

# 현실요법을 적용한 집단 프로그램이 내적통제성 및 성취동기에 미치는 효과 - “내가 좋아하는 세상 만들기” -

김 인 자 황 미 구  
서강대 상담심리학과

본 연구는 청소년들에게 현실요법을 적용한 집단 프로그램을 통하여 다음과 목적을 가지고 프로그램의 효과성 검증에 위하여 실시하였다. 첫번째는 청소년들에게 자신의 일을 능력과 노력으로 성취하도록 내적통제성을 증가시킨다. 두번째는 청소년들에게 미래지향적인 자아실현을 할 수 있도록 성취동기를 증가시킨다. 세번째는 참가자 모두가 타인에 대한 이해, 질서 의식 고취, 성격의 변화, 행동의 변화를 가져 올 수 있도록 돕는다. 본 연구는 서울 소재 여중생 23명을 대상으로 집단 프로그램을 8주간 실시했고, 그 결과는 다음과 같다. 첫째, 집단 프로그램을 실시한 실험집단은 프로그램을 실시한 직후 내적 통제성이 증가한다. 둘째, 집단 프로그램을 실시한 실험집단은 프로그램을 실시한 직후에 성취동기가 증가한다. 셋째, 내적통제성이 낮은 집단은 성취동기도 낮고, 내적통제성이 높은 집단은 성취동기도 높다고 말할 수 있다. 넷째, 집단 프로그램을 실시한 실험집단은 내적통제성이 프로그램을 실시한 1년뒤에도 그 효과를 유지한다. 다섯째, 집단 프로그램을 실시한 실험집단은 성취동기가 프로그램을 실시한 1년뒤에는 아무런 영향이 없다.

청소년 개인의 성장은 개인 책임의 수용과 을 느끼면 느낄수록 개인의 자유감은 더욱 더 병행한다. 즉 자신의 행위에 대한 한계를 명확 증대될 것이다. 이에 대해서 Glasser(1980)는 하게 하면 할수록, 또 자신의 행위에 대해 책임 각 개인은 자신에 대해 책임을 져야 한다고 강

\*\* 이 논문은 1995년 서강대학교 교내 연구비 지원으로 연구되었음. 본문의 내용중 일부는 석사학위 논문에 정리가 되어 있고, 현재까지 연구된 내용을 정리한 것임.

조한다. 그리고 Glasser(1980)에 의하면 우리 모든 사람은 태어날 때부터 사랑하고, 소속되고 싶은 욕구, 성취하고 중요한 사람이 되고 싶은 욕구, 자유롭게 선택하고 마음대로 다니고 싶은 욕구, 즐겁게 놀고 배우고 싶은 욕구, 그리고 건강하게 살고 싶은 욕구와 같은 다섯 가지 기본적인 욕구가 있다고 했다. Glasser(1985)가 통제이론(Control Theory)에서 주장하는 바로는 인간은 누구나 자신이 자기 삶의 주인이 되어 자신의 삶을 통제할 수 있을 때 행복을 느낀다고 했다. 즉, 자신의 삶에서 중요한 선택을 스스로 할 수 있고, 선택한 것에 대해 책임질 수 있는 사람이 행복한 사람이라는 것이다. Glasser는 누구든지 통제이론과 현실 요법을 이해함으로써 의식이 있는 한 책임 있는 인간이 될 수 있고 자기 운명의 주인이 되고 자기 삶을 바꿀 수 있는 힘을 가지고 있다고 강조한다.

따라서 본 연구는 이러한 이론을 바탕으로 만들어진 “내가 좋아하는 세상 만들기”라는 프로그램(Floyd, 1990, KART, 1995)을 이용하여 청소년에게 내적 통제력 향상 및 성취동기를 증진시키는데 도움을 주고자 한다.

## 이론적 배경

### 1. 통제이론(Control Theory)<sup>1)</sup>

#### 1) 개념

Glasser(1985)는 Powers의 “행위

(Behavior) : 인식의 통제 (The Control of Perception, 1973)”을 통하여 통제이론을 접하고 나서 이 이론을 통하여 인생을 통제하려고 시도할 때 선택하는 행위에 대해 정리를 하게 되었다. 모든 행위는 네 가지 구성 요소로 이루어져 있으며, 행하고, 생각하고, 신체작용과 느끼는 부분으로 이루어져 있다. 이러한 자기 통제이론의 원리를 현실 치료 요법의 실제 상담에 기초 개념으로 활용하여, 이것을 확대 발전시키면서 우리의 행동 방식을 포괄적으로 설명하게 한다. Wubbolding(1989)은 자기 통제이론과 현실 요법 적용을 통합하여 이해하기 쉽도록 상담의 과정과 효율적인 행동 변화에 대한 기본 개념을 도표화하였다.

#### 2) 기본 원리

모든 생물체의 심리적이고 생리적인 행동을 설명하는 생물학적인 이론으로 우리가 하는 모든 것이 행동이라고 지적하며, 자극-반응 이론이 행동을 외부적인 것에 의해 조건화되었다고 주장하는 것과 대조적으로, 행동은 모두 내면적인 것에 의해 동기화된다고 주장하고 있다. 인간들은 다섯 가지 기본 욕구에 의해 끊임없이 행동해야만 한다. 인간은 순간 순간 최선이라고 판단되는, 즉 주관적이기는 하나 자기 나름대로 창의적인 방법을 찾아 자신의 개인 욕구를 충족시킨다. 때문에 인간은 자기의 욕구 충족을 위한 다양한 방법과 수단을, 지각 세계의 부분인 자기 내면 세계인 혹은 질적인 세계에 심리적인 사진으로 저장했다가 필요할 때마다 꺼내 쓴다. Glasser(1985)는 인간의 바람(Want)을 내면세계 혹은 사진첩(Picture

1) 1996년 Glasser는 통제이론(Control Theory)이라는 명칭을 선택이론(Choice Theory)이라고 바꾸었다.

Album)이라 지칭했던 것을 1990년 초부터 질적인 세계(Quality World)라고 개칭했다. 개인의 욕구와 바람간의 관계를 보면 개인의 욕구는 유전적 속성이기 때문에 모든 사람이 공통적으로 가지고 태어나지만 그 욕구를 채우는 방법으로서 바람은 개인마다 특이하고 차이가 있다.

## 2. 현실 요법(Reality Therapy)

### 1) 개념

Glasser(1986)에 의하면 인간은 누구나 자신이 자기의 삶의 주인이 되어 자신의 삶을 선택할 수 있을 때 행복을 느낀다고 보았다. 자신의 삶에서 중요한 선택을 스스로 할 수 있고, 선택한 것에 대해 책임질 수 있는 사람이 행복한 사람이라는 것이다. 우리의 모든 행동은 유목적적이고 우리의 유전인자 속에 내재되어 있는 인간의 기본 욕구를 만족시키기 위해 인간이 선택한 것이다.

