

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⁾, 이명수¹⁾

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