

## 자아탄력성 증진 프로그램 개발: 지역아동센터 이용아동을 중심으로

김 미 래<sup>1</sup> · 한 우 진<sup>2</sup>

<sup>1</sup>한국해양대학교 비교과지원센터 전임연구원, <sup>2</sup>부산대학교 교육학과 박사수료

## Development of an Ego-resilience Enhancing Program: Focusing on Children Attending a Community Center for Children

Kim, Mi-Rae<sup>1</sup> · Han, Woo-Jin<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Korea Maritime & Ocean University, Center for Extracurricular activities;

<sup>2</sup>Pusan National University, Dept. of Education

### 〈Abstract〉

**Purpose:** Recently, the numbers of young children who are poor, neglected, and vulnerable has increased due to the change of Family structure and nurturing environment. However, it is reality that services for youth's psychological stability with treatment are very scarce. **Method:** The purpose of this study is to develop an Ego-resilience Enhancing Program for members of local children's center according to ADDIE program and check the validity of its program with testing formative education. To achieve this goal, firstly, enhancing strategy was extracted after analyzing factors of ego-resilience enhancing program. Second, Draft program was consisted to a lot of activities. Third, revision and supplementation of program was done under expert group. Fourth, this program using small group formation assessment methodology was conducted to 17 actual local children's center members. Fifth, effect of the program was analyzed through learner's activity papers, periodical evaluation, evaluation paper for whole program satisfaction, and individual interview. **Results:** This program is life centered program which can apply to school or family and it can be used as a material for teachers to effectively conduct ego-resilience enhancing education in the field. **Conclusion:** This study will restore rights and abilities for youth as they can search ego-resilience, highly required to children in poverty.

*Key words:* Local Children's center, Students who uses local Children's center, Resilience, ego-resilience program, Program Development

**Corresponding Author:** Kim, Mi-Rae. Korea Maritime & Ocean University, Center for Extracurricular activities, 727, Taejong-ro, Yeongdo-gu, Busan, Korea, e-mail: coco\_3172@naver.com

## I. 서 론

시대의 변화에 따라 오늘날의 가족 형태는 과거와는 상당히 다른 모습을 보이고 있다. 전통적인 가족 형태는 이혼·재혼, 별거, 한 부모, 다문화 가정 등으로 다양화되고, 부모 맞벌이가 증가하면서 자녀 양육에 대한 부모의 직접적인 참여 기능이 크게 축소되었다. 이러한 과정에서 가정의 보호와 부모의 따뜻한 사랑을 받아야 할 아동들이 적절한 보살핌 없이 방치되는 경우가 발생하게 되는데, 특히 경제적으로도 어려움을 겪는 빈곤 가정의 경우에는 부모가 수행해야 할 역할들을 신체적, 정신적으로 미성숙한 아동들이 대신하게 되면서 지속적으로 빈곤에 노출되는 빈곤 아동들이 생겨나게 된다. 빈곤에 노출된 아동들은 심리적 박탈감으로 인해 성인이 된 후에도 정서적, 행동적으로도 문제를 보이기 때문에 건강한 사회적 생활을 지속하기 어려운 것으로 보고 있다.

아동기는 신체적, 정신적, 인지적으로 급격한 발달이 일어나는 시기이고, 한 인간으로써 독립된 생활을 할 수 있도록 사회적응을 반복적으로 학습하는 단계이면서(권효정, 2002), 주관적 가치관을 성립하는 단계이기도 하다(이미애, 2017). 그러므로 만약 이 시기에 보호 받지 못하거나 방치가 된다면 그들이 경험하는 부정적인 사건을 왜곡하여 해석하게 됨에 따라 아주 위험한 요인으로 작용할 수 있으며(Beck, 1967), 이는 우울이나 불안, 사회적 위축, 비행, 공격성 등으로도 이어질 수 있다(한상미, 2017).

그러나 이러한 위기나 방치, 역경을 경험했던 모든 아동들이 청소년기나 성인기에서 심각한 정서적, 행동적 문제를 보이는 것은 아니라는 연구 결과도 있다(Anthony, 1987; Garnezy, Masten, & Tellegen, 1984; Werner, 1995; Werner & Smith, 1992). 이 연구들에서는 역경을 경험했음에도 불구하고 현명하게 극복한 사례가 있음을 이야기하고 있는데, Rutter(1985)와 Garnezy(1983)는 그러한 아동들에게서 공통적으로 나타나는 능력을 자아탄력성으로 보고 있다. 탄력성(resilience)이란, 사전적인 의미로는 물체가 외부에서 힘을 받았을 때 튀기는 힘이 있는 성질을 뜻하는데, 심리학에서는 역경의 상황에서 다시 일어나는 힘으로 통용된다. 자아탄력성 관련 국내외 연구들을 살펴보면 자아탄력성이란 스트레스 상황에서 융통성 있게 대응하고 극복해나가는 개인의 내적 능력(김현민, 2017; 한상단, 2013), 자아의 통제능력을 상황에 따라 조절하는 상위능력(Block & Kremen, 1996), 높은 위험상태나 만성 스트레스 또는 그에 따르는 심각한 외상에도 불구하고 성공(긍정적)기능을 수행할 수 있는 능력(Garnezy, 1993) 등으로 정의하고 있다. 종합해보면 아동의 자아탄력성이란 아동이 그들이 처한 어려운 환경을 딛고 긍정적인 방향으로 발달, 성장할 수 있도록 해주는 개인의 내적 능력이라고 볼 수 있다. 자아탄력성의 경우 모든 아동들에게 중요한 능력이지만 특히 ‘고위험’에 처한 아동들에게는 더욱 중요한데, 역경이 아동에게 주는 부정적인 효과를 완화할 수 있는 역할을 하기 때문이다(한상미, 2017).

아동은 누구나 한 인간으로서 자신을 둘러싼 어려운 환경과 관계없이 건강하게 성장하고 발

달할 권리가 있다(이경림, 2007). 정부에서는 2004년 아동복지법 개정을 통해 지역아동센터를 설치하고, 가정의 보살핌을 받을 수 없는 환경의 아동들이 지역사회의 보호를 받을 수 있도록 제도화 하였다(유효림, 2009). 보건복지부(2017)의 조사 결과에 따르면 지역아동센터 이용아동의 92.4%가 중위소득 100% 이하 가정의 아동이고, 그 중 25.3%가 저소득층(교육급여 대상자, 기초생활수급자, 차상위 계층 등)의 아동인 것으로 나타났다. 다시 말해, 지역아동센터 이용아동들은 경제적 어려움과 취약한 환경들이 복합적으로 작용하며 불안정한 상황에 놓이기 쉽다고 해석할 수 있다. 관련 연구에 따르면 지역아동센터의 이용 아동의 경우 심리적 위축으로 인해 자아탄력성이 낮으며 스트레스 상황에서 더욱 쉽게 좌절하는 모습을 보이는 경향이 큰데(정계숙, 김미정, 하은실, 2012), 이러한 모습과 증상이 뚜렷하게 나타나지 않아 그들의 심리적 문제가 간과되기 쉽고 이것이 이후에 더욱 큰 문제를 발생시킬 수도 있다(권효정, 2002). 따라서 위기의 아동들에게는 자아탄력성을 증진시켜 그들의 권리와 역량을 회복시켜줄 수 있는 별도의 교육이 필요한 상황이다. 그러나 기존의 자아탄력성 증진 프로그램 관련 사례를 살펴보면 학교 교육, 유아 교육, 다문화가정 등 다양한 방면에서 프로그램이 이루어졌으나, 지역아동센터 이용아동을 대상으로 한 프로그램의 사례는 활발하게 이루어지지 않은 상황이다.

이에 본 연구에서는 지역아동센터 이용아동들을 대상으로 한 자아탄력성 증진 프로그램을 개발하고 타당화하고자 한다. 아동의 자아탄력성이 그들이 일상에서 경험하는 스트레스에 유연하게 대처하고, 자신의 정서를 인식, 조절하여 다른 사람에게 적절히 표현하며, 긍정적인 대인관계 형성으로 문제 상황을 잘 해결할 수 있는 역량인 만큼, 고위험에 처한 그들이 학습을 통해 자아탄력성이 증진될 수 있다면 아동들이 보다 건강하고 행복한 삶을 살아갈 수 있을 것이다.

## II. 이론적 배경

### 1. 자아탄력성의 개념과 구성요소

국내외 연구들은 자아탄력성에 대해 ‘높은 위험상태나 만성 스트레스 또는 그에 따르는 심각한 외상에도 불구하고 성공(긍정적)기능을 수행할 수 있는 능력’(Garmezy, 1993; 윤혜선, 2010에서 재인용), ‘자아의 통제능력을 상황에 따라 조절하는 상위능력’(Block & Kremen, 1996), ‘생물학적 위험요소나 스트레스적인 생활사건에 노출된 개인이 성공적으로 적응하여 발달과정 중에 직면할 수 있는 위험요소의 영향을 적게 받거나 이를 극복하는 능력’(Luther, Cicchetti, & Becker, 2000), ‘어려운 조건 아래에서 정상적 발달을 이루도록 스트레스에 저항하며 살아있는 것을 돕는 기제 또는 과정’(Rolfé, 2004) 등으로 정의하고 있다.

자아탄력성의 연구는 역경에 직면하였으나 어려운 여건을 견뎌내고 유능한 성인으로 성장하

는 아동을 발견함으로서 시작되었다(이병근, 2019), Werner와 Smith(1982)는 Kauai섬에서 태어난 698명 아이들을 30 여 년 동안 추적 조사해 아동의 자아탄력성 정도에 따라 부정적인 조건에서 발달하는 데에 큰 차이가 있으며 내적 보호 요인으로 커뮤니케이션 능력, 생활만족도, 사회성 등이 큰 영향을 미친다는 것을 밝혔다(신우열, 김민규, 김주환, 2009).

이러한 보호 요인은 긍정적 적응을 촉진하여 심각한 위협이나 역경 속에서도 훌륭한 과업 성취를 돕지만, 반대로 심각하지 않은 위협이나 역경 속에서도 과업을 적절하게 성취하지 못하는 경우도 있으므로(Wright & Masten, 2005), 자아탄력성을 단순히 어렵고 힘든 상황에서의 문제 해결 능력으로 볼 것이 아니라 타인과의 관계, 자신의 주변 환경에 대한 긍정적인 반응 등 다양한 요인들의 기능별 복잡한 관계에서 길러지는 포괄적인 특성이자 어려운 환경을 딛고 긍정적으로 발달, 성장하게 하는 개인의 내적 능력에 관한 개념적 틀로 봐야 한다. 한편, 자아탄력성은 ‘어려운 상황을 이겨내는 조절 능력’이라고 볼 때, 역경이나 어려움 속에서 기능을 회복해 다시 수행함을 의미하기 때문에 ‘전혀 상처받지 않는다’는 의미는 아니다(김정숙, 2015).

