

아동·청소년의 자기효능감 향상을 위한 긍정심리 프로그램 활성화 방안 : 은평구 청소년 상담 복지 센터를 중심으로

최윤영 · 이시우 · 정규은

하나고등학교

Strategies to Promote Positive Psychology Programs for Enhancing Self- Efficacy of Children and Adolescents : Focusing on the Eunpyeong Youth Welfare Center

Yoon-Young Choi · Si-Woo Lee · Kyu-Eun Chung

Hana Academy Seoul

Abstract Happiness of Korean adolescents is known to be at a very low level. This arises from students being over experiencing high stress levels, resulting in negative mental states. To solve this problem, we tend to propose a new type of program using the theory of positive psychology. To achieve the goal of the study, we used the method of field research, interview, survey and literature review. Through these steps, we could learn how activated the welfare center was, how programs were practiced, and how to actually develop our brand-new program. As a result, we suggest the positive psychology program 'Philia' inspired by the concept of family in Coram deo; Christianity club of Hana Academy Seoul. We expect that this study and program will help students in aspects of self-efficacy and community by bonding the school and youth welfare center of the area.

Key words: Positive psychology, Adolescents, Self-efficacy, Social contribution

1. 서론

청소년기는 신체적 성장뿐만 아니라 자아정체감 형성과 같은 정신적, 사회적 발달이 이루어지는 중요한 시기로, 이는 인간의 생애 전반에 걸쳐 큰 영향을 미친다. 그러나 우리나라는 경제적 수준에 비해 아동의 주관적 행복도가 매우 낮은 나라이다(임혜자 & 최희경, 2016). 초록우산어린이재단에 따르면 지난해 초등학교 5학년부터 고등학교 2학년 청소년 2,231명을 대상으로 한 ‘2023 아동행복지수’ 조사에서 86.9%인 1,940명의 행복지수가 하(下)로 집계되었다. 행복지수 ‘하’에 속하는 비율은 1

년 전보다 2.5% 증가하였다. 이러한 결과는 청소년의 정서적 안정감의 부족과 이를 지원하는 환경의 부재를 나타낸다고 볼 수 있다. 행복지수와 자기효능감 간의 밀접한 관계는 여러 연구를 통해 확인된 바 있다. 행복은 개인이 자신의 삶과 환경을 긍정적으로 평가할 때 느낄 수 있는 심리 상태로, 자기효능감과 유의미한 양의 상관관계를 보이며 삶의 질에 긍정적인 영향을 미친다(권명진, 2020). 이는 행복감이 높을수록 자기효능감도 향상되어 스트레스를 효과적으로 조절하고, 삶의 만족도와 성취감을 높일 수 있다는 점을 시사한다. 따라서 청소년의 행복지수를 향상하기 위해서는 자기효능감을 증진하는 심리적 개입이 필요하다.

우리나라의 지역아동센터를 이용하는 아동들이 적절하게 보호받지 못하고 있고, 경제, 사회, 문화적인 면에서 취약한 환경에 처해있는 아동들에 대한 사회적인 관심도 미약한 상황이다(박소연, 2013). 이에 따라 이들 중 다수는 자아정체감의 형성과 자기효능감의 증진이라는 과업을 효과적으로 이루지 못하고 있다. 본 연구는 은평구 청소년 상담복지센터에서 현재 진행되고 있는 프로그램을 분석하고, 나아가 아동·청소년의 자기효능감 향상을 위한 긍정심리 프로그램을 제시하고자 한다. 이러한 연구는 은평구 청소년의 자기효능감을 향상해 청소년기의 발달과 학업 능력 향상에 큰 도움이 될 것이며, 은평구 내의 지역아동센터뿐만 아니라 나아가 향후 우리나라의 긍정심리 프로그램 기획에 있어 중요한 밑바탕이 될 것으로 기대한다. 본 연구는 긍정심리학을 적용한 프로그램이 청소년기 발달에 미치는 긍정적인 효과를 제시하고, 이를 통해 아동·청소년의 정서적 안정감을 높이고 사회적 적응력을 향상하는 데 기여하고자 한다.

