

국내 출판 사회정서학습 프로그램에 대한 체계적 문헌고찰

유지원 (가천대학교, 교수) · 김세영 (한동대학교, 조교수)[†] · 김보경 (서울여자간호대학교, 조교수)

■ 요약 ■

본 연구는 국내에서 개발된 사회정서학습(SEL) 프로그램의 구성 요소와 실행 동향을 체계적으로 분석하여 효과적인 SEL 프로그램 설계와 실행을 위한 시사점을 도출하는 것을 목적으로 수행되었다. 이를 위해 체계적 문헌고찰 방법에 따라 국내 문헌을 검색하여 최종 79편의 논문을 분석하였으며, 분석틀은 연구 출판 정보, SEL 프로그램 설계 특성, 적용 대상 및 실행 관련 특성, 성과 측정 특징 및 효과성 변인을 포함하였다. 연구 결과, 첫째, 국내 SEL 프로그램 연구는 최근 5년간 급격히 증가 추이를 보였다. 둘째, SEL 프로그램 설계 특성을 분석한 결과, 국내 SEL 프로그램은 CASEL(Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning) 프레임워크의 5대 핵심 역량을 복합적으로 반영하는 것으로 나타났고, 그 중 '책임 있는 의사결정'의 반영도가 상대적으로 낮았다. SEL 프로그램의 질을 평가하는 기준인 SAFE(Sequenced, Active, Focused, Explicit) 원칙에서는 '체계적 구성(S)'과 '명시적 기술(E)' 측면의 개선이 필요한 것으로 나타났다. 또한, 대부분의 프로그램이 10차시 이상으로 구성되었고, 게임·놀이 활동, 역할극, 토의·토론 등이 주요 교수학습전략으로 활용되었다. 셋째, 프로그램 실행 특성으로는 초등 학생 대상 연구가 가장 많았으며, 학교 교원이 직접 실행한 비율과 수행 맥락을 밝힌 연구의 비율은 저조하였다. 넷째, 프로그램 성과 측정 특징으로는 효과성을 측정한 60편 중 54편에서 SEL 역량 전체 또는 일부 요소를 측정하고 있었으며, 프로그램 특성에 따라 다양한 성과 변인을 선정하여 추가적으로 측정하는 것으로 나타났다. 본 연구는 국내 SEL 프로그램 분석에 국제적 기준을 반영하여 체계적 분석을 수행하였다는 점에서 의의가 있다.

주제어 : 사회정서학습, 사회정서역량, 체계적 문헌고찰, SAFE 원칙

[†] 교신저자: 김세영, 조교수, 한동대학교, 경북 포항시 북구 흥해읍 한동로 558, dreamer302@gmail.com

• 논문 접수: 2026년 2월 2일 / 수정본 접수: 2026년 3월 1일 / 게재승인: 2026년 3월 7일

I. 서 론

아동과 청소년의 심리 및 정신건강 문제는 학교교육에서 지속적으로 관심을 기울여야 할 중요한 과제이다. 학생들이 경험하는 사회정서 문제는 학교생활 부적응을 야기할 뿐 아니라 타인과 지역사회에까지 부정적인 영향을 미치고, 성인기까지 어려움이 지속되는 것으로 보고되고 있다(박현영, 채수은, 2022). 특히 2024년 질병관리청의 청소년건강행태조사 결과에 따르면, 2주 이상 일상생활을 중단할 정도의 우울감을 경험한 비율은 27.7%로, 청소년 4명 중 1명 이상이 심각한 수준의 우울을 경험하고 있는 것으로 나타났다. 또한, 자살 생각·계획·시도를 역시 12.7%로 보고되어 청소년 정신건강 위기의 심각성이 확인되었다(질병관리청, 2024). 이 외에도 학교폭력 실태조사에서는 학교폭력 피해 응답률이 지속적으로 증가하고 있으며, 최근에는 사이버폭력의 비중 또한 확대되는 추세를 보이고 있다(교육부, 2025a). 이러한 결과는 학생들의 건강한 학교생활을 지원하기 위한 능동적이고 예방적인 대응이 시급함을 시사한다.

이러한 맥락에서 교육부는 2026년 업무계획을 통해 학생들의 마음건강 지원을 강화하기 위해 사회정서역량 함양을 위한 교육을 기존보다 확대하여 총 17차시로 운영하는 방안을 추진하겠다고 밝혔다(교육부, 2025b). 이는 학교교육에서 학업성취뿐 아니라 학생의 정서적 안정과 사회적 적응이 함께 다루어져야 할 중요한 교육 과제로 인식되기 시작했음을 보여준다. 이러한 정책 변화는 학생들의 마음건강을 지속적이고 구조적으로 지원할 수 있는 교육 방안에 대한 논의를 요구하며, 그 구체적 실천 방안으로 사회정서학습(Social and Emotional Learning, 이하 SEL)이 있다.

SEL은 자신과 타인의 감정을 이해하고 조절하며, 긍정적인 관계를 형성하고 책임감 있게 행동하기 위해 필요한 지식, 기술, 태도를 체계적으로 함양하는 학습을 의미한다(CASEL, 2025). SEL은 청소년의 정신건강 위기에 대응하고 미래사회에 필요한 역량을 기르는데 효과적인 교육적 접근으로 주목받고 있으며, 국내외에서 다양한 프로그램의 개발과 적용이 활발히 이루어지고 있다. 선행연구에 따르면, SEL 프로그램에 참여한 학생들은 공격성이 감소하고(홍정아, 박승희, 2014; Bierman et al., 2010), 우울 수준이 낮아지며 사회정서역량이 향상되는 효과를 보였다(이은영, 천성문, 2024). 또한 정서 조절 능력, 자기효능감, 사회성 기술, 대인관계 역량 등 다양한 영역에서 긍정적인 효과가 보고되고 있다(이운주, 이인숙, 2025).

SEL 연구와 프로그램 보급에 중추적 역할을 하는 미국의 CASEL(Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning)은 SEL의 핵심 역량으로 자기인식(self-awareness), 자기관리(self-management), 사회적 인식(social awareness), 관계기술(relationship skills), 책임 있는 의사결정(responsible decision-making)의 다섯 가지를 제시하였다(CASEL, 2025). 해외뿐 아니라 국내에서도 다수의 SEL 프로그램이 CASEL이 제안하는 다섯 가지 핵심 역량을 중심으로 구성하고 있으며(예: 김가현, 신태섭, 2020; 이선숙, 박종효, 2019; 최윤경, 2025), 이 틀은 SEL 프로그램을 평가

하고 효과성을 논의하는데 핵심 기준으로 활용되고 있다(Cipriano et al., 2023, 2024). 한편, 교육부는 학생들의 발달 수준과 한국 사회의 문화적 특성을 반영하여 자기(self), 관계(relationship), 공동체(community), 마음건강(mental health) 영역으로 구성된 한국형 SEL 모델을 개발하고, 이를 2025년부터 학교 현장에 적용할 것을 발표하였다(교육부, 2024). 한국형 SEL은 CASEL의 기본 틀을 참조하되 공동체 가치와 정신건강 영역을 강조하는 방향으로 재구성되었다는 점에서 국내 SEL 정책의 중요한 전환을 시사한다(교육부, 한국교육환경보호원, 2024).

이러한 정책적 변화 속에서 그동안 실행된 국내 SEL 연구를 체계적으로 분석할 필요성이 제기되고 있다(박현영, 채수은, 2020; 정민영, 2024; 조경현 외, 2025). 일부 체계적 문헌고찰이나 메타연구가 수행된 바 있으나, 분석 대상이 특정 학교급이나 집단에 국한되거나(예: 송서영, 허계형, 2020; 이윤주, 이인숙, 2025), 발행 편수, 연구대상, 프로그램 길이 등 제한적인 항목 분석에 그쳐 SEL 프로그램의 설계와 실행에 대한 실천적 시사점을 도출하는 데에는 한계가 있다. 그러나 해외에서는 CASEL에서 제시한 가이드라인을 반영하여 관련 메타 연구가 이루어지고 있으며, CASEL은 근거 기반(evidence-based)의 SEL 프로그램 개발과 실행을 강조하며, 프로그램의 선정과 효과성 검증에 있어 구체적이고 엄격한 기준을 적용해오고 있다(Lawson et al., 2019). 또한 선행연구에서 SEL 프로그램의 효과는 프로그램 구성 요소뿐 아니라 실제 현장에서 어떻게 실행되는지에 따라 달라질 수 있음이 논의됨에 따라(Abry et al., 2017; Durlak, 2016), SEL 프로그램 분석 시 실행 관련 요소를 함께 고려할 필요성이 제기되고 있다(Cipriano et al., 2023). 이러한 논의를 종합해보면, 국내 SEL 연구에 대한 체계적 문헌고찰을 수행함에 있어 분석 기준과 틀을 보다 고도화할 필요가 있다.

이에 본 연구는 유아부터 성인에 이르기까지 생애주기 전반에 걸쳐 국내에서 수행된 SEL 프로그램 연구를 체계적으로 분석하여 국내 SEL 프로그램 개발 및 실행의 동향을 파악하고 향후 효과적인 SEL 프로그램 설계와 실행을 위한 실천적 시사점을 도출하고자 한다. 이를 위해 총 53개국의 SEL 프로그램을 체계적으로 분석한 메타연구(Cipriano et al., 2023, 2024)를 분석 틀의 주요 준거로 삼고, 학교 현장에서의 실행을 고려하여 연계 교과, 교수학습전략 등 실행 관련 요소를 추가적으로 포함하였다. 이와 같은 연구 목적에 따른 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 국내 SEL 프로그램 연구의 출판 동향은 어떠한가?

둘째, 국내 SEL 프로그램의 설계 특성(SEL 요소, 프로그램 길이, 교수학습전략 등)은 어떠한가?

셋째, 국내 SEL 프로그램의 적용 대상 및 실행 관련 특성(학교급, 학습자 특성, 교육 주체, 수행 맥락 및 연계 교과 등)은 어떠한가?

넷째, 국내 SEL 프로그램 성과 측정 특징과 효과성 변인은 어떠한가?

II. 이론적 배경

1. SEL의 개념 및 필요성

SEL은 학습자가 자신의 정서를 인식하고 조절하며, 타인과 긍정적 관계를 형성하고, 공동체 안에서 책임 있는 의사결정을 할 수 있도록 하는 지식·기술·태도를 습득하고 적용하는 과정으로 정의된다(CASEL, 2025). SEL은 자기인식, 자기관리, 사회적 인식, 관계기술, 책임 있는 의사결정의 5대 핵심 역량을 중심으로 구성되며, 정서지능, 사회기술, 인성교육 등과 일부 개념적 중첩을 가진다. 그러나 SEL은 단순한 정서나 사회기술을 익히는 차원을 넘어서 학업·사회·생활 전반에서 발휘되는 포괄적 역량을 포함하며(CASEL, 2025), 학교·가정·지역사회가 연계된 환경 속에서 체계적으로 운영되고 실행될 수 있도록 설계된 교육 프레임워크라는 점에서 차별화된다(Durlak et al., 2011).

최근 디지털 전환과 사회 변화가 가속화되면서 전 세계의 청소년이 다양한 사회정서적 위험요인에 노출될 가능성이 커지고 있다. 과도한 디지털 매체 사용, 사이버 괴롭힘, 부적절한 온라인 콘텐츠 노출, 수면 및 신체 활동 감소 등은 청소년의 정신건강과 사회정서적 웰빙에 부정적인 영향을 미칠 수 있다는 우려가 제기된다(OECD, 2025). 이러한 변화 속에서 사회적 지지망의 약화, 또래관계의 어려움, 정체성 혼란 등이 맞물려 학생들의 사회정서역량, 회복탄력성, 자기관리 능력의 중요성이 더욱 부각되고 있다(질병관리청, 2025; OECD, 2025). 따라서 기존의 학업 중심 교육만으로는 학생의 전인적 성장을 지원하기 어려우며, 정서 인식과 조절, 건강한 대인관계 형성, 책임 있는 의사결정 등 사회정서역량을 체계적으로 강화하는 SEL 기반 교육의 필요성이 강조된다. 이러한 추이 속에서, UNESCO(2024, p. 5)는 Mainstreaming Social and Emotional Learning in Education Systems: Policy Guide를 통해 SEL을 “인지 중심 교육을 넘어 사회·정서·행동 차원을 포함하는 균형 있는 학습”으로 교육시스템에 통합할 것을 제안한 바 있다. 우리나라도 마찬가지로 학생정서·행동특성 지원(Wee), 학교폭력 예방 및 회복적 생활교육, 정신건강 지원 정책과 함께 SEL의 확대가 요구된다.

