

석사학위논문

# 자원봉사동아리 활동이 청소년의 자아정체감에 미치는 효과

지도교수 박 태 수



제주대학교 교육대학원

상담심리전공

문 성 훈

2000년 8월

# 자원봉사동아리 활동이 청소년의 자아정체감에 미치는 효과

지도교수 박 태 수

이 논문을 교육학 석사학위 논문으로 제출함

2000년 4월 일

제주대학교 교육대학원 상담심리전공



문성훈의 교육학 석사학위 논문을 인준함.

2000년 7월 일

심사위원장 \_\_\_\_\_인

심사위원 \_\_\_\_\_인

심사위원 \_\_\_\_\_인

<국문초록>

자원봉사동아리 활동이 청소년의 자아정체감에 미치는 효과

문 성 훈

제주대학교 교육대학원 상담심리전공

지도교수 박 태 수

본 연구는 봉사학습으로서 자원봉사활동과 심성수련활동을 조화시켜 재구성한 자원봉사동아리 활동을 청소년들에게 적용하였을 때 자아정체감에 어떤 효과가 있는지를 알아보는데 목적이 있다. 이 목적을 달성하기 위하여 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 I. 자원봉사동아리 활동에 참여한 상담집단이 자아정체감 검사의 사전 총득점과 사후 총득점간에 유의한 차가 있을 것이다.

가설 II. 자원봉사동아리 활동에 참여한 상담집단이 자아정체감 검사의 하위영역에서 사전과 사후검사의 득점간에 유의한 차이가 있을 것이다.

II-1) 신뢰성 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.

II-2) 자율성 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.

II-3) 솔선성 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.

II-4) 근면성 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.

II-5) 정체감 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.

연구의 대상자는 제주도 ○○중학교 남학생 중에서 희망자에 대하여 개별 면담을 실시하고 30명을 선정하였다. 상담집단(15명)과 비교집단(15명)으로 구성하여 실험연구를 하였다.

봉사학습으로서 자원봉사활동과 심성수련활동으로 구성된 자원봉사동아리 활동 프로그램은 선행연구 문헌을 참고하여 본 연구자가 체계화시켰다. 자원봉사활동은 원광요양원에서 노인들을 대상으로 직접봉사 형태로 이루어졌으

---

\* 본 논문은 2000년 8월 제주대학교 교육대학원 위원회에 제출된 교육학 석사학위 논문임.

며, 심성수련활동은 실내·실외 수련활동과 명상프로그램으로 이루어졌다.

본 연구에 사용한 자원봉사동아리 활동 프로그램은 1박 2일과 2박 3일 프로그램으로 구성되었다.

본 연구에 사용된 자아정체감 검사지는 김형태(1989)가 제작한 발달단계형 자아정체감 검사지를 자아정체감 검사지로 사용하였다. 자료의 처리는 SPSS/PC+전산프로그램을 이용하여 상담집단과 비교집단의 사전·사후검사를 실시하여, 상담집단과 비교집단간의 자아정체감에 미치는 효과에 대하여 t검증(1% 유의수준)을 실시하였다. 그에 따른 연구결과는 다음과 같다.

이와 같은 과정을 통하여 얻어진 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 자원봉사동아리 활동에 참여한 상담집단의 자아정체감 척도의 총점에 서 유의미한 차이가 나타났다.

둘째, 자원봉사동아리 활동에 참여한 상담집단의 자아정체감 척도의 하위영역 중에서 자율성, 솔선성, 정체감 영역에서 유의미한 차이가 나타났다. 하위영역 중에서 신뢰성, 근면성 영역에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

따라서 자원봉사동아리 활동은 청소년들의 자아정체감 일부 하위영역 증진에 효과가 있다는 결론을 내릴 수 있다.

이러한 연구결과에 따라 다음과 같은 제언을 할 수 있다.

첫째, 청소년기의 중요한 발달과제인 자아정체감을 확립하고 오늘날 확산되고 있는 자원봉사활동의 활성화를 위해서는 다양한 프로그램의 개발이 선행되어야 하는데, 자원봉사동아리 활동 프로그램은 청소년들의 다양한 욕구를 충족시키고 그들의 성장과 발달에 기여할 수 있다는 점이다.

둘째, 현재 활성화되고 있는 청소년 자원봉사활동이 자원봉사활동의 원칙에 입각하여 정착시키는 것이 바람직하나, 우리 나라와 같은 사회·문화적 환경속에서는 봉사학습으로서 구조화된 자원봉사활동을 통해 활성화시키는 것도 바람직하다고 볼 수 있다.

셋째, 본 연구는 학교를 중심으로 자원봉사동아리를 구성하고 실시하였다는 점에서 교사와 학생이 함께 하는 자원봉사활동을 활성화할 수 있다는 점이다. 그러므로 이를 적극적으로 활성화하기 위해서는 교사의 적극적인 참여를 유도할 수 있는 제도적 보완책이 마련되어야 하겠다.

# 목 차

<b>I. 서 론</b> .....	1
1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구문제 및 가설 .....	3
3. 연구의 제한점 .....	3
<b>II. 이론적 배경</b> .....	4
1. 자원봉사활동 .....	4
2. 심성수련활동 .....	13
3. 자아정체감 .....	16
4. 자원봉사·심성수련활동·자아정체감과의 관계 .....	27
<b>III. 연구 방법</b> .....	32
1. 연구대상 .....	32
2. 연구설계 .....	32
3. 연구절차 .....	33
4. 측정도구 .....	37
5. 자료처리 .....	38
<b>IV. 연구결과 및 해석</b> .....	39
1. 연구대상에 대한 동질성 검증 .....	39
2. 가설 검증 .....	40
<b>V. 요약, 결론 및 제언</b> .....	45
1. 요약 .....	45
2. 결론 .....	46
3. 제언 .....	47
<b>참고문헌</b> .....	48
<b>&lt;Abstract&gt;</b> .....	52
<b>부 록</b> .....	55

## 표 목 차

<표 II-1> 심리사회적 위기와 아이덴티티의 확산에 따른 점성이론 모델 .....	19
<표 III-1> 연구 설계의 구성 .....	32
<표 III-2> 1박 2일 자원봉사동아리 활동 프로그램 (1999년 12월 27일~28일) .....	34
<표 III-3> 2박 3일 자원봉사동아리 활동 프로그램 (2000년 1월 5일~7일) .....	35
<표 III-4> 자아정체감 척도의 Cronbach 알파계수 .....	37
<표 III-5> 자아정체감 척도의 내용 .....	38
<표 IV-1> 자아정체감 하위영역별 상담집단과 비교집단의 동질성 비교 .....	39
<표 IV-2> 자아정체감 척도의 총점에 대한 사전-사후 결과 비교 .....	40
<표 IV-3> 자아정체감 척도의 신뢰성에 대한 사전-사후 결과비교 .....	41
<표 IV-4> 자아정체감 척도의 자율성에 대한 사전-사후 결과비교 .....	42
<표 IV-5> 자아정체감 척도의 솔선성에 대한 사전-사후 결과비교 .....	42
<표 IV-6> 자아정체감 척도의 근면성에 대한 사전-사후 결과비교 .....	43
<표 IV-7> 자아정체감 척도의 정체감에 대한 사전-사후 결과비교 .....	44

## 부 록 목 차

<부록 I> 자아정체감 검사지 .....	56
<부록 II> 자원봉사동아리 활동프로그램 .....	59

# I. 서 론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

사람은 태어나서 신생아기, 유아기, 아동기, 청소년기, 성인기 그리고 노년기를 거치면서 성장해 나간다. 인생의 여러 단계마다 중요하지 않은 시기는 없지만, 특히 청소년기는 성장 과정에서 올바른 가치관의 정립과 자아정체성을 확립을 통해 자신의 미래를 설계하는 대단히 중요한 시기라고 할 수 있다.

오늘날 점차 급증하고 심각해지는 청소년문제의 양상과 입시에 시달려 힘들어하는 청소년을 보면서, 교육자로서 ‘무엇을 가르칠 것인가?’ 그리고 ‘어떻게 가르칠 것인가?’에 대한 의문을 갖게 되었다. 이러한 질문에 대한 답을 학교 교육과 연계한 청소년 동아리활동에서 찾아보려고 하였다.

자라나는 청소년들에게는 학교에서 배우는 지식교육도 중요하지만 스스로 배움을 실천하는 활동인 청소년 단체활동이 중요하다고 볼 수 있다. 단체활동으로서 동아리활동은 성장기에 있는 청소년 자신들의 몸과 마음을 스스로 갈고 닦는 체험적 활동이다. 그렇다면 어떠한 동아리활동이 바람직할까? 그것은 현대 사회에서 당면하고 있는 문제를 해결하고 미래 사회를 대비하는 활동으로서 동아리활동이 되어야 한다고 생각하게 되었다.

현재 우리 나라는 산업화, 도시화 경향의 심화 속에서 이기주의적 물질만능주의 경향과 함께 정체성의 위기현상과 공동체 해체현상 등이 맞물려 패륜문제를 비롯한 윤리, 도덕적 문제와 다양한 비복지적 문제들을 양산하고 있다(김영호, 1994). 이러한 시점에서, 오늘날 우리사회가 가지고 있는 병폐를 치유하기 위한 대안으로서 실천 중심의 인성 및 도덕교육의 필요성이 대두하게 되었다. 이러한 문제의식 하에 1995년 5월 31일 교육개혁위원회가 발표한 교육개혁안은 청소년의 인성과 공동체의식 함양에 중점을 두었으며, 이를 위해 청소년자원봉사활동의 활성화 방안을 제시하고 있다(청소년백서, 1998). 그러나, 이러한 노력에도 불구하고 청소년들에게 적합한 봉사프로그램이 없어서 많은 문제점이 나타나고 있다.

이러한 실태에서 무엇보다도 중요한 시사점(김경중외 3인, 1996)은, 청소년들에게 자원봉사의 필요성이나 동기화하는 교육과 활동을 실시하는 것이 바람직하며 소그룹별로 실시하고, 시청각 교육이나 인간관계훈련실시 등 다양한 내용으로 구성된 봉사교육프로그램의 개발이 필요하다고 지적하였다.

자원봉사활동 그 자체는 청소년들에게 중요한 활동으로서 활성화시켜야 하지만, 그에 대한 문제점을 해결하기 위해서는 자원봉사활동 프로그램과 더불어 청소년의 성장과 발달에 기여하기 위해서는 소그룹 중심의 심성수련활동을 제공하는 것이 바람직하다는 것이다. 특히 우리 나라와 같은 상황에서는 입시 위주의 지적 영역에 치중하여 정의적 영역에 속하는 태도와 가치관 교육에 소홀해지기 쉬우므로, 심성수련활동을 통하여 지·정·의의 조화로운 발달을 꾀하도록 하여야 한다는 점이다.

이상에서 살펴본 바와 같이, 인간의 존엄성을 자각하여 실천하는 봉사학습으로서 자원봉사활동을 통하여 삶의 의미와 보람을 찾고, 심성수련활동을 통하여 자아를 발견하고 사회성을 기르고 상부상조의 정신, 공동체 의식, 민주적인 생활방식을 신장시킬 수 있도록 소그룹활동을 중심으로 집단활동을 생각하였다. 이에 따라서 봉사학습으로서 자원봉사활동과 심성수련활동을 조화롭게 재구성하여 자원봉사동아리 활동을 조직하고 운영하게 되었다.

청소년기에 당면하는 핵심적인 질문은 “나는 누구인가?”에 대한 질문에 개인적인 대답이 바로 자아정체감이라고 할 수 있다. 이런 과정을 거쳐 끝내는 정체감의 위기를 성공적으로 극복하여 자신의 모습인 자아정체감을 확립해 나가는 것이 청소년기에 가장 중요한 과제 중의 하나이다.

그러나, 현재 청소년을 둘러싸고 있는 가정·학교 및 사회환경은 청소년의 자아정체감 형성에 적합하지 못한 것으로 평가되고 있다. 이러한 시점에서 청소년을 대상으로 어떠한 활동을 통해 자아정체감의 위기를 극복하고, 어떻게 확립해 나갈 것인가에 대한 연구는 자라나는 청소년들을 올바르게 성장하도록 돕는데 도움이 된다고 할 수 있다.

본 연구는 청소년들의 동아리활동이 자아정체감에 어떠한 효과가 있는지를 알아보고, 학교 교육 현장에서 자원봉사동아리 활동의 활성화를 위한 기초를 마련하는데 목적이 있다.



## 2. 연구문제 및 가설

본 연구는 자원봉사동아리 활동에 참여한 학생들이 자아정체감에 어떠한 효과가 있는지를 알아보기 위하여 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

첫째, 자원봉사동아리 활동이 청소년의 자아정체감을 향상시키는데 효과가 있는가?

둘째, 자원봉사동아리 활동이 청소년의 자아정체감의 하위영역인 신뢰성, 자율성, 숭선성, 근면성, 정체감에 어떠한 영향을 미치는가?

이상과 같은 문제를 구명하기 위하여 다음과 같은 연구가설을 설정하였다.

가설 I. 자원봉사동아리 활동에 참여한 상담집단이 자아정체감 검사의 사전 총득점과 사후 총득점간에 유의한 차가 있을 것이다.

가설 II. 자원봉사동아리 활동에 참여한 집단이 자아정체감 검사의 하위영역에서 사전과 사후점사의 득점간에 유의한 차이가 있을 것이다.

II-1) 신뢰성 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.

II-2) 자율성 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.

II-3) 숭선성 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.

II-4) 근면성 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.

II-5) 정체감 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.

## 3. 연구의 제한점

본 연구는 자원봉사활동 영역에 대한 실태연구의 한계를 극복하기 위하여 실험연구로 이루어짐에 따라 다음과 같은 제한점을 갖는다.

첫째, 중학교 남학생을 대상으로 실시하였기 때문에 나타난 연구결과를 청소년 전체로 일반화하기에는 어렵다.

둘째, 본 연구에서는 프로그램 실시 2주 후 단기효과를 검증하였으므로 효과의 지속성 여부를 알아보지 못하였다.

셋째, 자아정체감 영역을 파악하는데 질문지에 의존하였기 때문에 행동관찰, 면접법 등 다양한 접근 방법을 동원하지 못하였다.

## II. 이론적 배경

자원봉사동아리 활동이 자아정체감에 어떠한 영향을 미치는가에 대하여 알아보기 위하여 본 장에서는 자원봉사활동, 심성수련활동, 자아정체감과 자원봉사·심성수련활동·자아정체감과의 관계에 대한 이론적 고찰을 하려고 한다.

### 1. 자원봉사활동

#### 1) 자원봉사활동의 의미

자원봉사활동은 '자유의지'라는 의미를 가진 라틴어 voluntas에서 유래되었으며, 자원봉사자를 volunteer라고 한다(김영호, 1989). 자원봉사활동은 자유의사에 따라 자발적으로 하는 실천행위 그 자체이며, 복지사회를 만드는 데 적극적으로 참여하는 의도적, 계획적인 일상활동이라 할 수 있다(사회복지사전, 1993).

자원봉사(自願奉仕)란 자원과 봉사의 합성어로서 스스로 남에게 희생하여 상대방을 복지롭게 한다는 의미이다(김남순, 1998).

Darvill과 Munday(1984)는 자원봉사자란 자신의 친족이 아닌 사람들을 위하여 자발적으로 무보수로 봉사하는 사람으로서, 일반적으로 자원봉사자는 비공식적인 이웃과의 만남을 통해서라기 보다는 어떤 공식조직을 통해서 봉사하는 사람이라고 정의하고 있다.

청소년백서(1998)에 따르면, 청소년 자원봉사활동은 청소년들이 사회문제의 예방 및 해결 또는 국가의 공익사업을 수행하고 있는 공식조직에 자발적으로 참여하여(자발성), 영리적 보상을 받지 않고서도(무보수성), 인간존중의 정신과 민주주의 원칙에 입각하여 낮은 타인들을 상대로(이타성), 필요한 서비스를 제공(복지성)함으로써, 사회의 공동선을 고양시킴(공동체성)과 동시에 이타성의 구현을 통해 자아실현을 성취하고자(자아실현성)하는 지속적이고(지속성) 계획적인(계획성) 활동을 말한다.

이상에서 살펴본 바에 따라, 자원봉사활동이란 인간 존중의 정신을 바탕으로 자발성·공익성·무상성·과정성·생활성의 원칙에 입각하여 모든 사람이 인간다운 삶을 영위하도록 도와주는 활동이며, 궁극적으로는 삶의 질 향상에 기여하는 활동이다.

이와 같은 개념 정의에 나타난 자원봉사활동의 목적과 정신, 그리고 자원봉사활동의 다섯 가지 원칙에 대하여 살펴보면 다음과 같다.

### (1) 자원봉사활동의 목적 : 삶의 질 향상성

오늘날 미국은 대부분의 시민이 자원봉사활동을 생활화함으로써 모든 지역 사회가 당면한 문제를 시민의 자발적 참여에 의해 해결을 모색함은 물론 개인과 가족, 집단, 조직, 지역사회 그리고 나아가서 사회 전체의 「삶의 질」을 향상시킬 수 있는 가장 중요한 수단으로서 자원봉사제도를 정착시키게 되었다(조휘일, 1998). 삶의 질은 즐거움(행복) 또는 한 개인이 가장 중요하게 여기는 생활요소에 대한 만족 정도라고 볼 수 있다. 그리고 부수적으로 삶의 질은 원하는 것을 얻음으로써 느끼는 쾌락이라고 볼 수 있다. 따라서 만족감, 행복, 쾌락이 핵심용어라고 할 수 있으며, 순간적인 즐거움을 의미하는 것이 아니라 삶의 충족이나 완결을 나타내는 의미의 최고의 표현이 삶의 질이라고 할 수 있다(UNESCO, 1976).

‘삶의 질’하면 일반적으로 물질적으로 만족스럽고 정서적으로 안정된 삶의 정도라고 할 수 있다. 이런 물질적, 정신적인 면에서의 ‘삶의 질’에 대한 정의가 충분하다고는 할 수 없다. 물질적, 정신적인 면과 함께 중요시되어야 하는 것이 정신적 ‘삶의 질’의 문제이다.

이 ‘정신적 삶의 질’과 ‘자원봉사’의 관계는 다음과 같이 정리될 수 있다(김성이, 1998).

첫째, 자원봉사활동자가 자원봉사활동을 통해 스스로 자기발견을 하게 한다. 나는 무엇인가를 생각하게 하여 ‘소유지향적’ ‘성취지향적’ 삶의 관점을 ‘존재지향적’ 삶의 관점으로 발전시키게 한다. 인간의 욕구 중 가장 높은 수준인 자기 실현의 단계에 입문하게 하는 기능을 가지고 있다.

둘째, 자기자신의 재발견을 통하여 존재의 의미를 갖게 되면 긍정적인 사고능력이 증가된다. 이 긍정적 사고능력은 지혜를 가져와 슬기롭게 행동하며 자신의 모습을 내외로 아름답게 하는 기능을 한다.

셋째, 지속적인 자원봉사활동을 통하여 부단하게 도움을 줄 때 자원봉사자는 행복감을 갖게 된다. 자원봉사활동 중에 수많은 탈락자가 있는 것은 그 과정이 순조롭지 않다는 것을 말해준다. 그러나 남에게 베푸는 것은 결국 자신에게 돌아오는 것이기에 자원봉사활동자들은 꼭 보상을 받게 되고 이 보상은 물론 정신적 만족이 우선한다. 이처럼 자원봉사활동은 진정한 삶의 질 향상에 필수조건이라고 할 수 있다.

이상에서 살펴본 바와 같이, 자원봉사활동의 목적은 이 세상에 하나밖에 없는 유일무이한 존재로서 인간을 존중하고 인간다운 삶을 살 수 있도록 도움을 제공하는 활동으로서, 궁극적으로는 인간의 행복을 실현하는 삶의 질 향상에 기여하는 활동이다. 그러므로 자원봉사활동의 영역은 인간의 삶의 질을 향상시키는 모든 활동 영역이 포함되며 그 활동 영역은 무한하다고 할 수 있다. 그러한 활동은 인간 대 인간으로 베풀어지는 활동인 직접봉사의 영역과 인간의 삶의 질을 향상시키는 데 간접적으로 제공하는 활동 영역인 간접봉사로 나눌 수 있다.

## (2) 자원봉사활동의 정신 : 인간의 존엄성

인간의 존엄성(worth and dignity of individual)은 사회복지의 철학이고 가장 중요한 기본이념이 되고 있다. 개인은 그 이용가치와는 상관없이 존중되어야 하고 또 개인의 존엄성에 대한 깊은 신념은 사회복지의 기본적 원리가 되지 않을 수 없다. 비록 우리에게는 가족이나 집단 및 지역사회 나아가서는 전체 사회의 복지가 중요시되기도 한다. 그러나 이러한 집단을 형성하고 있는 근본적 주체는 무엇인가 하는 것에 눈을 돌려보면 역시 그것은 개인이란 것을 알게 되며 따라서 개인의 권리와 존엄성은 결코 무시되어서는 안될 중요한 핵심적 요소가 되고 있음에 주목해야 한다(조희일, 1998). 그러므로 자원봉사활동을 전개하기에 앞서서 자원봉사자가 가져야할 태도는 인간의 가치에 대한 신뢰와 인간의 존엄성에 대한 믿음이다.

사회복지의 발전과정을 요약해보면 자선이나 박애활동 등으로부터 시작하여 인도주의적 사상의 성장에 따라 발전하였고, 그 후 빈민에 대한 빈곤의 책임을 그 개인에게 돌리기보다는 그 사회에 돌리는 사회연대성의 관념의 인식으로 발전했으며 다시 자선 조직협회의 사업 이후에는 인간의 존엄성을 바탕으로 사람은 누구나 할 것 없이 천부의 권리가 평등하게 있어 인간인 이상 다같이 생존할 권리가 있다고 하는 생존권 사상의 발전에 힘입어 더욱 발전해온 것으로 볼 수 있다. 요컨대 오늘날의 사회복지의 발전은 인간의 자유와 개인의 자립 속에 건강하고 문화적인 생활을 영위할 수 있도록 도와주는 사회정책의 개념으로 발전해온 것으로 볼 수 있다(조휘일, 1998).

그러므로, 삶의 질을 향상하기 위하여 이루어지는 자원봉사활동의 목적을 달성하기 위해서 반드시 고려해야 할 자원봉사활동의 정신은 이 세상에 하나 밖에 없는 유일무이한 존재로서 각 개인의 권리와 존엄성을 존중하는 인간의 존엄성 존중이라는 정신에 입각하여 이루어지는 활동이다. 이러한 정신은 민주주의의 가치를 반영한 것으로써 민주주의 사회의 발전과 더불어 자원봉사활동의 가치는 증대된다고 할 수 있다.



### (3) 자원봉사활동의 5원칙

자원봉사활동은 인간 존중의 정신을 바탕으로 삶의 질을 향상시키기 위해서는 다섯 가지 원칙에 입각하여 이루어져야 한다. 즉 자발성·공익성·무상성·과정성·생활성의 원칙을 말하여 그 내용을 살펴보면 다음과 같다.

첫째 원칙은 자발성이다. 자기 자신의 의지에 따라 자발적으로 이루어지는 자발성의 원칙은 모든 원칙의 전제조건으로서, 자원봉사활동에 있어서 지켜야 할 가장 중요한 첫 번째 원칙이다.

자발성이란 타인에게서의 명령이나 구속에 의하여 마지못해 행하는 것이 아니라 자신이 보고 자신이 생각해서 자신이 결정하여 자기의지에 의하여 행동하는 것이다. 자원봉사 활동에 있어서 자발성은 가장 중요한 전제조건으로서 여러 가지 지역사회 문제들을 자신의 문제로 받아들여 개개인의 자유로운 의사와 주체성에 의해 활동해 나가는 것을 강조하는 말이다(이성록, 1996).

Trecker는 “자원봉사란 지역사회의 복지향상에 관여하는 사회기관에서 무보수로 자발적인 노력을 하는 사람”이라고 정의하고, 우리나라 사회복지총람에 의하면 “자원봉사란 지역사회의 복지증진을 위해 일하는 집단이나 기관의 책임일부를 감당하는 자로, 노력의 대가를 지불 받지 않고 자발적으로 봉사하는 사람”(이대여성연구소, 1984)이라고 정의 내리고 있다.

둘째 원칙은 공익성(공공성)이다. 자발성에 바탕을 두어 봉사자와 수혜자 그리고 소속집단의 이익에 기여하고 사회전체의 공공의 이익에 기여하는 공익성의 원칙은 자원봉사활동에 있어서 지켜야할 두 번째 원칙이다.

공공성이란 자발성에 이은 제2의 자원봉사 조건으로서 인간이 인간으로 더욱 인간답게 행복해 질 수 있도록 하는 활동이다(이성록, 1996). 자원봉사활동은 특정 개인이나 단체의 이익, 특정 사상과 신념, 종교, 민족, 목적집단의 이익을 위한 활동이 아니라 모든 사람이나 사회의 보편적 이익으로 환원되는 활동이다(목원대학교 상담 및 봉사센터, 1998).

