

The Impact of Cooking Activities Through Music on Children's Emotional Intelligence*

Jungeun Kim** & Kyoungsun Lee***

Abstract: This study was conducted to determine the impact of cooking activities through music on children's emotional intelligence. 22 children from two 5-year-old classes at a kindergarten located in city B were randomly assigned to the experimental group with 14 children and the control group with 8 children. 14 children in the experimental group participated in a 16-session program of cooking activities through music, and 8 children in the control group participated in special activities conducted at the institution. As a result of the study, first, cooking activities through music had a statistically positive effect on children's emotional intelligence. Second, cooking activities through music provide a statistically significant level of influence on the four sub-areas that make up emotional intelligence, namely self-awareness ability, other-control ability, multi-person awareness ability, and self-control ability. Third, cooking activities through music had a positive effect on children's emotional intelligence regardless of gender. In conclusion, the importance of a cooking activity program through music is suggested in that Yuma's emotional intelligence is a major variable that provides a positive influence on academic achievement and social development at school age in the future.

Key Words: Young Children, Music, Music Activity, Cooking Activity, Emotional Intelligence

□ 접수일: 2024년 4월 17일, 수정일: 2024년 4월 27일, 게재확정일: 2024년 4월 28일

* 이 논문은 주저자의 부산 고신대학교 석사학위논문(2012)을 토대로 수정·보완한 것임.

** 주저자, 대구대학교 박사과정수료

(First Author, Completion of Doctoral Course, Daegu Univ., Email: jan1004@hanmail.net)

*** 교신저자, 대구대학교 박사과정수료(Corresponding Author, Completion of Doctoral Course, Daegu Univ., Email: global7@hanmail.net)

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

우수한 지적능력은 학업성취에 긍정적 영향을 제공하고 장차 희망하는 학과 선택 및 진로에 긍정적인 영향을 제공하는 변인으로 작용한다고 생각해 왔다. 또한 지능은 행복한 삶의 척도로 인식되기도 하였다. 조기교육에서 지적능력을 향상시키기 위한 다양한 노력을 수행하기도 한다. 특히 지적 능력은 정서적 능력과는 전혀 관련이 없으며, 정서는 오히려 방해 요인이라고 믿어왔다(서동명, 2005).

정서지능이란 사회지능의 하위요소로서 자신과 타인의 감정과 정서를 점검하고 차이를 인식하며, 이를 이용하여 생각하고 행동하는 능력을 말한다.

정서지능은 다음의 네 가지를 능력을 포함하는 지능이기도 하다. 첫째는 정서를 정확히 지각하고 평가하며 표현하는 능력이며, 둘째는 사고(think)를 촉진하는 감정을 생성하고 접근하는 능력이다. 셋째는 정서와 정서에 관한 지식을 이해하는 능력이고, 넷째는 정서적이고 지적인 성장을 증진시키는데 도움이 되는 정서조절 능력을 포함한다(Salovey & Sluyter, 1997).

인간은 태어나는 순간부터 음악을 비롯한 갖가지 소리에 둘러싸여 있기 때문에 자연스럽게 음악을 접할 수 있으며, 음악과 유아의 생활은 따로 분리시킬 수 없을 정도로 매우 밀접하게 관련되어 있다. 음악은 사회적·정서적·지적·신체적 발달 등의 영역과 상호 관련을 가지고 있어 유아의 전인발달에 중요한 역할을 한다. 그러므로 유아들에게 계획된 환경과 교육을 통해서 정서적, 심미적인 음악의 내용에 대한 유아들의 주의를 집중할 수 있는 음악적 환경을 마련해 주는 것이 필요하다.

유아는 매일 가정이나 유치원에서 음식을 접하게 되며 최근에는 어린이 요리 학원이나 문화센터 요리 교실 등을 통해서 유아들이 전문적으로 요리활동에 접하는 경우가 늘고 있다(김진옥, 2004). 그러나 교육체계와 교육환경의 한계가 있다. 현재의 교육시스템은 주로 학업 중심이며, 예술 및 창의성을 강조하는 교육프로그램에 대한 충분한 지원이 이뤄지지 않고 있다. 유아를 대상으로 다양한 활동 중에서도 유아의 정서, 언어, 신체, 인지발달과 같은 측면의 발달에 영향을 주는 음악과 요리를 접목한 프로그램을 실행한 국내연구는 없는 실정으로, 본 연구에는 음악을 통한 요리활동이 유아의 정서지능에 어떠한 영향을 미치는지를 알아보고자 한다. 또한 이를 근거로 하여 요리활동을 음악프로그램에 적용할 수 있는 다

양화를 모색해 볼 수 있는 기초연구로 활용될 수 있을 것이다.

