

학교기반의 정신건강증진 프로그램 적용에 관한 연구

사회성증진 프로그램을 중심으로

A Study on Application of School-Based Mental Health Improvement Programs

Focusing on Sociality Improvement Programs

심서연¹⁾, 박시하¹⁾, 이미현¹⁾, 이명수²⁾

Sim, Seo-Yeon, Park, Si-Ha, Lee, Mi-Hyeon, Lee, Myeong-Soo

초 록

- **연구목적** : 본 연구는 학교기반 정신건강증진 프로그램인 서울시 마음건강학교의 14개의 프로그램 중 사회성증진프로그램(이하 'Mind Class')에 참여한 학생들의 또래관계기술 향상에 대한 효과성을 검증하는데 목적이 있다.
- **연구방법** : 'Mind Class'에서는 또래관계기술척도의 향상정도를 검증하기 위하여 2013년 3월부터 2015년 7월까지 서울시 마음건강학교를 운영한 서울시 소재 36개교(초등학교 22개교, 중학교 14개교) 3,870명의 학생을 대상으로 프로그램을 실시하였다. 평가도구는 양윤란 & 오경자(2005)가 개발한 또래관계기술척도를 활용하였으며, 평가도구의 하위변인은 주도성(9문항)과 협동, 공감(10문항)으로 구성되어 있다. 또래관계기술척도의 사전사후 변화 및 성별차이를 중심으로 검증하기 위해 SPSS 18.0을 통해 대응표본 t검정을 실시하였다.
- **연구결과** : 서울시정신건강증진센터의 아동청소년지원팀에서 개발한 'Mind Class'의 참여는 통계적으로 유의한 결과가 도출되었다($P<.001$). 이는 'Mind Class'가 초등학교 및 중학교 학생들의 또래관계를 증진시키는데 긍정적인 영향을 미친다는 것이다. 또한 성별 차이를 중심으로 살펴보았을 때 프로그램 참여 후 남자청소년과 여자청소년 모두에게 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며 이는 통계적으로 유의하였다($P<.001$).
- **결 론** : 서울시정신건강증진센터의 아동청소년지원팀에서 개발한 학교기반 [서울시 마음건강학교]의 'Mind Class'는 아동·청소년의 또래관계능력을 증진시키는데 통계적으로 유의한 차이를 보이는 것으로 나타났다. 더하여 'Mind Class'는 학교환경에서의 정규교육과정 안에서 정신건강교육 및 아동·청소년기의 부적응문제 예방의 통로로 활용하였으며, 교내 교사들이 직접 프로그램을 진행한 점에서 의의가 있다.
- **주요용어** : 또래관계, 사회성증진, 마음건강학교, 아동청소년 정신건강

Abstract

- **Purpose** : The purpose of this study was to investigate 14 school-based mental health improvement programs of the 'Seoul Mental Health School', and to verify how the program for the improvement of sociality (hereafter 'Mind Class') was effective in improving the peer relational skills of the students who participated in the program.
- **Method** : From March, 2013 to July, 2015, this study asked 3,870 students from 36 schools(22 elementary schools, 14 middle schools) which located in Seoul and ran the 'Seoul Mental Health School' to verify how much the 'Mind Class' could improve the peer relational skills of the participants. This study used the peer relational skills scale developed by Yang, Yoon-Lan & Oh, Gyeong-Ja in 2005 for evaluations, and the sub-variables of the evaluation tool included 9 independence-related questions and 10 cooperation-and-sympathy-related questions. Also, this study used SPSS 18.0, and performed a paired t-test to verify gender differences in the peer relational skill changes before and after experiencing the program.
- **Result** : The participation in the 'Mind Class', a program developed by the Child & Adolescent Support Team of Seoul Mental Health Center showed a meaningful result($P<.001$). This proved the positive effect of the 'Mind Class' on improving the peer relationships among elementary and middle school students. This study also proved that the positive effect of the participation of the program on both male and female students was statistically meaningful($P<.001$).
- **Conclusion** : This study proved that the 'Mind Class', the school-based program, was statistically meaningful to improve the peer relational skills of children and adolescent. Moreover, the 'Mind Class' was one of formal school educational curricula to teach children and adolescent about mental health and to protect them from maladjustment to their school environment. It was a meaningful program directly run by the teachers of schools.
- **Keyword** : Peer Relationship, Improvement of Sociality, Healthy Mental School, Mental Health of Children and Adolescent.

1) 서울시정신건강증진센터

I. 서론

아동·청소년 정신건강문제는 발달단계상의 특성과 맞물려 있기 때문에 성인기의 정신건강문제와는 다른 양상을 나타내며 아동·청소년의 정신건강 증진을 위해서는 예방적인 차원의 접근이 중요하다. 아동·청소년의 정신건강문제로는 정서적 문제, 심리적 문제, 인지 행동적 문제 등 다양하게 나타나고 있다(한국보건사회연구원, 2012).

