

아동 자아존중감 향상 프로그램에 관한 메타분석

이 상 정
(한국보건사회연구원)

정 익 중*
(이화여자대학교)

아동기는 자아존중감 형성의 결정적 시기이다. 따라서 수많은 아동복지 실천 현장에서 아동의 건전한 성격 발달과 사회적응력을 높이기 위해 자아존중감 향상을 목적으로, 다양한 프로그램을 제공하고 있다. 본 연구는 이러한 프로그램에 대해, 문헌고찰을 통하여 그 정보를 체계화하고 메타분석을 실시하여 프로그램의 효과성을 종합적으로 알아보고자 하였다. RISS, DBpia, KISS의 학술정보시스템과 Google 학술검색을 통해 총 271개의 관련 연구 논문이 검색되었으며, 이 가운데 47개 논문으로부터 52개 프로그램이 자료 추출과 분석에 포함되었다. 변량효과모형에 기반한 메타분석 결과, 아동을 대상으로 제공되고 있는 자아존중감 향상 프로그램의 종합적인 효과 크기는 0.89로 나타났고, 자아존중감 단일 목적 프로그램, 프로그램 유형(예능 활동), 프로그램 회기, 대상 아동의 특성(가정외 보호), 연구 설계에 따라 자아존중감 효과크기에 유의미한 차이가 나타났다. 본 연구의 결과에 기반하여 자아존중감 향상 프로그램의 개발과 효과성 연구에 관한 함의를 제시하였다.

주요 용어: 자아존중감, 자아존중감 프로그램, 가정외 보호, 메타분석

이 논문은 2016년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임.
(NRF-2016S1A3A2924375)

* 교신저자: 정익중, 이화여자대학교(ichung@ewha.ac.kr)

■ 투고일: 2018.4.29 ■ 수정일: 2018.7.9 ■ 게재확정일: 2018.7.10

I. 서론

증거기반실천(evidence-based practice)은 조사연구를 의사결정과 사회복지실천의 근거로 활용하여 클라이언트의 문제를 해결하고자 하는 실천과정으로 경험적이고 과학적인 증거가 그 핵심이다(McNeece & Thyer, 2004). 증거기반실천의 역사가 오래된 미국이나 유럽에서는 의학, 임상심리학, 사회복지학 등의 여러 학문에서 뿐만 아니라, 임상 실천, 프로그램 개발, 행정 및 정책 등으로 확대하여 적용하고 있다(McNeece & Thyer, 2004). 우리나라에서도 증거기반실천이 사회복지실천의 효과성을 향상시킬 수 있는 방안으로 대두되면서 2000년대 초부터 학계와 실천 영역에서 관심을 받아왔다(공계순, 서인해, 2006). 그러나 아직까지 우리나라는 사회복지사가 실천에 활용 가능한 내용과 조사방법상의 훌륭한 질을 갖춘 증거가 부족한 실정이며 이는 실천가의 증거 활용을 위한 지식과 기술 부족, 그리고 증거기반 실천을 위한 시스템 미비와 함께, 증거기반실천 적용의 방해 요소로 작용하고 있다(공계순, 서인해, 2006). 따라서 본 연구는 실천 현장에서 활용 가능한 아동복지 프로그램 정보와 프로그램의 효과성을 종합적으로 평가하여, 아동복지 실천 현장에서 사용 가능한 증거를 제공하고, 더 나아가 과학적인 증거 제공과 활용을 위한 정책적·학문적·실천적 제안을 하고자 한다. 그 중에서도 다양한 아동복지 영역에서 흔히 수행·보급되고 있고 학계에서 그 효과성 연구를 비교적 많이 하고 있는 자아존중감 향상 프로그램을 살펴보고자 한다.

자아존중감은 개인 스스로에 대한 전반적으로 평가된 가치로 정의될 수 있으며(Frisén, Jonsson, & Persson, 2007; Mann, Hosman, & de Vries, 2004), 스스로를 얼마나 존경하는가, 혹은 얼마나 가치 있게 생각하는가에 대해 긍정적 혹은 부정적 평가 모두를 포함한다(Rosenberg, 1979). 이러한 자아존중감은 아동기에서 청소년기까지는 감소하다가 청소년기 이후부터 성인에 이르기까지 증가하는 경향을 나타내며(Orth & Robins, 2014), 전반적으로 수십 년간 안정적인 경향으로 인생의 전 과정에 걸쳐 진행된다(Chung, Hutterman, Aken, & Denissen, 2017; Orth & Bern, 2009). 그 중에서도 신체적으로 2차 성징이 나타나며 자아정체감을 형성하는 결정적 시기인 10대는 자아존중감 형성에 있어 매우 중요한 시기이다(이태인, 1996; 전준현, 이수천, 2009). 하지만 이 시기의 아동은 학업 성취에 대한 불만이나(박명희, 2017; 최인재, 오수연, 2010), 비만, 외모에 대한 불만족 등에 의해 자아존중감이 낮아질 수 있다(정익중, 이지연,

2011). 더욱이, 가족 내의 갈등이나 학대를 경험한 아동은 스스로를 사랑 받을 자격이 없는 무가치한 존재로 여겨 자아존중감이 낮아지게 되고(Ackerman & Dozier, 2005; Schofield & Beek, 2005; 정익중, 2007), 낮은 자아존중감은 이들을 다양한 신체적, 정신적, 정서적, 사회적 문제들의 위험에 놓이게 할 수 있다(Luke & Coyne, 2008). 아동의 낮은 자아존중감은 폭력 및 반사회적 행동, 정신건강 문제, 그리고 사회적 관계 문제와도 관련이 있는 것으로 보고되고 있다(이영옥, 2015; 정익중, 2006; 주영신, 2008). 정익중 등(2012)은 아동의 학대 경험이 자아존중감의 저하를 통해 비행에 영향을 주는 것을 밝힌 바 있다. 반면에, 자신에 대한 긍정적인 가치 형성은 아동에게 자신감을 가지고 행동하며 변화의 상황에 잘 대처하여 정상적인 발달을 이룰 수 있도록 도와준다(김미성, 2001, p.11). Bucker, Mezzacappa, Beardslee(2003)는 자아존중감이 높은 아동은 회복탄력성이 높아 고난, 위기, 스트레스 상황을 잘 극복하고 성공적인 발달과 성취를 이룬다고 하였으며, 많은 경험적 연구들이 자아존중감과 아동의 심리·사회적 적응의 긍정적 상관관계를 지지해 오고 있다(김민주, 이사라, 2017; 노충래, 박근혜, 서지원, 2009; 양은별, 김태우, 박은혜, 이소연, 정익중, 2015; 이상정, 강현아, 노충래, 우석진, 전종설, 정익중, 2017; 유설희, 박보경, 도현심, 2015; 정익중, 2007).

따라서 학교와 지역사회를 포함하여 아동을 대상으로 하고 있는 많은 아동복지 실천 현장에서 아동의 건전한 성격 발달과 사회적응력을 높이기 위해 자아존중감 향상을 목적으로, 다양한 프로그램을 제공하고 있다. 학교(예: 김춘경, 김미화, 2005), 아동복지시설(예: 이희자, 정지숙, 2003), 지역아동센터(예: 김유순, 김은영, 2015), 보건소(예: 최주연, 권정혜, 이재현, 2001) 등 프로그램의 실천 현장도 다양하며, 사회적 기술 훈련(예: 이현숙, 정현희, 2004), 원예치료(예: 김홍열, 이은숙, 2009), 현실치료(예: 김혜영, 2001), 미술치료(예: 최선남, 2009) 등 프로그램 유형 또한 많다. 또한, 프로그램마다 우울 아동(예: 김춘경, 김미화, 2005), 저소득가정 아동(예: 김정희, 정다운, 2011), 복지시설 아동(예: 이희자, 정지숙, 2003) 등 표적 아동이 다르다. 특히 다양한 아동복지 현장에서는 실시되고 있는 자아존중감 향상 프로그램은 자아존중감을 여러 목표 중의 하나로 흔히 포함하고 있다. 그러나 이러한 프로그램들이 효과성 측면에서 있어서 자아존중감 향상이 단일 목표로 집중 설계된 프로그램과의 비교가 이루어지지 않아 검증될 필요성이 있다.

최근의 한 연구가 청소년을 대상으로 실시되는 집단미술치료의 자아존중감 향상 효과

에 대한 메타분석을 실시하여 치료의 긍정적인 효과를 보고한 바 있지만(김현민, 권현용, 2017), 대상을 중학생과 고등학생의 청소년으로 한정하고 집단 미술치료에 국한되어 다양한 영역에서 전체 아동을 대상으로 실시되고 있는 서로 다른 프로그램의 효과에 대한 종합적인 결과를 제시하지 않고 있다. 따라서 본 연구에서는 아동복지법이 제시하고 있는 연령 기준에 근거하여 18세 미만의 모든 연령의 아동을 대상으로 실시되고 있는 자아존중감 향상 프로그램을 분석의 대상으로 하고자 한다. 김현민과 권현용(2017)의 연구에 포함되지 않은 미술치료 프로그램외의 프로그램도 본 연구에 포함시켜 자아존중감 향상 프로그램의 종합적인 효과를 검증하고, 서로 다른 프로그램 유형에 따른 자아존중감 향상의 효과의 차이가 있는지 살펴볼 필요가 있다. 또한, 회기와 프로그램 운영 시간이 자아존중감 향상에 유의미하게 영향을 미치는 것으로 보고하고 있어(김현민, 권현용, 2017), 이러한 결과가 아동을 대상으로 하는 다른 프로그램에서도 적용되는지 조사할 필요가 있다. 더 나아가 아동의 환경은 아동의 발달을 이해하는데 중요한 부분으로(Lerner, 2006), 자아존중감 향상 프로그램이 실시되고 있는 환경 또한 탐색되어, 환경의 차이가 자아존중감 향상 효과에 영향을 미치는지 조사할 필요성이 있다. 따라서 본 연구는 국내 여러 분야의 아동 복지 영역에 산재되어 있는 아동대상 자아존중감 향상 프로그램을 문헌고찰을 통하여 그 특성에 대한 정보를 체계화하고 메타분석(meta-analysis)을 통해 프로그램의 효과성을 종합적으로 알아보하고자 한다. 본 연구의 결과는 아동복지 분야에 있어 자아존중감 향상 프로그램 보급에 대한 증거로 사용될 수 있을 것이며, 아동복지 정책가와 실천가, 그리고 연구자들에게 자아존중감 향상 프로그램의 보완과 개발, 그리고 향후 프로그램 효과성 연구에 관한 근거 자료를 제공할 것이다. 본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

- 연구문제 1. 아동대상 자아존중감 향상 프로그램과 효과성 연구의 특성은 어떠한가?
- 연구문제 2. 아동대상 자아존중감 향상 프로그램의 효과 크기는 어떠한가?
- 연구문제 3. 프로그램과 효과성 연구의 특성에 따라 자아존중감 향상 효과에 차이가 있는가?