2. 이론적 배경

2.1. 자아정체감

에릭 에릭슨의 심리 사회적 발달단계에 따르면 청소년기(12~20세)는 5단계에 해당한다. 이 단계에서 획득해야 하는 특성은 자아정체감이다. 내면의 자아에 대한 이해와 표현, 사회에서 역할에 대한 확립 등을 통해 자아를 재구성한다. 또한, 청소년은 정체감을 소속집단과의 동일시나 성취를 통하여 추구한다. 정체감 형성은 전 생애에 걸쳐 일어나는 과정이지만, 많은 내적 변화가 일어나고 미래의 진로가 결정되는 청년기에 가장 큰 위기를 맞이하게 된다. 불행한 어린 시절의 경험이나 현재의 사회적 환경으로 인해 정체감 발달에 실패하면 '정체감 위기'를 가져온다. 정체감 위기 혹은 역할 혼동은 직업을 선택하는 데 어려움을 겪거나, 추후의 교육을 추구하지 못하는 결과를 불러오기도 한다. 이 시기에 적절한 자아정체감의 발달에서 비롯되는 충실성은 타인과의 관계에서의 기본적인 성실함이나 의무감, 그리고 정직, 순수함을 유지하는 것을 의미한다(Erikson의 심리사회적 발달단계, 2020).

제임스 마르시아의 후속 연구에 따르면 자아정체감 발달은 다시 한 번 4단계로 구성된다. 정체감 위기에 직면한 사람들이 대응하는 정체감의 네 가지 지위(상태)는 '정체감 탐색의 위기를 경험했는가'와 '주어진 과업에 관여했는가(역할에 대한 전념)'의 두 차원의 배합에 의해 결정된다. '위기'는 현재 자신의 상태와 역할에 대한 의문제기와 여러 대안적 가능성의 탐색과정을 뜻한다. 입증된 기존의 오래된 가치나 선택 시점에 대한 대응시기로서 위기의 결과는 특정 가치 혹은 역할에 대한 책무감을 수반

하게 된다. 반면 ‘관여’는 자신에게 주어진 역할과 과정에 신념을 가지고 몰입하는 상태를 의미한다. 마르시아가 제시한 4수준의 정체감 수준(identity statuses)은 정체감 확립, 정체감 유예, 정체감 상실, 정체감 혼란으로 개인차의 정체감 유형을 식별하고 동시에 발달적 변화 파악에 도움을 준다. 이때, 발달은 반드시 수준이 향상되는 것만을 의미하지는 않는다. 정체감 유예 단계로부터 정체감 혼란 상태로 되돌아가거나 정체감 확립에 도달한 사람도 자신의 결정에 회의를 품어 정체감 유예나 정체감 혼란 단계로 회귀하기도 한다(장인실, 2013). 청소년은 이 4단계를 통해 심리적 독립감을 형성하는 등 개인이 사회 구성원으로서 역할을 할 수 있도록 발달하게 된다.

2.2. 자기효능감

자기효능감이란 어떤 일을 성공적으로 수행해낼 수 있는가에 대한 개인의 낙관적인 믿음을 의미한다. 즉, 자신의 능력에 대한 주관적 평가라고 볼 수 있다. 자기효능감은 일반적 자기효능감과 특수적 자기효능감으로 구분할 수 있다. 전자는 전반적인 영역에서 자신의 능력에 대한 믿음을 의미하는 것으로 지속적이고 개인적인 특성으로 볼 수 있는 반면, 후자는 특정 영역 또는 과제에 국한되는 것으로 가변적인 특성을 지닌다. 또한 자기효능감은 수준, 강도, 일반성의 세 가지 차원으로 구성되는데, 수준은 과제의 난이도에 따른 자신감의 정도, 강도는 각 과제에 대하여 어느 정도 자신 있게 수행할 수 있는지에 대한 자신감의 정도, 일반성은 특정 대상에 대한 효능감이 그 상황이나 대상을 넘어 어느 정도 일반적으로 적용될 수 있는지에 관한 것이다. 자기효능감은 개인의 존재가치보다는 능력에 관한 판단과 믿음이라는 점에서 자아존중감(self-esteem)과는 구별되며, 성공 또는 실패 경험을 통해 강화되거나 약화될 수 있다. 또한 타인이 실패하거나 성공하는 모습을 지켜보는 대리 경험 역시 자기효능감에 영향을 준다. 이때 모델이 자신과 비슷할수록 대리 경험이 주는 영향은 더욱 커진다. 더불어 신뢰할 수 있는 타인을 통해 성공할 수 있다는 믿음을 주입하는 언어적인 설득, 불안을 불러 일으키는 수행 상황에서 정서적, 신체적인 반응과 동요를 최소화하고 안정적인 상태를 유지하는 것과 관련된 정서적 각성 역시 자기 효능감의 주요한 기제로 작동한다(두산백과, n.d.).

