

또래관계증진훈련 프로그램이 청소년 초기 아동의 자존감, 집단따돌림 및 우울에 미치는 영향

정현옥¹, 김희숙²

¹경북대학교병원 정신건강의학과병동, ²경북대학교 간호대학

Effects of a Positive Peer Relationship Training Program on Self-Esteem, Bullying, and Depression for Children in Early Adolescence

Hyun OK Jung¹, Hee Sook Kim²

¹Kyungpook National University Hospital, Daegu; ²College of Nursing, Kyungpook National University, Daegu, Korea

Purpose: This study was done to identify the effects of the Positive Peer Relationship Training Program on self-esteem, bullying, and depression. **Methods:** The research design was a quasi-experimental research with a nonequivalent control group non-synchronized pre-posttest. The recruited participants were forty-four 6th graders at an elementary school in G city. The research was carried out from September 10 to November 19, 2012. To test the effects of the Positive Peer Relationship Training Program, the participants were divided into two groups, an experimental group (23) and a control group (21). The Positive Peer Relationship Training Program was provided to the experiment group for 45 minutes/session twice a week, for 4 weeks. Data were analyzed using Fisher's exact probability test, χ^2 -test and t-test with the SPSS/WIN 18.0 program. **Results:** After attending the Positive Peer Relationship Training Program, no significant differences were found in self-esteem scores but significant differences were found in bullying and depression scores between the experimental group and the control group ($t=1.27, p=.212, t=-2.10, p=.042; t=-2.37, p=.023$). **Conclusion:** The results indicate that the Positive Peer Relationship Training Program is an effective nursing intervention for decreasing bullying and depression among Children in Early Adolescence.

Key words: Peer, Self-Esteem, Bullying, Depression

서론

연구의 필요성

초·중·고생을 대상으로 2013년 교육부에서 실시한 정서·행동 특성검사 결과에 의하면 우울증 징후나 폭력 성향을 보여 지속적인 상

담 및 관리가 필요한 학생의 비율은 2010년 12.8%에서 2012년 16.3%로 증가하였고, 불안·우울 등을 극복하기 위한 심층상담과 같은 집중관리가 요구되는 학생은 2010년 2.6%에서 2012년 4.5%로 증가하였다. 이 중에서 초등학생이 차지하는 비율은 16.6%와 2.4%였으며, 정서·행동 문제가 초등학교 시기부터 학교 부적응 현상을 일으키는 주요 원인이었다(Ministry of Education, 2013).

초등학생 중 고학년의 학령기 후기 아동은 발달단계상 아동기에서 청소년으로 전환되는 시점인 청소년 초기에 해당된다(Scienberg, 2011). 즉, 이차성징의 발현 등 사춘기의 신체변화가 나타나고, 심리적·정서적으로 불안정하며, 가족중심의 관계에서 교사·또래와 같은 보다 확대된 사회적 관계망을 형성하면서 생각이나 감정 또는 경험이나 문제를 함께 공유한 또래를 중요한 사회적지지 자원으로 평가하게 된다(Brown & Klute, 2006). 이 시기의 의미 있는 타인으로 대두된 또래는 아동이 가정에서 사회로의 적응과 발달에 중요한 영향을 미치는 발판

Corresponding author Hee Sook Kim College of Nursing, Kyungpook National University, 680 Gukchaebosang-ro, Jung-gu, Daegu 700-422, Korea
TEL +82-53-420-4927 FAX +82-53-422-4926 E-MAIL hskim4114@nate.com
*이 논문은 제1저자 정현옥의 석사학위논문의 축약본임.
*This article is a condensed form of the first author's master's thesis from Kyungpook National University.

Key words 또래, 자존감, 집단따돌림, 우울
투고일 2013/12/9 1차수정 2014/4/3 2차수정 2014/5/20 게재확정일 2014/7/11

© This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License [http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/] which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

으로 아동의 자아개념의 발달과 대인관계 형성에 중요한 역할을 한다. 그리고 청소년기와 성인기의 대인관계 및 정신건강, 행동문제 등의 적응에 밀접하게 관련되어 있어(Hartup, 1993) 건강한 성장과 발달을 위해서 주의 깊게 관리하고 지도되어야 할 영역이다(Lee & Min, 2013).

원만한 또래관계의 형성을 위해서는 타인과의 상호작용을 통해서 형성되는 자존감이 중요한 요소로 작용된다(Oh, 2006). 주변 환경과의 상호작용으로 형성된 긍정적인 자존감은 아동 개인의 적응, 건강한 성격발달과 학업성취, 자아실현, 학교생활 적응에 중요한 영향을 미칠 뿐만 아니라 성인기의 행동과 감정, 성취 및 대인관계에 이르기까지 심리사회적 적응에 폭넓은 영향을 미친다. 그러나 집단따돌림이나 학교폭력 문제, 학교생활에서의 또래관계 문제 등의 사회적인 원인, 급격한 신체적·심리적 변화 등의 초기 청소년기의 발달 특성, 가정환경에서 오는 생활 스트레스 등으로 인해 자존감이 저하될 수 있다. 특히 자존감을 저하시키는 집단따돌림은 학령기 후기 아동의 자존감을 저하시키는 주요요인으로 학교폭력의 한 유형이며 동시에 학교폭력을 대표하는 상징적 개념이다(Yoo, Lee, & Lee, 2013).

2012년도 2차 학교폭력실태조사에 의하면 학교폭력 피해자 비율이 초등학교가 11.1%, 중학교 10.0%, 고등학교 4.2%로 나타나 초등학교의 경우 가장 높게 나타났다(Ministry of Education, 2012). 그리고 초등학교 시절에 겪는 집단따돌림은 일회적으로 끝나는 것이 아니라 다음 학년이나 중고등학교 때까지 지속적으로 이어지는 장기적인 특성을 지니고 있다(Jung & Chae, 2004). 즉 따돌림으로 인한 아동기의 잠재된 부정적 정서인 자존감 저하, 열등감 및 수치심 및 적개심 등이 청소년기의 비행, 알코올 중독, 우울, 학교중도탈락 같은 부적응 행동과 연계되는 더 큰 문제로 진전될 가능성이 높다(Yang, Kim, & Lee, 2008).

