

학교에서의 정서 지능 개발 프로그램에 관한 연구*

문 용 린**

I. 서 론

1. 연구의 목적 및 필요성

최근 사회가 다원화되고 산업화되면서 인간의 궁극적인 행복과 풍요로운 삶에 대한 의문이 제기되고 있다. 과연 인간의 행복과 성공적인 삶은 무엇에 의하여 좌우되며 그에 대한 주요한 지표는 무엇일까? 대다수의 사람들은 이 질문에 대하여 인간의 '지적 능력'이라고 답하는데 주저하지 않았다. 즉, 인간의 행복과 사회적 성공은 비판적 사고력, 문제 해결 능력, 분석 및 종합 능력 등과 같은 인지적 능력에 의하여 결정되며 보장된다고 믿어 왔다. 이러한 믿음에 근거하여 지적인 능력을 지수화하여 이를 바탕으로 인간의 행복과 사회적 성공을 예언하려는 노력이 있어왔다. 그 대표적인 예가 바로 인지적 능력을 지수화한 지능 지수(Intelligence Quotient : IQ)이다. 사실, 교육계에서도 그 동안 학생의 지능 지수로서 학교에서의 성공 즉, 높은 학업 성취를 예언하였으며 그에 더하여 정의적인 면, 인성적인 면까지도 지능 지수의 수치로 예측할 수 있으리라는 관점이 팽배하였다. 이러한 관점에 따라 학교에서의 대부분의 교육은 주지주의 교육에 주력해 왔다고 볼 수 있으며, 상급 학교에의 진학과 특정 사회집단으로의 진입이 모든 문제의 해결책이라는 생각이 지배적이었다. 즉, 지적 능력이나 이를 지수화한 IQ를 학교에서나 사회에서의 성공을 예측하는 지침으로 삼아왔다.

그러나 행복하고 성공적인 삶을 영위하는데에는 필요한 능력은 비단 지적 능력만이 아니다. 예를 들어, Bloom은 인간이 획득해야 할 여러 가지 능력을 인지적 영역, 정의적 영역, 심체적 영역 등 세 가지로 분류하여 인지적 능력 못지 않게 정의적 영역 및 심체적 영역의 학습을 강조하였다. 또한, 우리나라 학교 교육에서 지향하고 있는 '전인 교육'은 단지 인지적으로 우수한 학생만을 양성하려는 것이 아니라 정서적으로도 원만하게 발달된 인간을 육성하려는 의도를 내포하고 있는 개념이라고 할 수 있다.

* 본 연구는 서울대학교 사범대학 발전기금 지원으로 이루어졌음.

** 서울대학교 사범대학 교육학과

그럼에도 불구하고, 많은 사람들은 정서적인 능력이나 인성적인 면보다는 인지적인 능력이 높아야만 학교·사회에서 출세하고 성공하며 행복한 삶을 영위할 수 있다고 여겨왔다. 그로 인해 학교에서는 성적을 준거로 삼아 학생을 분류하는 성적 우수자 중심 교육이 이루어져 왔다. 이러한 환경 하에서 성적이 우수하지 못한 학생은 학교 생활에서의 부적응자로 낙인(labeling)찍히게 되었다. 얼마 전 발생했던 중학생 4명의 집단 자살극은 한 예가 될 수 있다. 정서 교육을 무시한 주지주의 교육은 이밖에도 학교 및 학원 폭력, 반사회적 일탈행동, 비행 행동 등과 같은 사회 부적응적인 문제의 원인으로 볼 수 있으며, 유명무실한 인성교육의 문제점을 알 수 있다.

이와 같은 학생들의 정서적·인성적 문제를 해결하려는 노력의 일환으로 최근에는 지능을 과거와는 달리 새로운 관점에서 파악해야 한다는 자성으로 이어졌으며 단지 인지적인 측면만을 강조한 지능의 개념을 보다 확대하여 대인 관계, 음악적 능력, 공간력, 환경 친화력, 사회적 적응력 등을 지능의 개념에 포함시켜야 한다는 주장이 강하게 대두되고 있다(Gardner, 1983; Salovey, 1995). 그 대표적인 예로서, 인간의 지적 능력만을 강조하던 기존의 IQ와 대비되는 개념으로서 'EQ(Emotional Intelligence Quotient)'라는 개념이 등장하였으며 인간의 정서적인 측면에 관한 연구가 활발하게 진행되고 있다.

EQ는 정서 지능(Emotional Intelligence)을 지수화한 개념으로, 정서 지능은 사회 지능의 한 유형으로서 특질(trait)이나 재능(talent)과는 구별되는 감정과 관련된 능력(ability)이라고 보았다(Salovey, & Mayer, 1997). 이 때 정서 지능이란, 자신과 타인의 정서를 감지하는 능력과 각각의 정서를 구별하는 능력, 정보를 통하여 사고와 행동을 조절하는 능력(Salovey & Mayer, 1990)을 말한다. 특히, 일상 생활에서의 정서적 사건에 대한 추론(emotional reasoning)으로 이루어진 복합적이고 지능적인 개념의 측면에 초점을 둔 개념으로 정보를 포함하고 있는 정신 과정들의 세트를 말한다. 즉, 자신과 타인의 정서를 평가하고 표현하는 정신 과정, 자신과 타인의 정서를 조절하는 정신 과정, 그리고 정서를 사회 적응적인 방식으로 활용할 줄 아는 정신 과정들의 세트라고 말할 수 있다. 결국 정서 지능은 자신과 타인의 정서를 평가하고, 표현할 줄 아는 능력, 자신과 타인의 정서를 효과적으로 조절할 줄 아는 능력, 그리고 자신의 삶을 계획하고 성취하기 위하여 정서를 이용하고 활용할 줄 아는 능력으로서, 이러한 정서 지능이 높은 사람은 사회적 적응력이 뛰어나기 때문에 학교와 사회에서 보다 적응적인 삶을 영위하며 살아갈 수 있을 가능성이 매우 높다고 할 수 있다. 예컨대 미국 스탠포드(Stanford) 대학의 미셸 박사가 4세 아동들을 대상으로 실시한 연구에 따르면, 자신의 정서를 스스로 통제하고 조절하는 능력이 뛰어난 학생들이 사회성, 성격, 친화력, 적응력 등이 그렇지 못한 학생들보다 월등히 높았으며, 뿐만 아니라 학업 성적까지도 훨씬 높다는 것이 확

인되었다.

이와는 대조적으로 우수한 두뇌들의 집합체인 미국 하버드 대학생 95명의 학생들의 20년 후의 모습을 추적·조사한 연구에 의하면, 대학에 다닐 때의 높은 시험 점수와 사회적인 성공과 출세와는 무관한 것으로 나타났다. 결국, '학교의 우등생이 사회의 우등생은 아니다' 라는 것이 입증된 셈이었다. 정서 지능이 뛰어난 사람의 경우, 지적 능력은 높지 않으나 낙관성, 인내심, 지구력 등이 뛰어나 지속적인 노력과 인내심으로 학교 생활을 해 나갈 것이며, 학교나 사회에서 부딪치는 여러 가지 난관에도 낙심하지 않고 끈질긴 인내심과 노력, 지구력으로 잘 극복하여 마침내 '사회에서의 성공'이라는 열매를 거둘 수 있게 되는 것이다.

이와 같이 학교나 사회에서의 성공적인 삶과 밀접한 관계가 있는 것으로 보이는 정서 지능에 대하여, 아직까지 학자들간에 일치된 견해를 보이지는 않고 있으나 정서의 평가와 표현, 정서 조절 능력, 정서의 활용 능력 등의 하위 요소들로 이루어져 있다는 데에는 일반적인 합의를 보고 있으며, 근래에는 이와 관련된 많은 소개서 및 개론서가 등장하고 있으며, 정서 지능을 측정할 수 있는 검사 도구도 개발(Salovey, & DiPaolo, 1995)되는 등 관심이 점차 고조되고 있다. 뿐만 아니라 정서 지능의 하위 요소를 발달시켜 주기 위한 프로그램을 개발하여 활용되고 있는데, 아동 발달 프로젝트, 시애틀-사회성 발달 프로젝트, 예일-뉴 헤븐 사회적 능력 증진 프로그램 등이 그 예로서 학생들의 정서·인성을 발달·함양시키기 위하여 다양한 교육 프로그램들이 개발되어 활용되고 있다.

