 마음이 생겼고 습관개발계획서를 적으면서 반성하게 되었고 나쁜 습관의 대체습관을 정해서 이제부터 실천해야겠다.</li> </ul>	2
	인간 관계	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 다른 사람의 의견과 생각을 존중해주고 이해하는 법을 배울 수 있었다.</li> </ul>	1
	학습 능력	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 자기 습관을 풍선으로 활용하여 습득하니 재미있게 다가왔다.</li> <li>* 내 자신의 안 좋은 습관을 상기하고 대체습관을 만들어서 의미가 있었고 습관개발계획서를 세워 시간을 효율적으로 쓰도록 해야겠다.</li> </ul>	2

리더십생활기술	자기이해	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 효과성 그리드를 통하여 나를 돌아보는 계기가 되었고 리더가 무엇인지 생각해 보아서 좋았다.</li> <li>* 리더의 자질에 성품이 실력보다 우선되어야 한다는 것을 알게 되었고 신뢰성 있는 리더가 되려면 어떤 자질이 필요한지에 대해 알아보면서 자신을 돌아보게 되었다.</li> <li>* 리더의 자질을 통해 리더로서 나의 장점과 단점을 알 수 있어서 좋았고 실력보다 성품이 우선이어야 한다는 것을 알게 되었다.</li> </ul>	3
---------	------	---	---

<표 IV-7>의 내용과 같이 참가자들은 모두가 리더라는 사실을 인지하고 리더로서 자신의 자질을 생각하면서 신뢰성 있는 사람으로 변화할 수 있도록 노력하고, 개인의 습관도 돌아보아 좋은 습관을 습득할 수 있도록 대체 습관을 설정하고 계획하는 경험을 진술하고 있다. 총 11건의 내용 중 커뮤니케이션기술은 3건, 의사결정기술은 2건, 인간관계기술은 1건, 학습능력기술은 2건, 자기이해기술은 3건, 집단활동기술과 조직관리기술은 없었다.

### (3) 3회기 경험일기

3회기 프로그램의 목적에 따른 패러다임의 중요성과 긍정적인 사고로 전환하는 과정을 통해 자신의 존재에 대한 가치를 확인하고 긍정적인 리더로 성장할 수 있는 활동 후 나타난 참가자의 경험 변화를 분석한 결과는 다음 <표 IV-8>과 같다.

<표 IV-8> 3회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문

프로그램 목적	긍정적인 사고의 전환을 통해 자신의 가치를 발견하고 긍정적인 리더로 성장
---------	--

분류 주제	하위 변인	경험일기	총 빈 도
리 더 심 생 활 기 술	커뮤니 케이션	* 매 회기마다 감정을 나누면서 내 감정을 이야기하는 것에 대해 어느 정도 익숙해졌다. * 내 감정을 말로 표현하는 것은 여전히 애매한 것 같다.	2
	인간 관계	* 어려운 문제를 같이 풀어가면서 친구들과 더 친해 져서 좋았다.	1
	학습 능력	* 패러다임을 통해 편견을 버림으로써 다양한 생각을 가 지게 되었고 생각과 관점의 중요성을 알게 되었다. * 패러다임의 전환 활동을 통해 자신의 관점을 깨는 것 의 중요성을 생각하게 되었다.	2
	자기 이해	* 여러 가지 어려운 문제를 패러다임의 전환을 통해 해 결할 수 있는 방법을 배운 것 같아 신기했고 나 자신 에 대해서도 긍정적으로 바뀐 것 같았고 다른 사람과 상황에 대해서도 긍정적으로 생각을 할 수 있게 되어 자신감을 얻게 되었다. * 나의 이미지 게임을 통해 친구들의 생각과 장점을 알 수 있게 되었고 이미지 게임을 통해 내가 어떤 사람인 지 알게 되었고 내가 적은 이미지대로 이루고 싶다. * 나 존재선언문을 통해 내가 이렇게 소중한 존재인지 다시 한 번 깨닫게 되어 좋았다. * 나 존재선언문을 발표하면서 적극적인 모습이 된 것 같다. * 패러다임과 자성예언을 통해 나는 할 수 있다는 것을 깨달았다. * 내 생각을 틀에 가두지 않고 좀 더 넓게 세상과 사물 을 바라보아야겠다.	6

<표 IV-8>의 내용과 같이 참가자들은 패러다임의 중요성과 자신이 가지고 있는 사고를 긍정적으로 전환하는 과정을 통하여 자신이 얼마나 가치인지 존재인지 생각하는 계기가 되었으며, 자신의 어려운 상황에서도 사고의 틀을 전환하는 능력을 키우면서 자신감이 높아지는 경험을 진술하고 있다. 총 11건의 내용 중 커뮤니케이션기술은 2건, 인간관계기술은 1건, 학습능력기술은 2건, 자기이해기술은 6건, 의사결정기술, 집단활동기술, 조직관리기술

술은 없었다.

#### (4) 4회기 경험일기

4회기 프로그램의 목적에 따른 주도적인 삶의 중요성과 주도적인 행동을 습득함으로써 자신의 말과 행동에 책임을 지고 올바른 선택을 할 수 있는 능력을 배양하는 주도적인 리더로 성장할 수 있는 활동 후 나타난 참가자의 경험 변화를 분석한 결과는 다음 <표 IV-9>와 같다.

<표 IV-9> 4회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문

프로그램 목적		자신의 삶을 주도하는 것의 중요성과 선택과 책임을 지는 주도적인 리더로 성장	
분류 주제	하위 변인	경험일기	총 빈도
리더십 생활 기술	의사 결정	* 이제는 반사적으로 행동하지 않고 S-T-C를 적용하여 주도적으로 반응해야겠다.	1
	인간 관계	* 친구들과 같이 역할극을 하면서 서로 많이 웃어서 좋았고 재밌었다. 특히 돌발퀴즈와 자음퀴즈를 손을 잡고 함께 맞히면서 협동심을 길렀다.	1
	학습 능력	* 'S-T-C'라는 주도적인 행동을 할 수 있는 구체적인 방법을 알게 되어 좋았다. * '영향력의 원'을 배우면서 내 뜻대로 안 되거나 고민이 될 때 그것이 영향력의 원에 속하는지 살펴보면서 오히려 내가 할 수 있는 일에 집중하는 것이 현명한 방법임을 배웠다. * 팀원과 의논하여 역할극을 하면서 주도적 행동과 반사적 행동의 차이를 이해할 수 있었다. * 역할극을 통해 어떻게 반응해야 하는 지에 대한 해결책을 배웠다.	5

리더십생활기술	학습능력	* 풍선 날리기 활동을 하면서 내가 고민하고 걱정만 한다고 해서 일이 해결되지 않는다는 것을 깨달았고 실제로 경험하면서 하니 재미도 있었고 빨리 이해할 수 있었다.	4
	자기이해	* 자신의 주도성을 키우기 위한 해결방법으로 영향력의 원에 집중하는 방법을 알았고 주도적으로 행동하는 것의 중요성을 다시 한 번 알게 되었다. * 주도적 행동, 반사적 행동을 배우면서 평소에 화가 나는 상황이 있으면 주로 반사적으로 행동을 했는데 오늘 주도적 행동을 배우면서 앞으로는 주도적 행동을 해야겠다고 생각했다. * 나의 감정을 컨트롤하는 것이 중요하다고 느꼈다. * 내가 내 인생의 주인이 되어야한다는 사실을 깨닫게 되었고 나에게 스스로 선택할 수 있는 자유가 있다는 사실을 깨달았다.	

<표 IV-9>의 내용과 같이 참가자들은 주도적인 삶의 태도를 가지고 살아가기 위해 인간은 스스로 선택할 수 있는 자유가 있으며 책임 있는 태도를 기르는 중요성을 깨닫고 주도적인 리더로 성장할 수 있는 방법을 구체적인 활동을 통해 배웠다는 경험을 진술하고 있다. 총 11건의 내용 중 의사결정기술과 인간관계기술은 1건, 학습능력기술은 5건, 자기이해기술은 4건, 커뮤니케이션기술, 의사결정기술, 집단활동기술, 조직관리기술은 없었다.

#### (5) 5회기 경험일기

5회기 프로그램의 목적에 따른 미래 사회 변화에 따른 직업들의 정보를 알아보는 것의 중요성과 자신의 관심 직업에 대한 구체적인 정보들을 알아감으로 주도적으로 자신의 진로를 찾아가는 활동 후 나타난 참가자의 경험 변화를 분석한 결과는 다음 <표 IV-10>과 같다.

<표 IV-10> 5회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문

프로그램 목적		미래 사회 변화에 따른 직업 정보의 중요성을 인식1	
분류 주제	하위 변인	경험일기	총 빈도
진로준비행동	전문 도구를 활용한 진로 탐색	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 직업의 변화를 통해 나의 미래에 대한 계획을 세우는 것이 필요하며 다양한 직업을 통해 배우는 것이 흥미로웠다.</li> <li>* 나만의 직업나무라는 활동을 통해 나의 관심직업의 정보를 적다 보니 내가 무엇을 모르고 아는 지에 대해 알게 되었다.</li> <li>* 내가 알고 있는 직업의 수를 적으면서 모르는 직업이 얼마나 많은지 깨닫게 되었고 직업에 대한 폭을 더 늘려야겠다고 생각했다</li> <li>* 미래 기술 동영상을 보면서 미래지향적인 직업과 미래 산업 기술에 따른 유망 직업들을 대해 알게 되었다</li> <li>* 앞으로 사라질 직업과 미래 유망직업에 대해 더 잘 알 수 있게 되어 좋았다.</li> <li>* 직업카드를 보면서 처음 보는 직업도 많았는데 직업에 대한 정보를 많이 알게 되어서 좋았다.</li> <li>* 직업의 종류와 미래 유망 직업에 대해 배워서 좋았다</li> <li>* 직업에 대해 더 관심을 갖게 되어 좀 더 구체적으로 알아보는 것이 필요하다고 생각했다.</li> <li>* 미래 산업에 대한 직업을 퀴즈를 통해 배워서 더 잘 알게 되었고 흥미로웠다.</li> </ul>	9

<표 IV-10>의 내용과 같이 참가자들은 미래 사회 변화에 따른 직업들의 정보를 알아보는 것의 중요성과 자신의 관심 직업에 대한 정보를 적는 활동을 통해 더 많은 직업 정보를 알아봐야겠다는 진술을 하고 있다. 질병으로 인해 2명이 결석하여 총 9건의 내용 중 전문 도구를 활용한 진로탐색은 9건이었다.

(6) 6회기 경험일기

6회기 프로그램의 목적에 따른 자신의 진로를 발견하는 과정 중 자신의 강점을 발견하고 자신의 꿈을 적으면서 미래를 꿈꿀 수 있는 활동 후 나타난 참가자의 경험 변화를 분석한 결과는 다음 <표 IV-11>과 같다.

<표 IV-11> 6회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문

프로그램 목적		다중지능 검사를 통해 자신의 강점을 발견하고 자신의 꿈에 대해 동기 부여하기	
분류 주제	하위 변인	경험일기	총 빈도
진로준비행동	전문도구를 활용한 진로 탐색	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 다중지능이론을 배우면서 다중지능이 무엇인지 알게 되었고 검사를 통해 나의 강점을 파악하면서 내가 무엇을 잘 할 수 있는지 알게 되었다.</li> <li>* 내 강점이 무엇인지 생각해봤고 생각보다 강점이 있어서 꽤 자존감이 높아졌다.</li> <li>* 다중지능의 8가지 종류를 알았고, 내가 어느 지능이 뛰어난지 살펴보았다.</li> <li>* 다중지능에 대해서 배우고 자신이 가진 다중지능이 무엇인지 알아보아서 좋았다.</li> <li>* 내가 어떤 성향인지 무엇을 잘 하는지 알아볼 수 있는 시간이 되어 좋았다.</li> <li>* 다중지능검사를 통해 내 강점이 무엇인지 알게 되었다.</li> <li>* 내 강점을 적으면서 나만의 강점을 제대로 찾을 필요성을 느꼈다.</li> </ul>	7
	목표달성을 위한 노력행동	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 친구들의 꿈이 무엇이며 같이 나눌 수 있어서 즐거웠다. 꿈에 대한 생각을 할 수 있어서 좋았다.</li> <li>* 꿈 행복 리스트를 작성하면서 미래를 꿈꿔서 좋았고 내가 이루고 싶은 것, 하고 싶은 것이 무엇인지 잘 알게 되었다.</li> <li>* 꿈 행복 리스트를 적으면서 자기성찰을 하는 기회를 가졌다.</li> <li>* 내가 미래에 뭘 하고 싶은지 구체적으로 계획하면서 좀 더 열심히 노력해야겠다.</li> </ul>	4

<표 IV-11>의 내용과 같이 참가자들은 다중지능 검사를 통해 자신의 강점을 발견해서 좋았다고 진술하고 자신의 꿈을 적고 친구들과 나누는 활동을 통해 자신의 진로에 다가가는 즐거운 경험을 진술하고 있다. 총 11건의 내용 중 전문 도구를 활용한 진로탐색이 7건, 목표달성을 위한 노력 행동이 4건이었다.

(7) 7회기 경험일기

7회기 프로그램의 목적에 따른 인생의 목적과 방향을 찾아가는 질문들을 통해 사명을 발견하여 자신만의 사명서를 작성하고, 자신의 꿈을 이룰 수 있도록 비전맵을 그리면서 계획하는 활동 후 나타난 참가자의 경험 변화를 분석한 결과는 다음 <표 IV-12>와 같다.

<표 IV-12> 7회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문

프로그램 목적		위대한 발견을 통한 자신의 사명을 발견하고 선언하기	
분류 주제	하위 변인	경험일기	총 빈도
진로준비행동	목표달성을 위한 노력 행동	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 사명서를 적으면서 내가 누구를 위해 사는지 무엇을 위해 사는지 알게 되었다.</li> <li>* 사명서를 적으면서 내가 앞으로 해야 할 일에 대해 더욱 확고해진 것 같다.</li> <li>* 위대한 발견을 통해 내가 좋아하는 것이나 관심 있는 것을 적으면서 나의 사명을 발견하여 직접 나만의 사명서를 작성해니 뿌듯했다.</li> <li>* 사명서를 적으면서 내가 어떤 모습으로 살아갈지에 대해 생각해봤다.</li> <li>* 위대한 발견을 작성하면서 내가 세상을 아름답게 만들기 위해 무엇을 해야 하는지도 생각해 보았다.</li> <li>* 내 꿈을 이루기 위해 어떻게 해야 하는지 구체적으로 비전맵을 그려서 좋았다.</li> </ul>	11

진 로 준 비 행 동	목 표 달 성 을 위 한 노 력 행 동	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 사명서를 적으면서 앞으로 나의 꿈에 대해 동기부여 할 수 있어서 좋았다.</li> <li>* 비전맵을 통해 내 꿈의 연도를 적으면서 그 꿈을 이루겠다는 목표를 세웠고 꿈에 대해 더 확고해진 것 같다.</li> <li>* 사명서를 적으면서 내가 무엇을 좋아하고 가치 있게 여기는지 알게 되었고 내가 어떤 모습으로 살아갈지에 대해 비전맵도 구체적으로 그려보았다.</li> <li>* 비전맵을 그리면서 정말 구체적이며 체계적으로 계획을 세우게 되었다.</li> <li>* 비전맵을 그리면서 내 꿈을 더 확고히 알게 된 것 같다.</li> </ul>
----------------------------	---	--

<표 IV-12>의 내용과 같이 참가자들은 자신의 삶의 목적과 방향을 찾아 가는 사명서를 직접 작성하고 미래를 어떻게 살아가며 자신의 꿈을 어떻게 이룰 수 있을지 비전맵을 그리면서 느끼는 내용을 진술하고 있다. 총 11건의 내용 중 목표달성을 위한 노력 행동이 11건이었다.