자아탄력성의 구성 요인은 매우 다양하나 크게 4가지로 분류할 수 있다. 첫째, ‘정서조절’은 감정통제능력, 자기수용, 자기조절능력, 감정조절 등 단순히 부정적 감정의 억제의 의미가 아닌 예기치 못한 상황에 직면하거나 일이 뜻대로 안 되어도 즉각적인 감정대로 하지 않고, 자신의 정서를 조절하는 개념으로, 자아탄력성이 높은 사람은 위기 상황에서 정서조절을 함으로서 주의 폭을 넓혀 문제 행동의 발생을 줄인다. 둘째, ‘긍정사고’는 낙관성, 낙천성, 긍정성, 긍정적 미래지향성 등 상황이 긍정적이든 부정적이든 간에 그 자체를 수용하고 의미를 찾으며 미래의 목표를 위해 노력하는 사고방식을 포함하는 것으로서(Peale, 1956), 자아탄력성이 높은 사람은 현재 처해진 상황을 올바르게 귀인하여 긍정적인 의미를 부여해 스트레스를 감소시킨다(권석만, 2008). 셋째, ‘대인관계’는 또래관계, 대인관계능력, 사회성, 의사소통기술 등 평소 사회적지지 관계와 교류하는 방법으로서, 자아탄력성이 높은 사람은 평소 이들에게 긍정적 관심을 갖고 대할 뿐만 아니라 스스로 해결하기 어려운 상황에 처했을 때 이들에게 마음을 터놓아 조언을 얻고 긍정적 관심을 받는다. 넷째, ‘문제해결’은 호기심, 흥미와 관심의 다양성, 자발성, 활력성 등 능동적으로 자신이 가지고 있는 문제를 파악하고 해결해나가는 능력으로서 다양한 관점에서 융통성 있게 사고하고, 대안을 시도해보는 능력이다(임효진, 김재권, 2014).

## 2. 지역아동센터 아동의 특성과 자아탄력성

지역아동센터 이용아동의 특성으로는 첫째, 가정해체로 인한 한부모가정, 조손가정 등 가족의 결손을 들 수 있다. 둘째, 부모의 불안정한 직업 또는 무직으로 인한 경제적 어려움을 들 수 있다. 셋째, 가족의 결손 및 해체, 경제적 어려움에 따르는 가족 간의 다양한 심리·정서적 문제로 인해 아동 및 청소년 발달에 미치는 부정적 영향이다. 권효정(2002)에 따르면 특히 여기서 주목

해야 할 것은 저소득층 아동은 저소득층 가정에서 자라면서 자아탄력성의 위험요인(빈곤과 경제적 불안, 부모의 실업, 가족 성원의 죽음, 이혼과 가정 해체, 가족 갈등 등)을 자신의 의지와는 상관없이 태생부터 가장 직접적으로 노출될 수밖에 없다는 현실이다.

걱정, 고통, 좌절, 슬픔 등과 같은 사회적 상호작용에 직면했을 때 지역아동센터 이용아동은 가정경제상태와 가정구성형태의 불안정 및 결핍으로 인해(홍미경, 2017), 이러한 역경이나 어려움을 극복하여 회복할 수 있는 보호요인으로서의 환경이 매우 열악한 실정이므로 이들을 유능한 성인으로 성장시키기 위한 지역사회의 관심과 교육 프로그램 개발은 필수적으로 요구된다고 볼 수 있다.

발달시기에 있어 지역아동센터 이용아동의 주 연령층은 초등학교에서 중학생으로, 초등학교는 청소년과 성인으로 성장하는 사회화의 초기 단계에 있으며, 가족의 보호로부터 벗어나 다양한 도전과 스트레스 상황에 점차 직면하게 된다. 따라서 이들의 올바른 성장을 위해서는 자아탄력성을 발달시켜 자신이 선택하지 않은 부정적 혹은 스트레스 상황이나 변화 중 경험하는 실패에 건강하고 생산적인 방식으로 대처하도록 해야 한다. 다시 말해 어려운 환경이 오히려 이들의 성장에 도움을 줄 수 있고 성공적인 발달 결과를 얻을 수 있도록 자아탄력성을 증진시키는 것은 매우 중요한 교육적 과제이다(오선형, 2017).

자아탄력성 관련 변인 중심으로 이뤄진 연구를 살펴보면, 이다희(2015)는 저소득층 중학생을 대상으로 자아탄력성 증진과 학교적응력 향상을 위한 프로그램을 개발하였다. 김문정(2017)은 미술치료가 저소득층 아동의 우울, 불안정서와 자아탄력성에 어떻게 영향을 미치는지 알아보고자 하였으며, 박미나, 은혁기(2013)은 개인의 환경적 어려움과 스트레스 상황에서 유연하게 대처하지 못하는 아동을 대상으로 자기조절 상담프로그램을 적용하고 내담자의 부적응 행동과 자아탄력적 행동의 변화과정을 사례 연구하여 그 의미를 알아보고자 하였다. 오영숙, 유형근, 김현경(2010)은 초등학교 고학년의 자아탄력성 증진을 위한 사회적 활용 집단상담 프로그램을 개발하고 프로그램 실시 전과 후의 변화를 살펴보았다.

### 3. 프로그램 설계 원리

자아탄력성을 효과적으로 증진시킬 수 있는 프로그램 개발을 위한 근거로서 자아탄력성 하위 요인별 주요 원리들은 <표 II-1>과 같다.

정서조절 영역에서는 정서조절이 적절히 일어나기 위해 자신의 정서를 정확히 인식할 수 있는 능력과 자신이 인식한 정서를 상황에 맞도록 적절하게 표현하고 조절할 수 있는 능력이 있어야 한다(이지영, 2012). 정서과정의 각 단계에서는 개인이 어떻게 정서를 처리하는지에 따라 최종적으로 개인이 느끼는 정서가 달라질 수 있는데(Kennedy-Moore & Greenberg, Wortman, 1991), 아동들이 얼굴표정, 몸짓, 음성을 통해 적절하게 표현할 수 있는 여러 상황의 기회를 제공함으

로서 어려운 상황에 직면했을 때 그 상황에 지배를 받는 게 아니라 정서처리 방식에 따라 최종적으로 자신이 느끼는 정서뿐만 아니라 표현방법도 달라져 주체적으로 상황을 이끌어갈 수 있다는 인지적 해석을 유도해야 한다. 이때 미술, 놀이, 음악 등의 매체를 활용하면 아동은 언어를 사용하는 것보다 보다 완전히, 직접적으로 자신을 표현할 수 있으며, 자연스러운 자기 치료적 과정이 될 것이다(Landreth, 1991).

〈표 II-1〉 자아탄력성 증진 프로그램 설계원리

| 영역   | 설계원리                                                         | 참고문헌                                                                               |
|------|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| 정서조절 | 자신의 정서를 정확히 인식할 수 있게 한다.                                     | 곽윤정, 2004; 한영미, 2009; Thompson, Lagattuta, 2006; Zeinder, Matthews & Roberts, 2006 |
|      | 개인이 어떻게 정서를 처리하느냐에 따라 최종적으로 개인이 느끼는 정서가 달라질 수 있음을 설명한다.      | Kennedy-Morre & Greenberg, Wortman, 1991;                                          |
|      | 자신이 인식한 정서를 상황에 맞도록 얼굴표정, 몸짓, 음성을 통해 적절하게 표현할 수 있는 기회를 제공한다. | 하정임, 2006; 나옥희, 2017;                                                              |
|      | 내적인 자기감정을 자연스럽게 표현하기 위한 매체(미술, 놀이, 음악 등)를 활용한다.              | 석주영, 2004; 박성옥 외, 2010;                                                            |
| 긍정사고 | 긍정적 탐구를 통해 미래가치지향적인 접근 방법을 구상하게 한다.                          | 정종원 & 이종원, 2010; Cooperrider, Srivasta, 1999;                                      |
|      | 긍정적인 방향을 바라볼 수 있는 질문을 활용한다.                                  | 김지현, 2012                                                                          |
|      | 감사 일지, 감사 편지 쓰기 등의 감사하기 연습을 통해 감사를 촉진시킨다.                    | 한효심, 2017                                                                          |
| 대인관계 | 타인과의 대화 시 긍정대화법을 활용하게 한다.                                    | 박소연, 2013; 한효심, 2017                                                               |
|      | 개방적 태도를 기반으로 협력을 통해 자신의 생각을 수정하게 한다.                         | 박경희, 2009; 전명순, 2012;                                                              |
|      | 갈등의 유무보다 긍정적인 갈등해결 방식에 관심을 갖게 한다.                            | Putnam & Wilson, 1982; Pruitt, 1983; Rahim, 1983; 구분용, 1999                        |
| 문제해결 | 공감과 경청을 기반으로 자신의 의사를 전달하게 한다.                                | 정경진, 2010; 정경희, 2013;                                                              |
|      | 브레인스토밍을 격려하고 허용적인 분위기를 조성한다.                                 | 김보경, 1999; 김미향, 2011; Torrence, 1988;                                              |
|      | 현명한 의사결정을 하기 위한 가치탐구의 필요성을 강조한다.                             | Banks, 1999; 차경수, 2000b;                                                           |
| 전체원리 | 융통성 있게 사고해 내린 대안을 능동적으로 시도해보게 한다.                            | 임효진, 김재권, 2014;                                                                    |
|      | 초등학생의 경우 주의집중 시간을 고려해 진행한다.                                  | 이형득 외 2007;                                                                        |
|      | 학습자가 스스로 참여할 수 있도록 다양한 활동학습 위주로 진행한다.                        | 강숙희, 1995                                                                          |
|      | 핵심적이고 중요한 내용은 반복 제시해 배운 내용을 적용하고 습관화 될 수 있도록 한다.             | 권두승, 2005;                                                                         |

긍정사고를 증진하기 위해서는 가치 기반의 질문과 삶을 확인하는 대화에 참여함으로써 바람직한 미래를 구상하도록 하는 긍정적 탐구를 활용해야 한다. 사회과학의 전통적인 결점지향적(deficit-oriented) 혹은 과제해결지향적(problem solving-oriented) 접근방법을 제시하기보다는 조직의

미래가치를 중심으로 유익한 변화를 이끌어내기 위한 미래가치지향적인(future value-oriented) 접근 방법을 제시한다. 이때 긍정대화법을 활용해 개인의 욕구와 불만을 긍정적 형태로 전달할 필요가 있다(박소연, 2013). 또한 감사한 대상을 떠올리고 감사를 표현하는 활동을 통해 사회적 지지 관계와의 결속을 촉진하고 나아가 이들에게 보답하기 위한 이타적 행동을 촉진할 필요가 있다. 대인관계 영역에서는 관계형성의 개방적 태도를 대인관계의 시작으로 본다(전명순, 2012). 갈등을 건설적으로 해결할 수 있는 사회적 기술은 대인관계에서 많은 갈등에 직면하며 심리적으로 미숙한 아동에게 매우 필요한 기술로서(구본용, 1999), 갈등의 유무보다는 긍정적인 갈등해결방식에 관심을 갖게 해야 한다(Putnam & Wilson, 1982). 이때 의사소통 패턴은 대인관계의 질을 좌우하는 중요한 요인으로서, 자신의 의사를 전달하는 것도 중요하지만 상대방의 입장을 이해해주는 공감과 경청을 강조하여 보다 지속적인 대인관계 증진효과를 얻을 수 있도록 하는 것이 필요하다(정경희, 2013).