많은 사람들이 여러 가지 삶의 현장에서 활용할 수 있는 실용적이고 구체적인 이론과 방법을 익혀서 성숙한 인간으로서 삶을 영위할 수 있도록 하는 데에 목표를 둔다. 즉 자신의 현재 행동을 평가하는 심리적인 힘을 기르도록 도와서 욕구가 충족되지 않더라도 보다 책임 있는 행동을 하도록 돕는다. 인간은 누구나 사랑 받고 싶고, 사랑하고 싶어한다. 자신과 타인에게 가치 있는 존재가 되기를 바라며 또한 인간은 궁극적으로는 자기 결정을 할 수 있고, 자기 삶에 책임을 갖고 있다.

### 2) 기본 원리

현실 요법에서는 과거를 중시하는 전통적인 치료법과는 달리, 내담자의 행동과 지금 그리고 책임을 강조한다. 인간은 자신의 욕구(need)와 바람(want)을 충족하기 위하여 행동을 하게 된다는 것이다. 따라서 자신이 원하는 것을 얻을 때까지 계속해서 어떤 활동을 반드시 하게 된다. 개인이 경험하는 환경으로부터 얻어진 지각 현상과 자신이 원하는 것과의 차이(좌절)는 행동 유발의 원인이 된다. 이것을 극복하기 위해 활동하기, 생각하기, 느끼기와 생리적 기능으로 이루어진 인간의 전행동(Total Behavior)은 목적이 있다는 것이다. 인간의 행동은 사람이 원하는 것과 얻고 있다고 지각하는 것 사이의 간격을 줄이고자 고안된 것이다. 활동하기, 생각하기, 느끼기와 생리 기능은 분리될 수 없는 행동 요인들로서 개인의 내부로부터 생성되며 대부분 선택이라는 것이다.

## 3. 내외 통제성

### 1) 내외 통제성의 개념

지각된 통제의 효과에 대한 많은 연구들은 개인 통제에 관계된 개인의 주관적 신념을 측정하기 위해서 The Rotter Internal-External Control Scale(1966)과 같은 기구를 사용하였다. 자신의 행동에 수반되는 보상이 주로 무엇에 기인하는가에 대한 개인의 지각이 다른 것이며, 그 같은 지각의 차이가 행동의 차이를 가져오게 되는데, 이같은 지각 또는 신념을 Rotter(1966)는 통제소재(locus of control)라고 불렀다. 그리고 그는 통제소재를 내적-외적

의 상반된 방향을 나타내는 단일차원으로 설정하고, 어떤 사건이 자신의 행동의 결과로 나타났다고 생각하고 동시에 그 사건을 통제할 수 있다고 믿으면 그 사람을 내적 통제소재를 가졌다고 말한다. 반면에 자신의 행동이 그 후에 나타난 사건과 아무런 관련이 없다고 여기고 또 그 사건은 자신이 통제할 수 없다고 여기면 그 사람은 외적 통제소재를 가졌다고 말한다. Rotter는 내적 통제소재를 가진 사람은 그들 자신의 운명에 책임이 있다고 믿으며 기술과 노력이 성공으로 이끌 수 있는 상황에서 일하기를 좋아한다고 생각한다. 반면에 외적 통제소재를 가진 사람들은 일반적으로 그들 자신 이외의 사람과 힘이 그들의 삶을 통제한다고 믿으며, 운에 의해 결과가 좌우되는 상황에서 일하기를 더 좋아한다.

## 2) 내외통제성의 선행연구

내적통제성과 외적 통제성은 성격과 사회적 행동의 여러 면에서 차이를 보여준다. Abramovitz(1973)는 내적 통제성을 가진 사람이 외적 통제성을 가진 사람보다 더욱더 건설적인 방향으로 반응하고 어려운 문제를 해결하려는 성향이 강하다고 하였다. Joe(1971)는 내적 통제성을 가진 사람이 불안감이 많고 공격적이고 의심이 많으며, 자기 확신과 통찰력이 부족하며 사회적 승인에 대한 욕구가 적다고 하였다. 대개 내적통제성은 성격의 통합 정도가 높고 지배성, 인내성, 사회성, 협조성, 관용성 등과 같은 성격 및 긍정적 자아개념과 관련되며 외적통제성은 적대적이며 공격적이라고 하였다 (Duke and Nowicki., 1973)

## 3) 내외통제성과 성취동기

Crandall과 Lacey(1972)는 내적통제성이 외적통제성보다 빠른 시간 내에 정확하게 주어진 문제를 풀었다고 한다. 내적-외적 통제성은 정보추리 및 과제수행에서도 차이를 보인다. 내적통제성은 외적통제성보다 좀더 적극적이고 효율적으로 정보를 추구하고 관심을 기울이며 모호한 상황으로부터 정보의 법칙을 빨리 알아내어 이를 문제 해결에 이용한다. 이러한 내재적통제성의 우월한 과업수행을 동기적 근거가 서로 다르며 내적통제성은 내적 강화, 외적통제성은 외적 강화와 결부될 때 우월성을 보인다고 하였다. 성취인은 외적보상이나 지위보다는 과업과 현재의 그 일에임하고 있는 동기와 관련이 있으므로 내적 강화에 영향을 받는다고 볼 수 있다. 일반적으로 내적통제성의 사람이 성취욕구가 강하다고 보고 있다.

## 4. 성취동기

### 1) 성취동기의 개념

성취동기는 미국의 심리학자인 Murray (1953)의 욕구체계에 기초를 두고 있다. Murray에 의하면 사람의 행동을 결정하는 요인은 두 가지가 있다고 한다. “욕구와 압력”이 그것이다. 사람의 마음속에 가지고 있는 심리적 요인들을 총칭한 것이 욕구이며, 개인의 외부 환경으로부터 지각하는 것이 압력이다. 따라서 이 두 가지 요인이 어떻게 작용하느냐에 따라 개인의 행동이 결정된다고 한다. 심리적 요인인 욕구는 인간 행동의 내부 조정자로서의 역할을 하고, 외적이며 환경적 요인인 압력은

인간 행동의 외부적 역할을 한다. McClelland(1953)는 성취동기를 학습된 동기 즉 본질에 있어 무의식적 특정한 행동의 보상 또는 처벌로부터 나오는 것으로 정의하였다.

Atkinson(1966)은 동기 또는 욕구라 함은 비교적 일반적 목표사태 또는 만족의 종류, 혹은 획득하려고 노력하는 경향성이라고 하며 이러한 경향성은 아동기의 경험 속에 그 기원을 가지며 그 이후에도 비교적 안정되고 영속하는 것으로 생각하였다.

박용현(1977)은 성취동기를 “어떤 훌륭하고 어려운 일을 열심히 그리고 될 수 있는 대로 신속히 또는 지속적으로 수행하려는 의욕”으로 보았으며 김성진(1975)은 “어려운 문제를 마스터하는 과정에서 만족을 얻으려는 기대 즉 성취 결과나 외적보상과는 상관없이 과업 그 자체를 해결하는 과정에서 만족을 느끼고 촉진하려는 내적 성향”을 성취동기라고 정의하였다.

