

# 아들러 심리학에 기초한 공동체 의식 프로그램이 초등학생의 학교생활 만족도와 우울에 미치는 효과

## The Effects of Adlerian Community Feeling Program on the School Life Satisfaction and Depression among Elementary School Students

유리향

서울신남초등학교

Li-Hyang Yu(luxor76@naver.com)

### 요약

이 연구의 목적은 아들러 심리학을 바탕으로 공동체 의식 프로그램을 구성하고 적용하여 초등학생의 학교생활 만족도와 우울에 미치는 효과를 검증하는 것이다. 연구대상은 1초등학교 5학년 38명이며, 프로그램 효과를 검증하기 위해 학교생활 만족도 척도와 우울 척도로 사전검사와 사후검사를 하였다. 프로그램은 관계 형성, 자기 수용, 타인 존중, 상호 협력과 공헌을 중심으로 총 9회기로 구성하였다. 수집된 자료는 공변량 분석(ANCOVA)을 하였다. 그 결과, 공동체 의식 프로그램은 전체 학교생활 만족도에 유의한 영향을 미쳤고, 하위요인 중 수업, 교사와의 관계, 학교의 물리적 환경에는 유의하였으나 학교생활, 교우관계, 학교행사 및 창의적 체험활동에는 유의한 변화가 없었다. 또한, 전체 우울에 유의한 영향을 미쳤고, 하위요인 중 부정적 기분/신체-생리적 증상에는 유의하였으나 부정적 자기상/비효율성, 대인관계 문제에는 유의한 변화가 없었다. 따라서 아들러 심리학에 기초한 공동체 의식 프로그램은 전체적인 학교생활 만족도 향상과 우울의 감소에 효과적인 것으로 밝혀졌다.

■ 중심어 : | 아들러 | 공동체 의식 | 학교생활 만족도 | 우울 |

### Abstract

The purpose of this study was to examine the effects of Adlerian Community Feeling Program on the school life satisfaction and depression among elementary school students. Subjects were 38 students who were the fifth grader students and all participants were asked to complete the school life satisfaction scale and depression scale. The pretest and posttest were implemented in order to verify the effectiveness of the program. The program consisted of a total 9 sessions, focusing on building the relationship, self-acceptance, respect for others, cooperation and contribution. The employed statistical analysis was ANCOVA. The results of the study are as follows: First, the Community Feeling Program had an influence on significant improvement in school life satisfaction and its sub-factor, general classes, teacher-student relationships and the physical environment of a school. Second, the Community Feeling Program had an influence on significant effect in depression and its sub-factor, negative mood/physical symptom. Thus, the Community Feeling Program based on Adlerian Psychology has been found to be effective in improving overall school life satisfaction and reducing depression.

■ keyword : | Adler | Community Feeling | School Life Satisfaction | Depression |

접수일자 : 2020년 10월 29일

수정일자 : 2020년 11월 27일

심사완료일 : 2020년 11월 29일

교신저자 : 유리향, e-mail : luxor76@naver.com

## I. 서론

아동·청소년기는 급격한 신체적·심리적 변화로 인한 혼란과 적응의 어려움을 겪는 시기이다. 더욱이 극심한 핵가족화로 인해 공동체 의식(community feeling)이 저하되는 가운데[1], 학교는 가정에서 배우지 못한 새로운 공동체에서 함께 살아가는 방법과 인간의 체계적인 변화를 경험하는 곳이다. 하루 대부분을 학교에서 보내는 학생들에게 학교생활의 만족 여부가 삶의 질에 중대한 영향을 미친다. '학교생활 만족도'란 학생들이 다양한 활동에서 자기 욕구를 합리적으로 해결하여 만족을 느끼고, 교사 및 친구들과 조화로운 관계를 유지하여 전반적인 학교생활이 만족스러운 상태인가를 확인하는 것이다[2]. 학교에서의 교육 활동은 주로 심리적인 상호작용을 통해 이루어지기 때문에 학교의 물리적인 환경 및 시설 수준만으로 교육의 질을 측정하기 어렵다. 그러므로 학교생활 만족도와 같은 주관적 평가를 통해 학교 교육의 질을 가늠할 수 있다. 통계청 자료의 학교 만족도를 살펴보면, '매우 만족'과 '약간 만족'을 합한 비율이 2014년 49.8%, 2016년 52.2%, 2018년 58.8%로 조사되었다[3]. 교육 현장의 부단한 노력으로 학교생활 만족도가 점차 향상되는 것은 바람직한 현상이나, 수업 방식, 교사와 학생의 관계, 열악한 학교시설 및 유해환경, 인성교육, 학교폭력 등 학교생활 만족을 높이기 위해 개선해야 할 과제가 여전히 많은 실정이다.

게다가 우리 교육 현실에서의 극심한 경쟁과 비교는 불안, 무기력, 우울 등의 부정적 정서를 야기하고 있다. 학교에서부터 사회 전반에 이르기까지 남보다 우월해지기 위한 경쟁이 만연하다. 2007년부터 계속하여 우리나라 청소년 사망 원인 1위는 자살이며, 과도한 학업 성적 및 진학 부담, 외로움, 가정불화 등으로 청소년의 우울 수준은 27%를 넘었고[3], 어린이-청소년 주관적 행복 지수는 스페인 118점, 오스트리아 113점, 체코 85점, 대한민국은 82점으로 OECD 국가 중 가장 낮은 수준이었다[4]. 여러 심리적 변인들 가운데 우울은 조기 발견과 치료가 필요한 내면화 문제이다. 아동·청소년기의 우울은 성인기 우울증에 직접적인 영향을 미치며, 자살과 같은 극단적인 선택으로 이어질 수도 있다[5]. 아동기 우울은 인생 초기에 발생하고 재발률이 높은 뿐

만 아니라, 성장한 후에도 지속적인 영향을 미쳐 학업 및 대인관계 문제, 물질남용, 자살 시도와 같은 여러 가지 이차적인 문제를 초래한다[6][7]. 이처럼 초등학생에게도 우울이 발현되며, 그 심각성과 지속성을 다룬 연구들이 이루어짐에 따라 초등학생의 우울을 줄이기 위한 상담이나 교육이 필요하다.