아동기 초기에는 또래친구들과의 사회적 상호작용을 통해 사회성을 지닌 유능한 아동으로 성장해간다. 즉, 또래관계를 통하여 자아존중감이 높아지고(Bukowski, Hoza & Newcomb, 1991) 소속감이 증진되며, 모든 인간이 동등하고 균등한 기회를 갖는다는 신념을 배우게 됨으로써(Sullivan, 1953) 바람직한 사회적 관계에 대해서 배울 수 있다. 따라서 현재의 발달적 역기능을 줄이고 앞으로의 일탈 행동으로 이어지는 것을 방지하여 청소년기의 사회적 부적응 문제를 감소시키고자 다양한 사회적 기술훈련 프로그램 또는 사회성증진프로그램들이 수행되고 있다(정계숙 & 심미경, 1999; 손경숙, 2008; 주희현 & 서경현, 2013; 이연수, 2014).

사회성(Sociability)이란 아동이 사회적 상황에 적응하는 능력을 말하며, 이는 사회생활 및 대인관계를 원만하게 이끌어 나갈 때 사회성이 발달되었다고 볼 수 있다(보건복지부, 2013) 특히, 청소년기는 대부분의 시간을 학교에서 보내기 때문에 교내 또래 및 교사와의 관계 경험은 청소년들의 사회성발달에 큰 영향을 미친다(송영명 & 이현철, 2011). 학교 내 비지시적이거나 갈등적인 또래 관계를 경험한 경우 청소년의 사회성 발달은 정체되고 공격성, 비행 등의 문제행동을 일으킬 가능성이 있으며, 또래 및 교사와의 부정적인 상호작용은 다양한 외현화 문제를 야기 할 수 있다(Janis, Margaret & Charlotte, 1995; Robert, Kristi, Kenneth, Gregory & John, 2001; 강영훈 & 최수미, 2013에서 재인용). 즉, 또래애착 역시 외현화 문제를 예측하는 중요한 변인이라고 할 수 있는 것이다(Allen et al, 2007).

아동은 청소년기에 들어서면서 부모와의 일방적인 애착관계에서 벗어나 상호성을 추구하게 되고, 이후 또래집단 속에서 또래와의 상호적인 애착관계를 형성해나간다(Ainsworth, 1989; 홍주영 & 도현심, 2002에서 재인용). 또한 부모관계보다 또래관계가 청소년의 사회기술에 더 큰 영향을 미치는 것으로 나타나, 또래 관계에서 필요한 사회기술은 또래관계를 통해서 학습을 해야 한다(김동하, 2013). 이상에서와 같이 아동청소년기 및 더 나아가 성인기의 건강한 발달과 원만한 대인관계 형성을 위해서 아동기의 자존감 향상, 따돌림방지, 사회성 증진을 통한 긍정적인 또래관계 형성을 위한 방안이 무엇보다 필요하다. 이를 위해 주요 선진국에서는 아동·청소년기의 정신건강문제 해결 및 예방을 목적으로 학교, 가족 및 지역사회 중심의 통합적인 서비스체계를 지원하고 있다. 특히 호주에서는 청소년 정신건강을 위한 국가적 정책 및 프로그램으로 학교기반의 정신건강 프로그램인 'Mind Matters'를 운영하고 있다.

학교는 학생들이 일과 중 가장 많은 시간을 보내는 중요한 생활의 장이라는 점 외에도 학생 및 학부모의 접근 용이성 때문에 일반화될 수 있다는 장점으로 인하여 예방프로그램을 시행하기에 가장 적합한 장으로 선호되어왔던 것만큼(Elias & Tobias, 1996), 서울시정신건강증진센터 아동청소년지원팀에서도 후주의 'Mind Matters'를 벤치마킹하여 서울형 학교기반 정신건강증진프로그램인 [서울시 마음건강학교]를 개발하여 운영 중이다. 2011년 3개의 시범학교로 시작하여 2012년 9개교, 2013년 15개교, 2014년 18개교로 확대 운영하였으며 2015년 현재는 기존학교 중 3개교에 한하여 운영하고 있다.

본문에서는 2013년도부터 2015년도까지 진행된 서울시 마음건강학교의 기본프로그램 중 전체학생대상 학급단위로 실시한 사회성 증진 프로그램인 'Mind class'에 대해 소개하고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 또래관계가 아동·청소년에게 미치는 영향

사회적 관계는 아동기에 접어들면서 또래집단과의 관계로 확장되는데 이때 또래관계는 발달적인 측면에서 매우 중요한 영향을 미치는 요소이며, 아동의 건강한 발달을 확인하는 중요한 지표가 되고 있다(서동인, 1992; 전숙영, 2014).

