

정서지능 향상 프로그램에 대한 융합적 연구 - 메타분석의 활용

김경희
동신대학교 유아교육학과

A Convergence Study about Effects of Emotional Intelligence Program - Meta analysis

Kyung-Hee Kim
Dept. of Early Childhood Education, Dongshin University

요 약 이 연구에서는 교육현장, 상담 현장에서 실시되고 있는 정서지능 향상 프로그램의 효과에 대한 융합적 연구로서, 메타분석을 실시하였다. 메타분석은 통계적인 방법을 활용하여 선행연구물들에 대한 종합적인 결과와 프로그램 개입의 크기와 방향을 제시한다는 장점을 가지고 있는 분석방법이다. 논문의 선정기준을 통해 총 33편의 연구물을 분석 대상으로 선정하였다. 선정된 33편의 연구물에서 92개의 효과크기를 종합하여 분석한 결과 정서지능 향상 프로그램의 전체 효과크기는 0.839로 나타났다. 정서지능의 하위 범주 영역에 따른 결과를 비교한 결과, 정서인식 영역의 효과크기가 가장 큰 것으로 나타났다($g=0.919$). 다음으로는 정서이입 영역($g=0.841$), 정서활용 영역($g=0.834$), 정서조절 영역($g=0.785$), 정서표현 영역($g=0.766$) 순으로 효과크기를 보고하였다. 참가자의 연령에 따른 효과크기를 비교한 결과 대학생 및 성인, 초등학생, 중·고등학생, 순으로 효과크기가 나타났다. 이러한 연구 결과를 바탕으로 후속연구와 향후 프로그램 운영에 대한 시사점을 논의하였다.

주제어 : 정서지능, 정서지능 향상 프로그램, 개입, 정서장애, 메타분석

Abstract The purpose of this study was using a meta-analysis to estimate effect size of emotional intelligence program. Using a statistical method, meta-analysis has advantages that prove intervention's amount and direction. Meta-analysis facilitates comprehensive analysis. Through the data collection, 33 studies were selected and 92 effect size were calculated as analysis objects. The overall effect size of emotional intelligence program was 0.839. Depend on subordinate scope, the emotional cognition had the largest effect size. Next were the understanding domain, application domain, the regulation domain and the expression domain. Analysis on age of participant, adult group had the largest effect size. Next were the elementary students group and the adolescent group. Based on the findings, implications for future study were discussed.

Key Words : Emotional intelligence, Emotional intelligence program, Intervention, Emotional disorder, Meta-analysis

Received 11 October 2017, Revised 13 November 2017
Accepted 20 December 2017, Published 28 December 2017
Corresponding Author: Kim-Kyong Hee
(Dept. of Early Childhood Education, Dongshin University)
Email: smkh22@hanmail.net

ISSN: 1738-1916

© The Society of Digital Policy & Management. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

1. 서론

정서란 무엇인가? 일상에서 우린 다양한 정서를 경험하지만, 정서의 본질에 대한 명확한 정의를 내리는데 어려움을 느낀다. 우리가 이 질문에 명확한 답을 내리지 못하는 가장 근본적인 이유는 정서에 대한 깊이 있는 연구의 역사가 짧기 때문이다[1]. 또 다른 이유는 정서는 다차원적인 속성을 갖기 때문이다. 마지막으로 일상적인 생활용어로 사용된 개념을 학술적으로 명확히 개념화하는 일은 어려움이 있다.

일반적으로 유기체가 내·외의 자극에 직면하여 인지적·생리적·행동적으로 반응하는 것을 정서라 한다[2]. 우리는 감각적 자극을 통해 정서를 경험하며, 이러한 정서는 일상에 영향을 미치며, 잘 개발된 정서 능력을 갖고 있는 사람은 삶의 만족감이 높다[3].

전통적인 관점에 의하면 정서는 생리적으로 흥분된 과도한 상태로 인간의 이성적이고 합리적인 판단을 방해하기 때문에 통제되어야 할 대상이었다[4]. 그러나 최근 정서에 관심이 높아지면서 정서에 대한 이해와 적절한 표현이 적응에 중요한 요소가 되고 있다[5]. 정서는 인간이 환경에 적응하는 것을 도와주며, 자극에 대한 평가나 기억과 관련된 기능, 사회적 상호작용이나 사회적 가치 규범의 전수기능을 갖는다[6, 7]. 이렇듯 정서에 관한 인식의 변화는 정서의 효율적 대처를 통해 행복한 삶을 영위하는데 도움을 주고 있다[8]. 이러한 능력은 정서지능(emotional intelligence)의 발달과 관련된다[9].