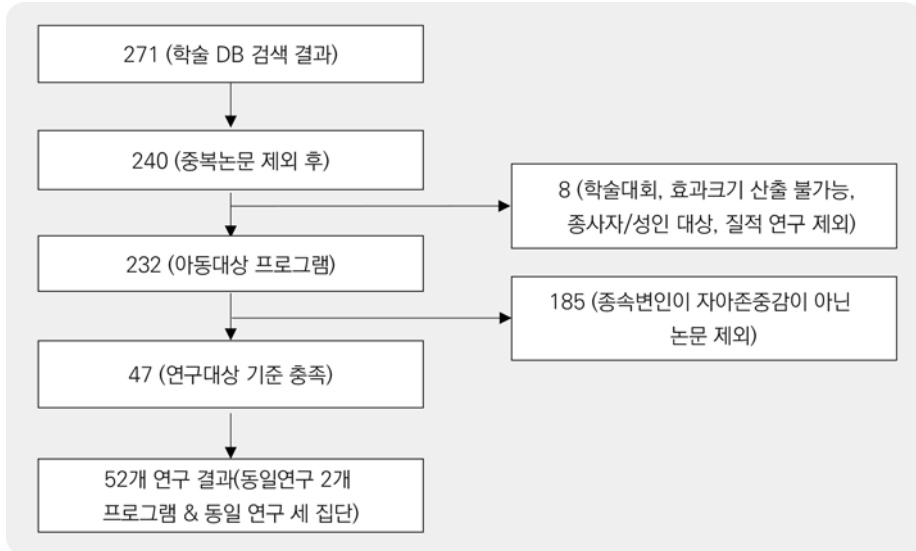
II. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구는 아동·청소년을 대상의 프로그램 효과성 연구를 학술정보시스템을 통해 검색하고 학술지 논문에 대한 체계적 리뷰 과정을 통해 분석 자료를 수집하였다. 본 연구에 사용된 학술정보시스템은 RISS(Research Information Service System), DBpia, KISS(Korean Studies Information Service System), 그리고 Google 학술검색(<https://scholar.google.co.kr/>)이며, 2016년 11월부터 2017년 3월까지 이용 가능한 논문을 모두 포함하였다. 포괄적인 검색을 위해, ‘아동’, ‘프로그램’, ‘시설’, 그리고 ‘효과(성)’의 키워드를 조합하여 사용하였다. 전문가 심사 과정을 거치지 않은 학위 논문과 프로그램에 대한 설명을 하고 있으나 효과성 검증이 이루어지지 않았거나 메타분석이 가능한 자료를 제공하지 않은 프로그램 자료집 등의 회색 문헌은 포함하지 않았다. 본 연구의 대상 선정 기준은 다음과 같다, (1) 연구 방법으로 개입 전·후의 변화를 측정하는 실험 설계 연구, (2) 독립변인으로 2회기 이상의 프로그램 실시, (3) 종속변인으로 자아존중감 측정, 마지막으로 (4) 효과 크기를 산출을 위한 정보를 제공하는 논문만을 포함하였다.

총 271개 논문 가운데, 중복 검색된 31개를 제외한 240개 학술 논문에 대해 제목, 초록, 그리고 전문에 대해 리뷰를 실시하여 종사자(n=2)와 성인 대상 프로그램(n=1), 그리고 질적 연구 방법을 사용한 1개의 논문을 제외한 236개의 아동·청소년 대상 프로그램 효과성 연구 논문을 확정하였다. 이 가운데 아동의 자아존중감 향상을 목표로 결과 변수로 측정하여 제시한 연구논문은 51개였으며, 학술지 논문집의 초록 2개와 메타분석에 필요한 정보를 제공하지 않은 논문 2개를 제외한 총 47개의 학술지 논문이 최종 포함된다. 이 가운데 2개의 연구 논문에서 2개 이상의 다른 프로그램을 실시한 경우와 세 집단(초등, 중등, 고등)을 분리하여 효과성 연구를 한 경우, 각각의 개별 연구로 포함하여 총 52개 연구를 대상으로 선정하였다. 연구 대상 수집 과정은 <그림 1>에 제시하였다.

그림 1. 연구 대상 선정 PRISMA(Moher et al., 2009) 도표



2. 자료 코딩

최종 선정된 연구의 통합에 쓰일 자료 추출 및 코딩은 사회과학 분야에서 조사방법론과 자료 분석 수업을 이수한 2명의 석사과정 연구보조원이 개별적으로 실시하였다. 자료 추출 항목에 대한 교육 실시 후, 무작위로 논문을 선정해 예비 자료 코딩 과정을 거쳐 두 명의 일치도가 80% 이상임을 확인 후 자료 추출을 실시하였다. 또한, 신뢰도를 확보하기 위하여 본 연구의 저자가 두 연구원의 정보의 일치성을 확인 후 분석에 포함될 자료를 확정하는 과정을 거쳤다. 개별 연구에 대한 정보는 체계적인 자료의 분류를 위하여 연구저자의 이름과 출판연도 순으로 정리하였다. 제목, 저자, 연도, 연구 방법(연구 설계, 집단 별 사례 수), 표본 아동의 특성(성별, 연령, 대상 아동·가족 특성, 표집 기준), 프로그램 정보(진행 기간, 회기, 프로그램 구성, 진행자 등), 결과 분석(척도, 통계치, 통계 분석 방법) 등이 포함되었다.

3. 자료 분석

메타분석은 동일한 주제에 대해 방법이나 결과에 있어 서로 다른 연구들로부터 얻어진 결과를 하나 또는 그 이상의 효과크기로 전화하여 실증적인 요약물을 도출하는 통계적 방법(Egger & Davey, 1997; Rosental & DiMatto, 2001)으로 근거 기반 실천의 가장 강력한 근거로 활용될 수 있다(정인숙, 전성숙, 황선경, 김동희, 하주영, 2011). 메타분석을 위하여 본 연구는 Comprehensive Meta Analysis V3을 사용하였으며, 효과크기에 대한 자료는 집단별 평균과 표준편차, 사례 수가 주로 사용되었으며, 이에 대한 정보가 없는 경우, t 값과 p 값을 사용 하였다. 메타분석은 분석모형에 따라 고정효과모형(Fixed-effect model)과 변량효과모형(Random-effect model)이 있다, 고정효과모형은 연구들 간에 나타나는 변량은 연구 설계나 방법은 비슷하고, 단지 표본추출오차에 의한 것임을 가정하는 반면, 변량효과모형은 개별 연구들이 동일하지 않다는 잠재적인 이질성을 가정한다(신우중, 2015). 그러나 이질성 정도에 대한 해석은 효과크기의 방향과 정도, 이질성에 대한 근거의 강도에 따라 달라지므로 신우중(2015)은 변량효과모형을 우선 사용하거나, 고정효과모형과 변량효과모형 모두를 사용한 뒤 효과 결과를 비교할 것을 제안하였다. 본 연구는 효과크기의 수가 10개 이하의 작은 표본에서는 고정효과모형이 평균 효과 크기의 추정이 더 안정적이기 때문에(김정화, 2014), 고정효과모형과 변량효과모형 모두를 사용하였다. 또한, 작은 표본 크기에서 기인하는 오류를 줄이기 위하여 Hedges's g 값을 효과크기로 사용하였다(김현민, 권현용, 2017). 평균효과크기는 Cohen(1988)의 기준(small, 0.3; medium, 0.5; large, 0.8)을 적용하여 해석하고, 95% 신뢰구간이 0을 포함하는지 확인하여 유의도를 파악하였다(김현민, 권현용, 2017).

