

한부모 가정 초등학생을 위한 자아존중감 향상 프로그램의 효과

Effect of Self-esteem Improvement Program for Elementary School Children from Single-parent Families

정선아*, 하양숙**

서울대학교 간호학과*, 서울대학교 간호학과**

Sun-A Jung(firstnun@snu.ac.kr)*, Yang-Sook Hah(yshah@snu.ac.kr)**

요약

본 연구는 자아존중감 향상 프로그램이 한부모 가정 초등학생의 자아존중감과 우울에 미치는 효과를 검증하기 위해 실시되었다. 연구에 참여한 대상자들은 본 프로그램에 동의한 두 개의 초등학교 한부모 가정 아동 중 지원자를 받아 A학교를 실험군(12명)으로, B학교를 대조군(13명)으로 임의 배정하고 프로그램 시작 전에 자아존중감과 우울 척도를 이용하여 사전 검사를 실시하였다. 실험군에게는 한부모 가정 초등학생을 위한 자아존중감향상 프로그램을 제공하였다. 실험처치는 실험군 12명을 6명씩 2집단으로 나누어 주 1회 40분씩 총 10회기를 진행하였다. 프로그램 종료 후 실험군, 대조군에게 자존감과 우울 척도를 이용하여 사후 검사를 실시하였다. 사후 검사에서 실험군 1명의 자료가 결측되어 최종 실험군 11명, 대조군 13명의 자료가 수집되었다. 연구결과 대조군 보다 실험군이 유의한 수준에서 자아존중감이 증가($z=-2.499$, $p<.012$, $ES(d)=0.7$)하고, 우울이 감소($z=-2.145$, $p<.032$, $ES(d)=-0.4$) 되었다. 이러한 결과는 본 연구의 프로그램이 한부모 가정 초등학생들의 심리사회적 적응을 위해 유용하게 사용될 수 있음을 시사한다.

■ 중심어 : | 자아존중감 향상 프로그램 | 자아존중감 | 우울 |

Abstract

This study aims to testify the effect of self-esteem improvement program for elementary school children from single-parent families on their self-esteem and depression. Methods: The research design used in this study was a non-equivalent control group pretest-posttest research design. The participants were divided into two groups, an experimental group($n=11$) and a control group($n=13$). Data were analysed by using Mann-Whinety U test, Wilcoxon Signed Ranks, Cohen's d with SPSS(PASW)18.0 program. Result: Significant differences were found in scores for self-esteem($z=-2.499$, $p<.012$, $ES(d)=0.7$) and depression($z=-2.145$, $p<.032$, $ES(d)=-0.4$) in experimental group. Conclusion: The results indicate that the self-esteem improvement program should be used with elementary school children from single-parent families to help them and to improve their psycho-social adaptation.

■ keyword : | Self-esteem Improvement Program | Self-esteem | Depression |

I. 서론

1. 연구의 필요성

현대사회는 급격한 변화와 다양성의 사회로 가족의 형태 또한 핵가족, 부부가족, 한부모 가족, 입양가족 등 다양하고 새로운 가족의 형태들이 출현하고 있다. 그 중에서도 한부모 가정은 우리사회에서 꾸준히 증가하여 사회적 관심이 집중되고 있는 가족의 형태이다. 실제로 한부모 가구의 수는 2005년 1,370천 가구에서 2011년 1,639천 가구로 증가하고 있으며, 전체 가구에서 한부모 가구가 차지하는 비율은 2005년 8.6%에서, 2011년 9.3%로 꾸준히 증가하고 있다[1]. 이에 따라 한부모 가정에서 양육되고 있는 아동의 수 또한 증가하고 있다. 가족의 구조적, 기능적 변화는 아직 대처능력이 미숙한 아동들에게 더 크게 영향을 미칠 수 있다. 한부모 가정 아동들은 한쪽 부모의 부재로 인한 상실감, 새로운 환경의 적응 문제, 그리고 부모의 역할을 대신 수행해야 하는 역할 과중 등의 어려움을 경험한다[2].

특히 초등학교 시기는 신체적, 심리적, 사회적으로 급격한 성장과 더불어 가정이라는 울타리를 벗어나 학교와 또래집단 등 새로운 대인관계와 환경을 경험하면서 다양한 스트레스에 놓이게 된다. 이 시기는 성취해야 할 발달과업이 많은데 비해 인지적으로 미성숙하기 때문에 그에 따르는 심리적 문제들이 많이 발생할 수 있다[3]. 보건복지부[4]에서 초등학교생을 대상으로 실시한 정신건강 선별 검사에서 초등학교생 25.8%가 정서와 행동의 문제를 보이고 있어 초등학교생의 정신건강 관리의 중요성이 강조되고 있다. 한부모 가정 초등학교생들은 이와 같은 발달 스트레스 이외에 가정환경의 구조적·기능적 변화에 적응하는 과정에서 여러 가지 정서적 어려움을 보일 수 있다. 부모와의 격리와 상실은 아동과 청소년 우울의 공통적인 원인으로[5], 많은 한 부모가정 아동들이 우울 증세를 보인다. Hoyt, Cowen, Pedro-Carroll 그리고 Alpert-Gillis[6]의 연구에서는 이혼 가정 아동의 25%가 극심한 우울의 감정을 경험하였다. 아동기 우울은 자신에 대한 무가치감, 무력감, 절망감을 갖게 하여 성취의욕을 떨어뜨림으로 인해 건강한 성장 발달을 저해하며, 충동조절이 미숙하여 우발적인 사고