2. 연구 문제

본 연구는 음악을 통한 요리활동이 유아의 정서지능에 어떠한 영향을 미치는지에 대해 알아보고자 한다. 구체적인 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 음악을 통한 요리활동이 유아의 정서지능에 어떠한 영향을 미치는가?

둘째, 음악을 통한 요리활동이 유아의 정서지능의 하위영역에 어떠한 영향을 미치는가?

셋째, 음악을 통한 요리활동이 남녀유아의 정서지능에 차별적 영향을 미치는가?

II. 연구방법

1. 연구 대상

1) 연구 대상 선정

B시 소재 유치원의 만 5세 유아 22명을 연구대상으로 하였으며, 1개 반의 14명을 실험 집단, 나머지 1개 반의 8명을 통제집단으로 무선배치하였다. 실험집단은 음악을 통한 요리 활동을, 통제집단은 기관의 자유놀이 활동을 실시하였다.

2) 실험집단과 통제집단의 동질성 비교

연구 대상 선정 시 실험집단과 통제집단의 특성을 비교하면 다음 <표 1>과 같다.

<표 1> 실험집단과 통제집단의 비교와 사전검사결과

	성별		연령	물리적환경	담임교사	음악을 통한 요리 활동
실험집단	남	8	5세	만 5세 연령학급	2년제졸 경력 6년차	무
	여	6				
통제집단	남	4	5세	만 5세 연령학급	2년제 졸 경력 5년차	무
	여	4				

〈표 1〉에서 실험집단과 통제집단은 남녀에 따른 대상 수는 다르지만 모두 만 5세이며, 교실 환경과 교사의 학력과 경력이 유사하고 음악을 통한 요리활동 경험이 없는 특성을 지니고 있다.

실험집단과 통제집단의 동질성을 확인하기 위하여 자아존중감과 사회적 능력의 사전검사 결과를 비교하였다. t-test 결과, 두 집단은 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않으므로 두 집단은 동질 집단임을 알 수 있다. 결과표는 〈표 2〉와 같다.

〈표 2〉 정서지능 사전검사결과

구분	실험집단(n=14)	통제집단(n=8)	t	df	p
	M(SD)	M(SD)			
정서지능	3.09(.23)	3.15(.48)	-.41	20	.682

p>.05

2. 연구 일정

이 연구는 B시에 소재한 유치원에서 실시하였으며, 실험은 두 달 동안 주 2회, 50분씩 총 16회기로 실시하였다. 정서지능 사전검사는 프로그램 적용 일주일 전에 실시하였고, 사후검사는 실험 종결 일주일 후에 수행하였다.

3. 연구 설계

이 연구에서 사용할 실험설계는 실험, 통제집단 사전-사후 설계로 음악을 통한 요리활동에 참여하는 실험집단과 참여하지 않은 통제집단간의 정서지능 점수를 비교하였다. 이를 표로 나타내면 〈표 3〉과 같다.

〈표 3〉 실험 설계

집단	사전검사	실험처치	사후검사
실험집단	O1	X	O2
통제집단	O1		O2

O1 사전검사: 정서지능 검사 / O2 사후검사: 정서지능 검사 / X: 음악을 통한 요리활동.

4. 연구 도구

1) 측정 도구

이 연구에서는 유아의 정서지능을 측정하기 위해 이병래(1997)가 만든 정서지능체크리스트(만 5세용)를 사용하였다. 이는 교사가 유아를 관찰하여 기록하는 방식으로, 총 31문항이다. 평가는 Likert 5점 평정법을 사용하여 이루어졌다. 이 체크리스트는 총 4개의 하위영역으로 구성되어 있으며, 구체적인 내용은 <표 4>와 같다.

<표 4> 정서지능 검사도구의 하위영역과 문항 및 내용 구성

하위 영역	문항	내용 구성
자기인식 능력	1-7번 (7문항)	자기를 평가하고 표현하는 능력이다. 순간순간 자신에게 일어나는 느낌을 알아내는 능력은 심리적 통찰력과 자기를 이해하는데 대단히 중요한 역할을 한다.
자기조절 능력	8-15번 (8문항)	인식된 자기의 감정을 적절하게 처리하고 변화시킬 수 있는 능력이다. 자기조절이 높은 유아는 화가 나는 일이 있더라도 일단 참고 그 감정에서 벗어나서 좋은 방향에서 그 일을 처리하려고 한다.
타인인식 능력	16-22번 (7문항)	공감과 감정 이입에 대한 능력이다. 타인의 정서에 더 많이 공감하는 사람은 다른 사람의 필요나 요구가 나타나는 미묘한 감정 신호에 잘 반응한다.
타인조절 능력	23-30번 (9문항)	대인관계 능력과 관련되며, 타인의 감정에 적절하게 대처할 수 있는 능력이다. 이는 다른 사람의 기분을 알아차릴 뿐만 아니라, 그들의 감정을 바꾸려는 노력을 기울이는 능력과 상대방의 감정에 맞추어 행동하는 능력을 포함한다.

