

국어교과서에 기초한 독서치료 프로그램이 중학생의 자아존중감에 미치는 효과

이희영[†] · 이정화

([†] 부경대학교 · 남도여자중학교)

Effect of Bibliotherapy Program Based upon Literature Units of Korean Language Textbook on Self-Esteem of Middle School Students

Hee-Yeong LEE[†] · Jeong-Hwa LEE

[†] Pukyong National University · Namdo Girls' Middle School

(Received October 7, 2008 / Accepted March 17, 2009)

Abstract

The purpose of this study was to develop bibliotherapy program based upon literature units of Korean language textbook and to test it's effect on self-esteem of middle school students. Sixty-nine female middle school students participated in this study. Thirty-four students were assigned to experimental group and thirty-five ones were assigned to control group. Subjects completed Self-Esteem Inventory. Data analyses were conducted using t-test and ANCOVA. The results of the analyses revealed that subjects of experimental group showed significantly higher scores on self-esteem than ones of control group. Based upon the above results, it is concluded that bibliotherapy program based upon literature units of Korean language textbook was effective in improving self-esteem of female middle school students.

Key words : Bibliotherapy, Self-esteem

I. 서론

청소년기는 아동으로부터 성인으로 전환하는 과도기적 단계로 신체적으로나 정신적으로 많은 발달적 변화를 경험하는 시기이다. 이러한 발달상의 특성으로 인해 청소년들은 심리사회적 발달에 어려움을 겪기도 하고, 여러 가지 부적응 문제를 야기하기도 한다. 특히 청년초기에 해당되

는 중학교 시기는 급격한 신체적, 성적 발달로 인해 그 어느 때보다도 심각한 적응의 요구에 직면하게 되는 시기이면서(김희화, 1998), 동시에 높은 교육적 기대로 심한 스트레스를 받는 시기(이숙·우희정·김미란, 2000)라는 점에서 어느 발달 단계보다도 적응 문제가 중요한 이슈가 되는 시기이다.

청소년의 적응에는 다양한 요인이 영향을 미치

[†] Corresponding author : 051-629-5495, hylee@pknu.ac.kr

나 자아존중감이 가장 영향력이 있는 변인 중의 하나로 자주 언급되고 있다. 자아존중감은 개인이 지각한 자신의 여러 속성에 대한 평가적·감정적 태도를 의미하며, 초기에는 하나의 단일 영역적 개념으로 간주되었으나 최근에는 다영역적 개념으로 간주되는 경향이 있다(김희화, 1998). 자아존중감은 신체적·심리적 건강을 형성하고 유지하는데 중요한 요인으로 오래전부터 인식되어 왔는데, Rogers(1961)는 긍정적인 자아존중감을 건강한 인성의 핵심으로 보았다.

자아존중감의 수준은 개인이 자신을 좋아하거나 가치롭게 생각하는 정도를 반영하는데, 높은 자아존중감은 주관적 안녕감의 증가(홍성례, 2006; DeNeve & Cooper, 1998; Diener & Diener, 1995), 불안, 우울 및 외로움과 같은 정서적 고통의 감소(박선영·도현심, 1998; Jones, Freeman, & Goswick, 1981; Tennen & Herzberger, 1987), 성공적인 스트레스 대처(Greenberg *et al.*, 1992), 건강한 생활양식(Abernathy, Massad, & Romano-Dwyer, 1995; Vohs, Bardone, Joiner, Abramson & Heatherton, 1999)과 관련이 있는 것으로 보고되고 있다. 이러한 증거는 높은 수준의 자존감이 보다 성공적인 삶과 건강 유지 행동을 위한 동기로 작용한다는 시사점을 제공해 준다.

자아존중감은 유아기에 그 바탕이 형성된 후 초등학교 시기 동안 안정성을 유지하다가 청소년기로 전환하면서 안정성이 감소하는 경향이 있다(Butler & Gasson, 2005; Wigfield & Eccdeles, 1994). 낮은 자아존중감을 가진 사람은 자신에 대해 부정적인 이미지를 형성하게 되는데 이런 이미지는 지속되는 경향이 있다(Fennell, 1999). 이런 점에서 볼 때 청소년기는 자아존중감 형성에 매우 중요한 시기이다. 따라서 이 시기에 예방이나 교정 차원에서 자아존중감 수준을 높이는 노력을 하는 것은 매우 중요한 일이 될 것이다.

