

메타버스 공간을 활용한 대학생 코칭 프로그램 개발과 효과

김경아¹ · 윤희정¹ · 김지은²¹숙명여자대학교 기초교양학부 교수 · ²숙명여자대학교 교양교육연구소 연구교수

Development and Effectiveness of a University Student Coaching Program Using Metaverse Space

Kyoung A Kim¹ · Hui-Jeong Yun¹ · Jieun Kim²¹Division of General Education, Sookmyung Women's University, Professor · ²General Education Research Institute, Sookmyung Women's University, Research Professor

Abstract

This study aims to develop and implement a coaching program in the metaverse space to address issues faced by university students during their life stage and verify their effectiveness. The overall program consists of four sessions: "Opening," "Metaverse-based Coaching Clinic (2 sessions)," and "Coaching Clinic Reflection and Feedback." A total of 20 participants were selected through S University's extracurricular program system. To assess the effectiveness of the program, surveys, as well as focus group interviews (FGIs) were conducted. Using SPSS 26.0, significant differences were observed in the participants' career decision self-efficacy and resilience. The FGIs were conducted with a total of four participants divided into two groups, with each group lasting for one hour. The analysis revealed key phases, including the introductory phase comprising participants' motivation and expectations, the main phases consisting of program operation, coaching perception and outcomes, metaverse environment, and metaverse coaching perception and outcomes, as well as the concluding phase in which recommendations are suggested for subsequent programs. The study confirmed the significant impact of coaching in the metaverse space and highlighted the maximization of coaching effectiveness through mutual anonymity facilitated by avatars. This research holds significance as an exploratory study that practically verifies the potential expansion of the metaverse environment in the coaching field.

Keywords

metaverse based coaching, university student, extracurricular program

Received: July 20, 2023

Revised: August 3, 2023

Accepted: August 3, 2023

This article was presented as a poster session at the Conference of the Korean Home Economics Association on June 3, 2023.

Corresponding Author:

Hui-Jeong Yun

Division of General Education,
Sookmyung Women's University,
Cheongpa-ro 47-gil 100, Yongsan-gu,
Seoul 04310, Korea
Tel: +82-2-2077-7724
E-mail: yunhj@sookmyung.ac.kr

Jieun Kim

General Education Research Institute,
Sookmyung Women's University,
Cheongpa-ro 47-gil 100, Yongsan-gu,
Seoul 04310, Korea
Tel: +82-2-710-9328
E-mail: cogito@sookmyung.ac.kr

서론

예기치 못한 코로나 팬데믹의 영향과 급격한 제4차 산업혁명 시대의 진입에 따라 우리의 삶은 비대면 온라인 체제로 빠르게 변해되었다. 이렇게 비대면 문화가 확산됨에 따라 산업과 비즈니스 분야에서 다양한 기술을 활용한 디지털 전환이 이루어졌으며, 대학에서도 에듀테크 기반의 교육과 온라인 환경으로의 전환이 대대적으로 추진되었다. 이러한 전환은 시공간을 초월한 편리성과 이로 인한 경제적 이득, 관계구축에 따른 정서적 에너지 절감 등 긍정적 이점들을 영유케 했다. 반면 사람들과 관계 형성의 어려움, 소통 기회의 부족, 뉴노멀(new normal) 시대에 따른 디지털문화 부적응 등의 문제들을 양산하였다. 이러한 혼란 속에서 현재 대학생들은 학교라는 삶의 중요한 공간을 온전히

누리지 못하고 있을 뿐 아니라(Kang et al., 2020) 개인적·심리적·사회적 측면에서 과거 기존 세대들과는 또 다른 차원의 시대적 과제와 사안들로 어려움을 겪고 있는 실정이다.

따라서 대학생 시기 성공적인 사회인으로서의 도약을 위하여 이 시대가 요구하는 발달과업을 잘 수행(Credé & Niehorster, 2012) 할 수 있도록 대학 차원의 교육적 서비스가 제공되어야 한다. 그 중의 일환으로 대학생들이 당면한 대인관계, 학업문제, 대학생 생활 적응, 경제적 문제, 역량 강화, 취업 스트레스 등 제반 문제해결을 위한 일련의 접근방법으로 코칭이 적용되고 있다. 실제 코칭 경험은 대학생들의 긍정심리자본 향상, 자아정체감 확립, 스트레스 감소, 리더십 함양, 진로태도 성숙 등에서 그 효과성이 검증되고 있는 추세이다(Kyung & Tak, 2019; Nam, 2021; Noh & Jyung, 2015; Oh & Tak, 2020). 코칭은 성과를 극대화하기 위해 개인의 잠재력을 이끌어내는 것(Whitmore, 2017)으로, 개인의 잠재력을 극대화하여 자신의 삶에 대한 주도적 책임을 갖고 최상의 가치를 실현할 수 있도록 지원하는 수평적 파트너십(Yun et al., 2021)이며, 변화와 성장을 위한 변화율이 가장 높은 것으로 평가되고 있다(Kim, 2013). 이처럼 코칭은 병리적 측면의 접근이 아닌 일상적 측면의 이슈들에 초점을 두어 문제해결을 위한 동기부여를 극대화함으로써 스스로 심리적 부담감 없이 주도적으로 코칭 세션에 참여할 수 있다는 장점이 있다.

코칭형태는 크게 면대면과 전화(실시간 화상회의 소프트웨어인 Zoom, Teams, Webex 등 포함)로 구분된다. 그동안 주로 대면 중심으로 이루어진 것과 달리 코로나19로 사회적 거리두기가 일상화되면서 비대면 온라인 플랫폼을 활용한 코칭이 활발히 이루어졌다. 그러나 언택트(untact) 방식이 일반화되면서 비대면 소통에서 줌 피로감(zoom-fatigue) 등을 토로하거나 소통의 부족, 집중력 저하 등을 토로하는 부작용이 야기되고 있는 것으로 나타났다(Lee, 2022).

그런 의미에서 메타버스(Metaverse)는 기존 온라인 교육에서의 상호작용과 소통부재의 한계점을 뛰어넘어 오프라인 공간과 유사한 경험을 할 수 있는 강력한 도구(Han & Noh, 2021)로 떠오르고 있다. 즉, 메타버스는 현실과 가상세계가 융합될 수 있는 새로운 디지털 공간 플랫폼으로, 자신을 대신하는 아바타가 가상의 공간에서 실제와 같은 경험을 할 수 있도록 유도함으로써 현장감, 몰입 및 참여를 극대화시킬 수 있다. 실제로 메타버스 플랫폼 가상공간 환경은 시간과 장소에 구애 없이 유용한 소통 채널을 제공한다. 디지털 노마드(digital nomad)인 대학생들은 그 어느 세대보다 메타버스에 친숙한 세대로서 거부감 없이 오히려 친숙하게 그 안에서 상호작용이 이루어질 것으로 예견한다. 그럼에도 단

순히 메타버스 공간에 있다고 해서 참여자들의 만족도나 효과성이 보장되지는 않는다. 따라서 본 연구에서는 교수제체개발 모형인 ADDIE 모델(Brunch, 2009)을 기반으로 메타버스 환경에서의 코칭 프로그램을 개발, 운영하여 그 효과성을 살펴보았다. 특히 최근 고등학생들을 대상으로 대학의 생활과학전공 분야에 대한 교육요구 조사 결과 '삶의 질 향상을 위한 코칭' 분야에 대한 요구가 높은 것(Kim et al., 2022)으로 나타난 만큼, 코칭 분야에 대한 본 연구의 접근과 시도는 가정학의 확장을 위한 매우 의미 있는 대안을 제공할 수 있을 것으로 사료된다. 현재 기존 코칭의 효과성이나 메타버스 활용 교육의 효과성에 대한 연구는 축적되고 있으나 아직까지 메타버스를 기반으로 한 코칭 공간에서 실제 코칭 세션이 진행된 연구는 찾아보기 어렵다. 본 연구는 디지털 전환 시대, 대학생 시기 당면한 진로·의사소통·대인관계 등 삶의 다양한 이슈들에 대한 코칭적 접근을 통해 패러다임의 전환과 성장의 계기를 제공하고자 시작되었다. 일찍이 선행연구 결과에서 코칭이 대학생들의 진로결정자기효능감(Cho & Tak, 2016; Jung & Jeong, 2019; Kim, 2022)과 회복탄력성(E. H. Kim, 2021; Kim, 2022)에 긍정적 영향력이 있음을 확인한 바 있다. 이의 연계선상에서, 본 연구는 메타버스라는 새로운 공간환경 내에서도 그 효과성이 유지될 수 있는지를 검증하고자 한다. 이에 본 연구에서는 대학생을 대상으로 메타버스 기반의 코칭 프로그램을 개발·실시한 후 효과성의 검증을 목적으로 한다. 그런 만큼 설문 조사와 초점집단면담(focus group interview)을 병행하여 그 결과를 평행적으로 설명한 후 통합적으로 효과성을 도출하고자 한다. 이는 메타버스 환경 내 코칭의 효과성을 입증할 수 있는 최초의 실험적 연구로서 코칭 분야의 고도화 및 대학생들의 삶의 질 향상과 건강한 미래 인재양성에 긍정적으로 기여할 수 있을 것으로 기대한다.