자기효능감의 중요성은 여러 측면에서 나타난다. 첫째, 심리적 적응에 긍정적 영향을 미친다. 자신의 능력에 대한 긍정적 평가는 자신감을 증진시키고, 이는 결국 적응력을 향상시킨다. 둘째, 신체적 건강에 간접적 영향을 준다. 자기효능감은 호르몬 활성화에 영향을 미쳐 스트레스에 대응하는 능력을 개선한다. 셋째, 자기조절에 긍정적인 영향을 미쳐 자기주도적인 삶을 실현하는 데 중요한 역할을 한다. 자기효능감을 향상시키기 위한 전략은 ‘경험’에 기반한다. 구체적으로, 언어적 설득, 수행 경험, 상상적 경험 등을 통해 긍정심리를 촉진하는 것이 핵심적인 방법이 된다.

2.3. 긍정심리학

긍정심리학은 불안과 우울, 스트레스와 같은 부정적인 감정보다 개인의 강점과 미덕 등 긍정적인 심리에 초점을 맞추자는 심리학의 새로운 연구 동향으로, 미국 펜실베이니아대 심리학부 교수 마틴 셀리그먼(Martin Seligman)이 창시했다. 기존의 심리학이 정신질환 치료와 같이 삶을 불행하게 하는 심리 상태를 완화하는 데에만 치중하여, 오히려 삶의 긍정적 가치를 돌아보지 못했다는 반성에서 시작

되었다(선샤인 논술사전, 2007).

긍정심리학은 개인이 최선의 기능 상태를 발휘하도록 돕는 과학적 연구로 정의되며, 크게 긍정적 상태, 긍정적 특질, 긍정적 기관의 세 분야로 나뉜다. 긍정적 상태는 과거의 평정과 충족감, 현재의 만족과 쾌락, 미래의 희망과 낙관 등 다양한 정서를 포함한다. 긍정적 특질은 창의성, 끈기, 용기 등 지속적인 긍정적 행동 양식과 성품을 의미하며, 성격 강점, 덕목, 개인의 능력까지 포괄한다. 긍정적 기관은 가정, 학교, 직장 등 조직 내에서 개인의 행복과 역량 발휘를 지원하고 조직의 생산성을 높이는 역할을 한다(이지우, 2023).

긍정심리학은 인간의 긍정적 특성 발달과 더불어 부정적 특성의 예방과 행복의 촉진을 목표로 한다. 이 과정에서 개인과 사회의 조화가 매우 중요하게 작용한다. 이는 위에 서술한 심리사회적발달단계와 자기효능감의 역할과 일맥상통한다. 또한 자기효능감은 인간의 한계보다는 잠재력에 집중한다는 점에서 지향점이 긍정심리와 같다. 결론적으로 긍정심리학을 통한 자기효능감의 촉진과, 자기효능감의 촉진을 통한 긍정심리 발달이라는 선순환을 만들어낼 수 있다.

3. 연구 방법 및 절차

3.1. 연구 방법

본 연구는 현장 조사, 인터뷰, 설문 조사, 문헌 연구를 통해 진행되었다.

현장 조사는 은평구 청소년 상담 복지 센터를 직접 방문하여 진행하였다. 센터의 운영 현황과 시설을 직접 확인하였다. 이 과정에서 센터의 활성화도 등을 직접적으로 확인할 수 있었다.

