

8정도(八正道)를 기반으로 한 인성프로그램이 대학생의 행복감에 미치는 효과*

장경화** · 김영준***

동국대학교(경주)

【요약】

본 연구는 8정도를 기반으로 한 인성프로그램이 대학생의 행복감에 미치는 효과를 알아보는 데 목적을 두어 실시되었다. 인간의 도덕적 자기 성찰과 행동 실천을 주요 가치로 두는 8정도를 인성프로그램의 내용 기반으로 마련하여 대학생들의 행복감을 증진시키는 데 의미를 두었으며, 대학생을 비롯한 인간의 행복감이 개인의 선호나 충족에 의해서가 아니라 타인과의 관계 맺기 속에서 실제 실현된다는 관점을 실질적으로 강조하려는 데 역시 의미를 두어 실시되었다. 이를 위해, 연구 대상은 K시에 소재한 D대학교 ‘자비와 행복여행’의 교양교과목을 수강하는 학생으로 이루어졌다. 연구 방법은 연구 대상에 대한 프로그램 적용 여부를 기준으로 사전 검사, 사후 검사의 양적 통계 방식으로 이루어졌으며, 표준화된 행복 척도를 활용하였다. 연구 결과, 연구 대상은 8정도를 기반으로 한 인성프로그램을 통해 삶의 만족도, 긍정적 정서 증가, 부정적 정서 감소에 실효적인 영향을 받은 것으로 나타났다. 종합적으로, 8정도를 기반으로 한 인성프로그램과 인간의 행복감 간의 정합성 차원에서 기능적으로 고려될 수 있는 전제 조건을 논의하였다.

주제어 : 8정도(八正道), 인성프로그램, 대학생, 행복감

* 본 연구는 2019년 대한불교조계종 교육아사리 연구비 지원에 의하여 이루어졌음.

** 동국대학교(경주) 파라미타칼리지 교수, 주저자, everviriya@hanmail.net

*** 동국대학교(경주) 사범교육대학 교직부 강사, 교신저자, helperman20@hanmail.net

I. 서 론

1. 연구의 필요성

최근 들어, 인성프로그램은 학생들의 도덕성 함양을 위한 윤리교육이나 종교의 이념적 교육으로 전개되는 경향을 탈피하여 삶의 전반적인 문제해결능력 함양에 주요 목적과 가치를 두고 있다.¹⁾ 인성의 기능적 개념 자체가 올바른 성품을 함양하는 측면에 주요 기반을 둔다고 할지라도 개인을 둘러싼 삶의 생태계 장면에 있어 개인 자신의 성품을 올바로 가꾸는 정도로 인성 함양의 정도와 가치가 온전히 실현될 수 없기 때문이다.²⁾ 이에 따라, 인성프로그램의 함양 가치는 개인 자신 뿐 아니라 타인이 공존하는 ‘나와 너’란 슬로건으로 주요 성과와 타당성을 담보할 수 있다.³⁾ 나아가서, 삶의 일상을 둘러싼 융합적인 사고능력과 실천의지가 특별히 강조되는 대학생 집단에 있어 자기와 타인 간의 관계 정립 속에서 함양하는 인성의 의미와 가치는 더욱이 중요하다고 할 수 있다.

실제로, 각 대학에서는 학생들의 인성프로그램 적용 활성화를 위해 인성 전문 교과를 교양 단위 등에서 활발히 구축하려는 노력을 보이고 있으며, 교과와 연계된 통합체제 가운데 활동 중심의 비교과 프로그램 역시 활발히 구축하려 하고 있다.⁴⁾ 이는 각 대학마다 다양한 교육 내용과 방법으로 전개되고 있지만, 공통적으로 개인의 인성이 자체적인 노력에 의해서만이 아니라 타인과의 활발한 상호작용과 공존을 통해 가능하다는 측면을 중요시함에 따라 개인의 행복감을 증진시키려는 데 목적을 둔다는 데 의미를 가진다.⁵⁾ 이에, 인성프로그램은 학생 개인의 행복감을 자신과 타인 간의 관계 정립 가운데 구체적으로 마련할 수 있는 교육 내용과 방법을 구성하는 데 중점을 두고 있으며, 대승불교에서 수행의 이상을 나타내는 말인 자리이타(自利利他)의 관점에서 구체적인 교육 내용의 기반을 마련하기 위해 다양한 이념적 사상을 수용하고 있다. 그 이념적 사상은 상대적으로 선별되어 활용될 수 있으나, 대표적으로 불교 수행에서 8가지의 올바른 길을 안내하는 지침이라 할 수 있는 팔정도(八正道)가 고려될

1) 정창우, 『인성교육의 이해와 실천』(경기: 교육과학사, 2015), 22쪽.

2) 장경화, 강경숙, 「D대학교의 교과교육 기반 인성교육 인증제 융합 운영방안」 『문화와 융합』 제41권, 제1호(서울: 한국문화융합학회, 2019), 122쪽.

3) 이한샘, 전중희, 「대학 인성교육 비교과 프로그램 운영 현황 연구」 『학습자중심교과교육학회지』 제17권, 제23호(서울: 학습자중심교과교육학회, 2017), 376쪽.

4) 손승남, 「대학 인성교육의 교수학적 고찰」 『교양교육연구』 제8권, 제2호(서울: 한국교양교육학회, 2014), 12쪽.

5) 차봉준, 「대학 인성교육의 방향 설정과 활성화를 위한 시론 : S대학 인성 교과목 개설을 중심으로」 『대동철학회지』 제72권(서울: 대동철학회, 2015), 24쪽.

