creative commons

COMMONS DEED

저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.

변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 이용허락규약(Legal Code)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

Disclaimer

dCollection

교육학석사학위논문

긍정 심리학의 도덕교육적 적용 방안 연구

2015년 2월

서울대학교 대학원

윤리교육과

이 혜 정

긍정 심리학의
도덕교육적 적용 방안 연구

지도교수 정 창 우

이 논문을 교육학석사학위 논문으로 제출함

2014년 12월

서울대학교 대학원

윤리교육과

이 혜 정

이혜정의 석사학위 논문을 인준함

2014년 12월

위 원 장 _____ (인)

부 위 원 장 _____ (인)

위 원 _____ (인)

【국문초록】

긍정 심리학의 도덕교육적 적용 방안 연구

이 혜 정

최근 학교에서 행복을 가르쳐야 한다는 요구가 생겨나고 있다. 본 논문은 행복 교육에 대한 사회적 요구를 도덕과에서 수용해야 하는가에 대한 문제의식에서 시작하였다. 주로 행복은 도덕과 무관하다는 입장에서는 도덕과 교육 내용으로 행복을 다루는 데 비판적이며 행복 교육과 도덕 교육이 독립적으로 운영되어야 한다고 본다. 그러나 이와 같이 행복이 도덕과 무관하다는 입장에 대하여 재고해볼 필요가 있다. 행복한 삶에 대한 수많은 개념의 공통부분은 사람들이 원하는 삶의 형태라는 점이다. 문제는 사람들이 행복은 원하는 바의 단순 총체이며, 이는 사회적 지위, 명예, 부(富) 등 한 사람이 취했을 때 다른 사람은 가질 수 없는 재화로 치환된다고 생각할 때, 행복의 추구가 비도덕적 행동으로 이어질 수 있다는 점이다. 이에 행복 교육에 있어서 도덕적 고려가 필요하며, 따라서 도덕과에서 행복 교육을 해야 한다. 또한 인습 이전 수준 및 인습 수준의 학생들은 도덕적 행동의 결과에 주목하기 때문에 도덕과에서 도덕성 발달 단계에 적합한 교육을 위해서 행복 교육을 할 필요가 있다.

본 연구는 이런 문제의식을 바탕으로 도덕적 삶과 행복한 삶을 연결시키는 행복 교육의 이론적 배경으로서 긍정 심리학의 특성 및 도덕교육적 함의를 모색하고자 한다. 논의를 통해 긍정 심리학은 심리학의 연구 방

법을 활용하여 행복한 삶은 다원적으로 정의할 수 있으며, 행복한 삶을 살기 위한 실천방법의 토대는 인격의 함양임을 밝혀내었다. 긍정 심리학이 도덕과의 행복 교육의 내용 및 방법 설계에 적용될 수 있는 방안에 대한 연구 과정 및 논의 결과는 다음과 같다.

우선 도덕과 행복 교육의 내용으로서 긍정 심리학의 행복 개념을 고찰하였다. 긍정 심리학은 자신의 긍정성을 발휘할 때 행복하다는 문제의식에서 시작하였다. 또한 긍정 심리학은 인간의 덕성 함양이 행복에 이르는 길이라는 고대 그리스 윤리학의 입장을 수용하면서도, 이들의 행복 개념의 한계를 보완하고자 한 점에 주목하였다. 긍정 심리학에 따르면 고대 그리스 윤리학자의 일원론적 행복개념은 사람들의 다양한 육체적·정신적 욕구를 반영하지 못하는 한계를 가진다. 행복은 강점의 발휘를 통하여 긍정 정서, 관계, 몰입, 의미, 성취를 이루는 것이며, 다섯 가지의 원하는 바를 조화롭게 얻은 상태를 웰빙이라고 명명하였다. 다원적 행복은 사람들의 다양한 욕구를 포함하면서 행복한 삶과 이기적 욕구 충족을 구분할 수 있는 행복 개념이다. 따라서 긍정 심리학의 웰빙을 도덕과 행복 교육에서 활용하여 학생들에게 행복한 삶의 다양한 요소를 제시할 수 있다.

강점을 발휘했을 때, 행복한 삶을 영위할 수 있다는 긍정 심리학의 입장은 강점이 무엇인가라는 문제의식으로 이어졌다. 이에 마틴 셀리그만(Martin Seligman)과 크리스토퍼 피터슨(Christopher Peterson)은 보편적으로 인정받을 수 있는 강점의 목록을 작성하여 인격강점이라고 명명하였다. 인격강점은 여덟 개 문화권의 종교적, 윤리적 논의를 개관한 후 선별되었다는 점에서 도덕적 가치를 포함하고 있다. 본 논문에서는 셀리그만과 피터슨의 인격강점과 여덟 개 문화권의 종교적, 윤리적 논의와의 유관성을 집중적으로 탐색하였다. 또한 긍정 심리학에서는 여덟 개 문화권의 공통된 덕의 목록인 인격강점은 서구뿐 아니라 우리나라 문화에서

행복과 상관관계가 있음을 밝혔다. 이를 활용하여 인습 이전 및 인습 수준 학생들에게 적합한 도덕과 교육과정의 내용을 선정할 수 있다.

최종적으로 이상의 긍정 심리학의 논의들이 도덕과 교육과정에서 구체적으로 적용될 수 있는 방안을 제안하였다. 긍정 심리학의 인격강점과 행복의 상관관계 연구는 도덕과 교육과정 성취 기준 구체화와 행복 교육 방법 다양화에 기여할 수 있을 것이다. 대다수의 사람들이 행복한 삶을 원한다는 측면에서 행복은 인간의 보편적이고 강력한 동기이다. 행복을 추구하는 동기가 도덕적 실천을 위한 동기로 연결될 수 있도록 도덕과의 행복교육에 대한 지속적 관심이 필요하다.

* 주요어: 행복, 웰빙, 인격강점, 긍정 심리학, 마틴 셀리그만, 크리스토퍼 피터슨, 아리스토텔레스, 쾌락주의
* 학번: 2009-21494

목 차

Ⅰ. 서론 ····· 1

1. 연구 목적 ····· 1
2. 연구 방법 및 범위 ····· 5

Ⅱ. 긍정 심리학의 등장배경과 이론적 기초 ····· 10

1. 긍정 심리학의 등장 배경 ····· 10
   1) 기존 심리학에 대한 반성과 관점 전환 ····· 10
   2) 긍정 심리학의 개념 및 의의 ····· 11
2. 긍정 심리학의 이론적 기초 ····· 15
   1) 심리학적 기초 ····· 15
   2) 윤리학적 기초 ····· 16

Ⅲ. 긍정 심리학의 웰빙과 인격강점 관계 연구 ·· 24

1. 긍정 심리학에서 웰빙의 구조 ····· 24
   1) 쾌락주의 윤리설과 주관적 웰빙 ····· 24
   2) 자아실현 윤리설과 심리적 웰빙 ····· 26
2. 웰빙에 이르는 덕으로서 VIA분류체계 ····· 27
   1) VIA분류체계의 핵심 덕목 ····· 27
   2) VIA분류체계의 인격 강점 ····· 35
   3) 인격강점과 웰빙의 측정 ····· 64

Ⅳ. 긍정 심리학의 도덕교육적 적용 방안 ····· 72

1. 도덕과에서 행복 교육의 목표 개선 ····· 72
1) 도덕과에서 행복 개념의 다원화 ····· 72
2) 도덕성 발달단계에 근거한 행복 교육의 목적 제시 ·· 74
2. 도덕과 성취기준 개선 ····· 78
1) 도덕과에서 행복 교육의 성취기준 개선 ····· 78
2) 도덕과 교육과정에서 성취기준 구체화 ····· 80
3. 도덕과 행복 교육 방법 개선 ····· 84
1) 긍정 교육에 대한 비판적 평가 ····· 84
2) 도덕과 행복 교육의 방법 다양화 ····· 90

Ⅵ. 결론 ····· 93

참고문헌 ····· 97

ABSTRACT ····· 103

표 목 차

<표 1> 주관적 웰빙의 요소 ····· 25
<표 2> 미국과 스위스의 인격강점과 웰빙의 상관관계 ··· 67
<표 3> 한국의 인격강점과 웰빙의 상관관계 ····· 69
<표 4> 콜버그의 도덕성 발달 6단계 ····· 76
<표 5> 도덕과 성취기준 개선안 ····· 80
<표 6> 인격강점과 웰빙의 상관성 ····· 83
<표 7> 펜실베이니아 회복탄력성 프로그램 ····· 85

Ⅰ. 서론

1. 연구목적

생존이 삶의 목적인 동물과 달리 인간은 '무엇을 위해 살아가는가?'를 의문을 제기할 수 있는 사고 능력을 가지고 있다. 삶의 목적에 대한 답변은 부(富), 쾌락, 건강, 진리, 아름다움, 도덕, 종교 등 개인의 주관적 가치에 따라 다양할 것이다. 그리고 대다수의 사람들은 위와 같은 개인의 가치를 포괄적으로 나타내는 행복을 삶의 목적으로 삼고 있다. 문제는 우리나라의 최근 분위기가 물질 만능주의로 흘렀고, 이로 인하여 돈이 많은 삶이 행복한 삶이며 돈을 제외한 모든 가치는 무시할 수 있는 요인으로 간주하는 분위기가 형성되었다는 점이다. 물질이 행복한 삶을 보장한다는 그릇된 통념은 '10억이 생긴다면 잘못을 하고 감옥에 들어가도 괜찮다.'에 많은 청소년들이 '그렇다'고 답하는 결과를 낳았다[1].

10억을 가질 수 있다면, 비도덕적 행동을 하겠다는 청소년들에게 도덕교과가 가르쳐줄 수 있는 것은, 도덕적 삶이 행복한 삶과 긴밀하게 연결되어 있다는 점이다. 학생들이 다른 가치를 도외시한 채 행복을 바란다면, 행복에서 도덕성에 대한 교육을 시작하는 것이 학생들의 눈높이에 알맞은 교육일 것이다. 행복하고자 하는 학생들에게 도덕성을 가르칠 수 있는 방법은 긍정 심리학에서 찾을 수 있다.

긍정 심리학은, '좋은 삶이란 무엇인가?'라는 문제의식에서 출발하여 긍정적 정서, 긍정적 특질, 긍정 기관에 대한 연구로 광범위하게 뻗어나

1) 이 결과는 홍사단 투명사회 본부 윤리연구센터에서 2012년 서울, 인천, 그리고 경기도 소재 초등학교 33개 (2000명), 중학교 25개 (2000명), 고등학교 25개(2000)명을 대상으로 실시한 설문조사 결과이며 표본오차는 95% 신뢰수준에서 ±3.8%이다.(www.cleankorea.net)

간 심리학의 한 분야이다. 긍정 심리학자들은 행복한 삶을 과학적으로 개념화하고 이를 측정할 수 있는 도구들을 개발해왔다. 또한 인간의 긍정적 성품을 계발하는 것이 행복의 토대가 된다는 상관관계를 밝혀내었다.

행복한 삶은 무엇이고, 행복한 삶을 살기 위해서 어떻게 살아야 하는지에 대하여 수많은 종교와 윤리학자의 다양한 견해가 나타났다 사라졌으나 여전히 행복에 대한 답은 없다. 무엇이 행복이고 어떻게 행복한 삶을 살아갈 수 있는지에 대한 설득력 있는 주장이 부재한 상황에서 우리는 행복에 이르는 확실한 길이 경제력이라는 착각에 빠진 채 소득수준의 향상을 위해서만 달려왔다. 그러나 셀리그만(M. Seligman)에 따르면, 20세기 이후 미국을 위시한 경제번영을 일구어왔던 나라에서 우울증을 앓는 사람은 50년 전에 비해 10배 늘어난 반면 행복지수는 거의 오르지 않았다[2].

셀리그만은 심리학이 인간의 정신적 문제를 해결할 수 있을 뿐 아니라 정상적인 생활을 영위하는 사람 모두에게 좋은 삶을 제시해줄 수 있다는 신념을 가지고 행복에 대한 연구를 시작하였으며, 그 결과가 긍정 심리학이다.

셀리그만에 따르면 웰빙의 구성 요소는 긍정 정서(positive emotion), 긍정적 관계(positive relationship), 몰입(engagement), 의미(meaning), 성취(accomplishment)이다. 웰빙의 다섯 가지 구성요소는 웰빙의 필요조건으로 웰빙의 요소이자 측정기준이다. 다차원적 의미의 웰빙을 긍정 심리학의 주제로 위치시킴으로써 웰빙이 단일한 요소로 환원할 수 없는 개념임을 확인하였다.

긍정적 정서는 행복과 삶의 만족도를 포함하는 개념으로 쾌락, 황홀, 희열, 따뜻함, 안락과 같은 느낌이다. 몰입은 시간가는 줄 모르고 어떤

2) M. Seligman (우문식·윤상윤 역) 『플로리시』(서울: 물푸레, 2011) p. 126.

일에 완전히 빠져있는 상태이다. 우리는 특정한 대상에 빠져 있을 때 사고와 감정이 결여된다는 점에서 의미는 자아보다 더 소중하다고 믿는 어떤 것, 예를 들어 종교, 정당, 환경 등에 소속되고 기여하는 것에 기초한다. 성취는 게임에서 이기는 것, 정복 등 경쟁에서 이기는 것 혹은 특정한 목표를 달성하는 것이다. 긍정적 관계는 긍정적인 것이 홀로 있는 경우는 극히 드물다는 통찰에서 비롯된 요소이다. 이상의 웰빙의 요소들은 모두 웰빙 형성에 기여하면서 많은 사람들이 그 자체가 좋아서 추구하며 다른 요소들과 독립적으로 정의되고 측정된다.

웰빙의 다섯 가지 요소는 인격강점(character strength)에 의하여 고양된다. 인간을 웰빙으로 이끌기 위해서는 인간의 긍정적 측면을 확인할 수 있는 기준이 필요하다. 긍정적 측면의 평가 기준인 VIA분류체계(Value in Action Classification of Character Strengths and Virtues)는 셀리그만과 피터슨(C. Peterson)이 세계 여러 문화권의 덕에 대한 방대한 자료를 수집하여 추출해 낸 보편적 핵심 덕목과 핵심 덕목에 이르는 방법으로써 인격강점의 목록이다. 셀리그만과 피터슨은 인간 역사의 다양한 덕목을 취합하여 각 인격강점을 개념화 하였으며, 측정 도구 및 개발 방법을 제시하였다.

셀리그만은 긍정 심리학의 연구를 바탕으로 학교에서 웰빙을 가르쳐야 한다고 주장한다. 웰빙의 의미 및 인간의 삶을 웰빙으로 이끄는 방법에 집중하였던 긍정심리학은 미국의 9.11 테러 생존자들 변화를 지켜보며 학문적 관심을 회복탄력성에까지 확대한다. 자연재해, 폭력 등의 끔찍한 경험을 한 사람들 중 위기경험 이전에 비하여 삶을 보다 나은 방향으로 이끄는 사람들이 있다. 이들을 외상 후 성장으로 이끄는 힘을 회복탄력성이라고 보고 이를 학교에서도 가르쳐야 한다는 입장을 취한다.

이상으로 살펴본 긍정 심리학의 연구를 도덕과 행복 교육에 활용할 방안을 찾아보고자 한다. 본고는 다음의 문제의식을 바탕으로 진행될 것이

다. 첫째, 긍정 심리학의 측정 가능한 웰빙의 요인은 무엇인가? 둘째, 인격강점을 함양하면 웰빙에 이를 수 있는가? 셋째, 도덕 교과에서 행복을 교육함에 있어서 긍정 심리학의 시사점은 무엇인가?

도덕과는 학생들이 인간다운 삶을 사는 데 필요한 바를 교수· 학습하는 교과이다. 이 때 인간다운 삶이란 인격완성을 의미하며, 완성된 인격은 도덕적 성찰 능력을 가진 자율적이고 통합적인 인격이다. 즉, 도덕과의 교육 목적으로서 도덕적 인격은 자율적인 삶 속에서 도덕적 가치를 실천할 수 있는 사람이다. 이는 공자의 종심소욕불유구(從心所慾不踰矩), 소크라테스의 '검토된 삶'을 사는 인간에 가까운 인간상이다. 문제는 '내가 자율적으로 원하는 바'가 '도덕 원리에 알맞은'은 사람은 도덕적으로 매우 높은 수준에 도달한 인간상이라는 점이다. 도덕과의 교육 대상인 학생들은 '하고 싶은 것'과 '도덕적으로 해야 하는 것'사이에 갈등을 겪는다. 따라서 도덕과에서는 학생들이 하고 싶은 것, 즉 웰빙이 도덕과 대립되는 개념이 아님을 보여주어야 한다. 그리고 이를 위하여 긍정 심리학을 연구할 필요가 있다. 긍정 심리학의 다원주의적 웰빙 개념은 학생들의 다양한 욕구를 수용할 수 있는 행복 개념을 제시한다. 또한 웰빙은 인격강점의 토대위에 세워진 구조물이라는 점에서 행복한 삶을 실기 위한 도덕적 가치의 필요성을 뒷받침한다.

행복과 덕에 대한 유관성은 윤리학의 탐구 대상이었다. 돈, 명예와 같은 세속적인 가치를 소유하는 것이 잘 사는 삶이라고 착각한 고대 그리스인들에게 가르침을 주었던 소크라테스, 플라톤, 아리스토텔레스를 시작으로 근대의 벤담, 밀, 칸트에 이르기까지 수많은 윤리학자들은 웰빙과 덕의 논리적 관계를 탐구하였다. 이들의 웰빙과 덕의 연관성 탐구는 외적인 선의 문제, 사후세계의 요청과 같은 인간의 한계를 드러내었다. 도덕과의 웰빙과 덕의 관계에 대한 탐구는 위의 윤리학의 접근을 고려하되 현대에 알맞은 형태로 진행되어야 한다. 긍정 심리학의 웰빙과 인격강점

은 상관관계 연구는 구체적인 측정도구를 사용하여 수치화된 통계를 제시한다.

긍정 교육은 도덕이 독립 교과가 아닌 미국 사회에서 웰빙을 다루는 방식이다. 인격강점을 통하여 웰빙에 이르는 길을 역설하는 긍정 심리학을 기반한 교육 방법들을 제시한다는 점에서 흥미롭다. 긍정 교육이 어떤 성과를 내고 있는지 확인하여 긍정 심리학을 도덕교육에 적용하는 데 참고할 것이다. 긍정심리학자들은 학교에서의 웰빙을 가르치기 위하여 긍정 교육과정 개발하여 영국, 호주 등 여러 나라에서 적용하고 있다. 긍정 교육의 교육과정 및 교수 학습 방법 등에 대한 논의는 긍정 심리학의 웰빙 및 인격강점의 도덕교육적 적용 방안의 지향점을 모색하는 데 중요한 이론적, 경험적 토대가 될 것이다.

2. 연구 방법 및 범위

본 연구는 긍정 심리학을 활용하여 도덕과의 학습내용으로서 웰빙을 개념화하며, 웰빙을 고려한 도덕과 교육 과정 성취 기준 개선 및 도덕과 행복 교육 방법을 연구하는 데 목적이 있다. 이를 위해 긍정심리학의 웰빙 개념, VIA인격강점 분류체계, 긍정교육에 관한 국내외 문헌들을 도덕교육의 시각으로 비판적으로 조망하고 분석할 것이다.

도덕과에 의미 있는 긍정 심리학 및 긍정 교육관련 문헌들을 중 셀리그만과 피터슨의 저술들을 연구 대상으로 분석할 것이다. 셀리그만과 피터슨은 긍정 심리학의 태동기부터 인간의 웰빙 및 긍정성에 대하여 연구해온 학자들로서 인격 강점의 분류 체계를 고안한 학자들이다. 여타 긍정 심리학자들이 긍정 정서에 주목한 반면 셀리그만과 피터슨은 도덕과에 유의미한 웰빙 및 인격강점을 주요 연구 대상으로 삼기 때문이다. 셀

리그만은 웰빙을 단일한 요인으로 설명할 수 없는, 다원적 개념으로 규정하고 웰빙의 요소들을 연구하였으며 피터슨과 함께 보편적인 덕의 목록을 편찬했다.[3] 피터슨은 지속적으로 행복한 삶을 영위하는 데 인격강점, 즉 덕의 함양의 필요함을 역설한다. VIA 인격강점 분류체계와 더불어 후속 연구로 이루어진 인격강점과 행복의 상관관계 분석을 참고하여 긍정 심리학의 행복 및 인격강점이 도덕과의 내용 및 방법 개선에 필요한 근거를 도덕성 발달의 관점을 기준으로 연구할 것이다. 셀리그만을 중심으로 긍정 심리학의 연구가 이루어지고 있기 때문에 그의 문제의식과 행복 개념을 중심으로 살펴볼 것이다. 그리고 셀리그만의 웰빙 개념은 전기 『긍정 심리학(Authentic Happiness)』[4]의 '진정한 행복'이론과 후기『플로리시(Flourish)』의 웰빙(well-being)으로 구분되는 바, 후기의 웰빙(well-being)이론을 중심으로 분석할 것이다. 인격강점은『성격 강점과 덕목의 분류』를 위시하여 피터슨의 후속연구를 주요 연구 대상으로 분석할 것이다. 또한 셀리그만은 학교에서 웰빙을 가르칠 필요성을 역설하며 긍정 교육과정을 설계하였다. 긍정 교육의 목표와 교육 내용 및 방법에 대한 이해를 바탕으로 도덕교육에 활용 방안을 탐구해볼 수 있도록 영국, 호주에서의 적용 사례를 중심으로 살펴볼 것이다.

긍정 심리학 및 긍정 교육의 목적이 인간의 행복이라면 도덕과의 교육목적은 도덕적 인간의 양성이다. 긍정 심리학 및 긍정 교육의 목적이 도덕과 교육목적과 다름을 주의하되, 긍정 심리학의 웰빙 및 인격강점은 도덕성 발달 단계의 특정한 수준에 있는 학생들의 삶에 대한 도덕적 성찰 및 도덕적 동기화 기여할 수 있다는 가정 하에 그 이론적 근거를 탐색할 것이다.

---

3) C. Peterson (2005) 앞의 책, p. 256.

4) 원저 서명은 『진정한 행복(Authentic Happiness』인데, 국내 번역서에서 책 제목을 『긍정 심리학』으로 제시하였다.

Ⅱ장에서는 행복에 대한 과학적 탐구로서 긍정심리학이 기존의 심리학으로부터 계승한 것과 기존 심리학과의 차이점에 대하여 알아볼 것이다. 긍정심리학 이전의 심리학은 정신장애, 심리적 결함, 부적응 행동, 이상심리와 같은 인간의 부정적 측면이 무엇이고 이를 어떻게 치료해야 하는지에 대하여 편향적으로 연구해왔다. 이에 대한 긍정심리학의 문제제기와 인간 긍정적 특질 대한 긍정심리학의 문제의식을 다룰 것이다.

긍정 심리학은 행복에 대한 새로운 이론은 아니다. 긍정심리학의 웰빙의 의미와 웰빙의 요소는 많은 심리학 및 윤리학 이론의 기초 위에서 정립되었다. 심리학에서는 인간을 자기실현을 지향하는 존재로 상정한 인본주의 심리학과의 관련성을 살펴볼 것이다. 윤리학에서는 웰빙에 대한 자기실현적 윤리설과 쾌락주의 윤리설과의 관련성을 살펴볼 것이다. 아리스토텔레스는『니코마코스 윤리학(Nichomachean Ethics)』에서 인간의 궁극 목적이자 최고선은 행복이라고 규정한다. 아리스토텔레스는 행복이 무엇이냐는 물음에 답하고자 우리가 쉽게 행복이라고 결론짓는 돈, 명예, 쾌락 등에 대해서 고찰한다. 그리고 돈은 수단이므로, 명예는 그것을 갖고자 하는 사람에 속해 있는 것이 아니므로, 마지막으로 쾌락은 행복의 부산물이므로 행복이 될 수 없다고 결론짓는다. 그는 행복이란 덕에 따르는 영혼의 활동이라 규정한다. 아리스토텔레스가 쾌락은 행복일 수 없다고 주장하는 반대편에서는 에피쿠로스를 중심으로 여전히 쾌락이 인간의 행복이라는 주장이 있었다. 고대 그리스의 행복에 대한 논쟁이 긍정심리학에서 어떻게 활용될지를 살펴볼 것이다.

Ⅲ장에서는 긍정 심리학의 웰빙의 요인들에 대하여 탐구할 것이다. 긍정 심리학은 인간 심리의 다양한 요소들이 웰빙과 연관됨을 밝히고 있다. 주관적 안녕은 쾌락주의적 웰빙을, 심리적 안녕은 자아실현적 웰빙을 전제로 각각의 심리적 요인들을 분석하였다. 각 요인들은 웰빙의 측정도구 개발에 영향을 준다. 그리고 쾌락주의적 입장, 자아실현적 입장과

달리 과제의 성격에 영향을 받는 웰빙의 요소인 몰입상태와 웰빙에 대하여 살펴볼 것이다.

인간의 부정성에 상응하는 긍정성에 대한 연구결과로서 VIA 분류체계에 대하여 고찰할 것이다. 셀리그만과 피터슨은 정신질환 치료에 성과를 만들어낸 DSM(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder)에 고무되었다. 이들은 긍정적 성품에 대한 일정하고 통일된 분류체계를 만든다면 긍정성 발달에 도움을 줄 것이라고 가정했다. 이에 윤리학, 종교, 심리학을 망라하여 덕의 목록을 분석하였다. 분석 결과 보편적 덕의 목록을 만들어낸 결과물이 6개 핵심 덕목과 24개 인격강점이다. 인격강점은 다섯 가지 웰빙의 요소 모두에 기여하는 주요한 요소이다. 셀리그만과 피터슨은 인격강점을 개발함으로써 심리학에서 다시 가치를 다룰 수 있다는 가능성을 보여주었으며, 윤리학에서의 웰빙과 도덕의 관계 탐구를 심리학적으로 증명할 수 있는 계기를 마련해 주었다.

끝으로, Ⅴ장에서는 도덕 교과에 긍정 심리학을 적용해야 하는 근거와 방안을 연구할 것이다. 도덕 교과는 행복을 가르쳐야 한다. 그 이유는 현대 사회의 물질 만능주의가 학생들의 도덕성과 행복을 위협하고 있을 뿐 아니라 우리의 삶에서 도덕성 발달을 위하여 행복이, 행복한 삶을 위하여 도덕적 성찰이 필요하기 때문이다. 도덕 교과에서 가르치는 행복은 도덕성과 행복을 모두 내포하는 개념이어야 할 것이며, 이와 부합하는 행복의 개념은 웰빙임을 논증할 것이다.

마지막으로 긍정교육에 대하여 고찰할 것이다. 이상의 긍정 심리학의 연구 결과를 바탕으로 셀리그만은 팬실베니아 회복탄력성 프로그램(Pennsylvania Resilience program), 긍정 심리학 교육과정, 질롱 문법 학교에서 긍정교육을 실시한다. 학교에서 웰빙을 교육해야 한다는 필요성을 인식한 셀리그만은 질롱 문법 학교에서 전 과목에 걸쳐서 웰빙을 가르치는 동시에 웰빙에 대한 교육과정을 설계했다. 이에 '웰빙은 학교에

서 가르쳐져야 한다'는 슬로건 아래에 펜실베니아 회복탄력성 프로그램(Pennsylvania Resiliency Program; PRP), 긍정 심리학 교육과정 등의 교육 프로그램이 개발되었다. 여기서는 펜실베니아 회복탄력성 프로그램의 목표, 방법 및 교육과정에 대한 평가와 펜실베니아 회복탄력성 프로그램가 적용되었던 질롱 문법 학교 프로젝트에 대하여 살펴볼 것이다. 이를 통하여 초·중등 교육에서 긍정 심리학의 교육 목표 및 방법을 알고 도덕교육에서 활용가능한 영역을 찾을 수 있을 것이다.