문제해결 영역에서는 현명한 의사결정을 하기 위한 가치 탐구의 필요성을 강조해야 할 필요가 있다. 주어진 상황의 문제를 해결함에 있어 다양한 가치 탐구와 생각을 하도록 브레인스토밍을 격려하며, 허용적인 분위기를 조성하여 다양한 문제해결 방식을 도출하고 제시하도록 하는 것은 경험적 학습을 강조하는 것으로 실제 생활에서 문제해결력을 증진시킬 것으로 기대된다(김미향, 2011). 문제해결력을 증진하기 위해 다양한 종류의 문제를 해결을 통해 융통성 있게 사고하고, 대안을 시도해보는 기회를 제공해야 한다(임효진, 김재권, 2014).

### III. 연구 방법

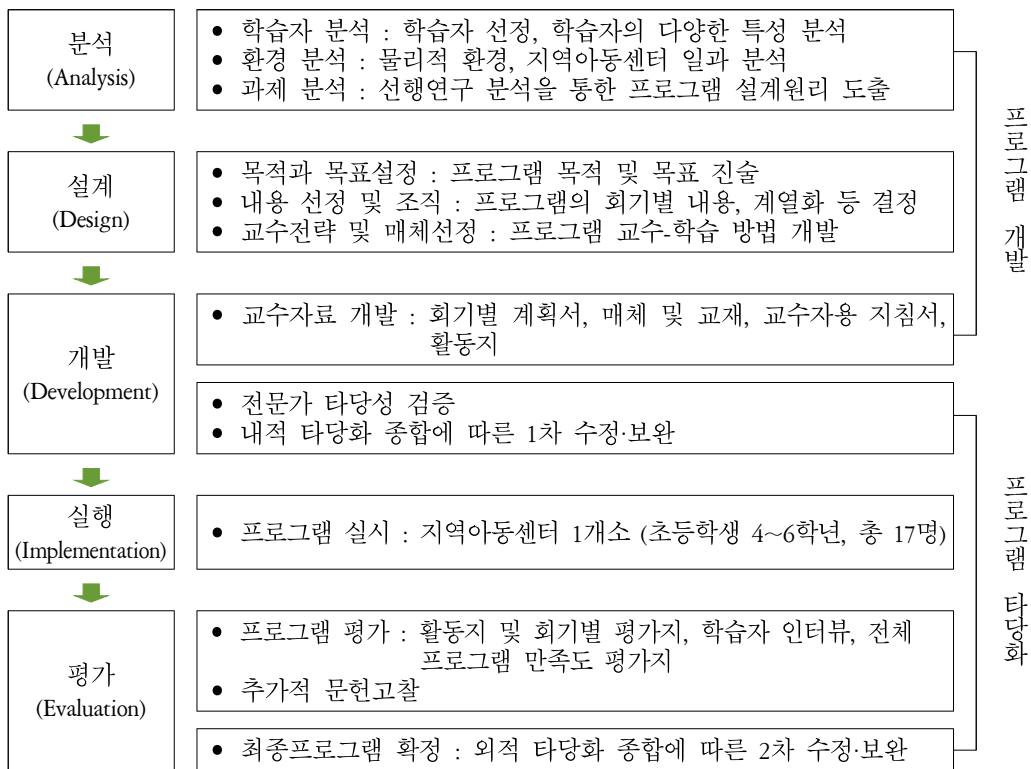
#### 1. 연구 절차

본 연구는 지역아동센터 이용아동들이 일상에서 경험하는 스트레스에 유연하게 대처하고, 자신의 정서를 인식 및 조절을 통해 타인과의 관계형성 및 문제해결까지 할 수 있도록 돕는 자아탄력성 증진 프로그램을 개발하였으며 Richey와 Klein(2007)의 개발연구방법을 기초로, ADDIE(Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation) 모형의 절차를 따라 진행되었다.

첫 번째 단계는 분석으로, 프로그램 개발을 위해 프로그램의 대상이 되는 학습자의 다양한 특성을 분석하고, 지역아동센터의 물리적 환경이나 일과 등 환경 분석, 선행연구들로부터 프로그램의 구성요소와 설계를 위한 원리를 분석하는 과정이다. 두 번째는 설계 단계로, 프로그램의 목적 및 목표를 설정하고 프로그램의 구성요소별 내용을 선정하고 조직하며 프로그램의 교수전략 및 매체를 선정하고 개발하는 과정이다. 세 번째는 개발로서, 프로그램의 모형에 근거하여 교수자료를 실제로 개발하고 제작하는 단계이다. 이 단계에서는 회기별 프로그램 계획서, 매체

와 교재, 교수자용 지침서, 활동지와 같은 교수자료들이 개발되며, 개발된 프로그램의 초안의 내적 타당성 검증을 위해 전문가 검토를 실시하였다. 네 번째 단계는 실행 단계로 1차 수정된 프로그램을 현장 적용하는 단계이다. 다섯 번째 단계는 평가로, 실제 현장 적용 후 학습자들의 활동지와 회기별 평가지, 학습자 인터뷰, 전체 프로그램에 대한 만족도 평가지 분석을 통해 프로그램에서 보완해야 할 점을 찾는 단계이다. 이후 외적 타당화 종합에 따라 2차 수정을 통해 최종 프로그램을 개발하였다.

〈표 III-1〉 프로그램 개발 단계 및 내용



## 2. 프로그램 타당화

### 1) 내적 타당화

개발된 프로그램의 타당도를 검증하고자 전문가 검토를 실시하였다. 검토는 질문지를 통해 이루어졌고, 참여한 전문가는 총 6인으로 이들은 수업 설계 전문가(교육공학 박사 3인), 초등교육 및 현장 전문가(초등교사 3인)로 구성되어 있다. 검토 내용은 프로그램의 목적 및 목표의 타당



성, 프로그램의 내용 및 전략의 적절성, 평가도구의 적절성을 묻는 내용과 기타 자유로운 의견을 제시하는 내용이 포함되었다. 효과적인 검토를 위해 프로그램의 초안과 전문가 검토지 발송 후 충분한 시간을 갖고 검토가 이루어졌다. 전문가들의 의견을 수렴하여 유사한 내용끼리 유목화하여 프로그램을 수정·보완하였다.

〈표 III-2〉 내적 타당화 검토 내용

| 전문가   | 전문 분야                                                           | 주요 검토 사항                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 전문가 A | 교육공학 교수                                                         | <ul style="list-style-type: none"><li>프로그램의 목적과 목표에 대한 진술의 구체성</li><li>프로그램의 내용과 목적 및 목표와의 관련성</li><li>프로그램의 교수·학습 방법의 적절성</li><li>회기별 내용 목표에 따른 내용 및 전략의 적절성</li><li>학습자의 이해수준과 수업 내용 수준의 적절성</li><li>실행가능성</li><li>자아탄력성 증진에 도움 여부</li><li>자유 의견</li></ul> |
| 전문가 B | 교육공학 박사                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 전문가 C |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 전문가 D |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 전문가 E | 초등교사                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 전문가 F | <ul style="list-style-type: none"><li>초등교육</li><li>수업</li></ul> |                                                                                                                                                                                                                                                              |

## 2) 외적 타당화

프로그램의 외적 타당도 검증을 위해 소집단 형성평가 방법론을 사용하였다. Dick, Carey, Carey(2009)에 따르면, 개발된 프로그램을 실제 대상에게 시범적으로 적용하는 과정에서 프로그램의 내용 타당성, 난이도의 적절성, 회기별 활동 및 시간 분배의 적절성, 내용상의 오류 등을 발견하고 수정하는 단계가 필요하다고 본다.

따라서 이 연구에서는 B광역시에 소재한 A지역아동센터 이용아동 17명을 대상으로 15주에 걸쳐 15회기의 프로그램을 실시하였다. 프로그램은 연구자가 직접 실시하였고, 지역아동센터장과 사회복지사(실습생)가 수업 보조자로서 진행을 도왔다. 프로그램의 이해를 돕고자 수업 보조자들에게는 프로그램의 운영계획서와 교수자용 지침서, 학습자용 활동지 등의 자료가 제공되었다. 각 회기가 종료될 때마다 회기별 평가지와 학습자 인터뷰를 학습자들의 의견을 수렴하도록 하였으며, 15회기의 전체 프로그램이 종료된 후 프로그램의 전체 만족도 평가지를 통해 종합적으로 의견을 수렴하였다.

## 3. 자료수집 및 분석방법

### 1) 학생 활동지 및 회기별 평가지

프로그램이 진행되는 동안 학생들이 작성한 활동지를 수거하였다. 회기별 평가지는 김미향

(2011)이 개발한 프로그램 회기 평가지를 본 연구에 맞게 수정하여 사용하였다. 회기별 평가지는 각 회기가 끝날 때마다 학습자들에게 배부되었으며 회기별 목적 달성 정도를 묻는 내용으로 구성되었다. 구체적으로는 기억에 남는 내용, 새로 알게 된 점, 느낀 점, 바라는 점을 개방형으로 자유롭게 기술할 수 있도록 하였고, 회기별 목표달성의 정도를 나타내는 3~5문항을 리커트 5점 척도로 답할 수 있도록 구성하였다. 회수한 자료들은 내용분석 방법을 통해 분석하였으며 이후 프로그램 개선 방향에 반영되었다.

