# 시치료 프로그램이 중학생의 정서지능에 미치는 효과

이계선 · 차타순 · 이희영†
(오륙도 중학교 · 서울대상관계정신분석연구소 · † 부경대학교)

# Effect of Poetrytherapy Program on Emotional Intelligence of Middle School Students

Gye-Sean LEE · Ta-Soon CHA · Hee-Yeong LEE†
(Oryukdo Middle School · Object Relations Institute for Psychoanalysis in Seoul · † Pukyong National University)

## Abstract

The purpose of this study was to develop poetrytherapy program and to test it's effect on emotional intelligence of middle school students. Sixty-six(male 33, female 33) middle school students participated in this study. Thirty-three students were assigned to experimental group and control group respectively. The program which is composed of 14 sessions was applied to experimental group for 16 weeks. Subjects completed Emotional Intelligence Test. Collected data were analyzed using t-test and ANCOVA. The results of statistical analyses showed that there were statistically significant differences in emotional intelligence test scores between experimental group and control group. Based upon these results, it is concluded that poetrytherapy program was effective in improving emotional intelligence of middle school students.

*Key words : Poetrytherapy, Emotional intelligence, Middle school students*

## Ⅰ. 문제 제기

인간의 삶은 타인과 세계를 인식하고 그 인식으로부터 새로운 반응을 만들어 내고 또 다시 인식하고 반응하는 순환적인 인식과 반응으로 이루어진다. 개인적 삶과 사회생활의 핵심이라 볼 수 있는 이 인식과 반응은 인간이라면 누구나 가지는 이성적인 지능과 감성적인 지능에 의해 결정된다. 그런데 이 두 가지 지능은 상호 보완적이며 불가분의 관계이기 때문에, 한 기능의 도움 없이는 다른 한 기능이 제 역할을 충분히 할 수가 없다(Goleman, 1995). 즉 이성적 지능은 정서가 불안하다든지 심리적 기능이 저하된다든지 등으로 정서적 지능이 약화되었을 때는 그 기능을 충분히 발휘하지 못하며 정서적 지능도 이성의 인지적 판단으로부터 도움을 받아야만 긍정적인 힘을 발휘할 수 있다.

1990년 Salovey와 Mayer에 의해 정서지능(Emotional Intelligence)이라는 용어가 등장한 이후, 우리나라에서도 인간 능력에 대한 새로운 관점으로 정서지능(EI) 혹은 정서지수(EQ)에 대한 관심이 증가하고 있다. 정서지능에 대해 관심을

† Corresponding author : 051-629-5495, hylee@pknu.ac.kr

가지고 있는 대부분의 학자들은 정서지능이 다른 지능적 요소들과 마찬가지로 선천적 요인에 의해 결정되는 부분도 있지만 교육이나 경험에 의해 향상될 수 있음을 강조한다(Goleman, 1995). Goleman은 인생의 성공을 100%라고 했을 때, 그 중 20%는 IQ나 학교 성적과 같은 지적 능력에 의해 좌우되나, 80%는 감성과 같은 다른 요인에 의해 결정된다고 하였다. 학교에서 중도 탈락하는 아이들을 보면 대부분이 또래 친구들과의 관계가 원만하지 못하며, 어른의 경우 자신의 감정을 제대로 조절하지 못하거나 표현하지 못하는 부부들이 이혼하는 사례가 많다고 한다(정종진, 1996). 즉 인간의 적절하고도 창의적인 적응생활, 나아가서 삶 전체에 영향을 주는 변인으로서의 정서지능은 매우 중요하며, 그 중요성은 점점 강조되고 있다.

Gardner(1983)는 지능이 순수한 언어적 사고력, 공간적·수리적 추론 능력 등에 국한되는 것에 반하여 다중 지능 이론을 제시하였다. 이 이론에서 Gardner는 지능은 언어 지능, 논리-수학 지능, 공간 지능, 음악 지능, 신체-운동 지능, 개인 지능으로 구성되며, 개인 지능은 다시 개인간 지능과 개인 내 지능으로 구분된다고 주장하였다. 여기서 개인 지능은 인간의 정의적 측면을 계발할 수 있는 지능으로 서로 협동하고, 다른 사람을 존중하며, 개인적으로는 자기 이해와 긍정적 사고, 그리고 자존감을 높일 수 있는 지능이다.

Sternberg(1981)도 지능의 종류에는 분석적 지능, 창의적 지능과 실천적 지능이 있다고 주장하면서 과거보다 더 다양한 능력, 즉 창의성이나 실생활에서의 실천적 능력이 지능의 범위에 포함되어야 한다고 주장하였다. 실천적 지능이란 Garnder(1983)가 말하는 개인 지능 혹은 사회적 지능이라 생각될 수 있는 개념으로 Sternberg (1996)는 이 지능을 인생의 성공을 더 잘 예측할 수 있는 효용적 가치가 있는 요인으로 부각시키고 있다.

이들의 주장을 정리해 보면, 동일한 능력을 가지고도 다른 사람으로부터 인정받고 성공하는 사람이 있는가 하면, 다른 사람으로부터 인정받지 못하는 사람이 있는데, 이는 모두 정서지능과 관련이 있다. 이만큼 정서지능은 개인의 삶의 질에 영향을 미치는 아주 중요한 요인이기에 다양한 방법으로 이를 향상 시킬 수 있는 교육적 장치가 필요하다.

