



## 저작자표시 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.
- 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#) 

석사학위논문

SMART시각집중력프로그램이 초등학생의  
주의집중력과 대인관계에 미치는 효과

제주대학교 교육대학원

상담심리전공

박 서 현

2013년 2월

# SMART시각집중력프로그램이 초등학생의 주의집중력과 대인관계에 미치는 효과

지도교수 박 정 환

박 서 현

이 논문을 교육학 석사학위 논문으로 제출함.

2013년 2월

박서현의 교육학 석사학위 논문을 인준함.

심사위원장 \_\_\_\_\_ (인)

위 원 \_\_\_\_\_ (인)

위 원 \_\_\_\_\_ (인)

제주대학교 교육대학원

2013년 2월

<국문초록>

## SMART시각집중력프로그램이 초등학생의 주의집중력과 대인관계에 미치는 효과

박 서 현

제주대학교 교육대학원 교육학과 상담심리전공

지도교수 박 정 환

본 연구\*는 SMART시각집중력프로그램이 초등학생의 주의집중력과 대인관계에 어떠한 효과가 있는지 밝히는 데 그 목적이 있으며, 이를 위해 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

이와 같은 연구의 목적과 관련하여 설정한 연구문제는 다음과 같다.

- 연구문제 1. SMART시각집중력프로그램을 실시한 후 주의집중력에 어떠한 효과가 있는가?
- 연구문제 2. SMART시각집중력프로그램을 실시한 후 대인관계에 어떠한 효과가 있는가?
- 연구문제 3. 대인관계와 주의집중력에 정적인 관계가 있는가?

위의 연구문제를 해결하기 위하여 연구대상 선정, 사전검사, 실험집단과 비교집단의 구성, SMART시각집중력프로그램의 적용, 사후검사, 통계처리 및 자료분석 순으로 진행하였다.

연구대상은 제주시에 소재한 지역아동센터 두 곳을 선정하여 초등학생 3-4학년 아동을 대상으로 실험집단(10명), 비교집단(10명)에 배정되었고, 총 20명이 참여하게 되었다.

---

\* 본 논문은 2013년 2월 제주대학교 교육대학원위원회에 제출된 교육학 석사학위 논문임.

본 연구에서는 주의집중력을 측정하기 위하여 한국집중력센터(2009)에서 개발된 주의집중능력검사(Concentration Ability Test)를 사용하였다. 이 검사의 하위요인 에서 시각집중력, 정보처리속도, 지속적주의집중력을 보았다. 대인관계를 측정하기 위해서는 리더십생활기술설문지를 초등학교 수준에 맞는 용어와 문장으로 권영웅(2004)이 재구성한 도구를 사용하였다. 문항은 12문항이며, 5점척도로 구성되어 있다. 연구에서 사용한 SMART 시각집중력프로그램은 이명경(2005)이 개발한 프로그램을 사용하였다.

실험집단 10명에게는 SMART시각집중력프로그램을 실시하였고, 비교집단에는 아무런 처치를 가하지 않았으며, 실험이 끝난 후 사전검사와 동일한 사후검사를 실시하였다.

이 연구의 자료분석은 SPSS 18.0 프로그램을 이용하여 t-검증을 실시하였고, 통제분석의 타당도를 보완하기 위해 관찰내용을 분석하였고, 소감문과 사진, 활동지를 첨부하였다.

이와 같은 과정을 통하여 얻어진 연구결과를 살펴보면 다음과 같다.

첫째. SMART시각집중력프로그램을 실시한 후 초등학교의 주의집중력의 하위요소인 시각집중력, 정보처리속도, 지속적주의집중력이 향상되었다.

둘째. SMART시각집중력프로그램을 실시한 후 대인관계는 향상되었다.

셋째. 주의집중력의 하위요소와 대인관계간에는 정적인 상관이 있다.

이와 같은 결과를 바탕으로 내린 결론은 다음과 같이 제시할 수 있다.

본 연구에서는 SMART시각집중력프로그램이 초등학교의 주의집중력과 대인관계에 미치는 효과를 알아봄으로써 초등학교의 주의집중력과 대인관계를 향상시킬 수 있는 대안적인 프로그램 제공에 앞서, 일반아동의 주의집중력 학습에 올바른 이해를 돕고, 주의집중력프로그램의 개발 및 연구의 기초자료로 제공하고자 한다.

# 목 차

<b>I. 서 론</b> .....	1
1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구 문제 및 가설 .....	4
3. 용어의 정의 .....	5
<b>II. 이론적 배경</b> .....	7
1. 주의집중력 .....	7
2. 대인관계 .....	13
3. 선행연구 고찰 .....	16
4. SMART시각집중력프로그램 .....	18
<b>III. 연구방법</b> .....	21
1. 연구대상 .....	21
2. 연구도구 .....	22
3. 실험설계 .....	26
4. 연구절차 .....	27
5. 자료처리 .....	28
<b>IV. 연구결과 및 해석</b> .....	29
1. 연구대상의 동질성 검증 .....	29
2. 가설검증 .....	30

V. 논의, 결론 및 제언 .....	39
1. 논의 및 결론 .....	39
2. 제언 .....	43
참고문헌 .....	44
Abstract .....	47
부    록 .....	50

## 표 목 차

<표 III-1> 실험집단과 통제집단 각각에 해당하는 인구통계학적 분포 .....	21
<표 III-2> SMART시각집중력프로그램 .....	23
<표 III-4> 연구 진행절차 .....	27
<표 IV-1> 집단 간 동질성 검증을 위한 t검증 .....	29
<표 IV-2> 시각집중력에 대한 분석결과 .....	30
<표 IV-3> 정보처리속도에 대한 분석결과 .....	31
<표 IV-4> 지속적주의집중력에 대한 분석결과 .....	31
<표 IV-5> 대인관계에 대한 분석결과 .....	32
<표 IV-6> 대인관계와 주의집중력의 상관관계 검증 .....	33
<표 IV-7> SMART시각집중력프로그램의 실시전과 실시후의 태도 변화 .....	34
<표 IV-8> 회기별 활동 특성 변화 .....	36

## 그 립 목 차

[그림 II-1] 주의집중력의 3요소 .....	9
[그림 III-3] 연구 설계 .....	26

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

오늘날의 초등학생들은 바쁜 학교생활과 학원으로 정신적 여유가 부족하다. 이와 더불어 쉽게 접하는 매체들의 증가로 인해 인내심이 부족하며 충동적이고 산만하게 보인다. 예전에 비해 물질적으로는 풍요로워졌으나, 우리 아동들의 모습에서는 주의력 결핍 과잉행동, 학교폭력, 불안 등 심심찮은 문제가 발견되고 있다. 이에 학교에서는 문제아동에 대한 대처만 하고 있을 뿐, 아동들의 긍정적인 방향을 제시하는 교육에는 미흡한 실정이다. 세계일보(2012)에 의하면 ADHD진료환자는 2007년 4만8000명에서 지난해 5만7000명으로 9000명 가량이 늘었고 연평균 증가율은 4.4%에 달했다.

정보화 사회로 발전해 가면서 우리는 많은 정보들을 받아들일 수 있게 되고 그로 인하여 점차 산만해지기도 한다. 학교에서 아동들은 정해진 공간에서 부동자세로 앉아 한 사람의 말을 계속해서 듣는 것을 싫어하고 주의집중력도 그만큼 떨어지고 있는 실정이다(이영희, 2009). 주말선(2007)에 의하면 수업 시간에 집중하지 못하고 주변의 일들에만 관심을 가지고 의자에 제대로 앉아 있지 못하는 초등학생 들은 예전에 비해 많이 늘어났다. 사회가 점차 다원화되고 지식화됨에 따라 많은 지식속에서 선택적으로 분별있게 주의집중하는 능력이 필요하다. 이 때 시각적인 자극은 정보를 쉽게 받아들일 수 있게 도와주는 역할을 한다. 김영수(2004)는 정보를 언어매체로 전달했을 때 이해할 수 있는 정보의 양은 20%이나, 시각적으로 자극이 주어졌을 때 이해할 수 있는 양은 40%로 증가된다고 한다. 인간이 학습할 때 청각 10%, 시각 80%정도를 사용하며, 기억하는 활동을 하는 동안에는 청각을 통해서 20%획득하고, 시각과 청각을 통해서는 50%를 획득(정진명, 2001, 재인용)한다고 하였다. 학습에 교수매체의 사용이 점차 늘어나고 있으며, 교수매체는 주의집중력에 긍정적인 영향을 미치고 있다.

주의집중력은 생활속에 밀접하게 연관되어 있다. 학교생활에서 중요한 부분을

차지하는 수업활동에서 1/3 정도의 시간을 아이들을 집중시키기 위하여 소모하고 있는 것만을 보아도 잘 알 수 있다. 또한 주의집중력이 좋은 아이가 대체로 학업 성취도도 높은 것으로 나타나고 있다(유경임, 2006). 집중력이 높은 사람은 효율성이 대단히 높아 긍정적인 평가를 받을 수 있으며, 긍정적인 평가는 원만한 성장을 통해 건전한 사회구성원으로 생활해 갈 수 있게 한다(주말선, 2007).

주의집중력은 초등학생의 학교생활을 긍정적인 방향으로 갈 수 있게 도와주며, 이 시기에는 긍정적인 대인관계와도 연관되어 있다. 초등학교 시기는 가족과 분리되어 처음으로 학교라는 제도 안에서 가족 외의 사람들과 대인관계를 형성하게 되는 시기이다. 따라서 이 시기는 아동들이 대인관계 속에서 자아존중감을 비롯하여 긍정적인 자아개념을 발달시켜야 할 중요한 때이다. 특히 초등학교 후기의 아동은 폭넓은 대인관계를 통해 독립심을 기르며 사회의 구성원으로서 책임감을 키우고, 친구를 가짐으로써 얻어지는 안정감, 또래들이 자신을 친구로 받아들인다는 사실로부터 얻어지는 자신감과, 타인이 자신에게 요구하는 바와 규율이 무엇인가를 배우게 된다(박승란, 2003, 재인용). Maslow(1970)에 의하면 사람은 결핍 욕구가 충분히 채워진 다음 좀 더 높은 성장 욕구를 충족하기 위해 동기화된다. 소속 및 인정의 욕구가 채워져야 성장욕구인 자기실현 욕구인 지적 욕구로 나아갈 수 있다(천성문 외, 2010, 재인용). 이와 같이 초등학교 시기의 대인관계는 지적욕구를 채우기 위한 기본적인 요소로 작용하고 있다고 본다.

본 연구와 출처가 같은 프로그램을 실시한 염정순(2010)의 선행연구에서는 ADHD아동을 대상으로 적용하였을 때, 아동들이 스스로 점검하고 관리할 수 있는 자기통제력이 향상됨으로써 정보처리속도와 시각집중력이 향상되었다고 보고하였다. 이 밖에 아동들이 정서적으로 자신감을 가지게 되었으며, 교사의 칭찬이 많아지자 학교에서의 대인관계에서도 활기차졌다고 보고하고 있다. 지금까지 주의집중과 관련된 문제들은 학습 장애 아동, 뇌 손상 아동, 정서 장애 아동 등을 중심으로 주로 논의되어졌으나 최근에는 정상 아동을 대상으로 주의집중력의 연구가 높아지는 실정이다(주말선, 2007).

주의집중력 관심의 일환으로 인지·행동적 주의집중력훈련에 대한 교육 및 상담에 대한 관심이 증가하고 있다. 연구와 유사한 인지·행동적 주의집중력 훈련에 대한 관련 연구들을 찾아보면 다음과 같다. 박세숙(2008)에 의하면 인지

문제해결 활동인 씽 어라운드(Think Aloud)훈련을 통해 아동들이 충동성을 억제하고 자신의 감정과 행동을 건전하게 표현함으로써 자기통제력이 향상되고, 이와 더불어 아동 스스로 자신의 정서와 행동을 다루는 기술을 습득하여 대인관계에 도움이 되었다고 보고하고 있다.

인지·행동적 주의집중력훈련은 집중력을 향상시키기 위해 충동을 조절하는 내적언어를 많이 사용하게 한다(김지연, 2007, 재인용). 이러한 주의집중력은 학습의 효율성을 높이고 전반적인 학교생활의 자신감을 형성하게 한다. 인지심리학자들은 학생들을 가르칠 때 다양한 정보에 주의를 집중하는 방법에 대한 훈련이 반드시 필요하다고 주장하고 있다(김남정, 2000).

인지·행동적 주의집중력훈련은 집중력을 향상시키기 위해 아동들이 내재적 언어를 많이 사용할수록 학습에 몰입하는 주의집중력이 향상된다. Vygotsky (1978)는 자기조절 사고의 본질을 ‘언어’의 개념으로 파악 하였다. 학습자는 학습활동을 경험하면서 획득한 내적 언어를 통해 자신의 인지와 행동을 조정 (self-regulation)하게 된다. 사회적인 수준에서 이루어지던 개인간의 대화는 사적 언어의 단계를 거쳐서 개인적인 수준에서 이루어지는 개인 내부의 언어로 전이 된다. 교사의 도움이나 동료학습자와의 협력이 사적 언어의 사용을 증진시켜 학습자의 사고 능력을 발달시킨다. 자기주도 사고능력이 떨어지는 초보학습자의 경우 교사는 사회적인 말이나 사적 언어의 사용을 촉진함으로써 자율적이고 능동적인 사고능력을 신장시켜주어야 한다. 학습자는 교사나 동료학습자와의 사회적인 대화를 경험하여 획득한 내적 언어를 통해서 자신의 인지와 행동을 조정하게 된다. 이때 사용되는 내적 언어가 고차원적인 사고 활동과 자율적 사고의 효시가 되며 이것이 완전히 내면화되었을 때 자율성을 획득하게 된다(최은희, 2004).

이에 본 연구는 SMART시각집중력프로그램이 초등학생의 주의집중력과 대인관계에 미치는 효과를 알아보고자 한다.

## 2. 연구문제 및 가설

본 연구의 필요성 및 목적을 바탕으로 하고 SMART시각집중력프로그램이 초등학생의 주의집중력과 대인관계에 미치는 영향을 검증해 보는데 목적이 있으며, 이를 구체적으로 검증하기 위한 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. SMART시각집중력프로그램 실시 후 주의집중력의 어떠한 효과가 있는가?

연구문제 2. SMART시각집중력프로그램 실시 후 대인관계에 어떠한 효과가 있는가?

연구문제 3. 주의집중력과 대인관계에 정적인 관계가 있는가?

이러한 연구문제를 바탕으로 설정된 가설은 다음과 같다.

가설 1. SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단과 비교집단간 주의집중력 하위요소는 유의미한 차이가 있을 것이다.

가설1-1. SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단과 비교집단간 주의집중력 하위요인인 시각집중력은 유의미한 차이가 있을 것이다.

가설1-2. SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단과 비교집단간 주의집중력 하위요인인 정보처리속도는 유의미한 차이가 있을 것이다.

가설1-3. SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단과 비교집단간 주의집중력 하위요인인 지속적주의집중력은 유의미한 차이가 있을 것이다.

가설 2. SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단과 비교집단간 대인관계는 유의미한 차이가 있을 것이다

가설 3. SMART시각집중력프로그램을 실시한 실험집단의 주의집중력과 대인관계 간에는 정적인 상관관계가 있을 것이다.

### 3. 용어의 정의

본 연구는 SMART시각집중력프로그램이 초등학생의 주의집중력과 대인관계에 미치는 영향을 검증하기 위한 연구로서 본 장에서는 연구에서 사용하는 SMART시각집중력프로그램, 주의집중력, 대인관계를 바탕으로 고찰해 보자.

#### 1) SMART시각집중력프로그램

SMART시각집중력프로그램은 이명경(2005)이 연구개발한 집중력프로그램으로 SMART시·청각집중력프로그램 중 SMART시각집중력프로그램을 사용하였다. 매 차시마다 내제적언어를 통한 5단계생각법이 적용되며, 5단계생각법은 문제 정의, 계획수립, 중간점검, 실행 후 점검, 칭찬과 격려로 구성되어 있다. 집중력을 높이는 자세와 집중송을 통해 집중력의 기본적인 자세와 태도를 습득하도록 되어 있다. 전체적으로 매 차시마다 시각정보처리능력을 높이기 위한 집중력교육과 안정적인 정서와 자기이해를 위한 정서활동으로 구성되어 있다.

#### 2) 주의집중력

본 연구에서는 시각적으로 주의를 기울일 수 있는 주의집중력을 세가지 영역으로 구분했다. 시각집중력은 과제를 수행할 때 적극적으로 과제에 의식을 집중함으로써 시각적으로 필요한 정보를 선택하는 것이다. 정보처리속도는 정해진 시간동안 과제에 시각적으로 집중함으로써 정확하고 빠르게 과제를 수행하는 것이다. 지속적주의집중력은 비교적 긴 시간동안 지속적으로 과제에 집중하여 시각협응능력을 통해 과제를 처리하는데 자신의 의식을 통제하는 개념이라고 정의할 수 있다.

### 3) 시각집중력

시각집중력은 시각적 자극에 대해 형태, 위치, 움직임을 감지하고 파악하여 그것을 영상화하여 기억하는 능력을 말한다.

시각적 자극은 시청자의 주의를 더욱 집중시킬 수 있고, 학습자의 흥미와 동기를 유발시킬 수 있을 뿐만 아니라 많은 정보를 효과적으로 다룰 수 있다.

### 3) 대인관계

대인관계는 자기와 타인으로 구성되어 있으며, 개인의 측면에서 개인이 편한 마음으로 대인관계를 형성, 유지, 발전시켜 나가는데 모든 심적 작용이 무리없이 기능할 수 있는 심리적 상태이다.

또한 자신을 상대방에게 적절히 표현할 수 있고, 상대방으로부터 이해와 우호적인 피드백을 받을 수 있는 관계를 말한다. 즉 다른 사람들과 어울리는데 불편함이 없으며, 다른 사람이 나를 어떻게 볼 것인지에 대한 두려움이 없는 자유로운 관계로서 타인의 시선이나 비판에 지나치게 민감하지 않고 자기 자신의 생각이나 욕구에만 매몰되지 않으며 자기 자신을 넘어서까지 관심을 확장할 수 있는 심리적 태세(mentalset)이다(김영화, 2011, 재인용). 긍정적인 대인관계를 형성하는데 심리적으로 안정적인 상태에서 타인을 대하는 심리적 상태라고 볼 수 있다.

## II. 이론적 배경

본 연구의 목적은 SMART시각집중력프로그램이 초등학생의 주의집중력과 대인관계에 미치는 영향을 알아보기 위한 연구로서 본 장에서는 이에 대한 이론적 배경으로 주의집중력과 대인관계의 개념을 살피고 선행연구를 고찰하며, SMART시각집중력프로그램 구성에 대해 제시하고자 한다.

### 1. 주의집중력

#### 1) 주의집중력의 개념 및 구성요소

주의집중력은 비단 ADHD 아동 뿐만 아니라 우리 일상생활의 여러상황에서 필요한 중요한 부분이다(박은희, 2006). 예를 들어 학습이 이루어지기 위해서는 일차적으로 학습과제에 주의집중을 해야 하는데 주의집중력의 결함은 일상생활에서 성취률을 떨어뜨려 성공감과 자신감을 감소시킨다(염정순, 2010).

집중이란 글자 그대로 모든 힘을 어느 한곳(한 점)으로 모으는 것을 말한다. 주의란 감각 기억에 관해 언급된 연구들은 많은 양의 정보가 감각 기억에 들어 오지만 주의를 받지 않으면 곧 손실됨을 보여준다. 따라서 주의를 더 처리할 감각 정보를 선택하는 중요한 역할을 한다. 간단히 말하면 집중력이란 무엇이든 행하고 있거나, 생각하고 있거나, 읽고 있거나 또는 보고 있는 것에 정신을 유지할 수 있는 능력이다(박선민, 2001). 종합하면 주의집중력은 주어진 정보에서 선별적으로 정보를 선택하여 의식을 집중하는 것이라고 하겠다.