## 2) 학습자 인터뷰

프로그램의 회기가 종료될 때마다 학습자들에게 인터뷰를 실시하였다. 인터뷰는 3~5명의 학생들을 대상으로 실시하였으며, 회기별 평가지에서 글로 응답하기 어려운 내용들을 위주로 자유롭게 말로 표현하였다. 학생들의 인터뷰 내용은 내용분석 방법을 통해 분석되었으며 내용 중 유사한 내용은 유목화하여 정리하였고, 이후 프로그램을 개선하는 데 사용되었다.

## 3) 전체 프로그램 만족도 평가지

15회기의 프로그램이 모두 종료된 후 학생들에게 전체 프로그램의 만족도를 묻는 질문지가 배부되었다. 만족도 평가지는 모두 14개의 문항으로 이루어져 있으며 리커트 5점 척도로 이루어진 12개의 선택 문항(참여 만족도, 진행 속도, 운영 시간, 내용의 분량, 내용의 흥미도 등)과 2개의 개방 문항(프로그램의 우수한 점, 프로그램의 개선점)으로 구성되었다. 전체 프로그램 만족도 평가지의 내용분석을 통해 전반적으로 프로그램에서 개선해야 할 사항에 대하여 의견을 도출하였다. 이후 외적타당도 검증에서 수집된 의견들을 바탕으로 프로그램의 내용을 수정·보완한 후 최종 프로그램을 완성하였다.

# IV. 연구 결과

## 1. 프로그램 개발 결과

지역아동센터 아동을 대상으로 개발된 자아탄력성 증진 프로그램은 총 15회기로 구성되었다. 최종적으로 확정된 자아탄력성 증진 프로그램은 <표 IV-1>과 같다.

〈표 IV-1〉 자아탄력성 증진 프로그램 개발 결과

| 회<br>기 | 주제                    | 교수내용                                                                                                                                                   | 교수전략                                                                                                                                             | 구성<br>요인             |
|--------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| 1      | 마음의<br>타임머신을<br>타고    | <ul style="list-style-type: none"> <li>교수자 소개 및 인사</li> <li>강의▶자아탄력성 개념</li> <li>프로그램 안내</li> <li>활동1▶마음의 타임머신을 타고</li> <li>활동2▶정서 원카드</li> </ul>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>자신의 정서변화에 영향을 준 대상과 사건 떠올리며 문장 완성하기</li> <li>&lt;정서 원카드&gt;놀이를 타인의 정서 유추하기</li> </ul>                     | 정서<br>조절             |
| 2      | 마음의<br>엑셀과<br>브레이크    | <ul style="list-style-type: none"> <li>동영상▶케냐 학생 방화 사건</li> <li>강의▶욕구와 자제력의 개념</li> <li>활동1▶감정표출 비주얼씽킹</li> <li>활동2▶몸으로 말해요</li> </ul>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>자신의 감정표출 방법 도식화 하기</li> <li>정서표현에 따른 결과와 영향 예측하기</li> <li>&lt;몸으로 말해요&gt;놀이를 통한 감정표출 방법 연습하기</li> </ul>   | 정서<br>조절             |
| 3      | 마음의<br>망원경으로<br>들여다보기 | <ul style="list-style-type: none"> <li>동영상▶EBS 용서 ‘父子’</li> <li>강의▶대화의 소재에 따른 구분</li> <li>활동1▶짜궁 인터뷰</li> <li>활동2▶마음의 망원경으로 들여다보기</li> </ul>           | <ul style="list-style-type: none"> <li>감정이입으로 상대방의 입장을 알아보는 인터뷰하기</li> <li>여러 사람과 공통점 찾기</li> </ul>                                              | 정서<br>조절             |
| 4      | 아낌없이<br>주는<br>마음 나무   | <ul style="list-style-type: none"> <li>동영상▶태국 광고 ‘Giving is the best communication’</li> <li>강의▶레드우드에서 배울 수 있는 공동체 가치</li> <li>활동▶가치 명패 만들기</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>가치명패 만들기</li> </ul>                                                                                       | 긍정<br>사고             |
| 5      | 마음의 근육<br>키우기         | <ul style="list-style-type: none"> <li>퀴즈▶존경받는 인물</li> <li>강의▶성공한 사람들의 공통적인 마인드</li> <li>활동1▶멘토 모델 탐구</li> <li>활동2▶희망 메시지]</li> </ul>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>존경받는 인물 퀴즈 풀기</li> <li>멘토 모델의 성공 경험과 원인 행동 작성하기</li> <li>미래의 성공한 내가 다음 세대에게 희망 메시지 작성하기</li> </ul>        | 긍정<br>사고             |
| 6      | 마음의 시야<br>넓히기         | <ul style="list-style-type: none"> <li>퀴즈▶인간과 동물의 시야</li> <li>강의▶페니실린의 발견</li> <li>활동▶다시 쓰는 결말</li> </ul>                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>&lt;다시 쓰는 결말&gt;상황극 하기</li> </ul>                                                                         | 긍정<br>사고<br>대인<br>관계 |
| 7      | 마음<br>뒤집어보기           | <ul style="list-style-type: none"> <li>이야기▶세상 제일의 부자</li> <li>강의▶플라시보 효과와 노시보 효과의 비교</li> <li>활동1▶반격 노트</li> <li>활동2▶마음 뒤집기</li> </ul>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>&lt;반격노트&gt;로 부정적 사고를 긍정적 사고로 반격하기</li> <li>&lt;마음 뒤집기&gt;놀이를 긍정적 사고 연습하기</li> </ul>                      | 긍정<br>사고             |
| 8      | 마음의<br>관리자<br>세우기     | <ul style="list-style-type: none"> <li>동영상▶가족사랑 캠페인 ‘엄마 사랑해’</li> <li>강의▶마음의 관리자</li> <li>활동1▶감사보물 찾기</li> <li>활동2▶감사편지 쓰기</li> </ul>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>내가 누리고 있는 감사요소 찾기</li> <li>사회적 지지관계에게 감사편지 쓰기</li> </ul>                                                  | 긍정<br>사고<br>대인<br>관계 |
| 9      | 마음의 통로<br>연결하기        | <ul style="list-style-type: none"> <li>동영상▶미국 병사 John</li> <li>강의▶들을 때와 전할 때 대화방법</li> <li>활동1▶나 전달법</li> <li>활동2▶나는야 긍정시나리오 작가</li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>긍정대화법 연습하기</li> <li>- 상대방의 말을 듣는 대화법 연습하기</li> <li>- 나의 말을 전달하는 대화법 연습하기</li> <li>영상 속 대사 수정하기</li> </ul> | 대인<br>관계             |
| 10     | 긍정기차<br>설계하기          | <ul style="list-style-type: none"> <li>동영상▶버터플라이(국가대표OST)</li> <li>강의▶WDEP 계획 세우기</li> <li>활동1▶긍정기차 설계하기</li> <li>활동2▶돌림쪽지</li> </ul>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>긍정적 탐구로 행동프로세스 개발하기</li> <li>집단피드백을 통한 응원과 격려하기</li> </ul>                                                | 긍정<br>사고<br>대인<br>관계 |

(표 계속)

| 회<br>기 | 주제                  | 교수내용                                                                                                                                             | 교수전략                                                                                                                                                                           | 구성<br>요인 |
|--------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 11     | 마음의 관절<br>끼기        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 이야기▶나 만원 냈단 말이야</li> <li>• 강의▶마음의 관절</li> <li>• 활동1▶생각을 모아요</li> <li>• 활동2▶마시멜로 탑 쌓기</li> </ul>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 갈등상황에서 긍정적 갈등해결방식 선택하기</li> <li>- 집단명목법 수행하고 합의점에 도달하기</li> <li>• &lt;마시멜로 탑 쌓기&gt;놀이로 긍정적 의사 소통 연습하기</li> </ul>                      | 대인<br>관계 |
| 12     | 마음의 쿠션<br>채우기       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 동영상▶학자와 뱃사공</li> <li>• 강의▶유대인의 하브루타 공부법</li> <li>• 활동1▶디답돌 회의</li> <li>• 활동2▶인간 실타래 풀기</li> </ul>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 다양한 의견을 수용해 회의 수행하기</li> <li>• &lt;인간 실타래풀기&gt;놀이로 의견을 수용하는 연습하기</li> </ul>                                                           | 문제<br>해결 |
| 13     | 1 더하기 1은<br>10보다 커요 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 퀴즈▶백지장도 맞들면 낫다</li> <li>• 강의▶세계 최고의 IT 기업들</li> <li>• 활동▶도전! 우주특공대</li> </ul>                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• &lt;도전! 우주특공대&gt;놀이로 협업 연습하기</li> </ul>                                                                                               | 문제<br>해결 |
| 14     | 그거,<br>아무것도<br>아니야  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 동영상▶현대 故정주영 회장</li> <li>• 강의▶위기 속에서 기지를 발휘한 인물</li> <li>• 활동▶도전! 암호 해독</li> </ul>                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• &lt;미션! 암호해독&gt;놀이로 다양한 문제해결 방법 모색하기</li> </ul>                                                                                       | 문제<br>해결 |
| 15     | 오뎅이 마음<br>다지기       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 동영상▶우리들의 파노라마</li> <li>• 강의▶회기별 배운 내용 요약</li> <li>• 활동1▶자아탄력성 비주얼씽킹</li> <li>• 활동2▶오뎅이 굿마인드상</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 프로그램 내용 상기 및 비주얼씽킹 작성하기</li> <li>• &lt;오뎅이 굿마인드상&gt; 만들고 서로 수여하기</li> <li>• 프로그램 만족도 평가지 작성하기</li> <li>• 소감 나누기 및 실천의지 다지기</li> </ul> |          |

1회기는 학습자에게 과거에 자신의 정서변화에 영향을 준 대상과 사건을 떠올리며 문장을 만들어보게 함으로서 자신의 정서에 대한 정확한 인식에서 비롯된 타인과의 긍정적 상호작용을 돕는다. Moustakas(1951)에 따르면 집단게임놀이는 아동이 정서적 자기 통제 전략을 활용하여 자유롭게 자기표현을 하고 교수자가 아동의 감정과 사고를 존중한다는 것을 이해하게 함으로써 아동은 자신의 부정적 정서를 표출할 수 있고, 자기 자신과 다른 사람이 어떻게 느끼는 지를 알 수 있게 하므로, ‘정서 원카드’ 놀이 활동을 통해 정서 단어의 다양한 활용을 익히고 타인의 정서를 유추하는 연습을 하게 하였다.

