

# 탈북청소년을 위한 대인간호중재 프로그램의 개발 및 효과

최정임<sup>1</sup> · 최은정<sup>2</sup>

대동대학교 간호학과 부교수<sup>1</sup>, 고신대학교 간호대학 부교수<sup>2</sup>

## Development and Effectiveness of the Interpersonal Caring Program for Young North Korean Defectors

Choi, Jeong Im<sup>1</sup> · Choi, Eun Joung<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Associate Professor, Department of Nursing, Daedong College, Busan

<sup>2</sup>Associate Professor, College of Nursing, Kosin University, Busan, Korea

**Purpose:** The purpose of this study is to evaluate the effectiveness of the interpersonal caring program for young North Korean defectors which we developed based on Kim's interpersonal caring technique. **Methods:** This study employs a non-equivalent control group pretest-posttest design. The subjects of this study are 36 young North Korean defectors living in three areas. The participants are recruited through alternative schools, churches, and acquaintances. The experimental group consists of 20 participants and the control group consists of 16 participants. Experiments are conducted by four days. Specifically, the experiments are conducted eight times and each takes about 120 minutes. Furthermore, we run the camp for two nights and three days. We test our hypothesis by using Kolmogorov-Smirnov, Independent t-test, Paired t-test, and Independent t-test. **Results:** All the test statistics support our hypotheses such as self-esteem ( $t=1.87, p=.035$ ), mental health ( $t=-1.69, p=.049$ ), interpersonal relationships ( $t=1.93, p=.031$ ), and quality of life ( $t=1.88, p=.034$ ). **Conclusion:** We found that the interpersonal caring program developed in this study is effective in improving North Korean defectors' self-esteem, mental health, interpersonal relationships, and quality of life.

**Key Words:** Quality of life; Self esteem; Mental health; Interpersonal relations; Democratic People's Republic of Korea

## 서 론

### 1. 연구의 필요성

우리나라는 북한이탈주민 3만 명 시대를 맞이하게 되었으며, 이와 함께 10대에서 20대 탈북청소년의 수는 2018년 12월에 12,844명으로 증가하게 되었다[1]. 탈북청소년의 입국유형

도 다양해지면서 중국출생 탈북청소년과 직계가족을 동반하지 않은 채 홀로 입국하는 무연고 탈북청소년의 수도 증가하는 추세이다[2]. 그러므로 국내에 입국한 탈북청소년은 양적확대의 의미뿐만 아니라 성공적인 정착을 위해서 해결해야 할 과제를 시사하고 있으며, 특히 남한 정착에 있어서 이들의 학교생활은 인성발달 및 진로방향에 영향을 주고 올바른 성인으로 성장하기 위해 중요한 적응영역으로 볼 수 있다.

**주요어:** 삶의 질, 자아존중감, 정신건강, 대인관계, 탈북청소년

**Corresponding author:** Choi, Eun Joung

College of Nursing, Kosin University, 262 Gamcheon-ro, Seo-gu, Busan 49267, Korea.

Tel: +82-51-990-3977, Fax: +82-51-990-3970, E-mail: jacob7410@kosin.ac.kr

- 이 논문은 제1저자 최정임의 박사학위논문을 수정하여 작성한 것임.

- This article is a revision of the first author's doctoral thesis from University.

Received: Nov 14, 2019 / Revised: Aug 11, 2020 / Accepted: Aug 19, 2020

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.

탈북청소년의 재학실태를 살펴보면 2005년 초·중·고 정규 학교에 재학한 수가 421명 정도였으나, 2019년에는 2,531명으로 6배 이상 급격히 증가하였다[3]. 학업중단율은 2019년 초등학교의 1.4%에 비해 중학교 3.2%, 고등학교 4.7%로 중·고등학교의 학업중단율이 초등학교보다 높게 나타났다[3]. 이와같이 탈북청소년의 재학률은 증가되었으나 학년이 올라갈수록 학업중단율이 높아지는 것을 알 수 있다.

청소년의 학교중도탈락의 이유에 대해 가장 중요한 변인으로 자아존중감을 설명하고 있으며 자아존중감이 높을수록 학교중도탈락 위험이 감소하는 것으로 보고하고 있다[4]. 자아존중감은 자신의 가치에 대한 평가로서 지속적으로 변화될 수 있으며, 특히 청소년기에 자신의 가치에 대한 평가가 재조정된다면 학교적응 뿐만 아니라 청소년의 과업성취에 도움이 될 것으로 여겨진다. 그러나 탈북청소년의 경우 신체가 평균보다 왜소하여 남한사회에 편입된 후에 신체적 차이 때문에 열등감과 소외감 등 부적응을 경험하는 경우가 많아[5] 자아존중감 저하를 더욱 유발할 수 있으며 정신건강과 대인관계에도 부정적인 요인이 될 수 있다. 또한 탈북청소년 중에서 정치사상적 외상과 가족의 죽음목적 및 이별 등과 같은 가족과 연관된 외상을 경험한 경우 정신 심리적 장애를 가지고 있기도 하며[6]. 남한 청소년에 비해 외상 후 스트레스와 정신증 수준이 높다[7]. 이처럼 탈북청소년의 경우 탈북과정에서 경험한 외상과 적응의 어려움으로 인해 정신건강의 문제를 야기할 수 있으며, 이러한 정신건강 문제는 건강한 인격체로 성장하는데 우려되는 점으로 여겨진다.

청소년의 삶의 질을 결정하는 요인은 삶의 목적과 방향성의 유무, 자신의 능력과 잠재력의 실현, 자기존중감과 낙관성의 정도가 해당되었으며, 타인과 친밀하게 지내며 효율적인 관계를 형성하는 것 등이 보고되고 있는데[8], 탈북청소년들이 생각하는 행복에 영향을 미치는 요인으로는 지위나 학업성취보다 학교 내의 사회적 관계가 더 큰 영향을 주는 것으로 나타났다[9]. 따라서 탈북청소년의 대인관계의 향상은 삶의 만족에 영향을 줄 수 있으며 자아존중감은 대인관계 형성능력을 높일 수 있는 요인이 된다.

그동안 탈북청소년과 관련된 선행연구로는 조사연구와 질적연구가 대다수를 이루었고, 탈북청소년들의 문제를 제시하거나 제도적 마련을 위해 연구가 이루어져 왔다. 그 밖에 학교 적응과 문화적응을 위하여 또래상담자를 대상으로 다문화수용성을 증진시키는 연구[10]와 탈북청소년을 대상으로 자아존중감[11,12], 정신건강증진[13,14] 등의 프로그램 개발이나 중재연구가 이루어져 왔다. 그러나 탈북청소년들이 남한생활에

서 겪고 있는 청소년 발달과업의 문제들에 대해 직접적으로 개입하여 연구를 진행하는 데는 한계를 가지고 있었으며, 중·고등학생들을 대상으로 다양한 중재연구가 이루어지지 않은 실정이다. 이에 Kim [15-17]의 대인간호중재기법의 중재적 개입을 통하여 탈북청소년의 삶의 질을 증진시키고자 한다.

Kim [15-17]의 대인간호중재기법(Interpersonal Caring Techniques, ICTs)은 대상자를 향한 사랑과 관심을 바탕으로 제공되는 구체적 돌봄 행위이며, 대상자의 내적인 힘인 자기가치와 자아존중감이 생기게 하고 동기를 유발하여 능숙하게 학습되어 질 수 있도록 기법화하여 중재자의 실무기법으로 제시되었다. 따라서 Kim [15-17]의 대인간호중재기법의 구체적 지침은 탈북청소년의 자아존중감 향상과 자기의 재발견의 개인적 역량을 강화하는 중재방법이 될 것으로 여겨진다. 또한 자아존중감 향상과 긍정적인 대인관계의 경험은 탈북청소년의 정신 사회적 어려움을 극복하는데 긍정적 영향을 줄 것으로 짐작된다.