이러한 노력의 일환으로 그동안 몇몇 연구자들이 미술치료(이은진, 2007), 놀이치료(전보경, 2005), 음악치료(이미자, 2004), 원예치료(황치미,

2007), 상상적 청중 감소 프로그램(고경남·김춘경, 2001), 해결중심 집단상담(김수진·이정숙·양미화, 2004), 자기표현훈련(최형심·강만철, 2001)을 포함한 다양한 프로그램을 사용하여 청소년의 자아존중감을 향상시키려는 시도를 해왔다.

위에서 언급한 방법과 더불어 최근에 독서치료가 자아존중감 향상을 위한 전략으로 많이 활용되고 있다. 독서치료는 책이 사람들의 태도나 행동에 영향을 주어 행동 형성 및 태도 변화에 중요한 역할을 한다는 개념에서 출발하였다(Marlowe & Maycock, 2000). 독서치료는 작품 속 등장인물과의 동일시 과정을 통해 삶을 간접적으로 경험하고 나아가 자신의 모습에 대한 새로운 통찰을 통해 자신의 부정적이고 소극적인 사고의 틀을 새롭게 바꿈으로써 긍정적이고 적극적인 자아상을 가지는 데 기여한다(안민희, 2003). 이런 이유로 독서치료는 다양한 분야 중 특히 자아개념이나 자아존중감 향상을 위한 방법으로 널리 활용되어 왔고 학문적 연구 또한 이들 변인에 미치는 독서치료의 효과를 검증하는 데 많은 비중을 두고 이루어졌다. 자아존중감에 대한 독서치료의 효과 연구는 주로 아동을 대상으로 이루어졌으며, 본 연구의 대상인 중학생을 대상으로 한 연구는 상대적으로 부족하나, 수행된 연구(김명희, 2005; 심중숙, 2004; 안민희, 2003; 이선영, 2003; 이정미, 2004; 최정숙, 2006)는 독서치료가 중학생의 자아존중감 향상에 효과가 있음을 보여준다.

그러나 이러한 연구들은 대부분 한국도서관협회와 한국독서치료학회에서 제시한 상황별 도서 목록에 근거한 단행본 위주의 자료를 독서치료의 실제에 이용하고 있고, 집단상담의 기법을 활용하고 있어 이러한 연구 결과를 학교장면에서의 독서치료의 효과를 검증한 증거로 받아드리는 데는 한계가 있어 보인다. 뿐만 아니라 설사 효과를 인정한다 하더라도 단행본 위주와 집단상담 기법 중심의 독서치료는 우리의 현실을 고려할 때 적용상에 많은 제약이 따른다.

한편 최근 학교상담분야에서는 이전과 다르게 생활지도에 있어 발달적 관점을 강조하고 있다. 이 관점은 학생의 문제 행동보다는 학생들의 성공적인 학교생활을 위해 요구되는 지식, 기술, 태도를 길러주는 데 초점을 두며, 이를 위해 조직적인 교육 프로그램을 구성하고 이를 교과지도와 병행하여 실시할 것을 강조한다(Gysber & Henderson, 2000). 이에 학교상담이 발달한 미국의 경우 정규 교육 과정 속에서 생활지도의 목표를 달성하기 위한 방법을 다각적으로 모색해 오고 있고, 몇몇 연구 결과(예, Hughey, Lapan & Gysbers, 1993)는 이러한 가능성을 보여주었다.

학교상담의 이러한 추세를 따라 최근 국내에서도 정규 교육과정 내에서 독서치료의 가능성을 모색하는 연구가 시도되고 있다. 이러한 시도의 한 예로 전미라(2006)는 교우관계 향상을 위해 교과서를 활용한 독서치료 프로그램을 적용하여 효과가 있음을 밝혔다.

이러한 새로운 시도는 독서치료를 위해 별도의 시간을 할애하는 것이 현실적으로 어려운 우리의 사정을 고려해 볼 때 시사하는 바가 크며 앞으로 이러한 노력은 계속될 필요가 있다. 그러나 현재까지 이러한 시도는 매우 제한적으로 이루어졌다. 이에 본 연구에서는 중학교 국어 교과서를 기초로 개발된 독서치료 프로그램이 중학생의 자아존중감 향상에 효과가 있는지를 알아보고자 한다. 이를 위해 본 연구에서는 중학교 국어 교과서 문학단원에 기초한 독서치료 프로그램은 중학생의 자아존중감 향상에 효과가 있을 것이라는 가설을 설정하였다.

