한국보육지원학회지 제12권 제5호
Korean J of Childcare & Education
http://dx.doi.org/10.14698/jkcce.2016.12.05.017 2016, Vol. 12, No. 5, pp. 17-45

누리과정과 연계한 유아행복 프로그램이 유아행복과 자아존중감에 미치는 영향

The Effect of Young Children's Happiness Program Linked with Nuri Curriculum on Young Children's Happiness and Self-esteem

신지혜[1]

Jihye Shin

ABSTRACT

This study aimed to investigate the effect of a young children's happiness program in relation with the Nuri curriculum on young children's happiness and self-esteem. Study subjects included 37 children aged 5 (experimental group 20, comparative group 17) enrolled in A day care center and D day care center located in K district, Seoul. As for the research procedure, an experiment was conducted 48 times in 18 weeks, and the experimental group carried out the children's happiness program linked with the Nuri curriculum. In contrast, the comparative group conducted general activities focusing on the subjects according to the Nuri curriculum. Study results show that there was a significant difference amongst 9 sub-domains related to young children's happiness (health, emotion, immersion, recognition and achievement, parent-child relationship, teacher-child relationship, peer relationship, spirituality, life satisfaction) and 3 sub-domains related to self-esteem (start and spirit of independence, sociality·emotionality, academic achievement). Results of this study prove that the children's happiness program in relation with the Nuri curriculum is effective for increasing young children's happiness and self-esteem, and could be used as preliminary data for the possibility of a happiness program in early childhood education settings and happiness education in the future.

key words **young children's happiness, self-esteem, children's happiness program, the Nuri curriculum**

[1] **제1저자(교신저자)**
오산대학교 유아교육과
외래교수
(e-mail : elfjhelf@naver.com)

Ⅰ. 서 론

유아 교육의 궁극적인 목적은 유아들의 행복한 삶에 있다. 현대사회의 핵가족화와 맞벌이 부모의 증가로 어린시기부터 유아교육기관을 이용하는 영유아의 수가 급증함에 따라 유아교육 현장에서는 과거 보다 유아들의 행복에 초점을 맞추고 강조하고 있다. 국제 아동 행복연구(Inter-

national Survey of Children's Well-being)에서 2012년 실시한 우리나라 어린이의 행복 종합지수는 8개국(스페인, 이스라엘, 브라질, 영국, 남아공, 알제리, 우간다, 한국) 중 7위로 하위수준이고, 이 중 '학교 만족도와 시간 활용에 대한 만족도', '가족과 함께 얼마나 즐거운 시간을 갖는가?', '어른이 어린이의 권리를 얼마나 지켜주는가?'에 대한 질문은 모두 8위로 최하위에 머물렀다(정가영, 2014; 이봉주, 유민상, 2013). 우리나라 학부모들은 초등학교 과정에 대한 선행학습으로 유아기의 과도한 인지학습과 예·체능 등 조기 사교육 프로그램에 몰두하고 있다. 이러한 상황은 유아들이 '행복 추구권'과 '행복을 추구할 권리'가 위협받고 있는 환경에서 자라나고 있는 것으로 이후 정신건강의 부정적인 문제를 일으키거나 청소년기의 공격적이고 반사회적인 행동의 원인으로 작용하여 성인기까지의 행복을 위협하고 있다(이승미, 2015).

유아행복이란 부모, 가족, 또래, 교사 관계, 놀이의 일상적인 생활 경험에서 유아 자신의 행동에 대하여 만족감과 뿌듯함을 느끼는 상태(권기남, 성미영, 2010)로, 유아교육기관에서의 유아의 즐거운 생활과 적응정도는 행복의 일환이 될 수 있다(이은주, 2010). 행복한 유아가 더 건강하고, 긍정적인 정서를 잘 느끼고 발휘하며, 놀이와 일에 몰입하고 더 잘 배우며, 도전하고 즐기는 적극적인 삶을 살게 되어 행복을 증진하며 성장하게 된다(김민진, 김창복, 2015; 박시전, 2008; 이경민, 2009). 또한, 행복한 유아는 자신의 잠재 가능성을 찾고 개발하여 의미 있는 일을 찾으며 살아가고, 부정적인 정서를 극복할 수 있는 긍정적인 힘을 가지고 있다(Vaillant, 2010). 이처럼 유아행복은 유아들의 다양한 일상생활에서의 경험을 통해 표출되는 긍정적인 동기와 감정 상태(신지혜, 2016)로 이를 활용하여 유아가 행복을 이해하고 확장하여 지속시킬 수 있는 행복 역량은 행복을 증진하는 강력한 힘이 될 수 있다.

유아들의 행복감을 증진하기 위하여 교육 분야에서는 행복과 교육은 분리할 수 없으므로 적극적으로 교육이 되어져야 함(서울대학교 행복연구센터, 2011)을 주장하고 있다. 미래를 이끌어 갈 유아들의 행복한 삶을 살 수 있도록 현재의 행복을 희생하는 것이 아니라 현재의 행복을 느끼고 활용할 수 있도록 경험을 제공하는 것이 필요하다. 현 유아교육과정인 누리과정에서도 유아들이 다양한 관계 속에서 행복한 삶을 영위해 나갈 수 있는 인성을 지닌 인간상의 육성을 요구한다(교육과학기술부, 2013). 이러한 변화에 발맞추어 최근 유아교육계에서도 행복의 원리를 교육에 직접 적용하는 행복 프로그램을 개발하는 연구가 지속해서 이루어지고 있다(신지혜, 2016; 정진숙, 2016; 황미숙, 2015). Erikson의 성격발달 이론에 따르면 유아기는 주도성이 형성되는 중요한 시기로 이 시기의 다양하고 긍정적인 경험을 통해 더욱 적극적으로 행복한 삶을 살 수 있다. 또한, 뇌 과학적으로도 가장 발달이 민감하고 결정적인 시기인 유아기에 형성된 행복한 뇌의 정착은 긍정 정서의 나선형 상승의 토대가 되어 지적·사회적·신체적 발달을 도우므로(Seligman, 2011), 행복을 지속해서 이끌 수 있도록 교육방법을 유아교육 현장에 적용할 수 있어야 한다.

행복은 교육을 통한 습관으로 바람직하게 형성하고 발달시킬 수 있으므로(Lyubomirsky, Sheldo, & Schkade, 2005) 이를 위한 교육적 개입은 유아기부터 강조되어야 하며, 유아를 대상으로 한 행복 교육은 반드시 시행되어야 한다. 지금까지 유아들의 행복감을 증진하기 위한 활동으로 자연 친화 숲 체험활동, 그림책 읽기, 그림책 연계활동, 이야기나누기, 협력적 미술활동, 요가활동 등이 유아의 행복감 증진에 효과가 있음(김정원, 방승연, 2014; 박점희, 2015; 이혜민, 2015;

정진혜, 2014; 최은지, 2015; 황미숙, 2015)이 밝혀졌다. 하지만 이들 연구는 단기간에 시행된 단편적인 연구라는 한계점과 기관 및 자연의 환경을 고려했을 때 모든 유아교육 현장에 적용하기에는 무리가 있다는 제한점이 있다(최은지, 2015). 또한 유아교육현장에서 교사들이 행복과 관련한 구체적 개념과 지식이 부족하여 어려움을 겪고 있어 행복에 관한 교육이 효율적으로 이루어지지 못하고 있다(황해익, 김미진, 김병만, 2014). 따라서 이러한 문제점을 해결할 수 있는 구체적인 프로그램이 필요한 것이다.

유아들의 행복 교육을 위해서는 다양한 일상생활에서의 긍정적인 경험과정을 교육의 내용과 방법에 적용하여 교육과정 안에서 행복한 교육이 자연스럽게 이루어질 수 있어야 한다(신지혜, 2016). 이와 같은 필요성으로 개발된 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램은 행복 관련 선행연구들의 객관적인 정보를 활용하여 유아들의 발달에 맞는 행복과 관련된 건강, 자기존중, 긍정적 태도, 자기조절, 성취동기, 자기효능, 관계증진, 긍정경험, 자연친화경험의 9가지 내용을 누리과정의 생활주제와 연계하여 행복교육을 현장에서 실천할 수 있도록 강조하고 있다. 따라서 유아행복 프로그램은 유아행복을 위한 행복 교수원리를 기초로 행복 엿보기, 행복 경험하기, 행복 실천하기, 행복 공유하기, 행복의 습관화의 교수 단계의 구체적인 교수학습 방법을 포함하여 교사의 역할을 강조하여 구성하고 있다(신지혜, 2016).

누리과정과 연계한 유아행복 프로그램에서는 행복이 습관화될 수 있도록 가정과 연계한 행복활동의 필요성을 강조하여 활동마다 제시하고 있다. 유아의 행복에 강력한 영향을 주는 변인은 부모로, 부모와의 강한 정서적 유대는 유아가 자신을 가치 있는 존재로 인식하고 이후 다른 대상과의 관계 형성에 대한 기대와 반응에 결정적인 영향을 미치게 된다(안영진, 이숙정, 2008; Kostelnik, Whiren, Soderman, & Gregory, 2009). 또한 부모-자녀 놀이 시간이 많을수록 유아는 행복하고, 부모-자녀의 놀이시간이 유아행복에 유의미한 영향을 준다(이승미, 2015). 건강한 가족 형성의 토대가 되는 유아와 가족 간의 유대감 형성, 활발한 의사소통, 민주적인 가정환경을 경험하는 것이 행복한 유아로 성장하게 하는 밑거름이 될 수 있다. 특히 자녀와 공감할 시간이 상대적으로 적은 현대 사회의 바쁜 부모들이 자녀들과 행복을 공유하고 효과적으로 상호작용하기 위해서는 교육기관이 가정과 연계한 활동의 실천이 요구되는 것이다. 교육현장에서는 유아의 입장을 이해할 수 있는 시선과 다양한 경험을 통하여 행복을 스스로 찾고, 충분히 느끼고 향상할 수 있는 능력을 형성할 수 있도록 교육적 환경의 제공과 가정과 연계한 확장활동의 지원으로 유아들의 행복을 체화하여 증진해야 할 것이다.

유아행복 증진 활동이나 프로그램의 효과는 대부분 행복감 증진(김정원, 방승연, 2014; 박점희, 2015; 이명희, 2009; 최은지, 2015)이나 스트레스(정진혜, 2014; 최민수, 정영희, 오윤진, 2012; 황미숙, 2015), 사회성(진봉희, 2013; 홍지명, 2014), 정서(송순옥, 2015; 최민수, 정영희, 김정옥, 2012), 자아존중감(류칠선, 조인경, 2014)과 관련되어 그 효과가 검증되었다. 행복은 인지 능력, 정서 능력, 도덕적 능력, 종교, 가정환경 등과 관련한 개인의 심리적 요인들이 행복에 영향을 주는데(이경민, 2009), 그중에서도 자아존중감은 행복감의 가장 중요한 예측요인으로 긍정적인 자아존중감의 형성이 개인의 생활만족도와 행복감에 강력하게 영향을 준다(Campbell, 1981; Kostelnik, Whiren, Soderman, Stein, & Gregory, 2002). 자아존중감이란 '자아개념에 대한 긍정적인 판단 및 평가'로

자아존중감이 높은 사람은 자신의 능력과 한계를 현실적으로 평가하고, 자신의 강점과 약점을 구분하여 도전을 즐기며 성공하지 못했을 때 극복하기 위해 긍정적인 감정을 유지할 수 있으며, 타인과의 상호작용에서도 긍정적인 영향을 미친다(Harter, 2003; Leary & Baumeister, 2000). 이처럼 긍정적인 자아존중감은 부정적 감정을 감소시키고 긍정적인 감정을 극대화 시킨다는 점에서 행복감과 밀접한 관련이 있다(류칠선, 조인경, 2014). 특히 유아기는 자아존중감의 토대가 형성되는 시기로 유아기의 자아존중감 형성이 자신의 능력을 발휘하며 얻게 되는 정서적인 경험과 장기적으로는 심리적인 적응에도 긍정적으로 영향을 주게 된다(박찬옥, 서동미, 엄은나, 2010). 유아들이 자신에 대해 긍정적이고 의미 있게 생각할수록 정서적으로도 만족감을 느껴 행복감을 높아지고(최내리, 조혜진, 2014), 자신의 생각과 감정뿐만 아니라 타인과 긍정적으로 의사소통하고, 자신의 강점을 활용하고, 스트레스를 감정적으로 이겨낼 수 있는 행복 플로리시가 높아진다(송지연, 2015). 자아존중감이 높을수록 행복감이 높아지고(가영희, 조민자, 임성우, 2008; 배지아, 2014; 양여행, 2013; 유설희, 2013; 주경희, 2010) 불행을 느끼면 자아존중감이 감소한다는 연구결과(최경희, 1996)는 자아존중감과 행복이 상호작용하며 영향을 주고 있음을 의미한다. 따라서 자아존중감은 행복처럼 교육의 목적이 될 수 있으며, 행복한 삶에 영향을 줄 수 있다(Noddings, 2008)는 점을 고려할 때 유아의 행복을 증진하기 위한 프로그램을 개발하기 위해서는 자아존중감과 관련된 내용이 필수적으로 포함되어야 할 것이고, 그 효과를 검증할 필요가 있다.