#### (8) 8회기 경험일기

8회기 프로그램의 목적에 따른 꿈과 비전을 이루기 위해 시간을 어떻게 사용하고 구체적으로 계획할 수 있도록 플래너를 작성하는 활동 후 나타난 참가자의 경험 변화를 분석한 결과는 다음 <표 IV-13>과 같다.

<표 IV-13> 8회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문

프로그램 목적		시간관리의 중요성과 플래너를 통한 시간계획 작성하기	
분류 주제	하위 변인	경험일기	총 빈도

리더십 생활 기술	인간 관계	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 나하고 우리 팀만 생각하는 것이 아니라 모두를 생각할 수 있는 법, 모두에게 좋은 방법을 배워서 정말 새로웠다</li> <li>* 함께 살 수 있는 방법을 찾을 때 더 쉽고 편할 수 있다는 것을 깨달았다</li> <li>* 강 건너기 돌발미션을 하면서 다 같이 이길 수 있다는 것과 승-승의 중요성을 배웠고 엄청 재미있으면서도 협동심을 기를 수 있었다.</li> </ul>	3
진로준비 행동	목표달성을 위한 노력 행동	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 목표가 뚜렷이 있어야 꿈을 이루기 쉽다는 것을 깨닫고 구체적인 목표를 적어봤다.</li> <li>* 시간매트릭스를 적으면서 내가 시간을 어떻게 보내며 어디에 우선순위를 정해야 할지 생각하고 플래너를 작성해 보았다.</li> <li>* 목표를 세우고 플래너를 적고 하는 활동을 통해서 시간의 중요성과 계획하는 방법에서 우선순위를 정하는 것이 중요하다는 것을 깨달았다.</li> <li>* 플래너를 쓰고 평소 세우지 않았던 목표를 적으면서 계획성 있게 살아야겠다고 생각했다.</li> <li>* 목표가 있어야 갈 수 있음을 깨달았고 플래너를 적으면서 월별 목표와 일일 목표를 이루기 위해 노력할 것이다.</li> <li>* 나에게 중요한 것이 무엇인지 적고 그것을 하나씩 없애는 활동을 하면서 인생에 대해 깊은 생각을 하게 되었고 무엇을 제일 먼저 해야 할지 우선순위를 정하고 플래너도 작성해 보았다.</li> <li>* 플래너를 쓰고 나만의 목표를 작성하면서 계획하는 법을 조금 알았다.</li> </ul>	7

<표 IV-13>의 내용과 같이 참가자들은 돌발미션에 대해 다 함께 살아가는 법을 배웠고 시간 사용에 대한 우선순위와 플래너를 통한 계획을 세우는 활동을 통해 느끼는 경험을 진술하고 있다. 개인 사정으로 인한 결석 1명으로 총 10건의 내용 중 인간관계기술 3건, 진로준비행동의 목표달성을 위한 노력 행동이 7건이었다.

(9) 9회기 경험일기

9회기 프로그램의 목적에 따라 배운 내용에 대해 전체 복습을 하는 내용과 대학생 멘토들과 그룹상담한 후 나타난 참가자의 경험 변화를 분석한 결과는 다음 <표 IV-14>와 같다.

<표 IV-14> 9회기 경험일기의 목표 관련 진술의 빈도와 예문

프로그램 목적		전체 내용 숙지와 대학생 멘토와의 상담을 통한 동기부여	
분류 주제	하위 변인	경험일기	총 빈도
리더십 생활 기술	학습 능력	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 복습자음퀴즈를 맞히면서 다시 회상할 수 있어서 좋았고 회기별로 배운 것을 퀴즈를 통해 맞히니 재미있었다.</li> <li>* 배운 것을 퀴즈를 통해서 하니 기억에 오래 남을 것 같다.</li> <li>* 8회기에 걸쳐 했던 활동과 내용에 대해 퀴즈로 풀면서 하니 더욱 더 재미있었다.</li> <li>* 친구들과 함께 손을 잡고 자음퀴즈를 맞추며 지난 8회기 동안 배웠던 것을 복습할 수 있어서 좋았다.</li> </ul>	4
진로 준비 행동	주변인을 통한 진로 탐색	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 대학생 멘토들의 이야기를 들으면서 몰랐던 부분에 대해 알게 되어 도움이 되었다.</li> <li>* 멘토들의 생생한 경험담과 조언 덕분에 많은 것을 알게 되었다</li> <li>* 내가 가고 싶은 학과에 대해 정보를 더 찾아봐야겠다는 생각을 했다.</li> <li>* 멘토들과의 상담이 아주 괜찮았던 것 같고 유익했다.</li> <li>* 큰 용기를 얻어서 좋았고, 자신감이 생겨 좋았다.</li> <li>* 멘토들이 우리에게 힘을 주었고 팁을 알려줘서 좋았다</li> <li>* 대학생 멘토링을 통해 대학생활을 알게 되었고 어떻게 공부해야 하는지 알게 되었다.</li> </ul>	7

<표 IV-14>의 내용과 같이 참가자들은 8회기 동안 배웠던 내용에 대해

복습자음퀴즈를 하면서 효과적으로 복습을 하는 내용과 대학생 멘토들과 남녀와 나누어 그룹 상담을 하면서 느끼는 경험을 진술하고 있다. 총 11건의 내용 중 학습능력기술 4건, 주변인을 통한 진로탐색 7건이었다.

## 나. 회기별 활동 선호도 분석 및 평가

셀프리더십 교육 프로그램을 실시한 후 회기별 활동에 대한 개인의 선호도를 분석하였다. 프로그램 종료 후 참여자들에게 회기별 활동 중 가장 좋았던 것을 순서대로 선택하게 하고, 선호도 3위까지 그 이유에 대한 경험 보고서를 작성하도록 하였다. 순위를 선정하는 방법은 1위는 11점으로 시작하여 순차적으로 1점씩 하감하여 마지막 11위는 1점으로 배정하여 합산된 점수의 총계로 하였다. 이를 근거로 각 요소들의 효과성을 분석한 결과는 다음 <표 IV-15>와 같다.

<표 IV-15> 회기별 활동 선호도 평가에 따른 분석

회기	활동	선택 이유	선호도 총점 (n=11)	순위
1	<b>오프닝</b> • 이름빙고 게임 • Who are you?	* 첫 수업이기도 했고 이름 빙고를 하면서 재밌었기 때문이다. * 어색했던 친구들과 함께 활동하니 조금 친해진 것 같았다.. * 서로에게 칭찬해 주고 박수쳐 줌으로 자신감을 많이 기를 수 있어서 좋았다.	70	5
2	<b>당당한 나</b> • 효과성 그리드 • 습관계발계획서	* 내가 당당하다는 것을 알게 되어 좋았다. * 습관의 중요성에 대해서 알았고 좋지 못한 습관에 대해 반성 또한 했다. * 나의 습관을 되돌아보면서 나쁜 습관을 고칠 대체습관을 배운 것이 좋았다.	71	4

3	<p><b>긍정적인 나</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 패러다임 전환</li> <li>• 자성예언</li> <li>• 나 존재선언문</li> </ul>	<p>* 내가 원래 부정적이었는데 이 활동을 통해 많이 바뀌었고 정말 재밌었다.</p> <p>* 자성예언을 쓰면서 나는 할 수 있다는 것을 깨달았다.</p> <p>* 패러다임 전환을 통해 내가 더 긍정적이고 당당해진 것 같다.</p> <p>* 패러다임의 전환 문제를 볼 때 고정관념을 벗어나 생각할 수 있어서 좋았고 자성예언 쓰기를 통해 “나는 할 수 있다”라고 긍정적으로 바뀌어서 좋았다.</p>	89	2
4	<p><b>주도적인 나</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• S-T-C</li> <li>• 역할극</li> </ul>	<p>* 적극적으로 내 인생을 개척할 수 있었다</p> <p>* 주도적으로 반응하는 방법을 배웠다.</p>	62	7
5	<p><b>미래사회와 나</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 직업퀴즈</li> <li>• 직업카드</li> <li>• 직업나무</li> </ul>	<p>* 내가 관심 있는 직업 외에 몰랐던 직업도 자세히 알 수 있었고 내가 원하는 직업에 대해 얼마나 알고 있는지도 확인할 수 있어서 좋았다</p> <p>* 여러 가지 직업들을 알게 되어 많은 직업을 찾아보고 무슨 일을 하는지 구체적으로 알게 되어 좋았다.</p>	59	8
6	<p><b>위대한 나</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 꿈 행복리스트</li> <li>• 다중지능</li> </ul>	<p>* 여기서 내 꿈이 얼마나 중요한지 깨닫고 친구들의 꿈도 알게 되었고 더붙어는 삶의 중요성도 배웠다.</p> <p>* 내가 어느 쪽 지능이 뛰어난지 알게 되어서 좋았고 꿈 행복리스트를 쓰는 것이 유익했다.</p> <p>* 평소 내가 잘하는 것, 못하는 것을 알아 보기를 원했는데 마침 내가 기회가 되어서 알게 되었고 내가 원하는 것을 알아 가게 되었다.</p> <p>* 나의 다중지능검사를 통해 무엇을 잘하고 재미를 느끼는 것에 대해 알아보고 꿈 행복 리스트를 통해 내 꿈에 한 발짝 더 다가갈 수 있었다.</p> <p>* 미래를 어떻게 계획해야 될지 알게 되었다.</p> <p>* 내가 관심이 있고 재능이 있는 분야의 지능을 알 수 있어서 좋았고 꿈 행복 리스트를 적어서 내가 무엇을 하면 제일 행복할지 다시 생각할 수 있어서 좋았다.</p>	88	3

7	<b>미래의 나</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 사명서</li> <li>• 비전맵</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 비전맵을 그리면서 미래에 대한 확실한 목표가 정해졌다.</li> <li>* 내가 앞으로 바라는 내 미래에 대해 보다 더 구체적이고 체계적으로 계획하여 희망과 뿌듯함이 느껴졌다.</li> <li>* 내 꿈을 다시 되새기며 생각하게 되었고 비전맵을 작성하여 좋았다.</li> <li>* 내 인생의 목적에 대해 생각하면서 사명서를 작성하였다.</li> <li>* 미래에 내가 무엇을 하고 또 어디에 있을 지 생각해 보는 계기가 되었고 사명서를 작성하면서 내 꿈을 꼭 이루겠다는 그런 자부심과 긍정적인 생각이 드러났던 것 같다.</li> <li>* 선생님이 항상 말씀하셨는데 꿈을 적고 생생하게 느끼면 꿈을 이룰 수 있는데 구체적으로 비전맵을 그리면서 이것이 정말 나에게 도움이 되었다.</li> </ul>	92	1
8	<b>현재의 나</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 시간매트릭스</li> <li>• 플래너 작성</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* “내가 뭘 어떻게 해야지 더 잘 될 수 있을까?” 고민하면서 계획을 세우는 게 좋았다.</li> <li>* 시간관리를 어떻게 해야 되는지에 자세히 알아보고 플래너 작성 방법과 실천 방안을 알아보면서 시간관리의 중요성을 알게 되어 좋았다.</li> <li>* 시간 매트릭스를 하면서 내가 그 동안 어떻게 시간을 활용하고 있었는지 알게 되어 좋았다.</li> <li>* 시간관리에 대해 평소에 내가 시간을 허비하고 있었던 것을 알게 되었고, 앞으로의 시간활용을 어떻게 해야 할지 생각하게 되었다.</li> </ul>	69	6
9	<b>대학생 멘토</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 멘토 선배들에게 여러 조언들을 들을 수 있고 대학생활이 어떤지 들을 수 있어서 좋았다.</li> <li>* 대학생 멘토와 얘기하면서 고민이나 궁금증이 조금이나마 없어졌다.</li> <li>* 내가 전공하고자 하는 학과에 다니고 있는 대학생 선배들과 이야기를 나눔으로써 내가 평소에 궁금해 했던 것들을 알 수 있어서 좋았다.</li> </ul>	58	9

10	감정 나누기 경험일기	* 내 감정을 타인에게 표현하는 게 처음엔 엄청 쑥스러웠는데 매회 하다 보니 익숙해졌고 칭찬하는 것도 훨씬 몸에 익었다.	33	11
11	돌발미션들	* 매 회기마다 생각지도 못한 돌발미션을 수행하면서 친구들과 더 친해진 것 같고 생각의 전환에 대해 많이 배운 것 같아서 좋았다. * 이론 수업만 계속 하는 게 아닌, 배울 내용이나 배운 내용을 팀원들과 협동하여 행동으로도 배우니 더 오래 기억에 남았고 지루하지 않았다. * 매 회기마다 생각지도 못한 돌발미션을 수행하면서 친구들과 더 친해진 것 같고 생각의 전환에 대해 많이 배운 것 같아서 좋았다. * 이론 수업만 계속 하는 게 아닌, 배울 내용이나 배운 내용을 팀원들과 협동하여 행동으로도 배우니 더 오래 기억에 남았고 지루하지 않았다.	35	10

위의 <표 IV-15>에서 보는 바와 같이 회기별 활동 선호도 분석 결과는 참여자들의 실제적 활동의 만족도와 개인적 경험을 분석해봄으로써 회기를 구성하는 활동들이 전체 프로그램 목표에 어떻게 기여하는지를 확인할 수 있었다. 선호활동 분석결과를 보면 첫 번째 선호활동은 7회기의 ‘사명서’와 ‘비전맵’ 작성으로 참여자들은 인생의 목적과 미래를 위한 꿈과 비전을 설정하여 계획하는 것을 선호 이유로 기술하고 있다. 두 번째는 3회기의 ‘패러다임 전환’과 ‘자성예언’ ‘나 존재선언문’ 으로 자신과 상황에 대해 긍정적으로 바뀐 것을 선호 이유로 기술하고 있다. 세 번째는 6회기로 ‘다중지능’ 과 ‘꿈 행복 리스트’로 자신의 강점과 재능이 무엇인지 발견할 수 있었고 자신의 꿈을 적으면서 미래에 무엇을 하면 행복할지를 생각할 수 있었다고 기술하고 있다. 이러한 결과는 셀프리더십 교육 프로그램을 통하여 인생의 목적과 의미를 발견하고, 자신의 미래를 스스로 주도해 나갈 수 있

도록 하는 활동들이 학생들에게 실제적인 도움이 되고 있음을 나타내고 있다.

