



사회정서학습의 의미

OECD는 사회정서학습(SEL)을 학교, 가정, 지역사회에서 '사회 정서적 기술'을 체계적으로 길러 가는 교육 및 학습 과정으로 설명하고 있다. 여기에서 사회 정서적 기술이란 **학업 성취를 넘어 정신 건강과 삶의 질, 사회·경제적 성과에까지 영향을 미치며 인지적 능력과 함께 학생들의 성공을 이끄는 핵심 역량**을 의미한다. 학생의 성공적인 삶을 위한 사회 정서 기술의 중요성을 인식한 OECD는 2019년부터 사회정서기술 조사(SSES)를 실시하여, 각국의 학생들의 사회 정서 역량 수준과 교육 및 환경의 영향을 파악하고자 노력하고 있다.

(출처: OECD, Social and emotional skills)

OECD의 사회 정서 세부 기술

	내 용
호기심	아이디어에 대한 관심과 학습에 대한 열정, 이해와 지적 탐구 능력
관용	다양한 관점을 수용하며, 다양성을 존중하고, 다른 문화에 감사하는 태도
창의성	탐구, 실패로부터의 학습, 통찰력을 통해 새로운 방법이나 관점을 창출하는 능력
책임감	시간 약속 및 약속에 대한 신뢰성
자기통제	갑작스러운 충동을 억제하며, 현재 과제에 집중하여 개인적 목표를 달성하는 능력
지속성	임무와 활동을 완료할 때까지 끈기 있게 계속하는 능력
사회성	타인에게 다가가며, 사회적 관계를 시작하고 유지할 수 있는 능력
주도성	의견, 필요, 감정을 자신있게 표현하고 사회적 영향력을 행사할 수 있는 능력
에너지	일생 생활에서의 삶에 대한 에너지, 열정, 그리고 자발성
스트레스 저항력	효과적 불안 조절과 스트레스 관리를 통한 문제 해결 능력
긍정성	자신과 삶에 대한 긍정적인 기대감
감정 조절	좌절 상황에서 분노, 신경질 등을 조절하는 능력
공감	타인에 대한 이해와 배려, 관계에 가치를 두고 관리하는 능력
신뢰	선의에 대한 믿음과 용서하는 태도기술
협력	조화와 상호 연결성에 대한 신뢰
동기부여	스스로에게 높은 기준을 설정하고 성취를 위해 노력하는 능력
자기효능감	스스로의 능력으로 과제를 수행하고 목표를 달성할 수 있다는 믿음

경북형 사회정서 교육이란?

학생이 감정과 관계를 이해하며, 필수형(6차시)과 선택형(연간 프로그램)으로 깊이 있는 사회정서역량 강화 교육. 학교와 가정, 지역이 함께 학생들의 마음 건강과 사회 정서 역량을 균형 있게 키우는 프로그램

기본 방향	'마음성장' 중심, 체험·성장 지향
지역성 반영	경북형 '마음성장' 인성교과서 활용, 전문가 참여 프로그램, 하하하 챌린지
운영 방식	연간 프로그램(자율운영 + 필수과정 병행)
지원 체계	현장지원단, 찾아가는 마음성장 교사단, 생명사랑센터 정신건강전문가 지원

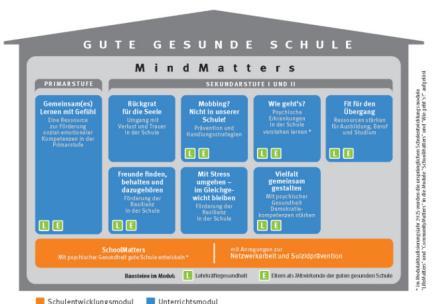


▶ 독일의 사회 정서 학습(Sozial-emotionales Lernen, SEL)

- 학생들에게 자신과 타인의 감정을 이해하고 활용하는데 필요한 지식과 기술을 제공, 자기 자신과 타인 및 타인과 긍정적인 관계를 구축, 새로운 아이디어와 해결책을 개발
- 독일의 현재 상황과 제(디지털화, 이민자통합)는 사회정서 교육의 필요성을 강조
- 사회 정서 학습의 예방적·통합적 접근 방식, 학교·가정·지자체 협력 요구됨

▶ 독일의 대표적인 사회 정서 학습(SEL) 프로그램

마인드 매터스(Mind Matters)



- 대상: 모든 학교 유형의 1학년~13학년 학생
- 유형: 학교 개발 모듈, 과목별 수업에 활용할 수 있는 8개의 교육 모듈
- 역할: 학교가 학생과 교사의 웰빙과 정신 건강을 증진할 수 있게 지원

치유의 교실(Healing Classrooms)



- 국제구호위원회(International Rescue Committee)의 프로젝트
- 대상: 난민 출신 아동과 청소년
- 역할: 난민 출신 아동 및 청소년의 회복탄력성과 사회 정서 역량 강화



핀란드의 사회 정서 학습은 **교육과정, 제도적 지원, 그리고 현장의 다양한 실천 프로그램**을 통해 전 학제에 걸쳐 체계적으로 이루어지고 있다. 핀란드의 사회 정서 학습은 단순히 정서적 기술을 가르치는데 그치지 않고, 민주시민으로서의 자질과 공동체적 책임 의식을 기르는 교육으로 확장해 감으로써 결국 **사회 정서 교육**을 통한 사회 전체의 건강한 발전을 추구하고 있다.

▶ 핀란드의 대표적인 사회 정서 학습 프로그램

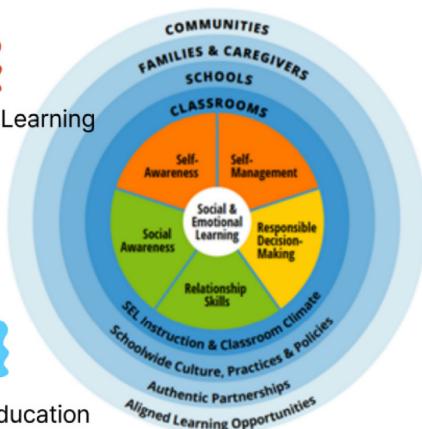
프로그램명	프로그램의 내용과 특징
키바(KiVa, 멋진 학교) 프로그램	<ul style="list-style-type: none"> 학교폭력 예방 및 사회 정서 교육 프로그램 공감, 존중, 책임과 함께 '방관자'에 대한 사회 정서 교육 강조 효과를 인정받아 핀란드 전역과 우리나라를 포함한 여러 국가에 소개됨
베르소(Verso, 새싹) 프로그램	<ul style="list-style-type: none"> 또래 갈등을 평화적으로 해결하도록 돕는 또래 중재 프로그램 고학년이 중재자가 되어 저학년 학생들의 갈등을 평화적으로 해결 사회 정서 기술을 배우며 학교 문화를 협력적이고 포용적으로 변화
루우띠(Ruuti, 활력) 프로젝트	<ul style="list-style-type: none"> 학생이 지자체에 사회 의제를 직접 제시하고 실행에 참여 학교 밖 사회에서도 사회 정서 기술을 체득



영국

SEAL (2005)

- Social and Emotional Aspects of Learning
- 자기 인식, 감정 조절, 공감, 갈등 해결 등 핵심 역량을 일곱 주제로 세분화해 교수·학습 모형과 활동을 제공



RSHE (2020)

- Relationships, Sex and Health Education
- 정신건강 및 감정 이해: 감정 인식, 불안·우울 대처, 마음챙김
- 자기 관리 및 습관 형성: 수면, 식습관, 운동, 자기 등기 부여
- 관계와 갈등 관리: 존중, 동의, 갈등 해결, 디지털 관계 기술
- 도움 요청과 의사 표현: 전문가에게 도움을 요청하는 법, 대화 기술

"SEL은 따뜻한 마음을 기우는 감성 교육이 아닙니다.
SEL은 학생이 삶을 해쳐갈 수 있는 굳음을 기워주는 실질적 학습입니다."





프랑스

▶ 학생의 정서 회복과 공동체 성장을 이끄는 핵심 교육 철학

• 교과 속에 스며드는 SEL

국어·시민교육·프로젝트 활동에 자연스럽게 녹아들어 감정 표현과 협력 역량을 키움

• 역량 중심 설계

WHO 기준 CPS를 바탕으로 자기인식·감정조절·공감·협력 능력을 단계별로 강화

• 시민성 교육과의 연계

단순한 심리 기술이 아니라 공감·책임·민주적 태도를 기르는 교육 철학임

프랑스 사회정서교육(SEL), 무엇이 다를까?



교과 통합

SEL을 수업 속에!
(국어, 시민교육,
프로젝트)



역량 중심

WHO 기준의
사회 정서 역량
기반으로 설계



시민성 연계

공감, 협력, 책임을
시민교육과 연결



SEL을 정규 교과에 통합, 교사 연수 및 교육과정 설계 차원에서 다층적 지원 시사



미국

▶ 지금 사회정서교육(SEL)인가? - CASEL의 역할과 확산

비영리 단체 CASEL(Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning)은 사회정서교육의 개념을 학문적으로 정립하고, 교육 현장에 적용 가능한 프레임 워크를 개발하며 사회정서교육 확산에 결정적인 역할을 함.

CASEL이 제시한 5가지 핵심 역량

- 자기 인식(Self-awareness)
- 사회적 인식(Social awareness)
- 책임 있는 의사결정(Responsible decision-making)
- 자기 관리(Self-management)
- 관계 기술(Relationship skills)

▶ 주(State)별 사회정서교육 정책 및 현장 실천 사례

일리노이(Illinois)주: SEL 표준의 선구자, 교실 속 구체적인 실천

- 라이온스-퀘스트(Lions-Quest)
- 세컨드 스텝(Second Step)

캘리포니아주: '원격 학습' 환경에서도 SEL을 놓치지 않다

- 라이브 온라인 자문(live online advisory) 세션

워싱턴주: '문화적 민감성'과 '형평성'을 기반으로 한 SEL

- 원주민 관습을 통합한 SEL
- 외상인식 접근법

▶ 미국 교육에서 SEL의 진화



CASEL 프레임워크

SEL의 핵심 역량 5가지

- 자기 인식, 자기 관리, 사회적 인식, 관계 기술, 책임 있는 의사결정

일리노이주

SEL 표준의 선구자

1. 라이온스-퀘스트(Lions-Quest)
2. 세컨드 스텝(Second Step)

캘리포니아주

원격 학습에서 SEL 유지

- live online advisory

워싱턴주

문화적 민감성과 형평성에 초점



캐나다

▶ 온타리오주 SEL 교육과정 & Roots of Empathy(RoE)

• SEL, 온타리오 교과 속에 자리 잡다

2019년부터 HPE(건강·신체교육) 교과에 SEL 역량 요소 통합

• Roots of Empathy

공감 능력을 길러주는 특별한 교실 손님

영유아와 보호자의 지속적 학교 현장 방문을 통한 SEL 실천

공격성 감소·친사회적 행동 증가 → 교육 효과 입증



SEL 핵심역량



RoE 활동 예시

▶ 노バス코샤의 전학교 차원 SEL & MTSS

• SEL, 교실을 넘어 학교 전체로

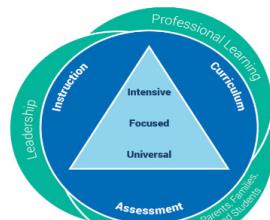
단순 교과 수업이 아닌 학교 전체가 함께하는 포괄적 교육으로 전환

• MTSS: 맞춤형 다층 지원으로 학생 정서 지원 강화

학생 개별·소그룹 교실 수준에서 전문가의 맞춤형 지원 제공

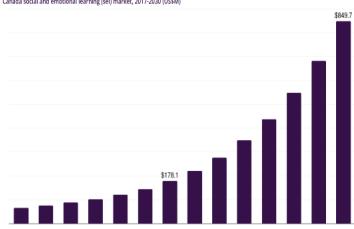
• Peer Mentorship & UpLift 프로그램

전교생, 지역사회가 함께 성장



MTSS
실현주체 및 체계

Canada social and emotional learning (sel) market, 2017-2020 (US\$M)



캐나다 SEL 시장
성장 규모 전망



호주와 뉴질랜드

▶ 호주의 사회정서학습

• 사회정서학습에 대한 국가적 관심 및 중요성 인식

- 국가 안전 학교 체제(National Safe Schools Framework, NSSF)에서 사회정서적 역량 강조

- 교육부와 각종 학회 및 단체 공동 Kids Matter 프로그램(현 Be You) 출범

• 연방 정부와 주 정부의 협력을 통한 정책 확산

- 국가 교육과정에 사회정서학습 내용 포함, 주 정부 차원의 다양한 프로그램 운영



▶ 뉴질랜드의 사회정서학습

• 국가 교육과정에 사회정서학습 역량 본격 도입

- 1996년 유아 교육과정 Te Whāriki에 '정서적 웰빙(well-being, mana atua)' 포함

- 2007년 초·중·고 교육과정에 'Key Competencies'의 형태로 사회정서학습 개념 도입

- 2015년 교육평가기관(ERO), "학교의 학습·교수·교육과정이 학생 웰빙을 향상하는데 얼마나 집중하고 있는지가 평가의 핵심 지표로 반영"

• 다문화적 배경을 고려한 사회정서 역량 교육에 주목





▶ 학생 마음 건강 현황

1. 일본의 아동 및 학생 자살률은 지속적으로 늘어나고 있는 상황이며 2024년에는 총 514명으로 집계되어 역대 최대치를 기록했다. 이러한 현실을 반영하여 2025년 6월 11일 일본 국회에서 '자살대책기본법' 일부 개정안이 제정되어 공포되었다.
2. 2022년 12월 개정된 '학생 지도 요강'에 사회 정서 학습의 개념과 접근 방식이 명시되었다. 일본의 사회 정서 학습은 학교 교육과정 내에서 다양한 형태로 운영되고 있는데 특히 교과, 비교과, 특별활동 등 모든 교육 활동에서 체계적으로 연계되어야 함을 강조하고 있다.
3. 일본의 사회 정서 학습 프로그램은 크게 다섯 가지 핵심 역량인 '자기인식', '자기관리', '사회적인식', '관계 기술', '책임감 있는 의사결정'을 중심으로 구성된다.

▶ 사회 정서 학습 수업 사례

입요 교육(立腰教育) / 야나이 시립 요다 초등학교



바른 자세를 통해 집중력을 높이고 학력을 증진하며, '세 가지 실천 (인사 먼저 하기, 큰 소리로 대답하기, 신발과 의자 정돈하기)' 등의 생활 습관 지도를 통해 규율과 타인에 대한 배려심을 기르는 활동을 한다. 이는 신체적 규율이 정신적 복지와 사회적 가치 향상에 어떻게 연결되는지를 보여주는 교육 사례이다.

서로 듣고 배우는 교실 / 야치요 시립 무츠미 중학교



신칸센 차량 청소부의 사례를 통해 '일하는 것의 존엄성과 의미'를 배우며, 직업에 대한 자부심과 사회 공헌의 가치를 탐색한다. 특히 '코(그)자' 형 책상 배치, 짹 활동 및 그룹 협동 학습 방식을 통해 서로의 의견을 경청하고 공유함으로써 학생 주도 학습과 더불어 질 높은 사회 정서 학습을 지향하고 있다.

기획 및 편집 경상북도교육청연구원 정책연구부 교육연구사 안주연 및 발간위원 8명

표지 기사 아천초등학교 교사 최희도

주소 054-840-2276

주소 경상북도 안동시 강남로 152

WEB www.gbe.kr/gber



세계의 사회 정서 학습

Social and Emotional Learning, SEL



독일의 사회 정서 학습

발간위원 : 최신영 (영주가흥초등학교 교사)

1. 독일의 정신건강 정책 추진 배경

코로나19 팬데믹은 독일 청소년의 정신건강 관리에 큰 영향을 미쳤다. 독일건강보험협회(DAK-Gesundheit, DAK)의 아동과 청소년 보고서(Kinder-und Jugendreport 2023)¹⁾에 따르면, 팬데믹 동안 불안 장애, 우울증, 섭식 장애 등 정신건강 질환을 앓는 청소년의 수가 늘었다. 특히 청소년 기 여학생이 영향을 많이 받아 이러한 질환에 대한 병원 치료가 증가했다. 보고서는 여학생이 남 학생보다 정신건강 질환을 겪을 가능성이 더 높다는 것을 보여준다. 이러한 내재화된 정신건강 질환은 누적된 심리 사회적 스트레스와 관련이 있다.

2022년 청소년 여학생의 불안 장애 입원 진료는 2019년 대비 35% 증가하여, 이 연령대 여학생 1,000명 중 6.3명이 불안 장애로 최소 한 번 이상 병원에서 진료를 받았다. 2022년 청소년 여학생의 섭식 장애 입원 치료는 2019년 대비 52% 증가하여, 이 연령대 여학생 1,000명 중 3.9명이 적어도 한 번은 섭식 장애로 병원에서 진료를 받았다. 2022년 청소년 여학생의 우울증 입원 치료는 2019년 대비 24% 증가하여, 이 연령대 여학생 1,000명 중 14.5명이 우울증으로 병원에서 한 번 이상 진료를 받았다.

정신질환의 원인은 다양하다. 코로나19 팬데믹, 기후 위기, 우크라이나 전쟁 같은 요인이 있지만, 소아과 의사 슈테판 부흐너는 소셜 미디어가 핵심 요인이라고 지적했다. “인스타그램이나 틱톡 같은 앱은 어린 나이부터 완벽한 사람들의 거짓된 역할 모델을 제시합니다. 그 결과, 특히 여학생들에게 거식증, 과식증, 폭식증과 같은 섭식 장애가 흔히 발생합니다.”

1) 2018년부터 2022년까지 DAK 보험에 가입한 786,000명의 아동 및 청소년(0세~17세) 데이터를 분석하여 2023년에 아동과 청소년 보고서(Kinder-und Jugendreport 2023)를 발표함.

또한 팬데믹 기간에 많은 아동과 청소년들이 집에 있어 미디어 소비는 늘었지만, 건강한 소통이 줄어든 게 원인의 하나라고 밝혔다.

2. 독일의 정신건강 정책 : 정신건강 코치 프로그램(Mental Health Coaches)

2023년 가을부터 독일 연방 가족·노인·여성·청소년부((Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, 이하 연방 청소년부)는 전국적으로 ‘정신건강 코치(Mental Health Coaches)’ 시범 프로그램을 도입해서 학생들의 정신건강을 강화해 왔다. 이 프로그램은 학교에 직접적으로 필요한 지원을 하여 매우 호평을 받고 있으며, 참가자의 90%가 이 프로그램이 지속되기를 희망했다.

리사 파우스 연방 청소년부 장관은 정신건강 코치 프로그램 관련해 다음과 같이 발표했다. “오늘 날 우리 학생들은 큰 어려움에 직면했다. 압박감이 커지고 정신건강이 심각하게 위협받고 있다. 정신건강 코치²⁾들은 학생들에게 지원뿐만 아니라 필요한 공간을 제공한다. 학생들의 이야기에 귀 기울이고, 지지를 보내며, 모든 것이 감당하기 어려울 때 나아갈 길을 제시한다. 학교 행정가, 후원자, 코치, 학생들 모두 이 프로그램을 매우 중요하게 생각한다. 아동과 청소년의 정신건강 증진은 우리나라의 최우선 과제가 되어야 한다.”

연방 청소년부는 아동과 청소년의 심리적 스트레스 증가로 인해 2023/24학년도 초에 ‘정신건강 코치’ 프로그램을 시작했다. 이 프로그램은 학교에서 생활 중심적이고 예방적인 프로그램으로 설계되었다. 현재 정신건강 코치들은 전국적으로 중등학교 1학년 이상 약 125개교, 약 80개 지역에 배치되어 있다. 2023/24학년도에는 1,000개 이상의 프로그램이 시행되었고, 약 4만 명의 학생들이 참여했다.