대인간호중재기법을 적용한 선행연구에서는 대인관계 장애 가능성이 높은 만성정신질환자에게 사회성을 발달시키기 위하여 활용되었으며, 그 결과에서 대인관계 기능수준과 사회적 기능수행태도의 향상에 효과를 나타내었다[15,18,19]. 또한, 정신건강에 취약한 여자고등학생을 대상으로 실시한 연구에서도 자아존중감, 정신건강, 희망, 삶의 질 향상을 나타내었다[20].

따라서 본 연구에서는 자아존중감의 손상과 대인관계와 정신건강에 취약할 수 있는 탈북청소년들을 대상으로 대인간호중재 프로그램을 개발하여 그 효과를 검증함으로써 중·고등학생 탈북청소년들의 삶의 질 증진에 기여하고자 한다.

## 2. 연구목적 및 가설

본 연구의 목적은 탈북청소년을 대상으로 대인간호중재 프로그램을 개발하고 이들의 자아존중감, 정신건강, 대인관계, 삶의 질에 미치는 효과를 검증하는데 있다.

- 가설 1. 대인간호중재 프로그램을 제공받은 실험군(이하 실험군)은 제공받지 않은 대조군(이하 대조군)보다 자아존중감 점수가 더 높을 것이다.
- 가설 2. 실험군은 대조군보다 정신건강 점수가 더 낮을 것이다.
- 가설 3. 실험군은 대조군보다 대인관계 점수가 더 높을 것이다.
- 가설 4. 실험군은 대조군보다 삶의 질 점수가 더 높을 것이다.

## 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 탈북청소년을 대상으로 대인간호중재 프로그램의 효과를 검증하는 유사 실험연구로 비동등성 대조군 전·후 설계(non-equivalent control group pretest-posttest design)이다.

### 2. 연구대상 및 자료수집

본 연구대상자는 B광역시·P시·S특별시에 있는 대안학교와 교회에 다니는 탈북청소년이며, 실험군은 B광역시에 있는 탈북청소년 중 캠프에 참여할 의사가 있는 학생들을 선정하였고, 대조군은 B광역시·P시·S특별시에 있는 탈북청소년을 대상으로 하였다. 실험중재의 확산을 방지하기 위하여 한 기관에서 실험군과 대조군을 동시에 선정하지 않았다. 모집과정은 연구자가 대안학교와 교회 담당자의 협조를 받아 직접 방문하여 프로그램을 설명한 후 참여희망자를 모집하였으며, 참여의사를 밝힌 대상자는 학부모의 참여 동의가 있는 경우에 연구대상자로 선정하였다. 구체적인 선정기준은 다음과 같다.

- 교육지원 대상이 되는 학년과 청소년기본법이 규정하는 만 24세까지의 연령을[3] 근거로 만 13세 이상 만 24세 이하의 중·고등학교에 다니는 탈북청소년
- 양친 혹은 부모 중 한명이 북한출신이며 북한이나 제 3국에서 출생하여 한국으로 입국한 자
- 질문지 내용을 이해하고 응답할 수 있으며 의사소통이 가능한 자
- 연구의 목적을 이해하고, 연구에 참여하기로 동의한 자

연구에 필요한 예상 표본 수는 만성정신질환자를 대상으로 중재 프로그램을 실시 후 대인관계에 효과를 나타낸 선행연구[21]에 근거하여 G\*Power 3.1.2 프로그램을 사용하였다. 연구분석에 사용될 t 검정에서 유의수준 .05, 효과크기 .80, 검정력 .80으로 설정하여 t 검정에 필요한 최소표본 수를 산출한 결과 집단별 21명으로 총 42명이 산정되었다. 실험 도중 탈락률은 20%를 예상하여 실험군과 대조군 각각 25명씩 총 50명을 대상으로 연구를 진행할 계획이었으나 연구진행과정에서 대안학교 특성상 학기 중에는 기숙사생활을 하고 방학에는 본가로 가는 상황으로 인해 개학시점에 연구를 진행하게 되어 모집이 다소 어렵게 되었다. 그러므로 참여 의사를 밝힌 38명(실험군 20명, 대조군 18명)이 연구대상자로 참여하였고, 사후 검사를 하

지 않은 대조군 2명은 분석대상에서 탈락함으로써 최종 연구대상자 수는 총 36명(실험군 20명, 대조군 16명)이었다.

### 3. 연구도구

#### 1) 자아존중감

Rosenberg [22]의 자존감 측정도구를 Jon [23]이 번역한 도구를 Choi와 Lee [20]의 연구에서 정신건강 취약청소년을 대상으로 한 척도를 사용하였다. 긍정적 문항 5개와 부정적 문항 5개로 총 10문항으로 구성되어 있으며, 부정적인 문항은 역환산하였다. 각 문항은 Likert 4점 척도로 점수가 높을수록 자아존중감 정도가 높음을 의미한다. 도구의 신뢰도는 개발 당시 Cronbach's  $\alpha$ 는 .85였고 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .73이었다.

#### 2) 정신건강

교육과학기술부가 개발한 '정서·행동발달 선별검사지(Adolescent Mental Health and Problem Behavior, AMPQ-II)'를 사용하였으며[24], 총 38문항으로 구성되어 있다. 걱정 및 생각, 기분 및 자살, 학습과 인터넷, 친구문제, 규칙위반 및 가해행동의 5가지 하위요인으로 구성되어 있으며, 각 문항은 Likert 4점 척도로 0~3점으로 구성되어 점수가 높을수록 정신건강 수준이 나쁜 것을 의미한다. 우선관리 대상 정신건강 판정의 절단점은 중학교 남학생은 38점 이상, 여학생은 40점 이상이며, 고등학교 남학생은 40점 이상, 여학생은 42점 이상으로 한다. 도구의 신뢰도는 개발 당시 Cronbach's  $\alpha$ 는 .95였고 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .96이었다.

#### 3) 대인관계

Schlein과 Guerny [25]의 관계변화 척도를 Moon [26]이 번안한 도구를 사용하였으며, 총 25문항으로 구성되어 있다. 하위영역으로 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 민감성, 개방성, 이해성의 7가지 하위영역으로 구성되어 있으며, 각 문항은 Likert 5점 척도로 점수가 높을수록 대인관계정도가 좋은 것을 의미하며, 도구의 신뢰도는 개발 당시 Cronbach's  $\alpha$ 는 .88이었고 본 연구에서는 Cronbach's  $\alpha$ 는 .89였다.

#### 4) 삶의 질

Sihn [8]이 개발한 청소년 삶의 질 측정도구를 사용하였으며, 총 38문항으로 구성되어 있다. 하위영역으로 만족감, 친밀감, 안정감, 의미성, 주도성, 정서성의 6개 차원으로 구성되어 있으며,

각 문항은 Likert 5점 척도로 점수가 높을수록 삶의 질 정도가 높음을 의미하며, 도구의 신뢰도는 개발 당시 Cronbach's  $\alpha$  는 .98이었고 본 연구에서는 Cronbach's  $\alpha$  는 .92였다.