한편 SEL의 교육적 의미는 발달적 관점에서도 강조된다. 아동기에는 정서 인식 및 자기조절과 같은 기초 사회정서 역량이 형성되고, 청소년기에는 자기정체성 확립과 또래관계 기술 확장 등 사회적 책임감이 강화된다(Hosokawa et al., 2024; Main, 2025). 이러한 역량은 성인기에 요구되는 직업역량, 사회참여, 정신건강과도 밀접하게 연계되므로 SEL은 학령 단계 전반에 걸쳐 연속적·누적으로 제공될 필요가 있다(Conley, 2015). 실제로 대학생 대상 연구에서 SEL 활동 참여는 자기인식·자기관리 능력 강화, 정서적 스트레스 감소, 학업 몰입 및 수업 참여 향상에 기여하는 것으로 나타났다(Conley, 2015; Elmi, 2020). 이는 SEL이 특정 발달 단계에 국한되지 않고 연령과 맥락에 적합한 방식으로 생애주기 전체에 걸쳐 적용 가능한 교육 개입임을 시사한다.

종합하면, SEL은 단순한 감정 표현 활동이나 인성교육의 보조 개입이 아니라 미래사회가 요구하는 핵심 역량 강화와 안전하고 포용적인 교육 생태계 구축을 위한 주요 교육 전략임을 알 수 있다. 이런 논의와 맥을 같이하여, 최근 우리나라 교육부는 학생들의 발달 수준을 고려한 한국형 SEL 프로그램을 개발하고 2025년부터 현장에 적용할 것을 발표하였다(교육부 보도자료, 2024. 1. 23). 한국형 SEL은 4가지 영역과 6개의 역량으로 제안되었는데, 4개 영역은 자기, 관계, 공동체, 마음건강이고, 6개 역량은 자기인식, 자기조절, 관계인식, 관계관리, 공동체 가치 인식 및 관리, 정신건강 인식 및 관리이다(교육부, 한국교육환경보호원, 2024). 따라서 국내 교육현장에서 본격적인 SEL의 실행과 성과 관리를 위해서는 근거 기반의 SEL 프로그램 설계와 실행 질 관리, 시스템 차원의 통합적 확산이 요구되며, 이를 위해 기존 SEL 프로그램의 설계 및 운영 특징을 체계적으로 분석하는 연구가 수행될 필요가 있다.

2. SEL관련 체계적 문헌고찰 및 메타연구 동향

SEL에 대한 관심과 실천이 활성화되면서 SEL 연구에 대한 체계적 문헌고찰 또는 메타연구 필요성도 함께 제기되고 있다(박현영, 채수은, 2020; 정민영, 2024). 관련 연구를 살펴보면, 정민영(2024)은 국내 SEL 연구를 종합적으로 분석한 동향 연구가 거의 없다고 지적하고, SEL이 국내 교육과정에 반영된 시점을 고려하여 2009년부터 초기(2009-2014년), 중기(2015-2021년), 후기(2022-2023년)로 구분하여 관련 논문 90편을 대상으로 체계적 문헌분석을 수행하였다. 분석 결과, 초기에는 이론 중심의 기초연구가 주를 이루었으나, 중기에 접어들면서 SEL의 실수요자인 교수자와 학생 대상의 실증적 교육프로그램이 현격히 증가하는 추이를 보였으며, 초등학생 대상 연구 비중이 높다고 보고하였다. 하지만 이 연구는 발행 편수, 연구 목적, 대상, 학교급, 연구방법 등 연구 동향 파악 수준에 그치고 있어 SEL 프로그램의 구성이나 효과를 파악하기엔 한계를 드러냈다. 조경현 외(2025)는 프로그램 주제, 프로그램의 중재 충실도 및 사회적 타당도, 교사교육 실행 여부, 가정연계 실행 여부, 프로그램 효과 항목 토대로 국내 SEL 프로그램 27편을 분석한 결과, 프로그램에 대한 중재 충실도와 사회적 타당도 검증이 미흡하게 나타났고, 교사교육 및 가정연계 프로그램 사례가 적다고 보고하면서 국내 SEL 프로그램 실행에 대한 개선 필요성을 제언하였다.

한편, 메타 연구 결과에 따르면 국내에서 실시된 SEL 프로그램의 효과는 대체로 긍정적으로 보고되고 있다. 예를 들어, 조경현 외(2025)는 SEL 프로그램에 참여한 학생들의 사회정서역량, 사회적 기술, 정서역량, 학업 관련 능력 등에서 유의미하게 개선되었다고 보고하였다. 또한 국내 아동과 청소년을 대상으로 한 SEL 프로그램 연구 20편을 분석한 박현영과 채수은(2020)은 사회정서역량, 자신과 타인에 대한 태도, 긍정적인 사회적 행동, 학업성과 등 다양한 성과 변인을 중심으로 SEL 프로그램의 효과를 확인하였고, 전체 평균 효과 크기는 0.79로 중간 수준 이상의 효과 크기를 보였다고

밝혔다. 특히 아동의 경우, 주 3회 이상, 16회기 이상 운영된 프로그램이 가장 효과적이었으며, 사회정서역량 성과가 가장 우수한 것으로 보고되었다. 또한 대학생과 성인을 대상으로 한 SEL 프로그램의 효과를 분석한 이윤주와 이인숙(2025)의 연구에서도 정서 조절, 자기효능감, 마음챙김, 사회성 기술, 대인관계 역량 향상에 긍정적인 효과가 확인되어, SEL 프로그램이 다양한 연령의 학습자에게 적용 가능하고 효과적인 교육적 접근임을 지지하였다.

국내 연구와 달리 해외 연구의 경우, SEL 프로그램에 대한 문헌고찰과 메타분석을 수행할 때 보다 명확한 대상 선별 기준과 체계적인 틀을 적용하고 있다. 예를 들어, Cipriano et al.(2023)는 2008년부터 2020년까지 유치원부터 12학년(K-12) 학생을 대상으로 하고, 무작위배정(Randomized Controlled Trial) 또는 준실험설계를 적용하고 통제집단을 설정한 연구로, 학급 또는 학교 전체에 적용한 보편적(Universal School-Based, USB) SEL 프로그램을 선별하여 메타분석을 수행하였다. 그 결과 총 53개국의 424편 연구가 분석에 포함되었으며, 252개의 개별 USB SEL 프로그램과 575,361명의 참여 학생이 분석 대상에 포함되었다. 특히 이 연구에서는 각 프로그램을 SAFE 원칙을 적용하여 평가하였는데, SAFE 원칙은 프로그램이 체계적이고 순차적으로 구성되었는지(Sequence), 학습자의 적극적 활동 및 참여를 촉진하는지(Active), SEL의 다섯 가지 핵심 역량에 초점을 두고 있는지(Focused), 그리고 명시적이고 구체적인 전략과 기술 지도를 포함하는지(Explicit)를 기준으로 한다. 이러한 SAFE 원칙은 SEL 프로그램의 질을 평가하는 기준으로 제안되어, SEL 프로그램 효과를 설명하는 주요 준거틀로 활용되고 있다(Durlak et al., 2011).

Cipriano et al.(2023)의 결과를 살펴보면, USB SEL 프로그램에 참여한 학생들은 통제집단에 비해 SEL 기술, 자신과 타인 및 학교에 대한 태도, 친사회적 행동, 학교 내 소속감 및 심리적 안정감, 또래 간 신뢰와 협동 관계, 학업성취 등 다양한 영역에서 유의미한 향상을 보였다. 동시에 불안과 우울감과 같은 부정적 정서와 문제행동이 감소하는 효과가 나타났다. 특히 SEL 기술과 태도, 친사회적 행동 등은 프로그램 종료 이후에도 그 효과가 유지되는 경향을 보여, SEL 프로그램의 지속적 효과 가능성이 논의되었다. 또한, 프로그램 특성에 따른 효과 차이를 분석한 결과, SAFE 원칙을 준수하여 개발된 프로그램일수록, 교사가 직접 프로그램을 실행한 경우, 교실 수업과 학교 전체 대상의 교육이 연계된 유형으로 운영된 경우, 그리고 SEL 구성 요소가 복합적으로 포함된 경우 프로그램 효과가 더 크게 나타났다. 연령별로는 중·고등학생보다 초등학생을 대상으로 한 프로그램에서 더 효과가 컸으며, 사회적 취약 집단에서도 긍정적인 효과가 확인되었다. 저자들은 이러한 분석 결과를 토대로 SEL이 단순한 감성교육이 아니라, 학교 전체의 분위기와 기능을 개선하고 학생의 사회정서 역량을 장기적으로 발달시키는 과학적으로 검증된 교육 개입이라고 강조하였다.

이러한 해외 메타분석 연구 결과는 국내 SEL 프로그램 연구에 보다 체계적인 분석 틀을 필요로 함을 시사한다. Cipriano et al.(2023, 2024)의 연구에 활용된 주요 분석 항목으로 SEL 프로그램 구성에 포함된 내용 요소, 프로그램 수행 관련 주요 항목(주 전달자, SAFE 원칙, 수업 맥락, 연구의 질과 참여 대상의 배경 정보), 프로그램 성과 변인 등이 포함되었다. 특히 SAFE 원칙 적용 수준, 프로그

램을 진행하는 주체, 프로그램 구성에서 다루는 SEL 요소는 프로그램 효과에 영향을 미치는 핵심요소로 밝혀진 만큼, 향후 국내 SEL 프로그램을 분석·평가하기 위한 분석 틀에도 포함될 필요가 있다.

III. 연구방법

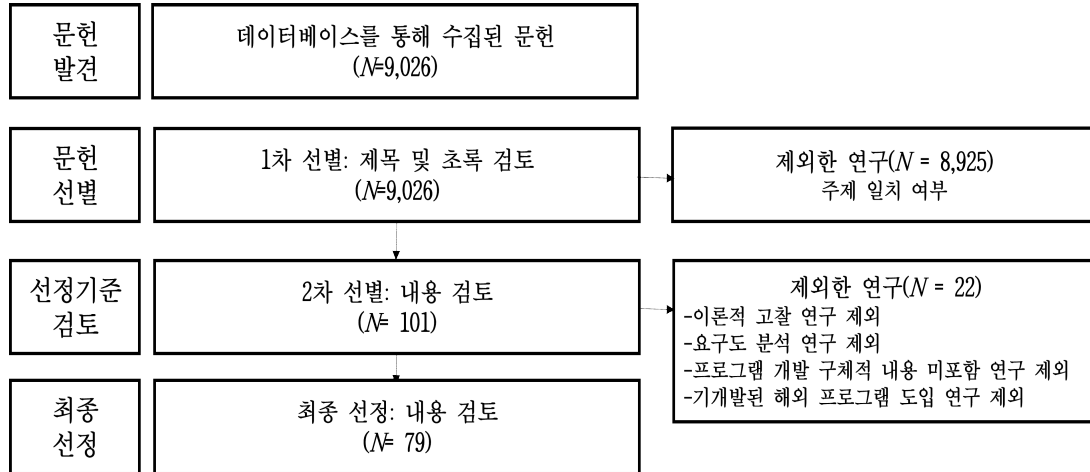
1. 연구절차

본 연구는 체계적 문헌고찰 방법 절차에 따라 수행되었다. 체계적 문헌고찰은 “특정 분야의 선행 연구들을 체계적으로 요약하고 비판적으로 평가하며 증거를 통합하는 방법”으로(Petticrew & Roberts, 2006, p.15), 본 연구는 PRISMA 2020 지침(PRISMA Executive, 2021)을 참고하였다. PRISMA 지침에 따라 문헌 포함 및 제외 기준을 마련하고, 세 명의 연구자가 한국학술지인용색인(KCI) 데이터베이스와 학술연구정보서비스(RISS)를 이용하여 문헌을 검색한 후, 교차 검증과 합의 과정을 통해 분석 대상을 최종 선별하였다. 또한 PICO(Population, Interest, Context) 프레임워크(Lockwood et al., 2015), 프로그램 질 평가를 위한 SAFE 원칙(Durlak et al., 2011), 프로그램의 효과성 평가 지표 등과 선행연구 고찰을 통하여 분석 틀을 마련하였다. 이후 선정된 문헌에 대해 분석 틀의 항목을 기준으로 분석하였으며, 연구자 간 일치도 확인 및 합의를 거쳐 최종 연구결과를 도출하였다.

