Journal of The Korea Convergence Society
Vol. 13. No. 1, pp. 417-424, 2022
e-ISSN 2713-6353
DOI : https://doi.org/10.15207/JKCS.2022.13.01.417

산림교육전문가를 위한 심리학 기반 자연탐구역량 교육과정 개발

김근향
대구대학교 심리학과 교수

Development of the Psychology-based Curriculum for Enhancing Naturalistic Competency in the Forest Education-related Experts

Keun-Hyang Kim
Professor, Department of Psychology, Daegu University

요 약 본 연구에서는 산림교육전문가들이 자연(숲)과 사람(방문객)을 매개하는 연결자 역할을 충분히 발휘할 수 있게 하기 위한 심리학 기반 자연탐구역량 교육과정을 개발하고자 하였다. 자연에서 자신의 감각과 정서를 자각하고 명명하며 자연 관련 기억과 자연탐구지능을 발굴하여 자연에서 몰입하고 디폴트 모드 네트워크를 활성화하는 내용을 중심으로 즐거운 생활, 슬기로운 생활, 의미있는 생활의 3개로 구성된 교육과정을 고안하였다. 전문가 자문을 통해 보완한 교육과정에 따라 구성한 교육을 산림교육전문가의 직무교육으로 시행하고 참가자를 대상으로 이해도와 활용 가능성 등을 조사하여 수정하였다. 최종적으로 자연탐구역량을 정서, 인지, 실천의 3개 영역의 심리학적 개념으로 구성한 교육과정을 완성하였다. 향후 지속적 평가를 통해 본 교육과정을 발전시켜 산림교육전문가들이 자연탐구 역량을 강화하여 향상된 산림교육서비스를 제공할 수 있기를 기대한다.

주제어 : 자연탐구역량, 심리학, 산림교육전문가, 숲해설, 숲해설가

Abstract The purpose of this study was to develop the psychology-based naturalistic competency curriculum so that forest-related experts could fully play the role of a mediator between nature(forest) and human(visitors). The curriculum was designed in three parts: a pleasant life, a wise life, and a meaningful life. Contents were focused on recognizing and naming one's senses and emotions in nature, discovering nature-related memories and Naturalistic Intelligence, experiencing the flow in nature and activating the Default Mode Network. The curriculum supplemented by expert's advice was implemented as job training for forest-related experts, and the curriculum was finally revised by examining the understanding and utilization of the participants. As a result, the curriculum in three areas of emotion, cognition, and practice was completed. It is expected that this curriculum will be upgraded through evaluation in the future so that forest-related experts can provide more qualitative service by strengthening their naturalistic competency.

Key Words : Naturalistic Competency, Psychology, Forest-related Expert, Forest Interpretation. Forest Interpreter

*This work was supported by Daegu University Research Grant 2018.
*Corresponding Author : Keun-Hyang Kim(kh.kim@daegu.ac.kr)
Received December 4, 2021
Revised December 22, 2021
Accepted January 20, 2022
Published January 28, 2022

1. 연구의 목적과 필요성

유엔식량농업기구 산림위원회가 발간한 '아시아·태평양지역 산림의 미래' 보고서에 의하면, 최근 25년간(1990~2015년) 한국의 산림자원 증가율은 세계 1위로 우리 국토의 산림자원 규모는 거대해졌다[1]. 따라서 이제는 산림의 양적 증가보다는 산림자원의 체계적인 관리와 경영이 요구된다. 동시에 다양한 방법으로 산림자원을 활용하고 여러 분야와의 융합을 모색하는 것도 필요한데 이러한 적용의 한 예는 산림청의 산림복지서비스에서 찾아볼 수 있다. 산림청은 자연휴양림과 산림욕장 등 산림휴양시설을 꾸준히 늘려 산림을 국민의 웰빙 증진에 활용해 왔고 2001년에는 산림복지국 건설을 선포한 바 있다. 2015년에는 산림복지진흥에 관한 법(약칭 산림복지법)[2]이 제정되어 산림복지서비스가 본격적으로 제공되고 있다.

