

학동기의 스포츠활동과 특기적성활동의 참가가 감성지수 및 성격특성에

미치는 영향

마산대학 물리치료과  
이한기

The influencing effect on E.Q. and personality that both  
sports activity & speciality aptitude activity in  
school-childhood can cause.

Department of Physical Therapy, Masan College, Masan, Korea

Lee, Han-Ki, Ph.D

## ABSTRACT

This study, to find whether a sports activity and a speciality aptitude activity in school-childhood can affect in forming E.Q, has been done in Gyoung-Nam area and Busan wide city with asked 222 of men and women being in their school-childhood and a group of 85 people who had not joined in such activity, using a E.Q testing paper provided by Dae-Gyo Education Corp., and Seoul National University Educational Research Institute. Following is the results after analyzing the compiled datas.

1. The E.Q. level difference between people who joined, and who not joined in a sports action activity was reported existing, the total E.Q average of those who joined was resulted 212.6, a point 29.6 higher than those not joined of 183.0 ( $p<.05$ ). As for the E.Q causing points,it resulted that the points of the joined group is generally up than that of the non-joined group, especially this difference was remarkable in terms of feeling recognition or feeling control, a finding that deserves an attention ( $p<.05$ )

2. Joining periods of sports activity did also have relation to developing E.Q. of school-childhood according to this research, the total E.Q points of a group joined in the activity more than 2 years was 215.5 points, which was 17.4 points higher than those not joined of 186.5 points ( $p<.05$ ). Backing again to E.Q causing points in this case, it resulted without exception of all main causes that those who joined in more than 2 years are generally higher than that of those joined less than 2 years, especially the difference was regarded as big in terms of feeling recognition or feeling control,a finding that deserves an attention ( $p<.01$ ).

3. The E.Q. differnce between those joined in a specialty aptitude activity and not joined was studied existing, the total E.Q average points of those joined in a specialty

aptitude activity was 207.8, a higher figure by 21.3 points than those not joined group of 186.5 ( p< .05). As for the E.Q causing points, it resulted without exception of all main causes that those who joined are generally higher than that of those not joined, especially for feeling recognition or feeling control, this difference was more clear, a finding that deserves an attention ( p<.01).

4. It also resulted that E.Q growth depends on the periods to have joined in a speciality aptitude activity, for example, the total E.Q points of those joined in the activity more than 2 years was 217.1, a total more higher by 13.5 points than 203.6 of those not joined ( p< .05). For the E.Q. causing points, it, with the exception of empathy was resulted that those who joined in the speciality aptitude activity more than 2 years are generally higher than those joined less than 2 years, especially the difference is remarkable in terms of feeling recognition or feeling control, a finding that is also remarkable ( p<.05).

5. The E.Q difference between the men and women who joined in both activities of sports & speciality aptitude was found existing, the total E.Q. average for women was resulted 214.2 points, which was 9.2 points higher than men of 205.0. As for the E.Q. causing points, which ,without exception of main causes, women's was reported being high than that of men, in special is more remarkable in terms of feeling control, a finding that deserves an attention. ( p<.05).

## I . 서 론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

교육이라고 하는 것은 수리적 영역과 언어적 영역과 같은 지적사고의 충족은 물론 인성적 영역과 감성적 영역을 포함한 것이다(조동진, 2001). 또한 교육은 인간이 이상을 향해 자율적으로 인격을 완성해 나갈 수 있도록 개인에게 작용하고 의도적으로 활동하는 것이며, 성장과정에 있는 한 인간의 인격에 주목하여 미성숙자를 하나의 인격으로 완성시켜(구자혁, 1965), 생활의 사회적 연속을 위한 수단으로 정의할 수 있다(John Dewey, Democracy and Education, N Y Macmillan, 1916).

그러나 급변하는 과학문명의 사회속에서 급속한 산업화와 정보화의 시대는 현실사회에서 바로 통용되는 지식의 전달과 합리적 판단을 중시하는 이성능력만을 너무 과신하여 그것의 개발에만 치중한 결과 사회는 오로지 과학적 지식과 논리의 경쟁력이 우선시 되었고, 사랑과 희생, 절제와 양보, 창의성과 봉사정신 같은 감성의 미덕은 나약함의 징표로 치부되는 상황으로 변모되기에 이르렀다(조동진, 2001)

현재 우리 교육은 지적수월성에만 너무 집착하여 비인간화 현상을 낳고 있다는 것을 반성하고 새로운 인간교육론의 방법으로 감성지수(EQ, Emotional Quotient ; 감성지능)를 높여야 한다고 한다. 더욱 중요한 것은 미래 사회가 표준화된 사고보다는 창의력을 중시할 것이기 때문에 어려서부터 창의성과 개성을 길러주어야 하는 과제가 우리 앞에 놓여 있다고 할 수 있다(1999, 정재민).

정서와 감성능력에 대한 최근의 관심은 이러한 사회상에 대한 반기라고 볼 수 있으며, 단지 지적 성공과 실패가 아니라 知·德·體의 전인적 인격발달에 의한 균형있는 정서의 형성과 신체적 발달의 조화적 인간의 양성이라는 본래의 교육 목적으로 회귀되는 바람직한 변화라고 볼 수 있다(조동진, 2001)

또한 감성지능은 자신과 타인의 정서를 효율적으로 인식, 표현, 조절하고 활용하는 능력이다. 일정한 사회를 형성하고 그 안에서 살아가야만 하는 우리에게 있어 가장 기본적이고 소중한 역량인 것이다(김성희, 1998). 따라서 감성지능에 대한 학문적 접근은 지적한계를 극복하고 새로운 시각에서 인간의 능력을 개념화하려는 시도로 볼 수 있다.(Mayer & Salovey, 1990, 1986 ; Gardner, 1983).