아들러는 사회적 본능을 가지고 태어난 인간은 자신이 속한 공동체에서 유대감을 형성하고 교류하면서 '공동체 의식' 또는 '사회적 관심(social interest)'<sup>1</sup>을 발달시킨다고 하였다. 사회적 존재인 인간은 자신이 속한 공동체에 얼마나 잘 소속하는가에 따라 안전함과 삶의 만족을 느낀다. 생애 초기 '가정' 안에서 발달한 공동체 의식은 학령기 이후에는 '학교'라는 공동체에서 또래와 협력적인 관계를 맺고, 유능함을 향상하며, 가치 있는 구성원이 되고자 애쓰고, 용기 있게 여러 가지 시행착오를 경험하면서 발달한다[10]. 한편, 아들러는 우울증 환자에게 다음과 같이 처방하였다. '매일 아침 가장 먼저 어떻게 하면 다른 사람에게 기쁨을 줄 수 있는지 생각해 보면 도움을 받을 수 있다. 2주 동안 이 일을 계속한다면, 더 이상 치료가 필요하지 않을 것이다.'. 이처럼 우울을 줄이는 방법으로 아들러는 사회적 관심을 제안하였다[11]. 개인의 사회적 관심은 타인과 '협력'하고 자신이 속한 공동체에 '공헌'하려는 행동으로 나타난다[12]. 이러한 맥락에서 살펴볼 때, 초등학생에게 공동체 의식을 향상하는 프로그램을 적용하는 것은 학교생활 만족도를 높이고 우울을 감소시키는 좋은 방안이 될 수 있을 것이다.

## II. 이론적 배경

### 1. 아들러 심리학과 공동체 의식

아들러는 심리적으로 건강한 사람은 자발적으로 공

1 독일어인 공동체 의식(gemeinschaftsgefühl)을 영어로 번역할 때, 사회적 관심(social interest), 사회적 느낌(social feeling), 공동체감(community feeling), 공동체적 관심(community interest) 등으로 번역된다[8]. '사회적 관심'은 다른 사람들을 위한 개인의 긍정적인 태도, 즉 협력하고 공헌하는 능력을 말한다[9]. 즉, 인류 복지에 관한 관심이며, 공동체의 구성원이라는 생각과 감정 그리고 행동 경향성으로 정의할 수 있다. 따라서 이 연구에서는 사회적 관심과 공동체 의식을 같은 의미로 사용하였다.

동체를 위한 태도를 형성하고 점차 확장해 나간다고 하였다. 그러나 사회적 관심은 잠재되어 있으므로 교육을 통해 적극적으로 발달시켜야 한다[10]. 반면, 공동체에서 잘못된 사적 논리(private logic)로 자신의 목적과 위치를 판단하고, 권력과 지위를 이용하여 개인적인 목적만을 달성하려는 사람은 자신 외에 누구에게도 도움이 되지 못한다. 이들은 개인적 이익이 있을 때만 협력하고 공헌할 것이다. 아德勒는 이러한 부적응적인 생활양식을 '자기 관심(self-interest)'이라고 하였다[12].

어떤 사람들은 경쟁 구도 속에서 자신이 원하는 위치에 있지 않으면 열등감 콤플렉스에 빠지고 존재에 대한 회의를 느낀다. 좌절, 우울, 불안, 회피 등의 부정적인 정서와 행동은 '불완전한 용기(courage to be imperfect)'가 부족하기 때문이다. 아德勒 심리학 관점에서 인간은 누구나 자신의 삶에서 신체적, 심리적, 사회적 열등감을 경험하고, 그 열등감을 극복하며 자신을 삶을 유지한다. 모든 사람에게 건전한 열등감은 더 나은 삶을 추구하는 에너지원이며, 마이너스(-)에서 플러스(+ )로의 움직임은 끊임없이 열등감을 극복하려는 보상의 과정이다 [13].

열등감을 극복하는 태도 역시 두 가지로 설명할 수 있다. 용기를 가지고 협력하고 공헌하는 사람은 사회적 관심을 통해 성숙한 삶의 태도를 지닌다. 반면, 보상만 기대하고 삶의 문제를 회피하려는 사람은 열등감 콤플렉스와 두려움에 빠져 자기 관심만을 추구하게 된다. 인간은 자신에게 주어진 보상이나 이익을 따지는 과정에서 불안이나 우울을 주로 경험하게 된다. 따라서 좌절, 회피, 불안, 우울 등으로 고통받는 학생을 지도하는 효과적인 방법은 제한된 자기 관심에서 벗어나 공동체적인 삶을 살도록 사회적 관심을 발달시켜 협력하게 하는 것이다[14]. 이러한 공동체 의식의 발달은 모든 연령대에 필요하지만, 특히 초등학교 시기는 의무교육으로써 모든 학생이 공동체 생활을 시작하기 때문에 무엇보다도 중요하다[15].

## 2. 아德勒 심리학 기반 공동체 의식 프로그램

학급 내에서 자신이 가치 있는 구성원이라고 믿을 때, 학생의 부적절한 행동이 감소하고 친사회적 행동이 늘어난다[13]. 학생이 보이는 부적응적 행동에는 가정

이나 학교에서 소속감과 존재감을 드러내기 위한 목적이 담겨있기 때문이다. 이러한 목적을 충족시키기 위해서는 '공동체 의식'이 필요하다. 자신을 수용하며, 타인의 존재를 존중하고, 상호 협력과 공헌을 통해 공동체 의식을 키워야 한다[14]. 따라서 이 연구에서는 아德勒 심리학에 기반한 공동체 의식을 기르도록 자기 수용, 타인 존중, 상호 협력/공헌의 세 가지 요소에 중점을 두어 프로그램을 구성하였다. 첫째, '자기 수용'은 여러 가지 부족한 면이 있더라도 있는 모습 그대로의 자신을 진정으로 받아들이는 것이다. 자기를 수용하려면 불완전한 용기가 필요하다. 각 개인은 고유한 기능과 역할이 있으므로 경쟁이나 비교가 아닌 자신에게 맞는 독특한 역할을 찾고, 각자 다른 역할을 맡은 구성원들과 유기적으로 협력해야 한다. 둘째, 민주주의 원리에 기반하여 관계를 맺고 소통하기 위한 '타인 존중'이다. 학급공동체에서 교사와 학생, 학생과 학생 간에 수직적인 불평등이나 힘의 구조가 아닌 사회적 평등이 적용되어야 한다. 무엇보다 자신과 같이 타인을 평등한 존재로 인정하는 것이 필수적이다. 셋째, 문제를 공유하고 공동으로 대처해 가는 '상호 협력 및 공헌'이 필요하다. 학급의 문제를 잘못된 행동을 하는 학생 개인의 문제로만 국한하지 않는다. 집단 역동에 대한 이해를 바탕으로 민주적인 협의를 통해 문제를 함께 해결하려는 공동체적 노력이 필요하다.