이론적 배경

1. 대학생 대상 코칭 프로그램 현황

대학에서 수행되는 코칭 프로그램은 교과 및 비교과의 영역에서 모두 이루어지고 있으며, 코칭 및 코칭교육에 대한 연구와 접목되고 있다. 프로그램의 현황을 살펴보면, 먼저 학부과정에서는 대학생들을 대상으로 코칭 교육이 활성화되고 있다. 특히 한국코치협회는 대학생들의 개인적 성장과 핵심인재 육성을 위하여 대학 내 코칭 교육 도입을 위해 대학 검증 프로그램 제도를 실시하고 있다. 일련의 검증과정을 거쳐 인증 프로그램으로 인정되면 교

Table 1. Coach Certification Programs for Universities

Course	University	Credits
코칭의 이론과 실제	송실사이버대학교	3
코칭리더십	협성대학교	3
라이프코칭 방법론	제주대학교	3
커리어코칭 이해와 실제	서울디지털대학교	3
라이프 코칭	고려사이버대학교	3
코칭	경희사이버대학교	3
리더십코칭	동신대학교	2
창의성 코칭	조선대학교	3

Source: Korea Coach Association (2023)

과목을 이수한 학생들에게 Korea Associate Coach (KAC) 자격 취득을 위한 인증시험 응시자격이 부여된다. 인증 프로그램은 교양·전공 영역에서 최소 2학점 또는 20시간 이상의 특별교육으로 구성되어야 하며, 코칭 실습시간이 총 교육시간의 30% 이상이어야 한다. 본 제도는 검증받은 학기로부터 3년간 유효하다. 각 프로그램은 해당 대학의 코칭 관련 학과의 전공교과목으로 개설·운영되고 있는 것으로 확인되었다. 현재 운영되고 있는 대학 검증 프로그램은 다음 Table 1과 같다.

한국코치협회 인증 대학 검증프로그램 외에도 코칭 관련 교과목을 운영하고 있는 대학 사례도 확인할 수 있다. 먼저 남서울대학교에서는 ‘성격심리코칭’과 ‘성격과 코칭’, ‘리더십 코칭’(Do & Jung, 2012)을, 동국대학교와 숙명여자대학교는 ‘코칭리더십’ 교과를 각기 운영하고 있다(Lee & Shim, 2020; Sookmyung Women’s University, 2023).

한편 코칭을 연계한 비교과 프로그램의 경우 다양한 목적으로 개설되고 있으며, 프로그램의 효과를 검증하는 연구로 이어지는 경우가 많다. 이를 분류한 연구(Yun et al., 2021)에 따르면 대학생들의 학습능력 향상에 목표를 두고 설계된 학습코칭(Moon, 2021; Nam & Ryu, 2017), 미래 진로결정이나 진로관리를 위해 진행된 진로코칭(Jung & Jeong, 2019; Kim, 2022; Lent & Hackett, 1987; Seo & Jeong, 2016), 대학생활적응을 돕는 다양한 코칭 프로그램(Ji, 2018; Nam & Ryu, 2021; Tak et al., 2017) 등으로 제시하였다. 이 밖에도, 코칭의 적용에 따른 효과 및 가능성을 검증하고자 하는 연구(Kyung & Tak, 2019; Park, 2022; Shim et al., 2019), 코칭 환경을 중심으로 보아 온라인·비대면 코칭 프로그램의 개발 사례 및 효과를 검토한 연구(Cho, et al., 2022; Kim, 2022) 등을 확인할 수 있다. 이러한 경향을 볼 때, 대학생 대상의 코칭 프로그램은 학습과 진로 및 적응 나아

가 효과를 향상시키기 위한 다양한 코칭환경까지 그 범위가 확장되고 있음을 엿볼 수 있다.

2. 메타버스의 개념

메타버스는 1992년에 출간된 닐 스티븐슨의 SF소설 ‘스노우 크래시(Snow Crash)’에서 처음으로 등장한 것으로 알려졌으며, 소설 속 가상세계를 뜻한다. 메타버스(Metaverse)는 현실 세계를 나타내는 유니버스(Universe)에 ‘이상의, ~을 초월하는(after, beyond)’ 등의 뜻을 가지는 접두사 meta가 합쳐진 용어이다. 2000년대 초반에 구글의 3D 지도 서비스인 ‘구글 어스(Google Earth)’, 3D 가상세계인 ‘세컨드 라이프(Second Life)’ 등이 등장하면서 3D Web에 대한 관심이 높아졌으며, 사회적, 경제적 활동이 가능한 새로운 미래 공간으로서의 메타버스에 대한 논의가 활발해지기 시작하였다(Han, 2021).

2006년 5월에 미국 미래학회 Acceleration Studies Foundation (ASF) 주관으로 메타버스 로드맵 서밋(Metaverse Roadmap Summit)이 개최되었으며, 메타버스 개념과 전망에 대한 토론 내용은 2007년에 ‘메타버스 로드맵(Metaverse Roadmap) 보고서’로 발표되었다. 본 보고서에 따르면, 메타버스는 ‘가상적으로 확장된 물리적 현실(virtually-enhanced physical reality)’과 ‘물리적으로 영구화된 가상공간(physically persistent virtual space)’의 융합으로 정의되어 있다(Smart et al., 2007). 즉, 기존에 3D 가상세계로 논의되던 메타버스 개념에 ‘현실’을 덧붙여 그 범위를 확장하고, 가상세계와 현실 세계의 적극적인 상호작용을 통한 진화적 발전 방향을 제안한 것이라 할 수 있다.

한편, 메타버스의 주요 구성요소는 메타버스에서 개인의 정체성(identity)을 표현해 주는 아바타(avatar), 아바타와 다양한 사물들(objects)이 위치하는 공간, 아바타가 그 공간에서 자유롭게 움직이며 다양한 제스처와 표정을 취하도록 해 주는 행동, 그 공간 속에서 아바타의 다양한 활동에 대한 보상이나 거래를 위한 경제적 시스템 등으로 설명될 수 있다(J. H. Kim, 2021). 메타버스는 연결된 네트워크 속에서 상호작용을 수행하며, 이는 메타버스의 역동성을 이끌어 낸다. 즉, 아바타들의 연결과 협력 속에서 메타버스 내에서의 몰입(immersion)이 가능하게 된다(Kim et al., 2022). 가상세계 유형의 메타버스는 게임적 요소에 사용자를 대리하는 아바타 및 메타버스 내 인공적 존재들과의 관계 형성이 포함된 개념이라 할 수 있다. Schmitt (1999)는 감각체험, 감성체험, 인지체험, 행동체험, 관계체험 등 5가지 체험 요소를 제시하였는데, 이 가운데 관계체험은 감각, 감성, 인지, 행동 체험 등 다



Figure 1. Examples of Metaverse in universities (Gwangwoon University Metaverse classroom, Sungkyunkwan University Metaverse JOB FAIR, Sookmyung Women's University, Snowverse).

Source: Daily Smart (2021); Etnews (2021); Sungkyunkwan University (2021)

른 4가지 차원들을 모두 포함하고 있는 개념으로서 사회적 집단과의 연결을 의미하여 메타버스 체험의 중요한 부분과 연결된다 고 보았다(Hwang et al., 2021).

3. 대학 내 메타버스 활용

코로나19로 인하여 온라인 교육, 재택근무, 화상회의 등과 같은 비대면 환경에서의 활동이 급속도로 확산되면서, 물리적 환경에 대한 대안으로서 메타버스를 구성하여 활용하는 추세가 등장하였다. 이러한 추세는 교육기구에서도 보여지고 있으며, 여러 대학들은 메타버스 플랫폼 환경에서 학생들이 참여할 수 있는 공간을 마련하여 대학생활을 위한 이벤트를 진행하기도 하고, 수업에 직접 활용할 수 있도록 지원하기도 하였다(Figure 1).

대학에서의 메타버스 활용 사례를 살펴본 바(Han & Noh, 2021; Na et al, 2022; Oh, 2022; Yu, 2022) 다음과 같은 특성을 볼 수 있다. 먼저, 구성원 참여 및 교류 공간으로서 메타버스를 활용하고 있다. 즉 코로나19에 대한 대응방안으로 대학들은 온라인 수업 체제로 전환하고 온라인 환경에서 수업이 정상화될 수 있도록 체계적인 지원을 시행하였다. 이후에는 학생들의 대학생활 회복에 관심을 두기 시작하면서 메타버스를 활용하였다. 가상공간에서의 체험과 소통에 자연스럽게 참여하는 MZ세대의 성향을 반영하여 대학에서 오프라인에서 진행하던 행사들을 메타버스에서 개최하였다. 이후 범위를 확장하여, 교육 및 역량강화 플랫폼

으로 메타버스를 개발하고 있다. 대학들은 온라인 수업환경의 실재감을 제고하기 위하여 강의실 공간을 메타버스로 구현하여 활용하도록 지원하기도 하고 학생들의 취업 및 진로개발을 위한 공간 등을 구축하여 학생 참여를 촉진하고 있다. 이처럼 대학 수업과 대학생활에 대한 회복을 위한 긴급한 조치로서 선택되었던 메타버스는 이제 새로운 가능성을 볼 수 있는 도구로 인식되기 시작하였다고 할 수 있다. 또한 메타버스 공간의 특성요소를 바탕으로 활용할 수 있는 가능성도 증대되고 있다. 기술훈련을 위한 메타버스 실습공간의 특성요소를 추출하여 개발 가이드를 제시(Shin et al., 2022)하거나 코칭 프로그램을 위한 메타버스 공간을 제안함(Yun, 2023)으로써 해당 프로그램들의 목표를 극대화하는 노력도 더불어 수행되고 있다.

또한, 최근 대학의 메타버스 활용이 증가하면서 관련 효과성을 검증하는 연구들이 수행되었다. 주요 연구들을 살펴보면, 메타버스 활용 교육 프로그램이 학생들의 수업몰입 증진 및 교육을 통한 인식개선에 효과적이고(Nam et al., 2022) 교실 수업보다 학습 성과와 만족도를 높임으로써 학습자의 참여와 몰입을 증진시키며(Choo & Ju, 2023), 녹화수업보다 교육효과가 높다고 보고되었다(Park & Lee, 2022). 이러한 결과는 메타버스를 활용한 프로그램이 공간의 한계를 극복하고 학습자의 몰입을 높여 교육효과를 증진시키는 데 기여할 수 있음을 시사한다.