이러한 부적응 행동 중 아동기의 우울은 건전한 자아의식 형성과 학습 능력 및 문제해결 능력을 감소시키며, 미래에 대한 부정적 자기인식을 키워 학업 및 또래관계 문제(Rohde, Lewinsohn, & Seeley, 1994) 뿐만 아니라 반사회적 행동, 약물남용, 가출, 사회적 철회 등 이차적인 문제를 발생시켜(Angold, Costello, & Erkanli, 1995) 아동 및 청소년기의 지적·사회적 발달과업을 저해한다. 따라서 우울은 학교 적응에 있어 심각한 장애를 가져올 뿐만 아니라 성인기까지 이어지면서 자살과 같은 심각한 심리·사회적 손상으로 확대되므로 아동기의 우울은 중요하게 다루어져야 하는 연구변수이다. 이상에서와 같이 청소년기와 성인기의 건강한 발달과 원만한 대인관계 형성을 위해서는 아동기의 자존감 향상, 따돌림 방지, 우울 감소를 위한 방안이 그 무엇보다 필요하다.

청소년 초기 아동을 대상으로 또래관계증진을 위해 그동안 이루어진 선행연구들은 자존감 향상(Gao, Hwang, & Kang, 2010; Kim, 2011; Oh, 2006)과 집단따돌림 예방(Jeong & Kim, 2008; Jung & Chae, 2004; Kim, 2011) 등이 주로 연구되어 왔다. 즉, 자존감과 대인관계, 의사소통기술 및 사회성 등에 관한 연구와 집단따돌림과 사회적 고립,

학교폭력 등의 효과성을 부분적으로 본 연구가 대부분을 차지하여 이 시기에 발생할 수 있는 자존감 저하, 집단따돌림 및 우울 등의 개념을 종합적으로 고려한 연구가 미비한 실정이다.

또한 아동기의 원만하고 효율적인 또래관계의 형성과 유지를 통해 긍정적 자존감을 형성시키고, 집단따돌림 및 우울을 감소시켜 부정적인 대인관계를 다루어 나가는 능력을 개발할 수 있다면, 건전한 인격적 성장 및 자기실현을 이룰 수 있을 뿐만 아니라 청소년기의 많은 부적응 행동이나 문제를 예방하게 되어 삶의 질이 풍요로워질 수 있으며(Jang, Yoon, Kim, & Park, 2010), 나아가 성인기의 적응적 대인관계에도 영향을 미칠 수 있다. 따라서 학교 및 지역사회 내에서 통합적인 정신건강증진 프로그램을 활용하여 이 시기의 아동이 집단따돌림 및 우울과 같은 심리적인 부적응 양상을 경험하지 않고 학교생활에 잘 적응할 수 있도록 중재하는 것은 아동청소년 정신보건사업의 중요한 과제이다.

본 연구에서는 또래관계증진훈련 프로그램이 사춘기의 시작점인 청소년 초기 아동의 자존감, 집단따돌림 및 우울에 미치는 중재 효과를 규명함으로써 지역사회 아동청소년의 또래관계 향상을 위한 정신간호중재 프로그램을 제시하고자 한다.

연구 목적

본 연구는 또래관계증진훈련 프로그램이 청소년 초기 아동의 자존감, 집단따돌림 및 우울에 미치는 중재 효과를 규명하기 위한 것으로 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 또래관계증진훈련 프로그램이 청소년 초기 아동의 자존감에 미치는 효과를 확인한다.

둘째, 또래관계증진훈련 프로그램이 청소년 초기 아동의 집단따돌림에 미치는 효과를 확인한다.

셋째, 또래관계증진훈련 프로그램이 청소년 초기 아동의 우울에 미치는 효과를 확인한다.

연구 기설

기설 1. 또래관계증진훈련 프로그램에 참여한 실험군의 자존감 점수가 참여하지 않은 대조군에 비해 높아질 것이다.

기설 2. 또래관계증진훈련 프로그램에 참여한 실험군의 집단따돌림 점수가 참여하지 않은 대조군에 비해 낮아질 것이다.

기설 3. 또래관계증진훈련 프로그램에 참여한 실험군의 우울 점수가 참여하지 않은 대조군에 비해 낮아질 것이다.

연구 방법

연구 설계

본 연구는 또래관계증진훈련 프로그램이 청소년 초기 아동의 자존

감, 집단따돌림 및 우울에 미치는 효과를 알아보기 위하여 실시한 유사실험연구로 프로그램에 참여한 실험군과 참여하지 않은 대조군을 둔 비동등성 대조군 전후 시차설계(nonequivalent control group non-synchronized design)를 적용하였다.

연구 대상

본 연구의 대상자들은 G시에 소재하는 일개 초등학교 6학년생으로 학업성취도와 수업참여 분위기가 비슷한 2개의 반을 임의표집 하였다. 임의표집한 2개 반의 학생 대표가 직접 교무실에 모여 동전 던지기를 하여 앞면이 나온 반의 전체 학생 27명을 실험군으로, 뒷면이 나온 반의 전체 학생 26명을 대조군으로 할당하였으며, 실험군의 실험군과 대조군의 외생변수를 동질성 검정으로 통제하였다. 본 연구에 적합한 대상자 수는 G*power 프로그램의 유의수준 $\alpha = .05$, 효과크기 .80, power $1 - \beta = .80$, 단측 검정으로 독립 t-검정에 필요한 표본 수는 각 집단 최소 21명이었다. 이를 근거로 20% 탈락률을 고려하여 본 연구에 참여할 것을 서면으로 동의한 실험군 27명, 대조군 26명을 대상으로 프로그램을 시작하였다. 그러나 동의한 실험군에서는 기재 불성실 3명, 프로그램 중도 탈락자 1명이 발생하였고, 대조군에서는 무응답 2명, 기재불성실 3명이 발생하여 최종적으로 실험군 23명과 대조군 21명으로 총 44명이 연구에 참여하였다.