아德勒 심리학을 기반으로 한 다양한 집단상담 프로그램의 효과 연구 중에서 몇 가지 연구를 살펴보면 다음과 같다. 초등학교 3학년생을 대상으로 아德勒 심리학의 Crucial Cs<sup>2</sup> 증진 프로그램을 적용한 결과, 자아효능감과 학급 응집력이 향상하였으며[16], 고등학교 1학년생을 대상으로 격려집단상담 프로그램을 적용한 결과,

2 아德勒 심리학자들은 학생들의 성장을 돕기 위해 교사와 부모가 주목해야 할 핵심역량으로 'Crucial Cs'를 제안하였다. 네 가지 영어 단어(Connect, Capable, Count, Courage)의 첫 알파벳 글자를 조합하여 '필수적인 C들', 즉 'Crucial Cs'라고 이름을 붙였다. Crucial Cs는 학생이 삶을 살아가면서 부딪치는 도전과 어려움을 헤쳐나가는 데 필요한 보호 요인이다. '관계(Connect)'는 가족, 학교, 사회의 일원으로 다른 사람과 긍정적인 관계를 맺고 소속감을 느끼는 것이다. '능력(Capable)'은 스스로 자신을 돌볼 수 있는 충분한 능력을 갖추고 있다고 느끼는 것이다. '중요(Count)'는 다른 사람들이 나를 가치 있게 여기며, 내가 중요한 사람이라고 인식하는 것이다. '용기(Courage)'는 두려움에도 불구하고 모든 삶의 도전을 다룰 만한 용기를 갖는 것이다 [10][18].

자아존중감, 내적통제, 사회적 관심이 향상하였다[17]. 또한, 초등학교 5학년을 대상으로 아들러 심리학의 Crucial Cs 핵심역량 프로그램을 실시한 결과, 사회적 관심과 대인관계 지향성이 향상되었으며[18], 중학교 3학년을 대상으로 사회적 관심 훈련 프로그램을 적용한 결과, 소속감-사회적 관심 갖기와 대인관계 지향성이 향상되었다[19]. 특히 초등학생을 대상으로 공동체 의식을 활용한 집단상담 프로그램의 효과 연구[15][20][21]가 활발하게 이루어졌다. 하지만 지금까지 초등학생을 대상으로 공동체 의식 상담 프로그램을 통해 학교생활 만족도와 우울을 살펴본 연구는 미흡하였다. 따라서 이 연구에서는 아들러 심리학에 기초한 공동체 의식 프로그램을 적용하여 초등학생의 학교생활 만족도를 높이고 우울을 감소하고자 하였다. 연구 문제는 다음과 같다.

- 연구가설 1. 아들러 심리학에 기초한 공동체 의식 프로그램에 참여한 실험집단이 통제집단보다 학교생활 만족도 점수가 높아질 것이다.
- 연구가설 2. 아들러 심리학에 기초한 공동체 의식 프로그램에 참여한 실험집단이 통제집단보다 우울 점수가 낮아질 것이다.

### III. 연구 방법

#### 1. 연구 대상

G시 초등학교 5학년 한 학급을 실험집단(19명: 남 10명, 여 9명)에 배정하였고, 다른 학급을 통제집단(19명: 남 10명, 여 9명)으로 배정하였다.

#### 2. 연구 설계

이 연구는 아들러 심리학에 기반한 공동체 의식 프로그램을 초등학생에게 적용하여 학교생활 만족도와 우울에 미치는 효과를 확인하기 위한 실험연구이다. 실험집단과 통제집단 간 사전검사와 사후검사를 비교한 통제집단 전후 비교설계이다. 이 연구는 대상자들이 학급별로 각 집단에 배치되어 무선 할당이 아니므로 유사

실험설계이다.

### 3. 연구 절차

2019년 3월부터 7월까지 아들러 심리학의 공동체 의식, 학교생활 만족도, 우울 관련 문헌 연구와 선행 연구를 통해 공동체 의식 프로그램을 구안하고 실시할 준비를 하였다. 8~9월에 담임 교사와 사전 협의 및 교육과정 재구성을 통해 공동체 의식 집단상담 프로그램을 전체 학급 대상 9차시 수업으로 계획하였다. 연구에 참여하기 전에 학생과 학부모의 사전 동의를 얻고 참여동의를 작성하였다. 실험집단에는 2019년 10월부터 12월까지 총 9회에 걸쳐 아들러 심리학에 기초한 공동체 의식 프로그램을 주 1회 학급 단위로 실시하였다. 이 연구에서 프로그램 효과를 알아보기 위해 같은 시기에 실험집단과 통제집단 모두 프로그램 이전에 사전검사, 프로그램 종료 직후에 사후검사를 하였다.

### 4. 측정 도구

#### 4.1 학교생활 만족도 척도

초등학생의 학교생활 만족도를 측정하기 위해 사용한 척도는 김진용이 고등학생을 대상으로 한 학교생활 적응에 관한 연구[22]에서 사용하였던 것을 손순자가 초등학교 고학년에 맞도록 수정하고[23], 하성희가 초등학교 5학년 학생 수준에 적합한 언어로 수정한 것[24]을 사용하였다. 이 척도는 학교생활에 대한 만족(6문항), 수업 일반에 대한 만족(6문항), 교사와의 관계에 대한 만족(6문항), 교우관계에 대한 만족(6문항), 학교의 물리적 환경에 대한 만족(6문항), 학교행사 및 창의적 체험활동에 대한 만족(6문항)의 여섯 가지 하위요인으로 구성된 총 36개 문항이다. 각 문항에 대해 '전혀 그렇지 않다', '대체로 그렇지 않다', '보통이다', '대체로 그렇다', '매우 그렇다'로 반응하는 5점 리커트 척도이다. 전체 점수의 합이 클수록 학교생활 만족도가 높음을 의미한다. 하성희의 연구[24]에서 학교생활 만족도 검사의 전체 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .97로 나타났으며, 이 연구의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .93으로 나타났으며, 하위요인별로 학교생활에 대한 만족, 수업 일반에 대한 만족, 교사와의 관계에 대한 만족, 교우관계에 대한 만족, 학교의 물리적 환경에 대한 만족, 학교행사 및 창의

적 체험활동에 대한 만족은 각각 .53, .80, .80, .71, .82, .79로 나타났다.