Ⅱ. 긍정 심리학의 등장 배경과 이론적 기초

1. 긍정 심리학의 등장 배경과 개념 정의

1) 기존 심리학에 대한 반성과 관점 전환

긍정 심리학은 기존 심리학의 편향성에 대한 반성에서 시작되었다. 기존 심리학은 지난 반세기 동안 가치 있는 삶에 대한 연구에 무심했다. 즉, 심리학의 관심은 인간의 정신 질환을 밝히고 이를 치료하는 것에 편향되었다. 정신 장애를 연구하고 치료하는 데에 심리학의 연구 자본이 편중되면서 인간의 긍정적 성품은 심리학자들의 관심에서 멀어졌다. 또한 심리분석학적 이론의 인기는 사람의 긍정적인 성품에 대한 의심을 부추겼다. 긍정적 성품에 대한 의심이란, 인간의 진실한 동기는 성(性) 혹은 공격성과 같은 무의식적 방어기제 뿐이며, 친절이나 긍정적 성품은 무의식적 방어기제가 발동하여 위장한 형태라는 의혹이다. 친절 뿐 아니라 희망과 낙관주의는 망상으로, 표면적인 이타주의는 개인적 이득을 위한 전략으로 비추어졌다.[5)]

기존 심리학에 대하여 자성의 목소리를 냈다고 하여서 긍정심리학자들이 우울, 불쾌감 등 인간의 부정적인 면을 부정하는 것은 아니다. 다만 긍정심리학은 인간성의 또 다른 면, 즉 평범한 사람들의 일상 속에서 즐거움을 느끼는 과정, 열정을 보이는 과정에 주목한다. 더 나아가 인간의 부정성에 대한 극복 과정에 필요할 뿐 아니라 그 자체로 가치 있는 주제인 인간의 긍정적 성품을 탐구한다. 긍정 심리학 이전의 심리학은 사람

---

5) C. Peterson & M. Seligman (문용린 외 공역) 『성격강점과 덕목의 분류』(서울: 한국심리상담연구소, 2009) pp. 90-91.

들에게 부정적인 상황 및 심리상태에서 정상적인 상태로 되돌아오는 방법을 가르쳐줄 수 있지만, 정상적인 상태에서부터 삶을 고양하는 방법에 대해서는 가르쳐줄 수가 없었다. 긍정심리학은 정상적인 삶을 영위하는데 더하여 삶을 보다 나은 상태, 풍요로운 상태로 고양하는 방법에 대하여 과학적으로 탐구하는 심리학의 한 분야이다.[6]

2) 긍정 심리학의 개념 및 의의

긍정 심리학의 연구주제는 긍정 상태(positive states), 긍정 특질(positive traits), 긍정 기관(positive institutions)이다.[7] 긍정 상태란, 인간이 주관적으로 경험하는 행복감, 안락함, 만족감, 사랑, 친밀감 등의 긍정 정서를 비롯하여 자신과 미래에 대한 낙관적 생각과 희망, 열정, 확신, 활기 등을 포함한다. 긍정 특질은 개인의 긍정적인 성격특성과 강점으로, 일시적인 심리상태가 아니라 개인이 지속적으로 나타내는 긍정적인 행동양식이나 탁월한 성품과 덕목을 의미한다. 긍정기관은 구성원의 웰빙과 자기실현을 지원하는 기관이다. 인간은 자신이 속한 조직의 영향을 받을 수밖에 없는 존재이다. 이러한 조직이 구성원의 웰빙과 능력발휘를 효과적으로 지원할 수 있어야 개인이 웰빙할 수 있으며 또한 조직이 발전할 수 있다. 이러한 측면에서 웰빙하고 건강한 가족, 학교, 직장, 지역사회의 특성과 실현 방법에 대하여 탐구하는 것이 긍정 조직이다.

긍정 심리학은 세 가지 주요 주제를 탐구하는 방법으로 심리학의 기존 연구 방법론을 활용한다. 면접법, 행동관찰법, 질문지법, 과제수행법 등과 같은 다양한 심리측정법을 사용하여 인간의 긍정성을 연구한다. 또한 웰

---

6) S. L. Gable & J. Haidt, "What (and Why) Is Positive Psychology", *Review of General Psychology*, 9(2), 2005, pp. 103-104.

7) M. Seligman & M. Csikszentmihalyi, "Positive Psychology: An Introduction", American Psychologist, 2000. 55(1), pp. 8.

빙과 강점연구를 위하여 상관연구와 실험연구를 시행하며, 횡단적 연구뿐 아니라 종단적 연구 또한 실시한다. 연구 자료는 통계적 분석법을 적용하여 체계적으로 분석된다. 웰빙이나 강점을 향상시키는 개입방법 역시 실시 전후의 평가를 통하여 객관적으로 효과를 검증하고자한다.

인간의 긍정적 측면에 대한 셀리그만의 설명은 한 차례 변화가 있었다. 셀리그만의 구분에 따르면 전기 이론인 '진정한 행복'이론과 후기 이론인 '웰빙(well-being)'이론은 의미, 목표, 웰빙의 측정 도구에서 차이가 있다.

진정한 행복 이론에서 제시하는 행복한 삶의 조건은 즐거운 삶, 몰입하는 삶, 의미 있는 삶이다. 즐거운 삶이란 과거, 현재, 미래에 대하여 긍정적 인식과 감정을 느끼며 살아가는 삶이다. 과거를 수용하고 감사하는 마음을 가짐으로써 만족감을 느낄 수 있다. 현재에 대해서 '지금 이 순간'에 대한 적극적인 참여와 몰입을 통해 즐거움을 경험하며, 미래의 삶에 대해서 도전의식과 낙관적 기대를 통해 희망과 기대를 가지고 살아가는 삶이 즐거운 삶이다. 즐거운 삶은 긍정 정서를 최대화하고 부정 정서를 최소화하는 삶으로 행복에 대한 쾌락주의적 입장을 반영하는 것이라고 볼 수 있다.

적극적인 삶은 매일의 삶에서 자신이 추구하는 활동에 열정적으로 참여하고 몰입하여 자신의 성격적 강점과 잠재력을 최대한 발휘하며 자기실현을 이루어나가는 삶이다. 셀리그만은 사람마다 자신이 가진 대표 강점을 찾아내어 계발하여 일, 사랑, 자녀양육, 여가활동과 같은 일상생활에서 잘 활용한다면 몰입하는 삶을 영위할 수 있을 것이라고 생각하였다.

의미 있는 삶이란 소중한 의미를 발견하고 부여할 수 있는 삶을 말한다. 삶의 의미는 자신만을 위한 삶이 아니라 자아를 넘어선 무엇인가를 위하여 공헌하고 있다는 인식으로부터 도출될 수 있다. 인간은 사회적

존재이기 때문에 이기적 행복 추구만으로 진정한 행복을 얻을 수 있다. 의미 있는 삶은 가족, 직장, 지역사회, 국가 또는 신을 위해 봉사하고 공헌함으로써 자신의 존재 가치를 느낄 수 있을 때 영위할 수 있다.

'즐거운 삶, 적극적인 삶, 의미 있는 삶은 때로 서로 일치 하지 않은 경우도 있지만 밀접한 관련성을 가지며 서로 촉진적인 관계에 있다.'[8] 즐거운 기분을 느끼게 되면, 삶에 대한 활기와 흥미가 증가하여 자신이 하는 활동에 열정적으로 몰두하게 됨으로써 역량을 잘 발휘하게 되고 그 결과 타인과 사회를 위해 기여한다는 의미를 찾을 수 있다. 또한 자신의 강점을 잘 발휘할 수 있는 활동에 열정적으로 몰두하면, 더 많은 즐거움을 느낄 수 있을 뿐 아니라 이러한 활동을 통하여 좋은 성과를 거둘 수 있기 때문이다.

최근에 셀리그만은 기존 연구인 진정한 웰빙 이론에 세 가지 약점이 있음을 지적한다.[9] 우선 '진정한 행복(happiness)'에 내포된 의미는 유쾌한 기분과 밀접하게 연관된다. 그러나 행복은 긍정적 정서의 동의어가 아니다. 즉, 행복의 또 다른 측면인 몰입과 의미를 설명하기에는 행복이 긍정적 정서의 의미를 강하게 함축한다는 문제가 있다.

삶의 만족도를 웰빙의 주요 측정 기준으로 삼았던 진정한 웰빙 이론의 웰빙 측정 방식 또한 문제점으로 부각된다. 삶의 만족도는 광범위하게 조사된 자기 보고식 측정방법의 의하여 자신의 삶에 얼마나 만족하는지를 설문조사하는 방식으로 도출된다. 주의할 점은 설문 참가자들이 보고 시점의 기분에 따라 삶의 만족도 수준을 다르게 보고한다는 점이다. 즉 기분을 기준으로 웰빙의 측정이 이루어질 가능성이 있다. 기분을 기준으로 웰빙을 측정할 경우 낮은 긍정적 정서를 지닌 세계 인구의 절반이 웰빙이 낮게 측정된다. 또한 우리가 얼마나 몰입하고 삶에 의미를 부여하

8) 권석만, 앞의 책, p. 33.
9) M. Seligman, 앞의 책, pp. 37-38.

는지를 측정하지 못한다.

마지막으로 긍정적 정서, 몰입, 의미는 사람들이 그 자체가 좋아서 선택하는 요소들을 설명하지 못한다.

기존의 이론을 진정한 행복으로 명명한 후 세 가지 문제점을 제기한 셀리그만은 웰빙(well-being)이론에서 긍정 심리학의 주제는 웰빙이고 웰빙을 측정하는 기준은 플로리시, 즉 긍정적 정서, 긍정적 관계, 몰입, 의미, 성취이며 긍정 심리학의 목표는 플로리시의 증가라고 주장한다.[10)]

웰빙의 다섯 가지 구성요소는 긍정적 정서(positive emotion), 관계(relationship), 몰입(engagement), 의미(meaning), 성취(accomplishment)이다. 다섯 요소는 많은 사람들이 그 자체가 좋아서 인생에서 추구하는 심리적 요소로 웰빙의 형성의 기여하며 독립적으로 정의되고 측정된다. 이 중 한 가지 요소로 웰빙을 정의할 수는 없으며 각 요소가 웰빙에 기여한다. 따라서 '진정한 웰빙' 이론에서 웰빙을 삶의 만족으로 정의함으로써 우려되었던 아리스토텔레스의 일원론에서부터 벗어날 수 있었다.

웰빙의 다섯 가지 요소 중 긍정적 정서, 몰입, 의미는 진정한 웰빙에서의 개념 설명과 차이가 없고 성취와 긍정적 관계의 두 요소가 추가되었다. 성취는 승리만을 위한 활동을 의미한다. 심지어 추악한 승리를 하더라도 승리를 쟁취하고자 하는 인간의 일면 또한 성취 요소를 설명하는데 활용된다. 셀리그만은 웰빙을 얻기 위해 실제로 행하는 것을 묘사하기 위하여 성취를 웰빙의 요소에 포함시켰다. 긍정적 관계는 인생에 있어서 기쁘고, 의미 있는 활동은 누군가와 함께 이루어 나간다는 점에서 웰빙의 요소에 포함되었다.

긍정적 정서, 몰입, 긍정적 관계, 의미, 성취는 자기 보고서를 통한 주관적 측정과 객관적 측정 모두에 의하여 측정된다. 측정 기준인 플로리시란 웰빙을 측정하기 위한 기준으로 긍정적 정서, 몰입, 흥미, 의미, 목

10) 위의 책, p. 37.

적의 핵심요소와 자존감, 낙관주의, 회복탄력성, 활력, 자기결정능력, 긍정적 관계라는 추가요소로 구성된다.

2. 긍정 심리학의 이론적 기초

1) 심리학적 기초

인본주의 심리학은 인간의 건강하고 성장지향적인 긍정적 측면에 관심을 가졌다. 성장지향적인 인간관을 토대로 삼아 인본주의 심리학의 창시자인 아브라함 매슬로우(A. Maslow)는 전인적 인간의 욕구를 반영하는 욕구의 위계를 개발하였다.[11]

매슬로우는 인간의 욕구를 결핍과 성장의 욕구로 나누어 설명한다. 결핍욕구는 그것이 충족되지 않았을 때 인간으로 하여금 그것을 채우도록 하는 욕구이다. 결핍 욕구에는 음식, 물, 주거환경 등 생존을 요구하는 생존욕구, 신체적・감정적 위협으로부터 자유로워지고자 하는 안전의 욕구, 가족과 동료의 사랑과 수용을 원하는 소속의 욕구, 다른 사람 및 자기 자신에게 인정과 지지를 받고자 하는 자아 존중감이 있다. 성장 욕구는 지적 성취를 바라는 지적 욕구, 질서・진실・아름다움을 추구하는 심미적 욕구, 마지막으로 자아실현 욕구가 있다.

성장욕구는 결핍욕구가 충족되고 난 후에야 발생하며, 결핍욕구가 충족되지 않는 경우에는 성장욕구는 일어나지 않는다. 결핍욕구의 경우에는 부족할 때 충족하면 해소되는 반면 성장욕구는 충족되지 않는다.

---

11) P. Eggen and D. Kauchak (신종호 외 공역)『교육심리학』(서울: 학지사, 2006) pp. 473-434

매슬로우가 말하는 웰빙한 삶은 자신과 타인을 그대로 수용하면서 타인과 인간적인 유대를 형성하되 자율성과 독립성을 추구하면서 자신의 일에 애정을 지니고 몰입하며 창의적인 활동을 통하여 자기실현을 이루는 삶이다.

또 다른 인본주의 심리학자인 로저스(K. Rogers)는 인간을 개인적 성장, 자율성 증대, 외부 압력으로부터의 자유를 꾀하는 자아실현 성향을 가진 존재로 보았다. 즉 인간은 보다 가치 있는 존재로 성장하기 위해 자신의 모든 잠재력을 발현시켜 유능한 존재가 되려는 성향을 타고난 존재이다. 주의할 점은 타인과의 상호작용이 성장과 자율성을 촉진하기도 하고, 방해하기도 한다는 점이다. 타인과의 경험 중 무조건적이고 긍정적인 관심은 자아실현 성향을 촉진시키는 가장 근본적인 것 중 하나임이 분명하나 무조건적이고 긍정적인 관심을 얻는 것은 어려운 일이다. 무조건적이고 긍정적인 관심을 충분히 받지 못한 인간은 부적응과 정신장애를 보인다. 이를 해결하는 방법으로 로저스는 인간중심적 심리 치료를 제시하였다. 내담자의 문제 해결을 위하여 치료자가 내담자에게 무조건적이고 긍정적인 관심을 보이는 것이다.[12]

2) 윤리학적 기초

웰빙에 대한 관심은 고대 그리스시대로부터 이어져 내려온다. 고대 그리스인들은 웰빙은 우리가 진정으로 원하는 최고선이라고 생각했다.[13]

'최고선이 무엇인가?'라는 물음에 대한 고대 그리스인들의 답은 크게 두 가지로 나뉜다. 하나는 유덕한 삶(eudaimonism)이고 또 다른 하나는

12) 위의 책, p. 436.
13) 류지한, "고대의 쾌락주의", 『철학논총』, 50집(4권), 2007, p. 92.

쾌락(hedonism)이다.[14] 웰빙에 대한 고대 그리스인들의 논의는 다시 긍정 심리학의 웰빙관으로 이어진다. 이 장에서는 긍정 심리학의 웰빙의 두 관점인 에우다이모니즘(eudaimonism)과 쾌락주의(hedonism)를 살펴볼 것이다.

(1) 에우다이모니즘

에우다이모니즘(eudainonism)은 행복의 필수조건 혹은 충분조건으로 덕(arete)을 제시한다. 따라서 행복과 덕을 완전히 일치시키거나 혹은 행복의 중요 요소로서 덕을 꼽는다. 에우다이모니즘에서 쾌락은 행복의 결과로 따라오는 부산물이지, 행복 자체는 아니다.[15]

아리스토텔레스에게 있어서 도덕성은 인간으로서 우리에게 주어진 본성적인 선을 추구하는 문제였다. 도덕성은 행복을 산출하는 여러 방법들로 구성된다. 고대 그리스인들에게 행복(eudaimonia)이란 인간만이 고유하게 가진 본성을 현세에서 최선의 상태로 성취하게 가능한 가장 완전한 삶을 사는 것이었다.[16]

아리스토텔레스(Aristoteles)는 모든 기예와 탐구, 행위와 선택은 어떤 좋음을 목표로 하는 것 같다[17]는 표현으로 자연에 대한 목적론적 접근을 드러낸다. 이때 '어떤 좋음'이란 모든 것이 목표로 삼는 궁극 목적을 의미한다. 궁극 목적이란 우리가 그 자체로서 욕구하는 유일한 것이며 우리가 욕구하는 다른 모든 것들이 바로 이 유일한 것을 위해서라는 점을 함축한다. 이 유일한 궁극 목적을 아리스토텔레스는 '최상의 선'이라고 칭하였다.[18]

---

14) 위의 글, p. 92.
15) 류지한 "에우다이모니즘에서 지· 덕· 복의 관계", 『윤리교육연구』, 14집, 2007, p.
16) L. Arrington (김성호 역) 『서양 윤리학사』(서울: 서광사, 2003) p. 120.
17) Aristoteles (강상진 외 공역), 『니코마코스 윤리학』, (서울: 이제이북스, 2006) 1094a.

인간이 궁극 목적인 최고선은 세 가지 조건을 충족해야 한다. 첫째는, 인간이 오직 그것을 위하여 다른 모든 것을 추구하는 그러한 목적이어야 한다. 둘째는, 오직 그 자체로서만 가치를 지니며 다른 것의 수단이 되어서는 안 된다는 무조건적 완전성이다. 셋째는, 다른 어떤 것을 더하지 않더라도 그 자체로 완전한 자기 충족성이다. 아리스토텔레스는 행복이 위의 모든 조건을 충족하는 궁극목적이자 최고선이라고 결론지었으며 그의 결론에 대하여 거의 대부분의 사람들이 동의할 것이라고 확신하였다. 덧붙여 대부분의 사람들이 행복을 잘 살고 잘 행하는 것[19]과 동일시한다고 주장했다.

아리스토텔레스의 행복 논의로 돌아와서 최근 우리와 마찬가지로 아리스토텔레스가 살았던 시대에도 돈, 명예, 쾌락 등 행복이 무엇인가에 관한 다양한 입장이 존재하였다. 이에 아리스토텔레스는 돈을 버는 삶은 일종의 강제된 삶으로 돈은 우리가 그 자체를 추구하기 보다는 다른 것을 위하여 유용한 것이기 때문에 최고선이 될 수 없다고 하였다.[20] 명예는 명예를 받는 사람보다 그것을 수여하는 사람에게 더 의존하는 것으로 보이는 반면 좋음은 고유한 어떤 것으로 쉽게 우리에게서 떼어 낼 수 없는 것이기 때문에 최고선이 될 수 없다.[21] 쾌락을 행복으로 보는 입장은 인간의 행복을 짐승의 삶과 동일시하는 오류를 범했다. 쾌락은 인간 본성의 고유한 측면을 반영하지 못하며 좋은 활동에 고유한 쾌락은 좋은 쾌락이지만, 좋지 못한 활동에 고유한 쾌락은 나쁘다.[22] 또한 무엇이 우리에게 쾌락을 주는지 일치하지 않는데, 이는 쾌락을 주는 것들이 객관적으로 그런 것이 아니라, 주관적으로 그렇다는 점을 보여준다.[23]

---

18) L. Arrington, 앞의 책, p. 117.
19) 『니코마코스 윤리학』 1095a.
20) 『니코마코스 윤리학』 1096a.
21) 『니코마코스 윤리학』 1095b.
22) 『니코마코스 윤리학』 1076a.
23) L. Arrington, 앞의 책, p. 121.

아리스토텔레스가 생각했을 때 최고선으로서 행복은 인간 본성의 고유한 측면을 반영함과 동시에 객관적으로 선한 것이어야 한다. 그의 목적론적 세계관에서 행복이 무엇인지에 대한 힌트를 찾을 수 있다. 그의 세계관에서 모든 것은 각자의 고유한 기능(ergon)을 가지고 있으며, 이 기능은 그것의 선이 무엇인지 확인하는 데 도움을 준다.

아리스토텔레스는 인간의 고유한 기능은 이성(logos)을 가진 것의 실천적 삶이다. 이성을 가진 것은 이성에 복종한다는 의미를 가지며, 한편으로는 그 자체 이성을 가지고 사유한다는 의미를 가진다.[24] 따라서 아아리스토텔레스는 인간의 영혼을 능동적 사유와 추론을 담당하는 이성적인 부분과 그 자체가 직접 추론에 관여하지 않는 비이성적인 부분으로 나눈다. 비이성적인 부분은 다시 이성을 따를 수 있는 욕구와 관련된 부분과 영양과 관계되는 부분으로 구분한다. 이 중 영양과 관계되는 부분은 도덕과 무관한 영역이다. 결국, 인간의 고유한 기능인 이성이 무엇이고 이성의 발휘가 행복과 어떻게 연결되는지 보기 위해서는 '이성적인 부분'과 '욕구와 관련된 부분'을 살펴보아야 한다.

행복은 인간의 기능을 잘 발휘하는 것이고, 인간의 기능이란 이성에 따르는 영혼의 활동[25]이라면, 행복은 덕(aretē)을 드러내는 영혼의 활동이다. 아리스토텔레스는 인간의 영혼을 이성적인 부분과 비이성적인 부분으로 구분했다는 점을 기억해보자. 또한 인간의 고유한 기능인 이성과 관계된 부분은, 인간 영혼의 이성적인 부분과 욕구와 관련된 부분을 꼽았다. 따라서 행복을 의미하는 덕을 드러내는 영혼의 활동이란 영혼의 이성적인 부분과 욕구와 관련된 부분이 덕을 드러낼 때, 즉 탁월하게 기능할 때를 가리킨다.

아리스토텔레스는 '니코마코스 윤리학'의 상당부분을 할애하여 도덕적

24) 『니코마코스 윤리학』 1098a.
25) 『니코마코스 윤리학』 1098a.

덕, 즉 욕구와 관련된 부분의 탁월함이 무엇인지 설명한다. 도덕적 덕이란 욕구와 관련된 부분이 이성의 명령인 중용에 따르고 이를 지키는 상태이다. '중용의 덕은 실천적 지혜가 숙고한 바에 따라 모자람과 지나침의 극단을 피하여 적절함을 지키는 상태이다. 아리스토의 덕에는 지혜, 용기, 절제, 절약, 관용, 긍지, 온화, 재치가 있다.

그러나 도덕적 덕을 함양하였다고 해서 행복한 사람이 되지 않는다. 아리스토텔레스에서 도덕적 덕은 행복의 구성요소일 뿐[26]이다. 아리스토텔레스는 이성적인 부분의 관조의 탁월성이 우리를 신과 가깝게 만드는 덕목으로 우리가 추구하는 최고의 목적이라고 주장한다. 더불어 행복은 이성적인 덕에 따라 사는 활동 뿐 아니라 좋은 가문에서 태어나고 훌륭한 자녀를 키우며 준수한 외모를 지니는 등의 외부적 선과 죽은 후에 일어난 일들도 모두 고려해야 한다.

(2) 에피쿠로스의 쾌락주의

에피쿠로스는 쾌락을 '축복 받은 삶의 시작이자 끝', '인간 최초의, 또한 공통적인 선', '선택과 혐오의 출발점'[27]이라고 설명한다. 즉 에피쿠로스는 쾌락이야말로 우리가 진정으로 원하는 최고선이자 행복이라는 관점에서 쾌락주의를 전개해나간다.

에피쿠로스는 쾌락을 추구함에 있어서 이전 사상가들의 입장을 취하지 않는다. 에피쿠로스 이전의 쾌락주의는 소피스트와 키레네학파가 있었다. 소피스트와 키레네학파는 쾌락의 본질을 감각적이고 육체적 쾌락으로 보고 쾌락을 직접적이며 즉각적으로 추구할 것을 주장했다. 이들은 덕과

---

26) L. Arrington, 앞의 책, 2003, p. 136.
27) Epicurus, "메노이케우스에게 보내는 편지(Letter to Menoeceus)"; L. Arrington, 앞의 책, p. 164. 재인용

우정은 단지 그것이 쾌락을 생산하는 데 도움이 되는 한에서만 좋은 것이라는 주장에까지 나아갔다. 이들은 쾌락만이 선이고 따라서 덕과 우정을 따르지 않을 때의 결과가 더 많은 쾌락이라면 덕에 따르지 않아도 된다는 무도덕주의란 결론에 이른 것이다.[28] 소피스트와 키레네학파의 쾌락주의는 감각적이 직접적이며 무도덕적이고 이기적인 쾌락주의라고 평가할 수 있다.

반면에 에피쿠로스는 소극적 쾌락주의로 널리 알려져 있다. 그리고 그의 소극적 쾌락주의는 소피스트와 키레네학파의 쾌락주의로부터 에피쿠로스를 분리시켰다. 그는 쾌락은 육체적이고 감각적인 쾌락만을 의미하지 않는다고 주장했다. 그 까닭은 순간적이고 육체적인 쾌락만 추구할 경우에 그 찰나 얻는 쾌락 자체는 악이 아니지만 그 후에 오랜 시간 고통을 겪을 것이기 때문이다. 그는 행복한 삶을 위하여 이성적으로 추구해야 하는 쾌락과 피해야 하는 쾌락을 구분하여 판단할 것을 요구한다.

에피쿠로스는 쾌락을 정적인 쾌락과 동적인 쾌락으로 구분한다. 동적인 쾌락은 욕구를 만족시키는 과정에서 일어난다. 예를 들어, 배고픈 상태에서 음식을 먹으면서 포만감에 이르는 상태가 동적인 쾌락에 해당한다. 동적인 쾌락은 욕구의 결핍이 해소되면 더 이상 증가하지 않으며, 과잉 충족되면 오히려 고통을 야기할 수 있다. 반면에 정적인 쾌락은 욕구가 완전히 만족된 후 일어나는 즐거움이다. 정적인 쾌락은 육체적, 정신적으로 고통이 없는 상태를 의미한다. 정적인 쾌락은 육체적 감각의 만족만으로 설명할 수 없으며, 자연적이고 본성적인 욕구들을 충족시킨 후 나타나는 상태이다. 정적인 쾌락은 결핍이나 과잉으로 인한 고통이 없는 상태이다. 에피쿠로스는 정적인 쾌락을 동적인 쾌락보다 우월한 쾌락으로 간주한다. 또한 동적인 쾌락의 추구는 정적인 쾌락을 해치지 않는 범위 안에서 최소한으로 추구할 것을 당부한다. 이런 의미에서 그는 소극

28) 류지한, 앞의 글, p. 96.

적 쾌락주의자로 분류된다.

에피쿠로스는 평정심의 상태를 추구하였는데, 이는 육체에 고통이 없고 영혼의 동요가 없는 상태이다. 인간의 욕구를 최대한 충족하는 데서 얻으려고 한다면 무한한 욕구를 충족하려는 데서 오는 어려움 때문에 고통에 빠질 수 있다. 반면에 최소한의 욕구만을 충족하는 데는 많은 시간과 노력이 필요하지 않기 때문에 행복을 얻기 한결 수월해질 것이다. 따라서 우리는 육체와 정신에 고통이 없는 상태를 추구해야 한다고 보았다. 이를 위하여 에피쿠로스는 인간의 욕구를 충족시켜야 할 욕구와 절제해야 할 욕구로 구분한다.