자원봉사 활동은 “자신을 알고(self awareness) 자기를 사랑하고(self acceptance) 자기가치(self worth)를 발견할 수 있게 하는 깨달음의 과정”이다. 곧 자원봉사 활동은 타인을 위한 것이 아니라 자원봉사자 자신을 위한 활동이다(이성록, 1996). 나아가, 자발성에 바탕을 둔 행위가 자신만의 이익이 아니고 지역사회의 성원이나 고난을 갖고 있는 한사람 한사람의 복지를 향상시키지 않으면 안 된다는 뜻의 복지성을 가진다(정영희, 1992).

좁은 의미의 공익성은 봉사자와 수혜자 그리고 소속 집단의 이익에 기여하고, 넓은 의미는 자원봉사활동의 이익이 사회 전체로 확산되어 사회 전체의 공공의 이익에 기여하는 것을 의미한다. 자원봉사활동이 사회의 보편적 이익으로 환원되어 공익성을 극대화할 수 있을 때 봉사자의 긍지와 자부심이 증가하여 자원봉사활동이 생활의 전 영역으로 확산되어 생활성을 도모할 수 있다(이성록, 1996).

셋째 원칙은 무상성(무보수성)이다. 자발성과 공익성의 원칙에 바탕을 두고, 남을 도와줌으로써 갖게 되는 정신적 보람과 만족이외의 아무런 대가도 바라지 않는 무상성의 원칙은 자원봉사활동에 있어서 지켜야할 세 번째 원칙이다.

자원봉사활동은 한 시민으로서 당연히 해야 할 의무이며 무엇보다도 자신의 행복을 위해 하는 자발적 행동이므로 어떠한 대가도 바라지 않는 활동이다. 무급성 또는 무상성은 자원봉사활동의 제3의 조건이 된다. 자발성과 공공성이라는 조건을 충족시켰다 하더라도 금전적, 명예적 대가 등을 목적으로 한다면 그것은 이미 자원봉사활동이라고 할 수 없다(이성록, 1996). 자원봉사자란 자신의 친족이 아닌 사람들을 위하여 자발적으로 무보수로 서비스하는 사람이다. 자원봉사 활동은 일반적으로 비공식적인 근린과의 만남보다는 어떤 공식 조직을 통하여 서비스하는 활동이다(Giles Darvill & Brian Munday, 1984).

넷째 원칙은 과정성이다. 자발성과 공익성 그리고 무상성의 원칙을 바탕으로 민주적 방법과 절차에 따라 지속적으로 이루어지는 과정성의 원칙은 자원봉사활동에 있어서 지켜야할 네 번째 원칙이다.

자원봉사활동에 있어서 과정성의 원칙은 민주적 방법과 절차에 따라 자원봉사활동을 하고, 즉 프로그램에 있어서 '준비-실행-평가(P-A-R 원리)'의 과정을 적용하며, 그러한 활동이 지속적으로 이루어져야 한다는 것을 의미이다.

자원봉사 활동이란 결과만 좋으면 좋다는 식의 목표지향적인 활동이나, 단편적인 특별한 행사를 의미하는 것이 아니다. 자선활동과는 달리 자원봉사 활동은 함께 배우며, 함께 성장하고, 눈 높이 사랑을 통하여 바람직한 상호관계를 지속하는 일련의 모든 과정을 포함하는 체계적인 활동이다. 자원봉사 활동은 서둘지 말고 천천히 그리고 끈기 있게 꾸준히(slow and steady) 수행할 때 진정한 성과(wins the race)를 거둘 수 있다(이성록, 1996).

현대사회의 자원봉사주의(volunteerism)는 우리가 살고 있는 민주주의의 기능에 결정적인 역할을 하는 이념이며, 실제로 민주주의 제도를 움직이는 거대한 동력이자 에너지라고 할 수 있다. 다시말해서 보다 많은 시민이 자발적인 자원봉사자로 참여할 때에만 민주주의 이상이 실현될 가능성이 높아지는 것이다(조휘일, 1998). 자원봉사활동을 지속적으로 이끌어가기 위해서는 조직된 집단은 민주주의 원칙을 충실히 존중하며 운영되어야 한다.

다섯째 원칙은 생활성이다. 자발성·공익성·무상성·과정성의 원칙을 바탕으로 자기 주변의 작은 일부부터 시작하여 삶 자체가 자원봉사활동으로 이루어지는 생활성의 원칙은 자원봉사자가 추구하는 궁극적인 자세이며 다섯 번째 원칙이 된다.

자원봉사활동은 그 자체로서 의미가 있다기 보다는 봉사활동의 경험이 생활의 전영역으로 확대될 때 그 가치가 있다고 할 수 있다. 무엇보다도 중요한 원칙이 바로 생활성의 원칙이다. 생활성은 자원봉사자가 항상 명심하고 반성해 보아야 할 원칙이 된다.

자원봉사 활동의 궁극적인 목적은 결국 자신의 행복을 위한 것이므로 그것은 일시적인 활동이 아니라 평생동안 해야 할 생활인 것이다. 자원봉사 활동은 특별한 활동이 아니라 자신의 일상생활처럼 자연스럽게 이루어져야 한다. 즉 자원봉사 활동은 특별한 활동이 아니라 일상적인 생활 그 자체인 것이다. 활동은 그만둘 수 있지만 생활은 그만 둘 수 없는 것이다. 자원봉사 활동은 활동이 아니라 생활이며 문화인 것이다. 즉 자원봉사의 현장이 따로 있는 것이 아니다. 자원봉사자가 있는 곳이 바로 자원봉사 현장이다. 자원봉사 활동 따로 생활 따로가 아니다. 자원봉사자의 생활 모든 것이 자원봉사 활동이다 (이성록, 1996).

## 2) 봉사학습으로서 자원봉사활동



자원봉사활동은 각 개인의 한 인간으로서의 자신을 사회적 존재로서 자각하여 스스로 타인에게 또는 타인과 더불어 봉사하는 경험을 통하여 자신의 인격적 성장과 발달 그리고 자신의 잠재능력을 실현하는 기회를 갖게 하는 것이다 (Encyclopedia of Social Work, New York, 1977). 청소년기의 자원봉사활동은 끝이 아니라 시작이라고 할 수 있다. 청소년기의 봉사활동의 경험이 성인이 되었을 때 생활의 전 영역으로 확대되어 일상 생활 그 자체가 봉사활동으로 생활화할 수 있도록 이루어져야 한다.

더불어 자원봉사활동은 청소년들에게는 봉사학습의 의미로서 중요한 가치가 있다. 봉사학습(김영준, 1996)은 학생들이 다른 사람을 돕는 경험을 배우는 구조화된 학습경험으로 청소년들에게 실천위주의 인성교육을 강화시키고, 다양한 실천학습의 경험을 제공하며, 봉사활동을 생활화하여 지역사회에 일원으로 참여하게 할 뿐 만 아니라 사람의 보람을 체득케하여 민주시민으로서의 기본적인 자질을 함양케 하며, 나아가서는 더불어 사는 공동체 의식을 갖춘 인간을 육성하는데 그 목적을 두고 있다.



그러므로 성인이 되었을 때 생활속에서 실천하는 자원봉사자로 성장할 수 있도록 청소년들의 흥미와 욕구에 맞는 구조화된 봉사학습으로서 자원봉사활동을 제공하는 것이 많은 시행 착오를 줄이고 청소년 자원봉사활동의 활성화에 기여할 수 있다고 볼 수 있다.

### 3) 청소년 자원봉사활동의 의의

청소년의 자원봉사활동 경험은 도움만 받던 청소년들이 다른 사람과 사회에 대해 도움을 주는 사회참여의 기회를 통해 개인적 성장과 사회적 책임을 실천할 기회가 되며, 복지국가나 복지사회를 건설하는 데 필수조건인 잠재적인 자원봉사자로서 성장할 기회가 된다(김성이, 1988)는 것이 청소년 자원봉사활동의 중요한 의의가 된다.

이와 같은 청소년 자원봉사활동의 의의를 좀 더 구체적으로 살펴보면 다음과 같다(한국여성개발원, 1994)

첫째, 청소년의 자원봉사활동은 청소년의 기본적인 욕구의 충족과 건전한 인격형성 및 자기존재의 의미와 자기존중의 정신을 깨닫게 하고 인간의 존엄성과 가치를 인식하게 한다.

둘째, 청소년들로 하여금 타인과 협력하고 원만한 인간관계를 유지하게 함으로써 자기발전과 성숙에 기반이 되는 사회성을 기르고 자아를 실현하게 한다.

셋째, 청소년들의 취미향상과 여가활용을 도모할 수 있다. 자원봉사활동은 여러 방면에서 다양하게 전개되고 있으므로 청소년들은 자발적인 선택에 의해서 취미에 맞는 활동에 참여할 수 있다.

넷째, 가치 있는 삶의 체험을 통하여 봉사의 의미를 깨닫게 하고, 그 실천과정에서 기쁨과 보람을 체험하게 하여, 이상적인 공동체 삶에 대한 기초를 확립해 준다.

다섯째, 청소년 자신의 적성을 발견할 수 있는 기회를 제공하며, 새로운 기술을 학습할 수 있게 하고, 이미 가진 기술을 더욱 발전시킨다.

여섯째, 청소년들의 신체적, 정신적, 정서적 건강을 지닌 전인적인 인간으로

성장할 수 있게 도움을 준다.

일곱째, 자신감을 갖게 하고, 잠재적인 지도력을 개발하여 학습경험을 보다 풍부하게 한다.

여덟째, 적극적으로 모든 일에 참여하는 자발정신과 협동정신, 책임감을 일깨워 줌으로써 민주주의 사회에 기반이 되는 민주주의 정신을 함양시킨다.

아홉째, 현실세계를 있는 그대로 경험하게 함으로써 현실세계에 대한 올바른 이해와 적극적인 사회참여 정신의 함양에 도움을 준다.

열번째, 사회적으로 필요하고 유익한 행위를 체험하게 함으로써, 지역사회를 올바르게 이해하고, 불건전한 일탈행동을 예방하게 한다.

마지막으로, 학교에서 배우는 교과학습을 통하여 얻은 지식과 기술을 지역사회에서 실천하게 함으로써 지식과 기술을 보다 실제적인 것으로 만들 수 있게 한다.

이와 같은 청소년의 자원봉사활동의 의의를 크게 세 가지 측면으로 나누어 살펴볼 수 있다(조휘일, 1994).

첫째, 현장교육적 측면에서 중요한 이유는 청소년들이 사회봉사를 통하여 폭넓게 실제 사회를 학습할 수 있는 기회를 가짐으로써 학문적 성취를 심화시킬 수 있기 때문이다.

둘째, 자아실현적 측면에서 중요시되는 까닭은 청소년들이 봉사활동을 통해 자기가 속해 있는 사회에 대한 운명공동체 의식과 사회적 책임의식 등을 인식하고, 그것을 평소에 익힘으로써 거시적인 자아의식을 함양하게 되기 때문이다.

셋째, 사회발전적 측면에서 청소년 자원봉사활동은 지역사회 발전에 큰 공헌을 하기 때문이다.

이상에서 살펴본 바와 같이, 자원봉사활동은 청소년들에게 미치는 효과는 다양하다고 볼 수 있다. 즉, 자원봉사활동은 청소년의 기본적인 욕구의 충족과 건전한 인격형성 및 원만한 인간관계를 유지하게 함으로써 자기발전과 성숙에 기여하여 자아를 실현하도록 도와준다고 볼 수 있다.

## 2. 심성수련활동

### 1) 심성수련활동의 의미

심성에 대한 사전적 해석(뉴에이지 새국어사전, 1990)은 ① 심성정(心性情)의 약자, 심성정이라 함은 '인간이 본디부터 타고난 마음씨', ② <불교> 참되고 변하지 않는 타고난 본성, ③ <심리> 정신의 특성으로 해석하고 있다.

수련이란 '인격·학문·기술 등을 닦아 단련함'을 뜻한다. 따라서 심성수련은 본디부터 타고난 사람의 마음씨로 되돌리기 위하여 마음을 닦는 것, 그리고 자신과 타인의 마음을 이해·수용하고 남과 어우러지는 방법을 체득하며 삶을 기쁘게 살도록 하는데 그 목적이 있다(한국인성개발 b, 1998).

수련의 의미는 청소년의 여가활동 속에서의 자발적인 참여를 바탕으로 심신 단련, 취미개발, 사회봉사, 자아실현 등의 인간품성을 도야하는 배움의 실천활동을 통칭하는 것으로, 심신을 단련하고 자질을 배양하며 배움과 실천을 체험하는, 청소년의 전인적 성장을 위하여 지식교육과 함께 필수적으로 요구되는 활동이다. 이러한 활동은 지식·기능과 같은 수단적 가치를 배양하는 데 그치고 있는 과정교육의 한계를 넘어서 전인적 인간이라는 궁극적 가치를 체험하는 학습활동으로서, 청소년의 고유영역 활동인 학업·근로 등의 영역을 보완할 뿐만 아니라, 여가 생활의 적응능력을 효율적으로 함양할 수 있어 오늘날 청소년들에게 필수적으로 요구되고 있다(체육청소년부, 1991).

이상의 내용을 종합하면, 심성수련활동은 인간이 지닌 참된 마음과 감정으로써 어떤 장면에서 구성원들이 느낀 점을 서로 솔직히 말하거나 마음의 상태를 행동으로 나타내는 과정을 통해 자기와 타인의 개성을 있는 그대로 이해하고 수용하게 되고, 있는 그대로의 자신들을 용기를 갖고 개방하는 과정을 거치는 동안에 집단구성원들 개개인이 성장하는 과정을 거친다고 할 수 있다.

## 2) 정의적 교육으로서의 심성수련 활동

교육 현장에서 민주 교육 이념의 영역은 크게 두 가지로 분류할 수 있을 것이다. 하나는 지적 영역이며, 다른 하나는 민주적 가치관과 민주적 태도 등을 포함한 정의적 영역이라 하겠다. 조사 연구에 의하면, 우리의 교육은 지금까지 민주 교육의 이념 구현에 필요한 지적 목표 달성은 어느 정도 이루어졌다고 할 수 있겠으나, 정의적 연역에 속하는 민주적인 태도 및 가치관 습득을 위한 교육은 별로 큰 성과를 거두지 못하고 있음을 보여준다(김려옥, 1993). 이러한 입장에서 청소년을 위한 정의적 교육으로서의 심성수련활동은 그 의미가 있다고 하겠다.

정의적 특성은 일반적으로 개인의 행동을 규제하는 힘이 넓고 강하여 변화되기가 어렵고, 또 보다 많은 시간이 걸리는 것이 특징이다. 이것은 또한 지적 특성과는 달리 인지적인 수준에서 학습되는 것이 아니라 내면화(internalization)의 과정을 통해서 학습되는 특징을 가지고 있다.

정의적 특성의 내면화 과정, 즉 ① 감수(receiving)의 과정에서 시작하여 ② 반응(responding), ③ 가치화(valuing), ④ 조직화(organization), ⑤ 성격화(characterization)에 이르게 되는 것을 심성 개발 프로그램의 집단 경험 학습 과정과 관련시켜 설명해보고자 한다(김려옥, 1993).

첫째, 심성 개발 프로그램에서 감수의 과정을 경험한다.

이것은 곧 가치화하고자 하는 어떤 특성의 개념을 자신이 명백히 지각하여야 한다. 심성 개발 프로그램의 각각의 장면에서 체험되는 내용을 집단 구성원들은 자율적으로 이를 지각할 수 있고, 받아들여지는 수용의 과정과 태도까지를 구성원이 모두 함께 경험한다.

둘째, 심성 개발 프로그램에서 반응의 과정을 경험한다.

구성원들은 지각된 어떤 장면이나 사실에 대해서 행동으로 반응할 수 있는 기회를 반드시 주고 이같은 반응을 요구하고 있고, 또 모든 구성원은 필히 반응하여야 한다. 즉, 심성 개발 프로그램에서 감성적인 느낌을 반응하게 함으로

써 학습에의 참여 태도가 되는 것이다. 또한 이러한 참여 태도가 적극화되어 개개인으로부터 표현되는 내용이 구성원들간에 인정되고 수용됨으로써 만족감을 가질 수 있게 된다.

셋째, 심성 개발 프로그램에서 가치화의 과정을 경험한다.

가치화를 위해서는 준거 집단의 동의와 지지를 받을 수 있도록 해야 한다. 심성 개발 프로그램에서 참가자들은 집단에서 구성원의 느낌으로 반응된 내용이다. 각각의 장면에서 얻어진 자극의 결과를 취사선택하여 자기 것으로 만들고 이를 가치화하는 과정이 있게 마련이다.

넷째, 심성 개발 프로그램에서 조직화의 과정을 경험한다.

학습자로 하여금 목적 달성의 확신을 가지고 여러 가지의 가치를 하나의 체계로 조직하고, 그들 상호간의 관계를 계층적으로 형성하여야 하고 이를 명백한 개념으로 받아들이고 가치들 간의 상호 관련성을 찾을 수 있어야 한다.

심성 개발 프로그램에서 집단 구성원은 각 장면을 경험하고 이를 반응함으로써 느낌을 발표하게 되며, 또한 반응된 내용이나 현장에서 얻어진 자극의 결과를 자기 것으로 취사선택 및 가치화하게 된다. 그리고 그 내용들을 계통을 이루어 종합 정리하게 되는 조직화로써 상호 관련성을 발견하는 학습 과정이 있다는 것을 실제로 경험하게 된다.

다섯째, 심성 개발 프로그램에서 성격화의 과정을 경험한다.

학습된 내용이 자아 개념과 문화 가치관과 같아서, 일상 생활에 전이할 수 있어야 한다고 강조하고 있다. 심성 개발 프로그램의 마지막의 <마음 여미는 장>에서 나타난 것을 보면, 학습되어진 정의적 행동 특성들을 자율적으로 바람직하게 성격화하려는 충격적인 새로운 마음가짐으로 노출되고 있음을 발견할 수 있다.

이상에서 살펴본 바와 같이 심성수련활동은 청소년들의 성장과 발달에 기여할 수 있을 뿐만 아니라 지적 교육에 치우쳐있는 우리의 교육 현실에서 정의적 교육을 보완하고, 집단적으로 이루어지는 소집단 활동을 통해 청소년들을 바람직하게 육성할 수 있는 방안으로서 그 의미가 있다고 할 수 있다.

### 3. 자아정체감

#### 1) 자아정체감의 정의

자아정체감이란 Erikson이 처음으로 사용한 용어인데, 그 자신이 말하고 있듯이 한 마디로 정의하기 어려운 개념이다.

심리학에서 처음으로 자기나 자아라는 개념을 사용한 이는 내성심리학을 출현시킨 James(1890)이다. 그의 저서 “심리학의 원리”에서 최초로 자기라는 개념을 규정하였고 “인지로서의 자기” 즉, 순수자기와 “인지된 것으로서의 자기” 즉, 경험의 자기로 구분하였다. 또 자아를 분석하여 한 개인이 자기자신이라고 생각하는 모든 것 즉 그의 자신, 성격, 능력에 대한 지각을 비롯해 그의 가족이나 친구, 조상, 일, 명성에 이르기까지의 모든 지각대상을 자기개념에 포함시켰다.

아이덴티티는 라틴어의 *identitas*에서 유래한 것으로 “전적으로 동일한 것이다.” “그 사람임에 틀림없는 본인이다.” “그것의 자기자신” “정체” 등의 의미를 가진다. 그러나 아이덴티티는 “나는 틀림없이 무엇이다.”라고 허용하는 실감이기 때문에 애매하고 유전적인 것이 아니며 몇 개의 아이덴티티로 분열될 수가 없다. 개인이 집에 있을 때와 직장에 있을 때 다른 자기(self)를 보이기 위하여 역할에 맞추어 몇 개의 자기(selves)를 연출하고 있으나 역시 그 배경에는 통일된 자아를 갖추고 있으며, 아이덴티티는 *personality*로서 자신을 총체적으로 통합시키고자 한다. 즉 아이덴티티란 자기의 연속성, 단일성 또는 독특성, 불변성이고 개인의 동일성에 대한 의식적 감각(*conscious sense of individual identity*)으로, 자기 내면의 깊숙한 밑바탕에 있으면서 “언제든지” 그 관점에서 인생의 모든 것을 볼 수 있을 정도로 개인에게 강한 영향력을 갖는다 (Erikson, 1968). 또한 Marcia(1980)은 Erikson의 자아정체감을 욕구, 능력, 신념, 개인사 등을 스스로 내적으로 만들어 가는 역동적인 체계라고 정의하면서, 이런 개인의 자아 구조는 정적인 것이 아니라 점진적으로 변화, 발달되어 가는 동적인 구조로 보았다.

Erikson은 이러한 자아-아이덴티티를 주관적 측면과 객관적 측면으로 나누

고 있다. 즉 주관적 측면은 개인적 측면을 말하며, 객관적 측면은 사회적 측면을 말한다. 그는 아이덴티티의 주관적 측면은 심리·사회적 아이덴티티(psychosocial identity)라고 부르고 있다. 개인적 아이덴티티는 시간의 경과속에서 유지되는 제반 자아의 동질성과 연속성에 기초하고 있지만, 단순히 동질성과 연속성이 있다는 사실만을 의미하는 것은 아니다. 그에 의하면 자아-아이덴티티의 주관적인 측면은 자아의 통합방법에 있어 동질성(someness)과 연속성(continuity)이 있다는 사실을 지각하는 것과 이러한 방법들이 타인에 대해서 자기 자신의 동질성과 연속성을 보존하는 데 유효하다는 사실을 아는 자신감이라는 것이다.

그러나, 심리·사회적 아이덴티티는 자기와 관계가 있는 어떤 집단에 대한 일치성이라고 정의된다. 즉, 이는 자기민족의 고유의 역사에 의해 이룩된 고유한 가치에 대한 개인의 귀속감이다. 또한 협의로는 자기가 소속된 소집단의 가치에 대한 귀속감도 포함하고 있다(Erikson, 1975).

자아정체감(ego-identity)이란 용어는 아이덴티티(identity)라고도 하는데, 아이덴티티를 우리말로 옮기면 동일성, 주체성, 자기정의, 존재증명, 정체감 등 여러 가지로 번역하고 있으나 이제는 우리 나라에서도 용어 그대로 통용될 만큼 일반화되었다고 보기 때문에 아이덴티티를 번역하지 않고 그대로 사용하려는 경향이 있다(박아청, 1984).

이상의 내용을 종합해보면, 자아정체감이란 자기가 생각하는 ‘진정한 자기’와 개인이 성장하면서 관계 맺는 사회적 상호작용을 통해 얻어진 ‘관계속의 자기’와의 통합된 자아구조로서, 항상 내면에 잠재하고 있으면서 자신의 모든 생활 영역에 강력한 영향력을 미치는 역동적인 체계라고 할 수 있다. 올바른 자아정체감의 확립은 발달단계에서의 과제들을 성취하면서 얻어진 자신에 대한 자신감으로 귀결된다고 할 수 있다. 이러한 자아정체감은 객관적인 관점에서 자신을 바라볼 수 있는 능력과 사회적 상호작용의 관계의 양과 질에 따라 영향을 받을 수 있다는 점에서 청소년기에 자아정체감의 형성을 위해서는 이미 형성되어진 자아정체감에 영향을 주는 제요인을 파악하는 연구도 중요하지만, 청소년기에 자기 스스로의 노력에 따라 점진적으로 변화·발달하는 자아정체감을 형성해 나가는 연구도 중요하다고 볼 수 있다.

자아정체감의 구성요인은 신뢰성, 자율성, 숭선성, 근면성, 친밀성, 자기의 감각, 독자성, 자기수용, 역할기대, 안정성, 목표지향성, 대인관계, 자기주장, 목표의 설정 등으로 볼 수 있다(김형태, 1989). 본 연구에서는 자아정체감의 구성요인을 신뢰성, 자율성, 숭선성, 근면성, 정체감으로 제한하여 살펴보고자 한다.

## 2) 자아정체감의 발달

자아정체감의 형성은 유아기부터 시작되어 일생동안 지속되는 발달과정이다. 그러나 청년기가 특히 가장 중요한 이유는 이 시기가 이전 단계에서 이룩한 동일시의 경험들을 통합하고 새로운 차원의 자아를 형성하면서 한 인간으로서의 행동규준과 가치관을 정립해 나가는 시기이기 때문이다(Adams & Fitch, 1982).

Erikson은 Freud의 정신분석학에 기초하여 인간발달의 단계이론을 발달시켰지만 Freud가 성인초기단계에서 발달이 완성된다고 보는 것과는 달리 Erikson은 인생을 통해 계속된다고 보았으며, 개인적 욕구와 사회적 욕구사이의 대치를 성공적으로 이겨냄으로써 성장한다고 하였다. 그는 이러한 대치를 '아이덴티티 위기'라 하였으며, 각 단계별로 위기가 있고 그 위기는 그 단계에서 가장 결정적인 것으로 보았다. 인성발달의 사회심리학적 측면을 강조한 Erikson은 자아에 역점을 두고 사회적 상호작용 특히 가정에서부터 개인이 접촉, 확대해 가는 사회적 대인관계의 영향을 받으면서 자아정체감이 형성되어 가는 것으로 보았다. 그는 자아의 형성발달을 8단계로 구분하여 각 단계마다 자아의 긍정적 성장과 부정적 쇠퇴의 변증법적 관계를 제시하였다 Erikson(1968). 발달과 연관지어 사용했을 때 심리사회적이란 것이 무엇을 의미하는지 유의해볼 필요가 있다. 그것은 출생에서 사망까지의 인간의 생활단계가 신체적·심리적으로 성장하는 유기체와 상호작용하는 사회적 영향에 의해서 이루어진다는 것을 의미한다(Hall & Linzey, 1978).

