

## 강점 관련 국내 코칭 연구 동향 분석

이동욱\*, 정용석\*\*

본 연구는 강점 관련 국내 코칭 연구 동향을 분석하여 강점 관련 국내 코칭 연구에 기초자료 및 시사점을 제공하는데 목적이 있다. 이를 위해 선정 기준에 부합하는 2011년부터 2020년까지 발간된 국내 학술논문과 학위논문 총 36편을 분석 대상 논문으로 선정하였다. 선정된 논문을 연구 시기, 연구 대상, 연구 방법, 연구 변인, 연구 발간 유형별로 분류하여 분석을 진행하였다. 분석 결과 첫째, 강점 관련 국내 코칭 연구는 2011년에 처음 발간되어, 2015년을 기점으로 연구 편수가 늘어났다. 둘째, 연구 대상은 청소년(36.1%)과 대학생(25%), 성인(22.2%)이 주로 연구된 대상이었으며, 노인 대상 연구는 수행되지 않았다. 셋째, 연구 방법은 실험연구(77.8%)가 다수를 차지하여 연구 방법의 편중이 심하였다. 넷째, 연구 변인을 변인의 속성에 따라 6가지 유형으로 분류하여 분석한 결과, 심리·정서유형에 16개 변인, 진로·직업유형에 13개 변인 등 총 51개 변인이 총 83회 연구에 활용되었다. 다섯째, 연구 발간 유형은 석사학위 논문이 다수였다. 위의 분석 결과를 바탕으로 향후 강점 관련 국내 코칭 연구에서 다뤄져야 할 연구 방향에 대한 시사점을 제공하고자 한다.

★ 주제어: 강점, 긍정심리, 코칭, 연구 동향

---

\* 제1저자 : 한국고용정보원 온라인청년센터, e-mail: counselor1@keis.or.kr

\*\* 교신저자 : 동국대학교 상담코칭학과 박사과정, e-mail: yuiop157@naver.com

# I. 서론

2000년대에 들어오면서 심리학계에는 새로운 학문적 경향이 확산되었다. 1998년 미국심리학회(American Psychology Association) 회장이었던 마틴 셀리그먼(Martin Seligman) 박사는 정신 질환과 같이 삶을 불행하게 만드는 부정 심리를 다루던 기존의 심리학과는 달리 긍정 정서를 연구하고 개인의 강점과 미덕을 추구하여 행복한 삶을 살 수 있도록 인간의 긍정적 특성을 연구하는 학문의 필요성을 강조하였고 새로운 방향과 입장을 제시함으로써 긍정심리학이 출현하게 되었다(우문식, 최빛나, 양희창, 2019).

긍정심리학은 인간의 강점이나 재능을 과학적으로 연구하는 학문으로(Sheldon & King, 2001), 개인이나 집단 그리고 사회가 성장하고 번창하도록 만드는 요인들을 발견하고 촉진하는 것을 목표로 한다(권석만, 2009). 또한, 인간의 강점과 자원에 초점을 두고 긍정 정서와 강점 및 미덕에 대해 과학적으로 접근함으로써 인간의 행복과 성장을 지원하고, 개인과 사회를 번영할 수 있게 해주는 요인을 발견하고 증진시켜 준다. 따라서 개인이 긍정 정서를 가지도록 노력하고, 자신의 강점과 덕성을 발견하고 계발하여 삶의 현장에서 활용함으로써 진정한 행복이 실현될 수 있다(홍종관, 2012).

인간의 행복을 탐구하는 긍정심리학 연구에서 긍정 특질로 대표되는 성격강점은 긍정심리학을 연구하고 조직에 적용하는데 가장 흥미롭고 핵심적인 영역이다. 성격강점은 인간의 번영과 최적의 기능을 유발할 수 있고 행복을 영위하는데 도움을 주는 개인의 특성이다(Seligman, 2002). 인간의 사고와 정서, 행동에 반영되어있는 긍정적 특질이자 성품을 의미하며, 단순히 개인이 좋아하는 것이나 다른 사람보다 잘하는 것이 아니라, 삶에 대처해 가는 자세로서 얼마든지 계발할 수 있는 도덕적 특성이나 인성으로 이해할 수 있다(Park, Peterson, Seligman, 2004). 성격강점은 인식하는 것보다 활용하는 것이 심리적 안녕감에 더 중요하며(Govindji & Linley, 2007), 심리적 안녕감을 지속시키기 위한 강점 인식과 강점 활용 사이에는 분명한 차이가 있다(Wood, Linley, Maltby, Kashdan, & Hurling, 2011). 따라서 성격강점을 삶의 영역에 활용하는 방법을 강구하는 것이 좋은 삶(Good Life), 행복한 삶(Happy Life)를 영위하게 하는 효과적인 방안으로 제시되고 있다(Vela, Sparrow, Whittenberg & Rodriguez, 2018; 김광수, 2019).

