

감사이야기나누기 활동이  
유아의 감사성향, 공감능력, 행복감에 미치는 영향\*  
The Effects of Grateful Story-Sharing Activities  
on Preschoolers' Grateful Dispositions, Empathetic Abilities,  
and Feelings of Happiness

정 현 주  
서울자양초등학교병설유치원  
Jung, Hyeon-Ju  
Seoul Jayang Kindergarten

김 현 수\*\*  
한양대학교 교육대학원  
Kim, Hyun-Soo  
Hanyang University

---

《Abstract》

---

With the advent of positive psychology, clinical attention has shifted from maladaptive/dysfunctional aspects of human psychology to people's adaptive/functional aspects. Considering this paradigm shift, this study constructed story-sharing activities expressing themes of gratefulness that were suitable for preschoolers and examined effects of the activities on preschoolers' grateful dispositions (Gratefulness), empathetic abilities (Empathy), and feelings of happiness (Happiness). For this purpose, the study recruited 5 year-old preschoolers from two kindergartens in Seoul: 23 preschoolers from the one kindergarten were placed in the experimental group and 24 preschoolers from the second kindergarten were placed in the control group. The experimental group was given 22-session grateful story-sharing activities for 11 weeks (twice a week, 20-25 minutes per session) and the control group was given the corresponding 22-session free play activities. To examine the efficacy of the treatment, levels of Gratefulness (Gratefulness awareness, Gratefulness expression, and Gratefulness total), Empathy (teacher-rated Empathy and preschooler-rated Empathy), and Happiness were measured at pre-, post-, and 1-month follow-up (FU) time points. FU measurements were made only for the experimental group. Two-way ANOVAs with group (experimental and control) and measurement point (pre and post) as independent variables revealed significant interaction effects for all six preschooler outcomes. Further analyses testing pre-post score differences in each group showed significant pre-post improvement in all six preschooler outcomes in the experimental group but not in the control group. Moreover, treatment gains were maintained at the 1-month FU in the experimental group. These findings suggest that grateful story-sharing activities can be of significant benefit to preschoolers' grateful dispositions, abilities to empathize, and feelings of happiness.

주제어(Keywords) : 감사이야기나누기 활동(grateful story-sharing activities), 유아(preschoolers), 감사성향(grateful dispositions), 공감능력(empathetic abilities), 행복감(feelings of happiness)

---

\* 본 연구는 주저자의 석사학위 청구논문의 일부이며, 2018년 한국아동심리치료학회 춘계학술대회에서 포스터 발표되었음.

\*\* 교신저자 : 한양대학교 교육대학원 부교수 (E-mail: [khs1004@hanyang.ac.kr](mailto:khs1004@hanyang.ac.kr))

## I. 서론

감사는 인류의 오랜 역사를 통해 삶의 지혜로 전수되어 온 개념으로 여러 종교에서 그 함양이 강조되어왔다. 또한, 감사의 표현은 시·공간을 넘어 바람직한 개인의 모습으로 간주되고 있으며, 사회적 관계에 도움이 되는 인성적 특성으로 이해되어져 왔다(Emmons & McCullough, 2003).

바람직한 개인적 소양으로 여겨지던 감사는 비교적 최근 들어 학계의 관심을 받기 시작했다. 특히 긍정심리학자들에 의해 그 중요성이 인식되기 시작했는데, 긍정심리학자들은 개인의 병리적, 역기능적 측면에 초점을 맞추던 기존의 임상적 관행에서 벗어나 치료의 초점을 개인의 적응적, 기능적 측면으로 이동시켰다(권석만, 2011; Seligman, 2002). 이들은 개인이 가진 긍정적 특성을 6가지 미덕과 24가지 강점으로 분류하였고, 그 중 하나로 감사를 포함시켰다(Peterson & Seligman, 2004; Peterson, 2005).

감사의 영향에 관한 선행연구는 감사가 적응을 촉진하며 부적응 행동을 감소시키는 등 개인에게 긍정적 영향을 줄 수 있음을 시사하고 있다. 감사는 친사회적 행동을 증가시키고(McCullough, Emmons, & Tsang, 2002), 부정 정서와 우울 증상을 감소시키며(McCullough et al., 2004; Seligman, 2002), 신체적 건강을 증진시키는(Nelson & Calaba, 2004) 것으로 보고되고 있다. 또한 선행 연구는 상대의 호의를 인식하고 공감하며 이에 기꺼운 마음으로 보답하려는 지속적이고 안정적인 속성인 감사성향에 관심을 가졌는

데, 감사성향이 높은 개인은 부정적 상황에서도 긍정적 의미부여와 해석을 하고 긍정적 측면에 집중하는 등 귀인 유연성과 긍정적 재초점화 경향성을 나타내었다(Tedeschi & Calhoun, 2004).

감사성향은 유아기에 처음 발달하기 시작하는 것으로 이해되고 있다. Klein(1997), McAdams와 Bauer(2004)는 감사성향이 생애 초기 애착 경험에 의해 촉발된다고 보았다. 즉 양육자로부터 애정을 경험하면 할수록 타인에 대한 감사성향이 더 잘 발달하게 된다고 보았다. 한편 감사성향의 발달을 위해서는 공감 능력이 기반이 되어야 한다. 공감 능력은 타인의 정서적 표현을 이해하고 지각하는 능력, 적절한 정서표현을 위해 주변으로부터 정보를 얻는 능력, 타인을 타인의 관점에서 이해하는 능력으로 정의되며, 조망수용능력과 같은 인지적 능력이 선행되어야 가능하다(임현정, 2012; 추병환, 2015). 감사 상황의 파악과 표현을 위해서는 타인의 행동 의도를 파악할 필요가 있는데, 이는 앞서 설명한 공감의 특성이기도 하다(임현정, 2012; 추병환, 2015). 이처럼 공감능력은 감사경험의 핵심인 행동 의도성 파악에 기초가 되며, 감사 활동을 통해 함께 증진될 수 있는 심리적 특성이기도 하다.

한편, Seligman(2002)은 개인의 성격강점이 행복감을 증진시킬 수 있다고 하였으며, 성격 강점의 요소 중에서도 감사와 같은 정서적 강점이 행복과 높은 정적 상관을 보인다고 하였다. Emmons와 McCullough(2003), Seligman, Steen, Park와 Peterson(2005)도 감사성향이 높은 사람이 그렇지 않은 사람보다

행복하다는 연구 결과를 통해 감사가 행복감과 관련이 있음을 시사하고 있다. 또한 보다 최근에 시도된 홍용희 등(홍용희, 나영이, 장현진, 김혜전, 전우용, 2013)의 연구는 감사하기를 프로그램의 일부로 포함시킨 '유아 행복교육 탐구' 프로그램이 유아의 행복감 증진에 효과가 있음을 보여주었다.

유아 감사성향 발달의 중요성이 부각되고 있는 가운데, 국내 유치원 만 3~5세 연령별 누리과정은 사회 공동체 일원으로서 기능하는 유아의 양성을 위해 유아 인성 교육을 강조하고 있으며 이러한 유아 인성 덕목들 중 하나로 감사를 중요하게 고려하고 있다(교육과학기술부, 2013). 인성의 한 요소로서의 감사의 중요성은 유아 누리과정에서 뿐 아니라 여러 학자들에 의해서도 강조되고 있는데, 한 예로, Jacobs와 Jacobs-Spencer(2001)는 감사, 용기, 인내, 정직, 겸손, 관대함을 인성 교육 덕목으로 제시하였다. 열거된 대로 감사는 중요한 인성 덕목의 하나로 포함되어 있다. 또한 실제 유아교육 현장에서는 '유아의 창의·인성 함양을 위한 영상매체활용프로그램'(교육과학기술부, 2010), '유치원 교육과정 내실화를 위한 인성교육 프로그램'(교육과학기술부, 2011), '유아 인성교육을 위한 부모 훈련 프로그램'(교육과학기술부, 2012)과 같은 인성교육 프로그램들을 통해 유아의 감사성향 발달을 부분적으로 도모하고 있다.

인성의 일부로서 감사를 포함시킨 프로그램의 개발과 더불어 일부 연구자들은 아동의 감사성향에 보다 직접적 관심을 가지고 아동의 감사 성향 증진을 위한 활동을

개발, 이의 효과성을 탐색하여 왔다. 대표적으로, 박소영과 김민진(2017)은 그림책을 활용한 감사교육이 유아의 감사성향과 행복감을 유의하게 증진시킴을 발견하였다. 한편 초등학생을 대상으로 한 감사 프로그램들도 일부 개발되었는데, 이러한 프로그램들은 초등학생의 감사성향, 낙관성, 대인관계, 학교적응, 행복감을 증진시키며 우울이라는 부정 정서를 감소시키는데 효과가 있는 것으로 나타났다(강민형, 2012; 류선진, 2011; 윤보선, 2012). 또한 감사일기를 쓰도록 격려한 집단상담은 초등학생의 자기효능감, 대인관계, 행복감 증진에 효과가 있는 것으로 확인되었다(박덕영, 2013; 박선민, 2014).

특히 감사를 글이나 말로 표현하는 것은 일상생활에서의 긍정적 경험들을 긍정 언어로 표현하는 것으로, 이는 그 자체 긍정 정서를 유발하는 행위일 수 있다(Burton & King, 2004). 또한 글이나 말로 표현하는 과정에서 이미 느꼈던 정서를 재경험하게 될 수 있는데, 이는 긍정 정서를 재강화하는 효과를 가져올 수 있다(Burton & King, 2004).

하지만 기존의 감사 경험을 글로 기록하는 활동(예, 감사일기, 감사노트, 감사편지 쓰기) 혹은 말로 표현하는 활동(예, 감사이야기나누기)의 효과를 연구한 연구들은 학령기 아동, 청소년, 성인을 대상으로 한 연구들이 주를 이루었다(김미경, 권기남, 2014; 김지현, 2014; 박덕영, 2013; 박선민, 2014; 서은정, 2009; 이지현, 2009; 조진형, 김경미, 김동원, 김정희, 2008; 채중민, 2007; 최미자, 2014; Emmons & Crumpler, 2000; Froh, Sefick,

& Emmons, 2008; Lyubovitsky, 2008). 유아를 대상으로 감사를 말이나 글로 표현하도록 촉진하는 활동의 효과를 탐색한 연구는 박소영과 김민진(2017)의 연구를 제외하곤 전무한 실정이다. 비록 박소영과 김민진(2017)이 그림책을 활용하여 감사이야기를 나누고 이를 유아 개인의 경험·상황에 연결시키고자 노력했지만, 이들의 활동은 아동의 다양한 감사 상황·대상들을 포함하지 못하는 한계(7권의 그림책 주제를 가지고 감사활동을 전개함)를 지니고 있었다. 또한 이들의 연구는 감사성향에 중요한 기반이 될 수 있는 공감능력의 변화에는 초점을 두지 않았으며, 효과의 추후 유지 여부를 검증하는 설계를 채택하고 있지 않았다.

