

유아기 아동을 위한 수줍음 극복 프로그램의 효과*

The Effectiveness of a Program for Overcoming Shyness in Kindergarteners*

박유나(You-Na Park)¹⁾

도현심(Hyun-Sim Doh)²⁾

ABSTRACT

The program for overcoming shyness consisted of four step-by-step parts, understanding shyness, overcoming anxiety, improving self-esteem, and promoting self-assertion. Participants were 6 boys and 10 girls from three kindergarten classes. The two gender groups were randomly assigned to either the experimental or the control group. The experimental group participated in the program for 50 minutes per day twice a week for 12 sessions, and the control group received no treatment. Eight non-shy children also joined the program in the ninth and tenth sessions. Findings indicated that shyness in the experimental group decreased significantly while the control group maintained previous levels of shyness, implying that early intervention programs have potential effectiveness for reducing shyness in young children.

Key Words : 수줍음 극복 프로그램(shyness overcoming program), 불안감(anxiety), 자아존중감(self-esteem), 자기주장성(self-assertion).

I. 서 론

첨단 문명이 발달하고 자기 생각을 표현하도록 격려하는 현대사회에서는 여러 분야에 걸쳐 보다 적극적인 행동을 필요로 하며 이러한 행동방식에 더욱 커다란 가치를 두려는 경향이 있다. 따라서

많은 부모들은 자녀가 소극적인 태도를 가지고 행동하기 보다는 매사에 적극적인 태도로 행동하기를 바란다. 이러한 부모의 바람은 자녀가 본격적으로 사회적 관계를 맺기 시작하는 시기인 유아기부터 강하게 나타난다고 볼 수 있다. 이러한 점에서 적극적이고 사교적인 행동과 대조되

* 이 논문은 이화여자대학교 석사학위 논문의 일부임.

¹⁾ 이화여자대학교 대학원 석사

²⁾ 이화여자대학교 생활환경대학 소비자인간발달학과 부교수

Corresponding Author : Hyun-Sim Doh, Department of Consumer Science & Human Development, Ewha Womans University, Seoul 120-750, Korea
E-mail : simdoh@ewha.ac.kr

는 개념인 아동의 수줍음(shyness)은 한 인간의 사회적 행동을 설명하는 데 있어서 많은 연구자들의 관심의 대상이 되어왔다.

기존의 수줍음에 대한 연구들은 수줍음을 보이는 아동의 행동특성에 관심을 두었다. 이는 수줍음으로 인해 발생하는 정서 및 행동의 결과와 관련된 것으로, 수줍음을 보이는 아동들은 외로움(도현심, 1996; Cassidy & Asher, 1992)과 같은 심리적 어려움을 경험하며, 자이존중감이 낮고(Kempe, 1995; 1996), 사회적 기술이 부족하고(Kagan, 1984), 소극적인 특성(Asendorpf, 1990)을 가지기 쉽다. 결과적으로 이러한 특성들로 인해 아동은 또래관계에서 어려움을 경험하게 된다(Asendorpf, 1990; Richmond, 1985; Zimbardo, 1977). 실제 놀이 상황에서 아동의 또래관계를 관찰한 연구를 보면, 수줍음 수준이 높은 아동들은 그렇지 않은 아동들에 비해 사회성이 낮고, 적극적으로 활동하기 보다는 다른 또래들의 놀이를 구경하는 편이며, 함께 어울리는 또래의 수가 더 적었다(강소연, 1994; Zimbardo & Radl, 1981).

이처럼 수줍음을 보이는 아동의 정서 및 행동 특성은 적극적인 태도를 격려하는 서구사회에서는 보다 일찍이 일종의 문제행동으로 인식되기 시작하였다. 특별히 최근에는 수줍음과 관련하여 한 개인이 겪는 부적응 문제로서 사회공포증이라는 병리현상이 사회적 쟁점이 되고 있으며, 이미 국외에서는 Zimbardo(1977)의 수줍음 연구를 시작으로 수줍음을 중재하기 위한 다양한 프로그램이 개발되고 있다. Zimbardo는 수줍음에 대한 선구자적 연구자로서, 미국의 스탠포드 연구소(현재는 Shyness Institute)에서 수줍음 극복을 위한 프로그램을 개발·실시하여 그 효과에 대해 보고해 오고 있다. 국내에서는 설기문(1988)이 Zimbardo(1977)의 연구를 소개하면서 수줍음을 감소시키기 위한 프로그램을 개발하기

시작하였고, 지금까지 보고 된 국내외 여러 수줍음 극복 프로그램 내용은 주로 Zimbardo가 개발한 프로그램의 내용에 기초하고 있다.

Zimbardo(1977)는 수줍음의 증상이 사회적 불안, 낮은 자이존중감, 사회적 기술의 미숙과 같은 요인에 의해 유발된다는 점에 근거하여, 수줍음 극복 프로그램에서 수줍음 증상과 이에 수반되는 다양한 문제행동들을 다루고자 하였다. 그 구체적 내용을 보면, 자기 자신을 이해하기, 수줍음 이해하기, 자이존중감 형성하기, 사회적 기술 습득하기가 포함된다. 수줍음 아동을 대상으로 한 국내의 프로그램들은 부끄러움 극복 프로그램(정일호, 1990)을 시작으로 하여 최근에는 수줍음 극복 프로그램(안봉선, 1999; 양승관, 1991)이라는 명칭으로 소개되고 있다. 이 외에도 수줍음을 보이는 아동을 대상으로 자기표현 훈련(권명희, 2000; 김미경, 1991)과 자기주장 훈련(이숙자, 1992; 정지선, 1992), 놀이 중심의 주장 훈련(박희량, 2004; 전지현, 1995) 그리고 사회적 기술 훈련 프로그램(이현숙, 2004) 등의 다양한 연구들이 이루어졌다. 자기표현 훈련에서는 수줍음에 대해 인지적 재구성 시간을 갖고, 자신감 형성 및 사회성 기르기 등의 내용이 포함되며, 자기주장 훈련에서는 주장적 행동의 이해 및 주장적 행동의 기술을 익히고 연습하는 것을 내용으로 하였다. 사회적 기술 훈련에서는 각 회기마다 갈등 상황을 제시하고, 이를 해결하기 위한 기술을 익히고 실습하였다. 또한, 특정 매체를 이용하여 아동의 수줍음을 감소시키고자 한 연구들도 있다. 예를 들면, 인형놀이를 통한 사회성 훈련(강희선, 1998), 독서치료 프로그램(정은혜·김춘경, 2003), 수줍음 극복을 중심으로 한 음치아동의 음악지도 방안(이지윤, 1999) 등이 이에 해당한다.