인터뷰는 상담 복지센터를 대상으로 진행되었다. 인터뷰 항목은 아래와 같다.

1. 상담복지센터에 주로 어떤 유형의 고민을 가진 청소년들이 많이 찾아오나요?
2. 현재 상담 프로그램을 이용하는 청소년의 연령대 분포는 어떻게 되나요?
3. 진행 중인 프로그램 중 긍정 심리와 관련된 것이 있나요?
있다면, 해당 프로그램의 진행 현황은 어떤가요?
없다면, 그 이유가 무엇인가요? 만약 긍정 심리 프로그램이 제안된다면 도입을 고려해보실 의향이 있으신가요?
4. 청소년들의 고민을 접수받아 유튜브 방송을 통해 상담하는 ‘따봉’ 프로그램은 어떻게 운영되고 있나요?
5. 집단 상담 프로그램은 어떤 방식으로 진행되며, 어떤 종류의 활동들이 포함되어 있나요?
6. 상담복지센터가 청소년센터와 연계하여 운영하는 프로그램도 있나요? 있다면 어떤 프로그램인가요?
7. ‘꿈드림’ 프로그램과 상담복지센터는 별도로 운영되는 건가요?
8. ‘청소년동반자’ 프로그램에 대해 여쭙보고 싶습니다. 위기 청소년을 대상으로 현장을 방문해 상담을 제공하는 이 프로그램이 잘 이루어지고 있나요? 실제 이용자 수나 방문 상담 사례가 궁금합니다.
9. 위기 청소년 지원사업 중 ‘아웃리치’ 프로그램이 무엇인지 자세히 설명해 주실 수 있을까요?

10. 경찰청에서 지원하고 있는 청소년 비행 예방 교육 프로그램인 '사랑의 교실'은 어떻게 진행되고 있나요?

설문조사는 고등학생을 대상으로 약 2주 간 구글 폼 설문지를 통해 진행되었다. 설문조사 항목은 아래와 같다.

1.코람테오에 참여한 경험이 있으신가요? (하나고 재학생이 아닌 경우 아니오)

1-(1) 예 라고 답했을 경우

1-(1)-① '가족 모임'에 대한 선호도 (척도:1~5)

1-(1)-② 가족 모임에서 긍정적인 영향을 받은 적이 있나요? (척도:1~5)

1-(1)-③ '가족' 시스템에 대해 하고 싶은 말이 있나요? (장단점, 도움이 된 사례 등 / 주관식)

1-(2) 아니오 라고 답했을 경우

1-(2)-① '가족 모임'에 대한 설명*을 읽었을 때 참여하고 싶은 마음이 들었나요? (척도:1~5)

1-(2)-② '가족'이 힘든 학교 생활에 있어서 긍정적인 영향을 미칠 것 같나요? (척도:1~5)

(*:코람테오는 다양한 학년과 하나고 졸업생 멘토들, 그리고 코람테오의 리더로 랜덤하게 구성된 정기 모임입니다. 리더가 가족 모임을 주도하고, 이 모임은 코람테오 예배의 마지막에 약 30분 동안 진행됩니다. 가족 모임에서는 한 주간의 일정이나 경험을 나누고, 그날 들은 목사님의 말씀이나 찬양 중 인상 깊었던 점을 함께 이야기합니다. 또한, 서로 궁금한 점을 물어보는 시간을 통해 일상적인 대화를 나눕니다. 모임은 처음에는 친밀한 관계로 구성되지 않지만, 차츰 시간을 함께 보내면서 서로를 이해하고 존중하게 되는 과정을 거치는 것이 가족 모임의 진정한 의미입니다.)