Salovey와 Mayer(1990, 1997)는 새로운 지능의 개념으로 정서와 지능을 결합한 정서지능(Emotional intelligence)을 제시하였다[10,11]. Salovey와 Mayer(1990)는 정서지능을 '사회적 기능'의 하위요소로서, 정서지능은 자신과 타인의 정서에 대한 인식, 인식된 정서를 이해, 자신과 타인의 정서를 조절하는 능력으로 정의하였다[10]. 이후에 Goleman(1995)은 '정서지능'이라는 저서를 통해 EQ 개념을 소개하였다[12]. 그는 정서지능을 '자신을 동기화하고 좌절에 직면하여 이를 이겨내는 능력, 충동을 통제하는 능력, 자신의 기분을 조절하고 사고능력을 저해하는 걱정을 하지 않는 능력 등'으로 정의하였다[12]. 정서지능에 관한 초기 모형은 자신과 타인의 정서를 인식하고 표현하는 능력, 자신과 타인의 정서를 조절하는 능력, 정서를 활용하는 능력으로 구성되었다[13]. 그러나 정서의 인

식과 정서 조절능력은 포함되어 있으나 감정에 대한 사고능력이 포함되어 있지 않다는 비판을 받았다. 이러한 한계를 극복하기 위해 수정된 새로운 모형이 제시되었다. 수정된 모형은 정서를 정확하게 지각하고 평가하는 능력, 사고를 촉진하는 감정을 생성시키고 접근하는 능력, 정서와 정서에 관한 지식을 이해하는 능력, 정서를 조절하는 능력으로 구성된다[14]. 수정된 정서지능 모형에서는 단계가 이동할수록 더 복잡하고 세련된 능력임을 의미한다.

최근 정서지능은 정서를 능숙하게 처리하는 기술로서 성공하는 사람의 중요한 요인이 밝혀지고 있다[15]. 정서지능이 높은 사람은 학업은 물론 사회성이나 대인관계 기술도 뛰어나며, 개인이 자신의 삶에서 만족감을 향상하도록 하는 중요한 역할을 한다[9,16,17,18,19]. 반대로 정서지능이 낮은 사람의 경우 쉽게 긴장하고 불안해하며 부정적인 정서를 자주 나타내며, 이러한 상태는 새로운 상황에 쉽게 적응하지 못하거나, 과잉행동, 공격성, 비행과 같은 행동을 초래한다[3]. 또한 부족한 정서조절은 문제행동을 일으키고 대인관계를 적절하게 맺지 못해 대인관계가 원만하지 못한 것으로 나타났다[20]. 다시 말해 타인과 관계 속에서 행복함을 느끼며 살기 위해서는 정서지능이 필수적이다[21].

정서지능과 관련된 선행연구를 살펴보면, 국내에서는 Salovey와 Mayer(1990, 1997)가 개발한 정서지능의 구성을 활용하여 정서지능 측정 도구, 정서지능 개발 프로그램이 시행되고 있다[10,11]. 이러한 프로그램은 내용, 목표, 참여 대상 등의 수준에 맞춰서 일부 수정 과정을 거쳐 정서지능 향상에 효과가 있음이 밝혀졌다. 권기매(2005)의 연구에서는 초등학생을 대상으로 정서지능 향상 프로그램을 실시하였다[22]. 그 결과 정서인식, 정서조절, 정서 활용 능력의 향상을 보였다. 여현주(20001)의 연구에서도 초등학생들 대상으로 프로그램을 실시한 결과 정서인식과 정서표현 능력의 향상을 보였다[23]. 중학생을 대상으로 실시한 연구 결과를 살펴보면, 곽윤정(2010)의 연구에서는 정서지능의 유의미한 향상을 가져왔으며[24], 이혼가정 청소년을 대상으로 한 연구에서는 정서프로그램이 학생들의 분노 표현과 대인관계 능력의 향상을 가져왔다[25].

그러나 모든 연구에서 이러한 긍정적인 효과만을 보고한 것은 아니었다. 권기매(2005)의 연구에서는 정서표현을 제외한 나머지 영역에서는 긍정적인 효과를 보고하

였으나[22]. 여현주(2001)의 연구에서는 정서인식, 정서 표현 능력은 향상하였으나 나머지 영역에서는 유의미한 변화가 없는 것으로 나타났다[23]. 뿐만 아니라 프로그램 실시 이후 유의미한 효과를 나타내지 못한 연구도 있었다[26,27].

이러한 연구 결과의 불일치는 정서 프로그램의 효과성에 대한 통합적인 결론을 내리는데 혼란을 초래할 것으로 예상된다. 또한 이러한 문제는 학교 교육과정에서 정서지능 향상을 위한 프로그램의 체계 확립에 어려움을 가져온다[15]. 이러한 문제점을 극복하기 위해서 이 연구에서는 메타분석을 활용하여, 정서지능 관련 프로그램들의 효과를 분석하고자 한다. 메타분석은 학계에 보고된 연구물을 대상으로 통계적인 방법을 활용하여 요약하는 분석방법으로 종합적인 연구 결과의 이해가 가능하며, 연구의 경향성을 파악할 수 있는 방법론이다[28,29]. 메타분석을 활용하면 개입의 효과에 대한 방향(direction)과 크기(amount)를 확인할 수 있으며, 이는 기존의 질적인 연구와 가장 큰 차이점이다.