구체적으로 감성지능은 자신의 감정과 충동을 절제하고 통제하며 타인의 감정에 대해 예민하게 느끼고, 인내심을 지속시켜 정서를 통제하는 능력(Mayer & Salovey, 1990)이라고 정의할 수 있으며, 일반지능에 대비되는 말로서 자신과 타인의 정서를 평가하고 표현할 줄 아는 능력, 자신과 타인의 정서를 효과적으로 조절할 줄 아는 능력 그리고 자신의 삶을 계획하고 성취하기 위해서 정서를 이용하여 활용할 줄 아는 능력을 말한다(1999, 정재민).

즉 개인의 정서적 안정감과 잠재적인 자신감, 미래에 대한 신념을 통하여 올바른 삶의 목표를 설정하고 세상의 사물과 시대의 상황에 능동적이고 낙천적으로 대처하고 교감하고 대인관계는 물론 자신과의 관계에 있어서도 친화성과 포용력을 발휘할 수 있는 능력을 말한다(차종환, 1998).

최근에 들어 이러한 감성지능 척도는 상당히 객관적이고 계량적으로 관측되어 학교의 교육과정, 아동의 능력 평가 등 다양한 측면에서 적용되고 있다(김현진, 1997). 감성지능을 대중화시킨 Goneman(1995)은 10대까지의 아동과 청소년은 느낌과 행동을 통제하는 뇌의 전두

엽 회로가 성숙되지 않았기 때문에 훈련과 교육을 통하여 실효를 거둘 수 있다고 주장하였다(김종선, 1997).

즉 전두엽은 감성의 관리자로서 두가지 중요한 과제를 맡고 있다. 첫째로, 전두엽은 변연계로부터 오는 신호들을 약화시킴으로써 우리의 감성적 반응을 완화해주는 역할을 한다. 둘째로 전두엽은 감성적 상황에 대해 구체적인 행동 계획들을 만들어낸다 변연계의 편도핵이 고도의 감성적 상황속에서 응급처치의 기능을 행한다면, 전두엽은 우리의 감성을 정밀하게 조정하는 일을 돌보는 것이다(홍명희, 1996).

따라서 아동은 가정이나 학교에서 자신의 정서나 느낌을 인식하고 조절하고 표현하는 경험과 타인의 입장과 감정을 해아려 대응해보는 경험을 가능한 많이 하여 보는 것이 좋다. 이러한 경험으로 형성된 감성지능은 아동이나 청소년들이 건강한 대인관계를 맺고 긍정적인 학습태도를 갖도록 하는데 중요한 능력이 되기 때문이다(문용린, 1996)

김언주(1998)는 인간이 학습할 수 있는 뇌세포의 개수는 무려 2천1백40억개라고 하였다. 인간의 능력이란 학습이론의 입장에서 보면 뇌세포 조합의 한 형태이다. 인간은 살아가면서 온갖 종류의 교육이나 훈련 및 연습, 그리고 경험과 체험을 통해 새로운 능력을 개발해 나가는 존재이므로 끊임없이 뇌세포 조합을 만들어가는 능력에는 세가지 종류가 있다고 보고하였다.

첫째는 IQ(Intelligence Quotient)적인 능력이라고 하면서 기억력, 수리력, 지각력, 추리력, 공간지각력, 어휘력, 문장구사력등이 그 기초 능력이고 이를 바탕으로 국어, 영어, 수학을 학습하고 물리, 생물, 화학, 지학을 공부하여 지식과 문제해결력을 쌓게 된다고 하였다.

둘째는 PQ(Physical Quotient)적인 능력이라고 하면서 신체운동능력이라는 것으로 손발을 이용하는 능력(뜨개질·무용·연극)과 신체적 건강성 및 운동, 스포츠 학습능력이 여기에 해당된다고 하였다

셋째는 EQ(Emotional Quotient)적인 능력인데 감정과 정서를 통제하고 조절하는 힘이라고 하였다. 감각신경계는 외적 내적환경의 변화에 대한 정보를 계속해서 중추로 전달함으로서 감각을 형성케하는 반면, 운동 신경계는 말초로부터 형성된 감각정보를 중추신경계의 여러 부위, 즉 척수·뇌간·소뇌 및 대뇌피질에서 처리 통합하여 얻어진 명령을 최종적으로 근수축의 형태로 나타내는데 관여하는 신경계이다(Guyton, 1987).

이러한 감성지능과 교육의 관련성에 관한 연구는 Garhardt(1976), Little(1989), Fowler & Shavelson(1982), Murray(1989), 조은경(1996), 오숙영(1996), 하영미(1997), 윤현석(1997), 김성희(1998), 정희자(1998), 심소연(1999), 김귀례(1999), 강성규(1999) 등에 의하여 시도되었으나 스포츠 및 특기적성활동과 감성지능과의 관련성에 관한 연구는 미흡한 실정이다.

따라서 경쟁적 신체활동을 전제로 한 스포츠활동과 정서적 발달을 전제로 한 특기적성활동이 학동들의 감성지능 형성에 어떠한 영향을 미치는 가를 알아보기 위하여 본 연구를 실시하였다. 본 연구의 결과를 토대로 성장기 학동의 EQ 형성에 이들 활동이 미치는 영향의 정도를 분석하여 향후 학동의 정서적 성숙을 위한 프로그램의 개발에 기초적 자료를 제공하는데 본 연구의 목적이 있다.

## 2. 연구문제

본 연구는 스포츠활동 및 특기적성활동이 학동들의 EQ에 어떠한 영향을 미치는 정도를 검증, 분석하는데 그 목적이 있다. 이러한 목적을 구체화하여 연구하기 위하여 다음과 같은

연구문제를 설정하였다.

