

# 각급학교를 통한 건강증진사업 추진전략과 프로그램 개발

김혜경 (협성대학교 보건관리학과 교수)



# 각급 학교를 통한 건강증진사업 추진전략과 프로그램 개발

김혜경 (협성대학교 보건관리학과 교수)

## 1. 연구의 목적

청소년 건강문제의 심각성 증가에 따른 대처방안으로 개입의 필요성이 증가되고 있으며, 이에 따른 건강증진사업의 핵심 장으로서 학교의 역할이 강화되어야 한다. 그러나 현행 학교보건사업은 사회적 공감과 협의가 부족하고, 관련법이 학교보건사업의 방향을 명확히 제시해 주지 못하며, 학교보건현장과 상급행정기관의 단절 등의 한계가 있다. 또한 우리나라에 적용 가능한 포괄적인 학교건강증진 프로그램 모형이 제공되지 못하고 있으므로 사회·환경적 접근방법을 포함하는 포괄적 학교 건강증진사업의 필요성이 대두되고 있다.

본 연구에서 다루게 될 세부적인 연구목적은 다음과 같다.

첫째, 학교 건강증진사업의 수행실태, 요구도 및 문제점을 분석한다.

둘째, 학교 건강증진사업을 지원할 수 있는 행정적 추진체계 및 사업지원조직과의 협력체계를 수립한다.

셋째, 학교 건강증진사업의 효율적 수행을 위한 포괄적 건강증진 프로그램을 개발한다.

## II. 연구방법

### 1. 건강증진사업의 수행실태, 요구도 및 문제점 분석

#### 1) 설문조사

국내의 학교건강증진사업의 문제점 및 학생과 교직원의 요구사항을 추진체계와 프로그램 개발에 반영하기 위하여, 사업에 관한 요구도 및 사업수행 현황, 지역사회 자원의 활용도와 연계가능성 등을 조사하였다.

- (1) 조사대상: 서울특별시, 광역시, 중소도시 및 군 단위에서 각각 초등학교, 중학교 및 고등학교 각 1개교씩을 무작위 추출한 후 학생 2,229명과 교사 516명을 대상으로 사업에 대한 요구 사항과 지역자원 활용도를 조사
- (2) 조사방법: 조사원 방문 설문조사
- (3) 조사표: 미국 질병예방통제센터(CDC)에서 개발한 School Health Index : A Self-Assessment and Planning Guide (2004)를 우리나라 실정에 맞게 번역, 수정 작업을 거쳐 조사표로 활용하였다. 설문은 포괄적 학교건강증진사업의 8개 영역으로 구분되어 각 영역별 수행현황과 요구도에 관한 세부 질문으로 구성되어 있다.

#### 2) Delphi 기법을 활용한 전문가 의견수렴

- (1) 조사대상: 교육인적자원부 학교보건 담당, 시·도 교육청 및 지역교육청 학교보건 담당 등 관련 행정가 71명
- (2) 조사내용
  - 학교건강증진사업의 영역별 수행현황 및 수행원칙
  - 사업수행을 위한 국가인프라
  - 사업수행을 위해 활용되고 있는 학교자원 및 지역사회자원 등
- (3) 조사방법: 우편조사

## 2. 학교건강증진사업의 추진체계와 프로그램 개발

건강증진사업의 수행실태, 요구도 및 문제점 분석결과를 검토하고 미국, 일본, 유럽의 학교건강증진사업 사례에 관한 문헌고찰을 통하여 최종 사업추진체계와 프로그램 개발을 수행하였다.

### Ⅲ. 연구결과

#### 1. 건강증진사업의 수행실태, 요구도 및 문제점 분석

조사결과를 통하여 좀 더 포괄적인 학교 건강증진프로그램의 필요성과 학교와 지역 사회연계의 필요성이 제시되었다. 구체적인 결과들은 다음과 같다.