긍정심리학에 근거하여 자신의 성격강점을 인식하고 활용할 수 있도록 도울 수 있는 개입방법으로 코칭이 확대되고 있다. 코칭은 코치(coach)라는 단어에서 유래되었는데, 코치는 15세기에 사람들을 원하는 곳으로 이동시켜주었던 운송수단으로서 말(馬)이 끄는 마차를 지칭하는 단어였다. 이와 같은 의미가 현대적으로 발전하여 코칭은 고객의 잠재력을 계발하기 위해 목표를 설정하고, 스스로 탐색하며, 실행계획을 통해 원하는 목표를 달성할 수 있도록 실천을 이끌어 내는 도구로써(김태선, 2015), 정신적·심리적으로 건강한 고객의 성장과 발전을 목적으로 하며, 고객의 발전 가능성에 집중하고 고객이 스스로 답을 찾을 수 있도록 지원하고 격려하며 또한 지속적인 피드백을 제공하는 것이다(박윤희, 2010).

(사)한국코치협회(<http://www.kcoach.or.kr>)에 따르면 우리나라는 2000년 이후 컨설팅과 리더십 기관에서 코칭을 도입한 것으로 알려졌으며, 이후 코칭 분야에는 많은 발전이 있었다. 많은 전문 코치가 양성되어, 21년 6월 15일 인증코치리스트 인증번호 기준 8,642명의 코치 자격이 부여되었다. 활동 영역도 비즈니스, 커리어, 학습 및 진로, 라이프 등 다양한 분야에서 활용되고 있다. 이러한 발전은 코칭이 우리 사회의 다양한 분야에서 정착될 수 있도록 코치들의 노력과 연구가 있었기에 가능했다고 판단된다.

국내 코칭 관련 연구 동향을 살펴보면, 이희경(2017)은 코칭 심리학의 연구 동향을 분석하였고, 조성진·정이수(2018)는 1995년부터 2017년까지의 국내 코칭 연구 동향을 분석하였다. 코칭 관련 세부 분야는 송용관·김동환(2006)이 체육학 분야의 코칭 행동 관련 연구 동향을 분석하였고, 김은실·유영달(2016)은 국내 감정코칭 프로그램 연구 동향을 연구하였다. 허영림·정면숙(2018)은 코칭 관련 국내 간호연구 동향 분석을 연구하였으며, 남상은·유기웅(2019)는 교수-학습 관련 코칭 연구 동향을, 우성민·이진구(2019)는 코칭 리더십 연구 동향에 대한 연구를, 최예린·김응자(2020)는 부모-자녀 관련 국내 코칭 연구 동향을 연구하였다. 또한, 성격강점 관련 연구 동향을 살펴보면, 이민아·김광수(2019)는 국내 학술지를 중심으로 한 성격강점 동향을 연구하였고, 백유미(2020)는 유·초·중등·대학생의 성격강점 관련 동향을 연구하였다.

이처럼 코칭이나 성격강점에 대한 각각의 연구 동향 분석은 연구되었으나, 강점 관련 코칭에 대한 연구 동향 분석은 아직 이루어지지 않았다. 코칭 과정에서 고객이 성장과 발전을 위해, 스스로 답을 찾을 수 있도록 지원하고 격려하는 과정에서 성격강점은 매우 중요한 요소이다. 따라서 본 연구에서는 강점 관련 코칭의 연구 동향을 분석하여 향후 강점 관련 코칭 연구에 대한 기초자료를 제공하고자 한다. 이를 위해 설정한 연구문제는 다음과 같다.

- 첫째, 강점 관련 국내 코칭 연구 시기의 동향은 어떠한가?
- 둘째, 강점 관련 국내 코칭 연구 대상의 경향은 어떠한가?
- 셋째, 강점 관련 국내 코칭 연구 방법의 경향은 어떠한가?
- 넷째, 강점 관련 국내 코칭 연구 변인의 경향은 어떠한가?
- 다섯째, 강점 관련 국내 코칭 연구 발간 유형의 경향은 어떠한가?