Table 2. Characteristics of Participants (N=14)

변인	구분	N	%	변인	구분	N	%
학년	1학년	7	50.0	전공계열	인문사회	6	42.9
	2학년	4	28.6		자연과학	2	14.3
	3학년	2	14.3		예체능	2	14.3
	4학년	1	7.1		공학	4	28.6

연구방법

프로그램의 효과성을 파악하기 위하여 다음과 같이 설문조사와 초점집단면담을 병행하였다. 이를 위해 본 프로그램에 참여한 20명에게 참여 의사 확인 후, 수락 의사를 표한 참여자들에게 연구윤리에 대한 안내와 동의를 거쳐 진행하였다.

1. 설문조사

연구대상자는 프로그램 참여 전에 의사를 확인하여 수락한 대상자 총 14명으로 각각 사전-사후 검사를 실시하였다. 다만 공통적으로 이루어지는 사전, 사후 설문 외에 추가적으로 설문조사가 이루어졌으며, 조사기간은 전체 일정과 동일하게 조율하였다. 조사대상자의 일반적 특성은 Table 2와 같다.

본 프로그램의 효과성을 파악하기 위한 조사도구는 진로결정자기효능감과 회복탄력성 척도를 사용하였다. 먼저 진로결정자기효능감은 Betz 등(1996)척도를 한국 대학생을 대상으로 타당화한 Lee와 Lee (2000)의 척도를 사용했다. 이 척도는 총 25문항의 5점 리커트 척도로 측정되며, 점수가 높을수록 진로결정에 대한 계획을 수행하는데 자신감을 가지고 있다는 것을 의미한다. 척도의 탐색적 요인분석 결과 문항별 요인부하량은 사전검사와 사후검사 모두 .626~.931의 분포를 보였고, 설명된 총분산의 경우 사전검사는 77.43%, 사후검사는 78.14%로 나타났다. 척도의 신뢰도 분석 결과 Chronbach's alpha 값은 사전조사 .882, 사후조사 .953으로 적합한 것으로 나타났다. 다음으로 회복탄력성은 한국판 Connor-Davidson 척도(Baek et al., 2010)를 사용하였다. 이 척도는 총 25문항의 5점 리커트 척도로 측정되며 점수가 높을수록 회복탄력성이 크다는 것을 의미한다. 척도의 탐색적 요인분석 결과 문항별 요인부하량은 사전검사와 사후검사 모두 .577~.987



Figure 2. FGI.
Source: V-STORY

Table 3. General Characteristics of Participants (N=4)

참여자	전공	학년	코칭 관련 경험
김제이	법학부	2학년	없음
임라오	법학부	1학년	비교과 프로그램 참여
정가온	행정학과	1학년	없음
홍채원	교육학부	4학년	교과목 수강

의 분포를 보였으며 설명된 총분산은 사전검사 86.78%, 사후검사 88.68%로 나타났다. 척도의 신뢰도 분석 결과 Chronbach's alpha 값은 사전조사 .917, 사후조사 .940으로 높게 나타났다. 자료 분석을 위해 SPSS ver. 26.0(IBM)을 사용하였으며, 자료 분포의 정규성을 검증하기 위하여 Shapiro-Wilk 검정을 수행하였다. 이후 프로그램의 사전-사후 효과성 분석을 위하여 대응표본 t-검증을 실시하여 종합적으로 분석하였다.

2. 초점집단면담

연구대상자는 프로그램 참여자 중 지원자 총 4명으로 대상자의 학년과 전공 등을 고려하여 인터뷰 그룹을 구성하였다. 코칭이 끝난 후 2023년 1월 30일, 2월 1일 총 2개의 그룹으로 나누어 Figure 2와 같이 메타버스 공간에서 인터뷰를 진행하였다. 참여자의 특성은 다음의 Table 3과 같다.

인터뷰는 각각 1시간 이내로 진행되었으며 모든 인터뷰는 사전 동의하에 내용을 녹음 전사하였다. 인터뷰 질문지는 메타버스 플랫폼, 본 프로그램의 코칭 세션, 비교과 프로그램 운영 관련 사항 등 세 영역으로 질문의 방향을 설정하였다. 전체 진행은 Krueger과 Casey (2000)의 FGI 단계를 바탕으로 하되 도입/전환/주요/마무리의 단계 중 도입과 전환을 통합하여 도입/주요/마무리의 3단계로 구성하였다. 인터뷰를 위한 질문지는 인터뷰 대상자에게 사전에 메일로 배부하였으며, 인터뷰 시작 시 진행자가 기본 원칙을 설명하였다. 자유롭게 의견을 나눌 수 있는 분위기 조성을 위하여 도입 단계에서는 본 프로그램에 참여한 동기나 기대 사항을 나누면서 라포를 형성하였다. 다음 핵심질문을 중심으로 인터뷰를 진행한 후, 마무리 단계에서 본 프로그램 및 코칭에 대한 소감을 나누면서 정리하였다. 각 단계에 따른 질문 내용으로, <도입> 단계에서는 본 프로그램의 참여 동기·프로그램 운영, <주요> 단계에서는 코칭 인식 및 성과·메타버스 환경 인식·메타버스 코칭 인식 및 성과, 끝으로 <마무리> 단계에서는 후속 프로그램 제안·프로그램 추천의 말 등으로 구성하였다. FGI 결과 69쪽 분량의 자료를 분석하기 위하여 전사한 내용을 반복적으로 읽고 전체적인 의미를 파악하였으며 나아가 주제와 관련된 의미

있는 단어, 문장, 단락을 중심으로 키워드를 추출하였다. 이후 추출된 키워드를 압축하는 과정에서 <주요> 단계의 질문을 중심으로 프로그램 운영, 코칭, 메타버스, 메타버스 코칭이라는 네 개의 주제 묶음으로 분류하였다.

연구결과

1. 프로그램 개발과 운영

본 프로그램은 대학생들의 다양한 이슈들을 해결하기 위하여 코칭적 해결을 접목하였다. 특히 코칭과정은 보다 코치이 개인의 익명성을 보장하기 위한 방안으로 아바타를 활용한 메타버스 공간을 연출하여 이루어졌다. 또한 전 진행과정을 원활하게 운영하기 위하여 S대학교 온라인 학습관리시스템을 활용하였다. 본 프로그램에 참여한 코치는 코치자격증을 보유한 3명으로 구성되었다. 개발된 프로그램은 총 2회에 걸쳐 전문가 3인의 내용타당도 검증 과정을 거쳐 확정되었다. 전체 프로그램의 진행과정을 도식화하면 Figure 3과 같다.

프로그램 참여자를 확보하기 위하여 S대학교 비교과 시스템을 통하여 공지 후 신청자 20명을 선착순으로 모집하였으며, 이수자에게는 본 대학 비교과 프로그램 참여 보상인 '마일리지'가 인센티브로 부여되었다. 코칭에 앞서 참여자들의 신청동기와 기대 및 코칭 주제에 대한 설문은 2022년 12월 27일~28일 양일간 실시되었다. 설문 방법은 구글 설문지를 사용하였다.

1) 오프닝

오리엔테이션은 S대학의 학습관리시스템에 '코칭클리닉 in Metaverse'를 개설하여 미리 제작된 영상 강좌를 제공하였다. 오프닝은 프로그램 진행 안내, 메타버스 코칭, 메타버스 코칭룸 가이드 등 총 3개의 과정으로 구성되었다. 먼저 프로그램 진행 안내는 전체 프로그램 진행 절차 및 이수 조건에 대한 안내가 이루어졌다. 다음 사전에 제작된 메타버스 코칭은 본 프로그램의 취지와 배경 및 코칭에 대한 이해를 돕기 위하여 영상으로 제공되었다. 끝으로 메타버스 코칭룸 가이드에서는 코칭클리닉을 위한 메타버스 공간의 회원 가입, 아바타 캐릭터 설정, 코칭룸 입장과 퇴장 등 메타버스 사용자 매뉴얼에 대하여 안내하였다. 오프닝 과정은 2022년 12월 29일부터 30일 간 자유롭게 접속하여 이수할 수 있도록 진행하였다.

2) 메타버스 코칭

메타버스 코칭에 앞서 조사한 코칭 주제와 신청 동기를 고려하여 총 3명의 코치와 20명의 코치이 간 매칭이 이루어졌다. 각 코치는 담당할 코치이들과 사전에 개별 연락을 취해 코칭 일시를 결정하였다. 코칭 장소는 '가람', '나래', '라운'으로 명명한 코칭룸을 사용하였다. 코칭 진행 전 코치와 코치이는 모두 메타버스 플랫폼인 V-STORY에 접속하여 각자 선호하는 아바타 캐릭터를 설정하였고, 약속된 코칭룸으로 입장하여 코칭을 진행하였다. 코칭에 앞서 코치와 코치이의 책임과 코칭 준수사항에 대한 '코칭클리닉 협의서'를 코칭룸 벽면에 띄워 공유하여 서명하는 등의 절