주의 또는 주의집중력이라 불리는 개념은 외형적 행동이 아니기 때문에 그 실체를 파악하기 힘들고, 정의하기가 어렵다. 하지만 Kirk와 Chalfant(1984)는 주의집중이란 “관련 자극에 선택적으로 집중시키는 과정”이라 정의하였으며 Reid와 Hresko(1981)는 주의집중을 “내적 및 외적 자극에 의식을 집중하는 능력”

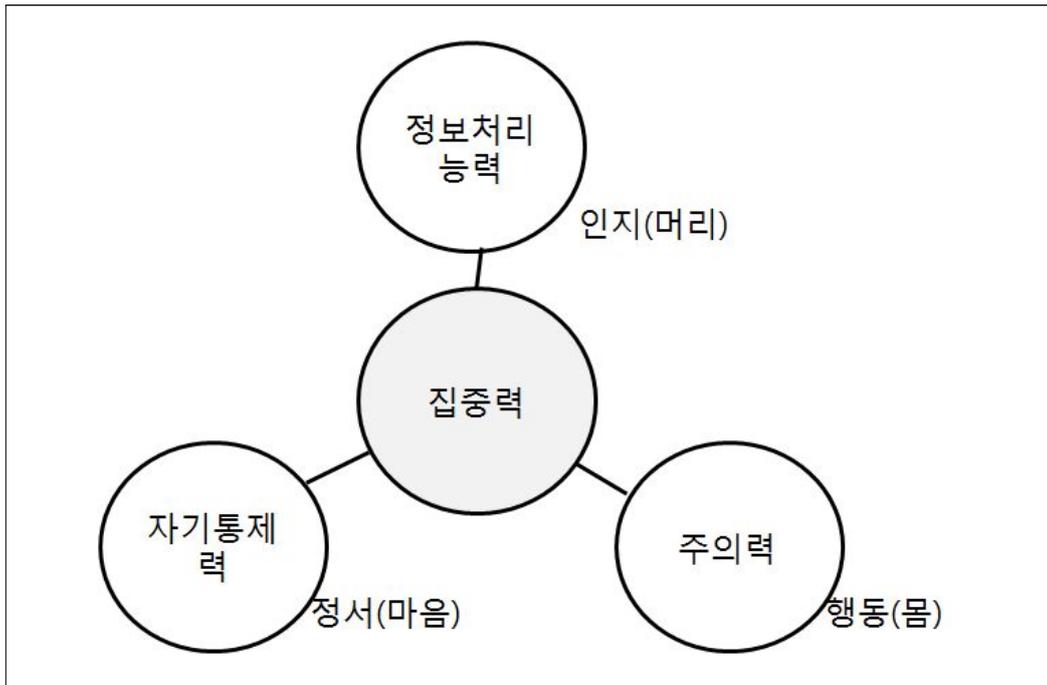
이라 하였다. 이렇듯 “주의”라는 말은 다양한 현상에 적용되고 있으며 자각하지 않고 있을 때 주어진 자극에 선택적으로 주의집중하고 있다고 말한다(박은희, 2006, 재인용). Paramanda(1974)은 집중력은 전체, 일치, 평정을 의미한다고 하였다. 이는 자신을 구성하고 있는 모든 요소들과 능력들이 통합되어야 하며, 이러한 것들이 조화, 균형, 평온 상태에서 작용해야 함을 의미 한다. 또한 Siverman(1974)은 주의집중을 확산적 주의와 선택적 주의라는 두 가지 측면에서 설명하고 있는데 확산적 주의는 유입되는 자극을 조절하는 요인을 말하고 선택적 주의는 자극 유입 수용을 활용할 때 자극을 조절하는 요인이라 말한다. 즉, 주의집중이란 유기체가 특별한 자극 입력에 그의 수용기를 향하게 하는 것이며 이 입력이 변용되는 중심처리 과정을 의미한다(권은경, 2008, 재인용). Brickenkamp와 Karl(1986)은 주의집중이란 적절한 내적 또는 외적인 특정 자극들에 선별적으로 부적절한 자극을 차단하는 가운데 계속해서 정신을 기울이며 정확하고 빨리 분석할 수 있는 개인의 능력이라 하였다. 주의집중력에 관한 다양한 개념과 정의를 정리해 보면, 주의집중력은 자극에 집중하여 필요한 자극을 선택, 수용하고 이러한 활동을 지속적으로 유지할 수 있는 정신적인 힘으로서 심리적 기능에 중요한 영향을 미치며 많은 활동의 성패를 좌우하는 중요한 능력이라 할 수 있다(권은경, 2008, 재인용).

이명경(2006)은 집중력은 “주어진 시간 내에 과제를 완성하기 위해 의식을 모으는 능력이다”라고 정의하였다. 집중력은 주어진 과제를 완성하기 위해 의식을 집중하는 능력이며, 선택적으로 반응하는 능력이며, 자기 통제 능력이라 하였다. 여기에서 자기 통제 능력이란 눈앞의 작은 만족보다는 미래의 큰 만족을 위해 자신의 행동을 조절하는 능력이다. 위의 요소들이 맞아 떨어져야 집중력을 높일 수 있다고 보았다.

주의집중력은 인간발달의 초기단계부터 발달되어야 하는 중요한 능력이며, 지속적으로 형성되어야 하는 능력으로 연령의 증가와 함께 의도적인 주의통제, 융통적, 적극적, 계획적인 통제력의 향상이 필수적으로 수반되어야 하는 능력이다. 자기통제를 할 수 없는 아동은 집중력이 부족에서 그 원인을 찾을 수 있다(김지연, 2007, 재인용). 이러한 주의집중력이 학습의 효율성을 높이고 전반적인 학교생활의 자신감을 형성하게 한다. 인지심리학자들은 학생들을

가르칠 때 다양한 정보에 주의를 집중하는 방법에 대한 훈련이 반드시 필요하다(김남정, 2000).

이명경(2005)에 의하면 주의집중력의 3요소는 인지, 정서, 행동이며 그림으로 표현하면 [그림 II-1]과 같다.



[그림 II-1] 주의집중력의 3요소

정보처리능력에 해당되는 인지부분은 쉽게 이야기하자면, 정보처리능력이 좋을수록 인지적 능력이 높은 아동들이다. 정보처리능력이 높은 아동들은 내재적 언어를 많이 사용하며, 집중력이 낮은 아동은 과제와 관련이 없는 내재적 언어를 많이 사용하거나 내재적 언어를 사용하지 않는 특징이 있다. 내재적 언어는 주어진 정보를 효율적으로 처리하는데 영향을 미친다. Vygotsky(1962)에 의하면 사회적인 수준에서 개인적인 수준으로 진행되는 사고 과정의 발달은 언어에 의해 매개된다. 즉 사회적 수준에서 이루어지는 대화는 개인의 심리과정 속에 내면화되어 인간의 사고활동을 조절하고 통제한다. 사회적인 중재 역할을 하는 언어는 문제 해결의 행동을 안내하는 상징적인 도구이기 때문에 학습에서 매우

중요한 역할을 한다(최은희, 2004).

정서에 해당하는 자기통제력은 정서적 안정감과 자신감, 주변 환경에 기초한다. 정서적 안정감과 자신감은 주위에 신뢰감 속에서 형성하게 된다. 정서는 화학물질(생리적 변화)과 관계가 있으며, 자극의 강도, 환경, 문화의 영향을 받고 보편적, 자동적인 측면이 있다. 정서는 인지에 의해 발생되며 인지에 의해 촉진되고 인지를 촉진한다(김지연, 2007).

행동에 해당하는 주의력은 이미 습득한 생활습관과 학습습관의 영향을 받는다. 주의력이 낮은 아동은 규칙적이고 조직적으로 생활하기 보다 대부분 무계획적으로 살아간다. 부주의한 아동들은 게임 또는 집단 활동에서 자기 차례를 기다리거나 행동을 시작하기 전에 줄을 서는 일 등을 잘 하지 못한다(최춘옥, 2000). 주의력을 높이기 위해서는 규칙을 만들어 일관성 있게 적용하면서 생활습관과 공부습관을 바꾸고 생활환경을 점검하는 것이 필요하다(이명경, 2006).

위와 같이 인지, 정서, 행동이 조화롭게 작용해야 아동의 주의집중력이 향상됨을 이야기 한다.

이상의 내용을 본 연구와 관련하여 정의해 보면 주의집중력은 과제를 수행하는 데 적극적으로 과제에 의식을 집중함으로써 필요한 정보를 선택하고, 정해진 시간동안 빠르게 과제를 수행하며, 지속적으로 과제에 집중하여 자신의 의식을 통제하는 개념이라고 정의할 수 있다.

## 2) 초등학생의 주의집중력

주의집중력의 문제는 아동과 청소년의 가장 흔하고 심각한 행동장애 중의 하나이다. 최근 주의집중력 부족의 증세를 보이는 ADHD(Attention Deficit Hyperactivity Disorder) 아동에 대한 관심이 높아지고 있다. ADHD는 주의력 결핍, 과잉행동, 충동성의 증세를 동반하는 발달장애로 아동기에 흔히 볼 수 있다. 보통의 일반아동들은 어떠한 과제에서나 그 과제를 완성하기 위하여 세밀하고 지속적인 주의집중을 할 수 있어야 하는데, ADHD아동의 경우처럼 주의

집중을 제대로 하지 못하는 아동은 학습활동에서 대단히 불리하다(김유리, 2009).

학령 전기가 되면 ADHD아동은 항상 바빠지며 무엇인가를 하고 있는데, 한 가지 일에 깊이 몰두하지 못하고 주변의 자극에 대하여 쉽게 산만해지는 특징을 띄게 된다. 다른 사람의 말에 주의를 기울이지 못하며 다른 사람의 말의 일부분만 듣고 행동으로 옮기는 특징을 나타낸다. 친구들과의 관계에서도 공격적인 행동이 나타날 수 있으며, 무엇이든지 자기 마음대로 하려는 경향이 나타나기 때문에 친구들로부터 따돌림을 당하는 경우도 허다하다. 혼자서 조용히 놀지 못하고 항상 또래의 놀이에 끼어들려는 하는 경향도 관찰된다. 칭찬이나 벌의 효과가 일시적이며 똑같은 행동이 반복되어 나타나는 특징도 관찰된다. 학령기에 접어들면 아동의 행동상의 문제는 더욱 뚜렷해진다(이숙희, 2001).

이영희(2009)는 “초등학생은 발달 단계상 한 곳에 주의 집중할 수 있는 시간이 길지 않고 또 주의 집중력은 모든 상황에서 일반화시키고 훈련시킬 수 있는 단일 능력이 아니기 때문에 그들의 주의를 분산시키지 않고 자극에 대하여 더 집중할 수 있게 하는 특정한 환경과 과정이 필요하다”고 말한다. 경상남도교육연구원(1987)은 자기 학습력을 신장시키기 위하여 주의 집중력이 중요하며 효과적인 주의 집중 방법으로 제공될 자극의 변화, 모방행동에 대한 보상, 흥미나 관심을 느낄 만한 자극의 제공, 발언의 기회, 의욕과 자신감 부여 단서 제공 등의 방법을 제시하였다(이순복, 2004, 재인용).

주의집중력은 인간발달의 초기단계부터 발달되어야 하는 중요한 능력이며, 지속적으로 형성되어 가야하는 내적 능력으로, 특히 학습과 생활의 기초를 형성해 가는 초등학교 단계의 아동에게 반드시 길러져야 할 능력이라고 볼 수 있다(김지연, 2007). 주의집중력은 아동의 학습활동에서뿐만 아니라 사회활동 전반에 걸쳐 성공과 실패를 좌우하는 중요한 한 요소로 이에 대한 학교에서의 체계적인 이론과 향상 프로그램을 이루어내려는 노력이 필요하다 (김유리, 2009).

집중력이 높은 사람은 어떤 일을 하든 효율성이 높아 학교나 사회에서 긍정적인 평가를 받을 수 있다. 다른 사람의 긍정적인 평가는 자신감을 심어 주고 그 결과 원만한 성장을 통해 건전한 사회 구성원으로 생활해 갈 수 있게 한다(주말선, 2007). 공선자(1990)는 4, 6학년 남·여학생을 대상으로 학업우수아, 학습평범아, 학습부진아로 나누어 주의집중력과 학업성취도의 관계에 대해 검사

해 본 결과, 학업우수아들의 주의집중력이 제일 높게 나왔으며 다음 순서로 평범아, 부진아였다. 즉 주의집중력을 높은 집단이 학업 성취도가 높다는 결론을 얻었다. (이영희, 2009, 재인용).

이상의 내용을 본 연구와 관련하여 정의해 보면 집중력은 학령기 아동들의 인지, 정서, 행동적으로 많은 영향을 주고 있으며, 정보사회로 들어서면서 시각적으로 많은 자극들이 초등학교생의 주의집중력을 위협하고 있다.

### 3) 시각집중력

수업 시간에 집중하지 못하고 주변의 일들에만 관심을 가지며 의자에 제대로 앉아 있지 못하는 초등학교생들이 예전에 비해 많이 늘어난 것은 사실이다(주말선, 2007). 예전의 학교교육은 교사의 의사소통의 수단으로 언어를 많이 사용해 왔으나, 20세기후반에 접어들면서 시각적인 교수매체 활용이 점차 늘어나고 있다.

시각집중력은 시각적 자극에 대해 파악하고 영상화하는 작업을 말하며, 주의집중력의 하위요소이다. 주의집중력은 주어진 자극에 대해 한정된 시간동안 의식을 모으고 과제를 완성하기 위한 작업이라고 한다. 여기에서 주어진 자극을 시각적인 요소와 청각적인 요소로 분리할 수 있다.

사회가 점차 다원화되고 지식화됨에 따라 많은 시각적 자극속에서 불별있게 선택하여 주의집중하는 능력이 필요하다. 정진명(2001)에 의하면 그림(picture)은 복잡한 생각을 명확하게 제시해주어 학습자의 흥미를 유발하고, 주의를 집중하게 하여 감정적인 변화를 일으키게 한다. 정보화 사회로 발전하면서 쉽게 이미지를 얻고 접하게 되어, 그림(picture)도 정보의 한 매체로서 작용하고 있다. 김영수(2004)는 정보를 언어매체로 전달했을 때 이해할 수 있는 정보의 양은 20% 이고, 시각매체로 전달했을 때의 이해정도는 40%로 증가된다고 한다. 인간이 학습할 때 청각 10%, 시각 80%정도를 사용하며, 기억하는 활동을 하는 동안에는 청각을 통해서 20%획득하고, 시각과 청각을 통해서는 50%를 획득(정진명, 2001, 재인용)한다고 하였다. 이와같이 멀티미디어는 시청자의 주의를 더욱 집중시킬 수 있고, 시청자의 감정에 호소하는 힘이 매우 크다(여민숙, 2004 재인용).

Wick(1996)는 또한 학습자들의 흥미와 동기를 유발시킬 수 있을 뿐만 아니라 많은 정보를 효과적으로 다룰 수 있다고 하였다(정진명, 2001 재인용).

학습에서 시각적으로 다양한 욕구가 증가하고 있지만, 이러한 자극들이 초등 학생들에게 선별적으로 선택하는 능력 부족으로 인해 주의집중력을 분산시키고 있다. 집중력이 약한 아동일수록 시선이 여러곳으로 분산됨으로써 학령기에 접어들면서 학습 몰입에 대한 어려움을 호소하고 있다. 인지심리학자들은 학생들을 가르칠 때 다양한 정보에 주의를 집중하는 방법에 대한 훈련이 반드시 필요하다고 주장하고 있다(김남정, 2000).

이상의 내용을 본 연구와 관련하여 정의해 보면, 시각집중력은 시각적 자극에 대해 파악하여 영상화하여 기억하는 능력이다. 시각적 자극을 통해 학습자는 흥미를 유발할 수 있으며, 많은 정보를 효과적으로 다룰 수 있다.

## 2. 대인관계

### 1) 대인관계 개념과 목적

아리스토텔레스가 ‘사람은 사회적 동물’이라고 말한 것처럼 사람에게 있어 사회성은 그 사람의 삶을 좌우할 만큼 중요한 요소이며, ‘사람과의 관계를 맺어나가는 성질’이라는 사회성의 개념을 볼 때, 결국 사회성의 대부분은 대인관계가 차지하고 있다고 할 수 있다(이경자, 2005).

대인관계와 사회성의 개념은 인간이 사회적 동물로서 타인과의 관계형성 즉 타인과의 상호작용에서 나타나는 특성을 정의하고 있다는 점에서 유사성이 있으나 대인관계가 개인의 심리적 지향성인 점을 나타내는 반면, 사회성은 공적인 심리적 지향성을 강조하고 있다는 점에서 그 차이가 있다. 대인관계는 개인이 타인을 어떻게 지각하고 판단하고 있으며, 이를 바탕으로 타인에 대해 어떤 행동 방식을 취하고 또 타인에게 기대하는 것이 무엇인가에 대한 심리적 지향성의 양식으로

볼 수 있다. 이성현(1998)은 사회성이란 인간이 사회 환경 속에서 생명을 유지하고 균형과 안정을 유지하기 위하여 적절히 반응하는 능력 즉 적응해 나가는 능력이라고 정의할 수 있다(김영화, 2011, 재인용).

보통 대인관계와 인간관계를 혼용하여 많이 사용하는데, 여기에서 대인관계와 인간관계를 구별할 필요가 있다. 학술적으로 사용되는 인간관계의 의미는 산업 및 행정조직에 있어서 조직의 구성원들이 어떻게 하면 조직의 목표달성에 효율적으로 기여할 수 있는가 하는 생산 및 행정 능력의 향상을 전제로 한 것으로 그 의미가 한정된다(염영옥, 1999). 대인관계는 일반적으로 두 사람 사이의 관계를 의미하며 개인이 타인을 어떻게 생각하고, 어떻게 느끼며, 지각하고, 타인에게 어떠한 행위를 하며, 타인의 행동에 대한 심리적 지향성의 양식이라고 정의하였다(오은주, 2006). 요약하면 인간관계는 생산적이고 능률적인 향상을 전제로 한 것이고, 대인관계는 양자 간의 심리적인 반응관계라고 할 수 있다.

대인관계는 기본적으로 자기와 타인들로 구성되며, 바람직한 대인관계는 개인의 측면에서 개인이 편한 마음으로 대인관계를 형성, 유지, 발전시켜 나가는데 모든 심적 작용이 무리 없이 기능할 수 있는 심리적 상태라고 할 수 있다. 또한 자신을 상대방에게 적절히 표현할 수 있고, 상대방으로부터 이해와 우호적인 피드백을 받을 수 있는 관계를 말한다. 즉 다른 사람들과 어울리는데 불편함이 없으며 다른 사람이 나를 어떻게 볼 것인지에 대한 두려움이 없는 자유로운 관계로서 타인의 시선이나 비판에 지나치게 민감하지 않고 자신의 생각이나 욕구에만 매몰되지 않으며 자기 자신을 넘어서까지 관심을 확장할 수 있는 심리적 태세(mental set)이다(김영화, 2011, 재인용).

Scheiderer(1977)는 모든 개인에게 있어서 의식의 본질적인 부분에 이미 사회라는 것이 내면화되어 있어 인간이 상호작용을 통해 공존할 수밖에 없는 대인관계의 존재임을 밝히고 있다. 대인관계가 만족스럽고 효과적인 경우에는 그러한 인간관계의 경험을 통해 한 인간으로서 바람직한 성장과 발달을 하게 되지만, 대인관계가 불만족스럽고 비효과적일 경우 성장과 발달은 방해받게 된다(오은주, 2006, 재인용). 특히 아동기 후반(10세 전후)에 아동들은 또래 집단을 조직화하고 지속적인 대인관계를 나타내기 시작한다. 이 시기에 형성된 대인

관계는 추후 성인이 되어서도 영향을 주게 된다.