수 있다.⁶⁾ 구체적으로, 팔정도는 정견(正見) · 정사유(正思惟) · 정어(正語) · 정업(正業) · 정명(正命) · 정념(正念) · 정정진(正精進) · 정정(正定)으로 구성되며, 어느 생애의 학습 대상에 관계없이 중요하게 습득되어야 할 교육 내용으로써 주요한 가치를 가진다.⁷⁾ 특별히, 융합복합적 문제해결능력이 충실히 요구되는 대학생 집단의 대상이 학교 졸업 후 사회 맞춤형 인재로 양성되는 데 있어 직무적인 차원에서나 창의 협업적인 차원 등에서 필수적으로 갖추어야 할 역량 그 자체로 귀결된다고 할 수 있다.⁸⁾ 이를 놓고, 인성프로그램은 팔정도의 내용 의미와 구성요소 간 융합 활용을 통하여 기계적이거나 학습 이론 위주의 전공 차원에서 직무 및 기타 창의 협업역량을 함양하는 기반을 지양하고, 친사회적이고 배려적인 인간관계의 맥락 안에서 자연스럽게 직무 및 기타 창의 협업역량을 함양할 수 있는 기반과 가능성을 확보하는 데 가치를 가진다. 따라서 팔정도를 학습할 수 있는 수단은 다양한 영역과 주제에 의해서 상대적으로 융합될 수 있는 부분이지만, 인성프로그램의 차원에서도 그 비중이 크다고 할 수 있다.

이와 같이, 팔정도를 기반으로 한 인성프로그램이 표면적인 차원에서 중요성이 이해되는 상황임에도 불구하고 이와 관련된 선행연구의 동향은 아주 미흡한 것으로 나타난다.⁹⁾ 대개 유아교육의 차원에서 팔정도에 담긴 교육학적 함의가 문헌적으로 탐색된 연구 동향이 많으며, 유아의 도덕성 함양이나 일반적인 도덕교육을 위해 팔정도의 내용 기반이 활용된 사례를 주로 다루고 있다. 한편, 일부 선행 연구문헌¹⁰⁾에 의해 팔정도 지향 명상활동이라는 인성프로그램의 사례가 다루어지고 있으나, 유아의 학습 내용과 인지체계 속에서 팔정도적 행동을 집중적으로 생각하도록 하는 10차시의 명상활동을 적용하고 있어 대학생 등을 비롯한 일반인에게 보편적으로 적용되기 어려운 제한점을 가진다. 종합적으로, 팔정도를 기반으로 한 인성프로그램의 내용 구성과 방법론, 적용 가치가 다양한 대상을 중심으로 활발히 개발 및 적용될 필요가 있으며, 이는 중요한 연구 과제라 할 수 있다. 특히, 학령기와 성인기에 있는 학습 대상의 일반화 효과를 밀접하게 반영하기에 수월한 대학생을 대상으로 한 팔정도와 인성프로그램 간 기능적 관계의 분석은 중요한 연구 과제가 된다.

6) 안양규, 「초기불교의 자기사랑에 관한 고찰」 『불교학보』 제76권(경북: 동국대학교 불교문화연구원, 2016), 10쪽.

7) 하수연, 정서목, 「『팔정도(八正道)』에 담긴 유아 인성교육의 방법적 함의」 『MeFOT 창의인성연구』 제1권, 제1호(서울: MeFOT 창의인성학회, 2014), 154쪽.

8) 김수아, 「불교와 인성교육 필요성과 특성, 그리고 방법 : 한국 불교의 템플스테이」 『한국교수불자연합학회지』 제19권, 제2호(서울: 한국교수불자연합학회, 2013), 130쪽.

9) 김봉제, 「영국의 인성교육 동향과 시사점」 『초등도덕교육』 제61권(서울: 한국초등도덕교육학회, 2018), 34쪽.

10) 정서목, 「팔정도 지향 명상활동이 유아의 도덕성에 미치는 효과」 『MeFOT 창의인성연구』 제3권, 제1호(서울: MeFOT 창의인성학회, 2014), 186쪽.

팔정도 이외에 다른 이념적 사상이나 원리를 기반으로 한 인성프로그램 역시 학습 대상의 자리아타 관점의 행복감에 밀접한 영향을 줄 수 있지만, 팔정도의 경우 행복감을 어떤 관점과 체계 속에서 학습 대상의 행복감에 영향을 줄 것인가를 판단하는 데 이점을 가질 수 있다. 즉, 팔정도는 종교적 이념이나 사상을 넘어서 학습 대상의 일상적인 언어와 행동, 직업, 감정 등을 직접적으로 표현하고 반성적으로 성찰할 수 있는 토대와 실천적인 방법을 안내하는 매개가 되므로 행복감의 활용 범위와 기능을 다양화할 수 있는 이점을 가진다. 그리고 팔정도의 8가지 구성요소를 융합적이고 단계 순환별로 활용할 경우 학습 대상의 행복감이 어느 한 순간에 일회적으로 형성되는 것이 아니라 지속적인 노력과 성찰에 의해 가능하다는 타당성을 제고해 주는 이점 역시 고려해 볼 수 있다. 나아가, 팔정도의 8가지 구성요소별로 개인마다 갖는 행복감의 정도나 유형이 어떻게 차이가 나는지를 파악할 수 있는 계기가 되어 개별화 차원에서 학습 대상이 팔정도를 활용할 수 있는 토대 역시 마련할 수 있다. 인성프로그램을 통한 학습 대상의 행복감은 단순한 삶의 만족이나 긍정적 및 부정적 정서로써가 아니라 어떤 관점과 맥락(예: 언어, 감정, 반성, 일상생활의 실천적 노력, 직업 등)에서 삶의 만족 등을 채울 수 있는지가 밝혀질 때 타당화 될 수 있다. 이런 측면에서, 팔정도를 기반으로 한 인성프로그램이 학습 대상의 행복감 형성에 어떤 기능을 반영할 수 있는지가 밝혀질 필요가 있다.