#### 다. 전체 내용에 대한 소감문 분석

본 연구에서는 셀프리더십 교육 프로그램이 고등학생들의 리더십생활기술과 진로준비행동에 미치는 효과를 프로그램이 종결된 직후에 참여자들의 전체 내용에 대한 소감문을 토대로 분석하였다. 리더십생활기술과 진로준비행동이 개별적으로 어느 정도 변화되었는지 언어 반응 빈도에 따라 분석하였다. 자세한 사항은 다음 <표 IV-16>과 같다.

<표 IV-16> 소감문의 개인 언어 반응에 따른 변인 효과 분석

참 여 자	소감 내용	효과 분석
1	받아쓰는 형식의 수업이 아니라서 처음에는 부담스러웠지만 점차 익숙해졌다. Who aer you? 활동을 통해 어색했던 친구들과 조금 나아졌고 이미지게임을 통해 다른 사람들의 특징을 알아보아서 좋았고 나 존재선언문을 통해 나의 자존감이 높아진 것 같았다. 특히 패러다임을 통해 긍정적인 나로 변해가는 것 같았고 자성예언을 통해 나는 할 수 있다는 것을 깨달았다. 정말 좋은 수업인 것 같았다.	▲인간관계기술 ▲자기이해기술
2	이 교육활동을 통해 이 세대를 이끌어 나갈 때 리더가 바로 서야지 이 세대도 바로 서 갈 수 있다고 생각하게 되었고 앞으로 살아갈 때 정말 내가 리더가 된 것처럼 행동하고 살아야겠다는 생각이 들었다. 또한 선생님께서도 매우 친절하시고 고마웠다. 이 프로그램을 통해 내가 살아갈 때 정말 도움이 많아 되겠다는 생각을 하였고 정말 리더의 자리가 중요한 자리라는 것을 다시 알게 되었다.	▲커뮤니케이션기술 ▲조직관리기술 ▲자기이해기술

3	<p>가장 향상된 것이 느껴지는 건 화합과 칭찬인데 매 수업마다 화합을 할 수 있는 팀 활동과 타인에게 칭찬을 하는 것이 강조되었기 때문에 어색하기만 했던 칭찬하기가 습관처럼 된 게 매우 뿌듯하고 감사하다. 매 수업 시작할 때 읽었던 ‘행복해서 웃는 것이 아니라 웃으면 행복해져요’라는 문구가 맞는 것 같고 앞으로로도 기억날 것 같다. 평소에 이렇게 다양하고 체계적인 리더십과 진로활동을 접할 기회가 없었는데 머리로만 아는 게 아닌 몸으로 느끼고 보고 생각하는 활동을 통해 훨씬 많은 것을 느끼게 되었고 지식도 쌓을 수 있었다. 앞으로는 예전보다 내 진로에 대해 더 신경을 써서 확실히 준비해 가야겠다는 생각이 들었다. 강사님도 항상 열정적으로 준비하시고 수업하셔서 너무 고마웠고 그 기운을 그대로 전달받아 나도 수업에 열정적인 태도로 임할 수 있었다.</p>	<p>▲커뮤니케이션기술 ▲인간관계기술 ▲목표달성을 위한 노력행동</p>
4	<p>처음에는 별로 친하지 않은 사람들과 있어서 약간 어색하기도 했고 특강 마무리까지 과연 내가 잘 할 수 있을까라는 걱정이 되었지만 회기를 거듭할수록 재미있어지고 편해져서 괜히 그런 걱정을 했다는 생각을 하였다</p> <p>무엇보다도 나 자신에 대해서 많이 생각하고 뭔가 인격적으로 발달한 듯해서 뿌듯했다. 특히 김미혜 선생님께서 매 수업시간마다 열정적으로 강의해주셨고 수업 준비도 철저하게 해주셨다.</p> <p>나 자신의 습관을 되돌아보는 활동이나 나 존재선언문을 쓰는 활동을 통해 자신감도 상승한 듯 했다. 앞으로 남은 고등학교 생활에 있어 좋은 경험이 될 것 같고 잘 마무리해서 비전맵에 그려봤던 미래 목표를 꼭 이루고 보고 싶다.</p>	<p>▲커뮤니케이션기술 ▲인간관계기술 ▲자기이해기술 ▲목표달성을 위한 노력행동</p>
5	<p>처음에는 많이 어색해서 적극적으로 참여를 하지 않았지만 한두 번 듣다보니 리더십도 생기고 또 적극적이면서 긍정적으로 변한 것 같아 나 자신에게도 놀랐고 조별활동과 발표를 통해 협력과 의견표출이 오가면서 화합이 잘 됐던 것 같다. 마지막으로 멘토들과 이야기하고 질문하면서 진로에 대해 이야기하고 각 과목별 공부방법과 대학생활의 궁금증을 해소시켜주어서 고민이 하나씩 해결된 것만 같다. 리더십을 배우면서 한편으로는 별로라고 생각했는데 나에게 꼭 필요한 수업인 것 같아 듣길 잘 했다는 생각이 든다. 이때까지 배운 것들이 내 꿈에 많은 도움이 될 것 같다. 특히 선생님이 너무 적극적이어서 저희도 열심히 할 수 있었던 것 같아요. 9회기동안 감사드립니다.</p>	<p>▲커뮤니케이션기술 ▲자기이해기술 ▲인간관계기술 ▲주변인들을 통한 진로탐색</p>

6	<p>평소에 나는 내가 이런 교육을 받을 필요가 없을 정도로 잘났다고 생각했다. 그러나 평소 내가 시간활용을 못하며 꿈을 위해서도 생각만 했지 실천으로 옮기지 못했다는 것을 인식시켜 주었다. 꿈을 위해 앞으로 더 노력하게 되면 좀 더 효율적이게 되고 꿈을 그려가는 과정 속에서 좋아질 것이라고 확신한다. 나를 표현하고 나를 알아갈 수 있어서 나의 정체성을 키웠다고 분명하게 말할 수 있다.</p>	<p>▲자기이해기술 ▲목표달성을 위한 노력행동</p>
7	<p>이 교육활동을 통해 나의 자존감도 높아졌고 진정한 리더가 무엇인지 알게 되었다. 또 그런 리더가 되기 위해서 어떻게 해야 하는 지도 알게 되었다. 나는 이 활동을 통해 미래에 대해 더 깊게 생각하게 되었고 미래에 대한 계획을 세우면서 내가 어떻게 하면 내 꿈에 더 가까이 다가갈지 나에게 도움을 주고 생각하게 해 주는 좋은 활동이었다.</p> <p>이렇게 다음에도 이런 프로그램이 있다면 나뿐 아니라 다른 친구들도 들을 수 있으면 좋겠다는 생각이 들었다.</p>	<p>▲자기이해기술 ▲학습능력기술 ▲목표달성을 위한 노력행동</p>
8	<p>첫 시간에 자기이해활동을 통해 나에게 좀 더 알 수 있었고 이름 빙고 게임에서 몰랐던 친구들과 알게 되어 의미가 깊은 시간이었다. 내가 원래 엄청 부정적이었는데 이 시간을 통해 배운 패러다임의 전환을 통해 긍정적으로 사고방식이 많이 바뀐 것 같고 위대한 발견 활동지를 하면서 꿈을 생각만 하는 것이 아니라 적는 사람이 꿈을 이룰 수 있다고 해서 용기를 갖게 되어 많은 도움이 되었다. 그리고 비전맵을 그리는 것이 꿈을 더욱 생생하게 이루어진다는 말이 머리에 각인이 되었다. 마지막으로 선생님이 매번 전화도 해 주시고 엄청 챙겨주셔서 많이 감사했다.</p>	<p>▲커뮤니케이션기술 ▲인간관계기술 ▲자기이해기술 ▲목표달성을 위한 노력행동</p>
9	<p>전체적으로 나 자신을 다시 한 번 돌아볼 수 있는 계기가 되는 활동들을 많이 해서 정말 좋았고 이제는 내가 할 수 없는 일에 아쉽거나 한탄하지 말고 내가 할 수 있는 일에 최선을 다해야겠다는 생각을 가지게 되었다. 그리고 앞으로는 미래의 계획을 정하면서 그 계획을 따라가는 삶을 살기 위해 노력을 많이 해야겠다고 깨닫게 되었다. 마지막으로 학생들을 위해 많은 것들을 준비해 주는 게 느껴져서 좋았다. 선생님 감사합니다.</p>	<p>▲커뮤니케이션기술 ▲학습능력기술 ▲의사결정기술 ▲목표달성을 위한 노력행동</p>

10	새로운 방식의 수업이라 조금 익숙하지 않아 처음에는 소극적으로 임했지만 매 회 활동을 할 때마다 점점 자신감을 가지고 나를 더 알아갈 수 있는 좋은 시간이었던 것 같다. 친구들과 팀 활동을 함으로써 협동의 중요성을 다시 한 번 깨닫게 되었고, 매 수업이 끝날 때마다 관찰일기를 쓰면서 나를 더 발전시켜 나갈 수 있었던 값진 경험이었다.	▲자기이해기술 ▲인간관계기술
11	이 프로그램을 참여하기 전에는 남들 앞에서 발표하는 것이 너무 떨리고 힘들어서 계속 피하기만 했는데 이 프로그램을 하는 동안에 친구들 앞에서 떨지 않고 웃으면서 재미있게 할 수 있어서 자신감이 많이 향상된 것 같았다. 또 선생님께서 맛있는 것도 주면서 친구처럼 편하게 해주셔서 더 빨리 친해진 것 같아서 좋았고 나의 고민을 이야기 할 수 있었던 것 같다. 또 마지막으로 대학생 멘토와 함께 하면서 고민도 들어주고 조언도 말하면서 대학생활에 대해 몰랐던 것을 많이 듣고 갈 수 있어서 좋았다. 그리고 전체리더를 하면서 리더십도 많이 길러진 것 같고 다른 사람의 의견도 주의 깊게 들을 수 있는 연습을 한 것 같아서 좋았다.	▲자기이해기술 ▲인간관계기술 ▲주변인들을 통한진로탐색

위의 <표 IV-16>과 같이 참여자들의 소감문을 통해 개별적으로 리더십 생활기술과 진로준비행동에 대한 향상을 진술하고 있다. 전체적으로 살펴보면 리더십생활기술의 하위변인 중 인간관계기술은 7건으로 진술되어 팀 활동 등을 통하여 화합하고 협력하는 법이 향상되었다고 진술하고 있다. 의사결정기술과 조직관리기술은 1건으로 자신이 리더임을 인식하고 변화를 수용하며 나아갈 수 있는 능력이 향상되었고 학습능력기술은 2건으로 돌발미션과 패러다임의 전환 등의 활동을 통하여 문제해결능력과 합리적인 사고의 향상을 가져왔다고 진술하고 있다. 커뮤니케이션기술은 6건으로 참여자들과의 관계에서 매회기마다 칭찬과 감사하는 말을 습득하여 연구자에게도 감사와 칭찬이 이어져갔다. 특히 자기이해기술은 9건으로 진술되어 여러 가지 활동들을 통하여 자신을 긍정적으로 생각하고 자신의 의견도 발표하는 활동 등을 통하여 자신감이 향상되었다고 진술하고 있다. 따라서 이

러한 진술문을 볼 때 셀프리더십 교육 프로그램이 고등학생의 리더십생활  
기술과 진로준비행동의 향상에 효과가 있었음을 알 수 있다.



## V. 논의 및 결론

### 1. 논의

본 연구는 고등학생을 위한 셀프리더십 교육 프로그램이 리더십생활기술과 진로준비행동에 미치는 효과를 검증하는 것이었다. 이 연구에서 얻어진 결과에 대하여 논의하면 다음과 같다.

#### 가. 셀프리더십 교육 프로그램이 리더십생활기술에 미치는 영향

셀프리더십 교육 프로그램에 참여한 실험집단은 통제집단에 비해 리더십생활기술의 하위변인 모두 향상된 것으로 나타났다. 이러한 긍정적인 효과를 가져 온 요인으로는 셀프리더십의 행동중심전략이 행동을 향상시키는 효과가 있으며 건설적 사고전략이 습관이나 사고유형을 변화시키므로 리더십생활기술 상승에 긍정적 효과를 준 것으로 볼 수 있다.

셀프리더십 프로그램이 고등학생의 리더십생활기술에 긍정적인 영향을 미친 활동을 구체적으로 살펴보면 먼저 회기마다 역할별로 리더를 경험하게 하는 활동은 리더 경험이 많을수록 리더십생활기술이 향상되었다는 선행연구 결과를 지지하고 있다(김수정, 2011; 김은옥, 2005; 박선경, 2002; 엄완용, 2007; 장세중, 2014; 최창욱, 2001). 즉 리더 경험은 집단을 잘 이끌어 나가기 위해 존중하는 마음과 태도로 집단의 의견을 주의 깊게 듣고 집단의 필요를 잘 결정할 수 있는 커뮤니케이션기술, 구성원에게 명령이 아니

라 부탁이나 요청을 통하여 책임을 맡김으로 구성원의 장점을 부각시키게 하는 조직관리기술, 과제를 해결하기 위해 자신의 생각과 의견을 나누는 가운데 화합하고 협동함으로 집단의 분위기를 잘 조성하여 미션을 잘 수행할 수 있도록 하는 집단활동기술 및 인간관계기술 등을 촉진시켰다고 볼 수 있다.

또한 회기를 시작할 때마다 자신의 감정을 나누는 활동은 자신과 타인의 감정을 이해하고, 자신의 감정을 표현함으로써 커뮤니케이션기술과 자기이해기술에 긍정적인 효과를 준 것으로 볼 수 있다. 이는 자신의 감정을 표현하는 것이 리더십생활기술에 긍정적인 효과를 가져 왔다는 박명숙(2006)의 연구결과를 뒷받침해 주고 있다. 특히 친구들이 의견을 말하고 발표할 때마다 칭찬박수를 치고, 서로 칭찬 스티커를 붙이는 활동은 친구들을 격려하고 지지하게 되고, 자신뿐 아니라 타인도 소중하다는 호의적인 태도를 보임으로 타인과의 관계를 긍정적으로 가질 수 있는 대인관계기술 향상에 도움을 준 것으로 유추된다. 이와 같은 결과는 친구와 교사(이채식, 2005) 등의 사회적 지지가 리더십생활기술에 긍정적인 영향이 있다는 결과와 일맥상통한다(박재영, 2007; 이영구, 2012; 장세종, 2014). 즉 교사와 또래집단으로부터 자신이 수용되고 인정받으면 긍정적인 자아개념이 형성되고, 서로 긍정적인 상호작용을 통해서 리더십생활기술을 학습할 수 있게 됨을 의미한다. 또한 회기마다 활동을 마친 후 쓰는 경험일기는 참여 후 좋았던 점과 자신에게 칭찬하는 말을 적는 데 그 중 셀프칭찬을 추가한 부분은 박명숙(2006)의 경험보고서, 박경희(2013)의 느낌 나누기, 정애란(2011)의 소감문과는 차별적인 것이다.