2. 긍정심리 프로그램 제안에 관한 섹션

2-(1) 현재 본인이 행복하다(혹은 불안하지 않다)고 느끼시나요? (척도:1~5)

2-(2) 위 프로그램*이 학교 차원에서 기관과 연계해 진행된다면 참여할 의향이 있으신가요? (척도:1~5)

2-(3) 위 프로그램이 심리적 안정감에 도움이 될 것이라고 생각하시나요? (척도:1~5)

(*:'필리아'- 코람테오의 가족 모임을 모티브로 저희가 제안하는 새로운 긍정심리 프로그램 '필리아'입니다. 기본적으로는 한 주에 한 번 모임을 가지게 됩니다. 매주 이야기 할 수 있는 주제가 주어지고, 둘러앉아 서로의 생각과 속마음을 얘기하는 시간이 주어집니다. 모임이 끝나기 전, 간단한 챌린지가 주어지고(마니또처럼!) 다시 모이기 전까지 수행을 하는 형식입니다. 모임은 한 문장 요약 형식의 감정 일지를 작성하며 마무리됩니다. 본 프로그램은 집단 상담 프로그램으로써 위클래스, 은평구상담복지센터와의 연계를 목표로 합니다.)

3.2. 연구 절차

본 연구는 다음과 같은 절차로 수행되었다. 먼저 긍정심리 이론을 바탕으로 은평 청소년 상담 복지 센터의 프로그램 진행 현황을 분석하는 과정을 수행하고, 다음으로 프로그램 개선 방안을 모색하는 과정을 거친 뒤 새로운 긍정심리 프로그램을 개발하였다.

먼저 은평 청소년 상담 복지 센터의 프로그램 진행 현황의 분석 및 프로그램 개선 방안 제시의 과정

은 다음과 같다. 첫째, 은평 청소년 상담 복지 센터 홈페이지 상의 프로그램을 탐색한 후 현장 방문을 통해 프로그램이 이루어지는 모습을 관찰하였다. 둘째, 은평 청소년 상담 복지 센터 팀장님과의 인터뷰를 통해 긍정심리 프로그램의 구체적인 진행 현황을 분석하였다. 셋째, 보완할 점을 찾아 개선 방안을 제시하였다.

다음으로 새로운 긍정심리 프로그램 개발의 과정은 다음과 같다. 첫째, 하나고 내 기독교 동아리인 코람테오의 가족 모임을 모티브로 새로운 긍정심리 프로그램의 형태를 고안하였다. 둘째, 긍정심리 이론을 적용하여 구체적인 진행 방법을 모색하였다. 셋째, 청소년 대상 설문조사를 통해 새롭게 개발한 프로그램에 대한 수요와 필요성, 효과성을 조사하였다.

4. 연구 결과

은평구 청소년 상담 복지 센터의 기존 프로그램들은 예상보다 잘 운영되고 있는 것으로 나타났다. 센터를 방문하는 연령층도 다양하게 나타났으며, 각 프로그램은 체계적으로 계획되어 있었다. 현재 진행되고 있는 프로그램은 대부분 인지행동치료와 변증법적행동치료를 응용한 것이었다. 이는 상담 심리학의 패러다임이 행동교정에 주안점을 두는 것이 반영된 결과로 보인다. 프로그램이나 운영 자체에서 큰 문제점은 발견할 수 없었다. 그러나, 한 가지 고려해 볼 점은 센터 이용이 직접 심리적 문제를 인식하여 방문하거나 도움을 청하는 경우에 가능하다는 점이었다. 학생들의 경우, 센터를 방문하는 것을 부끄러워하거나, 자신의 상황에 대해 제대로 인식하지 못할 가능성이 있기에, 센터 차원에서 학교와 연계해 다수의 학생을 목표로 하는 프로그램의 필요성을 발견할 수 있었다.

본 연구는 은평구 청소년 상담복지센터의 기존 프로그램을 보완하고, 청소년의 자기효능감을 증진하기 위해서 새로운 긍정심리 프로그램 ‘필리아(Philia)’를 제안한다. ‘필리아’는 집단 내 상호작용과 공감을 통해 개인의 강점을 발견하고, 타인과 긍정적인 관계를 형성하는 데 초점을 둔 프로그램이다. 본 프로그램은 하나고등학교 기독교 동아리 코람테오의 ‘가족 모임’에서 착안하여 설계되었다. ‘가족 모임’은 토요일마다, 구성원들이 가족처럼 모여 한 주간의 경험이나, 성경 말씀에 대해 대화를 나누는 활동을 의미한다. ‘필리아’ 프로그램 또한 이러한 점에서 착안하여 일주일에 한 번 정기적인 모임을 가지고자 한다. 각 회기에는 특정 주제가 주어지며, 참여자들은 이를 바탕으로 자신의 경험과 감정을 공유한다. 모임의 말미에는 ‘감사 표현하기’, ‘칭찬 실천하기’와 같은 간단한 챌린지 과제가 부여되어, 일상에서 긍정적인 행동을 실천하도록 유도한다. 또한, ‘그림자 탐구 활동’을 통해 부정적 감정을 인식하고 이를 개인의 강점으로 전환하는 훈련을 돕는다. 모임은 마지막으로 한 문장 요약 형식의 감정 일지를 작성하며 마무리된다.