연구 도구

자존감

Rosenberg (1965)가 고등학생을 대상으로 개발한 자존감 척도(Rosenberg Self-Esteem Scale)를 Jeon (1974)이 번안한 도구를 사용하였다. 이 도구는 총 10개 문항으로 긍정문항 5개, 부정문항 5개로 '대체로 그렇지 않다' 1점에서 '항상 그렇다' 4점인 Likert 4점 척도이다. 부정문항은 역산하여 전체 점수 범위는 10점에서 40점까지로 점수가 높을수록 자존감이 높은 것을 의미한다. Jeon (1974)의 연구에서 도구의 Cronbach's $\alpha = .85$ 였으며, 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .63$ 이었다.

집단따돌림

집단 따돌림을 측정하기 위해 Crick과 Grotpeter (1996)가 제작하고 Choi와 Lim (1999)이 번안·수정한 사회경험 자가 설문(Social Experience Questionnaire, SEQ)도구를 사용하였다. 이 도구는 총 14개 문항으로 관계상의 따돌림 4개 문항과 명백한 따돌림을 5문항, 친사회적 행동을 받지 못함을 측정하는 5문항으로 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '항상 그렇다'의 5점인 Likert 5점 척도이다. 10번부터 14번 문항은 역산하며, 전체 점수 범위는 14점에서 70점까지로 점수가 높을수록 따돌림을 많이 당하고 친사회적 행동을 적게 받는 것을 의미한다. Choi와 Lim (1999)의 연구에서 Cronbach's α 는 각 요인별로 각각 .76, .83, .84였

으며, 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .88$ 이었다.

우울

우울을 측정하기 위해 Kovacs (1985)가 개발한 Children's Depression Inventory (CDI)를 Cho와 Lee (1990)가 번안한 한국판 아동용 우울척도(Korean form of the Kovacs' Children's Depression Inventory)를 사용하였다. 이 도구는 자기보고형 검사로 부정적 자기상 12문항, 대인관계 7문항, 기분과 신체증상 8문항의 3개의 하위영역으로 총 27문항이다. 0-2점의 Likert 척도로 측정하며, 총점의 범위는 0-54점으로 점수가 높을수록 우울의 정도가 높은 것을 의미한다. 즉, 최종 평가 시 4단계로 나누어 11-13점이 정상, 14-16점은 경증의 우울, 17-19점은 중증도의 우울, 20점 이상은 중증의 우울로 구분된다. Cho와 Lee (1990)의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .88$ 이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .89$ 였다.

실험처치

본 연구자는 정신전문간호사와 정신보건요원 자격을 소지하고 있으며 이야기치료사 자격증 과정을 이수하였고, 현재 대학병원의 정신건강의학과 병동간호사와 정신건강증진센터 외래강사로 활동하면서 아동청소년을 대상으로 다양한 집단상담프로그램을 운영한 경험이 있다.

본 프로그램은 청소년 초기 아동의 또래관계의 주요변수인 자존감, 집단따돌림 및 우울의 의미를 인식하고, 또래를 도울 수 있는 역량 강화를 위한 대인관계기술 향상을 도모하여 개인의 긍정적인 내적 변화와 환경에 대한 부적응 행동 감소를 목적으로 한다. 즉, 우울 증상 및 자살과의 연계성 파악, 힘든 친구 돕는 방법 습득, 도움을 받을 수 있는 자원 및 연계방법 등을 숙지하여 위함에 처한 또래를 발견하고 도움을 줄 수 있는 또래관계를 형성하고 아동청소년의 또래관계증진을 통해 정신건강증진을 추구하는 통합적 예방프로그램이다.

본 연구에 사용된 프로그램은 Kim 등(2011)에 의해 개발된 초등학교 생용 생명존중 및 자살예방교육 프로그램과 교우관계증진 집단상담 프로그램(Kim, 2011)을 바탕으로 정신간호학 교수 1인과 1급 정신보건간호사 1인의 자문을 통해 내용을 검증받아 연구자가 청소년 초기 아동 학생에게 적합하도록 내용을 수정보완하였으며, 프로그램의 구성 및 전체 진행을 담당하였다. 그리고 주 1회씩 1시간의 워크숍을 통해 프로그램 내용을 숙지시킨 후 1급 정신보건간호사 1인과 정신간호학 전공 석사과정 대학원생 1인을 연구보조진행자로 활용하였다. 제공한 프로그램은 총 8회기로 4주 간 주 2회를 연구자와 2인의 보조진행자가 함께 실시하였다. 구체적인 훈련 내용으로는 첫 회기의 '반갑다 친구야'를 통해 프로그램 전체진행과 내용에 대해 이해를 도모하였고, 집단원 간에 친밀감 및 신뢰감을 형성한 후 이를 토대로 소중한 우리, 나 이해하기, 나의 힘든 마음 표현하기, 친구이해하기, 친구와 효율적인 대화하기, 친구 돕기 및 친구와 하나 되기 순으로 진행하였다(Table 1).