이상에서 전술한 바를 중심으로, 본 연구는 팔정도를 기반으로 한 인성프로그램이 대학생의 행복감에 미치는 효과를 알아보는 데 목적을 두었다. 본 연구의 결과와 프로그램 사례는 팔정도의 내용 의미와 구성요소가 인성 함양 프로그램의 활용 사례와 밀접한 관계가 있다는 측면을 중요하게 인식할 수 있는 계기를 일차적으로 제공할 것이다. 아울러, 팔정도의 내용 의미와 구성요소를 기반으로 한 인성프로그램의 적용 사례를 통해 학습 대상의 행복감에 상응하는 긍정적 및 부정적 감정의 하위 요소를 다양화할 수 있게 될 수 있을 것으로 여겨지며, 결과적으로 ‘팔정도’, ‘인성’, ‘행복감’의 정합성이 타당화 될 수 있는 데 본 연구가 기여할 것으로 여겨진다.

2. 연구 목적

본 연구는 D대학의 교양과목 ‘자비와 행복여행’ 교양과목 수업에서 진행한 8정도를 기반으로 한 인성프로그램이 대학생의 행복감에 미치는 효과를 검증하는 데 목적이 있다. 여기서, 대학생이 인성프로그램을 통해 형성하는 행복감의 요인으로는 ‘삶의 만족도’, ‘긍정적 감정’, ‘부정적 감정’과 같이 세 가지가 구성되었다. 그리고 8정도를 기반으로 한 인성프로그램이 대학생의 행복감에 미치는 효과를 검증하는 부

본은 프로그램의 적용 여부를 기준으로 사전-사후를 비교 분석하는 차원에서 시도되었다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 대상자 모집을 위해 K시에 소재한 D대학교 ‘자비와 행복여행’ 교양과목을 수강한 학생을 대상으로 8정도를 기반으로 한 인성프로그램을 실시하였다. 대상자는 ‘자비와 행복여행’ 교양과목을 수강한 98명에게 연구목적을 설명하고 동의를 구하였으며 프로그램은 2018년 9월 10일부터 11월 5일까지 매주 3시간씩 8회에 걸쳐 진행되었다.

‘자비와 행복여행’ 교양과목을 수강한 학생들의 일반적 특성을 알아보기 위해서 성별과 연령을 조사하였으며, 그 결과는 <표 1>과 같다. 성별에서는 남학생이 48%(47명), 여학생이 52%(51명)로 여학생 수강생이 조금 더 많은 것으로 나타났다. 연령은 20세 이하가 10.2%(10명), 21~22세, 23~24세가 각각 27.6%(27명)로 동일하게 나타났으며, 25세 이상이 34.6%(34명), 전체 학생의 평균 연령은 24.5세로 나타났다.

<표 1> ‘자비와 행복여행’ 교양과목 수강생의 일반적 특성

구분	구분	빈도(N)	백분율(%)
성별	남학생	47	48.0
	여학생	51	52.0
연령	20세 이하	10	10.2
	21세 ~ 22세	27	27.6
	23세 ~ 24세	27	27.6
	25세 이상	34	34.6
전 체		98	100.0

2. 연구도구

본 연구는 ‘자비와 행복여행’ 교양과목을 수강한 학생들을 대상으로 8정도를 기반으로

한 인성 프로그램이 행복에 미치는 효과를 알아보기 위한 연구이다. 실험집단의 사전 검사는 프로그램 시작 전에 이루어졌으며, 프로그램 종결 후 사후검사를 실시했다. 사용한 설문지는 서은국, 구재선이 개발한 단축형 행복척도(C O M O S W B)를 사용했다.¹¹⁾

연구에 사용된 도구가 특정 개념을 일관성 있고 정확하게 설명하고 있는가를 검토하기 위해 Cronbach's α 를 이용하여 신뢰도 분석을 실시하였다. 일반적으로 Cronbach's α 값이 0.6 이상이면 신뢰성이 있다고 판단할 수 있으며, 그 결과는 <표 2>와 같다.

신뢰도 분석결과를 살펴보면, 사전조사의 Cronbach's α 값은 .712~.767, 사후조사의 Cronbach's α 값은 .717~.809로 대체적으로 신뢰도가 높게 나타났으며, 이는 변수들의 각 문항 간 내적 일관성이 있음을 알 수 있다.

<표 2> 연구도구의 사전·사후 신뢰도

변수	문항번호	사전조사 Cronbach's α	사후조사 Cronbach's α
삶의 만족	1, 2, 3	.712	.809
긍정적 감정	4, 5, 6	.767	.717
부정적 감정	7, 8, 9	.714	.761

1) 삶의 만족

자신의 삶의 개인적 측면(개인적 성취, 건강, 성격 등), 관계적 측면(가족이나 주변 사람들과의 관계), 및 소속집단(직장이나 지역사회)에 대해 만족하는 정도를 묻는 3개의 문항으로 구성하였다. 응답은 각 문항이 자신과 일치하는 정도를 7점 Likert 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 7: 매우 그렇다)로 측정하는 방식이었다.

2) 긍정적 정서

지난 한 달 동안 경험한 긍정적인 감정에 대해 묻는 문항으로 지난 한달 동안 무엇을 하고 지냈는지, 어떤 긍정적인 경험을 했는지를 생각하고 '즐거움', '행복한', '편안한'이라는 3개의 긍정적인 정서 어휘를 제시하고 해당 감정을 얼마나 자주 느꼈는지의 정도를 7점 Likert척도(1: 전혀 느끼지 않았다, 7: 항상 느꼈다)로 측정하였다.