정서 프로그램 효과에 대한 메타분석 논문으로는 한란이(2013), 강은아(2017)을 들 수 있다[15,30]. 그러나 이 연구에서는 대학생이나, 성인을 대상으로 한 연구물은 제외하였다. 정서발달의 관점에서 보았을 때 기쁨과 슬픔과 같은 정서는 덜 분화된 상태로 출생 시부터 존재한다. 이러한 상태는 연령이 증가함에 따라 점차 분화된다. 최근에는 대학생이나, 성인의 정서와 관련된 연구가 진행되고 있다. 대학생의 적절한 정서활용 능력은 진로결정에도 긍정적인 영향을 준다[31,32]. 문용린, 박윤정, 이강주(1998)의 연구에서는 성인의 정서표현 능력이 정서인식이나 정서조절에 비해 낮게 나타났다. 대학생이나 성인의 정서지능 또한 아동·청소년과 마찬가지로 사회적 관계의 만족도와 관련이 있다[33,34]. 대학생과 성인의 정서지능과 대인관계 관련성에 대한 연구(Schutte et al, 2001)에서도 정서지능이 높은 사람의 경우 자기 성찰을 더 잘하고 더 공감적인 것으로 나타났다[35]. 또한 한란이(2013)의 연구에서는 전체 효과크기는 1.012로 매우 높은 효과크기를 보였으나[30], 강은아(2017)의 연구에는 0.72로 중간 정도의 효과크기로 상이한 연구결과를 보고하였다[15]. 이러한 선행연구의 제안점들을 보완하기 위해서 이 연구에서는 선행연구에서 제외시켰던 연구물을 포함시켜 분석을 시도하였다.

본 연구를 통하여 다음의 내용을 확인하고자 하였다.
첫째, 정서지능 향상 프로그램의 전체 효과크기는 어느 정도인가?

둘째, 효과 영역에 따른 효과크기는 각각 어느 정도이며, 그 순서는 어떠한가?

셋째, 대상자의 특성에 따른 효과크기의 차이는 어느 정도이며, 그 차이점이 통계적으로 유의한가?

2. 연구방법

2.1 분석방법

정서지능 향상 프로그램의 효과를 알아보기 위해서 이 연구에는 한국학술정보, 국회도서관, 한국교육학술정보원 등의 DB를 활용하였다. 검색 키워드로는 정서지능, 정서, 감정, 정서발달, 정서인식, 정서표현 등을 사용하였다. 이 연구에서 사용한 논문 선정 기준은 다음과 같다. 첫째, 정서지능 증진 프로그램을 실시하여 그 효과를 검증한 연구물을 대상으로 선정하였다. 첫 번째 단계에서 정서지능 향상 프로그램이라 소개는 되어 있으나, 프로그램의 내용이 정서지능과 상이한 연구물들이 있었다. 이러한 점들을 감안하여 1차로 본 연구자가 논문을 수집하고 2차로 전문가의 조언과 논의를 통해 연구물 선정 여부를 결정하였다. 둘째, 이 연구에서는 정서지능의 개념이 소개되어 활발히 연구되었던 2000년대 초반을 기점으로 최근에 발행된 연구물을 대상으로 선정하였다. 셋째, 실험집단, 통제(비교) 집단의 사전-사후 평균점수를 비교한 연구물을 대상으로 선정하였다. 넷째, 연구의 결과가 양적으로 기록되어 있는 연구물을 대상으로 선정하였다. 그 결과 중복논문을 제외하고 총 33 편의 연구물이 선정되었다. 1차로 원문이 제공되지 않는 연구물 4편, 질적 연구를 활용한 3편을 제외하였다. 2차로 연구 주제가 상이한 연구물 30편과 연구 설계가 선정 기준에 부합하지 않는 2편을 제외하였다. 3차로 효과크기 산출을 위한 기본적인 양적 자료를 제시하지 않은 4편을 제외하였다. 그 결과 총 33의 논문이 최종 분석 대상으로 선정되었다.

2.2 분석의 틀

분석대상이 된 개별 연구물에서는 다양한 효과가 발생하였음을 확인하였다. 이러한 다양한 효과들에 대한

체계적인 분석을 위해 이 연구에서는 선정된 33편의 연구물의 출판연도, 유형, 프로그램의 특성, 프로그램 개입 시기, 종속변수, 참가자의 인구통계학적 정보를 범주화하여 코딩하였다. 이 연구에서는 Salovey 과 Mayer(1997)가 제시한 정서지능의 4가지 영역을 활용하였다[11]. 정서지능의 4가지 영역은 다음과 같다. 첫째는 정서인식 영역이다. 정서 인식과 표현은 자신의 정서를 정확하게 파악하고, 이를 타인에게 표현하는 능력으로 가장 낮은 수준의 영역이다. 두 번째는 사고를 촉진하는 정서를 생성, 접근하는 셋째, 정서와 정서 지식을 이해하는 능력, 넷째로 정서를 조절하는 능력으로 구성된다. 여기에 추가적으로 인식 및 이해한 정서를 활용하는 능력을 추가하여 범주화 하였다. 프로그램 참가자는 초등학교, 중·고등학교, 대학생 및 성인으로 범주화 하였으며, 추가적으로 성별에 대해서도 범주화를 실시하였다. 프로그램의 개입 시기에 따라 1차, 2차, 3차 예방으로 분류하였다.

