

## 청소년의 회복탄력성에 대한 고등학교 기술·가정 교과서 활동과제 분석

최유리\* · 김은정\* · 이소영\* · 이지산\* · 임소진\* · 박미정\*\*\*)

한국교원대학교 대학원\* · 한국교원대학교 가정교육과 조교수\*\*

---

## An Analysis of High School Technology·Home Economics Textbooks' Activities to Improve the Resilience of Youth

Choi, Yoo-ri\* · Kim, Eun-Jong\* · Lee, So-Young\* · Lee, Gi-Sen\* · Lim, So-Jin\* · Park, Mi-Jeong\*\*\*)

*Korea National University of Education Graduate School\**

*Dept. of Home Economics Education, Korea National University of Education\*\**

### Abstract

The purpose of this study is to contribute to the improvement of the resilience of adolescents through the analysis of activities in high school Technology·Home Economics textbooks developed according to the 2015 revised high school Technology·Home Economics curriculum. For this purpose, we analyzed the activities of 12 high school Technology·Home Economics textbooks in the 'human development and family' and 'family life and safety' areas based on the sub-factors of resilience. A total of 303 activities were extracted from 12 textbooks. After analyzing the activities of the three people, the process of revising and supplementing the analysis criteria through consultation was conducted three times and then reviewed by three experts. The analysis found that although there were differences in the number of activities to be dealt with, it was common to focus on raising interpersonal ability(54.8%) among the sub-factors of resilience. Followed by self-regulation(39.4%) and positive(5.8%). Second, the analysis of the activities by core concepts showed that the most activities dealing with the sub-factors of resilience were in the 'family life and safety' area, which deals with 'safety (44.3%)' as a core concept. And in the area of human development and family, which deals with development (25.1%) and relationships (36%) as core concept, the sub-factors of resilience were also covered. This can be inferred that the home curriculum is suitable for systematic education of resilience, and that the term resilience in the curriculum has been considered and dealt with resilience before it is specifically mentioned. I hope that the results of this study will be used as basic data for the development of home and resilience education programs in the future.

---

1) 교신저자: Park, Mi-Jeong, 250 Taeseongtabyeon-Ro Gangnae-meyon Heungdeok-gu, Cheongju-si, Chungbuk, Korea National University of Education, Republic of Korea

Tel: +82-43-230-3677, Fax: +82-43-231-4087, E-mail: homeedu@naver.com

**Key words:** 회복탄력성(resilience), 활동과제(Textbooks' Activities), 핵심개념(Core concept), 가정과 교육(Home Economic Education), 교과서 분석(analysis of textbook), 2015 개정 교육과정(2015 revised national curriculum)

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

우리나라 청소년들은 부모와 학교, 사회로부터 높은 성적과 대학 입시, 취업을 중시하는 사회 문화적인 환경으로 인해 끊임없이 스트레스를 받으며 생활하고 있다. 최근 연세대 사회발전연구소에서 공개한 ‘2016 제8차 어린이·청소년 행복지수 국제비교 연구’ 보고서에 따르면 여전히 우리나라 청소년의 ‘삶의 만족도’가 경제협력개발기구(OECD) 내 국가들 가운데 가장 낮고, 결핍지수는 가장 높으며 청소년이 겪는 스트레스와 우울 수준은 이전보다 높아진 것으로 나타났다(Ru, 2018, February 25).

앞으로 청소년들이 살아가야 할 미래는 지금까지 경험했던 것보다도 복잡하고 변화무쌍하며, 테러, 자연재해, 질병, 사고 등으로 인해 예상치 못한 역경과 스트레스를 경험하게 될 것이다. 또한 평생직장의 의미가 없어지면서 전업을 하거나 계속 새로운 일을 배워야 한다는 사실은 학생들의 불안감과 스트레스를 높이는 요인이 되고 있다. 청소년들이 자신의 의지와는 무관하게 일어나는 세상의 변화에 잘 적응하고, 크고 작은 어려움을 스스로 잘 극복할 수 있도록 개인, 가정, 사회적 차원의 적극적인 지원이 필요하다.

이와 같은 사회적인 분위기와 맞물려 최근 ‘자신에게 닥치는 온갖 역경과 어려움을 오히려 도약의 발판으로 삼은 잠재적인 힘’을 의미하는 회복탄력성에 대한 중요성이 부각되고 있다(Kim, 2011). 또한 Chu(2015)에 따르면 학교가 회복 탄력적인 학생의 발달과 매우 관련이 높은 것으로 알려지면서 학교 안에서의 회복탄력성 교육의 필요성이 강조되고 있다.

회복탄력성은 교육한다고 길러질 수 있는 것인가? 회복탄력성은 마치 마음의 근육과 같아서 신체의 근육을 키우면 무거운 물건을 거뜰히 들 수 있는 것처럼 훈련에 의해 얼마든지 키울 수 있는 능력이다(Muraven & Baumeister, 2000). 즉, 마음의

근력과도 같은 회복탄력성은 후천적인 교육을 통해 증진될 수 있다는 것이다. 이러한 사실은 회복탄력성에 대한 교육의 중요성을 더욱 부각시킨다. 하지만 20세기 이후 현대사회의 교육 시스템에서는 회복탄력성의 중요한 요소로 일컬어지는 자기 조절 능력과 대인관계를 맺고 유지하는 능력, 상황을 긍정적으로 해석하는 능력에 대해 체계적으로 가르치지 않는다. 이러한 교육의 부재를 입증하듯 최근 대표적인 서점가의 베스트셀러 결산을 살펴보면 참고서와 소설을 제외하고 가장 많이 팔리는 책이 자기계발서이다(Kim, 2018, Jun 04). 자기계발서는 대부분 대인관계를 잘 맺고 자기이해지능을 높이는 것과 관련된 내용을 중심으로 구성되어 있다. 이는 자기를 이해하고, 타인과의 관계를 원만히 맺으며 어려운 상황 속에서 다시 일어설 수 있는 방법을 학교 교육을 통해 배우지 못했음을 반영하는 것이다. 안타깝게도 대부분의 자기계발서는 서점이라는 시장을 통해 팔리는 상품이기엔 자극적인 제목과 현란한 소재제목으로 가득 차 있다. 검증도 되지 않은 내용들이 마치 요리책의 조리법처럼 간단히 실행하면 금방 얻을 수 있는 진리처럼 제시되고 있다(Kim, 2011). 이러한 사실은 학교 내에서의 체계적이고 입증된 ‘회복탄력성’ 교육이 절실함을 보여준다.

회복탄력성의 중요성이 강조되는 사회적인 요구에 발맞추어 2015 실과(기술·가정) 교육과정의 고등학교 가정생활 분야에는 새롭게 ‘가정생활과 안전’ 영역이 도입되었으며, 이 영역의 핵심 개념인 ‘안전’에서는 ‘가족의 생활 및 신변을 위협하는 안전사고를 예방하고 예기치 못한 가족 문제를 적극적으로 치유하기 위한 지원은 안전하고 건강한 가족으로 회복될 수 있는 기초이다.’라는 일반화된 지식을 명시하며, 내용요소로 ‘가족의 치유와 회복’을 제시하고 있다.

회복탄력성의 의미를 살펴 볼 때, 실천적 문제해결능력, 생활 자립능력, 관계형성능력을 중요시하는 가정 교과와 연관성이 있음에도 불구하고 그동안 가정 교과 내 회복탄력성에 대한 직접적인 연구는 전무하다. 이에 이 연구에서는 새롭게 도입된 ‘가족의 치유와 회복’ 내용요소가 포함된 ‘가정생활과 안전’ 영역과 기존의 ‘인간발달과 가족’ 영역 내 활동과제를 회복탄력성

하위요인을 기준으로 분석하고, 회복탄력성을 증진 시킬 수 있는 활동과제 우수사례를 제시함으로써 향후 가정 교과서의 회복탄력성 교육의 내실화에 기여하고자 한다.

## 2. 연구 내용

이 연구의 목적을 달성하기 위해 설정한 구체적인 연구 내용은 다음과 같다.

첫째, 고등학교 기술·가정 12종 교과서 ‘인간 발달과 가족’, ‘가정생활과 안전’ 영역의 활동과제에 나타난 회복탄력성의 하위 요인을 분석한다.

둘째, 고등학교 기술·가정 12종 교과서 ‘인간 발달과 가족’, ‘가정생활과 안전’ 영역의 핵심개념별 활동과제의 회복탄력성과 활동과제 우수사례를 살펴본다.

## II. 이론적 배경

### 1. 회복탄력성의 개념 및 하위요인

회복탄력성(resilience)은 라틴어의 ‘resiliens’에서 유래한 것

으로 ‘resilience’는 어려움에서 적응적 상태로 다시 돌아온다는 의미인 ‘회복’과 역경을 딛고 되튀어 오르는 성장을 뜻하는 개념인 ‘탄력성’을 합친 개념으로 볼 수 있다(Kim, 2011). 즉 튀어 오르거나 원래 상태로 되돌아온다는 뜻인데 학문적으로는 주로 ‘정신적 저항력’을 의미한다. 이는 스트레스나 역경 혹은 부정적인 환경에 대처하는 방식으로 개인과 환경의 역동적인 상호작용을 통해 계속적으로 변화하는 개인의 능력으로, 환경에 따른 스트레스, 역경 혹은 위협에도 불구하고 행동적 정서적 문제를 보이지 않고 건강하게 적응해 가는 아동을 설명하기 위해 구성된 심리학적 개념이다.