이러한 시대적 요청에 대한 반응으로 최근 정서 지능을 향상 시킬 수 있는 방법에 대한 연구들이 수행되어 왔다. 예를 들어, 류광선(1999)은 학습지와 토의, 영상물 시청 등 다양한 방법을 통한 정서지능 향상 프로그램을 개발하여 고등학생들에게 투입한 결과, 이 프로그램이 정서 지능과 도덕성 발달에 효과가 있는 것으로 나타났다. 한혜주(2006)는 정서지능 음악 프로그램이 중학생의 정서 지능과 자아 존중감에 미치는 효과를 검증하였는데, 정서지능 음악 프로그램은 중학생의 정서지능 향상에 효과가 있었다.

그러나 위에서 살펴본 바와 같이 청소년의 정서 지능 향상을 목적으로 수행된 연구는 아주 제한적이다. 청소년기 정서 지능이 갖는 중요성을 고려할 때 보다 다양한 프로그램이 개발되고 실행될 필요가 있을 것이다. 이에 본 연구에서는 중학생의 정서 지능 향상을 위한 새로운 방법으로 최근에 많은 관심을 끌고 있는 시치료의 방법을 적용해 보고자 한다.

세계는 태고부터 리듬에 의해 움직이고, 그 리듬에 의해 생성, 발전 소멸해 왔다라고 비유된다. 이러한 비유에 따르면 인간 또한 태어날 때는 우주의 리듬을 본능적으로 감지하고, 그 리듬에 자기가 가지는 리듬을 맞추며 세계와 조화롭게 살 수 있다. 그런데 세상이 점점 복잡해지고 기계화되면서 인간은 자연이 본래 가지던 운율성에서 점점 멀어지고, 그 부조화에서 오는 갖가지 고통에 시달릴 뿐 아니라 본래 자아의 모습을 제대로 발견하지 못 하고 있다. 운율을 가진 대표적인 예술은 음악이 되겠지만, 문학 중에서 가장 운율적인 장르는 시이다. 인간은 오래 전부터 문학,

특히 시를 통해 자신의 정서를 표현하고 승화시켜 왔다. 시는 의식적인 생각과 감정뿐만 아니라 심층 내부의 무의식을 드러낼 수 있다. 또한 한 줄의 시 속에 한 개인의 생로병사가 모두 들어 있을 수도 있고, 한 편의 시 속에 세상이 모두 들어 있을 수도 있다. 작가의 입장에서 본다면 시는 한 개인의 자기와 세계에 대한 인식이며, 독자의 입장에서 본다면 시는 타인과 세계를 이해하는 매개체이다.

이에 현대인들에게 일어나는 여러 가지 병리적인 현상들을 치료하기 위하여 시치료가 등장하였는데, 시치료(Poetrytherapy)란 말은, 'Poetry'라는 '시'와 'therapy'의 '도움이 되다, 의학적으로 돕다, 병을 고쳐 주다'라는 말의 합성어로서 시 읽기, 시 쓰기, 시낭송, 시에 대해서 말하기, 시 듣기 등 시를 매체로 하여 인간의 정신을 치유하는 활동을 말한다(김현희외, 2005). 시치료는 환자를 대상으로 하는 임상적 목적 외에도 일반인을 위한 예방적 목적, 신체적 정신적으로 급변하는 시기에 있는 발달적 치료로도 함께 이루어지고 있다. 시치료를 통하여 궁극적으로 얻고자 하는 효과는 첫째, 자각과 표현 능력의 향상, 둘째, 수용과 관대함으로 통합된 건강한 자아 형성, 셋째, 공감과 유대감을 통한 상생의 대인관계 형성, 넷째, 변화와 성장으로 자유롭고 풍요로운 삶 가꾸기이다(최소영, 2004). 이렇게 본다면 시치료는 시와 심리학을 결합시켜 시를 매개로 상호작용을 하는 가운데 내담자가 건강한 자아를 형성하고 대인관계를 원만히 하여 자유롭고 풍요로운 삶을 살도록 돕는 활동이라 볼 수 있다.

초기 시치료는 주로 임상적인 관점에서 이루어졌다. 그 예로, 현윤이(1992)는 사회복지사로서 정신과 환자를 대상으로 집단 시치료를 실시한 바 있고, 최소영(2004)은 우울증 환자를 대상으로 하여 시치료가 정서지능 향상에 효과가 있는지 여부를 검토한 바 있다. 시치료에 대한 관심은 최근 들어 더욱 증가하고 있고, 2000년대 초반 이후 시치료에 대한 연구는 임상적인 집단뿐만 아니라 일반인을 위한 발달적 목적으로도 수행되고 있다. 예컨대, 윤정미(2005)는 일반 아동을 대상으로 이들의 긍정적 자아개념 향상에 시치료가 효과가 있는지를 검토하여 긍정적 효과를 보고한 바 있고, 이희경(2005)은 동시를 활용한 독서프로그램이 아동의 정서지능 향상에 긍정적으로 기여했다는 연구 결과를 보고한 바 있다.

이처럼 시치료는 그 효과성이 입증되고 있다. 그러나 시치료가 보다 널리 활용되기 위해서는 다양한 영역에서 그 효과성이 입증되어야 할 것이다. 이러한 노력의 일환으로 본 연구에서는 시치료가 청소년의 정서지능 향상에 효과가 있는지를 검토해 보고자 한다. 시치료가 정서지능 향상에 효과가 있는지의 여부는 최소영(2004)과 이희경(2005)에 의해 보고된 바 있다. 하지만 이들은 우울증 환자를 대상으로 하거나 아동을 대상으로 한 연구였다. 현재까지 청소년을 대상으로 하여 이들의 정서지능 향상에 시치료가 효과가 있는지를 검토한 연구는 발견하기 어렵다.

