

RESEARCH ARTICLE

A Qualitative Research on the Experience of the Attending the Character Education : Focused on the Experience of Adolescents Attended the ‘SimSim-Puli M3 (Meta-Mind Meditation)’

Lee, Eunsu

Research Professor, The Institute of Mind Humanities, Wonkwang University

인성교육 참여경험에 관한 질적연구 : ‘심심풀이 M3 (Meta-Mind Meditation)’ 프로그램 참여 청소년을 중심으로*

이은수

원광대학교 마음인문학연구소 HK 연구교수

*Corresponding Author: 2eunsu@gmail.com



OPEN ACCESS

Citation : Lee Eunsu. 2022. A Qualitative Research on the Experience of the Attending the Character Education : Focused on the Experience of Adolescents Attended the ‘SimSim-Puli M3 (Meta-Mind Meditation)’. Journal of Meditation based Psychological Counseling.

DOI: <https://doi.org/10.12972/mpca.20220006>

Received: May 15, 2022

Revised: June 17, 2022

Accepted: June 27, 2022

Copyright: © 2022 Meditation based Psychological Counseling Association.



This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium provided the original work is properly cited.

Abstract

Purpose: In this study, we aimed to explore and analyze the adolescent's experience of the character education qualitatively and provide the meaning and further direction of the character education progress under the understanding of the experience of adolescent on the the character education. **Methods:** A focus group interview has performed to the adolescent who had attended character education more than 12 sessions which had held in their middle or high school. The interview has recorded under the agreement of the participants and their protectors, and the record was used to analyze the interview. **Results:** As a result of analysis, 6 categories and 13 subcategories were presented in two themes. **Conclusion:** It is expected the result of this study will be used as a baseline data for the quality improvement and proliferation of adolescent character education.

Key words: Character Education, Mind practice, Meditation, SimSim-Puri M3(Meta-Mind Meditation), Qualitative Research

* 이 논문은 2020년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구로(NRF-2020S1A6A3A01109513), 원광대학교 마음인문학연구소와 (사)한국명상심리상담학회 공동학술대회 ‘명상심리와 마음공부’(2022년 5월 13일)에서 발표한 “인성교육 참여경험에 관한 포커스그룹 인터뷰:심심풀이 M3(Meta-Mind Meditation) 프로그램 참여 청소년을 중심으로”를 수정 보완한 것임.

I. 서론

우리 사회에서 인성(人性)의 중요성과 이에 대한 강조는 이례적이지 않다. 이는 교육부와 학교에서도 동일하게 적용되어 꾸준히 학생들의 인성 강화를 강조하여 왔다. 그럼에도 불구하고 학교 폭력을 비롯한 문제는 해결되지 않았다는 심각한 문제의식으로 인성교육의 총체적 부실 해결을 위한 사회적 공감대가 형성됨에 따라 2015년 「인성교육진흥법」이 제정되었다. 초·중·고교에서는 매년 초 인성교육 계획을 세워 인성 핵심 역량을 함양하는 하는 교육과정을 운영해야 하며, 교대 및 사범대는 인성교육 관련 필수과목을 개설해야 한다. 「인성교육진흥법」에서는 인성교육이 자신의 내면을 바르고 건정하게 가꾸고 타인·공동체·자연과 더불어 살아가는데 필요한 인간다운 성품과 역량을 기르는 것을 목적으로 하는 교육이라 말하며, 그 마음가짐이나 사람됨과 관련되는 핵심 가치·덕목으로 예절·효행·정직·책임·존중·배려·소통·협동을 제시하고 있다.

법령의 시행 이해 인성교육에 대한 비판은 크게 두 가지로 나눌 수 있다. 첫째는 학교폭력을 비롯한 우리 사회의 심각한 병리 현상을 진정하기 위한 긴급 대응으로써의 성격이 강한 만큼 인성 함양을 위한 근본적인 접근보다는 가시적인 문제 현상을 없애는데 중점(유재봉, 2016; 정석환, 배정혜, 2020)을 두거나 도덕적 행동을 만드는 방법을 취하는 경향(김미서, 윤은주, 2019)이 있다는 문제의식이다. 둘째는 지식 위주로 이루어진 기존의 인성교육이 학생들에게 인간 됨의 가치를 머리로 알고 실제 실천에 이르게 하는 것에는 부족하다는 선행연구(강선보 외, 2008; 김태준 외, 2014; 손경원, 2016; 유병열, 2015)들이 보고되어왔음에도 여전히 이에 대한 논란의 여지가 있다는 비판(김유리, 김현철, 박진옥, 권선향, 김누리, 2016)이다. 하향식 교육으로 전달되는 선행적인 틀로써의 인성교육은 오히려 인성교육을 좁은 관점으로 축소시키고 규범화된 덕목별 인성교육은 오히려 삶과 행위가 구분되는 현상을 초래하기도 한다(김미서, 윤은주, 2019).

많은 비판과 우려에도 불구하고 한 인간으로 성장하고 발달해가는 과정과 인성의 함양은 분리하여 생각할 수 없으며, 인성교육은 성장기에 있는 아동 및 청소년에게 이를 긍정적으로 촉진하는 계기를 마련할 수 있기에 이들에게 제공되는 인성교육은 중요한 의미를 갖는다.

인성교육을 실시하고 그 효과를 평가하기 위한 프로그램 개발과 평가에 관한 연구에서는 대체로 덕목 혹은 요인을 중심으로 프로그램을 통한 긍정적 상승효과를 검토(박은민, 2012; 최연화, 2022; 하는데 주력하였다. 인성교육의 학습자이자 프로그램 개발의 대상이 되는 당사자의 실증적 경험에 관한 연구는 거의 전무한 실정이다. 그러나 실제 인성교육을 받거나 인성교육 프로그램에 참여한 당사자의 경험과 의견은 매우 중요하다. 이에 본 연구는 인성교육 프로그램에 참여한 참여자를 대상으로 질적 연구를 시행하였다.

청소년을 대상으로 한 인성교육 프로그램 중 본 연구는 마음공부 기반 ‘심심(心心)풀이 M3(Meta-Mind Meditation)’ 프로그램을 중심으로 연구를 수행하였다. 인성을 옹고 그림이라는 선행적 틀로 접근하거나 문제를 해결하기 위한 대안으로써 제시된 인성교육은 한계가 있다. ‘심심(心心)풀이 M3(Meta-Mind Meditation)’-이하 심심풀이 M3-는 마음의 대립과 충돌로 인한 상처를 청소년 문제의 원인으로 이해하고, 이에 대한 근본적인 해결을 위한 마음공부를 전제로 한다. 또한 「인성교육진흥법」의 제정 및 시행 맥락 속에서 수정·보완되어 프로그램이 활발히 진행되고 있어 8년간 누적된 참여자가 9,500명에 이른다.