2) 음악을 통한 요리활동 프로그램

음악을 통한 요리활동은 각 회기 50분으로 구성되어 있으며, 순서와 구성 내용은 <표 5>와 같다.

<표 5> 음악을 통한 요리활동 프로그램의 구성 및 내용

시간	구성	내용
3분	만나는 노래	- 인사노래하기
5분	신체인지	- 계단놀이(신체 인지 활동을 통해 음정익히기)

10분	도입 단계	- 무엇일까?(주제 사물 탐구) - 셀 수 없어요(요리재료를 써는 패턴 리듬 표현)
15분	음악을 통한 요리활동	- 요리 레시피 송(오늘의 요리 재료소개) - 요리 주제송(주제 요리 노래) - 요리 과정, 순서(의성어, 의태어) 찬트 및 악기표현 - 요리 만들기
10분	마무리 단계	- 시식 - 정리 송 ‘내가 할 수 있어요’ 부르기 (정리하기)
7분	헤어지는 노래	- 활동에 대한 느낌 나누기 - 다음 시간 다시 만나요

음악을 통한 요리활동은 모두 16회기로 구성하였다. 정서지능의 네 가지 하위영역인 자기인식능력, 자기조절능력, 타인인식능력, 타인조절능력을 각각 4회기씩 구분하였다.

〈표 6〉 음악을 통한 요리활동 프로그램 회기별 주제 및 내용

회기	정서지능 하위영역	활동명과 내용	비고 (메뉴)
1	라포형성 자기인식능력 (감정표현)	과일친구들과 떠나는 기차여행 1. 요리활동에 대한 자신의 감정 표현하기 2. 신체로 음정익히기, 악기로 리듬익히기	과일꼬치
2		하하호호 식빵얼굴 1. 요리활동에 대한 자신의 감정 표현하기 2. 신체로 음정익히기, 악기로 리듬익히기	식빵얼굴
3		색색깔깔 친구들아 모여라 1. 요리활동에 대한 자신의 감정 표현하기 2. 신체로 음정익히기, 악기로 리듬익히기	꼬마김밥
4		계란배타고 동실동실 1. 주재료로 회기활동 외에 만들 수 있는 요리 언어로 표현하기 2. 신체로 음정익히기, 악기로 리듬익히기	에그보트
5	자기조절능력	차레차레 쌓아요! 신체로 표현해요! 1. 요리노래 레시피 순서에 맞추어 요리하기 2. 신체로 음정익히기, 악기로 리듬익히기	미니 햄버거
6		동그라미, 세모, 네모 친구들 모여라 1. 요리노래 레시피 순서에 맞추어 요리하기 2. 신체로 음정익히기, 악기로 리듬익히기	카나페
7		go & stop 1. 요리노래 레시피 순서에 맞추어 요리하기 2. 신체로 음정익히기, 악기로 리듬익히기	신호등 주먹밥

8		또각또각 소리에 맞추어 잘라요! 1. 주재료로 회기활동 외에 만들 수 있는 요리 언어로 표현하기 2. 신체로 음정익히기, 악기로 리듬익히기	월남쌈
9	타인인식능력	친구들과 함께 파도타기 1. 협동요리에 대한 감정표현하기(악기, 언어) 2. 신체로 음정익히기, 악기로 리듬익히기	멸치 주먹밥
10		함께 자르고 먹ser기에 돌려요 1. 협동요리에 대한 감정표현하기(악기, 언어) 2. 신체로 음정익히기, 악기로 리듬익히기	바나나 셰이크
11		다 함께 탕탕탕 1. 협동요리에 대한 감정표현하기(악기, 언어) 2. 신체로 음정익히기, 악기로 리듬익히기	단호박 샐러드
12	타인인식능력	반가워 내 친구 1. 주재료로 회기활동 외에 만들 수 있는 요리 언어로 표현하기 2. 신체로 음정익히기, 악기로 리듬익히기	얼굴쿠키
13	타인조절능력	함께 만들어 먹는 기쁨 1. 한 가지 음식을 다함께 만들기 2. 신체로 음정익히기, 악기로 리듬익히기	팔빙수
14		친구랑 소풍가요 1. 한 가지 음식을 다함께 만들기 2. 신체로 음정익히기, 악기로 리듬익히기	감자산 샐러드
15		폴짝 폴짝 신체로 하나되기 1. 한 가지 음식을 다함께 만들기 2. 신체로 음정익히기, 악기로 리듬익히기	밥새우 주먹밥
16		축하하는 날 1. 주재료로 회기활동 외에 만들 수 있는 요리 언어로 표현하기 2. 신체로 음정익히기, 악기로 리듬익히기	축하 케익