회복탄력성의 개념이 일관성 있게 정의되기 시작한 것은 불과 10년 안팎의 일이므로 ‘resilience’에 해당하는 용어가 정착되지 못한 실정이다(Naglieri & LeBuffe, 2005). 회복탄력성은 그 개념의 광의성과 다양한 용어의 혼재로 연구자들 사이에 ‘자아탄력성(ego-resilience)’, ‘능력(competence)’, ‘긍정적 적응’, ‘유연성’ 등의 용어와 유사하게 사용되기도 한다. 특히 자아탄력성은 국내·외의 연구에서 회복탄력성과 혼용되어 사용되고 있어 구분되어야 할 필요가 있다(Lee, 2012). 회복탄력성은 역동적인 과정이며 부정적인 환경에 대처하는 방식으로 적응과 부적응 사이에서 계속적으로 변화하는 능력을 의미(Kwon, 2010)하는 반면 자아탄력성은 인간의 적응력과 관련된 개인의 성격 특성 중의 하나로 보고 있어(An, 1999) 회복탄력성과 개념이 구분된다고 할 수 있다.

회복탄력성에 대한 정의는 <Table 1>과 같이 학자들마다 다양하게 제시하고 있어 합의된 개념을 도출하는 것이 쉽지 않다.

Table 1. Definition of resilience

Scholar	Definition
Luthar(1991)	스트레스가 급격히 상승하는 상황에서도 스트레스를 거의 받지 않거나 효능감을 발휘하여 스트레스를 잘 대처하여 스트레스 지수를 낮출 수 있는 능력
Garmezy(1993)	고난과 역경 속에서 어려움을 헤쳐 나가기 위한 능력을 다시 회복한다는 의미로 역경을 겪으면서 자신의 의지력이 소실됐지만 이전의 상태로 되돌아 올 수 있는 회복력
Fraser Richman와 Grlinsky(1999)	생활의 부정적인 사건들, 외상, 스트레스 등 여러 다양한 위해요소들에 대해 예측할 수 없거나 훌륭하게 적응하여 소화해 내는 것
California Healthy KidsSurvey(2000)	역경을 이겨내고 건강한 자아 형성을 이룰 수 있게 만들어 주는 개인적 특성이나 능력
Gu&Day(2007)	역동적 과정으로 부정적인 환경에 대처하는 방식으로 계속적인 변화하는 개인의 능력
Kim(2009)	어려움이나 스트레스 상황에서 적응적 상황으로 다시 되돌아오는 회복과 정신적 저항력의 향상, 즉 성장을 나타내는 탄력성의 합성어

Kim(2012). 플랜터 상담사의 회복탄력성과 감정 노동에 관한 연구, 광주여자대학교 사회 개발 대학원 석사 학위 논문. p.12.

하지만 회복탄력성의 정의에 있어 학자들의 공통점을 찾아보면, 어떠한 환경 가운데서도 긍정적인 적응을 이루어 내는 것에 있다. 즉, 학자들은 회복탄력성에 대해 스트레스나 역경의 상황에서도 성공적으로 적응해나가는 과정을 의미한다는 것에 모두 동의한다(Masten, 2001).

그 외 Lee(2013)에 따르면 최근 회복탄력성의 개념이 기존에 논의되었던 회복탄력성의 특성에서 보편성을 강조하는 입장으로 확대되고 있다고 한다. Masten(2001)은 회복탄력성이 특별한 사람들만이 가진 특별한 특성이 아니고 평범한 사람들이 어려운 상황이나 스트레스 문제에 적응하는 과정에서 나타낼 수 있는 보편적인 적응기제라고 함으로써 회복탄력성이 지닌 보편성을 강조하였다. 회복탄력성은 특별한 능력이 아니라 희망하고, 웃고, 긍정적으로 생각하며, 삶에 의미를 부여하고, 적극적으로 행동하고, 도움을 청하기도 하며 다른 사람과 관계를 맺는 평범한 특성이라 볼 수 있다(Hong, 2006). 또한 회복탄력성은 개인과 환경의 상호 역동적인 작용을 통해 발달과정에서 점진적으로 형성되며 변화가 가능하므로, 교육이나 모델링 등을 통해 길러질 수 있는 능력이라고 볼 수 있다(Lee, 2013).

회복탄력성에 대한 정의가 다양하고 용어를 명명함에 있어 다소 차이가 나지만 이러한 함의를 찾지 못하는 것에는 그럴만한 이유가 있다. 이는 회복탄력성이 인간의 긍정적인 능력을 총체적으로 다루고 있기 때문이며, 회복탄력성을 구성하고 있는 다양한 요인들이 역동적인 상호작용 속에서 다차원적으로 일어나는 것으로부터 기인한 결과라고 볼 수 있다(홍은숙, 2006).

이 연구에서는 ‘resilience’를 ‘회복탄력성’으로 명명하고 Kim(2011)의 정의에 따라 어려움에서 적응적 상태로 다시 되

돌아온다는 의미인 회복과 역경을 딛고 다시 튀어 오르는 성장을 뜻하는 개념인 ‘탄력성’을 합친 개념으로 본다.

회복탄력성의 구성 요소로 Wagnild와 Young(1993)은 인내심, 자기 신뢰, 독립심, 의지력, 평정심을 제시했고, Russell(1995)은 스트레스나 변화를 효과적으로 다룰 수 있는 요소로 자기 신뢰, 대인 관계, 사회성, 계획성, 문제해결력, 융통성, 조직력, 개인적 비전을 개인적 특성에 따라 회복탄력성에 영향을 미치는 요소라고 했다. 이 연구에서는 Reivich와 Shattée(2003)가 제시한 회복탄력성의 하위요인을 Kim(2009)이 한국인의 특성에 맞게 수정하여 제시한 하위요인을 기준으로 기술·가정 교과서 내 가정 분야의 회복탄력성 관련 활동과제를 분석하였다. Kim(2009)이 제시한 회복탄력성의 영역은 크게 자기조절능력, 대인관계능력, 긍정성 세 가지로 구분하였고 각각의 영역은 <Table 2>와 같다.

## 2. 회복탄력성 선행 연구 고찰

회복탄력성이 여러 스트레스 요인에도 불구하고 그것을 극복해내는 능력이라고 한다면 이는 청소년들의 문제에 대한 예방 및 치료적, 교육적 차원에서 중요한 의미가 있다.

국내에서는 2000년부터 회복탄력성에 대한 연구가 본격적으로 시작되었으며 회복탄력성을 측정하기 위한 척도 개발과 회복탄력성을 증진하기 위한 교육 프로그램의 개발 및 적용에 대한 연구에 관심이 급증하고 있는 추세이다(Lee & Park, 2013). 이 중 아동·청소년의 회복탄력성과 관련된 선행 연구들을 살펴

Table 2. Components of resilience

Area	Category	Sub factor
자기조절능력	감정조절력	스스로의 부정적 감정을 통제하고 긍정적 감정과 건강한 도전의식을 불러일으키는 능력
	충동조절력	기분에 휩쓸리는 충동적 반응을 억제하고, 자신의 동기를 스스로 부여하고 조절할 수 있는 능력
	원인분석력	자신이 처한 상황을 객관적이고도 정확하게 파악해서 대처방안을 찾아내도록 하는 능력
대인관계능력	소통능력	소통을 통해 인간관계를 진지하게 맺고 오래도록 유지하는 능력
	공감능력	다른 사람의 심리나 감정 상태를 잘 읽어낼 수 있는 능력
긍정성	자아확장력	자기 자신에 대해 생각할 때 이미 타인과의 관계 속에서 자신을 이해하는 능력
	자아낙관성	현실을 객관적으로 판단하면서도 상황을 긍정적으로 해석하는 능력
	생활만족도	개인이 삶의 질을 만족하는 정도
	감사하기	회복탄력성이 높은 사람들이 가진 구성요인이면서 회복탄력성을 높이기 위한 방법

보면 다음과 같다.

회복탄력성이 높은 아동일수록 스트레스를 경험했을 때 보다 긍정적이며 유연한 대처 행동을 한 것으로 나타났으며(Lim, 2005), 회복탄력성이 높은 청소년들이 문제해결 방식에 있어서 더 적극적으로 접근하고 해결하는 경향이 있었다(Kwon, 2003). 회복탄력성이 높은 청소년들이 학교에 더 잘 적응하였으며(Lee, 2004), 새롭거나 위협한 상황에서도 융통성 있고 효율적으로 적응하고, 과제 해결을 위해 충동 통제를 잘하는 등의 행동 특징을 보였다(Heo, 2004). 또한 아동의 행복감에 회복탄력성이 가장 큰 변인으로 나타났으며(Lee & Moon, 2016), 아동의 높은 회복탄력성은 사회적 문제해결 능력과 심리사회적 적응에 긍정적인 영향을 미쳤다(Kim & Ju, 2013). Lee(2012)의 연구에서는 회복탄력성이 높을수록 행복에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, Jeon(2015)의 연구에서는 회복탄력성은 학교생활적응에 42%의 영향을 미치며, 하위 변인 모두(통제성, 긍정성, 사회성)가 학교생활적응에 유의하게 영향을 미치는 것으로 분석되었다.

회복탄력성이 높은 학생들은 가정과 학교, 또래 및 지역 사회 차원에서의 긍정적인 상호 작용과 의미 있는 참여에 더 적극적인 모습을 보여준다. 이에 따라 학생들의 웰빙(well-being) 증진 및 긍정적 발달을 촉진한다는 관점에서 모든 학생들에게 회복탄력적인 마인드셋(resilient mindset)을 갖도록 하는 교육적 개입(educational interventions)의 중요성이 날로 커지고 있다. 학교에서 학생들의 회복탄력성을 길러주는 일은 교사들이 모든 학생들을 교육하는 과정에서 고려해야 할 필수적인 요소로 간주되어야 한다고 강조하고 있다. 학생들의 회복탄력성 증진에 있어서 학교는 가장 유망한 장소로 부각된다. 학교는 회복탄력적인 학생의 발달과 매우 관계있는 것으로 알려진 학구적·개인적·사회적 역량을 증진 시켜주는 이상적인 환경을 제공한다(Chu, 2015).

이에 이 연구에서는 가정 교과와 회복탄력성의 관련성을 살펴보고 학생들의 중요한 역할 모델로서 가정과 교사의 전문성을 강조하고자 한다.