Ⅱ. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구는 부산광역시에 소재한 N여중 1학년 2학년 69명을 대상으로 하였다. 본 연구자가 담당하는 1학년을 대상으로 독서치료 프로그램에

대한 취지를 설명한 후, 독서치료 프로그램 참여를 희망하는 2개 반 중 한 반을 실험 집단(34명), 다른 한 반을 통제 집단(35명)으로 배치하였다.

2. 실험 설계

본 연구에서는 사전-사후 통제집단설계를 사용하였다. 실험 처치에 앞서 실험집단과 통제집단 모두에 대해 종속변인인 자아존중감에 대한 사전 검사를 실시하였다. 그런 다음 실험집단에 실험 처치로 독서치료 프로그램을 실시하였고 프로그램을 모두 실시 한 후 실험집단과 통제집단에 대해 자아존중감 사후 검사를 실시하였다.

3. 독서치료 프로그램

본 연구에서는 Hynes와 Hynes-Berry(1994)가 제안한 독서치료의 과정인 인식, 고찰, 병치, 자기적용의 4단계를 토대로 프로그램을 개발하였다. 독서치료 프로그램의 구안을 위해 독서치료 및 전문 상담 과정을 100시간 이상 이수하였고, 구안과 적용 과정에서 전문상담교사 자격증이 있으며 중학교에서 국어를 20년 이상 가르친 경험이 있는 교사 2명과 현재 전문 상담가 과정을 공부하면서 활동 중심의 수업을 실시하고 있는 본교 진로상담부장으로부터 프로그램에 대한 자문을 받아 학급의 특성과 교실 상황에 맞게 수정, 보완하는 작업을 거쳤다.

프로그램의 개발을 위해 먼저 2001년도 7차 교육과정에 의해 개정되어 현재까지 학교에서 사용되고 있는 중학교 1, 2, 3학년 국어 교과서의 문학단원을 유형별로 분류하였고, 보충심화에서 소개되고 있는 짧은 글들 또한 분류하였다. 교과서 문학단원 유형별 분류에 의거하여 자아존중감과 관련된 단원을 선정하였고, 자아존중감을 일반적 자아존중감, 사회적 자아존중감, 가정적 자아존중감, 학교적 자아존중감의 4가지 영역으로 구분하여 활동하도록 구성하였다. 중학교 교과서의 내용은 학생들의 지적 수준에 따라 학년별로 구분

이 되어 있으나 독서치료는 정의적 측면을 고려한 발달적 치료 활동이므로 학생들이 일상의 과업에 대처할 수 있도록 하기 위해 학생들이 쉽게 접근할 수 있는 짧은 내용 중심으로 단원을 선정하였다. 또한 '교과서를 배우는 것이 아닌 교과서로 배우다'는 7차 교육과정의 근본 취지에 따라 Hynes와 Hynes-Berry(1994)의 독서치료 4단계 중에서 병치와 자기적용 단계에 초점을 두어 교과서 내용을 전개하였다. 예를 들어, '가정'이라는 작품은 1960년대에 발간된 박목월의 시로 정신적으로나 경제적으로 힘든 시대를 살고 있는 아버지가 한 가정의 가장으로 갖게 되는 책임감과 고통이 구체적인 사물로 비유되어 쓰여졌다. 그러나 그 속에 진하게 묻어나는 가족에 대한 사랑이 주제이므로 이것을 현실의 문제로 가져와 각자의 가정에서 나름대로의 문제를 안고 살아가는 아버지와 가족의 모습으로 투영시켜봄으로써 가족의 소중함을 느낄 수 있으므로 가정에서의 자아존중감 향상에 적합한 단원이라 생각된다.

본 프로그램은 총 12회기로 구성되어 있는데 회기별 주제, 영역, 단원(독서자료) 및 활동 내용은 <표 1>에 제시되어 있다. 각 회기는 도입, 전개, 정리의 과정으로 구성하였으며 독후활동은 중학교 국어 교과서의 읽기 전에, 학습활동, 생각 넓히기를 토대로 한국어린이문학교육학회 독서치료연구회(2001)가 제작한 독서치료 활동을 재구성하여 사용하였다.