## 2) 성취동기의 연구

McClelland(1953)의 성취동기를 측정해서 성취동기가 높은 사람들과 낮은 사람들을 비교해 보면 성취상황에서 이들이 서로 어떻게 행동하는가 하는 것은 분명해질 것이다. 성취동기의 행동적 의의와 행동에 관한 이론적 혹은 실증적 연구는 많다. 성취동기를 보다 다양하고 행동유형과 관련시켜 나아가게 되면서 보다 복잡한 성취동기 개념들이 개발되었다. 예를 들어 Atkinson & Feather(1966)는 성취행동에는 두가지 동기가 필요하다고 가정했다. 첫째는 성공에는 희망으로 완성과 성취를 위한

노력을 의미하는데 본래의 성취개념과 매우 밀접한 것이다. 실패에의 두려움은 성취를 위한 노력을 의미하는데 본래의 두번째 동기라고 말할 수 있다. 이 경우에는 실패가능성에 의한 불안이나 염려에 초점이 주어진다.

## 5. 현실요법을 적용한 선행 연구

무책임감, 부적응, 결혼문제, 성도착문제, 우울증, 성격장애, 알콜중독, 약물중독 등과 같이 구체적인 문제에 성공적인 효과를 보여 주었다고 보고되는 현실요법은 특히 비행청소년들을 다루는 데에 큰 효과를 보이고 있다고 한다(홍경자, 1988). 초기의 연구로는 Glasser(1956)가 Ventura 여학교에서 비행청소년들에게 적용한 것인데 상습범의 재범율을 크게 떨어뜨리는 데 효과가 있었다고 보고되었다(홍경자역, 1993).

Haws(1971)는 현실요법이론에 기초를 둔 실패극복 훈련프로그램이 학생들의 자아개념, 자기 책임감, 교실에서의 행동에 어떠한 영향을 미치는가를 평가하였다. 그 이후 학교 장면에서 현실요법 프로그램이 아동의 자아개념, 학습능력 및 적응을 향상시킬 수 있다는 연구 결과들이 많이 보고되었다.(Shea, 1974, Brown 과 Kingley, 1975, German, 1975).

Shea(1973), German(1975)의 연구에서도 청소년 비행자들의 태도와 자아개념에서 괄목할 만한 긍정적 변화를 얻었다고 보고하고 있다.

Thatcher(1983)는 시설에 수용되어 있는 비행 청소년들의 자아개념과 내적통제성이 현실요법을 배운 다음에 어떻게 변화하는가를 알아

보기 위해 각기 다른 세 지역의 비행청소년 집단을 구성하고 집단을 실시한 결과, 집단원생과 직원양쪽에 현실요법 훈련을 8주간 실시한 경우에만 내적통제성과 자아개념이 유의미하게 상승되었다.

Slowick, Omizo & Hammett(1984)는 멕시코계 미국 청소년들을 대상으로 현실요법치료를 실시했는데 실험집단이 학업성적과 지도자 자격에서 유의미하게 향상되었고 불안에서 낮은 점수를 보였으며 학교 경험에 좀더 흥미와 만족을 표시했다고 한다. 그러나 내적통제성에는 유의미한 변화를 보이지 않았다고 보고하였다.

Yarish(1986)는 감옥의 청소년 범죄자들로 구성된 네 집단에 매일 현실요법 훈련을 행한 다음 치료집단에서 유의미하게 내적통제성이 높아질 것인가를 연구하면서 연구의 취약점을 보완하기 위해 현실요법지도자 평가척도에서 80점 이상의 점수를 얻은 사람만 현실요법 지도자로 인정하여 네 집단에 배치되었다. 그 결과 네 집단 사이에는 내외통제성 점수의 차이가 유의미하게 나타나지 않았으며 치료집단 모두에서 유의미하게 내적통제성이 상승했다고 보고하였다.

Williams(1976), Drummond(1982)등도 비행청소년들에게 현실요법을 실시해 자아개념에서 긍정적인 변화를 얻었다고 보고하고 있다.

이와 같은 미국에서는 다양한 기간에서 여러 계층의 청소년에게 적용하고 있으나 아직 우리나라에서는 현실요법을 적용한 프로그램이 활발하게 진행되고 있지는 못하다. 우리나라에

서 연구된 내용들은 다음과 같다.

장애정(1991)은 중학교 남학생의 적응 강화를 목적으로 경기도에 소재한 중학교에서 현실요법을 실시한 결과 실험집단이 사회적 요인을 제외한 모든 요인에서 유의미한 긍정적 변화를 가져왔다고 한다.

이석영(1991)은 학생부에서 지도를 받은 경험이 있는 서울시내 고등학교 1,2학년 남학생을 대상으로 현실요법을 적용한 결과 공격적 문제행동을 하는 실험집단의 공격성을 감소시키는 효과가 있었다고 보고하고 있다.

정순례(1992)는 중학교 1학년 여학생 147명을 대상으로 현실요법을 적용하여 한 학기 동안 연구한 결과, 집단별 학습방법의 효과에서 현실요법에 근거한 협동학습 집단이 교과 및 학교에 대한 태도와 학업성취에서 유의미한 향상을 가져 왔다는 결과를 얻었다.

우애령(1994)은 어머니 집단에게 현실요법 프로그램을 적용한 결과 일반아동 어머니 집단에서 내적통제성과 자아존중감이 유의미하게 상승했으며, 장애아동 어머니 집단에서는 문제 집중적 스트레스 대처에서 유의미하게 상승했다고 보고하였다. 또 우울정도는 두 집단 모두에서 의미 있게 감소했다고 한다.

석영미(1995)는 서울시내 학교의 부적응을 일으키는 비행청소년 32명을 선정해서 현실요법 집단 프로그램 실시 후에 자아개념검사, 내외통제성검사, 학교에 대한 태도 검사를 실시한 결과 비행청소년의 자아개념이 긍정적으로 유의미하게 변화가 있었으나, 내외통제성검사에서는 의미 있게 변화가 없었다. 또한 학교에 대한 태도 변화에서도 의미 있는 변화를 보이

지 못했다.

이상에서 미약하지만 국내에서도 현실요법을 적용한 프로그램들이 여러 장면에서 활용의 폭을 넓혀가고 있다.

## 연구가설

본 연구에서 알아보고자 하는 가설은 다음과 같다.

현실요법을 적용한 집단상담을 통하여 청소년들에게 자신과 타인들의 욕구충족을 위해 효율적으로 행동을 선택하는 방법을 배우며 책임감을 증가시킨다. 즉 행동의 개념을 개인의 선택으로 이해하게 되어 청소년 자신의 개인적 힘이 증대되는 것을 느끼게 된다. 이것은 또한 외부 환경이나 운보다는 자신의 노력으로 문제를 해결하고자 하는 성향이 큰 내적통제성에 영향을 미칠 것으로 보인다. 따라서 본 연구에서 알아보고자 하는 가설 첫번째는 다음과 같다.