심심풀이 M3 프로그램은 마음에서 발생한 문제는 마음으로 해결하는 것이 바람직하다는 입장을 취하면서 그 의미를 담아 프로그램명을 ‘심심(心心)풀이’라고 하였다(박세훈, 2013, 41). 메타 마음 명상(Meta-Mind Meditation)은 간단히 ‘M3’라 부르며, ‘M3’는 우리의 느낌·생각·행동의 알아차림을 통하여 삶을 변화시키는 모든 활동을 말한다(박세훈, 장진영, 고시용, 2016). 프로그램은 처음 ‘단전주 명상’, ‘메타 마음일기’, ‘아자자 공부’의 세 가지 형식으로 구성하여 8회기로 진행(박세훈 외, 2016)되었다가 이후 「인성교육진흥법」시행령에 따라 핵심 덕목과 평가지표를 반영하고 인성교육프로그램 인성기준에 따라 인지·정서·행동의 3가지 측면에 중점을 둔 12회기 프로그램으로 개정(장진영, 박세훈, 고시용, 2017)하였다. 프로그램의 목표와 구성은 <표 1>과 같다.

<표 1> 심심풀이 M3 12회기 프로그램안

회기	주 제	목 표	세부내용
1	心心풀이	- 지도자에 대한 신뢰감 형성 - 참여자들간 친밀감 형성 - 프로그램 참여동기 부여	1. 마음으로 만나는 마당 2. 소통인터뷰 3. 심심풀이 M3소개 4. 함께 지킬 약속정하기
2	모든마음 백과사전	- 마음에 대한 기본적 이해 - 공동작업을 통해 소통과 협력 배우기	1. 마음은 ○○○ 이다 (개인) 2. 우리가 생각하는 마음 (조별) 3. 우리가 표현하는 마음 (잡지 콜라주)
3	心心 인성어록1	- 인성교육 핵심덕목에 대한 개념 이해 - 공동작업을 통해 소통과 협력 배우기	1. 인성단어 빙고퍼즐 2. 인성교육 핵심덕목 영상 시청 3. 캘리그래피 인성어록 만들기
4	心心 인성어록2		3. 캘리그래피 인성어록 만들기 4. 작품 전시 및 소개
5	心心 명상 1	- 명상과 공감능력의 관계이해 - 명상과 집중력의 관계이해 - 명상에 대한 동기부여	1. 명상과 공감능력 2. 명상과 집중력 3. 명상의 효과를 측정하다
6	心心 명상 2	- 단계별 명상수행법 체험 - 명상의 효과 체험	1. 긴장이완훈련 2. 명상의 효과를 측정하다 3. 단계별 명상수행법 실습
7	Meta-Mind “E”	- 감정에 대한 이해 - 정서조절 방법 연습	1. 감정표현단어빙고 2. 감정이란? 3. 감정표현연습 4. 감정스피드퀴즈
8	心心 브레이크	- Meta-Mind와 마음의 브레이크 관계 이해 - 마음의 브레이크를 통해 갈등상황 해결	1. 경계 너 누구냐? 2. 경계카드-STAR공식 적용
9	마음극	마음극을 통해 인성덕목을 실제 생활에서 잘 활용할 수 있도록 한다	1. 몸-맘 풀기 2. 인성카드를 활용한 마음극 3. 느낌나누기
10	배려 스카프		1. 그룹 공감대 형성 및 자기존중 2. 워밍업 3. 소통 스카프 4. 공감 스카프 5. 배려 스카프 6. 심심토크
		표현의 매개체로서의 몸의 움직임을 통해 타인과의 소통, 공감, 배려, 존중의 감정을 느끼고 표현	
11	소통 동글이		1. 그룹 공감대 형성 및 자기존중 2. 워밍업 3. 소통 동글이 4. 협동 동글이 5. 심심토크
12	心心 원만이	생활 속에서 소통, 공감, 배려, 존중 등의 인성교육 덕목을 실천할 수 있도록 함.	1.心心 원만이 소개 2.心心 원만이 만들기 3. 소감나누기

심심풀이 M3 프로그램 시행으로 정서지능과 마음가짐, 감사행동의 증가(박세훈, 장진영, 고시용, 2016)가 나타났으며, 명상을 중심으로 한 자기조절 능력의 향상 및 공동체 활동을 통한 배려·소통에서의 유의미한 증가(박세훈, 장진영, 고시용, 2018)를 확인하였다.

집단 교육 및 프로그램의 효과와 의미는 개발의 목적과 지향하는 바와 더불어 그 프로그램을 실제로 수행하고 경험한 당사자의 경험이 중요하다. 실제로 청소년이 개인이 인성교육에서 어떠한 경험을 하고 있는지를 이해하고 이를 인성교육에 반영하기에는 한계가 있다.

참여자들의 경험을 구체적으로 탐색하는 것은 대상을 이해하고 그 경험을 반영하여 교육을 지속적으로 발전시키는 데에도 중요한 정보를 제공한다. 따라서 심심풀이 M3 프로그램에 실제 참여한 청소년의 생생한 이야기를 직접 듣고 이를 통하여 인성교육 프로그램의 경험을 구체적으로 탐색하였다. 본 연구에서 탐색한 연구문제는 ‘1. 청소년 인성교육 참여경험은 어떠한가? 2. 청소년 인성교육 참여 경험의 의미는 무엇인가?’이다.

II. 연구방법

1. 연구방법

본 연구는 포커스 그룹 인터뷰(Focus Group Interview) 연구 방법으로 진행되었다. 이는 질적 연구(Qualitative Study) 방법 중 하나로 연구자가 정한 주제에 따라 자료를 수집하는 방법으로 광범위하게 정의(Morgan, 2000)한다. 본 연구에서는 인성교육에 참여한 청소년의 자유로운 의사소통과 피드백을 통해 자료를 풍부하게 수집할 수 있는 방식으로써 인성교육 프로그램 참여와 활동, 인성교육 경험 및 발전 방안을 탐색하고자 포커스 그룹 인터뷰를 연구 방법으로 적절하다고 판단하였다. 이에 포커스 그룹 인터뷰를 통하여 자료를 수집하였다.

2. 연구참여자와 연구윤리

인간 대상 연구윤리에 따라 기관 생명윤리위원회(IRB)의 연구 심의와 승인* 후 참여자 선정을 진행하였다. 연구 목적에 따라 ‘심심풀이 M3’ 프로그램 전 회기에 참여한 중고등학생 청소년을 참여자 후보로 정하였으며, 참여한 프로그램의 내용은 <표-1>과 같다. 참여자 모집은 본 연구의 취지와 면담 목적을 다수의 학교 관계자에게 설명한 후 참여를 희망하는 청소년에게 연구설명서와 동의서를 미리 발송하였다. 자발적 참여 의사를 표명한 청소년의 법적 보호자에게도 서면과 유선을 통하여 연구 안내를 하고, 면담 내용을 숙지하고 참여할 수 있도록 사전 질문지를 전달하였다. 당사자 및 법적 보호자의 최종 동의하에 면담이 진행되었으며, 연구참여자의 특성에 관한 내용은 <표-2>와 같다.