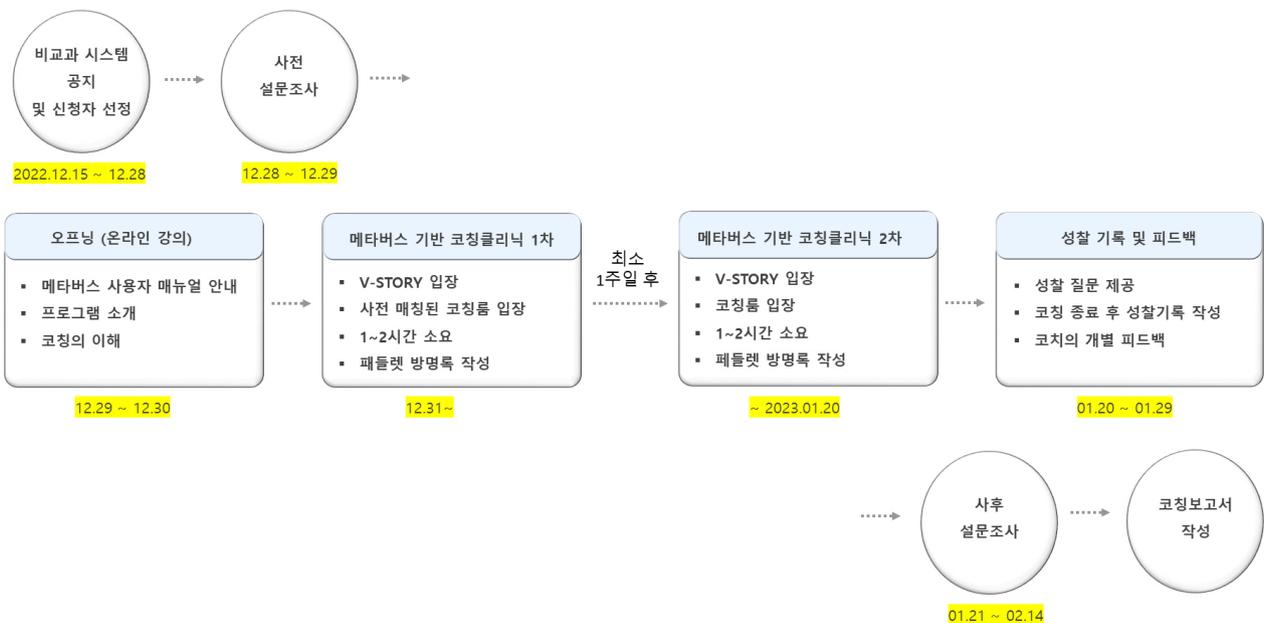


Figure 3. Metaverse coaching program process.



Figure 4. The reality of Metaverse coaching.
Source: V-STORY

차를 거쳐 공유드라이브에 보관하였다. 다음 코칭은 사전 조사한 코칭 주제에 대하여 이루어졌으며 공통적으로 Whitmore (2017)의 GROW (Goal, Reality, Option, Will) 모델에 기반하여 진행하였다. 코칭은 1~2 시간 내 이루어졌으며 코칭 종료 후 각각 코칭룸에서 구글 링크를 공유하여 ‘코칭리뷰 및 실행계획’을 작성할 수 있도록 하였다. 또한 코치이가 작성한 본 내용(오늘의 코칭에서 자신에게 발견한 강점은 무엇인가요?, 오늘 코칭에서 실행하고자 한 계획을 기록해 드립니다)은 코치와 코치이 모두에게 이메일을 통해 자동 전송될 수 있도록 세팅하여 코치이 스스로 자신이 작성한 계획과 실천의지가 지속적으로 유지될 수 있도록 하였다. 1차, 2차 코칭 세션의 간격은 최소 1주일을 두었으며 총 코칭 기간은 2022년 12월 31일~2023년 1월 20일이었다. 또한 코칭 기간 중 코치이들 간 상호 독려될 수 있도록 메타버스 코칭 공간에 패들렛(Padelet)을 연결하여 각자의 코칭 소감과 각오 등을 무기명으로 자유롭게 공유할 수 있는 장을 마련하였다. 이러한 온라인 협업 도구를 사용하여 메타버스 코칭을 공유하고 있는 참가들 간의 진솔한 글 속에서 상호 긍정의 에너지를 나눌 수 있는 시너지 창출의 공간이 되었다. 메타버스 코칭의 실제 장면은 Figure 4와 같다.

3) 성찰기록 및 피드백

총 2회의 코칭이 끝난 후 3일 이내에 코치이의 성찰기록이 실시되었다. ‘나 자신에 대해 정의를 내리면 어떤 사람이라고 생각하십니까?’, ‘함께 코칭한 주제와 관련하여 앞으로 어떤 계획을 갖고 계십니까?’, ‘변화와 성장을 위해 나에게 응원의 메시지를 보내 보시기 바랍니다’ 등 총 3개의 질문에 대하여 자유롭게 온라인 학습관리시스템에 작성하였다. 담당 코치는 제출된 성찰기록을 확인 후 3일 이내 피드백을 제공하여 앞으로의 실행 의지가 지속될 수 있도록 격려했다. 특히 본 공간은 1:1 게시판으로 설정하여 코치이와 담당 코치만 소통할 수 있도록 하였으며 1월 20일~29일까지 진행되었다. 끝으로 본 프로그램에 대한 사후설문조사와

Table 4. Normality Test (N=14)

변수	구분	Shapiro-Wilk		
		통계	자유도	CTT 유의확률
진로결정자기효능감	사전	.984	14	.991
	사후	.937	14	.385
회복탄력성	사전	.902	14	.119
	사후	.936	14	.366

코칭보고서로 종결하였다.

2. 프로그램 효과

1) 설문조사

(1) 자료의 정규성 검증

변수들의 정규성 검증을 위해 Table 4와 같이 샘플의 수가 적을 때 권고되는 Shapiro-Wilk 검정을 실시하였다. 분석 결과 유의확률이 모두 0.05 이상으로 나타나 진로결정자기효능감과 회복탄력성의 사전-사후 검사 모두 정규분포임이 확인되었다.

(2) 사전-사후 검사의 대응표본 t-검증

진로결정자기효능감과 회복탄력성의 사전 사후 검사의 대응표본 t-검증 분석 결과는 Table 5와 같다. 먼저 진로결정자기효능

Table 5. Paired t-test (N=14)

변수	구분	M	SD	t	p
진로결정자기효능감	사전	3.40	.46	-7.78	.000
	사후	4.11	.41		
회복탄력성	사전	3.44	.72	-4.92	.000
	사후	4.06	.54		

Table 6. Structure of Focus Group Interview

FGI 구조	실제 적용 단계	범주
도입	〈도입〉	프로그램의 참여 동기
전환		프로그램의 참여 기대
주요	〈주요〉	프로그램 운영
		코칭 인식 및 성과
		메타버스 환경
마무리	〈마무리〉	메타버스 코칭 인식 및 성과
		후속 프로그램 제안 및 추천

같은 사전 검사(3.40)에 비해 사후 검사 평균(4.11)이 0.71점 증가한 것으로 나타났고, 회복탄력성은 사전 검사(3.44)보다 사후 검사(4.06)가 0.62점 상승한 결과를 보였다. 이후 대응표본 *t*-검증을 실시한 결과 두 변수 모두 사전 검사와 사후 검사 평균에 유의미한 차이가 있는 것으로 나타나 본 비교과 프로그램이 참여자의 진로결정자기효능감과 회복탄력성 증진에 긍정적인 영향을 준 것으로 확인되었다.

2) 초점집단면담

인터뷰이들의 자료를 분석한 결과, Table 6과 같이 3단계 7개 범주가 도출되었다.

(1) 〈도입〉 프로그램 참여의 동기와 기대

〈도입〉 단계에서는 인터뷰 참여자와의 라포 형성을 위하여 간단한 자기소개로 시작하여 본 프로그램에 참여하게 된 동기와 기대를 서로 나누는 것으로 진행되었다.

① 프로그램의 참여 동기

인터뷰 참여자들은 공통적으로 코칭에 대한 긍정적 인식과 관심을 가지고 있었고 이것이 참여의 주된 동기였음을 엿볼 수 있다. 또한 메타버스 환경도 긍정적인 흡입 요인인 것으로 나타났다.

우리 학교 비교과 페이지에 올라온 것을 보고 참여하게 되었는데 평소 코칭 프로그램이 자주 올라오는 것을 관심을 가지고 보고 있었어요. 이번에 본 프로그램이 올라와서 반갑게 신청을 하게 되었습니다. (김제이)

다른 친구들이 취업할 때 제가 창업을 선택했는데, 그 동안 느꼈던 어려움이 있었습니다. 저는 수업을 통해 코칭을 받아보기도 했고 해보기도 했는데, 지금 이 시점에서 코칭이 지금 저한테 필요할 것 같다는 생각을 해서 신청을 하게 됐고요. (홍채원)

슬직히 메타버스에 관심이 있었어요. 그리고 일대일로 코칭이 진행되는 것도 좋았습니다. ... 나의 강점이 무엇인지를 찾고 싶어서 신청을 했었고, 하고 나서 좀 달라진 점은 확실히 뭔가 제 자신한테 약간 믿음이나 자신감이 생긴 것 같다는 생각이 들었어요. (임라오)

② 프로그램의 참여 기대

진로에 대해 명확한 비전이 요구되는 대학생 시기인 만큼, 진로에 대한 기대가 큼을 알 수 있다. 또한 진로와 연계하여 메타버스 환경에 대한 경험의 기대도 작용했음을 알 수 있다. 한편 코칭이 낯선 코치이의 경우, '교수님의 조언'을 기대했었으나 오히려 처음의 기대와는 달랐음에도 코칭의 긍정적 효과를 경험했음을 확인할 수 있었다.

