



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](#)

석사학위논문

자아성장 집단미술치료가
장애아동 어머니의 사회적 지지와
자아탄력성에 미치는 효과

제주대학교 교육대학원

상담심리전공

허 정 선

2017년 8월

자아성장 집단미술치료가 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성에 미치는 효과

지도교수 김 성 봉

허 정 선

이 논문을 교육학 석사학위논문으로 제출함.

2017년 6월

허정선의 교육학 석사학위논문을 인준함.

심사위원장 _____인

위 원 _____인

위 원 _____인

제주대학교 교육대학원

2017년 8월

< 국문초록 >

자아성장 집단미술치료가 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성에 미치는 효과

허 정 선

제주대학교 교육대학원 상담심리전공

지도교수 김 성 봉

본 연구는 자아성장 집단미술치료 프로그램이 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성에 어떠한 효과가 있는지 검증하는데 목적이 있으며, 이를 위해 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

연구문제1. 자아성장 집단미술치료 프로그램은 장애아동어머니의 사회적 지지에 어떠한 효과를 미치는가?

연구문제2. 자아성장 집단미술치료 프로그램은 장애아동 어머니의 자아탄력성에 어떠한 효과를 미치는가?

본 연구에서 연구대상은 A시에 B센터를 이용하고 있는 장애아동 어머니를 대상으로 수요조사를 하고 신청을 받아 16명을 모집하여 실험집단과 통제집단에 각각 8명씩 배정하였다.

위의 연구문제를 해결하기 위하여 연구대상 선정, 실험집단과 통제집단의 구성, 사전검사, 자아성장 집단미술치료의 적용, 사후검사, 통계 처리 및 자료 분석의 순으로 진행하였다. 프로그램의 효과를 측정하는 도구로는 박지원(1985)의 사회적 지지 척도와 박현진(1996)의 자아탄력성 척도를 사용하였다. 그림 투사 검사로는 K-HTP를 사전, 사후로 실시하여 해석기준에 따라 분석하였다.

본 연구의 자아성장 미술치료 프로그램은 관련문헌과 선행연구들을 기초로 지도교수 및 관련 슈퍼바이저와 박사재학생의 자문을 받아 본 연구자가 연구대상의 특성에 맞게 구완하여 구성하였고, 프로그램 실시는 주2회 120분씩 오리테이션과 사전검사 그리고 사후검사와 종결파티 제외한 12회기에 걸쳐 실시하였다.

본 연구에서의 자료처리 분석은 SPSS 18.0 프로그램을 이용하여 이루어 졌으며 실험 전 실험집단과 통제집단의 동질성을 분석하기 위해서 독립표본 t-검증을 실시하였고, 사전 사후 독립표본 t-검증을 실시하였다. 양적연구의 한계와 통계 분석의 타당도를 보완하기 위해서 투사검사와 연구자가 관찰한 매 회기별 작품 활동에 대한 내용과 집단구성원의 피드백 내용 및 개인의 심리적 변화과정을 분석하였다.

이상과 같은 과정을 통하여 얻어진 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 자아성장 미술치료 프로그램에 참여한 실험집단의 사회적 지지가 참여하지 않은 통제집단에 비해 통계적으로 유의미하게 향상되었다.($p < 0.05$)

둘째, 자아성장 미술치료 프로그램에 참여한 실험집단의 자아탄력성이 참여하지 않은 통제집단에 비해 통계적으로 유의미하게 향상되었다.($p < 0.01$)

셋째, 양적분석이 갖는 한계를 보완하기 위하여 실시한 K-HTP 사전 사후 검사와 살펴본 회기에 따른 개인별 변화과정과 작품 활동을 분석해 본 결과, 본 프로그램이 장애아동 어머니의 자아탄력성과 사회적 지지에 있어서 긍정적인 영향을 준 것으로 나타났다.

이와 같이 자아성장미술치료 프로그램은 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성에 효과적인 것으로 검증되었다. 또한 장애아동 어머니의 자신의 삶을 이해하고 수용하며 개방하는 작업을 통해 의식적 무의식적 감정을 표현 배출함으로써 장애아동 어머니의 정서적 안정에 도움을 주었을 것이라 볼 수 있다 따라서 장애아동 어머니들에게 자아성장 미술치료프로그램을 접할 수 있는 기회를 많이 제공하여 장애아동 어머니의 정서적 안정감과 자아탄력성을 향상하여 심리적 부적응을 긍정적인 방향으로 탐색하여 심리적 강점을 재발견 할 수 있도록 도와주는데 본 연구의 목적이 있다.

목 차

I. 서 론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구문제 및 가설	5
3. 용어의 정리	6
II. 이론적 배경	7
1. 자아성장 집단미술치료 프로그램	7
2. 사회적 지지	14
3. 자아탄력성	17
III. 연구방법	21
1. 연구대상	21
2. 연구절차	22
3. 연구설계	22
4. 연구도구	23
5. 자아성장 집단미술치료 프로그램	26
6. 자료처리	31
IV. 연구결과 및 해석	33
1. 연구대상에 대한 동질성 검증	33
2. 가설검증	35
3. 질적분석	40
4. 프로그램 만족도	64
V. 논의 및 결론	66

1. 논의	66
2. 결론	68
3. 제언	69
참고문헌	70
Abstract	76
부 록	79

표 목 차

표 II-1.	장애아동 어머니를 대상으로 한 미술치료프로그램 선행연구표	12
표 II-2.	연구자별 자아탄력성을 구성하는 하위요인들	18
표 III-1.	실험집단의 연구대상 개요	21
표 III-2.	통제집단의 연구대상 개요	22
표 III-3.	사회적 지지의 하위요인별 문항 수와 신뢰도	24
표 III-4.	자아탄력성의 하위요인별 문항 수와 신뢰도	25
표 III-5.	회기별 관련 선행연구 및 수정 보완 내용	26
표 III-6.	자아성장 집단미술치료 프로그램	28
표 IV-1.	실험집단과 통제집단의 사회적 지지에 대한 동질성검증	33
표 IV-2.	실험집단과 통제집단의 자아탄력성에 대한 동질성검증	34
표 IV-3.	사회적 지지에 대한 사전-사후 평균 및 표준편차 비교	35
표 IV-4.	실험집단과 통제집단의 사회적 지지 사전-사후 차이검증	36
표 IV-5.	자아탄력성에 대한 사전-사후 평균 및 표준편차 비교	38
표 IV-6.	실험집단과 통제집단의 자아탄력성 사전-사후 차이검증	39
표 IV-7.	프로그램별 선호도 조사	65

그 립 목 차

그림 II-1. 프로그램 모형도	14
그림 II-2. 실험설계	23
그림 III-1. 사회적 지지 척도의 실험-통제집단의 사전-사후 평균비교	35
그림 III-2. 사회적 지지 척도의 실험-통제집단의 하위영역별 비교	37
그림 III-3. 자아탄력성 척도의 실험-통제집단의 사전-사후 평균비교	38
그림 III-4. 자아탄력성 척도의 실험-통제집단의 하위영역별 비교	39
그림 IV-1. 라벤더의 K-HTP 사전-사후	40
그림 IV-2. 호기심왕의 K-HTP 사전-사후	41
그림 IV-3. 재미의 K-HTP 사전-사후	41
그림 IV-4. 갯의 K-HTP 사전-사후	42
그림 IV-5. 빵순이의 K-HTP 사전-사후	42
그림 IV-6. 마법사의 K-HTP 사전-사후	43
그림 IV-7. 쿠키요리사의 K-HTP 사전-사후	43
그림 IV-8. 감망의 K-HTP 사전-사후	44
그림 IV-9. 1회기 프로그램 : 별칭짓기	45
그림 IV-10. 1회기 프로그램 : 난화그리기	47
그림 IV-11. 2회기 프로그램 : 9분할법	48
그림 IV-12. 3회기 프로그램 : 자화상	50
그림 IV-13. 4회기 프로그램 : 호흡하며 선그리기	50
그림 IV-14. 5회기 프로그램 : 지금 나에게 필요한 것	52
그림 IV-15. 6회기 프로그램 : 나를 화나게 하는 것	54
그림 IV-16. 7회기 프로그램 : 하소연 인형 만들기	56
그림 IV-17. 8회기 프로그램 : 나만의 화원 꾸미기	57
그림 IV-18. 9회기 프로그램 : 손바닥 본뜬 후 칭찬하기	58
그림 IV-19. 10회기 프로그램 : 내안의 빛	60