### 3. 가정 교과에서의 회복탄력성

2015 실과(기술·가정)교육과정의 고등학교 기술·가정과 ‘가정생활’ 분야의 내용요소를 살펴보면 인간 발달과 가족, 가정생활과 안전, 자원 관리와 자립의 영역을 중심으로 발달, 관계, 생활문화, 안전, 관리, 생애설계를 핵심 개념으로 하는 내용으로 구성되어 있다.

가정 교과의 성격과 목적은 실생활의 문제를 해결하고 예기치 않게 발생하는 어려움이나 스트레스 상황을 이겨내고 건강한 자아를 형성하여 개인의 자기주도적인 삶과 행복하고 건강한 가정생활을 영위할 수 있는 역량을 길러주는 것이다. 구체적으로 일상생활 속에서 발생될 수 있는 다양한 문제에 대하여 그 배경을 이해하고 문제 해결의 대안을 탐색한 후, 비판적 사고를 통한 추론과 가치판단에 따른 의사결정으로 실행할 수 있는 ‘실천적 문제해결능력’, 삶의 주체로서 자신의 발달 과정에서의 자아정체감을 형성하여 일상생활의 문제를 스스로 판단·수행할 수 있으며, 주도적 관점에서 자기 관리 및 생애를 설계할 수 있는 ‘생활자립능력’, 대상과의 관계를 소중히 여기고, 존중과 공감, 배려와 돌봄으로서 공동체 감수성을 키워 자신과 가족, 친구, 지역사회, 자원, 환경과의 건강한 상호작용과 관계를 형성·유지할 수 있는 ‘관계형성능력’을 기르도록 구성되어 있다(Ministry of Education, 2015). 이러한 교과역량들은 앞에서 살펴본 회복탄력성의 하위요인과 중첩되거나 밀접하게 관련되어 있으며, 회복탄력성을 체계적으로 다루기에 매우 적합한 교과임을 알 수 있다.

2015 실과(기술·가정)교육과정의 고등학교 기술·가정과 성취 기준 [12기02-05]에서는 ‘예기치 못하게 발생하는 가족 문제가 가정생활에 미치는 영향과 건강한 가족으로 회복할 수 있도록 하는 가족 치유의 필요성을 살펴보고, 사례별로 가족의 회복탄력성을 높일 수 있는 방안을 탐색하여 자신의 가족뿐만 아니라 이웃의 아픔에 대해서도 공감할 수 있는 능력을 기른다.’라고 ‘회복탄력성’에 대해 직접적으로 언급하고 있다. 그동안 회복탄력성과 유사한 자아탄력성에 관련된 연구(Jung & Lim, 2011; Lim, 2013; Yoo & Lee, 2013)는 이루어져왔으나 아직까지 가정 교과 내 회복탄력성을 직접적으로 다룬 연구는 전무하다. 회복탄력성 교육의 필요성에 대한 사회적 요구에 발맞추어 가정 교과에서의 회복탄력성에 대한 연구가 필요하다.

이에 이 연구에서는 학생들이 수업에서 가장 일반적으로 사용하는 주요한 수업매체이자 교육과정 문서를 담은 자료인 교과서의 활동과제에 나타난 회복탄력성을 분석해보고자 한다. 교과서는 학생들이 배워야 할 내용을 담고 있는 그릇으로, 학습 내용의 폭과 깊이를 한정하며 학습 내용을 탐구하는 방법을 제시하고 평가하는 원천이다(Park, 2002). 따라서 2018년도부터 학교 현장에서 사용되는 고등학교 기술·가정 교과서에 제시된 활동과제의 회복탄력성 하위 요인을 살펴봄으로써 향후 발전적인 회복탄력성 교육 프로그램 제작 및 후속 연구에 기초자료를 제공할 수 있을 것으로 기대한다.

### III. 연구 방법

#### 1. 분석 대상

이 연구는 2015 실과(기술·가정) 교육과정에 의해 개발된 12종 기술·가정 고등학교 교과서의 가정생활 분야 중 회복탄력성과 연관성이 높을 것이라 판단된 삶의 전체를 다루는 ‘인간발달과 가족’ 영역과 회복탄력성을 강조하며 새롭게 도입된 ‘가정생활과 안전’ 영역의 활동과제에 나타난 회복탄력성의 하위요인

과 비율을 살펴보았다. 분석에 사용된 교과서 명은 서술하는 과정에서 생길 수 있는 오해를 줄이고 편의를 위해 출판사명 대신 <Table 3>에 제시한 A~L을 사용하였다.

인정교과서인 12종 기술·가정 교과서는 교육과정의 내용요소를 모두 포함하고 있지만, 집필진에 따라 교과서의 구성이나 학습 자료의 선택 등이 달라질 수 있다. 이 연구에서는 활동과제를 본문 설명 외에 학습 자료로 제시되는 내용 중에서 학생들이 직접 물음에 답하고, 이야기하고, 토의하고, 생각하여 문제를 해결하고, 조사하고, 독서토론, 서술하기, 논술하기, UCC제작하기, 체험활동 등 학생들의 구체적인 직접적인 활동을 유도할 수 있는 것으로 보았다. 고등학교 기술·가정 교과서 12종의 ‘인간발달과 가족’, ‘가정생활과 안전’ 영역에서 연구자간 논의를 통해 총 303건의 활동과제를 추출하였다.

출판사별로 추출한 활동과제명과 빈도수는 <Table 4>와 같다. 단순한 용어설명, 표, 그림, 사진 등의 시각적 자료나 읽기 자료 등 학생들의 구체적인 활동을 유도하지 않는 경우와 중·대 영역의 마무리 활동과제에서 개념을 묻는 평가 문항, 개념 정리형태와 같은 활동은 제외하였다. 하나의 주제를 두고 활동이 연속적으로 이루어지는 경우에는 하나의 활동과제로 분석하되, 하나의 활동과제가 두 개 이상의 독립적인 주제와 활동으로 구성된 경우에는 각각 분석하였다.

Table 3. Technology·Home Economics textbooks for analysis

No	Marking	Publisher	Authors	Pages analyzed	Published year
1	A	(주)교문사	최완식 외 13인	p. 10-39, 55-73	2018
2	B	(주)교학도서	이봉구 외 10인	p. 10-43, 64-79	
3	C	(주)교학사	정성봉 외 9인	p. 10-45, 66-77	
4	D	(주)금성출판사	조강영 외 11인	p. 10-47, 72-83	
5	E	(주)동아출판	유창열 외 18인	p. 9-45, 68-75	
6	F	(주)미래엔	이철현 외 9인	p. 7-44, 66-78	
7	G	(주)비상교육	김기수 외 9인	p. 6-41, 66-81	
8	H	(주)삼양미디어	박미정 외 9인	p. 10-43, 70-81	
9	I	씨마스	이창훈 외 9인	p. 10-49, 72-83	
10	J	(주)이오복스	계광선 외 5인	p. 10-47, 70-85	
11	K	(주)지학사	최유현 외 5인	p. 10-43, 90-95	
12	L	(주)천재교과서	이춘식 외 11인	p. 12-51, 74-85	

Table 4. Name of the learning activities found in different textbook and number

Publisher	Activity Title (frequency)	Total
A	생각 깨우기(3), 생각 키우기(20), 중 영역 프로젝트 학습(3), 창의·융합(1)	27
B	생각열기(7), 창의·인성(3), 토론활동(2), 생각 넓히기(4), 활동해보기(6), 탐구활동(1), 체험활동(2), 창의융합(5), 조사해보기(1)	31
C	창의 열기(4), 탐구 활동(5), 토의 활동(4), 체험활동(3), 창의활동(2), 중단원 평가(4)	22
D	생각열기(3), 스스로활동(13), 읽기 융합 자료(1), 함께하는 활동(2), 꿈 찾기 수업(1), 독서토론(2), 논술(1), 서술(1)	24
E	활동으로 생각열기(7), 활동하며 배우기(23), 활동으로 역량 기르기(7), 창의융합 수행과제(1), 논술로 생각 펼치기(1)	39
F	지식 더하기(3), 세상을 보는 창(3), 활동으로 배우기(4), 창의 융합사고(5)	15
G	생각의 갈래(3), 스스로 해보기(1), 스스로활동(7), 창의융합논술(2), 생각이어가기(2)	15
H	생각 열기(9), 해보기(16), 문제해결탐구활동(9), 역량 키우기(1)	35
I	생각Q(7), 가정속이야기(1), 생활 공감(8), 인성 공감(4), 체험실천(7)	27
J	여는 이야기(3), 탐구활동(13), 읽어보기(1), 수행평가(4)	21
K	주제열기(6), 더 들여다보기(4), 함께 해보기(4), 스스로 생각해보기(1), 스스로 해보기(1), 주제 활동(6), 논술 토론(1), 체험활동(3)	26
L	생각의 창(4), 창의력 발전소(9), 핵심 록 학습 포인트(4), 창의융합스스로활동(4)	21
Total		303

## 2. 분석 기준

회복탄력성 하위요인과 빈도는 Reivich와 Shattée(2003)가 제시한 회복탄력성의 하위요인을 Kim(2009)이 한국인의 특성에 맞게 수정한 것으로 <Table 2>의 자기조절능력(감정조절력, 충동조절력, 원인분석력), 대인관계능력(소통능력, 공감능력, 자아확장력), 긍정성(자아낙관성, 생활만족도, 감사하기)을 기준으로 분석하였다.

활동과제 우수사례는 교육과정에서 제시하는 핵심개념별로 각각 2건씩 선별하였으며, 선별한 기준은 먼저 회복탄력성의 하위요인을 2가지 이상 포함한 활동과제 중 2015 개정 실과(기술·가정) 교육과정의 교수학습방법에서 제시하는 경험이나 다른 사람의 사례를 기반으로 비판적 사고력과 의사결정력, 실천력을 기를 수 있으며, 학생 활동 중심 수업에 적합할 것이라 분석된 활동과제로 최종 논의한 끝에 총 6건의 우수사례를 선정하였다.