가 발생하기 쉽다[7]. 그러므로 적극적인 예방적 치료적 개입이 필요하다.

하지만 한부모 가정의 모든 초등학교생이 이러한 문제를 나타내는 것은 아니다. 어떤 아동들은 가정의 구조적 변화에 심리사회적 적응 문제를 일으키는 반면, 어떤 아동들은 이러한 갈등상황을 해결하고 변화된 환경에 잘 적응하는 아동도 있다. 그래서 연구자들은 스트레스에 대한 적응적 반응의 개인차 요인인 보호요인에 주목한다[8][9]. 보호요인은 위험요인의 부정적인 영향력을 중재하거나 완화시켜 문제행동의 발생 확률을 낮추는 요인을 말한다. 신성희[10]의 연구에서는 자아존중감, 내적통제신념, 가족 회복력 등에서 자아존중감이 이혼가정 아동의 적응에 가장 큰 영향을 준 것으로 나타났다으며, 조성암[11]의 연구에서도 이혼 가정 아동의 내재화 문제에 있어서 자아존중감이 적응집단에서 유의미하게 높은 것으로 나타났다.

자아존중감이란 자신에 관한 부정적 혹은 긍정적 평가와 관련된 것으로 자기 자신을 존경하고 바람직하게 여기며, 가치 있는 존재라고 생각하는 것이다[12]. Erikson은 초등학교 시기(6-12세)를 자아존중감 발달의 결정적인 시기이며, 긍정적인 자아존중감의 성취는 아동의 생존에 필수적인 것이라 하였다. Greenberg 등[13]의 연구에 따르면 자아존중감을 높여준 집단은 위협 상황에 대하여 불안울 덜 느끼고, 만능적으로 낮은 자아존중감을 가진 집단은 자신의 삶에 대한 만족도가 낮고, 우울증 등 다양한 정서 장애를 보였다. Sowislo & Orth[14]는 자아존중감과 우울증의 관계에 대한 메타분석을 통해 낮은 자아존중감은 우울증의 강력한 예측 변인($\beta = -.08$)이며, 자아존중감을 높여주는 것이 우울증 발병의 위험요인을 감소시키는데 유용한 중재가 될 것이라고 제언한다. 이와 같이 초등학교시기에 긍정적인 자아존중감을 형성할 수 있도록 돕는 것은 아동의 현재 뿐만 아니라 미래의 적응에도 영향을 미칠 것이다.

따라서 한부모 가정 아동의 보호요인인 자아존중감을 높여주는 것은 가정의 구조적·기능적 변화 스트레스에 대한 적응력을 높여주어, 궁극적으로 이들의 심리적인 적응 특히 우울감의 감소에 도움을 줄 것이라 사료된다. 선행연구에서 한부모 가정 아동의 자아존중감

을 향상시키기 위해 집단 미술치료[15], 인지행동 요법을 적용한 자기성장프로그램[16], 놀이 중심 이야기치료 프로그램[17] 등이 시행되었다. 하지만, 기존연구에서는 자아존중감을 향상시키기 위해 아동의 자아수용과 표현 등 자아 성찰에 대한 개입을 주로 하고 있으나, 한부모 가정 아동은 자신의 가족에 대한 부정적인 인식으로 인하여 낮은 자아존중감, 열등의식, 우울감 등을 경험한다[18]는 것을 감안할 때, 자신의 가족을 긍정적으로 수용하도록 돕는 것이 자아존중감 향상의 중요한 부분이 될 것이다.

이에 본 연구에서는 한부모 가정 초등학생의 건강한 심리적 적응을 도모하고자 자신과 가족을 탐색하고 이해, 수용하는 과정을 포함하는 자아존중감 향상 프로그램을 개발하고 적용하여 그 효과를 검증하고자 한다.

2. 연구 가설

가설1. 자아존중감향상 프로그램에 참여한 실험군은 자아존중감 향상 프로그램에 참여하지 않은 대조군 보다 자아존중감이 높아질 것이다.

가설2. 자아존중감향상 프로그램에 참여한 실험군은 자아존중감 향상 프로그램에 참여하지 않은 대조군 보다 우울감이 낮아질 것이다.