도입 과정에서는 국어 교과서의 '읽기 전에'와 각 회기의 주제에 적합한 영화, 음악, 화보, 인터넷 자료들을 접목시켜 소개함으로써 동기유발과 내면화를 위한 분위기를 조성했다. 예를 들어, 행복찾기를 주제로 한 3회기에서는 독서 자료 제시 전, 영화 '내 생애 가장 행복했던 일주일'을 통해 행복의 여러 가지 모습을 소개함으로써 행복은 우리 삶 가까운 데 있음을 깨닫도록 하였고, 4회기(자신감 갖기)에서는 책 '칭찬은 고래도 춤추게 한다'를 통해 칭찬의 긍정적인 측면을 소개함으로써 전개 단계에서 이어질 '칭찬릴레이' 활동에

적극적인 참여를 유도하였다. 6회기(친구에게 힘 되어 주기)에서는 '두 친구 이야기'에 등장하는 유디트와 미하일의 우정을 소개했으며 7회기에서는 가족에게서 들었던 말 중 가장 행복했던 말을 떠올리게 한 후, 해체 위기의 가정이지만 뜻밖의 사고에 직면하여 극복하는 과정을 통해 가족애를 확인한다는 주제를 담고 있는 영화 '괴물'을 예로 들어 제시하였다. 9회기(나의 꿈, 나의 미래 실현하기)에서는 실험교사의 인생극선을 예화로 소개하며 각자 자신의 지나온 시간을 되돌아볼 수 있도록 하여 감정의 내면화를 이끌어 낼 수 있도록 하였다.

전개 과정에서는 문학단원 자료를 읽고 활동지 및 모둠 활동을 하였다. 2, 3회기에서는 비유문장 만들기, 짧은 시 완성하기로 직접적인 표현에 익숙하지 못한 학생들의 마음을 사물에 빗대어 표현하는 활동을 하였으며, 4, 7회기에서는 편지쓰기로 상대방의 마음을 읽어내고 공유하고자 하였다. 5, 6회기의 사회적 자아존중감 관련 회기에서는 교우관계도를 그려보고 고민 쪽지 상담을 함으로써 친구의 소중함과 더불어 살아가는 지혜를 깨달을 수 있도록 하였다. 8회기(가족 간의 갈등 해결하기)에서는 각 가정에서 안고 있는 갈등 상황을 역할극으로 표현함으로써 스스로 문제를 해결할 수 있도록 하였으며 10회기(함께 나누는 세상)에서도 모둠 별로 주어진 상황에 맞는 정지극을 통해 역동적인 상호작용을 함으로써 함께 나누는 삶의 아름다움을 체험하도록 구성하였다. 11회기(소중한 나)에서는 지나온 삶을 되돌아보며 자신의 손을 그림으로써 '소중한 나'를 느낄 수 있도록 하였다.

정리 과정에서는 활동지 및 모둠 활동에 대한 의견 및 느낌 나누기를 하였는데, 회기 별 주제에 맞는 노래 부르기, 시 들려주기, 구호 외치기 등을 통해 전개 과정에서 나눈 느낌들을 함께 공유하여 실생활에서도 접목시킬 수 있도록 구안하였다.

프로그램은 실험집단을 대상으로 2007년 11월

<표 1> 독서치료 프로그램의 구성

회기	주제	영역	단원(독서자료)	활동 내용
1	마음을 열어요			• 프로그램의 목표, 활동내용 소개
2	나의 가치 찾기	일반적 자아존중감	강아지 똥	• 나를 사물에 빗대어 비유문장 만들기
3	행복 찾기	일반적 자아존중감	지각	• 행복을 비유하여 표현하기
4	자신감 갖기	학교적 자아존중감	축복받은 성격	• 친구의 장점 말해 주기 • 단점으로 고민하는 친구에게 편지쓰기
5	친구와 함께 해요	사회적 자아존중감	호수	• 교우관계도 그리기
6	친구에게 힘 되어 주기	사회적 자아존중감	여름은 아프다	• 고민 쪽지 쓰기 • '나는 해결사' 활동하기
7	소중한 나의 가족	가정적 자아존중감	가정/어머니의 저녁 식사	• 가족 중 한 사람의 입장에서 사춘기를 겪고 있는 딸에게 편지 쓰기
8	가족 간의 갈등 해결하기	가정적 자아존중감	연년생	• 가족 간의 갈등을 소재로 한 역할극하기
9	나의 꿈, 나의 미래 실현하기	학교적 자아존중감	늦깎이 학생 나의 어머니	• 나의 꿈, 미래 계획하기
10	함께 나누는 세상	사회적 자아존중감	골목길 가게 아저씨	• '도와 주세요' 정지극하기
11	소중한 나	일반적 자아존중감	모든 순간이 꽃봉오리 인 것을	• '나의 모습, 나의 손' 그리기 • 손에 특별한 이름 붙여주기
12	프로그램을 마치며			• 소중한 나에게 편지 쓰기

