



정서·행동 관심군 중학생 대상 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램의 효과

정인주¹ · 김수진²

¹동강대학교 간호학과, ²전남대학교 간호대학 · 전남대학교 간호과학연구소

Effects of Group Counseling Program Based on Goal Attainment Theory for Middle School Students with Emotional and Behavioral Problems

Jeong, In Ju¹ · Kim, Soo Jin²

¹Department of Nursing, Dongkang University, Gwangju

²College of Nursing · Chonnam Research Institute of Nursing Science, Chonnam National University, Gwangju, Korea

Purpose: The purpose of this study was to examine the effects of a group counseling program based on goal attainment theory on self-esteem, interpersonal relationships, and school adjustment of middle school students with emotional and behavioral problems. **Methods:** Forty-four middle school students with emotional and behavioral problems (22 in the experimental group and 22 in the control group) from G city participated in this study. Data were collected from July 30 to September 24, 2015. The experimental group received the 8-session program, scheduled once a week, with each session lasting 45 minutes. Outcome variables included self-esteem, interpersonal relationship, and school adjustment. **Results:** There were significant increases for self-esteem ($t=3.69, p=.001$), interpersonal relationship ($t=8.88, p<.001$), and school adjustment ($t=4.92, p<.001$) in the experimental group compared to the control group. **Conclusion:** These results indicate that the group counseling program based on goal attainment theory is very effective in increasing self-esteem, interpersonal relationship, and school adjustment for middle school students with emotional and behavioral problems. Therefore, it is recommended that the group counseling program based on goal attainment theory be used as an effective psychiatric nursing intervention for mental health promotion and the prevention of mental illness in adolescents.

Key words: Adolescent; Emotion; Behavior; Counseling; Goal

서론

1. 연구의 필요성

청소년기는 신체적, 심리적, 성적인 면에서 급격한 변화가 일어나고, 혼란과 갈등이 증가하여 발달주기 상 정서·행동문제가 가장 많이 발생하는 주요 위험 시기이다[1]. 또한 청소년기에는 경쟁적인 입

시제도로 인한 조기교육과 선행학습으로 인하여 학업스트레스가 급격히 높아지고[2], 이러한 변화에 적절하게 대응하지 못하면 심리적 혼란과 불안을 경험하고, 우울, 불안장애, 자살 등 정서·행동 문제가 발생하기 쉽다[1].

2013년에 교육부에서 우리나라 청소년 총 2,119,962명을 대상으로 실시한 학생정서·행동특성검사 결과, 정서·행동문제의 발생위험이

주요어: 청소년, 정서, 행동, 상담, 목표

* 이 논문은 제 1 저자 정인주 박사학위논문의 일부를 발췌한 것임.

* This manuscript is a condensed form of the first author's doctoral dissertation from Chonnam National University.

Address reprint requests to : Kim, Soo Jin

College of Nursing · Chonnam Research Institute of Nursing Science, Chonnam National University, 160 Back-seo-ro, Dong-gu, Gwangju 61469, Korea

Tel: +82-62-530-4951 Fax: +82-62-227-4009 E-mail: pinehillkim@naver.com

Received: July 20, 2016 Revised: December 10, 2016 Accepted: December 11, 2016

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution NoDerivs License. (<http://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0>)

If the original work is properly cited and retained without any modification or reproduction, it can be used and re-distributed in any format and medium.

높은 관심군이 초등학교생 3.4%, 중학생 11.0%, 고등학교생 9.0%로 나타나, 중학생의 정서·행동 문제가 가장 많은 것으로 나타났다. 정서·행동문제는 내적 갈등이 표출되는 방식에 따라 내재화 문제와 외현화 문제로 구분된다. 내재화 문제는 불안과 관련된 정서나 장애, 우울, 공포, 위축, 신체불안 등의 문제이며, 외현화 문제는 공격성, 충동성, 비행, 과잉행동, 주의산만과 같은 문제이다[3]. 정서·행동문제가 있는 청소년은 일반 청소년보다 걱정, 불안, 분노, 좌절, 슬픔, 기쁨의 심리적 문제로 인하여 사소한 일에도 예민하게 반응하고 원만한 대인관계를 형성하지 못한다. 또한 기분이 자주 변하여 정서적으로 불안정하며, 교사나 부모로부터 부정적인 피드백을 받아 자존감이 낮아진다[4]. 이로 인해 학습 무능력, 사회기술 부족, 공격 행동, 방해 행동 등과 같은 부적절한 행동 특성이 나타나며 결국 학교적응의 어려움을 갖는다[5]. 이와 같이 정서·행동문제를 진단하지 못하고 방치하면 청소년기의 문제점이 성인기까지 지속적으로 이어져 심각한 적응장애로 진전될 가능성이 높으므로[6] 정서·행동문제에 대한 조기발견과 조기중재가 매우 중요하다.

우리나라에서는 2008년부터 전국의 초등학교 1, 4학년, 중학교 1학년, 고등학교 1학년 전체 학생을 대상으로 학생정서·행동특성검사를 실시하고 있다. 그리고 검사결과 관심군으로 선별된 학생은 WEBE(We Education Emotion)센터와 정신건강증진센터로 의뢰되어 심층평가와 사례관리를 받는다. 그러나 학교에서 의뢰된 청소년은 자신의 필요에 의해 자발적으로 오기보다 학교나 학부모의 권유로 상담에 응하는 경우가 많기 때문에 상담 장면에서 끌어들이기가 쉽지 않다. 집단상담은 이와 같이 자발성이 낮고 상담 동기가 부족한 대상자를 위한 유용한 상담방법으로 보고되고 있다. 또한 집단상담은 학생측면에서 구성원에게 신뢰감을 주며 다른 구성원과의 관계 속에서 성장을 위한 환경을 제공하는 장점이 있다. 특히 집단상담은 또래 결속이 강한 청소년의 기본적인 특성에 적합한 상담방법이다. 집단상담은 상담가 측면에서 한명의 상담자가 한정된 시간에 많은 내담자를 상담할 수 있어서 효율적이며, 기관측면에서도 집단상담이 개인상담에 비해 경제적이고 잠재적으로 발생할 수 있는 문제를 예방할 수 있으므로 학교나 상담기관에서 많이 활용되고 있다[7].

집단상담 프로그램은 집단상담자가 프로그램 내용을 구조화해서 대상자에게 일 방향적인 중재를 제공하는 방법으로 시행되고 있다[8]. 그러나 청소년은 상담자나 권위의 대상자와 치료적 관계 형성이 매우 어렵고, 자신의 문제에 대해 통찰력이 부족하여 상담을 시작하거나 지속할 때 어려움이 따른다[9]. 따라서 청소년을 대상으로 집단상담을 실시할 때는 상담자와 대상자가 함께 목표를 세우고 상호작용이 이루어지도록 하는 노력이 중요하다[10].