<표 2> 연구 참여자 인적사항

참여자	성별	학교	학년	참여 시기 및 형태
참여자 1	남	중학교	1	2021년 수업형(진로탐색 수업)
참여자 2	남	중학교	1	2021년 수업형(진로탐색 수업)
참여자 3	남	중학교	1	2021년 수업형(진로탐색 수업)
참여자 4	남	중학교	1	2021년 수업형(진로탐색 수업)
참여자 5	여	고등학교	2	2021년 수업형(동아리 활동)
참여자 6	여	고등학교	2	2021년 수업형(동아리 활동)
참여자 7	여	고등학교	1	2021년 수업형(동아리 활동)

3. 자료수집

본 연구에서 실시한 포커스 그룹 인터뷰는 2021년 12월과 2022년 1월에 이루어졌으며, 발달연령과 그룹의 동질성을 고려하여 중학생과 고등학생 2그룹으로 나누어 진행하였다. 면담은 그룹마다 약 90분 가량 소요되었다. 인터뷰 질문은 연구 목적에 맞게 개방형 질문으로 구성하였다. 연구 참여자들은 질문에 대하여 자유롭게 답하고, 연구자는 질문지의 질문을 중심으로 빠짐없이 다루면서 필요에 따라 추가 질문을 더하는 반구조화 형태로 진행하였다. 구체적인 질문의 내용은 <표-3>과 같다.

* 원광대학교 생명윤리위원회(IRB) 심의승인(WKIRB-202111-SB-097).

<표 3> 인성교육 참여 경험에 관한 인터뷰 질문

구분	영역	질문내용
도입질문	인적사항	• 자기소개 (학년, 인성교육 참여 경력 및 형태)
주요질문	‘심심풀이 M3’ 인성교육 참여 경험	• ‘심심풀이 M3’ 참여 경험은 어떠한가요?
		• ‘심심풀이 M3’ 인성교육 참여는 어떻게 진행되었나요?
		• ‘심심풀이 M3’ 인성교육 참여 시 좋았던/ 어려웠던 점은 무엇인가요?
		• ‘심심풀이 M3’ 인성교육 지도자는 어떠했나요?
	인성교육과 자신	• ‘심심풀이 M3’ 참여 경험은 어떻게 기억되나요?
		• ‘심심풀이 M3’에서 가장 기억에 남는 것은 무엇인가요?
		• ‘심심풀이 M3’ 참여를 통한 변화가 있다면 무엇인가요?
		• 심심풀이 M3’와 같은 프로그램에 재참여 의사가 있다면 이유는 무엇인가요?
마무리 질문	인성교육 프로그램 발전방안	• 나는 어떤 프로그램으로 도움을 받고 싶나요?
		• 청소년 인성교육을 위해서 무엇을 도와주면 좋을까요?
		• 청소년에게 어떤 프로그램이 필요하거나 유익할까요?

4. 자료분석

녹음한 인터뷰 자료는 모두 전사하여 축어록을 작성하였으며 축어록과 현장 노트를 활용하여 연구자가 자료를 분석하였다. 전사한 내용을 반복적으로 읽으며 의미단위로 작성하고, 참여자들의 유사한 진술 내용을 범주화하였다. 연구의 타당성을 확립하기 위해 청소년 상담전문가 이자 질적연구로 박사학위를 받은 1인의 감수를 거쳐, 유사한 범주를 통합하거나 새로운 범주를 생성하는 작업을 반복적으로 확인하였다.

III. 연구결과

포커스 그룹 인터뷰 자료를 바탕으로 청소년 인성교육 참여경험을 분석한 결과, 2개의 주제에 따라 6개의 범주와 13개의 하위범주로 나타났다. 결과는 <표-4>와 같다.

<표 4> ‘심심풀이 M3’ 인성교육 참여경험에 관한 인터뷰 분석 결과

주제	범주	하위범주
인성교육 참여경험은 어떠하였나	형식에 매이지 않는 즐거운 시간	• 기대 없는 시작이었으나 하다 보니 재미있음 • 부담감 없이 편하게 함께하는 시간 • 지도자(강사)에 대한 신뢰가 생기고 친밀감을 느낌
	마음이 주제가 되는 시간	• 마음에 관심 갖게 됨 • 명상에 대한 오해를 풀고 명상을 배움
	심심풀이를 마치며 인성교육에 바람	• 추천하고 또 하고 싶은 시간 • 인성교육에 바람
	힐링 : 멈추어 휴식하다	• 안식이 되는 편안한 시간 • 명상을 이해하고 일상에서 시도함
인성교육 참여경험의 의미는 무엇인가	존중 : 존재로 마주하다	• 경험으로 배운 인성 • 편견과 평가의 압박 없이 참여한 시간
	성찰 : 나를 바라보다	• 내 마음에 관심이 생김 • 더 나은 선택을 할 수 있음

1. 심심풀이 M3 참여 경험은 어떠하였나?

1) 형식에 매이지 않는 즐거운 시간

연구참여자인 청소년들은 개인적인 선택과 신청으로 인성교육에 참여한 것이 아니라, 학교 계획에 따라 인성교육 프로그램을 정규 수업 시간이나 정규 동아리 활동 시간을 통하여 접하였다. 따라서 특별한 기대 없이 주어진 학교 계획과 수업 시간표에 따라 수동적으로 참여하게 된 시작이었으나 같은 반 또는 같은 동아리 친구들과 함께하면서 점차 프로그램에 흥미를 갖게 되었다. 인성교육 프로그램은 회기 마다의 목적과 목표가 설정되어 있으면서도 학생의 입장에서는 진도에 대한 부담 없이 딱딱하고 지루하지 않은 재미있는 시간이었다. 특히 참여자들은 인터뷰에서 인성교육 지도자와의 긍정적인 경험을 강조하며 권위적인 교사가 아닌 친밀하고 편안한 대상으로 그들을 인식하고 좋아하는 것으로 나타났다.

기대 없는 시작이었으나 재미있어짐

별로 아무 생각이 없었어요. 그냥 하라니까 하는 그런 거였는데...

기대 없고 그냥 '하라고 하는거니까 해야지'라는 생각으로 시간 되면 참여하고 그런 게 다예요. 하기 싫진 않았는데 그냥 아무 생각이 없었어요. -참여자 6-

저는 이게 뭔가 처음 해보는 거여 가지고... 어쨌든 좀 두려움도 조금 있었는데, 해보니 재미있었어요. 처음 해보는 것이기도 하고 뭔가 뭘 할지 상상이 안 되니까... -참여자 5-

처음에는 뭐 하는지 몰랐어요. 조금 하다가 중간쯤에는 무슨 명상도 하길래 무슨 뭐 한다 해서 조금 즐기기도 했다가 그 다음에 나중에는 좀 재밌었어요. -참여자 2-

처음에는 좀 하기 싫고 귀찮고 했는데 하다 보니까 선생님도 착하시고 심심풀이를 하면 명상도 하고 재밌었어요. -참여자 3-

부담감 없이 편하게 함께하는 시간

뭔가 수업이랑 수다가 딱 분리된 게 아니라 둘이 합쳐진 것 같아서 편하게 (했어). -참여자 4-

혼자 하면요, 이 프로그램 혼자 하면 약간 되게 재미없을 것 같아요. 왜냐면 혼자 하면 약간 이야기도 더 없어질 것 같고, 이야기하면서 하는 게 재밌는데 친구한테 잘못 말하면 이런 애들이 깐단 말이에요. 그러면 그런 게 있어야 하는데 혼자 하면 그런 게 없을 것 같아서 재미없을 것 같아요. -참여자 2-