본 연구는 유아행복의 중요성과 행복을 위한 교육적 개입의 필요성에 따라 개발된 누리과정과 연계한 체계적인 유아행복 프로그램의 효과를 검증하는 것을 목적으로 하였다. 특히 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램은 활동 후 가정과 연계한 실천 활동을 통해 행복을 습관화하여 증진하는 것에 목표를 두고 있다. 본 연구의 결과는 향후 유아의 자아존중감 및 행복을 증진할 수 있는 효과적인 행복 프로그램의 현장 적용 가능성과 유아행복을 증진 하는데 도움이 되는 행복교육의 기초자료로서 역할을 기대한다. 본 연구의 목적을 달성하기 위한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램이 유아행복에 미치는 효과는 어떠한가?
연구문제 2. 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램이 유아의 자아존중감에 미치는 효과는 어떠한가?

Ⅱ. 연구 방법

1. 연구대상

본 연구는 서울시 K구에 위치한 A어린이집과 D어린이집의 만 5세 유아 37명(실험집단 20명, 비교집단 17명)을 연구대상으로 선정하였다. 각 집단의 평균월령은 실험집단 71.75개월 비교집단 71.52개월로 두 집단 간에 유의한 차이가 없었다(<표 1> 참고). 또한, 실험집단과 비교집단의

〈표 1〉 연구대상 유아의 집단별 평균 월령 비교 (*N* = 37)

기 관	*n* (남:여)	*M*	*SD*	*t* (*p*)
실험집단	20(11:9)	71.75 개월	3.66	.191
비교집단	17(9:8)	71.52 개월	3.28	
계	30(20:17)	71.64 개월	3.44	

어린이집은 D동에 도보 5분 거리로 서로 근접해있는 어린이집으로 비교적 지역 여건이 비슷하고 사회경제적으로 중산층이 거주하는 곳으로 국가수준의 교육과정인 누리과정에 따라 운영하고 있었다. 교사는 모두 만 31세로 2년제 유아교육을 전공한 졸업자로서, 경력은 실험집단 교사는 만 7년, 비교집단의 교사는 만 8년이었다.

2. 연구도구

1) 유아행복

본 연구에서는 유아의 행복을 알아보기 위해 이은주(2010)가 개발한 유아행복척도(Happiness Scale for Young Children)를 사용하였다. 이 도구는 유아가 유아교육기관의 집단생활에서 긍정적으로 적응하고 상호 조화를 하는 정도를 측정하는 것으로 교사가 평정하게 되어있다. 유아행복척도는 건강, 정서, 몰입, 인지 및 성취, 부모관계, 교사관계, 또래관계, 영성, 생활만족의 9개의 하위요인 총 36문항으로 구성되어 문항별로 1점(전혀 그렇지 않다), 2점(그렇지 않다), 3점(보통이다), 4점(그렇다), 5점(매우 그렇다) 중 하나로 표시하게 되어 있다. 건강은 신체 및 정신적 건강을 위한 올바른 생활습관 형성과 위험한 상황에 대한 인식과 대처능력을 의미하고, 정서는 유아가 긍정적 정서를 표현하는 정도와 자신의 충동성을 억제·조절하고, 욕구를 참고 기다리는 능력을 의미한다. 몰입은 외적 자극의 방해에도 주의를 집중하고 초점을 유지하는 정도로 한 가지 활동을 오랫동안 지속하는 정도를 의미하고, 인지 및 성취는 유아가 주변에서 학습한 것을 인식하고 성장해 나가려는 적극적 의지와 노력의 정도를 의미한다. 부모관계는 부모의 지지와 원만한 부모-자녀관계, 교사관계는 교사의 지지와 유아- 교사관계, 또래관계는 또래의 지지와 원만한 유아-또래 관계를 의미한다. 영성은 예술경험을 통한 심미적 반응과 자유롭게 표현하는 정도를 의미하고, 생활만족은 유아가 유아교육기관에서 활동하면서 갖는 전반적인 생활의 만족도를 의미한다. 본 도구는 점수가 높을수록 유아가 유아교육기관 생활에서 행복을 느끼는 정도가 높다고 해석할 수 있다. 또한, 문항내적일관성을 측정하기 위해 신뢰도(Cronbach's α)를 산출한 결과 평균 .97으로써 적절하게 나타났으며(<표 2> 참고), 이러한 결과는 유아행복척도가 본 프로그램의 효과를 측정하는데 적절한 도구라고 할 수 있다.

측정도구의 검사 방법은 정해진 시간 내에 한 장소에서 이루어지는 것이 아닌 실험집단과 비교집단의 유아를 잘 알고 있는 담임교사에 의해 이루어졌다. 따라서 실험집단과 비교집단 교사가 이에 대해 충분히 숙지할 수 있도록 연구자가 두 교사에게 각 문항에 대한 자세한 설명과 교사들의 문항의 의문점에 대해 피드백한 후 실험 처치 전·후에 평정하도록 하였다.

〈표 2〉 유아행복 척도의 문항구성과 신뢰도

하위요인	문항내용	문항 수	신뢰도
건강	21, 32, 33, 34	4	.89
정서	27, 28, 29, 30	4	.91
몰입	18, 19, 20, 21	4	.86
인지 및 성취	13, 14, 15, 16, 17	5	.93
부모관계	1, 2, 3	3	.94
교사관계	4, 5, 6, 7, 8	5	.86
또래관계	9, 10, 11, 12	4	.85
영성	22, 23, 24, 25, 26	5	.86
생활만족	35, 36	2	.88
계		36	.97

2) 유아의 자아존중감

본 연구에서는 유아의 자아존중감을 알아보기 위해 Haltiwanger(1989)가 개발한 'The Behavioral Rating Scale for Presented Self-Esteem in Young Children'을 토대로 우리나라 유아들에게 적합하도록 최현미와 신동주(2011)가 개발한 유아 자아존중감 평정 척도(Young Children's Self-Esteem Rating Scale)를 사용하였다. 우리나라의 경우 Harter와 Pike(1984)의 자기능력에 대한 지각 척도를 수정·보완하여 유아의 판단으로 평정하게 되어있는데, 본 연구의 유아 자아존중감 척도(최현미, 신동주, 2011)는 유아의 판단에 의한 척도는 부정확하다는 문제점을 제기하며, 유아의 자아존중감을 보다 명확하게 측정하기 위해 교사가 평정하도록 하는 척도이다. 유아 자아존중감 평정척도는 시작과 독립심, 학습성취, 사회·정서성의 3개의 하위요인 총 19항으로 구성되어있다. 시작과 독립심은 유아가 활동을 시작하면서 자신감을 가지고 목표를 독립적으로 세우고, 자기의 주장을 분명히 하고, 다른 사람보다 앞서서 움직이는 것을 의미한다. 사회·정서성은 변화에 적응하며 타인과의 관계에서 비판과 갈등을 조절하고, 자신에 대해 긍정적으로 표현하는 것을 의미한다. 학습성취는 새로운 활동에 대한 이해력과 창의적 사고력, 과제이행 능력을 의미한다. 질문지 왼쪽과 오른쪽에 부정문항 또는 긍정문항이 기술되어 긍정 문항의 경우 '이 아이와 매우 비슷하다'는 4점, '이 아이와 비슷한 정도이다'는 3점이다. 또한 부정문항의 경우, '이 아이와 비슷한 정도이다'는 2점, '이 아이와 매우 많이 비슷하다'는 1점으로 4점 Likert 척도로 측정한다. 또한 문항내적 일관성을 측정하기 위해 신뢰도(Cronbach's α) 를 산출한 결과 평균 .95으로써 적절하게 나타났으며(<표 3> 참고), 이러한 결과는 유아 자아존중감 평정 척도가 본 프로그램의 효과를 측정하는데 적절한 도구라고 할 수 있다. 본 척도는 점수가 높을수록 유아의 자아존중감이 높다고 해석할 수 있다.

측정도구의 검사방법은 평정척도로 실험집단과 비교집단의 유아를 잘 알고 있는 담임교사에 의해 이루어졌다. 따라서 실험집단과 비교집단 교사가 이에 대해 충분히 숙지할 수 있도록 연구자가 두 교사에게 각 문항에 대한 자세한 설명과 교사들의 문항의 의문점에 대해 피드백한 후 실험 처치 전·후에 평정하도록 하였다.

〈표 3〉 유아의 자아존중감 척도의 문항구성과 신뢰도

하위요인	문항내용	문항 수	신뢰도
시작과 독립심	1*, 2, 3*, 6*, 7*, 8, 9	7	.86
사회·정서성	4, 5, 11, 12, 14, 15, 17	7	.89
학습성취	10, 13, 16, 18, 19	5	.92
	계	19	.95

주. *역 채점 문항임.

3. 연구절차

1) 예비검사

본 연구에서 실행된 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램이 유아에게 적합한지 알아보고 검사도구의 적절성 및 문제점, 프로그램 활동 소요시간, 활동 진행방법의 적절성과 실험처치에서 나타날 수 있는 문제점 등을 검토하기 위해 예비실험을 하였다. 검사도구는 '유아행복 척도'와 '유아 자아존중감 평정 척도'로 담임교사가 평정하는 도구로 문제점 및 어려운 점이 발견되지 않았으며, 한 유아 당 검사 소요시간은 15-20분 정도 소요되었다.

예비연구는 연구에 참여하지 않은 K어린이집의 만 5세 유아 22명에게 2015년 3월 9일 부터 3월 13일까지 5회에 걸쳐 실시하였다. 활동 소요시간은 활동에 따라 차이를 보였지만, 30-40분 정도로 소요되었으며, 유아들이 생활주제와 연계된 활동에 흥미를 보이고 적극적으로 참여하는 모습을 보였다. 하지만 교사가 유아의 긍정적인 반응을 유도하는 과정에서 별다른 반응이 보이지 않을 때 상호작용에 어려움을 느끼기도 하였다. 따라서 유아의 다양한 표현이 자연스럽게 표출될 수 있도록 시간을 충분히 제공할 것과 유아의 반응에 대한 다양한 격려와 지지를 할 수 있는 교사의 상호작용과 발문의 예를 보완하여 제공하였다.

2) 검사자 훈련 및 검사자간 일치도

본 연구에서 유아의 행복과 자아존중감 검사는 실험집단과 비교집단의 담임교사가 실시하였다. 유아행복과 자아존중감 검사를 하기 전에 실험집단과 비교집단의 교사들에게 검사방법에 대한 교사훈련을 2015년 3월 10일부터 3월 13일까지 실시하였다. 훈련내용은 검사도구의 사용방법, 검사자 간의 일치도, 검사 소요시간, 실시상의 유의점에 관한 것을 숙지하도록 교육하였으며, 검사결과의 신뢰성을 확보하기 위해서 두 교사가 D 어린이집의 방과후반 유아 6명(남아 3명, 여아 3명)을 대상으로 유아행복, 자아존중감 검사를 하여 유아의 행동에 대해 각 문항을 어떻게 평정할 것인지 합의하고 논의한 후에 검사를 하였다. 교사들이 본 연구에서 제시한 검사방법과 측정기준에 일치할 때까지 반복적으로 연습하였다. 이를 바탕으로 검사자간 90%의 일치도를 보였다.