첫째, 현 학교 건강증진사업에 대한 요구도 조사에서 교사들은 우선순위의 사업으로 학교보건정책과 학교환경, 학교급식을 들었으며, 보건교사들은 학교보건교육을 우선순위의 사업을 지적하였다. 학생들은 학교환경의 안전과 금연정책, 다양한 보건교육 수업과 기술훈련기회 제공, 체육시간의 안전, 급식장소의 청결, 또래상담프로그램, 학교/지역사회의 연계프로그램의 필요성에 대한 요구도가 높은 것으로 나타났다.

둘째, 현 학교 건강증진사업 현황에서는 학교보건위원회 구성, 기초검사를 활용한 체육프로그램의 개발, 학교건강서비스 총괄인력의 부재, 학교급식을 통한 영양교육 부재, 건강상담 실시율 저조, 교직원을 위한 건강증진 프로그램 부재, 가족/지역사회연계 프로그램에 대한 인식부족이 주요 문제로 지적되었다

#### 2. 학교건강증진사업의 추진체계와 프로그램 개발

##### 1) 학교건강증진사업의 추진체계

학교 건강증진사업의 효율적 수행을 위해서는 교육행정체계 내의 학교보건조직들 간의 협조가 중요하며 중복투자를 예방하기 위한 각 조직의 역할과 기능을 분담하는

것이 필요하다.

또한 학교 건강증진사업의 구조적 요인을 기초로 한 학교 건강증진사업의 행정적 추진체계는 학교 건강증진사업의 인프라 구축, 사업 활성화를 위한 차별화된 전략수행 전략 개발, 학교보건교육의 운영방안 구축으로 구성되어야 하며, 교육행정 체계와 학교 보건 지원체계는 각기 고유한 역할과 기능을 갖고 협력하며, 지역사회와의 협력방안을 모색하여야 한다.

## 2) 프로그램 개발

학교 건강증진사업의 효과성 향상을 위해서는 포괄적 학교 건강증진 프로그램이 필요하다. 학교보건정책 및 학교환경, 학교보건교육, 체육, 학교건강서비스, 학교급식, 학교상담, 교직원 건강증진, 가족/지역사회와의 연계 영역이 통합되어야 한다. 또한 포괄적인 학교 건강증진 프로그램은 생활기술이 강조된 학교보건교육이 핵심 영역의 역할을 하여야 한다.