이에 본 연구는 감사 경험의 회상과 표현의 긍정적 효과, 특히 선행연구에서의 감사 경험 나누기와 감사글쓰기 활동의 긍정적 효과를 고려하여 유아를 대상으로 감사 경험의 회상과 표현을 촉진하는 활동을 구성, 이의 효과를 탐색해 보고자 하였다. 기존의 초·중·고등학생 및 성인을 대상으로 한 감사 관련한 연구가 감사를 글로 표현하게 하는 활동(예, 감사일기, 감사노트)을 강조한 데 반해, 본 연구는 유아의 발달적 특성을 고려하여 감사와 관련된 경험을 말하고, 나누며, 유아 친화적 방식(미술, 감사기록장 만들기, 편지쓰기, 감사나눔축제, 게임, 역할극)으로 표현하게 하는 보다 확장되고 다면적인 활동을 강조하였다. 본 연구는 이를 감사이야기나누기 활동이라 명명하였다. 또한, 이전 유아 대상 선행연구의 한계들을 극복하고자 보다 다양한 감사 상황·대상들

을 포함시켰고, 결과변인으로 감사성향과 행복감에 더해 공감능력을 추가하였으며, 효과 유지 여부를 검증하기 위한 절차를 연구에 포함시켰다.

본 연구는 감사 표현 활동이 감사성향의 초기 발달기에 있는 유아들에게 어떤 영향을 미치는지 탐색할 수 있는 기회를 제공할 것이다. 특히 본 연구는 감사이야기나누기 활동이 감사성향은 물론 선행연구들을 통해 감사성향과 관련이 있는 것으로 논의되고 있는 공감능력과 행복감에 어떠한 영향을 주는지도 파악하는 기회를 제공할 것이다. 이로써, 본 연구는 감사성향이라는 바람직한 개인적 소양을 높이기 위한 방법에 대한 중요한 교육적·임상적 단서를 제공할 것이며, 더 나아가 유아의 건전한 인성(감사성향과 공감능력)과 행복감 증진에 기여할 수 있는 방안 모색에 유용한 기초자료를 제공할 것이다.

본 연구의 연구문제를 기술하면 다음과 같다.

첫째, 감사이야기나누기 활동이 유아의 감사성향에 미치는 영향은 어떠한가?

둘째, 감사이야기나누기 활동이 유아의 공감능력에 미치는 영향은 어떠한가?

셋째, 감사이야기나누기 활동이 유아의 행복감에 미치는 영향은 어떠한가?

## II. 감사이야기나누기 활동의 구성

문헌은 감사의 회상과 표현이 감사성향 발달에 긍정적 영향을 줄 수 있음을 시사하

고 있다(강민형, 2012; 류선진, 2011; 박덕영, 2013; 박선민, 2014; 박소영, 김민진, 2017; 윤보선, 2012; 채중민, 2007; Burton & King, 2004). 또한 이시은(2015)은 유아 감사성향을 감사 인식과 감사 표현으로 이분화하여 개념화하였다. 본 연구는 감사성향 발달에 있어 감사 회상과 표현의 중요성을 강조한 선행 연구 결과들과 유아의 감사성향을 인식과 표현으로 나누어 개념화한 이시은의 접근을 참고하여 매회기 감사 대상과 상황을 인식하고 회상하게 한 후 이를 깊이 있게 처리하거나 일상생활에 적용·표현하도록 하는 활동으로 감사이야기나누기 활동을 구성하였다. 특히 본 연구는 유아의 발달적 특성을 고려하여 감사의 인식, 표현 및 적용에 유아친화적 방법들(예, 미술, 감사 기록장 만들기, 편지쓰기, 전시축제, 게임, 역할극)을 사용하였다. 또한 다양한 감사 상황·대상을 포함하기 위해 회기 수를 전체 22회기로 구성하였으며, 유아의 주의 폭과 유지능력을 고려해 회기를 20~25분으로 짧게 운영하였다. 또한 활동과 활동 사이의 짧은 간격이 주는 교육적·임상적 효과를 고려하여 회기를 주 1회 대신 주 2회로 진행하는 방식을 채택하였다. 감사이야기나누기 활동의 전체 개요는 <표 1>에 제시하였고, 이 중 감사 인식 회기의 예와 감사 표현 회기의 예는 <표 2>에 제시하였다.

<표 1>과 <표 2>에서 보이는 바와 같이, 각 회기는 감사한 대상 및 상황을 인식·회상하고 대상·상황에 대한 감사의 마음을 심도 처리하거나 표현하도록 고무하는 과정으로 구성되어 있다. 또한, 본 연구의

감사이야기나누기 활동은 감사와 공감의 관련성에 관한 Lazarus와 Lazarus(1994)의 연구를 참고하여 구성하였는데, Lazarus와 Lazarus는 나에게 도움을 제공한 자가 도움을 주기 위해 노력했다고 공감하게 될 때 경험하는 정서가 감사라 정의하며 감사가 타인을 공감하는 능력에 기반을 둔다고 주장하였다. 이러한 주장에 근거하여, 본 연구는 매회기 감사 상황을 인식하고, 상대방의 노력을 공감하며, 감사를 표현할 다양한 방법을 생각해내고, 이를 실제 시도해 볼 기회를 제공하였다. 또한 자신, 타인, 세상을 어떻게 바라보는지에 따라 개인의 정서 상태와 행복감이 달라질 수 있다는 이론과 발견들(Beck, 1995; Lyubomirsky, 2008)에 근거해, 본 연구는 유아가 감사를 인식하고 표현하는 과정에서 자신을 포함한 주변 세계를 긍정적으로 바라볼 수 있도록 돕는 활동이나 질문들(예, “친구가 있어서 좋은 점이 무엇이니?”, “동화 속 이야기처럼 친구가 없다면 어떤 것 같니?”)을 포함시켰다.

본 연구의 감사이야기나누기 활동의 회기별 주제는 유아 혹은 초등학생의 감사성향 발달을 위한 선행 프로그램들(강민형, 2012; 김미경, 2011; 류선진, 2011; 윤보선, 2012; 이다경, 2012; 이시은, 2015)과 5세 누리과정 교사용 지침서(교육과학기술부, 2013)를 참고하여 선택하였다. 특히, 누리과정 지침서의 일부 생활주제들은 유아가 일상에서 쉽게 접하는 대상/상황이면서 감사할 만한 대상/상황이기에 회기 주제로 포함시켰다. 선행 프로그램들과 누리과정 지침서에 기반해, 본 연구는 몸, 재능, 나, 부모, 가족/