이 시기의 아동은 부정적 감정을 숨기기 위해 화를 내는 방법을 택함으로서 상황을 이분법적으로 보아 극단적인 해석을 하기도 하므로(이나혜, 2005), 건전한 감정 표출방법을 모델링하고 연습하여 자신의 감정을 건전한 표출 방법으로 표출하도록 격려가 필요하다(김미향, 2011). 이를 위해 2회기에서는 자신의 부정적 정서를 표출하는 방법을 비주얼씽킹으로 도식화하고 다른 사람들과 공유함으로서 부정적 정서를 표출하는 다양한 방법에 대해 알아보고, 자신이 인식한 정서를 어떻게 처리하느냐에 따라 최종적으로 느끼는 정서가 달라지며, 그 정서는 또 다시 연속적인 상황에 영향을 미치는 순환적 관계임을 설명한다.

3회기에서는 1, 2회기에서 학습한 내용을 인터뷰 형식의 활동에 적용해 보도록 하였다. 특정 정서를 경험한 적이 있는 지에 관한 인터뷰 형식의 심도 있는 대화를 통해 질문자는 특정 정서

를 경험한 상대방의 상황을 알게 되어 입장을 이해할 수 있고, 답변자는 특정 정서를 가지게 한 대상이나 상황을 떠올리는 과정에서 고정화된 지각으로부터 탈피하여 자신의 경험을 있는 그대로의 사실로 보고 수용하며 비교적 명확한 언어로 이야기를 할 수 있게 된다.

지역아동센터 아동의 가족경제적 요인은 아동 스스로가 선택할 수 없는 선천적 환경이다. 이들이 심리·정서적 역경을 겪을 때 그 원인을 가족경제적 취약한 환경으로 돌려 부모나 보호자에 대한 원망과 비난을 한다면 오히려 그러한 피드백이 자신의 삶에 대한 무기력한 시선과 심리적 좌절감을 더욱 가중시킬 것이다. 4회기에서는 이에 대한 중재 활동으로 학습자가 개인 혹은 개인이 속한 집단이 가진 긍정성에 집중하여 존재 자체로서 소중함을 인식할 수 있도록 하였다. 이로써 공동체 구성원들이 함께 성장하기 위해 어떤 가치가 공유되어야 하는지 탐구와 사고의 기회를 제공한다.

5회기는 긍정적인 가치탐색에 대한 내용으로 구성되었다. 멘토 모델 탐구 활동은 가족과 교사를 비롯하여 위인이나 직업세계에서 성공한 사람들 중 개인이 수행하고 있는 일의 의미와 가치를 알고 있는 사람을 멘토 모델로 선정하여, 그들의 태도와 습관, 성공 원인을 분석하게 함으로써 미래에 자신의 모습에 대한 긍지와 멘토 모델에 대한 존경심을 발전시킨다(조순기, 2006). 교수자는 학습자들이 멘토 모델에 대한 긍정적인 믿음과 존경을 갖고 가상의 질문과 삶을 확인하는 대화를 참여하게 함으로서 바람직한 미래를 구상하도록 지도한다.

사람들은 긍정적인 사건보다는 부정적인 사건과 결과에 더 주의를 기울이는 경향이 있는데, 선행연구에 의하면 이점 발견과 긍정적 재평가(Affleck & Tennen, 1996; Folkman & Moskowitz, 2000b), 평범한 사건에 긍정적 의미 부여하기(Folkman, Moskowitz, Ozer & Park, 1997; Ong, Bergeman, & Bisconti, 2004) 등의 전략은 스트레스 상황에서도 긍정적 사고를 통해 순간적인 휴식을 취하며 부정 정서를 조절하는 데 도움을 준다(Folkman & Moskowitz, 2000a; Zautra et al., 1995). 평가 시점에 따라 사건을 바라보는 관점이 달라질 수 있으며 부정적인 면뿐만 아니라 긍정적인 면도 통합적으로 사고하는 연습을 하게 한다.

7회기는 부정적으로 인식되는 어려운 상황을 의도적으로 긍정적 사고로 반박하는 것을 목적으로 한다. 긍정심리 상담은 기존의 심리치료적 접근들과는 달리 내담자의 문제를 분석하고 해석하는 데에 큰 관심을 갖지 않고 내담자의 긍정적 경험에 초점을 맞추면서 심리적 강점을 함양시켜 자기실현을 촉진시키는 치료기법에 기인한다(권석만, 2008). 문제에 대한 강점중심의 접근이 희망, 삶의 질적인 변화를 불러일으킬 수 있다는 차원에서 의도적으로 부정적인 생각을 긍정적인 생각으로 바뀌보는 인지 과정을 ‘마음 뒤집기’에 비유하였다.

8회기에서는 부족하고 미성숙한 이들로부터 잠재적인 능력을 발굴하고 올바른 방향으로 마음을 이끌어 준 사회적지지 관계를 ‘마음의 관리자’에 비유하였다. 긍정적인 정서경험에 대한 글쓰기는 정서 지능과 삶의 만족도를 증가시킨다(Wing, Schutte, & Bryne, 2006), ‘감사보물 찾기’ 활동과 ‘감사편지 쓰기’ 활동은 자신의 성장과정에 안녕과 복지를 기여하는 도움이나 혜택을 준

인격 대상 도는 비인격 대상에 대하여, 당연히 여겼던 일에 대하여 고마움을 표현하게 해 대인관계를 증진시키고 긍정적 사고를 유도할 것이다.

Putnam과 Wilson(1982)은 요인분석을 통해 ‘회피하기’, ‘해결 지향’ 및 ‘맞서기’의 3가지 요인으로 갈등해결전략을 구분하였는데, 갈등의 유무보다는 긍정적인 갈등해결방식에 관심을 갖게 해야 한다. 이에 따라 9회기에서의 사회적 기술은 대인관계에서 많은 갈등에 직면하며 심리적으로 미숙한 아동에게 매우 필요한 기술이다(구분용, 1999). 이때 의사소통 패턴은 대인관계의 질을 좌우하는 중요한 요인이므로 자신의 의사를 전달하는 것도 중요하지만 상대방의 입장을 이해해주는 공감과 경청을 강조하여 보다 지속적인 대인관계 증진효과를 얻을 수 있도록 해야 한다(정경희, 2013).

10회기 ‘긍정기차 설계하기’는 자신의 꿈과 가치를 실현하기 위해 현재 해야 할 일을 구체적으로 탐색하고 실천하는 것을 목적으로 한다. 바람직한 미래를 구상하도록 하는 긍정적 탐구를 활용하는 WDEP 계획 세우기 활동을 통해 긍정적인 탐구 자세로 행동 프로세스를 개발하여 실행에 옮기는데 도움을 주고자 하였다. WDEP 체계는 현실치료 상담기법으로 1단계 학습자가 원하는 것에 대한 탐색, 2단계 행동의 탐색, 3단계 자기평가, 4단계 교수자의 도움 순으로 현실, 현재 행동을 긍정적으로 변화시키는 방법이다.

대인관계를 증진하기 위해서 개방적 태도를 기반으로 서로 경계를 풀고 협력의 단계로 나아가 다른 사람을 대할 때 자신의 잘못된 부분들, 관계를 방해하는 행동들을 생각하며 수정을 해나가는 과정이 필요하다(진성애, 2011). 개방적 태도란, 관계형성을 위한 행동요소로서 친구와 동료와의 관계에서 친밀감을 만들기 위해 자신을 노출하는 것을 의미하는데(전명순, 2012), 자신의 콤플렉스나 부족한 점, 실수를 인정하고 오히려 노출시킬 때 상대는 심리적 경계를 푸는 경향이 있다. 11회기에서는 이처럼 다양한 의견이 수용되는 분위기 속에서 긍정적인 갈등해결방식으로 제시되는 집단명목법을 소개한다.

12회기에서의 문제해결교수는 일상생활에서 일어나는 구체적인 사건에 대해 생각하고 추론하는 능력을 바탕으로 사회, 정서적 갈등을 겪는 개인과 개인 주변사람들이 직접 문제를 정의하고, 문제를 해결할 수 있는 방안을 제시하고 합의하며 문제해결을 시도하는 과정으로서(임은주, 2017), 특히나 충동적이고 자제력이 낮은 학습자들에게 매우 효과적이라 보고된다. 주어진 상황의 문제를 해결함에 있어 다양한 가치 탐구와 생각을 하도록 브레인스토밍을 격려하며, 허용적인 분위기를 조성하여 다양한 문제해결 방식을 도출하고 제시하도록 하는 것은 경험적 학습을 강조하는 것으로 실제 생활에서 문제해결력을 증진시킬 것으로 기대된다(김미향, 2011).

13회기는 협업의 시너지 효과를 알고 여러 사람과의 협업을 통해 주어진 문제를 해결하는 데 목적이 있다. 현명한 의사결정을 위해서는 가치의 선택으로부터 오는 결과의 예측 등에 관한 명료화가 먼저 이뤄져야 한다(Banks, 1999). 학습자들은 ‘도전! 우주특공대’ 활동을 통해 주어진 위기 상황의 문제를 해결함에 있어 다양한 가치 탐구와 생각을 할 수 있도록 경험적 학습을 하

게 된다.

다양한 종류의 문제 해결을 연습해 보는 것은 훌륭한 사고를 하는 사람을 만드는데 도움이 되며 학습자에게 지식, 기능, 전략들의 총체적인 목록을 기억할 수 있게 하는 최선의 방법이다 (Gagné & Medsker, 1996). 14회기의 '미션! 암호해독'은 난센스, 숨은 그림 찾기, 수학, 도형 등 다양한 퀴즈를 팀원끼리 브레인스토밍을 통해 풀이함으로써 수단과 목표를 분석하여 대안을 찾고 능동적으로 시도해보게 하는 활동으로 구성하였다.

마지막 15회기의 활동 '자아탄력성 비주얼씹킹'은 자아탄력성의 이미지를 쓰러져도 다시 일어나는 오뚜기로 시각화 해 오뚜기 그림 안에 배운 내용을 키워드 중심으로 정리해 표현하고 소감을 나누는 활동으로 구성하였다. 이어 활동 '오뚜기 굿마인드상'은 상장 용지에 동료의 이름을 적어 직접 수여함으로써 동료 간 긍정적인 피드백을 유도하고 학습자 스스로 자아탄력성 증진 프로그램 교육 전과 후 변화된 면을 성찰하는 기회를 제공하였다.