Erikson의 심리사회적 위기와 아이덴티티의 확산에 따른 점성이론 모델은 <표 II-1>와 같다(박아청, 1996).



<표 II-1> 심리사회적 위기와 아이덴티티의 확산에 따른 점성이론 모델

	1	2	3	4	5	6	7	8
I 유아기	신뢰 대 불신							
II 유아 전기		자율성 대 염치, 의혹						
III 유아 후기			자주성 대 최악감					
IV 학동기	↓	↓	↓	근면성 대 열등감				
V 청년기	시간전망 대 시간확산	자기확신 대 아이덴티티감	역활실행 대 부정적아 이덴티티	달성의 기대 대 노동마비	아이덴티티 대 확산	성적아이 덴티티 대 양성적 확산	지도성 대 복종 대 권위의 확산	이데올로기 에의 귀의 대 이상의 확산
VI 성인 전기						진밀성 대 고립	↓	↓
VII 성인기							생식성 대 정체성	↓
VIII 노년기								통합성 대 절망

—▶ 표시는 각 발달단계에 현재화하는 심리사회적 위기가 변화된 것을 나타낸다.

.....▶ 표시는 청년기에 있어서 싹트고 현재화된 성인기의 위기를 나타낸다. 청년기(V)의 옆란 밑에 나타나 있는 각 구성요소가 아이덴티티 확산의 하위 카테고리이다.

청년기의 발달과제인 자아-아이덴티티는 시간이 경과함에 따라 변화되면서 발달되어 가는 것이므로 자아-아이덴티티의 형성과정은 자아와 객체가 분리되는 유아기부터 시작되어 노년기에 자아가 통합될 때까지 계속된다(Marcia, 1980). 청소년기에 이르는 동안 각 단계에서 형성되어 온 기본신뢰감, 자율성, 주도성, 근면성을 바탕으로 미숙한 형태로나마 각자 나름대로의 자기상을 형성해 왔다. 이전에는 이러한 과정들이 대체로 무의식적인 과정으로 진행되어 왔으나, 이 단계에 접어들면 자아정체감 정립의 문제가 의식적인 수준으로가

지 올라갈 만큼 심각해진다. 각 단계의 발달과제와 청소년기와의 연관성을 간략히 살펴보면 다음과 같다.

유아기 단계(생후부터 1세반경 : 신뢰성 대 기본적 신뢰감)에서, 인간이 직면하는 최초의 발달과제는 기본적 신뢰와 불신감이다. 이 과제의 성취는 건전한 인격형성의 기본이며 유아는 이 단계에서 기본적인 신뢰를 가져야 앞으로 타인과의 지속적이고 만족한 인간관계를 가질 수 있다. 이 시기에는 어머니와 자녀의 상호관계성이 매우 중요하다. 에릭슨도 이 시기에 “유아는 입을 통하여 애정을 느끼면서 살아간다”고 말해 그 중요성을 강조하였다(Eriskon, 1968). 이와 같이 해서 발달되는 신뢰감과 불신감은 점차 다른 주위의 사람들에 대해서, 그리고 자기자신까지를 포함하는 온 세상에 대해서 일반화되어 간다. 이 시기에 획득되는 기본 신뢰감은 장차 청년기에 가서 부딪치게 될 정체감위기에 처해서도 자기 고유성을 잃지 않고 견지해 나갈 수 있는 튼튼한 자아역량을 키워나가는 모태가 된다(한국청소년개발원, 1993).

유아전기 단계(1세반부터 4세경 : 자율성 대 수취, 의혹감)에서, 아이들은 혼자 걸을 수 있고 대소변도 점차 가릴 수 있게 되므로 상당히 자율적인 독립적 존재가 된다. 한편, 말도 할 수 있어 점차 자기 주장도 강해져 간다. 이 때 대부분의 아이들은 그들이 처음으로 획득한 자율성을 상실하지 않은 채 외부의 제재(사회적·문화적 통제)에 적응해 나가려고 노력한다.

자율성이란 독자성과 자기 주장성을 내포하는 것인 만큼 이 시기에 획득된 자율성은 후기의 자아정체감 발달의 기틀이 되며, 수취심과 회의는 긍정적이고 일관된 자아상을 발달시켜 나가는데 부정적인 역할을 하게 된다(한국청소년개발원, 1993).

유회기 단계(3~4세경부터 5~6세경 : 숭선성 대 무능감, 죄책감)에서 아동들은 신체적 정신적 능력의 성장으로 인해 어떤 일(놀이)을 하는데 있어서 주도성을 발휘하게 된다. 주도성을 발달시킨 아동들은 그들의 생활속에서 활발하게 일(놀이)을 계획하고, 경쟁 목표를 설정하고 그것을 달성하려고 노력하고 이기려고 경쟁도 한다. 그러나 아동들이 자기 나름대로는 근사한 계획과 기대했던 목표와 희망이 쉽게 이루어질 수 없다는 것을 깨닫게 되면 위기가 오게 된다(한국청소년개발원, 1993).

이 시기에 갈등이 잘 해결되면 호기심, 야망 등이 여러 가지 역할에 대한 실험의 기초가 되어 청소년기 자아정체감의 속성을 이룬다. 연속적 상황에서 부모를 흉내내는 역할연기를 잘한다. 숭선성의 형성은 “자신의 잠재능력의 충족을 예상케 하는 성인과업에 대한 숭선성 및 목적의식을 자유롭게 해줌으로” 이것이 자아 정체감 형성에 이바지하게 된다. 그 반대가 되면 죄책감, 두려움, 역할억압, 역할고착, 성인에의 의존이라는 부정적 특성이 나타나게 된다(김형태, 1989).

학동기 단계(5~6세경부터 사춘기 시작 : 근면성 대 열등감)에서는 기본적으로 형식적인 기술을 익히며 가정권을 벗어나 학교와 사회에서의 새로운 자기 위치와 책임을 발견하게 된다. 맡은 일을 성공적으로 수행하면 타인으로부터 칭찬과 인정을 요구하며 이로 인해 책임감, 직무의식, 참여의식, 성취감, 근면성 등이 형성된다. 이때에 “성장도상에 무엇이 있으며 어떻게 처리해 갈 것인가?”(Erikson, 1968)를 배운다.

근면성의 획득과 열등감의 극복을 통해 사회인으로서의 “적합성”을 익히게 되고 더욱 발전하여 장래의 일을 준비하고 기량을 발달시킨다. 이 적합성의 양성을 위해 성인들은 학동의 형식교육에 힘써야 되고 성인들이 사용하는 기계, 도구, 방법 등을 제공해야 된다. 이 시기는 형식적 의식화(formal regulation)단계로 이해된다(김형태, 1989).

Erikson의 발달단계에서 다섯 번째 단계인 청년기(12세부터 18세경 : 정체감 대 역할혼미)는 개인의 심리사회적 발달상 매우 중요하게 생각된다. 자아정체감이 형성되거나 정체감 혼미가 형성되는 시기가 바로 이 시기이다.

어린이도 어른도 아닌 청년은 성인기에 요구되는 여러 가지 사회의 요구와 역할변화를 겪게 된다. Erikson은 청년기 동안에 나타나는 새로운 심리사회적 문제가 긍정적 측면에서는 자아정체감을 갖고 부정적 측면으로서는 역할혼미가 생긴다는 이론을 내세운다(Erikson, 1963). Erikson에 의하면, 아이덴티티의 통합상태란 행동이 안정되고 자기의식에 일관성이 있어 삶의 문제를 궁극적으로 대처하는 상태를 말하며, 아이덴티티 혼미란 삶의 문제에 대하여 부정적으로 대처한 결과로 개인의 신체적·성적인 자기에 대한 회의와 그것으로 인한 의사결정과 참여의 불가능 및 자기에 대한 연속감이 결여된 상태를 의미한다고 밝히고 있다(Erikson, 1968).

Erikson은 청년이 자신의 과거의 경험을 통합하고 미래관을 형성하는 데에 있어 책임이라는 관점에서 일종의 유예기간을 갖는 것이 유용하다고 주장한다(Erikson, 1959). Erikson은 유예기간 동안에 청년들이 겪는 심리사회적인 위기를 7차원-시간전망, 자기확신, 역할실험, 성취기대, 성역할의 확신, 집단성원으로서의 자질, 가치관의 확립-으로 세분하고 이들 각각의 극복이 바로 아이덴티티 형성과 확립의 기본이라고 하였다(Maier, 1978).

이에 대하여 간략히 살펴보면 다음과 같다(김형태, 1989)

### (1) 시간전망 대 시간혼미

유아기의 발달과업과 위기인 신뢰 대 불신이 청소년기에는 시간의 전망 대 시간적 혼미로 출현한다. 청소년기는 개인의 과거와 미래를 조정하고 미래의 가능성을 현재의 가능성과 통합해야 된다. 15세경에 시간감각이 나타나지 않고 청소년 후기에 가성 완성되는 것은 시간적 의식의 상실 때문이다. 장래의 성공을 위한 시간적 전망을 분명히 할 수 없는 것은 기본적 불신에서 오는 시간적 요인의 결핍 때문이다.



### (2) 자기확신 대 정체감의식

아동기의 발달과업인 자율성 대 수치(의혹)는 청소년기에 있어서 자기확신 대 정체감 의식의 위기와 결합된다. 수치와 의혹은 자율성을 위협한다. “남의 눈에 보여지고 있다”는 자의식이 위기를 넘을 때마다 자아정체감의 증대로 극복되어 진다. Peterson과 Offer(1979)는 이러한 요인이 청소년기의 자아중심주의, 자아상, 신체상, 감정 등의 발달에 있어서 자아의 발달이라고 해석한다. 자아중심주의는 자아정체감 발달에서 인지의 형식적 조작이 확실히 분화되지 않아 감정과 섞임으로 주체와 객체를 혼동하고 자신의 선입관이 타인의 평가와 섞일 때 생기며 감정의 발달은 안정감을 가짐으로 자기확신의 기초를 이룬다. 청소년기의 자아상은 상대적이며 사회적 환경에 의해 영향을 받는다. 신체상은 16~19세경에 성인으로서의 신체적응을 갖게 되지만 사회적인 이상형에 따라 자신의 신체상을 개선하려고 하고 보다 좋은 신체상의 인식은 자기확신의 한 면을 구성한다.

### (3) 역할실험 대 부정적 정체감

유희기의 솔선성 대 무능감(죄책감)은 청소년기에 직면하는 수 많은 가능성과 제약되어 있는 자신을 인식하면서 역할고정 혹은 부정적 정체감으로 나타난다. 자기 앞에 전개되는 역할실험의 기회에 실패하면 청소년은 역할이 고정되거나 폐쇄되어 버린다. 또 너무 많은 가능성에 압도되어 선택이 불가능해지면 자아는 혼미에 빠져 불확실성을 경험하며 자기방어를 갖게 되어 모든 기회를 무시하거나 거부 혹은 반대한다. 이렇게 되면 정체감의 혼미 혹은 부정적 정체감을 나타내게 된다.

### (4) 성취기대 대 활동성마비

청소년기의 자아정체감 발달의 다른 한 면은 잠재기 즉 학동기의 발달과업인 근면성과 열등감에 관련된다. 작업과 역할의 선택에 있어서 청소년기의 작업은 학업과 직업의 두 종류로서 학교생활은 역할수행의 주요 장이 된다. 학교의 분위기, 학생의 가치관과 태도에 미치는 학교의 영향력, 학생의 사회적 경험요인과 교육, 직업적 동기, 역할수행 등이 단서가 된다. 학교에서의 높은 성취동기가 상승이동, 장래의 방향설정, 긍정적 자아상, 실험적 기회확대, 성적 적응과 관련되어 있다. 직업적 생활은 일의 세계와 자신의 능력에 대한 지식이 결여될 때 곤란을 겪는다. 사회화의 압력과 남녀의 직업적 역할차이가 존재하는 것도 사실이다. 열등감이 계속되면 작업을 수행하지 못해 역할감당에 실패를 보인다.

### (5) 정체감 대 양성적 혼미

청소년기의 자아정체감 확립을 위한 노력은 성인 초기의 친밀감과 고립감의 위기에 관련된다. 성인기의 남녀관계를 예상하여 남,녀가 무엇을 의미하는가를 탐색하려 하고 여기에서 성의 분극화가 생긴다.

Erikson에 의하면 성인의 성적 역할인식은 사회통합뿐 아니라 개인의 자아정체감 발달에도 중요 요인이다. “남자다움”이나 “여자다움”의 강조가 희박해지고 성별을 구분하는 심리학적 속성이 혼재하면 양성적 혼미가 나타난다. 그러나 자아상은 남성에게는 보다 적극적인 특성을, 여성에게는 비교적 무능하고 주관적이며 비논리적 경향을 규명하여 남녀의 차이와 성의 분극화를 부여한다. 이런 것이 성에

대한 불안, 금기(taboo) 등을 형성하여 청소년에게 영향을 미친다.

#### (6) 지도성의 분극화 대 권위혼미

청소년기의 이 특성은 성인기의 생산성 대 침체감의 위기에 대응된다. 청소년기의 역할실험은 그가 사회적 관련을 갖도록 지원한다. 사회생활은 지도자와 회원을 함께 요구한다. 여기서 경쟁과 충성의 모순적 요구를 깨닫게 되고 이를 통해 자신의 가치체계를 확립하려 할 때 위기는 권위의 혼미로 나타나고 그 다음 단계의 이데올로기의 분극화는 혼미와 결합된다. 지도자와 회원의 역할수행은 부모-자녀관계와 긴밀한 관계를 갖는다. 권위의 이해와 대응은 가족 내의 경험에서 얻는다. 연령이 증가됨에 따라 부모는 자녀들에게 동일화되고 자기의 옛날 청소년기와 동일한 조건이나 역할을 자녀에게 기대한다. 이에 청소년은 자기의 부적합성에 대해 죄책감을 느끼고 부모의 패턴을 반복한다. 중년이후의 부모는 자녀의 청소년기에 질투와 당혹감을 느끼고 행동화한다. 따라서 청소년기에 분리-개성화를 적용하여 청소년 문화를 강조하고 세대간의 교차와 갈등을 해결해야 한다. 그러나 Offer와 Offer(1975)는 세대간에 계속되는 가치와 이상을 주목하고, 동시대의 동료집단의 중요성은 부모-자녀간의 관계가 약화되거나 갈등 발생시에만 적용하는 것을 권하고 있다.

#### (7) 이데올로기의 분극화 대 이상의 혼미

청소년기의 최종적 발달위기는 인간의 완전성, 통합성 대 허무감, 절망감에 관련된다. 이데올로기의 문제는 인생의 가치에 있어서의 통일감과 개인과 사회사이의 가치적 조화를 내포한다. 이는 청소년기의 통합과제의 한 특징이다. 개인의 가치체계를 발달시킴으로서 정체감위기를 극복함은 통합된 정체감의 하위구성요인이 된다. Marcia(1966)도 정체감 성취집단외의 적응정도를 순서화하면 유예집단(가치의 발견과정에 있음), 폐쇄집단(위기경험 없이 부모의 가치를 차용하고 있음), 혼미집단(노력도 해결도 없음)으로 된다고 하였다.

청소년기는 자신을 재정의하는 가장 중요한 시기로서 심리, 성적변화, 내적충동의 질적, 양적변화, 정신적 작용과 기능의 확대, 상반되는 사회적 요구와 기대에 대해 자기적응을 새롭게 시도하는 때이며 기존의 정체감 요인들이 새

로운 갈등과 수정을 맞이하는 시기이다. 학교에서의 경쟁과 선택, 이성과 동성의 교우관계 등에 휘말리어 새로운 심리사회적 자기규명이 이루어지는 때이다. 따라서 자아정체감의 발달은 중·고교 및 대학생 연령층에 있는 청소년을 대상으로 연구하는 것이 타당하다고 생각한다(김형태, 1989).

청년기에는 자아정체감에 대한 수많은 물음과 이에 대한 해답을 찾기 위한 노력을 많은 노력을 하게 된다. 그렇다면 어떻게 하면 정체감위기를 현명하게 극복하여 긍정적이고 일관된 자아정체감을 정립해 나갈 수 있을까?

이에 대한 대답은 쉽지 않다. 왜냐하면 여기에는 생각해보고 부딪쳐보고, 다시 생각해봐야 하고, 그리고 나서 해결방안을 찾아 나가야 할 문제들이 너무나도 많기 때문이다. 그러나 여기서는 자기 객관화, 자기 수용, 희망과 이상실현의 실험, 성취의 지혜, 그리고 참고 및 조언에 대한 '열린마음'에 관해서 언급하기로 한다(한국청소년개발원, 1993).

첫째, 자아정체감 정립을 위해서는 '무엇보다 중요한 것은 자기 객관화라고 생각된다. 쉽게 말하자면, 자기 객관화라는 것은 '자기에 관련된 모든 것'을 있는 그대로 보는 것이다. 자기에 관련된 모든 것 중에는 좋은 면도 있고 나쁜 면도 있다. 그런데 사람에게 따라서는 좋은 면만 보는 사람이 있는가 하면, 나쁜 면만 부각시켜 자기비하와 비관을 일삼는 사람이 있다. 그래서, 자기 객관화라는 것은 말로는 쉬운 것 같으나, 실제로는 '자기의 모든 것'을 보지 못하기 때문에 결코 쉬운 일이 아니다. 그러나 우리가 자기 탐색과정에 있어서 좋은 면이든 나쁜 면이든 간에, 자기의 모든 면을 어떠한 방어기제도 개입시키지 않고 볼 수 있는 성숙한 마음 자세가 있으면 결코 불가능한 일도 아니다.

둘째는, 자기수용(self-acceptance)의 중요성이다. 자기수용이란 자기를 있는 그대로 받아들이는 것이므로 별로 어려울게 없을 것 같이 보인다. 그러나 인간의 심리에는 Freud가 설명한 것처럼, 괴로운 것은 피하고 기분좋은 것을 추구하려는 경향이 있기 때문에, 자기를 있는 그대로 받아들인다는 것을 어렵게 만든다. 다시말하면, 자기 자신에 대해서도 좋은 면은 받아들이기 쉽지만, 좋지 않은 면은 의식, 무의식간에 거부한다. 그러나 진정한 자기수용이란 좋은 면만이 아니라 좋지 않은 면도 있는 그대로 보고, 그것이 좋지 않음을 알면서도 그것 역시 '나'의 일부임을 인정하면서 그것까지도 사랑하며, 나아가서는

그것을 좋은 방향으로 개선해 나갈 수 있도록 노력하는 성숙한 마음인 것이다. 이와같은 성숙한 자기수용은 자아정체감 정립에 없어서는 안될 중요한 요인이다.

셋째는, 희망의 구현과 이상실현의 경험적 실험의 필요성이다. 청년기는 이상을 추구하는 시기이기 때문에, 자신이 놓인 현실을 안다고는 하면서도 이상으로 치닫는 성향이 강하다. 그래서 그들의 현실과 이상간에는 괴리가 있기 마련이다. 그 극복은 가만히 앉아서 사색하는 것만으로는 성취되기 어렵다. 그러므로 이상실현의 가능성을 현실에 부딪쳐가면서 시험해 볼 필요가 있다.

넷째는, 실행의 지혜와 용기이다. 사람은 누구나 자기의 고민과 생각을 정리하고 난 후에도 자신이 결정한 선택과 계획을 옮기는 순간에 있어서는 흔히 망설임과 불안을 갖는다. 이러한 경우, 불안과 주저를 넘어서 계획을 실행에 옮기는 데는 슬기로운 지혜와, 만용이 아닌 참 용기가 필요한 것이다. 실행의 지혜와 용기를 통해서 얻어지는 자신의 성취들이 종국적으로는 자신의 자아정체감을 굳건한 것으로 만들어 나가는 원동력이 되는 것이다.

다섯째는, 열린 마음으로 남의 조언을 구할 수 있는 태도 역시 정체감 위기를 극복하는데 도움이 된다는 것이다. 정체감의 위기를 슬기롭게 긍정적으로 극복하기 위해서는 친구, 교사, 부모와의 열린 마음의 대화가 필요하거니와, 필요할 때에는 전문가를 찾아가 도움을 얻는 것이 필요하다.

자아정체감의 확립이라는 발달과업은 결코 쉬운 일이 아니므로, 청소년기의 자아정체감의 성취와 정체감 혼미의 갈등을 긍정적으로 극복하지 않을 때 청년의 고뇌는 점차 심화되어가며, 정체감의 위기를 겪게 된다. 이와 같은 정체감 위기를 성공적으로 극복하기 위해서는 자기객관화, 자기수용, 희망과 이상실현의 실험, 실행의 지혜와 용기, 그리고 필요한 참고와 조언에 대한 '열린마음'이 요구된다고 볼 수 있으며, 이러한 내용을 프로그램화하여 청소년들에게 제공하는 것이 바람직하다고 볼 수 있다.



#### 4. 자원봉사 · 심성수련활동 · 자아정체감과의 관계

본 장에서는 자원봉사활동, 심성수련활동과 자아정체감에 관련된 선행 연구 결과를 살펴봄으로써 자원봉사동아리 활동의 중요성을 살펴보고자 한다.

먼저 자원봉사활동과 관련된 선행연구를 살펴보면 다음과 같다.

청소년기는 자아정체성을 정립하는 시기일 뿐 아니라 일생을 살아가는 데 원칙으로 삼게 될 일련의 가치인 도덕성을 형성하는 시기이다(Hoffman, 1982; Mosher, 1980). 따라서 청소년들에게 사회참여의 기회, 즉 자원봉사의 기회를 제공하는 것은 청소년의 건전한 성장을 돕기 위해 꼭 필요하다(National Commission on Resources for Youth, 1981). 새로운 환경으로서 사회참여의 경험인 자원봉사활동은 성인기로 이행되어 가는 과정에 있는 청소년의 개인적, 사회적 발달에 큰 도움을 줄(Manning, 1979) 뿐만 아니라 책임있는 민주 시민으로 성장하도록 도울 수 있을 것으로 개대된다(Carnegie Foundation, 1977). 특히 Conrad와 Hedin(1981)은 잘 계획된 봉사활동 프로그램은 청소년의 개인적, 지적, 그리고 사회적 성장과 발달에 긍정적인 영향을 줄 것으로 주장하고 있다.

서울시내 4개 고등학교에 재학중인 일정시간 봉사활동 시간을 이수한 학생들을 대상으로 한 조학래(1996)의 연구결과에 따르면, 사전조사에서는 자아정체성의 모든 영역에서 두 집단간에 차이가 나타나지 않았다. 그러나 사후조사에서는 자아정체성의 하위영역인 사회적응력의 영역을 제외하고, 모든 영역(독특성, 미래계획, 사회성, 자기수용, 자율성, 가치)에서 실험집단과 통제집단 간 t 검증 결과는 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉, 30시간의 자원봉사활동을 경험한 실험집단의 학생들이 통제집단의 학생들보다 사회적응력을 제외한 자아정체성의 모든 하위영역에서 통계적으로 유의미한 발달이 있었음을 알 수 있다. 또한 자원봉사활동이 청소년의 이타성과 사회적 책임성이 결합된 도덕성 발달에 긍정적인 영향을 준 것으로 나타났다.

다양한 청소년활동 중에서도 자원봉사활동은 청소년들에게 민주시민으로서의 책임과 자세를 갖추게 할 뿐만 아니라 자아정체성과 도덕성을 포함한 개인적, 사회적 성장과 발달에 긍정적인 영향을 주는 활동으로 알려져 있다. 그러

나 청소년 자원봉사활동에 관한 문헌들은 대부분 대학생을 대상으로 하거나 경험적 연구에 기반을 두기보다는 주로 이념적, 철학적 사변에 의해 기술된 것들이기 때문에 과학적이라기 보다는 직관적인 성격이 강하다. 따라서 자원봉사활동이 청소년들에게 구체적으로 어떤 영향과 이익이 되는 활동인지에 관한 경험적인 연구가 필요하다(조학래, 1996)고 제시하고 있다.

지금까지 이루어진 연구에서 자원봉사활동의 활성화시키기 위한 방안으로 제시한 연구들에서도, 우리 나라처럼 조직적인 자원봉사활동의 경험이 없는 곳에서는 앞으로 자원봉사활동에 대한 사회적 욕구의 발견 및 분석·개발, 자원봉사자의 발굴·모집·교육(훈련), 조직의 배치·관리·육성, 그리고 자원봉사활동의 조직·운영, 프로그램의 연구·개발 등에 이르기까지 자원봉사활동에 관련되는 모든 사항에 대해 과학적이고 전문적인 접근을 시도하고 계획하는 것이 필요하다(남세진, 1991)는 점을 지적하고 있다.