대화하면서 하니까 더 재밌는 것 같아요. -참여자 3-

일단 어려운 활동이나 그런 게 있는 게 아니어 가지고 좀 편안하고... -참여자 6-

수업에 집중해야 되는 게 있고 계속 봐야 되긴 하는데 뭔가 진담 시간에는 명상으로 시작해서 편안한 마음으로 할 수 있었다 싶었어요. 뭔가 책이라는 개념이 아니라 모든 면에서 자유롭다는 그런 마인드라... -참여자 1-

(선생님이) 되게 잘해주시고 친구들이랑 같이 놀면서 하니까 되게 재밌었어요. -참여자 5-

지도자(강사)에 대한 신뢰가 생기고 친밀감을 느낌

다른 선생님들이랑 수업하면 선생님이랑 잘 안 친해진단 말이에요. 근데 이 심심풀이 하면 선생님이랑 약간 더 잘 친해지는 것 같아요. -참여자 2-

엄청 잘 해주셨어요. -참여자 1-

선생님이랑 막 얘기도 하고 그러면서 친해졌어요. -참여자 3-

진도 나가려고 억지로 이렇게 하는 게 아니라 그냥 하고 싶은 대로 해라 그런 느낌. -참여자 6-

되게 저희가 어렵지 않게 잘 설명해 주신 것 같아요. -참여자 7-

되게 편안하게 해주려고 노력을 많이 하신 것 같았어요. -참여자 6-

2) 마음이 주제가 되는 시간

참여자들은 학과목이 아닌, '마음'이 주제가 되는 교육이 신선하게 다가왔으며 익숙하면서도 잘 알지 못했던 자기 마음에 대해서 본격적으로 주제 삼는 시간에 대한 만족감을 나타냈다. 외부의 대상이 아닌 자신의 마음이 주제가 되어 그 마음을 바라보고 마음의 원리와 작용을 배우는 것이 스스로에게 유익하고 좋은 기회라고 여겼다.

한편 학생들에게 명상이라는 단어가 낯선 것은 아니었으나 각자의 짐작으로 오해하는 부분이 있었다. 명상을 제대로 배우지 못하였거나, 정적으로 앉아 차분하게 생각한다는 단편적인 이미지로 받아들이면서 생각을 깊게 하면서 잘못에 대한 반성을 하거나 문제를 해결하는 방법을 찾는 것으로 이해하는 부분이 있었다. 심심풀이에서 소리집중명상, 호흡바라보기, 잡념대처방법, 단전주명상 등을 배우고 실습하면서 이들은 명상을 새롭게 인식하고 경험하였다. 이들이 경험한 명상은 문제를 해결하는 것이 아닌 멈추는 것이었고, 채우는 것이 아니라 비우는 것이었다.

마음에 관심을 갖게 됨

'마음은 ○○이다'라고 이렇게 해보는 시간이 있었는데, 저는 그 말, 그 사람들이 그걸(마음을) 모를 거잖아요. 그런데 저는 약간 이(심심풀이) 동아리를 하면서 내 마음에, 내 마음을 어떤 것에 비유할 수 있는지를, 내 마음을 어떤 것에 비유를 할 수 있게 된 것 같아요. -참여자 7-

자기 모습을 돌아보고 나에 대해서 좀 더 알아볼 수 있고 재밌게 성장을 할 수 있는 프로그램인 것 같아요. ... 이런 마음을 자기 마음을 보는 프로그램 이런 걸 쉽게 접할 기회가 없었는데 이렇게라도 한 번씩 접할 수 있어서 다른 사람한테 자기 마음을 확인하고 자기가 지금 어떠한 마음인지 어떤 상태인지 확인해 볼 수 있는 계기가 되어서 좋았다고 생각하고요. 그러면서 제 상태가 지금 어떤지 그런 거 알 수도 있고... -참여자 5-

심심풀이를 하면서 딱 (내) 마음을 돌아보고 아주 재밌었습니다. -참여자 4-

명상에 대한 오해를 풀고 명상을 배움

전 그냥 명상할 때 약간 명상(이라고)하ற구요. 제가 태권도 옛날에 다녔을 때 명상하면, 잘못된 거 막 생각하라고 해서, 명상이 제가 잘못된 걸 돌아보는 게 명상인 줄 알았는데, 근데 거기(심심풀이)서 명상하는데 일단 비운 다음에 뭐 하나에 집중하는 거라고 새롭게 배워가지고 그것도 알고, 전에는 명상할 때 약간 조금 한 다음에 처음에 졸렸었는데 나중에 좀 하다 보니까 안 졸리고 그 다음에 눈 뜰 때 되게 좀 밝아요. -참여자 2-

이게 명상이 (생각한 것과) 다른 개념인 것 같고, 잡생각을 줄이는 게 아니라, 뭐 하나 생각에 집중하는 건 줄 알았는데, (심심풀이) 쌤의 명상의 말을 듣고 '나서 내가 하는 명상이 달랐구나'라는 생각을 하게 됐어요. ... 제가 근심 같은 거 있으면 그걸 깊게 생각해서 어떻게 해야 하는지 풀어내는 게 명상이라고 생각을 했었어요. 근데 원래 그냥 마음을 비우니까 좀 명상을 하고 나서 머리가 개운해지는 것 같기도 하고 그런 느낌이 들었어요. -참여자 1-

3) 심심풀이를 마치며 인성교육에 바람

참여자들은 인성교육을 처음 시작할 때와는 다르게 인성교육에 대한 바람과 요구가 있었다. 심심풀이와 같은 인성교육의 기회가 다시 주어진다면 재참여하고 싶고 다른 친구들에게도 추천하고 싶다고 하였다. 이들은 학교 정규수업시간에 대면으로 프로그램에 참여하였음에도 불구하고, 코로나19의 제약에 아쉬워했고, 주어진 심심풀이 시간을 짧게 느끼기도 하였다. 이들에게 심심풀이 경험은 긍정적이었고 가능하다면 더 많은 시간이 주어지길 바랐기에, 이후에도 인성교육이 더 필요하다고 생각했다.

한편, 인성교육을 위해서 어떤 것이 필요하고 어떤 것을 원하는지에 대해서는 의견이 다양하면서도 자존감 향상이나 자기에 대한 긍정적인 이미지 고치를 위한 프로그램에 대한 의견을 주로 말하였다. 서로 다른 의견으로는 우울증에 대한 개입, 성찰의 기회, 학생보다 부모와 교사를 대상으로 하는 인성교육이 필요하다는 의견 등이 있었다. 다소 엇갈린 의견 속에서도 공통된 점은 인성교육이 필요하고 도움이 된다는 것이었다.