**가설 1. 집단 프로그램을 실시한 실험집단이 통제집단에 비해 내적통제성이 프로그램을 실시한 직후에 유의미한 수준으로 증가할 것이다.**

현실요법을 적용한 집단을 통하여 정체감을 형성해야하는 중요한 시기에 있는 청소년들에게 개인적으로 변화를 가져올 수 있는 구체적인 단계를 학습하게 되고, 자신에 욕구충족에 도움이 되는 행위를 스스로 평가할 수 있는 기술을 습득하게 된다. 또한 목표설정이나 계획을 세우는 기술을 향상시킨다. 이것은 청소년들에게 미래지향적인 자아실현을 향상시킬 수

있도록 도우며 아울러 성취동기를 증가시키는 데 영향을 미칠 것으로 보인다.

따라서 본 연구에서 알아보고자 하는 가설 두 번째는 다음과 같다.

**가설 2. 집단 프로그램을 실시한 실험집단이 통제집단에 비하여 프로그램을 실시한 직후에 성취동기가 유의미한 수준으로 증가할 것이다.**

성취동기가 높은 사람은 외적보상이나 지위보다는 과업과 현재의 그 일에임하고 있는 동기와 관련이 있으므로 내적 강화에 영향을 받는다고 볼 수 있다. 일반적으로 내적통제성의 사람이 성취동기가 높다고 보고 있다.

따라서 본 연구에서 알아보고자 하는 가설 세번째는 다음과 같다.

**가설 3. 집단 프로그램을 실시된 이후에 내적 통제성과 성취동기는 유의미한 수준으로 높은 정적 상관을 보일 것이다.**

내적 통제소재를 가진 사람은 그들 자신의 운명에 책임이 있다고 믿으며 기술과 노력이 성공으로 이끌 수 있는 상황에서 일하기를 좋아한다고 생각한다. 내적 통제성을 가진 사람이 외적 통제성을 가진 사람보다 더욱더 건설적인 방향으로 반응하고 어려운 문제를 해결하려는 성향이 강하다고 하였다.

따라서 내적통제성의 성향은 일단 형성이 되면 그 성향은 장기적으로 유지가 될 것으로 보이며 본 연구에서 알아보고자 하는 가설 네번째는 다음과 같다.

가설 4. 집단 프로그램을 실시한 실험 집단이 통제집단에 비하여 내적통제성이 1년뒤에도 그 효과성이 그대로 유지될 것이다.

성취동기는 어떠한 훌륭한 과업을 달성하는 과정에서 만족을 느끼고 지속적으로 성취목표를 달성하기 위하여 노력하는 내적 의욕 또는 내적 성향을 말하며 곤란한 과업을 성공적으로 수행하려고 자기의 능력을 발휘하여 장래를 극복하고 가급적 성공적으로 그 목표를 달성하고자 하는 동기라 할 수 있겠다.

따라서 청소년기의 발달시기에 형성된 성취동기는 장기적으로 계속 유지 될것으로 보이며, 본 연구에서 알아보고자 하는 가설 다섯번째는 다음과 같다.

가설 5. 집단 프로그램을 실시한 실험 집단이 통제집단에 비하여 성취동기가 1년뒤에도 그 효과성이 그대로 유지될 것이다.

## 연구 방법

### 1. 연구대상

본 연구의 대상은 서울 강북에 위치하고 있는 D여자중학교 2학년 23명을 대상으로 실시하였다.

### 2. 도구

1) 내가 좋아하는 세상 만들기 (C. Floyd, 1990 KART, 1995)

C. Floyd(1990)가 제작한 “The Quality World Activity Kit”를 한국 청소년에 맞게 김 인자(1995)가 번역 한 “내가 좋아하는 세상 만들기”를 가지고 실시했다.

### 2) 내적-외적통제성 측정척도

Rotter(1966)가 제작한 “Inter-External Control Scale”의 29개 문항을 바탕으로 우리나라의 실정에 맞게 차재호, 공정자, 김철수(1973)가 다시 제작한 것으로 허구 문항 6개를 합쳐 모두 21개의 문항으로 구성되어 있고, 최대의 내적통제성 점수는 15점이 된다. 이 검사 도구의 검사-재검사(10일 간격) 신뢰도는 0.91이었고 Kuder와 Richardson의 문항간 내적합치도는 K-R20이 0.73이었다.

### 3) 성취동기의 측정척도

Herman(1970)의 설문지법 성취동기 검사는 성취가 높게 동기 유발된 개인의 특성을 염두에 두고 경험적으로 서술된 항목중 성취집락(achievement cluster)과 상관관계가 0.30이상인 문항 29개로 구성되었다.

### 3. 절차

연구 기간은 1995년 9월부터 1996년 9월까지이다. 통제집단의 경우에는 8주동안 목요일 4시에서 6시까지 16시간 동안 한 반에 모여 진행되었고, 실험집단은 8주 동안 월요일 4에서 6시까지 16시간동안 상담실에서 현실요법을 적용한 집단상담 프로그램을 실시했다. 추수검사는 프로그램 실시 이후 1년뒤에 실시했다.



## 연구결과

### 1. 프로그램 실시기간 동안 내적통제성의 검증 결과

“가설 1. 집단 프로그램을 실시한 실험집단이 통제집단에 비하여 프로그램을 실시한 직후에 내적통제성이 유의미한 수준으로 증가할 것이다.”를 증명하기 위하여 t-검증을 하였다.

#### 1) 통제집단과 실험집단 각각 사전/사후 t-검증

표1. 집단별 내적통제성의 사전검사의 평균과 표준편차

통제집단 (n=12)		실험집단 (n=11)		t
M	SD	M	SD	
8.92	1.62	8.45	2.25	.57

통제집단과 실험집단간의 내적통제성 사전검사 점수의 t-검증을 한 결과 유의미한 차이가 없으므로 두 집단은 동질적이라고 할 수 있다.

표2. 집단별 내적통제성의 사후검사의 평균과 표준편차

통제집단 (n=12)		실험집단 (n=11)		t
M	SD	M	SD	
9.67	2.15	11.91	1.76	2.73*

\* $p < .05$  n = 23

통제집단과 실험집단간의 내적통제성 사후검사 점수의 t-검증을 한 결과 95%( $p < .05$ )

수준에서 유의미한 차이가 보이므로 두 집단은 서로 다른 집단이라고 할 수 있다. 즉 현실요법을 적용한 집단 프로그램 실시한 실험집단은 통제집단에 비하여 프로그램 실시 직후에 내적통제성이 증가한다.