- 1) 스포츠활동 참가자와 비 참가자간 EQ의 차이는 있는가?
- 2) 스포츠활동 참가기간에 따른 EQ의 차이는 있는가?
- 3) 특기적성활동 참가자와 비참가자가 EQ의 차이는 있는가?
- 4) 특기적성활동 참가기간에 따른 EQ의 차이는 있는가?
- 5) 남자와 여자 참가자의 EQ 차이는 있는가?

### 3. 연구의 제한점

본 연구는 다음과 같은 제한점을 갖는다.

- 1) 본 연구의 대상은 신체적, 지적, 정서적 영역이 급속히 발달하는 시기인 학동기(초등학생)의 부산 및 경남에 거주하는 남녀 학동으로 제한하였다.
- 2) 감성지수(E·Q)의 측정은 (주)대교 교육과 서울대학교 교육연구소가 제작한 감성지능 검사지로 측정하였다.
- 3) 참가중인 스포츠활동 및 특기적성 활동의 장소는 무시하였다.

### 4. EQ의 하위영역

#### 1) 정서인식 능력

Peter Salovey와 Jhon Mayer(1990)는 정서인식 능력이란 자신의 감정과 타인의 감정을 재빨리 인식하고 제대로 알아차리는 능력이라고 하였다. Doris Maertin과 Karin Boeck은 자신의 감정 상태를 평가하고 명명할 수 있는 능력이 다른 모든 감성지능의 초석이 되며, 대부분의 다른 감성능력들은 여기에 바탕을 두고 있다, 왜 느끼고 어떻게 느끼는지를 아는 사람만이 의식적으로 자신의 감정을 다룰 수 있고 억제 할 수 있으며 또한 정돈 할 수 있다고 하였다(홍명희 1996).

정종진(1996)은 자신의 감정을 스스로 인식하는 것으로서 자신의 감정을 인지하고 그 감정에 이름을 붙이는 능력, 자신의 감정이 발생한 이유를 이해하는 능력, 감정과 행동간의 차이를 인식하는 능력으로 구성된다고 하였다.

#### 2) 정서표현 능력

Peter Salovey(1996)는 정서표현 능력은 자신이 느끼는 감정이나 기분을 적절한 말로 표현할 줄 알고 상황에 맞는 행동이나 표정으로 나타낼 수 있는 능력이라고 하며 자신이 느끼는 좋거나 나쁜 감정을 억누르거나 과도하게 표현하지 않고 상황에 맞는 말과 몸짓으로 표현할 줄 아는 능력이라고 하였다.

#### 3) 감정이입 능력

문용린(1996)은 감정이입능력은 타인이 느끼는 감정을 충분히 이해하여 그 사람의 슬픔이나 기쁨을 자신도 똑같이 느낄 수 있는 능력으로 이를 흔히 공감이라고 하는데, 이러한 능력은 특히 타인의 어려운 처지에 공감하여 도울 줄 아는 이타적인 행동의 근간이 되는 능력이라고 하였으며 김언주(1996)는 타인의 관점을 수용하는 능력, 타인의 감정에 민감해 지는

능력, 타인의 말에 귀를 기울이는 능력 등을 가리킨다고 하였다.

#### 4) 정서조절 능력

정서조절 능력은 자신과 타인의 정서를 효과적으로 조절하는 능력을 말하며 정서지능을 구성하는 요인들 중 특히 개인을 사회적응으로 이끌어 가는 데 꼭 필요한 능력이라고 할 수 있다. 정서조절 능력은 흔히 “정서적 자기조절”이라 는 말로 표현되기도 한다.

정서조절은 학습자의 학습 전략과 관련된 자기 조절 능력을 측정하기 위해 처음 개발되었다. 이 척도에 의하면 자기 조절을 잘 한다는 것은 자신에게 적절한 목표를 설정할 줄 아는 것을 말한다. 적합한 인지 전략을 사용하여 계획, 자기평가, 자기 강화, 도움 구하기, 자기관리 등을 잘 할 줄 아는 것을 의미한다. 그러나 정서 지능과 관련된 자기 조절은 충동성, 공격성 등의 감정 통제 능력을 말한다(문용린, 1997).

감정과 정서의 조절이 그것의 출현과 생성 자체를 억제하는 것으로 잘못 이해해서는 안된다. 예컨대 적당한 시기와 대상을 골라서 적절하게 화를 해소하고 발산하는 것은 EQ가 높은 사람의 특징이다(김언주, 1998)

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구의 대상은 경남 및 부산광역시 소재 D.K미술학원, H태권도도장, S검도장, P무용학원, Y.S피아노학원의 학원생과 H스포츠센터, K스포츠센터의 사회체육 프로그램에 참가중인 남/여 학동기의 222여명을 대상으로 스포츠활동 및 특기적성활동에 참가중인 성별집단과 참여기간을 실험집단으로, 85명의 비참가집단을 비교집단으로 하였으며, 연구 대상자의 특성은 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구대상자의 특성

집단	구분	인원수(%)	백분율(%)
실험집단(I)	스포츠활동 참가자	82	49.1
비교집단	비 참가자	85	50.9
합계		167	100
집단	구분	인원수(%)	백분율(%)
실험집단(II)	특기적성교육 참가자	140	62.2
비교집단	비 참가자	85	37.8
합계		225	100
집단	구분	인원수(%)	백분율(%)
실험집단(III)	2년이상 참가자	63	28.4
비교집단	2년미만 참가자	159	71.6
합계		222	100

## 2. 조사도구

본 연구의 조사도구는 (주)대교 교육과 서울대학교 교육연구소 제작한 감성지능 검사지를 사용하였으며, 조사도구의 문항 수는 <표 2>와 같다.