King의 목표달성이론은 간호사와 대상자간의 상호작용에 초점을 두고, 교류작용과 목표달성을 유도하는 이론이다. 목표달성이론의 주

요 개념으로는 행위, 반응, 상호작용을 통한 문제의 사정, 목표의 상호설정, 목표달성방법의 모색, 목표달성방법의 합의, 교류작용 및 목표달성이 있다. 목표달성이론에서 추구하는 간호목표는 간호사와 대상자가 상호작용을 통하여 개인, 집단, 지역사회 건강을 도모하는 것이다. 간호목표를 달성하기 위해 간호사와 대상자는 상호간의 문제와 장애를 확인하고 공동목표를 설정한다. 그리고 목표달성을 위한 적절한 방법을 모색하고 합의하는 과정을 통해 목표를 달성할 수 있는 상호교류작용이 일어나게 된다[11]. 그러므로 King의 목표달성이론은 발달특성상 자선에 대한 통찰력이 부족하고 변화의 필요성을 느끼지 못하는 청소년과 치료적인 관계를 맺고 상호작용을 형성하는데 매우 적합할 것으로 생각된다.

목표달성이론을 적용한 국내 연구로는 정신질환자[12]를 대상으로 한 연구에서 자아존중감, 대인관계 및 전반적인 기능이 향상된 것으로 나타났고, 학령기아동 어머니[11]를 대상으로 한 연구에서는 양육스트레스, 긍정적 양육행동 및 부모역할만족도에 효과가 있는 것으로 나타났다. 정서·행동 관심군 청소년을 대상으로 집단상담 프로그램을 적용한 연구[13]에서 진로정체감이 향상된 것으로 나타났고, 인지치료 프로그램[14]을 적용한 연구에서는 우울과 자살사고 감소에 효과가 있는 것으로 나타났다. 그러나 최근 심각한 문제로 대두되고 있는 정서·행동 관심군 중학생을 대상으로 간호사를 통해 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램의 효과를 검증한 연구는 거의 없었다.

따라서 본 연구는 정서·행동 관심군 중학생을 대상으로 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하여, 학교와 지역사회 청소년의 정신간호 실무발전에 기여하기 위해 시도되었다.

2. 연구 목적

본 연구의 목적은 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램이 정서·행동 관심군 중학생의 자아존중감, 대인관계 및 학교적응에 미치는 효과를 검증하는 것이다.

3. 연구 가설

가설 1. 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 자아존중감 점수가 높아질 것이다.

가설 2. 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 대인관계 점수가 높아질 것이다.

가설 3. 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 학교적응 점수가 높아질 것이다.

연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램이 정서·행동 관심군 중학생의 자아존중감, 대인관계 및 학교적응에 미치는 효과를 규명하기 위한 비동등성 대조군 전후 유사실험연구이다.

2. 연구 대상

G시에 소재한 모든 중학교에서는 1학년 전체 학생을 대상으로 청소년 정서·행동발달 선별검사 도구(Adolescent Mental Health and Problem-Behavior Questionnaire II [AMPQ-II])를 이용하여 학생 정서·행동특성검사를 온라인으로 실시하고 있다. 학교에서는 검사 결과 관심군으로 선별되고 학부모가 동의한 학생을 정신건강전문기관으로 의뢰하여 심층사정평가와 정신보건서비스를 받도록 하고 있다. 이 과정에서 학교는 학생의 학교생활에 부정적인 영향을 초래하거나 학부모 민원 등의 문제가 발생하지 않도록 각별히 주의를 기울이고 있다.

본 연구에서는 G시에 소재한 3개 중학교에서 N정신건강증진센터로 의뢰된 정서·행동 관심군 중학생 24명을 실험군, G시에 소재한 2개 중학교에서 B정신건강증진센터로 의뢰된 정서·행동 관심군 중학생 24명을 대조군으로 배정하였다. 대조군은 실험효과를 확산을 막기 위하여 실험군과 생활환경과 사회경제적 특성 등은 유사하나 지리적으로는 실험군과 멀리 떨어져 있고 교류가 드문 지역인 B정신건강증진센터 관할지역에서 선정되었다. 연구대상자의 구체적 선정기준은 대상자에게 인지적, 정서적 장애가 없으며 학생정서·행동특성검사 결과 기준점수가 남학생 33점, 여학생 35점 이상인 학생이었다. 대상자의 표본 크기는 G*Power3.1 프로그램을 이용하여 산출했으며, 본 연구에서는 정신질환자를 대상으로 목표달성이론을 적용한 에니어그램 집단 프로그램을 실시하여 자아존중감, 대인관계 및 전반적 기능 향상에 효과가 있었던 연구[12]에서 도출된 효과크기 .80을 근거로 하였다. 유의수준 (α)=.05 (단측 검증), 검정력($1-\beta$)=.80, 효과크기 (d)=.80으로 계산하여 두 개의 독립된 한 집단에 필요한 표본 수는 21명이었다. 탈락자를 예상하여 최초 연구 대상자는 실험군 24명, 대조군 24명, 총 48명이 선정되었다. 프로그램 진행 중 참여 거부, 불편감 등의 이유로 총 8회기 프로그램 중 7회기 이상 프로그램에 참여하지 못한 실험군 2명과 사후조사에 부적절하게 응답한 대조군 2명이 탈락되어 최종 연구 대상자는 실험군 22명, 대조군 22명, 총 44명이었다.

3. 연구 도구

1) 자아존중감

자아존중감 측정도구는 Rosenberg [15]의 자아존중감 척도를 변안한 Jon [16]의 승인을 받고 정신간호학 교수 1인과 정신보건전문요원 3인에게 내용타당도 검증을 받았으며, 내용 타당도 지수(S-CVI)는 0.93이었다. 본 도구는 자신이 평가하는 자아존중감 정도와 자신을 가치 있게 생각하는 정도를 측정하며 총 10문항의 4점 척도로 이루어진 도구이다. 점수의 범위는 10점에서 40점까지이며 점수가 높을수록 자아존중감이 높음을 의미한다. 도구의 신뢰도는 Jon [16]의 연구에서 Cronbach's α 값이 .73이었고, 본 연구에서는 .79이었다.

2) 대인관계

대인관계 측정도구는 Guernsey [17]가 개발하고 Moon [18]이 변안하고 수정한 Relationship Change Scale (RCS)를 정신간호학 교수 1인과 정신보건전문요원 3인에게 내용타당도 검증을 받았으며, 내용 타당도 지수(S-CVI)는 0.94였다. 본 도구는 자신이 평가하는 대인관계 정도를 측정하며 총 25문항의 5점 척도로 이루어진 도구이다. 점수의 범위는 25점에서 125점까지이며 점수가 높을수록 대인관계가 좋음을 의미한다. 도구의 신뢰도는 Moon [18]의 연구에서 Cronbach's α 값이 .88이었고, 본 연구에서는 .95이었다.

3) 학교적응

학교적응 측정도구는 Lee [19]가 개발한 척도를 저자의 승인을 받고 정신간호학 교수 1인과 정신보건전문요원 3인에게 내용타당도 검증을 받았으며, 내용 타당도 지수(S-CVI)는 0.95였다. 본 도구는 자신이 평가하는 학교에 대한 전반적인 만족, 교사와 친구관계 적응, 수업 적응과 참여 및 문제행동의 부재 등의 정도를 측정하며 총 38문항의 5점 척도로 이루어진 도구이다. 점수의 범위는 38점에서 190점까지이며 점수가 높을수록 학교적응이 높음을 의미한다. 도구의 신뢰도는 Lee [19]의 연구에서 Cronbach's α 값이 .90이었고, 본 연구에서는 .86이었다.

4. 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램

1) 프로그램 구성

집단상담 프로그램은 문제 사정, 요구도 조사, 목표설정, 구성, 예비실험 및 수정의 절차에 따라 구성되었다.