## II. 연구 방법

### 1. 분석 대상 연구물 선정

한국교육학술정보원의 학술연구정보서비스(RISS)와 한국학술정보의 학술데이터베이스(KISS), 국회전자도서관에서 '21년 3월 20일부터 4월 19일까지 '코칭'이라는 주제어로 검색 후 결과 내 재 검색 기능을 활용하여, '강점'을 주제어로 검색하였다. 검색 결과, 학술논문 44편과 학위논문 74편

이 검색되었다. 이 중 학위논문이 학술논문으로 발간되어 중복되는 경우, 학술논문을 분석 대상에 포함시켰으며, 학술대회 자료집 등은 분석 대상에서 제외시켰다. 연구물 분석 전 연구 목적, 분석 기준 등을 선행 연구를 검토하여 연구자 2명이 논의를 통해 정리하였다. 이를 토대로 연구의 주제어, 초록을 검토하여 본 연구분석 대상에 부합하는지를 확인하였으며, 필요한 경우 내용을 추가로 확인하였다. 마지막으로 연구자간 분석한 연구물을 교차 검토 및 논의하여, 총 36편을 최종 분석 연구물로 선정하였다. 분석 대상 연구물 선정 및 제외 기준은 표 1과 같다.

**Table 1.** Criteria for Selection and Exclusion of Research Subjects

	Content
Selection Criteria	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Degree papers and academic papers published in Korea</li> <li>- A paper that uses strengths as a main content in coaching field research</li> </ul>
Exclusion Criteria	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A paper not a coaching field</li> <li>- Papers with private originals online, academic conferences, etc.</li> </ul>

## 2. 분석 기준

본 연구는 강점 및 코칭 분야 선행 연구(남상은, 유기웅, 2019; 이민아, 김광수, 2019; 백유미, 2020; 최예린, 김응자, 2020)의 분석 기준을 참고하였다. 본 연구에서 설정한 분석 기준은 연구 시기, 연구 대상, 연구 방법, 연구 변인, 연구 발간 유형이며, 엑셀 프로그램을 활용하여 정리하였다.

### 1) 연구 시기

강점 관련 코칭 연구는 2010년에 연구되기 시작하여, 2011년에 처음 학위논문이 발간되었다. 본 연구에서는 별도의 연도 구간을 설정하지 않고, 연도를 분석하였다.

### 2) 연구 대상

코칭 및 강점 관련 연구 동향 선행 연구(이민아, 김광수, 2019; 백유미, 2020)의 연구 대상 분석 기준을 참고하여 분석하였다. 초등학생, 청소년(14세에서 19세의 일반적인 사람), 대학생, 성인(성년기의 일반적인 사람), 노인(노년기의 일반적인 사람), 특정대상(특정 직업군이나 특정기준에 따라 분류되는 대상)의 총 6가지 범주로 분류하였다.

### 3) 연구 방법

코칭 및 강점 관련 선행 연구(남상은, 유기웅, 2019; 이민아, 김광수, 2019; 최예린, 김응자, 2020)의 연구 방법 분석 기준을 참고하여 분석하였다. 조사연구(질문지나 면담 등의 방법으로 연구 참여자들의 속성을 조사하는 연구), 개발연구(프로그램이나 측정 도구를 개발하고 그것의 효과를 검증하는 연구), 사례연구(단일 및 소규모 사례에 대한 집중 연구), 실험연구(변인 간의 인과관계를

밝히기 위해 특정 변인을 조작하여 효과를 검증하는 연구), 문헌연구(기존 연구 및 문헌자료를 바탕으로 한 연구)의 총 5가지 범주로 분류하였다.

#### 4) 연구 변인

강점이라는 심리적 속성과 관련된 코칭 연구 동향을 분석하는 본 연구의 목적을 고려하여, 선행 연구(남상은, 유기웅, 2019; 백유미, 2020)를 참고하여 분석하였다. 연구 변인이 있는 경우, 해당 변인을 심리·정서, 가족, 진로·직업, 역량, 학교·집단, 기타 총 6가지 영역으로 구분하여 분석하였다. 또한, 중복되어 연구된 변인의 경우, 연구 빈도를 확인하였다.