추천하고 또 하고 싶은 시간

(수업을) 마음으로 하는 것 같아요. ... 이런 프로그램을 해본 적이 없어요. -참여자 3-

뭔가 공부야 아닌 놀이? (같아요). -참여자 1-

그냥 수업시간인데 좀 다른 것 같아요. 친근감? 그런 게 되게 있었던 것 같아요. ... 또 하고 싶어요 -참여자 2-

그냥 한번 해보면 재밌을 거라고 말해주고 싶어요. -참여자 3-

(이 프로그램하고) ** 같은 애들한테 마음 좀 챙기라고 그렇게 말할 것 같아요. -참여자 4-

심심풀이는 그냥 수업인 것 같으면서 수업이 아닌 것 같은 수업이에요. -참여자 4-

저는 '너를 성장시킬 수 있는 동아리(심심풀이)'라고 소개할 것 같아요. 저는 이 동아리(심심풀이) 하면서 약간 저는 힐링 됐던 것 같아요. 그런 것도 있고, 그래서 저는 친구들한테 '이거 하면 난 일단 힐링 됐던 동아리(심심풀이)야'라고 할 것도 같고, 왜냐면 너가 몰랐던 것들 알 수 있게 될 거야라고 소개할 것 같아요. -참여자 7-

인성교육에 바람

저는 (인성교육에) 자아성찰 같은 게 있었으면 좋겠어요. 내가 놓쳤던 부분들을 다시 생각하게 하는 게 저는 청소년이 어떤 게 잘못인지를 알게 하는 과정인 것 같아요. -참여자 4-

자기가 하고 싶은 거 하면 될 것 같아요. 저희가 하고 싶은 거 좀 할 수 있게요. 저희가 하고 싶은 건 못하게 하고, 잘할 수도 있는데. 그런데 그런 거 막 계속 못하게 하고 운동 같은 거랑 음악 같은 거 못하게 해서 그런 게 좀 그래요. -참여자 2-

청소년 가르치는 것보다 엄마, 부모님을 가르치는 게 먼저 같아요. -참여자 2-

부모님의 편견들 좀 바꿔보고 싶어요. 고정관념. -참여자 1-

청소년 말고 선생님을 교육시켜요. -참여자 2-

약간 친구들에게 자존감을 높일 수 있는 그런 얘기가 조금이나마 인성교육을 통해서 나왔으면 좋겠어요. 왜냐면 자존감도 많이 없고 자신감도 많이 떨어지는 사람이 많다고 생각을 해서, 저희는 (지금) 인성교육을 그래도 하잖아요, 학교에서. ... 그럴 때마다 그냥 인성에 관한 얘기가 아니라 "너네는 잘하고 있어. 잘할 거야. 정말 멋져. 정말 이빠" 이런 걸 얘기를 하면, 그러면 자신감도 올라가고 자존감도 올라가고 그러지 않을까요. -참여자 7-

2. 심심풀이 M3 프로그램 참여경험의 의미는 무엇인가?

1) 힐링: 멈추어 휴식하다

참여자들은 심심풀이 프로그램에서 숨을 편히 쉴 수 있었고 편안한 휴식을 경험했다. 인성교육을 위한 시간으로 주어졌으나, 애써 결과물을 만들고 평가받지 않는 것에서 안도감을 경험하고, 명상을 통하여 무언가를 생각하고 작업하지 않는 멈춤과 휴식에서 편안함을 경험했으며, 강사와 친구들과의 관계에서 즐겁고 자유로웠다. 정해진 일정에 따라 주어진 학업을 완수하고 진로에 대한 고민과 준비를 하며 쫓기듯 분주한 생활에서 심심풀이 시간은 충전과 쉼이 되는 안식처였다.

이러한 느낌은 심심풀이에서 실습한 명상과도 연결이 되었다. 심심풀이에서 자신의 마음을 살피는 것과 여러 명상을 경험한 후 이를 일상에서도 시도하고자 노력하는 모습이었다. 참여자들은 스트레스 상황에서 감정을 조절하기 위하여 명상을 시도하거나, 물입을 위하여 높은 효율을 발휘하기 직전 자신의 몸과 마음을 다스리는 방법으로 사용하는 등, 명상을 가까이 느끼고 각자의 일상에서 쉽게 떠올리고 있었다.

안식이 되는 편안한 시간

저는 평온하게 시간 보내다가 갈 수 있는 그런 동아리. -참여자 6-

음... 약간 안식처? 그 동아리 하면서 편했던 것 같아요. 그 선생님이랑 같이 얘기 나눈 것도 그렇고 수업 듣는 것도 그렇고 거기가 유일한 제 숲속이랄까. 그런 표현... 그랬던 것 같아요. -참여자 7-

뭔가 수업시간이 아닌 느낌이었어요. 편안한 느낌... 휴식시간 같은 느낌. 이게 그냥 수업, 아, 수업 같은, 압박감이 아닌 편안함이었던 것 같아요. -참여자 1-

약간 숨 돌릴 수 있는 공간. 심심풀이하면서 그런... 숨을 좀 쉴 수 있는 (시간)... -참여자 6-

명상을 이해하고 일상에서 시도

시험 끝나면 되게 여러모로 머리가 복잡해지고 이러는데 그거 좀 없애보려고 해가지고 명상을 한번 시도했던 기억이 있어요. (연구자: 어떻게 시도했는지 알려줄 수 있어요?) 집에서 차분한 노래 같은 거 틀어놓고 하면서... (연구자: 효과가 있었어요?) 있었어요. -참여자 6-

처음에는 되게 지루? 뭔가 약간 그랬는데 하다 보니까 약간 마음도 진정이 되고 그리고 일상생활에서 한번 해봐야겠다라는 생각이 들었어요. ... (연구자: 해본 적도 있을까요?) 한번씩... 약간 힘들 때나 약간 화날 때나 한 번씩 마음속으로 침착하자고 생각할 때(해요). 친구들한테도 약간 릴렉스 하라고... -참여자 5-

한 번씩 흥분을 가라앉힐 때 한 번씩 하면 좋은 것 같아요. 한 번씩 힘들 때 명상을 한 번씩 해요. (연구자: 어떻게? 어떤 방법으로 하는지 알려줄 수 있어요?) 그냥 혼자 방송 듣고, 눈 감고 1분 동안 그냥. ... 생각 아무것도 안 해요. ... (명상을 하니까) 수업하기 전에 약간 뭐라 해야 하지? 수업하기 전에 집중도 잘 되고 다른 생각이 별로 안 들었어요. -참여자 3-

(명상을) 하려 했는데 귀찮아요. 그냥 눈 감고 있는 게 그래요. 그러니까 몸 가만히 못 있거든요. 그래가지고 그런 거 하면 몸이 약간 꿈틀 꿈틀 거러가지고 그래요. -참여자 2-

공부하기 전에 해보면 좋을 것 같아요. -참여자 2-

약간 청명해지는 것 같았어요. 개운해지는 느낌. ... 명상을 하면 수업시간에 다른 잡생각 안 들고 딱 집중해서 할 수 있게 돼서 명상이 제일 기억에 남는 것 같아요. -참여자 4-

2) 존중: 존재로 마주하다

인성교육을 위한 시간에서 지도자와 참여자, 강사와 학생이라는 역할로 만났으나 참여자들은 심심풀이 지도자에게 특별한 경험을 하였다. 그동안의 선경험과 편견으로 권위적이고 강압적인 위계적 관계일거라 예상했던 참여자들은 압박과 강요 없이 다가오는 심심풀이 강사에게 존중과 배려를 경험하였다. 제도권 교육에서 성적으로 평가되고 그에 따라 대우가 달라지는 불합리함에도 어느새 익숙해진 학생들에게, 편견과 평가 없이 한 사람 한 사람을 존재로 대하는 강사의 태도는 교사에 대한 신뢰와 존재로서 존중받는 감동을 주었다.

존중과 배려는 인성교육에서 강조하는 중요 인성덕목의 하나이기도 하다. 이를 말이나 글이 아닌 체험으로 겪으면서, 자신이 경험한 존중뿐 아니라, 강사가 다른 친구들을 대하는 태도에서도 존중과 애정을 느끼며 이를 직접 보고 배우고 있었음을 확인하였다.