Sullivan(1953)은 교우관계 향상이 아동의 발달에 중요한 영향력을 미친다고 주장하였으며 그의 대인관계이론에 따르면 타인과의 상호작용을 통해 성격형성의 기초를 마련하고 내가 누구인지 이해할 수 있다고 하였다. 이는 원만한 대인관계형성이 중요함을 의미하며, 건강한 대인관계를 통해 성격의 발달, 자아성취, 욕구충족을 달성할 수 있다는 것이다.

청소년기에는 신체적·성적·인지적 발달 이외에도 부모와 다른 가족구성원, 또래관계 및 학교가 미치는 영향이 청소년의 성격과 사회적 행동을 발달시키는데 중요한 역할을 한다고 한다. 특히, Erikson의 심리사회 발달단계이론에 의하면 자아정체감의 확립이 중요한 발달단계중의 하나이며, 이를 성취하기 위해서는 친밀한 준거집단을 통한 사회적 지지가 자아정체감을 형성시킬 수 있다고 하였다(Erikson, 1998; 이명자 & 문병상, 2000; 김윤경 & 이옥경, 2001; 송영명 외, 2010; 최현정, 2012).

2. 아동·청소년기 정신건강의 중요성

아동·청소년은 전 인구의 21.7%, 초·중·고등학교 기준으로는 전 인구의 13.0%를 차지하고 있는 인구집단이다(교육부, 2013). 특히 초·중·고등학교 학생들은 신체적 정신적으로 성장과정에 있으며, 이 시기에는 위험요인에 민감하게 영향을 받기 때문에 청소년기에

발생한 내재화 및 외현화의 어려움은 종단적으로 이어질 수 있다(안동현 외, 2008). 학령기 정신장애 및 문제행동을 추정해본 결과 14%~22%에 이르는 학생들이 정신건강과 관련된 어려움을 경험하고 있다고 보고되고 있다(장창국, 2014).

세계보건기구(WHO)에 의하면 2020년이 되면 정신장애를 가진 아동의 비율이 50% 증가할 것이며, 정신건강의 상실은 아동의 5대 사망 원인이 될 것(Dept. of Health and Human Services, USA, 2001)으로 보고하고 있다. 즉, 아동의 정신적 장애요인 중 자폐장애, 애착장애, 주의력결핍 과잉행동 장애 등 과거에는 별로 관심을 끌지 않았던 문제들이 오늘날에는 보편적인 관심사가 되어 그에 대한 원인분석과 함께 적절한 사회적 대응방안 마련이 많은 나라의 주요 아동 정책적 사항이 될 것이라는 것이다(이호근, 2008).

이에 미국(Healthy people 2010)과 일본(건강일본21), 호주(lifescrypt) 등 세계 각국에서는 청소년들을 대상으로 한 건강증진 사업을 다양하게 운영하고 있으며, 우리나라에서도 '국민건강증진종합계획 2020'을 통해 아동·청소년의 정신질환 치료율을 향상시키는 것을 목표로 하고 있다. 이를 위해 보건복지부에서 2002년부터 정신건강증진센터를 통한 아동·청소년 정신보건사업을 수행하고 있으며 학교건강증진 사업을 시행하고 있다(한국보건사회연구원, 2010; 최은진, 2012).

3. 학교중심의 정신건강증진 프로그램의 긍정적 측면

UNESCO(1990)에서는 학교를 건강증진기관으로 만들어야 한다고 주장하였으며, 1991년 세계보건기구(WHO)에서는 Healthy Setting Approach의 일환으로 학교를 건강증진의 장으로 규정하였다.

미국은 학교정신보건법이 제정되어 있으며, 2개의 국립학교정신건강증진센터인 Center for Mental in School과 Center for School Mental Health Assistance를 설치하고, 국가차원에서 학교정신보건사업을 적극적으로 실시하고 있으며 호주는 전체 학교를 대상으로 정신건강증진 지원을 위한 자원구조, 교과과정, 학교 및 지역사회 조직 간의 파트너십 구축에 초점을 두고 'Mind Matters'라는 포괄적 학교중심 정신건강증진 프로그램을 수행하고 있다. 또한 성인의 정신건강문제를 예방하기 위해서는 아동·청소년기에 초기개입의 중요성이 대두되고 있으며 이를 위해서는 학생, 가정, 지역사회 관련 기관을 연계하여 통합적으로 관리하고 지원하는 협력체계 구축이 필요하다. 특히 아동·청소년들에게 필요한 정신건강관련교육, 또래집단 프로그램, 교사교육, 부모역할 훈련 등과 같은 학교정신보건사업이 활성화 되어야 한다(하영신, 2007).

4. 외국의 아동·청소년 정신건강 정책 및 서비스현황

– 미국, 영국, 캐나다, 호주

주요선진국에서 진행되고 있는 아동·청소년 대상 정신건강증진정

책 및 서비스를 살펴보면 Table 1과 같다. 대부분의 나라에서 학교, 가족 및 지역사회를 중심으로 아동·청소년, 가족, 서비스 제공자를 대상으로 하는 다양한 예방 및 치료정책 및 프로그램들이 공통적으로 이루어지고 있다(최은진 외, 2013).