핵가족화와 맞벌이로 인해 가정이 사회속에서 하는 역할도 점차 바뀌어가고 있다. 과거의 형제자매가 상호작용했던 놀이문화는 점차 축소되고, 사회적으로 구조화된 대중 속에서의 관계들이 지향되고 있다. 핵가족화된 사회에서 아동들은 많은 시간을 학교에서 보내고 있다. 학교 안에서의 건강한 대인관계는 정신적, 육체적으로 아동들이 건강하게 성장하는 밑거름이 된다.

이상의 정의들을 본 연구와 관련하여 정리해보면, 대인관계는 개인이 편한 마음으로 상대방을 대하며 상대방과 상호작용하는데 불편함이 없으며 자신의 생각과 느낌을 적극적으로 표현하고 상대방을 존중하는 것이라고 하겠다.

## 2) 초등학생의 대인관계

초등학교에 입학하게 되면 아동들은 부모라는 굴레에서 벗어나 또래집단을 형성하게 되고 10세 전후로 하여 지속적인 관계가 가능한 대인관계를 형성하게 된다. 특히 아동기는 신체적, 생리적 성숙과 더불어 여러 가지 사회적 역할을 확장해 가면서 부모의 영향권에서 벗어나는 시기이다. 또한 친구와의 빈번한 교우관계를 통해 심리적으로 발달해 가는 시기이며, 상호작용을 통해 사회적 유능성을 획득하게 되는 시기이다(유영희, 2010). 아동기에는 또래집단에 소속됨으로써 안정감을 느끼며, 부모의 평가보다는 또래의 평가에 민감하다. 그러므로 또래집단에서 박탈되게 되면 심리적으로 많은 불안감을 보이며 심리적인 문제로 인해 학교라는 집단에 적응 하기 어렵다.

Rubin, Bukowski, & Parker(1998)은 부모와의 관계와는 달리 또래와의 관계에서는 또래집단의 규칙을 준수해야 하고 협동심이나 타협을 필요로 한다고 하였다. 이러한 경험을 통해 자기중심적인 사고나 행동은 줄어들고 점차 사회구성원으로서 성공적인 사회적 상호작용을 위해 필요한 기술이나 규범을 배워 나가게 된다(정옥분, 2002, 재인용). 이 때 아동들은 또래친구들의 견해 속에서 자기 자신을 바라보며, 대인관계 속에서 논리적인 규범을 배우고 타인과의 관계 기술을 배우면서 사회구성원으로 점차 성장하게 된다.

이 시기에 가장 두드러진 특징은 또래 집단을 통하여 사회화 과정에 커다란 영향을 받는다는 것이다. 아동기의 또래집단은 작게는 2명에서부터 크게는 집단을 이루게 되는데, 초등학교 저학년인 아동기 초기에는 자아개념이 분명치 않고 비조직적이므로 아동 상호간의 응집성이 약하고 개인 경쟁적인 관계가 심하지 않다. 10세 이상이 되면 또래집단의 구조가 뚜렷해지고 공식화되며 집단 자체 내의 조직화도 가능하게 되어 놀이 활동을 통한 직접적인 상호작용을 하기 시작한다. 즉 간접적인 상호 관찰을 통해서 협동, 문제해결, 자기주장 등의 사회화 기술을 배우게 되는 것이다. 이처럼 또래집단의 영향 속에서 아동들은 삶에 관계되는 여러 가지 측면에 다양한 방식이 있다는 것을 알게 되고 또래 집단의 사회적 규범과 압력에 점점 민감해지며 동성 친구와 친밀한 관계를 경험하게 된다. Piaget(1983)는 아동기에는 또래와의 상호작용 과정에서 생기는 갈등을 경험함으로써 아동의 인지발달 수준이 향상된다고 하였다(정옥분, 2002, 재인용).

이상의 내용을 본 연구와 관련하여 정리해보면 초등학생의 대인관계는 또래관계에서 논리규범을 배우고 사회속에서 점차 확산하면서 사회화에 필요한 관습과 관계기술을 배우는 과정이라고 말할 수 있다.

### 3. 선행연구 고찰

본 프로그램은 5단계 생각법을 통해 아동들에게 단계적인 학습상황을 내재언어화하도록 만들어진 프로그램으로 Think Aloud(여광웅, 정용석, 1997) 훈련의 인지문제해결 활동을 통해 아동에게 자기대화를 요구하고, 사회적 문제상황에서 계획, 해결책을 말하도록 훈련시키는 프로그램과 유사하다.

이에 선행연구를 보면 박세숙(2008)은 Think Aloud프로그램이 공격성향 아동의 공격성, 자기통제력 및 또래관계에 미치는 효과 연구를 통해 아동들의 충동성을 억제하고 자신의 감정과 행동을 건전하게 표현함으로써 자기통제력이 향상되었고, 자기통제력의 조절과 더불어 아동 스스로 자신의 정서와 행동을 다루는 기술을

습득할 수 있게 됨으로써 또래관계에도 도움이 되었다고 보고하고 있다. 정인후(2003)은 Think Aloud 훈련이 주의력결핍 과잉행동아에게 미치는 영향을 알아보는 연구에서 과잉행동 빈소수가 줄어들고, 교과 및 일반문제 그리고 대인관계의 문제상황을 다양하게 설정하여 해결해가면서 또래친구들과의 관계에서 긍정적인 영향을 미쳤다고 보고하고 있다. 성현주(2007)에 의하면, Think Aloud program이 아동의 언어문제해결의 향상을 가져와 대인간 문제해결능력이 향상되었음을 보고하였다.

송태연(2011)은 집중력훈련프로그램이 중학생의 자아개념, 정서 및 집중력에 미치는 효과 연구에서, 중학생의 신체자아, 도덕적자아, 성격적자아가 유의미하게 향상되었으며 이와 더불어 실망감 정서와 초조감 정서경험이 현저히 감소됨을 보여주었다. 집중력의 향상과 더불어 중학생들은 집중력 향상 프로그램을 경험하면서 억압되어 있던 감정들을 털어놓을 수 있는 기회를 제공받음으로써 편안함으로 인한 정서적 안정감을 갖게 되었고 자아개념 또한 긍정적인 방향으로 변화되었다. 이는 집중력훈련프로그램이 중학생의 자아개념과 정서에 영향을 줌으로써 또래관계에 긍정적으로 관계를 맺을 수 있게 도움이 되었음을 의미한다.

집중력훈련프로그램을 통한 집중력도 유의미하게 향상되었다. 김영수(2004)는 ADHD성향이 있는 아동을 대상으로 주의집중훈련이 주의력과 충동성에 미치는 효과를 살펴보았는데, 실험집단이 통제집단보다 주의력이 향상되었으나 실험집단과 통제집단간의 충동성의 감소는 나타내지 않았으나, 과제에서 주의를 지속적으로 유지하고 집중할 수 있는 능력은 향상되었다고 보고하고 있다. 염정순(2010)은 ADHD 집중력의 하위영역인 시각집중력과 정보처리속도가 향상되었으며, 스스로 점검하고 관리할 수 있도록 할 수 있는 자기통제력이 향상되었다고 하였다. 더불어 아동들은 즐겁게 참여하고 만족스러워 했으며 자신감을 가지게 되었고 과잉행동, 충동성, 부주의한 행동이 감소되었다. 그리고 교사의 칭찬이 많아지자 학급에서의 생활도 활기차게 변화 되었으며 학습에 대한 관심이 높아져 학업향상에도 영향을 주었다고 보고하고 있다.

대인관계에 긍정적 효과를 미치고자 연구된 선행연구를 보면 오은주(2006)는 또래칭찬프로그램활동을 통해 대인관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 보고하였다. 칭찬활동은 아동들에게 안정된 신뢰감을 형성하고 공동체의식을 심어줌으로써

대인관계에 긍정적 영향을 미쳤다. 칭찬활동프로그램은 매회기마다 칭찬을 통한 활동을 하는데, 본 연구의 프로그램도 매회기마다 칭찬과 격려를 통해 아동에게 긍정적인 효과를 준다는 점에서 유사하다. 이경자(2005)는 자기표현훈련 프로그램을 통해 대인관계의 긍정적 효과를 미쳤다고 하였다. 이 연구에서 김성희(1980)가 말한 자기표현이란 상대방의 권리를 침해하지 않는 범위내에서 자신의 권리, 욕구, 생각 및 느낌 등 자신이 나타내고자 하는 바를 마음속에 있는 그대로 솔직하게 상대방에게 직접 나타내는 행동이라고 하였다(이경자, 2005, 재인용). 이경자(2005)는 정서활동프로그램을 통해 대인관계 및 자존감 향상에 긍정적 효과를 미쳤다. 본 연구는 집중력프로그램과 그 안에 포함되어 있는 사회성정서활동을 통해 초등학생의 주의집중력과 대인관계의 효과를 알아보기 위함이다.

이상의 내용을 본 연구와 관련하여 정의해 보면, SMART시각집중력프로그램이 초등학생의 학습에 도움이 되는 주의집중력과 학교생활을 좀 더 자신감있고 활기차게 할 수 있는 원동력인 대인관계에 긍정적 효과를 미칠 가능성을 시사해 준다.

#### 4. SMART시각집중력프로그램

SMART시각집중력프로그램은 다양한 시각자극을 놀이처럼 재미있게 접하면서 시각운동협응력과 시각정보처리능력을 높이는 프로그램이다. 이 때, 사물의 세세한 부분과 본질적이고 핵심적인 부분에 집중하고 사물들 간의 논리적 특성이나 규칙을 발견할 수 있도록 한다. 그리고 정서활동을 통해 집중력 발달의 기본적인 요소인 정서적 안정감과 자신감을 심을 수 있도록 한다 (이명경, 2005). 이 프로그램에서 반복적인 훈련에 의존하기보다 다양한 시각적 자극을 통한 집중력 교육과 놀이를 통한 정서활동과 더불어 아동들의 집중력을 향상하는 프로그램이다.

매 차시 공통 진행 사항으로는 5단계 생각법(문제정의, 계획수립, 중간점검, 실행 후 점검, 칭찬과 격려)을 통해 과제를 하기 위해 아동과 교사의 대화를 유도하는 단계가 있으며, 아동들은 위의 5단계를 통해 차분하게 과제를 수행할 수 있다. 각 단계별 구체적으로 들여다보면 아래와 같다.

- ① 문제정의 : 활동 시작 전, 주어진 과제를 인식한다.
- ② 계획수립 : 활동 시작 전, 효율적인 처리를 위한 전략을 생각한다.
- ③ 중간점검 : 활동 중간, 스스로 모니터링 자신의 모습을 인식해서 스스로 점검한다.
- ④ 실행 후 점검 : 활동을 마친 후, 전략을 다시 한번 생각하고, 과제를 재검토한다.
- ⑤ 칭찬과 격려 : 활동을 마친 후, 자신이 수행한 문제를 자기 스스로 칭찬 또는 격려한다.

이와 같은 5가지 방법을 통해 집중력 과제를 수행한다. 부수적으로는 아동들의 집중력 높이는 자세와 위의 5가지 방법을 노래로 구성하여 부르는 활동이 있다.

본 프로그램은 Think Aloud(여광웅, 정용석, 1997) 훈련의 인지문제해결 활동을 통해 아동에게 자기대화를 하도록 요구하는 Meichenbaum(1977)의 프로그램과 사회적 문제상황에서 계획, 해결책 그리고 결과를 말하도록 훈련시키는 Shure(1974)의 훈련을 결합한 언어중재 프로그램을 통한 인지 및 사회적문제 해결 능력을 높이고자 하는 의도가 배경에 깔려있다(정순홍, 2000).

Meichenbaum(1977) 에 의해 제시된 자기교시법은 아래와 같다.

처음 인지적 모델링(cognitive modeling )단계에서 아동은 소리내어 말하면서 특정과제를 수행하는 성인을 관찰한 후, 외적 안내(overt guidance)단계에서 아동은 모델의 지시에 따라 똑같은 과제를 수행한다. 다음 외적 자기안내(overtself guidance)단계에서는 아동은 스스로 외형적 교시를 하면서 과제를 수행하며, 외적인 자기안내의 제거(faded avert self guidance) 단계에서는 아동은 자기교시를 속으로 중얼거리면서 과제를 수행한다. 마지막으로 내적 자기교시(covert self guidance)단계에서는 아동은 내적 언어를 통하여 자기교시 하면서

과제를 수행한다. 자기교시 훈련은 ①문제정의 ②문제접근 ③주의집중 ④답 선택 ⑤자기강화등의 단계를 포함하고 있을뿐 아니라 인지행동적 접근에서 효율적 방략 교수조건인 방략의 중요성과 방략 사용에 대한 지식, 상위인지 방략정보, 방략이행에 대한 자기조절 등의 세 가지 요인을 모두 갖추고 있다. 또한 자기교시법은 인지 방략과 상위인지 방략에 언어중재가 통합되어 있는 자기조정을 위한 도구로써 학습과정에서 아동의 능동적인 역할을 강조한다(Harris , 1986; Harris & Brown, 1982). 따라서 자기교시는 학생들이 실행에 앞서 문제해결 전략을 찾고 지시하도록 도울 수 있다(정순홍, 2000, 재인용).

본 프로그램은 집중력 활동과 그 안에 포함되어 있는 사회성정서발달을 위한 놀이 활동으로 구성되어 있다. 사회성정서발달은 정서지능을 기반으로 하여 상황 별로 자신의 느낌을 말하는 활동부터, 그림을 통해 타인과 같이 활동하는 과정 까지 자기이해와 타인수용을 통한 다양한 정서활동으로 구성되어 있다.

여기에서 정서적 측면을 좀 더 깊이 있게 살펴보면 흔한 예로 마음이 불편하고 어지러우면 주어진 과제를 마치는 데 방해를 받게 된다. 그 만큼 정서는 인지적인 부분에 영향을 미치게 된다. 학교에서 집단따돌림을 당하는 학생인 경우에도 학교 가는 것 자체가 두렵기 때문에 학습을 생각하기가 어렵다. Piaget(1983)는 아동기에는 또래와의 상호작용 과정에서 생기는 갈등을 경험함으로써 아동의 인지발달 수준이 향상된다고 하였다(정옥분, 2002, 재인용). 아동들의 정서적 안정감은 또래관계에서 안정적인 관계를 형성하게 한다. 본 프로그램 안에 구성되어 있는 사회성정서활동프로그램은 아동들의 정서적 안정감을 기초로 하여 자기이해와 타인이해를 바탕으로 활동지가 구성되어 있다.

이상의 내용을 본 연구와 관련하여 정의해 보면, 본 프로그램을 통해 초등 학생의 주의집중력 학습에 대한 올바른 이해를 돕고, 아동들이 사회성정서 활동을 통해 자기와 타인간의 상호작용이 대인관계에 어떠한 영향을 미치는 지 알아보고자 한다.

### III. 연구방법

이 장에서는 연구방법 및 절차를 제시하기 위해 연구대상, 실험설계, 연구절차, 연구도구 및 자료처리에 대해 살펴보고자 한다.

#### 1. 연구대상

본 연구에 참여한 대상은 제주시내에 소재한 지역아동센터 4-5학년 재학중인 20명의 아동이다. 제주시내에 소재한 두 곳의 지역아동센터를 선정하여 10명의 실험집단, 10명의 비교집단으로 배정하였다. 실험집단과 비교집단 각각에 해당하는 인구통계학적 분포는 다음과 같다.

실험집단의 아동 구성은 남학생 5명, 여학생 5명이며, 그 중에서 3학년 아동은 5명, 4학년 아동은 5명으로 이루어져 있다. 비교집단의 아동 구성은 남학생 6명, 여학생 4명으로 되어 있으며, 그 중에서 3학년 4명, 4학년 6명으로 구성되어 있어 비교적 실험집단과 비교집단의 성별, 학년 비율이 비슷하게 이루어졌다.

<표 III-1> 실험집단과 비교집단 각각에 해당하는 인구통계학적 분포

구분	성별		학년		계
	남	여	3학년	4학년	(%)
실험집단	5(50)	5(50)	5(50)	5(50)	10(100)
비교집단	6(60)	4(40)	4(40)	6(60)	10(100)

## 2. 연구도구

### 1) 주의집중력검사

한국집중력센터(2009)에서 개발된 주의집중능력검사(Concentration Ability Test)의 5단계 중 시각과 연관적인 주의집중력부분에서의 시각집중력, 정보처리 속도, 지속적주의집중력을 측정하는 주의집중력검사를 사용하였다. 시각집중력은 제시되는 시각 정보를 기억한 후 인출하는 데 필요한 주의집중력을 측정하는 소검사이다. 정보처리속도는 제한된 시간 동안 숫자와 짝이 되는 기호를 빠르면서도 정확하게 써야 하는 과제를 통해 정보처리속도를 측정하는 소검사이다. 지속적주의집중력은 비교적 긴 시간 동안 지루하고 반복되는 과제에 시각협응 능력으로 지속적으로 주의 집중하는 힘을 측정하는 소검사이다. 본 연구에서는 초등학생의 주의집중력의 변화를 비교하기 위해 이 검사도구를 사전, 사후 검사로 사용하였다.

본 검사의 하위 영역별 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$ 계수 시각집중력 .76, 정보처리속도 .70, 지속적주의집중력 .70으로 비교적 양호한 편이다.

### 2) 대인관계 척도검사

본 연구에서는 Dormody와 Seevers(1995), Morris(1996), Dormody와 Clason(1995), Wingenbach(1995) 등이 연구에서 사용한 리더십 생활기술 설문지를 초등학생 수준에 맞는 용어와 문장으로 권영웅(2004)이 재구성한 도구를 사용하였다. 정재현(2011)은 대인관계 척도검사로 리더십생활기술의 하위 영역 중 의사소통기술, 인간관계기술, 집단활동기술 총 3개 영역을 12문항으로 구성하였다. 채점방법은 Likert 5점 척도 (1: 전혀 그렇지 않다, 2: 그렇지 않다, 3: 보통이다, 4: 그렇다, 5: 아주 그렇다.)이며 설문 문항은 <표 III-5>와 같다. 연구자에 의해 산출한 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$ 계수 .89으로 비교적 양호한 편이다.

### 3) 프로그램

본 연구에서 사용된 SMART시각집중력프로그램(이명경, 2005)은 아동의 집중력과 정서적 안정감을 도모하는 집중력훈련프로그램이다. 매 차시의 시간은 60분으로 구성되어 있으며, 매 차시마다 집중력프로그램과 사회성정서발달을 위한 활동이 있다. 차시별 프로그램 내용을 소개하면 <표 III-5>와 같다.

첫회기에서는 오리엔테이션을 통한 매 회기별 활동에 대해 안내를 하고, 5단계 생각법(문제정의, 계획수립, 중간점검, 실행 후 점검, 칭찬과 격려)을 가르쳐 준다. 사회성정서활동으로는 친밀감 형성을 위해 친구들과 어울려 할 수 있는 ‘어째 좀 난처하네요’ 활동지를 한다.

둘째 회기에서는 계산미로를 통해 공간지각력과 수렴적 관찰력을 향상시키며, 집중력자세와 5단계생각법을 통해 차분하게 과제에 몰입하도록 한다. 사회성정서 활동으로는 ‘좋은 점 빙고 게임’을 통해 자기이해를 통한 자신의 긍정적인 자아 모습을 탐색해본다.

매 회기별로 집중력활동과 병행하면서 아동들은 집중력에 대해 배우고, 사회성 정서활동을 통해 자기이해와 타인이해에 더불어 긍정적인 대인관계를 확립하게 된다.