2. 분석 대상 문헌 수집 및 선정

체계적 문헌고찰을 위해 2025년 6월 14일을 기준으로 한국학술지인용색인(KCI)과 학술연구정보서비스(RISS) 데이터베이스에서 KCI 등재지 논문을 검색하였다. 검색어는 SEL 관련 핵심 개념과 CASEL의 5대 핵심 역량을 기반으로 선정하였다. 구체적으로 ‘사회정서학습’, ‘사회정서역량’, ‘SEL’, ‘사회정서’를 포괄 검색어로 사용하였고, CASEL의 5대 역량인 ‘자기인식’, ‘자기관리’, ‘사회적 인식’, ‘관계기술’, ‘책임 있는 의사결정’과 ‘교육’을 조합하여 검색하였다. 데이터베이스를 통해 수집된 문헌은 총 9,026편이었다.

문헌 선정 기준에서 포함 기준은 국내에서 자체적으로 개발된 SEL 프로그램에 대한 연구로 프로그램의 구체적인 내용이 포함된 연구, 프로그램을 개발하고 현장에 적용한 연구 또는 개발까지 완료한 연구이다. 제외 기준은 이론적 고찰 연구, 요구도 분석 연구, 프로그램 개발의 구체적 내용을 포함하지 않은 연구, 기개발된 해외 프로그램을 그대로 적용한 연구이다. 문헌 선별 절차를 살펴보면(그림 1 참조), 1차 선별 단계에서는 연구진이 제목과 초록을 검토하여 주제 일치 여부를 확인하고, 주제와 맥락이 일치하지 않는 8,925편을 제외한 101편을 선정하였다. 2차 선별 단계에서는 문헌 전문을 검토하여 선정 기준에 부합하지 않는 22편을 제외하고 최종 79편의 논문을 선정하였다.



[그림 1] 문헌 선별 절차(PRISMA process)

3. 분석 틀 및 분석방법

체계적 문헌고찰을 분석하기 위한 틀은 PICO(Population, Interest, Context) 프레임워크(Lockwood et al., 2015)를 반영하여 학습대상, 프로그램의 설계 및 특징, 실행 맥락 등의 항목을 포함하였다. 또한 SEL 프로그램에 대한 체계적 문헌고찰, 메타분석 등을 실시한 국내외 선행연구(정민영, 2024; 조경현 외, 2025; Cipriano et al., 2023)에서 활용된 분석 항목을 참고하여 <표 1>과 같이 분석틀을 도출하였다. 분석 항목으로는 SEL 프로그램 요소, SAFE 원칙 적용 수준, 프로그램 길이, 교수학습전략 등의 설계특성과 프로그램 적용 대상, 교육 실행 주체, 연계 교과 등의 실행 맥락 특성, 효과성 분석을 위한 종속변인 등을 선정하였다.

분석방법은 분석틀의 항목별로 해당 논문의 빈도를 산출하였고, 학교급, 교수학습전략, 교육주체, 수행 맥락은 중복카운트를 적용하였다. SEL 프로그램의 질 평가에 활용한 SAFE 원칙(Durlak et al., 2011)은 체계적이고 순차적인 구성(Sequence), 활동 및 참여 중심(Active), SEL의 5가지 핵심요소 집중도(Focused), 명시적이고 구체적인 전략과 기술 지도(Explicit) 요소별로 0=미충족, 1=부분 충족, 2=완전 충족으로 채점하였고, 총점을 산출하였다. 구체적으로, Sequenced는 커리큘럼이 단계별 목표로 구성되어 이전 회기 학습이 다음 회기와 연계되는지, Active는 역할극, 토론, 실습 등 학생이 직접 참여하는 능동적 학습 활동이 포함되어 있는지, Focused는 프로그램 목표에 SEL 역량이 명시되어 있으며 SEL 기술 훈련이 중심인지, Explicit는 추상적 가치교육이 아닌 구체적 기술(예: 적극적 경청, 나-전달법, 분노조절 전략)을 단계별 행동지침, 시범, 피드백을 통해 가르치는지를 기준으로 평가하였다.

〈표 1〉 분석 틀

영역	항목	세부 구분
1 연구 출판 동향	발행연도	출판연도
	출판 학술지 분류	교육학, 특수교육, 심리상담, 기타
	CASEL 5개 요소	자기인식, 자기관리, 사회적 인식, 관계기술, 책임 있는 의사결정
	SAFE 원칙 적용	S(계열화), A(참여 중심), F(목표성), E(명시적 기술) 반영 정도
2 SEL 프로그램 설계 특성	프로그램 길이	프로그램 구성 회기/차시
	교수학습전략	게임/놀이/신체활동, 역할극/연극, 토의/토론, 성찰글쓰기/일기, 그림책/스토리텔링, 협력활동, 감정카드, 미술활동, 음악활동, 스트레칭/명상/요가, 기타
	외부 전문가 내용 검토 여부	검토/미검토
	학교급	유아/초등/중학교/고등학교/대학교/성인
3 SEL 프로그램 적용 대상 및 실행 관련 특성	학습자 특성	일반 학생, 통합학급 학생, 위기 지원 필요군, 발달장애 관련 학습자, 년도별 가정 연계, 교사
	적용 규모	실험집단 인원수
	교육 실행 주체	유·초·중등 학교 교원, 대학 교원, 외부 전문가 및 외부 기관 교육자, 연구자
	수행 맥락 및 연계 교과	교과목, 창체, 기타
4 SEL 프로그램 성과 측정 특징 및 효과성 변인	성과 측정 특징	현장 적용, (양적) 효과성 측정, 통제/비교집단 유무
	효과성 변인	SEL 역량, 기타 변인

SAFE 평가의 신뢰도를 확보하기 위해서는 먼저 연구진이 몇몇 논문을 채점하고, 채점 기준에 대한 반복적인 논의 과정을 거치면서 채점 기준에 대한 이해를 명확히 공유하려는 노력을 하였다. 또한 전체 79편 중 20%에 해당하는 16편 연구를 무작위로 추출하여 3인 연구자가 독립코딩을 수행하였다. 채점자 간 일치도를 산출한 결과, S항목의 일치도는 81.3%, A=87.5%, F=93.8%, E=81.3%로 나타났으며 전체 퍼센트 일치도는 85.9%로 확인되어 수용가능한 수준의 신뢰도를 나타내었다. 이후 채점 과정에도 평가가 모호하다고 판단되는 논문에 대해서는 연구자가 함께 검토하면서 평가 점수에 합의하는 절차를 거쳤다.

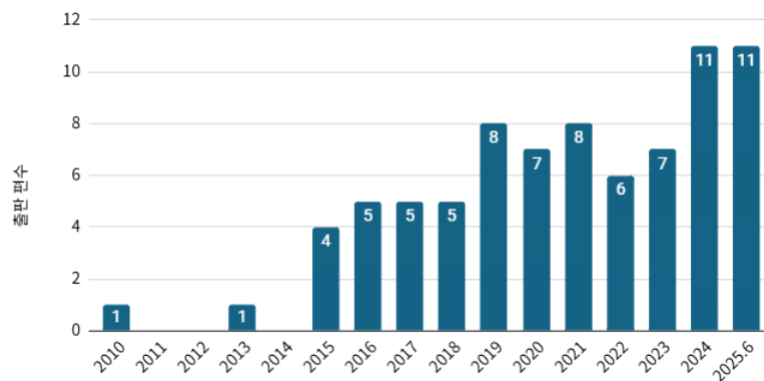
IV. 연구결과

1. SEL 연구의 출판 동향

분석 대상 논문 79편의 발행연도와 출판 학술지 분류에 대한 분석 결과는 <표 2>와 같다. 먼저, 분석 기간을 발행연도에 따라 초기, 중기, 후기로 나누어 살펴본 결과, 초기(2015년 이전)에는 SEL 프로그램 논문이 6편(7.6%)에 불과했으나, 중기(2016~2020년)에는 30편(38.0%)으로 증가하였고, 후기(2021년~2025년 6월)에는 43편(54.4%)으로 증가세를 보였다. [그림 2]의 연도별 추이에서도 매년 국내 SEL 프로그램 개발 연구가 꾸준히 증가하고 있으며, 최근에 더욱 활성화되고 있음을 보여준다. 출판 학술지 분류를 분석한 결과, 교육학 분야 학술지가 53편(67.1%)으로 가장 많았고, 특수교육 12편(15.2%), 심리상담 7편(8.9%), 기타(청소년학, 치료교육, 육아, 명상 등) 학술지가 7편(8.9%)으로 나타났다. 이는 SEL 프로그램 개발 연구가 주로 교육학 분야를 중심으로 수행되고 있으며, 특수교육과 심리상담 등의 학문 분야에서도 관심을 가지고 연구를 수행하고 있음을 보여준다.

<표 2> 발행연도 및 출판 학술지 분류

구분		빈도 (%)	구분		빈도 (%)
발행연도	초기(2015년까지)	6 (7.6)	출판 학술지 분류	교육학	53 (67.1)
	중기(2016~2020년)	30 (38.0)		특수교육	12 (15.2)
	후기(2021~2025년)	43 (54.4)		심리상담	7 (8.9)
				기타	7 (8.9)



[그림 2] 연도별 출판 편수 동향

2. SEL 프로그램의 설계 특성 분석

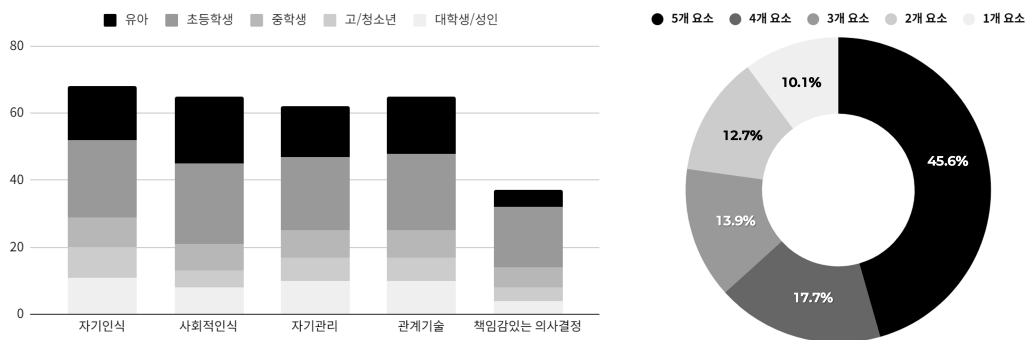
가. SEL 프로그램에 반영된 SEL 구성 요소 분석

선정된 SEL 프로그램에 대하여 CASEL에서 제안한 5개 요소(자기인식, 사회적 인식, 자기관리, 관계기술, 책임 있는 의사결정)가 어느 정도 반영되고 있는지 구성 요소별로 분석하였다. <표 3> 및 [그림 3]과 같이, 총 79편 중 자기인식을 포함한 프로그램은 67편(84.8%), 사회적 인식 요소를 포함한 프로그램은 66편(83.5%)으로 높은 비중을 차지하였다. 반면, 책임 있는 의사결정 요소는 37편(46.8%)에 그쳐 5개 요소 중 가장 낮게 프로그램에 반영된 것으로 나타났다. 5개 요소를 모두 포함한 프로그램은 36편(45.6%), 4개 요소를 다루고 있는 프로그램은 14편(17.7%)으로 SEL 프로그램의 약 63%가 4개 이상의 요소를 반영하여 개발되었다. 이러한 결과는 SEL 프로그램 설계시 CASEL 요소를 교육목표와 연계하려는 의도가 높은 것으로 해석할 수 있다. 한편, 대상별로 SEL 5요소 반영 빈도를 살펴보면([그림 3] 참조), 5개 요소 중 책임 있는 의사결정 요소가 모든 대상에서 가장 낮은 반영 빈도를 보였다. 특히 유아 대상 프로그램의 경우, 자기인식, 자기관리, 사회적 인식, 관계기술은 비교적 고르게 반영된 반면 책임 있는 의사결정의 반영은 현저히 낮아 유아의 발달 특성이 프로그램 설계에 반영된 것으로 해석된다.