#### 4. 연구진행

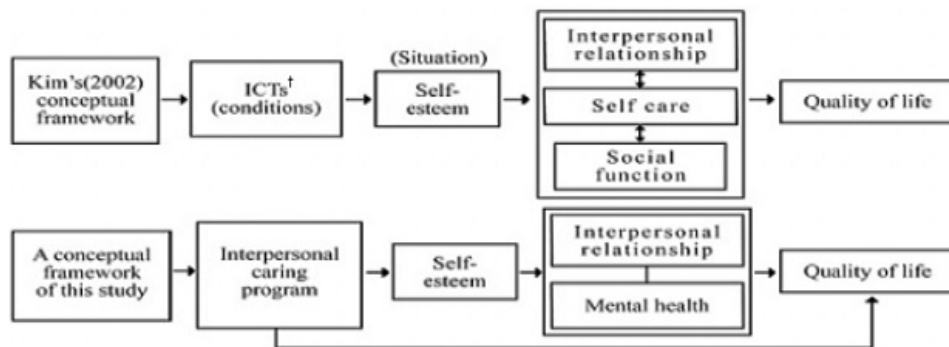
##### 1) 프로그램 개발과정

(1) 탈북청소년을 위한 대인간호중재 프로그램의 이론적 기틀  
본 연구에서는 Kim [15-17]의 대인간호중재기법 모형을 적용하여 프로그램의 이론적 기틀을 개발하였다. Kim [15,16]의 대인간호중재기법은 사회활동과 대인관계의 장애로 인하여 타인과 원만한 관계를 맺지 못하고 사회적으로 고립된 만성정신질환자의 사회성을 발전시키기 위하여 환자-간호사간의 치료적 의사소통의 구체적인 기법으로 개발하였다. Kim [15,16]의 대인간호중재기법은 대상자의 내적인 힘인 자기가치와 자아존중감이 생기게 하고 동기를 유발하여 자기의 재발견에 대한 역량을 강화하게 한다. 근거 이론적인 접근을 통해 도출된 대인간호중재기법은 만성정신질환자에게 적용하였을 때 자기간호가 촉진되고 대인관계, 사회적 기능이 향상된 결과를 보였다[15,18,19]. 또한 Kim [15,16]의 대인간호중재기법을 기반으로 영적 지지를 포함한 통합적 전인적인 프로그램을 개발하여 정신적으로 취약한 청소년에게 적용한 연구에서도 자아존중감, 정신건강, 희망, 삶의 질이 향상된 결과가 검증되었다 [20]. 이러한 선행연구를 토대로 정신사회적으로 취약할 수 있는 탈북청소년을 대상으로 Kim [15-17]이 제시한 10가지 대인간호중재기법의 적용은 탈북청소년의 자기가치를 발견하도록 하여 자아존중감의 향상과 대인관계, 정신건강에도 긍정적인 영향을 줄 것으로 예견할 수 있다. 또한 대인간호중재기법의 적용은 의사소통 과정에서 대상자의 표현역량이 강화되며, 인

간관계를 통해 무엇을 하고자 하는 동기를 유발하여 탈북청소년의 삶의 질이 증진될 것이라는 개념으로 그 틀을 구성하였다 (Figure 1). 대인간호중재기법의 10가지 기법으로는 알아봐줌, 동참함, 공유함, 적극적 경청, 칭찬함, 동행함, 안위함, 희망 불어넣어줌, 용서를 구하거나 용서함, 수용함 등이 포함된다.

본 연구에서 탈북청소년의 자아존중감 증진을 위하여 마음을 파악하고 적극적 관심을 표현하는 알아보기의 기법을 활용하였으며, 상대방의 장점 및 잠재력, 긍정적인 면을 인정하고 칭찬해 줌으로써 자신감을 갖게 하는 칭찬하기 기법을 적용하였다. 또한 삶의 질 증진을 위하여 적용한 공유함은 시간과 경험, 생각, 삶을 함께 나누는 기술이며, 대인관계의 범위를 넘어선한 행위를 나누는 행위로서 상대방에게 고마움을 가지게 하고 상대방을 가까이 느끼게 하는 인지적인 심리적 변화를 경험하도록 활용하였다. 적극적 경청은 언어적 비언어적인 부분을 포함하여 진지한 태도와 자세로 주의를 기울이는 기술이며, 자신을 중요하고 귀한사람으로 대해준다는 느낌을 통해 고마움을 느끼게 하는 인지적 변화를 가져올 수 있다는 점에서 삶의 만족도에도 영향을 줄 수 있다. 희망 불어넣기란 언제든지 가까이에서 힘이 되어주며, 희망을 줄 수 있는 성공적인 사례를 알려주는 기법으로 대상자는 새로운 가능성과 무엇인가 할 수 있겠다는 창조적인 의욕을 경험하게 되므로 삶의 질에 긍정적 변화를 줄 수 있을 것으로 본다.

이와 같이 대인간호중재기법은 대상자와의 관계에서 언어적·비언어적인 의사소통 과정을 포함하여 10가지 기법을 통해 인간관계를 경험하는 상호성의 특성을 가지고 있으며, 선행연구에서 나타난 결과를 근거로 탈북청소년의 자아존중감, 대인관계, 정신건강의 향상과 삶의 질 증진에 긍정적 영향을 줄 수 있을 것으로 사료된다.



†ICTs=Interpersonal Caring Techniques.

Figure 1. A conceptual framework of this study based on the interpersonal caring technique model of Kim Susie (2002).

## (2) 대인간호중재 프로그램 내용구성 및 제작

프로그램 내용과 진행절차는 전문가의 자문과 내용타당도 검토를 거쳤으며 예비조사를 실시하였다. 프로그램내용 구성은 변수별로 Kim [15-17]의 대인간호중재기법 10가지를 중심으로 연구자가 대상자에게 중재행위로써 적용하여 각 회기별 주제를 정하였다. 대상자의 자아존중감 증진을 위하여 ‘자기소개하기’와 ‘나를 발견하기’의 주제로 알아봐 줌, 칭찬함 기법을 활용하였으며, 정신건강을 위하여 ‘나를 변화시키기’, ‘스트레스 날리기’의 주제로 안위함, 용서를 구하거나 용서함의 기법을, 대인관계 증진을 위하여 ‘신뢰와 마음열기’, ‘공감하기’의 주제로 동참함, 공유함, 수용함, 기법을, 삶의 질 증진을 위하여 ‘꿈 넘어 꿈’, ‘자기관리하기’의 주제로 희망불어 넣어줌, 공유함과 적극적 경청 기법을 활용하였다. 대인간호중재 프로그램은 8가지 주제를 선정하여 1회 120분씩 총 8회의 회기로 구성하였으며 각 회기마다 3단계로 나누어 도입단계에서 마음열기와 주제에 대한 이해를 위해 주제의 필요성과 예화로 구성하였으며 전개단계에서 강의, 활동지 작성과 발표, 집단 활동으로 구성하였고, 정리단계에서는 과제물 설명과 목표평가하기로 구성하였다.

교육매체는 탈북청소년이 선호하는 게임, 창의적 작품제작, 영상편지, 활동지 등 다양성을 고려하였다. 프로그램 실시는 단기 프로그램의 효과를 위하여 전체 프로그램 중 캠프형식을 포함하도록 구성하였으며 프로그램 장소는 안전하고 대상자들의 공감대를 높일 수 있는 리조트와 학교를 병행하도록 하였다. 평가도구는 프로그램에 대한 효과 검증 질문지로서 매회 소감문을 작성하고, 전체 프로그램 실시 후 만족도를 실시하도록 구성하였다. 프로그램에 대한 전문가 자문과 내용타당도 검토는 이론전문가용과 현장전문가용으로 나누어 질문지를 배포하여 평가하였다. 자문위원으로는 정신간호학 교수 2인, 탈북청소년 대안학교 교사 1인, 통일 관련 간사 1인, 캠프운영경험자 1인, 정신건강간호사 2인으로 구성하여 자문을 구하였고, 내용은 프로그램 전체 목적과 회차별 목표에 대한 적합성을 검증하여, 내용타당도 계수(Content Validity Index, CVI)에서 모두 0.8점 이상으로 나타났으므로 프로그램의 타당도를 확보하였다. 예비조사 실시는 면담에 동의한 탈북청소년 2명에게 사전 설문지를 주어 설문지의 내용이해와 어휘의 어려움, 시간의 적절성을 확인하였고, 전체 연구의 진행에 있어 프로그램의 명료성과 객관성을 위하여 1회 차부터 3회 차, 5회 차 프로그램을 예비실시 후 면담을 통해 수정·보완하였다.

최종 개발된 프로그램의 각 회기별 주제와 구체적인 내용구성은 다음과 같다(Table 1).