일단은 제가 꿈꾸고 있는 진로에 대해서 명확하게 언어로 설명하는 걸 잘 못한다고 생각을 했어서 교수님이랑 대화를 나눠보면서 그거를 조금 더 구체화시키면 좋을 것 같다는 생각에 신청을 하게 되었고 ... (김제이)

(제가 운영하는) 회사도 메타버스를 활용해서 진로교육을 하고 있는 회사인데, '진로 메타버스의 특징이 뭐냐? 이걸 왜 메타버스에서 해야 되냐?'에 대해 솔직하게 대답할 수 있어요. 그런데 막상 제가 메타버스에서 뭔가를 대상으로 참여해 본 적은 없었던거예요. 저도 진짜 경험해 본 사람으로서 얘기를 하고 싶은 측면이 있어서 메타버스 코칭을 신청을 하게 되었습니다. (홍채원)

저는 뭔가 코칭이라고 해서 교수님 코치님께서 저를 이렇게 이끌어 가주시는 건 줄 알았거든요. 뭔가 나한테 조언을 뭔가 해주시고 이런 건 줄 알았는데 그냥 계속 처음에는 질문만 해 주시니까 처음에는 좀 많이 당황했거든요. 그래서 많이 당황을 했는데 오히려 계속 뭔가 질문을 받고 거기에 대해서 바로바로 생각을 하면서 말하다 보니까 내가 진짜 원했던 거는 이런 거였구나 해서 좀 놀라웠고 '내 스스로 뭔가 답이 있었네' 이게 되게 신기했어요. (임라오)

(2) 〈주요〉 코칭의 성과와 메타버스 기반 코칭의 효과 인식

〈주요〉 단계에서는 본 프로그램의 운영과 코칭의 성과 및 메타버스 기반 환경과 코칭의 효과 등이 도출되었다.

① 프로그램의 구성 및 운영

전체 프로그램 구성과 과정과 관련하여 우선 코칭 전 온라인 오리엔테이션이 도움이 되었다는 긍정적인 효과를 확인할 수 있었다. 다만 개별 코칭에 집중된 결과 학생들이 함께 하는 활동에 대한 고려가 향후 요구될 부분이라 사료된다. 특히 코칭 후 수행된 성장기록에 대하여 코칭 세션을 스스로 정리하고 실행을 위한

의지를 다질 수 있다는 점에서 의미 있는 과정이었음을 알 수 있다. 한편 프로그램 운영 시기와 횟수에 대해서는 시기적으로는 방학이 시작되고 연초(年初)였기에 적절했다는 의견이 컸으나 2회 코칭 세션 횟수는 3회 이상으로 확대하기를 바라는 의견이 많은 것으로 나타났다.

본격적인 코칭을 시작하기 전에 강의를 보면서 코칭이 무엇인지 또 메타버스 상에서 저는 사실 이 메타버스도 처음이고 코칭도 처음이라서 도움을 많이 받았는데, 그렇게 미리 코칭이 무엇인지 생각해 보고 또 코칭의 방향성을 어떻게 잡아야 되는지 생각해 본 다음 메타버스에도 적용할 시간이 필요해서 이 영상이 많이 유용했던 것 같습니다. ... 시기는 아주 적절했다고 생각하는데, 방학을 시작하면서 어떤 걸 해야 할지 모르고 방향을 그냥 보내고 싶지 않아서 계획을 잡고 싶지만 혼자 힘으로 어렵다고 느끼고 있었는데 저와 같은 학우 분들이 많이 계시는 거라고 생각을 해요. 그래서 이 겨울방학 시작하고 초반에 코칭이 이루어지는 게 좋았습니다. ... 저는 2주에 걸쳐서 총 두 번만 받았는데 두 번 동안 얻은 것도 많았지만 그래도 총 합쳐서 4시간 동안 이루어지다 보니까 미처 다 꺼내지 못한 이야기도 있었고 또 이야기를 하다 보면 시간이 되게 빨리 지나가더라고요. 그래서 조금 횟수를 좀 연장해서 (다음번에) 계획되면 더 좋을 것 같다고 생각하고요. (정가은)

저는 지금까지 교수님이라 말로만 이렇게 대화를 나눴던 거를 글로 풀어쓸 수 있어서 되게 좋았습니다. 왜냐하면 말은 눈으로 보이지 않아서 휘발성이 높다고 생각을 하는데 (성찰기록에서) 확실히 글로 정리하니까 제가 앞으로 뭘 해야 하고 현재는 어떠한지가 시각적으로 되게 잘 정리가 되더라고요. 그래서 그런 점이 유종의 미를 찍는 느낌이라서 굉장히 좋았습니다. ... 마지막에 성찰기록 작성하는 것도 되게 좋았어요. 그래서 한 횟수가 더 추가되면 좋을 것 같다는 생각입니다. ... (간격) 일주일일은 되게 좋았어요. 왜냐하면 일주일보다 적으면 조금 부담스러울 수도 있을 것 같고 일주일보다 더 길어지면 기간이 조금 루즈해지다 보니까 제가 세운 계획들을 이렇게 쪽 이끌어가는 과정에서 일주일일이 적당한 것 같습니다. ... 새해 때 가장 가장 제 마음에 활기가 넘치기 때문에 ... 목표를 세우는 데 굉장히 동기가 꼭 차 있는 ... (김제이)

성찰기록 쓰라고 하셨을 때 그때부터 약간 조금 이게 희미해진 상태였거든요. 그리고 코칭하면서 느꼈던 감정이 사라지는 느낌이었어요. 근데 딱 성찰기록을 적으면서 내가 이런 걸 느꼈었지 이걸 다시 한 번 되새김할 수 있었던 것 같아요. 그래서 뭔가 제가 이렇게 그런 기록을 남겼다는 것 자체가 나중에 다시 떠올리고 싶을 때 언제든지 들여다볼 수 있으니까 좋은 것 같아요. (임라오)

② 코칭에 대한 인식 및 성과

상담과 코칭의 차이에 대하여 코치이 스스로 차별점을 인식

하고 그 유효성을 체득하였음을 엿볼 수 있다. 즉 코칭을 '잠재력을 끌어내는', '스스로에 대한 확신', '질문을 통해 답을 찾는 과정', '나의 이슈에 집중' 등의 긍정적 성과를 언급하였다. 나아가 본 프로그램을 통해 코치이 자신에 대한 확신과 소통의 힘 등을 얻었음을 확인하였다.

교수님 상담과는 확실히 달랐던 것 같아요. 제가 말하는 비중이 훨씬 더 크고 그리고 막 상담이라기보다는 진짜 정말 깊이까지 들어 가가지고 제 잠재력을 이끌어내는 느낌이었어요. 그래서 저는 제가 가진 게 0이라고 생각을 했었거든요. 내가 제가 가지고 있는 게 딱히 없고 뭔가 내 스스로 뭘 하지 않을 수는 없을 것 같고 계속해서 인풋만 필요할 거라고 생각했는데, 내가 가진 게 이미 있구나 라는 게 좀 제 자신한테 뭔가 위로도 되고 좀 자신감도 더 가지게 되고 그냥 실행을 하면 되겠구나 이 마음이 더 컸던 것 같아요. (임라오)

코칭에서는 교수님께서 역으로 저에게 질문을 해주시면서 제 안에 숨겨져 있는 답이나 또 고민이 뭔지 이렇게 찾아내 주셔가지고 여러 제가 더 말할 수 있는 기회를 만들어 주셨거든요. 그래서 그 점이 가장 크게 다른 점인 것 같습니다. ... 코칭을 하면서 제가 가졌던 고민이나 어떤 문제를 좀 해결하는 실마리를 찾은 것 같아서 그 점도 좋았지만 제가 코치님께 하는 이야기를 코치님께서 들어주시면서 그 이야기 속 안에서 제가 가지고 있는 강점이나 또 제가 몰랐던 저의 또 다른 장점을 찾아주셨거든요. 그래서 그런 부분을 알 수 있어서 굉장히 유익했습니다. (정가은)

교수님이라 상담을 하면서 나 진짜 뭐 하고 살았지 약간 이런 생각이 굉장히 많이 들었거든요. 그래서 그간 시무룩했었는데 코치님이라 이렇게 대화를 나누다 보니까 하나하나씩 차근차근 내가 해야 하는 일을 지금 내 자리에서 하면 되는 구나라는 생각이 더 강해졌어서 스스로에 대한 불안이 내려가고 조금 확신이 자리난 것 같다는 생각을 했어요. (김제이)

저는 처음부터 고민했던 부분은 제가 어쩌면 해결하지 못할 수도 있을 것 같다는 생각을 했는데, 제 안에 답이 없어서요. 근데 코치님께서 질문으로 그걸 잘 이끌어내 주시고 저도 내 생각에서 이런 부분이 잘못됐구나, 내가 뭔가 그 과정을 넘겨줘서 생각하고 있었구나라는 잘못된 점들을 많이 발견을 하게 돼서 그걸 말로 털어놓고 나니까 내가 왜 이렇게 생각했지라는 생각이 드는 거예요. 그래서 첫 번째 코칭 때도 이미 문제가 어느 정도 해결이 됐었고 그래서 두 번째 코칭 때는 더 깊은 문제에 깊고 근본적인 심리적인 것들에 대해서 얘기를 했을 때, 그런 부분 중에서 어쨌든 심리적인 문제라는 건 되게 깊고 넓은데 지금 당장 해결해 볼 수 있는 것 중심으로 뽑아주셔서 오히려 한 부분이라도 되게 해결이 됐던 점이 내가 이 문제를 다 해결하지 못하는 건 아니구나. 그래도 내가 해볼 수 있는 게 있고 실행할 수 있는 게 있고 여전히 긍정적으로 생각할 수 있

는 면이 남아 있었구나라는 생각이 들어서 되게 좋았습니다. (홍채원)

③ 메타버스 환경

메타버스 환경에 대한 경험이 매우 흥미로웠음을 엿볼 수 있다. 메타버스 환경 내에서 아바타는 코치이를 대리하는 주체가 된다. 아바타를 통해 자신을 꾸밀 수 있고 다양한 동작을 통해 감정을 표현하고 코치와 공감대를 형성하는 데 순기능이 작용되었음을 확인하였다. 다만 심리적 동일시가 좀 더 강화될 수 있는 아바타 선택 영역이 확장될 필요가 있음을 확인하였다.