<표 2> 조사도구의 구성

요 인	문 항	문 항 수
정서인식	1~5, 7, 11~14번	10개 문항
정서표현	6, 9, 10번	3개 문항
감정이입	8, 15, 16, 17, 23~26번	8개 문항
정서조절	18~22, 27~30번	9개 문항
합 계		30개 문항

감성지수는 다양하고 복잡할 뿐 아니라 인간의 느낌과 감정을 지필로 측정하기에는 한계가 있고 측정하는 과학적 측정 방법과 측정 도구가 제시되지 않고 있어서 EQ의 종합지수를 IQ와 같이 나타낼 수 없다는 점이다. 그러나 EQ하위영역별로는 부분적으로 제시되어 있다. 따라서 본 연구에서는 EQ의 하위 영역별로 문용린(1996)이 제시한 정서인식, 정서표현,

감정이입, 정서조절 등으로 용어를 통일하여 분석하였다.

### 3. 자료의 처리

수집된 자료의 분석을 위하여 SPSS for Win 7.5 통계프로그램을 이용하였다. 실험집단과 비교집단 및 참가기간에 따른 차이는 t-test를 실시하였고, 5%수준에서 유의성 검증을 실시하였다.

### III. 연구결과

#### 1. 스포츠활동 참가자와 비 참가자간 EQ의 차이

스포츠활동 참가자와 비 참가자간 EQ의 차이에 대한 결과를 <표 3>으로 나타내었다.

<표 3> 스포츠활동 참가자와 비 참가자의 EQ비교

구분	전체 EQ 평균점수	하위요인별 EQ 평균점수			
		정서인식	정서표현	감정이입	정서조절
참가집단	212.6	74.0	19.7	57.2	61.7
비참가집단	183.0	61.9	16.1	53.5	51.5
t-value	2.23*	2.47*	0.70	. 1.68	2.04*

\* p< .05

<표 3>에 의하면 스포츠활동에 참가중인 집단과 비 참가자 집단에 대한 EQ측정 결과 스포츠활동에 참가하고 있는 집단은 전체 평균이 212.6 점으로 비 참가자의 집단에 비해서는 29.6 점이 높은 것으로 나타났다.

EQ의 하위 요인별 점수에서도 전반적으로 모든 요인에 있어서 스포츠활동에 참가하고 있는 집단이 다른 집단에 비하여 높게 나타났으며 특히 정서인식이나 정서조절에서는 그 차이가 더욱 크게 나타나고 있다.

스포츠활동 참가집단과 비 참가집단의 EQ점수 차이에 대한 T-test를 실시한 결과를 살펴보면 EQ총점에서 두 집단간에는 T=2.23로서 5%수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 정서인식과 정서조절에서도 각각 2.47과 2.04로서 5% 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 그러나 정서표현과 감정이입에서는 유의할만한 차이는 없는 것으로 나타났다.

따라서 스포츠활동은 학동에게 있어서 EQ의 발달에 영향을 미친다는 것을 알 수 있으며 특히 정서인식이나 정서조절의 영역에 그 정도가 더 크다는 것을 알 수 있었다.

#### 2) 스포츠활동의 참가 기간에 따른 EQ의 차이

스포츠활동의 참가기간에 따른 EQ점수의 차이를 <표 4>로 나타내었다.

<표 4> 스포츠활동 참가기간에 따른 EQ비교

\* p< .05, \*\* p<.01

<표 4>에 의하면 스포츠활동에 2년 이상 참가한 집단은 EQ총점이 215.5점으로 2년 미만의 참가 집단에 비하여 17.4점이 높게 나타났으며, EQ의 하위 요인별 점수에서도 전반적으로 모든 요인에 있어서 스포츠활동을 2년이상 참가자 집단이 2년미만의 참가자 집단에 비하여 높게 나타났다.

이들 평균의 차이에 대한 T-test를 실시한 결과 총점에서는 T=1.73로서 5% 수준에서

구분	전체 EQ 평균점수	하위요인별 EQ 평균점수			
		정서인식	정서표현	감정이입	정서조절
2년이상참가	215.5	79.3	19.7	57.0	58.5
2년미만참가	198.1	69.5	17.0	56.5	55.1
t-value	1.73*	2.84**	0.94	0.37	0.83

유의한 차이가 있는 것으로 나타났고 하위요인에서는 정서인식에서만  $T=2.84$ 로서 1% 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으나 나머지 요인에서는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 따라서 스포츠활동의 참가 경력에 의하여 EQ점수는 차이가 있다는 것을 알 수 있으며 특히 정서인식의 경우 그 정도가 더욱 크다는 것을 알 수 있었다.

### 3. 특기적성활동 참가자와 비 참가자간 EQ의 차이

특기적성활동 참가자와 비 참가자간 EQ의 차이에 대한 결과를 <표 5>으로 나타내었다.

<표 5> 특기적성활동 참가자와 비 참가자의 EQ비교

구분	전체 EQ 평균점수	하위요인별 EQ 평균점수			
		정서인식	정서표현	감정이입	정서조절
참가집단	207.8	72.1	19.2	56.5	60.0
비참가집단	186.5	61.3	17.4	53.7	54.1
t-value	2.14*	2.25**	0.50	1.46	1.98*

\* p< .05, \*\* p<.01

<표 5>에 의하면 특기적성활동에 참가중인 집단과 비 참가자 집단에 대한 EQ측정 결과 스포츠활동에 참가하고 있는 집단은 전체 평균이 207.8 점으로 비 참가자의 집단에 비해서는 21.3 점이 높은 것으로 나타났다.