## 3. 분석 절차

먼저 A~L교과서별로 활동과제 분류 기준에 따라 총 303개

의 활동과제를 추출하였다. 연구 초반 선행연구 분석을 통해 추출된 <Table 2>의 회복탄력성 하위요인의 9가지 세분화된 범주를 기준으로 분석틀을 마련하여 연구자간 12종 교과서를 교차로 분석하였다. 1차 분석 후 하위요인의 세분화된 범주를 기준으로 분석하는데 어려움이 있어 협의과정을 거쳐 회복탄력성의 하위요인인 자기조절능력, 대인관계능력, 긍정성을 기준으로 분석틀을 수정하였으며, 분석 시 하나의 활동과제가 두 가지 이상의 회복탄력성 하위요인을 다룬 것으로 판단된 경우에는 모두 중복 체크하여 통계를 산출하였다. 2차 분석 후 분석 결과가 일치하는지 확인 작업을 거쳐 분석 기준을 수정·보완하였다. 3차 분석 후 분석 결과에 차이가 있는 활동과제에 대해서는 <Table 6>과 같이 재분석과 삼각 검증 과정을 거쳐 최종 결정하였다. 3차 분석 시 연구자별로 회복탄력성 하위요인을 2가지 이상 다루고 있는 우수한 활동과제 사례를 체크한 뒤 교사들에게 안내하기 적합하다고 판단되는 것을 심사숙고하여 결정하였다. 분석에 참여한 연구자는 현직 교사 경력 10년 이상의 가정교육과 박사과정 2인, 석사과정 1인이며, 이러한 과정을 거친 결과의 타당성을 확보하기 위해 가정교육 전문가 3인(가정교육과 교수 1인, 가정교육과 박사과정 2인)에게 최종 검토를 받았다.

위의 분석 절차에 따라 진행과정 중 나타난 결과의 차이 대부

분은 회복탄력성 하위요인에 대한 해석의 차이로 볼 수 있다. 예를 들어 <Table 5>의 2번 활동과제는 수업을 시작할 때 도입으로 사용되는 ‘생각열기’ 활동으로 교과서에 제시한 사진을 보고 ‘내가 태어나서 2살 때까지 부모님은 나를 어떻게 돌봐 주셨을까?, 내가 5~6살 때는 누구와 어떻게 놀았는지 가장 기억에 남는 장면을 이야기해 보자.’는 것이다. 이 활동을 통해 연구자 1, 연구자2는 다른 사람의 심리 상태를 잘 읽어낼 수 있는 능력인 ‘공감능력’과 자기 자신에 대해 생각할 때 이미 타인과의 관

계 속에서 자신을 이해하는 능력인 ‘자아확장력’을 기를 수 있다고 보고 ‘대인관계능력’으로 체크하였다. 반면 연구자3은 회복탄력성 영역 중 ‘대인관계능력’ 뿐 아니라 ‘긍정성’이 포함되었다고 보았다. 태어나서 2살 때까지 부모님이 나를 어떻게 돌봐주셨는지를 알아보는 과정을 통해 자신을 키워준 부모님에 대해 ‘감사하기’라는 회복탄력성의 ‘긍정성’ 요인을 기를 수 있다고 본 것이다. 이렇게 연구자별로 분석의 초점이 다른 경우 활동과제에 대해 개인적인 해석은 포함하지 않고, 나타난 객관

Table 5. Final discussion results table for task of activities showing differences between researchers

No	Publisher	Activity Task No.	Text book page	Activity content	Analysis result			
					Researcher 1	Researcher 2	Researcher 3	Final Result
1	A	26	p.66	생각키우기(탐구)	abc	ab	ab	ab
2	B	40	p.28	생각열기	b	b	bc	b
3	B	52	p.69	생각넓히기	ab	ab	a	ab
4	B	58	p.77	창의융합(교과연계)	c	ac	c	c
5	C	60	p.12	탐구활동	b	ab	b	b
6	C	61	p.14	토의활동	ab	b	b	b
7	C	68	p.29	중단원평가	b	ab	bc	b
8	C	76	p.66	창의열기	b	ab	b	b
9	D	82	p.11	스스로활동(탐색,추론)	b	b	X	b
10	D	84	p.15	읽기 융합자료	ab	ab	abc	ab
11	D	95	p.42-43	함께하는 활동	ab	bc	bc	bc
12	E	106	p.11	활동하며 배우기	b	ab	bc	b
13	E	116	p.20	활동하며 배우기	ab	b	b	b
14	E	119	p.25	활동하며 배우기	ab	b	ab	ab
15	E	124	p.31	활동하며 배우기	a	X	X	X
16	E	132	p.44	논술로 생각 펼치기	a	a	ac	a
17	E	138	p.73	활동으로 역량 기르기	a	a	b	a
18	G	163	p.18	스스로활동(체험하기)	bc	abc	abc	abc
19	H	182	p.23	생각열기	abc	b	b	b
20	H	198	p.70	생각열기	ab	ab	a	ab
21	I	210	p.14	가정속이야기	b	abc	bc	b
22	I	213	p.19	체험실천	ab	abc	abc	abc
23	J	252	p.73	탐구활동4	ab	a	a	a
24	J	256	p.81	수행평가2	ab	ab	abc	ab
25	K	261	p.15	개별 주제활동	ab	abc	abc	abc
26	K	273	p.42	체험활동2	ab	b	ab	ab
27	L	288	p.24	생각의 창	abc	ab	abc	abc
28	L	302	p.84	핵심 록 학습포인트	X	X	ac	X
29	L	303	p.84	창의융합 스스로활동	b	b	ab	b

a=자기조절능력, b=대인관계능력, c=긍정성, X=해당없음.



적인 활동만을 보고 분석하는 기준을 설정하였으며, 분석 결과가 다른 경우 다시 의논하여 최종 결정을 하였다.

상하였으며, 중단원은 교과서별로 차이가 있었으나 ‘내용요소’를 포함하여 구성하고 있었다. 교과서별로 추출한 총 303개의 활동과제를 회복탄력성 하위요인별로 분석한 후 그 비중을 살펴보기 위해 중단원별로 통계 결과는 <Table 6>과 같다.

H교과서의 경우 활동과제의 수가 35건으로 평균보다 높으며, 회복탄력성 하위요인을 다룬 횟수가 총57건(자기조절능력 26건, 대인관계능력 27건, 긍정성 4건)으로 활동과제 수 대비 회복탄력성 하위요인을 가장 많이 다루고 있었다. 그 다음으로 많이 다루고 있는 교과서는 E교과서(총47건 - 자기조절능력 21건, 대인관계능력 25건, 긍정성 1건), B교과서(총44건 - 자기조절능력 17건, 대인관계능력 24건, 긍정성 3건), A교과서(총42건 - 자기조절능력 17건, 대인관계능력 23건, 긍정성 2건), K교과서

#### IV. 연구 결과

##### 1. 교과서 활동과제에 나타난 회복탄력성의 하위 요인

이 연구에서 분석한 12권의 교과서는 모두 2015 개정 실과(기술·가정) 교육과정 내용체계에 따라 ‘영역’을 대단원 단위로 구

Table 6. Results of an analysis on the areas of resilience by textbook

출판사	영역	중단원	회복탄력성 하위요인 <sup>1)</sup>			Total <sup>2)</sup>
			a	b	c	
A	I. 인간 발달과 가족	1. 건강한 가족 형성	8	7	1	16
		2. 자녀 돌보기와 가족문화	5	11	1	17
	II. 가정생활과 안전	2. 가족의 안전, 치유와 회복	4	5	0	9
<b>Total (%)</b>			<b>17</b> (40.5)	<b>23</b> (54.7)	<b>2</b> (4.8)	<b>42</b> (100)
B	I. 인간 발달과 가족	1. 사랑과 결혼	4	4	1	9
		2. 부모됨의 준비	1	4	1	6
		3. 임신 중의 생활과 출산	1	3	0	4
		4. 자녀 돌보기	0	2	0	2
		5. 가족 문화와 세대 간 관계	1	4	0	5
	II. 가정생활과 안전	4. 가족의 생애 주기별 안전	6	5	0	11
		5. 가족의 치유와 회복	4	2	1	7
<b>Total (%)</b>			<b>17</b> (38.6)	<b>24</b> (54.6)	<b>3</b> (6.8)	<b>44</b> (100)
C	I. 인간 발달과 가족	1. 사랑과 결혼	3	5	1	9
		2. 부모됨과 임신·출산	1	5	0	6
		3. 자녀 돌보기와 세대 간 관계	2	7	0	9
	II. 가정생활과 안전	2. 가족의 생애 주기별 안전과 가족의 치유와 회복	1	4	0	5
		<b>Total (%)</b>			<b>7</b> (24.1)	<b>21</b> (72.4)
D	I. 인간 발달과 가족	1. 인간발달	4	6	0	10
		2. 가족관계	1	8	2	11
	II. 가정생활과 안전	2. 가족안전	3	3	1	7
		<b>Total (%)</b>			<b>8</b> (28.6)	<b>17</b> (60.7)