3) 교사교육

본 프로그램을 적용하기 전 평정의 객관성을 담보하기 위하여 실험집단 교사를 대상으로 유아행복에 대한 교사 교육을 하였다. 교사교육의 목적은 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램에 대한 목적 및 목표, 프로그램 내용, 교수학습과정, 교사의 역할에 대한 이해를 높이며 프로그램 운영 능력을 향상할 수 있도록 지원하기 위함이다. 교사 교육 시행 시기 및 구체적인 교육의 세부적인 내용은 <표 4>와 같다.

〈표 4〉 교사교육의 내용과 방법

일정	회기	대상	교육내용	교수자료 및 방법	실시 시기
프로그램 적용 전	1회기	실험집단	오리엔테이션 유아의 행복과 교사의 행복 탐색 행복 프로그램의 필요성 (연구목적 및 필요성) 행복 프로그램에 대한 사전 인식 면담	활동계획안 활동자료 검사도구 (유아행복, 자아존중감 척도) 면담	2015. 3.9
	2회기	실험집단 교사	유아행복의 결정요인 유아행복 경험을 위한 교사의 바람 직한 역할	활동계획안 활동자료	2015. 3.12
	3회기		프로그램의 목적과 목표 유아행복 프로그램의 내용 교수-학습 방법 평가		2015. 3.16
	4회기		행복 프로그램의 모의수업 실시 및 피드백		2015. 3.20
프로그램 적용 과정	활동 적용 전	실험집단 교사	교육활동별 활동 목표 및 활동방법 이해 교육활동에 필요한 교수-학습자료 검토 및 준비 계획안 수정 및 보완 사항 점검	활동계획안 활동자료 E-mail	2015. 3.23 - 2015. 7.24
	활동 적용 후		교육활동 적용 후 반성적 협의 (활동에서 나타난 사례와 지도방안 협의) 다음 교육활동에 대한 협의와 계획	활동계획안 활동결과물 동영상 사진 E-mail	
프로그램 적용 후		실험집단 및 비교집단 교사	사후검사 실시방법 재점검 프로그램 효과에 관한 교사면담	검사도구 (유아행복, 자아존중감 척도) 면담	2015. 7.27

4) 사전검사

사전검사는 프로그램을 시행하기 전 2015년 3월 16일부터 20일까지 실시하였다. 실험집단과 비교집단 유아들을 대상으로 유아행복 및 자아존중감의 집단별 동질성을 알아보기 위해 실시하였다. 본 프로그램의 효과를 검증하려는 측정방법은 교사가 평정하도록 하여 연구의 목적과 질

문지에 대한 평정방법 및 유의사항을 다시 안내하였다.

유아의 행복과 자아존중감 검사는 담임교사가 자유선택활동 시간을 이용하여 유아의 놀이상황을 관찰하고 기록하여 평정하였으며, 검사시간은 1인당 15~20분 정도 소요되었다.

5) 프로그램 처치

(1) 실험처치의 기간 및 운영

프로그램 시행은 2015년 3월 23일부터 2015년 7월 27일까지 총 18주 동안 주 3회씩 총 48회 시행되었다. 본 프로그램 적용을 위한 주간 일정과 활동시간은 기관의 주간 행사 일정과 기존에

〈표 5〉 실험집단과 비교집단의 활동비교

<table>
<tr><th colspan="2">구분</th><th colspan="2">실험집단</th><th colspan="2">비교집단</th></tr>
<tr><td colspan="2">연구대상</td><td colspan="2">만 5세 17명</td><td colspan="2">만 5세 20명</td></tr>
<tr><td colspan="2">실험처치</td><td colspan="2">누리과정과 연계한 유아행복 활동</td><td colspan="2">누리과정 생활주제 활동</td></tr>
<tr><td colspan="2">활동시간</td><td colspan="2">30-40분</td><td colspan="2">30-40분</td></tr>
<tr><td colspan="2">집단구성</td><td colspan="2">대집단, 소집단, 개별</td><td colspan="2">대집단, 소집단, 개별</td></tr>
<tr><td colspan="2">실시횟수</td><td colspan="2">주 3회 18주 동안 48회</td><td colspan="2">주 3회 18주 동안 48회</td></tr>
<tr><td colspan="2">사전검사</td><td colspan="2">유아행복, 자아존중감</td><td colspan="2">유아행복, 자아존중감</td></tr>
<tr><td rowspan="9">활동내용 및 방법</td><td>목적</td><td colspan="2">유아의 행복 증진</td><td colspan="2">인성 및 민주 시민의 기초 형성하여 행복한 구성원으로 성장</td></tr>
<tr><td>내용</td><td colspan="2">건강, 자기존중, 긍정적태도, 자기조절, 성취동기, 자기효능, 관계증진, 긍정경험, 자연친화경험</td><td colspan="2">신체운동·건강, 의사소통, 사회관계, 예술경험, 자연탐구</td></tr>
<tr><td>교수 원리</td><td colspan="2">주도성의 원리, 개별화원리, 행복 경험의 원리, 습관화의 원리, 흥미·몰입의 원리, 통합의 원리, 긍정정서 표현의 원리, 사회적 지지의 원리</td><td colspan="2">놀이중심원리, 생활중심원리, 통합의 원리, 활동간 균형의 원리, 흥미·몰입의 원리, 개별화 원리, 상호작용의 원리</td></tr>
<tr><td rowspan="5">교수 과정 및 전략</td><td>행복엿보기</td><td>타색하기</td><td>도입</td><td>활동에 대한 동기유발</td></tr>
<tr><td>행복경험하기</td><td>토의, 인정, 지원, 긍정정서 연결하기, 문제해결하기</td><td rowspan="2">전개</td><td rowspan="2">본격적인 활동</td></tr>
<tr><td>행복실천하기</td><td>자기표현하기, 모델링</td></tr>
<tr><td>행복공유하기</td><td>긍정정서 표현하기, 공감하기, 격려하기</td><td rowspan="2">마무리</td><td rowspan="2">활동정리 및 회상</td></tr>
<tr><td>행복습관화</td><td>활용하기 (확장활동 및 정연계활동)</td></tr>
<tr><td>활동 방법</td><td colspan="2">이야기나누기, 토의, 게임, 신체, 음률, 미술, 역할, 요리, 과학, 동화 및 동극, 자연친화 및 체험, 가정연계</td><td colspan="2">이야기나누기, 토의, 게임, 신체, 음률, 미술, 역할, 요리, 과학, 동화 및 동극, 자연친화 및 체험</td></tr>
<tr><td>교사 역할</td><td colspan="2">동기유발자, 상호작용자, 환경준비자, 촉진자, 관찰자, 모델링</td><td colspan="2">유아존중, 긍정적 상호작용</td></tr>
<tr><td>평가</td><td colspan="2">검사도구 평가, 활동결과물 관찰일지, 교사의 반성적 저널</td><td colspan="2">관찰일지, 활동결과물</td></tr>
<tr><td colspan="2">사후검사</td><td colspan="2">유아행복, 자아존중감</td><td colspan="2">유아행복, 자아존중감</td></tr>
</table>

정해진 일과 중 적절한 시간을 고려하여 담임교사와 협의하여 시행되었다. 프로그램 진행 시간은 30~40분 정도가 소요되었으며, 가정연계활동은 활동 후 가정에서 유아들과 부모가 행복 활동을 할 수 있도록 안내글과 상호작용의 예, 활동지를 가정으로 배부하고 활동을 마치면 원으로 가져와 교사와 유아들이 가정에서의 부모와 함께했던 경험을 이야기할 수 있는 기회를 제공하였다. 프로그램 적용과정에서 연구자와 교사는 매회 수업의 진행 과정과 유아의 반응에 대해 토의하였다. 이는 프로그램의 내용 요소들이 활동을 전개하는 과정에서 충분히 다루어졌는지 확인하고 자료의 보충 및 교사의 질문을 수정하거나 보완하는 등 차기 수업에 반영하기 위함이다.

(2) 누리과정과 유아행복 내용 분석

누리과정과 연계한 유아행복 프로그램의 활동을 구안하기 위해 누리과정 교사용 지도서(2013)와 행복관련 선행연구(서울대학교 행복연구센터, 2011; 이은주, 2010; 최은지, 2015; 한국교육개발원, 2013; Seligman, 2011)를 분석해본 결과 대부분 사회관계 영역과 매우 관련이 있었지만, 신체운동·건강 의사소통, 사회관계, 예술경험, 자연탐구 영역에서 행복과 관련된 내용을 찾을 수 있었다. 따라서 누리과정 활동 안에서 다양한 행복을 통합적으로 실행하여 다양한 행복 경험을 할 수 있는 체계적인 교수 방법의 제시가 필요하다는 결론을 얻을 수 있었다. 이론적 고찰과 유아교육 현장의 교사 320명을 대상으로 요구도 조사를 하여 현장에 적합한 프로그램 시안을 구성하였다. 유아교육과 교수 2인, 유아교육 전공자 박사과정 3인, 현장 교육경력 10년 이상의 원장 3인, 유아교사 2인과의 전문가 협의를 통해 프로그램의 개발방향과 적절성에 대한 자문 및 타당도 검증과정을 통하여 을 통해 목표, 내용, 교수학습방법, 교사의 역할, 평가방법을 구성하였다.

(3)누리과정과 연계한 유아행복 프로그램의 구안

본 프로그램은 유아들의 행복 경험을 다양하게 느끼고 표현하게하기 위하여 행복의 교육적 요소를 분석하여 적용점을 찾아내고, 유아가 일상생활에서 다양한 행복을 경험하고 이를 습관화하여 지속하는 것에 목적이 있다. 선정된 48개의 활동을 활용하여 유아들에게 행복이 무엇인지, 행복하기 위한 방법에 대한 지식을 이해하고 가치와 태도를 내면화하고 습관화할 수 있도록 이를 실제 적용해 볼 수 있는 확장활동과 가정연계활동으로 구성하였다. 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램의 교육 내용 요소를 추출하기 위해 여러 선행연구를 살펴본 결과 (김성숙, 2013; 김세희, 강순미, 2008; 김정원, 방승연, 2014; 문태영, 2013; 박미진, 2013; 이은주, 2010; 조현서, 전경원, 2014; 최은지, 2015; 황미숙, 2015; 황해익, 김민진, 탁정화, 2013; 홍용희, 나영이, 장현진, 김혜전, 전우용, 2014; Park, Peterson, & Seligman, 2004; Seligman, 2011; Thoilliez, 2011) 학자별로 행복의 내용을 다양하게 제시하고 있었다. 본 연구에서는 유아기에 적합한 행복교육의 내용을 누리과정(2013)의 내용과 연계하여 건강, 자기존중, 긍정적 태도, 자기조절, 성취동기, 자기효능, 관계증진, 긍정경험, 자연친화경험으로 선정하였다. 이를 바탕으로 행복 교육 활동 목적이나 취지에 맞고 유아의 발달 수준, 활동 소요 시간 등을 고려하여 누리과정과 연계한 유아행복 활동 48개를 구안하였다. 개발된 활동안은 유아교육과 교수 2인, 유아교육 박사과정 3인, 교육경력 10

〈표 6〉 누리과정과 연계한 유아 행복 프로그램 활동과정

교수학습 단계		과정
도입	행복 엿보기	사전활동의 경험을 떠올리고 이야기 나누며 활동에 관심가지기 활동에 흥미를 느끼고 자기 동기를 유발할 만한 자료와 상호작용 제시
전개	행복 경험하기	활동목표, 내용, 방법에 따라 본격적인 활동전개 활동 시 문제해결을 위한 다양한 의견제시
	행복 실천하기	행복하기 위한 마음가짐과 태도등 습관을 익히기
마무리	행복 공유하기	활동에 대한 생각과 느낌을 표현하며, 다른사람의 느낌에도 관심을 기울이며 생각 공유하고 정리하기 좋았던 점, 행복했던 순간, 아쉬운점 이야기 나누기
	행복의 습관화	행복하기 위한 구체적인 실천태도 다짐하기(목표와 계획) 확장활동을 제시하며 직접적·간접적 경험하기(가정연계활동)

년 이상(석사과정 이상)의 원장 3인과 교사 2인에게 내용에 대한 타당도 검증을 받았다. 실험집단의 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램 활동 과정은 <표 6>과 같다.