## 2. 자아탄력성 증진 프로그램 타당화

### 1) 내적 타당화 결과

개발된 자아탄력성 증진 프로그램의 내적 타당도를 검증하기 위해 프로그램의 의 목적 및 목표의 타당성, 프로그램 내용 및 전략의 적절성, 평가도구의 적절성에 대해서 전문가에게 전문가 검토를 실시하였다. 전문가들의 의견을 종합해보면 크게 프로그램 각 회기목표와 활동의 일치여부, 학습자의 수준을 고려한 내용 구성, 단순 재미에만 그치지 않도록 의미 강조 등의 의견이 가장 많이 나타났다. 전문가들이 프로그램의 회기별 내용을 검토한 의견은 다음과 같다.

1회기 '마음의 타임머신을 타고'에 대해 전문가들은 프로그램의 대상자 수준을 고려하여 예시를 완성형 문장으로 제시하고 활동 방법을 구체적으로 인식할 수 있도록 하는 것이 필요하다고 하였다. 또한 '정서 원카드' 활동에서 특정 사건에 대해 동일한 감정을 느끼는 것도 중요하지만, 같은 사건에 대해 다른 정서를 느낄 수도 있다는 점을 고려하여 타인의 정서에 대한 이해와 공감의 영역을 확장시키는 방법이 모두 고안되어야 할 것이라고 하였다. 이에 따라 [모두의 동의를 구할 시] 카드를 내려놓는 규칙에서 [카드를 내는 학생과 같은 정서카드를 갖고 있을 시 발표한 학생에게 '아, 그때 그랬구나!' 와 같은 말로 소리 내어 공감을 표현하며 해당 정서카드를 동시에 내려놓는다]는 규칙으로 수정하였다. 2회기 '마음의 액셀과 브레이크'에서는 지역아동센터 이용아동의 특성을 고려하여 부정적 정서를 '브레이크'로 자제하는 것만 강조될 것이 아니라, 긍정적인 방법으로 표출하는 '액셀'이 절충되어야 할 것으로 제안하였다. 이에 따라 활동1의 활동지의 안내글을 초등학교 수준에 맞게 [부정적인 감정을 해소하기 위하여 떠올리는 생각이나 행동, 자신의 모습을 그려보세요.]에서 [평소에 부정적인 감정이 들 때 어떤 방법으로 표현하는지 그림으로 나타내세요.]로 수정하였다. 3회기 '마음의 망원경으로 들여다보기'의 경우 활동1에

서 공통점을 많이 찾을수록 차등하여 보상하는 규칙이 경쟁을 유발할 것으로 보고 이에 대한 조절이 필요할 것으로 보았다. 추가로 활동1, 2를 통해 학생들이 더 많은 학생들과 접촉할 수 있도록 기회를 제공해야 한다는 의견이 있었다. 이에 따라 활동1은 2인 1조의 ‘짝꿍 인터뷰’, 활동2는 4인 1조의 ‘마음의 망원경으로 들여다보기(공통점 찾기)’로 수정해 활동인원을 확대함으로써 여러 사람과의 관계를 확장시켰다. 4회기 ‘아낌없이 주는 마음 나무’에서는 회기목표인 ‘공동체 생활에서 필요한 가치’와 맞지 않는 학습내용이 제시되고 있음을 지적하며, 해당 내용이 오개념을 유발할 수 있다고 하였다. 또한 스스로의 소중함을 인식하는 활동에 이어서 공동체 생활에서 필요한 가치를 깨닫게 하는 활동이 추가되어야 할 것으로 보았다.

이에 따라 활동 ‘가치 명패’ 만들기에서 개인의 꿈을 실현하기 위해 중요시 여기는 가치뿐만 아니라 공동체 관점에서도 생각해 작성하기를 지도하는 내용을 추가하였다. 5회기 ‘마음의 근육 키우기’의 활동에서는 멘토 모델이 반드시 유명인사가 아니더라도 가족이나 친구, 이웃으로도 확대시켜도 괜찮을 것으로 보았으며, 학생들의 수준을 고려하여 멘토 모델의 조사 주제를 재구조화 할 것을 제안하였다. 6회기 ‘마음의 시야 넓히기’는 주어진 사례가 학습자들의 상황과는 다소 거리가 있기 때문에 학생들의 일상과 관련이 있으면서도 회기목표에 맞는 학습내용으로 수정하고, 상황극 활동은 연기력보다 상황에 대한 공감도에 보다 초점을 둘 수 있도록 하는 것이 적절하다는 의견이 있었다. 이에 따라 활동 ‘다시 쓰는 결말’에서 단순히 주어진 대사를 수정하는 것을, 학생들이 구체적인 상황과 조건 내에서 자유롭게 대본을 써보도록 활동지를 재구성하는 것으로 수정하였다. 7회기 ‘마음 뒤집어보기’의 경우 활동이 단순히 재미 중심으로 그칠 수 있으므로, 회기목표에 맞춰 학생들이 직접 자신이 사용할 카드를 제작하는 과정이 필요하다는 의견이 있었다. 8회기 ‘마음의 관리자 세우기’에서는 ‘마음의 관리자’를 설정하는 과정에서 가정 환경이 어려운 학생들은 어려움을 겪을 수 있으므로, 교사가 충분한 라포를 형성하여 그 역할을 대신 해줄 수 있도록 활동을 수정할 것을 권장하였다. 9회기 ‘마음의 통로 연결하기’에 대한 피드백으로는 학생들이 ‘나 전달법’을 충분히 연습할 수 있도록 하며 이를 위해 예시와 가이드를 단계별로 제시할 것을 제안하였다. 두 번째 활동에서는 긍정적 대화를 방해하는 요소들을 찾는 수준에서 그치지 않고 이를 적절히 조절하는 활동까지 추가하는 것이 바람직하다고 보았다. 10회기 ‘긍정기차 설계하기’에서는 ‘돌림쪽지’를 용이하게 할 수 있도록 활동지를 재구성할 것을 제안하였고, 11회기 ‘마음의 관절 꺾기’에서는 활동이 단순히 게임 활동에서만 그치지 않고 긍정적인 갈등해결방식을 채택하는 과정에 대해 정리가 필요함을 강조하였다. 특히 갈등해결방식을 구체적으로 경험할 수 있는 활동이 이루어질 수 있도록 재조직 할 것을 권장하였다. 12회기 ‘마음의 쿠션 채우기’에 대해서는 하브루타 이외의 다양한 협업 방법들에 대한 설명이 추가되어야 할 것을 언급하였고, ‘인간 실타래 풀기’ 활동이 단순 게임에 그치지 않도록 회기목표와 관련된 의미를 전달할 수 있도록 재구성할 필요가 있다는 의견이 있었다. 이에 따라 활동2 ‘인간 실타래 풀기’ 활동에서 팀을 나누는 것에서 다같이 하는 것으로 수정해 모두가 ‘꼬인 팔 풀기’라는 공동



목표를 갖고 협업할 수 있도록 수정하였다. 13회기 ‘1 더하기 1은 10보다 커요’의 경우, 흥미롭고 회기목표에 부합하지만 학생들의 수준을 고려하여 초등 수준에 맞는 과제를 제시되기를 제안하였다. 14회기 ‘그거, 아무것도 아니야’에서는 협업을 통한 창의적인 문제해결 과정이 중요하므로, 회기목표와 관계없는 경쟁으로 변질되지 않도록 다양한 협업 전략을 제시할 것을 제안하였다. 마지막 15회기 ‘오뎅이 마음 다지기’에서는 ‘오뎅이 굿마인드상’을 만들어 서로 수여하며 격려하는 형태의 보상 전략을 사용하는 것이 필요하다는 의견이 있었다. 이와 같은 전문가들의 의견을 종합하여, 수정·보완하였다.

## 2) 외적 타당화 결과

학생들의 활동지 및 회기별 평가지 분석, 학습자 인터뷰 및 전체 프로그램 만족도 평가지를 분석한 결과, 학생들의 의견은 대체적으로 긍정적이었으나, 프로그램에서 아쉬웠던 부분도 비교적 명확하게 드러났다. 학생들의 의견을 요약하면 다음과 같다.

우선 프로그램의 내용과 프로그램의 효과에 대해 긍정적으로 인식하고 있는 것으로 나타났다. 학생들은 ‘친구가 미운 마음이 들면, 속으로 사라지면 좋겠다고 생각했었는데, 오히려 그 친구에게 솔직하게 이야기를 하는 게 좋은 관계를 유지할 수 있겠다는 생각이 들었다.’, ‘내가 가치 있는 사람이라는 것을 알게 되었다.’, ‘친구들의 꿈과 가치를 알 수 있는 시간이었다’, “너 전달법’보다 ‘나 전달법’이 다른 사람의 기분을 상하게 하지 않으면서 내가 원하는 것도 말할 수 있어 좋은 것 같다’, ‘오빠, 언니들이 내 꿈이 무엇인지 알고 조언과 응원을 해줘서 도움이 되었다’ 등의 의견을 통해 내용과 효과에 대해 만족하고 있음을 나타냈다. 또 다른 긍정적인 의견은 회기별 활동 자체에 대한 재미와 흥미이다. 학생들은 ‘긍정적인 대화를 하는 데 방해되는 것들이 무엇인지 찾는 활동이 재미있었다’, “도전! 우주특공대’가 엄청 재미있었다”, “인간 실타래 풀기’ 할 때 여러 가지 방법으로 해봤는데도 안 풀려서 아쉬웠지만 다 같이 하니 즐거웠다’, ‘연기하는 게 힘들었지만 재미는 있었다’ 등의 의견을 통해 만족을 표했다.