인간의 욕구에는 자연적이고 필연적인 욕구, 자연적이나 필연적이지 않은 욕구, 비자연적인 욕구가 있다. 자연적이고 필연적인 욕구에는 음식이나 주거에 대한 욕구로 이 욕구가 충족되지 않으면 고통을 느낀다. 자연적이나 필연적이지 않은 욕구는 충족되지 않더라도 고통을 야기하지 않은 욕구로 식도락에 관한 욕구가 여기에 해당한다. 비자연적인 욕구는 부, 명예, 권력에 대한 욕구로 관행이나 사회적 습관에 의하여 생겨난 욕구이다. 자연적이나 필연적이지 않은 욕구와 비자연적 욕구는 충족되지 않더라도 고통을 유발하지 않는 욕구이다. 오히려 이들은 욕구의 대상을 획득하기 어렵거나 결과적으로 악을 발생할 수 있는 욕구이다. 현명한 사람은 이러한 욕구를 제거하여 검소한 삶 속에서 평정심을 느낀다.

에피쿠로스에게서 행복은 쾌락과 뜻이 맞닿아 있다. 그는 동시에 인간의 무한한 욕구에 대해서도 주의를 기울여 소극적 쾌락주의를 주장하게 되었다. 결론적으로 그는 '육체는, 굶지 말 것, 목마르지도 말 것, 추위에 떨지 말 것을 외친다. 이 모든 것을 이룰 수 있고 그렇게 될 확실한 희망을 가질 수 있는'[29]상태가 행복이다. 행복을 이루기 위해서는 실천적 지혜(phronēsis)의 인도를 받아야 하며 이런 상태는 아리스토텔레스가 생

29) Epicurus (조정옥 역) 『에피쿠로스의 쾌락의 철학』(서울: 동천사, 1997) p. 62.

각한 실천적 지혜를 지닌 사람과 크게 다르지 않다.[30] 그는 '실천적 지혜의 인도를 받아 절제, 정의, 진정한 우정을 실현하는 삶을 강조한다.' 에피쿠로스는 절제, 정의, 진정한 우정이란 덕이 없다면 참된 쾌락이 있을 수 없다고 보았다.[31]

에피쿠로스에게 덕은 아리스토텔레스의 덕에 비하여 행복의 도구적 성격이 강하다. 에피쿠로스에게 덕은 그 자체로 가치가 있지 않는다. 다만 덕을 따르지 않는다면 마음이 불안하고 다른 사람의 해악에 벗어날 수 없기 때문에 필요할 뿐이다. 예를 들어, 정의란 사람들이 상대방을 고려하지 않고 행위할 때 발생하는 고통을 주는 결과를 피하고 상대방에게 해가 되는 행위를 하지 말자는 사람들 사이의 합의이다. 절제는 무절제의 결과로 나타나는 나쁜 결과를 피하기 위하여 필요한 덕이다.

30) L. Arrington, 앞의 책, p. 173.
31) 류지한, 앞의 글, p. 106.

Ⅲ. 긍정 심리학의 웰빙과 인격강점 관계 연구

1. 긍정 심리학의 웰빙의 구조

1) 쾌락주의적 윤리설과 주관적 웰빙

긍정 심리학은 행복이 아닌, 웰빙으로 인간의 긍정적 상태를 설명한다. 연구자는 긍정 심리학의 주요 주제인 행복 혹은 웰빙이 인본주의 심리학의 자아실현, 아리스토텔레스의 에우다이모니아, 쾌락주의를 모두 포괄할 수 있는 개념인지 확인해보고자 한다. 또한 긍정 심리학이 심리학의 연구 방법을 활용하여, 행복의 요인을 분석하고 측정한 바가 덕과 행복의 상관성을 밝힐 수 있는지 알아보고자 한다. 웰빙이 무엇인지에 관한 논의는 적어도 소피스트와 소크라테스부터 시작되었고 이들의 논의는 후대에 쾌락주의적 입장(hedonism)과 자기실현적 입장(eudaimonism)으로 전개되어 나갔다. 긍정 심리학자들은 두 입장을 반영하여 웰빙이 무엇인지, 웰빙해지기 위하여 따라야 할 주요 원리에는 어떤 것 이 있는지 제안하였다.

쾌락주의적 입장은 에피쿠로스에서 시작하여 근대의 흄(D. Hume)과 벤담(J. Bentham)으로 이어졌다. 이들은 쾌락을 추구하는 삶이 곧 행복한 삶이라고 주장했다.

쾌락주의적 입장에서 웰빙을 연구하는 심리학자들은 주관적 웰빙이란 용어를 사용한다. 주관적 웰빙이란, 개인이 자신의 삶을 긍정적으로 경험하는 주관적인 심리상태를 의미하며, 정서적 요소와 인지적 요소를 모두 포괄한다.

정서적 요인에는 긍정정서와 부정정서가 있으며, 긍정정서를 자주 경

험하고 부정정서를 적게 경험할수록 주관적 웰빙이 높게 측정된다. 인지적 요인은 삶의 만족도로 사람들은 자신의 삶을 전체적으로 또는 영역별로 평가하고 그 결과가 긍정적일 때 만족감을 느낀다.

<표-1> 주관적 웰빙의 요소[32]

정서적 구성요소		인지적 구성요소	
긍정 정서	부정 정서	만족도 평가 차원	평가 영역
즐거움 만족감 웰빙감 자존감 애정감 고양감 환희감	슬픔 우울감 불안감 분노감 질투감 부담감 죄책감/수치감	현재의 삶에 대한 만족도 과거의 삶에 대한 만족도 미래의 삶에 대한 낙관도 삶의 변화에 대한 필요성 자신의 삶에 대한 중요한 타인의 견해	자기 가족 건강 직업 여가 재정상태 소속집단

정서적 요인은 단기적인 상황변화에 대한 직접적인 반응으로 지속기간이 짧으며, 무의식적 동기나 생리적 상태에 의해 영향을 받는 경향이 있다. 인지적 요인은 보다 장기적인 삶의 상태에 대한 의식적 평가로 삶의 가치관이나 목표에 의해 영향을 받는다. 정서적 요인과 인지적 요인은 서로 밀접한 관계에 있지만 상당히 독립적으로 변화하며 다른 요인과의 관계에서 차이를 나타낸다. 결론적으로 주관적 웰빙은 삶의 만족도와 긍정 정서가 높고 부정 정서가 낮은 심리적 상태로 정리할 수 있다.

주관적 웰빙의 인지적 요인의 측정 도구에는 삶의 만족도 척도(the stisfaction with life scale), 삶의 질 척도(the quality of life scale), 삶의

32) K. Diener, S. Eunkook, E. Richard, L. Heidi, L. Smith, (2009) “subjective well-being: three decades of progress", *Psychology Bulletin*, 125(2), p. 277.

만족도 지수(the life satisfaction index), 삶의 지향성 검사(the life orientation test)가 있으며, 정서적 요인의 측정 도구에는 긍정 및 부정성 척도(the positive and negative affect schedule)이 있다. 주관적 웰빙은 개인의 주관적 웰빙 정도를 가장 잘 파악하는 사람은 본인이라는 가정 하에 위의 측정 도구를 사용하여 주관적 웰빙을 측정한다.[33]

2) 자아 실현적 윤리설과 심리적 웰빙

아리스토텔레스는 자아 실현적 입장에서 웰빙을 정의하였다. 심리적 웰빙은 자신의 미덕을 확인하고, 그것을 계발하고, 그러한 미덕에 맞게 살아가는 것을 의미한는 점에서 아리스토텔레스의 행복과 유사하다. 즉, 심리적 웰빙(psychological well-being)은 인격 강점을 충분히 계발하고 발휘함으로써 인생이 중요한 영역에서 의미 있는 삶을 구현하는 것이 행복이라는 입장이다. 이 입장을 중요시하는 긍정심리 학자들은 인간의 긍정적 특질, 즉 성격 강점과 덕목 연구에 초점을 맞춘다.[34]

리프(C. Ryff)는 심리적 웰빙의 척도(psychological well-being inventory)를 개발하였다. 리프에 의하면 심리적 웰빙은 자율성(autonomy), 환경적 통제(environmental mastery), 긍정적 인간관계(positive relations), 개인적 성장(personal growth), 인생의 목적(purpose of life), 자기 수용(self-acceptance)의 6가지 핵심 요소로 구성되어 있는 측정 가능한 상태이다. 심리적 웰빙 척도는 6가지 핵심 요소에 대하여 지필로 측정하는 검사이다. 질문은 6단계의 리커트 척도로 참가자의 최근 상태를 체크하게 된다. 심리적 웰빙 척도는 '지금 행복한가?'와 같은

---

33) A. Waterman, "Reconsidering happiness: a eudaimonist's perspective". *The Journal of Positive Pschology,* 3(4), 2008, p. 238.
34) C. Peterson, 앞의 책, p. 152.

정서적 질문을 배제한다. 따라서 심리적 웰빙 척도의 응답자들은 쾌락적 입장에서든, 자기실현적 입장에서든 주관적 경험을 설문지에 반영하지 않는다.[35]

라이언과 데시(R. Ryan & E. Deci)는 만족은 자율성(autonomy) 유능감(competence), 관계성(relatedness)의 충족에서 온다고 보았다. 인간은 앞의 세 가지 심리적 욕구를 타고났기 때문에 자신의 모든 욕구가 충족되었더라도 스스로 선택과 결정을 할 수 없다면 만족할 수 없다.[36]

셀리그만과 피터슨은 VIA 인격강점 분류체계를 개발하고, 자아 실현적 웰빙이 쾌락주의적 웰빙보다 장기적인 웰빙에 기여할 수 있다는 결과를 소개하는 등 자아 실현적 웰빙관을 주장한 긍정 심리학자로 볼 수 있는 측면이 있다. 그러나 그들은 심리적으로 좋은 삶에 이르는 방법으로 캐락주의적 웰빙과 자아실현적 웰빙의 장점을 모두 활용하여 웰빙의 개념과 웰빙에 이르는 방법을 제시했다.

2. 웰빙에 이르는 덕으로서 VIA 분류체계

1) VIA분류체계의 핵심덕목

(1) VIA 분류체계의 목적

VIA분류체계는 청소년이 잠재되이 있는 긍정적인 특질을 발휘할 수 있는 보편적인 방법이 무엇인지 밝히려는 심리학의 탐구에서 시작되었다. 청소년의 잠재력을 계발할 수 있는 프로그램을 개발하던 심리학자들은 긍정적 특질에 관한 공통된 용어, 측정도구가 없다면, 잠재력을 개

35) A. Waterman, 앞의 글, p. 240.
36) P. Eggen & D. Kauchak, 앞의 책, p. 498.

발하기 위한 프로그램 개발과 개발된 프로그램의 효과를 평가하기 어렵다는 문제에 직면했다.[37] 즉, 긍정 심리학자들이 핵심덕목 및 인격강점을 개발한 배경에는 좋은 성격이란 무엇이고 어떻게 측정하는지를 밝힐 기준이 필요하다는 심리학자들의 문제의식이 있다.[38]

VIA분류체계는 미국정신의학협회의 정신장애 진단 및 통계 편람(DSM)에서 아이디어를 얻어서 개발되었다. 정신장애 진단 및 통계 편람은 정신 질환, 심리 장애, 질병에 관하여 전 세계적으로 통용되는 표준적인 분류체계이다. 정신장애 진단 및 통계 편람은 행동 중심적 준거를 통하여 정신장애를 알아차리는데 필요한 구체적인 규칙을 제시하여 연구자들, 치료자들, 일반인이 정신 장애를 극복하는 데 활용할 수 있는 기준을 제시한다. 또한 정신장애들을 평가할 수 있는 신뢰할만한 일련의 구조화된 임상 면담과 자기보고식 질문이 개발될 수 있는 토대이기도 하다. 정신장애 진단 및 통계 편람이 부정적 측면의 측정 기준이라면, VIA분류체계는 정신장애 진단 및 통계 편람을 보완하여 인간의 올바른 인격강점이 무엇인지 밝히려는 덕성과 인격강점의 목록이다.[39]

정신장애 진단 및 통계 편람의 순기능을 참고하여 피터슨과 셀리그만은 인격강점의 명시적 준거와 평가도구를 만들었다. VIA분류체계는 인격강점, 강점을 촉진하거나 방해하는 요인, 강점의 발휘를 통한 성취 등을 포함하는 다차원적 분류를 개발함으로써 인격의 복잡성을 반영하고자 하였다.

VIA분류체계의 활용은 삶의 부정적 시기를 지나는 것, 긍정적 시기를 맞이하는 것 모두와 관련이 있다. 2000년대에 긍정심리학자들은 정신적 질병모델이 주를 이루었던 기존의 심리학과 거리를 두려고 했으며 심리

---

37) C. Peterson, 앞의 책, p. 153.
38) 위의 책, p. 253.
39) C. Peterson, "The Values in Action Classification of Strengths", *A Life Worth Living*, (Oxford: New York: Oxford University Press, 2006) p. 156.

적 질병에 관한 언급을 자제했다. 그러나 9.11테러를 기점으로 셀리그만과 피터슨의 생각은 변화했다. 위기는 사람들을 성장시킨다. 이는 위기를 겪은 사람이 그렇지 않은 사람보다 행복한 삶을 산다는 VIA-IS의 측정 결과로도 드러났다. 따라서 피터슨은 긍정 심리학 일반과 VIA분류체계는 사람들이 부정적 시기를 극복하여 행복한 삶을 영위할 수 있는 데 기여한다고 본다.[40] 긍정적 시기는 보통 사람들이 누리는 활기찬 삶을 의미한다. 또한 사람들이 계발해야 하는 핵심 덕목 및 인격강점은 어머니 무릎, 학교 선생님, 종교에서 주입하는 덕목과 다르다. VIA분류체계는 세계 7개의 윤리·종교적 가르침에 대한 확인과 심리학적 방법론의 검증에 의해 추려진 인간의 긍정적 특질에 대한 목록이다.

(2) VIA분류체계의 핵심 덕목의 이론적 배경

교통과 통신의 발달로 세계는 좁아졌다. 좁아진 세계에서 사람들은 한 문화권의 예절이 다른 문화권에서 무례한 행동이 된다는 것을 경험하였다. 이에 따라 세계에서 공통으로 받아들일 수 있는 보편적 덕목이 없다는 관례적 윤리적 상대주의가 힘을 얻게 되었다. 긍정 심리학자들이 핵심덕목을 찾은 배경에는 인간의 긍정성에 대한 평가 기준을 만들기에 앞서서 인간의 긍정성에 대한 상대주의자들의 비판을 방어할 필요가 있었다. 이들은 인류사의 강한 영향력을 행사한 종교적, 윤리학적 전통 및 대표 서적들을 중심으로 강한 생존력을 지닌 덕목을 추출해냈다. 그러나 여전한 상대주의자들의 의구심에 대하여 셀리그만과 피터슨은 다음과 같이 방어[41]한다. 특정한 부족 규모의 공동체 관습을 예로 들면서 인간의 보편적 덕에 대하여 비판하는 입장에 대해서는 6가지 핵심 덕목은 도시,

40) 위의 글, p. 160.
41) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 272.

자본, 법, 노동 분담을 구축한 규모의 사회에서 탄생한 종교, 윤리학적 전통으로부터 문헌 및 학자들의 시도를 개관하여 선정한 덕임을 명시한다. 셀리그만과 피터슨의 조건을 충족한 종교·윤리학적 입장은 유교, 도교, 불교, 힌두교와 고대 그리스 윤리학, 유대교와 크리스트교 및 이슬람교이다. 셀리그만과 피터슨은 이들 종교·윤리학적 전통 중에서 시대상 고대, 각 종교·윤리학적 입장의 시작인 종교인과 윤리학자의 덕목을 개관하였다.

유교의 덕목은『논어』의 개관을 통하여 선정되었다. 공자의 핵심 덕목은 인(仁)이다. 인(仁)은 인간애, 박애, 인간다움을 나타내는 덕목으로 '사람을 사랑하는 것'이 중심 의미이다. 공자는 인과 더불어 예(禮)를 강조한다. 공자 시대의 예는 현재의 사용하는 예법에 비하여 넓은 개념으로 사회 제도, 중국 고대 문화의 덕목 등을 모두 포함한다. 공자가 덕목으로 인과 예를 강조한 것은 개인의 성품과 함께 사회 규범을 잘 따라야 한다는 공자의 가르침으로 해석할 수 있다.[42] 공자에게 중요한 덕목은 인의였으나, 셀리그만과 피터슨은 인의예지신의 오상을 모두 개관하였다. 오상을 모두 개관하는 가운데, 의(義)는 '가족관계에서 시작하여 국가와 국민의 관계로 확장되기까지 개인이 서로 간의 관계에서 가져야 할 상호존중'이라고 정의하였다. 그러나 공자는 '올바름을 따를 뿐이지 도가 실현되지 않을 줄 이미 알고 있다.'[43]고 표현한다. 따라서 개인의 상호관계라는 셀리그만과 피터슨의 해석이 공자의 덕목을 올바르게 해석했는지 의구심이 남는다. 긍정 심리학자들은 공자의 지(智)에서 지혜, 인에서 인간애, 의에서 정의를 추론했다. 용기는 공자에서 명백하게 찾아볼 수 없으나, 맹자에 이르러서 도덕적 용기가 덕목으로 부상한다고 해석한다. 공자가 겸양과 자기절제를 옹호했으므로 절제의 덕을 찾을 수 있다고 보았

42) 풍우란 (박성규 역) 『중국철학사(상)』, (서울: 까치, 2005) p. 116.
43) 위의 책, p. 127.

으며, 성인(聖人)에서 초월성을 추론하였다.[44]

도교는 무위자연(無爲自然)한 도(道)를 세계의 근원으로 보았다. 도는 천지만물의 작용원리로, 인위적으로 계획하지 않아도 '스스로 그러한(自然)' 작용을 한다. 도는 초월적 덕으로 인간은 도를 인식할 수 없다. 도교에서는 자연적 덕(德)을 이상적으로 생각하기 때문에 노력하여 얻어지는 유교의 덕, 인의를 비판한다. 인의로 인하여 사람들의 본래 모습(德)이 가려져 사회 혼란이 일어났다고 보았다.[45] 도교의 도(道), 무위, 자연 등의 개념은 초월성에 관한 것이다. 도는 천지를 다스리며 말로 표현할 수 없으며 인간의 이성으로 이해할 수 없다. 번역할 수 없는 도는 방향, 운동, 방법, 생각을 동시에 의미하며 한 단어로 표현할 수도 없다. 도는 인위적이지 않고 자연히 나타나며 스스로 그러하다. 셀리그만과 피터슨은 도를 초월성으로 추론하였으나, 형이상학적 개념인 도를 측정 가능한 심리적 요소로 환원시키기 위해서는 이론적 검증이 필요할 것으로 보인다. 노자가 강조한 무욕, 과욕에서는 절제를 추론하였다.[46]

남아시아에서는 불교와 힌두교가 꼽혔다. 불교의 덕목은 사성제, 팔정도, 오계(五戒)가 있다. 사성제는 인생이 고(苦)인 원인과 그 결과 나타나는 고(苦)가 무엇인지, 고(苦)를 멸(滅)하는 과정과 그 결과 나타나는 열반이 무엇인지에 관하여 부처가 설파한 덕이다. 이 중에서 고를 멸하는 과정이 팔정도로 정견(正見), 정사(正思), 정어(正語), 정업(正業), 정명(正命), 정정진(正精進), 정념(正念), 정정(正定)이 여덟 가지 구성 요소로 이루어져 있다. 오계는 살생하지 말라, 도둑질 하지 말라, 음행하지 말라, 거짓말 하지 말라, 술을 마시지 말라 등이 있다. 원시불교의 팔정도는 명확하게 덕목으로 해석할 수 있기 때문에 긍정 심리학의 6덕목에 대응되

---

44) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, pp. 73-74.
45) 풍우란, 앞의 책, p. 299.
46) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, pp. 75-76.

며, 공(空)[47]으로부터 초월성을 추론해 내는 것이 타당하다.

힌두교는 경전 모음집인 우파티샤드(Upanishads)를 중심으로 덕목을 연구하였다. 힌두교는 사회적 의무와 해탈 양자를 모두 강조한다. 사회적 의무란, 다르마(dharma)로 브라만, 크샤트리아, 바이샤, 수드라 등 네 계급의 행위 규범과 의무이다. 네 계급은 현실에서는 직업으로 구분이 되는데, 브라만은 사제, 크샤트리아는 왕과 전사, 바이샤는 농업·상업·목축업 종사자, 수드라는 노예계급에 각 계급에 따라 특징적인 덕목을 발현해야 한다. 힌두교에서는 윤회로부터 벗어나는 해탈을 강조한다. 해탈을 위한 주요한 방법으로 지식과 신애(信愛)가 있다. 지식이란, 우주의 궁극적 실체인브라만에 대한 깨달음이며, 신애란, 힌두교의 인격신에 대한 전적인 사랑과 헌신이다.[48] 셀리그만과 피터슨은 지혜, 정의, 용기, 절제, 인간애는 네 계급의 사회적 의무에서, 초월성은 힌두교 경전 전발에서 추론할 수 있다고 주장한다.[49]

서양에서는 고대 그리스 철학자들과 유대교와 크리스트교가 선정되었다. 고대 그리스 아테네의 덕목은 플라톤과 아리스토텔레스를 중심으로 선정되었다. 플라톤(Platon)은 『국가(Republic)』에서 지혜, 용기, 절제, 정의를 이상 국가의 핵심 덕목이자 시민의 덕목으로 꼽았다. 플라톤에게 덕은 탁월함을 의미하며 4주덕은 영혼을 기능별로 세 부분을 구분한 후 도출한 결론이다. 플라톤은 인간의 영혼을 이성적 부분, 감정적 부분, 물리적 욕망이 있는 부분으로 구분하였으며, 각 부분이 탁월성을 발휘한 상태가 지혜, 용기, 절제이다. 정의는 영혼의 각 부분이 탁월성을 발휘하고 있을 때를 지칭하는 덕이다.[50] 아리스토텔레스는 앞 장에서 논한 바와 같이 중용의 덕을 주장하였으며, 중용의 덕에는 지혜, 용기, 절제, 절

47) 위의 책, p. 77.
48) 길희성 외 편저, 『경전으로 본 세계 종교』(서울: 전통문화연구회, 2001) p. 844.
49) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 79.
50) L. Arrington, 앞의 책, p. 93.

약, 관용, 긍지, 온화, 재치가 있다. 플라톤과 아리스토텔레스의 덕의 목록은 6가지 핵심 덕목에 직접적으로 대응되는 덕들이다. 다만, 인간애와 초월성이 직접적으로 드러나지 않는 부분에 대하여 셀리그만과 피터슨은 유교, 도교, 불교에서 사용한 논리와 비슷한 논조로 고대 그리스 사상가의 이론에서 초월성과 인류애를 추론한다. 우선, 플라톤과 아리스토텔레스의 이상적 상태, 이상국가와 지성적 덕에서 초월성을, 우정, 다른 사람에 대한 배려 등에서 인간애를 추론하였다.[51]

유대교-크리스트교 덕목을 조사하기 위하여 아퀴나스(T. Aquinas)의 저술을 연구하였다. 아퀴나스의 윤리학은 상당부분 아리스토텔레스의 영향 하에 있다. 아퀴나스는 오직 신(神)만이 인간의 욕구를 만족시킬 수 있으므로 내세에서 신과 하나 됨을 이룰 때에만 행복을 누릴 수 있다고 보았다. 아리스토텔레스를 따르는 부분은 현세의 세속적인 행복과 관계된다. 현세에서 인간은 자연법에 따라야 한다. 자연법은 우리의 자연적 성향에 부여된 이성의 명령으로, 신의 마음으로부터 발산된 것이다.[52] 결론적으로, 절제, 용기, 정의 등의 덕목은 자연법에 따르는 방식이다. 아퀴나스의 덕의 목록은 긍정 심리학자들의 6덕목을 열거하고 있으며, 인간애는 사랑에서, 초월성은 초월적 덕에서 찾을 수 있다.[53]

유대교에서는 구약성경의 출애굽기와 잠언을 조사하였다. 출애굽기의 십계명에는 다신주의・우상숭배・하느님의 이름을 망령되이 일컫는 것, 살인, 간음, 도적질, 거짓말, 남의 것을 탐하는 것을 금하는 한편 안식일을 거룩하게 지키며 부모를 공경하라고 명한다. 잠언은 유대 청소년들에게 도덕적이며 종교적인 행동을 권하는 교훈이 주요 주제인 장이다. 잠언의 교훈인 진정성, 의로움, 공정한 지도력, 신비로움, 사랑, 자비로움,

---

51) M. Seligman and C. Peterson, 앞의 책, p. 81.
52) L. Arrington, 앞의 책, p. 234.
53) M. Seligman and C. Peterson, 앞의 책, p. 81.

친절, 희망, 신에 대한 사랑과 경외, 교훈과 가르침에 대한 이해, 지식, 존경 등은 용기, 정의, 인간애, 초월성, 지혜를 모두 포함하고 있는 가르침이다.

이슬람교는 『코란』을 기준으로 유일신 알라를 믿는 종교이다. 이슬람교에서 선과 악은 알라신과 밀접하게 관련되어 있다. 알라신의 자비에 감사하며 사는 사람 및 신을 믿는 행동은 선이며 그 반대는 악이다[54]. 셀리그만과 피터슨은 이슬람교의 덕목을 알파라비(Alfarabi)의 『후술 알 마다니(Fusul al-Madani)』에서 추론하였다. 알파라비는 플라톤과 아리스토텔레스에 정통한 이슬람교의 학자이자 이슬람 철학의 창시자로 알려져 있다. 『후술 알 마다니』에서 그가 제시한 덕목은 플라톤과 아리스토텔레스의 덕목에 영향을 받을 확인할 수 있다. 알파라비는 영혼의 건강을 위한 96개의 금언을 제시하고 있다. 그는 시민국가에서 요구되는 정의 및 이성적・도덕적 덕을 제시했는데, 이는 고대 아테네인들의 덕목과 상당한 유사점을 보인다. 이성적 덕목은 지혜, 지성, 영리함, 명민함, 우수한 이해력을 포함하며 윤리적 덕목을 절제, 용기, 관대함, 정의 등의 덕목을 포함한다.[55]

셀리그만과 피터슨의 6가지 핵심 덕목은 이상의 윤리학적·종교적 덕들의 교집합이라고 볼 수 있다. 세계의 종교적·윤리적 덕의 목록에서 공통점을 찾아냄으로써 덕의 보편성에 대한 근거를 확보할 수 있으며, 서로 다른 문화권에서 유사한 규범을 공유하고 있음을 확인할 수 있다. 그러나 6가지 핵심 덕목 중 초월성에 대한 셀리그만과 피터슨의 설명에는 오류가 있다. 초월성에는 유교의 성인, 도교의 도, 불교의 공, 플라톤의 이상국가, 아리스토텔레스의 지적인 덕, 아퀴나스의 초월적 덕 등이 포함된다. 이들은 각 종교·윤리학에서 이상적인 '무언가'라는 공통점이 있다. 그

54) 공일주, 『코란의 이해』(한국외국어대학교 출판부: 2008), p. 243.
55) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 83.

러나 구체적인 내용을 살펴보았을 때 공(空), 도(道)은 다른 덕목과 범주가 다르다. 불교에서 공, 도교에서 도는 만물의 원리로 아리스토텔레스의 형상, 아퀴나스의 신 혹은 자연법과 보다 더 유사한 범주이다.

2) VIA 분류체계의 인격강점

(1) 인격강점의 의미

핵심 덕목은 유교, 도교, 불교, 힌두교, 고대 그리스 철학, 유대교, 기독교, 이슬람교의 윤리학자와 종교학자들이 가치 있다고 여긴 인간의 긍정적 특성으로 지혜, 용기, 인간애, 정의, 절제, 초월성이 있다. 셀리그만과 피터슨은 핵심 덕목을 '정의할 수 있는 보편적인 심리학적 구성요소'[56] 이자 핵심 덕목을 함양할 수 있는 메커니즘으로 인격강점을 제시한다. 인격강점은 심리학적 용어로 설명할 수 있는 인간의 긍정적 특질이자 핵심 덕목을 함양하는 과정으로서, 긍정 심리학에서 덕과 행복의 관계에 대한 연구 결과를 뒷받침하는 주요 개념이다.