표3. 통제집단에서 내적통제성의 사전/사후 차이검증

사 전 검 사		사 후 검 사		t
M	SD	M	SD	
8.92	1.62	9.67	2.15	.84

n = 12

통제집단에서 집단 프로그램을 실시하는 동안 내적통제성의 사전/사후검사의 t-검증을 한 결과 유의미한 차이를 보이지 않으므로 내적통제성은 프로그램이 실시된 직후에 변화가 없다.

표4. 실험집단에서 내적통제성의 사전/사후 차이검증

사 전 검 사		사 후 검 사		t
M	SD	M	SD	
8.46	2.25	11.91	1.76	6.33***

\*\*\* $p < .001$  n = 11

실험집단에서 내적통제성의 사전/사후검사간의 t-검증을 한 결과 99.9%( $p < .001$ )의 수준에서 유의미한 차이를 보이므로 내적통제성은 집단 프로그램을 실시하기 전에 비하여 프로그램 실시 직후에 증가한다.

#### 2) 두집단에서 사전/사후 차이 점수에의한 비교

상담을 받은 실험집단이 통제집단에 비해 내적통제성이 의미 있게 높아졌는지를 알아보기

위해 두 집단의 사전/사후검사간의 t-검증을 한 결과는 표5.와 같다. 95%( $p < .05$ )의 수준에서 유의미 있는 차이를 보이므로 집단 프로그램을 실시한 직후에 실험집단의 참가자들은 내적통제성이 유의미 있게 증가한다고 할 수 있다.

표5. 집단별 내적통제성의 사전/사후의 차이 검증

통제집단 (n=12)		실험집단 (n=11)		t
M	SD	M	SD	
.75	3.11	3.45	1.81	2.52*

\* $p < .05$  n = 23

## 2. 프로그램 실시 기간 동안 성취동기의 검증 결과

“가설 2. 집단 프로그램을 실시한 실험집단이 통제집단에 비하여 프로그램을 실시한 직후에 성취동기가 유의미한 수준으로 증가할 것이다.”를 증명하기 위하여 t-검증을 하였다.

### 1) 통제집단과 실험집단 각각 사전/사후 t-검증

표6. 집단별 성취동기의 사전검사의 평균과 표준 편차

통제집단 (n=12)		실험집단 (n=11)		t
M	SD	M	SD	
4.13	.24	3.94	.49	1.17

통제집단과 실험집단간의 성취동기의 사전 검사 점수의 t-검증을 한 결과 유의미한 차이

가 없으므로 두 집단은 동질적이라고 할 수 있다.

표7. 집단별 성취동기의 사후검사의 평균과 표준 편차

통제집단 (n=12)		실험집단 (n=11)		t
M	SD	M	SD	
4.07	.19	7.09	.35	25.96***

\*\*\* $p < .001$

통제집단과 실험집단간의 성취동기의 사후 검사 점수의 t-검증을 한 결과 99.9%( $P < .001$ ) 수준에서 유의미한 차이가 보이므로 두 집단은 서로 다른 집단이라고 할 수 있다. 즉 현실요법 집단 프로그램 실시한 실험집단은 통제집단에 비하여 프로그램 실시 직후에 성취동기가 증가한다.

표8. 통제집단에서 성취동기의 사전/사후 차이검증

사 전 검 사		사 후 검 사		t
M	SD	M	SD	
4.13	.24	4.07	.19	.55

n = 12

통제집단에서 집단 프로그램을 실시하는 동안 성취동기의 사전/사후검사간의 t-검증을 한 결과 유의미한 차이를 보이지 않으므로 성취동기는 프로그램이 실시된 직후에 변화가 없다.

표9. 실험집단에서 성취동기의 사전/사후 차이검증

사 전 검 사		사 후 검 사		t
M	SD	M	SD	
3.94	.49	7.09	.35	46.70***

\*\*\*p<.001 n = 11

실험집단에서 성취동기의 사전/사후검사간의 t-검증을 한 결과 99.9%(p<.001)의 수준에서 유의미한 차이를 보이므로 성취동기는 집단 프로그램 실시하기 전에 비해서 프로그램 실시 직후에 증가한다.

2) 두집단에서 사전/사후 차이 점수에의한 비교

상담을 받은 실험집단이 통제집단에 비해 성취동기가 의미 있게 높아졌는지를 알아보기 위해 두 집단의 사전/사후검사간의 t-검증을 한 결과는 표10.과 같다. 99.9%(p<.001)의 수준에서 유의미한 차이를 보이므로 집단 프로그램을 실시한 직후에 실험집단의 참가자들은 성취동기가 의미 있게 증가한다고 할 수 있다.

표10. 집단별 성취동기의 사전/사후의 차이 검증

통제집단 (n=12)		실험집단 (n=11)		t
M	SD	M	SD	
-.055	.35	3.15	.22	26.07***

\*\*\*p<.001

3. 내적통제성과 성취동기의 상관분석 결과

“가설 3. 집단 프로그램 실시 후에 내적통제성은 성취동기와 유의미한 수준으로 높은 정적 상관을 보일 것이다.”를 증명하기위하여 상관

분석을 하였다.

1) 두 집단 각각에서 내적통제성과 성취동기의 상관 분석

표11. 통제집단에서 내적통제성과 성취동기의 상관분석

상 관	내적-사전	내적-사후	성취-사전	성취-사후
내적-사전	-	-	-	-
내적-사후	-.3483	-	-	-
성취-사전	.4403	.0697	-	-
성취-사후	-.1617	.5553	-.2572	-

N = 12

통제집단에서 내적통제성과 성취동기는 서로 유의미한 상관을 보이지 않는다. 즉 통제집단에서는 프로그램을 실시한 직후, 사전/사후 검사에서 내적통제성의 변화는 성취동기와 유의미한 상관을 보이지 않는다.

표12. 실험집단에서 내적통제성과 성취동기의 상관분석

상 관	내적-사전	내적-사후	성취-사전	성취-사후
내적-사전	-	-	-	-
내적-사후	.6176	-	-	-
성취-사전	.5890	.3491	-	-
성취-사후	.5473	.3165	.9116**	-

\*\*p<.001 N = 11

내적통제성에서 사전/사후검사간에는 r=.6176으로 정적상관을 보이나 사례수가 작아서 유의미한 상관을 보이지 않는다. 성취동기의 프로그램을 실시하고 난 직후에 사전/사후

검사간에는  $r=.9116$ 으로 매우 높은 정적상관을 보이고 있다. 즉 성취동기가 사전에 높을 경우에 사후에도 높고, 사전에 낮을 경우에는 사후에 낮게 나타남을 볼 수 있다. 내적통제성의 사전과 성취동기의 사전간에서는  $r=-.5890$ 이고, 내적통제성의 사후와 성취동기의 사후간에는  $r=.3165$ 로 정적상관을 보이나 유의미한 차이는 보이지 않는다. 특히 통제집단에서 내외통제성의 사전/사후검사간에는  $r=-.3483$ 으로 부적상관을 보이나, 실험집단에서  $r=.6176$ 으로 정적상관으로 볼 수 있는 것은 실험집단의 참가자들은 사후에서 내적통제성이 전체적으로 증가하나 사전/ 사후에 있어서 개인차이는 볼 수 없다. 따라서 집단 프로그램을 실시하고 난 직후에 전체적으로 내적통제성은 유의미하게 증가시키나 참가자들에게 사전/사후 검사에서 내적통제성 점수의 등급에는 영향을 미치지 못한다. 아울러 성취동기의 경우에도 참가자들에게 집단 프로그램을 실시한 8주후에 개인차에는 영향을 미치지 못한다.