#### 5) 연구 발간 유형

분석 대상 연구물의 발간 유형은 학술논문, 학위논문으로 분류하였다. 분류된 결과에서 학술논문은 한국연구재단 등재지, 등재후보지, 일반 학술지로 분류하였고, 학위논문은 석사학위 논문, 박사학위 논문으로 분류하였다.

### Ⅲ. 연구 결과

#### 1. 연구 시기

강점 관련 코칭 연구는 2010년부터 연구가 시작되어, 2011년 2편의 학위 논문이 처음으로 발간되었으며, 2015년을 전, 후로 연구 편수의 차이가 나타났다. 2012년부터 2013년까지는 매년 2편, 2014년에 1편의 연구가 발표 되었으나, 2015년에 6편으로 크게 늘어났다. 이후 2016년에 3편, 2017년에 7편, 2018년에 6편, 2019년에 3편, 2020년에 4편이 연구되었다.

#### 2. 연구 대상

강점 코칭 관련 연구에서 연구된 대상의 연도별 변화 추이를 분석한 결과는 표 2와 같다. 분석 결과, 청소년이 13편(36.1%)으로 가장 많이 연구된 대상이었으며, 13년과 14년을 제외한 모든 해에 연구가 진행되었다. 뒤를 이어 대학생이 9편(25%), 성인이 8편(22.2%), 특정대상(교사, 공무원, CEO, 간호사)은 대상별 각 1편씩 총 4편 연구되었고, 초등학생은 2편(5.5%) 연구되었으며, 노인층을 대상으로 한 연구는 진행되지 않았다. 가장 많이 연구된 대상인 청소년과 대학생은 잠재력을 계발하기 위한 목표 설정과 실행을 위한 노력이 필요한 발달 과정이라는 점과 교내 Wee센터, 학생상담실, 진로취업지원센터 등을 통해 다른 연구 대상보다 연구 참여자 모집이 상대적으로 용이할 수 있어, 다수의 연구에서 연구 대상으로 선정했을 것으로 판단된다.

**Table 2.** Current Status of Research Subjects by Year

	Elementary school student	Adolescent	university student	Adult	The aged	Specific group	Total
2011		1	1				2(5.5%)
2012		1	1				2(5.5%)
2013	1		1				2(5.5%)
2014						1	1(2.8%)
2015		1	3	1		1	6(16.7%)
2016		1	1	1			3(8.3%)
2017	1	2	1	3			7(19.4%)
2018		2		3		1	6(16.7%)
2019		2				1	3(8.3%)
2020		3	1				4(11.2%)
Total	2(5.5%)	13(36.1)	9(25%)	8(22.2%)	0	4(11.2%)	36(100%)

### 3. 연구 방법

연구 방법 분석 결과, 실험 연구가 28편(77.8%)으로 가장 많이 활용된 연구 방법이었으며, 프로그램 개발 연구가 5편(13.9%), 조사연구 2편(5.5%), 사례연구가 1편(2.8%)이었고, 문헌연구는 수행되지 않았다. 이를 통해 실험 연구 방법에 편중되었음을 알 수 있는데, 이는 실천적 학문인 코칭의 특성으로 인하여, 다양한 관련 프로그램을 운영하고, 이 프로그램의 효과성을 밝힌 영향으로 판단된다. 연구 방법별 현황은 표 3과 같다.

**Table 3.** Status by research method

	Research study	Development research	Case study	Experimental research	Literature study	Total
N(%)	2(5.5%)	5(13.9%)	1(2.8%)	28(77.8%)	0	36(100%)

### 4. 연구 변인

강점 관련 코칭 연구의 연구 변인을 살펴본 결과, 5가지 유형에 속하는 총 51개의 변인이 연구 변인으로 활용되었다. 먼저, 변인의 주요 속성을 고려하여 심리·정서, 진로·직업, 역량, 학교·집단, 가족, 기타 6가지 유형으로 연구 변인을 분류하였다. 분류 결과, 심리·정서 유형에 속하는 변인이 16개, 진로·직업 유형에 속하는 변인이 13개, 역량 유형에 속하는 변인은 9개, 학교·단체 유형에 속하는 변인은 8개, 가족 유형에 속하는 변인은 5개였으며, 기타 변인은 분류되지 않았다. 이를 통해 심리·정서와 진로·직업 유형에 속하는 변인들이 강점 관련 코칭에서 주로 연구된 변인임을 알

수 있다.