이처럼 자원봉사활동이 청소년들에게 필요한 활동으로서 공감대가 형성되었지만 현실적으로는 많은 문제점을 갖고 있고, 체계적으로 해결해야하는 과제를 안고 있다고 볼 수 있다. 이러한 문제점을 해소하고 봉사활동이 활성화되기 위해서는 자원봉사활동 그 자체만으로는 부족하고 다양한 프로그램을 제공하는 것을 고려해야 한다는 점이다.

다음으로는 동아리활동으로서 심성수련활동을 중요하게 생각하게 되었는데 그에 대한 고찰을 하면 다음과 같다.

인간으로서 살아가는데 필요한 여러 가지의 사실들과 능력, 기술들을 배우고 익히는데 있어서도 효과적인 인간관계는 무척이나 필요하다. 삶의 질을 높이는데 필요한 지혜야말로 내용의 전달이나 사실획득의 차원을 넘어서 타인간 존재들과 끊임없는 상호작용을 통하여 경험된다는 점에서도 인간관계의 차원을 무시할 수 없는 것이다(한국인성개발b, 1998). 한편, 주체적이며 자율적으로 참가하고 있는 집단 성원과 더불어 풍족한 생활을 계속해 나갈 수 있다면, 참다운 인간성과 사회성이 성장될 수 있을 것이다. 또한, 개성도 자유롭고 풍요한 집단 활동 속에서 민주적인 생활방식을 기르며, 민주적 인간 관계에 적용된 민주적 집단을 건설하는 과정으로서도 집단 활동은 의의가 있는 일이다(김려옥, 1993).

‘심성수련(心性修鍊)’은 1970년대 초에 우리나라에 도입된 하나의 인성개발 운동인 정의적 체험학습이다. 감수성 훈련, 참만남 집단, T-그룹, 인간관계 훈련 등 여러 가지 이름으로 통용되는 심성수련의 이론적 기초는 Buber의 대화의 철학과 Dewey의 실용주의 철학에 바탕을 두고 있는 것으로 알려져 있다. Dewey 실용주의 철학은, 민주시민으로서의 바람직한 생활을 영위하기 위해서는 이론보다는 행동을, 개념 및 관념보다는 체험을, 미래 지향의 전망보다는 현실적 실천을, 그리고 가정 및 추리보다는 확인과 즉각적 표현의 체질화가 필요하다고 가르치고 있다. 그리고 Buber의 대화철학은 한 인간과 한 인간 즉, ‘나와 너’를 연결 해주는 것은 도구로서의 너(상대방)가 아닌 자연적 존재 목적으로서의 너와 대화를 하는 것이며, 이 대화적 관계를 토대로 의미있는 인생과정이 전개됨을 강조하고 있다.

이러한 실용주의와 대화주의의 철학은 심성수련의 기초가 되고 있기 때문에 심성수련은 개방적 자기와 타인간의 대화적 태도 차원에서의 실험적 체험 학습을 강조하게 되는 것이다. 또한 개방적 대화와 체험적 실험 학습을 위해서는 ‘지금-여기(here-and-now)’의 즉각적인 느낌의 표현과 반응(feedback)을 참여자의 주요 행동규범으로 삼게 되는 것이다.

요컨대, 심성수련은 나와 너, 그리고 우리에게 대한 감성과 생각을 개발함으로써 자기 자신의 내면세계에 대한 보다 정확한 인식과 조화를 기하여 자아정체성과 자아실현을 이루는 것이다. 뿐만 아니라, 나와 너의 관계에서 느껴지는 감정의 흐름을 예민하게 감지하여 적절히 반응함으로써 공감대를 형성하며 대인관계의 협동적 발전을 돕는 특수한 소집단 체험 학습이다. 이를 통해서 지금까지 개발 형성되지 않은 심성을 개발하고, 또 자신과 타인에 대하여 잘못된 인식을 새롭게 하여 새로운 인격형성에 도움을 갖게 된다. 그렇기 때문에, 심성수련은 개방적 자기와 타인과의 대화에서 ‘지금-여기’의 즉각적 표현과 반응(피드백)을 참여자의 주요 행동 규범으로 삼는 실험실적 체험학습인 것이다 (한국인성개발 b, 1998).

이상에서 살펴본 바와 같이 동아리활동은 자원봉사활동과 심성수련활동을 독립적인 프로그램으로 운영하는 것보다 양자의 장점을 살리면서 함께 구성하여 제공하는 것이 청소년들의 전인적 인격향상에 기여한다고 볼 수 있다.

다음으로는 동아리활동이 청소년기에 중요한 발달과업인 자아정체감에 미치는 효과를 연구하게 되었는지를 고찰하면 다음과 같다.

정체성의 발달에 영향을 주는 요인은 많지만, 가정의 심리학적 환경변인이 정체성 발달에 특히 중요한 영향을 미친다(Cross & Allen, 1970; Marcia, 1980; Waterman, 1982). 먼저 가정의 심리적환경 중에서 부모의 양육태도를 살펴보면, 민주적인 부모는 자녀들의 의사결정에 지지를 보내고, 자신의 결정에 대한 책임감을 갖게 함으로써 독립심을 키운다. 독재적인 부모들은 자녀들의 독자적인 행동을 격려하지 않으며, 허용적인 부모들은 자녀들의 독자적인 행동을 받아들이지만 이에 준하는 책임감을 부여하지 않는다. 이런 세 유형의 부모 양육태도와 자아정체성 발달과의 관계를 살펴본 결과, 부모의 민주적 양육태도가 청소년의 자아정체성 형성에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다(Adams et al., 1987; Bernard, 1981; Enright et al., 1980).

이와 같은 가정환경 변인 외에도, 학교환경 변인들도 청소년의 자아정체성 발달에 중요한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 김형태(1989)도 학교 생활 중에서 학과 활동에 대한 흥미, 태도 및 학습습관과 친구관계의 영역 등이 청소년의 자아정체성 발달에 중요한 영향을 미치는 요인으로 제시하였다.

청소년을 대상으로 연령에 따른 자아정체성의 발달을 조사한 서봉연(1975, 1979)의 연구에 의하면, 독일 청소년의 경우는 정체성의 발달이 연령이 증가함에 따라 계속해서 상승하는 경향을 보였다. 그러나 한국 청소년의 경우에는 14~15세 시기에는 12~13세 시기보다 낮아졌다가, 그 이후에 다시 상승하는 경향을 보이는 것으로 나타났다. 또한 중·고·대학생을 대상으로 Marcia의 정체성 지위를 분석한 연구(김형태, 1989)에 의하면, 중학생이 54%는 정체성 혼미에, 23%는 폐쇄에, 9%는 유예에, 14%는 성취지위에 속하는 것으로 나타났다. 고등학생은 28%가 정체성 혼미에, 27%는 폐쇄에, 24%는 유예에, 21%는 성취에 속하였다. 대학생은 17%가 정체성 혼미에, 19%가 폐쇄에, 25%가 유예에, 39%가 성취지위로 나타난 것으로 보아 우리나라 청소년들은 서구 청소년들이 정체성 유예수준으로 이동함을 보여주고 있는데, 이런 결과는 황정규(1992)의 연구 결과와도 일치한다. 우리나라 청소년들은 입시위주의 교육에 얽매어 자원봉사활동을 비롯한 다양한 체험활동과 사회참여의 기회를 거의 갖

지 못한 채, 그들의 인성형성기를 보내고 있다. 그런 상황을 반영한 것으로 우리나라 청소년들의 자아정체성 및 도덕성 발달수준이 서구의 청소년들에 비해 상당히 낮다고 보고하는 연구결과들이 있다(서봉연, 1975; 송명자, 1994).

이상의 연구결과에 따르면 청소년의 자아정체성 발달에 영향을 미치는 요인 중에서 가정환경과 학교환경 등이 중요한 변인이며, 자원봉사활동 경험이 자아정체성 발달에 기여한다는 것을 알 수 있었다. 그러나 우리나라 청소년들은 서구 청소년들에 비해 자아정체성 발달수준이 낮게 나타나고 있고, 많은 청소년들이 청소년기의 가장 중요한 발달과업인 자아정체성을 제대로 성취하지 못하고 있다는 점이다. 이에 대하여 청소년들에게 어떠한 노력을 기울려 자아정체감의 위기를 극복하고 도덕성을 향상시켜야 하는지에 대한 연구는 부족한 실정이다.



### III. 연구 방법

본 장에서는 자원봉사동아리 활동이 자아정체감에 미치는 효과를 검증하기 위하여 필요한 연구방법에 대한 고찰로서 연구대상, 연구설계, 연구절차, 측정 도구, 자료처리에 대하여 차례로 살펴보기로 한다.

#### 1. 연구대상

본 연구의 대상을 선정하기 위하여 제주도내 O중학교 학생을 대상으로 자원봉사동아리 활동에 참여하기를 희망하는 50명의 학생을 모집하였다. 개별면담을 통하여 자원봉사동아리 활동에 대한 소개와 프로그램 운영에 대한 소개를 하고 자원봉사동아리 활동에 참여할 수 있는 학생 15명을 상담집단으로 하고, 15명을 비교집단으로 구분하여 실시하였다.

#### 2. 연구설계



본 연구의 설계는 자원봉사동아리 활동에 참여한 상담집단과 참여하지 않은 비교집단을 비교하여 실험처치 결과를 평가하는 전후 비교집단 설계이다. 상담집단과 비교집단에 대한 연구설계 구성은 <표 III-1>과 같다.

<표 III-1> 연구 설계의 구성

R	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
R	O <sub>3</sub>		O <sub>4</sub>

- ※ R : 무선 배정 집단
- ※ O<sub>1</sub> O<sub>3</sub> : 프로그램집단 및 비교집단의 사전 자아정체감 검사
- ※ O<sub>2</sub> O<sub>4</sub> : 프로그램집단 및 비교집단의 사후 자아정체감 검사
- ※ X : 자원봉사동아리 활동프로그램 적용

<표 III-1>에서와 같이 프로그램집단과 비교집단의 무선배정을 R, 프로그램 집단 O<sub>1</sub>(사전검사)후 X(실험처치)를 투입한 다음 O<sub>2</sub>(사후검사)를 실시하였고, 비교집단은 같은 시기에 O<sub>3</sub>(사전검사)와 O<sub>4</sub>(사후검사)만을 실시하였다.

### 3. 연구절차

#### 1) 자원봉사동아리 활동프로그램

자원봉사동아리 활동 프로그램은 봉사학습으로서 자원봉사활동 영역과 심성수련활동으로 나누어 살펴볼 수 있다.

자원봉사활동 영역은 자원봉사활동과 관련된 연구문헌과 청소년 자원봉사와 지도(1996)를 중심으로 봉사학습으로서 자원봉사활동이 되도록 중학생에게 적합하게 재구성하였다. 기관소개 및 자원봉사자의 역할과 자세, 봉사활동시 유의할 점, 휠체어 운반하는 법 등에 관한 강의와 원광요양원에서 이루어지는 실내청소와 말벗, 안마 그리고 프로그램 보조 등은 봉사활동 담당교사(차영자)의 도움을 받아 실시하였다.

심성수련활동은 한국인성개발(1998)에서 펴낸 심성수련 I, 심성수련 II, 김려옥(1993)의 심성개발지도의 실제, 한국청소년개발원(1993)에서 펴낸 인간관계수련활동 등을 참고하여 실내·실외 수련활동과 명상프로그램을 중심으로 청소년들이 동아리활동에 적합하게 자원봉사동아리 활동프로그램으로 구성하였으며, 국제훈련원 지도교사(이현세, 송원근, 송호연)의 도움을 받아 프로그램을 실시하였다.

이렇게하여 구성된 자원봉사동아리 활동프로그램은 1박 2일과 2박 3일 활동 프로그램으로 구성되어 있으며, 그 내용은 <표 III-2>, <표 III-3>과 같다. 자세한 프로그램의 내용은 부록으로 실었다.<부록II 자원봉사동아리 활동프로그램 참고>.

<표 III-2> 1박 2일 자원봉사동아리 활동 프로그램(1999년 12월 27일~28일)

과 정	주 제	활동내용	
27일	오 전	제1회 프로그램 안내 및 애칭짓기	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 자기소개</li> <li>- 활동에 참가한 동기나누기</li> <li>- 활동을 통해서 얻고 싶은 것</li> <li>- 활동 규칙 정하기</li> </ul>
		제2회 자원봉사활동 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 준비 : 자원봉사자의 역할과 자세</li> <li>- 실행 : 요양원봉사활동</li> <li>- 평가 : 봉사활동에 대한 평가</li> </ul>
	오 후	제3회 신뢰게임	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 안마해주기</li> <li>- 신문지위에 올라가기</li> <li>- 뒤로 넘어지기</li> <li>- 꼬인팔 풀기</li> <li>- 앉고-일어서기</li> <li>- 소감 나누기</li> </ul>
		제4회 야외수련활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 양탄자 운반하기</li> <li>- A자형 운반하기</li> </ul>
		제5회 과정 평가 및 토의	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 오전·오후활동에 대한 평가 및 토의</li> <li>- 마인드 맵 이용</li> </ul>
	저 녀	제6회 역할극	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 조별로 주제 정하고 역할극하기</li> </ul>
		제7회 원안에 뛰어들기 (나가기)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 동작 활동 : 원안에 뛰어들기(나가기)</li> <li>- 저녁활동에 대한 소감나누기</li> </ul>
		제8회 명상프로그램	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 명상 및 요가</li> </ul>
28일	오 전	제9회 자원봉사활동 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 준비 : 노인에 대한 이해</li> <li>- 실행 : 요양원봉사활동</li> <li>- 평가 : 봉사활동에 대한 평가</li> </ul>
		제10회 마음의 선물 주고 받기	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 장·단점 나누기</li> <li>- 칭찬합시다</li> </ul>
	오 후	제11회 전체마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 전체활동에 대한 소감나누기</li> <li>- 일상 생활에서 실천할 내용 다짐하기</li> <li>- 나부터 실천하기</li> <li>- 2차 야영 프로그램 안내</li> </ul>



<표 III-3> 2박 3일 자원봉사동아리 활동 프로그램(2000년 1월 5일~7일)

과 정	주 제	활 동 내 용	
5일	오 전	제1회 다른 사람이 되어 자기소개하기	- 지난 수련활동 이후에 있었던 일 - 의미있는 타인이 되어 자기 소개
		제2회 자원봉사활동 3	- 준비 : 자원봉사활동의 목적·정신·원칙 강의
	오 후	제3회 자원봉사활동 3	- 실행 : 요양원 봉사활동 - 평가 : 봉사활동에 대한 평가
		제4회 야외수련활동	- 타이어옮기기 - 그물통과하기 - 인간사다리 타기
		제5회 과정 평가 및 토의	- 오전·오후활동에 대한 평가 - 마인드 맵 이용
	저 녀	제6회 빈의자	- 빈의자 기법
		제7회 장님-병어리 안내하기	- 장님과 병어리가 되어 안내하기 - 저녁 활동에 대한 평가 및 토의
		제8회 명상프로그램	- 명상 및 요가
6일	오 전	제9회 나에게 영향을 미치는 중요한 인물	- 나의 주변 인물 그리기
		제10회 자원봉사활동 4	- 준비 : 자원봉사활동의 중요성 - 실행 : 요양원 봉사활동 - 평가 : 봉사활동에 대한 내용 평가
	오 후	제11회 야외수련활동	- 인간 기차놀이
		제12회 지금-여기에서 하고 싶은 것	- 나의 마음 표현하기 - 로봇트 되어보기
		제13회 과정 평가 및 토의	- 오전·오후 활동에 대한 평가 및 토의 - 마인드 맵 이용
	저 녀	제14회 뜨거운 자리	- 방석이용 감정 정화하기 - 뜨거운 자리 기법
제15회 촛불의식 및 손·발 씻어주기		- 촛불의식 - 상대방의 손발 씻어주기 - 저녁 활동에 대한 소감 나누기	
제16회 명상프로그램		- 명상 및 요가	
7일	오 전	제17회 한마음게임	- 앓음뱅이 농구
		제18회 바람직한 청소년상	- 바람직한 청소년상 및 어른 생각하기 - 나의 미래의 모습 생각하기
	오 후	제19회 전체마무리	- 전체 활동에 대한 소감나누기 - 일상생활에서 실천할 내용 계획하기 - 나부터 실천하기

## 2) 자원봉사반 대원 모집(1999년 11월 29일 ~ 12월 11일)

제주도 제주시내 O중학교 전학년을 대상으로 그 동안 이루어진 자원봉사반 활동에 참가하지 않았던 학생들을 대상으로 겨울방학 중에 실시되는 자원봉사반 활동에 참가할 대원 50명을 모집하였다.

## 3) 집단 구성(1999년 12월 13일~17일) 및 자아정체감 검사(1999년 12월 18일)

자원봉사동아리 활동을 할 대원들을 대상으로 일주일 동안의 면담을 통하여 본 프로그램에 대한 안내를 하고 프로그램에 참여할 수 있는 15명(1학년 3명, 2학년 10명, 3학년 2명)의 학생을 상담집단으로, 나머지 15명(1학년 4명, 2학년 9명, 3학년 2명)을 비교집단으로 구성하였다.

그런 다음, 상담집단과 비교집단에 대하여 자아정체감 사전검사를 실시하였다.

## 4) 오리엔테이션 실시(1999년 12월 20일)

프로그램집단에 대하여 2회에 걸친 야영프로그램에 대한 안내를 하였다. 즉, 요양원을 중심으로 이루어지는 자원봉사활동과 심성수련활동에 대한 내용과 야영을 원활하게 준비할 수 있도록 오리엔테이션을 실시하였다.

## 5) 자원봉사동아리 활동프로그램 적용

상담집단에 대한 자원봉사동아리 활동프로그램의 적용은 겨울방학 중에 2회 야영을 실시하였다. 1회 때에는 1박 2일(1999년 12월 27일~28일), 2회 때에는 2박 3일(2000년 1월 5일~7일)에 걸쳐 실시하였다. 봉사활동 장소 및 야영장소는 제주도 북제주군에 위치한 원광요양원과 국제훈련원에서 실시되었다.

## 6) 사후검사(2000년 1월 20일)

사후검사는 프로그램 적용이 끝난 2주 후에 사전검사에 사용했던 자아정체감 검사지를 이용하여 상담집단과 비교집단에 대하여 사후검사를 실시하였다.

#### 4. 측정도구

자아정체감 척도는 Resmussen(1964)이 제작한 “자아정체감 척도”와 Rosenthal 등(1981)이 만든 “에릭슨 심리사회적 발달단계 척도”를 기초로 하여 김형태(1989)가 제작한 자아정체감 척도의 세 가지 영역 중에서 발달단계형 자아정체감 검사지를 자아정체감 검사지로 사용하였다.

김형태(1989)의 연구에서 사용한 통계분석의 방법은 첫째, 척도의 신뢰도를 알아보기 위하여 Cronbach 알파계수, 재검사 신뢰도, 반분신뢰도를 산출하였다. 둘째, 자아정체감 측정도구의 타당도를 알아보기 위하여 요인분석, 준거변인과의 상관관계를 분석하였다. 그 중에서 자아정체감 검사지의 Cronbach 알파계수는<표 III-4>과 같다(김형태, 1989).

<표 III-4> 자아정체감 척도의 Cronbach 알파계수

구 분 \ 하위영역	신뢰성	자율성	솔선성	근면성	정체감	총점
중학생의 Cronbach 알파계수	.797	.766	.751	.808	.812	.927

자아정체감 검사지는 각 단계마다 15문항씩 전체 75개 문항으로 구성된 최종점사를 만들었다. 각 단계별로 에릭슨의 심리사회적 발달의 성취와 실패를 묻는 문항이 거의 반반으로 혼합되게 하였다. 각 문항에 대한 응답은 “전혀 그렇지 않다-그렇지 않은 편이다-대체로 그렇다-확실히 그렇다”중에서 택일하도록 하였다. 각 문항은 1점에서 4점까지 나누어지며 75문항이므로 총 가능 점수가 최하 75점에서 최고 300점에 이른다. 채점은 부정으로 된 문항에 대한 반응을 거꾸로 환산한 후 각 문항의 점수를 모두 합산하였다. 자아정체감 척도의 하위영역과 문항분류는 다음 <표 III-5>와 같다(전체문항은 부록1 “자아정체감 검사” 참조). 하위영역은 신뢰성, 솔선성, 자율성, 근면성 및 정체감 등 5영역이며 에릭슨의 심리사회적 발달론에서 제시한 의미를 그대로 수용하였다(김형태, 1989).

<표 III-5> 자아정체감 척도의 내용

하위영역	개 요	문 항 분 류	
		긍 정 문	부 정 문
신뢰성	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 시간적 전망</li> <li>· 타인과의 신뢰감</li> <li>· 좋은 기회의 상실감</li> </ul>	1, 2, 3, 4, 5, 51, 52	26, 27, 28, 29, 30, 53, 54, 55
자율성	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 자기확신</li> <li>· 자율감</li> <li>· 수취에 대한 두려움</li> </ul>	31, 32, 33, 34, 35, 56, 57	6, 7, 8, 9, 10, 58, 59, 60
술선성	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 가족이나 자기의 생육     과정에 대한 혐오감</li> <li>· 집단에서의 역할실험</li> <li>· 술선성</li> </ul>	11, 12, 13, 14, 15, 61, 62, 63	36, 37, 38, 39, 40, 64, 65
근면성	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 성취에 대한 노력</li> <li>· 경쟁의식의 과잉</li> <li>· 일에 대한 집중력</li> </ul>	41, 42, 43, 44, 45, 66	16, 17, 18, 19, 20, 67, 68, 69, 70
정체감	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 심리사회적 건전성</li> <li>· 자아개념과 타인의식     일치도</li> <li>· 계획성, 목적의식 및     진로에 대한 이해</li> </ul>	21, 22, 23, 24, 25, 71, 72, 73, 74, 75	46, 47, 48, 49, 50

## 5. 자료처리

자료의 처리는 자아정체감 검사 결과를 채점한 후 SPSS/PC+ 전산프로그램을 사용하여 전산 처리하였다. 사전 검사에 대하여 프로그램집단과 비교집단 간의 동질성을 입증하기 위하여 평균과 표준편차를 산출하고 t검증을 하였다. 그리고, 본 연구의 가설을 검증하기 위하여 두 집단의 자원봉사동아리 활동에 대한 사전-사후간 차이를 비교하기 위하여 t검증을 실시하였고, 1% 수준에서 유의한 차이를 검증하였다.

## IV. 연구결과 및 해석

본 연구는 자원봉사동아리 활동이 청소년의 자아정체감에 미치는 효과를 검증하는 것으로서 연구대상에 대한 동질성 검증, 가설에 대한 검증 결과는 다음과 같다.

### 1. 연구대상에 대한 동질성 검증

상담집단과 비교집단의 대상자들에 대한 집단간 동질성 여부를 검증하기 위하여 자아정체감 척도에 대한 사전-사후검사간 차이를 알아보기 위하여 t-test를 실시한 결과는 <표 IV-1>과 같다.

<표 IV-1> 자아정체감 하위영역별 상담집단과 비교집단의 동질성 비교

하위영역 \ 집단	상담집단		비교집단		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
신뢰성	41.60	6.40	40.00	6.26	0.739
자율성	38.53	4.12	37.73	4.06	0.481
솔선성	37.46	3.88	37.13	4.96	0.217
근면성	38.13	3.90	36.93	2.76	1.050
정체감	38.06	3.88	39.20	3.85	-0.776
총 점	193.13	10.84	191.00	13.52	0.548

<표 IV-1>에서는 상담집단과 비교집단간 사전 자아정체감을 비교해 보았는데 모든 영역에서 집단간 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않아 실험전의 두 집단은 동질 집단으로 검증되었다.

## 2. 가설 검증

가설 I. 자원봉사동아리 활동에 참여한 집단이 자아정체감 검사의 사전 총득점과 사후 총득점간에 유의한 차가 있을 것이다.

가설 I)을 검증하기 위한 상담집단-비교집단의 실험 전·후의 자아정체감 검사의 총점에 대한 사전-사후 검사간 차이 검증을 위하여 t-test를 실시한 결과는 <표IV-2>와 같다.

<표 IV-2> 자아정체감 척도의 총점에 대한 사전-사후 결과 비교

집단	구분	사 전		사 후		t
		$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
상담집단 (N=15)		193.13	10.84	211.13	16.37	-5.739**
비교집단 (N=15)		191.00	13.52	192.33	14.06	-0.739

\*\* p < .01

<표 IV-2>에 나타난 바와 같이 자원봉사동아리 활동에 참여한 상담집단은 자아정체감 총점에 대한 t검증 결과 통계적으로 유의미한 차이를 보였다( t = -5.739, p<.01). 그러나 비교집단의 사전-사후 검사에는 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

자원봉사동아리 활동에 참여한 구성원들로부터 자기 자신을 존중하게 되고, 자기를 객관적으로 이해하고, 자신을 개방하는 능력이 신장되는 것을 확인할 수 있었다. 이러한 과정과 결과를 통해서 자원봉사동아리 활동이 자아정체성과 개인적, 사회적 성장과 발달에 긍정적인 영향을 주는 활동으로서 효과적임을 알 수 있다.