2.3 자료분석

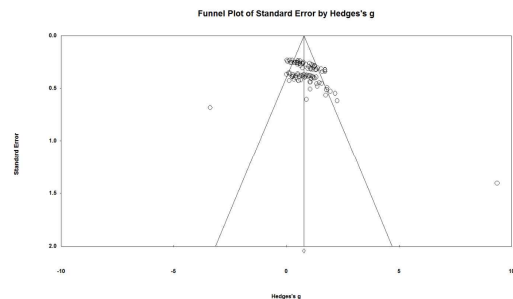
메타분석에서는 출판편향을 고려하여 해당 메타분석의 결과가 과대·과소 추정되지 않는 지를 확인해야 한다[36]. 이 연구에서도 정서지능 증진 프로그램의 효과를 산출하기 전에, 선정된 연구물들의 출판편향 검증을 실시하였다. 이 연구에서는 시각적 방법을 활용하는 Funnel Plot과 Begg과 Mazumdar(1994)가 제시한 순위상관을 활용하는 방법을 통해 출판편향을 검증하였다[37]. 출판편향 검증 이후 각각의 연구들이 동일한 모집단에서 추출된 것인가를 확인하기 위해 동질성 검정을 실시하였다. 동질성 검정 값인 Q값을 산출하여 이질적인 경우에는 무선효과모형으로 분석을 진행하며 그렇지 않을 경우 고정효과모형으로 분석을 실시한다. Q값이 논문 수의 영향을 많이 받는다는 단점을 보완하기 위해 I^2 값을 산출하여 이질성 검증도 실시하였다. 마지막으로 효과크기(Effect Size)를 산출하였다. 메타분석에서 효과크기는 선정된 논문들을 통합, 비교하기 위해 표준화된 측정단위로 변환시킨 것이다. 이 연구에서는 효과크기 산출 시 발생하는 편파를 교정해주는 교정된 표준화된 효과크기(Hedges' g)를 산출하였다. 효과크기는 작은 효과크기(0.2), 중간 효과크기(0.5), 큰 효과크기(0.8)로 해석된다[38]. 전체효과크기 산출 후, 범주의 틀의 활용하여 각 범주별 효과크기를 산출하였다. 이 연구에서는 메타분석을 지원하는

전문 프로그램인 CMA(Comprehensive Meta-Analysis)를 사용하였다.

3. 연구결과

3.1 출판편향 검증

효과크기를 산출하기 전에 선정된 연구물들에 대한 출판편향 검사를 실시하였다. 시각적인 방법으로 출판편향을 알아보았다[Fig. 1]. 추가적으로 통계적인 방법으로 출판 편향을 여부를 알아보기 위해 Begg과 Mazumdar의 rank correlation 방법을 사용하였다. Begg과 Mazumdar가 제시한 rank correlation 방법을 활용하여 표준오차와 효과크기의 관계를 살펴본 결과 Kendall's tau는 0.303, p는 0.02로 나타났다. 이를 통해 선정된 연구물들에서 출판편향이 나타난 것을 확인하였다. 이는 일반적으로 전체 효과크기가 과대 추정되었을 가능성이 있음을 의미한다[29]. 이러한 점을 유의하여 해석에 주의를 기울여야 한다.



[Fig. 1] Funnel plot

3.2 동질성 검정에 따른 분석 모형 선택

동질성 검정을 통해 분석모형을 선택하였다. Q값은 204.397($p < .001$)로 나타나 개별 연구물의 효과크기가 매우 이질적인 것으로 판단하였다. I^2 값은 84.344로 나타났다. I^2 값은 이질적인 수준을 나타내주는 수치로, 25%이면 낮은 수준, 50%이면 중간 수준, 75%이면 높은 수준으로 이질적으로 해석한다[39]. 따라서 이 연구에서는 연구물의 개별 차이에 민감한 랜덤효과 모형을 채택하여 분석하였다<Table 1>.

<Table 1> Homogeneity test

N	Q	p	I ²	95% CI	SE
33	204.397	0.000	84.344	0.705-0.841	0.035

3.3 전체효과크기

분석 대상으로 선정된 33편의 연구물을 각각 하나의 단위로 사용하여 전체 효과크기를 산출하였다 <Table 2>. 정서지능 향상 프로그램의 전체효과 크기는 0.839, 95% 신뢰구간은 0.720-0.959였다. 이러한 결과는 Hedges' g의 해석 기준에 따라, 큰 효과크기로 해석될 수 있다. 이러한 결과를 통해, 현재 실시되고 있는 정서지능 향상을 위한 프로그램의 효과가 큰 것으로 해석할 수 있다.