20일부터 12월 26일까지 실시되었으며, 매 회기는 45분씩 중학교 1학년 주당 국어수업 시간인 5시간 중 2시간씩 할애하여 진행되었다. 통제집단은 국어교과서에 나온 학습활동을 중심으로 1주일에 3시간 동안 기본학습을 한 후 자아존중감 관련 독서 단원을 교과서 학습활동에 맞추어 실시하였다.

4. 측정 도구

가. 자아존중감 검사

본 연구에서는 Coopersmith(1967)와 Pope, McHale, Craighead(1988) 등의 연구를 토대로 최보가와 전귀연(1993)이 우리나라 청소년에 맞게

개발한 검사 도구를 사용하였다. 이 검사는 전체 32문항으로 구성되어 있으며, 각 문항은 5점 Likert식 척도로 문항내용은 대상자의 태도와 일치하는 정도에 따라 1점에서 5점까지 답하도록 되어 있다. 본 검사 도구는 일반적인 자아상을 나타내는 일반적 자아존중감, 친구나 타인과의 관계에서 자신이 보는 관념체계인 사회적 자아존중감, 가정생활에서 얼마나 원만한 생활을 누리고 있는가를 나타낸 가정적 자아존중감, 교사나 동급생과의 관계에서 자신이 느끼는 대로 표현한 학교적 자아존중감의 네 가지 하위 요인으로 구성되어 있다. 본 연구의 참여자를 대상으로 얻은 각 하위 영역별 신뢰도 계수는 각각 .79, .88, .91, .72이었다.

<표 2> 실험·통제집단 간 자아존중감 하위영역별 사전점수에 대한 평균차 검증

하위영역	집단	N	평균	표준 편차	t
일반적 자아존중감	실험	34	21.00	4.35	.57
	통제	35	20.46	3.54	
사회적 자아존중감	실험	34	29.24	6.32	.12
	통제	35	29.09	4.80	
가정적 자아존중감	실험	34	32.44	8.75	.20
	통제	35	32.80	6.34	
학교적 자아존중감	실험	34	19.65	4.81	2.52*
	통제	35	22.37	4.17	

*p<.05

5. 자료 분석

실험 및 통제 집단을 대상으로 수집한 자료는 연구 가설에 따라 SPSSWIN(ver. 14.0) 프로그램을 활용한 통계적 분석과 내용분석을 병행하였다. 먼저, 신뢰도를 검증하기 위해서 Cronbach's α 를 산출하였고 가설을 검증하기 위하여 실험처치 전 자아존중감 하위영역별 사전점수에 대한 평균차 검증 및 사후점수에 대한 공분산분석(ANCOVA)을 수행하였다.

Ⅲ. 결 과

가설 검증에 앞서 실험처치 전 실험집단과 통제집단 간 자아존중감 수준의 동질성 여부를 알아보기 위해 자아존중감 하위영역별 사전점수 점수에 대한 두 집단 간 평균차 검증을 수행하였다.

<표 2>에서 보는 바와 같이, 독서치료 프로그램을 실시하기 전 실험집단과 통제집단의 자아존중감 점수의 평균차 검증 결과, 일반적 자아존중감(실험집단 M=21.00, 통제집단 M=20.46), 사회적 자아존중감(실험집단 M=29.24, 통제집단 M=29.09), 가정적 자아존중감(실험집단 M=32.44, 통제집단 M=32.80) 점수에서 유의미한 차이를 보이지 않아(p>.05) 두 집단이 상호 동질적임을 보여 주었으나, 학교적 자아존중감(실험집단 M=19.65, 통제집단 M=22.37)점수에서는 서로 유의미한 차이를 나타내었다(*p<.05). 이에 본 연구의 가설 검증은 자아존중감 각 하위영역별 사전점수를 공변인으로 하고 사후 점수를 종속변인으로 하는 공분산 분석을 실시하였고 그 결과는 <표 3>에 제시되어 있다.