청소년기의 정서지능 개발에 대한 연구의 당위성은 정서지능의 중요성뿐만 아니라 정서지능의 발달적 특성에서도 찾을 수 있다. Goleman(1995)의 주장처럼 유년기 초기에 거의 성장을 완료하는 지각 발달과 달리 정서적 자기 통제, 이해, 기술적 반응과 관련된 두뇌 영역의 성장은 더디어 16-18세에 이를 때까지 성장을 계속한다는 사실에서 사회생활과 대인관계의 가장 큰 심리적 자원인 정서를 올바른 방향으로 발달시키는 것은 매우 중요하다(이보경, 2004). 또한 청소년기는 강렬한 감정을 많이 경험하고 심리 변화의 폭이 큰 데 비해, 이를 효과적으로 다루어나갈 수 있는 대응방법이 세련되지 못한 시기이기 때문에 청소년들에게 자신의 정서를 정확히 인식하고 자신의 정서 상태에 효과적으로 대응하는 방법을 배우는 체계적인 정서지능 신장 프로그램을 제공할 필요가 있다. 교육현장에서 청소년들이 정서지능 신장 프로그램을 통해 정서 신장 교육을 받게 된다면, 학교교육이 지향하는 전인교육에 부

합될 수 있는 매우 의의 있는 일이 될 것이며, 이 교육을 통해 청소년들은 타인을 배려하는 마음을 갖게 되고, 자기감정을 조절하고, 스스로를 동기화할 수 있게 되어 적극적이고 긍정적인 인간으로 성장할 수 있을 것이다(이희경, 2005).

이에 본 연구에서는 여러 가지 정서적 갈등을 효과적으로 해결하고 환경에 적응하는데 중요한 인간능력으로서의 정서지능이 교육적 노력을 통해 향상될 수 있는 지를 규명하기 위해, 중학생을 대상으로 정서지능 향상을 위한 시치료 프로그램을 개발하고, 그 프로그램이 중학생의 정서지능 향상에 효과가 있는지 알아보고자 한다. 이를 위해 본 연구에서는 시치료 프로그램은 중학생의 정서지능 향상에 효과가 있을 것이라는 가설을 설정하였다.

# Ⅱ. 연구 방법

## 1. 연구 대상

본 연구는 부산광역시에 소재한 C중학교 1학년 2학급 66명을 대상으로 하였다. 연구자가 담당하는 1학년을 대상으로 시치료 프로그램의 취지를 설명한 후, 시치료 프로그램 참여를 희망하는 4개 반에 정서지능 검사를 실시, 평균이 비슷한 두 학급을 선정하여 이들 중 한 반을 실험 집단, 다른 한 반을 통제 집단으로 하였다. 실험연구가 시작될 때는 실험집단 통제 집단 모두 34명이었으나, 각 반 모두 1학기 동안 한 명씩 전학을 가게 되어 연구대상은 실험 집단 33명, 통제 집단 33명이 되었다.

## 2. 실험 설계

본 연구의 목적은 시치료 프로그램이 중학생의 정서지능에 미치는 효과를 검증하기 위한 것으로, 독립 변인은 시치료 프로그램이며 종속 변인은 중학생의 정서지능이다. 실험설계는 전체적으로 사전-사후 검사 통제집단 설계를 채택했으며, 실험 및 통제 집단 모두에게 정서지능 사전, 사후 검사를 실시하고, 시치료 프로그램은 실험집단에게만 투입하였다.

## 3. 시치료 프로그램

본 연구에서는 Hynes와 Hynes-Berry(1994, 김현희외, 2005 재인용)가 제안한 독서 치료 과정인 인식(recognition), 고찰(examination), 병치(juxtaposition), 자기적용(application to self)의 4단계를 토대로 만든 한국독서치료학회(2004)의 질문 유형과 차재량(2007)의 시치료 단계별 주요 활동을 기초로 하여, 중학생의 정서지능을 향상시키는 것을 목적으로 연구자들이 연구 취지에 맞게 직접 프로그램을 개발하였다.

시치료의 매개로 사용한 시 선정은 이봉희(2006)와 차재량(2007)이 제시한 시치료의 작품 선정 기준에 의거하여, 보편적 주제를 가지고 있으면서, 그 주제나 표현이 단순 명료하되 긍정적이며, 중학생 수준에서 이해 가능한 것으로 했다. 학생들의 정서적 공감을 높이기 위해 외국시는 제외하였으며, 창작연대별로는 1990년대 이후의 시를 선택하였다. 창작 시기가 오래 되었거나 외국시는 학생들의 공감을 얻기 어려운 내용이 많아 한국 현대시 중에서 최근에 창작된 시를 선정하였다.

프로그램의 1차 구성 시기는 2007년 3월부터 2007년 9월 사이에 이루어졌다. 본격적인 연구에 들어가지 전에 이 프로그램으로 언어영재원의 중학 창작 영재반 2학년을 대상으로 총 8회기를 C중학교 2학년을 대상으로 총 9회기를 시치료 활동을 하였다. 이때 학생들의 반응은 아주 좋았으나 활동을 하면서 부족하다고 생각되는 부분을 재검토하고 수정 보완하여 본 연구에 활용한 14회차 프로그램을 2008년 2월에 완성하였다. 수정 보완된 내용 중 대표적인 두 가지만 간략히 살펴보면 다음과 같다. 먼저 활동 중에 사용된 생각

거리 질문의 개수를 줄였다. 애초 정서지능의 요소와 치료 원리를 생각하여 12-3개의 질문으로 구성하였으나, 학생들이 생각하는 시간이 너무 길고 그것을 모두 토의하고 넘어가기에는 시간이 부족하여, 질문을 9-10개로 줄였다. 다음으로 시치료의 매개로 사용한 시 작품 선정에 변화를 주었다. 처음에는 일반적으로 좋다고 말하는 시를 선정하였으나 연구자가 충분히 이해하고 공감하지 못하는 시는 시치료 활동 중 활동 방향을 잃어버리는 경우가 있어 연구자가 충분히 이해하고 공감이 가는 시로 변경하였다. 전체 프로그램은 총 14회기로 친해지기 1시간, 시치료 활동 12시간, 마무리 1시간의 3단계로 이루어졌으며, 회기별 활동 내용과 그때 다루어진 시 자료는 <표 1>과 같다.