Ⅲ. 연구결과

1. 음악을 통한 요리활동이 정서지능에 미치는 영향

음악을 통한 요리활동이 만 5세 유아의 정서지능 검사에 따른 실험집단과 통제집단 간 사전검사 및 사후검사 전체 득점의 차이를 알아보기 위하여 t검증을 적용하였다. 통계결과는 <표 7>과 같다.

〈표 7〉 실험집단과 통제집단 간 정서지능의 차이

	사전	사후	t	df	p
실험집단(n=14)	3.09(.23)	3.86(.08)	-12.798	13	.000
통제집단(n=8)	3.15(.48)	3.05(.18)	.627	7	.550
t	-.416	14.193			
df	20	20			
p	.682	.000			

실험집단과 통제집단 간의 정서지능 검사에 대한 사전검사 및 사후검사 전체 득점 비교한 결과 실험집단과 통제집단의 사전검사에서는 유의미한 차이가 없었으나 사후검사에서는 유의확률 $p < .001$ 수준에서 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 또한 실험집단의 사전검사와 사후검사의 비교에서도 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 반면, 통제집단의 사전검사와 사후검사의 비교에서는 통계적으로 유의미한 차이가 없었다. 따라서 음악을 통한 요리활동은 유아의 정서발달에 긍정적 영향을 제공하였음을 알 수 있다.

2. 음악을 통한 요리활동이 정서지능 하위영역에 미치는 영향

이 연구에서의 정서지능은 자기인식능력, 자기조절능력, 타인인식능력, 타인조절능력 하위영역으로 구분되었다. 네 개의 하위영역에 대한 음악을 통한 요리활동의 효과를 정리하면 다음과 같다.

1) 자기인식능력 비교

음악을 통한 요리활동이 만 5세 유아의 정서지능 검사 하위영역 중 자기인식능력에 미친 영향을 확인하기 위해 실험집단과 통제집단 간 사전검사 및 사후검사 득점 차이를 비교한 t 검증 결과는 〈표 8〉과 같다.

〈표 8〉 정서지능 검사의 자기인식능력 하위영역의 차이

	사전 M(SD)	사후 M(SD)	t	df	p
실험집단 (n=14)	2.95(.45)	3.95(.15)	-9.740	13	.000
통제집단 (n=8)	3.14(.70)	2.65(.41)	.213	7	.838
t	-.745	9.627			
df	20	20			
p	.465	.000			

2) 자기조절능력 비교

음악을 통한 요리활동이 만 5세 유아의 정서지능 검사 하위영역 중 자기조절하기에 미친 영향을 확인하기 위해 실험집단과 통제집단 간 사전검사 및 사후검사 득점 차이를 알아보기 위하여 t검증을 실시 결과는 <표 9>와 같다.

<표 9> 정서지능 검사의 자기조절능력 하위영역의 차이

	사전 M(SD)	사후 M(SD)	t	df	p
실험집단(n=14)	3.03(.43)	3.63(.17)	-4.976	13	.000***
통제집단(n=8)	2.64(.51)	2.65(.41)	-.090	7	.930
t	1.921	7.798			
df	20	20			
p	.069	.000***			

*** $p < .001$

3) 타인인식능력 비교

음악을 통한 요리활동이 만 5세 유아의 정서지능 검사 하위영역 중 타인인식능력에 미친 영향을 확인하기 위해 실험집단과 통제집단 간 사전검사 및 사후검사 득점차이를 알아보기 위하여 t검증을 실시 결과는 <표 10>과 같다.

<표 10> 정서지능 검사의 타인인식능력 하위영역의 차이

	사전M(SD)	사후M(SD)	t	df	p
실험집단(n=14)	3.15(.49)	3.98(.03)	-6.415	13	.000
통제집단(n=8)	3.57(.52)	3.16(.33)	2.101	7	.074
t	-1.813	9.282			
p	.076	.000			

4) 타인조절능력 비교

음악을 통한 요리활동이 만 5세 유아의 정서지능 검사 하위영역 중 타인조절능력 하위영역이 있다. 타인조절하기 영역에 대한 실험집단과 통제집단 간 사전검사 및 사후검사 득점의 차이를 알아보기 위하여 t검증하였다. 결과는 <표 11>과 같다.

