



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)





박사학위논문

길 그림의 투사적 은유 치료가  
가정폭력 피해여성의 자기-자비와  
우울에 미치는 효과

제주대학교 대학원

교육학과

강 경 숙

2016년 2월



# 길 그림의 투사적 은유 치료가 가정폭력 피해여성의 자기-자비와 우울에 미치는 효과

지도교수 송재홍

강경숙

이 논문을 교육학 박사학위 논문으로 제출함

2015년 12월

강경숙의 교육학 박사학위 논문을 인준함

심사위원장 김 변 훈   
위 원 강 대 옥   
위 원 최 선 남   
위 원 서 명 석   
위 원 송 재 홍 

제주대학교 대학원

2015년 12월



Effect of Projective Metaphor Treatment Using  
Road Drawings on Self-Compassion and Depression  
for Female Victims of Domestic Violence

Kyung-Sook Kang

(Supervised by Professor Jae-Hong Song)

A thesis submitted for doctorate of education

2015. 12.

This thesis has been examined and approved

Department of Education  
GRADUATE SCHOOL  
JEJU NATIONAL UNIVERSITY



<국문초록>

## 길 그림의 투사적 은유 치료가 가정폭력 피해여성의 자기-자비와 우울에 미치는 효과

강 경 숙

제주대학교 대학원 교육학과

지도교수 송 재 홍

이 연구는 길 그림을 통해서 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 회화적 반응특성의 차이를 확인하고, 나아가 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램이 가정폭력 피해여성의 자기-자비와 우울에 미치는 효과와 그에 따른 길 그림의 변화 양상을 규명하고자 수행되었다. 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 회화적 반응특성은 어떤 차이가 있는가?

둘째, 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램이 가정폭력 피해여성의 자기-자비와 우울에 미치는 효과는 어떠한가?

셋째, 가정폭력 피해여성은 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램에 참여한 후 길 그림의 회화적 반응특성에서 어떠한 변화 양상을 보이는가?

이 연구는 연구문제를 해결하기 위해 연구 1과 연구 2로 나누어 수행되었다. 연구 1은 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 회화적 반응특성 차이를 확인하기 위한 것이다. 연구자는 미술치료 연수와 상담에 참여한 일반여성 123명과 가정폭력 피해여성 31명을 대상으로 8절 크기의 회화용지에 길 그림을 그리게 하여, 이론적 고찰에서 확인된 분석 기준에 따라 두 여성 집단 간 길 그림의 회화적 반응특성을 분석하고  $\chi^2$  검증을 통해 차의 유의도를 검증하였다. 분석 기준은

4개 영역 20개 요소로, 초기 인상(전체 분위기, 길의 느낌, 주위 풍경, 길의 원근, 길의 조화), 체제와 공간(화지 구성, 화지 활용, 색채 사용, 필압, 계절 표현), 길의 상태(길의 구성, 길의 방향, 길의 모양, 길의 폭, 길의 경사), 그리고 길의 구성요소(방해물, 교차로, 도로표지판, 교량, 자기표현)를 포함한다.

연구 2에서는 여성의 쉼터에 입소한 가정폭력 피해여성 3명을 대상으로 길 그림을 매개로 투사적 은유 치료 프로그램을 실시하고, 자기-자비와 우울에 미치는 치료 효과와 길 그림에 나타난 회화적 반응특성의 변화 양상을 분석하였다. 자기-자비와 우울에 미치는 치료 효과를 검증하기 위해서는 대상자간 중다기초선설계를 적용하였으며, 자기보고식 자기-자비 척도와 우울 척도를 활용하여 3명의 가정폭력 피해여성에게 순차적으로 기초선을 측정하고 그 후 프로그램을 투입하는 동안과 투입한 후에 연속하여 자비-자비 척도와 우울 척도를 실시하여 기초선 대비 향상도를 비교하였다. 프로그램은 8회기 동안 투입되었으며 전체 측정 회기는 20회기였다. 또한 길 그림에 나타난 회화적 반응특성의 변화 양상을 파악하기 위해서 프로그램 투입 전과 후의 시점에서 프로그램에 참여한 3명의 가정폭력 피해여성이 완성한 길 그림의 회화적 반응특성을 비교하였다. 연구 1에서 일반여성과의 유의미한 차이를 보이는 것으로 확인된 가정폭력 피해여성의 길 그림의 회화적 반응특성을 중심으로 프로그램 투입 전과 투입 후에 달라진 길 그림의 변화 양상에 대한 질적 분석이 수행되었다.

연구 1과 연구 2를 통해서 밝혀진 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 길 그림의 분석 기준이 되는 4개 영역 20개 요소 중에서 일반여성과의 가정폭력 피해여성 간에 유의미한 차이를 보이는 회화적 반응특성 요소는 16개 요소이며, 이는 초기 인상(전체 분위기, 길의 느낌, 주위 풍경, 길의 원근, 길의 조화), 체제와 공간(화지 활용, 색채 사용, 필압, 계절 표현), 길의 상태(길의 구성, 길의 방향, 길의 모양, 길의 폭, 길의 경사), 그리고 길의 구성요소(방해물, 자기표현) 등이다. 체제와 공간의 화지 구성, 길의 구성요소 중 교차로, 도로표지판, 교량을 제외한 대부분의 구성요소에서 유의미한 차이가 있는 것으로 확인되었다.

둘째, 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램은 가정폭력 피해여성의 자기-자비를 향상시키고 우울을 감소시키는 것으로 확인되었다. 가정폭력 피해여

성의 자기-자비 점수는 각각 기초선 수준 평균이 16.0, 21.0, 12.8이었으나 프로그램 투입단계 중에는 18.9, 30.1, 23.7로 각각 2.9(18.1%), 9.1(43.3%), 10.9(85.2%)가 향상되었고 프로그램 투입 후에도 23.1과 43.7로 각각 7.1(44.4%)과 22.7(108.1%)이 향상되었다. 또한 가정폭력 피해여성의 우울 점수는 각각 기초선 수준 평균이 25.6, 22.3, 19.8이었으나 프로그램 투입 중에는 25.8, 5.1, 8.4로 각각 -0.2(-0.8%), 17.2(77.1%), 11.4(57.6%)가 감소하였으며, 프로그램 투입 후에는 22.1과 0.0으로 4.5(13.7%)와 22.3(100.0%)이 감소한 것으로 나타났다. 첫 번째 투입된 피해여성의 경우에 비해서 두 번째와 세 번째 투입된 피해여성의 경우에서 프로그램 투입에 따른 자기-자비 향상과 우울 감소 효과가 더 큰 것으로 확인되었다.

셋째, 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램에 참여한 가정폭력 피해여성의 길 그림에 나타난 회화적 반응특성은 4개 영역 20개 요소 대부분에서 일반여성과 비슷한 형태로 변화한 것으로 확인되었다.

이러한 연구결과를 바탕으로 연구자는 다음과 같은 결론에 도달하였다.

첫째, 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림에 나타난 회화적 반응특성은 유의미하게 다르다. 따라서 길 그림에서 나타난 회화적 반응특성은 가정폭력 피해여성의 심리적 특성을 분석하고 진단하는 투사적 도구로서 활용 가능하다.

둘째, 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램은 가정폭력 피해여성의 자기-자비 향상과 우울 감소에 효과가 있으며, 이러한 효과는 가정폭력 피해여성이 처한 심리적 상처와 상황적 맥락에 따라 다르게 나타난다. 따라서 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램은 가정폭력 피해여성의 심리적 상처를 치유하고 일상생활에 적응할 수 있는 회복력을 높이는데 긍정적으로 기여할 수 있음이 확인되었다.

셋째, 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램에 참여한 가정폭력 피해여성의 길 그림에 나타난 회화적 반응특성은 일반여성과 비슷한 양상으로 변화한다. 따라서 심리치료교육 전문가들은 길 그림의 회화적 반응특성 분석을 통해 가정폭력 피해여성의 심리적 상태를 이해하고 치료적 변화 과정을 파악할 수 있다.

그러나 이 연구는 몇 가지 제한점을 갖고 있으며, 그에 따른 후속연구가 요구

된다. 우선 이 연구는 소수의 참여자를 대상으로 한 대상자간 중다기초선설계에 의존하고 있어 연구결과를 일반화하는 데에는 매우 제한적일 수밖에 없다. 또한 이 연구는 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램이 자기-자비 향상과 우울 감소에 영향을 미치는 매개 경로를 구체적으로 밝혀주지 못하고 있다. 따라서 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램의 효과를 정당화하기 위해서는 좀 더 세련된 연구설계와 축적된 연구결과가 요구된다. 나아가 후속연구는 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램이 여타의 은유 치료 프로그램에 비해서 상대적인 효과를 밝히는 일에도 관심을 기울일 필요가 있다.

**주요어:** 가정폭력 피해여성, 길 그림, 투사적 은유, 자기-자비, 우울

# 목 차

국문초록 .....	i
<b>I. 서 론 .....</b>	<b>1</b>
1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구 문제 .....	5
3. 연구 방법 .....	6
4. 용어의 정의 .....	6
가. 가정폭력 피해여성 .....	6
나. 우울 .....	7
다. 자기-자비 .....	7
라. 길 그림 .....	7
마. 투사적 은유 .....	8
<b>II. 이론적 배경 .....</b>	<b>9</b>
1. 가정폭력 피해여성의 이해 .....	9
가. 가정폭력 .....	9
나. 가정폭력 피해여성의 현황 .....	10
다. 가정폭력 피해여성과 자기-자비 .....	12
라. 가정폭력 피해여성과 우울 .....	14
2. 투사적 은유와 길 그림 .....	16
가. 투사적 은유 .....	16
나. 미술치료 기법으로서의 길 그림 .....	18
다. 길 그림의 투사적 은유와 기능 .....	19
라. 길 그림의 구성과 분석 체계 .....	22

3. 가정폭력 피해여성과 길 그림의 활용 .....	42
가. 길 그림 검사로의 활용 .....	42
나. 자기-자비와 우울에 대한 길 그림의 치료적 활용 .....	43
다. 투사적 은유 치료를 위한 길 그림 프로그램 구성 원리 .....	46
<b>Ⅲ. 연구 1 .....</b>	<b>48</b>
1. 연구 문제 및 가설 .....	48
2. 연구 방법 .....	50
가. 연구 대상 .....	50
나. 도구 및 절차 .....	51
3. 연구 결과 .....	53
가. 초기 인상 .....	53
나. 체제와 공간 .....	58
다. 길의 상태 .....	63
라. 구성 요소 .....	69
4. 논의 .....	75
<b>Ⅳ. 연구 2 .....</b>	<b>84</b>
1. 연구 문제 및 가설 .....	84
2. 연구 방법 .....	84
가. 연구 대상 .....	84
나. 도구 및 절차 .....	90
다. 자료 처리 및 분석 .....	95
3. 연구 결과 .....	96
가. 양적 분석 결과 .....	96
나. 질적 분석 결과 .....	100
4. 논의 .....	133

V. 종합 논의 .....	140
VI. 결론 및 제언 .....	143
참고 문헌 .....	145
Abstract .....	153
부 록	
<부록 1> 자기-자비 척도 .....	157
<부록 2> 우울 척도 .....	158
<부록 3> 길 그림 프로그램 회기별 활동내용 .....	160
<부록 4> 길 그림에 대한 소개 .....	164

## 표 목차

<표 II-1> 길 그림의 주요 요소별 회화적 반응특성 분석 기준 .....	41
<표 II-2> 길 그림 프로그램의 구성 내용 .....	47
<표 III-1> 연구 대상의 기본배경 .....	51
<표 III-2> 길 그림의 주요 요소별 회화적 반응특성 분석 기준 .....	53
<표 III-3> 길 그림의 초기 인상 반응특성 차이 .....	54
<표 III-4> 길 그림의 체제와 공간 반응특성 차이 .....	59
<표 III-5> 길 그림의 길의 상태 반응특성 차이 .....	64
<표 III-6> 길 그림의 구성 요소 반응특성 차이 .....	69
<표 IV-1> 연구 대상 선정을 위한 사전 자기-자비 및 우울 검사 결과 .....	85
<표 IV-2> 연구 대상의 개인 정보 .....	85
<표 IV-3> 자기-자비 척도의 문항 구성 .....	91
<표 IV-4> 길 그림 프로그램 내용 .....	94
<표 IV-5> 회기별 자기-자비 및 우울 점수 측정 결과 .....	97
<표 IV-6> 사전·사후 초기 인상 반응특성 변화 .....	101
<표 IV-7> 사전·사후 체제와 공간 반응특성 변화 .....	102
<표 IV-8> 사전·사후 길의 상태 반응특성 변화 .....	103
<표 IV-9> 사전·사후 구성 요소 반응특성 변화 .....	104
<표 IV-10> 프로그램 회기별 참여자의 태도 및 반응 변화 .....	133

## 그림 목차

[그림 II-1] 길 그림 반응특성의 주요 영역과 요소 간의 체계도 .....	26
[그림 II-2] 색상 차트 .....	27
[그림 II-3] 톤 차트 .....	27
[그림 II-4] 공간 구성과 심리 .....	32
[그림 II-5] 곱창 길 .....	33
[그림 II-6] 커브 길 .....	34
[그림 II-7] 선회하는 길 .....	34
[그림 II-8] 좁아지는 길 .....	34
[그림 II-9] 나뭇가지 길 .....	35
[그림 II-10] 목표를 향한 길 .....	35
[그림 II-11] 은폐된 길 .....	35
[그림 II-12] 분할되는 길 .....	36
[그림 II-13] 나선형 길 .....	36
[그림 II-14] 혼란스러운 길 .....	36
[그림 III-1] 전체분위기가 밝은 길 그림 .....	55
[그림 III-2] 전체분위기가 어두운 길 그림 .....	55
[그림 III-3] 느낌이 평탄한 길 그림 .....	56
[그림 III-4] 느낌이 험난한 길 그림 .....	56
[그림 III-5] 주위 풍경이 있는 길 그림 .....	57
[그림 III-6] 주위 풍경이 없는 길 그림 .....	57
[그림 III-7] 근경으로 표현된 길 그림 .....	57
[그림 III-8] 원경으로 표현된 길 그림 .....	57
[그림 III-9] 조화로운 길 그림 .....	58
[그림 III-10] 조화롭지 못한 길 그림 .....	58

[그림 III-11] 수평구조의 길 그림 .....	60
[그림 III-12] 수직구조의 길 그림 .....	60
[그림 III-13] 화지를 잘 활용한 길 그림 .....	61
[그림 III-14] 화지를 활용하지 못한 길 그림 .....	61
[그림 III-15] 다양한 색의 길 그림 .....	61
[그림 III-16] 한 가지색의 길 그림 .....	61
[그림 III-17] 필압이 높은 길 그림 .....	62
[그림 III-18] 필압이 낮은 길 그림 .....	62
[그림 III-19] 계절 표현이 조화로운 길 그림 .....	63
[그림 III-20] 계절 표현이 조화롭지 못한 길 그림 .....	63
[그림 III-21] 길 구성이 잘된 길 그림 .....	65
[그림 III-22] 길 구성 포기 그림 .....	65
[그림 III-23] 오른쪽에서 왼쪽 방향 길 그림 .....	66
[그림 III-24] 왼쪽에서 오른쪽 방향 길 그림 .....	66
[그림 III-25] 아래에서 위 방향 길 그림 .....	66
[그림 III-26] 위에서 아래 방향 길 그림 .....	66
[그림 III-27] 방향이 혼란스러운 길 그림 .....	66
[그림 III-28] 곧은 길 그림 .....	67
[그림 III-29] 굽은 길 그림 .....	67
[그림 III-30] 폭이 넓은 길 그림 .....	68
[그림 III-31] 폭이 좁은 길 그림 .....	68
[그림 III-32] 경사가 없는 길 그림 .....	69
[그림 III-33] 경사가 급한 길 그림 .....	69
[그림 III-34] 방해물이 있는 길 그림 1 .....	71
[그림 III-35] 방해물이 있는 길 그림 2 .....	71
[그림 III-36] 갈래길이 표현된 길 그림 .....	72
[그림 III-37] T자로가 표현된 길 그림 .....	72
[그림 III-38] 십자로가 표현된 길 그림 .....	72
[그림 III-39] 교차로가 혼란한 길 그림 .....	72

[그림 III-40] 도로표지판이 있는 길 그림 1 .....	73
[그림 III-41] 도로표지판이 있는 길 그림 2 .....	73
[그림 III-42] 돌다리가 표현된 길 그림 .....	74
[그림 III-43] 철교가 표현된 길 그림 .....	74
[그림 III-44] 자신이 표현된 길 그림 .....	74
[그림 III-45] 자신이 표현 안 된 길 그림 .....	74
[그림 IV-1] 가계도의 주요 기호의 의미 .....	86
[그림 IV-2] A의 가계도 .....	86
[그림 IV-3] B의 가계도 .....	87
[그림 IV-4] C의 가계도 .....	89
[그림 IV-5] 회기별 자기-자비 및 우울 점수 변화 .....	98
[그림 IV-6] 아무도 모르는 깊은 숲속 길(사전) .....	105
[그림 IV-7] 조용한 시골 길(사후) .....	105
[그림 IV-8] 오르막 길(사전) .....	107
[그림 IV-9] 아름다운 나의 길(사후) .....	107
[그림 IV-10] 끊어진 길(사전) .....	108
[그림 IV-11] 절[岾]에 가는 길(사후) .....	108
[그림 IV-12] ‘길 그림(사전)’ 작품들 .....	111
[그림 IV-13] ‘인생 그래프’ 작품들 .....	113
[그림 IV-14] ‘자유화’ 작품들 .....	115
[그림 IV-15] ‘감정파이 꾸미기’ 작품들 .....	118
[그림 IV-16] ‘웅덩이에 빠진 나’ 작품들 .....	121
[그림 IV-17] ‘미래의 내 모습 콜라주’ 작품들 .....	124
[그림 IV-18] ‘나에게 주는 상장 꾸미기’ 작품들 .....	127
[그림 IV-19] ‘길 그림(사후)’ 작품들 .....	129



# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

우리 사회는 전통적으로 가정폭력을 가정 내 문제로 인식해서 소홀히 취급하는 경향이 있다. 자녀에 대해서는 ‘사랑의 매’, 부부간의 문제에 대해서는 ‘부부 싸움은 칼로 물 베기’라는 말의 통용에서도 알 수 있듯이 가정폭력을 범죄로 인식하지 않고 사생활의 영역으로 치부되어 왔다. 그러나 가정폭력은 인권을 유린하고 개인의 생존을 위협하며 가족의 기능과 구조를 파괴시키는 사회적 문제이다. 가정폭력의 피해는 다른 사건보다 신체적·정신적 증상과 장애가 매우 크며, 폭력 대상자가 주로 아내, 자녀, 노인 등 사회경제적 약자이므로 피해 상황은 더욱 심각하다. 또한 가정폭력은 폭력의 대상자뿐 아니라 가족 구성원 전체가 불안, 수치심, 공포 등으로 인한 자존감 상실과 더불어 다양한 정서적 문제에 노출될 수 있다. 특히 미성년 자녀에게는 폭력이 학습되는 경향이 있어서 방치할 경우 공격성 수준이 높아져 사회적 폭력으로 확대될 위험성이 있으며(신혜영, 2003), 아내들은 신체적 상처와 더불어 심리 정서적 증상으로 사회적응장애를 겪게 되고, 가사일과 자녀교육의 어려움, 성적 갈등 및 부부 갈등 등 가족 내 역할 수행에 어려움을 겪게 된다(조영호, 2008).

이에 가정폭력을 단순히 가족만의 문제가 아니라 국가와 사회공동체가 나서서 해결해야 하는 ‘사회구조적인 문제’로 인식하고 해결책을 찾아야 한다는 인식이 확산되고 있다. 1997년 12월에 『가정폭력 방지법』이 제정되었으며, 가정폭력 가해자를 처벌할 수 있는 근거가 된 『가정폭력범죄 처벌 등에 관한 특례법』과 가정폭력을 예방하고 피해자를 보호하기 위한 『가정폭력방지 및 피해자보호에 관한 법률』이 마련되었다. 더불어 2013년에는 가정폭력을 성폭력·학교폭력·불량식품과 함께 ‘4대 악’으로 규정되었다. 그러나 이러한 노력에도 불구하고 가정폭력이 줄어들기는 커녕 점차 증가되는 추세이다.

최근 3년간 가정폭력 발생현황은 2012년 8,762건, 2013년 16,785건, 2014년 17,557건으로 해마다 증가되고 있다. 더욱 중요한 것은 가정폭력 재범률이 해마다 증가되고 있는 추세다. 2008년에 7.9%였던 재범률이 2012년은 32.2%로 약 4배가량 증가되었다. 재범인원 역시 2008년 1,045명에서 2012년 3,011명으로 약 3배 증가

되었다(여성긴급전화 부산센터, 2015). 이처럼 가정폭력은 지속적이고 반복적으로 발생하며 계속 증가되는 양상을 보여주고 있다. 2013년 제주여성가족연구원이 제주도민 3천명을 대상으로 가정폭력 실태조사를 한 결과에서도 10명 중 1명꼴인 308명이 가정폭력을 경험한 것으로 나타났고, 이 중 여성이 66.9%, 남성이 33.1%로, 여성이 남성보다 두 배 넘게 가정폭력에 시달리는 것으로 조사되었다(변지철, 2015).

가정폭력은 가정 내에서 발생하는 모든 종류의 폭력을 지칭하는 개념으로 가족구성원 중의 한 사람이 다른 사람에게 의도적으로 물리적인 힘을 사용하거나 정신적인 학대를 통하여 고통을 주는 행위를 말하며(Gelles & Straus, 1979), 심각한 신체적·정신적 손상뿐 아니라 자존감을 해치는 언어폭력, 성적학대, 경제적 학대, 방임과 유기 등이 포함된다. 특히 가정폭력은 가정이라는 폐쇄된 장소에서 은밀하고 반복적으로 일어나기 때문에 제3자의 개입이 어렵고 사회적인 문제로 노출되지 않는 특수성을 지니고 있어서 그 강도가 점점 심화되는 경향이 있다(이은주, 2005).

가정폭력에 노출된 피해여성들은 신체적 상처는 물론 심리 정서적으로 심각한 증상을 겪게 되는데, 자신을 낮게 평가하는 왜곡된 인지와 우울, 수치, 상실, 불안, 분노와 같은 부정적 정서, 그리고 수동성, 의존성, 약물남용, 심인성 질병과 같은 행동의 변화를 겪게 되며, 여성과 아내로서의 역할 혼란과 높은 스트레스, 대인관계의 기피, 친밀감 형성의 어려움을 갖게 된다(박미은, 1997). 2014년 여성가족부에서 발표한 가정폭력 피해여성의 정신적 고통은 ‘자신에 대한 실망, 무력감, 자아상실’ 등이 70%로 가장 높았는데, 김혜정(2005)의 연구에서도 자기 비난이나 자책감, 부끄러움 등 자신에 대하여 적대적이고 비판적인 반응을 보인다고 하였다. 특히 미래 희망에 대한 상실감과 자아정체감의 상실 등을 경험하게 되면서 상실에 대한 반응으로 우울증을 겪게 되며(Dutton, 1992), 실제로 가정폭력 피해여성 중 상당수가 우울증상을 가진 것으로 확인되었다(Walker, 1979). 가정폭력 피해여성을 대상으로 한 국내 연구(김혜정, 2005; 박미선, 2002; 이혜경, 2000; 최순옥, 2005)에서도 가정폭력과 우울이 깊은 상관성이 있음을 보여주고 있다.

가정폭력 피해로 우울한 여성들은 일반여성들에 비해 모든 일을 자신의 책임으로 돌리고 부정적인 정서를 더욱 크게 만들려는 경향이 있는데, 권민혁(2014)은 이때 자신을 비난하지 않고 스스로를 격려하며 돌보거나, 자신의 경험에서 한 발 떨어져 자신의 감정을 수용하고 객관화 시켜 바라봄으로써 부정적인 감정을 방지하고 우울증상을 완화시킬 수 있다고 보고하고 있다. 특히 자신에 대해서 친절한 사람이 그

렇지 않은 사람보다 기분 나빴던 상황, 실패, 상실, 굴욕 등과 불쾌한 대인관계의 상황, 스트레스를 주는 어색한 상황에서 더 높은 수준으로 평정심을 유지한다고 하였다(Leary, Tate, Adams, & Hancock, 2007). 또한 자신에게 따뜻하고 온정적인 사람은 타인의 수행평가에 좌지우지 되지 않는 동시에 이상적인 기준에 자신을 일치시키지 않으며(Neff, 2003a), 자신에 대해 돌봄의 마음을 냄으로써 정서적 성장을 촉진시켜 마음의 갈등을 완화시키고 자신의 관점을 새롭게 조직하는 역할을 한다고 하였다(Gilbert & Iron, 2005).

따라서 가정폭력 피해여성에 대한 심리치료는 다양하게 접근할 수 있지만, 자신이 겪는 고통과 실패에 대해 스스로에게 엄격한 잣대를 적용하여 판단하거나 평가하기보다 자기 자신에게 따뜻하고 이해심이 있는 태도로 대하는 것이 선행되어야 한다. 문은주(2011)는 자신의 부정적인 경험이나 정서를 회피하지 않고 명확하게 인식할 수 있게 함으로써 정신건강에 도움이 되며 심리적 외상을 강하게 경험한 사람들에게 대한 적절한 개입방법으로 자신의 고통이나 실패를 허용하는 자기-자비의 자세가 도움이 되었다고 하고 있으며, 자기-자비가 높을수록 증상의 심각도가 낮다고 보고되고 있다(김미선, 2014). 조현주와 현명호(2011)의 연구에서도 자기-자비는 자기 자신의 부정적인 경험에 대해 평가하거나 비판하지 않고 하나의 경험으로 받아들이며, 자신의 실수에 너그러워지는 방법을 가르쳐 줄 수 있어 우울과의 관계에서 조절효과를 가질 수 있다고 하였다.

자기-자비(self-compassion)는 자신에게 친절하고, 온정적이며, 활력을 주는 태도로 자신의 고통과 실패, 취약함에 대해 회피하거나 물러나지 않고 열린 마음으로 받아들이며, 자신의 부정적인 면을 마음 챙김의 자세로 자각하는 것을 말한다(Neff, 2003b). 자기-자비는 명료한 정서적 자각 상태와 균형 잡힌 마음 상태에 이르게 하여 스트레스의 원인을 제거하도록 도우며(Neff, Hseih, & Dejithirat, 2005; Neff, Kurkpatrick, & Rude, 2007), 고통스러운 사건에 의해 나타나는 부정적인 감정을 완화시켜 심리적 갈등을 해소하고 자기 이해 및 자기 수용으로 자아 성장을 촉진할 수 있다. 자기-자비가 높은 사람들은 자기에게도 친절을 베푸는 경향이 있어 자신의 성격적 결함이나 잘못에 대해 자신을 탓하거나 판단하는 정도가 덜 하며, 이러한 자신에 대한 포용과 온정은 타인을 향해 일어나게 한다(김경의, 이금단, 조용래, 채숙희, 이우경, 2008; Elkind, 1967; Fredrickson, 2001; Jopling, 2002; Neff, 2003a; Rubin, 1975). 이러한 자기-자비는 훈련과 명상을 통해 단기간에 증진시킬 수 있는 개입방법으로 보고되고 있으며(Mckay & Fanning, 2000),

심리적 외상증상으로 어려움을 겪는 참여자에게 자기-자비 수행을 조력하다보면 보다 빠른 시일 내에 치료성과가 나타날 수 있다(김미선, 2014). Gilbert와 Procter(2006)도 수치심이 높고 자기 비판이 높은 사람을 대상으로 12회기의 자비마음 훈련을 실시한 결과, 이들의 우울, 불안, 자기 비난, 수치심, 열등감, 굴종적 행동을 낮추는데 도움을 주었으며, Neff와 Germer(2012)는 자기-자비의 함양을 위해 개발한 마음챙김 자기-자비 MSC(Mindful Self-Compassion) 프로그램이 자기-자비 수준을 높이는데 긍정적인 효과를 보인다는 실험연구를 발표하였다. 한미영(2012)의 연구에서도 사티 수행 프로그램이 자기-자비 향상에 긍정적인 영향을 주었다고 보고하고 있다. 이러한 연구 결과들을 통해서, 가정폭력 피해여성의 우울을 해소시키는데 자기-자비가 중요한 조절 요소로 작용할 수 있다고 여겨진다. 나아가 자기-자비는 자신을 친절하게 보살필 수 있는 정신적 여유를 가지고 자신을 명확하게 바라보고 돌봄으로써 개인의 성장과 변화에 보다 집중하게 되어 우울이나 무기력이 해소 될 것이다.

자기-자비가 개인이 획득하고 증진시킬 수 있는 기술로서 이해하기, 수용하기, 용서하기 등을 통하여 우울을 조절하는 효과가 있으며, 긍정적인 정서를 개발하는 훈련을 하면 부정적인 정서를 상쇄하여 우울로 발전하는 것을 막을 수 있다고 하나, 국내의 연구들은 대부분 집단상담 프로그램을 적용하여 그 효과를 검증하는데 초점을 맞추거나 집단의식 교육 및 훈련과 기술 향상에 더 치중하고 있음을 볼 수 있다(김혜정, 2005). 그러나 더 시급한 문제는 가정폭력 피해여성들이 자신의 심리 정서적 문제에 관한 올바른 통찰을 바탕으로 무력감과 자기비난, 자책감과 우울 등 심리적 위기를 극복하고 새로운 삶의 의욕을 가지고 건강한 사회인으로 복귀할 수 있도록 좀 더 적극적이고 심리적인 지원이 요구된다. 따라서 개인의 삶의 과정에서 억압된 무의식을 의식화 시켜 자신의 삶의 전과정을 탐색하고, 자신을 이해하고 수용하며, 더불어 해결해야 할 당면한 문제나 중요하게 선택해야 할 상황을 인식하고, 앞으로의 삶의 방향과 목표를 자유의지로 선택하는데 도움을 줄 수 있는 치유적인 프로그램이 절실히 요구된다.

이에 Hanes(1995)가 개발한 길 그림이 풍부한 상징적 의미를 제공하고 치료적 은유로 사용할 수 있다고 본다. 즉 ‘길’을 연상하여 그리게 하는 과정에서 참여자의 태생, 삶의 과정, 지금까지의 경험, 미래에 대한 의도까지 치료적 은유로 투사해 낼 수 있는 기회를 제공하여, 자기 이해와 자기 수용을 통한 자기-자비 향상으로

우울을 감소 시킬 수 있다고 본다. 그 예로 연구자가 ‘재소자의 길 그림에 나타난 반응특성 연구(강경숙, 2009)’와 ‘아동기 성학대 피해 여성들의 개인미술치료에서 길 그림 검사 활용 사례연구(강경숙, 2010)’를 통해서 길 그림이 상담개입 방법으로 효과가 있음을 확인 하였고, 2007년부터 길 그림을 가정폭력 피해여성들의 상담에 적용하면서 일반여성들의 길 그림에 나타난 반응특성과 차이가 있음을 가정할 수 있었다.

따라서 길 그림의 투사적 은유 치료가 가정폭력 피해여성의 자기-자비와 우울에 미치는 효과를 검증하기 위하여 이 연구를 2개의 연구과정으로 구성하였다. 먼저 연구 1에서 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 회화적 반응특성의 차이를 밝혀내어 길 그림이 가정폭력 피해여성의 심리를 이해할 수 있는 투사적 그림검사로 활용 가능한지 알아보고자 하였다. 그 다음 연구 2에서 가정폭력 피해여성에게 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램으로 자기-자비 조절과 우울에 미치는 효과를 규명하여 가정폭력 피해여성의 심리적 상처를 치유하고 일상생활에 적용할 수 있는 회복력을 높이는데 긍정적으로 기여할 수 있는지 알아보고자 하였다. 더불어 가정폭력 피해여성의 자기-자비와 우울의 변화에 따라 길 그림의 회화적 반응 특성은 어떻게 변화하는지 알아보고자 하였다.

## 2. 연구 문제

이 연구의 필요성과 목적을 달성하기 위하여 밝혀 보고자 하는 구체적인 연구 문제는 다음과 같다.

- 연구 문제 1. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 회화적 반응특성은 어떤 차이가 있는가?
- 연구 문제 2. 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램이 가정폭력 피해 여성의 자기-자비와 우울에 미치는 효과는 어떠한가?
- 연구 문제 3. 가정폭력 피해여성은 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램에 참여한 후 길 그림의 회화적 반응특성에서 어떠한 변화 양상을 보이는가?

### 3. 연구 방법

이 연구는 연구문제 해결의 효율성을 위하여 다음과 같이 연구 1, 2로 나누어 진행되었다.

연구 1에서는 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 회화적 반응특성은 어떤 차이가 있는지를 규명하고자 하였다. 연구자는 2007년부터 3월부터 2015년 4월까지 미술치료 연수와 상담을 통해서 일반여성 123명과 가정폭력 피해여성 31명의 길 그림 154점을 수집하였다. 연구자와 미술치료사 1인이 수집된 길 그림을 4개의 영역에 따른 20개 요소의 반응특성을 분석 하여 SPSS프로그램을 활용한  $\chi^2$  검증으로 그 차이를 확인하였다.

연구 2에서는 여성 쉼터에 입소해 있는 가정폭력 피해여성 3명에게 2015년 4월부터 7월까지 중다기초선설계로 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램(이하 길 그림 프로그램)을 투입하여 가정폭력 피해여성의 자기-자비와 우울에 미치는 효과를 알아보았다. 효과 검증은 중다기초선설계에 의거 사전-처치-사후 순으로 20회에 걸쳐 자기-자비 척도와 우울 척도로 변화를 측정하고 분석하였으며, 사전·사후 길 그림의 변화와 회기별 작품 및 활동 내용 분석으로 이루어졌다.

### 4. 용어의 정의

#### 가. 가정폭력 피해여성

가정폭력은 가족구성원 중의 한 사람이 다른 가족구성원에게 의도적으로 신체적, 정신적, 성적, 정서적, 경제적으로 고통을 주는 것을 의미한다. 이 연구에서 가정폭력 피해여성은 가정폭력에 따른 심리적 외상으로 인하여 자기-자비가 낮고 우울이 높은 여성을 의미한다.

## 나. 우울

우울(depression)은 슬픔, 비판, 실패감, 불쾌함, 죄책감, 자기처벌, 자기혐오, 자기 비난, 자살에 대한 소망 등을 포함하는 현재의 정서적 측면을 의미한다. 이 연구에서 우울은 Beck, Steer와 Brown(1996)이 개발한 것을 임선영 외(2011)가 한국어로 번안하여 타당화한 BDI-II(Beck Depression Inventory-II) 단축형 척도를 사용하여 측정된 결과를 의미한다.

## 다. 자기-자비

자기-자비(self-compassion)는 자신이 겪은 고통과 실패에 대해서 자기-비판이나 부정적인 감정에 몰입하지 않고 명확한 자기 인식으로 심리적 갈등과 부정적인 감정을 해소하여 정서적 안정과 자기 성장을 촉진하도록 온정적인 자기 이해와 자기 수용이 이루어지는 것을 의미한다. 이 연구에서 자기-자비는 Neff(2003a, 2003b)가 개발하고 김경의 외(2008)가 한국어로 번안하여 타당화한 한국판 자기-자비 척도(Korean version of the Self-Compassion Scale: SCS)의 6개 요인 중 ‘자기-친절’과 ‘자기-비판’ 2개 요인 10문항으로 측정된 점수를 의미한다.

## 라. 길 그림

길 그림(road drawings)은 길을 연상한 후 8절 크기의 화지에 길을 표현한 그림을 의미하며, 길 그림에는 참여자의 삶의 근원, 인생 여정, 현재까지의 경험, 미래에 대한 의도까지 반영되어 표현되므로 풍부한 투사적 은유와 상징적 의미로 무의식의 다양한 정보를 알아낼 수 있다. 이 연구에서는 길 그림이 한 개인의 삶의 과정에서 억압된 무의식을 투사적 은유로 의식화할 수 있다고 보아서 연구자의 의도로 길 그림의 회화적 반응특성을 4개 영역 20개 요소로 평가하여 분석하였다. 또한 참여자에게 과거에 일어났던 사건의 명료화, 현재의 감정 및 삶의 태도 인식, 미래에 대한 의지 확립 등을 도와주기 위하여 길 그림 프로그램으로 치료적 개입을 하였다.

#### 마. 투사적 은유

투사적 은유(projective metaphor)는 자발적인 미술표현 과정에서 색채와 형태의 구성을 통하여 무의식에 억압되어 있던 개인의 정서, 신체적 고통이나 문제점, 다양한 욕구 등이 은유적으로 상징화되어 표출되는 것을 의미한다. 이 연구에서는 길 그림의 회화적 반응특성을 통하여 가정폭력 피해로 억압되었던 무의식이 투사적 은유로 표출되는 것을 4개 영역 20개 요소로 구체화 또는 객관화 시키고자 하였으며, 참여자로 하여금 무의식이 투사적 은유로 의식화되는 과정을 통찰하여 자신의 내면세계를 이해하고 수용하여 자기-자비 조절과 원활한 의사소통의 효과를 얻을 수 있도록 하였다.

## II. 이론적 배경

### 1. 가정폭력 피해여성의 이해

#### 가. 가정폭력

가정폭력이란 가족구성원이 또 다른 가족구성원에게 고의적이며 반복적으로 신체적 또는 비신체적 손상을 끼치는 행위로 신체적, 정신적, 성적, 정서적, 경제적 피해를 주는 모든 폭력행위를 포함한다. 가정폭력은 배우자 및 동거가족을 포함한 가족원에 의해 고의적이고 반복적으로 가정이라는 폐쇄된 장소에서 은밀히 일어나기 때문에 제3자의 개입이 어렵고 사회적인 문제로 노출되지 않는 특수성을 지니고 있어서 지속적으로 반복되며 그 강도가 점점 심화되는 경향이 있다(박미선, 2002).

가정은 인간사회의 가장 기본이며 보편적인 사회 제도로, 그 사회의 존립과 발전이 되는 동시에 사회변화의 영향을 가장 민감하게 받아온 체계이다. 가정은 사회의 구성원을 산출하고 정서적으로 지지하며 사회화하는 기능을 담당해 왔으나 가정 내 폭력 등으로 그 기능과 구조를 상실하는 가정이 늘고 있어 심각한 사회 문제로 대두되고 있다(정은선, 2007). 가부장제도로 일컬어지는 전통적인 우리나라의 가족제도는 남성과 여성의 성역할과 그 역할에 상응하는 기대가 명확하게 구분되는 구조라 할 수 있다. 즉 아버지가 가족의 지도자로서 가장 높은 권위와 결정권을 소유하고, 아내는 남편에 대한 존속적인 위치를 가지는 것이다(김재엽, 1997). 그리고 출생순위에 따른 서열의식은 권위와 우월성을 부여한다. 이러한 가족구조는 산업화와 도시화에 따라 핵가족화를 이룬 현대사회에서는 이전보다 약화된 것 같지만 여전히 우리나라 가정의 전통적인 특징으로 자리매김하고 있으며, 왜곡된 가부장적인 가족구조는 가족갈등과 가정폭력을 심화시키는 요인으로 작용한다(이은주, 2005).

Gelles와 Straus(1979)는 현대사회에서 가정폭력이 만연한 이유에 대해 다음과

같이 제시하였다. 첫째, 가족구성원은 상당한 시간을 같이 지내야 한다. 둘째, 서로 공통된 활동과 흥미를 공유하고 있다. 셋째, 서로 관여하고 애착을 갖는 정도가 강하여 가족구성원에게 영향을 주고 변화시키려 한다. 넷째, 성적인 불평등과 연령의 차이가 있다. 다섯째, 가족은 사적인 성격이 강하며, 특히 핵가족화는 사적인 가족의 특성을 강화시켜 갈등 및 폭력을 보더라도 방관할 뿐만 아니라 공공기관에 보고하거나 그 가족에 대해 알아보지 않으며 도움을 주려 하지 않는다. 여섯째, 가족구성원이 동시에 서로 다른 것을 원하기 때문에 생기는 상충되는 활동이 존재할 수 있다. 일곱째, 가족 내의 역할은 이해관계나 경쟁에 근거하기 보다는 규범에 의존한다. 여덟째, 결혼은 파기하기 어렵고 자녀와의 관계를 끝낸다는 것은 매우 어려운 문제이다. 아홉째, 가족은 끊임없이 출생, 성장, 노화 등과 관련된 변화로 인해 높은 수준의 스트레스를 서로 겪어야 한다. 마지막으로 부모에게 신체적 폭력을 사용할 권리를 부여하는 사회적 규범이 존재하고 있으며, 문화적인 규범으로 종종 가족 구성원간의 폭력사용을 정당화, 합법화하게 한다. 이러한 특성들은 가족이 폭력적인 환경이 될 수도 있지만, 가족이 따뜻하고 서로 의존할 수 있는 친밀한 환경을 제공하는 잠재력이 될 수도 있다는 점을 시사해 준다.

#### 나. 가정폭력 피해여성의 현황

1980년대에 이르러, 가정폭력을 집안의 사적인 문제가 아닌 국가와 사회공동체가 나서서 해결해야 하는 ‘사회구조적인 문제’로 인식하고 해결책을 찾아야 한다는 목소리가 높아졌다. 수많은 여성운동가와 여성단체들이 가정폭력을 비롯한 여성에 대한 폭력을 사회 문제로 제기하며, 법적·제도적 변화를 이끌어내기 위해 노력했다. 그 결과 1997년 12월에 ‘가정폭력 방지법’이 제정됐으며, 가정폭력 가해자를 처벌할 수 있는 근거가 된 『가정폭력범죄 처벌 등에 관한 특례법』과 가정폭력을 예방하고 피해자를 보호하기 위한 『가정폭력방지 및 피해자보호에 관한 법률』이 마련됐다. 또한 2013년 가정폭력은 성폭력, 학교폭력, 불량식품과 함께 ‘4대악’으로 규정했을 만큼 우리 사회에서 가정폭력은 더 이상 가정 내의 사적인 일이 아니며 누구든 쉬쉬해서도 안 되는 범죄가 되었다. 하지만 오랜 시간 수많은 사람들이

노력에도 불구하고 가정폭력은 여전히 현재진행형이다.

여성가족부(2014)는 『가정폭력방지 및 피해자보호 등에 관한 법률』에 따라 3년마다 ‘가정폭력 실태조사’를 실시하고 있다. 2007년, 2010년에 이어 2014년 2월에 만19세 이상 국민 5,000명을 대상으로 조사한 ‘2013년 가정폭력 실태조사’를 발표했다. 경찰청에서 발표한 공식 통계는 신고를 통해 접수한 사건만 보여주는데 반해, 이 실태조사는 신고한 사실과 신고하지 않은 사실까지 모두 포괄하는 자료라 할 수 있다. 발표된 통계에 따르면 부부폭력 발생률이 45.5%로 가장 높고, 폭력 유형은 신체적 폭력 7.3%, 정서적 폭력 37.2%, 경제적 폭력 5.3%, 성학대 5.4%, 방임 27.3%였다. 가족원으로부터 폭력 피해를 경험한 비율도 7.0%였고, 신체적 폭력의 경우 형제자매에 의한 경우가 53.3%로 가장 높았다.

제주에서도 매년 가정폭력이 늘어나는 것으로 조사되었다. 제주지방검찰청에 따르면 2013년 378건이던 제주도 내 가정폭력 건수가 2014년 403건, 2015년 7월 말까지 468건으로 늘어났다. 특히 2015년 7월까지 발생한 가정폭력은 2014년(218건) 7월 대비 250건(114.7%), 2013년(181건)과 견주어 287건(158.6%)이 더 늘어난 것으로 나타났다(변지철, 2015). 제주여성가족연구원이 2014년 제주도민 3천명을 대상으로 가정폭력 실태조사결과에서도 10명 중 1명꼴인 308명이 가정폭력을 경험한 것으로 나타났다. 이 중 여성이 66.9%, 남성이 33.1%로, 여성이 남성보다 두 배 가량 가정폭력에 시달리는 것으로 조사됐다(변지철, 2015).

가정폭력 피해로 인한 정신적 고통은 ‘자신에 대한 실망, 무력감, 자아상실’ 등이 70%로 가장 높았고, ‘가해자에 대한 적대감이나 분노’ 37.7%, ‘매사에 대한 불안, 우울’ 30.6% 순으로 나타났다(여성가족부, 2014). Hoff(1992)에 의하면 가정폭력 피해여성들은 신체상해는 물론이고, 자신을 비난하고 낮게 평가하는 왜곡된 인지와 우울, 수치, 상실, 불안, 분노와 같은 부정적 정서, 그리고 수동적 의존성, 약물남용, 심인성 질병을 일으키며, 여성으로서의 역할혼란과 높은 스트레스, 대인관계의 회피, 친밀감 형성의 어려움을 겪게 된다고 하였다.

특히 정서면에서 가정폭력 피해여성들은 불안과 우울뿐 아니라 자존감에 심한 손상을 입고 자신을 무가치하게 느끼거나 가치가 낮다고 인지하게 되는데(Dutton, 1992) 우울과 자아존중감의 손상은 폭력빈도와 학대정도에 따라 상관성이 높게 나타난다(김혜정, 2005). 인지면에서도 가정폭력 피해여성들은 인지체계에 손상을 입어

비현실적인 희망이나 비정상적인 사고에 얽매어 있다. 자신이 안전하다는 것과 삶이 의미 있다는 인생관을 상실하고, 폭력으로부터 벗어날 수 없고 폭력을 통제할 수 없다는 믿음에서 무력감을 가지게 되며, 자기를 비난하는 부정적인 믿음을 발전시킨다(김혜정, 2005). 대인관계면에서 이들은 문제 상황이 발생했을 때 대처능력이 현저히 떨어지며, 친밀과 신뢰를 바탕으로 한 인간관계를 기피하게 되어 가족과 친구, 사회적인 지지체계로부터 고립되어 있는 경우가 많다(Martin, 2002).

이처럼 피해 여성들이 폭력에 노출되면서도 폭력관계를 끝내지 못하는 이유는 학대로 인한 학습된 무력감과 도움을 구할 수 있는 사회적 지지체계와 서비스가 부족하기 때문이며 폭력관계를 떠나려고 결정한 경우에도 생활양식의 변화와 수입의 격감에 대한 적응, 이혼녀로서 사회에의 재통합, 편모로서의 생활, 탁아서비스, 법률상담, 건강보호와 같은 필요한 서비스의 부족으로 피해여성이 자신의 결정을 실행에 옮기는 것을 주저하게 만든다(Walker, 1979).

#### 다. 가정폭력 피해여성과 자기-자비

여성가족부(2014)의 실태조사에서 가정폭력 피해여성들이 겪는 정신적 고통으로, '자신에 대한 실망, 무력감, 자아상실'이 70%로 가장 높다는 것은 가정폭력 피해로 우울한 정서를 자신의 책임으로 돌려 자기 비난을 하는 것으로 볼 수 있는데, Leary 외(2007)의 연구에서 반추와 우울을 강력하게 예언하는 부끄러움, 수치심, 굴욕감 등과 같은 자의식적 정서가 자기-자비와 부적상관이 있는 것으로 보고한 것과 일치한다. 그리고 외상정서를 강하게 느낄수록 자기-자비 수준이 떨어져 부정적 정서를 많이 경험한다는 김미선(2014)과 김송이(2012)의 연구와도 일치한다.