되게 좋았어요. 재미있었어요. 코치님이랑 이런 걸 하게 될 거라 생각 못했었는데 굉장히 흥미로웠어요. 전화로만 진행을 한다고 했다던 사실 그렇게 새롭다는 느낌을 안 받았을 것 같아요. ... 아바타 꾸밀 때 뭔가 제가 새로운 세계로 들어가는 느낌이 있었어요. (김제이)

대면에서는 긴장감도 풀고 이러려면 유머를 보통 하잖아요. 약간 웃긴 말들 가버운 말들을 던져야지 그게 풀리는데, 이 메타버스 안에서는 내 아바타가 악수하고 조금 방향 못 찾아서 헤매고 이러는 게 그냥 재미있었어요. 그래서 막 진짜 웃겨서 웃음이 나와서 좀 편안한 분위기가 만들어졌던 것 같아요. 아바타랑 자랑 닳은 점은 없어서 딱히 동일시는 안 들었지만 코치님은 코치님의 아바타랑 동일시가 되긴 했었어요. (임라오)

메타버스 아바타로 만나서 코치님이랑 악수도 하고 반갑게 인사도 하고 코칭룸 내부에서 이렇게 돌아다니고 의자에 앉고 그런 과정이 코칭을 진행하는데 도움이 되었다고 생각을 했거든요. 초등학교 때 제가 했던 옷 갈아입히는 게임 느낌이 있어서 게임하듯이 이 어떤 옷이 더 예쁘고 할까라는 고민에서 여러 벌 입다가 결국 평범한 걸 골라서 입었어요. 심리적 동일시가 크지 않다는 게 부정적인 의미가 아니라 그냥 단순히 그냥 심리적 의지가 크지 않았지만 코칭 과정에서는 코치님과 되게 재미있게 이야기를 나눴다. ... 약간 이런 느낌이라고 해야 될까요? (정가은)

제가 평소에 좋아 하지만 시도해 보지 못했던 패션이나 그런 아이템까지 착용할 수 있어서 재미있었거든요. 제 아바타가 지금 빨간 머리인데 제가 빨간색은 좋아하지만 실제로 빨간 머리를 시도해 보기 쉽지 않았어서 이 아바타에 적용해 보는 경험이 되게 재미있었고요. 그리고 악수나 박수 춤추기 등 다양한 행동들은 이게 메타버스의 장점이자 단점인 비언어적인 표현의 한계를 어느 정도 보완해 주었던 유용한 기능이라고 생각을 합니다. 그래서 코칭 중에 이렇게 박수를 쳐 주셨었는데 제 코치님께서 그렇게 공감을 해 주시니까 더 자신감을 가지면서 말할 수 있었던 것 같아요. (홍채원)

④ 메타버스 코칭 인식 및 성과

메타버스 공간에서 코칭 경험에 대하여 비밀보장이 가능한 독립된 공간에서의 심리적 안정감, 줌 피로감을 해소할 수 있는 비대면 상황에서의 편안함, 협의서·실천계획·코칭 소감 등 온라인 상호작용 도구 활용을 통한 실천의지 증대 등 다양하고 긍정적인 이점들을 도출할 수 있었다.

코칭룸 문을 닫으면 비밀이 보장되는 공간이라고 알려주셨었는데 그런 부분도 굉장히 좋았고요. 그래서 이 비밀이 보장된 공간 안에서 코치님과 1 대 1로 코칭을 받으니까 안정된 상태에서 솔직하게 이야기를 할 수 있었던 것 같습니다. ... 최근에는 보여지는 거에 신경을 많이 쓰게 되었어요. 그래서 이런 고민을 애기를 했을 때 저 사람이 이렇게 반응하면 어떡하지 나 좀 안 좋게 생각하면 어떡하지 이런 생각들이 되게 많았거든요. 실제 인물의 비언어적인 표현을 보지 않고 얘기를 하는 게 편하게 느껴졌던 것 같아요. 그래서 줌이나 오프라인에 비해서도 메타버스에서 하는 게 훨씬 효과적이었다고 느낍니다. (홍채원)

줌으로 했을 때보다 코치님의 표정이나 행동을 보고 예상을 하면서 이야기를 하는 게 아니라 이런 비언어적인 표현에 제약을 덜 받는 환경에서 이야기하다 보니 제가 하고 싶은 만큼 또 털어놓고 싶은 만큼 이야기를 할 수 있었던 게 가장 좋았어요. ... 그런(온라인 상호작용 도구) 세팅이 있어서 제가 코칭을 하면서 바로바로 정리하면서 그 다음 계획을 정하고 그 다음에 어떤 코칭 내용을 하면 좋을지 생각해 볼 수 있는 계기가 되었던 것 같은데요. 그리고 그렇게 협의서를 작성하거나 이런 계획들을 그 공간 안에서 적으면서 코칭 내용을 바로 되돌아보면서 코치님께서 짚어주신 제 감정이나 아니면 제가 느꼈을 때 본 저의 특징 같은 걸 그 자리에서 바로 살펴볼 수 있어서 더 큰 도움이 됐습니다. (정가은)

일단은 대면이 아닌 게 솔직히 좀 많이 편했던 것 같아요. 제가 막 학교 근처에 살지 않다보니까 이동 시간이 없다는 게 좋았고요. 그리고 뭔가 얼굴을 맞대고 했었다면은 제가 더 뭔가 솔직하게 말하지 못했을 것 같은데 그냥 이렇게 대면이 아니었어서 제가 생각하는 제 약점까지 다 그냥 편하게 말할 수 있었던 것이 좋았습니다. (임라오)

메타버스에서 아바타 대 아바타로 만나다 보니까 저에 대해서 조금 더 진솔하게 이야기를 터놓을 수 있다는 게 제일 좋았던 것 같고요. 그리고 줌이 아니라 메타버스인 게 저는 더 좋았던 게 뭐냐면 사실 줌으로 1 대 1로 만나다 보면은 화면 구성 자체가 되게 약간 긴장되고 약간 면접을 보는 느낌이라서 좀 그게 개인적으로는 좀 약간 무서웠을 것 같은데, 메타버스에서 만나다 보니까 교수님께서 처음에 악수도 해주시고 춤추는 것도 해 주셔서 그런 부분에서 긴장이 많이 풀리고 또 제 이야기를 더 잘 말할 수 있어서 좋았던 것 같습니다. ... 협의서를 작성할 때 따로 파일을 받아서 메일로 제출하는 방식이 아니라 바로 교수님과

함께 벽을 클릭해서 바로 제 이름을 쓰고 서명을 깔끔하게 끝내서 굉장히 이르게 신기하고 좋았습니다. (김제이)

(3) 〈마무리〉 효과적인 코칭을 위한 제안

〈마무리〉 단계에서는 메타버스 기반의 코칭 프로그램에 참여한 전반적인 소감과 후속 프로그램에 대한 아이디어 등을 나누었다. 프로그램 참여소감으로서 앞으로의 후속 프로그램을 위한 추천을 보면, 메타버스에서의 새롭고 흥미로운 경험 및 진솔하게 문제를 해결해 나가는 코칭의 강력함을 강조하고 있음을 알 수 있다. 더불어 온라인·오프라인 활동을 병행하고 메타버스 환경을 더욱 적극적으로 활용함으로써 메타버스 기반 코칭의 효과를 극대화시킬 수 있을 것으로 보였다.

메타버스와 코칭에 대해서 생소한 친구들이 많을 것 같아서 그게 어떤 건지 자세히 알려주고 또 제가 저도 또한 거기에 그게 처음에 참여할 때는 어색했지만 그 과정 중에서 어떤 배움이 있었고 즐거움이 있었는지 소개를 해주고 싶습니다. "메타버스 코칭이라는 프로그램이 있는데 이걸 네가 그전에 생각했던 상담과는 조금 다른 개념이야~ 코칭이라는 건 너도 몰랐던 네 안에 잠재되어 있었던 강점을 찾아줄 수 있는 프로그램이고 또한 이런 프로그램을 메타버스라는 신기한 채널에서 참여하면서 더 진솔한 모습 그리고 또 흥미로운 경험을 같이 할 수 있는 귀중한 프로그램이니까 꼭 참여해 봤으면 좋겠어." 라고 얘기를 해주고 싶습니다. (정가은)

메타버스에서 좀 더 같이 놀 수 있는 기회를 줘도 괜찮을 거라고 생각을 했어요. 실시간으로 ... 예를 들어서 OT나 수료식을 하게 된다면 그때 이제 팀별로 이렇게 다 해서 어떻게 느꼈는지 같은 것들을 좀 더 얘기하는 시간을 가져도 좋을 것 같고 ... 저는 진짜 리얼로 하면 이거 진짜 좋으니까 그냥 꼭 한 번 해보라고 할 것 같은데 ... (직접 말을 한다면) "이거 진짜 좋아 이거 진짜 좋으니까 꼭 한 번 해봤으면 좋겠어. 네가 평소에 갖고 있었지만 풀지 못했던 그런 문제들을 메타버스에서, 익명 환경에서 얘기하면서 네가 스스로 그 문제를 해결해 나갈 수 있어. 고민이 있다면 너도 꼭 한번 해봤으면 좋겠어." (홍채원)

결론 및 제언

본 연구는 최근 화두가 되고 있는 메타버스 공간에서 대학생들의 다양한 이슈들을 효과적으로 해결하기 위하여 시작되었다. 이를 위해 대학생 코칭 프로그램을 개발, 실행하고 그 효과성을 검증함으로써 대학생 코칭 분야의 새로운 장(場)을 모색해 보고자 하였다. 본 연구의 주요 연구결과와 함의를 제시하면 다음과 같다.