EQ의 하위 요인별 점수에서도 전반적으로 모든 요인에 있어서 특기적성활동에 참가하고 있는 집단이 다른 집단에 비하여 높게 나타났으며 특히 정서인식이나 정서조절에서는 그 차이가 더욱 크게 나타나고 있다.

특기적성활동 참가집단과 비 참가집단의 EQ점수 차이에 대한 T-test를 실시한 결과를 살펴보면 EQ총점에서 두 집단간에는  $T=2.14$ 로서 5%수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 정서인식은 2.25로서 1%수준에서, 정서조절은 1.98로서 5% 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 그러나 정서표현과 감정이입에서는 유의할만한 차이는 없는 것으로 나타났다.

### 4. 특기적성활동의 참가 기간에 따른 EQ의 차이

특기적성활동의 참가기간에 따른 EQ점수의 차이를 <표 6>에 나타내었다.

<표 6> 특기적성활동 참가기간에 따른 EQ비교

\* p< .05

<표 6>에 의하면 특기적성활동에 2년 이상 참가한 집단은 EQ총점이 217.1점으로 2년 미만의 참가 집단에 비하여 13.5점이 높게 나타났으며, EQ의 하위 요인별 점수에서는 감정이

구분	전체 EQ 평균점수	하위요인별 EQ 평균점수			
		정서인식	정서표현	감정이입	정서조절
2년이상참가	217.1	78.0	20.5	55.1	63.5
2년미만참가	203.6	71.1	18.0	56.0	58.5
t-value	1.95*	2.40*	0.90	-0.35	0.92

입의 경우에 2년이상 참가집단이 2년 미만의 참가집단에 비하여 0.9점이 낮은 것으로 나타났으나 나머지 요인에서는 2년 이상의 집단이 높은 것으로 나타났다.

이들 평균의 차이에 대한 T-test를 실시한 결과 총점에서는  $T=1.95$ 로서 5% 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났고 하위요인에서는 정서인식에서만  $T=2.40$ 로서 5% 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으나 나머지 요인에서는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 따라서 특기적성활동의 참가 경력에 의하여 EQ점수는 차이가 있다는 것을 알 수 있으며 특히 정서인식의 경우 그 정도가 더욱 크다는 것을 알 수 있었다.

## 5. 남자와 여자 참가자의 EQ비교

남자와 여자 참가자에 따른 EQ 점수의 차이를 <표 7>에 나타내었다.

<표 7> 남자와 여자 참가자의 EQ비교

구분	전체 EQ 평균점수	하위요인별 EQ 평균점수			
		정서인식	정서표현	감정이입	정서조절
남자	205.0	74.5	18.0	56.5	56.0
여자	214.2	76.9	22.3	53.0	62.0
t-value	1.83	1.24	0.75	0.71	1.86*

\*  $p < .05$

<표 7>에 의하면 스포츠활동 및 특기적성활동에 참가한 여자의 EQ총점이 214.2점으로 남자의 참가자 집단에 비하여 9.2점이 높게 나타났으며, EQ의 하위 요인별 점수에서도 전반적으로 모든 요인에 있어서 여자 참가자 집단이 남자 참가자 집단에 비하여 높게 나타났다.

이들 평균의 차이에 대한 T-test를 실시한 결과, 하위요인에서는 정서조절에서만  $T=1.86$ 로서 5% 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으나 나머지 요인에서는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 따라서 스포츠활동 및 특기적성활동에 남자와 여자 참가자는 EQ 점수에 차이가 있다는 것을 알 수 있으며 특히 정서조절의 경우 그 정도가 더욱 크다는 것을 알 수 있었다.

## IV. 고찰

이상의 연구결과를 토대로 나타난 현상을 분석하고 이것을 선행연구와 비교 고찰하면 다음과 같다.

첫째, 스포츠활동 참가자와 비 참가자간 EQ의 차이에 있어서는 스포츠활동 참가집단이 비참가 집단에 비하여 유의성이 인정되었다( $P < .05$ ). 이는 스포츠활동이 성장기의 학동들에게 스포츠가 가지는 규범성이나 자기 표현 및 스포츠 종목이 가지는 제 규칙 등의 준수와

타인과의 신체접촉 등이 비 참가자들에 비하여 감성지능 형성의 정도에 영향을 미친 결과로 사료된다.

즉 신체활동을 전제 조건으로 한 스포츠가 성장기의 학동들로 하여금 스포츠활동에 참가하는 동안에 동적 행동을 통해서 자신의 의사표현이나 자기 극복의 과정을 비 참가자들에 비하여 경험하는 정도가 많으므로 언어적 의사표현보다는 동적인 의사표현이 많은 비중을 차지하는 학동들의 의사표현방식과 부합되어 작용하는 현상으로 판단된다. 이는 조동진(2001)의 결과에서도 아동의 스포츠활동이 EQ발달에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타나 있으며, 심소연(1999)의 연구에서도 무용은 아동의 EQ발달에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고함으로서 본 연구와 일치하는 경향이었다.

둘째, 스포츠활동의 참가 기간에 따른 EQ의 차이에서는 2년 이상 스포츠활동에 참가한 집단이 전체 EQ 점수에서 215.5점으로 스포츠활동 참가기간이 2년 미만인 집단의 198.1점에 비하여 17.4점이 높게 나타났다. 이는 스포츠활동에 참가하는 기간동안 스포츠 집단의 동료나 지도자들과의 생활을 통해서 EQ가 형성되어 진다는 것을 의미하는 것으로 판단된다. 즉 스포츠활동에 참가하는 기간이 오래될수록 그렇지 않은 집단에 비하여 EQ가 향상된다는 것을 의미하는 것으로 스포츠를 통한 신체활동은 건강의 증진, 체력의 향상, 건전한 심성의 형성에 긍정적 효과를 미치는 것으로 사료된다.