그림 IV-20. 11회기 프로그램 : 가장 중요한 향아리 62
그림 IV-21. 12회기 프로그램 : 그림으로 선물주기 64

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

인간은 가정을 이루고 자녀를 출산하는 것이 하나의 발달과제이며 자녀의 출생은 부모 개인과 가족체계에 많은 변화를 가져다준다. 가정은 한사람의 인격을 형성 하게 되는 최초의 환경으로 부모가 제공해 주는 환경 속에서 성장하며 성인이 되면 또 다른 가정을 형성하여 자녀를 출산하게 된다. 부모는 출산의 기쁨과 동시에 양육이라는 새로운 도전과 책임감을 느끼게 되며, 자녀가 성장함에 따라 가족 구성원들의 역할과 기능에도 많은 변화가 나타나게 된다. 자녀를 양육하면서 시간적 제약, 경제적 어려움을 호소하는 부모도 있지만, 일반적으로 자녀양육은 부모에게 심리적, 사회적 안정감을 주고 자신의 삶을 반성할 기회를 갖게 한다는 점에서 긍정적으로 평가되고 있다(한길자, 2009). 하지만 핵가족화 된 현대 사회에서 양육에 대한 부담감은 예전 윗세대에게 전수받고 도움을 받던 것과 다르게 어머니 혼자서 습득해야 하는 상황이며 게다가 어머니는 양육의 부담감과 맞벌이와 가사노동의 부담까지 가중되어지고 있는 상황이다(박재국, 2011).

특히, 자녀가 장애를 가지고 태어났다면, 그 사실을 아는 순간부터 심한 심리적 갈등을 겪게 될 뿐 아니라 양육에 있어서도 많은 어려움이 생기게 되는데, 아동이 커가는 과정에서 발생하는 여러 형태의 비용과 가족 예산, 학교를 다니고 직업을 가지게 될 기회며, 성인이 되었을 때 발생하는 여러 가지 문제들로 인해서 고통을 받게 된다. 뿐만 아니라 장애아동의 형제와 부모 친척까지 다른 가족 구성원에게 가져다주는 정서적 긴장감과 다른 가족 구성원에 대한 욕구와 아동의 욕구에 대처하기 위한 그들의 능력에 대해 늘 걱정하며 심리적, 신체적 부담감을 안게 된다(이근매, 조용태, 2014).

장애아동 어머니의 경우 장애아동과 관련된 고통을 피할 수 없고, 자녀의 장애라는 환경자체를 바꿀 수 없다. 그렇기 때문에 더욱 자신에게 주어진 삶의 의미를 발견하고 수용하며, 발전적인 방향으로 자신을 이끌어 가는 힘이 필요하다(이은혜, 2011).

장애아동 어머니는 거의 모든 시간을 장애아동과 함께 하기 때문에 비장애 아동 어머니에 비해 우울, 불안으로 지속적인 심리적·정서적 갈등을 겪게 된다(신현복, 2012). 어머니는 주 양육자이므로 장애아동의 신변처리나 교육 및 치료기관으로의 이동 등 아동과 관련한 생활에 어머니가 늘 함께 하며 아버지 보다 더 많은 신체적 부담과 정신적 부담을 갖는다(김용진, 2003; 현미진, 1997). 이렇게 장애 아동의 양육이 잠재적이고 지속적인 어려움을 가지는데도 불구하고 장애아동 가족들은 비교적 높은 수준의 적응을 보이고 있으며, 이를 가능케 하는 대처 자원은 개인의 내적특성인 내적자원과 가족구성원 개인이 받고 있는 사회적 지지나 사회적 환경인 외적자원으로 구분된다(Clark, 1983). 사회적 지지는 한 개인이 타인으로부터 물질적, 정서적, 정보적 도움을 받는 것과 이를 통해 소속감을 느끼는 것을 의미한다(김서은, 2014). 사회적 지지를 통해 경험하는 안정적인 대인관계는 자아정체감, 안정감, 상황에 대한 예측가능성을 주어 적응에 긍정적인 영향을 줌으로써 심리적 소진을 예방해 준다고 하였다(송상, 2000). 따라서 신체적, 정신적 부담을 줄이고 안정적인 대인관계를 형성하여 사회적 적응에 긍정적인 영향을 주기 위해서는 사회적 지지가 필수적으로 이루어져야 한다.

장애아동 어머니는 이런 심리적 문제와 더불어 현실적인 어려움과 양육의 스트레스로 역할부담에 따른 가족 간에 갈등이 심해지기도 하며, 그런 갈등들이 지속 될 때 병리상태로 이어질 가능성이 높으며, 그렇게 되면 적절하지 못한 자녀 양육은 물론, 자살로 이어질 가능성이 높다. 이러한 부정적인 정서를 긍정적인 정서로 회복하는 것이 매우 중요하며, 부정적인 자극으로 인해 스트레스 상황이 되더라도 그것을 극복하고 다시 긍정적으로 회복하여 적응하면서 살아갈 수 있도록 하는 것이 중요한데 그것이 바로 자아탄력성이다.

이러한 자아탄력성은 장애아동 어머니의 부정적 정서를 긍정적 정서로 바꿀 수 있는 힘을 주고 문제해결을 위한 자신감을 가지게 되어 대인관계를 형성할 수 있는 중요한 역할을 한다.

자아탄력성(ego resilience)은 스트레스와 역경에도 불구하고 세상에 대한 긍정적인 참여와 경험에 대해 개방성을 갖도록 함으로써 부정적인 상황을 극복하는데 도움을 주는 것이다.(Block & Kreman, 1996). 또한, 자아탄력성은 장애아동으로부터 경험하는 부적응적인 상황들에 대해 역경을 이겨낼 수 있는 효율적인 가

족 기능으로 작용하면서, 오히려 가족 스트레스를 함께 이겨내는 완충작용을 하는 것으로 보고되고 있다(Olson,1986). 따라서 장애아동 어머니는 자아탄력성을 향상시켜 스트레스와 역경을 극복하도록 하며 사회적으로 긍정적인 참여와 경험을 가질 수 있도록 개방성을 가지는 접근이 매우 중요하다고 볼 수 있다.

장애아동 어머니의 집단미술치료에 대한 선행연구들을 살펴보면, 정현희, 이필순(2004)의 연구에서는 장애아동 어머니의 양육스트레스 감소를 위한 집단미술치료의 효과에 대한 검증에서 장애아동 어머니들이 감정의 승화를 이루어, 가족인지에 변화를 가져왔다고 하였다. 그리고 제갈선아(2016)의 연구에서는 공예활동 중심 집단미술치료 프로그램이 장애아동 어머니의 자아탄력성 향상에 효과적인 것으로 부정적인 정서로 인해 긴장과 불안감을 보였던 소극적인 행동 특성이 긍정적 정서로 회복하는데 효과를 주었다고 한다. 이은혜, 최은영(2012)의 통합적 집단미술치료 프로그램은 장애아동 어머니의 행복을 증진시킴으로써 장애아동 어머니뿐만 아니라 장애아동과 그의 가족 모두의 행복을 증진시키는데 도움이 될 수 있으며 장애아동 가족 지원 프로그램으로써 기능할 수 있다고 하였다.