<표 7>에서 보는 것처럼 유아행복 활동은 도입-전개-마무리의 3단계이며, 단계별 세부내용으로 행복 엿보기, 행복 경험하기, 행복 실천하기, 행복 공유하기, 행복의 습관화로 5가지의 항목이 포함되었다. 유아들이 행복을 알고 지속시키고 확장할 수 있는 역량을 키우기 위해서는 유아들의 흥미와 동기를 유발하고, 유아가 행복을 느끼며 활동을 자발적으로 이끄는 과정, 일상생활에서 행복을 찾아 연계하는 과정, 현재 상황에 적용해보며 습관화할 수 있는 과정이 필요하다. 따라서 다양한 행복 경험을 할 수 있도록 대・소집단, 개별활동으로 융통성 있게 활동에 적극적으로 참여할 수 있도록 하였다.

〈표 7〉 실험집단과 비교집단의 활동비교

회기		실험집단(누리과정과 연계한 유아행복 프로그램)			비교집단
		활동명(활동유형)	행복 관련 주요 요소	확장활동 및 가정연계활동	활동명(활동유형)
1	유치원과 친구	행복의 나라로 출발 (이야기나누기,토의)	건강, 자기존중, 긍정적 태도, 성취동기, 자기효능, 관계증진	행복 가정통신문 배부	우리반의 필요한 약속을 정해요. (이야기나누기)
2		행복 송 & 건강 체조 (음률, 신체)	건강, 자기존중, 긍정적 태도, 자기효능, 관계증진, 긍정경험	우리 가족의 행복 체조 만들기	아침체조 (신체)
3		나의 행복 일기 (이야기나누기, 토의)	자기존중, 긍정적 태도, 자기조절, 성취동기, 긍정경험	부모님과 행복경험 나누기	내가 좋아하는 것 (언어)
4		우리 반 행복 영역 (이야기나누기, 토의)	자기존중, 긍정적 태도, 자기조절, 자기효능, 긍정경험	부모님의 감정조절 방법 인터뷰	자유선택활동 영역 도미노 (언어)
5		말의 힘 (과학)	자기존중, 자기조절, 성취동기	우리가족이 듣기 좋은 말 VS 듣기 싫은 말	친구가 하는 말 (이야기 나누기)

〈표 7〉 계속

회기		실험집단(누리과정과 연계한 유아행복 프로그램)			비교집단
		활동명(활동유형)	행복 관련 주요 요소	확장활동 및 가정연계활동	활동명(활동유형)
6	봄	귓속말로 기분 좋은 말 전달하기 (게임)	자기존중, 자기조절, 성취동기, 자기효능, 관계증진	귓속말로 가족에게 사랑의 말 전달하기	다른사람이 말할 때 끝까지 들어보렴 (동화)
7	봄	내가 줄 수 있는 도움 (이야기나누기, 토의)	자기존중, 긍정적 태도, 자기효능, 관계증진	가족에게 내가 줄 수 있는 도움	함께하면 더 좋아요 (이야기 나누기)
8	봄	행복한 봄 동산 (자연친화체험, 미술)	긍정적 태도, 자기조절, 자기효능, 관계증진, 긍정경험, 자연친화경험	우리 집에서 봄을 찾아요	봄동산을 꾸며요 (쌓기)
9	봄	행복 씨앗 (과학)	긍정적 태도, 자기효능, 자연친화경험	가족 행복 모종 심기	씨앗이 자라요 (과학)
10	봄	행복 밥상-봄나물 뷔페 (역할, 요리)	건강, 긍정적 태도, 자기조절, 자기효능, 관계증진, 자연친화경험	가족과 함께하는 봄나물 무침	봄에 볼 수 있는 식물 (이야기 나누기)
11	봄	행복꽃 칭찬 나무 (미술)	자기존중, 자기조절, 관계증진, 자연친화경험	나를 칭찬해 주세요-칭찬레포트	칭찬하기 대회 (게임)
12	봄	웃는 얼굴 행복나무 (게임)	건강, 자기조절, 긍정적 태도, 관계증진	우리가족 웃음나무	벚꽃 붙이고 돌아오기 (게임)
13	봄	스마일 박 터뜨리기 (게임)	건강, 자기존중, 긍정적 태도, 자기조절, 성취동기, 관계증진	우리가족을 웃게 하는 나만의 비법	표정으로 나타내요 (이야기나누기)
14	나	나의 영화 책 만들기 -카메라 북- (미술)	자기존중, 자기효능, 관계증진, 긍정경험	부모님의 어린 시절 인터뷰	나는 자라요 (미술)
15	나	내 모습 인형 만들기 (미술)	자기존중, 자기효능, 관계증진, 긍정경험	우리 가족 행복 인형 소개	발로 길이재가 (수)
16	나	내 이름 퍼즐 (미술)	자기존중, 긍정적 태도, 자기조절, 자기효능, 관계증진, 긍정경험	부모님이 지어주신 내 이름의 의미	내 이름 삼행시 (이야기 나누기)
17	나	음악 듣고 나의 감정 표현하기 (음률)	자기존중, 자기조절, 관계증진, 긍정경험	우리 가족의 행복음악	나는 기쁠 때와 슬플 때가 있어요 (이야기나누기)
18	나	나와 나무 (자연친화 체험)	자기존중, 자기조절, 긍정적 태도, 자연친화경험	나무를 위해 우리가 할 수 있는 일 실천하기	그루터기야 생일축하해 (동화)
19	나	나의 강점과 약점 (미술, 토의)	자기존중, 긍정적 태도, 자기효능, 관계증진	우리가족의 강점과 약점	나는 할 수 있어요 (미술)
20	가족	감사 카네이션 카드 (미술)	자기존중, 긍정적 태도, 관계증진	감사 고리 만들기	우리 가족을 위한 선물상자 (미술)
21	가족	우리 가족 광고하기 (토의)	자기존중, 자기효능, 긍정적 태도, 관계증진	사랑의 쿠폰 체험 후기	내가 할 수 있는 효도 (수)
22	가족	내 동생 (음률)	긍정적 태도, 자기효능, 관계증진, 긍정경험	동생을 위해 내가 할 수 있는 일	해와 달이 된 오누이 (동화)

〈표 7〉 계속

회기		실험집단(누리과정과 연계한 유아행복 프로그램)			비교집단
		활동명(활동유형)	행복 관련 주요 요소	확장활동 및 가정연계활동	활동명(활동유형)
23	가족	가족과 행복한 주말 계획세우기 (토의, 가정연계)	자기조절, 성취동기, 관계증진, 긍정경험	가족과 주말의 행복 경험 발표	가족 나들이 (역할)
24	가족	자연물로 꾸미는 우리가족 액자 (미술, 자연친화 체험)	자기조절, 자기효능, 관계증진, 긍정경험, 자연친화경험	자연물로 꾸미는 우리 가족	자연물을 이용한 우리 가족 꾸미기 (실외활동)
25	가족	행복 웃음 스위치 (게임)	건강, 긍정적 태도, 자기조절, 관계증진	우리 가족 웃음 스위치	표정으로 나타내요 (이야기나누기)
26	우리동네	행복을 전하는 세잎 클로버 (자연친화체험)	긍정적 태도, 자기효능, 관계증진, 긍정경험, 자연친화경험	가족과 세잎 클로버 찾아보기	우리동네의 숲은 어떤 모습일까? (산책)
27	우리동네	특별한 보물찾기 (자연친화체험)	자기존중, 긍정적 태도, 자기효능, 관계증진, 자연친화경험	가족과 숲 공원 산책하기	나의 소중한 보물 (이야기나누기)
28	우리동네	행복도서관 (역할)	자기존중, 긍정적 태도, 자기조절, 자기효능, 관계증진, 긍정경험	부모님과 함께 읽은 책	생각 쑥쑥 즐거운 도서관 (역할)
29	우리동네	감사하는 마음 행복한 세상 (토의)	자기존중, 긍정적 태도, 관계증진, 자기효능, 긍정경험	감사 샌드위치	우리동네 수수께끼 (언어)
30	우리동네	배려 통장 만들기 (토의, 미술)	자기존중, 자기조절, 자기효능, 관계증진	우리 가족의 배려 활동	도와줄 때도 배려가 필요해요 (언어)
31	우리동네	우리 동네 환경 지킴이 (토의, 체험)	자기존중, 긍정적 태도, 자기효능, 관계증진, 긍정경험	우리 가족은 환경 지킴이	아름다움 동네를 만들어요 (음률)
32	건강과 안전	우리 몸을 건강하게 해주는 음식 (이야기나누기)	건강, 자기존중, 긍정적 태도, 자기효능, 관계증진	건강을 지켜주는 우리 가족의 행복 음식 밥상머리 교육 안내문	우리몸에 좋은 음식 (이야기나누기)
33	건강과 안전	행복 두유 만들기 (과학, 미술)	건강, 긍정적 태도, 성취동기, 관계증진	우리 가족의 행복한 식습관	콩이 변했어요 (음률)
34	건강과 안전	하트 접어 친구와 함께 서기 (게임)	건강, 자기조절, 관계증진	가족 스킨쉽 놀이	균형잡기 (신체)
35	건강과 안전	숲 속에서 휴식하기 (자연친화체험)	건강, 자기조절, 관계증진, 자연 친화 경험	우리 가족의 휴식 시간과 방법	휴식의 중요성 다슬이가 괜찮을까요? (동화)
36	건강과 안전	행복 나라로 가는 징검다리 건너기 (게임)	건강, 자기조절, 긍정적 태도, 성취동기, 관계증진	행복 계획 세워보기	징검다리 건너기 (게임)
37	건강과 안전	행복 탑 쌓기 게임 만들어 보기 (토의, 게임)	건강, 자기존중, 자기조절, 긍정적 태도, 성취동기, 관계증진	우리 가족 행복 소원 탑	공 전달하기 (게임)

한편 비교집단에서는 실험집단과 같은 일정으로 누리과정 생활주제와 관련된 활동을 도입-전개-마무리 3단계에 맞추어 활동하였다. 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램의 계획안에 해당하는 실험집단의 활동과 비교집단의 구체적인 활동의 예 및 실험집단과 비교집단의 48개 활동 비교는 다음의 표 8과 같다. 활동의 소요시간은 1회기 당 30~40분이 소요되었으며 오후 1시부터 실시하였다.

6) 사후검사

사후검사는 18주 동안의 프로그램 실험처치가 끝난 후 사전검사와 동일한 검사내용 및 도구, 동일한 방법 시행되었다. 즉 2015년 7월 27일부터 30일까지 유아의 행복과 자아존중감의 사후검사를 시행하였다.

4. 자료분석

누리과정과 연계한 유아행복 프로그램의 효과를 검증하기 위해 유아의 행복과 자아존중감에 대한 사전검사와 사후검사를 시행하였으며 SPSS Win 22.0 프로그램을 사용하여 통계 처리하여 분석하였다. 이때, 실험 전에 존재할 수 있는 집단 간의 오차를 최소화하기 위해 사전검사의 점수를 공변인으로 통제하여, 사후 검사 점수가 집단 간 유의미한 차이를 나타내는 공변량 분석(ANCOVA)을 실시하였다.

Ⅲ. 연구결과

1. 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램이 유아의 행복에 미치는 효과

누리과정과 연계한 유아행복 프로그램을 적용하기 전 실험집단과 비교집단 유아의 행복에 대한 사전검사 결과는 <표 8>과 같다.

〈표 8〉 유아의 행복 사전검사 결과 (N = 37)

	실험집단(n = 20)		비교집단(n = 17)		t
	M	SD	M	SD	
건강	15.25	1.74	17.41	2.34	-3.23**
정서	14.75	2.04	14.96	2.77	.13
몰입	15.70	3.41	15.82	2.21	.05
인지 및 성취	19.55	5.11	18.41	3.62	.91
부모관계	10.90	2.02	12.17	2.06	-1.11
교사관계	19.50	2.28	18.35	3.27	1.55
또래관계	13.70	2.10	14.00	3.46	-.17
영성	18.10	3.68	16.47	4.17	1.51
생활만족	7.50	1.10	8.17	1.07	-1.79
전체	134.95	18.59	135.58	20.34	.16

** $p < .01$.

<표 8>에서 사전 유아의 행복 집단별 차이 검증을 한 결과 사전검사에서 행복 전체 점수는 $p < .001$의 수준에서 유의미한 차이가 없었으나, 하위요인이 건강에서 $p < .01$의 수준에서 유의미한 차이를 보임으로써 실험집단과 비교집단은 동질집단이 아니라는 것이 밝혀졌으므로 유아 행복의 사전 점수를 공변인으로 통제하여 행복 총점에 대해 공변량 분석을 실시한 결과를 표 9에서 제시하였다.