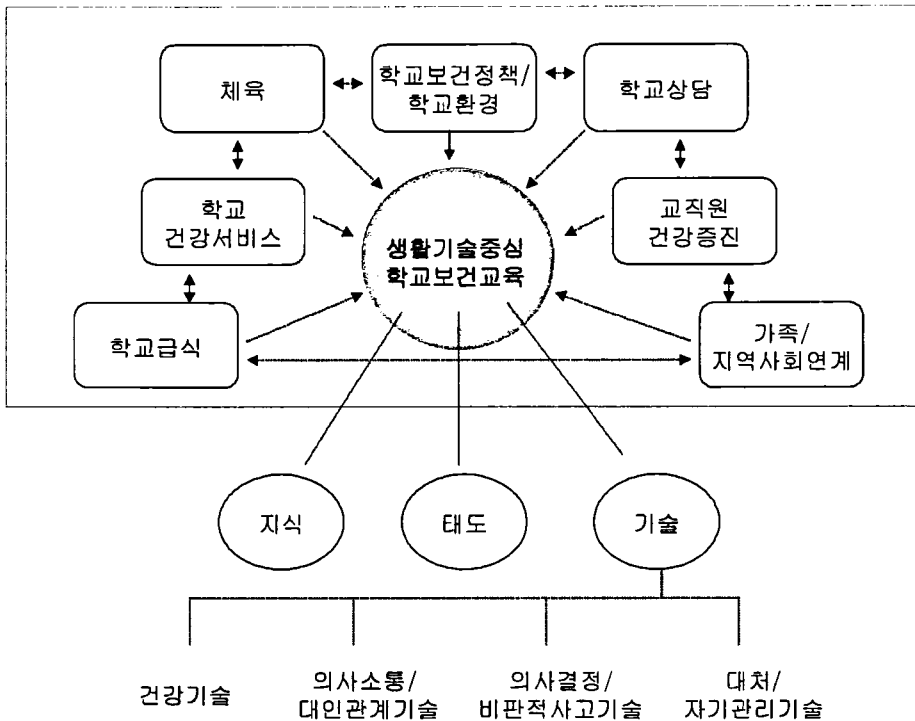
### (1) 프로그램 모형

Bender 등(1997)은 건강하지 않은 생활양식이 질병과 조기사망의 50%의 원인이 되며, 또 다른 20%의 원인이 환경에 있는 것으로 보고한 바 있으며, 선진국들의 전체 의료비 지출의 약 60%는 흡연, 음주, 운동부족과 같은 행동관련 또는 생활양식 관련 원인으로 밝혀진 바 있다( Prochaska, 1997; US Centers for Medicare and Medicaid Services, 2000). 우리나라의 경우도 비슷한 경향을 보이고 있는 현 시점에서 강조 되어야 하는 사실은 건강증진의 달성을 위해서는 보건교육이 건강증진사업에서 가장 중요한 핵심이 되어야 한다는 점이다.

과거의 보건교육은 지식의 전달에 중점을 주는 경향이 있었으나 점차적으로 기술발달에 중점을 두는 교육으로 변화되고 있으며, 특히 기술(건강기술과 생활기술)이 중심 되는 보건교육을 통하여 아동과 청소년들은 이른 시기에 건강한 생활양식을 갖고 조기사망과 질병을 예방할 수 있게 되는 것이다. 또한 생활기술 향상을 통하여 자신의 건강에 영향을 줄 수 있는 정책과 환경개선에 주체적인 역할을 하고, 건강서비스를 적극적으로 찾고 활용할 수 있는 능력을 기르게 된다. 따라서 보건교육은 기술중심이 되어야

하며, 전체 포괄적인 학교건강증진프로그램에서 가장 중추적인 역할을 하게 됨으로 본 연구에서는 기술중심 학교보건교육이 중심역할을 하는 포괄적 학교건강증진프로그램 모형을 제시하였다.

본 모형에서는 건강증진을 위한 학교의 변화를 효과적으로 달성하기 위해서 가족들의 참여가 필수적이며, 학교와 지역사회의 자원들이 학생들의 건강과 교육성취가 지역사회의 우선순위가 되어야 한다는 측면을 함께 강조하고 있다.



<그림> 학교보건교육 중심 포괄적 학교 건강증진프로그램 모형

(2) 프로그램 영역

포괄적 학교건강증진 프로그램의 8가지 영역이 제시하는 주요 내용은 다음과 같다.

- ① 제 1 영역: 학교보건정책 및 학교환경(School Health Policy and Healthy School Environment)

학교의 물리적 환경과 미적인 환경 그리고 사회심리적인 환경과 문화 모두를 포함하여 이들 환경이 건전하도록 하는 노력을 의미한다. 물리적 환경은 학교건물과 건물의 주변지역, 건강에 해를 줄 수 있는 생물학적이거나 화학적 물질들, 기온, 소음 그리고 조도나 채광과 같은 물리적 조건을 포함하며, 사회심리학적 환경은 학생들과 교직원들의 건강에 영향을 줄 수 있는 신체적, 정서적, 그리고 사회적 환경을 포함한다.

건전한 학교환경은 종종 학교의 정책에 의하여 형성되기도 한다. 따라서 강력한 학교보건정책의 시행은 학교구성원들의 건강증진행위 변화를 촉진시키는 중심역할을 하게 한다.

우리나라의 학교 건강증진사업의 효과성 향상을 위해서는 학교보건과 안전에 관한 연간계획수립, 안전과 금연정책, 학교보건위원회 구성 요소가 강조되는 프로그램이 필요하다.