〈표 1〉 감사이야기나누기 활동의 회기별 개요

회기	주 제	준비사항	회기	주 제	준비사항
1	<b>오리엔테이션(감사란 무엇일까?)</b> • 활동에 대한 소개 및 약속 정하기 • 감사 의미 알기 • 감사경험 떠올리기: 감사하면 떠오르는 것은?	동화지, 색연필, 싸인펜, 감사기록장, 카메라	12	<b>친구에게 고마운 마음 표현하기</b> • 내가 친구에게 도움을 주었을 때 친구가 내게 했던 감사표현. • 친구가 한 감사표현 중 제일 좋았던 것. • 친구에게 도움을 받았을 때 했던 감사표현. • 내가 표현했던 감사표현 중 친구가 좋아했던 것. • 친구에게 감사카드로 고마운 마음 표현하기.	노래 '친구가 나는 너를 사랑해', 감사카드, 감사기록장, 색연필, 싸인펜, 카메라
2	<b>내가 주고받은 감사표현</b> • 감사할 때 드는 기본은? • 내가 받은 감사표현 이야기 나누기: 나는 이런 감사의 표현(말, 행동, 편지 등)을 받았을 때 정말 기쁘요. • 내가 한 감사표현 이야기 나누기: 내가 한 감사표현 중 상대방이 가장 좋아했던 감사표현에 대해 이야기하기.	감사기본 그림카드, 감사기록장, 색연필, 싸인펜, 카메라	13	<b>유치원에 계신 분들에게 감사하는 마음 가지기</b> • 유치원에 계신 분들 떠올려보기. • 유치원에 계신 분들(선생님들, 하모니 선생님, 청소해 주시는 분, 기사님, 보안관 아저씨 등)이 있어서 좋은 점, 만약 이분들이 안 계신다면? • 유치원에 계신 분들에게 받았던 도움 생각해보기.	유치원에 계신 분들 사진카드, 비밀상자, 감사기록장, 색연필, 싸인펜, 카메라
3	<b>나의 몸에 대해 감사하기</b> • 나의 신체(몸) 중에서 가장 자신 있는 부분 자랑하기 또는 친구가 칭찬해주기. • 만약 나에게 00가 없다면? • 만약 나의 00를 다치거나 아프다면?	감사기록장, 색연필, 싸인펜, 카메라	14	<b>유치원에 계신 분들에게 감사한 마음 표현하기</b> • 유치원에 계신 감사한 분들에게 감사한 마음을 표현할 수 있는 방법. • 시도해 보았던 감사 표현과 시도해 보고 싶은 감사 표현방법. • 감사쿠폰으로 감사한 마음 표현하기.	감사쿠폰, 여러 가지 썬도우안, 감사기록장, 색연필, 싸인펜, 카메라
4	<b>나의 몸에 대해 감사하는 마음 표현하기</b> • 고마운 내 몸에 어떤 방법으로 고마움을 표현하고 싶은지 이야기 나누기. • 나의 몸에 고마운 마음을 표현해보기.	감사기록장, 색연필, 싸인펜, 카메라	15	<b>초등학교 감사 나눔 축제 참여를 위한 사전활동</b> • 감사 나눔 축제란? • 감사 나눔 축제를 하는 이유. • 감사 나눔 축제를 위해 준비해야 할 것.	초등학교 형님들의 감사나눔축제 사진자료(ppt), 감사기록장, 색연필, 싸인펜, 카메라
5	<b>나의 재능에 감사한 마음 갖기</b> • 나의 좋은 점과 잘 할 수 있는 것: 나의 어떤 점이 좋으나/ 어떤 것을 잘 할 수 있나? • 나의 장점과 재능에 감사할 느끼고 인식하기.	동화 '나는 내가 좋아요', 감사기록장, 색연필, 싸인펜, 카메라	16	<b>초등학교 감사 나눔 축제 참여하기</b> • 우리가 한 감사 나눔 소개하기. • 초등학교 형님들이 한 감사 나눔 살펴보고, 궁금한 점 질문하기.	감사나눔축제 활동사전진서물, 카메라
6	<b>나에게 감사 표현하기</b> • 나에게 고마운 마음을 표현할 수 있는 방법. • 나에게 감사 표현을 해보았던 경험.	감사기록장, 색연필, 싸인펜, 카메라	17	<b>초등학교 감사 나눔 축제에 참여한 소감 나누기</b> • 감사 나눔 축제에 참여한 느낌. • 감사 나눔 축제에 참여해서 좋았던 점과 아쉬웠던 점. • 초등학교 형님들한테 감사 나눔에 대한 칭찬과 격려의 메시지 전하기	감사나눔축제에 참여 모습이 담긴 사진자료(ppt) 감사 카드·편지를 만들 재료, 감사기록장, 색연필, 싸인펜, 카메라
7	<b>부모님께 감사하기</b> • 부모님께 나에게 해주시는 일. • 부모님과 함께한 즐거웠던 경험. • 만약 부모님이 안 계신다면?	동화 돼지책, 감사기록장, 색연필, 싸인펜, 카메라	18	<b>주변 사물에 감사하는 마음 갖기</b> • 나에게 꼭 필요하고 고마운 물건. • 우리에게 편리함을 주는 고마운 도구와 기계(컴, 안경, 카메라, 전화기, 자동차, 엘리베이터 등). • 만약 00가 없다면?	수수께끼 상자, 일상 물품, 다양한 사물들의 사진자료(ppt) 감사기록장, 카메라
8	<b>부모님께 감사 표현하기</b> • 부모님께 감사한 마음을 표현할 수 있는 방법. • 부모님께 감사편지로 감사한 마음 표현해보기.	감사편지, 감사기록장, 색연필, 싸인펜, 카메라	19	<b>주변 사물에 대한 감사 표현하기</b> • 나에게 소중한 고마운 물건한테 고마운 마음을 표현하는 방법. • 주변 사물에 감사하는 마음을 표현하는 방법(아껴 써요, 고마운 마음을 가지고 소중히 다루요)	감사기록장, 색연필, 싸인펜, 카메라
9	<b>가족과 친척들에게 감사하기</b> • 가족과 함께한 즐거웠던 경험. • 가족과 친척들에게 감사했던 경험. • 가족과 친척들에게 감사한 마음 갖기.	그림책 '명화로 만나는 나와 정다운 사람들', 가족 친척 그림카드, 감사기록장, 카메라	20	<b>자연에 감사하는 마음 갖기</b> • 동화 속에 등장했던 자연에 대한 경험(해, 달, 별, 바람 등). • 동화 속에 등장한 자연 뿐 아니라 유아들이 경험한 자연에 대한 이야기 나누기. • 자연이 있어서 좋은 점, 감사한 점. • 만약 자연(물, 공기, 바람, 나무 등)이 없다면?	동화 '고맙습니다', 감사기록장, 색연필, 싸인펜, 카메라
10	<b>가족과 친척들에게 감사한 마음을 표현하기</b> • 가족과 친척들에게 감사한 마음을 표현할 수 있는 방법. • 가족과 친척들에 대한 감사의 마음 표현을 역할극을 통해 연습해보기	가족/친척 그림카드, 비밀상자, 감사기록장, 카메라	21	<b>자연에 대한 감사의 마음 표현하기</b> • 자연에 감사의 마음을 표현할 수 있는 방법. • 주변 자연을 느껴보고, 감사한 마음 표현하기: 나무 안아주기, 꽃과 나무한테 사랑한다고 속삭이기, 흙에 있는 쓰레기 주워주기 • 자연에 직접 감사한 마음을 표현해보고 생각과 느낌을 이야기 나누기	오염된 자연의 모습이 담긴 사진자료, 감사기록장, 색연필, 싸인펜, 유아가 요청한 준비물, 카메라
11	<b>친구에게 고마운 마음 가지기</b> • 친구가 있어서 좋은 점과 친구와 함께한 즐거웠던 경험. • 만약 친구가 없다면? • 친구에게 도움을 받거나 주었던 경험.	동화 '만약 친구가 없다면', 감사기록장, 색연필, 싸인펜, 카메라	22	<b>감사 이야기 나누기 활동에 참여한 소감 나누기</b> • 감사경험 떠올리기: 그동안의 감사경험 회상하기. • 감사 이야기 나누기 활동에 참여해서 좋았던 점, 아쉬웠던 점. • 감사 이야기 나누기 활동에 함께 참여한 친구들에게 감사 표현하기	감사이야기나누기 활동사전자료(ppt) 감사기록장, 색연필, 싸인펜, 카메라

〈표 2〉 감사이야기나누기 활동 계획안 11회기(감사인식 예시)와 12회기(감사표현 예시)

<11회기> 친구에게 고마운 마음 가지기	주제	<12회기> 친구에게 고마운 마음 표현하기
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 친구가 있어서 좋은 점을 알고, 친구의 소중함을 느낀다.</li> <li>• 친구와 도움을 주고받은 경험에 대한 감사이야기나누기를 통해 친구에게 고마운 마음을 갖는다.</li> </ul>	목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 친구에게 고마운 마음을 다양한 방법으로 표현할 수 있음을 안다.</li> <li>• 친구에게 감사카드 쓰기를 통해 고마운 마음을 표현해 본다.</li> </ul>
동화 ‘만약 친구가 없다면’, 감사기록장, 색연필, 사인펜, 카메라	활동 준비	노래 ‘친구야 나는 너를 사랑해’, 감사카드, 감사기록장, 색연필, 사인펜, 카메라
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 친구들과 반갑게 인사 나누기.</li> <li>2. 지난 시간의 감사 경험 회상하기.                         <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 가족이나 친척들에게 고맙고 감사한 마음을 표현해 본 친구가 있나?</li> <li>▶ 고마운(감사한) 마음을 표현해보니 어떤 기분이 들었나?</li> </ul> </li> <li>3. 동화 ‘만약 친구가 없다면’을 들려주며 주의집중하기.                         <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 너희들도 동화 속 이야기처럼 친구가 없다면 어떨 것 같나?</li> </ul> </li> </ol>	도입	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 친구들과 반갑게 인사 나누기.</li> <li>2. ‘친구야 나는 너를 사랑해’ 노래를 부르며 주의집중하기.</li> <li>3. 감사 기록장을 보며 지난 시간에 이야기 나누었던 친구에 대한 고마웠던 경험 회상하기.                         <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 지난 시간에 친구에게 고마웠던 일들에 대해 이야기 나누어 보았었는데 기억나니? 감사 기록장을 한번 살펴보자.</li> <li>▶ 고마운 마음을 표현해 볼 친구를 찾아보고, 어떤 방법으로 고마운 마음을 표현하면 좋을지 생각해 보았나?</li> </ul> </li> </ol>
<ol style="list-style-type: none"> <li>4. 친구가 있어서 좋은 점에 대해 이야기 나누기.                         <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 너희들은 친구가 있어서 좋은 점이 무엇이니?</li> </ul> </li> <li>5. 친구와 도움을 주고받았던 경험을 이야기 나누기.                         <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 친구에게 도움을 받았던(주었던) 적이 있나?</li> <li>▶ 도움을 받았을(주었을) 때 어떤 (생각)느낌이 들었나?</li> </ul> </li> <li>6. 친구에게 고마웠던 경험을 감사기록장에 그림이나 글로 표현한 것 소개하기(가정에서 미리 생각해보고 감사기록장에 표현해 옴)                         <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 감사기록장에 표현한 친구에게 고마웠던 일을 이야기해보자.</li> </ul> </li> </ol>	전개	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. 친구에게 고마운 마음을 표현해보았던 경험 이야기나누기.                         <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 친구에게 도움을 받았을 때나 고마울 때 그 마음을 표현해 본 적 있나? 어떻게 표현해 보았나?</li> </ul> </li> <li>5. 친구에게 고마운 마음을 표현할 수 있는 방법을 이야기나누기.                         <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 너희들은 친구가 어떻게 고마운 마음을 표현해 줄 때가 가장 좋았나?</li> <li>▶ 그럼 너희들은 친구들에게 고마운 마음을 어떻게 표현하고 싶나?</li> <li>▶ 왜 그렇게 표현하고 싶나? 친구도 그렇게 표현하면 좋아할 것 같나?</li> </ul> </li> <li>6. 자신이 친구에게 고마운 마음을 표현하고 싶은 방법을 상황극을 설정하여 연습해보고, 느낌을 이야기나누기.                         <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 너희들이 생각한 감사표현을 연습해보니 어땠나?</li> <li>▶ 감사표현을 한(받은) 친구는 어떤 느낌이 드나?</li> </ul> </li> <li>7. 친구에게 감사카드로 고마운 마음 표현하기.                         <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 오늘은 너희가 친구에게 고마움을 표현할 수 있는 방법으로 이야기한 여러 가지 방법 중에서 감사카드로 친구에게 고마운 마음을 표현해보자.</li> <li>▶ 친구에게 고마운 마음을 표현할 수 있는 말이나 친구를 위해 내가 해 줄 수 있는 일들을 그림/글로 표현해보자.</li> </ul> </li> </ol>
<ol style="list-style-type: none"> <li>7. 다음 회기 안내하기.                         <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 다음 시간에는 친구들에게 고마운 마음을 표현하는 다양한 방법에 대해 이야기 나누어 보고, 표현해 볼 거란다. 어떤 방법으로 표현하면 좋을지 생각해보고 다음 시간에 이야기 나누어 보자.</li> </ul> </li> <li>8. 오늘 활동에 대해 평가한다.                         <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 이번 시간에는 친구에 대한 고마움을 느꼈던 경험에 대해 이야기들 나누어 보았는데 어땠나?</li> <li>▶ 어떤 점이 좋았나? 어떤 점이 어렵거나 아쉬웠나?</li> </ul> </li> </ol>	마무리	<ol style="list-style-type: none"> <li>8. 다음 회기 안내하기.                         <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 다음 시간에는 유치원에 계신 분들께 고맙고 감사했던 경험을 이야기 나누어 볼 거란다. 그동안 유치원에서 지내면서 어떤 분들께 감사한 일들이 있었는지 생각해보고 이야기 나누어 보자.</li> </ul> </li> <li>9. 오늘 활동에 대해 느낀 점이나 좋았던 점 등을 이야기 나누다.                         <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 이번시간에는 친구에 대한 고마운 마음을 표현하는 방법들에 대해 이야기 나누어 보고, 직접 감사 편지도 써 보았는데 어땠나?</li> </ul> </li> </ol>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 매일 하루 1번 이상 감사 표현하기.</li> <li>• 고마운 마음을 표현할 친구 찾기.</li> <li>• 친구가 좋아할 감사표현 방법 찾아보기.</li> </ul>	사후 활동 및 미션	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 감사카드를 친구에게 직접 전달하기.</li> <li>• 친구에게 직접 감사카드를 전해주자. 전해줄 때 어떻게 하면서 주면 친구가 더 좋아할까?</li> </ul>

친척, 친구, 유치원에 계신 분들, 주변 사물, 자연의 9개 주제를 주요 감사 활동 주제로 포함시켰다. 이와 더불어, 첫 2 회기와 마지막 회기는 각각 감사 개념에 대한 오리엔테이션의 제공과 활동 참가에 대한 전반적 소개 나누기로 구성하였다(<표 1> 참고).