이처럼 기존의 중재 프로그램들은 각각의 명칭은 다양하지만, 궁극적으로 대상 아동의 수줍

음 수준을 낮춘다는 공통 목적을 가지고 있다. 이들은 최소 5회기에서 최대 16회기까지로 구성된 집단 상담 프로그램으로서, 각 프로그램마다 대상 연령에 맞게 다양한 활동들을 포함시켰다. 이러한 기존의 수줍음 극복을 위한 프로그램 연구들은 대부분 자기주장 능력, 자아존중감, 사회적 기술 등 각각의 특징적 요소 하나 만에 초점을 두어, 수줍음 극복을 위해 수줍음의 원인이 되는 문제들을 총체적으로 다룬 연구는 발견하기 어렵다. 그러나 수줍음의 원인 혹은 수줍음의 결과로 발생하는 문제행동을 하나만으로 규정짓기가 어렵기 때문에 이 문제들을 전반적으로 다루주는 프로그램이 필요하다. 따라서 수줍음 극복이라는 주요 목표를 설정하고, 수줍음에 대한 인식 및 이해를 시작으로 불안극복, 긍정적 자아존중감의 형성, 자기주장성 등을 하나의 프로그램 내에서 차례로 훈련하는 단계적 프로그램이 요구된다. 이러한 측면에서, 본 연구는 궁극적으로 수줍음 수준을 낮출 뿐만 아니라, 동시에 수줍음 특성과 관련한 문제행동인 불안감을 낮추고, 자아존중감과 자기주장성을 증진시키고자 하는 내용으로 구성된 프로그램을 개발하고자 한다. 또한, 수줍음을 보이는 아동들의 친구를 초대하는 회기를 포함하여, 프로그램 참가를 통해 습득한 자기주장성을 실습해 보는 기회를 제공하고자 한다. 이는 중재집단의 아동들이 프로그램을 통해 배운 자기주장성 기술들을 또래와의 놀이 현장에서 실제적으로 적용해 볼 수 있는 기회를 제공하기 위함이다. 결과적으로 본 프로그램의 전 과정을 통해 아동은 기본적으로 수줍음이라는 문제행동을 극복할 뿐 아니라, 나아가 수줍음은 아동들이 그들이 속한 사회관계 내에서 원만한 또래관계를 갖도록 도울 수 있을 것이다.

한편, 연구대상의 선정에 있어서 기존의 수줍음 극복 프로그램과 관련한 선행연구들은 연구

대상을 학령기 아동과 청소년으로 한정하는 경향이 있다. 그러나 수줍음에 관한 몇몇 국외 연구결과들은 수줍음을 생후 초기 1년 이내에 주로 발생한다고 알려진 낮가림과 구분하지 않고 정의하여, 이 시기에 수줍음이 낮가림의 형태로 나타난다고 하였다(Buss & Plomin, 1984; Daniels & Plomin, 1985; Kagan, Reznick, Clarke, Snidman, & Garcia-Coll, 1984; Kagan, Reznick, Snidman, Gibbons, & Johnson, 1988). 이는 그 만큼 아동의 수줍음이 시작되는 시기가 이르다는 사실을 반영하며, 이에 근거하여 본 연구에서는 유아기 아동들을 대상으로 한 프로그램을 개발하고자 한다. 또한, 프로그램 종료 후 일정 시간이 지나 추후 검사를 실시하여 프로그램의 효과 뿐 아니라 프로그램의 효과가 지속되고 있는지도 살펴보고자 한다.

요약하면, 본 연구의 목적은 아동의 수줍음과 관련한 선행 프로그램 연구의 문제점들을 수정·보완하여 유아기 아동을 대상으로 한 수줍음 극복 프로그램을 개발하고, 개발된 중재 프로그램이 실제적으로 유아의 수줍음 수준 및 부수적인 문제행동에 변화를 가져오는지 그 효과를 살펴보고자 한다. 수줍음에 대한 이해를 비롯하여, 불안감 극복, 자아존중감의 향상, 자기주장성의 습득 및 실습 등 상호 유기적으로 연결된 단계적 프로그램을 통해 유아는 일차적으로 수줍음을 극복함으로써 또래 관계 증진에 도움이 되리라 기대한다.

II. 수줍음 극복 프로그램의 개발

1. 프로그램 개발 절차 개관

본 수줍음 극복 프로그램은 수줍음을 하나의 행동특성이 아닌 극복해야 할 문제행동으로 인식하는 데서 출발하였다. 본 중재 프로그램은 국

내외 연구 논문과 저서들(설기문, 1988; 정일호, 1990; Zimbardo, 1977 등)을 고찰하여 수줍음 극복을 위한 단계적 접근을 시도하여, 수줍은 아동이 공통적으로 겪는 문제행동들을 파악하고, 이를 프로그램의 각 단계별 활동을 통해 긍정적인 방향으로 해결하도록 하였다. 이에 따라 수줍음의 이해, 불안감 극복, 자아존중감 증진, 그리고 자기주장성 습득 및 실습을 통한 단계적 수줍음 극복 프로그램을 고안하였다. 구체적으로 살펴보면, 본 프로그램은 그 형식상 Zimbardo & Radl (1981)에 기초하였는데, 이 프로그램에서는 수줍음의 본질을 다루는 도입 부분과 긴장을 이완하고 비합리적인 생각을 고치는 방법에 관한 전개 부분에 이어, 수줍음 극복을 위한 실천적 방법을 제시한 후 프로그램을 마무리하는 단계적, 순차적 수줍음 극복 과정의 일예가 된다. 프로그램의 내용으로 포함된 다양한 활동들은 수줍은 아동들을 대상으로 한 관련 저서 및 프로그램 연구들을 참고하였다. 예를 들면, 수줍은 아동들의 불안감 극복 및 긴장 이완을 위해 기존의 수줍음 극복 프로그램 연구들(김미경, 1991; 이현숙, 2004)을 참고하여 본 프로그램 매 회기 도입부에서는 간단한 게임이나 신체활동 등을 포함시켰다. 또한, 사회성 훈련을 위해 인형놀이를 이용한 연구(강희선, 1998)를 기초로 본 연구에서는 아동의 자기주장성 습득을 돕기 위해 손인형을 이용하였다. 본 연구에서 도입한 친구초대회기는 정경화(2005)의 연구를 참고하되, 연구자의 후속 연구를 위한 제안대로 회기수를 3회기에서 2회기로 감소시켰다. 그 외 아동의 수줍음 감소를 위해 독서치료 프로그램의 효과를 살펴본 연구(정은해 · 김춘경, 2003)에서와 같이 동화책 들려주기를 본 프로그램 내용에 포함시켰으며, 아동의 자아존중감 증진을 돕기 위한 몇몇 활동들은 Jones(1998)의 저서를 기초로 하였다

(강희선, 1998; 김광웅 · 유미숙, 2003; 김미경, 1991; 박진재, 2001; 설기문, 1988; 양운란, 1995; 정경화, 2005; 정은해 · 김춘경, 2003; 한숙경 · 오인수, 2002; Jones, 1998; Zimbardo, 1977).