Table 1. Contents of Positive Peer Relationship Training Program

Session	Subjects	Activities	Time (minutes)
1	Nice to meet you, friends	<ul style="list-style-type: none"> · Pre-test · Orientation of program · Watching video about preciousness of friends · Self-introduction · Deciding on program rules and taking a vow 	45
2	Precious us	<ul style="list-style-type: none"> · O, X quiz on respect for life · Finding the meaning of respect for life · Identifying the similarities between respect for life and respect for friends 	45
3	Understanding yourself	<ul style="list-style-type: none"> · "I'm proud." · Sharing the meaning of self-esteem · Learning how to improve self-esteem 	45
4	Expressing your painful heart	<ul style="list-style-type: none"> · Understanding emotional words through a bingo game · Using emotional cards to express my current feelings · O, X quiz on depression · Sharing crisis management skills · Learning how to ask for help when you are in trouble 	45
5	Understanding friends	<ul style="list-style-type: none"> · Understanding the difference between friends and me · Knowing a friend's difficult time · Finding a friend's strength, through "The friendship of a basket of apples" · Applying self-esteem improvement applause to friends 	45
6	Effective conversation with friends	<ul style="list-style-type: none"> · Understanding the behaviors which help the friendship and break the friendship · Watching a video "The importance of interest" · Learning the basic attitude of conversation (Listen, Respect, Empathy) and Role-playing (I-Message) 	45
7	Helping friends	<ul style="list-style-type: none"> · Learning the 5 steps of helping friends in difficulty · Watching a video about a tough friends and practicing · Role-playing the 5 steps of helping friends 	45
8	Becoming one with your friends	<ul style="list-style-type: none"> · Watching a video 'all of us session 1-7' and think about the "Newly changed me" · Sharing opinions and Giving Peer helper certification · Post-test 	45

자료수집 방법

국립B병원의 연구윤리위원회의 심의를 거쳐 연구승인(IRB: 3-002)을 받았으며, 설문조사에 앞서 G시에 소재하는 일개 초등학교를 직접 방문하여 연구의 목적과 취지를 설명한 후 학교장에게 프로그램 장소와 연구진행에 대한 허락과 동의를 받았다. 자료수집기간은 2012년 9월 10일부터 11월 19일까지였으며, 윤리적 측면을 고려하여 연구 전에 각 반에 들어가 연구대상자들에게 연구의 목적과 방법을 설명한 후 모든 자료는 익명으로 처리되어 비밀보장이 되는 점과 원하지 않을 경우에는 언제든지 연구 참여를 철회할 수 있음을 설명하고 서면동의를 받았다. 보호자에게는 가정통신문을 발송하여 서면동의를 받았다. 그리고 조사자 간의 측정오차를 최소화하기 위해 대상자에게 주는 정보를 통일하고 자료수집 방법과 절차 및 도구들에 관한 프로토콜을 만들어 연구보조진행자를 교육하였으며, 본 연구의 후광효과를 차단하기 위해 프로그램 진행자인 연구자를 제외한 2인의 연구보조진행자가 자료수집을 실시하였다.

본 연구대상자는 같은 학교에서 생활하는 서로 다른 반이므로 처치의 확산을 막기 위해 먼저 대조군에게 2012년 9월 10일과 10월 5일에

자존감, 집단따돌림, 우울 검사 설문지를 이용하여 사전사후자료를 수집하였으며, 실험군은 집단의 역동성을 고려하여 7명씩 4개의 집단으로 구성하여 프로그램을 실시하는 날 사전검사를 실시하였다. 2012년 10월 24일에서 11월 19일까지 월, 수 주 2회(회당 45분), 실험대상자들이 모인 교실에서 연구자와 2명의 연구보조원이 프로그램을 적용하였고, 종결하는 날 사후검사를 실시하였다. 그리고 측정문항들의 내용의 타당도를 확보하기 위해 사전사후 검사 시 2명의 연구보조진행자가 프로토콜에 있는 내용 외에는 어떠한 대화도 하지 않도록 하였으며, 연구의 윤리적 측면을 고려하여 자료수집이 종결된 이후 프로그램을 원하는 대조군 아동에게 8회기의 또래관계증진훈련 프로그램을 실시하였다.

자료분석 방법

수집된 자료는 SPSS/WIN 18.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다. 실험군과 대조군의 일반적 특성 분포는 빈도와 백분율, 평균과 표준편차로 산출하였다. 종속변수에 대한 집단별 정규분포를 파악하기 위해 왜도 값을 살펴본 결과, 절대 값이 1.0보다 작아 정규분포를 하는 것으로 나타났으며, Kolmogorov-Smirnov 정규성 검정에서

유의수준 .05보다 높았고, Q-Q도 표에서 데이터들이 직선에 가까워 정규분포를 이루고 있음을 확인하였다. 실험군과 대조군의 일반적 특성의 동질성 검정은 한 그룹의 대상자수가 5 이하인 경우는 비모수검정인 Fisher's exact probability test로, 5 이상인 경우는 χ^2 -test로 분석하였고, 종속변수에 대한 실험 전 동질성 검정은 t-test로 검정하였다. 또래관계증진훈련 프로그램의 효과에 대한 가설 검정을 위해 실험군과 대조군 각각 중재 전후 차이 값에 대한 두 집단 간의 비교는 t-test로 검정하였다. 도구들의 신뢰도는 Cronbach's α 를 산출하였다.

연구 결과

대상자의 일반적 특성과 동질성 검정

본 연구의 대상자는 실험군 23명과 대조군 21명으로 총 44명이었다. 전체 대상자의 일반적 특성에서 성별을 보면 여자가 실험군 56.5%, 대조군 52.4%로 남자보다 많았으며, 동거가족은 핵가족이 실험군 91.3%, 대조군 100%로 대부분을 차지하였다. 출생순위는 실험군과 대조군 모두 둘째 이상이 65.2%, 61.9%로 첫째보다 높은 비율을 차지하였으며, 친

Table 2. Homogeneity of General Characteristics between Experimental and Control Group (N=44)