<표 III-2> SMART시각집중력프로그램

회기	주제	목적	내용
1	오리엔테이션 <집중력활동>	프로그램 안내 및 동기 부여	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 소개하기</li> <li>· 나의 약속</li> <li>· 집중력을 높이는 자세</li> <li>· 집중송 배우기</li> <li>· 5단계 생각법 배우기</li> </ul>
	어째 좀 난처하네요. <사회성정서활동>	친밀감 형성, 적극적 상호작용 증가	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 활동지의 적혀있는 각 문항을 각각의 다른 학생들과 같이 하는 활동</li> </ul>

2	계산미로 <집중력활동>	공간 지각력, 수렴적 관찰력	· 계산과 길 찾기를 함께 하는 미로 활동
	좋은 점 빙고 게임 <사회성정서활동>	자신의 좋은 점 이해를 통해 긍정적 자아상 형성	· 자신의 좋은 점을 빙고상자에 적어 넣어 빙고를 해보면서 자신을 긍정 적으로 바라보는 활동
3	똑같은 그림 찾기 <집중력활동>	시각 기억력, 수렴적 관찰력	· 비슷하게 생긴 여러 개의 그림 중에서 똑같은 그림 찾는 활동
	이상한 노래 부르기 <사회성정서활동>	작업 기억력 향상, 친밀감 향상	· ‘산토끼’같은 간단한 노래를 각 단어별로 거꾸로 노래를 부르는 활동
4	넷째 그림 찾기 <집중력활동>	지각조직력, 논리력, 도형인식능력	· 첫째 그림과 둘째 그림의 관계를 보고 셋째 그림 다음에 오는 넷째 그림을 맞추는 활동
	나의 향아리 <사회성정서활동>	자기 이해 능력 향상	· 그림속의 3개의 향아리에 자신의 좋은점, 부족한 점, 소망하는 점을 각각 적어보고 꾸며보는 활동
5	무엇일까요? <집중력활동>	시각 주의력, 관찰력	· 사물의 일부분을 보고 무엇인지 맞추어야 하는 활동
	이럴 때 내 표정은 <사회성정서활동>	정서 인식 능력 향상	· 상황별 이야기를 말해주고 그 때 나타날 수 있는 다양한 표정 그림 으로 표현하는 활동
6	그림 따라 그리기 <집중력활동>	단기 기억력, 공간 지각력	· 7초 동안 보여주는 그림을 기억 했다가 종이에 그리는 활동
	웁크로 이야기해요 <사회성정서활동>	친밀감 형성	· 활동지에 적혀있는 각 문항을 각각 의 다른 학생들과 웁크를 통해 해결 하는 활동
7	다른 부분 찾기 <집중력활동>	수렴적 관찰력, 주의집중력	· 제시된 사물의 사진을 관찰하여 원래의 사물과 다른 부분을 찾는 활동
	세상에 이런 꿈을 꾸다니 <사회성정서활동>	신체적 긴장감 해소, 심리 내적 욕구 탐색	· 자신이 꿔던 꿈을 그림으로 표현함 으로써 내적 욕구를 파악하는 활동

8	기호쓰기 <집중력활동>	시각적 단기기억력, 처리속도, 시각운동협응력	· 활동지의 빈 칸에 과일이나 숫자의 짜인 기호를 써 넣는 활동
	계란화 그리기 <사회성정서활동>	내재적 욕구 자각	· 계란으로부터 나오면 좋겠다고 생각하는것을 그림으로 표현하는 활동
9	선택적으로 집중하기 <집중력활동>	선택적 주의집중력	· 그림과 색깔, 글자와 색깔 중 하나에만 주의집중하는 활동
	우리 가족이 동물이라면 <사회성정서활동>	가족 역동 및 상호작용과악	· 가족의 이미지와 비슷한 동물을 선택해서 그려보는 활동
10	기호계산 <집중력활동>	단기 기억력, 작업 기억력	· 기호의 짜인 숫자를 찾아 계산하는 활동
	색깔 찾기 <사회성정서활동>	감정 인식 및 수용, 가족 역동 탐색	· 기분을 색깔로 표현하는 활동
11	빠진 기호 그리기 <집중력활동>	단기 기억력, 작업 기억력	· 반복되는 규칙을 발견하여 활동 지의 빈칸에 기초를 찾아 넣는 활동
	네모 게임 <사회성정서활동>	창의력, 논리력, 협동심 향상	· 특정 단어가 들어간 명제를 만들 어보는 활동
12	빠진 동물 찾기 <집중력활동>	단기 기억력, 작업 기억력	· 첫째 화면에는 있지만 둘째 화면에는 없는 동물이 무엇이지 찾는 활동
	이럴 때 나는 <사회성정서활동>	사회적 상황 대처능력향상	· 상황카드를 뽑아 자신이 그 상황 에서의 기분과 행동을 이야기해 보는 활동
13	숫자세기 <집중력활동>	지속적 주의집중력	· 다른 모양의 그림이 각각 몇 개씩 있는지 그 숫자를 세어 빈 칸에 적는 활동
	나는야 T셔츠 디자이너 <사회성정서활동>	창의력 향상, 자기 표현 욕구표출	· T셔츠를 직접 디자인해 보는 활동

14	카드 맞추기 <집중력활동>	사회적 상황 인식 능력	· 제시되는 그림을 순서에 맞게 정렬하고 이야기를 만드는 활동
	그림으로 마음 나누기 <사회성정서활동>	타인과의 정서적 교류	· 한 활동지를 말하지 않고 2명이 같이 그림을 그려보고, 그 후 말하면서 그림을 그려보면서 차이점에 대해 이야기 해보는 활동
15	퍼즐 맞추기 <집중력활동>	지각 조직력, 공간 지각력	· 어떤 그림들이 모여서 전체 그림이 되었는지 찾는 활동
	가면 그리기 <사회성정서활동>	자기 이해 및 수용, 소망 탐색	· 가면의 기능에 대해 설명하고 가면을 꾸며보는 활동
16	지그재그 연결하기 <집중력활동>	동시처리능력, 시각운동 협응력	· 숫자와 색깔을 규칙에 맞게 연결하는 활동
	숨은 글자 찾기 <사회성정서활동>	어휘력 향상, 시각집중력	· 빈 종이에 단어 20개를 쓴 후 빈칸을 의미없는 글자로 채우고, 옆 짝과 종이를 바꾸어 서로 단어를 찾아보는 활동

### 3. 실험설계

본 연구의 실험설계는 SMART시각집중력프로그램을 실시한 실험집단과 실시하지 않은 비교집단을 비교하여 실험처치 결과를 평가하는 설계이다. 이 설계를 그림으로 살펴보면 다음과 같다.

실험집단	O <sub>1</sub>	X	O <sub>3</sub>
비교집단	O <sub>2</sub>		O <sub>4</sub>

O<sub>1</sub> O<sub>2</sub> : 사전검사 (대인관계 척도검사, 집중력검사)

O<sub>3</sub> O<sub>4</sub> : 사후검사 (대인관계 척도검사, 집중력검사)

X : SMART시각집중력프로그램

[그림 III-3] 연구 설계

#### 4. 연구절차

이 연구의 과정은 실험·비교집단의 선정, 사전검사, SMART시각집중력프로그램의 적용, 사후검사, 통계처리 및 자료분석 순으로 진행하였다.

연구대상은 제주시내에 소재한 지역아동센터에 문의하여 각각의 실험집단 10명과 비교집단 10명으로 구성하여 실시하였다. 각각의 실험집단과 비교집단에는 주의집중력능력검사도구와 대인관계설문조사를 실시하였다.

실험집단에게는 SMART시각집중력프로그램을 실시, 적용하였고, 비교집단에게는 아무런 처치도 하지 않았다. SMART시각집중력프로그램은 연구자가 직접 실시하였으며 프로그램은 16차시 구성으로 16회기를 실시하였다. 한 회기마다 소요시간은 60분으로 하였다.

프로그램의 실시를 마친 후, 사전 검사에 사용했던 주의집중능력검사도구와 대인관계설문조사를 각각의 실험집단과 비교집단에 실시하였다.

〈표 III-4〉 연구 진행절차

실험단계	내용	일정	대상
연구대상 선정	제주시내에 소재한 지역아동센터 2곳 3~4학년 학생 20명	2011년 12월 26일 ~12월 30일	
사전검사 및 집단구성	실험집단 10명, 비교집단 10명 구성 주의집중력검사, 대인관계설문조사	2012년 1월 9일	실험집단 비교집단
실험처치	SMART시각집중력프로그램 실시 (16회기 실시)	2012년 1월 10일 ~ 2월 8일	실험집단
사후검사	주의집중능력검사, 대인관계설문조사	2012년 2월 14일	실험집단 비교집단

## 5. 자료처리

본 연구의 문제를 해결하기 위해 다음과 같이 자료를 분석하였다.

첫째. 수집된 자료 분석은 SPSS 18.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 통계 처리하였다. 실험 전 실험집단과 비교집단의 동질성을 분석하기 위해 사전 검사결과에 대한 평균과 표준편차를 산출하여 t-검증을 실시하였다. 그리고 본 연구가설을 검증하기 위하여 프로그램 실시 후 실험집단과 비교집단의 사후 점수 차이를 검증하기 위해 t-검증을 실시하였다. 본 연구자가 사용한 주의집중력의 하위요소인 시각집중력, 정보처리속도, 지속적주의집중력은 서로 연관되면서 독립적으로 채점하는 검사지를 활용하였으며, 전체적인 평균과 표준편차를 산출하기보다는 독립적으로 평균과 표준편차를 산출하여 사용하였다. 그리고 대인 관계와 주의집중력간의 상관관계를 알아보기 위해 각 항목별로 상관분석을 실시하였다.

둘째. 양적분석에 이어 질적분석을 함께 실시하였다. 각 아동별로 프로그램의 실시전과 실시후의 변화과정을 분석하였고, 회기마다 수업중의 분위기와 전체아동의 변화과정을 분석하였다. 그리고 프로그램 중에 작성된 아동의 활동지와 활동사진, 소감문을 첨부하였다.

## IV. 연구결과 및 해석

본 장에서는 SMART시각집중력프로그램을 적용한 실험집단과 적용하지 않은 비교집단에 대한 연구 결과에 대한 해석을 제시하고자 한다.

### 1. 연구대상의 동질성 검증

SMART시각집중력프로그램을 초등학생의 주의집중력과 대인관계에 미치는 효과를 검증하는 사전 작업으로 실험집단과 비교집단의 동질성 검증을 실시하였다. 그 결과 하위요인에서 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않았다.

<표 IV-1>과 같이 비교집단과 실험집단간의 유의미한 차이가 나타나지 않아 동질집단으로 볼 수 있다.

**<표 IV-1> 집단 간 동질성 검증을 위한 t검증**

	집 단	M	SD	t	P
시각집중력	비교집단 시각집중력	2.50	2.12	.600	.556
	실험집단 시각집중력	2.00	1.58		
정보처리속도	비교집단 정보처리속도	52.00	12.90	-.540	.596
	실험집단 정보처리속도	54.80	10.14		
지속적주의집중력	비교집단 지속적주의집중력	6.8	3.58	.911	.374
	실험집단 지속적주의집중력	5.6	2.11		
대인관계설문조사	비교집단 대인관계 설문조사	3.55	.62	1.188	.250
	실험집단 대인관계 설문조사	3.16	.80		

각 항목별로 실험집단과 비교집단간의 차이검증에서 <표 IV-1>에서 보는 바와 같이 시각집중력( $t=.60, p>.05$ ), 정보처리속도( $t=-.54, p>.05$ ), 지속적주의집중력 ( $t=.91, p>.05$ ), 대인관계설문조사( $t=1.18, p>.05$ )로 유의미한 차이를 보이지 않아 실험집단과 비교집단은 동질집단임을 확인할 수 있다.

## 2. 가설검증

### 1) 가설 1-1의 검증

---

SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단과 비교집단 간에 주의집중력에 하위 요인인 시각집중력은 유의미한 차이가 있을 것이다.

---

SMART시각집중력프로그램을 실시한 실험집단과 실시하지 않은 비교집단간 주의집중력에 하위요인인 시각집중력 사전과 사후를 비교하여 어떻게 변화 하였는지 t-test를 실시한 결과는 <표 IV-2>과 같다.

<표 IV-2> 시각집중력에 대한 분석결과(N=10)

	M	SD	t	P
실험집단	4.40	1.17	2.496*	.022
비교집단	2.60	1.95		

\*P<.05

시각집중력의 사전·사후 비교검증결과 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 따라서 가설 1-1은 채택되었으며, SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단은 비교집단에 비하여 시각집중력이 유의미하게 향상되었다고 볼 수 있다.

### 2) 가설 1-2의 검증

---

SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단과 비교집단 간에 주의집중력에 하위 요인인 정보처리속도는 유의미한 차이가 있을 것이다.

---

SMART시각집중력프로그램을 실시한 실험집단과 실시하지 않은 비교집단 간

주의집중력에 하위요인인 정보처리속도의 사전과 사후를 비교하여 어떻게 변화하였는지 t-test를 실시한 결과는 <표 IV-3>과 같다.

<표 IV-3> 정보처리속도에 대한 분석결과(N=10)

	M	SD	t	P
실험집단	69.1	10.29	2.332*	.032
비교집단	56.2	14.14		

\*P<.05

정보처리속도의 사전·사후 비교검증결과 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 따라서 가설 1-2은 채택되었으며, SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단은 비교집단에 비하여 정보처리속도가 유의미하게 향상되었다고 볼 수 있다.

### 3) 가설 1-3의 검증

SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단과 비교집단 간에 주의집중력에 하위 요인인 지속적주의집중력은 유의미한 차이가 있을 것이다.

SMART시각집중력프로그램을 실시한 실험집단과 실시하지 않은 비교집단 간 주의집중력에 하위요인인 지속적주의집중력의 사전과 사후를 비교하여 어떻게 변화하였는지 t-test를 실시한 결과는 <표 IV-4>과 같다.

<표 IV-4> 지속적주의집중력에 대한 분석결과(N=10)

	M	SD	t	P
실험집단	9.50	2.67	2.224*	.039
비교집단	6.40	3.50		

\*P<.05

지속적주의집중력의 사전·사후 비교검증결과 유의미한 차이가 있는 것으로

나타났다. 따라서 가설 1-3은 채택되었으며, SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단은 비교집단에 비하여 지속적주의집중력이 유의미하게 향상되었다고 볼 수 있다.

#### 4) 가설 2의 검증

---

SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단과 비교집단 간에 대인관계는 유의미한 차이가 있을 것이다.

---

SMART시각집중력프로그램을 실시한 실험집단과 실시하지 않은 비교집단 간 대인관계의 사전과 사후를 비교하여 어떻게 변화하였는지 t-test를 실시한 결과는 <표 IV-5>과 같다.

<표 IV-5> 대인관계에 대한 분석결과(N=10)

	M	SD	t	P
실험집단	3.98	.40	2.209*	.040
비교집단	3.35	.80		

\*P<.05

대인관계의 사전·사후 비교검증결과 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 따라서 가설 2은 채택되었으며, SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단은 비교집단에 비하여 대인관계가 유의미하게 향상되었다고 볼 수 있다.

#### 5) 가설 3의 검증

---

SMART시각집중력프로그램을 실시한 실험집단의 대인관계와 주의집중력간에는 정적인 상관관계가 있을 것이다.

---

SMART시각집중력프로그램을 실시한 실험집단의 대인관계와 주의집중력간의 상관관계를 분석한 결과는 <표 IV-6>과 같다.

<표 IV-6> 대인관계와 주의집중력의 상관관계

구분		시각집중력	정보처리속도	지속적주의집중력
대인관계	r	.411	.570	.404
	P	.008**	.000***	.010**

\*\*P<.01, \*\*\*P<.001

대인관계와 주의집중력 하위변수 간의 상관관계를 검증한 결과 대인관계와 시각집중력간의 상관( $r=.411$ ,  $p<.01$ )을 보이고 있고, 대인관계와 정보처리속도간의 상관( $r=.570$ ,  $p<.001$ )을 보이고 있다. 그리고 대인관계와 지속적주의집중력간의 상관( $r=.404$ ,  $p<.01$ )을 보이고 있다.

이는 주의집중력 하위요인인 시각집중력과 정보처리속도 그리고 지속적주의집중력이 대인관계에 영향을 미치고 있음을 의미한다.

## 6) 행동관찰 및 소감문 분석

본 연구자는 프로그램을 적용하면서 아동들의 작은 태도에 관심을 보이며 칭찬을 아끼지 않았다. 처음에는 소극적이고 발표를 꺼리던 아동들이 프로그램이 진행되면서 점점 적극적이고 활발해졌다. 전체적으로 발표 횟수가 많아져 갔으며, 점차 아동들도 프로그램 시간을 즐기게 되었다.

아동들은 과제에 대해서 처음에는 귀찮다는 듯 수행하였으나, 회기가 진행되면서 점차 과제에 대한 집착을 보이면서 끝까지 하려는 태도를 보였다. 그리고 자신의 생각에 대해 발표를 하는 것에 대해 어색해 하면서도 점점 즐겁게 서로 앞다투어 자신의 의견과 생각을 발표하기 시작했다. 본 프로그램의 실시 전과 실시 후의 전체적인 아동들의 태도는 <표 IV-7>와 같다.

B학생은 처음 만났을 때는 조용하고 다른 사람의 눈치를 보며, 실수하게 되면

불안한 표정을 지었다. 수업을 진행하고 5-6회기가 지나자 수업후에 정리를 하는 제게 다가와서 귓속말로 ‘선생님 도와드릴게요’하면서 미소 띄는 모습을 보였으며, 밝은 표정이 많아졌고, 실수를 하더라도 손을 들고 발표하는 모습이 자주 보이기 시작했다.

C학생은 친구들에게 짓궂은 이야기로 기분 상하는 말을 장난처럼 던졌으며, 수업중에도 쉽게 싫증내고 짜증내는 행동을 보였다. 8회기가 지나가면서 친구들에게 ‘도와줄까?’라며 호의적인 모습을 보였으며, 집중력활동 중에는 끝까지 과제를 하는 모습을 자주 보였다. 그 외 학생들마다 사전태도와 사후태도의 변화모습은 아래와 같다.

<표 IV-7> SMART시각집중력프로그램의 실시전과 실시후의 태도 변화

학생	사전 태도	사후 태도
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 소극적인 태도를 보임</li> <li>■ 상대방의 일에 무관심 함</li> <li>■ 조용히 과제에만 집중</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 밝고 부드러워졌음</li> <li>■ 종종 옆 친구와 의견을 나누는 모습을 보임</li> <li>■ 다른 사람이 한 과제에 대해서도 관심을 보이면서 가끔 발표를 함</li> </ul>
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 소심하고 소극적인 태도를 보임</li> <li>■ 눈치를 봄</li> <li>■ 실수할까 조심한다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 수업 후에 정리할 때 귓속말로 도와주겠다고 함</li> <li>■ 즐거운 표정이 많아지고 얼굴 표정이 밝아짐</li> <li>■ 자신의 실수에 대해 조금 덜 민감해짐</li> </ul>
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 상대방을 당황하게 하고 장난 말을 많이 함</li> <li>■ 친구에 감정에 상관없이 자기 감정 표현을 함</li> <li>■ 싫증을 잘냄</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 밝은 표정으로 수업준비를 도와주겠다고 함.</li> <li>■ 친구들에게 말을 조심히 함</li> <li>■ 끝까지 과제를 하려고 하는 모습을 보임</li> </ul>
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 말 싸움을 하며 상대방을 위축하게 함</li> <li>■ 자신이 상대방보다 우위에 있다는 듯이 행동함</li> <li>■ 경계하는 눈빛</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 조리있게 자신의 의견을 이야기함.</li> <li>■ 수업시간에 논리적으로 발표를 잘함</li> <li>■ 과제를 차분히 잘 처리함</li> </ul>

E	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 짜증섞인 언어적표현이 많음</li> <li>■ 공격적인 표현을 자주씀</li> <li>■ 과제를 귀찮은 듯 대충하는 모습을 보임</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 웃는 표정도 보임</li> <li>■ 자신의 생각에 대해 이야기함.</li> <li>■ 상대방에게 공격하는 표현이 줄어들</li> <li>■ 어려운 과제에 대해 짜증을 내면서도 끝까지 하려고 함</li> </ul>
F	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 자신의 감정 및 의사표현을 거의 하지 않음</li> <li>■ 존재감이 없음</li> <li>■ 고개를 숙이며 수업을 받음</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 미소가 많아짐</li> <li>■ 가끔 발표를 함</li> <li>■ 과제를 차분히 수행함</li> </ul>
G	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 언어적 표현을 조심스러워 함.</li> <li>■ 자기표현을 거의 없음</li> <li>■ 수업 중 딴 생각을 함</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 발표를 하려고 노력하는 모습을 보임</li> <li>■ 과제를 통해 자기표현을 잘함</li> </ul>
H	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 말이 없음</li> <li>■ 조심스러움</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 과제해결에 적극적임</li> <li>■ 발표를 좋아하고 즐거워함</li> <li>■ 어려운 과제라도 차분하게 처리함.</li> </ul>
I	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 상호작용이 부족함</li> <li>■ 친구들을 피함</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 자기표현을 함</li> <li>■ 친구들과 이야기하는 모습을 보임</li> </ul>
J	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 소극적임</li> <li>■ 조심스러움</li> <li>■ 과제를 성급하게 하려고 함.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 모르는 것은 질문해서 과제를 해결 하려고 함.</li> <li>■ 자기표현을 자주함</li> <li>■ 수업시간에 눈이 초롱초롱 함.</li> </ul>

전체적인 회기별 활동 특성변화는 아래 <표 IV-8>와 같다.