유형별 변인들의 연구 빈도를 살펴본 결과, 총 83회였다. 심리·정서 유형에 해당하는 연구 변인은 자존감이 6회, 자기효능감이 5회, 행복이 3회, 강점자기효능감, 자기만족, 긍정심리자본이 2회, 긍정정서, 강점, 희망 등이 1회로 총 31회(37.3%) 연구되었다. 진로·직업 유형에 해당하는 연구 변인은 진로준비행동이 4회, 진로성숙, 구직효능감, 진로자기결정효능감, 진로적응성이 3회, 진로결정 2회, 임상수행능력, 진로준비행동 등이 1회로 총 25회(30.1%) 연구되었다. 역량 유형에 해당하는 연구 변인은 주도성, 의사소통이 2회, 문제해결능력, 셀프리더십, 학습목표지향성 등이 1회로 총 11회(13.3%) 연구되었다. 학교·집단 유형은 학교만족, 친구만족이 2회, 대학생활적응, 학교적응, 학교몰입 등이 1회로 총 10회(12.0%) 연구되었다. 가족 유형은 가족만족 2회, 부모효능감, 양육효능감, 자녀효능감 등이 1회로 총 6회(7.3%) 연구되었다. 연구 변인별 현황은 표 4와 같다.

**Table 4.** Status by research variable

Type	Study Variants	Total
Psychological and Emotional	Self-esteem (6), Self-efficacy (5), Happiness (3), Strengths Self-efficacy (2), Strength recognition and utilization (2), Self-satisfaction (2), Positive psychological capital (2), Positive emotions (1), Strength (1), Strength support (1), Hope (1), Stress (1), Job stress (1), Sexual attitude (1), Resilience (1), Self-regulation (1)	31 (37.3%)
Career and Occupation	Career preparation action (4), Career maturity (3), Job search efficiency (3), Career self-determination efficacy (3), Career adaptability (3), Career decision (2), Clinical performance (1), Clinical practice satisfaction (1), Organizational flow (1), Career preparation behavior (1), Career decision making (1), Job enthusiasm (1), Career barrier (1)	25 (30.1%)
Capability	Scrupulosity (2), Communication (2), Problem-solving ability (1), Sex knowledge (1), Job competency (1), Coaching leadership (1), Self leadership (1), Learning goal orientation (1), Career development capability (1)	11 (13.3%)
School and group	School satisfaction (2), Friend satisfaction (2), College life adjustment (1), School adaptation (1), School flow (1), Academic motivation (1), Team Efficacy (1), Team cohesion (1)	10 (12.0%)
Family	Family satisfaction (2), Parental efficacy (1), Parenting efficacy (1), Parenting stress (1), Child efficacy (1)	6 (7.3%)
Etc	-	0
Total	5 Types, 51 Variables	83 (100%)

## 5. 연구 발간 유형

강점 관련 코칭 분야 연구 발간 유형은 학위논문 28편, 학술논문 8편으로 분류되었다. 석사학위 논문이 23편(63.9%)으로 가장 많은 유형이었으며, 박사학위 논문은 5편(13.9%)이었다. 학술논문 8편 중 한국연구재단 등재지는 6편(16.7%)이며, 등재후보지는 2편(5.5%)이며, 일반학술지에서 발간된 경우는 없었다. 연구 발간 유형별 현황은 표 5과 같다.

**Table 5.** Status by study subjects

	Dissertation		Thesis			Total
	Master	Doctor	Registration	Candidate for registration	academic journal	
N	23	5	6	2	0	36
%	63.9%	13.9%	16.7%	5.5%	0	100

## IV. 논의 및 결론

본 연구는 강점 관련 국내 코칭 연구의 동향을 분석하기 위해 36편의 국내 학술논문과 학위 논문을 분석하였다. 분석 대상 논문을 연구 시기, 연구 대상, 연구 방법, 연구 변인, 연구 발간 유형으로 분류하여 분석을 실시하였다. 이를 통하여 도출된 결과를 중심으로 강점 관련 코칭 국내 연구 동향 및 시사점에 대해 논의하면 다음과 같다.