### ② 제 2 영역: 학교보건교육(School Health Education)

신체적, 정신적, 정서적, 사회적 건강에 대하여 다루는 계획된 순차적인 교육과정을 의미한다. 교과과정은 청소년들이 건강을 유지·증진하고, 질병을 예방하며 건강위험행동을 감소시키도록 동기를 유발하고 도와주기 위하여 고안되어야 한다. 교과과정을 통하여 건강관련 지식, 태도 기술 그리고 실천을 향상시키게 된다. 흡연, 음주 및 약물사용과 남용, 영양, 사고예방 및 안전, 성교육, 스트레스, 정신보건, 질병예방과 관리 등 다양한 영역의 주제를 포괄한다. 교과과정은 생활기술 중심의 교과과정이 되어야 하며, 이를 위해서는 학생들의 적극적 참여가 보장되는 교육방법의 활용이 요구된다. 또한 자격을 갖춘 훈련된 전문적인 교사가 지도를 담당하는 것이 효과적이다.

### ③ 제 3 영역: 체육(School Physical Education)

기초 운동기술, 체력, 댄스, 게임, 개인운동 및 단체운동, 체조 등과 같은 다양한 신체활동에 관련된 지식과 학습경험을 제공한다. 체육전문 교사가 미리 계획된 신체활동을 제공함으로써 각 학생들이 최적의 신체적, 정신적, 정서적, 사회적 발달을 촉진시킨다. 계획된 신체활동은 학생들의 체력검사와 신체검사, 건강습관 조사를 기초로 개발된 건강증진을 위한 프로그램을 중심으로 구성되어야 한다. 또한 체육교사는 체육 수업 시 학생들의 안전에 대한 지도·감독에 최선을 다하여야 한다.



④ 제 4 영역: 학교건강서비스(School Health Service)

건강상태를 진단 받고, 건강을 보호하고 증진하도록 학생들에게 제공되는 서비스이다. 이러한 서비스들을 통하여 일차의료기관으로 의뢰를 하거나 일차의료기관에서 적절한 서비스를 받도록 하며 이외에도 전염성 질병이나 기타 건강문제의 예방과 관리, 질병이나 상해에 대한 응급처치 제공, 안전하고 위생적인 학교시설 및 환경제공, 개인과 가족 그리고 지역사회 건강을 유지하고 증진하기 위한 교육과 상담의 기회를 제공한다.

학생들의 건강증진을 위해서는 정기적인 건강습관 검사를 활용하여 이를 근거로 한 프로그램을 개발하는 것이 필요하며, 학교건강서비스의 효율적 수행을 위해서는 이를 총괄하는 인력이 지정되고 여러 전공분야의 전문가들이 학교 건강서비스 팀을 구성하는 것이 좋다.

⑤ 제 5 영역: 학교급식(Nutrition Services)

청소년들의 건강과 영양적 요구에 맞는 급식을 제공한다. 또한 학교급식서비스는 학생들에게 지식을 통하여 학습한 내용을 실천할 수 있는 기회를 제공하여 주며 영양과 관련된 지역사회의 서비스와의 연결을 제공하는 자원으로서의 역할도 수행한다. 학교급식을 통한 영양교육을 강화하기 위해서는 관련 교과목 교사와 급식담당인력의 협력이 선행되어야 한다.

⑥ 제 6 영역: 학교상담(Counseling and Psychological Services)

학생들의 정신적, 정서적 그리고 사회적 건강을 증진시키기 위한 서비스를 제공한다. 개인 및 그룹진단, 개입, 의뢰를 모두 포함한다. 조직에 대한 진단과 상담가의 상담기술은 학생들의 건강 뿐 아니라 학교환경의 건강에도 긍정적 영향을 줄 수 있다. 학교상담 교사, 심리학자, 그리고 사회사업가가 이러한 서비스를 제공한다.

전체 상담에서 건강상담이 차지하는 비율이 저조한 우리나라 학교상담의 문제점을 극복하기 위해서는 다양한 상담기법과 지역사회 자원/서비스와의 연계가 필요하다. 즉, 또래 상담 프로그램을 개발하고, 지역사회 자원과 서비스에 대한 연계가능성을 파악하여야 한다.