김은화, 이원, 이상열(2014)은 장애아동 어머니의 대처방식과 사회적 지지 및 심리적 안녕감이 긍정심리기반의 집단미술치료에 대한 효과연구에서 긍정심리학을 기반으로 한 집단 미술치료가 장애아동을 양육하는 어머니의 정신사회적 중재 프로그램으로써 적용가능하다고 하였다

자아탄력성에 대한 집단미술치료 선행연구들을 살펴보면, 유아, 초등학생, 청소년, 성인 등 다양한 대상에 효과적인 것으로 보고되고 있으나, 장애아동 어머니를 대상으로 한 자아탄력성 프로그램 연구는 아직 미약한 실정이다.

기존 선행연구들은 미술치료프로그램을 이용한 장애아동 어머니의 양육스트레스 해소나 양육 효능감에 주류를 이루고 있지만 장애아동 어머니의 사회적 측면인 ‘사회적 지지’와 개인적인 측면인 ‘자아탄력성’에 관한 연구는 찾아보기 힘들다. 윤혜경(2014)과 한현숙(2015)의 연구에서 집단미술치료가 장애아동 어머니의 자아탄력성에 긍정적인 변화가 있다고 하였고, 그 외 다양하게 장애아동 어머니의 심리적 안녕감이나 행복, 양육 효능감과 스트레스에 관해서 많은 연구가 이루어지고 있다. 이들 연구에서 대부분의 연구자들이 장애아동 어머니를 위한 미술치료 프로그램의 개발의 중요성을 인지하며, 좀 더 다양한 프로그램의 개발이 필

요함을 제언하고 있다. 따라서 장애아동 어머니의 심리적 지원을 위한 집단미술 치료 프로그램은 긍정적 효과를 기대할 수 있으며, 사회적 지지와 자아탄력성에 영향을 줄 수 있는 프로그램 개발에 대해 연구할 필요가 있을 것이다.

이형득(1989)의 자아성장 프로그램은 집단 원들이 자신을 있는 그대로 이해하고, 수용하며, 개방할 수 있게 되어 긍정적으로 자신이 가진 잠재력을 개발하고, 순간순간 자신의 능력을 최대한 발휘하여 보다 성숙한 인간이 되도록 도우려는 집단 상담으로써 자아탐색 및 신뢰감형성, 자기각성, 대인관계 개선 등에 긍정적인 효과를 나타낸다고 하였으며, 자기이해, 자기수용, 자기개방 등을 기본으로 내담자가 현실을 있는 그대로 받아들이고 이해하며 자기의 행동 변화를 위해 자기개방, 자신의 문제해결능력을 길러주기 위한 프로그램이라고 하였다.(허정철, 2011).

이러한 자아성장 프로그램에 집단미술치료를 도입한 프로그램이 자아성장 집단미술치료 프로그램이다. 자신의 경험을 미술로 표현하고 탐색하며, 인식하고, 수용하여 개인의 경험과 집단경험을 함께 할 수 있는 것이 장점인 집단미술치료와 자신과 타인을 심층적으로 이해하고 수용, 개방하도록 하는 자기 성장프로그램의 장점을 결합 한 것이며, 이에 본 연구에서는 자기표현과 자기수용, 자기개방을 통해 자아성장을 도모하는 집단미술치료 프로그램을 실시하여 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성에 대한 그 효과를 검증하고자 한다.

2. 연구문제 및 가설

본 연구는 자아성장 집단미술치료 프로그램이 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성에 미치는 효과를 알아보기 위한 것이다. 이러한 연구 목적을 위해 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

연구문제1. 자아성장 집단미술치료 프로그램은 장애아동어머니의 사회적 지지에 어떠한 효과를 미치는가?

연구문제2. 자아성장 집단미술치료 프로그램은 장애아동 어머니의 자아탄력성에 어떠한 효과를 미치는가?

이와 같은 연구문제에 따라 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 1. 자아성장 집단미술치료 프로그램에 참여한 실험집단과 참여하지 않은 통제 집단 간에 사회적 지지에 유의미한 차이가 있을 것이다.

가설 2. 자아성장 집단미술치료 프로그램에 참여한 실험집단과 참여하지 않은 통제 집단 간에 자아탄력성에 유의미한 차이가 있을 것이다.

3. 용어의 정리

본 연구에서 자아성장 집단미술치료 프로그램, 사회적 지지, 자아탄력성에 대한 용어정리는 다음과 같다.

1) 자아성장 집단미술치료 프로그램

본 연구에서의 자아성장 집단 미술 치료 프로그램은 자기이해, 자기수용, 자기개방을 기본으로 하는 자아성장 프로그램에 집단미술치료를 도입하여 구성하였으며, 도입단계, 자아탐색단계, 자아발견단계, 자아존중단계, 자아촉진단계, 종결단계로 총 6단계로 분류하여 주 2회 120분씩 12회기로 구성된 것을 말한다.

2) 사회적 지지

본 연구에서의 사회적 지지는 주위사람들에게 자신이 충분히 사랑과 돌봄을 받고 있으며 존중 받고 있다고 여기는 것으로 박지원(1985)이 개발한 사회적지지 측정도구를 사용하여 측정한 점수를 말한다.

3) 자아탄력성

본 연구에서의 자아탄력성은 낮은 상황이나 스트레스 상황에서 효율적으로 대처하고 건강하게 적응을 잘해 나가고 안정을 잃지 않으며, 역경을 극복하여 성공적으로 적응을 하는 능력을 의미하며 Block 과 Klohn(1996)이 개발하고 박현진(1996)이 번안하여 사용한 자아탄력성 측정도구를 사용하여 측정한 점수를 말한다.

II. 이론적 배경

본 연구는 자아성장 집단미술치료 프로그램이 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성에 미치는 효과를 검증하기 위한 연구로 본 장에서는 자아성장 집단미술치료 프로그램, 사회적 지지, 자아탄력성의 구성을 장애아동 어머니 중심으로 이론적 근거를 고찰 해 보고자 한다.

1. 자아성장 집단미술치료 프로그램

1) 자아성장 프로그램

자아성장은 자신을 탐색하는 것으로, ‘나’를 보다 현실적으로 이해하고, 있는 그대로 용납하고 수용할 수 있는 동시에 나아가 자기를 있는 그대로 개방할 수 있는 태도와 능력을 기름으로써 보다 생산적인 나 자신 및 집단으로의 우리가 되는 경험을 하도록 하여 성숙한 인간이 되도록 도우려는 것이다(권현분, 1997).

자아성장은 자기 자신을 들여다보고 보다 깊이 이해하며 수용하고 개방함으로써, 자신의 가능성을 확대하고 자신을 새롭게 탄생시킬 수 있는 것이다.

Rogers는 자기성장을 충분히 기능하는 인간으로 되어가는 과정이라고 하면서 이러한 자기성장에 있는 사람은 보다 자유롭고 창조적이며 지각력과 통찰력이 있고 신뢰로우며, 보다 풍요로운 삶을 살 수 있다고 하였다(허정철, 2011).

자아성장이 자기 자신뿐 아니라 자기와 유기적 관계에 있는 가족의 성장을 초래하는 원동력이 되면서 “자기성장은 정당한 조건과 적절한 노력이 있어야 효율적으로 일어날 수 있는 자기 변화의 과정이다”라고 하였다(김선남, 2001).

성인기에는 지역사회의 환경적 풍토가 보다 성장을 자극하여 소속감과 참여욕구와 분출구를 필요로 하는 단계이다.

성인들은 가족 내에서 욕구를 충족시키며 건강한 집단을 구성할 책임을 가진다. 기본적인 의존욕구는 배우자에게서 충족하며, 참여욕구는 자녀 양육과 이웃, 지역사회 집단에 참여함으로써 충족되어 진다.