국내의 경우, 정서 지능에 대한 사람들의 관심이 고조되고 다양한 입문서가 소개되고 있으며, 정서 지능의 측정을 위한 검사 도구(문용린, 1997)와 정서 지능의 개념을 구체화하고 이론적인 틀을 마련하고자 하는 노력이 활발히 진행되고 있다(문용린, 1997, 1998). 그러나 학교에서 학생들의 정서·인성 능력을 향상시켜 줄 수 있는 프로그램에 대한 연구는 거의 이루어지고 있지 않은 실정이다. 물론, 시중의 일부 사설 학원에서는 최근에 정서 지능에 대한 관심의 열기에 편승하여 정서 지능 계발을 위한 학습 프로그램을 자체적으로 개발하여 활용하고 있는 듯 하나, 철저한 이론적 고찰 및 현장 검증이 결여되어 있는 이러한 무분별한 정서 지능 관련 프로그램의 활용은 자칫 학생들이 정서 지능을 또 다른 과외 과목으로 인식하여 정서에 대한 부정적인 태도를 갖게 할 위험성이 매우 높다고 볼 수 있다.

그리하여 본 연구에서는 정서 지능에 대한 철저한 이론적 고찰과 이와 관련된 국외에서 진행되고 있는 정서 지능 개발 프로그램에 대한 문헌 조사 연구를 수행하고 이를 토대로 정서 지능 개발을 위한 구체적인 하위 프로그램들을 개발하고자 한다. 이러한 연구는 학생들로 하여금 자연스러운 학교 상황과 일상 생활 속에서 훈련을 통해 새롭게 정

서 지능을 개발하여 대인 관계 기술, 정서에 대한 자기 통제력, 자기 존중감 등을 향상시켜 줄 수 있으며, 더 나아가 학생들의 인성적 발달에 도움을 주어 보다 풍요롭고 행복한 삶을 영위하도록 하는데 기여할 수 있을 것으로 기대된다.

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 초등학생을 대상으로 하여 학교에서 자연스럽게 정서·인성 발달에 도움을 줄 수 있는 정서 지능 개발 프로그램의 모델을 구성한다.

둘째, 정서 지능의 하위 요소들을 중심으로 하여 구체적인 정서 지능 개발 프로그램들을 구성하고 현장 검증을 통해 수정 및 보완함으로써 학생들의 인성 발달을 위한 정서 지능 개발 프로그램을 완성한다.

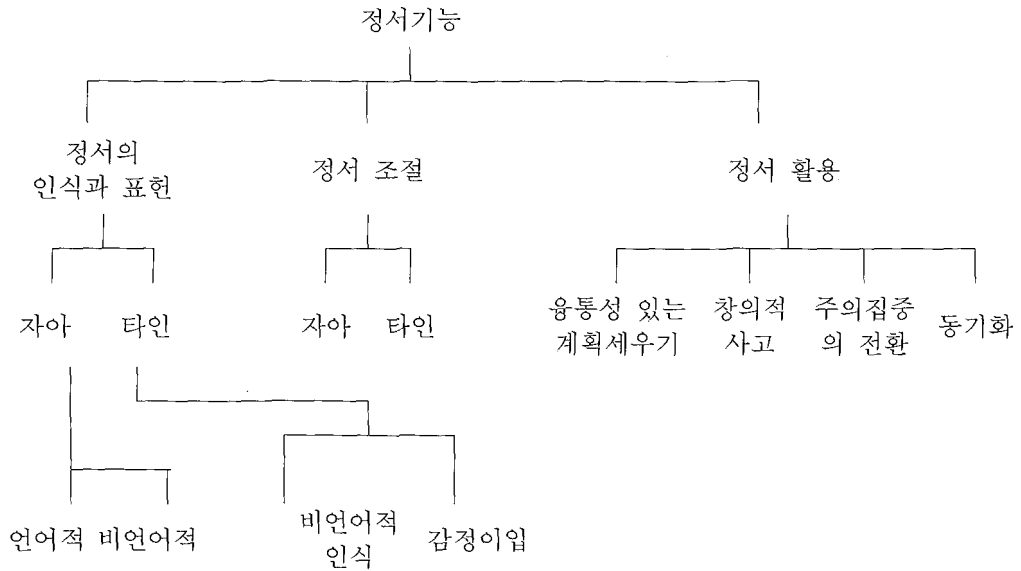
II. 이론적 배경

1. 정서 지능 (Emotional Intelligence)

정서 지능(Emotional Intelligence)은 지능(Intelligence)과는 분리된 개념으로서, 정서와 감정을 통제하고 조절할 줄 아는 능력을 말한다.

Mayer와 Salovey(1990)는 정서 지능이라는 개념을 공식화하였는데, 그들이 말하는 정서 지능이란, 자신과 타인의 정서를 점검하고 변별하며, 자신의 행위와 사고를 유도하는데 그 정보를 이용하는 능력이다(1990). 이 정의에 입각하여 정서 지능은 세 가지 구성요소로 이루어져 있다. 즉, 자신과 타인의 정서를 평가하고 표현하는 능력, 자신과 타인의 정서를 조절하는 능력, 정서를 적응적인 방식으로 활용하는 능력이다. 이 세 가지 구성요소는 정서 정보를 포함하고 처리하는 정신 과정들이다. 이 처리 과정들은 모든 사람에게 공통적이기는 하지만, 처리하는 능력과 유형에서 나타나는 개인차도 존재한다.

Mayer와 Salovey는 정서 지능의 정의와 구성 요소에 입각하여 정서 지능의 모형을 제안하였는데, 그 모형은 【그림 1】과 같다.



【그림 1】 정서 지능의 개념 모형(Mayer & Salovey, 1990, p.195)

정서 지능의 모형에 따른 정서 지능의 구성 요소에 대하여 보다 자세히 살펴보면 다음과 같다.

1) 정서의 인식과 표현 능력(Appraisal and Expression of Emotion)

정서의 인식과 표현 능력은 정서 지능의 가장 기본적인면서 중요한 구성 요소이다. 왜냐하면, 자신의 정서를 보다 빠르게 지각하고 반응하는 사람이 자신의 감정에 보다 적절하게 반응하며, 나아가 타인에게 자신의 정서를 보다 잘 표현할 뿐만 아니라, 타인의 감정과 기분을 이해하며 공감할 수 있는 능력이기 때문이다(Mayer & Salovey, 1990).

이 능력은 유기체 내부에서 정서의 정보 처리를 진행시키며, 적절한 사회적 기능을 위해 필요로 한다. 정서의 인식과 표현 능력은 대상에 따라 자아와 타인으로 나누어지고, 각각의 대상 안에서 언어적인 내용과 비언어적인 내용으로 구분된다.

2) 정서의 조절(Regulation of Emotion)

정서 지능에서 정서 조절 능력이라는 구성 요소는 자신과 타인의 정서를 조절하는 것과 관련된 능력이다. 정서 조절 능력은 감정이나 기분 상태를 처리하는 과정에 보다 강

조점을 두어, 처리 과정의 능숙도에 따라 특정 목표에 도달하는 능력으로 간주한다. 이는 정서 조절 능력이 기분의 상태를 보다 적응적으로 이끌어내며, 가치있는 목표를 향하여 동기를 부여한다는 점을 강조함으로써, 적응을 위한 능력인 정서 지능의 구인에 포함시킬 수 있다.

정서 인식과 표현 능력과 마찬가지로, 정서 조절 능력도 대상에 따라 자아와 타인에 대한 능력으로 구분된다.

3) 정서 지능 활용 능력(Utilizing Emotional Intelligence)

정서 지능 활용 능력은 사고, 추리, 문제 해결, 창의적 과제에서 정서를 적응적으로 활용하는 능력을 말한다. 이 능력에 대한 기본 가정은 정서가 어떤 종류의 문제 해결에 있어서 보다 적응적이고 적절한 정신 상태를 창출한다는 것이다(Salovey, 1996). 결국, 정서 지능 활용 능력이란, 문제의 성격에 따라 자신의 정서와 기분을 적응시킬 수 있는 능력이다. 특히, 융통성있는 계획을 세우기(Flexible Planning), 창의적 사고(Creative Thinking), 주의 집중의 전환(Redirected Attention), 동기화(Motivating Emotion)등에서 정서를 적응적으로 활용하도록 이끈다. 이는 정서 지능을 활용하는 능력의 내용이 되기도 한다.

2. 다중 지능 (Multiple Intelligence)

다중 지능 이론은 종래의 학업 적성 중심의 지능 내용을 인간의 재능을 포함하여 크게 확장시킨 것으로, 단일한 구인이 아닌 자율적이고 독립적인 7개의 지능을 말한다.