첫째, 강점 관련 국내 코칭 연구 시기를 분석한 결과, 2010년에 연구가 시작되어 2011년 2월에 강점 관련 코칭 학위 논문이 처음 등장하였다. 연구 시작 시기와 관련하여, 한국심리학회 산하 한국코칭심리학회(www.coachingpsychology.or.kr)가 2010년 8월에 한국심리학회 연차학술대회 분과 심포지엄에서 ‘코칭심리와 긍정심리’를 주제로 발표한 것과 연관되어, 이를 기점으로 강점 관련 코칭이 주목을 받기 시작한 것으로 판단된다. 이후 매년 1, 2편의 연구가 수행되었고, 2015년에 6편을 기점으로 연구가 늘어났다. 이는 2014년 4월에 국내에 출간되어 높은 관심을 받은 ‘마틴 셀리크만의 긍정심리학(개정판)’의 출간 시기와 관련하여, 이를 계기로 긍정심리에 대한 관심이 높아졌고, 이와 관련된 강점 관련 코칭 연구가 증가하였음을 유추해 볼 수 있다. 또한, 2015년 이후 코칭의 확산과 더불어 학부과정에서 코칭 교과목을 개설하거나 대학원에서 코칭 및 코칭학 전공 석·박사 과정을 신설하는 대학이 증가함에 따라 연구물도 증가하였다(조성진, 정이수, 2018)는 선행 연구와 같은 결과로 판단된다.

둘째, 연구 대상을 6가지 유형으로 분류하여 분석한 결과, 청소년이 13편(36.1%), 대학생이 9편(25%)으로 두 대상을 합하면 총 22편(61.1%)으로 과반수를 넘게 차지하였으며, 성인이 8편(22.2%), 특정대상(교사, 공무원, CEO, 간호사)이 대상별로 각 1편씩 총 4편(11.2%) 연구되었다. 반면, 초등학생은 2편(5.5%), 노인층을 대상으로 진행된 연구는 없어, 연구 대상의 편차가 심함을 알 수 있다. 특히, 노인층을 대상으로 강점 관련 코칭 연구가 이뤄지지 않았다는 점은 주목할 필요가 있다. 노인층을 대상으로 진행된 관련 선행 연구를 살펴보면, 재가보호를 받고 있는 노인을



대상으로 6개월 동안 강점 관점 사례관리 프로그램을 실시한 결과 프로그램에 참여한 노인들이 스스로 단기목표 설정 및 달성하고, 생활만족도를 높일 수 있다는 가능성이 나타났으며(한혜경, 2009), 긍정심리치료 프로그램을 통해 노인들이 강점을 찾고 삶 가운데 활용함으로써 조기에 노인 우울에 개입하고 우울을 효과적으로 예방할 수 있고(한상미, 이봉건, 2012), 긍정심리학 기반 집단 프로그램이 독거노인들의 우울감 감소와 자아존중감 향상에 효과가 있음이 나타났다(고정우, 2017). 인간의 평균 수명은 늘어나고 있어, 노년기의 건강하고 행복한 삶의 중요성은 갈수록 커지고 있다. 이런 중요성을 고려해 본다면, 노년기의 건강하고 행복한 삶을 영위하는데 있어, 강점을 활용한 코칭 프로그램이 효과적이고 필요할 수 있음을 시사한다.

셋째, 연구 방법을 분석한 결과, 실험 연구가 28편(77.8%), 프로그램 개발 연구가 5편(13.9%), 조사연구 2편(5.5%), 사례연구가 1편(2.8%)이었으며, 문헌연구는 수행되지 않아, 연구 대상과 마찬가지로 연구 방법의 편차가 심함을 알 수 있다. 이런 편차가 발생한 이유는 실천적 학문인 코칭의 특성이 큰 영향을 미쳤을 것으로 판단되며, 강점을 활용한 코칭 연구의 역사가 11년으로 길지 않아 강점 관련 코칭의 효과와 필요성을 검증하기 위한 실험 연구가 많이 수행됐을 것으로 판단된다. 앞으로 강점 관련 코칭이 더 발전하며 성장하기 위해서는 강점 관련 코칭에 대한 정교한 모델이나 이론적 정립을 위한 연구가 진행될 필요(성세실리아, 조대연, 2016)가 있음을 시사한다.

넷째, 강점 관련 코칭 연구에서 다루진 연구 변인은 5가지 유형의 51개 변인이 총 83회 연구되었다. 변인의 주요 속성을 고려하여 심리·정서, 진로·직업, 역량, 학교·집단, 가족, 기타 6가지 유형으로 분류하고 빈도를 분석한 결과, 심리·정서(16개, 총 31회), 진로·취업(13개, 25회) 유형에 해당하는 변인이 가장 많이 연구되었다. 이는 본 연구에서 분석한 연구 대상 중 청소년과 대학생 대상 연구가 많이 진행되었다는 결과를 통하여, 이 대상들의 발달 과정에서 중요한 이슈인 심리·정서와 진로·취업과 관련된 결과로 판단된다. 또한, 학부교육선도대학 육성사업(ACE)에 선정된 대학에서 다양한 코칭 프로그램을 통하여 대학생들을 지원하는 추세(남상은, 유기웅, 2017)를 반영한 것으로도 판단된다.