문제 사정은 관심군으로 된 중학교 1학년 학생 6명을 대상으로 G시 N정신건강증진센터에서 연구자가 실시하였다. 문제 사정을 통하

여 정서·행동 관심군 중학생이 갖고 있는 어려움이 자신감 저하 및 자기비하, 친구관계와 친구에게 다가가는 것의 어려움, 학교성적과 학교규칙에 대한 스트레스 등인 것으로 파악되었다.

집단상담 프로그램 요구도 조사는 G시 N정신건강증진센터에 의뢰된 정서·행동 관심군 중학생 총 29명을 대상으로 연구자가 실시하였다. 요구도 조사 도구는 집단상담 프로그램에 대한 참여, 정신건강 프로그램을 통해 도움 받고 싶은 내용 등으로 구성되었으며 아동·청소년 집단상담 전문가 2인이 검토한 후 사용하였다. 대상자들의 집단상담 참여 경험은 '있음'이 37.9%, '없음'이 62.1%로 나타났고, 집단상담 참여 의향은 '있음'이 69.0%, '없음'이 31.0%로 나타나 집단상담 프로그램에 대한 참여 요구가 높음을 파악할 수 있었다. 그리고 집단상담 프로그램을 통해 도움 받고 싶은 내용을 묻는 질문에서는 '대인관계 향상' 41.4%, '자아존중감 향상' 20.7%, '학교적응 향상' 17.2%, '학업 스트레스 감소' 및 '진로탐색' 20.7%로 응답하여 집단상담 프로그램 내용에 대한 요구를 파악할 수 있었다.

집단상담 프로그램의 목표는 문제 사정과 요구도 조사 결과에 근거하여 정서·행동 관심군 중학생의 자아존중감, 대인관계 및 학교적응을 향상시키는 것으로 설정하였다.

집단상담 프로그램은 King의 목표달성이론[11]을 기반으로 집단교류작용과 개별교류작용으로 구성되었다. 집단교류작용은 강의 및 그룹토의, 그룹활동, 경험나누기 등으로 이루어졌고, 개별교류작용은 전화상담과 문자 메시지를 통한 정서적 지지 및 격려 등으로 이루어졌다. 집단교류작용의 회기별 주제와 목표 및 내용은 다음과 같다. 1회기의 주제는 '친밀감형성 및 목표 합의'이며, 목표는 '정서·행동문제 확인 및 목표 설정'이다. 자기소개, 규칙 정하기, 대상자가 현재 가지고 있는 정서·행동문제를 확인하고 문제 해결을 위해 간호사와 대상자가 함께 목표를 설정한 후 목표달성방법에 대해 모색하고 합의하였다. 그리고 친밀감을 형성함으로써 참여 동기를 갖도록 하였고, 목표달성방법으로는 집단, 개별교류작용을 실시하기로 합의하였다. 2, 3, 4회기의 주제는 '자아존중감 향상'이며, 목표는 '성격의 이해, 성격탐색을 통한 자기이해, 자기가치 발견'이다. 에니어그램 성격유형검사를 통해 자신의 성격유형 특성에 대해 알아보고, 유사한 성격유형 그룹과 집단 활동을 통해서 자기에 대해 이해할 수 있었다. 그리고 장점과 단점을 수용하고, 동화 '미운오리새끼' 동화에서 미운오리가 백조의 모습을 찾게 되는 내용을 상기하며 내 안의 존재하는 숨어있는 긍정적인 측면을 발견하여 자아존중감을 향상시키도록 하였다. 5, 6회기의 주제는 '대인관계 향상'이며, 목표는 '갈등상황 대처방법 이해, 의사소통 기술향상'이다. 대인관계 갈등상황과 대처방법에 관한 경험을 서로 나누고, 사람들과 더불어 살아가기 위해 필요한 요소를 찾을 수 있었다. 영화 '마빈의 방' 동영상 시청 후 바람직한 의사소통과 바람직하지 않은 의사소통을 구분해 보고 나-전

달법을 실시하여 자신의 감정과 생각을 효과적으로 전달하고 대인관계를 향상시키도록 하였다. 7, 8회기의 주제는 '학교적응 향상'이며, 목표는 '진로탐색, 학교규칙 이해'이다. 영화 '행복을 찾아서' 동영상을 시청한 후 꿈을 이루기 위해 필요한 요소에 대해 생각해보게 했다. 학생들이 앞으로 되고 싶은 미래 모습을 상상해보고 그림이나 도구를 활용해 표현해보며 꿈을 이루기 위해 목표를 세워보는 활동을 하였다. 또한 행복한 학교의 모습에 대한 짧은 글짓기를 통해 즐거운 학교생활을 설계하였다. 학교 규칙 중 잘 지키고 있는 영역과 위반하고 있는 영역을 확인하고 규칙을 지켰을 때의 이익과 규칙을 지키지 않았을 때의 불이익에 대해 확인하여 규칙의 중요성을 인식 시킴으로써 학교적응을 향상시키도록 하였다.

예비실험은 G시 N정신건강증진센터에 의뢰된 정서·행동 관심군 중학생 5명을 대상으로 연구자가 정신건강증진센터에서 실시하였으며 프로그램 수정내용은 다음과 같다. 운영방법에 있어서는 중학교의 수업 시간을 고려하여 한 회기를 45분으로 구성하였으나 학생들이 프로그램 시작 시간을 지키지 못해 회기별 활동 시간이 부족할 때가 많았다. 따라서 충분한 시간을 확보하기 위해 학생들을 쉬는 시간에 프로그램실로 잘 이동할 수 있도록 미리 안내하는 것으로 조정하였다. 내용에 있어서는 학생들과 연구보조원이 회기별로 주제가 다소 무거운 경향이 있다는 의견을 참조하여 학생들을 집중시키고 흥미를 유발할 수 있는 내용으로 수정하였다. 특히 청소년은 영상매체에 영향을 많이 받으므로 회기별 내용과 연관된 영화 클리핑을 시청하게 하여 관심을 이끌어 내도록 하였다. 이와 같은 개선점을 수정·보완하여 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램을 최종 확정하였다(Table 1).

2) 프로그램 진행과정

집단상담 프로그램은 집단교류작용과 개별교류작용 모두 연구자가 진행하였고 보조진행자 1인이 보조하였다. 연구자는 G시 N정신건강증진센터에서 6년 동안 집단상담 프로그램을 진행한 경력이 있으며, 정신보건간호사 2급, 에니어그램 일반강사, 사회복지사 2급, 알코올 상담사 자격증 및 다문화 상담사 자격증을 취득하였다. 보조진행자는 정신보건임상심리사 자격을 갖추었다.