<표 1> 시치료 프로그램의 구성

| 단계 | 회기 | 활동 내용 및 시 자료 | | |
|---|---|---|---|---|
| | | 지은이 | 제목 | 출전 |
| 친해지기 | 1 | * 프로그램의 목적 및 활동 내용 소개<br>* 프로그램 진행 동안 지켜야 할 규칙 정하기<br>* 정서지능 사전 검사 | | |
| 시치료 활동 | 2 | 정호승 | 수선화에게 | 사랑하다가 죽어 버려라 |
| | 3 | 이계선 | 하수구와 장미 | 뒤란이 있는 집 |
| | 4 | 김용택 | 이 바쁜데 웬 설사 | 강 같은 세월 |
| | 5 | 이성선 | 사랑하는 별 하나 | 이성선 시 전집 |
| | 6 | 도종환 | 흔들리며 피는 꽃 | 사람의 마을에 꽃이 진다 |
| | 7 | 이계선 | 빵집 아가씨 | 뒤란이 있는 집 |
| | 8 | 안도현 | 연탄 한 장 | 외롭고 높고 쓸쓸한 |
| | 9 | 함민복 | 긍정적인 밥 | 모든 경계에는 꽃이 핀다 |
| | 10 | 안도현 | 이 세상에 아이들이 없다면 | 외롭고 높고 쓸쓸한 |
| | 11 | 신경림 | 동해바다-후포에서 | 길 |
| | 12 | 이해인 | 살아 있는 날은 | 내 혼에 불을 놓아 |
| | 13 | 정호승 | 용서해 주세요 | 풀잎에도 상처가 있다 |
| 마무리 | 14 | * 프로그램 정리 및 느낌 나누기<br>* 정서지능 사후 검사 | | |

각 회기는 독서치료 과정인 인식, 고찰, 병치, 적용의 4단계를 포함하면서 정서지능의 4영역을 고루 다루었다. 인식 단계에서는 시를 자유로운 분위기 속에서 읽고 작품 속으로 몰입함으로써, 자신의 느낌을 일깨워 주도록 했다. 허용적인 분위기 속에서 시에 충분히 몰입하고, 그 몰입을 통해 시의 내용이나 분위기와 관련된 자신의 경험을 최대한 떠올림으로써 시의 화자나 상황에 대한 동일시가 일어나고, 그와 함께 카타르시스를 경험할 수 있게 했다. 동일시와 카타르시스는 시치료에서 가장 핵심적인 부분이므로 인식의 단계에 충분한 시간을 할애하였다. 인식 단계는 낭독으로 시작하였는데, 이 낭독에 많은 시간을 할애하였다. 전체 낭독하기, 남녀 윤독하기, 분단별 윤독하기, 개인 낭독하기 등의 다양한 방법 사용하였다. 시를 소리 내어 읽음으로써 리듬이 갖는 치유적 효과를 경험할 수 있으며, 이미지를 마음에 떠올릴 수 있기 때문이다. 다양한 방법을 통

한 낭독이 끝나면, 시의 상황과 시적 화자와 관련하여 자신의 경험을 떠올리게 하였고 이때 시 속의 인물이나 상황에 대해 뚜렷한 관심을 가지게 함으로써 동일시와 카타르시스를 경험하게 했다.

고찰 단계는 시 작품 및 자신의 느낌에 대하여 좀 더 자세히 살펴보는 단계이다. 이 단계에서 할 수 있는 질문은 시에 사용된 비유, 이미지, 표현법, 화자의 어조, 태도 등에 대한 것이거나 시에서 느낀 감정은 나에게 어떤 의미인가 등이다. 병치 단계는 처음에 가졌던 인상이나 느낌을 고찰 이후에 변화된 것과 대조해 보는 단계이다. 이 과정에서는 처음 시를 읽고 느끼고 생각했던 점과 시간이 흐르거나 친구나 선생님의 말을 듣고 자신의 생각이나 느낌이 어떻게 변하는 지 알아 보았다. 이는 일반적인 독서과정에서 새롭게 알게 된 내용을 기존 배경지식과 통합하는 과정과 유사하다. 이 단계에서 할 수 있는 활동은 인식이나 고찰에서 했던 질문 다시 하기, 시의 표면적 의미와 함축적 의미 알아보기 등이 있다.

적용 단계는 앞의 세 단계를 거치면서 살펴보았던 시에 대한 여러 반응과 생각들을 자신의 삶에 의미 있는 부분으로 만드는 단계이다. 이 단계에서는 이제까지 시를 읽고 생각하고 토의한 결과 이 시의 전체 혹은 어느 한 부분이 자신의 삶에 어떤 의미를 가지게 되는지를 스스로 깨닫고 그것을 자신의 삶으로 체화시킬 수 있게 했다. 이 단계에서 할 수 있는 활동은 시가 자신에게 주는 의미에 대해 글쓰기, 패러디하기, 시창작하기, 편지나 일기 쓰기, 다른 문학 작품과 관련짓기 등이 있다. 위에서 개별적으로 설명한 각 단계별 활동을 정서 지능과 연관 지어 종합해 보면 <표 2>와 같다.