산림복지법에서는 산림복지를 산림을 기반으로 하는 산림복지서비스를 제공함으로써 국민의 복리 증진에 기여하는 경제적·사회적·정서적 지원으로 규정한다. 산림복지전문가에는 산림교육의 활성화에 관한 법(약칭 산림교육법)[3]에서 산림교육전문가로 명시하는 숲해설가, 유아숲지도사, 숲길등산지도사와 산림문화·휴양에 관한 법(약칭 산림휴양법)[4]에서 명시하는 산림치유지도사가 포함된다. 산림교육법 제2조 1항에 의하면, 산림교육은 산림의 다양한 기능을 체계적으로 체험·탐방·학습함으로써 산림의 중요성을 이해하고 산림에 대한 지식을 습득하며 올바른 가치관을 가지도록 하는 교육을 말한다. 국가는 5년마다 산림교육종합계획을 수립하고 그에 따라 산림교육을 시행하여야 하는데 이를 담당하는 인력을 산림교육전문가로 규정하고 있다. 따라서 산림교육의 성공은 곧 산림교육전문가의 역량에 달려 있다고 해도 과언이 아니다.

산림교육전문가(2020년 기준 자격취득자 21,754명) 중에서도 가장 많은 비율(14,083명)을 차지하고 있는 숲해설가의 경우, 자격취득을 위한 산림교육 전문과정은 숲해설 및 프로그램, 동식물 등 자연에 관한 내용으로 구성되어 있다. 숲해설가가 숲(자연)과 방문객(인간)의 만남을 매개하는 역할을 충분히 발휘하기 위해서는 자연에 대한 이해뿐만 아니라 자연을 수용하는 인간에 대한 심리학적 이해가 요구된다. 산림치유지도사의 경우에는 교육과정에 건강심리, 정신의학, 카운슬링 등과 같은 인간 이해에 대한 과목들이 상당부분 포함되어 있는 것에 비해 숲해설가의 교육과정에는 '인간관계학' 이라는 단일 과목에서 심리학적 지식을 일부 다루고 있다. 숲 해설에는 자연에 대한 이해뿐만 아니라 인간의 감각 및 정서, 인지, 행동에 대한 보다 구체적인 지식과 경험을 바탕으로 한 심리학적 역량이 요구됨에도 불구하고 이와 관련된 교육은 상대적으로 미비한 실정이다. 하지만 자격취득 후 현장에서 활동하는 중에 이루어지는 직무교육에서 인간과 자연의 매개 과정에 관한 심리학적 교육이 제공된다면 그러한 부분은 충분히 보완이 가능할 것이다.

이러한 점에 착안하여 본 연구에서는 산림복지서비스의 가장 기초적이고 중요한 영역인 산림교육에서 숲해설가들이 자연과 인간을 매개하는 역할을 충분히 발휘할 수 있도록 심리학적 역량을 증진시킬 수 있는 교육과정을 개발하고자 한다.

2. 이론적 배경 및 현황

2.1 산림교육으로서의 숲해설

해설(Interpretation)은 해당 자원과 이를 즐기려는 사람(방문객) 간의 의사소통을 도와주는 작업이다. Tilden은 그 과정을 '해설'이라는 어휘로 표현하는 것이 적절하다고 보았고 현재 해설은 심리학, 교육학을 비롯하여 저널리즘, 마케팅, 휴양 및 관광 등의 영역에서도 활발하게 적용되고 있다[5]. 해설 분야에서 오늘날에도 변함없이 적용되는 Tilden의 6가지 해설의 원리[6]는 다음과 같다; 해설은 1) 참가자들의 내면을 드러낼 수 있어야 한다. 2) 정보에 근거한 경험적 사실이다. 3) 종합예술이다. 4) 가르치는 것이 아니라 스스로 깨닫게 하는 것이다. 5) 부분보다는 전체를 표현하는 것이다. 6) 대상자의 특징에 따라 달라야 한다.

숲해설에서 "해설(interpretation)이란 단순히 사실적 정보를 주고받는 것이 아니라 실제의 목적물을 보여주며 직접 경험하거나 적절한 매체를 통해 현상에 내재된 의미와 관련성을 나타내 보이려고 하는 교육적 활동"이다[6]. 숲해설가의 역할은 자연휴양림, 수목원, 도시숲 등에서 국민들에게 숲에서 살아가는 다양한 생물의 이야기, 역할 등에 관한 지식을 전달하고 나무나 식물에 대한 생태적 지식을 포함하여 숲에 얽힌 역사, 숲과 인간과의 관계 등에 대해서 해설과 체험활동을 연계하여 이해하기 쉽게 설명하고 체험할 수 있도록 돕는

일이다[7]. 즉 숲해설가는 숲을 방문하는 사람에게 해설 대상인 숲에 대한 언어적 설명을 넘어서 숲에 대한 방문객의 지각과 인식을 도모하는 교육을 담당한다고 하겠다. 이 관계는 Fig. 1과 같이 단순화하여 표현할 수 있다[8]. 이때 숲해설가는 방문객과 숲을 연결함과 동시에 방문객과 해설대상인 자연과도 각각 개별적으로 접점을 가지게 된다.