돌발 미션 활동과 자음퀴즈 활동은 타인의 요구를 잘 고려하여 결정하게 하고 적절한 것을 잘 선택하는 의사결정기술과 여러 가지 문제해결을 위해 많은 정보를 효과적으로 사용하여 문제를 해결하는 학습능력기술 향상을

가져 온 것으로 본다. 이는 여러 가지 활동의 협동놀이가 리더십생활기술에 긍정적인 영향을 주었다는 연구결과를 지지하고 있다(이경아, 2017). 즉 공동의 목표 달성을 위한 미션 수행은 올바른 의사결정을 할 수 있도록 정보를 공유하며, 주어진 문제를 해결하는 과정을 경험하는 가운데 실제 생활에서 리더십 기능을 수행하기 위해 요청되는 리더십생활기술이 향상되었다고 볼 수 있다.

1회기의 ‘Who are you?’ 활동, 3회기의 ‘패러다임 전환’ 활동, ‘자성예언’ 활동, ‘나 존재선언문’을 쓰고 발표하는 활동, 마지막 회기에 ‘수료증’을 받는 활동은 자신을 이해할 뿐 더러 자신에 대한 자부심 및 긍정성이 향상되었다고 진술함에 따라 자기이해기술과 자아존중감이 향상된 것을 확인할 수 있었다. 이는 자아존중감이 향상되면 리더십생활기술이 높아진다는 연구결과를 뒷받침해주고 있다(박재영, 2007; 최창욱, 2001). 즉 자신의 가치를 발견하고, 자기 존재적 선언을 통해 인지적 신념의 의미를 확립하는 과정이 리더십생활기술에 영향을 주었다고 볼 수 있다.

2회기 ‘리더의 효과성 그리드’ 활동은 리더로서 자질을 발견하고 계발하도록 하여 책임 있는 태도를 가지게 하는 자기이해기술 및 학습능력기술 향상을 가져온 것으로 보인다. 4회기에 자신의 감정을 조절하고 어떠한 상황에 대해서도 좋은 선택을 할 수 있도록 하는 ‘역할극’ 활동은 감정에 치우치지 않고 합리적으로 사고하는 학습능력기술과 서로 대사(臺詞)를 만들어 가는 과정 가운데 의사소통기술을 촉진시켰다고 볼 수 있다. 이와 같은 결과는 셀프리더십 프로그램이 리더십생활기술에 유의미한 효과가 있다는 선행연구 결과를 지지하고 있다(김은정, 2009; 문영미, 2008; 박경희, 2013; 박명숙, 2006; 정애란, 2011).

이상에서 살펴본 바와 같이 셀프리더십 교육 프로그램에 참여한 실험집단의 참여자들이 스스로 리더라는 인식을 가지고 실제 생활 속에서 타인과

의 관계에서도 리더십을 발휘하는 리더십생활기술에 변화가 생겼음을 알 수 있다. 따라서 셀프리더십 교육 프로그램은 고등학생의 리더십생활기술에 효과가 있었다.

#### 나. 셀프리더십 교육 프로그램이 진로준비행동에 미치는 영향

셀프리더십 교육 프로그램에 참여한 실험집단은 통제집단에 비해 진로준비행동이 향상된 것으로 나타났다. 이러한 연구 결과는 남기연과 김경아(2011) 및 박수현(2015)이 셀프리더십과 진로준비행동이 유의한 정적 상관이 있다는 선행연구와 유사한 결과이다. 이러한 긍정적인 효과를 가져 온 요인에 대해서는 Bandura(1977)의 상호결정주의(reciprocal determinism)와 내재적 동기이론의 관점에서 해석할 수 있을 것이다. 이 이론에 의하면 사람들은 적응에 필요한 목표를 설정하고 목표달성에 필요한 자기관찰, 반성을 내면화하는 셀프리더십을 발휘하여 목표달성을 위한 진로준비행동에 셀프리더십의 행동적 전략을 도출한다(강정애 외, 2011; 김민정, 2007).

본 연구에서 실시한 셀프리더십 교육 프로그램이 고등학생의 진로준비행동에 긍정적인 영향을 미친 활동을 구체적으로 살펴보면, 앞서 진술한 교사와 또래친구들의 사회적 지지는 진로준비행동에도 정적인 상관이 있다는 연구결과를 지지하고 있다(박정태, 2014; 박지은, 2005; 이순자, 2012; 이향주, 2013; 황현진, 2016). 게다가 경험일기의 셀프칭찬은 자기격려와 유사한 개념으로 자기격려가 진로준비행동에 유의미한 정적상관이 있었다는 강정곤(2011)과 정효경(2009)의 연구와 진로준비행동과 관련된 심리적 변인 가운데 자기격려가 가장 큰 효과로 나타난 이미진(2013)의 연구결과를 뒷받침하고 있다. 즉 자기격려가 많을수록 자신과 세상을 긍정적으로 바라보며, 내면의 힘을 강화시켜 자아존중감을 갖도록 하며 스스로 위안함으로써 자

신의 인지와 정서 및 행동에까지 영향을 미쳐 진로준비행동에 긍정적인 영향을 주는 것으로 볼 수 있다.

5회기의 미래사회 변화에 따른 ‘산업기술퀴즈’ 활동 및 직업 카드를 통한 ‘직업골든벨’ 활동과 6회기의 ‘다중지능검사’ 활동들은 전문인의 도움으로 직업과 자신의 강점에 대해 구체적으로 탐색할 수 있도록 진로준비행동의 하위요인인 ‘전문도구를 활용한 진로탐색’ 및 ‘전문기관과 전문인을 활용한 진로상담’에 도움을 준 것으로 볼 수 있다. 이와 같은 결과는 진로탐색을 하는 과정에서 진로준비행동의 향상을 가져온 김순옥(2010)의 연구와 다중지능이 진로행동과 상관관계가 있다는 황민자(2009)의 연구를 지지하고 있으며, 자기이해, 정보 활용 및 합리적 의사결정(이혜금, 2016)과 진로계획성(안소연, 2010; 이혜금, 2016)에 유의미한 효과가 있다는 선행연구와 맥을 같이 하고 있다.

6회기 ‘위대한 발견’ 활동지 질문을 통해 자신의 꿈과 사명을 발견하고, 7회기에 자신의 비전을 세우고 미래에 대한 청사진을 그리는 비전맵 활동 및 8회기 시간관리 활동을 통해 자신만의 목표를 설정하고 플래너를 작성하는 활동은 진로에 대한 목표를 가지고 직업정보를 탐색하고, 도구를 갖추는 활동과 같은 ‘목표달성을 위한 노력행동’을 촉진시켰다고 볼 수 있다. 이와 같은 결과는 비전수립이 진로성숙도의 계획성과 결정성에 긍정적인 효과가 있었다는 정보현(2013)의 연구결과와 플래너를 통한 시간관리 교육이 진로준비행동의 향상을 가져왔다는 연구결과와 일맥상통하다(박연진, 심의경, 2016; 조성진, 2014).

한편 9회기 대학생 멘토 상담은 참여자들의 소감문과 학생들과의 대화 및 활동 선호도 분석을 근거로 진로준비행동의 하위요인인 ‘주변인을 활용하여 진로를 탐색하는 과정’에 도움을 준 것으로 보인다. 이와 같은 결과는 대학생 진로 멘토링이 진로계획능력(임진영, 이봉주, 황매향, 김재철, 2010)

과 진로준비행동(김상현, 2006; 김현일, 2007)에 긍정적인 효과가 있다는 연구결과와 유사하다. 이상에서 살펴본 바와 같이 셀프리더십 교육 프로그램에 참여한 실험집단의 참여자들이 자신의 진로를 위해 탐색하고 목표를 설정하고 계획하는 것의 중요성을 인식함으로써 진로에 대한 행동적인 차원에서 변화가 생겼음을 알 수 있다. 따라서 셀프리더십 교육 프로그램은 고등학생의 진로준비행동의 향상에도 효과가 있었다. 이상의 논의를 통해 살펴보면 본 연구는 다음과 같은 의의가 있다.

첫째, 셀프리더십 교육 프로그램을 통해서 리더십에 대한 긍정적인 인식 변화가 있었다. 즉 셀프리더십의 필요성과 중요성에 대한 교육을 통해 리더십이 특정 학생들에게만 주어진 것이 아니라 누구나 가질 수 있다는 인식의 전환을 가져왔다는 점에 본 연구의 의의가 있다.

둘째, 기존 셀프리더십 교육 프로그램은 영재학생(고현덕, 2007; 박경희, 2013) 대상, 다수인원(김은정, 2009; 박용석, 2013) 및 단기캠프(박명숙, 2006) 등의 진행방식으로 이루어져 개인의 수준과 특성 및 필요성을 채워주기 어려울 뿐 아니라 리더십생활기술을 습득하고 이를 생활에 적용해 볼 기회가 부족하였다. 본 프로그램은 이러한 문제점을 보완하여 소수의 인원으로서 재미있고 의미 있는 활동을 통해 실제적인 리더십기술을 습득하고 경험할 수 있도록 하였다.

셋째, 본 프로그램은 인문계 고등학생들의 대학 진학에 대한 특수성을 고려하여 대학생 멘토 시간을 첨가하여 구성하였다. 이에 프로그램 마지막 회기에 대학 진학에 대한 조별 상담을 통해 실제적인 도움을 받을 수 있게 하였고, 대학생이라는 또 다른 경험자를 만남으로 대학생활 및 학습방법에 대한 정보를 통해 자신의 진로를 준비하고 행동할 수 있도록 다양한 방법으로 동기를 부여할 수 있었다는 것에 의의가 있다.

## 2. 결론 및 제언

본 연구의 목적은 고등학생을 위한 셀프리더십 교육 프로그램이 리더십 생활기술과 진로준비행동에 미치는 효과를 검증하는 것이다. 이를 위해 부산시에 소재한 인문계 L 고등학교 1학년을 대상으로 실험집단과 통제집단을 각 11명으로 구성하였다. 2016년 겨울방학 중 방과 후 특강 시간을 이용하여 한회기당 100분씩 총 9회기 동안 셀프리더십교육 프로그램을 실시하여 리더십생활기술과 진로준비행동에 미치는 효과를 알아보았다.

본 프로그램의 연구문제는 첫째, 셀프리더십 교육 프로그램은 고등학생의 리더십생활기술에 어떠한 효과가 있는가? 둘째, 셀프리더십 교육 프로그램은 고등학생의 진로준비행동에 어떠한 효과가 있는가? 이다. 프로그램의 효과를 검증하기 위하여 실험집단과 통제집단 간의 리더십생활기술과 진로준비행동검사를 프로그램 실시 전과 실시 직후에 실시하였다. 또한 실험집단과 통제집단을 비교하는 통계적 검증에 따른 양적 결과가 갖는 신뢰성에 대한 제한점을 보완하기 위해 경험일기와 만족도 조사 및 소감문을 바탕으로 참가자들의 경험 변화를 분석하여 종합한 결론은 다음과 같다.

첫째, 셀프리더십 교육 프로그램이 고등학생의 리더십생활기술을 향상시키는 데 효과가 있었다. 셀프리더십 교육 프로그램을 실시한 실험집단의 경우 프로그램을 실시하기 전에 비해 실시 후에 고등학생의 리더십생활기술의 점수가 높아진 것으로 나타난 반면 통제집단은 사전에 비해 사후 점수가 유사하거나 다소 낮아진 것으로 나타났다. 또한 실험집단과 통제집단의 사후 점수에 대한 t검증을 실시한 결과 실험집단의 리더십생활기술 하위요인인 커뮤니케이션기술, 의사결정기술, 조직관리기술, 인간관계기술, 학습능력기술, 자기이해기술, 집단활동기술 모두 통계적으로 유의미한 차이가

나타났다. 이와 같이 고등학생의 리더십생활기술이 모든 하위영역에서 향상되었다는 것은 리더십생활기술이 학습을 통하여 획득될 수 있음을 보여주며(최창욱, 2001), 셀프리더십 프로그램이 청소년의 리더십생활기술에 긍정적인 효과를 준다는 김은정(2009), 문영미(2008), 박명숙(2006)의 선행연구들을 지지하고 있다. 따라서 모든 청소년들이 셀프리더십 교육 프로그램을 통하여 리더십생활기술을 습득하여 실행해 나가는 것이 필요하다.

둘째, 셀프리더십 교육 프로그램이 고등학생의 진로준비행동을 향상시키는 데 효과가 있었다. 셀프리더십 교육 프로그램을 실시한 실험집단의 경우 프로그램을 실시하기 전에 비해 실시 후에 고등학생의 진로준비행동의 점수가 높아진 것으로 나타난 반면 통제집단은 사전에 비해 사후 점수가 유사하거나 다소 낮아진 것으로 나타났다. 또한 실험집단과 통제집단의 사후 점수에 대한 t검증을 실시한 결과 실험집단의 진로준비행동 하위요인인 전문기관과 전문인을 활용한 진로상담, 주변인을 통한 진로탐색, 전문도구를 활용한 진로탐색, 목표달성을 위한 진로준비행동에 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다. 이러한 결과는 셀프리더십 프로그램이 청소년의 진로준비행동에 긍정적인 효과를 도출한 남기연과 김경아(2011)의 선행연구를 지지한다. 따라서 셀프리더십 교육 프로그램은 고등학생들이 자신의 진로를 준비하고, 목표달성을 위해 행동하도록 하는 진로준비행동에 효과적이다.

이상의 내용을 종합해 보면 고등학생을 위한 리더십생활기술과 진로준비행동의 향상에 도움이 되기 위한 셀프리더십 교육 프로그램은 자신의 잠재적 리더십을 인식시키고, 리더를 경험함으로써 미래의 창의적 인재로 자라갈 수 있도록 하며, 자신의 삶의 의미와 목적을 발견하고, 자신만의 꿈과 비전을 위해 스스로 목표를 설정하고 계획하고 실행해 갈 수 있도록 한다.