다섯째, 연구 발간 유형을 분석한 결과, 학위 논문 28편(77.9%), 학술지 논문 8편(22.1%)으로 분류되었다. 이중 학위 논문은 석사학위 논문이 23편(63.9%), 박사학위 논문이 5편(13.9%)로 나타났다. 학술지는 한국연구재단 등재지가 6편(16.7%), 등재후보지가 2편(5.5%)으로 나타났다. 교육통계서비스 KESS(<https://kess.kedi.re.kr>)의 ‘2017년 고등교육기관 대학원 학위취득자 현황’에 따르면 석사는 83,519명(85.4%), 박사는 14,316명(14.6%)으로 나타났다. 본 연구의 분석 대상 논문 선정 시 학위논문을 학술논문으로 발간하여 중복된 석사학위 논문 세편을 학술 논문으로 분류하였음을 감안하면, 위의 교육통계서비스 학위취득자 현황의 석사, 박사 비율과 유사하다. 따라서 강점 관련 코칭은 석사와 박사 과정 중 어느 한 과정에 편중되지 않고, 학위 논문의 연구 주제였음을 알 수 있다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 강점 관련 코칭 분야만을 대상으로 분석한 한계가 있다. 이에 강점을 활용한 심리상담·치료 등을 분석대상에 포함하여 분석한다면, 관련 분야의 다양한 경향과 특성 차이, 시사점을 얻을 것으로 판단된다. 둘째, 본 연구는 국내 논문만을 대상으로 분석한 한계가 있다. 이에 강점 관련 국외 코칭 연구를 함께 분석한다면, 국내외 다양한 연구 경향과 시사점을 얻을 것으로 판단된다. 셋째, 강점 관련 코칭 연구는 실험 연구가 다수였으나, 본 연구는 경향을 파악하는 연구로서, 연구 결과에 대해서는 다루지 않았다. 추후 강점 관련 코칭 프로그램의 효과성을 메타분석을 통해 기술적으로 분석할 필요가 있다.

## 참고문헌

- 고정우 (2017). 긍정심리학 기반 집단개입프로그램이 독거노인의 우울과 자아존중감에 미치는 효과. 부산대학교 석사학위논문.
- 권석만 (2009). 긍정심리학. 서울: 학지사.
- 김광수 (2019). 긍정심리학 성격강점 기반 인성교육: 아동 청소년 행복을 위한 교육과 상담. 서울: 학지사.
- 김은실, 유영달 (2016). 국내 감정코칭 프로그램의 연구동향과 효과 고찰. 학생생활연구, 36, 395-416.
- 김진수 (2012). 긍정심리학에 근거한 기업관리자의 코칭역량 증진 프로그램의 개발과 효과. 경성대학교 대학원 박사학위논문.
- 김태선 (2015). 중학생 성격강점 코칭프로그램의 개발과 효과. 경성대학교 석사학위논문.
- 남상은, 유기웅(2017). 대학생 학사경고자를 위한 코칭 프로그램의 개발 및 적용에 관한 실험연구. 교양교육연구, 11(1), 281-311.
- 남상은, 유기웅 (2019). 교수-학습 관련 코칭 연구 동향 탐색. 고려대학교 교육문제 연구소, 2(3), 289-310.
- 박윤희 (2010). 성공적인 커리어코칭 과정에 관한 연구. 숭실대학교 박사학위 논문.
- 백유미 (2020). 성격강점 관련 연구 동향 분석. 학습자중심교과교육연구, 20(11), 1009-1029.
- 성세실리아, 조대연 (2016). HRD 분야에서 코칭 관련 연구 동향 탐색: 2000년-2015년 국내 학술지 중심으로. 한국HRD연구, 11(3), 1-24.
- 송용관, 김동환 (2006). 체육학 분야의 코칭행동 관련 연구동향: 1990년~2005년 국내 학술논문을 중심으로. 코칭능력개발지, 8(4), 3-14.
- 우문식, 최빛나, 양희창 (2019). 긍정심리학 관점의 접근: 긍정정서와 성격강점이 조직몰입과 직무만족에 미치는 영향. 예술인문사회융합멀티미디어논문지, 9(7), 937-951.
- 우성민, 이진구 (2019). 코칭리더십 연구동향 분석. 역량개발학습연구, 14, 243-273.
- 이민아, 김광수 (2019). 성격강점 연구 동향과 과제: 학술지 논문을 중심으로(2008~2018). 초등상담연구