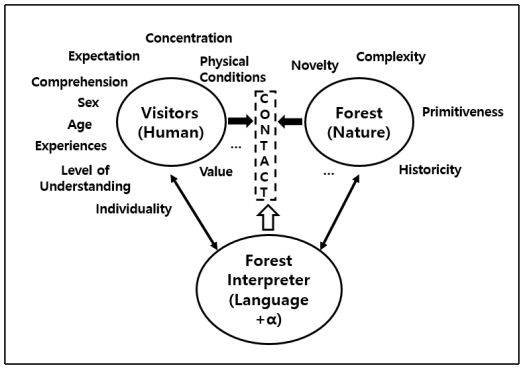

Fig. 1. The Relationship among the visitors, the Forest, and the Forest Interpreter

Note) Some changes have been made to the figured presented by Lee, Ververka, & Lim(2014).

이러한 점들로 볼 때, 숲해설가는 먼저 자연에 대한 지식을 충분히 습득한 상태에서 숲해설가 스스로 정서적, 인지적 측면에서 자연을 경험하고 체험해 본 뒤에 이것을 바탕으로 방문객들이 자연 속에서 숲해설가 자신과 같은 경험을 할 수 있도록 매개하는 역할을 하는 것이 바람직하다. 따라서 숲해설가와 방문객 둘 다 우선적으로 자연에 대한 감수성을 일깨우는 것이 필요하다고 하겠다.

2.2 숲해설가의 산림교육 전문과정

현재 산림교육전문가 자격을 취득하려면 인증받은 산림교육전문가 양성기관에서 산림교육 전문과정을 이수해야 한다. 숲해설가 취득을 위한 산림교육 전문과정은 산림교육전문가 공통과정(36시간 이상)과 숲해설사에 특화된 과정(134시간 이상)으로 구성된다. 교육내용은 야외활동에서 필수적인 안전관련 내용과 선택과정을 제외하면 1) 산림교육, 숲해설, 프로그램 관련 2) 식물, 동물, 토양 관련 3) 인성, 소양, 인간관계 관련 내용으로 크게 3가지로 분류할 수 있다. 이 세 가지 내용의 강의시간 비율은 약 40.38%, 38.46%, 21.15%이다. 이러한 구성비는 자연을 매개로 한 교육인 숲해설의 특성으로 볼 때, 비교적 적절하다고 생각된다. 아쉬운 점은 숲해설가가 숲과 인간의 관계를 다루고 그 둘의 연결자로서 역할을 충분히 발휘하기 위해서는 인간의 감각 및 정서, 인지, 행동에 관한 내용을 다루는 부분이 필요한데 이것이 현재 교육과정에서는 부족하다는 점이다. 현재의 자격취득을 위한 전문 교육과정에도 인간관계학 과목에 발달심리, 인간관계의 유형이라는 내용을 5시간 이상의 강의로 다루게 되어 있지만 이것만으로는 충분하지 않다. 산림치유지도사의 경우에, 산림치유에 특화되어 산림교육과는 차이가 있기는 하지만 방문객(인간)에 대한 이해를 위해 건강심리, 정신의학, 카운슬링 등에 대한 교육내용들이 상당 부분 포함되어 있는 것과는 비교된다.

현 법령에 명시된 교육 이수시간은 최소기준이므로 개인의 사정에 따라 미흡한 부분을 보충할 수도 있겠으나 자격취득 교육의 특성 상 개별적인 보완의 시도는 쉽지 않다. 따라서 숲해설가들이 숲과 인간의 연결자로서의 역할을 충분히 할 수 있도록 돕기 위해서는 인간의 감각, 정서, 인지, 행동 등과 관련된 심리학적 지식과 역량을 키워 줄 수 있는 기회가 제공되어야 할 것으로 생각된다. 그러한 기회가 자격취득 이후 직접 현장에서 활동하는 과정에서 직무교육의 형태로 제공된다면 숲해설 서비스의 질을 높이고 현장경험에서 겪게 되는 교육 상의 어려움을 개선하는 데 실마리를 제공할 수 있을 것이다.

한편 직무교육에 관한 선행연구에 의하면 숲해설가들은 직무교육을 통해 전문성을 제고하려는 욕구가 높았다[9]. 또한 높은 직무열의에도 불구하고 역할 과부하가 직무소진을 일으키는 경우도 많아[10] 숲해설가의 직무스트레 관리에 대한 대책 또한 요구된다고 하겠다. 숲해설가들이 숲해설 과정 중에 경험하는 스트레스 등을 관리하는 데에도 상기 심리학적 개념들이 도움이 될 것이므로 이는 종사자들의 업무 효율성과 만족도를 높이고 개인의 삶의 질을 높이는 데에도 기여할 수 있으리라고 생각된다.

