

## 격려 중심의 학급 운영이 초등학생의 학교생활 적응력 및 자기격려에 미치는 효과\*

김 애 진                      오 익 수<sup>†</sup>  
광주교육대학교

본 연구의 목적은 격려중심 학급운영이 초등학생의 학교생활적응과 자기격려에 미치는 효과를 탐색하는 것이다. 이를 위해 다양한 격려중심학급운영방안이 아德勒의 개인심리학 이론에 기초하여 개발되었다. 연구대상은 광주광역시 A 초등학교 5학년 2개반이며, 한 반은 실험집단(n=28), 다른 한 반은 통제집단(n=31)이었다. 자료는 학교적응검사(강해련, 2008)와 자기격려척도(기재영, 홍경자, 2008)를 통해 수집하였다. 수집된 자료는 공분산분석을 하였다. 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 통제집단보다 실험집단에서 학교 적응점수가 유의미하게 증진하였다. 둘째, 통제집단보다 실험집단에서 자기격려점수가 유의미하게 증가하였다.

주요어: 격려, 학급운영, 아德勒상담

\* 본 논문은 광주교육대학교 석사학위 논문(2010)의 일부를 수정보완한 것임

† 교신저자(Corresponding Author): 오익수/ 광주교육대학교 교육학과/ (500-703) 광주광역시 북구 풍향동 1-1/Tel (062) 520-4206/E-mail : isoh@gmue.ac.kr

아들러상담에서 아동을 지도하는 가장 중요한 방법으로 '격려'를 들고 있다(Sweeney, 1998). 격려란 개인의 자기-존중, 자기-확신, 그리고 가치감을 형성하기 위하여 개인이 가지고 있는 자원들에 초점을 맞추는 것으로서 개인이 긍정적으로 변화하도록 개인의 내적 자원들과 용기의 발달을 촉진시키는 과정이다(Dinkmeyer & Losoncy, 1996). 이러한 격려는 과도하게 성취지향적인 압박 속에서 스트레스를 받고 있는 아동들에게 그들의 어려움을 예방하고 극복하는데 많은 시사를 준다. Dagley, Campbell, Kulic과 Dagley(1999)는 아동들의 경험 속에 격려와 낙담의 정도를 측정하였는데, 그 결과 아동의 건강한 심리적인 발달을 위해 격려가 아주 중요한 역할을 한다는 것을 알아냈다. Dinkmeyer와 Dreikurs(2000)는 부적응행동을 하는 아동은 낙담한 아동이며 격려의 부족은 부적응행동의 기본적인 원인이라고 격려가 아동을 교육시키는데 아주 중요한 과정이라고 강조하였다. 강해련(2008)은 학급 아동을 지도하는 과정에서 격려적인 교사의 언어반응을 개념화하면서, 교사의 자기노력으로 학생에 대한 격려반응의 사용빈도를 높일 수 있음을 밝히고, 이러한 격려반응 증대는 학생의 학교생활적응에도 긍정적인 영향을 미치고 있음을 밝혔다. 김미란(2006)은 격려집단 상담을 실시한 결과 자아존중감에 긍정적인 변화가 있었음을 보고하였다. 이러한 연구결과들은 아동을 격려하는 것은 아동에게 긍정적인 변화를 도출할 수 있음을 시사한다. 따라서 본 연구는 기존의 격려 프로그램은 보다 효과적으로 활용하기 위해 격려 중심의 학급 운영이 초등학생

들의 학교생활 적응력과 자기격려 향상에 어떠한 영향을 미치는가를 탐색하고자 한다.

