

음식테라피 여가프로그램이 가진 학교폭력 예방의 기대효과*

The Expected Effect of Food-Therapeutical Leisure Program on Preventing School Bullying

박종구** · 김주영*** · 위승희****

Park, Jung-Koo · Kim, Ju-Young · Wie, Seunghee

ABSTRACT

This study examined the expected effect of food leisure-therapy programs on decreasing school violence in adolescents. The study also explored the differences in perception on propensity for school bullying according to an eating habit in order to develop the food therapy program. Data were collected from 243 students from KSCHS (Korea Science of Cookery High School) in Kyonggi city in 2012.

Results show the food therapy program is effective in preventing school violence. The highest coefficient was 'friendship support' after making the food, followed by 'creating a well-being menu'. There were few positive effects on the eating habit on a possibility of prevention of school violence with healthy good eating habits. The study found it advantageous to combine a food-therapeutical leisure program with a changing dietary life attitude.

핵심용어(Key words) : 음식테라피 여가프로그램(Food-therapeutical leisure programs), 학교폭력(School bullying), 식습관(Eating habit), 컨조인트 분석(Conjoint analysis)

* 이 논문은 2012년도 정부(교육과학기술부)의 재원으로 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임(NRF-2012S1A5A2A01021311).

** 동국대학교 호텔관광경영학부 부교수. e-mail: jkpark85@dongguk.ac.kr

*** 동국대학교 호텔관광경영학부 박사. e-mail: iceart@dongguk.ac.kr

**** California State University, Sacramento, Department of Family and Consumer Sciences, Chair and Professor. e-mail: wie@csus.edu

I. 서 론

최근 중학교에서 동급생간 학교폭력으로 피해학생이 자살로 마감한 ‘집단따돌림’ 현상은 청소년 사이에서 발생한 왕따문화의 심각성을 잘 보여준다. 청소년들의 학교폭력 문제는 피해학생의 심리장애, 폭력행동모방, 자살행동 등 사회적 문제화 되고 있다(청소년폭력예방재단, 2011). 다만 기존 폭력, “뺑 서툼”, 일진회처럼 가해자가 명확한 폭력사건보다는 가해자가 다소 모호한 따돌림 행태처럼 가해자를 짚어내기 어려운 쪽으로 선회하고 있다(김현수, 2012; 이승현, 2012).

청소년 시기의 학교폭력은 피해학생의 소심, 자기중심적 행동보다는 가해학생들의 심리적인 공격성향, 입시위주의 교육환경, 학교폭력 영화인 ‘친구’, 말죽거리 잔혹사 등 ‘동조폭력’ 같은 사회적 환경이 주된 요인으로 볼 수 있다(청소년보호위원회, 2002). 또한 인스턴트식품, 육가공식품, 설탕 등을 많이 함유한 음식을 즐기는 나쁜 식습관이 청소년의 비행행동과 간접적인 관련성이 있다는 연구결과도 있다(Gray, 1987). 특히 나쁜 식습관중 저혈당증, 식품알레르기 등은 비행행동과 연관성이 높게 나타났다(박선주·최혜미·모수미·박명윤, 2003).

그동안 체육여가학 분야에서는 청소년의 학교폭력과 사회레크레이션의 효과(권선애, 2013), 교육학 및 사회복지 분야에서는 공격성 저감프로그램의 개발(김상곤·정연정, 2005), 공공행정 분야에서는 치안도우미의 부재(정우일, 2012), 식품영양학 분야에서는 패스트푸드와 폭력성향(박선주 등, 2003) 등 다양한 논의가 있었지만 여가(관광)학 분야에서 상대적으로 비교과과정과 연계한 여가활동이 학교폭력예방을 위한 효과를 밝히고자 하는 시도는 미흡하였다.

청소년 시기의 여가활동은 개인적 차원에서 자중자애의 정신을 함양시키고, 사회성 발달에 도움을 줄 뿐만 아니라 공동체 의식함양(송영민·이훈, 2006; 정철·고미영·오상훈, 2011; 지명원·조태영, 2012) 외에 청소년들에게 학교생활의 태도와 기술, 사회적 적응력의 향상, 원만한 교우관계 형성에 긍정적 영향을 미친다(고동우·김병국·박정화, 2012; 이진형·심재명, 2009; 조아미, 2004).

기존 미술치료, 원예치료, 음악치료 등을 통해 청소년의 자아표현, 자아존중감 향상, 우울 및 불안감 해소 등에 미치는 효과 등을 입증하고자 하는 연구들은 활발하게 이루어졌지만 음식테라피 자체의 기대효과 규명에 대한 연구는 거의 없다. 일반적으로 “음식테라피”란 ‘식품을 매개체로 놀이, 교육, 창작행위가 융합된 창의적인 음식놀이 여가활동’(이정연, 2008)으로 급우들과 함께 음식을 만들면서 교우간 원만한 인간관계를 형성 해주는 여가활동으로 볼 수 있다. 고현·신명신

(2013) 등에 따르면 음식테라피 프로그램은 청각장애 청소년의 자기효능감과 사회성 향상에 효과가 있었다. 음식을 매개체로 한 비교과과정의 여가활동은 학교폭력 예방의 심리치료 프로그램으로 중/고등학교의 교육현장에 활용할 가능성을 제시하였다.

본 연구는 청소년들을 대상으로 첫째, 식습관에 따른 학교폭력 성향의 차이, 둘째, 음식테라피 여가프로그램의 속성들이 학교폭력 성향의 예방효과에 대한 기대효과를 밝히고자 한다. 이를 통해 폭력성향의 고/저에 따른 청소년의 식습관과 일탈성향과의 관련성을 살펴봄과 동시에 놀이, 교육, 문화, 예술, 상담과 치유효과를 가진 음식테라피 여가프로그램의 학교폭력 예방효과를 살펴보고자 한다. 나아가 음식테라피 여가활동을 관광분야의 여가활동의 심리치료 여행/관광프로그램 등 관광교육에 접목할 기초적인 학문적 토대를 제시하고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 학교폭력의 개념과 주된 요인들

학교폭력의 범위는 매우 넓다¹⁾. 주로 “집단 괴롭힘·집단 따돌림”, 혹은 “왕따” 등의 용어로 폭력적·공격적 행위의 한 유형이다. 특히 가해자와 피해자의 힘의 불균형에 기반하고, 한명 혹은 다수의 학생들이 특정한 개인에게 신체적, 언어적, 사회적, 간접적 폭력 등을 장기간 지속적으로 행하는 것으로 볼 수 있다(Olweus, 1993; Samivalli, 2010).

학교폭력은 직접 폭력과 간접 폭력으로 분류된다. 전자인 직접 폭력에는 구타, 피해자의 신체나 소유물에 대해 가해지는 도가 넘치는 장난으로 물리적 폭력, 조롱, 듣기 싫은 별명 부르기, 욕설과 같은 언어폭력 등이 여기에 해당된다. 후자인 간접 폭력에는 사회적 배제, 헛소문이나 뒷말 퍼뜨리기와 같은 것들이다(Olweus, 1993).