★ Table 1. 주요선진국의 아동·청소년정책 및 서비스

국가	정책 및 서비스
미국	– 국립정신건강 연구소(National Institute of Mental Health, NIMH)와 물질남용 및 정신건강 서비스 국(Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA)을 통해 이루어지며, 미국의 아동·청소년 정신건강관련 프로그램들은 아동·청소년 및 가족을 대상으로 학교 및 지역사회 내에서 다양한 정신건강 서비스를 제공하고 있음.
영국	– 전반적인 영국의 정신건강 증진 정책의 목적은 생애주기에 따른 정신건강 문제 조기개입 및 예방이며, 아동·청소년을 대상으로 학교기반의 서비스, 가족 중심의 서비스, 지역사회조직 및 프로그램 간 통합의 중요성을 강조하고 있음. – 영국 교육부에서 진행하는 아동·청소년 정신건강서비스(Child and Adolescent Mental Health Services, CAMHS)는 학습장애를 가진 아동·청소년을 대상으로 정신건강 서비스를 개발 및 전달하고 있으며, 24시간 응급 정신건강 서비스 및 초기 개입 프로그램들을 진행하고 있음.
캐나다	– 캐나다의 아동·청소년 대상 정신건강증진 정책은 정부 및 지방정부의 차원에서 다양하게 이루어지고 있으며, 캐나다 Mental Health Commission은 중앙정부의 재정을 지원받아 국가적 정신건강 전략 설정을 위해 설립된 조직으로서, 아동·청소년과 관련하여 아동·청소년의 인권, 존엄성과 다양성, 통합과 지속성 등의 가치를 강조하는 Evergreen framework을 제시하였음. – 에버그린(Evergreen)은 아동·청소년의 정신건강 서비스 활동 및 프로그램들을 개발하기 위해 정부 및 기관, 지역사회, 가족 및 전문가들에 의해 사용될 수 있는 자원을 의미하며, 아동·청소년의 정신건강 증진, 예방, 개입 및 지속적 관리, 연구 및 평가활동을 주요 활동전략으로 하고 있음.
호주	– 호주의 아동 정신건강을 위한 국가적 정책은 'Kids Matters' 프로그램이 있음. 'Kids Matters' 프로그램은 학생, 교직원, 가족을 대상으로 하는 학생중심의 포괄적인 정신건강증진 프로그램으로 정신건강 어려움을 겪는 학생들을 위한 초기개입으로 자존감 향상, 또래 관계의 구축, 긍정적 양육환경 구축, 학교 내에서의 개입 프로그램 구축 등을 위한 프로그램을 제공하고 있음. – 청소년 정신건강을 위한 국가적 정책 및 프로그램은 'National Youth Mental Health Foundation', 'Children of Parents with a Mental Illness', 'Mind Matters'가 있음.

(한국청소년정책연구원, 2013 재구성)

5. 서울시 마음건강학교 사회성증진프로그램(Mind Class)

서울시정신건강증진센터에서는 마음건강학교를 개발하여 학생들의 정신건강증진을 위해 지역사회로 보급하고 있다. 다양한 프로그램(14종) 중 특히 사회성증진프로그램인 'Mind Class'는 사회성 및 또래관계기술증진을 통한 긍정적인 준거집단을 형성하고자 하였으며 회기 구성 내용은 Table 2와 같다.

프로그램의 진행은 교내의 보건교사, 상담교사, 교과교사가 담당하였으며 회기별 40분~50분, 총 6회기로 구성되어 있다. 또한 프로그램은 정규 교육과정 안에 포함되어 진행되고 있으며, 학생들과 밀접한

관계를 맺고 있는 교사들이 직접 진행하기 때문에 학생들에게 긍정적인 효과를 가져 올 수 있을 것으로 사료된다.

서울시정신건강증진센터에서 개발한 프로그램은 기존 전문 인력의 진행과 달리, 교내 교사들이 직접 학생들에게 Key-Message를 전달할 수 있도록 기술지원 워크숍을 개최하여 프로그램의 이해도를 높이고 시연회를 통해 교사들의 역량강화를 돕고 있다.

★ Table 2. 'Mind Class'

회기	단원	주제	제목
1	나 알아가기	장점 발견	특별한 나!
2		약점 극복	소중한 나!
3		기분 이해 및 표현	오늘 나의 기분은?
4	또래관계	또래관계영향요인 이해	이런 친구 어때?
5		나와 다른 친구 이해	우린 달라요~
6		또래관계 갈등 해결	갈등 타파!

