

교사가 알아야 할 심리학의 모든 것 지능지수와 감성지수

사미자 / 교수 · 장신대 기독교교육학

1. 감성지수 소동의 진상

지난해부터 일기 시작한 EQ 소동은 시간이 흘러도 전혀 진정될 기미를 보이지 않고 그 열풍은 계속되고 있다.

현재 서점가의 베스트 셀러가 도리스 매틴과 카린 뷁의 'EQ: 감성지능개발 학습법'이며 또한 서점에 진열되어 있는 새로운 서적들의 제목이 책의 내용과는 상관없이 EQ라는 글자를 사용하고 있음을 자주 보게 된다.

시중에 나와 있는 대중잡지의 내용에서도 감성지수를 언급하지 않은 것을 거의 찾아볼 수 없을 정도이고 평범한 사람들의 대화에서도 감성지수라는 단어가 심심치 않게 사용되고 있음을 보면서 그 열풍의 정도를 쉽게 짐작할 수 있을 것 같다.

그러한 열기는 유아교육의 영역에까지 확대되어 가고 있어서 어린아이를 가지고 있는 부모들은 어떻게 하면 자녀들의 EQ를 높일 수

있을가에 많은 관심을 쏟고 있으며 그러한 관심은 급기야 감성지수를 높이기 위한 과외를 생각한다는 믿을 수 없는 얘기도 들린다.

그런데 이러한 과열현상을 좀더 자세히 들여다 보면 그 안에 매우 위험한 생각이 자리하고 있음을 발견하게 된다. 그러한 생각 중에서도 특히 IQ(지능지수)는 별로 쓸모가 없는 존재이며 감성지수가 높으면 성공은 보장될 것이라는 것과 EQ가 높은 사람은 감정적이라는 생각은 위험할 정도로 단순할 뿐만 아니라 사실과는 다른 잘못된 생각이기도 한 것이다.

지난 호에서 우리가 이미 보았듯이 인간이 살아가는데 있어서 지능은 있어도 되고 없어도 되는 것이 아니고 인간생존에 가장 기초가 되는 요인이기 때문에 IQ대신에 EQ를 선택한 다든지 지능은 중요하지 않다는 인상을 주는 작금의 풍조는 결코 바람직한 것은 아니라고

하겠다.

인간의 마음은 따로따로 일하는 것이 아니라 감정이나 이성으로 분리될 수 없는 통합적인 마음의 작용에 포함되는 것이기 때문에 감정지수의 강조는 지능에 대한 맹신을 바로 잡고 정서적인 측면을 사용하고 개발하여 보다 안정되고 균형 잡힌 삶을 살아가도록 하기 위하여 그 의미가 있음을 기억해야 할 것이다.

2. EQ의 정의

인간의 삶을 성공적이고 행복하게 이끌어 주는 요인은 무엇인가? 아마도 이 질문은 어느 시대를 막론하고 대부분의 사람들이 지속적으로 관심을 가지는 어떻게 보면 인생여정에 있어서 가장 핵심적인 질문이며 동시에 관심사일 것으로 생각된다. 특히 성공을 보장해 주는 요인에 대한 관심은 집요할 정도이다.

지능지수는 오랫동안 인생의 성공에 결정적인 역할을 하는 것으로 믿어 왔으나 높은 지능지수를 가진 사람이 반드시 학교에서의 학업 성적이 탁월한 것은 아니며 더 나아가 사회에서 성공적인 삶을 영위하는 것은 더 더욱 아님을 다양한 연구 결과들이 증명해주고 있다. 사실 그러한 연구들은 우리가 전통적으로 생각해 오던 '성공'의 의미가 퇴색되고 성공적인 삶에 대한 새로운 관점이 대두되면서 비롯되었다고 할 수 있을 것이다.

오늘 우리가 생각하는 성공은 과거 천재적

인 사람들이 이루어 놓은 업적이나 영웅적인 사람들의 행적에 기초한다기 보다는 삶의 다양한 영역에서 평범하지만 자신의 일을 제대로 이끌어 가고 있는 사람들은 모두 성공적인 인생을 살고 있다고 평가할 수 있을 것이다.

오늘의 관점에서 성공한 사람들이 살아가는 모양을 관찰해 보면 가정에서 일터에서 사람들과의 직업적이고 일상적인 관계에서 그들은 매우 포괄적인 능력을 끌고루 갖추고 있음을 발견하게 된다.

그 중에서도 그들은 자신의 감정을 잘 알고 조절할 수 있으며 다른 사람들의 감정에 민감하고도 적절하게 대응하는 능력에서 뛰어난다는 사실이 지적되고 있다.

기업가들도 이제는 머리만 좋은 사람보다는 친화력이 있고 동료들과 조화를 이루고 협력하면서 일할 수 있는 사람을 선호하며 학교 현장에서도 실력만을 갖춘 교사보다는 학생들과 따뜻한 인간적인 교류를 강조하고 공감적인 이해력을 갖춘 교사를 필요로 하고 있음을 부인할 사람은 없을 것이며 교회교육 현장에서 이것은 더욱 강조되어야 할 점이다.