본 연구의 논의와 결론을 토대로 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 부산에 거주하는 일반계 고등학교 1학년에 재학 중인 청소년을 대상으로 표집 하였기 때문에 모든 청소년들에게 일반화하기에는 한계가 있다. 이를 고려하여 모든 연령과 유형 및 수준에 따른 셀프리더십 프로그램의 후속 연구 및 비교가 필요하다.

둘째, 본 연구는 학교 사정 상 방학 중에 프로그램을 실시하였기 때문에 자원하는 학생만 참석할 수 있었다. 따라서 후속 연구에서는 셀프리더십 교육 프로그램을 학기 중 창의적 재량활동시간이나 교과 과정 속에 실시하여 모든 학생들에게 평등한 교육의 기회가 제공되는 것이 필요하다.

셋째, 본 연구는 리더십생활기술과 진로준비행동의 변인 효과만을 검증하였기 때문에 다양한 변인들에 대한 효과에 대해서도 검증해 볼 필요가 있다.

넷째, 셀프리더십 프로그램 구성요소와 대상 및 측정도구에 따른 연구 결과가 차이점을 보이므로 다양한 유형으로 프로그램의 효과성을 분석하는 연구가 필요하다.

## 참 고 문 헌

- 강명숙, 김정섭 (2014). 초등학교 교사를 위한 셀프리더십프로그램이 교사 효능감 및 직무만족도에 미치는 영향. *職業教育研究*, 33(1) 29-51.
- 강미옥 (2012). 셀프리더십이 개인의 직무성과 및 일 관련 행동에 미치는 영향에 관한 연구 : 자율-통제문화의 조절효과를 중심으로. 숭실대학교, 석사학위논문.
- 강윤희 (2013). 중학생이 지각한 가족응집성 및 감정 지능이 셀프리더십에 미치는 영향. 단국대학교, 석사학위논문.
- 강정곤 (2011). 여고생이 지각한 진로장벽과 진로준비행동 간의 관계 : 자기 격려의 매개효과. 서강대학교, 석사학위논문.
- 강정애, 태정원, 양혜현, 김현아, 조은영 (2011). 리더십론. 서울: 시그마 프레스.
- 고봉익, 윤정은 (2014). 진로 로드맵. 서울: 웅진씽크빅.
- 고은옥 (2006). 자기리더십 프로그램이 초등학생의 진로성숙 및 자아존중 감에 미치는 영향. 국민대학교, 석사학위논문.
- 고현덕 (2007). 중학교 영재학생의 Seif-Leadership 함양을 위한 프로그램의 효과 분석. 건국대학교, 석사학위논문.
- 곽삼근, 김기연, 김민정 (2008). 한국 청소년의 리더십에 대한 인식 및 교육 경험 분석. *교과교육학연구*, 12(2), 515-536.
- 교육인적자원부 (2004). 자기 리더십 프로그램. 교육인적자원부.
- 권영용 (2004). 리더십 증진 프로그램이 초등학생의 리더십 기술 인식과 자기 존중감에 미치는 효과. 한국교원대학교, 석사학위논문.

- 김경아 (2007). 청소년을 위한 ‘봉사와 리더십-미래를 경영하는 리더’ 프로그램 개발 및 실시 I: S고등학교를 대상으로. **숙명리더십연구**, 5(1), 113-142.
- 김경아 (2010). 청소년을 위한 ‘봉사와 리더십: 지혜로운 리더’ 프로그램 개발 및 실시 II. **한국가정관리학회지**, 28(2), 147-163.
- 김경아, 장효주 (2010). 청소년의 셀프리더십이 예절수행 및 학교생활 적응력에 미치는 영향. **한국가정관리학회지**, 28(6), 143-156.
- 김군홍, 김정훈, 이용률(2014). 셀프리더십 연구동향과 과제. **리더십연구**, 6(1), 77-98.
- 김동규 (1999). **진로교육의 이론과 실제** 서울: 교육과학사
- 김미선 (2005). **유아 셀프리더십 프로그램의 효과에 관한 연구**. 숙명여자대학교, 석사학위논문.
- 김민정 (2007). **대학생의 셀프리더십개발에 영향을 미치는 학습자 변인 연구**. 이화여자대학교, 박사학위논문.
- 김보경 (2012). **대학생의 진로결정자기효능감과 셀프리더십, 문제해결력 및 진로 동기의 인과적 관계**. 서울대학교, 석사학위논문.
- 김보경, 정철영 (2012). 대학생의 진로결정자기효능감과 셀프리더십, 개인이 인식한 문제해결력 및 진로동기의 인과적 관계. **농업교육과 인적자원개발**, 44(2), 49-71.
- 김봉환 (1997). **대학생의 진로결정수준과 진로준비행동의 발달 및 이차원적 유형화**. 서울대학교, 박사학위논문.
- 김봉환, 김계현 (1997). 대학생의 진로결정수준과 진로준비행동의 발달 및 이차원적 유형화. **한국심리학회지 상담 및 심리치료**, 9(1), 311-333.
- 김봉환, 정철영, 김병석 (2006). **학교진로상담**. 서울: 학지사.

- 김상현 (2006). 진로 멘토링 프로그램의 효과에 대한 질적 연구 : 여대생 진로효능감 및 진로준비행동의 향상을 중심으로. 숙명여자대학교, 석사학위논문.
- 김소령 (2006). 셀프리더십 훈련 프로그램이 초등학교 아동의 리더십과 자기효능감에 미치는 효과. 한국교원대학교, 석사학위논문.
- 김수자 (2006). 셀프리더십훈련 프로그램이 유아교육기관 교사들의 셀프 리더십과 직무만족에 미치는 영향. 경성대학교, 석사학위논문.
- 김수정 (2011). 청소년 성격특성이 리더십생활기술에 미치는 영향. 건국대학교, 석사학위논문.
- 김순옥 (2010). 진로탐색 집단상담프로그램이 전문계 고등학생의 진로자기효능감, 진로결정수준, 진로준비행동에 미치는 효과. 울산대학교, 석사학위논문.
- 김순희 (2011). 자기리더십 프로그램이 학습부진아의 자아개념에 미치는 효과. 대구교육대학교, 석사학위논문.
- 김영아 (2011). 셀프리더십 프로그램이 초등학생의 셀프리더십 및 자아개념에 미치는 효과. 부산교육대학교, 석사학위논문.
- 김예중 (2014). 셀프리더십 교육 프로그램이 청소년의 대인관계능력, 커뮤니케이션 능력, 자아효능감에 미치는 영향. 동아대학교, 석사학위논문.
- 김윤희, 김태완 (2015). 리더십의 이해. 서울: 형설출판사.
- 김은경 (2005). 청소년의 리더십생활기술과 학교적응 유연성과의 관계 분석. 숙명여자대학교, 석사학위논문.
- 김은옥 (2005). 청소년 발달단계와 리더십생활기술과의 관계. 동의대학교, 석사학위논문.
- 김은정 (2009). 셀프리더십 향상을 위한 실천적 문제 중심의 중학교 가

- 정과 교수-학습 과정 안 개발 및 적용. 고려대학교, 석사학위논문.
- 김정대 (2002). 청소년참여를 통한 리더십생활기술프로그램 개발. 동국대학교, 박사학위논문.
- 김정현 (2015). 셀프리더십과 긍정심리자본이 주관적 경력성공에 미치는 영향. 숙명여자대학교, 석사학위논문.
- 김진수 (2009). 직장인을 위한 셀프리더십 프로그램의 개발과 효과. 경성대학교, 석사학위논문.
- 김창대 (2002). 몰입(Flow)이론을 적용한 진로상담모형. 청소년상담연구, 10(1): 5-30.
- 김현일 (2007). 대학 태권도선수들의 진로 멘토링 효과에 대한 질적 연구. 명지대학교, 박사학위논문.
- 김형수 (2010). 청소년 리더십 프로그램의 효과 분석. 경기대학교, 석사학위논문.
- 남기연 (2011). 청소년의 셀프리더십이 진로준비행동에 미치는 영향. 숙명여자대학교, 석사학위논문.
- 남기연, 김경아 (2011). 청소년의 셀프리더십이 진로준비행동에 미치는 영향. 청소년학연구, 18(7), 85-113.
- 남혜경 (2014). 청소년기 장애학생의 셀프리더십과 학교적응의 관계. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 문영미 (2008). 셀프리더십 집단상담 프로그램이 전문계 고등학생의 리더십 및 학교적응에 미치는 영향. 경기대학교, 석사학위논문.
- 문제창 (2010). 조직문화가 조직관리 시스템에 미치는 영향. 단국대학교, 석사학위논문.
- 민병철 (2012). 셀프리더십의 영향요인과 효과에 관한 연구. 한성대학교, 박사학위논문.

- 박경희 (2013). **셀프리더십 훈련 프로그램이 영재학생의 리더십 및 행복감, 자기주도 학습에 미치는 효과**. 경성대학교, 석사학위논문.
- 박계홍, 김종술 (2013). **변화와 혁신을 위한 리더십**. 경기도: 학현사.
- 박규상 (2015). **처음 쓰는 논문 쓰기**. 경기도: 샌들코어.
- 박명숙 (2006). **중학생을 위한 셀프리더십 프로그램의 개발과 효과에 관한 연구**. 경성대학교, 석사학위논문.
- 박민서 (2012). **저소득층 청소년의 리더십생활기술에 영향을 미치는 요인들에 관한 연구**. 청주대학교 석사학위논문.
- 박상희 (2011). **유아 셀프리더십 프로그램이 조망수용능력과 주장성행동에 미치는 효과**. 위덕대학교, 석사학위논문.
- 박선경 (2002). **청소년 생활기술로서의 리더십 분석연구**. 아주대학교, 석사학위논문.
- 박선민 (2016). **평생교육기관 종사자의 셀프리더십과 조직몰입의 관계에서 일-생활 균형(WLB)의 매개효과**. 고려대학교, 석사학위논문.
- 박성민 (2002). **Self-Leadership 프로그램 효과 분석: K기업 사례**. 연세대학교, 석사학위논문.
- 박성은 (2011). **청소년 참여활동이 리더십 발달에 미치는 영향에 관한 연구**. 명지대학교 석사학위논문.
- 박수현 (2015). **특성화고 학생들의 진로장벽이 진로준비행동에 미치는 영향: 낙관성과 셀프리더십의 매개효과**. 이화여자대학교, 석사학위논문.
- 박연진, 심의경 (2016). **전문대학생의 시간관리가 진로준비행동에 미치는 영향: 진로결정자기효능감의 매개효과**. **社會科學研究**, 42(2), 213-230.
- 박영민 (2013). **초등학생의 셀프리더십과 자기효능감 및 사회성의 관계**. 경

- 인교육대학교, 석사학위논문.
- 박용석 (2013). 셀프리더십프로그램이 고등학생의 심리적 안녕감에 미치는 효과. *청소년학연구*, 20(1), 1-25.
- 박용진 (2009). 학교장의 수퍼리더십과 교사의 셀프리더십, 교사의 학교 조직몰입 및 학교조직건강간의 관계 연구. 인하대학교, 박사학위논문.
- 박재영 (2007). 아동과 청소년의 리더십생활기술에 대한 개인적 변인 및 사회적 지지의 영향. 부산대학교, 석사학위논문.
- 박정운 (2015). 셀프리더십증진 그룹코칭 프로그램이 여대생의 셀프리더십과 진로결정 자기효능감에 미치는 영향. 광운대학교, 석사학위논문.
- 박정태 (2014). 고등학생이 지각한 사회적 지지 및 진로결정 자기효능감과 진로준비행동의 관계. 목포대학교, 석사학위논문.
- 박지은 (2006). 사회적 지지와 자기효능감 및 진로준비행동의 관계. 홍익대학교, 석사학위논문.
- 반기완 (2009). 청소년의 리더십생활기술과 문제행동의 관계 연구. 명지대학교, 석사학위논문.
- 배정미 (2011). 셀프리더십 프로그램이 대학생의 자아효능감 및 대인관계에 미치는 영향: 데일카네기 리더십. 아주대학교, 석사학위논문.
- 백기복 (2000). *이슈리더십*. 서울: 창민사.
- \_\_\_\_\_ (2016). *리더십 리뷰*. 서울: 창민사.
- 백기복, 신제구, 김정훈 (2015). *리더십의 이해*. 서울: 창민사.
- 백재욱 (2008). 자기리더십 프로그램이 결손가정 아동의 자아존중감에 미치는 효과. 울산대학교, 석사학위논문.
- 변상우 (2014). *글로벌 리더십*. 서울: 청람.

- 서정찬 (2006). 동기부여를 통한 청소년 리더십 개발에 관한 고찰. **진리논단**, 1(13), 387-408.
- 성계순 (2011). **초등학생의 셀프리더십과 또래지위, 갈등해결전략 및 학교생활적응과의 관계**. 인제대학교, 박사학위논문.
- 성영실 (2009). **청소년의 리더십생활기술이 생활만족도에 미치는 영향**. 숙명여자대학교, 석사학위논문.
- 송영선 (2000). **상황대응 리더십Ⅱ와 셀프 리더십과의 상관관계 연구 : 블랜차드 이론과 코비 이론을 중심으로**. 고려대 석사학위논문.
- 송한나 (2013). **대학생의 셀프리더십이 진로준비행동에 미치는 영향과 자기효능감의 매개효과**. 중앙대학교, 석사학위논문.
- 신구범 (2008). **리더십의 이론과 실제**. 서울: 형설출판사.
- 신봉호 (2010). **중학교 학교상담 프로그램 개발 및 효과**. 순천대학교, 박사학위논문.
- 신영삼 (2011). **셀프리더십 교육 프로그램이 참여자의 대인관계와 자아존중감에 미치는 영향: 데일카네기 교육**. 중앙대학교, 석사학위논문.
- 안상임 (2013). **자기관리중심리더십 교육이 초등영재학생의 셀프리더십 기술과 공감 능력에 미치는 영향**. 경인교육대학교, 석사학위논문.
- 안소연 (2010). **다중지능에 기초한 진로교육프로그램이 초등학생의 진로 의식성숙 및 자아개념에 미치는 효과**. 공주교육대학교, 석사학위논문.
- 양선희 (2009). **자기 리더십 프로그램이 초등학생의 자아존중감 및 가족 관계 향상에 미치는 효과**. 전남대학교, 석사학위논문.
- 양수진, 송영수, 이용률 (2015). **대학생의 셀프리더십 수준이 진로준비행동에 미치는 영향: 감성지능의 매개효과를 중심으로**. **청소년학연구**,

22(12), 443-470.