문제는 평범한 청소년들도 언제든지 학교폭력의 가해자 혹은 피해자가 될 수 있으며, 실제로 죽음이나 자살시도로 이어지고 있다. 이후에도 오랜 후유증을 남길

1) 『학교폭력 예방 및 대책에 관한 법률』 제2조에 따르면 학교폭력은 장난수준의 수위를 조금 벗어난 행위부터 잔혹한 범죄수준의 행위까지 다양하다. 본 연구에서 “학교폭력”의 개념은 학교 외부보다는 학교 내에서 동급생의 관계에서 발생한 상해, 폭행, 감금, 협박, 악취, 유인, 명예훼손, 모욕, 공갈, 강요, 강제적인 심부름 및 성폭력, 따돌림 등 신체/정신 또는 재산상의 피해를 수반하는 일체의 행위로 규정한다.

수 있는 학교폭력은 실제로 저강도 폭력행위로 볼 수 있다(Samivalli, 2010). 학교폭력은 같은 학교 내에서 학생들 상호간에 발생하는 것으로 첫째, 신체적 폭력은 가법계 위협하며 싸우는 정도로, 둘째, 언어적 폭력은 상대방을 놀리거나 비꼬는 행위, 욕설을 하거나 단점을 말하는 행위로, 셋째, 심리적 폭력은 상황적 협박과 강요, 거부하기, 겁주기, 괴롭힘으로, 넷째, 집단 따돌림은 따돌리기, 전교생이 따돌리기, 무시하기, 고립시키기 등을 통해 피해자를 소외시키는 행동으로, 다섯째, 금품갈취는 학생끼리 돈이나 물건을 빼앗는 행위 등으로 구분될 수 있다.

〈표 1〉 학교폭력의 분류와 괴롭힘의 대표적 사례들

	싸움	병리 행동	폭행	뒷담화	괴롭힘
가해자 상태	흥분/격분	정신병리	흥분/격분	정상	정상
피해자 상태	흥분/격분	무차별	두려움/위축됨	불쾌함	두려움/위축됨
의도성	우발적	의도적	우발적	의도적	의도적
지속성	순간적	지속적	순간적	지속적	지속적
폭력강도	강함	예측불가	강함	약함	약함
주요 폭력수단	신체	무차별	신체, 언어	언어, 간접	모든 종류

자료: 청소년폭력예방재단(2011) 참조

학교폭력의 주된 요인들은 다음과 같다. 첫째, 청소년기의 신체적 발달은 성인에 육박하지만 인지능력 및 판단 능력 등은 부족해 이들이 충동성과 감정폭발을 잘 제어하지 못하기에 폭력행동을 하게 된다(심응철, 1996). 이러한 심리적 불균형은 청소년기의 강한 충동성을 억제하는데 방해가 되며 여러 가지 외부의 유인자극과 결합해 일탈행동이나 비행 등의 학교폭력 행위 등으로 표출되기도 한다.

둘째, 부모간 불화, 부모의 권위적인 양육태도와 방법, 결손가정, 가정의 빈곤, 가정폭력 등이 요인이 된다. 부부간 갈등이나 이별로 인한 결손가정, 가족구성원간의 갈등, 부모의 감시나 훈육 스타일 등으로 구별해 볼 수 있는데(곽금주, 2008), 이러한 요인들은 서로 상호작용하여 어린 자녀들의 공격성향을 키워준다.

셋째, 학교의 편향적인 교육철학과 학생 개개인의 개성을 무시한 획일적인 진로지도, 학교수업에서 주입식 교육, 시험성적에만 의존하는 단선적 평가경향, 인간적 배려가 없는 대형학급, 창의성과 탐구적인 교육 풍토보다는 획일화된 교육풍토, 그리고 입시위주의 교육 등으로 말미암아 학급 친구간에 우정보다는 경쟁관계 등이 결합되어 학교폭력 행위로 분출되어진다(박다애, 2001). 한편 이러한 교육환경은 청소년들에게 강한 불안감과 분노감을 경험하게 하고 나름대로 불량서클을 통해 소속감을 확인하고자 공격적인 하위문화에 편입시키게 된다.

넷째, 대중매체의 폭력 프로그램에 과다한 노출상황에서 청소년들이 실제 생활에서 일어나는 폭력에 대한 감정반응을 둔화시키며, 분노상태에서 폭력을 행사하려는 동기를 조장하여 공격행동을 야기할 수 있다. 폭력적인 TV프로나 영화, 비디오, 학교주변의 유해 환경, 청소년 여가놀이 공간의 부족으로 인한 스트레스를 해소할 수 있는 여가환경의 부족, 청소년 문제에 대한 방관자적 태도 등을 들 수 있다(최자은, 1998).

이러한 학교폭력의 원인들과 상관없이 학교폭력 행동에 대한 결과들은 학생 서로간의 기본적인 인권존중과 배려의식이 부족하며, 장난으로 타인을 괴롭히거나, 가해 학생의 폭력을 당연시하는 잘못된 인식이 청소년들 사이에 크게 작용하는 것으로 보인다. 따라서 향후 학교폭력 예방교육 및 가해학생 선도프로그램에서 급우에 대한 배려심을 키울 수 있는데 효과적인 여가활동 프로그램 등을 도입할 필요성이 있을 것이다(청소년 폭력예방재단, 2011).

2. 식습관과 음식테라피 여가프로그램의 효과

보통 식습관은 한번 형성되면 변화하기가 매우 어렵다. 편식, 폭식 등의 잘못된 식습관은 각종 질병의 원인 외에도 정신건강에도 영향을 미친다. 청소년기의 정상적인 성장발육과 건강증진을 위해서는 균형 잡힌 식사가 이루어져야 하며, 이것은 식욕과 기호에 의해서 이루어지기 보다는 올바른 식습관에 의해서 이루어진다(한명주·고현아, 2000). 청소년들의 잦은 결식, 가공식품과 인스턴트식품의 범람, 빈약한 아침식사, 식사시간의 불규칙, 과도한 학업에 대한 중압감으로 인한 결식 등은 불안정한 정서에도 영향을 미친다(최미경·배윤정·김명희·인수진, 2010). 나쁜 식습관은 육체 외에도 정신적인 스트레스와 불안감, 초조함 등에도 영향을 미친다.

자연적인 (웰빙)음식을 먹은 집단보다 인스턴트, 패스트푸드 등과 같은 고지방, 고염분, 정크푸드(junk food) 등을 먹은 집단이 정서적으로 더 불안하고, 더 충동적이며, 자제력이 더 부족해 공격성향이 높고 나아가 범죄행위까지 유발할 가능성이 높았다(Gray, 1987). 실제로 비행청소년과 일반청소년의 식생활을 비교한 결과, 비행청소년이 일반 청소년보다 자극적인 맛을 더 선호하였고, 쌀밥, 볶음밥, 김밥, 라면, 자장면, 햄버거, 핫도그, 탄산음료, 사탕, 초콜릿 등과 같이 정제된 음식들과 분식류, 인스턴트식품, 고당분의 음식 등을 더 선호하고 자주 먹는 것으로 조사되었다(박종구·이나래, 2012).

비행청소년의 식생활 태도와 식이자기효능감에 관한 결과에서도 비행청소년은 불규칙적이고, 결식을 하는 특성이 있으며, 영양지식과 식생활 태도가 좋지 않았다(최미경 등, 2010). 선행연구(Greecher & Shannon, 1977; Skinner, Salvetti & Ezell, 1985)에 따르면 청소년들이 흔히 즐기는 인스턴트, 패스트푸드 등의 '정크푸드'는 많은 염분과 지방을 함유하고 있어, 청소년기에 이러한 신진대사의 불균형이 장기간 지속될 경우 정서불안과 난폭성의 증상이 나타난다고 하였다(박명운, 2000; Maugchi, 2001). 또한 비행청소년들이 일상생활에서도 결식 및 편식, 패스트푸드 및 잘못된 식습관이 높아서 이런 상황적인 식습관 특성으로 인해 상대적으로 공격행동의 유발 외에도 좌절감이 높은 성향이 있었다(심경희·김성애, 1993).