〈표 11〉 정서지능 검사의 타인조절능력 하위영역의 차이

	사전M(SD)	사후M(S)	t	df	p
실험집단(n=14)	3.20(.30)	3.91(.12)	-8.610	13	.000
통제집단(n=8)	3.30(.43)	3.30(.12)	.000	7	1.00
t	-.632	10.843			
df	20	20			
p	.535	.000			

*** p<.001.

3. 음악을 통한 요리활동이 정서지능의 성별에 미치는 영향

음악을 통한 요리활동이 만5세 유아의 정서지능에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이에 따라 음악을 통한 요리 활동이 정서지능의 하위영역에도 영향을 미칠 수 있음이 밝혀졌다. 음악을 통한 요리활동이 만 5세 유아의 성별에 따라 정서지능에서 어떤 차이를 보이는지를 비교하고자 한다.

1) 실험집단의 정서지능의 차이 비교

(1) 실험집단의 성별에 대한 전후검사 비교

실험집단의 사전검사 및 사후검사 득점의 차이에 기초하여 성별에 대한 정서지능의 전체 및 하위영역에 대한 전후검사의 차이를 알아보기 위하여 t검증을 적용하였다. 결과는 〈표 12〉와 같다.

〈표 12〉 정서지능 검사 및 하위영역에 대한 성별의 전후검사 차이

항목	성별	사전	사후	t	df	p
		M(SD)	M(SD)			
정서지능 (전체)	남(n=8)	3.11(.23)	3.88(.09)	-9.431***	7	.000
	여(n=6)	3.06(.25)	3.84(.06)	-7.899***	5	.000
자기인식	남(n=8)	2.83(.52)	3.92(.20)	-7.374***	7	.000
	여(n=6)	3.11(.33)	4.00(.00)	-6.520***	5	.000
자기조절	남(n=8)	3.21(.29)	3.70(.16)	-3.397*	7	.011
	여(n=6)	2.79(.48)	3.54(.15)	-3.674*	5	.014
타인인식	남(n=8)	3.17(.54)	3.98(.05)	-4.212**	7	.004
	여(n=6)	3.11(.45)	4.00(.00)	-4.737**	5	.005
타인조절	남(n=8)	3.18(.34)	3.93(.05)	-5.974**	7	.001
	여(n=6)	3.24(.26)	3.88(.18)	-6.412**	5	.001

(2) 실험집단의 성별에 대한 사후검사 비교

음악을 통한 요리활동이 정서지능에 있어서 성별의 차이에 미치는 영향을 사후검사 결과에 기초하여 알아보았다. 정서지능에 대한 성별에 따른 실험집단의 사후검사이 차이는 <표 13>과 같다.

<표 13> 정서지능 검사의 성별에 따른 실험집단의 사후검사 차이

	남(n=8) M(SD)	여(n=6) M(SD)	t	df	p
정서지능(전체)	.77(.23)	.77(.24)	-.074	23	.942
자기인식	1.08(.41)	.88(.33)	1.005	12	.335
자기조절	.48(.40)	.75(.50)	-1.102	12	.292
타인인식	.80(.53)	.88(.45)	-.283	12	.782
타인조절	.75(.35)	.64(.24)	.599	12	.560

2) 통제집단의 정서지능의 차이 비교

(1) 통제집단의 성별에 대한 전후검사 비교

만 5세 유아의 정서지능 검사의 성별에 따른 통제집단의 사전검사 및 사후검사 득점의 차이를 알아보기 위하여 t검증을 실시한 결과는 <표 14>, <표 15>와 같다.

<표 14> 정서지능 검사 및 하위영역에 대한 성별의 전후검사 차이

항목	성별	사전M(SD)	사후M(SD)	t	df	p
정서지능(전체)	남(n=4)	2.91(.57)	3.01(.14)	-.315	3	.773
	여(n=4)	3.39(.24)	3.09(.23)	19.323	3	.000
자기인식	남(n=4)	2.71(.79)	3.10(.17)	-1.073	3	.362
	여(n=4)	3.57(.16)	3.07(.37)	2.941	3	.060
자기조절	남(n=4)	2.46(.70)	2.59(.37)	-4.03	3	.714
	여(n=4)	2.81(.21)	2.71(.50)	.502	3	.650
타인인식	남(n=4)	3.39(.62)	3.03(.21)	.862	3	.452
	여(n=4)	3.75(.41)	3.28(.42)	6.789	3	.007
타인조절	남(n=4)	3.11(.47)	3.30(.16)	-.927	3	.422
	여(n=4)	3.50(.33)	3.30(.10)	1.271	3	.293