3. 연구 방법

3.1 교육과정 개발을 위한 준비

3.1.1 자연탐구역량의 정의

해설의 기본원리와 목적 등을 고려하여 숲해설가에게 필요한 자연에 대한 감수성을 바탕으로 한 심리학적 역량을 자연탐구역량(Naturalistic Competency)으로 규정하였다. '자연탐구'라는 용어는 Gardner[11]의 다중지능 중 하나인 자연탐구지능(Naturalistic Intelligence)에서 착안하였다. 숲해설가들이 시행하고 있는 숲해설 프로그램에서 목표를 감성, 학습(인지), 행동의 세 가지 측면에서 설정하고 있는 점[5]을 감안하여 자연탐구역량 또한 그에 맞게 세 가지 하위 역량으로 구성하였다. 그 하위 역량은 다음과 같다; 1) 자신의 감각을 일깨워 자연을 느낌으로써 자연을 온전하게 경험하고 이를 통해 자신의 감정을 인식하여 자연 속에서 자아를 발견해내는 능력(정서 역량) 2) 자연탐구지능의 존재를 인식하여 관련 기억들을 회상해 내고 현재의 자신과 연결시킴으로써 자연탐구지능을 계발하는 능력(인지 역량) 3) 자연 속에서 몰입하는 경험을 통해 행복을 발견하고 이를 일상과 접목하고 자연에 대한 접근성을 높이는 능력(실천 역량).

3.1.2 자연탐구역량 교육과정의 구성

각 하위 역량을 증진시키기 위해 필요하다고 판단된 심리학적 개념들을 선정하였고 이를 교육하기에 효과적인 이미지와 영상자료들을 가미하여 교육내용을 구체화했다. 교육에 대한 부담감을 줄이고 흥미를 유발하고자 세부교육의 제목은 1) 즐거운 생활 2) 슬기로운 생활 3) 의미있는 생활으로 정했고 순차적으로 배열하였다. 이렇게 구성한 내용은 산림교육전문가의 교육과 숲해설 프로그램 인증제 도입에 참여한 대학교수의 자문을 받아 수정하였다. 예비로 구성된 교육과정의 제목과 세부 역량에 적용한 심리학적 개념은 Table 1에 요약 제시하였다.

3.2 교육과정의 적용

3.2.1 교육과정의 시험적 시행

해당 교육과정은 국립**숲체원에서 산림교육전문가 직무교육 심화과정으로 편성되어 2020년도에는 코로나19로 인해 비대면 온라인 과정(6시간)으로 처음 진행되었는데 2차례 총 46명이 참여하였다. 2021년도에는 이전에 시행된 교육을 축약하여 산림교육전문가 직무교육의 특별과정(3시간)으로 대면 시행하였는데 3차례에 걸쳐 총 43명이 참여하였다.

Table 1. Summary of Enhancing Program for Naturalistic Competency

Division/ Title	Competency	Psychological Concepts
Part I/ Pleasant Life	Emotion	·Emotion ·Perception(sense) ·Habituation ·Reflection
Part II/ Wise Life	Cognition	·Longterm-memory ·Naturalistic Intelligence ·Self-actualization Tendency
Part III/ Meaningful Life	Practice	·Happiness & Flow ·Default Mode Network ·Attention Restoration ·Nature Pyramid

3.2.2 시험적 시행에 대한 평가

2021년도에 축약된 내용으로 이루어진 교육에 대해서 이해도와 활용 가능성, 몰입도 등을 평가하는 10개의 문항(1~5점 리커트식 척도)을 43명에게 시행하였다. 이는 새롭게 구성된 교육과정의 내용이 적절하고 타당하게 구성되었는지를 평가하기 위한 것이다. 참가자 43명의 연령은 평균 48.82세(SD=16.65)였으며 모두 숲해설가 또는 유아숲지도사 자격자였으나 이중 9명은 산림치유사 자격을 함께 보유하고 있었다. 10개 문항 모두에서 4점 이상의 점수를 보여 참가자들은 대체로 교육 프로그램의 내용을 이해하고 교육을 받는 동안 집중하고 몰입하였으며 프로그램 내용의 향후 활용도 가능성에 대해서도 긍정적인 반응을 나타냈다. 각 문항과 평균 표준편차는 Table 2에 제시하였다. 가장 평균 점수가 낮은 이해도 부분을 감안하여 최종 교육내용을 구성하였다.