다중 지능 이론을 창안한 Gardner(1983)는 인간의 지능을 다양한 상징 체계를 수반하고, 다양한 문화 상황에서 가치 있게 여기는 기능들을 통합하는 다양한 종류의 인지 능력으로서 보다 광범위하게 개념화하였다. 또한 기존의 지능 연구 방법이 특정한 논리 즉, 언어문제 해결만을 강조한다면 생물을 무시하고 인간의 상위 체계인 독창성을 제외시키며 인간 사회에서 중요시되는 면에는 귀를 기울이지 않는다고 비판하였다.

그리하여 보다 다차원적인 측면에서 지능을 연구하였으며, 주관적 요인 분석(subjective factor analysis) 방법과 8개의 준거를 설정하여 7개의 지능을 개념화하였다. 그 7개의 지능이란 언어 지능(linguistic intelligence), 음악 지능(musical intelligence), 논리-수학 지능(logical-mathematical intelligence), 공간 지능(spatial intelligence), 신체-운동 지능(bodily-kinesthetic intelligence), 대인 지능(interpersonal intelligence), 자성 지능(intrapersonal intelligence) 등을 말한다. 7개의 지능은 각각 독특한 요소 활동과 과정을

지녔으며, 인간은 이런 7개의 유형의 사고를 수행하면서 최소한 수백 만년 동안 진화되어왔다(Gardner, 1983). 일곱 가지 지능이 독립적이며 어떤 두 지능간에도 반드시 상관이 있는 것은 아니며, 실제로 각 지능은 별개의 지각, 기억, 기타 다른 심리적 과정을 수반한다고 가정한다. 7개의 지능의 구체적인 내용은 다음과 같다.

1) 언어 지능 (linguistic intelligence)

언어 지능은 언어의 음운, 의미, 어문, 기능 등에 대한 민감성을 말한다. 즉, 언어 안에 존재하는 다양한 상징 체계를 빠르게 알아내고, 그에 관련된 문제를 해결하며, 또다른 상징체계를 창조해내는 능력이다(Gardner, 1983).

언어 지능은 언어적 영역에서만 아니라 다른 분야에서도 도구로서 사용된다. 예를 들어 과학자가 획기적인 발명을 하여 그것을 청중에게 알릴 때 언어, 그림, 도표 등의 상징을 사용하는 것이다. 결국 단어 또는 언어 그 자체에 중점을 두는 것이 아니라 자신들이 주장하고자 하는 것을 달성하기 위한 도구로 언어를 사용하는 것이다.

2) 음악 지능 (musical intelligence)

음악 지능은 음악적 기억력, 음악적 창의성, 청음 등과 관련된 지능이다. 음악 지능의 중심적인 요소로 청력의 역할을 하는 가락, 리듬, 톤, 음악의 감정적인 면을 들 수 있다 (gardner, 1983).

여러 지능들 중 가장 일찍 발현되는 것이 바로 음악 지능이다. 그러므로 음악 지능은 다른 어떤 지능보다 유전에 의한 영향이 크다고 할 수 있는데 학령전기 아동이 특별한 훈련 없이 재능에 의해 음악 지능이 발달하게 된다. 하지만 동기, 성격, 특성, 훈련 등의 비유전적인 요소도 무시할 수 없다.

3) 논리-수학 지능(logical-mathematical intelligence)

논리-수학 지능은 숫자, 규칙, 명제 등과 같은 상징체계에 능통하고 창조적인 능력을 말한다(Gardner, 1983). 논리-수학 지능은 서양사에 중요한 요소로 오랫동안 자리잡고 있었으나 어떤 특정한 문제를 해결하기에 잘 준비된 여러 지능 중의 하나이지 다른 지능보다 더 뛰어나거나 다른 것을 압도할 만큼 중요하다고 볼 수 없다.

논리-수학 지능이 뛰어난 사람은 숫자뿐만 아니라 추상에 대해 관심이 많으며 논리의 복잡하고 난해한 사실을 기술적으로 다루는 능력이 두드러지며 질서나 체계에 관한 특별한 흥미를 가지고 있는 특성이 있다.

논리-수학 지능은 공간 지능과 상호작용 하는 측면이 있다.

4) 공간 지능(spatial intelligence)

공간 지능은 시각 세계를 정확히 지각할 수 있고, 처음의 지각에 의하여 변형이나 수정할 수 있고, 적절한 물리적 자극이 없어도 시각적 경험을 재창조할 수 있는 능력을 말한다(gardner, 1983). 공간 지능은 같은 요소들의 실례를 알아내는 능력, 한 요소를 다른 요소로 변형시키거나 변형을 알아내는 능력, 정신적 이미지를 포착하고 이미지를 변형시키는 능력, 공간적 정보의 도피적 형상을 만들어내는 능력들을 포함한다. 이러한 능력들은 따로 분리되어 발달하는 것이 아니라 동시에 일어나면서 하나의 작용이 다른 하나의 작용을 강화하는 방식으로 발달한다. 또한 공간 지능은 외형적으로 다른 형태들 사이의 혹은 동떨어진 두 경험사이에 존재하는 유사성으로부터 발달한다.

5) 신체-운동 지능 (bodily-kinesthetic intelligence)

신체-운동 지능은 몸을 기술적으로 사용하는 능력, 몸을 유연하게 움직이고 균형을 유지하고 능력, 정교하고 세련된 동작을 연출하는 능력 등을 말한다(Gardner, 1983). 무용수나 운동선수과 같이 몸의 움직임을 조절하는 능력과 구기 종목 운동선수나 기악가와 같이 손가락이나 손의 미세한 근육의 움직임을 기술적으로 다룰 수 있는 능력도 포함한다. 결국 신체-운동 지능은 특수한 신체적 지능인 조정, 균형, 손계주, 강도, 유연함, 신속함, 촉감 등의 능력과 관련된 일련의 모든 것이라고 할 수 있다.

6) 대인 지능 (interpersonal intelligence)

대인 지능은 다른 사람을 이해하고 협동할 수 있는 능력을 말한다(Gardner, 1983). 대인관계를 새롭게 잘 형성, 유지, 발전시키는데 능숙하며 그런 일들을 매우 좋아하고 즐거워한다. 대인 지능은 문화 안에 있는 상징적 체계의 사용과 학습을 통해서 발달한다.

7) 자성 지능 (intrapersonal intelligence)

대내 지능은 개인의 내적인 측면에 집중하는 능력이다. 자신에 대한 탐색이나 지식에 관심을 두고 있으며 내적 성찰력이 뛰어나고 자신의 의견 표현을 잘 하게 만든다 (Gardner, 1983). 많은 사람들과 어울려 지내기 보다 집단에서 떨어져 혼자서 사색하며 꿈을 키워나가거나 일을 성취하는 것을 좋아한다.

Ⅲ. 연구의 내용 및 방법

본 연구의 내용과 방법은 크게 두 가지로 나누어 볼 수 있다. 첫 번째는 선행 연구 프로그램들에 대한 고찰과 메타분석하여 시사점을 얻는 것이며, 두 번째는 이론적인 배경과 선행 연구에 대한 고찰을 기초로 하여 정서 지능 프로그램을 개발하는 것이다. 정서 지능 프로그램을 개발을 위해 프로그램을 구성요소를 추출하고 구성요소를 발달시켜 주기 위한 각 활동 내용을 구성하였다. 구체적인 내용은 다음과 같다.

1. 선행 연구 고찰과 정서 지능 개발 프로그램에 대한 메타분석

본 연구를 수행하기 위한 연구 내용과 방법의 첫 번째 단계는 기존 연구들에 대한 고찰과 메타분석이다. 메타분석을 위해서 국외와 국내의 선행 연구들을 조사하여 연구 목적, 내용, 발달 영역 등을 살펴보았다.

메타분석은 국외의 연구와 국내의 연구로 나누어 살펴보도록 하겠다.

1) 국외의 연구

현재 국외에서 연구되었거나 연구되고 있는 프로그램 중 정서 지능을 초점으로 한 연구는 없다고 할 수 있다. 국외에서 현재까지는 명백히 정서지능 교육 프로그램이라고 부를만한 연구는 없다고 볼 수 있다. 즉, 정서지능이라는 개념 자체나 정서지능의 영역이나 요소에 초점을 두고 교육 프로그램을 개발하기보다는 대인관계 기술(social skills)이나 갈등해결 능력(resolving conflicts) 등의 향상 프로그램 개발에 주력해왔다. 대표적인 예로 뉴욕시 공립학교에서 실시하고 있는 창의적 갈등 해결 프로그램(Resolving Conflicts Creatively Program)이 있다. 이 프로그램은 갈등을 현명하게 해결할 수 있는 능력을 향상시켜 줌으로써 정서적으로 성숙한(emotionally intelligent) 사람이 되도록 하는데 초점이 있다. 국외에서 개발된 정서지능 관련 프로그램은 다음과 같다.