<Table 2> The overall effect size

k	ES	SE	Var	95% CI	p
33	0.839	0.061	0.004	0.720-0.959	0.000

3.4 효과영역에 따른 효과크기

선정된 연구물들에서는 정서지능에 대한 효과는 정서지능과 관련된 하위 영역의 효과성을 통해 측정되었다. 측정된 하위 영역은 정서인식, 정서표현, 정서이입, 정서조절, 정서활용 영역으로 범주를 구분하여 분석을 실시하였다<Table 3>. 효과 영역에 따른 효과크기를 살펴본 결과 정서인식 영역의 효과크기가 가장 큰 것으로 나타났다($g=0.919$). 다음으로는 정서이입 영역($g=0.841$), 정서활용 영역($g=0.834$), 정서조절 영역($g=0.785$), 정서표현 영역($g=0.766$)순으로 효과크기를 보고하였다.

3.5 대상자 특성에 따른 효과크기

정서지능 향상을 위한 프로그램에 참여한 대상자의 특성에 따른 효과의 차이를 알아보기 위해서 성별, 연령, 개입 시기의 특성에 따라 범주를 구분하여 메타분석을 실시하였다<Table 3>.

3.5.1 성별에 따른 효과크기

집단 구성원의 성별에 대해 제시하지 않은 연구물은 이 분석에 포함하지 않았다. 정서지능 향상 프로그램에 참여한 남성의 효과크기를 살펴본 결과 0.662, 여성 집단

의 효과크기는 0.386로 나타났다. 남성과 여성이 함께 프로그램에 참여한 혼성 집단의 경우 효과크기는 0.960으로 가장 높았다. 성별에 따른 효과크기의 차이는 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다($Q=8.796, p>.05$). 이러한 결과를 통해 성별은 정서지능 향상 프로그램의 효과에 영향을 미치는 중재변인임을 확인하였다<Table 3>.

3.5.2 연령에 따른 효과크기

이 연구에서는 참가자의 연령에 따라 초등학생, 중·고등학생, 대학생 및 성인으로 구분하여 효과크기를 산출하였다<Table 3>. 초등학생의 경우 ID를 부여받은 연구의 수는 56개, 효과크기는 0.854로 나타났다. 중·고등학생의 ID를 부여받은 연구의 수는 22개이며 효과크기는 0.725로 나타났다, 대학생 및 성인 ID를 부여받은 연구의 수는 14개였으며 효과크기는 0.938로 나타났다. 연령에 따른 효과크기를 비교한 결과 대학생 및 성인 집단에서 가장 큰 효과크기가 있는 것으로 나타났다. 참가자의 연령이 프로그램의 효과에 영향을 미치는 중재변인임을 확인하였다. 그 결과 연령에 따른 효과크기의 차이는 통계적으로 유의미하지 않은 것으로 나타났다($Q=1.2013, p>.05$).

<Table 3> Effect Size of categorical Factor

category	k	ES	SE	p	Q
cognition	29	0.919	0.130	0.000	-
expression	16	0.766	0.089	0.000	
understanding	9	0.841	0.158	0.000	
regulation	28	0.785	0.117	0.000	
application	6	0.834	0.263	0.000	
male	18	0.662	0.173	0.000	8.796 (0.032)
female	4	0.386	0.204	0.058	
mixed	51	0.960	0.082	0.000	
elementary	56	0.854	0.077	0.000	1.203 (0.548)
adolescent	22	0.725	0.152	0.000	
&adult	14	0.938	0.121	0.000	
1 st intervention	59	0.899	0.076	0.000	5.839 (0.053)
2 nd intervention	15	0.611	0.091	0.000	
3 rd intervention	18	0.806	0.177	0.000	

3.5.3 개입시기에 따른 효과크기

이 연구에서는 '3단계 예방모형'을 활용하여, 개입의 시기를 범주화하였다. 3단계 예방 모형의 1단계는 현재 정서지능과 관련되어 어려움을 호소하지 않는 대다수의

학생이 속하는 영역에 개입하는 보편적 개입이다. 2단계는 문제를 발생시킬 위험에 놓여 있는 상태로 선택적 개입을 의미한다. 3단계는 이미 문제를 겪고 있는 소수의 학생이 해당하는 영역으로 지시적 개입이라고 한다. 1단계 개입 시기의 효과크기는 0.899로 나타났다. 2단계 개입 시기의 효과크기는 0.661, 3단계 개입 시기는 0.806으로 나타났다. 개입시기의 효과크기의 차이는 통계적으로 유의미하지 않은 것으로 나타났다($Q=5.893, p>.05$). 이를 통해 프로그램의 개입 시기는 프로그램의 효과에 유의미한 영향을 미치는 중재변인이 아님을 확인하였다<Table 3>.

4. 결과

이 연구에서는 정서지능 향상을 위한 프로그램의 효과에 대한 융합적 연구로서 메타분석을 실시하였다. 메타분석을 통해 정서지능 향상 프로그램의 전체 효과크기, 하위 영역별 효과크기, 범주별 효과크기 등에 대해 살펴 보았다.