가설 II. 자원봉사동아리 활동에 참여한 집단이 자아정체감 검사의 하위영역에서 사전과 사후검사의 득점간에 유의한 차이가 있을 것이다.

- II-1) 신뢰성 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.
- II-2) 자율성 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.
- II-3) 솔선성 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.
- II-4) 근면성 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.
- II-5) 정체감 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.

가설 II-1)의 자아정체감 하위영역인 신뢰성에 대한 상담집단과 비교집단의 사전-사후 검사간 차이 검증을 위하여 t-test를 실시한 결과는 <표 IV-3>과 같다.

<표 IV-3> 자아정체감 척도의 신뢰성에 대한 사전-사후 결과비교

집단	구분	사 전		사 후		t
		$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
상담집단 (N=15)		41.60	6.40	44.73	5.41	-1.685
비교집단 (N=15)		40.00	6.26	41.33	5.80	-1.485

<표 IV-3>에 의하면 상담집단은 자아정체감 하위영역인 신뢰성에 대한 사전-사후간 차이 검증에서는 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다. 비교집단인 경우에도 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

이상과 같이 유의한 차가 나타나지 않은 이유는 오랜 기간에 걸쳐 타인과의 관계에서 형성되어진 신뢰성은 단기적인 프로그램으로 향상시키는 것이 어렵다고 생각되며, 장기적인 프로그램을 통해서 신뢰성에 미치는 효과에 대한 연구를 하는 것이 좋을 것 같다.

가설 II-2)을 검증하기 위한 상담집단-비교집단의 실험 전·후의 자아정체감 하위영역인 자율성에 대한 사전-사후 검사간 차이 검증을 위하여 t-test를 실시한 결과는 <표 IV-4>와 같다.

<표 IV-4> 자아정체감 척도의 자율성에 대한 사전-사후 결과비교

집단 \ 구분	사 전		사 후		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
상담집단 (N=15)	38.53	4.12	42.26	3.78	-3.194**
비교집단 (N=15)	37.73	4.06	37.73	4.39	0.000

\*\* p < .01

<표 IV-4>에 나타난 바와 같이 자원봉사동아리 활동에 참여한 상담집단은 자아정체감 하위영역인 자율성에 대한 t검증 결과 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다( t = -3.194, p<.01). 그러나 비교집단의 사전-사후 검사에는 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

이는 자원봉사동아리 활동에 참여한 상담집단이 동아리활동에 참여하면서 자신감이 향상되었고, 집단활동을 통하여 대인관계에서의 수취심이 감소하고 자신을 개방할 수 있는 용기가 향상됨에 따라 자아정체감 하위영역인 자율성을 향상시키는데 효과적임을 알 수 있다.

가설 II-3)을 검증하기 위한 상담집단과 비교집단의 자아정체감 하위영역인 솔선성에 대한 사전-사후 검사간 차이 검증을 위하여 t-test를 실시한 결과는 <표 IV-5>와 같다.

<표 IV-5> 자아정체감 척도의 솔선성에 대한 사전-사후 결과비교

집단 \ 구분	사 전		사 후		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
상담집단 (N=15)	37.46	3.88	41.93	3.43	-3.385**
비교집단 (N=15)	37.13	4.96	38.13	4.79	-1.641

\*\* p < .01



<표 IV-5>에 나타난 바와 같이 자원봉사동아리 활동에 참여한 상담집단은 자아정체감 하위영역인 숭선성에 대한 t검증 결과 통계적으로 유의미한 차이를 보였다( $t = -3.385, p < .01$ ). 그러나 비교집단의 사전-사후 검사간에는 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

이는 자원봉사동아리 활동에 참여한 상담집단이 동아리활동에 참가하면서 자기 중심의 이기주의적 사고 방식에서 벗어나고, 집단 내에서 소극적이던 청소년들이 적극적으로 행동하고 나아가 가정에서 자기 가족에 대한 이해의 증가와 행동의 변화를 나타내는 것으로 보아 자아정체감 하위영역인 숭선성을 향상시키는데 효과적임을 증명해준다고 하겠다.

가설 II-4)을 검증하기 위한 상담집단과 비교집단의 자아정체감 하위영역인 근면성에 대한 사전-사후 검사간 차이 검증을 위하여 t-test를 실시한 결과는 <표 IV-6>과 같다.

<표 IV-6> 자아정체감 척도의 근면성에 대한 사전-사후 결과비교

집단	구분	사 전		사 후		t
		$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
상담집단 (N=15)		38.13	3.90	40.20	4.87	-1.034
비교집단 (N=15)		36.93	2.76	37.40	3.50	-0.415

<표 IV-6>에 나타난 바와 같이 상담집단은 자아정체감 하위영역인 근면성에 대한 사전-사후간 차이 검증에서 유의한 차이가 나타나지 않았다. 비교집단인 경우에도 근면성 영역에서 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

이러한 결과는 오랜 기간에 걸쳐 형성되어진 태도 영역이라고 볼 수 있는 근면성 영역은 개인적으로 습관화되어 있어서 단기적인 프로그램으로 효과를 기대하기가 어려웠다고 생각되며, 장기적인 프로그램을 통해 지속적인 노력을 기울여 향상시켜야 할 영역이라고 생각된다.

가설 II-5)을 검증하기 위한 상담집단과 비교집단의 자아정체감 하위영역인 정체감에 대한 사전-사후 검사간 차이 검증을 위하여 t-test를 실시한 결과는 <표 IV-7>과 같다.

<표 IV-7> 자아정체감 척도의 정체감에 대한 사전-사후 결과비교

집단 \ 구분	사 전		사 후		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
상담집단 (N=15)	38.06	3.88	41.33	5.24	-3.075**
비교집단 (N=15)	39.20	3.85	37.73	4.09	1.114

\*\* p < .01

<표 IV-7>에 나타난 바와 같이 자원봉사동아리 활동에 참여한 상담집단은 자아정체감 하위영역인 정체감에 대한 t검증 결과는 유의수준에서 유의미한 차이를 보였다( t = -3.075, p<.01). 그러나 비교집단의 사전-사후 검사간에 차이 검증에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다.

이는 자원봉사동아리 활동에 참여한 상담집단이 집단 내에서 상호작용의 증가로 자아개념과 타인의식간의 일치가 증가하고, 심리사회적 자아개념이 안정됨으로 인하여 자아정체감 하위영역인 정체감을 향상시키는데 효과적임을 증명해 준다고 하겠다.

## V. 요약, 결론 및 제언

### 1. 요약

본 연구는 자원봉사동아리 활동을 청소년들에게 적용하였을 때 자아정체감에 어떤 효과가 있는지를 알아보기 위한 실험연구로 이루어졌다. 나아가 학교 중심의 청소년 동아리활동으로서 자원봉사활동을 활성화할 방법을 찾아보려는 목적으로 이루어졌다.

자원봉사동아리 활동프로그램이 청소년의 자아정체감을 향상시키는데 효과가 있는가?, 자원봉사동아리 활동이 청소년의 자아정체감을 향상시키는데 효과가 있다면, 구체적으로 자아정체감의 하위영역인 신뢰성, 자율성, 솔선성, 근면성, 정체감에 어떠한 영향을 미치는가? 라는 연구문제에 대하여 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 I. 자원봉사동아리 활동에 참여한 상담집단이 자아정체감 검사의 사전 총득점과 사후 총득점간에 유의한 차가 있을 것이다.

가설 II. 자원봉사동아리 활동에 참여한 집단이 자아정체감 검사의 하위영역에서 사전과 사후검사의 득점간에 유의한 차이가 있을 것이다.

II-1) 신뢰성 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.

II-2) 자율성 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.

II-3) 솔선성 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.

II-4) 근면성 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.

II-5) 정체감 영역에서 유의한 차이가 있을 것이다.

위의 가설을 검증하기 위하여 본 연구는 제주도 ○○중학교 학생 중 30명을 대상으로 상담집단(15명:1학년 3명, 2학년 10명, 3학년 2명), 비교집단(15명:1학년 4명, 2학년 9명, 3학년 2명)으로 구성하여 실험연구를 하였다.

본 연구에 적용한 자원봉사동아리 활동 프로그램은 봉사학습으로서 자원봉사활동 영역과 심성수련활동으로 나누어 균형과 조화의 원리에 충실하며 구성하였다.

자원봉사활동 영역은 자원봉사활동과 관련된 연구문헌과 청소년 자원봉사지도(1996)를 중심으로 요양원에서의 직접봉사의 형태로 봉사학습으로서 자원봉사활동이 되도록 중학생에게 적합하게 구성하였다.

심성수련활동은 한국인성개발(1998)에서 펴낸 심성수련 I, 심성수련 II, 김려옥(1993)의 심성개발지도의 실제, 한국청소년개발원(1993)에서 펴낸 인간관계수련활동 등을 참고하여 실내·실외 수련활동과 명상프로그램을 중심으로 청소년들이 동아리활동에 적합하게 구성하였다.

본 연구에 사용된 자아정체감 검사지는 김형태(1989)가 제작한 발달단계형 자아정체감 검사지를 자아정체감 검사지로 사용하였다. 자료의 처리는 자아정체감 검사 결과를 채점한 후 SPSS/PC+ 전산프로그램을 사용하여 전산 처리하였다. 가설을 검증하기 위하여 상담-비교집단간의 사전-사후간 차이를 비교하기 위한 평균과 표준편차를 비교하여 t-test를 실시하였고, 1% 유의수준에서 유의한 차이를 검증하였다.

이와 같은 과정을 통하여 얻어진 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 자원봉사동아리 활동에 참여한 상담집단의 자아정체감 척도의 사전-사후간 검사점수의 총득점에서 유의한 차이가 나타났다(  $t = -5.739, p < .01$ ). 그러나 비교집단에서는 유의미한 차가 나타나지 않았다.

둘째, 자원봉사동아리 활동에 참여한 상담집단의 자아정체감 척도의 하위영역 중에서 자율성(  $t = -3.194, p < .01$ ), 솔선성(  $t = -3.385, p < .01$ ), 정체감(  $t = -3.075, p < .01$ ) 영역에서 사전-사후간 유의수준에서 유의미한 차이가 나타났고, 하위영역 중에서 신뢰성, 근면성 영역에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 반면 비교집단에서는 모든 영역에서 유의한 차가 나타나지 않았다.

## 2. 결론

선진국에서 일반화되고 있는 자원봉사활동이 아직 도입 초기단계에 있는 우리나라에서는 많은 문제점이 있는 실정이며, 청소년을 대상으로 자원봉사활동의 조직과 운영, 프로그램의 개발 등에 이르기까지 많은 노력을 기울여야 할 시점에 있다. 이런 점에서 본 연구는 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다.

첫째, 자원봉사동아리 활동프로그램은 청소년의 성장과 발달에 효과적이며 자아정체감 형성에 기여한다는 것이다. 특히 자율성, 솔선성과 정체감에서 효과가 있었다.

둘째, 자원봉사동아리 활동이 단기적인 프로그램을 통해서도 청소년의 자아정체감 하위영역인 신뢰성과 근면성을 높이는 어렵다는 점이다.

이상과 같은 결과에 따라서 청소년 인성과 공동체의식에 중심을 두는 청소년 자원봉사활동의 활성화를 위해서는 학교 현장에서 자원봉사동아리 활동과 같은 프로그램을 적극적으로 활용할 필요가 있다는 결론을 내릴 수 있다.

### 3. 제언

본 연구에서 밝혀진 결과를 토대로 하여 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 본 연구에서 이루어진 결과가 자아정체감의 일부 하위요소에서 효과가 나타난 점을 고려해 볼 때, 6개월 정도의 장기적인 프로그램을 개발하되 프로그램 내용이 신뢰성과 근면성을 높일 수 있도록 구성되어야 하겠다.

둘째, 현재 활성화되고 있는 청소년 자원봉사활동이 자원봉사활동의 원칙에 입각하여 정착시키는 것이 바람직하나, 우리 나라와 같은 사회·문화적 환경 속에서는 봉사학습으로서 구조화된 자원봉사활동 프로그램을 개발하는데 노력해야 하겠다.

셋째, 본 연구는 학교 중심의 자원봉사동아리 활동으로 이루어졌다. 입시위주의 지적 교육에 치중하고 있는 학교 교육의 보완으로서 자원봉사동아리 활동 같은 단체활동을 통하여 지·정·의의 조화로운 발달을 꾀할 수 있다는 점이다. 그러므로 학교 중심의 단체활동이 활성화를 위해서는 교사의 적극적인 참여를 유도할 수 있는 제도적 보완책이 마련되어야 하겠다.

## 참 고 문 헌

- 김경중, 이창호, 완옥희, 오정현 (1996). 자원봉사론, 서울:양서원.
- 김남순 (1998). 사회 자원봉사 활동의 이론과 실제, 서울:교육과학사.
- 김려옥 (1993). 心性開發指導의 實際-정의교육을 위한 집단경험학습, 도서출판 한국인성개발.
- 김성수·권일남 (1998). 청소년 수련활동 지도론, 서울:서울대학교출판부.
- 김성이 (1988). 자원봉사활동의 조직과 운영에 관한 조사연구, 한국사회복지협의회.
- 김영준 (1996). “학생봉사활동의 실제”, 『청소년 자원봉사자대회자료집』, 대전광역시 청소년 자원봉사센터.
- 김영호 (1994). “자원봉사의 국내외 동향과 과제”, 『자원봉사 : 성숙한 사회로 가는 길』, 한국지역사회교육중앙협의회.
- \_\_\_\_\_ (1989). 자원복지이론과 실제, 서울:홍익제.
- 김형태 (1989). 청소년기의 자아정체감의 발달 및 측정에 관한 연구, 충남대학교 대학원 박사학위 논문.
- 남세진 (1991). “지방자치와 자원봉사활동”, 『자원봉사활성화를 위한 세미나 보고서』, 정무장관(제2실).
- 뉴에이지 새국어사전 (1990). 서울: 교학사.
- 목원대학교 상담 및 봉사센터 (1998). 대학생 사회봉사 길라잡이, 목원대학교 상담 및 봉사센터.
- 박아청 (1984). 아이덴티티의 탐색, 서울:정민사.
- \_\_\_\_\_ (1990). 아이덴티티의 세계, 서울:교육과학사.
- \_\_\_\_\_ (1996). Erikson 아이덴티티론, 서울:교육과학사.
- 서봉연 (1975). 자아정체감 형성에 관한 심리학적 일 연구, 경북대학교 대학원 박사학위논문.
- \_\_\_\_\_ (1979). “한국과 서독 청소년의 Identity 발달에 관한 비교연구”, 『사회연구 2집』.

- 송명자 (1994). “한국 중·고·대학생의 심리사회적 성숙성 진단과 평가(I)”, 「사회적 규범 및 책임판단 분석」, 한국심리학회지; 발달, 7(2).
- 이대여성연구소 (1984). 자원활동의 이론과 실제, 서울:이대여성연구소.
- 이성록 (1996). 제4의 물결 자원봉사활동, 서울:학문사.
- 정영희 (1992). 자원봉사자 활용방안에 관한 연구, 이화여대 대학원 석사학위 논문.
- 조학래 (1996). 자원봉사활동이 청소년의 자아정체성과 도덕성 발달에 미치는 영향 연구, 연세대학교 대학원, 사회복지학과 박사학위 논문.
- 조희일 (1994). “한국대학생 자원봉사활동성화에 관한 연구”, 「우계 어윤배박사 회갑기념논문집」, 현대사회와 사회사업.
- \_\_\_\_\_ (1998). 현대사회와 자원봉사, 서울:홍익제.
- 청소년백서 (1998). 문화관광부 청소년국, 서울:서울특별시 인쇄공업협동조합.
- 체육청소년부 (1991), 청소년백서-한국청소년 기본계획수립에 즈음하여.
- 한국여성개발원 (1994). 청소년자원봉사활동. 서울: 한국여성개발원.
- 한국인성개발a (1998). 심성수련 I-지도지침과 프로그램-. 한국인성개발.
- 한국인성개발b (1998). 심성수련 II-지도지침과 프로그램-. 한국인성개발.
- 한국청소년개발원 (1993). 인간관계수련활동, 서울: 서원.
- Adams, G. R., & Fitch, S. A. (1982). Ego stage and identity status development:A cross-sequential analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43.
- Adams, G. R., Dyk, P., & Bennion, L. D. (1987). Parent-adolescent relationships and identity formation. *Family Perspectives*. 21.
- Adams, G. R., Shea, J., & Fitch, S. A. (1979). Toward the development of an objective assessment of ego identity status, *Journal of Youth and Adolescence*.
- Bernard, H. s. (1981). Identity formation in late adolescence: A review of some empirical findings, *Adolescence*, 16.
- Conrad, D., & Hedin, D. (1981). National assessment of experiential edjustment: Effects of life events experience by young adolescents

- and their parents, *Developmental Psychology*, 23(4).
- Cross, J. H., & Allen, J. G. (1970). Ego identity status, adjustment, and academic achievement, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 34.
- Darvill, M. & Munday, B. (1984). *Volunteers in the Personal Social Services*. Tavistock Publications London & New York.
- Encyclopedia of Social Work, (1977). New York.
- Enright, R. D., Lapsley, D. K., Drivas, A. E., & Fehr, L. A. (1980). Parental influences on the development of adolescent autonomy and identity. *Journal of Youth and Adolescence*, 9.
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle*, Psychological Issues, 1.
- \_\_\_\_\_, (1963). *Childhood and society*, N. Y.:W.W. Norton & Co.
- \_\_\_\_\_, (1968). *Identity : Youth and Crisis*, New York : Norton.
- \_\_\_\_\_, (1975). *Identity, Psychological, in International Encyclopedia of Social Science*, McMillan Company & Free.
- Giles Darvill & Brian Munday (1984). *Volunteers in the Personal Social Service*, Tavistock Publication, London & New York.
- Hall, C. S., & Lindzey, G. (1978). *Theories of personality*(3rd ed.). New York:Wiley.
- Hoffman, M. L., (1982). Development of prosocial motivation: empathy and guilt. In N. Eisenberg (Ed.), *The development of prosocial behavior*. New York: Academic Process.
- James, W. (1980). *The principle of psychology*. N. Y.:Holt.
- Manning, D. L., (1979). Service-learning and the transition of youth to adulthood. *The National Association of Secondary School Principals Bulletin*, 63.
- Maier, H. W. (1978). *Three Theories of Child Development*, New York:Harper & Row.
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status,



- Journal of Personality and Social Psychology*, 3.
- \_\_\_\_\_, (1976). Identity six years after: A follow-up study, *Journal of Youth and Adolescence*, 5.
- \_\_\_\_\_, (1980). Identity in adolescence. In J. Adeson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology*. New York: John Wiley.
- Mosher, R. L., (1980). *Moral education: A first generation of research and development*. New York: Praeger Publishers.
- National Commission on Resources for Youth (1981). *New roles for early adolescents: In schools and communities*, New York: Author.
- Offer, D., & Offer, J. B. (1975). *From teenage to young manhood: A psychological study*. N. Y.: Basic Books Inc.
- Kendis, R. J., & Tan, A. L. (1978). Ego identity and perception of parents among female college students, *Perceptual & Motor skills*, 47.
- Peterson, A. C., & Offer, D. (1979). Adolescent development: Sixteen to nineteen years. In J. D. Noshpitz(ed.). *Basic handbook of child psychiatry*, 1, N. Y. : Basic Books Inc.
- Waterman, A. S. (1982). Identity development from adolescence to adulthood: An extension of theory and a review of research. *Developmental Psychology*, 18(3).

<Abstract>

**The Effect of Volunteer Club Activities on the  
Self-Identity of Youths**

**Moon, Soung-Hoon**

**Counseling Psychology Major  
Graduate School of Education, Cheju National University  
Cheju, Korea**

**Supervised by Professor Park, Tae-Soo**

This study is to find out how the volunteer club activities for youths, which are reconstructed with volunteer activities and mind training activities as service learning, are effective in their self-identity. To attain this aim, some hypotheses were set as follows:

Hypothesis I. The counseling group who participates in the volunteer club activity will show some significant difference between the total scores of the self-identity test before and after the activity.

Hypothesis II. The counseling group who participates in the volunteer club activity will show some significant difference between the scores of the sub-areas of the self-identity test

---

\* A thesis submitted to the Committee of the Graduate School of Education, Cheju National University in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Education in August, 2000.

before and after the activity

- Ⅱ-1) Some significant difference will occur in the area of reliability.
- Ⅱ-2) Some significant difference will occur in the area of self-control.
- Ⅱ-3) Some significant difference will occur in the area of initiative.
- Ⅱ-4) Some significant difference will occur in the area of diligence.
- Ⅱ-5) Some significant difference will occur in the area of identity.

For the study, 30 male students of a middle school on Cheju Island were selected through interviewing individually, and they were divided into a counseling group of 15 students and a comparing group of 15 students.

The volunteer club activity program of volunteer activities and mind training activities as service learning was developed by referring to the preceding literature. For a volunteer activity the students worked for the old people at Wonkwang sanatorium, and for a mind training program they participated in the inside/outside training activities and a meditation program. The volunteer club activity program of this study consisted of a one night and two days program and a two nights and three days program.

For the self-identity test sheet of this study, the self-identity test sheet of the developmental steps made by Kim, Hyoung Tae(1989) was used. For the data processing, the pretest and post test of the counseling group and the comparing group were analyzed with SPSS/PC+, and its effect on self-identity of the counseling group

and the comparing group was examined through the t-verification of the 1% meaningful level.

Through the procedures, the following results were achieved:

First, some significant difference in the counseling group who participated in the volunteer club activity occurred in the total score of the self-identity scale.

Second, some significant difference in the counseling group who participated in the volunteer club activity occurred in the sub-areas of self-control, initiative, and identity; however, significant difference did not occur in the sub-areas of reliability and diligence.

As a result, the volunteer club activity improves the several sub-areas of the self-identity of youths.

Based on the results, some suggestions can be given as follows:

First, the volunteer club activity can satisfy the various needs of youths and also can contribute to their growth and development, considering that the development of various programs should precede to establish their self-esteem, an important developmental task of youth, and activate the volunteer activities being spread today.

Second, the youth volunteer activity today should desirably be settled according to the principle of volunteer activities but in the social and cultural environment of Korea it's also desirable to activate them through structured volunteer activities as service learning.

Third, the volunteer activity in which teachers and students participate together can be promoted, considering that in this study the volunteer club was made centering a school. Therefore, the country should prepare some complementary measures to induce teachers' active participation.

# 부 록



<부록 1> 자아정체감 검사지 .....	56
<부록 2> 자원봉사동아리 활동프로그램 .....	59

# 자아정체감 검사지

올바른 자기이해는 건전한 성장과 발달에 매우 중요합니다.

이 설문지는 청소년들의 자기이해를 돕기 위하여 만들어진 것입니다.

여기에는 맞는 답과 틀린 답이 따로 없습니다. 따라서 각 문항을 잘 읽고 아래의 응답요령에 따라 답하면 됩니다.

### < 응답요령 >

당신이 생각하기에 각 문항의 내용이

- |               |    |       |   |   |   |   |
|---------------|----|-------|---|---|---|---|
| 『전혀 그렇지 않다』면  | 1에 | ..... | ● | ② | ③ | ④ |
| 『그렇지 않은 편이다』면 | 2에 | ..... | ① | ● | ③ | ④ |
| 『대체로 그렇다』면    | 3에 | ..... | ① | ② | ● | ④ |
| 『확실히 그렇다』면    | 4에 | ..... | ① | ② | ③ | ● |

알맞는 번호에 ●를 하면 됩니다.

한 문항도 빼놓지 말고 모두 응답해 주시기 바랍니다.