2. 프로그램의 목적 및 목표

본 프로그램은 아동이 수줍음이라는 행동특성에 대해서 객관적인 인식을 갖고, 수줍음을 일으키는 상황에서 당황하지 않으면서 이를 적절하게 대처할 수 있도록 도와주는 데 그 목적이 있다. 궁극적으로는 수줍음 극복을 통해 사회적 관계맺음에 소극적이었던 행동을 적극적으로 변화시키며, 더 나아가서는 사회성을 증진시켜 원하는 또래관계를 형성하도록 돕고자 한다.

본 프로그램의 구체적 목표는 다음과 같다. 첫째, 수줍음에 대해 이해하고, 수줍음으로 인해 겪게 되는 문제들을 인식하도록 한다. 둘째, 이완훈련을 실시하여 수줍음으로 인해 경험하게 되는 부정적인 감정인 불안감을 극복하도록 한다. 셋째, 자아존중감 증진을 통해 자신에 대한 긍정적인 태도를 갖도록 한다. 넷째, 수줍음을 극복하기 위해서 자기주장성 기술들을 습득하고, 습득한 자기주장 기술들을 실생활에서 적절히 적용하고 일반화할 수 있도록 한다. 특별히 본 연구에서는 사회적 기술 요인 가운데 수줍은 아동들에게 가장 부족한 특성 가운데 하나로 잘 알려진 자기주장성(권명희, 2000; 김미경, 1991; 이숙자, 1992; 전지현, 1995; 정지선, 1992)에 초점을 두었다.

3. 프로그램의 운영

1) 참가대상 및 집단 규모와 강사

본 프로그램에 참여 가능한 대상은 만 5세의 수줍은 유아기 아동들이다. 한 집단의 참가 아동

수는 8-10명으로 소집단으로 운영하며, 9회기와 10회기에는 프로그램을 통해 습득한 자기주장성을 실습해 보는 기회를 갖기 위해 중재집단의 아동과 수줍음 수준이 낮은 아동이 함께 참가하여 16-20명의 대집단으로 운영된다. 프로그램의 주 진행을 맡은 강사는 아동학에 대한 충분한 이론적 지식을 가지고 일반적 아동 대상 프로그램을 운영해 본 경험을 가진 자로 하며, 본 프로그램의 목적 및 내용을 파악하고 있어야 한다. 또한 훈련된 보조 진행자 1명이 함께 참여한다.

2) 실시기간

본 프로그램은 1주일에 2회씩 6주 동안 총 12

회기에 걸쳐 실시되며, 각 회기의 운영시간은 50분으로 한다.

3) 프로그램의 구성 및 내용

본 프로그램은 크게 도입, 전개, 마무리의 3단계로 구성되며, 친해지기 및 수줍음의 이해를 목표로 하는 1-2회기와 일종의 문제해결 단계인 3-10회기의 전개 단계, 마지막으로 프로그램을 정리하고 집단 경험을 현실 생활에 적용할 수 있도록 하는 단계인 11-12회기로 나뉜다. 특히, 전개 단계는 불안 극복, 자아존중감 증진, 자기주장성 기술 습득, 그리고 자기주장성 기술 실습 등 네 부분으로 나뉘며 이 모든 과정은 단계적으로

〈표 1〉 수줍음 극복 프로그램의 회기별 제목, 교육목표 및 내용

회 기	제 목	교 육 목 표	교 육 내 용
도입	1 나를 소개 할게요	친밀감 형성	· 프로그램소개 · 규칙 정하기 · 자기소개 · 깃발 만들기 · 친구에게 공 보내기
	2 안녕? 수줍음 (내 얘기잖아!)	수줍음 이해	· 동화듣기 (용기를 내 뽀뽀)
	3 나의 느낌은?	불안 극복 1	· 자신의 감정상태 이해하기
전개	4 나는 두렵지 않아요	불안 극복 2	· 불안극복 및 신뢰감 형성을 위한 신체활동
	5 나는 소중한 아이예요	자아존중감 증진 1	· 칭찬의자
	6 이젠 내가 최고일거야!	자아존중감 증진 2	· 내가 잘하는 것 (장래희망 등에 대해 이야기 상자 만들기)
	7 친구야, 같이 놀자	자기주장성 습득 1	· 이미 진행 중인 놀이에 참여하기
	8 미안하지만, 친구야	자기주장성 습득 2	· 요청하기, 거절하기
	9 친구와 함께 놀아요 I	자기주장성 실습 1	· 친구초대(우리는 하나) 초대된 친구들과 함께 어울려 놀기
	10 친구와 함께 놀아요 II	자기주장성 실습 2	· 친구초대(징검다리 놀기) 초대된 친구들 놀이에 끼어들기, 초대된 친구들에게 자기의견을 표현하기
마무리	11 나는 이제 수줍어하지 않아요 I	프로그램 복습	· 동화듣기 (꼬마 당나귀의 크리스마스 노래)
	12 나는 이제 수줍어하지 않아요 II	프로그램 마무리	· 지난 회기동안의 학습 내용 정리 및 종결 파티

접근하는 원리가 적용된다. 프로그램의 회기별 제목, 교육목표 및 내용을 포함한 전체적인 구성에 대한 설명은 <표 1>에 제시되어 있다. 매 회기는 도입(5-10분), 전개(30-35분), 마무리(5-10분)로 구성하되 한 회기의 운영시간이 50분을 넘지 않게 한다. 프로그램에 포함되는 활동들은 강의 및 지도, 손 인형극, 게임, 미술활동, 음악활동, 신체활동 등을 포함하여 다양하게 진행한다.