각 회기의 운영은 다음과 같다. 유아의 주의를 집중시키고 흥미를 유발하기 위해 도입 활동으로 동화, 노래, 수수께끼 등을 활용하였다. 다음으로, 총 9개 감사 주제를 주제별로 2회기(단, 나의 재능과 나는 각각 1회기로 진행)에 걸쳐 전달하였다. 한 회기는 해당 주제의 감사인식을, 나머지 회기는 해당 주제의 감사표현을 주요 목표로 하였다. 각 활동에 도움이 되는 질문이나 촉구를 사용하였으며, 이를 깊이 있게 처리할 수 있도록 돕는 활동들도 병행하였다. 마지막으로, 회기 활동들을 평가하고 다음 회기 활동을 위한 안내를 제시하였다. 또한, 감사 기록장을 활용하여 유아들로 하여금 감사를 인식하고 표현하는 활동을 습관화할 수 있도록 도왔다. 즉 유아들로 하여금 감사기록장에 개인이 경험한 감사를 표현하게 하고, 여기에 회기 간 활동으로 무엇을 할 것인지 명시하는 ‘사후활동 및 미션’을 제공하였다. 더불어, 매 회기 유아가 활동에 참여한 모습을 사진으로 찍어 기록장에 붙여줌으로써 감사기록장이 실제 유아의 감사기록이 될 수 있도록 도왔다. 유아는 자신이 그림과 글로 표현한 감사경험과 교사가 찍어준 감사활동 사진들을 보면서 그동안 자신들이 나누었던 감사이야기들을 회상하기도 하며 활동에 대한 흥미도 키울 수 있었다. 특히,

사후활동 및 미션의 제시, 감사활동 참여 사진들과 교사 피드백, 유아 감사 표현들로 꾸며진 감사기록장의 활용 및 짧은 회기 간격(주당 2번의 회기 진행)은 기존 감사 인식 및 표현을 촉진시키는 활동들이나 프로그램들과는 구별되는 본 감사이야기나누기 활동만의 특징이었다.

한편, 본 연구의 감사이야기나누기 활동은 총 3회기(<표 1>의 회기 15~17)를 초등학교와 공동주최하는 감사나눔축제의 참가 준비, 참가, 참가후 활동으로 구성하였다. 이러한 외부 활동이 감사활동에 대한 유아 흥미를 높이고 감사행동의 모델링 효과를 가져올 것으로 판단되어 회기에 포함시켰다. 본 연구의 감사이야기나누기 활동의 각 회기는 도입, 전개, 마무리, 사후활동 및 미션의 4단계로 나누어 진행하였다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구대상

본 연구는 서울시 소재 2개 유치원의 만 5세 유아 47명을 대상으로 하였다. 유치원 한 곳의 만 5세 유아 23명(남아 15명, 여아 8명)은 감사이야기나누기 활동을 처치 받았고(실험집단), 나머지 유치원 한 곳의 만 5세 유아 24명(남아 9명, 여아 15명)은 자유선택활동을 처치 받았다(통제집단, attention control). 실험집단 유아의 평균 월령은 62.22개월( $SD=3.57$ ), 통제집단 유아의 평균 월령은 62.21개월( $SD=3.45$ )로, 두 집단 간 유의한



월령 차이는 발견되지 않았다( $t=.01, p>.05$ ).

## 2. 연구도구

### 1) 유아 감사성향

본 연구는 이시은(2015)이 개발한 유아감사성향 검사를 사용하여 유아의 감사성향을 측정하였다. 이 검사는 부모에 대한 감사, 형제에 대한 감사, 교사에 대한 감사, 친구에 대한 감사, 환경에 대한 감사의 5개 하위차원으로 구성되어 있다. 문항은 각 차원의 구체적 상황들로 구성되어 있으며, 감사성향에 대한 측정은 ‘감사 상황에 대한 인식’ 영역의 9문항, ‘감사함에 대한 표현’ 영역의 8문항, 총 17문항으로 구성되어 있다.

본 연구에서 검사는 연구자가 시행하였으며, 각 유아에 대해 개별적으로 시행하였다. 검사자는 질문내용과 그림자료를 유아에게 제시해 주고 유아의 답변을 verbatim으로 기록하였다. 반응지의 채점은 연구자와 석사학위를 소지한 5년 이상의 교육경력을 가진 유치원 교사가 하였다. 각각 개별적으로 채점을 한 후, 일치하는 채점에 대해서는 그 점수를 사용하였고, 불일치하는 채점에 대해서는 채점자 간 협의를 거쳐 최종점수를 확정하였다. 감사 상황에 대한 인식 영역은 각 문항에 대해 0~1점(유아의 감사 상황에 대한 응답이 상대를 향하면 1점, 그렇지 않으면 0점을 부여)으로 채점하고, 감사 표현 영역은 각 문항에 대해 0~3점(유아의 반응이 언어적 감사일 때 1점, 보상적 감사 때 2점, 관계적 감사일 때 3점을 부여하고 무응답은 0점을 부여)으로 채점한다.

이때, 언어적 감사표현은 “감사합니다,” “고맙습니다”와 같이 말로 감사를 표현하는 것을 말하고, 보상적 감사표현은 자신의 책을 빌려주거나 초콜릿을 주는 것과 같이 물질적으로 감사를 표현하는 것을 말하며, 관계적 감사표현은 “그 사람이 어려움에 처하면 도와주겠다.”와 같이 관계적 방식으로 감사를 표현하는 것을 말한다(권석만, 2011). 유아 감사성향 검사도구의 총점은 0점~34점 범위에 있으며, 점수가 높을수록 감사성향이 높음을 의미한다. 본 연구는 유아 감사성향으로 감사인식 점수, 감사표현 점수, 이 둘을 합한 감사성향 총점 모두를 사용하였다. 본 연구에서의 감사인식, 감사표현, 감사성향 총점의 Cronbach  $\alpha$  계수는 각각 .84, .92, .91이었다.

### 2) 교사평정 및 유아평정 유아 공감능력

본 연구는 Auyeung 등(2009)이 개발한 아동용 공감척도(Children’s version of Empathy Quotient, EQ-C)를 사용하여 유아 공감능력을 측정하였다. EQ-C는 총 27문항으로 구성된 도구로, 4~11세 연령 범위 아동의 공감능력을 부모보고나 교사보고로 측정한다. 차화정 등(2011)은 EQ-C를 자기보고식 문장으로 수정하였고, 정서공감, 인지공감, 사회적기술의 세 차원으로 구분하였다. 본 연구에서 사용된 공감척도는 차화정 등(2011)이 수정한 EQ-C를 최은정(2015)이 만 3세~5세 유아에의 사용을 위해 수정한 것으로, 이중 정서공감 하위척도 5문항만을 사용하였다. 이는 본 연구가 정서적 측면에 초점을 둔 공감능력에 관심이 있었기 때문이었다.

또한 본 연구는 유아 자기보고형을 통해 유아에 의해 자기보고된 공감능력뿐 아니라 교사보고형을 통해 교사에 의해 지각된 유아공감능력을 측정하여 감사이야기나누기 활동의 유아 공감능력에의 효과를 보다 다각적으로 탐색하였다.

유아 자기보고 공감능력은 연구자와 유아간 1:1 면접을 통해 측정하였다. 검사지 내용을 읽어준 후, 최은정(2015)이 제작한 반응카드를 이용하여 유아 반응을 얻어내었다. 이 카드는 파란색의 크고(확실히 그렇다), 작은(그렇다) O가 그려진 카드들과 빨간색의 크고(확실히 아니다), 작은(아니다) X가 그려진 카드들로 구성되어 있다. '예'로 답한 경우 두 크기의 O 카드 중 하나를, '아니오'로 답한 경우 두 크기의 X 카드 중 하나를 선택하도록 요구한다. '확실히 그렇다(큰 O)'에는 4점, '그렇다(작은 O)'에는 3점, '아니다(작은 X)'에는 2점, '확실히 아니다(큰 X)'에는 1점을 부여한다.

교사보고용은 유아 자기보고용과 동일한 5개 문항을 사용하지만, 4점이 아닌 6점 Likert 척도로 평정하도록 되어 있다. '확실히 아니다'는 1점, '상당히 아니다'는 2점, '약간 아니다'는 3점, '약간 그렇다'는 4점, '상당히 그렇다'는 5점, '확실히 그렇다'는 6점으로 채점한다. 본 연구는 유아 담임교사로부터 유아 공감능력에 대한 평정을 얻었다.

유아 자기보고용과 교사보고용 모두에서 높은 점수는 유아의 공감능력이 높음을 의미한다. 본 연구에서 유아가 평정한 유아공감능력 척도의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha=.67$ 로 나타났고, 교사가 평정한 유아공감능력 척

도의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha=.95$ 로 나타났다.