이 같은 결과는 스포츠활동의 참가기간과 비참가기간에 대한 EQ차이를 보고한 조동진(2001)의 연구와 일치하였고 미술교육참가(김성희, 1998), 무용활동참가(조은영, 1997 ; 정희자, 1998), 발레교육참가(정희자, 1999)기간 별의 EQ 발달정도를 연구한 보고들과 비슷한 결과를 나타내었다.

셋째, 특기적성활동 참가자와 비 참가자간 EQ의 차이에 있어서는 특기적성활동 참가집단의 경우 비 참가 집단에 비하여 전체 EQ 평균점수에서 21.3점이 높게 나타났다. 이는 특기적성활동을 통로로 하여 표현, 표출할 수 있도록 해주어 감정들이 보다 쉽게 음미하게 함으로써 미움이나 분노를 표현하는 것과 무분별하게 표출하는 것과 같은 감정표현이 특기적성교육을 참가함으로써 비 참가자들에 비하여 EQ형성 정도에 긍정적 영향을 미친 결과로 사료된다.

따라서 특기적성활동의 참가가 학동들의 자기감정인식과 정서조절에 긍정적 영향을 미치는 본연구의 결과는 김성희(1998), 조은경(1997), 강성규(1999) 등의 보고와도 비슷하였다.

넷째, 특기적성활동의 참가 기간에 따른 EQ의 차이에서는 2년 이상 특기적성활동에 참가한 집단이 전체 EQ 점수에서 217.1으로 특기적성활동 참가기간이 2년 미만인 집단의 203.6점에 비하여 13.5점이 높게 나타났다. 이는 특기적성활동에 참가하는 기간동안 특기적성활동 집단의 동료나 지도자들과의 생활을 통해서 EQ가 형성되어 진다는 것을 의미하는 것으로 판단된다.

즉 특기적성활동에 참가하는 기간이 오래될수록 그렇지 않은 집단에 비하여 EQ가 향상된다는 것을 의미하는 것으로 특기적성활동을 통해 혼란된 감정을 비언어로 분명하게 표현하게 함으로써 학동들이 자신의 세계를 구축하는데 도움을 주며 가치로운 자기인식을 할 수 있도록 끌어낼 수 있는 것으로 판단된다.

김성희(1998)는 체계적 미술교육에 있어서 초기의 학습참가 아동에 비하여 일정기간 지속적으로 학습활동에 참가한 아동이 그렇지 않은 아동에 비하여 EQ발달의 정도가 높게 나타난다는 본 연구와 유사한 결과를 보고한바 있으며, 본 연구의 결과를 지지하고 있다.

다섯째, 남자와 여자 참가자에 따른 EQ의 차이에서는 전체적인 EQ점수의 여자 참가자

의 집단이 전체 EQ 점수에서 214.2점으로 남자 참가자 집단의 205.0에 비하여 다소 높게 나타났다. 정재민(1999), 조동진(2001), 김귀례(1999) 등의 연구에서도 여자가 남자보다 높은 것으로 보고한 바, 본 연구의 결과를 지지하고 있다. 따라서 이 결과만을 놓고 볼 때 남자보다는 여자가 자기 이해, 자기 인식 수준이 다소 높은 경향이었으나, 유의성이 인정되지는 않았다.

## V. 결 론

본 연구는 학동기에 대한 EQ의 형성에 스포츠활동 및 특기적성활동이 미치는 영향을 알아보기 위하여 경남 및 부산광역시에 소재한 스포츠 및 특기적성활동기관에서 이수중인 남/여 학동기의 222명과 비 참가그룹 85명을 대상으로 (주)대교 교육과 서울대학교 교육연구소 감성지능 검사지를 사용하여 조사하였다. 수집된 자료의 분석을 실시한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 스포츠활동의 참가자와 비 참가자간 EQ의 차이가 나타났는데, 스포츠활동에 참가하고 있는 집단은 전체 평균이 212.6 점으로 비 참가자의 집단의 183.0 점에 비해서는 29.6 점이 높은 것으로 유의성이 인정되었다. EQ의 하위 요인별 점수에서도 전반적으로 모든 요인에 있어서 스포츠활동에 참가하고 있는 집단이 비 참가자 집단에 비하여 높게 나타났으며 특히 정서인식이나 정서조절에서는 그 차이가 더욱 큰 것으로 유의성이 인정되었다( $p<.05$ )
2. 스포츠활동의 참가 기간은 학동기의 EQ발달에 미치는 정도가 달리 나타났는데, 스포츠활동에 2년 이상 참가한 집단은 EQ총점이 215.5점으로 2년 미만의 참가 집단의 186.5점에 비하여 17.4점이 높은 것으로 유의성이 인정되었다( $p<.05$ ). EQ의 하위 요인별 점수에서도 전반적으로 모든 요인에 있어서 스포츠활동을 2년이상 참가자 집단이 2년미만 참가자 집단에 비하여 높게 나타났으며 특히 정서인식에서는 그 차이가 더욱 큰 것으로 유의성이 인정되었다( $p<.01$ ).
3. 특기적성활동 참가자와 비 참가자간 EQ의 차이가 있는 것으로 나타났는데, 특기적성활동에 참가하고 있는 집단은 전체 평균이 207.8 점으로 비 참가자의 집단의 186.5 점에 비해서는 21.3 점이 높은 것으로 유의성이 인정되었다( $p<.05$ ). EQ의 하위 요인별 점수에서도 전반적으로 모든 요인에 있어서 특기적성활동에 참가하고 있는 집단이 비 참가자 집단에 비하여 높게 나타났으며 특히 정서인식에서 그 차이가 더욱 큰 것으로 유의성이 인정되었다( $p<.01$ ).
4. 특기적성활동의 참가 기간은 학동기의 EQ발달에 미치는 정도가 달리 나타났으며, 특기적성활동에 2년 이상 참가한 집단은 EQ총점이 217.1점으로 2년 미만의 참가 집단의 203.6점에 비하여 13.5점이 높은 것으로 유의성이 인정되었다( $p<.05$ ). EQ의 하위 요인별 점수에서는 감정이입을 제외하고 전반적으로 모든 요인에 있어서 특기적성활동을 2년이상 참가자 집단이 2년미만 참가자 집단에 비하여 높게 나타났으며 특히 정서인식에서는 그 차이가 더욱 큰 것으로 유의성이 인정되었다( $p<.05$ )
5. 스포츠활동 및 특기적성활동에 참가중인 남자와 여자 참가자의 EQ의 차이가 있는 것으로 나타났는데 여자의 참가자 전체 평균이 214.2점으로 남자 참가자의 205.0점에 비해서는 9.2점이 다소 높은 것으로 나타났다. EQ의 하위 요인별 점수에서도 전반적으로 모든 요인에 있어서 여자 참가자가 남자 참가자에 비하여 높게 나타났으며 특히 정서조절에서 그 차이가 더욱 큰 것으로 유의성이 인정되었다.( $p<.05$ ).