11) 서은국, 구재선, 「단축형 행복 척도(COMOSWB) 개발 및 타당화」 『한국심리학회지: 사회 및 성격』 제25권, 제1호(서울: 한국심리학회, 2011), 96쪽.

3) 부정적 정서

지난 한 달 동안 경험한 부정적인 감정에 대해 묻는 문항으로 지난 한달 동안 무엇을 하고 지냈는지, 어떤 부정적인 경험을 했는지를 생각하고 ‘짜증나는’, ‘부정적인’, ‘무기력한’이라는 3개의 부정적인 정서어휘를 제시하고 해당 감정을 얼마나 자주 느꼈는지의 정도를 7점 Likert 척도(1: 전혀 느끼지 않았다, 7: 항상 느꼈다)로 측정하였다.

4) 8정도를 기반으로 한 인성프로그램

〈표 3〉 8정도를 기반으로 한 인성프로그램의 구성

회기	제목	세부내용	목표
1	바른 견해	• 오리엔테이션 • 단축형 행복척도 사전검사 • 바른 견해 이론 및 실습 • 명상실습	• 있는 그대로 알아차림 • 삼법인 / 사성제 이해
2	바른 사유	• 바른 사유 이론 및 실습 • 명상실습	• 망상 버리고 사유
3	바른 언어	• 바른 언어 이론 및 실습 • 명상실습	• 언어습관 관찰
4	바른 행위	• 바른 행위 이론 및 실습 • 명상실습	• 행위습관 관찰 • 나만의 경험이력서
5	바른 생계	• 바른 생계 이론 및 실습 • 명상실습	• 올바른 직업에 대한 이해
6	바른 노력	• 바른 노력 이론 및 실습 • 명상실습	• 선함을 계발하고 악함을 제거
7	바른 알아차림	• 바른 알아차림 이론 및 실습 • 명상실습	• 알아차림에 대한 이해 • 우리의 몸과 마음을 지금·여기로
8	바른 집중	• 바른 집중 이론 및 실습 • 명상실습	• 바른 집중에 대한 이해 • 사무량심에 대한 이해

4. 자료수집 방법

본 연구의 자료 수집 기간은 2018년 9월 10일부터 11월 5일까지 8주 동안 실시하였다. 자료수집절차는 ‘자비와 행복여행’ 교양과목 수강생의 협조를 통해, 본 연구자가 연구 참여를 공지한 후 수강생들에게 조사된 자료를 익명으로 사용하고 연구 이외의

목적으로 사용하지 않을 것 등의 정보를 제공하고 자발적인 서면 동의를 받았다. 실험 집단의 사전조사는 프로그램 실시 전에 대상자의 일반적 특성과 행복감에 관한 구조화된 설문지를 이용하여 조사하였다. 그리고 8정도를 기반으로 한 인성 프로그램을 제공하고 8회기를 마치고 동일한 설문지를 가지고 사후조사를 실시하였다.

5. 자료 분석 방법

본 연구에서 수집된 자료의 분석은 SPSS 21.0을 활용하여 다음과 같이 분석하였다.

첫째, 측정도구의 신뢰성 검증을 위해 신뢰도 분석을 실시하였다.

둘째, ‘자비와 행복여행’ 교양과목을 수강한 학생들의 일반적 특성은 빈도분석으로, 행복척도의 각 문항별 행복 수준은 기술통계로 분석하였다.

셋째, ‘자비와 행복여행’ 교양과목 수업에서 진행한 8정도를 기반으로 한 인성프로그램 실습 전·후 학생들의 삶의 만족, 긍정적 감정, 부정적 감정에 미치는 효과는 대응표본 t검정(paired t-test)으로 분석하였다.

III. 연구 결과

본 연구에서 다루는 주요 변수는 행복척도로써 그에 따른 하위요인은 삶의 만족 3문항, 긍정적 감정 3문항, 부정적 감정 3문항으로 구성되어 있으며, 모두 7점 리커트 척도로 측정되었다. 각 문항에 대한 기술통계는 8정도를 기반으로 한 인성프로그램 실습 전·후 행복 수준 정도를 알 수 있으며, 그 결과는 <표 4>와 같다.

삶의 만족과 긍정적 감정 관련 문항은 점수가 높을수록 행복 수준이 높으며, 부정적 감정 관련 문항은 점수가 낮을수록 행복 수준이 높다는 것을 의미한다.

이에 대한 행복 수준 정도를 알아보기 위해 기술통계를 살펴본 결과, 8정도를 기반으로 한 인성프로그램 실습 전 학생들의 행복 수준 정도는 삶의 만족 중 ‘관계적 만족’ 문항이 5.01점, 긍정적 감정 중 ‘즐거움’ 문항이 4.9점, 부정적 감정 중 ‘무기력함’ 문항이 4.12점으로 각각 가장 높게 나타났다.

〈표 4〉 사전-사후 행복 수준 결과

(N=98)

변수	문항	프로그램 전				프로그램 후			
		최소값	최대값	평균	표준편차	최소값	최대값	평균	표준편차
삶의 만족	개인적 만족	1	7	4.35	1.32	2	7	5.22	.94
	관계적 만족	1	7	5.01	1.22	2	7	5.60	1.08
	소속집단 만족	1	7	4.26	1.33	1	7	5.22	1.30
긍정적 감정	즐거움	1	7	4.90	1.17	2	7	5.59	.98
	행복한	1	7	4.67	1.28	2	7	5.66	1.00
	편안한	1	7	4.65	1.46	2	7	5.36	1.15
부정적 감정	짜증나는	1	7	3.87	1.32	1	6	3.21	1.19
	부정적인	1	7	3.47	1.59	1	6	2.85	1.36
	무기력한	1	7	4.12	1.88	1	7	3.22	1.61

변수별 평균점수대를 살펴보면, 삶의 만족과 긍정적 감정 문항들의 평균점수는 4.35점~5.01점으로 행복 수준이 보통정도임을 알 수 있다. 부정적 감정 문항들 또한 평균점수가 3.47점~4.12점으로 보통보다 조금 낮은 수준으로 부정적 정서가 그다지 높지 않음을 알 수 있다.