본 연구에서는 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램의 효과를 확인하기 위해 King의 목표달성이론을 근거로 하여 이론적 기틀을 구축하였다. 그리고 행위, 반응, 상호작용을 통한 문제의 사정, 목표의 상호설정, 목표달성방법의 모색, 목표달성방법의 합의, 교류작용을 본 연구에 포함시켰다. 행위는 간호사와 중학생이 행위를 시작하는 것으로서, 간호사는 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램을 중학생에게 제시하였다. 반응은 행위에 대해 반응하는 것으로서, 중학생은 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램에 참석하기

Table 1. Group Counseling Program Based on Goal Attainment Theory

| Session | Theme | Transaction | Contents |
|---------|--|-------------|--|
| 1 | Introduction and mutual goal setting | Group | Introduce the group counseling program based on goal attainment theory and schedule Make group rules and agreements Confirm an emotional and behavioral problem Share self-esteem, interpersonal relationship and school adjustment Set mutual goals to increase self-esteem, interpersonal relationship and school adjustment Explore and agree on means to achieve goal Comment and evaluate the session |
| | | Individual | Encourage continued participation in group counseling program Encouragement to improve task performance Consult on emotional and behavioral problems |
| 2 | Understanding of the personality | Group | Explain personality theory Conduct the personality test Confirm the degree of achievement of the goal Comment and evaluate the session |
| | | Individual | Encourage continued participation in group counseling program Encouragement to improve task performance Consult on emotional and behavioral problems |
| 3 | Self understanding through exploring personality | Group | Explain the various personality types Conduct group activities of similar personality types Confirm the degree of achievement of the goal Comment and evaluate the session |
| | | Individual | Encourage continued participation in group counseling program Encouragement to improve task performance Consult on emotional and behavioral problems |
| 4 | Finding self-worth | Group | Find my disadvantages & advantages Confirm the degree of achievement of the goal Comment and evaluate the session |
| | | Individual | Encourage continued participation in group counseling program Encouragement to improve task performance Consult on emotional and behavioral problems |
| 5 | Understanding of how to deal with conflict situation | Group | Explain the dialog type according to personality type Conduct group activities on interpersonal conflicts and coping methods Find the necessary elements to live with people Confirm the degree of achievement of the goal Comment and evaluate the session |
| | | Individual | Encourage continued participation in group counseling program Encouragement to improve task performance Consult on emotional and behavioral problems |
| 6 | Improving communication skills | Group | Divide good communication and bad communication Learn effective communication skills Confirm the degree of achievement of the goal Comment and evaluate the session |
| | | Individual | Encourage continued participation in group counseling program Encouragement to improve task performance Consult on emotional and behavioral problems |
| 7 | Career design through career exploration | Group | Explore careers and find the dreams Establish specific goals to achieve the dreams Confirm the degree of achievement of the goal Comment and evaluate the session |

Table 1. Continued

| Session | Theme | Transaction | Contents |
|---------|-----------------------------------|-------------|---|
| 8 | Understanding of the school rules | Individual | Encourage continued participation in group counseling program Encouragement to improve task performance Consult on emotional and behavioral problems |
| | | Group | Write about the happy looking school Give the ox quiz about school rules Confirm school rules to keeping well and in violation of school rules Confirm gains and losses related to school rules Confirm the degree of achievement of the goal Comment and evaluate the session |
| | | Individual | Encourage continued participation in group counseling program Encouragement to improve task performance Consult on emotional and behavioral problems |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

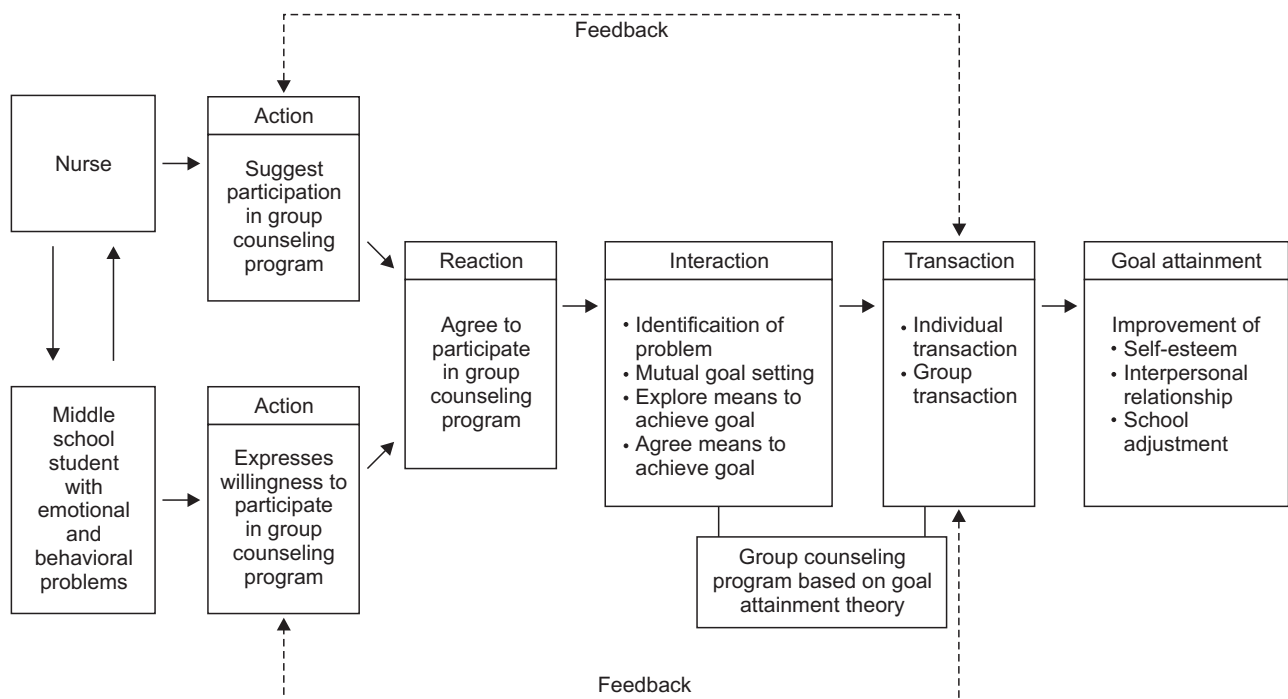


Figure 1. Conceptual framework of group counseling program based on goal attainment theory.

로 동의하였다. 문제의 사정은 간호사와 중학생이 정서·행동의 문제 요인을 찾아내는 것이다. 목표의 상호설정에는 간호사와 중학생이 자아존중감, 대인관계 및 학교적응 향상을 목표로 설정하였다. 대상자들의 개별적인 정서·행동의 문제 양상이 다양하여 자아존중감, 대인관계 및 학교적응 향상이라는 목표를 설정하기 위해 개별적인 목표를 확인하는 과정을 거쳤다. 목표달성방법의 모색 및 합의는 간호사와 중학생이 집단교류작용과 개별교류작용을 통해 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램을 시행하기로 합의하였다. 일반적인 집단상담 프로그램과 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램과의 차

이점은 상담자에 의해 구조화된 프로그램이 일방향적으로 실시되는 것이 아니라 목표달성방법을 상담자와 대상자가 서로 합의하여 결정한 후 실시한다는 점이다. 교류작용은 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램이 진행되어, 간호사와 중학생간에 개별교류작용과 집단교류작용이 이루어지는 것이고, 목표달성이란 상호설정된 목표가 달성되는 것으로서, 중학생의 자아존중감, 대인관계 및 학교적응이 향상되는 것이다(Figure 1).

집단교류작용은 2015년 7월 30일부터 9월 17일까지 여름방학과 2학기 중에 G시 N구에 소재한 3개 중학교 상담실에서 세 집단으로

나누어 주 1회, 회당 45분씩, 총 8회기로 이루어졌다. 대상자의 특성이 다른 학생들에게 노출되지 않게 하기 위하여 학기 중에는 학생들이 선택하여 운영되는 창의적 체험활동 시간을 이용하여 집단교류작용을 실시하였다. 또한 각 회기별로 도입부분에서 내용과 진행방법에 대해 소개하고, 전개부분에서 강의, 토의, 집단 활동 및 경험나누기를 하였으며, 마지막 종결부분에서 내용을 마무리하였다. 그리고 개별교류작용은 집단교류작용이 진행되고 있는 8주 동안 주 1회, 회당 5분씩 문자 메시지와 10분씩의 전화상담을 통해 이루어졌다. 개별교류작용에서는 집단에서 공유하기 어려운 정서·행동과 관련된 어려움에 대한 개인상담과 과제수행에 대한 격려 및 지지 활동을 실시하였다.