Table 2. Survey Results for Participants(N=43)

Items	M	SD	
I understand sensory seeking.	4.21	.82	
I understand about noticing emotions.	4.16	.68	
I understand the naturalistic intelligence.	4.24	.66	
I think this program is useful.	4.33	.69	
I think this program is likely to help my forest interpretation activities in the future.	4.09	.73	
I think this program is likely to help find my sensitivity to the nature.	4.24	.66	
I think this program might help visitors in the forest find a sensitivity to the nature.	4.21	.74	
I think that contents of program seem to be easily organized	4.12	.07	
I enjoyed participating in this program.	4.27	.67	
I concentrated on this program and experienced the flow.	4.21	.70	

4. 연구결과 및 논의

4.1 교육과정의 개요

4.1.1 교육과정의 구성과 목표

최종 교육과정은 3개의 하위 과정(즐거운 생활, 슬기로운 생활, 의미있는 생활)으로 구성되었다. 각 하위 과정 당 1시간 30분의 강의시간을 할당하고 30분의 실습시간을 두어 총 5시간이 소요된다. 하위 과정의 목표는 다음과 같다; 1) 즐거운 생활: 자연 속에서 감각과 정서를 일깨우기 2) 슬기로운 생활: 자연탐구지능을 이해하고 계발하기 3) 의미있는 생활: 자연 속 몰입 경험을 통해 행복 발견하기

4.2 즐거운 생활

자연을 접하였을 때 우선 자신의 감각을 일깨우고 이를 통해 느껴지는 다양한 정서를 인식하고 표현하는데 초점을 둔다.

4.2.1 정서 알아차리기

가장 기분 좋게 만드는 풍경을 떠올리라고 할 때 숲해설가들은 일반인에 비해 자연의 풍경이라고 말하는 경우가 많다. 저녁 노을과 같은 자연풍경은 시각적 아편이라고 말할 정도로 일반인들도 반복해서 보기를 바라는 대상이며 이러한 대상은 자연 속에 무궁무진하다. 기분 좋은 상태 외에도 인간의 감정은 다양하다. 기쁨, 두려움, 분노, 슬픔 등의 정서경험을 할 때 인간은 심리적, 신체적, 행동적인 반응을 하게 된다. 이러한 자신의 정서를 알아차리고 표현하는 것이 중요하다.

4.2.2 감각 일깨우기

인간의 정서 경험은 뇌의 변연계(Limbic System) 작동과도 관련되는 등 생물학적인 기제를 가진다[13]. 그런데 자신의 정서를 잘 인식하지 못하거나 인식해도 표현을 하지 못하는 경우도 존재하는데 이 경우에는 감각 경험(시각, 청각, 후각, 미각, 촉각)을 찾아보는 것이 도움이 된다. 우리의 정서를 감각에 빗대어 표현하기도 한다(예: 서늘한 느낌, 가라앉는 기분 등). 따라서 정서를 충분히 인식하지 못하거나 표현하지 못할 경우에는 먼저 자연에 대한 감각을 일깨우며 이를 바탕으로 자신의 정서를 인식하고 이를 타인과 나눌 수 있다.

4.2.3 배경으로서의 자연

자연을 접촉할 때 사람들은 다양한 감정을 느낄 수 있겠는데 일상에서는 자주 경험하지 못하는 신비로움/경이로움/경외감 등을 경험할 수 있다. 이것은 설렘과도 같은데 처음에 설렘을 주었던 어떤 대상이 더이상 설렘을 주지 않는 것을 심리학에서는 습관화(habituation)라고 부른다. 자연은 인간의 내면과 있는 그대로의 모습을 잘 반영(reflection/mirroting)해 줄 수 있는 정서경험의 가장 좋은 배경이 된다. 따라서 자연은 그동안 습관화되어 줄어 들었던 설렘을 되찾을 수 있는 기회를 제공할 것이다.

4.3 슬기로운 생활

자연에 관련된 추억과 에피소드 등 개인 경험을 발굴하여 스토리텔링함으로써 자신에게 내재되어 있던 자연탐구지능을 발견하고 이를 발굴 또는 계발하기 위한 구체적인 방법에 대해 다룬다.