8정도를 기반으로 한 인성프로그램 실습 후 학생들의 행복 수준 정도는 삶의 만족 중 ‘관계적 만족’ 문항이 5.60점, 긍정적 감정 중 ‘행복한’ 문항이 5.66점, 부정적 감정 중 ‘무기력한’ 문항이 3.22점으로 각각 가장 높게 나타났다.

변수별 평균점수대를 살펴보면, 삶의 만족과 긍정적 감정 문항들의 평균점수는 5.22점~5.66점으로 행복 수준이 8정도를 기반으로 한 인성프로그램 실습 전보다 행복 수준 정도가 상승되었음을 알 수 있다. 부정적 감정 문항들의 평균점수는 2.85점~3.22점으로 프로그램 실습 후 부정적 정서가 다소 감소되었음을 알 수 있다. 따라서 삶의 만족, 긍정적 감정, 부정적 감정은 8정도를 기반으로 한 인성프로그램을 통해 전체적으로 행복 수준이 높아졌다고 볼 수 있다.

다음으로, 8정도를 기반으로 한 인성프로그램이 수강생들의 삶의 만족, 긍정적 감정, 부정적 감정, 행복감에 영향을 미치는지를 알아보기 위해 사전검사와 사후검사의 평균 차이를 검증하는 대응표본 t-test를 실시하였으며, 그 결과는 〈표 5〉와 같다.

〈표 5〉 사전-사후 행복 수준의 평균 차이 결과

(N=98)

변수	수강 전		수강 후		점수변화	t
	M	SD	M	SD		
삶의 만족(a)	4.54	1.03	5.35	.95	+0.81	-10.507***
긍정적 감정(b)	4.74	1.08	5.54	.84	+0.80	-7.106***
부정적 감정(c)	3.82	1.29	3.10	1.15	-0.72	5.824***
행복감(a+b-c)	5.46	2.82	7.79	2.41	+2.33	-9.248***

*** $p < .001$

구체적으로 살펴보면, 삶의 만족의 평균은 수강 전 4.54점, 수강 후 5.35점, 긍정적 감정의 평균은 수강 전 4.74점, 수강 후 5.54점으로 각각 0.81점과 0.80점이 높아졌다. 이는 삶의 만족($t=-10.507$)과 긍정적 감정($t=-7.106$)이 $p<.001$ 에서 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 부정적 감정의 평균은 수강 전 3.82점, 수강 후 3.10점으로 0.72점이 낮아졌으며, $p<.001$ 에서 $t=5.824$ 로 나타나 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다.

전체적인 행복 수준을 나타내는 행복감의 평균은 수강 전 5.46점, 수강 후 7.79점으로 2.33점이 높아졌으며, $p<.001$ 에서 $t=-9.248$ 로 나타나 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다.

따라서 8정도를 기반으로 한 인성프로그램을 통해 학생들의 삶의 만족, 긍정적 감정은 더욱 긍정적으로 변화되었고, 부정적 감정은 다소 감소되었으며, 이에 따른 학생들이 느끼는 전반적인 행복감은 증가되었음을 알 수 있다. 이는 8정도를 기반으로 한 인성프로그램이 학생들의 행복 정서에 긍정적인 영향을 미친다는 것을 본 연구를 통해 확인할 수 있었다.

IV. 논의 및 제언

본 연구의 결과를 기반으로 8정도를 기반으로 한 인성프로그램과 대학생들의 행복감 간의 정합성을 논의하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 8정도를 기반으로 한 인성프로그램은 대학생들의 삶의 만족도 변화에 효과적인 것으로 나타났다. 이런 결과는 8정도의 내용 기반과 삶의 만족도 변화 측정에 활용한 문항 내용 간의 정합성이 크게 보장된다는 측면으로 이해해 볼 수 있으

며, 도덕적인 자기성찰(moral self-reflection)의 내용과 방법에 주요 가치를 두는 8정도가 개인의 자기관리를 통한 만족감, 대인관계 등에 밀접한 관련성을 갖는다는 결론을 지을 수 있다. 흔히, 개인이 조망하고 만족하는 삶은 개별적인 선호나 성취 대상에 의해 결정되는 것으로 인식되고 있으나, 인성교육의 관점에서 개별적인 선호 여부에 크게 의미를 두지 않으면서 개인이 자신을 윤리적인 의식과 행동 실천으로 점진 및 발달시켜 나가는 과정에 기인한다는 측면을 본 연구의 결과는 지지하고 있다.¹²⁾ 그리고 본 연구에서 적용된 인성프로그램이 대학생들의 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 준 측면은 개인 자체의 삶에 대한 만족 차원 뿐 아니라 삶의 만족이 근원적으로 개인 당사자와 타인 간의 관계 정립 부분에 주요 기반을 두고 있다는 입장 역시 지지해 주고 있다.¹³⁾ 실제로, 본 연구에 참여한 대학생들은 인성프로그램을 통해 대인관계를 기반으로 삶의 만족을 높이 반응하였기 때문이다. 인성의 의미와 가치가 개인의 범주를 넘어서 ‘나와 너’의 관계 맺기에 초점을 두고 있다는 차원을 강조하는 관점을 본 연구 역시 단적으로 확인시켜 주고 있으며, 결국 8정도와 인성프로그램 간의 정합성이 대학생들의 공동체 역량 향상에 기여하는 데 주요 가치가 있다는 측면 역시 상기해 주고 있다. 종합컨대, 본 연구를 기점으로 하여 8정도를 기반으로 한 인성프로그램이 개인의 삶의 만족에 미치는 표면적인 효과 뿐 아니라 8정도에 수반되는 하위 구성요소들(예: 바른 견해 등)이 인성의 관점에서 개인과 타인의 공동체적 의식 가운데 삶의 변화에 미치는 가치와 효과 사례가 다각적으로 마련되는 후속연구가 활성화되어야 할 것으로 사료된다.