5. 자료 수집 방법

본 연구의 자료수집 기간은 2015년 7월 30일부터 9월 24일까지이었으며 사전조사, 집단상담 프로그램 실시 및 사후조사 순으로 진행되었다. 연구를 시작하기 전에 G시 N정신건강증진센터와 B정신건강증진센터의 기관장을 만나 연구의 내용과 방법에 대해 설명하고 동의와 협조를 얻었다. 연구 대상자에게 연구 목적과 절차, 연구 기간, 연구 대상자의 역할 및 비밀보장에 대해 설명하고 연구 참여에 대한 동의를 얻었으며, 본인이 어느 군에 속하는지 알지 못하도록 하였다.

사전조사는 연구보조원이 집단상담 프로그램 실시 전 2015년 7월 30일에, 연구에 참여하기로 동의한 실험군과 대조군을 대상으로 설문지를 이용하여 실시하였다. 그러나 자료 수집에 참여한 연구보조원에게 맹검법이 적용되지 않아 본 연구의 제한점으로 작용한다. 사전조사 전에 연구보조원에게 연구목적, 설문조사 내용 및 방법에 대해 충분히 숙지하도록 교육을 실시하였다.

집단상담 프로그램은 본 연구자가 진행하였으며 보조진행자가 보조하였다. 상담교사는 매 회기 프로그램을 시작하기 전에 학생들 출석을 확인하였다. 특히 학생들이 지각하는 경우 개인면담을 통해 프로그램에 대한 참여 동기를 향상시키도록 노력하였다. 연구자는 프로그램 시작 전 결석과 지각을 방지하기 위한 규칙을 집단원들 스스로 정하게 하여 프로그램이 진행되는 동안 규칙이 준수되었는지 점검하였다. 또한 연구자와 상담교사는 프로그램이 시작되기 전과 진행되는 중간에 프로그램에 대한 평가를 실시하여 출석률 향상을 위한 방안을 모색하였다.

사후 조사는 실험군에게 프로그램 종료 1주일 후 2015년 9월 24일에 사전검사와 동일한 내용으로 실시하였다. 대조군에게는 집단상담 프로그램 중재 없이 실험군과 동일한 날에 동일한 방법으로 시행하였다. 사전조사와 사후조사 모두 연구보조원이 학교에서 실시하였으며, 사후조사가 끝난 후 연구에 참여한 모든 대상자에게 연구 참여 및 협조에 대한 감사의 표시로 선물을 제공하였다.

6. 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS/Win 21.0 program을 이용하여 분석하였다. 연구 변수에 대한 정규성 검증은 Shapiro-Wilk test 검증 결과 모든 변수가 정규 분포를 따르는 것으로 나타났다($W=0.93\sim0.97$, $p=.140\sim.769$). 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성과 종속변수의 동질성 검증은 Fisher's exact test, χ^2 -test 및 independent t-test를 이용하여 분석하였으며, 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램의 효과에 대한 가설검증은 t-test를 이용하여 분석하였다.

Table 2. Homogeneity Test of General Characteristics between Two Groups

(N=44)

| Characteristics | Categories | Exp. (n=22) | Cont. (n=22) | Total (N=44) | χ^2 | p |
|----------------------|---------------|-------------|--------------|--------------|----------|-------|
| | | n (%) | n (%) | n (%) | | |
| Gender | Male | 15 (68.2) | 15 (68.2) | 30 (68.2) | 0.00 | 1.000 |
| | Female | 7 (31.8) | 7 (31.8) | 14 (31.8) | | |
| Religion | Yes | 10 (45.5) | 13 (59.1) | 23 (52.3) | 0.82 | .365 |
| | No | 12 (54.5) | 9 (40.9) | 21 (47.7) | | |
| Living with | Parents | 19 (86.4) | 18 (81.8) | 37 (84.1) | 1.38* | .698 |
| | Grand parents | 1 (4.5) | 3 (13.6) | 4 (9.1) | | |
| | Others | 2 (9.1) | 1 (4.6) | 3 (6.8) | | |
| Academic performance | High | 0 (0.0) | 1 (4.6) | 1 (2.3) | 3.76* | .129 |
| | Medium | 9 (40.9) | 14 (63.6) | 23 (52.3) | | |
| | Low | 13 (59.1) | 7 (31.8) | 20 (45.5) | | |
| Economic level | High | 0 (0.0) | 1 (4.5) | 1 (2.3) | 3.00* | .185 |
| | Medium | 21 (95.5) | 17 (77.3) | 38 (86.4) | | |
| | Low | 1 (4.5) | 4 (18.2) | 5 (11.4) | | |

*Fisher's exact test; Exp.=Experimental group; Cont.=Control group.

7. 연구의 윤리적 측면

본 연구는 G시 J대학교의 '윤리 및 생명윤리위원회'의 심의절차를 거쳐 승인(IRB No. 1040198-150629-HR-029-03)을 받은 후 연구를 진행하였으며, 측정도구는 도구 개발자와 번안자의 승인을 받아 사용하였다. 연구 참여자에게 연구 이외의 목적으로 자료를 사용하지 않을 것과 연구내용 및 방법을 설명하였으며, 연구 도중에 참여를 원하지 않으면 언제든지 거절할 수 있도록 하였다. 그리고 자료의 익명성과 비밀보장 등의 내용으로 구성된 참여 동의서를 작성하여 서면으로 받아 대상자의 윤리적인 측면을 고려하였다. 또한 연구 종료 후 집단상담 프로그램에 참여하기를 원하는 대조군 17명에게 실험군과 동일한 집단상담 프로그램을 실시하였다.

연구 결과

1. 동질성 검정

목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램 실시 전, 실험군과 대조군의 일반적 특성에 대한 동질성을 검정한 결과, 실험군과 대조군 간에 유의한 차이가 없어 두 집단이 동질한 것으로 나타났다(Table 2).

대상자의 성별은 실험군, 대조군 모두 남자가 68.2%, 여자가 31.8%이었으며, 종교가 있는 대상자가 실험군은 45.5%, 대조군은 59.1%이었다. 동거 가족은 부모님과 함께 거주하는 경우 실험군 86.4% 대조군 81.8%이었다. 학교 성적은 실험군은 '하' 59.1%, '중' 40.9% 순이었으며, 대조군은 '중' 63.6%, '하' 31.8%, '상' 4.6% 순이었다. 경제적 수준은 실험군은 '중' 95.5%, '하' 4.5% 순이었으며, 대조군은 '중' 77.3%, '하' 18.2%, '상' 4.5% 순이었다.

목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램을 실시하기 전 실험군과 대조군의 종속변수에 대한 동질성 검정 결과, 자아존중감($t=-1.20, p=.235$), 대인관계($t=-1.06, p=.295$), 학교적응($t=1.67, p=.102$) 모두 유의한 차이가 없어 두 집단이 동질한 것으로 나타났다(Table 3).