Pauley와 McPherson(2010)이 심리적 부적응을 겪는 환자들에게 자기-자비의 치료적 개입의 필요성을 역설하였다는 것은 시사하는 바가 크다(박채연, 2013). 즉 자기-자비는 명료한 정서적 자각 상태와 균형 잡힌 마음 상태에 이르게 하여 스트레스의 원인을 제거하도록 도우며, 고통스러운 사건에 의해 나타나는 부정적인 자기 감정을 완화시켜 부정적인 정서에 압도되지 않도록 도와주는 역할을 한다(Leary et al., 2007). 더 나아가 자기-자비는 긍정적인 관점을 촉진하여 스트레스에 적응하는 대처 전략과 상관이 높아 스트레스 상황에서 효율적인 대처 방식을 채택하고

부정적인 정서를 조율하는 효과적인 기제로 작용할 수 있다(김송이, 2012; 박채연, 2013; 유연화, 이신혜, 조용래, 2010; 이우경, 방희정, 2008; 조현주 외, 2011). 특히 자기-자비가 정서조절의 역할을 하는데 있어 가장 중요한 것이 자기에 대한 부적절함에도 자기를 비난하지 않고 돌보는 자기 친절이고 이러한 자기 친절이 정서적 안정감을 제공하며 자기의 정서를 있는 그대로 수용하도록 하는 역할을 하여, 외상증상으로 어려움을 겪는 참여자에게 자기-자비 수행을 조력하다보면 보다 빠른 시일 내에 치료성과를 가져올 수 있다(김미선, 2014).

여기서 자비(compassion)는 타인이 느끼고 있는 고통을 이해하고 알아차려 그들의 행동에 대해 비난하지 않고 가엽게 여기는 마음을 말하며(Neff, 2003a), 더 나아가 세상 모든 대상에게까지 이 같은 마음이 확장되는 것을 말한다(Germer, 2009). 즉 타인과 자신을 포함한 세상 모든 대상에게 그들이 갖고 있는 고통에 공감하고 이해하며, 그들에게 친절하게 대하는 태도로 볼 수 있으며, 이러한 자비의 방향성이 자신에게 향하는 것을 자기-자비(self-compassion)라고 한다(권민혁, 2014).

Neff(2003a, 2003b)에 따르면 자기-자비는 자기-친절(self-kindness), 보편적 인간성(common humanity)과 마음챙김(mindfulness) 세 가지 주요 요소로 이루어져 있다고 한다.

첫째, ‘자기-친절’로 자신에게 친절을 베푸는 것이다. 이는 일상생활에서 실수나 실패를 경험하거나 또는 자신의 이상에 도달하지 못하여 좌절이나 고통을 경험할 때 자신을 비난하거나 비판하기보다 자신을 돌보고 자비롭게 격려하며 관대하게 인내하는 것으로 이를 통해 건강한 행동변화가 일어날 수 있다고 본다.

둘째, ‘보편적 인간성’으로 개인의 경험을 자신만이 겪는 시련으로 인식하는 것이 아닌 보편적인 경험으로 받아들이는 것이다. 즉 실패를 경험했을 때, 누구나 실패할 수 있으며 이 또한 삶을 살아가면서 경험할 수밖에 없는 보편적인 인간경험의 측면으로 인식하는 것이다.

셋째, ‘마음챙김’은 비판단적인 태도를 통해 자신의 감정을 알아차리는 것이다. 즉 자신의 감정에 대한 균형 잡힌 관찰과 자각을 통해서 과장되거나 자기 연민에 빠지지 않고, 더불어 고통스러운 생각과 감정을 회피하기보다는 직면함으로써 자신을 돌보는 능력을 의미한다.

또한 Neff(2003a, 2003b)가 제시한 자기-자비의 세 가지 요소인 자기-친절, 보편적 인간성, 마음챙김과 반대되는 개념으로 ‘자기-비판’, ‘고립’, ‘과잉 동일시’가 있다.

첫째, ‘자기-비판’은 ‘자기-친절’에 반대되는 개념으로 자기 자신 또는 자기의 어떤 면에 대해 적대적이거나 비난하는 것을 말한다. 자기-비판적인 사람은 자신의 감정, 생각, 충동, 행동, 가치에 거부적이다. 이들은 주변상황이나 사건으로부터 주어진 스트레스나 주관적 고통이 객관적 실제 수준을 넘어서기도 하며, 때로는 모욕감을 느끼거나 수치심을 경험할 때 분노가 치밀게 된다. 또한 자신이나 타인을 비판하거나 비교하면서 부정적인 자기관점에 집착하며 자신의 생각, 외모, 행동 등 자기의 전반에 대한 부정적인 정서를 많이 경험하게 되고(Whelton & Greenberg, 2005), 반추나 사고억제, 경험적 회피 경향성이 늘어난다(Moore & Blackburn, 1993).

둘째, ‘고립’은 보편적 인간성과 반대되는 개념으로, 실패나 불행과 같은 사건을 경험하게 되었을 때, 세상에서 자신만이 그러한 경험을 하고 있다고 믿게 됨으로써 혼동, 슬픔, 약함을 느끼게 된다(고은정, 2014). 즉 스스로 자신을 고립시킴으로써 고통 또는 좌절 경험 속에서 타인으로부터 자신을 단절 시키게 되고 그로 인해 자신과 자신의 감정, 자신의 실패에 대해 수치스럽다고 믿으며 다른 사람과 심리적인 거리를 두게 되는 것을 말한다(권민혁, 2014).

셋째, ‘과잉 동일시’는 마음챙김과 반대되는 개념으로, 자신의 고통이나 부정적인 생각, 감정에 과도하게 빠지게 되는 것을 의미한다. 과잉 동일시를 하는 사람은 실패 경험의 중요성을 확대하며 자신의 한계나 실패를 반추한다(Nolen-Hoeksema, 1991).

이상의 연구를 토대로 자기-자비는 가정폭력 피해로 우울한 여성에게 자신을 평가하거나 비판하는 대신 자신의 상황을 좀 더 객관적인 자세로 명확하게 인식할 수 있으며, 부정적인 경험을 있는 그대로 이해하고 수용하며 자신에게 친절하게 대하여 우울을 해소할 수 있도록 조절하는 효과가 있다고 본다.

#### 라. 가정폭력 피해여성과 우울

가정폭력 피해여성은 가장 친밀한 사람으로부터 폭력을 당했다는 점에서 심각한 신체적, 정신적 피해를 입게 된다. 특히 상습적인 가정폭력은 무기력, 불안, 우울,

의사소통의 약화 등 전반적인 심리적 안정성을 감퇴시키며(김광일, 2000), 낮은 자아 존중감과 소외감, 수치심을 느끼게 되고 사고력과 에너지를 모두 소모시킬 정도의 공포를 경험하며, 약물과 알콜 남용, 자살 기도, 다양한 신체적 질환을 겪는다(신은주, 1995). 지속적인 가정폭력과 그에 따른 신체적·정신적 피해가 장기화 될 때 우울증과 자아존중감의 손상, 부정적 감정표현 등 정상적인 삶을 영위할 수 없게 되어 사회생활로 복귀하기 어렵게 된다. 가정폭력 피해여성들은 폭력에 반응하려는 동기가 감소되고 수동적이 되어 현재의 상황을 바꿀 수 없다는 체념으로 우울증을 겪게 된다.

우울은 인간이 가진 다양한 감정 중의 하나로, 우울 기분을 경험하는 정상의 범주로부터 정신치료의 도움을 필요로 하는 비정상의 범주까지 다양하다. 그중에서도 치료가 필요할 정도의 우울증은 일상의 삶에 대하여 흥미를 느끼지 못하고 절망하는 병리 현상으로 유병률이 가장 높은 장애라고 할 수 있다(김혜정, 2005). 「정신의학사전」(이병윤, 1997)에 의하면, 우울기분이란 슬픔, 절망, 의기소침과 같은 느낌을 말하며, 여러 가지 정신장애나 신체장애에서 나타는 증상 혹은 그러한 장애로부터 부수적으로 생겨날 수 있는 증상들로 이루어진 증후군이다. 우울증환자들은 사고가 느려지고 신체활동이 감소되며 죄책감과 절망감에 사로잡히게 되고 섭식 및 수면장애 등이 흔히 발생하며(김경신, 김정란, 2002), 무력감, 피로감, 체중감소 등과 같은 다양한 신체 증상을 보이기도 한다(김혜정, 2005).

Gayford(1980)의 연구에 의하면 가정폭력 피해여성 100명을 대상으로 조사한 결과, 71명이 항 우울제 또는 신경안정제에 의한 치료를 받아야 할 정도의 증상을 보였고, 42명의 자살 미수의 경험이 있으며, 21명은 우울증 진단이 내려졌다. 국내의 연구에서도 정신과를 찾은 70명의 가정폭력 피해여성에 대한 진단 결과 92.5%가 외상후 스트레스장애와 우울증 진단을 받았다(김광일, 1988)고 보고되었다. 또한 가정폭력 피해여성을 대상으로 한 다른 연구들(김혜정, 2005; 박미선, 2002; 이해경, 2000; 조영호, 2008)에서도 가정폭력과 우울이 높은 상관성이 있음을 보여 주고 있다. 자신이 폭력의 원인을 제공했다고 생각하는 자기 비난과 자기 부정으로 이어져 폭력을 당하는 것이 당연하다고 생각하게 되어 수치심과 부끄러움으로 낮은 자존감을 보이고, 자신을 통제하는 상황에서도 벗어날 수 없다는 무력감은 우울증상을 일으킨다(김광일, 2000).

이와 같이 가정폭력 피해여성들의 우울은 일관성 있게 높은 것으로 보고되고 있으며, 우울이 높은 가정폭력 피해여성들은 인생에 대한 실패감과 무력감으로 슬프고 불행한 느낌을 갖게 되며, 주변에 대한 흥미의 상실과 고립감, 죄책감과 자기 비난으로 자기혐오와 자기처벌로 심하면 자살을 소망하거나 시도하기도 한다. 이에 가정폭력 피해여성들의 감정 정화를 도울 필요가 있으며 그에 따른 프로그램과 방법이 모색 되어야 한다.

## 2. 투사적 은유와 길 그림

### 가. 투사적 은유

인간의 감정과 행동은 무의식적인 동기 및 정신 역동적 요인에 의해 결정되며, 그것은 우리의 삶에 영향을 준다. 무의식이 존재한다고는 어렵듯이 느껴도 그것이 자신의 생애에 얼마나 중요한 영향을 주는지는 알 수 없기 때문에 객관적으로 제시하거나 증명해보이기 어렵다는 것이 정신분석학적 접근이다. 만약 무의식에 가장 가까이 접근할 수 있는 방법이 있다면 개인의 내면 심리를 이해하고 변화 시킴으로써 다양한 부적응적 행동을 예방하고 보다 나은 삶을 추구하게 될 것이며 교육 현장에도 많은 도움을 줄 수 있을 것이다.

이에 인간의 행동을 동기화 하는 것이 무엇인지 이해하는 것이 매우 중요하며 많은 연구자들이 그에 대한 연구들을 시도하여 왔는데(허소임, 2006), 심리학자들은 은유적 표현을 활용하여 인간의 심리현상을 설명하고자 하였다(송재홍, 2014). 은유란 서로 다른 개념 영역간의 사상이나 대응을 위반하는 개념적 투사의 한 형태다(Evans, 2010). 은유는 단어의 비유적 표현으로서, 정상적으로 어떤 문자적 대상이나 상념을 언급하는 하나의 단어나 문구가 다른 대상이나 상념에 적용되어 그것들 사이에 모종의 유사성이나 유추를 시사한다(Dager, 1999). 이를 활용하여 상담 분야에서 은유를 의도적으로 사용하기 시작한 사람은 Erickson과 그의 제자들이다. 그들은 은유를 참여자가 자신과 세계에 관해서 오랫동안 지니고 있는 묵시적 믿음을 밝혀내는 유용한 도구이면서 새롭고 창의적인 증거 틀을 만들어

내는 수단이라고 보았다(이은주, 양정국, 2007, 재인용).

그러나 의사소통의 가장 대표적인 언어는 개인이 애초 소통하고자 했던 느낌과 생각을 온전히 담아내지 못하는 한계를 보이기도 하고 때로는 개인의 내면을 왜곡하여 표현하는 우를 범하기도 한다. 무엇보다 스스로 알지 못하는 마음의 작용, 즉 무의식을 표현하기에 언어라는 도구는 큰 제한이 있다. 자신의 무의식을 표현하는 것뿐 아니라 타인의 무의식을 이해하고자하는 경우에도 사실상 언어를 통해 개인의 무의식적 자료에 접근하기란 거의 불가능하다(신민섭, 김수경, 김용희 외, 2003).

송재홍(2014)의 연구에서도 은유의 비문자적 성질이 어떤 대상의 특징, 본질, 정서, 통찰을 표현할 수 있게 허용하며, 은유의 의미는 정확하지 않지만 바로 이 부정확성이 그것을 강력한 치료도구로 만든다고 하였다. 더불어 사회의 발달로 점점 증가되고 있는 고립과 소외, 비인간화, 정서의 혼란과 분열 등의 심화는 정신치료에 대한 욕구를 더욱 확대시키고 있다. 이러한 사회적 추세와 함께 그림, 소리, 동작, 드라마와 같은 비언어적인 매체를 치료적 수단으로 활용하려는 경향이 늘어나고 있다(옥금자, 2007).

한편 그림은 세상을 어떻게 보고, 느끼고, 생각하고 있는지를 나타내주는 세계 공통의 언어라고 할 수 있다. 그림은 의식으로 향하는 성장을 돕는 도구이며, 의식으로 한 걸음 가까이 다가갈 용기가 있다면 그림에 대한 분석은 개인이 좀 더 의식화 되도록 돕는 하나의 시도다(Furth, 2008). 또한 미술은 인간 내면의 구조를 객관화시켜 주는 도구로서, 무의식을 투사할 때, 그것들은 엄청난 양의 심리적인 정보를 지니게 되며(허소임, 2006), 무의식에 숨겨진 그 근원을 찾아내어 인간에 대한 이해와 성장과 변화를 증진시킬 수 있다(김보경, 1998). 즉 미술표현을 통하여 무의식이 의식화 되는 과정을 ‘투사적 은유’라고 할 수 있으며, 투사적 은유를 통하여 개인은 방어와 긴장을 풀고, 말로 옮기는 것이 어렵거나 불가능한 생각 등 마음속에 감추어진 것들을 표현하여 자신의 내면세계를 이해하고 수용하게 하며 치료와 정화, 원활한 의사소통의 효과를 얻을 수 있다.

## 나. 미술치료 기법으로서의 길 그림

투사적 은유를 효과적으로 상담에 적용하는 대표적인 심리치료인 미술치료(Art Therapy)는 심리치료 이론을 기초로 조형 활동을 통해서 개인의 심리 진단 및 억압된 갈등을 조정하여 심리적 문제를 해결하고, 동시에 자기표현과 승화작용을 통해서 자아성장을 촉진시키는 심리치료의 한 영역이다(최외선, 이근매, 김갑숙 최선남, 이미옥, 2006). 미술치료에서 미술표현은 언어로 표현하기에는 부적절한 생각과 느낌을 상징이나 이미지를 통해 시각적으로 의사소통하는 방식이다. 이는 긴장을 풀게 하며 규율에서 자율을 느끼게 하고, 금단의 생각들과 감정을 표현하게 하며, 마음속에 감추어진 것들을 가시화하고, 말로 옮기는 것이 어렵거나 불가능한 생각들을 표현하게 하는 등 치료적인 힘을 내재하고 있다. 특히 미술표현의 창조적 활동과 미술작품의 설명을 통하여 카타르시스를 느끼고 자신을 통찰하여 이해할 수 있도록 도와준다(강미자, 2010).

한편 미술치료의 다양한 기법들 중에서 한 개인의 삶을 은유화하여 표현하도록 하여 치료적 효과를 높일 수 있는 적절한 기법으로 Hanes(1995)에 의해 개발된 길 그림이 있다. Hanes는 1985년부터 미술치료 기법의 하나로 길 그림 적용 가능성을 연구하고 여러 가설들과 사례들을 종합하여 1997년 ‘무의식으로의 길(Roads to the unconscious)’을 펴냈다. Hanes는 길 그림에서 ‘길’이라는 주제는 인간의 생활, 삶의 과정과 연결되어 있으며 인간의 삶의 여정은 도달해야 할 목적지를 바라보며 길을 가는 것에 비유할 수 있다고 여겨서 길 그림의 투사적 의미와 은유의 중요성을 찾고자 하였다. 즉 인간의 무의식에 신속하게 접근할 수 있는 가능성이 길 그림 속에 있다는 것을 알아내었다. 더불어 사람들은 인물화나 가족화보다 길 그림을 중립적인 주제로 여기는 경향이 있어서 방어가 감소되어 부담감 없이 그릴 수 있으며, 무의식의 원초적 단계에 가라앉아 있는 억압된 심상들을 투사할 수 있는 기능이 있다고 보았다. 또한 길 그림에는 참여자의 근원, 인생 여정, 현재까지의 경험 그리고 미래에 대한 의도까지 반영되어 표현되므로 무의식의 다양한 정보를 알아낼 수 있다고 하였다.

## 다. 길 그림의 투사적 은유와 기능

### 1) 길 그림의 투사적 은유

‘길’은 사전적 의미로는 ‘차나 우마 및 사람 등이 한 곳에서 다른 곳으로 오갈 수 있게 만들어진 거의 일정한 너비로 뻗은 땅위의 선’으로, ‘Road’의 어원은 라틴어의 ‘rad(말타고 여행하다)’에서 유래되었다(한국정신문화연구원, 1991). 길은 약 BC 3000년 전 이집트의 왕 케옵스(Cheops) 시대에 그 기원을 두고 있으며, 문명의 발달과 관련이 있고 보편적인 중요성을 지녀왔다. 또한 길에 대한 신화적이며 은유적 의미가 거의 모든 문화의 언어, 예술, 시, 그리고 음악에 스며들었다. 길은 사람이 태어나서 성장하고 늙어 죽어 가는 모든 과정을 묘사하는 데 있어 가장 흔히 사용되는 은유이다. ‘인생은 나그네 길, 어디서 왔다가 어디로 가는 가’, ‘넘게서 가신 길은 영광의 길’ 처럼 인생의 행로를 길에 견주는 일은 너무나 흔하고 일상적인 하나의 관습적 은유(conventional metaphor)로 정착되었다(김성언, 2007).

이처럼 ‘길’은 모든 이들에게 친숙한 주제이며 모든 문화에 걸쳐 보편성이 있어 그리기가 쉽고, 중립적인 주제여서 의식적인 방어를 덜 받게 되어 모티브로서 길은 피검자의 ‘인생의 길’의 함의로써 기능할 수 있다(Hanes, 1995, 1997). 특히 일반적인 주제보다 구체적이며 특징적인 주제를 가진 그림검사는 피검자의 주 호소 및 상태와 관련하여 보다 면밀한 심리적 탐색에 유용하게 사용될 수 있다(주리에, 2006). 이에 따라 ‘길’을 주제로 그려진 길 그림이 투사적 은유를 통해서 개인의 삶의 여정과 연관된 다양한 무의식의 정보를 얻어낼 수 있는 투사적 그림검사로 활용될 수 있음을 시사해주고 있다. 연구자도 ‘재소자의 길 그림에 나타난 반응 특성 연구’(강경숙, 2009)에서 재소자의 길 그림에 나타난 반응특성을 통하여 삶의 여정과 관련된 무의식의 다양한 정보를 얻어낼 수 있는 투사적 그림검사로써 활용 가능성이 있음을 시사하였다.

### 2) 길 그림의 투사적 기능

Hanes는 치료과정에서 길 그림을 치료적 은유로 사용할 수 있다고 제안하였으며,

길은 풍부한 상징적 의미를 제공하는 치료적 은유라고 믿었다(송재홍, 2014). 이에 연구자는 길 그림의 투사적 기능을 다음과 같이 제시해 보았다.

첫째, 길 그림은 투사적 그림검사로서의 기능이 있다. ‘길’을 연상하여 그리게 하는 과정에서 참여자 자신의 삶의 여정을 투사해 낼 수 있는 기회를 얻게 된다. 즉 참여자의 태생, 삶의 과정, 지금까지의 경험, 미래에 대한 의도까지 투사되어 표현되기도 하여 그림에 드러난 투사적 은유의 반응특성을 통하여 한 개인의 삶의 과정에서 억압된 무의식에 접근할 수 있는 가능성을 열어준다. 특히 길 그림은 인물화나 가족화보다 중립적인 주제로 여기는 경향이 있어서 방어가 감소되어 부담 없이 그릴 수 있으며, 무의식의 원초적 단계에 가라앉아 있는 억압된 심상들을 투사할 수 있는 기능이 있다(강경숙, 2009, 2010). 또한 로샤(Rorschach) 검사나 주제통각검사(CAT) 같은 투사검사에 비해 진행과정이나 반응시간이 비교적 짧고, 손쉽게 사용될 수 있으며, 집단적 이용도 가능하다.

둘째, 길 그림은 자기표현의 기능이 있다. 참여자로 하여금 자신의 감정과 정서를 솔직하고 자유롭게 표현하도록 하는 것은 상담 또는 치료의 성공을 좌우하는 중요한 일이다. 정상적인 삶을 영위하는 일반인들은 자신의 감정과 정서를 자유롭게 표현하면서 살아가지만 가정폭력 피해 여성은 우울과 낮은 자존감으로 인해 자신의 감정을 제대로 표현하지 못하고 유보하거나 자기주장을 어려워한다(김혜정, 2005). 이에 길 그림의 투사적 은유를 통하여 개인의 감정과 정서를 표현하게 함으로써 삶에서 억압된 감정을 정확시키고 자기 이해와 자기 수용으로 긍정적인 자아상 확립에 도움이 될 것이다.

셋째, 길 그림은 자기 치유 및 치료 도구로서의 기능이 있다. 참여자는 길 그림을 통해 길에 난 웅덩이를 보수할 수 있고, 대체 도로를 건설할 수도 있으며, 미래에 발생할지 모르는 사건을 예방하기 위하여 경고판을 세울 수도 있다(Hanes, 1995). 즉 자신의 그린 길 그림을 수정해 나가는 것 자체만으로도 치료효과를 가져올 수 있다. Monro와 Wilson(1962)의 연구에서 길을 사람들이나 동물들이 반복적으로 밟아서 닳고 닳은 통로, 그래서 정기적인 보수와 개선이 필요한 통로로 정의한다. 예를 들어 물웅덩이는 메울 수 있고, 거친 길은 포장될 수 있으며, 굽은 길은 바르게 펴 수 있다. 따라서 길 그림에서 도로의 보수와 정기적인 개선은 참여자 자신의 심리적 변화와 복구에 대한 능력을 나타내는 상징으로 작용한다고 하

였다. Koolbeck(2009)의 연구에서도 참여자가 길 그림을 그린 후 반복하여 길을 보수하게 한 후 최초의 길 그림과 보수된 길 그림을 전시 비교하여 참여자의 심리적 변화를 가져오게 하였다(송재홍, 2014, 재인용). Hanes(2008)는 정신병원 환자들을 대상으로 한 사례 연구에서 길의 상징적 의미와 투사적 은유를 통하여 참여자가 인정하길 꺼려하는 성격적 특성이나 무의식적 행동에 신속히 접근할 수 있는 가능성과 변화 가능성을 보여주었다. 그리고 길 그림을 임상 면접으로 이용하여 재소자들의 개인 이력, 정서 상태, 자살 위험에 처할 수 있게 만드는 행동유형에의 접근, 변화와 회복을 위한 치료 등을 위한 투사적 은유로 활용 가능성을 연구하여 재소자들의 자살 위험성을 판단하는 데 도움을 주었다.

넷째, 길 그림은 소통의 기능이 있다. 그림은 예로부터 다양한 문화권에서 의사소통의 중요한 도구로 사용되어 왔다. 인간이 창조해내는 이미지들은 투사적 은유를 통해 자기 자신과 자신의 경험을 반영하고, 우리 삶의 이야기들을 담고 있으며, 언어에 의존하지 않고 서로 소통할 수 있도록 해준다. 길 그림에는 개인의 사고, 정서, 욕구 등의 내면세계가 은연중에 표현되므로 그림에 나타난 내용에 대해 자연스럽게 대화를 나누다 보면 개인의 다양한 정보를 얻어 내어 치유에 도움을 줄 수 있다. 또한 참여자와 치료사 사이의 정서적인 교류가 촉진되어 치료의 가능성이 높아진다(香月菜々子, 2012). 더불어 참여자는 길 그림을 통하여 자신을 평가하거나 비판하는 대신 자신의 과거, 현재, 미래의 상황을 좀 더 객관적인 자세로 명확하게 인식할 수 있게 되어 자기 이해와 자기 수용이 이루어 질 것이다.

마지막으로 길 그림은 자기 선택의 기능이 있다. 참여자들은 자기 삶에서 ‘중대한 선택 순간’의 유무에 따라 길 그림에 교차로(갈래길, T자로, 십자로, 혼란 등)를 표현하였다(강경숙, 2009, 2010; Hanes, 1995, 1997). Cooper(1978)의 연구에서도 교차로 표현은 ‘변화가 일어날 수 있는 중심’이라고 하였다. 참여자가 길 그림에 교차로를 표현하고 ‘중요한 선택의 순간’에서 결정이나 선택이 어렵다고 할 때 혹은 삶에서 길을 잃어 혼란스러움을 호소할 때 치료사들은 그 길 그림을 매개로하여 보다 나은 길을 선택할 수 있도록 자기 선택에 도움을 줄 수 있다.

## 라. 길 그림의 구성과 분석 체계

### 1) 길 그림의 구성

길 그림 그리기에 필요한 준비물과 구성 과정은 다음과 같다.

#### 가) 준비물

##### (1) 화지

화지는 12인치 × 18인치(A4 정도) 크기가 적당하다. 화지가 너무 크면 다 채워야 된다는 부담감을 갖게 되고, 너무 작으면 마음속의 심상을 다 그려내지 못한다(강경숙, 2009; Hanes, 1997).

##### (2) 채색도구

채색도구는 크레파스, 물감, 색연필, 싸인펜 등으로 참여자가 자유롭게 선택해서 쓸 수 있다. 특히 재소자나 정신질환 등이 있는 참여자인 경우 안전에 유의하여 채색도구를 준비해야 한다.

#### 나) 길 그림 구성 과정

##### (1) 길 그림 명상

안전하고 조용한 장소에서 명상음악 등으로 분위기를 조성한 후, 참여자에게 눈을 감고 길을 떠올리도록 안내한다. 그 길은 어디에 있는 길인지, 길의 모양은 어떤지, 길 주위에는 어떤 것들이 있는지, 분위기는 어떤지, 자신은 그 길의 어디쯤 가고 있는지 등을 멘트로 안내한다.

##### (2) 길 그림 그리기

길 그림 명상에서 떠올랐던 길을 화지에 그리도록 지시한다. 특히 그림을 그리는데 거부감이 있는 참여자에게는 그림을 잘 그리고 못 그리는 것과 전혀 관계가

없으며, 또한 길 그림은 정답이 없으므로 원하는 방향으로 부담 없이 그리도록 안내한다. 길 그림을 다 그리면 그림 뒷면에 첨부되어 있는 질문지에 자기 삶에 대한 평가와 함께 길 그림의 내용을 소개하도록 한다.

#### <지시문 예시>

“여기에 길을 그려 주세요. 길 그림에는 정답이 없으며, 그림을 잘 그리고 못 그리는 것과는 전혀 관계가 없으므로 자신이 원하는 방향으로 부담 없이 그리도록 하세요.”

#### (3) 소요 시간

길 그림 그리기 소요 시간은 30~40분 정도가 적당하다. 그러나 너무 빨리 그리거나 주저하며 지정된 시간보다 너무 늦게 그릴 때에는 그 이유를 밝혀내는 것도 유의미하다.

#### (4) 길 그림 소개 및 대화

길 그림을 그린 후 자신의 길 그림을 소개하고 느낌과 소감을 나누도록 한다. 궁극적으로 당사자만이 자신이 그린 길 그림의 의미를 충분히 이해하므로, 길 그림의 그려진 과정과 그림의 의미들에 대한 소개와 함께 공감적 대화를 나눠야 한다. 그림을 그리는 것 자체로도 자기 치유의 효과가 있지만, 대화는 그림을 그린 사람의 자아와의 대면과 내적·외적 세계를 구체적으로 의식화시키고 치료사와 치료적 관계로 연결시킬 수 있다(Riedel, 2000).

### 2) 길 그림의 분석 체계

미술 작품은 매우 주관적인 속성 때문에 작품들이 전달하는 메시지를 판단하는데 항상 위험성이 존재한다. 이에 이 연구에서는 길 그림에 나타날 수 있는 회화적 반응특성에 대해 개연성을 높이고, 길 그림의 이해 및 분석에 필요한 기본적인 가이드라인을 주고자 다음과 같이 분석 체계와 길 그림의 요소별 회화적 반응특성을 제시하였다.

다음의 추론들은 Hanes(1995, 1997, 2008)와 강경숙(2009, 2010)의 연구를 토대로 연구자의 임상적 관찰로부터 도출된 것으로서 길 그림의 초기 인상을 형성하는데 도움이 될 뿐만 아니라 길 그림의 의미와 투사적 은유에 대한 중요한 실마리를 제공해 줄 수 있다.

#### <초기 인상>

- 그림의 전체 분위기와 느낌은 어떤가?
- 길의 원근은 어떤가?
- 길의 주위 풍경은 어떤가?
- 길이 조화롭게 잘 표현되었나?
- 그림 속에서 어떤 일이 벌어지고 있는가?
- 그 길은 어떤 이야기를 전하고 있는가?
- 그림에서 가장 눈에 띄는 것은 무엇인가?
- 그림의 가운데에 있는 것은 무엇인가?
- 그림에서 이상한 것은 무엇인가?
- 에너지가 집중되어 있는 곳은 어디인가(크기, 세부묘사, 압력, 명암)?
- 그림 안에 어떤 움직임이 있는가?

#### <체제와 공간>

- 화지 사용은 가로 또는 세로인가?
- 화지의 공간은 얼마나 활용되고 있는가?
- 길은 화지의 어디에 위치하는가?
- 표현된 계절과 그림의 내용은 조화로운가?
- 채색은 어떤가?
- 필압의 세기는 어느 정도인가?

#### <길의 상태>

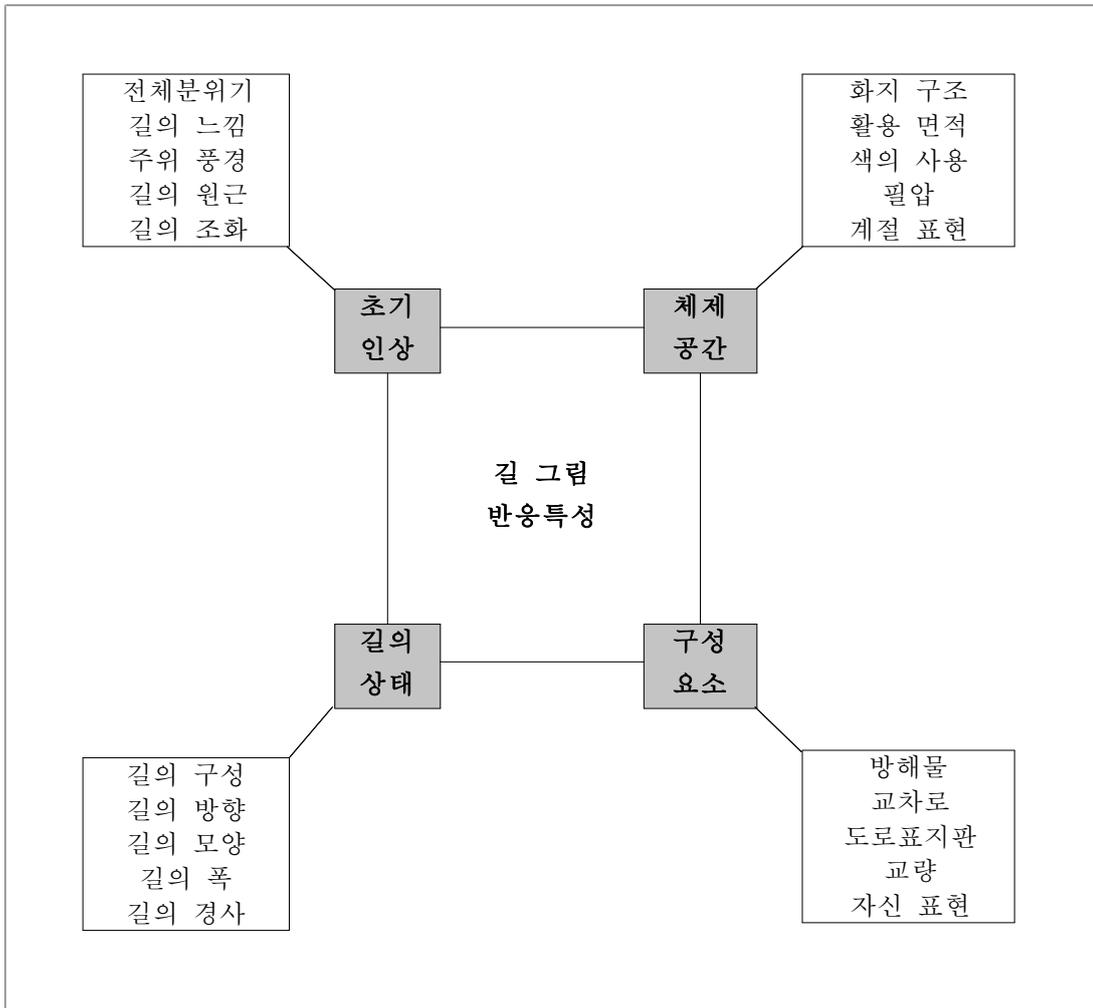
- 길의 모양은 곧은가 또는 굽었는가?
- 길의 폭은 어떤가?

- 길이 은폐되어 있는 곳은 없는가?
- 길은 단순한가 또는 무질서한가?
- 길은 어디에서 시작되고 어디로 이어지는가?
- 사람들이 자주 다니는 길인가?, 외딴 길인가?, 막다른 길인가?
- 길의 상태는 어떤가?
- 길에 웅덩이, 균열, 움기가 있는가?
- 길의 부서진 부분에 대해 어떤 느낌이 드는가?
- 길이 건설 또는 보수 중인가?

#### <길의 구성 요소>

- 길에 방해물은 없는가?
- 교차로가 있는가? 있다면 교차로의 유형은 어떠한가(십자로, 갈래길, T자형 등)?
- 도로표지판이 있는가?
- 어떤 유형의 도로표지판인가(위험, 방향, 양보, 멈춤, 속도제한 등)?
- 도로표지판의 모양은 어떤가(팔각형, 직사각형, 다이아몬드형, 삼각형)?
- 도로표지판의 색깔은 어떤가(빨간색, 노란색, 오렌지색, 흰색 등)?
- 그 도로표지판에 대해 어떤 느낌이 드는가?
- 도로표지판은 어디에 위치하는가?
- 그 도로표지판이 도로나 기상 상태와 적합한가?
- 교량은 있는가? 있다면 형태는 어떤가?

연구자는 위의 추론들을 바탕으로 길 그림의 회화적 반응특성들을 구조화시켜 초기 인상, 체제와 공간, 길의 상태, 구성 요소 4개의 영역과 그에 따른 20개의 요소를 [그림 II-1]과 같이 체계화하였다.



[그림 II-1] 길 그림 반응특성의 주요 영역과 요소 간의 체계도

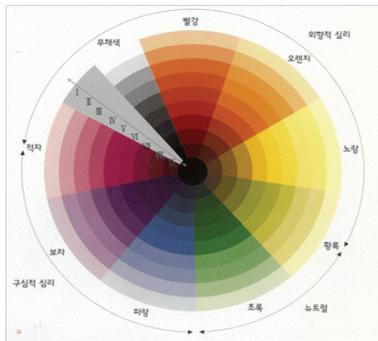
### 3) 길 그림의 요소별 회화적 반응특성

길 그림에 대한 백과사전적 분석은 지양해야겠지만, 길 그림의 반응특성에 대한 개연성과 일반화 가능성을 높이기 위하여 Hanes(1995, 1997, 2008)와 강경숙(2009, 2010)의 연구, 투사적 그림검사의 일반적인 분석 기준을 바탕으로 길 그림의 4개 영역에 따른 20개 요소의 회화적 반응특성에 대해서 다음과 같이 제시하였다.

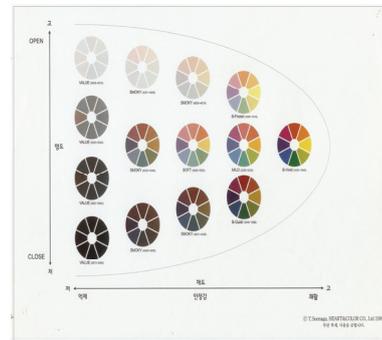
## 가) 초기 인상

### (1) 전체분위기와 느낌

길 그림의 첫 인상이나 분위기의 어둡거나 밝은 정도, 길의 상태, 웅덩이, 균열, 용기, 방해물 등의 유무에 따라 길 그림의 분위기가 차이가 난다. 그림의 분위기와 느낌은 참여자의 감정과 정서와 관련 있을 수 있다. 이 연구에서 길 그림의 전체 분위기와 느낌을 분석하는데 하트 엔 컬러(1989)의 [그림 II-2] 색상 차트, [그림 II-3] 톤 차트를 기준으로 명도, 채도, 톤, 한색과 난색의 사용 등을 고려하였다.



[그림 II-2] 색상 차트



[그림 II-3] 톤 차트

### (2) 주위 풍경

부가물(자연)은 상징적 역할을 하는 경우가 많고 또한 참여자의 자발적인 표현이라는 점에서 심적 에너지의 표현이며, 창조성의 기능이나 향상심 또는 과제 이상의 것을 달성하고자 하는 욕구가 반영되어 나타난다(香月菜々子, 2012). 자신이 처한 현실이 힘들거나 심리적인 미해결 과제가 있어 오직 자기 자신에게 고착되어 있을 때 가로수, 건물, 동식물, 사람 등 길 이외의 주위 풍경이 표현되지 않은 경우가 있다(강경숙, 2010).

### (3) 길의 원근

그림의 원근에 따라 의미가 다를 수 있는데, 멀리 거리감이 느껴지는 그림은 참여자가 자신이 몸담고 있는 환경에 어울리지 못하고 있는 경우와 관련이 있다(옥금자, 2007). 즉 원경으로 멀리 보이는 그림은 위축감, 열등감, 접근하고 싶지

않은 감정 또는 가까이 가고 싶은 욕구, 소외감 등과 관련 있을 수 있다(신민섭 외, 2003; 옥금자, 2007; 한국미술치료학회, 2000).

#### (4) 길의 조화

화면에 그리는 조형적 구성은 색과 형태에서 조화와 완전성과 힘의 균형을 찾는다. 이점에 있어서 종이에 그림을 그리는 것은 정신의 자기 조절력과 관계 된다. 즉 조화로운 형상화의 노력은 조정, 평형, 균형과 통일성에 영향을 준다(Riedel, 2000). 부조화는 어울리지 않는 공간사용을 의미하는데, 참여자의 심리적 갈등 또는 질서에 대한 저항을 의미하기도 한다(옥금자, 2007).

#### 나) 체제와 공간

##### (1) 화지의 구조

화지를 사용하는 방식을 통해서도 길 그림에 대한 중요한 정보를 알 수 있다. 화지를 가로로 그린 경우는 안정성과 수동성을, 세로로 그린 경우는 긴장과 적극성을 나타낸다. 특히 세로로 그린 경우는 그림을 통해 무엇인가를 알리고자 하는 시도이거나, 어떤 진술을 하고자 하거나, 그림을 보는 사람에게 어떤 영향을 미치려고 하는 것과 관련될 수 있다(강경숙, 2009; Furth, 1988; Hanes, 1997).

##### (2) 화지의 활용 면적

그림의 크기와 종이의 여백과의 관계는 참여자의 환경, 양친과의 관계를 나타내기도 하는데, 일반적인 경우 보통 화지의 2/3정도 그림을 그린다(옥금자, 2007). 또한 화지 활용면적은 일반적으로 개인의 가지고 있는 에너지 또는 자신감과 관련이 있다. 활용 면적이 클수록 에너지가 높고 자신감이 있고, 활용 면적이 적을수록 에너지가 낮거나 우울하며 자신감이 없고 위축되어 있다고 볼 수 있다(강경숙, 2009, 2010). 최지은과 최선남(2010)의 연구에 의하면 우울하지 않고 자기효능감이 높은 집단은 우울하면서 자기효능감이 낮은 집단에 비해 화지의 공간을 더 넓게 사용하는 경향을 보였다고 보고되고 있다.

### (3) 색채의 사용

색채는 사람의 감정과 정서를 자극하는 효과가 있다는 것을 일상생활 또는 그림 등 작품에서 흔히 경험할 수 있다. 색채에서 받는 인상에 따라 감정도 달라진다. 즉 온도감, 강약감, 흥분과 진정, 밝음과 어둠, 행복과 우울, 시간의 장단, 계절 등의 감정을 느낄 수 있다. 그 예로 Alschuler와 Hattick(1947)은 성격유형과 색채와의 관계를 조사한 연구에서 빨강, 노랑, 오렌지색을 쓰는 사람은 일반적으로 자유로운 감정과 행동, 따뜻한 애정적인 관계를 가지고 있다고 하였다. 반면 차가운 색을 쓰는 사람은 일반적으로 강한 자기 통제를 가지고 있고 지나칠 정도로 순응하는 경향이 있다고 밝히고 있다. 한편 색상을 쓰지 않은 것은 감정적 요인들을 통제할 수 없을 뿐만 아니라 감정적 상태를 통제하거나 제한하고자 하는 필요성이 존재한다는 것을 암시해 준다. 주리아와 권석만(2005)은 건강한 사람들의 감정표현 색채지표 특성에서 색의 가짓수가 평균 5.4개로 우울한 사람들에 비해 색의 사용이 많았다고 보고하고 있다.

### (4) 필압

필압은 그림의 크기와 마찬가지로 피검자의 에너지 수준을 나타낸다. 필압이 강하면 에너지가 높고 자신감이 있으나 오히려 너무 강하면 긴장 상태이거나 독단적이며 공격적인 성향일 수 있다. 반면 필압이 약하면 에너지가 낮음, 자신감의 결여, 수줍음, 우유부단, 우울 상태, 무력감과 관련 있을 수 있다(강경숙, 2010; 김혜정, 2005; 신민섭 외, 2003; 옥금자, 2007).

### (5) 계절 표현

길 그림에 어떤 계절이 표현되었으며, 표현된 계절과 관련하여 전체 분위기가 조화로운가, 그렇지 않은가에 따라 그림 분석이 달라질 수 있다. 그러나 피검자와의 충분한 대화와 주의 깊은 통찰이 필요하다(강경숙, 2010).

#### 다) 길의 상태

### (1) 길의 방향

그려진 길의 방향에 따라 참여자의 심리가 투사되어 반영되곤 하는데, ‘오른쪽에서 왼쪽으로’ 그려진 길은 수동적이고 내성적이며 과거에 대한 집착 또는 과거로 회귀하고 싶은 소망과 관련될 수 있는데, 과거의 삶이 힘들었을 경우 길이 오른쪽에서 왼쪽으로, 즉 과거-퇴행의 영역으로 그려지는 경우를 종종 볼 수 있다. 반면 ‘왼쪽에서 오른쪽으로’ 그려진 길은 능동적이고 외향적이며, 현재에서 미래로 향하는 힘이 내재되어 있음과 관련될 수 있다(한국미술치료학회, 2000, 2001; Hammer, 1971; Hanes, 1997; Hays & Lyons, 1981; Jung, 1964; Riedel, 2000). 더불어 Hanes (1997)는 화지가 가로로 사용되고 길의 방향이 왼쪽에서 오른쪽으로 나있다면 그 그림은 왼쪽에서 오른쪽으로 읽어야 할 어떤 이야기와 관련될 수 있으며, 길은 서술적이어서 사건들이 순서대로 기록될 수 있고, 과거로 시작해서 현재까지 경험이 뒤를 잇고 미래에 대한 의도로 끝을 맺는다고 하였다. 또한 ‘아래에서 위로’ 그려진 길은 무의식에서 의식으로 향하는 방향이며, 세로 구조여서 긴장감과 긴박한 상황을 알리는 것일 수도 있다. 반면 ‘위에서 아래’로 그려진 길은 의식에서 무의식의 방향으로 향하는 투사적 은유이다(한국미술치료학회, 2000, 2001; Riedel, 2000).

길 그림의 다양한 요소의 의미를 결정할 때 사회 문화적인 배경을 고려해야 한다. 예를 들어, 미국문화에서는 글을 왼쪽에서 오른쪽으로 읽는다. 그러나 동양 문화에서는 오른쪽에서 왼쪽으로 읽는 경우도 있다. 이로 인해 도로의 방향은 물론이고 화지의 배치에도 영향을 준다(Hanes, 1997). 또한 왼손잡이와 오른손잡이의 경우에도 길 그림의 방향이나 내용에 영향을 줄 수 있음을 유념해야 한다.

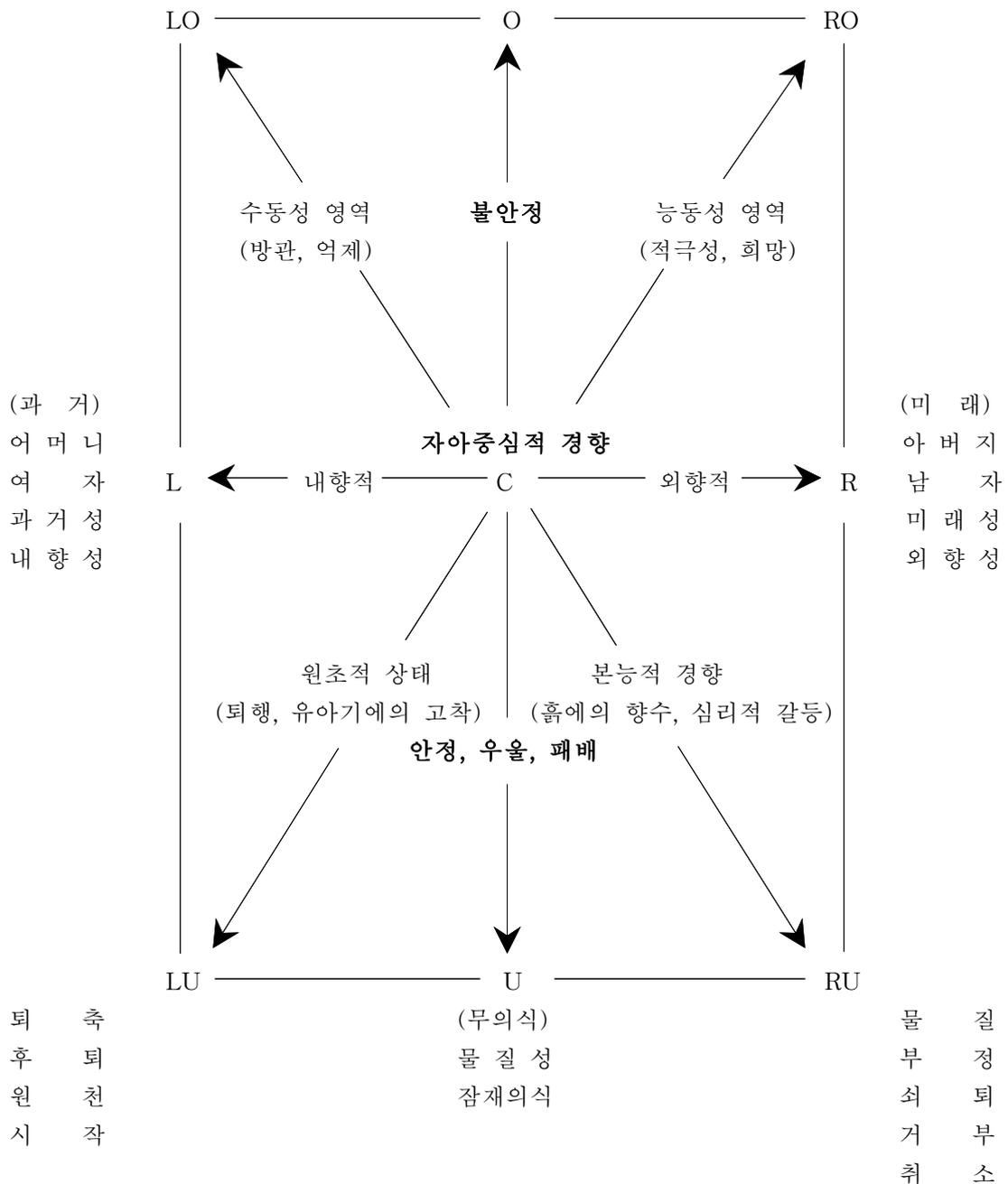
다음 [그림 II-4]는 그림의 공간구성과 구도에 따른 심리를 나타내고 있다. 한국 미술치료학회(2000)는 Grunwald와 Koch 등이 제시한 공간구성과 심리를 참고하여 그림에서 화면공간의 상하좌우 각 장소에 고유의 상징적인 의미를 부여하고 있다. 화지의 상하를 의식과 무의식, 좌우를 과거와 미래로 나눌 수 있고, 중앙(center)은 화면에서 가장 안정된 장소이다. 그림의 비중이 중앙에 있으면 그 사람의 심리 상태는 안정되어 있고 통합되어 있다고 볼 수 있다. 이에 반하여 그려진 대상이 중심 이외의 장소로 치우쳐져 있을 때에 그 방향에 따라 특수한 의미를 지닌다. 가로 방향에서 오른쪽(R) 방향은 능동적인 에너지 방향으로 미래, 외향적, 아버지, 남성적인 심리와 관계가 있다. 가로 방향에서 왼쪽(L) 방향은 수동적인 에너지 방향으로 과거,

내성적, 어머니, 여성적인 심리와 관계가 있다. 세로 방향에서 위쪽 방향(O)은 천계, 현실 초월, 인간의 육체에 대응하는 정신성, 의식과 관계있다. 아래쪽 방향(U)은 땅 밑을 향하며 사물의 근원, 인간의 육체, 미분화된 상태, 무의식과 관계가 있다. [그림 II-4]에서와 같이 화지의 공간마다 각각의 상징적인 의미가 있어, 화지의 어느 부분에 그림을 그렸는가에 따라 그림을 그린 사람의 심리 상태를 파악할 수 있는 단서를 제공 해준다. 그러나 주의해야 할 점은 우연히 그림공간의 위치가 결정 되는 경우도 있으므로 그림공간의 위치만으로 인간의 심리상태를 결정지을 수는 없다. 따라서 이러한 공간 구성과 구도의 활용 경향은 인간의 심리상태를 파악 하기 위한 종합적인 자료중의 하나로 생각할 수 있다. 위와 같은 화지의 공간 구성과 구도에 따른 심리상태 분석은 HTP(집-나무-사람그림 검사), KFD(동적가족화) 등의 다양한 투사적 그림 검사에서 응용되고 있는데, 연구자도 화지의 구성, 그림의 위치, 그리고 길의 방향에 따른 심리를 이해하는데 활용하였다.