가. 정신건강 코치 프로그램 워크숍 사례 : 일상 학교생활

〈튀링엔주 노르트하우젠 지역, 월요일 아침 공립 일반 학교〉

밝은 교실에 약 15명의 학생이 둥글게 앉아 있다. 분위기는 차분하고 집중된 듯하다. 감정 카드, 색깔 펜, 스트레스 볼이 교실 가운데 놓여 있다.

“오늘은 스트레스에 관해 이야기해 볼까요? 스트레스는 어디에서 오는지, 어떻게 대처할 수 있는지에 대해 이야기해 봅시다.” 정신건강 코치가 친절하게 말한다. 어떤 학생들은 고개를 끄덕이고, 어떤 학생들은 호기심 어린 눈으로 올려다본다. 조금씩 성취에 대해 압박감, 집에서의 다툼, 때로는 외로움에 관한 이야기들이 시작된다. 이곳은 판단이나 성적 없이, 자신의 고민을 털어놓을 수 있는 공간이다.

정신건강 코치는 “학생들은 많은 시간을 고정된 수업 환경에서 보냅니다. 스트레스 관리 연습,

2) 사회 교육학, 사회복지학, 심리학 분야 전문가로 구성됨.

호흡법, 감사하는 마음을 경험하는 것이 학생들이 더욱 안정감과 자신감을 느끼는 데 도움이 됩니다.”라고 설명했다.

정신건강 코치 프로그램은 예방적 접근 방식을 토대로 모든 학생의 접근을 쉽게 한다. 특정 위험군만을 대상으로 하지 않고, 전체 학급을 대상으로 의도적으로 설계되었다. 핵심 성공 요인은 첫째, 정신건강 코치와 학생들 간의 신뢰 관계 구축이다. 둘째, 학교 내에서 다분야 전문가 협력을 통한 맞춤형 서비스 설계이다. 정신건강 코치, 교사, 학교 사회복지사 간의 긴밀한 협력이 효과적인 것으로 입증되었다.

나. 정신건강 코치 프로그램 워크숍 사례 : 무대와 균형(Bühne und Balance)

〈슐레스비히홀슈타인주 세계베르크 지역, 선택 과목 ‘디자인’을 수강하는 7학년 학생들〉

학교의 강당은 춤과 연기를 즐기는 안전한 공간일 뿐만 아니라, 자신을 표현하는 것이 무엇을 의미하는지 과감하게 탐구할 수 있는 공간이었다. 웃음과 움직임이 가득한 편안한 준비시간 후, 학생들은 무대에 올라갔다. 연극 기반 방법을 통해 학생들은 자신과 타인을 의식적으로 인식하고, 두려움을 극복하며, 타인에게 미치는 영향을 실험하는 법을 배웠다.

완벽한 연기가 아니라 진정한 표현에 초점을 맞췄다. 관심의 중심이 된다는 것은 어떤 기분일까? 용기 내어 목소리를 높이면 어떤 효과가 있을까? 참가자들은 이 모든 것을 경험할 수 있었다. 특히 한 과제는 특별한 용기를 요구했고, 하루 동안 얼마나 자신감이 컸는지 생생하게 보여주었다. 혼자 또는 팀을 이뤄 상상 속의 ‘오스카상’을 받고 즉흥적으로 수상 소감을 밝혔다.

‘무대와 균형’ 워크숍은 창의적인 표현이 정신건강, 자존감, 사회적 결속력에 얼마나 강력한 영향을 미치는지 보여주었다. 많은 청소년이 워크숍 이후 그룹 내에서 더욱 자신감 있고 개방적이며 편안함을 느꼈다고 응답하였다. 학생들은 자신의 강점과 약점을 있는 그대로 받아들이고 이것이 상호작용에 어떻게 긍정적인 영향을 미치는지 배웠다. 워크숍을 통해 많은 학생이 이 경험이 일회성으로 끝나서는 안 되고 여기에서 발견한 방법과 통찰력을 일상생활에 접목하고 싶어 했다.



[그림 1] 일상 학교생활



[그림 2] 무대와 균형

3. 독일의 사회정서학습(Sozial-emotionales Lernen, SEL)

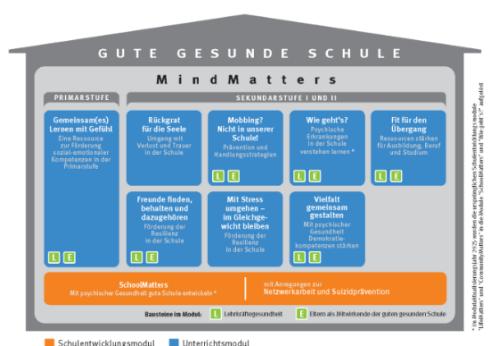
오늘날 독일 학교는 큰 어려움에 직면해 있다. 많은 학교의 분위기가 긴장되어 있고, 교사들은 높은 기대와 업무에 시달려 소진으로 이어지는 경우가 많다. 학생들은 학업적으로나 사회적으로 점점 더 커지는 압박감에 시달려 많은 학생이 불안감과 두려움을 경험하고 있다. 특히 난민 아동과 청소년들은 많은 어려움을 겪고 있다. 새로운 언어와 문화에 적응하는 동시에 난민 생활의 트라우마를 극복해야 하기 때문이다.

사회정서학습(SEL)은 학생들에게 자신과 타인의 감정을 이해하고 활용하는 데 필요한 지식과 기술을 제공하여, 자기 자신과 타인과 긍정적인 관계를 구축하고, 새로운 아이디어와 해결책을 개발할 수 있도록 도움을 준다. 2023년 베를린 자유대학교 교육심리학과 미래연구소에서 실시한 연구 '감정 역량: 학교 교육과정에서 빠진 부분은? 독일 교육 시스템에 대한 체계적 분석(Emotional competence: The missing piece in school curricula? A systematic analysis in the German education system)'에서는 독일 학교 교육과정의 약 42%에서 사회정서학습의 이점에도 불구하고 여전히 SEL을 포함하지 않음을 나타내고 있다. 또한 이 연구에서는 사회정서학습을 시행하여도, 초등학교에서 지원이 이루어지고 그 이후로 점차 감소하는 경향이 있음을 밝혔다.

독일과 같은 연방 교육 시스템에서 SEL 프로그램을 성공적으로 시행하려면 교사, 학교, 학부모 간의 교육 및 네트워킹을 위한 표준화된 모델이 필요하다. 프로그램은 지방 자치 단체 수준에서 먼저 시행된 후, 연방 주와 학교 전체로 점진적으로 확대되어야 하며, 다양한 교육 기관과 정부 기관 간의 협력이 필수적이다.

현재 독일에서 실시되고 있는 대표적인 SEL 프로그램에는 '마인드 매터스(Mind Matters)'와 '치유의 교실'이 있다.

가. 마인드 매터스(Mind Matters)



[그림 3] 마인드 매터스

마인드 매터스는 전국적으로 과학적 근거를 바탕으로 학교의 정신건강 증진을 위한 실질적인 검증을 거친 프로그램이다. 직업학교를 포함한 모든 학교 유형의 1학년 ~13학년 학생들을 대상으로 하며, 과목별 수업에 활용할 수 있는 8개의 교육 모듈과 학교 개발 모듈을 통해 학교가 학생과 교사의 웰빙과 정신건강을 증진하도록 지원한다.

<표 1> 마인드 매터스 모듈

모듈	내용
스쿨 매터스(학교 개발 모듈)	 <p>-학교를 위한 기본 모듈. 모든 학교 구성원의 정신건강 증진을 위한 가능한 구조, 전략 및 동반관계를 개발하는 데 사용할 수 있는 다양한 자료를 제공. 네트워킹 및 자살 예방을 위한 제안도 포함됨.</p>
초등학교 모듈(교육 모듈)	 <p>-감정과 함께 배우기(초등학교 사회 정서적 역량 증진을 위한 자료) -1학년~6학년을 대상으로 하며 사회 정서적 기술에 중점을 둠. 이론적 토대 외에도 교실에서 직접 활용할 수 있는 교육 자료를 제공함.</p>
중등학교 모듈(교육 모듈)	    <p>-주제에 따라 5학년~13학년을 대상으로 함. - 주제 1(친구를 사귀고 유지하는 법, 소속감, 회복탄력성 증진하기) - 주제 2(스트레스 관리 - 균형 유지, 학교 내 회복탄력성 증진) - 주제 3(괴롭힘 예방 및 대처 전략) - 주제 4(영혼의 중추 - 학교에서의 상실과 슬픔에 대처하기) - 주제 5(잘 지내세요? 학교에서 정신질환을 이해하는 방법 배우기) - 주제 6(전환에 대비 - 교육, 진로, 학업을 위한 자원 강화) - 주제 7(다양성을 함께 형성하기 - 정신건강을 통한 민주적 기술 강화)</p>

나. 치유의 교실(Healing Classrooms)



[그림 4] 치유의 교실 콘퍼런스
워크숍 장면

치유의 교실은 국제구호위원회(International Rescue Committee)의 프로젝트로, 난민 출신 아동과 청소년을 위한 안정적이고 강점 기반 학습 환경을 조성하도록 교육 자들을 지원한다. 이 프로젝트의 목표는 아동 및 청소년의 회복탄력성과 사회 정서 역량을 강화하는 것이다.

난민 출신 아동과 청소년은 본국에서, 비행 중, 독일 도착 후에도 지속적인 심한 스트레스를 경험하는 경우가 많다. 이러한 지속적인 스트레스는 ‘독성 스트레스’라고

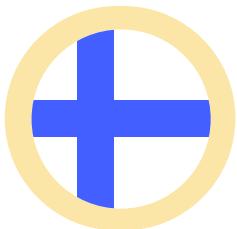
부르는데, 이 스트레스는 학습을 저해하고 아동 및 청소년의 능력과 강점을 깎아내릴 수 있다. 따라서 이 프로젝트는 학교를 비롯한 교육 기관의 교육 전문가들과 협력하여 지식과 경험을 공유하고, 강점 기반의 포용적인 학습 공간을 설계하도록 지원한다. 결국 이 프로그램은 학교가 난민 학생들이 안전함을 느끼고 트라우마 경험을 극복할 수 있도록 돋는 안정적인 환경의 역할을 강조한다. 맞춤형 지원을 통해 난민 아동의 사회적, 정서적 역량을 강화하여 사회 통합과 학업적, 개인적 성장을 촉구한다.

4. 맷음말

독일에서는 현재 아주 배경을 가진 학생들이 원주민 학생들보다 더 큰 어려움에 직면해 있으며, 계층 간 이질성이 심화함에 따라 교사 역량 강화를 위한 노력이 요구된다. 독일 교육 시스템의 현재 상황, 특히 디지털화와 이민자 통합으로 인한 과제는 사회 정서 교육의 필요성을 강조한다. 사회정서학습(SEL)의 예방적이고 통합적인 접근 방식과 학교, 가정, 지자체 간의 협력이 강조되는 실정이다.

【참고 자료】

- ▶ Bühne und Balance, <https://www.mental-health-coaches.de/>
- ▶ Depressionen, Angst- und Essstörungen, <https://www.swr.de/swraktuell/rheinland-pfalz/psychisch-krank-jugendliche-rlp-dak-studie-depression-angststörung-essstörung-100.html>
- ▶ Healing Classrooms, <https://www.wirfuervielfalt.de/de/angebote/healing-classrooms>
- ▶ Kinder- und Jugendreport 2023, https://www.dak.de/dak/unternehmen/reporter-forschung/kinder-und-jugendreport-2023_36758
- ▶ Mental Health – Ein unverzichtbarer Baustein im Schulalltag, <https://jugendsozialarbeit.news/mental-health-ein-unverzichtbarer-baustein-im-schulalltag/>
- ▶ Schulprogramm "Mental Health Coaches", <https://www.bmbsfj.bund.de/bmbsfj/aktuelles/alle-meldungen/schulprogramm-mental-health-coaches-ueberzeugt-mit-erfolg-254750>
- ▶ Schulen am Limit, <https://potentialo.de/schulen-am-limit-warum-sozial-emotionales-lernen-de-r-schluessel-zur-loesung-ist/>
- ▶ Sozial-emotionales Lernen, <https://www.big-direkt.de/de/gesund-leben/familie-kinder/sozial-emotionales-lernen-der-schule-und-zu-hause>
- ▶ Was ist MindMatters?, <https://mindmatters-schule.de/module.html>



핀란드의 사회 정서 학습

발간위원 : 최휘도 (아천초등학교 교사)

오늘날의 학교는 지식의 전달을 넘어 학생의 삶에 필수적인 역량을 배우는 곳으로 변하고 있으며, 그중에서도 사회 정서 역량은 삶의 성공을 위한 핵심 역량으로 인식되고 있다. 이러한 **사회 정서 역량은 단순히 학업 능력뿐 아니라 학생들의 정신건강, 대인관계, 삶의 질 전반에 걸쳐 큰 영향**을 미친다. 세계의 교육 선진국들은 이러한 흐름에 발맞추어 학생들이 자기감정을 인식 및 조절하고 타인과 효과적으로 소통하며 긍정적인 관계를 형성하는 데 필요한 기술을 효과적으로 익힐 수 있도록 사회정서학습(Social and Emotional Learning, SEL)을 점차 확대하고 있다. 핀란드 역시 사회정서학습의 중요성을 일찍부터 인식하여 학생들의 전인적 성장과 행복을 교육 목표의 중심에 두고 이를 교육과정과 학교 문화 전반에 반영하고자 노력을 기울여 왔다. 이에 본 기사에서는 **핀란드 학생들의 사회 정서 역량을 파악하고, 교육과정, 제도적 지원, 대표적인 사회정서학습 프로그램 사례를 통해 핀란드의 사회정서학습의 현황과 그 특징을 살펴보고자 한다.**

1. 핀란드 학생들의 사회 정서 역량

학업 성취도와는 달리 사회 정서 역량에 대해서는 그동안 체계적인 국제 비교 자료가 부족했다. 이를 보완하기 위해 OECD는 2019년과 2023년 세계 각국의 도시를 대상으로 ‘사회 정서 역량 조사(SSES)’를 진행하였으며, 핀란드에서는 헬싱키시가 포함되었다.³⁾ 조사에 따르면 **헬싱키 학생들은 전반적으로 긍정적인 사회 정서 역량을 지니고 있으나, 나이, 성별, 사회·경제적 배경에 따라 차이가 존재했다.** 연령별 차이를 보면 15세 학생들은 10세 학생들보다 사회 정서 기술 수준이 낮게 나타났다. 특히 호기심, 창의성, 책임감, 신뢰와 같은 역량에서 하락 폭이 컸다. 이는 사춘기를 겪는 청소년기 학생의 특성과 더불어 학업 부담, 또래 관계 변화 등이 복합적으로 작용한 결과로 해석

3) SSES(Survey on Social and Emotional Skills)는 OECD에서 진행한 조사이며, 10세와 15세 학생들의 자기인식·정서조절·대인관계 등 사회 정서 역량을 국제적으로 비교 및 분석하였다. 우리나라에서는 대구시가 참여하였다.

되며 다른 도시에서도 비슷한 경향성을 보였다. 성별에 따른 차이의 경우 15세 여학생들은 정서 조절(스트레스 저항력, 감정 조절, 낙관성), 에너지, 주도성, 신뢰 수준이 남학생보다 낮은 반면 책임감, 공감, 협력, 관용에서는 남학생들에 비해 더 높은 수준을 보이는 특징을 보였다. 또한 사회·경제적으로 불리한 환경에 있는 학생들은 호기심, 주도성, 창의성, 성취동기 등 여러 영역에서 낮은 지표를 보였으나 다른 나라와 비교하였을 때 차이는 적은 편이었다. 이와 같은 사회 정서 역량과 관련된 전반적인 결과는 핀란드가 교육과정과 정책을 통해 지속적으로 사회정서학습을 강화하고 있는 이유를 잘 보여준다.

〈표 1〉 OECD 사회 정서 역량 조사(SSES)에 포함된 역량 영역과 기술

영역	하위 기술
개방성(경험에 대한 개방성)	호기심, 관용, 창의성
업무 수행(성실성)	책임감, 자기통제, 지속성
타인과의 상호작용(관계 지향성)	사회성, 주도성, 에너지
정서 조절(감정 안정성)	스트레스 저항력, 낙관성, 감정 조절
협업(친화성)	공감, 신뢰, 협력
기타	성취 동기부여, 자기 효능감

2. 핀란드 교육과정에서의 사회정서학습

핀란드는 사회 정서 역량의 중요성을 일찍이 파악하고 교육과정에 사회정서학습 내용을 포함시켰다. 2016년 적용된 초·중등 교육과정에서는 모든 교과에서 공통으로 길러야 할 7개의 횡단역량(Transversal competence)⁴⁾(①배움을 위한 사고 및 학습 능력, ②문화적 역량 및 상호작용과 표현, ③자기 돌보기 및 일상 관리, ④다중 문해력, ⑤ICT역량, ⑥직업 생활 역량 및 기업가 정신, ⑦참여, 소속감 그리고 지속 가능한 미래 구축)을 제시하고 있다. 이 중 특히 ‘배움을 위한 사고 및 학습 능력’ 영역과 ‘자기 돌보기 및 일상 관리’ 영역은 사회정서학습과 직접적으로 연관된 역량들이다. 고등학교의 경우 기준에 발표된 핵심 역량을 기반으로 고등학교 학생과 교육과정의 특징을 반영하여 2019년에 재구조화하여 6개의 횡단 역량(①웰빙 역량, ②상호작용 역량, ③다학제적 창의력 역량, ④사회적 역량, ⑤윤리 및 환경적 역량, ⑥글로벌 및 문화적 역량)을 발표하였는데, 여기에도 역시 웰빙 역량, 상호작용 역량, 사회적 역량 등 사회정서학습과 관련된 역량이 포함되어 있다.

4) 핀란드는 핵심 역량을 ‘횡단 역량(Transversal competence)’이라고 표현하였는데 이는 역량이란 학습과 삶의 모든 영역을 관통하는 요소이며 학습과 삶의 매 순간에 지속적으로 배우고 함양되어야 하는 능력이라는 그들의 인식이 담겨 있다.