### 3) 유아 행복감

본 연구는 Cummins와 Lau(2005)이 개발한 Personal Wellbeing Index-PreSchool(PWI- PS)을 사용하여 유아 행복감을 측정하였다. 이 도구는 2개 단계, 총 8문항으로 구성되어 있다. 단계 1에서는 전반적인 삶에 대한 행복감을 측정하고(1개 문항), 단계 2에서는 삶의 기준, 건강, 성취, 사회적 관계, 안전감, 소속감, 미래에 대한 안정성의 하위영역별 행복감을 측정한다(7개 문항). 본 연구에서는 연구자가 각 유아를 대상으로 질문을 읽어준 후 질문에 대한 대답으로 다섯 개 표정 카드 중 해당하는 하나를 고르도록 요구하는 방식으로 측정하였다. 표정에는 매우 슬프다'를 나타내는 우는 얼굴(0점)로부터 '매우 행복하다'를 나타내는 웃는 얼굴(4점)까지 다섯 표정이 있다. 검사자는 아동 반응을 보고 5점 Likert 척도로 구성된 검사지에 점수를 체크한다. 합산하여 총점을 산출하며, 총점이 높을수록 유아의 행복감이 높음을 의미한다. 본 연구에서 유아 행복감 척도의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha=.70$ 으로 나타났다.

### 3. 연구절차

본 연구는 실험-통제 집단 사전-사후 설계를 활용하여 감사이야기나누기 활동이 유아의 감사성향과 공감능력, 행복감에 미치는 효과를 검토하였다. 또한 효과의 지속성을 알아보기 위해 실험집단에 한해 처치 중

료 1개월 후 추후 검사를 실시하였다.

서울시 동일 지역구에 위치한 사회경제적 수준이 유사한 유치원 두 곳으로부터 연구 참가자인 만 5세 유아들을 모집하였다. 이들 유치원의 만 5세반 유아 부모들에게 연구 목적과 절차를 소개한 후 연구 참가에 대한 동의(informed consent)를 얻었다. 두 곳 유치원이 서로 다른 장소에 위치한 관계로, 참가 유아들을 실험, 통제 집단에 무선할당할 수 없었다. 따라서, 한 곳 유치원의 만 5세 유아 23명(남아 15명, 여아 8명)은 감사이야기나누기 활동을 처치 받는 실험집단에, 또 한 곳 유치원의 만 5세 유아 24명(남아 9명, 여아 15명)은 자유선택활동을 처치 받는 통제집단(attention control)에 할당하였다.

사전 감사성향, 공감능력(교사보고, 유아보고), 행복감 수준을 알아보기 위해 실험, 통제 집단 유아 모두에게 사전검사를 실시하였다. 다음으로 처치를 진행하였는데, 처치는 11주간 22회기에 걸쳐 실험집단과 통제집단 모두에 진행하였다. 유아교육경력 5년 이상의 교사들이 처치를 진행하였으며, 매주 화요일과 목요일 자유놀이시간에 진행하였다. 실험, 통제 각 집단 유아들은 5~7명으로 구성된 3개 소집단으로 나뉘고, 20~25분 분량의 할당된 활동을 처치 받았다. 실험집단 유아의 경우 배정된 20~25분 동안 감사이야기나누기 활동을 처치 받았고, 통제집단 유아들은 배정된 20~25분 동안 유치원 누리과정 운영에 포함되어 있는 자유선택활동을 처치 받았다. 감사이야기나누기 활동은 사전 제작된 매뉴얼 지침에 따

라 교사 1인에 의해 진행되었다. 활동이 끝난 혹은 활동을 기다리는 소집단의 유아들은 다른 소집단이 처치를 받는 동안 보조 교사의 감독 하에 자신이 선택한 자유놀이에 참여하였다. 처치 종료 후 사후검사를 실시하였고, 감사이야기나누기 활동의 효과 유지 여부를 검토하기 위해 실험집단에 한해 처치 종료 후 1달이 지난 시점에 추후검사를 실시하였다.

#### 4. 통계분석

수집된 자료에 대해 IBM SPSS 22.0 통계 프로그램을 사용하여 다음과 같은 분석을 실시하였다. 먼저 실험집단 유아들과 통제집단 유아들이 사전 감사성향(감사인식성향, 감사표현성향, 감사성향전반), 공감능력(교사평정 유아공감능력과 유아평정 유아공감능력), 행복감 수준에서 동질한지를 알아보기 위해 독립표본  $t$ -검정을 실시하였다. 다음으로 자유선택활동 대비 감사이야기나누기활동의 감사성향, 공감능력, 행복감에의 효과를 탐색하기 위해 각 종속변인(감사인식성향, 감사표현성향, 감사성향전반, 교사평정 유아공감능력, 유아평정 유아공감능력, 행복감)에 대해 집단(실험 대 통제)과 측정시기(사전 대 사후)를 독립변인으로 투입하는 2×2 이원변량분석(two-way ANOVA)을 실시하였다. 유의한 상호작용 효과는 실험집단과 통제집단이 해당 종속변인의 사전-사후 점수 변화에서 서로 다른 양상을 나타냄을 의미한다. 상호작용의 구체적 양상을 파악하기 위한 후속 분석으로, 각 집단별로 사

전-사후 점수의 차이검증인 대응표본 *t*검증을 실시하였다. 상호작용 효과와 집단별 사전-사후 점수 변화 양상을 통해 통제집단 대비 실험집단의 효과를 검증하였다. 또한 효과의 유지를 파악하기 위해 실험집단에 한해 사전-추후 점수 간 대응표본 *t*검증과 사후-추후 점수 간 대응표본 *t*검증을 실시하였다. 마지막으로 감사이야기나누기활동이 유아의 감사성향, 공감능력, 행복감에 미치는 영향에 대한 효과크기(effect size)를 살펴보기 위하여 Hedges's *g*값을 산출하였다. Hedges's *g*값은 0.2는 낮은 효과, 0.5는 중간 효과, 0.8 이상은 높은 효과로 해석한다 (Cohen, 1988).

#### IV. 결과 및 해석

##### 1. 사전 동질성 검증

실험집단과 통제집단 유아들 간 사전 감

사성향, 공감능력, 행복감 수준에서의 동질성을 파악하기 위해 독립표본 *t*-검정을 실시하였다. 결과는 <표 3>과 같다. <표 3>에 제시된 바와 같이, 유아 행복감을 제외하고 ( $t=-1.63, p>.05$ ), 통제집단 유아들은 실험집단 유아들보다 감사인식성향, 감사표현성향, 감사성향전반, 교사평정 공감능력, 유아 자기평정 공감능력, 행복감에서 유의하게 더 높은 사전 점수를 나타내었다.

##### 2. 감사이야기나누기 활동이 유아의 감사성향, 공감능력, 행복감에 미치는 영향

감사이야기나누기활동이 유아의 감사성향, 공감능력, 행복감에 미치는 효과를 살펴보기 위해 각 종속변인(결과변인)에 대해 집단(실험집단 대 통제집단)과 측정시기(사전 대 사후)의 2개 변인을 독립변인으로 투입하는 2×2 이원변량분석(two-way ANOVA)을 실시하였다. 결과는 <표 4>에 제시되어 있다.

<표 3> 실험-통제 집단 간 유아 감사성향, 공감능력, 행복감에서의 사전 동질성 검증 결과

구 분	실험집단( <i>n</i> =23)		통제집단( <i>n</i> =24)		<i>t</i>
	<i>M</i>	( <i>SD</i> )	<i>M</i>	( <i>SD</i> )	
유아 감사인식성향	4.83	(2.53)	6.58	(2.02)	-2.64*
유아 감사표현성향	6.17	(2.53)	9.54	(3.87)	-3.52**
유아 감사성향전반(표현+인식)	11.00	(4.47)	16.13	(4.23)	-4.04***
유아공감능력(교사평정)	17.13	(4.15)	22.46	(2.80)	-5.14***
유아공감능력(유아평정)	14.13	(3.25)	16.13	(3.13)	-2.14*
유아 행복감	22.83	(4.46)	25.00	(4.67)	-1.63

\*  $p<.05$ , \*\*  $p<.01$ , \*\*\*  $p<.001$

〈표 4〉 감사이야기활동의 유아 감사성향, 공감능력, 행복감에의 효과 검증 결과

변인	변량원	SS(계합)	df	MS(평균제곱)	F	partial $\eta^2$
유아 감사인식 성향	Intercept	4198.61	1	4198.61	803.25***	.95
	집단	3.21	1	3.21	.61	.01
	집단간 오차	235.22	45	5.23		
	측정시기	90.25	1	90.25	31.83***	.41
	집단×측정시기	106.25	1	106.25	37.48***	.45
	집단내 오차	127.58	45	2.84		
유아 감사표현 성향	Intercept	10843.32	1	10843.32	715.36***	.94
	집단	186.64	1	186.64	12.31**	.22
	집단간 오차	682.10	45	15.16		
	측정시기	782.01	1	782.01	137.25***	.75
	집단×측정시기	899.03	1	899.03	157.79***	.78
	오차	256.40	45	5.70		
유아 감사성향 전반	Intercept	28536.66	1	28536.66	1205.61***	.96
	집단	238.79	1	238.79	10.09**	.18
	집단간 오차	1065.15	45	23.67		
	측정시기	1403.58	1	1403.58	130.39***	.74
	집단×측정시기	1623.41	1	1623.41	150.81***	.77
	집단내 오차	484.40	45	10.76		
유아 공감능력 (교사평정)	Intercept	42839.19	1	42839.19	2005.41***	.98
	집단	188.93	1	188.93	8.84**	.16
	집단간 오차	961.28	45	21.36		
	측정시기	228.19	1	228.19	88.87***	.66
	집단×측정시기	145.85	1	145.85	56.80***	.56
	집단내 오차	115.55	45	2.57		
유아 공감능력 (유아평정)	Intercept	23389.16	1	23389.16	1595.71***	.97
	집단	.22	1	.22	.02	.00
	집단간 오차	659.59	45	14.66		
	측정시기	39.69	1	39.69	14.79***	.25
	집단×측정시기	102.75	1	102.75	38.30***	.46
	집단내 오차	120.72	45	2.68		
유아 행복감	Intercept	58031.84	1	58031.84	1639.76***	.97
	집단	29.54	1	29.54	.84	.02
	집단간 오차	1592.57	45	35.39		
	측정시기	82.90	1	82.90	9.65**	.18
	집단×측정시기	255.07	1	255.07	29.69***	.40
	집단내 오차	386.57	45	8.59		

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

<표 4>에 제시된 바와 같이, 3개의 감사성향 결과변인(유아감사인식성향, 유아감사표현성향, 유아감사성향 전반), 교사평정 유아공감능력 및 유아 자기평정 유아공감능력, 그리고 유아 자기평정 행복감 모두에서 유의한 집단×측정시기 상호작용 효과가 관찰되었다( $F_{(1,45)}=37.48, 157.79, 150.81, 56.80, 38.30, \& 29.69, \text{all } p_s<.001, \text{ respectively}$ ). 이는 이들 6개 결과변인 모두에서 실험집단과 통제집단이 서로 다른 사전-사후 점수 변화 양상을 보이고 있음을 의미한다.