<표 계속>

출판사	영역	중단원	회복탄력성 하위요인 <sup>1)</sup>			Total <sup>2)</sup>	
			a	b	c		
E	I. 인간 발달과 가족관계	1. 사랑과 결혼	3	4	0	7	
		2. 부모됨의 준비	2	5	0	7	
		3. 임신 중 생활과 출산	2	3	0	5	
		4. 자녀 돌보기	2	2	0	4	
		5. 가족 문화와 세대 간 관계	1	5	0	6	
	II. 식의주 생활 문화와 가족의 안전	4. 가족의 생애 주기별 안전	6	3	0	9	
		5. 가족의 치유와 회복	5	3	1	9	
	<b>Total (%)</b>			<b>16</b> (44.7)	<b>22</b> (53.2)	<b>0</b> (2.1)	<b>38</b> (100)
	F	I. 인간 발달과 가족	1. 사랑과 결혼, 그리고 부모됨	5	4	2	11
			2. 자녀 돌보기와 조화로운 가족 관계	3	4	0	7
II. 가정생활과 안전		1. 가족의 생애 주기별 안전	3	3	0	6	
		2. 가족의 치유와 회복	1	1	0	2	
<b>Total (%)</b>			<b>27</b> (46.2)	<b>33</b> (46.2)	<b>2</b> (7.6)	<b>62</b> (100)	
G		I. 인간 발달과 가족관계	1. 가족의 시작, 사랑	5	5	1	11
	2. 행복한 가족 관계		2	4	0	6	
	II. 가정생활문화와 가족의 안전	2. 건강하고 안전한 가족생활	4	4	1	9	
		<b>Total (%)</b>			<b>11</b> (42.4)	<b>13</b> (50.0)	<b>2</b> (7.6)
	H	I. 건강한 가족 만들기	1. 사랑과 결혼	2	3	1	6
2. 배우자 선택			5	4	1	10	
3. 부모가 된다는 것			2	5	0	7	
4. 건강한 임신과 출산			2	2	1	5	
5. 지혜롭게 자녀 돌보기			2	3	0	5	
6. 가족 문화와 세대 간 관계			0	2	0	2	
II. 식·의·주 생활문화와 안전		4. 생애주기별 생활 안전사고와 예방	3	0	0	3	
		5. 생애주기별 신변 안전사고와 예방	6	6	0	12	
		6. 가족의 치유와 회복	4	2	1	7	
<b>Total (%)</b>			<b>33</b> (45.6)	<b>38</b> (47.4)	<b>5</b> (7.0)	<b>76</b> (100)	
I		I. 건강한 삶, 행복한 가정	1. 아름다운 사랑, 행복한 결혼	4	4	1	9
	2. 책임 있는 부모		3	4	0	7	
	3. 준비된 임신과 건강한 출산		1	3	0	4	
	II. 자녀돌보기와 가족문화	1. 자녀돌보기	1	3	0	4	
		2. 가족 문화와 세대 간 관계	2	4	0	6	
	IV. 안전한 생활, 건강한 가족	1. 가족의 생애 주기별 안전	2	2	0	4	
		2. 가족의 치유와 회복	2	3	0	5	
	<b>Total (%)</b>			<b>46</b> (38.5)	<b>58</b> (59.0)	<b>6</b> (2.5)	<b>110</b> (100)

<표 계속>

출판사	영역	중단원	회복탄력성 하위요인 <sup>1)</sup>			Total <sup>2)</sup>
			a	b	c	
J	I. 인간 발달과 가족	1. 가족의 발달	4	6	0	10
		2. 가족관계	2	4	0	6
	II. 가정생활과 안전	2. 가족의 안전	4	3	1	8
		<b>Total (%)</b>	<b>50</b> (41.7)	<b>64</b> (54.2)	<b>6</b> (4.1)	<b>120</b> (100)
K	I. 인간 발달과 가족	1. 끝림의 시작 ‘사랑’, 가족의 시작 ‘결혼’	2	5	1	8
		2. 책임 있는 부모, 지금부터 준비하기	3	3	1	7
		3. 자녀 발달 단계에 따른 부모 역할	2	3	0	5
		4. 건강한 세대 간의 관계 만들기	3	6	1	10
	III. 자원 관리와 자립	1. 안전하고 행복한 가족 만들기	2	2	0	4
		3. 가족 건강성 회복을 위한 치유	4	3	1	8
		<b>Total (%)</b>	<b>64</b> (38.1)	<b>84</b> (52.4)	<b>10</b> (9.5)	<b>158</b> (100)
		L	I. 결혼과 가족	1. 사랑과 결혼	4	5
2. 부모됨과 임신·출산	3			4	0	7
3. 돌봄과 소통의 가족문화	0			3	0	3
II. 가정생활문화와 안전	2. 안전하고 건강한 가정생활		3	4	0	7
	<b>Total (%)</b>		<b>75</b> (37.0)	<b>96</b> (59.3)	<b>12</b> (3.7)	<b>183</b> (100)
<b>Total (%)</b>			<b>170</b> (39.4)	<b>236</b> (54.8)	<b>25</b> (5.8)	<b>431</b> (100)

<sup>1)</sup> a=자기조절능력, b=대인관계능력, c=긍정성

<sup>2)</sup> note : 활동과제마다 포함된 회복탄력성 하위요인을 중복 체크하였기에 총 활동과제수와 상이함.

(총42건 - 자기조절능력 16건, 대인관계능력 22건, 긍정성 4건), I교과서(총39건 - 자기조절능력 15건, 대인관계능력 23건, 긍정성 1건), C교과서(총29건 - 자기조절능력 7건, 대인관계능력 21건, 긍정성 1건), D교과서(총28건 - 자기조절능력 8건, 대인관계능력 17건, 긍정성 3건), L교과서(총27건 - 자기조절능력 10건, 대인관계능력 16건, 긍정성 1건), F교과서 (총26건 - 자기조절능력 12건, 대인관계능력 12건, 긍정성 2건), G교과서(총26건 - 자기조절능력 11건, 대인관계능력 13건, 긍정성 2건), J교과서(총24건 - 자기조절능력 10건, 대인관계능력 13건, 긍정성 1건) 순으로 나타났다.

회복탄력성의 하위요인별로 살펴보면, 12종 교과서의 회복탄력성 하위 요인 총 431건 중에서 대인관계능력의 비중이 236건(54.8%)으로 가장 높았고, 자기조절능력은 170건(39.4%), 긍정성은 25건(5.8%)의 순으로 나타났다. 즉, 대인관계능력은 72.4%(C교과서)에서부터 46.2%(F교과서)의 범위로 회복탄력성 하위 요인 중 절반 이상을 차지하였다. 회복탄력성 하위 요

인 중 자기조절능력의 비중이 가장 적었던 C교과서로 24.1%를 차지하였고, 가장 비중이 높았던 출판사는 F출판사로 46.1%의 비중을 보였다. 이와 같이 ‘가정생활과 안전’과 ‘인간발달과 가족’ 영역의 활동과제에 회복탄력성의 하위 요인 중에서 대인관계능력과 자기조절능력의 비중이 상대적으로 높은 것은 가정과의 교과역량인 ‘관계형성능력’과 ‘생활자립능력’이 제시되고 있어 그러한 결과가 나타난 것으로 해석된다.

반면 긍정성은 가장 비중이 낮았던 E교과서의 1건(2.1%)에서부터 가장 비중이 높았던 D교과서의 3건(10.7%)까지 12종 교과서 활동과제에 총 25건(5.8%)이 나타나 회복탄력성 하위 요인 중에서 가장 낮은 비중을 차지하고 있었다. 긍정성은 회복탄력성이 높은 사람들이 가진 구성요인이면서 회복탄력성을 높이기 위한 방법이기도 하다(김주환, 2009). 따라서 가정과교육에서 학생들에게 회복탄력성 증진을 위해 ‘감사하기’, ‘긍정적으로 생각하기’ 등의 긍정성을 고려한 활동과제 개발이 필요하다.

## 2. 핵심개념별 회복탄력성 하위 요인 및 활동과제 우수 사례

### 가. 핵심개념별 회복탄력성 하위 요인

교과서별로 대단원을 나열하는 기준은 2015 개정 실과(기술·가정) 교육과정에서 제시한 영역과 일치하며, 중단원의 경우 교육과정에서 제시한 내용요소를 다루고는 있으나 교과서별로 나열하는 순서와 명칭이 일치하지 않은 경우가 많았다.

이에 교육과정에서 제시된 핵심개념별로 회복탄력성과 관련된 활동과제의 비율을 분석한 결과는 <Table 7>과 같다. ‘인간 발달과 가족’ 영역의 핵심개념 ‘발달’에서는 ‘사랑과 결혼’, ‘부모됨의 준비’, ‘임신 중 생활과 출산’과 같은 내용요소를 다루고 있으며, 핵심개념 ‘관계’에서 ‘자녀 돌보기’와 ‘가족문화와 세대 간 관계’를 내용요소로 다루고 있다. ‘가정생활과 안전’ 영역의 핵심개념 ‘안전’에서는 ‘가족의 생애주기별 안전’과 ‘가족의 치유와 회복’을 내용요소로 다루고 있다.

회복탄력성이라는 용어를 구체적으로 언급하며 새롭게 도입된 핵심개념 ‘안전’을 다루는 영역에서 회복탄력성과 관련된 활동과제는 교과서별로 5건(17.3%)에서 22건(38.6%)으로 총 132건 확인되었으며, 평균 30.6%의 비율로 나타났다. 핵심개념 ‘발달’을 다루는 부분의 활동과제는 교과서별로 10건(35.7%)에서 28건(49.1%)으로 총 191건 확인되었으며, 평균 44.3%의 비율로 나타났다. ‘관계’를 다루는 부분에서는 교과서별로 3건(11.1%)에서 17건(40.5%)으로 총 108건 확인되었으며, 평균 25.1%로 나타났다. 교과서별로 비율에 차이는 있었지만 A교과서와 D교과서를 제외하고 핵심개념 ‘발달’을 다룬 영역에서 회

복탄력성과 관련된 활동과제의 비율이 가장 높은 것으로 나타났다. 그 이유는 핵심개념 ‘발달’을 다루는 영역의 교과서 분량이 상대적으로 많고, 이 영역의 교과 세부목표가 ‘사랑과 결혼, 부모됨이 새로운 가족 형성의 기반이 됨을 이해하고 가족원 간의 배려와 돌봄을 실천할 수 있는 관계형성능력과 실천적 문제 해결능력을 기르는 것’으로, 회복탄력성의 하위요인 중 대인관계능력을 증진시키는 것과 연관된 활동과제가 많기 때문으로 해석된다.

### 나. 활동과제 우수사례

가정과 수업이나 평가에서 회복탄력성을 잘 높게 구현하여 청소년들의 회복탄력성을 증진시키기 위해서는 우수 활동과제를 공유하는 것이 중요하다. 이에 핵심개념인 발달, 관계, 안전을 중심으로 학교에서 활용하기에 유용하며 회복탄력성 증진에 도움이 될 것이라 분석된 활동과제를 각각 2건씩 선별하여 총 6건의 우수사례를 제시하였다. 구체적인 내용과 각 활동과제를 통해 기를 수 있을 것이라 분석된 회복탄력성의 하위요인은 다음과 같다.