<표 3>에서 알 수 있는 것처럼, 사전점수의 영

<표 3> 실험·통제 집단의 자아존중감 하위영역별 사후 점수에 대한 공분산 분석

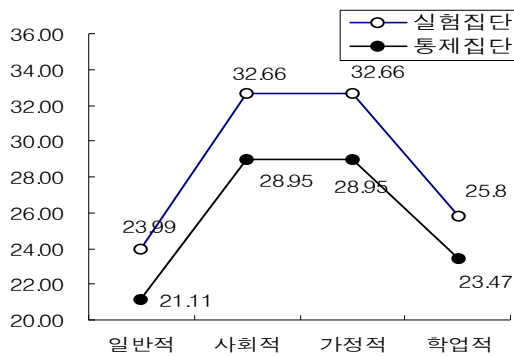
하위영역	변량원	총제곱합	자유도	평균자승	F
일반적 자아존중감	사전점수(공변인)	455.65	1	455.65	88.14***
	집단	141.98	1	141.98	27.46***
	오차	341.18	66	5.170	
사회적 자아존중감	사전점수(공변인)	522.90	1	522.89	75.20***
	집단	238.24	1	238.23	34.26***
	오차	458.90	66	6.95	
가정적 자아존중감	사전점수(공변인)	2125.04	1	2125.03	145.02***
	집단	132.75	1	132.74	9.05**
	오차	967.11	66	14.65	
학교적 자아존중감	사전점수(공변인)	166.14	1	166.13	33.30***
	집단	85.87	1	85.86	17.21***
	오차	329.19	66	4.98	

p<.01 *p<.001

향을 통제된 실험·통제 집단의 자아존중감 사후 점수를 공분산 분석한 결과, 자아존중감의 모든 영역에 걸쳐 사전점수를 통제하였음에도 불구하고 사후점수에서 실험·통제 집단 간에는 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다(** $p < .01$ 혹은 *** $p < .001$). 이러한 결과를 보다 구체적으로 나타내기 위하여 실험·통제 집단의 자아존중감 사후 점수와 교정된 사후 점수의 기술통계량 및 사전·사후 점수 간 변화를 각각 표와 그래프로 나타내면 <표 4> 및 [그림 1]과 같다.

<표 4> 실험·통제 집단의 자아존중감 사후점수와 교정된 사후 점수

하위영역	집단	평균	교정 평균	표준 편차
일반적 자아존중감	실험	24.18	23.99	3.12
	통제	20.94	21.11	3.74
사회적 자아존중감	실험	32.71	32.66	3.90
	통제	28.91	28.95	3.75
가정적 자아존중감	실험	35.85	32.66	6.62
	통제	33.34	28.95	6.95
학교적 자아존중감	실험	25.32	25.80	2.59
	통제	23.94	23.47	2.84



[그림 1] 실험·통제 집단의 자아존중감 하위영역별 교정된 사후점수 그래프

<표 4> 및 [그림 1]에서 알 수 있듯이, 실험·통제 집단 간에는 자아존중감 하위영역 모두에서 교정된 사후점수에서 실험집단이 보다 높은 점수를 나타내었다:

일반적 자아존중감(실험집단 $M=23.99$, 통제집단 $M=21.11$), 사회적 자아존중감(실험집단 $M=32.66$, 통제집단 $M=28.95$), 학교적 자아존중감(실험집단 $M=25.80$, 통제집단 $M=23.47$), 가정적 자아존중감(실험집단 $M=32.66$, 통제집단 $M=28.95$). 따라서 본 연구의 가설인 「중학교 국어 교과서 문학단원에 기초한 독서치료 프로그램에 참여한 중학생 집단은 참여하지 않은 집단에 비하여 자아존중감 점수가 유의미하게 높아질 것이다」는 수용되었다.