1회기에서 16회기로 진행되면서 전체 학생들의 수업진행 분위기를 각 회기별로 정리해 본다. 첫 수업에서는 오리엔테이션을 진행하면서 어색한 기운이 돌았다. 사회성정서활동이 진행되면서 친구들과 서로 만나고 활동지를 하면서 분위기가 밝아졌다. 수업 소감에 대해 한 친구는 ‘친구들과 친해진 거 같다’라는 표현을 썼다. 매 회기별로 집중력 활동과 사회성정서활동을 진행하였다.

집중력활동에서는 아동들의 과제집착을 보이기 시작했으며, 점차 발표하는 학생이 늘어나기 시작했다. 사회성정서활동에서는 자기이해를 통한 그림그리기 활동 등을

통해 점차 자신을 긍정적으로 이해하기 시작하였으며, 표정이 밝아지면서 친구들과 팀별작업을 했을때도 즐겁게 작업하는 모습이 보였다.

구체적인 내용을 다음장에 <표 IV-8>와 같다.

<표 IV-8> 회기별 활동 특성변화

회기	집중력 활동 중 행동변화	사회성정서활동 중 행동변화
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 오리엔테이션</li> <li>* 교사의 소개와 수업설명 후 조금 어색한 기운이 듬</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 어찌 좀 난처하네요</li> <li>* 정서활동을 위해 조금 큰 공간에 이동해서 서로 친구들과 움직이면서 활동을 하게 함.</li> <li>* 수업소감을 물으니 전체적으로 부담스러워 하는 분위기였으나 한 친구가 용기를 내어 ‘친구들과 친해진 거 같다’면서 소감을 조심스럽게 이야기함</li> <li>* 수업시간은 따분하고 심심할 것이라는 고정관념에서 조금 벗어난 느낌이다.</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 계산미로</li> <li>* 2차시에서 미로가 재미있게 그려져 있는 활동지에 흥미 있어함.</li> <li>* 어떻게 풀까? 질문을 하니 한 두명 아이가 제자리에서 웅얼대듯 이야기 함</li> <li>* 발표해 볼까? 이야기 하니 서로 눈치를 보다 한 친구가 간단히 발표 함.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 좋은 점 빙고 게임</li> <li>* 좋은 점 빙고를 하면서 자신의 좋은 점에 쓰는데 힘들어함, 간단하게 심부름, 야채 먹는것도 좋은점이라고 말하니 열심히 쓰기 시작함, 못 쓴 아이는 다 쓴 아이가 가서 도와줌</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 똑같은 그림 찾기</li> <li>* 아이들에게 질문했더니 슬금슬금 내빼는 느낌이다. 한 친구가 장난끼 있게 먼저 이야기를 한다. 미소를 지으면서 들어주었다.</li> <li>* 주위 친구들과 이야기하느라 수업 중에 선생님의 이야기를 놓치는 아이도 보인다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 이상한 노래 부르기</li> <li>* 노래 거꾸로 부르기에 다들 각자 거꾸로 불러봄, 나중에 자신 있는 사람은 일어나서 부르기로 하면서 연습시간을 줌, 다들 자신의 자리에서 노래를 부름, 발표하는 시간은 한 친구가 주저하는 모습을 보이더니 다시 자리에 앉음. 전체적으로 같이 불러봄</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 넷째 그림 찾기</li> <li>* 서로 발표하려고 손을 듬</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 나의 향아리</li> <li>* 4차시 ‘나의 향아리’에서 자신의 아쉬운 점을 쓰라고 발표하라고 했더니 이제까지 조용히 있던 아동이 손을 들고 개미 같은 목소리로 “...발표를 잘 하고 싶어..요...”라고 함.</li> <li>* 벌써 발표를 잘 했다면서 칭찬을 해줌</li> </ul>

5	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 무엇일까요?</li> <li>* 질문하는 아동이 있다. 적극적으로 참여하는 모습도 보인다.</li> <li>* 손 들어서 발표하는 아동이 조금씩 늘어난다.</li> <li>* 정답을 말하기 보단 과제를 수행하는 과정에 대해 아동들이 관심을 가지기 시작함</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 이럴 때 내 표정은</li> <li>* 재미있는 상황에서 어떤 표정이 나올까 물어보니 표정을 그리고 옆 친구가 그린 그림을 보면서 서로 웃어댐.</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 그림 따라 그리기</li> <li>* 그림을 기억해서 하는 활동에 조금 어려워해서 중간에 정서활동으로 넘어갈려고 했으나, 아동들이 끝까지 하고 싶다고 함.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 링크로 이야기요</li> <li>* 정서활동에 대한 느낌을 나누면서 공통된 감정을 인식하고 안정감을 느끼게 됨 다른 아동을 통해 자신을 통찰한 기회도 얻음</li> </ul>
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 다른 부분 찾기</li> <li>* 발표 후 칭찬을 해주자 아동이 미소를 띄운다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 세상에 이런 꿈을 꾸다니</li> <li>* 아동들이 경계심을 풀고 점차 자신의 생각과 의견을 이야기 하기 시작함.</li> </ul>
8	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 기호 쓰기</li> <li>* 집중력 활동을 하면서 잡담하는 시간이 줄어들음</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 계란화 그리기</li> <li>* 자신이 원하는 것을 태어나도록 그림을 그리라고 함 돈을 그린 아동에게는 왜 돈이 필요하냐고 물어봄 ‘가족이 행복하려고요.’라는 대답을 들음</li> </ul>
9	<ul style="list-style-type: none"> <li>●선택적으로 집중하기</li> <li>* 활동지에 체크하면서 활동하는 모습이 엿보임</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●우리 가족이 동물이라면</li> <li>* 우리 가족이 동물이라면 그림을 다 그린 후 선생님께 와서 동물 각자의 성격을 이야기하도록 함. 큰 동물위에 가족이 나란히 위에 올라탄 그림이 인상적이었음</li> </ul>
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 기호계산</li> <li>* 시간적으로 여유가 없는 활동이었는데 아동들이 끝까지 하겠다고 함.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 색깔 찾기</li> <li>* 아동이 자신에 대해 자신감 있게 표현하기 시작함.</li> </ul>
11	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 빠진 기호 그리기</li> <li>* 암기하는 활동을 통해 내재적 언어를 사용하는 아동들이 늘어남.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 네모 게임</li> <li>* 네모게임에서 한 단어에 대해 생각나는 것을 모둠활동으로 해보기. 모둠활동이 어색한지 갑자기 모듬이 된 한 조는 각자 자신이 생각나는 단어를 적는 조도 있었고, 그와 반면 서로 이야기하면서 통일된 내용을 적은 조도 있음</li> </ul>
12	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 빠진 동물 찾기</li> <li>* 기억하기 위해 중얼거리는 모습을 보임</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 이럴 때 나는</li> <li>* 어떤 상황에 놓였을 때 자신의 기분과 감정에 대해 돌아가면서 이야기 해봄,</li> </ul>

13	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 숫자세기</li> <li>* 활동지에 체크하면서 활동하는 모습이 엿보임</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 나는야 T셔츠 디자이너</li> <li>* T셔츠 디자이너에서 아동들이 자신의 그림을 자랑하려고 선생님께 와서 보여줌.</li> </ul>
14	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 카드 맞추기</li> <li>* 상대방에 대한 공감적 분위기, 지지하는 분위기 형성</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 그림으로 마음 나누기</li> <li>* 서로 상호작용하면서 자신의 생각과 의견을 나누어봄</li> </ul>
15	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 퍼즐 맞추기</li> <li>● 가면 그리기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 프로그램의 종결에 대해 아쉬워함</li> <li>* 소감문&lt;부록5&gt;을 통해 집중력활동 뿐만이 아니라 대부분 즐겁게 참여하였음을 적음</li> </ul>
16	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 지그재그 연결하기</li> <li>● 숨은 글자 찾기</li> </ul>	

## V. 논의, 결론 및 제언

### 1. 논의 및 결론

본 연구의 목적은 초등학생을 대상으로 SMART시각집중력프로그램을 적용하여 이들의 주의집중력과 대인관계에 미치는 영향에 대해 연구하고자 하는 데에 있다.

첫째, 본 연구에서 ‘SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단과 비교 집단 간에 시각집중력, 정보처리속도, 지속적주의집중력은 유의미한 차이가 있을 것이다.’ 라는 가설은 지지되었다. 5%수준에서 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타나 SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단은 프로그램을 받지 못한 아동에 비해 주의집중력이 향상되었음을 의미한다.

주의집중력의 향상은 아동들의 수업시간에서 조금씩 변화를 보였다. 아동들은 교수매체에 시각적으로 집중하기 시작하였으며, 점차 과제에 집착하는 태도를 보였으며, 회기가 점점 진행되면서 옆사람과 잡담하는 태도가 줄어들었다. 암기를 하기 위해 내재적 언어를 사용하면서 중얼거리는 태도를 보였으며, 활동지에 체크를 하면서 과제를 수행하는 시각운동협응력도 보이기 시작했다. 실험집단과 비교 집단의 사후 주의집중력 검사에서도 태도 변화가 보였다. 시각집중력은 숫자를 보고 암기하여 적는 검사이다. 실험집단은 사후 검사에서 시각적인 자극에 대해 내재적 언어를 사용하여 과제에 관련된 숫자를 중얼거리는 모습을 보였다. 지속적 주의집중력을 검사하는 문항은 체계적으로 기호나 숫자를 세는 검사이다. 여기에서 실험집단은 사전 검사에서 체계적이지 않게 위아래로 왔다갔다하며 세는 모습과 다르게 사후 검사에서는 시각운동협응력으로 과제에 시각적으로 따라가는 태도를 보이면서 좀 더 차분하게 표시하면서 차례대로 세어가는 모습을 보였다.

염정순(2010)의 연구에서의 연구보고와 거의 일치한다. ADHD대상으로 연구한

연구보고에서는 집중력의 하위 영역중에서 ‘시각집중력’, ‘정보처리속도’에 대해 긍정적인 변화를 보였으며, 아동들의 학습태도도 좋아졌다고 보고하고 있다. 김영수(2004)는 ADHD성향이 있는 아동을 대상으로 주의집중훈련이 주의력과 충동성에 미치는 효과를 살펴보았는데, 실험집단이 통제집단보다 주의력이 향상되었으며, 아동들이 과제에서 지속적으로 주의를 유지하고 집중할 수 있는 능력이 향상되었다고 보고하고 있다. Vygotsky (1978)에 의하면, 교사의 도움이나 동료학습자와의 협력이 사적 언어의 사용을 증진시켜 학습자의 사고 능력을 발달시킨다. 교사는 자기주도 사고능력이 떨어지는 초보학습자의 경우에 사회적인 말이나 사적 언어의 사용을 촉진시킴으로써 자율적이고 능동적인 사고 능력을 신장시킨다고 한다.

이러한 결과는 본 프로그램 활동에서 5단계 생각법인 문제정의, 계획수립, 중간점검, 실행 후 점검, 칭찬과 격려 과정을 배우면서 아동들이 과제에 대한 체계적인 활동을 통해 접근함으로써 학습태도와 주의집중력 향상에 도움을 얻은 것으로 볼 수 있다.

본 연구에서 사용된 인지·행동적 주의집중력훈련을 통한 SMART시각집중력 프로그램이 시각적으로 선별하는 능력을 키움으로써 초등학생의 학습에 기초가 되는 주의집중력을 향상하는 데 기여하여 집중력프로그램의 연구 및 개발에 도움이 되는 자료가 되었으면 한다.

둘째. 본 연구에서 ‘SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단과 비교집단 간의 대인관계는 유의미한 차이가 있을 것이다.’라는 가설은 수용되었다. 5% 수준에서 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타나 SMART시각집중력프로그램에 참여한 실험집단은 프로그램을 받지 못한 아동에 비해 대인관계가 향상되었다.

B학생은 친구들 관계에서 소극적인 태도를 보이고 실수할까 조심하는 태도를 보였으나, 수업 후에는 표정도 밝아지고 수업 후에 정리할 때 교사에게 가까이와서 귓속말로 도와주겠다고 하였다. 수업에 참여하는 횟수가 많아지면서 즐거운 표정이 많아졌으며, 자신의 실수에 대해 조금 덜 민감해졌다. C학생은 상대방을 당황하게 하는 장난말을 많이 하였으며 상대에게 적대적이었으나, 수업에

참여하게 되면서 친구들에게 좀 더 긍정적인 표현을 많이 하고 밝은 표정으로 수업준비를 도와주겠다고 나서는 모습까지 보였다.

수업이 점차 진행되면서 학생들은 수업에 적극적인 태도로 참여했으며, 거리낌 없이 발표하고 자신의 생각과 의견을 말하는 데 두려움이 없어졌다. 또 얼굴 표정이 밝아졌으며 수업중에 친구들을 비난하는 행동도 줄어들었다. 박세숙(2008)은 인지·행동프로그램인 Think Aloud프로그램을 통해 아동들이 충동성을 억제하고 자신의 감정과 행동을 건전하게 표현할 수 있음으로써 자기통제력이 향상되었고, 자기통제력의 조절과 더불어 아동 스스로 자신의 정서와 행동을 다루는 기술을 습득할 수 있게 됨으로써 또래관계에도 도움이 되었다고 보고하고 있다. 송태연(2011)은 집중력 훈련 프로그램을 중학생의 자아개념·정서 및 집중력에 미치는 효과 연구에서, 프로그램을 통해 억압되어 있는 감정들을 털어놓을 수 있는 기회를 제공받음으로써 자아개념, 정서가 긍정적인 방향으로 변화하였으며 이와 더불어 또래 관계에서 긍정적으로 관계를 맺을 수 있었다고 보고하고 있다.

또 다른 선행연구에서 오은주(2006)는 또래칭찬프로그램활동을 통해 아동들의 대인관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 보고하고 있다. 초등학교학생들의 대인관계에서의 불안감, 타인을 수용하는 능력의 부족, 자기 표현력 부족등이 칭찬활동프로그램을 통해 또래와의 다양한 활동으로 보다 원만하고 바람직한 대인관계를 형성할 수 있음을 보여주었다. 칭찬활동프로그램내의 칭찬활동은, 본 연구의 프로그램에서 과제를 마친 후 아동들에게 결과에 대한 칭찬 및 격려를 하는 활동과 유사하다고 할 수 있다. 이와 같은 칭찬 및 격려 활동을 통해 아동들의 대인관계의 불안함을 없애고 대인관계에 긍정적인 효과를 미쳤다고 할 수 있다. 이경자(2005)는 자기표현훈련프로그램을 통해 대인관계의 긍정적 효과를 미쳤다고 했다. 자기표현이 자신의 욕구를 표출함으로써 외부적인 환경을 긍정적으로 받아들여 자신의 문제점을 해결하는 데 도움을 준 것이다. 본 연구에는 사회성 정서 활동을 통해 자기 욕구를 표출할 수 있는 활동이 포함되어 있으며, 이 활동을 통해 아동들의 내적인 욕구탐색과 표출에 도움을 준 것으로 본다. 활동하는 사회성정서활동지에는 자기 욕구를 반영하는 활동이 대다수 포함되어 있으며, 그 중에서 자기 이해 능력 향상을 위해 자신의 좋은 점, 부족한 점, 소망하는 점을

탐색하는 활동인 ‘나의 향아리’와 자신의 표현 욕구를 표출하는 ‘T셔츠 디자이너’ 등의 활동으로 대인관계에 긍정적인 효과를 미쳤다고 판단된다.

본 프로그램의 사회성정서활동프로그램은 아동의 긍정적 자기이해와 타인에 대한 상호작용을 높임으로써 정서적 안정감과 자신감을 심어주어 대인관계를 향상시켰다. 바람직한 대인관계를 바탕으로 상대방에게 자기의사를 적절히 표현할 수 있으며, 상대방으로부터 이해와 우호적인 피드백을 받을 수 있을 것이다. 본 활동으로 인해 또래 관계에서 보다 우호적인 관계를 맺는 데 도움이 되었으며, 나아가 부모 및 교사와의 관계에서도 긍정적인 효과를 미칠 것이라고 볼 수 있다.

셋째. 본 연구에서 ‘SMART시각집중력프로그램을 실시한 실험집단의 주의집중력과 대인관계간에 정적인 상관관계가 있을 것이다.’라는 가설 또한 수용되었다. Maslow(1970)의 욕구위계에서 소속 및 인정의 욕구가 지적욕구 하위에 위치하고 있음으로써 원만한 대인관계는 지적욕구를 채워줄 수 있는 긍정적 요소임을 확인하고 있다(천성문의, 2010, 재인용). 그리고 이명경(2005)은 주의집중력의 구성요소로 3요소인 인지, 정서, 행동을 말하였으며, 인지적인 정보처리능력과 안정적인 정서, 계획적인 행동을 통해 아동들의 집중력이 향상 된다고 보고 있다. 또한 대인관계의 긍정적 효과는 안정적인 정서에 반영되어 주의집중력의 향상에 반영된다고 보았다. Piaget(1983)은 아동기에는 또래와의 상호작용과정에서 생기는 갈등을 경험함으로써 아동의 인지발달 수준이 향상 된다고 보았다(정옥분, 2002, 재인용). 박세숙(2008)은 인지문제해결 활동인 Think Aloud프로그램을 통해 아동들이 충동성을 억제하고 자신의 감정과 행동을 건전하게 표현하여 자기통제력이 향상되었고, 자기통제력의 조절과 더불어 아동 스스로 자신의 정서와 행동을 다루는 기술을 습득할 수 있게 되어 또래관계에도 도움이 되었다고 보고하고 있다.

이와 같은 결과로 보았을 때 주의집중력과 대인관계는 서로 정적으로 상관관계가 있으며, 초등학생의 발달과정에서 대인관계는 사회적 유능성을 획득 하는 중요한 수단이 되고, 주의집중력과의 연관이 있는 것으로 보고 있다. 아동들의 성과물에만 눈길을 돌리는 학부모들에게 대인관계로 인지발달과 사회적 유능성을 획득할 수 있다는 결과는 의의가 크다.

본 연구에서의 논의와 더불어 선행연구 결과를 종합해보면, 연구에 따라 연구대상, 프로그램, 측정도구는 달랐으나 각각의 변인인 대인관계와 주의집중력의 향상에 도움을 준다는 결과는 일치하게 나타나고 있다.

따라서 SMART시각집중력프로그램은 초등학생의 주의집중력과 대인관계에 긍정적인 효과가 있다고 본다.