〈표 2〉 핀란드 횡단 역량 중 사회정서학습 관련 영역⁵⁾

횡단 역량		하위 역량 및 내용
초등 및 중학교	배움을 위한 사고 및 학습 능력	<ul style="list-style-type: none"> - 비판적 사고, 창의적 사고 - 자신의 학습 통제하기, 학습 전략 세우기, 학습 양식 선택하기, 협력 기술을 통한 학습
	자기 돌보기 및 일상 관리	<ul style="list-style-type: none"> - 시간 관리, 윤리적 소비, 디지털 시대의 자율 조절 - 웰빙과 건강 증진을 위한 노력, 위험 상황과 안전 행동, 사생활과 개인정보 보호
	참여, 소속감 그리고 지속 가능한 미래 구축	<ul style="list-style-type: none"> - 주변 환경에 영향 끼치기, 민주사회에 살기, 책임과 의사결정, 규칙과 합의, 환경보호, 지속 가능한 미래 만들기
고등학교	웰빙 역량	<ul style="list-style-type: none"> - 자신과 다른 사람 돌보기 - 자기 장점 인식 및 활용, 정체성 구축 - 변화하는 세상에 대한 의지와 탄력성
	상호작용 역량	<ul style="list-style-type: none"> - 정서적 공감 능력 - 사회적 협업 기술, 협력 학습 기술 - 언어인식 및 건설적인 의사소통 능력(중재)
	사회적 역량	<ul style="list-style-type: none"> - 안정, 공정, 지속 가능한 미래를 위한 민주주의 기술 - 자신과 사회적 이익을 위한 역량 활용

구체적으로 살펴보면, **핀란드의 초등학교 1~2학년 학생들은 ‘환경’ 과목을 통해 사회성과 정서적 역량을 키운다.** ‘환경’은 생물학, 지리학, 물리학, 화학, 보건 교육이 결합된 통합 과목으로, 학생들에게 그룹 활동과 정서적 역량을 연습하도록 이끌며 자기와 타인에 대한 존중을 강화할 수 있도록 지도한다. 환경 과목을 통해 학생들은 인간의 신체 구조와 기능, 생명의 과정, 아동기 발달을 이해하고 감정 기술과 정신건강 발달을 연습하면서 또래를 존중하는 태도를 기른다. **3~6학년 학생들은 종교와 윤리 수업을 통해 사회 정서 역량을 신장한다.** 아동의 권리와 책임, 자신의 견해를 형성하고 근거를 제시하는 방법, 우정과 긍정적인 학급·학교 공동체 형성, 차별 방지 등 다양한 사회적 주제를 통해 학생들은 자기주장, 협력, 공감 등의 기술을 자연스럽게 배우게 된다. **7~9학년 학생들은 건강 교육을 통해 사회 정서 역량을 한층 강화된다.** 학생들은 다양한 갈등 상황에서 행동할 수 있는 능력을 기르고, 자신의 가치관과 태도를 인식하며, 사회적 상호작용 속에서 감정 표현과 조절을 연습한다. 또한 갈등, 문제 상황, 스트레스, 위기를 성공적으로 해결하는 방법을 배우면서 책임 있는 의사결정을 실천하는 기회를 갖는다. **고등학교 단계에서는 선택 과목을 통해 학습, 사회적 관계, 감정과 마음의 세 가지 주제를 중심으로,** 감정이 형성되는 과정과 감정과 사고의 상호작용을 이해하도록 하고, 사회적 관계가 개인의 행복에 미치는 영향을 인식하며 자신의 책임을 알아가게 된다. 이러한 교육과정을 통해 학생들은 책임감·끈기·자기통제와 같은 과제 수행 역량, 공감·신뢰·협력과 같은 협업 역량, 사회성·자기주장과 같은 상호작용 역량을 균형 있게 개발할 수 있다. 다시 말해, 핀란드 교육은 교육과정을 통해 전 학제를 아우르며 사회정서학습을 체계적으로 실천하고 있는 것이다.

5) 경상북도교육청연구원(2024), 핀란드의 학생 역량 함양 교육

<https://www.gbe.kr/gber/na/ntt/selectNttInfo.do?mi=18906&bbsId=5117&nttSn=1410360>

3. 사회정서학습을 위한 제도적 지원

교육과정을 통한 사회정서학습은 학생들이 교과 과정을 통해 자연스럽게 사회 정서 역량을 키울 기회를 제공한다. 하지만 실제 학교 현장에서는 학생들의 **환경과 개인차에 따라 사회 정서 역량을 충분히 키우지 못하고 사회적·정서적 어려움을 겪는 학생들이** 있을 수밖에 없다. 핀란드 교육 당국은 이와 같은 학생들이 자신의 **수준에 맞게 사회정서학습의 기회를 얻을 수 있도록 제도적 지원을 제공**하고 있다. 대표적인 경우가 ‘3단계 지원 과정’과 ‘학생 복지 기구’이다. **3단계 지원 과정**이란 지원이 필요한 정도에 따라 학생에게 개별화된 지원을 제공하는 것으로써 일반 지원, 심화 지원, 특별 지원으로 구성된다. 각 지원 단계는 단순히 어려움을 겪고 있는 학생에게 일회적인 도움을 제공하는 것이 아니라 학생의 상태에 따라 학습 과정의 수정, 특별 및 보충 교육, 전문가와의 연계, 개별화된 학습 계획 수립 등 **학생이 자신의 어려움을 극복할 수 있도록 개별화된 사회정서학습을 제공한다.**

상당한 수준의 정서적 어려움을 겪고 있는 학생에게는 교사만의 노력으로는 문제를 해결하기 쉽지 않다. 교사와 학생뿐 아니라 다양한 교육 당사자들이 협력할 때 학생에게 유의미한 지원과 학습을 제공할 수 있다. 이를 위해 핀란드의 각 학교에는 ‘**학생 복지 기구**’가 존재한다. 해당 기구에서는 보충 교육의 지원, 정서적 상담과 치료, 학생 복지 등 학생의 어려움과 필요에 따라 다양한 도움과 학습을 제공한다. 학생 복지 기구에는 일반적으로 교장, 교사, 특수 교사, 보건 교사, 학교 심리 상담가, 사회복지사 등이 포함되는데, 이들은 **정기적 회의를 통해 학생들이 겪고 있는 사회 및 정서적 어려움에 대해서 논의하고 필요한 도움을 해당 교사와 학생에게 제공한다.** 이렇듯 핀란드 교육 당국은 교육과정을 통한 전방위적인 사회정서학습과 함께 사회 정서 역량의 부족으로 인해 어려움을 겪고 있는 학생에게 필요한 수준의 개별화된 사회정서학습이 이뤄질 수 있도록 실효적인 제도와 도움을 제공하고 있다.

4. 교육 현장에서의 실천 사례

가. 키바(KiVa) 프로그램

키바는 핀란드어로 ‘멋진 학교’라는 뜻이며, 학교폭력 예방 및 대응을 위한 사회정서학습 프로그램으로 2006년 핀란드 교육부의 지원을 통해 시작되었다. 키바 프로그램은 크게 예방, 개입, 모니터링의 세 요소로 구성되어 있는데, 그중 ‘예방’ 단계에 사회정서학습 내용이 두드러진다. 예방 단계는 모든 학생을 대상으로 한 교육과 활동을 핵심으로 하여 학급별 키바 수업이 정규 교육과정 내에 편성되어 초1, 초4, 중1 학년에 집중실시 되며 이 수업에서 학생들은 **학교폭력의 심각성, 공감 및 존중, 집단 속 개인의 책임 등에 대해 배우고 역할놀이, 협동과제, 토론 등의 활동을 통해 사회적 문제해결 기술을 연습한다.** 특히 ‘방관자’ 개념을 강조하여 학급의 모든 학생이 학교폭력을

목격했을 때 어떻게 개입할 수 있는지 구체적인 전략을 지도한다. 이는 기존 피해 학생 및 가해 학생을 대상으로 한 접근과 달리, ‘침묵하는 다수’에 대한 사회정서학습을 강조하는 것으로 키바 프로그램의 핵심이라고 할 수 있다. 현재 2,000여 개의 학교에서 운영 중이며 그 효과를 국제적으로 인정받아 우리나라를 포함한 여러 국가에 이 프로그램이 소개되고 있다.⁶⁾

나. 베르소(Verso) 프로그램

베르소는 ‘새싹’을 뜻하며 학생들이 또래 갈등을 평화적으로 해결하도록 돕는 또래 중재 프로그램이다. **학교에서 선발된 고학년의 학생들이 갈등 중재자로 사회 정서 교육을 받고, 저학년 학생들 사이에 발생하는 사소한 다툼에 대해 또래 중재 회의를 진행한다.** 회의에서는 당사자들이 차례로 자기 입장을 이야기하고 서로의 감정을 이해하며 함께 해결책을 찾도록 유도한다. 이 모든 절차를 학생들 주도로 진행하며, 필요한 경우에는 교사가 지원한다. 베르소 프로그램은 2000년대 초반부터 전국적으로 보급되어 현재 900여 개 학교가 도입했고, 매년 1만 건 이상의 학생 갈등이 해당 프로그램을 통해 해결되고 있다. 프로그램에 참여함으로써 학생들은 갈등을 해결하는 법, 경청과 공감, 책임과 자제 등 다양한 사회 정서적 기술을 배운다. 베르소 프로그램은 학교 문화 자체를 협력적이고 포용적인 분위기로 바꾸는 데 기여하고, 정서적 문제의 사전 예방과 갈등 역량 강화를 중심으로 하는 핀란드식 사회정서학습의 전형을 보여준다.



[그림 1] 또래 중재 회의에 참여하고 있는 학생들

다. 루우띠(Ruuti) 프로젝트

청소년 참여 프로젝트인 헬싱키시의 루우띠 프로젝트는 학생 가치와 지역사회 참여를 통해 사회정서학습을 강화하는 새로운 시도이다. 해당 프로젝트에서는 13~17세의 학생들이 스스로 중요하다고 느끼는 주제를 선정하고 실제 변화를 만들어 가는 경험을 제공하는 참여 시스템으로, 이를 통해 학생들의 자기 주도성, 시민의식, 사회적 책임감을 기르는 것을 목표로 한다. **학생들은 시 당국에 자신들의 제안을 직접 제출하고 실행 과정에 참여함으로써 민주시민으로서의 역량을 체득하게 된다.** 이러한 참여형 프로젝트를 통해 학생들은 학교 밖 사회에서도 사회 정서 기술을 배우고 발전시킬 수 있는 실제적 기회를 얻게 된다.

6) 경상북도교육청연구원에서는 한국형 KiVa 프로그램을 통한 관계 회복에 대한 연구를 진행하고 있다.
<https://www.nspna.com/country/?mode=view&newsid=755720>

5. 맷음말

핀란드의 사회정서학습은 교육과정, 제도적 지원, 그리고 현장의 다양한 실천 프로그램을 통해 전 학제에 걸쳐 체계적으로 이루어지고 있다는 점에서 특징적이다. 학생들은 교과 속에서 사회 정서 역량을 자연스럽게 학습하며, 사회 및 정서적 어려움을 겪게 될 때 개별화된 지원을 통해 맞춤형 도움을 받는다. 또한 학교와 사회 현장에서 진행되고 있는 여러 프로그램을 통해 학교와 지역 사회 차원의 참여를 이끌어내며 학생들의 정서적 성장과 학교 공동체 문화를 동시에 강화하였다. 이러한 노력은 OECD에서 진행한 ‘사회 정서 역량 조사’에서 드러나듯, 핀란드 학생들이 전반적으로 긍정적인 사회 정서 역량을 보이는 데 기여하고 있다. 물론 연령과 성별, 사회경제적 배경에 따른 차이가 존재하지만, 핀란드의 교육체계는 이를 완화하고 모든 학생이 균형 있게 성장할 수 있도록 다층적 장치를 마련해 가고 있다. 결국 **핀란드의 사회정서학습은 단순히 정서적 기술을 가르치는 데 그치지 않고, 민주 시민으로서의 자질과 공동체적 책임 의식을 기르는 교육으로 확장해가고 있는 것이다.** 이는 사회 정서 교육을 통해 학생 개인의 행복뿐 아니라 공동체와 사회 전체의 건강한 발전을 추구한다는 점에서 우리 교육에도 중요한 시사점을 던져준다.

【참고 자료】

- ▶ 경상북도교육청연구원(2024), 핀란드의 학생 맞춤형 통합 지원
<https://www.gbe.kr/gber/na/ntt/selectNttInfo.do?mi=18906&bbsId=5117&nttSn=1463873>
- ▶ OECD(2019, 2023), Survey on Social and Emotional Skills (SSES): Helsinki(Finland)
- ▶ Finnish National Agency for Education, National core curriculum for primary and lower secondary (basic) education
<https://www.oph.fi/en/education-and-qualifications/national-core-curriculum-primary-and-lower-secondary-basic-education>
- ▶ Finnish National Agency for Education, Transversal competences in Finnish general upper secondary education
<https://www.oph.fi/en/education-and-qualifications/transversal-competences-finnish-general-upper-secondary-education>
- ▶ EUCPN, KiVa Koulu ("KiVa") anti-bullying program
<https://eucpn.org/document/kiva-koulu-kiva-anti-bullying-program>
- ▶ VERSO, VERSO programme, <https://sovittelu.com/vertaissovittelu/in-english/>
- ▶ EUROPE GOES LOCAL, Ruuti participation framework for young people of Helsinki
<https://europegoeslocal.eu/good-practice-short/ruuti-participation-framework-for-young-people-of-helsinki/>



영국의 사회 정서 학습

발간위원 : 정기엽 (청송중학교부동분교장 교사)

1. 들어가며

교육의 본질은 단순히 지식을 전달하는 데 있지 않으며, 학생들의 정서적 토대 위에 세워진다. 팬데믹은 이 균형을 크게 흔들었다. 교사와 학생 사이의 일상적 상호작용이 끊기고, 가정은 불안정해졌으며, 신체 활동이 제한되었다. 연구에 따르면, 정서가 안정된 학생은 학업 동기도 높고, 또래와 긍정적으로 상호작용하며, 회복탄력성도 강하다. 즉, 정서는 학습의 동력이 된다. 이런 흐름 속에서 각국은 사회정서학습(Social and Emotional Learning, SEL)을 교육의 핵심 축으로 삼고 있다. SEL을 통해 학습 능력은 물론 건강한 사회 구성원으로 성장할 수 있는 기반을 마련하려 한다. 영국은 팬데믹 이후 정서적 회복과 웰빙을 교육정책의 중심에 두고, 교실 수업은 물론 또래 활동과 지역사회 연계, 야외 체험까지 SEL이 교육 전반에 스며들도록 지원을 강화하고 있다. 본 기사에서는 영국의 SEL 정책과 학교 현장 사례, 효과 및 과제를 살펴보고, 한국 교육에 주는 시사점을 모색하고자 한다.

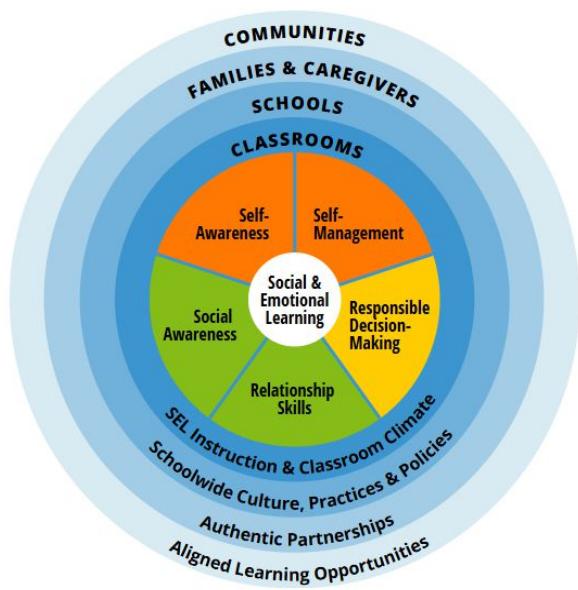
2. 본론

가. SEL의 개념과 핵심 역량

“SEL은 따뜻한 마음을 키우는 감성 교육이 아닙니다. SEL은 학생이 삶을 헤쳐갈 수 있는 근육을 키워주는 실질적 학습입니다.”

사회정서학습(SEL)은 학생이 자신의 감정을 인식하고 조절하며, 타인과 건강한 관계를 맺고, 책임 있는 결정을 내릴 수 있도록 돋는 교육적 접근이다. 이는 단순한 감정 수업이나 심리 상담을 넘어, 모든 교과와 생활 영역 속에서 학생의 정서적·사회적 역량을 통합적으로 기르는 장기적 전략이다. 국제적으로 널리 인용되는 정의는 미국의 대표 연구기관 CASEL⁷⁾이 제시한 다섯 가지 핵심 역량이 중심이다.

7) Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning



자기 인식(Self-awareness)

자신의 감정, 가치, 강점과 한계를 정확히 인식하고 이해하는 능력

자기 관리(Self-management)

감정과 행동을 조절하고, 충동과 스트레스를 다스리며 목표를 향해 나아가는 능력

사회적 인식(Social awareness)

타인의 관점을 이해하고 공감하며, 사회적 규범과 다양성을 존중하는 능력

관계 기술(Relationship skills)

건강한 대인관계를 맺고 유지하며, 갈등을 해결하고 협력할 수 있는 능력

책임 있는 의사결정(Responsible decision-making)

윤리적 기준과 사회적 맥락을 고려해 건설적인 선택을 내리는 능력

SEL framework: CASEL wheel

이 다섯 가지 역량은 분절된 기술이 아니라, 학생이 삶을 주체적으로 살아가기 위해 반드시 필요한 핵심 능력으로 학업 성취, 교실 협력, 진로 역량과 사회적 적응에 긍정적 효과를 준다. 이런 중요성에 따라 영국은 2020년부터 RSHE(Relationships, Sex and Health Education) 과목을 법정 교육과정에 포함하여, 감정 인식·스트레스 대처·자존감·건강한 관계 등 다양한 SEL 주제를 체계적으로 가르치고 있다.

나. 영국 정부의 SEL 정책 흐름과 실행 기반

1) SEAL 프로그램: 영국식 SEL의 전신

2005년, 영국 교육기준청(Ofsted)의 권고와 교육부(DfE)의 주도로 SEAL(Social and Emotional Aspects of Learning) 프로그램이 개발됐다. 자기 인식, 감정 조절, 공감, 갈등 해결 등 핵심 역량을 일곱 주제로 세분화해 각 주제별 교수·학습 모형과 활동을 제공했다. SEAL은 초·중등학교에 널리 확산됐으며, 중등학교에서는 전 학교 차원의 포괄적(whole school) 접근과 특정 학생을 위한 선택적(targeted) 접근이 모두 적용됐다. 그러나 교사 이해도 및 학교 관리자의 의지에 따라 실행 편차가 나타났고, 평가 체계 부족과 연수 미비로 일부 학교에선 형식화되기도 했다. 그럼에도 불구하고 SEAL은 영국에서 SEL 제도화의 초석으로 평가받는다.

2) RSHE 과목 법제화: SEL을 교육과정에 구현

영국 정부는 2020년 9월부터 RSHE과목을 법정 필수 과목으로 지정하며 SEL을 공식 교육과정 속에 편입시켰다. RSHE는 관계 형성, 자기 존중, 스트레스 대처, 정신건강 관리, 안전한 온라인

생활, 건강한 습관 등 폭넓은 주제를 다룬다. 또한 교과 융합·학교 주간 행사·프로젝트 학습·학급 활동 등 다양한 방식으로 확장될 수 있도록 설계되었다. SEL의 세부 요소로는 다음이 포함된다.

- 정신건강 및 감정 이해: 감정 인식, 불안·우울 대처, 마음 챙김
- 자기 관리 및 습관 형성: 수면, 식습관, 운동, 자기 동기부여
- 관계와 갈등 관리: 존중, 동의, 갈등 해결, 디지털 관계 기술
- 도움 요청과 의사 표현: 전문가에게 도움을 요청하는 법, 대화 기술

교육부(DfE)는 RSHE를 통해 SEL을 모든 학생에게 보장되어야 할 ‘기본권적 학습 기회’로 규정하고 있다. 2024년 개정 지침에서는 ▲발달 단계에 맞춘 연령 제한 도입 ▲젠더 정체성 개념 교육 배제 ▲부모의 투명한 접근 권리 강화 ▲자살 예방·외로움·딥페이크·전자담배 위험·여성 건강 등 새로운 주제가 추가되었다. 이는 SEL이 단순한 정서 교육이 아니라 학생들이 실제 삶의 맥락에서 자기 관리, 사회적 인식, 책임 있는 의사결정을 익힐 수 있도록 돋는 데 의의가 있다.