III. 연구방법

1. 실험대상 및 표집절차

본 연구의 대상은 경기도 S구에 위치한 H유치원 7세반(만 5세) 3학급 99명 중 수줍음 수준이 높은 남녀 아동 16명(남아 : 6명, 여아 : 10명)이다. 전체 아동의 수줍음 평균 및 표준편차는 각각 14.36과 3.53, 연구대상 아동의 수줍음 평균 및 표준편차는 각각 20.38과 1.60이었다. 중재집단에 속한 남아 3명과 여아 5명의 아동들을 대상으로 본 연구에서 개발된 프로그램을 실시하였다.

본 연구의 중재집단과 통제집단 아동의 표집은 다음과 같은 절차로 이루어졌다. 우선, H유치원의 7세반 아동 99명을 대상으로 수줍음 점수를 측정하여 점수가 높은 아동 순으로 정리하였다. 다음으로 프로그램의 참가 인원수(8-10명)를 고려하여 99명의 아동 중에서 수줍음 점수

<표 2> 연구대상 아동 수

집단	남아	여아	계
중재집단	3	5	8
통제집단	3	5	8
계	6	10	16

상위 16-20번째 아동들(약 16-20% 이내)을 선정 후, 각 집단에 속하는 아동의 성별을 동수로 하여 중재집단과 통제집단에 무선 배정하였다(<표 2>).

2. 조사도구

본 연구의 조사도구는 아동의 수줍음, 불안감, 자아존중감, 및 자기주장성을 측정하기 위한 질문지들로 구성된다. 아동의 수줍음, 불안감 및 자기주장성은 교사에 의해, 자아존중감은 아동을 대상으로 한 개별 면접을 통해 평가되었다.

1) 수줍음 척도

아동의 수줍음은 Buss와 Plomin(1984)이 개발한 교사보고용 EAS(The EAS Temperament Survey for Children : Teacher Ratings)의 수줍음 요인을 번안하여 측정되었다. 수줍음에 관한 문항은 총 5 문항으로, ‘수줍어하는 경향이 있다.’, ‘매우 사교적이다.’, ‘낯선 사람에게 다가가는데 시간이 오래 걸린다.’ 등의 문항으로 구성된다. 본 척도는 ‘거의 그렇지 않다’의 1점에서 ‘매우 그렇다’의 5점으로 평가하는 Likert식 척도로서, 전체 점수가 높을수록 수줍음이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 산출한 Cronbach's α 는 .73이었다.

2) 불안감 척도

아동의 불안감은 Behar와 Stringfield(1974)가 제작한 교사용 평정도구를 염현경(1998)이 국내 실정에 맞게 타당도를 검증하여 문장을 축소한 KPBBQ(Korea Preschool Behavior Questionnaire) 가운데 불안감 요인을 이용하여 측정되었다. 불안감과 관련된 문항은 ‘많은 것들에 대한 걱정에 사로잡혀 있다.’, ‘손톱을 물어뜯거나 손을 뺀다.’, ‘새 것이나 새로운 상황에 대해 두려워하는

경향이 있다.’ 등을 포함하여 총 10문항으로 구성된다. 본 척도는 ‘그렇지 않다’ 0점, ‘가끔 그렇다’ 1점, ‘확실히 그렇다’ 2점으로 평가하는 Likert식 척도로서, 점수가 높을수록 불안감 수준이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 산출한 Cronbach's α 는 .72였다.

3) 자아존중감 척도

아동의 자아존중감은 Harter와 Pike(1984)가 개발하여 아동들을 대상으로 타당화한 지각된 유능감과 사회적 수용 그림 척도(The Pictorial Scale of Perceived Competence and Social Acceptance for Young Children)를 김영숙(1997)이 번안·수정한 것을 사용하여 측정되었다. 본 척도는 서로 대비되는 상황의 그림 자료를 아동에게 제시한 후, 검사자가 대상 아동에게 ‘○○가 그림상황과 얼마나 비슷한가?’를 묻고, 아동이 직접 질문에 답하도록 되어있다. 예를 들면, ‘그림조각을 잘 맞추는지’, ‘함께 놀 친구가 있는지’, ‘혼자서도 그네를 잘 타는지’, ‘어머니가 예쁘다고 쓰다듬어 주는지’, ‘미술시간에 만들기를 잘하는지’ 등의 상황이 포함된다. 이 척도는 총 30문항으로 되어 있으며, 인지능력(6문항), 동료 수용(6문항), 신체적 수용(6문항), 어머니 수용(6문항), 자기수용(6문항)의 5가지 하위요인으로 구성된다. 본 척도는 각 문항에서 아동이 자신과 가장 가깝다고 생각할 때 4점, 그렇지 않을 경우 1점으로 평가하는 Likert식 척도로서 점수가 높을수록 자아존중감의 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서 산출한 각 요인별 Cronbach's α 는 .73-.89이었다.

4) 자기주장성 척도

아동의 자기주장성은 Rakos와 Schroeder(1980)가 개발한 자기보고용 척도를 대상 아동의 연령

을 고려하여 교사가 평가할 수 있도록 수정하여 측정되었다. 이 척도는 20개의 문항으로 되어 있으며, 내용적 요소(9문항), 언어적 요소(5문항), 비언어적 요소(6문항)의 3가지 하위요인으로 구성된다. 문항의 예로는 ‘말하고 싶은 것이 있어도 참는 경우가 많다.’, ‘말이 입안에서만 웅얼거린다.’, ‘말할 때 상대를 바로 보지 못한다.’ 등을 들 수 있으며, 문항 가운데 전체 신뢰도를 낮추는 한 문항을 제외하였다. 모든 문항이 부정적 진술문으로 된 본 척도는 ‘항상 그렇다’는 1점, ‘거의 그렇지 않다’는 5점으로 평가하는 Likert식 척도로서, 점수가 높을수록 자기 주장성이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 각 요인별로 신뢰도를 산출한 결과 Cronbach's α 는 .75-.92였다.