<표 2> 단계별 활동 및 정서지능과의 관련성

| 시치료의 단계 | 주요 활동 | 치료 원리 | 정서지능의 요소 |
|---|---|---|---|
| 인식 | -시 낭독하기(리듬, 아미지 느끼기)<br>-시의 화자 및 상황과 관련된 자신의 경험 떠올리기<br>-동일시와 카타르시스 경험하기 | -리듬, 이미지를 통한 치유<br>-동일시<br>-카타르시스 | -정서의 인식과 표현<br>-감정이입 |
| 고찰 | -행과 연 구분의 의미 알아보기<br>-비유와 이미지를 통해 시인의 마음 느끼기<br>-화자의 어조와 태도 알아보기 | -비유, 이미지를 통한 치유<br>-동일시<br>-카타르시스 | -정서의 인식과 표현<br>-감정이입<br>-정서의 사고 촉진<br>-정서지식의 활용 |
| 병치 | -시의 표면적 의미와 함축적 의미 알아보기<br>-시를 읽기 전과 후의 느낌, 생각 비교하기 | -카타르시스<br>-통찰 | -정서의 사고 촉진<br>-정서지식의 활 용<br>-정서 조절 |
| 적용 | -시가 자신에게 주는 의미에 대해 글쓰기<br>-패러디하기 - 시 창작하기<br>-편지나 일기 쓰기<br>-다른 문학 작품과 관련짓기 | -통찰 | -감정이입<br>-정서의 사고 촉진<br>-정서지식의 활용<br>- 정서 조절 |

## 4. 측정 도구

가. 정서지능 검사

중학생의 정서지능은 문용린(1996)이 제작한 청소년용 정서지능 진단 검사를 사용하여 측정하였다. 이 검사는 정서인식 및 표현 능력, 감정이입 능력, 정서의 사고촉진 능력, 정서지식의 활용 능력, 정서조절 능력의 5개 하위 척도로 이루어져 있으며, 각 문항은 리커트식 5점 척도로 '매우

그렇다'를 5점, '대체로 그렇다'를 4점, '가끔 그렇다'를 3점, '별로 그렇지 않다'를 2점, '전혀 그렇지 않다'를 1점으로 답하도록 되어 있다. 원래 이 검사는 각 하위척도별 8문항 총 40문항으로 구성되어 있으나, 신뢰도 검토 결과 정서인식/ 표현 능력에 속하는 36번 문항이 신뢰도를 떨어뜨리는 것으로 나타나 채점에서 제외하였다. 따라서 본 연구에서는 총 39문항이 사용되었다. 본 연구에 참여한 중학생을 대상으로 얻은 각 하위 척도별 신뢰도 계수(Cronbach $\alpha$)는 각각 .78, .70, .76, .65, .73으로 나타났다.

## 5. 자료 처리

연구대상을 통해 수집된 자료는 주어진 가설에 따라 SPSSWIN(ver. 12.0) 프로그램을 사용하여 통계적 분석을 수행하였다. 먼저 신뢰도를 알아보기 위해 Cronbach $\alpha$를 산출하였고, 가설을 검증하기 위해 실험 처치 전 정서지능 하위영역별 사전점수에 대한 평균차 검증 및 사후 점수에 대한 공분산 분석을 수행하였다. 평균차 검증 및 공분산 분석 모두에서 통계적 유의미성 판단은 $\alpha$=.05의 수준에서 이루어졌다.

# Ⅲ. 연구 결과

가설 검증에 앞서 실험 집단과 통제 집단 간 정서 지능 수준의 동질성 여부를 알아보기 위해 정서 지능 하위영역별 사전 검사 점수에 대한 평균차 검증을 실시하였고 그 결과는 <표 3>에 제시되어 있다.

<표 3> 집단별 정서지능 사전검사 점수에 대한 평균차 검증

| 하위요소 | 집단구분 | 학생 수 | 평균 | 표준편차 | t | *p* |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 정서 인식 / 표현능력 | 실험집단 | 33 | 24.18 | 3.40 | .64 | .524 |
| | 통제집단 | 33 | 24.82 | 4.57 | | |
| 감정 이입 능력 | 실험집단 | 33 | 26.79 | 4.66 | .39 | .698 |
| | 통제집단 | 33 | 27.30 | 6.00 | | |
| 정서의 사고촉진 능력 | 실험집단 | 33 | 27.88 | 5.15 | .15 | .882 |
| | 통제집단 | 33 | 28.06 | 4.72 | | |
| 정서지식의 활용 능력 | 실험집단 | 33 | 27.33 | 4.64 | .41 | .685 |
| | 통제집단 | 33 | 27.85 | 5.57 | | |
| 정서 조절 능력 | 실험집단 | 33 | 26.55 | 3.25 | 1.03 | .308 |
| | 통제집단 | 33 | 25.42 | 5.36 | | |

<표 3>에서 알 수 있는 것처럼, 실험집단과 통제집단 간에는 정서지능의 모든 하위요소별 사전 평균점수에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 따라서 실험 처치 전 두 집단은 정서지능의 모든 하위요소에서 상호 동질적인 집단으로 볼 수 있다. 시치료 프로그램 처치 후 정서지능 향상에 미치는 효과를 알아보기 위하여 정서지능의 하위요소별 사전점수를 공변인으로 처리함으로써 사전점수의 효과를 배제하고 집단에 따른 차이만을 살펴보고자 공분산분석을 수행하였고 그 결과는 <표 4>와 같다.