인간의 긍정적 성품을 판단하는 기준으로서 인격강점을 선정하기 위하여 셀리그만과 피터슨은 사회 공동체 덕목, 성격 심리학의 덕목 등을 나열하였다. 사회 공동체 덕목은 보이스카웃, 베넷(W. Bennett), 벤자민 프랭클린 등 서구 공동체의 덕목을 위주로 조사하였다. 성격 심리학은 알포트 (G. Alport), 핫숀과 메이 등에 의하여 인격에 대한 의구심이 지속적으로 제기되어왔음에도 불구하고, 덕에 대한 논의가 eb이(J. Dewey), 매슬로우, 성격의 5요인, 콜버그(L. Kohlberg)에 의하여 지속되어왔다. 셀리그만과 피터슨은 이들의 덕의 목록을 간단하게 나열하며 심리학에서

56) 위의 책, p. 43.

도덕성에 대한 연구가 가능한 근거로 활용한다. 이 절에서는 셀리그만과 피터슨의 VIA 연구 방법에 영향을 준 심리학 이론을 확인할 것이다. 셀리그만과 피터슨은 손다이크(E. Thorndike), 에릭슨(E. Erikson) 연구에서 VIA분류체계의 연구 방법에 대한 근거를 찾아내었다.

손다이크는 삶의 질 고양은 불만 등의 문제를 제거함으로서 이루어지는 상태가 아님을 확신하였다. 또한 인간의 도덕성을 양적인 수치로 측정할 수 있다는 손다이크의 주장은 인격을 개별적 구성요소로 분해하여 연구하려는 셀리그만과 피터슨의 연구 방법에 힘을 실어주었다.

에릭슨은 전 생애에 걸친 인간 발달 단계인 심리사회적 단계를 제시하였다. 에릭슨에 따르면 인간은 일생동안 거쳐야 하는 단계에 따라 특정한 사회적 도전들에 직면하며, 이를 해결하는 과정에서 심리사회적 덕목이 발달한다. 셀리그만과 피터슨은 에릭슨의 이론이 여성보다 남성에 대해 더 잘 설명한다는 점, 인간이 삶을 영위하는 과정에서 활용할 수 있는 하나의 방법일 뿐이라는 점을 명확히 한다. 에릭슨의 이론의 한계를 지적하며, 긍정 심리학자들은 하나의 이론에 기초하여 인격 강점 분류체계를 설명하지 않는 연구 방법에 대한 확신을 얻었으며, 인격을 제안하는 데 있어서 그것이 여러 방식으로 발전되며, 서로 다른 형태로 드러나야 함을 주의해야 함을 인식하였다.[57] 이를 모두 고려하여 인격강점의 10가지 준거를 제시하였다.

① 보편성: 이러한 강점은 대다수 문화에서 긍정적 덕목으로 여겨지고 있는가?

② 웰빙 공헌도: 이러한 강점은 다양한 긍정적 행동과 성취를 촉진함으로써 그 소유자와 다른 사람의 웰빙에 기여하는가?

③ 도덕성 : 그 자체로 도덕적 가치를 가지는가?

57) 위의 책, p. 96.

④ 타인에의 영향: 한 사람이 강점을 표현하는 경우, 다른 사람에게 부정적 영향을 미치는가?

⑤ 반대말의 부정성: 강점의 반대말이 확실히 부정적인 것으로 가주되는가?

⑥ 측정 가능성: 강점은 개인의 행동(생각, 감정, 행위)으로 표출되어 측정할 수 있는가? 또한 상황과 시간의 변화에도 안정적인가?

⑦ 특수성: 이러한 강점은 다른 강점들과 구별되는가? 다른 강점들로 분해될 수 있는 것은 아닌가?

⑧ 모범의 존재: 모범적 인물이 강점을 구체화하는가?

⑨ 결핍자의 존재: 강점이 현저하게 부족한 사람들이 존재하는가?

⑩ 풍습과 제도: 사회는 이러한 강점을 육성하기 위한 풍습이나 제도를 지니고 있는가?

위의 기준으로 선정된 인격강점은 핵심 덕목을 함양하는 과정일 뿐 아니라, '도덕적 가치를 가지는 성격적 특징(personality traits)'[58] 이다. 다른 성격 특질과 마찬가지로 인격강점은 사람들의 생각, 감정, 행동을 명확하게 드러내는 성향이다. 인격강점은 도덕적 의미를 가진다는 점에서 성격적 특질과 구분되는 개념이다. 위의 10가지 기준 중에서 연구자는 셀리그만과 피터슨이 도덕성에 대하여 어떤 정의를 내리고 있는지 확인해볼 것이다. 이들은 도덕성이 결과의 유익함을 의미하지 않으며, 그 자체로 가치를 가진다고 보았다. 왜냐하면 강점의 실현은 자기완성에 기여하고, 오랜 시간 다양한 문화에서 가치 있는 가치 있는 특질로 간주되었기 때문이다.[59] 셀리그만과 피터슨의 인격강점이 자기완성에 기여하기

58) J. Gillham and C. Peterson et al, "Character strengths predict subjective well-being during adolescence.", *The Journal of Positive Psychology*, 2011(6), p. 31.

59) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 51.

때문에 도덕적 가치를 가진다는 입장은 아리스토텔레스의 덕 이론과 유사하다. 아리스토텔레스는 덕을 습관에 의해 완성되는 성향이자, 삶의 목적 달성과 상관되는 개념으로 보았다.[60] 또한 긍정 심리학자들이 명시하지 않았으나, 이들이 동서양의 8개 문화권의 종교·윤리적 덕목과 일치성을 확인했다는 점에서도 인격강점의 도덕적 가치를 확인할 수 있다고 보았다. 따라서 본 고에서는 각 인격강점과 8개 문화권의 덕목과의 유사점을 확인하고자 한다. 또한 셀리그만과 피터슨이 정의한 인격강점의 도덕적 가치는 삶의 목적인 행복과 연관성을 명확하게 드러내야 증명된다는 점에서 인격강점과 행복의 상관 연구에 대하여 폭넓게 개관할 것이다.

(3) 덕목과 인격강점의 내용

① 지혜와 지식(Wisdom and Knowlege)

지혜와 지식은 건강한 삶을 살기 위한 정보 습득 및 활용과 관계되는 핵심 덕목으로 유교 오상(五常)의 지(智), 불교 팔정도의 정견(正見)과 정사(正思), 힌두교의 브라만 덕목으로서 지식, 플라톤과 아리스토텔레스의 지혜, 아퀴나스의 지혜, 알파라비의 지혜에서 추론하였다. 유교에서 오상의 지혜는 군신, 부부, 부자, 친구 간 인륜관계에서의 도리와 연관이 깊은 개념이다. 불교, 힌두교의 지혜는 주로 불교 혹은 힌두교의 세계관과 두 종교의 세계관와 연관된 자기 자신에 대한 참모습을 깨닫는 상태 혹은 능력이다. 플라톤, 아리스토텔레스, 아퀴나스, 알파라비의 지혜는 고대 그리스 철학의 덕(arete) 개념 안에서 이해할 수 있는 바, 인간의 기능을 잘 발휘한다는 의미를 내포하고 있다. 따라서 지혜를 구성하는 인격강점이 유교, 도교, 불교, 힌두교, 플라톤, 아리스토텔레스, 아퀴나스, 알파라

60) L. Pojman & J. Pieser, 박찬구 외 역, 『윤리학, 옳고 그름의 발견』(서울: 율력, 2010) p. 284.

비의 지혜 포괄할 수 있는지 비판적으로 살펴볼 것이다.

가. 창의성(creativity)

창의성은 일상적은 혹은 전문적인 문제 상황에서 다양한 문제 해결 방법을 모색할 수 있는 능력을 의미한다. 창의적인 문제 해결 방법은 확산적 사고에서 비롯된다. 확산적 사고는 유창성, 독창성, 융통성을 가진 사고 유형으로, 기존의 문제 해결 방법과 다른 새로운 관점에서 많은 문제 해결 방법을 모색하는 사고 유형이다. 가드너에 의하면 창의적인 사람이 제안한 문제 해결 방법이 사람들에게 낯설게 느껴진다. 그러나 궁극적으로 한 문제에 대한 효율적인 해결 방법으로 인정받는다. 또한 가드너는 창의성은 여러 영역에서보다 한 영역에서 나타나는 특징으로 보았다.[61]

창의성을 촉진하는 방법이 제시되고 있다. 무비판적 상황에서 진행되는 '브레인스토밍'이 있다. 이는 구성원 개개인이 자신의 생각을 자유롭게 제시하도록 유도하는 한편 다른 이들의 생각을 접하면서 새로운 아이디어를 떠올릴 수 있도록 자극하는 효과가 있다. 'SCAMPER'의 경우에는 창의적인 사람들의 작업 방식에서 아이디어를 얻은 창의성 촉진 방법이다. 대체, 조합, 적응, 수정, 다른 용도 찾기, 배제, 재배치의 7단계 창의성 촉진 방법을 실행해보는 과정이다. 또한 '생산적 사고 프로그램(productive thinking program)', 'CoRT 사고 교육 프로그램', '지능 프로젝트(project itelligence)' 등이 있다. 이 프로그램들은 학교 교육과정의 일부분으로 다양한 영역에서 창의적인 사고와 문제해결능력을 촉진하게끔 구성되어 있다.

지혜와 연관된 윤리적, 종교적 덕목이 진리에 대한 깨달음을 강조한다는 점에서 창의성은 지혜의 구성요소라고 할 수 있다. 예를 들어, 핵심 덕목 지혜와 대응되는 정견, 정사는 연기설의 진리를 인식하여 마음의

61) P. Eggen & D. Kauchak, 앞의 책, p. 246.

괴로움을 벗어나는 깨달음을 강조한다[62]는 점에서 일종의 새로운 문제해결, 즉 창의성이라고 볼 수 있다. 그러나 셀리그만과 피터슨은 도덕적 세계관에 대한 탐구보다는 창의성을 아름다움, 우아함, 편리함 등의 결과물을 세상에 내놓는다는 면에서 도덕적 가치를 가진다고 보았다.[63] 그러나 다이너마이트를 발명한 노벨의 반성과 같이, 창의성의 결과가 언제나 선함을 보장하지 못한다는 점에서, 창의성과 관련한 결과를 도덕적 가치로 선정하는 데 한계가 있다.

나. 호기심(curiosity)

호기심은 새로운 정보, 지식, 경험을 얻고자 하는 욕구로서 탐색적인 행동을 유발하는 심리적 성향이다.[64] 벌린(D. Berlyne)은 호기심을 지각적 호기심과 인지적 호기심으로 구분한다. 지각적 호기심은 자극을 지각하는 활동과 관계된 호기심으로 시각, 청각, 촉각과 관련되어 인간과 동물 모두에게서 보이는 호기심 유형이다. 인지적 호기심은 혼란스러운 개념이나 비논리적 지식 체계를 접하였을 때 발생하는 호기심으로 인간을 앎으로 이끄는 호기심이다. 또한 벌린은 인간의 탐구 대상으로 다양함과 구체성을 꼽았다. 인간은 지루함을 이기기 위해서 자극을 원하며, 지루함을 이길 수 있다면 자극의 종류, 맥락은 개의치 않는다. 반면에 구체성은 호기심에 의해서 생겨나며 일상의 상황에서 새로운 정보를 탐구하는 활동과 관련된다.[65]

셀리그만과 피터슨은 호기심을 가지고 세상과 사람을 대하는 사람이 매력적이라는 이유로 호기심이 도덕적으로 가치 있다고 주장한다.[66] 그

62) 교양교재편찬위원회, 『불교학 개론』(동국대학교 출판부, 1999) p. 101.
63) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 110.
64) 위의 책, p. 109-141.
65) D. Berlyne, "Curiosity and Exploration", *Science*, 1966(153), pp. 25-31.
66) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 135.

러나 '아름다운 외모를 가진 사람은 착한 사람이다.'라는 명제에 대해 거부감을 가지듯이 우리를 매력적으로 만들어주는 요소가 도덕적 가치를 가지지는 않는다. 다만 벌린의 호기심 중 인지적 호기심은 석가모니의 깨달음과 유사하다. 노인을 보고 죽음의 괴로움에서 벗어날 수 있는 해탈의 길을 찾아서 출가한 석가모니는 인간의 두려움의 대상을 탐구의 대상으로 호기심을 가지고 정좌하였다. 그로부터 불교의 연기설 및 연기를 깨닫는 지혜라 강조되었다는 점에서 석가모니의 호기심은 도덕적 고민의 계기라는 가치를 가진다.

다. 개방성(open-minded)

개방성은 합리적 신념의 과정을 만들어내는 판단 과정이라는 의미에서 설정되었다. 긍정심리학자들이 본래 의도한 개념은 판단력, 비판적 사고, 합리성, 개방성과 같이 다양하게 불리는 사고방식이었다. 문제는 합리성에 대한 현대 특정 사람들이 부정적으로 반응에서 나타났다. 합리성을 부정적으로 받아들이는 사람들에게 적절한 설문지 답을 얻어내기는 어려운 일이었다. 따라서 긍정심리학자들은 개방성, 판단력 등 모든 의미를 포괄하는 대표 개념어로 개방성을 선정하였으며, 자신이 지지하는 신념, 계획, 목표에 반대되는 증거들을 적극적으로 탐색하여 그것이 적절한 것이라면 기꺼이 수용하려는 열린 마음의 자세로 정의하였다[67].

셀리그만과 피터슨은 다른 인격강점을 설명할 때 주로 심리학의 개관한 반면 개방성의 이론적 기초를 베이컨(P. Bacon), 밀(J. S. Mill), 공자, 소크라테스 등 윤리학에서 찾는다. 밀은 오류 가능성을 줄이기 위하여 토론의 자유가 필요하다고 주장했다. 밀에 따르면 우리는 어떤 주장에 대한 모든 증거를 검토할 수 없다. 따라서 자유로운 토론을 통해서 검증된 주장이 진리에 가깝다. '한 의견이 논쟁의 기회를 가졌지만 논박되지

67) 위의 책, p. 196.

않았다는 이유로 진리로 추정되는 것과 그것이 논박되는 것이 허용되지 않기 위해서 진리를 가정하는 것 사이에는 건널 수 없는 차이가 존재한다. 그리고 인간적 한계능력을 가진 존재가 이 이외의 다른 조건을 통해서 자신의 의견이 정당하다는 것을 합리적으로 보장받을 길은 없다.'[68]

셀리그만과 피터슨은 개방성이 도덕적 추론의 주요 요소인 관점 채택과 관련된다는 점에서 도덕적 가치를 가진다고 보았다[69]. 공정한 분배에 대한 학생들의 인지 발달을 연구한 데이먼(W. Damon)은 사회적 관점 채택과 정의의 추론 수준을 연결시켰다. 그에 따르면 아주 어린 학생들도 다른 사람들이 자신과 다른 관점에서 돈, 음식 등을 분배하고자 한다는 것을 안다[70].

라. 학구열(love of learning)

학구열은 배움에 대한 사랑을 의미한다. 학구열을 가진 사람은 새로운 지식이나 기술을 배우는 데 대한 갈망을 가지고 있으며, 새로운 것을 숙달하는 과정에서 긍정정서를 경험한다. 또한 학구열을 지닌 사람들은 새로운 과제를 해결하는 데 직면하는 좌절을 극복하고 주제 자체에 몰두하려는 동기를 가진다.[71] 성공적인 학구열 고양을 위하여 숙달 목표와 수행목표를 살펴볼 필요가 있다. 숙달 목표는 '수업에서 다루는 주제 이해하기'와 같이 과제의 숙달, 향상, 이해 증진에 중점을 두는 목표이고, 수행 목표는 '중간고사에서 반에서 3등 안에 들기'와 같이 자신의 유능함과 능력이 다른 사람의 그것과의 비교에 중점을 두는 목표이다.[72] 어려

68) J. S. Mill (김형철 역) 『자유론』(서울: 서광사, 1992) p. 34.
69) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 139.
70) D. Lapsley (문용린 역) 『도덕 심리학』(서울: 중앙적성출판사, 2000) p. 251.
71) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 207.
72) P. Eggen & D. Kauchak, 앞의 책. p. 487.

운 문제에 봉착하여 지속적으로 한 과제를 수행하고자 할 때, 통제 가능한 어려운 상황에 있다고 인지하는 것과 통제 불가능한 상황에 있다고 인지하는 것 차이에 지속적인 동기 유발에 차이가 있다. 이런 점에서 수행 목표와 같이 반에서 3등을 목표로 삼는 경우, 같은 반 학생들의 노력 여하에 따라서 목표 달성의 가능성이 좌우된다는 점에서 목표의 달성은 자신의 통제 밖에 위치한다. 따라서 지속적인 동기 유발에 있어서 수행 목표보다 숙달 목표를 강조하는 학습 환경이 중요하다.

셀리그만과 피터슨은 학구열의 도덕적 가치를 교사와 학부모의 바람에서 찾는다. 그러나 '바란다는 것이 바람직한 것의 근거가 될 수 없다.' 무엇을, 왜 배우려고 하는지에 대한 고찰이 더해질 때 학구열의 도덕적 가치가 선명해진다는 점에서 공자의 호학(好學)을 연구할 필요가 있다. 공자는 공부에 대하여 강조하였다. 그 이유는 진실한 마음의 바탕인 인과 예가 조화를 이루기 위하여 시, 서, 예, 악을 학습하는 한편 이들을 재해석하고, 해명하고, 이해하고, 체득하는 태도가 필요하기 때문이다[73].

마. 통찰(wisdom)

우리가 보통 지혜라고 부르는 덕목이 이 인격강점에 해당한다. 단, 지혜는 6덕목과 동일한 명칭으로 혼란을 야기할 수 있으므로 통찰이라고 명명하였다. 통찰이란 웰빙을 향상시키기 위하여 정보를 활용하여 무언가를 계획하는 것을 의미한다.

스탠버그(R. Sternberg)는 우리가 암묵적으로 가정하는 통찰의 의미로부터 통찰의 성분을 도출해내었다. 6가지 성분에는 문제해결과 논리적 사고를 포함하는 추론능력, 다른 사람과의 원활한 관계를 유지하기 위한 슬기, 의견과 환경으로부터 배우기, 결정과 관련된 판단, 정보의 신속한 이용, 직관력이 포함된다. 또 다른 한편으로는 다른 심리학자 및 과학자

73) 풍우란, 앞의 책, p. 108.

의 연구를 토대로 통찰을 분석하였다. 그 결과 지혜로운 사람은 지식, 지적 처리과정, 지적 양식, 성격, 환경과 관련하여 특징적인 성향을 보인다. 지혜로운 사람에게 지식이란, 삶과 관련하여 잠재적 의미와 지식을 연결시키려고 하며 지적 처리 및 지적 양식과 관련하여 '왜?'란 의문을 가진다. 또한 애매함과 장애를 자연스러운 현상으로 이해하고 이면의 의미를 탐구하고자 한다.[74]

셀리그만과 피터슨은 학구열과 마찬가지로 통찰의 도덕적 가치를 다른 사람들의 바람에서 찾았다. 이들에 따르면 일반적으로 현명한 사람을 찬양하고 삶에서 혼란을 경험할 때 그들에게 도움을 구한다는 점에서 통찰은 도덕적 가치를 가진다.[75] 셀리그만과 피터슨은 학구열과 마찬가지로 통찰의 도덕적 가치를 사람들의 필요에서 찾는 오류를 범한다. 오류를 보완하기 위하여 윤리학에서 지혜의 의미와 도덕적 삶에서 지혜의 필요성이 통찰의 도덕적 가치를 보다 단단하게 뒷받침할 것으로 보인다. 통찰 혹은 지혜는 진정으로 좋은 삶을 살기 위하여 고대 그리스 윤리학자 및 아퀴나스가 강조한 덕목이다. 소크라테스가 영혼을 위하여 사는 삶의 중요성을 강조한 이후 플라톤, 아리스토텔레스는 영혼의 인지적 기능을 강조하였으며, 이는 중세 아퀴나스 및 알파라비로 이어졌다.

② 용기(courage)

내적 혹은 외적 저항에 직면하여 목표를 달성하고자 하는 의지이다. 위험을 감수하고, 열정과 신념을 가지고 행동을 이어나가는 데 필요한 덕목이다. 플라톤의 건강한 영혼의 상태 중 하나이자, 정의로운 국가의 핵심 덕목인 용기, 아리스토텔레스의 중용의 덕으로서 용기, 아퀴나스의 인간의 덕목으로서 용기는 고대 그리스 철학의 영향을 받은 덕목이다.

---

74) R. Stenberg et al (최호영 역) 『지혜의 탄생』(서울: 21세기 북스, 2010) p. 231.
75) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 227.

셀리그만과 피터스는 불교, 도교, 유교의 전통에서는 용기를 직접적으로 드러내지 않고 있다고 밝혔다.[76] 핵심 덕목으로 용기를 구성하는 인격강점이 플라톤, 아리스토텔레스, 아퀴나스의 용기를 포함하고 있는지 비판적으로 고찰해볼 것이다. 또한 유교, 도교, 불교에서 용기를 명시적으로 밝히지 않았지만, 용기를 부정한 것은 아니다. 이와 관련해서 긍정 심리학자들의 견해를 살펴볼 것이다.

가. 용맹(bravery)

우리가 흔히 생각하는 전사의 신체적 용맹과 더불어 도덕적으로 의심스러운 행동을 거부하는 도덕적 용맹을 모두 포함하는 인격강점이다. 위협적인 상황에서 두려움을 이겨내고 그 상황을 극복하기 위한 적절한 행동을 자발적으로 하는 능력이다.[77]

퓨리(C. Pury)는 용맹을 의미와 삶의 양식의 측면에서 구분하였다. 용맹의 의미는 육체적 용맹, 도덕적 용맹, 심리적 용맹이 있다. 육체적 용맹은 신체적 손상과 죽음의 공포를 이겨낼 때, 도덕적 용맹은 자신의 윤리적 신념과 양심을 지키기 위하여 사회적 무시와 비난을 비롯한 따돌림, 경제적 곤란, 직업 상실, 명예 손상의 두려움에도 불구하고 자신이 옳다고 믿는 것을 행하는 것이다. 심리적 용맹은 도덕적 용맹과 구분이 어렵다. 심리적 용맹은 정신적 안정을 잃을 수 있다는 두려움을 극복하는 것과 관련된다.[78] 삶의 양식으로 용맹은 개인적 용맹과 일반적 용맹으로 구분된다. 개인적 용맹은 그 개인의 일상적인 행동과 비교했을 때 용맹한 행동을 의미한다. 일반적인 용맹은 영웅과 같이 다른 사람들과 비교했을 때 용맹한 행동이다.[79]

---

76) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 84.
77) 위의 책, pp. 213.
78) C. Pury & R. Kowalski, “Human strengths, courageous actions, and general and personal courage.”, *the Journal of Positive Psychology*, 2007, 2(2), p. 120.

용맹은 플라톤의 영향이 받은 윤리·종교 학자들이 강조한 덕목이다. 플라톤은 영혼의 감정적인 측면인 기개가 탁월하게 발휘할 때 용기를 발휘할 수 있다고 보았다. 플라톤은 인간 영혼의 모든 기능이 탁월하게 발휘될 때, 건강한 삶 혹은 행복한 삶이 가능하다고 보았다. 아리스토텔레스는 비겁함과 무모한 상태에 대한 중용으로서 용기를 주장하였다. 아퀴나스는 이성이 감정을 통제하여 이루어지는 덕으로 용기를 주장하였다.[80]

나. 인내(persistence)

인내는 지루함, 지겨움, 좌절, 어려움, 쉽고 용이하게 일을 처리하려는 유혹 등에 직면하여 목표 지향적인 행동을 자발적으로 지속하는 능력이다. 인내는 끈기 있는 태도와 구분된다. 끈기 있는 태도는 태도의 단순한 지속성을 의미한다.[81] 이는 능동적 행동을 수반하지 않기 때문에 인격강점의 인내의 개념에 포함되지 않는다.

자발적으로 목표를 설정하고 목표를 이루는 데 방해가 되는 충동을 이겨낼 수 있는 인내는 동기와 밀접한 관련을 맺는다. 와이너(B. Weiner) 성공 혹은 실패의 원인을 통제 소재, 안정성, 책임감의 세 가지로 구분하였다. 통제 소재에는 행위 결과를 이끌어낸 요인을 자기 자신에게 돌리느냐, 혹은 자신 외적 요인에 돌리느냐에 따른 구분이다. 안정성은 행위 결과에 영향을 준 요인이 일시적인 현상이냐, 지속적인 조건이냐에 대한 판단이며, 책임감은 내가 행위 결과와 관련된 요인들을 통제할 수 있었느냐에 대한 판단이다. 와이너는 행위 결과가 자기 자신에게서 비롯되었으며, 결과에 미치는 요인들을 통제할 수 있다고 인지하는 사람의 동기

---

79) C. Pury et al, "Distinctions between general and personal courage", *the Journal of Positive Psychology*, 2007, 2(2), p101.
80) W. Sahakian (송경철 외 공역) 『윤리학의 이론과 역사』(서울: 박영사, 2004) p. 105.
81) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, pp. 229-247.

가 높아진다고 결론지었다.[82]

다. 진정성(integrity)

진정성은 자신의 내면적 상태, 의도, 행위를 공적·사적으로 정확하게 드러냄으로써 자신에게 솔직해지려고 노력하는 인격강점이다.[83] 진정성의 인격강점은 진실성, 정직성, 성실성으로도 설명할 수 있다. 진실성은 진정한 자신을 찾으려는 심리적 진솔함을, 정직성은 사실을 있는 그대로 전달하는 대인 관계에서의 솔직성을, 성실성은 도덕적 의미의 진실성과 더불어 자기 통일성을 함축한다.

로저스(K. Rogers)는 자아를 강조한 인본주의 심리학자이자 진실성이 인간의 행복과 성장을 위해 필수적인 요인이라고 강조한 학자이다.[84] 그는 자아를 평생에 걸쳐 변화와 발전을 지속하는 실체로 간주하였다. 로저스에 따르면 자아는 현실적 자아와 이상적 자아로 구분된다. 현실적 자아는 현재 자신을 지각하고 있는 그대로의 모습이며, 이상적 자아는 자신이 되고자 하는 모습이다. 이상적 자아는 주로 부모의 이상적 자녀의 모습에 따라 형성되는 경우가 많으며, 이상적 자아와 현실적 자아의 괴리가 크면 불안, 부적응 등의 문제를 야기한다.

셀리그만과 피터슨은 유교, 도교, 불교, 힌두교에서 용기가 직접적으로 드러나고 있지 않다고 생각하였지만, 진실성의 경우 도교와 불교에서 강조하는 덕목으로 보인다. 노자를 계승한 인물로 평가받는 장자는 덕(德)에 따르는 삶을 강조하였다. 이 때 덕은 만물이 도를 얻어서 생겨난 것으로 사물의 생성 원리이다. 노장 모두 도에 따르는 삶을, 즉 천성에 순응하는 삶을 강조했다[85]는 점에서 자신의 내면 상태에 솔직한 진실성의

82) A. Hoy (김아영 외 공역) 『교육 심리학』(서울: 박학사, 2003) p. 433.
83) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, pp. 249-271.
84) 권석만, 앞의 책, p. 261.
85) 풍우란, 앞의 책, p. 365,

덕과 유사하다고 볼 수 있다. 불교의 삼법인설은 괴로움에서 벗어나기 위하여 육근, 사대, 오취온을 자신의 실체로 착각하지 말라는 석가모니의 가르침이다.[86]

라. 활력(vitality)

활력은 활기차고 적극적으로 살아가는 동시에 생동감과 행동력을 가지고 삶과 일을 대하는 태도이다.[87] 긍정 심리학자들은 활력의 도덕적 가치에 대하여 의문을 표한다. 이는 활력과 열정이 넘치는 사람에 대하여 일반적으로 호감을 보이고 가치 있는 성격이라고 여기는 일반적인 관점과 배치되는 듯 보인다. 그러나 활력 그 자체가 도덕적으로 가치 있는가에 대한 의문을 긍정심리학자들을 제기하고 있는 것이다. 열정적으로 삶을 영위할 때, 그 방향이 도덕과 부합하느냐가 열정의 도덕적 가치를 부여하는 것을 망설이게 한다.