(1) 아동발달프로젝트(Child Development Project)

이 연구는 캘리포니아의 오크랜드의 발달 연구소의 아동 발달 프로그램으로서 노던 캘리포니아 학교의 유치원부터 6학년을 대상으로 한 대규모의 프로그램이다. 이 연구는 아동의 인지·정서·행동의 모든 측면을 발달시켜 주기 위한 프로그램이며, 본 연구의 효과 검증을 위해 독립적인 관찰자들이 평정하고, 통제 학교와 비교하였다. 이 프로그램의 효과는 대부분 아동의 행동의 향상도를 통해서 알 수 있는데, 구체적인 행동 결과는 다음과 같다.

- 더욱 책임감이 있다.
- 더욱 독단적이다.
- 더욱 대중적이고, 더 외향적이다.
- 더 친사회적이고 잘 돕는다.
- 다른 사람을 더 잘 이해한다.
- 더 인정이 많고, 사회적 문제에 관심이 많다.
- 대인간의 문제를 해결하는 데에 더욱 친사회적인 전략을 사용한다.
- 조화를 잘 이룬다.
- 더욱 민주적이다.
- 더 좋은 갈등 해결 기술을 갖는다.

(2) 시애틀 사회성 발달 프로젝트(Seattle Social Development Project)

이 연구는 워싱턴 대학의 사회성 발달 연구팀에서 개발한 것으로, 학교에서의 아동의 사회성과 사회적 기술(social skill)을 향상시키는데 목적이 있다. 이 연구의 효과를 검증하기 위해서 시애틀의 초·중등학교에서 독립성 검사와 객관적 표준화를 중심으로 프로그램을 실시하지 않은 학교와 비교 평가하였다.

이 프로그램의 효과는 여러 가지 측면에서 검증되었는데, 대체로 사회적 행동, 공격성, 반사회성, 약물, 비행, 학업 성취 등을 중심으로 평가되었다. 구체적인 내용은 다음과 같다.

- 가정과 학교에서 더욱 긍정적으로 애착했다.
- 남자아이들의 공격성과, 여자아이들은 자해행동이 줄었다.
- 성취가 낮은 아동들 가운데, 정확이나 제적이 거의 없어졌다.
- 약물 남용을 시작하는 것이 더욱 감소했다.
- 비행이 감소했다.
- 표준화된 성취 검사에서 더 좋은 점수를 받았다.

(3) 예일 뉴해븐 사회적 능력 증진 프로그램

(Yale-New Haven Social Competence Promotion Program)

이 연구는 시카고의 일리노이대학에서 개발하였으며, 뉴해븐 공립학교의 5-8학년 아동을 대상으로 하였다. 이 연구 역시 사회성과 사회적 기술을 발달시켜주는데 목적이 있으며 연구의 효과를 검증하기 위해서 실험 집단의 아동의 행동 변화를 관찰하고 학생과 교사의 보고를 통해 평가하여 통제 집단과 비교하였다.

연구의 결과, 이 프로그램의 효과가 입증되었으며 대체적인 행동 변화의 결과는 다음과

같다.

- 문제 해결 기술이 개선되었다.
- 또래와 더욱 잘 논다.
- 충동 조절을 더 잘한다.
- 행동이 개선되었다.
- 대인간 효율성과 대중성이 개선되었다.
- 적응 기술이 더 향상되어졌다.
- 대인간 문제를 해결하는 기술이 더 증가했다.
- 불안에 더욱 잘 적응한다.
- 비행이 감소했다.
- 해결 기술이 더욱 좋아졌다.

(4) 창의적으로 갈등을 해결하는 프로그램(Resolving Conflicts Creatively Program)

이 연구는 뉴욕의 창의적 문제 해결 국립 연구소에서 개발하였으며, 연구 대상은 뉴욕 공립학교의 유치원에서부터 12학년이었다. 이 연구는 아동들이 문제나 갈등에 직면했을 때 창의적이고 효과적으로 해결할 수 있도록 하는데 목적이 있다.

이 연구의 효과는 다음과 같다.

- 교실에서 공격성의 감소
- 교실에서 폭언과 욕설 사용의 감소
- 협동성 증가
- 의사소통 기술의 향상
- 감정이입 능력의 향상

이상으로 외국에서 수행되고 있는 선행 연구들을 살펴보았다. 주지한 바와 같이, 외국에서 수행되고 있는 프로그램들은 정서 지능 자체를 발달시켜 주기 보다는 정서와 관계가 있는 능력의 발달에 초점이 있다. 즉, 정서 지능의 구성요소나 모형에 입각한 프로그램이라기보다는 대인관계 기술의 발달, 자아존중감의 향상, 문제 해결 기술 증진 등에 초점을 두고 있는 프로그램이다.

외국에서 수행되고 있는 기존의 프로그램들을 메타분석한 결과, 선행 연구들의 초점은 주로 인지발달적 측면이나 대인 관계 기술 등의 문제에 있으며, 다양한 상황에서 직면하게 되는 정서성이나 정서적인 능력, 예컨대 정서를 정확하게 해독하는 능력, 이해하고 변별하는 능력, 조절하는 능력 등의 계발에 대한 연구는 미흡한 것으로 보인다.

2) 국내의 연구

정서지능의 중요성이 강조됨에 따라 정서지능을 계발할 수 있는 교육 프로그램에 대한 필요성이 국내에서 대두되었다. 특히, 가정, 사회 등 다양한 환경에서 활용할 수 있는 프로그램을 개발하기 위해 많은 연구가 진행되었다. 이른바 가정용 교육 프로그램 연구, 기업용 교육 프로그램 연구이다. 구체적인 내용은 다음과 같다.

(1) 가정용 정서지능 교육 프로그램

가정에서 활용할 수 있는 정서지능 계발 프로그램으로 한국지역사회교육협의회와 문용린(1997)이 공동으로 개발·제작한 연구(1997)를 들 수 있다. 이 연구는 초등학교와 중학교에 다니는 자녀의 정서지능을 진단하고 증진시켜 주기 위하여 개발된 것으로, 가정에서 부모와 자녀가 손쉽게 할 수 있는 내용으로 구성되어 있다. 특히, 이 프로그램을 통해서 부모와 자녀의 정서지능을 진단하고 자녀의 정서지능 중 강점과 약점을 알아봄으로써 강점을 더욱 개발하고 약점은 보완하는데 그 목적이 있다.

이 프로그램의 활용 대상은 자녀와 부모 양자에 모두 초점이 있다. 우선 부모를 위한 내용을 살펴보면, 부모가 먼저 이 프로그램에 참여하여 부모의 정서지능 수준을 알아보고, 정서지능에 대한 전반적인 이해를 한 뒤 정서지능 계발에 필요한 활동 프로그램을 학습한다. 부모는 직접 지역사회교육협의회의 정서지능 계발 프로그램에 참여하여 활동 내용을 숙지하고 숙지한 내용을 가정에서 자녀와 함께 실행해본다. 다음은 자녀를 위한 내용을 살펴보면, 자녀의 정서지능 계발은 부모에게서 학습한다. 즉, 자녀의 정서지능의 계발은 부모가 직접 실행함으로써 이루어진다. 이 과정을 그림으로 나타내면 다음과 같다.

이 프로그램은 주로 정서지능의 하위 영역을 다섯 가지로 구분하여 각 영역별로 향상 프로그램을 개발하였다. 각 영역별로 공통적인 내용을 갖는다. 즉, 이전 과정의 복습, 새로운 정서지능 하위 영역의 개념 학습, 일상 생활 속에서 사례 찾기, 그리고 하위 영역별 활동 학습이다.

각 영역에 대한 프로그램 활동은 교육심리학을 전공한 대학원생 이상의 전문가 4인의 검증에 따라 제작되었으며, 가정에서 별다른 교구 없이 손쉽게 할 수 있으며 누구나 이해할 수 있는 프로그램을 제작하는데 초점을 두었다.

(2) 기업용 정서지능 교육 프로그램 개발 사례

기업에서 활용할 수 있는 정서지능 교육 프로그램으로 삼성인력개발원과 문용린(1997)이 개발·제작한 'EQ Diary'가 있다. 이 프로그램은 삼성 신입사원 연수프로그램의 일환으로 제작되었으며, 신입사원들의 정서능력의 계발 및 함양을 위하여 현재의 정

서능력 수준을 진단해 보고 생활방식을 돌이켜 보며, 장점을 키우고, 단점을 보완할 수 있는 계기를 마련하는데 그 목적이 있다. 이 프로그램은 스스로 점검하고 진행하는 활동으로 구성되어 있으므로 연수프로그램 일정한 24일동안 하루 5분 정도씩 활용할 수 있도록 구성되었다.