표 9와 같이 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램을 적용한 실험집단 유아의 행복 점수는 사전 검사($M = 134.95$, $SD = 18.59$)에 비해 수정된 사후 검사 점수($M' = 164.01$, $SE = 1.97$)가 증가한 것으로 나타났으나, 비교집단 유아의 점수는 사전 검사($M = 135.58$, $SD = 20.34$)에 비해 사후검사 점수($M' = 139.86$, $SE = 2.14$)가 증가하였으나 실험집단에 비해 큰 증가를 하지 않았다. 또한 유아 행복의 하위요인인 부모관계, 또래관계, 몰입, 정서, 건강, 생활만족에 대한 사전검사 점수는 비교집단이 실험집단보다 높았으나, 모든 영역에서 사후점수와 수정된 사후점수는 실험집단이 높게 나타났다. 수정된 사후 평균점수를 바탕으로 두 집단 간 차이가 있는지 검증하기 위해 공변량 분석을 실시한 결과, 두 집단 간 유의한 차이($F = 68.58$, $p < .001$)가 나타났다.

〈표 9〉 유아의 행복에 대한 집단별 평균과 표준편차

변인	집단	사전		사후		수정된 사후점수	
		M	*SD*	*M*	*SD*	*M′*	*SE*
건강	실험집단	15.25	1.74	19.25	1.20	19.65	.22
	비교집단	17.41	2.34	15.70	1.31	15.22	.24
정서	실험집단	14.75	2.04	18.50	2.48	18.50	.34
	비교집단	14.96	2.77	15.94	2.13	15.93	.36
몰입	실험집단	15.70	3.41	18.50	1.96	18.52	.33
	비교집단	15.82	2.21	16.17	2.03	16.14	.36
인지 및 성취	실험집단	19.55	5.11	22.35	3.92	21.96	.45
	비교집단	18.41	3.62	19.17	3.72	19.62	.48
부모관계	실험집단	10.90	2.02	13.30	2.15	13.79	.34
	비교집단	12.17	2.06	11.82	2.45	11.23	.38
교사관계	실험집단	19.50	2.28	22.80	1.67	22.60	.35
	비교집단	18.35	3.27	18.29	2.08	18.52	.38
또래관계	실험집단	13.70	2.10	17.60	2.03	17.67	.47
	비교집단	14.00	3.46	15.41	3.02	15.32	.51
영성	실험집단	18.10	3.68	21.85	2.70	21.49	.41
	비교집단	16.47	4.17	19.05	2.46	19.48	.44
생활만족	실험집단	7.50	1.10	9.65	.93	9.87	.14
	비교집단	8.17	1.07	8.52	1.06	8.26	.15
전체	실험집단	134.95	18.59	163.80	15.60	164.01	1.97
	비교집단	135.58	20.34	140.11	17.42	139.86	2.14

〈표 10〉 유아의 행복에 대한 집단별 공변량 분석(ANCOVA) 결과

변인	Source	*SS*	*df*	*MS*	*F*
건강	공변인	.59	1	.59	.65
	집단	139.35	1	139.35	154.04***
	오차	30.75	34	.90	
	전체	170.70	36		
정서	공변인	110.82	1	110.82	47.93***
	집단	60.68	1	60.68	26.24***
	오차	78.60	34	2.31	
	전체	250.10	36		
몰입	공변인	60.48	1	60.48	26.86***
	집단	52.02	1	52.02	23.10***
	오차	76.56	34	2.25	
	전체	189.08	36		
인지 및 성취	공변인	420.90	1	420.90	104.36***
	집단	49.54	1	49.54	12.28***
	오차	137.12	34	4.03	
	전체	607.56	36		
부모관계	공변인	70.75	1	70.75	30.32***
	집단	54.61	1	54.61	23.40***
	오차	79.33	34	2.33	
	전체	204.70	36		
교사관계	공변인	78.17	1	78.17	31.30***
	집단	146.23	1	146.23	58.56***
	오차	84.89	34	2.49	
	전체	97411	36		
또래관계	공변인	67.32	1	67.32	15.13***
	집단	50.30	1	50.30	11.30**
	오차	151.29	34	4.45	
	전체	268.91	36		
영성	공변인	159.11	1	159.11	48.11***
	집단	35.52	1	35.52	10.74**
	오차	112.43	34	3.30	
	전체	307.08	36		
생활만족	공변인	11.52	1	11.52	29.66***
	집단	21.58	1	21.58	55.55***
	오차	13.21	34	.38	
	전체	46.32	36		
전체	공변인	6626.55	1	6626.55	84.88***
	집단	5354.05	1	5354.05	68.58***
	오차	2654.15	34		
	전체	14634.75	36		

*** $p < .001$, ** $p < .01$.

<표 10>과 같이 유아행복의 하위요인별로 분석해 보면, 건강에 대한 주효과는 사전점수가 실험집단이 15.42점으로 비교집단 17.41점보다 낮았으나 수정된 사후점수가 실험집단 평균이 19.65점, 비교집단 평균이 15.22점으로 나타나며 통계적으로 유의미한 차이가 나타났고(F= 154.04, p< .001), 정서에 대한 주효과는 실험집단이 18.50점, 비교집단 평균이 15.93으로 통계적으로 유의미한 차이를 나타내고 있다(F= 26.24, p< .001). 몰입에 대한 주효과는 실험집단이 18.52점으로 비교집단 16,14점보다 높게 향상되며 통계적으로 유의미한 차이가 나타났고(F= 23.10, p< .001), 인지 및 성취의 주효과는 실험집단의 평균이 21.96점으로 비교집단 19.62점보다 높게 향상되며 통계적으로 유의미한 차이를 나타내고 있다(F= 12.28, p< .001). 부모관계에 대한 주효과는 실험집단의 사전점수 10.90점으로 비교집단 12.17점보다 낮았으나 사전점수를 통제한 수정된 사후점수에서는 비교집단 11.23점으로 감소하고, 실험집단이 13.79로 높게 나타나며 통계적으로 유의미한 차이를 나타내고 있다(F= 23.40, p< .001). 교사관계에 대한 주효과는 실험집단이 22.60점, 비교집단이 18.52점보다 높게 향상되며 통계적으로 유의미한 차이를 나타내고 있고(F= 58.56, p< .001), 또래관계에 대한 주효과는 실험집단 17.67점으로 비교집단 15.32점보다 높게 향상되며 통계적으로 유의미한 차이를 나타내고 있다(F= 11.30, p< .01). 영성에 대한 주효과는 실험집단이 21.49점으로 비교집단 19.48점보다 높게 향상되며 통계적으로 유의미한 차이가 나타나고(F= 10.74, p< .01), 생활만족의 주효과는 실험집단이 9.87점으로 비교집단 8.26점보다 높게 향상되며 통계적으로 유의미한 차이를 나타내고 있다(F= 55.55, p< .001). 따라서 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램은 건강, 정서, 몰입, 인지 및 성취, 부모관계, 교사관계, 또래관계, 영성, 생활만족과 같은 유아행복이 향상하는데 긍정적인 효과가 있는 것으로 해석할 수 있다.

2. 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램이 유아의 자아존중감에 미치는 효과

누리과정과 연계한 유아행복 프로그램을 적용하기 전 실험집단과 비교집단 유아의 자아존중감에 대한 사전검사 결과는 <표 11>과 같다.

누리과정과 연계한 유아행복 프로그램이 유아의 자아존중감에 미치는 효과를 알아보기 전에 자아존중감에 대한 사전검사를 한 결과 실험집단(M= 56.00)이 비교집단(M= 54.70)보다 높은 평균을 보였지만 유의수준 p< .001 내에서 집단 간 차이를 보이지 않았다. 하위 요인별로 살펴보면 시작과 독립심은 실험집단이 비교집단보다 점수가 낮았고, 사회·정서성과 학습성취는 실험집

〈표 11〉 유아의 자아존중감 사전검사 결과 (N = 37)

	실험집단(n = 20)		비교집단(n = 17)		t
	M	SD	M	SD	
시작과 독립심	19.60	6.02	20.05	3.94	-.16
사회·정서성	21.60	3.34	19.94	3.49	1.86
학습성취	14.80	4.27	14.70	2.82	.18
전체	56.00	11.70	54.70	7.35	.59

단이 비교집단보다 높았지만, 집단 간의 유의한 차이는 나타나지 않았으므로 두 집단은 자아존중감 변인에서 동질집단으로 구성되어 있음이 확인되었다. 두 집단 간 평균의 차이는 크지 않았지만, 사전검사 점수가 사후검사 점수에 어느 정도의 영향이 있을 가능성을 고려해 사후검사 점수의 두 집단 간 비교에서 사전 점수를 공변인으로 통제하여 자아존중감 총점에 대해 공변량 분석을 한 결과를 <표 12>에서 제시하였다.

〈표 12〉 유아의 자아존중감에 대한 집단별 평균과 표준편차

변인	집단	사전		사후		수정된 사후점수	
		M	*SD*	*M*	*SD*	*M′*	*SE*
시작과 독립심	실험집단	19.60	6.02	24.95	2.85	25.05	.51
	비교집단	20.05	3.94	20.94	3.84	20.82	.55
사회·정서성	실험집단	21.60	3.34	26.15	2.34	25.71	.30
	비교집단	19.94	3.49	21.00	2.34	21.50	.33
학습 성취	실험집단	14.80	4.27	17.50	3.23	17.46	.37
	비교집단	14.70	2.82	15.58	3.16	15.62	.40
전체	실험집단	56.00	11.70	68.60	7.18	68.22	.97
	비교집단	54.70	9.35	57.52	8.83	57.97	1.05

〈표 13〉 유아의 자아존중감에 대한 집단별 공변량 분석(ANCOVA) 결과

	Source	*SS*	*df*	*MS*	*F*
시작과 독립심	공변인	196.13	1	196.13	37.13***
	집단	163.84	1	163.84	31.01***
	오차	179.59	34	5.28	
	전체	539.56	36		
사회·정서성	공변인	221.50	1	221.50	122.54***
	집단	153.31	1	153.31	84.82***
	오차	61.45	34	1.80	
	전체	436.27	36		
학습성취	공변인	264.81	1	264.81	93.09***
	집단	31.16	1	31.16	10.95**
	오차	96.72	34	2.84	
	전체	392.70	36		
전체	공변인	1751.71	1	1751.71	92.66***
	집단	962.77	1	962.77	50.92***
	오차	642.76	34	18.90	
	전체	3357.24	36		

*** $p < .001$, ** $p < .01$.

누리과정과 연계한 유아행복 프로그램을 적용한 실험집단 유아의 자아존중감 점수는 사전 검사(M= 56.00, SD= 11.70)보다 수정된 사후 검사 점수(M'= 68.22, SE= .97)가 12.2점의 큰 차이를 보이며 증가한 것으로 나타났으나, 비교집단 유아의 자아존중감 점수는 사전 검사(M= 54.70, SD = 9.35)보다 사후검사 점수(M'= 57.97, SE= 1.05)가 3.27점이 증가하였다. 또한, 유아 자아존중감의 하위요인인 시작과 독립심, 사회 · 정서성, 학습성취 영역에서도 사후점수와 수정된 사후점수는 실험집단이 더 높게 나타났다. 수정된 사후 평균점수를 바탕으로 두 집단 간 차이가 있는지 검증하기 위해 공변량 분석을 한 결과, 두 집단 간 유의한 차이(F= 50.92, p< .001)가 나타났다.

유아의 자아존중감 하위요인별로 분석해보면, 시작과 독립심의 주효과는 실험집단의 사후점수 25.05점이 비교집단 점수 20.82점보다 높게 향상되며 통계적으로 유의미한 차이를 나타내고 있다(F= 31.01, p< .001). 사회 · 정서성에 대한 주효과는 실험집단의 사후점수 25.71점이 비교집단 21.50점보다 높게 향상되며 통계적으로 유의미한 차이를 보이고(F= 84.82, p< .001), 학습성취에서의 주효과는 실험집단의 사후점수 17.46점이 비교집단 15.62점보다 높게 향상되며 통계적으로 유의미한 차이를 보이고 있다(F= 10.95, p< .01). 따라서 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램은 시작과 독립심, 사회 · 정서성, 학습성취와 같은 유아의 자아존중감을 향상하는데 긍정적인 효과가 있는 것으로 해석할 수 있다.