공 허  
회 피  
억 제  
로 고 스 적  
(객 관 성)

미 토 스 적  
초 월  
의 식  
정 신 성  
(의 식)

목 표  
노 력  
욕 망  
공 격  
파 토 스 적  
(주 관 성)



[그림 II-4] 공간 구성과 심리(한국미술치료학회, 2000)

## (2) 길의 구성

길 그림을 그릴 때 어떤 사람들은 내용이 빈약한 반면 어떤 사람들은 놀라울 정도로 사실적으로 그린다. 보통 지능을 가진 일반인이 필수 구성 부분을 그리지 않는 경우는 지적 붕괴가 시작되고 있거나 정서적 혼란이 있는 경우를 암시한다(옥금자, 2007). 길 그림에서도 길 구성에 필요한 요소에 대해서 반응을 적게 보이는 것은 그림에 대한 극심한 불안감, 고도의 방어 자세 또는 정서적 혼란과 관련이 있다고 보아 길을 그리고 주위에 사물이 한 가지 이상 표현되어야 길 구성이 되었다고 분석 하였다(강경숙, 2009).

## (3) 길의 모양

Hanes(1997)와 강경숙(2009, 2010)의 연구를 바탕으로 길의 모양을 ‘곧음’과 ‘약간 굽음’, ‘많이 굽음’, ‘혼란’으로 구분하여 분석하였으며, 특정 유형의 길에 귀속될 수 있는 가능한 의미들의 사례를 다음과 같이 제시하였다.



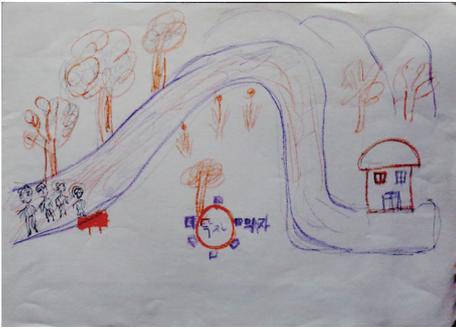
[그림 II-5] 곱창 길

화지를 가로질러 ‘왔다 갔다’하며 이동하는 길은 주저하고 있거나 우유부단함과 연관될 수 있다.



[그림 II-6] 커브 길

커브 길은 변덕스럽거나 주위 환경으로부터 영향을 받기 쉬운 사람을 연상할 수 있다.



[그림 II-7] 선회하는 길

크게 빙 돌아서 선회하는 길은 무익함, 무력감이나 집착과 연관될 수 있다. 이런 유형의 길은 당사자의 삶의 과정과 연관될 수 있다.



[그림 II-8] 좁아지는 길

좁아지는 길은 신경쇠약과 연관될 수 있다. 이런 유형의 사람들은 창조적 생명력이 고갈됨을 겪을 수 있고 궁극적으로 감정적 육체적 탈진의 상태에 이를 수 있다.



[그림 II-9] 나뭇가지 길

서로 합쳐지는 길이나 셋길은 심리적으로나 정서적으로 곤경에 처해 있거나 난처한 상태에 빠진 관계와 연관될 수 있다. 각각의 셋길은 가족이나 조직체 내의 특정 개인을 나타낼 수 있다.



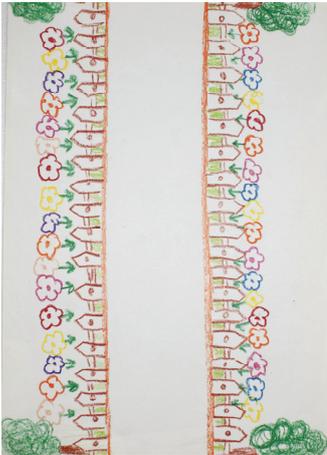
[그림 II-10] 목표를 향한 길

소점을 향해 좁아지는 길은 하나의 목적을 추구하거나 목표지향적인 사람과 연관될 수 있다. 그것은 또한 미래에 대한 불확실성과 의구심과도 연관될 수 있다.



[그림 II-11] 은폐된 길

은폐된 단면들은 자기 자신이나 자신의 삶에 대하여 구체적으로 들어내길 꺼려할 수 있다. 즉 남들 모르게 특정 사건들을 감추려고 시도하거나 은밀히 행동할 가능성이 있다.



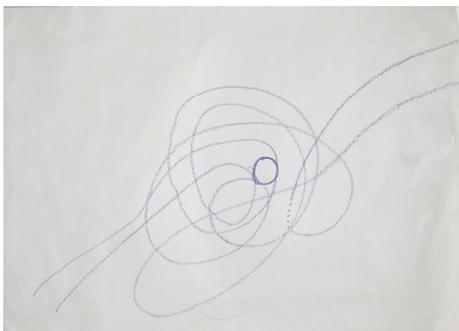
[그림 II-12] 분할되는 길

화지를 균등하게 두 부분으로 나누는 그림은 상반되는 감정의 교차, 우유부단이나 내부분열과 연관될 수 있다.



[그림 II-13] 나선형 길

점진적으로 좁아지는 나선 구조의 길은 집착, 무력감, 우울증 그리고 심지어는 자살 의도와 연관될 수 있다.



[그림 II-14] 혼란스러운 길

복잡하게 얽힌 혼란한 길은 방향 감각의 상실로 길을 잃고 헤매고 있다고 여겨질 수 있으며, 내면속의 혼란, 결핍, 분규 그리고 소동과 연관될 수 있다.

#### (4) 길의 폭

길의 폭이 상징하는 의미는 개인이 가지고 있는 에너지와 삶의 희망에 대한 기대, 자신감과 관련이 있을 수 있다. 좁은 길은 미래에 관한 불확실함과 의심을 의미하거나, 생명력 또는 활력의 감소, 무기력과 우울과 관련이 있을 수 있다. Burns (1998)도 ‘동적 집-나무-사람 그림검사(K-HTP)’에서 나무의 줄기가 좁은 것은 관심의 폭이 좁고 인생에 대한 시각도 협소함을 보여주며, 줄기가 얇아질수록 생명은 가는 실에 매달려 있는 것과 같다고 하고 있다. 비록 그리는 대상이 길과 나무로 차이가 있기는 하겠지만 ‘길의 폭’의 분석을 지지해 주는 이론이라고 여겨진다. 반면 폭이 넓은 길은 에너지가 크고 자신감, 삶에 대한 의욕, 미래에 대한 희망 또는 기대를 반영할 수 있다고 본다.

#### (5) 길의 경사

길의 경사는 삶에 대한 문제 인식과 관련이 있을 수 있다. 해결해야 할 급박한 일이 있거나, 자신이 감당하기 어려운 일 등을 은유할 수 있고, 또는 자신의 삶이 순탄치 못했거나 미래의 삶이 편안하지 않을 것이라는 염려가 반영될 수 있다.

### 라) 길의 구성 요소

#### (1) 방해물

길 그림에 균열이 있으면 붕괴된 가정 또는 가족 간의 불화를 의미할 수 있고 돌이나 기타 방해물들이 있으면 삶의 과정에서 장애 또는 어려움, 의사소통의 방해 등을 상징 하는데(강경숙, 2009; 한국미술치료학회, 2000; Furth, 2008; Hanes, 1997), 사람, 돌, 나무, 벽, 자동차, 의자, 문 등 다양한 형태로 표현된다.

#### (2) 교차로

교차로는 종종 선택과 연관될 수 있다. Cooper(1978)는 교차로를 ‘변화가 일어날 수 있는 중심’이라고 주장했다. 어떤 교차로의 의미를 결정할 때 도로가 만나거나 갈라지는 방식을 고려하는 것이 중요하다. 본질적으로 세 가지 유형의 교차로가 있다.

- 십자로는 중요한 변화의 시간이나 중요한 결정과 관련 있다. 피검자는 삶에 있어서 중요한 시점이나 장소에 위치할 수 있다.
- 나뭇가지처럼 갈라진 도로는 격렬한 내부 분열, 이중성, 감정의 교차, 우유부단이나 이별 또는 분리와 관련 있다.
- T자 형 교차로는 감정의 교차, 우유부단성과 연관 있다. 그러나 내부 분열은 나뭇가지형 만큼 강렬하지 않다.

### (3) 도로표지판

도로표지판은 길 그림을 이해하는 데 중요한 요소이다. 참여자의 현재 상황을 이해할 수 있는 그림의 어떤 단서에 대한 신호일 수도 있다(Furth, 2008). 도로표지판의 색깔과 특징적 외형은 기능과 연관되어 있다. 예를 들어, 노란색은 주의와 관련되고 빨간색은 긴급한 위험을 나타낸다. 오렌지색은 위험성이 계속 존재한다는 경고로서 도로표지판이나 건설 현장의 바리게이트 그리고 보수 정비 지역에서 보인다. 따라서 어떤 도로표지판의 의미를 결정할 때 그 도로의 상태와 도로표지판이 갖는 개인적 의미를 고려해야 하는데, Hanes(1997)는 도로표지판에 대한 구체적인 분석 기준을 다음과 같이 제시하였다.

- ‘정지(Stop)’ 도로표지판은 충돌통제 시도와 연상될 수 있다. 또한 접촉을 끊거나, 어떤 것을 막거나 정지 시키고 싶은 소망을 가리킬 수 있다.
- ‘양보(Yield)’ 표지는 주의와 충돌통제 시도와 연상될 수 있다. 어떤 사물 또는 어떤 사람에 대한 저항 또는 거역의 시도일 수 있다.
- ‘막다른 길(Dead End)’ 표지는 무익하거나 만족스럽지 못한, 또는 쓸모없다고 여겨지는 선택이나 선택수단과 연상될 수 있다. ‘막다른 길’로 향하는 개개의 길은 우울증을 연상할 수 있고 자살의 의도로도 연상이 가능하다.
- ‘커브(Curve)’ 도로표지판은 예상치 못했거나 갑작스러운 어떤 것과 관련될 수 있다. 또한 위험, 불확실성, 의심 또는 갑작스런 방향의 변화를 가리킬 수 있다.
- ‘속도제한(Speed Limit)’ 표지는 통제와 한계를 연상할 수 있다. 속도제한을 평가할 때 도로의 상태를 고려하는 것이 중요하다. 과속을 나타내는 도로표지판 또는 ‘제한 속도 없음’의 도로표지판은 통제할 수 없는 사람들과

연관될 수 있다.

- 방향(Directional) 표지는 미래에 대한 개인의 의도 또는 인생에 있어서의 방향과 관련될 수 있다. 이들 도로표지판들은 실제적인 장소를 지칭할 수도 있고 혹은 개인의 삶의 환경을 암시할 수도 있다.
- ‘들어가지 마시오(Do Not Enter)’ 표지는 어떤 선택이나 개인에의 접근을 제한하고자 하는 욕구와 관련될 수 있다.
- ‘U턴 금지(No U Turn)’ 표지는 돌아 갈 수 없다고 느끼는 사람들과 관련될 수 있다. 그 개인은 자신의 장래에 대한 무력감과 불가항력임을 느낄 수 있다.
- ‘잘못된 길(Wrong Way)’ 도로표지판은 잘못되었거나 부적절하거나 또는 잘못 짚은 선택 사항과 관련될 수 있다.
- ‘출구 없음(No Exit)’ 표지는 무력감 또는 무능함과 관련될 수 있다. 당사자는 불가항력이나 빠져 나갈 길이 없다고 느낄 수 있다.
- ‘일방통행(One way)’ 표지는 무력감이나 불가항력 또는 미리 예정되어 있음과 연관될 수 있다. 또는 고집이 세거나 완고함과 연관될 수 있다.
- ‘출구(Exit)’ 표지는 출발이나 어떤 행로에서 이탈과 관련될 수 있다. 또한 어떤 사태나 상황에서 벗어남을 연상할 수 있다.
- ‘우회(Detour)’ 표지는 어떤 것을 우회하거나 잠재적 위험이나 불안정한 상황에서 벗어날 필요성과 연관될 수 있다.
- ‘계속 가시오(Keep Right)’ 표지는 행실이 바르거나 솔직하며 성실한 자세를 견지하고자 하는 개인의 의도와 연관될 수 있다.
- ‘우천 시 미끄러움(Slippery When Wet)’ 표지는 역경에 처했을 때 통제력을 상실한다고 느끼는 사람과 연관될 수 있다.
- ‘울퉁불퉁한 길(Rough Road)’ 표지는 권태감이나 부담감 혹은 곤경에 처한 것과 관련될 수 있다.
- ‘기차 건널목(Railroad Crossing)’ 표지는 누군가에 의해 강제되거나 조종받고 있다고 느끼는 사람들과 관련될 수 있다.
- 교통 신호등(Traffic Lights)은 충동을 통제하거나 지연 또는 규제하려는 시도와 관련될 수 있다.

- ‘해골과 십자 뼈(Skull and Crossbones)’ 표지는 잠재적 위험, 격렬한 분노, 상흔, 심지어 죽음이나 파멸과 관련될 수 있다.
- ‘폐쇄 도로(Road Closed)’ 표지는 현재 활용할 수 없는 선택사항과 관련될 수 있다.

#### (4) 교량

교량은 의식의 한 단계 또는 의식의 어떤 상태에서 다른 상태로의 변이와 연관될 수 있다. 또는 서로 떨어져 있는 두 사람 또는 존재를 연결해 주는 경우와도 연관될 수 있다. 다리는 장애물을 건널 수 있도록 하는 것으로, 어떤 장소에서 더 나은 장소로 가기 위한 수단 또는 강을 건너는 것이 근본적인 태도 변화를 상징하는 이미지라고 하였다(허소임, 2006; Jung, 1964). 또는 인간, 사회, 개인 사이를 교류하는 연결 고리로서 문제해결, 장애물 극복 또는 정복할 수 있도록 돕는 역할의 상징적 의미를 가진다(Hays & Lyons, 1981).

#### (5) 자신 표현

길 그림에서 자신의 위치가 어디에 표현되었는지에 따라 의미가 있을 수 있다. 길 초입, 길 중간, 길 끝, 길과 무관한 곳, 또는 아예 표현하지 않을 경우도 있다. 이 경우 참여자와 대화를 통하여 자신이 표현된 위치와 현실에서의 상황을 결부시켜 자신의 삶을 통찰하게 하는 것도 의미가 있다. 그림에서 왜곡이나 생략은 그 부분에 대한 갈등의 표현이라고 볼 수 있는데, 자신을 생략하고 있는 것은 부정적 자아상, 낮은 자존감 및 우울한 면을 드러낸다(신민섭 외, 2003).

길 그림의 일반화 가능성 및 개연성을 높이기 위하여 위에서 제시된 길 그림의 요소별 회화적 반응특성을 바탕으로 Hanes(1995, 1997, 2008)와 강경숙(2009, 2010)의 연구, 투사적 그림검사의 일반적인 분석 기준을 참고하여 4개 영역과 20개의 요소별 분석 기준을 다음의 <표 II-1>과 같이 제시하였다.

<표 II-1> 길 그림의 요소별 회화적 반응특성 분석 기준

영역	요소	분석 기준
초기인상	전체분위기	① 밝음 ② 보통 ③ 어둡
	길의 느낌	① 평탄 ② 보통 ③ 험난
	주위 풍경	① 있음 ② 없음
	길의 원근	① 근경 ② 보통 ③ 원경
	길의 조화	① 조화 ② 보통 ③ 부조화
체제 공간	화지 구조	① 가로 ② 세로
	화지 활용	① 1/2 미만 ② 1/2 이상 ③ 2/3 이상
	색채 사용	① 1~2색 ② 3~4색 ③ 5색 이상
	필압	① 낮음 ② 보통 ③ 높음
	계절	① 봄 ② 여름 ③ 가을 ④ 겨울
길의 상태	길의 구성	① 잘 됨 ② 보통 ③ 안 됨
	길의 방향	① 왼쪽에서 오른쪽 ② 오른쪽에서 왼쪽 ③ 아래에서 위쪽 ④ 위에서 아래쪽 ⑤ 혼란
	길의 모양	① 곧음 ② 1~2회 굽음 ③ 3회 이상 굽음 ④ 혼란
	길의 폭	① 넓음(10Cm 이상) ② 보통(5Cm 이상) ③ 좁음(10Cm 미만)
	길의 경사	① 평탄(20도 미만) ② 보통(20~60도) ③ 급함(60~90도)
구성 요소	방해물	① 없음 ② 있음
	교차로	① 없음 ② 있음
	도로표지판	① 없음 ② 있음
	교량 표현	① 없음 ② 있음
	자신 표현	① 없음 ② 있음

## 2) 길 그림 분석 시 유의점

길 그림은 우선 전체적인 관점에서 조망해 보아야 한다. 특정 표지나 요소들을 분석하려 하지 말고, 그림 전체의 인상을 형상화하는 것으로부터 시작한다. 충분한 시간을 갖고 그림이 전달하는 메시지를 파악해야 한다. 이 과정은 분석적이라기보다는 직관적인 통찰에 가깝다. 참여자 개개인의 나이, 성숙도, 정서적 상태, 문화적 배경, 개인사 등의 토대 위에서 분석되어야 한다(Hanes, 1997). 그리고 미술 수업을 받았거나 미술과 관련된 경험들이 길 그림을 통해서 얻어지는 이미지의 종류에 영향을 미칠 수 있다는 점을 유념해야 한다.

길 그림에는 어떤 특정 표지나 요소를 의미하는 유일하거나 절대적인 것은 존

재하지 않는다. 길 그림을 분석할 때 제각각의 길 그림이 독특하다는 것을 유념해야 한다. 그동안 연구자가 길 그림을 연구하면서 많은 길 그림을 수집하였으나 같은 길 그림은 한 점도 없었다. 심지어 동일인이 그린 길 그림마저도 꼭 같지 않다는 것을 관찰할 수 있었다. 따라서 길 그림의 개인적 의미를 간과해서는 안 된다. 분석 기준만을 근거로 한 조급한 해석은 오히려 길의 의미를 자연스럽게 이해하는데 방해가 될 수 있다(Hanes, 1997).

### 3. 가정폭력 피해여성과 길 그림의 활용

#### 가. 길 그림 검사로의 활용

그림이 개인의 정서적 측면과 성격을 나타낸다는 주장이 대두되면서 투사적 은유를 통하여 개인의 무의식을 이해하려는 의도로 1949년 전후하여 Buck과 Machover 등의 지지에 의해 투사적 그림이라는 용어가 제시되고 투사적 그림검사(Projective Drawing Test)가 개발되었다(옥금자, 2007). 투사적 그림검사는 문장완성검사, 로샤검사, 주제통각검사, 단어연상검사 등을 포함하는 투사적 검사의 한 유형으로 언어성 검사인 객관적 검사에 비해 그 신뢰성과 타당성이 낮음에도 불구하고 실제적인 가치와 효율성이 높아 임상장면에서 소중한 검사로 활용되고 있다. 특히 투사적 그림검사는 모호한 자극에 개인의 심리적 현실 및 주관적 경험을 드러내며, 피검자의 무의식적 반응이 거의 제한 없이 자유롭게 일어난다. 최지은 외(2010)의 연구에 의하면 가장 실시하기 간편하고 경제적이며 개인에 대한 풍부한 정보를 제공해주는 검사라고 하고 있다. 우리나라에서도 집-나무-사람 검사(HTP: House-Tree-Person), 동적 집-나무-사람검사(KHTP: Kinetic House-Tree-Person), 동적 가족화(KFD: Kinetic Family Drawing), 동적 학교생활화(KSD: Kinetic School Drawing), 빗속의 사람 검사(PITR: Person In The Rain), 풍경구성법(LMT: Landscape Montage Technique), 사과 따는 사람 검사(PPAT: Person Picking an Apple from a Tree), 별-파도 그림 검사(SWT: Star-Wave Test) 등 다양한 투사적 그림검사가 활용되고 있다.

이처럼 상담 및 임상장면에서 다양한 투사적 검사들이 활용되고 있지만, 한 개

인의 삶의 과정에서 억압된 무의식을 의식화시키는 투사적 은유를 통해 자신의 전체적인 삶의 과정을 탐색하게 하여 자신을 이해하고 수용하며, 앞으로의 삶의 방향과 여정들을 자유의지로 선택하는 데 도움을 주고 미래까지 예측할 수 있는 투사적 그림검사는 거의 없는 실정이다.

이에 연구자는 Hanes(1995)에 의해 개발된 길 그림의 투사적 은유를 통해서 참여자의 근원, 인생 여정, 현재까지의 경험 그리고 미래에 대한 의도까지 다양한 정보를 알아낼 수 있다고 여겨졌다. 연구자가 상담 및 미술치료를 하는 과정에서 심리적 외상으로 무기력과 우울을 겪고 있는 가정폭력 피해여성들의 길 그림이 일반여성들과 다르다는 것을 추측할 수 있었다. 이에 길 그림의 회화적 반응특성을 통하여 일반여성과 가정폭력 피해여성의 길 그림의 차이를 규명하고자 하였다. 이 연구를 통하여 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 전체분위기, 길의 느낌, 주위 풍경, 길의 원근, 길의 조화, 화지 구조, 화지 활용, 색채 사용, 필압, 계절 표현, 길의 구성, 길의 방향, 길의 모양, 길의 폭, 길의 경사, 방해물, 교차로, 도로표지판, 교량, 자신 표현 등에서 유의미한 차이가 나타난다면 그 반응특성을 근거로 가정폭력 피해여성의 심리정서를 유추해 볼 수 있는 ‘길 그림 검사(RDT: Road Drawing Test)’로 활용 가능할 것이다.

한편 연구자는 선행연구인 ‘재소자의 길 그림에 나타난 반응특성 연구’(강경숙, 2009)에서 길 그림에 나타난 반응특성을 통하여 삶의 여정과 관련된 무의식의 다양한 정보를 얻어낼 수 있는 투사적 그림검사로서 활용 가능성이 있음을 시사하였다.

#### 나. 자기-자비와 우울에 대한 길 그림의 치료적 활용

가정폭력 피해여성들이 가장 심하게 겪는 정신적 고통인 ‘자신에 대한 실망, 무력감, 자아상실’ 등에서 벗어나려면, 김미선(2014)은 자신이 겪는 고통과 실패에 대해 스스로에게 엄격한 잣대를 적용하여 엄격하게 판단하고 평가하기보다 자기 자신에게 따뜻하고 이해심이 있는 태도로 대하는 것이 선행되어야 한다고 하였다. 이와 관련된 연구로 Leary 외(2007)는 자신에 대해서 친절한 사람이 그렇지 않은 사람보다 기분이 나빴던 상황, 실패, 상실, 굴욕 등과 불쾌한 대인관계의 상황, 스트

레스를 주는 어색한 상황에서 더 높은 수준으로 평정심을 유지한다고 하였다. 또한 자신에게 따뜻하고 온정적인 사람은 타인의 수행평가에 좌지우지 되지 않는 동시에 이상적인 기준에 자신을 일치시키지 않으며(Neff, 2003a), 자신에 대해 돌봄의 마음을 냄으로써 정서적 성장을 촉진시켜 마음의 갈등을 완화시키고 자신의 관점을 새롭게 조직하는 역할을 한다고 하였다(Gilbert & Iron, 2005). 한편 박채연(2013)의 연구에 의하면 자기-자비는 성격특질이기 보다는 교육과 훈련에 의해서 향상시킬 수 있는 상태요인으로 볼 수 있다고 하였다. 즉 훈련을 통해 획득하고 증진시킬 수 있는 기술로서 McKay와 Fanning(2000)은 훈련과 명상을 통해 단기간에 증진시킬 수 있는 개입방법으로 보고하고 있다. 김경의 외(2008)도 자기-자비가 개인이 획득하고 증진시킬 수 있는 기술로서 이해하기, 수용하기, 용서하기 등을 통해 훈련될 수 있다고 언급하였다.

김미선(2014)은 상담현장에서 심리적 외상을 강하게 경험한 성인에게 대한 적절한 개입방법으로 자신의 고통이나 실패를 허용하는 자기-자비의 자세가 도움이 되었다고 하였다. 즉 외상과 관련된 부정적 정서에 대해 자기-자비가 조절 역할을 하는 것으로 밝혀짐으로써 자기-자비가 정서조절의 특징이 잘 드러났다고 할 수 있다. 이에 따라 자기-자비의 정서조절 기능을 상담개입 방법으로 적절하게 활용할 수 있을 것이다. 이에 박채연(2013)도 자기-자비를 증진시킬 수 있는 구체적인 프로그램 개발이 필요하다고 하였다.

Neff와 Germer(2012)는 자기-자비의 함양을 위해 개발한 마음챙김 자기-자비 프로그램(Mindful Self-Compassion: MSC)이 자기-자비 수준을 높이는데 긍정적인 효과를 보인다는 실험연구를 발표하였으며, 한미영(2012)은 사티 수행 프로그램이 자기-자비 향상에 긍정적인 영향을 주었다고 보고하고 있다. 따라서 자기-자비가 명료한 자각 상태와 균형 잡힌 마음 상태에서 타인 및 자신의 평가에 좌지우지 되지 않는 동시에 자신을 이해하고, 수용하며, 자신에 대해 돌봄의 마음을 냄으로써 마음의 갈등을 완화시키고 정서적 성장을 촉진시켜 가정폭력 피해여성의 우울을 해소시킬 수 있다고 보며, 자기-자비를 향상시킬 수 있는 적절한 프로그램 개발이 필요하다고 여겨진다. 특히 가정폭력 피해여성은 신체적 심리적, 정서적으로 큰 손상을 받았기 때문에 그들의 치료와 회복을 위한 접근은 단순하지가 않다. 심리적 위기를 극복하고 정서와 행동의 주요 변화가 일어나도록 하기 위해서는 피해

여성들의 매우 다양한 배경과 각각의 독특한 경험들을 치료해야 한다(김혜정, 2005).

이에 김혜정(2005)은 지속적인 폭력에 의해 우울하고 무기력하며, 낮은 자아존중감으로 억압된 감정을 언어로 표현하는 데에 어려움이 있는 가정폭력 피해여성들에게 다른 심리치료의 형태보다 미술치료가 유용하다고 하였다. 미술표현은 가정폭력이라는 한 단면에만 초점을 맞추는 것이 아니라 피해여성의 전체적인 감정과 경험 모두에 초점을 맞추어 통찰하게 하여 자아의 힘을 강화시키고 문제 상황에 대한 대처 방법을 제공할 수 있다(Malchiodi, 1997). 즉 미술표현은 가정폭력 피해여성에게 폭력의 영향뿐만 아니라 역기능의 원인이 되는 상황적 요소에 집중하게 하여 현재의 문제와 결부시킬 수 있도록 하며, 가정폭력 피해여성의 전체적인 감정과 경험 모두에 초점을 맞추어 통찰을 줄 수 있어 자아의 힘을 강화시키고 문제 상황에 대한 대처 방법을 제공할 수도 있다(강미자, 2010 재인용). 이러한 결과는 정은선(2006)의 ‘미술치료가 가정폭력 피해여성의 심리적 적응회복 효과’, 조영호(2008)의 ‘가정폭력 피해여성의 우울·불안 감소를 위한 가족미술치료 사례연구’, 강미자(2010)의 ‘미술치료가 가정폭력 피해여성의 우울, 불안 및 공격성 감소에 미치는 영향’ 등의 연구에서도 효과가 있음이 보고되고 있다.

한편 길 그림은 ‘길’을 연상하여 그림을 구성하는 과정에서 참여자의 태생, 삶의 과정, 지금까지의 경험, 미래에 대한 의도까지 투사 할 수 있다. 즉 길 그림에 드러난 투사적 은유의 반응특성을 통하여 한 개인의 삶의 과정에서 억압된 무의식에 접근할 수 있는 가능성을 열어줄 수 있다. 신체적 심리적, 정서적으로 큰 손상을 받아 무기력과 우울을 겪고 있는 가정폭력 피해여성들은 자신을 잘 드러내길 꺼려하기 때문에 길 그림을 통하여 내면의 갈등을 밖으로 드러내어 구체화하고 그것을 의식적으로 극복하도록 이끌어 줄 수 있다고 여겨진다.

특히 길 그림 프로그램은 가정폭력 피해여성에게 자신을 평가하거나 비판하는 대신 삶의 과정에서 억압된 무의식을 의식화 시켜 자신의 삶의 전 과정을 객관적으로 탐색하고, 긍정적이든 부정적이든 자신을 이해하고 수용하며, 더불어 해결해야 할 당면한 문제나 중요하게 선택해야 할 상황을 인식하고, 앞으로의 삶의 방향과 목표를 자유의지로 선택하는데 도움을 줄 수 있다고 여겨진다. 연구자는 ‘아동기 성학대 피해 여성들의 개인미술치료에서 길 그림 검사 활용 사례 연구’

(강경숙, 2010)에서 아동기 성학대 피해여성들에게 길 그림을 통하여 자신의 삶에 대해 통찰 할 수 있는 기회를 제공하였으며, 그에 대한 효과를 얻어낼 수 있었다.

#### 다. 투사적 은유 치료를 위한 길 그림 프로그램 구성 원리

길 그림 프로그램 구성은 개인의 삶의 과정에서 억압된 무의식을 의식화하여 지각할 수 있도록 길 그림의 투사적 은유의 장점을 살렸으며, 최근 여성성터들의 입소자들에 대한 형평성 있는 지원과 제한적인 치료 시간을 고려하여 8회기의 단기 프로그램(사전·사후 검사 포함 10회기)으로 이루어졌다. 또한 매 회기 시작 단계에서 ‘명상하기’ 단계를 넣었다. 명상을 통하여 주의를 집중시키고 회기별 주제에 대한 연상을 통하여 자기 직면 및 통찰이 일어나도록 하였다. Welwood(1989)는 심리치료와 명상의 가장 중요한 공통점으로 주의 집중으로 여유를 갖게 하며, 불확실성에 직면하게 하여 수용하게 하며, 자신에게 무조건 친절한 ‘자비’가 생기게 된다고 하였다. 이에 길 그림 프로그램에서 ‘명상하기’는 참여자들의 자기-자비 향상에 도움이 될 것이다.

길 그림 프로그램은 탐색단계-표출단계-변화단계로 구성되었다. 탐색단계에서는 길 그림 그리기를 통하여 자신의 삶의 전 과정에 대한 인식과 통찰을 도왔다. 즉 길 그림을 그린 후 자신의 과거, 현재, 미래를 통찰하게 하고, 자기 인식 및 수용을 통하여 자기-자비를 조절할 수 있도록 하였다. 표출단계에서는 자신이 그린 길 그림에서 ‘과거의 나’와 ‘현재의 나’를 주제로 삶의 과정에서 억압된 무의식을 표출하여 의식화하고 자기인식 및 자기 수용이 이루어 질 수 있도록 하여 자기-자비를 향상시키고자 하였다. 변화단계에서는 ‘미래의 나’를 주제로 자신의 욕구 인식과 미래에 대한 의지와 희망을 갖게 하고, 자신의 강점을 인식시켜 자기 인식과 자기-자비를 향상시키고자 하였다. 마지막으로 8회기에는 다시 길 그림을 그리게 하여 삶에 대한 의지를 갖도록 하고 1회기에 그렸던 길 그림과의 비교에서 긍정적인 변화를 자각하게 하여, 삶의 주체로서 자아상을 확립하여 자기-자비가 향상되도록 하였다. 길 그림 프로그램의 구성 내용은 <표 II-2>와 같다.

<표 II-2> 길 그림 프로그램의 구성 내용

단계	회기	주제	기대 효과
탐색 단계	1	길 그림 그리기	· 라포 형성, 자신의 인생 전반에 대한 인식 및 통찰
	2	과거의 나 · 인생 그래프 그리기	· 과거의 삶에 대한 인식 및 통찰
표출 단계	3	· 자유화 표현하기	· 과거의 힘들었던 삶에 대한 감정 표출 및 수용
	4	현재의 나 · 감정파이 꾸미기	· 현재 삶에 대한 인식, 감정 표출 및 수용
	5	· 웅덩이에 빠진 나 표현하기	· 현재 삶에 대한 태도 인식 및 자신의 강점 찾기
변화 단계	6	미래의 나 · 미래의 모습 콜라주로 표현하기	· 자신의 욕구 인식 및 미래의 삶에 대한 의지 확립
	7	· 나에게 주는 상장 꾸미기	· 자아존중감 및 자기-자비 향상
	8	길 그림 그리기	· 긍정적인 자기상 확립 및 삶에 대한 의지 확립

### Ⅲ. 연구 1

연구 1에서는 2007년 3월부터 부터 2015년 4월까지 미술치료 연수와 상담을 통해서 만났던 일반여성 123명과 가정폭력 피해여성 31명 등 154명을 대상으로 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 회화적 반응특성 차이를 규명하고자 하였다.

#### 1. 연구 문제 및 가설

연구 문제 1. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 회화적 반응특성은 어떤 차이가 있는가?

가설 I. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 초기 인상 관련 반응특성은 차이가 있을 것이다.

I-1. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 전체분위기 반응특성은 차이가 있을 것이다.

I-2. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 길의 느낌 반응특성은 차이가 있을 것이다.

I-3. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 주위 풍경 반응특성은 차이가 있을 것이다.

I-4. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 길의 원근 반응특성은 차이가 있을 것이다.

I-5. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 길의 조화 반응특성은 차이가 있을 것이다.

가설 II. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 체제와 공간 관련 반응특성은 차이가 있을 것이다.

II-1. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 화지 구조 반응특성은 차이가 있을 것이다.

- II-2. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 화지 활용 반응특성은 차이가 있을 것이다.
- II-3. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 색채 사용 반응특성은 차이가 있을 것이다.
- II-4. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 필압 반응특성은 차이가 있을 것이다.
- II-5. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 계절 반응특성은 차이가 있을 것이다.

가설 III. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 길의 상태 관련 반응특성은 차이가 있을 것이다.

- III-1. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 길의 구성 반응특성은 차이가 있을 것이다.
- III-2. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 길의 방향 반응특성은 차이가 있을 것이다.
- III-3. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 길의 모양 반응특성은 차이가 있을 것이다.
- III-4. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 길의 폭 반응특성은 차이가 있을 것이다.
- III-5. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 길의 경사 반응특성은 차이가 있을 것이다.

가설 IV. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 길의 구성 요소 관련 반응특성은 차이가 있을 것이다.

- IV-1. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 길의 방해물 반응특성은 차이가 있을 것이다.
- IV-2. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 교차로 반응특성은 차이가 있을 것이다.
- IV-3. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 도로표지판 반응특성은 차

이가 있을 것이다.

IV-4. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 교량 표현 반응특성은 차이가 있을 것이다.

IV-5. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 자신 표현 반응특성은 차이가 있을 것이다.

## 2. 연구 방법

### 가. 연구 대상

20대에서 40대의 일반여성 123명과 가정폭력 피해여성 31명 등 154명을 연구 대상으로 하였다. 원래 일반여성 147명을 대상으로 길 그림을 실시하였으나 자기 삶이 ‘힘들었다’, ‘매우 힘들었다’고 응답한 여성 24명은 가정폭력 등 생활사건의 영향을 최소화하기 위하여 연구 대상에서 제외하였다. 가정폭력 피해여성은 배우자와 가족구성원으로부터 가정폭력 피해를 당하여 여성 쉼터에 입소해 있는 여성으로 제한하였다. 연구 대상 154명의 연령, 직업, 현재 중요한 선택 상황의 여부, 미래의 삶에 대한 기대 등 기본배경은 <표 III-1>과 같다.

연구 대상의 기본배경은 연령 구성에서 일반여성은 40대(40.7%), 30대(32.5%), 20대(26.8%) 순으로 많았고, 가정폭력 피해여성은 30대(41.9%), 20대(35.5%), 40대(22.6%), 순으로 많았다. 직업의 유무에서 일반여성은 ‘직업 있음’ 45.5%, ‘직업 없음’ 35.5%, ‘학생’ 19.5% 순이었고, 가정폭력 피해여성은 ‘직업 없음’ 67.7%, ‘직업 있음’ 22.6%, ‘학생’ 9.7% 순으로 일반여성이 가정폭력 피해여성 보다 2배 정도 직업을 가지고 있었다.

현재 중대한 선택 상황의 유무에서 ‘있음’은 일반여성 35.0%, 가정폭력 피해여성 38.7%로, 가정폭력 피해여성이 약간 높았다. 미래의 삶에 대한 기대에서 ‘희망 있음’이 일반여성은 82.9%로 가정폭력 피해여성의 45.2%에 비해 현저히 높았다. 반면 ‘희망 없음’은 가정폭력 피해여성은 19.4%였으나 일반여성은 없었다.

<표 III-1> 연구 대상의 기본배경

단위: 명(%)

구분		일반여성 (N=123)	가정폭력 피해여성 (N=31)	전체 (N=154)
연령	20대	33(26.8%)	11(35.5%)	44(28.6%)
	30대	40(32.5%)	13(41.9%)	53(34.4%)
	40대	50(40.7%)	7(22.6%)	57(37.0%)
직업	있음	56(45.5%)	7(22.6%)	63(40.9%)
	없음	43(35.0%)	21(67.7%)	64(41.6%)
	학생	24(19.5%)	3(9.7%)	27(17.5%)
중대한 선택 상황	있음	43(35.0%)	12(38.7%)	55(35.7%)
	없음	80(65.0%)	19(61.3%)	99(64.3%)
미래 삶의 기대	희망 있음	102(82.9%)	14(45.2%)	116(75.3%)
	보통	21(17.1%)	11(35.5%)	32(20.8%)
	희망 없음	0(0.0%)	6(19.3%)	6(3.9%)

## 나. 도구 및 절차

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 회화적 반응특성 차이를 규명하기 위한 길 그림 구성 과정, 길 그림 분석, 길 그림 분석 기준은 다음과 같다.

### 가) 길 그림 구성 과정

이 연구에서 사용된 길 그림은 투사적 그림검사 기법의 하나로 길을 연상하여 그리게 한 후 그림에 드러난 회화적 반응특성을 통하여 한 개인의 삶의 과정에서 억압된 무의식을 의식화하여 지각할 수 있도록 해준다. Hanes(1995)에 의해 개발된 길 그림을 이 연구에 맞게 연구자가 보완하여 사용하였다.

길 그림 구성 과정은 먼저 참여자들에게 명상을 통하여 길을 연상하게 한 후, 켄트지 8절지에 다양한 채색도구 중에서 원하는 매체를 선택하여 길을 그리도록 하였다. “여기에 길을 그려 주세요. 길 그림에는 정답이 없으며, 그림을 잘 그리고

못 그리는 것과는 전혀 관계가 없으므로 자신이 원하는 방향으로 부담 없이 그리도록 하세요.” 라고 지시를 하였다. 길 그림을 그린 후 ‘길 그림 소개서’에 길 그림과 관련된 질문에 응답을 하게 한 후, 길 그림 소개 및 소감을 나누도록 하였다. 길 그림 그리기 소요시간은 30~40분 정도가 적당하며, 너무 빨리 그리거나 주저하며 지정된 시간보다 너무 늦게 그릴 때에는 그 이유를 밝혀내는 것도 의미가 있다.

#### 나) 길 그림 분석

수집된 길 그림 154매와 ‘길 그림에 대한 소개서’에 대한 분석은 한국미술치료학회 미술치료전문가 및 색채심리전문가 자격을 소지한 연구자가 실시하였으며, 연구의 객관성과 신뢰도를 확보하기 위하여 교육학(상담심리) 석사 학위 및 미술치료사 자격 소지자 1인이 재확인하였다. <표 III-2>의 분석 기준에 의거 재확인한 결과는 99%의 일치율을 보였다. <표 III-2>의 분석 기준에 의거 분석한 후, SPSS 프로그램을 활용한  $\chi^2$  검증으로 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 회화적 반응특성의 차이를 규명하였다.

#### 3) 길 그림 분석 기준

길 그림의 일반화 가능성 및 개연성을 높이기 위하여 수집된 154매의 길 그림과 참여자들이 작성한 길 그림 소개서를 바탕으로 Hanes(1995, 1997, 2008)와 강경숙(2009, 2010)의 연구, 투사적 그림검사의 일반적인 분석 기준을 참고하여 <표 III-2>와 같이 연구자의 의도로 4개 영역과 20개의 요소별 회화적 반응특성에 대한 분석 기준을 마련하였다.

<표 III-2> 길 그림의 요소별 회화적 반응특성 분석 기준

영역	요소	분석 기준
초기인상	전체분위기	① 밝음 ② 보통 ③ 어둡
	길의 느낌	① 평탄 ② 보통 ③ 험난
	주위 풍경	① 있음 ② 없음
	길의 원근	① 근경 ② 보통 ③ 원경
	길의 조화	① 조화 ② 보통 ③ 부조화
체제 공간	화지 구조	① 가로 ② 세로
	화지 활용	① 1/2 미만 ② 1/2 이상 ③ 2/3 이상
	색채 사용	① 1~2색 ② 3~4색 ③ 5색 이상
	필압	① 낮음 ② 보통 ③ 높음
	계절	① 봄 ② 여름 ③ 가을 ④ 겨울
길의 상태	길의 구성	① 잘 됨 ② 보통 ③ 안 됨
	길의 방향	① 왼쪽에서 오른쪽 ② 오른쪽에서 왼쪽 ③ 아래에서 위쪽 ④ 위에서 아래쪽 ⑤ 혼란
	길의 모양	① 곧음 ② 1~2회 굽음 ③ 3회 이상 굽음 ④ 혼란
	길의 폭	① 넓음(10Cm 이상) ② 보통(5Cm 이상) ③ 좁음(10Cm 미만)
	길의 경사	① 평탄(20도 미만) ② 보통(20~60도) ③ 급함(60~90도)
구성 요소	방해물	① 없음 ② 있음
	교차로	① 없음 ② 있음
	도로표지판	① 없음 ② 있음
	교량 표현	① 없음 ② 있음
	자신 표현	① 없음 ② 있음

### 3. 연구 결과

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 회화적 반응특성의 차이를 규명한 결과와 길 그림의 요소별 회화적 반응특성이 잘 드러난 사례를 함께 제시하여 서로 비교할 수 있도록 하였다.

#### 가. 초기 인상

[가설 I. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 초기 인상 관련 반응특성은 차이가 있을 것이다]를 검증하기 위하여, 길 그림의 초기 인상 요소인 전체분

위기, 길의 느낌, 주위 풍경, 길의 원근, 길의 조화 등 5개 요소의 반응특성 차이를 분석한 결과는 <표 III-3>과 같다.

<표 III-3> 길 그림의 초기 인상 반응특성 차이

단위: 명(%)

구분		일반여성 (N=123)	가정폭력 피해여성 (N=31)	전체 (N=154)	$\chi^2$
전체분위기	밝음	83(67.5)	0(0.0)	83(53.9)	92.095***
	보통	36(29.3)	8(25.8)	44(28.6)	
	어둠	4(3.2)	23(74.2)	27(17.5)	
길의 느낌	평탄	74(60.2)	1(3.2)	75(48.7)	73.757***
	보통	41(33.3)	7(22.6)	48(31.2)	
	험난	8(6.5)	23(74.2)	31(20.1)	
주위 풍경	있음	120(97.6)	19(61.3)	139(90.3)	37.050***
	없음	3(2.4)	12(38.7)	15(9.7)	
길의 원근	근경	105(85.4)	4(12.9)	109(70.8)	67.437***
	보통	17(13.8)	20(64.5)	37(24.0)	
	원경	1(0.8)	7(22.6)	8(5.2)	
길의 조화	조화	102(82.9)	1(3.2)	103(66.9)	93.255***
	보통	19(15.5)	11(35.5)	30(19.5)	
	부조화	2(1.6)	19(61.3)	21(13.6)	

\*\*\*  $p < .001$

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 초기 인상에서 따른 전체분위기, 길의 느낌, 주위 풍경, 길의 원근, 길의 조화 등 5개 요소의 반응특성 모두  $p < .001$ 의 범위 수준에서 유의미한 차이가 있었다. 다음은 초기 인상과 관련된 요소별 차이 검증 결과를 일반여성과 가정폭력 피해여성의 길 그림 중에서 초기 인상 반응특성이 잘 드러난 그림과 참여자의 길 그림 소개를 함께 제시하여 서로 비교할 수 있도록 하였다.

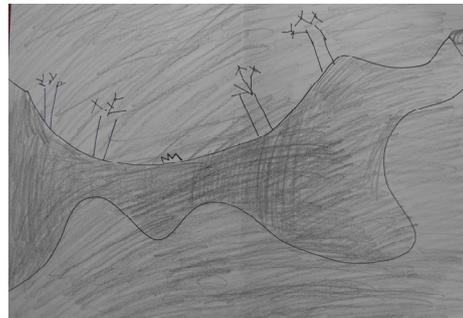
### 1) 전체분위기 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 전체분위기 반응특성은 서로 유의미한 차이가 있었다( $\chi^2_{(2)}=92.095, p<.001$ ). 일반여성의 67.5%가 길 그림의 전체분위기를 밝게 그린 반면 가정폭력 피해여성의 길 그림은 전체분위기가 밝은 것은 없고 74.2%가 어둡게 표현되어 두 집단 간 길의 느낌 반응특성의 차이가 크다는 것을 알 수 있다.