(서울시 마음건강학교 Mind Class, 2013 재구성)

III. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 2013년 3월부터 2015년 7월까지 서울시 마음건강학교의 'Mind Class'에 참여한 서울 소재 36개의 초·중학교 3년간의 자료를 통해 분석하였다. 참여인원은 6,683명 이었고 설문지가 수거된 5,507명 중 결측치를 제외한 총 3,870명을 대상으로 분석되었다.

2. 연구도구

본 연구에서는 사회성증진 향상 능력을 측정하기 위해 평가도구로 양윤란 & 오경자(2005)가 개발한 또래관계기술척도를 활용하였으며, 평가도구의 하위변인은 주도성(9문항)과 협동, 공감(10문항)으로 구성되어 있다.

주도성은 또래와의 상호작용을 시작하거나 관계를 주도적으로 이끌어 나가는 행동을 의미하며 “농담이나 재미있는 이야기를 해서 아이들을 즐겁게 해 준다”, “내가 좋아하는 게임이나 놀이를 친구에게 함께 하자고 말한다”, “처음 만난 아이에게 내가 먼저 말을 건다” 등이다. 협동, 공감은 또래를 돕거나 물건공유하기, 규칙준수, 또래의 감정에 관심을 보이거나 자신의 감정을 표출하는 행동을 의미하며, “다른 아이에게 빌린 물건을 아껴서 사용 한다”, “게임이나 놀이를 할 때 내 순서를 기다린다”, “조별 활동에서 다른 아이들과 함께 작업할 때 내가 맡은 역할을 다 한다” 등이다.

각 문항은 Likert 4점 척도로(1=전혀 그렇지 않다, 2=아니다, 3=보통

이다, 4=그렇다)로 측정되었으며 점수가 높을수록 또래관계가 긍정적인임을 의미한다. 신뢰도 Cronbach's α 는 .840로 나타났으며 또래관계기술척도의 사전사후 점수변화 및 성별차이를 중심으로 검증하기 위해 SPSS 18.0을 통해 대응표본 t검정을 실시하였다.

IV. 연구결과

1. 연구대상자의 일반적 특성

연구대상자는 서울 소재 초등학교 1,403명(36.3%), 중학생 2,467명(63.7%)에 해당하는 학생 총 3,870명으로 남자 2,233명(57.7%), 여자 1,637명(42.3%)으로 구성되었으며 각 주요변인들의 특성은 Table 3과 같다.

★ Table 3. 연구대상자의 일반적 특성

구분	빈도(명)	백분율(%)
학교	초등	1,403
	중등	2,467
성별	남	2,233
	여	1,637

2. 사회성증진프로그램 사전사후결과

1) 사회성증진프로그램 사전사후 비교

'Mind Class'에 참여하기 전과 실시한 후 또래관계증진 향상능력에 대한 차이를 검증하기 위해 대응표본 t검정을 실시한 결과, 통계적으로 유의한 차이($p < .001$)를 보이는 것으로 나타났다. 이는 'Mind Class'의 참여가 학생들의 또래관계 증진에 긍정적인 영향을 미쳤다고 볼 수 있다.

★ Table 4. 사회성증진프로그램 사전사후 비교

구분	사전검사		사후검사		t값	유의확률)
	평균	표준편차	평균	표준편차		
또래관계	2.99	.497	3.06	.531	-8.307	.000

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

2) 사회성증진프로그램의 문항별 비교

'Mind Class'가 미치는 영향에서 또래관계기술척도의 하위문항에 따른 차이가 있는지 대응표본 t검정을 실시한 결과, 사전 및 사후 간 주도성 및 협동, 공감에서 통계적으로 유의미한 차이를 나타내는 것으로 나타났으며($p < .001$, $p < .01$), 검증결과는 Table 5와 같다. 이는 'Mind Class'의 참여가 학생들의 주도성 및 협동, 공감을 향상시키는데 효과적인 영향을 미쳤다고 볼 수 있으며, 협동 및 공감과 비교하여 주도성을 향상시키는데 보다 유의한 것으로 나타났다.

★ Table 5. 사회성증진프로그램 문항별 비교

구분	사전검사		사후검사		t값	유의확률)
	평균	표준편차	평균	표준편차		
주도성	2.71	.617	2.84	.650	-12.121	.000
협동 공감	3.25	.508	3.27	.536	-2.633	.009

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

3) 사회성증진프로그램의 성별차이 비교

'Mind Class'가 미치는 영향에서 성별에 따른 차이가 있는지 검증한 결과는 Table 6과 같다. 남자청소년 및 여자청소년의 집단에서 프로그램의 사전점수를 비교하였을 때 사전점수의 평균값은 여자청소년이 남자청소년보다 높다는 것을 알 수 있다.