경험으로 배운 인성

우리한테 많은 걸 해주려고 노력하시는 것 같아요. 그냥 친구 같은 그런. 그러니까 교과서만이 아니라 교과서를 보는 게 아니라 그냥 우리가 진짜 직접 보고 교양식의 수업을 했던 것 같아요. -참여자 4-

(심심풀이 시간에) 편안하게 해주시고 되게 저희를 배려해주신다 그런 느낌을 받았구요. (자기) 생각 같은 거 말하라고 할 때 되게 머뭇거리는 경향이 있으면 굳이 말 안 해도 된다고 하시고 그런 거 있어서... 진도 나가려고 억지로 이렇게 하는 게 아니라 그냥 하고 싶은 대로 해라 그런 느낌. ... 강요 안하시고 배려해주시는, 제가 고민을 그런 걸 많이 하는 스타일인데 먼저 다가와 주고 예시를 들어보면서 제 생각을 쓸 수 있도록 해주셔가지고 표현을 잘 할 수 있었어요. -참여자 6-

다 괜찮았던 것 같아요. 선생님의 수업 방식이 그랬던 것 같아요.

그렇게 막 혼내지도 않고, 선생님이. 뭐 또 잘 맞추거나 그러면 먹을 것도 주고 그래서 좋아요. (다른 수업은) 뭔가 규칙적인 것 같아요. 조금만 움직여도 툭 치잖아요. 그러면 기분이 나빠요. 그냥 좀만 이렇게 구부렸다가 이렇게 아래만 봐도 막 이렇게 하시고 ... 기분이 엄청 나빠요. -참여자 2-

엄청 잘해주셨어요. 선생님이 하는, 우리를 대하는 그런 행동이나 우리를 존중해주는 그런 게 많이 그런 느낌이 들었어요. (연구자: '선생님이 우리들을 존중해 주는구나'라는 생각이 들었던 그런 기억이 있을까요?) 친구들이 떠들 때도 그냥 과한 게 아니라 그냥 그 친구들도 생각할 수 있게 수다를 같이 뭐가 좀 같이 합치면서 거부감이 안 들게 하는 게 있었던 것 같아요. ... 그냥 (그 애들한테) 말 거는 거? 그냥 그런 말투로 해서 상대방도 기분이 안 좋게 만들지 않기 위해서 했던 것 같아요. -참여자 1-

되게 좀 선을 넘는 장난을 쳐도 받아주시면서 약간 더 선을 못 넘게 해주신 것 같아요. -참여자 3-

방금 말한 것처럼 강요 안 하시고 배려해주시는, 제가 고민을 그런 걸 많이 하는 스타일인데 먼저 다가와 주고 예시를 들어보시면서 제 생각을 쓸 수 있도록 해주셔가지고 표현을 잘할 수 있었어요. -참여자 5-

편견과 평가 없이 참여한 시간

그 시간만큼은 다른 시간에 비해서 자신에 대해서 알 시간이 많았어요. 그래 가지고 조금 더 편안했던, 나에 대해서 고민을 좀 해볼 수 있어 가지고... (다른 수업은) 일단 평가에 대한 부담감도 있었던 것 같아요. -참여자 5-

발표를 할 때 작은 소리도 들어줘요. 뭔가 큰 애들 위주 보다는 좀 작은, 목소리가 작거나 행동이 좀 소심한 친구들도 배려해주셔서, 저희도 체험을 최대한 할 수 있게 도와주셨어요. ... 발표할 때는 큰 소리를 듣는 게, 일단 일반적으로 큰 사람을 뽑는 게 맞잖아요. 근데 선생님은 편견 없이 다 하나씩 뽑아주셔서 (모두가) 어떤 의견을 가지고 있는지 그래서 이해가 됐어요. -참여자 1-

성적 같은 걸 매기지 않아서 그렇게 매기지 않아서. 그런 게 없어서 좋았어요. -참여자 2-

3) 성찰: 나를 바라보다

참여자들은 심심풀이를 통하여 자신을 돌아보고 바라보는 경험을 하였다. 자신의 마음을 관찰하고 그 특성을 이해하고 표현하는 과정에서 평소에 알지 못하고 보지 못했던 자신의 마음을 확인하는 계기가 되었다. 상위 인지 기능을 배우고 이를 통하여 자신의 마음을 바라보고 새롭게 발견하는 것은 흥미롭고 재미있는 과정이었다.

또한 마음을 바라보는 행위에서 부정적인 자동적 반응을 멈추고 숙고하는 기회를 갖게 되면서, 습관적인 '그냥'이 아닌 의식한 상태에서의 선택과 선택에 따른 행동이 가능해지고 있었다. 마음을 바라보는 행위 자체가 변화를 주는 것은 아니지만, 그로 인하여 더 나은 선택을 할 수 있고 더 나은 결과로써 자신이 성장할 것이라 기대하였다.

내 마음에 관심이 생김

자기의 모습을 돌아보고 나에 대해서 좀 더 알아볼 수 있고 재밌게 성장을 할 수 있는 프로그램인 것 같아요. ... 그리고 아까 제가 힐링 됐다고 말했잖아요. ... 명상 있잖아요. 그 명상을 하면 마음도 편해지고 자연에 와 있는 사람처럼 이렇게, 뭐라 해야 하지? 그러니까 마음을, 그러니까 생각을 비워놓는 다? 잡생각을 없앤다? 그런 시간이었던 것 같아서 저는 그렇게 생각해요. -참여자 7-

그래도 조금은 제 마음에 좀 솔직해질 수 있었고, 솔직해지는 게 지금 솔직히 불안이 되기는 하는데 예전보다는 좀 덜 불안도 드는 것 같고, 자신감도 조금 생긴 것 같고. -참여자 6-

이런 마음을 자기 마음을 보는 프로그램 이런 걸 쉽게 접할 기회가 없었는데 이렇게라도 한 번씩 접할 수 있어서 다른 사람한테 자기 마음을 확인하고 자기가 지금 어떠한 마음인지 어떤 상태인지 확인해 볼 수 있는 계기가 되어서 좋았다고 생각하고요. 그러면서 제 상태가 지금 어떤지 그런 거 알 수도 있고... -참여자 5-

자기 자신이 처음에는 그래도 정상적으로 생각한다고 느꼈는데 하고 나서 제가 얼마나 좀 산만했는지 더 깨달았던 것 같아요. (연구자: 어떻게 알게 됐어요?) 명상을 하고 나서 제가 처음에는 (명상이) 힘들었기 때문에 내 자신이 좀 산만하다 생각했는데, 지나고 나서는 내가 좀 됐구나 그런 생각이 들었어요. -참여자 1-

더 나은 선택을 할 수 있음

음... 제가 그 표현하는 걸 잘 못하는데 이걸 하면서 약간 제 마음이 어떤지 좀 더 돌아보고 어떤 사람인지 알 수 있었고, 만약에 이런 상황이 된다면 난 어떻게 할까 이런 상상을 해보고, 이렇게 해봐야겠다 그러면서 약간 좀 더 좋은 선택 방향? 그 상황에서? 그런거를 생각해볼 수 있었어요. ... -참여자 5-