1. 이 세상은 본질적으로 질서 있고 믿을 만 하다고 생각한다.      ① ② ③ ④
2. 내 주변의 일들은 나에게 좋은 방향으로 되어 가고 있다.      ① ② ③ ④
3. 나는 세상 사람들은 근본적으로 착하다고 생각한다.      ① ② ③ ④
4. 다른 사람들과 마찬가지로 나는 믿을 만한 사람이다.      ① ② ③ ④
5. 나는 다른 사람들을 믿고 있다.      ① ② ③ ④
6. 나는 내가 하는 일에 대하여 부끄럽게 생각할 때가 많다.      ① ② ③ ④
7. 나는 결단력이 부족하다.      ① ② ③ ④
8. 나는 다른 사람의 충고를 무턱대고 따르는 편이다.      ① ② ③ ④
9. 다른 사람들이 나를 어떻게 생각하는가에 대해 늘 신경을 쓴다.      ① ② ③ ④
10. 대다수 사람들이 하는 대로 그저 따라가는 것이 최선이다.      ① ② ③ ④
11. 나는 새로운 생각을 잘 해내는 편이다.      ① ② ③ ④
12. 해서는 안될 일이라면 나는 미련없이 끊을 수 있다.      ① ② ③ ④
13. 나는 새로운 상황에 잘 적응하는 편이다.      ① ② ③ ④
14. 나는 모임에서 지도자 역할을 기꺼이 맡는다.      ① ② ③ ④
15. 나는 모임에서 주저하지 않고 내 의견을 내놓는다.      ① ② ③ ④

16. 문제를 풀 때 정답을 모르면 얼른 해답집을 본다. ① ② ③ ④
17. 일하지 않고 살수만 있다면 좋겠다. ① ② ③ ④
18. 나는 “노세 노세 젊어서 노세”라는 노래말에 동감한다. ① ② ③ ④
19. 나는 계획한 대로 일을 끝까지 실행하지 못한다. ① ② ③ ④
20. 나는 남달리 잘하는 일이 별로 없다. ① ② ③ ④
- 
21. 내가 무엇이 되고 싶은가를 나는 분명히 알고 있다. ① ② ③ ④
22. 나는 인생에서 중요한 것이 무엇인지를 알고 있다. ① ② ③ ④
23. 남들은 나보고 개성이 강하다고 말한다. ① ② ③ ④
24. 나는 남녀의 역할을 분명히 구별 할 수 있다. ① ② ③ ④
25. 나는 남들과 차이가 나는 것을 두려워하지 않는다. ① ② ③ ④
26. 많은 사람들이 나를 속이려고 하는 것 같다. ① ② ③ ④
27. 나는 다른 사람들보다 무능하다고 생각한다. ① ② ③ ④
28. 이 세상 일은 결국 허무한 일이라고 생각한다. ① ② ③ ④
29. 세상에는 좋은 사람보다 나쁜 사람이 더 많다. ① ② ③ ④
30. 내가 하는 일 중에 제대로 되는 일이 별로 없다. ① ② ③ ④
- 
31. 나는 내가 나서야 될 때와 나서지 않아야 할 때를 분별  
할 수 있다. ① ② ③ ④
32. 나는 내 스스로 선택하는 것을 좋아한다. ① ② ③ ④
33. 나는 내 판단에 자신이 있다. ① ② ③ ④
34. 나의 일은 내 스스로 처리한다. ① ② ③ ④
35. 나는 사람들 앞에서 내 의견을 분명히 주장하는 편이다. ① ② ③ ④
36. 어떤 일이 사실인데도 그것을 부인 할 때가 있다. ① ② ③ ④
37. 나는 다른 사람을 이끌기 보다는 따라 가는 편이다. ① ② ③ ④
38. 나는 낯선 곳이나 새로운 일을 두려워한다. ① ② ③ ④
39. 여러 사람이 있는 곳에는 앞에 나서기가 두렵다. ① ② ③ ④
40. 할말이 있어도 하지 못하고 그냥 넘어가는 때가 많다. ① ② ③ ④
- 
41. 나는 하루하루를 열심히 살아간다. ① ② ③ ④
42. 나는 내가 매우 쓸모있는 사람이라고 생각한다. ① ② ③ ④
43. 나는 나의 목적을 달성하기 위해서 열심히 노력하고 있다. ① ② ③ ④
44. 나는 내 일을 잘 처리할 수 있다. ① ② ③ ④
45. 나는 일단 시작한 일은 기어코 끝내고야 만다. ① ② ③ ④
46. 나는 앞으로 하고 싶은 일을 몇 가지 알고 있다. ① ② ③ ④
47. 나 자신에 대한 생각이 정리되어 있지 못하다. ① ② ③ ④

48. 나는 장차 무엇을 하고 싶은지 나 스스로도 모르겠다. ① ② ③ ④
49. 내가 어떻게 살아가야 할 것인지에 대하여 심각하게 생각해 본적이 없다. ① ② ③ ④
50. 인생이란 남들이 사는 대로 따라가는 것이 상책이다. ① ② ③ ④
51. 인생이란 한번 살아볼 가치가 있다. ① ② ③ ④
52. 나는 내 모습 이대로를 자랑스럽게 생각한다. ① ② ③ ④
53. 나는 나 자신에 대해 확신을 갖고 있지 못하다. ① ② ③ ④
54. 나는 좋은 일은 결코 오래가지 않는 법이라고 생각한다. ① ② ③ ④
55. 내 주위에 있는 사람들이 나를 믿어주지 않는다. ① ② ③ ④
56. 다른 사람의 의견과 다르더라도 내 생각이 옳다고 생각하면 그대로 한다. ① ② ③ ④
57. 내 생각대로 한 일은 결과가 좋지 않아도 후회하지 않는다. ① ② ③ ④
58. 나는 삶의 의미를 잘 모르겠다. ① ② ③ ④
59. 나는 어떤 일에 부딪칠 때 마음을 결정하지 못할 때가 많다. ① ② ③ ④
60. 나는 이 세상을 잘 살아갈 것 같지가 않다. ① ② ③ ④
61. 누가 시키지 않아도 내 일은 내가 알아서 한다. ① ② ③ ④
62. 나는 내 스스로 일을 만들어 하는 것을 즐긴다. ① ② ③ ④
63. 나는 다른 사람의 잘못된 생각을 바꾸어 주려고 노력한다. ① ② ③ ④
64. 내 스스로 생각하기 보다는 남들이 좋은 생각을 내줄 것을 기다리는 편이다. ① ② ③ ④
65. 나는 근본적으로 무능하다고 생각한다. ① ② ③ ④
66. 사람들이 나보고 부지런하다고 말한다. ① ② ③ ④
67. 나는 내 소망(포부)을 이룰 수 없을 것 같다. ① ② ③ ④
68. 나는 일하기를 별로 좋아하지 않는다. ① ② ③ ④
69. 나는 빈둥거리며 많은 시간을 허송하는 편이다. ① ② ③ ④
70. 나는 어렵고 힘든 일은 피하는 편이다. ① ② ③ ④
71. 나의 장점과 단점을 분명히 알고 있다. ① ② ③ ④
72. 나는 나의 역할과 책임이 무엇인지 알고 있다. ① ② ③ ④
73. 나의 진로에 대하여 구체적인 계획을 갖고 있다. ① ② ③ ④
74. 내가 할 일과 해서는 안될 일을 분명히 구별할 수 있다. ① ② ③ ④
75. 아무리 사람들이 많아도 이 세상에 내가 할 일은 따로 있다고 생각한다. ① ② ③ ④



## <부록 II>

# 자원봉사동아리 활동프로그램

<1999년 12월 27일~28일 자원봉사동아리 활동프로그램>

## 제 1 회 : 프로그램 안내 및 애칭짓기

### 1) 목적

- (1) 자신을 여러 사람 앞에서 자연스럽게 소개하며, 평등한 인간관계를 형성한다.
- (2) 사람은 개성이 다르고 소중한 존재임을 깨닫는다.
- (3) 자신의 있는 그대로의 모습을 바라보고 자기를 개방하며, 타인을 이해한다.

### 2) 강의 자료

별칭 짓기는 자기 개방의 첫 단계이다. 인간관계의 첫 대면은 인사말이고 다음이 자기소개로 이루어진다. 일상생활에서 흔히 이름이나 학교등을 말하지만 한 번 들어서는 기억하기 힘들고 대개는 형식적인 인사말로 끝나고 만다. 인간관계가 깊어지더라도 서로 이해관계에 의해서 먼저 이루어지고 순수한 인간관계는 맺어지기 어렵다. 그 이유는 신분이나 지위 등의 겉모습을 내세우기 때문이다.

일상생활에서 인간관계에 대한 기술이 부족하여 남의 마음을 알아주거나 나의 느낌과 생각을 솔직하게 표현할 기회가 제한되어, 있는 그대로의 나의 모습을 개방하는 것이 부자연스러운 환경 속에서 우리들은 생활하고있다. 우리는 이 프로그램을 통하여 나를 자유스럽게 표현하고 인간관계를 형성하고 성장하는 경험을 체험하게 하는 과정이다.

심성수련은 인간관계의 개선과 개인적 성장을 목적으로 하고 있는데 그러기 위해서는 자기 성찰, 자기 긍정을 통한 자기 이해로부터 시작하여 타인 이해를 거쳐 우리라는 공동체 의식을 가져야 한다. 따라서 자기 소개는 자기 개방과 타인 이해 및 공동체 의식을 형성하는 첫 걸음이다.

### 3) 활동 과정

- (1) 구성원들이 잘 보이도록 등글게 앉는다. 별칭은 각자 스스로 짓되 이번 수련기간 동안에 불리우고 싶은 것으로 한다. 우주 삼라만상 가운데 자기가 좋아하는 동식물이나 기타 자연물 또는 좋아하는 단어, 예명, 아호, 혹은 과거에 지냈거나 현재 지니고 있는 별명으로 할 수도 있다. 그러나 될 수 있는 한 지금 현재에서의 새로운 나로서의 기분을 중심으로 선택하였으면 한다. 조용한 분위기 속에서 각자 스스로 짓도록 한다.
- (2) 명함종이와 비닐명찰을 나누어 주고 크레파스를 가운데에 내놓는다. 별칭을 짓고

모두가 잘 볼 수 있도록 크고 진하게 적고, 가슴에 달 때까지 기다린다.

- (3) 별칭을 짓게 된 동기나 사연이 있으면 그 사연을 간단히 소개한다. 자연스럽게 희망자부터 한다.
- (4) 돕는이는 지금-여기에서 충실할 수 있도록 활동을 전개해 나간다. 별칭을 소개하는 가운데 떠오른 생각이나 느낌을 서로 이야기 할 수 있도록 하며, 서로에게 궁금한 점이 있으면 그때 그때 묻고 대답한다.
- (5) 돕는이는 먼저 모델이 되어 소개해도 좋다.
- (6) 별칭 소개가 끝나면 각자의 별칭을 불러주고 기억하는 시간을 갖는다.
- (7) 소감나누기 및 활동 규칙 정하기, 프로그램 전체 소개
  - ① 모든 참여자들이 활동이 끝나면 각자 이번 모임을 통해서 배운 점, 느낀 점 등을 발표하도록 한다.
  - ② 집단에 임하는 자세에 대하여 이야기를 나누고, 더욱 알찬 시간이 될 수 있도록 하기 위하여 구성원간에 지켜야 할 규칙을 정한다.

#### 4) 준비물 : 명찰, 크레파스

### 제 2 회 : 자원봉사활동 1

#### 1) 목적

- (1) 자원봉사활동의 올바른 자세를 배우고 실천하는 자세를 기른다.
- (2) 인간의 존엄성을 깨닫고 실천하는 자세를 기른다.
- (3) 다른 사람을 돕고자 하는 이타성을 기르며, 봉사활동을 통한 자기성장에 기여한다.

#### 2) 강의 자료

우리는 여기 자원봉사동아리 활동에 참여하기 위해서 모여있다. 우리가 무엇을 어떻게 할 것인가를 항상 생각하는 가운데 결정한 것이 봉사활동과 심성수련활동이다.

그 중에 봉사활동은 나 자신을 위해서 하는 것이며, 나와 너와 함께 인간다운 삶을 살아갈 수 있도록 도움을 제공하는 활동이다. 그런 결과로 자원봉사활동은 우리 모두의 삶의 질이 향상되는 활동이라고 할 수 있다.

처음으로 활동에 임하는 사람들에게는 무엇보다 중요한 것이 마음자세라고 할 수 있다. 어떠한 마음가짐을 갖고 요양원 봉사활동에 임해야 할까?

첫째, 인간의 존엄성을 바탕으로 인간 대 인간의 만남이 될 수 있도록 해야 한다. 그러기 위해서는 선입견과 편견을 버리고 순수한 만남이 이루어져야 한다.

둘째, 상대방의 입장이 되어야 한다. 상대방이 무엇을 원하고 있고 무엇을 바라고 있는지 상대방의 입장에서 생각해보고 상대방의 삶의 질을 향상시킬 수 있도록 도움을 제공해야 한다. 나의 입장에서 보면 가장 좋은 서비스를 제공하는 것이지만, 상대

방의 입장에서는 해가 될 수 있다는 것을 명심하고 봉사활동을 전개해야 한다.

셋째, 봉사활동은 가장 소중한 사람을 만나는 시간이어야 한다. 만나는 사람들은 내가 가장 사랑하는 사람을 만나는 시간이 되도록 노력해야 한다. 우리가 연인을 만날 때 많은 준비를 하고 가는 것처럼 봉사활동을 준비하고 활동할 때는 연인과 함께하는 시간이라는 것을 명심해야 한다. 가장 훌륭한 봉사는 함께하는 것이며, 마음과 마음이 하나가 되는 것을 느끼는 것이다. 내가 사랑의 손길을 내밀고 사랑의 마음을 전달하는 활동이어야 하며, 시작부터 끝날 때 까지 상대방을 배려하고 마음의 손길을 남기도록 해야 한다. 손을 마주잡는 시간을 많이 갖도록 노력한다.

마지막으로 봉사활동은 사랑의 씨앗을 뿌리는 과정이며, 봉사활동을 통해서 땀을 흘리는 노력을 통해서 서로를 이해하고, 봉사활동의 결과 믿음의 열매를 창출하는 것이다.

#### ※ 자원봉사자의 역할

- ① 약속은 자원봉사자의 생명이다.
- ② 상대방 입장이 되어야 한다.
- ③ 무엇이 필요하고 원하는 것인가를 알아야 한다.
- ④ 스스로 해결할 수 있도록 협조해야 한다.
- ⑤ 자신이 관심 있는 쉬운 일부터 시작한다.
- ⑥ 겸손한 태도, 감사하는 마음으로 봉사한다.
- ⑦ 봉사의 가치를 믿고, 자발적, 적극적으로 책임감을 가지고 봉사한다.
- ⑧ 봉사를 통해 배우려는 진지한 자세를 갖는다.

### 3) 활동 : 기관의 안내에 따라 봉사활동 실시한다.

- (1) 봉사활동의 시작은 주변 정리 및 실내 청소부터 시작한다. 청소를 하면서 시설에 수용되어 있는 분들을 이해하고 접촉하는 기회를 갖는다.
- (2) 주변정리가 마무리되면 기관의 안내에 따라 프로그램 보조 및 노인들과 함께하는 시간을 갖는다.

### 4) 느낀점 나누기

- (1) 봉사활동의 경험을 공유하고, 그에 대한 느낌과 앞으로 개선할 점에 대하여 나눈다.
- (2) 봉사활동의 중요성을 일깨워주고, 자기 자신의 행동에 대하여 칭찬하는 마음과 부족한 점을 고치려는 자세를 가진다.
- (3) 봉사활동을 통해서 서로에게 느낀점을 나누고 서로를 북돋아 준다.

## 제 3 회 : 신뢰게임

### 1) 목적

- (1) 구성원간 상호 존중하며, 일체감과 신뢰를 체험한다.
- (2) 관계 증진에 기여하고 정서적 교류를 증진한다.

(3) 남을 신뢰하고 남의 신뢰를 받기가 어려움을 알고 이를 극복한다.

## 2) 강의 자료

신뢰 게임은 신체 접촉에 의한 감정 교류로 사람마다 지니고 있는 “심리적 거리”를 없애고 신뢰감을 깊이 체험하는 것을 목적으로 하고 있다. 우리의 오관(눈, 귀, 코, 혀, 피부)은 우리의 체험을 가장 확실하게 해주는 감각기관인데 그 중에서도 피부는 가장 넓은 면적을 차지하고 있고, 피부접촉에 의한 촉감은 오감 중에서도 가장 먼저 발달하는 감각이다.

존 나이스비트(John Naisbitt)는 그의 책 “Megatrends(제4의 물결)”에서 “고도의 기술 사회일수록 깊은 접촉이 필요하다(High tech, high tech)”고 했다. 내가 상대방을 아끼는(caring) 마음으로 접촉을 시도하면 상대방도 나를 믿고 받아들여지게 된다.

신체접촉에 의한 감정교류가 언어로서의 감정교류보다 더 빨리 진하게 가슴을 울려 주기도 한다. 언어의 한계를 극복할 수 있고 더 훈훈한 감정을 갖게 함으로서 삶의 활력을 준다. 인간성 회복과 우리의 성장을 위하여 일상생활에서 꼭 필요하다.

## 3) 활동

(1) 신뢰게임의 중요성 설명하고 충분히 서로를 느끼는 시간이 되도록 한다.

(2) 안마해 주기와 신문지 위에 올라가지

① 모두 등글게 모여 서서 안마해준다. 잠시 후 뒤로 돌아서서 되풀이한다.

② 4명씩 팀을 이루어 신문지를 펴고 둘러 선다. 주제를 주어 서로 이야기를 나누도록 한다.

③ 신문지를 크게 펴서 다함께 올라간다. 어깨동무를 하던가 손을 맞잡던가 하여 다정하게 서있도록 한다.

④ 신문지를 반으로 접어 다함께 올라선다. 또 다시 반으로 접어 올라선다. 계속 되풀이 한다.

⑤ 최후에는 신문지의 크기가 작아지고 한 팀이 서로 부등켜 안고, 또는 서로의 도움을 제공하여 성공할 수 있도록 유도하고, 한 팀씩 20초 정도 있도록 한다.

(3) 뒤로 넘어지기

① 두 사람씩 짝을 지어 한 사람은 뒤로 넘어지고 짝은 뒤에서 안전하게 받쳐준다. 뒤에서 받아주는 사람은 처음에는 어깨를 받쳐주고 두 번째는 좀 더 뒤에서 받아주며 마지막에는 겨드랑이를 두 팔로 안아 주어 깊이 넘어지게 한다. 넘어지는 사람은 발끝을 들고 뒤꿈치로만 버틴다. 미끄럼 방지를 위하여 양말을 벗고 만족한 수준에 이르도록 실시한다.

② 3단계가 통과되면 바꾸어서 실시한다.

(4) 꼬인팔 풀기(2-4-8-전체게임)

① 두 사람씩 짝이 되어 서로 팔을 꼬고 마주보도록 한 다음 서로의 지혜를 동원하여 팔을 풀도록 한다.

② 한 팀이 풀면 푼 팀끼리 한 조(4명)가 되어 서로 팔을 꼬고 풀도록 한다. 다 풀

면 다른 팀과 합쳐서 다시 시행한다. 결국에는 전체가 원으로 연결되어 서로 팔을 꼬아서 푸는 경험을 하도록 한다.

(5) 앉고-일서서기(1-2-4-8-전체게임)

- ① 처음에는 혼자서 완전히 방바닥에 앉고 팔을 땅에 짚거나 발바닥을 움직이지 않고 각자 혼자 힘으로 일어서도록 한다.
- ② 혼자 힘으로 일어난 사람끼리 두 사람이 한 팀이 되어 서로 발바닥을 마주하여 서로의 힘을 의지하여 앉았다가 일어서도록 한다.
- ③ 2인 1조가 다 되면 4인 1조씩하고, 그 다음 8인 1조가 되어 실시하고, 마지막으로 전체가 한 팀이 되어 실시하도록 한다.

(6) 나누기

- ① 네 가지 프로그램을 실시하기 전과 실시 후의 느낌을 서로 서로 나눈다.
- ② 모든 사람이 발표가 끝난 후 야영에 임하는 각자의 느낌과 생각을 나눈다.

## 제 4 회 : 야외수련활동

### 1) 목적

- (1) 공동체 게임을 통하여 협동심의 중요성을 일깨운다.
- (2) 성취감과 자신감을 경험하고 공동체 의식을 배양한다.
- (3) 구성원들이 힘을 합쳐 큰 일을 성취할 수 있다는 것을 배운다.

### 2) 강의 자료

양탄자 운반하기, A 자형 운반하기 프로그램은 구성원들 사이에 협동심을 발휘케 하는 프로그램이다. 자기 자신과 다른 사람과의 협동하여 게임을 운영함으로써 인간관계의 성숙을 기할 수 있고, 더불어 사는 지혜를 일깨워 줄 수 있다.

인간은 혼자 살아갈 수 없는 존재로서 서로 의지하며 살아가야 한다. 이 프로그램을 통해 상호간의 원만한 인간관계를 형성하고 공동체의식을 배양할 수 있도록 노력한다.

### 3) 활동

(1) 양탄자 운반하기

- ① 8인 1조가 되어 양탄자(가로 3m, 세로 2m 정도) 위에 구성원들이 모두 올라가고 두사람이 양탄자를 끌어서 일정한 거리를 왕복하는 게임이다.
- ② 구성원간에 호흡을 맞춰서 할 수 있도록 하고, 일체감을 경험할 수 운영한다.

(2) A 자형 운반하기

- ① A(높이 2m 정도의 두 개의 파이프를 연결하여 가운데 보조파이프를 연결하여 만든 것으로 꼭대기에 7개의 5m 정도의 끈을 연결하여 만든 기구)자형 운반하기는 8명이 구성원들이 한마음이 되어 일정한 거리를 왕복하는 게임이다.
- ② A 자형 가운데 연결된 부분에 한 사람이 타고 나머지 구성원은 줄을 잡고 넘

어지지 않도록 균형을 잡으면서 이동한다.

- ③ 구성원 전체가 한 번씩 타보는 경험을 하도록 하고, 구성원들간에 협동심이 키워지도록 한다.

### (3) 느낀점 나누기

- ① 공동체 게임을 통해서 느끼고 배운점을 충분히 나눈다.
- ② 실내에서 하는 프로그램과 다른 점을 나눌 수 있도록 한다.

## 3) 준비물

- (1) 양탄자(가로 3m, 세로 2m 정도)
- (2) A자형 도구(높이 2m 정도의 두 개의 파이프를 연결하여 가운데 보조파이프를 연결하여 만든 것으로 꼭대기에 7개의 7m 정도의 끈을 연결하여 만든 기구)

## 제 5 회 : 과정 평가 및 토의

### 1) 목적

- (1) 오전 및 오후 활동을 마무리하고 그에 대한 과정을 평가한다.
- (2) 활동 사이에 우리들에게 있었던 일을 전체 앞에서 나누는 시간을 갖는다.

### 2) 강의

과정 평가 및 토의 시간은 그 동안 활동을 통해서 자신의 느낀점을 타인에게 강요 없이 명확하게 언어로 표현하고, 또한 상대방에게 그의 행동이 나 자신의 행동에 어떤 영향을 미치고 있는가에 대하여 분명하고도 건설적인 방법으로 피이드백을 줄 수 있는 기능을 하는 시간이다. 우리들이 함께 하면서 경험하는 모든 일에 대하여 나누는 시간이며 다음 과정활동에 대한 안내를 하는 시간이다.

### 3) 활동

- (1) 구성원들이 둥글게 앉는다. 잠깐 동안(3분 정도) 눈을 감고 과정 활동 시간과 휴식 시간에 나·너, 우리에게 있었던 일들을 떠올려 본다.
- (3) 마인드 맵을 이용하여 구성원들이 한 사람 씩 나·너, 우리에게 있었던 일을 발표하고, 그 일이 나·너, 우리에게 어떠한 영향을 미쳤는지 발표한다. 지금-여기에 있는 구성원들과 나누었던 경험들을 이야기하고 그때 느낀 점을 중심으로 이야기한다. 발표자의 말에 비판하려 하지 말고 그의 입장이 되어 경험들을 함께 나누고 상대방의 입장에서 그를 이해하려는 노력을 한다.  
마인드 맵을 전체가 함께 그리면서 다양한 생각과 감정을 표현할 수 있도록 하고, 마음의 변화를 이해하도록 한다.
- (4) 그 동안 과정 활동을 통하여 반성할 점들을 나누고, 앞으로의 과정에 충실할 수 있도록 이야기를 나눈다.
- (5) 다음 과정활동에 대한 안내를 하고 준비를 할 수 있도록 한다.

## 제 6 회 : 역할극

### 1) 목적

- (1) 짧은 시간에 공동의 작품을 만들어 보면서 공동체의식을 키운다.
- (2) 각자의 소질 발견과 연기력을 발휘할 수 있는 기회를 갖고 성취감을 맛본다.
- (3) 나와 다른 역할을 해봄으로써 다른 사람을 이해한다.

### 2) 강의 자료

역할극의 경험은 서로 억압되었던 상태에서부터 감정이 해방되는 즐거움을 맛볼 수 있다. 스스로 선택하고 맡은 역할을 즉흥적으로 연기함으로써 다양한 체험을 할 수 있다.

따라서 평소 우리의 일상생활에서 오는 긴장을 해소할 수 있는 프로그램이다. 더불어 집단구성원 전원이 맡은 역할 분담을 통해 작품을 완성해갈 수 있었다는 자신감과 인간의 무한한 가능성을 인식하게 되고 협동의 가능성과 창조의 기쁨을 맛볼 수 있다.

역할의 연기를 통해 자신의 소질 능력을 인정받고 성장할 수 있는 인간과 적용의 가능성의 유연성을 생각할 수 있다. 몸과 마음 전체로의 표현은 상호 이해의 좋은 기회가 되며 인간관계에서 타인과의 오해되는 점을 쉽게 이해할 수 있다.

인간은 모든 역할의 가능성을 지니고 있고 실제로 실천할 수 있다는 사실을 알게 된다. 개인적으로 능력의 차이를 통해 자기를 억제할 수 있는 힘도 생기며, 자아 실현은 내가 속한 집단의 성취라는 사실로까지 감지하게 된다.