#### 4.2 우울 척도

초등학생의 우울을 측정하기 위해 사용한 척도는 조수철과 이영식이 번역하고 표준화한 한국형 소아 우울척도이다[25]. 이는 Beck의 우울척도(Beck Depression Inventory: BDI)[26]를 Kovacs가 7~17세에 맞게 수정한 아동용 우울 검사지(Children's Depression Inventory: CDI)[27]의 번역본이다. 이 연구에서는 강소연이 일반적인 학생에게 적용할 수 있는 우울을 측정하기 위해 자살에 관한 항목을 제외하고 초등학교 고학년에 맞도록 수정한 것[28]을 사용하였다. 이 척도는 부정적 자기상/비효율성(13문항), 대인관계 문제(6문항), 부정적 기분/신체-생리적 증상(7문항)의 세 가지 하위요인으로 구성된 총 26개 문항이다. 각 문항에 대해 '전혀 그렇지 않다', '대체로 그렇지 않다', '보통이다', '대체로 그렇다', '매우 그렇다'로 반응하는 5점 리커트 척도이다. 전체 점수의 합이 클수록 우울이 높다는 것이다. 강소연의 연구[28]에서 우울 검사의 전체 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .94로 나타났으며, 이 연구의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .95로 나타났다. 하위요인별로 부정적 자기상/비효율성, 대인관계 문제, 부정적 기분/신체-생리적 증상이 각각 .93, .89, .76으로 나타났다.

### 5. 프로그램 구성 준거 및 내용

#### 5.1 프로그램 재구성의 준거

공동체 의식 프로그램은 아틀러 심리학의 공동체 의식 개념[14][29]과 초등학생을 대상으로 한 공동체 의식 프로그램[15][20]을 참고하여 연구목적에 적합하게 수정하였다. 재구성 프로그램을 타당화하기 위해 아틀러 심리학 전문가(박사 학위, 아틀러 심리학 관련 논문 및 저서 출판, 아틀러 심리학 관련 워크숍 경험) 세 명이 프로그램의 타당성을 평정하였다. 프로그램 재구성의 준거이다. 첫째, 초등학생의 학교생활 만족도를 높이고 우울을 낮추기 위해 공동체 의식의 주요 요소인 자기 수용, 타인 존중, 상호 협력 및 공헌 중심 활동으로 프로그램을 구성하였다. 둘째, 교육과정 재구성을 통해 학교 현장에서 손쉽게 적용하도록 일반적인 초등학교

단위 수업 시간에 맞추어 회기별 시간을 40~50분으로 배정하였다. 셋째, 상담을 전공한 초등학교 교사 6명과 함께 초등학생의 발달 단계, 특성, 흥미를 고려한 상담 활동인지 검토하였으며, 초등학생 5명을 대상으로 프로그램의 내용 및 용어를 이해했는지 개별 면담하여 초등학생이 이해할 수 있도록 수정하였다. 아틀러 심리학에 기초한 공동체 의식 프로그램 내용은 [표 1]과 같다.

표 1. 아틀러 심리학의 공동체 의식 프로그램

단계	회기	목표	활동 내용
초기	1	프로그램 소개/관계 형성	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 프로그램 소개</li> <li>· 구조화하기(우리들의 약속, 서약서)</li> <li>· 긍정적 별칭 짓기 및 I am ground 별칭 높이기</li> <li>· 프로그램에 대한 기대 나누기</li> </ul>
	2	열등감 이해하기 (자기 수용)	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 열등감 이해하기</li> <li>· 열등감 콤플렉스 찾기: 나의 열등감 목록 작성하기</li> <li>· 간단한 열등감으로 바꾸기: 자신에게는 좀 더 멋지게 되고 싶은 자신의 모습과 비교하고, 타인에게는 사회적 관심으로 대하기</li> <li>· 모듈별로 이야기 나누기</li> </ul>
전환 및 작업	3	낙담을 격려로 바꾸기 (자기 수용)	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 낙담 이해하기</li> <li>· 낙담시키는 생각 찾기 (원벽하기, 인정받기, 모든 잘못은 내 탓)</li> <li>· 격려에 대해 알아보고, 격려하는 표현 배우기</li> <li>· 낙담을 날리고, 격려하는 생각으로 바꾸기</li> </ul>
	4	긍정적 자기 이미지 만들기 (자기 수용)	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 나의 강점(장점) 찾기</li> <li>· 나의 자랑스러운 손바닥 꾸미기(장점 5가지 적기)</li> <li>· 친구들을 만나 손바닥 그림을 소개하며 이야기를 나누고, 서로 격려하는 말 주고받기</li> <li>· 활동 소감 나누기</li> </ul>
	5	친구 이해하기 (타인 존중)	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 친구 관계에서 힘들었던 경험 이야기 나누기</li> <li>· 나만의 티셔츠 만들기: 자신을 나타내는 단어, 좋아하는 말과 행동, 싫어하는 말과 행동, 관심 있는 것 등</li> <li>· 모듈별로 이야기하며, 나만의 티셔츠 소개하기</li> <li>· 활동 소감 나누기</li> </ul>
	6	친구 격려하기 (타인 존중)	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 격려하고 싶은 친구 정하기(3~4명 정도)</li> <li>· 친구의 긍정적인 모습 찾아보기: 장점, 특징, 열심히 노력한 점, 1학기에 비해 발전한 점, 선행, 등</li> <li>· 친구의 긍정적인 모습 격려하는 쪽지 편지 쓰기</li> <li>· 쪽지 편지 건네며 격려하기</li> <li>· 활동 소감 나누기</li> </ul>
	7	친구와 함께 공동체 놀이하기 (상호 협력·공헌)	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 활동 1: 경쟁 풍선 놀이 (개인별 풍선 띄우는 개수 세기)</li> <li>· 활동 2: 협동 풍선 놀이 (모둠별 공동 목표를 정하고, 협력하여 공동 목표 달성하기)</li> <li>· 활동 1과 활동 2의 차이점을 생각하며 협력의 의미 찾기</li> <li>· 활동 소감 나누기</li> </ul>
종결	8	가치 있는 나 (상호 협력·공헌)	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 친구와 도움을 주고받았던 경험 떠올리기</li> <li>· 공동체에 공헌하기: 우리 반에 공헌할 수 있는 일을 찾아 실천하기</li> <li>· 함께 살아가는 세상을 만들기 위해 내가 공헌할 수 있는 일을 찾아 실천 계획 세우기</li> </ul>
	9	새로운 시작	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 프로그램 요약 및 평가</li> <li>· 활동 소감문 작성</li> <li>· 격려/수용, 변화된 경험 이야기하기</li> </ul>