III. 연구 결과

1. 프로그램 정보 분석

본 연구는 첫 번째로, 연구문제 1, “아동대상 자아존중감 향상 프로그램과 효과성

연구의 특성은 어떠한가?”에 대하여 개별 문헌으로부터 프로그램과 연구 특성에 대한 정보를 통합 분석하였다. 우선, 자아존중감 향상 프로그램의 특성을 살펴보면, <표 1>에 제시한 바와 같다. 프로그램 유형은, 놀이치료, 심리치료, 사회 기술 증진 프로그램, 해결 중심 프로그램 등 그 종류가 다양한 가운데 약 33% 정도가 미술, 무용, 놀이 등의 예능 활동을 포함하고 있다. 또한, 10개(약20%) 프로그램만이 자아존중감 향상을 프로그램의 단일 목표로 하였으며, 나머지 프로그램은 자아존중감 향상을 프로그램의 여러 목표 중의 하나로 다루었다. 프로그램의 진행 회기는 리더쉽 증진 프로그램(정문자, 김진이, 김태은, 김수지, 2007)이 6회로 회기수가 가장 작았고, 학습지원과 자아존중감 향상 프로그램을 함께 제공한 멘토링 프로그램(김순규, 장영숙, 정미라, 2012)이 245회기로 가장 많은 회기를 포함하였다. 한 회기당 프로그램 진행 시간은 최소가 40분(예: 허승희,

표 1. 자아존중감 향상 프로그램의 특성

		n	%
자아존중감 프로그램	자아존중감 단일 목적	10	19.2
	자아존중감 포함 다목적	42	80.8
프로그램 유형	예능 활동(미술, 무용, 연극, 놀이 등)	17	32.6
	기타(타래 집단, 현실치료, 방과후, 자기성장, 행동 수정 등)	35	67.4
총 회기	5회	1	0.02
	6~9회	11	21.1
	10회기	13	25
	11~19회	15	28.8
	20회 이상	12	23.3
회기당 시간(분)	40~60분 이하	22	42.3
	61~90분	10	19.2
	91분 이상	8	15.3
	기타(예: 60분-120분, 정보 없음)	12	23.2
실시 기관	학교	20	38.4
	지역아동센터	10	19.2
	사회복지관(종합사회복지관, 아동복지관)	6	11.5
	기타 사회복지시설(그룹홈, 보육원, 모자원 등)	11	21.1
	기타 (보건소, 캠프, 아동가족상담센터 등)	5	9.8

최태진, 박성미, 2009)이었으며, 최대 150분(정문자 등, 2007)까지 진행되었다. 프로그램이 진행된 아동복지 실천 현장은 지역아동센터, 종합사회복지관, 그룹홈, 학교 등으로 다양하였는데, 이 가운데 학교가 약 40%로 가장 많았고, 다음이 지역아동센터로 약 20%를 차지하였다.

다음으로 <표 2>에 제시된 프로그램 효과성 연구 특성을 살펴보면 다음과 같다. 본 연구에 최종 포함된 자아존중감 향상 프로그램 연구는 최선화(2000)를 비롯하여 모두 2000년도 이후에 이루어졌으며, 2010년 전·후로 보다 많은 효과성 연구가 이루어지고 있었다. 본 연구에 포함된 개별 연구들의 연구 대상은 중학생 12명을 포함한 김기영과 김춘경(2003)과 초·중·고 세 집단을 분리하여 분석한 김미한(2012)을 제외하고 모두 초등학생인 아동을 대상으로 개입의 효과성을 검증하였다. 또한, 아동의 성별을 밝힌 연구들 가운데, 남학생만을 포함한 최선화(2000)와 강기정과 정은미(2003)을 제외한 모든 연구는 대상 아동의 성별을 구별하지 않고 표본에 남·여 학생 모두를 포함하였다.

표 2. 자아존중감 향상 프로그램 효과성 연구의 특성

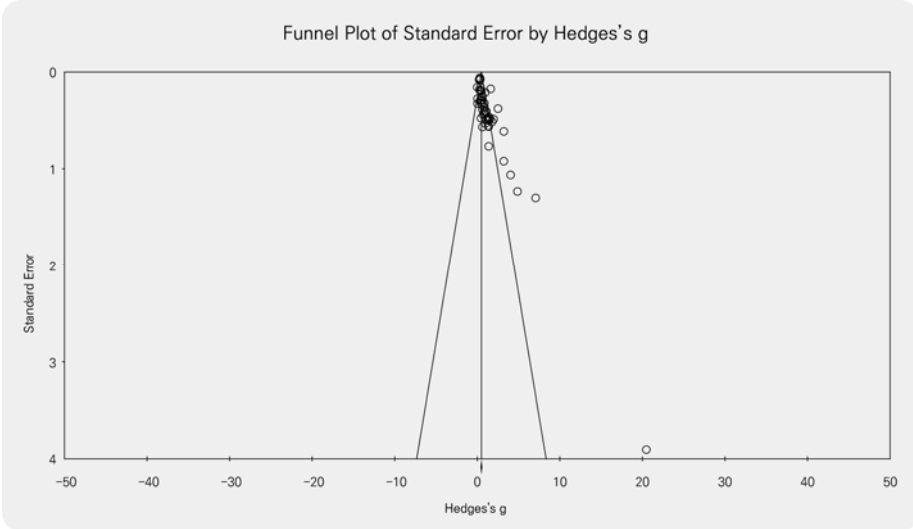
		n	%
연구년도	2000-2009	25	48.1
	2010-2016	27	51.9
표본아동 특성	일반	22	42
	사회복지서비스 대상 (편부모, 저소득, 가정외 보호 등)	30	58
	가정내 보호	41	78.8
	가정외 보호 (그룹홈, 보육원, 모자원 등)	11	21.2
연구설계	실험설계	8	15.3
	유사-실험설계	19	36.6
	단일사례 유사-실험설계	25	48.1
표본 수	10 이하	13	25
	11-20	15	28.9
	21-30	11	21.1
	30 이상	13	25

아동의 환경적 특성을 살펴보면, 저소득, 편부모 가정, 가정외 보호 등 사회복지 서비스 대상자를 연구 대상으로 하는 프로그램 효과성 연구가 약 58%를 차지했으며, 약 21%의 연구는 그룹홈, 보육원, 모자원과 같은 가정외 보호 아동을 대상으로 하였다. 프로그램의 자아존중감에 대한 효과를 검증하기 위해 약 52%의 연구가 실험군과 대조군, 프로그램 실시 사전·사후에 자아존중감을 2회 측정 실험 혹은 유사 실험 설계 방법을 사용하였다. 이 가운데 무작위 배치를 실시한 8개의 실험설계 연구를 포함하고 있으나 대체로 표본수가 작은 특징을 나타내었다. 표본 수가 10명 이하인 연구가 25%나 차지한 하였고, 30명 이상의 표본을 모집한 연구도 25%였다. 자아존중감 측정도구는 Coopersmith(1987)가 제작하고 신철(1997)이 변안한 도구가 가장 많이 사용되었으며, 연구에 따라 신뢰도 .77-.88을 나타내었다. 다음으로 Rosenberg(1965)의 자아존중감 척도가 사용되었으며, 김문주(1988), 변미숙(2006), 전병세(1974), 전귀연(1993), 박완용(2009) 등의 도구도 사용되었다. 모든 연구에서 .70 이상의 신뢰도를 가진 도구를 사용한 것으로 나타났다.

2. 메타분석 결과

자아존중감 향상 프로그램의 통합적인 효과 크기 검증에 앞서, 유의한 메타분석의 결과를 유의하지 않게 하기 위해 몇 편의 연구가 필요한지 계산하는 방법인 Rosenthal(1979)의 안전계수(Fail-safe N) 방법(Borenstein, Cooper, Hedges, & Valentine, 2009)과 Funnel Plot을 통해 출판편향성(publication bias)을 검토하였다. 오성삼(2002)은 안전계수가 “5*(메타분석 논문 수)+10” 이상이면 대체로 안전하다고 하였는데 본 연구에서 Rosenthal의 안전 계수가 5753로 분석되어 표본은 안정적인 것으로 판단된다. Funnel Plot [그림 2]를 보면 우측 하단의 극단치를 제외하고는 대체로 대칭을 이루는 안정적인 분포를 나타내고 있다. 이질성 검증 결과, Q값이 274.11($p < .001$)로 통계적으로 유의한 것으로 분석되어 각 프로그램의 효과 크기의 분포는 이질적인 것으로 나타났다.

그림 2. Funnel Plot



연구문제 2, “아동대상 자아존중감 향상 프로그램의 효과 크기는 어떠한가?”를 검증하기 위해 총 51개의 자아존중감 향상 프로그램의 효과 크기에 대한 메타분석을 실시하였으며, 그 결과는 <표 3>에 제시한 바와 같다. 자아존중감 향상 프로그램의 전체 효과 크기는 무선효과모형에 기준하여 0.892로 큰 효과(Cohen, 1988)가 있었고, 95% 신뢰구간이 0.729-1.055로 0을 포함하고 있지 않아 유의하게 평균효과가 있는 것으로 도출되었다.

표 3. 자아존중감 향상 프로그램의 전체 효과크기

모형	N	Heges's g	S. E.	95% CI	p-value
고정효과모형	52	0.50	0.03	0.44 - 0.56	<.001
변량효과모형	52	0.89	0.08	0.73 - 1.06	<.001

다음으로 연구문제 3, “프로그램과 연구의 특성에 따라 프로그램의 자아존중감 향상 효과에 차이가 있는가?”를 검증하기 위한 분석을 실시하였다. 우선, 프로그램 특성에 따른 자아존중감 효과 크기를 비교하였다. 그 결과는 <표 4>에 제시하였으며, 변량효과

모형에 기초한 결과이다. 미술, 놀이와 같은 예능 활동을 포함하는 프로그램과 그렇지 않은 프로그램 유형으로 나누었을 때 프로그램의 효과는 그 유형에 따라 유의미하게 효과 크기에 차이가 나타났다(Q-value=16.94, $p<.001$). 예능 프로그램이 기타 프로그램 보다 약 3배 정도 자아존중감 향상에 효과가 더 큰 것으로 나타났다. 또한, 자아존중감 향상을 프로그램의 단일 목표로 내세운 프로그램은 다목적 프로그램에 비해 약 2배 높은 효과크기를 나타냈다(Q-value=5.5, $p=.019$).