<Figure 1>에 제시된 사례 1은 핵심개념 ‘발달’을 다루고 있으며, 소통능력, 공감능력, 자아확장력인 대인관계능력을 기르고, 부모님에 대한 이해도를 높임으로써 부모님과의 갈등 상황에서 감정을 조절하는 자기조절능력 향상과, 부모님께 선물하는 활동을 통해 긍정성에 속하는 감사하는 마음을 기를 수 있을 것이라 분석된 사례이다.

<Figure 2>에 제시된 사례 2는 핵심개념 ‘발달’을 다루고 있으며, 회복탄력성의 하위요인 3가지를 고루 다루고 있다고 분석된 것으로 가트맨이 제시한 5층의 ‘올바른 방식’에 대해 짝과

Table 7. Resilience Elasticity Activity Tasks by Core Concept

Core Concept	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	Total (%)
Development	16 (38.1)	19 (43.2)	15 (51.7)	10 (35.7)	19 (40.4)	11 (42.3)	11 (42.3)	28 (49.1)	20 (51.3)	10 (41.7)	15 (35.7)	17 (63.0)	191 (44.3)
Relationship	17 (40.5)	7 (15.9)	9 (31.0)	11 (39.3)	10 (21.3)	7 (26.9)	6 (23.1)	7 (12.3)	10 (25.6)	6 (25.0)	15 (35.7)	3 (11.1)	108 (25.1)
safety	9 (21.4)	18 (40.9)	5 (17.3)	7 (25.0)	18 (38.3)	8 (30.8)	9 (34.6)	22 (38.6)	9 (23.1)	8 (33.3)	12 (28.6)	7 (25.9)	132 (30.6)
Total	42	44	29	28	47	26	26	57	39	24	42	27	431

<b>핵심개념 : 발달</b>	<b>건강한 부모·자녀 관계 만들기 - 부모님과 1일 데이트</b>
------------------	---------------------------------------

1. 다음과 같은 활동으로 부모님과 1일 데이트를 하며 시간을 보낸다. 그때 부모님의 반응, 느낌을 기록하고 그날의 모습을 사진으로 찍어보자.

- 부모님의 사진을 정리하며 그 시대의 문화를 얘기해 본다.
- 좋아하는 음식을 여쭙고 맛집을 정하여 함께 식사하는 시간을 갖는다.
- 함께 가보고 싶었던 곳의 여행하는 계획을 세워 휴일에 실천해 본다.
- 등산이나 축구, 낚시, 에어로빅 등 부모님이 좋아하는 운동을 함께 한다.
- 부모님이 얼굴 마사지, 손·발톱 정리해 드리고 추가서비스로 네일아트를 해드리며 이야기를 나눈다.


2. 사진을 보며 활동에 대한 느낌을 친구들과 나눠보자.  
 3. 데이트 후, 부모님에 대한 마음과 느낌을 적어 부모님께 선물해 보자.  
 예) 엄마, 아빠의 학창 시절의 꿈은 무엇인지 서로 예기한 뒤 나만의 대디북·مام미북(궁금한 점을 부모님이 직접 답할 수 있도록 함)을 만들.

Sources : B-19p, 활동해보기

Figure 1. Excellent Activity task 1

<b>핵심개념 : 발달</b>	<b>행복한 결혼의 가치 탐색하기</b>
------------------	------------------------

가트맨(Gottman)은 행복한 결혼을 유지하는 부부와 갈등을 겪는 부부 수백 쌍을 관찰한 연구를 바탕으로 ‘행복한 7층 집’을 제시하였다. 이를 보고, 내가 생각하는 행복한 결혼의 가치는 무엇인지 생각해보자.



1. 가트맨이 제시한 집의 5층에서 제시한 ‘올바른 방식’이란 무엇인지 짚고 토의해보자.
2. 내가 생각하는 행복한 결혼에 대한 가치는 무엇인지 집의 두 기둥에 적고, 왜 그렇게 생각하는지 이유를 말해보자.
3. 행복한 결혼을 유지하기 위해 나는 어떤 준비가 필요할지 생각해 보자.

Sources : H-16p, 문제해결탐구활동

Figure 2. Excellent Activity task 2

토의를 하며 대인관계능력을 증진시키고, 행복한 결혼에 대한 가치를 생각해보며 긍정성을 증진시킬 수 있다. 또한 행복한 결혼을 유지하기 위한 준비에 대해 생각해보며 자기조절능력의

원인분석력을 증진시킬 것이라고 분석된다.

<Figure 3>에 제시된 사례3은 핵심개념 ‘관계’를 다루고 있으며, 회복탄력성의 하위요인 3가지를 고루 다루고 있다고 분석

<b>핵심개념 : 관계</b>	<b>태교 일기 쓰기</b>
------------------	-----------------

미래에 부모가 될 나의 모습을 상상해보고, 임신 중 생활 방안을 고려하여 태교 일기를 써 보자.

- 선택1 : 달걀 아기를 키우며 태교 일기 쓰기
- 선택2 : 인형 아기를 키우며 태교 일기 쓰기

1. 아기에게 태명을 지어 주고, 태아 발달 과정에 따라 자유롭게 태아 일기를 써 보자.
2. 태교 일기를 쓰면서 느낀 생명의 소중함에 대한 생각을 적고, 부모님께 감사 편지를 써 보자.
  - 생명의 소중함에 대한 나의 생각, 부모님께 하고 싶은 말

Sources : G-24p, 스스로 활동

Figure 3. Excellent Activity task 3

**핵심개념 : 관계**      **주제열기**

\* 부모의 다양한 역할을 보여 주는 그림을 보고, 물음에 답해 보자.



1. 어릴 때 혹은 현재의 부모님 모습을 떠올리면서 내가 미래에 부모가 된다면 어떠한 감정을 갖게 될지 느낌말 목록에서 찾아 써보자. 그리고 그 까닭도 함께 써보자.
2. 내가 미래에 부모가 되었을 때 주로 긍정적인 감정을 가지려면 어떠한 준비가 필요할지 생각해보자.

Sources : K-16p, 주제열기

Figure 4. Excellent Activity task 4

된 우수사례로 이러한 체험활동을 통해 감정조절력과 자기조절 능력을 키우고, 부모님께 감사 편지 쓰기를 통해 대인관계능력과 긍정성을 키울 수 있다고 판단된다.

<Figure 4>에 제시된 사례 4는 핵심개념 ‘관계’를 다루고 있으며, 회복탄력성의 하위요인 3가지를 고루 다루고 있다고 분석

된 우수사례로 현재 부모님의 모습을 떠올리면서 미래에 부모가 된다면 어떤 감정을 갖게 될지에 대한 활동을 통해 자기조절 능력, 대인관계능력을 증진시키고, 내가 미래에 부모가 되었을 때 긍정적인 감정을 갖기 위해 필요한 준비를 생각해보며 긍정성을 증진시킬 수 있다고 판단된다.

**핵심개념 : 안전**      **위기에 대처하기 위한 나와 가족의 회복탄력성 높이기**

STEP 1. 자신의 강점 찾기 : 자신의 긍정적인 면에 집중해야 행복감을 느낄 수 있고 뇌가 긍정적으로 반응한다.

내가 성공했던 경험	나의 긍정적인 면을 표현할 수 있는 단어 다섯 가지 이상 쓰기	큰소리로 세 번 외치기(실천여부)

STEP 2. 감사하기(감사일기)

- 책상 위에 메모지를 두고, 감사할 일이 생기면 그 이유를 바로 쓴다.
- 매일 밤 자기 전에 그날 겪은 감사할 일들을 구체적으로 쓴다.

STEP 3. 규칙적인 운동(뒤센 미소 실천하기)



- 왼쪽이 사진에서 진짜 미소를 짓고 있는 것은?
  - 남성은 오른쪽, 여성은 왼쪽 사진이 진짜 미소를 짓고 있는 사진이다.
- 뒤센 미소란 프랑스 심리학자 뒤센이 관찰한 미소로 ‘도저히 인위적으로 지을 수 없는 자연스러운 미소’를 말한다.
  - 운동이 기억력, 인지능력을 강화시키고, 뇌에 긍정성을 새기는 데 결정적인 도움을 준다.
  - 웃음 근육을 활성화하기 : 입술 끝은 위로, 눈은 발달, 눈가에는 주름이 잡힌 상태(썩과 함께 확인하기-습관화하는데 최소 3주 필요함)

Sources : B-77p, 창의·융합 활동

Figure 5. Excellent Activity task 5

**핵심개념 : 안전** **회복탄력성 키우기**

1. 나의 모습이나 생각과 가장 일치하는 답변을 골라 회복탄력성 지수를 체크해 보자.

1. 나는 목표가 정해지면 시간이 오래 걸려도 꾸준히 해 나간다.	( )
2. 나는 한번 시작한 일은 끝까지 해본다.	( )
3. 나는 한 번 실패했다더라도 포기하지 않고 다시 시도한다.	( )
4. 나는 내 감정을 잘 다스릴 수 있다.	( )
5. 나는 기분이 나빠져도 마음만 먹으면 견뎌낼 수 있다.	( )
6. 나는 스트레스를 알아도 마음 내지 않고 차분한 마음을 유지할 수 있다.	( )
7. 나는 행복한 사람이다.	( )
8. 나의 성격은 긍정적이다.	( )
9. 나는 내 실이 가치 있다고 생각한다.	( )
10. 나는 마음만 먹으면 다른 사람의 호감을 얻을 자신이 있다.	( )
11. 나는 처음 만난 사람에게도 신뢰감을 줄 수 있다.	( )
12. 나는 다른 사람의 마음을 잘 이해할 수 있다.	( )
13. 내가 어려운 일을 당한다면, 나를 도와줄 친구들이 많다.	( )
14. 나는 힘들 때 쉬지할 수 있는 친구가 있다.	( )
15. 상심하거나 우울한 기분이 들 때 내 이야기를 들어줄 친구가 있다.	( )
16. 나는 많은 사람들 앞에서 자신 있게 발표할 수 있다.	( )
17. 나는 갑작스럽게 발표를 해야 하는 상황에서도 떨지 않고 할 수 있다.	( )
18. 나는 친구들을 잘 설득할 수 있다.	( )

구분	자기 조절 능력(1~9번)	대인 관계 능력(10~18번)
높음	37점 이상	39점 이상
낮음	25점 이하	26점 이하

- 출처: 마음과 힘이 함께하는 교육, 경기도교육청 행복로그

2. 자기 조절 능력을 기르기 위해 다음 상황에 대한 지각을 변화시켜 보자.

ex) 왜 나만 실패했을까? → 나만 실패하는 것은 아니다. 실패는 누구나 할 수 있다.