3) 정신건강지원팀(MHSTs)과 선임 정신건강 담당자 제도

영국 정부는 RSHE의 실효성을 높이기 위해 보건부(NHS)와 협력하여 정신건강지원팀(MHSTs⁸⁾)를 도입했다. MHST는 교육심리학자·상담가·정신건강 전문가 등으로 구성되어, 학교에서 정서적 위기 학생을 조기에 발견해 지원한다. 이들은 학생 개별 지원뿐 아니라 교사 연수, 프로그램 자문, 위기 대응 체계 구축 등으로 학교 전체의 SEL 실행을 촉진한다. 정부는 2025년까지 학생의 절반이상이 MHST 서비스를 이용하도록 확대할 계획이다. 또한 각 학교는 정부 보조금을 활용해 선임 정신건강 담당자⁹⁾를 임명할 수 있으며, 이들은 RSHE 실행, SEL 활동 설계, 위기 개입 경로 마련 등에서 리더로 활동한다.

다. 현장 실천 사례

학교들은 자율성과 창의성을 발휘해 SEL을 각자의 교육철학과 지역적 특성에 맞게 재해석하며, 이를 통해 학생들의 정서적 안전과 학업 성취를 동시에 추구하고 있다.

1) 학교: Morpeth School – 관계 중심 SEL 실행

런던 동부 Bethnal Green의 Morpeth School은 “정서적 안전이 학업의 기반”이라는 철학 아래, 정학률을 낮추기 위한 관계 중심 전략을 실행하고 있다. 팬데믹 이후 정학률이 전국 평균 9.3%(2022-23)에 달했지만, Morpeth은 5.7%로 낮췄다. 핵심은 ‘코칭 서클(coaching circles)’이다. 전통적인 큰 규모의 반 등록 대신, 학년이 섞인 12명 내외 소그룹에서 정기적으로 만나 감정·관계·책임을 대화로 풀어낸다. 이 과정에서 학생들은 언어적 표현, 갈등 중재, 공동체 소속감을 기르게 된다. 학교는 징계 규칙 대신, 각 사건을 **포용·형평·두 번째 기회**라는 가치에 비추어 개별적

8) Mental Health Support Teams

9) Senior Mental Health Lead

으로 검토한다. 동시에 교실 보조교사, 교육 심리사, 언어치료, 청소년 정신건강 단체 Place2Be의 상담사 등 다층적 지원을 제공한다. 그 결과, 정학률 감소뿐 아니라 학생 만족도와 학습 참여도가 크게 향상되었으며, “실수해도 돌아올 수 있는 학교”라는 인식이 자리 잡았다.

2) 지역: Hillingdon 지역 – 전문 SEL 인력과 심리 지원 결합

런던 외곽의 Hillingdon 자치구는 SEL을 특수교육과 정신건강 지원과 결합한 모델을 운영하고 있다. 이 지역 교육청은 정서 이해 지원 보조교사(ELSAs¹⁰)와 정신건강 이해 지원 보조교사(MeLSAs¹¹)를 양성해 각 학교에 배치한다. 이들은 정서적으로 취약하거나 특수교육적 지원이 필요한 학생들을 직접 돋고, 교사와 부모 간 연계를 주도한다. 또한 학교 교육 심리사는 학기마다 SEL 기반 진단 평가를 실시해 학급별 정서 흐름을 점검한다. 이 모델은 SEL을 보편적 교육과 개별 맞춤 지원의 두 축으로 운영하며, 결과적으로 정서·행동 문제로 인한 결석률과 교사 소진율을 동시에 줄이는 효과를 내고 있다.

3) 대안교육: Boxing Academy – 스포츠와 SEL의 융합

런던 Hackney에 위치한 공립 대안학교 Boxing Academy는 ‘복싱’을 SEL의 매개로 삼는다. “몸이 흔들리면 마음도 흔들린다”는 철학에 따라, 학생들은 복싱 훈련을 통해 자기통제, 감정 조절, 협동심을 기른다. 정규 수업 외에도 팀 기반 훈련, 회복적 대화, 감정 폭발 대처 기술 등을 배우며 자연스럽게 자기 인식과 관계 기술을 체득한다. 이 학교는 일반 학교에서 정서적 어려움으로 학습에 실패했던 학생들을 대상으로 운영되며, SEL 기반 접근을 통해 자존감 회복, 학교폭력 예방, 학습 태도 개선 등 뚜렷한 성과를 보여주고 있다.

라. SEL은 어떻게 효과를 내는가 – 학업과 삶을 잇는 교육 근거

영국을 비롯한 주요국의 대규모 연구와 메타분석은 SEL이 학업 성취, 행동 개선, 정서 안정, 나아가 사회적 이동 가능성 향상에 이르기까지 측정 가능한 효과를 낳는다는 점을 꾸준히 입증해 왔다.

1) 학업 성취

영국의 교육기부단체(EEF¹²)은 다양한 SEL 프로그램을 분석한 결과, 학업 성취에서 평균 +4개 월의 진전 효과가 나타난다고 보고했다. 특히 소외 계층 학생일수록 효과가 더 크게 관찰되었다. PATHS¹³ 프로그램에 참여한 초등학생들은 읽기·수학 점수에서 유의미한 상승을 보였으며, 비참여 집단과의 격차는 시간이 지날수록 더 벌어졌다. 이는 SEL을 통한 감정 조절·스트레스 대처 능력 향상이 학생들의 집중력과 과제 지속성을 높이고, 학업 성적 향상으로 이어진다는 사실을 보여

10) Emotional Literacy Support Assistants

11) Mental Health Literacy Support Assistants

12) Education Endowment Foundation

13) 대안 사고 전략 증진 프로그램: Promoting Alternative Thinking Strategies

준다.

2) 행동 개선과 학교 문화 변화

- 교실 내 문제 행동 빈도 25~40% 감소(교사 보고 기준)
- 교사-학생 간 신뢰 관계 강화, 감정 표현의 자유도 확대
- 출석률·수업 참여율 증가, 학교폭력·따돌림 사건 감소
- 학생 간 상호 존중과 다양성 수용 문화 확산

SEL은 교실을 경쟁 중심에서 협력 중심으로, 단순 성취보다 성장과 관계를 중시하는 공동체로 전환시키는 촉매제 역할을 하고 있다.

3) 정신건강과 회복탄력성

팬데믹 이후 아동·청소년 정신건강 문제가 급증하면서, SEL은 정서 회복과 예방의 핵심 전략으로 떠올랐다. 보건부(NHS)의 2020년 조사에 따르면 5~16세 아동의 약 16%가 정신건강 문제를 경험할 가능성이 있는 것으로 나타났고, 사회경제적 취약계층에서 그 비율은 더 높았다. 교육부(DfE)는 RSHE에 SEL을 통합하면서 정신건강 문제를 조기 인식·개입하는 역량을 SEL의 목표로 삼았다. 실제로 마인드풀니스, 감정 일기, 도움 요청 훈련, 회복적 대화 등 활동은 불안·스트레스·우울 등 위험 요인을 완충하는 효과를 입증받고 있다.

4) 사회적 이동 가능성과 SEL

영국 UCL(University College London)의 연구에 따르면, 청소년기의 정서 조절 능력과 사회기술은 성인 이후 고용 가능성, 소득 수준, 삶의 만족도와 유의미한 상관을 보였다. 이는 SEL이 단순한 단기적 기술 훈련이 아니라, 삶 전체를 지지하는 사회적 자본이라는 사실을 보여준다. 따라서 SEL은 지금, 이 순간 학생의 학업을 돋는 것을 넘어 미래 사회의 불평등을 완화하고 지속 가능한 사회적 이동 경로를 만들어주는 가장 효과적인 교육 투자 중 하나로 평가된다.

마. SEL 실행의 어려움과 극복 전략

SEL의 중요성에 대한 공감대는 크지만, 실천 현장에서는 여전히 어려움이 있다. 일부 학교에서는 특정 교사에게 과도히 의존하거나, 일회성 이벤트에 그치고 있다. 구조적 보완과 협력적 실행을 통해 SEL이 점차 학교 문화와 철학의 주요 부분으로 자리 잡고 있다.

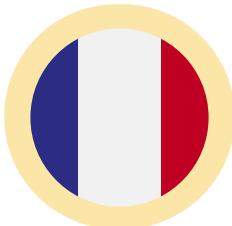
실행의 어려움	극복을 위한 전략
• 교사 연수 부족(SEL 지도 방법론, 피드백, 언어 관련)	• 전교적(Whole School) 접근 및 모든 구성원 참여
• 과밀 교육과정 내 시간 배분 어려움	• 선임 정신건강 담당자·MHSTs 배치, 전문가 확보
• 감정·태도 등 비인지 영역 성과 평가의 어려움	• 학교 공간 혁신(야외 캐노피, 정서 쉼터 등)
• 일부 교사·학부모의 ‘비정규 활동’이나 ‘감성 교육’으로 인식하는 문화적 저항	• 정책적 예산 지원(교사 연수, 평가 도구, 등) • 학부모·지역사회 연계 및 공동체적 SEL 실천 확장

3. 맷음말

한국 교육 현장도 팬데믹을 계기로 정서 및 관계 회복의 필요성이 커지고 있다. 영국 사례는 SEL이 정서 안정, 학업 성취, 삶의 질 향상을 위한 필수 전략임을 보여준다. 특정 교사나 상담사에만 의존하지 않고, 학교 전체가 SEL의 주체가 되어야 하며, 이를 위해 교사 연수와 평가 도구의 체계적 마련, 감정·관계·놀이·자연이 결합된 유연한 학습 환경 설계, 지역과 공동체의 역할 강화가 중요하다. 영국은 SEL을 통해 학교를 다시금 “사람을 기르는 곳”으로 되돌려놓으려 하고 있다. 이제 한국 교육도 SEL을 교실 안의 ‘부가 활동’이 아니라 학교 문화의 핵심 전략으로 정착시켜야 한다. SEL은 학업을 지탱하는 토대이자, 학생들의 삶 전체를 준비하는 힘이다. 그것은 회복의 교육이며 동시에 미래를 여는 교육이다.

【참고 자료】

- ▶ CASEL, Core SEL Competencies.
- ▶ DfE (2020), Statutory guidance on Relationships, Sex and Health Education (RSHE).
- ▶ Ofsted (2005), Developing Social and Emotional Aspects of Learning (SEAL).
- ▶ Education Endowment Foundation (2024), Improving Social and Emotional Learning in Primary Schools 및 EEF Toolkit.
- ▶ NHS Digital (2020), Mental Health of Children and Young People in England, 2020: Wave 1 follow up to the 2017 survey.
- ▶ University College London (2023), SEL and Life Outcomes: Longitudinal Analysis Report.
- ▶ DfE & NHS (2019 – 2025), Mental Health Support Teams (MHSTs) in Schools and Colleges.
- ▶ Hillingdon Council (2023), Education Inclusion Toolkit.
- ▶ Ofsted & CQC (2024), Hillingdon Local Area SEND Inspection: Full Report.
- ▶ The Guardian (2024), Sally Weale, “It’s about developing relationships with pupils’: the school working to reduce suspensions.”
- ▶ Yorke, L., Rose, P., Bayley, S., Wole, D., & Ramchandani, P. (2021), The Importance of Students’ Socio-Emotional Learning, Mental Health and Wellbeing in the time of COVID-19. RISE.



프랑스의 사회 정서 학습

발간위원 : 박다형 (포항이동고등학교 교사)

최근 교육 현장에서는 학업 성취뿐 아니라 학생의 정서적 회복력, 공감 능력, 대인관계 기술 등을 포괄하는 사회정서학습(이하 SEL: Social and Emotional Learning)의 중요성이 점점 더 강조되고 있다. 특히 코로나19 팬데믹 이후 학생들의 정신건강, 학교 내 갈등, 정서적 고립 문제가 부각되면서 SEL은 전 세계 공교육정책의 핵심 의제로 부상하였다.

SEL은 학생들이 자기 이해, 감정 조절, 공감, 책임 있는 의사결정을 경험하며, 학문적 성취와 더불어 정서적·사회적 성장을 함께 이루도록 설계된 교육과정이다. 이는 학생을 감정과 관계 속에서 성장하는 주체로 바라보는 철학적 전환과 연결된다.

프랑스는 전통적으로 학문 중심 교육과정을 유지해 왔으나, 동시에 공교육의 핵심 가치로 시민성 교육을 강조해 왔다. 공화주의, 사회적 연대, 민주적 참여와 같은 원칙은 프랑스 교육의 철학적 기반을 이루며, 이러한 맥락은 SEL 정책에도 반영되어 있다. 프랑스의 SEL은 단순히 정서 기술이나 개인 성장에 머무르지 않고, 책임 있는 시민으로 성장하기 위한 자질 함양을 주요 목표로 삼으며 독자적인 형태로 발전해 왔다.

이러한 교육 철학을 바탕으로 프랑스 교육부는 ‘학교 평온(tranquillité scolaire)’과 ‘학교 웰빙 (bien-être à l'école)’을 핵심 기조로 삼고 있으며, 이는 ‘학교 기후(climat scolaire)’ 및 ‘교육적 건강 경로(Parcours éducatif de santé)’이라는 정책적 맥락과 연결된다. SEL은 단순한 교수·학습 기법을 넘어, 학교 공동체의 심리적 회복과 민주적 관계 형성을 촉진하는 공공 정책으로 기능하고 있다.

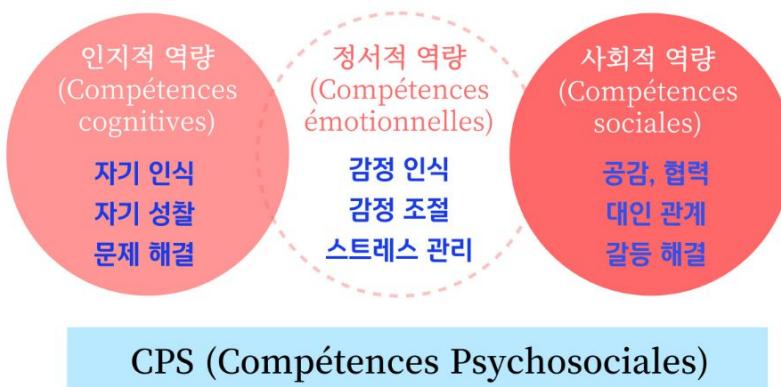
본 기사에서는 프랑스의 사회정서학습 정책의 구조와 실행 방식, 구체적인 학교 현장 사례, 정책의 효과와 과제를 분석하고, 한국 교육에 주는 시사점을 함께 살펴보고자 한다.

1. 프랑스 사회·정서 정책의 구조와 내용

가. 사회·정서 역량(CPS) 기반 정책 체계

프랑스의 사회정서학습(SEL) 정책은 독립 교과로 운영되지는 않지만, 교육부 산하 공식 플랫폼인 Eduscol을 통해 모든 학교에 SEL을 통합하도록 가이드라인이 제시되고 있다. SEL은 학생이 공동체 속에서 사회적 책임과 존중을 실천하는 역량을 기르는 것을 목표로 하며, 이는 프랑스 전통의 공화주의 시민교육 철학과도 밀접하게 연관된다.

이 정책의 중심에는 사회 정서 역량(CPS: Compétences psychosociales) 개념이 자리 잡고 있다. CPS는 프랑스 교육부가 채택한 SEL 핵심 역량 분류 체계로, 세계보건기구(WHO)의 생명기술 교육(Life Skills Education) 기준을 바탕으로 구성되었으며, 사회적·정서적 기능을 통합적으로 반영하는 구조를 보인다. 프랑스는 이를 인지적(cognitives), 정서적(émotionnelles), 사회적(sociales) 영역으로 구분하며, 각 영역에는 자기 인식, 감정 조절, 공감, 갈등 해결, 협력 등이 포함된다.



[그림 1] 프랑스 교육부가 제시한 CPS 분류 체계¹⁴⁾

프랑스 교육부는 WHO 기준을 기반으로 세 영역별 하위 역량을 구체적으로 정의하고 있으며, 이를 통해 학생의 전인적 성장과 공동체 기반 학습을 촉진하는 SEL 정책의 기초를 마련하고 있다. 이러한 분류 체계는 실제 수업 설계와 학년·발달 단계별 적용을 가능하게 하여, SEL이 교육과정 전반에 자연스럽게 자리 잡는 토대를 마련한다.

나. 학교 차원의 사회정서학습(SEL) 운영 구조

프랑스의 SEL은 학교 전체가 정서·심리 건강 증진에 함께 참여하는 구조 속에서 운영된다. 특히 ‘건강 촉진 학교(École promotrice de santé, EPSa)¹⁵⁾’ 정책은 WHO의 ‘건강 증진 학교(Health

14) 참고 문헌의 내용을 토대로 집필자가 작성함.

15) EPSa는 WHO의 ‘건강 증진 학교(Health Promoting School)’ 모델을 바탕으로 프랑스 교육부가 제도화한 정책으로, 학생의 건강·복지를 교육과정 속에 통합하는 것을 목표로 한다.

Promoting School)' 모델을 바탕으로 프랑스 교육부가 제도화한 것으로, 학생의 건강과 복지를 교육과정 속에 통합하는 것을 목표로 한다. 이 정책은 SEL을 핵심 요소로 포함하고 있으며, 학교 차원에서 보건 교육, 생활교육, 시민교육 등과 연계해 실행된다.

운영은 교육부, 보건부, 지역 교육청이 공동으로 담당하며, 이들은 청소년 정신건강 실태조사 (EnCLASS)¹⁶⁾ 결과를 근거로 각 학교의 SEL 실행 방향을 기획하고 조율한다. 이에 따라 학교 현장에서는 감정 표현 훈련, 자기 성찰 활동, 협력 기반 문제해결 수업 등이 구체적으로 이루어지고, 학생들은 이러한 과정을 통해 정서를 인식하고 조절하는 역량을 기른다. 이 과정은 단순히 개인 역량 향상에 그치지 않고, 안전하고 회복력 있는 학습 환경 조성으로 이어진다.

이처럼 프랑스의 SEL은 특정 교과에 국한되지 않고, 국어·시민교육·프로젝트 활동 등 다양한 수업 맥락에서 감정 표현과 협력이 자연스럽게 반영되는 방식으로 운영된다. 예컨대, 국어 수업이나 프로젝트 활동에서 감정 언어 사용, 또래 협력, 자기반성 활동이 자연스럽게 반영되도록 한다. 이러한 학교 차원의 실천은 교육청 단위에서 공유·확산하며, 점차 전국적 SEL 정착으로 이어지고 있다.

다. 교원 연수 및 시민교육과의 연계

SEL 정책의 실현을 위해 중요한 과제 중 하나는 교사의 전문성 개발이다. 이를 지원하기 위해 Eduscol은 CPS 수업 설계 예시, 협력 기반 학습 모형, 공감 대화 기법 등 다양한 자료를 무료로 제공하고 있으며, 교육청에 따라 연수와 워크숍이 운영되기도 한다. 그러나 아직 전국적 통합 연수 체계로 정착하지는 못했으며, 상당 부분은 교사의 자율성과 의지에 의존하는 상황이다.

이와 동시에 프랑스의 SEL은 시민성 교육과도 긴밀히 연결되어 있다. SEL은 단순히 감정을 조절하고 표현하는 기술을 넘어, 타인과의 관계 속에서 사회적 책임과 공공성, 민주적 태도를 내면화하도록 돋는 교육적 철학을 포함한다. 이러한 성격 덕분에 SEL은 개인의 심리적 복지를 넘어, 공화주의 교육이 지향하는 시민적 자질을 기르는 데 중요한 역할을 한다.

2. 프랑스 학교 현장 적용 사례

프랑스의 SEL은 전국 교육청(Académie) 단위 실행 모델을 중심으로 확산되고 있으며, 각 학령기에 따라 적절한 방식으로 적용된다. SEL은 독립 프로그램이라기보다 기존 교과와 연계된 형태로 설계되며, 학교 현장에서는 이를 일상적인 학습 속에서 실천하려는 노력이 이어지고 있다.