### 격려중심 학급운영

본 연구에서 격려 중심의 학급 운영은 학급 구성원 개개인이 자신의 강점과 장점을 인식할 수 있게 하며 다른 사람의 평가나 승인에 대한 요구 없이 자신이 결정하고 선택할 수 있는 힘을 가지고 있다는 것을 깨닫게 함으로써 건강한 학교생활을 하도록 돕는데 있다. 학급운영은 개인의 자신감을 높이고, 불완전한 것에 대한 용기를 갖게 하고 많은 학생들이 실수를 두려워하지 않고 완벽해지려는 욕망으로 벗어나 보다 자율적이고 적극적으로 창의적으로 활동할 수 있도록 돕고, 사기가 떨어진 아동들 즉 낙담한 아이들에게 용기를 북돋아 주고 학급에서 역할과 위치가 있음을 알게 하여 열등감을 극복할 수 있게 도와주며, 학생 스스로가 학급 내에서 기여하고, 협동하고, 참가할 수 있도록 안내하는 방향으로 이루어진다. 이를 실현하기 위한 학급 운영 방안은 다음과 같다. 첫째, 교과 시간을 이용하여 성공에 대한 의무를 강조하지 않고 어떤 기여와 협력을 했는지를 강조하며 책임과 협동을 기르기 위한 모둠 활동을 강조한다. 둘째, 생활지도와 특별활동을 통하여 낙담한 아동을 상담하고 역할 분담 활동, 학급 자치 활동, 봉사 활동 강화와 행사활동에 공동 참여 및 공감과 경청 훈련을 통한 타인 배려하기를 강조하여 학생 스스로가 보다 적극적이고 자율적으로 학급 내에서 기여하고

협동하게 한다. 셋째, 재량 활동을 통하여 구체적으로 격려의 과정과 기술을 훈련하는데 격려 프로그램 적용함으로써 다양한 격려 표현 방법과 기술 익히고 긍정적으로 생각하는 방법을 배우게 한다. 넷째, 기타 활동으로 아침조회 시간을 이용한 격려 구호 외치기, 가정과 연계하여 가정 통신문과, 학급 홈페이지를 활용하여 격려 기술 나누며 익히게 한다. 다섯째, 모둠별 격려 노래 부르기 대회, 격려 왕 뽑기, 격려 표현이 들어 있는 시와 노래 찾기 대회, 격려 신문 만들기, 격려의 날 정해 활동하기 등 격려 관련 다양한 학급 행사들을 실시하여 학교생활 전반에 즐겁게 활용되게 한다.

## 연구방법

### 대상

본 연구자가 담임하고 있는 G시의 초등학교 5학년 한 학급을 실험집단(남 14, 여 14)으로 하고, 같은 학교에서 연구자와 교직경력이 비슷한 교사가 맡고 있는 5학년의 한 반(남 15, 여 16)을 통제집단으로 하였다.

### 측정도구

학교생활 적응력 검사 : 임정순(1993)의 아동 학교생활 적응에 관한 검사를 참고로 유윤희(1994)가 수정하였고, 이것을 강해련(2008)이가 다시 사용한 것을 재사용하였다. 이 검사는 5점 리커트식 척도이며, 점수가 높을수록 학교생활 적응을 잘 하는 것으로 해

석한다. 본 연구에서 척도문항의 내적합치도 Cronbach  $\alpha$ 계수는 .81이었다.

자기격려검사 : 기재영, 홍경자(2008)가 개발한 아동용 자기격려 척도 중 일부분을 발췌 수정하여 사용하였다. 본 연구에서 척도의 문항내적 합치도는 .93이었다.

### 연구절차

본 연구는 사전-사후 통제집단 설계 방식으로 실행되었다. 2009년 4월에 사전검사로 학교생활적응력 검사와 자기격려검사를 실험 및 통제 집단에 실시하고, 2009년 4월부터 9월까지 실험집단에 본 연구에서 개발한 격려중심학급을 적용하였으며, 2009년 9월에 실험 및 통제집단에 사후검사를 실시하였다.

### 자료처리

격려중심 학급 운영의 효과를 알아보기 위하여 사전검사를 공변인으로 하고 사후검사에 대한 공분산분석을 하였다. 통계분석은 spss 10.1을 이용하였다.

## 결 과

### 격려중심 학급운영 내용

#### 가. 아침 조회 시간을 이용한 격려 표현 익히기

매일 아침 조회 시간(8:45~9:00)을 이용하여 월별로 격려 구호와 격려 노래를 통한 격려 표현들을 익혀 보았다(표1).