1회기는 ‘오리엔테이션 및 자기소개하기’를 주제로 프로그램에 대한 기대와 구성원 간 친밀함을 목표로 하여 도입단계에서는 이름표와 일정표를 나누어주고 전체 오리엔테이션 실시와 조 구성을 실시한다. 프로그램 안내와 동의서, 사전설문지를 작성한 후에 대표한명을 선정하여 다짐선서식을 실시하고, 또래관계 형성을 위하여 대상자의 나이와 성별을 고려하여 한 조에 학생 5명으로 4개조를 구성하며 멘토의 나이를 적절하게 배정하여 개별적 접근이 용이하도록 하였다. 활동단계에서는 자신이 직접 제작한 옷에 대해 설명하고, 별명과 함께 자기소개를 한다. 다른 학생에게는 발표한 학생에 대해 별명과 장점, 알게 된 사항들을 이야기하도록 하여 알아봐 줌 기법을 적용한다. 정리단계에서는 프로그램의 소감과 평가를 작성하도록 구성하였다.

2회기는 ‘신뢰와 마음열기’를 주제로 구성원간의 신뢰와 고마움, 자신의 신체적 소중함을 가지도록 목표를 설정하고 게임을 통해 의견을 나누고 수용하며 협력하도록 한다. 도입단계에서는 안전교육과 게임수칙을 설명하고 4개조를 구성하여 몸풀기 댄스를 실시한다. 활동단계에서는 게임과 합창을 하며 서로를 격려하는 시간을 가지고 느낀 점을 말하도록 하여 동참함, 공유함, 수용함 기법을 적용하고 정리단계에서는 팀별 시상식과 프로그램의 소감과 평가를 작성하도록 구성하였다.

3회기는 ‘공감하기’를 주제로 하여 자기이해와 공감능력 향상을 목표로 짝지와의 공감적 의사소통을 실천하게 하여 함께 과제를 작성하고 발표하게 한다. 도입단계에서는 예화를 통해 공감하기의 필요성을 이해하도록 하며 활동단계에서는 반영적 경청에 대한 강의와 연습을 실시하고 저번 시간에 인연 맺기에서 만났던 사람을 기억하도록 하여 짝지를 정해준다. 짝지와 자유산책을 하면서 그동안 속상했던 일을 나누고 활동지를 작성한 후 발표하도록 하여 동행하기 기법을 적용한다. 정리단계에서는 공감하기 베스트 시상식과 프로그램의 소감과 평가를 작성하도록 하였다.

4회기는 ‘나를 변화시키기’를 주제로 어려운 문제에 대한 새로운 가능성과 관계회복을 목표로 도입단계에서는 가족과 선생님이 보내준 사랑의 영상편지를 보여주어 주위의 관심과 지지를 알게 하고, 활동단계에서는 탈북경험자의 상처극복과 용서하는 삶에 대한 특강을 듣고 용서하기와 용서받고 싶은 것에 대해 자신에게 편지를 쓰고 느낌 나누는 시간을 가짐으로 용서를 구하거나 용서함의 기법을 적용하고 정리단계를 가진다.

5회기는 ‘꿈 넘어 꿈’을 주제로 가치있는 삶과 꿈에 도전하는 것을 목표로 2분 스피치 시간으로 구성하였다. 도입단계에

**Table 1.** Contents of Interpersonal Caring Program

Session			Theme	ICTS	Contents
Camp	Day 1 / Resort auditorium	1 (120 mins)	·Orientation ·Self-introduction	·Noticing	·Orientation (calendar, name-tag), Pledge oath ·Pre-survey questionnaire  ·To make my own clothes & Introduction ·Tell me how you feel about the program& Evaluation
		2 (120 mins)	·Trust and heart-opening	·Participating ·Sharing ·Accepting	·Objective Description, Game rules ·Safety education, relaxation (dance)  ·Confidence collaboration games, composition (4 trillions) ·Sharing feelings  ·Award ceremony (individual & group) ·Thoughts and assessments
	Day 2/ Resort auditorium	3 (120 mins)	·To empathize	·Companioning	·A sympathetic story, Fable (The tales of cows and a lion) ·Lectures (related listening) & practice (partner assign) ·Announce activity (walking activity site)  ·Tell me how you feel about the program & evaluation
		4 (120mins)	·To change me	·Forgiving	·Watching the messages of family and teacher's love (video letter video)  ·A special lecture (a life of mortification and forgiveness) ·To complete an activity paper (to be forgiven and forgiven)  ·Tell me how you feel about the program & evaluation
	Day 3 / Resort auditorium	5 (120 mins)	·A dream beyond a dream	·Sharing ·Active listening	·The challenges of dreams and the life of values ·Fable (Ronaldo. a soccer player)  ·2 Minutes speech writing and presentation  ·Tell me how you feel about the program & evaluation
		6 (120 mins)	·Stress dissipation	·Comforting	·A game of one's own inclination (sticker game)  ·Mental Health Lecture (how to deliver me and how to make a presentation by team) ·Relaxation training  ·Tell me how you feel about the program & evaluation
School	Day 4 / Alternative school education room	7 (120 mins)	·Find me	·Complimenting	·Strength finding description  ·Find my personality ·Announcement of the results of the consultant questionnaire  ·Tell me how you feel about the program & evaluation
		8 (120 mins)	·Self managing	·Hoping	·The game to know the importance of time (a minute's time)  ·Lecture (time management necessity and problems) ·Preparation of self-management plan  ·Watch videos of participation activities in the camp ·Completion ceremony (a certificate, souvenir) ·Overall program opinion and evaluation ·Post-survey questionnaire

ICTS=interpersonal caring techniques.

서는 성공적인 꿈을 이룬 후 다른 사람을 위해 헌신한 예화를 통해 마음열기 시간을 가지며, 활동단계에서는 조별 발표를 통해 공유함과 적극적 경청 기법을 적용하고 정리단계를 가진다.

6회기는 ‘스트레스 날리기’를 주제로 자신의 정신건강의 이해와 스트레스 관리방법을 터득하여 마음을 편하게 하는 것을 목표로 정신건강 강의와 ‘나 전달법’, ‘이완훈련’으로 구성하였다. 도입단계에서는 스티커 게임을 통해 다른 사람이 나를 어

떤 성향으로 보는지 알게 하는 시간을 가지며, 활동단계에서는 스트레스가 있을 때 신체의 반응이 무엇인지와 대처방법인 이완훈련을 설명하고 ‘나 전달법’에 대해 설명한 후 자신의 상황을 적용하여 발표할 때에 안위함의 기법을 적용하고 정리단계를 가진다.

7회기는 ‘나를 발견하기’를 주제로 자아존중감 향상을 목표로 자문자답지를 활용한다. 도입단계에서는 자기의 강점과 자랑스러운 점을 이해하고 강점을 찾아야 하는 이유를 설명하

며, 활동단계에서는 나의강점 찾기 표를 이용하여 자신의 강점을 찾고 나의 성격 찾기 표를 이용하여 자신의 성격을 체크한 후 발표하도록 하여 칭찬함 기법을 적용하고 정리단계를 가진다.

8회기는 '자기관리하기'를 주제로 하여 책임감 있는 생활태도를 목표로 자기관리계획표를 작성하게 한다. 도입단계에서는 1분 시간 맞추기 게임을 통하여 적은시간이라도 소중함을 알게 하고 활동단계에서는 시간 관리의 필요성과 시간관리 강의 및 자신의 낭비되는 생활습관과 우선순위표, 일일계획표를 작성하여 변화할 수 있는 동기를 줌으로서 희망 불어넣어주기법을 적용하였다. 정리단계에서는 제작한 캠프참여 활동 동영상을 보여주고 수료증과 기념품 증정과 멘토와의 인사하는 시간을 가지며 수료식을 실시하고 프로그램의 소감과 전체 프로그램 성취도와 만족도 평가 후 사후 설문지를 작성하도록 구성하였다.