실험집단과 통제집단 각각의 사전-사후 점수의 변화 양상을 보다 구체적으로 살펴보기 위해, 집단 각각에 대해 사전-사후 점수 간 차이 검증을 실시하였다. 대응표본  $t$  검증의 결과는 <표 5>와 같다. <표 5>에 보이는 바와 같이, 통제집단의 경우 유아감사인식 점수, 유아감사표현점수, 유아감사성향 전체점수, 교사평정 유아공감능력 점수, 유아평정 유아공감능력 점수, 그리고 유아 행복감 점수 모두에서 사전-사후 간 유의한 점수 변화가 발견되지 않았다( $t=-.36, -.58, -.60, 1.33, -1.96, \& -1.42, \text{all } p_s>.05, \text{ respectively}$ ). 반면, 실험집단의 경우는 6개 결과변인 모두에서 유의한 사전-사후 점수 증가가 발견되었다( $t=7.95, 17.85, 17.07, 12.06, 6.20, \& 7.81, \text{all } p_s<.001, \text{ respectively}$ ). 이는 감사이야기나누기활동이, 자유선택활동과 상대적으로, 유아의 감사인식성향, 감사표현성향, 및 감사성향 전반과 교사평정 및 유아 자기평정 유아공감능력, 그리고 유아 행복감에 유의한 증진을 가져왔음을 시사하는 결과이다.

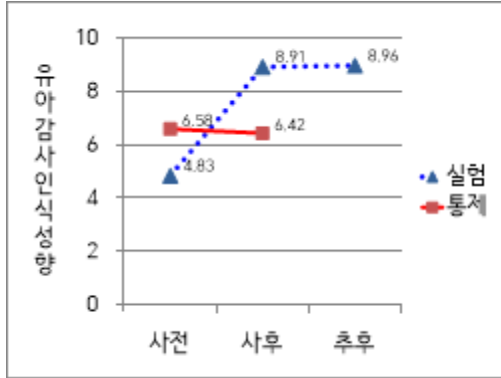
한편 실험집단의 경우 감사이야기나누기 활동의 효과가 유지되는지 확인하기 위해 처치 종결 후 1달째에 추후검사를 실시하였다. 사전-추후 점수 간, 그리고 사후-추후 점수 간 차이 검증 결과가 <표 5>에 제시되어 있다. <표 5>에는 사전점수 대비 사후점수, 사전점수 대비 추후점수, 사후점수 대비 추후점수에 대한 효과크기(Hedges's  $g$ )도 함께 제시되어 있다.

<표 5>에서 볼 수 있는 바와 같이, 실험집단 유아들은 6개 유아 결과변인(감사인식성향, 감사표현성향, 감사성향전반, 교사평정 공감능력, 유아평정 공감능력, 행복감) 모두에서 사전-추후 간 유의한 점수 증가를 나타내었다( $t=7.95, 15.65, 17.24, 11.95, 6.31, \& 7.43, \text{all } p_s<.001, \text{ respectively}$ ). 이는 감사이야기나누기 활동을 처치받은 유아들이 처치 종료 1달 후에도 사전점수보다 유의하게 더 높은 감사성향, 공감능력, 행복감 점수를 나타내고 있음을 시사하는 결과이다. 또한 실험집단의 사후-추후 점수 변화를 살펴보면, 6개 유아 결과변인 모두에서 통계적으로 유의한 점수 변화가 관찰되지 않았다( $t=1.00, .64, .70, 1.23, .76, \& 1.40, \text{all } p_s>.05, \text{ respectively}$ ). 이는 감사이야기나누기 활동으로 얻은 효과가 1달 후 추후 검사에서도 유지되고 있음을 의미하는 결과이다. 유아감사인식성향, 유아감사표현성향, 교사평정 유아공감능력, 유아평정 유아공감능력, 유아행복감에 있어 실험집단과 통제집단의 사전-사후-추후검사 점수의 변화가 <그림 1, 2, 3, 4, 5>에 그래프로 요약되어 있다.

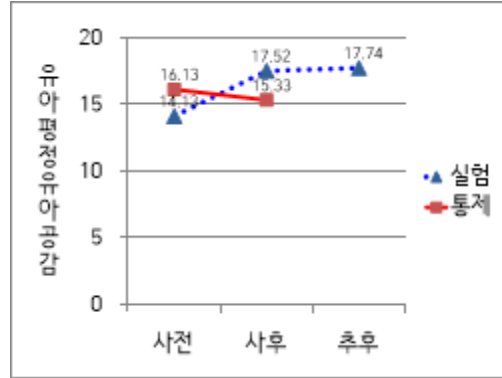
〈표 5〉 실험, 통제 집단별 유아 감사성향, 공감능력, 행복감의 사전-사후-추후 점수변화와 효과크기

구 분		사전	사후	추후	사전-사후 변화	사전-추후 변화	사후-추후 변화
		M (SD)	M (SD)	M (SD)	t (Hedges's g)	t (Hedges's g)	t (Hedges's g)
유아 감사인식 성향	실험 집단	4.83 (2.53)	8.91 (.42)	8.96 (.21)	7.95*** (2.21)	7.95*** (2.26)	1.00 (0.15)
	통계 집단	6.58 (2.02)	6.42 (2.32)		-36 (-0.07)		
유아 감사표현 성향	실험 집단	6.17 (2.53)	18.13 (3.45)	18.48 (4.13)	17.85*** (3.89)	15.65*** (3.53)	.64 (0.09)
	통계 집단	9.54 (3.87)	9.13 (2.88)		-58 (-0.12)		
유아 감사성향 전반	실험 집단	11.00 (4.47)	27.04 (3.61)	27.43 (4.23)	17.07*** (3.88)	17.24*** (3.71)	.70 (0.10)
	통계 집단	16.13 (4.23)	15.54 (4.23)		-60 (-0.14)		
유아 공감능력 (교사평정)	실험 집단	17.13 (4.15)	22.74 (3.80)	23.04 (3.50)	12.06*** (1.39)	11.95*** (1.51)	1.23 (0.08)
	통계 집단	22.46 (2.80)	23.08 (2.95)		1.33 (0.21)		
유아 공감능력 (유아평정)	실험 집단	14.13 (3.25)	17.52 (2.39)	17.74 (2.51)	6.20*** (1.17)	6.31*** (1.22)	.76 (0.09)
	통계 집단	16.13 (3.13)	15.33 (2.93)		-1.96 (-0.26)		
유아 행복감	실험 집단	19.70 (4.09)	24.22 (2.91)	24.87 (2.85)	7.81*** (1.25)	7.43*** (1.44)	1.40 (0.22)
	통계 집단	21.63 (4.21)	20.21 (5.71)		-1.42 (-0.28)		

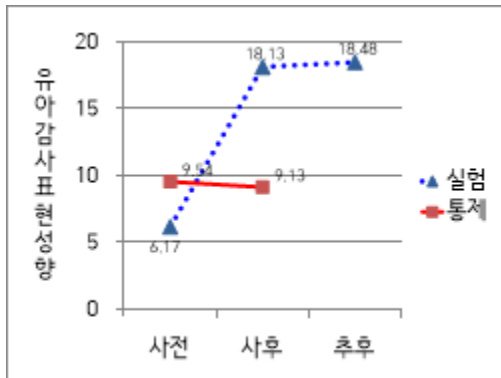
실험집단 n=23, 통제집단 n=24; \*\*\*p<.001



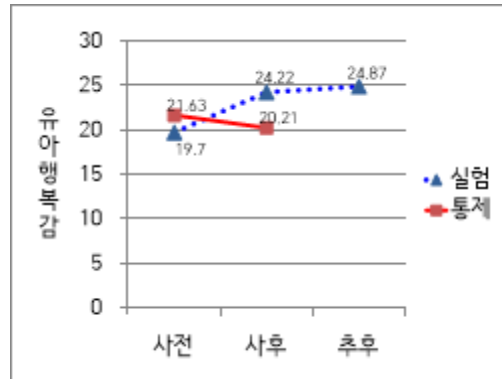
〈그림 1〉 집단별 유아감사인식성향에서의 사전-사후-추후에 걸친 점수변화



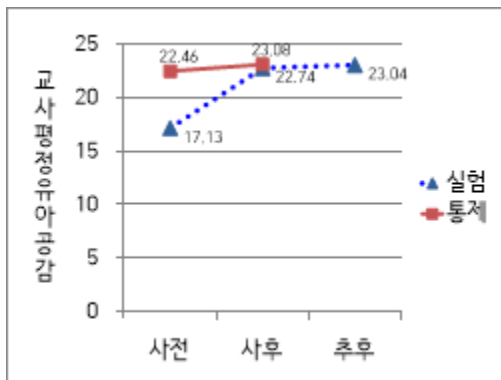
〈그림 4〉 집단별 유아공감능력(유아평정)에서의 사전-사후-추후에 걸친 점수변화



〈그림 2〉 집단별 유아감사표현성향에서의 사전-사후-추후에 걸친 점수변화



〈그림 5〉 집단별 유아행복감에서의 사전-사후-추후에 걸친 점수변화



〈그림 3〉 집단별 유아공감능력(교사평정)에서의 사전-사후-추후에 걸친 점수변화

Hedges's  $g$ 로 산출된 효과크기는 사전 대비 사후에서 실험집단에서는 유아 감사인식 성향에서 2.21, 유아 감사표현성향에서 3.89, 유아 감사성향전반에서 3.88, 교사평정 유아 공감능력에서 1.39, 유아평정 유아 공감능력에서 1.17, 유아 행복감에서 1.25로 모두 Cohen(1988)이 제시한 큰 효과크기 범위에 있었고, 특히 감사성향에서 효과가 매우 컸던 것으로 확인되었다. 또한, 사전 대비 추후에서의 효과크기는 각각 2.26, 3.53, 3.71,



1.51, 1.22, 1.44로 사전 대비 사후와 비교해 비슷한 수준 혹은 다소 상승된 수준을 나타내고 있는 것으로 발견되었다. 한편 통제집단에서는, 실험집단과는 대조적으로, 유아 감사인식성향 -.07, 유아 감사표현성향 -.12, 유아 감사성향전반 -.14, 교사평정 유아 공감능력 .21, 유아평정 유아 공감능력 -.26, 유아 행복감 -.28의 사전 대비 사후 효과크기를 보여주었다. 수치가 보여주듯, 교사평정 유아 공감능력에서는 통제집단은 작은 효과크기(Cohen, 1988)를 보여주었고, 감사인식성향, 감사표현성향, 감사성향전반과 유아평정 공감능력, 행복감에서는 통제집단은 -의 효과크기, 즉 사전에 비해 사후에 더 악화된 상태를 보여주었다.