## 2. 제언

본 연구의 논의와 결과를 토대로 몇 가지 제언을 하면 다음과 같다.

첫째. 본 프로그램 효과의 지속성에 대해 연구해 볼 필요가 있다. 학령기의 아동에게 중요한 영향을 미치는 주의집중력과 대인관계에 단기적인 변화뿐만 아니라 지속성에 대해 추후 연구해볼 필요가 있다. 일정한 시간이 지난 후 지속적인 효과가 있는지 추후 검증 또한 필요하다.

둘째. 청각집중력과 더불어 연구하는 후속 연구가 필요하다. 본 연구에서 SMART시각프로그램은 16회기로 구성되어 있으며, 단기간에 집중적으로 실시하였다. 시각적으로 선별하는 능력을 키움으로써 아동들의 주의집중력과 교수매체가 주의집중력의 미치는 영향에 대해 구체적으로 알아보는 데 공헌은 하였으나, 집중력에 시각과 청각이 통합적으로 이루어지는 것을 고려해 볼 때 SMART시·청각프로그램의 통합적인 연구로 청각집중력과 더불어 연구하는 후속 연구가 필요하다.

셋째. 연구에서는 실험집단 10명 비교집단 10명으로 연구대상이 한정되었다. 프로그램을 실시하면서 개별적인 특성을 관찰하는 데 용이한 구성이었으나, 통계적인 결과를 일반화하기에는 한계가 있다. 특정지역에서 머물지 않고 광범위 한 지역에서 고학년층을 대상으로 실시한 실험연구가 필요하다. 따라서 후속연구에서는 다양한 형태의 집단을 통해 프로그램의 효과성을 검증해 볼 필요가 있다.

## 참 고 문 헌

- 공선자(1990). 주의집중이 어린이들의 성패귀인에 미치는 영향. 전북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 권은경(2008). 서예학습과 아동 주의집중력의 상관관계 연구. 서울교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김남정(2000). 교수·학습 전략이 초등학생 학습성취에 미치는 영향. 경상대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김영수(2004). 주의 집중 훈련이 ADHD 성향이 있는 아동의 주의력과 충동성에 미치는 영향. 전북대학교 대학원 석사학위논문.
- 김영화(2011). 초등학생의 부모애착과 대인관계 및 자기효능감과의 관계. 상명대학교 복지상담대학원 석사학위논문.
- 김유리(2009). Mirroring을 활용한 움직임 프로그램이 초등학생의 주의집중력 향상에 미치는 효과. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김지연(2007). 명상훈련프로그램이 초등학생의 정서안정과 주의집중력에 미치는 효과. 서울교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박귀연(2005). Think Aloud 훈련이 통합학급 발달장애아동의 충동성 및 문제행동 감소에 미치는 효과. 대구대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박선민(2001). 시청각 자극에 의한 뇌파조절이 주의집중력 향상에 미치는 효과. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박세숙(2008). Think Aloud 프로그램이 공격성향 아동의 공격성, 자기통제력 및 또래관계에 미치는 효과. 계명대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박승란(2003). 집단미술치료가 초등학교 아동의 대인관계에 미치는 효과. 서울교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박은희(2006). 주의집중 훈련이 ADHD 아동의 주의집중력에 미치는 효과. 대구교육대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 성현주(2007). Think Aloud program이 ADHD 아동의 이야기 인과관계 이해와 표현에 미치는 효과에 관한 사례연구. 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 송태연(2011). 집중력 훈련 프로그램이 중학생의 자아개념, 정서 및 집중력에 미치는 영향. 한서대학교 대학원 석사학위논문.
- 여민숙(2004). 주의 집중 결핍 유아에 대한 사례 연구 : 컴퓨터 CD-ROM을 활용한 이야기 나누기 활동을 중심으로 한서대학교 교육대학원 석사학위논문
- 염영옥(1999). 폭력청소년의 대인관계능력 향상을 위한 REBT 집단치료 프로그램 개발에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 염정순(2010) 스마트 주의집중훈련프로그램이 ADHD 아동에게 미치는 효과 분석. 중앙대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 오은주(2006) 초등학생의 또래 칭찬활동 프로그램이 자아존중감 및 대인관계에 미치는 효과. 춘천교육대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 유경임(2006). 초등학교 학생의 주의집중력에 영향을 미치는 요인분석. 경인교육대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 유영희(2010). 의사소통훈련 프로그램이 초등학생의 대인관계에 미치는 영향. 서울교육대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 이경자(2005). 자기표현훈련이 초등학교 결손가정 아동의 대인관계 및 자기효능감에 미치는 효과. 진주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이명경(2006). 주의력결핍 및 과잉행동장애 학생의 문제행동에 대한 학교상담 컨설팅효과 검증. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 이순복(2004). 만트라 암송이 초등학생의 주의 집중에 미치는 효과. 창원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이숙희(2001). 가정환경과 아동의 주의집중력 발달과의 관계. 인천교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이영희(2009). 10분 만트라 수행이 초등학생의 주의 집중력 향상에 미치는 영향. 창원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정진명(2001) 파워포인트 활용 동화의 제시 방법이 유아의 주의집중과 컴퓨터 흥미도에 미치는 효과. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 정재현(2011). 초등 영재아동의 자원봉사 경험이 리더십 요인에 미치는 영향 : 책임감, 대인관계 기술 중심으로. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정순홍(2000). Think aloud 훈련이 정인지체아의 사회적 실행능력에 미치는 효과. 진주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정옥분(2002). 아동발달의 이해. 학지사.
- 정인후(2003). Think Aloud 훈련이 주의력결핍 과잉행동아에게 미치는 영향 : 단일사례 연구. 인천대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정지선(2010). 아동의 부정적 정서에 대한 양육자의 반응과 아동의 주의집중력의 관계. 단국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 조수아(2010). 만다라프로그램이 초등학생의 주의집중력에 미치는 효과. 울산대학교 석사학위논문.
- 주말선(2007). Ram, Hrim 만트라가 바타체질 초등학생의 주의집중력에 미치는 효과. 창원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 최은희(2004). Vygotsky 이론에 근거한 협력을 통한 학습자 자율성 계발 연구. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 최춘옥(2000). 주의집중 훈련프로그램이 주의력결핍 과잉행동 아동의 주의집중과 충동성에 미치는 효과. 가톨릭대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이명경(2005). 집중력 지도의 이론과 실제. 한국집중력센터
- 천성문 외(2010). 상담심리학의 이론과 실제. 학지사  
한국집중력센터 홈페이지 <http://ikcc.co.kr>  
세계일보 홈페이지 <http://www.segye.com/Articles/Main.asp>
- Meichenbaum, D.(1977). *Cognitive - behavior modification : An integrative approach*. NY: Plenum Press .
- Vygotsky, L.(1962). *Thought and language*. NY : John Wiley .

<Abstract>

## Effect of SMART Visual Concentration Ability Program on Attention Concentration Ability and Social Relationship of Primary Students

Park, Seo hyun

Major in Counseling Psychology, Graduate School of Education,  
jeju National University

Supervised by Professor Park, Jung-Hwan

The purpose of this study<sup>2)</sup> is to clarify what effects the SMART visual concentration ability program has in improving the attentive concentration ability and social relationship of primary students while the following study questions have been set up to make this possible.

These are the study questions related to the purpose of this study.

Study Question 1. What effects does the SMART visual concentration ability program have on the attentive concentration ability?

Study Question 2. What effects does the SMART visual concentration ability have on social relationship?

Study Question 3. Is there correlation between social relationship and concentration ability?

To solve the study questions above, the study has been performed in the order of selecting the study target, preliminary test, organization of experiment group and comparison group, application of SMART visual concentration ability

---

<sup>2)</sup>This paper is the master's thesis which was submitted to the council of graduate school of education, Jeju National University on Feb. 2013.

program, ex-post facto test and data analysis.

For the study target, 10 people for the experiment group and 10 people for the comparison group was organized by choosing 3 to 4th grade of primary students from two region children centers located at the city of Jeju.

For the measuring the attentive concentration ability in this study, Concentration Ability Test which is developed by Korea Concentration Ability Center (2009) is used. The sub-factors of this test consist of the visual concentration ability, information processing ability, and consistent concentration ability. For the measuring the social relationship, leadership life description test sheet is used, which is revised by Kwon, Young-woong(2004) to be appropriate for the level of primary students. This test sheet consists of 12 questions and 5 criterion.

The SMART visual concentration ability program was performed in 10 people of the experiment group, and no steps were taken on the comparison group. After the experiment, ex post facto test was performed as same as the preliminary test.

For the data analysis in this study, the SPSS 18.0 was used to perform the t-test. To supplement the validity of the control analysis, the observation contents were analyzed, and impression paper, photos, and activity paper were included.

The study results gained through the processes above are as follows:

First, the SMART visual concentration ability program improves the attentive concentration ability and its sub-factors, visual concentration ability, information processing speed, and consistent concentration ability.

Second, the SMART visual concentration ability program improves the social relationship.

Third, there is qualitative correlation between the sub-factors of the attentive concentration ability and social relationship.

These are conclusions based on the result of this study.

In this study, by investigating the effect of SMART visual concentration ability program on attention concentration ability and social relationship of primary students, it provides the alternative program improving the attentive concentration ability and social relationship, helps the proper understanding on the attentive concentration ability education of the normal child, and offers the base materials in development and study of the attentive concentration ability program.

# 부 록

<부록 1> 대인관계 척도검사 .....	54
<부록 2> 주의집중력 검사지 .....	55
<부록 3> SMART시각집중력프로그램 .....	56
<부록 4> 프로그램 활동관련 자료 .....	72
<부록 5> 소감문 .....	80

<부록 1> 대인관계 척도검사

안녕하세요?

다음 설문지는 어린이들에 대한 이해를 돕기 위한 연구에 사용되는 것으로 맞거나 틀린 답이 없으므로 여러분의 솔직한 느낌과 생각대로 표시해주시면 됩니다.

응답해 주신 내용은 연구목적으로만 사용되며 여러분의 응답한 내용에 대해 절대 비밀이 보장됩니다.

.

이 질문에 대한 응답에는 좋은 답이 있는 것이 아니니 성의를 다해 솔직하게 응답해 주시기를 부탁드립니다. 여러분의 솔직한 응답이 연구의 좋은 자료가 됩니다.

제주대학교 교육대학원 상담심리전공 박서현 드림

다음은 초등학교 아동의 대인관계 기술을 측정하는 질문지입니다.  
각 문항마다 해당되는 곳에 O표 해주시기 바랍니다.

번호	문항	전혀 그렇지 않다.	그렇지 않다.	보통이다.	그렇다.	매우 그렇다.
1	나는 다른 사람에게 나의 느낌을 잘 표현하는 편이다.					
2	나는 다른 사람의 말을 주의 깊게 듣는 편이다.					
3	나는 다른 사람을 대할 때 항상 진실한 마음을 가진다.					
4	나는 다른 사람에게 매우 친절할 편이다.					
5	나는 나 외에 다른 사람도 중요하다고 생각한다.					
6	나는 항상 다른 사람도 존중하는 태도를 가지고 있다.					
7	나는 매사에 재치 있게 일을 처리하는 편이다.					
8	나는 다른 사람과 잘 화합하는 편이다.					
9	나는 다른 사람에 대해서 예의가 바르다고 생각한다.					
10	나는 어떤 일을 할 때 다른 사람의 의견을 잘 고려한다.					
11	나는 내가 속한 모둠에서 다른 사람의 요구사항을 잘 받아들인다.					
12	나의 의견이 잘 받아들여지도록 분위기를 잘 만든다.					
( )학년 ( )반 이름 ( )		성별 ( 남 , 여 )				

## <부록 2> 주의집중력검사지

**1** 숫자와 짝이 되는 기호를 써 주세요. 한칸도 비우지 말고 순서대로 쓰세요.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
○ + × △ L I ^ 7 ·i

시정문항	연습문항
2 6 4 + 1 △	5 3 4 8
8 7 9 6 7 8 5 1 9 7 4 6 5 6 2 8 4 3 6 1 5	7 3 1 2 5 8 4 7 3 1 6 2 9 3
1 6 3 7 2 9 4 3 1 8 5 9 7 4 2 5 3 7 3 5 4	
3 7 1 5 4 6 7 5 9 3 4 6 7 8 6 9 5 4 7 9 6	
4 2 3 8 6 5 1 7 4 9 6 3 7 2 3 9 6 5 4 7 5	
8 1 5 8 9 3 6 2 4 8 3 1 9 2 4 6 8 3 1 8 7	

보여 주는 숫자를 잘 보고 순서대로 쓰세요.  
문제를 보는 동안에는 숫자를 쓸 수 없습니다. 문제를 다 본 후 쓰세요.

**2**

예시	1) 5 4 1	
	2)	
	3)	
	4)	
5개	1)	
	2)	
6개	3)	
	4)	
7개	5)	
	6)	
8개	7)	
	8)	
9개	9)	
	10)	

**3** 각 기호의 개수를 세어서 적어 주세요.

○	☆	▷	◇	♡	◎	□	◁	
▷	○	♡	☆	▷	◇	◎	□	☆
◇	○	☆	▷	□	☆	◁	♡	◎
○	◎	♡	◇	◁	♡	◇	◁	◁
◎	▷	○	□	◇	☆	◎	☆	□
◇	♡	▷	☆	○	□	◁	▷	♡
□	◎	☆	▷	◁	◇	○	◎	◁
♡	☆	□	◁	◇	□	◁	○	□
◎	♡	▷	◎	◎	◁	◁	▷	
◎	☆	◁	○	▷	☆	♡	◁	□
☆	◎	○	◁	♡	▷	◇	□	◎

1	2	3	4	5	6	7	8	9							
1	4	3	2	6	8	3	4	9	1	7	8	5	7	6	
2	5	4	5	2	8	9	4	1	3	7	8	9	8	3	1
5	7	6	3	7	5	1	9	6	7	8	2	8	7	4	2
8	3	3	1	2	5	6	1	2	7	1	6	3	1	8	9
2	7	9	8	9	4	5	2	1	3	9	4	1	2	5	8
6	7	2	9	8	2	1	6	7	2	4	1	3	1	7	3
5	8	4	9	6	9	5	2	7	8	9	6	1	3	5	

<부록 3> SMART시각집중력프로그램

1회기		
목 표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력프로그램의 전반적인 목적과 필요성을 설명한다.</li> <li>• 사회성정서활동을 통해 친밀감 형성 및 적극적 상호작용 증가시킨다.</li> </ul>	
활동절차	활 동 과 정	분
도 입	<p>◆준비</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단 구성원들과 인사를 나눈다.</li> <li>• 본 프로그램의 목적과 내용을 소개하고 진행방식에 대해 설명한다.</li> </ul> <p>① 집중력이란 무엇인가? ② 집중력이 좋아지면</p>	10
전 개	<p>◆집중력활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력을 높이는 자세를 배운다.</li> <li>• 다 같이 집중송을 배운다.</li> <li>• 집중력활동 : 5단계 생각법을 배운다.</li> </ul> <p>① 문제정의 : 무엇을 해야 하지? ② 계획수립 : 어떤 방법으로 할까? ③ 중간점검 : 계획대로 하고 있나? ④ 실행 후 점검 : 어떻게 했지? ⑤ 칭찬 또는 격려 : 잘했어. 열심히 노력한 덕분이야.</p> <p>◆사회성정서활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 정서활동 : 어째 좀 난처하네요.</li> </ul> <p>① 각자 활동지에 적혀있는 과제들을 빨리 풀고 서로 사인을 받는 게임임을 설명한다. ② 과제는 아무 사람을 붙잡고 시켜 사인을 받아오는 것이다. ③ 과제를 하는 동안 한 번도 만나지 못한 사람들 모두와 하도록 격려한다.</p>	40
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오늘 정서활동을 하고 난 후 느낀점을 나누어본다.</li> <li>• 정리정돈을 한다.</li> <li>• 다음 수업에 대해 간단히 이야기 한다.</li> </ul>	10

2회기		
목 표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력동을 통해 공간지각력과 수렴적 관찰력을 증가시킨다.</li> <li>• 사회성정서활동을 통해 자신의 좋은 점 이해를 통해 긍정적 자아상을 형성시킨다.</li> </ul>	
활동절차	활 동 과 정	분
도 입	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단 구성원들과 인사를 나눈다.</li> <li>• 본 프로그램의 목적에 대해 간단히 설명한다.</li> <li>• 집중력을 높이는 자세를 한다.</li> <li>• 다 같이 집중송을 부른다.</li> </ul>	10
전 개	<p>◆집중력활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동 : 계산미로</li> <li>* 5단계 생각법 적용을 위한 첫 활동이니 만큼 계산 미로 자체 보다는 5단계 생각법에 강조점을 둔다.</li> <li>* 미로 위의 빈 칸에는 길을 찾는 단서가 되는 수의 특징에 따라 ‘큰수’ 혹은 ‘작은 수’를 써 넣도록 한다.</li> <li>① 활동지를 본 후 어떤 활동을 할 것인지 질문해본다.</li> <li>② 미로와 계산을 동시에 하는 활동임을 설명한다.</li> <li>③ 아동들이 해 보고 난 후 어떤 방법으로 해 보았는지 이야기 해 본다.</li> <li>④ 칭찬 또는 격려</li> </ul> <p>◆사회성정서활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 정서활동 : 좋은 점 빙고 게임</li> <li>* 아이들이 자신들의 장점들을 잘 찾을 수 있도록 ‘야채 잘 먹는다’등 사소한 점도 장점이라는 것을 느끼게 한다.</li> <li>* 자신들의 장점을 잘 적은 친구들에게는 장점에 대해서 칭찬을 해준다.</li> <li>① 각자가 어떤 사람인지 생각해보게 한다.</li> <li>② 빙고판에 자신의 좋은 점 25가지를 쓰도록 한다.</li> <li>③ 장점을 모두 다 쓴 후 전체적으로 빙고게임을 진행한다.</li> </ul>	40
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오늘 정서활동을 하고 난 후 느낀점을 나누어본다.</li> <li>• 정리정돈을 한다.</li> <li>• 다음 수업에 대해 간단히 이야기 한다.</li> </ul>	10

3회기		
목 표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동을 통해 공간지각력과 수렴적 관찰력을 증가시킨다.</li> <li>• 사회성정서활동을 통해 작업기억력과 친밀감을 향상시킨다.</li> </ul>	
활동절차	활 동 과 정	분
도 입	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단 구성원들과 인사를 나눈다.</li> <li>• 본 프로그램의 목적에 대해 간단히 설명한다.</li> <li>• 집중력을 높이는 자세를 한다.</li> <li>• 다 같이 집중송을 부른다.</li> </ul>	10
전 개	<p>◆집중력활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동 : 똑같은 그림 찾기</li> <li>* 정답을 빨리 찾는 것이 중요한 것이 아니라 사물을 부분으로 나누어서 관찰하는 것이 중요함을 강조한다.</li> <li>* 정답을 찾은 학생은 정답을 말하지 않고 활동지에 적어서 다른 사람의 활동을 방해하지 않도록 한다.</li> <li>① 활동지를 본 후 어떤 활동을 할 것인지 질문해본다.</li> <li>② 정답을 빨리 찾는 것보다 사물을 부분으로 나누어서 잘 관찰하는 것이 중요함을 강조한다.</li> <li>③ 정답을 찾은 아동들은 다른 아동에게 방해가 되지 않도록 조용히 활동지에 적도록 한다.</li> <li>④ 칭찬 또는 격려</li> </ul> <p>◆사회성정서활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 정서활동 : 이상한 노래 부르기</li> <li>* 활동에 대해서 흥미를 느끼게 하고 자발적으로 암기하여 활동할 수 있도록 유도한다.</li> <li>* 조별로 활동함으로써 조별감에 친밀감을 형성하게 한다.</li> <li>① 다같이 ‘산토끼’를 부른다.</li> <li>② 다음에는 동요를 거꾸로 부른다. 띄어쓰기 단위로 거꾸로 불러야 함을 설명해 준다.</li> <li>③ 각자 연습을 한 후 준비된 조부터 부르기를 연습한다.</li> </ul>	40
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오늘 정서활동을 하고 난 후 느낀점을 나누어본다.</li> <li>• 정리정돈을 한다.</li> <li>• 다음 수업에 대해 간단히 이야기 한다.</li> </ul>	10