## 2) 프로그램 적용

본 연구대상자인 경우 방학에는 타 지역으로 이동하는 경우가 많고 개강 후에는 학교의 일반수업과 개인별 야간보충수업 등으로 같은 기간에 모이는 것과 장기간 프로그램에 참여하는 것이 어려운 상황인 것을 고려하여 실험군의 프로그램 일정은 개강 직전 2016년 8월 29일부터 2016년 8월 31일까지 2박 3일 동안 리조트에서 1~6회를, 개강 후 2016년 9월 4일 하루 동안 대안학교에 모여 7~8회를 실시하였다. 연구자는 탈북청소년 수련회와 북한선교학교 12주 프로그램과정을 수료하여 대상자의 이해를 높인 후 프로그램 각 회기마다 진행하였고, 대상자들의 대인관계 축진을 위해 레크리에이션 진행은 석사학위소유자이며 정신건강전문요원 자격이 있는 레크리에이션 전문가가 보조하였다. 본 연구에 참여한 멘토는 상담경력이 있는 정신간호사 1명과 상담훈련을 받은 대학생 4명이며 보조진행자와 함께 프로그램 기획부터 참여하였고 프로그램의 목적과 방법에 대해 교육하였다. 멘토는 조별로 한명씩 배치하여 프로그램 진행을 원활하게 돕고, 학생들과 숙식을 함께하면서 상담자 역할 및 안전지도의 역할을 담당하였다.

## 5. 자료수집

본 연구의 자료수집기간은 2016년 8월 27일부터 2016년 9월 8일까지였으며, 사전 조사, 프로그램 적용, 사후 조사로 이루어졌다. 연구절차의 승인을 위하여 해당기관의 담당자에게 연구의 목적과 방법을 설명하였으며, 대상자 중 18세 이하의

미성년자인 경우 보호자 또는 법정대리인에게도 연구의 목적과 방법을 설명하여 협조와 동의를 구했다. 본 연구자가 실험군과 대조군에게 연구의 목적과 내용을 설명하고 서면동의를 한 대상자에게 일반적 특성과 사전 조사를 실시하였다. 실험군은 대조군의 사전 조사가 끝난 후 프로그램 8회 차를 실시하였으며 마친 직후 사후 조사를 실시하였다. 대조군은 8월 27일 사전 조사를 실시하고 대상자가 모이는 9월 2일과 9월 8일에 사후 조사를 실시하였다.

## 6. 윤리적 고려

본 연구는 고신대학교 기관생명윤리위원회로부터 1차승인(KU IRB NO. 2016-0088)과 2차승인을 받았으며(KU IRB NO. 2018-0027), 사용한 도구는 개발자에게 도구사용승인을 받았다. 연구대상자에게는 연구목적, 필요성, 방법, 기간 등에 대해 설명하고, 연구과정 중이라도 언제든지 참여를 철회할 수 있음을 알려주고, 서면동의서를 받았으며, 연구에 동의하지 않더라도 불이익을 받지 않을 것을 설명하였고, 프로그램 시에 시행한 촬영물은 연구목적으로만 사용될 것을 설명하고 동의를 구한 뒤에 시행하였다. 본 연구의 대상자인 실험군과 대조군 모두에게 참여에 대한 감사의 뜻으로 소정의 선물을 제공하였다. 수집된 자료는 3년 동안 보안이 유지된 안전한 장소에 보관하고 이후에는 파쇄 또는 소각하여 폐기하고 전자기록물은 복원이 불가능한 방법으로 영구삭제 할 것이다. 대조군에게는 윤리적 측면을 고려하여 실험군의 프로그램 일정이 마친 후 프로그램의 내용과 방법을 소책자로 제작하여 대안학교와 교회담당자에게 설명하고 학생들에게 활용해 줄 것을 권유하고 책자를 전달하였다.

## 7. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료의 분석은 IBM SPSS 20.0 (SPSS Korea, Data Solution Inc) 프로그램을 이용하였다. 실험군과 대조군의 일반적 특성은 실수와 백분율, 일반적 특성에 대한 동질성 검증은  $\chi^2$  test, Fisher's exact test로 분석하였다. 프로그램을 실시하기 전 실험군과 대조군 간의 자아존중감, 정신건강, 대인관계 및 삶의 질 정도에 대한 정규분포를 Kolmogorov-Smirnov로 분석하였고, 모든 변수가 정규분포 하는 것으로 나타나( $W=.15\sim.20, p=.074\sim.200$ ), 동질성 검증은 Independent t-test로 분석하였다. 가설검증은 Paired t-test, Independent t-test로 분석하였다.

## 연구결과

### 1. 실험군과 대조군의 일반적 특성에 대한 동질성 검증

실험군과 대조군의 일반적 특성에 대한 동질성 검증결과는 두 군 간에 통계적 유의한 차이가 없었으므로 동질성이 확인되었다. 나이에서는 13세에서 20세가 19명(95.0%)으로 대부분을 차지하였으며, 성별은 여자가 55.0%, 학업상태는 대안학교 및 검정고시 준비가 75.0%, 한국거주기간은 3년 미만인 45.0%, 3국 거주기간은 3년 미만인 60.0%, 한국에서의 어려운 문제는 경제적 문제가 43.0%로 가장 많은 비율을 나타내었다(Table 2).

### 2. 실험군과 대조군의 실험처치 전 종속변수에 대한 동질성 검증

실험군과 대조군의 실험 전 종속변수인 자아존중감, 정신건강, 대인관계, 삶의 질에 대하여 실험처치 전 동질성을 검증한 결과 자아존중감의 실험군 평균점수는 31.40±3.79점, 대조군은 30.81±5.24점으로 집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었다( $t=0.39, p=.699$ ). 정신건강의 실험군 평균점수는 15.90±

14.68점, 대조군의 평균점수는 23.31±20.87점으로 집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었다( $t=-1.25, p=.220$ ). 대인관계의 실험군 평균점수는 71.10±9.84점, 대조군은 72.38±12.15점으로 집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었다( $t=-0.34, p=.730$ ). 삶의 질의 실험군 평균점수는 137.55±20.46점, 대조군의 평균점수는 131.88±21.75점으로 집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었다( $t=0.80, p=.427$ ). 따라서 두 군 간에 유의한 차이가 없어 동질한 집단으로 확인되었다(Table 3).

### 3. 대인간호중재 프로그램의 효과

가설검증결과는 Table 4와 같다.

- 가설 1. '대인간호중재 프로그램을 제공받은 실험군은 제공받지 않은 대조군보다 자아존중감 점수가 더 높을 것이다'를 검증한 결과 실험처치 후 실험군의 자아존중감 점수가 31.40±3.79점에서 31.75±3.70점으로 0.35±4.17점 증가하였으나, 대조군의 자아존중감 점수는 30.81±5.24점에서 28.13±5.76점으로 2.69± 5.57점 감소하였다. 그 결과 두 군 간의 실험 후 점수 차이가 통계적으로 유의하여( $t=1.87, p=.035$ ), 가설 1은 지지되었다.

**Table 2.** Homogeneity Test of General Characteristics of Subjects

(N=36)

Characteristics	Categories	Exp. (n=20)	Cont. (n=16)	$\chi^2$ or t	p
		n (%) or M±SD	n (%) or M±SD		
Age (year)	13~20	19 (95.0)	11 (68.8)	4.41	.069 <sup>†</sup>
	21~24	1 (5.0)	5 (31.3)		
		16.50±2.32	19.63±2.55	-2.02	.056
Gender	Male	9 (45.0)	8 (50.0)	0.08	.515
	Female	11 (55.0)	8 (50.0)		
Academic status	Normal Middle-High school	5 (25.0)	6 (37.5)	0.65	.327
	Alternative school and preparing qualification exams	15 (75.0)	10 (62.5)		
The length of stay in a South Korea (year)	<3	9 (45.0)	11 (68.8)	2.19 <sup>†</sup>	.366
	3~5	6 (30.0)	2 (12.5)		
	>5	5 (25.0)	3 (18.8)		
The length of stay in a third country <sup>‡</sup> (year)	<3	12 (60.0)	14 (87.5)	4.38 <sup>†</sup>	.079
	3~5	1 (5.0)	1 (6.3)		
	>5	7 (35.0)	1 (6.3)		
Difficult Problems in South Korea	No (n=9)	6 (30.0)	3 (18.8)	0.60	.353
	Yes (n=27)	14 (70.0)	13 (81.2)		
	Cultural adaptation	1 (7.1)	3 (23.1)	5.95 <sup>†</sup>	.228
	Adapting to school and interpersonal issues	3 (21.4)	2 (15.4)		
	Economic problem	6 (42.9)	8 (61.5)		
Language problem	4 (28.6)	0 (0.0)			

Exp.=experimental group; Cont.=control group; <sup>†</sup> Fisher's exact test; <sup>‡</sup> Third Country=any country other than South and North Korea.