#### IV. 논의 및 결론

본 연구의 목적은 만 5세 유아를 대상으로 감사이야기나누기 활동의 유아 감사성향, 공감능력, 행복감에의 영향을 검토하는데 있었다. 연구 결과, 감사이야기나누기 활동은 유아의 감사성향, 교사가 평정한 유아 공감능력, 유아 자신이 평정한 공감능력, 유아 행복감 모두에 유의한 효과를 나타내는 것으로 발견되었다. 이는 같은 기간·같은 시간 동안 자유선택활동을 처치 받았던 관심 통제집단과 비교할 때 더욱 두드러졌는데, 통제집단에서는 사전-사후 간 점수 변화가 없었던 반면 감사이야기나누기 활동을 처치 받은 실험집단에서는 사전-사후 간 유의한 점수 향상이 나타났다. 특히, 실험집단

은 연구에 포함된 모든 유아 결과변인들에서 적게는 사전 대비 사후 1.17(유아평정 공감능력), 1.25(유아평정 행복감), 1.39(교사평정 공감능력)의 효과크기를, 크게는 3.89(유아 감사표현성향)의 효과크기를 보여, 매우 큰 효과를 나타내는 것으로 확인되었다. 반면 자유선택활동을 처치받은 통제집단은 교사평정 유아공감능력에서 사전 대비 사후 0.21의 효과크기, 그리고 나머지 5개 유아 결과변인들에서 모두 부적(-) 효과크기를 보여 효과가 작거나 혹은 자유선택놀이 처치 후 오히려 점수가 감소하는 경향이 관찰되었다. 이는 감사이야기나누기 활동이 유아의 감사인식 및 감사표현 성향, 교사가 관찰한 유아공감능력 및 유아 자신이 보고한 공감능력, 그리고 유아의 행복감을 유의하게 증가시키기는 활동일 뿐만 아니라 자유선택놀이와 같은 관심 통제집단과 비교해서도 그 효과가 상당한 활동임을 드러낸다. 또한 감사이야기나누기 활동을 통해 얻어진 이득은 활동 종료 1개월 후에도 계속 유지되는 것으로 발견되어, 감사를 인식하고 표현하며 나누는 활동이 감사성향, 공감능력, 행복감에 안정적인 변화를 야기하는 활동임을 확인할 수 있었다.

이와 같은 결과는 감사일지 쓰기가 감사성향 및 삶의 만족도 증진에 공헌할 수 있다고 주장한 Emmons와 McCullough(2003), Seligman 등(2005)의 입장을 지지하는 실증적 증거라 할 수 있다. 또한, 감사일지 쓰거나 감사편지 쓰기와 같은 감사의 인식 및 표현 활동이 감사성향 및 행복감을 증진시켰다는 Seligman 등(2005)과 Lyubomirsky(2008)의 발견

과도 일맥상통하는 발견이다. 이밖에도 본 연구는 다양한 감사교육 및 감사증진 프로그램을 통해 감사성향을 증진시킨 국내 선행연구 결과들(김지현, 2014; 류선진, 2011; 박선민, 2014; 박소영, 김민진, 2017; 윤보선, 2012; 윤해정, 2010)과도 일관된 결과를 보여주고 있다. 특히 본 연구의 감사이야기나누기 활동은 같은 유아 대상의 박소영과 김민진(2017)의 그림책을 활용한 감사이야기나누기 활동보다 유아 감사성향 및 행복감 증진에 더 큰 효과를 야기하는 것으로 분석되었는데, 본 연구에서의 감사인식성향, 감사 표현성향, 행복감에의 사전 대비 사후의 효과크기(Hedges's  $g$ )는 각각 2.21, 3.89, 1.25로 박소영과 김민진(2017)의 대응되는 1.35, 0.66, 0.32보다 훨씬 더 높은 수준이었다. 더욱이, 본 연구는 감사이야기나누기 활동이 유아 감사성향과 행복감뿐 아니라 유아 공감능력에도 효과가 있음을 발견하였고 활동의 감사성향, 행복감, 공감능력에의 효과가 1개월 후에도 지속됨을 발견하여, 박소영과 김민진(2017)의 연구가 검토하지 못한 공감능력에의 효과 및 효과 지속성에 대한 해답도 함께 제공하고 있다.

본 연구의 감사이야기나누기 활동의 효과는 여러 차원에서 설명될 수 있다. 먼저, 본 연구의 감사이야기나누기 활동은 연령 적합하고 재미적 요소를 지닌 활동에 유아를 참여시킴으로써 그리고 특수하게 설계된 지시와 촉구를 사용함으로써 유아의 감사 인식과 표현을 촉진하려 노력하였다. 구체적으로, 본 연구는 감사의 대상 및 주제 소개를 위한 도입 활동으로 동화, 노래, 수수께끼

등을 활용하였고, 감사의 인식과 표현을 위해 다양한 감사 관련한 과거 경험을 끌어내는 질문이나 상대방의 입장을 고려하게 하는 질문들을 의도적으로 사용하였다. 또한, 역할극, 게임, 그림 그리기, 신체 표현, 글쓰기, 공작 활동 등의 방법을 활용하여 유아로 하여금 감사의 마음을 표현하도록 도왔다. 이러한 프로그램적 안배는 유아의 감사 활동에의 흥미를 높이고 각 회기로부터 얻은 교훈을 심층 처리시키는데 기여했을 것으로 보인다. 또한 “감사기록장”의 활용, “사후활동 및 미션”의 제시, 짧은 회기 간격(1주 2회기 진행하는 방식)은 이 연구의 기존 감사관련 활동들과 구별되는 측면으로, 감사이야기나누기 훈련의 효과를 회기 밖에서도 유지시키는 역할을 했을 것으로 사료된다. 더불어, 초등학생들과 함께 한 “감사나눔축제”는 상급생과의 아이디어/경험 교류 및 이들의 감사행동 모방이나 모델링을 가능하게 하여 활동의 효과를 촉진시키는 역할을 했을 것으로 추측된다. 물론 추후 연구를 통한 이런 개별 요소들의 효과성 분석이 요구되지만, 본 연구의 타 연구와 구별되는 이러한 차별적 특성들은 이 연구의 효과 크기를 다른 감사성향증진 활동들의 효과 크기보다 상대적으로 더 크게 만드는데 기여한 것으로 여겨진다.

둘째, 본 연구의 감사이야기나누기 활동은 특수하게 설계된 지시/촉구 등을 사용하여 매 회기 유아로 하여금 감사 상황을 인식하게 하고 상대의 노력을 공감하게 하였다. 이런 활동은 유아 공감능력 향상으로 이어질 수 있으며, 증가한 공감능력은 감사

경험의 핵심인 행동 의도성 파악에 영향을 주어(임현정, 2012; 추병완, 2015) 결과적으로 유아의 감사인식 및 표현 성향을 높일 수 있다. Lazarus와 Lazarus (1994)는 나에게 도움을 제공한 자가 도움을 주기 위해 노력했음을 공감하게 되었을 때 감사를 경험하게 된다고 주장하였고, McAdams와 Bauer (2004)는 자신뿐 아니라 다른 사람들도 어떤 의도를 가지고 행동하는 존재임을 이해하게 되었을 때 유아가 감사한 상황을 인식하고 감사한 마음을 표현할 수 있게 된다고 주장하였다. 본 연구의 감사이야기나누기 활동은 도움 제공자의 행동 의도성에 대한 유아의 이해를 높여 결과적으로 감사인식 및 감사표현 성향을 높이는 데 기여했을 수 있다.

공감을 높이기 위한 요소와 더불어 본 연구의 감사이야기나누기 활동은 유아가 감사를 인식하고 표현하는 과정에서 자신을 포함한 주변 세계를 긍정적으로 바라볼 수 있도록 돕는 활동이나 지시를 포함하고 있었다. Beck(1995)은 자신, 타인, 세상을 어떻게 바라보는지에 따라 개인의 정서 상태와 행복감이 달라질 수 있다고 주장하였다. 유사하게, Seligman(Seligman, 2002; Seligman et al., 2006)과 Lyubomirsky (2008)도 긍정적 사고가 개인의 행복감 증진에 매우 중요하다고 제안하였다. 경험적 증거 역시 감사 성향이 높은 사람에게서 긍정적 해석 및 재초점화 경향성이 높게 관찰됨을 보여주고 있다(e.g., Tedeschi & Calhoun, 2004). 자신을 포함한 주변 세계를 긍정적으로 바라볼 수 있도록 돕는 활동이나 지시를 포함시킨 본 연구의 감

사이이야기나누기 활동은 따라서 유아의 긍정 정서의 증가와 부정 정서의 감소에 영향을 주고 긍정적 초점화 인지 전략 사용의 습관화를 초래하여 결과적으로 유아 행복감을 높이는데 기여했을 수 있다.

마지막으로, 긍정적 사고에 대한 촉진과 더불어 감사를 글이나 말로 표현하도록 촉진한 것 또한 본 연구 실험집단에 참가한 유아들의 행복감 증가에 기여한 것으로 보인다. Burton과 King(2004)은 일상생활에서 경험한 긍정적 사건을 긍정 언어로 표현하는 것은 그 자체 긍정 정서를 유발하는 행위일 뿐 아니라 긍정 정서를 재활성화/재강화하는 효과가 있다고 주장하였다. 본 연구에서 과거 감사 상황을 인출하고 감사상황을 글이나 말로 표현하도록 촉진한 것은 따라서 긍정 정서를 경험할 확률을 높여 결과적으로 활동 참가 유아들의 행복감 증진에 기여했을 것으로 사료된다.