이영익(2007)은 여가활동 참여에 따른 시험 스트레스 조사연구에서 여가활동에 참가하는 학생들은 참가하지 않는 학생보다 스트레스가 낮다고 하였다. 이는 입시위주의 교육환경으로 항상 입시/시험에 대한 부담이 높은 청소년들에게 여가활동이 가진 긍정적인 효과를 강조하였다(함승우·임근욱, 2009).

학교에서 이루어지는 여가교육의 형태는 스포츠활동, 방과 후 교육활동, 특기적성활동, 동아리(클럽)활동 등 많은 프로그램이 있다. 특히, 교내 동아리(클럽) 여가활동은 자신이 능동적으로 참여하는 자율성이 강한 활동으로서 여가의 본질적인 가치를 내포하고 있다(이석훈, 2012). 이러한 맥락에서 비교과과정인 동아리(클럽) 여가활동참여는 청소년들에게 즐거움 속에서 삶의 질서를 배우며, 협동심을 기르고, 자신의 정체성을 확립하며, 원만한 교우관계를 형성할 수 있게 한다(이석훈, 2012).

본 연구에서 '음식테라피'(food therapy)란 음식의 'food'와 치유의 'therapy'의 합성어로서 음식을 섭취하여 음식이 가지고 있는 다양한 성질을 이용하여 건강을 증진하는 자연치유 건강법을 말한다. 따라서 음식테라피란 식품을 매개체로 하여 창의적인 예술활동을 통해 개인의 심리적 웰니스를 향상시키고 자아성장을 추구하는 심리치료로 볼 수 있다(이정연, 2008).

앞에서 언급한 음식테라피가 가진 심리적 치유효과를 토대로 음식만들기(행위)는 남녀노소 모두 참여가능한 취미, 여가활동으로, 식품은 단지 허기를 채우고 생존에 필요한 영양분을 제공하는 도구 외에 심리적으로 위안을 주는 기능을 하므로 식품을 활용한 여가활동으로 볼 수 있을 것이다. 특히 이러한 식품을 활용한 여가활동은 다른 매체에 비하여 일상생활에서 친숙하고, 식품재료로 작품을 만들어가는 과정은 즉흥적이고, 다양하며 다른 신체적 활동에 비해 부담이 적고, 놀이에 가

까워 남녀노소 누구나 자신을 표현하고자하는 동기유발이 쉽게 이루어질 수 있다(이정연, 2008).

결론적으로 음식테라피 여가활동은 심리적 웰니스를 추구하는 하나의 대안의 여가활동으로서 놀이, 교육, 문화, 예술, 상담과 치유를 통합한 새로운 심리치료 기법으로 학교폭력 예방에도 좋은 효과가 있을 것이다. 급우들과 함께 음식을 만들면서 타인들과 원만한 인간관계를 유지해 가는 여가활동으로서 음식테라피는 학교수업 외에서 중요한 위치를 차지할 수 있다(정철·이훈, 2011). 따라서 청소년들의 심각한 학교폭력에 있어서 학교 내 음식테라피 여가활동 프로그램의 개발은 학교폭력 성향을 지닌 청소년들의 개인적 인성교육 외에 청소년 상호간의 이해를 넓히는데 효과적일 것이다(이석훈, 2012).

III. 연구방법

1. 연구가설

본 연구는 청소년들을 대상으로 나쁜 식습관(편식, 폭식, 과식 등)으로 볼 수 있는 폭식성향에 따른 학교폭력의 차이를 밝히고, 음식테라피 여가프로그램의 학교폭력 예방의 기대효과를 살펴보고자 한다. 이를 통해 식습관과 폭력성향간 관련성을 규명하고, 음식테라피 여가활동의 주된 속성들의 효과를 도출해 급우간 놀이 프로그램, 올바른 식습관 교육 등이 가능한 학교폭력 예방형 여가활동을 찾아보고자 한다.

첫째, 청소년 시기의 식습관은 한번 형성되면 스스로 변화하기가 어렵고 편식, 폭식처럼 잘못된 식습관은 질병과 정신건강에 영향을 주며, 나아가 초조감, 스트레스 등을 통해 공격성향에 영향을 줄 것이다. 비행청소년들에서 나타나는 결식 및 편식, 패스트푸드 및 잘못된 식습관은 거의 공통적이었다(심경희·김성애, 1993). 정크푸드는 많은 염분과 지방을 함유하고 있어 신진대사의 불균형을 유발해 장기간 먹게 될 경우 정서불안과 난폭성의 증상이 나타난다(Skinner, Salvetti & Ezell, 1985). 반면 편식을 자주하거나, 자주 식사를 거르는 등 나쁜 식습관과 친구를 괴롭히거나 따돌림을 하는 학교폭력 성향과는 아무 상관관계가 없을 것이다(박선주 등, 2003)란 반론의 연구결과도 있다. 따라서 청소년의 음식소비패턴(폭식) 성향에 따른 학교폭력성향의 차이를 밝히고자 한다.

[연구가설 1] 폭식을 하는 청소년이 폭식을 하지 않는 청소년들보다 학교폭력 성향이 높을 것이다.

둘째, 음식테라피 여가활동이란 “중/고등학교에서 학교의 수업시간 외에 비교과 활동중 음식을 활용한 급우간 친밀도 향상 중심의 여가프로그램”으로, 청소년들이 스스로 학급동료에게 마음을 열고, 친밀감을 키워나갈 수 있는 여가활동을 말한다. 여가활동의 참여를 통해 새로운 것을 배우거나 흥미로운 일을 할 수 있으며, 같은 또래의 친구들과끼리 건전한 경쟁과 자연스러운 교제를 할 수 있다(Kelly, 1983).

음식물을 학교친구들과 함께 만들어 보는 과정에서 음식테라피 여가활동의 중요소속성들은 음식테라피의 선택권 유무(강제로 건강식단을 지정해 줄 때 對 자유롭게 건강식단을 선택할 수 있을 때), 음식테라피의 식단종류(웰빙식단 메뉴 만들 때 對 패스트푸드 위주의 메뉴 만들 때), 음식테라피의 여가파트너 유무(여러 친구들과 함께 어울려 음식테라피 여가활동할 때 對 혼자서 음식테라피 여가활동할 때), 음식테라피의 여가멘토링 유형(학교친구/급우와 함께 음식테라피 활동을 할 때 對 외부에서 초빙한 민간전문가로 부터 음식테라피 활동을 배울 때), 마지막으로 음식테라피의 친구지원(친구의 지원이 있을 때 對 친구의 지원이 없을 때) 등의 속성변수들을 활용하였다(<표 2> 참조).