일반여성은 [그림 III-1]에서 길가에 예쁜 꽃들이 피어있는 길을 걸어가는 임신한 자신의 모습을 표현하였고, 다양하고 밝은 색채를 사용하여 전체분위기가 밝게 느껴진다. 반면 가정폭력 피해여성은 [그림 III-2]에서 제목을 ‘마녀의 숲’으로 붙이고, ‘마녀의 숲에 성질이 고약한 마녀가 살았어요. 그 마녀는 성질이 고약해서 자기 멋대로 사람들을 상대하고 숲을 차지하고 살았어요. 그런데 그 마녀는 너무 외롭고 기댈 곳도 없으며 너무 괴롭게 하루하루를 죽지 못해서 살고 있었어요. 이 마녀를 어떻게 하면 좋을까요?’라고 표현하였다. 나뭇잎이 다 떨어져서 삭막하고 어두운 분위기의 ‘마녀의 숲’을 검정색 한가지로만 표현하였는데, 부정적인 자아상에 대한 투사적 은유가 일어났음을 볼 수 있다.



[그림 III-1] 전체분위기가 밝은 길 그림



[그림 III-2] 전체분위기가 어두운 길 그림

### 2) 길의 느낌 반응특성 차이

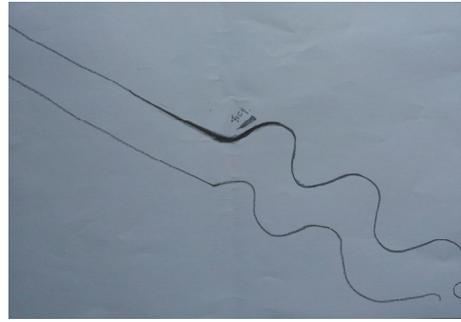
일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길의 느낌 반응특성은 서로 유의미한 차이가 있었다( $\chi^2_{(2)}=73.757, p<.001$ ). 일반여성 60.2%, 가정폭력 피해여성 3.2%가 길의 느

김을 평탄하게 표현했고, 일반여성 6.5%, 가정폭력 피해여성 74.2%가 길의 느낌을 험난하게 표현해서 두 집단 간 길의 느낌 반응특성의 차이가 크다는 것을 알 수 있다.

일반여성은 [그림 III-3]에서 ‘공원에 꽃구경을 갔는데 꽃들이 너무 예뻐서 의자에 앉아서 커피를 마시며 이야기를 나누어 행복했다’고 하며, 길과 주위풍경 등 느낌이 평탄하게 표현하였다. 가정폭력 피해여성은 [그림 III-4]에서 ‘자신은 꼬부랑길 입구에 서 있으며, 그동안 힘들었던 일들을 돌아보고 있다. 40대 이후에는 두 아이들과 함께 행복하게 살게 될 것이라고 기대하며 바라보고 있다’고 표현하였지만, ‘꼬부랑 길’이라고 했듯이 길의 느낌이 험난하였다.



[그림 III-3] 느낌이 평탄한 길 그림



[그림 III-4] 느낌이 험난한 길 그림

### 3) 주위 풍경 반응특성 차이

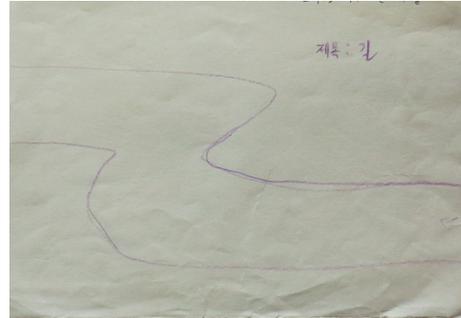
일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 주위 풍경 반응특성은 서로 유의미한 차이가 있었다( $\chi^2_{(2)}=37.050, p<.001$ ). 일반여성 97.6%, 가정폭력 피해여성 61.3%가 길의 주위 풍경을 표현했고, 일반여성 2.4%, 가정폭력 피해여성 38.7%가 주위 풍경을 표현하지 않아서 두 집단 간 길의 느낌 반응특성의 차이가 크다는 것을 알 수 있다.

일반여성은 [그림 III-5]에서 하늘, 산, 나무, 풀, 꽃 등 주위 풍경을 조화롭게 표현하였다. 가정폭력 피해여성은 [그림 III-6]에서 ‘어스름한 저녁, 주위에 아무 것도 없이 고즈넉하고 한적한 아스팔트길, 휘어진 길에 차도 다니지 않고, 누가 다닌 적도 없는 외딴 곳’이라고 표현하였다. 두 줄의 선으로만 굽은 길을 그리고

주위 풍경을 표현하지 않아서 가정폭력 피해로 인한 외로움과 무기력감이 느껴진다.



[그림 III-5] 주위 풍경이 있는 길 그림



[그림 III-6] 주위 풍경이 없는 길 그림

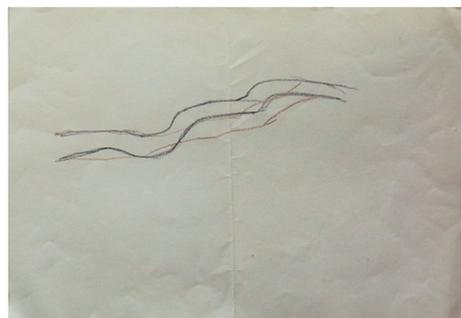
#### 4) 길의 원근 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길의 원근 반응특성은 서로 유의미한 차이가 있었다( $\chi^2_{(2)}=67.437, p<.001$ ). 일반여성 85.4%, 가정폭력 피해여성 12.9%가 길을 근경으로 표현했고, 일반여성 0.8%, 가정폭력 피해여성 22.6%가 길 그림을 원경으로 표현해서 두 집단 간 길의 원근 반응특성의 차이가 크다는 것을 알 수 있다.

일반여성은 [그림 III-7]에서 밝은 노랑으로 길을 그리고 길옆에 대나무들을 구체적으로 표현하여 가깝고 친근하게 느껴진다. 가정폭력 피해여성은 [그림 III-8]에서 길을 원경으로 그리고 주위 풍경마저 표현하지 않아서 가정폭력으로 인한 위축감과 현실에 접근하고 싶지 않은 회피감이 보인다.



[그림 III-7] 근경으로 표현된 길 그림



[그림 III-8] 원경으로 표현된 길 그림

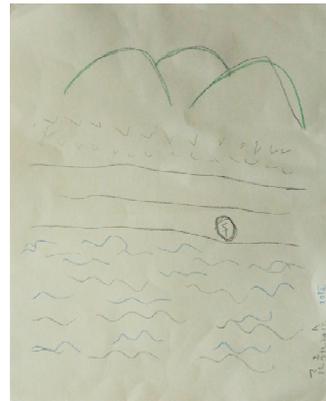
### 5) 길의 조화 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길의 조화 반응특성은 서로 유의미한 차이가 있었다( $\chi^2_{(2)}=93.255, p<.001$ ). 일반여성 82.9%, 가정폭력 피해여성 3.2%가 길 그림을 조화롭게 표현했고, 일반여성 1.6%, 가정폭력 피해여성 61.3%가 길 그림을 부조화하게 표현해서 두 집단 간 길의 조화 반응특성의 차이가 크다는 것을 알 수 있다.

일반여성은 [그림 III-9]에서 길과 주위 풍경 등을 표현하고, 길을 따라 내려오는 사람의 움직임을 자연스럽게 표현하여 조화로운 느낌이 들었다. 가정폭력 피해여성은 [그림 III-10]에서 ‘고향 가는 길’을 표현하였는데, 길 주위에 산, 강, 풀 등을 그냥 나열하듯이 그려서 조화롭지 않게 느껴졌다.



[그림 III-9] 조화로운 길 그림



[그림 III-10] 조화롭지 못한 길 그림

### 나. 체제와 공간

[가설 II. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 체제와 공간 관련 반응 특성은 차이가 있을 것이다]를 검증하기 위하여, 일반여성과 가정폭력 피해여성의 길 그림의 체제와 공간 요소인 화지 구조, 화지 활용, 색채의 사용, 필압, 계열 등 5개 요소의 반응특성 차이를 분석한 결과는 <표 III-4>와 같다.

<표 III-4> 길 그림의 체제와 공간 반응특성 차이

단위: 명(%)

구분		일반여성 (N=123)	가정폭력 피해여성 (N=31)	전체 (N=154)	$\chi^2$
화지 구조	가로	78(63.4)	22(71.0)	100(64.9)	.620
	세로	45(36.6)	9(29.0)	54(35.1)	
화지 활용	1/2 미만	0(0.0)	12(38.7)	12(7.8)	59.266***
	1/2 이상	6(4.9)	5(16.1)	11(7.1)	
	2/3 이상	117(95.1)	14(45.2)	131(85.1)	
색채 사용	1~2색	0(0.0)	14(45.2)	14(9.1)	87.409***
	3~4색	5(4.1)	9(29.0)	14(9.1)	
	5색 이상	118(95.9)	8(25.8)	126(81.8)	
필압	낮음	2(1.6)	12(38.7)	14(9.1)	45.032***
	보통	43(35.0)	12(38.7)	55(35.7)	
	높음	78(63.4)	7(22.6)	85(55.2)	
계절 표현	봄	62(50.4)	6(19.3)	68(44.2)	13.823**
	여름	36(29.3)	11(35.5)	47(30.5)	
	가을	23(18.7)	11(35.5)	34(22.1)	
	겨울	2(1.6)	3(9.7)	5(3.2)	

\*\* $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 체제와 공간 요인 반응특성 차이 검증에서 화지 구조 반응특성을 제외한 화지 활용, 색채의 사용, 필압 등 3개 요소의 반응특성은  $p < .001$ 의 범위 수준, 계절 표현 반응특성은  $p < .01$ 의 범위 수준에서 유의미한 차이가 있었다.

다음은 체제와 공간과 관련된 요소별 차이 검증 결과를 일반여성과 가정폭력 피해여성의 길 그림 중에서 체제와 공간 반응특성이 잘 드러난 그림과 참여자의 길 그림 소개를 함께 제시하여 서로 비교할 수 있도록 하였다.

#### 1) 화지 구조 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 화지 구조 반응특성은 서로 유의

미한 차이가 없었다( $P>.05$ ). 두 집단 간 화지 구조 반응특성에 유의미한 차이는 없었으나, 전체 64.9%가 가로인 수평구조를 선택하여 그렸으며 35.1%가 세로인 수직구조를 선택하여 그렸다. 즉 일반여성과 가정폭력 피해여성들은 화지 사용에서 수평구조를 더 선호함을 알 수 있다.

일반여성은 [그림 III-11]에서 수평구조로 표현하여 보다 안정되고 좌우로 힘 있게 뻗어나가는 느낌이 든다. 가정폭력 피해여성은 [그림 III-12]에서 수직구조로 표현하였는데, ‘여행’을 제목으로 도시와 바다 사이에서 있는 자신을 그렸지만 긴장감이 느껴진다.



[그림 III-11] 수평구조의 길 그림



[그림 III-12] 수직구조의 길 그림

## 2) 화지 활용 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 화지 활용 반응특성은 서로 유의미한 차이가 있었다( $\chi^2_{(2)}=59.266, p<.001$ ). 일반여성 95.1%, 가정폭력 피해여성 45.2%가 화지를 2/3 이상 잘 활용하였다. 화지 면적의 1/2이하로 화지를 잘 활용 하지 못한 일반여성은 없는 반면 가정폭력 피해여성 38.7%가 화지를 잘 활용 하지 못해서 두 집단 간 화지 활용 반응특성의 차이가 크다는 것을 알 수 있다.

일반여성은 [그림 III-13]에서 화지를 잘 활용하여 곡식이 자라는 밭과 마을 풍경, 꽃이 핀 길을 손잡고 걸어가고 있는 두 연인을 그려서 내용이 풍부하고 사실적인 느낌이 든다. 가정폭력 피해여성은 [그림 III-14]에서 화지 왼쪽으로 치우쳐 그리고, ‘초저녁 숲 속의 길이며, 어둡고 꼬불꼬불 하여 끝이 보이지 않아서 혼자 걸어가

기가 무섭다'고 표현하여 비현실적이며 위축과 혼란스러움이 느껴지는데 가정폭력으로 외롭고 힘든 자신의 삶을 투사했다고 여겨진다.



[그림 III-13] 화지를 잘 활용한 길 그림



[그림 III-14] 화지를 활용하지 못한 길 그림

### 3) 색채 사용 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 색채 사용 반응특성은 서로 유의미한 차이가 있었다( $\chi^2_{(2)}=87.409, p<.001$ ). 일반여성 95.9%, 가정폭력 피해여성 25.8%가 5색 이상의 색채를 활용했다. 일반여성은 1~2색만 사용한 경우는 전혀 없는 반면 가정폭력 피해여성 45.2%가 1~2색만 사용해서 두 집단 간 색채 사용 반응특성의 차이가 크다는 것을 알 수 있다.

일반여성은 [그림 III-15]에서 다양한 색을 사용하여 벚꽃이 핀 공원에 가족과 함께 나들이 하는 모습을 밝고 화사하게 표현하였다. 가정폭력 피해여성은 [그림 III-16]에 화지를 세로로 세워서 파랑색 한 가지로만 길을 표현하였다. 가정폭력 피해로 억압된 감정이 짙은 파랑으로 투사적 은유가 일어났음을 알 수 있다.



[그림 III-15] 다양한 색의 길 그림



[그림 III-16] 한 가지색의 길 그림

#### 4) 필압 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 필압 반응특성은 서로 유의미한 차이가 있었다( $\chi^2_{(2)}=45.032, p<.001$ ). 일반여성 63.4%, 가정폭력 피해여성 22.6%가 필압이 높았고, 일반여성 1.6%, 가정폭력 피해여성 38.7%가 필압이 낮아서 두 집단 간 색채 사용 반응특성의 차이가 크다는 것을 알 수 있다.

일반여성은 [그림 III-17]에서 다양한 색과 높은 필압으로 길과 주위풍경을 표현하여 길 그림의 내용이 풍부하고 에너지와 활력이 느껴진다. 가정폭력 피해여성은 [그림 III-18]에서 녹색으로 희미하게 숲속으로 나있는 길을 그렸는데, 필압이 너무 낮고 경계선이 분명하지 않아서 활력이 부족하고 우울한 느낌이 든다.



[그림 III-17] 필압이 높은 길 그림



[그림 III-18] 필압이 낮은 길 그림

#### 5) 계절 표현 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 계절 표현 반응특성은 서로 유의미한 차이가 있었다( $\chi^2_{(3)}=13.823, p<.01$ ). 일반여성은 길 그림에서 표현된 계절이 봄(50.4%), 여름(29.3%), 가을(18.7%), 겨울(1.6%) 순이었고, 가정폭력 피해여성은 여름과 가을이 각각 35.5%, 그 다음 봄(19.4%), 겨울(9.7%) 순으로 표현하였다. 한편 가정폭력 피해여성은 일반여성에 비해 계절과 어울리지 않는 표현을 하는 경우가 있었다.

일반여성은 [그림 III-19]에서 억새와 들꽃들이 어울려 아름다운 가을의 오솔길을

표현하였는데 길 그림의 내용과 계절 표현이 조화로웠다. 가정폭력 피해여성은 [그림 III-20]에서 봄철이라고 하면서 잎이 없이 가지만 앙상한 가로수를 표현하여 계절과 그림의 내용이 조화롭지 못했다.



[그림 III-19] 계절 표현이 조화로운 길 그림



[그림 III-20] 계절 표현이 조화롭지 못한 길 그림

#### 다. 길의 상태

[가설 III. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 길의 상태 관련 반응특성은 차이가 있을 것이다]를 검증하기 위하여, 길 그림의 길의 상태 요소인 길의 구성, 길의 방향, 길의 모양, 길의 폭, 길의 경사 등 5개 요소의 반응특성 차이를 분석한 결과는 <표 III-5>와 같다.

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길의 상태 요소 관련인 길의 구성, 길의 방향, 길의 폭, 길의 경사 등 4개 요소의 반응특성은  $p<.001$ 의 범위 수준에서, 길의 모양은  $p<.01$ 의 범위 수준에서 유의미한 차이가 있었다. 다음은 길의 상태와 관련된 요소별 차이 검증 결과를 일반여성과 가정폭력 피해여성의 길 그림 중에서 길의 상태 반응특성이 잘 드러난 그림과 참여자의 길 그림 소개를 함께 제시하여 서로 비교할 수 있도록 하였다.

<표 III-5> 길 그림의 길의 상태 반응특성 차이

단위: 명(%)

구분	일반여성 (N=123)	가정폭력 피해여성 (N=31)	전체 (N=154)	$\chi^2$	
길의 구성	잘 됨	115(93.5)	10(32.3)	125(81.2)	67.971***
	보통	8(6.5)	11(35.4)	19(12.3)	
	안 됨	0(0.0)	10(32.3)	10(6.5)	
길의 방향	왼쪽에서 오른쪽	45(36.6)	12(38.7)	57(37.0)	22.613***
	오른쪽에서 왼쪽	13(10.5)	4(12.9)	17(11.1)	
	아래에서 위쪽	61(49.6)	10(32.3)	71(46.1)	
	위에서 아래쪽	4(3.3)	0(0.0)	4(2.6)	
	혼란	0(0.0)	5(16.1)	5(3.2)	
길의 모양	곧음	84(68.3)	17(54.8)	101(65.6)	14.540**
	1-2회 굽음	32(26.0)	6(19.4)	38(24.7)	
	3회 이상 굽음	7(5.7)	6(19.4)	13(8.4)	
	혼란	0(0.0)	2(6.4)	2(1.3)	
길의 폭	10Cm 이상(넓음)	79(64.2)	5(16.2)	84(54.6)	34.544***
	5Cm 이상(보통)	36(29.3)	13(41.9)	49(31.8)	
	5Cm 미만(좁음)	8(6.5)	13(41.9)	21(13.6)	
길의 경사	20도 미만(평탄)	77(62.6)	9(29.0)	86(55.8)	32.282***
	20-60도 미만(보통)	37(30.1)	7(22.6)	44(28.6)	
	60-90도(급함)	9(7.3)	15(48.4)	24(15.6)	

\*\* $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

### 1) 길의 구성 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길의 구성 반응특성은 서로 유의미한 차이가 있었다( $\chi^2_{(2)}=67.971, p < .001$ ). 일반여성 93.5%, 가정폭력 피해여성 32.3%가 길을 구성하는 다양한 요소들을 표현하여 길을 제대로 구성하였다. 일반여성은 길 구성이 안 된 경우가 없는 반면 가정폭력 피해여성은 32.3%가 길 구성이 안 되어서 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길의 구성 반응특성의 차이가 크다는 것을 알 수 있다.

일반여성은 [그림 III-21]에서 길, 가로수, 꽃 등 주위풍경과 부부가 자전거를 타는 모습 등 길 그림의 내용을 잘 알아볼 수 있게 사실적으로 표현하였다. 가정폭력 피해여성은 [그림 III-22]에서 검정색으로 화지를 가득 칠한 후 ‘아무 길도 보이지 않는다’라고 하며 길 구성을 포기하였다. 가정폭력 피해로 극심한 불안감, 미래에 대한 불확실성 또는 고도의 방어 자세라고 볼 수 있다.



[그림 III-21] 길 구성이 잘 된 길 그림



[그림 III-22] 길 구성 포기 그림

## 2) 길의 방향 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길의 방향 반응특성은 서로 유의미한 차이가 있었다( $\chi^2_{(4)}=22.613, p<.001$ ). 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림은 길의 방향이 ‘왼쪽에서 오른쪽으로’, ‘아래에 위쪽으로’, ‘오른쪽에서 왼쪽으로’ ‘위에서 아래쪽으로’는 거의 차이가 없었다. 그러나 일반여성은 길의 방향을 혼란스럽게 표현한 경우가 전혀 없는 반면 가정폭력 피해여성은 16.1%가 길의 방향을 혼란스럽게 표현하였다.

다음은 일반여성들이 그린 길 그림 중에서 길의 방향이 잘 드러난 그림들의 예이다. [그림 III-23]은 ‘오른쪽에서 왼쪽으로’ 그려진 길로 수동적이고 내성적이며 과거에 대한 집착 또는 과거로 회귀하고 싶은 소망과 관련이 있을 수 있다. [그림 III-24]는 ‘왼쪽에서 오른쪽으로’ 그려진 길로 능동적이고 외향적이며, 현재에서 미래로 향하는 힘이 내재되어 있다. [그림 III-25]는 ‘아래에서 위로’ 그려져 무의식에서 의식으로 향하는 방향인 반면 [그림 III-26]는 ‘위에서 아래’로 그려져 의식에서 무의식의 방향으로 향하는 투사적 은유라고 볼 수 있다.

가정폭력 피해여성이 그린 [그림 III-27]은 혼란스러운 길 그림의 예이다. 보라색

색연필로 낙서하듯이 길 그림을 그리고, ‘혼돈스러운 길’이라고 제목을 붙인 후, ‘현재 나의 삶은 그림과 같이 뒤엉킨 실타래와 같다’고 소개하였다. 여기서 복잡하게 얽힌 혼란한 길은 가정폭력으로 인한 심리적인 혼란과 미래에 대한 불확실성들을 투사한 것일 수 있다. 그러나 ‘지금 자신은 길 가운데 동그라미 위치에 있어 혼란스럽지만 미래에는 오른쪽 위로 뻗은 길로 나아갈 수 있을 것’이라고 이야기를 하는 모습에서 힘든 현실에 대한 극복의 의지를 느낄 수 있었다.



[그림 III-23] 오른쪽에서 왼쪽 방향



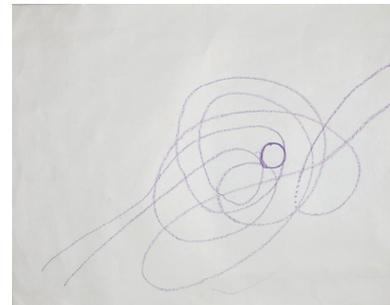
[그림 III-24] 왼쪽에서 오른쪽 방향



[그림 III-25] 아래에서 위 방향



[그림 III-26] 위에서 아래 방향



[그림 III-27] 방향이 혼란스러운 길

### 3) 길의 모양 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길의 모양 반응특성은 서로 유의미한 차이가 있었다( $\chi^2_{(3)}=14.540, p<.01$ ). 일반여성 68.3%, 가정폭력 피해여성 54.8%가 길을 곧게 그렸으며, 일반여성 5.7%, 가정폭력 피해여성 19.4%가 길 모양이 ‘3회 이상

굽음'을 표현하였다. 또한 길 모양이 '혼란'인 경우는 가정폭력 피해여성 6.4%만이 표현하였다. 따라서 가정폭력 피해여성은 일반여성에 비해 굽은 길과 혼란스러운 길을 더 많이 표현함을 알 수 있다.

일반여성은 [그림 III-28]에서 곧은 길을 표현하였는데 앞으로 쪽 뻗어 힘과 속도감이 느껴진다. 가정폭력 피해여성은 [그림 III-29]에서 왼쪽 위에서 오른쪽 위로 U자형 커브 길을 그리고, 하늘에 두 개의 구름, 길 하단에 한 대의 빨강 자동차, 네 포기 of 풀과 한 그루의 보라색 나무를 그렸다. '12살짜리 여자아이가 어딘지 모르는 길을 무한정 걷고 있다, 주위의 풍경을 바라보면서 평온한 기분을 느끼고 있다, 험난한 길이 언제쯤 끝날까 생각하면서 걷고 있다'고 표현하였다. 이 여성은 12살 때의 심리적 외상에 고착되어 있으며, '평온한 기분이다', '험난한 길이 언제쯤 끝날까' 등 서로 상반되는 표현을 하고 있어 비현실적이며, 삶의 힘듦과 심리적 혼란을 투사했다고 여겨진다.



[그림 III-28] 곧은 길 그림



[그림 III-29] 굽은 길 그림

#### 4) 길의 폭 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길의 폭 반응특성은 서로 유의미한 차이가 있었다( $\chi^2_{(2)}=34.544, p<.001$ ). 일반여성 64.2%, 가정폭력 피해여성 16.1%가 길의 폭을 넓게 그렸고, 일반여성 6.5%, 가정폭력 피해여성 41.9%가 폭이 좁은 길을 표현해서 두 집단 간 길의 폭 반응특성의 차이가 크다는 것을 알 수 있다.

일반여성은 [그림 III-30]에서 폭이 넓은 길을 표현하여 자신감이 있고 에너지가

느껴지지만, 가정폭력 피해여성은 [그림 III-31]에서 ‘힘든 고비를 넘기고 무난한 길을 걷고 있다’라고 하면서 2cm 정도의 폭이 좁은 길을 표현하여 부족한 에너지와 위축감이 느껴진다.



[그림 III-30] 폭이 넓은 길 그림



[그림 III-31] 폭이 좁은 길 그림

#### 5) 길의 경사 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성의 길의 경사 반응특성은 서로 유의미한 차이가 있었다( $\chi^2_{(2)}=32.282, p<.001$ ). 일반여성 62.6%, 가정폭력 피해여성 29.0%가 경사가 없는 평탄한 길을 그렸고, 일반여성 7.3%, 가정폭력 피해여성 48.4%가 경사가 급한 길을 표현해서 두 집단 간 길의 경사 반응특성의 차이가 크다는 것을 알 수 있다.

일반여성은 [그림 III-32]에서 경사가 없는 평탄한 길을 그리고 ‘딸과 함께 행복하게 걷고 있는 모습’이라고 표현하였다. 가정폭력 피해여성은 [그림 III-33]에서 경사가 급한 길을 그리고 ‘어린 시절 어느 꽃이 핀 봄날, 자갈들이 많이 흩어진 꼬부랑길, 자신에게 등을 돌려서 떠나는 4명의 친구들, 빨강 자동차, 나무 한 그루, 아래쪽에 외롭게 서있는 자신의 모습’이라고 표현하였다. 가정폭력 피해여성은 길의 느낌을 ‘답답하다’, ‘가야할 길인데 마음이 아직 안정되지 못했다’, ‘희망이 없다’, ‘자동차와 자신이 길을 벗어나 있는 것은 가는 길이 너무 힘들어서 잠시 쉬고 싶기 때문’이라고 말하였다.



[그림 III-32] 경사가 없는 길 그림



[그림 III-33] 경사가 급한 길 그림

### 라. 구성 요소

[가설 IV. 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 구성 요소 관련 반응특성은 차이가 있을 것이다]를 검증하기 위하여, 길 그림의 구성 요소인 방해물, 교차로, 도로표지판, 교량, 자신 표현 등 5개 요소의 반응특성 차이를 분석한 결과는 <표 III-6>과 같다.

<표 III-6> 길 그림의 구성 요소 반응특성 차이

단위: 명(%)

구분		일반여성 (N=123)	가정폭력 피해여성 (N=31)	전체 (N=154)	$\chi^2$
방해물	없음	104(84.6)	19(61.3)	123(79.9)	8.334**
	있음	19(15.4)	12(38.7)	31(20.1)	
교차로	없음	90(73.2)	20(64.5)	110(71.4)	.909
	있음	33(26.8)	11(35.5)	44(28.6)	
도로표지판	없음	113(91.9)	25(80.6)	138(89.6)	3.351
	있음	10(8.1)	6(19.4)	16(10.4)	
교량	없음	117(95.1)	29(93.5)	146(94.8)	.124
	있음	6(4.9)	2(6.5)	8(5.2)	
자신 표현	없음	56(45.5)	23(74.2)	79(51.3)	8.143**
	있음	67(54.5)	8(25.8)	75(48.7)	

\*\* $p < .01$

일반여성과 가정폭력 피해여성의 길 그림의 구성 요소와 관련하여 방해물, 자신 표현 2개의 요소만이  $p<.01$ 의 범위 수준에서 유의미한 차이가 있었고, 교차로, 도로표지판, 교량 등 3개의 요소는 유의미한 차이가 없었다. 다음은 길의 구성 요소와 관련된 요소별 차이 검증 결과를 일반여성과 가정폭력 피해여성의 길 그림 중에서 구성 요소 반응특성이 잘 드러난 그림과 참여자의 길 그림 소개를 함께 제시하여 서로 비교할 수 있도록 하였다.

#### 1) 길의 방해물 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길의 방해물 반응특성은 서로 유의미한 차이가 있었다( $\chi^2_{(1)}=8.334, p<.01$ ). 일반여성은 15.4%, 가정폭력 피해여성은 38.7%가 길 그림에 방해물을 그렸다.

일반여성은 [그림 III-34]에서 제목을 ‘신비로움’이라 붙이고, ‘제주의 올레길이 험하게 느껴지지만 모래밭에 누워서 자연 풍경에 취해 있다’고 표현하였다. 가정폭력 피해여성은 [그림 III-35]에서 제목을 ‘오돌토돌 골목길’이라 붙이고, ‘표지판에 이 길에 들어가면 죽는다고 쓰여 있지만, 이 길을 가야 성공한다는 생각으로 죽음을 무릅쓰고 들어섰다’고 표현하였다. 두 그림에서 모두 방해물이 표현되었지만 내용은 다름을 알 수 있다. 일반여성은 길을 방해하는 바윗돌들을 그렸지만, 곧고 넓은 길에 주위풍경과 자신을 표현하여 보다 현실적이며 길 그림의 내용도 긍정적이다. 반면 가정폭력 피해여성은 세로 구조의 화지에 주위 풍경이 없는 굵은 길을 그렸고, 방해물의 은유인 수많은 자갈돌들과 바람을 상징하는 소용돌이를 표현하여 험난하고 비현실적인 느낌이 든다.



[그림 III-34] 방해물이 있는 길 그림 1



[그림 III-35] 방해물이 있는 길 그림 2

## 2) 교차로 반응특성 차이

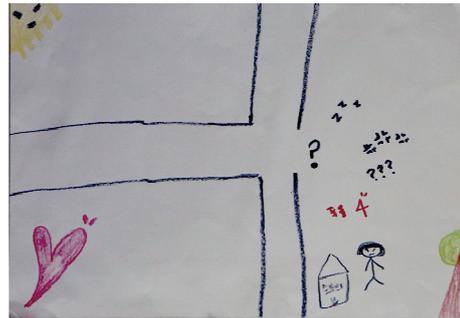
일반여성과 가정폭력 피해여성 간 교차로 반응특성은 서로 유의미한 차이가 없었다( $p>.05$ ). 일반여성 26.8%, 가정폭력 피해여성 35.5%가 ‘현재 중요한 변화와 선택을 상징’하는 교차로를 표현하였으나 유의미한 차이는 없었다.

다음은 가정폭력 피해여성들의 힘든 현실과 심리적 갈등, 미래에 대한 불확실성 등의 투사적 은유로 다양한 교차로가 표현된 길 그림 사례들을 제시해 보았다. [그림 III-36]은 갈래 길이 표현된 길 그림으로, ‘왼쪽 길은 어둡고 두려우며 불행하고 인생을 망치는 길이고, 오른쪽 길은 희망의 길이다. 힘든 생활을 겪어보니까 이젠 아니다 싶어서 희망의 길로 선택하고 싶다’고 표현되었다. [그림 III-37]은 T자로가 표현된 길 그림으로, 검정색으로 세 갈래 길을 그리고 노랑으로 화가 난 해님과 빨강색 하트가 표현되었다. 화지의 오른쪽에 죽음의 집과 뼈대 사람, 여러 가지 기호가 그려졌고, ‘아무도 모르는 길’이라고 제목이 붙여졌다. ‘위쪽으로 난 길은 좋은 생각(공부 등), 왼쪽으로 난 길은 죽음의 길, 아래쪽으로 난 길은 나쁜 생각(범죄의 길, 방황의 길)의 길인데 어디로 가야할지 망설이고 있다’고 표현되었다. [그림 III-38]은 ‘나는 어디로 가야 하나요?’라는 제목의 십자로가 표현된 길 그림이다. 검정색의 십자로에 뼈대 사람이 두 명씩 그려졌고, 화지 위쪽에는 여러 개의 초록색 산, 아래쪽에는 두 개의 가로등이 그려졌다. ‘산으로 둘러싸인 답답하고 칙칙한 곳, 밤 12시경에 네 갈래 길에 서서 어디로 가야할지 방황하고 있다.

가로등이라도 있었으면 좋겠다'고 표현되었다. [그림 III-39]는 '여러 곳으로 난 갈래길들을 바라보면서 어디로 갈지 몰라 망설이고 있다'고 혼란스러운 마음이 표현된 길 그림으로 뼈대사람과 낮은 필압에서 우울과 무기력이 느껴진다. 특히 [그림 III-37], [그림 III-38], [그림 III-39]는 T자로, 십자로, 혼란스러운 길이 표현된 길 그림으로, 자신의 진로와 삶의 방향을 결정짓지 못하고 방향을 겪고 있는 가정폭력 피해여성들의 심리적 혼란이 투사되었다.



[그림 III-36] 갈래길이 표현된 길 그림



[그림 III-37] T자로가 표현된 길 그림



[그림 III-38] 십자로가 표현된 길 그림



[그림 III-39] 교차로가 혼란한 길 그림

### 3) 도로표지판 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 도로표지판 반응특성은 서로 유의미한 차이가 없었다( $p>.05$ ). 일반여성 8.1%, 가정폭력 피해여성 19.4%가 길 그림에 도로표지판을 표현하였다.

다음은 참여자의 현재 상황을 이해할 수 있는 중요한 단서가 되기도 하며 길

그림을 이해하는데 중요한 요소인 도로표지판을 표현한 사례로 [그림 III-40]과 [그림 III-41]에서 어디로 갈지 망설이거나 자신이 가야할 곳을 알려주는 방향 표지판이 표현되었다.



[그림 III-40] 도로표지판이 있는 길 그림 1



[그림 III-41] 도로표지판이 있는 길 그림 2

#### 4) 교량 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 교량 반응특성은 서로 유의미한 차이가 없었다( $p>.05$ ). 일반여성 4.9%, 가정폭력 피해여성 6.5%가 길 그림에 교량 표현을 하였다.

길 그림에서 교량은 어떤 장소에서 더 나은 장소로 가기 위한 수단 또는 교류하는 연결 고리로서, 문제해결, 장애물 극복 또는 정복할 수 있도록 돕는 역할의 투사적 은유이다. [그림 III-42]는 강을 건너기 위한 돌다리가 표현되었으며, [그림 III-43]은 철교위에서 번지점핑 하는 모습이 표현되었다.



[그림 III-42] 돌다리가 표현된 길 그림



[그림 III-43] 철교가 표현된 길 그림

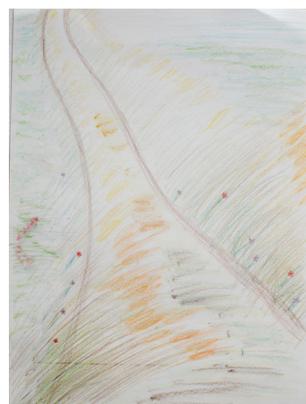
### 5) 자신 표현 반응특성 차이

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 자신 표현 반응특성은 서로 유의미한 차이가 있었다( $\chi^2_{(1)}=8.143, p<.01$ ). 일반여성 54.5%, 가정폭력 피해여성 25.8%가 길 그림에 자신을 표현하였다.

[그림 III-44]와 [그림 III-45]는 아래에서 위로 난 길을 비슷하게 표현하였지만, [그림 III-45]는 길 그림에 자신이 표현되지 않았다. 이는 [그림 III-44]에 비해 부정적인 자아상, 낮은 자존감 등의 투사적 은유일 수 있다.



[그림 III-44] 자신이 표현된 길 그림



[그림 III-45] 자신이 표현 안 된 길 그림

## 4. 논의

연구문제 1의 ‘일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 회화적 반응특성은 어떤 차이가 있는가’를 규명하기 위하여, 154명(일반여성 123명, 가정폭력 피해여성 31명)의 길 그림을 4개 영역과 그에 따른 20개 요소에 의거 반응특성의 차이를 검증한 결과에 대해 다음과 같이 논의 하였다.

먼저 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 초기 인상에 따른 전체분위기, 길의 느낌, 주위 풍경, 길의 원근, 길의 조화 등 5개 요소의 반응특성 모두 유의미한 차이가 있었다.

첫째, 가정폭력 피해여성의 길 그림은 일반여성에 비해 전체분위기가 어두웠고 길의 느낌도 험난하게 표현되었다. 우울집단이 비우울집단에 비해서 어두운 색을 더 많이 사용했다는 주리에(2004)의 연구와 분홍색, 회색, 검정색 등을 더 많이 사용했다는 정진숙과 김갑숙(2010)의 연구와 맥을 같이 하였다. 다만 정진숙 외(2010)의 연구에서 우울집단이 분홍색을 많이 사용한 것은 현재 상태는 정서적으로 불안정하고 우울하지만 그 가운데서도 안정을 찾고자하는 긍정적인 에너지의 색 정서를 나타낸다고 하였다. 따라서 어떤 한 가지 지표로서 그림을 그린 사람의 정서를 판단해서는 안 된다는 의미 있는 연구라고 여겨진다. 또한 강경숙(2010)의 선행연구인 ‘재소자의 길 그림에 나타난 반응특성 연구’에서 ‘삶이 힘들었음’이라고 응답한 재소자의 그림이 ‘행복했음’ 또는 ‘무난했음’에 비해 길이 어둡고 험난하게 표현된 것과 일치하였다. 가정폭력 피해여성의 무의식속에 잠재되어 있어 언어화하기 힘든 감정이 그림의 명도와 채도, 톤 등이 낮은 검정과 회색 등 어둡고 차가운 색채에 투사되었다고 여겨진다.

한편 Furth(2008)는 그림은 항상 느낌을 전달하며, 먼저 그림을 구체적으로 평가하기보다는 ‘행복하다’, ‘슬프다’, ‘절망적이다’, ‘무섭다’, ‘답답하다’ 와 같은 한마디의 말로 요약하는 것이 중요하다고 하고 있다. 또한 그림을 그린 참여자에게 느낌을 물어보는 것도 참여자의 그림의 본질을 더욱 완전하게 이해할 수 있는 길이라고 하고 있다. 연구자도 참여자들이 길 그림을 그린 후 자기 스스로 길 그림의

전체적인 분위기와 길의 느낌에 대해서 적어놓도록 하여 길 그림을 분석할 때 참고로 하였다. 더불어 길 그림의 반응특성 분석 기준에서 연구자의 의도로 ‘초기 인상’을 가장 먼저 제시하고 길의 ‘전체적인 분위기’와 ‘길의 느낌’을 먼저 분석하도록 하였다. 이 연구에서 길 그림의 전체분위기를 ‘밝다’, ‘어둡다’, 길의 느낌을 ‘평탄하다’, ‘험난하다’ 로 구분하여 평가하는 것은 매우 제한적이고 주관적이긴 하지만 가정폭력 피해여성의 무의식의 길을 답사하기 위한 준비 또는 시도라고 여겨진다.

둘째, 가정폭력 피해여성의 길 그림은 일반여성에 비해 길의 주위에 가로수, 건물, 동식물, 사람 등 길 이외의 주위 풍경이 잘 표현되지 않았다. 강경숙(2010)의 선행연구인 ‘재소자의 길 그림에 나타난 반응특성 연구’에서는 유의미한 차이가 없었으나 이 연구에서는 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 유의미한 차이가 있었다. 풍경이란 자신과 주변 사이에 성립해 온 관계의 세상이고, 그것은 단순한 물리적 공간이나 객관적 지지와는 다른 존재론적 의미를 지니고 있다(香月菜々子, 2012). 자신이 처한 현실이 힘들거나 심리적인 미해결 과제가 있는 경우 오직 자기 자신에게 고착되어 있어 주위풍경을 표현하지 않을 수 있다(강경숙, 2009). 가정폭력 피해여성은 가장 의미 있고 친밀한 배우자 또는 가정구성원에 의해 폭력을 당하여 가정 또는 가족의 관계를 회피하는 투사적 은유일 수 있고, 또는 무기력과 우울을 겪고 있어서 자기표현이 안 되는 경우일 수도 있다.

셋째, 가정폭력 피해여성의 길 그림은 일반여성에 비해 길을 멀게 느껴지는 원경으로 표현되었다. 이는 환경과 어울리지 못하거나 거부당한다고 여기는 경우일 수 있으며, 위축 또는 접근하고 싶지 않은 감정, 소외감 등과 관련 있을 수 있다(신민섭 외, 2003; 한국미술치료학회, 2000). 옥금자(2007)는 집-나무-사람 그림검사에서 멀리 보이는 집 그림은 타인에 대한 접근이 어려운 감정, 가족에게 위로 받을 수 없는 가정을 가진 사람에게서 흔히 보이는 형태이고, 가까이 보이는 집 그림은 가정에 따뜻한 감정을 지닌 사람에게서 흔히 보이는 그림 표현이라고 보고하고 있다. 따라서 가정폭력 피해여성은 일반여성에 비해 길 그림에서 자신의 힘든 인생 또는 만족스럽지 못한 삶에 대한 회피의 투사적 은유로 길을 원경으로 표현하는 경우가 많았다.

넷째, 가정폭력 피해여성의 길 그림은 일반여성에 비해 길이 조화롭지 않았다. 이는 우울집단이 비우울집단에 비해 전체 그림이 조화롭지 못하거나 부적절하게

표현되었다는 정진숙 외(2010)의 연구와 신민섭 외(2003)의 연구와 맥을 같이 한다. 부조화는 어울리지 않는 공간사용을 의미하기도 하는데, 참여자의 심리적 갈등 또는 질서에 대한 저항을 의미하기도 한다(옥금자, 2007). 이 연구의 길 그림에서 길이 조화롭지 않은 것은 가정폭력 피해로 삶의 균형과 평형을 유지하는 자기조절력 저하, 우울과 무기력, 정서적 혼란, 또는 컴퓨터의 불안정한 환경에서 오는 스트레스 등이 투사되었다고 여겨진다.

일반여성과 가정폭력 피해여성의 길 그림 간 체제 및 공간 요소와 관련하여 화지 구조, 화지 활용, 색채 사용, 필압, 계절 표현에서 화지 구조를 제외한 4개의 요소 모두 유의미한 차이가 있었다.

첫째, 가정폭력 피해여성은 일반여성에 비해 길 그림을 그릴 때 화지를 잘 활용하지 못하였다. 일반여성은 2/3이상 화지를 이용하여 그린 경우가 95.1%였고 1/2 미만을 사용한 경우는 없었다. 반면 가정폭력 피해여성은 2/3이상 사용하여 그린 경우는 45.2%, 1/2 미만을 사용한 경우는 38.7%였다. 최지은 외(2010)의 연구에서 우울하고 자기효능감이 낮은 집단이 25~50% 미만의 공간을 사용하는 경우가 많았고, 75~100% 이상 공간을 많이 사용한 경우는 우울하지 않고 자기효능감이 높은 집단이었다고 보고하고 있다. 이현주(2010)도 DAS(Draw-a-Story)에서 우울성향이 있는 아동은 공간사용이 1/4, 또는 1/2로 작았다고 하였다. 따라서 가정폭력 피해여성은 자기-자비가 낮고 우울이 높다고 보아 자신에 대한 부적절감 또는 자기효능감 부족, 낮은 에너지 수준, 지나친 억압 등으로 화지에 비해 그림을 작게 그린다고 할 수 있다.

둘째, 가정폭력 피해여성은 일반여성에 비해 길 그림을 그릴 때 한두 가지 특정한 색만 사용하거나, 사용하는 색채의 가짓수가 적었다. 색채 사용에 대한 정보는 피검자의 무의식에 내재된 정서, 기분, 자기지각, 개념, 감각 등 다양하고 심화된 내면세계의 통합적 이해를 가능하게 한다(김윤희, 2008). 이 연구에서도 일반여성인 경우 95.9%가 5색 이상의 다양한 색을 사용하여 길 그림을 그렸으나 가정폭력 피해여성은 5색 이상의 다양한 색을 사용한 경우는 25.8%이고, 2색 미만의 색을 사용한 경우가 45.2%였다. 최지은 외(2010)의 연구에서 우울하지 않은 집단이 우울한 집단에 비해 더 많은 색을 사용한다는 것과 일치한다. 또한 심리적 문제가

있는 사람은 대체로 색채 사용이 빈곤하며 색에 대한 편견이 있다고 한 주리아 외(2005)의 연구와도 일치한다. 주리아(2001)는 한두 가지색 등 제한적인 수의 색을 사용하는 사람인 경우 그들의 경험하는 정서는 아무런 느낌이 없거나 우울한 감정이며, 자신에 대해 비관적이거나 자기 비하의 경향이 있고, 회피를 경험할 수 있으며, 흥미의 범위나 현실 인식의 정도나 통찰력이 좁은 편이라고 하고 있다. 따라서 이 연구의 결과처럼 자기비관, 우울, 무기력, 회피 등의 정서적 특성을 가지고 있는 가정폭력 피해여성들은 그림을 그릴 때 한두 가지 색에 집착을 하거나 다양한 색을 쓰지 않을 수 있다.

셋째, 가정폭력 피해여성의 길 그림은 일반여성에 비해 필압이 낮았다. 연필이나 채색도구를 가지고 얼마나 힘을 주어 그림을 그렸는가를 나타내는 필압에서 일반여성은 1.6%만이 낮았는데 가정폭력 피해여성은 38.7%가 낮았다. 김혜정(2005)이 가정폭력으로 우울과 자아존중감이 낮은 집단원들의 동적 집-나무-사람(K-HTP) 검사에서 전체적으로 필압이 약하고 흐리게 나타났다고 보고하는 것과 일치함을 알 수 있다. 필압은 참여자의 에너지 수준, 긴장 정도, 공격성 및 충동성에 대한 정보를 제공해 줄 수 있다. 필압이 약할 경우 적응을 잘 못하고 부적절하게 대처하거나 자신이 없고 소심하거나 우울증 및 의지를 상실한 상태에 있음을 알 수 있다(강경숙, 2010; 김혜정, 2005; 신민섭 외, 2003; 옥금자, 2007). 이는 가정폭력 피해여성들의 무기력하고 우울한 심리적 특성을 시사해 주고 있다고 여겨진다.

일반여성과 가정폭력 피해여성의 길 그림 간 길의 상태 요소와 관련하여 길의 구성, 길의 방향, 길의 모양, 길의 폭, 길의 경사에서 모두 유의미한 차이가 있었다.

첫째, 가정폭력 피해여성은 일반여성에 비해 길의 구성 요소가 생략되었거나 구성이 잘 안 되었다. 길의 구성에 필요한 도로, 가로수, 건물, 사람 등 부속물, 계절, 주변 환경들이 전체적으로 조화롭게 그려져야 되는데, 두 개의 선으로만 길을 표현하는 구성포기와 구성 요소들을 구체적으로 표현하지 않는 경우들이 있었다. Riedel(2000)은 조화로운 형상화의 노력은 조정, 평형, 균형과 통일성에 영향을 주고 심리 내적 조화를 반영한다고 하였다. 신민섭 외(2013)의 연구에서 적절한 수준의 세부묘사가 생략되어 있다면 이는 사회적인 위축, 공허감, 에너지 수준의 저하와 같은 우울증적 특성을 시사할 수 있으며, 심할 경우 정신병적인

상태를 반영할 수도 있다고 하고 있다. 따라서 길 그림에서 길의 구성 요소가 생략되었거나 구성이 잘 안 된 것은 가정폭력 피해여성들이 그림에 대한 불안감이나 고도의 방어자세 또는 심리적인 억압이나 갈등, 위축과 무기력, 우울 등의 반영이라고 여겨진다.