우선 프로그램 개발은 전체적으로 '오프닝', '메타버스 기반 코칭클리닉' 총 2회, '성찰기록 및 피드백'의 단계로 구성하였다. 첫째, 오프닝은 프로그램 진행 안내, 메타버스 코칭, 메타버스 코칭 룰 가이드 등 총 3개의 과정으로 구성하여 본 프로그램의 취지와 운영 및 메타버스 공간에 대한 이해를 고취할 수 있도록 하였다. 둘째, 총 2회에 걸쳐 진행된 메타버스 코칭에서는 '코칭클리닉 협의서', '코칭리뷰 및 실행계획' 등을 구글과 패들렛을 연동하여 코칭효과를 극대화할 수 있도록 하였다. 셋째, 성찰기록 및 피드백은 코치이의 성찰과 담당 코치의 응원 메시지로 실행 의지가 지속될 수 있도록 격려하는 것으로 마무리하였다. 코치이는 S대학교 비교과 프로그램 시스템을 통해 지원자 총 20명을 선정하였으며, 연구에 대한 안내와 동의과정을 사전에 거쳐 윤리적 측면을 확보하였다. 또한 전 진행과정을 원활하게 운영하기 위하여 S대학교 온라인 학습관리시스템을 활용하여 본 프로그램 과정 내내 참여를 유지할 수 있도록 구성하였다. 프로그램 실시 결과, 아바타를 활용한 메타버스 기반 코칭의 가능성을 새롭게 확인할 수 있었으며 직접 대면이 아닌 아바타를 활용함으로써 보다 진솔한 코칭이 이루어지는 장점이 있었다. 그러나, 코치이 개인별 메타버스 환경과 활용의 접근성이 모두 다른 까닭에 매뉴얼에 대한 상세 안내가 있었음에도 입장에 어려움을 겪는 경우가 발생하였다. 이를 보완하기 위해 향후 오프라인과 병행하여 진행된다면 코치와 코치이 간의 유대감 상승과 더불어 이러한 부분이 일부분 해소될 것이라 사료된다. 또한 초점집단면담을 메타버스에서 진행함에 있어 보다 편안한 인터뷰 상황이 가능했으나 반면, 서로의 표정이나 반응에 민감하지 못하여 이야기가 중복되는 경우들이 발생함으로써 향후 그룹코칭을 메타버스로 진행된다면 이에 대한 충분한 고려가 전제되어야 할 것으로 보여진다.

다음 프로그램 효과를 파악하기 위하여 설문조사와 초점집단면담을 실시하였다. 첫째, 설문조사는 프로그램 사전-사후에 진행된 참여자들의 진로결정자기효능감과 회복탄력성이 유의하게 향상된 것으로 나타났다. 이는 즈름을 활용하여 대학생 대상 코칭 프로그램의 효과성을 검증한 Kim (2022)의 연구와 맥을 같이 하는 것으로, 메타버스 공간에서의 코칭적 접근 또한 유의함을 검증한 매우 의미 있는 결과를 도출하였다. 실제 코치이들은 졸업 후 사회진출을 앞두고 있는 만큼, 진로와 관련한 이슈들이 많았으며 코칭 과정을 통해 진로와 관련된 의사결정을 주도적으로 수행하고 이에 필요한 전략을 적극적으로 모색한다는 의지와 스스로에 대한 신뢰를 강화할 수 있었음을 확인하였다. 또한 가족관계를 비롯한 다양한 대인관계의 문제나 실패의 경험에서 나타난 심리적 어려움들을 회피하지 않고 스트레스에 유연하게 직면하며

대처할 수 있는 역량이 함양되었음을 알 수 있다. 둘째, 프로그램이 종료된 후 지원자를 대상으로 메타버스 공간에서 초점집단면담을 진행하였다. 분석 결과 참가자들의 동기와 기대에 관한 도입 단계, 프로그램 운영 · 코칭 인식과 결과 · 메타버스 환경 · 그리고 메타버스 코칭 인식과 결과로 구성된 주요 단계, 그리고 후속 프로그램에 대한 제안과 추천을 담은 마무리 단계가 도출되었다. 코로나19 발생 이후 대면에서의 활동들이 많은 부분 온라인으로 대체되는 과정에서, 온라인 화상회의 시스템에 대한 정신적, 신체적 피로를 호소하는 줌 피로감이 증가하였다(Lee, 2022). 이러한 상황에서 비밀 보장이 가능한 독립된 공간 · 안락한 분위기 · 코칭에서 활용할 수 있는 온라인 도구 연결 기능 구현이 전제된 메타버스 코칭(Yun, 2023)은 실제 모습을 노출하지 않고 아바타를 통해 참여함으로써 온라인 환경의 취약점들을 일부 상쇄할 수 있는 효과적인 접근법임이 확인되었다.

본 연구는 코칭 분야에서 메타버스를 활용한 선형적 연구라는 면에서 그 의의를 지닌다. 이를 통해 메타버스를 활용한 고도화된 코칭 분야가 확장될 수 있음을 확인하였다. 다만, 우리의 삶이 메타버스 환경으로 급속히 진행된 탓에 이에 대한 낯설고 불편함이 공존한다.

따라서 이를 전 생애주기로 확대할 경우 메타버스의 진입 장벽이 쉽지 않은 세대도 있을 수 있음을 고려해야 할 것이다. 또한 메타버스 코칭 환경을 구축하고 이용함에 있어 비용적 문제를 간과할 수 없다. 따라서 장차 코칭분야의 중추적인 기관에서 국내외 코치들이 쉽게 이용할 수 있는 메타버스 코칭공간을 운영함으로써 시간과 장소, 국가와 민족 등을 초월한 코칭의 장이 새롭게 생성되기를 기대한다. 나아가 본 연구를 토대로 향후 연계될 수 있는 후속 방향을 제안하면 다음과 같다. 첫째, 특정 이슈를 토대로 한 코칭이나 그룹코칭, 또는 대면과 비대면을 병행하는 코칭, 코칭과 상담 등 유사 영역을 연계한 다각적인 코칭 프로그램들이 개발되어 대학생들의 삶의 질을 향상시킬 수 있는 통로가 제공되기를 기대한다. 둘째, 메타버스를 기반으로 한 코칭의 효과성이 검증된 만큼 사회적 약자를 비롯한 다양한 집단을 대상으로 코칭 프로그램이 개발 · 실시되어 전 생애주기에 따른 코칭 프로그램이 상시적으로 진행되기를 바란다. 특히 고등학생들이 코칭에 대한 요구가 높은 만큼(Kim et al., 2022), 생활과학 분야에서 고등학생들을 대상으로 한 메타버스 코칭을 개발하고 실시한다면 대학의 사회적 기여를 실현하는 하나의 대안이 될 수 있을 것이라 사료된다. 셋째, 메타버스 세계가 실현된 지 그 역사적 시간이 짧은 만큼, 중노년층의 접근은 젊은 세대의 이용이나 활용 및 전략 등에서 급격히 차이가 나는 것이 사실이다. 이에 이러한 아바타를

이용한 메타버스 코칭이 세대별 디지털 격차를 줄일 수 있는 하나의 대안으로 생활화되기를 기대한다. 다만, 메타버스의 익명성 · 메타버스 활용의 어려움 · 메타버스와 실생활 간의 간극 등의 문제는 지속적으로 함께 해결해 가야 할 사안일 것이다. 그럼에도 메타버스 공간의 일상화가 더욱 도래할 것으로 예상되는 만큼, 이에 대한 학문적 · 실천적 준비가 전제되어야 할 것이다.

Declaration of Conflicting Interests

The author declares no conflict of interest with respect to the authorship or publication of this article.

Acknowledgements

This work was supported by the Ministry of Education of the Republic of Korea and the National Research Foundation of Korea (NRF-2022S1A5C2A04093629).

References

- Baek, H. S., Lee, K. U., Joo, E. J., Lee, M. Y., & Choi, K. S. (2010). Reliability and validity of the Korean version of the Connor-Davidson resilience scale. *Psychiatry Investigation*, 7(2), 109-115. <http://dx.doi.org/10.4306/pi.2010.7.2.109>
- Betz, N. E., Klein, K. L., & Taylor, K. M. (1996). Evaluation of a short form of the career decision-making self-efficacy scale. *Journal of Career Assessment*, 4(1), 47-57. <https://doi.org/10.1177/106907279600400103>
- Branch, R. M. (2009). *Instructional design: The ADDIE approach*. Springer.
- Cho, J. Y., & Tak, J. K. (2016). The effects of strength coaching program based on positive psychology on self-efficacy, career decision-making types, and career decision levels for college students. *Korean Journal of Youth Studies*, 23(1), 279-304. <https://doi.org/10.21509/KJYS.2016.01.23.1.279>
- Cho, Y. Y., Park, J., & Moon, K. (2022). Effects of online academic coaching program for undergraduate student on self-directed learning, academic motivation, and time management. *Korean Journal of Coaching Psychology*, 6(1), 33-55.
- Choo, G., & Ju, S. (2023). Analysis of the effectiveness of Korean language education programs for foreign university students using the Metaverse platform. *Culture and Convergence*, 45(4), 97-108.