표 1. 월별 격려 구호와 격려 노래

월별	격려 구호	격려 노래
4월	오늘은 좋은 날이야 내 꿈은 이루어지리라 믿어, 이 세상에 완벽한 사람은 없어, 나는 매력적이야 나는 눈에 넣어도 아프지 않을 만큼 소중한 존재야	5학년 6반 실패해도 좋아 5학년 6반 포기하면 안돼 5학년 6반 노력해 보자 오늘도 좋은 일이 있기를... 6반 파이팅!
5월	나는 특별해, 나는 소중해 나는 커서 위대한 일을 해낼 거야 사람들은 나를 좋아해 나는 복을 받았어.	
6월	오늘은 멋진 날이 될꺼야 나는 재능과 자혜가 철철 넘쳐, 나는 비전을 충분히 이룰 수 있어, 잘 했구나 시작치고는 대단해, 하지만 여기서 만족하지 말고 더 발전할 수 있다고 믿어보렴.	
7.9월	난 소중하고 무한한 가능성을 지녔어 난 내가 정말 좋아 실수는 누구나 할 수 있어, 노력하는 과정도 중요하니까 끝까지 난 해낼꺼야 힘내자 파이팅!	

**나. 재량활동 시간을 활용한 격려 프로그램 적용**

본 연구의 격려프로그램은 김미란(2006)이

고등학생을 대상으로 실시한 8회기 격려집단 상담 프로그램(각 회기별 2시간 소요)의 내용을 재량 활동 (40분)수업으로 내용을 구체

표 2 격려 프로그램 내용

차	주요활동	격려 구성요소
1	열등감 알아보기	격려 할 수 있는 생각으로 바꾸기
2	출생 순위가 자신에게 미치는 영향 살펴보기	격려 할 수 있는 생각으로 바꾸기
3	격려 표현 찾아보기	격려에 대한 이해
4	긍정적 자기 이미지 만들기(나의 성공 경험 찾아보기)	자신 격려하기
5	자기 능력 믿기(나의 장점 20가지 찾기)	자신 격려하기
6	비전 명찰 만들기	자신 격려하기
7	자기 격려 방법과 격려 기술 연습	자신 격려하기
8	타인 격려 방법과 격려 기술 연습	타인 격려하기
9	인정 욕구 살펴보기	불완전함에 대한 용기
10	완벽 욕구 살펴보기(실수에 대한 용기 갖기)	불완전함에 대한 용기

화시키고 초등학교 고학년 수준으로 수정, 보완하여 사용하였다. 그에 따른 구성 요소로는 격려에 대한 이해, 낙담하게 하는 생각 알아보기, 격려 할 수 있는 생각으로 바꾸기, 격려 표현 알아보기, 자신과 타인 격려하기, 불완전함에 대한 용기 등이다. 차시별 표 2와 같이 격려 프로그램을 운영 하였다.

**다. 낙담한 아동 상담 활동 전개**

문장 완성 검사와 사전 자기격려 점수가

표 3. 학부모 통신문 목록

월	활동내용
3	교사소개 (교사에 대한 소개, 격려 중심 학급운영 방침 안내)
4	격려를 위한 20가지 항목 알리기, 격려 제언들 알리기
5	용기를 주는 칭찬법 스트레스를 주지 않고 격려하는 법
6	내 아이를 변화시킨 말 한마디 격려 프로그램을 적용한 수업 공개를 통하여 격려 기술 나누기
7	학부모 소감문 작성

낮은 아동 및 학교생활 적응력 점수가 낮은 아동을 대상으로 개인 상담 활동을 지속적으로 실시하여 학교생활 적응력을 보다 향상시킬 수 있도록 하였다.

**라. 홈페이지를 활용한 격려 기술 나누기**

학교 재량 수업과 관련하여 수업 후 소감문을 올리고 모둠별 활동 내용을 학급 홈페이지에 탑재하였으며 가정과 연계하여 격려 기술 나누는 데 활용하였다.

**마. 가정통신문을 통한 격려 기술 나누기**

학생 개인에게는 학교에서의 교사뿐만 아니라 가정에서 부모의 영향력이 크기 때문에 격려에 관한 체계적인 부모 교육이 필요하

다. 월별 주제에 맞는 학부모 통신문을 가정으로 보냄으로써 가정에서도 격려의 의미와 격려 표현을 익히게 하고 상황별로 적용하기 유용한 격려 반응을 알도록 하였다. 또한 학급 홈페이지를 활용하여 격려 관련 수업 내용을 살펴보고 학부모 공개 수업시 격려 프로그램을 적용한 수업을 보면서 격려 기술을 익히도록 하였다. 학부모 통신문 목록은 표 3과 같다.