먼저 유아교육 단계에서는 놀이 중심 접근이 두드러진다. 리옹 아카데미 관할 Veauche 소재 École

16) 프랑스 공중보건청(Santé publique France)이 주관하는 전국 단위 청소년 건강·정신건강 실태조사로, 2018년부터 격년(2년) 주기로 시행되고 있다.

Maternelle des Glycines 유치원은 감정 카드, 역할극, 그림책 읽기를 통해 유아들이 감정을 인식하고 언어로 표현하도록 지도한다. 교사들은 “아이들이 갈등 상황에서 스스로 감정을 설명하며 문제를 해결하려는 모습이 뚜렷해졌다”고 평가했고, 학부모들 역시 “집에서도 감정을 말로 표현하려는 노력이 보인다”며 긍정적인 반응을 보였다.

초등학교 단계에서는 감정 인식과 자기 성찰을 일상화한다. 파리의 École Brossalette 초등학교는 매일 아침 학생들이 감정을 글과 그림으로 기록하는 ‘감정 일기’를 정규 수업에 포함한다. 교사는 이를 통해 학생 정서 상태를 파악하고 필요시 대화로 지원한다. 협동 프로젝트 수업에서는 조별 과제 해결 과정에서 갈등이 발생하면 교사가 중재하여 협력 기술과 감정 조절 능력을 함께 기르도록 돋는다. 학교장은 “학생들 사이 갈등이 줄고 수업 참여 태도도 좋아졌다”고 평가하고 있다.

고등학교 단계에서는 SEL이 시민교육과 결합한다. 파리 근교 세브르(Sèvres)에 있는 Lycée Jean-Pierre Vernant 고등학교는 환경, 인권, 사회적 불평등 등 사회적 이슈를 주제로 토론 수업을 운영하며, 학생들은 감정을 조절하고 타인의 관점을 수용하는 과정을 반복적으로 경험한다. 한 교사는 “학생들이 감정적으로 반응하면서도 타인의 의견을 경청하고 표현을 조정하는 과정이 인상적이다”고 강조하였으며, 학생들도 설문조사에서 “토론 수업이 삶과 연결되고 자기 생각을 정리하는 데 도움이 된다”는 응답을 다수 보인 것으로 분석된다.

이처럼 유아기 놀이 활동에서부터 고등학교 토론 수업에 이르기까지 단계별 실천이 쌓이며, SEL은 단발성 활동이 아니라 수업과 학교문화의 지속 가능한 축으로 자리 잡아 가고 있다.

3. 정책 효과와 과제

프랑스의 SEL 정책은 학생의 마음 건강과 공동체 소속감을 높이는 데 일정한 성과를 보이고 있다. 정규 수업 속에 녹아든 SEL을 통해 학생들은 감정을 언어로 표현하는 기회를 일상적으로 접하고 있으며, 교사들 또한 갈등 감소와 수업 집중도 향상을 체감하고 있다.

특히 EnCLASS 정신건강 실태조사는 청소년의 소외감, 불안, 우울 지표를 상세히 보고하며, 2018년~2022년 사이 악화 추세를 드러냈다. 이를 근거로 프랑스 교육부는 사회·정서 역량(CPS) 개발을 청소년 정신건강 증진을 위한 핵심 대응 과제로 제시하고 있다

그러나 과제도 남아 있는데, SEL이 아직 국가 차원의 교과로 제도화되지 않았기 때문에 교사 개인의 의지와 교육청의 역량에 따라 실행 수준이 달라지고 있다는 점이다. Eduscol에서 수업안과 자료를 제공하지만, 정규 교사 연수 과정에 SEL이 포함되지 않아 실행 격차가 존재한다. 또한 학업 성취 중심 평가 체계가 여전히 강해 SEL 활동에 투입할 시간과 자원이 제한된다.

프랑스 제도의 특성상 중앙 정부 지침과 지역 교육청 자율 운영이 충돌할 가능성도 있다. SEL은

교사 중심 전달보다 학생 주도의 상호작용과 체험을 필요로 하기 때문에, 수업 유연성이 확보되지 않으면 단순 활동으로 축소될 위험이 있다. 결국 SEL을 안정적으로 확산시키려면 교사 연수 강화, 평가 체계의 다변화, 지역 간 격차 완화가 함께 추진되어야 한다.

4. 한국 교육에 주는 시사점

프랑스의 사회정서학습은 시민성 교육, 건강 증진, 공동체 구성원으로서의 책임 의식 등 다양한 교육적 가치를 통합하는 방향으로 운영되고 있다. 이러한 통합적 접근은 한국 교육에도 중요한 시사점을 제공한다. 한국 역시 최근 들어 학업 중심 교육의 한계를 인식하고, 학생의 사회·정서적 역량을 지원하려는 흐름이 확산하고 있다.

경상북도교육청은 SEL을 ‘마음 건강 교육’이라는 이름으로 체계화하며, 보다 구조적인 지원 모델을 실천에 옮기고 있다. 특히 ‘HOPE 프로젝트’라는 명칭 아래 예방 – 인지 – 처리 – 회복의 4단계를 중심으로 정서 지원 체계를 구축하고, 위기 학생을 조기에 발굴해 치료와 사후 관리까지 연계하는 통합적 접근을 시도하고 있다.

또한 ‘마음 성장 프로그램’을 통해 감정 인식, 자기 조절, 공감 능력 등 SEL의 핵심 요소를 정규 수업은 물론 학부모 교육과 지역사회 협력 활동까지 확장하고 있다. 이러한 다층적 지원은 학생들의 정서 안정과 학교 분위기 개선에 이바지했으며, 교육부로부터 우수 정책으로 선정되어 전국적 확산도 추진되고 있다.

프랑스 사례가 보여주는 SEL의 핵심은 ‘교과 통합’과 ‘시민교육과의 연결’에 있다. SEL을 별도의 프로그램으로 분리하기보다는 교실 수업 속에 자연스럽게 포함하고, 감정 표현이나 갈등 조정 능력을 공동체적 책무성과 연결하는 접근이 효과적이었다. 한국도 SEL이 단편적 활동을 넘어, 교사 연수와 교과 설계 단계에서부터 꾸준히 반영되는 것이 바람직하다.

SEL을 제도화하기 위해서는 몇 가지 정책적 뒷받침이 필요하다. 우선, 교사들이 수업 속에서 SEL을 자연스럽게 활용할 수 있도록 체계적인 연수 과정이 마련되어야 한다. 또한, 학교 현장에서 SEL을 실천할 수 있도록 시간·공간·협력 구조가 함께 보장되어야 한다. 아울러 감정 표현이나 관계 능력 같은 사회·정서적 역량을 평가하고 피드백할 수 있는 기준도 마련될 필요가 있다. 이러한 조건들이 갖추어질 때, SEL은 한국 교육이 지향하는 균형 잡힌 성장에 실질적으로 이바지할 수 있을 것이다.

5. 맷음말

프랑스는 학문 중심 교육의 전통 속에서도 학생들의 정서적 안녕과 공동체 의식을 중요하게 여기며 사회정서학습(SEL)을 정책적으로 도입해 왔다. SEL은 단순한 정서 기술을 넘어, 교과와 시민교육, 건강 교육 속에서 감정 표현과 공감, 협력 같은 역량을 삶과 연결해 배우도록 하는 데 초점이 맞추어져 있다.

학교 현장에서는 발달 단계에 맞춘 다양한 수업 실천을 통해 학생들이 자기 이해와 소속감을 키워가고 있으며, 교사들 역시 학급 분위기가 한결 안정되고 수업 참여가 활발해졌음을 체감하고 있다. 그러나 교사 연수의 부족이나 지역 간 자원 격차는 여전히 해결해야 할 과제로, SEL을 교육 과정 속에서 안정적으로 정착시키기 위한 지속적인 노력이 요구된다.

이러한 경험은 한국 교육에도 중요한 시사점을 제공한다. 프랑스가 보여주듯, SEL은 특정 활동에 머무르지 않고 교과 전반에 스며들 때 비로소 효과를 발휘한다. 따라서 한국 역시 교과 속 통합, 시민교육과의 연계, 교사의 실행 자율성 확대를 핵심 과제로 삼을 필요가 있다. 이를 통해 SEL은 학생 개인의 회복력을 높이는 동시에 공동체의 성장을 이끄는 중요한 교육 기제로 자리매김할 수 있을 것이다.

【참고 자료】

- ▶ <https://eduscol.education.fr/3020/developper-les-competences-psychosociales-cps>
- ▶ <https://eduscol.education.fr/document/52161/download>
- ▶ <https://www.santepubliquefrance.fr/etudes-et-enquetes/enclass>
- ▶ <https://www.lyc-vernant-sevres.ac-versailles.fr/>
- ▶ <https://www.ac-lyon.fr/annuaire/eco-maternelle-des-glycines-veauche-122304>
- ▶ <https://www.gbe.kr/site/gbe/ex/bbs/View.do?cbIdx=310&bcIdx=826476>



미국의 사회 정서 학습

발간위원 : 이호연 (예천여자고등학교 교사)

1. 왜 지금 사회정서교육(SEL)인가? – CASEL의 역할과 확산 배경

전 세계 교육 현장은 학생들의 학업 성취를 넘어 정서적·사회적 성장을 지원하는 총체적 교육의 중요성에 주목하고 있다. 특히 미국에서는 사회정서교육(Social and Emotional Learning, SEL)이 단순한 인성 교육을 넘어, 학생들이 불확실한 미래에 대처하고 잠재력을 최대한 발휘하도록 돋는 핵심 교육 철학으로 자리매김하고 있다. 코로나19 팬데믹을 거치며 학생들의 고립감, 불안, 우울 등 정신적 어려움이 심각한 사회 문제로 대두되면서, 자기 자신과 타인을 깊이 이해하고 건강한 관계를 형성하는 사회정서교육의 가치는 그 어느 때보다 중요해졌다. 이러한 배경 속에서 미국 연방정부와 각 주 교육청은 사회정서교육을 교육의 필수 요소로 인식하고, 관련 정책과 프로그램을 경쟁적으로 도입하고 있다.



[그림 1] CASEL의 사회정서학습(SEL) 프레임워크 또는 CASEL 훨(Wheel)

그 중심에는 1994년 설립된 비영리 단체 CASEL(Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning)이 있다. CASEL은 사회정서교육의 개념을 학문적으로 정립하고, 교육 현장에 적용할 수 있는 구조를 개발하며 사회정서교육 확산에 결정적인 역할을 했다. CASEL이 제시한 5가지 핵심 역량, 즉 자기 인식(Self-awareness), 자기 관리(Self-management), 사회적 인식(Social awareness), 관계 기술(Relationship skills), 책임 있는 의사결정(Responsible decision-making)은 현재 미국 전역의 사회정서교육 프로그램을 설계하고 평가하는 보편적인 기준으로 활용되고 있다. 본 기사는 미국 각 주가 CASEL의 구조를 바탕으로 사회정서교육을 어떻게 교육 현장에 창의적으로 적용하고 있는지 구체적인 사례를 통해 심층적으로 분석하고, 한국 교육에 주는 시사점을 모색하고자 한다.

2. 주(State)별 사회정서교육정책 및 현장 실천 사례

미국 교육 현장에서 사회정서교육이 활발히 논의되고 있는 가운데, 각 주(state)는 지역적 특색과 교육 철학에 맞춰 사회정서교육을 실현하고 있다. 이는 사회정서교육이 단순한 커리큘럼을 넘어, 학교의 문화와 철학으로 녹아들고 있음을 보여준다.

가. 일리노이(Illinois)주: SEL 표준의 선구자, 교실 속 구체적인 실천

일리노이주는 미국 최초로 유치원부터 고등학교(PreK-12)까지 포함하는 SEL 표준을 제정하여 교육과정에 의무화했다. 이 표준은 5가지 핵심 역량을 기반으로, 학년별로 학생들이 달성해야 할 구체적인 목표를 명확히 제시한다. 예를 들어, 초등학교 저학년은 '자신의 감정과 다른 사람의 감정을 구별하고 이를 불이기'를 배우고, 고등학생은 '다양한 관점을 분석하여 복잡한 사회 문제에 대한 윤리적 해결책을 제시하기'와 같은 과제를 수행한다.

일리노이주 스프링필드 공립학교(Springfield Public Schools)와 같은 일선 학교에서는 '라이온스-퀘스트(Lions-Quest)'나 '세컨드 스텝(Second Step)'과 같은 검증된 SEL 프로그램을 적극적으로 도입하고 있다.

1) 라이온스-퀘스트(Lions-Quest)

이 프로그램은 중학생들을 대상으로 하는 '청소년을 위한 기술(Skills for Adolescence)' 커리큘럼을 통해 자아 존중감, 개인적 책임감, 효과적인 의사소통, 건전한 의사결정 기술을 가르치는 데 중점을 둔다. 특히, 프로그램에 마음 챙김(mindfulness) 훈련을 포함하여 학생들의 자기 인식과 자기 관리 능력을 향상하고 있다. 마음 챙김 활동을 통해 학생들은 현재의 순간에 집중하고, 스트레스 상황에서 자신을 진정시키는 방법을 배우며 심리적 안정과 사회적 발달을 돋운다. 우드 카운티(Wood County)에서 진행된 연구에 따르면, 이 프로그램을 이수한 학생들은 대조군에 비해 문제 행동 발생률이 낮았으며, 특히 마약 사용과 같은 위험 행동 감소에 긍정적

인 효과를 보였다. 교사들은 '누구세요?'라는 활동을 통해 학생들이 서로에 대해 알아가고 관계를 형성하도록 돋거나, '공익 광고 만들기'와 같은 활동으로 SEL 역량을 창의적으로 적용하도록 유도한다.

PERSONAL DEVELOPMENT

PLANNING

SEL COMPETENCIES
Self-Management, Responsible Decision-Making

SKILLS analyzing situations, self-discipline, goal setting, impulse control

MATERIALS

- ✓ Discovering Projectable 2.3.1
- ✓ Connecting Projectable 2.3.2
- ✓ Reflecting Projectable 2.3.3
- ✓ Student Handout: Practicing
- ✓ Student Handout: Applying
- ✓ Family Connection Worksheet

CLASSROOM CONFIGURATION
① whole class ② small groups ③ small groups ④ individuals

OBJECTIVES
Students will

- ✓ understand that they can only control how they respond to other people's actions;
- ✓ practice responding positively to negative situations.

SKILLS Progression

LAST YEAR, students learned to manage anger through managing how emotions, thoughts, and actions go together.

THIS YEAR, students will learn how to respond positively to negative situations.

2.3 We Can Only Control Our Response

Many of us may understand that we can't control what others do or say, we can only control our response. But no matter your age, that is easier said than done. However, with practice, you can develop a set of skills to help you better manage your emotions.

D DISCOVERING 8 MINUTES  **INSTRUCTION**

In this lesson, you will explore how understanding your own emotions can help you understand and work more effectively with other people.

ASK: *Look at the person next to you. Can you control what they do? Can you control what they say?*

Guide the discussion so that the bottom line is that we can't really control what others do or say.

SAY: *People, even our friends and family, will do or say things we don't like, things that are mean, things that hurt, and things that make us mad, sad, and even glad. We can't control them. We can only control how we respond or react to what they do or say. This lesson will help us practice how to respond more positively to negative situations.*

Display Discovering Projectable 2.3.1 to the class. Read the scenario aloud.

ASK: *What was the situation?*

- *What emotions did Ella feel?*
- *What thoughts were causing these emotions?*
- *What could she control? What can't she control?*
- *What did you notice about the relationship among thoughts, actions, and feelings in this situation?*

SAY: *In a tough situation, it helps to analyze our negative emotions objectively and then make the choice to respond more positively and learn from the situation.*

Lions Quest
FAMILY G6-G12

Mindful Self-Management Exercise: Self-Motivation

This exercise will help you and your adolescent learn how to build self-motivation by using positive self-talk to recover from a setback or obstacle.

- Each exercise takes 10 minutes or less.
- Familiarize yourself with the exercise before using with your adolescent.
- Use the script to guide the exercise. Adjust language as needed.
- All exercises begin with **Breath Awareness** followed by a **Mindfulness Activity** that teaches a practical mindfulness skill.
- Each exercise ends with **Reflecting Questions** to discuss with your adolescent. Invite your adolescent to stay in mindful silence until the Reflecting Questions.

Breath Awareness

Let's get into a mindful posture to focus on how to use self-talk to motivate ourselves when facing a difficult task or event. You may sit, stand, or lie down—whatever feels best today. If you choose a seated position, sit up straight and place your hands on your thighs. Close your eyes, if that feels comfortable, or gaze softly downward. I'll guide you and do this with you. Begin breathing slowly and deeply, in and out. (pause)

Place your hands on your belly. Notice the rise of the belly as you breath in through your nose (pause) and the fall of the belly as you breathe out through your mouth. Let's do this three more times. (pause)

Mindfulness Activity

Continue your rhythmic, mindful breathing. Think about a time when you were trying to do something and got so frustrated that you felt like you hit a wall and there was no way around it. (pause)

It might have been a complicated school assignment, not being able to perform well at an activity, or having difficulty communicating with a friend or family member. (pause)

[그림 2] 라이온 퀘스트 수업 자료 및 학생 유인물

2) 세컨드 스텝(Second Step) : 놀이와 디지털로 배우는 마음 관리 기술

유치원부터 중학생까지 학년별 맞춤형 디지털 커리큘럼을 제공하며, 교사는 이를 활용해 학생들에게 공감, 감정 관리, 문제해결 기술 등을 가르친다. 특히, 초등학생 대상 프로그램은 짧은 영상과 활동을 통해 학생들의 감정 어휘력을 늘리고, 갈등 상황에서 '상대방의 관점에서 생각하기'를 연습하도록 한다. 독립적인 연구에 따르면, 이 프로그램을 충분히 이수한 학교의 학생들은 교내 정학 처분(suspension)이 줄어들고, 학업 동기 및 자기 관리 능력이 향상되는 등 긍정적인 성과를 보였다.

Choice Boards

Educators will create choice boards to encourage student participation in the how, what, where, when, and why of their learning.