〈표 2〉 음식테라피 여가프로그램 구성요소의 속성 구분

구분	속성변수	속성별 특성	
음식 테라피 여가 프로 그램 의 속성	음식테라피 선택권 유무	강제로 건강식단을 지정해 줄 때	자유롭게 건강식단을 선택할 수 있을 때
	음식테라피 식단종류	웰빙식단 메뉴 만들 때	패스트푸드 위주 메뉴 만들 때
	음식테라피 여가파트너 유무	여러 친구들과 함께 어울려 음식테라피 여가활동할 때	혼자서 음식테라피 여가활동할 때
	음식테라피 여가멘토링 유형	학교친구/급우와 함께 음식테라피 활동을 할 때	외부에서 초빙한 민간전문가로 부터 음식테라피 활동을 배울 때
	음식테라피 친구지원	친구의 지원이 있을 때	친구의 지원이 없을 때

음식테라피 여가프로그램의 속성들은 학교폭력 예방효과에 관한 연구를 통해서 다음과 같은 사실을 확인하고자 한다. 첫째, 청소년들은 자율보다는 입시와 성적 향상이라는 목표아래 획일적인 교육환경에 노출되어져 있다. 따라서 음식테라피 여가활동에 있어서만은 강제로 음식테라피 프로그램을 지정해 줄때보다는 자유롭게 음식테라피 프로그램을 선택할 수 있을 때가 친구간에 친밀감과 우애가 더 발

생해 학교폭력 성향이 감소할 것이다.

둘째, 청소년들은 자연적인 음식재료를 활용해 몸에 좋은 친환경웰빙음식을 정성스럽게 만들 때 급우간 토론과 소통이 활발하게 이루어질 수 있다. 반면, 값싸고 빠르게 데우기만 하는 인스턴트, 패스트푸드 음식을 만들 때는 급우간 정서적 교류회기가 적어 학교폭력의 감소효과가 상대적으로 낮을 것이다. 셋째, 청소년들은 또래의 친구들과 함께 소그룹으로 어울려 음식테라피 여가활동 할 때, 신나게 놀며 협동심을 깨닫게 될 개연성이 높다. 반면 혼자서 음식테라피 여가활동 할 때는 학교폭력 성향의 감소효과가 낮을 것이다.

넷째, 학교친구/급우들과 어울려 한마음이 될 수 있는 또래멘토링 체험이 외부에서 초빙한 민간전문가로 부터 음식테라피 활동을 배울 때보다 급우간 동료애가 더 발생할 수 있어, 학교폭력 예방에 더 높은 효과가 있을 것이다. 마지막으로 음식을 만든 후 친구가 나를 칭찬해 줄 때가 무관심할 때보다 심리적으로 자신감도 생기며 유대감도 생기기 때문에 학교폭력 예방의 효과가 더 높을 것이다. 따라서 본 연구의 구체적인 가설은 다음과 같다.

[연구가설 2] 음식테라피 여가프로그램의 구성요소(선택권 유무, 식단종류, 여가파트너 유무, 여가멘토링 유형, 친구지원 등)들은 학교폭력 예방에 영향을 미친다.

2. 자료수집 방법

경기도에 소재한 실업계 학교인 한국조리과학 고등학교(경기도 시흥시 소재)에 재학중인 학생들을 대상으로 총 300부의 설문문을 배포해 최종적으로 243부(81.0%)의 설문자료를 수집하였다. 설문조사는 중간고사 시험 이후 학기말 고사가 없는 기간을 활용해 2012년 10월 10일부터 30일간(총 20여일간)에 걸쳐 이루어졌다.

이 학교의 경우 실제로 음식테라피 여가(활동) 프로그램이 실행되지 않지만, 재학생들을 대상으로 수업 중에 음식조리 및 실습과정이 있는 조리특성화 고교이기 때문에 본 연구주제에 적합한 곳으로 보인다. 조리관련 수업시간을 마친 후 설문조사를 실시하였다. 학생들이 자신의 의견을 솔직히 개진할 수 있도록 익명보장과 함께 수업교사 등이 퇴실 후 자유로운 분위기에서 설문조사를 수행하였다.

설문조사는 학생들에게 음식테라피 여가프로그램 속성들이 가진 학교폭력 예방

효과를 측정하기 위해 5개의 속성들이 상호결합된 가상의 시나리오 카드를 5분간 1회에 한해 조사응답자에게 보여 준 후, 별도로 인쇄된 설문답안에 이들의 학교폭력 예방효과를 자기기입식으로 적도록 하였다. 특히 시나리오 카드들은 칼라복사로 인쇄 후 무작위로 바인딩 하여, 총 8개의 다른 시나리오가 적힌 카드(한글 14 폰트, 동일 칼라색채 및 글자 수 120자 이내로 통일) 형태로 작성되었다. 다음 <그림 1>은 논문의 지면상 “시나리오 카드 1”만 예시한 것이다.



<그림 1> 시나리오 1의 만화설문지의 예

음식테라피 여가프로그램의 구성요소를 구분해, 다음과 같이 시나리오 내용을 첨부하였다.

OO중/고등학교에 재학중인 청소년들을 대상으로 학생들에게 음식테라피 여가 활동 시간을 제공함에 있어 자유롭게 음식 만드는 여가활동을 선택합니다. 패스트푸드 메뉴를 여러 친구들과 함께 하면서 음식제작 과정에 참여가 가능합니다.

3. 측정변수

본 연구에서 '학교폭력'은 물리적 폭력, 조롱, 듣기 싫은 별명 부르기, 욕설, 헛소문이나 뒷말 퍼뜨리기와 같이 학교 내 동료학생, 급우간 피해자에게 가해지는 도가 넘치는 가해행동으로 조작적 정의된다(Olweus, 1978). 또한 음식테라피 여가프로그램이란 "중/고등학교에서 학교의 수업시간 외에 비교과과정에서 행해지는 여가활동으로 음식을 만드는 여가체험 프로그램으로 청소년들이 학급동료에게 마음을 열고, 자아성찰의 기회를 제공하는 여가활동"으로 정의하였다(이정연, 2008). 즉 수업시간 외에 특별활동시간에 심리적 웰빙을 추구하는 하나의 대안으로서 놀이, 교육, 문화, 예술, 상담과 치유를 통합한 새로운 여가심리치료로 볼 수 있다.

본 연구에서 학교폭력의 성향은 친구를 괴롭히거나 따돌린 경험이 있다; 친구의 외모(예: 얼굴, 키, 몸무게)에 대해 놀린 적이 있다; 친구들에게 "XX놈(년)", "XX새끼", "멍청이"등의 욕을 한 적이 있다; 맘에 안 드는 친구에게 별명을 부르며 놀린 적이 있다; 친구에 하기 싫은 일을 억지로 시킨 적이 있다.(예: 강제로 가방을 들게 한다거나 숙제, 심부름 시키기); 친구를 주먹으로 때리거나 발로 찬적이 있다; 친구의 돈이나 물건을 빼앗은 적이 있다; 이메일, 홈페이지 또는 휴대전화(핸드폰)의 문자 등을 통해 친구를 괴롭힌 적이 있다 등의 8항목을 '전혀 그렇지 않다'(1점)-'매우 그렇다'(5점)까지 5점-Likert 척도로 측정하였다.

학교폭력 예방의 기대효과는 다른 아이를 괴롭히거나, 함부로 대하는 폭력성향(별명 부르기, 욕설, 헛소문이나 뒷말 퍼뜨리기 포함)을 없애는데 도움이 되는 기대정도라는 단일 항목으로 측정되어, '전혀 도움이 되지 않는다'(1점)-'매우 도움이 된다'(5점)까지 5점-Likert 척도로 측정하였다.