③ 정의(justice)

정의는 개인과 집단 사이에 광범위하게 적용되는 최상의 대인 상호 작용 방식으로 공동체 구성원의 평등성과 공평성을 실현하는 데 필요한 덕목이다. 셀리그만과 피터슨은 정의를 세 사람 이상의 관계에서 나타나는 인격강점으로 간주하였다.[88] 이와 같은 정의 개념이 유교의 의, 불교의 오계 중 살생하지 말라, 도둑질하지 말라, 거짓말하지 말라는 세 가지 계율, 도교의 자연스러운 통치, 힌두교 브라만의 덕목으로서 정의, 플라톤, 아리스토텔레스, 아퀴나스의 정의를 포괄적으로 나타내고 있는지 비판적으로 살펴볼 것이다.

---

86) 교양교재편찬위원회, 앞의 책, p. 72.
87) M. Seligman & C. Peterson 앞의 책, pp. 273.
88) 위의 책, p 438.

가. 시민의식(citizenship)

시민의식은 개인의 이익을 초월하여 그가 속한 조직의 이익과 공공선을 추구하려는 의무감과 귀속의식을 수반한다. 시민의식을 가진 이들은 공공의 이익에 공감하며 미래 세대를 위하여 더 좋은 세상을 만들기를 원한다. 시민의식은 법적인 지위를 내포한다. 시민은 국가나 사회적 공동체의 일원으로 공동의 이익을 위한 책임과 의무를 다하려는 시민정신을 가져야 한다. 그러나 이 때 의무가 맹목적 복종을 의미하는 것은 아니다. 시민의 의무는 공동선의 관점에서 판단을 내리 행동을 포함하며 때로는 이를 위해 법률에 도전하기도 한다. 사회적 책임감은 자신에게 아무런 이득이 없을 경우에도 타인을 도우려는 태도로 이타적인 성격을 가진다. 충성심은 자신이 속한 조직에 대한 신뢰와 헌신, 팀워크는 집단 속에서 공동의 목적을 위해 구성원들에게 협조하고 협력하는 태도이다.[89]

셀리그만과 피터슨은 공동체를 위하여 자신을 낮추는 경향이 시민의식의 도덕적 가치를 보장한다고 보았다. 그러나 핵심 덕목의 보편성을 확인하기 위하여 이들이 개관하였던 윤리적, 종교적 이론들 중 시민의식과 관련이 있는 플라톤과 아리스토텔레스의 시민의식은 이들과 차이가 있다.

아리스토텔레스는 인간을 정치적 동물로 규정하면서 인간의 궁극적 목적인 행복을 위한 정체, 시민교육, 정치 참여를 강조한다. 인간은 본성적으로 공동생활을 하는 존재이기 때문에 정치 공동체 안에서 생활할 수밖에 없다. 그리고 공동체는 인간의 궁극목적인 행복을 위하여 존재한다. 이러한 맥락에서 시민은 국가 공동체에 참여해야 한다.[90]

---

89) 권석만, 앞의 책, p. 305.
90) 김재홍, “아리스토텔레스의 시민정치론”, 『시민과 세계』, 14집, 2008. p. 432.

나. 공정성(fairness)

공정성은 사람들이 도덕적으로 옳은 것과 옳지 않은 것, 도덕적으로 해야 하는 것, 하지 말아야 하는 것을 결정하는 과정은 도덕 판단의 산물이다.[91]

콜버그는 보편적인 도덕 원리로 정의에 대한 연구를 실행했다. 그는 가상적인 도덕 딜레마 상황에 대한 사람들의 인터뷰를 분석하여 3수준 6단계의 도덕성 발달 단계를 완성하였다. 콜버그에 따르면 옳고 그름을 판단하는 데 있어서 판단의 결과보다 판단의 이유가 더 중요하다. 옳고 그름으 판단 기준은 관점 채택 및 자율성의 정도에 따라 단계적이며 이 단계는 보편적이며 불변의 계열성을 형성한다.[92]

다. 리더십(leadership)

리더십은 집단 활동을 조직화하고 관리하여 조직을 이끌어나가는 한편 자신이 속해 있는 집단 구성원으로 격려하여 각자의 임무를 완성하도록 독려하고, 구성원 간 조화로운 관계를 유지하도록 격려할 수 있는 능력을 의미한다.[93]

리더십을 발휘할 수 있는 사회 영역은 다양하며, 각 사회 영역에 따라서 효과적인 리더십의 양상을 달라질 것이다. 본 논문의 목적은 긍정 심리학을 도덕 교육에 적용한다면, 그 이유는 무엇이고, 어떻게 적용하는 것이 효과적인 방법이 될 것인가를 밝히는 것이다. 따라서 리더십을 발휘할 수 있는 사회 영역 중 학교에 대한 논의를 살펴보고자 한다.

서지오바니(T. Sergiovanni)는 도덕적 리더십이 성공적인 학교 공동체를 만든다고 보았다.[94] 많은 사람들은 학력평가 성적, 성과 등 효율적인

91) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 459.
92) 정창우, 『도덕교육의 새로운 해법』(서울: 교육과학사, 2004) p. 37.
93) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 483.
94) T. Sergiovanni, (주삼환 역) 『도덕적 리더십』(서울: 시그마프레스, 2008) p. 146.

학교가 좋은 학교라는 오해를 한다. 효율적인 학교가 반드시 최고의 학교라고 보 없으며, 효율적이고 교사와 학생 모두 공유하는 도덕적 가치로 운영되는 학교가 최고의 학교라고 볼 수 있을 것이다. 서지오바니에 따르면, 효율적인 학교는 학교의 성과에 만족할 수 있으나, 도덕적이고 비효율적인 학교의 경우 효율성을 보완하고자 노력할 것이기 때문에 결국 도덕적인 학교 공동체를 유지하는 것이 중요하다고 보았다.

유교와 도교는 당대 중국 사회의 혼란을 해결하고자 공자, 노자가 주장했던 윤리적 주장을 이어 받은 학문 종파이다. 따라서 공자와 노자 모두에서 리더십에 대한 논의를 찾을 수 있다. 공자는 정명론을 통하여 군주다운 군주의 모습을 역설하였고, 노자는 무위자연의 정치가 사회의 혼란을 바로잡을 수 있다고 역설하였다.

④ 인간애(humanity)

인간애 강점들은 다른 사람을 돌보는 데서 나타나는 긍정적인 특질을 포함한다. 이 덕목들은 정의와 유사하나, 1대 1의 대인관계에서 나타난다는 점에서 정의와 차별화된다.[95] 인간애는 공자의 인, 도교의 무위자연, 불교의 오계 중 살생하지 말라와 거짓말 하지 말라는 계율, 힌두교 크샤트리아의 덕으로서 자비, 아퀴나스의 사랑, 이슬람의 관대함에서 추론할 수 있는 덕목이다. 플라톤과 아리스토텔레스는 인간애를 구체적으로 언급하지 않으나, 우정을 강조하였으며, 관대함 등을 강조했다는 점에서 인간애를 내포하고 있다고 보았다.

가. 사랑(love)

사랑은 세 가지 형태로 구분할 수 있다. 첫째는 나에게 애정과 보호를 주는 사람을 향해 갖게 되는 사랑이다. 우리는 자신의 복지에 관심과 애

95) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 349.

정을 기울이는 존재를 믿고 의지한다. 이런 사랑은 부모에 대한 자식의 사랑에서 전형을 발견할 수 있다. 둘째는 타인을 돌보아주는 사랑이다. 우리는 누군가를 보호하여 그가 안정감을 느끼고 자신이 배려 받고 있음을 인식하도록 지원한다. 때로 피보호자의 이익을 나의 이익보다 더 중요하게 여기며 피보호자가 웰빙할 때 우리도 웰빙을 느낀다. 자식에 대한 부모의 사랑이 두 번째 사랑의 전형이다. 셋째는 성적이고 육체적인 열정을 포함하는 사랑이다. 서로에게 특별한 친근감을 느끼고 상대방에 있어서 우리 자신도 특별한 존재라는 느낌을 공유한다. 연인 간의 사랑이 세 번째 사랑의 전형이다[96].

할로우(H. Harlow)를 철사로 만든 대리모와 천으로 만든 대리모에 대한 새끼 원숭이의 반응을 토대로 원숭이가 애착을 가지는 대상은 먹이가 아니라 신체적 접촉이라고 결론지었다.[97] 애착과정이 성격발달에 중요한 역하을 한다고 본 또 다른 학자는 에릭슨(E. Erickson)이다. 에릭슨에 따르면 인간 발달의 첫 번째 과업은 신뢰 대 불신이며, 이 때 보호자의 신뢰로운 애착을 성공적으로 발달시키는 것이 중요하다.[98]

여기에 더하여 윌슨은 진화 생물학자로서 생명윤리를 사랑과 연결시켰다. 윌슨(E. Wilson)은 마음은 진화의 역사로 인해 유전자에 새겨진 학습의 결과물이라고 주장한다. 그리고 우리의 마음은 생명을 사랑하는 방향으로 학습 편향되어 있다.[99] 이 주장은 많은 생물들과 유전자에서 공통된 부분을 공유하며, 인간은 생물에 매력을 느끼는 경향이 있다는 사실로부터 뒷받침된다.

아퀴나스는 스콜라 철학자로서 현세 행복은 불완전하며, 내세에 이르러서 신에 의해 완전한 행복을 누릴 수 있다고 보았다. 이를 위하여 인

96) 위의 책, pp. 369.
97) P. Wallace et al (이관용 외 공역)『심리학 개론』(서울: 율곡, 1991) p. 325.
98) 위의 책, p. 325.
99) E. Wilson (안소연 역) 『바이오 필리아』(서울: 사이언스북스, 2010) p. 208.

간은 신학적 덕을 함양해야 하고,[100] 신학적 덕에 사랑이 포함된다. 공자 또한 인간에 대한 사랑인 인을 강조하였다.

나. 이타주의(altruism)

인정 많고, 타인의 웰빙에 관심이 있으며, 타이에게 호의를 보이고, 좋은 일을 실천하고, 타인을 돌보는 것과 같은 친절한 경향이다. 다른 사람에게 친절한 행동을 하는 것은 도덕과 영적 생활의 기초로 여러 종교와 도덕 사상가들의 주장에서 나타난다.[101]

윌슨은 이타주의를 맹목적 이타주의와 목적성 이타주의로 구분한다. 맹목적 이타주의는 보답을 바라지 않는 일방적인 이타적 행동을 의미한다. 맹목적 이타주의의 진화론적 근거에는 친족 선택 가설이 있으며, 따라서 친족관계에서 멀어질수록 맹목적 이타주의가 나타날 확률이 줄어든다. 목적성 이타주의는 불교의 자비 등 등가 교환을 목적으로 이타적인 행동으로, 궁극적으로 이기주의로 수렴된다. 두 가지 이타주의 중에서 맹목적 이타주의를 도덕적이라고 간주할 수 있으나 윌슨은 맹목적 이타주의가 친족 간에만 이루어진다면 인간 공동체가 국가 및 지구촌 단위로 확산되지 못했을 것이라고 주장한다.[102] 그러나 윌슨은 친족과 관계없는 맹목적 이타주의가 존재하지 않는다고 말하지 않는다. 그는 비(非)생물적인 도덕의 존재를 인정하면서도, 비생물적 도덕을 과학적으로 밝히는 것이 생물학의 과제임을 주지한다.[103]

불교의 자비는 연기법을 깨달은 후 나타나는 자타불이의 태도이다. 연기법을 깨달아야 하는 이유가 고통의 소멸에 있다면, 자비는 이기적인 동기로부터 비롯된다고 생각할 수 있다. 그러나 고통의 소멸이라는 열반

---

100) W. Sahakian, 앞의 책, p. 106.
101) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, pp. 391.
102) E. Wilson (이한음 역) 『인간 본성에 대하여』(서울: 사이언스 북스: 2000) p. 219.
103) 위의 책, p. 233.

의 경지의 특징은 고통과 행복, 형상과 무형상등이 분별 집착에서 벗어나는 것도 포함하는 바,[104] 이기적 동기라고 결론내리기 어려울 것으로 보인다.

다. 사회지능(social intelligence)

사회지능은 다른 사람과의 관계에서 친밀감과 신뢰감을 형성할 뿐 아니라 그들에게 영향력을 행사할 수 있는 개인적 능력이다. 사회지능은 감성 지능과 관련된 개념이다. 감성지능이란 인지적 지능와 구분되는 정서, 동기, 사회적 관계를 다루는 지능이다.[105]

가드너(H. Gardner)는 다중지능이론은 8가지 종류의 지능에 대하여 논하고 있으며, 그 중에 대인 관계적 지능이 있다. 대인 관계적 지능은 다른 사람의 기분, 기질, 동기, 욕구를 식별하고 적절하게 반응하는 능력이다.[106]

사회 정서 학습(SEL)은 함께 살아가기 위한 기술을 가르치는 프로그램이다. 사회 정서 학습에서는 보다 나은 삶을 살기 위해서는 다른 사람을 배려하고 책임감 있는 태도를 보여야 하며, 이는 자기 자신에 대한 앎과 감정 조절 능력에 달려 있다고 본다. 따라서 사회 정서 학습의 목표는 자기 인식, 자기 관리, 사회적 인식, 관계 관리, 책임 있는 의사 결정의 5가지이다.[107]

공자는 인의 실천 방법으로 충서를 제안한다. 충서란, 자기가 상대방에 바라는 바를 가지고 상대에게 베풀어주는 것이다. 충서에서 사회 지능과 공자의 인의 유사점을 발견할 수 있다.

---

104) 장승구 외, 『동양사상의 이해』(서울: 경인문화사, 2002) p. 185.
105) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, pp. 401-417.
106) A. Hoy, 앞의 책, 141.
107) 정창우, 『도덕과 교육의 이론과 쟁점』(서울: 율력, 2013) p. 289.

⑤ 절제(temperance)

절제는 과잉과 모자람을 자제하는 긍정적인 특성들로 더 나은 삶을 위하여 자신의 감정을 잘 관리하고 다른 사람과의 관계를 개선하는 일과 관련된 특질이다.[108] 절제는 유교, 불교, 도교, 힌두교에서 직접적으로 드러나지 않는다. 플라톤은 절제는 욕구를 담당하는 부분의 탁월함이자 이성을 따르기 위해 필요한 덕으로, 아리스토텔레스의 중용의 덕 중 절제로 나타난다. 아리스토텔레스의 영향을 받은 아퀴나스는 도덕적 덕으로 이성이 감정을 통제하는 상태이 절제를 강조한다.

가. 용서(forgiveness)

용서는 공격이나 상처를 받은 피해자가 가해자에게 나타내는 긍정적인 심리적 변화이다. 엄밀하게 분류하자면 용서는 종교적 미덕에 해당되지는 않으나, 긍정심리학자들이 조사한 바에 의하면 유대교, 기독교, 이슬람교, 불교, 힌두교에서 모두 용서의 가치를 지지하고 있다.[109]

최근에는 사회 심리학을 필두로 성격 심리학 및 여러 심리학 영역에서 용서를 주요 주제로 연구한다. 맥클로우(M. McCullough)에 따르면 심리학의 용서에 대한 개념정의는 크게 엔라이트(R. Enright), 익스린(J. Exline), 맥클로우의 세 가지로 구분될 수 있다[110]. 엔라이트는 피해자에게 이유로 가해자에 대하여 부정적 정서를 가지거나 옳고 그름을 판단할 수 있는 권리가 있음을 부정하는 것이 용서는 아니라고 보았다. 그에게 용서란, 가해자를 사랑과 박애의 시각에서 바라보려는 시도이다. 익스린은 피해자가 복수를 포기하는 것이 용서라고 보았다. 마지막으로 맥클로우는 가해자에게 보복하고자 하는 동기, 가해자와 멀어지려는 동기가 감

108) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 501.
109) 위의 책, pp. 520-524.
110) M. McCullough & F. Fincham, "Forgiveness, Forbearance, and Time", *Journal of Personality and Social Psycholgoy*, 2003, 84(3), p. 540.

소하고, 가해자와 화해하려는 동기가 증가하는 동기의 변화가 용서라고 보았다.

셀리그만과 피터슨은 용서의 도덕적 가치를 증오심을 제거함으로써 세상의 악을 제거해 주는 것에서 찾았다.[111] 용서는 상대방에 대한 분노 감정과 보복 욕구를 개인이 자발적으로 내려놓는 심리적 노력을 의미한다. 용서를 통하여 상대방에 대한 부정적 감정을 해소할 뿐 아니라 사회 구성원 간 폭력과 갈등을 감소시킬 수 있다.

나. 겸손(humility)

겸손은 자신의 강점이나 성취에 대하여 절제된 평가를 하는 일반적 태도를 의미한다. 자신에 대한 절제된 평가는 내면적 상태일 뿐 아니라 그와 일치되는 사회적 행동으로 자신을 드러내는 것을 포함한다.[112]

권석만은 자기애가 강한 사람과의 비교를 통하여 겸손한 사람들의 특징을 조사하였다. 그는 자기애가 강한 사람들은 경쟁적이고, 지배적이며, 공격적이다. 자기애가 강항 사람의 공격적 특징은 과도한 자기 자랑, 특권의식으로 나아갈 수 있으며, 자신이 설정한 자아상이 무너지는 상황 및 그 자아상을 인정하지 않는 사람을 만났을 때 발휘된다. 겸손한 사람은 자신의 긍정적 측면을 잘 드러내지 않고, 자신의 장단점을 잘 안다. 이런 특성으로 인하여 겸손한 사람은 자신감이 없는 사람으로 평가된다. 그러나 겸손한 사람은 그 특성으로 인하여 다른 사람으로부터 부당한 이익을 취하려고 하지 않으며, 다른 사람을 배려한다. [113]

셀리그만과 피터슨은 겸손의 도덕적 가치를 다른 사람의 인정에서 찾았다. 장기적인 관점에서 학교, 직장 등의 다양한 사회 내에서 겸손한 사

---

111) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 502.
112) 위의 책, pp. 537-551.
113) 권석만, 앞의 책, pp. 329-330.

람은 자기애가 강한 사람에 비하여 높이 평가받는다.[114]

다. 신중성(prudence)

신중성은 사려 깊고 심사숙고하며 지혜롭게 행동하여 무분별한 행동을 억제하는 삶의 태도이다. 신중성한 사람은 때로 열정이나 자발성이 없다고 인식되지만, 신중성은 충동성, 무모함, 경박함, 무책임함의 결여이다. 이런 측면에서 셀리그만과 피터슨은 신중성을 아리스토텔레스의 실천적 지혜와 유사하다고 보았다.[115]

카건(J. Kagan)은 신중한 사람의 인지양식이라고 볼 수 있는 숙고적 인지양식(reflective style)에 대하여 연구하였다. 그는 동일한 지능을 가진 아동들의 문제해결에 걸리는 시간을 기준으로 숙고적 인지 양식과 충동적 인지 양식(impulsive style)구분하였다. 숙고적 인지 양식으로 가진 아동은 문제 상황을 해결할 수 있는 방법에 대하여 보다 오랜 시간을 들여서 숙고하는 아동이고, 충동적 인지 양식을 가진 아동은 적은 시간을 들여서 숙고하는 아동이다. 카건은 충동적 인지 양식을 가진 아동이 숙고적 인지 양식을 가진 아동에 비하여 부정확한 문제 해결 방법을 취하는 것으로 밝혔다.[116]

셀리그만과 피터슨은 신중성의 도덕적 가치를 신중함은 사람들이 바라는 성격 특성이라는 점과 아리스토텔레스의 실천적 지혜와 유사하다는 점에서 찾았다.[117] 카건이 밝힌 바와 같이 신중성은 숙고를 포함한다. 아리스토텔레스에 따르면, 도덕적 덕은 행복의 필요조건으로[118] 실천적 지혜가 심사숙고 한 바, 구체적인 상황에서의 중용을 습관화한 덕이다.

---

114) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 508.
115) 위의 책, pp. 554-573.
116) J. Kagan, Reflection-Impulsivity: The Generality and Dynamics fo Conceptual Tempo, *Journal of Abnormal Psychology*, 71(1), 1966, p. 17.
117) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책. 511.
118) R. Pojman & J. Fieser, 앞의 책, p. 288.

라. 자기 조절(self-regulation)

자기 조절은 지향하는 목표나 기준에 도달하기 위하여 자신의 생각, 감정, 충동, 행동을 조절하고 통제할 수 있는 능력을 의미한다. 자기 조절이 지향하는 목표나 기준에는 도덕적 금지 명령, 이상, 규범, 수행목표, 타인의 기대가 포함된다. 자기 통제는 자기조절과 동의 어로 사용되거나 도덕적 관습에 맞게 행동하기 위해 충동을 억제하는 것을 가리키는 좁은 의미로 사용되기도 한다. 자기 규율은 자기 통제와 연관되어 있는데, 대개 유혹에 직면하여 개인이 하고 싶지 않은 것을 하도록 만드는 것을 가리키는 좁은 의미로 사용된다.[119]

인격강점인 자기 조절은 인지적 행동 수정으로 강화될 수 있다. 인지적 행동 수정이란, 생각의 과정을 조작하여 행동을 수정하는 프로그램이다. 인지적 행동 수정은 우선 자신의 학습 목표를 설정하면서 시작한다. 목표는 행동의 방향 및 평가 기준을 제시할 수 있는 요소로, 학생 스스로 목표를 설정했을 때 프로그램 효과가 보다 효과적이다. 그 후에 자신의 행동으로 관찰하여 학습, 사회적 기술 등의 습관을 체크한다. 그 후 자기 평가를 통해서 자신의 행동과 목표의 일치 정도를 확인하고 마지막으로 자신에게 상이나 벌을 줌으로써 목표 행동을 강화할 수 있다.[120]

자기 조절은 도덕적 행동에 있어서도 의미가 있는 요소이다. 반두라(A. Bandura)는 사람들은 자신에게 상과 벌을 부과함으로써 자신의 행동의 통제를 가한다고 주장했다. 반두라는 학습은 다른 사람의 행동을 관찰하는 것을 통해서 이루어질 수 있다고 주장하였다. 그에 따르면, 다른 사람의 행동에 주의를 집중하고, 관찰한 행동의 표상을 만들어 이를 모방하여 행동하고, 행동의 결과 상 혹은 벌을 받게 되는 과정을 통하여

119) 위의 책, p. 575-593.
120) P. Eggen and D. Kauchak. 앞의 책, p. 302.

학습이 이루어진다. 즉, 인지적 작용에 의하여 모델이 자신에게 주는 의미를 판단하고 이를 학습에 활용한다. 유사하게 행동에 대해서도 행동의 결과를 고려하는데, 비도덕적 행동 또한 도덕적 정당화, 유리한 비교, 완곡한 표현, 책임의 전가 및 분산 등을 통하여 비도덕적 행동이 자신의 도덕적 기준에 부합할 수 있다고 합리화하는 자기 규제에 의하여 이루어진다.[121]

불교 팔정도의 정정과 정정진은 지속적으로 올바른 수행을 하여 열반에 이르려는 노력을 강조하는 불교의 수행 방법이다.[122] 석가모니가 보리수 나무 아래에서 수행을 할 때, 마귀가 수행을 방해하고자 유혹을 했다는 전설이 전해질만큼 불교의 열반에 이르는 길은 어렵다. 이를 통제할 수 있는 정신력을 강조하는 덕목이 정정진과 정정이다.

⑥ 초월성(transcendence)

초월성은 각 강점이 사람을 넘어 더 넓은 우주 혹은 전체와 관계 맺도록 함으로써 그들에게 삶의 의미를 제공하는 것이다.[123] 유교의 도덕적 탁월함, 도교의 도, 불교의 제행무상이 초월성을 드러낸다. 플라톤과 아리스토텔레스는 덕으로서 초월성을 주장하지 않았으나, 각각 이상적 국가와 지적인 덕에서 초월성을 드러낸다. 아퀴나스의 신학적 덕으로서 믿음과 소망은 초월성과 관련이 있다.

가. 감상력(appreciation of beauty and excellence)

감상력은 아름다움과 탁월함에 대한 인식능력이다. 감상력을 가진 사람은 숲이나 도시를 걷는 순간에, 소설이나 신문을 읽는 동안에, 혹은 사

121) 정창우, 앞의 책, p. 86.
122) 교양교재편찬위원회, 앞의 책, p. 100.
123) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 520.

람들의 삶에서, 스포츠경기나 영화를 관람할 때 감탄, 경탄 및 고상한 감정을 느낀다. 감상력의 대상은 물리적 아름다움, 사람들의 탁월한 기술이나 재능, 도덕적 가치나 미덕의 세 가지가 있다. 물리적 아름다움은 외부 대상의 시각적 아름다움 뿐 아니라 모든 감각적 아름다움을 포함한다. 사람들이 나타내는 탁월한 기술이나 재능은 달인 뿐 아니라 일반인들이 나타내는 출중한 기량이나 뛰어난 능력을 의미한다. 도덕적 가치나 미덕으로 나타내는 도덕적 행위나 강점은 다른 사람에게 매우 친절하고 이타적이 행동을 접하면서 느끼게 되는 도덕적 동기화와 감동이다.[124]

도덕적 가치나 미덕에 대한 아름다움을 포함하는 감상력은 플라톤의 교육론과 유사하다. 플라톤은 아름다운 것은 선한 것과 밀접하게 연관되어 있기 때문에 예술 교육을 통하여 아름다움을 사랑하고 추한 것을 혐오하는 방법을 가르쳐야 한다고 주장하였다. 플라톤 뿐 아니라 공자 또한 시, 음악의 도덕적 의미를 강조하였다.[125] 유교에서는 시, 서, 예, 악을 강조하였는데, 유교에서 예술은 심미적 즐거움 뿐 아니라, 예술에 내포된 도덕적 교훈을 사색을 통하여 도출해 내는 일련의 학습과정 모두를 포함하는 개념이다.

나. 감사(gratitude)

감사는 자신이 경험한 배려, 친절 등과 자신이 처한 좋은 상황을 인식하고 이에 대하여 고마움을 느낄 수 있는 강점이다. 감사는 주로 종교에서 권장한 덕목이지만, 최근 20여년에 걸쳐서 여러 심리학자들의 감사에 대한 개념화에 힘써왔다.

이 중에서 본고에서는 감사와 도덕적 정서와의 연관성을 파악한 맥컬로우(M. McCullough)의 논의를 개관할 것이다. 맥컬로우는 다른 사람의

124) 위의 책, pp. 619-635.
125) 풍우란, 앞의 책, p. 109.