성별차이에 따른 'Mind Class'가 미치는 영향을 분석한 결과, 남자청소년집단에서 사전 및 사후 점수의 증가 폭이 0.08로 여자청소년집단의 사전 및 사후 점수의 증가폭인 0.05보다 더 크게 증가한 것으로 나타났다. 더하여 남자청소년과 여자청소년 모두 프로그램에 참여하기 전보다 6회기의 프로그램에 참여한 이후 통계적으로 점수가 유의하게 높아져 'Mind Class'의 참여가 남자청소년과 여자청소년 모두의 또래관계 증진에 긍정적인 영향을 미쳤다고 볼 수 있다.

★ Table 6. 성별차이에 따른 사전사후 비교

구분	사전검사		사후검사		t값	유의확률)
	평균	표준편차	평균	표준편차		
남성	2.93	.504	3.01	.543	-7.205	.000
여성	3.08	.475	3.13	.507	-4.295	.000

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

4) 사회성증진프로그램의 초등 및 중등비교

'Mind Class'참여에 따른 초등학교 및 중학교를 세분화하여 사전 및 사후 간 비교 점수를 살펴보면, 초등학생과 중학생 모두 프로그램에 참여하기 전보다 프로그램 참여 후 또래관계 향상 능력이 통계적으로 유의미하게 높아져서 'Mind Class'의 참여가 초등학교 및 중학생에게 긍정적인 영향을 미쳤다고 볼 수 있다.

★ Table 7. 초등 및 중등에 따른 사전사후 비교

구분	사전검사		사후검사		t값	유의확률)
	평균	표준편차	평균	표준편차		
초등	3.07	.504	3.16	.514	-6.614	.000
중등	2.94	.490	3.01	.533	-5.613	.000

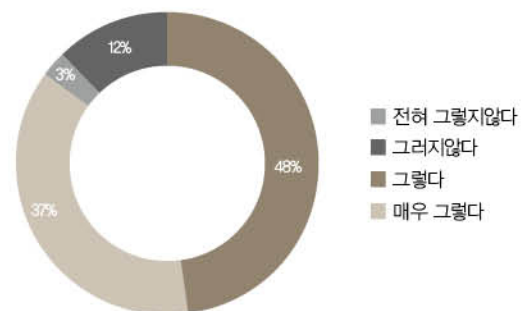
*p < .05, **p < .01, ***p < .001

5) 사회성증진프로그램의 만족도 평가

'Mind Class'에 참여한 학생들을 대상으로 만족도설문 평가를 실시한 결과, 유효인원 1,666명의 학생들의 응답은 Table 8과 같다. 만족도 설문지의 각 문항은 Likert 4점 척도로(1=전혀 그렇지 않다, 2=그렇지

않다, 3=그렇다, 4=매우 그렇다)로 측정되었으며 점수가 높을수록 프로그램에 대한 만족도가 높은 것을 의미한다. 프로그램의 만족을 의미하는 '그렇다'와 '매우 그렇다'에 응답한 학생들의 수는 1,469명으로 프로그램에 참여한 학생 중 85%에 해당하는 학생들이 프로그램에 대한 만족감을 나타냈다. 또한 프로그램에 참여한 교사 및 학생들을 대상으로 인터뷰를 진행한 결과는 Table 9와 같으며, 프로그램을 진행한 교사 및 참여한 학생들 모두에게 긍정적인 평가들이 도출되었다.

★ Table 8. 만족도설문지 평가



(2013~2015년 Mind Class 만족도설문지, 재구성)

★ Table 9. 프로그램 평가 인터뷰

구분	주관적 평가
학생	"Mind Class를 통해 나의 성격에 대해서 이해할 수 있는 시간이 되었다." "친구와 더 사이좋게 지낼 수 있게 되었고 친구가 소중하다는 것을 깨달았다."
교사	"전문가의 도움을 받을 수 있을 뿐 아니라 학생들을 대면하는 교사들의 역량을 강화할 수 있는 기회가 되었다." "참여하는 학생들의 변화가 드라마틱하게 눈으로 나타나지는 않지만, 장기간 프로그램에 참여한 학생들은 학교 적응 및 또래관계가 개선되는 모습을 보여 긍정적이었다." "기존에 학교에서 진행되었던 프로그램들은 의뢰를 통해 전문가가 투입되어 진행되는 프로그램들이 대부분이었으나, [마음건강학교]는 선진국 사례를 한국형으로 개발하여 교내에서 직접 진행하는 방식이라 더욱 좋았다."

(2013~2014 Mind Class, 결과보고서, 재구성)

V. 결론 및 논의

본 연구의 목적은 사회성증진프로그램(Mind Class) 참여를 통한 또래관계 증진 변화에 어떠한 영향을 미치는지 검증하는데 있다. 이를 위해 본 연구에서는 서울소재 초·중학교를 대상으로 2013년 3월부터 2015년 7월까지 서울시 마음건강학교의 사회성증진프로그램(Mind Class)을 진행한 3년간의 자료를 분석하였다.