둘째, 가정폭력 피해여성은 일반여성에 비해 길 그림을 그릴 때 혼란스러운 길을 많이 표현하였다. 가정폭력 피해여성과 일반여성은 길의 방향 표현에서 ‘왼쪽에서 오른쪽으로’, ‘아래에 위쪽으로’, ‘오른쪽에서 왼쪽으로’, ‘위에서 아래로’는 거의 차이가 없으나 가정폭력 피해여성 16.1%가 길의 방향을 혼란스럽게 표현하였다. 문화적 배경이나 신체적인 특징이 있을 경우를 제외하고, 일반적으로 대부분의 사람들은 ‘왼쪽에서 오른쪽’ 또는 ‘아래에서 위쪽’으로 향하는 길을 많이 그린다. 그러나 과거의 삶이 힘들었을 경우 길이 오른쪽에서 왼쪽으로, 즉 과거-퇴행의 영역으로 그려지는 경우를 종종 볼 수 있다(강경숙, 2009, 2010; 한국미술치료학회, 2000, 2001; Hammer, 1971; Hanes, 1997; Hays & Lyons, 1981; Jung, 1964; Riedel, 2000). 한편 ‘위에서 아래로’ 내려오는 길 그림은 Hanes(1997)와 강경숙(2009)의 연구에서도 밝힌 대로 드물었다. 그 이유는 구도에 의한 심리진단에서 아래의 방향은 무의식의 영역(한국미술치료학회, 2000, 2001; Riedel, 2000)으로 길 그림이 주로 개인의 무의식을 의식화시켜 주는 투사심리 과정을 반영하기 때문에 ‘위에서 아래로’보다 ‘아래에서 위로’가 많을 것이라고 여겨진다. 강경숙(2009)의 재소자를 대상으로 한 연구에서 길의 방향은 유의미한 차이가 없었으나, 이 연구 결과에서는 유의미한 차이가 나타났다. 가정폭력 피해여성들이 복잡하게 얽힌 혼란한 길을 더 많이 표현하는 것으로 보아서 가정폭력 피해로 인한 심리적 혼란, 현재 삶에 대한 우울과 무기력, 미래의 삶에 대한 방향 감각 상실 등이 재소자들에 비해 더 심하다고 여겨진다.

셋째, 가정폭력 피해여성은 일반여성에 비해 길 그림을 그릴 때 3회 이상 많이 굽거나 혼란스러운 길을 표현하였다. 즉 일반여성은 5.7%, 가정폭력 피해여성인 경우 25.9%가 3회 이상 굽거나 혼란스러운 길을 표현하였다. 굽은 길은 우유부단하거나 주위 환경에 쉽게 영향을 받고 있음을 암시하는데(Hanes, 1997), 가정폭력 피해여성들이 위축 또는 무기력으로 자기 결정을 제대로 하지 못하거나 실행에 옮기는 것을 주저하게 만드는 것에 대한 투사일 수 있다.

넷째, 가정폭력 피해여성들은 일반여성들에 비해 폭이 좁은 길을 더 많이 표현하였다. Hanes(1997)는 좁은 길은 자신의 미래에 관한 불확실함과 의심을 암시하며, 점차 좁아지는 길은 활력이 점점 감소되어 간다는 것을 의미한다고 하였다. Burns(1998)도 동적 집-나무-사람 그림검사(K-HTP)에서 나무의 줄기가 좁은 것은 관심의 폭이 좁고 인생에 대한 시각도 협소함을 보여주며, 줄기가 얇아질수록 생명은 가는 실에 매달려 있는 것과 같다고 하고 있다. Burns(1998)의 연구가 비록 나무의 줄기에 대한 투사적 의미이긴 하지만 ‘폭이 좁은 것’에 대해 뒷받침해 주는 연구이다. 이에 연구자는 가정폭력 피해여성들이 자신의 미래에 관한 불확실함, 무기력과 우울, 위축 등에 대한 무의식이 폭이 좁은 길에 투사되었다고 여겨진다.

다섯째, 길의 경사가 심한 표현은 해결해야 할 급박한 일이 있거나, 자신이 감당하기 어려운 일 등을 은유할 수 있고, 자신의 삶이 순탄치 못했거나 미래의 삶이 편안하지 않을 것이라는 염려가 반영될 수 있다(강경숙, 2009; Hanes, 1995, 1997, 2008). 가정폭력 피해여성들이 경사가 심한 길을 표현한 경우 자신의 삶이 순탄하지 못하다고 여기거나 자신이 해결하기 어려운 과제가 있다는 투사적 은유일 수 있다. 또는 자신의 처한 현실이 긴박함을 알리고 도움을 요청하는 신호일 수도 있어 치료사들이 민감하게 알아차릴 수 있다면 가정폭력 피해여성들에게 도움을 줄 수 있는 절호의 기회가 될 수도 있다.

일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림은 구성 요소와 관련한 길의 방해물, 교차로, 도로표지판, 교량 표현, 자신 표현 요소에서 방해물과 자신 표현 2개 요소에서 유의미한 차이가 있었다.

첫째, 가정폭력 피해여성은 일반여성에 비해 길 그림에서 방해물을 많이 표현하였다. 강경숙(2009)의 선행연구에서 ‘재소자들의 삶에 대한 평가’와 ‘길 그림의 방해물 표현’ 간에 서로 유의미한 차이가 없었으나, 이 연구에서 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림은 유의미한 차이가 있었다. 신민섭 외(2003)의 연구에서 나무나 벽과 같은 사물이 인물상들의 사이를 가로막고 있는 경우 방어, 경계, 정서적 교류의 단절이라고 하고 있다. 그 외의 연구에서도 방해물은 삶의 과정에서 장애 또는 어려움, 의사소통의 방해 등을 상징하며, 사람, 돌, 나무, 벽, 자동차, 의자, 문 등 다양한 형태로 표현된다(강경숙, 2010; 한국미술치료학회, 2000; Furth,

2008; Hanes, 1997)고 보고되고 있다. 따라서 가정폭력 피해여성들이 순탄하지 못한 자신의 삶, 삶의 장애, 스스로 해결하기 어려운 문제, 가정폭력에 대한 공포와 스트레스 등의 투사적 은유인 방해물로 표현하였다고 여겨진다. 한편 제주에서 미술치료를 하면서 참여자들이 돌담이나 자갈돌을 그리는 경우가 종종 있었는데, 돌과 돌담이 많은 제주의 척박한 자연환경에서 살아온 제주인의 집단무의식의 표현을 간과해서는 안 된다.

둘째, 가정폭력 피해여성은 일반여성의 45.5%에 비해 길 그림에서 자신을 표현하지 않은 경우가 74.2%로 많았다. 신민섭 외(2003)의 연구에서 자신을 생략하고 있는 것은 부정적 자아상, 낮은 자존감 및 우울한 면을 드러낸다고 하고 있다. 이에 길 그림에서 자아상의 생략은 자존감에 심한 손상을 입고 자신을 무가치하게 느끼거나 인지하며(Dutton, 1992), 삶의 의미를 상실하고 무력감을 가지고 자기를 비난하는 부정적인 믿음을 갖게 된다(김혜정, 2005)는 가정폭력 피해여성들의 정서와 깊은 연관이 있다고 본다. 그러나 그림을 그리는 것에 자신이 없거나 어려워하는 참여자인 경우에 자신을 표현하지 않는 경우도 있어서 대화를 통해서 알아보거나, 아니면 ‘길을 가는 사람을 표현해 주세요’라고 구체적으로 지시를 하는 것도 한 가지 방법이라고 본다.

마지막으로 연구 1에서 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 차이에서 유의미한 차이는 없었지만 화지구조, 교차로, 도로표지판, 교량 등의 반응특성도 살펴보면 의미가 있을 것 같아 다음에서 논의해 보았다.

첫째, 길 그림의 화지구조는 154명 중 64.9%인 100명이 수평구조를 선호하였다. 수평구조는 안정감과 편안한 느낌을 주기 때문에 길 그림 관련 선행연구(강경숙, 2009)와 그 외의 연구(문지숙, 최외선, 이경순, 2004; Hanes, 1997)에서도 대다수의 사람들이 수평구조를 선호함을 알 수 있었다. 세로구조를 선택하는 경우 긴장감이나 적극성, 또는 긴박한 상황을 알리는 것과 긴장 및 불안과도 관련이 있을 수 있다. 따라서 에너지 수준이 저하된 우울과는 크게 관련이 없는 반응특성으로 참여자 대부분이 가로 구조를 선택하여 그렸기 때문에 유의미한 차이가 없을 것이라고 여겨진다.

둘째, 길 그림에서 교차로 표현은 일반여성 26.8%, 가정폭력 피해여성 35.5%로 유의미한 차이가 없었다. 그러나 강경숙(2009)의 ‘재소자의 길 그림에 나타난 반

응특성 연구’에서는 ‘중대한 선택 순간의 유무’에 따라서 교차로 표현에서 유의미한 차이가 있었다. 이는 재소자들에 비해 가정폭력 피해여성들이 ‘자기 삶에서 중대한 선택마저도 하기 어려운 무기력하고 우울한 상태’에 대한 투사적 은유일 수 있다고 여겨진다. 한편 교차로의 표현은 선택과 관련이 있으며, Cooper(1978)의 연구에서는 ‘변화가 일어날 수 있는 중심’이라고 하였다. 참여자가 교차로(갈래길, T자로, 십자로, 혼란 등)를 표현하고, 지금 현재 중요한 결정이나 선택을 해야 하거나 삶에서 길을 잃어 혼란스러움을 호소할 때 치료사들은 그 길 그림을 매개로하여 보다 나은 길을 선택할 수 있도록 도와 줄 수 있을 것이다.

셋째, 길 그림에서 도로표지판의 표현은 가정폭력 피해여성과 일반여성 간 유의미한 차이가 없었으며, 전체 10.4%만이 표현되었다. Furth(2008)는 도로표지판의 은유는 피검자의 현재 상황을 이해할 수 있는 어떤 단서에 대한 신호일 수 있다고 하였다. Hanes(1997)의 연구에서도 길 그림에 다양한 도로표지판이 등장하고 그 은유와 상징성을 해석하고 있었다. 강경숙(2009)의 연구에서도 밝혔지만 도로표지판을 잘 표현하지 않는 것은, 논리적이고 분석적인 서양인에 비해 우리의 정서가 감성적이며 통합적인 사고 경향 등 문화적인 특징 때문이 아닐까라는 추측을 갖게 하나 앞으로 더 연구해야 할 부분이다.

넷째, 길 그림에서 교량의 표현은 일반여성 4.9%, 가정폭력 피해여성 6.5%로 유의미한 차이가 없었다. 교량은 장애물을 건널 수 있도록 해주는 것으로, 어떤 장소에서 더 나은 장소로 가기 위한 수단, 또는 강을 건너는 것이 근본적인 태도 변화를 상징하는 이미지라고 하였다(허소임, 2006; Jung, 1964). 또는 인간, 사회, 그리고 개인 사이를 교류하는 연결 고리로서 문제해결, 장애물 극복 또는 정복할 수 있도록 돕는 역할의 상징적 의미를 가진다(Hays & Lyons, 1981)라고 하였다. 가정폭력 피해여성들은 무기력과 우울이 높아서, 당면한 문제를 해결하고 장애물 극복을 은유하는 교량 표현을 하지 않을 수 있다고 여겨지나 후속연구에서 더 연구해 볼 필요가 있다.

이상의 논의를 바탕으로 가정폭력 피해여성들의 길 그림 특징을 요약해 보면 첫째, 초기 인상 요인에서 전체 분위기가 어둡고, 길의 느낌이 험난하며, 주위 풍경이 잘 표현되지 않았고, 길이 보다 멀게 표현되었으며, 길의 구성 요소 간 조화롭지 못했다. 둘째, 체제와 공간 요인에서 화지면적이 잘 활용되지 못하여 위축되어 보

였으며 그림의 내용이 보다 빈약하였다. 색채는 한 두 색채만이 주로 사용되었으며, 필압이 낮아 희미하게 표현되었고, 계절에 따른 그림이 조화롭지 못했다. 셋째, 길의 상태 요소에서 길의 구성이 잘 이루어지지 않았고, 길의 방향도 긴장감을 주는 ‘아래쪽에서 위쪽으로’ 또는 혼란스럽게 표현되었다. 길의 모양이 많이 굽고, 길의 폭이 좁았으며 경사가 표현되었다. 마지막으로 길의 구성 요소에서는 삶의 어려움을 상징하는 방해물이 표현되었으며, 자신이 잘 표현되지 않았다. 이에 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림에 나타난 회화적 반응특성은 유의미하게 다르며, 길 그림의 회화적 반응특성을 통하여 가정폭력 피해여성의 심리적 특성을 분석하고 진단하는 투사적 그림검사 도구로 활용 가능하다고 본다.

## IV. 연구 2

2015년 4월부터 7월까지 가정폭력 피해여성 3명을 대상으로 길 그림 프로그램이 가정폭력 피해여성의 자기-자비와 우울에 미치는 효과와 프로그램 투입 사전·사후 길 그림의 회화적 반응특성에서 어떠한 변화 양상을 보이는지 규명하고자 하였다.

### 1. 연구 문제 및 가설

연구 문제 2. 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램이 가정폭력 피해여성의 자기-자비와 우울에 미치는 효과는 어떠한가?

가설 1. 길 그림 프로그램은 가정폭력 피해여성의 자기-자비 향상에 효과가 있을 것이다.

가설 2. 길 그림 프로그램은 가정폭력 피해여성의 우울 감소에 효과가 있을 것이다.

연구 문제 3. 가정폭력 피해여성은 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램에 참여한 후 길 그림의 회화적 반응특성에서 어떠한 변화 양상을 보이는가?

### 2. 연구 방법

#### 가. 연구 대상

여성의 컴퓨터에 입소해 있으며 프로그램에 참여 의사가 있는 가정폭력 피해여성 10명을 대상으로, 3일 간격을 두고 2회에 걸쳐 자기-자비 및 우울 검사를 실시하여, 자기-자비가 낮고 우울이 20점 이상 '심한 우울' 수준인 3명을 최종 선정하였다. <표 IV-1>과 같이 최종 선정된 연구 대상에게 연구목적과 진행과정을 설명한 후 동의를 얻어 진행하였다. 연구 대상의 개인정보 보호를 위하여 A, B, C로 호칭하였으며, 연구 대상의 개인 정보는 <표 IV-2>로, 가족 배경은 가계도와 가족 관계로 제시되었다.

<표 IV-1> 연구 대상 선정을 위한 사전 자기-자비 및 우울 검사 결과

대상 점수(평균)	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
	자기-자비	16.0	26.0	17.0	12.5	30.0	30.0	27.5	32.0	29.0
우울	25.0	22.3	22.0	15.5	18.0	7.0	6.0	14.0	13.0	3.0

1) 연구 대상의 개인 정보

선정된 연구 대상 3명에 대한 개인정보는 <표 IV-2>와 같다.

<표 IV-2> 연구 대상의 개인 정보

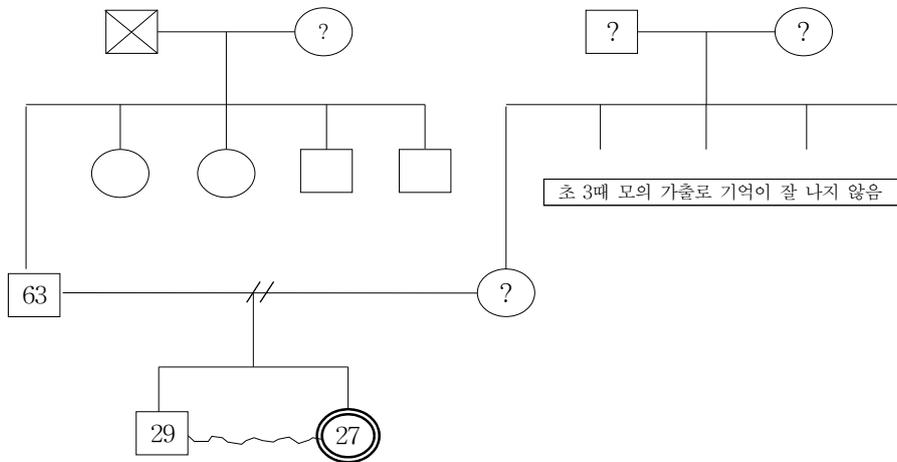
대상	연령	척도검사 결과		학력	직업	결혼	자녀	가정폭력 피해 내용	비고
		자기 자비	우울						
A	27	16.0	25.0	고졸	무	미혼	무	초등학교 때 모의 가출과 오빠의 가정폭력으로 14세 때 가출하여 현재까지 쉼터를 전전하며 지내음	·분노조절장애 ·초고도 비만 ·우울지수 25점으로 심한 우울임 ·자기-자비 16점(32%)으로 매우 낮음
B	39	26.0	22.3	중종퇴	유	기혼	1녀	전남편 및 재혼한 현 남편에게 가정폭력을 당함. 현남편과의 사이에서 얻은 딸과 함께 쉼터에서 지내며 이혼 소송 중임	·우울지수 22점으로 심한 우울임 ·자기-자비 26점(52%)으로 낮음
C	47	17.0	22.0	전문대졸	유	기혼	1남	남편에 의한 가정폭력 피해로 이혼하여 쉼터에서 지내다 정부의 주거 지원 수혜를 받고 있음	·우울지수 22점으로 심한 우울임 ·자기-자비 17점(34%)으로 매우 낮음

2) 연구대상의 가족 배경



[그림 IV-1] 가계도의 주요 기호의 의미

가) A의 가계도 및 가족관계



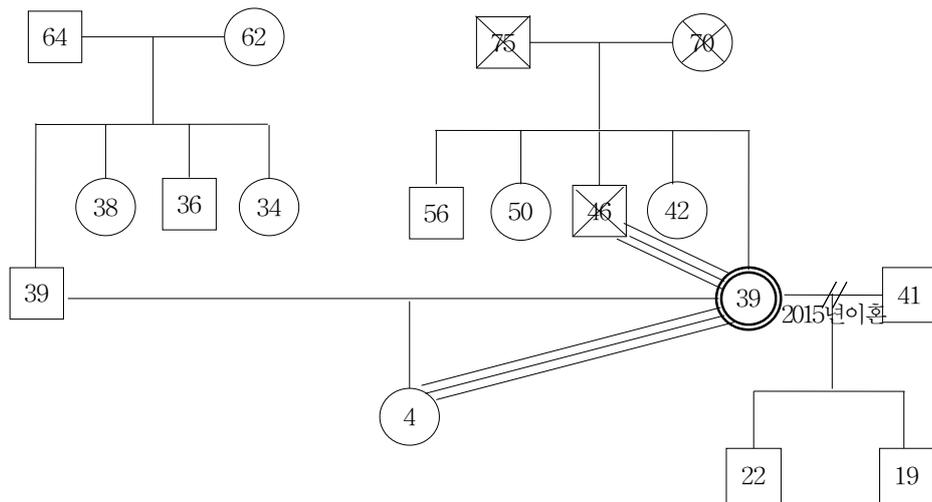
[그림 IV-2] A의 가계도

참여자 A는 서울 태생인 27세 미혼여성으로 일상생활에 지장을 줄 정도의 초고도 비만이다. 10세 때 모의 가출로 친척집 등을 오가며 지내기도 했으며, 모의 가출로 부터 시작된 오빠의 가정폭력을 견디지 못하여 14세 때 가출하였다. 타지역의 쉼터에 입소하여 지내다가 24세 때 제주시 소재 쉼터에서 생활하게 되었다. 중학교를 중퇴하였으나 독학으로 고졸학력을 취득하였다. 모와 자신의 가출로 인하여 친가와 외가의 가족 및 가족관계에 대한 정보가 부족하였다.

가족관계로 부(63)는 3남 2녀 중 장남이었으며, 5년 전 58세 때 간경화로 사망하였다. 부가 지병과 고독사로 사망한 후, A는 부에 대한 죄책감으로 늘 괴로워하였으며, 심지어 자해와 자살 시도까지 하였다. 모는 A가 10세 때 가출하였고, 그동안 연락이 없어서 모와 관련된 기억이 잘 나지 않는다고 하였다. 오빠(29)는

A보다 두 살 위로 운동선수였으며, 모의 가출과 어려운 가정형편이 원인이었는지 여동생인 A를 지속적으로 폭행하여 가출하게 하였다. 현재 서로 연락이 없이 지내고 있다.

나) B의 가계도 및 가족관계



[그림 IV-3] B의 가계도

참여자 B는 39세 여성으로 현재 공공기관의 식당에서 고용직으로 일하고 있다. 2남 3녀 중 막내딸로 태어났으며, 어릴 때 부의 가정폭력과 심한 폭언으로 모와 남의 집 창고 등에서 지내기도 했다. 중 1때 부모가 별거를 하게 되었고, 18세 때 부와 B가 좋아하며 따랐던 당시 24세로 미혼인 작은 오빠가 한 달 간격으로 사망하자 심리적으로 매우 힘들었다. 19세 때 우연히 알게 된 같은 동네 사람인 전 남편이 B를 따라다니며 졸라서 결혼을 했으나, 27세 때 시부모와 남편과의 갈등으로 심한 우울증을 앓다가 두 아들을 두고 이혼을 하였다. 36세 때 현남편과 다시 재혼을 해서 딸(4세)을 낳았지만 시어머니의 간섭과 남편의 가정폭력으로 2015년 4월에 딸을 데리고 쉼터에 입소하였으며 현재 이혼 소송중이다.

가족관계에서 부(75)는 알콜 중독이 심하여 한 달에 20일 정도는 술을 마시고 취한 상태였으며, 가정폭력과 심한 폭언 등을 하였다. 술을 마신 날은 온 가족이 두려움에 떨었는데, 모는 막내인 B를 데리고 남의 집 창고 등으로 도피하였다.

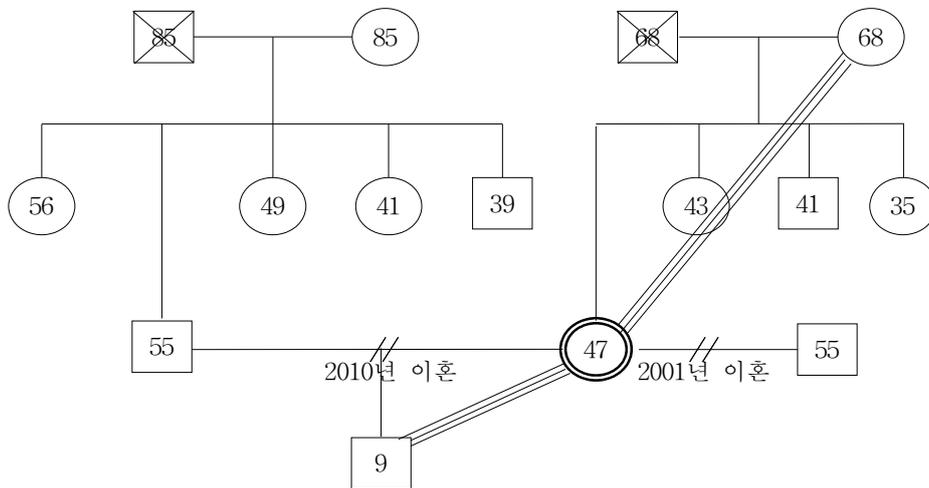
부는 B가 고 3(18세)때 사망하였다. 모(70)는 남편의 가정폭력과 가정에 대한 무책임으로 가장역할을 도맡아 하며 힘든 생활을 하였다. 모가 44세 경, 막내딸인 B가 중 1때 남편의 술주정과 가정폭력 때문에 별거를 하게 되었다. 남의 발일과 식당일 등을 하면서 생계유지를 하였고 자녀들을 키웠다. 가장 효자였던 작은 아들이 사고로 갑자기 사망하자 심리적으로 몹시 힘들어 하였다. 모는 9년 전 당시 61세 때 혈액암으로 사망하였다. 큰오빠(56)는 성질이 온순해서 결혼 후 집안일을 혼자 도맡아 했다. 아들이 돌이 되었을 무렵 아내가 바람이 나서 가출하자, 다시 장애인 아내와 재혼하였으나 또 다시 이혼하였으며 현재 혼자 살고 있다. B가 중 1때 휴학을 하고 조카를 돌보기도 했다. 큰 언니(50)는 부의 가정폭력과 어려운 가정형편으로 초등학교 3학년 때 서울에 아기를 돌보미로 간 후 연락이 끊겼다. 작은 오빠는 24세 경(미혼) 부 사망 후 1달 뒤에 교통사고로 사망하였다. B는 항해사였고 신앙심이 두터웠으며 효자였던 작은 오빠를 제일 좋아하고 따랐다. 작은 언니(42세)는 전남편과 아이 셋을 낳은 후 이혼하였으며, 다른 남자와 동거를 하다가 다시 헤어진 후 최근 타지역에서 결혼을 하였다. 현재 작은 언니는 B의 현남편과의 갈등으로 B와도 연락을 끊고 지내고 있다. 현남편(39세)은 35세 때 B와 재혼하여 딸을 낳았으나, 아내인 B에게 가정폭력을 하여 현재 이혼 소송 중이다. 딸(4세)은 현남편과 재혼 후 얻은 딸로 컴퓨터에 함께 입소해 있으며, B가 ‘자신이 살아가는 희망’이라고 할 정도로 서로 애착이 크다. 전남편(41세)은 20세 때 B와 결혼하여, 두 아들을 두었지만 가족의 갈등과 가정폭력 가해로 B와 이혼하였다. 큰아들(22세)과 작은 아들(19세)은 전남편과의 사이에 낳은 아들로 모인 B가 이혼하여 집을 나가면서 자신들을 버리고 간 것에 대한 원망이 크다.

#### 다) C의 가계도 및 가족관계

참여자 C(47)는 47세 여성으로 1남 3녀 중 맏이이며 전문대를 졸업하였고, 사회복지사 자격을 소지하고 보육교사로 근무하고 있다. 23세 때 전남편과 결혼을 하였으나 인공수정 등의 노력에도 불구하고 자녀가 없어, 결혼 10년 후 이혼을 하였다. 39세 때 다시 재혼을 하여 아들(9)을 낳았으나, 41세 때 남편의 알콜중독과 가정폭력으로 아들을 데리고 컴퓨터에 입소하여 지내면서 42세 때 이혼을 하였다.

현재 자신의 친모와 아들과 함께 정부의 주거지원으로 입소해 있다가 프로그램 진행 중간에 임대 주택으로 이사하였다. 아들이 편마비로 인하여 다리장애가 생기지 않을까 염려되어, 어릴 때부터 재활 치료 등에 적극 노력하고 있으며, 아들을 올바르게 키워보려고 신경을 쓰고 있다.

가족관계에서 부(68)는 48세에 사망하였고, 모(68)는 C가 5세 때 남편과의 갈등으로 별거에 들어갔으나, 7년 후 다시 합쳤다. 지금은 식당 등에서 일용직으로 근무하며 C와 함께 살고 있다. 전남편(55세)은 전처소생 아들(22세)을 두고 있으며, 47세 때 C를 만나 재혼하였고 C와의 사이에서 다시 아들을 두었다. 학력은 대졸이며 인부들을 데리고 수산업을 하였으나, 술을 먹으면 주폭이 심하여 임신 중인 C를 폭행하기도 하였으며 타인들에게까지 피해를 입히기도 하였다. 심지어 부의 상중에 일가친척들 앞에서 용돈을 제대로 안 준다며 문을 부수는 행패를 부리기도 하였다. 아들(9)은 초등학교 2학년이며 편마비로 인하여 다리가 좀 불편하다. 자립심이 강하지만, 요즘은 가끔 반항기가 있어 모와 갈등을 빚기도 한다. 전전남편(55세)은 31세 때 C와 결혼하였으나, 자녀가 없어 자책감에 시달리던 C의 요구로 결혼 후 10년 만에 이혼하였다.



[그림 IV-4] C의 가계도

## 나. 도구 및 절차

길 그림 프로그램이 가정폭력 피해여성의 자기-자비와 우울에 미치는 효과를 규명하고 프로그램 전·후 길 그림의 회화적 반응특성의 변화 양상을 알아보기 위한 실험설계, 도구 및 절차, 프로그램 구성 및 내용, 프로그램 진행 절차는 다음과 같다.

### 1) 실험 설계

이 연구는 단일대상연구(single subject research)중 대상자간 중다기초선 설계(multiple baseline across subject)를 사용하였다(Tawney & Gast, 1984). 이 설계 방법은 여러 명의 대상자들에게 공통적으로 효과적인 중재전략을 개발하고자 하는 교육현장의 현실을 고려하여 유사한 행동변화가 요구되는 다수의 연구대상자들에게 유효하고 그 중재효과를 입증할 수 있는 연구방법이다(이소현, 박은혜, 김영태, 2000). 이 연구에서 3명의 연구대상에게 길 그림 프로그램이 자기-자비와 우울에 대한 중재 효과를 입증하기 위해 자기-자비 척도와 우울 척도를 총 20회에 걸쳐 측정하였다. 단 8회기 길 그림 프로그램 실시 기간에는 매 회기 활동 전에 척도를 측정하여 프로그램 진행에 따른 영향을 배제하였다.

이 연구에서 대상자간 중다기초선설계를 사용한 것은 비교집단설계(Comparative Group Designs)는 처치의 전-후만을 비교함으로써 치료 효과를 잘못된 결론으로 유도할 수 있고, 참여자 변화에 대해 전반적이고 구체적인 정보를 줄 수 없다는 한계를 갖고 있지만 대상자간 중다기초선설계는 각 개인들의 표전문제를 반복측정하며 실제적으로 변화 추이, 효과 크기 등을 평가 할 수 있기 때문이다. 대상자간 중다기초선설계의 큰 장점은 실험통제를 입증하기 위해서 중재를 제거하거나 반전하지 않아도 된다는 것과 유사한 행동 변화의 필요성이 있는 다수의 대상자들에게 대해 중재 효과를 입증할 수 있다는 것이다.

### 2) 도구 및 절차

측정 도구, 프로그램 구성 및 내용, 프로그램 진행 절차는 다음과 같다.

가) 측정 도구

자기-자비 척도, 우울 척도, 참여자의 작품 및 작품 소개 자료가 측정 도구로 사용되었다. 단 8회기 길 그림 프로그램 투입 기간인 처치 단계에서는 매 회기 활동 전에 자기-자비와 우울을 측정하여 프로그램 진행에 따른 영향을 배제하였다. 측정도구에 대해 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

(1) 자기-자비 척도(Korean version of the Self-Compassion Scale: SCS)

자기-자비 척도는 Neff(2003b)가 개발하고 김경의 외(2008)가 번안하고 국내용으로 타당화한 척도(내적합치도 계수 .94)를 사용하였다. 이 척도는 고통이나 실패 상황에서 자신에 대한 온정적이고 수용적인 태도를 측정하기 위해 사용되는 자기 보고식 측정도구로서 자기-친절, 자기-비판, 보편적 인간성, 고립, 마음챙김, 과잉 동일시, 3개 주요성분 6요인 26문항 구성되었다. 자기-자비가 정서조절의 역할을 하는데 있어 가장 중요한 것이 자기에 대한 부적절함에도 자기를 비판하지 않고 돌보는 자기 친절이고 이러한 자기 친절이 정서적 안정감을 제공하며 자기의 정서를 있는 그대로 수용하도록 하는 역할을 하여, 빠른 시일 내에 치료성과를 가져올 수 있다는 김미선(2014)의 연구를 바탕으로 <표 IV-3>과 같이 자기 친절 요인 자기-친절과 자기-비판 요인 10문항을 발췌하여 척도로 사용되었다. 자기-자비 척도는 1점 ‘전혀 그렇지 않다’에서 5점 ‘매우 그렇다’까지 5점 Likert 척도이며, 10문항을 합산한 점수로 최저 10점에서 최고 50점까지의 점수 범위를 갖는다. 점수가 높을수록 자기-자비의 정도가 높음을 의미한다.

<표 IV-3> 자기-자비 척도의 문항 구성

하위 요인	문항 구성	문항수	Crobach's α
자기-친절	2, 5, 7, 9, 10	5	.854
자기-자비	1*, 3*, 4*, 6*, 8*	5	.872
전 체		10	.916

\* 역산문항

## (2) 우울척도(Beck Depression Inventory: BDI-II)

우울척도는 DSM-IV의 새로운 우울증 진단기준에 의거, 1996년 미국에서 Beck에 의해 개발되고 임선영 외(2011)가 국내용으로 타당화한 BDI-II(전체신뢰도 계수 .94) 단축형 척도를 사용하였다. BDI-II 단축형 척도는 슬픔(Sadness), 비관주의(Pessimism), 과거 실패(Past Failure), 유쾌함의 상실(Loss of Pleasure), 죄책감(Guilty Feelings), 처벌 감정(Punishment Feelings), 자기혐오(Self-Dislike), 자기비난(Self-Criticalness), 자살사고 혹은 소망(Suicidal Thoughts or Wishes), 울음(Crying)을 포함하고, 0~3점의 4점 Likert 척도이며, 10문항을 합산한 점수로 0~30점까지의 점수 범위를 갖는다. 점수의 의미는 0~7점은 '정상', 8~10점은 '가벼운 우울', 11~14점은 '중등도의 우울', 15~30점은 '심한 우울'로 보았다. 이 연구에서 단축형 우울척도의 Cronbach's  $\alpha$  는 .952로 나타났다.

## (3) 작품 및 소개 자료

길 그림, 회기별 작품, 참여자의 작품에 대한 소개 자료 및 반응과 태도를 통하여 참여자의 변화를 알아보았다.

### 나) 프로그램 구성 및 내용

가정폭력 피해여성의 자기-자비 향상 및 우울 해소를 위한 길 그림 프로그램은 총 8회기로 구성되었다. 길 그림 프로그램 구성은 가정폭력에 의한 위기 상황에서 여성의 쉼터에 입소한 가정폭력 피해여성의 자기-자비 향상 및 우울 해소를 쉼터 생활에 적응을 돕고, 삶의 의지를 재정립시켜 사회로의 복귀를 위한 단기 프로그램으로 구성되었다. 8회기의 단기 프로그램(사전 사후 검사 포함 10회기)으로 구성된 것은 최근 여성쉼터들이 입소자들에 대한 형평성 있는 지원과 제한적인 치료 시간을 고려하여 대부분 개인별 10회기 정도의 프로그램을 요구하기 때문에 그에 대한 현실성을 고려하였다.

8회기의 프로그램은 탐색단계-표출단계-변화단계로 구성되었다. 탐색단계에서는 길 그림 그리기를 통하여 자신의 삶 전 과정에 대한 인식과 통찰을 도왔다. 표출단계에서는 '과거의 나'를 주제로 '인생 그래프 그리기'와 '자유화'를 통하여 과거의

삶에서 억압되었던 감정을 표출 시켰고, 상처 받고 힘들었던 자기를 인식하고 수용하여 건강한 분리가 되도록 하였다. 그다음 ‘현재의 나’를 주제로 ‘감정파이 꾸미기’를 통해서 현재 자신의 감정과 욕구 등의 인식으로 자기 이해 및 자기 수용이 이루어지게 하였다. ‘웅덩이에 빠진 나’를 통해서 힘든 삶을 포기하지 않고 잘 지탱하고 있는 자신을 지지하고, 현실을 극복하기 위한 자신의 강점 및 주위의 도움을 인식하도록 하였다. 변화단계에서는 ‘미래의 나’를 주제로 ‘10년 후 내 모습’을 콜라주로 표현하도록 하여 자신의 욕구 인식과 미래의 삶에 대한 의지와 희망을 갖게 하였다. ‘나에게 주는 상장 꾸미기’를 통하여 자신의 강점을 인식시켜 자기 지원 및 삶의 동기를 부여하여 자기-자비를 향상시키고자 하였다. 마지막으로 8 회기에는 다시 길 그림을 그리게 하여 1회기에 그렸던 길 그림과의 비교에서 긍정적인 변화를 자각하게 하여, 삶의 주체로서 긍정적인 자아상을 확립할 수 있도록 하였다. 길 그림 프로그램에서 활용된 기법은 미술치료에서 활용하는 기법들 중에서 선택하여, 이 연구에 적합하게 재구성하여 활용하였으며, 프로그램의 구체적인 내용은 다음 <표 IV-4>와 같다.

#### 다) 프로그램 진행 절차

프로그램은 2015년 4월 7일부터 6월 23일까지, 주 2회 회기별 1시간 내외로 진행되었다. 처치단계는 총 20회 중 8회기로 단기 프로그램인 길 그림 프로그램이 투입되었다. 길 그림 프로그램의 회기별 진행 절차는 척도 검사를 시작으로 명상하기, 길 그림 바라보며 연상하기, 회기별 주제에 따른 작품 완성하기, 작품 소개, 소감 나누기로 진행되었다.

<표 IV-4> 길 그림 프로그램 내용

단계	회기	주제	활동 내용	기대 효과	주요 매체
탐색 단계	1	길 그림 그리기	<ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 길 명상</li> <li>◦ 길 그림 그리기</li> <li>◦ 길 그림 소개하기</li> <li>◦ 소감 나누기</li> </ul>	라포 형성, 자신의 인생 전반에 대한 인식 및 통찰	켄트지 8절, 채색도구
	2	인생 그래프 그리기	<ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 길 그림을 보면서 과거의 내 모습 떠올리기</li> <li>◦ 과거의 내 삶을 '인생 그래프'로 표현하기</li> <li>◦ 작품 소개하기</li> <li>◦ 소감 나누기</li> </ul>	과거의 삶에 대한 인식 및 통찰	켄트지 8절, 채색도구 등 다양한 미술 매체
	3	과거의 나 자유화 표현하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 인생그래프에서 가장 힘들었던 일 표현하기</li> <li>◦ 상처받은 자아와 만나기</li> <li>◦ 상처 받은 자아와 이별하기</li> <li>◦ 소감 나누기</li> </ul>	과거의 힘들었던 삶에 대한 감정 표출 및 수용	켄트지 8절, 채색도구 등 다양한 미술 매체
	4	현재의 나 감정파이 꾸미기	<ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 길 그림을 보면서 현재 자신의 모습 떠올리기</li> <li>◦ 현재의 내 감정을 감정파이로 표현하기</li> <li>◦ 소감 나누기</li> </ul>	현재 삶에 대한 인식, 감정 표출 및 수용	켄트지 8절, 색점토, 채색도구 등 다양한 미술 매체
	5	응덩이에 빠진 나 표현하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>◦ '응덩이에 빠진 나' 그리기</li> <li>◦ 응덩이에서 빠져나오기</li> <li>◦ 삶을 지탱하는 나의 강점 찾기</li> <li>◦ 소감 나누기</li> </ul>	현재 삶에 대한 태도 인식 및 자신의 강점 찾기	켄트지 8절, 채색도구 등 다양한 미술 매체
변화 단계	6	미래의 나 미래의 모습 콜라주로 표현하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 길 그림을 보면서 미래의 내 모습 떠올리기</li> <li>◦ '10년 후 미래의 나'를 콜라주로 표현하기</li> <li>◦ 작품 소개하기</li> <li>◦ 소감 나누기</li> </ul>	자신의 욕구 인식 및 미래의 삶에 대한 의지 확립	켄트지 전지, 채색도구, 잡지책, 풀, 가위 등
	7	나에게 주는 상장 꾸미기	<ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 자신이 자랑스러운 점(강점) 쓰기</li> <li>◦ 상장 꾸미기</li> <li>◦ 자신에게 상장 수여하기</li> <li>◦ 소감 나누기</li> </ul>	자아존중감 및 자기-자비 향상	색켄트지, 채색도구 등
	8	길 그림 그리기	<ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 길 명상</li> <li>◦ 길 그림 그리기</li> <li>◦ 길 그림의 변화 알아채기</li> <li>◦ 소감 나누기</li> </ul>	긍정적인 자 기상 확립 및 삶에 대한 의지 확립	켄트지 8절, 채색도구

## 다. 자료 처리 및 분석

길 그림의 투사적 은유 치료가 가정폭력 피해여성의 자기-자비와 우울에 미치는 효과를 규명하기 위한 자료 처리 및 분석으로 양적 분석과 질적 분석이 동시에 수행되었다. 박채연(2013)은 대학생의 진로스트레스와 우울 및 불안의 관계에서 자기-자비의 조절 및 매개효과 연구에서 조절효과를 검증하는데 실패한 것과 관련하여 모든 요소의 측정이 자기 보고식에 의존하였음을 지적하였다. Neff(2004)도 사람들이 자신에게 얼마나 자비로운지 스스로 충분히 자각하지 못할 수도 있다는 점을 들어서 자기보고식 이외의 대안이 필요함을 언급하였으며, 이상현과 성승연(2011)의 연구에서 한국에서도 자기-자비를 측정할 다차원적인 측정도구의 필요성을 제기하였다. 김미선(2010)도 각 척도의 측정방식이 자기보고식으로 되어 있어 개인이 반응할 때 사회적 바람직성과 같은 수감태도가 개입되었을 가능성과 회상에 의존한 반응으로 인해 왜곡될 가능성이 있다고 하였다.

이상의 연구에서 자기보고식 연구의 왜곡 가능성을 줄이기 위한 관찰법이나 면접법 등 다양한 조사 방법 및 다차원적인 측정도구의 필요성이 제기되었다. 따라서 연구자는 양적 도구로 자기-자비 척도, 우울 척도를 사용하였고, 질적 도구로 프로그램 사전·사후 길 그림의 변화 분석, 프로그램 회기별 활동 내용 분석을 실시하여 자기보고식 연구의 왜곡을 줄이고자 하였다.

### 1) 양적 분석

양적 분석으로는 참여자 3명에게 대상자간 중다기초선설계로 사전-처치-사후 순으로 총 20회에 걸쳐 참여자별 자기-자비 척도와 우울 척도로 측정된 자료를 분석하여 프로그램의 효과를 알아보았다. 측정시기별(기초선, 처치단계, 사후단계) 각 척도 점수의 평균을 산출 한 후 처치단계와 사후단계에서 기초선 대비 향상 점수와 향상율(%)을 확인 하였다.

### 2) 질적 분석

질적 분석으로는 사전·사후 길 그림의 변화 분석, 프로그램의 회기별 활동 내용을 분석하여 프로그램의 효과를 알아보았다.

#### 가) 길 그림의 변화 분석

길 그림의 변화 분석은 사전·사후 길 그림의 요소별 회화적 반응특성 변화, 사전·사후 참여자별 길 그림의 변화를 분석하여 프로그램의 효과를 알아보았다.

#### 나) 프로그램 회기별 활동 내용 분석

대상자간 중다기초선설계 중 처치단계에서 실시된 길 그림 프로그램의 회기별 활동 내용을 분석하여 프로그램의 효과를 알아보았다.

### 3. 연구 결과

길 그림 프로그램이 가정폭력 피해여성의 자기-자비와 우울에 미치는 효과는 어떠한지, 길 그림 프로그램에 참여한 후 길 그림의 회화적 반응특성은 어떠한 변화를 보이는지를 검증한 결과는 다음과 같다.

#### 가. 양적 분석 결과

사전-처치-사후 순으로 총 20회에 걸쳐 측정된 참여자 3명의 회기별 자기-자비 및 우울 점수는 <표 IV-5>로, 회기별 자기-자비 및 우울점수 변화는 [그림 IV-5]로 제시하여 양적 분석 결과를 알아보았다. 단 대상자간 중다기초선설계에서 처치단계가 A는 5회기, B는 9회기, C는 13회기부터 시작되었지만, 프로그램 활동 전에 척도 측정이 이루어졌기 때문에 음영처리가 된, A는 6회기, B는 10회기, C는 14회기부터 처치단계의 점수에 포함시켜 분석하였다.

<표 IV-5> 회기별 자기-자비 및 우울 점수 측정 결과

대상	척도	회기 점수	회기																			
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
A	자기-자비	점수	12	20	11	16	21	18	20	18	17	18	22	18	20	18	22	22	20	27	26	27
		평균	<b>16.0</b>					<b>18.9</b>					<b>23.1</b>									
	우울	점수	25	25	26	26	26	26	26	26	26	26	26	24	24	24	23	23	21	19	21	
		평균	<b>25.6</b>					<b>25.8</b>					<b>22.1</b>									
B	자기-자비	점수	28	24	18	27	20	22	14	18	18	18	23	27	28	33	37	37	38	36	48	47
		평균	<b>21.0</b>					<b>30.1</b>					<b>43.7</b>									
	우울	점수	22	23	23	24	21	20	25	22	21	22	8	6	3	1	1	0	0	0	0	0
		평균	<b>22.3</b>					<b>5.1</b>					<b>0.0</b>									
C	자기-자비	점수	20	14	14	12	11	18	18	10	10	10	10	10	10	11	20	20	26	22	35	32
		평균	<b>12.8</b>					<b>23.7</b>														
	우울	점수	21	23	21	16	18	21	18	20	20	20	20	20	20	17	14	11	6	5	4	2
		평균	<b>19.8</b>					<b>8.4</b>														

1) 가정폭력 피해여성의 자기-자비 향상 효과

[연구 가설 1. 길 그림 프로그램이 가정폭력 피해여성의 자기-자비 향상에 효과가 있을 것이다]를 규명하기 위하여 길 그림 프로그램을 실시한 결과, <표 IV-5>와 [그림 IV-5]에서 자기-자비 점수의 변화는 다음과 같다.

A는 자기-자비 점수가 기초선 평균 16.0점에서 처치단계 평균 18.9점으로 2.9점(18.1%)이 향상되었으며, 사후단계 평균 23.1점으로 기초선에 비해 7.1점(44.4%)이 향상되었다. 한편 첫 회기의 척도검사에서 12점으로 자기-자비 점수가 아주 낮았으나 처치단계가 끝난 시점인 13회기에는 20점, 사후단계인 20회기에는 27점으로 점차 향상되었다.

B는 자기-자비 점수가 기초선 평균 21.0점에서 처치단계 평균 30.1점으로 9.1점(43.3%)이 향상되었으며, 사후단계 평균 43.7점으로 기초선에 비해 22.7점(108.1%)이 향상 되었다. 한편 처치단계인 11회기부터 점수 변화가 커지기 시작하여 사후단계까지 계속 향상되었고, 첫 회기의 척도검사에서 28점, 처치단계가 끝난 시점인 17회기는 38점, 사후단계인 20회기는 47점까지 향상되었다.



[그림 IV-5] 회기별 자기-자비 및 우울 점수 변화

C는 자기-자비 점수가 기초선 평균 12.8점에서 처치단계 평균 23.7점으로 10.9점(85.2%)이 향상되었다. 한편 처치단계인 15회기부터 점수 변화가 커지기 시작하여 20회기까지 계속 향상되었는데, 첫 회기의 척도검사에서 20점이었으나 처치단계가 끝난 시점인 20회기에는 32점으로 향상되었다.

이상에서 참여자 세 명 모두 자기-자비 점수가 긍정적으로 조절되어 향상됨을 알 수 있다. 특히 참여자 B와 C는 처치단계가 시작되어 프로그램의 영향이 미치는 회기부터 자기-자비 점수가 현저하게 향상되는 것을 알 수 있다.

## 2) 가정폭력 피해여성의 우울 감소 효과

[연구 가설 2. 길 그림 프로그램이 가정폭력 피해여성의 우울 감소에 효과가 있을 것이다]를 규명하기 위하여 길 그림 프로그램을 실시한 결과, 위에 제시한 <표 IV-5>와 [그림 IV-5]에서 우울 점수의 변화는 다음과 같다.

A는 우울 점수가 기초선 평균 25.6점에서 처치단계 평균 25.8점으로 오히려 0.2점(0.8%) 높아졌으나, 사후단계에서 평균 22.1점으로 사전단계에 비해 3.5점(13.7%) 감소되었다. 그러나 ‘심한 우울’에서 벗어나지는 못했다.

B는 우울 점수가 기초선 평균 22.3점으로 ‘심한 우울’ 수준이었으나, 처치단계에서 평균 5.1점으로 77.1% 감소되어 ‘정상’ 수준으로 우울이 해소되었으며, 사후단계에서 평균 0점으로 100% 감소되어 ‘정상’ 수준이 계속 유지되었다. 처치단계 11회기부터 점수 변화가 커지기 시작하여 사후단계까지 계속 낮아졌다.

C는 우울 점수가 기초선 평균 19.8점으로 ‘심한 우울’ 수준이었으나, 처치단계 평균 8.4점으로 11.4점(57.6%) 감소되어 ‘가벼운 우울’로 점차 우울이 해소된 것을 볼 수 있었다. 처치단계 14회기부터 점수 변화가 커지기 시작하여 17회기에 비로소 우울이 6점으로 낮아져 ‘정상’ 수준으로 회복되었고 처치단계가 끝난 시점인 20회기에는 2점까지 낮아졌다.

이상에서 참여자 세 명 모두 정도의 차이는 있지만 우울 점수가 감소됨을 알 수 있다. 특히 참여자 B와 C가 처치단계가 시작되어 프로그램의 영향이 미치는 회기부터 우울 점수가 현저하게 감소되는 것을 알 수 있다.