CASEL의 5요소를 모두 포함한 연구사례를 살펴보면, 이정렬 외(2025)는 중학교 1학년을 대상으로 15차시 마음교육 프로그램을 개발하였다. 특히 5개 요소 중 반영 비율이 상대적으로 낮은 책임 있는 의사결정 요소를 갈등 대처와 갈등 관리 기술 주제로 다루었고, 올바르게 사과하고 거절하기, 자신의 선택과 행동에 따른 결과 예상하기 기술 등으로 구현하였다. 개발된 프로그램을 중학생 775명에게 적용한 후, 비교집단 512명과 비교분석 한 결과, 참여 학생의 사회정서역량, 회복탄력성, 삶의 만족도에 긍정적인 향상을 확인하였고, 중학교에서 마음교육 프로그램의 적용 타당성을 논의하였다. 또한 책임 있는 의사결정 요소가 잘 드러난 사례로는 심석 외(2025)의 마약 사용 고위험군 대학생 대상의 마약예방 역량 강화 프로그램을 들 수 있다. 마약 예방 교육에서는 고위험 상황에서의 주변 압박을 거절하고 책임 있는 의사결정을 내리도록 교육하는 것이 핵심이다. 총 4회기로 개발된 이 프로그램은 마약류 폐해를 인지하고, 이를 토대로 사회 저항 기술과 자기주장 훈련, 문제 상황에서의 해결 능력 및 의사결정 기술 훈련을 포함하고 있으며, 마약류 사용의 위험요인인 스트레스와 불안 완화 전략을 수립하고 실천함으로써 자존감 함양을 목표로 한다. 프로그램 실행 이후 효과성을 검증한 결과, 참여자의 약물 태도 점수가 유의하게 감소하고 추후에도 유지되는 것으로 나타났으며, 마약류 사용 동기 감소와 사회정서역량 향상에도 긍정적이라고 논의하였다.

〈표 3〉 SEL 5요소 반영도 분석 결과

구분	하위 항목	빈도 (%)	관련 연구 예시
SEL 5 요소별 분석	자기인식	67 (84.8)	김가현, 신태섭(2020), 김지영, 박지연(2023), 이정렬 외(2025)
	사회적 인식	66 (83.5)	김지영, 박지연(2023), 이선숙, 박종효(2019), 최윤경(2025)
	자기관리	62 (78.5)	김동일 외(2021), 김정원, 강정원(2015), 이선숙, 박종효(2019)
	관계기술	65 (82.3)	김동일 외(2021), 김지영, 박지연(2023), 이연수, 임진영(2024)
	책임 있는 의사결정	37 (46.8)	심석(2025), 이선숙, 박종효(2019), 이은영, 천성문(2024)
포함된 SEL 요소 개수별 분석	5개 요소	36 (45.6)	김가현, 신태섭(2020) 이선숙, 박종효(2019), 이정렬 외(2025)
	4개 요소	14 (17.7)	김동일 외(2021), 이승현, 이승호(2019), 이연수, 임진영(2024)
	3개 요소	11 (13.9)	김현지, 김진아(2025), 이수경, 박경빈(2020)
	2개 요소	10 (12.7)	김래영, 심교린(2025), 최서윤(2025)
	1개 요소	8 (10.1)	권슬아 외(2020), 김현지 외(2022)



[그림 3] (왼)대상별 SEL 5요소 반영 빈도와 (오른)총 반영 요소 프로그램 비중

나. SAFE 원칙에 따른 분석

SAFE는 체계적이고 순차적인 구성(Sequence), 활동 및 참여 중심(Active), SEL의 5가지 핵심요소 집중도(Focused), 명시적이고 구체적인 전략과 기술 지도(Explicit)를 의미하며, SEL 프로그램의 질을 평가하는 기준으로 제시되었다(Durlak et al., 2011). SAFE 원칙은 해외 SEL의 효과성 분석 연구(Cipriano et al., 2023; Durlak et al., 2011)에 사용되고 있으며, 관련 연구에서는 SAFE 점수가 높

은 프로그램에서 효과성이 높다고 논의되는 중요한 평가요소이다. 그러나 아직까지 국내의 SEL 프로그램 평가에는 적용된 연구사례가 없다.

총 79편의 SEL 프로그램을 연구에 제시한 프로그램 설명을 토대로 SAFE 기준으로 평가한 결과(〈표 4〉 참조), 8점으로 평가된 프로그램 개수는 총 32편으로, 40.5%였다. 관련 연구사례는 김가현, 신태섭(2020), 김동일 외(2021), 이선숙, 박종효(2019), 최윤경(2025) 등을 들 수 있다. 7점은 22편(27.8%), 6점은 12편(15.2%)이었고, 5점은 2편(2.5%)으로 5점 이상 총 프로그램 수는 68개로 86.1%에 달하였다. 반면, 4점 이하는 11편으로 13.9%가 해당하였고 이는 SEL 프로그램의 개선 여지를 시사하였다. SAFE 요소별로 충족, 부분충족, 미충족 분석 결과를 살펴본 결과(〈표 5〉 참조), 특히 명시적이고 구체적인 SEL 기술을 지도하는 Explicit 요소에서 부분 충족 또는 미충족 비율이 높았다. 또한 체계적인 구성 원리(Sequence)에서도 미충족(0점) 프로그램 비중이 상대적으로 높아 개선 필요성을 보였다. 반면 능동적인 참여 활동 중심의 프로그램 운영(Active)과 SEL의 핵심요소에 초점(Focused)은 대체로 프로그램에 잘 반영되고 있었다. 이와 같이 SAFE 원칙은 SEL 프로그램의 설계 및 개발 단계에서부터 명확한 지침 역할을 할 것으로 기대할 수 있다.

〈표 4〉 SAFE 총 점수별 분포

SAFE 총점수	8	7	6	5	4 이하
빈도	32	22	12	2	11
비율(%)	40.5	27.8	15.2	2.5	13.9

〈표 5〉 SAFE 항목별 점수 분포

SAFE 점수	S	A	F	E
2	57 (72.2%)	69 (87.3%)	67 (84.8%)	42 (53.2%)
1	9 (11.4%)	7 (8.9%)	6 (7.6%)	23 (29.1%)
0	13 (16.5%)	3 (3.8%)	6 (7.6%)	14 (17.7%)

다. SEL 프로그램 길이 분석

다음으로 개발된 SEL 프로그램의 길이(회기 또는 차시)를 분석하였다. 길이가 명시되지 않은 1편을 제외하고 78편을 기준으로 58개의 프로그램이 10차시 이상으로 약 74.4%를 차지하였고, 19개 프로그램은 20차시 이상으로 개발되었다. 이는 SEL 프로그램에 자기인식, 사회적 인식, 자기관리,

관계기술, 책임 있는 의사결정 등의 요소를 복합적으로 다루고 일회성 프로그램보다는 장기적인 계획 속에서 체계적으로 교육과정이 실행되고 있음을 시사하였다. 전문가에 의해 개발한 프로그램의 내용 타당성 검토가 이루어진 것은 79편 중 54편(68.4%)으로 분석되어 프로그램 개발 시 프로그램 구성 및 운영에 대한 타당도 확보를 위한 노력이 이루어지고 있음을 알 수 있었다.

〈표 6〉 SEL 프로그램 길이

구분	빈도 (%)	관련 연구 예시
30차시 이상	5 (6.4%)	노민자(2015), 이승현, 이승호(2019), 임보령, 박지연(2025)
20-29차시	14 (17.9%)	김정원, 강정원(2015), 손지은, 최하영(2024), 신현숙(2013)
10-19차시	39 (50.0%)	권슬아 외(2020), 김가현, 신태섭(2020), 이은영, 천성문(2024)
1-9차시	20 (25.6%)	김만웅 외(2017), 심석 외(2025), 이선숙, 박종효(2019)

라. SEL 프로그램에 활용된 교수학습전략 분석

다음은 SEL 프로그램에 활용되는 주요 교수학습전략을 분석하여 〈표 7〉에 제시하였다. 가장 많이 활용되는 전략으로는 게임, 놀이를 비롯한 다양한 활동 중심의 프로그램이었다. 총 33편(41.8%)의 연구에서 활용하였고, 김지영과 박지연(2023), 이선숙과 박종효(2019), 최윤경(2025) 등의 연구에서 찾아볼 수 있다. 이선숙과 박종효(2019)는 일반고등학교 여학생을 대상으로 SEL 프로그램을 개발하면서, 뮤지컬 주인공이 되어 자기를 격려하는 self-talk 활동, 감정에 대한 OX 퀴즈와 감정찾기 조별 빙고 게임, 강점찾기 활동 등 학습자의 능동적인 참여가 요구되는 활동을 총 9회기에 활용하고 현장에 적용하였다. 최윤경(2025)에서는 초등학교 고학년을 대상으로 놀이 중심 현실치료 집단상담 프로그램을 개발하였는데, 그림책을 활용한 활동, 변명 부수기 놀이, 앵무새 대화하기, 시각 장애인 체험하기, 칭찬 샤워 놀이하기, AI 기반 이미지 연상 게임, 일기쓰기, 나의 욕구 그래프 그려보기, 신체놀이 등의 게임과 활동이 다양하게 차시마다 포함되었다. 해당 프로그램에 참여 집단은 비교집단에 비해 사회정서역량과 회복탄력성이 향상되는 효과를 입증하였다.

또한 유사한 비중으로 많이 활용되는 교수학습전략으로 역할극을 들 수 있다(32편, 40.5%). 역할극을 통해 학습자는 다른 사람의 입장을 이해하고 공감할 수 있으며, 주어진 상황에서 어떻게 대처해야 하는지 구체적인 기술을 배울 수 있기 때문에 빈번히 활용되는 것으로 유추된다. 관련 사례로는 김동일 외(2021), 김은정, 이상수(2016), 김지영과 박지연(2023), 임보령과 박지연(2015) 등이 있다. 다른 학습자와의 토의 및 토론활동도 활발히 사용되는 전략이었으며, 성찰 글쓰기, 일기쓰기와 같은 성찰활동도 19개 프로그램 사례에서 활용되었다(권슬아 외, 2020; 김현지, 김진아, 2025; 이연

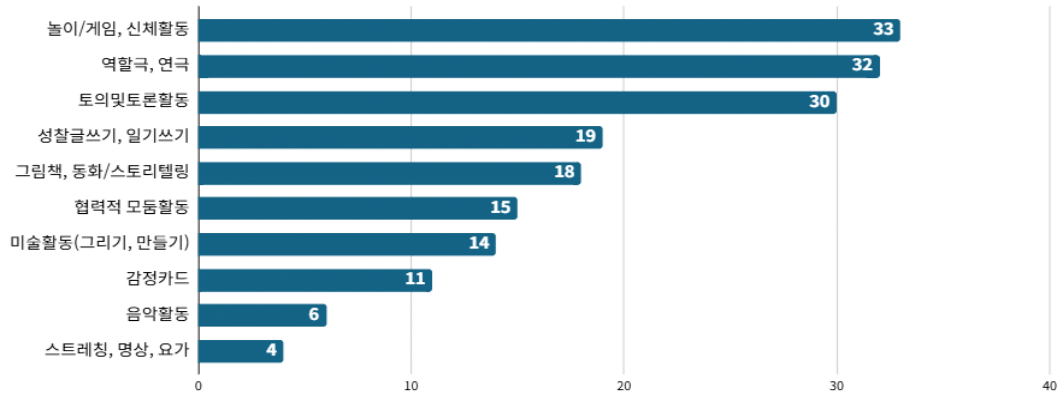
수, 임진영, 2024).

그 외에도 연령이 어린 유아와 초등 저학년에서는 동화, 그림책을 매체로 활용한 프로그램이 있었으며, 권슬아 외(2020), 김정원과 강정원(2015), 노민자(2015), 이연수와 임진영(2024) 등이 그 예이다. 김정원과 강정원(2015)에서는 유아를 대상으로 그림책 읽기 외에도 그림 그리기, 편지쓰기, 요리하기 등의 활동을 포함하였고, 악기 연주, 가사 만들기, 음악감상과 같은 음악활동을 중심으로 한 프로그램(김은애, 2020), 텃밭 가꾸기(임보령, 박지연, 2025) 등 다양한 전략이 활용되고 있었다. 또한 스트레칭, 요가, 명상과 같은 방법의 마음챙김 프로그램도 개발되었으며, 해당 연구에서는 프로그램에 참여한 학생들의 사회정서역량, 자기관리역량 향상에 효과적이라고 논의하였다(김래영, 심교린, 2025; 이승현, 이승호, 2019, 2020; 이원호, 이정미, 2021).