현대 사회에는 이러한 가족집단 외의 사회적 집단경험을 원하며 이에 대한 욕구표현으로 나타나는 갈등이 가족문제로 드러나는 것을 볼 수 있다. 집단치료는 이처럼 기본적인 인간발달의 욕구를 전제로 이뤄진다. 즉, 집단과정을 통하여 구성된 개인의 자아발달을 촉진시키는 것이 치료의 근본 목적이라고 볼 수 있다. 자아의 발달은 집단과정에서 일어나는 전이, 정화, 해석 및 현실검증을 통해 이루어진다. 집단과정을 통하여 과거의 경험을 재 경험 하게 함으로써 무의식적 갈등을 해소할 수 있는 기회를 제공하는 것이 집단치료이다(옥금자, 2006)

요약해서 살펴보면, 자아성장은 자신을 탐색하고 이해하고 수용하고 개방하는 과정을 통해서 보다 바람직한 성장발달을 위하여 자유롭고 창조적이며 지각력과 통찰력이 있고, 풍요로운 삶을 영위할 수 있는 성숙된 수준으로 향상 시키는 과정이라고 할 수 있다

자아성장 집단상담 프로그램은 집단의 상호작용을 통하여 자신과 타인을 이해하도록 도와주는 프로그램이다. 이형득(1989)은 자아성장 프로그램을 이해하고 수용하며 자신의 잠재력을 계발하고, 자신의 능력을 최대한 발휘하여 보다 성숙한 인간이 되도록 돕는 것에 목적이 있으며 집단상담으로 자아탐색, 신뢰감 형성, 자기각성 대인관계 개선 등에 긍정적인 효과를 내었다고 하였다.

이장호(1992)는 자신과 타인의 이해를 강조하였으며, 집단 원들의 집단구조와 상호작용을 통해서 개인적인 가치, 신념, 태도 및 결정을 탐색하여 자신과 타인에 대한 인식을 높이고 이해하며 수용하게 된다고 하였다.

자기성장프로그램의 구성은 자기이해, 자기수용, 자기개방 등을 기본으로 하며, 자기이해는 있는 그대로의 자기로서 성숙된 인간이 되기 위한 자기, 즉 자신의 심신에 대한 것, 대인관계의 질과 양, 가치관 및 이와 관련된 자신의 행동 등을 현실적으로 정확하게 이해하는 것이다. 자기수용은 여러 가지 심리적 현상을 자기의 것으로 인정하고 책임지는 것인데 자기의 느낌, 생각, 행동 등을 말하며, 자신이 처한 상황을 있는 그대로 받아들이는 태도이다. 또한 자기개방은 있는 그대로 자기 자신을 사람들에게 내보이는 것을 말한다. 따라서 자기성장프로그램은 자기탐색과 자기개방을 통하여 타인에 대한 공감을 형성하고 집단원들 간의 원활한 상호작용을 할 수 있는 기회를 제공해준다(허정철, 2011).

자아성장 집단 프로그램의 구성은 우선 자기 자신을 이해해야 하고, 자신을 현

실적으로 이해하고 있는 그대로 자기 자신을 수용하고, 자기 모습을 상대방에게 개방할 수 있는 태도와 능력을 갖도록 하는 것으로 다음과 같이 구성되어있다.

첫째 자기이해다. 모든 사람은 자기 자신에 대한 이미지 즉, 자기 개념을 가지고 있는데 자기 개념이라는 것은 여기-지금(here-now)의 자신에 의하여 지각된 자기를 말하는 것이고 자신에 대한 평가를 의미하기도 한다. 우리의 행동은 우리가 가지고 있는 자기 개념에 의해 좌우된다고 할 수 있다.

둘째는 자기수용이다. 자기이해의 과정을 통해 자신의 내면을 들여다보고 이러한 과정에서 자신의 모습은 어떠한 것이든지 타인의 것이 아니라 자신의 것임을 우선적으로 자각할 필요가 있다. 자기수용 태도는 자신의 긍정적 면이든 부정적 면이든 있는 그대로 자기를 받아들이는 것이다.

셋째는 자기개방이다. 자기개방은 있는 그대로 자신을 다른 사람에게 내 보이는 것을 의미하는데, 건강한 성격을 발달시키고 의미 있는 인간관계를 발전시키는데 필수적인 과정이라고 할 수 있으며, 타인과의 참 만남을 성취하게 하는 것이다.

2) 자아성장 집단미술치료 프로그램

미술치료는 미술과 치료라는 두 영역의 만남으로 이루어진다. 미술은 인류의 역사와 더불어 시작되어, 인간의 문화적, 사회적, 인격적 발달과정을 증명하고 있는 예술로써, 인간의 삶과 밀접한 관계를 지니고 있다. 즉, 미술은 인간의 창의적 능력과 욕구를 역사적으로 증명하며, 종교적, 미적, 심리적 카타르시스를 경험할 수 있는 중요한 역할을 한다. 또한 이러한 미술적 활동은 개인이 처한 삶의 어려운 상황을 표출하고 받아들일 수 있는 자세, 즉 삶에 대한 용기와 의지를 키우는데 기여하며 자기 동일화의 경험도 하게 된다.(정여주, 2003)

미술치료는 교육, 재활, 정신치료 등 다양한 분야에서 시각예술이라는 수단을 이용하여 인격의 통합 혹은 재통합을 돕기 위한 시도라 할 수 있다. 미술치료는 의미 있는 삶의 창조를 위해 예술적 표현이라는 특정의 창조적 매체를 내담자들에게 사용하는 것이다(김동연, 이근매, 1998). 즉, 미술활동을 통한 자기표현, 승화, 통찰에 의해 개인의 갈등을 조정하고 심리문제를 해결하며 자아성장을 촉진

시키는 심리치료이며, 개인의 무의식을 의식화하는데 매우 유용하고, 자발적인 미술활동은 개인의 내면세계가 조화를 이룰 수 있도록 도와준다. 미술치료는 비언어적 커뮤니케이션 기법으로 시각적 이미지가 구체화되고, 여기에 언어적 보완이 이루어지면서 지금까지의 자기상실, 왜곡, 방어, 억제 등의 상황에서 벗어나 보다 명확하게 자기인식, 자기실현을 이루게 된다(정현희, 2006).

집단미술치료는 집단치료에 미술을 적용한 것으로, 그림은 내면세계에 간직된 인간 감정을 자유롭게 표현하고 언어로써 서로 부딪치는 감정 위기의 완충제가 되며, 카타르시스 효과를 가지는 동시에 감정 교류의 조정역할을 하고 고통스러운 감정이나 경험들의 표현과 정화에 도움이 된다. 고통스럽거나 외상적인 사건들을 극복하고 슬픔이나 상실에서 오는 불안과 공포, 우울함, 기타 감정들을 나누는데 유용하다(Yalom, 1993). 이것은 미술이라는 매체가 자연스럽게 감정들을 표현하게 하고 언어로서 부딪치는 감정을 완화 시킬 수 있는 정서조절력을 키울 수 있기 때문이다.

집단미술치료는 개인은 집단의 한 일원으로서 집단의 구성원들에게 자신의 개인적인 체험을 공개함으로써, 자기통찰을 할 수 있도록 돕는다. 나아가 이미지를 시각화한다는 점에서 상담자는 내담자의 정신세계를 보다 정확하게 파악할 수 있도록 할 수 있다(한국미술치료학회, 2000).