## 나. 질적 분석 결과

길 그림 프로그램이 가정폭력 피해여성의 자기-자비와 우울에 미치는 효과와 프로그램 참여 전·후 길 그림의 회화적 반응특성이 어떠한 변화 양상을 보이는지 규명하기 위한 질적 분석 결과는 사전·사후 길 그림 변화 분석, 프로그램 회기별 활동 내용 분석으로 제시되었다.

### 1) 사전·사후 길 그림 변화 분석

1회기의 사전 길 그림과 8회기의 사후 길 그림의 요소별 회화적 반응특성 변화와 참여자별 길 그림의 변화는 다음과 같다.

#### 가) 사전·사후 길 그림의 요소별 회화적 반응특성 변화

참여자의 사전·사후 길 그림의 요소별 회화적 반응특성 변화를 4개 주요 영역 별로 제시하였다. 특히 1차 연구에서 통계적으로 유의미한 차이가 없었던 화지구조, 교차로 표현, 도로표지판 표현, 교량의 표현 4개의 요소도 포함하여 변화를 알아보았다.

##### (1) 초기 인상

길 그림의 초기 인상 관련 요소인 전체분위기, 길의 느낌, 주위 풍경, 길의 원근, 길의 조화에서 사전·사후 변화 검증 결과는 <표 IV-6>과 같다.

첫째, 전체분위기에서 특히 B는 사전 그림을 갈색과 검정색으로만 표현한 후 ‘길이 높고 험하며 캄캄하다’고 했는데, 사후 그림에서는 핑크색과 노랑색 등 밝은 색을 사용하여 ‘아름다운 나의 길로, 마음이 편한 느낌’이라고 표현하였다. 둘째, 길의 느낌에서 세 명 모두 사전 길 그림에 비해 사후 길 그림을 평탄하게 그렸고 응답에서도 느낌이 평탄해졌다고 말하였다. 셋째, 주위 풍경을 그리지 않았던 C가 사후 그림에서는 주위 풍경을 그려서 길 그림이 구체적이고 조화롭게 변화되었다. 넷째, 세 명 모두 사전 그림에서 길이 원경으로 멀게 느껴졌는데, 사후 그림에서는

근경으로 표현되었다. 다섯째, 세 명 모두 사전 그림에 비해 사후 그림에서 길을 조화롭게 표현하였다. 길 그림의 전체분위기가 밝아졌고 길의 느낌이 평탄해졌으며, 길이 가깝게 느껴졌고 주위 풍경이 표현되는 등 길 그림이 조화롭게 변화되었다.

<표 IV-6> 사전·사후 초기 인상 반응특성 변화

구분	A		B		C		비고
	사전	사후	사전	사후	사전	사후	
전체분위기	밝음			○		○	B, C의 그림에서 전체분위기가 밝아짐.
	보통	○	○				
	어둡			○		○	
길의 느낌	평탄		○	○			세 명 모두 길의 느낌이 평탄하게 변화됨.
	보통	○				○	
	험난			○		○	
주위 풍경	있음	○	○	○	○	○	주위 풍경을 그리지 않았던 C가 주위 풍경을 표현함.
	없음					○	
길의 원근	근경		○	○			세 명 모두 길이 근경으로 변화됨.
	보통	○		○		○	
	원경					○	
길의 조화	조화		○	○			세 명 모두 길이 조화롭게 변화됨.
	보통	○				○	
	부조화			○		○	

## (2) 체제와 공간

길 그림의 체제와 공간 관련 요소인 화지 구조, 화지 활용, 색채 사용, 필압, 표현된 계열에서 사전·사후 변화 검증 결과는 <표 IV-7>과 같다.

첫째, 화지 구조에서 B가 세로에서 가로로 변화되어 그림의 긴장감이 해소되었고 편안한 느낌으로 변화되었다. 둘째, 화지의 활용에서 C가 화지의 1/2 미만으로 두 줄로만 길을 그리고 구성을 포기했는데, 사후 그림에서 화지를 2/3 이상 사용해서 표현하여 위축과 우울했던 그림이 자신감이 있고 에너지가 느껴지게

변화되었다. 셋째, 세 명 모두 사전에 비해 사용된 색채의 수가 늘어났다. 사전 그림에서 세 명이 모두 한 두색으로만 사용해서 표현하였는데, 사후 그림에서는 3~4색 또는 5색 이상 사용하여 그림이 더 풍부하게 느껴졌다. 넷째, 필압에서 에너지가 높게 변화되었다. C인 경우 사전·사후 그림의 필압은 보통수준으로 비슷하지만 다양한 색채를 사용하여 보다 에너지가 느껴졌다. 다섯째, 계절 표현에서 B인 경우 사전 그림에서 가을인데 밭에 추수할 곡식이 없는 삭막한 풍경을 그렸지만, 사후 그림에서는 봄과 어울리는 밝고 따뜻한 풍경이 표현되었다.

<표 IV-7> 사전·사후 체제와 공간 반응특성 변화

구분	A		B		C		비고
	사전	사후	사전	사후	사전	사후	
화지 구조	가로	○	○		○	○	B의 그림이 세로에서 가로로 변화함.
	세로			○			
화지 활용	1/2 미만					○	C의 사전 그림에서는 1/2 미만으로 작게 그렸으나, 사후 그림에서는 2/3 이상으로 커짐.
	1/2 이상						
	2/3 이상	○	○	○	○	○	
색채 사용	1~2색	○		○		○	세 명 모두 사전 그림에 비해 사용된 색채의 수가 늘어남.
	3~4색		○			○	
	5색 이상				○		
필압	낮음			○			A, B의 필압이 적절하게 높아져서 에너지가 느껴짐.
	보통	○				○ ○	
	높음		○		○		
계절	봄	○			○		B가 사전 그림에서 가을 풍경을 삭막하게 표현했으나, 사후 그림에서는 봄 풍경을 밝고 따뜻하게 표현함.
	여름			○		○ ○	
	가을				○		
	겨울						

### (3) 길의 상태

길 그림의 길의 상태 관련 요소인 길의 구성, 길의 방향, 길의 모양, 길의 폭, 길의 경사에서 사전·사후 변화 검증 결과는 <표 IV-8>과 같다.

첫째, 세 명 모두 사전 그림에 비해 길 구성이 잘 되었다. 특히 C인 경우 두 줄로만 표현되었던 사전 그림에 비해 주위 풍경이 그려졌고 지향점인 절[川]이 그려지는 등 사후 그림이 긍정적으로 변화되었다. 둘째, B와 C가 사전 그림에서 ‘아래에서 위로’ 향하는 긴장된 길을 그렸었는데, 사후 그림에서는 일반적으로 많은 사람들이 선택하는 방향이며 과거에서 미래로 향하는 투사적 은유인 ‘왼쪽에서 오른쪽’으로 향하는 길을 그렸다. 셋째, 세 명 모두 길의 모양이 약간 굽음에서 곧음으로 변화되어 평탄한 길이 되었다. 넷째, 길의 폭에서는 세 명 모두 사전·사후 변화가 없었다. 다섯째, 세 명 모두 사전에 비해 사후의 그림에서 길의 경사가 없어져서 길이 평탄하게 느껴졌다.

<표 IV-8> 사전·사후 길의 상태 반응특성 변화

구분	A		B		C		비고
	사전	사후	사전	사후	사전	사후	
길의 구성	잘 됨	○	○	○	○	○	세 명 모두 사전에 비해 길 구성이 잘 됨.
	보통	○	○				
	안 됨					○	
길의 방향	원에서 오른	○	○		○	○	B와 C가 ‘아래에서 위로’ 향하던 그림이 사후 그림에서는 ‘왼쪽에서 오른쪽’으로 그림.
	오른에서 왼			○			
	아래에서 위					○	
길의 모양	위에서 아래						세 명 모두 길의 모양이 약간 굽음에서 곧음으로 변함
	흔란						
	곧음	○	○	○	○	○	
길의 폭	약간 굽음	○		○		○	세 명 모두 길의 폭에서는 전·후 변화가 없음.
	많이 굽음						
	넓음					○	
길의 폭	보통	○	○	○	○		세 명 모두 길의 경사가 없어져서 길이 평탄하게 느껴짐.
	좁음					○	
	없음		○	○		○	
길의 경사	보통	○		○			세 명 모두 길의 경사가 없어져서 길이 평탄하게 느껴짐.
	심함					○	

(4) 길의 구성 요소

길 그림의 구성 요소 관련인 방해물, 교차로, 도로표지판, 교량, 자신의 표현에서 사전·사후 변화 검증 결과는 <표 IV-9>와 같다.

첫째, A는 사후 그림에서 자갈돌로 방해물을 표현하였는데, 자신의 삶을 방해하는 요인이 있다는 것을 투사적 은유로 표현하였다. 그러나 B는 사전 그림에는 방해물 표현을 하였으나, 사후 그림에는 표현하지 않아서 긍정적으로 변화되었음을 알 수 있다. 둘째, 교차로 표현은 B의 사전 그림에서 밭의 도랑 길들이 많이 표현되어 복잡하고 혼란스럽게 느껴졌으나, 사후 그림에서는 교차로 표현이 없이 단순하고 평탄하게 표현되었다. 셋째, 도로표지판은 C의 사후 그림에서 절[근] 표시가 나타나 자신의 가야할 방향이나 의지 등이 투사적 은유로 표현됨을 알 수 있다. 넷째, 교량 표현은 C의 사후 그림에서 절로 가는 길이 다리로 이어졌다고 표현되어, 제2의 삶을 준비하는 것에 대한 투사적 은유가 일어났다고 여겨졌다.

<표 IV-9> 사전·사후 구성 요소 반응특성 변화

구분	A		B		C		비고
	사전	사후	사전	사후	사전	사후	
방해물	없음	○		○	○	○	A의 사후 그림에 자갈돌로 방해물이 표현됨. B의 사전 그림에서 검정색 빗금으로 방해물이 표현됨.
	있음		○	○			
교차로	없음	○	○		○	○	B의 사전 그림에서 밭의 도랑길이 많이 표현됨.
	있음			○			
도로표지판	없음	○	○	○	○		C의 사후 그림에서 절[근]이 표현됨.
	있음					○	
교량	없음	○	○	○	○		C의 사후 그림에서 절로 가는 길이 다리로 이어졌다고 표현됨.
	있음					○	
자신 표현	없음	○	○	○		○	B의 사후 그림에서 길을 가는 자신이 표현됨.
	있음				○		

## 나) 참여자별 사전·사후 길 그림 변화

참여자별 사전·사후 길 그림 변화 결과는 다음과 같다.

### (1) 참여자 A의 사전·사후 길 그림 변화

참여자 A의 사전·사후의 길 그림은 [그림 IV-6], [그림 IV-7]이며, 길 그림 구성 및 주요 반응 변화, 비교 평가, 자기-자비 및 우울 변화 순으로 제시되었다.



[그림 IV-6] 아무도 모르는 깊은 숲속 길(사전)



[그림 IV-7] 조용한 시골 길(사후)

### □ 길 그림 구성 및 주요 반응 변화

사전 A는 어두운 표정과 무기력한 태도로 갈색 색연필을 선택하여 화지의 중간에 구부러진 길을 그린 후 사선으로 색칠하였다. 그다음 길의 왼쪽 아래에 옹이가 있는 나무를 그린 후 연두색으로 전체 바탕을 사선으로 색칠하였다. 길의 중간에 동그라미로 표현된 자신에게 하고 싶은 말은 ‘그래도 아직까지는 힘이 남아있으니까 버텨으면 좋겠다’고 하였다.

사후 A는 갈색을 사용하여 화지의 중간에 곧은 길을 그리고, 길 위에 점들을 찍으며 자갈들을 표현하였다. 그다음 파랑색으로 하늘에 4개의 구름을 그린 후 아래쪽에 논을 그리고 모내기를 한 풍경을 그렸다. ‘시골의 논길로 비포장도로를 혼자 조용히 걷고 있다가 중간에 서서, 어디로 가야 되나?’라는 생각을 하고 있다고 말하였다. A는 사후 길 그림이 사전 길 그림에 비해 잘 그려진 것 같다고 스스로 비교하여 말하였다.

## □ 비교 평가

사전의 A의 길 그림은 전체 분위기에서 비현실감이 느껴졌다. 필압이 낮고, 길의 모양이 굽은 것은 우울과 힘든 삶의 투사적 은유이고, 옹이가 그려진 한 그루의 외로운 나무는 심리적 외상을 입은 외로운 자신을 표현했다고 여겨졌다. 주위 풍경을 그리지 않는 등 길의 부조화한 것은 힘든 자신 외에는 주위를 돌아볼 여유가 없거나 주위와 소통하지 못하는 것, 사선으로 채색된 길과 바탕은 불안의 투사적 은유라고 여겨졌다.

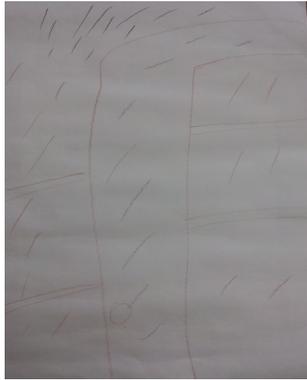
사후의 길 그림이 사전의 길 그림에 비해 전체 분위기가 보다 현실적인 느낌이 들었으며, 필압이 높아져서 에너지가 느껴졌다. 자갈들이 표현되긴 했으나 길이 곧게 그려지고 경사가 평탄해져서 편안한 느낌이 들었다. 구름, 눈발 등 주위 풍경이 그려져서 길이 보다 조화로워졌으며, 모내기를 한 눈밭에 모가 잘 자라고 있고, 길 아래쪽에 있던 옹이가 있는 외로운 나무가 없어져서 자기 역할과 자아 존중감이 향상, 우울 감소 등 프로그램의 긍정적인 효과가 나타났다고 여겨졌다.

## □ 자기-자비 및 우울 변화

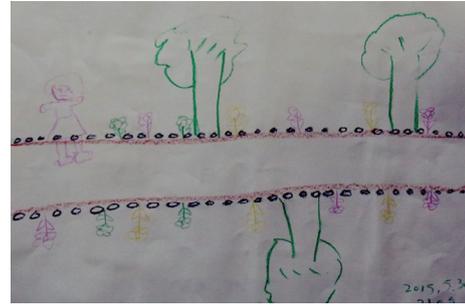
A는 사전·사후 길 그림을 그릴 당시 자기-자비와 우울은 거의 변화가 없었다. 그러나 척도 검사에서는 변화가 없었지만 투사적 그림인 길 그림에서는 긍정적인 변화가 보였다. 즉 사전 길 그림에서는 필압이 낮고, 아래쪽에 그려진 세 개의 옹이가 있는 나무에서는 심리적 외상이 보였으며, 사선으로 된 채색에서 불안과 우울이 보였다. 사후 길 그림에서는 필압이 높아졌고 길이 곧아졌으며 눈밭에서 잘 자라고 있는 벼의 표현 등 주위 풍경이 그려져서 좀 더 현실적인 느낌이 들었다. 이에 길 그림의 변화에서 A는 사전에 비해 사후에 자기-자비가 향상되었으며 우울이 해소 되었다고 볼 수 있다.

### (2) 참여자 B의 사전·사후 길 그림 변화

참여자 B의 사전·사후의 길 그림은 [그림 IV-8], [그림 IV-9]이며, 길 그림 구성 및 주요 반응 변화, 비교 평가, 자기-자비 및 우울 변화 순으로 제시되었다.



[그림 IV-8] 오르막 길(사전)



[그림 IV-9] 아름다운 나의 길(사후)

#### □ 길 그림 구성 및 주요 반응 변화

사전에 B는 명상으로 길을 연상할 때, ‘길이 높고 험하고 캄캄해요’라고 응답하였다. 화지를 세로로 세워서 갈색으로 길을 그리고 주위에 밭을 그린 후 검정색으로 빗금을 치며 표현하였다. ‘혼자서 길을 가는데, 참 어렵고 험한 길이다. 그래도 내가 가야 할 길이므로 극복해야 한다’고 말하였다. 계절은 가을인데 쓸쓸한 분위기라고 말 하였다. 연구자가 ‘계절이 가을인데, 길 주위에 있는 밭에 곡식이 없네요?’라고 물었더니, B는 ‘아이만 생각하다보니 나를 위해서 해 놓은 게 없네요, 허무해요’라고 응답하였다.

사후에 B는 미소를 지으며, 즐겁게 길 그림을 그려나갔다. 갈색 크레파스로 길을 그리고 길 안쪽으로 길을 따라 검정색 돌맹이들을 늘어놓았다. 왼쪽에 핑크색으로 자신을 그리고 초록, 핑크, 노랑색으로 꽃들과 세 그루의 나무를 그렸다. 사전에 그렸던 길 그림과 비교에서 ‘사전에 그렸던 길 그림은 막막함이 있었고 오르막길이어서 인생 또는 삶이 허무한 느낌이었다면, 지금 그린 길 그림은 꽃과 나무가 있으며 평평한 길이어서 마음이 많이 편안해진 느낌이다’고 말하였다.

#### □ 비교 평가

사전의 길 그림은 갈색 한 가지로 아주 필압이 낮게 그렸고, 빗금이 쳐지는 등 전체분위기가 우울하고 삭막하게 느껴졌다. 특히 구부러진 오르막길은 힘든 삶을

투사한 것으로 여겨졌다. 길 주위에 밭이 많이 그려지긴 했으나 곡식이나 식물이 없고, '나를 위해서 해 놓은 게 없네요, 허무해요'라는 말에서 자신의 역할에 대한 부정적인 심리가 보였다.

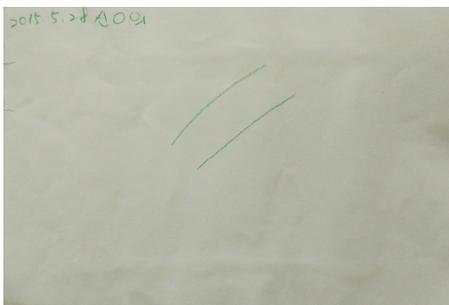
사후의 길 그림은 핑크색, 노랑색 등 밝고 다양한 색을 사용하여 전체분위기가 밝아졌고 필압이 적절해져서 밝고 긍정적인 에너지가 느껴졌다. 길을 따라 돌들이 줄지어 놓여있지만 길이 평탄해지고 나무와 꽃 등 주위 풍경과 자신이 표현되어서 주위에 대한 관심과 소통, 자신에 대한 수용이 이루어졌음을 알 수 있다.

#### □ 자기-자비 및 우울 변화

사전 길 그림에서는 갈색 한 가지 색만 사용하였으며, 필압이 낮고 곡식이 없는 황폐한 밭과 오르막길 등이 표현되어 우울과 부정적인 자아상이 느껴졌으나, 사후 그림에서는 필압이 높고 핑크색과 노랑색 등 밝고 다양한 색채를 써서 전체분위기가 밝아지고 우울이 감소 되었음을 볼 수 있다. 또한 사후 그림에서 주위 풍경과 자신을 표현하여, 힘든 자신에게 고착되었던 것에서 벗어나 주위를 돌아볼 수 있는 여유가 생겨났고, 자신의 삶에 대한 인식이 보다 긍정적으로 변화되었으며, 자기-자비 향상 및 우울이 감소 되었다고 여겨졌다.

#### (3) 참여자 C의 길 그림 변화

참여자 C의 사전·사후의 길 그림은 [그림 IV-10], [그림 IV-11]이며, 길 그림 구성 및 주요 반응 변화, 비교 평가, 자기-자비 및 우울 변화 순으로 제시되었다.



[그림 IV-10] 끊어진 길(사전)



[그림 IV-11] 절[관]에 가는 길(사후)

## □ 길 그림 구성 및 주요 반응 변화

사전 C는 길 그림 명상에서 길을 연상할 때, ‘끊어진 길이 답답하다’고 응답하였다. C는 녹색으로 10cm 정도의 두 개의 선으로 길을 표현한 후, 무기력한 모습으로 그림을 더 이상 그리려고 하지 않았다. ‘답답하고 한계에 다다른 느낌이며 좁은 틀 안에 있는 것 같다. 마음이 작아졌으며 소극적이고 어찌할 수 없는, 길의 중간에 서서 오도 가도 못하는 느낌, 물속에서 허우적대는 느낌이다’고 말하였다. 며칠 후 이사를 해야 되는 부담감, 아들의 양육에 대한 혼란, 그리고 직장에 대한 갈등으로 요즘 생활이 너무 힘들어서 잠을 잘 자지 못한다고 말하였다.

사후 C는 절에 가는 길이 떠올랐다고 하며, 녹색 색연필을 선택하여 길을 그리고 주황색으로 다리를 표현하였다. 보라색의 선은 다리와 다리를 이어주는 길이라고 하며, 산과 밭을 그린 후 절[卍] 표시를 하였다. ‘골목을 지나 다리를 건너 언덕 길을 올라서 절로 가는 길, 옆에는 밭들이 있으며 작은 산도 있다’고 말하였다. ‘조용하고 여유로운 분위기이며 빛 축제가 열려서 멋있고, 친구와 함께 여서 좋았다’고 말하였다. ‘요즘 제2의 삶을 위하여 상담공부를 시작하려고 하며, 최근 다른 임대 주택을 신청하였는데, 꼭 당첨되었으면 좋겠다’고 덧붙여 말하였다.

## □ 비교 평가

C가 사전에 ‘답답하고 한계에 다다른 느낌’, ‘오도 가도 못하는 느낌’, ‘물속에서 허우적대는 느낌’이라고 말하고, 녹색을 사용하여 두 개의 선으로만 길을 표현하여 길 구성을 포기한 것에서 무기력과 우울이 심함을 볼 수 있었다. 그러나 사후의 길 그림은 필압이 낮고 산이 있으며 길이 폭이 좁긴 하지만 길이 구성되었다. 또한 아직도 에너지가 낮고 해결해야 할 과제(산의 은유)가 있어 보이지만 주황색, 녹색, 보라색 등 여러 가지 색을 사용하였으며 주위 풍경을 표현하여, 자신에 대한 고찰에서 벗어나서 자신의 삶을 바라볼 여유가 생겨났다고 보이며, 다리를 표현하여 새로운 삶에 대한 의지도 보였다.

## □ 자기-자비 및 우울 변화

C의 사전 길 그림에서는 녹색 한 가지 색만 사용하여, 길 구성을 포기하였고 ‘답답하고 한계에 다다른 느낌’ 등을 말하며 무기력과 우울을 호소하였으나, 사후 길 그림에서는 산과 절, 집 등 주위 풍경을 구성하여 조용하고 여유로운 분위기라고 말하여 긍정적인 변화를 볼 수 있었다. 또한 다리의 표현과 밝고 다양한 색채의 사용, 제2의 삶을 준비하기 위하여 새로운 공부를 시작하는 등 삶에 대한 인식이 긍정적으로 변화되어, 자기-자비가 향상되었으며 우울이 해소되었다고 여겨졌다.

이상의 참여자의 사전·후 길 그림 변화 분석을 통해서 A가 사후 그림에서 삶의 어려움의 은유일 수 있는 방해물인 자갈들을 표현한 것을 제외하고 참여자 세 명 모두 길 그림의 제목과 그림의 내용에서 변화가 보였다. 참여자 스스로의 평가에서도 사후 길 그림에서 긍정적인 반응을 보였다. 또한 길 그림의 회화적 반응특성 비교를 통하여 사전 길 그림에 비해 사후 길 그림이 일반여성들의 길 그림 양상과 비슷한 수준이 되었음을 알 수 있다.

## 2) 프로그램 회기별 활동 내용 분석

다음은 참여자의 작품, 활동 및 태도, 소감 등을 통하여 이루어진 회기별 활동 내용 분석 결과를 단계별로 요약하여 제시하였다.

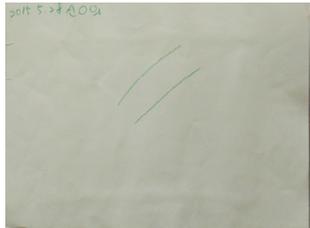
### 가) 탐색단계

탐색 단계인 1회기 활동 내용 분석 결과는 다음과 같다.

### 1회기: 길 그림(사전) 그리기

1회기의 ‘길 그림 그리기’ 활동 내용 분석 결과를 작품 [그림 IV-12], 활동 내용

요약, 활동 평가로 제시하였다.

대상 (척도점수)	A (자기-자비: 21, 우울: 26)	B (자기-자비: 18, 우울: 21)	C (자기-자비: 10, 우울: 20)
제목	숲 속의 길	오르막 길	끊어진 길
작품			

[그림 IV-12] ‘길 그림(사진)’ 작품들

□ 활동 내용 요약

먼저 길 그림 명상을 실시하였다. 눈을 감고 호흡을 고른 다음 길을 떠올리게 하였다. 그리고 ‘그 길은 어디에 있는 길인지, 길의 모양은 어떤지, 길 주위에는 어떤 것들이 있으며, 분위기는 어떤지 그리고 자신은 그 길의 어디쯤 가고 있는지 등을’ 안내하며 명상으로 떠오른 길에 대해 인식하도록 하였다. 그다음 길 그림 명상에서 떠올랐던 길을 그리도록 하였다.

A는 어두운 표정으로 ‘오늘 기분은 그저 그렇다’라고 말하며 갈색으로 구부러지고 단순한 길을 표현한 후, 길 왼쪽 아래에 옹이가 세 개 있는 한 그루의 나무를 그렸다. 길과 주위는 갈색과 연두색을 사용하여 사선으로 채색되었다. ‘아무도 모르는 깊은 숲 속에 있는 잔디길’로 조용하고 우울한 분위기라고 소개하였다. 길 중간에 서 있는 자신에게 ‘그래도 아직까지는 힘이 남아 있으니까 버텨으면 좋겠다’고 하였다.

B는 길을 떠올릴 때 길의 분위기가 ‘높고 험하고 캄캄해요’라고 응답하였다. 화지를 세로로 세워 갈색으로만 길을 그리고 주위에 밭을 그렸다. 그리고 검정색 빗금으로 덧그린 후 ‘오르막 길’이라고 제목을 붙였다. ‘길의 분위기는 높고 험하며, 쓸쓸하다, 항상 머릿속에는 딸이 있어 마음이 든든하고 위로가 된다고 여겼지만

막상 혼자 가는 모습이 떠올라 마음이 아프다'고 말하였다. 연구자가 '길 그림에서 계절이 가을인데, 주위에 있는 밭에 곡식이 없네요?'라고 물었더니, B는 갑작스러운 직면에 당황해하며, '아이만 생각하다보니 나를 위해서 해 놓은 게 없네요', '허무해요'라고 말하였다. '혼자서 길을 가는데, 참 어렵고 험한 길이다. 그래도 내가 가야 할 길이므로 극복해야 한다. 그리고 지금은 힘들어도 딸이랑 손잡고 간다면 덜 힘들고, 평화롭게 변하고 싶다'고 말하였다. 마지막으로 '앞으로 내 밭을 하나씩 채워 나가고 싶다'고 소감을 말하였다.

C는 '오늘도 기분이 무미건조하고 이사한 후 잠이 오지 않아 힘들다'고 기분을 이야기 하였다. 길을 떠올릴 때 '끊어진 길이 답답하다'고 말한 후, 녹색으로 10cm정도의 두 개의 선을 그리고는 다 그렸다고 하면서 '끊어진 길'이라고 제목을 붙였다. '답답하고 한계에 다다른 느낌이며 좁은 틀 안에 있는 것 같다. 마음이 작아졌으며 소극적이고 어찌할 수 없는, 중간에 서서 오도 가도 못하는 느낌, 물속에서 허우적대는 느낌이다. 이사와 아들의 양육, 그리고 직장을 그만 둘까하는 갈등으로 힘이 들고 잠을 통 잘 수 없다'고 말하였다.

#### □ 활동 평가

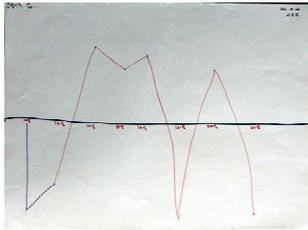
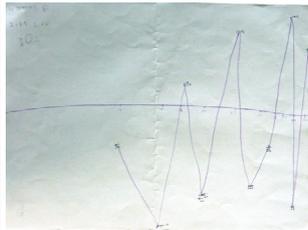
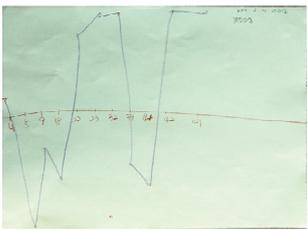
길 그림 프로그램으로 처치가 시작되는 첫 회기에 참여자 3명 모두 우울 지수가 높아서(A: 26, B: 21, C: 20) '심한 우울' 수준이었다. 길 그림에서도 우울을 은유하는 표현들이 나타났다. A는 구부러지고 단순한 길과 왼쪽 아래에 웅이가 있는 나무를 그렸으며, '아무도 모르는 깊은 숲 속에 있는 잔디길'이라고 제목을 붙이고 조용하고 우울한 분위기라고 하였다. B는 갈색과 검정색으로 필압이 낮아 희미하여 잘 보이지 않게 그린 후 '높고 험하며 쓸쓸한 분위기의 오르막길'을 표현하고, 가을인데 길 주위에 그려진 밭에 곡식이 없이 텅 빈 것을 인식하고 '허무하다'라고 말하였다. C는 녹색으로 두 개의 선으로만 길을 표현하여 '끊어진 길'이라고 말하였다. 그리고 답답하고 한계에 다다른 느낌이며, 오도 가도 못하는 느낌, 물속에서 허우적대는 느낌이라고 말하였다.

나) 표출 단계

표출 단계인 2~5회기 활동 내용 분석 결과는 다음과 같다.

2회기: 인생 그래프 그리기

2회기의 ‘인생 그래프 그리기’ 활동 내용 분석 결과를 작품 [그림 IV-13], 활동 내용 요약, 활동 평가로 제시하였다.

대상 (척도점수)	A (자기-자비: 18, 우울: 26)	B (자기-자비: 18, 우울: 22)	C (자기-자비: 11, 우울: 17)
제목	OO의 삶	나의 지나온 삶	멋진 인생
작품			

[그림 IV-13] ‘인생 그래프’ 작품들

□ 활동 내용 요약

지난 회기에 그렸던 길 그림을 보여 준 후, 눈을 감고 지난 과거의 기억들을 떠올려 보도록 하였다. 그리고 지금까지 자신의 삶을 ‘인생그래프’로 표현하도록 하였다. A는 검정색 싸인펜으로 쉼표에 가로줄을 그리고 각 연령별로 가로선 위쪽에는 행복 지수로 표현하고 아래쪽에는 불행 지수로 표현하여 자신의 과거의 삶에서 기억나는 연령과 사건을 썼다. 점들을 연결시켜 인생그래프를 완성하고 ‘OO의 삶’이라고 제목을 붙였다. 완성된 인생그래프를 보면서 각 연령별로 기억나는 사건들을 이야기하였다. A는 자신이 만든 인생그래프를 보면서 ‘27세인 지금, 뭘 해야 될지 모르겠다. 삶에 의욕이 없고 자신이 싫고 답답하다’, ‘암울하고, 크게 신났던 적이 없던 삶’이라고 소감을 말하였다.

B는 얼굴이 몹시 붓고 어두운 표정으로, 어제 큰아들(전 남편과의 소생)과 통화를 했는데, 자신을 버리고 갔다고 심하게 항의를 해서 마음이 너무 아팠다고 하였다. 술을 왕창 마셨더니 너무 힘들다고 말하면서 연구자와 눈을 마주치지 않으려고 했다. 지금까지 자신의 삶이 혼란스럽고 전혀 기억이 나지 않는다고 하여, 거꾸로 최근에서 과거로, 39세부터 16세까지 차근차근 거슬러 올라가며 인생 그래프를 꾸몄다. 인생그래프를 완성하고는 ‘장난이 아니네!’, ‘속상한 삶이 정말 많았다’고 한숨을 쉬며 ‘나의 지나온 삶’이라고 제목을 붙였다. ‘인생그래프를 통해 힘들었던 과거를 이야기하고 나니 마음이 좀 편안해 졌다’고 활동 소감을 말하였으며, 처음에 굳어 있던 표정은 없어지고 밝게 웃기까지 하였다.

C는 회기가 시작되자 지난 과거가 혼란스럽고 기억이 잘 나지 않는다고 말하였다. 천천히 다시 떠올리면서 그래프를 그려보자고 지지를 해주었더니 4세부터 42세까지의 삶을 인생그래프로 표현하였다. 자신의 인생그래프를 보면서 이야기를 하는 중간 중간 눈시울을 붉히거나 얼굴이 붉어지며 격해지는 모습을 보였다. 특히 ‘재혼한 남편의 가정폭력으로, 다시 이혼을 하게 되는 것이 창피해서 힘들어도 꼭 참았다. 그러나 죽고 싶을 정도로(실제로 자살시도를 하려고 했음) 힘들어서 쉽터로 피신하였다. 결국 재혼 후 3년 반 만에 다시 이혼을 하였는데 너무 좋았다. 남편을 안 본다는 그 자체만으로도 좋았다’고 말하였다. 특히 이혼 후 아들의 편마비를 고치기 위해서 노력을 했던 일들을 얘기할 때 C의 감정이 폭발하여 올라오는 것이 느껴졌다. ‘오늘 활동으로 지난 삶이 새롭게 다가왔으며, 남의 이야기를 하는 것처럼 담담하다. 앞으로 후회하는 삶을 살고 싶지 않다’고 활동소감을 말하였다.

#### □ 활동 평가

A는 지난 1회기와 마찬가지로 ‘기분이 그저 그렇다’, ‘삶에 의욕이 없고 자신이 싫고 답답하다’라고 말한 것처럼, 인생그래프에서도 ‘암울하고 신났던 적이 없던 삶이라고 하였다. 그래프의 형태에서 행복지수보다 불행지수가 더 높았다. 이번 활동을 통해서 과거에 힘들었던 삶을 인식하고 표출 했으나 ‘지금 뭘 해야 될지 모르겠다. 삶에 의욕이 없고 자신이 싫고 답답하다’고 말한 것처럼 초고도 비만과 제대로 된(본인의 표현) 직장도 없이 쉽터를 전전하는 삶에서 오는 우울이 고질화

된 것으로 보였다.

B는 ‘큰아들(전남편과의 소생)과 통화를 했는데, 자신을 버리고 갔다고 심하게 원망하는 말을 들었다. 너무 속상해서 술을 많이 마셨는데, 몸이 부었고, 컴퓨터의 생활규칙을 어겨서 벌점을 받았다’고 말하면서 괴로워하였다. 인생그래프에서도 힘들었던 삶이 그대로 반영되어 불행지수와 관련된 사건이 더 많았고 불행지수도 높았다. 자신의 인생그래프를 보면서 ‘장난이 아니네!’, ‘속상한 삶이 정말 많았네’라고 말하는 것에서 과거의 힘든 삶을 인식하고 자기 이해와 자기 수용이 이루어졌음을 알 수 있었다.

C는 ‘요즘은 지난주에 비해서 잠을 좀 자게 되었고, 행사에 참석하는 아들의 성장한 모습을 보면서 기분이 좋아졌다’고 말하였다. 인생그래프 그리기 활동을 통해서 지난 삶이 새롭게 다가왔으며, 앞으로 후회 없는 삶을 살고 싶다고 소망을 말하였다.

이번 회기의 인생그래프 그리기 활동을 통해서 참여자들은 자신의 과거에 힘들었던 삶을 인식하였으며, 억압되었던 감정 표출과 자신을 이해하고 수용하는 모습을 보였다.

### 3회기: 자유화 그리기

3회기의 ‘자유화 그리기’ 활동 내용 분석 결과를 작품 [그림 IV-14], 활동 내용 요약, 활동 평가로 제시하였다.

대상 (척도점수)	A (자기-자비: 20, 우울: 26)	B (자기-자비: 23, 우울: 8)	C (자기-자비: 20, 우울: 14)
제목	감정	내 마음 속의 나	바위에 가린 하늘
작품			

[그림 IV-14] ‘자유화’ 작품들

## □ 활동 내용 요약

지난 회기에 그렸던 자신의 인생그래프를 보면서 과거의 삶에서 가장 힘들었던 때를 연상하여 자유화로 표현하도록 하였다.

A는 자전거 하이킹을 다녀와서 얼굴이 검게 탔다. 몹시 가려운지 손으로 얼굴의 껍질을 뜯어내는 모습이 불안하고 힘들어 보였다. 지난 회기에 그렸던 자신의 인생그래프에서 가장 힘들었던 시기를 떠올려 보라고 하였더니, 22세에 아버지가 돌아가실 때가 가장 힘들었다고 말하였다. 당시 힘들었던 상황을 떠올리면서 다양한 채색도구들을 사용하여 자유화로 마음껏 표현해 보도록 하였다. A는 화지를 위와 아래 두 부분으로 나누어 검정색 색연필을 사용하여 사선으로 칠하고 다시 위쪽을 이중으로 더 진하게 덧칠하였다. 녹색 파스넛으로 화지 아래쪽에 세 병의 술과 술잔을 그렸다. 파랑으로 화지 위와 아래에 물방울(눈물)을 그리고 빨강으로 소용돌이 모양(자해했던 도구)을 그렸다. 아빠가 고독사를 한 후 시간이 흘러 갈수록 죄책감이 심해져서 술과 나쁜 짓(자살 시도 등)을 했다고 말하였다. ‘지금도 방법이 있으면 죽고 싶다’는 말을 해서, 삶의 의미에 대해서 이야기를 나누고 자신을 껴안고 ‘과거의 나’를 바라보면서 상처받은 어린자아와 작별하는 명상을 하였다. 명상을 마치고 ‘감사하다’고 소감을 말하였다.

B는 ‘요즘 프로그램을 하면서 마음을 열고 표현하니까 마음이 훨씬 편해지고 딸아이에게도 잘 대하게 되어 기분이 나아졌고 잘 웃게 되었다’고 말하였다. 전 남편과 시어머니, 현재 남편과의 갈등을 자유화로 표현하고 싶다고 하며, 4절 켄트지에 핑거페인팅 물감을 선택하여 표현을 하였다. 초록색, 빨강색, 노랑색, 파랑색, 보라색 물감을 차례로 선택하여 손으로 펴 바르기를 반복하였다. 감정이 올라오는지 얼굴표정이 별경게 변하였다. ‘먼저 초록색으로 내 마음의 생각 찾기를 하였고, 빨강색으로 화났던 마음을 표현하였고, 노랑으로 이별을 표현하였으며, 파랑으로 내 마음의 평화를 찾으려고 노력하였다. 보라색을 사용할 때 다시 화가 확 올라오는 것 같아 다시 빨강색으로 덧바르기를 하였다’고 작품 소개를 하였다. 연구자가 ‘힘들었던 것을 표현한 자유화가 오히려 무지개색으로 표현되어 뭔가 새롭게 시작될 것 같은 느낌이 든다’고 지지를 해주자, ‘앞으로 남자에게 휘둘리지 않고, 눈치를 안 보고 당당해지고 싶다. 그리고 나를 찾고 싶다’고 말하였다.

C는 전남편의 폭력으로 가장 힘들었던 39세와 41세 때를 선택하여 자유화로 표현하였다. 갈색, 남색, 검정색 물감을 4절 캔트지에 짜 넣고, 손가락으로 뭉개면서 커다란 바위를 표현한 후, 연파랑색으로 구름이 떠 있는 하늘을 그리고 ‘바위에 가린 하늘’이라고 제목을 붙였다. ‘여러 종류의 작은 바위들을 그리려고 했으나 커다란 바위가 되어 버렸다. 커다란 바위가 맑은 하늘을 가려버려서 볼 수가 없다. 막막하기만 하다’고 말하였다. ‘남편의 폭력으로 정말 자존심이 상했다. 집에서 일하는 인부들마저 자신을 가엾게 느끼는 듯해서 힘들었다. 그 당시 남편과 인부들과 함께 일을 하였는데, 밤낮을 가리지 않고 일을 해서 어떤 날은 하루에 2~3시간 밖에 잠을 못 잘 정도로 힘들었다. 그런데 남편은 자기 맘대로 안 되면 술에 의지해서 온갖 욕설과 폭력을 휘둘렀다. 어떤 때는 의도적으로 하는 것처럼 여겨지기도 했다’고 말하였다. ‘수시로 과출소에 드나들곤 했는데 너무 창피해서 쪽팔렸다’고 하면서, 특히 ‘쪽팔렸다’라는 말을 재차 강조하였다. ‘그때는 하늘을 볼 시간이 없어서 바닥만 보고 다녔던 것 같다’, ‘마음이 아프다’고 소감을 말하였다.

#### □ 활동 평가

A는 지금도 ‘방법만 있으면 죽고 싶다’고 할 정도로 아빠의 고독사에 대해 심한 죄책감에 시달리고 있었다. 자유화 표현에서 억압된 감정을 충분히 표출할 수 있도록 하였고, ‘과거의 상처 받은 자아’와 작별하는 명상을 통해서 건강한 분리를 도왔다. 활동 후 마음이 조금은 후련해 졌다고 하면서 ‘감사하다’는 표현을 하였다.

B는 전회기에 자신의 인생그래프를 통해서 억압되었던 감정 표출과 자기 수용이 효과가 있었는지, 활동을 시작할 때 ‘마음을 열고 표출을 하면서 마음이 훨씬 편해졌고, 딸에게도 집착을 하지 않고 편안하게 대하게 되었다’고 말했다. 이번 회기의 자유화 표현을 통해서 전남편과 시어머니와의 갈등을 표출한 후 ‘앞으로 눈치를 보지 않고 당당해질 것 같다’고 말하였다.

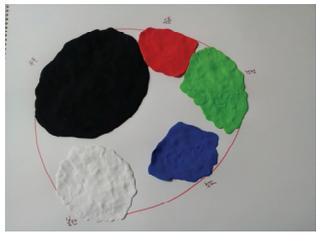
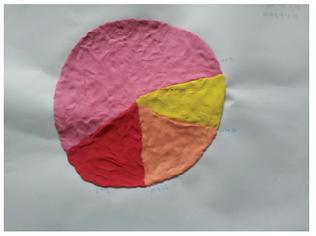
C는 자유화를 통해서 전남편의 가정폭력으로 힘들었던 억압된 감정을 표출하는 것을 볼 수 있었다. 특히 검정색으로 표현된 커다란 바위를 보며 ‘하늘을 가려서 답답하고 막막하였다’, ‘쪽팔렸다’, ‘자존심이 몹시 상해서 바닥만 보고 다녔다’고

강조하였다. 힘들었던 과거를 떠올리면서 이야기를 하는데, C의 격한 감정을 느낄 수 있어서 당시 얼마나 힘들었는지 공감할 수 있었다. 마치면서 ‘마음이 시원해졌다’고 소감을 말하였다.

이번 회기에는 비구조적 매체와 자유화기법을 통해서 가정폭력 피해여성들이 과거의 힘든 삶으로 억압된 감정들이 충분히 표출되었고, 자기 이해 및 자기 수용이 이루어졌다고 여겨졌다.

#### 4회기: 감정파이 꾸미기

4회기의 ‘감정파이 꾸미기’ 활동 내용 분석 결과를 작품 [그림 IV-15], 활동 내용 요약, 활동 평가로 제시하였다.

대상 (최도점수)	A (자기-자비: 18, 우울: 26)	B (자기-자비: 27, 우울: 6)	C (자기-자비: 20, 우울: 11)
제목	나의 상태	내 마음 속의 너	인생피자
작품			

[그림 IV-15] ‘감정파이 꾸미기’ 작품들

#### □ 활동 내용 요약

명상을 통하여 현재 자신의 마음을 들여다보게 한 후, 자신의 마음속에 어떤 감정들이 있는지 말해 보도록 하였다. 그다음 켄트지에 파이 모양처럼 마음을 형상화하여 둥글게 그리고, 컬러점토로 자신의 감정들을 파이의 조각 크기만큼 순서대로 붙여서 감정파이를 꾸미기도록 하였다.

A는 현재 자신의 마음속에 ‘우울, 슬픔, 걱정, 초조, 불안 등이 있다’고 말하였다. 연구자가 ‘기쁨, 행복 등과 같은 긍정적인 감정들은 없나요?’라고 했더니, 잠깐 생각해보다가 ‘없다’고 응답하였다. 원하는 크기의 켄트지에 빨강 싸인펜으로 자

신의 마음을 둥글게 그리고, 거기에 여러 가지 색의 점토들을 이용하여 자신의 감정들을 파이의 조각처럼 표현한 후 ‘나의 상태’라고 제목을 붙였다. ‘점토들을 붙이면서 혼란하였다’고 소감을 말하였다. ‘검정색인 우울은 자신에게 고질병과 같아서, 고쳐졌다 싶으면 다시 재발하며, 왜 사는가?라는 생각이 들었고, 내 감정에서 많은 부분을 차지한다’고 말하였다. 빨강색인 슬픔은 ‘왜 살아있나?, 지금 뭐 하고 있나?, 한심하다, 자살과 피를 표현하였는데 슬프다’고 말하였다. 연두인 걱정은 ‘난 앞으로 일을 해야 하는데 놀고 있다, 무슨 일을 해야 하나? 살도 빼야 되는데 어떻게?, 이런 식으로 살아야 되나?, 나이는 들어 가는데 아무것도 해 놓은 것도 없다는 생각에 걱정이 많다’고 말하였다. 파랑인 초조와 흰색인 불안은 ‘죽는다는 핑계로 스스로 나 자신을 어떻게 할까봐 불안하고 초조하다. 자신은 어떤 일을 한다면 하는 성격이라서 죽는다는 핑계로 자신을 다치게 할까봐, 통제가 안 될까봐 불안하다’고 말하였다. 연구자가 ‘난 무슨 일을 해야 하나?, 살도 빼야 되는데 어떻게?, 이런 식으로 살아야 되나?, 나이는 들어 가는데 아무 것도 해 놓은 것도 없다’는 연두색의 걱정이 오히려 A의 마음에 살고 싶다는 불씨를 키워가고 있는 것 같다고 직면시켰더니 A가 연구자의 말에 수긍을 하면서, 앞으로 좀 더 노력해보겠다고 하였다.

B는 현재 자신의 마음속에 ‘미안함, 좋은 기분, 고마움 등’이 있다고 말하였다. ‘일에 치여서 잘 챙겨주지 못하고 놀아주지도 못하는 딸에 대한 미안함이 제일 크다’고 말하면서 원의 반 정도에 핑크색 점토로 붙였다. ‘고마움’은 빨강색으로 ‘딸은 자신의 피와 살과 같은 존재다’라고 표현하였다. ‘좋은 기분’은 살구색으로 ‘요즘 프로그램을 하면서 기분이 좋아졌다’고 표현하였다. 연구자가 ‘오늘 활동에서 거의 대부분이 딸에 대한 감정을 표현했는데, 남편에 대한 감정은 어떤가?’ 라고 물었더니, ‘남편은 자신에게 이미 존재감이 없어졌다. 자신은 맺고 끊는 것이 분명하여 틀어지면 다시 안 보고 싶어지는 성질이 있다’고 말하였다. ‘내 마음 속의 너’라고 제목을 붙이고, ‘요즘 자신이 너무 너무 밝아졌다. 오늘 활동을 통해서 미안함과 짜증나는 것을 많이 줄여야겠다는 생각이 들었다’고 말하였다.

C는 ‘오늘은 눈과 얼굴이 몹시 가렵고 얼굴이 달아올라서 불편했다. 요즘 갱년기가 오는지 불안하다. 아들이 아직 어린데……’라고 불안한 마음을 털어 놓았다. ‘답답함, 안도감, 우울, 편안함, 희망, 창피함과 쑥스러움, 즐거움 등이 요즘 자신의

마음속에 있는 감정들'이라고 이야기를 한 후 감정과이 꾸미기를 하였다. 특히 에너지를 많이 쏟은 것은 '답답함'으로, 보라색 점토를 둥글게 펴서 원의 가운데에 붙였다. 자신의 제2의 삶을 위하여 노력해 보고자 하는데, 진로를 어떻게 결정해야 좋을지 막막해서 답답하다고 말하였다. '조리사, 상담사, 사회복지사와 관련된 공부를 하고 싶은데, 어떤 것을 우선해야 할지 고민하고 있다'고 말하였다. 활동 후 '자신의 감정들 중에서 답답함이 80% 이상 거의 전부를 차지하는 줄 알았는데, 다른 감정들과 비슷하다는 것과 긍정적이고 희망적인 감정도 많다는 것을 알게 되어서 편안해지고 희망적이다, 그리고 자신이 해결할 수 있는 것들이 선명해졌고 앞으로 좋은 운은 준비한 자에게 온다는 생각으로 제2의 삶을 위해서 더 고민하고 노력해 보겠다'고 소감을 말하였다.