도덕적 행동에 대한 정서적 반응이라는 점에서 감사는 도덕과 연관이 있는 정서 반응이라고 정의하고, 감사의 도덕적 기능 3가지를 제시했다.[126] 첫째, 다른 사람으로부터 혜택을 받은 경험에 대한 감사는 한 사람의 사회적 관계를 특정한 변화로 이끄는 계기가 된다. 둘째, 감사는 사람들을 친사회적 행동으로 이끌어 준다는 점에서 도덕적 동기화에 기여한다. 셋째, 누군가의 친사회적 행동에 대하여 감사를 표현함으로써 미래에 도덕적 행동을 할 가능성이 높아진다.[127]

셀리그만과 피터슨은 감사는 도덕적으로 높은 평가를 받기 때문에 도덕적 가치를 가진다고 평가한다. 사회의 도덕적 평가 외에도 감사는 기독교, 유대교, 이슬람교, 불교, 힌두교 등 여러 종교에서 강조되어왔다.

다. 낙관주의(optimism)

희망과 낙관주의(optimism)은 미래에 대한 태도 및 지켜야 할 선함으로 미래에 대한 인지, 정서, 동기의 자세이다. 미래를 생각하고, 원하는 결과가 나오기를 기대하고, 그런 결과를 얻기 위해 행동하고, 자신감을 가지고 노력을 하면 어느 장소에서나 원기왕성하게 행동할 수 있고, 목표 지향적 행동이 강화된다.[128]

셀리그만은 인생에서 일어날 수 있는 나쁜 일에 대한 개인의 평가와 낙관주의를 연관시킨다. 어떤 사람들은 나쁜 일에 직면한 순간, 학습된 무기력과 부정적인 언어 습관에 빠져서 우울감이 증가하고, 성취 능력이 감소한다.[129] 이를 예방 및 치료하기 위하여 셀리그만은 나쁜 일에 직면한 순간, 스스로를 다그치는 나쁜 언어 습관을 인지함으로써 부정적이지

126) M. McCullough et al, “Is Gratitude a Moral Affect?”, *Psycholgoical Bulletim*, 127(2), 2001,p. 250.
127) 위의 글, pp. 252-253.
128) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 653.
129) M. Seligman (최호영 역) 『학습된 낙관주의』(서울: 21세기 북스, 2008) p. 35.

않은 사고의 힘을 이용하여 생각을 바꾸는 낙관성 학습을 제안하였다.

셀리그만과 피터슨은 낙관적인 사람이 인기 있고 성공하는 편이기 때문에 도덕적 가치를 가진다고 보았다.[130] 낙관성은 성공으로 이끌 가능성 뿐 아니라 세상을 바르게 보는 지혜와 연관되기 때문에 도덕적 가치를 가진다. 불교에서 정견은 연기설에 입각한 세계관을 깨닫는 수행 단계이다. 연기설이란 만물이 '-을 연하여 일어난다.'는 세계관으로 제행무상과 연결된다. 제행무상은 만물의 고정된 상이 없다는 깨달음인데, 낙관주의 학습 대상인 부정적 상황이 영속되지 않음과 연결된다.

라. 유머감각(humor)

유머는 부조화의 것들을 재미있는 것으로 인식하고, 즐기고, 만들어내는 것, 불행을 침착하고 밝은 관점으로 보는 것으로 불행의 밝은 측면을 보게 하여 좋은 기분을 유지시키는 것, 타인을 미소 짓고 웃게 만들 수 있는 능력이다. 철학자와 신학자의 성격 강점 중에 유머는 많은 고전적 표현의 내면에 숨겨져 있다.[131]

마틴(R. Martin)은 유머가 긍정 정서와 상관된다는 다양한 실험을 정리하였다. 우선 코미디를 시청한 사람들의 긍정 정서를 자기 보고식으로 측정한 결과, 긍정 정서가 증가하고 부정 정서가 감소하였다. 그리고 코미디를 시청한 사람들과 유머러스하지 않은 영상을 시청한 사람들 간의 비교 연구 결과, 코미디를 시청한 사람들의 희망 수준이 유의미하게 높았다.[132]

마틴에 따르면 모든 유머가 웰빙과 정적 상관을 가진 것은 아니다. 다른 사람을 조롱, 야유, 공격, 멸시하는 공격성 유머와 자기 멸시를 포함

130) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책. p. 654.
131) 위의 책, pp. 669.
132) R. Martin (신현정 역)『유머심리학: 통합적 접근』(서울: 박학사, 2008) p. 336.

하는 자기 파괴성 유머의 경우에는 웰빙과 부적 상관을 가질 수 있다. 웰빙을 고양하는 유머는 유친성 유머와 자기고양성 유머이다. 유친성 유머는 스스로 유머러스하다는 신념 아래에 다른 사람과의 관계를 친밀하게 이끌기 위하여 사용하는 유머이고, 자기고양성 유머는 유머러스한 시선에서 스트레스 상황을 기술하는 유머이다. 인격강점으로서 유머는 공격성 유머와 자기 파괴성 유머는 제외한다고 볼 수 있다.

셀리그만과 피터슨은 인기를 가져다준다는 점에서 유머가 도덕적으로 가치 있는 강점임을 확인하였다. 유머는 매력적인 특성이라는 도덕적 가치를 가진다. 국가 간 비교 연구에서 동료나 친구들에게 가장 매력적인 사람은 유머 감각을 가진 사람이라는 결과가 나타났다.

바. 영성(spirituality)

영성은 고등의 목적, 우주의 의미와 그 안의 공간에 대한 일관적인 믿음을 가지는 강점이자 셀리그만과 피터슨이 가장 인간적이며 고상한 덕으로 꼽는 성격강점이다.

영성은 도덕적 가치에 대한 관심과 선에 대한 추구와 연결되어 있다. 우리가 독실한 종교인을 존중하는 이유가 여기에 있다. 다만, 종교성이 종교적 편협으로 비뚤어져 학대 및 폭력이 발생할 우려가 있음도 기억해야 한다.[133]

권석만은 프로이드와 융의 이론으로부터 영성의 심리학적 개념 정의를 설명한다.[134] 프로이트는 유아기 부모에, 특히 아버지에 대한 방어와 신앙심을 연결시켰다. 기독교 신의 경우에는 사랑을 주는 아버지와 같은 존재이자 신의 계율을 어겼을 때 벌을 부과하는 존재이다. 이는 유아기 아버지의 이미지가 투사된 결과이다. 융의 경우에는 집단 무의식의 원형

133) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 687.
134) 권석만, 앞의 책, p. 517.

이 발현된 것으로 보았다.

셀리그만과 피터슨은 존경을 기준으로 영성을 도덕적 가치를 평가하였다.[135] 유교의 성인, 도교의 도, 불교의 연기설, 힌두교의 세계관, 고대 그리스 철학의 이데아 혹은 형상, 기독교 · 이슬람교 · 유대교의 유일신 모두 인간이 인식을 넘어선 동시에 인간의 모든 것의 실체인 무언가를 포함한다. 각 개념들은 인간의 인식 너머의 어떤 질서 및 존재를 가리키는 바, 심리학적으로 영성을 분석할 수 있는지에 대한 의문이 남는다.

3) 인격강점과 웰빙의 측정

긍정 심리학 이전에서 인간의 내면의 좋은 성품을 인정했던 연구들이 있다. 긍정 심리학과 이전의 연구들의 차이점은 인격강점 분류가 측정에도 관심을 가진다는 점이다.

긍정심리학의 측정은 자기 보고식을 포함한다. 긍정 심리학자들은 인간의 부정적 특성, 예를 들어 신경증을 자기 보고식, 증상 질문지나 구조화된 면담으로 측정할 수 있다면 인간의 건강한 특성 또한 자기 보고식으로 측정할 수 있다고 가정한다. 따라서 긍정 심리학자들은 자기 보고식 검사와 구조화된 면담을 고안하는 등 다차원적 전략을 사용하여 인격강점을 측정할 수 있는 도구를 개발했다.

(1) VIA-IS (Values in Action Inventory of Strengths)

VIA-IS는 성인들의 인격강점을 평가하기 위한 측정 도구이다. 이는 '나는 언제나 …'와 같은 극단적인 상황 문항을 피하고 자신에게 부족한

135) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 615.

부분보다는 최고 수준으로 발현되는 성격 강점을 조명하면서 이에 대한 피드백을 피험자에게 제공하였다. VIA-IS는 VIA분류에서 제시한 24가지 강점을 반영한 5점 리커트 척도 문항을 이용하였으며, VIA-IS 점수는 각 강점별 척도에서 응답의 평균으로 이루어진다[136]. 점수가 높을수록 더욱 두드러진 강점이라고 간주한다.

VIA-IS는 서면과 웹 버전 질문지 형태(http://www.viacharacter.org)로 제공되며 미국 뿐 아니라 다양한 국가의 언어로 번역되어 활용되고 있다. 서면과 웹 버전 질문지 형태 사이에 심리측정학적 차이를 발견하지 못했다. 다만, VIA-IS의 웹 버전 질문지에 참여하기 위하여 컴퓨터 소양과 접근이 필요하기 때문에, 응답자들은 세계 인구 분포에 완벽하게 어울린다고 보기는 어렵다. VIA-IS의 모든 척도는 신뢰도(>.07)를 만족시켰고, 검사-재검사 상관계수는 신뢰할 만했으며(>.70), 내적 일치도에 접근했다.[137] 청소년을 위해서 VIA-Youth도 개발되었다. VIA-Youth는 청소년을 위한 자기 보고식 성격 강점 척도이다. 이는 VIA-IS로부터 청소년 발달상 적절한 문항을 채택했다. VIA-Youth는 24개 강점에 6~12문항씩을 구성하여 총 198문항을 청소년들에게 묻는다.[138]

긍정심리학 연구자들은 '즐거운 삶, 몰입하는 삶, 의미 있는 삶과 관계되는 인격강점은 무엇일까?'란 문제의식을 가졌다. 누군가는 유머와 같은 강점은 즐거운 삶에, 창의성과 같은 강점은 몰입하는 삶에, 영성과 같은 강점은 의미 있는 삶과 관련이 깊다고 생각했다. 반대로 모든 강점은 즐거운 삶, 몰입하는 삶, 의미 있는 삶에 다 관계 된다는 주장도 존재하였다.

위의 의문을 해결하기 위하여 인격강점과 웰빙한 삶의 세 가지 측면과

---

136) C. Peterson & W. Ruch et al, Strenths of character, orientations to happiness, and life satisfaction, *The Journal of Positive Psychology*, 2007(2), p. 149.
137) C. Peterson and M. Seligman, 앞의 책, pp. 716-719.
138) 위의 책, p. 723.

의 연관성을 미국과 스위스의 두 개 국가에 걸쳐서 조사하였다. 미국인과 스위스인은 VIA-IS검사, 삶의 만족도 검사(the Satisfaction with Life Scale), 웰빙성향 척도 검사(the Orientations to Happiness Scale)검사에 응답하였다. 미국인들은 인터넷을 통하여 영어로 구성된 설문을 작성하였고, 스위스인들은 같은 질문 내용을 독일어로 번역하여 지필 설문을 작성하였다. 미국의 경우에 2002년 11월부터 2005년 12월까지 12,439명의 성인이 참여하였다. 참가자들은 '진정한 행복(http://www.authenthichappiness.com)' 웹사이트에서 설문에 응하였으며 즉각적인 피드백을 받을 수 있었으며 즉각적인 피드백으로 인하여 설문에 응답하려는 동기가 유발되었을 것으로 추측한다. 자발적인 참여자들에 의하여 설문이 이루어졌으나, 기존의 연구에 비하여 응답자들의 수와 다양성에서 인상적인 차이를 보였다. 5%의 응답자가 한 회 이상 설문을 참여 하였으나 첫 번째 응답만을 기록하였다. 이중에서 여성과 남성은 71:29로 여성이 많았으며 평균연령은 40세였다. 미국 평균에 비추어보아 응답자들은 교육 수준이 높았으며, 대학 학위를 가진 사람이 60%의 비율을 보였다.

스위스의 경우에는 445명의 성인을 모집하였다. 이 중 182명은 공공장소에서 설문지를 나누어주었다. 84명은 심리학과 대학생이었다. 179명은 자택에서 설문지를 작성하였다. 이들은 긍정 심리학 연구에 흥미를 보인 사람들로 설문을 작성한 후 개인적으로 혹은 메일을 통하여 응답지를 보내왔다. 여성과 남성은 61:39의 비율로 여성이 많았으며 평균연령은 50세였다. 응답자들은 스위스 평균보다 교육수준이 높았으며 응답자 중 41%의 사람들이 대학을 졸업하였다.[139]

<표-2> 미국과 스위스 인격강점과 웰빙의 상관관계

139) C. Peterson & W. Ruch et al, 앞의 글, p. 151.

	미국				스위스			
	삶의 만족도	몰입하는 삶	의미 있는 삶	즐거운 삶	삶의 만족도	몰입하는 삶	의미 있는 삶	즐거운 삶
낙관주의	0.54	0.47	0.48	0.29	0.49	0.40	0.25	0.31
사랑	0.47	0.29	0.43	0.27	0.40	0.23	0.23	0.22
감사	0.45	0.33	0.52	0.26	0.29	0.29	0.29	0.27
호기심	0.39	0.49	0.46	0.25	0.35	0.40	0.26	0.27
통찰	0.37	0.41	0.46	0.22	0.35	0.29	0.24	0.21
인내	0.32	0.43	0.28	0.09	0.42	0.42	0.21	0.21
영성	0.32	0.29	0.63	0.10	0.14	0.23	0.54	0.06
자기조절	0.31	0.33	0.24	0.06	0.30	0.26	0.11	0.06
유머감각	0.28	0.31	0.37	0.29	0.35	0.26	0.28	0.27
사회지능	0.28	0.31	0.37	0.29	0.35	0.26	0.28	0.27
용서	0.27	0.24	0.35	0.08	0.17	0.18	0.15	0.11
시민의식	0.26	0.21	0.33	0.14	0.26	0.19	0.19	0.09
용맹	0.25	0.40	0.40	0.22	0.34	0.34	0.22	0.27
진정성	0.25	0.30	0.32	0.11	0.30	0.23	0.14	0.18
리더십	0.25	0.30	0.40	0.19	0.32	0.31	0.30	0.21
이타성	0.22	0.24	0.39	0.20	0.23	0.25	0.25	0.20
신중성	0.19	0.15	0.20	-0.06	0.27	0.23	0.11	0.12
공정성	017.	0.24	0.36	0.09	0.21	0.20	0.18	0.20
개방성	0.15	0.28	0.29	0.06	0.22	0.30	0.17	0.18
학구열	0.13	0.34	0.31	0.11	0.16	0.38	0.24	0.18

감상력	0.12	0.26	0.36	0.27	0.10	0.24	0.27	0.21
창의성	0.12	0.39	0.31	0.23	0.19	0.39	0.35	0.32
겸손	0.06	0.04	0.10	-0.09	0.07	0.10	0.05	0.04

<표-3>은 미국과 스위스 양국의 24개의 강점과 삶의 만족도(life satisfaction)간에 상관관계가 있음을 보여주었다. 미국의 경우에 삶의 만족도와 상관관계가 가장 높은 인격강점은 활력, 희망, 사랑, 감사, 호기심이었다. 스위스의 경우에는 활력, 희망, 사랑, 호기심, 끈기로 나타났다. 또한 각 인격강점과 웰빙의 세 가지 측면의 상관관계를 보여준다. 신중성과 겸손을 제외한 인격강점이 웰빙의 세 가지 측면과 다양하게 관계됨을 보여주었다.[140] 또 다른 흥미로운 발견은 미국과 스위스의 VIA-IS결과를 분석하면 삶의 만족도와 연관성이 깊은 것으로 드러난 인격강점의 경우에 웰빙의 세 요소인 즐거운 삶, 몰입하는 삶, 의미 있는 삶과도 연관성이 높은 것으로 나타났다.

(2) CST(Character Strengths Test)와 우리나라의 행복과 인격강점의 관계

VIA 분류체계에 근거하여 우리나라 연구진에 의하여 독자적으로 개발된 한국형 강점검사이다. CST는 250개 문항으로 구성된 자기 보고형 검사로 VIA분류체계의 24개 성격강점과 더불어 응답자의 긍정왜곡 반응성향을 반영하는 사회적 선희도를 측정하고 있다. 또한 한국인의 성격강점을 평가할 수 있도록 문화적 배경을 고려한 문항들로 구성되어 있으며 각 문항은 리커트 4점 척도 상에서 평정된다.

CST는 높은 내적 합치도(Cronbach Alpha= .76~.92)와 검사-재검사 신

140) 위의 글, p. 152.

뢰도(r=.62~.84)를 보였다. 또한 24개 성격강점을 개별적으로 측정하는 다양한 심리검사와의 상관을 구한 공존 타당도와 주관적 웰빙 및 심리적 웰빙을 평가하는 척도들과 유의미한 상관을 통한 구인 타당도가 입증되었다.

VIA-IS가 원점수를 단순 비교하는 방식을 취하는 반면에 CST는 T점수를 비교한다. 또한 사회적 선희도척도를 통하여 응답자의 긍정적 왜곡 성향을 측정하고 표준화를 통해서 여러 강점을 공정하게 비교할 수 있는 규준을 마련하였다.

미국과 스위스는 우리나라와 문화적 배경이 다르다. 따라서 우리나라에서 인격강점과 웰빙의 요소와의 상관 관계 또한 확인할 필요가 있다. 권석만은 전국 4년제 대학 재학생 1,957명을 대상으로 CST검사를 실시하였다. 24개의 인격강점 중 사랑이 가장 높은 강점으로 평정되었으며 다음으로 이타성, 낙관성, 감사, 진실성, 유머감각이 높이 평정되었다.

<표-3> 한국의 인격강점과 웰빙의 상관관계[141)]

척도	삶의 만족도	긍정정서	심리적 웰빙
낙관주의	0.610	0.545	0.719
사랑	0.493	0.511	0.596
감사	0.566	0.483	0.581
호기심	0.407	0.438	0.504
통찰	0.458	0.382	0.527
인내	0.379	0.442	0.462
영성	0.245	0.206	0.195
자기 조절	0.374	0.427	0.371

141) 권석만, 『인간의 긍정적 성품』(서울: 학지사, 2011) p. 54

유머 감각	0.452	0.455	0.510
사회 지능	0.416	0.429	0.548
용서	0.244	0.241	0.278
시민 의식	0.348	0.376	0.348
용맹	0.429	0.438	0.572
진정성	0.276	0.330	0.326
리더십	0.467	0.429	0.546
이타주의	0.318	0.359	0.408
신중성	0.263	0.271	0.218
공정성	0.214	0.238	0.199
개방성	0.379	0.388	0.444
학구열	0.148	0.188	0.229
감상력	0.346	0.244	0.372
창의성	0.241	0.218	0.344
겸손	0.070	0.116	0.072

삶의 만족도와 가장 높은 상관을 나타낸 인격강점은 감사였고 낙관성, 활력, 사랑, 유머감각 순으로 높게 나타났다. 미국과 스위스에서는 VIA-IS, 한국에서는 CST를 활용하여 조사를 실시하였기 때문에 결과에 대한 단순 비교는 어렵다. 그러나 삶의 만족도와의 상관관계를 기준으로 할 때, 미국, 스위스, 한국 모두에서 감사, 낙관성, 활력, 사랑 등이 높은 상관관계를 보여주었다. 또한 한국에서도 인격강점과 삶의 만족도 및 웰빙의 요소가 정적 상관관계를 보여주었다. 이 조사를 통하여 삶의 만족도와 높은 상관관계를 보이는 인격강점의 목록을 확인할 수 있었다. 또한 인격강점이 도덕성 을 포함하는 개념임을 상기한다면, 도덕성 과

웰빙의 상관관계를 수치로 확인할 수 있다.

(3) VIA-RTO와 VIA-SI

VIA-RTO는 상황별 인격 강점 척도이다. VIA-IS가 일반적인 특질로서 인격강점에 대한 물음들로 구성되어 있다면 VIA-RTO는 주어진 강점들이 나타날 수 있는 적합한 환경상황에 대한 물음으로 구성되어 있다. VIA-RTO는 응답자들이 얼마나 자주 그들 자신이 강점 발현 상황을 만나게 되는지, 그들이 그런 상황에서 전형적으로 어떻게 반응하는지에 관하여 개방형으로 응답하도록 구성되었다.[142)]

VIA-SI(Values in Action Structured Interview)는 VIA-RTO의 논리와 형식을 개인별 면담 형식에 적용한 것이다. 약 30분 정도 면담이 진행되며 성인 및 반항적인 청소년을 대상으로 한다. 질문지 내용은 일상생활에서 나타나는 대표강점과 구체적인 상황에서 양심적 강점은 무엇이 있는지, 그 강점을 어떻게 이름 붙이는지, 그 강점이 스스로에 대하여 설명할 수 있는 강점인지, 응답자의 주변인들도 그 강점이 응답자를 설명하기에 충분하다고 동의하는지 등이다. VIA-SI는 개개인의 인격강점을 양적으로 계산하지 않는다.[143)]

142) M. Seligman & C. Peterson, 앞의 책, p. 721.
143) 위의 책, p. 727.

Ⅳ. 긍정 심리학의 도덕교육적 적용 방안

1. 도덕과에서 행복 교육의 목표 개선

1) 도덕과에서 행복 개념의 다원화

긍정 심리학은 '도덕과에서 행복한 삶과 도덕적 삶의 관계에 대한 자각'[144]을 불러일으켰다. 긍정 심리학의 연구 성과는 자신의 행복을 위하여 비도덕적인 행동을 하는 학생들에게 도덕은 '결과가 좋은 것'임을 보여준다. 문제는 행복한 삶을 목적으로 삼는 긍정 심리학의 연구 성과를 그대로 활용한다면, 도덕이 행복을 위한 수단에 위치할 수 있다는 점이다. 따라서 행복과 도덕의 상관관계를 도덕과의 교육 목적에 이르는 통로로 활용하기 위하여 도덕과는 행복한 삶의 다양한 모습 안에서 도덕적인 삶과 행복한 삶의 관계를 연구하고, 이를 바탕으로 긍정 심리학을 활용할 방안을 모색해야 한다.

긍정 심리학 이전에도 도덕과 내에서 행복 교육의 필요성은 제기되어 왔다. 유호종은 도덕교육이 도덕적 의무를 지나치게 강조하여 개인의 삶에서 도덕을 행복과 배치되는 요인으로 간주하게 될 수 있다는 우려에서 도덕과에서 행복 교육의 필요성을 역설했다.[145] 김상돈은 도덕 교육의 정당화를 위하여 행복을 교육할 필요가 있다고 보고 이를 위해 긍정 심리학을 활용할 것을 주장한다. 그는 행복의 다원성을 긍정 심리학이 쾌락적 행복과 자아 실현적 행복을 모두 만족시키면서 자아 실현적 행복이 쾌락을 능가할 수 있다는 관점에 서있음을 강조했다.[146] 추병완은 긍정

144) 정창우, 『도덕과 교육의 이론과 쟁점』(서울: 율력, 2013), p. 364.
145) 유호정, "행복교육과 도덕교육", 『도덕교육연구』 2004, 16(1), p. 244.
146) 김상돈, "행복과 도덕교육의 관계에 기초한 도덕과 교육 활성화 방안", 『도덕윤리과교육』,

심리학이 도덕 교과서에 행복과 관련한 내용을 추가하거나 통합할 수 있는 근거를 제시하며, 행복 증진 교수법을 계획하는 데 시사점을 제시한다고 보았다.[147]

앞선 논의는 도덕과의 외재적 정당화를 위하여 행복 교육이 필용하다는 것에 초점을 맞추어져 있었으나 행복 교육을 위해서도 도덕 교육이 필요하다. 도덕성을 고려하지 않은 채, 쾌락과 행복을 동일시한다면 따른다면 아리스티포스[148]가 빠졌던 무도덕주의, 이기주의가 득세할 수 있기 때문이다. 반지를 얻게 된 기게스[149]가 묘사하는 바대로 인간은 도덕과 이익이 충돌할 때 망설이지 않고 자기 이익을 선택하기도 한다. 도덕교육은 이익과 도덕이 갈등하는 선택의 기로에서 이기적 선택을 도덕적으로 반성해보는 성찰을 포함한다. 즉, 행복을 교육하고자 한다면, 사람들이 이기적으로 행복을 추구할 때 발생할 수 있는 문제를 해결할 필요가 있으며 그 문제는 도덕과의 논의 안에서 해결될 수 있다.

도덕성을 고려하면서 행복을 추구하되, 학생들이 원하는 바가 행복의 개념에 포함되기 위하여 긍정 심리학의 웰빙 개념을 활용하는 것이 효과적이다. 웰빙은 긍정 정서, 긍정 관계, 의미, 성취, 몰입이 충족된 상태인데, 우리나라 청소년들은 웰빙의 다섯 가지 요소 중 긍정 정서 형성에 어려움을 겪는 것으로 나타났다.[150] 기존에 도덕과에서 가르치는 행복이

2011, 34, p. 103.

147) 추병완, “도덕 교과에서의 행복교육: 긍정심리학과 긍정교육의 시사점”, 『도덕윤리과교육』, 2013, 40, p. 66.

148) 고대 그리스의 아리스티포스는 불확실한 세계에서 지금 자신의 쾌락을 추구하라고 주장하였다. 그의 주장은 관습적으로 수치스러운 활동을 통해 생산되는 쾌락도 여전히 쾌락이라는 무도덕주의, 이기주의에까지 나아갔다.

149) 플라톤 <국가>에 나오는 이야기이다. 기게스는 평범한 양치기였다. 그는 어느 날 우연히 손가락에 반지를 끼고 있는 해골을 발견한다. 해골의 반지를 빼서 자신의 손가락이 끼운 그는, 그 반지가 자신을 투명인간으로 만드는 반지임을 알게 된다. 이 후 그는 반지의 도움으로 궁전으로 가서 왕을 죽이고, 왕비를 유혹하여 왕관을 차지하였다. 왕좌에 앉아 죽는 날까지 부, 명예, 권력을 누리면서 살았다. (R. L. Arrington, 앞의 책, p. 75)

150) 박종일, 박찬웅, 서효정, 염유식, 『한국 어린이·청소년 행복지수 연구와 국제비교』, 한국사

도덕적 행동을 통한 삶의 의미 찾기에 국한되어 있었다면, 긍정 정서 또한 강조할 필요가 있다. 그 이유는 웰빙의 다섯 요소는 인격강점의 함양에 의하여 뒷받침되기 때문이다. 인격강점은 셀리그만과 피터슨이 세계 6개 문화권의 종교·철학·심리학의 덕의 목록을 분류한 체계이다. 활력을 제외한 인격강점은 보편적으로 그 자체로 도덕적 가치를 가지는 인격강점으로 분류되었다. 따라서 긍정 심리학의 행복의 구성요소들은 비도덕적 쾌락으로 환원되지 않는다. 프래드릭슨(B. Fredrickson)은 확장 및 축적 이론에서 긍정적 정서가 신체적, 지적, 사회적, 심리적 자원을 유연하게 활용하는 데 기여함으로써 이타적 성향이 증진된다고 보았다.[151]

2) 도덕성 발달단계에 근거한 행복 교육의 목적 제시

도덕 교과의 교육목적은 도덕적으로 미성숙한 학생들을 보다 높은 수준의 도덕성에 접할 수 있게 하여 도덕적 인격을 완성시키는 데에 있다. 교육 목적을 효과적으로 달성하기 위하여 교육 대상인 학생의 발달적 특징을 고려해야 한다. 도덕과의 목적 달성에 웰빙한 필요한 이유는 여기에 있다. 도덕 발달 단계상 특정 단계에 속한 학생은 자기에게 이익이 되는 것이 옳은 것이라고 판단한다. 도덕성 발달 단계가 낮은 학생들에게 웰빙과 인격강점의 상관관계를 활용한 도덕 교과의 내용을 제공한다면, 도덕적 이해 및 도덕적 동기화를 높일 것이라고 기대할 수 있다.