Characteristics	Categories	Exp. (n=23)	Cont. (n=21)	χ^2	p
		n (%)	n (%)		
Gender	Male	10 (43.5)	10 (47.6)	0.08	.783
	Female	13 (56.5)	11 (52.4)		
Family structure	Extended	2 (8.7)	0 (0.0)	1.91*	.489
	Nuclear	21 (91.3)	21 (100.0)		
Birth order	1	8 (34.8)	8 (38.1)	0.05	.820
	2 ≤	15 (65.2)	13 (61.9)		
Number of close friends	None	1 (4.3)	2 (9.5)	0.58*	.902
	1-2	9 (39.1)	8 (38.1)		
	3 ≤	13 (56.5)	11 (52.4)		
Satisfaction with school life	Satisfied	11 (47.8)	6 (28.6)	4.97*	.079
	Middle	11 (47.8)	9 (42.9)		
	Dissatisfied	1 (4.3)	6 (28.6)		
Academic achievement	High	8 (34.8)	10 (47.6)	0.82*	.795
	Middle	9 (39.1)	7 (33.3)		
	Low	6 (26.1)	4 (19.0)		
Father working	Yes	20 (87.0)	20 (95.2)	0.98*	.512
	No	1 (4.3)	0 (0.0)		
Mother working	Yes	16 (69.6)	16 (76.2)	0.24	.622
	No	7 (30.4)	5 (23.8)		
Economic level	High	4 (17.4)	8 (38.1)	4.28*	.109
	Middle	17 (73.9)	9 (42.9)		
	Low	2 (8.7)	4 (19.0)		
Suicide attempt in neighbor	Yes	2 (8.7)	3 (14.3)	0.34*	.658
	No	21 (91.3)	18 (85.7)		

*Fisher = Fisher's exact probability test.

Exp. = Experimental group; Con. = Control group.

한 친구 수에서는 실험군과 대조군 각각 3명 이상이 56.5%, 52.4%로 가장 높은 비율을 차지하였다. 학교생활만족도에서는 실험군은 만족과 보통이 47.8%, 대조군은 보통 42.9%를 차지하였으며, 학업성적에서는 실험군은 중위권이 39.1%, 대조군은 상위권이 47.6%를 차지하였다. 부모님의 직업 유무에서는 아버지의 경우 실험군은 87.0%, 대조군은 95.2%가 있다고 대답하였으며, 어머니의 경우 실험군은 69.4%, 대조군은 76.2%가 있다고 대답을 하였다. 경제수준은 실험군과 대조군 모두 중정도가 73.9%, 42.9%로 가장 높은 비율을 차지하였다. 주변에서 직접적으로 자살을 시도한 사람의 유무에서는 없다고 실험군의 91.3%, 대조군 85.7%로 대부분을 차지하였다. 이상과 같이 일반적 특성에 대한 동질성을 검정한 결과 두 집단 간에는 통계적으로 유의한 차이가 없어 동질한 것으로 나타났다(Table 2).

종속변수의 사전 동질성 검정

또래관계증진훈련 프로그램 실시 전 두 집단 간의 자존감은 실험군이 평균 30.9±4.16점, 대조군 평균은 29.1±4.28점으로 두 집단 간에는 유의한 차이가 없었고, 집단따돌림은 실험군의 평균이 23.4±6.80점, 대조군이 25.0±8.06점으로 두 집단 간에는 유의한 차이가 없어 두 군의 통계적 차이를 보이지 않았다. 또한 우울은 실험군 평균이 5.9±4.66점, 대조군의 평균이 9.5±7.94점으로 두 집단 간에 유의한 차이가 없어 두 집단은 동질한 것으로 나타났다(Table 3).

가설 검정

가설 1. 또래관계증진훈련 프로그램에 참여한 실험군의 자존감 점수가 참여하지 않은 대조군에 비해 높아질 것이다. 또래관계증진훈련 프로그램 실시 후 자존감 점수는 실험처치 전후 차이를 비교해 본 결과 실험군에서는 사전 30.9±4.16점에서 사후 32.9±4.56점으로 2.0±5.44점 상승하였고, 대조군은 사전 29.1±4.28점에서 사후 29.3±5.35점으로 실험군이 더 높아졌으나 두 군 사전 사후 차이 점수 간에 유의한 차이가 없어(t=1.27, p=.212) 가설 1은 기각되었다(Table 4).

가설 2. 또래관계증진훈련 프로그램에 참여한 실험군의 집단따돌림 점수가 참여하지 않은 대조군에 비해 낮아질 것이다. 또래관계증진훈련 프로그램 실시 후 집단따돌림 점수는 실험처치 전후 차이를 비교해 본 결과 실험군 -4.3±7.29점, 대조군 -0.1±5.68점으로 두 군 간에 유

Table 3. Homogeneity Test of Dependent Variables in Pre-test (N=44)

Variables	Exp. (n=23)	Cont. (n=21)	t	p
	M±SD	M±SD		
Self-esteem	30.9±4.16	29.1±4.28	1.47	.150
Bullying	23.4±6.80	25.0±8.06	-0.70	.489
Depression	5.9±4.66	9.5±7.94	-1.82	.079

t = Independent t-test; Exp. = Experimental group; Cont. = Control group.

Table 4. Comparisons of Self-esteem and Bullying between the Two Groups

(N=44)

Variables	Group	Pre-test	Post-test	Post-Pre	t	p
		M±SD	M±SD	M±SD		
Self-esteem	Exp. (n=23)	30.9±4.16	32.9±4.56	2.0±5.44	1.27	.212
	Cont. (n=21)	29.1±4.28	29.3±5.35	0.2±3.45		
Bullying	Exp. (n=23)	23.4±6.80	19.1±6.28	-4.3±7.29	-2.10	.042
	Cont. (n=21)	25.0±8.06	24.9±8.14	-0.1±5.68		
Depression	Exp. (n=23)	5.9±4.66	3.7±4.22	-2.1±3.53	-2.37	.023
	Cont. (n=21)	9.5±7.94	10.9±9.03	1.4±6.20		

t = Independent t-test; Exp. = Experimental group; Cont. = Control group.

의한 차이를 보여($t = -2.10, p = .042$) 가설 2는 지지되었다(Table 4).

가설 3. 또래관계증진훈련 프로그램에 참여한 실험군의 우울 점수가 참여하지 않은 대조군에 비해 낮아질 것이다. 또래관계증진훈련 프로그램 실시 후 우울 점수는 실험처치 전후 차이를 비교해 본 결과 실험군 -2.1 ± 3.53 점, 대조군 1.4 ± 6.20 점으로 두 군 간에 유의한 차이를 보여($t = -2.37, p = .023$) 가설 3은 지지되었다(Table 4).