3. 실험 설계 및 절차

1) 실험 설계

본 실험연구는 실험처치의 효과를 검증하기 위하여 사전-사후 검사 통제 집단 설계(pretest-osttest control group design)를 기초로 하였다. 즉, 중재집단에는 수줍음 극복 프로그램을 실시하고, 통제집단에는 아무런 처치도 가하지 않으며, 프로그램 실시 전후에 양 집단을 대상으로

〈표 3〉 실험설계

집단	사전	사후	추후
중재집단	O_1 X	O_2	O_3
통제집단	O_4	O_5	O_6

X : 실험처치 변인으로 수줍음 극복 프로그램

O_1, O_4 : 수줍음과 불안감, 자아존중감, 및 자기주장성 사전검사

O_2, O_5 : 수줍음과 불안감, 자아존중감, 및 자기주장성 사후검사

O_3, O_6 : 수줍음과 불안감, 자아존중감, 및 자기주장성 추후검사

사전-사후 검사를 실시하였다. 본 연구에서는 각 집단별로 수줍음을 비롯하여, 불안감, 자아존중감 및 자기주장성을 측정하여 프로그램 실시 전과 후에 유의미한 차이가 있는지 알아보았다. 이와 더불어, 프로그램 종료 4주 후에 추후검사를 실시하여 그 효과가 지속되고 있는지도 살펴보았다(<표 3>).

2) 실험 절차

(1) 사전검사

중재집단과 통제집단을 선정하기 위해 2005년 9월 1-9일에 H유치원 7세반(만 5세) 아동 99명의 수줍음을 비롯하여 불안감, 자아존중감, 및 자기주장성을 측정하였다.

(2) 프로그램의 실시

본 프로그램의 효과를 살펴보기 위해, 연구대상으로 선정된 16명 가운데 8명의 중재집단 아동들을 대상으로 2005년 10월 11일-11월 18일에 주 2회 6주에 걸쳐 프로그램을 실시하였다. 매 회기는 50분으로, 프로그램 실시 장소는 유치원 강당과 미술실이었다. 사전에 부모로부터 프로그램 참가에 대한 동의를 구하였고, 프로그램은 유치원 일과 중 자유선택활동 시간인 오전 10시-10시 50분에 실시하였다. 9-10회기는 프로그램에 참가하는 아동들과 동일한 숫자의 수줍음 수준이 낮은 아동들(수줍음 평균 및 표준편차: $M=9.5$, $SD=0.76$)을 초대하여 함께 활동하는 회기로 총 16명의 아동이 참여하였다. 프로그램의 전체 과정은 비디오로 녹화되었다.

(3) 시후검사

프로그램 마지막 회기인 12회기를 마친 후, 프로그램의 효과를 알아보기 위해 연구대상 아동과 교사를 대상으로 사전 검사와 동일한 질문지

를 이용하여 사후 검사를 실시하였다.

(4) 추후검사

프로그램의 지속적 효과를 알아보기 위해, 프로그램 종료 약 4주 후에 연구대상 아동과 교사를 대상으로 사전, 사후 검사와 동일한 질문지를 이용하여 추후 검사를 실시하였다.

(5) 자료 분석

자료 분석은 SPSS/WIN 11.0 Program을 이용하여 통계 처리하였다. 프로그램 실시 전 중재집단과 통제집단의 등질성을 확인하기 위해 수줍음과 불안감, 자아존중감 및 자기주장성 등 연구변인 각각에 대해 독립표본 t 검정(Independent Samples t -test)을 실시하였다. 각 집단별로 조사 시기(사전-사후-추후)에 따라 각 변인에 유의한 차이가 있는지를 살펴보기 위해, 일원배치분산 분석(One-way ANOVA)과 Scheffe' 사후검증을 실시하였다. 모든 유의도는 $p<.05$ 이하 수준에서 검증되었다.

IV. 연구결과

1. 프로그램 실시 전 수줍음과 불안감, 자아존중감, 및 자기주장성의 집단간 차이

중재집단과 통제집단 간의 등질성을 알아보기 위하여 프로그램 실시 전 두 집단 간에 수줍음을 비롯하여, 불안감, 자아존중감, 및 자기주장성에서의 차이를 비교해 보았다. 그 결과, 중재집단과 통제집단 간에는 유의한 차이가 없는 것으로 나타나, 두 집단의 연구변인 점수는 실험 처치 이전에 등질적임이 확인되었다.

〈표 4〉 집단별 수줍음의 사전-사후-추후검사 차이 (N=16)

조사시기	중재집단 (n=8)				통제집단 (n=8)			
	M	SD	F	Scheffe'	M	SD	F	Scheffe'
사 전	20.38	1.60		a	19.63	2.13		
사 후	14.75	2.25	17.414***	b	17.50	3.21	3.196	
추 후	15.75	2.19		b	16.50	2.07		

*** $p < .001$

2. 집단별 수줍음과 불안감, 자아존중감, 및 자기주장성의 사전-사후-추후검사 차이

1) 수줍음

수줍음의 경우, 중재집단에서만 사전-사후-추후간에 유의한 차이를 보였으며($F=17.414, p<.001$), 통제집단에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 또, Scheffe' 사후검증을 실시한 결과, 사후검사 점수($M=14.75$)와 추후검사 점수($M=15.75$) 모두 사전검사 점수($M=20.38$)에 비해 유의하게 낮은 점수를 나타냈으며, 사후검사 점수($M=14.75$)와 추후검사 점수($M=15.75$)간에는 유의한 차이가 없었다(<표 4>). 즉, 중재집단은 본 프로그램에 참가함으로써 수줍음 수준이 유의하게 낮아졌고, 프로그램의 효과 역시 지속되고 있음을 알 수 있다.

2) 불안감, 자아존중감, 및 자기주장성

(1) 불안감

불안감의 경우, 중재집단에서 사후검사 점수($M=1.75$)는 사전검사 점수($M=3.75$)에 비해 감소하였으며, 추후검사에서는 그 점수가 동일하게 유지되었으나, 이러한 결과는 통계적으로 유의하지는 않았다. 통제집단 또한 불안감 점수는 조사 시기에 따라 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다.

(2) 자아존중감

자아존중감의 경우, 중재집단은 조사 시기에 따라 인지능력, 어머니 수용, 자기 수용 등의 하위요인들과 전체 점수에서 유의한 차이를 나타냈으며, 통제집단은 모든 변인에서 유의한 차이가 발견되지 않았다. Scheffe' 사후검증을 실시한 결과, 인지능력은 사전점수와 사후점수 간에는 차이가 없었으나, 추후검사 점수($M=24.00$)가 사전검사 점수($M=22.38$)에 비해 유의하게 증가하였다. 어머니 수용은 사후검사 점수($M=22.88$)가 사전검사 점수($M=20.88$)에 비해 유의하게 높았으며, 사후검사 점수($M=2.88$)와 추후검사 점수($M=23.38$)간에는 유의한 차이가 없다. 마찬가지로 자기 수용의 경우, 사후검사 점수($M=23.63$)는 사전검사 점수($M=2.25$)에 비해 유의하게 증가하였으나, 사후검사 점수($M=23.63$)와 추후검사 점수($M=4.00$)간에는 유의한 차이를 보이지 않았다. 즉, 중재집단은 본 프로그램에 참가함으로써 자아존중감의 하위요인 가운데 어머니수용과 자기수용 수준이 유의하게 향상되었고, 프로그램의 효과 역시 지속되고 있음을 알 수 있다. 자아존중감 전체점수의 경우, 사전점수와 사후점수 간에는 차이가 나타나지 않았지만, 추후검사 점수($M=17.38$)가 사전점수($M=109.38$)에 비해 유의하게 증가하였다(<표 5>).