표 4. 프로그램 특성에 따른 자아존중감 향상의 효과크기

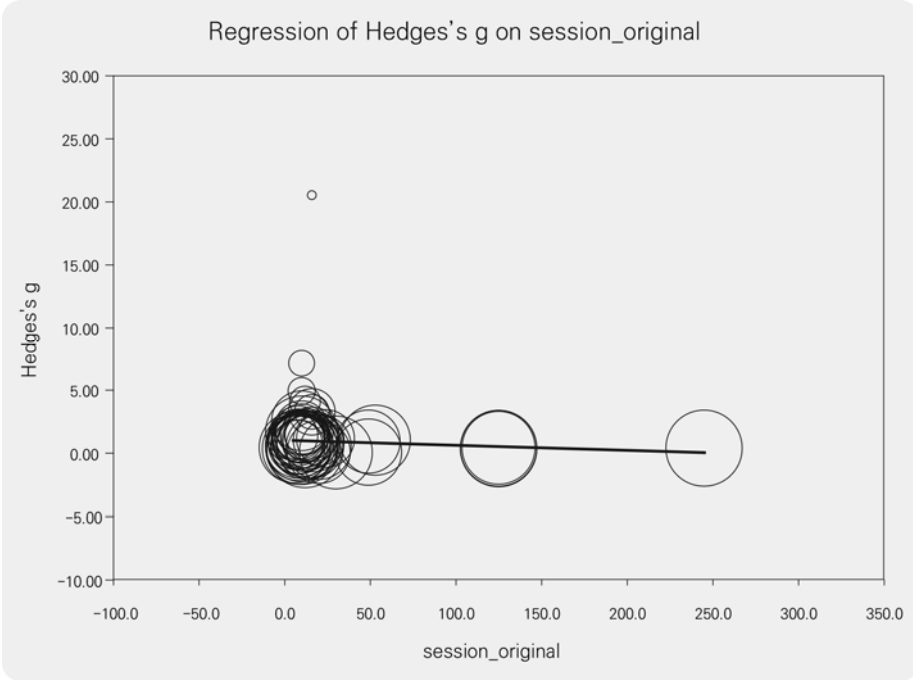
변수		N	Heges's g	S. E.	95% CI	p-value
프로그램 유형	예능 활동	17	1.72	0.26	1.21 - 2.24	<.001
	기타	35	0.6	0.07	0.47 - 0.73	<.001
자아존중감 프로그램	단일목적	10	1.66	0.36	0.96 - 2.34	<.001
	다목적	42	0.80	0.08	0.64 - .97	<.001

프로그램의 회기 수와 회기별 시간에 따른 자아존중감 향상의 차이를 살펴보기 위하여 메타 회귀 분석을 실시하였다. 그 결과는 <표 5>에 제시한 바와 같다. 우선, 회기별 프로그램의 진행 시간은 자아존중감 향상 효과크기에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 회기에 따른 프로그램의 자아존중감 향상 효과를 살펴보면, 기울기 계수가 -0.004로 회기가 길어질수록 자아존중감 향상의 효과크기는 통계적으로 유의미하게 줄어드는 것으로 나타났다(그림 3 참조).

표 5. 프로그램 특성에 따른 메타회귀 분석 결과

변수		계수	S. E.	95% CI	p-value
회기별시간	절편	1.175	0.28	0.62 - 1.73	<.001
	기울기	-0.003	0.004	-0.009 - 0.004	>.1
총 회기	절편	1.28	0.16	0.96 - 1.60	<.001
	기울기	-0.004	0.0017	-0.0073 - -0.008	.015

그림 3. 총 회기에 따른 자아존중감 효과



자아존중감 향상 효과 크기가 상대적으로 큰 프로그램의 회기수를 조사하기 위하여 회기수의 분포와 연구대상 숫자를 고려하여 4개의 그룹(10회 미만, 10회, 11-19회, 20회 이상)으로 리코딩하여 그 차이를 분석하였다. 우선, 전체적으로 프로그램의 자아존중감 향상 효과는 회기 그룹에 따라 유의미하게 효과 크기에 차이가 나타났다 ($Q\text{-value}=28.06, p<.001$). 효과크기를 비교해 보면, 10회기 프로그램이 자아존중감 향상 효과 크기가 1.55로 가장 높게 나타났으며, 11회-19회기의 프로그램이 1.32로 비슷한 수준에서 효과크기가 나타났다. 다음으로 10회기 미만 프로그램이 0.64로 중간 정도의 효과 크기, 20회기 이상 프로그램이 0.41로 가장 작은 효과 크기를 나타냈다.

표 6. 회기에 따른 자아존중감 향상 효과크기

회기	N	계수	표준오차	95% CI	p-value
10회 미만	12	0.64	0.11	0.43 - 0.86	<.001
10회	13	1.55	0.27	1.02 - 2.07	<.001
11-19회	15	1.32	0.25	0.83 - 1.80	<.001
20회 이상	12	0.41	0.06	0.28 - 0.55	<.001

다음으로 자아존중감 향상 프로그램의 효과성 연구 특성에 따라 프로그램 효과의 차이가 있는지 살펴보았다. 그 결과는 <표 7>에 제시하였다. 표본 아동의 특성을 저소득, 시설보호 등의 사회복지서비스 대상자와 일반 아동으로 나누었을 때, 프로그램의 자아존중감 향상 효과는 사회복지서비스 대상자가 일반 아동보다 높은 것으로 나타났지만 통계적으로 유의미하지 않았다. 표본 아동을 그룹홈, 양육시설, 쉼터 등에서 생활하는 가정의 보호 아동과 가정내 보호 아동으로 나누었을 때, 프로그램의 자아존중감 향상 효과는 가정의 보호 아동이 약 2배 정도 높은 것으로 나타났다. 이러한 차이는 고정효과 모형(Q-value=20.08, $p<.001$).에서는 통계적으로 유의미하였으며, 변량효과모형(Q-value=3.69, $p=.05$).에서는 경계선의 유의성을 나타내었다. 연구 설계에 따른 프로그램의 자아존중감 효과 크기를 비교해 보았을 때, 두 집단 사전·사후 설계를 사용한 프로그램이 단일 집단 사전·사후 설계를 사용한 프로그램보다 자아존중감 향상 효과가 약 3배 높은 것으로 나타났으며, 이러한 차이는 통계적으로 유의미 한 것으로 나타났다(Q-value=18.44, $p<.001$).

표 7. 프로그램 효과성 연구 특성에 따른 자아존중감 향상의 효과크기

변수	N	Heges's g (효과크기)	S.E.	95% CI	p-value	
사회복지대상	대상	30	1.05	0.14	0.79 - 1.32	<.001
	일반	22	0.79	0.11	0.57 - 1.0	<.001
가정의 보호	가정의	11	1.54	0.38	0.80 - 2.27	<.001
	가정내	41	0.80	0.08	0.64 - 0.96	<.001
연구 설계	두 집단	27	1.45	0.19	1.08 - 1.83	<.001
	단일 집단	25	0.56	0.08	0.41 - 0.71	<.001

IV. 결론

본 연구는 다양한 아동 복지 분야에서 아동을 대상으로 실시하고 있는 자아존중감 향상 프로그램에 대해 문헌고찰을 통하여 그 정보를 체계화하고 메타분석을 통해 프로그램의 효과성을 종합적으로 알아보고자 하였다. 우선, 자아존중감 향상 프로그램 연구 수집과정에서 논문의 발표 기간을 지정하지 않았으나 본 연구에 포함된 프로그램 효과성 연구들은 모두 2000년도 이후에 출판된 논문들로 우리나라에 증거중심실천이 도입되어 학계와 실천 영역에서 관심을 받기 시작한 시기이다. 현재 우리나라 아동복지실천 현장에서는 여러 가지 한계점으로 인해 증거중심실천이 어려운 가운데, 학계와 실천 영역에서 프로그램 효과성을 검증하고 효과성이 검증된 프로그램을 실천하려는 노력이 나타나고 있는 것으로 판단된다.

본 연구에 포함된 프로그램들의 전체적인 자아존중감 향상 효과는 통계적으로 유의미하게 높은 것으로 나타나 아동을 대상으로 실시되고 있는 자아존중감 향상 프로그램은 대상아동에 긍정적인 영향을 미치고 있음을 검증하였다. 프로그램 유형에 따른 효과 크기 차이 분석에서 자아존중감 향상을 단일 목표로 한 프로그램들이 자아존중감을 여러 목표 중의 하나로 검증한 프로그램보다 약 2배의 효과가 큰 것으로 나타났다. 이는 아동을 대상으로 진행하는 프로그램의 특성상 하나의 목표에 중점을 둔 프로그램 개발과 진행이 목표 달성에 더 효과적일 수 있음을 시사한다.

다음으로, 프로그램 그룹 유형에 따른 효과 차이 분석에서 미술, 음악, 놀이와 같은 예능 활동을 포함하는 프로그램이 그렇지 않은 프로그램에 비해 자아존중감 향상 효과가 유의미하게 높게 나타났는데 이는 청소년을 대상으로 한 집단미술치료 프로그램의 자아존중감 향상 효과를 메타 분석한 김현민과 권현용(2017)의 연구 결과와 일치한다. 본 연구에서의 미술을 포함하는 예능 활동 프로그램의 효과크기는 1.72로, 1.29의 김현민과 권현용(2017)의 연구 결과보다 더 높게 나타났다. 또한, 같은 연구에서 중학생을 대상으로 한 프로그램이 고등학생을 대상으로 한 프로그램들보다 더 높게 나타나(김현민, 권현용, 2017) 이는 미술과 같은 예능 활동 프로그램이 아동과 청소년의 자아존중감 향상에 효과가 있는 것을 뒷받침 하는 동시에, 초등학생, 중학생, 그리고 고등학생의 순으로 연령이 어릴수록 더 효과가 있을 수 있는 것으로 해석할 수 있을 것이다.