4.3.1 장기기억 속 추억 떠올리기

어떤 종류의 장기기억이든 그중에 저마다 추억이라고 부를만한 기억들을 간직하고 있다. 추억이 떠오르지 않는다면 그 기억을 떠올리는 데 도움 되는 단서를 찾거나 굳이 말로 표현(서술적/명시적 기억)하려고 하지 말고 직접 행동(암묵적/절차적 기억)으로 해 보는 것도 도움이 된다. 그 기억에 공통적인 요소가 있는지 그 속에 자연이 있는지 살펴보고 이를 타인들과 나눈다.

4.3.2 자연탐구지능의 발굴

Gardner[11]의 다중지능 개념에 의하면, 사람에게는 다양한 종류의 지능이 있으며 그중에는 자연에 대한 이해와 관찰능력인 자연탐구지능도 포함되어 있다. 이는 지필로 된 자연탐구지능검사로 간단하게 측정해 볼 수 있는데 거기에는 자연과 환경에 대한 관심과 민감성 그리고 그와 관련된 행동 등이 포함된다. 자연탐구지능이 높은 사람 중 그것이 충분히 발현되지 않은 경우가 있을 수 있는데 이때 숲해설과 관련 활동을 통해 그야말로 자연탐구지능의 '싹'을 틔울 수 있다.

4.3.3 자연의 생명력과 자아 발견

잠재된 자연탐구지능의 싹을 틔울 수 있는 근거는 2

가지 심리학적 접근에서 찾아볼 수 있다. 첫째, 긍정심리학적 관점에서 본 성격 강점인 초월적 덕목은 자연환경과 관련되어 있는데[12] 이는 사람들이 자연활동을 통해 자연과의 일체감뿐 아니라 '나 자신과의 일체감'을 경험한다[13]는 보고에서 엿볼 수 있다. 둘째, 인본주의적 관점에서는 모든 인간은 기본적으로 자기(또는 자아)를 실현(self-actualization)하려는 욕구를 가지며 모두가 욕구위계[14]의 최상위 수준인 자아실현 욕구의 충족에 도달하지는 못할지라도 그것을 끊임없이 지향하는 존재로 본다. 따라서 자연의 강한 생명력과도 같은 자기실현을 향한 끊임없는 지향과 자연을 통한 자신과의 일체감 경험은 결국 자아의 발견으로 이어진다고 하겠다. 자연경험이 적거나 없는 방문객의 경우, 숲해설 프로그램에 참여하는 첫 경험이 바로 자연탐구지능의 '씨앗'을 뿌리는 시작점이 될 것이다.

4.4 의미있는 생활

행복은 다양하게 정의되지만 여기에서는 Csikszentmihalyi가 행복으로 규정한 '몰입' 개념[15]을 자연 관련 체험에 접목하고 자연에 대한 접근성을 다루어 실천과 의미 부여를 통해 행복을 되새기는 것에 주안점을 둔다.

4.4.1 행복과 몰입하는 삶 그리고 영성

행복의 학문적 정의와는 별개로 사람들은 저마다 일상에서 다양하게 행복을 느낀다. Csikszentmihalyi[15]는 사람들이 무언가에 열중하는 상황에서 얻게 되는 최적의 경험인 몰입이 행복의 한 형태라고 제안하는데 실제로 많은 사람들이 몰입의 즐거움을 경험한다. 몰입은 긴장에 대한 내성(tolerance)를 길러주며 스트레스에 대한 완충역할을 해냄으로써 인간의 삶을 성숙하게 만들어 준다. 숲에서의 초월적 경험에 관한 조사[16]에서도 사람들은 깊은 몰입(deep flow)를 경험하였다고 보고하였다. 또 다른 자연 경험자에 관한 연구[17]에서는 참가자들이 종교적 경험과 비슷한 체험을 했을 가능성을 제시하여 자연경험과 영성과의 관련성을 시사하였다. 이러한 점에서 자연경험은 앞서 '슬기로운 생활'에서 설명한 자신과의 일체감을 넘어서 대자연(Mother Nature) 또는 절대적 존재와의 연결을 통해 삶의 의미를 보다 풍부하게 함으로써 행복을 도모할 수 있다고 하겠다.

4.4.2 디폴트 모드 네트워크

과도하게 집중해서 피로도가 상승될 때는 소위 뇌의 휴식이 필요하다. 이에 대한 과학적 근거로는 '디폴트 모드 네트워크(Default Mode Network; DMN)'[183]를 들 수 있다. DMN은 뇌가 휴식을 취하고 있을 때에도 활성화되는 뇌의 특정 부위를 발견함으로써 만들어진 개념으로 긴장 완화는 물론 공감, 창의력, 고차원적 통찰 등에 도움이 되는 것으로 알려져 있다. DMN의 활성화를 통해 자발적인 멍때리기((정신이 나간 것처럼 아무 반응이 없는 상태를 가르키는 신조어)가 가능해지고 이를 통해 휴식의 효과를 느낄 수 있다. 여기에서 자연은 피로해진 주의를 회복할 수 있는 환경으로 작용하여[19] DMN 작동을 용이하게 할 수 있다.