〈표 5〉 집단별 자아존중감의 사전-사후-추후검사 차이 (N=16)

하위요인	조사 시기	증재집단 (n=8)				통계집단 (n=8)			
		M	SD	F	Scheffe'	M	SD	F	Scheffe'
인지능력	사전	22.38	1.77		a	22.75	1.28		
	사후	23.63	.74	4.723**	a b	22.63	1.41	3.033	
	추후	24.00	0		b	23.88	.35		
동료수용	사전	22.38	2.07			22.13	1.64		
	사후	23.13	1.36	.566		19.75	2.96	2.085	
	추후	23.13	1.36			21.88	2.85		
신체수용	사전	21.50	2.45			20.63	1.92		
	사후	21.63	3.16	.818		21.00	1.77	2.367	
	추후	22.88	.99			22.50	1.77		
어머니수용	사전	20.88	1.64		a	19.50	3.25		
	사후	22.88	.99	9.924***	b	19.63	3.02	1.624	
	추후	23.38	.74		b	21.88	2.59		
자기수용	사전	22.25	1.49		a	21.50	1.77		
	사후	23.63	.51	8.209**	b	19.75	3.15	2.537	
	추후	24.00	0		b	22.25	1.58		
계	사전	109.38	6.19		a	106.50	5.45		
	사후	114.88	5.44	5.689*	a b	102.75	10.14	3.286	
	추후	117.38	1.69		b	112.38	6.28		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

(3) 자기주장성

증재집단과 통계집단 모두에서 자기주장성은 조사 시기에 따라 통계적으로 유의한 차이가 발견되지 않았다.

줍음 극복을 위한 단계적 접근을 시도하였다. 본 연구의 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

1. 유아기 아동을 위한 수줍음 극복 프로그램의 개발

본 수줍음 극복 프로그램은 유아기 아동의 수줍음을 단순히 하나의 행동특성으로 보는 것이 아니라 극복해야 할 문제행동으로 인식하는 데서 시작하였다. 프로그램 개발을 위해 국내외 연구 논문과 저서들을 기초로 수줍음 극복을 위해 포함될 내용을 구성하고, 단계적인 접근을 시도하였다. 이에 따라 수줍음의 이해, 불안감 극복,

V. 논의 및 결론

본 연구는 유아기의 수줍음 아동들을 위한 수줍음 극복 프로그램을 개발하여 그 효과를 검증하는 것을 목적으로 하였다. 개발된 프로그램을 통해 유아가 보이는 수줍음과 수줍음으로 인해 나타나는 부수적인 문제들을 다루고자 했으며, 수

자아존중감의 증진, 자기주장성 기술 습득 및 실습의 단계로 구성된 수줍음 극복 프로그램을 개발하였다.

프로그램의 참가대상은 수줍음 수준이 높은 유아기 아동 8-10명이며, 9-10회기에는 동일한 숫자의 수줍음 수준이 낮은 또래들이 함께 참여하게 된다. 실시시간은 매 회기 당 50분으로 하며, 주 2회씩 6주 동안 총 12회기를 진행하도록 계획되었다. 본 프로그램의 전체 구성은 도입(1-2회기), 전개(3-10회기), 마무리(11-12회기)의 3단계로 이루어진다. 도입 단계에서는 대상아동 간에 친밀감을 형성하고, 정보를 교환하며, 수줍음에 대한 이해 및 직면의 과정을 경험하게 된다. 전개 단계에서는 전체적으로 수줍음 극복을 위한 부수적인 행동문제들을 다루게 되며, 불안감 극복을 위한 회기(3-4회기), 긍정적인 자아존중감 형성을 위한 회기(5-6회기), 자기주장성 기술 습득(7-8회기), 그리고 자기주장성 기술 실습(9-10회기) 등 네 부분으로 구분된다. 특히, 자기주장성 기술 실습 회기에서는 수줍음 수준이 낮은 또래들을 프로그램에 초대하여, 참가아동과 함께 협력하고 또래관계를 증진시킬 수 있는 활동으로 구성하여 7-8회기에서 획득한 자기주장성 기술들을 실제로 적용해 보고, 그에 따른 피드백을 경험할 수 있도록 하였다. 마무리 단계에서는 그 동안의 프로그램 내용을 정리하면서 수줍음 극복이라는 목표를 달성하였는지 스스로 평가해보는 시간을 갖도록 한다.

본 연구에서 개발된 수줍음 극복 프로그램은 참가대상의 연령을 비롯하여 프로그램의 단계적 구성 및 자기주장성 기술 실습을 위한 친구초대 회기의 구성 측면에서 기존의 프로그램들과 차별성을 갖는다. 또한, 기존의 연구들이 대부분 학령기 아동과 청소년을 대상으로 한 프로그램을 개발한 점과 달리, 본 연구에서는 아동이 겪

는 사회적 관계에서의 어려움에 대한 중재를 가능한 한 이른 시기에 시도하기 위해 또래에 대한 관심이 점차 증가하는 유아기 아동들을 대상으로 한 프로그램을 개발하였다. 특히, 친구초대 회기를 통해 그 동안 배운 기술을 실제로 적용해 보는 시간은 참가대상들이 또래관계 내에서 수줍음의 문제로 소극적이었던 행동에 변화를 가져올 수 있는 보다 실제적인 기회를 제공한다. 동시에 초대된 또래들에게는 참가대상들의 행동 변화를 관찰할 수 있는 기회가 되어 참가 아동들에 대해 재평가할 수 있도록 하였다.