**Table 3.** Homogeneity Test of Dependent Variables before Intervention of Subjects

(N=36)

Variables	Exp. (n=20)	Cont. (n=16)	t	p
	M±SD	M±SD		
Self-esteem	31.40±3.79	30.81±5.24	0.39	.699
Mental health	15.90±14.68	23.31±20.87	-1.25	.220
Interpersonal relationships	71.10±9.84	72.38±12.15	-0.34	.730
Quality of life	137.55±20.46	131.88±21.75	0.80	.427

Exp.=experimental group; Cont.=control group.

**Table 4.** Differences of Dependent Variables of Subjects

(N=36)

Variables	Groups	Pretest	Posttest	t	p <sup>†</sup>	Differences	t	p <sup>‡</sup>
		M±SD	M±SD			M±SD		
Self-esteem	Exp. (n=20)	31.40±3.79	31.75±3.70	-0.38	.712	0.35±4.17	1.87	.035
	Cont. (n=16)	30.81±5.24	28.13±5.76	1.93	.073			
Mental health	Exp. (n=20)	15.90±14.68	10.15±14.87	2.55	.019	-5.75±10.07	-1.70	.049
	Cont. (n=16)	23.31±20.87	24.75±14.51	1.93	.073			
Interpersonal relationships	Exp. (n=20)	71.10±9.84	89.80±11.20	-7.28	.000	18.70±11.49	1.94	.031
	Cont. (n=16)	72.38±12.15	83.63±15.32	-3.94	.001			
Quality of life	Exp. (n=20)	137.55±20.46	143.80±18.08	-1.53	.144	6.25±18.33	1.89	.034
	Cont. (n=16)	131.88±21.75	125.81±20.91	1.17	.261			

Exp.=experimental group; Cont.=control group; <sup>†</sup> Paired t-test; <sup>‡</sup> Independent t-test.

- 가설 2. ‘실험군은 대조군보다 정신건강 점수가 더 낮을 것이다’를 검증한 결과 실험처치 후 실험군의 정신건강 점수가 15.90±14.68점에서 10.15±14.87점으로 5.75±10.07점이 감소하였으나, 대조군의 정신건강 점수는 23.31±20.87점에서 24.75±14.51점으로 1.44±15.24점 증가하였다. 그 결과 두 군 간의 실험 후 점수 차이가 통계적으로 유의하여 ( $t=-1.69, p=.049$ ), 가설 2는 지지되었다.
- 가설 3. ‘실험군은 대조군보다 대인관계 점수가 더 높을 것이다’를 검증한 결과 실험처치 후 실험군의 대인관계 점수가 71.10±9.84점에서 89.80±11.20점으로 18.70±11.49점이 증가하였으나, 대조군의 대인관계 점수는 72.38±12.15점에서 83.63±15.32점으로 11.25±11.43점이 감소하였다. 그 결과 두 군 간의 실험 후 점수 차이가 통계적으로 유의하여( $t=1.93, p=.031$ ), 가설 3은 지지되었다.
- 가설 4. ‘실험군은 대조군보다 삶의 질 점수가 더 높을 것이다’를 검증한 결과 실험처치 후 실험군의 점수가 137.55±20.46점에서 143.80±18.08으로 6.25±18.33점 상승하였으나, 대조군의 점수는 131.88±21.75점에서 125.81±20.91점으로 6.06±20.78점 감소하였다. 그 결과 두 군 간의 실험 후 점수 차이가 통계적으로 유의하여( $t=1.88, p=.034$ ), 가설 4는 지지되었다.

## 논 의

본 연구는 Kim [15-17]의 대인간호중재기법을 기반으로 탈북청소년을 위한 대인간호중재 프로그램을 개발하고, 그 효과를 검증하고자 시행하였으며, 연구결과를 중심으로 다음과 같이 논의하고자 한다.

Kim [15,16]의 대인간호중재기법은 사랑과 관심을 바탕으로 대상자가 자기를 재발견할 수 있도록 기법화한 것으로 학습 과정에서 자아존중감이 생기고 대인관계 등의 기능이 향상된다는 이론적 기틀을 가지고 있다. Kim [16,17]은 대인관계가 만족스럽고 효과적일 때, 한 인간으로서 성장하고 발전하게 될 뿐만 아니라 가정, 학교, 사회활동, 작업 등 사회적 생활 전반에 영향을 미치게 되어 삶의 질이 향상된다는 관점이다. 본 연구의 대상자인 탈북청소년은 탈북과정에서 개인의 안녕을 위협받는 외상으로 인하여 정신적 문제를 나타내었으며 자아존중감 손상과 친구관계의 어려움 등으로 청소년의 삶의 질이 저하된 상태이다. 이런 부분에 대해 Kim [15-17]의 대인간호중재기법의 적용으로 자아존중감과 대인관계 등의 기능이 향상되어 삶의 질에 긍정적 영향을 주었을 것으로 볼 수 있다. 프로그램 개발은 당시 Kim [15]이 만성정신질환자의 대인관계 유지와 수련능력이 감퇴되는 문제를 돕기 위해 치료자의 간호중재방법

으로 치료적 의사소통을 개발하여 주 1회 2주간 총 12시간의 개별적 접근을 실시하였다. Cho [19]의 연구에서 정신사회재활 프로그램으로 집단교육 및 집단 활동요법의 형태로 주 2회 8주간 총 16회를 시행하였으며, Choi와 Lee [20]의 연구에서는 집단 대인적 돌봄 프로그램 8시간과 개별 대인적 돌봄 프로그램 2주간으로 실시하였다. 그러나 본 연구에서는 탈북청소년의 특성에 맞추어 중·고등학교의 학업일정을 고려하여 2박 3일의 캠프형식을 포함한 단기 집중 프로그램으로 구성하여 공감대 형성과 대인관계의 효과를 극대화하였다. 청소년기는 또래관계를 통하여 성장하는 시기이므로 참여대상자의 의사소통 역량을 함양하여 또래와의 관계형성능력을 높였으며, 멘토의 개별적 접근으로 대상자의 역량을 촉진하였다. 프로그램 매체는 탈북청소년의 특성을 고려하여 가족의 사랑의 편지와 무연고 청소년들을 위한 선생님의 사랑의 편지를 영상제작 하였다. 또한 프로그램 전반에 활동적인 게임과 소품을 활용하였으며, 탈북경험자의 극복사례 특강과 같은 다양한 교육매체를 활용하여 프로그램의 효과를 높였다.

본 연구결과에서 대인간호중재 프로그램에 참여한 실험군은 참여하지 않은 대조군보다 자아존중감 점수가 유의하게 증가하였다. 이러한 결과는 정신건강 취약 청소년을 대상으로 대인간호중재기법을 적용한 Choi와 Lee [20]의 연구에서 대인적 돌봄 프로그램인 ‘나 자신 소개하기’, ‘너는 특별해’의 주제로 참여자에게 적극적인 관심을 표현하는 프로그램의 실시와 참여자에게 자존 및 잠재력을 알게 하여 긍정적인 자아상을 심어줌으로써 자아존중감의 향상에 효과가 있었던 결과는 본 연구의 알아봐줌과 칭찬하기의 효과와 유사한 결과이다. 또한 탈북청소년을 대상으로 집단미술치료 프로그램을 적용한 Byun과 Kang [12]의 연구에서도 자신을 표출하는 체험을 유도하며 집단구성원 간의 관심과 지지를 통해 긍정적인 자아상을 향상시켜 자아존중감의 향상에 효과를 나타내었던 점이 본 연구와 맥락을 같이하였다. 자아존중감은 자신에 대한 긍정적인이거나 부정적인 태도로 자신의 가치에 대한 총체적인 평가[22]라고 말할 수 있는데, 본 연구에서는 자신의 감정과 갈등을 언어적으로 표현하기 어려운 탈북청소년에게 매체를 이용하여 비언어적 표출을 유도하였던 점과 장점과 강점을 포함한 자신의 재발견을 학습하게 한 과정이 대상자의 자기개념에 긍정적인 변화를 주었던 것으로 판단된다. 또한 다른 사람의 관심과 지지, 피드백과 같은 집단 간 상호작용의 효과를 주는 알아봐줌과 칭찬함의 적용이 자아존중감 향상에 효과를 나타내었던 것으로 평가된다.