집단미술치료는 개인이 문제를 해결하고 학습하고 성장하는데 있어 독특한 기회를 제공하며 개인과 집단의 자아실현, 자긍심 향상 등의 질적 향상을 위해 활용될 수 있다. 또한, 미술을 매체로 하여 개인의 문제해결능력을 증진시키고 대인관계에 있어서, 다른 환경과의 만남에 있어서, 개인을 돕는데 그 목표를 두고 있다. 상호작용적 관점에서 구성원 개인의 내면세계는 다른 구성원들의 기대에 영향을 미치고 자신과 구성원들의 개인적 관점과 상호작용에 의해 계속적으로 재형성되어 간다. 집단에서 구성원들은 과거로부터의 의미 있는 사건들과 비밀들의 폭로를 통해 개인들의 행동을 이해하고 긴장을 이완시키며 친밀감을 형성하여 방어를 내려놓는다(옥금자, 2006).

자아성장 집단미술치료는 자아성장프로그램에 집단미술치료를 도입한 것을 말한다. 자신의 감정과 경험을 미술로 표현하고, 집단미술치료의 장점인 개인적 경험과 집단의 경험을 함께 하며 자신과 타인을 심층적으로 이해하고 수용, 개방하

도록 하는 자기성장 프로그램의 장점을 더한 것이다. 따라서 자아성장 집단미술 치료는 미술매체를 통하여 자신을 좀 더 깊이 있게 이해하고, 받아들이고, 집단 원에게 개방하여 각 개인의 의미 있는 성장과 행동의 변화를 가져오도록 할 수 있는 기회를 제공하는 것이다(김형숙, 2009).

자기성장 프로그램 및 자아성장 미술치료 관련한 선행연구들을 살펴보면 대부분 아동 및 청소년을 대상으로 자기성장 프로그램을 적용하여 자기존중감과 사회성에 미치는 영향을 연구한 것을 확인할 수 있다. 이는 자아성장 개념이 청소년기에 이르기 까지 형성 발달되어진다는 고정관념으로 청소년까지의 자아성장에만 많은 관심을 가졌을 뿐 정작 제 2의 인생을 출발하는 주부 및 부모의 자아성장개념에 대해서는 무관심했던 결과인 것으로 보여진다(김형숙, 2009). 자아성장 프로그램으로 아동 및 청소년을 대상으로 한 선행연구는 (박영애, 2010; 이로미, 2012; 오영희, 2003; 이은경, 2009; 김진휘, 2002 외 다수) 많이 있지만 성인 및 부모를 대상으로 한 연구는 윤의정(2012)이 발달장애자녀 어머니의 심리적 안녕감, 자기효능감에 미치는 효과를 연구 하였으며, 양정은(2011)의 연구에서는 저소득가정 중학생의 자기존중감 및 학교생활 적응에 미치는 효과를 알아보았고, 최소희(2015)연구에서는 중년여성의 자아존중감과 가족간 의사소통에 자아성장 집단상담 프로그램이 긍정적인 영향을 준 것을 확인 하였다. 그 외 조경희(2004) 정현주(2004)등 성인에 관련된 집단상담 프로그램에 대한 연구는 미약한 수준이다. 뿐만 아니라 자아성장 미술치료프로그램을 적용한 연구는 이은진(2005)의 자아성장 집단 미술치료를 통한 발달장애아 어머니의 양육스트레스 및 모-자 상호작용의 변화와 이미선(2006)의 자아성장 미술치료가 실험불안 아동의 불안감소와 학교생활에 미치는 사례 연구정도만 있다.

3) 장애아동 어머니와 집단미술치료

미술치료는 이미지를 표현하고 그 표현된 이미지에 상징을 해석하여 자신으로부터 소외된 무의식적인 갈등을 이해하는데 도움을 받고, 이를 의식에 통합시킴으로써 진정한 자아통합에 이르는 것이며(최은영, 공마리아, 2008), 작품은 집단 치료에서 관심의 대상이 될 수 있으며, 참가자들은 작품을 통해 간접적으로 대화

를 나눈다. 또 작품은 투사된 내용의 중심이 되며, 파괴되고 복구될 수 있다. 구성원들은 비슷한 그림 스타일이나 특정한 상징들의 비유를 통해 서로를 향한 공감을 표시할 수 있다(Susan Hogan 2014). 즉, 작품을 통해 내적 갈등을 승화시키고 카타르시스를 주거나 감각 경험의 폭을 넓히는 등 궁극적으로 자아의 힘이 강화 된다고 볼 수 있다(주리아, 2010).

인지적 과정에서의 자기통찰과 정서의 통합은 자기실현을 지향하는 행동을 모색하는 것에 적절한 도움을 주어 행복을 증진시키는데 필요한 인지, 정서, 행동의 통합을 이끌어 낼 수 있다. 장애아동의 부모들은 자신과 비슷한 환경에 놓여 있는 사람들과의 소통이 필요하며, 그들과 소통을 함으로써 자신만이 겪고 있는 문제가 아니라는 것을 인식하고, 공감함으로써 고통스러운 감정이나 사건들을 극복하고, 슬픔이나 기타 감정들을 나누는데 유용하다. 따라서 집단형식은 장애아동 어머니들에게 적절한 심리적 중재 방법이 된다(조은미, 천성문, 이영순 2011). 집단미술치료 프로그램이 장애아동 어머니의 심리적 안전감의 향상과(박주호, 2017; 김보라, 2015) 양육스트레스 감소(김명준, 2008; 정진혜, 2008; 제갈선아, 2012; 김수정, 2015; 김은화, 2014; 정미영, 2005; 이윤정, 2015; 김서안, 2007; 석은주, 2002)와 자아존중감에 긍정적 영향을 주었다(조윤주, 2014; 임행정, 2009)고 하였으며, 이것은 미술이라는 매체가 자연스럽게 감정들을 표현하고 언어로써 부딪치는 감정을 완화 시킬 수 있는 정서조절력을 키울 수 있기 때문이다.

장애아동 어머니를 대상으로 한 미술치료프로그램 선행연구표

표 II-1. 장애아동 어머니를 대상으로 한 미술치료프로그램 선행연구표

	양육스트레스 감소 정현희,이필순 (2004)	양육스트레스감 소와 자아존중감 향상 안정선,오승진 (2012)	대처방식, 사회적 지지 심리적 안녕감 김은화,김원,이 상열 (2014)	회복탄력성 향상 한현숙 (2015)	자아탄력성 향상 제갈선아 (2015)
1회기	오리엔테이션 자기소개	오리엔테이션 사전검사	별칭짓기	나를 소개하기	별칭짓고 이름표 꾸미기

2회기	상자속 내마음 담기	별칭짓기,난화	거울 속 내얼굴	나의 인생그래프	티셔츠에 염색하기
3회기	나의하루 일과표	가족 9분 할법	가장 감사한 사람과 화나게 한사람 표현	가장 힘들었을 때 가장 행복했을 때	도자기 접시 만들기
4회기	나무가족화	석고 손 본뜨기	자신의 장단점 찾기	표현하지 못한 내마음	지점토 그릇 만들기
5회기	꽃그림	아프고 상처받은 부분 표현하기	화에 대한 대처방법 찾기	내가 버리고 싶은것	커피잔에 그림그리기
6회기	내아이에게 주고싶은것 누구에겐가 받고싶은것	감정사진	현재, 미래 자신의 신체 표현	나의강점과 성공경험	지점토 그릇에 색한지로 장식하기
7회기	내가 가장 기뻐했을때 가장 슬펐을때	항아리 담기 풍선 터트리기	중요한 항아리	나에게 힘이 되는 말	도자기 접시에 그림 그리기
8회기	찰흙으로 감정표출	자소상 만들기	행복나무 표현	있는 그대로의 우리가족	재활용 상자에 한지로 장식하기
9회기	나의 과거, 현재, 미래(폴라쥬)	가족화 그리기	미래의 자신 표현	새로운 나의 모습	나무쟁반에 그림그리기
10회기	천 위에 그림 수놓기	나의 나무	행복여행 느낌 나누기	나에게 주고 싶은 선물	나무액자에 그림그리기
11회기	나를 멋지게 꾸며보자(협동 화)	생애설계		내안에서 자라는 힘	1회기에 만든 별칭 이름표와 조각천을 연결하여 수건 퀵트 장식
12회기	아름다운 세상 만들기(협동화)	틀링페이퍼 자신에게 편지쓰기		희망의 다짐/수료식	자기 작품 디스플레이 하기
13회기	소감서 발표와집단원들 끼리 마음의 선물 주고 받기	집단 후 달라진 점 이야기 하기			