〈표 15〉 정서지능 검사의 성별에 따른 통제집단의 전후검사 차이

	남(n=4)	여(n=4)	t	df	p
	M(SD)	M(SD)			
전체	.09(.61)	-.29(.03)	1.286	6	.246
자기인식	.39(.73)	-.50(.34)	2.213	6	.069
자기조절	.12(.62)	-.09(.37)	.604	6	.568
타인인식	-.35(.82)	-.46(.13)	.255	6	.807
타인조절	.19(.41)	-.19(.30)	1.498	6	.185

정서지능 검사의 성별에 따른 통제집단의 사후검사에 대한 비교에서 통계적으로 차이가 나타나지 않았다. 또한 네 개의 하위영역에서도 남아와 여아의 사후검사에 대한 통계적 차이는 나타나지 않았다. 즉 음악을 통한 요리활동의 효과는 성별에 상관없이 모두 동일한 효과를 제공하는 결과로 해석된다. 네 개의 하위영역, 즉 자기인식능력, 자기조절능력, 타인인식능력, 타인조절능력에 있어서도 남아와 여아의 정서지능 영역에서 차별성이 통계적으로 나타나지 않았다. 음악을 통한 요리활동은 남녀유아 성별에 관계없이 모두 동일한 효과를 제공하는 실험 변인임을 알 수 있다.

IV. 결론

이 연구에서는 음악을 통한 요리활동이 유아의 정서지능에 미치는 영향을 알아보기 위하여 수행되었다. 연구의 결과를 바탕으로 논의하고자 한다.

첫째, 음악을 통한 요리활동은 유아의 정서지능에 유의미한 향상을 가져왔다. 실험집단의 유아들은 통제집단의 유아들보다 정서지능검사 총점에서 유의미한 향상을 보였다. 이러한 연구 결과는 다양한 음악활동을 실시한 아동의 정서지능이 향상되었다는 이순기·김영주(2006)의 연구 결과와 일치하며 협동활동이 공동의 문제 해결을 위해 서로의 의견을 존중하고 이해하는 과정을 겪음으로써 유아의 정서지능 및 정서능력에 긍정적인 영향을 미쳤다는 연구결과(김소리, 2013; 김영자, 2007; 김정희, 2013; 노은아, 2007; 박미정, 2006)와 같은 맥락에 있다.

둘째, 음악을 통한 요리활동은 유아의 정서지능에 긍정적인 영향을 미쳤다. 실험 집단은 자기인식능력, 자기조절능력, 타인인식능력, 타인조절능력에서 통제 집단에 비해 유의미한 차이를 보였다. 또한, 자기인식능력 향상을 위한 활동으로서의 음악활동은 유아의 정서지능

과의 관계에 긍정적인 영향을 주었으며, 이는 요리활동이 방과 후 과정반 유아의 자기정서의 인식 및 표현과 관련된 정서지능 향상에 도움이 되었다는 이희진(2016)의 결과와 맥락을 같이한다. 또한, 이 연구에서 자기인식능력 향상을 위한 활동으로서의 신체와 악기로 리듬 익히기 활동은 음악감상을 통한 신체활동이 유아의 정서지능과의 관계에 긍정적인 영향을 주었음을 밝힌 선행연구(김봉아, 2014; 김지연, 2020; 전희정, 2018)를 지지하는 결과이다. 선행연구에서는 음악감상을 통한 신체활동이 회차가 더해질수록 유아의 감정 표현에 다양성을 더했는데 본 연구에서도 요리를 통한 음악활동이 반복될수록 유아들이 다양한 감정을 표현하였다.

음악을 통한 요리활동은 정서지능의 하위영역 중 자기조절 능력에 유의한 영향을 미쳤다. 실험 전과 후의 자기조절 능력 점수에서는 통제 그룹과의 비교에서는 차이가 없었지만, 실험 그룹에서는 유의미한 향상의 결과가 도출되었다. 이는 유아들이 요리활동을 주도적으로 이끌어 가며 활동 중에 발생하는 문제들을 스스로 판단하고 해결하고 노력하면서 자율성을 기르고 자기조절력을 향상시킨다고 한 정연희(2006)의 연구 결과와 유사한 맥락이다.