본 중재 프로그램은 정신건강 향상에 효과가 있었다. 이는

Choi와 Lee [20]의 연구에서 정신건강이 취약한 청소년에게 ‘너는 특별해’의 주제로 용기를 북돋아 주며 힘을 실어주는 대인적 돌봄 프로그램과 개별 대인적 돌봄으로 격려와 지지를 적용한 안위함의 기법이 정신건강의 증진에 효과를 나타내었던 결과는 본 연구와 맥을 같이하였다. 또한 탈북청소년을 대상으로 용서교육 프로그램을 실시하여[12] 스트레스가 감소됨으로써 정신건강에 효과를 나타내었던 연구결과는 본 연구에서 적용한 용서를 구하거나 용서함의 효과를 지지하였다. 그러나 Choi와 Lee [27]의 연구에서 정신건강 취약여고생을 대상으로 대인적 돌봄 프로그램을 적용한 연구와는 상이한 결과를 나타내었다. 본 프로그램 실시이후 ‘나는 열등감이 많다’ ‘쓸데없는 걱정을 한다’, ‘내 생각을 다른 사람들이 다 알고 있는 것 같다’ 와 같은 항목에서 낮은 점수를 나타내어 연구대상자의 정신적 불편함이 감소한 것을 볼 수 있었다. 따라서 본 연구에서 대상자들의 정신건강이 향상된 것은 서로를 이해하고 위로가 됨을 느끼고 염려가 없어짐을 경험하는 안위함의 효과, 자신의 스트레스가 무엇인지 파악하고 표현하도록 하는 자각과 표출 효과, 스트레스 관리방법을 터득하게 한 프로그램 구성과 적용이 정신건강을 향상시킨 점으로 분석할 수 있다. 또한 탈북청소년의 부모와 교사의 영상편지를 통해 사회적 지지를 자각하며 자신의 소중함을 느끼게 한 것은 Jin과 Hyun [11]의 연구에서 사회적 지지를 긍정적으로 지각하게 한 심리 과정의 효과와 맥을 같이 하였다. 또한 탈북경험자의 상처극복과 용서하는 삶에 대한 특강을 듣고 용서하기와 용서받고 싶은 것이 무엇인지 편지를 쓰고 느낌을 나누는 시간을 가짐으로써 용서를 구하거나 용서함의 기법의 관용과 믿음을 경험한 결과로 볼 수 있다.

본 중재 프로그램은 대인관계 향상에 효과가 있었다. 이러한 결과는 고등학생을 대상으로 학급단위 집단상담 프로그램을 실시한 Park 등[28]의 연구에서 감정 찾기 인터뷰를 통해 새로운 인간관계의 형성과 자기주장표현을 통해 대인관계의 효과를 나타낸 집단상담의 접근과정이 본 연구와 맥을 같이 하였다. 본 연구에서는 게임을 통해 마음을 열게 하고 서로 몸을 의지하여 친근감과 신뢰를 경험하게 하였으며 이러한 경험에 대해 자신의 느낌과 다른 친구의 느낌을 공유하는 시간을 가짐으로써 어려운 일을 함께하는 동행의 심리적 과정을 가지도록 하였다. 또한 공동의 과제를 수행하는 과정을 통해 자기이해와 공감능력이 높아짐으로써 대인관계의 만족감과 친근감이 향상된 결과를 보였던 것은 수용함과 공유함의 적용효과로 여겨진다. 탈북청소년을 대상으로 용서교육 프로그램을 실시한 Jin과 Hyun [11]의 연구에서 용서를 통하여 가해자에 대해 공감을 가지게 됨으로써 대인관계의 성장을 가져왔던 결과는 본 연

구의 대상자가 용서를 통해 정신건강이 좋아짐으로써 대인관계 향상에 긍정적 영향을 준 것으로 판단되어 본 연구결과를 지지하였다. 이와 더불어 대상자 간 나이 차이를 고려하여 멘토의 적절한 배정과 상담경험이 있는 멘토의 선정이 대상자의 개별적 접근에 도움이 되었을 것으로 추측한다. 그러나 연구를 진행하는 과정에서 대상자들이 경계심을 나타내고 과거회상을 힘들어 하는 태도를 보이는 부분은 신뢰감과 공감대형성을 높이기 위한 멘토의 자질강화와 프로그램 시간을 늘리는 등의 보완이 필요할 것으로 사료된다.

본 중재 프로그램은 삶의 질 향상에 효과가 있었다. 대인간호중재 프로그램을 적용한 Choi와 Lee [20]의 연구에서는 정신건강 취약청소년에게 정신건강을 포함한 총체적인 측면으로 접근하여 삶의 질 향상에 효과를 가져왔다는 결과는 본 연구결과를 지지하였다.

선행연구에서도 자기존중감과 낙관성은 청소년기 삶의 질에 강력한 영향력을 행사하는 주요인으로 삶의 질이 높은 사람은 긍정적 관계를 통해 지원받고 있다고 지각하며, 삶의 목적과 방향, 자신의 능력과 잠재력을 실현시켜 나가는 사람이라고 보고하였다[8]. 따라서 본 연구에서도 탈북청소년의 자아존중감 향상이 정신건강과 대인관계에 긍정적 영향을 주었으며, 프로그램 참여 시 자신의 꿈을 찾고 서로의 꿈을 공유하였으며, 계획적인 생활에 대한 동기를 가지게 된 것이 삶의 질 향상을 가져오게 된 결과로 볼 수 있다. 프로그램 실시 이후 삶에 대해 긍정적인 영향을 준 부분은 ‘나는 나 자신에 대해 만족하지 못한다’, ‘나는 내 외모가 매력적이지 않다고 생각한다’ 와 같은 자신의 만족감에 변화를 보였으며, ‘나는 잘 웃는 편이다’, ‘나는 열정적인 편이다’, ‘나는 자주 죄책감이 든다’ 와 같은 항목에서 긍정적인 정서로 변화된 것을 볼 수 있다. 또한 ‘나는 사람들이 믿을 만하지 않다고 생각한다’, ‘나는 세상에서 어떤 일이 일어나는지 이해할 수 없다’ 의 항목에서 낮은 점수를 나타내어 대인관계의 안정감이 높아진 것을 볼 수 있다. 참여자의 소감에서도 ‘나에게도 좋은 날 나쁜 날이 있듯이 친구들에게도 있다’, ‘나쁜 날을 기억하고 싶지 않겠지만 다른 친구들에게도 얘기하여 나누고 싶다’는 대인관계의 긍정적인 변화와 희망을 나타낸 부분을 통해 삶의 질의 향상을 보이고 있다. 본 연구는 정신사회적으로 취약할 수 있는 탈북청소년의 특성을 고려하여 삶의 질 증진의 효과를 검증하기 위해 시행된 최초의 간호중재 프로그램이라는 의미를 가지고 있다. 이러한 간호중재적 접근에 의해 삶의 질의 긍정적인 효과는 나타났으나 대상자의 실제 한국생활의 어려움은 경제적인 문제가 42.9%, 언어문제가 28.6%로 대담하여 탈북청소년의 이러한 어려움도 간과할 수 없는 부분

으로 보여 진다. 따라서 삶의 질을 높이기 위하여 교육환경, 여가생활, 자기조절, 경제적 요인 등[29]의 다양한 요소들이 영향을 미친다는 점에서 현재 당면한 현실적인 문제를 함께 개선하는 것이 삶의 질 증진에 도움이 될 것으로 여겨진다.