## 참고문헌

- 강성규(1999). 초등학생의 감성지수와 사회성과의 상관관계. 순천향대학교 지역사회개발대학원 석사학위논문.
- 구자혁(1965), 집단활동의 지도기술, 현대교육기술강좌 제 16권, 현대교육총서 출판사 John Democracy and Education, N Y Macmillan, 1916
- 김귀례(1999). 심성개발 프로그램이 E·Q에 미치는 효과. 조선대학교 대학원 석사학위논문.
- 김언주(1998), EQ의 이해, 충남대학교 학생생활연구소 제25집, 18.
- 김언주(1996), EQ의 의미 인성과 창의성 교육을 위한 새로운 도전, 학교 경영 28, 6, 27-31, 30.
- 김성희(1998). 미술교육이 E·Q에 미치는 영향. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 로웬필드 브리테인(1998), 인간을 위한 미술교육, 미진사.
- 문용린(1996). E·Q 가 높으면 성공이 보인다. 서울: 글이랑
- 심소연(1999). 아동의 무용학습이 E·Q발달에 미치는 영향에 관한 연구. 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- 오숙영(1996). 인지지능과 감성지능의 교육적 효과 연구. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 윤현석(1997). 감성지능과 창의성의 관계에 대한 연구. 충남대학교 대학원 박사학위논문.
- 정희자(1999). 발레교육이 아동의 정서지능에 미치는 영향. 경기대학교 대학원 박사학위논문.
- 정재민(1999). 감성지수와 운동능력과의 관련성 분석. 대구교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정종진(1996). 정서지능의 개관 : 신경과학적 이해 한국심리학회.
- 조동진(2001). 아동의 스포츠 참가가 EQ 및 성격특성에 미치는 영향. 한국스포츠리서치. 12(1):61~70
- 조은경(1997). 무용교육을 통한 성격형성이 E·Q발달에 미치는 효과에 관한 연구. 원광대학교 교육대학원 석사학위논문
- 차종완(1998). 21세기의 주인공. 서울: 오성출판사
- 하영미(1997). 초등학교 미술과 협동제작 활동을 통한 아동의 사회성 발달에 관한 연구. 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.
- 홍명희 역(1997), EQ, 서울 : 해냄, 15, 16, 17, 19
- Gardner, H.(1983). *Frames of Mind : Theory of Multiple Intelligence*, New York : Basicbooks.
- Goleman, D.(1995). *Emotional Intelligence*, New York : Bantam Books Fowler & Shavelson(1982).
- Mayer, J.D., & Salovey, P.(1990). *Emotional Development, Emotional Literacy, and Emotional Intelligence*, New York : Basicbooks
- Mayer, J.D., & Salovey, P.(1996). Emotional intelligence, imagination, cognition, and personality. 9, 185-211.
- Salovey, P., & Mayer, J. D.(1990). Emotional intelligence, imagination, cognition, and personality, 9, 185-211
- Sternberg R.J., & C. Smith(1986). Social Intelligence and decoding skills in nonverbal communication Social Cognition, 3(2)

## EQ test

\*본 설문지는 마산대학 물리치료과 3학년 졸업논문을 위한 조사입니다. 연구목적 이외에는 사용하지 않을 것을 약속드리며 해당되는 항목에 성실하게 답변해 주시기 바랍니다.

이름:	나이:	성별(0표): 남/여	학년:
현재 다니고 있는 학원은 무엇입니까?(0표)...	태권도, 검도, 유도, 수영, 합기도, 미술, 무용, 서예, 피아노, 웅변, ..... 기타( )		

\*자신과 비슷하다고 생각하는 번호를 찾으세요.

1. 나는 지금 내 기분이 어떤지를 정확하게 안다.  
①항상그렇다 ②가끔그런편이다 ③그렇지 않다.

2. 내가 화가 나는 때는 언제인가요?  
① 친구가 나를 밀칠 때 ② 날씨가 더울 때

3. 나는 화가 난 것과 짜증이 난 것은 다르다고 생각한다.

- ①그렇다 ②아니다(모르겠다)

4. 내가 슬플 때는 언제인가요?