- 구, 18(3), 321-345.
- 이희경 (2017). 코칭심리학의 연구동향 탐색: 코칭심리학의 지식체계 구축을 위하여. *한국심리학회지: 코칭*, 1(1), 1-26.
- 조성진, 정이수 (2018). 국내 코칭 (Coaching) 연구 동향 및 향후 연구 방향: 진전(1995년~2017년)과 전망. *인적자원개발연구*, 21(3), 249-313.
- 최예린, 김응자 (2020). 부모-자녀 관련 국내 코칭 연구 동향분석. *코칭연구*, 13(1), 51-67.
- 한상미, 이봉건 (2012). 긍정심리치료가 노인들의 우울감, 생활만족도 및 삶의 질에 미치는 효과. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 31(4), 971-992.
- 한혜경 (2009). 재가노인 대상 강점관점 사례관리의 효과성 연구. *한국사회복지학*, 61(4), 243-263
- 허영림, 정면숙 (2018). 코칭 관련 국내 간호연구 동향분석. *코칭연구*, 11(2), 5-22.
- 홍종관 (2012). 긍정심리학에서 본 행복론. *행복한 부자연구*, 1(1), 51-70.
- Govindji, R., & Linley, P. A. (2007). Strengths use, self concordance and well-being: implications for strengths coaching and coaching psychologists. *International Coaching Psychology Review*, 2, 143-153.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). 긍정심리학의 입장에서 본 성격 강점과 덕목의 분류 [문용린, 김인자, 원현주, 백수현, 안선영, 역]. 서울: 한국심리상담연구소.
- Sheldon, K. M., & King, L. (2001). Why positive psychology is necessary. *American psychologist*, 56(3), 216-217.
- Seligman, M. E. P. (2002), *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*, Free Press, New York.
- Seligman, M. E. P. (2014). 김인자, 우문식 역. *마틴 셀리그만의 긍정심리학*. 경기: 물푸레.
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004), Strengths of character and well-being. *Journal of social and Clinical Psychology*, 23(5), 603-619.
- Vela, J. C., Sparrow, G. S., Whittenberg, J. F., & Rodriguez, B. (2018). The role of character strengths and importance of family on Mexican American college students' career decision self efficacy. *Journal of Employment Counseling*, 55(1), 16-26.
- Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Kashdan, T. B., & Hurling, R. (2011). Using psychological strengths leads to less stress and greater self-esteem, vitality, and positive affect: Longitudinal examination of the strengths use questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 50, 15-19.

abstract

# Analysis of domestic coaching research trends related to strengths

Lee, Dong-uk\*, Jung, Yong-seok\*\*

The purpose of this study is to provide basic data and implications for domestic coaching research related to strengths by analyzing trends in domestic coaching research related to strengths. To this end, a total of 36 domestic academic papers and dissertations published from 2011 to 2020 that meet the selection criteria were selected for analysis. The selected papers were analyzed by classifying them by research period, research subject, research method, research variable, and research publication type. Analysis Results First, domestic coaching studies related to strengths were first published in 2011, and the number of studies increased from 2015. Second, the study subjects were mainly adolescents (36.1%), university students (25%), and adults (22.2%), and no studies on the elderly were conducted. Third, as for the research method, experimental studies (77.8%) accounted for the majority, so the research method was highly biased. Fourth, as a result of analyzing the research variables by classifying them into 6 types according to the attributes of the variables, a total of 51 variables including 16 variables in psychological/emotional type and 13 variables in career/occupational type were used in a total of 83 studies. Fifth, the majority of research publication types were master's thesis. Based on the above analysis results, we intend to provide implications for the research direction that should be dealt with in future strength-related coaching studies in Korea.

Key Words: Strengths, Positive psychology, Coaching, Research trends

---

\* Ph. D. Student, Department of Studies in Counseling & Coaching, Dongguk University.

\*\* Ph. D. Student, Department of Studies in Counseling & Coaching, Dongguk University.