〈표 7〉 SEL 프로그램에서 활용된 교수학습전략

전략 구분*	빈도 (%)	관련 연구 예시
게임, 활동, 놀이, 무용, 신체활동	33 (41.8)	김지영, 박지연(2023), 이선숙, 박종효(2019), 최윤경(2025)
상황 역할극, 연극	32 (40.5)	김동일 외(2021), 김지영, 박지연(2023), 임보령, 박지연(2015)
토의및토론활동	30 (38.0)	김윤경, 이인태(2018), 심석 외(2025), 이선숙, 박종효(2019)
성찰 글쓰기, 일기장 등	19 (24.1)	권슬아 외(2020), 김현지 외(2022), 신현숙(2013)
동화, 그림책, 스토리텔링	18 (22.8)	권슬아 외(2020), 노민자(2015), 손지은, 최하영(2024)
협력활동	15 (19.0)	김지은(2018), 손지은, 최하영(2024), 신현숙(2013)
그림그리기, 만들기, 미술활동	14 (17.7)	권슬아 외(2020), 김가현, 신태섭(2020), 임보령, 박지연(2025)
감정카드	11 (13.9)	김가현, 신태섭(2020), 김소영, 이유나(2025), 이은영, 천성문(2024)
음악활동	6 (7.6)	김동일 외(2021), 김은애(2020), 임보령, 박지연(2025)
스트레칭, 명상, 요가	4 (5.1)	김래영, 심교린(2025), 이승현, 이승호(2020), 이원호, 이정미(2021)
기타	-	요리하기, 과학활동, 서약서 쓰기 등

* 중복카운트



[그림 4] SEL 프로그램에서 활용된 교수학습전략

3. SEL 프로그램 적용 대상 및 실행 관련 특성 분석

총 79편의 SEL 연구를 학교급, 학습자 특성, 적용 규모, 교육 주체, 연계 교과를 중심으로 적용 대상 및 실행 관련 특성을 분석하였다. 이 중 학교급, 교육 주체, 연계 교과는 복수 범주로 분류 가능한 경우 중복 산정하였다.

가. 학교급

학교급별 분포를 살펴보면(〈표 8〉 참조), 초등학생 대상 연구가 27편(34.2%)으로 가장 높은 비중을 차지하였다. 이 중 학년을 구체적으로 제시한 연구를 분석한 결과, 5~6학년 대상이 17편(63.0%)으로 가장 많았으며, 3~4학년 대상 8편(29.6%), 1~2학년 대상 5편(18.5%) 순으로 나타나 고학년 중심의 프로그램 운영 경향이 확인되었다. 이어서 유아 대상 연구가 21편(26.6%), 중학생 대상 13편(16.5%), 고등학생 대상 10편(12.7%) 순으로 나타났다. 반면, 대학생 및 성인 대상 연구는 각각 8편(10.1%), 5편(6.3%)으로 확인되어, 국내 SEL 프로그램 개발 연구가 아동·청소년기에 집중되어 있음을 알 수 있다.

나. 학습자 특성

학습자 특성별 분포를 살펴보면(〈표 8〉 참조), 일반 학생 대상 연구가 51편(64.6%)으로 가장 높은 비중을 차지하였다. 한편 위기·지원 필요군을 대상으로 한 연구는 5편(6.3%)으로 상대적으로 적었으며, 이은영과 천성문(2024)은 초등학교 학교부적응 학생을 대상으로 Wee 클래스와 연계한 SEL 프로그램을 적용한 사례를 보고하였다. 또한 발달 및 장애 관련 학습자를 대상으로 한 연구는 8편(10.1%), 통합학급 학생을 대상으로 한 연구는 6편(7.6%)으로 나타났으며, 이수경과 박경빈(2020)은

장애유아 통합학급에서 그림책 기반 SEL 프로그램을 적용한 사례를 보고하였다. 아울러, 예비·현직 교사를 대상으로 한 연구는 6편(7.6%)으로, 이 중 4편은 유아 교사를 대상으로 하였으며, 나머지는 특성화고 예비교사와 예비 전문 상담교사를 대상으로 수행되었다(김민웅 외, 2017; 최서윤, 2025). 마지막으로 학습자와 가족을 함께 포함한 연구는 3편(3.8%)으로, 이원희 외(2021)는 발달장애 성인과 부모를 대상으로 사회성 기술 프로그램을 개발하였다.

다. 적용 규모

적용 규모별 분포를 살펴보면(〈표 8〉 참조), 20명 이하의 소규모 연구가 32편(40.5%), 21~100명의 중규모 연구가 31편(39.2%)으로 전체의 약 80%에 달했다. 반면, 100명 이상을 대상으로 한 대규모 연구는 9편(11.4%)에 불과하였다. 예를 들어, 권슬아 외(2020)는 초등학생 214명(실험집단 111명, 통제집단 103명), 김동일 외(2021)는 중학생 1,285명(실험집단 733명, 통제집단 552명)을 대상으로 프로그램을 운영한 사례를 보고하였다.

〈표 8〉 학교급·학습자 특성·적용 규모별 분포 현황

구분	세부 범주	빈도 (%)	관련 연구 예시
학교급*	유아	21 (26.6)	김가현, 신태섭(2020), 이수경, 박경빈(2020), 임보령, 박지연(2025)
	초등학교	27 (34.2)	김지영, 박지연(2023), 김현지 외(2022), 손지은, 최하영(2024)
	중학교	13 (16.5)	김동일 외(2021), 이원희, 이정미(2021), 이정렬 외(2025)
	고등학교	10 (12.7)	신동윤(2023), 이선숙, 박종효(2019), 이아름, 이숙향(2023)
	대학교(대학원)	8 (10.1)	김민웅 외(2017), 심석 외(2025), 최서윤(2025)
	성인	5 (6.3)	김남임(2021), 이원희 외(2021), 정혜옥, 한은형(2024)
학습자 특성	위기 지원 필요군	5 (6.3)	김소영, 이유나(2025), 이은영, 천성문(2024), 이현주 외(2022)
	발달장애 관련 학습자	8 (10.1)	이수경, 박경빈(2020), 이아름, 이숙향(2023), 임보령, 박지연(2025)
	가족 참여 학습자	3 (3.8)	윤해림, 박지연(2017), 이원희 외(2021), 허계형 외(2019)
	예비·현직 교사	6 (7.6)	김남임(2021), 김민웅 외(2017), 정혜옥, 한은형(2024), 최서윤(2025)
	통합학급 학생	6 (7.6)	손지은, 최하영(2024), 이수경, 박경빈(2020), 임보령, 박지연(2025)
	일반 학생	51 (64.6)	김가현, 신태섭(2020), 김동일 외(2021), 이선숙, 박종효(2019)
적용 규모	소규모(≤20명)	32 (40.5)	김소영, 이유나(2025), 이은영, 천성문(2024), 정혜옥, 한은형(2024)
	중규모(21~100명)	31 (39.2)	김가현, 신태섭(2020), 김현지 외(2022), 이수경, 박경빈(2020)
	대규모(100명>)	9 (11.4)	권슬아 외(2020), 김동일 외(2021), 이정렬 외(2025)
	미적용 및 미언급	7 (8.9)	김은애(2020), 이은진, 최새은(2021), 최미영(2017)

* 중복카운트

라. 교육 주체

교육 주체별 분포를 살펴보면(〈표 9〉 참조), 학교 교원이 프로그램을 실행한 연구가 36편(45.6%)으로 가장 높은 비중을 차지하였다. 학교 교원에는 담임교사(김지영, 박지연, 2023), 특수교사(이아름, 이숙향, 2023), 상담교사(이은영, 천성문, 2024), 무용교사(유영란, 2010) 등이 포함되었으며, 일부 연구에서는 교원이 전문가 또는 교수와 협력하여 프로그램을 운영하였다(김가현, 신태섭, 2020). 외부 전문가·외부 기관 교육자가 운영한 연구는 13편(16.5%)으로, 음악치료사(이지은, 최인화, 2023), 상담전문가(신동윤, 2023), 명상지도 전문가(김래영, 심교린, 2025), 지역아동센터 교사(이현주 외, 2022) 등이 프로그램을 운영하였다. 이 외에도 연구자 중심 운영은 10편(12.7%), 대학 교원이 운영한 경우는 4편(5.1%)으로 확인되었다. 한편 교육 주체가 명확히 언급되지 않은 연구가 20편(25.3%)으로 비교적 높은 비중을 보였다.

마. 수행 맥락 및 연계 교과

SEL 프로그램의 수행 맥락을 분석한 결과(〈표 9〉 참조), 전체 분석 대상 연구 중 수행 맥락을 명시적으로 제시된 연구는 40.5%(32편)로 확인되었다. 이들 연구를 대상으로 수행 맥락의 유형을 구분하여 살펴본 결과, 교과 연계를 통해 운영된 사례는 32편 중 18편(56.3%)이었으며, 나머지는 유아교육과정 기반 또는 비교과·학교 밖 프로그램 등 교과 외 맥락에서 운영된 사례였다.

교과 연계가 이루어진 연구에서는 국어, 도덕, 사회, 음악, 가정, 체육·무용, 영어 등 다양한 교과와 연계하여 SEL 프로그램이 운영된 것으로 나타났다. 이 중 도덕 교과와의 연계가 6편으로 가장 많았고(김윤경, 이인태, 2018; 김현지 외, 2022), 국어 교과 연계 또한 4편으로 주요 연계 교과 중 하나로 확인되었다(신현숙, 2013; 이영석 외, 2021). 이 외에도 초등학교 1학년 통합교과(바른생활·슬기로운 생활·즐거운 생활)를 기반으로 운영한 사례와 유아교육과정과 연계한 사례도 일부 확인되었다(5편). 한편, 교과 외 수행 맥락으로는 창의적 체험활동, 비정규 비교과 프로그램, Wee 클래스 기반 운영, 학교 밖 프로그램 등이 포함되었으며, 이러한 사례는 16편이었다. 특히 비정규 비교과의 경우, 아침활동 시간(이승현, 이승호, 2019)이나 방과 후 활동(김지은, 2018)을 활용하여 SEL 프로그램을 운영한 사례가 보고되었다.

〈표 9〉 교육 주체 및 수행 맥락별 분포

구분	세부 범주	빈도 (%)	관련 연구 예시
교육 주체*	유·초·중등 학교 교원	36 (45.6)	김지영, 박지연(2023), 유영란(2010), 이은영, 천성문(2024)
	대학 교원	4 (5.1)	김가현, 신태섭(2020), 김민웅 외(2017), 최서윤(2025)
	외부 전문가 및 외부 기관 교육자	13 (16.5)	김래영, 심교린(2025), 이지은, 최인화(2023), 이현주 외(2022), 신동윤(2023)
	연구자	10 (12.7)	김지은(2018), 손지은, 최하영(2024), 홍지행, 조안나(2021)
	미언급	20 (25.3)	김소영, 이유나(2025), 정혜옥, 한은형(2024)
수행 맥락*	국어	4 (5.1)	김현지 외(2022), 신현숙(2013), 이영석 외(2021)
	도덕	6 (7.6)	김윤경, 이인태(2018), 김현지 외(2022), 손지은, 최하영(2024)
	사회	2 (2.5)	김현지 외(2022), 신현숙(2013)
	음악	1 (1.3)	최미영(2017)
	가정	1 (1.3)	이은진, 최새은(2021)
	체육·무용	2 (2.5)	유영란(2010), 이영석 외(2021)
	영어	1 (1.3)	이영석 외(2021)
	통합교과	1 (1.3)	민영단, 박보경(2025)
	유아교육과정	5 (6.3)	이지은, 최인화(2023), 임보령, 박지연(2025), 홍지행, 조안나(2021)
	창의적 체험활동	6 (7.6)	김동일 외(2021), 김현지 외(2022), 이원호, 이정미(2021)
	비정규 비교과 및 Wee 클래스	4 (5.1)	김래영, 심교린(2025), 김지은(2018), 이승현, 이승호(2019), 이은영, 천성문(2024)
	학교 밖 프로그램	6 (7.6)	김소영, 이유나(2025), 윤해림, 박지연(2017), 이현주 외(2022)
	미언급	47 (59.5)	권슬아 외(2020), 김가현, 신태섭(2020)

* 중복카운트

4. SEL 프로그램 성과 측정 특징과 효과성 변인 분석

마지막으로, SEL 프로그램 성과 측정 특징과 효과성 변인에 대해 분석한 결과는 다음과 같다. 각 연구에서 개발한 SEL 프로그램의 교육 현장 적용 여부를 살펴본 결과, 〈표 10〉과 같이 71편(89.9%)의 논문들이 실제로 SEL 프로그램을 현장에서 실행한 것으로 나타났고, 현장에 적용하지 않고 프로그램 개발까지만 한 논문은 8편(10.1%)이었다. 교육 현장에 SEL 프로그램을 실행한 연구 중 양적

효과성을 측정된 논문은 60편(76.0%)이었다. 이 중 통제 또는 비교집단을 설계하여 실험집단과 비교한 논문은 32편으로 나타났다. 예를 들어, 이승현과 이승호(2019)는 초등학생 대상 마음챙김 기반 SEL 프로그램을 실험집단 21명, 통제집단 21명으로 구성하여 집단 간 사전-사후-추후 검사를 반복측정분산분석을 통해 비교 분석하였다.