나쁜 식습관중 '폭식'은 사람들이 섭취하는 양보다 훨씬 많은 양의 음식을 먹는 것으로 먹는 양과 에피소드의 빈도, 섭식의 강박감, 그리고 심리적인 불안이 심하며 이로 인해 나타나는 증상(overeating)으로 조작적 정의하였다(박지은, 2009). 즉 반복적인 폭식을 하되 신경성 폭식증과 같이 체중 증가를 피하기 위한 부적절한 보상행동이 정기적으로 일어나지 않는 경우를 말한다. 폭식/비폭식 그룹은 명목척도로 구분하여 측정하였다.

음식테라피 여가프로그램의 구성요소들은 기존 선행연구에서 거의 찾을 수 없었다. 따라서 연구자와 학교 상담교사 및 전문가 그룹의 면담/인터뷰 결과를 토대로 도출되었다. 본 연구에서 음식테라피 선택권은 의사결정권의 자율성 유무로, 음식테라피 식단종류는 만들고자 하는 음식의 종류, 여가파트너란 여가활동상에

나타나는 부모, 형제, 동료, 교사 보다는 여가활동에 함께 참여하는 청소년 급우들로 한정하며, 친구의 지원(支援)이란 또래지지로써 심리적 관심과 수용의 정도로 정의(구분)하였다.

컨조인트분석은 명칭대로(Considered jointly)복합적 요소를 같이 고려할 때 선호도 측정을 다른 방법보다 정교하게 해 준다는 점에서는 장점이 있으나, 독립변수 속성별 단계를 이분법적으로 단순화하고 자료수집과정이 어려워 타당성 문제가 제기될 수도 있다(Gustafsson, Herrmann & Huber, 2000). 따라서 본 연구에서는 학교폭력 예방효과를 만화형 카툰으로 제작 후 Photoshop을 이용해 최상질의 이미지로 변환시켰으며, 가급적 문자표현을 줄여 이러한 문제점을 최소화를 시도하였다.

IV. 실증분석의 결과

1. 조사응답자의 일반적 특성

조사응답자(n=243)의 일반적 특성을 살펴보면, 성별에서는 여학생이 140명(57.6%)으로 남학생 103명(42.4%) 보다 약간 더 높았다. 조사응답자의 나이는 18세 이상이 142명(58.4%)으로 가장 높은 비율을 차지하였으며, 15-18세가 100명(41.2%), 13-15세가 1명(0.4%) 순으로 나타났다. 또한 가족관계는 부모 모두와 살아계신 경우가 199명(82.3%), 편모가 9명(4.1%), 부모없음이 8명(3.7%) 순으로 나타났다. 이러한 결과는 조사응답자들이 동일한 학교에서 표본추출되어 연령상으로는 거의 차이가 없는 편이며, 조사시 가급적 익명성 보장을 위해 기본적인 인적사항만 최소화하여 조사하였다.

2. 기술적(descriptive) 통계분석

음식테라피 여가프로그램의 구성요소로 이루어진 각 속성별(음식테라피의 선택권, 음식테라피의 식단, 음식테라피의 여가파트너, 음식테라피의 여가멘토링, 음식테라피의 친구지원)로 상호 조합된 가상의 8개 음식테라피 여가프로그램의 시나리오들의 학교폭력 예방의 기대효과를 살펴본 결과, 학교폭력 예방효과의 평균($m=3.21$; $st.d.=.794$)으로 나타났다. 평균($m=3.00$) 보다 약간 상회한 결과 값이 나타난 것은 음식테라피 여가프로그램의 속성들이 긍정적, 부정적 속성들이 교차적으로 나타나기 때문으로 보인다.

〈표 3〉 조사응답자의 일반적 특성

변수	구분	빈도(%)
성별	남자	103(42.4)
	여자	140(57.6)
나이	13-15세	1(0.4)
	15-18세	100(41.2)
	18세 이상	142(58.4)
가족관계	부모	199(82.3)
	편부	1(0.4)
	편모	9(4.1)
	부모없음	8(3.7)
	무응답	26(9.5)

가장 높은 학교폭력 예방효과를 보인 것은 '시나리오 8'(m=4.00, st.d.=.794)로서, 주된 내용은 청소년들이 자유롭게 만들 음식과 식재료를 임의로 선택할 수 있으며, 친환경재료를 통해 몸에 좋은 웰빙음식을 만들고, 여러 급우들과 함께 어울려 협력아래, 학급 급우들과 토론과 논의를 통해 스스로 음식을 만들어 보며, 다 만든 후 친구들이 시식 후 맛있다는 칭찬을 통해 심리적 지원을 해 줄 때, 앞으로 다른 아이를 괴롭히지 않고, 함부로 대하지 않을 것이란 학교폭력 예방효과가 높은 것으로 나타났다.

'시나리오 4'(m=3.62, st.d.=.800)와 '시나리오 5'(m=3.49, st.d.=.816)는 다른 시나리오들에 비해서 상대적으로 높은 학교폭력 예방 기대효과를 지닌 것으로 나타났는데, 두 시나리오들은 음식테라피의 여가파트너, 음식테라피 여가멘토링, 음식테라피의 친구지원 등에 있어서 시나리오 8과 동일하나, 음식테라피 선택권(시나리오 4), 음식테라피 식단(시나리오 5)의 경우에 차이가 있었다.

반면에 학생들에게 가장 선호되지 않는 '시나리오 3'(m=2.43, st.d.=.817)은 강제로 만들 음식이 지정되며, 패스트푸드를 그냥 데워서 음식을 만들고, 다른 친구와 협력없이 혼자 음식을 만들어 보며, 학급우로부터 음식을 만드는 여가활동을 하며, 음식을 만든 후에도 친구가 칭찬 등의 심리적 지원활동이 없을 경우이다. 이러한 음식테라피 여가프로그램은 가장 낮은 학교폭력 예방 기대효과를 가지는 것으로 나타났다.

〈표 4〉 음식테라피 여가프로그램의 학교폭력 예방 기대효과

번호	학교폭력 예방효과 평균(표준편차)	음식테라피 선택권	음식테라피 식단	음식테라피 여가파트너	음식테라피 여가멘토링	음식테라피 친구지원
1	3.38(.689)	있음	패스트푸드	혼자	외부	지원
2	3.10(.713)	없음	웰빙	혼자	외부	지원
3	2.43(.817)	없음	패스트푸드	혼자	내부	비지원
4	3.62(.800)	없음	웰빙	여럿이	내부	지원
5	3.49(.816)	있음	패스트푸드	여럿이	내부	지원
6	3.07(.762)	있음	패스트푸드	혼자	내부	지원
7	2.60(.789)	없음	패스트푸드	여럿이	외부	비지원
8	4.00(.963)	있음	웰빙	여럿이	내부	지원
합계	3.21(.794)					

* 각 시나리오별 번호는 조사응답자에게 보여준 순서와 상관없이 무작위로 추출됨.

이러한 결과를 토대로 향후 학교상담과 병행하는 학교폭력 예방프로그램들을 개발할 수 있다. 즉 학교폭력 예방을 위한 음식테라피 여가프로그램은 학생들이 여가활동의 선정에 있어서 자유롭게 만들 음식식단을 결정하고, 상대적으로 여러 가지 음식조합과 맛을 결정할 수 있는 웰빙음식을 만들고, 여러 급우들과 함께 어울려, 학급 급우들과 토론과 논의로 음식을 만들고, 친구 후 시식 후 맛있다고 칭찬해 줄 경우 급우간 공격성향이 감소되는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 가설 검증시 컨조인트 분석을 통해 명확하게 제시될 수 있다.