프로그램의 총회기와 자아존중감 효과의 관계를 살펴보면, 메타회귀분석에서는 회기

가 길어질수록 아동의 자아존중감 향상 효과에 부정적인 것으로 나타났다. 이는 긴 회기는 아동에게 피로감을 주어 역효과가 나타나는 것으로 해석 될 수도 있으나, 20회기 이상의 비교적 긴 회기 프로그램을 살펴보면, 대부분 저소득 아동 대상의 문화 활동, 멘토링, 또는 자아존중감, 미술치료 프로그램과 보호시설 아동대상의 예술치료 프로그램, 비만 아동 대상의 행동수정 프로그램, 경계선 지능 장애 아동을 대상으로 하는 멘토링 프로그램이 대부분으로 환경적 혹은 발달적인 면에서 취약한 아동을 대상으로 하고 있어 회기에 비례하는 자아존중감 향상의 효과가 나타나지 않은 것으로 판단된다.

특히 효과 크기가 상대적으로 큰 프로그램의 회기수를 조사하기 위한 회기 범주에 따른 효과크기 비교에서 10회기로 구성된 프로그램이 자아존중감 향상 효과가 가장 크게 나타났으며, 11회기-19회기 프로그램의 효과도 그보다 낮지만 비슷한 수준으로 나타난 반면, 10회기 미만과 20회기 이상의 프로그램은 자아존중감 향상 효과가 2배 이상 낮아지는 것으로 분석되었다. 이는 프로그램의 회기가 18회 이상 길어질수록 효과 크기가 감소하고, 10회기-14회기 정도의 집단미술치료 프로그램이 효과크기가 가장 크고 18회기 이상 길어질수록 자아존중감 향상 효과가 감소한다는 김현민과 권현용(2017)의 연구에서처럼 긴 회기의 프로그래밍이 자아존중감 향상의 효과를 담보하지 않는다는 결과와 일치한다. 따라서 아동을 대상으로 자아존중감 향상 프로그램을 제공할 경우, 시간적·경제적 비용이 많이 드는 프로그램의 장기적인 운영보다 대상과 프로그램의 목표를 고려한 적절한 회기의 운영이 더 효과적인 것으로 판단된다. 다만, 본 연구의 분석 대상이 된 회기의 구분은 데이터의 분포와 표본 수를 기반으로 임의 선정한 것으로 본 연구의 결과를 뒷받침할 향후 추가적인 연구가 수행되어야 할 것이다.

회기별 운영시간이, 90분 이상 150분까지 길어질수록 미술치료 프로그램의 자아존중감 향상 효과가 커졌다는 김현민과 권현용(2017)의 연구와 달리, 본 연구에서는 회기별 운영시간은 자아존중감 향상 효과에 유의미한 영향을 미치지 않았다. 자신의 도구를 선정하고 미술 활동을 위한 충분한 시간이 필요한 미술치료 프로그램과 달리, 본 연구는 미술 활동뿐만 아니라, 준비시간이나 활동 시간이 필요하지 않은 다양한 프로그램을 포함하고 있기 때문에 그 결과에 차이가 나타났을 수 있을 것이다. 다른 하나의 가능한 해석은 본 연구는 초등학생의 주로 아동을 대상으로 하고 다양한 유형의 프로그램을 포함하고 있어 청소년이 주요 대상이고, 미술치료에만 국한된 김현민과 권현용(2017)의 연구의 결과와 차이가 있을 수 있다. 특히, 아동의 짧은 집중 시간을 감안할 때, 긴 회기

운영시간은 오히려 회기별 활동 내용에 대한 아동의 집중력을 방해해 자아존중감 향상 효과를 내지 못했을 가능성이 있다.

일반가정의 아동의 비해 가정의 보호를 받고 있는 아동이나 사회복지서비스 대상자인 아동을 대상으로 하고 있는 프로그램 효과 크기가 더 큰 것으로 나타났다. 특히 가정의 보호 아동과 가정내 보호 아동의 프로그램 효과 크기는 통계적으로 유의미하게 차이가 나타났다. 이러한 결과는 사회복지대상 아동의 경우 일반 아동에 비해 가족, 사회 환경적 요인으로 자아존중감이 더 낮을 가능성이 있어, 프로그램 효과가 두드러지게 나타났을 가능성이 있다. 가정의 보호 아동의 경우, 원가족 내에서 경험한 부정적 사건이나 가정의 보호 환경으로 인해 가정의 보호아동의 자아존중감이 일반아동에 비해 낮아(석주영, 안옥희, 박인전, 2003), 그 효과가 더 크게 나타났을 것으로 해석될 수 있다. 가정의 보호 아동을 포함하고 있는 사회복지서비스 대상 프로그램은 비대상 아동과의 비교에서 효과성에 유의미한 차이가 나타나지만 가정의 보호 아동만을 가정내 아동과 비교했을 때는 그 차이가 유의미하게 나타났다. 이는 시설이나 그룹홈 등에서 생활하고 있는 가정의 보호 아동의 경우, 지역사회에서 사회복지서비스를 받는 아동을 포함하는 가정내 아동에 비해 생활환경 상의 변이가 적어 가정내 아동에 비해 프로그램 효과가 높았을 것으로 해석될 수 있다. 사회복지시설 안에서 생활하는 가정의 보호 아동에 대해서는 참여도와 같은 프로그램 효과에 영향을 미칠 수 있는 중요한 요인들의 통제가 용이할 수 있어 그 효과성이 두드러지게 나타났을 가능성이 있다. 한편, 가정의 보호 아동을 대상으로 하는 효과성 연구가 상대적으로 적어 향후 더 많은 연구가 필요할 것으로 판단된다.

또한, 실험설계에 따른 프로그램의 효과크기 차이는 실험군과 대조군을 포함하는 실험설계와 유사-실험설계 프로그램이 단일사례 유사-실험설계를 사용한 프로그램 보다 더 높은 것으로 나타났다. 이는 실험설계상 프로그램의 효과이외에 개입 효과를 오염시킬 수 있는 외부의 영향 요인을 배제한 효과가 나타난 것으로 판단된다. 단일사례 유사-실험설계의 경우, 내적 타당도가 떨어져 통계적으로 유의미한 효과가 검증되었다 할지라도 그 결과를 신뢰하기 어렵다. 또한, 대부분의 연구들에서 표본 수가 작은 제한점이 있었다. 이는 연구의 결과를 일반화할 수 있는 외적 타당도를 떨어뜨리는 것으로 프로그램의 효과성을 해당 연구에서 벗어나 전체 아동에게 적용시키기 어렵다. 따라서 향후 프로그램의 효과성 연구에서는 순수한 개입의 효과 검증을 위해 표본수를 보완하고,

무작위 배정 과정을 포함하는 실험설계의 사용이 필요할 것으로 판단된다.

마지막으로, 자아존중감 향상 프로그램의 개발과 효과성 연구 시, 아동의 인구학적 특성이 고려될 필요성이 있는 것으로 판단된다. 10대의 아동·청소년 가운데 초등학교 고학년(4·5·6학년)의 경우, 학년이 낮을수록 자아존중감이 높아지고(장진경, 전종미, 정영혜, 2015), 중학생의 경우 학년이 높을수록 자아존중감이 높아진다(정익중, 2007). 또한, 10대의 아동·청소년의 경우, 남자 아동이 여자 아동에 비해 자아존중감이 더 높고 성별에 따른 자아존중감의 차이는 유의미한 것으로 보고되고 있다(손병덕, 허계형, 2016; 송순, 오선영, 2014; 김소영, 2013). 그러나 본 연구에서 고찰된 프로그램들은 성별과 연령의 차이에서 나타날 수 있는 자아존중감 향상 효과 차이를 간과한 경향이 있고 연령과 성별에 따른 효과크기를 검증할 자료가 부족하여 본 연구 또한 그 차이를 검증하지 못하였다. 대상 아동의 인구학적 특성을 프로그램의 개발 과정이나 효과성 연구에 반영한다면, 더 효과적인 자아존중감 향상 프로그램의 개발과 더욱더 타당한 효과성 연구가 이루어질 수 있을 것이다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다. 우선, 프로그램의 효과에 대한 통계적인 유의성이 나타나지 않을 경우, 학술지 게재율이 낮기 때문에 프로그램 메타분석의 신뢰할 만한 결과를 얻기 위해서는 발표되지 않은 연구나 찾기 어려운 연구 등의 회색 문헌(grey literature)을 포함할 것이 권장된다(Joobar et al., 2012). 본 연구의 결과 해석시, 회색 문헌이 포함되지 않았음을 인지할 필요성이 있다. 또한, 검색어 및 학술정보시스템 선정 과정, 그리고 학술지 검색 과정에서 관련 연구의 누락 가능성이 있어, 발표된 모든 자아존중감 향상 프로그램 연구가 본 연구에 포함되지 않았을 수 있다. 그리고 자료 추출 및 코딩 과정에서 신뢰도 확보를 위해 실시한 예비 코딩 절차에서 두 연구보조원의 일치도(80% 이상)가 다소 낮아 추출된 자료의 신뢰도에 제한이 있을 수 있으나 제3자(본 연구자)의 정보 일치성 검증 절차를 통해 재확인 하는 과정을 거쳐 추출된 정보에 대한 신뢰도 확보를 위한 노력을 기울였다. 마지막으로, 본 연구는 자아존중감 향상 프로그램의 다양한 종류를 포함시켜, 김현민과 권현용(2017)의 연구를 보완하였지만 결과적으로 중·고등학생의 10대 후반 아동을 대상으로 하는 연구가 거의 포함되지 않아, 본 연구의 결과를 10대 후반 아동에게 적용하는데 한계가 있다.