2) 통제집단과 실험집단의 차이점수간에 내적통제성과 성취동기의 상관 분석

표13. 두집단의 차이점수에 의한 내적통제성과 성취동기의 상관분석

상관	내적-사전	내적-사후	성취-사전	성취-사후
내적-사전	-	-	-	-
내적-사후	.0547	-	-	-
성취-사전	.5492*	.0536	-	-
성취-사후	-.0641	.5611*	-.1347	-

\* $p<.01$  n = 23

두 집단 모두에서 내적통제성과 성취동기는 서로 유의미한 상관을 보이고 있다. 즉 내적통제성의 사전과 성취동기와의 상관은  $r=.5492$ 로 99%( $p<.01$ ) 수준에서 정적상관으로 유의미하다. 또한 프로그램을 실시한 8주후에 내적통제성과 성취동기의 사후검사간에 상관은  $r=.5611$ 로 99%( $p<.01$ ) 수준에서 정적상관으로 유의미하다. 이상의 결과에서 내적통제성과 성취동기는 정적상관이 있으며, 유의미 있게 관련이 있음을 알 수 있다. 즉 프로그램을 실시하고 난 직후에 내적통제성이 증가하는 경우에는 성취동기도 증가한다고 할 수 있다.

4. 추수검사후 내적통제성 및 성취동기의 검증 결과

“가설 4. 집단 프로그램을 실시한 실험 집단이 통제집단에 비하여 내적 통제성이 1년 뒤에도 그 효과성이 그대로 유지될 것이다.”를 증명하기 위하여 t-검증을 하였다.

1) 통제집단과 실험집단에서 내적통제성 추수검사후 t-검증

표14. 집단별 내적통제성의 추수검사의 평균과 표준 편차

통제집단 (n=12)		실험집단 (n=11)		t
M	SD	M	SD	
9.08	2.02	11.27	1.90	2.68*

\* $p<.05$

통제집단과 실험집단간의 추수검사 점수의 t-검증을 한 결과 95%( $p<.05$ ) 수준에서 유의

미한 차이가 보이므로 두 집단은 서로 다른 집단이라고 할 수 있다. 즉 현실요법을 적용한 집단 프로그램을 실시한 집단이 1년뒤에도 내적 통제성은 그 효과가 유지된다.

표15. 통제집단에서 내적통제성의 사후/추수 차이검증

사 후 검 사		추 수 검 사		t
M	SD	M	SD	
9.67	2.15	9.08	2.02	.74

n = 12

통제집단에서 내적통제성의 사후/추수검사 간의 t-검증을 한 결과 유의미한 차이를 보이지 않으므로 내적통제성은 사후/추수검사간에 변화가 없다.

표16. 실험집단에서 내적통제성의 사전/추수 차이검증

사 후 검 사		추 수 검 사		t
M	SD	M	SD	
11.91	1.76	11.27	1.90	.83

n = 11

실험집단에서 내적통제성의 사후/추수검사 간의 t-검증을 한 결과 유의미한 차이를 보이지 않으므로 내적통제성은 집단 프로그램을 실시한 이후에 1년동안 내적통제성은 유지된다고 볼 수 있다. 따라서 집단 프로그램을 통하여 변화된 내적통제력은 지속적으로 그 효과가 유지된다고 볼 수 있으므로, 이 프로그램은 여중생들의 내적통제성을 장기적으로 변화시키는 데 도움을 줄 수 있다.

“가설 5. 집단 프로그램을 실시한 실험 집단이 통제집단에 비하여 성취동기가 1년 뒤에도 그 효과성이 그대로 유지될 것이다.”를 증명하기 위하여 t-검증을 하였다.

1) 통제집단과 실험집단에서 성취동기의 추수 검사후 t-검증

표17. 집단별 성취동기의 추수검사의 평균과 표준 편차

통제집단 (n=12)		실험집단 (n=11)		t
M	SD	M	SD	
3.85	.38	4.25	.38	2.55*

\*p<.05

통제집단과 실험집단간의 추수검사 점수의 t-검증을 한 결과 95%(p<.05) 수준에서 유의미한 차이가 보이므로 두 집단은 서로 다른 집단이라고 할 수 있다.

표18. 통제집단에서 성취동기의 사후/추수 차이검증

사 후 검 사		추 수 검 사		t
M	SD	M	SD	
4.07	.17	3.85	.38	1.55

n = 12

통제집단에서 성취동기의 사후/추수검사간의 t-검증을 한 결과 유의미한 차이를 보이지 않는다.

표19. 실험집단에서 성취동기의 사전/추수 차이검증

사전 검사		추수 검사		t
M	SD	M	SD	
7.09	.35	4.25	.38	25.27***

\*\*\*p<.01 n = 11

실험집단에서 성취동기의 사후/추수검사의 t-검증을 한 결과 99%(p<.01)의 수준에서 유의미한 차이를 보인다. 집단 프로그램을 실시한 후 1년뒤에는 성취동기는 아무런 영향을 미치지 않는다. 따라서 집단 프로그램을 통하여 8주간에 변화된 성취동기는 지속적으로 그 효과를 유지하지 못한다. 따라서 이 프로그램을 통하여 단기간의 성취동기의 향상은 장기적으로는 그 효과가 지속되지 못하므로 여중생 집단의 성취동기 향상을 위해서는 프로그램의 계속적인 추수지도가 필요하다고 볼 수 있다.

## 논 의

본 연구는 중학교 2학년 여학생 23명과 “내가 좋아하는 세상 만들기”라는 프로그램을 실시하고 나서 장기적으로 내적통제성과 성취동기의 효과가 그대로 유지되는지를 관찰하고자 했다.

연구 결과는 다음과 같다.