2013년부터 2015년까지 사회성증진프로그램(Mind Class)을 교내에서 진행한 학교는 초등학교 22개교, 중학교 13개교로 총 36개교로 6,683

명의 청소년이 참여하였다. 본 연구에서 유효인원 총 3,780명을 대상으로 자료를 분석하였다. 자료 분석을 위해 SPSS 18.0을 통해 대응표본 t검정을 실시하였다.

본 연구의 연구결과와 논의는 다음과 같다. 첫째, 서울시마음건강학교의 사회성증진프로그램(Mind Class) 참여는 또래관계 능력을 향상시킴으로써 또래관계형성 및 유지시켜나가는 데 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 참가한 학생들이 발달단계상 아동기에서 청소년으로 전환되는 중요한 시기라는 점에서 의미가 있다(Scheinberg, 2011). 즉, 이차성징의 발현 등으로 심리적·정서적으로 불안정하고 가족중심의 관계에서 또래집단으로 관계망을 형성하면서 이 시기에는 또래관계가 굉장히 의미 있는 관계로서 영향력을 미치기 때문이다. 더하여 또래관계가 원만하고 긍정적인 아동·청소년은 학교적응력이 뛰어나고 향후 성인이 되었을 때 사회적관계의 기초를 형성할 수 있으며 외현화의 문제를 줄일 수 있다(Kurdek & Knie, 1982; Paker & Asher, 1987; 김선자, 2007; 송영명 외, 2010)는 선행연구들을 기반으로 서울시정신건강증진센터의 사회성증진프로그램(Mind Class)은 아동·청소년의 또래관계로 인한 부적응 문제를 예방하는데 도움이 될 수 있을 것으로 사료된다.

둘째, 사회성증진프로그램(Mind Class)의 하위문항을 세분화하여 살펴본 결과, 또래관계기술인 주도성 및 협동, 공감을 향상시키는데 효과적임으로 나타났다. 이는 사회성증진프로그램(Mind Class)의 참여가 또래와의 상호작용을 시작하거나 관계를 주도적으로 이끌어 나가는 행동을 증가시키는 것을 의미하며, 또래의 감정에 관심을 보이거나 자신의 감정을 표출하는 행동 또한 증가시키는데 도움이 되는 것으로 나타났다. 또한 사회성증진프로그램(Mind Class)는 협동 및 공감보다 주도성을 향상시키는데 더 유의한 것으로 나타났다.

셋째, 사회성증진프로그램(Mind Class)에 참여한 청소년들을 성별차이를 중심으로 살펴보았을 때 남자청소년과 여자청소년 모두에게 또래관계증진 능력을 향상시키는데 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 프로그램의 참여 전, 여자청소년 집단에서 남자청소년 집단보다 평균값이 높게 나타났는데 이는 여자청소년들이 남자청소년들에 비하여 타인인식이 높기 때문인 것으로 사료된대은혁기, 2001). 타인인식은 다른 사람의 태도나 모습에 주의를 기울이는 것으로 여자청소년이 남자청소년보다 대인관계에서 심리적 안정을 추구하는 성향이 높기 때문이다(박병선 & 배성우, 2012; 최유선 & 손은경, 2015). 사회성 역시 대인관계를 원만히 이끌어 나갈 때 발달하는 것으로 여자청소년들의 특성이 반영되어 남자청소년보다 사전점수의 평균이 더 높게 나타난 것으로 사료된다.

넷째, 사회성증진프로그램(Mind Class) 참여에 따른 초등학교 및 중학교를 세분화하여 살펴보았을 때, 초등학교와 중학생 모두 프로그램에 참여하기 전보다 프로그램 참여 후 또래관계 향상 능력이 유의미하게 높아져서 사회성증진프로그램(Mind Class)의 참여가 초등학교

고 및 중학생 모두에게 긍정적인 영향을 미쳤다고 볼 수 있다.

또한 [마음건강학교] 프로그램에 참여하였던 교사 및 학생들을 대상으로 인터뷰를 진행하여 프로그램의 양적인 평가뿐 아니라 질적인 부분에서의 평가도 얻을 수 있었으며, 'Mind Class'의 참여를 통한 긍정적인 평가를 얻을 수 있었다.