이러한 제한점에도 불구하고, 본 연구는 아동복지 현장의 자아존중감 향상 프로그램의 정보와 효과성을 종합적으로 살펴보고, 메타분석에 기반한 분석 결과를 제시함으로써

써 아동복지 실천 현장과 연구 영역에서 활용할 수 있는 자아존중감 향상 프로그램에 대한 증거를 마련하였다. 아동대상의 자아존중감 향상 프로그램은 효과가 있는 것으로 본 연구는 밝히고 있다. 따라서 아동복지 실천 현장에 자아존중감 향상 프로그램을 확대 보급하기 위한 정책적·실천적 지원이 필요할 것이다. 아동복지 예산의 확충을 통해 다양한 실천 현장에서 자아존중감 향상 프로그램을 아동의 욕구에 맞게 적시적소에서 실시 가능하도록 하여야 할 것이다. 실천 현장에서는 자아존중감 향상 프로그램의 실행 및 실천을 지지하는 환경을 조성하고, 체계적인 프로그램 매뉴얼을 마련하여 실천가가 필요시 자유롭게 프로그램을 실시할 수 있는 여건을 마련할 필요성이 있다. 또한, 실천가를 대상으로 동료 슈퍼비전, 교육 및 코칭의 기회를 제공하여 실천 현장에 부합하도록 프로그램을 수정·보완하여 효과성을 높일 수 있도록 해야 할 것이다. 다음으로 본 연구의 결과를 바탕으로 한 자아존중감 향상 프로그램의 설계 및 수정·보완의 방향은 다음과 같다. 우선, 자아존중감 향상이 프로그램의 집중적인 목표가 되어, 이러한 목적을 달성하기 위한 체계적인 일련의 회기와 내용 구성이 필요할 것이다. 둘째, 아동을 대상으로 하는 자아존중감 향상 프로그램은 미술, 놀이와 같은 예능을 프로그램의 내용에 포함 할 것을 제안한다. 마지막으로, 아동 대상의 자아존중감 향상을 위한 프로그램은 긴 회기 구성을 지양하고, 10회기에서 20회기 미만으로 구성하는 것이 자아존중감 향상에 보다 효과적일 것으로 판단된다.

이상정은 미국 University of Maryland Baltimore에서 사회복지학 박사학위를 받았으며, 현재 한국 보건사회연구원 부연구위원으로 재직 중이다. 주요 관심분야는 아동복지, 아동보호 체계, 가정외 보호아동 자립지원이며, 현재 가정외보호 아동의 보호 만족도, 발달 성과, 아동학대 등을 연구하고 있다.
(E-mail: sjlee@kihasa.re.kr)

정익중은 미국 University of Washington에서 사회복지학 박사학위를 받았으며, 현재 이화여자대학교 사회복지학과 교수로 재직 중이다. 주요 관심분야는 아동권리와 가정외보호 아동 발달 등이며, 현재 가정외보호 아동의 발달 산물, 자립 경험, 아동학대 등을 연구하고 있다.
(E-mail: ichung@ewha.ac.kr)

참고문헌

- 강기정, 정은미. (2003). 그룹홈 아동의 자아존중감 증진을 위한 자기성장 집단상담 프로그램 효과 연구. *Family and Environment Research*, 41(11), pp.171-187.*
- 강명희, 신근화. (2011). 집단미술치료가 지역아동센터 아동의 자아존중감 향상에 미치는 효과. *아시아아동복지연구*, 9(2), pp.85-111.*
- 강진령, 이영주. (2009). 진로의식 · 탐색 프로그램이 초등학교 아동의 학습동기와 자존감 향상에 미치는 효과. *진로교육연구*, 22(1), pp.113-125.*
- 강희경. (2002). 저소득층 아동의 자아존중감 향상을 위한 방과후 집단프로그램. *한국보육학회지*, 2, pp.7-19.*
- 강희숙, 최세영. (2012). 집단미술활동이 지역아동센터 아동의 자아존중감과 의사소통에 미치는 효과. *예술심리치료연구*, 8(4), pp.167-190.*
- 공계순, 서인해. (2006). 증거기반 사회복지실천에 대한 이해와 한국에서의 적용가능성에 관한 연구. *사회복지연구*, 31, pp.77-102.
- 김기영, 김춘경. (2003) 사회적 기술 증진 프로그램이 시설아동의 자아존중감과 사회적 기술에 미치는 효과. *한국아동복지학*, 16, pp.7-36.*
- 김미성. (2001). 시설 아동의 자존감과 사회적 향상을 위한 음악치료의 효과: 사례 연구를 중심으로. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 김미한. (2012). 명상 캠프 프로그램이 아동 및 청소년의 우울, 불안, 자아존중감에 미치는 효과 비교. *한국콘텐츠학회논문지*, 12(4), pp.338-348.*
- 김민주, 이사라. (2017). 부모의 과잉기대 및 간섭과 고등학생의 자아존중감이 학교적응에 미치는 영향. *한국인간발달학회 학술대회*, 14, p.116.
- 김선희, 김소정. (2016). 저소득 빈곤가정 아동의 심리정서지원을 위한 여름학교 집단미술프로그램 (Mind Art Program) 의 효과. *예술교육연구*, 14(2), pp.41-55.*
- 김소영. (2013). 고등학생의 일상생활 스트레스, 자아존중감, 정서조절, 심리사회적 적응 간의 관계-다집단 분석을 통한 성별 차이 탐색. *청소년문화포럼*, 35, pp.92-113.
- 김숙경. (2007). 그룹홈 아동의 자아존중감 향상을 위한 성장훈련프로그램의 효과 검증. *아시아아동복지연구*, 5(2), pp.1-21.*

- 김순규, 장영숙, 정미라. (2012). 저소득가정 아동을 위한 멘토링 프로그램이 학습동기 및 자아존중감에 미치는 영향. *재활심리연구*, 19(3), pp.531-546.*
- 김유순, 김은영. (2009). 빈곤아동의 심리사회적 적응 향상을 위한 해결중심집단프로그램의 효과성 연구. *가족과 가족치료*, 17, pp.153-173.*
- 김정화. (2014). 노인 만성질환자 가족개입 효과에 관한 메타분석. 박사학위논문, 이화여자대학교
- 김정희, 정다운. (2011). 집단미술치료 프로그램 참여가 저소득층 한부모가족 아동의 자아존중감 및 또래관계에 미치는 효과. *한국생활과학회지*, 20(5), pp.967-981.*
- 김주현. (2010). 집단미술치료가 모자 보호시설 아동의 불안 및 자아존중감에 미치는 영향. *한국예술치료학회지*, 10(2), pp.129-152.*
- 김춘경, 김미화. (2005). 독서치료 프로그램이 우울아동의 우울감, 일상생활 스트레스, 자존감에 미치는 효과. *한국아동복지학*, 19, pp.75-105.*
- 김태희, 신현균. (2011). 인지행동 프로그램이 빈곤 가정 아동의 우울 취약성 감소에 미치는 효과. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 30(4), pp.907-927.*
- 김현민, 권현용. (2017). 청소년의 자아존중감 향상을 위한 집단미술치료 효과에 대한 메타분석. *미술치료연구*, 24(1), pp.157-175.
- 김혜영. (2001). 방임 아동의 자존감 (self-esteem) 향상을 위한 현실치료 프로그램 개발 및 효과성 연구. *아동과 권리*, 5, pp.61-80.*
- 김홍열, 이은숙. (2009). 원예치료 프로그램이 결손가정아동의 자아존중감 및 충동성에 미치는 영향. *인간식물환경학회지*, 12(1), pp.19-25.*
- 노충래, 박근혜, 서지원. (2009). 위탁아동의 가정위탁만족도에 관한 연구: 가정위탁 유형의 개인, 위탁부모 및 서비스 요인을 중심으로. *한국아동복지학*, 29, pp.155-185.
- 목진세. (2012). 저소득층아동의 자아존중감 향상을 위한 집단미술치료 효과성 연구-지역 아동센터 중심으로. *한국인간복지실천연구*, 9, pp.59-95.*
- 박경문, 서순영. (2005). 독서지도 프로그램이 아동의 자아존중감과 대인문제해결력에 미치는 영향. *초등교육학연구*, 14(2), pp.39-57.*
- 박경화, 장성화, 이효자. (2016). 집단미술치료 프로그램이 지역아동센터 아동의 자아존중감과 사회성에 미치는 영향. *아동교육*, 25(3), pp.173-192.*
- 박명희. (2017). 다문화가정 학생들의 학업성취 영향요인들 간 구조적 관계. *다문화교육연*

구, 10(4), pp.27-54.