자아성장 미술치료프로그램은 이형득(1979)의 정의를 참고하여, 신뢰롭고, 수용적인 분위기 속에서 개인의 성장과 생활상의 문제 해결을 위해 지도자와 집단원간의 역동적 상호작용이 일어나는 대인관계의 한 과정으로 보고, 집단원간의 원활한 상호작용과 자기탐색의 과정을 통해 장애아동 어머니들은 자신이 진정 무엇을 원하는지를 알아보는 자기탐색과 자기이해 그리고 자기수용을 하고 자기개방을 통해 자아탄력성을 향상시키고 집단 구성원간의 소통과 이해로 정보를 교류하고 정서적 지지를 받음으로써 더 나은 삶의 원동력의 기회를 제공하여 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성을 향상시키는데 본 연구의 목적이 있다.

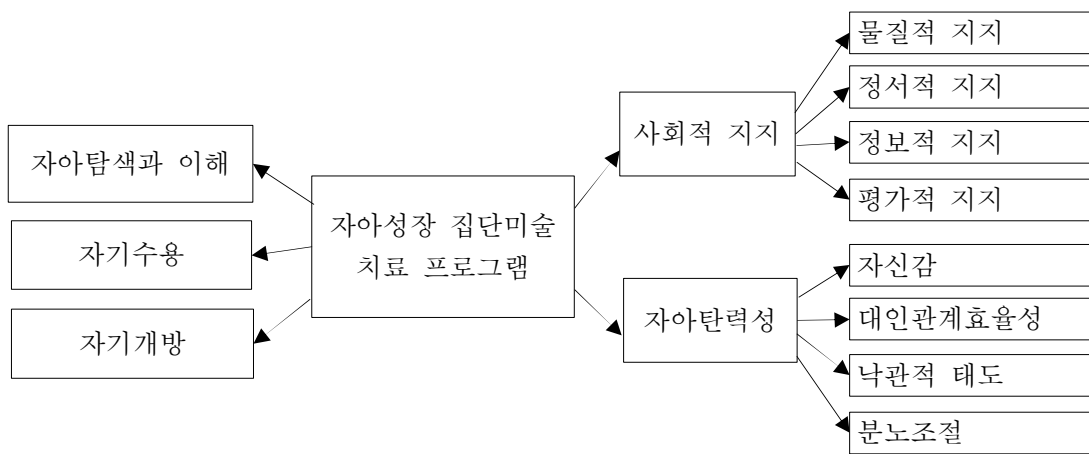


그림 II-1. 프로그램 모형도

2. 사회적 지지

1) 사회적 지지 개념

‘사회적 지지’란? 주위사람들에게 자신이 사랑과 돌봄을 충분히 받으며, 존중받고 있다고 여기는 것이며 의사소통이나 관계에서 서로 의미 있는 일원이라고 믿는 정보의 구성요소이다(Cobb, 1976)

사회적 지지에 대한 학문적 관심은 1970년대 중반부터 생기기 시작했으며 질병과 같은 건강유지 관련이거나 심리적 증상의 병인과 관련하여 그 역할에 대한 관심이 고조 되었고 심리학 분야, 특히 스트레스와 관련하여 연구되어졌으며, 스

트레스의 매개변인으로 다루어져 왔다.

개인은 주변사람들에 의해 제공되는 여러 형태의 사회적 관계를 구성하고 상호관계를 맺으며 정서적 혹은 도구적 지원을 받으며 살아간다. 이러한 도움과 원조는 개인의 심리적 적응에 도움을 주며 가정 내 이런 연결체계는 부모가 자녀를 양육하는데 영향을 미치며, 자녀도 부모나 다른 가족 구성원들이 관계를 맺고 있는 사람들로부터 직접적으로나 간접적으로 지원과 영향을 받게 된다.

Shiling(1984)는 사회적 지지를 다음의 세 가지 수준으로 분류하였다. 첫째 수준은 핵가족의 구성원과 가족처럼 친근한 친구, 친척 또는 친지 등의 지지를 포함하는 것으로 가장 기본적인 지지이고, 둘째 수준의 지지는 첫째보다 덜 가까운 친구, 친척 또는 전문인과 서비스를 제공하는 사람 등 정기적 접촉을 갖는 사람에게서 받는 지지를 의미하며 셋째 수준의 사회적 지지는 덜 가까운 사이면서 자주 접촉하지 않는 사회적 기관으로 부터의 지지를 말한다(배경희, 2007 재인용).

사회적 지지는 이론가 마다 여러 차원에서 다른 형태로 각기 정의를 달리하고 있는데 박지원(1985)은 사회적 지지의 속성을 크게 4가지로 분류하였다.

첫째는 정서적 지지로 존경, 애정, 신뢰, 관심, 경험의 행위를 포함한다.

둘째는 정보적 지지로 직업의 기회를 알려주거나 방법을 제공하는 것 등과 같은 개인이 문제를 대처하는데 이용할 수 있는 정보를 제공 하는 것이다.

셋째는 물질적 지지로 일을 대신해주거나 돈과 물건을 제공하는 등 필요시 직접적으로 돕는 행위를 포함한 것이다.

넷째는 평가적 지지로 자신을 인정해 주거나 부정하는 등 자기 평가와 관련된 정보를 전달하는 것이다(김연수, 1995).

정리해 보면, 사회적 지지는 변화에 대한 촉진을 시키고 스트레스 상황에서 적응을 도우며 위기에 대처할 수 있으므로 장애를 가진 자녀에게 질적인 양육을 제공하고 부모의 능력을 강화 시킬 수 있는 중요한 요인이 된다.

2) 장애아동 어머니의 사회적 지지

장애아동 가족이 직면하게 되는 잠재적인 어려움이 사회적, 심리적으로 인식하

게 되면서 사회적 지지의 적절성에 대한 관심도 가지게 되었다. 즉, 장애아동을 양육하면서 느끼게 되는 가족 구성원 개개인이나 전체의 스트레스와 위기감, 사회적 고립감 등과 가족의 역기능으로 인한 문제를 해결해야 할 필요성을 인식하게 되었다.

장애아동 가족은 자녀가 정상적인 발달을 보이지 않음으로써 비롯되는 부모의 정서적 긴장과 장애예후에 대한 불안까지 경험하는 것으로 나타난다. 이에 따라 가족은 상담가와 상담을 통하여 장애아동의 미래에 대한 정보를 제공받기를 원하며, 정확한 장애진단과 동시에 교육, 치료서비스를 안내받고자 한다. 그리고 장애아동이 성장하는 과정에서 필요한 교육 및 진로에 대한 정보나 상담이 필요하다(이민호, 2003; 전재일, 박영국, 2006 재인용).

장애아동 어머니에게 사회적 지지는 장기간 지속되는 갈등을 중재하는 역할을 할뿐만 아니라 장애아동을 돌봄으로 인해 생기는 양육스트레스와 우울감, 같은 부정적인 경험을 완화시켜 주는데 중요한 영향을 줄 수 있다고 본다. 사회적 지지는 여러 상황의 변수가 많은 장애아동 어머니의 위기적 변화에 대처하고 적용할 수 있으며 다양한 지지를 통해서 스트레스에 더 효과적으로 대처할 수 있기 때문이다

선행연구들을 살펴보면 사회적 지지는 장애아동의 사회적응과 가족적응에 대한 설명변인이며, 장애아동 어머니의 양육스트레스나 우울감에 긍정적 변화를 주거나 가족 탄력성이나 심리적 안녕감에 영향을 미치는 요인으로 알려져 있다(조은미, 2009; 임은경, 2009; 박미라, 2016).