2. 유아기 아동을 위한 수줍음 극복 프로그램의 효과 검증

본 연구에서 개발된 유아기 아동을 위한 수줍음 극복 프로그램의 효과를 살펴보기 위해 사전-사후검사 통제집단 설계를 기초로 한 실험연구를 수행하였다. 이를 위해 수줍음 수준이 높은 만 5세 남녀 유아 8명씩을 각각 중재집단과 통제집단에 무선으로 배정하여, 중재집단을 대상으로 본 프로그램을 실시하였고 통제집단에는 아무런 처치도 가하지 않았다. 수줍음을 비롯한 불안감, 자아존중감, 및 자기주장성의 사전검사 및 사후검사 점수를 비교함으로써 프로그램의 효과를, 프로그램 종료 4주후에는 추후검사를 통해 프로그램 효과의 지속성을 살펴보았다.

중재집단과 통제집단 각각에서 프로그램 실시 전후의 수줍음 수준에 차이가 있는지를 살펴본 결과, 통제집단과 달리 중재집단에 속한 아동들의 수줍음 수준은 유의미한 감소를 나타내었다. 이와 같은 결과는 프로그램 실시 후 수줍음 점수가 감소하였다는 선행 연구결과들(강희선, 1998; 김미경, 1991; 박희량, 2004; 안봉선, 1999; 양승관, 1991; 이지윤, 1999; 전지현, 1995; 정은혜 ·

김춘경, 2003)과 일치한다. 또한, 중재집단의 사후검사 점수와 추후검사 점수 간에는 통계적으로 유의한 차이가 발견되지 않아 프로그램의 효과가 지속되고 있음을 알 수 있다.

다음으로는 중재집단과 통제집단 각각에서 수줍음 외에 불안감, 자아존중감, 및 자기주장성이 프로그램 실시 전후에 어떠한 차이가 있는지를 살펴보았다. 자아존중감의 경우, 중재집단 아동의 어머니수용과 자기수용은 프로그램 실시 후 유의한 증가를 보였으며 긍정적으로 변화된 자아존중감이 프로그램 종료 후 4주까지도 지속되고 있음을 확인할 수 있었다. 자아존중감의 하위요인 중에 자기수용은 수줍음 극복 프로그램 내용에서 강조된 부분이기도 하다. 그러나 이러한 결과는 특별한 프로그램에 참가해서 관심을 받고 있다는 자체로도 충분히 증진될 수 있는 가능성도 배제할 수 없다. 즉, 본 프로그램에 참여했다는 인식이 중재 집단 아동 스스로의 평가에 영향을 미쳐 프로그램 실시 전보다 자신을 더 긍정적으로 평가하였을 수도 있다. 또한, 프로그램 참가대상의 불안감과 자기주장성은 프로그램 실시 전후에 다소의 차이를 나타내기는 하였으나, 이러한 결과는 통계적으로 유의하지 않았다. 이처럼, 프로그램 실시 전후에 불안감을 비롯하여 자기주장성 각 하위변인에서 유의한 차이가 나타나지 않은 점은 본 프로그램 내용상 각 변인의 하위 요인들을 모두 다루지 못하였을 가능성을 내포한다. 동시에 이러한 결과는 수줍음에 대한 동서양의 인식 차이를 반영할 수도 있다. 기존 국내 연구결과에서 수줍음과 불안감 및 자기주장성간에 유의한 관계가 보고 되기는 하지만(이숙자, 1992; 이현숙, 2004; 정일호, 1990), 서양의 경우와 달리 우리나라의 문화적 상황에서는 수줍음을 문제행동시 하는 경향이 덜하여 수줍음으로 인한 사회적 불안감 역시 심각하지 않을 수

도 있을 것이다. 그러나 통제집단 아동의 경우 불안감, 자아존중감, 자기주장성은 물론 특히 수줍음에서 조사 시기(사전-사후-추후)에 따른 유의한 차이를 나타내지 않은 결과를 통해, 유아기의 수줍음은 아동들의 수줍음 극복을 주요 목적으로 한 본 프로그램의 효과만은 확인할 수 있었다.

결론적으로 본 연구는 다음과 같은 의의가 있다. 첫째, 본 연구는 일반 어린이집이나 유치원에 다니는 유아들 가운데 수줍음 수준이 높은 유아기 아동을 대상으로 함으로써, 장기적 측면에서 일종의 예방적 접근을 시도하였다. 이는 수줍음의 발생시기를 비롯하여 아동기의 수줍음이라는 성격특성이 성인기 문제행동으로까지 발전할 수 있다는 점에 근거한 것이다. 동시에 임상적 중재를 받을 만큼 심각한 문제를 보이지는 않지만 앞으로 대인관계나 사회성 발달의 측면에서 문제를 보일 가능성이 있는 아동들을 대상으로 한 프로그램을 개발하였다는 점에서도 예방적 의미가 있다. 둘째, 본 프로그램은 참가아동에게 수줍음의 이해 및 직면의 과정을 거쳐 수줍음 극복을 위한 종합적 내용이 유기적으로 연결된 단계적 접근을 시도함으로써, 어느 한두 가지 요인에만 초점을 둔 기존의 연구와 달리 보다 통합적인 접근을 시도하였다. 셋째, 본 프로그램에서는 수줍음 극복의 과정을 체계적으로 접근함은 물론, 수줍은 아동들에게 특히 취약한 자기주장성을 실습해 볼 수 있는 기회를 제공 하였다. 즉, 프로그램의 일부 회기에서 중재집단 아동들은 일반 또래들과 함께 함으로써 프로그램을 통해 배운 내용을 실제 또래상황에 적용해 볼 수 있었다. 넷째, 본 프로그램은 어린이집과 유치원을 포함한 일반 교육기관뿐만 아니라, 수줍음으로 인해 또래관계의 적응상 어려움을 겪는 유아들을 돕기 위해 상담 및 치료 기관에서도 활용될 수 있다는 데 그 의의가 있다.

마지막으로, 본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 교실 상황에서 보이는 수줍음 및 또래관계에서 어려움을 겪는 소극적인 태도에 초점을 두어 프로그램을 개발하였으며, 교사평가만을 사용하여 수줍은 아동을 선정하였다. 그러나 후속연구에서는 관찰법 및 부모 평가를 포함하여 보다 다양한 평가 방법을 통해 대상 아동을 선정하고자 하는 노력이 요구된다. 둘째, 12회기라는 프로그램 기간은 유아기 아동의 행동특성을 완전히 변화 시키기에는 다소 부족하므로, 좀 더 장기적인 프로그램과 지속적인 중재가 필요할 것으로 보인다. 예를 들어, 이와 같은 프로그램을 한 학기 혹은 두 학기 프로그램으로 구성하여 지속적인 훈련과 동시에 행동 관찰에 따른 피드백이 제공되어야 할 것이다. 이는 프로그램 실시 이후, 그 효과의 지속성을 통해 유아의 변화된 행동특성을 일반화하는 데 더욱 효과적일 것이다. 셋째, 본 연구는 연구 수행 일정상 프로그램 종료 4주후에 프로그램의 지속 효과를 살펴보았다. 사후검사와 추후검사간의 4주간이라는 간격은 프로그램의 지속 효과를 발견하기에는 짧은 기간으로서, 추후검사는 사후검사 실시 후 적어도 2개월 혹은 3개월 후에 측정될 필요가 있다. 따라서 후속 연구에서는 연구일정을 장기적으로 계획하여 프로그램의 지속적인 효과를 검증하는 것이 요구된다.