〈표 10〉 SEL 프로그램 성과 측정 특징

구분	세부 범주	빈도 (%)	관련 연구 예시
현장 적용 유무	적용	71 (89.9)	김가현, 신태섭(2020), 김동일 외(2021), 김현지, 김진아(2025)
	미적용	8 (10.1)	김은애(2020), 이은진, 최새은(2021), 최미영(2017)
(양적) 효과성 측정 유무	측정	60 (76.0)	권슬아 외(2020), 김동일 외(2021), 이승현, 이승호(2019)
	미측정	19 (24.1)	김남임(2021), 김소영, 이유나(2025), 최서윤(2025)
통제/비교 집단 유무*	있음	32 (53.3)	김가현, 신태섭(2020), 김만웅 외(2017), 손지은, 최하영(2024)
	없음	28 (46.7)	김지영, 박지연(2023), 김현지, 김진아(2025), 이아름, 이숙향(2023)

*양적 효과성을 측정된 60편을 기준으로 퍼센트를 계산하였음

다음으로, SEL 프로그램의 효과성을 측정된 60편의 연구에서 사용한 성과 변수를 분석하여 〈표 11〉에 제시하였다. 측정 변인은 크게 SEL 역량을 측정된 연구와 그 외 관련 효과성 변인들을 선정하여 측정된 연구로 구분되었다. SEL의 5개 요소를 모두 측정된 논문은 14편(23.3%), 5개 요소 중 일부만을 측정된 논문이 40편(66.7%)이었으며, SEL 역량을 측정하지 않은 논문이 6편(10.0%)이었다.

먼저, CASEL의 5대 핵심 역량을 모두 측정된 14편의 연구 결과를 살펴보면, 전체 SEL 역량이 유의하게 향상된 연구는 10편이었다(이아름, 이숙향, 2023; 최윤경, 2025). 이선숙과 박종효(2019)의 연구에서는 프로그램 직후에는 집단 간 차이가 나타나지 않았으나, 5주 후 지연검사에서 유의한 향상이 확인되어 지연효과를 보였다. 그 외 3편의 사례(김현지, 김진아, 2025; 심석 외, 2025; 이현주 외, 2022)에서는 일부 하위 역량에서만 유의한 효과가 나타났다.

다음으로, SEL 5대 핵심 역량 중 일부만 측정된 연구들도 다수 있었는데, 이들 연구에서도 대부분 측정된 역량에서 유의한 향상이 나타났다. 예를 들어, 권슬아 외(2020)는 동화 활용 공감 프로그램이 초등학생들의 SEL 역량에 미치는 영향을 알아보기 위해 책임 있는 의사결정을 제외한 4개 SEL 역량의 변화를 측정하였는데, 그 중 자기인식, 사회적 인식 및 관계기술의 유의한 향상을 확인하였다. 김동일 외(2021)는 SEL 기반 중학생 인성 집단프로그램의 효과성을 검증함에 있어 자기인식, 자기관리, 사회적 인식, 관계기술을 살펴보았는데, 연구결과 사회적 인식과 관계기술의 유의한 향상을, 자기인식 하위 요인 중 자아존중의 유의한 향상을 확인하였다.

한편, 다수의 연구에서 SEL 핵심 역량 외에 프로그램 목적에 부합하는 성과 변인의 효과를 분석하였다. 예로, 학교생활 관련 변인(학교적응, 학교생활만족도, 학교소속감, 수업참여도), 학업 관련 변인(학업적 효능감, 자기주도학습능력, 학습동기 등), 심리·정서 변인(우울/불안/스트레스, 회복탄력성, 주관적 안녕감 등), 사회·관계 변인(교우관계의 질, 공동체의식), 행동 변인(문제행동, 친사회적 행동), 인성·윤리 변인(인성, 사이버윤리의식), 기타 변인(리더십, 진로적응성, 교사 효능감 등)이 측정되었다. 대부분의 연구에서 각 변인의 긍정적 효과가 확인되었으나, 일부 연구에서는 특정 변인(학교분위기인식, 학교적응 등)에서 유의한 효과가 나타나지 않았다. 또한, 이원호와 이정미(2021) 연구에서는 프로그램 직후 유의한 효과가 있었으나 8주 후 일부 변인(주관적 안녕감 중 생활만족도)에서 효과가 유지되지 않았다고 보고하였다.

〈표 11〉 SEL 프로그램 효과성 변인

구분	세부 범주	빈도 (%)	관련 연구 예시
SEL 역량 측정 유무* (CASEL 5요소)	모두 측정	14 (23.3)	김현지, 김진아(2025), 심석 외(2025), 이선숙, 박종효(2019)
	일부 측정	40 (66.7)	권슬아 외(2020), 김가현, 신태섭(2020), 김동일 외(2021)
	미측정	6 (10.0)	김민용 외(2017), 김윤경, 이인태(2018), 정혜옥, 한은형(2024)
학교생활 관련 변인**	학교적응, 학교생활만족도, 학교 소속감, 수업참여도	7 (11.7)	김동일 외(2021), 김지영, 박지연(2023), 손지은, 최하영(2024)
심리·정서 변인**	우울/불안/스트레스, 회복탄력성, 주관적 안녕감/삶의 만족도	11 (18.3)	심석 외(2025), 이선숙, 박종효(2019), 이원호, 이정미(2021)
사회·관계 변인**	교우관계/또래관계의 질, 공동체의식	6 (10.0)	김윤경, 이인태(2018), 이아름, 이숙향(2023), 이연수, 임진영(2024),
행동 변인**	문제행동(내재화/외현화), 친사회적 행동, 부정행동/긍정행동	6 (10.0)	이수경, 박경빈(2020), 임보령, 박지연(2025), 홍지행, 조안나(2021)
인성·윤리 변인**	인성, 사이버윤리의식	4 (6.7)	권슬아 외(2020), 김민용 외(2017), 김윤경, 이인태(2018)
학업 관련 변인**	학업적 효능감, 학습기술, 자기주도학습능력, 학습동기	3 (5.0)	김현지, 김진아(2025), 문희정(2021), 신현숙(2013)
기타**	리더십, 진로적응성, 교사 효능감, 부모 양육 역량, 약물에 대한 태도 등	10 (16.7)	심석 외(2025), 이아름, 이숙향(2023), 허계형 외(2019)

*양적 효과성을 측정한 60편을 기준으로 퍼센트를 계산하였음

**중복카운트

V. 결론 및 논의

본 연구는 국내에서 개발된 SEL 프로그램의 설계 및 실행 특성을 체계적인 틀로 분석함으로써 국내 SEL 프로그램의 현황을 파악하고 향후 SEL 프로그램 개발과 실천에 대한 시사점을 도출하기 위해 수행되었다. 이를 위해 체계적 문헌고찰 절차에 따라 총 79편의 논문을 선정하여 분석하였으며, 주요 결과를 중심으로 국내 SEL 동향을 정리하면 다음과 같다.

첫째, 국내 SEL 프로그램 개발 연구는 2015년 이후 연구가 꾸준히 이루어졌고 2024년 이후 본격적인 연구 증가 추이를 보였다. 둘째, 국내 SEL 프로그램의 설계 특성 동향은 CASEL 프레임워크의 5개 요소 중 4개 이상을 다루는 프로그램이 63.3%로 나타나 학습목표와 SEL 다수 요소가 연계되어 설계되고 있음을 알 수 있었다. 그러나, 책임 있는 의사결정 요소는 반영율이 가장 낮아 향후 SEL 프로그램 개발 시 보완이 필요한 것으로 나타났다. SAFE 원칙에 따라 프로그램을 평가한 결과, 40.5%가 8점 만점인 것으로 나타났으며, 연계성(S)과 명시적 기술(E)의 점수가 상대적으로 낮게 나타났다. 프로그램은 대부분 10차시 이상으로 구성되었고, 게임, 신체활동, 역할극, 토의 및 토론 등 다양한 체험형 교수학습전략이 적용되고 있었다. 셋째, 프로그램 실행 특성 측면에서는 유아부터 고등학생까지의 학습자를 대상으로 한 연구가 대다수를 차지하였으며, 초등학교급을 대상으로 가장 많이 개발된 것으로 나타났다. 일반 학생을 대상으로 한 연구가 64.6%였으며, 프로그램의 실행 주체는 학교 교원으로 45.6% 수준이었다. 또한, 프로그램 실행 맥락을 명시한 사례는 40% 정도였고, 맥락을 보고한 프로그램의 경우에도 교과와의 연계는 저조하게 나타났다. 넷째, 프로그램 성과 측정과 효과성 변인을 분석한 결과, 32편의 연구가 통제·비교집단을 설정해 효과를 검증하였다. 효과성을 측정한 60편 중 54편에서 SEL 역량 중 전체 또는 일부 요소를 측정하였으며, 프로그램 특성에 따라 SEL 역량 외 다양한 성과 변인을 측정하고 있었다.

이상의 결과를 바탕으로 도출한 논의와 시사점은 다음과 같다.

첫째, CASEL의 프레임워크를 기준으로 고려할 때, SEL의 5요소가 한 프로그램에서 복합적으로 다루어질 필요가 있다. 현재까지 개발된 국내 SEL 프로그램은 대부분 CASEL 프레임워크를 기반으로 개발되었고 복합적인 요소를 다루고 있으나, 22.8%에 해당하는 프로그램에서는 2개 이하 요소를 다루고 있었다. 기존 메타 연구(Cipriano et al., 2023, 2024) 결과에서는 SEL의 다양한 요소가 포함된 프로그램에서 효과성이 높게 나타났다고 입증한 점을 참고하여 SEL 프로그램 설계 시 고려할 필요가 있다. 한편, 최근 교육부는 CASEL의 5요소를 참조하되 마음건강 영역을 독립적으로 추가한 한국형 SEL 모델을 제안한 바 있다(교육부, 한국교육환경보호원, 2024). 향후 국내 SEL 프로그램 개발 시 이러한 정책적 방향과 본 연구에서의 CASEL 요소 분석 결과를 함께 고려할 수 있을 것이다.

둘째, 본 연구는 국제적으로 활용되는 SAFE 원칙을 도입하여 SEL 프로그램을 분석한 점에서 의

의를 찾을 수 있다. Cipriano et al.(2023, 2024)에서 SAFE 점수가 높은 프로그램에서 SEL 프로그램 효과가 크다는 것이 입증된 만큼 SAFE 원칙에 기반한 프로그램 설계와 평가는 매우 중요하다. 따라서, 국내 SEL 연구에서도 SAFE 원칙을 적용할 것을 강조할 필요가 있으며, 본 연구결과에서 미흡하다고 평가되는 연계성(S)과 명시적 기술 요소(E)를 강화한 SEL 프로그램 설계가 요구된다. 연계성(S) 측면에서는 프로그램 내 모듈 간 연계, 요소 간 학습 순서를 고려해야 하며, 나아가 학년 간 연계도 강화할 필요가 있다. 특히 한국형 사회정서교육 정책이 초·중·고 전체를 아우르고 있는 만큼 학년별 발달 단계에 따라 순차적으로 연계된 프로그램이 제안되는 것이 시급하다. 또한, 명시적 기술(E) 측면에서는 단순히 '좋은 행동'과 같은 모호한 용어 대신 구체적인 기술을 학습목표로 명시하고, 단계별 지침에 따라 모델링과 연습, 실제 상황 적용의 반복적 과정을 통해 학생들이 기술을 자신의 일상적 행동으로 내면화하도록 도와야 한다(Cipriano et al., 2023; Durlak et al., 2011).