사회적 지지는 스트레스 적응에 미치는 영향을 조절하는 요인으로서 완충 효과 가설에 의하면 심각한 스트레스를 경험할 때 높은 수준의 사회적 지지가 있으면 스트레스로 인한 부정적인 영향이 감소되어 심리적 장애를 겪지 않는다고 한다(김인경, 2012). 사회적 지지를 통해 경험하는 안정적인 대인관계는 자아정체감, 안정감, 상황에 대한 예측가능성을 주어 적응에 긍정적인 영향을 줌으로써 심리적 소진의 예방에 도움이 된다(김인경, 2012). 따라서 장애아동 어머니가 자녀의 장애를 수용하는 개인의 심리적 적응과정에 긍정적인 영향을 미치게 되며, 사회적 관계의 상호작용으로 가족 구성원은 서로 영향을 주고받는 역동적인 체계로 긍정적 변화에 영향을 미치게 된다. 어머니의 변화는 가족기능에도 영향을

미치게 되는데 결국 장애아동과 어머니를 위한 사회적 지지는 가족기능에 직접적으로 영향을 미치는 것이 아니라 어머니의 심리적 적응과정으로 자녀의 장애를 이해하고 수용하는 것으로 볼 수 있으며, 이는 곧 가족기능이 향상되어 진다고 할 수 있다.

사회적 지지는 정신건강 수준과 높은 상관을 보이며 자존감과 부적 정서에도 상당한 연관성이 있으며, 개인으로 하여금 삶에 대해 더욱 긍정적인 태도를 갖게 해주며 그 문제를 다루는데 자신감을 증가시킨다(송상, 2000).

정리해 보면, 사회적 지지는 비슷한 문제를 경험하고 있는 장애아동 어머니들로 하여금 나만이 겪고 있는 문제가 아니라는 인식과 함께 같이 대처방법 등의 정보를 교류하고 스트레스를 극복하고 원만한 대인관계를 기를 수 있을 것이며, 그로 인하여 양육태도에도 변화와 장애아동의 생활적응과 가족기능을 향상시킬 것이다. 만족스러운 사회적 지지는 개인의 심리적 안정감에 크게 작용을 하며 사회적 지지가 장애아동 어머니에게 미치는 영향력은 크다고 보여 진다.

3. 자아탄력성

1) 자아탄력성 개념

‘자아탄력성’은 Block&Block(1980)이 인간의 적응력에서 개인적 차이를 확인하면서 ‘자아탄력성(ego resiliency)’의 개념으로 설명하였다. 인간은 문제 상황에도 불구하고 건강하게 적응을 잘해 나가고 안정을 잃지 않으며, 역경을 극복하여 성공적으로 적응을 하는 사람들을 자아탄력성으로 설명하였다.

문제 상황에 적응하지 못하는 사람들을 ‘자아취약적’ 또는 ‘자아경직적’(ego brittle)이라고 하고, 적응에 어려움이 없고 잘 극복하는 사람들을 ‘자아탄력적’(ego resilient) 성격 특성으로 명명하였다. 자아탄력적인 사람들은 낮은 상황에서 변화하는 상황적 요구를 유연하게 반응함으로써 성공적인 적응을 하는데 비해, 자아경직적인 사람들은 이런 조절력이 낮아서 낮은 상황이나 스트레스 상황에서 효율적으로 대처하지 못하고 융통성 없게 생활을 한다(Block&Block, 1980).

자아탄력성의 구성요소들을 살펴보면 Block&Block(1980)는 문제해결력, 성격의 안정성, 자신감, 적응력, 또래관계, 인지능력을 하위영역으로 보았고, Klohnen(1996)는 낙관성, 자율성, 생산적인 활동, 대인관계에서의 통찰력과 온정, 기술적 표현방법으로 O'Connell-Higgine(1983)은 활력성, 감정통제능력, 대인관계 낙관성으로 보고 미국 심리학회에서는 가족 내외의 지지적 관계보호, 현실적 계획 및 수행능력, 자신감, 긍정적 비전, 의사소통과 문제해결기술로 나누어 설명하였다.

국내에서는 김미향(2006)은 대인관계 기술, 활력성, 감정통제, 낙관성을 하위영역으로 보았으며, 박은희(1997)는 대인관계기술, 활력성, 감정통제, 낙관성 호기심으로, 박현진(1996) 자신감, 대인관계효율성, 낙관적 태도, 분노조절능력으로 보았다. 박현진(1996)의 연구에서 자아탄력적인 집단은 낙관적이고 적극적인 태도를 가지고 있음으로써 스트레스를 덜 느끼지만, 스트레스를 느끼더라도 적극적인 대처전략을 사용한다고 하였다. 이들은 예기불안을 경험하지 않고 대인관계에서도 적극적이고 개방적인 특징을 보이므로 자신과 타인에 대해 통찰력을 가지고 따뜻한 관계를 형성할 수 있다는 것을 시사한다(윤혜경, 2014).

윤현희, 홍창희, 이진환(2001)은 부모 보고형 자아탄력성 척도 개발 연구에서 초등학교 학생을 대상으로 연구하여 또래관계와 낙관성, 공감과 자기수용, 집중력과 자신감, 이해심, 리더십으로 보았으며 이지연(2000)은 장애학생 부모의 자아탄력성 척도개발 및 타당화 연구에서 하위영역을 수용성, 감정통제, 낙관성, 대인관계, 만족과 감사, 활력성으로 보았다.

표 II-2 연구자별 자아탄력성을 구성하는 하위요인들

연구자	구성요소(하위영역)
Block&Block(1980)	문제해결력, 성격의 안정성, 자신감, 적응력, 또래관계, 인지능력
Klohnen(1996)	낙관성, 자율성, 생산적인활동, 대인관계에서의 통찰력과 온정, 기술적 표현방법
O'Connell-Higgine(1983)	활력성, 감정통제능력, 대인관계,낙관성

미국심리학회	가족 내외의 지지적 관계보호, 현실적 계획 및 수행능력, 자신감, 긍정적 비전, 의사소통과 문제해결기술
김미향(2006)	대인관계 기술, 활력성, 감정통제, 낙관성
박은희(1997)	대인관계기술, 활력성, 감정통제, 낙관성 호기심
박현진(1996)	자신감, 대인관계효율성, 낙관적 태도, 분노조절
윤현희, 홍창희, 이진환(2001)	또래관계와 낙관성, 공감과 자기수용, 집중력과 자신감, 이해심, 리더십
이지연(2000)	수용성, 감정통제, 낙관성, 대인관계, 만족과 감사, 활력성

이렇게 여러 학자들에 의해 자아탄력성은 다양하게 정리되었는데, 그 이유는 기존의 정의가 개인의 특성, 가족 간의 결속력, 외부지지 체계 중 일부 또는 전체를 강조하였기 때문으로 보인다. 이로 인해 탄력성(resilience)과 자아탄력성(ego-resilience)의 개념을 다른 것으로 구별하는 연구(신현숙, 2003; Luther, Cichetti, & Becker, 2000)와 두 개념을 혼돈 하는 연구(유성경, 심혜원, 2002; Connor & Davidson, 2003)가 공존하고 있다.

개인적 특성뿐만 아니라 가정과 사회공동체의 특성 모두 포함하는 의미가 탄력성의 개념이며, 자아탄력성은 'ego'의 존재로 인해 이 개념의 출현배경이 정신 분석적이고, 개인적 특성에 국한됨을 시사한다(조수경, 2009).