II. 연구방법

1. 연구 설계

본 연구는 자아존중감향상 프로그램이 한부모 가정 초등학생의 자아존중감과 우울에 미치는 효과를 검증하기 위한 비동등성 대조군 전후설계(nonequivalent control group pretest-posttest design)이다. 실험군에는 한부모 가정 아동을 위한 자아존중감 향상 프로그램을 실시하였으며, 대조군에는 어떠한 처지도 실시하지 않았고, 윤리적 고려를 위해 연구가 종결된 후 동일한 프로그램을 대조군에게 실시하였다.

2. 연구 대상

본 연구에 참여한 대상자들은 <한부모 가정 아동을 위한 자아존중감향상 프로그램>이라는 가정통신문을 S광역시에 위치한 두 개의 초등학교 돌봄교실 학생 가정에 보내고, 희망하는 아동을 보건교사 및 학교상담사를 통해 모집하였다. A학교는 12명이, B학교는 13명이 모집되어 A학교를 실험군으로, B학교를 대조군으로 임의 배정하였다. 연구 참여자의 윤리적 고려를 위하여 본 연구 시작 전에 해당 학교 교장선생님, 보건교사, 학교상담사에게 연구목적 및 프로그램 내용에 대해 설명하고 동의를 구하였다. 학생과 학부모에게 프로그램 시작 전에 연구의 목적과 프로그램 효과 대해 구체적으로 설명하고, 돌봄교실 방과 후 활동으로 진행되어 수업에 지장이 없으며, 익명성이 보장되고, 언제든지 연구 참여를 중단할 수 있음을 상세히 설명하였다. 동의하는 참가자들에게 직접 서면동의를 받았으며 자료는 연구 이외의 목적으로 사용되지 않을 것을 약속하였다.

3. 측정도구

3.1 자아존중감

Rosenberg[12]의 자아존중감척도(Self-Esteem Scale)를 전병재[19]가 번안한 도구를 이용하여 측정하였다. 이 척도는 소아와 청소년에게 실시할 수 있는 자기 보고형 척도로 총 10문항으로 구성되어 있으며 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 4점의 범위로 평정하게 되어 있다. 본 연구에서는 부정문항(3, 5, 9, 10번 문항)을 역 채점하였으며, 점수가 높을수록 자아존중감이 높음을 의미한다. 전병재[19]의 연구에서 Cronbach's α 는 .85이며, 본 연구에는 .83이다.

3.2 우울

Kovacs와 Beck[20]의 Children's Depression Inventory를 조수철과 이영식[21]이 한국어로 번안하여 만든 소아 우울 척도(Children's Depression Inventory, CDI ; 이하 CDI)를 사용하였다. 이 척도는 아동에게 실시할 수 있는 자기 보고형 척도로 총 27문항으로 되어 있으며, 점수가 높을수록 우울 정도가 높음을 의미한다.

조수철과 이영식[21]의 연구에서는 Cronbach's α 는 .80이며, 본 연구에서는 .79이다.

4. 연구진행

4.1 자존감 향상 프로그램구성 및 진행

본 연구에서 사용한 프로그램은 정선아[22]의 자아성장 프로그램과 서영숙과 황은숙[23]의 한부모 가정에 대한 반편견 유아교육 프로그램을 본 연구 목적에 맞게 수정·보완하여 사용하였다.

이에 본 연구의 프로그램을 1-4회기는 자기 탐색과 이해, 5-8회기는 가족 탐색과 이해, 9-10회기는 자기 수용과 미래 설계로 구성하였다. 1-4, 9회기는 정선아[22]의 연구를, 5-8회기는 서영숙과 황은숙[23]의 연구를 수정 보완하였으며 10회기는 본 연구자가 새롭게 구성하였다. 프로그램의 회기별 구체적인 목표와 내용을 간호학과 교수 1인, 아동치료가기관 전문가 1인, 그리고 학교상담사에게 제시하여 프로그램의 내용타당도를 확인 후 수정·보완하여 최종 프로그램을 구성하였다.

구체적으로 1회기는 프로그램의 목표와 규칙을 소개하고 별칭짓기를 통해 집단원과의 친밀감을 형성하기, 2회기는 비밀사탕 게임을 통해 자신과 가족에 대한 비밀을 공유함으로써 유대감을 강화하기, 3회기는 "감정을 숨기는 찬이"라는 도서를 이용하여 자신의 감정을 억누르지 않고 자연스럽게 표현하기, 4회기는 "쓰레기통에 들어간 진주"라는 도서를 이용하여 자신에 대해 긍정적으로 생각하고 어려움에 대해 다른 사람의 도움을 구할 수 있는 방법 모색하기, 5회기는 다양한 동물 가족 중 자신의 가족 형태와 유사한 동물을 선택하고 가족의 다양성을 수용하기, 6회기는 다양한 가족의 형태를 살펴 보며 한부모 가정에 대한 부정적 감정을 감소시키기, 7회기는 자신의 집을 꾸미는 미술활동을 통해 자신의 가족에 대한 탐색과 어려움을 공유하기, 8회기는 "따로따로 행복하게"라는 책을 읽고 자신이 만약 책 주인공이라면 어떻게 할 것인가라는 활동을 통해 한부모 가정 자녀로서 직면하게 되는 다양한 문제에 대한 해결책 모색하기, 9회기는 집단원 서로의 장점을 칭찬하기, 10회기는 미래의 자신의 가족에게 일어날 희망적인 3가지 뉴스를 작성하고 아나운서가 되어 발표하기로 구성하

였다[표1].