첫째, “집단 프로그램을 실시한 실험 집단이 통제집단에 비하여 내적 통제성이 프로그램을 실시한 직후에 유의미한 수준으로 증가할 것이

다.”라는 가설은 통계적으로 유의미한 차이를 보인다.(t=2.52, df=22, p<.05). 이러한 연구는 결과는 Thatcher(1983)와 Yarish(1986)의 내적통제성이 유의미하게 상승했다고 보고한 선행 연구 결과와 같은 결과를 나타내고 있다. 그러나 Slowick, Omizo & Hammett(1984)의 경우와 석영미(1995)의 연구에서는 내외통제성검사에서는 의미 있게 변화가 없었다는 보고와는 다른 결과를 나타냈다. 내적통제성은 상당히 중요한 개념이다. 청소년들에게 학업에 대한 태도 및 노력, 자아관, 인생관, 성취, 미신에 대한 태도 등 수많은 변인을 내적 또는 외적 통제 중 어느 쪽을 더 많이 하는가에 따라 달라질 수 있기 때문이다. 따라서 서로 상반되는 선행 연구 결과들을 토대로 내적통제성에 영향을 주고 있는 하위변인에 대한 연구가 뒤받침 되어야 하겠다.

둘째, “집단 프로그램을 실시한 실험 집단이 통제집단에 비하여 성취동기가 프로그램을 실시한 직후에 유의미한 수준으로 증가할 것이다.”라는 가설은 통계적으로 유의미한 차이를 보인다.(t=26.07, df=22, p<.001). Elson(1979)이 지적한 바에 의하면 Glasser는 우리들 각자가 궁극적으로는 자기결정(self-determining)을 한다는 기본적인 신념이 있다고 본다. 또한 자신의 정체감을 개발하려는 기본적인 욕구를 가지고 있다.(Glasser & Zunin, 1979). 즉 성공적인 정체감을 요구하는 심리적인 욕구를 가지고 있게 되는데, 개인이 성공적 정체감(sucess identity)을 가질 수도 있고, 패배적인 정체감(failure identity)을 가질 수도 있는데,

어떠한 정체감을 가지느냐는 기본적인 욕구와 책임있는 인간으로 지각하는가에 따라서 달라진다고 한다. 또한 현실요법을 이해함으로써 청소년들 자신이 개인적으로 변화할 수 있도록 돕고, 자신에 욕구충족에 도움이 되는 행위를 스스로 평가할 수 있는 기술을 습득하게 된다. 또한 목표설정이나 계획을 세우는 기술을 향상시킨다. 이것은 McClelland(1953)의 성취동기를 육성하기 위해서 제안된 원리들과 많은 부분에서 일치하고 있다. 그리고 박용현(1979)에 의하면 성취동기는 지능과 관계없이 육성되며 단시간의 훈련으로 높일 수 있을 뿐 아니라 성취동기를 높임으로써 학업성적도 향상될 수 있다고 보았다. 즉 현실요법을 적용하여 단기간의 집단 프로그램으로도 성취동기가 증가될 수 있을 것으로 보여진다. 따라서 이러한 논의는 본 연구 결과를 뒷받침할 수 있는 근거가 될 것이다.

셋째, “집단 프로그램을 실시된 이후에 내적 통제성은 성취동기와 유의미한 수준으로 높은 정적상관을 보일 것이다”라는 가설에 대해서 상관 분석을 한 결과 통계적으로 유의미한 수준에서 상관이 있는 것으로 나타났다. ( $r_1=.5491$   $r_2=.5611$ ,  $df=22$ ,  $p<.01$ ). Joe(1971)는 일반적으로 내적통제성의 사람이 성취욕구가 강하고 지능 및 학업성취에도 좋은 점수를 얻는다고 보고하였다. 이러한 선행연구와 비교해서 본다면 내적통제성이 낮은 경우에는 성취동기도 낮고, 내적통제성이 높은 경우에는 성취동기도 높다고 말할 수 있다. 이것은 내적통제성의 증가는 성취동기를 증가시키는 데 매우 중요한 요인으로 볼 수 있다.

넷째, “집단 프로그램을 실시한 실험집단이 통제집단에 비하여 내적통제성이 1년뒤에도 그 효과성이 그대로 유지될 것이다.”라는 가설에 대해서 통계적으로 유의미한 수준에서 유지되고 있다. ( $t=.83$ ,  $df=10$ ,  $p<.05$ ). Glasser(1985)는 누구든지 통제이론과 현실요법을 이해하게 되면 의식이 있는 한 책임 있는 인간이 될 수 있고 자기 운명의 주인이 되고 자기 삶을 바꿀 수 있는 힘을 가지고 있다고 강조한다. 또한 Banman(1982)은 인간의 모든 행동은 개인의 기본적인 욕구를 충족하기 위한 최선의 선택이고, 자신의 선택에 책임을 져야 한다는 Glasser의 이론에 근거하여 내적통제력은 훈련에 의하여 증가한다는 연구가 100여 개에 달한다고 보고하였다. (이미숙, 1994, 재인용) 따라서 현실요법을 적용한 집단 프로그램에 참여한 여중생들의 경우에 의식있고 책임 있는 인간으로 성장을 할 수 있으며 이를 통한 내적통제력 향상은 장기적으로도 의미있게 유지될 수 있을 것이다.

다섯째, “집단 프로그램을 실시한 실험 집단이 통제집단에 비하여 성취동기가 1년뒤에도 그 효과성이 그대로 유지될 것이다.”라는 가설에 대해서 기각되었다. ( $t=25.27$ ,  $df=10$ ,  $p<.01$ ). 즉 현실요법의 집단 상담프로그램을 통하여 단기간에 육성된 성취동기는 청소년들에게 장기적으로 아무런 영향을 미치지 못한다. Herman(1970)은 성취동기가 높게 유발된 개인은 높은 욕구 수준을 가지며, 기회와 같은 외적 요인에 의해 행동의 결과가 결정되어지는 경우에는 높은 성공 가능성이 있는 과업을 택

하기를 좋아하는 경향이 있다고 보았다. 또한 항상 강한 동기를 가지고 노력하며, 중간 정도의 난이도를 갖는 과업에서 오래 지속하여 노력한다고 보았다. 즉 성취동기는 개인이 가지고 있는 내적인 성향으로서 발달성숙과 함께 일정 기간 동안 계속해서 형성되는 것이므로, 단기간의 프로그램을 통하여 육성된 성취동기가 장기적으로도 의미가 있기 위해서는 지속적인 추수지도가 필요하다.

끝으로 본 연구는 다음과 같은 제한점을 가진다.

첫째 통제집단에 대한 정확한 통제가 어려웠다.

둘째, 표집이 특정 지역 학생들로 구성되어 있고, 연구대상이 30명 이하이므로 통계 처리된 결론에 대해서 일반화하기는 어렵다.

셋째, 프로그램을 실시한 8주간의 통계처리 결과 통제집단에 비해서 실험집단이 내적 통제성과 성취동기는 의미 있게 증가하였으나, 실험집단 참가자들의 내적통제성과 성취동기 점수에 대한 개인차는 사전·사후에 변화가 없었다.

넷째, 추수검사를 실시한 시점이 고등학교 입시를 앞두고 학생들이 담임선생님과 학부모와 함께 진로상담을 실시하는 동안이었다. 고등학교를 선택해야하는 갈등 상황에서 추수검사를 실시했으므로, 프로그램을 실시했던 시기와는 매우 다른 환경적인 변화가 추수검사에 영향을 미쳤을 가능성을 배제할 수는 없다.