첫째, 정서지능 향상 프로그램의 전체 효과크기는 0.839로 높은 효과크기임을 확인하였다. 둘째, 정서지능의 하위 영역의 효과크기를 살펴본 결과, 정서인식에서 가장 큰 효과크기임을 확인하였다. 그 다음으로는 정서이입, 정서활용, 정서조절, 정서표현 영역 순의 효과크기를 보고 하였다. 이를 통해 현재 정서 지능 향상 프로그램의 효과는 큰 편임을 알 수 있다. 그러나 하위 영역들을 살펴본 결과 비교적 정서를 인식하는 부분의 효과크기는 큰 효과크기였으나($g=.919$), 정서를 표현하는 영역의 효과크기는 중간정도인 것으로 나타났다($g=0.766$).

둘째, 정서지능 향상 프로그램의 서로 다른 결과 보고 원인을 살펴보기 위해, 참가자 특성(조절변인)에 대해 살펴보았다. 첫 번째로 연령의 차이에 따라 분석을 진행한 결과, 남성과 여성이 혼합된 혼성 집단의 효과크기가 가장 크게 나타났다. 또한 이러한 성별 구성에 따른 효과크기의 차이는 유의미한 것으로 나타났다. 이는 성별이 프로그램에 영향을 미치는 유의미한 조절변인임을 의미한다. 두 번째로, 참여 대상자의 연령에 따라 분석을 진행하였다. 범주는 크게 초등학생, 중·고등학생, 대학생 및 성인으로 구성하였다. 그 결과 대학생 및 성인 집단의 효과

크기가 가장 큰 것으로 나타났으며, 그 다음으로 중·고등학생, 초등학생 순이었다. 그러나 연령 차이에 따른 집단 구성은 프로그램의 효과에 영향을 미치는 유의미한 조절변인은 아니었다. 마지막으로 예방의 3단계 모형을 활용하여 분석한 결과, 1차 예방에서 가장 큰 효과크기, 그 다음으로는 3차 예방적 접근, 2차 예방적 접근 순으로 효과크기를 나타냈다. 이를 통해 현재 실시되고 있는 정서지능 향상 프로그램이 보편적인 개입 단계에 있을 때 매우 효과적이라는 것을 알 수 있다. 또한 현재 문제를 겪고 있는, 선택적 개입 단계에서도 높은 효과가 있다는 것을 알 수 있다.

5. 논의

정서지능 향상 프로그램을 분석한 결과, 큰 효과크기를 보고 하였다. 이는 논문 선정 대상의 차이로 직접적으로 비교하기에는 어려움이 있으나, 정서지능 향상 프로그램의 효과에 대한 메타분석을 진행한 한란이(2013)의 연구와 일치한다[30]. 추가적으로 이 연구에서는 성별이 프로그램의 효과에 영향을 미치는 유의미한 중재변인임을 확인하였다. 이러한 연구 결과를 통해 앞으로 잘 구성된 정서지능 향상 프로그램의 활용을 위해 연구의 시사점과 후속연구의 방향을 제시하고자 한다. 첫째, 정서지능 향상 프로그램에 참여하는 대상을 다양화할 필요가 있다. 분석대상 연구물들의 인구통계학적 정보를 살펴보면, 초등학생을 대상으로 한 연구물들이 상대적으로 많았다. 후속연구에서는 비슷한 연구들이 반복적으로 실시되는 비효율적인 부분을 지양해야 할 필요가 있다. 추가적으로 대학생이나 성인을 대상으로 정서지능 향상 프로그램을 실시한 연구물은 매우 적은 편이었다. 선행연구들을 분석한 결과, 대학생이나 성인의 경우 실험연구보다는 변인연구물이 월등히 많았다. 변인간의 관계를 살펴보는 연구도 중요하지만, 이러한 변인간의 관계가 실제 현장에서도 적용가능한지를 확인하는 것이 실험연구이다. 이런 연구의 편향을 지양하기 위해서 후속연구에서는 대학생이나 성인을 대상으로 정서지능향상 프로그램의 효과를 살펴볼 필요가 있으며, 연구물들이 축적된 후에는 대학생이나 성인을 대상으로 메타분석을 실시해 볼 필요가 있다.

둘째, 후속 연구자들은 정서지능 향상 프로그램의 효과에 대한 연구 결과를 보고할 때, 프로그램의 결과만을 보고할 것이 아니라 프로그램의 진행자, 진행 시기, 진행 목표, 프로그램의 구성, 참가자의 특성 등에 대한 정보를 모두 제시해야 할 필요가 있다. 메타분석은 선행연구들을 대상으로 분석하는 연구 방법이기 때문에, 선행연구에서 이러한 정보들을 누락시켰을 경우, 분석대상에서 제외될 가능성이 있다. 이러한 점은 메타분석 진행시 정서지능 향상 프로그램에 대한 다양한 분석을 불가능하게 한다. 따라서 앞으로 후속 연구에서는 일한 부가적인 정보를 자세히 제시해야 할 필요가 있다.