### 5.2 프로그램의 내용

프로그램은 집단상담의 과정에 따라 초기, 전환 및 작업, 종결의 단계로 진행하였다. 초기 단계인 1회기는 프로그램을 소개하고 학급 구성원 간 평등한 관계를 형성하도록 하였다. 두 번째 단계는 전환 및 작업 단계이다. 2~4회기는 자기 수용을 높이기 위해 열등감 콤플렉스를 건전한 열등감으로 바꾸기, 낙담하는 생각을 격려로 바꾸기, 긍정적인 자기 이미지 만들기 활동을 하였다. 5~6회기는 타인 존중을 함양하기 위해 친구의 다양한 모습 이해하기, 쪽지 편지를 건네며 친구 격려하기를 하였다. 7~8회기는 상호 협력과 공헌을 위해 친구와 함께 공동체 놀이를 하고, 학급과 우리 사회에 내가 공헌할 수 있는 실천 계획을 수립하였다. 종결 단계인 9회기는 전반적인 프로그램의 과정을 되돌아보며 활동 소감문을 작성하였다.

### 6. 자료 처리

이 연구에서는 아들러 심리학에 기초한 공동체 의식 프로그램이 초등학생의 학교생활 만족도와 우울에 미치는 효과를 알아보기 위해 SPSS 22.0을 활용하여 실험 결과를 분석하였다. 실험집단과 통제집단의 사전검사 점수로 독립표본 t-검증을 하여 집단 간 동질성을 확인하였다. 이 연구는 학급별 할당이 되어 집단 간에 무선 할당이 이루어지지 않았으므로 오차 변인의 효과를 통계적으로 통제하기 위해 사전검사 점수를 공변인으로 설정한 공변량 분석(ANCOVA)을 하였다. 측정 도구의 신뢰도를 확인하기 위해 Cronbach's  $\alpha$ 를 실시하였다.

## IV. 연구 결과

### 1. 학교생활 만족도에 미치는 효과

공동체 의식 프로그램이 초등학생의 학교생활 만족도에 미치는 효과를 확인하기 위해 실시한 실험집단과 통제집단의 사전검사와 사후검사의 평균 점수와 공변량 분석 결과는 [표 2][표 3]과 같다.

표 2. 하위요인별 사전, 사후, 조정된 사후검사의 평균 및 표준편차

	집단	N	사전		사후		사후(조정)	
			평균	표준편차	평균	표준편차	평균	표준편차
학교생활	실험통제	19	24.11	2.94	25.53	2.37	25.45	.53
		19	23.84	2.85	24.00	3.35	24.08	.53
수업	실험통제	19	23.89	3.62	26.11	4.01	26.15	.68
		19	24.00	3.20	24.05	3.95	24.01	.68
교사관계	실험통제	19	23.47	4.14	25.74	3.87	25.87	.70
		19	23.89	3.97	23.68	3.99	23.55	.70
교우관계	실험통제	19	24.95	3.19	26.79	2.94	26.60	.64
		19	24.26	3.11	25.16	3.53	25.35	.64
물리적환경	실험통제	19	23.68	2.00	27.11	3.71	27.41	.78
		19	24.63	3.22	25.00	3.79	24.69	.78
학교행사및창체	실험통제	19	26.68	3.02	27.74	2.98	27.36	.50
		19	25.63	2.54	26.05	2.88	26.43	.50
전체	실험통제	19	146.79	14.34	159.00	17.08	158.79	2.86
		19	146.26	12.07	147.95	15.44	148.16	2.86

표 3. 학교생활 만족도 점수에 대한 공변량 분석 결과

	변량원	제곱합	자유도	평균제곱	F	p
학교생활	공변인	120.11	1	120.11	22.47	.000
	집단	17.62	1	17.62	3.30	.078
	오차	187.13	35			
수업	공변인	262.75	1	262.75	30.19	.000
	집단	43.35	1	43.35	4.98 <sup>*</sup>	.032
	오차	304.66	35	8.71		
교사관계	공변인	218.74	1	218.74	23.46	.000
	집단	50.75	1	50.75	5.44 <sup>*</sup>	.026
	오차	326.32	35	9.32		
교우관계	공변인	122.84	1	122.84	16.07	.000
	집단	14.61	1	14.61	1.91	.176
	오차	267.52	35	7.64		
물리적환경	공변인	82.78	1	82.78	7.30	.011
	집단	68.02	1	68.02	6.00 <sup>*</sup>	.019
	오차	397.10	35	11.35		
학교행사및창체	공변인	165.74	1	165.74	35.80	.000
	집단	7.81	1	7.81	1.9	.203
	오차	162.04	35	4.63		
전체	공변인	4209.10	1	4209.10	27.17	.000
	집단	1072.59	1	1072.59	6.92 <sup>*</sup>	.013
	오차	5421.79	35	154.99		

실험 처치 후 학교생활 만족도에 있어서 집단 간 유의한 차이( $F=6.92, p<.05$ )가 있는 것으로 나타났는데, 이는 프로그램을 실시한 실험집단( $M=158.79$ )이 통제집단( $M=148.16$ )에 비해 학교생활 만족도가 더 높아졌다는 의미이다. 학교생활 만족도의 하위요인별로 살펴보면, 학교생활에 대한 만족은 실험집단( $M=25.45$ )이 통제집단( $M=24.08$ )에 비해 평균이 높았으나 통계적으로 유의하지 않았다. 수업 일반에 대한 만족은 집단간 주 효과가 통계적으로 유의한 차이( $F=4.98, p<.05$ )가 있는 것으로 나타났으며, 실험집단( $M=26.15$ )이 통제집단( $M=24.01$ )에 비해 수업 일반에 대한 만족도가 높아진 것으로 나타났다. 교사와의 관계에 대한 만족의 경우에도 집단간 주 효과가 통계적으로 유의한 차이( $F=5.44, p<.05$ )가 있는 것으로 나타났으며, 실험집단( $M=25.87$ )이 통제집단( $M=23.55$ )에 비해 교사와의 관계에 대한 만족도가 높아진 것으로 나타났다. 교우관계에 대한 만족은 실험집단( $M=26.60$ )이 통제집단( $M=25.35$ )에 비해 평균이 높았으나 통계적으로 유의하지 않았다. 학교의 물리적 환경에 대한 만족은 집단간 주 효과가 통계적으로 유의한 차이( $F=6.00, p<.05$ )가 있는 것으로 나타났으며, 실험집단( $M=27.41$ )이 통제집단( $M=24.69$ )에 비해 학교의 물리적 환경에 대한 만족도가 높아진 것으로 나타났다. 학교행사 및 창의적 체험활동에 대한 만족은 실험집단( $M=27.36$ )이 통제집단( $M=26.43$ )에 비해 평균이 높았으나 통계적으로 유의하지 않았다.