2. 가설검정

1) 폭식과 비폭식 청소년의 학교폭력 성향의 차이

[연구가설 1]처럼 식생활에 있어서 폭식하는 습관과 학교폭력간의 관계를 규명하기 위하여 “폭식을 하는 청소년이 폭식을 하지 않는 청소년들보다 학교폭력 성향이 높을 것이다”를 8 항목별로 검정하였다. 가설검정결과 “나는 친구를 괴롭히거나 따돌린 경험이 있다”의 항목에서만 $p < .05$ 수준에서 폭식그룹($m=2.43$, $st.d.=.978$)과 비폭식그룹($m=2.15$, $st.d.=1.091$)간에 차이($t=2.057$, $p<0.5$)가 있는 것으로 나타났다.

반면 다른 항목들에서는 두 그룹간 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 이러한 결과는 식습관(폭식)이 학교폭력 성향의 높고 낮음에 직접적으로 영향을 미치기 보다는 영양 불균형을 통한 학습능률의 저하, 스트레스 증가 등을 통해 짜증스러움, 불만족한 현실 등 학교폭력에 간접적인 중재효과를 있을 수 있다. 향후 연구에

서는 이런 매개효과들의 관계를 규명할 필요성이 있을 것이다.

기존 선행연구에서는 결식 및 편식, 패스트푸드 등 나쁜 식습관을 가진 청소년들이 훨씬 공격적 행동을 유발할 수 있다는 결과가 있다(심경희·김성애, 1993). 올바른 식습관의 형성은 중요한 일이다. 현재의 패스트푸드와 편식 등의 식습관 개선을 여가프로그램을 활용해 습득하게 한다면 학교에서 긍정적인 교우관계 형성에 도움이 될 것이다. 결론적으로 통계적으로 유의한 차이는 없었지만 전체적으로 볼 때, 폭식그룹이 비폭식 그룹보다 상대적으로 교우관계에서 욕설, 외모놀림, 폭력, 괴롭힘 등의 모든 항목에서 학교폭력 성향이 높았다.

〈표 5〉 폭식과 비폭식 청소년의 학교폭력 성향의 차이

구성요인	폭식그룹 (n=97)		비폭식그룹 (n=146)		t값 (p값)
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	
친구를 괴롭히거나 따돌린 경험이 있다.	2.43	.978	2.15	1.091	2.057 (.041*)
친구의 외모(예: 얼굴, 키, 몸무게)에 대해 놀린 적이 있다.	2.88	1.033	2.86	1.080	.095 (.924)
친구들에게 "XX놈(년)", "XX새끼", "멍청이" 등의 욕을 한 적이 있다.	3.24	1.116	3.34	1.110	-.676 (.500)
맘에 안드는 친구에게 별명을 부르며 놀린 적이 있다.	2.66	1.163	2.58	1.242	.532 (.595)
친구에 하기 싫은 일을 억지로 시킨 적이 있다.(예: 강제로 가방을 들게 한다거나 숙제, 심부름 시키기)	1.92	1.152	1.75	1.067	1.137 (.257)
친구를 주먹으로 때리거나 발로 찬적이 있다	2.28	1.116	2.05	1.253	1.422 (.156)
친구의 돈이나 물건을 빼앗은 적이 있다.	1.55	.913	1.45	.947	.827 (.409)
이메일, 홈페이지 또는 휴대전화(핸드폰)의 문자 등을 통해 친구를 괴롭힌 적이 있다.	1.55	1.031	1.52	1.032	.191 (.848)

* $p < .05$.

2) 음식테라피 여가프로그램의 구성요소별 학교폭력 예방 기대효과

[연구가설 2]처럼 음식테라피 여가프로그램의 구성요소별 속성변수(음식테라피 여가선택권, 음식테라피 식단종류, 음식테라피 여가파트너, 음식테라피 여가멘토링, 음식테라피 친구지원 등)들이 학교폭력 예방효과에 영향을 미친다는 연구가설을 검증한 결과, 음식테라피 친구지원의 중요도가 가장 높은 것으로 나타났고

(24.72% 중요도, 1순위), 음식테라피 식단종류(웰빙식단 메뉴 만들 때)'(22.40% 중요도, 2순위), 음식테라피 선택권 유무(자유롭게 건강식단을 선택할 수 있을 때)'(22.21% 중요도, 3순위) 등의 순서로 나타났다. 반면 음식테라피 여가멘토링 유형(14.16%)은 가장 중요성이 낮은 것으로 나타났다.

〈표 6〉 음식테라피 여가프로그램의 속성수준별 부분가치와 중요도

속성 및 속성수준	부분가치	중요성 (%)	순위
음식테라피 선택권 유무			
있음(자유롭게 건강식단을 선택할 수 있을 때)	.2489	22.21	3
없음(강제로 건강식단을 지정해 줄 때)	-.2489		
음식테라피 식단종류			
웰빙(웰빙식단 메뉴 만들 때)	.2459	22.40	2
패스트푸드(패스트푸드 위주의 메뉴 만들 때)	-.2459		
음식테라피 여가파트너 유무			
여럿이(여러 친구들과 함께 어울려 음식테라피 여가활동할 때)	.1615	16.51	4
혼자(혼자서 음식테라피 여가활동할 때)	-.1615		
음식테라피 여가멘토링 유형			
내부(학교친구/급우와 함께 음식테라피 활동할 때)	.0007	14.16	5
외부(외부에서 초빙한 민간전문가로부터 음식테라피 활동을 배울 때)	-.0007		
음식테라피 친구지원			
지원(친구의 지원이 있을 때)	.1852	24.72	1
비지원(친구의 지원이 없을 때)	-.1852		

Pearson's R = .979, Kendall's tau = .786 Significance = .0015이며 부분가치(편상관계수)는 다중회귀분석식의 표준화된 β 와 동일함.

첫째, 음식테라피 여가프로그램을 여가선택권의 유무에 따라 강제할당과 자율선택으로 구분해 살펴본 결과, 청소년들의 여가(자유)시간 활용시 여가활동을 강제적으로 지정해 줄 때($\beta = -.2489$) 보다 자유롭게 여가활동을 선택할 수 있을 때($\beta = .2489$)에 훨씬 높은 학교폭력 예방효과가 나타났다. 이러한 결과는 학교 내에서 동급생과 수업하면서 정해진 학칙과 규칙 아래에서 획일적인 생활을 하는 것을 묵시적으로 강요받는 청소년들이 비교과수업인 여가활동에서 자신의 의지에 상관없이 참여를 강요받기 보다는 자유롭게 음식을 만들어 보고 즐길 수 있는 기회가 보장된 자유선택권이 많은 음식만들기 과정에 더 높은 학교폭력 예방효과를 가진 것으로 나타났다.

둘째, 음식테라피 식단종류에 따라 웰빙(식단 메뉴만들 때)과 패스트푸드(패스트푸드 위주의 메뉴 만들 때)로 구분하여 학교폭력 예방효과를 살펴본 결과, '웰빙

음식을 만들 때($\beta=.2459$)가 패스트푸드(패스트푸드 위주) 메뉴 만들 때($\beta=-.2459$) 보다 더 높은 학교폭력 예방효과가 나타났다. 이러한 결과는 웰빙음식 만들기는 참여한 학생들이 표준화된 레시피로 획일적인 음식만들기에 의존하지 않기 때문으로 보인다. 전자는 결국 친환경식자재를 활용해 D.I.Y.식의 맛있는 음식을 만드는 과정상 아이디어를 친구와 서로 나누며 이를 통해 상호감정적 교류가 가능하기 때문이다. 반면, 패스트푸드 음식만들기는 이러한 과정없이 빠르고 쉽게 간단하게 만드는 과정에서 참여한 학생들 사이에 깊은 정서적 교류의 기회가 상대적으로 적을 수 있다.