Get Started

More resources for using the practice in your classroom. Program is trained for: Lane School

Experience Details

Learning

Type: Educator Practice
Audience: Educator

Pathway: Agency & Opportunity
Academic Skills: Analysis, Critical Thinking, Problem-Solving
CASEL Core Competencies: Responsible Decision-Making, Self-Awareness, Self-Management

Learn Practice Reflect and Refine

Get Started

Choice Boards

From Plan to Practice in 60 seconds! Educator Practice Instructed

Learning Choices			
Learn <ul style="list-style-type: none"> • Read this online article about the process. • Link to article  	<ul style="list-style-type: none"> • Watch this video showing how photosynthesis occurs. • Link to video  	<ul style="list-style-type: none"> • Listen to this podcast about photosynthesis. • Link to podcast  	
Process <p>Draw a picture of the photosynthesis process and search online or ask a partner if you have questions about how it works.</p> 	<p>Meet with a partner to discuss how you each understand photosynthesis. Take turns describing the steps.</p> 	<p>Meet with a partner and take turns teaching photosynthesis to each other.</p> 	
Demonstrate <p>Create a demonstration that shows the photosynthesis process. Film the demonstration.</p> 	<p>Make a slideshow that clearly shows the photosynthesis process. Imagine you're using it to teach someone.</p> 	<p>Write an informational paper describing the photosynthesis process and summarizing what you've learned about it.</p> 	

[그림 3] 세컨드 스텝 사회정서교육 교육과정 (Human Skill Curriculum)

세컨드 스텝(Second step)의 구체적인 교실 활동 사례	
1. 유치원 및 초등 저학년: 인형과 노래로 감정을 배워요	
수업 시작	교사는 '두뇌 만들기(Brain Builder)'라는 짧은 게임으로 아이들의 주의를 집중시키며 수업을 시작한다. '소리 듣고 따라 하기'나 '선생님 따라 동작 멈추기' 같은 활동을 통해 집중력과 자기 통제력을 자연스럽게 훈련한다.
핵심 활동	<p>〈 감정 인형과 스토리텔링 〉</p> <p>수업에는 '강아지(Puppy)'와 '달팽이(Snail)'라는 이름의 손인형이 등장한다. 교사는 이 인형들을 활용해 아이들이 겪을 법한 다양한 상황을 이야기로 들려준다. 예를 들어, "친구가 내 장난감을 갑자기 뺏어가서 너무너무 화가 난 강아지" 이야기를 들려주며 '화남'이라는 감정을 소개한다. 아이들은 사진 카드를 보며 화가 났을 때의 얼굴 표정을 배우고, 다 함께 '화가 날 땐 배꼽에 손을 얹고, 숨을 크게 들이쉬고 내쉬어요'라고 말하는 '진정하기 (Calm-Down)' 방법을 연습한다.</p>
마무리	<p>〈 노래와 활동지 〉</p> <p>수업의 마무리는 그날 배운 주제와 관련된 노래를 다 함께 부르는 것이다. '공감 노래(The Empathy Song)'나 '문제 해결 노래(Problem-Solving Song)' 등은 아이들이 핵심 개념을 즐겁게 기억하도록 돋는다. 가정으로 보내지는 '홈 링크(Home Link)' 활동지를 통해 부모님도 아이의 SEL 학습에 함께 참여할 수 있다.</p>
2. 초등 고학년 및 중학생: 디지털 콘텐츠와 토론으로 문제 해결 능력을 키워요	
디지털 수업	학생들은 태블릿이나 스마트 보드를 통해 짧은 비디오 클립을 시청한다. 영상에는 친구와의 오해, 온라인에서의 갈등, 시험에 대한 불안감 등 학생들이 실제로 겪는 고민이 담겨 있다.
구체적인 수업 사례	<p>〈 비난 없이 문제 말하기 〉</p> <ul style="list-style-type: none"> · 영상 시청 <ul style="list-style-type: none"> : 학생들이 팀 과제를 하다가 서로 의견이 맞지 않아 갈등이 생기는 영상을 시청한다. 한 학생이 "너 때문에 다 망쳤어!"라고 비난하는 장면이 나온다. · 토론 <ul style="list-style-type: none"> : 교사는 영상을 멈추고 질문을 던진다. "이렇게 말했을 때 상대방의 기분은 어땠을까요?", "문제를 해결하는 데 도움이 되는 말하기 방식은 무엇일까요?" · 기술 연습 <ul style="list-style-type: none"> : 학생들은 '나'를 주어로 사용하여 비난 없이 자신의 생각과 감정을 전달하는 '나-전달법 (I-Message)'을 학습한다. "네가 약속을 안 지켜서 내가 속상했어"라고 말하는 연습을 짹과 함께 역할극으로 진행한다. 이를 통해 학생들은 책임 있는 의사결정과 관계 기술을 구체적으로 익히게 된다.

이처럼 세컨드 스텝은 단순히 '착하게 살자'는 식의 훈계가 아니라, 학생이 삶에서 마주하는 구체적인 상황 속에서 감정을 인식하고, 충동을 조절하며, 갈등을 건설적으로 해결하는 실용적인 '기술'을 가르친다.

나. 캘리포니아주: '원격 학습' 환경에서도 SEL을 놓치지 않다

캘리포니아주는 코로나19 팬데믹 기간 원격 학습 환경에서도 학생들의 정서적 안정을 지원하기 위해 SEL을 적극적으로 활용했다. 특히 '인사이트 스쿨스 오브 캘리포니아(Insight Schools of California)'와 같은 온라인 학교는 주 2회 30분씩 진행되는 '라이브 온라인 자문(live online advisory)' 세션을 운영했다. 이 온라인 자문 세션은 단순히 학사 정보를 전달하는 것을 넘어, 학생들의 사회성과 정서적 발달을 돋기 위해 고안되었다. 특별히 훈련된 교사가 진행하는 이 세션에서 학생들은 자신의 감정 상태를 나누고, 공동의 관심사를 토론하며, 서로에게 지지하는 메시지를 보낸다. 이를 통해 학생들은 온라인 환경에서도 또래 집단과의 소속감을 느끼고, 자신의 목소리를 낼 수 있는 안전한 환경을 경험한다. 학교 측은 이러한 정서적 지원을 통해 학생들이 학업에 대한 동기를 유지하고, 온라인 학습 환경에서 발생할 수 있는 고립감과 불안감을 줄이는 데 큰 효과를 보았다고 보고하고 있다.

라이브 온라인 자문(live online advisory) 세션	
운영 구조	<ul style="list-style-type: none"> 고등학생(9-12학년)을 대상으로 주 2회, 각 30분간 실시간 온라인 자문 세션을 진행 입학 초 2주간은 적응과 소속감 강화를 위해 매일 세션 참여 훈련된 교사 혹은 카운슬러가 세션 리드, 필요시 학부모 및 러닝 코치도 참여 가능 학생 개개인의 상황과 목표에 맞춘 맞춤형 지원 병행
주요 활동	<ul style="list-style-type: none"> 자아 인식, 자기관리, 사회적 인식, 관계 맺기, 책임감 있는 의사결정 등 5가지 핵심 SEL 역량 강화 학생들이 각자의 감정, 고민, 일상 경험을 안전하게 나누는 시간 또래 친구들 간 공감 메시지 주고받기, 모둠별 관심사 토론, 사회적 이슈 연계 대화 익명 설문, 감정 상태 체크인, '오늘 기분 색깔로 표현하기' 등 다양한 온라인 활동 실제 국어·사회수업과 연결해 현실 문제(예: 사회 정의 이슈)를 토론하거나 문학 작품의 인물 감정 분석
정서적 지원 효과	<ul style="list-style-type: none"> 고립감, 불안 감소 및 공동체 소속감 강화 학생 개별 상황(예: 지속적인 건강 문제) 발견 시, 가정·학습 지원팀(Family Academic Support Team)과 연계하여 추가 지원 실시간 면담과 모둠 토론을 통해 학생 자신의 목소리를 내고, 자기효능감 및 자기관리 능력 신장
실제 사례	<p>예시 1: 세션 대화 활동 "오늘 나의 기분을 색깔이나 이모지로 표현해봅시다. 그리고 그 이유를 한 문장으로 나눠봅시다."</p> <p>예시 2: 소그룹 토의 "최근 사회 뉴스를 바탕으로, 우리 반에서 떠오른 생각이나 느낀 점을 각자 이야기해보고, 교과서 속 주제와 연결해 봅시다."</p> <p>예시 3: 지지 메시지 교환 "오늘 한 친구에게 익명으로 힘이 되는 메모 혹은 응원의 메시지를 써서 공유해 봅시다."</p>

다. 워싱턴주: '문화적 민감성'과 '형평성'을 기반으로 한 SEL

워싱턴주는 SEL 표준을 개발하면서 '형평성(Equity)', '문화적 지속 가능성(Culturally Sustaining)', '외상 인식(Trauma-informed practices)'이라는 세 가지 핵심 원칙을 강조한다. 이는 SEL 교육이 모든 학생의 배경과 경험을 존중하고, 특히 상처를 가진 학생들을 배려하는 방향으로 진행되어야 한다는 철학을 담고 있다. 워싱턴주 교육부(OSPI)는 교사들이 이러한 원칙을 실제 수업에 적용할 수 있도록 구체적인 가이드를 제공한다.

1) 원주민 관습을 통합한 SEL

'말하기 막대(Talking Stick)'를 활용한 '서클' 활동이 대표적이다. 이는 북미 원주민 부족의 전통적인 소통 방식을 차용한 것으로, 오직 막대를쥔 사람만이 발언권을 갖는다. 이를 통해 학생들은 다른 사람의 이야기를 중간에 끊지 않고 끝까지 경청하는 법(사회적 인식)과 자신의 생각을 존중받는 환경에서 안전하게 표현하는 법(관계 기술)을 배운다. 이는 소수 민족 학생들에게 문화적 자긍심을 심어주는 동시에, 모든 학생이 서로를 존중하는 교실 문화를 만든다.

2) 외상 인식 접근법

교사는 "너 왜 그랬어?"라고 다그치는 대신, "무슨 일이 있었니? 괜찮니?"라고 물으며 학생의 행동 이면에 숨겨진 어려움을 먼저 살핀다. 또한, 갑작스러운 활동 변경을 최소화하고 예측 가능한 일과를 제공하여 학생들이 심리적 안정감을 느끼도록 돋는다.

3. 맷음말

미국 각 주의 다양한 SEL 사례들은 SEL이 학생들의 정서적 안정뿐만 아니라 학업 성과, 학교 폭력 감소, 그리고 평화로운 학교 문화 조성에 긍정적인 영향을 미친다는 점을 명확히 보여준다. 이처럼 SEL은 단순히 '착한 학생'을 기르는 것을 넘어, 미래 사회가 요구하는 협력, 공감, 창의적 문제해결 능력을 갖춘 인재를 양성하는 핵심적인 교육 방법으로 자리 잡고 있다.

한국 교육도 지식 전달 위주의 교육에서 벗어나, 학생들의 사회성과 정서적 역량 함양에 더 많은 관심과 투자를 기울여야 할 필요가 있다. 미국의 사례처럼 SEL을 학교의 철학이자 문화로 정착시키기 위한 정책적 지원과 학교 현장의 노력이 병행된다면, 우리 학생들 역시 건강하고 행복한 사회 구성원으로 성장할 수 있을 것이다.

【참고 자료】

- ▶ <https://www.lions-quest.org/>
- ▶ <https://www.secondstep.org/>
- ▶ <https://insightca.k12.com/>
- ▶ <https://ospi.k12.wa.us/>



캐나다의 사회 정서 학습

발간위원 : 안예린(포항송곡초등학교 교사)

사회정서학습(Social Emotional Learning, 이하 SEL)은 학생의 정서와 사회적 역량을 함양하기 위한 교육 방식·주제·목표로서 자기인식, 자기관리, 사회인식, 관계기술, 책임 있는 의사결정 등의 역량을 기반으로 학생의 전인적 성장을 추구한다. 이런 역량들은 학업 성취뿐 아니라 정신건강과 학교 적응력 향상에도 지대한 영향을 미친다. 미국의 SEL 연구기관인 CASEL은 5가지 핵심 역량을 기반으로 글로벌 SEL 교육 모델을 제시하였으며 OECD에서도 SEL을 미래 교육 핵심 주제로 강조하고 있다.

SEL은 여러 위기 상황에서 학생에게 정서적 안전망을 제공하고, 학교 공동체 회복의 기반으로 작용한다. 캐나다는 일찍부터 자국 학생들의 정신건강 문제의 심각성을 인식하고, SEL을 정책 차원에서 적극적으로 도입하고 있는 대표적인 국가다. 특히 팬데믹 이후 학생들의 불안과 스트레스가 크게 증가¹⁷⁾하고 학생들의 정서·사회·학업 성취에 악영향을 끼치면서 캐나다 교육 현장에서 SEL의 필요성은 더욱 주목받았으며 오늘날에는 기준 SEL을 더 확대·강화하여 실행하고 있다.

SEL은 인성교육을 넘어 교과, 학교 문화, 지역사회 전반에 통합될 때 효과가 높아진다. 캐나다 각 주 정부는 이를 반영해 교육과정에 SEL 요소를 포함하고, 학교 단위 실천 프로그램을 운영 중이다. 더불어 SEL을 학교 생태계의 중요한 축으로 설정해 교사 연수, 학부모 연계 활동, 지역사회 협업 프로젝트도 함께 진행하고 있다. 이에 본 기사에서는 팬데믹 이전부터 오늘날까지 캐나다 K-12 교육 현장에서의 SEL 적용 흐름, 세부 사례와 정책 방향을 살펴보고자 한다.



[그림 1] CASEL: SEL 핵심역량

17) The impact of COVID-19 on the mental health of Canadian children and youth, Tracy Vaillancourt 외, (2021)

1. 캐나다 교육 현장에서의 SEL 실행 상황과 현장 과제

가. 프레리 지역의 SEL 관련 연구 설문 조사 결과

캐나다 프레리 지역(매니토바, 사스캐彻원, 앨버타)의 교사들을 대상으로 한 최근 연구¹⁸⁾는 SEL 프로그램이 실제 학교 현장에서 실행될 가능성과 프로그램 실행을 막는 장애 요인을 다섯 가지 항목-SEL에 대한 교사의 태도, SEL 관련 지식수준, 업무 스트레스, 실행을 위한 교육 지원, 실천 경험-으로 나누어 조사·분석하였다.

연구 결과, 교사가 SEL의 가치를 긍정적으로 인식할수록, SEL을 실행하는 데 필요한 지식과 지원을 충분히 확보할수록 프로그램 실행 의지가 높아지는 경향이 뚜렷하게 나타났다. 반대로 과도한 행정 업무와 높은 직무 스트레스는 SEL을 추진하기 어려운 주요 장애 요인으로 지적되었다.

열린 형태의 질적 응답에서도 이러한 결과가 뒷받침되었으며, 보다 구체적인 현장의 목소리가 드러났다. 많은 교사들이 SEL의 필요성에 공감하면서도 교사 연수와 훈련의 부족, 준비시간과 자료의 한계, 재정 지원 미비 등의 문제를 호소했다. 특히 이중언어 국가인 캐나다 특성상 프랑스어로 된 교육자료의 부족은 교사들의 SEL 실행 과정에서 공통으로 보고되는 어려움이었다.

연구는 프레리 지역 학교에서 SEL이 효과적으로 자리 잡기 위해서는 정책 차원의 인적·물적 지원 강화와 더불어, 교사들이 SEL을 실천할 수 있는 현실적 여건 마련이 필요함을 대변한다.

나. 캐나다 초등 교육과정에서의 SEL 프로그램 선택 경향

캐나다 초등교육에서 SEL 프로그램을 선택할 때 가장 중요한 기준은 “증거 기반(evidence-based)” 여부다. CASEL의 프로그램 가이드는 학교는 평가 설계, 효과 검증, 지속성 등 엄격한 평가 기준을 충족하는 프로그램을 먼저 선택해야 한다고 지적한다. 온타리오주는 이런 기준을 만족하는 SEL 프로그램을 교과 및 교수 자료에 반영해 통합적으로 활용하고 있다.

SEL 프로그램의 설계와 구성 요소도 중요한 선택 기준으로 작용한다.¹⁹⁾ SEL 프로그램 중에서도 사회적 기술, 감정 인식, 행동 대처 능력과 같은 핵심 역량이 명시적으로 포함된 프로그램이 선호된다. 이들 요소는 CASEL이 정의한 다섯 핵심 역량(자기인식, 자기관리, 사회인식, 관계기술, 책임 있는 의사결정)과 일치하며, 대부분의 증거 기반 프로그램에 공통으로 포함되어 있다.

이처럼 캐나다 교육 현장에서는 검증된 핵심 기법을 포함하면서도 교실 맥락과 잘 맞는 모듈형 혹은 교육과정 통합형 SEL 프로그램이 특히 주목받고 있으며, 이에 대한 현장 요구가 크다.

18) Feasibility of Evidence-Based Social and Emotional Learning in Prairie Canadian Schools, Kayla Kilborn 외 (2024)

19) The Core Components of Evidence-Based Social Emotional Learning Programs, Gwendolyn M Lawson 외 (2020)

2. 캐나다 SEL의 주별 정책적 기반과 프로그램 동향

가. 온타리오 주의 SEL 교육과정

온타리오주는 학생 정신건강 증진을 위해 2019년부터 개정 교육과정을 통해 초·중등 건강·신체 교육(Health and Physical Education, HPE) 교과에 SEL 요소를 명시적으로 통합했다. HPE 교과는 전통적인 건강·운동 영역 외에도 SEL 기술을 다루고 있으며 감정 인식과 조절, 스트레스 대응, 관계 기술, 자기 정체성 이해, 비판적·창의적 사고 등등 SEL 주제가 학습 활동 전반에 적용되도록 설계되었다.

또한 온타리오주에서는 건강 교육자료 제공 및 프로그램 개발 관련 비영리기관인 OPHEA(Ontario Physical and Health Education Association, 온타리오 신체 건강 교육 협회)가 학교 현장에서 SEL을 포함하여 HPE 교과를 활용할 수 있도록 적극적으로 보조하고 있다. 협회는 온타리오주 교육과정에 맞는 교사용 수업지도안과 평가 도구, 교원 연수를 제공하며 교실 내 SEL 실천 및 활성화에 실질적 도움을 주고 있다.



[그림 2] OPHEA



[그림 3] Roots of Empathy
영유아 방문 활동 예시

온타리오의 주도 토론토에서는 1996년부터 캐나다의 대표적인 SEL 프로그램인 ‘Roots of Empathy(RoE, 공감의 뿌리)’를 운영해 오고 있다. 프로그램은 어린 아기와 보호자가 초등학교 교실을 지속적으로 방문하며 학생들의 공감 능력과 정서 인식을 키우는 방식으로 진행된다. 아기의 발달을 관찰하고 감정 해석 활동에 참여하는 과정에서 학생들은 공감 능력과 사회·정서적 인식을 기르고, 수학·미술·음악·문학 등 다양한 교과와 연계된 활동을 통해 통합적 학습을 경험한다.

RoE 프로그램 참여를 통해 학생들의 신체적·간접적 공격 행동이 감소하고, 친사회적 행동이 증가했을 뿐 아니라 프로그램 종료 이후에도 3년까지 효과가 지속되는 등 프로그램의 학생 정서 안정 및 발달에서의 유의미한 효과²⁰⁾가 입증되었다. 이런 긍정적 결과에 힘입어 현재는 영어뿐 아니라 캐나다 2 공용어인 프랑스어판, 원주민 공동체 맞춤형 RoE 프로그램이 개발되어 토론토를 넘어 캐나다 전역에서 활용되고 있다. 또한 영국, 뉴질랜드, 미국 등 다양한 교육 선진국에서도 RoE 프로그램을 체험 및 운영 중이다.

20) Effectiveness of school-based violence prevention for children and youth: a research report: Robert G Santos 외 (2011)

나. 노바스코샤주의 전(全)학교 차원 SEL 접근

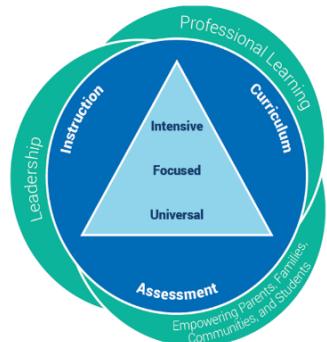
노바스코샤주는 아틀란틱 캐나다(뉴펀들랜드 래브라도, 노바스코샤, 뉴브런즈윅, 프린스 에드워드 아일랜드 포함 동부 대서양 인접 지역 4개주) 지역에서 사회정서학습을 전 학교 차원(whole-school)으로 확산하여 운영하는 대표적인 주다. 최근에는 SEL의 실행을 단편적인 교실 수업 차원을 넘어, 포괄적 교육(Inclusive Education) 정책과 연결해 체계적으로 강화하고 있다.