#### □ 활동 평가

A는 감정과이 꾸미기에서 현재 자신의 감정인 '우울, 슬픔, 걱정, 초조, 불안'을 꾸미고 '행복과 같은 긍정적인 감정들은 없다'고 응답하였다. 그리고 '난 무슨 일을 해야 하나? 살도 빼야 되는데 어떻게?, 이런 식으로 살아야 되나?, 나이는 들어가는 데 아무 것도 해 놓은 것도 없다'는 녀두리처럼 A가 자책과 우울의 틀에서 좀처럼 벗어나지 못하고 있음을 알 수 있었다.

B의 자기-자비는 27점으로 향상되었고, 우울은 6점으로 낮아져서 처치단계 4회기 차에 '심한 우울'에서 '정상 수준'으로 회복되었다는 것에 연구자도 놀랐다. 이번 회기의 '감정과이 꾸미기'에서도 핑크색, 노랑색, 살구색, 빨강색 점토들을 선택하는 것으로 보아 우울이 많이 해소되었다고 여겨졌다. '요즘 자신이 많이 밝아지고, 특히 오늘 활동을 통해서 미안함과 짜증나는 것을 많이 줄여야겠다는 생각이 들었다', '딸에 대한 미안함인 핑크색을 행복으로 채우고 싶다'고 말하여서 자기-자비 조절이 잘 이루어지고 있음을 알 수 있었다.

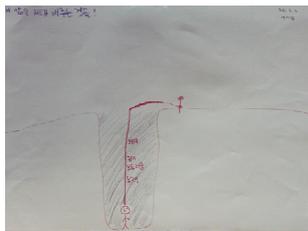
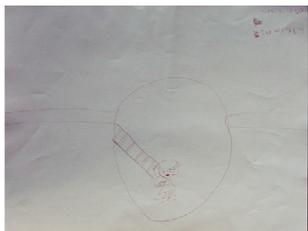
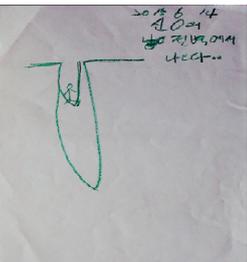
C는 갱년기 증세로 얼굴이 가렵고 붉어지며 감정변화가 많아졌다고 말하였다. 특히 감정과이 꾸미기에서 '희망'을 핑크색 점토로 붙이고, '아직 결정을 하지 못해서 답답하지만, 제2의 직업을 갖는 것에 대한 고민은 새로운 직업을 갖게 되는 희망이 되기도 한다'고 말하였다. 그리고 '힘든 사람을 공감해주고 봉사단체들을

위해서 요리를 할 수 있는 사람이 되고 싶다, 내가 해결할 수 있는 것들이 선명해졌고 앞으로 좋은 운은 준비한 자에게 온다는 생각으로, 제2의 삶을 위해서 더 고민하고 찾아서 노력해보겠다'고 힘주어 말하였다. 새로운 직업을 갖기 위한 진로탐색과 아들의 편마비 치료를 위한 재활치료를 지원받게 된 것 등이 우울감소에 긍정적인 영향을 주고 있다고 여겨졌다.

이번 회기의 감정과이 꾸미기를 통해서 참여자들의 억압된 감정들을 표출시켰으며, 자신의 감정에 대한 명료화와 직면으로 자기 통찰 및 자기 인식이 일어나는 것을 알 수 있었다.

### 5회기: '웅덩이에 빠진 나' 표현하기

5회기의 '웅덩이에 빠진 나' 활동 내용 분석 결과를 작품 [그림 IV-16], 활동 내용 요약, 활동 평가로 제시 하였다.

대상 (척도점수)	A (자기-자비: 17, 우울: 26)	B (자기-자비: 28, 우울: 3)	C (자기-자비: 26, 우울: 6)
제목	내 삶을 지탱해 주는 것들!	눈 속에서 나온 날	절벽에서 나오다
작품			

[그림 IV-16] '웅덩이에 빠진 나' 작품들

#### □ 활동 내용 요약

1회기 그렸던 길 그림을 보면서, 길을 가다가 혼자 힘으로는 빠져 나올 수 없는 아주 깊은 웅덩이에 빠진다는 상상을 하게 한 후 그림으로 표현하도록 하

였다. 그 다음 그 웅덩이에서 어떻게 빠져 나올지, 그리고 현재의 힘든 삶이 웅덩이에 빠진 것과 같다면, 자신의 어떤 강점들이 그 웅덩이에서 빠져나오는 힘이 될 것인지를 인식하게 하였다.

A는 썬트지에 웅덩이를 그리고 거기에 빠진 자신을 뼈대 사람으로 표현하였다. ‘지금 나의 모습처럼 깊은 웅덩이에 빠져서 아무 것도 할 수 없는 무기력한 상태, 바보 같다’고 말하였다. 깊은 웅덩이에서 어떻게 빠져 나올 수 있는지 표현해 보도록 하였더니, 웅덩이 밖의 못에 밧줄을 걸고 그걸 타고 빠져 나오는 것을 그렸다. 웅덩이를 빠져 나오는 것과 같이 현실에서 자신을 지탱해 줄 수 있는 강점들을 물었더니, 그림의 밧줄에 ‘의지, 끈기, 부드러움, 노력’이라고 써넣었다. 그리고 ‘이제까지 나에게 이런 것들이 있는지조차 모르고 지냈다, 다시 일어설 때 무엇을 가지고 일어설지 잘 생각해 보겠다’고 하면서 ‘정신 차리면 잘 빠져 나오겠죠!’라고 웃으며 말하였다.

B는 갈색 색연필로 동그랗게 웅덩이를 그리고 거기에 한 소녀가 빠진 것을 그린 후, ‘마음이 조마조마하고 시간이 빨리 지나갔으면, 빨리 아침이 왔으면 하는 느낌, 누가 와서 숨통을 조른다는 느낌이 든다’고 말하였다. 그 다음 ‘이런데 있지 말고, 늘 속에 갇혀 있지 말고 밖으로 나와서 넓은 세상을 봐라, 미래의 삶을 꿈꿔라, 바보같이 있지 말고’라고 말해 주고 싶다고 하였다. ‘지나가던 사람이 사다리를 놓아주어서 빠져 나올 것 같다’, 지나가던 사람과 같이 자신에게 도움이 되는 사람들로 ‘딸, 언니, 쉼터의 선생님들, 직장 동료들, 미래를 내다볼 줄 아는 내 마음’이라고 말하였다. 그리고 ‘요즘 딸에 대한 양육 태도, 쉼터의 동료들과의 관계, 타인과의 관계 등에서 변화하려고 노력하고 있으며, 조금씩 변해가는 자신을 알 수 있다’고 덧붙였다. ‘마음이 시원하고, 속상했던 감정들이 정리가 되었으며, 바보 같다고 스스로 자책하던 마음이 긍정적으로 변하고 있음을 느끼게 되었다’고 소감을 말하였다.

C는 초록색 색연필로만 좁고 깊은 웅덩이에 빠진 자신을 뼈대 사람으로 표현하였다. ‘그냥 웅덩이에 빠져서 죽으려고 할 수도 있겠지만 일단 살아나오려고 애쓸 것 같다. 자신은 죽는 것 보다, 언제 죽을지 모르는 상황, 막연히 기다리는 상황이 싫다. 그래서 죽기 살기로 스스로 기어서 나올 것 같다’고 강조하듯이 말하였다. 연구자가 ‘지금 그 말을 하면서 느껴지는 것은 없나요?’ 라고 물었더니, ‘늘

아보지 못했다. 여유로운 시간을 즐겨보지 못했다. 여행을 가도 충분하게 즐기지 못하고 조바심을 냈다. 쉬는 날도 무엇을 할지 계획을 짜야했고, 그것을 실천하지 못하면 화가 나고 갑갑했다. 그러나 요즘은 많이 여유로워졌다'고 말하였다. 그리고 '지금까지 쉬지 않고 열심히 살아왔지만, 조급함과 자신의 욕심을 보았다'고 느낌을 말하였다. '편마비인 아들의 다리의 불편함을 받아들일 수 없어서, 치료하는 곳이 먼 곳이었지만 조급함과 욕심으로 하루도 거르지 않고 다녔다. 내가 해줄 수 있는 일이 그것뿐이라고 여겨져 더 그랬던 것 같다. 요즘은 경제적 부담으로 그곳에 갈 수 없기도 하지만 조급함을 많이 내려놓은 것 같다. 즉 안 되는 것을 적당히 내려놓고 수용할 수 있게 된 것 같다'고 말하였다. '엄마가 현실을 수용하고 적당히 내려놓고 편안해지니 아들도 편안해 하고 있을 거예요'라고 연구자가 반영해주자 '예전에는 아들이 바르게 걷지 않으면, 혼낼까? 말까? 하는 갈등이 참 많았는데, 지금은 그런 갈등이 덜해서 좋아요'라고 말했다. 연구자가 '웅덩이에 빠진 나는 어떻게 되었을까?' 라고 물었더니 '밖으로 기어 나와서 햇빛과 하늘을 봤어요!', '살았다! 하고 소리쳤어요', '앞으로 더 내려갈 일은 없을 거예요. 올라와서 길을 열심히 걸 겁니다'라고 말하였다. '오늘 활동을 통해서 바늘과 같은 한 줄기의 빛, 희망을 보는 것 같았으며, 앞으로 지금보다 더 나은 삶을 살아가고 행복할 것 같다'고 소감을 말하였다.

#### □ 활동 평가

A는 웅덩이에 빠진 자신을 뼈대 사람으로 표현하고, '무기력한 상태, 바보 같다'고 말하는 데서 우울의 정도를 알 수 있었다. 그러나 웅덩이 그림의 빗줄에 쓴 '의지, 끈기, 부드러움, 노력' 등 현실에서 자신을 지탱해 줄 수 있는 강점들을 지니고 있어서 현실에서도 웅덩이 밖으로 빠져 나올 수 있다고 여겨졌다. 그리고 '정신 차리면 잘 빠져 나오겠죠!'라고 한 말에서 삶의 의지를 엿볼 수 있었다.

B가 웅덩이에 빠진 자신에게 '이런데 있지 말고, 늪 속에 갇혀있지 말고 밖으로 나와서 넓은 세상을 봐라, 미래의 삶을 꿈꿔라, 바보같이 있지 말고'라고 말해 주고 싶다는 표현에서 B의 확고한 의지가 담긴 삶에 대한 긍정적인 변화의 메시지가 느껴졌다.

C는 ‘지금까지 쉬지 않고 열심히 살아왔지만, 조금함과 자신의 욕심을 보았다’, ‘웅덩이 밖으로 기어 나와서 햇빛과 하늘을 봤어요!’, ‘살았다! 라고 소리쳤어요’, ‘앞으로 더 내려 갈일은 없을 거예요. 웅덩이에서 빠져나와서 길을 열심히 갈 겁니다’라고 표현한 것과 이번 회기의 척도 측정에서 자기-자비가 26점으로 향상되었고, 우울이 6점으로 낮아져, 정상수준으로 회복된 것이 연관성이 있다고 여겨졌다. 즉 C의 자기 수용과 미래에 대한 삶의 의지가 자기-자비를 향상시키고 우울을 정상수준으로 회복시키는 힘이 되었다고 여겨졌다.

이번 회기를 통해서 참여자들은 힘든 현실에 대한 자각과 자신의 강점을 깨닫고 극복하려는 의지를 갖게 되었다고 여겨졌다.

#### 다) 변화 단계

변화 단계인 6~8회기 활동 내용 분석 결과는 다음과 같다.

#### 6회기: ‘미래의 내 모습’ 콜라주로 표현하기

6회기의 ‘미래의 내 모습’ 콜라주로 표현하기 활동 내용 분석 결과를 작품 [그림 IV-17], 활동 내용 요약, 활동 평가로 제시하였다.

대상 (척도점수)	A (자기-자비: 18, 우울: 26)	B (자기-자비: 33, 우울: 1)	C (자기-자비: 22, 우울: 5)
제목	나의 미래	미래의 나의 삶	이루어지는 꿈
작품			

[그림 IV-17] ‘미래의 내 모습 콜라주’ 작품들

## □ 활동 내용 요약

자신의 욕구에 대한 재인식, 미래의 삶에 대한 의지를 갖게 하기 위하여 ‘미래의 나의 모습’을 콜라주로 활동하였다. 10년 후 자신이 어떤 모습으로 살아가고 있을지 연상하게 한 후 잡지책에서 원하는 사진들을 찾아서 오려 붙이도록 하였다.

A는 연예인, 어린아이, 자전거, 신발 사진 등을 차례로 오려 붙이고, ‘연예인 o o는 40세이지만 피부가 좋고 동안이어서 닳고 싶다. 요즘 다이어트를 위해서 운동도 하고 식사도 일찍 하려고 노력한다. 어린아이 사진은 자신이 베이비시터로 일하고 싶은 희망을 버리지 못함을 표현하였다’고 말하였다. 연구자가 자전거에 기대 있던 남녀 사진은 오려내고 자전거만 붙인 게 궁금하여 ‘남녀 사진이 있어 더 좋았는데?’라고 물었더니 ‘배신을 잘 해서 남자는 필요 없다. 혼자 살고 싶다’고 강하게 반응하였다. ‘요즘에는 돈이 생기면 신발을 사게 되는데, 지금 다섯 켤레를 가지고 있으며, 앞으로 삼십 켤레 정도는 모으고 싶다’고 말하였다. 연구자가 콜라주의 분석 기준(신발에 대한 집착)을 적용시켜 ‘혹시 요즘 들어 현실 적응에 힘든 것은 없는가?’라고 물었더니, ‘요즘 분노 조절이 너무 힘들다. 남들은 스트레스를 풀기 위하여 청소와 빨래 등을 한다고 하는데, 자신은 그런 방법을 찾기가 어렵다’고 말하였다. ‘콜라주를 하면서 베이비시터에 마음이 가는데, 한 때 꿈을 포기할까도 했으나 앞으로 도전해 보고 싶다’고 소감을 말하였다.

B는 딸을 사랑스럽게 바라보는 엄마, 바이올린 켜는 학생 모습, 집과 집의 실내 모습, 식당과 여러 가지 요리들, 실내 수영장 사진들을 오려 붙였다. ‘미래의 삶을 표현하였는데, 보기만 해도 행복하다. 딸이 크면 맛있는 것도 먹고, 함께 놀러가고 고민도 들어주고 여유 있는 삶을 살 것 같다. 그리고 딸에게 부끄럽지 않은 엄마가 되고 싶다’고 말하였다. 붙인 사진 중에서 마음에 드는 것 세 개를 고르라고 했더니, 딸과 엄마, 식당, 수영장 모습을 골랐다. 이야기를 나눈 후, 다시 가장 마음에 와 닿는 딱 한 장의 사진을 고르도록 하였더니 ‘딸과 엄마의 모습’을 골라서 딸에 대한 강한 애착을 느낄 수 있었다. ‘웹터에서 내 인생을 돌아볼 수 있었으며, 내 자신을 다시 찾고, 삶의 여유를 찾아서 제2의 인생을 시작하게 되어 감사하다’, ‘오늘 활동으로 행복하고 기분이 좋으며, 앞으로 딸과 함께 밝게 잘

살아 보고 싶다'고 소감을 말하였다.

C는 먼저 여자 텔런트 사진을 찾아 붙인 후, '고급스럽고 우아하게'라는 어휘를 오려서 인물 옆에 붙였다. 그 다음 봉사활동을 하는 텔런트 사진과 홍콩여행, 자동차, 책이 가득한 책장 옆에서 책을 읽는 사진 등을 골라내서 오렸다. 썬트지에 붙이기 전에 6장의 사진들의 균형과 조화를 재면서 비틀어진 다시 오려서 반듯하게 붙인 후 '이루어지는 꿈'이라고 제목을 붙였다. '미래에는 나의 일을 하면서 당당하고 자신감 있게 살아갈 것이다. 그리고 내가 가진 것을 나누며 봉사하는 사람이 될 거다. 10년 후 가족 모두 함께 홍콩으로 여행을 가고 싶다'고 말한 후, 가장 중심에 붙인 미래의 자신에게 '고마워!, 나에게 용기를 줘서'라고 말하였다. 연구자가 '균형 있게 붙이려고 애쓰셨다'고 말하자, C가 당황해 하는 모습을 보이면서 '내 마음이 딱 걸린 것 같아 민망하고 당황스럽다'고 말하였다. '아들을 키우는데 많이 내려놓아야 할 것들 중에 하나다'라고 하면서 아들에 대한 자신의 양육 태도에 대해서 더 이야기를 하였다. '오늘 활동을 통해서 자신의 미래의 꿈을 보게 되었고, 또 꼭 이루어 질 것 같아서 기분이 좋았다'고 소감을 말하였다.

#### □ 활동 평가

A는 최근에 자활센터에서 아는 언니에게 충고를 들었는데, 기분이 조금 안 좋다고 하면서, '요즘 분노 조절이 너무 힘들다. 남들은 스트레스를 풀기 위하여 청소, 빨래를 한다고 하는데, 자신은 그런 방법을 찾기가 어렵다'라고 하소연 하였다. 콜라주에서 '신발'에 대한 집착을 표현하였는데, 현실 적용의 어려움이 투사되었다고 여겨졌으며, 남자에 대한 배신감 또는 불신감, 자신의 진로에 대한 고민을 알 수 있었다. A는 프로그램 투입 후 6회기까지 자기-자비와 우울이 크게 변화되지 않고 있으나 이번 활동에서 '베이비시터에 마음이 가는데, 한때 꿈을 포기할까도 했으나 앞으로 도전해 보고 싶다'는 소망을 말해서 A에게서 작은 변화가 느껴졌다.

B는 콜라주에서 딸과의 관계와 다양한 욕구들을 표현하였다. 콜라주를 완성한 후 '침터에서 내 인생을 돌아볼 수 있었으며, 내 자신을 찾고, 다시 삶의

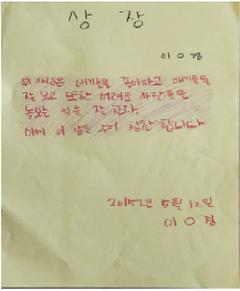
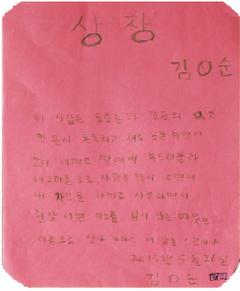
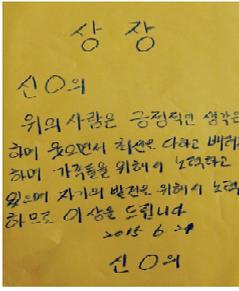
여유를 찾아서 제2의 인생을 시작하게 되어 감사하다'고 웃으며 힘주어 말하는 B에게서 긍정적인 에너지가 느껴졌다.

C가 '싱크대가 고장 나고 악취가 나서 집주인과 갈등을 겪었는데, 서러워서 눈물이 났다'고 말하여, 자기-자비가 전 회기의 26점에서 22점으로 4점 낮아진 요인이라고 여겨졌다. 그러나 본 회기의 활동에는 적극 참여하였으며, 콜라주를 완성한 후 가장 중심에 붙인 미래의 자신에게 '고마워!, 나에게 용기를 줘서'라고 말하고 '이루어지는 꿈'이라고 덧붙이는 모습에서 삶에 대한 의지가 보였다.

이번 회기를 통해서 참여자들은 자신의 욕구에 대한 인식과 미래 삶에 대한 의지를 갖게 되었다고 여겨졌다.

### 7회기: '나에게 주는 상장' 꾸미기

7회기의 '나에게 주는 상장 꾸미기' 활동 내용 분석 결과를 작품 [그림 IV-18], 활동 내용 요약, 활동 평가로 제시하였다.

대상 (척도점수)	A (자기-자비: 22, 우울: 26)	B (자기-자비: 37, 우울: 1)	C (자기-자비: 35, 우울: 4)
제목	나에게 주는 상	나에게 주는 상	나에게 주는 상
작품			

[그림 IV-18] '나에게 주는 상장 꾸미기' 작품들

#### □ 활동 내용 요약

이번 활동은 자신의 삶이 힘들기는 하지만, 그래도 살아가고 있음에 감사하며, 나를 존재하게 하는 강점에 대해서 써보라고 하였다.

A는 ‘요즘 다이어트를 해서 2kg을 뺐는데, 몸이 너무 힘들다. 그렇지만 목표를 위해서 꾸준히 노력해 보겠다’고 말하였다. 자신을 존재하게 하는 강점에 대해서 ‘애기들을 좋아하고 잘 돌본다, 사람을 돌보는 일을 잘 한다, 반려견을 잘 돌본다, 의지가 강하다, 모든 일에 노력한다, 사람들을 도와주는 걸 좋아한다, 끈기가 아주 조금 있다, 힘이 세다’고 썼다. 자신이 쓴 강점들을 보면서 자신에게 주는 상장을 꾸미고, 직접 낭독하여 자신에게 수여하도록 하였다. 그러나 ‘그저 그렇다, 진짜로 받는 것이 아니므로……’라고 소감을 말하였다. 연구자가 ‘자기 자신에게 주는 상은 처음이죠?, 자기 자신에게 상장을 주는 것은 자기의 강점을 인정하는 거죠?’라고 웃으면서 말하자 A도 웃으면서 수긍하였다.

B는 ‘요즘 딸에게 고운 말을 쓰는 것을 실천하고 있으며, 그래서 딸의 표정도 밝아지고 쉽터 식구들과의 관계도 좋아져서 칭찬 받게 되어 기분이 좋다’고 이야기를 하였다. ‘과거에 연연하지 않는 것, 동료들과 갈등이 없어진 것, 딸에게 많이 너그러워지고 사랑을 많이 주고 부드러워진 것, 사회생활에서 동료들과 친분이 더 돈독해진 것, 내 자신을 아끼고 사랑해 주고 항상 예쁜 미소를 띠고 있는 것, 딸과 동료들과 내 자신을 사랑하려고 실천하는 것 등’이라고 자신의 강점을 쓰고 자신에게 주는 상장을 꾸몄다. 거울을 보면서 자신에게 상장을 직접 수여한 후, ‘상장은 초등학교 때 받아보고 처음 받는다. 설레고 떨리는 느낌이다. 내 자신이 너무 고맙고 좋아서 진심으로 상을 줬다. 내 생애의 최고의 상이다’고 소감을 말하였는데, 조금 흥분하면서 말하는 모습에서 진심이 느껴졌다.

C는 요즘 싱크대 고장 때문에 힘들었는데, 오늘은 어머니와 아들과 함께 낮잠도 자고 폭 쉼 하루여서 기분이 나쁘지 않다고 말하였다. ‘할 수 있는 일은 최선을 다한다, 어차피 할 일 웃으면서 한다, 자기 암시를 한다, 긍정적인 생각을 한다, 다른 사람을 먼저 생각한다(배려), 포기할 수밖에 없는 것은 빨리 정리 한다, 아들의 성장을 위해서 노력한다, 나의 발전을 위해서 노력한다, 부모님의 건강을 위해서 노력한다, 자신의 건강을 위해서 애쓰고 있다’ 등 자신의 강점을 쓴 후 상장으로 꾸몄다. 그리고 자신에게 직접 상장을 낭독하며 수여하였다. 자신을 꼭 껴안는 명상을 한 후, ‘아들에게 최선을 다했다고 말하고 싶으며, 지금까지는 해야 한다는 의무감만 있었고, 자신을 수용하지 못했었는데, 앞으로 나를 인정하는 걸 노력 해야겠다’고 소감을 말하였다.

□ 활동 평가

A는 다이어트가 너무 힘들다고 하면서도 몸무게를 2kg이나 뺐다고 은근히 자랑을 하였다. 다이어트 목표를 위해서 노력해 보겠다는 의지와 함께 체중감량에 대한 성취감이 전회기에 비해 자기-자비가 4점 향상되는데 영향을 주었다고 여겨졌다.

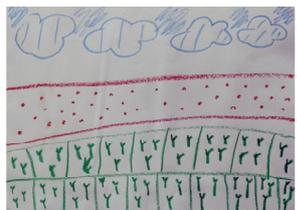
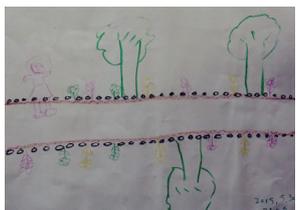
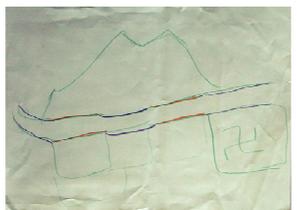
B는 자신에게 주는 상을 꾸밀 때, 망설임 없이 써 나갔으며, ‘내 자신이 너무 고맙고 좋아서 진심으로 상을 줬다. 내 생애의 최고의 상이다’라고 말한 소감에서 자기-자비 향상과 우울이 정상수준으로 회복 되어가는 것이 느껴졌다.

C의 자기-자비가 35점으로 전 회기에 비해서 13점이나 높아졌다. 싱크대로 인한 주인과의 갈등에 대한 고민을 내려놓았고, 제2직업을 위한 연수의 기회를 갖게 된 점, 그리고 아들 양육에 대한 부담감 등으로 힘들었던 자신을 인정하고 수용하게 된 효과라고 여겨졌다. 이번 상장 꾸미기를 마치며 ‘나를 인정하는 걸 해야겠다’고 말한 소감을 통해서 자기 수용이 잘 이루어지고 있다고 여겨졌다.

이번 회기를 통해서 참여자들은 자신의 강점을 인식하게 되었고 스스로에게 주는 상장 꾸미기와 수여식을 통해서 자기-자비가 향상되었다고 여겨졌다.

8회기: 길 그림(사후) 그리기

8회기의 ‘길 그림(사후) 그리기’ 활동 내용 분석 결과를 작품 [그림 IV-19], 활동 내용 요약, 활동 평가로 제시하였다.

대상 (척도점수)	A (자기-자비: 18, 우울: 26)	B (자기-자비: 37, 우울: 0)	C (자기-자비: 32, 우울: 2)
제목	조용한 시골길	아름다운 나의 길	절(田)에 가는 길
작품			

[그림 VI-19] ‘길 그림(사후)’ 작품들

## □ 활동 내용 요약

A는 ‘오늘은 아침 일찍 일어나서 쉼터 식구들에게 줄 김밥 서른여덟 줄을 싸느라고 많이 힘들었고, 요즘은 다이어트를 하는 것이 어려워서 그만 중단하고 싶다’고 말하였다. 길을 떠올리는 명상을 한 후 길 그림을 그렸다. 먼저 갈색을 사용하여 길을 그리고 파랑색으로 하늘에 4개의 구름을 그린 후 아래쪽에 논을 그리고 모내기를 한 풍경을 그렸다. ‘시골 논길로 비포장도로를 혼자 조용히 걷고 있다가 중간에 서서 ‘어디로 가야 되나?라는 생각을 하고 있다. 주위는 조용하고 날씨는 뜨겁다’고 길 그림 소개를 하였다. 1회기 때 그린 길 그림과 비교해서 변화된 점이 무엇인가를 물었더니 ‘따뜻하고 보호 받는 느낌의 숲 속에서 나왔는데, 준비가 덜 된 상태로 나와서 겁이 난다, 어디로 갈지도 모르고……’라고 말을 한 후, ‘그러나 저번에 그린 것에 비해 그림이 잘 그려진 것 같다’고 스스로 평가를 하였다. 그리고 이야기를 나누다 ‘제대로 된 직장이 있었으면 좋겠다’고 소망을 말하였다. 연구자가 ‘1회기에는 오직 길만을 표현하였는데, 이번에는 구름과 논 등 주위 풍경도 표현하여 더 좋다’고 말한 후, ‘자신의 역할(모내기를 한 논밭과 관련)에 대해서 깊이 생각하는 것 같다. 어린아이를 좋아하는 모습이 베이비시터가 정말 잘 어울릴 것 같으니 꿈을 포기하지 말라’고 지지를 해 주었다. 그러자 A는 기분이 좋아졌는지 표정이 밝아졌다.

B는 길을 연상한 후 갈색 크레파스로 길을 그리고 길 안쪽으로 검정색으로 길을 따라 돌멩이를 늘어놓았다. 왼쪽에 핑크색으로 자신을 그리고 초록, 핑크, 노랑색으로 꽃과 세 그루의 나무를 그린 후 ‘아름다운 나의 길’이라고 제목을 붙였다. 길 그림을 그리면서 미소를 지으며 즐겁게 그림을 그려나갔다. 1회기 때 그린 길 그림과 비교해서 변화된 점이 무엇인가를 묻자, ‘처음 1회기에 그렸던 길 그림은 막막함이 있었고 오르막길이어서 인생 또는 삶이 허무한 느낌이었다면, 오늘 그린 길 그림은 꽃과 나무가 있으며 평평한 길이어서 마음이 많이 편안해진 느낌이다’고 말하였다. ‘이번 활동을 통하여 과거의 힘들었던 마음을 털어놓고 나니 그동안 몰랐던 행복감이 느껴지고 자신을 사랑하게 되었으며, 많이 너그러워졌다. 과거에 연연하지 않고 제2의 길을 순탄하게 갈 수 있으면 하는 바람이다’라고 소감을 말하였다. 연구자가 ‘프로그램 초기에 늘 딸아이 이야기만 하였는데, 점차 자신의

이야기를 많이 하게 되었고, 특히 오늘 활동에서는 딸의 이야기를 거의 하지 않았네요'라고 하자 '여유가 생기니 내가 보이는 것 같다'고 응답을 하면서 웃었다. 건강한 가족과 건강한 분리에 대해서 좀 더 이야기를 나눈 후 활동을 마쳤다.

C는 절에 가는 길이 생각났다고 하며, 녹색 색연필을 선택하여 길을 그리고 주황색으로 다리를 그린 후 보라색으로 다리와 다리를 이어주는 길을 표현하였다. 그 다음 산을 그리고 밭들을 그린 후 절[卍] 표시를 하였다. '빛 축제가 열리고 있으며, 조용하고 여유로운 분위기'라고 말하였다. 연구자가 길 그림을 보며(산이 그려진 것과 관련) '혹시 해결하고 싶은 과제가 있어요?'라고 묻자, '요즘 제2의 삶을 준비하려고 공부를 시작하게 되었다'고 말하였다. 그리고 연구자가 밭을 가리키며, '계절이 여름인데 밭에 식물이 보이지 않는 것에 대한 느낌은 어떠세요?'라고 물었다. A가 깜짝 놀라 웃으며, '허무해요!'라고 말한 후 '하지만 땅 아래에서 뭔가 나오려고 준비하는 것 같아요.'라고 말 하였다. 그리고 A가 '지금 제가 제2의 직업을 준비하는 것과 관련이 있어요?'라고 물은 후 '선생님, 대단해요!'라고 감탄을 하였다. 연구자가 '길의 끝에는 무엇이 있을 것 같아요?'라고 물었더니 A는 '고속도로처럼 넓고 시원한 길이 펼쳐져 있어서 잘 달릴 수 있을 것 같다'고 응답을 하였다. 연구자가 '지금 준비하는 일과 관련하여 앞으로 좋은 일이 있을 것 같다'고 적극적으로 지지를 해주고 회기를 마쳤다.

#### □ 활동 평가

A는 이번 회기에서 자기-자비가 18점으로 4점 낮아졌는데, '아침 일찍 일어나서 서른여덟 줄의 김밥을 만드느라고 너무 힘이 들었고 다이어트 하는 것이 어려워서 그만 중단하고 싶다'는 말에서 전 회기에 비해 자기-자비가 낮아진 이유를 알 수 있었다. 길 그림은 자갈이 있으나 평탄하게 그려진 길과 구름, 논밭 등 주위 풍경이 1회기에 그렸던 길 그림에 비해 비교적 조화롭게 그려졌다. 길 그림 소개를 하면서 '제대로 된 직장을 가져봤으면' 하는 소망의 말에서 A의 직업을 갖고 쉽터 생활을 그만 청산하고 싶어 하는 강한 욕구를 느낄 수 있었다.

B는 평탄하고 꽃과 나무, 사람 등 주위 풍경이 표현된 길 그림을 그리고 '마음이 편안한 느낌의 길'이라고 말하였다. '이번 미술치료를 받으면서 마음에 여유가 생

졌고, 무거웠던 마음이 가벼워진 것 같으며 옛날보다 많이 변한 것 같아 안심이 된다. 앞으로 밝은 것만 보면서 예쁘게 살아갈 것이다'라고 소감을 말하는 모습에서 밝고 긍정적인 에너지를 느낄 수 있었다.

C는 다리를 이어주는 길을 그리고 절로 가는 길이며 빛 축제를 여는 여유로운 분위기라고 표현하였다. 제2의 인생을 준비하는 공부를 시작했다고 말하였는데, 제2의 인생에 대한 고민과 준비하는 노력의 투사적 은유가 다리와 빛 축제로 표현되었다고 여겨졌다.

참여자들은 이번 회기에 길 그림을 다시 그리고 1회기에 그렸던 길 그림과 비교를 통해서 자신의 긍정적인 변화를 인식하게 되었으며, 삶에 대한 의지와 긍정적인 자기상 확립에 도움이 되었다고 여겨졌다.

이상의 프로그램 회기별 분석을 통하여 얻어낸 참여자의 태도 및 반응의 변화를 단계별로 요약하여 <표 IV-10>으로 제시하였다.

아래의 <표 IV-10>에서와 같이 참여자들이 프로그램의 탐색단계에서 자기 인식이 이루어졌고, 표출단계에서 과거의 억압되었던 감정이 표출되었으며, 변화단계에서 미래에 대한 삶의 의지가 확립되어 가며 점차 태도와 반응에서 긍정적인 변화가 일어남을 확인할 수 있었다.

<표 IV-10> 프로그램 회기별 참여자의 태도 및 반응 변화

단계 참여자	탐색단계	표출단계	변화단계
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>어두운 표정</li> <li>기분이 그저 그렇다.</li> <li>우울하다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>27세인 지금 뭘 해야 할지 모르겠다.</li> <li>삶에 의욕이 없고 자신이 답답하다.</li> <li>지금도 방법만 있으면 죽고 싶다.</li> <li>정신 차리면 잘 빠져 나오겠죠?라고 하며 웃음.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>한 때 꿈을 포기할까도 생각했었는데, 앞으로 도전해보고 싶다.</li> <li>제대로 된 직장이 있었으면 좋겠다.</li> <li>그림이 잘 그려진 것 같다.</li> </ul>
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>나를 위해서 해 놓은 것이 없어 허무해요.</li> <li>참 어렵고 험한 길이다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>얼굴이 몹시 붓고 어두운 표정</li> <li>힘들었던 과거를 털어 놓고 나니 마음이 좀 편안해졌다.</li> <li>눈치를 안 보고 당당해지고 싶다.</li> <li>수수로 자책하던 마음이 긍정적으로 변하고 있음을 느꼈다고 함.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>제2인생을 시작하게 되어 감사하다.</li> <li>내 자신이 너무 고맙고 그런 나에게 진심으로 상을 줬다.</li> <li>과거보다 많이 변한 것 같아서 안심이 된다.</li> </ul>
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>여러 가지 마음의 갈등으로 잠을 자지 못해서 힘들다.</li> <li>좁은 틀 안에서 오도 가도 못하는 느낌, 물속에서 허우적대는 느낌이다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>과거가 혼란스럽고 기억이 잘 안 난다.</li> <li>얼굴이 붉어지며 격해지는 모습</li> <li>마음이 시원해 졌으며, 자신에게 희망적인 감정도 많다는 것을 느꼈다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>활동을 통해서 나의 꿈을 보게 되었고 꼭 이루어질 것 같다.</li> <li>앞으로 나를 인정하는 것을 노력해야겠다.</li> <li>제2의 인생을 위하여 상담 공부를 시작했다.</li> </ul>

#### 4. 논의

길 그림 프로그램이 가정폭력 피해여성의 자기-자비와 우울에 미치는 효과와 프로그램에 참석한 후 참여자의 길 그림의 변화 양상을 규명한 결과에 대해서 논의한 결과는 다음과 같다.

먼저 연구 2에서 길 그림 프로그램의 가정폭력 피해여성의 자기-자비 향상과 우울 감소 효과를 양적 분석으로 검증하기 위해서 대상자간 중다기초선설계의 ‘사전-처치-사후’ 순으로 총 20회에 걸쳐 척도검사를 하였으며, 처치단계에서 8회기의 길 그림 프로그램을 투입한 결과에 대해서 논의하면 다음과 같다.

첫째, 길 그림 프로그램은 가정폭력 피해여성의 자기-자비를 향상시키고 우울을 감소시키는 것으로 확인되었다. 첫 번째 투입된 피해여성의 경우에 비해서 두 번째와 세 번째 투입된 피해여성의 경우에서 프로그램 투입에 따른 자기-자비 향상과 우울 감소 효과가 더 큰 것으로 확인되었다. 한편 중다기초선설계에서 프로그램이 투입되기 전인 사전단계에서는 자기-자비 점수가 거의 변화가 없거나 같은 점수로 유지 되다가 프로그램 투입 후 자기-자비 점수가 향상되는 것을 볼 수 있었다. 특히 참여자 B와 C인 경우 변화가 아주 뚜렷하게 보였다. Neff와 Germer(2012)가 자기-자비의 함양을 위해 개발한 마음챙김 자기-자비 MSC(Mindful Self-Compassion) 프로그램이 자기-자비 수준을 높이는데 긍정적인 효과를 보인다는 실험연구와 한미영(2012)의 사티 수행 프로그램이 자기-자비 향상에 긍정적인 영향을 주었다는 연구와 일치하였다.

길 그림 프로그램이 8회기로 단기 프로그램이긴 하지만 위의 연구들과 같이 자기-자비가 향상된 이유를 다음과 같이 제시해 보았다.

1회기에서 길 그림을 그리게 하여 가정폭력 피해여성 자신의 과거, 현재, 미래를 전체적으로 통찰하게 했고, 2회기에서 ‘과거의 나’를 주제로 현재까지의 인생을 그래프로 그려서 자신의 인생 또는 힘들었던 삶까지도 회피하지 않고 직면하게 하였다. 그 결과 자신의 힘들었던 삶이 자신의 잘못만이 아니며, 자기 비판이나 비난이 아닌 자기 자각과 자기 수용으로 자신의 고통에 공감하고 자기 자비 향상에 기여했다고 여겨진다.

그 다음 3회기에서 자기 인생 그래프 그리기를 통해서 가장 힘들었던 시기를 자유화로 표현하게 하여 억압되었던 무의식의 갈등을 마음껏 표출하게 하였으며, 상처 받은 어린 자아와의 건강한 분리를 도왔다. 특히 프로그램 투입 초기에 인생 그래프를 그리고 자신의 삶에서 가장 힘들었던 때를 자유화로 표출하게 하여 자기 인식 및 카타르시스를 느끼게 했던 것이 효과가 있었다고 여겨진다. 그 결과로 처치단계 2회기 후 3번째 척도검사에서부터 자기-자비 변화가 크게 향상됨

을 볼 수 있었다. 특히 자기 수용은 자신의 겪은 경험을 가치 있는 것들로 여기게 하여 행동을 보다 자신에게 도움이 되고 건설적인 방향으로 바뀌게 하는 것으로 보고되고 있으며(김미선, 2014), 자신의 힘들었던 고통스러운 경험을 회피하지 않고 충분히 직면하고 경험할수록 심리치료 성과가 크게 나타나는 것으로 보고한 연구(Greenberg & Safran, 1989)가 이를 지지해주고 있다.

4~5회기에서는 ‘현재의 나’를 주제로 ‘감정파이 꾸미기’를 통하여 현재 자신의 감정과 욕구를 알아채게 하고, ‘웅덩이에 빠진 나’를 통하여 자기 강점을 찾게 함으로써 자신에 대한 실망감, 무력감, 자기 비난을 자아존중, 자기-친절, 자기 성장에 필요한 자원 인식으로 변화하게 되었다고 여겨진다. 이에 A의 자기-자비 점수는 평균 수준으로 유지 되었으며, B와 C의 자기-자비 점수는 계속 향상되었다.

변화 단계인 6~7회기에서는 ‘미래의 나’를 주제로 10년 후 미래의 모습을 콜라주로 표현하여 미래의 삶에 대한 의지를 확립시켰으며, ‘나에게 주는 상장 꾸미기’를 통하여 자기 강점을 강화시키고 자존감을 향상시켰다. 그 결과 참여자 A는 투입 단계 자기-자비 평균점수 보다 조금 향상되어 유지 되었고, B와 C는 자기-자비가 점수가 평균 점수보다 크게 향상되었다. 마지막 8회기에서는 1회기에 그렸던 길 그림을 다시 그리게 하여 참여자 스스로 사전·사후 길 그림이 변화를 비교하여 자신의 긍정적인 변화를 인식하게 했으며, 삶에 대한 변화의 의지와 자기 관리에 대한 동기를 부여하였다. 그 효과로 프로그램 투입 후 사후 단계까지 자기-자비가 향상되고 유지 되었다고 볼 수 있다.

길 그림 프로그램의 또 다른 특징은 매 회기 시작단계에서 ‘명상하기’를 삽입한 것이다. 명상을 통하여 주의를 집중시키고 회기별 주제에 대한 연상을 한 후 활동을 하였다. 이러한 활동은 참여자들이 자기 직면과 통찰에 의해 자기 이해를 하고 자기 수용을 함으로써 자기-자비를 향상 시키는데 기여한 것으로 볼 수 있다.

둘째, 길 그림 프로그램이 가정폭력 피해여성의 우울에 미치는 효과를 검증한 결과, 참여자에 따라 변화 정도의 차이는 있었지만 참여자 세 명 모두 우울 점수가 감소되는 것을 확인할 수 있었다. 특히 B와 C는 ‘심한 우울’에서 ‘정상’ 수준까지 회복되었다. B는 사전단계에서 ‘심한 우울’ 수준이었으나, 처치단계에서 ‘정상’ 수준으로 우울이 감소되었음을 볼 수 있었고, 사후단계에서도 ‘정상’ 수준이 계속 유지 되었다. C도 사전단계 ‘심한 우울’ 수준에서 처치단계에서 ‘가벼운 우

울'로 점차 우울이 감소됨을 알 수 있었고, 처치단계 후반인 17회기부터 '정상' 수준이 되었으며 사후단계까지 '정상' 수준이 계속 유지되었다. 이러한 결과는 가정폭력 피해여성의 심리적 적응을 회복하는데 효과가 있었다는 정은선(2007)의 연구, 가정폭력 피해여성의 우울·불안 감소를 위한 가족미술치료 사례연구를 한 조영호(2008)의 연구, 통합적 집단미술치료가 가정폭력 피해여성의 자아존중감 및 자기표현과 우울에 긍정적인 영향이 있었다는 김혜정(2005)의 연구, 정신역동적 기법의 미술치료를 이용하여 중년 여성의 우울증을 완화시켰다는 은옥주(2000)의 연구와도 일치하고 있음을 보여준다. 그러나 A는 사전단계에 비해서 사후단계에서 조금 낮아지긴 하였지만 '심한 우울'이 해소되지 못했다. 그 이유로 먼저 B, C와 다른 개인적인 배경의 차이가 원인이라고 추측된다. B와 C는 직장이 있어서 마음만 있으면 언제든지 경제적인 독립을 할 수 있는 반면, A는 프로그램 8회기에서 '제대로 된 직장을 가져봤으면'이라고 했듯이 직장이 없어 경제적인 독립을 하지 못하고 쉼터생활에 불만이 있어도 사회로 복귀하기 어렵다는 점이다. 특히 A는 초등학교 저학년 때 오빠에게 가정폭력을 당하였는데, 성장기에 가정폭력을 목격하거나 직접 피해를 입은 성인인 경우 신체적, 심리적, 정서적 문제와 사회적 부적응을 나타내고 우울 등 내재화 문제를 보이며(원희량, 서보남, 2010, 재인용), 초기 아동기의 부정적인 자아개념 형성으로 우울이 고질화되었다고 볼 수 있다. 또 A가 자신의 몸을 잘 지탱하기 어려울 정도의 초고도 비만으로 평소 생활에 지장을 줄 정도여서 자아상이 부정적일 수밖에 없다는 점 등이다. 그러나 A가 처치 단계에서는 우울의 변화를 보이지 않다가 사후검사로 들어가면서 우울이 조금씩 감소되기 시작하였다. 이에 8회기 단기 프로그램보다 좀 더 긴 처치가 필요하다고 여겨졌다. 특히 '유쾌함의 상실', '자살사고 소망', '울음'에서 우울 지수가 높기 때문에 보다 삶의 의미를 줄 수 있는 프로그램 지원이나 경제적인 자립을 할 수 있는 일자리 지원 등이 필요하다고 여겨졌다.

셋째, 사전단계에서 자기-자비가 낮을수록 우울수준이 높았고, 처치단계 및 사후단계에서 자기-자비가 향상되자 우울수준이 감소됨을 확인할 수 있어 서로 부적상관이 있음을 알 수 있다. 이 결과는 진로스트레스와 부정적 정서(우울, 불안) 사이에서 자기-자비의 부분 매개효과가 통계적으로 검증된 박채연(2013)의 연구, 외상정서와 용서 간의 관계에서 자기-자비의 조절효과가 있었다는 김미선(2014)의

연구와도 일치한다. 또한 자기-자비가 정서 조절 전략의 특징을 가진다는 기존의 선행연구 결과를 반영한다(김경의 외, 2008; 김미선, 2014; Neff, 2003a, 2004; Rizkalla et al., 2008). 자기-자비는 명료한 정서적 자각 상태와 균형 잡힌 마음 상태에 이르게 하여 스트레스의 원인을 제거하도록 도우며(Neff et al., 2007), 고통스러운 사건에 의해 나타나는 부정적인 자기감정을 완화시켜 부정적인 정서에 압도되지 않도록 도와주는 역할(Leary et al., 2007)을 한다고 하였는데, 이 연구를 통해서 길 그림 프로그램이 가정폭력 피해여성의 자기-자비 향상으로 우울 감소에 효과가 있음이 밝혀졌다.