표 1. 한부모 가정 아동들을 위한 자아존중감향상 프로그램의 개요

	회기	내용
자기 탐색 및 이해	1	<ul style="list-style-type: none"> 프로그램의 목표 및 집단 규칙 이해 자기소개 및 별칭짓기
	2	<ul style="list-style-type: none"> 비밀공유 게임을 통해 서로의 어려움을 공유
	3	<ul style="list-style-type: none"> 학교나 가정 내에서 경험했던 다양한 감정탐색 및 표현
	4	<ul style="list-style-type: none"> 도움을 요청하고 받는 것에 대한 부정감정을 감소 도움을 받을 수 있는 사회적 지지체계가 있음을 인식
가족 탐색 및 이해	5	<ul style="list-style-type: none"> 동물원의 다양한 가족구성 형태를 알아보고 가족의 다양성을 인식
	6	<ul style="list-style-type: none"> 가족의 형태에 대한 고정관념을 탈피, 한부모 가정에 대한 부정적인 감정을 감소
	7	<ul style="list-style-type: none"> 집 그림 활동을 통해 자신의 가족을 탐색 가족의 어려움을 공유하고 지지를 받는 긍정적인 경험
	8	<ul style="list-style-type: none"> 한부모 가정에서 경험하는 어려움에 대한 다양한 대처방안을 탐색, 문제해결능력 향상
자기 수용 및 미래 설계	9	<ul style="list-style-type: none"> 서로의 장점을 발견하여 자신과 타인에 대한 긍정적인 표상을 확립하고 자존감 향상
	10	<ul style="list-style-type: none"> 자신의 가족에 대한 긍정적인 미래상을 그리기 가족의 긍정적인 미래상을 실현시키기 위한 자신의 역할 생각하기

본 연구는 맞벌이, 한부모, 저소득층 가정 등의 아동들을 방과 후에 부모가 귀가할 때 까지 돌봐주는 학교 돌봄교실의 프로그램의 일환으로 진행되었다. 진행은 참여를 희망하는 12명의 아동들 6명씩 두 집단으로 나누어 본 연구자들과 2인의 보조치료자와 함께 진행하였다. 프로그램의 주 진행을 맡은 공동연구자들은 1급 정신보건간호사이며, 그 중 1인은 아동청소년 정신보건 시설에서 정서행동장애 아동에 대한 집단치료 및 상담 7년의 경력이 있다. 보조치료자들은 지역아동청소년 정신보건시설에서 인턴쉽을 받고 있는 석사과정생들로 프로그램 시작 전에 프로그램 활동지와 교안을 통해 프로그램에 대해 숙지하였으며, 프로그램 중에 아동들의 활동을 보조, 행동을 관찰 및 기록하는 역할을 맡았다. 매 회기가 끝날 때마다 진행 방법과 아동들의 반응에 대해 평가 회의를 가졌다.

프로그램은 매 회기 마다 활동지를 가지고 집단 활동 및 상담의 형태로 진행하였으며, 아동들이 자신의 내면을 원활하게 표현할 수 있도록 게임, 미술활동, 문학작 접근 등의 매체를 활용하였다. 각 회기별 프로그램은

도입단계, 전개단계, 정리단계로 구성되어 있으며, 도입 단계에서는 다양한 이완활동과 지난 시간의 내용을 회상하도록 하고, 전개단계에는 각 회기별 주제에 해당되는 내용을 진행한다. 정리단계에서는 배운 내용을 정리하고 일상에서 활용할 수 있는 방안에 대해 함께 이야기한다.

4.2 자료수집

자료수집기간은 2013년 4월 1일부터 6월 14일까지였으며, 구체적 자료수집 절차는 다음과 같다. 실험군(12명)과 대조군(13명)에게 자아존중감과 우울 척도를 이용하여 사전 조사를 실시하였으며, 실험군 12명을 6명씩 2집단으로 나누어 자아존중감 향상프로그램을 주 1회 40분씩 총 10회기를 실시하였다. 프로그램 종료 후 실험군, 대조군에게 자아존중감과 우울 척도를 이용하여 사후 검사를 실시하였다. 실험군 중 한명이 우울 척도에 응답하지 않아 최종 실험군 11명, 대조군 13명의 자료가 수집되었다.