2. 우울에 미치는 효과

공동체 의식 프로그램이 초등학교생의 우울에 미치는 효과를 확인하기 위해 실시한 실험집단과 통제집단의 사전검사와 사후검사의 평균 점수와 공변량 분석 결과는 [표 4][표 5]와 같다.

표 4. 하위요인별 사전, 사후, 조정된 사후검사의 평균 및 표준편차

	집단	N	사전		사후		사후(조정)	
			평균	표준편차	평균	표준편차	평균	표준편차
부정적 자기상/비효율성	실험통제	19	22.21	7.38	16.68	6.17	17.41	1.14
		19	24.11	9.56	21.05	9.73	20.33	1.14

대인관계문제	실험통제	19	8.63	3.13	7.11	2.40	7.38	.67
		19	9.53	3.29	9.24	4.29	8.99	.67
부정적 기분/신체생리적 증상	실험통제	19	12.37	5.17	10.16	4.14	10.24	.73
		19	12.63	4.61	12.63	4.62	12.55	.73
전체	실험통제	19	43.21	13.86	33.95	11.37	35.05	2.35
		19	46.26	16.08	42.95	17.56	41.84	2.35

표 5. 우울 점수에 대한 공변량 분석 결과

	변량원	제곱합	자유도	평균제곱	F	p
부정적 자기상/비효율성	공변인	1623.59	1	1623.59	65.89	.000
	집단	80.26	1	80.26	3.26	.080
	오차	862.50	35	24.64		
대인관계문제	공변인	164.28	1	164.28	19.72	.000
	집단	23.86	1	23.86	2.86	.099
	오차	291.57	35	8.33		
부정적 기분/신체생리적 증상	공변인	350.96	1	350.96	35.14	.000
	집단	50.55	1	50.55	5.06*	.031
	오차	349.57	35	9.99		
전체	공변인	4573.91	1	4573.91	43.98	.000
	집단	433.76	1	433.76	4.17*	.049
	오차	3639.73	35			

실험 처치 후 우울에 있어서 집단 간 유의한 차이( $F=4.17, p<.05$ )가 있는 것으로 나타났는데, 이는 프로그램을 실시한 실험집단( $M=35.05$ )이 통제집단( $M=41.84$ )에 비해 우울이 더 낮다는 의미이다. 우울의 하위요인별로 살펴보면, 부정적 자기상/비효율성은 실험집단( $M=17.41$ )이 통제집단( $M=20.33$ )에 비해 평균이 낮았으나 통계적으로 유의하지 않았다. 대인관계 문제도 실험집단( $M=7.38$ )이 통제집단( $M=8.99$ )에 비해 평균이 낮았으나 통계적으로 유의하지 않았다. 부정적 기분/신체생리적 증상은 집단간 주 효과가 통계적으로 유의한 차이( $F=5.06, p<.05$ )가 있는 것으로 나타났으며, 실험집단( $M=10.24$ )이 통제집단( $M=12.55$ )에 비해 부정적 기분/신체생리적 증상이 낮아진 것으로 나타났다.

V. 논의

연구 결과에 대한 논의는 다음과 같다. 첫째, 아들러

심리학에 기초한 공동체 의식 프로그램은 초등학생의 학교생활 만족도를 높이는 데 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 공동체 의식 프로그램을 적용한 결과, 학생들에게 자기 수용, 타인 존중, 상호 협력 및 공헌의 지표가 나타났다. 프로그램 활동 소감을 살펴보면, 참가자들은 '열등감 콤플렉스를 건전한 열등감으로 바꾸고 자신감이 생겼다.'(자기 수용), '친구들이 좋아하는 일과 싫어하는 일을 알게 되었으니, 앞으로 싫어하는 일을 하지 않도록 주의해야겠다.'(타인 존중), '내가 할 수 있는 일도 있고, 못하는 일도 있는데 서로 도우면서 채워가니 우리가 되었다.'(상호 협력 및 공헌)라고 말하였다. 이는 공동체 의식 프로그램을 적용하여 자기 수용 태도, 타인 존중 및 수용 태도, 공동체 의식이 유의하게 향상되었던 정현동의 연구 결과[15]와 일치한다. 학생들은 자신의 열등감 콤플렉스를 보편적인 것으로 인식하고, 불완전할 용기를 통해 건전한 열등감으로 바꾸었다. 친구의 다양한 모습을 이해하고 다름에 대한 존중을 통해 학급 구성원들 간 관계를 개선하였으며, 경쟁과 비교보다는 협력하는 것이 더 나은 선택임을 알게 되었다. 성인 585명을 대상으로 공동체 의식과 불안, 자아존중감, 심리적 안녕감의 관계를 조사한 연구에서, 높은 공동체 의식을 가진 사람의 경우 불안이 낮고, 자아존중감이 높으며 긍정적인 심리적 안녕감을 느끼는 반면, 낮은 공동체 의식을 가진 사람의 경우 타인을 수용하지 못하여 고립감과 열등감 콤플렉스를 느끼는 것으로 나타났던 연구 결과가 이를 지지한다[30].

둘째, 학교생활 만족도 하위요인 중 '학교생활', '교우관계', '학교행사 및 창의적 체험활동'에는 유의한 결과가 나오지 않았다. 이러한 결과는 공동체 의식 함양을 위한 어울림 프로그램을 적용하여 교우관계와 행사 및 창의적 체험활동 영역의 만족도가 향상되었다는 이선영의 연구 결과[21]와 부분적으로 일치하지 않는다. 학교생활 만족도 하위요인 중 교우관계에 유의한 결과가 나타나지 않았던 점은 자기 존중과 타인 존중, 그리고 상호 협력하는 전반적인 공동체 의식에 대한 인식은 향상되었으나 방법적·기술적 측면에서 좋은 교우관계를 형성하기 위해서는 구체적인 의사소통 기술 훈련이 병행되어야 함을 시사한다[31]. 한편, 학교생활 만족도의 하위요인에서 '일반적인 수업'과 '교사와의 관계 만족도'

는 유의한 차이가 나타났다. 교사가 학생들에 대한 높은 관심과 이해로 학생의 의견을 존중하고 공정하게 대하는 수업과 학생의 공동체 의식 향상은 밀접한 관계가 있다[32]. 이는 학교 장면에서 공동체 의식 향상 프로그램을 통해 교사의 민주적인 수업 역량과 교사와 학생 간 관계의 질을 높여 학교생활 만족도에 주요한 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 청소년을 대상으로 하여 학교 만족도, 사회적 지원, 문제 행동 사이의 관계를 조사한 연구에서, 특히 교사 지원은 학교 만족도 평가에 가장 두드러진 변인이라는 연구 결과가 이를 지지한다[33].