- 엄완용 (2007). 청소년 리더십생활기술향상을 위한 프로그램 개발 연구. 명지대학교, 박사학위논문.
- 윤형식 (1998). 企業內 性品教育 프로그램으로서 '성공하는 사람들의 7 가지 습관'의 효과성에 對한 研究. 한양대학교, 석사학위논문.
- 이경아 (2017). 협동놀이 프로그램이 초등학교 저학년 아동의 사회적 유능감과 리더십생활기술에 미치는 효과. 국민대학교, 석사학위논문.
- 이계현 (2001). 셀프-리더십과 조직구성원의 직무 만족도 및 조직 몰입도와의 관계. 부산대학교, 석사학위논문.
- 이무상 (2008). 현실요법을 적용한 중학생의 리더십생활기술증진 학급단위 집단상담 프로그램 개발. 한국교원대학교, 석사학위논문.
- 이미진 (2013). 진로준비행동 관련 변인의 메타분석. 대구대학교, 석사학위논문.
- 이수정 (2015). 셀프리더십 향상 진로교육 프로그램이 중학생의 진로자기효능감 및 진로성숙도에 미치는 효과. 순천대학교, 석사학위논문.
- 이순자 (2012). 고등학생의 사회적 지지가 진로준비행동에 미치는 영향 : 진로결정자기효능감의 매개효과. 경남대학교, 석사학위논문.
- 이영구 (2012). 사회적 지지와 청소년 리더십 생활 기술의 관계에서 자아존중감·자기효능감의 매개효과 : 스카우트 단체 활동을 중심으로. 명지대학교, 박사학위논문.
- 이은경 (2004). 청소년 단체활동 경험과 청소년 리더십 생활기술 관계연구. 카톨릭대학교, 석사학위논문.
- 이은숙, 신제구, 백기복 (2000). 슈퍼리더십과 셀프리더십이 자기 권능감과

- 성과에 미치는 영향에 관한 탐색적 연구, **한국인사·조직학회 발표 논문집**, 17, 275-286.
- 이정자 (2010). **NLP 상담 프로그램이 초등학생의 셀프리더십에 미치는 효과**. 서울교육대학교, 석사학위논문.
- 이정현 (2015). **중학생의 애착과 학교생활적응의 관계에서 셀프리더십의 매개효과검증**. 이화여자대학교, 석사학위논문.
- 이종찬 (2013). **대학생의 셀프리더십이 진로준비행동에 미치는 영향**. 중앙대학교, 박사학위논문.
- 이채식 (2005). **청소년리더십기술 영향요인에 관한 구조 분석**. 서울대학교, 박사학위논문.
- 이향주 (2013). **고등학생이 지각한 사회적 지지와 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향**. 제주대학교, 석사학위논문.
- 이혜금 (2016). **다중지능 기반 진로교육프로그램이 중학생의 진로성숙도에 미치는 효과**. 인제대학교, 석사학위논문.
- 이혜림 (2013). **인지·행동적 리더십 향상 프로그램이 초등학생의 리더십 및 자아존중감과 사회성에 미치는 영향**. 공주교육대학교, 석사학위논문.
- 이희영 (1996). **셀프리더십과 個人成果의 關聯性**. 영남대학교, 박사학위논문.
- 임진영, 이봉주, 황매향, 김재철 (2010) **경향집수를 활용한 멘토링 장학 프로그램의 효과성 검증**, **아시아교육연구**, 11(4), 189-221.
- 장세중 (2014). **청소년 리더십생활기술에 영향을 미치는 요인에 관한 연구 : 순천시 중·고등학생을 중심으로**. 세한대학교, 박사학위논문.
- 장원길, 강경홍, 강희양, 김영혜, 김창민, 이혼정, 한동승 (2011). **과학기술과 리더십**. 서울: 홍릉과학사.

- 장은주 (2016). 전문대학생의 셀프리더십이 자기효능감과 취업스트레스에 미치는 영향. 숙명여자대학교, 석사학위논문.
- 장해숙 (2010). 고등학생 셀프리더십 프로그램 개발 및 적용 효과. 영남대학교, 박사학위논문.
- 장해숙, 이운주 (2010). 고등학생 셀프리더십 프로그램 개발 및 적용효과. 상담학연구, 11(3) 1053-1073.
- 정보현 (2013). 비전수립 코칭 프로그램이 방과후아카데미 아동의 자기효능감과 진로성숙도 및 성취동기에 미치는 효과. 동아대학교, 박사학위논문.
- 정성혜 (2006). 초등학교 리더십교육프로그램이 리더십생활기술 증진에 미치는 효과. 부산교육대학교, 석사학위논문.
- 정애란 (2011). 자기 리더십 증진 프로그램이 초등학생의 리더십과 자아존중감에 미치는 영향. 공주교육대학교, 석사학위논문.
- 정유정 (2007). 유아 셀프리더십프로그램 개발 및 적용 효과. 원광대학교, 박사학위논문.
- 정은주 (2015). 항공사 승무원 취업준비생의 셀프리더십이 진로결정자기효능감과 진로준비행동에 미치는 영향. 경기대학교, 석사학위논문.
- 정의숙 (2009). 리더십 증진 프로그램이 초등학생의 리더십생활기술과 성취동기에 미치는 효과. 공주교육대학교, 석사학위논문.
- 정창숙 (2015). 간호대학생의 셀프리더십 증진 프로그램 효과. 경북대학교, 석사학위논문.
- 정태희 (2005). 셀프리더십교육이 대학생의 셀프리더십과 자존감 증진에 미치는 효과. 한국교육, 32(1). 223~248.
- 정효경 (2009). 여대생의 진로장벽과 자기격려가 진로준비행동에 미치는 영향. 순천대학교, 석사학위논문.

- 조성진 (2014). 시간관리교육이 대학생의 자기효능감, 시간관리행동 및 진로준비행동에 미치는 영향. *교양교육연구*, 8(6), 755-781.
- 조은숙 (2009). 코칭 기반 리더십 증진 프로그램의 경험이 청소년의 리더십 기술과 자기효능감에 미치는 효과. 공주대학교, 석사학위논문.
- 조환옥 (2009). 중학교 과학영재와 일반학생의 리더십생활기술, 사회적 능력 및 자기조절능력의 관계. 부경대학교, 석사학위논문
- 진명순 (2010). 중학생 대상 리더십 프로그램이 자아존중감과 의사소통 능력에 미치는 효과. 부산대학교, 석사학위논문.
- 최동선 (2003). 대학생의 진로탐색행동과 동기요인 및 애착의 관계분석. 서울대학교, 박사학위논문.
- 최은희 (2008). 리더십 향상 집단지도 프로그램이 초등학생의 리더십생활기술 및 학교생활 적응에 미치는 영향. 공주교육대학교, 석사학위논문.
- 최인선 (2016). 대학생의 생활 적응이 진로준비행동에 미치는 영향 : 셀프리더십과 사회적 지지의 매개효과. 호서대학교 박사학위논문.
- 최자윤 (2009). 유아 셀프리더십 평가도구 개발. 한국교원대학교, 석사학위논문.
- 최종인, 한태용, 이용훈, 이용률 (2014). 체육전공대학생의 셀프리더십이 진로정체감 진로의사결정 및 진로준비행동에 미치는 영향. *한국체육과학지*, 23(5), 113-126.
- 최지선 (2005). 리더십 증진 프로그램이 초등학생의 자아존중감과 대인 관계에 미치는 영향. 서울교육대학교, 석사학위논문.
- 최창욱 (2001). 청소년의 리더십생활기술과 관련변인에 관한 연구. 서울대학교, 박사학위논문.

- 하순복 (2007). **셀프리더십의 선행요인과 결과요인에 관한 연구**. 서울대학교, 석사학위논문.
- 한미희 (2012). 셀프리더십 함양중심의 진로교육 프로그램 개발 및 효과 : 특성화고등학교 학생들을 중심으로. **미래청소년학회지**, 9(4), 183-205.
- 한민경, 한윤경 (2009). 미술활동을 통합한 유아 셀프리더십 프로그램이 유아의 셀프리더십과 자기효능감에 미치는 영향. **유아교육·보육복지연구**, 13(3), 219-250.
- 한선화 (2005). **중학 영재학생과 일반 학생의 리더십 기술, 사회성숙도 및 행위통제 분석**. 부산대학교, 박사학위논문.
- \_\_\_\_\_ (2012). **초등학생의 셀프리더십이 학교생활 적응에 미치는 영향**. 숙명여자대학교, 석사학위논문.
- 한선화, 강승희, 유순화 (2005). 영재학생과 일반학생의 리더십 기술과 사회성숙도의 비교 분석. **청소년학연구**, 12(1), 278-299.
- 황매향, 김봉환, 최인재, 허은영 (2010). 한국 청소년의 연령에 따른 진로 발달 특성의 변화 추이분석. **아시아교육연구**, 11(4), 75-94.
- 황민자 (2009). **고등학생의 다중지능과 진로성숙도의 관계**. 부산대학교, 석사학위논문.
- 황현진 (2016). **청소년의 자아정체감 및 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향에 관한 연구 : 사회적 지지의 조절효과를 중심으로**. 가톨릭관동대학교, 석사학위논문.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*, Prentice-Hall, New Jersey: Englewood Cliffs.
- Dormody, T. J. & SeEVERS, B. S (1995). Predicting youth leadership and skills among FFA members in Arizona, Colorado, and New

- Mexico. *The Journal of Agricultural Education* 35(2).
- Linden, J. A. & Fertman, C. I. (1998). *Youth leadership: A guide to understanding leadership development in adolescents*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Manz, C. C. (1983). *The art of self-leadership: strategies for personal effectiveness in your life and work*. Prentice-Hall. Englewood Cliffs, NJ.
- \_\_\_\_\_. (1986). Self-Leadership toward an Expanded Theory of Self-Influence Process in Organization. *Academy of Management Review*, 11(3), 585-600.
- \_\_\_\_\_. (1990). The art of self-leadership. *Executive Excellence*, 7(8), 7-8.
- Manz, C. C & Sims, H. P. (1989), *Super Leadership ; Leading Others to Lead Themselves*. New York, pp. 13-26.
- \_\_\_\_\_. (1999). 슈퍼리더십(정일재 역). 서울: 21세기북스. (원전은 1990년에 출판).
- \_\_\_\_\_. (1991). *Super Leadership, Beyond the Myth of Heroic Leadership*. Organization Dynamics, Spring, p. 24
- \_\_\_\_\_. (2001). *New Superleadership: Leading Others to Lead Themselves*. Berrett-Koehler. San Francisco. CA.
- Manz, C. C. & Neck, C. P. (2001). 바보들은 항상 최선을 다했다고 말한다(이은숙 역). 서울: 한언. (원전은 1999년에 출판)
- Miller, R. A. (1976). *Leader/agent's guide: Leadership and life skills*. Stillwater: Oklahoma State University.
- Morris, J. C (1996). *Self- perceived youth leadership life development*

- among Iowa 4-H member.* doctoral dissertation(Ph. D). Iowa State University.
- Neck, C. P. & Houghton, J. D. (2006). Two decades of Self-Leadership Theory and Research. *Journal of Managerial Psychology*, 21(4), 270-295.
- Pike, R. W Robert. (2004). **밥 파이크의 창의적 교수법**(김경섭, 유제필 역). 경기도: 김영사. (원전은 1989년에 출판).
- Sean R. Covey. (2011). **성공하는 10대들의 7가지 습관**(김경섭, 유광태 역). 경기도: 김영사. (원전은 1989년에 출판).
- Stephen R. Covey.(2010). **성공하는 사람들의 7가지 습관**(김경섭 역). 경기도: 김영사. (원전은 1998년에 출판).
- \_\_\_\_\_. (1989). *The 7 habits of highly effective people*. NY: Simon & Schuster.
- Tolbert, E. L. (1974). *Counseling for career developmen*. Boston: Houghton Mifflin.
- Weatherford, D., & Weatherford, C. (1985). *A review of theory and research found in selected experiential education, life skills development and 4-H program literature*. Raleigh: North Carolina State University.
- Wingenbach, G. J.(1995). *Self-perceived youth leadership and life skills development among Iowa FFA members.* doctoral dissertation(Ph. D), Iowa State University.

## 부록

### <부록1> 셀프리더십 교육 프로그램 측정 설문지

안녕하십니까?

저는 “청소년 셀프리더십”에 관한 주제로 학위논문을 준비하고 있는 연구자 김미혜 입니다. 이 설문지는 여러분의 ‘리더십생활기술’과 ‘진로준비행동’을 알아보기 위해 작성된 것입니다.

여러분의 설문지 작성은 “청소년 셀프리더십” 연구를 위한 소중한 자료가 될 것입니다. 설문지에 응답하신 내용은 오직 연구를 위해서만 사용될 것이며 다른 용도로는 사용되지 않습니다.

특히 각각의 질문에 특정한 정답이 따로 있는 것이 아니며 학생의 생각을 솔직하게 적어주시면 됩니다.

본 설문지를 작성 할 때 응답되지 않은 문항이 있거나, 귀찮아서 읽지 않고 한 곳에 집중으로 표시하면 설문지 전체를 사용할 수 없게 됩니다.

애써 작성하신 학생의 설문지가 유용하게 사용될 수 있도록 빠짐없이 정성껏 작성해 주시길 바랍니다.

여러분이 응답해 주신 결과는 우리나라 청소년의 셀프리더십을 위한 연구로 청소년을 보다 더 잘 이해하고, 청소년의 미래에도 큰 도움이 될 것입니다. 설문지 응답에 참여해 주셔서 진심으로 감사드립니다.

2016년 12월

부경대학교 대학원 교육컨설팅학과 김미혜  
지도교수 강승희

※ 일반적 사항

1. 나의 성별은? ① 남자 ② 여자

2. 나의 1학기 성적은(평균)?

① 상위권(1등급)                      ② 중상위권(2등급)                      ③ 중위권(3~4등급)  
 ④ 중하위권(5~6등급)                      ⑤ 하위권(7~9등급)

3. 나의 가정의 경제적 상황은?

① 상                      ② 중상                      ③ 중                      ④ 중하                      ⑤ 하

4. 셀프리더십 교육에서 배워보고 싶은 내용 중 순서대로 3가지를 고르세요.

① 긍정적 사고    ② 자기 이해    ③ 습관    ④ 주도성    ⑤ 사명서  
 ⑥ 꿈과 비전    ⑦ 시간관리    ⑧ 미래사회와 직업    ⑧ 의사소통

1순위:  
 2순위:  
 3순위:

1. 다음 질문은 학생의 청소년리더십생활기술에 관한 문항입니다.  
 내용을 잘 읽어 보시고 현재 자신의 생각과 일치하는 곳에 V표를 해 주시기 바랍니다.