아직 저의 변화에 대해서 딱히 좀 확연히 달라진 건 없는 것 같은데, 뭔가 근데 확실히 바뀌고 있는 것 같기는 해요. 태도적이나 좀 생각하는 마인드적으로 바뀌고 있는 것 같아요. (연구자: 어떤 식으로 바뀌고 있을까?) 뭐가 무엇을 보면 좀 그냥 하는 게 아니라 어떤 쓰임새인지 좀 자세하게 알게 되는 것 같아요. -참여자 1-

예전보다 아주 조금 덜 까부는 것 같아요. 심심풀이를 하면 뭘 생각할 때 좀 더 생각을 하고 행동을 하기 때문이에요. (연구자: 어떤 생각을 할까요, 구체적으로?) 이거 하면 어떻게 되겠다 그런 생각을 하는 것 같아요. -참여자 4-

IV. 결론 및 논의

본 연구는 인성교육 프로그램에 참여한 청소년의 경험을 질적으로 탐색하여 체계적으로 분석하기 위한 목적으로 청소년 인성교육 참여경험을 분석한 결과, 2개의 주제에 따라 6개의 범주와 13개의 하위범주로 나타났다.

연구 결과를 통하여 인성교육 참여한 청소년들의 경험이 시사하는 바는 다음과 같다.

첫째, 참여자들은 심심풀이 M3에 참여하면서 인성교육에서 기대하지 않았던 다각적인 긍정적 경험을 하였다. 진도를 나가고 미래를 향해 달리던 마음을 멈추고 현재에 집중하며 자신을 바라보고 이해하는 경험은 그 자체가 휴식으로 받아들여졌고 그 경험이 명상으로 남았다. 둘째, 평가와 편견 없이 자신을 바라보고 존중하는 지도자의 진실한 태도와 애정에서 참여자들은 존중과 배려를 몸으로 배우게 되었다. 학업 수행과 학업 성취라는 목표를 지향하는 역할이 아닌, 인간 대 인간으로 서로 마주하는 존중의 경험에서 인성을 배우게 되었다. 셋째, 참여자들은 자신을 바라보며 마음에 관심을 갖게 되면서, 인성교육 시간에 긍정적으로 경험한 것을 일상에서 확장하고자 하는 시도를 했으며, 이를 통하여 더 나은 선택을 할 수 있고 하게 될 것이라는 자신감을 갖게 되었다.

이를 통하여 청소년 인성교육과 관련하여 다음과 같이 논의하고자 한다.

첫째, 인성교육은 덕목 주입이 아닌 마음의 원리에 따라 맥락적으로 이루어져야 한다. 마음의 원리에 대한 이해와 자신의 마음을 대상으로 한 체험형 활동 중심의 맥락적 교육은 청소년 참여자들에게 자연스러운 흥미와 함께 참여의 동기를 고취 시킨 것으로 나타났다. 「인성교육 진흥법」에서 제시하는 인성의 핵심 가치와 덕목을 고려한다 하더라도 이에 대한 덕목 중심의 교육은 자칫 또 다른 형태의 주입식 교육이 될 우려가 있다. 근본적인 마음의 원리를 이해하고 그 원리를 이해하고 실천하는 일관된 일련의 과정에서 참여자들은 참여 전보다 자신의 마음에 관심을 가지고 자신을 돌아보게 되었다고 하였다. 이는 직접적이고 수동적인 교육이 아니라 공동체적인 능동적 학습 안에서 맥락적 인성교육이 효과적으로 이루어질 수 있다는 주장(김미서, 윤은주, 2019)을 지지한다. 우연적이고 상황적인 교육의 장면들이 오히려 우리의 실제 생활과 밀접하게 연결되어 있고 이를 통하여 일상으로 확장이 가능해진다.

둘째, 단순한 형식으로도 명상의 의미를 경험할 수 있으나 마음공부 혹은 명상을 기반으로 하는 인성교육은 철저한 이론 탐구에 바탕한 방향 설정을 해야 한다. 학교 현장과 같은 제도권 교육에서 종교적 색채는 철저히 배제되어야 하나, 마음공부 및 명상의 정신과 교학은 인성교육에서 고려되어야 한다(고형일, 2015). 인성교육이 각 분야에서 근본적인 메시지를 담지 못한 상태로도 기다렸다는 듯이 프로그램화되어 쏟아진 바와 같이 명상이나 마음공부 또한 다른 개념들과의 충분한 고려없이 형식적으로 사용되어서는 안된다. 종교에 대한 교육이 아니라 종교적 교육(성혜영, 박법석, 2015)으로써 마음공부 혹은 명상이 기법으로써 활용되는 것뿐 아니라 실존하는 존재로서 본질적인 마음공부의 의미를 전달할 수 있어야 한다. 이에 대한 철저한 고민과 방법론이 필요할 것이다.

셋째, 위의 논의와 연결하여 인성교육에서 지도자의 우수한 역량과 자질은 매우 중요하다. 참여자들이 경험으로서 인성을 배우고 습득하는 자연스러운 상황적 학습은 교육을 제공하는 지도자의 자질과 태도 및 가치관에 크게 기인하고 있음을 알 수 있다. 이는 인성교육 특히 명상 지도인의 역량과 인성에 관한 강조(고형일, 2017)나 부실한 역량의 인성교육 강사에 대한 문제 제기(교육부, 2016)와도 일맥상통한다. 참여자들이 경험한 인성교육 지도자들은 심심풀이 프로그램을 위한 지도자 연수를 받았을 뿐 아니라 마음공부 및 명상을 오랜 기간 실천하고 있는 전문가들로 구성되어 있다. 이는 선행연구에서 제시한 강사 역할 이전에 좋은 사람으로 다가가고자 진정으로 노력하고, 말이 아닌 태도로써 인성을 보여주고자 한 지도자들의 노력(이은수, 장진영, 고시용, 2019)이 전달되어 참여자들과 연결되고 있음을 보였다. 효과적인 프로그램 운영을 위해서는 우수한 프로그램 개발과 연구 뿐 아니라 우수한 지도자를 양성하고 역량을 증진하기 위한 지속적인 교육과 시스템 구축도 매우 중요함을 잊지 말아야 한다.

간과하지 말아야 할 중요한 사실은 인성교육과 인성교육 프로그램은 동일하지 않다는 것이다. 청소년 인성교육의 진정한 의미는 인성이 함양되고 인성적 존재로 살아가는 것이며, 만약 그러한 결과가 나타났다면 그것은 그 청소년이 인성의 가치를 깨닫고 그렇게 살아가기로 진정으로 원했기 때문이다. 또한 그 모습은 얕이 삶 속에서 실천되어 나타나므로 어느 한 시점의 확인으로는 한계가 있다. 본 연구 결과는 청소년 인성교육의 효과로 제시하는 것이 아니며, 오히려 본 연구는 청소년의 생생한 목소리를 전달하는데 의의가 있다. 연구자는 청소년상담자이자 연구자로서 인성교육 프로그램 지도자(강사)와 분리되어 연구자로서 참여자 청소년들을 대면하면서 이들이 보다 자유롭게 편안하게 인터뷰 할 수 있는 환경을 제공하였다.