- 박설미, 여인숙. (2009). 사례연구: 놀이 중심의 이야기치료 프로그램이 한부모 가정 아동의 자아존중감에 미치는 효과. *놀이치료연구*, 13(2), pp.29-44.*
- 박영희, 신혜섭. (2001). 저소득 모자가족 아동방임 개입 프로그램 개발 및 효과성 연구. *한국사회복지학*, 44, pp.146-177.*
- 박지현, 최지영. (2016). 가정폭력노출아동을 위한 자아존중감 향상 집단프로그램이 자아존중감과 내재/외현화 문제에 미치는 효과. *인간발달연구*, 23, pp.91-112.*
- 박현숙. (2013). ADHD 성향 아동을 위한 강점 프로그램 효과성 연구. *사회과학연구*, 29(2), pp.247-270.*
- 백경미, 강건택, 윤은주. (2014). 학급단위 집단미술치료가 초등학생의 자아존중감과 분노조절에 미치는 효과. *미술치료연구*, 21, pp.111-126.*
- 백경미, 김갑숙, 최외선. (2015). 집단미술활동을 활용한 교류분석 프로그램이 초등학생의 자아존중감과 학교생활적응에 미치는 효과. *미술치료연구*, 22, pp.1673-1696.*
- 백경미, 최외선. (2012). 학급단위의 교류분석적 미술치료 운영형태가 초등학생의 자아존중감과 자아탄력성에 미치는 효과. *미술치료연구*, 19, pp.1173-1191.*
- 서지혜. (2006). 무용프로그램이 복지시설 아동의 자아 존중감 및 우울증에 미치는 영향. *한국무용교육학회지*, 17(1), pp.121-132.*
- 석주영, 안옥희, 박인전. (2003). 시설보호 아동과 일반아동의 정서지능과 자아존중감의 특성 및 상호관계. *한국가정관리학회*, 21(6), pp.15-26.
- 선우현. (2010). 일반초등학생을 대상으로 한 집단놀이치료 프로그램의 효과성 연구. *청소년시설환경*, 8(4), pp.75-82.*
- 성미혜, 천성문, 임옥경, 김은경. (2012). 긍정심리치료 프로그램이 우울성향 초등학생의 우울, 자아존중감 및 학교생활적응에 미치는 효과. *동서정신과학*, 15(1), pp.43-58.*
- 손병덕, 허계형. (2016). 아동의 자아존중감 영향변인 분석-사회·인구학적 특성, 건강상태, 방임·학대, 또래 의사소통·소외, 교사와의 관계를 중심으로. *청소년학연구*, 23(10), pp.317-337.
- 손화희, 임선빈. (2003). 학령기 아동의 방과후 자아존중감 프로그램 개발 및 참여효과에

- 관한 연구. 아동학회지, 24(2), pp.123-134.*
- 송순, 오선영. (2014). 청소년의 성별에 따른 자아존중감, 문제행동 및 모-자녀간의 의사소통이 학교생활적응에 미치는 영향. 한국엔터테인먼트산업학회, 2, pp.93-103.
- 신우중. (2015). 왜 메타분석을 하는가?. Hanyang Med Rev, 35, pp.9-17.
- 양은별, 김태우, 박은혜, 이소연, 정익중. (2015). 청소년의 학교적응에 영향을 미치는 요인: 일반청소년 및 가정외보호청소년 비교를 중심으로. 학교사회복지, 31, pp.311-331.
- 오성삼. (2002). 메타분석의 이론과 실제. 서울: 건국대학교 출판부.
- 유설희, 박보경, 도현심. (2015). 학령 후기 아동의 또래관계 및 자아존중감이 주관적 안녕감에 영향을 미치는 경로. Korean J. of Child Studies, 36(2), pp.55-74.
- 이금진. (2011). 학령기 경계선 지능 아동의사회성숙도와 자존감향상을 위한 멘토링 효과성 분석. Korean Journal of Family Social Work, 34(12), pp.137-165.*
- 이상정, 강현아, 노충래, 우석진, 전종설, 정익중. (2017). 가정외보호 아동의 보호만족도에 관한 종단적 연구: 양육시설, 그룹홈, 가정위탁 보호의 비교. 한국사회복지학, 69, pp.97-119.
- 이순복, 손지향. (2011). 창의성 증진 교육, 문화 프로그램이 저소득층 아동의 창의성 및 자아존중감과 신체적 자기효능감에 미치는 효과. 아동교육, 20(3), pp.33-50.*
- 이영옥. (2015) 신체화증상을 호소하는 초등학생의 자아존중감 및 정신건강에 관한 연구. 순천향 인문과학논총. 34(4), pp.175-199.
- 이태인. (1996). 청소년의 자아존중감 향상을 위한 집단사회사업의 효과: 학교사회사업의 도입을 위한 실험연구. 석사학위논문, 연세대학교
- 이현숙, 정현희. (2004). 학교 기반의 사회적 기술 훈련 프로그램이 수줍음 아동의 사회적 기술, 불안, 우울, 자아존중감에 미치는 효과. 한국심리학회지: 학교, 1(1), pp.79-100.*
- 이혜숙. (2013). 점토를 이용한 집단미술치료 프로그램이 시설아동에 미치는 효과: 자아존중감, 우울성향, 학교적응을 중심으로. 조형디자인연구, 16, pp.65-84.*
- 이희자, 정지숙. (2003) 집단심상치료 Program이 시설보호아동의 자아존중감 및 자아효능감에 미치는 효과. 아동가족치료연구, 2, pp.147-168.*
- 장정인, 백진희. (2007). 일반위탁아동의 자아존중감 향상을 위한 자기성장집단상담 프로

- 그림의 효과성 연구. *동광*, 103, pp.94-166.*
- 장진경, 전종미, 정영혜. (2015). 청소년의 자아존중감 및 가족건강성이 다문화 인식에 미치는 영향 연구-초등학생의 성별과 학년을 중심으로-. *한국청소년학회*, 22(7), pp.53-72.
- 전라래, 유재봉. (2015). 계슈탈트 관계성 향상 프로그램 (GRIP) 이 우울성향 초등학생의 자아존중감 및 학교적응에 미치는 효과. *한국계슈탈트상담연구*, 5, pp.93-110.*
- 전준현, 이수천. (2009). 사회적 지지가 그룹홈 청소년의 자아존중감에 미치는 영향. *한국청소년연구*, 20(4), pp.5-28.
- 정문자, 김진이, 김태은, 김수지. (2007). 아동의 리더십 증진을 위한 통합적 프로그램의 효과. *아동학회지*, 28(4), pp.229-244.*
- 정익중, 박현선, 구인희. (2012). 피학대아동이 비행에 이르는 발달경로. *한국사회복지학*, 58(3), 223-244.
- 정익중, 이지연. (2011). 청소년기 비만과 외모만족도가 자아존중감에 미치는 영향: 성별의 조절효과를 중심으로. *정신보건과 사회사업*, 38, pp.60-80.
- 정익중. (2006). 자아존중감과 청소년비행 간의 상호적 영향. *사회복지연구*, 31, pp.133-159.
- 정익중. (2007). 청소년기 자아존중감의 발달궤적과 예측요인. *한국청소년연구*, 18, pp.127-166.
- 주소희. (2002). 이혼가정자녀의 부모 이혼 후 심리사회적응을 위한 프로그램개발 및 효과성 연구. *한국 가족복지학*, 9, pp.77-106.*
- 주영신. (2008). 비행청소년의 중퇴경험에 대한 현상학적 연구. *청소년학연구*, 15(1), pp.247-270.
- 진미영, 서경희, 이효신. (2013). 로봇활용 덕목프로그램이 정서, 행동장애 아동의 자아존중감에 미치는 영향. *특수교육재활과학연구*, 52(2), pp.297-319.*
- 최선남. (2009). 집단미술치료 프로그램이 인터넷 과다사용 아동의 자아존중감과 부모-자녀 의사소통에 미치는 효과. *미술치료연구*, 16, pp.189-210.*
- 최선화. (2000). 편부모가정 아동의 자아존중감 및 사회적응력 향상을 위한 또래집단 프로그램 개발. *한국가족사회복지학*, 6, pp.187-214.*
- 최순옥, 조상윤. (2011). 지역아동센터 이용 아동의 자존감 및 스트레스 대처기술 향상을

- 위한 프로그램 개발과 효과분석. pp.97-117*
- 최인재, 오수연. (2010). 청소년의 학업성취에 영향을 미치는 관련 변인들의 구조적 관계: 부모지원, 자아존중감 및 학교적응을 중심으로. *미래청소년학회지*, 7(3), pp.95-113.
- 최주연, 권정혜, 이재현. (2001). 행동수정 프로그램이 비만아동의 체중감소에 미치는 효과. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 20(4), pp.611-623.*
- 허승희, 최태진, 박성미. (2009). 초등학교 폭력예방을 위한 집단상담 프로그램의 적용과 그 효과 (II): 피해성향 아동을 대상으로. *아동학회지*, 30(1), pp.149-164.*
- 허혜리, 이윤연, 김지은. (2016) 집단예술치료 프로그램이 시설보호아동의 자기표현, 자아존중감, 사회성에 미치는 효과. *통합심신치유연구*, 3, pp.1-17.*
- Ackerman, J. P., & Dozier, M. (2005). The influence of foster parent investment on children's representations of self and attachment figures. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 26(5), pp.507-520.
- Borenstein, M., Cooper, H., Hedges, L., & Valentine, J. (2009). Effect sizes for continuous data. *The handbook of research synthesis and meta-analysis*, 2, pp.221-235.
- Chung, J. M., Hutteman, R., van Aken, M. A., & Denissen, J. J. (2017). High, low, and in between: Self-esteem development from middle childhood to young adulthood. *Journal of Research in Personality*, 70, pp.122-133.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* 2nd edn.
- Egger, M., & Davey, S. G. (1997). Meta-analysis: Potentials and premise. *British Journal*, 315, pp.1371-1374.
- Frisén, A., Jonsson, A. K., & Persson, C. (2007). ADOLESCENTS'PERCEPTION OF BULLYING: WHO IS THE VICTIM? WHO IS THE BULLY? WHAT CAN BE DONE TO STOP BULLYING?. *Adolescence*, 42(168), p.749.
- Joober, R., Schmitz, N., Annable, L., & Boksa, P. (2012). Publication bias: What are the challenges and can they be overcome?. *Journal of Psychiatry & Neuroscience*, 37(3), pp.149-152.
- Lerner, R. M. (2006). Resilience an attribute of developmental system: Comments