둘째, 본 연구에서 8정도를 기반으로 한 인성프로그램은 대학생들의 긍정적 정서에 효과적인 것으로 나타났다. 본 연구에서 대학생들에게 조망된 긍정적 정서는 단편적이거나 일반적인 수준에서 좋은 감정이나 이미지를 연상하는 정도로 적용되기보다는 개별적인 선행경험을 통한 감정 연상을 촉진하였기 때문에 8정도를 기반으로 한 인성프로그램과의 기능적 관계 및 정합성은 질 높게 담보된다고 할 수 있다. 그리고 본 연구에서 대학생들이 8정도를 기반으로 한 인성프로그램을 통해 긍정적 정서를 높이 함양한 부분은 앞서 논한 삶의 만족도와 일관적인 결과로 나타나 그 신뢰도가 더욱 높은 것으로 인정되며, 긍정적 정서에 구성된 세 가지 하위 요소(예: ‘즐거움’, ‘행복한’, ‘편안한’) 간의 결과 역시 상호 균형적인 일관성이 담보되어 타당성이 높은 것으로 나타난다. 본 연구의 결과는 도덕적 자기성찰과 마음공부, 도덕적 행동 실천에 주요 기반

12) 김영준, 강경숙, 「대학 인성교육 교과-비교과 간 융합체계 개발 기초연구」 『한국융합학회논문지』 제9권, 제11호(충남: 한국융합학회, 2018), 194쪽 ; 김영준, 강경숙, 「대학 차원 인성교육의 내용체계 개발」 『문화와 융합』 제40권, 제4호(경기: 한국문화융합학회, 2018), 118쪽 ; 황종환, 「행복한 삶과 인성교육 - 절대무(絶對無)와 『죽음에 이르는 병』을 중심으로 -」 『윤리교육연구』 제51권(서울: 한국윤리교육학회, 2019), 552쪽.

13) 서기자, 「인문 독서 교육을 통한 인성교육 연구」 『어문연구』 제97권(서울: 어문연구학회, 2018), 226쪽.

을 둔 8정도가 개인 주체에게 긍정적 정서에 대한 공감을 부여한다는 측면을 지지해 주며, 결국 개인의 행복 등을 통한 긍정적 정서가 물질적이거나 개별 선호 대상에 의해 주로 결정된다는 부분을 지양시켜 주는 결론을 정립시켜 준다고 볼 수 있다.¹⁴⁾ 즉, 개인의 마음과 가치관을 올바르게 정립하는 노력과 사유를 통해 일회적인 흥미 기반의 감정보다는 장기적으로 축적 유지 가능한 긍정심을 유발할 수 있다는 측면을 본 연구는 주의시켜 주고 있는 것이다.¹⁵⁾ 이와 같이, 본 연구는 8정도를 기반으로 한 인성프로그램을 통하여 대학생들의 긍정적 정서 형성에 기여한 부분은 고무적이라 할 수 있으나, 결과 사례에 대한 성과를 보다 타당하게 관리하는 차원에서 보면 제한점을 가지고 있다. 다시 말해, 8정도의 각 구성요소와 긍정적 정서 간의 상관관계를 세부적으로 비교 분석해 보는 절차나 긍정적 정서에 수반되는 하위요소를 보다 다양화하여 8정도를 기반으로 한 인성프로그램의 가치 판단을 더욱 강조하지 못한 제한점을 가진다. 또한, 긍정적 정서의 형성을 과정 지향적 차원에서 변화의 흐름으로 분석하는 절차 역시 수반되지 못해 8정도를 기반으로 한 인성프로그램의 가치 판단과 개인의 긍정적 정서 형성 간의 정합성에 대한 질을 크게 높이지 못한 제한점을 가진다. 따라서 후속적으로, 8정도를 기반으로 한 인성프로그램과 개인의 긍정적 정서 함양 간의 상생 각도를 다양하게 비교 분석해 볼 수 있는 후속연구가 활발히 전개되어야 할 것으로 보인다.

셋째, 본 연구에서 적용된 8정도를 기반으로 한 인성프로그램은 대학생들의 부정적 정서 감소에 효과적인 것으로 나타났다. 먼저, 이런 결과는 앞서 논한 ‘삶의 만족도’와 ‘긍정적 정서’ 부분과 상호 일관적인 흐름을 유지하는 것으로 나타나 그 타당성이 높다고 할 수 있다. 다음으로, 본 연구의 결과는 올바른 실생활을 거듭 수행하는 8정도의 지침이 감정의 기복이 늘 지속되면서 수반될 수밖에 없는 부정적인 정서를 크게 소거시켜 준다는 가능성을 단적으로 시사해 준다.¹⁶⁾ 그리고 무엇보다도 본 연구에서 적용된 8정도를 기반으로 한 인성프로그램은 인성의 행동적 실천이 개인의 노력과 타인의 협업 및 모방 효과(modeling effect)에 주요 가치를 두고 있기 때문에 대학생을 비롯한 개인의 부정적 정서 감소가 타인의 가치관 및 행동과 상호작용하는 가운데 실현된다는 측면을 지지해 준다.¹⁷⁾ 본 연구는 무엇보다도 올바른 식견과 행동에 대한 여러 소재를 다루는 8정도의

14) 장승희, 「품격 있는 사회를 위한 유교의 인성교육 담론」 『동양철학연구』 제62권(서울: 동양철학연구회, 2010), 302쪽.