문항	내용	전혀 아니다	약간 아니다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나는 다른 사람에게 나의 감정을 잘 표현하는 편이다.	①	②	③	④	⑤
2	나는 타인의 말을 주의 깊게 듣는 편이다.	①	②	③	④	⑤
3	나는 모두에게 칭찬과 감사의 말을 아끼지 않는다.	①	②	③	④	⑤
4	나는 적절한 유머를 구사할 줄 알고 항상 웃는 편이다.	①	②	③	④	⑤
5	나는 내가 속한 단체에서 필요로 하는 것을 잘 결정할 수 있다.	①	②	③	④	⑤
6	나는 어떤 일을 함에 있어 목표설정을 잘 하는 편이다.	①	②	③	④	⑤
7	나는 우선순위를 정하여 일을 처리한다.	①	②	③	④	⑤
8	나는 여러 가지 대안들 중 적절한 것을 잘 선택하는 편이다.	①	②	③	④	⑤
9	나는 어떤 일을 행함에 있어 여러 가지 대안들을 고려한다.	①	②	③	④	⑤
10	나는 어떤 일을 행할 때 각 구성원에게 책임을 맡기는 편이다.	①	②	③	④	⑤
11	나는 직접적 명령보다는 부탁이나 요청하는 편이다.	①	②	③	④	⑤
12	나는 어떠한 변화도 수용할 자세가 되어 있다.	①	②	③	④	⑤
13	나는 다른 사람을 신뢰하는 편이다.	①	②	③	④	⑤
14	나는 다른 사람을 대할 때 항상 진실한 마음을 가진다.	①	②	③	④	⑤
15	나는 다른 사람에게 대단히 호의적인 편이다.	①	②	③	④	⑤

16	나는 나 이외의 다른 사람들도 중요하다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
17	나는 항상 다른 사람들을 존중하는 태도를 가지고 있다.	①	②	③	④	⑤
18	나는 다른 사람들과 잘 화합하는 편이다.	①	②	③	④	⑤
19	나는 문제해결을 위해 많은 정보를 효과적으로 사용할 줄 안다.	①	②	③	④	⑤
20	나는 어떤 지식이든지 배울 자세가 되어 있다.	①	②	③	④	⑤
21	나는 여러 가지 문제를 해결할 수 있는 능력을 가지고 있다.	①	②	③	④	⑤
22	나는 감정에 치우치지 않고 합리적으로 사고하는 편이다.	①	②	③	④	⑤
23	나는 나 자신에 대하여 전반적으로 긍정적으로 생각한다.	①	②	③	④	⑤
24	나는 어떠한 일에도 책임 있는 태도를 가지고 있다.	①	②	③	④	⑤
25	나는 내가 한 실수를 잘 수습하는 편이다.	①	②	③	④	⑤
26	나는 일처리 과정에서 융통성을 발휘할 수 있다.	①	②	③	④	⑤
27	나는 나의 주장이나 생각을 타인에게 명확히 설명할 수 있다.	①	②	③	④	⑤
28	나는 어떤 일을 행할 때 다른 사람의 요구를 잘 고려한다.	①	②	③	④	⑤
29	나는 내가 속한 집단 성원들이 제기한 요구사항을 잘 수용한다.	①	②	③	④	⑤
30	나의 의견이 잘 받아들여지도록 집단의 분위기를 잘 조성한다.	①	②	③	④	⑤

2. 다음 질문은 학생의 진로준비행동에 관한 문항입니다.

내용을 잘 읽어 보시고 현재 자신의 생각과 일치하는 곳에 V표를 해 주시기 바랍니다.

문항	내용	전혀 그렇지 않다	약간 그렇지 않다	대체로 그렇다	정말 그렇다
1	나는 지난 몇 주 동안 친구들과 나의 적성 및 앞으로의 진로 등에 대해서 이야기를 나눈 적이 있다.	①	②	③	④
2	지난 몇 주 동안 나는 부모님과 나의 적성 및 앞으로의 진로 등에 대해서 이야기를 나눈 적이 있다.	①	②	③	④
3	지난 몇 개월 동안 나는 선생님과 나의 적성 및 앞으로의 진로 등에 대해서 이야기를 나눈 적이 있다.	①	②	③	④
4	지난 몇 주 동안 나는 내가 관심을 가지고 있는 직업이나 진로와 관련된 책이나 팸플릿 등을 구입하거나 혹은 읽어보았다.	①	②	③	④
5	지난 몇 주 동안 나는 내가 관심을 가지고 있는 직업이나 진로와 관련된 교육훈련기관 혹은 교육훈련 프로그램 등에 대한 안내 책자나 팸플릿 등을 구입하거나 읽어보았다.	①	②	③	④
6	지난 몇 개월 동안 나는 내가 관심을 가지고 있는 직업이나 진로와 관련된 기관을 직접 방문해 보았거나 혹은 그 같은 방문 계획을 세운 적이 있다.	①	②	③	④
7	지난 몇 개월 동안 나는 내가 관심을 가지고 있는 직업이나 진로와 관련된 TV 프로그램 전시회 설명회 등을 시청하거나 참관한 적이 있다.	①	②	③	④

8	지난 몇 개월 동안 나는 내가 관심을 가지고 있는 직업이나 진로와 관련된 전문가들과 이야기를 나누어 본 적이 있다.	①	②	③	④
9	지난 몇 개월 동안 나는 내가 관심을 가지고 있는 직업이나 진로분야에 직접 종사하고 있는 사람들과 이야기를 나누어 본 적이 있다.	①	②	③	④
10	지난 몇 개월 동안 나는 진로문제를 상담하기 위하여 학생생활연구소나 그 밖의 상담기관을 방문한 경험이 있다.	①	②	③	④
11	지난 몇 개월 동안 나는 나의 적성과 흥미 성격 등을 정확히 알아보기 위해서 검사를 받아 본 적이 있다.	①	②	③	④
12	나는 앞으로 내가 관심을 가지고 있는 진학직업에 입문하기 위해서 그 준비에 필요한 교재 참고서적 기타 필요한 기자재 등을 구입하였다.	①	②	③	④
13	나는 앞으로 내가 관심을 가지고 있는 진학직업에 입문하기 위해서 이미 구입한 교재 참고서적 기타 필요한 기자재 등을 가지고 준비하고 있다.	①	②	③	④
14	나는 앞으로 내가 관심을 가지고 있는 진학직업에 입문하기 위해서 학원 등에 다니면서 그 준비를 하고 있다.	①	②	③	④
15	나는 내가 설정한 진로목표 취업 혹은 진학을 달성하기 위해 수행한 일들을 항상 체크하고 있으며 앞으로 할 일들에 대해서도 구체적으로 계획을 세우고 있다.	①	②	③	④

수고하셨습니다. 빠진 문항이 없는지 다시 한 번 확인해 주세요. 감사합니다. ^^

#### <부록2> 세부 활동 선호도 설문지

※ 다음 프로그램의 세부 활동 중 가장 유익하고 좋았던 프로그램과 활동을 순서대로 번호로 쓰고, 그 중 세 가지를 선택하고, 그 이유에 대해 기록해 주세요. (구체적인 이유를 상세히 써주세요^^)

회기	교육주제	세부 활동	만족 순위	활동 소감 (유익하고 좋았던 구체적인 이유)
1	자기이해	- 나는요... - Who are you? - 이름 빙고 게임		
2	당당한 나	- 효과성 그리드 - 습관계발계획서		
3	긍정적인 나	-패러다임과 전환 -비행기 만들기 -자성예언 쓰기 -나 존재선언문		
4	주도적인 나	- S-T-C이야기 - 역할극하기 - 영향력 풍선활동		

5	미래사회와 나	- 미래 기술 퀴즈 - 직업나무 만들기 - 직업 카드		
6	위대한 나	- 다중지능 검사 - 위대한 발견 - 꿈 행복 리스트		
7	미래의 나	- 사명서 작성, 발표 - 비전맵 그리기		
8	현재의 나	- 시간 매트릭스 - 플래너 작성하기		
9	마무리하면서	- 복습 자음퀴즈 - 대학생 멘토 - 칭찬 카드 - 수료증 증정		
10	매 회기	- 감정과 감사나누기 - 관찰일기 쓰기 - 칭찬과 상장 받기		
11	매 회기	- 돌발 미션들		

<부록3> 프로그램 전체 만족도 평가

문항	내용	전혀아니다	약간아니다	보통이다	대체로그렇다	매우그렇다
1	본 프로그램을 통해 의미가 있는 시간을 보내셨습니까?	①	②	③	④	⑤
2	본 프로그램을 통해 셀프리더십의 필요성과 중요성을 인식하셨습니까?	①	②	③	④	⑤
3	본 프로그램을 하는 동안 자신의 참여도와 적극성은 어느 정도입니까?	①	②	③	④	⑤
4	본 프로그램을 통해 셀프리더십의 향상과 진로에 도움이 되셨습니까?	①	②	③	④	⑤
5	다른 친구들도 이 프로그램에 참여하기를 추천하시겠습니까?	①	②	③	④	⑤

<부록4> 전체 소감문

※ 지금까지 교육활동을 하면서 배우고 느낀 점, 실천할 점, 좋았던 점 등을 구체적으로 정성을 다해 써 주세요.(일기 형식 가능)

<부록 5> 프로그램 활동지

☞ _____ 의 경험 일기 ☞		
회기	배운 점, 느낀 점, 좋았던 점을 구체적으로 적기	셀프 칭찬(내가 잘한 점)
1	☆	☆
	☆	☆
2	☆	☆
	☆	☆
3	☆	☆
	☆	☆
4	☆	☆
	☆	☆
5	☆	☆
	☆	☆
6	☆	☆
	☆	☆
7	☆	☆
	☆	☆
8	☆	☆
	☆	☆
9	☆	☆
	☆	☆

[ 1회기 활동지 ]

☞ Who are you? ☞

이름:

☆ 나를 표현하는 동물이나 사물을 그려보세요.  
나는 \_\_\_\_\_(이)다.

☆ 나를 140자 정도로 표현(설명)해 보세요.

☞ 나는요... ☞

1. 자신을 가장 잘 표현하는 형용사 + 이름은?
2. 내가 가장 행복할 때는?
3. 한 해 동안 감사한 것 3가지는? (아주 작은 것부터 생각하기)
4. 나에게 행복한 성공이란?
5. 내가 좋아하는 친구 스타일은?  
내가 싫어하는 친구 스타일은?
6. 이 교육을 통해 기대하는 것은?

☞ 이름 빙고 게임 ☞


[ 2회기 활동지 ]

☞ 리더십 ☞

- ☆ 내가 생각하는 리더십이란?  
리더십은 ( ) (이)다.
- ☆ 리더십이란?  
( )과 ( )을 ( ) ( )으로 ( ) ( )입니다.
- ☆ 내가 존경하는 인물은?
- ☆ 어떤 점(면)을 존경하는가?

**☞ 습관 ☞**

습관은 ( )하지 않고 ( )으로 하는 행동입니다.  
 처음에는 우리가 ( )을 만들지만  
 시간이 지나면 우리가 가진 ( )이 우리를 만들게 됩니다.

☆ 나의 좋은 습관과 나쁜 습관은?

나의 좋은 습관	나의 나쁜 습관
→ 결과 ( 20년 후 나의 모습 )	→ 결과 ( 20년 후 나의 모습 )

☆ 이 습관을 지속적으로 할 경우 20년 후 어떤 결과를 가져올까요?

**☞ 효과성 그리드(Effectiveness Grid) ☞**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. _____	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
2. _____	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
3. _____	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
4. _____	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
5. _____	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
6. _____	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
7. _____	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
8. _____	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
9. _____	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
10. _____	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
11. _____	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
12. _____	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
13. _____	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
14. _____	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.

3가지 최대 장점

3가지 최대 개선점

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

☞ 나의 좋은 습관 만들기 ☞

습관	습관 사례	나의 습관
나쁜 습관		
반복 행동		
대체 습관		
습관 전략		
목표달성 후 나의 모습		

☞ 습관 계발 계획서☞

☆ 나의 습관을 점검해요 ☆

날짜	STEP	대체 습관 (1점~5점)	나에게 힘을 주는 말
1/ 1	1step		
2			
3			
4	2step		
5			
6			
7			
8	3step		
9			
10			
11			
12			
13			
14	4step		
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			

목표 달성 시 나에게 주는 선물 :

[3회기 활동지]

☞ 패러다임 ☞

패러다임은 \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_을 보는 \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_을 말한다.  
 패러다임은 우리의 정신적 \_\_\_\_\_라고 하며,  
 우리의 \_\_\_\_\_과 \_\_\_\_\_에 직접 영향을 줍니다.

☞ 패러다임의 전환 ☞

자신의 부정적 패러다임을 긍정적 패러다임으로 바꾸기  
 (예: 나는 안 돼! 못 해! → 한 번 해 보자!)

부정적 패러다임	전환	긍정적 패러다임
	→	
	→	
	→	

☞ 자성예언 ☞

자성예언은 \_\_\_\_\_의 줄임말로 \_\_\_\_\_입니다.

\_\_\_\_\_의 자성예언

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_



☆ 정말 그렇게 생각하고 말하면 된다! ☆

### ❁ 나의 이미지 만들기 ❁

- ☆ '나'와 '친구'에게 어울리는 단어를 찾아봅시다.
- ☆ 조원 친구들이 나를 보면 직감적으로 떠오르는 단어 3개씩을 적는다.
- ☆ 본인 이름:
- ☆ 공통되는 단어와 내가 되고 싶은 이미지 단어 중에서 4개를 골라서 적는다.

구분	이미지 단어	이미지 단어	이미지 단어
친구 1			
친구 2			
친구 3			
친구 4			
친구 5			
되고 싶은 나의 모습			

### 나 존재 선언문

나 ( )는(은) \*  
 ( )고 \*  
 ( )며 \*  
 ( ) 존재이며,  
 \* 앞으로 ( ) 리더로서 \*  
 잘 자랄 것을 선언합니다.

2017년    월    일  
 선언자                    서명

[4회기 활동지]

♣ 주도성 ♣

☆ 반사적 선택(행동)



자극이 오면 자신의 (        ), (        ), (        )에 따라 행동한다.  
 모든 원인을 (        ), (        ), (        ) 탓으로 돌린다.  
 → 나쁜 결과를 가져 온다

☆ 주도적 선택(행동)



어떤 상황에서도 문제의 원인을 (        )에게서 찾고, 해결책도 (        )에게서 찾는 것이다. → 나는 스스로 선택할 수 있는 자유(힘)이 있다.

☆ 나의 S-T-C 이야기

1. 짜증, 좌절, 열 받는 분노의 상황(자극)에서 (가정, 학교, 학원..)  
 나는 실제로 어떻게 반응했는가? \_\_\_\_\_
2. 주도적인 선택을 하려면 어떻게 반응하여야 하는가?  
 \_\_\_\_\_
3. 주도적 선택의 결과는 ? \_\_\_\_\_

☆ 관심의 원과 영향력의 원

내가 적은 고민거리를 영향력의 원에 집중하여 할 수 있는 것들

(노력할 것들)이 무엇인지 1가지 적기

\_\_\_\_\_


[5회기 활동지]

♣ 내가 알고 있는 직업의 수 ♣

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

♣ 나의 직업 나무 ♣

☆ 자신이 원하는 직업의 정보에 대해 상세히 적기(열매 그리면서 안에 적기)



[6회기 활동지]

♣ 나의 강점 찾기 ♣

☆ 나의 강점 지능 3가지

순위	지능	나의 관심 직업
1순위		
2순위		
3순위		

☆ 강점 지능에서 발견한 특징들을 읽고 손가락을 펴서 그리면서 각 손가락에 강점 1가지씩 쓰세요

☞ 꿈 행복 list ☞

☆ 눈을 감고 5년, 10년, 20년 후 되고 싶은 나의 미래 모습, 하고 싶은 일, 꼭 이루고 싶은 일 등을 별 안에 담아보세요.( 꿈의 연도를 적으세요)



☞ 위대한 발견 ☞

☆ 자신이 좋아하는 단어나 관심 있는 단어 12개를 써 보세요.