IV. 논의

본 연구의 가설을 검증한 결과, 중학교 국어교과서 문학단원에 기초한 독서치료 프로그램은 중학생의 일반적, 사회적, 가정적, 학교적 자아존중감 향상에 효과가 있는 것으로 나타났다. 12회기라는 비교적 짧은 기간 동안 이루어진 프로그램임에도 불구하고 이런 긍정적인 결과가 도출되었다는 것은 매우 고무적인 일이다. 오늘날 우리 청소년들은 대부분 입시 준비로 인해 자신에 대한 진지한 탐색의 기회를 잘 갖지 못하는 것이 현실이다. 이러한 현실에서 본 프로그램의 참여자들은 회기별로 이루어진 다양한 독후 활동에 참여함으로써 자신에 대한 깊은 사색의 시간을 가질 수 있었을 뿐만 아니라 타인과의 상호작용의 기회도 가질 수 있었다. 본 연구에서 나타난 자아존중감의 향상은 아마도 이러한 기회가 학생들에게 자기 자신의 가치를 깨닫게 하는 계기로 작용한 결과로 보인다. 본 연구의 결과는 독서치료가 중학생의 자아존중감 향상에 효과가 있다는 선행 연구(김명희, 2005; 심종숙, 2004; 안민희, 2003; 이선영, 2003; 이정미, 2004; 최정숙, 2006)의 결과와 일치한다. 이러한 연구 결과를 종합해 볼 때 이제 독서치료가 자아존중감 향상에 효과적이라는 것은 재론의 여지가 없어 보인다.

그러나 본 연구는 이 분야의 선행연구와 달리

교과서에 나오는 단원을 독서치료의 자료로 활용하였다. 즉, 기존의 독서치료 프로그램은 대부분 교과서 외의 도서를 사용하여 프로그램을 구성하였다. 그런데 이런 프로그램은 아무리 내용이 좋다 하더라도 하루의 대부분을 학교교육과 사교육에 시달려야 하는 우리나라 중학생들에게는 또 하나의 부담으로 작용할 가능성이 높다. 따라서 독서치료 프로그램이 학교 현장에서 추가적인 부담없이 실시될 수 있으려면 교과와 연계하여 학교교육과정 내에서 쉽게 다루어질 수 있어야 한다. 뿐만 아니라 교과서 내용을 독서치료의 자료로 활용할 경우 교과지도와 더불어 심리치료적 효과까지 거둘 수 있을 것이다. 본 연구는 이런 점을 고려하여 프로그램을 구성하였고 그 효과를 입증하였다. 따라서 본 프로그램은 중학생들의 자아존중감 형성에 유익하게 활용될 수 있을 것이다.

위에서 언급한 바와 같이 교과서 단원을 사용하여 독서치료 프로그램을 운영하는 것은 교과서 외의 자료를 활용하는 것에 비해 장점이 많다. 그러나 아직까지 이런 방법으로 수행된 연구는 중학생의 교우관계 향상을 위한 독서치료 프로그램의 효과를 검증한 전미라(2006)의 연구를 제외하고는 발견하기 어렵다. 앞으로 자아존중감이나 교우관계이외의 다른 변인을 종속변인으로 한 연구가 활발히 수행되기를 기대해 본다.

참고 문헌

- 고경남·김춘경(2001). 청소년의 자아존중감 향상을 위한 상상적 청중 감소 프로그램의 개발과 적용, *한국가정관리학회지* 19(6), 95~112.
- 김명희(2005). 독서치료 프로그램이 비만 청소년의 자아존중감 향상에 미치는 효과, *천안대학교 석사학위논문*.
- 김수진·이정숙·양미화(2004). 해결중심 집단상담이 학교부적응 청소년의 학교생활태도와 자아존중감 및 희망에 미치는 효과, *한국학교보건학회지* 17(2), 73~83.
- 김희화(1998). 청소년의 자아존중감 발달 : 환경변인 및 적응과의 관계, *부산대학교 박사학위논문*.
- 박선영·도현심(1998). 가족기능 및 자아존중감과 청소년의 외로움간의 관계, *아동학회지* 19(1), 229~244.
- 심종숙(2004). 독서요법이 중학생의 자아존중감에 미치는 영향. *한국외국어대학교 석사학위논문*.
- 안민희(2003). 독서요법이 중학생의 자아존중감 및 내적통제성에 미치는 영향, *경희대학교 석사학위논문*.
- 이미자(2004). 모듬복놀이를 활용한 집단음악치료 프로그램이 우울경향 중학생의 우울과 불안 및 자아존중감에 미치는 효과. *경성대학교 석사학위논문*.
- 이선영(2003). 중학생들의 자아존중감 향상을 위한 독서치료 연구. *충남대학교 석사학위논문*.
- 이숙·우희정·김미란(2000). 어머니의 애착과 양육행동이 청소년의 자아존중감에 미치는 영향, *한국가정과학회지* 3(1), 64~72.
- 이은진(2007). 집단미술치료가 학교부적응 학생의 자아존중감 및 스트레스에 미치는 효과, *특수교육재활연구* 46(4), 55~76.
- 이정이(2004). 독서치료가 중학생의 자아존중감 및 성취동기에 미치는 영향, *한양대학교 석사학위논문*.
- 전미라(2006). 중학교 국어교과에 기초한 독서치료 프로그램이 교우관계에 미치는 효과 : 문학단원을 중심으로, *한국교원대학교 석사학위논문*.
- 전보경(2005). 모래놀이치료를 통한 자기표현이 청소년의 자아존중감 및 대인관계에 미치는 효과, *한림대학교 석사학위논문*.
- 정은혜·김춘경(2003). 아동의 수줍음 감소를 위한 독서치료 프로그램의 효과, *초등교육연구* 16(1), 317~340.
- 최보가·전귀연(1993). 자아존중감 척도 개발에 관한 연구(I), *대한가정학회지*, 31(2), 41~54.
- 최정숙(2006). 모자가정 청소년의 자아존중감 향상을 위한 독서치료 효과에 관한 연구, *전북대학교 석사학위논문*.
- 최형심·강만철(2001). 자기표현훈련이 여고생의 자아존중감 및 대인관계에 미치는 효과, *교육연구* 14, 23~47.
- 한국어린이문학교육학회 독서치료연구회 편 (2001). *독서치료*, 학지사.
- 홍성례(2006). 자아존중감과 성역할태도가 심리적