2. 가설 검정

제 1가설 '목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 자아존중감 점수가 높을 것이다'는 지지되었다(Table 4). 실험군은 프로그램 실시 전 평균 25.18점에서 실시 후 26.86점으로 1.68점 증가하였고, 대조군은 프로그램 실시 전 평균 26.59점에서 실시 후 25.14점으로 1.45점 감소되어 두 집단 간 자아존중감 점수의 증가량은 유의한 차이가 있었다($t=3.69, p=.001$).

제 2가설 '목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 대인관계 점수가 높을 것이다'는 지지되었다. 실험군은 프로그램 실시 전 평균 79.95점에서 실시 후 94.55점으로 14.59점 증가하였고, 대조군은 프로그램 실시 전 평균 83.59점에서 실시 후 78.36점으로 5.23점 감소되어 두 집단 간 대인관계 점수의 증가량은 유의한 차이가 있었다($t=8.88, p<.001$).

제 3가설 '목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 학교적응 점수가 높을 것이다'는 지지되었다. 실험군은 프로그램 실시 전 평균 123.41점에서 실시 후 147.82점으로 24.41점 증가하였고, 대조군은 프로그램 실시 전 평균 112.32점에서 실시 후 97.86점으로 14.45점 감소되어 두 집단 간 학교적응 점수의 증가량은 유의한 차이가 있었다($t=4.92, p<.001$).

Table 3. Homogeneity Test of Dependent Variables between Two Groups ($N=44$)

| Variables | Exp. (n=22) | Cont. (n=22) | <i>t</i> | <i>p</i> |
|----------------------------|----------------|----------------|----------|----------|
| | M±SD | M±SD | | |
| Self-esteem | 25.18 (3.71) | 26.59 (4.04) | -1.20 | .235 |
| Interpersonal relationship | 79.95 (12.52) | 83.59 (10.09) | -1.06 | .295 |
| School adjustment | 123.41 (14.08) | 112.32 (27.78) | 1.67 | .102 |

Exp.=Experimental group; Cont.=Control group.

Table 4. Effect of Group Counseling Program between Two Groups

($N=44$)

| Variable | Groups | Pretest | Posttest | Difference | <i>t</i> | <i>p</i> |
|----------------------------|--------------|----------------|----------------|----------------|----------|----------|
| | | M±SD | M±SD | M±SD | | |
| Self-esteem | Exp. (n=22) | 25.18 (3.71) | 26.86 (4.60) | 1.68 (3.15) | 3.69 | .001 |
| | Cont. (n=22) | 26.59 (4.04) | 25.14 (3.64) | -1.45 (2.44) | | |
| Interpersonal relationship | Exp. (n=22) | 79.95 (12.51) | 94.55 (15.48) | 14.59 (9.94) | 8.88 | <.001 |
| | Cont. (n=22) | 83.59 (10.09) | 78.36 (11.04) | -5.23 (3.28) | | |
| School adjustment | Exp. (n=22) | 123.41 (14.08) | 147.82 (22.90) | 24.41 (20.22) | 4.92 | <.001 |
| | Cont. (n=22) | 112.32 (27.78) | 97.86 (12.57) | -14.45 (31.09) | | |

Exp.=Experimental group; Cont.=Control group.

논 의

본 연구는 정서·행동 관심군 중학생을 대상으로 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램을 개발하고 그 효과를 확인함으로써 청소년의 정신질환 발생을 예방하고 정신간호 중재방안을 제시하고자 시도되었다.

첫째, 본 연구에서 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램은 정서·행동 관심군 중학생의 자아존중감 향상에 효과가 있는 것으로 나타났다. 청소년기의 자아존중감은 청소년 발달과 적응에 중요한 역할을 하며, 성인기의 주요과업과 행동을 예측한다[20]. 특히 자아존중감이 낮은 청소년은 청소년기의 발달과정의 변화와 문제 상황에 효과적으로 대처하지 못하여 다양한 정서·행동문제가 발생할 확률이 높다. 따라서 본 연구에서 개발한 집단상담 프로그램은 집단원들과의 신뢰가 형성된 분위기 속에서 대상자의 정서·행동의 어려움을 탐색하고 목표를 상호 설정하여 달성방법을 서로 모색하였다. 이는 자신이 어떤 성과를 이루어 낼 수 있는 유능한 사람이라고 믿는 마음을 증가시켜 자아존중감 향상이라는 목표를 달성하도록 도왔다고 생각된다.

본 연구결과와 유사하게 정신질환자를 대상으로 목표달성이론을 적용하여 에니어그램 집단 프로그램을 실시한 연구에서 정신질환자의 자아존중감이 향상된 것으로 나타났다[12]. 에니어그램은 자신의 성격 유형을 파악하고 탐구하여 자기 이해라는 인지적 변화가 일어나도록 하고 스스로를 바라보는 시각이 변화하는데 영향을 준다[21]. 본 연구에서도 자신의 성격에 대한 이해와 통찰을 돕는 에니어그램이 자아존중감을 향상시키고 자기성숙을 위한 방향을 제시한 것으로 나타났다. 또한 정서·행동 관심군 청소년에게 긍정심리 프로그램을 실시한 연구에서 자아존중감이 향상된 것으로 나타나[22] 본 연구결과를 지지하였다. 이러한 결과는 대상자의 긍정적인 측면에 초점을 맞추어 개별교류작용을 진행한 것이 자신의 강점을 강화시키고 자아성장에 영향을 미친 것으로 생각된다.

목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램이 자아존중감 향상에 효과가 있었던 것은 집단교류작용을 통해 자신의 성격에 대해 파악하고, 장점과 단점을 수용하여 자기가치를 발견하게 했던 활동이 도움이 되었다고 사료된다. 특히 성격유형검사와 자신의 성격특성을 파악하기 위한 집단 활동을 통해 자기이해의 수준이 향상된 것으로 보인다. 그리고 영상은 특히 청소년에게 치료적 효과가 있다고 보고되고 있어[23], 본 프로그램에서는 영상을 시청한 후 현재 자신의 삶과 연결 지어 생각해보고 자신만의 숨겨진 가치 있는 자아를 발견하도록 하였다. 또한 전화상담과 문자메세지를 통한 개별교류작용이 자신감이 저하되고 부정적 생각과 열등감이 있는 대상자에게 긍정적 생각을 강화시켜 자아존중감을 증진시킨 요인으로 작용하였다.

둘째, 본 연구에서 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램은 정서·행동 관심군 중학생의 대인관계 향상에 효과가 있는 것으로 나타났다. 대인관계는 청소년의 정신건강에 영향을 미치는 중요한 요인이며 대인관계의 향상은 청소년의 기본적인 심리정서를 만족시키고 바람직한 성장에 도움을 준다[24]. 특히 청소년이 대인관계가 원만하지 못하면 정신질환이나 일탈행동과 같은 어려움이 발생할 수 있다. 따라서 본 연구에서 개발한 집단상담 프로그램은 자기와 다른 다양한 성격유형의 사람들과의 갈등해결 방식을 파악하고 갈등 해결을 위한 방법을 모색하였다. 특히 집단 활동을 할 때 간호사와 대상자간에 원활한 소통과 지속적인 상호작용이 사람을 대하고 관계하는 능력을 증가시켜 대인관계 향상이라는 목표를 달성하도록 도왔다고 생각된다.