4회기		
목 표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동을 통해 지각조직력, 논리력, 도형인식능력을 향상시킨다.</li> <li>• 사회성정서활동을 통해 자기이해능력 향상시킨다.</li> </ul>	
활동절차	활 동 과 정	분
도 입	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단 구성원들과 인사를 나눈다.</li> <li>• 본 프로그램의 목적에 대해 간단히 설명한다.</li> <li>• 집중력을 높이는 자세를 한다.</li> <li>• 다 같이 집중송을 부른다.</li> </ul>	10
전 개	<p>◆집중력활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동 : 넷째 그림 찾기</li> <li>* 사물들 간의 관계를 파악하여 논리적 사고를 키우는데도 도움이 되는 활동임을 설명한다.</li> <li>* 활동을 다 끝마친 후 학생들이 스스로 논리적으로 설명할 수 있도록 격려하고 칭찬한다.</li> <li>① 활동지를 본 후 어떤 활동을 할 것인지 질문해본다.</li> <li>② 사물들 간의 관계를 파악하여 논리적 사고를 키우는데도 도움이 되는 활동임을 설명한다.</li> <li>③ 정답이 되는 이유를 학생들이 찾을 수 있도록 격려해 준다.</li> <li>④ 칭찬 또는 격려</li> </ul> <p>◆사회성정서활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 정서활동 : 나의 향아리</li> <li>* 3가지 향아리에 대해서 어떤 것이 들어있을 꺼 같은지 물어본다.</li> <li>* 3가지 향아리에 대해서 설명한다.</li> <li>① 활동지의 각 향아리를 아름답게 꾸며본다.</li> <li>② 큰 향아리에는 좋은 점 5가지, 작은 향아리에는 조금 부족한 점 3가지, 중간 향아리에는 소망하는 점 4가지를 적어본다.</li> <li>③ 각 향아리를 적을 때마다 발표를 해 본다.</li> </ul>	40
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오늘 정서활동을 하고 난 후 느낀점을 나누어본다.</li> <li>• 정리정돈을 한다.</li> <li>• 다음 수업에 대해 간단히 이야기 한다.</li> </ul>	10

5회기		
목 표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동을 통해 시각집중력과 관찰력을 향상시킨다.</li> <li>• 사회성정서활동을 통해 정서인식능력 향상시킨다.</li> </ul>	
활동절차	활 동 과 정	분
도 입	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단 구성원들과 인사를 나눈다.</li> <li>• 본 프로그램의 목적에 대해 간단히 설명한다.</li> <li>• 집중력을 높이는 자세를 한다.</li> <li>• 다 같이 집중송을 부른다.</li> </ul>	10
전 개	<p>◆집중력활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동 : 무엇일까요?</li> <li>* 생각나는 물건을 입으로 말하지 않고 활동지에 적도록 한다.</li> <li>* 정답을 찾아가는 과정에서 다양한 사물을 떠올려 보도록 한다.</li> <li>① 활동지를 본 후 어떤 활동을 할 것인지 질문해본다.</li> <li>② 생각나는 물건을 입으로 말하지 않고 활동지에 적도록 한다.</li> <li>③ 정답을 찾아 가는 과정에서 다양한 사물들을 떠올려 보도록 격려한다.</li> <li>④ 칭찬 또는 격려</li> </ul> <p>◆사회성정서활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 정서활동 : 이럴 때 내 표정은?</li> <li>* 친구들은 어떤 표정을 가지고 있는지 이야기 하도록 유도한다.</li> <li>* 친구들의 상황에 따라 어떤 기분이 들었는지 발표하게 한다.</li> <li>① 사람은 다양한 표정을 가지고 있다는 점과 상황이나 감정 상태에 따라 다양한 표정을 짓는다는 것을 설명한다.</li> <li>② 특정 상황에서 어떤 기분이 들고 그 때 어떤 표정을 짓는지를 물어본다.</li> <li>③ 상황을 하나씩 불러 주고 그 때의 표정을 그림으로 표현해 본다.</li> </ul>	40
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오늘 정서활동을 하고 난 후 느낀점을 나누어본다.</li> <li>• 정리정돈을 한다.</li> <li>• 다음 수업에 대해 간단히 이야기 한다.</li> </ul>	10

6회기		
목 표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동을 통해 단기 기억력과 공간지각력을 향상시킨다.</li> <li>• 사회성정서활동을 통해 친밀감을 형성시킨다.</li> </ul>	
활동절차	활 동 과 정	분
도 입	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단 구성원들과 인사를 나눈다.</li> <li>• 본 프로그램의 목적에 대해 간단히 설명한다.</li> <li>• 집중력을 높이는 자세를 한다.</li> <li>• 다 같이 집중송을 부른다..</li> </ul>	10
전 개	<p>◆집중력활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동 : 그림 따라 그리기</li> <li>* 집단의 80%이상이 그림의 50%이상을 재인하지 못할 경우 그림 제시 시간을 8~13초로 늘린다.</li> <li>* 그림을 보는 동안 암기하여 그리는 활동임을 설명한다.</li> <li>① 활동지를 본 후 어떤 활동을 할 것인지 질문해본다.</li> <li>② 그림을 7초 동안만 보여주고 점검을 위해 다시 3초를 보여준다.</li> <li>③ 집단의 80%가 그림의 50%이상을 재인하지 못할 경우 그림 제시 시간을 8~13초로 늘리도록 한다.</li> <li>④ 칭찬 또는 격려</li> </ul> <p>◆사회성정서활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 정서활동 : 윙크로 이야기해요</li> <li>* 자유롭게 돌아다니면서 여러 친구들과 같이 활동하는 것임을 설명한다.</li> <li>* 친구들이 다양한 친구들을 만나서 활동할 수 있도록 격려한다.</li> <li>① 활동지를 들고 자유롭게 돌아다니도록 한다.</li> <li>② 마주치는 사람과 윙크를 하는데 같은 쪽 눈을 감으면 두 사람은 활동지에 있는 내용 중에서 하나를 정하여 대화를 나눈다.</li> <li>③ 활동지에 여러 사람 이름이 들어가도록 한다.</li> </ul>	40
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오늘 정서활동을 하고 난 후 느낀점을 나누어본다.</li> <li>• 정리정돈을 한다.</li> <li>• 다음 수업에 대해 간단히 이야기 한다.</li> </ul>	10

7회기		
목 표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동을 통해 수렴적 관찰력과 주의집중력을 향상시킨다.</li> <li>• 사회성정서활동을 통해 신체적 긴장감을 해소하고 심리내적욕구를 탐색한다.</li> </ul>	
활동절차	활 동 과 정	분
도 입	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단 구성원들과 인사를 나눈다.</li> <li>• 본 프로그램의 목적에 대해 간단히 설명한다.</li> <li>• 집중력을 높이는 자세를 한다.</li> <li>• 다 같이 집중송을 부른다..</li> </ul>	10
전 개	<p>◆집중력활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동 : 다른 부분 찾기</li> <li>* 정답을 발견한 학생은 조용히 활동지에 답을 적도록 하여 다른 사람의 관찰을 방해하지 않도록 한다.</li> <li>① 활동지를 본 후 어떤 활동을 할 것인지 질문해본다.</li> <li>② 제시된 사물그림을 주의 깊게 관찰하여 원래의 사물과 다른 부분을 찾아야 함을 설명한다.</li> <li>③ 다른 부분 찾기를 하기 위해서는 전에 내가 그 사물을 보았던 기억을 떠올리면서 그 모양을 생각할 수 있도록 한다.</li> <li>④ 칭찬 또는 격려</li> </ul> <p>◆사회성정서활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 정서활동 : 세상에 이런 꿈을 꾸다니</li> <li>* 꿈이 무엇인지 학생들에게 탐색하도록 한다.</li> <li>* 자신이 꿔던 꿈에 대해 이야기 해보도록 한다.</li> <li>① 꿈은 우리 마음을 표현하는 역할을 함을 설명한다.</li> <li>② 눈을 감고 복식호흡을 해서 신체 긴장을 이완시킨 후 자신이 꾸었던 꿈 중 가장 기억에 남는 꿈을 떠올려본다.</li> <li>③ 눈을 뜨고 그 꿈을 그림으로 표현하도록 한다.</li> </ul>	40
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오늘 정서활동을 하고 난 후 느낀점을 나누어본다.</li> <li>• 정리정돈을 한다.</li> <li>• 다음 수업에 대해 간단히 이야기 한다.</li> </ul>	10

8회기		
목 표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동을 통해 시각적 단기 기억력 및 처리속도와 시각운동협응력을 향상시킨다.</li> <li>• 사회성정서활동을 통해 내재적 욕구 자각시킨다.</li> </ul>	
활동절차	활 동 과 정	분
도 입	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단 구성원들과 인사를 나눈다.</li> <li>• 본 프로그램의 목적에 대해 간단히 설명한다.</li> <li>• 집중력을 높이는 자세를 한다.</li> <li>• 다 같이 집중송을 부른다..</li> </ul>	10
전 개	<p>◆집중력활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동 : 기호쓰기</li> <li>* 첫줄, 첫 칸부터 순서대로 기호쓰기를 하도록 한다. 특정 과일이나 도형의 기호를 먼저 쓰거나 건너뛰지 않도록 한다.</li> <li>* 초시계를 활용하여 활동이 끝날 때마다 각자의 기록을 알려준다.</li> <li>① 활동지를 본 후 어떤 활동을 할 것인지 질문해본다.</li> <li>② 첫줄, 첫 칸부터 순서대로 기호쓰기를 하도록 한다.</li> <li>③ 각 과일의 짝이 되는 기호를 재빨리 확인해야 하는 활동임을 설명하면서 각자가 빨리 하는 방법을 이야기해보도록 한다.</li> <li>④ 칭찬 또는 격려</li> </ul> <p>◆사회성정서활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 정서활동 : 계란화 그리기</li> <li>* 알에 대해 탐색해본다.</li> <li>* 우리 마음속에 있는 소망도 알과 같이 탄생하는 것을 그려보는 활동임을 설명한다.</li> <li>① 활동지의 그림을 학생에게 계란으로 보이는 지 물어본다.</li> <li>② 계란에서 무언가 태어날려고 하는데 학생들이 소망하는 것을 그림으로 그려보라고 한다.</li> <li>③ 그림을 각자 채색하여 완성해본다.</li> </ul>	40
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오늘 정서활동을 하고 난 후 느낀점을 나누어본다.</li> <li>• 정리정돈을 한다.</li> <li>• 다음 수업에 대해 간단히 이야기 한다.</li> </ul>	10

9회기		
목 표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동을 통해 선택적 주의집중력 향상시킨다.</li> <li>• 사회성정서활동을 통해 가족 역동 및 상호작용 파악시킨다.</li> </ul>	
활동절차	활 동 과 정	분
도 입	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단 구성원들과 인사를 나눈다.</li> <li>• 본 프로그램의 목적에 대해 간단히 설명한다.</li> <li>• 집중력을 높이는 자세를 한다.</li> <li>• 다 같이 집중송을 부른다..</li> </ul>	10
전 개	<p>◆집중력활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동 : 선택적으로 집중하기</li> <li>* 반복해서 실패할 경우 짜증등의 부정적인 감정이 표현될 수 있다. 차분하게 다시 세도록 독려한다.</li> <li>* 시간이 부족할 경우에는 틀린 것을 알려주어 틀린 것만 셀 수 있도록 도와준다.</li> <li>① 활동지를 본 후 어떤 활동을 할 것인지 질문해본다.</li> <li>② 처음에는 색깔의 개수를 먼저세고, 다음에는 글자의 개수를 세도록 한다.</li> <li>③ 반복해서 실패를 할 경우 짜증 등의 부정적인 감정이 표현될 수 있다. 차분하게 다시 세도록 독려한다.</li> <li>④ 칭찬 또는 격려</li> </ul> <p>◆사회성정서활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 정서활동 : 우리 가족이 동물이라면</li> <li>* 동물들을 생각하면서 어떤 성격을 가질것 같은지 탐색해본다.</li> <li>* 우리 식구들의 성격을 생각하는 시간을 갖는다.</li> <li>① 동물 그림 자료를 보고 가족의 이미지와 비슷한 동물을 선택한다.</li> <li>② 가족을 동물로 표현하여 그림을 그려본다.</li> <li>③ 활동지에 각 동물들에 성격도 적어본다.</li> </ul>	40
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오늘 정서활동을 하고 난 후 느낀점을 나누어본다.</li> <li>• 정리정돈을 한다.</li> <li>• 다음 수업에 대해 간단히 이야기 한다.</li> </ul>	10

10회기		
목 표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동을 통해 단기 기억력과 작업 기억력을 향상시킨다.</li> <li>• 사회성정서활동을 통해 감정 인식 및 수용을 통해 가족 역동 탐색시킨다.</li> </ul>	
활동절차	활 동 과 정	분
도 입	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단 구성원들과 인사를 나눈다.</li> <li>• 본 프로그램의 목적에 대해 간단히 설명한다.</li> <li>• 집중력을 높이는 자세를 한다.</li> <li>• 다 같이 집중송을 부른다..</li> </ul>	10
전 개	<p>◆집중력활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동 : 기호계산</li> <li>* 기호의 짝이 되는 숫자를 찾아 기호 옆에 적어 계산하는 것이 아니라, 숫자를 기억하여 머릿속으로 계산을 해야 함을 강조한다.</li> <li>* 다른 학생보다 수행 속도가 빠른 학생의 경우, 다른 학생들이 마칠 때까지 자신의 집 전화번호나 생일등을 기호로 적어보도록 한다.</li> <li>① 활동지를 본 후 어떤 활동을 할 것인지 질문해본다.</li> <li>② 기호의 짝이 되는 숫자를 찾아 기호 옆에 적어 계산하는 것이 아니라, 숫자를 기억하며 머릿속으로 계산을 해야함을 설명한다.</li> <li>③ 다른 학생보다 수행속도가 빠른 학생들은 다른 학생들이 마칠 때까지 집 전화번호나 생일 등을 기호로 써 보도록 한다.</li> <li>④ 칭찬 또는 격려</li> </ul> <p>◆사회성정서활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 정서활동 : 색깔 찾기</li> <li>* 색깔을 보면서 느끼는 감정이나 생각에 대해 탐색해본다.</li> <li>① 좋아하는 색에 대해 물어본다.</li> <li>② 상황별로 어떤 기분이 드는 지 색깔로 표현해 본다.</li> <li>③ 가족 구성원을 색깔로 묘사해 보도록 한다.</li> </ul>	40
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오늘 정서활동을 하고 난 후 느낀점을 나누어본다.</li> <li>• 정리정돈을 한다.</li> <li>• 다음 수업에 대해 간단히 이야기 한다.</li> </ul>	10

11회기		
목 표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동을 통해 단기 기억력과 작업 기억력을 향상시킨다.</li> <li>• 사회성정서활동을 통해 창의력 및 논리력과 협동심을 향상시킨다.</li> </ul>	
활동절차	활 동 과 정	분
도 입	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단 구성원들과 인사를 나눈다.</li> <li>• 본 프로그램의 목적에 대해 간단히 설명한다.</li> <li>• 집중력을 높이는 자세를 한다.</li> <li>• 다 같이 집중송을 부른다..</li> </ul>	10
전 개	<p>◆집중력활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동 : 빠진 기호 그리기</li> <li>* 도형을 지나치게 똑같이 그리려고 애쓰는 학생의 경우 노력하는 모습을 칭찬해 주되 비슷하게만 그려도 된다는 것을 알려준다.</li> <li>① 활동지를 본 후 어떤 활동을 할 것인지 질문해본다.</li> <li>② 반복되는 규칙을 발견해서 빈 칸에 기호를 그리는 활동임을 설명한다.</li> <li>③ 도형을 지나치게 똑같이 그리려고 애쓰는 학생의 경우 노력하는 모습을 칭찬해 주되 비슷하게만 그려도 된다는 것을 알려준다.</li> <li>④ 칭찬 또는 격려</li> </ul> <p>◆사회성정서활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 정서활동 : 네모 게임</li> <li>* 창의적이고 독창적으로 생각할 수 있도록 독려한다.</li> <li>* 조끼리 활동을 하되, 조끼리 같은 생각을 적어도 되고, 다른 생각을 적어도 됨을 이야기 해준다.</li> <li>① 특정 단어가 들어간 명제를 만드는 게임임을 설명한다.</li> <li>② 각자 명제의 네모 칸을 채워 넣은 후 모둠별로 명제를 발표해 보도록 한다.</li> <li>③ 발표시키면서 논리가 명확하거나 창의적인 명제를 제시한 모둠에게 칭찬해준다.</li> </ul>	40
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오늘 정서활동을 하고 난 후 느낀점을 나누어본다.</li> <li>• 정리정돈을 한다.</li> <li>• 다음 수업에 대해 간단히 이야기 한다.</li> </ul>	10

12회기		
목 표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동을 통해 단기 기억력과 작업 기억력을 향상시킨다.</li> <li>• 사회성정서활동을 통해 사회적 상황 대처능력 향상시킨다.</li> </ul>	
활동절차	활 동 과 정	분
도 입	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단 구성원들과 인사를 나눈다.</li> <li>• 본 프로그램의 목적에 대해 간단히 설명한다.</li> <li>• 집중력을 높이는 자세를 한다.</li> <li>• 다 같이 집중송을 부른다.</li> </ul>	10
전 개	<p>◆집중력활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동 : 빠진 동물 찾기</li> <li>* 학생들이 유목화의 개념을 이해하고 유목화를 통한 기억법을 학습할 수 있도록 한다.</li> <li>* 유목화의 미숙하더라도 나름의 논리가 있는 경우 인정해 주며, 일반적인 답안도 제시해 준다.</li> <li>① 활동지를 본 후 어떤 활동을 할 것인지 질문해본다.</li> <li>② 첫 화면에는 있는데 둘째 화면에는 빠지고 없는 동물을 찾는 활동임을 설명한다.</li> <li>③ 학생들이 유목화의 개념을 이해하고 유목화를 통한 기억법을 학습할 수 있도록 한다.</li> <li>④ 칭찬 또는 격려</li> </ul> <p>◆사회성정서활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 정서활동 : 이럴 때 나는</li> <li>* 감정이라는 것을 나타낼 때 어떻게 표현하는 지에 따라서 다뤘 질 수 있다는 점을 설명해준다.</li> <li>* 상황별로 자신의 감정에 대해 이야기해본다.</li> <li>① 각 모듈별 말을 주고 시작한다.</li> <li>② 주사위를 던져 나온 숫자만큼 말을 이동하고 이동할 때마다 카드를 뽑는다.</li> <li>③ 상황카드를 보며 어떤 기분이 드는 지와 어떤 행동을 할지 이야기 해 본다.</li> </ul>	40
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오늘 정서활동을 하고 난 후 느낀점을 나누어본다.</li> <li>• 정리정돈을 한다.</li> <li>• 다음 수업에 대해 간단히 이야기 한다.</li> </ul>	10