논 의

본 연구는 또래관계증진훈련 프로그램이 청소년 초기 아동의 자존감, 집단따돌림 및 우울에 미치는 효과를 검증하고자 실시되었으며, 연구결과를 논의하면 다음과 같다.

또래관계증진훈련 프로그램에 참여한 실험군과 참여하지 않은 대조군의 자존감 점수는 유의한 차이가 없었다. 이러한 결과는 개인의 성장속도에 따라 정서적·지적·사회적 발달정도의 차이가 큰 청소년 초기 아동의 발달특성과 관련이 있는 것으로 사료된다. 즉, 이 시기의 개인 간 발달수준의 차이가 Rosenberg의 자존감 척도에 내포된 ‘가치 있는’, ‘좋은’, ‘실패한’, ‘대체로’, ‘좀 더’, ‘쓸모없는’, ‘때때로’ 등의 추상적인 단어를 인지하고 해석하는데 혼란을 가져와 논리적이고 합리적인 사고능력의 저하를 초래하였다. 또한 8회기라는 짧은 시간동안 아동기의 자기중심적인 사고, 혹은 지나치게 소극적이고 부정적인 자아의식, 학업적인 자신감 결여 등을 있는 그대로 수용하게 하고 긍정적인 태도를 지니게 하여 자존감을 향상시키기에 다소 어려움이 있었던 것으로 여겨진다. 본 연구결과는 기존의 또래관계증진 프로그램을 활용한 연구결과(Gao, Hwang, & Kang, 2010; Kim, 2011)와 일치하지 않는다. 선행연구들의 프로그램은 긍정적인 상호작용을 통해 자신을 있는 그대로 수용하고 주어진 환경에 대한 변화를 도모하여 자기이해 및 타인에 대한 건전한 의식을 함양시켜 자존감을 증가시킨 것으로 사료된다. 하지만 본 연구의 또래관계증진훈련 프로그램 과정에 참가한 아동은 훈련 직후에 자기 자신뿐만 아니라 자신의 친한 또래가 자신감을 얻도록 도와주기위해 그들의 장점에 관심을 가지거나 또래와의 차이점을 인정하면서 서로 이해해주는 모습을 보였다. 게다가 자신들의 집단속에서

소속감을 느끼고 자신의 존재 가치를 확인하고, 자신의 감정과 정서, 의견을 능동적으로 전달하였다. 그리고 자신의 내면과 행동을 또래에게 드러내면서 이성적으로 사리를 분별하고 해석하여 타인을 수용하고 자하는 행동을 보였다.

그러므로 앞으로 본 또래관계증진훈련 프로그램을 이용하여 연구를 재시행할 때 청소년 초기 아동용으로 개발된 자존감 척도를 사용하고, 대인관계기술이 습관화·내면화 될 수 있도록 지속적·반복적으로 프로그램을 적용한다면 그 중재 효과를 높일 수 있을 것으로 생각된다.

또래관계증진훈련 프로그램에 참여한 실험군은 참여하지 않은 대조군보다 집단따돌림 점수가 유의하게 낮았다. 이는 제공된 훈련프로그램이 또래 및 자신의 차이점 인식, 또래 존중의 의미, 상호 간 감정이해, 타인을 그대로 수용하는 방법 등이 포함되어 초기 청소년 아동의 또래에 대한 중요성이 향상되어 이들과의 관계가 더욱 친밀해지면서 증가된 친사회적 행동이 집단따돌림과 같은 사회관계의 어려움을 극복하는 데 도움이 된 것으로 여겨진다. 특히, 본 프로그램은 청소년 초기 아동이 공감할 수 있는 구체적인 상황 제시를 통하여 위협에 처한 친구를 돕는 일련의 과정을 역할극으로 재현해 보게 함으로써 자신도 친구를 도와줄 수 있는 의미 있는 존재이고, 자신 또한 힘든 상황에 처했을 때 도움을 받을 수 있는 또래가 옆에 있다는 것을 인식하게 된 것이 또래관계증진에 긍정적인 영향을 미친 것으로 사료된다. 이러한 결과는 기존의 또래관계증진 프로그램을 활용한 연구결과(Jeong & Kim, 2008; Jung & Chae, 2004; Kim, 2011)와 일치한다. 선행연구에서 제공된 프로그램은 아동이 생각이나 감정을 스스로 표현하게 함으로써 또래의 권리를 침해하지 않고 존중하는 능력 및 타인을 있는 그대로 수용하는 능력을 향상시켰다. 또한 보다 적극적이고 긍정적으로 학교생활과 친사회적 행동을 강화시켜 집단따돌림 문제를 해결하고 예방한 것으로 여겨진다. 이상의 결과를 비추어볼 때 또래관계증진훈련 프로그램은 청소년 초기 아동의 집단따돌림 감소에 유용함을 알 수 있다.

또래관계증진훈련 프로그램에 참여한 실험군은 참여하지 않은 대조군보다 우울 점수가 유의하게 낮았다. 아동기의 우울은 청소년기 및 성인기 우울의 전조가 되며, 청소년기 사망의 주요 원인 중의 하나인 자살의 직접적인 심리적 영향요인이다(Chang, 2011; Park & Moon,