왜 내가 하는 일들은 다 이 모양일까? → 난 이 프로젝트에만 실패했을 뿐 다른 일들은 다 잘하고 있다.

Sources : J-80p, 탐구 활동

Figure 6. Excellent Activity task 6

<Figure 5>에 제시된 사례 5는 핵심개념 ‘안전’을 다루고 있으며, 긍정성을 다룬 활동 사례가 적은 가운데, 본 활동과제에는 회복탄력성의 긍정성의 하위요인에 속하는 ‘자아낙관성’, ‘생활만족도’, ‘감사하기’를 고루 다루고 있어 앞으로 가정 교과에서 긍정성과 관련된 학습과제 개발에 있어 방향을 제시해주는 활동과제라고 판단된다.

<Figure 6>에 제시된 사례 6은 핵심개념 ‘안전’을 다루고 있으며, 회복탄력성의 하위요인 3가지를 고루 다루고 있다고 분석된 우수 사례로, 자신의 모습에 대한 회복탄력성 지수 체크를 통해 자기조절능력 중 원인분석력을 높이고, 2번 활동을 통해 대인관계능력과 상황을 긍정적으로 해석하는 긍정성을 증진시킬 것이라 분석되었다.

## V. 결론 및 제언

미래를 살아나갈 학생들은 이전 세대가 미처 경험하지 못했던 변화무쌍한 새로운 환경에 놓여 있기에 누구나 예상치 못한 많은 상황을 겪을 수 있다. 이러한 상황에 능동적이고 적극적으로 대처하지 못한다면 학생들은 높은 수준의 불안과 좌절을 경

험할 수 있다. 이에 최근 스트레스나 문제 상황을 극복하고 주어진 환경에 성공적으로 적응하는 능력으로 해석되는 회복탄력성의 중요성이 강조되고 있다. 이는 생활의 문제를 해결하는 생활역량을 길러 생활 속에서 예기치 않게 발생하는 어려움이나 스트레스 상황을 이겨내고 건강한 자아를 형성하고자 하는 가정과 교육의 교과 성격 및 목적과 크게 다를 바가 없다.

이에 이 연구는 2015 실과(기술·가정) 교육과정의 고등학교 교과서 ‘인간발달과 가족’, ‘가정생활과 안전’ 영역의 활동과제를 회복탄력성 하위요인별, 핵심개념별로 분석하고, 활동과제 우수사례를 제시하여 향후 가정 교과의 회복탄력성 교육에 기초 자료를 제공하고자 하였다. 연구 결과를 통해 도출된 결론은 다음과 같다.

첫째, 고등학교 가정 교과서에 제시되어 있는 ‘가정생활과 안전’과 ‘인간발달과 가족’ 영역의 활동과제 수는 출판사별로 차이가 있었으나 모든 교과서에서 공통적으로 회복탄력성 하위요인 중 대인관계능력(54.8%), 자기조절능력(39.4%)을 많이 다룬 반면, 긍정성(5.8%)의 비율은 매우 낮은 편이었다. Kim(2011)은 긍정성을 회복탄력성이 높은 사람들의 구성요인이라 회복탄력성을 높이기 위한 구체적인 방법으로 제시하고 있으며, 긍정적인 정서가 습관화 될 수 있도록 반복적인 훈련이 필요하다고 보았다. Chu(2015)는 학교 안은 회복탄력성을 증진시킬 수 있는 이상적인 환경이라고 보았는데, 생활에서 당면하는 문제

를 다루는 가정 교과에서 ‘긍정성(자아낙관성, 생활만족도, 감사하기)’을 강화시킬 수 있는 다양한 활동과제를 개발하여 회복탄력성을 향상시킬 수 있도록 해야 한다.

둘째, 핵심개념별로 활동과제의 회복탄력성 비율을 분석한 결과, 회복탄력성을 직접적으로 언급하며 새롭게 제시된 핵심개념 ‘안전’을 다루는 ‘가정생활과 안전’ 영역 외 핵심개념 ‘발달’, ‘관계’를 다루는 ‘인간 발달과 가족’ 영역에서도 회복탄력성 하위요인을 고루 다루고 있었다. 이를 통해 가정 교과가 회복탄력성을 체계적으로 교육하기에 적합한 교과임을 알 수 있으며, 교육과정 내 회복탄력성이라는 용어가 구체적으로 언급되기 이전부터 회복탄력성을 중요하게 생각하고 다루어 왔음을 유추할 수 있다. 회복탄력성은 훈련을 통해 후천적으로 얼마든지 키울 수 있는 능력(Muraven & Baumeister, 2000)이다. 긍정성 또한 반복적인 훈련을 통해 습관화될 수 있는 것으로 긍정적인 정서가 습관화된 사람은 행복의 기본 수준도 높다고 한다(Kim, 2011). 우수한 활동과제 사례로 회복탄력성의 하위요인을 고루 다룬 활동과제 5건과 긍정성을 다룬 활동과제 1건을 제시하였다. 추후 이와 같은 회복탄력성의 하위 요인을 고루 다룬 다양한 활동과제와 긍정성을 강화시킬 수 있는 활동과제에 대한 연구가 필요하다. 국가적인 차원에서 회복탄력성에 대한 교육의 필요성이 높아지고 있는 이 시점에 회복탄력성과 관련하여 가정 교과의 지속적인 연구, 가정과 교사 대상연수, 프로그램 및 교수·학습자료 개발 및 보급이 시급하다.

이상과 같은 결과를 종합해 볼 때, 이 연구의 제한점과 의의, 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 가정 교과의 성격과 목적은 실생활의 문제를 해결하고 예기치 않게 발생하는 어려움이나 스트레스 상황을 이겨내고 건강한 자아를 형성하는 것으로 회복탄력성과 연관성이 많은 교과임에도 불구하고 회복탄력성에 대한 직접적인 연구는 이루어지지 않고 있었다. 이 연구는 회복탄력성의 하위요인을 세분화한 범주의 분석 기준이 부족하여 전체적인 경향만 살펴보았다는 한계가 있음에도 불구하고 가정 교과에서 회복탄력성 교육의 기초를 마련하였다는 점에 의의가 있다. 향후 회복탄력성의 하위요인을 분석하기 위한 타당도 높은 척도 개발에 대한 연구가 필요할 것으로 사료된다.

둘째, 이 연구는 가정과에서 다루는 회복탄력성을 고등학교 기술·가정 교과서의 ‘인간발달과 가족’, ‘가정생활과 안전’ 영

역의 활동과제로 한정하여 살펴보았다는 제한점이 있다. 그러나 교과서 분석 선행연구의 대부분이 몇 종의 교과서를 선택하여 분석한 것에 비해 본 연구는 12종 교과서 전체를 분석하고, 회복탄력성 우수 활동과제를 도출하여 공유하였다는 점에 의의가 있다. 앞으로 교과서의 활동과제 뿐만 아니라 본문을 포함하여 회복탄력성 하위요인을 분석할 필요가 있으며, 중학교 교과서와 회복탄력성과의 관련성을 살펴 볼 수 있는 후속연구도 필요하다.

셋째, 학생들의 회복탄력성을 높이기 위해 회복탄력성의 하위요인을 다양하게 다룰 수 있도록 해야 할 것이며, 가정과 교육에서는 회복탄력성의 하위 요인 중 상대적으로 비중이 적었던 긍정성을 강화한 활동과제 개발이 필요하다. 가정 교과의 내용이 회복탄력성과 관련성이 높은 것으로 분석되었는데 실제 가정과 수업이 학생들의 회복탄력성을 높이는데 효과적인지 알아보는 실험 연구들도 이루어져야 할 것이다. 또한 교과서마다 활동과제의 수와 활동 내용이 다르기 때문에 어떤 교과서를 선택 하느냐에 따라 학생들의 교육경험이 달라질 수 있다. 이에 가정 교과에서 활용할 수 있는 검증된 회복탄력성 교육프로그램 개발이 필요하다.

넷째, 현재 우리나라의 고등학교는 입시위주의 교육 환경에서 살아가는데 필요한 회복탄력성을 길러주는 교육적 노력이 부족한 편이다. 학생들은 정서적으로 불안하고, 항상 스트레스 상황에 놓여있으며 삶에 대처하는 능력을 배우지 못하고 사회 생활에 첫발을 내딛게 된다. 사회에 나와서는 예기치 않은 문제 상황을 해결하는 문제해결 능력이 부족해 쉽게 좌절하고, 스트레스를 다룰 줄 몰라 부작용이 나타난다. 이러한 부작용은 타인에 대한 공감 능력 저하 및 더불어 살아가는 능력의 부족으로 낮은 행복지수의 원인이 될 수 있다. 건강한 사회인으로서 대비할 수 있는 회복탄력성 교육이 학교 교육기관을 통해 이루어지기 위해서는 회복탄력성 내용을 다루는 가정과 시수의 확보가 필요하다.