13회기		
목 표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동을 통해 지속적 주의집중력을 향상시킨다.</li> <li>• 정서활동을 통해 창의력을 향상시키고 자기표현 욕구 표출시킨다.</li> </ul>	
활동절차	활 동 과 정	분
도 입	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단 구성원들과 인사를 나눈다.</li> <li>• 본 프로그램의 목적에 대해 간단히 설명한다.</li> <li>• 집중력을 높이는 자세를 한다.</li> <li>• 다 같이 집중송을 부른다.</li> </ul>	10
전 개	<p>◆집중력활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동 : 숫자 세기</li> <li>* 지속적으로 실패 할 경우 맞춘 그림의 개수와 틀린 그림의 개수를 구분해서 알려주어, 틀린 그림의 개수만 다시 세도록 유도한다.</li> <li>① 활동지를 본 후 어떤 활동을 할 것인지 질문해본다.</li> <li>② 각기 다른 모양의 기호를 각각 세어 위의 빈칸에 적습니다.</li> <li>③ 어떤 방법으로 하면 실수없이 정확하게 셀수 있는 지 이야기 해 봅니다.</li> <li>④ 칭찬 또는 격려</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 정서활동 : 나는야, T셔츠 디자이너</li> <li>* 우리가 입고 있는 옷은 어떻게 디자인 되어 있는지 탐색해본다.</li> <li>* 자신이 원하는 디자인을 탐색하고 자유롭게 그릴 수 있도록 유도한다.</li> <li>① 평소에 누군가가 디자인한 옷을 입지만, 오늘은 직접 디자인 할 것을 설명한다.</li> <li>② 어떻게 디자인 할 것인지 설명해보고, 직접 그려본다.</li> <li>③ 직접 디자인한 그림을 채색해 본다.</li> </ul>	40
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오늘 정서활동을 하고 난 후 느낀점을 나누어본다.</li> <li>• 정리정돈을 한다.</li> <li>• 다음 수업에 대해 간단히 이야기 한다.</li> </ul>	10

14회기		
목 표	<ul style="list-style-type: none"> <li>•집중력활동을 통해 사회적 상황 인식 능력을 향상시킨다.</li> <li>•정서활동을 통해 타인과의 정서적 교류를 나누어 본다.</li> </ul>	
활동절차	활 동 과 정	분
도 입	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단 구성원들과 인사를 나눈다.</li> <li>• 본 프로그램의 목적에 대해 간단히 설명한다.</li> <li>• 집중력을 높이는 자세를 한다.</li> <li>• 다 같이 집중송을 부른다.</li> </ul>	10
전 개	<p>◆집중력활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동 : 카드 맞추기</li> <li>* 상황카드 정렬에만 강조점을 주는 것이 아니라 논리적인 이야기를 만드는 것도 중요하게 다룬다.</li> <li>* 학생들의 논리적 전개 순서에 따른 체계적인 이야기인 경우에도 정답으로 인정한다.</li> <li>① 활동지를 본 후 어떤 활동을 할 것인지 질문해본다.</li> <li>② 상황카드를 정렬해 본 후 논리적인 이야기를 만들어 본다.</li> <li>③ 모범 답안은 있지만 학생들 나름의 논리가 체계적일 경우 정답으로 인정해 준다.</li> <li>④ 칭찬 또는 격려</li> </ul> <p>• 정서활동 : 그림으로 마음 나누기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 두명씩 짝을 지어 한 종이에 활동을 하는 것임을 설명한다.</li> <li>① 2명씩 짝을 만든다.</li> <li>② 처음에는 말을 하지 않고 활동지에 그림을 그려보도록 하고, 두 번째는 말을 하면서 활동지에 그림을 그려보도록 한다.</li> <li>③ 두 가지 활동의 차이점에 대해 생각해 본다.</li> </ul>	40
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오늘 정서활동을 하고 난 후 느낀점을 나누어본다.</li> <li>• 정리정돈을 한다.</li> <li>• 다음 수업에 대해 간단히 이야기 한다.</li> </ul>	10

15회기		
목 표	<ul style="list-style-type: none"> <li>•집중력활동을 통해 지각조직력 및 공간지각력을 향상시킨다.</li> <li>•정서활동을 통해 자기 이해 및 수용, 소망 탐색해 본다.</li> </ul>	
활동절차	활 동 과 정	분
도 입	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단 구성원들과 인사를 나눈다.</li> <li>• 본 프로그램의 목적에 대해 간단히 설명한다.</li> <li>• 집중력을 높이는 자세를 한다.</li> <li>• 다 같이 집중송을 부른다.</li> </ul>	10
전 개	<p>◆집중력활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동 : 퍼즐 맞추기</li> <li>* 퍼즐 맞추기는 어떤 그림들이 모여서 전체 그림이 되었는지를 찾는 활동임을 설명한다.</li> <li>① 활동지를 본 후 어떤 활동을 할 것인지 질문해본다.</li> <li>② 큰 그림 속에 작은 그림 여러 개가 모여서 만들어진 것입니다. 어떤 그림들이 모여 이런 그림을 만들었는지 찾는 활동임을 설명한다.</li> <li>③ 퍼즐 맞추기를 잘 하기 위해서는 큰 그림 속에 규칙을 찾아야 한다.</li> <li>④ 칭찬 또는 격려</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 정서활동 : 가면 그리기</li> <li>* 우리가 가면을 쓰면 어떤 기분이 되는지 설명해본다.</li> <li>* 가면에 대해 탐색해 본다.</li> <li>① 가면의 기능에 대해 설명한다.</li> <li>② 어떤 가면을 그려볼지 생각해보고 색연필이나 싸인펜을 이용한다.</li> <li>③ 한 명씩 자신의 가면을 보여주고 어떤 이유로 가면을 만들었는지 이야기 해보도록 한다.</li> </ul>	40
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오늘 정서활동을 하고 난 후 느낀점을 나누어본다.</li> <li>• 정리정돈을 한다.</li> <li>• 다음 수업에 대해 간단히 이야기 한다.</li> </ul>	10

16회기		
목 표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동을 통해 동시처리능력과 시각운동협응력을 향상시킨다.</li> <li>• 정서활동을 통해 어휘력 및 시각집중력을 향상시킨다.</li> </ul>	
활동절차	활 동 과 정	분
도 입	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단 구성원들과 인사를 나눈다.</li> <li>• 본 프로그램의 목적에 대해 간단히 설명한다.</li> <li>• 집중력을 높이는 자세를 한다.</li> <li>• 다 같이 집중송을 부른다.</li> </ul>	10
전 개	<p>◆집중력활동</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력활동 : 지그재그 연결하기</li> <li>* 어떤 규칙에 따라 알파벳, 숫자들을 연결하는 문제임을 설명한다.</li> <li>* 학생들이 차분하게 할 수 있도록 격려한다.</li> <li>① 활동지를 본 후 어떤 활동을 할 것인지 질문해본다.</li> <li>② 숫자를 숫자대로 연결하되 제시된 색깔을 규칙에 맞게 반복하면서 연결하는 활동임을 설명한다.</li> <li>③ 동시에 적용되는 두 가지 이상의 규칙을 기억하기 위해 입으로 순서를 따라 말해보도록 한다.</li> <li>④ 칭찬 또는 격려</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 정서활동 : 숨은 글자 찾기</li> <li>* 옆친구와 종이를 바꾸어서 자신이 원하는 단어를 먼저 적고 그 위에 무작위로 뜻없는 음절을 칸 안에 채워넣는다.</li> <li>* 서로 바꾸어서 단어를 찾는 활동이다.</li> <li>① 먼저 빈칸 종이에 단어 20개 이상을 적어보도록 한다.</li> <li>② 단어를 적지 않은 칸에는 의미없는 음절을 적어본다.</li> <li>③ 옆에 짝과 활동지를 바꾸어서 서로 단어를 찾아본다.</li> </ul>	40
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오늘 정서활동을 하고 난 후 느낀점을 나누어본다.</li> <li>• 정리정돈을 한다.</li> <li>• 이제까지 활동한 소감문을 적는다.</li> </ul>	10

<부록4.> 프로그램 활동관련 자료



<9회기 : 우리 가족이 동물이라면>  
활동지에 그림을 그리면서 활동하는 모습



<11회기 : 네모게임> 모둠에서 의  
견들을 모아 활동지에 적는 활동



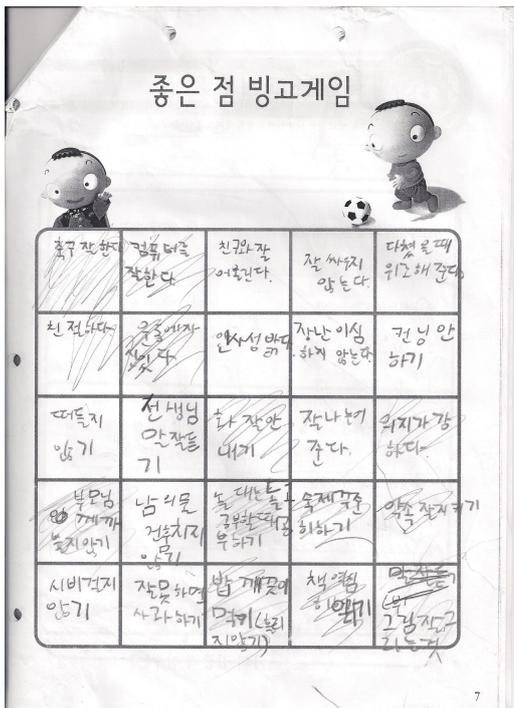
<13회기 : 나는야 T셔츠 디자이너>  
 색연필과 싸인펜을 이용하여 자기 표현 욕구를 표출하고 창의력을 향상시키는 활동



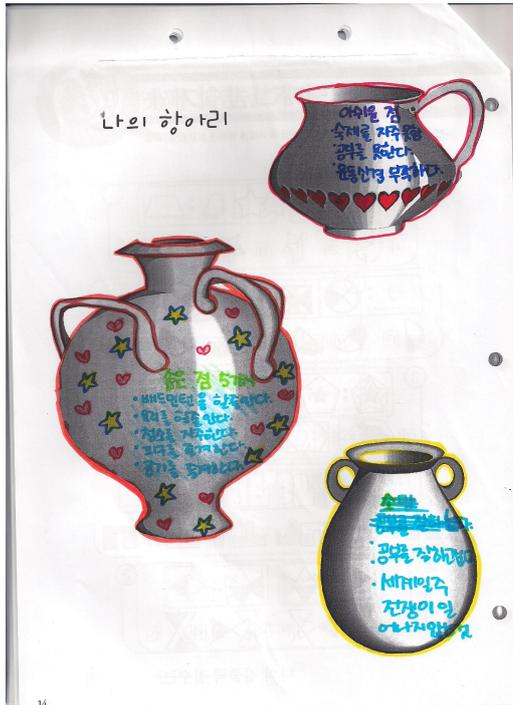
<14회기 : 그림으로 마음나누기>  
 빈 종이에 서로 이야기를 하지 않고 같이 그림을 그리는 활동. 조용히 서로 하는 활동을 지켜보면서 활동하는 사진



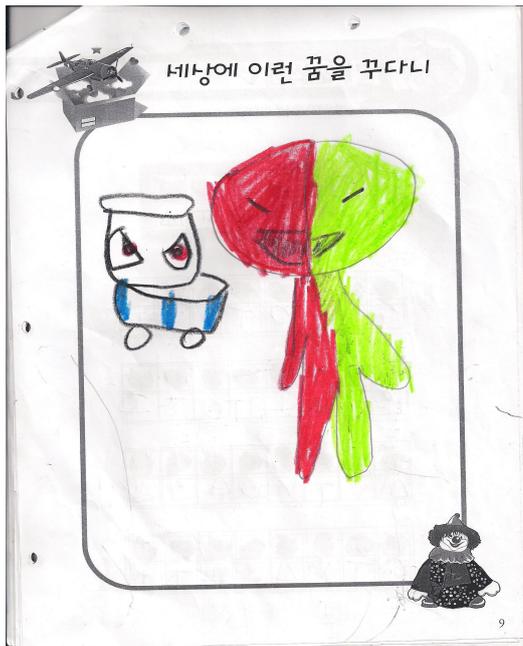
<14회기 : 그림으로 마음나누기>  
빈 종이에 서로 이야기를 하면서 같이 그림을 그려보는 활동. 서로 이야기를 하면서 그림을 그려가는 모습



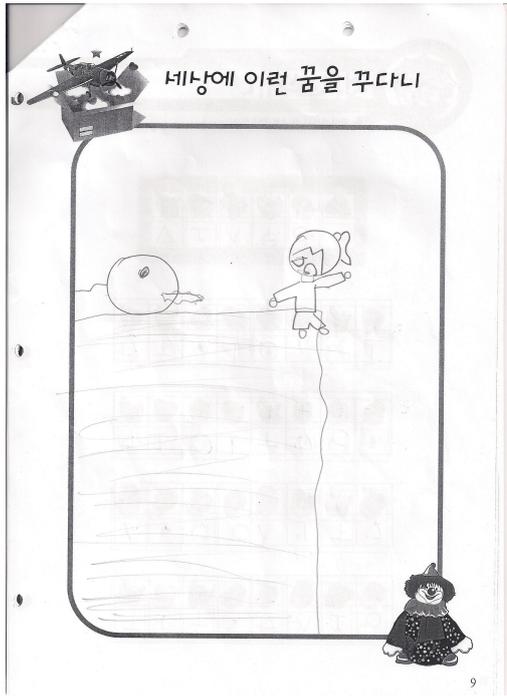
<2회기 활동자료 : 좋은 점 빙고게임> 빈 칸에 자신의 좋은 점을 적어 봄으로써 자신의 좋은 점 이해를 통해 긍정적 자아상 형성하는 활동



<4차시 활동자료 : 나의 향아리 >  
 3개의 향아리에 자신의 좋은 점, 부족한 점, 소망하는 점을 각각 적어보고 자기 이해 능력 향상에 도움을 주는 활동



<7회기 활동자료 : 세상에 이런 꿈을 꾸다니> 꿈을 그리면서 신체적 긴장감을 해소하고 심리 내적 욕구를 탐색하는 활동



<7회기 활동자료 : 세상에 이런 꿈을 꾸다니> 꿈을 그리면서 신체적 긴장감을 해소하고 심리 내적 욕구를 탐색하는 활동



<9회기 활동자료 : 우리 가족이 동물이라면> 가족을 동물로 표현하고 동물의 성격을 이야기 해 봄으로써 가족역동 및 상호작용 파악하는 활동



<9회기 활동자료 : 우리 가족이 동물이라면> 가족을 동물로 표현하고 동물의 성격을 이야기 해 봄으로써 가족역동 및 상호작용 파악하는 활동

### 색깔 찾기 1

가 상형병 그림을 색으로 표현해 봅시다.

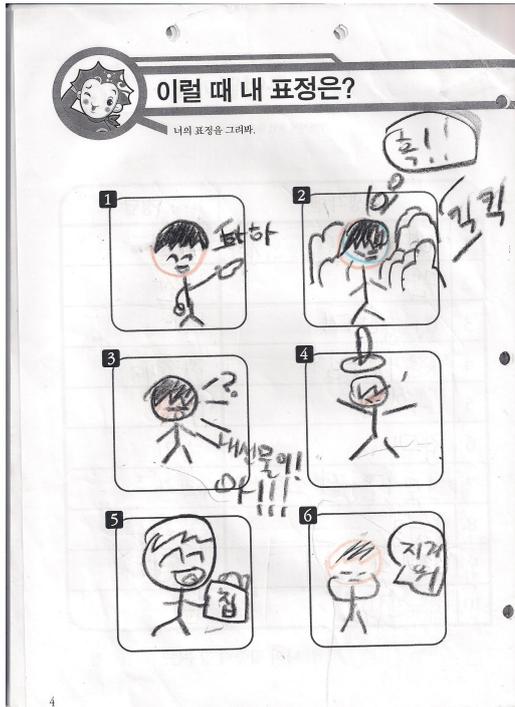
상황	색깔	이유
집중력 수업을 듣고 있는 지금		어플때 내일 초남 느낌이라서 기쁘다
맛있는 음식을 먹을 때		맛있는 음식을 먹을때 기분이 좋을때 핑크색을 칠합니다
엄마에게 야단을 맞을 때		엄마에게 야단을 맞을때 슬퍼다
친구들이랑 신나게 놀고 있을 때		친구들이랑 놀때 노랑색을 하면 좋았음 기분이 나요

<10회기 활동자료 : 색깔 찾기> 색깔로 감정을 표현해 봄으로써 감정 인식 및 수용을 파악하는 활동

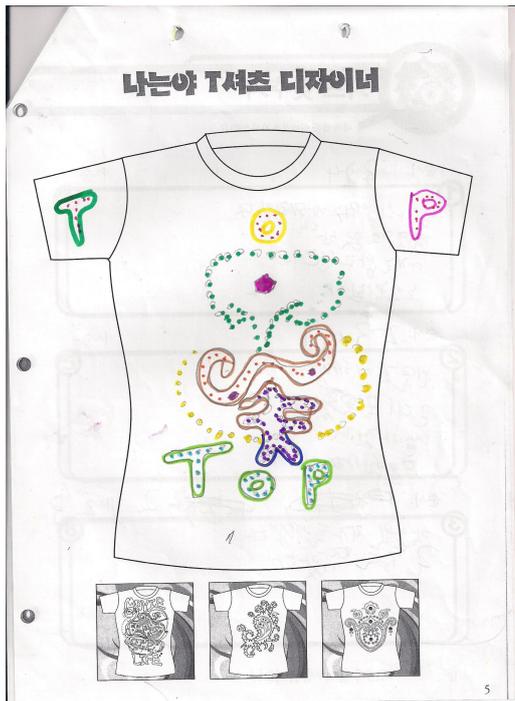
### 네모 게임

- 출근은 재미없다 다.  
왜냐하면 친구들과 같이 어울리는데 재미없다
- 공부 어렵다 다.  
왜냐하면 공부 너무 어려워지기 때문이다
- 생각 즐겁다 다.  
왜냐하면 선물 많이 받고 캐리커처 그리기 때문이다
- 간식 좋다 다.  
왜냐하면 포도맛 좋아하기 때문이다
- 햇빛 아름답다 다.  
왜냐하면 태양이 내게 온 것 같아서 때문이다
- 꿈 좋은 것이다 다.  
왜냐하면 선물 많이 받고 캐리커처 그리기 때문이다
- 친구 친한 사람이다 다.  
왜냐하면 노래 불러주기 때문이다

<11회기 활동자료 : 네모게임> 모둠에서 의견을 취합하여 협동심을 향상하고 논리력과 창의력을 키우는 활동



<12차시 활동자료 : 이럴 때 내 표정은> 상황을 들려주고 그 때 자신의 감정을 표현해 봄으로써 사회적 상황 대처능력을 향상하는 활동



<13회기 활동자료 : 나는야 T셔츠 디자이너> T셔츠를 직접 디자인해 봄으로써 자기표현 욕구를 표출하고 창의력을 향상하는 활동



<15회기 활동자료 : 가면 그리기> 가면을 그리면서 자신의

<부록 5> 소감문

소감문	
김○○	나는 집중력향상프로그램을 했다. 이 프로그램을 하면서 집중력도 키우고 좋다 그리고 중간에 게임도 했다. 나는 어제 좀 난처하네요를 할 때가 제일 재밌었다. 하지만 계산하는거나 암기할 때는 정말 머리가 지끈하다. 하지만 집중력을 키워서 기분 짱!
김○○	집중력을 좋아지는 데 하는거니까 좋았다. 그 중에 빙고 게임 같은게 재밌었다.
오○○	수업이 재밌었다. 발표를 할 때 즐거웠다.
고○○	집중력 수업은 힘들었다. 그래도 정서활동은 재미있었다.
김○○	너무 재미있었고, 지루도 했다. 집중력에 도움으로 수업도 더욱 더 잘되고 집중도 잘하게 되었다.
김○○	오늘은 가면은 만들었다. 내일이면 선생님이랑 헤어진다. 아쉽다.
원○○	이상한 노래를 부를 때 재미있었어 발표하기로 했는데 틀렸을 때 창피해서 포기를 했다. 포기했는데 그때 포기 안하고 발표했으면 좋았어요.
정○○	아쉽지만 재밌었다.
원○○	진짜 재밌는 수업이었다.
고○○	난처했을 때 정말로 난처했다 조금 귀찮았다. 아주 재미있었다.