연구의 실효성을 간접적으로 알아보기 위해 진행한 설문조사의 결과는 다음과 같았다. 우선, 코람테오 참가자 중 약 85%가 ‘가족’에 대해 긍정적으로 인식하고 있음을 확인할 수 있었다. 특히, 이러한 모임을 통해 소박한 대화를 하며 안정을 찾을 수 있다는 의견이 다수 존재하였다. 한 주를 살아갈 수 있는 원동력을 얻는다는 점에서 긍정적으로 평가하는 의견이 주를 이루었다. 코람테오에 참가해보지 않은 학생들 또한 ‘가족’이 줄 것으로 예상되는 영향에 대해 긍정적으로 평가하였다. 이 중 약 65%는

실제로 참가에 대해 긍정적으로 검토하였다. ‘필리아’에 대한 참여와 그 효력을 묻는 질문 역시 답변이 긍정적인 경향을 띄었다. 결론적으로, 학생들은 프로그램에 거부감을 느끼지 않으며, 효과 또한 긍정적으로 평가하고 있음을 확인할 수 있었다.

5. 결론 및 논의

본 연구에서 새롭게 제안한 긍정심리 프로그램인 ‘필리아’의 기대 효과는 다음과 같다. 첫째, 아동청소년의 자기효능감 및 자아정체감 향상과 심리적 안정감 형성에 기여할 수 있을 것이다. 본 프로그램에서 매주 설정되는 목표인 챌린지 과제를 해결하는 과정을 통해 아동청소년은 스스로의 능력을 믿고 다양한 도전 과제를 긍정적으로 받아들일 수 있게 될 것이며, 반두라의 사회학습이론의 핵심적 개념인 자기효능감의 향상을 이룰 수 있을 것으로 기대된다. 또한 긍정적인 강화를 통해 에릭슨의 심리사회적 발달이론에서 핵심적 발달 과업으로 꼽히는 자아정체감 향상을 이룰 수 있을 것이다. 나아가 마틴 셀리그만의 긍정심리학 모델인 PERMA(Positive emotion, Engagement & flow, Relationships, Meaning & purpose, Achievement & accomplishment)의 요소를 포함한 ‘필리아’ 활동을 통해 아동청소년이 심리적 안정감을 형성하고 정서적 회복력을 증진할 수 있을 것으로 기대된다. 둘째, ‘필리아’는 조를 이루어 이루어지는 긍정심리 프로그램으로, 집단 상담의 일종이다. 따라서, 타인과의 감정적 교류가 가능하다는 기대 효과가 존재한다. 본 프로그램은 학생들이 집단 내 상호작용과 공감을 통해 개인의 강점을 발견하고, 타인과 긍정적인 관계를 형성할 수 있는 기회가 될 것이다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 포괄적 심리 지원이 가능하다. 기존의 지역 아동/청소년 상담 복지 센터에서 진행되는 프로그램의 경우 학생이 스스로 자신의 심리적 문제를 인지한 후 방문하는 경우가 대다수였기에 긍정심리 프로그램 참여 대상에 한계가 있었다. 또한, 상담 대상 심리 상태가 몇 가지로 한정되어 있는 경우가 많아 포괄적인 심리 지원에 제약이 있었다. 반면 본 연구에서 제시하는 ‘필리아’는 상담 시스템이 체계화되어있는 센터 차원에서 학교와 연계해 다수의 학생들을 대상으로 진행하는 포괄적 프로그램이라는 점에서 의의가 있다. 둘째, 지역사회 협력 체계를 강화할 수 있다. 본 프로그램은 지역 소재 아동청소년 상담 복지 센터와 학교 간의 연계를 통해 운영될 수 있으며, 이를 통해 지역 내 기관 간 협력을 강화한다. 이는 아동청소년의 심리적 성장을 지원하고, 지역사회의 공동체적 역량을 증진시키는 데 기여할 것이다.