셋째, 음식테라피 여가파트너 유무를 여럿이(여러 친구들과 함께 어울려 음식테라피 여가활동할 때)와 혼자(혼자서 음식테라피 여가활동할 때)로 구분한 결과, 여러 친구들과 함께 어울려 음식테라피 여가활동할 때($\beta=.1615$)가 혼자(혼자서 음식테라피 여가활동할 때)($\beta=-.1615$)보다 학교폭력 예방효과가 더 높게 나타났다. 이러한 결과는 혼자 빨리 음식을 만드는 것보다는 급우끼리 여럿이 지혜를 모아 협력해 나가는 과정에서 친구사랑을 직접 체험할 수 있기에 학교폭력 예방효과가 더 높은 것으로 나타났다.

반면에 음식테라피 여가멘토링 유형을 외부에서 초빙한 요리전문강사로 부터 음식을 만드는 과정($\beta=-0.007$)보다 동급생을 활용한 또래상담프로그램(학교친구/급우와 함께 음식테라피 활동을 할 때)을 진행할 때($\beta=0.007$)가 학교폭력 예방효과가 높았다. 이러한 결과는 최근 핵가족화 및 입시위주의 교육방식으로 인해 친구관계에서 어려움을 겪는 청소년들이 외부인의 객관적 도움보다는 친하고 편안한 동급생을 통해서 친구란 무엇인지, 친구와 친밀한 관계를 맺고, 어떻게 이런 관계를 유지시킬 수 있는지를 배울 수 있어 학교폭력 예방효과에서 더 높은 효과가 있는 것으로 보인다.

마지막으로 음식테라피 친구지원이 있을 때($\beta=0.1852$)가 친구의 지원이 없을 때($\beta=-0.1852$)보다 학교폭력 예방효과가 더 높았다. 이러한 결과는 동료친구의 도움과 격려, 인정이 자기효능감에 영향을 주며 효능감 또한 정서적 지원활동으로 표현되어 결국 친구의 소중함을 깨닫게 된다. 이러한 과정이 간접적으로 학교폭력 예방에 효과가 나타났다.

이러한 결과는 학교폭력 예방을 위한 여러 가지 대안중 식품을 매개체로 하여 급우들과 창의적인 놀이교육과 여가활동을 결합시킨 음식테라피 여가프로그램이 타인에 대한 신체적, 언어적인 공격 감소에 효과적일 것이다. 특히 자신의 내면세계를 적극적으로 표현하기 위해서는 자유롭게 건강식단을 선택하며, 또래그룹과

스스로 웰빙음식을 만들 때 이러한 효과는 더 높았다. 주목할 것은 또래집단이나 급우로부터 받을 수 있는 칭찬은 부모나 교사보다 훨씬 클 것으로 보인다. 학교폭력의 가해자, 피해자가 될 수 있는 또래집단에서 받는 긍정적인 사회적 지지로부터 경험한 사랑과 수용, 안정의 느낌은 스트레스 생활 사건에 직면할 때 행동장애를 막아주며, 개인의 자기효능감과 대처 전략을 증진시키도록 도와줄 것이다.

V. 결 론

본 연구는 학교폭력을 예방하고자 청소년의 식습관별 학교폭력성향 및 음식테라피 여가프로그램의 속성별로 학교폭력 예방의 기대효과를 살펴보았다. 주된 연구결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, “폭식을 자주 하는 청소년들이 자주 하지 않는 청소년들 보다 학교폭력 성향이 높다”란 가설은 이들간 차이가 거의 없었다. 청소년들의 학교폭력 성향에 있어 폭식, 정크푸드 등은 청소년들에게 직접적인 학교폭력 성향에 영향을 주지는 않는 것 같다. 오히려 청소년들의 건강한 신체발육을 저해시키며, 신경질적인 반응을 통해 학교폭력에 매개적 효과를 가지는 것으로 보인다. 인스턴트식품을 오래 섭취하게 되면 청소년들의 주의력이 흩어지고, 욕구불만이 쌓여 즉흥적인 성격으로 변할 개연성이 있기에 청소년들의 식습관 조성을 위한 영양교육이 필요할 것이다. 특히 비행청소년들은 단맛과 짠맛을 선호하며 결식과 패스트푸드의 섭취, 편식 등 불규칙적인 식사패턴을 가지고 있기에 이를 위해 가정과 사회, 학교에서 올바른 식습관에 대한 다양한 교육이 선행되어야 할 것이다. 그러나 청소년들의 식습관 개선교육은 기존 단순히 식품의 영양학적 효과를 강조하는 방식에서 향후 즐거운 여가활동을 통해 식생활 개선을 교육시킨다면 교육적 효과는 더욱 높아질 수 있을 것이다.

둘째, 음식테라피 여가프로그램의 속성중 음식테라피 친구지원의 중요도가 24.72%로 학교폭력의 예방에 미치는 효과가 가장 높았으며, 음식테라피 식단종류가 22.40%로 나타났다. 이러한 결과는 청소년들의 학교폭력 예방효과는 건강식단 그 자체를 만드는 것보다는 음식을 만드는 과정에서 급우들과 자연스럽게 상호협력하면서 생기는 교류 및 우호감으로 볼 수 있다. 또한 같은 또래로부터 받는 심리적인 격려가 심리적 안정감을 높이는 것으로 보인다. 따라서 학교폭력 예방효과를 높이기 위해서는 건강식단을 선택할 수 있도록 하고, 웰니스식단 메뉴를 만

들게 하는 것도 중요하지만, 학교친구/급우들과 함께 어울려 놀 수 있는 여가활동을 통해 친구들 간의 우애를 쌓을 수 있도록 해야 할 것이다.

결론적으로 음식테라피와 여가활동과의 연관성은 단지 음식을 만드는 절차로만 한정시키기보다는 함께 소통하고 친구들과 관계변화를 촉진시키는 여가과정으로 볼 필요가 있다. 즉 친구들과 함께 음식을 만드는 과정에서 삶의 질서를 배우며, 협동심을 기르고, 자신의 정체성을 확립하며, 원만한 인간관계를 형성할 수 있다는 측면에서 음식테라피는 사회적 능력향상의 여가활동으로 볼 수 있다. 또한 음식테라피 여가활동이 가진 기대효과를 관과학 차원에서 사회복지 분야와 융복합해 이를 프로그램으로 연계할 수 있는 심리치료 여행/관광프로그램을 개발하여야 할 것이다.

본 연구는 음식테라피 여가프로그램의 학교폭력 예방효과에 대한 고교생의 인식연구에 초점을 두었다. 다만 샘플링과정에서 조사응답자들이 특정한 실업특성화 고교로만 한정되어져 다른 일반계 중/고등학교의 특성을 반영하기에는 무리가 있다. 따라서 전국의 모든 중/고등학교에 적용하기 위해서는 향후 더욱 다양한 샘플링과 교육환경의 차이를 고려할 필요성이 있다.