Ⅳ. 논의 및 결론

본 연구는 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램이 유아의 행복과 자아존중감에 미치는 효과를 검증해봄으로써 유아행복 프로그램의 현장적용 타당성을 제시하였다. 본 연구 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램을 시행한 결과, 유아행복에 긍정적인 효과가 있는 것으로 확인되었다. 또한 유아행복의 하위요인인 건강, 정서, 몰입, 인지 및 성취, 부모관계, 교사관계, 또래관계, 영성, 정서, 생활만족 모두에서 유의미한 차이가 나타났다. 이는 유아행복 관련 프로그램이 유아의 행복에 긍정적인 영향을 주었다는 선행 연구(김정원, 방승연, 2014; 류칠선, 조인경, 2014; 박점희, 2015; 유선혜, 2014; 정영희, 김윤미, 2011; 진봉희, 2013; 황미숙, 2015)결과와도 일치하는 것이다. 이는 본 연구의 프로그램이 유아행복의 하위 요소가 다양하게 포함된 내용이 생활주제와 연계되어 본 프로그램에서 개발한 교수-학습방법에 따라 활동이 지속해서 이루어진 결과에 따른 효과라고 볼 수 있다. 즉, 유아들이 일상생활과 관련된 주제가 행복 프로그램 적용에 유아들에게 매우 의미가 있었고, 지속적으로 생활 속에서 적용하고 실천하며 경험을 습관화하는 활동 과정이 유아에게 적절하며 긍정적이었다는 것을 의미한다. 유아행복의 하위요인에 따라 좀 더 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

특히 본 프로그램은 건강에 긍정적인 효과가 나타났다. 특히 건강의 사전 검사에서 비교집단보다 실험집단의 점수가 낮았는데, 개발된 프로그램의 적용 결과 비교집단의 건강에 대한 사후점수는 낮아지고, 실험집단의 사후점수가 크게 향상되는 결과를 보였다. 유아행복 프로그램에서

적용한 건강과 관련된 아침체조 활동과 웃음 표현의 지속적인 활동들이 유아의 신체적·정신적 건강을 증진하는데 도움을 주었으리라 유추할 수 있다. 따라서 지속적이고 반복적인 신체활동이 유아들의 건강한 생활습관 형성에 결정적으로 도움을 주었다는 주장(이혜민, 2015)과 유아에게 웃음은 행복한 성장과 발달을 돕는 힘으로 유아의 웃음 표현을 존중하고, 웃음을 활용한 교수법과 프로그램으로 유아들의 웃음과 행복을 유발할 수 있어야 한다(이향미, 2011; 차영숙, 2011; 채정아, 2007)는 주장과 일치된다고 할 수 있다. 이러한 건강한 정서 능력들을 표현함으로써 정서를 증진할 수 있었다. 유아행복 프로그램에서 부정적 정서를 조절하는 전략의 제공, 긍정적인 감정을 자유롭게 표현하고 지속적인 증진하는 과정, 타인의 정서를 함께 나누고 공유해보는 경험을 통하여 다양한 상황에 따라 자신의 정서를 적절하게 조절하고 활용하는 습관이 형성되었다고 추론할 수 있다. 몰입에도 긍정적인 효과가 나타났는데, 이는 행복한 유아는 몰입을 잘한다(Noddings, 2008)는 주장을 뒷받침하며, 몰입을 통하여 행복감을 경험할 수 있다(Csikszentmihalyi, 2005)는 제안과 부분적으로 일치한다. 또한, 그림책 관련 행복 활동이 몰입에 긍정적인 영향을 미친다(김세희, 강순미, 2008; 송순옥, 2015; 유선혜, 2014)의 결과와도 같은 결과이다. 인지 및 성취는 유아가 자신의 힘으로 바라는 결과를 성취할 능력을 갖추고 있다는 신념으로 이를 활용하여 노력하고 성취하는 것(이은주, 2010)을 의미하는 것으로 본 프로그램에서의 자기효능과 연결되어 문제 해결과 성취경험의 제공을 통해 인지 및 성취가 향상된 것으로 보인다. 이는 행복 증진 프로그램이 청소년의 자기효능감을 향상시켰다는 결과(고희숙, 2013)와 유사한 결과를 도출한 것이다. 유아를 대상으로 이러한 결과가 나타난 것은 유아들이 적극적으로 도전하고 인내할 수 있는 능력을 향상할 수 있도록 교사의 사회적인 지지를 통해 성취 경험을 제공(석은조, 2005; 차인수, 2001)하였다는 점을 뒷받침하는 결과이다.

부모관계와 관련된 행복 증진은 여러 가지 시사점을 제공한다. 유아가 가장 많이 생활하고 영향을 받는 곳이 가정환경(류칠선, 조인경, 2014) 이라는 측면과 유아들의 행복 경험은 부모와 관련된 행복 경험이 많다는 결과(홍용희 등, 2014)를 근거로 들 수 있다. 본 유아행복 프로그램이 부모와 유아의 관계를 증진할 수 있는 가정연계활동을 제공한 결과 유아와 부모관계를 향상시키는데 효과가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 부모와 함께하는 활동이 유아가 긍정적인 정서를 느끼고 표현하는데 적절하며(모용희, 2014; 정미애, 2011), 유아의 행복 증진을 위해서는 부모의 참여를 이끌어야 한다(서진영, 2015; 이승미, 2015)는 주장을 지지한다. 따라서 유아행복 프로그램에서의 가정과 연계한 확장활동의 제공은 부모와 유아의 긍정적인 관계를 형성 시키는데 도움이 되었다는 것으로 해석할 수 있다. 또한 유아행복 프로그램은 교사관계를 향상하게 하는데 효과가 있는 것으로 나타났다. 이는 본 프로그램에서 교사가 유아를 존중하고 지지하는 역할을 효과적으로 수행한 것이 교사와 유아의 관계를 증진시키는데 긍정적인 영향을 미쳤을 것이라고 예상한다. 교사의 지지가 유아의 행복에 높은 설명력을 가지며(송현미, 2013; 전고은, 2014), 교사와의 긍정적인 애착은 부모와의 불완전한 애착을 보상하며 유아의 정서에 긍정적인 발달을 준다(Goossens & Van Ijzendoorn, 1990)는 주장을 지지한다. 최근 취업모와 맞벌이 부모의 수가 증가함에 따라 유아들이 가정에서보다 유아교육기관에서 오랜 시간을 보내는 것을 고려할 때, 유아교육기관에서의 교사와 유아의 긍정적인 관계가 유아의 행복에 영향을 주므로 유아의

행복을 증진하기 위한 교사의 역할과 노력이 필요하다는 제안(전고은, 2014)을 지지하는 결과이다. 행복의 하위 요인인 또래관계를 향상하는데 효과가 있는 것으로 나타났는데 이는 관계증진의 배려, 나눔, 협동, 존중, 공감의 가치를 내면화하여 긍정적인 또래관계 형성에 도움을 주었으리라고 생각된다. 특히 토의활동과 신체활동의 협동 및 협력활동에서 상호 존중하고 배려하고 나누고 공감하는 과정을 통하여 긍정적인 상호작용이 활발히 이루어졌다. 이러한 결과는 배려와 나눔 활동이 유아의 또래유능성, 타인정서, 사회적 능력, 행복감에 긍정적인 영향을 준다는 주장(곽윤진, 2015; 서현, 김한희, 박미자, 2014; 홍지명, 2014)을 뒷받침하며, 서로 협력하고 협동하는 과정에서 문제해결력과 소통의 즐거움을 얻을 수 있다는 결과(문남정, 2014; 임지윤, 2015)와 유사한 맥락이다. 즉 또래와 긍정적인 상호작용을 통해 의견을 나누고 공유하며, 공동의 목표를 향해 함께 노력하며 자연스럽게 배려하고 돕는 이타적인 마음을 갖게 하여 또래 관계 증진에 긍정적인 효과를 이끌어 내었을 것으로 생각한다.

누리과정과 연계한 유아행복 프로그램은 유아들의 예술적인 경험 표현을 지지하며 유아행복의 하위요인인 영성에도 긍정적인 효과가 나타났다. 이러한 결과는 행복감 증진을 위한 그림책을 활용한 프로그램 및 자연친화적 교육 프로그램에서 유아행복의 하위 요인인 영성에 긍정적인 효과 나타났다(김정원, 방승연, 2014; 송순옥, 2015; 정영희, 김윤미, 2012; 최수경, 석주영, 박인전, 2013)는 연구 결과와 일치하며, 예술 관련 활동이 유아의 심미적 태도와 예술성에 긍정적인 영향을 미친다(신민하, 2011; 이영미, 2013; 조희연, 2009)는 연구결과와 유사한 맥락이다. 자연 속에서의 경험은 자연물에 대한 신비로움과 놀라움과 심미적 즐거움을 증진해 행복이 증진된다(김은숙, 2010; Huppertz, 2004)는 연구들과도 같은 맥락이다. 본 연구에서 개발된 유아행복 프로그램 역시 그림책이나 동극활동을 통해 타인의 정서를 인식하고 공감하는 경험, 예술 경험 활동에서 얻을 수 있는 정서와 느낌의 자유로운 표현, 자연 친화적 활동을 통해 자연과 교감하고 아름다움을 체험하는 경험들의 제공으로 예술적 감흥과 심미감 등의 정서가 누적되면서 영성 증진에 바람직한 효과를 이끌어 내었을 것으로 생각된다. 마지막으로 유아들의 전반적인 생활만족에서 긍정적인 효과를 가져왔다. 유아들의 사회생활의 원천인 유아교육기관에서의 생활만족은 행복과 매우 밀접한 관계를 맺고 있다. 유아교육기관의 적응정도가 유아의 행복에 긍정적인 영향을 준다(이은주, 2010; 고현, 김성미, 2014)는 연구결과를 뒷받침하며, 초등학생의 학교생활적응이 높을수록 행복감이 증진되어 학교 행복감을 높인다(홍애순, 2013)는 주장과도 유사한 맥락으로 해석될 수 있다. 유아교육기관에서의 적응이란, 유아교육기관에서 자신을 잘 맞추어 일과에 능동적이고 주도적으로 참여하고, 또래·교사와 긍정적인 관계를 형성하며 조화와 균형 잡힌 관계를 유지하여 즐겁고 편안한 생활을 하는 것이다(김지은, 2003). 이와 관련하여 본 프로그램에서는 유아들은 건강한 생활 습관화, 자신을 사랑하는 마음 갖기, 자신을 조절하기, 긍정적인 태도 갖기, 흥미로운 활동에 몰입하고 참여하기, 자신의 능력을 알고 노력하기, 주변 사람들과의 관계 형성과 증진, 주변의 환경에서 경험한 긍정적인 정서 증진하기의 전 과정을 통해 행복을 지속시킴으로써 유아교육기관에서의 전반적인 생활만족이 향상된 것으로 생각된다.

둘째 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램을 시행한 결과, 자아존중감에 긍정적인 효과가 있는 것으로 확인되었다. 이는 유아행복 관련 그림책을 활용한 통합적 활동이 유아의 자아존중감

에 긍정적인 영향을 주었다(류칠선, 조인경, 2014)는 결과와 놀이를 활용한 행복 증진 프로그램이 아동의 자아존중감을 증진 시켰다(이보은, 2009)는 연구결과와 일치한다. 또한 유아들이 기분이 좋아지는 활동을 매일 지속해서 참여했을 때 자아존중감에 긍정적인 영향을 주고(Kostelnik et al, 2002), 유아들이 자기 자신을 소중하게 인식하고, 인정받으며, 자신을 유능하다고 여기는 것이 행복을 증진할 수 있다(송지연, 2015; 최내리, 조혜진, 2014)는 연구결과를 통해 자아존중감이 지속적인 행복감을 누리는데 매우 중요한 변인(Campbell, 1981; Myers, 1992)이라는 점을 지지한다. 이는 부모・또래・교사의 사회적 지지가 자아존중감을 증진하게 한다는 연구들(박성현, 2011; 이미애, 2004; Kostelnik et al, 2002)과도 같은 맥락이다.