본 연구의 제한점으로 일부 대안학교와 교회에 다니는 중·고등학생 탈북청소년을 대상으로 하였으며, 실험군과 대조군 선정 시 무작위로 배정을 하지 못하였다. 또한 대상자의 무연고 여부, 나이 차이, 일반정규학교와 대안학교의 차이, 한국거주기간 등 대상자의 정신사회적 차이를 고려하여 세부적인 접근을 하지 못한 점들이 있으므로 본 연구에서 실험군과 대조군 두 집단이 통계적으로 동질하였으며 효과가 검증되었으나 본 연구결과를 확대해석하는데 있어 신중을 기할 필요가 있겠다.

## 결론 및 제언

본 연구는 탈북청소년을 대상으로 대인간호중재 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하기 위해 시행되었으며, 그 결과 탈북청소년의 자아존중감, 정신건강, 대인관계, 삶의 질 증진에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 본 프로그램은 남한에 입국하여 새로운 환경에 적응해야 하는 탈북청소년의 삶의 질 증진을 위하여 간호중재방안으로 제시하였다는 점에서 의의가 있다.

이러한 결론을 토대로 제언으로는 대인간호중재 프로그램을 시계열 설계로 프로그램을 진행하여 사후 조사에서의 효과의 지속성을 검증할 것을 제안하며, 본 연구에서는 탈북청소년 대안학교와 탈북청소년 중 일부 중·고등학교 학생을 연구대상으로 하였으므로, 추후 본 프로그램의 수정·보완을 통해 대상자를 확대 적용하여 본 연구결과의 타당성을 확인해 볼 필요가 있다.

## REFERENCES

1. Ministry of Unification. 2019 unification white paper [Internet]. Seoul: Ministry of Unification. 2019 [cited 2019 September 29]. Available from: [https://unikorea.go.kr/books/whitepaper/whitepaper/white\\_2019/index.html](https://unikorea.go.kr/books/whitepaper/whitepaper/white_2019/index.html)
2. Lee KY, Kim MK. Diversity of youths with a background of defection from north korea: Assistance policy analysis and implications. The Journal of Northeast Asia Research. 2015;30(2): 93-129.
3. Korean Educational Development Institute. 2019 North Korean Student Statistics [Internet]. Chungcheongbukdo: 2011 [cited

- 2019 September 29]. Available from:  
<http://www.hub4u.or.kr/hub/data/selectDataForm.do>
4. Kim YH. Factors affecting school drop-out intention of north korean refugee youth. *Korean Journal of Social Welfare*. 2009; 61(4):191-215. <https://doi.org/10.20970/kasw.2009.61.4.008>
  5. Lee HK. North Korean Students in the South Korean School System. *Journal of Human Studies*. 2007;(12):7-32.
  6. Kim HK. A study on posttraumatic growth among north korean adolescent refugees. *The Korean Journal of Cultural Sociology*. 2013;14(1):225-262. <https://doi.org/10.17328/kjcs.2013.14.1.006>
  7. Kim HK, Shin HK. A comparison of the mental health problems of North Korean adolescent defectors and South Korean adolescents: Focused on gender and age. *The Korean Journal of Woman Psychology*. 2015;20(3):347-367.
  8. Sihm M. Adolescent quality of life questionnaire: Validity and reliability study. *Korean Journal of Youth Welfare*. 2012;14(1): 163-194.
  9. Kim YY, Son MA, Kim SH. Effects of family and social relations on happiness of North Korean adolescent refugees in South Korea. *Korean Journal of Population Studies*. 2018;41(2):179-205. <https://doi.org/10.31693/KJPS.2018.06.41.2.179>
  10. Seo M, Yang DH, Kim HY. The development of the peer counseling program for North Korean youth. *The Korea Journal of Youth Counseling*. 2017;25(1):197-223.
  11. Jin MJ, Hyun MH. The effect of forgiveness education program on social support and acculturative stress of North Korean defector adolescents. *Korean Journal of Youth Studies*. 2014;21(9):351-370.
  12. Byun MH, Kang KJ. The effect of a group art therapy to improve self-esteem on North Korean youths in South Korea. *Korean Journal of Youth Studies*. 2005;12(1):127-150.
  13. Ro EH, Oh IS. A study on counseling and educational interventions for north korean defector's children born in the third counties: Focused on school based mental health program. *The Korean Journal of Unification Affairs*. 2018;30(2):227-264.
  14. Choi SK, Park SM, Joung HJ. Development of a comprehensive health promotion program for North Korean young adult defectors in South Korea. *Journal of Korean Society of School Health*. 2009;22(1):73-83.
  15. Kim S. International conference on interpersonal relationships in community-based mental health nursing: Application of interpersonal relationship in korean community-based mental health nursing. *Research Institute of Nursing Science, Ewha Womans University*. 1997;61-78.
  16. Kim S. Interpersonal caring techniques: Concepts and quasi experimental research. *Comprehensive Treatment of Schizophrenia*. 2002;8:238-245. [https://doi.org/10.1007/978-4-431-68514-2\\_26](https://doi.org/10.1007/978-4-431-68514-2_26)
  17. Kim S. *Interpersonal caring*. 1st ed. Seoul: Soomoonsa; 2012. 120 p.
  18. Kim SS, Kang YO, Kim SN, Lee JS, Lee KJ, Yu SJ, et al. Community-based mental health nursing program for rehabilitation of long-term psychiatric patients. *Korean Journal of Nursing Query*. 1998;7(1):100-124.
  19. Cho HS. The effects of psychosocial rehabilitation nursing program for chronic-mental inpatients of long-term psychiatric hospital. *Korean Society of Nursing Science*. 2004;5(0):144.
  20. Choi EJ, Lee YE. Development and effects of interpersonal caring program for vulnerable adolescents in mental health clinics. *Child Health Nursing Research*. 2010;16(3):184-194. <https://doi.org/10.4094/jkachn.2010.16.3.184>
  21. Kim EJ, Gwon ES, Lee HS, Lee SY, Park IH, Jung DN, et al. Effects of a quality of life stress-management program on stress coping methods interpersonal relations, an in patients with chronic mental illness. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2011;20(4):423-433.
  22. Rosenberg M. *Society and adolescent self image*. Princeton: Princeton University Press; 1965. 326 p. <https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2011.20.4.423>
  23. Jon BJ. Self-esteem: A test of its measurability. *Collection of Treatises of Yonsei University*. 1974;11(1):107-130.
  24. Ministry of Education and Science Technology. 2012 Adolescent Mental Health and Problem Behavior Screening Questionnaire-II and Management Manual [Internet]. Jeollanamdo; Jeollanamdo office of education. 2018 [cited 2020 February 11]. Available from: [https://www.jne.go.kr/upload\\_data/Synap/BBS\\_0000197/20120305\\_212112\\_025984100.htm](https://www.jne.go.kr/upload_data/Synap/BBS_0000197/20120305_212112_025984100.htm)
  25. Schlein SP, Guernsey BG, Stover L. The interpersonal relationship scale. In: Guernsey BG, editor. *Relationship Enhancement*. SanFrancisco (CA): Josey-Bass; 1977. p. 349-354.
  26. Moon SM. A study on effect of interpersonal relationship training group counseling. *The Journal of Gyeongsang National University*. 1980;19(2):195-204.
  27. Choi EJ, Lee YE. Effects of interpersonal caring program on the mental health among vulnerable female high school students of mental health. *The Journal of Civic Youth Studies*. 2013;4(2): 1-23.
  28. Park JH, Yu HK, Cho YS. The development of a class-based group counseling program to improve interpersonal relationship ability for high school student. *Korean Journal of Teacher Education*. 2013;29(4):47-72. <https://doi.org/10.14333/KJTE.2013.29.4.47>
  29. Kim UC, Park YS. Factors influencing the quality of life for korean adolescents and adults at home, school, work and leisure settings: Indigenous psychological analysis. *Korean Journal of Health Psychology*. 2006;9(4):973-1002.