‘EQ Diary’는 크게 3가지 종류의 활동으로 구성되어 있으며, 자세한 내용은 다음 <표 1> 과 같다.

<표 1> 기업용 정서지능 교육 프로그램의 내용

활동 종류	활동기간	활동 내용
진단활동	1일	SPI(Samsung Personality Inventory)를 사용하여 귀하의 EQ를 스스로 측정하고 해석하는 활동
연습활동	24일	교육 기간 중 매일 반복하게 되는 활동으로서, 하루동안의 EQ 실천을 돌이켜 보게 함으로써, EQ의 기본능력인 정서의 인식·표현·조절 능력을 스스로 개발할 수 있게 하는 활동
학습활동	24일	교육 기간 중 매일 짧은 EQ 메시지를 읽거나 체크해 보는 학습활동으로서, EQ의 기본원리를 학습하고 실생활에서 EQ를 발휘할 수 있는 응용력을 함양시키는 활동

진단활동과 앞에서 소개한 성인용 정서지능 검사지를 사용하여 이루어지며, 연습활동은 동일한 내용을 24일간 반복한 후에 최종일에 그간 활동을 정리하는 방식이다. 또한 학습활동은 정서지능과 관련된 원리적인 내용을 학습하는 것으로서, 정서지능의 5개 하위 능력, 대인지능, 긍정적/부정적 태도, 정서인식을 위한 경청방법, 낙관적 태도 등 실생활에서 정서지능을 적극적으로 발휘할 수 있도록 하는데 목적이 있다.

이와 같은 정서지능 교육 프로그램은 응용연구로서 일반인들에게 정서지능의 의미와 중요성을 알릴 수 있는 계기가 될 뿐만 아니라 실생활에서 필요한 정서능력을 함양할 수 있는 학습 자료로 활용될 수 있다.

2. 정서 지능 프로그램 개발

정서 지능 프로그램을 개발하기 위한 단계는 크게 두 가지로 나누어 볼 수 있다. 첫 번째 단계는 정서 지능 프로그램을 제작하기 위한 연구 방향을 정하는 것이다. 연구 방향은 연구 목적, 연구 대상, 프로그램 구성 요소의 결정, 그리고 프로그램 개발과 관련된 제반 요건의 결정이 포함된다. 두 번째 단계는 정서 지능 프로그램을 실제로 개발하기 위해서 프로그램을 구성하고 설계하는 것이다. 프로그램의 구성 소재, 활동 내용의 구성 등을 결정하는 단계이다.

1) 정서 지능 개발 프로그램의 기본 방향 설정

정서 지능은 책으로 읽거나 교사가 가르친다고 해서 개발되는 것이 아니므로 학생이 실생활에서 직접 경험하고 연습을 통해 체득할 수 있도록 하는 것이 중요하다. 특히, 학생들은 학교에서 보내는 시간이 많은 비중을 차지하고 있기 때문에 학교를 중심으로 학생의 정서 지능을 개발시켜 줄 수 있도록 정서 지능 개발 프로그램의 기본 방향을 설정해야 한다.

본 프로그램의 기본 방향 중 연구의 목적은 학생들이 실생활의 여러 가지 상황 속에 내재되어 있는 정서적인 문제에 직면해 보도록 하고, 그 문제와 관련되어 있는 자신과 타인의 감정과 기분을 정확히 이해하고 조절할 수 있는 능력을 길러주는데 있다.

본 프로그램은 초등학교 학생을 대상으로 하며 학년별로 1~3학년은 초등학교 저학년생, 4~6학년은 초등학교 고학년생으로 구분하였고 학교에서 활용하도록 개발되었다.

정서 지능의 개념과 의미는 광범위하기 때문에 본 프로그램에서 초점을 두는 정서 지능의 구성 요소를 설정해야 한다. 프로그램에 필요한 정서 지능의 구성 요소 선정은 프로그램을 구체적으로 설계하기 위해서도 필요하다.

2) 정서 지능 개발 프로그램의 구성 요소 설계

정서지능 프로그램을 개발하는 과정은 크게 두 부분으로 나누어진다. 첫 번째 과정은 프로그램 구성 과정이며, 두 번째 과정은 프로그램의 설계 과정이다. 정서 지능 프로그램을 개발하는 두 과정에 대하여 보다 자세히 살펴보면, 다음과 같다.

첫 번째 과정인 프로그램의 구성과정은 프로그램의 내용(contents) 선정 단계로서, 정서지능의 구성요소를 중심으로 각 구성요소를 발달시키는데 적합한 소재를 선정한다. 프로그램의 소재는 학생들이 학교나 가정에서 직접 경험하게 되는 실생활에 초점을 두

되 각 상황에서 느낄 수 있는 정서적인 측면을 강조한다. 정서적인 측면은 일상 생활의 상황에서 느낄 수 있는 감정이나 기분을 말하며, 자신과 타인의 감정과 기분을 유추해 보는 활동, 자신이 직면한 상황 속에서 실제로 감정과 기분을 조절·통제해보는 활동, 타인의 감정과 기분에 공감해보는 활동 등을 포함한다.

이 과정에서 정서지능의 구성요소는 정서 지능의 개념과 정서 지능의 모형에 기초하여 다섯 가지 즉, 정서 인식 능력, 정서 표현 능력, 감정이입 능력, 정서 조절 능력, 정서 활용 능력으로 정하고 이 능력들을 발달시키는데 적합한 내용과 소재를 선정하였다. 각 구성 요소의 개념과 이와 관련한 프로그램 내용을 살펴보면 다음 표와 같다.

〈표 2〉 정서지능의 구성요소와 프로그램 내용

구성 요소	정 의	프로그램 내용	
정서 지능	정서인식 능력	자신과 타인이 느끼는 감정을 재빨리 인식하고 정확하게 파악하는 능력	<ul style="list-style-type: none"> 자신의 감정과 기분을 반영해 볼 수 있는 프로그램 타인이 보여주는 단서를 통하여 타인의 감정을 알아낼 수 있는 프로그램
	정서표현 능력	자신이 느끼는 좋은 혹은 나쁜 감정을 억누르거나 과장하여 표현하지 않고, 타인이나 상황을 고려하여 적절하게 표현할 줄 아는 능력	<ul style="list-style-type: none"> 자신의 현재 느끼는 감정에 이름을 붙여 말해보는 프로그램 상황에 적절하고 적합한 정서 표현 방법을 취해보는 놀이 프로그램
	감정이입 능력	타인의 감정과 기분을 마치 자신의 것처럼 느낄 수 있는 능력	<ul style="list-style-type: none"> 타인의 감정에 공감할 수 있는 프로그램 타인의 입장을 취해보는 역할채택 놀이 프로그램
	정서조절 능력	자신과 타인의 감정과 기분을 효과적으로 조절할 줄 아는 능력	<ul style="list-style-type: none"> 조절 전략 개발 프로그램 타인의 기분을 전환시켜 줄 수 있는 능력 개발 프로그램
	정서활용 능력	자신의 부정적이거나 파괴적인 감정과 정서를 긍정적인 감정이나 생산적인 활동으로 전환시키고 이끌어내는 능력	<ul style="list-style-type: none"> 정서의 급격한 전환 능력 증진 프로그램 자신의 과제의 우선순위 정하는 전략을 알려주는 프로그램 과제 수행을 위한 동기화 촉진 프로그램

정서 지능의 구성 요소가 본 프로그램의 주요 내용이 된다면, 정서 지능 프로그램의 각각의 활동을 구조화하기 위하여 다중 지능의 각각의 지능은 정서 지능 프로그램의 각

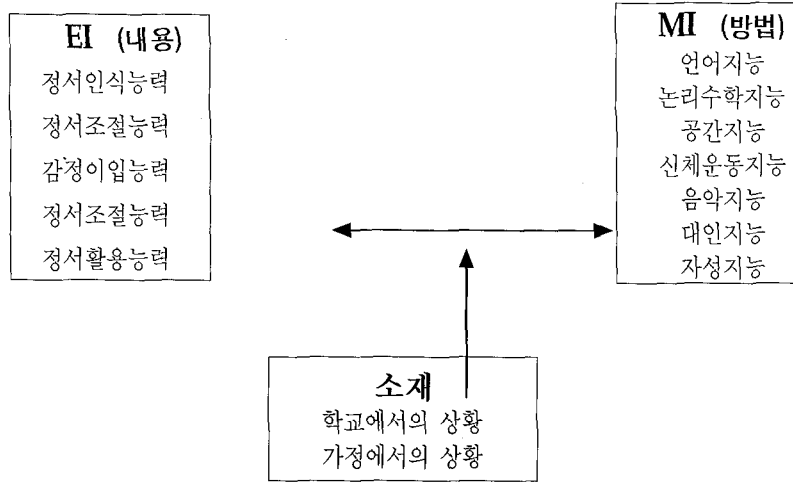
각의 활동을 구조화하기 위한 방법이 된다고 할 수 있다. 즉, 본 정서 지능 프로그램에서는 다중 지능의 일곱 가지 지능은 정서 지능을 향상시켜 주기 위한 구체적인 활동 방법으로 하였다.