### 3) 활동

- (1) 주제에 따라 즉흥적으로 연기하고 무대 장치는 현장의 상황을 최대한 활용한다고 안내한다.
- (2) 주제는 구성원들에 의해서 정하되, 실제 생활에서 겪은 일로서 여러 사람이 같이 생각할 가치가 있다고 생각되는 것을 협의하여 선택한다. 예를 들어 봉사활동에서의 갈등상황, 부모와의 갈등상황, 이성친구와의 갈등상황, 친구와의 갈등상황, 우리들이 공통적으로 공감할 수 있는 내용을 주제로 정할 수 있다.
- (3) 준비시간은 30분 내외로 하고, 공연시간은 5분간으로 하고, 5명씩 3개조로 한다.
  - ① 조별로 모여 주제를 정하고 줄거리를 협의한다.
  - ② 대사와 연기는 즉흥적으로 하도록 한다.
  - ③ 조의 구성원들이 한 사람도 빠짐없이 배역을 맡도록 한다.
  - ④ 조별로 역할극을 발표한다.
  - ⑤ 발표한 후에 조별로 협의하여 다시 한번 역할극을 발표하도록 한다.
- (4) 느낀점 나누기
  - ① 역할극을 하면서 느낀점이나 생각을 나누도록 한다.
  - ② 극중의 역할을 하면서 새롭게 느끼거나 배운점이 있으면 발표한다.

## 제 7 회 : 원안에 뛰어들기(나가기)

### 1) 목적

- (1) 구성원 상호간에 협동심과 공동체 의식을 갖는다.
- (2) 문제 해결의 능력과 성취감, 할 수 있다는 자신감을 갖는다.
- (3) 원안에 들어갈 때와 나올 때의 차이를 경험하여 지혜를 터득한다.

### 2) 강의 자료

실내 활동에 변화를 주기 위한 신체동작 프로그램으로 심신의 유연성 체험학습이며, 한편으로는 개인이 집단에서의 소속과 이탈에 대한 경험활동이다. 집단은 나 자신의 마음대로 되어주지 않는다. 자신이 집단에 소속되기 위해서는 노력과 시간을 투자해야 한다. 더욱이나 소속 집단에서의 이탈은 큰 결심과 갈등을 거쳐야 하는 과정임을 경험하는 프로그램이다.

이 경험에서 어떤 소속 집단에 소속하기도 쉬운 일이 아니지만, 소속되었던 집단에서 이탈하기가 더욱 어렵다는 것을 절감하게 된다. 한편 이 어려움은 집단에 대한 의리를 배반하는 괴로움이나, 배신 행위에서의 보복의 두려움 등의 극복을 각오해야 한다는 사실을 알게 된다.

### 3) 활동

- (1) 전체가 두 팀(7~8명씩)이 되어 팔짱을 끼고 원을 만든다.
- (2) 각 팀에서 한 사람은 밖에서 원을 뚫고 들어갔다가 다시 밖으로 나오는 경험을 한다.
- (3) 번갈아 가면서 모든 구성원이 경험한다. 참가자가 포기하는 일이 없도록 누구든지 할 수 있도록 한다.
- (4) 느낀점 나누기
  - ① 모든 구성원이 경험한 이후에 느낀점을 나눈다.
  - ② 집단에 소속되었을 때의 느낌과 강한 저항에 부딪혔을 때의 느낌을 나누도록 한다.

## 제 8 회 : 명상프로그램

### 1) 목적

- (1) 자기 내면의 성찰과 요가를 통한 몸의 이완으로 심신의 건전을 꾀한다.
- (2) 하루의 일과를 마무리하며, 반성하고 새로운 마음의 자세를 기른다.

### 2) 강의 자료

이번 시간을 통해서 우리의 가려졌던 마음을 깨끗이 닦아봅시다. 먼저 선에는 어떤 방법이 있는지를 알아봅시다.



선에는 서서하는 입선, 앉아서하는 좌선, 누워서 하는 와선, 걸어가면서 하는 행선, 모든 일에 선하는 심경으로 하는 무시선등 여러 가지가 있습니다. 그 중에서도 가장 많이하고 처음하는 사람에게 쉬운 것은 좌선입니다.

좌선을 하려면 먼저 자세를 바르게 해야합니다. 바른자세에서 바른마음이 나오는 것입니다. 이것을 조신(調身)이라고 합니다.

방석을 펴고 반좌로 편안히 앉은 후에 머리와 허리를 곧게하여 앉은 자세를 바르게 합니다.

앉는자세에서 다리모양을 평좌, 반좌, 가부좌등으로 나눕니다.

평좌는 우리가 흔히 앉는 자세를 말하고 반좌는 오른쪽 다리를 가운데로 끌어당긴 상태에서 왼쪽다리를 오른쪽 허벅지에 포개놓는 자세이고, 가부좌는 오른쪽 다리를 왼쪽허벅지에 올려놓은 상태에서 왼쪽 다리를 오른쪽 허벅지에 올려 놓는 자세입니다. 이 세가지중 가장 편안한 방법을 사용합니다.

허리를 바르게 세웁니다. 그래야 기운이 바르게 되기 때문입니다. 머리를 곧바로 세운후에 귀와 어깨가 일직선이 되도록합니다. 눈은 감는 것이 아니고 뜬상태에서 자기 코끝을 바라보는 상태입니다. 그리고 어깨는 편안한 상태로 힘을 주지 않습니다. 손은 가볍게 좌상에서 양무릎에 가볍게 올려놓거나 두손을 포갠 후 엄지손가락을 모으는 자세로 단전자리에 댑니다.

이 상태에서 좌선을 시작합니다. 다음은 호흡하는 방법입니다.

단전(丹田)이라는 말을 들은 적은 있으리라고 봅니다. 단전이란 바로 우리몸의 중심을 뜻합니다. 이 우주의 기를 내 몸 안의 단전에 저장하는 것입니다. 단전이란 구체적으로 정해져 있는 자리가 아닙니다. 단전에는 세가지 종류가 있다고 하는데 우리가 흔히 말하는 단전은 하단전으로 배꼽 밑 3cm정도에 위치합니다. 그 부분에 손을 대고 호흡을 하는 것입니다.

자 그럼 시작해볼까요

처음에는 호흡이 천천히 되도록 기다립니다. 호흡이 안정이 되면 숨을 들이마신 상태에서 단전 쪽으로 기운이 내려간다는 생각으로 호흡을 합니다. 무리하게 힘을 주게 되면 위장에 탈이 나므로 조심해야합니다.

다시 한번 해봅니다. 이번에는 숨을 들이쉴 때 하나-둘-셋을 세고 기운을 단전쪽으로 내리고, 내 쉴 때도 하나-둘-셋을 세면서 내쉽니다.

또 한번 해봅니다. 호흡을 하면서 숫자를 좀더 많이 세어봅니다. 10번까지 센다면 아주 잘하는 것입니다.

그런데 호흡을 할 때는 숨이 들어왔다 나갔다하는 호흡에만 신경을 써야합니다.

이제 호흡을 원활히 하게되면 마음을 골라보겠습니다.

이제 이 방법을 통해서 직접 선을 실습해 봅시다.(중학생은 10분)

선을 마친 후에는 선 요가를 통해 몸을 풀어줍니다.

### 3) 활동

(1) 명상에 대한 기본적인 것을 강의하고 실시한다.(5분정도의 시간을 반복 실시)

(2) 명상 후에 간단한 요가를 실시한다.

선을 하고 나서 바로 일어나게 되면 발이 저립니다. 이를 방지하기 위해 몸을 부드럽게 해주는 요가를 통해 경직된 몸을 유연하게 풀어 줍니다.

① 무릎펴고 발가락 당기기 : 두 무릎을 반듯이 펴고 발을 가지런히 모은 상태에서 발을 자기 앞쪽으로 당긴다. 그런 후 다시 바깥쪽으로 민다. 2-3회 반복한다.

② 발목 돌리고 발바닥 마사지 : 무릎을 편 상태에서 오른쪽 다리를 왼쪽 허벅지위에 올리고 오른쪽 발목을 가볍게 돌려준 후 발바닥 전체를 가볍게 주물러 준다. 반대편도 같은 방법으로 해준다.

③ 허리 돌리기 : 오른쪽 무릎을 세운 후 상체를 왼쪽으로 돌려서 가볍게 돌려준다. 허리를 돌릴 때 호흡을 내쉬면서 천천히 돌려준다. 반대편도 같은 방법으로 해준다.

④ 팔목 어깨 돌리기 : 팔목을 가볍게 위에서 아래로 2-3회 털어준다. 이번에는 앞으로 2-3회 털어준다. 어깨에 손을 올리고 앞쪽으로 가볍게 돌려준다. 충분히 돌린 후 반대쪽으로도 돌려준다.

⑤ 몸 앞으로 숙이기

- 발을 앞으로 뻗은 상태에서 손을 위로 쭉펴서 올린 후 그대로 앞으로 숙인다. 최대한 앞으로 숙인 후 잠시 있다가 일어선다.

- 발을 옆으로 최대한 벌린 후 오른쪽으로 상체를 숙인다. 왼쪽도 같은 방법으로 한다.

- 발을 앞으로 당겨 발바닥이 서로 마주보게 한 후 양 무릎을 바닥에 댄다. 그런 후 상체를 앞으로 숙인다. 2회 반복한다.

⑥ 전신 두드리기

- 손을 오목하게 한 후 손등에서부터 바깥쪽으로 두드려 나간다,

- 손등에서 어깨 그리고 안쪽으로 돌아가며 두드린다.

- 가슴에서 허벅지 무릎 발목까지 내려간후 천천히 위로 올라가면 두드린다.

## 제 9 회 : 자원봉사활동 2

### 1) 목적

(1) 자원봉사활동의 올바른 자세를 배우고 실천하는 자세를 기른다.

(2) 인간의 존엄성을 깨닫고 실천하는 자세를 기른다.

(3) 다른 사람을 돕고자 하는 이타성을 기르며, 봉사활동을 통한 자기성장에 기여한다.

## 2) 강의 자료

현재 우리 나라 65세이상 노인 인구는 264만 명이며, 전체 인구의 5.8%를 차지하고 있고 특히 후기고령자의 증가가 눈에 띄고 있다.

복지시설에 대한 봉사활동은 노인들에게 혼자서 아니고 누군가가 우리들의 일을 생각하고 있다고 하는 마음의 받침대 역할을 하게 된다. 예를 들어 시설 노인은 인정을 기다리고 있고, 봉사자 역시 다음 만날 날을 기다리게 된다. 이러한 기다림이야말로 복지의 마음인 것이다. 노인 복지 시설에 대하여 충분한 이해를 바탕으로 봉사활동에 임해야 하겠다.

### (1) 노인시설

- ① 활동시 유의점 : 노인 복지 시설의 고유한 특성을 이해하고 노인 존중과 사랑의 활동이 되어야 하며, 노인들의 심신을 불편하게 하지 않도록 세심한 주의가 필요하다.
  - ② 분야별 세부 활동 : 목욕 도와드리기, 숙소의 청소, 심부름 하기, 배변 돕기, 식단 및 취사 돕기, 의복 및 침구 세탁 등은 학생 혼자서 감당하기가 힘들므로 그룹으로 활동한다.
- (2) 노인 4고(빈곤, 질병, 고독, 역할상실)를 이해하여야 하며, 의심, 우울증세, 동정 반고자 하는 심리, 잔소리, 느린 행동, 거짓말 등을 자주하게 되므로 이를 자연스럽게 수용하고 봉사활동을 통하여 친근해져야 한다.
- (3) 시설 수용 노인들은 타인에게 쉽게 마음을 열지 않는다. 따라서 친근해지기 위해서는 자주 찾아뵈어야 한다.
- (4) 함께하는 시간에 지켜야 할 사항
- ① 노인과의 대화는 분명하고 천천히 하여야 한다.
  - ② 참을성 있게 노인의 말씀을 들어주어야 한다.
  - ③ 편견과 선입견 고정 관념을 갖지 말아야 한다.
  - ④ 마음놓고 이야기하도록 편안한 분위기를 만들어 준다. 상대방의 감정과 행동을 있는 그대로 받아들이는 태도를 갖는다.
  - ⑤ 상대방의 비밀을 보장해 주어야 한다.
  - ⑥ 노인이 주는 물건이나 음식은 하찮은 것이라도 감사하게 받는다. 그리고 봉사활동을 마무리할 때 시설관계자와 의논하여 결정한다.
  - ⑦ 젊은이가 보기에는 쓸모 없는 물건이라도 함부로 다루지 않는다. 노인에게는 소중한 추억이 깃 들어 있다는 것을 이해한다.
  - ⑧ 노인에 대한 자원봉사는 노인 공경에서 시작된다.

## 3) 활동 : 기관의 안내에 따라 봉사활동 실시한다.

- (1) 봉사활동의 시작은 주변 정리 및 실내 청소부터 시작한다. 청소를 하면서 시설에 수용되어 있는 분들을 이해하고 접촉하는 기회를 갖는다.

- (2) 주변정리가 마무리되면 기관의 안내에 따라 프로그램 보조 및 노인들과 함께하는 시간을 갖는다.

#### 4) 느낀점 나누기

- (1) 봉사활동의 경험을 공유하고, 그에 대한 느낌과 앞으로 개선할 점에 대하여 나눈다.
- (2) 봉사활동의 중요성을 일깨우고, 자기 자신의 행동에 대하여 칭찬하는 마음과 부족한 점을 고치려는 자세를 가진다.
- (3) 봉사활동을 통해서 서로에게 느낀점을 나누고 서로를 북돋아 준다.

### 제 10 회 : 마음의 선물 나누기

#### 1) 목적

- (1) 다른 사람에게 비쳐진 자신의 모습을 이해하고, 있는 그대로 자신을 수용하며, 자신을 사랑하는 마음을 갖는다.
- (2) 나·너, 그리고 우리의 발견을 통해 사람은 개성적 존재이면서 서로 얽혀 있는 더 큰 우리 속에 하나라는 사실을 알게 한다.
- (3) 생산적인 인간관계를 발전시키고 인격적인 성장을 돕는다.

#### 2) 강의 자료

사람들은 나름대로 좋은 점과 나쁜 점을 가지고 살고 있다. 사람은 신이 아닌 이상 결점을 갖고 있는데, 다만 자신의 결점을 스스로 깨닫지 못하고 있거나 그것을 보다 좋게 발전시켜 나가려는 의지가 적은 것이 문제이며, 그것이 곧 그의 결점이 되는 것이다.

자기 자신을 이해한다는 것은 자기의 심신에 관한 여러 가지 상태, 대인관계의 질과 양, 가치관, 이와 관련된 자신의 행동 등에 관하여 현실적으로 이해한다는 것을 말한다. 자기를 안다는 것은 자신의 장점과 단점을 정확히 가려 낼 수 있다는 말이기도 하다.

우리의 생활은 타인과의 접촉을 통해서 이루어진다. 가족관계에서부터 사회의 여러 집단 생활에 이르기까지 우리는 상호간에 영향을 주고 받으면서 살아가고 있다. 이와 같은 삶의 과정에서 우리들 서로가 자기에게 비쳐진 상대방의 모습을 솔직하게 말해 줄 수 있을 때 그것을 기초로 하여 자신을 보다 잘 이해할 수 있고 나아가서는 우리들의 행동을 보다 나은 방향으로 수정할 수 있어서 우리들 각자의 자기 성장에 도움을 얻을 수 있게 된다.

따라서 우리는 피이드백을 통하여 자신의 행동 결과를 확인할 수 있고 자신을 인식하게 되며 나아가서는 보다 바람직한 방향으로 자신의 행동을 수정할 수 있게 하는 것이다.

지금까지 나를 바라보면서 느끼는 장·단점을 나누는 것도 중요하지만 함께 생활하는 가운데 다른 사람에게 비쳐진 나의 모습을 살펴봄으로써 나의 숨겨준 모습을 발견하고 자신의 모습을 자각하는 프로그램이다.

### 3) 활동

- (1) 5분 정도 눈을 감고 지금까지의 수련 과정에서 발견한 다른 구성원들의 인간상, 성격, 태도, 장단점을 생각해본다. 여기에 모인 다른 사람들의 장점과 단점(성격, 습관, 신체적 특징, 특기, 취미 등) 그리고 함께 활동하면서 칭찬할 점들을 깊이 생각해 본다.
- (2) 기록용지를 자신을 제외한 수만큼의 배부하고 용지 맨위에 수신자의 별칭을 적고 그에 대한 느낌과 장단점 격려의 말 등을 적는다.
- (3) 개인별로 다 쓴 후에 수신인 별로 나누어 갖는다.
- (4) 자기가 받은 마음의 선물을 조용히 읽고 자기 자신을 반성해 본다.
- (5) 다 읽고 난 후 새로히 발견한 자기 모습에 격려받은 내용과 새롭게 깨닫게 된 내용을 발표하고 느낀점을 나눈다.
- (6) 느낀점 나누기
  - ① 타인에게 비쳐진 나의 모습을 알고나서 느끼고 배운점을 나눈다.
  - ② 모든 사람은 다 장점과 단점을 가졌음을 이해한다.

## 제 11 회 : 전체 마무리

### 1) 목적

- (1) 자원봉사동아리 활동에 대해서 경험한 내용을 통합한다.
- (2) 나부터 실천하기 계획을 세우고 실천하는 자세를 기른다.

### 2) 강의

자원봉사동아리 활동으로 이루어진 1박 2일간의 경험을 나누고 소감을 발표하면서 우리들이 경험한 내용들을 나누는 시간이다. 동아리활동을 하기전 나의 모습과 지금의 나의 모습을 바라보면서 차이점이 있다면 무엇이고, 그러한 차이가 발생한 이유가 무엇인지 서로에게 피드백을 통해서 확인하는 시간이다.

더불어, 일상생활에서 나부터 실천할 내용을 구체적인 내용으로 계획을 함으로써 자원봉사반 활동을 통하여 깨달을 것을 일상생활화하는 자세를 배양한다.

‘나부터 실천하기’에는 가정·학교·사회 생활과 관련된 내용과 관련지어 자신과의 약속하는 내용으로 구성한다. 내용은 구체적이고 실현가능한 것으로서 다양하게 설정하도록 한다.

### 3) 활동

- (1) 자원봉사동아리 활동에서 경험한 여러 가지 일들을 통해서 배운 내용, 새롭게 생각된 일, 마음으로 깊게 느껴진 점 등을 종합하여 눈을 감고 생각하게 한 후 그 내용을 쓰고, 발표하도록 한다.

- (2) 구성원 모두가 발표를 하도록 하고 종합적으로 정리하도록 한다.
- (3) '나부터 실천하기' 내용을 정한 사람부터 발표하고 서로 도움을 주고 받는다.
- (4) 다음 프로그램에 대한 안내를 하고 마무리한다.

## <2000년 1월 5일~7일 자원봉사동아리 활동프로그램>

### 제 1 회 : 다른 사람이 되어 자기 소개하기

#### 1) 목적

- (1) 자기에 대한 객관적인 이해를 돕는다.
- (2) 다른 사람의 마음을 이해하려는 자세를 가진다.

#### 2) 강의 자료

다른 사람의 입장이 되어서 자신을 소개함으로써 자기를 객관적으로 돌아볼 수 있는 집단 활동이다. 입장을 바꾸어 생각해 보면 융통성과 포용성이 길러진다. 자기 생각에 사로 잡혀서 다른 사람들을 배려하지 못 하는 것도 '입장 바꾸어 생각해 보기'가 안 되는 것이므로, 이 활동을 통해 자기를 객관적으로 보고 다른 사람을 이해할 수 있는 힘을 기를 수 있다.

#### 3) 활동

- (1) 지난번 야영 이후에 나에게 있었던 일을 이야기할 시간을 갖는다.
- (2) 둥글게 둘러 앉아 프로그램에 대한 설명을 듣고, 자기 자신에게 중요한 사람을 떠올려 보고, 그 사람이 나를 어떻게 보고 있을지 생각해 보는 시간을 갖는다.
- (3) 그 사람이 되어서 나를 다른 사람에게 소개하는 시간을 갖도록 한다. 준비된 사람부터 시작하도록 한다.
- (4) 자발적으로 발표하도록 하고, 서로 간에 상호작용이 이루어 질 수 있도록 한다.
- (5) 창의성을 발휘할 수 있도록 내용이나 방식을 제한하지 않도록 한다.
- (6) 느낌 나누기
  - ① 모두 다 마친 후 느낀점과 생각을 나눈다.
  - ② 지난번 야영에서 얻은 점과 잃은 점들을 나누고 알찬 야영이 될 수 있도록 마음의 준비를 한다.

### 제 2~3 회 : 자원봉사활동 3

#### 1) 목적

- (1) 자원봉사활동의 올바른 자세를 배우고 실천하는 자세를 기른다.
- (2) 인간의 존엄성을 깨닫고 실천하는 자세를 기른다.

(3) 이타성을 기르며, 봉사활동을 통한 자기성장에 기여한다.

## 2) 강의 자료

(1) 휠체어의 구조

(2) 휠체어 다루는 법

① 접기 ② 펴기 ③ 휠체어 정지하기 ④ 계단을 오르고, 내릴 때 등

(3) 자리에서 일어나 휠체어에 앉히기-내리기, 침대에서 휠체어로 옮기고-내리기 등

(4) 휠체어 밀기-평지에서, 경사를 오르고 내릴 때, 턱을 넘을 때 등

## 3) 활동 : 기관의 안내에 따라 봉사활동 실시한다.

(1) 봉사활동의 시작은 주변 정리 및 실내 청소부터 시작한다. 청소를 하면서 시설에 수용되어 있는 분들을 이해하고 접촉하는 기회를 갖는다.

(2) 주변정리가 마무리되면 기관의 안내에 따라 프로그램 보조 및 노인들과 함께하는 시간을 갖는다.

## 4) 느낀점 나누기

(1) 봉사활동의 경험을 공유하고, 그에 대한 느낌과 앞으로 개선할 점에 대하여 나눈다.

(2) 봉사활동의 중요성을 일깨우고, 자기 자신의 행동에 대하여 칭찬하는 마음과 부족한 점을 고치려는 자세를 가진다.

(3) 봉사활동을 통해서 서로에게 느낀점을 나누고 서로를 복돋아 준다.

# 제 4 회 : 야외수련활동

## 1) 목적

(1) 집단 구성원간에 협동심을 기른다.

(2) 집단 활동을 통해서 인내심과 사회성을 배양한다.

## 2) 강의 자료

우리 각자는 홀로서는 것도 중요하지만 사회적 관계 속에서 다른 사람과 힘을 합쳐서 해결해야 되는 문제가 많다는 것을 알게 된다.

타이어 옮기기과 그물통과하기는 나 혼자서 해결하는 과정이 아니라 구성원 전체가 지혜를 모으고 힘을 모아 해결하는 과정이다. 이러한 과정을 통해 공동체 의식을 배양한다.

타인과의 원만한 인간관계를 형성하고 집단 속에서 나의 위치를 세우고 함께하는 경험은 무엇보다도 소중한다고 할 수 있다.

## 3) 활동

(1) 타이어 옮기기(타이어 풀고 꿰기)

① 7~8m 간격을 두고 두 기둥(3)5m 정도)을 땅에 단단히 박고, 한쪽 기둥에 타

이어를 3개정도 끼우고 두 기둥간에 단단한 끈으로 연결한다.

- ② 한쪽 기둥에 있는 타이어를 다른 쪽 기둥으로 구성원들의 힘을 모아서 옮기고 난 후 다시 제자리로 옮기는 프로그램이다.
- ③ 모든 구성원이 참여하여 타이어를 옮길 수 있도록 한다.

(2) 그물 통과하기

- ① 5m 정도의 간격을 두고 두 기둥(높이 5m이상된 나무를 이용) 사이에 끈을 이용하여 거미줄 처럼 사람이 통과할 수 있을 정도의 간격을 두고 엮어 맨다.
- ② 모든 구성원이 한쪽에서 다른 쪽으로 거미줄 사이를 통과하는 게임으로 모든 구성원이 힘을 합쳐야만 게임을 수행할 수 있다.
- ③ 게임 방법은 먼저 통과한 구멍으로는 다른 사람이 중복해서 통과할 수 없으므로 구성원간에 협의하여 모든 구성원이 통과할 수 있도록 지혜를 모아 참여할 수 있도록 한다.

(3) 인간 사다리

- ① 지름 3cm, 길이 1m 정도의 단단한 나무 막대를 준비한다. 2명이 한 개가 필요하다.
- ② 두 명씩 짝을 지어 막대기들을 하나씩 마주 들고, 일렬로 나란히 마주보고 서서 한사람씩 교대로 막대를 밟으며 통과한다.
- ③ 목표 지점까지 갈 때까지 반복적으로 실시한다.

(4) 소감나누기

- ① 각 프로그램을 하면서 느낀 소감을 나눈다.
- ② 구성원간에 합의 했을 때와 그렇지 못했을 때의 차이점을 나눈다.

## 제 5 회 : 과정평가 및 토의(전 제4회 프로그램과 동일)

### 제 6 회 : 빈의자

#### 1) 목적

- (1) 내적 갈등 상태를 표출하고 감정을 정화하고 관계의 왜곡을 통찰한다.
- (2) 갈등으로 인하여 분열된 마음을 통합하고 관계 증진을 위해 노력한다.