콜버그는 분배정의, 교환정의, 교정 정의에 대한 도덕적 추론 양상에 따라 도덕 발달 단계를 구분하였다. 도덕적 발달 단계는 가상적 딜레마를 참가자에게 제시하고, 그들의 답변을 연구한 결과 도출되었다. 도덕적 발달 수준은 참여자의 딜레마에 대한 최종 판단이 아닌, 판단의 이유에

회학, 44(2), 2010, p. 128.

151) B. Fredrickson (최소영 역) 『긍정의 발견』(서울: 21세기 북스, 2009) p. 43.

근거하여 결정된다. 연구 결과 각 단계는 불변의 계열성을 이루고 있으며 구조화된 전체로 조직화된 사고의 체계이고 위계적 통합이다. 즉, 단계 발달은 순차적으로 이루어지므로 한 단계를 무시하고 다음 단계로 발달할 수 없으며, 보다 높은 발달 단계에 있는 사람은 낮은 단계의 추론을 이해할 수 있다.

도덕 발달 단계는 크게 3수준 6단계로 이루어져 있다. 인습 이전 수준은 자신에게 일어나는 도덕적 결과에 초점을 맞추는 자기중심성을 보이는 수준으로 1단계와 2단계를 포함한다. 1단계는 타율적 도덕성 단계이다. 옳고 그름은 행위의 결과 처벌을 받게 되느냐에 따라 결정된다. 2단계는 개인주의 및 도구주의적 도덕성 단계이다. 자신의 이익과 필요를 만족시키는 행동의 결과에 초점을 맞추어 옳고 그름을 판단한다. 즉, 옳은 행동은 공정한 교환과 동의를 의미한다.

두 번째 수준인 인습 수준에서 도덕 판단은 자기이익이 공유된 관계와 사회 그 자체의 이익에 종속된다. 즉, 도덕적 추론이 자기 자신을 위한 결과에 의존하지 않고 타인의 승인, 가족의 기대, 법의 준수, 사회질서와 같은 가치에 의존한다. 인습 수준은 3단계와 4단계를 포함한다. 3단계는 대인관계의 규범적 도덕성 단계이다. 3단계 아동은 친밀한 사람의 기대나 역할 기대를 기준으로 도덕적 판단을 내린다. 4단계는 사회 체제의 도덕성이다. 법과 질서를 그 자체로 존중하며 따른다. 3단계의 도덕적 판단 기준이 친밀한 사람들의 인정이었다면 4단계의 도덕 판단은 사회를 유지하기 위하여 모든 사람들이 사회적 의무에 충실해야 한다는 기준에 따라 이루어진다.

가장 높은 수준인 인습 이후 수준의 도덕 발달 단계에서는 도덕 원리와 도덕 이상을 사용하여 서로에 대한 충분한 상호 호혜적 관계 속에서 모든 특정 사실들과 실제적 관점을 고려하여 도덕 문제를 해결한다. 인습 이후 수준은 5단계와 6단계를 포함한다. 5단계는 인권과 사회 복지의

도덕성 단계이다. 사회마다 다양한 가치가 존재함을 인식하며, 사회계약에 의해서 모든 사람의 복지와 권리를 보호하기 위하여 법을 제정한다. 이러한 법과 의무는 '최대다수의 최대웰빙'에 기초해야 한다고 생각한다. 6단계는 보편화 가능하고 가역적, 규범적, 일반적인 윤리적 원리의 단계이다. 보편화 가능한 윤리적 원칙에 따라 도덕적 판단을 내린다. 보편화 가능한 윤리적 원칙은 특정한 사회의 법이나 합의를 준수할지 여부를 판단하는 기준이 되기도 한다.

콜버그는 비슷한 연령 집단 내에서 유사한 도덕적 기준과 원리가 사용되고 있음을 발견하였고 이를 정리하면 <표-4>와 같다.

<표-4> 콜버그의 도덕성 발달 6단계[152)]

단계(stage)	대체적 시기
1단계: 벌의 회피와 복종 지향의 도덕성	유치원 및 초등학교
2단계: 개인의 이기적 욕구 지향의 도덕성	초등학교 초기 및 중기
3단계: 우호적 대인관계 지향의 도덕성	초등학교 중기 이후에서 성인까지
4단계: 사회질서 및 유지 그리고 법 준수 지향의 도덕성	중학교부터 성인까지
5단계: 사회 계약적 원리 지향의 도덕성	고등학교 이후부터 성인까지
6단계: 보편적 윤리원칙 지향의 도덕성	소수가 도달함

콜버그의 도덕적 추론 발달 단계를 참고하였을 때 초등학교 3학년부터 중학교 3학년 까지 '도덕'을 배우는 학생들은 3단계의 발달부터 5단계까지 넓게 분포하고 있음을 확인할 수 있다. 대체로 초등학생은 2, 3단계에서 나타나고 중학교에 입학한 후에는 4단계에 접할 것이라고 기대한다. 그러나 모든 학생이 <표-4>에 따라 도덕성이 발달한다고 볼 수 없다. 그

152) 정창우, 앞의 책, p. 114.

이유는 레스트의 연구와 콜버그 후기 이론인 정의 공동체 접근에서 찾아볼 수 있다. 레스트는 콜버그의 주관식 면담 검사를 객관식 표준화 검사인 DIT(Defining Issues Test)로 전환하였다. DIT를 통하여 레스트는 사람들은 자신의 단계가 아닌, 자신이 이해한 최고 단계에서 도덕 딜레마에 대한 답변을 한다고 보고하였다. 콜버그 또한 정의 공동체 접근에서 학교 교육의 목표는 6단계에서 4단계로 변경할 필요가 있음을 지적한 것을 참고한다면 '도덕'의 교육 대상인 학생들은 도덕성 발달 단계는 인습 이전 수준과 인습 수준에 분포하고 있다고 예상할 수 있다.

초등학생과 일부 중학생은 옳은 행동이란, 자신에게 이익이 되는 행동이다. 인습 이전 수준 및 인습 수준의 학생들이 도덕적 이해 향상을 위하여 자기 이익의 측면에서 도덕적 행동의 당위성을 설명해야 한다. 이때 유의할 점은 자기이익을 쾌락 혹은 좋은 기분과 같은 단일한 요소로 설명되는 것이 아니라는 점을 학생들에게 분명히 해야 하며 자기 이익에 대한 폭넓은 관점을 취하게 하는 교육 내용 및 방법이 도덕성 발달을 위한 도덕교육에서 필요하다. 자기 이익에 대한 폭넓은 관점을 토대로 자기 이익과 도덕적 행동 간의 상관성을 인식시킨다면 인습 이전 및 인습 수준의 도덕성 발달 단계를 보이는 학생들의 도덕적 이해와 동기화를 향상할 수 있을 것이다.

긍정 심리학은 자신의 인격강점을 확인하고, 긍정 심리학·긍정 상담·긍정 교육에서 개발한 다양한 프로그램으로 인격강점을 계발한다면, 웰빙에 이를 수 있다고 본다. 인격강점별로 웰빙의 요소와의 상관관계에 대한 경험적 근거를 도출하였다. 초·중등학교 학생들을 대상으로 도덕성을 실천한 후의 구체적인 행복 경험 제시를 목표로 하는 행복 교육을 제시할 수 있을 것이다.

2. 도덕과 성취기준 개선

1) 도덕과에서 행복 교육의 성취기준 개선

2009 개정 도덕과 교육과정의 중학교 1-3학년 군 '삶의 목적과 도덕'의 성취기준은 '목적 없는 삶을 비판적으로 성찰하고, 부와 명예, 향락 등이 아닌 참된 행복의 차원에서 삶의 진정한 목적을 확인한다. 또한 삶의 목적으로서의 행복은 우리가 사람답게 살 수 있을 때 실현될 수 있음을 인식하고, 자신의 삶과 행동을 윤리적인 관점에서 실현하기 위한 동기를 지닌다.'이다. 2009 개정 도덕과 교육과정은 교육과정 해설서가 없다. 따라서 교사들은 성취기준을 해석하여 학습내용의 개념, 범위, 평가 기준을 삼을 수밖에 없다. 성취기준은 '교과목표와 내용을 밀접하게 관련시키고 학생들이 학습을 통하여 성취해야 할 능력이나 특성의 폭과 깊이를 나타낼 수 있도록 상세화 하는 것'[153]으로 계획된 교육과정 항목이다. 성취기준은 도덕과 교육과정의 통합성을 유지하면서 실제 교실에서 활용되는 교과서의 내용 서술에 영향을 미친다. 교육과정 해설서가 출판되지 않는 현행 교육과정에서 교육과정과 실제 교육현장 사이에 유기적 연결을 위하여 성취기준을 개념, 내용, 범주 등을 명시해야 한다. 그러나 '삶의 목적과 도덕'의 성취 기준은 웰빙의 의미와 웰빙과 도덕의 관계가 불명확하게 서술되어 있다.

성취기준에서 웰빙을 명확하게 제시하기 위하여 도덕과에서 다루어야 할 웰빙이 무엇인지에 대한 연구가 선행되어야 한다. 연구자는 도덕과의 웰빙 조건으로 두 가지를 제시한다. 첫째는 현재 우리 사회에 가장 광범

153) 허경철 외 (2005) 초·중등 교육과정 총론 개정 시안 연구 개발, 한국교육과정평가원 연구보고 CRC2005-6. p. 272. 이승미·박승경 공저 (2014) 교과 교육과정 성취기준 개발 실태와 개선 방안 탐색, 교육학연구 52(2) p. 55 재인용

위하게 받아들여지는 웰빙의 의미, 웰빙은 물질적 풍요이며 이기적 쾌락을 추구해야 웰빙을 누릴 수 있다는 오해에 대한 교정이다. 둘째는 도덕적 행동 및 도덕성 의 발휘와 관련이 있어야 한다. 마지막으로, 웰빙 자체를 설명할 수 있어야 한다. 긍정 심리학은 웰빙 자체를 설명하면서 앞의 두 가지 조건을 충족한다.

긍정 심리학의 웰빙의 구조는 웰빙의 이기적인 속성을 가진 긍정적 정서, 성취와 비 이기적 속성을 가진 몰입, 이타적 속성을 가진 관계, 의미를 조화롭게 추구하는 삶을 지향한다. 웰빙의 추구는 '하고 싶은 것'과 관련되어 이기적인 속성을 포함하고 있다. 칸트가 웰빙을 도덕의 기준에서 제외한 이유도 경향성에 따르는 인간이 원하는 것으로서 웰빙의 속성을 간파했기 때문이다. 그러나 하고 싶은 바를 추구하는 것은 인간의 자연적 경향성이므로 이를 억제할 수 없다. 칸트가 도덕에 대한 간접적 의무로 행복을 설정한 까닭도 여기에 있을 것이다. 따라서 도덕과의 행복은 이기적 속성, 이타적 속성, 도덕성을 모두 포함하는 포괄적 개념으로 제시되어야 한다.

긍정 심리학은 웰빙의 다원적 의미를 강조한다. 웰빙의 다섯 가지 요소는 사람들이 그 자체로 추구하는 가치이며 어떤 요소도 웰빙을 정의할 수 없다. 즉, 학생들이 살아가면서 그 자체로 원하는 것을 존중하면서 편협하게 웰빙을 정의할 수 있는 가능성을 예방한다.

또한 도덕 교과에서 행복 교육을 실행할 때는, 웰빙의 요인과 상관관계가 높은 인격강점을 선정하여 교육하는 것도 성취 기준 개선에 기여할 것이다. 미국, 스위스, 우리나라에서 사랑, 감사, 낙관주의 등은 삶의 만족도와 높은 상관성을 보였다.

2) 도덕과 교육과정에서 성취기준 구체화

초등학교단계에서 아동들의 블레트 효과를 고려한다면 인습 수준에 대한 고려가 목표로 설정되어야 하며, 중학교 단계는 인습 이후 수준으로 설정되어야 한다. 그러나 앞 절에서 콜버그 후기 이론과 레스트 등을 통해 확인했듯이 도덕 교과의 교육 대상인 학생들이 모두 평균적인 도덕성 발달을 보일 수 없다. 따라서 도덕과 교육과정 설계에 있어서 초등학교 도덕과 교육과정은 덕을 따르는 행동의 긍정적 결과를 고려해야 한다.

'2009 개정 도덕과 교육과정'의 성취기준은 행위의 결과를 고려하는 활동이 서술되어 있다. 이 때 결과를 고려하는 활동은 성취기준 서술 중 학생들의 경험의 결과를 명확하게 서술한 것을 의미한다.

<표-5> 도덕적 행동의 결과를 고려하는 성취 기준

학년군	단원	성취기준
초등학교 3·4학년	• 자신의 일을 스스로 하는 삶	자주의 의미와 중요성을 알고, 자기 일을 스스로 생각하고 행동하는 자세를 지닌다. 이를 위해 자주적으로 행동했을 때의 좋은 점과 그렇지 못하였을 때의 문제점을 분석해보고, 자주적인 생활을 위한 구체적인 계획을 세워 실천한다.
	• 성실한 생활	자신과 남을 속이지 않고 한결같이 자신의 일에 최선을 다하는 생활의 중요성을 알고, 이를 생활 속에서 실천하려는 태도와 의지를 지닌다. 이를 위해 정직하고 최선을 다했을 때의 느낌과 보람을 발표하고 성실한 사람이 되기 위해 실천해야 할 일들을 찾아본다.

	• 감사하는 생활	자신에게 도움을 주거나 은혜를 베푼 사람들에게 감사하는 마음을 가지고 이를 적절히 표현하며 늘 감사하는 생활 태도를 지닌다. 이를 위해 감사와 관련된 다양한 경험을 발표하고, 자신에게 도움을 준 많은 사람들에게 감사의 마음을 표현하는 올바른 방법을 익히며 감사하는 생활 자세의 중요성을 찾아본다.
	•서로 돕는 생활	다른 사람들과 함께 성공적으로 일을 하고 조화롭게 살아가기 위해서는 서로 돕는 태도가 중요함을 이해하고, 일상생활 속에서 공감과 소통을 바탕으로 협동하려는 자세를 지닌다. 이를 위해 일상에서 실천할 수 있는 협동의 모습을 알아보고, 다른 사람들과 협동해서 일한 경우와 그렇지 않을 경우에 발생하는 결과를 살펴본다. 또한 협동하는 생활을 잘 실천하기 위한 방법과 자세에 대해 찾아본다.
	• 다문화 사회에서의 바람직한 삶	문화에 대한 올바른 이해를 바탕으로 다양한 문화들과 그에 속하는 사람들의 인권을 존중하며 관용과 배려의 자세로 타인과 조화를 이루며 살아가는 태도를 기른다. 이를 위해 다양한 문화가 공존하는 사례로부터 긍정적 결과를 살펴보고, 문화의 차이 때문에 상대를 차별하거나 경시해서는 안 되는 이유와 다문화 사회에서의 바람직한 생활 태도를 찾아본다.
초등학교 5·6학년	• 절제하는 생활	일상 생활에서 무분별한 욕구를 잘 다스리고 절제하는 생활을 해야 하는 이유를 알고, 생활 속에서 절제를 꾸준히 실천하는 자세를 기른다. 이를 위해 계획을 세워 실천했을 때의 좋은 점과

		무절제한 생활의 문제점을 찾아보고, 나와 사회를 위해 일상생활에서 절제하는 생활을 어떻게 실천할 수 있는지 토론한다.
	• 법과 규칙의 준수	질서 있고 안전한 사회 생활을 영위하기 위해 법과 규칙을 지키는 일이 중요함을 이해하고, 이를 생활 속에서 잘 실천하려는 자세를 지닌다. 이를 위해 법과 규칙을 잘 지켰을 때의 좋은 점과 지키지 않았을 때의 문제점을 찾아보고, 준법을 실천한 모범 사례를 탐구하여 본받는다.
	• 공정한 행동	다른 사람들과 안정되고 조화롭게 살아가기 위해 공정하게 행동하는 것이 중요함을 인식하고, 일상 생활에서 공정하게 생활하려는 자세를 지닌다. 이를 위해 불공정하다고 느낀 자신의 경험을 분석하고 공정의 의미를 설명하고, 자신이 공정한 사람이 되기 위해 실천해야 할 일을 찾아본다.

초등학교 3-6학년 교육과정 내용 체계 중 위의 학생들의 직접 경험과 그 결과를 서술한 내용 체계는 32개 중 '(나) 자신의 일을 스스로 하는 삶, (다) 성실한 생활, (다) 감사하는 생활, (바) 서로 돕는 생활, (라) 다문화 사회에서의 바람직한 삶, (라) 절제하는 생활, (나) 법과 규칙의 준수, (하) 공정한 행동 등 8개이다. 결과를 고려하는 내용 체계에서도 각 내용에 대응되는 도덕적 행동의 '경험을 발표한다, 장점과 단점을 발표한다.' 등 추상적 서술이 두드러졌다. 성취기준을 추상적으로 제시했을 때, 교사는 학급 환경에 알맞은 다양한 수업 내용 및 방법을 고안하여 수업을 진행할 수 있다는 데 의의가 있다. 반면에 교사의 역량에 따라 수업의 효과가 달라진다는 문제가 있다. 인습 이전 및 인습 수준의 발달

을 보이는 초등학교 학생들에게 도덕적 행동에 대한 긍정적 결과를 인식시키는 활동은 도덕적 이해 향상에서 중요한 역할을 차지한다. 따라서 결과를 포함하는 8개 단원에 대하여 해당 단원에 대응하는 인격강점 및 인격강점과 웰빙의 상관성[154]을 제시한다. 단원과 인격강점의 대응 기준은 성취 기준에서 해당 단원이 함양하고자 하는 덕을 찾아내고 이를 인격강점 분류체계 중 핵심덕목 및 인격강점에서 찾아내었다.

<표-6> 인격강점과 웰빙 상관성

인격강점	단원	웰빙 상관성
자기조절	• 자신의 일을 스스로 하는 삶 • 절제하는 생활	자제할 수 있는 사람은 학업 성적, 직업 활동에서 우수하고, 분노조절을 잘 하며 정서적으로 안정되어 있고 자존감이 높고, 더 양심적이다. 또한 긍정적인 대인관계, 강한 가족 응집력, 더 좋은 공감 능력을 보인다.
인내	• 성실한 생활	주관적 웰빙, 삶의 만족도, 신체적 건강에 긍정적인 영향을 준다. 자기 효능감과 성취감을 향상시킨다. 성공과 탁월한 성취의 필수 요소로 기술과 역량을 향상시키고 목표를 성취할 가능성을 높여준다.
감사	• 감사하는 생활	감사는 삶의 만족도, 주관적 웰빙, 긍정정서를 향상시킨다. 이타성, 용서, 진실성, 낙관성, 영성 등 다른 긍정적 성품과 정적 상관성을 지닌다.
이타성	•서로 돕는 생활	긍정 정서, 삶의 만족도, 정신 건강에 기여한다. 높아진 긍정 정서와 삶의 만족도는 다른 사람에게 더 친절한 태도를 유발하며, 다른 사람에게도

154) 윤병오, 『성격강점 및 덕목에 대한 VIA 분류체계』, 교원대학교 박사학위논문, 2013, p. 162.

		도움을 잘 받게 된다.
공 정 성	• 다문화 사회에서의 바람직한 삶 • 공정한 행동	만족감을 나타내는 뇌의 보상 영역을 활성화시키며 직업 만족도에 영향을 준다. 긍정적인 자아 정체성을 형성하게 하고 자기 존중감을 높여준다.
시민 의식	• 법과 규칙의 준수	긍정 정서를 제공하고 구성원의 복지와 웰빙에 기여하며 조직과 공동체가 잘 기능하고 번영하게 한다. 시민 의식의 실천은 인간 본성에 대해 보다 긍정적인 견해를 유발하고, 사회에 대한 신뢰감을 높여준다. 시민의식이 높은 사람은 직업 만족도가 높다.

3. 도덕과 행복 교육의 방법 개선

1) 긍정 교육에 대한 비판적 평가

긍정 심리학은 사람들의 웰빙을 증가하는 데 기여하고자 하는 학문이다. 긍정 교육은 긍정 심리학의 연구 성과를 활용하여 체계적으로 교육 프로그램을 개발한 긍정 심리학의 교육적 접근이다. '행복한 사람은 비열하고나, 폭력적이거나, 잔인한 경우가 드물다.'[155]는 것을 상기할 때, 학생들을 행복으로 이끈 후에, 도덕성이 '결과도 좋고, 그 자체로도 좋'다는 것을 보여주는 것도 도덕 교과의 효과를 높이는 방안일 것이다.

셀리그만은 학교가 두 가지 문제를 가지고 있다고 보았다. 첫째는 청

155) N. Noddings (이지헌 외 공역) 『행복과 교육』 (서울: 학이당, 2008) p. 13

소년 우울증의 증가이고 둘째는 학생들이 행복 수준이 지난 50년간 변화하지 않는다는 점이다. 지난 반세기 동안 청소년의 우울증 발병률이 증가한 반면 행복 지수가 거의 오르지 않았다. 우리는 물질적으로 풍요로워지면 행복해질 것이라고 착각해왔다. 그러나 행복은 물질적 풍요의 부산물이 아니었다. 셀리그만은 긍정 교육(positive education)이 학교에서 행복을 교육한다면, 청소년 우울증 발병률 증가에 대한 학교 차원의 해결책이 될 것이며 우울증에 걸리지 않은 학생들의 행복 자체를 증가를 야기할 것이라고 주장한다. 연쇄적으로 학생들이 행복해진다면, 학습 능력이 증가할 것이라고 본다.

셀리그만은 긍정 교육과정을 개발하였으며, 이는 미국, 영국, 호주 등에서 시행되었다. 본 절에서는 긍정 교육과정이 무엇인지 확인하여 긍정심리학의 성과가 교육적으로 활용되는 방식을 비판적으로 고찰해보고자 한다.

(1) 펜실베이니아 회복탄력성 프로그램

청소년기에 일상적으로 부딪힐 수 있는 문제 상황을 해결할 수 있는 능력 함양에 있다. 학생들로 하여금 당면한 문제 상황에 대해 현실적이면서 유연한 사고를 권함으로써 낙관적인 태도를 유지할 수 있도록 개발되었다.

<표-7> 펜실베이니아 회복탄력성 프로그램156)

차시	교육 내용
1차시	학생들에게 프로그램 안내를 하고 래포를 형성하며 학습 집단을 형성한다. 1차시 수업은 ABC모델157)을 기반으로 사고와 감정을

156) www.ppc.sas.upenn.ed

	연결하는 활동으로 구성되어 있다.
2차시	학생들의 인지 스타일인 낙관주의인지, 비관주의인지 알아본다.
3차시	학생들은 낙관적인 사고방식을 유발하는 기술을 강화하고 자신의 자동적 신념을 정확하게 평가하는 방법을 배운다.
4차시	비관적 사고방식이 약해진다면 미래에 일어날 수 있는 일에 대하여 생각해본다.
5차시	4차시 까지 배운 내용을 복습하고 미래에 일어날 역경과 관련된 잘못된 신념에 적용한다.
6차시	대인관계의 어려움에 대한 해결법을 찾는 첫 번째 시간이다. 명확하게 자신의 주장을 내세우는 연습활동과 자신이 목표한 바를 이루지 못하였을 때 협상을 해보는 역할놀이로 구성되어 있다.
7차시	스트레스 상황과 감정을 대처하는 행동 기술을 학습한다.
8차시	사회적 기술을 연습한다.
9차시	6차시부터 8차시까지 내용을 복습하는 한편 우유부단함을 극복하는 연습을 한다.
10차시	사회적 문제 해결 프로그램을 학습한다.
11, 12차시	10차시에서 배운 사회적 문제 해결 프로그램을 학생들이 실제 대인관계 문제에 적용해보도록 한다. 마지막으로 지금까지 배운 프로그램을 복습한다.

(2) 긍정 심리학 교육 프로그램

157) ABC모델은, 학생들에게 역경(adversity;A)에 대한 믿음(belife;B)이 그 결과로서(consequence; C)감정을 일으킨다는 것을 가르치는 활동이다. ABC모델을 접함으로써 학생들이 부정적 정서는 자신의 생각에 대한 정서적 반응임을 깨닫고, 믿음을 교정함으로써 긍정적 정서를 가질 수 있다.

펜실베이니아 회복탄력성 프로젝트가 긍정 심리학의 관심 중 회복탄력성에 주목하여 설계되었다면, 긍정 심리학 교육 프로그램(Positive Psychology Program)은 긍정 심리학의 연구 성과를 종합적으로 반영하였다. 긍정 심리학 교육 프로그램의 목표는 인격강점을 일상생활에서 활용할 수 있는 능력을 함양, 회복 탄력성, 긍정적 정서, 의미, 목적, 긍정적 사회적 관계를 향상시키는 것이다. 긍정 심리학 교육 프로그램은 미국 교육부로부터 기금을 받아 스트래스헤이븐 고등학교에서 연구를 실행했다.

긍정 심리학자들은 스트래스헤이븐 고등학교 9학년 347명을 무작위로 두 그룹으로 나누어 언어학 수업에 배정했다. 한 그룹에는 언어학 수업에 긍정 심리학 교육프로그램을 포함시키고 다른 집단은 언어학 수업만 진행했다. 프로그램은 두 학기에 걸쳐서 80분짜리 수업을 20회 이상 실시하였다. 수업에는 긍정 심리학 개념 및 기술에 대한 토론, 긍정 심리학 기술을 자신의 삶에 적용하는 실생활 숙제와 성찰 일기가 포함되었다. 질롱 문법학교(Geelong Grammar School)에서 그동안 한 학급 단위로 이루어졌던 긍정 심리학 교육과정이 처음으로 학교단위에 적용되었다. 질롱 문법 학교 교육과정은 긍정 교육 가르치기, 긍정 교육 끼워넣기, 긍정 교육 따라 생활하기로 이루어져 있다. 긍정 교육 가르치기는 10학년 학생을 대상으로 1주일에 2회 독립 과정과 단원 과정을 통해 회복탄력성, 감사, 강점, 의미, 몰입, 긍정적 관계, 긍정적 정서를 가르치는 활동이다. 이 과정은 대표 강점을 확인하고 활용하는 것이 주요 목적이다. 긍정 교육 가르치기는 앞서 펜실베니아 회복탄력성 프로그램과 긍정 심리학 교육과정의 학습 방법을 활용한다.[158]

긍정 교육 끼워넣기는 긍정 교육을 학과목 수업, 스포츠 활동, 목회 상

158) 위의 글, p. 304.

담, 음악, 예배에 적용하는 교육 방법이다. 예를 들어, 지리 수업에서는 가뭄, 말라리아 등 우울한 변수 측정이 아닌, 세계 각국의 웰빙 정도를 측정한다.

마지막으로 긍정 교육에 따라 생활하기는 교사와 학생들이 일상생활에서 대화를 통하여 긍정 심리학을 실천하는 것이다.

(3) 긍정 교육에 효과 검증

셀리그만은 펜실베이니아 회복탄력성 프로그램이 인종과 문화적 배경의 차이에 관계없이 학생들의 우울증과 불안장애를 예방하고 감소시키며, 품행 문제를 해결하고, 건강과 관련된 행동을 개선한다고 평가한다.[159]

긍정 심리학 교육 프로그램에 참여한 학생, 학부모, 교사들은 프로그램 시행 전, 시행 직후, 시행을 기준으로 2년 후 각각 설문지를 작성했다. 교사들은 학생들의 호기심, 학구열, 창의성 등 '학교생활 집중도', 공감, 협동, 자기주장, 자기조절과 같은 '사회적 기술'이 높아졌다고 답하였다. 이는 어떤 학생이 긍정 심리학 교육 프로그램에 참여하였는지 모르는 교사들이 답변한 결과라 더욱 신뢰할 수 있다. 그러나 '긍정 심리학 교육프로그램은 학생들의 우울증, 불안, 인격강점 등을 향상시키지는 못[160]했다.'