다중 지능 각각의 특징과 정서 지능 프로그램에서 활용한 활동 방법을 구체적으로 제시하면 다음 표와 같다.

〈표 3〉 다중지능의 특징과 활용방법

다중 지능	지능의 특징	활용 방법
언어지능	어휘력이 풍부해지고 언어적 유추 능력 발달	① 독후감 ② 자기생각 표현하기
논리수학지능	수리력과 논리유추능력의 발달	① 숫자 계산하기 ② 전략 게임
공간지능	공간지각 능력과 추리력의 발달	① 지도 그리기 ② 미로찾기
신체운동지능	신체 운동 능력 발달	① 만들기 ② 그리기 ③ 흉내내기
음악지능	음악적 이해 능력 발달	① 음악 감상하기
대인지능	대인관계 기술의 발달	① 원만한 또래 관계 형성하기 ② 갈등 해소 전략 배우기
자성지능	자기반성 능력 및 자기이해력의 발달	① 자기 행동 반성하기 ② 계획 세우기

정서 지능의 구성 요소와 다중 지능의 방법을 기본 구조로 하고 학생들의 주요 생활 장면인 학교와 가정에서 일어나는 다양한 상황을 소재로 하여 본 프로그램을 구성하였다. 이를 모형으로 나타내면 다음과 같다.

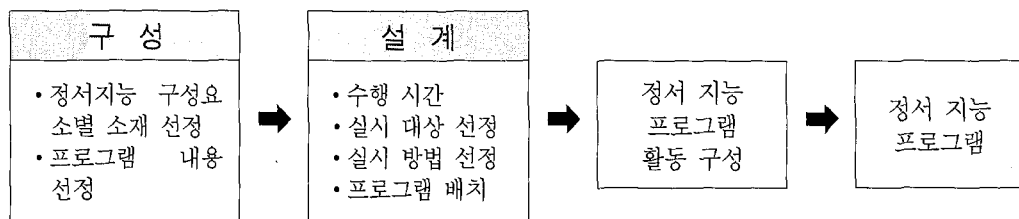


【그림 2】 정서 지능 프로그램 개발 모형

두 번째 과정은 프로그램의 설계이다. 이 과정은 프로그램의 내용을 수행하는데 소요되는 시간과 대상, 실시 방법 및 실시 요령 등을 고려·결정하여 정서 지능 프로그램 활동을 제작하는 것이다.

프로그램의 구성과 설계에 따라 개발·제작된 정서 지능 프로그램은 구성 소재나 주제의 초점이 대인관계에서 경험하게 되는 정서적인 측면에 있으며, 이를 바탕으로 하여 적응적이고 원만한 대인관계를 형성하고 주변 환경 속에서 자신의 생각과 자신의 주변의 욕구를 적절하게 충족시켜 조화롭게 생활해 나갈 수 있도록 하는 교육 프로그램으로 활용하도록 한다.

프로그램의 제작 과정을 그림으로 나타내면 다음과 같다.



【그림 3】 정서 지능 프로그램 개발 과정

위의 과정에서 살펴본 바와 같이, 정서 지능 개발 프로그램을 개발하기 위한 과정은 구성 과정과 설계 과정으로 구분되며, 이러한 과정을 거쳐서 프로그램의 구체적인 활동 내용이 제작되어 이를 정서 지능 프로그램으로 활용하는 것이다.

IV. 개발된 프로그램의 내용

1. 정서 지능 프로그램 내용

프로그램은 정서 지능의 다섯 가지 구성 요소를 영역으로 구별하여 다섯 영역으로 구성되어 있으며, 각 영역별로 다양한 활동과 소재가 제공된다. 본 프로그램의 내용을 각 영역별로 소개하면 다음과 같다.

첫 번째 영역은 정서의 인식 능력의 계발이다. 정서의 인식을 계발하기 위한 프로그램의 초점은 기본적인 인간의 감정을 정확하게 이해하고 타인이 보여주는 기분이나 감정의 단서를 통해 정확한 타인의 감정을 이해할 수 있도록 하는 전략의 발달에 있다. 학생이 학교에서 또래들과 함께 스스로의 감정과 기분을 정확하게 인식하고 그것을 명명해보는 활동으로 구성되어 있다.

두 번째 영역은 정서의 표현 능력의 계발이다. 정서의 표현을 계발하기 위한 프로그램의 초점은 스스로에 대하여 또는 타인에 대하여 감정이나 기분을 갖게 되었을 때 그것을 왜곡하거나 억제하지 않고 상황에 적합하게 표현하는 기술을 발달에 있다. 학생이 또래 관계나 가족 관계에서 자신을 세련되게 표현해 보도록 하는 활동으로 구성되어 있다.

세 번째 영역은 감정이입 능력의 계발이다. 감정이입 능력을 계발하기 위한 프로그램의 초점은 타인의 감정에 공감하고 역할을 바꾸어 생각해 볼 수 있는 기회를 제공하는 데 있다. 타인의 감정과 기분 더 나아가 타인의 입장을 자신의 것처럼 채택하여 봄으로써 타인을 보다 깊이 이해할 수 있는 활동으로 구성되어 있다.

네 번째 영역은 정서의 조절 능력의 계발이다. 정서의 조절 능력을 계발하기 위한 프로그램의 초점은 구체적인 조절 전략과 자신만의 감정 통제 방법을 계발하는데 있다. 감정과 기분을 조절해야 하는 상황에서 보다 적응적으로 활용할 수 있는 조절 방법을 모색하여 실제로 수행해 볼 수 있는 활동으로 구성되어 있다.

다섯 번째 영역은 정서의 활용 능력의 계발이다. 정서의 조절 능력을 계발하기 위한 프로그램의 초점은 자신의 감정과 기분을 활용하여 자신의 과제를 효율적으로 해결하는 방법과 전략의 발달에 있다. 자신이 수행해야 하는 과제에 직면하여 보다 효과적으로 과제를 수행하기 위하여 감정과 기분을 과제의 특성에 맞게 전환해 볼 수 있는 연습을 해 볼 수 있는 활동으로 구성되어 있다.

이와 같은 영역별로 계발하고자 하는 초점에 따라 프로그램의 내용을 구성하여 구체적인 활동이 제작되었다.

본 프로그램을 수행해 볼 수 있는 대상과 소요시간은 프로그램에 따라 다르다.

구체적인 프로그램 내용을 소개하면 다음과 같다(표4 참조)

〈표 4〉 영역별 프로그램 내용

프로그램 명	영역	대상1)	소요시간2)	내용
“화 안낼 수 있어요”	정서조절 능력	초·저 초·고	30분/5주	화라는 구체적인 감정이 발생할 수 있는 상황에서 감정과 기분을 조절·통제할 수 있는 전략을 개발해보는 활동
“나만의 EQ앨범”	정서의 표현 능력	초·고	20분/2주	상황과 감정에 적합한 얼굴 표정이 무엇인지 학습하여 실제로 표현해보는 능력을 키우는 활동
“감정라디오”	정서조절 능력	초·고	30분/3주	감정과 기분을 조절·통제할 수 있는 전략과 방법을 보다 구체적으로 학습해보는 활동
“이럴 땐 이런 마음....”	정서의 활용 능력	초·고	30분/3주	긍정적인 감정과 부정적인 감정을 변별해보고 보다 적응적으로 활용할 수 있는 감정에 주목해보도록 연습하는 활동
“EQ출석을 불러봐요”	정서의 인식과 표현 능력	초·저 초·고	30분/3주	매일 자신의 감정과 기분에 대하여 정확히 표현하고 명명하는 능력을 키우는 활동
“내가 겪은 사건의 기록”	감정이입 능력	초·저 초·고	30분/3주	주변의 일들을 살펴봄으로써 타인의 입장에서 상황을 해석해보고 타인의 감정과 기분을 이해해보는 활동
“야, 신나는 우리들 마음”	정서조절 능력 /정서의 활용 능력	초·고	30분/2주	감정과 기분을 조절·통제하여 이를 유머로서 전환하고 긍정적으로 생각하는 연습을 하는 활동
“나의 선택”	감정이입 능력	초·고	30분/1주	갈등 상황 속에서 여러 가지 선택 중 하나를 선택하는 활동으로서 선택시에 다른 사람의 입장이 되어보고 감정을 취해봄으로써 여러 사람을 위한 행동 선택을 해 보는 활동

- 1) 대상에서 초·고는 초등학교 고학년(4~6학년)을 대상으로 하는 것을 말하며, 초·저는 초등학교 저학년(1~3학년)을 대상으로 하는 것을 말한다.
- 2) 소요시간은 본 프로그램 활동을 하는데 소요되는 시간과 프로그램을 지속적으로 수행해야 하는 기간을 말한다.