본 연구결과와 유사하게 중학생에게 사회적 유능성 프로그램을 실시한 연구에서[25] 중학생의 대인관계가 향상된 것으로 나타났다. 본 연구에서도 대인관계를 증진시키기 위해 또래관계를 중요시 하는 청소년의 특성을 고려하여 다양한 토론과 발표를 장려하였으며, 특히 의사소통 능력 향상에 초점을 맞춘 집단교류작용이 대인관계 향상에 영향을 미친 것으로 사료된다.

목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램이 대인관계 향상에 효과가 있었던 것은 집단교류작용을 통해 갈등상황 대처방법을 이해하고, 바람직한 의사소통과 바람직하지 않은 의사소통을 구분하여 연습한 활동이 도움이 되었다고 생각된다. 특히 성격특성에 따른 대인관계 갈등상황과 갈등 해소방안을 알아봄으로써, 타인에 대한 이해를 높이고자 노력하였다. 그리고 영화 속 두 주인공의 상반된 의사소통 장면을 비교하고 분석했던 집단 활동이 바람직한 의사소통의 요소들을 발견하게 하였다. 또한 친구관계에 대한 어려움이 있고 친구가 없어 외로움과 고립감으로 힘들어하는 청소년이 개별교류작용을 통해 친구관계가 긍정적으로 변화된 것으로 보인다.

셋째, 본 연구에서 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램은 정서·행동 관심군 중학생의 학교적응 향상에 효과가 있는 것으로 나타났다. 학교적응은 청소년기의 중요한 발달과제로 학교에 잘 적응하는가의 여부가 청소년기뿐만 아니라 성인기의 삶에 지대한 영향을 미친다[26]. 특히 정서·행동문제가 있는 청소년은 학교생활에 잘 적응하지 못하여 올바른 사회화 과정을 습득하기 어렵다. 따라서 본 연구에서 개발한 집단상담 프로그램은 대상자의 의견을 수용해주고 집단의 일원이라는 소속감을 갖게 하였으며, 진로를 탐색하고 설계하였다. 특히 전문지식과 실무능력을 갖춘 간호사가 집단 활동을 진행하면서 대상자에게 필요한 내용을 전달한 것이 학교에 대한 전반적인 만족도를 증가시켜 학교적응 향상이라는 목표를 달성하도록 도왔다고 생각된다.

본 연구결과와 유사하게 학교부적응 고등학생에게 학교적응력 향

상 집단 상담을 실시한 연구에서 고등학생의 학교적응력이 향상된 것으로 나타났다[27]. 본 연구에서도 학교적응을 향상시키기 위해 롤모델에 대한 동일시와 모델링을 함으로써 진로에 대한 생각에 변화가 일어나고, 자신의 적성을 파악하는데 긍정적 영향을 미쳐 학교 적응이 향상되었을 것으로 생각된다. 또한 정서·행동문제가 있는 중학생에게 학교적응유연성 증진을 위한 집단 상담을 실시한 연구에서 학교적응력이 향상된 것으로 나타나 본 연구결과를 지지하였다[28]. 특히 본 연구에서 그룹원과 집단교류작용을 통한 지속적인 지지와 격려가 긍정적인 또래관계를 경험하게 하여 학교적응이 향상되었을 것으로 생각된다. 그러나 이와 다르게 정서·행동장애에 위험아동을 대상으로 사회성 향상 프로그램을 실시한 연구에서는[29] 교사를 프로그램에 참석시키지 못해 학생들이 긍정적인 강화를 받을 기회가 충분하지 못하여 학교적응에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 따라서 본 연구에서는 집단상담 프로그램이 실시되는 동안 상담교사가 프로그램에 참석하고, 대상자에게 긍정적 강화를 제공하여, 적극적으로 참여하도록 도왔다.

목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램이 학교적응 향상에 효과가 있었던 것은 집단을 통해 자신의 꿈을 찾고, 학교규칙에 대해 이해하며 행복한 학교의 모습에 대해 설계해보도록 한 활동이 도움이 된 것으로 사료된다. 특히 청소년에게 바람직한 롤모델은 동일시와 모델링을 통한 효과가 있다고 보고되고 있다[30]. 따라서 롤모델의 삶에 대한 관찰을 통해, 진로를 탐색하고 꿈을 달성하기 위해 갖추어야 할 필수 조건에 대해 계획을 세우며 학업에 대한 중요성을 인식하도록 하였다. 그리고 퀴즈를 이용한 집단활동은 학생들의 심리적 저항을 줄이는데 기여했으며 학교규칙을 인식시키고 규칙을 준수하는 마음을 갖도록 하였다. 또한 개별교류작용을 하는 동안 학교친구와 교사관계에 대한 어려움과 진로 및 성적에 대한 고민을 함께 나누었으며 학교생활에 대한 스트레스와 대처방법을 다루었다.

이상의 연구결과를 종합해볼 때, 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램은 정서·행동 관심군 중학생의 자아존중감, 대인관계 및 학교적응 향상에 효과가 있는 것으로 나타났다. 이는 전문지식과 실무능력을 갖춘 간호사와 대상자가 목표를 설정하고 상호작용과 교류작용이 이루어지면서 집단상담 프로그램이 실시된 결과라고 생각한다. 본 연구의 의의는 첫째, 목표달성이론의 개념적 기틀을 제시한 점이다. 둘째, 목표달성이론에 근거한 집단상담 프로그램의 효과를 규명함으로써 간호사의 실무적용 근거를 마련한 점이다. 셋째, 정신간호사가 대상자에게 교육 및 정서적 지지를 제공할 뿐만 아니라 교육자, 상담자, 지도자, 대리자 및 자원인으로서 기능하여 간호사의 역할 확대에 기여할 수 있었다는 점이다. 넷째, 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램은 청소년의 정신건강문제의 발생 예방과 조기발견 및 조기중재를 위한 지역사회 정신건강중재 기법으로 활용될 수

있을 것이다. 다섯째, 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램은 중학교 정규교육 과정에 정신건강교육 자료로 포함될 수 있을 것이며, 학교 정신간호모델 구축을 위한 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

본 연구의 제한점은 첫째, 실험군과 대조군 할당 시 정서·행동 관심군 중학생들을 대상으로 무작위 할당을 하지 못하였다. 둘째, 자기보고식 설문지에 의해 결과를 측정했기 때문에 응답 시 사회적으로 바람직해 보이려는 의도가 개입될 수 있다. 셋째, 자료수집을 실시한 연구보조원에게 맹검법을 적용하지 못하였다. 넷째, 본 연구는 추후 검사가 시행되지 않았기 때문에 프로그램 효과의 지속성을 평가하는데 한계가 있었다. 다섯째, 일개 광역시에 소재한 중학교의 정서·행동 관심군 중학생을 대상으로 연구를 진행하였으므로 결과를 일반화 하는 데에는 주의가 필요하다.

결론

본 연구는 정서·행동 관심군 중학생을 대상으로 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램을 개발하여 실시하였고 대상자의 자아존중감, 대인관계 및 학교적응이 긍정적으로 변화한 것을 확인하였다. 따라서 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램은 학교 현장과 지역사회에서 정서·행동 관심군 중학생이 정서·행동장애로 진전되기 전에 교사와 지역사회 정신보건간호사가 조기중재 프로그램을 활용함으로써 유용성이 높을 것으로 사료된다. 향후 목표달성이론을 적용한 집단상담 프로그램은 정신건강증진과 정신건강문제 발생을 예방하기 위한 청소년 정신간호 중재방안으로 활용되어 정신간호 실무발전에 기여할 것이다.