4.3 자료분석

수집된 자료는 연구 목적에 따라 SPSS(PASW) 18.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다. 실험 전 인구 통계학적 특성에 대한 두 집단의 동질성은 χ^2 -test, 종속변수에 대한 두 집단 간의 동질성 검증은 Mann-Whinety U test로 분석하였으며, 처치 후 사전, 사후 간의 변화 정도의 유의성을 알기위해 Wilcoxon Signed Ranks test를 사용하였다. 이와 함께 표본의 크기에 영향을 덜 받는 Cohen[24]의 피험자 내 효과크기(effect size)를 각 종속변인 별로 구하여 비교하였다. 일반적으로 |d|은 0.2-0.3은 작은 효과 크기, 0.5는 중간 효과크기, 0.80은 큰 효과크기를 의미한다[24].

III. 연구결과

1. 연구 대상자들의 인구 통계학적 특징

대조군 13명 중 남학생이 5명, 여학생이 8명이며, 학년분포는 1학년 4명, 2학년 8명, 3학년 1명 이었다. 실험

군은 11명 중 남학생이 5명, 여학생이 6명이며, 학년분포는 1학년 3명, 2학년 7명, 3학년 1명이었다. 대조군은 이혼가정이 12명, 사별 가정이 1명이었으며, 실험군은 이혼가정이 9명, 사별가족이 2명이었다. 실험군과 대조군의 인구 통계학적 특성의 분포 차이를 검증한 결과 유의한 차이가 없었다[표 2].

표 2. 실험군과 대조군의 인구 통계학적 특성

항목	범주	실험군 (n=11)	대조군 (n=13)	χ^2	p
		n(%)	n(%)		
성별	남	5(45.5)	5(38.5)	.120	.729
	여	6(54.5)	8(61.5)		
학년	1학년	3(27.3)	4(30.8)	.043	.979
	2학년	7(63.6)	8(61.5)		
	3학년	1(9.1)	1(7.7)		
가족 형태	이혼	9(81.8)	12(92.3)	.599	.439
	사별	2(18.2)	1(7.7)		

2. 실험군과 대조군의 처치 전 자아존중감, 우울 정도에 대한 동질성 검증

실험군과 대조군의 동질성을 검증하기 위해 자아존중감과 우울의 사전 점수로 Mann-Whinety U test를 실시한 결과($\alpha = .05$, 양측검증), 유의한 차이를 보이지 않아 두 집단 간 사전 동질성이 확인되었다[표 3].

3. 가설 검증

3.1 가설 1

“자아존중감향상 프로그램에 참여한 실험군은 자아존중감 향상 프로그램에 참여하지 않은 대조군 보다 자아존중감이 높아졌을 것이다.”는 지지되었다[표 4]. 실험군은 처치 전 평균 27.18점에서 29.55점으로 유의하게 증가하였으나($z = -2.499, p < .012$), 대조군은 유의한 변화가 없었다($z = -.847, p < .397$). 또한 실험군은 $ES(d) = 0.7$ 의 중간 크기의 효과를 보였다.

3.2 가설 2

“자아존중감향상 프로그램에 참여한 실험군은 자아존중감 향상 프로그램에 참여하지 않은 대조군 보다 우울이 낮아졌을 것이다.”는 지지되었다[표 4]. 실험군은

처치 전 평균 26.18점에서 22.55점으로 우울이 유의하게 감소하였으나($z=-2.145, p<.032$), 대조군은 유의한 변화가 없었다($z=-1.299, p<.194$). 또한 실험군은 $ES(d)=-0.4$ 의 중간 크기의 효과 크기를 보였다.

표 3. 실험군과 대조군의 동질성 검증

항목	집단(n)	M (SD)	평균 순위	u	z	p
자존감	실험(11)	27.18 (3.54)	9.68	32.750	-1.183	.071
	대조(13)	30.15 (3.87)	14.88			
우울	실험(11)	26.18 (9.72)	12.64	70.000	-.087	.931
	대조(13)	25.38 (8.14)	12.38			

표 4. 실험군과 대조군의 자아존중감과 우울 점수 변화 차이 검증

항목	집단 (n)	사전	사후	z	p	d
		M(SD)	M(SD)			
자존감	실험(11)	27.18 (3.54)	29.55 (3.53)	-2.499	.012	.7
	대조(13)	30.15 (3.87)	28.54 (4.45)	-.847	.397	-.4
우울	실험(11)	26.18 (9.72)	22.55 (7.93)	-2.145	.032	-.4
	대조(13)	25.38 (8.14)	23.08 (8.74)	-1.299	.194	-.3