**바. 교과 학습 시간을 이용한 책임감과 협동심 기르기**

학교에 있는 시간 중의 거의 대부분은 교과학습활동 시간이다. 이에 교과시간마다 성공에 대한 의무를 강조하지 않고 어떤 기여를 했는지 어떻게 협력했는지를 강조함으로써 학교생활과 자기격려가 향상되도록 하였으며 모둠 활동을 통하여 협동심과 자기 역할을 성실히 수행하게 함으로서 책임감을 기를 수 있도록 하였다.

**사. 다양한 격려 관련 행사 실시**

모둠별 격려 노래 부르기 대회, 격려 왕 뽑기, 격려 표현이 들어 있는 시와 노래 찾기 대회, 격려 신문 만들기, 격려의 날 정해 활

격려 중심의 학급 운영이 초등학생의 학교생활 적응력 및 자기격려에 미치는 효과

동하기 등 격려 관련 다양한 학급 행사들을 실시하여 배우고 익혔던 격려 표현들이 학교 생활 전반에 즐겁게 활용되게 하였다.

학교생활 적응력에 미치는 영향

격려 중심의 학급 운영을 실시 전과 실시 후에 얻은 전체 학교생활 적응력 검사의 집단 간 평균과 표준편차는 표 4와 같고, 사전 검사 점수를 공변인으로 한 사후검사점수에 대한 공분산분석결과는 표 5와 같다.

표 5에서와 같이 학교생활적응 점수에 대해 집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 나타났다( $F=11.75, p<.001$ ). 즉, 격려 중심의 학급 운영은 실험집단 학생들에게 효과적이었다.

자기격려에 미치는 효과

격려 중심의 학급 운영을 실시 전과 실시 후에 얻은 자기격려 검사의 평균과 표준편차 결과는 표 6과 같고, 사전검사 점수를 공변인으로 하고 사후검사 점수에 대한 공분산 분석 결과는 표 7과 같다.

표 4. 학교생활 적응력 사전-사후검사 평균과 표준편차

집단	N	사전검사		사후검사			
		평균	표준편차	평균	표준편차	조정평균	표준오차
실험집단	28	117.64	14.47	123.85	18.81	119.88	2.41
통제집단	31	107.32	15.99	104.58	14.38	108.16	2.28

표 5. 학교생활 적응력 공분산 분석

분산원	제곱합	자유도	평균제곱	F	p
사전	7146.97	1	7146.97	46.46	.00
집단	1808.47	1	1808.47	11.75***	.00
오차	8614.00	56	153.82		

\*\*\* $p<.001$

표 6. 자기격려 사전-사후검사 평균 및 조정평균

집단	N	사전검사		사후검사			
		평균	표준편차	평균	표준편차	조정평균	표준오차
실험집단	28	73.64	7.22	82.14	13.11	81.07	1.68
통제집단	31	70.58	8.89	70.16	10.45	71.54	1.59

표 7. 자기격려 공분산 분석

분산원	제곱합	자유도	평균제곱	F	p
사전	3531.61	1	3531.61	45.01	.00
집단	1314.16	1	1314.16	16.75***	.00
오차	4393.36	56	78.45		

\*\*\* $p<.001$

표 7에서와 같이 자기격려 점수에 대해 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 나타났다 ( $F=16.75, p<.001$ ). 즉 격려 중심의 학급 운영은 실험집단 학생들에게 효과가 있음을 알 수 있다.

### 논 의

본 연구는 격려 중심의 학급운영이 초등학생의 학교생활 적응과 자기격려에 미치는 영향을 탐색하는 것이다. 본 연구의 결과에 대해 격려 중심의 학급운영 개발 부분과 그에 따른 실행에 관련된 부분, 그리고 연구 결과에 나타난 프로그램의 효과와 관련된 부분으로 나누어 논의해 보고자 한다.