본 연구는 여러 측면에서 그 의의를 찾을 수 있다. 먼저 본 연구를 통해 감사이야기나누기 활동이 유아의 감사성향과 공감능력, 행복감 증진에 긍정적 영향을 주는 교육적, 임상적 가치를 지닌 활동임을 확인할 수 있었다. 특히, 유아를 대상으로 관련 주제를 탐색한 연구들이 부족한 현 상황에서 본 연구는 감사를 인식하고 표현하도록 촉진하는 활동이 유아의 감사성향, 공감능력, 행복감 증진에 도움을 될 수 있음을 실증적으로 보여준 사례라 하겠다. 더욱이 본 연구는 감사성향이 이제 막 발달하기 시작하는 시기에 놓인 유아들에게 감사를 표현하고 나누도록 촉진하는 활동이 감사성향 향

상은 물론 이들의 추후 대인관계나 환경 적응, 삶의 만족도에 기여할 수 있는 공감능력과 행복감 향상에 도움이 되는 유용한 방법임을 시사해주고 있다.

비록 본 연구에서는 유아 교육현장에 한정하여 이 활동의 유용성을 검증하였으나, 이는 유아 교육현장을 넘어 임상현장에서도 유용하게 활용될 수 있는 활동으로 사료된다. 특히 유아 친화적 매체나 방법을 통해 반복적으로 감사 상황을 인식시키고 표현하도록 돕는 활동은 공감능력이 부족한 주의 결핍/과활동장애 아동, 적대적반항장애 아동, 품행장애 아동들의 공감능력 향상에, 그리고 부정 정서 상태를 특징적으로 보이는 우울/불안 장애 아동들의 긍정 사고방식과 행복감 증진에 도움을 줄 것으로 예측된다. 또한 선행 신경영상 연구는 심상(mental imagery)을 떠올리는 동안 활성화되는 뇌 영역이 실제 해당 감각·지각 사건의 처리 과정에서 활성화되는 영역과 유사한 영역의 뇌활성화를 수반한다는 증거를 내놓고 있는데(Ganis, Thompson, & Kosslyn, 2004), 이러한 결과를 고려할 때 과거 감사 상황의 회상적 심상화나 미래 감사 상황의 예견적 심상화는 우울/불안 문제를 가진 아동의 긍정정서 및 행복감 증진에 기여할 것으로 보인다.

마지막으로, 본 연구의 제한점을 지적하고 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 위치가 다른 유치원 두 곳에서 유아들을 표집한 관계로 참가 유아들의 집단 할당에 완전 무선할당 방식을 적용하지 못했다. 비록 한 유치원을 실험집단

에 다른 유치원을 통제집단에 배정하는 준 실험설계(quasi experimental design)를 활용하여 감사이야기나누기 활동의 효과성을 검증하였지만, 보다 명확한 효과성 추정을 위해서는 무선할당방식을 활용한 검증이 필요하다. 따라서 추후 연구는 무선할당 과정을 포함시킨 RCT(randomized controlled trial) 설계를 이용해 본 연구의 감사이야기나누기 활동의 효과성을 재검토할 필요가 있다.

둘째, 본 연구의 감사이야기나누기 활동은 유아교육기관의 생활주제와 연계하여 연중 지속적으로 운영할 수 있는 형태를 띠고 있다. 따라서 유아교육기관에서 장기간 교육과정과 연계되어 실시된 감사이야기나누기 활동의 효과를 검증해 보는 후속 연구가 요구된다. 또한 이런 종류의 후속 연구는 효과가 장기간 지속되는지의 여부도 함께 검증하여야 할 것이다. 즉 여러 추후 평가 시점을 포함시켜 효과가 얼마나 오랜 기간 유지되는지 검토할 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 감사이야기나누기 활동의 유아 감사성향, 공감능력, 행복감에의 효과를 검증하는데 집중하였다. 하지만, 서론에서 고찰한 바 있듯, 감사를 표현하는 활동은 감사성향, 공감능력, 행복감 이외에도 유아의 대인관계, 원 적응, 정서조절, 기타 문제영역(예, 우울, 공격성)에 긍정적 변화를 야기할 가능성이 높은 활동으로 사료된다. 따라서 후속 연구에서는 감사이야기나누기 활동이 이러한 결과물에 효과가 있는지 검증해 보는 시도가 요구된다.

### 참고문헌

- 강민형 (2012). 감사프로그램이 초등학생의 낙관성 및 학교생활적응에 미치는 영향. 서울교육대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 권석만 (2011). 인간의 긍정적 성품. 서울: 학지사.
- 교육과학기술부 (2010). 유아의 창의·인성 함양을 위한 영상매체 활용프로그램. 서울: 교육과학기술부.
- 교육과학기술부 (2011). 유치원 기본과정 내실화를 위한 인성교육 프로그램. 서울: 교육과학기술부.
- 교육과학기술부 (2012). 유아 인성교육을 위한 부모 훈련 프로그램. 서울: 교육과학기술부.
- 교육과학기술부 (2013). 3~5세 연령별 누리과정. 서울: 교육과학기술부.
- 김동희 (2008). 감사프로그램이 일반계 고등학생의 주관적 안녕감에 미치는 효과. 창원대학교 대학원 석사학위논문.
- 김미경, 권기남 (2014). 감사 증진 프로그램이 교사와 어머니가 인식한 유아의 공격성에 미치는 영향. 한국생활과학회지, 23(2), 281-292.
- 김지현 (2014). 감사노트 쓰기 활동이 청소년의 감사성향과 심리적 안녕감에 미치는 영향. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 류선진 (2011). 초등학교 고학년 아동의 행복감 향상과 우울성향 감소를 위한 감사교육프로그램 개발과 효과성 검증. 서울교육대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 박덕영 (2013). 감사일기 집단상담이 초등학생의 자기효능감 및 대인관계에 미치는 효과. 고려대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 박선민 (2014). 감사 일기 쓰기가 초등학생의 행복감에 미치는 영향. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박소영, 김민진 (2017). 감사 관련 그림책 읽기 활동이 유아의 감사성향과 행복감에 미치는 영향. 어린이문학교육연구, 18(1), 1-22.
- 윤보선 (2012). 감사증진 프로그램이 초등학생의 감사성향과 대인관계에 미치는 효과. 서울교육대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 윤해정 (2010). 인지행동적 감사프로그램이 초등학생의 감사성향과 행복감에 미치는 영향. 공주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 서은정 (2009). 감사편지와 용서편지 작성이 고등학생의 행복감 증진에 미치는 효과의 차이. 계명대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이시은 (2015). 유아 감사성향 검사도구 개발 기초연구. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 이지현 (2009). 중학생에게서 감사 훈련이 미치는 긍정적 효과. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 임현정 (2012). 부모의 애착과 공감이 유아의 마음읽기와 공감에 미치는 영향. 대

- 구 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 조진형, 김경미, 김동원, 김정희 (2008). 감사 일지 작성이 주관적 안녕감, 자기존중감, 자기 효능감, 감사성향 및 신체 심리적 건강에 미치는 효과. *한국사회역사학회* *담론* 201, 11(2), 75-101.
- 차화정, 김혜리, 이수미, 엄진섭, 이승복 (2011). 자기보고형 한국어판 아동용 공감지수(EQ-C) 척도의 타당화 예비연구. *한국심리학회지: 발달*, 24(4), 63-81.
- 채중민 (2007). 감사하기가 행복감 향상에 미치는 효과. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 최미자 (2014). 감사일기 프로그램이 안녕감과 감사성향에 미치는 영향. 수원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 최은정 (2015). 부모의 공감 및 양육태도와 유아 공감 간의 관계 : 매개적 양자모형. 전북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 추병완 (2015). 감사의 도덕적 본질과 교육방안. *교육과정평가연구*, 18(1), 31-59.
- 홍용희, 나영이, 장현진, 김혜전, 전우용 (2013). 유아 행복교육 탐구. 서울: 창지사.
- Auyeung, B., Wheelwright, S., Allison, C., Atkinson, M., Samarawickrema, N., & Baron-Cohen, S. (2009). The children's empathy quotient and systemizing quotient: Sex differences in typical development and in autism spectrum conditions. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 39, 1509-1521.
- Beck, J. S. (1995). *Cognitive therapy: Basics and beyond*. New York: Guilford Press.
- Burton, C. M., & King, L. A. (2004). The health benefits of writing about intensely positive experiences. *Journal of Research in Personality*, 38, 150-163.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cummins, R. A., & Lau, A. L. D. (2005). *Personal Wellbeing Index - Pre School (PWI-PS) manual*. Melbourne: Deakin University.
- Emmons, R. A., & Crumpler, C. M. (2000). Gratitude as a human strength. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19, 56-69.
- Emmons, R. A. & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 377-389.
- Froh, J. J., Sefick, W. J., & Emmons, R. A. (2008). Counting Blessings in early adolescents: An experimental study of gratitude and subjective well-being. *Journal of School Psychology*, 46, 213-233.
- Ganis, G., Thompson, W. L., & Kosslyn, S. M. (2004). Brain areas underlying visual mental imagery and visual perception: An fMRI study. *Cognitive Brain Research*, 20, 226-241.
- Jacobs, D. T., & Jacobs-Spencer, J. (2001). *Teaching virtues: Building character across the curriculum*. Metuchen, NJ: Scarecrow Press.

- Klein, M. (1957). Envy and gratitude. *Psyche*, 11, 241-255.
- Lazarus, R. S., & Lazarus, B. N. (1994). *Passion and reason: Making sense of our emotions*. New York: Oxford University Press.
- Lyubomirsky, S. (2008). *The how of happiness*. New York: Penguin.
- McAdams, D. P., & Bauer, J. J. (2004). Gratitude in modern life: Its manifestations and development. In R. A. Emmons & M. E. McCullough (Eds.), *The psychology of gratitude*(pp. 81-99). New York: Oxford Press.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 112-127.
- Nelson, N. C., & Calaba, J. L. (2004). 소망을 이루어 주는 감사의 힘 (이상춘 역). 서울: 한문화.
- Peterson, B. E., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press.
- Peterson, C. (2005). *A primer in positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Seligman, M. E. P., Rashid, T. & Parks, A. C. (2006). Positive Psychotherapy. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60, 410- 421.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L., G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1-18.
- 원고 접수일 : 2018. 09. 09  
수정 원고접수일 : 2018. 10. 08  
게재 결정일 : 2018. 10. 22