- on the papers of Professor Masten & Wachs, In Lester, B. M., Masten, A. S., & McEwen, B. (Eds.). *Resilience in children* (pp.40-51). Boston, MA: Blackwell.
- Littell, J. H., Corcoran, J., & Pillai, V. (2011). 체계적 문헌고찰과 메타분석 (정인숙, 전성숙, 황선경, 김동희, 하주영, 역). 서울: 수문자. (원서출판 2008).
- Luke, N., & Coyne, S. M. (2008). Fostering self esteem: exploring adult recollections on the influence of foster parents. *Child & Family Social Work*, 13(4), pp.402-410.
- Mann, M. M., Hosman, C. M., Schaalma, H. P., & De Vries, N. K. (2004). Self-esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion. *Health Education Research*, 19(4), pp.357-372.
- McNeece, C. A., & Thyer, B. A. (2004). Evidence-based practice and social work. *Journal of Evidence-based Social Work*, 1(1), pp.7-25.
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., & Prisma Group. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *PLoS medicine*, 6(7), e1000097.
- Orth, U., & Robins, R. W. (2014). The development of self-esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), pp.381-387.
- Rosenthal, R., & DiMatteo, M. R. (2001). Meta-analysis: Recent developments in quantitative methods for literature reviews. *Annual review of psychology*, 52(1), pp.59-82.
- Schofield, G., & Beek, M. (2005). Risk and resilience in long-term foster-care. *British Journal of Social Work*, 35(8), pp.1283-1301.

* 체계적 문헌고찰 및 메타분석 포함 논문

부록: 자아존중감 향상 프로그램 연구 요약

연구	프로그램			아동 특성		연구방법			
	유형	총 회기	회기당 시간 (분)	실시 기관	일반/사회복지	가정 내/외 보호	연구 설계	실험 집단 (n)	통제 집단 (n)
최선화(2000)	포래집단	13	-	종합사회 복지관	사회복지 (편부모)	가정내	2	7	
김혜영(2001)	현실치료+	10	70	지역 아동센터	사회복지 (저소득)	가정내	1	9	9
박영희, 신혜섭 (2001)	아동방임 개입	20	-	종합사회 복지관	일반 (저소득)	가정내	2	11	
최주연 등(2001)a	행동수정	49	-	보건소	일반 (비만)	가정내	2	11	
최주연 등(2001)b	놀이	49	-	보건소	일반 (비만)	가정내	2	12	
강희경(2002)	방과후 집단 프로그램+	10	60	종합사회 복지관	사회복지 (저소득)	가정내	2	8	
주소희(2002)	심리사회적응 프로그램	8	-	아동복지 관	사회복지 (저소득)	가정내	2	10	
강기정, 정은미 (2003)	자기성장 집단상담+	8	80	그룹홈	사회복지 (시설보호)	가정의외	1	5	6
김기영, 김춘경 (2003)	사회적 기술 증진	12	60	보육원	사회복지 (시설보호)	가정의외	1 RCT	10	10
손화희, 임선빈 (2003)	방과후자아존중 감프로그램+	53	40	종합사회 복지관	일반	가정내	2	32	
이희자, 정지숙 (2003)	집단심상치료	7	-	보육원	사회복지 (시설보호)	가정의외	1	11	11
이현숙, 정현희 (2004)	사회적 기술 훈련	8	60	학교	일반 (수줍음)	가정내	1	13	13
김춘경, 김미화 (2005)	독서치료	10	60	학교	일반 (우울)	가정내	1 RCT	12	12
서지혜(2006)a	무용	12	120	아동복지 시설	사회복지 (시설보호)	가정의외	1	14	10
서지혜(2006)b	연극	12	120	아동복지 시설	사회복지 (시설보호)	가정의외	1	12	10
김숙경(2007)	성장훈련+	8	120	그룹홈	사회복지 (시설보호)	가정의외	1	8	8

연구	프로그램			아동 특성		연구방법			
	유형	총 회기	회기당 시간 (분)	실시 기관	일반/ 사회복지	가정 내/외 보호	연구 설계	실험 집단 (n)	통제 집단 (n)
박경문, 서순영 (2007)	독서지도	14	-	학교	일반	가정내	1	19	19
장정인, 백진희 (2007)	자기성장 집단상담	10	120	가정위탁	사회복지 (일반위탁)	가정외	2	7	
정문자 등(2007)	리더쉽 증진 통합적	6	150	아동가족 상담센터	일반	가정내	2	26	
강진령, 이영주 (2009)	진로의식, 탐색	12	50	학교	일반	가정내	1	33	32
김유순, 김은영 (2009)	해결중심 집단	8	90	지역아동 센터	일반 (저소득)	가정내	2	28	
김홍열, 이은숙 (2009)	원예치료	20	60	아동복지 센터	사회복지 (결손가정)	가정내	2	7	
박설미, 여인숙 (2009)	놀이중심 이야기치료+	12	60	모자원	사회복지 (시설보호)	가정외	1	3	3
허승희 등(2009)	집단상담	15	40	학교	일반	가정내	1 RCT	11	11
최선남(2009)a	집단미술치료 (Art in therapy)	8	90	학교	일반	가정내	1 RCT	11	10
최선남(2009)b	집단미술치료 (Art as therapy)	8	90	학교	일반	가정내	1 RCT	9	10
김주현(2010)	집단미술치료	16	60	모자 보호시설	사회복지 (시설보호)	가정외	1	5	5
선우현(2010)	집단놀이치료	10	-	학교	일반	가정내	2	75	
강명희, 신근화 (2011)	집단미술치료+	10	60	지역 아동센터	사회복지 (저소득)	가정내	1 RCT	5	5
김정희, 정다운 (2011)	집단미술치료	24	60	지역 아동센터	사회복지 (저소득)	가정내	1	13	13
김태희, 신현균 (2011)	인지행동	10	40	학교	사회복지 (저소득)	가정내	1	18	16
이금진(2011)	멘토링	30	60-120	학교	일반(경제 선 지능)	가정내	2	37	
이순복, 손지향 (2011)	창의성 증진 교육·문화	24	120	학교	사회복지 (저소득)	가정내	2	150	
최순옥, 조상윤 (2011)	웃음요법	8	60	지역아동 센터	사회복지 (저소득)	가정내	2	12	

연구	프로그램			아동 특성		연구방법			
	유형	총 회기	회기당 시간 (분)	실시 기관	일반/사회복지	가정 내/외 보호	연구 설계	실험 집단 (n)	통제 집단 (n)
강희숙, 최세영 (2012)	집단미술활동	5	100	지역아동 센터	사회복지 (저소득)	가정내	2	5	
김미한(2012)a								257	
김미한(2012)b	명상캠프	125	60-110	캠프	일반	가정내	2	159	
김미한(2012)c								40	
김순규 등(2012)	멘토링	245	120	학교, 지역아동 센터	사회복지 (저소득)	가정내	2	193	
목진세(2012)	집단미술치료+	12	90	지역아동 센터	사회복지 (저소득)	가정내	2	8	
백경미, 최외선 (2012)a	교류분석적 미술치료 (10일 집중)	10	90	학교	일반	가정내	2	28	
백경미, 최외선 (2012)b	교류분석적 미술치료(주별)	10	90	학교	일반	가정내	2	27	
성미혜 등(2012)	긍정심리치료	10	40	학교	일반 (우울)	가정내	1 RCT	10	10
박현숙(2013)	감정	10	60	지역 아동센터	사회복지 (저소득)	가정내	1	9	9
이혜숙(2013)	집단미술치료	16	40	아동복지 시설	사회복지 (시설보호)	가정외	1	7	7
진미영 등(2013)	로봇활용 덕목프로그램+	17	45	학교	학교 (행동문제)	가정내	2	9	
백경미 등(2014)	집단미술치료	10	60	학교	일반	가정내	1	25	24
백경미 등(2015)	집단미술활동 교류분석	15	90	학교	일반	가정내	1	30	30
전라래, 유재봉 (2015)	게슈탈트관계성 향상프로그램	10	90	학교	일반 (우울)	가정내	1 RCT	10	10
김선희, 김소정 (2016)	집단미술+	8	60	학교	사회복지 (저소득)	가정내	2	2125	
박경화 등(2016)	집단미술치료	20	60	지역 아동센터	사회복지 (저소득)	가정내	1	7	7
박지현, 최지영 (2016)	집단프로그램	12	60	센터	사회복지 (가정폭력)	가정외	1	7	7

A Meta-Analysis of Self-Esteem Enhancement Programs for Children

Lee, Sang Jung

(Korea institute for
Health & Social Affairs)

Chung, Ick-Joong

(Ewha Womans Univerisity)

This study aimed to organize information about the programs that were designed to improve children's self-esteem and to examine the overall effectiveness. Relevant literatures were searched through academic information system including RISS, DBpia, KISS, and Korean Google Scholar. From 271 studies searched, 52 programs out of 47 studies were finally included for data extraction. A meta-analysis resulted in that the programs were generally effective in improving children's self-esteem with an effect size of 0.89. Subsequent meta-analyses were conducted to examine differences in effect size depending on moderators. As results, characteristics of the programs and study methods differentiated the effectiveness of the programs. Based on our findings, we made suggestions for the development and improvement of self-esteem enhancement programs for children.

Keywords: Self-Esteem, Self-Esteem Programs, Out-of-Home Care, Meta-Analysis