셋째, SEL 프로그램의 현장성 및 효과성 강화를 위해 교사가 직접 운영할 수 있는 지원체계 마련이 필요하다. 본 연구에서 프로그램 실행 주체를 분석한 결과, 학교 교원이 직접 실행한 비율이 45.6%에 그쳤다. 선행연구에 따르면 교사가 직접 SEL 프로그램을 실행한 경우 프로그램의 효과가 더욱 높게 나타나는 경향이 보고된 바 있다(Cipriano et al., 2023). 다만, 본 연구에서는 실행 주체에 따른 효과 차이를 직접 검증하지 않았으므로, 교원 주도 운영의 필요성은 프로그램의 현장 확산 가능성, 지속 가능성, 그리고 학교 맥락 적합성 측면에서 논의될 필요가 있다. 외부 전문가에 의한 운영은 프로그램의 질을 일정 수준 확보하는 데 기여할 수 있으나, 프로그램 종료 이후 지속적인 실행이 어렵고 학교 교육과정 및 생활지도 맥락과의 연계가 제한될 수 있다는 점에서 한계가 있다. 본 연구에서 다수의 프로그램이 교사가 아닌 외부 인력에 의해 운영된 결과는 교원의 SEL 수업에 대한 전문성 부족뿐 아니라, 학교 현장의 업무 부담, 프로그램 운영시간 확보의 어려움, 외부 전문가 및 연구자 중심의 설계·운영 구조 등 복합적 요인이 작용한 결과로 해석할 수 있다. 따라서 이러한 조건이 개선될 때, 학교 교원이 SEL 프로그램을 주도적으로 개발하고 운영할 수 있는 역량을 강화할 수 있을 것이다. 이를 위해 현직 교사를 대상으로 단발성 이론 중심 연수가 아닌, 실제 수업과 생활지도 맥락에서 SEL을 설계·실행·성찰할 수 있는 실천 중심의 체계적인 연수 프로그램 개발과 보급이 필요하다. 나아가 예비교사 양성 과정에서 교직소양 교과목으로 편성되어 있는「학교폭력 예방의 이론과 실제」를 중심으로 사회정서역량 함양 관점을 보다 명확히 반영하고, 수업 설계 및 실행 역량을 강화하는 방향으로 교과 내용을 내실화함으로써 교사의 SEL 교육 전문성 함양을 제고할 필요가 있다.

넷째, SEL 프로그램의 교육 현장성 강화를 위하여 교과와 연계한 프로그램 개발 확대가 필요하다. 본 연구결과에서는 프로그램 수행 맥락을 명시하지 않은 연구가 47편(59.5%)이었고, 명시된 32편 사례 중에서도 정규 교과목에 연계된 사례는 18편에 불과하였다. SEL 프로그램의 실행 맥락에 대한 정보 미흡은 현장 확산과 재현 가능성을 제약하는 요인으로 작용할 수 있어 개선이 필요함을 시사한다. 또한 교육 현장에서 SEL 교육에 대한 시수 확보와 체계적으로 실행되기 위해서는 다양한

교과와의 연계를 고려할 수 있다. 본 연구의 분석 결과, 국어와 도덕 교과와 연계된 사례가 각각 4편, 6편으로 나타난 것은 의사소통, 가치 성찰, 도덕적 판단 등 두 교과의 교육 내용이 SEL과 자연스럽게 통합될 수 있는 가능성을 지니고 있음을 보여준다. 향후에는 이러한 교과를 중심으로 SEL과 교과 학습을 유기적으로 연결하는 교과 통합형 SEL 모델을 개발하고, 이를 다른 교과로 확장하는 시도가 필요하다. 나아가 교육부는 제5차 학교폭력 예방 및 대책 기본계획(2025-2029)을 통해 학생의 학교폭력 예방을 위해 사회정서역량 함양을 제시하고 있으므로, SEL을 학교폭력 예방 교육, 인성교육, 핵심역량 중심 교육과정과 연계함으로써 학교 현장에서 지속 가능하게 실행될 수 있는 제도적 기반을 마련할 필요가 있다.

다섯째, 학생들의 사회정서역량의 진단과 SEL 프로그램의 효과성을 분석할 수 있는 한국형 SEL 측정도구 개발이 필요하다. 본 연구결과, CASEL의 5개 요소를 모두 포함하여 프로그램을 구성한 36편의 논문 중 프로그램 효과 평가 시 5개 요소를 모두 측정한 연구는 14편에 불과했다. 이는 프로그램 개발 단계에서 5개 요소를 고루 반영하려는 노력에 비해 효과성 검증 단계에서는 통합적 측정이 충분히 이루어지지 않고 있음을 시사한다. 또한 분석 대상 연구에서 SEL 역량을 측정하기 위해 활용된 도구는 백예은과 박지연(2020), Zhou와 Ee(2012)의 도구 등 연구마다 상이하여 프로그램 효과성에 대한 체계적인 비교·분석에 한계가 있었다. 따라서 장기적 관점에서 학생들의 SEL 역량 진단 및 성과 분석을 위해서는 프로그램에서 공통적으로 사용할 수 있는 타당화된 한국형 측정도구의 개발이 필요하며, 사전, 사후, 추후 측정 등 효과 검증을 위한 가이드라인도 함께 제시될 필요가 있다.

본 연구는 국내 SEL 프로그램 연구동향을 분석했던 선행연구들이 특정 대상에 국한되거나 분석 항목이 제한적이었던 한계를 극복하고, CASEL 프레임워크와 SAFE 원칙을 적용하여 프로그램의 구성과 실행을 종합적으로 분석하였다. 이는 국내 SEL 프로그램 분석의 기준을 국제적 수준으로 고도화하고, 향후 효과적인 SEL 프로그램 개발을 위한 실증적 근거를 제공하였다는 점에서 학술적·실천적 의미를 지닌다. 다만, 본 연구의 SAFE 원칙 평가는 논문에 제시된 정보를 바탕으로 연구자가 코딩하였기에 실제 프로그램 실행 과정의 구체적 맥락을 충분히 포착하지 못했을 가능성이 있다. 또한, 본 연구는 체계적 문헌고찰을 수행하였으나 메타분석까지는 실시하지 못하여 국내 SEL 프로그램의 전체적인 효과 크기를 통계적으로 산출하거나 프로그램 특성에 따른 효과를 정량적으로 비교하지 못하였다. 이는 분석 논문들이 각기 다른 측정도구를 사용하였고, 효과 크기 산출에 필요한 통계 정보를 충분히 보고하지 않았기 때문이다. 향후 메타분석이 가능하기 위해서는 연구자들이 실험집단과 통제집단 각각의 평균, 표준편차, 표본 크기 등 효과 크기 계산에 필요한 분석 결과를 명확히 제시하며, 통제집단을 포함한 실험설계를 보다 엄격하게 적용할 필요가 있다. 본 연구가 국내 SEL 연구의 질적 향상과 한국형 SEL 정책의 성공적 실행에 기여할 수 있기를 기대한다.

참고문헌

- 교육부. (2024. 1. 23). 2024년 교육부 주요정책 추진계획 [보도자료]. <https://www.moe.go.kr/boardCnts/viewRenew.do?boardID=72713&boardSeq=102272&lev=0&searchType=null&statusYN=W&page=1&s=moe&m=031102&opType=N>
- 교육부. (2025a. 5. 1). 제5차 학교폭력 예방 및 대책 기본계획(2025~2029) [보도자료]. <https://www.moe.go.kr/boardCnts/viewRenew.do?boardID=294&boardSeq=103265&lev=0&m=020402>
- 교육부. (2025b. 12. 12). 2026년 교육부 업무계획 [보도자료]. <https://www.moe.go.kr/boardCnts/viewRenew.do?boardID=294&boardSeq=104863&lev=0&searchType=null&statusYN=W&page=1&s=moe&m=020402&opType=N>
- 교육부, 한국교육환경보호원. (2024). 한국형 사회정서교육 프로그램: 중학생용.
- 권슬아, 최준섭, 이재용. (2020). 동화를 활용한 공감 6단계 프로그램이 초등학생의 사회정서역량 및 인성수준에 미치는 영향. *초등상담연구*, 19(4), 409-431.
- 김가현, 신태섭. (2020). 유아 대상 미술 기반 사회정서학습 프로그램 개발 및 효과검증. *열린유아교육연구*, 25(5), 293-319.
- 김남임. (2021). 다층구조모델 기반 사회정서역량 함양을 위한 부모교육전문가과정 개발과 검증: 질적 분석을 중심으로. *유아교육학논집*, 25(3), 279-310.
- 김동일, 우예영, 박찬훈, 한다솜. (2021). 사회정서학습 기반 중학생 인성 집단프로그램 효과성 검증. *교육심리연구*, 35(3), 463-488.
- 김래영, 심교린. (2025). 마음챙김 비교과 프로그램이 대학 신입생의 문제해결역량과 자기관리역량에 미치는 효과. *한국명상학회지*, 15(1), 43-59.
- 김민웅, 박제영, 최진선, 김민정, 김태훈. (2017). 특성학교 예비교사 대상의 사회정서학습(SEL) 프로그램 개발 및 적용 효과 분석. *대한공업교육학회지*, 42(2), 47-66.
- 김소영, 이유나. (2025). 심리적 외상을 경험한 위기청소년을 위한 자기공감 향상 교육 프로그램 개발 연구. *교육방법연구*, 37(2), 167-195.
- 김윤경, 이인태. (2018). 사회정서학습을 적용한 도덕과 교육 활동의 효과 연구. *도덕윤리과교육*, 61, 53-81.
- 김은애. (2020). 장애-비장애 아동의 사회적 통합을 위한 사회정서학습(SEL) 기반 음악활동 프로그램 개발. *인간행동과 음악연구*, 17(2), 83-100.
- 김은정, 이상수. (2016). 초등학생의 사회정서역량 향상을 위한 도덕과 통합전략 개발. *학습자중심교과교육연구*, 16(3), 385-410.
- 김정원, 강정원. (2015). 그림책을 활용한 생활지도활동이 만 5세 유아의 자기조절능력에 미치는 영향. *유아교육학논집*, 19(1), 463-482.
- 김지영, 박지연. (2023). 학년차원의 긍정적 행동지원 실행이 초등학교 5학년 학생들의 학업참여 행동, 사회정서역량 및 학교 분위기에 대한 인식에 미치는 영향. *특수교육학연구*, 57(4), 79-112.
- 김지은. (2018). 광고를 활용한 정서지능 교육 프로그램의 개발 및 효과 검증. *미디어 경제와 문화*, 16(1), 7-56.
- 김현지, 김진아. (2025). 중학생 대상 공감학습 프로그램 개발. *교육혁신연구*, 35(1), 273-299.