참 고 문 헌

강소연(1994). 아동의 수줍음과 놀이실에서의 사회적 특성. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
 강희선(1998). 인형놀이를 통한 사회성훈련이 아동의 수줍음과 자아존중감에 미치는 효과. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
 권명희(2000). 자기주장훈련이 위축아동의 위축행동

및 또래수용도에 미치는 효과. 계명대학교 대학원 석사학위논문.
 김광웅·유미숙(2003). 101가지 놀이치료 기법. 서울 : 중앙적성출판사.
 김미경(1991). 수줍어하는 아동을 위한 자기표현훈련 효과에 관한 연구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
 김영숙(1997). 아동의 자아존중감에 영향을 주는 가정환경의 재변인. 동국대학교 대학원 석사학위 논문.
 도현심(1996). 아동의 수줍음, 대인적응성 및 또래수용성과 외로움간의 관계. 아동학회지, 17(2), 33-45.
 박진재(2001). 아동의 또래관계 증진을 위한 사회적 기술 중재 프로그램의 효과. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
 박희량(2004). 놀이 중심의 주장훈련이 초등학생의 부끄러움 감소와 주장성 증가에 미치는 영향. 한서대학교 대학원 석사학위논문.
 설기문(1988). 부끄러움 극복 훈련의 실제. 서울 : 형설출판사.
 안봉선(1999). 수줍음 극복 훈련이 아동의 자기표출 증진에 미치는 효과. 제주대학교 대학원 석사학위논문.
 양승관(1991). 수줍음 극복 프로그램 실시효과, 초등학교 고학년을 중심으로. 중앙대학교 교육대학원 석사학위논문.
 양윤란(1995). 아동용 사회기술훈련 프로그램의 효과 연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
 엄현경(1998). 유아의 일상적 스트레스 척도의 개발을 위한 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
 이숙자(1992). 주장훈련이 국민학교 학생의 수줍음 감소에 미치는 효과. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
 이지운(1999). 음치아동의 음악 심리적 지도방안의 연구, 수줍음 극복을 중심으로. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
 이현숙(2004). 사회적 기술 훈련 프로그램이 수줍음 아동의 사회적 기술, 불안, 우울, 자아존중감에 미치는 효과. 계명대학교 대학원 석사학위논문.
 전지현(1995). 놀이중심의 주장훈련이 국민학생의 부

- 끄러움 수준과 주장성 및 사회성에 미치는 효과. 부산대학교 대학원 석사학위 논문.
- 정경화(2005). 거부아의 또래관계 증진을 위한 사회적 기술 훈련 프로그램의 개발. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 정은혜 · 김춘경(2003). 아동의 수줍음 감소를 위한 독서치료 프로그램의 효과. *초등교육연구*, 16(1), 317-340.
- 정일호(1990). 국민학생을 위한 부끄러움 극복 프로그램의 효과. 전남대학교 대학원 박사학위논문.
- 정지선(1992). 수줍음의 재인식과 집단 주장훈련이 아동의 주장성 및 사회성에 미치는 효과. 한국외국어대학교 대학원 석사학위논문.
- 한숙경 · 오인수(2002). **효과적인 학급경영을 위한 집단상담 프로그램**. 서울 : 교육과학사.
- Asendorf, J. B. (1990). Development of inhibition during childhood : Evidence for situational specificity and a two-factor model. *Developmental Psychology*, 26, 721-730.
- Behar, L., & Stringfield, S. (1974). A behavior rating scale for the preschool child. *Developmental Psychology*, 10, 601-610.
- Buss, A. H., & Plomin, R. (1984). *Temperament : Early developing personality traits*. Hillsdale, NJ : Lawrence Erlbaum.
- Buss, A. H., & Plomin, R. (1984). The Inheritance of Temperament. *Journal of Personality*, 41, 513-524.
- Cassidy, J., & Asher, S. R. (1992). Loneliness and peer relations in young children. *Child Development*, 63, 350-365.
- Daniels, D., & Plomin, R. (1985). Origins of individual differences in infant shyness. *Developmental Psychology*, 21, 118-121.
- Harter, S., & Pike, R. (1984). The Pictorial Scale of Perceived Competence and Social Acceptance for Young Children. *Child Development*, 55(6), 1969-1982.
- Jones, A. (1998). *104 Activities that build : Self-esteem, teamwork, communication, anger management, self-discovery and coping skills*. Richland, WA : Rec Room Publishing.
- Kagan, J., Reznick, J. S., Clarke, D., Snidman, N., & Garcia-Coll, C. (1984). Behavioral inhibition to the unfamiliar. *Child Development*, 55, 2212-2225.
- Kagan, J., Reznick, J. S., Snidman, N., Gibbons, J., & Johnson, M. O. (1988). Childhood derivatives of inhibition and lack of inhibition to the unfamiliar. *Child Development*, 59, 1580-1589.
- Kempe, K. M. (1995). Shyness and self-esteem in early childhood. *Journal of Humanistic Education and Development*, 33(4), 173-182.
- Kempe, K. M. (1996). Preschooler's creativity, shyness, and self-esteem. *Creativity Research Journal*, 9(4), 317-326.
- Rakos, R. F., & Schroeder, H. E. (1980). Development and empirical evaluation of a self-administered assertiveness training program, *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 47(5), 991-993.
- Richmind, V. P. (1985). Shyness and popularity : children's views. *Western Journal of Speech Communication*, 64, 638-641.
- Zimbardo, P. G. (1977). *Shyness*. New York : Jove Publications, Inc.
- Zimbardo, P. G., & Radl, S. L. (1981). *The shy child*. New York : McGraw-Hill.

2006년 6월 30일 투고 : 2006년 8월 28일 채택