다음으로 길 그림 프로그램에 참여한 후 참여자한 길 그림에서도 변화가 있었다. 참여자별 사전·사후 길 그림 비교 평가와 길 그림 분석에서 A가 사전에 비해 사후 그림에서 삶의 어려움의 은유일 수 있는 방해물인 자갈들을 표현한 것을 제외하고 거의 모든 요소에서 긍정적인 변화를 보였다. 가정폭력 피해여성들은 사전 길 그림에 비해 사후 길 그림의 초기 인상 요인에서 전체 분위기가 밝고, 길의 느낌이 평탄해 졌으며, 주위 풍경이 잘 표현되었고, 길이 보다 가깝게 표현되었으며, 길의 구성 요소 간 조화로웠다. 체제와 공간 요소에서 화지 구조는 주로 가로를 선택해서 그렸으며, 화지 면적을 잘 활용하여 그림의 내용이 보다 풍부해졌고, 3~4색 이상 다양한 색을 사용하였으며, 필압이 높아졌고, 표현된 계절에 따른 그림이 조화를 이루었다. 또한 길의 상태 요인에서 길의 구성이 잘 되었고, 길의 방향이 긴장감을 주는 ‘아래 쪽에서 위쪽으로’에서 일반적으로 다수 사람들이 선택하며 ‘과거에서 미래’로 향하는 투사적 은유인 ‘오른쪽에서 왼쪽’ 방향으로 변화되었다. 그리고 길의 모양이 곧아 졌으며, 길의 경사가 완만해져서 평탄하게 표현되었다. 마지막으로 길의 구성 요소에서는 A의 사후 그림에서 나타난 자갈들의 방해물 표현을 제외하고는 교차로, 도로표지판, 교량, 자신의 표현에서 사전 그림에 비해 사후 그림에서 일반여성들의 길 그림과 비슷한 양상으로 변화되었다. 이 결과는 김혜정(2005)의 ‘통합적 미술 치료가 가정폭력 피해여성의 우울, 자아존중감 및 자기표현에 미치는 효과’ 연구 결과, 동적 집-나무-사람(K-HTP) 검사에서 사전검사에 비해 사후검사가 집단원들 대부분이 필압이 강해지고 화면이 가득차면서 그림의 내용도 활기차고 풍부해 졌으며, 적극적이고 자신감 있는 모습을 표현하여 긍정적인 변화가 있었다는 것과 일

치하였다. 그리고 조영호(2008)의 ‘가정폭력 피해여성의 우울·불안 감소를 위한 가족미술치료 사례연구’에서 빗속의 사람 그림검사(PITR)에서도 무표정한 얼굴과 비의 양이 많고 음영이 많으며 힘없는 스트로크와 그림전체에 비를 표현하는 사전 그림에 비해 사후 그림에는 웃는 표정과 비의 양이 줄고 소나기를 표현하였으며 비를 피할 수 있는 원두막의 지붕과 원두막을 내려갈 수 있는 사다리의 표현을 강조하여 우울의 감소를 알 수 있었다고 보고한 것과 맥을 같이 한다.

특히 A인 경우 양적 분석 결과에서는 ‘심한 우울’ 수준에서 벗어나지 못하였지만 회기별 내용 분석 및 길 그림의 사전·사후 변화 결과에서는 사전에 비해 사후 길 그림에서 삶의 어려움의 은유일 수 있는 방해물인 자갈들을 표현한 것을 제외하고 거의 모든 요소에서 일반여성의 길 그림 수준으로 변화되고 있음을 볼 수 있다. 이에 앞으로 보다 긍정적인 변화의 가능성을 보여준다고 여겨지며, 사후 단계에서 우울 점수가 점차 낮아지는 것에도 연관이 있다고 볼 수 있다.

마지막으로 처치단계의 길 그림 프로그램의 회기별 내용 분석 결과와 소감문을 통하여 얻어낸 참여자들의 심리적 변화에 대해서 다음과 같이 논의 하였다.

첫째, 길 그림 프로그램 회기별 내용을 분석한 결과, 참여자들의 심리가 긍정적으로 변화된 것을 알 수 있었다. 특히 마지막 8회기의 활동 후 느낌에서, 참여자 A는 ‘따뜻하고 보호 받는 느낌의 숲 속에서 나왔는데, 준비가 덜 된 상태로 나와서 겁이 난다, 어디로 갈지도 모르고……’라고 표현하였다. 무섭고 혼란스럽긴 하지만 심한 우울과 무기력한 자신의 틀을 벗어나기 위하여 노력하고 있음을 알 수 있었다. 이는 사후단계에서 점차 자기-자비와 우울 점수가 조금씩 변화되어 가는 것과 연관이 있다고 여겨졌다. 참여자 B는 ‘미술활동을 통하여 과거의 힘들었던 마음을 털어놓고 나니, 그동안 내가 몰랐던 행복감이 느껴졌다. 자신을 사랑하게 되었으며 약간 너그러운도 생겼다. 과거에 연연해하지 않고 제2의 길을 순탄하게 갈 수 있으면 하는 바람이다’라고 표현하였다. 자신의 변화를 스스로 인식하고 있으며, 미래의 삶에 대한 의지를 느낄 수 있었다. 참여자 C는 ‘고속도로처럼 넓고 시원한 길이 펼쳐져 있어서 잘 달릴 수 있을 것 같다’고 표현하였으며, 제2의 직업을 갖기 위하여 공부를 시작하게 된 것 등, 미래의 삶에 대한 적극적인 의지를 갖게 되었다고 여겨졌다.

둘째, 참여자들은 프로그램을 마치는 소감문에서 길 그림 프로그램이 자신에게 도움이 되었다고 긍정적인 표현을 하였다. 참여자 A는 ‘많은 것을 알았고 깨달았으며, 나에게 많은 도움이 되었다. 처음 시작할 때의 기대보다 더 재미가 있었다’, 참여자 B는 ‘내 자신을 돌아보게 되었고, 내 마음을 알게 되었으며, 다른 사람들의 마음을 이해하고 배려할 수 있게 되었다’, 참여자 C는 ‘불안한 상황에서 인정하지 못했던 부분들이 미술치료를 통해서 이해되었고, 인정되면서 많은 부분들에 여유가 생겼다. 앞으로 자신을 사랑하고 아낌없이 예뻐하고 싶다. 새로운 일에 자신감을 가지고 도전하는데 큰 도움이 될 것 같다’고 표현하였다.

이상의 논의 결과 사전·사후 길 그림 변화, 프로그램 회기별 활동 내용 분석 및 참여자들의 소감문을 통하여 참여자들의 심리적인 변화와 미래에 대한 삶의 의지를 알 수 있었다. 이에 길 그림 프로그램은 가정폭력 피해여성들의 자기-자비를 향상시키고 우울 감소에 효과가 있다고 볼 수 있다.

## V. 종합 논의

연구의 결과를 바탕으로 연구 1, 2에서 각각 논의를 하였기 때문에 다음에서는 이 연구의 전체적인 논의만을 하였다.

연구 1에서는 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 회화적 반응특성의 차이를 비교하여 길 그림이 투사적 그림검사로서 유용한지를 알아보았다. Hanes (1995)는 길 그림을 개발하고 소개하면서 개개인마다 길 그림이 독특하므로 백과사전적 해석은 지양해야 한다고 하였다. 그러나 길 그림에 드러난 투사적 은유의 의미를 보다 객관화 시켜 일반화 가능성을 높이고, 개인의 더 많은 무의식의 정보를 얻어낼 수 있는 개연성이 필요했다. 이에 연구자가 2007년부터 재소자, 아동기 성학대 피해여성을 대상으로 연구해 온 길 그림 관련 내용을 바탕으로 길 그림의 4개 주요 영역과 그에 따른 20개 요소의 반응특성을 체계화하여 가정폭력 피해여성을 대상으로 길 그림이 투사적 그림검사로 유용한지 알아보았다. 그 결과 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 차이를 통하여 길 그림이 투사적 그림검사로 활용 가능성이 있음이 밝혀졌다.

한편 강경숙(2009)의 '재소자의 길 그림에 나타난 반응특성 연구'에서 삶에 대한 평가에 따라 반응특성 9개의 요소 중 전체분위기, 길의 느낌, 길의 모양 등 3개 요소에서 유의미한 차이가 있었다. 그에 비해 이 연구에서는 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림의 회화적 반응특성에서 20개 요소 중 화지구조, 교차로, 도로표지판, 교량 등 4개 요소를 제외한 16개의 요소에서 유의미한 차이가 나타났다. 따라서 길 그림은 분노와 불안이 높은 재소자들에 비해 상대적으로 무기력과 우울이 높은 가정폭력 피해여성의 길 그림에서 더 유의미한 결과가 나타났기 때문에 무기력과 우울을 진단하는 투사적 그림검사로써 더 개연성이 높다고 할 수 있다. 이에 길 그림은 상담 및 임상장면에서 가정폭력 피해여성들의 자신의 전체적인 삶의 과정을 탐색하게 하여 자신을 이해하고 수용하며, 앞으로의 삶의 방향과 여정들을 자유의지로 선택하는 데 도움을 주고 미래까지 예측할 수 있는 길 그림 검사로 활용할 수 있다고 본다.

연구 2에서는 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램이 가정폭력 피해여성의 자기-자비와 우울에 미치는 효과와 그에 따른 길 그림의 변화 양상을 알아보았다. 자기-자비가 낮고 ‘심한 우울’ 수준인 가정폭력 피해여성 3명을 선정하여 대상자간 중다기초선설계에 기반한 길 그림 프로그램을 투입하였다. 그 결과 사전단계 척도검사에서 자기-자비가 낮고 ‘심한 우울’ 수준이었던 참여자들이 자기-자비가 향상되었으며 3명 중 2명이 ‘심한 우울’ 수준에서 ‘정상’ 수준으로 회복되었다. 나머지 한 명도 ‘심한 우울’ 수준에서는 벗어나지 못했지만 사후단계에서 점차 우울이 낮아짐을 확인할 수 있었다.

다만 참여자 A가 변화가 크지 않았던 이유로 다른 두 참여자와 개인적인 배경이 다르기 때문이라고 여겨졌다. 참여자 A는 아동기에 어머니의 부재와 오빠에 의한 가정폭력 피해 경험, 힘들었던 성장과정, 극도의 비만과 직업이 없는 것에서 우울이 고질화되었다고 여겨졌다. 성장기에 가장 중요한 존재인 어머니나 중요한 대상자들로부터 받은 상처가 우울증을 유발하는 근본적인 원인이 되고 성인기에 상실이나 좌절을 경험할 때 어린 시절의 상처가 되살아나 무기력, 절망감에 사로잡히게 함으로써 우울증으로 발전할 수 있다고 한 연구들(은옥주, 2000; 황경애 2006; 황의현, 2000)에서도 입증되었다. 그러나 참여자 A가 사후단계에서 점차 긍정적인 변화를 보인다는 점에서 8회기의 단기 프로그램 보다 회기를 더 늘려 중장기 프로그램으로 진행한다면 보다 긍정적인 결과를 가져올 수도 있다고 여겨진다. 이 연구에서 단기 프로그램으로 실시한 의도는 가정폭력 피해로 쉽터에 입소할 정도의 긴박한 위기 상황에서 가정폭력 피해여성의 심리적인 안정을 돕고 쉽터 생활에 적응할 수 있도록 하며, 더불어 쉽터의 지원 체제 상 입소자를 위해 주로 10회기 정도의 프로그램을 지원하는 실정이었기 때문이었다. 또한 입소자가 개인의 사정으로 퇴소할 경우 지원되던 프로그램이 중단되는 경우들이 종종 있다. 따라서 가정폭력 피해여성의 심리적인 회복을 돕기 위한 프로그램 지원시 입소자의 상황에 따라서 탄력적으로 지원해야 한다고 여겨졌다. 더불어 입소자의 경제적인 자립을 돕기 위해서 직업 선택의 기회를 더 확대할 수 있도록 해 주는 것이 필요하다고 여겨진다.

그 다음 가정폭력 피해여성이 길 그림 프로그램을 통하여 자기 이해, 자기 수용이 이루어지자 자기-자비가 향상되고, 우울이 감소되어 자기-자비와 우울은 서로 부적

상관이 있음을 알 수 있다. 이는 자기-자비의 부분 매개효과가 통계적으로 검증된 박채연(2013)의 연구, 외상정서와 용서 간의 관계에서 자기-자비의 조절효과가 있었다는 김미선(2014)의 연구와도 일치한다.

마지막으로 길 그림 프로그램에 참여했던 가정폭력 피해여성이 자기-자비가 향상되고 우울이 해소되자 길 그림의 회화적 반응특성에서도 변화가 있었다. 참여자별 사전·사후 길 그림 변화 분석에서 4개 주요 영역에 따른 20개의 요소에서 일반여성의 길 그림과 비슷한 양상으로 변화하였다.

이상의 논의를 통하여 얻어낸 결과를 요약하면 다음과 같다. 삶의 과정이 힘들었던 사람들은 자신의 삶에 대해서 드러내길 꺼려하며, 자기보고식 척도나 그 외의 언어를 이용한 검사에서 회피나 혹은 방어로 거짓으로 보고할 수 있다. 그러나 길 그림은 ‘길’이란 주제가 갖는 투사적 은유를 통하여 개인의 과거, 현재, 미래를 직면하고 통찰할 수 있는 상담 및 치료 등의 개입과 심리평가 및 프로그램 실시 사전·사후 비교 시 투사적 그림검사로 활용될 수 있다. 또한 길 그림 프로그램은 무기력과 우울 등으로 억압된 감정을 표현하는데 어려움을 겪고 있는 가정폭력 피해여성들에게 자신의 심리 정서적 문제에 관한 통찰을 통해 자기 이해 및 자기 수용으로 자기-자비 향상과 우울을 해소할 수 있다. 이는 가정폭력 피해여성들의 심리적 상처의 치유와 더불어 새롭게 삶의 의욕을 가지고 건강한 사회인으로 복귀할 수 있도록 도와 줄 수 있다고 본다. 더불어 길 그림과 길 그림 프로그램은 가정폭력 피해여성들의 자기 표현과 심리 정서적 안정 및 자기 성장을 도와 여성 또는 어머니로서의 역할을 자각하여 수행하는데 도움을 주는 평생교육 프로그램으로 활용할 수도 있다고 본다.

## VI. 결론 및 제언

이 연구를 1, 2로 나누어 진행하였는데, 연구 1에서는 일반여성과 가정폭력 피해여성의 길 그림 반응특성의 차이를 알아보았고, 연구 2에서는 투사적 은유를 활용한 길 그림이 가정폭력 피해여성의 자기-자비 조절과 우울 해소에 효과가 있는지, 그리고 자기-자비 조절과 우울이 해소되면 길 그림에 어떤 변화가 있는지 살펴보았다. 이상에서 이 연구의 결과와 논의를 통하여 다음과 같이 결론을 내리고 후속 연구를 위한 제언을 하고자 한다.

첫째, 일반여성과 가정폭력 피해여성 간 길 그림에 나타난 회화적 반응특성은 유의미하게 다르다. 따라서 길 그림에서 나타난 회화적 반응특성은 가정폭력 피해여성의 심리적 특성을 분석하고 진단하는 투사적 그림검사 도구로서 활용 가능하다.

둘째, 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램은 가정폭력 피해여성의 자기-자비 향상과 우울 감소에 효과가 있으며, 이러한 효과는 가정폭력 피해여성이 처한 심리적 상처와 상황적 맥락에 따라 다르게 나타난다. 따라서 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램은 가정폭력 피해여성의 심리적 상처를 치유하고 일상생활에 적응할 수 있는 회복력을 높이는데 긍정적으로 기여할 수 있음이 확인되었다.

셋째, 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램에 참여한 가정폭력 피해여성의 길 그림에 나타난 회화적 반응특성은 일반여성과 비슷한 양상으로 변화한다. 따라서 심리치료교육 전문가들은 길 그림의 회화적 반응특성 분석을 통해 가정폭력 피해여성의 심리적 상태를 이해하고 치료적 변화 과정을 파악할 수 있다.

그러나 이 연구는 몇 가지 제한점을 갖고 있으며, 그에 따른 후속연구가 요구된다. 우선 이 연구는 소수의 참여자를 대상으로 한 대상자간 중다기초선설계에 의존하고 있어 연구결과를 일반화하는 데에는 매우 제한적일 수밖에 없다. 또한 이 연구는 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램이 자기-자비 향상과

우울 감소에 영향을 미치는 매개 경로를 구체적으로 밝혀주지 못하고 있다. 따라서 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램의 효과를 정당화하기 위해서는 좀 더 세련된 연구설계와 축적된 연구결과가 요구된다. 나아가 후속연구는 길 그림을 매개로 한 투사적 은유 치료 프로그램이 여타의 은유 치료 프로그램에 비해서 상대적인 효과를 밝히는 일에도 관심을 기울일 필요가 있다.

## 참고 문헌

- 강경숙 (2009). 재소자의 길 그림에 나타난 반응특성 연구. **미술치료연구**, 16(6), 983-1001.
- 강경숙 (2010). 아동기 성학대 피해 여성들의 개인미술치료에서 길 그림 검사 활용 사례 연구. **미술치료연구**, 17(2), 277-295.
- 강미자 (2010). 미술치료가 가정폭력 피해여성의 우울, 불안 및 공격성 감소에 미치는 영향. 석사학위논문, 대전대학교 보건스포츠대학원.
- 고은정 (2014). 자기자비와 자존감이 부정적 생활사건 경험 시 정서에 미치는 영향. 박사학위논문, 고려대학교.
- 권민혁 (2014). 부정적 생활사건과 우울증상의 관계: 자기자비의 조절효과. 석사학위논문, 대구대학교.
- 김경신, 김정란 (2002). 가정폭력 세대전이가 기혼여성의 자아존중감 및 우울에 미치는 영향에 관한 탐색적 연구. **한국가족관계학회지**, 7(3), 67-80.
- 김경의, 이금단, 조용래, 채숙희, 이우경 (2008). 한국판 자기자비 척도의 타당도 연구. **한국임상심리학회지: 건강**, 13(4), 1023-1044.
- 김광일 (1988). **가정폭력: 그 실상과 대책**. 서울: 탐구당.
- 김광일 (2000). **간호사와 함께(가정폭력·성폭력에 관한 워크샷 자료집)**. 서울여성의전화.
- 김미선 (2014). 외상 정서와 용서 간의 관계에서 자기-자비의 조절효과. 석사학위논문, 명지대학교.
- 김보경 (1998). 미술치료적 기능을 통한 그림 심리진단 연구. 석사학위논문, 계명대학교.
- 김성언 (2009). 한국 漢詩에 나타난 길의 상상력. **韓國漢詩研究**, 17, 337-362.
- 김송이 (2012). 대학생의 스트레스와 주관적 안녕감의 관계에서 자기 자비의 매개효과. 석사학위논문, 홍익대학교.
- 김윤희 (2008). 색채를 활용한 미술치료가 시설 미혼모의 불안에 미치는 영향. 석사학위논문, 대구대학교.

- 김재엽 (1997). 부부권력구조와 갈등 그리고 폭력. **한국가족복지학, 창간호**. 41-44.
- 김혜정 (2005). 통합적 집단미술치료가 가정폭력 피해여성의 우울, 자아존중감 및 자기표현에 미치는 효과. 박사학위논문, 대구대학교.
- 문은주 (2011). 정서인식명료성과 정신건강의 관계; 자기자비의 매개효과, 석사학위논문, 한국상담대학원.
- 문지숙, 최외선, 이경순 (2004). 정신분열증 환자의 회화에 나타난 화면 구도 및 색채적 특성에 관한 연구. **미술치료연구, 11(1)**, 1-17.
- 박미선 (2002). 아내학대 피해여성을 위한 성장 집단프로그램에 관한 연구. 석사학위논문, 강남대학교.
- 박미은 (1997). 매 맞는 아내들의 학습된 무기력에 관한 연구. 박사학위논문, 이화여자대학교.
- 박채연 (2013). 대학생의 진로스트레스와 우울 및 불안의 관계에서 자기-자비의 조절 및 매개 효과. 석사학위논문, 서울사이버대학교 상담심리대학원.
- 변지철 (2015. 8. 13). ‘폭행에 살인까지...’ 제주 가정폭력 해마다 증가. 연합뉴스, <http://yonhapnews.co.kr>.
- 송재홍 (2014). 상담에 있어서 맥락주의와 치료적 은유의 활용. **초등상담연구, 13(1)**, 451-473.
- 신민섭, 김수경, 김용희, 김진영, 박혜근, 이해란, 전선영, 한수정 (2003). **그림을 통한 아동의 진단과 이해**. 서울: 학지사.
- 신은주 (1995). 아내학대에 대한 페미니스트 접근에 관한 사회사업적 분석. 박사학위논문, 서울대학교.
- 신혜영 (2003). 부모로부터의 학대경험과 공격성 및 대인불안간의 관계. 석사학위논문, 서강대학교.
- 여성가족부 (2014). 2013년 가정폭력 실태조사. 서울: 여성가족부.
- 여성긴급전화 (2015. 3. 21). ‘여전히 지속적 반복적으로 발생하는 가정폭력, 재범률도 높아지고 있어’. <http://1366busan.go.kr>.
- 옥금자 (2007). **미술치료 평가방법의 이론과 실제**. 서울: 하나의학사.
- 원희량, 서보남 (2010). 가정폭력쉼터 아동의 문제행동 개선을 위한 미술치료 사례 연구. **미술치료연구, 17(4)**, 879-899.

- 유현화, 이신혜, 조용래 (2010). 자기자비, 생활스트레스, 사회적 지지와 심리적 증상들의 관계. **인지행동치료**, 10(2), 45-59.
- 은옥주 (2000). 중년 여성 우울증에 대한 미술치료 사례 연구. 석사학위논문, 연세대학교 연합신학대학원.
- 이병윤 (1997). **정신의학사전**. 서울: 일조각.
- 이상현, 성승연 (2011). 분노사고와 분노표현에 있어서의 자기자비의 완충효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 23(1), 93-112.
- 이소현, 박은혜, 김영태 (2000). **교육 및 임상현장 적용을 위한 단일대상연구**. 서울: 학지사.
- 이우경, 방희정 (2008). 성인기 여성의 스트레스, 마음챙김, 자기 자비, 심리적 안녕 및 심리증진간의 관계. **한국심리학회지: 발달**, 21(4), 127-146.
- 이은주 (2005). 현실요법 집단미술치료가 가정폭력 피해여성의 자아존중감과 사회성향상에 미치는 효과. 박사학위논문, 영남대학교.
- 이은주, 양정국 (2007). **은유와 최면**. 서울: 학지사.
- 이혜경 (2000). 아내학대 피해자들의 양육행동에 관한 연구. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 이현주 (2010). 집단미술치료가 장애형제를 둔 아동의 우울성향에 미치는 효과. **미술치료연구**, 17(5), 1143-1163.
- 임선영, 이은정, 정성원, 김희철, 정철호, 전태연, 이민수, 김재민, 조현주, 김정범 (2011). 한국판 백 우울 척도 2판의 타당화 연구. **Anxiety and Mood**, 7(5), 48-53.
- 정은선 (2007). 가정폭력 피해여성의 이혼 후 심리적 적응을 위한 미술치료 사례 연구. **미술치료연구**, 14(1), 173-196.
- 정진숙, 김갑숙 (2010). 대학생의 우울 수준에 따른 '자신이 좋아하는 날(FKD)' 그림검사 반응 연구. **미술치료연구**, 17(3), 633-648.
- 조용호 (2008). 가정폭력 피해 여성의 우울·불안 감소를 위한 가족미술치료 사례 연구. 석사학위논문, 영남대학교 환경보건대학원.
- 조현주, 현명호 (2011). 자기비판과 우울 관계에서 지각된 스트레스와 자기자비 효과. **한국심리학회지: 건강**, 16(1), 49-62.

- 주리에 (2001). **미술치료는 마술치료**. 서울: 학지사.
- 주리에 (2004). 그림에 사용된 색채의 임상적 의미. 박사학위논문, 서울대학교.
- 주리에 (2006). 장기 개인미술치료에 나타난 자발적 그림의 색채 및 자아상 분석. **미술치료연구**, 13(3), 625-643.
- 주리에, 권석만 (2005). Diagnostic Drawing Series의 임상증상 변별력 검증: 색채지표를 중심으로, **미술치료연구**, 12(4), 987-1003.
- 최순옥 (2005). 가정폭력피해가족을 위한 가족치료놀이 프로그램 개발 및 효과. 박사학위논문, 숙명여자대학교 .
- 최외선, 이근매, 김갑숙, 최선남, 이미옥 (2006). **마음을 나누는 미술치료**. 서울: 학지사.
- 최지은, 최선남 (2010). 초기성인의 우울과 자기효능감 수준에 따른 ‘사과따는 사람 그림검사(PPAT)’ 반응 연구. **미술치료연구**, 17(5), 1165-1190.
- 하트 앤 컬러 (1989). **색채심리 인스트럭터 중급**. 서울: 신촌 아트레온 캠퍼스.
- 한국미술치료학회 (2000). **미술치료의 이론과 실제**. 대구: 동화문화사.
- 한국미술치료학회 (2001). **미술치료연수회자료집**. 대구: 동화문화사.
- 한국정신문화연구원 (1991). **한국민족문화대백과사전**. <http://encykorea.aks.ac.kr>.
- 한미영 (2012). 개인성장을 위한 사띠(Sati) 수행 프로그램이 마음챙김 기술, 영성, 자기-자비에 미치는 효과. 박사학위논문, 창원대학교.
- 허소임 (2006). 청소년의 자살사고 및 무망감에 따른 Bridge Drawing 검사반응의 특징. 석사학위논문, 서울여자대학교.
- 황경애 (2006). 인지-행동 집단미술치료가 중년기위기 여성들의 우울 및 위기감에 미치는 효과. 석사학위논문, 영남대학교대학원.
- 황의현 (2000). 상담사목과 인지치료-그리스도인의 우울증 상담. 석사학위논문, 광주카톨릭신학대학교.
- 香月菜々子 (2012). **별-파도 그림검사(星と波描畫テスト: 基礎と臨床的応用)**, 조정자, 강세나 공역). 서울: 학지사. 원서 2009년 출판.
- Alschuler, R. H., & Hattwick, B. W. (1947). *Painting and personality*. Chicago: Chicago Universities Press.
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). *Beck depression inventory*(2nd

- manual). San Antonio: The Psychological Corporation.
- Burns, R. C. (1998). 동적 집-나무-사람 그림검사(*Kinetic-House-Tree-Person drawings(K-H-T-P): An interpretative manual*, 김상식 역). 서울: 하나의 학사. 원서 1987년 출판.
- Cooper, J. C. (1978). *An illustrated encyclopedia of traditional symbols*. London. New York: Thames and Hudson.
- Dager, M. C. (1999). *Effects of client- and therapist-generated metaphor on the psychotherapy process*. Doctoral dissertation, Arizona State University.
- Dutton, M. A. (1992). *Empowering and healing the battered women*. New York: Springer Publishing Company.
- Elkind, D. (1967). Egocentrism in adolescence. *Child Development*, 38(4), 1025-1034.
- Evans, V. (2010). 인지언어학 용어사전(*A glossary of cognitive linguistics*, 임지룡, 김동환 공역). 서울: 한국문화사. 원서 2007년 출판.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology. *American Psychologist*, 56, 218-226.
- Furth, G. M. (1988). *The secret world of drawings: Healing through art*. Boston: Sigo Press.
- Furth, G. M. (2008). 그림 속에 숨겨진 마음의 세계(*The Secret world of drawings: A Jungian approach to healing through art*, 홍은주, 최은정 공역). 서울: 학지사. 원서 2002년 출판.
- Gayford, J. J. (1980). Wife battering: A preliminary survey of 100 cases. *British Medical Journal*, 1, 194-197.
- Gelles, R. J., & Straus, M. (1979). Determinants of violence in the family: Toward a theoretical intergration. In W. R. Hill, F. I. Nye, & I. L. Reiss(Eds.), *Contemporary theories about the family: Research based theories(Vol. 1)*(pp. 549-581). New York: Free Press.
- Germer, C. (2009). *The Mindful path to self-compassion: Freeing yourself from destructive thoughts and emotions*. New York: Guilford Press.

- Gilbert, P., & Irons, C. (2005). Therapies for shame and self-attacking using cognitive, behavioural emotional imagery, and compassionate mind training. In P. Gilbert(Ed.), *Compassion: Conceptualisations research, and use in psychotherapy*(pp. 263-325). New York: Routledge.
- Gilbert, P., & Procter, S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self-criticism: Overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13, 353-379.
- Greenberg, L. S. & Safran, J. D. (1989). Emotion in psychotherapy. *American Psychologist*, 44, 19-29.
- Hammer, E. F. (1971). *The Clinical application of projrtive drawings*. Springfield, Il: Charles C. Thomas.
- Hanes, M. (1995). Utilzing road drawings as a therapeutic metaphor in art therapy. *American Journal of Art Therapy*, 34, 19-23.
- Hanes, M. (1997). *Roads to the unconscious: A manual for understanding road drawings*. Wood 'N' Barnes Publishing.
- Hanes, M. (2008). Signs of suicide: Using road drawings with inmates on suicide observation at a county jail. *Journal of the American Art Therapy*, 25, 78-84.
- Hays, R. E., & Lyons, S. J. (1981). The bridge drawing: A projective technique for assessment in art therapy. *The Arts in Psychotherapy*, 8, 207-217.
- Hoff, L. (1992). *Battered women as survivors*. New York: Routledge.
- Jopling, D. A. (2002). *Self-knowledge and the self*. New York: Routledge.
- Welwood, J. (1989). *심리치료와 명상(Awakening the heart*, 최해림 역). 서울: 범양사 출판부. 원서 1983년 출판.
- Jung, C. (1964). *Man and his symbols*. New York: Aldus books.
- Koolbeck, T. D. (2009). *A comparison of the effects of using verbal and nonverbal therapeutic metaphors in psychotherapy to effect positve change*. Doctoral Dissertation, American Hollistic University.
- Koppitz, E. (1984). *Psycholgical evaluation of human figure drawings by*

- middle school pupils*. New York: Grune & Stratton.
- Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., & Hancock, J. (2007). Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: The implications of treating oneself kindly. *Journal of Personality and Social Psychology, 92*, 887-904.
- Malchiodi, C. A. (1997). *Breaking the silence: Art therapy with children from violent homes*. New York: Brunner-Routledge.
- Martin. G. L. (2002). **가정 폭력과 학대(Counseling for family violence and abus**, 김연 역). 서울: 두란노. 원서 1994년 출판.
- McKay, M., & Fanning, P. (2000). *Self-esteem: A proven programme of cognitive techniques for assessing, improving and maintaining your self-esteem*. Oakland, CA: New Harbinger.
- Munro, J., & Wilson, G. (1962). *Road transportation: history and economics*, (Indiana Readings in Business No. 35). Bloomsburg, IN: School of Business, Bureau of Business Research.
- Moore, R. G., & Blackburn, I. (1993). Sociotropy, autonomy and personal memories in depression. *British Journal of Clinical Psychology, 32*, 460-462.
- Neff, K. D. (2003a). Self-compassion: A alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity, 2*, 85-102.
- Neff, K. D. (2003b). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity, 2*, 223-250.
- Neff, K. D. (2004). Self-compassion: Psychological well-being. *Constructivism in the Human Science, 9*, 27-37.
- Neff, K. D., & Germer C. K., (2012). A pilot study and randomized controlled trial of the mindful self-compassion program. *Journal of Clinical Psychology, 69*, 28-44.
- Neff, K. D., Hseih, Y., & Dejithirat, K. (2005). Self-compassion, achievement goals, and coping with academic failure. *Self and Identity, 4*, 263-287.
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K., & Rude, S. S. (2007). Self-compassion and its

- link to adaptive psychological functioning. *Journal of Research in Personality*, 41, 139-154.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Response to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 569-582.
- Pauley, G., & McPherson S. (2010). The experience and meaning of compassion and self-compassion for individuals with depression and anxiety. *Psychology & Psychotherapy*, 83, 129 - 143.
- Riedel, I. (2000). **융의 분석 심리에 기초한 미술치료(Maltherapie. Eine Einführung auf der Basis der Analytischen Psychologie von C. G. Jung**, 정여주 역). 서울: 학지사. 원서 1992년 출판.
- Rizkalla, L., Wertheim, E. H., & Hodgson, L. K. (2008). The role of emotion management and perspective taking in individuals' conflict management styles and disposition to forgive. *Journal of Research in Personality*, 42, 1594-1601.
- Rubin, T. I. (1975). *Compassion and self-hate: An alternative to despair*. Washington, DC: D. McKay. National Foreign Language Center, Johns Hopkins University.
- Tawney, J. W., & Gast, D. L. (1984). *Single subject research in special education*. Culumbus: Merrill Publishing Co.
- Walker, L. E. (1979). *Battered women*. New York: Harper & Row Publications.
- Whelton, W. J., & Greenberg, L. S. (2005). Emotion in self-criticism. *Personality and Individual Differences*, 38, 1583-1595.

## **Abstract**

# Effect of Projective Metaphor Treatment Using Road Drawings on Self-Compassion and Depression for Female Victims of Domestic Violence

**Kyung-Sook Kang**

Department of Education, Jeju National University, Korea

**Supervised by Professor Jae-Hong Song**

This study identified the differences of the pictorial response on road drawings between female victims who have experienced domestic violence and women who haven't. This study also aimed to illuminate the effect of Projective Metaphor Therapy using Road Drawings(PMT-RD) on female victims' self-compassion, depression, and to illuminate the before-after changes of individual's road drawings. The research questions for the study were as follows:

First, what differences of between victims and ordinary women could be identified in their pictorial responses expressed on road drawings?

Second, would PMT-RD have a meaningful effect on the development of self-compassion and resolution of depression?

Third, what kind of change would be detected in the pictorial response that the participants expressed on road drawings?

This study consisted of two parts. The first part was to identify differences of the pictorial response expressed on road drawings between two different groups of participants, 31 female victims and 123 ordinary women.

They were asked to draw a road on 12" x 18" sized paper. Then, an analysis of the pictorial response on the drawings were conducted by a statistical analysis using SPSS-X. The criteria used in the pictorial response analysis contained 20 factors in 4 areas(20 factors) which includes 1) first impression(overall atmosphere, feeling of the road, sceneries around the road, road distance, harmony of road), 2) systems and space(object organization, uses of paper, choice of colors, pencil pressure, expression of seasons), 3) road condition(organization, direction, shape, width and inclination of road) and 4) road components(obstacles, intersections, road signs, expression of self).

The second part dealt with analyzing the effect of the program, and traced detailed changes at different stages of the program after the PMT-RD was implemented to 3 female victims in the shelter. The scale of self-compassion and depression was used to measure their state before, during and after implementing the program. Furthermore, I compared the response of road drawings at the beginning with the one at the final stage of the program to understand the changes the participants experienced. Then, the qualitative analysis was conducted on the drawings of one of the participants who had shown a significant difference from ordinary women in the first study, in order to find out the change after taking the program.

The result of the study were as follows:

First, meaningful differences in 16 factors out of 20 in the 4 areas were identified: initial impression(overall atmosphere, road feeling, scenery around the road, road distance, harmony of road), system and space(usage of paper, color, pen pressure, expression of season) road condition(organization, shape, width, and inclination of road), and road components(obstacles, expression of self). Most of the variables had noteworthy differences except for the variables of organization of paper, intersections, road signs, and bridge.

Second, PMT-RD increased victims' self-compassion and reduced their

depression. In terms of mean score of self-compassion, compared to base-line data, three victims who taken PMT-RD gained 2.9(18.1%), 9.1(43.3%), and 10.9(85.2%) separately during sessions, and gained 7.1(44.4%) and 22.7(108.1%) separately after competing all sessions. Also, in terms of mean score of depression, compared to base-line data, three victims who taken PMT-RD gained -0.2(-0.8%), 17.2(77.1%), and 11.4(57.6%) separately during sessions, and gained 4.5(13.7%) and 22.3(100.0%) separately after completing all sessions.

Third, the program did contribute positive changes in most of the 20 factors moving them in the direction of ordinary women.

These are the conclusions of the study:

First, the meaningful differences found in pictorial response of road drawing between female victims and ordinary women. This indicates that the pictorial response of road drawing could be used as a tool to analyze and diagnose psychological state of female victims.

Second, PMT-RD gave positive impact on the development of self-compassion and resolution of depression. This implies that PMT-RD helped the victims cure psychological scar and increase the resilience.

Finally, the participants in the program exhibited changes in pictorial response of road drawings similar to the ordinary women's response. The therapy experts could understand the mental state of female victims and therapeutic change after analyzing PMT-RD.

However, this study had some limitations that would require further research. Since this study depended on Multiple Baseline Across Subjects, generalization of the results was very restricted. In addition, this study did not provide mediated pathway on how the program contributed to the improvement in self-compassion and resolution of depression. Therefore, future research with more refined research design is required to proceed to

clarify the effects of the program. Further research also needs to identify more strengths of the PMT-RD than other projective metaphor therapies.

**Key words:** female victims of family violence, road drawing, projective metaphor, self-compassion, depression



## 부록 2.

### 우울 척도(BDI-Ⅱ, 단축형)

참여자 : \_\_\_\_\_ (서명) 나이/성별 : \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ 검사 날짜 : \_\_\_\_\_ 년 \_\_\_\_\_ 월 \_\_\_\_\_ 일

다음 문항에는 정답이나 옳고 그름이 없습니다. 여러분이 일상생활에서 경험할 수 있는 내용으로 오늘을 포함해서 지난 2주 동안 느껴온 것에 가장 적합한 문장 1개만을 선택하여 해당하는 문장의 번호 앞에 체크(√)를 하십시오. 너무 오래 생각하지 마시고 솔직하게 응답해 주시기 바랍니다.

#### 1. 슬픔(Sadness)

- 0 나는 슬프지 않다.
- 1 나는 자주 슬픔을 느낀다.
- 2 나는 항상 슬프다.
- 3 나는 너무 슬프고 불행해서 도저히 견딜 수 없다.

#### 2. 비관주의(Pessimism)

- 0 나는 나의 미래에 관해서 별로 낙담하지 않는다.
- 1 나는 미래에 관해서 전보다 낙담하고 있다는 느낌이 든다.
- 2 나는 앞으로 나의 일이 잘 풀릴 것이라고는 기대하지 않는다.
- 3 나의 앞날은 절망적이고 더욱 나빠질 뿐이라고 느낀다.

#### 3. 과거 실패(Past Failure)

- 0 나는 실패자라고 느끼지 않는다.
- 1 나는 내가 했어야 할 것보다 더 많이 실패 하였다.
- 2 나의 삶을 되돌아보면 나는 수많은 실패를 하였다.
- 3 나는 한 인간으로서 완전히 실패자라고 느낀다.

#### 4. 유쾌함의 상실(Loss of Pleasure)

- 0 나는 하는 일이 여전히 즐겁다.
- 1 나는 하는 일이 예전처럼 즐겁지 않다.
- 2 전에는 즐거웠던 일이 그다지 유쾌하지 않다.
- 3 전에는 즐거웠던 일이 조금도 유쾌하지 않다.

5. 죄책감(Guilty Feelings)
- 0 나는 특별히 죄책감을 느끼지 않는다.
  - 1 나는 내가 했거나 해야만 했던 많은 일에 죄책감을 느낀다.
  - 2 나는 죄책감을 느낄 때가 아주 많다.
  - 3 나는 항상 죄책감에 시달리고 있다.
6. 처벌 감정(Funishment Feelings)
- 0 나는 벌을 받고 있다고 느끼지 않는다.
  - 1 나는 어쩌면 벌을 받을지도 모른다고 느낀다.
  - 2 나는 벌을 받게 될 것이라고 예상한다.
  - 3 나는 지금 벌을 받고 있다고 느낀다.
7. 자기 혐오(Self-Dislike)
- 0 나는 나 자신에 대해 전과 같이 느낀다.
  - 1 나는 나 자신에 대해 확신이 서지 않는다.
  - 2 나는 나 자신에 대해 실망하고 있다.
  - 3 나는 나 자신을 (몹시) 싫어한다.
8. 자기 비난(Self-Criticalness)
- 0 나는 평소보다 나 자신을 책망하거나 비난하지 않는다.
  - 1 나는 예전보다 나 자신에 대해 좀 더 비관적이다.
  - 2 나는 나의 모든 실수에 대해서 나 자신을 비난한다.
  - 3 일어나는 모든 나쁜 일들은 모두 내 탓이라고 자책한다.
9. 자살사고 혹은 소망(Suicidal Thoughts or Wishes)
- 0 나는 자살에 대해 어떤 생각도 해 본적이 없다.
  - 1 나는 자살을 가끔 생각하지만 실제로 시도하지는 않을 것이다.
  - 2 나는 자살하고 싶다.
  - 3 나는 기회만 있었다면 자살했을 것이다.
10. 울음(Crying)
- 0 나는 전보다 더 울지 않는다.
  - 1 나는 전보다 더 많이 운다.
  - 2 나는 아주 사소한 일에도 잘 운다.
  - 3 나는 울고 싶지만 울 수조차 없다.

소계(1~10문항)

점

부록 3.

길 그림 프로그램 회기별 활동 내용

회기	1	준비물	8절 쉐트지, 채색도구
주제	길 그림 그리기		
목표	길 그림의 투사적 은유를 통하여 자신의 인생 전반에 대한 인식과 통찰을 할 수 있다.		
활동 내용	<ul style="list-style-type: none"> <li>o 길 그림 프로그램 활동에 대한 안내하기</li> <li>o 명상하기 &lt;지시문: 눈을 감고 호흡을 가다듬은 다음, 길을 떠올려 보세요. 그 길은 어디에서 어디로 가는 길이며, 주위에는 어떤 풍경들이 있으며, 그 길을 당신은 어디쯤 가고 있나요?&gt;</li> <li>o 길 그림 그리기 &lt;지시문: 이 화지에 마음에 드는 채색도구를 선택하셔서 명상할 때 떠올랐던 길을 그려 주세요. 그림을 잘 그리고 못 그리고 전혀 관계없습니다. 안심하고 자유롭게 그려주세요.&gt;</li> <li>o 제목 붙이기, 작품 소개하기</li> <li>o 소감 나누기</li> </ul>		

회기	2	준비물	8절 쉐트지, 채색도구
주제	과거의 나: 나의 인생 그래프 그리기		
목표	과거의 삶에 대한 인식 및 통찰을 할 수 있다.		
활동 내용	<ul style="list-style-type: none"> <li>o 명상하기 1회기에 그린 길 그림에서 현재 자신이 서 있는 그 이전의 과거를 떠올려 보도록 한다. &lt;지시문: 눈을 감고 호흡을 가다듬은 다음, 과거의 내 삶의 모습을 하나 하나 떠올려 보세요.&gt;</li> <li>o 과거의 내 삶을 '인생 그래프'로 표현하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 연령별로 자신의 삶을 행복과 불행으로 점수화하기</li> <li>- 연령별로 점수화 한 것을 이어서 그래프로 나타내기</li> </ul> </li> <li>o 제목 붙이기, 작품 소개하기</li> <li>o 소감 나누기</li> </ul>		

회기	3	준비물	켄트지, 다양한 채색도구 및 미술매체
주제	<b>과거의 나: 자유화 그리기</b>		
목표	과거의 삶에서 가장 힘들었던 때를 연상하여 자유화로 표현하고, 감정 표출을 통하여 자신의 과거를 수용하고 이해할 수 있다.		
활동내용	<ul style="list-style-type: none"> <li>o 명상하기 먼저 전 회기에 그렸던 자신의 인생그래프를 보면서 가장 불행지수가 높았던 때를 인식하게 한다. &lt;지시문: 눈을 감고 호흡을 가다듬은 다음, 자신의 과거에서 가장 힘들었던 때를 떠올려 보세요. 지금 여기는 가장 안전하니까 안심하고 마음껏 떠올려 보세요(참여자 불안전하면 두 손을 잡아준다) &gt;</li> <li>o 인생그래프에서 가장 힘들었던 일 표현하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 화지와 매체를 자유롭게 선택하기</li> <li>- 명상에서 떠올랐던 것을 자유롭게 표현하기</li> </ul> </li> <li>o 제목 붙이기, 작품 소개하기</li> <li>o 소감 나누기</li> </ul>		

회기	4	준비물	8절 켄트지, 다양한 채색도구, 컬러점토 등
주제	<b>현재의 나: 감정파이 꾸미기</b>		
목표	자신의 현재의 삶에 대한 인식 및 감정을 표출할 수 있다.		
활동내용	<ul style="list-style-type: none"> <li>o 명상하기 &lt;지시문: 눈을 감고 호흡을 가다듬은 다음, 현재 자신의 감정을 들여다 보세요. 어떤 감정들을 느낄 수 있나요? &gt;</li> <li>o 현재의 내 감정을 감정파이로 표현하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 현재 자신의 감정들을 적어보기</li> <li>- 켄트지에 자신의 마음을 원으로 형상화하여 그리기</li> <li>- 자신의 감정들을 순서대로 컬러점토로 붙이면서 파이처럼 꾸미기</li> </ul> </li> <li>o 제목 붙이기, 작품 소개하기</li> <li>o 소감 나누기</li> </ul>		

회기	5	준비물	8절 켈트지, 다양한 채색도구 등
주제	<b>현재의 나: 웅덩이에 빠진 나</b>		
목표	자신의 현재의 삶에 대한 인식 및 억압된 감정을 표출하고 자신의 강점을 인식할 수 있다.		
활동 내용	<ul style="list-style-type: none"> <li>o 명상하기 현재 자신이 처한 상황과 고통을 ‘웅덩이에 빠진 나’로 표현한다고 활동 안내하기 &lt;지시문: 눈을 감고 호흡을 가다듬은 다음, 1회기에 그랬던 길을 떠올려 보세요. 나는 지금 그 길을 가다가 혼자 힘으로 나올 수 없는 크고 아주 깊은 웅덩이에 빠져버렸어요. 웅덩이에 빠진 나는 어떻게 하고 있나요? &gt;</li> <li>o ‘웅덩이에 빠진 나’ 표현하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 웅덩이를 그리고 거기에 빠진 자신을 그리기</li> <li>- 어떤 모습으로 있는지? 느낌은 어떤지?</li> </ul> </li> <li>o 웅덩이에서 빠져나오기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 웅덩이에서 어떻게 빠져 나올까?</li> <li>- 현재 삶을 지탱해주는 자신의 강점 찾기</li> </ul> </li> <li>o 소감 나누기</li> </ul>		

회기	6	준비물	4절 켈트지, 채색도구, 잡지책, 가위, 풀 등
주제	<b>미래의 나: 미래의 내 모습 콜라주로 표현하기</b>		
목표	자신의 욕구를 인식하며, 힘든 삶을 극복하고 미래의 삶을 주도적으로 살아갈 수 있는 의지를 확립할 수 있다.		
활동 내용	<ul style="list-style-type: none"> <li>o 명상하기 &lt;지시문: 눈을 감고 호흡을 가다듬은 다음, 10년 후 나는 어떤 모습으로 살아가고 있을지 떠올려 보세요.&gt;</li> <li>o 미래의 내 모습 콜라주로 표현하기 <ul style="list-style-type: none"> <li>- ‘10년 후 미래의 나’를 떠올리면서 잡지책에서 마음에 와 닿는 사진들을 오려서 붙이기</li> </ul> </li> <li>o 제목 붙이기, 작품 소개하기</li> <li>o 소감 나누기</li> </ul>		

회기	7	준비물	8절 색켄트지, 다양한 채색도구 등
주제	미래의 나: 나에게 주는 상		
목표	자신의 강점을 인식하고 자기 수용 및 자기-자비를 높일 수 있다.		
활동 내용	<ul style="list-style-type: none"> <li>o 명상하기 &lt;지시문: 눈을 감고 호흡을 가다듬은 다음, 두 팔로 자신을 꼭 껴안고 자신의 품안에 있는 자신을 느껴보세요. 자신의 자랑스럽거나 장점을 떠올려 보세요.&gt;</li> <li>o 자신의 자랑스러운 점(강점) 쓰기</li> <li>o 상장 꾸미기</li> <li>o 자신에게 상장 수여하기</li> <li>o 소감 나누기</li> </ul>		
회기	8	준비물	8절 켄트지, 다양한 채색도구 등
주제	길 그림 그리기		
목표	길 그림의 변화를 통하여 삶에 대한 인식의 긍정적인 변화를 알고, 미래의 삶에 대한 확고한 의지를 가질 수 있다.		
활동 내용	<ul style="list-style-type: none"> <li>o 명상하기 &lt;지시문: 눈을 감고 호흡을 가다듬은 다음, 길을 떠올려 보세요. 그 길은 어디에서 어디로 가는 길이며, 주위에는 어떤 풍경들이 있으며, 그 길을 당신은 어디쯤 가고 있나요?&gt;</li> <li>o 길 그림 그리기 &lt;지시문: 이 화지에 마음에 드는 채색도구를 선택해서서 명상할 때 떠올랐던 길을 그려 주세요. 그림을 잘 그리고 못 그리고 전혀 관계없습니다. 안심하고 자유롭게 그려주세요.&gt;</li> <li>o 제목 붙이고, 이야기 나누기</li> <li>o 1회기 때 그렸던 길 그림과 비교하여 변화 알아채기</li> <li>o 소감 나누기</li> <li>o 프로그램을 마치며 소감문 쓰기</li> </ul>		