셋째, 선행연구를 살펴보는 과정에서 정서지능 향상 관련 연구의 대부분이 참가자들의 자기보고형 설문지를 사용하고 있음을 확인하였다. 그러나 부모, 친구, 교사의 관찰 보고서를 활용하는 연구물도 찾아볼 수 있었다. 이러한 혼합 방식은 정서지능 향상 프로그램의 효과를 좀 더 신뢰롭게 한다. 후속 연구들에서는 이러한 방향으로 연구결과를 제시하는 것이 연구의 질을 높이는 방법으로 생각된다.

이 연구의 제한점은 다음과 같다. 첫째, 출판편향 검사 결과 출판편향의 가능성이 제기되었다. 이는 연구결과가 과대 추정되었을 가능성이 있으므로 해석에 주의를 기울여야 한다는 것을 의미한다. 이는 미래의 후속 연구에서 대학생이나 성인을 대상으로 한 연구물들을 좀 더 추가하여 분석을 실시해 보아야 할 부분이다. 둘째, 선정된 연구물에서 프로그램에 영향을 줄 수 있는 진행자 특성, 지역적 특성, 장소 등과 관련된 정보가 제시되지 않아서 이러한 부분에 대한 분석을 실시할 수 없었다. 후속 연구에서는 이러한 점들을 고려하여 추가적인 분석을 진행해야 하겠다. 셋째, 이 연구에서는 국내 정서지능 향상 프로그램만을 살펴보았다. 후속연구에서는 국외 정서지능 향상 프로그램의 결과를 함께 살펴본다면, 연구간의 비교도 가능할 뿐만 아니라, 정서지능 향상 프로그램의 개선, 활용을 위한 자료로 활용될 것이다.

이러한 제한점에도 불구하고 이 연구는 정서지능 향상 프로그램의 효과에 대한 체계적인 이해를 가능하게 했다는 점에서 의의가 있다. 인간의 발달에 정서는 매우 큰 영향을 미치며, 정서가 적절하게 기능하지 못할 경우 심각한 결과를 초래한다[1]. 정서장애는 정서에 대한 인식, 표현, 이해, 조절 능력이 자신이 속한 문화나 연령 규

범에서 벗어나는 정도가 극단적이거나 반복적으로 나타나는 것을 의미한다. 최근 정서장애는 다양한 문제행동들을 초래하고 있다. 이러한 정서 장애는 학업뿐만 아니라 일상적인 생활, 적응에도 심각한 영향을 미친다. 이러한 점 때문에 현재 학교 현장에서도 교육자들은 정서적 능력을 증진시킬 수 있는 교육의 기회를 제공하는 것이 중요하다는 것을 점차적으로 인식하고 있다. 이러한 연구 결과를 통해 앞으로도 교육 장면, 상담 장면에서 정서지능 향상을 위한 프로그램이 적극적으로 활용되어야 한다.

REFERENCES

- [1] O. B. Jung, S. H. Jung, & J. H. Lim, "Emotional Development & Emotional Intelligence", Seoul: hakjisa, 2007.
- [2] Korea Educational Psychology Association, "terminology of Educational Psychology", Seoul: hakjisa, 2002.
- [3] J. Y. Park, "The Effects of Emotional Intelligence Education Program for Improving Emotional Intelligence and Problem Behavior of Children with Mental Retardation", Daegu University, 2008.
- [4] A. R. Damasio, "Descartes' error: Emotion, rationality and the human brain", New York: Grosset/Putnam, 1994.
- [5] J. J. Chong, "The Effects of Emotional Awareness and Expression on Emotional Regulation and Empathy", Korea Society for the Emotional & Behavioral Disorders, 2012.
- [6] W. N. Morris, "A functional analysis of the role of mood in affective systems", CA: Sage, 1992.
- [7] C. Armon-Jones, "The social functions of emotion" The social construction of emotions, pp. 57-82, 1986.
- [8] J. H. Lee, C. N. Son, "Relationship of Avoid Fusion and concentration : Focused on mediative effects of emotion control and thinking control", Journal of digital Convergence, Vol.13, No.12, pp. 433-440, 2015.
- [9] Y. J. Lee, J. S. Lee, & E. S. Shin "The Development and Evaluation of A Program to Increase the Emotional Intelligence of Young Children", Journal of Early Childhood Education, Vol.19, No. 2, pp.