2. 프로그램에 대한 의견 조사 및 수정·보완

본 연구에서 개발한 정서 지능 개발 프로그램을 우리나라 초등학생들을 중심으로 의견조사를 실시하였다. 또한, 의견조사의 내용을 바탕으로 프로그램의 내용을 수정·보완하였다.

프로그램에 대한 의견 조사를 실시하기 위해서 우선, 개발된 프로그램 활동의 하나를 선정하여 초등학생 학생 144명이 프로그램 활동에 참여해 보도록 하였다. 프로그램 활동이 종료되는 시점에서 참여한 학생들에게 본 프로그램에 대한 의견조사를 실시하였다. 의견조사 내용을 근거로 하여 프로그램 활동을 수정하고 보완하였다. 보다 구체적인 내용은 다음과 같다.

1) 프로그램에 대한 의견조사

본 연구에서 개발된 정서 지능 프로그램 활동 중 “EQ 출석을 불러봐요”를 초등학교 6학년 학생 144명에게 1개월 동안 매일 30분씩 실시한 후 프로그램에 대한 의견 조사를 하였다. 본 연구의 대상을 살펴보면 아래 표와 같다.

〈표 5〉 프로그램 활동 참여 및 의견 조사 표집수

(단위 :명)

	초등학교 6학년			총계
	남	여	소계	
대도시	30	30	60	60
중소도시	42	42	84	84
총계	144			144

프로그램에 대한 의견 조사로 프로그램의 활용과 관련해서 프로그램에 대한 흥미도, 만족도, 정서 지능 향상 정도에 대하여 학생들에게 설문조사를 실시하였다. 프로그램에 대한 의견 조사에 대한 질문은 총 8문항으로 구성되어 있으며 각 문항에 대한 분석 결과는 다음 표와 같다.

【표 6】 프로그램에 대한 의견조사 결과

(단위 : 명, ()은 %)

문항내용	상	중	하	합계
프로그램에 대한 흥미 여부	97(67.4)	42(29.1)	5(3.0)	144
감정과 기분의 이해에 대한 향상 정도	67(46.5)	67(46.5)	10(7.0)	144
타인의 정서 인식에 대한 향상 정도	56(38.9)	75(52.0)	13(9.0)	144
자신의 정서 인식에 대한 향상 정도	83(57.6)	53(36.8)	8(5.6)	144
정서 표현에 대한 향상 정도	63(43.8)	71(49.3)	11(6.9)	144
정서 조절에 대한 향상 정도	34(23.6)	90(62.5)	20(13.9)	144
대인 관계 능력의 향상 정도	54(37.5)	62(43.0)	28(19.5)	144
정서 활용에 대한 향상 정도	57(39.4)	72(50.0)	15(10.6)	144

분석 결과를 자세히 살펴보도록 하겠다. 우선, 프로그램에 대한 흥미도에서는 연구 대상 중 약 70%정도가 흥미 있어 했다. 학생들의 감정과 기분의 이해의 향상도에서는 연구 대상 중 약 50%가 향상되었다고 보고했으며, 타인의 정서 인식에 대한 향상도에서는 연구 대상 중 약 40%가 향상되었다는 결과가 나타났다. 자신의 정서 인식에 대한 향상도에서는 연구 대상 중 약 60%가 향상되었다는 결과가 나타났으며, 정서 표현에 대한 향상도에서는 연구 대상 중 약 45%가 향상되었다. 정서 조절에 대한 향상도, 대인 관계 능력의 향상도, 그리고 정서 활용에 대한 향상도에서는 연구 대상 중 약 25%~40%의 학생이 향상되었다는 결과가 나타났다.

2) 프로그램의 수정·보완

프로그램에 대한 의견 조사를 근거로 하여 개발된 프로그램의 일부 내용과 소요 시간을 수정·보완하였으나 앞에서 살펴보았던 내용에서 크게 어떻게 달라지지는 않았다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 초등학생의 정서 지능의 발달을 촉진하기 위한 교육 프로그램을 개발하기 위한 것으로, 최근에 새롭게 등장한 개념인 정서 지능(Emotional Intelligence)의 구성요소와 모형을 중심으로 정서 지능 개발 프로그램을 개발·제작하여 이를 인성 교육의 일환으로 활용하는데 목적이 있다.

정서 지능이란, 사회 지능의 한 하위 요소로서, 자신과 타인의 감정과 정서를 점검하고, 그것들의 차이를 변별하며, 생각하고 행동하는데 정서 정보를 이용할 줄 아는 능력이다(Mayer & Salovey, 1997). 이러한 개념에 따라 정서 지능은 다음의 세 가지 능력을 포함하는 지능인 바, 첫째는 정서를 정확히 이해하고 표현하는 능력이며, 둘째는 자신과 타인의 기분과 감정을 조절하고 통제하는 능력이고, 셋째는 정서를 활용하여 자신의 과제를 해결하는 능력이다(Salovey & Sluyter, 1997, p.10).

정서 지능의 세 가지 능력은 정서 지능 모형의 구성 요소이며, 본 프로그램에서는 세 가지 구성 요소를 정서 인식, 정서 표현, 감정이입, 정서 조절, 정서 활용이라는 구성요소로 재조직화하여 정서 지능을 다섯 가지 구성요소로 선정하여 구성요소 각각을 발달시키기 위한 교육 프로그램을 개발하였다.

정서지능 프로그램을 개발하는 과정은 크게 두 부분으로 나누어진다. 첫 번째 과정은 프로그램의 구성이다. 이 과정은 프로그램의 내용을 선정하기 위한 것으로, 정서지능의 구성요소 다섯 가지를 중심으로 하며 각 구성요소를 발달하는데 적합한 소재를 선정하였다. 또한, 프로그램 내용 속에 포함되어 있는 다양한 방법은 다중 지능(multiple intelligence)의 형식을 활용하였으며, 프로그램의 소재는 학생들이 학교나 가정에서 직접 경험하게 되는 실생활에 초점을 두되 각 상황에서 느낄 수 있는 정서적인 측면을 더욱 강조하는 내용을 중심으로 하였다. 정서적인 측면이란 상황속에서 느낄 수 있는 감정이나 기분을 말하며, 자신과 타인의 감정과 기분을 유추해보는 활동, 자신이 직면한 상황속에서 실제로 감정과 기분을 조절·통제해보는 활동, 타인의 감정과 기분에 공감해보는 활동 등을 포함한다.

두 번째 과정은 프로그램의 설계이다. 이 과정은 프로그램의 내용을 수행하는데 소요되는 시간과 대상, 실시 방법 및 실시 요령 등을 고려·결정하여 학교에서 활용하기에 적합한 정서 지능 개발 프로그램으로 제작하는 것이다.

이러한 과정에 따라 개발된 프로그램의 내용은 영역에 따라 다섯 가지로 구성되며, 각 영역별로 다양한 활동과 소재가 제공된다.

첫 번째 영역은 정서의 인식 능력의 개발로서, 프로그램 내용의 초점은 기본적인 인간의 감정을 정확하게 이해하고 타인이 보여주는 기분이나 감정의 단서를 통해 정확한

타인의 감정을 이해할 수 있도록 하는 전략의 발달에 있다. 학생이 학교에서 또래들과 함께 스스로의 감정과 기분을 정확하게 인식하고 그것을 명명해보는 활동으로 구성되어 있다.

두 번째 영역은 정서의 표현 능력의 개발로서, 프로그램 내용의 초점은 스스로에 대하여 또는 타인에 대하여 감정이나 기분을 갖게 되었을 때 그것을 왜곡하거나 억제하지 않고 상황에 적합하게 표현하는 기술을 발달에 있다. 학생이 또래 관계나 가족 관계에서 자신을 세련되게 표현해 보도록 하는 활동으로 구성되어 있다.