셋째, 아들러 심리학에 기초한 공동체 의식 프로그램은 초등학생의 전체적인 우울을 감소하는 데 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 아들러 심리학을 바탕으로 한 집단상담 프로그램이 고등학생의 희망 수준을 높이고 우울 수준을 감소시킨다는 연구 결과[34]와 은퇴를 앞둔 성인 남성을 대상으로 아들러 심리학 집단상담 프로그램이 자존감, 사회적 관심, 우울 및 자살사고에 효과가 있다는 연구 결과[35]와 일치한다. 또한, 여대생을 대상으로 한 우울과 사회적 관심의 관계 연구에서 소속감/사회적 관심은 우울과 부적 상관관이 있다는 연구 결과[36]와 대학교 신입생 30명을 대상으로 심리 프로그램을 실행한 후 긍정적 자기 수용을 통한 사회적 관심과 우울은 부적 상관관이 있다는 연구 결과[37]와도 일치한다. 우울에서 높은 점수를 보였던 학생들의 경우 공동체 의식 프로그램을 적용한 후, 특히 우울 척도의 문항 중 '나는 피곤하다.', '나는 매일 밤에 잠이 잘 오지 않는다.'라는 문항에서 우울 점수가 낮아졌다. 바쁜 일정 및 친구 문제로 인한 신체적 피곤함과 스트레스가 경쟁보다는 협력이 낫다는 인지적 변화로 인해 부정적인 기분이나 신체적인 증상을 감소시키는 데 영향을 준 것으로 추측된다. '우는 사람이라 화내는 사람이 없어서 개별 경기보다 공동체 협력 놀이가 더 좋았다.', '나의 행동이 다른 친구들에게 고마운 행동인 줄 몰랐는데, 친구가 나의 고마운 점을 말해주어 기뻐다.'라고 회기 참여 소감을 말하였다. 친구들과 협력했던 경험은 자기중심적 생각을 줄이고 공동체 의식을 일깨우는 선순환을 일으켰고, 이는 우울의 부정적인 기분이나 신체적인 증상 완화에 도움이 될 수도 있음을 시사



한다.

이 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 아들러 심리학에 기초한 공동체 의식 프로그램이 초등학생의 학교생활 만족도와 우울에 미치는 유의한 효과를 통해 학급경영에 있어서 협력과 공헌에 기반한 공동체 의식을 함양하고, 민주적인 학급공동체를 구성하는 것이 중요함을 시사한다. 또한, 방과후에 별도 프로그램으로 진행하지 않고 담임 교사와 연계하여 재구성 교육과정으로 공동체 의식 프로그램을 교육과정에 통합하는 실제적인 변화를 시도하였다는 점이다.

둘째, 교권 침해, 학교폭력 등으로 혼란한 교육 현장에 초등학교 고학년을 대상으로 학교생활 만족도를 높이고 우울을 줄이는 방안을 제시했다는 점이다. 공동체 의식의 향상은 학교 적응에 긍정적인 영향을 주기 때문에 사춘기에 접어든 고학년 학생들이 학교생활 불만족과 우울을 예방하고, 상호 협력과 공헌을 통한 공동체 의식을 기르는 데 효과적이었다. 따라서 교사가 학생들의 성장과 발달에 필수적인 공동체 의식을 중심으로 학급을 경영하고, 지도 방안을 마련하는데 아이디어를 얻을 수 있을 것이다. 또한, 사춘기 자녀의 우울과 무기력함에 어려움을 호소하는 부모를 대상으로 한 상담 및 교육 프로그램에 공동체 의식을 적용하는 방안을 제안할 수 있을 것이다.

이 연구가 갖는 중요한 의의에도 불구하고, 아들러 심리학에 기초한 공동체 의식 프로그램 운영 및 절차에 몇 가지 제한점이 있다. 첫째, 실험집단과 통제집단이 동일 학교의 5학년 학생들로 국한하여 같은 학교에서 이루어졌기 때문에 프로그램의 모방과 확산 효과를 완전히 배제하기 어려웠다. 추후 연구에서는 연구의 신뢰도를 높이기 위해 여러 학교로 연구대상을 확대할 필요가 있다. 또한, 다른 학령기 학생뿐만 아니라 미인정 결석 학생, 학교폭력 학생, 반사회적 행동 학생 등 위기 집단을 대상으로 한 후속 연구가 필요하다. 둘째, 연구 효과의 연속성을 검증하기 위해 추후 검사를 포함하는 후속 연구가 필요하다. 이 연구에서는 연구 기간의 제약으로 인해 프로그램의 단기 효과만을 검증하였기 때문에, 연구 기간을 장기로 계획하여 프로그램의 지속적인 효과를 파악할 필요가 있다. 셋째, 이 연구에서는 연구대상을 실험집단과 통제집단으로만 설정하였다. 후속

연구에서는 비교집단을 설정하여 아들러 심리학 이론 외의 다른 이론을 바탕으로 개발된 프로그램과 비교하는 연구를 통하여 이론의 주요 개념에 따라 효과 차이가 있는지 살펴볼 필요가 있다.