음악을 통한 요리활동은 유아의 타인인식능력 향상에 기여하였다. 실험 전과 후의 타인인식능력 점수에서는 통제 그룹과의 비교에서는 차이가 없었지만, 반면 실험집단의 사전 사후검사의 비교에서는 유의한 향상이 있었다. 이 연구의 결과는 선행연구에서 유아들은 음악을 들으면서 자신의 감정을 자유롭게 표현하는 과정 속에서 다른 사람의 감정의 변화를 이해하고 다양한 정서들을 경험하며 긍정적인 연구 결과가 확인되었다는 내용에서 유사점을 살펴볼 수 있다(박은옥, 2004). 더불어, 박화운 외(2000)는 요리활동이 유아에게 자신감과 자존감을 갖게 하며 사회/정서적 문제를 표현하는 중요한 통로의 역할을 하며, 문제를 제기하고 해결하면서 학습하기 때문에 주어진 과제의 성공 가능성이 높아진다고 하였는데, 이는 요리를 활용한 음악활동이 타인인식 능력 향상의 유의한 결과를 도출한 이 연구의 결과를 부분적으로 지지한다.

정서지능 검사 하위영역 중 타인조절능력 영역에 대한 실험집단과 통제집단 간 사전검사 및 사후검사 득점을 비교하였다. 실험 전에는 두 그룹간에 유의미한 차이가 없었지만, 사후검사에서는 실험 그룹에서만 유의미한 향상이 나타났다. 실험집단의 사전검사와 사후검사를 비교한 결과, 음악을 통한 요리활동이 유아의 타인조절능력에 유의한 결과를 도출하였는데 이는, 유아들의 협동학습이 유아의 사회성 발달에 영향을 주었다는 최미선(2001)의 연구를 지지하는 결과이다. 이에 선행연구에 따라 음악을 통한 요리활동이 유아의 정서지능 발달에 도움이 되는 것으로 사료된다.

셋째, 음악을 통한 요리활동이 유아의 정서지능에 미치는 영향을 성별로 비교해본 결과, 실험집단의 사전검사와 사후검사 점수 비교 및 점수 증가치 비교에서 남아와 여아 모두 유의미한 차이를 보였다. 이는 권윤순(2002)의 연구에서 초등학교 아동의 정서지능의 일반적인 특성을 성별에 따라 비교하였는데, 남아와 여아 모두 전체적으로 유의한 영향을 주었다고 한 연구 결과와 일치한다. 유아의 성별에 따른 정서지능의 차이는 여아가 높게 나타났다는 정미숙(2005)의 연구와는 다른 결과이나 정서발달에는 성별 간 차이가 없다고 보고한 김미경(1985)의 연구와는 유사한 결과이다. 또한 유아의 정서지능은 성별에 따라 일관되지 않는다는 이병래(1997)의 연구와도 일치한다. 이에 선행연구에 따라 음악을 통한 요리활동이 유아의 성별에 관계없이 정서지능 발달에 도움이 되는 것으로 사료된다.

본 연구 결과들을 기초로 심화하고 발전시키기 위한 연구과제와 개선점에 대하여 다음과 같이 제언하고 한다.

첫째, 유아기에 정서지능 형성은 중요하며, 다양한 연령대를 대상으로 한 후속 연구가 필요하며, 효과적인 교육 및 개입 프로그램을 개발하여 후속연구에서 수행되기를 기대한다.

둘째, 유아기에 형성된 긍정적인 정서는 향후 청소년, 성인이 된 후의 학업성취도, 사회적인 성공, 삶의 질에 영향을 미치므로 10년, 20년 후에 종단연구를 실시하여 안정적인 정서지능 형성의 중요성을 밝힐 필요가 있을 것이다.

셋째로, 이 연구는 일반 유치원 유아를 대상으로 수행되었으나, 장애 유아 및 다문화 가정 출신 유아를 대상으로 한 후속 연구가 실시되어야 할 것이다. 이를 통해 유아의 정서지능 발달에 대한 이해를 높이고, 더 나은 지원 방안이 연구될 수 있기를 기대해 본다.