<표 4> 실험·통제집단 간 정서지능 사후점수에 대한 공분산 분석

| 하위 영역 | 변량원 | 총제곱합 | 자유도 | 평균자승 | *F* | *p* |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 정서 인식 / 표현능력 | 사전점수 (공변인) | 308.58 | 1 | 308.58 | 30.71 | .000 |
| | 집단 (독립변인) | 51.41 | 1 | 51.41 | 5.11 | .027 |
| | 오차 | 632.93 | 63 | 10.04 | | |
| 감정 이입 능력 | 사전점수 (공변인) | 211.09 | 1 | 211.09 | 11.60 | .001 |
| | 집단 (독립변인) | 132.83 | 1 | 132.83 | 7.30 | .009 |
| | 오차 | 1145.57 | 63 | 18.18 | | |
| 정서의 사고촉진 능력 | 사전점수 (공변인) | 422.18 | 1 | 422.18 | 35.55 | .000 |
| | 집단 (독립변인) | 107.17 | 1 | 107.17 | 9.02 | .004 |
| | 오차 | 747.99 | 63 | 11.87 | | |
| 정서지식의 활용 능력 | 사전점수 (공변인) | 343.10 | 1 | 343.10 | 22.81 | .000 |
| | 집단 (독립변인) | 121.52 | 1 | 121.52 | 8.08 | .006 |
| | 오차 | 947.49 | 63 | 15.04 | | |
| 정서 조절 능력 | 사전점수 (공변인) | 447.73 | 1 | 447.73 | 25.13 | .000 |
| | 집단 (독립변인) | 137.16 | 1 | 137.16 | 7.69 | .007 |
| | 오차 | 1122.38 | 63 | 17.81 | | |

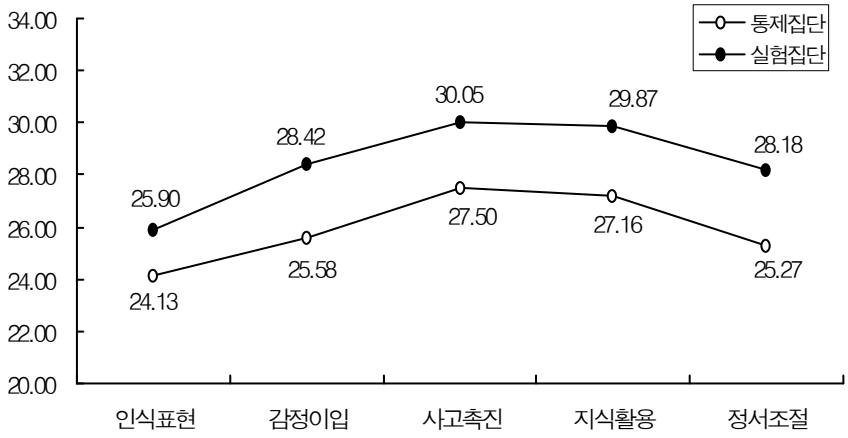
<표 4>에서 알 수 있는 바와 같이, 공분산 분석을 통하여 정서지능 사전점수의 효과를 배제하였음에도 불구하고 실험·통제집단 간에는 모든 하위요소의 사후점수에서 .05 혹은 .01의 유의도 수준에서 유의미한 차이가 있었다. 이에 중학생의 정서지능 향상을 위한 시치료 프로그램이 중학생의 정서지능을 유의미한 수준에서 상승시켰음을 알 수 있다. 이러한 결과를 보다 구체적으로 나타내기 위해 실험·통제 집단의 정서지능 사후 점수와 교정된 사후 점수의 기술통계량 및 사전-사후 점수 간 변화를 각각 표와 그래프로 나타내면 <표 5> 및 [그림 1]과 같다.

<표 5> 실험·통제집단의 정서지능 사후점수와 교정된 사후 점수

| 하위영역 | 집단 구분 | 학생 수 | 평균 | 교정평균 | 표준편차 |
|---|---|---|---|---|---|
| 정서 인식 / 표현능력 | 실험집단 | 33 | 25.73 | 25.90 | 3.40 |
| | 통제집단 | 33 | 24.30 | 24.13 | 4.57 |
| 감정 이입 능력 | 실험집단 | 33 | 28.33 | 28.42 | 4.66 |
| | 통제집단 | 33 | 25.67 | 25.58 | 6.00 |
| 정서의 사고촉진 능력 | 실험집단 | 33 | 30.00 | 30.05 | 5.15 |
| | 통제집단 | 33 | 27.55 | 27.50 | 4.72 |
| 정서지식의 활용 능력 | 실험집단 | 33 | 29.76 | 29.87 | 4.64 |
| | 통제집단 | 33 | 27.27 | 27.16 | 5.57 |
| 정서 조절 능력 | 실험집단 | 33 | 28.52 | 28.18 | 3.25 |
| | 통제집단 | 33 | 24.94 | 25.27 | 5.36 |

<표 5>의 기술통계량을 통하여 결과를 살펴보면 사전점수의 효과가 배제된 교정평균 점수에서 실험집단은 통제집단에 비하여 정서인식/표현능력에서 평균차가 +1.77, 감정이입 능력에서는 평균차가 +2.84, 정서의 사고촉진 능력에서는 평균차가 +2.55, 정서지식의 활용능력에서는 평균차가 +2.71, 정서조절 능력에서는 평균차가 +2.91로 정서지능의 모든 하위요소에서 높은 점수를 보이고 있다. 따라서 <가설> '정서 지능 향상을 위한 시치료 프로그램에 참여한 중학생은 참여하지 않은

중학생에 비하여 정서지능 점수가 유의미하게 향상될 것이다.」는 수용되었으며, 정서지능 향상을 위한 시치료 프로그램은 중학생의 정서지능 향상에 효과적인 프로그램인 것으로 나타났다.