이러한 일을 위해서는 전통적인 지능의 개념이 가지고 있는 논리력이나 분석력뿐만 아니라 사회적인 능력도 요구되어지는 것이다. 바로 여기에 EQ의 중요성이 자리한다.

평범한 지능지수를 가지고 있으면서도 높은 지능지수를 가지고 있는 사람들보다 더 성공적인 삶을 살아가고 있는 사람들을 설명하기

위하여 'Emotional Intelligence' 라는 개념이 소개되었다.

'감정지능' 혹은 '정서지능'으로 번역되는 이 단어가 '감성지수' 또는 EQ(Emotional Quotient : 한국에서 그렇게 사용되고 있음)로 불리게 되었다. 그러므로 EQ는 IQ(Intelligence Quotient)에 대칭되는 개념으로 IQ를 보다 편리하게 번안한 것으로 보이며 골만은 이 개념을 자기조절, 공감능력, 열정, 인내심, 자신에 대한 동기부여를 나타내는 개념으로 사용하고 있다.

현대과학은 인간의 뇌의 산비에 대한 엄청난 지식을 제공해 주고 있다는 사실은 이미 본 시리즈 초기에 지적한바 있다.

인간의 신경계통에 관련된 연구결과에 의하여 '심신 일원론'이 증명되었으며 그러한 지식은 인간은 이성적인 측면과 감정적인 측면이 함께 협력하여 일하고 있으며 감정이나 사고 및 분석이나 판단 활동과 같은 일은 바로 그 두 측면이 제대로 일을 하고 있다'는 의미가 된다.

지능을 매우 넓은 관점에서 보고 있는 현대의 지능학자들은 종래의 지능관을 넘어서서 그 동안 지능과는 별로 관계가 없다고 생각했던 자신과 타인에 대한 이해력과 같은 능력을 지능에 포함하여 보았으며 다중지능론을 주장한 하워드 가드너는 그것을 인간 내적인 지능과 상호 인간적인 지능으로 보면서 이 지능이 다른 형태의 지능보다 더 중요하다고 하였다.

그후 피터 셀러비와 존 메이어가 가드너의

생각을 '감정지능'이라는 새로운 단어로 부르게 되면서 이새로운 개념은 만들어졌으나 이 개념이 세상에 널리 알려진 것은 골만의 감정지능(Emotional Intelligence: 한국에서는 감성지능으로 번역되어 있음)이라는 저서를 통해서였다.

3. 감정지능의 본질

앞에서 살펴보았던 EQ의 정의는 피터 셀러비의 감정지능론에 근거하고 있는데 그는 감정지능이 다음의 다섯 가지 능력을 포함하고 있다고 하였다.

첫째, 자신의 감정을 인식하는 능력으로서 이것은 자신의 감정상태를 인식하고 평가할 수 있는 능력인데 다른 감정 능력들의 기초가 되는 것으로 이해되고 있다. 현재 경험되고 있는 감정을 알고 이해하고 있다는 것은 심리적인 통찰과 자기이해의 근간이 된다는 의미에서 그러하다.

둘째, 자신의 감정을 조절하는 능력이며 이것은 자기인식에 근거한다. 우리는 다양한 종류의 감정들을 경험하고 표현하면서 살아가고 있고 그러한 감정들은 우리에게 불리하게 작용하는 경우가 많음을 익히 알고 있다.

비록 그것들을 완전히 통제할 수는 없더라도 자신의 감정을 적절하게 조절하고 표현할 수 있는 능력은 분명히 우리의 삶의 질을 높여 줄 것이며 보다 성공적인 삶의 길로 우리를 인도할 것이다.

셋째, 자신에게 동기를 부여하는 능력이다. 이것은 모든 사람에게 담겨져 있는 잠재력을 개발하여 생산적이고 효율적인 삶을 살게 해주는 능력이라고 할 수 있다. 따라서 인생의 목표를 달성하기 위하여 충동을 억제하고 자신이 해야 할 일에 주의를 집중시킴으로써 자기를 자기극복과 창의력을 증진하게 되는 것이다.

넷째, 공감능력이다. 아마도 인간이 서로 관계를 맺고 살아가는 과정에서 가장 중요하게 요구되어지는 것 중에 하나가 다른 사람의 감정을 민감하게 읽고 이해할 수 있는 공감능력이다.

이 능력이 뛰어난 사람은 다른 사람의 감정 상태와 그가 필요로 하는 것을 파악하는 정도에서 앞서기 때문에 그렇지 못한 사람들에 비하여 훨씬 더 많은 기회를 제공받게 될 것이다.