15) 도승이, 「사회정서학습 측면에서 인성교육과 인성의 측정」 『교육심리연구』 제29권, 제4호(서울: 한국교육심리학회, 2015), 720쪽.

16) 김영준, 강경숙, 「대학 인성교육 활성화를 위한 교육과정 개선 기반 구축방안」 『교사교육연구』 제57권, 제3호(부산: 부산대학교 과학교육연구소, 2018), 412쪽 ; 김영준, 강경숙, 「온라인 수업 기반 공동교양 교육과정 인성교육 교과목 내용체계 개발 및 운영방안 모색: D대학교를 중심으로」 『인문사회 21』 제9권, 제5호(광주: 사단법인 아시아문화학술원, 2018), 114쪽.

17) 김영래, 「역량 중심 인성교육으로서의 사회정서학습(SEL)」 『교육의 이론과 실천』 제22권, 제2호(서울:

내용 기반을 통해 개인의 자존감과 효능감이 증진된다는 측면을 확인함에 따라 놀이나 게임, 흥미 위주의 인성프로그램과 부정적 정서 간의 정합성을 다룬 선행 연구문헌과는 다소 변별점을 갖는다고도 볼 수 있다.¹⁸⁾ 단, 본 연구는 앞서 긍정적 정서의 부분에서 논한 바와 같이 적용된 인성프로그램이 대학생들의 부정적 정서 소거에 어떤 과정의 흐름으로 실효적인 가치를 가졌는지를 명확히 밝혀내지 못한 데 제한점을 가질 수 있으며, 부정적 정서 측정에 수반된 세부적인 구성요소가 체계화되어 반영되지 못한 데 역시 제한점을 가진다고 본다. 덧붙여, 본 연구에서 적용된 8정도 기반의 인성프로그램이 대학생을 비롯한 개인의 삶의 윤리적 수행에 대한 동기를 실제적으로 부여하는 가치를 가졌음에도 불구하고 이와 관련된 의견이나 응답 패턴을 세부적으로 밝혀내지 못한 데 많은 제한점을 간과할 수 없다고 생각된다. 따라서 후속적으로, 본 연구의 결과 사례를 기점으로 하여 8정도를 기반으로 한 인성프로그램과 개인의 부정적 정서 소거 간의 상생 각도를 다양하게 밝혀내는 연구와 실천 작업이 활발히 전개되어야 할 것으로 보인다.

본 연구는 양적 연구의 관점에서 대학생의 인성 함양에 대한 8정도 내용 기반의 가치를 판단하였으나, 이와 융합하여 후속적으로는 질적 사례 연구를 수반하는 노력 역시 이루어질 기대하는 바이다.

V. 결론

본 연구는 8정도(八正道)를 기반으로 한 인성프로그램을 대학생에게 적용하여 삶의 만족과 긍정적 감정 및 부정적 감정에 미치는 효과를 검증하기 위해 실시되었다. 본 연구의 결과에 기반하여 얻은 결론은 다음과 같이 세 가지로 세분화하여 제시될 수 있다.

첫째, 8정도(八正道)를 기반으로 한 인성프로그램은 대학생의 삶의 만족도 향상에 효과적이라고 할 수 있다.

둘째, 8정도(八正道)를 기반으로 한 인성프로그램은 대학생의 긍정적 감정 증가에 효과적이라고 할 수 있다.

셋째, 8정도(八正道)를 기반으로 한 인성프로그램은 대학생의 부정적 감정 감소에 효과적이라고 할 수 있다.

이상의 결론을 통해, 본 연구는 ‘8정도(八正道)’와 ‘인성교육’ 간의 내용상 정합성이 타당

한독교육학회, 2017), 32쪽.

18) 박은희, 하주현, 「대학생들의 음악적 흥미에 따른 공감과 창의적 인성의 차이」, 『교양교육연구』, 제11권, 제2호(서울: 한국교양교육학회, 2017), 450쪽.

하게 담보될 수 있다는 측면을 일정 부분 결론지을 수 있었으며, 본 연구의 결론과 유사한 후속연구가 더욱 활발히 전개됨에 따라 이런 결론이 더욱 지지될 수 있을 것으로 여겨진다. 좀 더 세부적으로, 본 연구는 연구 결과에 근거하여 ‘8정도(팔정도)’의 내용 기반 자체적으로 대학생이 증가 및 감소시킨 실존적 행동 영역이라 할 수 있는 삶의 만족과 긍정적 감정 및 부정적 감정과 관련된 의미를 암묵적으로든 표면적으로 내포하고 있기 때문에 인성교육의 관점과 정합될 수 있는 맥락이 크게 담보될 수 있다는 결론을 지을 수 있었다.