다섯째, 본 연구를 위한 집단은 문제해결 중심으로 실시되기보다는 효과성 검증을 위하여

가능하면 현실요법 프로그램에 충실하고자 했으므로, 참가자들이 가지고 있는 관심 부분에 대해 충분히 수렴되지 못한 부분에 대해서 고려되어야 할 것이다.

## 참고문헌

- 석영미(1995), 문제학생 지도를 위한 현실요법 적용의 실제, 청소년문제연구 보고서 제13집, 서울특별시 청소년사업관.
- 우에령(1994), 현실요법을 적용한 집단사회사업 프로그램 개발, 연세대학교 대학원 박사 학위논문.
- 이미숙(1994), 내적-외적통제성과 성취동기가 학업성취에 미치는 영향, 석사학위 논문, 서강대학교 교육대학원.
- 정순례(1992), 현실요법에 근거한 학습방법이 중학생의 교과 및 학교에 대한 태도와 학업성취에 미치는 효과, 성균관대학교 대학원 박사학위논문.
- 차재호, 공정자, 김철수(1973), 내외통제척도작성, 한국 행동과학연구소 연구 노트 제2권, 제19호.
- 홍경자(1988), 상담의 이론과 실제, 대학카운슬러연구협회, 중앙적성출판사.
- Abramovitz, S.F.(1973). *Internal-External Control and Social-Political Activism, Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol. 40.
- Atkinson, John. W., and Raynor, Joel. O.(1966) *Personality, Motivation and Achievement*, Ahalseted Press Book.
- Brown, W., & Kingley, R.(1975) *The effect of individual contracting and guided group interaction upon behavior-disordered youth's self-concept, Journal of Schools Health*, 399-401.
- Crandall, V.C. & Lacy, B.W.(1972) *Children's Perception of I-E Control Intellectual Academic situation and Teir Embedded.*
- Floyd. C.(1990). *The Quality World Activity Kit*,



- Reality Therapy Group Program*, New York : Harper & Row. (김인자역, 내가 좋아하는 세상만들기, 1995, 서울 : 한국심리상담연구소)
- Drummond, R.J.(1982). *Determinants attitude toward Reality Therapy*. *Journal of Reality Therapy*, Vol. 1, No(2), 22~25.
- Elson, S.E.(1979). *Recent approaches to counseling* : Gestalt therapy, transactional analysis, and reality therapy. In H.M. Burks, Jr. & B. Steffire(Eds.) *Theories of counseling*(3rd ed.), New York : McGraw-Hill.
- German, M.L.(1975). *The Effects of Group Reality Therapy on Institutionalized Adolescents and Group Leaders*, Doctoral Dissertation, George Peabody College for Teachers.
- Glasser, W.(1965). *Reality Therapy*. New York : Harper & Row.
- Glasser, W. & Zunin, L.M.(1979). *Reality Therapy*. In R.J. Corsini(Ed.). *Current Psychotherapies*(2nd ed.). Itasca, Ill. : F.E. Peacock.
- Glasser, W.(1980). *What are you doing? How people are helped through reality therapy*, New York : Harper & Row.
- Glasser, W.(1985). *Control Theory*, New York : Harper & Row.(김인자 역, 당신의 삶은 누가 통제하는가?, 1992, 서울 : 한국심리상담연구소)
- Haws, R.M.(1971). *Reality Therapy in the classroom*, Dissertation Abstract International, 1971.
- Herman, H.J.(1970). "A Questionnaire Measure of Achievement Motivation", *Journal of Applied Psychology*, Vol. 54, No(4), 353~363.
- Joe, V.C.(1971). *Review of the Internal-External Control construct as a Personality Variable*, *Psychological Reports*.
- McClland, D.C.(1965). *Achievement Motivation can be developed*, *Harvard Business Review*, Nov. Dec.
- Rotter, J.B.(1954). *Social Learning and Clinical Psychology*, Englewood cliffs, N. J. : Prentice-Hall
- Rotter, J.B.(1966). *Generalized Expectancies for Internal versus External Control of Reinforcement*, *Psychological Monographs* Vol. 80, No. 1, Whole No. 609.
- Rotter, J.B. and Mully, R.C.(1965). *Internal-External Control of Reinforcement and Decision*, *Journal of Personality and Social Psychology*, Feb.
- Shea, G.F.(1973). *The effects of Reality Therapy oriented group -counseling WIith delinquent behavior - disordered students*, Doctoral Dissertation, Forham University.
- Slowick, C.A., Omizo, M.M., & Hammett, V.L.(1984). *The effects of Reality Therapy process on locus of control and self-concepts among Mexican- American adolescents*. *Journal of Reality Therapy*, Vol. 3 (2), 1-9.
- Spence, J.T., And Spence, K.W.(1966). *The motivational components of manifest anxiety : Drive and drive stimuli* In Spielberg C.D., ed., *Anxiety and behavior*, New York : Academic Press.
- Thatcher, J.A.(1983). *The Effects of Reality Therapy upon self-concept and locus of control for juvenile delinquents*, Doctoral Dissertation, Kent State University.
- Williams, S.W.(1976). *Reality Therapy in a correctional institution and social Psychology and Journal of Behavior Technology*, Methods and Theory.
- Wubbolding, R.E.(1989). *Using Reality Therapy*, L.A:Institute for Reality Therapy.(김인자 역, 현실요법의 적용, 1992, 서울 : 한국심리상담연구소)
- Wubbolding, R.E.(1990). *Expending Reality Therapy*. Cincinnati, Ohio Real World Publication.

Wubbolding, R.E.(1990). *Understanding Reality Therapy*, Haper Collins Publishers.

Yarish, P.(1986). *Reality Therapy and the locus of control of juvenile offenders. Journal of Reality Therapy*, Vol. 6 (1), 3-10.

# The Effect on Internal Control and Achievement Motivation Based on R.T. Group Activity —Making the World I Want—

In Ja Kim Mi Gu Hwang  
Sogang University

The program "Making the world I want" statistically applied to the students to scientifically prove their developmental change of the Inner control power and the achievement motivation. The Inner control power drives persons to develop more efforts on their lives, but makes them avoid just blaming or depending on fortune. It is emphasized that the achievement motivation leads human beings to make a long-term plan for their future, have desires heading towards a goal establishing and to feel satisfaction by solving problems.

The results of statistical methods, the experimental group has shown greater improvement of the Inner control power and the achievement motivation than the controlled group. Especially, the experimental group has maintained the Inner control power after they were finished the program. This program will also help them to make right decisions by their own choice and to carry on own responsibilities as well. Even if all of them have not changed to positive attitudes completely, all of them changed toward positive direction and enjoyed a lot during the eight weeks which means they have fulfilled fun needs, one of the 5 basic needs.