IV. 논의

한부모 가정은 우리 사회에서 결혼 가정, 편부모 가정으로 불리다가 한국여성민우회를 중심으로 ‘온전한 하나의 가족’이라는 의미로 ‘한부모’라는 용어를 사용하기 시작하였다[23]. 이러한 용어의 변화는 한부모 가정을 결핍과 취약성의 관점에서 강점 중심으로 바라보려는 사회적 변화를 반영하는 것이라 볼 수 있다. 강점 중심 관점에서는 한부모 가정 아동들이 보이는 우울, 불안, 행동화 문제 등 여러 가지 적응 상의 어려움을 문제 행동으로 규정하지 않고, 적응 과정의 일부로 바라본다. 아동들이 이와 같은 적응 상의 어려움을 잘 극복하고

건강한 성장 발달을 이루기 위한 보호요인 중 하나가 자아존중감이다. 이에 본 연구는 한부모 가정 초등학생들의 심리적 적응력을 높여주기 위해 학교 현장에서 적용할 수 있는 자아존중감 향상 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하기 위해 시도되었다. 그 결과를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 자아존중감 향상 프로그램에 참여한 아동의 자아존중감은 유의하게 증가하였으나, 대조군은 유의한 변화가 없었다[표 4]. 이는 한부모 가정 아동들의 자아존중감의 긍정적인 변화 가능성을 보여주는 결과이며, 한부모 가정 아동을 대상으로 자아존중감 향상 프로그램을 진행한 최영미[25], 김정희와 정다운[26] 등의 연구결과와도 일치 한다. Rosenberg[12]는 자아존중감이 반영된 평가, 사회적 비교, 자아귀인, 심리적 중요성의 원리에 의해 형성된다고 하였다. 본 프로그램은 학교 현장에서 또래 집단 프로그램 형태로 진행됨으로써 비슷한 환경에 놓인 또래들로부터 긍정적 반영과 사회적 비교를 경험한 것이 아동들의 자아존중감 향상에 도움이 되었을 것으로 사료된다.

최영미[25]는 기존 한부모 가정 프로그램의 고찰을 통해 가정환경에 대한 부정적 인식과 평가가 아동의 자아존중감에 영향을 미침에도 불구하고 이를 극복하는 부분에 초점을 둔 연구가 매우 부족함을 지적하고 있다. 본 연구는 아동들이 자기 탐색 뿐 아니라 가족에 대한 탐색과 이해를 통해 가족의 다양성을 수용하여 긍정적인 자아상을 형성하도록 도와 자아존중감 향상에 기여했을 것으로 보인다. 또한 비밀을 공유할 수 있는 비밀 사탕 게임(2회기)과 자신의 가족 환경을 개방하고 탐색할 수 있는 미술활동(7회기), 그리고 아동들의 상황과 유사한 어려움을 해결해 가는 내용의 동화책(8회기) 등의 다양한 매체와 기법을 활용하여 진행함으로써 아동들이 보다 쉽게 자기 개방과 탐색의 과정을 경험하였을 것이라 생각된다. 최혜신[27]은 집단 미술치료가 자신을 표현하기 힘든 한부모 가정 아동에게 자신의 감정과 생각을 드러내는 의사소통의 기술로 사용될 수 있는 치료적 가치가 있다고 하였으며, 신주은[28]은 동화책을 활용한 문학적 접근은 아동이 주변세계와 상호작용하는 기술을 습득하게 하고, 자신과 다른 사람을 이

해하고 수용할 수 있는 태도를 학습하게 하여, 아동의 잘못된 인식이 변화를 줄 수 있는 장점이 있다고 하였다.

둘째, 자아존중감 향상 프로그램에 참여한 아동의 우울은 유의하게 감소하였으나 대조군은 유의한 변화가 없었다[표 4]. 이는 본 프로그램이 한부모 가정 아동들의 우울감 감소에 기여하였음을 의미하며, 김혜린[29], 김미한[30] 등의 연구결과와도 일치 한다. Beck[20]은 우울의 인지 이론에서 자아에 대한 부정적 신념을 우울 증 유발 요인의 하나로 보고 이의 개선을 치료 목표로 삼았다. 본 연구의 자존감향상프로그램은 자신과 가족에 대한 부정적 신념과 무가치감을 개선하도록 도와 우울 감소에 기여하였을 것으로 사료된다.

심리·사회적 부적응은 우울을 유발하고, 우울은 다시 아동의 적응을 방해하는 악순환이 반복 된다. 우울한 아동은 부정적인 자기 평가, 불행감, 에너지와 동기의 저하, 미래에 대한 부정적인 생각 등과 같은 증상을 보이며 심하게는 자살로 이어 질 수 있기 때문에 그 예방적 중재가 무엇보다 필요하다[7]. Robinson, Graber & Hilsman[31]의 연구에서 스트레스가 높은 조건하에서 낮은 자아존중감을 가진 청소년은 심한 우울을 경험 하였으나, 높은 자아존중감을 가진 청소년은 스트레스에 영향을 덜 받는 것으로 나타났다. 또한 Orth, Robins & Roberts[32]는 청소년과 초기성인을 대상으로 한 종단적 연구에서 현재의 낮은 자아존중감이 미래의 우울 증 발병을 유의하게 예측한다고 제시하였다. 따라서 자아존중감을 향상시키는 다양한 중재가 우울증의 예방적 중재로 활용될 수 있을 것이다. 본 연구의 자아존중감 향상 프로그램은 자아존중감에 대한 효과 크기가 $ES(d)=0.7$, 우울감 감소에 대한 효과 크기 $ES(d)=-0.4$ 로 측정되어 학교와 지역아동센터 등 다양한 실무 현장에서 한부모 가정 아동들의 심리적 적응을 도울 수 있는 근거 기반 중재로 활용 가능할 것으로 사료된다.