- 157-187, 1999.
- [10] P. Salovey, & J. D. Mayer, "Emotional intelligence" *Imagination, cognition and personality*, Vol.9, No.3, pp.185-211, 1990
- [11] J. S. Mayer, & A. Salovey, "What is emotional intelligence" *Emotional Development and Emotional Intelligence: implications for educators*, pp. 3-31, 1997.
- [12] D. P. Goleman, "Emotional intelligence" New York: Bantam Books, 1995.
- [13] B. N. Kim, "Development of A Group Counseling Program to Improve Emotional Intelligence of University Students", Korea National University of Education, 2016.
- [14] D. Sluyter. & P. Salovey. "Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators", 1997.
- [15] E. A. Kang, "Meta-analysis of effects of emotional intelligence improvement program for children and adolescents", Kyungsoong University, 2017.
- [16] K. M. Park, "Problem solving and emotion of preschool children", Dongduk Women's University, 1997.
- [17] J. H. Wang, "The Relationship among emotional intelligence, social competence and interpersonal cognitive problem solving of the elementary school children, Pusan National University", 2001.
- [18] D. Goleman. "Healing emotions" Boston: Shambhala, 1997.
- [19] M. T. Greenberg. & J. L. Snell, "Brain development and emotional development: The role of teaching in organizing the frontal lobe" *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*, pp. 93-126, 1997.
- [20] N. Eisenberg, R. Fabes, & S. Losoya, "Emotional responding: Regulation, Social correlates, and Socialization. In Salovey. P, & D. J. Sluyter(Eds.), *Emotional Development and emotional intelligence*", New York: Basic Books.
- [21] S. Y. Lee, "The Relationships between Teachers' Interaction and Infants' Socio-emotional Behaviors", Sungshin Women's University, 2006.
- [22] K. M. Kwon, "The Effects of Emotional Intelligence Enhancing Program on the Emotional Intelligence and Interpersonal Relationship of the Elementary School Student: Focus on the Lower Emotional Intelligence Score Students", Daegu University, 2005.
- [23] H. J. Yeo "Developing the group counseling Program for an Emotional Intelligence develop of Elementary School Children", Keimyung University, 2001.
- [24] Y. J. Kwak "Developing a model for designing emotional intelligence education programs", Seoul University, 2004.
- [25] E. A. Kang, M. O. Kim, & B. E. Lee, "The Effect of Emotional Expression Based Anger-Control Program on the Anger and Interpersonal Relationship of Male Adolescent of Divorced Families", *The Journal of Yeolin Education*, Vol. 23, No.1, pp. 215-234, 2015.
- [26] N. H. Seo, "Effects of Group Art Therapy on Improvement of Emotional Intelligence of Children from Poor Families", Seoul Women's University, 2010.
- [27] H. N. Lee, "The Effect of the Folding Paper Play on the Emotion Development of the Children", Ewha Womans University, 2009.
- [28] K. H. Kim, "Meta-Analysis on the Effect of School Violence Intervention Program", *Journal of Digital Convergence*, Vol.14, No.10, pp. 33-43, 2016.
- [29] S. D. Hwang. "Meta-Analysis". Seoul: hakjisa. 2014.
- [30] R. L. Han, "A Meta-Analysis on the Effects of the Preschool Children's Emotional Intelligence Program", Chonbuk National University, 2013.
- [31] J. M. Kidd, "Emotion: An absent presence in career decision making", *Career Development Quarterly*, Vol.46, pp. 210-229, 1998.
- [32] J. U. Kim, & S. S. Park, "The Effect of 「The Career Barriers Exploration Counseling Program」 on the Perceived Career Barriers and the Career Preparation Behavior of Women's College Students" Korean Society for the Study of

- Vocational Education, Vol. 29, No. 3, pp. 209-230, 2010.
- [33] Y. L. Moon, Y. J. Kwak, & K. J. Lee, “Current status of research on emotional intelligence in Korea”, Seoul: Seoul University, 1998.
- [34] S. M. Lee, K. J. Cho, & H. R. Kim, “The Effect of Emotional Intelligence on Interpersonal Relationships and the Life Satisfaction of University Students”, The Korean Journal of Human Development, Vol. 16, No. 3, pp. 159-177, 2009.
- [35] N. S. Schutte, J. M. Malouff, C. Bobik, T. D. Coston, C. Greenon, C. Jedicka, E. Rhodes, & G. Wendorf, “Emotional Intelligence and Interpersonal Relations”, The Journal of Social Psychology, Vol.141, No.4, pp. 534-536, 2001.
- [36] S. R. Shim, I. S. Shin, & J. M. Bae, “Brief Communication : Intervention Meta-Analysis Using STATA Software”, Journal of The Korea Society of Health Informatics and Statistics, Vol. 41, No.1, pp.123-134, 2016.
- [37] C. B. Begg, & M. Mazumdar, “Operating characteristics of a rank correlation test for publication bias” *Biometrics*, Vol.50, pp.1088-1101, 1994.
- [38] Y. R. Cho, S. S. Noh, K, H, Jo, & S. H. Hong, “The Effect of Mindfulness-Based Intervention on Depression and Anxiety Symptoms: A Meta-Analysis ”, Vol.33, No.4, pp.903-931, 2014.
- [39] Higgins, J. P., & Green, S. (Eds.). “Cochrane handbook for systematic reviews of interventions (Vol. 5)” Chichester: Wiley-Blackwell, 2008.

김 경 희(Kim, Kyung Hee)



- 1994년 2월 : 전남대학교 교육학과 (교육학석사)
- 2014년 8월 : 전남대학교 교육학과 (교육학박사)
- 2015년 3월 ~ 현재 : 동신대학교 유아교육학과 교수
- 관심분야 : 마음챙김, 수용
- E-Mail : smkh22@hanmail.net