유아 자아존중감의 하위요인인 시작과 독립심, 사회・정서성, 학습성취 모두에서 유의미한 차이가 나타났다. 특히 시작과 독립심은 활동을 시작하면서 자신있게 목표를 독립적으로 세우고 자신의 주장을 분명히 하고, 다른 사람보다 앞서는 것(신동주, 최현미, 2011)으로 보았을 때, 본 프로그램의 성취동기와 자기 효능과 관련된 활동을 통하여 유아의 시작과 독립심 증진에 긍정적인 영향을 주었다고 볼 수 있다. 유아의 행복과 관련한 교육적 효과를 자아존중감과 연관하여 진행한 연구는 매우 부족한 실정이어서 이에 대한 연구를 시도하였다는 점에서 본 연구가 매우 의미 있으리라 생각된다. 본 프로그램은 유아의 행복의 강력한 변인인 자아존중감에 대한 내용을 포함하여, 교사, 또래, 부모의 지원과 모델링을 통해 긍정적인 상호작용을 함으로써 자신의 정보에 대한 인식과 긍정적인 판단을 통해 자연스럽게 자아존중감과 자신감을 증진해 나간 것으로 예측할 수 있다. 그러므로 본 연구의 결과는 행복한 유아가 역동적으로 자신에게 주어진 일에 자신감을 가지고 열정적으로 도전한다(김민진, 김창복, 2015)는 견해를 뒷받침하고 있다.

사회·정서성은 변화에 적응하고 타인과의 관계에서 비판과 갈등을 조절하고, 자신에 대해 긍정적으로 표현하는 것으로, 본 프로그램이 사회・정서성에 긍정적인 영향을 주었다는 것은 사회지능과 정서지능 및 사회적 관계가 자아존중감에 강력한 변인이 된다(최현미, 2011)는 주장에 근거하여, 긍정적인 관계증진과 자기조절을 포함하는 내용이 사회・정서성을 효과적으로 증진하게 하는데 효과적이었음을 추론할 수 있다. 이 결과는 자아존중감과 관련된 프로그램이 친사회성이나 사회적 유능감과 관련된 효과의 적용을 제안하는 주장(김성숙, 2011)과 유아의 사회적 관계에 초점을 맞춘 관계지향 유아교육의 방향(교육과학기술부, 2013; 김민진, 김창복, 2015; 송지연, 2015)을 지지하는 결과이다. 특히 본 프로그램에서 또래와 지속해서 실시한 칭찬, 배려, 협동활동으로 타인에 대한 긍정적인 시선을 가질 수 있었고, 의사소통과 사회적 기술이 향상될 수 있었다. 이러한 긍정적 경험들이 반복되고 지속하면서 유아들은 자신의 의미 있는 행동이 자신과 타인을 긍정적인 방향을 변화시킬 수 있다는 것을 내면화하며 사회・정서성을 향상할 수 있었다고 볼 수 있다.

학습성취는 새로운 활동에 대한 이해력과 창의적 사고력, 과제이행능력으로, 본 프로그램이 학습성취에 긍정적인 영향을 주었다는 결과는 학습성취 영역이 행복 플로리시에는 영향을 주지 않는다(송지연, 2015)는 연구결과와 일치하지 않으나 높은 학업성취가 자부심을 가지게 하여 청소년의 행복을 이끌 수 있다(김의철, 박영신, 2008; 허승연, 2009)는 연구와 맥을 같이한다. 이는 유아에게 흥미롭고 재미있는 요소를 제공하여 유아의 주도적인 참여와 몰입을 이끌고 이를 통

한 성취감을 경험할 수 있도록 하여야 한다(김희진, 김민진, 2015; 홍용희 등, 2014; 황해익 등, 2014)는 주장을 지지하는 바이다. 본 프로그램에서도 성취동기의 내용 요소를 활동에 포함하여 유아의 흥미와 몰입, 목표설정과 노력을 통해 성취감을 지속해서 경험하도록 하는 활동이 유아의 학습성취에 긍정적인 영향을 주었다고 볼 수 있다.

결론적으로 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램은 유아의 행복과 자아존중감 증진에 긍정적인 효과가 있는 것으로 나타났다. 본 프로그램에서 설정한 목적은 행복 교육을 통해 지속적인 행복을 영위하기 위한 역량을 증진하는 데 있다. 국내 유아기 행복 교육을 위한 프로그램은 매우 부족한 실정으로 유아교육현장에 실질적으로 변화를 줄 수 있는 교육 내용과 교수방법을 다룬 행복 프로그램 개발 연구가 필요하다(서혜림, 2015; 신지혜, 최혜순, 2014; 전효정, 고은경, 2015; 홍용희 등, 2014)는 제안을 반영한 본 프로그램은 새로운 특별활동의 개발이 아닌 현재 시행되고 있는 누리과정의 생활 주제와 연계하여 체계적으로 분석하여 개발된 프로그램이다. 또한, 유아의 발달 과정에 맞춘 활동과 통합적이고 연계된 경험의 제공이 필요하다(김민진, 김창복, 2015; 도남희, 배윤진, 김지예, 2014)는 주장을 근거로 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램을 구성하여 적용해보는 본 연구는 의미 있는 시도 중 하나라고 할 수 있다.

본 프로그램에 참여한 유아들은 활동에 대한 흥미와 몰입을 이끌어 스스로 행복을 경험하고, 자신을 조절하고 긍정적으로 인식하며 내면화하고, 타인과 정서를 공유하고 이해하는 모든 것을 습관화하는 과정을 통하여 더욱 다양한 행복 경험과 지속하는 전략으로 행복을 증진할 수 있었다. 뿐만 아니라 교사가 제공하였던 가정연계활동과 부모의 자원협조 요청은 유아-부모관계를, 긍정적 지지와 상호작용 및 모델링은 유아-교사의 관계뿐만 아니라 유아간의 관계증진을 통해 유아의 행복 형성에 중요한 역할을 하였다. 그리고 본 프로그램에서의 교수전략, 단계, 전략, 활동을 포함한 교수-학습방법을 통해 다양한 행복 내용을 경험하여 행복에 대한 지식과 기술 및 태도를 형성할 수 있었다. 단순히 하나의 교수활동방법으로 단기간에 행복증진 활동을 적용하는 것은 유아의 행복을 증진시키는데 한계가 있음을 알 수 있으며 체계적인 활동 구성이 유아로 하여금 행복과 자아존중감의 모든 영역을 증진하게 할 수 있었다. 이러한 결과는 유아행복과 자아존중감의 효과성과 관련성을 제시하며 유아교육현장의 행복 교육에 활용될 수 있는 이론적 근거와 시사점을 제공하였으며, 유아교육현장에서 행복 교육을 위한 효과적인 교수-학습 전략과 방법을 제시하여 현장 적용에 기여하는 바가 매우 크다고 할 수 있다.

이상의 결론을 토대로 후속연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 프로그램의 효과를 검증하는 데 있어서 만 5세 유아 37명을 대상으로 하였다. 이는 본 연구의 결과를 일반화하는 데 한계로 작용할 수 있다. 따라서 모든 영・유아들도 행복을 경험하고 있으며, 더욱 행복해질 권리가 있으므로 다양한 연령, 생활지역, 발달 단계 등의 다양한 배경 특성을 가진 유아(영아, 만 3-4세 유아, 다문화 가정, 한부모 가정 등)들을 대상을 고려한 프로그램을 개발 적용할 수 있는 심도 있는 연구가 필요하다. 둘째, 본 연구는 프로그램의 적용 효과를 알아보는 데 있어 비교집단과 행복과 자아존중감의 사전-사후 검사만 하였다. 행복 프로그램을 적용한 집단과 적용하지 않은 집단에서의 행복 경험을 관찰하여 수집한 질적 자료를 비교・분석하는 연구는 매우 의의가 있을 것이다. 셋째, 본 프로그램의 목적과 부합하여

행복의 지속적인 습관이 유지되고 증진되는지 지속적인 변화과정을 다루는 종단연구가 시행되어야 할 것이다. 넷째, 본 연구에서는 유아교육 현장에서 공통으로 실시하는 누리과정 활동과 비교하여 활동을 검증하였다. 추후 연구에서는 교육과정 안에서 실시하는 행복 프로그램의 적절성과 효과성 검증을 위해 기존 개발된 행복 프로그램과의 효과 비교 연구가 이루어져야 할 것이다. 다섯째, 본 프로그램의 가정연계활동 적용으로 유아행복의 부모관계 증진이 나타났지만, 구체적인 효과를 검증하지 못했다는 한계가 있다. 본 프로그램의 적용에 따른 효과를 부모와의 면담, 인터뷰자료와 부모의 행복감에도 효과가 있는지 양적·질적 자료를 수집하여 비교・분석하는 연구가 필요할 것이다. 여섯째, 본 프로그램의 실행과정에서 교사의 변화를 파악하지 못하였다는 한계가 있다. 행복한 교사는 교수능력 뿐만 아니라 유아의 행복에도 큰 영향을 미친다. 추후 연구에서는 행복 교육의 효율적 실행을 위해 현장의 문제를 파악하고 교사와의 협력과정으로 개선해나가며 유아뿐만 아니라 교사의 변화도 함께 파악할 수 있는 실행연구가 이루어져야 할 것이다.

참고문헌

가영희, 조민자, 임성우 (2008). 부모의 양육태도와 자아존중감 및 주관적 안녕감 간의 관계. **청소년시설환경, 6**(4), 31-42.

고현, 김성미 (2013). 유아 정서지능·유치원 적응・유아행복감 간의 관계. **미래유아교육학회지, 21**(4), 115-136.

고희숙 (2013). 행복 증진 프로그램이 청소년의 심리적 안녕감과 자기효능감에 미치는 효과. 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.

곽윤진 (2015). 바깥놀이 활동을 통한 배려교육이 유아의 행복감, 또래 유능성, 타인 정서 인식에 미치는 영향. 강릉원주대학교 교육대학원 석사학위논문.

교육과학기술부 (2013). **3-5세 누리과정 해설서.** 서울: 교육과학기술부・보건복지부.

권기남, 성미영 (2010). 유아의 행복감이 행동문제 및 대인간 문제 해결 전략에 미치는 영향. **한국생활과학회지, 19**(2), 257-270.

김민진, 김창복 (2015). 관계지향 유아 행복교육을 위한 전문가 델파이 조사 연구. **열린유아교육연구, 20**(1), 51-81.

김성숙 (2011). 유아의 자아존중감 증진을 위한 프로그램 구성 및 적용 효과. **열린유아교육연구, 16**(5), 473-393.

김성숙 (2013). 유아가 인식하는 행복의 의미탐색. **유아교육연구, 33**(3), 377-400.

김세희, 강순미 (2008). 그림책 읽기 및 관련 활동을 통한 유아의 행복에 대한 개념 확장. **어린이문학교육연구, 9**(2), 119-139.