[그림 1] 실험 · 통제 집단의 정서지능 하위영역별 교정된 사후점수 그래프

## Ⅳ. 논 의

본 연구의 목적은 시치료 프로그램이 중학생의 정서지능 증진에 효과가 있는가를 알아보는 것이었다. 연구 결과 실험·통제집단 간 정서지능 사후점수를 비교해 볼 때, 통계적으로 $p<.05$ 혹은 $p<.01$ 수준에서 유의미한 차이를 보임으로써 시치료 프로그램이 중학생의 정서지능 증진에 효과적임을 알 수 있다. 본 연구는 정서지능 향상을 위한 프로그램의 개발과 그 결과의 효용성에 관한 의의와 시치료 연구로서의 다양한 방법의 모색과 실제 적용이라는 의의를 함께 가진다.

첫째, 본 연구가 가지는 정서지능 향상을 위한 프로그램의 개발과 그 결과의 효용성에 관한 의의는 다음 두 가지로 볼 수 있다. 첫째, 본 연구는 정서지능이 학습자 외부의 전문적인 노력에 의해서 변화될 수 있는 것임을 보여 준다. 이는 손정임(2002)이 정서지능 하위 요소별로 각 4회씩 정서지능 향상 프로그램을 개발하여 유아들에게 투입한 결과 각 요소별로 차이는 있지만 정서지능이 향상되었다고 밝히는 것이나, 권기매(2005)가 초등학생을 대상으로 정서지능 하위요소별로 각 5회씩 정서지능 향상 프로그램을 개발하여 투입한 결과 초등학생들의 정서지능의 모든 하위요소들이 유의미하게 증진되었다고 밝힌 것, 진소연(2006)이 16회기에 걸친 정서지능 향상 프로그램으로 정서지능 전체에 유의미한 증진을 보았다는 연구 결과와 맥락을 같이 한다. 이로써 교사나 부모가 학습자의 정서지능을 향상시키기 위하여 전문적인 프로그램을 개발하고, 이를 적절히 투입한다면 정서지능 향상에 좋은 결과가 있을 수 있음을 시사해 준다.

또한 본 연구는 정서지능을 향상시키는 프로그램은 정서지능 하위 요소들 자체만으로 프로그램을 구성하는 것이 아니라 음악, 미술, 문학 등의 다른 매개체를 통하여 프로그램을 구성하더라도 정서지능을 향상시킬 수 있음을 시사해 준다. 이는 이희경(2005)이 동시를 활용한 독서프로그램을 14회 투입한 결과 초등학교 4학년의 정서지능이 유의미한 수준으로 상승했음을 밝힌 것이나,

정은주(2006)가 16회기에 걸친 만다라를 적용한 미술활동으로 유아의 정서지능이 각 하위 요소별로 모두 유의미한 증진의 효과가 있었다고 밝힌 것이나, 최윤자(2006)가 6주간에 걸친 동시 프로젝트 활동이 유아들의 정서지능 향상에 유의미한 결과가 있었다고 연구한 것, 한혜주(2006)가 정서지능 음악 프로그램을 4주간 8회기에 걸쳐 투입한 결과 정서지능 전체가 유의미하게 증진했음을 보고한 것 등과 맥락을 같이 한다. 이는 정서지능 개발 프로그램이 정서지능의 하위요소들 자체만으로 개발될 수도 있지만, 학습자가 보다 흥미를 가질 수 있는 음악, 미술, 문학 등을 매개물로 이용해서 개발될 수 있으며, 그렇게 개발된 프로그램도 정서지능 향상에 효과가 있음을 시사해 준다.

둘째, 본 연구가 가지는 시치료 연구로서의 다양한 방법의 모색과 실제 적용이라는 의의는 다음과 같은 네 가지가 있다. 본 연구는 시치료 프로그램이 인간의 발달에 여러 가지 긍정적인 기능을 하고 있음을 밝혀 준다. 이는 이희경(2005)이 동시를 활용한 독서프로그램을 14회 투입한 결과 초등학교 4학년의 정서지능이 유의미한 수준으로 상승했음을 밝힌 것이나 윤정미(2005)가 10회기에 걸친 시치료 프로그램으로 초등학생의 사회적, 신체적 자아개념 향상에 긍정적 효과를 보였다는 연구 결과와 일치한다.

또한 본 연구는 정서지능 이론과 시치료 이론의 접합점에서 정서지능 향상을 위한 시치료 프로그램을 개발한 의의가 있다. 시치료의 4단계인 인식, 고찰, 병치, 적용과 시치유의 원리인 동일시, 카타르시스, 통찰과 정서지능의 하위 요소들이 서로의 기능을 발휘할 수 있도록 시를 분석하고, 그 분석을 토대로 최대한 쉬운 언어로 활동지를 만들었다.

본 연구는 또한 시치료 프로그램을 개발하고 그것을 실제 적용하여 정서지능의 모든 하위 요소들에서 유의미한 양적 효과를 얻어낸 의의가 있다. 한 기능을 향상시키는 프로그램을 개발하고, 그 프로그램을 투입해서 유의미한 양적 효과를 얻어내기 위해서는 프로그램의 적절성과 그 투입의 적절성이라는 두 가지 명제를 모두 만족해야 한다. 연구자는 이 프로그램을 구안하여 학생들에게 투입하는 동안 상담자나 지도자의 역할이라기보다는 서로를 위로하고 치료하는 조력자이면서 내담자였다. 이 프로그램 실행 이후, 실험반 학생들과는 서로를 편안하게 바라보면서 속마음을 쉽게 이야기할 수 있고, 어떤 수업을 해도 그 효과가 좋아지게 되었다.