노바스코샤 교육부는 2021-22년 성과 보고서를 통해 “다층적 지원 체계(Multi-Tiered System of Supports, MTSS)”를 확대 운영하고 있다고 밝혔다. MTSS는 학생의 사회·정서적·행동적 요구를 교실, 소그룹, 개별 수준으로 나누어 단계적으로 진단하고 지원하는 시스템이다. 주 정부 또한 MTSS 체계 실현을 통해 학생들이 필요할 때 더 빠르고 전문적인 도움을 받을 수 있도록 적극 투자하고 있다. 덕분에 2017년부터 2021년까지 약 4년 동안 행동 전문가, 심리상담사, 언어 지원 교사 등 1,000명 이상의 전문 인력을 새로 채용하고 학생 맞춤형 지원을 크게 늘리며 학생의 사회·정서적·행동적 필요에 적합하게 대응할 수 있었다.

정책적 노력과 더불어 교육 현장에서는 전 학교 차원의 SEL 실현을 위한 구체적인 프로그램 개발 및 적용 실험이 진행 중이다. 예를 들어, 2022년에서 2023년에 걸쳐 노바스코샤주의 주도 할리팩스의 한 고등학교에서는 Peer Mentorship Network를 도입해 전교생을 대상으로 한 SEL 활동을 운영했다. 프로그램에서 학생들은 멘토와 멘티 역할을 맡아 또래 친구들 대상 정신건강 주제 상담 활동에 참여하였다. 전문적 상담가와 또래 멘토의 차이에 대한 안내를 바탕으로 멘토 역할 활동을 수행하며 멘토 학생과 멘티 학생 모두 자기 성찰, 의사소통, 목표 설정 능력을 기르는 기회를 얻었다.

또한 노바스코샤주는 2019년부터 UpLift 프로젝트를 통해 건강증진학교(Health Promoting Schools, HPS, 학교 환경, 교수·학습, 정책, 서비스를 함께 아우르는 전 학교 차원 건강·복지 증진 모델)를 도입하고 있다. UpLift는 아동과 청소년의 건강과 학습을 동시에 지원하는 것을 목표로 하는 학교·지역사회·대학 협력 프로젝트로, 아동과 청소년들의 참여를 핵심 요소로 삼는다. 프로젝트는 학생들이 스스로 건강·사회·정서적 주제를 탐구하고 실천하는 주체로 성장할 수 있는 환경 조성을 지원하며, 지역 대학과의 협력으로 SEL의 가치를 더욱 확장하였다.

이처럼 노바스코샤주는 SEL을 단일 프로그램을 넘어 교육정책·학교 문화 협력이 어우러진 구조적 변화를 동반해 확장하고 있다. MTSS, Peer Mentorship Network, UpLift와 같은 정책과 현장 모델이 함께 작동하며 SEL은 학생들의 정서적 안정과 학업 성취를 동시에 이끄는 핵심 전략으로 자리매김할 수 있었다.



3. 캐나다 교육 현장에서의 SEL 프로그램 효과 및 미래 방향성

가. 정서, 행동, 학업 성과의 개선

2023년 발표된 국제 메타분석²¹⁾에 따르면, 보편적 학교 기반(Universal School Based) SEL은 학생들의 사회·정서 기술과 친사회적 행동, 학업 성취를 증진하는 동시에 문제행동과 정서적 어려움 감소에 효과적이다. 캐나다 온타리오의 학교 정신건강 지원기관(School Mental Health Ontario, SMHO) 역시 SEL이 학생 참여도, 학업 성취, 전반적 웰빙 개선과 관련이 있음을 정리한 바 있다.

나. 학교장 역량 강화

캐나다 내 SEL 교육 확장에 중심적 역할을 해온 온타리오주는 학교장의 리더십을 SEL 실행의 핵심 요소로 명시하고 있다. SHMO는 2024 개정 관리자용 안내서 Leading Mentally Healthy School에서 SEL을 전 학교적 문화와 정책에 통합하기 위한 학교장의 역할을 제시한다. 안내서는 학교 내 정신건강 지원팀 운영, 학교 차원 목표 수립, 지역사회 연계, 데이터·증거 기반(evidence based) 검토 등을 통해 학교장이 SEL 실현의 촉진자가 되어야 함을 강조한다.

다. 캐나다 내 SEL 확장 전망



캐나다 내 SEL 시장 개관 조사 보고서에 따르면, 캐나다 SEL 시장은 2023년 약 1억 7,810만 달러에서 2030년 8억 4,970만 달러로 성장할 것으로 전망된다. 이는 연평균 약 25% 성장률에 해당하며, 특히 디지털 SEL 자료와 온라인 연수 서비스 부문의 성장세가 두드러질 것으로 분석된다. 이러한 수치들은 캐나다 내 증가하는 SEL 수요와 변화하는 교육 현장의 요구를 반영한다.

21) The state of evidence for social and emotional learning: A contemporary meta-analysis of universal school-based SEL interventions, Christina Cipriano 외 (2023)

라. 캐나다 SEL 방향성

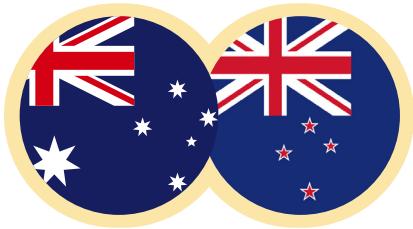
캐나다의 SEL은 개별 프로그램 중심에서 벗어나 교육과정과 학교 운영 전반에 내재화되는 방향으로 발전하고 있다. 앞서 언급한 온타리오의 HPE 교과 통합, 노바스코샤의 UpLift처럼 주 단위 정책이 SEL을 제도권 안으로 끌어들이고 있으며 프랑스어권 학습자 대상 자료 개발, 원주민 공동체와 이민 가정 등 다양한 문화와 배경을 고려한 포용적인 SEL이 강조되고 있다. 또한 교실 수업을 넘어 학교 문화, 가정 및 지역사회 연계까지 확장하는 통합적 접근이 강화되면서, SEL은 단순한 ‘부가적 교실 활동’이 아니라 미래 교육의 핵심 요소로 자리 잡아가고 있다.

4. 맷음말

캐나다의 사회정서학습(SEL)은 선택적 프로그램 이상으로 교육정책과 학교 교육과정, 교실 교과 수업, 가정 및 지역사회 협력 전반에 걸쳐 자리 잡고 있다. 이는 팬데믹 이후 더욱 뚜렷해진 학생들의 사회·정서적 필요에 대응하는 동시에 미래 사회가 요구하는 핵심 역량을 기르는 기반으로 작용한다. 온타리오와 노바스코샤의 사례에서 확인할 수 있듯 정책적 지원과 현장 실천이 맞물릴 때 SEL은 학생들의 학업 성취와 정서적 안정을 동시에 증진하는 강력한 전략이 될 것이다.

【참고 자료】

- ▶ <https://casel.org/fundamentals-of-sel/what-is-the-casel-framework/>
- ▶ <https://www.ontario.ca/document/health-and-physical-education-grades-1-8>
- ▶ OpheaCanada Weninar: An Exploration of Assessment and Evaluation in the Elementary Health & Physical Education Curriculum
- ▶ <https://rootsofempathy.org>
- ▶ <https://www.ednet.ns.ca/docs/inclusiveeducationpolicyen.pdf>
- ▶ Accountability Report 2021–22: Education & Early Childhood Development , Nova Scotia
- ▶ <https://www.ednet.ns.ca/psp/equity-inclusive-education/multi-tiered-system-supports>
- ▶ <https://phecanada.ca/professional-learning/journal/peer-mentorship-network-helped-me-flourish-whole-school-approach-peer>
- ▶ <https://www.upliftns.ca/>
- ▶ https://smho-sms.ca/emhc/wp-content/uploads/sites/6/2020/07/EENet-Evidence-Brief_School-YearsInterventions_FINAL.pdf
- ▶ <https://www.grandviewresearch.com/horizon/outlook/social-and-emotional-learning-sel-market/canada>



호주와 뉴질랜드의 사회 정서 학습

발간위원 : 최지원(상대초등학교 교사)

발간위원: 최지원(상대초등학교 교사)

1. 호주의 사회정서학습

전 세계적으로 학생들의 정신건강과 전인적 발달에 대한 관심이 높아지면서 **학교 교육과정에 사회 정서학습(Social Emotional Learning, SEL)을 통합하려는 움직임이 확산되고 있다**. 특히 학업 성취뿐 아니라 학생들의 정서적 복지와 행동 발달을 중시하는 교육 패러다임의 전환이 사회정서학습을 정책적으로 추진하게 된 주요 배경이 되었다. 이러한 변화의 흐름 속에서 호주는 비교적 이른 시기부터 사회정서학습의 중요성을 인식하고 이를 정책적 차원에서 적극 도입했다. 이에 호주 사회정서학습의 시기별 흐름과 주요 프로그램, 정부 차원의 개입 사례 등을 구체적으로 살펴봄으로써 사회정서학습이 호주 교육 현장에서 어떻게 실천되고 있는지에 대한 이해를 돋고자 한다.

가. 도입 배경 및 초기 정책 동향

호주에서 사회정서학습에 대한 관심은 2000년대 초반부터 나타나기 시작했다. 특히 2004년 최초 발표된 「국가 안전 학교 체제(National Safe Schools Framework, NSSF)」라는 정책 문서에 **사회정서학습을 통한 ‘학생들의 웰빙(Student Wellbeing)’** 관련 내용을 처음 포함한 것이 계기가 되었다.²²⁾ NSSF는 학교폭력 예방과 안전한 학교 환경 조성을 목적으로 설계되었으나, **학생들의 정서적·사회적**

22) NSSF는 모든 호주 학교가 ‘안전하고 서로 지지하며 존중하는 교육 및 학습 공동체로서 학생들의 웰빙을 증진한다는 비전’과 ‘모든 학교 환경에서 효과적인 학습을 위한 전제 조건으로서 학생의 안전과 웰빙을 중시한다는 지침’을 기반으로 한다(SCSEEC, 2013, pp. 3).

역량 함양이 근본적인 대응 전략으로 제시되면서 사회정서학습의 중요성이 부각되었다.

이후 2007년에는 교육부와 심리학회, 아동교육기관, 정신건강 지원단체(Beyond Blue)가 공동으로 **Kids Matter 프로그램**을 출범시켰다. 이는 호주에서 본격적인 사회정서학습 기반 학교 프로그램의 시작을 알린 정책적 시도였다. **2009년 시범사업 평가 결과, 정서·행동 문제를 보이던 학생들의 비율이 34%에서 24%로 감소한 것이 확인되었고, 이는 사회정서학습이 학생의 전반적 복지와 행동 발달에 실질적인 영향을 줄 수 있다는 초기 근거로 작용하였다.** 이러한 성과를 기반으로 호주는 사회정서학습을 단기 프로젝트가 아닌 지속 가능한 교육 역량으로 접근하기 시작했고, 2013년부터는 국가 교육과정에 'Personal and Social Capability'가 일반 역량으로 포함되었다.

나. 정책 본격 추진 및 확산

이후 호주는 사회정서학습을 국가 교육정책 전반에 반영하여 체계적으로 추진하고 있다. **호주는 국가 교육과정에 자기 인식, 자기 관리, 사회 인식, 관계 기술 등 사회정서학습의 핵심 요소를 학교 교육과정에 통합하는 것으로 정책을 본격적으로 확산하기 시작했다.** 이와 더불어 2007년부터 시행된 Kids Matter 프로그램은 학교 기반의 정신건강 및 사회정서학습 지원 체계의 시초로 평가되며, 이후 2020년부터는 Be You라는 이름으로 전환되어 전국 단위로 확대 운영되고 있다.

주 정부 차원의 정책도 활발히 추진되고 있다. 호주 수도 특별구(ACT)는 Friendly Schools Plus, PATHS, MindUP 등 다양한 사회정서학습 프로그램을 운영하며 학교 선택권을 보장하고 있고, 뉴사우스웨일스주(NSW)는 복지와 행동 지원을 위한 사회정서학습 중심 도구상자를 공립학교에 제공하고 있다. 빅토리아주(VIC)는 Social Emotional Learning SPACE라는 교사 대상 사회정서학습 전문 연수를 통해 교사 역량 강화를 정책적으로 지원하며, 전체 교육과정과 연계된 사회정서학습 실행 기반을 마련하고 있다. 이처럼 **호주는 연방과 주 정부가 협력하여 교육과정, 교사 연수, 학교 실행이라는 다층적 구조로 사회정서학습을 정착시키고 있다.**

다. 사회정서학습 프로그램 운영 사례

현재 호주에서 운영되는 사회정서학습 프로그램 사례를 구체적으로 살펴보면 <표 1>과 같다.

<표 1> 호주 사회정서학습 프로그램 운영 사례

프로그램명	대상 및 내용	참고
Friendly Schools Plus	<ul style="list-style-type: none">초·중학생 대상학교 주도 사회정서학습 및 학교폭력 예방	

프로그램명	대상 및 내용	참고
MindUP	<ul style="list-style-type: none"> 초등학생 대상 인지신경과학 기반 자기조절, 집중훈련, 공감 강화 	
PATHS	<ul style="list-style-type: none"> 유치원 및 초등학생 대상 정서 조절, 문제 해결 기술 강화 	
Second Step	<ul style="list-style-type: none"> 유·초·중학생 대상 공감, 감정관리, 관계기술, 문제 해결 학습 관련 	
SEL SPACE	<ul style="list-style-type: none"> 초등학교 교사 대상 원주민, 난민, 신경학적 다양성 학생에 대한 대응 	

라. 정책 추진 방식과 특징

먼저, **호주의 사회정서학습 정책은 연방정부, 주 정부, 학교 간의 협력 구조를 기반으로 한다.** 연방정부는 사회정서학습을 국가 교육과정에 공식적으로 포함하고, 이를 토대로 각 주 정부는 자율성과 지역 특성에 맞는 사회정서학습 프로그램을 기획하고 실행하며, 개별 학교는 해당 프로그램을 학교 현장에 맞게 도입 및 운영하는 특징을 보인다.

다음으로 호주의 사회정서학습은 미국 CASEL(Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning)의 다섯 핵심 역량인 자기 인식, 자기 관리, 사회 인식, 관계 기술, 책임 있는 의사결정을 중심으로 구성되며, 무작위 대조 실험(RCT) 등의 과학적 연구를 통해 효과성을 입증한 **증거 기반 접근을 채택**하고 있다. 특히 사회정서학습이 학업 성취, 정서 안정, 행동 개선 등 다양한 측면에서 긍정적 영향을 준다는 연구 결과들이 이를 뒷받침한다.²³⁾ 또한 사회정서학습과 관련된 **교사의 전문성 강화를 중요한 정책 요소로 설정**하고 있으며, 각 주 정부는 교사 연수를 통해 사회정서학습의 실제 적용 능력을 높이고 있다.

아울러 호주는 사회정서학습을 단일 프로그램이 아닌 **다층적 지원 체계(Tiered Support)**로 운영한다. 이러한 다층적 지원 구조는 모든 학생을 대상으로 한 보편적 사회정서학습 교육과 함께 정서적 어려움을 겪는 특정 학생군에 대한 조기 개입, 더 복합적인 지원이 필요한 학생에게는 집중 개입을 제공한다. 이러한 접근은 예방 중심의 복지와 교육을 실현하기 위한 중요한 기반이 되고 있다.

23) Mark T. Greenberg(2023). *Evidence for Social and Emotional Learning in Schools*, CA: Learning Policy Institute, pp. 6-11.

2. 뉴질랜드의 사회정서학습

뉴질랜드는 학생들의 정서적 안정과 사회적 역량 강화를 위한 교육적 접근으로 사회정서학습의 중요성을 일찍이 인식해 왔다. 뉴질랜드에서는 유아기부터 시작되는 사회·정서적 발달을 국가 교육과정의 핵심 요소로 설정하고, 이를 체계적으로 지원하기 위한 정책과 프로그램을 여러모로 추진해 왔다. 이 장에서는 뉴질랜드에서 사회정서학습이 어떻게 도입되었으며, 이를 정책적으로 어떻게 추진해 왔는지를 중심으로 살펴본다. 아울러 유아교육 단계에서부터 초·중등교육에 이르기까지의 실천 사례를 통해 뉴질랜드가 사회정서학습을 어떻게 학교 현장에 안착시켜 왔는지를 종합적으로 살펴보고자 한다.

가. 도입 시기 및 배경

뉴질랜드에서 사회정서학습은 1996년 초기 **유아교육 교육과정인 Te Whāriki에 ‘정서적 웰빙(well-being, mana atua)’을 핵심 요소로 포함하면서 본격적으로 교육과정에 도입되기 시작했다.** 이는 유아기의 전인적 발달을 중시하고, 정서적 안정과 사회적 관계 형성을 교육 목표로 설정한 결과였다.

이후 2007년에 제정된 **뉴질랜드 국가 교육과정에서는 ‘Key Competencies’라는 형태로 사회정서학습 개념을 초·중·고 교육 전반에 통합**했으며, 사회정서학습의 중심에 자기관리(Managing self)와 사회적 인식(Relating to others) 역량이 있음을 강조했다.

2010년대 중반부터는 교육평가 기관(Education Review Office, ERO)과 교육연구위원회(New Zealand Council for Educational Research, NZCER) 등이 학교 교육과정에 사회정서학습을 포함시켜 운영할 것을 강조했다.²⁴⁾ 이 시기부터 교사와 학부모, 학생의 웰빙은 물론 다문화적 배경을 고려한 사회정서 역량 교육이 정책의 핵심 의제로 부상하였다.

그 결과, 뉴질랜드에서 사회정서학습은 교실 단위의 실천을 넘어 제도적 요구로 자리 잡았으며, 교육 현장 전반에서 그 중요성이 강화되었다. 정리하면, 뉴질랜드는 1996년부터 사회정서학습을 교육과정에 도입하고, 2000년대 이후 점차 이를 확산시켜 2010년대 중반 이후에는 정책적으로 공식화하는 과정을 거쳤다.

24) ERO(2015)는 ‘학습·교수·교육과정이 학생 웰빙을 향상하는 데 얼마나 집중하고 있는지가 평가의 핵심 지표로 반영’된 사실을 알리고, ‘잘 준비된 학교’로 분류된 학교 사례를 통해 ‘학교 교육과정에 웰빙 증진 목적이 명시적으로 포함되어어야 하며, 이를 학생, 학부모와 협의하여 설계해야’ 함을 언급했다 (Wellbeing for Young People's Success at Secondary School, pp. 10-28).

나. 정책적 추진: 정부 및 교육청의 제도적 기반

뉴질랜드에서는 Te Whāriki 유아 교육과정 및 초·중·고 국가 교육과정에 사회정서학습 요소와 역량을 통합하면서 학생들의 자기이해, 자기조절, 관계 형성 능력을 정규 교과의 일부로 지속적으로 학습하도록 하는 기반을 조성했다. 이와 더불어 He Pikorua라는 다층적 학습지원 체계가 도입되어 사회정서학습을 포함한 긍정적 행동 지도가 보편적 지원에서부터 개별 맞춤 지원까지 연계되는 구조로 운영되고 있다. 또한 Positive Behaviour for Learning(PB4L), Kia Kaha와 같은 프로그램을 통해 사회정서학습을 행동 지도 및 학교 문화 조성과 통합, 실천함으로써 학생 간 관계 형성, 괴롭힘 예방, 안전한 학습 환경 조성에 기여하고 있다. 아울러 2020년 발표된 국가 교육 및 학습 우선순위(NELP)에서는 웰빙과 사회정서학습 요소가 학교의 전략 계획과 운영 계획에 반드시 포함되어야 할 국가적 핵심 과제로 명시되었다.

다. 사회정서학습 프로그램 운영 사례

뉴질랜드의 사회정서학습 프로그램 사례를 구체적으로 살펴보면 <표 2>와 같다.