4.4.3 자연 피라미드(Nature Pyramid)

Beatly[20]는 자연을 경험하는 용량과 시동에너지를 4개의 수준으로 나누고 이를 피라미드식으로 제시하였다[21]. 피라미드에서 아래로 갈수록 접근성이 높지만 자연의 경험 용량은 낮다. 맨 아래인 레벨 1은 실내나 가까운 곳에서 접할 수 있는 자연과의 짧은 경험(예: 실내에서 식물에 물주기, 창을 통해 정원의 나무 쳐다보기 등)이며 맨 위의 레벨 4는 1~2년에 며칠씩 캠핑을 떠나는 것과 같은 자주 갈 수 없지만 집중적인 자연경험을 할 수 있는 것이다. 레벨이 높아질수록 자연을 경험하는 용량이 커지고 그 효과도 좋지만 현실적으로 이것이 어려운 사람들은 낮은 레벨의 활동이라도 자주 경험하며 특히 주기적으로 경험한다면 자연으로부터 충분한 이득을 얻을 수 있다.

4.5 교육 시 유의사항

본 교육은 심리학적 지식을 직접적으로 전달하는 것이 아닌 자신의 경험 속에서 끌어내는 것에 주안점을 둔다. 따라서 교육은 참여자인 숲해설가들에게 먼저 질문을 던지고 이에 대한 다양한 답변을 통해 자신의 정서와 생각과 행동을 자각하여 해당 개념들이 왜 중요하고 의미 있는지에 대해 충분히 깨닫게 해야 한다. 이러한 교육방식이 익숙하지 않은 참가자들을 위해서는 교수자 개인의 경험을 개방함으로써 참가자들이 모델링할 수 있도록 도와주어야 한다. 즉 교육방식은 구체적인 예시를 통해서 일반적인 개념을 이해하는 식의 상향처리(bottom-up) 방식이 적합하다. 교육 여건에 따라

별도 실습시간을 중간중간에 포함시킬 수도 있고 간단한 활동들은 즉시 체험하게 함으로써 경험의 효과를 즉시 확인할 수 있도록 하는 것이 좋다.

5. 결론 및 제언

본 연구에서는 숲해설가들의 역량강화를 위해 심리학 영역에서 '해설'의 의미를 구현하는 데 적합하다고 판단된 정서·인지·행동에 대한 심리학적 개념들을 중심으로 인간과 자연의 관계를 잘 이해할 수 있는 역량으로 '자연탐구역량'을 정의하고 이를 강화하기 위한 내용들로 교육과정을 개발하였다.

이러한 시도는 산림자원을 물리적으로 사용하는 것을 넘어서 정신적인 영역에서 산림의 활용 가치를 점차 더 인정받고 있는 숲해설에 심리학적 개념들을 적용하는 융합적 접근으로서 매우 고무적인 시도라고 생각된다. 적어도 국내 숲해설 영역에서 이러한 시도는 처음인 만큼 선도적인 의미가 있지만 현장에서 활동하는 숲해설가들에게는 생소할 수 있다. 하지만 숲해설가들이 갖추고 있는 자연에 대한 소양과 지식에 더하여 심리학적인 자연탐구역량까지 뒷받침된다면 숲해설가들이 숲과 방문객을 연결하여 방문객들이 자연과 보다 더 깊고 의미있게 소통할 수 있도록 도와 줄 수 있을 것이다. 아울러 숲해설가들 스스로 숲해설 프로그램을 구성하는 데에도 자연탐구역량 교육에서 접하였던 지식과 경험들이 도움이 될 것이다.

본 교육과정은 산림교육전문가 중에서 가장 자격취득자가 많은 숲해설가를 대상으로 한 프로그램 개발에 초점을 두었지만 다른 산림교육전문가도 숲해설이라는 기본 틀을 공유하고 있으므로 모든 산림교육전문가에게 적용이 가능하다. 향후 자연탐구역량에 대한 보다 깊이 있는 개념화 작업과 경험적 연구를 바탕으로 산림교육전문가를 위한 자연탐구역량 교육과정을 좀 더 체계적으로 발전시켜야 할 것이다. 이를 위해서는 교육참여자들의 만족도조사 외에도 교육과정에 대한 면밀하고 지속적인 타당도 평가가 이루어져야 할 것이다. 아울러 유아숲지도사, 산림치유지도사 등 다양한 산림복지서비스 전문가들을 위한 심리학적 역량 교육과정의 개발 또한 활발하게 이루어지기를 기대한다.