본 연구의 의의를 종합해 보면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 한부모 가정 초등학생들을 강점 중심의 시각으로 바라보고 이들의 보호요인인 자아존중감을 향상시킬 수 있는 프로그램을 개발 및 적용하여 효과를 검증 하였다는 것에 의의가 있을 것이다. 또한 기존의 한부모 가정 아동들을 대상으로 한 자아존중감 향상 프로그램

들이 대상자의 필요에 특화되지 못하고, 일반적인 자아존중감 향상을 도모하였다면, 본 프로그램은 아동들이 직면한 어려움 즉 가족의 기능적·구조적 변화를 이해하고 수용하는 것에 보다 중점을 두고 개발되어 한부모 가정 아동들의 자아존중감과 우울감에 실질적으로 도움이 되었을 것이라 사료된다. 둘째, 인지행동적 기법, 미술치료, 독서치료 등 문헌에서 그 효과가 입증된 다양한 기법과 매체를 아동의 필요에 맞게 조직하고 제공하였다. 이는 아동에게 질적인 서비스를 제공하기 위한 다학제적 접근의 가능성과 필요성을 보여주는 것이라 할 것이다. 셋째, 본 프로그램은 돌봄교실 학생들을 대상으로 학교 방과 후 시간에 진행되었다. 돌봄교실, 지역 아동 센터 등 한부모 가정 아동들을 정기적으로 돌보고 있는 기관에서 이들의 심리정서 증진을 위해 사용될 수 있을 것이다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 적은 수의 표본을 대상으로 프로그램을 실시하였기에 비모수 검정을 통해 프로그램의 효과를 검증 하였다. 이에 따라 일반화하는데 어려움이 있다. 추후연구에서는 일반화를 위해 모수검증이 가능하도록 대상자의 수를 늘려 반복 연구하는 것이 필요할 것으로 사료된다. 둘째, 본 연구에서는 자아존중감을 총체적 자아로 측정하였으나, 프로그램 구성에 있어서 개인적 자아와 가족적 자아의 향상이 구분됨으로 추후 연구에서는 세부 영역으로 구분된 자아존중감 척도를 사용한다면 프로그램의 효과를 보다 구체적으로 입증할 수 있을 것으로 사료된다. 셋째, 추후 연구에서는 아동의 심리적 적응 능력 향상을 목표로 한다면 우울을 경감시킬 수 있는 자아존중감의 요소를 가미하여 수정 보완하는 것이 필요할 것으로 보인다.

참 고 문 헌

[1] http://whhttp://www.index.go.kr/egams/stts/jsp/potal/stts/PO_STTS_IdxMain.jsp?idx_cd=1578
 [2] 오승환, 저소득 결손가족 청소년의 적응 결정요인, 서울대학교 박사학위 논문, 2001.