김은숙 (2010). 한국 최초 숲 유치원 교육에 관한 연구: 인천대학교 숲 유치원을 중심으로. 인천

대학교 대학원 박사학위논문.
김의철, 박영신 (2008). 한국사회와 교육성취. **한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 14**(1), 1-31.
김정원, 방승연 (2014). 타샤 튜더의 그림책을 활용한 유아의 행복감 향상 프로그램의 구성 및 적용효과. **어린이문학교육연구, 15**(3), 93-114.
김지은 (2003). 5세 유아의 정서지능과 유치원 적응과의 관계. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
김희진, 김민진 (2015). 다문화가정 유아가 인식한 행복의 의미 탐색. **유아교육학논집, 19**(2), 143-167.
도남희, 배윤진, 김지예 (2014). **유아기 행복감 증진 방안.** 서울: 육아정책연구소.
류칠선, 조인경 (2014). 행복관련 그림책을 활용한 통합적 활동이 유아의 행복감 및 자아존중감에 미치는 효과, **아동보육연구, 10**(1), 5-22.
모용희 (2014). 가정과 연계한 인성교육이 유아의 기본생활습관, 도덕적 판단력 및 정서지능에 미치는 영향. 원광대학교 대학원 박사학위논문.
문남정 (2014). 협동관련 그림책을 활용한 유아 주도적 집단게임 활동에서의 유아 경험. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
문태영 (2013). 협력적 미술활동이 유아의 미술적 표현 능력과 행복감 증진에 미치는 영향. 중앙대학교 사회개발대학원 석사학위논문.
박미진(2013). 유아 그림책에 나타난 행복 요소. 동의대학교 대학원 석사학위논문.
박성현 (2011). 아동이 지각한 사회적지지 및 자아존중감과 자기표현력의 관계. 강원대학교 대학원 석사학위논문.
박시전 (2003). **행복한 기억.** 서울: 베스트 베이비.
박점희 (2015). 자연산책활동이 유아의 행복감에 미치는 영향. 침례신학대학교 대학원 석사학위논문.
박찬옥, 서동미, 엄은나 (2010). **유아사회교육**. 파주: 정민사.
배지아 (2014). 모-자녀 애착 및 공유시간과 자아존중감이 학령후기 아동의 주관적안녕감에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
서울대학교 행복연구센터 (2011). **행복교과서**. 서울: 월드김영사.
서진영 (2015). 아버지의 양육 및 놀이참여와 유아 행복감과의 관계. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.
서현, 김한희, 박미자 (2014). 나눔 관련 그림책을 활용한 나눔 교육 활동이 유아의 행복감 및 또래 놀이 행동에 미치는 영향. **어린이미디어연구, 13**(2), 1-31.
서혜림 (2015). 교사용 유아행복측정도구 개발을 위한 기초도구. 동의대학교 대학원 석사학위논문.
석은조 (2005). 저널쓰기가 예비유아교사의 반성적 사고 자기조절 학습 및 자기효능감에 미치는 효과. 대구대학교 대학원 박사학위논문.
송순옥 (2015). 그림책을 활용한 역할놀이 중심의 유아 정서능력함양 프로그램 개발 및 효과. 전

남대학교 대학원 박사학위논문.
송지연 (2015). 유아의 자아존중감, 유머감각 및 감사성향이 행복플로리시에 미치는 영향. 부산대학교 교육대학원 석사학위논문.
송현미 (2013). 초등학생이 지각한 사회적 지지와 학교행복의 관계에서 자기조절능력의 매개 효과. 경북대학교 교육대학원 석사학위논문.
신민하 (2011). 예술 활동에 기초한 유아 과학 프로그램의 적용에 관한 연구. 부산대학교 대학원 박사학위논문.
신지혜, 최혜순 (2014). 유아행복 관련 연구동향 분석. **유아교육연구, 34**(1), 5-28.
신지혜 (2016). 누리과정과 연계한 유아행복 프로그램의 개발과 효과. 가천대학교 일반대학원 박사학위논문.
안영진, 이숙정 (2008). **유아사회교육.** 서울: 양서원.
양여행 (2013). 한국과 대만 초등학생의 신체상과 자아존중감이 행복감에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
유선혜 (2014). 그림책을 활용한 유아행복 프로그램이 유아의 행복감 및 자아탄력성에 미치는 영향. 계명대학교 교육대학원 석사학위논문.
유설희 (2013). 학령후기 아동의 또래관계가 주관적 안녕감에 미치는 영향: 자아존중감의 매개적 역할. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
이경민 (2009). 유아행복교육의 가능성 탐색 연구. **어린이미디어연구, 8**(1), 165-181.
이명희 (2009). 보완대체 의사소통을 적용한 또래 중재가 중도뇌성마비장애 유아의 행복감에 미치는 영향. **특수교육학연구, 44**(3), 307-326.
이미애 (2004). 아동이 지각한 사회적 지지와 자아존중감간의 상관연구. 목포대학교 대학원 석사학위논문.
이보은 (2009). 놀이를 활용한 행복증진프로그램이 아동의 자아존중감과 학교생활만족도에 미치는 영향. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
이봉주, 유민상 (2013, 5). **아동의 삶의 질 국제 비교연구: 아동의 주관적 행복감을 중심으로**. 세이브더칠드런, 서울대학교 사회복지연구소 2013 한국 아동의 삶의 질에 관한 국제 심포지엄, 서울.
이승미 (2015). 부모-자녀 놀이 및 사교육 현황과 유아의 인식이 유아의 행복에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
이영미 (2013). 명화감상을 통한 협동 조형 활동이 유아의 친사회적 행동 및 심미적 태도에 미치는 영향. 동국대학교 대학원 석사학위논문.
이은주 (2010). 유아행복척도 개발연구: 유아교육기관을 중심으로. 성균관대학교 일반대학원 박사학위논문.
이향미 (2011). 동화를 활용한 웃음활동이 유아의 자기조절과 일상적 스트레스에 미치는 효과. 영남대학교 대학원 석사학위 논문.
이혜민 (2015). 기초체력 증진을 위한 실외신체활동이 유아의 행복감 및 자아탄력성에 미치는 영

향. 경인교육대학교 교육전문대학원 석사학위논문.
임지윤 (2015). 유아 우정 증진 프로그램의 개발과 효과. 조선대학교 대학원 박사학위논문.
전고은 (2014). 유아의 기질과 유아가 지각한 사회적 지지가 행복감에 미치는 영향. 경북대학교 대학원 석사학위논문.
전효정, 고호경 (2015). 유아 행복감 증진 프로그램 연구의 특성과 효과에 대한 체계적 문헌고찰 및 메타분석. **인지발달중재학회지, 6**(1), 149-164.
정가영 (2014). **불행한 한국 어린이 행복지수 밑바닥**. 베이비뉴스. http://ibabynews.com/News/ NewsView.aspx?CategoryCode=20140110102146360066950 8&categorycode=0010#z에서 2015년 12월 1일 인출
정미애 (2011). 가정과 연계한 유아 정서교육 프로그램의 개발 및 효과. 배재대학교 대학원 박사학위논문.
정영희, 김윤미 (2011). 자연친화적 교육활동 프로그램이 유아의 행복감 및 자아개념에 미치는 영향. **열린유아교육연구, 16**(2), 275-290.
정진숙 (2016). 긍정심리동화를 활용한 유아행복 프로그램 개발 및 효과. 동신대학교 대학원 박사학위논문.
정진혜 (2014). 감각 경험에 기초한 미술 활동이 유아의 행복과 스트레스에 미치는 영향. 경남대학교 교육대학원 석사학위논문.
조현서, 전경원 (2014). 유아의 행복에 대한 인식 연구. **창의력 교육연구, 14**(2), 75-92.
조희연 (2009). 통합적 미술활동이 유아의 창의성과 심미적 태도에 미치는 영향. 동국대학교 대학원 석사학위논문.
주경희 (2010). 초등학생이 지각한 어머니의 의사소통 유형 및 자아존중감과 심리적 안녕감과의 관계. 충북대학교 교육대학원 석사학위논문.
진봉희 (2013). 자연친화적 숲 체험활동이 유아의 행복감과 사회성에 미치는 영향. 광주대학교 대학원 석사학위논문.
차영숙 (2011). 유아들의 웃음발생과 그 양상. **어린이미디어연구, 10**(1), 185-212.
차인수 (2001). 자기효능감과 사회성 및 학업성취도와 관계. 전북대학교 교육대학원 석사학위논문.
채정아 (2007). 웃음활동 프로그램이 유아의 유머감각과 자아존중감에 미치는 효과. 영남대학교 대학원 석사학위논문.
최경희 (1996). 욕구충족과 주관적 안녕. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
최내리, 조혜진 (2014). 유아의 정서지능과 자아존중감이 행복감에 미치는 영향. **학습자중심교과교육연구, 14**(10), 131-153.
최민수, 정영희, 김정옥 (2012). 유치원에서의 꽃과 채소 가꾸기 활동이 유아의 정서지능 및 행복감에 미치는 영향. **한국영유아보육학, 72,** 281-309.
최수경, 석주영 ,박인전 (2013). 숲에서의 자유놀이가 유아의 사회적 유능감 및 행복에 미치는 영향. **열린유아교육연구, 18**(2), 181-198.

최은지 (2015). 그림책 읽기 활동이 유아의 행복감 및 행복에 대한 인식에 미치는 영향. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.

최현미 (2011). 유아의 자아존중감에 영향을 미치는 개인 내・외적변인에 대한 연구. 덕성여자대학교 대학원 박사학위논문.

최현미, 신동주 (2011). 유아 자아존중감 평가척도 개발 및 타당화 연구. **유아교육학논집, 15**(6), 167-187.

한국교육개발원 (2013). **21세기 글로벌 교육개혁 동향 분석 연구 (Ⅰ): 행복교육을 중심으로 (연구 보고 PR 2013-17).** 서울: 한국교육개발원.

허승연 (2008). 청소년의 행복에 영향을 미치는 생태체계 변인. 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.

홍애순 (2013). 초등학생이 지각한 사회적지지, 학업적 자기효능감, 학교 생활적응이 학교행복감 및 학업성취도에 미치는 영향. 동아대학교 대학원 박사학위논문.

홍용희, 김혜전, 전우용 (2014). 유아들의 그림에 나타난 행복한 경험에 대한 인식. **육아지원연구, 9**(4), 131-158.

홍지명 (2014). 그림책을 활용한 나눔교육활동이 유아의 사회적 능력 및 행복감에 미치는 영향. **어린이미디어연구, 13**(3), 29-50.

황미숙 (2015). 유아행복 교육 프로그램 개발 및 효과. 동의대학교 대학원 박사학위논문.

황해익, 김미진, 김병만 (2014). 유아교사의 행복 교육에 대한 개념도 분석. **한국보육지원학회지, 10**(1), 59-79.

황해익, 김미진, 탁정화 (2013). 만 5세 유아가 인식한 행복한 상황과 행복의 조건에 관한 연구. **생태유아교육연구, 12**(4), 93-122.

Campbell, A. (1981). *The sense of well-being in America: Recent patterns and trends.* NY: McGraw Hill.

Csikszentmihalyi, M. (2005). FLOW:: The Psychology of optimal experience, **몰입, 미치도록 행복한 나를 만난다**(최인수 옮김). 서울: 한울림(원판 1990).

Goossens, F. A., & Van Ijzendoorn, M. H. (1990). Quality of infant's attachment to professional care givers: Relation to infant-parent attachment and day-care characteristics. *Child Development, 61*(3), 832-837.

Harter, S. (2003). The development of self-representations during childhood and adolescence. In M. R. Leary & J. P. Tangney (Eds.), *Hand book of self and identity* (pp. 610-641). NY: Guilford Press.

Harter, S., & Pike, R. (1984). The Pictorial Scale of Perceived Competence and Social Acceptance for Young Children. *Child Development, 55*, 1969-1983.

Haltiwanger, J. (1989, April). Behavioral referents of presented self-esteem in young children. *Poster session presented at the biennial meetings of the Society for Research in Child Development*, Kansas City, MO.

Huppertz, N. (2004). *Handbuch Waldkindergarten.* Konzeption, Methodik, Erfahrungen. Oberried bei Freiburg: PAIS-Verlag.

Kostelnik, M. J., Whiren, A. P., Soderman, A. K., & Gregory, K. M. (2009). *Guiding children's social development & learning* (6th ed). NY: Delmar.

Kostelnik, M., Whiren, A., Soderman, A., Stein, L., & Gregory, K. (2002). *Guiding children's social development: Theory to practice* (4th ed). NY: Delmar Publishers, adivision of Thomson Learning Inc.

Leary, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). The nature and function of self-esteem; Sociometer theory. *Advances in Experimental Social Psychology, 16*(4), 328-335.

Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology, 9*(2), 111-131.

Myers. D. G. (1992). *The persuit of happiness.* NY: Avon Books.

Noddings, N. (2008). Happiness and education, **행복과 교육**(김선, 김희봉, 장정훈 옮김). 서울: 학이당(원판 2003).

Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 23*(5), 603-619.

Seligman, M. E. P. (2011). Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being, **플로리시: 웰빙과 행복에 대한 새로운 이해**(우문식, 윤상운 옮김). 경기: 물푸레(원판 2011).

Thoilliez, B. (2011). How to grow up happy : An exploratory study on the meaning of happiness from children's voices. *Child Indicators Research, 4*(2), 323-351.

Vaillant, G. (2010). Aging well, **행복의 조건**(이덕남 옮김). 서울: 프런티어(원판 2010).

논 문 투 고 : 16.06.10
수정원고접수 : 16.07.26
최종게재결정 : 16.10.06