- ①강아지가 아프거나 죽었을 때 ②친구들 앞에서 혼났을 때

5. 나는 슬프다는 것과 부끄러운 것이 다르다고 생각한다.

- ①그렇다 ②아니다(모르겠다)

6. 내 짹이 상을 받거나 칭찬을 받아서 좋아한다. 나는 속으로 축하해 주고 싶지만 그렇지 못한 적이 있다.

- ①항상그렇다 ②가끔 그런 편이다 ③그렇지 않다

7. 나는 엄마에게 내 마음을 전하고 싶지만 그렇지 못한 적이 있다.

- ①항상 그렇다 ②가끔 그런 편이다 ③그렇지 않다

8. 학교에서 친구가 선생님께 칭찬을 받고 좋아하였다. 그 친구가 좋아하는 것을 보면 나는

- ①즐겁다 ②샘이 난다. ③아무렇지도 않다.

9. 내 짹이 상을 받거나 칭찬을 받아서 좋아하는 것을 보고 나는 속으로 축하해 주고 싶지만 그렇지 못한 적이 있다.

- ①항상그렇다 ②가끔 그런 편이다 ③그렇지 않다

10. 길에서 평소에 좋아하는 선생님을 보았을 때 나는 속으로는 달려가서 인사를 하고 싶지만 그렇지 못한 적이 있다.

- ①항상 그렇다 ②가끔 그런 편이다 ③그렇지 않다

11. 나는 어른들의 표정만 보아도 나를 좋아하는지 싫어하는지 안다.

- ①그렇다. ②아니다

12. 나는 얼굴 표정만 보고도 그 사람이 화가 났는지를 알 수 있다.

- ①항상 그렇다 ②가끔 그런 편이다 ③그렇지 않다

13. 나는 학교에서 선생님의 표정만 보아도 선생님의 기분이 어떤지 알 수 있다.

- ①그렇다. ②아니다

14. 나는 목소리나 말투만 들어도 그 사람의 기분이 좋은지, 나쁜지 알 수 있다.

- ①항상 그렇다 ②가끔 그런 편이다 ③그렇지 않다

15. 놀이터에서 친구도 없이 혼자 가만히 있는 아이를 보았다. 그런 아이를 보면 나는

- ①슬프다. ②화가난다. ③아무렇지도 않다

16. 나는 몸이 약한 친구를 보면 걱정이 된다.

①항상 그렇다 ②가끔 그런 편이다 ③그렇지 않다

17. 나는 엄마나 친구의 기분이 나쁘면 내기분도 안 좋아진다.

①항상 그렇다 ②가끔 그런 편이다 ③그렇지 않다

18. 나는 우울할 때 즐거웠던 기억을 떠올려 보려고 노력한다.

①항상 그렇다 ②가끔 그런 편이다 ③그렇지 않다

19. 나는 기분 나쁜 일은 빨리 잊으려고 애쓰는 편이다.

①항상 그렇다 ②가끔 그런 편이다 ③그렇지 않다

20. 나는 화날땐 기분을 가라앉히려고 애쓴다.

①항상 그렇다 ②가끔 그런 편이다 ③그렇지 않다

21. 나는 다른 사람에게 좋은 인상을 주기 위해 옷차림을 단정하게 하려고 애쓴다.

①항상 그렇다 ②가끔 그런 편이다 ③그렇지 않다

22. 나는 친구가 슬퍼 보일 때, 기분을 좋게 해 주기 위해서 노력한다.

①항상 그렇다 ②가끔 그런 편이다 ③그렇지 않다

23. 엄마가 시장 가실 때 내가 갖고 싶었던 장난감을 사오라고 말씀드렸다. 하지만 엄마는 잊어버리고 그냥 오셨다. 이럴 때 나는

① '나중에 사 다라고 해야지' 라고 생각하며 참는다.

② 엄마께 지금 당장 장난감을 사오라고 조른다.

24. 놀이터에서 친구가 나를 밀었다. 그래서 나는 화가 났다. 이럴 때 나는

① 화가 나지만 참는다

② 그 친구에게 화를 낸다.

25. 나는 좋아하는 장난감을 가지고 재미있게 놀고 있었다. 그때 동생(또는 동네 꼬마)이 와서 뺏어 갔다. 이럴 때 나는

① 화가 나지만 동생이니까 참는다.

② 화가 나서 다시 달라고 한다.

26. 내가 좋아하는 만화 영화를 보고 있는데 엄마가 청소를 도와달라고 하셨다. 이럴 때 나는

① 만화 영화를 보고 싶지만 텔레비전을 끄고 도와드린다.

② 만화영화를 봐야 한다고 거절한다.

27. 열심히한 숙제가 없어져서 속상할 때, 나는

① 지금부터 할 수 있는 만큼 숙제를 해본다.

②잃어버린 숙제가 생각나서 아무것도 할 수 없다.

28. 친구와 내가 똑같이 잘못을 했는데도 선생님이 나만 야단치실 경우, 나는

- ①나도 잘못했으므로 야단을 기꺼이 받아들인다.
- ②나만 야단치시는 선생님이 밉고 화가 난다.

29. 시험을 망쳐서 기분이 나쁠 때, 나는

- ①오늘 본 시험은 빨리 잊으려고 노력하고 내일 볼 시험을 준비한다.
- ②오늘 본 시험이 자꾸 떠 올라서 공부가 잘 안된다.

30. 나에 대해 나쁜 이야기(욕이나 혐담)을 하는 사람이 있어서 기분이 나쁠 때, 나는

- ①그 일을 빨리 잊고 기분을 바꿀 수 있는 다른 생각을 하려고 노력한다.
- ②그 사람을 찾아가서 화를 내거나 따진다.

<감사합니다. 좋은하루 되십시오>