다섯째, 인간관계를 관리하는 능력으로서 이것은 다른 사람들의 감정을 관리하는 일종의 기술로 이해되고 있는데 타인과의 관계형성이나 갈등의 해결과 같은 일에 영향을 미친다.

인간관계를 효율적으로 유지할 수 있는 능력을 가지고 있는 사람은 사교적이고 사람들과의 교류가 원활하다.

간단하게 살펴본 감정지능의 본질은 대체로 한사람이 모두 소유할 수 있는 성질의 것은 아니라고 보아야 할 것이며 또한 개인에 따라 소

유한 능력도 차이가 있음을 기억할 필요가 있다. 그러나 셀러비나 꼴만에 의하면 감정지능은 지능과는 달리 후천적으로 학습되는 측면이 강하기 때문에 개인의 노력여하에 따라 높은 감정지능을 개발하고 증진시킬 수 있다는 점에 관심을 기울여야 할 것으로 보인다. 그럼에도 불구하고 객관적으로 지능을 측정할 수 있는 IQ검사와 같은 검사도구가 아직은 없기 때문에 감정지능을 객관적으로 측정하는 것은 무리라고 생각된다.

4. 감정지능과 교육

알려진 바로는 정서적인 측면의 발달은 생후 1~2년 동안에 그 기초가 이미 형성된다고 한다. 자기를 신뢰하는 능력이나 자기조절과 자기통제, 새로운 것에 자신을 개방하는 마음, 공감능력과 다른 사람과의 관계유지 능력과 같은 것은 가정에서 부모와 가족간의 관계를 통하여 개발되는 것으로 이해되고 있다.

다시 말하면 어린 시절 가정에서 받은 영향은 그이후의 감정지능 발달의 토대가 되기 때문에 가정은 매우 중요한 교육의 장이 된다고 할 수 있다.

그렇기 때문에 가정이 안정되고 부모가 감정적인 측면에서 원만하고 성공적인 삶을 살아가는 사람들일때 그 안에서 자라는 아이들은 자연히 부모의 영향을 받으면서 부모와 같은 사람들로 성장하게 될 것이다. 감정지능이 높은 부모가 감정지능이 높은 자녀들을 만들

어내게 되는 것은 자연스러운 일일 것이다. 어릴 때부터 그러한 측면에서 성공적인 교육을 받은 사람들은 일찍부터 그것에 대한 충분한 보상을 받게 될 뿐만 아니라 정서적으로 건강하게 살아갈 수 있는 능력을 지니게 된다.

학교도 감정지능을 높이는데 매우 좋은 교육의 장이 될 수 있음을 끝만은 주장하고 있다. 대체로 학교에서의 정서 교육은 흔히 정서적인 측면을 교육에 이용하는 것으로 이해되는 경우가 많으나 감정지수를 높이기 위해서는 정서자체를 교육의 주제로 삼아야 한다는 점이 강조되고 있다. 즉, EQ 능력을 높이기 위한 교육은 감정지능의 핵심 되는 내용과 학교 현장에서 구체적으로 학생들이 경험하는 문제들을 해결하기 위한 방법들을 함께 교육할 때 성공적인 결과를 기대할 수 있을 것이다.

예컨대 충동억제라든가 분노를 관리하는 능력, 또는 관계의 어려움을 경험하는 학생들의 문제를 실제적으로 다루고 해결할 수 있는 방법을 모색하는 구체적인 노력과 함께 감정지능에 대한 이론적인 교육이 학교의 교육과정에 포함될 때 학생들의 인성발달과 인간적인 성장은 크게 증진될 것이다.

이러한 교육의 형태는 과거에 미국에서 시작된 감수성 훈련이나 집단상담의 한 형태라

고 볼 수 있는 인간관계 훈련과도 일맥상통한다고 보여진다. 이때도 마치 가정에서 부모의 역할이 중요하듯이 학교에서는 교사의 역할이 그 무엇보다도 중요하다고 하겠다.

교사 자신이 감정지능에 문제를 가지고 있을 때 그가 가르치는 학생들의 정서적인 안정과 발달은 기대하기 힘들기 때문이다.

5. 맺는 말

감정지능(감성지능)에 대한 강조는 그 동안 우리가 지능지수에 지나치게 의미를 부여하고 그것이 성공의 요인이라는 믿음에 경종을 울려 주었다는 점에서 그 의의가 있다고 생각된다. 현대는 머리만 좋은 독불장군이나 사회적인 관계에서 실패를 거듭하는 사람들은 생존하기 힘든 사회적인 특징을 가지고 있다.

그러므로 우리가 몸담고 살고 있는 세상을 사람들이 보다 좋은 곳으로 만들고 그 안에서 살고 있는 사람들이 서로 상호의존적인 관계를 맺고 살아갈 수 있기 위하여 이성과 감정이 서로 조화를 이룬 사람들로 양육하고 성장시키는 일이야말로 오늘 우리 사회를 휩쓸고 있는 EQ 소동이 주는 교훈이라고 하겠다.