참고문헌

- 김봉제, 「영국의 인성교육 동향과 시사점」 『초등도덕교육』 제61권(서울: 한국초등도덕교육학회, 2018)
- 김수아, 「불교와 인성교육 필요성과 특성, 그리고 방법 : 한국 불교의 템플스테이」 『한국교수불자연합학회지』 제19권, 제2호(서울: 한국교수불자연합학회, 2013)
- 김영래, 「역량 중심 인성교육으로서의 사회정서학습(SEL)」 『교육의 이론과 실천』 제22권, 제2호(서울: 한국교육학회, 2017)
- 김영준, 강경숙, 「대학 인성교육 교과-비교과 간 융합체계 개발 기초연구」 『한국융합학회논문지』 제9권, 제11호(충남: 한국융합학회, 2018)
- 김영준, 강경숙, 「대학 차원 인성교육의 내용체계 개발」 『문화와 융합』 제40권, 제4호(경기: 한국문화융합학회, 2018)
- 김영준, 강경숙, 「대학 인성교육 활성화를 위한 교육과정 개선 기반 구축방안」 『교사교육연구』 제57권, 제3호(부산: 부산대학교 과학교육연구소, 2018)
- 김영준, 강경숙, 「온라인 수업 기반 공통교양 교육과정 인성교육 교과목 내용체계 개발 및 운영방안 모색: D대학교를 중심으로」 『인문사회 21』 제9권, 제5호(광주: 사단법인 아시아문화학술원, 2018)
- 도승이, 「사회정서학습 측면에서 인성교육과 인성의 측정」 『교육심리연구』 제29권, 제4호(서울: 한국교육심리학회, 2015)
- 박은희, 하주현, 「대학생들의 음악적 흥미에 따른 공감과 창의적 인성의 차이」 『교양교육연구』 제11권, 제2호(서울: 한국교양교육학회, 2017)
- 서기자, 「인문 독서 교육을 통한 인성교육 연구」 『어문연구』 제97권(서울: 어문연구학회, 2018)
- 서은국, 구재선, 「단축형 행복 척도(COMOSWB) 개발 및 타당화」 『한국심리학회지:

- 사회 및 성격』 제25권, 제1호(서울: 한국심리학회, 2011)
- 손승남, 「대학 인성교육의 교수학적 고찰」 『교양교육연구』 제8권, 제2호(서울: 한국교양교육학회, 2014)
- 안양규, 「초기불교의 자기사랑에 관한 고찰」 『불교학보』 제76권(경북: 동국대학교 불교문화연구원, 2016)
- 이한샘, 전종희, 「대학 인성교육 비교과 프로그램 운영 현황 연구」 『학습자중심교과교육학회지』 제17권, 제23호(서울: 학습자중심교과교육학회, 2017)
- 장경화, 강경숙, 「D대학교의 교과교육 기반 인성교육 인증제 융합 운영방안」 『문화와 융합』 제41권, 제1호(서울: 한국문화융합학회, 2019)
- 장승희, 「품격 있는 사회를 위한 유교의 인성교육 담론」 『동양철학연구』 제62권(서울: 동양철학연구회, 2010)
- 정서목, 「팔정도 지향 명상활동이 유아의 도덕성에 미치는 효과」 『MeFOT 창의인성연구』 제3권, 제1호(서울: MeFOT 창의인성학회, 2014)
- 정창우, 『인성교육의 이해와 실천』, 경기: 교육과학사, 2015.
- 차봉준, 「대학 인성교육의 방향 설정과 활성화를 위한 시론 : S대학 인성 교과목 개설을 중심으로」 『대동철학회지』 제72권(서울: 대동철학회, 2015)
- 하수연, 정서목, 「『팔정도(八正道)』에 담긴 유아 인성교육의 방법적 함의」 『MeFOT 창의인성연구』 제1권, 제1호(서울: MeFOT 창의인성학회, 2014)
- 황종환, 「행복한 삶과 인성교육 - 절대무(絕對無)와 『죽음에 이르는 병』을 중심으로-」 『윤리교육연구』 제51권(서울: 한국윤리교육학회, 2019)

원고접수일: 2019년 6월 27일 심사일: 2019년 7월 7일 게재확정일: 2019년 7월 20일

연구자 소개: 장경화

- ① 전공: 인성교육 / 소속과 직위: 동국대학교(경주) 파라미타칼리지 교수
- ② 관심영역: 인성교육
- ③ 주요논저: 「D대학교의 교과교육 기반 「인성교육 인증제」 운영 방안」 외 다수
- ④ E-mail: everviriya@hanmail.net

연구자 소개: 김영준

- ① 전공: 인성교육 / 소속과 직위: 동국대학교(경주) 사범교육대학 교직부 강사
 - ② 관심영역: 인성교육
 - ③ 주요논저: 「대학 인성교육 교과-비교과 융합체계 개발 기초연구」 외 다수
 - ④ E-mail: helperman20@hanmail.net
-

Abstract

The Effect Character Program Based on
『Noble Eight-Fold Path(八正道)』 for the Happiness of College Students

Chang, Kyunghwa · Kim, Youngjun
Dongguk University(gyeongju)

The purpose of this study was to investigate the effect of toughness program based on 『Noble Eight-Fold Path(八正道)』 on the happiness of college students. The significance of enhancing the happiness of college students by providing the content of the character program as the main value of moral self-reflection and behavior practice of human beings, and the meaning of happiness of human being including college students, it is also meaningful to actually emphasize the realization of the realization in the world. To do this, the research subjects were students who took liberal arts courses of ‘Mercy and Happiness Travel’ at D University in K city. The study method was based on the quantitative statistical method of pre-test and post-test based on whether the program was applied to the subject and standardized happiness scale was used. As a result of the study, it was found that the subjects were effectively affected by life satisfaction, positive emotional increase, and negative emotional reduction through the tactile program based on 『Noble Eight-Fold Path(八正道)』. Overall, we discussed the prerequisites that can be considered functionally in terms of consistency between humanity programs based on 『Noble Eight-Fold Path(八正道)』 and human happiness.

Key words: 『Noble Eight-Fold Path(八正道)』, character program, college student, happiness