- <http://dx.doi.org/10.33645/cnc.2023.04.45.04.97>
- Credé, M., & Niehorster, S. (2012). Adjustment to college as measured by the student adaptation to college questionnaire: A quantitative review of its structure and relationships with correlates and consequences. *Educational Psychology Review*, 24(1), 133-165. <http://dx.doi.org/10.1007/s10648-011-9184-5>
- Daily Smart. (2021). Sookmyung Women's University held the self-developed metaverse campus 'Snowverse' at Cheongpa festival, Retrieve May 15, 2023, <https://www.dailysmart.co.kr/news/articleView.html?idxno=51930>
- Do, M. H., & Jung, E. M. (2012). Exploratory research on constructing coaching educational curriculum in university. *Journal of Korean Coaching Research*, 5(2), 5-22.
- Enews. (2021). Kwangwoon university, building a Metaverse lecture platform, Retrieved October 3, 2022, <https://www.ETnews.com/20211005000046>
- Han, S. L. (2021). Current status and prospect of the Metaverse platform. *Future Horizon*, 49, 19-24.
- Han, S. L., & Noh, Y. G. (2021). Analyzing higher education instructors' perception on Metaverse-based education. *Journal of Digital Contents Society*, 22(11), 1793-1806. <https://doi.org/10.9728/dcs.2021.22.11.1793>
- Hwang, K. H., Chung, J. Y., & Kwon, O. B. (2021, June). *A study on factors influencing the intention to continue visiting to the virtual world Metaverse*. Paper presented at the 2021, Integrated academic conference of The Korea Society of Management information Systems, Yeosu, Korea.
- Ji, S. M. (2018). *The effects of life career development coaching program on career adaptability and career stress of university students* (Unpublished master's thesis). Kwangwoon University, Seoul, Korea.
- Jung, S., & Jeong, J. (2019). The effect of senior-junior coaching in university: campus-life adaption, career decision-making self-efficacy and career decision-making level. *Journal of Korean Coaching Research*, 12(4), 35-57. <http://dx.doi.org/10.20325/KCA.2019.12.4.35>
- Kang, J. H., Son, S. M., & Han, S. T. (2020). A study on the experience of non-face-to-face lecture by college freshmen using focus group interview. *Journal of the Korea Entertainment Industry Association*, 14(7), 397-408. <https://doi.org/10.21184/jkeia.2020.10.14.7.397>
- Kim, E. H. (2021). *Development and testing of coaching program of resilience for happiness coaching* (Unpublished doctoral dissertation), Daejeon University, Daejeon, Korea.
- Kim, H. Y. (2013). Preliminary study on development of educational program for healthy family: development of scale to measure family healthy by team performance coaching model. *Family Environment Research*, 51(3), 321-331. <https://doi.org/10.6115/fer.2013.51.3.321>
- Kim, J. H. (2021, June, 14). Is virtual and augmented reality a metaverse? *Insight Report*. Retrieve September 14, 2022, from https://www.samsungsds.com/kr/insights/metaverse_1.html
- Kim, K. A. (2022). Development and effectiveness of non-face-to-face coaching-based university extracurricular programs - Focusing on S women's university. *Korean Journal of General Education*, 16(2), 405-420. <https://doi.org/10.46392/kjge.2022.16.2.405>
- Kim, K. A., Sung, J. Y., Ju, S. E., Kim, S. M., Park, S. H., & Lim, J. Y. (2022). Educational needs for the development of a career exploration program for human ecology majors for high school students: A survey targeting experts and high school students. *Family and Environment Research*, 60(4), 609-623. <https://doi.org/10.6115/fer.2022.041>
- Korea Coach Association. (2023). Program accreditation college program, Retrieve July 15, 2023, from <http://www.kcoach.or.kr/03certi/certi0204.html>
- Kyung, I. S., & Tak, J. K. (2019). Effects of the group coaching program for the promotion of growth orientation for university students on growth orientation, life satisfaction, perceived stress, positive psychological capital and interpersonal relationships. *The Korean Journal of School Psychology*, 16(3), 231-263. <http://dx.doi.org/10.16983/kjsp.2019.16.3.231>
- Krueger, R. A., & Casey, M. A. (2000). *Focus groups: A practical guide for applied research*. Sage Publications, Inc.
- Lee, E. J. (2022). Video-conference fatigue of college students. *The Journal of the Convergence on Culture Technology*, 8(3), 589-594. <https://doi.org/10.17703/JCCT.2022.8.3.589>
- Lee, K. H., & Lee, H. J. (2000). The effects of career self efficacy in predicting the level of career attitude maturity of college students. *Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 12(1), 127-136.
- Lee, S. Y., & Shim, T. E. (2020). The effectiveness of a coaching leadership curriculum for college students. *Journal of Korean Coaching Research*, 13(2), 73-91. <http://dx.doi.org/10.20325/KCA.2020.13.2.73>
- Lent, R. W., & Hackett, G. (1987). Career self-efficacy: Empirical status and future directions. *Journal of Vocational Behavior*, 30(3), 347-382. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(87\)90010-8](https://doi.org/10.1016/0001-8791(87)90010-8)
- Moon, H. J. (2021). The effect of self-directed learning coaching program for college students. *Journal of Holistic Convergence Education*, 25(2), 45-69. <http://doi.org/10.35184/kshce.2021.25.2.45>
- Na, H. C., Lee, Y. J., Kim, S. Y., & Kim, Y. S. (2022). A study on Metaverse education platform: Cases analysis and suggestion. *Journal of Digital Contents Society*, 23(5), 827-836. <https://doi.org/10.9728/dcs.2022.23.5.827>
- Nam, M., Lee, K., & Lee, J. (2022). An analysis of college students satisfaction and effectiveness of Metaverse-based plastic-free education program for sustainable development: Focusing on class immersion and perception of sustainable development. *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 22(8), 85-103. <https://doi.org/10.22251/jlcci.2022.22.8.85>
- Nam, S. E., & Ryu, K. (2017). An action research study of development and implementation of coaching program for college students on academic probation (action research). *Korean Journal of General Education*, 11(1), 281-311.

- Nam, S. E., & Ryu, K. (2021). Development of a peer coaching model for students' adjustment to college life: CAMPUS coaching model. *The Korean Journal Of Educational Methodology Studies*, 33 (1), 101-127.
- Nam, S. E. (2021). Exploring the process of establishing self-identity through experiences of college students' participation in coaching. *Journal of Korean Coaching Research*, 14(4), 31-53. <http://dx.doi.org/10.20325/KCA.2021.14.4.31>
- Noh, Y. S., & Jyung, C. Y. (2015). A experimental study of the effects of coaching for university students on leadership development. *The Journal of Vocational Education Research*, 34(1), 25-50.
- Oh, J. H. (2022). Effects of university students' Metaverse use motivations on Satisfaction and Continued Use Intention: Focused on the virtual world Metaverse. *Journal of the Korea Entertainment Industry Association(JKEIA)*, 16(2), 1-17. <https://doi.org/10.21184/jkeia.2022.2.16.2.1>
- Oh, K. H., & Tak, J. K. (2020). The effect of grit enhancement group coaching program on the improvement of career preparation behavior and career attitude maturity of female university students. *The Korean Journal of School Psychology*, 4(1), 21-46.
- Park, M., & Lee, C. (2022). Comparison of the effectiveness of entrepreneurship education for college students according to recorded video lectures and Metaverse lectures. *Journal of the Korean Entrepreneurship Society*, 17(3), 153-182. <https://doi.org/10.24878/tkes.2022.17.3.153>
- Park, Y. H. (2022). The mediating effect of career barriers and career preparation behavior on the relationship between grit and job anxiety in college students-Exploring the applicability of the group coaching program for college students-. *Journal of Coaching Development*, 24(2), 286-295. <https://doi.org/10.47684/jcd.2022.06.24.2.286>
- Schmitt, B. D. (1999). *Experiential marketing: how to get customers to sense, feel, think, act, and relate to your company*. The Free Press.
- Seo, Y., & Jeong, C. (2016). Effect of career coaching program for career decision making self efficacy, self-leadership, and employment-stress of nursing students'. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 7(12), 138-145. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.12.138>
- Shim, M. Y., Ko, S. H., & Tak, J. K. (2019). Effects of coaching program on enhancing student leadership practices. *Korean Journal of Youth Studies*, 26(8), 183-208. <https://doi.org/10.21509/KJYS.2019.08.26.8.183>
- Shin, J. M., Yun, H. J., & Kim, S. Y. (2022). Exploring the learning environment design components of Metaverse classroom for non-face-to-face technical and vocational education and training. *The Journal of Educational Information and Media*, 28(4), 1069-1097. <http://dx.doi.org/10.15833/KAFEIAM.28.4.1069>
- Sookmyung Women's University (2023). Retrieve July 15, 2023, <https://smap.sookmyung.ac.kr:8443/sap/bc/webdynpro/sap/zcmw2600?sap-language=KO#>
- Smart, J. Cascio, J., & Paffendorf, J. (2007). Retrieve July 16, 2023, <https://www.w3.org/2008/WebVideo/Annotations/wiki/images/1/19/MetaverseRoadmapOverview.pdf>
- Sungkyunkwan University (2021). Sungkyunkwan University, hosting a unique job fair using metaverse, Retrieved February 25, 2023, from https://www.skku.edu/skku_bak/campus/skk_comm/news.do?mode=view&articleNo=91767&article.offset=30&articleLimit=10
- Tak, J., Cho, J., Jung, H., & Cho, J. (2017). The effects of coaching program on enhancing proactive personality for college freshmen. *Korean Journal of Youth Studies*, 24(8), 55-81. <http://dx.doi.org/10.21509/KJYS.2017.08.24.8.55>
- Whitmore, J. (2017). *Coaching for performance*. Nicholas Brealey Publishing.
- Yu, H. S. (2022). A case study of the Metaverse at the university. *The Korea Association of Computer Education Journal of Academic Presentations*, 26(2), 55-58.
- Yun, H. J. (2023). A case study on the development of a Metaverse-based coaching space for university extracurricular programs. *General Education and Citizen*, 7, 139-167.
- Yun, H. J., Kim, K. A., Lee, M. S., Lim, Y. J., & Kim, J. E. (2021). Analysis of directions and needs for the development of coaching courses in university education-Focusing on female university students. *The Journal of Education Consulting & Coaching*, 9(5), 29-53. <http://dx.doi.org/10.31137/ECC.2021.5.3.29>