<표 2> 뉴질랜드 사회정서학습 프로그램 운영 사례

대상 단계	프로그램 운영 사례	참고
유아	<ul style="list-style-type: none">Kōwhiti Whakapae: 디지털 도구 활용 정서 인식, 공동체 연결, 문화적 반응 포함 사회정서 통합 학습	
초중등	<ul style="list-style-type: none">Ata·Oho 카드 활동: 교실 속 정서·사회 기술 개발을 위한 활동지 및 리소스 컬렉션 제공Sparklers, He Māpuna te Tamaiti, Kei Whea A Mauri Tau 등 보조 자료 활용	
전체	<ul style="list-style-type: none">PB4L: 사회정서학습 중심 행동 양식 정립 및 교사 역량 강화Kia Kaha: 경찰과의 협력, 괴롭힘 예방과 안전한 학교 문화 구축을 위한 사회정서학습 전략 통합 운영 교육	

라. 정책 추진 방식과 특징

뉴질랜드의 사회정서학습은 국가 교육과정과 주요 정책 전반에 구조적으로 통합하고 있다는 특징이 있다. 앞서 살펴본 대로, 뉴질랜드에서는 각 학교급 교육과정에서 학생들의 정서적 웰빙과 사회정서학습 역량 함양을 중점으로 하고 있으며, 국가 교육 및 학습 우선순위(NELP), 다층적 학습지원 체계(He Pikorua)와 같은 정책 문서에도 사회정서학습이 명시되어 있어 국가 차원의 교육 목표와 학교 현장의 실천 사이에 긴밀한 연계가 형성되고 있다.

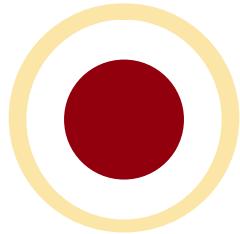
더불어 뉴질랜드에서는 사회정서학습을 학교 문화와 교육 실천 속에서 다문화적, 포용적 관점으로 구현하고 있다는 점이다. PB4L, Kia Kaha 등의 프로그램은 긍정적 행동지도와 괴롭힘 예방, 안전한 학교 문화 형성을 통해 사회정서학습을 실질화하며, Māori 및 Pasifika 등 다양한 문화권 학생들의 정체성과 언어, 사회적 배경을 교육 안에 적극적으로 반영한다. 이러한 추진 방식은 뉴질랜드가 사회정서학습을 학생의 전인적 성장과 교육의 정의로운 실현을 위한 핵심 요소로 바라보고 있음을 보여준다.

3. 맷음말

호주와 뉴질랜드 사례는 사회정서학습이 교육정책에 체계적으로 통합될 때 교육 현장에서 효과적으로 실현될 수 있음을 보여준다. 특히 두 나라가 사회정서학습을 국가 교육과정에 명시하고, 다층적 지원 체계를 통해 학생들의 다양한 정서적 필요에 맞춘 개입을 제도화함으로써 정책 실효성을 높였다는 점에 주목할 만하다. 또한 각국은 지역 특성과 문화적 다양성을 반영한 사회정서학습 프로그램을 운영하며, 이를 위해 학교 현장의 자율성과 교사의 전문성 강화를 병행하고 있다는 점 또한 눈여겨볼 만하다. 이러한 양국의 사례로부터 사회정서학습을 일회성 교육이 아닌 지속 가능한 교육 문화로 정착시켜야 한다는 시사점을 얻을 수 있다.

【참고 자료】

- ▶ **SCSEEC, National Safe Schools Framework**
<https://schools.education.gov.au/schoolsHub/>
- ▶ **Learning Policy Institute, Evidence for Social and Emotional Learning in Schools**
<https://learningpolicyinstitute.org/>
- ▶ **ACARA, General capabilities (Version 8.4)**
<https://www.acara.edu.au/curriculum/foundation-year-10/general-capabilities>
- ▶ **NZ Curriculum Centre, Understanding Social and Emotional Learning**
<https://newzealandcurriculum.tahurangi.education.govt.nz/5637164961.p?utm>
- ▶ **ERO, Wellbeing for Young People's Success at Secondary School**
<https://ero.govt.nz/our-research/wellbeing-for-young-peoples-success-at-secondary-school>
- ▶ **Ministry of Education NZ, Statement of NELP**
<https://www.education.govt.nz/our-work/strategies-policies-and-programmes/statement-national-education-and-learning-priorities-nelp/statement-national-education-and-learning-priorities-nelp>
- ▶ **Ministry of Education NZ, He Pikorua**
<https://hepikorua.education.govt.nz/>



일본의 사회 정서 학습

발간위원: 최광현(복주초등학교 교사)

1. 학생 마음 건강 현황

2. 아동의 자살방지 등과 관련된 국가의 책무 개정 및 학교의 책무 추가

- 어린이 관련 자살대책에 대하여 내각총리장관, 문부과학장관 및 후생노동장관은 자살 실태 등을 바탕으로 적절하고 효과적으로 책정 및 실시되도록 상호 또는 관계 행정기관 장과의 긴밀한 연계 협력을 도모하면서 각각의 소관과 관련된 시책을 추진하는 것을 명기 (제3조 제2항)
- 학교는 기본이념에 따라 관계자와의 연계를 도모하면서 어린이 자살 방지 등에 힘쓸 것을 명기 (제5조)

- 자살대책기본법 일부 개정안 중 개정 개요 -

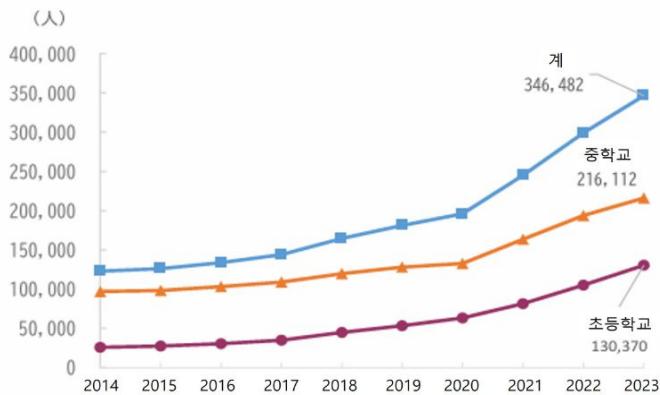
2025년 6월 11일, 제217회 일본 국회에서는 자살대책기본법 일부 개정안이 제정되어 공포되었다. 초·중·고등학생의 자살이 증가하는 현실에 대응하기 위해 학교의 책무를 보다 명확히 설정한 해당 개정안이 공포됨에 따라 문부과학성은 해당 법률의 개정 취지 및 개정 개요 등 개정안에 대한 내용을 전국 학교 기관에 통보했다.



[그림 1] 아동·학생 자살 현황 (출처: 문부과학성)

실제로 2006년 자살대책기본법이 시행된 이후, 일본에서 자살하는 사람의 전체 수는 감소세에

있지만, 아동·학생의 자살률은 지속적으로 늘어났는데 [그림 1]에서처럼 2022년에는 그 숫자가 총 514명에 달했으며, 2024년에는 총 529명으로 집계되어 역대 최대치를 기록했다.



[그림 2] 부등교 학생 수 추이 (출처: 문부과학성)

이 외에 일본에서는 등교하지 않는 ‘부등교(不登校, 등교 거부) 학생’²⁵⁾ 문제 또한 심각한 사회 문제로 거론되고 있는데, 2023년 기준 약 34만 6천 명이 등교를 거부하고 있으며 이러한 수치는 매해 늘어나고 있다.

이처럼 일본에서는 학생 마음 건강 문제가 심각한 사회적 과제로 부상하고 있으며, 이러한 문제들에 대해 일본 정부는 괴롭힘(이지메), 아동 학대, 빈곤, 코로나19 팬데믹으로 인한 환경 변화 및 학교생활의 제약 등 다양한 배경들이 복합적으로 얹혀 발생한다는 태도다. 따라서 그 해결 방법 또한 교육, 보건, 사회 복지, 지역사회 지원 등을 포함하는 포괄적이고 다 부문적인 접근 방식을 취하고 있다.

2. 일본의 사회정서학습(SEL)

가. 유토리 교육정책

일본의 과거 교육정책 중 1990년대 후반부터 2000년대 초반에 걸쳐 추진되었던 ‘유토리 교육(ゆとり教育)’은 최근 주목받는 사회정서학습의 시초로 일컬어진다. ‘여유로운 교육’을 의미하는 유토리 교육은 과도한 주입식 교육과 입시 위주 교육의 폐해를 극복하고, 학생의 개성을 존중하는 전인 교육정책의 일환으로 볼 수 있다. 당시 유토리 교육의 핵심은 사고력, 표현력, 그리고 남에 대한 배려와 같은 비인지적 역량을 배양하기 위해 ‘종합 학습 시간’을 제정하고, 초·중학교 교과 내용을 30% 감소시킴으로써 전체 수업 시간을 10% 줄이는 것이었다.

비록 이러한 유토리 교육은 학력 저하 등의 부작용으로 인해 사회적 비판을 받기도 했지만 전인 교육과 비인지적 역량 함양을 시도했다는 점에서 현재의 사회정서학습 논의에 중요한 선구적 역할

25) 2024년 10월 기사(일본의 대안교육) 참고

을 했다는 평가를 받는다.

특히 유토리 교육을 추진했던 과거의 경험은 현재의 사회정서학습(SEL) 정책 수립에 지대한 영향을 미치고 있는데, 과거 정책이 학업 성취도에 미친 부정적 영향을 고려해 현재의 사회정서학습에 대한 접근 방식을 보다 체계적이고 측정할 수 있으며 교육과정에 통합되는 방향으로 발전시킨 것이다. 이는 학업 표준이 훼손되지 않도록 하면서도 사회 정서적 역량 함양이라는 목표를 달성하고자 하는 일본의 노력을 엿볼 수 있는 대목이다.

나. 살아가는 힘

일본 교육기본법의 교육 목표와 국가 교육과정의 핵심 이념인 ‘살아가는 힘’은 사회 정서 역량 요소와 긴밀한 관련성을 가지고 있다. 이 이념은 학생들이 스스로 생각하고 판단하며 행동하는 자율적인 존재로 성장하고, 변화하는 사회에 유연하게 대응할 수 있는 능력을 기르는 것을 목표로 하는데 이는 사회정서학습이 강조하는 비인지적 역량 함양과 그 흐름을 같이 한다.

일본은 사회정서학습을 학교 교육과정 내에서 다양한 형태로 운영하고 있으며, 특히 교과, 비교과, 특별활동 등 모든 교육활동에서 체계적으로 연계되어야 함을 강조하고 있다. 이는 사회 정서 역량이 단기간 또는 일회성 교육 프로그램으로는 효과적으로 함양되기 어렵다는 인식에 기반하며, 장기적이고 체계적인 관점에서 접근해야 함을 시사한다. 그리고 이러한 접근 방식은 사회정서학습을 단순히 하나의 과목으로 추가하는 것이 아니라, 모든 학습과 생활의 근본적인 차원으로 통합하려는 의도적인 전략적 선택이기도 하다.

실제로 이러한 교육 철학은 2017년 시행된 개정 교육과정에서 ‘살아 움직이는 지능·기능 습득’, ‘미지의 상황에도 대응할 수 있는 사고력, 판단력, 표현력 등 육성’, ‘인생이나 사회에 배움이 살아 날 수 있도록 하는 배움을 향한 힘·인간성 함양’ 등으로 구체화 되었다.

더 나아가 2022년 12월 개정된 ‘학생 지도 요강(生徒指導提要)’에 사회정서학습의 개념과 접근 방식이 명시²⁶⁾되면서 일본 교육 현장에서 사회정서학습에 대한 관심과 도입 노력이 더욱 가속화되고 있다.

이러한 일련의 정책적 흐름은 사회정서학습이 일본 교육에서 일시적인 유행이나 부가적인 요소가 아니라, 국가 교육정책의 근본적인 부분으로 통합되고 있음을 의미하는데, 이는 사회정서학습의 광범위하고 지속 가능한 구현을 위한 강력한 법적, 이념적 기반을 제공하고 있다.

26) 소셜·이모셔널·러닝(SEL: 사회성 및 정동 학습)은, 자기를 파악하는 방법과 타인과의 관계 방법을 기반으로 해, 사회성(대인관계)에 관한 스킬, 태도, 가치관을 몸에 익히는 학습으로, 사회성과 정동에 관한 심리 교육 프로그램의 총칭이다.

3. 일본의 사회정서학습 사례

가. 사회정서학습 프로그램

일본의 사회정서학습 프로그램은 크게 다섯 가지 핵심 역량인 ‘자기 인식’, ‘자기 관리’, ‘사회적 인식’, ‘관계 기술’, ‘책임감 있는 의사결정’을 중심으로 구성된다. 이러한 프로그램들은 단편적인 교육이 아닌, 교육과정 전반에 통합되어 체계적으로 운영된다.

1) 자기 인식 및 자기 관리 프로그램

- **자신의 감정을 인식하고 조절하기:** 이 프로그램은 학생들이 분노와 같은 감정이 자연스러운 것임을 인지하고, 이러한 감정이 자신과 타인에게 미치는 영향을 이해하도록 돕는다. 구체적으로는 학생들이 짜증이 나는 상황을 떠올리고, 분노가 신체에 미치는 반응(예: 몸이 전투모드로 변함, 얼굴이 무서워짐)을 확인하며, 분노를 조절하는 다양한 대처법(예: 심 호흡, 좋아하는 물건 만지기)을 탐색하고 공유하는 활동이 포함된다. 이를 통해 학생들은 자신의 감정을 억누르기보다 건강하게 다루는 방법을 배우고, 불필요한 갈등을 피하며 자신과 타인을 소중히 여기는 태도를 기르게 된다.

2) 사회적 인식 및 관계 기술 프로그램

- **‘듣기(聞く)’와 ‘경청하기(聴く)’의 차이 이해하기:** 이 프로그램은 단순히 소리를 듣는 것(聞く)과 상대방의 마음을 헤아려 적극적으로 듣는 것(聴く)의 차이를 이해하고, 올바른 경청 기술을 습득하는 데 중점을 둔다. 학생들은 역할극을 통해 수용적인 경청 태도(예: 눈 맞춤, 고개 끄덕이기)의 중요성을 배우고, 상대방의 표정, 목소리 크기, 몸짓 등 비언어적 신호를 통해 감정을 파악하는 힌트를 얻게 된다.

이를 통해 학생들은 타인의 관점을 이해하고 공감하는 능력을 향상하게 된다.

3) 책임감 있는 의사결정 프로그램

- **자신의 감정과 생각을 상대방에게 전달하기:** 이 프로그램은 학생들이 자신의 의지와 생각을 효과적으로 전달하는 방법을 배우는 데 초점을 맞춘다. 특히 거절하기 어려운 상황에서 자신과 상대방의 감정을 모두 존중하며 의사를 표현하는 ‘주장적 자기표현’ 기술을 연습한다. 역할극을 통해 학생들은 자신의 요구를 명확히 전달하면서도 상대방의 감정을 배려하는 방법을 익히고, 거절이 인간관계를 해치는 것이 아님을 깨닫게 된다.

나. 사회정서학습 수업 사례

입요 교육(立腰教育) / 야나이 시립 요다 초등학교



바른 자세를 통해 집중력을 높이고 학력을 증진하며, ‘세 가지 실천(인사 먼저 하기, 큰 소리로 대답하기, 신발과 의자 정돈하기)’ 등의 생활 습관 지도를 통해 규율과 타인에 대한 배려심을 기르는 활동을 한다. 이는 신체적 규율이 정신적 발달과 사회적 가치 함양에 어떻게 연결되는지를 보여주는 교육 사례이다.

생각하고 토론하는 도덕교육 / 요초카이도 시립 와라비 초등학교



‘미호짱과 옆자리 마스다군’ 자료를 통해 학생들은 친구 관계에서 발생할 수 있는 갈등 상황을 이해하고, 등장인물의 입장에서 생각하며 서로의 감정을 공유한다. 이 과정에서 학생들은 포스트잇이나 시각적 도구를 활용해 생각을 가시화하고, 이름표나 표정 마크 등을 사용해 의견을 공유하는 등 전인적 성장의 기회를 얻는다.

서로 듣고 배우는 교실 / 야치요 시립 무츠미 중학교



신칸센 차량 청소부의 사례를 통해 ‘일하는 것의 존엄성과 의미’를 배우며, 직업에 대한 자부심과 사회 공헌의 가치를 탐색한다. 특히 ‘코(コ)자’형 책상 배치, 짹 활동 및 그룹 협동 학습 방식을 통해 서로의 의견을 경청하고 공유함으로써 학생 주도 학습과 더불어 질 높은 사회정서학습을 지향하고 있다.

지속가능한 사회 창조 / 치바 현립 아비코 고등학교



‘특색있는 도덕교육 추진교’인 아비코 고등학교는 학생들이 지속 가능한 사회의 주역으로 성장하도록 돋는다. 이를 위해 Microsoft Forms 설문조사를 통해 학생들의 자기 긍정감을 파악하거나, 외국인 보조교사(ALT) 인터뷰 영상을 시청하며 외국인과의 공존 방안에 대한 토론을 진행하기도 한다. 특히 학생들은 이 과정에서 모둠 활동과 ICT 도구를 활용하여 자기 긍정감을 높이고 사회 문제에 대한 이해를 심화하며, 다양한 의견 공유 방식을 통해 다각적인 사고를 확장하게 된다.

4. 맷음말



[그림 3] 일본 공립학교 교직원 중 정신질환자 및 정신질환 휴직자 추이 (출처: 한국교육신문)
일본에서는 교원의 과중한 업무와 높은 스트레스 수준이 심각한 사회 문제로 인식되고 있는데

2022년 정신질환으로 인한 교직원 휴직자의 수는 6,539명으로 조사되어 역대 최대를 기록하기도 했다. 문부과학성은 이러한 문제를 해결하기 위해 2024년부터 2025년까지 ‘공립학교 교직원의 정신건강 대책에 관한 조사 연구 사업’을 추진하고 있으며 교원 스스로 스트레스에 효과적으로 대처하는 ‘멘탈 셀프케어’의 중요성을 강조하고 있는 상황이다.

이러한 정책은 교직원의 정신건강이 학생들의 교육 환경과 직접적인 관련이 있다는 인식을 바탕으로 한다. 스트레스를 받거나 소진된 교사는 사회정서학습(SEL) 프로그램을 효과적으로 구현하거나 학생들에게 적절한 정서적 지원을 제공할 가능성이 낮기 때문이다. 즉 교사의 정신건강 지원은 단순히 교사를 위한 복지 문제가 아니라 학생의 사회정서학습 및 학생 마음 건강 지원 시스템의 일환인 셈이다. 이처럼 일본은 보다 효과적인 사회정서학습 운영을 위해 교원들의 정신건강에 대한 지원 또한 병행 실시하는 등 교육 생태계 전체를 강화하고자 노력 중이다.

【참고 자료】

- ▶ 文部科学省, https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1404008_00001.htm
- ▶ 文部科学省, <https://www.mhlw.go.jp/content/12201000/001079460.pdf>
- ▶ 文部科学省, https://www.mext.go.jp/content/20241031-mxt_jidou02-100002753_2_2.pdf
- ▶ 千葉県庁, <https://www.pref.chiba.lg.jp/kyouiku/shidou/doutoku/kokoro-yutakani.html>
- ▶ 新潟県立教育センター, <https://niigata-educ.nein.ed.jp/05study/19/seled.pdf>
- ▶ 한국교육신문, <https://hangyo.com/news/article.html?no=104378>