- 김현지, 정경임, 이상수. (2022). 공감수업전략을 활용한 초등 수업 사례연구. *교육방법연구*, 34(4), 663-685.
- 노민자. (2015). 누리과정에 그림책을 활용한 유아 사회정서교육 프로그램 개발 및 효과. *한국보육학회지*, 15(4), 19-44.
- 문희정. (2021). 대학생 자기주도 학습 코칭프로그램의 효과. *홀리스틱융합교육연구*, 25(2), 45-69.
- 민영단, 박보경. (2025). 자아존중감 향상을 위한 에듀테크 활용 1학년 통합교과 수업 프로그램 개발 및 적용. *한국초등교육*, 36(2), 65-89.
- 박현영, 채수은. (2022). 국내 사회정서학습(SEL) 프로그램 효과에 관한 메타분석. *인간발달연구*, 29(1), 79-100.
- 백예은, 박지연. (2020). 초등학교 고학년 학생의 사회정서역량척도 개발 및 타당화. *정서·행동장애연구*, 36(3), 185-210.
- 손지은, 최하영. (2024). 도덕과와 연계한 그림책 활용 사회정서학습이 초등 통합학급 학생의 사회정서역량과 학교생활만족도에 미치는 영향. *특수교육연구*, 31(1), 274-310.
- 송서영, 허계형. (2020). 유아 사회적 기술 증진 프로그램의 효과크기 및 연구동향 분석. *유아특수교육연구*, 20(4), 217-247.
- 신동윤. (2023). 동물교감교육 집단프로그램이 청소년의 사회정서역량에 미치는 효과. *청소년학연구*, 30(2), 113-134.
- 신현숙. (2013). 교과수업과 연계한 학급단위의 사회정서학습: 사회정서적 유능성과 학교관련 성과에 미치는 효과. *한국심리학회지:학교*, 10(1), 83-110.
- 심석, 김재환, 김주은, 임한나, 임주희, 김은수, 신성만. (2025). 마약 사용 고위험군 대학생을 위한 마약 예방 역량강화 프로그램 개발 및 효과성 검증. *교육치료연구*, 17(1), 45-72.
- 유영란. (2010). 초등학생의 사회-정서적 학습을 위한 무용 교수-학습전략의 효과. *예술교육연구*, 8(3), 179-194.
- 윤해림, 박지연. (2017). 사회 정서학습 프로그램이 장애형제를 둔 초등학생의 자아개념, 사회적 행동, 부모와의 의사소통에 미치는 효과. *한국청소년연구*, 28(2), 5-33.
- 이선숙, 박종효. (2019). 사회정서학습 프로그램이 일반고등학교 여학생의 정신건강에 미치는 효과. *상담학연구*, 20(5), 311-332.
- 이수경, 박경빈. (2020). 그림책 활용 장애인식 개선 교육 활동이 유아의 장애인식 및 친사회적 행동에 미치는 영향. *열린유아교육연구*, 25(6), 81-98.
- 이승현, 이승호. (2019). 마음챙김 기반 사회정서학습 프로그램이 초등학생의 사회정서역량 향상에 미치는 효과. *인문사회21*, 10(6), 379-394.
- 이승현, 이승호. (2020). 초등학생 대상 마음챙김 기반 사회정서학습 프로그램의 효과 분석 연구. *한국교육학연구*, 26(4), 115-141.
- 이아름, 이숙향. (2023). 협력교수 기반 사회정서학습 프로그램이 특수학교 발달장애 고등학생의 사회정서적 역량 및 공동체 의식과 특수교사의 교사효능감에 미치는 영향. *정서·행동장애연구*, 39(1), 385-414.
- 이연수, 임진영. (2024). 그림책을 활용한 또래 관계 증진 프로그램이 초등학생의 교육관계와 사회·정서 역량에 미치는 효과. *초등상담연구*, 23(3), 447-464.
- 이영석, 장용규, 윤여범, 이재승. (2021). 초등학생의 의사소통역량 강화를 위한 교과 융합 프로그램 적용에 관한 연구. *한국초등교육*, 32(1), 69-88.
- 이원호, 이정미. (2021). 남자 중학생을 위한 학교기반 사회·정서학습 긍정개입프로그램의 효과. *놀이치료연구*, 25(1), 59-75.

- 이원희, 곽승철, 이하영, 정다예. (2021). 사회성기술 프로그램이 발달장애 성인의 사회행동, 대인관계, 우울에 미치는 영향. *발달장애연구*, 25(4), 227-255.
- 이윤주, 이인숙. (2025). 성인학습자를 위한 사회정서학습 프로그램 연구동향 및 효과 분석: 주제법 위 문헌고찰. *The Korean Academic Society of Nursing Education*, 31(3), 299-314.
- 이은영, 천성문. (2024). 사회정서역량 강화 프로그램이 초등 고학년 부적응학생의 우울과 사회정서역량에 미치는 효과. *교육치료연구*, 16(2), 253-272.
- 이은진, 최새은. (2021). 뇌기반 교육원리를 적용한 가정과 공감교육 프로그램 개발. *한국가정과교육학회지*, 33(2), 153-172.
- 이정렬, 김은정, 성유경, 손나영. (2025). 사회정서학습 프로그램이 중학생의 사회정서역량, 회복탄력성, 삶의 만족도에 미치는 영향. *중등교육연구*, 7(3), 1-30.
- 이지은, 최인화. (2023). 난타 활동이 어린이집 유아의 사회정서 능력에 미치는 효과. *유아교육·보육복지연구*, 27(3), 183-208.
- 이현주, 이수영, 정재은, 이새별, 최은혜, 곽이랑, 김영화, 장혜원. (2022). 사회정서학습 기반의 학교 밖 STEAM 프로그램의 효과. *초등과학연구*, 41(4), 740-753.
- 임보령, 박지연. (2025). 통합어린이집 장애 유아와 비장애 유아를 위한 학급차원의 사회정서역량강화 프로그램 개발 및 적용. *정서·행동장애연구*, 41(1), 533-563.
- 정민영. (2024). 사회정서학습 연구에 대한 메타분석: 2009년 이후 국내 학술지 논문을 중심으로. *학습자중심교과교육연구*, 24(15), 659-673.
- 정혜옥, 한은형. (2024). 유아의 사회정서역량 지원을 위한 교사교육 프로그램 개발. *유아교육연구*, 44(6), 261-291.
- 조경현, 이은주, 양혜주, 박지연. (2025). 학교 기반의 사회정서학습 프로그램에 관한 국내 실험연구 동향. *정서·행동장애연구*, 41(3), 75-99.
- 질병관리청. (2024). 제20차(2024년) 청소년건강행태조사 통계. 질병관리청.
- 질병관리청. (2025). 청소년의 디지털 과의존. 국가건강정보포털. https://health.kdca.go.kr/healthinfo/biz/health/gnrlzHealthInfo/gnrlzHealthInfo/gnrlzHealthInfoYouthView.do?cntnts_sn=6624
- 최미영. (2017). 구조 중심 협동학습을 적용한 초등학교 음악교과 사회정서학습 프로그램의 개발. *음악교육연구*, 46(2), 157-178.
- 최서윤. (2025). 'AI 마음일기' 어플을 활용한 예비전문상담교사의 자기성찰 글쓰기. *교육문화연구*, 31(2), 389-414.
- 최윤경. (2025). 놀이를 활용한 현실치료 집단상담 프로그램이 아동의 사회정서역량, 회복탄력성에 미치는 효과. *초등상담연구*, 24(2), 369-392.
- 허계형, 김소희, 김남임, 마은희, 임희수, 손병덕. (2019). 유아와 부모대상 다층구조 사회정서발달 프로그램이 유아의 사회정서역량과 부모의 양육역량에 미치는 효과. *유아특수교육연구*, 19(2), 127-151.
- 홍정아, 박승희. (2014). 협동학습을 통한 사회정서학습 프로그램이 통합학급 학생들의 정서지능과 또래지원에 미친 영향. *특수교육학연구*, 49(2), 213-239.
- 홍지행, 조안나. (2021). 매체 탐색을 통한 만다라 미술활동이 만2세 영아의 사회정서 유능성과 문제행동에 미치는 효과. *생애학회지*, 11(2), 1-21.
- Abry, T., Rimm-Kaufman, S. E., & Curby, T. W. (2017). Are all program elements created equal? Relations between specific social and emotional learning components and teacher-student classroom interaction quality. *Prevention Science*, 18(2), 193-203.

- Bierman, K. L., Coie, J. D., Dodge, K. A., Greenberg, M. T., Lochman, J. E., McMahon, R. J., Pinderhughes, E., & Conduct Problems Prevention Research Group. (2010). The effects of multiyear universal social-emotional learning program: The role of student and school characteristics. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 78(2), 156-168.
- CASEL. (2025). *CASEL's SEL framework: What are the core competence areas and where are they promoted?* Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. <https://casel.org>
- Cipriano, C., Ha, C., Wood, M., Sehgal, K., Ahmad, E., & McCarthy, M. F. (2024). A systematic review and meta-analysis of the effects of universal school-based SEL programs in the United States: Considerations for marginalized students. *Social and Emotional Learning Research Practice and Policy*, 3, 100029. <https://doi.org/10.1016/j.sel.2024.100029>
- Cipriano, C., Strambler, M. J., Naples, L. H., Ha, C., Kirk, M., Wood, M., Sehgal, K., Zieher, A., Eveleigh, A., McCarthy, M., Funaro, M., Ponnock, A., Chow, J. C., & Durlak, J. (2023). The state of evidence for social and emotional learning: A contemporary meta-analysis of universal school-based SEL interventions. *Child Development*, 94(5), 1181-1204. <https://doi.org/10.1111/cdev.13968>
- Conley, C. S. (2015). SEL in Higher Education. In J. A. Durlak, C. E. Domitrovich, & R. P. Weissberg (Eds.), *Handbook of Social and Emotional Learning: Research and Practice* (pp. 197-212). Guilford Press.
- Durlak, J. A. (2016). Program implementation in social and emotional learning: Basic issues and research findings. *Cambridge Journal of Education*, 46(3), 333-345.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.
- Elmi, C. (2020). Integrating social emotional learning strategies in higher education. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 10(3), 848-858.
- Hosokawa, R., Matsumoto, Y., Nishida, C., Funato, K., & Mitani, A. (2024). Enhancing social-emotional skills in early childhood: Intervention study on the effectiveness of social and emotional learning. *BMC Psychology*, 12, 761. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02280-w>
- Lawson, G. M., McKenzie, M. E., Becker, K. D., Selby, L., & Hoover, S. A. (2019). The core components of evidence-based social emotional learning programs. *Prevention Science*, 20(4), 457-467.
- Lockwood, C., Munn, Z., & Porritt, K. (2015). Qualitative research synthesis: methodological guidance for systematic reviewers utilizing meta-aggregation. *International Journal of Evidence-Based Healthcare*, 13(3), 179-187.
- Main, K. (2025). The importance of social and emotional skills during early adolescence: A systematic literature review. *Education Sciences*, 15(2), 258. <https://doi.org/10.3390/educsci15020258>
- OECD. (2025). *How's life for children in the digital age? The impact of digital activities on children's lives*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/0854b900-en>
- Petticrew, M., & Roberts, H. (2006). *Systematic reviews in the social sciences: A practical*

- guide*. Blackwell Publishing Co.
- PRISMA Executive. (2021). *PRISMA 2020 statement*. PRISMA Statement. <https://www.prisma-statement.org/prisma-2020>
- UNESCO. (2024). *Mainstreaming social and emotional learning in education systems: Policy guide*. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000391761>
- Zhou, M., & Ee, J. (2012). Development and validation of the social emotional competence questionnaire (SECQ). *The International Journal of Emotional Education*, 4(2), 27-42.

ABSTRACT

A Systematic Literature Review of Published Social-Emotional Learning Programs in South Korea

Ji Won You (Gachon University)

Seyoung Kim (Handong Global University)[†]

BoKyoung Kim (Seoul Women's College of Nursing)

This study systematically analyzes the components and implementation trends of Social and Emotional Learning (SEL) programs developed in South Korea and considers implications for effective program design and implementation. Following a systematic literature review methodology, 79 Korean studies were identified and analyzed using a framework that included publication information, SEL program design characteristics, implementation features, and outcome measurement variables. Four main findings emerge. First, research on SEL programs in South Korea has increased rapidly over the past five years. Second, in terms of program design, most SEL programs reflected the five core competencies of the CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning) framework, although responsible decision-making was relatively underrepresented. Evaluation based on the SAFE (Sequenced, Active, Focused, Explicit) principles indicated that improvements are needed particularly in the Sequenced and Explicit components. In addition, most programs consisted of ten or more sessions and commonly employed instructional strategies such as games and play-based activities, role-playing, and group discussions. Third, regarding implementation characteristics, elementary school students were the most frequent target population, while relatively few studies reported teacher-led implementation or clearly specified implementation contexts. Fourth, among the 60 studies that examined program effectiveness, 54 measured SEL competencies either wholly or partially, while additional outcome variables were selected according to program characteristics. These findings highlight key patterns in the design and implementation of SEL programs in South Korea and provide evidence-based insights for future SEL program development and implementation grounded in internationally recognized frameworks.

Key words : Social and Emotional Learning (SEL), social-emotional competencies, systematic literature review, SAFE principles

[†]Corresponding author: Seyoung Kim, Assistant Professor of Handong Global University, 558 Handong-ro Buk-gu, Pohang Gyeongbuk 37554, Republic of Korea, dreamer302@gmail.com