본 연구의 한계점 및 추후 연구 과제는 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 개발한 긍정심리 프로그램의 효과 검증이 되지 않았다. 연구의 결과로서 새롭게 제안한 ‘필리아’ 프로그램을 청소년에 적용하여 그 효과를 직접적으로 확인하는 과정은 아직 수행하지 못하였다. 따라서 추후에 이를 추가적으로 연구하고자 한다. 둘째, 연구 대상에 제약이 있다는 점에서 한계가 있다. 조사 대상이 은평구 청소년 상담복지센터로 한정되어있다는 점, 설문조사 모집단이 포괄적이지 않고 데이터가 적다는 점, 아동청소년의 포괄적 연령대를 포함한 것이 아닌 고등학생 대상의 설문이었다는 점에서 결과의 신뢰성을 의심할 여지가 존재한다. 셋째, 행정적 차원의 문제를 해결하는 데 어려움이 있다. 기관과 학교의 연계 과정에서 발생하는 계약 체결 문제, 나아가 실질적인 운영 과정에서의 조 편성, 운영 횟수 설정, 프로그램 편

성 방법 등에 대해 구체적인 방안을 마련하지 못하였다는 점에서 한계가 있다.

참고문헌

플레이웰 뉴스. (2020, October 29). Erikson의 심리사회적 발달단계. Retrieved from <http://www.playwellcc.com/official.php/home/info/2236>

권명진. (2020). 행복, 피로 및 자기효능감이 근로자의 삶의 질에 미치는 영향. *한국융합학회논문지*, 11(5), 373-380.

Seligman, M. E. P. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>

강한아. 대학생용 사회적 자기효능감 척도 개발 및 타당화. 2013. 이화여자대학교, 석사학위논문.

김소연, 전종설. "청소년의 자기효능감이 학교생활적응에 미치는 영향." *아동학회지*, vol. 36, no. 4, 2015, 193-208.

두산백과. (n.d.). 자기효능감. 네이버 지식백과. Retrieved November 27, 2024, from <https://terms.naver.com/entry.naver?docId=3408345&cid=40942&categoryId=31531>

마재훈. 긍정심리학 기반 성격강점 증진 프로그램의 개발 및 효과 : 경도 지적장애 중학생의 자기결정 능력과 안녕감에 미치는 효과를 중심으로. 2019. 창원대학교, 박사학위논문.

박소연 (2013). 긍정심리프로그램이 지역아동센터아동의 심리적 안녕감에 미치는 효과

선샤인 논술사전. (2007). 네이버 지식백과. <https://m.terms.naver.com/entry.naver?docId=1838280&cid=42044&categoryId=42044>

이지우. "긍정심리학 개입이 사회적 자기효능감에 미치는 효과." *국내석사학위논문 대구대학교 대학원*, 2023. 경상북도

임혜자, 최희경. (2016). 지역아동센터 아동의 행복감에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. *젠더와사회*, 27, 93-110.

장인실 /Insil Chang. (2013). 국제결혼이주여성의 출신국가별 자아정체감 연구 : 마르시아의 정체감 지위이론을 중심으로. *교육종합연구*, 11(4), 315-339.

정영주 외. "긍정심리 프로그램이 청년들의 목표의식, 자기효능감에 미치는 효과." *대한경영학회 학술*

발표대회 발표논문집, 2010, 398-411.

정효정, 조성제. "청소년의 긍정심리 자본이 대인관계성향에 미치는 영향 -그릿의 매개효과-." 한국
산학기술학회 논문지, vol. 25, no. 3, 2024, 444-451.

초록우산어린이재단. (2023). 2023 아동행복지수 조사 보고서. 서울: 초록우산어린이재단.