한편, 이미 12회기 심심풀이 M3 프로그램을 마친 다수의 학교 청소년을 참여자 후보로 선정하는 과정에서, 동일한 매뉴얼임에도 이들이 참여한 프로그램의 진행 방식에는 지도자의 유연한 운영에 따른 다소간의 차이가 있다는 점과 중학생과 고등학생의 발달 단계적 차이 등은 연구에 반영되지 않은 한계가 있다.

인성교육 프로그램 참여는 종료하였어도 일상에서 학습된 바를 유지 발전시키는 것은 매우 중요한 일이다. 참여자들은 명상을 이해하고 긍정적인 경험을 하고 이후의 실생활에서 적용하고 싶은 바람을 드러냈으나, 프로그램 종료 후 이를 지원할 방안에 대한 필요성이 제기된다. 따라서 심심풀이 M3의 기본 프로그램 뿐 아니라 심화 과정의 프로그램 개발 필요성이 있다.

위와 같은 한계에도 불구하고 본 연구는 그간 선행된 많은 인성교육 프로그램의 효과성 검증 연구들에서 드러나지 않은 청소년들의 목소리를 직접 담은 경험적 자료를 제공하고 있다. 본 연구의 결과가 인성교육 프로그램의 개선 및 청소년의 인성교육 나아가 청소년의 건강한 발달을 효과적으로 지원하기 위한 유용한 기초 자료로 활용되기를 기대한다.

국문초록

본 연구의 목적은 청소년의 인성교육 프로그램 참여 경험에 대해 탐색하고 질적으로 체계적으로 분석하는 것이다. 이를 통하여 청소년이 경험하는 인성교육을 이해하고 인성교육이 나아갈 방향과 의미를 고찰하고자 하였다. 연구를 위하여 학교에서 실시하는 12회기 이상의 인성교육 프로그램에 참여한 중·고등학교 청소년을 대상으로 포커스 그룹 인터뷰를 실시하였다. 인터뷰는 참여자 및 참여자의 보호자의 동의를 얻어 녹음하고 그 내용을 녹취하여 분석하였다. 분석한 결과, 2개의 주제에 따라 6개의 범주와 13개의 하위범주로 나타났으며 연구 결과를 통해 제시하고 그 의미를 해석하였다. 본 연구가 인성교육 프로그램에 참여한 청소년들의 경험적 자료를 제공함으로써 프로그램의 개선, 나아가 청소년의 인성교육 및 명상과 마음공부의 효과적인 확산을 위한 자료로 활용되어 기여하기를 기대한다.

주제어

인성교육, 마음공부, 명상, 심심풀이 M3, 질적연구

References

- 김유리, 김현철, 박진옥, 권선향, 김누리.(2016). “인성교육의 새로운 패러다임”, 한국교육문제연구, 34(4), 1-20.
- 김미서, 윤은주 (2019). “삶의 방식으로서의 인성교육—돌뢰츠의 되기 (becoming) 관점을 통해”, 유아교육연구, 39(6), 149-176.
- 김유리, 김현철, 박진옥, 권선향, 김누리 (2016). “인성교육의 새로운 패러다임”, 한국교육문제연구, 34(4), 1-20.
- 김태경 (2019). “인성개념, 그리고 인성교육의 필요성과 방향성”, 인문과학, 74(0), 231-253.
- 김태준, 백선희, 홍영란, 류성창, 장근영(2014). “21세기 글로벌 교육개혁 동향 분석 연구(Ⅱ): 비인지적 역량 개발을 통한 창의인성교육 국제비교(연구보고 RR2014-15)”, 서울: 한국교육개발원.
- 고형일 (2015). “마음챙김의 심리적 단계와 인성교육”, 교육치료연구, 7(3), 393-413.
- 고형일 (2017). “인성교육의 한 방법으로 마음챙김 훈련 프로그램의 한계점과 발전방향”, 교육연구, 39(2), 1-16.
- 박세훈 (2013), 「국가의 인성교육 정책과 청소년 인성교육 프로그램—청소년마음공부 프로그램 ‘심심풀이’」, 『마음공부프로그램 현장전문가 초청강연 자료집』.
- 박세훈, 장진영, 고시용 (2016). “원불교 청소년 인성교육 프로그램 개발 및 적용”, 종교교육학연구, 50, 27-46.
- 박세훈, 장진영, 고시용 (2018). “마음공부 인성교육 프로그램의 사례 및 효과검증—‘심심풀이 M3 (Meta-Mind Meditation)’프로그램을 중심으로”, 종교교육학연구, 56, 79-101.
- 박은민 (2012). “대학생을 위한 인성교육 프로그램 효과”, 한국콘텐츠학회논문지, 12(7), 497-509.
- 손경원 (2016). “인성교육의 연구 동향과 과제”, 윤리교육연구, 39, 97-133.
- 유병열 (2015). “인성교육의 성과와 한계”, 한국교원교육학회 학술대회자료집, 71-95.
- 유재봉 (2016). “학교 인성교육의 문제점과 방향”, 교육철학연구, 38(3), 99-119.
- 이경희. (2011). “청소년이 경험한 작은 명상”, 질적연구, 12(2), 85-99.
- 성해영, 박범석(2015). “인성교육법 제정의 종교교육적 의미—종교와 인성교육의 관계를 중심으로—”, 종교교육학연구, 49.
- 이은수 (2020). “마음공부 기반 청소년 인성교육 프로그램 현황과 전망”, 마음공부, 1, 85-105.
- 이은수, 장진영, 고시용 (2019). “청소년 인성교육 강사 경험에 관한 질적 연구—‘심심풀이 M3 (Meta-Mind Meditation)’프로그램을 중심으로”, 종교교육학연구, 61, 41-69.
- 이인재, 김봉제, 주유빈(2019). “네트워크 분석법을 활용한 인성교육 효과성 검증”, 윤리교육연구, 51(0), 635-668.
- 이현숙, 이윤선(2022). “교과연계 인성교육 효과성에 대한 메타분석”, 교육문화연구, 28(2), 145-168.
- 임수진(2014). “유아인성교육 프로그램 효과에 대한 메타분석”, 유아교육연구, 34(6), 347-363.
- 장진영, 박세훈, 고시용 (2017). “마음공부의 사회적 확산 과정: 심심풀이 M3 (meta-mind meditation) 프로그램을 중심으로”, 원불교 사상과 종교문화, 72, 261-288.

정석환, 배정혜(2020). “우리나라의 인성교육과 시민교육”, 동아인문학, 52, 249–285.

최연화(2022). “대학 신입생의 인성교육 참여가 자아탄력성과 대학생활 적응에 미치는 효과”, 교육문화연구, 28(1), 81–95.

Morgan, D. L., & Bottorff, J. L. (2010). Advancing our craft: Focus group methods and practice. Qualitative health research, 20(5), 579–581.

「인성교육 5개년 종합계획 자료집」, 『교육부(문체부, 복지부, 여가부)』, (2016).

인성교육진흥법 (법률 제17472호 신규제정 2015.1.20. 시행 2015.7.21.) <https://www.law.go.kr/%EB%B2%A5%EB%A0%B9%EC%9D%B8%EC%84%B1%EA%B5%90%EC%A1%EC%A7%84%ED%9D%A5%EB%B2%95> 2022년 5월 1일 인출.