【참고문헌】

- 강영(1993), 유치원에서의 요리활동에 대한 유아의 반응연구, **한국교원대학교대학원 석사학위논문.**
- 권윤순(2002), 초등학교아동의 친구관계와 정서지능에 관한연구: 학년, 성에 따른 차이를 중심으로, **한남대학교 지역개발대학원 석사학위논문.**
- 김정남(2005), 요리활동을 통해 나타난 유아의 행동 및 표상의 변화, **경남대학교 교육대학원 석사학위논문.**
- 김지연(2019), 음악감상을 통한 신체활동과 유아의 정서지능과의 관계연구, **가천대학교 교육대학원 석사학위논문.**
- 김진옥(2004), 엄마와 함께 하는 유아프로그램의 실태 및 인식, **충남대학교 교육대학원 석사학위논문.**
- 김봉아(2015), 음악감상을 통한 신체활동이 유아의 일상적 스트레스해소 및 정서지능에 미치는 영향, **승실대학교 교육대학원 석사학위논문.**
- 김혜란(2010), 요리활동이 유아의 다중지능에 미치는 영향, **승실대학교 교육대학원 석사학위논문.**
- 서동명(2005), 유아 음악극 활동이 유아의 정서지능 발달에 미치는 영향, **배재대학교 대학원 석사학위논문.**
- 서미란(2017), 신체표현을 활용한 음악활동이 유아의 자아존중감과 정서지능에 미치는 영향, **광주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.**
- 안옥수(2009), 통합적 음악감상 활동이 유아의 창의성과 정서지능에 미치는 효과, **경북대학교 교육대학원 석사학위논문.**
- 이미향(2014), 협동적 요리활동이 유아의 또래유능성 및 정서능력에 미치는 영향, **전남대학교 교육대학원 석사학위논문.**
- 이순기(2004), 다양한 음악활동이 아동의 정서지능에 미치는 효과: 알프레드피아노 교본을 중심으로, **울산대학교 교육대학원 석사학위논문.**
- 이희진(2016), 요리활동이 방과후 과정반 유아의 일상적 스트레스 및 정서지능에 미치는 영향, **성신여자대학교 교육대학원 석사학위논문.**
- 박은옥(2004), 음악감상을 통한 신체표현이 유아의 음악성 및 정서지능에 미치는 영향, **성신여자대학교 교육대학원 석사학위논문.**

- 정미숙(2005), 유아의 정서지능과 가정환경 변인 연구, **동아대학교 교육대학원 석사학위 논문**.
- 정연희(2006), 요리활동에서의 요리재료의 변화에 대한 유아의 이해구축과정, **중앙대학교 유아교육학과 박사학위논문**.
- 최성규·김동희·장효민(2019), 언어발달 중재 방법에 대한 연구동향 분석, **특수교육연구**, 26(2): 23-45.
- 최미선(2001), 협동학습이 유아의 자기조절력능력과 타인과의 상호작용 능력에 미치는 영향, **성신여자대학교 대학원 석사학위논문**.
- 최영애(2006), 다중지능이론에 기초한 유아음악교육 프로그램이 유아의 전인 발달에 미치는 효과, **한국의국어대학교 교육대학원 석사학위논문**.
- 홍연홍(2010), 통합적 요리활동이 유아의 정서능력 및 언어 표현력에 미치는 영향, **배재대학교대학원 석사학위논문**.
- Blacking, J. (1973), *How musical is man?*, Seattle and London: Washington University Press.
- Blacking, J. (1973), *How musical is man?*, Seattle: University of Washington Press.
- Bruno, N. (1956), *Music in primitive culture*, Cambridge: Harvard University Press.
- Dahl, K. (1998), Why cooking in the curriculum, *Young Children*, 53(1): 81-83.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993), The intelligence of emotional intelligence, *Intelligence*, 17: 433-442.
- Revesz, G. (1954), *Introduction to the psychology of music*, London: Longmans, Greens.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990), Emotional intelligence, *Imagination, Cognition & Personality*, 9: 185-211.
- Smith, R. B. (1970), *Music in the child's education*, New York: Ronald Press.
- Werner, H. (1961) *Comparative psychology of mental development*, New York: Science Editions.

【국문초록】

음악을 통한 요리활동이 유아의 정서지능에 미치는 영향

김 정 은 · 이 경 선

연구 목적: 본 연구는 음악을 통한 요리활동이 유아의 정서지능에 미치는 영향을 알아보는 것에 목적이 있다.

연구 방법: B시 소재 유치원의 22명 유아를 실험집단 14명과 통제집단 8명으로 나누어, 실험집단은 음악을 통한 요리활동을 16회기, 통제집단은 기관의 자유놀이 활동을 실시하였다.

연구 내용: 첫째, 음악을 통한 요리활동은 유아의 정서지능에 통계적으로 긍정적인 영향을 제공하였다. 둘째, 음악을 통한 요리활동은 자기인식능력, 타인조절능력, 타인인식능력, 자기조절능력 등 정서지능을 구성하는 네 개의 하위영역에 통계적으로 유의미한 수준의 영향을 제공한다. 셋째, 음악을 통한 요리활동은 성별에 관계없이 유아의 정서지능에 긍정적인 영향을 제공하였다.

결론 및 제언: 유아의 정서지능은 장차 학령기의 학업성취 및 사회성 발달에도 긍정적 영향을 제공하는 주요 변인이라는 점에서 음악을 통한 요리활동 프로그램의 중요성을 제안하고 있다.

핵심어: 유아, 음악, 음악활동, 요리활동, 정서지능