또한 음식테라피활동은 비 교과목과 연계된 여가활동프로그램임에도 불구하고 본 연구에서는 가상의 설문방식을 취하고 있다는 것이다. 실험집단을 분리하여 실제 프로그램을 경험해 본 대상자들에게 그 효과를 측정했다면 더욱 의미가 컸을 것으로 판단된다. 조사설계시 음식테라피 여가프로그램의 학교폭력 저감효과를 현실적 제반여건으로 인해 실질적인 여가활동을 실행한 후 이에 대한 효과를 직접 측정한 것이 아니라는 점이다. 향후 더 많은 예산지원 아래 실제로 음식테라피 활동을 전후에 학교폭력 예방효과를 계량적으로 측정할 수 있는 실험설계 연구가 이루어져야 할 것이다. 학생들의 개인변수인 성적, 학습역량, 가족관계, 친구와의 친밀성 등 여러 가지 요소를 고려한다면 다른 결과가 도출될 가능성이 있을 것이다. 마지막으로 학생들의 공격성 감소효과는 매우 복잡한 심리과정이기때 향후 질적 연구방법론을 통해 심층적인 인터뷰방식을 병행할 필요성이 있다.

참고문헌

- 고동우·김병국·박정화(2012). 여가정체성, 자기오락화 능력과 여가만족도간의 구조적 관계. 『관광학연구』, 36(6), 57-77.
- 고현·신명신(2013). 푸드아트테라피가 청각장애청소년의 자기효능감과 사회성에 미치는 효과. 『예술심리치료연구』, 9(4), 419-441.

- 곽금주(2008). 한국의 왕따와 예방프로그램. 『한국심리학회지 사회문제』, 14(1), 255-272.
- 권선애(2013). 학교폭력 학생을 위한 음악치료프로그램. 『대한음악치료학회』, 8(1), 1-10.
- 김상곤·정연정(2005). 고등학교 교과연계 학교폭력예방 프로그램 개발. 『학교사회복지』, 9, 61-98.
- 김현수(2012). 학교폭력 연구 방법론에 관한 대안적 고찰: 사회-생태학적 모델의 관점을 중심으로. 『도덕윤리과교육연구』, 35, 179-209.
- 박다애(2001). 학교폭력에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 한림대 사회복지대학원 석사학위논문.
- 박명운(1988). 우리나라 식생활 변천과 건강대책. 『한국영양학회지』, 21(3), 146-153.
- 박선주·최혜미·모수미·박명운(2003). 비행청소년과 일반청소년의 식생활 비교 연구. 『대한지역사회영양학회지』, 8(4), 512-525.
- 박종구·이나래(2012). 비행청소년과 일반청소년을 대상으로 식습관의 비교 및 폭력성향의 영향. 『대한관광학회』, 27(2), 215-238.
- 박지은(2009). 여고생의 식행동 및 영양소 섭취상태에 관한 연구: 스트레스, 우울, 폭식, 비만 정도에 따라. 경희대학교 동서의학대학원 석사학위논문.
- 송영민·이훈(2006). 여가촉진요인의 구조모형 분석: 주5일수업제 청소년 여가환경을 중심으로. 『관광레저연구』, 18(2), 7-24.
- 심경희·김성애(1993). 도시 청소년들의 패스트 푸드의 이용실태 및 의식구조에 관한 연구. 『한국영양학회지』, 26(6), 804-811.
- 심응철(1996). 학교 폭력의 원인. 『제4차 청소년 정책토론회 한국 청소년 교육연구소 자료집』.
- 이병환(2010). 학교폭력 대처를 위한 지역유관기관의 지원체제 정립과 활성화 방안. 『교육문화연구』, 16(2), 45-73.
- 이석훈(2012). 학교폭력 예방을 위한 청소년 여가의 뉴 프레임: 학교스포츠클럽. 『학술논문발표대회 논문집』 여가 및 레크리에이션학회 학술대회, 31-38.
- 이승현(2012). 학교폭력 예방 및 대책에 관한 법률의 개정내용 및 개선방안. 『형사정책연구』, 90, 157-190.
- 이영익(2007). 청소년체육: 중, 고등학생의 여가활동 참가자 시험 스트레스와 신체화 증상에 미치는 영향. 『한국사회체육학회지』, 29(0), 593-604.
- 이정연(2008). 『FAT 1급 양성과정 자료집』.
- 이진형·심재명(2009). 우리나라 관광학술지의 여가연구에 대한 내용분석. 『관광학연구』, 33(2), 9-30.
- 정우일(2012). 학교폭력의 실태 및 대응방안. 『한국범죄심리연구』, 8(1), 177-195.

- 정철 · 고미영 · 오상훈(2011). 진지한 여가성향과 여가동기의 관계. 『관광학연구』, 35(3), 307-327.
- 정철 · 이훈(2011). 여가계약과 여가동기의 구조적 관계. 『관광학연구』, 35(1), 53-71.
- 조아미(2004). 청소년의 여가만족도, 생활만족도, 스트레스가 문제행동에 미치는 영향. 제1청소년패널 학술대회 자료집(미간행). 『한국청소년개발원』.
- 지명원 · 조태영(2012). 청소년의 여가활동이 여가만족, 자아존중감, 삶의 질에 미치는 영향. 『관광학연구』, 36(6), 145-165.
- 청소년보호위원회(2002). 『청소년 유해환경정착측 종합실태조사』.
- 청소년폭력예방재단(2011). 『2011년 전국학교폭력 실태조사 발표 및 경향』.
- 최미경 · 배윤정 · 김명희 · 인수진(2010). 경기도 일부지역 중학생의 식습관 및 영양지식 분석을 통한 영양교육 요구도 조사. 『대한영양사협회 학술지』, 16(2), 133-145.
- 최자은(1998). 청소년 폭력에 대한 태도와 행동에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 한명주 · 고현아(2000). 서울지역 고등학생의 식습관과 스트레스에 관한 연구. 『한국조리과학회지』, 16(1), 84-90.
- 함승우 · 임근욱(2009). 청소년 여가 선호에 따른 수련활동 만족도 연구: 청소년 수련원 프로그램 중심으로. 『관광연구저널』, 23(2), 37-55.
- Gray, J. S.(1987). Species-abundance patterns-In: Gee, J. H. R., & Giller, P. S. (eds), *Organization of communities, past and present*. 27th Symp. British Ecol. Soc. (pp. 53-67). Blackwell Scientific Publications, Oxford.
- Gray, G. E.(1987). Crime and Diet: is there a relationship?. *World review of nutrition and dietetics*.
- Greecher, C. P., & Shannon, B. M.(1977). Impact of fast food meals on nutrient intake of two groups. *Journal of the American Dietetic Association*, 70, 368-372.
- Gustafsson, A. H. A., & Huber, F.(2000). *Conjoint measurement: methods & applications*. New York: Springer.
- Kelly, Y. M.(1983). Status offender can be different: A comparative study of delinquent career. *Crime and Delinquency*, 29, 185-194.
- Maugchi, H.(2001). *Vegetable diet in Japan*. Design house. Seoul: Korea.
- Olweus, D.(1993). *Bullying at school*. Malden, MA.: Blackwell Publishers.
- Salmivalli, C. (2010). Bullying and the peer group: A review. *Aggression and violent Behavior*, 15(2), 112-120.
- Skinner, J. D., Salvetti, N. N., Ezell, J. M., Penfield M.P., & Costello, C.

A.(1985). Applachian adolescents' eating patterns and nutrition intake. *Journal of the American Dietetic Association*, 85, 1093-1099.

2013년 2월 18일 최초투고논문 접수
2014년 4월 7일 최종심사완료 및 게재확정 통보
2014년 7월 17일 최종논문 도착
3인 익명심사 룹