다섯째, 회복탄력성을 증진시킬 수 있는 체계적인 학교 내 교육을 위해 회복탄력성과 관련된 가정과 교육 프로그램의 개발이 필요하다. 특히 고교학점제의 확대에 대비하여 회복탄력성을 주제로 한 가정과 선택과목을 개설함으로써 고등학교에서 보다 중점적으로 회복탄력성을 학습할 수 있는 기회를 제공하여야 하며, 선택교과 개설 시 활용할 수 있는 회복탄력성 교과



서 및 교수·학습 자료의 개발이 필요하다.

마지막으로 가정과 교사는 학교에서 수업시간을 통해 회복탄력성을 증진·발달시킬 수 있는 중요한 위치에 있으므로 가정과 교사의 전문성을 높이고, 좋은 역할 모델이 될 수 있도록 지속적인 연수 및 지원체제를 마련할 것을 제안한다.

## 참고문헌

- An, H. J. (1999). *A study on the relationship between parenting attitudes and emotional Intelligence*. Unpublished master's thesis. Seoul National University, Seoul, Korea.
- Chu, B. W. (2015). Role of Moral Teacher to Improve Resilience of Students, *Journal of Korean Ethics Education Society*, 37, 51-74.
- Heo, J. Y. (2004). *The relationship between adolescent's ego-resilience, peer relationship, and facilitative communication ability*. Unpublished master's thesis. Seoul Women's University, Seoul, Korea.
- Hong, E. S. (2006). Conceptual Understanding and Educational Method of Resilience. *Research in Special Education*, 41(2), 45-67.
- Jeon, J. S. (2015). *The Effect of Resilience and Academic Failure Tolerance of High School Students on School Life Adaptation*. Unpublished master's thesis, Kongju National University, Gong-ju, Korea.
- Jung, G. Y., & Lim, J. A. (2011). The effects of adolescents' temperament, family health, and social support on ego-resilience. *Journal of Korean Home Economics Education Association*, 23(1), 37-51.
- Kim, H. J. (2012). *A Study on Resilience and Emotional Labor of Call Center Counselors*. Unpublished master's thesis, Gwangju Women's University, Gwang-ju, Korea.
- Kim, J. H. (2011). *Resilience*, Seoul: Wisdom House.
- Kim, K. D. (2016). "Admission Hell Korea ...Youth Life Satisfaction Lowest Among OECD Countries". Edaily, 2016.11.09, A27-1.
- Kim, K. H., & Ju, H. J. (2013). The Effects of Children Resilience on Social Problem-Solving Ability and Psychosocial Adjustment, *Journal of Korean Council for Children & Rights*, 17(3), 437-457.
- Kwak, E. K. (2014). 2013 Announcement of Result of Survey on Korean Children, *News Wire* <http://www.newswire.cokr/newsRead.php?no=772433>.
- Kwon, J. E. (2003). *The relationship between parental and peer attachment problem-solving and ego-resilience*. Unpublished master's thesis, EWHA Womans University, Seoul, Korea.
- Kim, R. S. (2018. Jun 04). <http://www.interview365.com/news/articleView.html?idxno=80524>.
- Kwon, S. H. (2010). *A Study on the Resilience Analysis of Kindergarten Teachers*. Unpublished master's thesis, EWHA Womans University, Seoul, Korea.
- Lee, A. R. (2013). *The effect of cognitive-behavior counseling program on resilience according to the level of risk factors in the environment*. Unpublished master's thesis. Seoul National University of Education, Seoul, Korea.
- Lee, C., & Moon, H. J. (2016). The Effects of Parental Attachment, Adaptation to School life and Resilience on Children's Happiness, *The Journal of Child Education*, 25(4), 337-349.
- Lee, J. H. (2012). *Trends and Relationships of Recovery Resilience of Parents and Recovery Resilience of Parents*. Unpublished master's thesis, EWHA Womans University, Seoul, Korea.
- Lee, J. H. (2013). *A Study on the Relationship between Psychological Burnout, Job Satisfaction and Recovery Resilience of Special School Teachers*. Unpublished doctoral dissertation, Dankook University, Seoul, Korea.
- Lee, J. S., & Park, H. S. "Analysis of Domestic Elasticity Research Trends," *Journal of Korean Psychiatric Therapy*, (2000~2013)". *Korean Journal of Child Psychotherapy*, 8-2(2013), p35.
- Lee, M. H. (2017). *Verification of Effect of Positive Psychology PERMA Program for the Increase of Resilience in University Students*. Unpublished master's thesis.

- Kungnam University, Changwon, Korea.
- Lee, S. H. (2012). *The Effect of Life Satisfaction, Self-Efficacy, and Resilience on the Happiness of High School Students*. Unpublished master's thesis, Daejeon University of Education, Dae-jeon, Korea.
- Lee, Y. J. (2015). The Effects of the Positive Enhancement Program on Resilience, Self-Esteem and Gratitude. *Journal of Emotional & Behavioral Disorders, 31*(2), 481-504.
- Lee, Y. S. (2004). *A Study on School Stress, Ego Resilience and School Adjustment for Adolescents*. Unpublished master's thesis, EWha Womans University, Seoul, Korea.
- Lim, S. H. (2005). *Effects of stress and coping behavior on children's ego-resilience*. Unpublished master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul, Korea.
- Lim, S. M. (2016). *Mediating effects of self-esteem in the relationship between emotional expressiveness and resilience*. Unpublished master's thesis, Korea University of Education: Psychology of Counseling Education 2016. 2.
- Lim, Y. M. (2013). Exploring Variables Affecting Ego Resilience and Self-Esteem of Poor Families : Focusing on parenting attitude and peer-teacher relationship quality. *Journal of Korean Home Economics Education Association, 25*(2), 147-167.
- Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and socialpolicies. *Development and Psychopathology, 12*(4), 857-885.
- Masten, A.S. (2001). Ordinary magic : Resilience processes in indevelopment. *American Psychologist, 56*, 227-238.
- Ministry of Education. (2015). 초·중등학교 교육과정 총론. 교육부 고시 제 2015-80호 [별책 10].
- Muraven, M., & Baumeister, F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin, 126*, 247-259.
- Park, K. Y. (2002). The study on the contents and constitution of a junior high school social studies - based on common-society part of social studies textbook of a junior high school 2<sup>nd</sup> grade-. *The Korean Association for the Social Studies Education, 9*(2), 1-27.
- Reivich, K., & Shattée, A. (2003). *The resilience factor*. New York: Broadway Books.
- Ru, I. H. (2018, February 25). “아이의 행복은 유예돼서는 안 된다”. Kyunghyang Shinmun.
- Shin, W. Y., Kim, M. G., Kim, J. H. (2009). Development and validation of recovery elasticity test index, *Korea Cleanup Year. 20*(4), 105-131.
- So, D. S., & Moon, Y. H. (2011). Factors affecting resilience of college students majoring in social welfare. *Korean social welfare education, 16*(16), 48-69.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Developmentand psychometric evaluation of the resiliencescale. *Journal of Nursing Measurement, 1*(2), 168-178.
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1982). *Vulnerable but invincible: A longitudinalstudy of resilient children and youth*. New York:McGraw Hill.
- Yang, Yang. (2008). Social ilnequalities in happiness in the U.S. 1972~2004: An age-period-cohort analysis, *American Sociological Review 73*(2), 204-226.
- Yeon, Y., Kim, K., Lee, M., Park, H., & Lee, J. (2013). 2013 collection of Korean child well-being index and its international comparison with other OECD countries. Retrieved September. 02, 2013, from <http://www.korsofa.org>.
- Yoo, A. J., Lee, J. S., Kim, J. M. (2005). The influence of peer attachment and resilience on the life satisfaction of adolescents in Korea. *Journal of Korean Home Management, 23*(5), 123-132.
- Yoo, J. H., & Lee, Y. S. (2013). Technology·Home Economics development and effectiveness of the Practical problem-based Home Economics Teaching-Learning Process in the ‘Junior Self-Management’ Unit in the middle school - Focused on the effects of self-efficacy, ego-resilience, and happiness improvement in middle school students. *Journal of Korean Home Economics Education Association. 25*(4), 79-98.

<국문요약>

본 연구는 2015 실과(기술·가정)교육과정에 따라 개발된 고등학교 기술·가정 교과서의 활동과제 분석을 통해 청소년의 회복탄력성 증진에 기여하는 것을 목적으로 하고 있다. 이러한 목적을 위해 12종 고등학교 기술·가정 교과서의 ‘인간발달과 가족’, ‘가정생활과 안전’ 영역 내 활동과제를 회복탄력성의 하위요인을 기준으로 분석하였다. 12종의 교과서에서 총303건의 활동과제를 추출하였으며, 3인이 활동과제를 분석한 뒤 협의를 통해 분석기준을 수정·보완하는 과정을 3회 진행한 후 전문가 3인의 검토를 받았다. 분석 결과, 다루는 활동과제의 수에 차이가 있지만 공통적으로 회복탄력성의 하위요인 중 대인관계능력(54.8%)을 기르는데 초점을 두고 있었다. 그 다음으로 자기조절능력(39.4%), 긍정성(5.8%)으로 나타났다. 둘째, 핵심개념별로 활동과제의 회복탄력성 비율을 분석한 결과, ‘안전(44.3%)’을 핵심개념으로 다루는 ‘가정생활과 안전’ 영역 외 ‘발달(25.1%)’, ‘관계(30.6)’를 핵심개념으로 다루는 ‘인간 발달과 가족’ 영역에서도 회복탄력성 하위요인을 고루 다루고 있었다. 이를 통해 가정 교과가 회복탄력성을 체계적으로 교육하기에 적합한 교과이며, 교육과정 내 회복탄력성이라는 용어가 구체적으로 언급되기 이전부터 회복탄력성을 중요하게 생각하고 다루어 왔음을 유추할 수 있다. 이 연구의 결과가 향후 가정과 회복탄력성 교육 프로그램 개발에 기초자료로 활용되기를 기대한다.

■ 논문접수일자: 2018년 6월 29일, 논문심사일자: 2018년 7월 3일, 게재확정일자: 2018년 9월 20일