## 참고 문헌

- [1] 정하성, “청소년 사회관계증진 프로그램 개발 방향,” 한국청소년보호지도연구, 제12권, pp.61-73, 2008.
- [2] 한주희, *인간관계집단상담이 자아존중감과 학교생활 만족도에 미치는 영향*, 아주대학교, 석사학위논문, 2000.
- [3] 통계청, *교육통계연람*, 통계청, 2018.
- [4] 한국방정환재단, *2016 제8차 한국 어린이·청소년 행복지수 국제비교연구조사 결과 보고서*, 한국방정환재단, 2016.
- [5] 이혜미, 하요상, “초등학생의 신체상과 우울의 관계에서 자아존중감의 매개효과,” 서울교육대학교 초등교육연구, 제25권, 제3호, pp.19-33, 2014.
- [6] 박우람, 홍상황, “아동의 거부민감성, 우울 및 관계적 공격성의 관계: 사회적 지지와 자기조절의 조절효과,” 초등상담연구, 제15호, 제3권, pp.233-256, 2016.
- [7] J. L. Luby, M. S. Gaffrey, R. Tillman, L. M. April, and A. C. Belden, “Trajectories of preschool Disorders to full DSM depression at school age and early adolescence: Continuity of preschool depression,” *American J. of Psychiatry*, Vol.171, No.7, pp.768-776, 2014.
- [8] R. W. Lundin, *Alfred Adler's basic concepts and implications*, Accelerated Development Inc, 1989.
- [9] A. Milliren and F. Clemmer, *Introduction to Adlerian psychology: Basic principles and methodology*. In S. Slavik, and J. Carlson (Eds.), *Readings in the theory and practice of Individual Psychology*(pp.17-43), Accelerated Development Inc, 2006.
- [10] 유리향, 선영운, 오익수, *교사를 위한 아들러 심리학*, 학지사, 2018.
- [11] H. L. Ansbacher, “The concept of social interest,” *J. of Individual Psychology*, Vol.47,

- No.1, pp.28-47, 1991.
- [12] J. Yang, A. Milliren, and M. Blagen, *The psychology of courage: An Adlerian handbook for healthy social living*, Routledge, 2010.
- [13] T. J. Sweeney, *Adlerian counseling and psychotherapy: A practitioner's approach (5th ed.)*, Routledge, 2009.
- [14] 오익수, "공동체 의식함양을 통한 인성교육," 초등상담연구, 제2016 특집호, pp.505-520, 2016.
- [15] 정현동, *아들러 이론에 근거한 공동체 의식 프로그램의 효과*, 광주교육대학교, 석사학위논문, 2016.
- [16] 강지영, *아들러 심리학의 Crucial Cs 증진 프로그램이 초등학생의 자아존중감, 자아효능감, 학급 응집력에 미치는 영향*, 광주교육대학교, 석사학위논문, 2019.
- [17] 김미란, "아들러의 개인심리학에 근거한 격려집단상담 프로그램," 상담학연구, 제7권, 제4호, pp.1093-1106, 2006.
- [18] 유리향, "아들러 심리학의 Crucial Cs 핵심역량 프로그램이 초등학생의 사회적 관심과 대인관계 지향성에 미치는 효과," 초등상담연구, 제18권, 제4호, pp.401-418, 2019.
- [19] 윤재원, 강영신, "Adler 상담이론을 바탕으로 한 청소년 사회적관심향상 집단상담프로그램 개발 및 효과," 한국청소년연구, 제28권, 제1호, pp.99-125, 2017.
- [20] 박현경, *공동체 의식 프로그램이 초등학생의 소속감과 학급 응집력에 미치는 효과*, 광주교육대학교, 석사학위논문, 2017.
- [21] 이선영, *공동체 의식 함양 어울림 프로그램이 학교생활만족도에 미치는 영향*, 광주교육대학교, 석사학위논문, 2018.
- [22] 김진용, *자아개념과 학교생활만족도에 관한 연구*, 충남대학교, 석사학위논문, 1989.
- [23] 손순자, *초등학생의 자아개념과 적응행동과의 관계 분석*, 건국대학교, 석사학위논문, 1993.
- [24] 하성희, *학급응집력 강화 프로그램이 초등학생의 학교생활 만족도에 미치는 영향*, 서울교육대학교, 석사학위논문, 2014.
- [25] 조수철, 이영식, "한국형 소아우울 척도의 개발," 신경정신의학, 제29호, 제4권, pp.943-956, 1990.
- [26] A. T. Beck, *Depression: clinical, experimental, and theoretical aspects*, University of Pennsylvania Press, 1967.
- [27] M. Kovacs, "Rating Scale to Assess depression in school Aged Children," Acta Paedopsychiatrica, Vol.46, pp.305-315, 1981.
- [28] 강소연, *정서조절 프로그램이 아동의 우울 감소에 미치는 효과*, 서울교육대학교, 석사학위논문, 2015.
- [29] A. Adler, *Superiority and social interest. In H. Ansbacher & R. Ansbacher (Eds.)*, Northwestern University Press, 1964.
- [30] K. Alina, "The community feeling versus anxiety, self-seteem and well-being," Polish Psychological Bulletin, Vol.48, No.2, pp.167-174, 2017.
- [31] J. A. Tindall and D. R. Black, *Peer Programs: An In-Depth Look at Peer Programs: Planning, Implementation, and Administration (2nd ed.)*, Accelerated Development Inc, 2008.
- [32] 한대동, 오경희, "초등학교에서의 공동체적 수업실천과 공동체의식이 학교폭력 자제행동에 미치는 영향," 교육사회학연구, 제23호, 제4권, pp.207-235, 2013.
- [33] L. Adrienne, K. DeSantis, H. Soctt, M. S. Shannon, and F. V. Robert, "An Ecological View of School Satisfaction in Adolescence: Linkages Between Social Support and Behavior Problems," Quality of Life, Vol.1, pp.279-295, 2006.
- [34] 김미현, *아들러의 개인심리학에 근거한 집단상담 프로그램의 효과: 고등학생의 우울감소 및 희망고취를 중심으로*, 강원대학교, 석사학위논문, 2015.
- [35] 신은정, *격려집단상담프로그램이 베이비붐세대 남성의 자존감, 우울, 자살사고 및 사회적 관심에 미치는 효과*, 경북대학교, 박사학위논문, 2017.
- [36] A. N. Herringotn, K. B. Matheny, W. L. Curlette, C. J. McCarthy, and J. Penick, "Lifestyles, coping resources, and negative life events as predictors of emotional distress in university women," J. of Individual Psychology, Vol.61, No.4, pp.343-364, 2005.
- [37] H. Hammond, *Self-Compassion, Social Interest, and Depression*, The Faculty of the Adler Graduate School, The Degree of Master of Arts in Adlerian Counseling and Psychotherapy, 2012.

저 자 소 개

유 리 향(Li-Hyang Yu)

정회원



- 2012년 2월 : 전남대학교 교육학과 상담심리 전공(교육학 박사)
- 2002년 2월 : 광주교육대학교 교육학과 아동 상담심리 전공(교육학 석사)
- 1998년 2월 : 한국교원대학교 초등교육과(교육학 학사)
- 현재 : 서울신남초등학교 교사

〈관심분야〉 : 아틀러 심리학, 민주적 학급운영, Crucial Cs, 초기기억, 사회적 관심