2012). 본 훈련 프로그램은 우울에 대한 도전 골든벨 OX게임을 통해 우울에 대한 인식을 새롭게 정리하고, 모둠 내에서 나의 위기 극복방법을 나누어 힘든 때 스스로 해결할 수 있는 방법을 습득하였다. 또한 도움을 구할 수 있는 대안적인 사고 및 방법을 익히고, 힘든 친구를 돕는 5단계를 활용함으로써 문제해결 단계를 알고 실제 상황에 적용해 보도록 하였다. 이것이 현재 상황에 대한 아동의 인지적 왜곡을 긍정적으로 전환하여 현재 상황뿐만 아니라 미래의 가능성에 대해서도 긍정적으로 지각하도록 하였다. 그러므로 자신에 대한 긍정적인 평가를 하게 되어 우울감소에 도움이 되었다고 여겨진다. 현재 청소년 초기 아동을 대상으로 본 연구와 동일한 또래관계증진훈련 프로그램을 적용하여 효율적으로 우울을 감소시킨 연구가 미흡하여 이들을 대상으로 한 직접적인 비교는 어렵다. 그러나 또래관계의 문제로 인해 유발된 우울은 긍정적인 사회기술을 습득하고 새로운 인간관계를 형성하고 유지하는데 걸림돌이 되어 청소년 초기 아동의 생활 전반에 영향을 미친다(Seo & Kim, 2013)는 연구와 우울예방교육에 참여한 아동이 참여하지 않는 아동에 비해 우울증상이 낮다(Stice, Shaw, Bohon, Marti, & Rohde, 2009)는 연구결과와 일맥상통한다. 이상의 결과를 통해 또래관계증진훈련 프로그램이 또래관계 속에서 자신의 내면을 돌아보고 우정의 본질에 대해 깊이 있게 생각함으로써 자신의 성장뿐만 아니라 또래관계에서 성숙한 지원체계로서의 역할을 수행하는 데 기여했음을 알 수 있다.

본 연구 결과 간호학적 의의는 첫째, 신체적·심리적·지적 혼란기에 있는 청소년 초기 아동을 대상으로 한 본 연구의 또래관계증진훈련 프로그램은 모든 학생들을 포함하는 보편적 예방프로그램으로 긍정적인 자존감 형성, 대인관계 기술향상과 개인의 내적 적응 능력 및 문제해결 능력 배양을 도모하는 집단정신간호 프로그램이다. 따라서 학교 및 지역사회 내에서 발생할 수 있는 집단따돌림, 우울, 자살 등의 부적응 현상을 사전에 예방함으로써 청소년기와 성인기의 삶의 질을 증진시키는 효과적인 정신간호중재로 활용될 수 있으며 나아가 아동청소년 정신간호학의 영역 확대와 전문화에 기여할 수 있다. 둘째, 지역사회 아동청소년들의 정신건강증진을 담당하는 Wee센터나 정신보건센터에서 해당 지역 학교의 아동청소년들 대상으로 일차예방 사업의 일환으로 또래관계증진훈련 프로그램이 활용된다면 정신건강에 긍정적 효과를 미쳐 집단따돌림, 우울 등의 심리적 부적응 현상을 감소시킬 것으로 사료된다.

본 연구의 결과를 토대로 다음과 같은 제언을 하고자 한다. 첫째, 본 연구에서 사용된 자존감 척도는 고등학생을 대상으로 개발되어 현재 전 연령을 대상으로 보편적으로 사용되고 있는 도구로 청소년 초기 아동의 발달적 특징을 간과하여 도구의 내적일관성인 신뢰도가 .63으로 낮았으므로 후속 연구 시에 연구 대상자의 발달적 시기를 고려한 척도를 이용하면 도구의 신뢰도를 더욱 높일 것으로 여겨진다. 둘째, 또래

관계증진훈련 프로그램을 청소년 초기, 청소년기, 청소년 후기 등 개발하여 활용할 것을 제안한다. 청소년기는 각 발달단계의 정서적·지적·사회적 특성이 다르기 때문이다. 셋째, 또래관계증진훈련 프로그램의 지속되는 중재 효과 기간을 파악할 필요가 있다. 왜냐하면 효율적인 재교육시기를 확인하여 지속적이고 반복적인 교육을 실시한다면 그 중재효과를 높일 수 있기 때문이다.

결론

본 연구는 또래관계증진훈련 프로그램이 청소년 초기 아동의 자존감, 집단따돌림 및 우울에 미치는 효과를 검증하고자 실시하였다. 또래관계증진훈련 프로그램 참여 후 자존감의 실험처치 전후 차이를 비교해 본 결과 실험군과 대조군 간에는 유의한 차이가 없었고, 집단따돌림과 우울은 실험군이 대조군보다 유의하게 낮아져 또래관계증진훈련 프로그램이 청소년 초기 아동의 또래관계를 향상시키는데 효과적인 중재임이 확인되었다. 따라서 학교 현장이나 지역사회 내에서 활동하는 간호사들이 학생들의 집단따돌림을 예방함으로써 친구관계를 향상시키고 우울을 감소시킬 수 있는 간호중재로 또래관계증진훈련 프로그램을 유용하게 활용할 수 있을 것으로 사료된다.

Conflict of Interest

No potential conflict of interest relevant to this articles was reported.

Acknowledgments

This research was supported by a Kyungpook National University Research Grant of KNU Convergence Program, 2011.

요약

목적

또래관계증진훈련 프로그램을 적용하여 청소년 초기 아동의 자존감, 집단따돌림 및 우울에 미치는 중재효과를 확인하고자 한다.

방법

총 8회기를 한 장소에서 일정한 시간에 연구자와 2명의 연구보조원이 함께 프로그램을 실시하였다. 대조군에게 4주간의 간격으로 자존감, 집단따돌림 및 우울 검사 설문지를 이용하여 사전사후자료를 수집한 후 프로그램을 실시하는 날 실험군의 사전검사를 실시하였고, 프로그램을 종결하는 날 실험군의 사후검사를 실시하였다. 그리고 SPSS/

WIN 18.0 프로그램을 이용하여 Fisher's exact probability test, χ^2 test 및 t-test로 분석하였다.

결과

또래관계증진훈련 프로그램에 참여한 후 실험군과 대조군 간에 자존감은 유의한 차이가 없었으나, 집단따돌림과 우울은 유의한 차이가 있어, 본 프로그램이 청소년 초기 아동의 집단따돌림 및 우울을 감소 시킴으로써 내적 적응력 및 대인관계를 향상시키는데 효과적인 중재임을 확인할 수 있었다.

결론

또래관계증진훈련 프로그램의 지속적인 중재효과 및 효율적인 재교육시기를 확인하기 위해서 일정한 시간이 지난 후 후추조사를 해 볼 필요가 있으며, 학교 및 지역사회 내에서 학생들의 내적 적응력과 대인관계 향상을 위한 중재전략 수립 시 또래관계증진 훈련프로그램을 활용한다면 본 연구의 결과가 유용하게 활용될 수 있을 것이다.