#### 2) 강의 자료

빈의자 기법은 형태주의 심리치료의 대표적인 치료 기법 중의 하나로 한 개인의 마음 속에서 강자와 약자가 다투는 갈등문제를 해결하기 위한 것이다. 여기서 강자란 정의를 내세우고 권위적이고 도덕적이며 의무를 강요하고 두목 역할을 하며 약자를 위협으로 조종하는 사람으로 '잔소리 심한 부모'를 말한다. 약자는 희생 당하고 방어적이며 사죄하고 무기력한 역할을 함으로써 강자를 조절한다. 약자는 수동적이고 책임을 지지 않으며 핑계를 찾는다. 이러한 관계로 인하여 양자는 분열되어 있다.



이 빈의자 기법은 참가자 내부의 갈등을 시연해봄으로써 그 갈등을 충분히 경험하여 지금까지 미워하고 거부해왔던 자신의 부정적인 면을 자기의 것으로 받아들이고 양자를 통합하기 위한 것이다. 이 기법은 자신의 특성을 버리지 않고 받아들이며 양극단과 함께 살아가는 것을 배우는 것이다.

### 3) 활동

- (1) 강의 : 우리는 평소에 참는 일이 많다. 머리(생각)으로는 납득이 가지만 가슴(마음)으로는 받아들여지지 않는 상태가 갈등이다. 갈등은 감정을 억압하는 역할을 하는 것이기 때문에 에너지가 자연스럽게 흐르지 못하고 어딘가에 막혀 있어 몸에 나타난다. 심하면 병이 나거나 마음이 분열되기도 한다. 일상생활 속에서 억압된 감정을 실제와 같이 또는 과장해서 말과 행동으로 표출해 보는 경험을 해본다.
- (2) 빈 의자 2개를 마주 보게 놓고 둘러 앉는다. 일상생활에서 겪게되는 갈등상황을 눈을 감고 생각해 보는 시간을 갖는다.
- (3) 지금-여기에서 표출하고 싶은 감정이 떠오른 사람부터 자원에 의하여 한 사람씩 나와 시연한다.
- (4) 시연자는 2개의 의자 중 하나는 자기 것으로 하여 그 곳에 앉고 나머지 하나에는 자기 감정을 실감나게 표출하고 싶은 주요 대상이 앉아 있다고 가정하고 감정을 표출한다.
- (5) 자신의 감정을 만족스럽게 표출했으면 이번에는 상대방 의자에 앉아 상대방의 입장이 되어 그의 감정을 표출한다.
- (6) 자신의 입장과 상대방의 역할을 다 해보았으면 시연자는 소감을 발표하고 나머지 구성원들도 느낀점을 나눈다.
- (7) 차례로 돌아가며 모두 시연해보고 한 사람이 끝날 때 마다 소감을 나눈다.
- (8) 전체적으로 소감을 나누고 정리한다.

## 제 7 회 : 장님-병어리 안내하기

### 1) 목적

- (1) 구성원간 보다 깊이 있는 관계를 유지하고 집단의 신뢰감을 형성한다.
- (2) 희생과 봉사정신을 기른다.
- (3) 평상시 느끼지 못한 체험을 하며, 장애인들을 이해하는 능력을 기른다.

### 2) 강의 자료

인간은 독자성을 지닌 존재인 동시에 자아를 실현하려는 존재이다. 이러한 자아 실현의 의지를 실천하려면 자신과 타인에 대한 신뢰 형성이 으뜸이다. 이는 자신이 타인을 믿고 개방하고 솔직히 말할 때 자기도 신뢰받게 되는 것이다. 즉 자기를 믿는 사람이 상대를 신뢰하게 되고 결국 자아 실현의 바탕이 된다는 것이다.

자신을 다른 사람에게 맡기고 의지하는 경험을 통해 인간에 대한 신뢰를 느끼게 되고 상대방을 위하여 친절하게 최선을 다 함으로써 이타적 체험을 하게 되고 편안하고 자유로운 삶으로 될 것이다.

또 신체 일부의 장애에 대한 경험으로 신체 기능에 대해 관심과 소중함을 느끼게 되고 자신을 긍정적으로 수용하게 된다.

### 3) 활동

- (1) 둘씩 짝을 지어 한 사람은 안내자가 되고 한 사람은 맹인이 된다.
- (2) 맹인은 눈을 가리고 안내자의 지도를 따른다. 안내자는 말을 하지 못하는 병어리라는 것을 명심하고, 말을 하지 않고 목표 지점까지 안내한다(15분).
- (3) 목표 지점에 오면 역할을 바꿔서 진행한다.
- (4) 야간에 이루어지는 활동이므로 안전에 유의하고, 장난이 되지 않도록 한다.
- (5) 느낀점 나누기
  - ① 전체적으로 느낀점, 두사람 상호간의 느낀점을 나눈다.
  - ② 이 활동을 통해 얻은 것이 있다면 충분히 나누도록 한다.

## 제 8 회 : 명상프로그램(전 제8회 프로그램과 동일)

## 제 9 회 : 나에게 영향을 미치는 중요한 인물

### 1) 목적

- (1) 나의 인간관계의 질을 파악하고 정서 순화를 경험한다.
- (2) 통찰을 얻고 관계 개선을 위하여 노력하는 자세를 기른다.

### 2) 강의 자료

우리가 현재의 자신으로 존재하기까지는 직접·간접으로 많은 사람들의 영향을 받았다. 이러한 관계를 형성하면서 자기 내부에 있는 여러 마음들을 대표할 수 있는 여러 사람을 떠올려서 형상화함으로써 내면을 깊이 들여다 볼 수 있는 기회를 갖는다.

마음속에 있는 다양한 측면들을 더욱 분명하게 알아차려서 표현하고, 다른 사람들과 깊은 만남을 가질 수 있는 계기를 만든다. 표현력과 창의력, 통찰력이 길러진다. 마음속을 구체적인 모양으로 드러냄으로써 서로에 대한 이해를 깊게 할 수 있다.

### 3) 활동

- (1) 나에게 중요한 인물을 7명 정도 떠올린다. 떠올려지는 사람들과의 심리적 거리를 생각하여 종이에 심리적 거리를 생각하며 표현한다.
- (2) 종이에 나와 그 사람과의 거리, 나와 그 사람과의 심리 관계를 생각하면서 화살표를 그린다. 다 그린 연후에 나에게 영향을 미치는 사람들에 대하여 순서를 정

하지 않고 발표한다.

(3) 발표한 내용을 듣고 피드백을 주고 받는다.

(4) 느낌 나누기

- ① 이 프로그램을 통해서 느낀 점과 새롭게 배운 점을 나눈다.
- ② 각자의 정서의 뿌리를 찾고 발표한다.

## 제 10 회 : 자원봉사활동 4

### 1) 목적

- (1) 자원봉사활동의 올바른 자세를 배우고 실천하는 자세를 기른다.
- (2) 인간의 존엄성을 깨닫고 실천하는 자세를 기른다.
- (3) 이타성을 기르며, 봉사활동을 통한 자기성장에 기여한다.

### 2) 강의 자료(필체어 사용법 강의 및 실습)

자원봉사활동이란 인간 존중의 정신을 바탕으로 자발성·공익성·무상성·과정성·생활성의 원칙에 입각하여 모든 사람이 인간다운 삶을 영위하도록 도와주며, 궁극적으로는 삶의 질 향상에 기여하는 활동이다.

자원봉사활동의 목적은 모든 사람이 인간다운 삶을 영위하도록 도와주는 활동이며, 궁극적으로는 삶의 질을 향상시키는 활동이다.

자원봉사활동의 정신은 인간의 존엄성을 존중하는 데에서부터 시작된다.

자원봉사활동의 원칙은 자발성·공익성·무상성·과정성·생활성의 원칙이다.

### 3) 활동 : 기관의 안내에 따라 봉사활동 실시한다.

- (1) 봉사활동의 시작은 주변 정리 및 실내 청소부터 시작한다. 청소를 하면서 시설에 수용되어 있는 분들을 이해하고 접촉하는 기회를 갖는다.
- (2) 주변정리가 마무리되면 기관의 안내에 따라 프로그램 보조 및 노인들과 함께하는 시간을 갖는다.

### 4) 느낀점 나누기

- (1) 봉사활동의 경험을 공유하고, 그에 대한 느낌과 앞으로 개선할 점에 대하여 나눈다.
- (2) 봉사활동의 중요성을 일깨우고, 자기 자신의 행동에 대하여 칭찬하는 마음과 부족한 점을 고치려는 자세를 가진다.
- (3) 봉사활동을 통해서 서로에게 느낀점을 나누고 서로를 북돋아 준다.

## 제 11 회 : 야외수련활동

### 1) 목적

- (1) 집단 구성원간에 일체감을 갖게 한다.

(2) 공동체 의식을 배양한다.

## 2) 강의 자료

인간은 사회적 동물로서 남과 더불어 함께 협력하면서 살 수 밖에 없는 존재이다. 주어진 상황에서 열심히 하기 보다 싫증 내고, 탓하고, 남을 비난하고, 포기해 버릴 수도 있다. 반대로 어떤 처지에서도 긍정적인 마음가짐으로 자신의 몫을 성실하게 수용하면서 남과 더불어 일하는 과정 자체를 소중하게 즐기며 살 수도 있다.

이 프로그램은 다른 활동과는 달리 구성원 전체가 한 마음이 되어 하는 활동이다. 혼자서 이루기는 쉽지만 모두가 하나가 될 수 있고, 일체감을 형성할 수 있는 기회가 되는 시간이 되기도 한다. 모두가 힘을 합쳐 하나가 되었을 때 목표를 성취하기 쉽고, 남을 탓하고 비방하고 소극적으로 하면 그 팀은 무너지고 만다는 것을 경험하게 되는 소중한 시간이다.

## 3) 활동

- (1) 프로그램 내용에 대한 소개를 하고, 팀을 짜고 구성원간에 역할을 분담한다.
- (2) 구성원간에 수신호 방법을 의논하고 연습을 하도록 한다. 예를 들면 양쪽 어깨를 양손으로 치면 앞으로 전진하라는 신호이며, 어깨를 잡으면 정지하라는 신호, 좌측·우측 어깨를 치면 좌·우측으로 가라는 신호 등으로 신호를 정한다.
- (3) 일렬 종대로 모두 눈을 가리고 앞 사람의 어깨에 두 손을 얹고, 맨 뒷 사람만 선장이 되어 안내한다.
- (4) 선장은 장애물과 보물 위치를 확인하고 말을 하지 않고 수신호에 의해서만 목표 지점까지 안내한다.
- (5) 프로그램 활동에 구성원들이 하나가 되어 참여할 수 있도록 하며, 역할을 바꾸어 시행한다.
- (6) 느낀점 나누기
  - ① 선장의 역할을 통해서 느낀점과 구성원들간의 느낌을 나눈다.
  - ② 역할을 바꾸어 하였을 때의 입장을 서로 나누도록 한다.

## 제 12 회 : 지금-여기에서 하고 싶은 것

### 1) 목적

- (1) 평소에 해 보지 못하던 행동을 여러 사람 앞에서 해보는 경험을 갖는다.
- (2) 자신의 틀이 어떠한 것인지를 확인해보는 기회를 갖는다.
- (3) 움추려진 자기로부터 해방감을 느끼며 적극적으로 표현할 수 있는 모습을 발견한다.
- (4) 피이드백을 통하여 자기 이해와 행동 수정을 꾀한다.

## 2) 강의 자료

우리는 채면과 예의 등 여러 가지 제약으로 마음대로 행동하지 못하고 주위 사람들이 나를 싫어할까봐 두려워서 함부로 행동하지 못한다. 이러한 규제는 사회 생활에서 필요한 요소이기는 하나 이 때문에 너무 지나치게 우리의 마음이 억제되어 각자 나름대로 위축되고 긴장하게 되어 부자연스러운 행동을 하게 되고 그로 인해 자아가 활짝 피지 못하고 만다.

이번 프로그램에서는 이러한 제약을 벗어나 여러분의 공인 하에 평소에 해보지 못하던 행동을 용기있게 해 보는 경험을 갖는다. 자의로 하면 더 좋겠으나 아무래도 쑥스러운 마음이 들기 때문에 순전히 타의에 의해 즉 로봇이 되어 행동해 보기로 한다. 타의에 의한 행동이긴 하지만 자신의 틀을 벗어나 볼 수 있는 좋은 계기가 될 것이다.

우리는 지금까지 행동을 하면서 마음이 들어서 한 경우도 있지만 불편했던 적도 있었습니다. 오늘은 주인이 되어서 그동안 신나게 해보고 싶었던 행동을 지시해 보기로 합니다.

## 3) 활동

- (1) 한 사람은 주인이 되어 명령을 내리고, 한 사람은 행위자가 되어 그 지시를 받고 행동한다.
- (2) 행위자가 용기가 없어서 못할 때는 그대로 수용할 수 있도록 하고, 그때의 느낌을 나누도록 유도한다.
- (3) 한 사람씩 자원하여 로봇트가 되어 가운데에서 주인의 명령에 따라 행동해 본다.
- (4) 로봇트가 된 사람은 주인의 명령에 무조건적이고 적극적인 자세로 행동한다. 로봇트가 되면 선서를 하여 시작하는 것이 좋다. “○○○로봇트입니다. 주인님의 명령을 절대 복종하겠습니다.”
- (5) 한 사람씩 주인의 역할을 하면서 로봇트의 성격을 잘 알아서 좋은 경험을 할 수 있도록 특별한 행동을 주문한다.
- (6) 한 사람의 로봇트의 역할이 끝나면 노고를 치하하고 로봇이 되어본 심정과 각각의 행동에 대하여 이야기를 나눈다. 주인된 사람은 어떤 의미에서 그러한 행동을 내렸는지 서로 이야기를 나눈다. 그리고 다음 지원자가 로봇트가 되어 계속 진행한다.
- (7) 느낀점 나누기
  - ① 전체적인 소감을 나눈다.
  - ② 자신의 갖고 있는 틀에서 벗어나기가 어렵다는 것을 알고, 자신을 변화시키려면 용기가 필요하다는 것을 느끼게 된다.

## 제 13 회 : 과정평가 및 토의(전 제4회 프로그램과 동일)

## 제 14 회 : 뜨거운 자리(the hot seat)

### 1) 목적

- (1) 자신의 문제에 직면하고 해결하는 능력을 키운다.
- (2) 지금-여기에서의 자신을 자각하고 깨닫는다.

### 2) 강의 자료

‘지지 없는 직면은 파괴적이고 직면 없는 지지는 무기력하다.’

직면은 거친 공격도 아니고 적개심을 쏟아붓는 것도 아니며 약자인 내담자의 방어심을 허물어 뜨리는 것도 아니다. 책임있고 권위있는 직면은 내담자로 하여금 자신의 긍정적인 행동 변화를 방해하는 측면을 생각해보도록 초대하는 것이다. 그 방법으로는 자기 기만의 형태에 주의를 기울이게 하기, 말과 행동의 불일치에 직면시키기, 수법과 계략을 지적해주기, 저항과 회피를 지적해주기, 자신의 잠재능력과 재주를 인정하지 않는 태도에 주옥하기, 자기비하에 직면시키기 등이 있다.

형태주의 치료에서 직면은 매우 중요하다. 지금-여기에서의 느낌과 행동 즉 말과 행동의 불일치를 자각케 한다. 직면은 자신의 내적 지지들을 거부하고 대신에 외적 지지를 찾는 자아를 직면시킨다. 합리적-정서적 치료법에서는 자기 것으로 받아들이고 삶의 지표로 삼고 있는 비합리적인 신념체계에 직면시킨다.

우리는 곧잘 자신의 부정적인 면에 직면하기를 꺼려한다. 이로 인하여 우리는 말과 행동이 달라지게 된다. 예컨대 속상해 하면서도 미소 짓는 경우 등이 그것이다. 이 불일치를 해결하기 위해서는 용기를 갖고 자신의 문제에 직면해야 한다. 이것은 관계에서 타인을 외면하는 것이 되고 참만남을 연기하는 것이 된다.

### 3) 활동

- (1) 자신의 문제를 해결하고자 하는 사람부터 한 사람씩 나와 맞은 편 빈의자에 앉는다.
- (2) ‘뜨거운 자리’에 앉은 사람은 자신의 문제를 구체적으로 실감있게 지금-여기에서 있는 이야기로 말한다.
- (3) 이에 대해 돕는이는 직접적이고 공격적으로 직면(맞닥뜨림)을 한다. 필요하면 수성원 중의 한 사람이 돕는이의 역할을 담당하여 직면할 수 있도록 도움을 제공한다.
- (4) 쌍방이 어느 정도 결론에 도달했다고 판단되면 마무리한다.
- (5) 쌍방의 소감과 나머지 구성원들의 소감을 나눈다.
- (6) 다음 지원자가 ‘뜨거운 자리’에 앉아 되풀이 한다.
- (7) 이 프로그램은 통하여 배운점과 각자의 마음을 서로 나누면서 정리한다.

## 제 15 회 : 촛불의식 및 손·발 씻어주기

### 1) 목적

- (1) 자기 몸을 태워 어둠을 밝히는 촛불의 의미를 새긴다.
- (2) 세상에 빛 된 역할을 위해 봉사정신을 발휘할 것을 다짐한다.
- (3) 각자의 마음다짐을 통해서 새 생활을 결심한다.

### 2) 강의 자료

자기 몸을 말없이 녹이면서, 주위를 밝히는 촛불의 의미를 새기면서, 나 자신과 연 관 지어보는 프로그램이다. 세상에 빛이 되는 역할을 하기 위해서 나 자신이 말없이 봉사정신을 발휘할 것을 다짐해 본다. 나의 삶을 경건하게 엮어 나갈 것을 촛불 앞에서 맹세하고, 나와 너를 있는 그대로 받아들이고, 그래서 “우리”라는 공동체 의식 속에서 진지하고 성숙된 삶이 되도록 노력하겠다는 다짐 프로그램이다.

우리는 지금까지 자기 이해 및 타인 이해를 통한 자기 성장과 발전이라는 주제하에 긴 시간의 만남을 통하여 여러 가지 의미있는 프로그램들을 경험하였고 경험하게 될 것입니다. 자기 자신을 있는 그대로 이해하고 받아들이며 또한 타인에게도 숨김없이 개방할 수 있는 대가 되었고, 상대방도 이해하고 수용하게 되었다. 지금 이 시간이 되기까지의 만남은 나 혼자만의 힘으로 이루어진 것이 아니라 우리 모두의 협력으로 상호간에 주고 받는 도움에 의하여 이루어진 것이다.

만남을 정리하는 조용한 가운데 자기를 성찰해 본다. 서로 돕고 도움받는 사실에 감사하는 심정으로 자기를 녹여 빛을 밝히는 촛불을 응시하면서 어둠속에서 빛과 우리 모두의 자신의 모습을 느껴본다. 새로운 마음가짐을 갖도록 노력한다.

### 3) 활동

- (1) 초를 한 개씩 들고 돕는 등글게 앉는다. 무대 중앙에 촛불을 쬐을 수 있도록 촛불판을 준비한다. 조용한 음악과 함께 이 의식의 취지와 진행방법을 설명한다.
- (2) 엄숙한 분위기에서 진지하게 진행하도록 한다.
- (3) 돕는이는 자기 촛불에 불을 붙이고 옆 사람에게 불을 전달하여 모두가 불을 밝힐 때 까지 기다린다. 준비된 촛불의식 낭독문을 천천히 읽기 시작한다.
- (4) 돕는이는 촛불을 들고 대열에서 나와 원 안으로 들어와 마음가짐(나는 무엇을 위해서, 어떻게 살아갈 것인가? 촛불 앞에서 다짐하고 싶은 것은?)을 발표한 후 촛불을 촛불판의 못에 꽂고 제자리로 들어간다.
- (5) 모두 함께 손을 잡고 노래를 부른다.(선구자, 고향의 봄, 만남 등)
- (6) 봉사의 참뜻을 새기고 다른 사람을 위한 겸허한 자세와 인간의 존엄성을 체험하기 위해서 서로 서로 손-발씻어주기를 한다.
- (7) 손-발씻어주기가 끝나면 다같이 손을 잡고 노래를 부른다.
- (8) 노래가 끝나면 촛불을 끄고 전등을 켜다.

(9) 느낀점 나누기

- ① 촛불의식과 다른 사람의 발을 씻어 주었을때와 씻겨줄때의 느낌을 나눈다.
- ② 우리 모두가 소중한 존재임을 일깨워주고 서로 협력하는 자세를 기른다.

**제 16 회 : 명상프로그램(전 제8회 프로그램과 동일)**

**제 17 회 : 한마음게임**

**1) 목적**

- (1) 단체 활동을 통해서 공동체 의식을 키운다.
- (2) 단체 활동을 통하여 사회성을 배운다.

**2) 강의 자료**

평상시에 우리는 두발로 서서 생활하다 보니, 그에 대한 고마움을 모르는 경우가 많다. 때로 우리는 한가지 장애를 갖고 생활하는 사람들의 불편함에 대해서 생각해 보는 경우가 매우 적다. 이 프로그램을 통해서 우리는 장애인을 생각하는 마음 자세와 그들을 이해하는 자세를 갖고, 자신에 대해서 고마운 마음을 기른다.

**3) 활동**

- (1) 게임의 규칙을 설명한다. 게임은 엉덩이를 바닥에 붙이고 하는 농구게임으로 자기 편 골키퍼에게 풍선을 많이 보내는 팀이 승리한다.
- (2) 양팀으로 나누어 게임을 진행한다.
- (3) 느낀점 나누기
  - ① 정상인으로 생활할 때와 앉음뱅이 농구를 할 때의 느낀점을 나눈다.
  - ② 장애인을 이해하는 마음과 자신을 바로 볼 수 있도록 한다.

**제 18 회 : 바람직한 청소년 상**

**1) 목적**

- (1) 사회성의 신장과 창의력 신장에 기여한다.
- (2) 우리들이 생각하는 바람직한 청소년 상을 정하고 노력하는 자세를 기른다.

**2) 강의 자료**

사람이 세상을 사는 것은 관계속에서 사는 것이며, 그 관계가 어떠한가에 따라 그 사람의 삶이 윤택해 질 수 있고, 비참해 질 수 있다. 그것을 깨닫는 것이 매우 중요하며, 또한 사람은 자신의 많은 능력을 지녔으면서도 스스로는 그런 능력이 없는 양 묻혀버리거나 지나쳐버리고 살아간다. 즉, 그러한 능력의 개발이나 확인을 한다는 것은



자주 쉽게 경험할 수 있는 일이 아님을 여러 사람이 모여서 도와주고 협조한다면, 더욱 효과적인 삶을 풍요롭게 해 준다는 것을 깨닫게 된다.

### 3) 활동

- (1) 먼저 자신들의 가지고 있는 바람직한 청소년 또는 어른의 상에 대하여 머리 속으로 생각하여 몇 가지씩 정리한다.
- (2) 5명씩 소그룹으로 만들어 여러 사람이 함께 집중 토론하여 바람직한 청소년상에 대하여 정리하고, 그러한 청소년이 되기 위하여 무엇을 어떻게 해야 하는지 생각하여 정리한다.
- (3) 소그룹별로 발표하고 전체가 합의할 수 있는 청소년 상을 만들어본다.
- (4) 각자 자기의 현재의 모습을 직시하고 내가 노력하여야 할 점이 무엇인지 나누는 시간을 갖는다.
- (5) 소감나누기 : 이 과정을 통해서 느낀점과 배운점을 이야기한다.

## 제 19 회 : 전체 마무리

### 1) 목적

- (1) 자원봉사동아리 활동에 대해서 경험한 내용을 통합한다.
- (2) 나부터 실천하기 계획을 세우고 실천하는 자세를 기른다.

### 2) 강의



자원봉사동아리 활동으로 이루어진 1박 2일, 2박 3일간의 경험을 나누고 소감을 발표하면서 우리들이 경험한 내용들을 나누는 시간이다. 동아리활동을 하기전 나의 모습과 지금의 나의 모습을 바라보면서 차이점이 있다면 무엇이고, 그러한 차이가 발생한 이유가 무엇인지 서로에게 피드백을 통해서 확인하는 시간이다.

더불어, 일상생활에서 나부터 실천할 내용을 구체적인 내용으로 계획을 함으로써 자원봉사반 활동을 통하여 깨닫을 것을 일상생활화하는 자세를 배양한다.

‘나부터 실천하기’에는 가정·학교·사회 생활과 관련된 내용과 관련지어 자신과의 약속하는 내용으로 구성한다. 내용은 구체적이고 실현가능한 것으로서 다양하게 설정하도록 한다.

### 3) 활동

- (1) 자원봉사동아리 활동에서 경험한 여러 가지 일들을 통해서 배운 내용, 새롭게 생각된 일, 마음으로 깊게 느껴진 점 등을 종합하여 눈을 감고 생각하게 한 후 그 내용을 쓰고, 발표하도록 한다.
- (2) 구성원 모두가 발표를 하도록 하고 종합적으로 정리하도록 한다.
- (3) ‘나부터 실천하기’ 내용을 정한 사람부터 발표하고 서로 도움을 주고 받는다.
- (4) 사후검사, 자원봉사반 활동에 대한 안내를 하고 마무리한다.