세 번째 영역은 감정이입 능력의 개발로서, 프로그램 내용의 초점은 타인의 감정에 공감하고 역할을 바꾸어 생각해 볼 수 있는 기회를 제공하는데 있다. 타인의 감정과 기분 더 나아가 타인의 입장을 자신의 것처럼 채택하여 봄으로써 타인을 보다 깊이 이해할 수 있는 활동으로 구성되어 있다.

네 번째 영역은 정서의 조절 능력의 개발로서, 프로그램 내용의 초점은 구체적인 조절 전략과 자신만의 감정 통제 방법을 개발하는데 있다. 감정과 기분을 조절해야 하는 상황에서 보다 적응적으로 활용할 수 있는 조절 방법을 모색하여 실제로 수행해 볼 수 있는 활동으로 구성되어 있다.

다섯 번째 영역은 정서의 활용 능력의 개발로서, 프로그램 내용의 초점은 자신의 감정과 기분을 활용하여 자신의 과제를 효율적으로 해결하는 방법과 전략의 발달에 있다. 자신이 수행해야 하는 과제에 직면하여 보다 효과적으로 과제를 수행하기 위하여 감정과 기분을 과제의 특성에 맞게 전환해 볼 수 있는 연습을 해 볼 수 있는 활동으로 구성되어 있다.

개발된 프로그램은 약 22주에 걸쳐서 사용할 수 있는 프로그램이며, 각 프로그램 활동별로 소요되는 시간과 기간의 차이가 있다.

학생들의 정서 능력을 발달시키기 위해서 정서 교육 프로그램의 개발과 활성화는 시급하다고 볼 수 있다. 그러나 본 연구에서 개발한 프로그램만으로는 그러나 욕구를 충족하는데 미흡하다. 따라서 향후 정서 발달을 위한 교육 프로그램의 연구와 관련하여 몇 가지 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 자녀 양육과 직접적으로 관련 있고 책임 있는 부모나 교사에게 정서 교육의 필요성을 인식시키고, 이들의 정서 지능을 개발하기 위한 연구가 필요하다. 현재의 학교 교육과 자녀 교육은 인지적 측면이나 주지주의 학습에만 치중되어 있고, 이러한 경향성은 학생들의 건강한 인성과 정서를 저해할 위험을 안고 있다. 이를 해소하기 위하여 자녀와 학생의 교육을 책임지고 있는 부모나 교사에게 정서 교육의 중요성에 공감하도록 해야하며, 이들의 정서 지능을 개발함으로써 자녀와 학생에게 직·간접적으로 영향을 주어 잠재적 교육 과정의 효과를 거둘 필요가 있다.

둘째, 대상의 발달 단계에 따른 정서 지능 프로그램이 개발되어야 한다. 본 연구를 통

해서 개발된 정서 지능 프로그램들은 대상의 발달 수준을 고려하여 만들어지기 보다는 정서지능의 요소들에 맞추어 제작된 것이라고 볼 수 있다. 그러나, 선행 연구에 따르면, 아동은 성인에 비해 정서인식과 표현 능력이 증점적으로 발달하며 성인이 되면 정서 조절 능력이 발달한다(문용린, 1996). 이처럼 정서 지능은 인지적인 성숙이나 발달 정도에 따라 영역별로 다른 발달을 보이므로 각 대상별로 증점을 두어 개발해야 하는 영역을 감안하는 것이 타당하다.

셋째, 정서 지능에 대한 이론 연구가 강화되어야 한다. 정서 지능의 구성 요소나 모형은 계속해서 수정되어 가고 있고 이에 대한 검증이 아직까지 이루어지고 있지 않은데 이에 대한 지속적인 연구가 필요하다. 이론 연구가 보다 타당하게 이루어져야만 이후 교육 연구나 프로그램 연구가 활발하게 이루어질 수 있다.

넷째, 지속적인 프로그램의 수행을 진행할 수 있는 전문 기관이나 사회 단체의 조직적인 활동이 필요하다. 본 연구에서 개발된 프로그램은 학교에서 활용하는 것을 목적으로 하지만, 현재 학교의 정규 교육 과정에 포함하는 것은 어려운 실정이며 정서 교육이나 인성 교육은 단시간에 이루어지는 것이 아니기 때문에 지속적으로 프로그램을 수행하고 조직적으로 활동할 수 있는 전문 기관이나 사회 단체의 협조가 필요할 것이다.

참 고 문 헌

- 곽윤정. 정서지능의 발달 경향성과 구인타당성에 관한 연구. 서울대학교 석사학위 논문, 1997
- 문용린. 한국에서의 정서지능 측정 연구. 서울 : 세종문화회관, 1996.
- _____. IQ와 EQ, 무엇이 다르고 무엇이 중요한가. 서울 : 한국 지역사회 교육 중앙 협의회, 1996.
- _____. 종합 진로·적성 검사. 서울 : 대교 출판부, 1997.
- _____. EQ가 높으면 성공이 보인다. 서울 : 글이랑, 1997.
- _____. 'EQ Diary'. 삼성인력개발원 신입사원 연수 프로그램 . 삼성인력개발원. 1997.
- _____. 엄마와 아이가 함께 하는 EQ가 높아졌어요(출판 예정). 서울 : 한국 지역사회 교육 중앙 협의회.
- 황정규. 학교 학습과 교육 평가. 서울: 교육과학사, 1984.
- Altshuler, J. L., & Ruble, D. N.(1989), Developmental changes in children's awareness of strategies for coping with uncontrollable stress, *Child Development*, 60, pp.1337-1349.
- Berk, L. E.(1994), *Child Development*, Allyn and Bacon, Inc.
- DiPaolo, M.(1990), Perceiving Affective Content in Ambiguous Visual Stimuli : A Component of Emotional Intelligence, *Journal of Personality Assessment*, vol. 54, pp. 772-781.
- Gardner, H.(1993), *Multiple Intelligence : The Theory in Practice*, BasicBooks.
- Gardner, H.(1983), *Frames of Mind : The Theory of Multiple Intelligences*, BasicBooks.
- Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P.(1995), Emotional Attention, Clarity, and Repair, Emotion, Disclosure, and Health, pp. 125-154.
- Goldstein, A. P. & Michaels, G. Y.(1985), *Emathy : Development, Training, and Consequences*, Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

Goleman, D.(1995), *Emotional Intelligence*, Bantam Books.

Izard, C. E., Kagan, J. & Zajonc, R. B.(1984), *Emotions, Cognition, and Behavior*, Cambridge University Press.

Kopp, C. B.(1989), *Regulation of distress and negative emotions : A developmental view*, *Developmental Psychology*, vol. 25, pp. 343-354.

Mackie, D. M. & Hamilton, D. L.(1993), *Affect, Cognition, and Stereotyping : Interactive Processes in Group Perception*, Academic Press, Inc.

Mayer, J. & Salovey, P.(1990), *Emotional Intelligence, Imagination, Cognition, and Personality*, vol. 9, pp. 185-211.

Mayer, J. & Salovey, P.(1996), *Emotional Intelligence and the identification of emotion, Intelligence.*, pp. 245-267.

Mayer, J. & Salovey, P.(1997), *Emotional Development and Emotional Intelligence : Educational Implication*, New York : Basic Books(in press).

Seligman, M.(1991), *Learnd Optimism*, New York : Knopf.

Shaffer, D. R.(1994), *Social & Personality Development*, Book/Cole Publishing Company, Inc.

<Abstract>

Developing Emotional Intelligence Programs for
Elementary and Secondary Education

Moon, Yong-lin*

The research aims to develop and design an education program of emotional intelligence which will help build children's personalities and moral characters. Emotional intelligence refers to the abilities and skills of recognizing, understanding, expressing and choosing emotional activities.

On the basis of the multiple intelligence (MI) and emotional intelligence (EI or EQ) theories, an educational model for enhancing emotional intelligence was set up, focusing on enriching children's self-regulations and social skills related to emotional activities.

The educational model of emotional intelligence consists of the five fundamental components :

- Perception, appraisal, and expression of emotion
- Empathy with others
- Emotional facilitation of thinking
- Understanding and analyzing emotions
- Regulation of emotions to promote emotional and intellectual growth

According to this model, some educational programs with ten virtues related to emotional abilities were made up and evaluated in the real settings of several elementary schools. On the basis of the results of the evaluation, the programs were revised.

* Seoul National University, College of Education, Department of Education.