- [3] 조인희, *집단미술치료가 이혼가정 청소년의 자아 존중감과 우울에 미치는 영향*, 계명대학교 석사학위논문, 2010.
- [4] 보건복지부, *아동청소년 정신건강 프로그램*, 서울:보건복지부, 2006.
- [5] J. P. Allern, C. Moore, G. P. Kupermine, and K. Bell, "Attachment and adolescent psychosocial functioning," *Child Development*, Vol.69, No.5, pp.1406-1419, 1998.
- [6] L. Hoyt, E. Cowen, J. Pedro-Carroll, and L. Aplert-Gillis, "Anxiety and Depression in Young Children of Divorce," *Journal of Clinical Child Psychology*, Vol.19, No.1, pp.26-32, 1990.
- [7] 배주미, *아동 및 청소년의 우울증상과 인지변인의 지속성과 상호예측: 18개월 추적연구*, 연세대학교 석사학위논문, 2000.
- [8] 신정미, 황혜원, "초기 청소년의 스트레스와 심리 사회적 적응에 대한 생태체계적 보호요인의 영향 연구", *청소년학연구*, 제13권, 제5호, pp.123-154, 2006.
- [9] 서민자, 정민숙, "가족탄력성이 청소년의 자살생각에 미치는 영향", *한국콘텐츠학회논문지*, 제13권, 제5호, pp.123-154, 2013.
- [10] 신성희, *회복력 요인을 중심으로 한 이혼가정 아동의 적응모형구축*, 경희대학교 석사학위논문, 2006.
- [11] 조성암, *이혼가정아동의 심리적 부적응 수준에 따른 위험요인과 보호요인의 차이*, 계명대학교 석사학위논문, 2004.
- [12] M. Rogenberg, *Society and adolescent self-image*. Pinceton, NJ: Princeton University Press, 1965.
- [13] J. Greenberg, S. Solomon, T. Pyszczynski, A. Rosenblatt, J. Burling, D. Lyon, L. Simon, and E. Pinel, "Why do people need self-esteem? Converging evidence that self-esteem serves an anxiety-buffering function," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.63, No.1, pp.913-922, 1992.
- [14] J. F. Sowislo and U. Orth, "Does Low Self-Esteem Predict Depression and Anxiety? A Meta-Analysis of Longitudinal Studies," *Psychological Bulletin*, Vol.139, No.1, pp.213-240, 2013.
- [15] 이선화, *집단미술치료가 부자가정 아동의 자아 존중감과 사회성에 미치는 영향*, 한양대학교 석사학위논문, 2007.
- [16] 강순남, *자기성장프로그램이 한부모가족 아동의 자아존중감 향상과 부적응 행동 감소에 미치는 효과*, 대구대학교 석사학위논문, 2009.
- [17] 박설미, *놀이 중심의 이야기치료 프로그램이 한부모 가정 아동의 자아존중감에 미치는 효과*, 대구대학교 석사학위논문, 2009.
- [18] 정현숙, 유계숙, *가족관계*, 서울:신정, 2002.
- [19] 전병재, "Self-Esteem: A test of its measurability", *연세논총*, 제1권, pp.107-124, 1974.
- [20] A. T. Beck and M. Kovacs, *An Empirical-Clinical Approach toward a Definition of Childhood Depression in Childhood: Diagnosis, Treatment and Conceptual Models*, Raven Press, pp.1-25, 1977.
- [21] 조수철, 이영식, "한국형 소아 우울 척도의 개발", *신경정신의학*, 제29권, 제4호, pp.934-956, 1990.
- [22] 정선아, *자아성장 프로그램이 여중생의 자아개념에 미치는 영향*, 전남대학교 석사학위논문, 2001.
- [23] 서영숙, 황은숙, "한부모 가정에 대한 반편견 유아교육 프로그램 개발 연구", *열린유아교육연구*, 제7권, 제1호, pp.205-227, 2002.
- [24] J. Cohen, *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences (second ed.)*, Lawrence Erlbaum Associates, 1988.
- [25] 최영미, *한부모가정 반편견교육 프로그램이 아동의 자기표현력 및 자아존중감에 미치는 영향*, 성균관대학교 석사학위논문, 2012.
- [26] 김정희, 정다운, "집단미술치료 프로그램 참여가 저소득층 한부모가족 아동의 자아존중감 및 또래

관계에 미치는 효과”, 한국생활과학회지, 제20권, 제5호, pp.967-981, 2011.

[27] 최혜신, *새터민 아동의 미술치료 단일 사례연구-자아존중감을 중심으로*, 동국대학교 석사학위논문, 2010.

[28] 신주은, *독서치료 프로그램이 한부모 가정 초등학생의 자아존중감에 미치는 효과*, 경북대학교 석사학위논문, 2011.

[29] 김혜린, *집단미술치료가 한부모 가정 아동의 우울과 자아존중감에 미치는 영향*, 동국대학교 석사학위논문, 2012.

[30] 김미한, “명상 캠프 프로그램이 아동 및 청소년의 우울, 불안, 자아존중감에 미치는 효과 비교”, 한국콘텐츠학회논문지, 제12권, 제4호, pp.338-348, 2012.

[31] N. S. Robinson, J. Graber, and R. Hillsman, “Cognition and stress: Direct and moderating effects on depressive versus externalizing symptoms during the junior high school transition,” *Journal of Abnormal Psychology*, Vol.104, No.3, pp.453-463, 1995.

[32] U. Orth, R. W. Robins, and B. W. Robert, “Low Self-Esteem Prospectively Predict Depression in Adolescence and Young Adulthood,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.95, No.3, pp.695-708, 2008.

하 양 숙(Yang-Sook Hah)

정회원



- 1971년 : 서울대학교 간호학 학사
- 1973년 : 서울대학교 보건대학원 석사
- 1991년 : 서울대학교 간호대학원 간호학 박사
- 현재 : 서울대학교 간호학과 교수

<관심분야> : 노인 정신간호, 만성 정신장애 재활

저 자 소 개

정 선 아(Sun-A Jung)

정회원



- 1993년 : 전남대학교 간호학 학사
- 2000년 : 전남대학교 간호학 석사
- 2012년 : 서울대학교 간호학과 (박사과정 수료)

<관심분야> : 아동청소년 정신건강, 가족회복력