첫째, 본 연구는 초등학생의 학교생활 적응력과 자기 격려를 향상시키기 위해 격려 중심의 학급 운영 방침을 개발하였다. 이에 따른 세부 내용으로 성공에 대한 의무를 강조하지 않고 어떤 기여와 협력을 했는지를 강조하는 교과활동영역, 긍정적인 말 쓰기, 모둠 활동 및 역할 활동 강화, 타인 배려하기 등을 강조한 생활지도 영역 그리고 고학년 적응활동 강화 및 학급 자치 활동을 강화하는 특별활동 영역, 격려 프로그램을 적용하여 격려 방법과 격려 기술을 익힌 재량활동 영역으로 나누어 적용 해 보았다. 이는 교사의 격려반응이 다른 사람의 평가나 승인에 의존하지 않고 개인에게 용기나 자아존중감을 갖게 하여 교사-아동의 상호관계의 질을 높이고 이를 통해 아동의 학교생활 적응을 돕는다는 강해련(2008)의 연구와 격려 집단상담

프로그램이 초등학생의 자기 격려를 돕는 데 효과적이라는 정지운(2008)의 연구 결과를 토대로 하여 단기간에 걸친 상담의 형태와 교사의 언어 반응에 국한된 내용을 벗어나 보다 포괄적이며 지속적인 격려 중심의 학급 운영의 방침을 개발하여 효과를 극대화 하고자 한 것이다. 아울러 개인심리학 이론의 주요개념과 Dinkmeyer와 Losoncy(1996)가 격려의 과정을 기술한 내용 및 기존의 격려집단상담 프로그램의 내용을 분석하여 학급 운영 틀에 접목하였으나 현재 초등학생 수준에 맞는 격려 집단상담 및 개인상담 프로그램이 별로 연구되어 있지 않고 격려 중심의 학급 운영과 관련된 선행 연구가 전혀 없는 상태에서 그와 관련된 학급 운영을 재구성한다는 것에 많은 어려움이 있었으나 앞으로 격려 중심의 학급 운영이 보다 구체적이고 체계적으로 정착되어 교실현장에 활용되어야 할 것이다.

둘째, 격려 중심의 학급 운영을 실시 면에서 살펴보면 10차시의 격려 프로그램을 적용한 재량활동 영역은 고등학생을 대상으로 한 격려 집단 상담의 활동 내용을 초등학교 40분 수업에 맞춰 재구성 하여 사용하였는데 구체적인 격려 방법과 격려 기술을 익히는데 효과가 있었고 재량 활동 수업으로 적용하기 쉽게 개발 하였다고 할 수 있다. 또한 가정과 연계한 격려 기술 나누기 활동은 주로 학부모 통신문과 학급 홈페이지 활용, 학부모 총회시간, 학부모 공개 수업을 통하여 이뤄졌는데 학부모 대부분이 도움이 많이 되었다고 하였고 가정에서도 적용하려고 노력했다고 하였다. 그 외 아침 조회 시간을 이용한 격려

구호 외치기와 격려 노래 부르기를 비롯한 다양한 격려 관련 학급 행사들의 활동은 실시하기가 용이하였으며 학생들의 반응 또한 좋았다. 실제로 재량활동 시간을 통해 익힌 격려 표현들을 적용할 수 있는 기회를 제공해 주는 측면과 이를 다시 피드백을 해 주는 효과가 있었다. 하지만 성공에 대한 의무를 강조하지 않고 모둠 활동을 강조한 교과활동 영역에서는 성취지향적인 우리 교육현장의 여건에서 보면 교사의 인식 변화가 선행되어야 할 것이며 각 교과별로 보다 구체적인 지도 내용이 더 많이 마련 되어야 할 것이다.