본 연구가 갖는 이러한 의의에도 불구하고 본 연구는 다음과 같은 제한점을 갖고 있기 때문에 이 분야에 관심이 있는 연구자는 후속 연구에서 이러한 제한점을 고려할 필요가 있다.

첫째, 집단의 시치료 효과가 나타나기 위해서는 구성원 전원이 발표하고 토의할 시간이 충분해야 하는데, 본 연구는 일주일에 한 시간 있는 창의 재량 수업 시간을 이용한 연구로 한 학급을 대상으로 시 작품 하나를 다루는 데는 시간이 부족하였다.

둘째, 시치료 효과가 보다 분명히 나타나기 위해서는 정서의 개인차를 고려하여, 시치료 활동 이후 개인의 패러디 작품이나, 편지글, 그림 등에 대해서 피드백을 충분히 하고, 대화를 나누어야 하는데, 한 학급의 33명은 연구자 혼자서 감당하기에 많은 인원이었다.

셋째, 시치료 프로그램의 정서지능 향상 효과를 제대로 검증하기 위해서는 시치료 프로그램 외에 정서지능에 영향을 줄 수 있는 여러 변인들을 통제해야 하는데, 학생들이 가정과 학교의 다양한 상황 속에서 다양한 활동들을 하기 때문에 다른 변인들을 통제하지 못하였다.

마지막으로, 시치료를 포함한 대부분의 치료 프로그램의 효과는 일시적인 경우가 있어 보다 정확한 효과 검증을 위해서는 지연 검사를 통한 프로그램 효과의 지속성을 검토해 볼 필요가 있는데 본 연구에서는 그러질 못했다.

본 연구의 결과를 기초로 연구자들이 개발한

시치료 프로그램은 중학생의 정서지능을 증진시키는데 효과가 있다는 결론을 도출하였다. 앞으로 이 프로그램이 청소년의 정서지능 개발을 위한 체계적인 교육 프로그램 개발에 도움이 되는 자료로 활용될 수 있기를 기대한다. 또한 체계적인 이론을 바탕으로 작성된 시치료 프로그램 활동지는 정서지능 향상뿐만 아니라 시 이해 교육, 문학 창작 교육, 상담이나 정신적 치유 활동 등 다양한 교육현장에서 손쉽게 사용될 수 있을 것이며 시 자료를 이용한 다른 시치료 프로그램을 만드는데 길잡이 역할을 할 수 있기를 기대한다.

## 참고 문헌


권기매(2005). 정서지능 향상 프로그램이 초등학생의 정서지능과 대인관계에 미치는 효과 : 정서지능이 낮은 학생을 대상으로, 대구교육대학교 대학원 석사학위논문.

김현희 외(2005). 시치료 이론과 실제, 서울: 학지사.

류광선(1999). 정서지능 향상 교육프로그램이 정서 지능과 도덕성 발달에 미치는 효과, 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.

문용린(1996). 한국학생들의 정서지능 측정 연구, 서울대학교 교육연구소.

손정임(2002). 정서지능 향상 프로그램이 유아의 정서지능과 친사회적 행동에 미치는 영향, 한양대학교 대학원 석사학위 논문.

윤정미(2005). 시치료가 초등학생 자아개념 향상에 미치는 효과, 광주교육대학교 대학원 석사학위 논문.

이보경(2004). 청소년의 정서지능 및 스트레스 대처 유형이 우울 및 비행에 미치는 영향, 홍익대학교 대학원 박사학위논문.

이봉희(2006). 시/문학치료와 문학수업, 그 만남의 가능성 모색, 한국문예비평연구, 20, 103~128.

이희경(2005). 동시를 활용한 독서프로그램이 아동의 정서 지능에 미치는 효과, 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.

정은주(2006). 만다라를 적용한 미술활동이 유아의 정서지능 향상에 미치는 효과, 영남대학교 대학원 석사학위 논문.

정종진(1996). 정서지능(EQ)이란 무엇인가, 교육개발. 한국교육개발원.

진소연(2006). 정서지능 향상 프로그램이 한부모 가정 아동의 정서지능과 학교생활적응에 미치는 효과, 전주교육대학교 대학원 석사학위 논문.

차재량(2007). 시치료 기법을 활용한 시 수업 방안 연구, 부산대학교 대학원 석사학위논문.

최소영(2004). 시치료가 정서지능 향상에 미치는 효과성 연구, 경기대학교 대학원 석사학위논문.

최윤자(2006). 동시 프로젝트 활동이 유아의 언어표현력 및 정서지능에 미치는 효과, 대구한의대학교 대학원 석사학위 논문.

한국독서치료학회(2004). 독서치료. 서울: 학지사.

한혜주(2006). 정서지능 음악 프로그램이 중학생의 정서 지능과 자아 존중감에 미치는 효과, 아주대학교 대학원 석사학위논문.

현윤이(1992). 정신병 환자에 대한 시치료 활용에 관한 연구, 원광복지, 1(2), 124~148.

Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory of multiple intelligence.* NY: Basic Books.

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence.* NY: Bantham Books.

Salovey, P., & Mayer, J, D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination Cognition and Personality 9,* 185~211.

Sternberg, R. J. (1981). Intelligence and non-entrenchment. *Journal of Educational Psychology, 73,* 1~16.

Sternberg, R. J. (1990). *Metaphors of mind: Conceptions of the nature of intelligence.* Cambridge, MA: Cambridge university Press.

Sternberg, R. J. (1996). *Successful intelligence,* New York : Simon & Schuster.



• 논문접수일 : 2010년 07월 02일
• 심사완료일 : 1차 - 2010년 08월 06일
• 게재확정일 : 2010년 08월 24일