펜실이베니아 회복탄력성 프로그램과 긍정 심리학 교육 프로그램의 결과에 대하여 셀리그만은 펜실베이니아 회복탄력성 프로그램와 긍정 심리학 교육프로그램을 결합한 집중적인 프로그램에 참여했을 때 긍정 심리

159) M. Seligman , 앞의 책, p. 131.
160) M. Seligman, R. M. Ernst, J. Gillham, K. Reivich, & M. Linkins (2009) Positive education: positive psychology and classroom interventions, Oxford Review of Education, 35(3), p. 302.

학에서 의도하는 교육목표를 효과적으로 달성할 수 있을 것이라고 해석했다.

펜실베이니아 회복탄력성 프로그램, 긍정 심리학 교육과정과 다르게 질롱 문법 학교 교육과정은 통제집단을 설정하지 않은 채 실행되었기 때문에 정확한 연구 결과는 측정할 수 없다. 셀리그만은 학교의 의욕 증가, 학교를 떠나는 교사 비율 0%, 입학생과 입학지원자 및 기부금의 증가로 질롱 문법 학교 프로젝트의 성공을 증명할 수 한다고 자평했다.[161]

긍정 교육과 긍정 심리학의 목적은 행복한 삶으로 이끄는 심리학의 사명을 다하는 데 있다. 긍정 교육은 긍정 심리학의 연구 성과를 학교에 적용한 프로그램이다. 긍정 교육의 성과를 도덕 교과의 행복 교육에 반영하는 데 도움을 줄 수 있을 것이다. 긍정 교육 프로그램이 유의미한 효과가 있는지 비판적으로 고찰할 것이다.

회복탄력성과 웰빙의 요인들을 교수·학습한 성과를 통계적으로 분석한 결과, 펜실베이니아 회복탄력성 프로그램과 긍정 심리학 교육과정의 효과는 제한적으로 입증되었다. 셀리그만은 펜실베이니아 회복탄력성 프로그램의 우울증과 불안 예방 효과가 모든 집단에서 균일하게 나타나지 않으며, 심지어 어떤 집단에서는 전혀 효과가 없었다고 보고한다.[162] 그는 집단에 따라 펜실베이니아 회복탄력성 프로그램의 효과가 다르게 나타나는 이유가 두 가지라고 해명한다. 그룹 리더의 지도력의 차이와 프로그램에 대한 충실도이다. 즉, 셀리그만은 펜실베이니아 회복탄력성 프로그램의 효과가 나타나지 않은 집단이 발생한 원인과 해결방안을 프로그램 자체에 대한 검토가 아니라, 지도력이나 프로그램 충실도에서 찾았다.

긍정 교육은 행복을 가르칠 수 있다는 주장의 경험적 근거를 제공한다. 그러나 경험적 근거를 아전인수로 해석한다면, 긍정 교육 프로그램에

161) M. Seligjman, 앞의 책, p. 144.
162) M. Seligman, R. Ernst, J. Gillham, K. Reivich, & M. Linkins, 앞의 글, p. 298.

대한 ‘셀리그만, 칙센트미하이, 프래드릭슨과 같은 몇몇의 학자들이 긍정 교육에 대한 경험적 근거를 제시해왔다’[163]는 비판을 피할 수 없다.

2) 도덕과 행복 교육의 방법 다양화

(1) 친절 연습하기

긍정 교육의 프로그램 중 ‘적극적이고 건설적인 반응하기’는 친밀한 관계에 도움이 되는 대화 방식을 의미한다. 학급 내 대화에 있어서 화자에 말에 친밀한 태도를 유지하며 경청하는 대화를 의미한다. 대화할 때 적극적이고 건설적인 반응을 보여주는 상대방과 좋은 관계를 유지하는 이유는, 나의 이야기를 경청 하는 사람은 나에게 해를 끼치지 않을 것이라는 본능적인 확신일 수 있다.[164] 학교 내부, 외부의 스트레스 상황에 접한 학생들은 다른 사람과의 친밀한 관계 안에서 편안함을 느끼고자 하며, 이 욕구가 충족될 시에 웰빙도 증가할 수 있다. 이에 교사는 교실 내 학생들 사이의 대화에서 적극적이고 건설적인 반응을 유도하여 친밀감이 형성될 수 있도록 대화 방법을 학생들에게 가르칠 수 있다.

‘재미와 베풀기’ 프로그램도 효과적으로 운영할 수 있다. 이 프로그램은 학생들을 두 집단으로 나눈 후 일주일동안 한 집단은 맛있는 음식 먹기 등 재미를, 다른 집단은 동생의 숙제 도와주기 등 베풀기를 실천하는 활동으로 구성되어 있다. 이 프로그램은 학생들에게 재미있는 활동을 일주일 동안 마음껏 함으로써, 적응의 원리에 의하여 곧 재미가 사라지는

---

163) K. Kristjànsson (2012) “Positive Psychology and Positive Education: Old Wine in New Bottles?”, *Educational Psychology*, 47(2), p. 88.

164) S. Gable, “Will You Be There for Me When things Go Right? Supportive Responses to Positive Event Discloser”, Journal of Personality and Social Psychology, 91(5), 2009, p. 905.

경험을 제공한다. 재미와 대비되어 일상생활에서 다른 사람에게 베푸는 활동의 의미가 지속되는 것을 더불어 경험할 수 있다.[165]

(2) 일기쓰기

태펀(M. Tappan)은 자신의 생활을 자서전 형식으로 서술하여 도덕적으로 반성하는 방법을 강조한다. 그는 자서전에 도덕적 삶과 도덕적 자아를 지속적으로 쓰는 활동을 통하여 도덕적 정체성을 형성할 수 있다고 보았다.[166] 긍정 심리학에서도 자신을 되돌아보고, 자신의 삶을 서술하는 자서전 방식이 있다. 다만, 자신의 삶을 반성하는 기준이 자신의 긍정적 상황이다.

에몬스와 맥클로우(M. Emmons & M. McCullough)은 축복 헤아리기의 효과를 검증하기 위하여 세 집단을 나누어 첫째 집단에서는 한 주 동안 있었던 고마운 일을, 둘째 집단은 한 주 동안에 괴로웠던 일을, 마지막 집단에서는 한 주 동안 있었던 일을 나열식으로 기록하도록 요구했다. 첫 번째 집단이 작성한 고마웠던 일은 '아침에 일어날 수 있는 것', '좋은 부모님'등과 같이 타고난 환경 및 능력에서부터 '친구의 친절'과 같은 일상생활의 소소한 부분을 포함한다. 프로그램을 마쳤을 때 축복 헤아리기를 실행한 집단 참가자들은 대조집단 참가자들에 비하여 스스로 더 낙관적이라고 보고했으며, 삶에 만족도가 더 높았다. 또한 두통, 기침, 구역질 등과 같은 부정적 신체 증상도 적게 보고하였으며, 운동에 더 많은 시간을 소요하였다.[167]

---

165) C. Peterson, 앞의 책, p. 79.
166) 정창우, 앞의 책, p. 315.
167) R. Emmons & M. McCullough, "Counting Blessing Versus Burdens: An Experiental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life.", Journal of Personality and Social Psycholgoy, 84(2), 2003, p. 379.

에몬스와 맥클로우가 웰빙 증진에 효과적인 교육 방법으로 축복, 즉 자신이 가진 것들에 대한 감사를 선정한 이유는 감사가 가지는 도덕적 효과와 연관이 있다. 이들은 감사를 도덕적 정서, 도덕적 동기로 규정하였다.[168] 다른 사람으로부터 도움을 받은 경험, 초월적 힘으로부터 받은 좋은 신체 능력, 환경에 대한 인식은 친사회적 행동의 동기로 작용할 수 있다.

168) J. Froh, W. Segick, & R. Emmons, "Counting blessing in early adolescents: An experimental study of graditude and subjective well-being.", *Journal of School Psychology*, 46, 2008, p. 214.

Ⅵ. 결론

‘미다스의 손’은 연속되는 성공으로 큰 부를 이룬 인물에 대한 수식으로 사용된다. ‘미다스의 손’의 주인공은 그리스 로마 신화의 왕 미다스로 손에 닿는 모든 것을 황금으로 만드는 능력을 가진 인물이다. 그리스 로마 신화 속에 이 인물은 황금을 만드는 능력을 가진 손으로 인하여 사랑하는 딸을 황금으로 변화시켰고 생존에 필요한 음식도 먹을 수 없게 되었다. 이에 미다스는 황금 손을 마다하고 평범한 인간으로 돌아온다. 인간의 탐욕을 경계하는 교훈적 이야기가 찬란한 성공에 대한 수식어로 탈바꿈하는 사이에 우리나라 사회 분위기는 인간적 덕목과 일상의 소소한 즐거움보다 통장의 잔고를 더 중요하게 생각하는 방향으로 변해왔다. 물질 만능주의로 설명할 수 있는 오늘날 한국의 사회 분위기 속에서 도덕적 인격 완성을 목적으로 하는 도덕교과가 교육 목적 달성을 위해서는 학생들이 도덕적 성찰을 전제로 자율적으로 웰빙한 삶을 살 수 있는 교육 내용 및 방법을 설계할 필요가 있다.

긍정 심리학은 인간의 삶을 긍정적 방향으로 돌리기 위한 심리학의 역할에 대하여 고민하는 학문 영역으로 중심 주제는 웰빙이다. 웰빙을 위한 과학적 연구로 긍정 심리학의 주요 주제는 긍정 상태, 긍정 특질, 긍정 기관이다. 즉, 긍정 심리학은 웰빙은 주관적인 정서 뿐 아니라 지속적인 긍정적인 행동양식 성품, 덕목과 개인이 속한 조직의 웰빙 등을 모두 망라하여 연구한다. 긍정 심리학의 황금을 쌓아놓고 사는 삶이 곧 웰빙한 삶이라는 사회 통념을 과학적으로 반박할 수 있는 자료가 되기도 한다.

웰빙을 탐구하는 긍정 심리학의 주목할 점 중 하나는 이들이 핵심덕목과 인격강점 분류가 윤리학을 토대로 하고 있다는 것이다. 긍정 심리학

은 웰빙에 관한 윤리학의 관점, 즉 자기실현적 웰빙과 쾌락주의적 웰빙을 이론적 기초로 삼는다. 자기실현적 웰빙은 인간의 궁극 목적으로 최고선은 곧 웰빙이라는 전제 하에 웰빙에 이르기 위하여 인간으로서의 기능을 발휘해야 한다고 보는 윤리학적 입장으로 대표적인 학자로 아리스토텔레스가 있다. 아리스토텔레스는 인간의 기능은 이성적인 부분이며 이론이성의 덕과 실천이성의 덕을 발휘하는 활동을 웰빙이라고 규정하였다. 쾌락주의 웰빙은 인간의 감각적 쾌락을 웰빙의 기준으로 설정한 입장으로 대표적인 학자는 에피쿠로스이다. 그는 쾌락만이 유일한 웰빙이라는 전제 하에 지속적인 쾌락의 상태를 추구하였다. 그가 추구한 쾌락은 욕망의 최소화라는 의미에서 소극적 쾌락주의자로 정의된다.

긍정 심리학의 또 다른 특징인 인간의 긍정적인 측면을 인정하고 개발하여 삶을 긍정적 방향으로 고양할 수 있다는 주장은 인본주의 심리학의 영향이다. 인본주의 심리학은 우리에게 욕구의 위계로 알려진 매슬로우를 위시로 발달하였다. 매슬로우는 생존욕구, 안전욕구, 소속의 욕구, 자아 존중감에 대한 욕구가 채워진 후에 자아실현을 욕구하는 존재로서 인간을 주장하였다. 로저스 또한 개인적 성장, 자율성을 강조한 인본주의 심리학자이다. 이상의 도덕성 및 인간의 긍정성에 대한 전제 하에 긍정 심리학은 웰빙에 대한 개념과 VIA 분류체계를 연구했다.

긍정 심리학자들은 다양한 의미를 함축하는 웰빙이라는 단어보다는 주관적 웰빙, 심리적 웰빙이라는 개념어를 사용한다. 주관적 웰빙은 쾌락주의 웰빙과 관련되며 개인이 삶을 긍정적으로 경험하는 주관적인 심리상태로 인지적 요소와 정서적 요소로 구성된다. 심리적 웰빙은 자기실현적 웰빙과 관련되며 자율성, 환경적 통제, 긍정적 인간관계, 개인적 성장, 인생의 목적, 자기 수용으로 구성된다. 긍정 심리학자들은 주관적 웰빙과 심리적 웰빙 모두 웰빙에 기여하는 바가 있다고 인정한다. 웰빙의 또 다른 요소로 고려되는 요인은 몰입이다. 몰입은 우리가 흔하게 생각하는

무아지경으로 무엇인가에 집중하는 상태이다. 따라서 몰입상태 그대로 웰빙이라고 보기는 어려우나 인간의 활동 중에서 뚜렷한 목표와 과정을 가지고 결과에 대한 피드백을 제공하는 몰입의 조건과 유사한 활동이 웰빙을 일으킨다는 점에서 긍정 심리학은 웰빙의 요인으로 몰입을 선정하였다.

주관적 웰빙, 심리적 웰빙, 몰입 등으로 개념화한 웰빙은 인격강점의 토대 위에 세워진다. 셀리그만과 피터슨은 보편적으로 통용되는 가치의 목록의 취합하여 핵심 덕목 및 인격강점 분류 체계를 편찬했다. 핵심 덕목은 인류 보편적 혹은 많은 문화권에 편재하는 가치로 상정되었으며, 인격강점은 덕목으로 이끄는 심리적 과정이다. 인격강점을 선정하는 준거는 보편성, 웰빙 공헌도, 도덕성, 타인에의 경향, 반대말의 부정성, 측정 가능성, 특수성, 모범의 존재, 결핍자의 존재, 풍습과 제도 등이다. 각 인격강점은 10가지 준거를 모두 충족시키지 않는다. 예를 들어, 활력은 도덕적 가치는 가지지 않는 인격강점이다. 그러나 그 외에는 도덕성 의 준거를 만족시키기 때문에 도덕교과에서는 인격강점에 더욱 의미 있다. 셀리그만과 피터슨에 따르면 인격강점은 웰빙과 밀접하게 연관이 되며, 이들은 다양한 측정도구로 인격강점과 웰빙의 상관관계를 찾아내었다.

긍정 심리학의 웰빙 개념, 인격강점은 도덕교과 및 도덕교과 교육과정 개선에 필요한 아이디어를 제공한다. 웰빙에 접근하는 긍정 심리학의 다원주의적 접근방식은 웰빙에 대한 폭넓은 시각을 제시하며 웰빙에 있어서 도덕성의 필요성을 뒷받침한다. 또한 긍정 심리학이 밝힌 웰빙과 인격강점의 상관성은 낮은 수준의 도덕성 발달 단계에 있는 학생들에게 적절한 교육 내용 및 방법을 제시하는 데 필요하다. 2009 개정 도덕과 교육과정의 성취기준에 도덕적 행동에 대한 결과를 고려하는 진술이 있으나, ‘장점과 단점을 발표한다.’ 등 추상적이다. 결과를 고려하는 성취기준을 인격강점의 정의, 상관관계 등을 활용하여 구체적으로 서술할 수 있

을 것으로 기대한다.

셀리그만은 긍정 심리학을 토대로 긍정 교육과정을 설계하여 대표적으로 세 개의 학교에서 실행하였다. 이를 비판적으로 평가하여 도덕 교과의 행복 교육에 효과적인 교육 방법을 알아볼 것이다. 긍정 교육은 학생들을 우울증으로부터 벗어나 웰빙한 삶으로 이끄는 것을 목표로 웰빙을 가르치며 그 부수적 효과로 학업 성취도와 창의성 향상을 주장한다. 이상의 긍정 심리학의 웰빙 개념, 덕과 인격강점, 긍정 교육은 인간의 삶을 웰빙으로 이끄는 것을 목표로 하고 있다.

참고문헌

1. 국내 문헌

1) 단행본

공일주 (2008)『코란의 이해』서울: 한국외국어대학교 출판부

권석만 (2008) 『긍정심리학』, 서울: 학지사.

_____ (2011) 『인간의 긍정적 성품: 긍정심리학의 관점』, 파주:집문당.

길희성 외 편저 (2001), 『경전으로 본 세계 종교』 서울: 전통문화연구회

정창우 (2006) 『도덕교육의 새로운 해법』, 서울: 교육과학사.

_____ (2013) 『도덕교육의 이론과 쟁점』, 서울: 울력.

추병완 (2004) 『도덕 교육의 이해』, 서울: 백의

2) 논문

권석만 (2010) “심리학의 관점에서 본 욕망과 행복의 관계”, 『철학사상』 36, pp. 121-152

김상돈, “행복과 도덕교육의 관계에 기초한 도덕과 교육 활성화 방안”, 『도덕윤리과교육』, 2011, 34,

김재홍 (2008) “아리스토텔레스의 시민정치론”, 『시민과 세계』, 14집, pp. 165-196.

류지한 (2007) “고대의 쾌락주의”, 『철학논총』, 50(4), pp. 91-111.

_____ (2007) “에우다이모니즘에서 지· 덕· 복의 관계”, 『윤리교육연구』, pp. 109-130.

박종일, 박찬웅, 서효정, 염유식 (2010) “한국 어린이·청소년 행복지수 연구와 국제비교”, 『한국사회학』, 44(2), pp. 121-154.

유호정 (2004) “행복교육과 도덕교육”, 『도덕교육연구』16(1), pp.

237-256.
윤병오 (2013) “인격강점 및 덕목에 대한 VIA 분류체계의 도덕교육적 의의”, 교원대학교 교육학 박사학위 논문.
이승미・박승경 공저(2014) “교과 교육과정 성취기준 개발 실태와 개선 방안 탐색”, 『교육학연구』, 52(2), pp. 58-79.
정창우 (2010) “인성교육에 대한 성찰과 도덕과 교육의 지향”, 한국윤리학회, 『윤리연구』, 77집, pp. 1-33.
_____ (2011) “도덕과의 정당성 및 정체성 연구”, 한국윤리학회,『윤리연구』, 82, pp. 239-288.
추병완 (2013) “긍정 심리학의 덕 가설에 대한 비판적 평가”, 한국도덕윤리과교육학회, 『도덕윤리과 교육』, 39집, pp. 1-25.
_____ (2013) “도덕 교과에서의 행복교육: 긍정심리학과 긍정교육의 시사점” 『도덕윤리과교육』, 40, pp. 53-76.

2. 국외 문헌

1) 단행본 및 번역서

Aristotle, 이창우 외 역 (2006), 『니코마코스 윤리학』, 서울: 이제이북스.
Arrington, R. L. (1997), 김성호 역 (2006), 『서양윤리학사』, 서울: 서광사.
Csikszentmihalyi, M. & Csikszentmihalyi, I. S.(Eds.) (2007), A Life Worth Living, Oxford: New York: Oxford University Press.
Csikszentmihalyi, M.(1975) 이삼출 역(2003) 『몰입의 기술』, 서울:더불어책.
_____(1997) 이희재 역(2007) 『몰입의 즐거움 , 서울: 해냄.
Eggen, P. & Kauchak, D.(2004) 신종호 외 공역(2006) 『교육심리학』

서울: 학지사.
Epicurus, 조정옥 역 (1997)『에피쿠로스의 쾌락의 철학』, 서울: 동천사.
Fredrickson, B. 최소영 역, 『긍정의 발견』서울: 21세기 북스, 2009
Haidt, J. (2006) 강인구 역 (2010)『고대의 지혜에 현대 심리학이 답하다 : 행복의 가설』, 서울: 물푸레.
Lapsley (1996) 문용린 역(2000) 『도덕 심리학』, 서울: 중앙적성출판사
Martin, R. (2006) 신현정 역(2008) 『유머 심리학: 통합적 접근』, 서울: 박학사.
Mill, J. S. (1859) 김형철 역 (1992) 『자유론』, p. 34.
Peterson, C. (2007) A Primer in Positive Psychology, Oxford: New York: Oxford University Press.
Poiman, R. & Feiser, J. (2009) 박찬구 외 공역 (2010) 『윤리학, 옳그그름의 발견』, 서울: 율력
Seligman, M. . & Peterson, C (2004), 문용린・김인자 외 공역 (2009), 『(긍정심리학의 입장에서 본) 성격 강점과 덕목의 분류』, 서울: 한국심리상담연구소.
Seligman, M. (1990) 최호영 역(2008) 『학습된 낙관주의』, 서울: 21세기 북스.
_____ (2004) 김인자 역 (2009)『긍정 심리학』, 서울: 물푸레.
_____ (2011) 우문식·윤상운 공역 (2011) 『플로리시』, 서울: 물푸레.
Sergiovanni, T. (1992) 주삼환 역 (2008)『도덕적 리더십』 서울: 시그마프레스.
Stenberg, R. et al (2009) 최호영 역(2010) 『지혜의 탄생』, 서울: 21세기 북스
Wallace, P. et al (1987) 이관용 외 공역(1991)『심리학 개론』, 서울: 율곡.
Wilson, E. (1984) 안소연 역(2010)『바이오 필리아』,서울: 사이언스북스.

Hoy, A. (2001) 김아영 외 공역(2003) 『교육 심리학』, 서울: 박학사
풍우란 (1961) 박성규 역 (2005)『중국 철학사 (상)』, 서울: 까치.

2) 논문

Berlyne, D. (1966) “Curiosity and Exploration”, *Science*, 153 pp. 25-31.

Emmons, R. A. & McCullough. M. (2003) “Counting Blessings Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life.” Journal of Personality and Social Psychology, 84(2), pp. 377-389.

Froh, J. J., Sefick, W. J, & Emmons, R. A., (2008) “Counting blessings in early adolescents: An experimental study of gratitude and subjective well-being.”, Journal of School Psychology, 46. pp. 213-233.

Gable S. L. & Haidt, J. (2005) "What(and Why) Is Positive Psychology?", Review of General Psychology, 9(2), pp. 103-110.

Gable S. L. & Gonzaga, G .C. (2006) “Will You Be There for Me When Things Go Right? Supportive Responses to Positive Event Disclosures.”, Journal of Personality and Social Psychology, 1(5), pp. 904-917.

Gillham, J., Adams-Deutsch, Z, Park, N., Peterson, C., Seligman, M. & Reivich, K. (2011), "Character strengths predict subjective well-being during adolescence“, The Journal of Positive Psychology, 6(1), pp. 31-44.

Kagan, J (1966) “Reflection - Impulsivity: The Generality and Dynamics of Conceptual Tempo”, Journal of Abnormal Psycholgoy, 71(2), pp. 17-24.

Kristhànsson, K. (2012) Positive Psychology and Positive Education: Old Wine in New Bottles?, Educational Psychology,

47(2), pp. 86-105.

Linley, P. A., Joseph, S. et al (2006), "Positive Psychology: Past, present, and (possible) future," The Journal of Positive Psychology, 1(1), pp. 3-16.

McCullough, M. & Fincham, F. (2003) "Forgiveness, Forbearance, and Time: The Temporal Unfolding of Transgression-Related Interpersonal Motivations", Journal of Personality and Social Psychology, 84(3), pp. 540-557.

McCullough, M., Robert, E., Kilpartrik, S. & Larson, D. (2001) "Is Gratitude a Moral Affect?", Psychological Bulletin, 127(2), p. 249-266.

Park, N. & Peterson, C. (2006), "Moral competence and character strengths among adolescents: The development and validation of the Values in Action Inventory of Strengths for Youth," Journal of Adolescent, 29, pp 891-909.

Peterson, C. & Ruch, W. et al (2007) "Strengths of character, orientations to happiness, and life satisfaction", The Journal of Positive Psychology, 2007.

Pury, C. and Kowalski, R. (2007), "Human strengths, courageous actions, and general and personal courage" , *the journal of positive psychology*, 2(2). pp. 120-135.

Pury, C. et al (2007) Distinctions between general and personal courage, *the Journal of Positive Psychology*, 2(2), pp. 99-114.

Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000) "Positive Psychology: An Introduction", American Psychologist, 55(1), pp. 5-14.

Seligman, M., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich, K., & Linkins, M. (2009), "Positive Educaiton: positive psychology and classroom interventions," Oxford Review of Educaiton, 35(3), pp. 293-311.

Seligman, M., Steen, T. A., Park, N. & Peterson, C. (2005), "Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions," American Psychologist, 60(5), pp. 410-421.

Waterman, A. S.(2008), "Reconsidering happiness: a eudaimonist's perspective", The Journal of Positive Psychology, 3(4), pp. 234-252.

【ABSTRACT】

A Study on the Application of Positive Psychology to Moral Education

Lee, Hea-jung

These days, the needs of teaching happiness in school have been created. This thesis began with the critical mind that it would be necessary to apply the social needs of education for happiness to ethics education. From the standpoint that happiness has no bearing on moral, people are against the application of happiness to moral curriculum and maintain that happiness education should be performed independently from moral education. However, it is necessary to reconsider such a standpoint. Numerous concepts of a happy life have something in common. That is, a happy life is a type of life people desire. The problem is that when the simple whole happiness that people want-social status, honor, and wealth-is obtained by one person, and thereby is replaced by goods that others are unable to have, the pursuit of happiness can lead to immoral behavior. Therefore, it is needed to take moral into account in order for happiness education. In this sense, it is required to apply education for happiness to moral class. In addition, students at a pre-conventional level and at a conventional level pay attention on the result of moral behavior, it is necessary to perform happiness

education in moral class in order to provide the education fitting the stage of moral development.

Based on the critical mind, this researcher studies positive psychology as the theoretical background of happiness education to connect moral life with a happy life. With the use of the research method of psychology, positive psychology can define a happy life plurally, and revealed that character-building practically lays the foundation for a happy life. The purpose of this study is to find a plan to apply positive psychology to designing the content and method of education for happiness in moral class. The process and the result are presented as follows:

First of all, this study looks into the concept of happiness in positive psychology as the content of education for happiness in moral class. Positive psychology began with the recognition that when one's strengths appear, he or she can be happy. In this aspect, positive psychology not only accepts the standpoint of Ancient Greek Ethics that building human arete leads to happiness, but tries to supplement the limitations of their concepts of happiness. According to positive psychology, the monistic happiness concept of Ancient Greek Ethicists failed to reflect people's various physical and psychological needs. Happiness means that positive emotions, engagement, relationships, meaning, and accomplishments are made through the use of strengths, happiness, and the state of obtaining the five elements in harmony was named well-being. Plural happiness includes people's diverse needs and is a concept of happiness which is used to distinguish a happy life from satisfaction of selfish needs.

Therefore, by applying the well-being of positive psychology to moral and happiness education, it is possible to provide various elements of a happy life to students.

Positive psychology's viewpoint that the use of strengths leads a happy life raised the question as to what strengths are. Martin Seligman and Christopher Peterson prepared a list of strengths universally accepted and named them character strengths. Character strengths include moral value in the point that they were selected after religious and ethical discussions of eight cultures had been surveyed. This thesis focused on the relations between character strengths of Martin Seligman and Christopher Peterson and religious and ethical discussions of eight cultures. Positive psychology revealed that the character strengths, a list of common virtues in eight cultures, have correlations with happiness not only in the Western culture, but in the Korean culture. Based on that, this researcher is able to choose the content of moral curriculum fitting students at a pre-conventional level and at a conventional-level.

This study proposes a plan to specifically apply the above discussions of positive psychology to moral curriculum. The study on the correlations between character strengths of positive psychology and happiness is able to contribute to specifying the accomplishment criteria of moral curriculum and diversifying the methods of education for happiness. In the aspect that most people want to live a happy life, happiness is human being's most universal and strong motivation. To lead the motivation of pursuing happiness into moral practice, it is necessary to keep getting concerned with education for happiness in moral class.

* Keywords: Happiness, Well-being, Character Strength, Positive Psychology, Martin Seligman, Christopher Peterson, Aristotle, Hedonism
* Student number: 2009-21494