⑦ 제 7 영역: 교직원의 건강증진(Health Promotion for Staff)

건강진단, 보건교육, 그리고 신체활동을 통하여 학교 교직원들의 건강을 증진시킬 수 있는 기회를 제공한다. 이를 통하여 교직원 자신들의 건강이 증진될 뿐 아니라 학교의 전반적인 보건 프로그램에도 적극적으로 참여하게 되고, 이러한 적극적 참여는 학생들에게 긍정적인 역할모델을 제공하게 된다. 이외에도 교직원 업무의 생산성이 향상되고, 결근율이 감소하며 의료비용이 감소하는 결과를 얻을 수 있다.

교직원 건강증진 프로그램은 사업장 건강증진사업의 일환으로 건강보험의 적용을 받거나 지역사회 건강증진 프로그램의 한 요소로 구성되는 것이 바람직하다.

⑧ 제 8 영역: 가족/지역사회 연계(Family/Community Involvement)

학생들의 건강과 안녕을 증진시키기 위하여 학교와 부모, 그리고 지역사회는 협력하여야 한다. 학교보건위원회, 학교보건연합, 그리고 학교보건을 위한 후원단체 등 파트너십의 결성을 통하여 학교건강증진프로그램을 위한 지원을 할 수 있다. 학교는 부모들의 참여를 적극적으로 요청하여야 하며 지역사회의 자원과 서비스들이 학생들의 건강관련 요구에 효과적으로 응답할 수 있도록 적극적인 노력을 하여야 한다.

(3) 프로그램 실제

아동 및 청소년의 특정 건강문제를 관리하기 위해서는 포괄적인 학교건강증진프로그램의 8가지 영역들이 특정 건강문제를 중심으로 함께 통합되어 적용되는 다면적인 접근이 필요함은 앞서서도 강조된 바 있다. 다음에 제시된 프로그램은 다면적 접근을 통하여 학생 및 교직원들의 건강행동의 변화를 달성하는 포괄적 학교건강증진 프로그램의 예이다.

목표: 심혈관계질환 예방을 위한 영양교육

대상: 중학교 1-3학년

<표> 중학생 대상의 영양교육 프로그램 예시

	내 용
학교보건정책 및 학교환경	- 지방, 설탕, 소금이 많이 함유된 과자 등의 간식을 학교 매점에서 팔지 못하도록 하는 규칙 설정
보건교육	- 영양과 심혈관계 질환의 관련성에 대한 교실수업 - 한국건강관리협회에서 초청 강사를 통한 강연
체육	- 심혈관계 질병예방에 도움이 되는 유산소 운동하기 - 심장건강 강화를 위한 운동일지 개발과 활용
학교건강서비스	- 심혈관계질환의 원인에 대한 설명 - 심혈관계질환 위험인자에 대한 선별검사 실시 - 심장문제가 있는 학생들과 가족들을 외부 프로그램으로 의뢰
학교급식	- 미술시간이나 보건교육 시간에 그린 과일, 야채 섭취의 유의성에 대한 포스터를 식당이나 식사를 하는 교실 안, 복도 등에 게시 - 점심 급식의 고지방음식을 학생들이 선호하는 저지방음식으로 대체 - 선별검사 결과에 따라 특별식이 필요한 학생을 위한 영양사의 식단 작성
학교상담서비스	- 학생이나 학생 가족의 심혈관계 문제에 대한 상담서비스 제공
교직원건강증진	- 교직원들의 식품의 라벨 읽기 또는 저지방 식품의 예들을 전시하는 이벤트 행사 개최 - 교직원들이 식당에서 간식교환 일 행사 개최 : 가장 지방이 많은 간식을 갖게 된 교직원에게 풀지상 수여
가족/지역사회연계	- 부모와 자녀들을 위한 저지방식이 워크숍 개최 - 심장건강에 도움 되는 식단 개발하기 - 자신이 좋아하는 음식을 저지방 음식으로 만들어보기 - 지역사회 의료기관에서 학교구성원들과 부모들을 위한 심혈관계 건강상태 검사 실시 - 지역의 병원이나 보건소에서 실시하는 청소년 영양 프로그램 연계