- 복지감에 미치는 영향, 한국가정관리학회지 24(5), 37~51.
- 황치미(2007). 원예치료가 청소년 자아정체감과 자아존중감에 미치는 효과, 경북대학교 석사학위논문.
- Abernathy, T. J., Massad, L., & Romano-Dwyer, L. (1995). The relationship between smoking and self-esteem, *Adolescence* 30, 899~907.
- Butler, R. J., & Gasson, S. L.(2005). Self esteem/self concept scales for children and adolescents: A review, *Child and Adolescent Mental Health* 10(4), 190~201.
- Coopersmith, S.(1967). The antecedents of self-esteem, San Francisco: Freeman.
- DeNeve, K., & Cooper, H.(1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being, *Psychological Bulletin* 124, 197~229.
- Diener, E., & Diener, M.(1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem, *Journal of Personality and Social Psychology* 68, 653~663.
- Fennell, M. (1999). *Overcoming low self-esteem*. London, Robinson Publishers.
- Greenberg, J., Solomon, S., Pyszczynski, T., Rosenblatt, A., Burling, J., Lyon, D. et al. (1992). Why do people need self-esteem? Converging evidence that self-esteem serves an anxiety-buffering function, *Journal of Personality and Social Psychology* 63, 913~922.
- Gysbers, N. C., & Henderson, P.(2000). *Developing and managing your school guidance program (3rd)*, Alexandria, VA: American Association for Counseling and Development.
- Hughey, K. F., Lapan, R. T., & Gysbers, N. C. (1993). Evaluating a high school guidance language arts career unit : A qualitative approach, *The School Counselor* 41, 96-102.
- Hynes, A. M., & Hynes-Berry, M.(1994). *Biblio/poetry therapy-interactive process: A handbook*, St. Cloud, MN: North Star Press of St. Cloud.
- Jones, W. H., Freemon, J. E., & Goswick, R. A. (1981). The persistence of loneliness: Self and other determinants, *Journal of Personality* 49, 27~48.
- Marlowe, M., & Maycock, G.(2000). Phenomenology of bibliotherapy in modifying teacher punitiveness, *Journal of Genetic Psychology* 16(3), 325-336.
- Pope, A. W., McHale, S. M., & Craighead, W. E.(1988). *Self-esteem enhancement with children and adolescents*, New York: Pergamon Press.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person*, Boston, Moughton Mifflin.
- Tennen, H., & Herzberger, S.(1987). Depression, self-esteem, and the absence of self-protective attributional biases, *Journal of Personality and Social Psychology* 52, 72~80.
- Vohs, K. D., Bardone, A. M., Joiner, T. E., Abramson, L. Y., & Heatherton, T. F.(1999). Perfectionism, perceived weight status, and self-esteem interact to predict bulimic symptoms: A model of bulimic symptom development, *Journal of Abnormal Psychology* 108, 695~700.
- Wigfield, A., & Eccdeles, J. S.(1994). Children's competence beliefs, achievement values, and general self-esteem: Change across elementary and middle school, *Journal of Early Adolescence* 14(2), 107~138.