마지막으로 본 연구는 학교기반 프로그램으로써 학교중심의 아동·청소년 정신건강역량강화가 효과적이라는 선행연구들을 바탕으로 국내에서 처음으로 프로그램을 개발하고 진행하였다는 점에서 의의가 있다. 더하여 청소년의 경우에는 자아개념이 형성되어가는 시기이므로 타인의 시선에 민감하여 낙인감을 유발하기 쉬운데(이성식, 2007), 학교라는 지역사회환경을 활용하여 자연스럽게 개입하는데 유익할 것으로 사료된다. 이러한 의의에도 불구하고 본 연구에는 제한점이 존재한다. 연구과정에서 발생하였던 제한점과 이를 토대로 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

본 연구에서 진행된 서울시마음건강학교의 사회성증진프로그램(Mind Class)은 교내에서 진행되는 교사의 역량에 따라 프로그램의 목표달성에 미치는 영향력이 상이할 것으로 사료된다. 이를 보완하기 위해 서울시 아동청소년지원팀에서는 사회성증진프로그램(Mind Class) 워크숍을 진행하여 프로그램의 이해 및 기술지원을 위한 노력을 진행하고 있다. 더하여 2013년부터 2015년까지 서울시 마음건강학교의 사회성증진프로그램(Mind Class)을 신청한 학교는 36개교였으나, 본 연구에서 자료원으로 활용된 학교는 총 26개교로 10개교가 누락되어 있다. 이는 교내에서 프로그램이 중단된 경우와 사전사후 설문지의 수거가 제대로 이루어지지 않았기 때문이다. 즉, 프로그램의 효과성을 검증하는데 학교의 일정조율 및 협조가 매우 중요하다는 한계가 있다.

VI. 참고문헌

- 교육부, 한국교육개발원 (2013). 교육통계연보. 서울: 한국교육개발원.
- 김선자. "초등학교의 사회성과 학교생활적응과의 관계." 원광대학교 석사학위논문 (2007).
- 김윤경, & 이옥경. (2001). 사회정서발달: 아동과 청소년의 또래관계에 따른 심리사회적 적응과 행동특성. 한국심리학회지: 발달, 14(2), 65-82.
- 모상현, 김형주, 이선영, 김정화, & 윤경민. (2013). 아동·청소년 정신건강 증진을 위한 지원방안 연구 III: 총괄보고서. 서울: 한국청소년정책연구원.
- 박병선 & 배성우. (2012). 대인관계와 학교성적이 학교청소년의 주관적 행복감에 미치는 영향: 성별 및 학교급별 비교. 청소년복지연구, 14(3), 215-238.
- 송영명, 이현철, & 오세희. (2010). 초등학교의 교우관계 변화와 영향

- 요인에 대한 종단적 분석. 초등교육연구, 23(1), 65-86.
- 안동현, 김현정, 현미나, 김윤영, 이혜숙, 남동현 & 김상원 (2008). 학생정신건강검진 시범운영사업 결과 및 추진 방안 연구 보고서. 서울: 한국교육개발원.
- 양윤란, & 오경자. (2005). 또래관계기술 척도의 개발: 초등학교 4학년-중학교 3학년 학생용. 한국심리학회지: 임상, 24(4), 961-971.
- 은혁기. (2001). 청소년들의 자기인식, 타인인식, 대인기술 및 대인관계만족에 관한 연구. 청소년상담연구, 9(1), 136-157.
- 이명수, 김진형, & 이미현. (2013). 서울시마음건강학교 'Mind Class' 매뉴얼. 서울시정신건강증진센터.
- 이호근(2008) 아동의 정신건강을 위한 아동복지 관련법과 방향
- 장창곡. (2014). 학교보건의 새로운 패러다임: 건강증진학교. 대한보건연구 (구 대한보건협회학술지), 40(4), 133-139.
- 조수철 외. 2009 소아 청소년 정신건강 선별검사 및 치료 연계 효율성에 대한 연구.
- 주희현, & 서경현. (2013). 연구논문: 청소년의 사회성 향상 집단 프로그램의 개발과 효과 검증. 청소년학연구, 20(3), 187-207.
- 최유선, & 손은령. (2015). 청소년이 지각한 대인관계 양상, 학업성취, 삶의 만족도의 관계-성별, 학교급별 비교. 상담학연구, 16(2), 233-247.
- 최은진(2012). 아동·청소년 정신건강증진을 위한 정책개선방향. 한국보건사회연구원.
- 최은진, 서미경, 김동진, 정기혜, 강은정, 김혜련, ... & 채희란. (2010). 제 3 차 국민건강증진종합계획 (HP2020) 세부전략수립에 관한 연구. 한국보건사회연구원.
- 하영신. (2007). 초등학교의 정신건강 수준. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- Allen, J. P., Porter, M., McFarland, C., McElhaney, K. B., & Marsh, P. (2007). The relation of attachment security to adolescents' paternal and peer relationships, depression, and externalizing behavior. Child development, 78(4), 1222-1239.
- Erikson, E. H., & Erikson, J. M. (1998). The life cycle completed (extended version). Norton & Company.
- Kurdek, L. A., & Krile, D. (1982). A developmental analysis of the relation between peer acceptance and both interpersonal understanding and perceived social self-competence. Child Development, 1485-1491.
- Parker, J. G., & Asher, S. R. (1987). Peer relations and later personal adjustment: Are low-accepted children at risk?. Psychological bulletin, 102(3), 357.