REFERENCES

[1] H. B. Lim. (2020. 11. 30.). *Aging tress,.. forest also needs a 'gerneration change'.* Korean Economy. https://www.hankyung.com/society/article/2020113074351

[2] Act No. 17171. (2020). *Welfare Promotion Act.*

[3] Act No. 153993. (2018). *Act on Vitalization of Forest Education*

[4] Act No. 17421. (2020) *Forest Culture and Recreation Act.*

[5] J. H. Lee, J. A. Ververka, & Y. J. Lim. (2014). *The Basics of Forest Interpretation for Nurturing and Training Forest-related Experts,* Paju: Korean Academic Information. DOI : 10.978.89268/61493

[6] F. Tilden. (1957). *Interpreting our heritage.* Chapel Hill: The university of North Carolina Press.

[7] Y. G. Yoon et al. (2018). *Understanding Forest Welfare,* Daejeon: Korea Forest Welfare Promotion Agency. DOI : 10.979.11962337/16

[8] J. H. Lee, S. D. La, G. J. Joe, J. A. Ververka & Y. J. Lim. (2013). *Workbook of Forest Interpretation for Nurturing and Training Forest-related Experts,* Paju: Korean Academic Information. DOI : 10.978.89268/54464

[9] S. Ha, M. Eom & Y, Lee. (2015). The Influence of the Forest Interpreters' Job Demands on Job Burnout and Job Engagement. *Korean Institute Of Forest Recreation and Welfare, 19(4)*, 99-107.

[10] S. Park, C. Shin, P. Yeoun, S. Ha & J. Son. (2013). The Participated Motivation of the Forest Interpreters and the Satisfaction Analysis of the Job Training Process. *Korean Institute Of Forest Recreation and Welfare, 17(3)*, 11-18. DOI : 10.34272/FOREST.2013.17.3.002

[11] H. Gardner. (1993). *Multiple intelligences: The theory in practice.* New York: Basic Books.

[12] W. James. (2011). *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human nature.* Cambridge: Cambridge University Press. DOI : 10.1017/CBO9781139149822

[13] A. Chiesura. (2004). The Role of Urban Parks for the Sustainable City. *Landscape and Urban Planning, 68(1)*, 129-138. DOI : 10.1016/j.landurbplan.2003.08.003

[14] A. H. Maslow, (1987). *Motivation and Personality.* New York: Harper and Row.

[15] M. Csikszentmihalyi. (1990). *Flow: the psychological of optimal experience.* New York: Basic Books.

[16] K. Williams& D. Harvey. (2001). Transcendent Experience in Forest Environments. *Journal of Environmental Psychology, 21(3),* 249-260. DOI : 10.1006/jevp.2001.0204

[17] L. M. Fredrickson & D. H. Anderson. (1999). A Qualitative Exploration of the Wilderness Experience as a Source of Spiritual Inspiration. *Journal of Environmental Psychology, 19(1),* 21-39.
DOI : 10.1006/jevp.1998.0110

[18] M. E. Raichle, A. M. Macleod, A. Z. Snyder, W. J. Powers, D. A. Gusnard, & G. L. Shulman. (2001). A default mode of brain function. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America, 98(2)*, 676-682.
DOI : 10.1073/PNAS.98.2.676

[19] R. Kaplan & S. Kaplan. (1989). *The Experience of nature: A Psychological perspective.* New York: Cambridge University Press.

[20] T. Beatly. (2016). *Handbook of Biophilic City Planning and Design.* Washington: Island press. DOI : 10.5822/978-1-61091-621-9

[21] F. Williams. (2017). *The Nature Fix: Why Nature Makes Us Happier, Healthier, and More Creative.* Nova York: W.W. Norton & Co.

김 근 향(Keun-Hyang Kim) [정회원]

· 1997년 8월 : 부산대학교 일반대학원 심리학과 (문학석사)
· 2011년 2월 : 고려대학교 일반대학원 심리학과 (심리학박사)
· 2003년 2월 ~ 2015년 2월 : CHA 의과학대학교 분당차병원 정신건강 의학과 임상심리전문가
· 2015년 3월 ~ 현재 : 대구대학교 심리학과 교수
· 관심분야 : 임상심리, 심리치료, 정신건강, 스트레스
· E-Mail : kh.kim@daegu.ac.kr