좋아하는 것이라면 어떤 것도 좋습니다.

☆ 죽을 때까지 간직하고 심지어는 그것을 위해 희생할 수도 있는 가치는 무엇인가?  
(핵심 가치)

예를 들어 100미터 높이의 쌍둥이 빌딩 사이에 건축자재로 쓰이는 H빔이 놓였을 때 당신은 무엇을 지키기 위해서 목숨을 걸고 건너겠느냐?

우선순위대로 3가지를 고르세요.(PPT참고)

1순위:

2순위:

3순위:

☆ 밤을 세워가며 해 본 일, 남들보다 빨리 배웠던 일, 1년 이상 집중했던 일, 남에게 칭찬받았던 일, 계속해도 질리지 않는 일 등이 있는 지 생각해보세요.

☆ 다음의 단어들 중에서 자신이 잘 한다고 생각되거나 자신에게 어울리는 단어를 선택해 보세요. (PPT 참고하여 3-4가지 고르기)

☆ 당신이 영향을 미치고 싶은 집단이나 목적을 선택하라. 나는 누구를 위하여 봉사하고, 어디에 누구를 위해 시간을 투자하고, 사랑하고, 배우고, 영향을 미치고 싶은지 3-4가지를 찾아 고르시오(PPT 참고)

☆ 사명 선언문 작성 시 질문들

-내 삶의 목적과 이유는? 나는 어떻게 살고 싶나?

-나는 어떤 세상을 만들고 싶은가?

-내가 원하는 아름다운 세상을 만들기 위해 나는 어떤 사람이 되어야 하는가?

-내가 원하는 아름다운 세상을 만들기 위해 나는 어떤 일(분야)을 선택하면 좋을까?

-나는 무슨 일을 하는 어떤 사람이 되고 싶은가?

[7회기 활동지]

☞ 자신의 사명선언서 작성하기 ☞



☞ 비전맵(진로맵) 그리기 ☞

마인드 맵(Mind Map)으로 자신의 꿈(vision)을 구체화시켜 보세요  
(연도별 5년 10년 20년, 30년이거나 6차 원칙 등으로 자유롭게 그려보세요 )



<부록 5> 셀프리더십 교육 프로그램 학습지도안

[ 제 1회기 학습지도안 ]

주제	마음 열기			
교육 목표	◎ 셀프리더십프로그램에 대한 목적과 취지를 이해할 수 있다. ◎ 자신과 타인에 대해 알아봄으로써 자신감과 친밀감을 높일 수 있다.			
전략	자기관찰, 자기보상, 자기비판, 리허설			
활동과	단계	활동 내용	분	준비물
	도입	◎ 셀프리더십 프로그램 취지와 로드맵 소개 ◎ 사전 설문지 검사 ◎ 선서식을 통한 약속하기 ◎ 조별 정하고 각 역할 리더 정하기	15	• PPT 자료 • 필기구 • 도구 • 사전지 • 설문지 • 활동지 • 파일 • 신지
	전개	◎ 몸 풀기 박수 ◎ 진진가를 통한 감사 소개하기- 거짓 사실 하나를 고른다. ◎ 나의 감정 들여 보기-자신의 감정(기분)말하기 ◎ 자기 소개하기 ◎ Who are you?- 자신을 표현하는 동물(사물) 문장 적기 ◎ 브레이크 타임 ◎ 조별 미션 : 조별 구성원 이름 외우기 ◎ 이름 빙고 게임- 구성원들 이름 적고 알아맞히고 빙고하기 ◎ 조별 신문지 게임- 팀원들 신문지에 서기	70	
	정리	◎ 복습 자음퀴즈 ◎ 경험 일기 적기 - 느낀 점, 좋았던 점, 셀프칭찬 적고 나누기	15	

[ 제 2회기 학습지도안 ]

주제	당당한 나			
교육 목표	◎ 리더십과 셀프리더십에 대한 정의와 자질에 대해 이해할 수 있다. ◎ 습관에 대한 중요성을 이해하여 습관계획서를 작성하여 실천할 수 있다.			
전략	자기관찰, 자기보상, 자기비판, 단서관리, 자기보상			
활동과	단계	활동 내용	분	준비물
	도입	◎ 복습 자음퀴즈 ◎ 몸 풀기 박수 ◎ 나의 감정 들여 보기 ◎ 팀 미션 활동	15	• PPT 자료 • 필기구 • 도구 • 활동지 • 파일 • 신문지 • 풍선 • 경험일기
	전개	◎ 리더십과 셀프리더십의 정의 쓰고 발표하기 ◎ 리더십과 셀프리더십의 중요성 나누기 ◎ 리더의 조건: 성품과 역량에 대한 이해 - 셀프리더십 검사와 리더의 자질에 대해 쓰고 발표 ◎ 브레이크 타임 ◎ 습관의 정의와 중요성 동영상 보고 나누기 ◎ 나의 좋은 습관과 나쁜 습관 풍선에 써보기 ◎ 나쁜 습관 버리기 게임 ◎ 조별로 최고의 습관과 최악의 습관 발표하기 ◎ 습관개발계획서 쓰고 발표하기 - 좋은 습관 1가지를 만들고 실천할 수 있도록 점검하고 보상정하기	65	
	정리	◎ 복습 자음퀴즈 ◎ 경험 일기 적기 - 느낀 점, 좋았던 점, 셀프칭찬 적고 나누기	20	

[ 제 3회기 학습지도안 ]

주제		긍정적인 나		
교육 목표	◎ 패러다임의 정의를 이해하며, 부정적인 관점을 긍정적인 관점으로 전환할 수 있다 ◎ 자신에게 자성예언을 하면서 스스로 긍정적인 사고를 할 수 있도록 한다.			
전략	자기관찰, 신념조정, 자기비판, 자기보상, 상상체험, 자기대화			
활동 과정	단계	활동 내용	분	준비물
	도입	◎ 복습 자음퀴즈 ◎ 몸 풀기 박수 ◎ 나의 감정 들어 보기 ◎ 팀 미션 활동: 신문지 게임	15	• PPT 자료 • 필기구 • 활동지 • 파일 • A4용지 • 경험일기
	전개	◎ 패러다임 정의와 중요성 - 동영상과 그림을 보고 패러다임 이해하기 ◎ 패러다임의 전환 미션 활동하기 - 손잡은 채로 원 만들어 전환해보기 ◎ 패러다임의 전환 - 나의 부정적인 관점을 긍정적인 관점으로 전환하고 발표 ◎ 브레이크 타임 ◎ 자성예언의 정의와 내용하기 ◎ 각자 자성예언 써보기 - 발표하고 서로 말해주기 ◎ 자신의 긍정 선언문 쓰기 - 자신에게 해당되는 단어 4개를 골라 선언문 만들어 발표	65	
	정리	◎ 복습 자음퀴즈 ◎ 경험 일기 적기 - 느낀 점, 좋았던 점, 셀프칭찬 적고 나누기	20	

[ 제 4회기 학습지도안 ]

주제		주도적인 나		
교육 목표	◎ 자신의 삶을 스스로 주도할 수 있다. ◎ 관심의 원과 영향력의 원을 알아보고 영향력의 원에 노력을 집중할 수 있다.			
전략	자기관찰, 신념조정, 단서관리, 자기대화, 자기보상, 리허설			
활동 과정	단계	활동 내용	분	준비물
	도입	◎ 복습 자음퀴즈 ◎ 몸 풀기 박수 ◎ 나의 감정 들어 보기 ◎ 팀 미션 활동: 브레인 스토밍(7층 샌드위치 가게)	15	• PPT 자료 • 필기구 • 활동지 • 풍선 • 포스트잇 • 경험일기
	전개	◎ 주도적인 삶의 정의 알아보기 - 반사적인 행동과 주도적인 행동 알아보기 - 반사적인 언어와 주도적인 언어 알아보기 ◎ 일시정지버튼 장치 그려보기 ◎ 역할극을 통한 주도적인 행동 실천해 보기 - 조별로 상황을 정하여 역할극 하고 발표하기 ◎ 브레이크 타임 ◎ 관심의 원과 영향력의 원 이해하기 - 자신의 고민 적기 - 자신의 고민이 어떤 원인인지 알아보기 ◎ 자신의 영향력의 원에 집중하기 - 자신의 영향력을 미칠 수 있는 행동 쓰고 발표하기	65	
	정리	◎ 복습 자음퀴즈 ◎ 경험 일기 적기 - 느낀 점, 좋았던 점, 셀프칭찬 적고 나누기	20	

[ 제 5회기 학습지도안 ]

주제		미래사회와 나		
교육 목표	◎ 미래 사회 변화에 따른 산업기술의 정보를 알아볼 수 있다. ◎ 미래 사회 변화에 따른 직업의 변화와 정보를 알아볼 수 있다.			
전략	자기관찰, 목표설정, 단서관리			
활동 과정	단계	활동 내용	분	준비물
	도입	◎ 복습 자음퀴즈 ◎ 몸 풀기 박수 ◎ 나의 감정 들여 보기 ◎ 팀 미션 활동: 종이컵 배구	15	• PPT 자료 • 필기구 • 활동지 • 직업카드 • 경험일기
	전개	◎ 자신이 알고 있는 직업 적어보기 - 서로 적은 것을 공유하기 ◎ 미래 사회 변화에 따른 산업 기술 알아보기 - 자음 퀴즈 ◎ 미래 변화에 따른 직업의 변화 알아보기 - 직업 클든벨 ◎ 브레이크 타임 ◎ 미래 유망 직업 카드를 통한 직업 정보 알아보기 ◎ 직업나무 만들기 - 자신이 원하는 직업의 정보에 대해 상세히 적고 발표	65	
	정리	◎ 복습 자음퀴즈 ◎ 경험 일기 적기 - 느낀 점, 좋았던 점, 셀프칭찬 적고 나누기	20	

[ 제 6회기 학습지도안 ]

주제		위대한 나		
교육 목표	◎ 자신에 대해 알아보며 사명을 발견할 수 있다. ◎ 사명서를 작성할 수 있다.			
전략	자기관찰, 자기대화, 상상체험, 신념조정, 단서관리			
활동 과정	단계	활동 내용	분	준비물
	도입	◎ 복습 자음퀴즈 ◎ 몸 풀기 박수 ◎ 나의 감정 들여 보기	15	• PPT 자료 • 필기구 • 다중지능사 • 활동지 • 경험일기
	전개	◎ 다중지능 검사를 통한 자기이해 - 다중지능 퀴즈와 동영상 보기 - 다중지능 검사 통해 강점과 관심직업 파악하기 - 자신의 강점 발표하기 ◎ 꿈 행복 리스트 작성하기 ◎ 위대한 발견 - 자신의 좋아하는 일, 가치, 관심 대상, 강점 등의 질문들을 통해 자신의 사명을 찾아가도록 한다. ◎ 사명서 작성하기 - 위대한 발견을 통해 사명서 작성하기	65	
	정리	◎ 복습 자음퀴즈 ◎ 활동 일기 적기 - 느낀 점, 좋았던 점, 셀프칭찬 쓰고 나누기	20	

[ 제 7회기 학습지도안 ]

주제	미래의 나				
교육 목표	◎ 비전의 의미와 중요성을 알고 자신의 비전을 설정할 수 있다 ◎ 자신의 진로에 대한 비전맵을 완성할 수 있다.				
전략	자기관찰, 목표설정, 자기대화, 상상체험, 자기보상, 단서관리				
활동 과정	단계	활동 내용		분	준비물
	도입	◎ 복습 자음퀴즈 ◎ 몸 풀기 박수 ◎ 나의 감정 들여 보기 ◎ 팀 미션 활동: 명언보물찾기		15	• PPT 자료 • 필기구 • 활동지 • 경험기절지 • 사시지
	전개	◎ 개인 사명서 발표하기 ◎ 비전의 의미와 중요성 알아보기 ◎ 비전맵을 통한 자신의 진로 설계하고 발표하기		70	
	정리	◎ 복습 자음퀴즈 ◎ 활동 일기 적고 나누기 - 느낀 점, 좋았던 점, 셀프칭찬 쓰고 나누기		15	

[ 제 8회기 학습지도안 ]

주제	현재의 나				
교육 목표	◎ 시간의 의미와 중요성을 깨닫고 우선순위를 정할 수 있다 ◎ 플래너를 작성하여 시간을 관리할 수 있다.				
전략	자기관찰, 목표설정, 자기보상, 자기비판, 단서관리				
활동 과정	단계	활동 내용		분	준비물
	도입	◎ 복습 자음퀴즈 ◎ 몸 풀기 박수 ◎ 나의 감정 들여 보기 ◎ 팀 미션 활동: 강 건너기		15	• PPT 자료 • 필기구 • 활동지 • 경험기절지
	전개	◎ 시간 매트릭스 작성하기 - 자신의 시간 사용에 대해 이해하기 ◎ 브레이크 타임 ◎ 플래너 작성하기: 목표와 월, 일 시간 계획 작성하기		70	
	정리	◎ 복습 자음퀴즈 ◎ 활동 일기 적기 - 느낀 점, 좋았던 점, 셀프칭찬 쓰고 나누기		15	

[ 제 9회기 학습지도안 ]

주제	복습과 마무리				
교육 목표	◎ 복습을 통해 배운 내용을 확인할 수 있다. ◎ 대학생 멘토와의 시간을 통해 대학생활과 진학정보에 대해 알 수 있다.				
전략	자기관찰, 목표설정, 자기보상, 단서관리, 자기대화				
활동 과정	단계	활동 내용		분	준비물
	도입	◎ 나의 감정 들여 보기 ◎ 몸 풀기 박수		10	• PPT 자료 • 필기구 • 활동지 • 경험기절지 • 수료증
	전개	◎ 전체 내용 복습 자음퀴즈-조별 대항전 ◎ 대학생 멘토 소개와 강의 ◎ 조별로 대학생 멘토와의 상담		70	
	정리	◎ 수료증 증정식 ◎ 경험 일기 적기 ◎ 사후 설문지와 그 외 설문지 작성 ◎ 전체 사진 촬영과 인사나누기		20	