반면, 아쉬웠던 부분으로는 ‘시간이 부족해서 아쉬웠다.’, “몸으로 말해요’ 할 때 시간이 부족해서 아쉬웠다’, ‘책에서 멘토 모델을 찾고 활동지에 적으려 하니 시간이 부족했다.’, “나 전달법’으로 바꾸는 문제가 많은데 시간을 짧게 줘서 다 못했다’ 등 활동을 하기 위한 시간이 부족했다는 의견이 많았다. 협업이나 상호작용과 관련해서는 ‘조원들이 원하는 만큼 아이디어를 내고 가장 좋은 것을 투표하니까 공평한 것 같다’는 긍정적인 응답도 있는 반면, ‘조원들이 나한테만 대사를 다 바꾸라고 미워서 짜증났다’, ‘한 명만 계속 풀어서 심심했다’, ‘○○가 혼자만 문제지를 가져가 풀어서 재미가 없었다’와 같이 아쉬움을 토로하는 의견도 있었다. 또 ‘책을 찾아봐도 나랑 맞는 멘토가 없어서 인터넷을 쓰게 해주면 좋겠다’와 같이 수업에서 제공되는 자료에 대한 개선 요구도 있었으며, ‘내가 느껴본 적 없었던 감정은 쓰는 게 어려웠다’처럼 내용 자체에 대해 생소함을 가지고 있기도 했으며, ‘쓰는 게 너무 많아서 별로였다’와 같이 활동지 작성의 비중에 관한

의견도 제시되었다. 외적 타당화 자료를 종합 분석하여 추가로 문헌고찰을 통해 프로그램 내용 및 전략상 미흡한 부분을 수정·보완하여 최종 프로그램을 완성하였다.

## V. 결론 및 논의

본 연구의 목적은 자아탄력성 증진 프로그램을 개발하는 것이었다. 이를 위해서 ADDIE 개발 모형에 따라 프로그램을 구성하고 자아탄력성 증진 프로그램의 타당성을 검증하고자 하였다.

본 연구의 결과를 요약하자면 첫째, 본 연구에서 개발한 자아탄력성 증진 프로그램은 지역아동센터 이용아동을 대상으로 활용 가능한 효과적인 프로그램이다. 본 프로그램은 지역아동센터 이용아동의 집단적 특성, 물리적 환경, 지역아동센터 일과를 반영하여 현장에서 교사들이 가장 효과적으로 자아탄력성 증진 교육을 수행할 수 있는 자료로 활용될 수 있다.

둘째, 본 프로그램의 교육내용은 차시별 활동을 자아탄력성 하위요인인 정서조절, 긍정사고, 대인관계, 문제해결 순으로 구성을 했다. 본 프로그램은 실제 생활에서 마주할 수 있는 위기와 실패와 관련된 사례가 다수 제시되어 생활중심 연계성이 있는 체계적인 프로그램이며, 단순 놀이에 치중되지 않고 회기별로 중점적인 자아탄력성의 하위요인이 잘 발현될 수 있도록 구성되어 있어 교육의 궁극적인 목표를 달성하는데 효과적이다.

셋째, 전문가 집단의 피드백을 받아 수정·보완된 프로그램이 지역아동센터 이용아동에게 이론적 지식이 아닌 삶의 긍정적인 적용으로 나타났다는 점에서 의의가 있다. 각 회기가 종료될 때마다 학습자로부터 회기 평가지와 인터뷰를 통해 의견을 수렴하여 학습자의 반응을 참고함으로써 프로그램의 적합성을 평가하였다. 그 결과 학습자들은 교육시간 외 일상에서도 자아탄력성 증진 프로그램을 통해 배운 내용을 상기시키며 삶에 적용 중이거나 실천하기 위해 노력하고 있는 것으로 나타났다. 비형식적 대화를 통해, 스스로 자아탄력성 증진 프로그램 내용을 이야기하며 친구나 가족에게 긍정적인 에너지를 전파한 적이 있냐는 질문에 대다수가 ‘그렇다’고 대답을 하였다.

본 연구의 결과를 토대로 제언을 하자면 첫째, 본 연구는 설계기반 연구를 바탕으로 단일집단에 한해 타당화를 위한 목적으로 프로그램을 실행했기 때문에 통계적으로 효과성을 검증하지 못하였다. 따라서 후속 연구에서는 프로그램의 사전·사후에 따른 효과성을 비교하기 위하여 비교집단과 통제집단을 정해 그 효과성을 검증할 필요가 있다.

둘째, 본 프로그램은 1개의 지역아동센터 이용아동 중 모집단으로 8명만을 선정해 학습자 요구 분석을 실시하여 개발한 프로그램으로서 추후 많은 지역아동센터를 선정하여 지역아동센터 이용아동의 출발점 능력, 개인별·집단별 특성을 상세히 분석함으로써 아동의 발달상태에 따라 세분화된 맞춤형 프로그램이 개발될 필요가 있다.

셋째, 본 프로그램의 자아탄력성 하위요인으로 선정한 정서조절, 긍정사고, 대인관계, 문제해결 뿐만 아니라 폭넓게 하위요인을 선별하여 다양한 활동과 접목시켜 충분한 연구기간을 설정하여 프로그램의 효과를 보다 심층적으로 살펴볼 필요가 있다.

논외로 본 프로그램을 교수자로서 직접 실행한 연구자가 여러 지역아동센터를 방문하며 본 바는 대부분의 지역아동센터 시설이 매우 협소한 평수 건물에 갖춰져 있어 학습실이 따로 있더라도 이용아동 모두가 공간을 공유하며 수시로 이동하기 때문에 학습자들의 프로그램 참여 집중도가 떨어질 것으로 보인다. 또한 보통 두 명의 사회복지사가 상주하며 아동들을 돌보는데, 교육에 참여하지 않는 아동을 관리할 별도의 프로그램이나 관리 체계가 없다는 한계가 있다. 따라서 교육 프로그램 개발 뿐 아니라 이를 실현하고 적용시킬 수 있는 양질의 환경 여건도 개선되기 위해서는 지역아동센터에 대한 정부 지원과 지역사회의 관심이 확대되어야 할 것이다.

본 연구는 가정환경을 비롯하여 과도한 학업 경쟁, 학교폭력, 대인관계 문제 등으로 위기와 어려움을 겪고 있는 아동들에게 실시되어 아동들이 긍정적인 정서를 함양하고 원만한 대인관계를 형성하며 스스로 삶의 가치를 설정하여 동기 부여가 되는데 도움을 줄 것으로 기대된다.

## 참고문헌

- 곽윤정 (2004). 情緒知能 教育프로그램 模型 開發 研究. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 구본용 (1999). 학교 상담의 활성화 방안. 私學, 88, 78-86.
- 권석만 (2008). 긍정심리학. 서울: 학지사.
- 권효정 (2002). 저소득 아동의 집단활동이 자아존중감과 사회적 능력에 미치는 영향. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 김문정 (2017). 저소득층 아동의 정서와 자아탄력성을 위한 미술치료 사례연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김미향 (2011). 중학생용 자아탄력성 증진 프로그램 개발. 경북대학교 대학원 박사학위논문.
- 김정숙 (2015). 다문화가정 청소년의 자아탄력성에 영향을 미치는 요인. 협성대학교 대학원 박사학위논문.
- 김지현 (2012). 긍정적 탐구 모형 기반 교육 프로그램 개발 및 효과성 분석. 숙명여자대학교 여성인적자원개발대학원 석사학위논문.
- 김현민 (2017). 초등학생의 자아탄력성 관련 변인에 대한 메타분석. 협성대학교 대학원 박사학위논문.
- 나옥희 (2017). 비폭력대화와 감성코칭을 통합한 청소년 정서조절프로그램 개발 및 효과. 목포대학교 대학원 박사학위논문.

- 박경희 (2009). 대학생용 대인관계 조화 프로그램 개발. 경북대학교 대학원 박사학위논문.
- 박미나, 은혁기 (2013). 초등학생의 부적응행동 감소와 자아탄력성 증진을 위한 자기조절상담 사례연구. 초등상담연구, 12(3), 327-348.
- 보건복지부 (2017). 지역아동센터 돌봄서비스 개선방안 연구. 서울: 이화여자대학교 산학협력단, 2017. 11-1352000-002219-01.
- 박성옥, 김윤희, 조혜란, 배성희, 이희정, 김정연, 김연우(2010). 보드게임의 교육적 효과 연구와 학습지도안 개발. 한국콘텐츠진흥원.
- 박소연 (2013). 감사프로그램이 초등학교 고학년의 심리적 안녕감과 대인관계에 미치는 효과. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 석주영 (2004). 집단게임놀이치료가 시설보호아동의 정서지능과 자아존중감 향상에 미치는 효과. 영남대학교 대학원 박사학위논문.
- 신우열, 김민규, 김주환 (2009). 회복탄력성 검사 지수의 개발 및 타당도 검증. 한국청소년연구, 20(4), 105-131.
- 오선형 (2017). 초등학생의 정서지능과 회복탄력성 향상을 위한 자연친화 통합교육 프로그램 개발 및 효과성 검증. 서울교육대학교 대학원 석사학위논문.
- 오영숙, 유형근, 김현경 (2010). 초등학교 고학년의 자아탄력성 증진을 위한 사회극 활용 집단상담 프로그램 개발. 한국초등교육, 21(1), 157-176.
- 유효림 (2009). 지역아동센터 경험이 저소득가정 아동의 적응에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 윤혜선 (2010). 자아 탄력성 증진 프로그램이 중학생의 자아 탄력성과 또래 관계에 미치는 영향. 전북대학교 대학원 석사학위논문.
- 이경림 (2007). 빈곤가족아동의 사회적 지지가 아동역량에 미치는 영향. 강남대학교 대학원 박사학위논문.
- 이나혜 (2005). 중학교 학교상담 프로그램 표준화 시안 개발. 경성대학교 대학원 박사학위논문.
- 이미애 (2017). 현실요법 집단미술치료가 지역아동센터 아동의 내부통제성, 외부통제성, 행복감에 미치는 영향. 대구한의대학교 대학원 박사학위논문.
- 이병근 (2019). 회복탄력성 증진 프로그램이 다문화가정 아동의 학교생활적응에 미치는 효과. 서울교육대학교 대학원 석사학위논문.
- 이지영 (2012). 신체활동을 통한 정서조절 능력 향상 프로그램 개발 연구. 덕성여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 임은주 (2017). 문제해결교수 기반의 탄력성 증진 프로그램이 초등학교 고학년 학습장애 학생의 사회성 기술에 미치는 영향. 강남대학교 대학원 박사학위논문.
- 임효진, 김재권(2014). 중학교 학생들의 성취가치, 자기조절, 학업적응과 학업성취의 구조적 관계:

- 자아탄력성의 조절 효과. 청소년학 연구, 21(6), 161-190.
- 전명순 (2012). 청소년 대인관계역량 프로그램 개발과 효과성 연구. 명지대학교 대학원 박사학위 논문.
- 정경진 (2010). 직장인 의사소통 프로그램이 대인관계 및 대인관계 스트레스와 직무만족에 미치는 효과. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 정경희 (2013). 중학생용 대인관계 조화 프로그램 개발. 경북대학교 대학원 박사학위논문.
- 정계숙, 김미정, 하은실 (2012). 어머니의 행복감 및 양육효능감과 유아의 자아탄력성과의 관계. 열린유아교육연구, 17(1), 73-97.
- 정종원, 이종원 (2010). 조직성과와 변화관리를 위한 새로운 가치학습관리로서의 긍정적 탐구 (Appreciative Inquiry) 방법의 함의. 한국사회와 행정연구, 21(2), 297-319.
- 조순기 (2006). 진로지도 프로그램이 초등학생의 직업흥미, 직업가치관, 진로태도에 미치는 영향. 원광대학교 대학원 석사학위논문.
- 진성애 (2011). 집단미술치료가 지역아동센터 이용 청소년의 자기표현능력과 대인관계에 미치는 효과. 영남대학교 대학원 석사학위논문.
- 하정임 (2006). 동작치료에서 Laban 움직임 분석 이론 적용의 가능성 탐색. 서울여자대학교 특수 치료전문대학원 석사학위논문.
- 한상단 (2013). 아동이 지각한 사회적 지지와 자아탄력성이 행복감에 미치는 영향. 성산효대학교원 대학교 박사학위논문.
- 한상미 (2017). 독서치료 집단 프로그램이 지역아동센터 아동에게 미치는 효과. 한세대학교 대학원 석사학위논문.
- 한영미 (2009). 유아의 도덕적 자아와 정서조망수용 및 정서조절 능력의 관계. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 한효심 (2017). 긍정성 증진 프로그램이 6학년생의 자아탄력성, 공격성 및 교우관계에 미치는 영향. 경인교육대학교 교육전문대학원 석사학위논문.
- 홍미경 (2017). 지역아동센터의 대체적 가족기능이 이용아동의 사회적 탄력성에 미치는 영향. 영남대학교 대학원 석사학위논문.
- Affleck, G., & Tennen, H. (1996). Construing Benefits from Adversity: Adaptional Significance and Dispositional Underpinnings. *Journal of Personality*, 64, 899-922.
- Anthony, E. J. (1987). Risk, vulnerability, and resilience: An overview. In E. J. Anthony & B. J. Cohler (Eds.), *The Guilford psychiatry series. The invulnerable child* (pp.3-48). NY: Guilford Press.
- Banks, J. A. (1999). *Teaching strategies for the social studies (5th Ed.)*. New York: Longman.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical experimental, and theoretical aspects*. New York: Harper & Row.
- Block, J., & Kermen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and

- separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*. 70, 349-361.
- Dick, W., Carey, L., & Carey, J. O. (2009). *The Systematic Design of Instruction (7th ed.)*. New Jersey: Pearson Education.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2000a). Positive affect and the other side of coping. *American Psychologist*, 55, 647-654.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2000b). Stress, positive emotion, and coping. *Current Directions in Psychological Science*, 9, 115-118.
- Folkman, S., Moskowitz, J. T., Ozer, E. M., & Park, C. L. (1997). Positive meaningful events and coping in the context of HIV/AIDS. In B. H. Gottlieb (Ed.), *The Plenum series on stress and coping. Coping with chronic stress* (pp.293-314). [https://doi.org/10.1007/978-1-4757-9862-3\\_11](https://doi.org/10.1007/978-1-4757-9862-3_11)
- Gagné, R. M., & Medsker, K. L. (1996). *The conditions of learning: Training applications*.
- Garmezy, N. (1983). *Stressors in Childhood*. In n. Garmezy, & M. Rutter(Eds.). *Stress, coping, and development in children* (pp.43-84). New York: Mcgraw-Hill.
- Garmezy, N. (1993). Children in poverty: Resilience despite risk. *Psychiatry*, 56, 127-136. <https://doi.org/10.1080/00332747.1993.11024627>
- Garmezy, N., Masten A. S., & Tellegen A. (1984). The study of stress and competence in children: A building block for developmental psychopathology. *Child Development*, 55, 97 - 111. <https://doi.org/10.2307/1129837>
- Kennedy-Moore, E., Greenberg, M. A., & Wortman, C. B. (1991). *Varieties of nonexpression: A review of self-report measures of emotional control*. In 99th Annual Convention of the American Psychological Association, San Francisco, CA.
- Landreth, G. L. (1991). *Play therapy: The art of the relationship*. Muncie, Ind: Accelerated Development.
- Luther, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71, 543-562. <http://www.riss.kr/link?id=O11907308>
- Matthews, G., Zeidner, M., & Roberts, R.D. (2006). Measuringemotional intelligence: Promises, pitfalls, solutions? In A.D.Ong & M. Van Dulmen (Eds.), *Handbook of methods in pos-itive psychology* (pp. 1891-204). Oxford, UK: Oxford Univer-sity Press.
- Moustakas, C. E. (1951). Situational play therapy with normal children. *Journal of Consulting Psychology*, 15, 225-230. <https://doi.org/10.1037/h0056804>
- Ong, A. D., Bergeman, C. S., & Bisconti, T. L. (2004). The role of daily positive emotions during conjugal bereavement. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 59(4), 168-176. <https://doi.org/10.1093/geronb/59.4.P168>
- Peale, N. V. (1956). *The power of positive thinking*. Englewood Cliffs. NJ: PrenticHall.

- Pruitt, D. G. (1983). *Strategic choice in negotiation*. *American Behavioral Scientist*, 27(2), 167 - 194.  
<https://doi.org/10.1177/000276483027002005>
- Putnam, L. L., & Wilson, C. E. (1982). Communicative strategies in organizational conflicts: Reliability and validity of a measurement scale. *Annals of the International Communication Association*, 4(1), 629-652.  
<https://doi.org/10.1080/23808985.1982.11678515>
- Rahim, M. A. (1983). *A measure of styles of handling interpersonal conflict*. *Academy of Management Journal*, 26(2), 368 - 376. <https://doi.org/10.2307/255985>
- Richey, R. C., & Klein, J. D. (2007). *Design and development research: Methods, strategies, and issues*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Rolfe, S. (2004). *Rethinking Attachment for Early Childhood Practice*. London: Routledge.
- Rutter, M. (1985). Resilience in face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of psychiatric disorder*, 147, 598-611. <https://doi.org/10.1192/bjp.147.6.598>
- Srivastava, S., & Cooperrider, D. L. (1999). *Appreciative management and leadership: The power of positive thought and action in organization*. San Francisco: Jossey Bass.
- Thompson, R.A., Lagattuta, K.H. (2006). *Feeling and understanding: Early emotional development*. K. McCartney, D. Phillips (Eds.), *Blackwell handbook of early childhood development*, Blackwell, Malden, 317-337. <https://doi.org/10.1002/9780470757703.ch16>
- Torrance, E. P. (1988). *The nature of creativity as manifest in its testing*. In R. J. Sternberg (Ed.), *The nature of creativity: Contemporary psychological perspectives* (pp.43-75). Cambridge University Press.
- Werner, E. E. (1995). Resilience in development. *Current Directions in Psychological Science*, 3, 81-85.  
<https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772327>
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. NY: Cornell University Press. <http://www.riss.kr/link?id=O104903928>
- Wing, J. F., Schutte, N. S., & Byrne, B. (2006). The effect of positive writing on emotional intelligence and life satisfaction. *Journal of Clinical Psychology*, 62(10), 1291-1302. <https://doi.org/10.1002/jclp.20292>
- Wright, M. O. D., & Masten, A. S. (2005). *Resilience processes in development*. In S. Goldstein & R. B. Brooks (Eds.), *Handbook of resilience in children* (pp.17-37). New York: Springer.  
[https://doi.org/10.1007/0-306-48572-9\\_2](https://doi.org/10.1007/0-306-48572-9_2)
- Zautra, A. J., Burleson, M. H., Smith, C. A., Blalock, S. J., Wallston, K. A., Devellis, R. F., DeVellis, B. M., & Smith, T. W. (1995). Arthritis and perceptions of quality of life: An examination of positive and negative affect in rheumatoid arthritis patients. *Health Psychology*, 14, 399-408.

국문초록

## 자아탄력성 증진 프로그램 개발: 지역아동센터 이용아동을 중심으로

김 미 래<sup>1</sup> · 한 우 진<sup>2</sup>

<sup>1</sup>한국해양대학교 비교과지원센터 전임연구원, <sup>2</sup>부산대학교 교육학과 박사수로

**연구목적:** 최근 가족 형태와 부모의 양육 참여 기능의 변화는 빈곤 가정의 아동, 방임 아동, 아동 유기 등 사회적 보호가 필요한 아동을 증가시켰다. 그러나 지역아동센터 이용아동을 대상으로 한 프로그램이나 서비스는 매우 부족한 실태이다. **연구방법:** 본 연구는 지역아동센터 이용아동을 대상으로 ADDIE 개발 모형에 따라 프로그램을 개발하고 형성평가를 통해 타당성을 규명하고자 하였다. 이를 위해서 첫째, 자아탄력성의 하위요인을 분석하여 하위요인별 증진전략을 추출하였다. 둘째, 다양한 활동과 통합하여 초안 프로그램을 구성하였다. 셋째, 전문가 검토 의견을 수렴하여 유사한 내용끼리 유목화 후 프로그램의 수정·보완이 이루어졌다. 넷째, 소집단 형성평가 방법론을 사용하여 B광역시에 소재한 A지역아동센터 이용 아동 17명을 대상으로 자아탄력성 증진 프로그램을 실시하였다. 다섯 번째, 학습자의 활동지 및 회기별 평가지, 전체 프로그램 만족도 평가지, 인터뷰를 통해 프로그램의 효과를 정성적으로 분석하였다. **연구결과:** 본 프로그램은 생활중심의 체계적인 프로그램이며, 자아탄력성의 하위요인이 잘 발현될 수 있도록 구성되어 있어 현장에서 교사들이 효과적으로 자아탄력성 증진 교육을 수행할 수 있는 자료로 활용될 수 있다. **논의 및 결론:** 본 연구는 빈곤가정아동에게 가장 필요한 영역인 자아탄력성을 탐색하고 증진시켜 아동의 권리와 역량을 회복시켜 줄 수 있을 것이다.

주제어: 지역아동센터, 지역아동센터 이용아동, 자아탄력성, 자아탄력성 증진 프로그램, 프로그램 개발

투고일: 2020. 11. 08. / 심사일: 2020. 11. 30. / 게재확정일: 2020. 12. 25.