셋째, 연구 결과에 나타난 프로그램의 효과와 관련된 부분을 살펴보면 격려 중심의 학급 운영이 초등학생 학교생활 적응력 향상에 도움을 주었으며 자기격려 향상에도 도움을 주었다. 그러나 낙담한 아동은 개인 상담을 통하여 자기격려에는 향상을 보이지만 학교생활 적응 면에서 그 효과가 미비한 것으로 보인다. 그 이유는 낙담한 아동들은 격려 프로그램을 이해하고 적용하는데 더 많은 시간이 필요하며 학교생활 영역 중 교우관계가 미치는 영향이 교사관계, 학교수업, 학교규칙 영역보다 더 크기 때문으로 보인다. 따라서 낙담한 아동들의 교우관계 개선을 위한 더 집중적인 노력이 필요할 것으로 보인다.

후속연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 초등학교 5학년 학생들을 대상으로 연구자의 반응 대상으로 이루어진 실험결과이다. 따라서 앞으로는 다양한 학년을 대상으로 한 후속 연구가 이루어져야 할 것이다. 둘째, 본 연구에서는 학급 운영을 교과활동, 재량활동, 특별활동과 기타 학부모

연계 교육면에서 격려 중심의 학급 운영 방침을 개발하여 적용하여 보았는데 교과활동에 관련된 더 구체적인 지도 방법들이 개발되어야 할 것이다. 셋째, 재량 활동시 활용했던 격려 프로그램을 더 활성화시키기 위해서는 학생들의 발달 수준을 고려하여 고학년, 중학년, 저학년 단계에 맞는 프로그램이 제작되어야 하며 일선 학교에서 활용할 수 있도록 해야 할 것이다. 넷째, 학부모와 연계한 측면에서 보면 격려 기술과 방법에 관련된 통신문을 학부모들에게 제공하거나 학급 홈페이지를 통한 격려 관련 내용을 보여주는 초보적인 수준으로 가정에서도 격려를 적용해 보겠다는 의지를 갖게 했다면 앞으로는 좀 더 구체적인 프로그램이 개발되어야 할 것이다.

## 참고문헌

- 강해련(2008). 교사의 격려반응이 아동의 학교생활 적응에 미치는 영향. 광주교육대학교 석사학위논문.
- 기채영, 홍경자(2008). 아동용 자기격려 척도 개발 및 타당화. 한국놀이치료학회지, 11(2), 49-69.
- 기채영(2009). 아동의 스트레스와 심리적 부적응의 관계에서 자기격려의 매개 효과. 전남대학교 박사학위논문.
- 김미린(2006). 아들의 개인심리학에 근거한 격려 집단상담 프로그램 개발 및 효과분석. 목포대학교 대학원 박사학위논문.
- 정지운(2008). 격려집단상담이 초등학생의 자아존중감에 미치는 효과. 광주교육대학교 석사



학위논문.

- Dagley, C. J., Campbell, F. L., Kulic, R. K., & Dagley, L. P. (1999). Identification of subscales and analysis of reliability of an encouragement scale for children. *The Journal of Individual Psychology, 55*, 355-364.
- Dinkmeyer, D. & Dreikurs, D. D. (2000). *Encouraging children to learn*. PA: Brunner-Routledge.
- Dinkmeyer, D. & Losoncy, L. (1996). *The skills of encouragement: Bring out the best in yourself and others*. New York: ST, Lucie Press.
- Sweeney, T. J. (1998). *Adlerian counseling: A practitioner's approach*. PA: Accelerated Development.

□□원 고 점 수 말 2009년 12월 9일  
□□수정원고점수말 2009년 12월 27일  
□□게 재 승 인 말 2009년 12월 31일

## The Influence of Encouragement- centered Class Management on Elementary Students' Adaptation to School Life and Self-Encouragement

Ae-jin Kim                      Ik-soo Oh  
Gwangju National University of Education

The purpose of this study is to examine the influence of encouragement-centered class management on elementary students' adaptation to school life and self-encouragement. The various encouragement-centered class management tactics were developed which were based on Adler's Individual psychology theory. Subjects were two classes which were 5th grade at A elementary school in Gwangju. One class was experiment group(n=28) and the other class was control group(n=31). Data were collected through the school adaptation scale(kang, 2008) and self-encouragement scale(Gi and Hong, 2008). The collected data were analysed using ANCOVA. The results of this study were following: First, school adaptation score had improved significantly in experimental group than the control group. Second, self-encouragement score had improved significantly in experimental group than the control group.

*Key words: encouragement, class management, adler counseling*