이상의 연구결과를 바탕으로 다음과 같이 제언한다. 첫째, 본 연구를 학교현장과 지역사회 실무에 도입하기 전에 다양한 지역의 대상자에게 적용할 수 있도록 반복연구를 통한 검증이 필요하다. 둘째, 본 프로그램은 정서·행동문제가 있는 중학생을 대상으로 이루어졌으므로 다양한 연령의 청소년을 대상으로 한 효과검정 연구가 필요하다. 셋째, 프로그램의 효과를 지속시키기 위한 후속 프로그램과 정서·행동문제가 있는 중학생이 어려움을 노출하여 간호사와 상호작용을 할 수 있게 구성된 웹을 활용한 추후 프로그램의 개발이 필요하다. 넷째, 프로그램의 개별교류작용에 문자메시지와 전화상담 뿐만 아니라 대상자의 행동과 태도를 관찰할 수 있는 대면 상담을 포함할 것을 제언한다.

CONFLICTS OF INTEREST

The authors declared no conflict of interest.

REFERENCES

1. Lee CS, Kweon YR, Kim SJ, Choi BS. The effect of suicide prevention program on depression, suicidal ideation, and problem solving ability on middle school students. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2007;16(4):337-347.
2. Lim S, Ju DB, Lee K. The longitudinal changes and interpretation of suicide ideation, stress, and studying pressure. *The Journal of Vocational Education Research*. 2010;29(1):23-43.
3. Achenbach TM, Edelbrock CS. Psychopathology of childhood. *Annual Review of Psychology*. 1984;35:227-256. <http://dx.doi.org/10.1146/annurev.ps.35.020184.001303>
4. Kim HA. Effects of bibliotherapy along with self-control training for the child with attention deficit hyperactivity disorder. *Journal of Bibliotherapy Research*. 2004;1(1):1-20.
5. Nelson JR, Babyak A, Gonzalez J, Benner GJ. An investigation of the types of problem behaviors exhibited by K-12 students with emotional or behavioral disorders in public school settings. *Behavioral Disorders*. 2003;28(4):348-359.
6. King K, Reschly AL, Appleton JJ. An examination of the validity of the behavioral and emotional screening system in a rural elementary school: Validity of the BESS. *Journal of Psychoeducational Assessment*. 2012;30(6):527-538. <http://dx.doi.org/10.1177/0734282912440673>
7. Lee YJ, Yoo DS. Analysis on therapeutic factors of sensitivity training group counseling. *The Korean Journal of Counseling*. 2009;10(4):2013-2030.
8. Yoon CH, Park SK, Shin IS. A meta-analysis of the effects of school violence prevention programs in Korea. *Asian Journal of Education*. 2014;15(1):189-215. <http://dx.doi.org/10.15753/aje.2014.15.1.009>
9. Lah K. A qualitative study on therapeutic relationship formation process between involuntary adolescent client and counselor: Focusing on counselor experiences [master's thesis]. Seoul: Korea Counseling Graduate University; 2016. p. 1-160.
10. Eun SH, Shin DY, Choi JJ. The effects of a solution-focused group counseling on intrapersonal empowerment of adolescents. *Korean Journal of Solution-Focused Therapy*. 2015;2(1):41-64.
11. Park KI, Oh S. Effects of active parenting today based on goal attainment theory on parenting stress, parenting behavior, and parenting satisfaction in mothers of school-age children. *Journal of Korean Academy of Nursing*. 2012;42(5):659-670. <http://dx.doi.org/10.4040/jkan.2012.42.5.659>
12. Kang MJ. Effects of enneagram program for self-esteem, interpersonal relationships, and GAF in psychiatric patients. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2015;24(2):116-126. <http://dx.doi.org/10.12934/jkpmhn.2015.24.2.116>
13. Jun KS, Jung HJ, Jang YJ. The effects of career exploration program utilizing games on career identity and career maturity of middle school students with emotional and behavior problems. *The Journal of Play Therapy*. 2015;19(1):81-98.
14. Kim Y, Choi Y. The effects and outcomes of MBCT on the reduction of depression and suicidal ideation in highschool students with problem of emotion and behavior. *The Journal of Yeolin Education*. 2016;24(2):261-284.
15. Rosenberg M. Society and the adolescent self-image. *Social Forces*. 1965;44(2):255. <http://dx.doi.org/10.2307/2575639>
16. Jon BJ. Self-esteem: A test of its measurability. *Yonsei Non-chong*. 1974;11(1):107-130.
17. Guerney BG. Relationship enhancement: Skill-training programs for therapy, problem prevention, and enrichment. San Francisco, CA: Jossey-Bass Publishers; 1977. p. 358-361.
18. Moon SM. A study on the effect of human relations training of university students. *Journal of Gyeongsang National University*. 1980;19(2):195-204.
19. Lee KM. A study of middle-school students'school adjustment constructs. *Korean Journal of Counseling and Psychology*. 2005;17(2):383-393.
20. Chung MJ, Yuh J. Effects of individual and social factors on children's affective problems and self-worth. *Korean Journal of Child Studies*. 2009;30(3):71-83.
21. Lee OS, Lee DG. The effects of an enneagram group counseling using morning unsupervised learning hours on empathy, interpersonal relationships, and self-identity in male high school students. *Journal of Human Understanding and Counseling*. 2011;32(1):15-30.
22. Cheong JH, Son JN. Effects of positive psychotherapy on depression, self-esteem, and optimism of adolescents with school maladjustments. *The Korean Journal of Health Psychology*. 2014;19(1):99-117.
23. Kang EJ, Cheon SM. The effect of a group cinematherapy program on the emotional regulation ability and problem behaviors of the youth at-risk. *The Korea Journal of Youth Counseling*. 2011;19(2):23-46.
24. National Youth Center of Korea, Myongji University. Standardization of the assessment instrument and development for activity competence indicators of adolescents. Cheonan: National Youth Center of Korea; 2009.
25. Lee JJ, Yu YS, Jung HJ. The effects of social competence program on the social skills and international relationship for the at-risk youth in wee center. *Journal of Rehabilitation Psychology*. 2012;19(1):43-61.
26. Baek H, Ju YA. Today's youth truly happy?: Foundation for the development youth happiness and discussion of domestic and international research trends. Korean Association of Youth Welfare Spring Conference; 2015 April 3-4; Yonsei University Samsung Hall. Seoul: Korean Association of Youth Welfare; 2015. p. 9-33.

27. Kang DH. The effect of group counseling for school adaptive ability improvement using cinema on self-esteem, interpersonal relations, and school adaption of high school students with school maladjustment [master's thesis]. Busan: Kyung-sung University; 2012. p. 1-89.
28. Lee KT, Yu HK, Kwon SY. The development of group counseling program to enhance school resilience of middle school students in functionally deficient family. *Secondary Education Research*. 2010;58(1):145-175.
29. Byun MJ, Park JY. Effects of a social skills improvement program using fairy tales on the school adjustment, emotional competency, and self-esteem of children at risk for EBD and their typically developing peers. *Journal of Emotional & Behavioral Disorders*. 2013;29(2):93-119.
30. Jeong IJ, Kim SJ. The effect of career group counseling program using cinema on self identity and career decision-making self-efficacy of adolescent on probation. *Journal of the Korean Society of School Health*. 2011;24(2):164-172.