References

- Angold, A., Costello, E. J., & Erkanli, A. (1995). The epidemiology of depression in child and adolescent. In M. Goodyer (Ed.), *The depressed child and adolescent: Developmental and clinical perspective* (pp. 143-178). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Brown, B. B., & Klute, C. (2006). Friendships, cliques, and crowds. In G. R. Adams, & M. D. Berzonsky (Ed.), *Blackwell handbook of adolescence* (pp. 330-348). Oxford, UK: Blackwell Publishing.
- Chang, E. J. (2011). Critical review on the current study of adolescent suicide in Korea. *Journal of Future Oriented Youth Society*, 8(4), 171-195.
- Cho, S. C., & Lee, Y. S. (1990). Development of the Korean form of the Kovacs' Children's Expression Inventory. *Journal of the Korean Neuropsychiatric Association*, 29(4), 943-956.
- Choi, B. G., & Lim, J. Y. (1999). The influence of peer victimization on children's loneliness and anxiety. *Journal of the Home Economics Association*, 37(5), 111-121.
- Crick, N. R., & Grotpeter, J. K. (1996). Children's treatment by peers: Victims of relational and overt aggression. *Development and Psychopathology*, 8(2), 367-380. <http://dx.doi.org/10.1017/S0954579400007148>
- Gao, H. Y., Hwang, M. H., & Kang, Y. I. (2010). The development of social skill group counseling program for ethnic minority children. *The Korea Journal of Youth Counseling*, 18(2), 71-84.
- Hartup, W. W. (1993). Peer relations. In P. J. Mussen (Series Ed) & E. M. Hetherington (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology: Vol 4. Socialization, personality, and social development* (pp. 103-196). New York: Wiley.
- Jang, S. H., Yoon, H. S., Kim, S. J., & Park, Y. S. (2010). Learning motivation, social skills and academic self-efficacy scale as predictors of elementary school adjustment. *The Journal of Education Research*, 8(2), 140-157.
- Jeon, B. J. (1974). Self-esteem: A test of its measurability. *Yonsei Nonchong*, 11(1), 107-130.
- Jeong, M. H., & Kim, J. H. (2008). An effect of peer counselor's mentor activity on rejected children's peer relationship in elementary school. *The Korean Journal of Elementary Counseling*, 7(1), 185-203.
- Jung, J. Y., & Chae, J. H. (2004). The effect of the MMTIC program on the interpersonal relationship skill and self-expression ability for isolated students in an elementary school. *Journal of the Korea Academy of Psychological Type*, 11, 147-174.
- Kim, H. S., Park, W. J., Kim, M. H., Park, K. R., Lee, G. S., & Kim, M. H. (2011). Development report of the manual on suicide crisis management program for elementary school students. *Daegu Metropolitan Office of Education*, Daegu.
- Kim, S. B. (2011). The effect of peer relationships improvement group counseling to peer relationships, empathic ability, and self-esteem of isolated students. *Journal of Psychology and Behavior*, 3(2), 1-25.
- Kovacs, M. (1985). The children's depression inventory. *Psychopharmacology Bulletin*, 27, 955-988.
- Lee, M. S., & Min, H. Y. (2013). The main and interaction effects of control parenting and early adolescents' ego-resiliency on peer attachment: Focusing on the data of the Korean children and youth panel survey 2010. *Journal of Korean Home Management Association*, 31(6), 1229-1331. <http://dx.doi.org/10.7466/JKHMA.2013.31.6.1>
- Ministry of Education. (2012, November 16). *Survey of secondary on the actual conditions of student violence in 2012: Press release*. Retrieved April 18, 2013, from <http://www.moe.go.kr/web/100026/ko/board/view.do?bbsId=294&pageSize=10¤tPage=3&encodeYn=Y&boardSeq=38912&mode=view>
- Ministry of Education. (2013, September 23). *Results on emotional behavior characteristics of students in 2013: Press release*. Retrieved November 23, 2013, from <http://www.moe.go.kr/web/100026/ko/board/view.do?bbsId=294&pageSize=10¤tPage=8&encodeYn=Y&boardSeq=50575&mode=view>
- Oh, E. J. (2006). A study on the effect of friend-praise activity program of elementary students for self-esteem and personal relationship. *The Ko-*

- rean *Journal of Elementary Counseling*, 15(1), 159-184.
- Park, S., & Moon, S. B. (2012). A structural analysis of school-aged children's suicide ideation and related variables. *The Korean Journal of Home Management Association*, 30(2), 75-86. <http://dx.doi.org/10.7466/JKHMA.2012.30.2.075>
- Rohde, P., Lewinsohn, P. M., & Seeley, J. R. (1994). Are adolescents changed by an episode of major depression? *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 33(9), 1289-1298. <http://dx.doi.org/10.1097/00004583-199411000-00010>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, New Jersey: Princeton University Press.
- Scainberg, L. (2011). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill.
- Seo, J. Y., & Kim, J. K. (2013). A study on friendship quality, motivation, depression, and anxiety of children with learning disabilities. *The Journal of Special Children Education*, 15(3), 159-181.
- Stice, E., Shaw, H., Bohon, S., Marti, C. N., & Rohde, P. (2009). A meta-analytic review of depression prevention programs for children and adolescents: Factors that predict magnitude of intervention effects. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 77, 486-503. <http://dx.doi.org/10.1037/a0015168>
- Yang, M. J., Kim, U. Y., & Lee, S. H. (2008). Development of a care enhancement program for the prevention of school violence in elementary students. *The Korean Journal of Youth Counseling*, 138, 1-194.
- Yoo, G. S., Lee, S. C., & Lee, H. M. (2013). Effects of individual, family and school characteristics on participant roles of school bullying among middle school students. *Journal of Family Relations*, 18(3), 63-89.