위와 같이 자아탄력성의 개념이 다양하게 정리되었는데 다소 차이는 있었지만 중복되는 내용이 많았으며 박현진(1996)의 하위영역이 장애아동 어머니의 상황에 적절하여 사용하게 되었다.

2) 장애아동 어머니와 자아탄력성

장애아동의 어머니는 비장애 아동 어머니들보다 더 많은 스트레스와 위기를 겪게 된다고 하였다(김미경, 2009). 긍정 및 부정정서가 자아탄력성을 거쳐 의미 발견에 이르는 매개효과를 가지며, 장애아동 어머니의 경우 낮은 자아존중감으로 인해 부정적 정서 경험이 많을 수 있고, 이로 인해 삶의 의미 발견에 어려움이

있을 수 있음을 유추할 수 있다(이은혜, 2012). 하지만 일부 어머니는 양육하면서 경험하게 되는 역경을 극복하고 양육스트레스를 낮게 지각하고 자녀의 장애를 긍정적으로 수용하고 문제해결력을 높여 부모로서 유능감과 행복감을 느끼기도 한다. 그들은 위기상황이나 역경에서도 적극적으로 문제 해결을 하려고 노력하며, 긍정적으로 자녀의 장애를 수용하며 자녀를 위하여 사회적 노력을 기울이는 사례가 보고되고 있다(김근면 2005, 김미옥, 2001, 김현옥외 2009). 심리학이나 교육학 연구가 점차 예방적이고, 긍정적 현상에 대한 연구를 많이 하고 있으며, 스트레스 상황이나 힘든 역경에도 불구하고 정서적 문제를 보이지 않고 건강하게 적응해 가는 사람을 설명하고 있는 개념인 자아탄력성에 관한 연구들이 관심을 받고 있다.

이러한 장애아동 어머니의 자아탄력성에 대한 선행연구들은 다음과 같다. 이임숙(2006)은 장애아동 어머니의 양육스트레스와 심리적 변인들 간의 관계를 살펴 보면서 자아탄력성 조절효과에 대한 연구를 하였으며, 제갈선아(2016)은 공예활동중심 집단미술치료 프로그램이 장애아동 어머니의 자아탄력성에 미치는 효과에 대해 긍정적 효과가 있음을 확인했고, 김소영(2015)은 장애아동 부모의 양육스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 사회적 지지와 자아탄력성의 중매매개효과를 검증하는 연구를 하여 사회적 지지는 자아탄력성과 정적 관계를 보였다고 효과 검증을 하였다. 또한 윤혜경(2015)은 집단미술치료가 장애아동 어머니의 자아탄력성에 미치는 영향에 대해 연구하여 미술치료가 장애아동 어머니의 자아탄력성 향상에 효과적임을 입증하였다.

이렇듯 최근 들어 장애아동 어머니의 자아탄력성에 관한 연구가 진행이 되고 있으며, 자아탄력성이 높은 장애아동 어머니는 장애아동으로 인해 오랜 시간 겪는 만성적 스트레스 상황에서도 유연한 자아통제와 문제 해결을 통한 양육스트레스와 슬픔과 우울을 극복하고, 장애 자녀를 있는 그대로 수용할 뿐 아니라, 자신의 삶에 만족하게 되고, 감사한 마음을 갖게 된다(이임숙, 2006). 즉, 계속되는 스트레스 상황과 문제에 놓인 장애아동 어머니로 하여금 긍정적인 적응을 하고 정서적인 회복이 될 수 있도록 하며 개인의 신념체계에 따라 역경의 의미를 해석하고 미래에 대한 융통성을 발휘하여 성장할 수 있도록 하여야 한다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

1) 연구대상 선정기준

본 연구대상 선정은 A시에 소재한 B발달지원센터를 이용하고 있는 장애아동 어머니들이며, 선정기준에 적합하고, 연구 참여에 동의한 어머니로 실험집단 8명, 통제집단 8명이며, 총 16명으로 각각 무선할당 하여 B발달지원센터 미술치료실에서 실시하였다.

2) 연구대상 개요

표 Ⅲ-1. 실험집단의 연구대상 개요

	닉네임	어머니나 이	교육수 준	아동 의나 이	아동의 성별	아동출생 순위	장애정도
실험 집단 (N=8)	라벤다	40대	대졸	8세	여아	중간	다운증후군
	빵순	30대	대졸	9세	남아	첫째	뇌병변장애
	마법사	30대	대졸	7세	여아	첫째	지적장애
	감망	40대	대졸	7세	남아	첫째	지적장애
	호기심왕	40대	고졸	11세	남아	막내	지적장애
	깡	30대	고졸	8세	남아	중간	자폐장애
	쿠키요리사	40대	대졸	9세	남아	첫째	지적장애
	개미	30대	고졸	8세	남아	중간	지적장애

표 III-2. 통제집단의 연구대상 개요

	닉네임	어머니나이	교육수준	아동의나이	아동의성별	아동출생순위	장애정도
통제 집단 (N=8)	A	40대	고졸	9세	여아	첫째	지적장애
	B	40대	고졸	11세	남아	막내	자폐장애
	C	40대	대졸	7세	남아	막내	뇌병변장애
	D	30대	고졸	8세	남아	막내	지적장애
	E	40대	대졸	12세	남아	첫째	지적장애
	F	40대	고졸	8세	여아	막내	지적장애
	G	30대	대졸	7세	여아	첫째	지적장애
	H	40대	대졸	11세	여아	막내	다운증후군

2. 연구절차

본 연구에서는 자아성장 집단미술치료가 장애아동 어머니의 사회적 지지 및 자아탄력성에 미치는 효과를 살펴보기 위해 자아성장 집단미술치료 프로그램을 2016년 8월 23일부터 2016년 9월 25일 까지 실험집단에 적용 하였다. 실시장소는 A시 B발달지원센터 미술치료실이며, 주2회, 120분씩 사전, 사후를 제외한 총 12 회기에 걸쳐 실시하였다. 자아성장 집단미술치료프로그램의 실시 전, 후에 사회적 지지 척도지와 자아탄력성 척도지로 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성을 평가하였으며, 통제집단 또한 실험집단과 동일한 시기에 사전, 사후 검사를 실시하였다.

3. 연구설계

본 연구는 자아성장 집단미술치료가 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성에 미치는 효과를 알아보기 위하여 두 집단의 사전, 사후 검사를 비교하는 사전, 사후 통제집단 설계(pretest-posttest control group design)를 채택 하였으

며, 이를 위해 실험집단에만 프로그램을 투입하여 차이를 비교 분석하였다.
이 설계를 도식화 하면 그림 1.과 같다.

실험집단	O ₁	X	O ₃
통제집단	O ₂		O ₄

X : 자아성장 집단미술치료 프로그램
O₁, O₂ : 사전검사(사회적 지지, 자아탄력성 검사)
O₃, O₄ : 사후검사(사회적 지지, 자아탄력성 검사)

그림 II-2. 실험설계

4. 연구도구

1) 사회적 지지 척도

사회적 지지 측정을 위해 박지원(1985)이 개발한 도구를 사용하였으며, 이 척도는 사회적 지지망의 크기와 구성, 관계망 내 구성원들과 접촉빈도나 접촉기간과 같은 사회적 지지의 구조적인 측면이 아닌 주관적으로 인식하는 사회적 지지의 정도를 측정하는 도구이다.

사회적 지지 척도는 정서적 지지, 정보적 지지, 평가적 지지, 물질적 지지의 4개 하위요인으로 되어 있으며, 총 25문항으로 구성되어 있다. 하위요인의 내용을 살펴보면, 첫째, 정서적 지지로서 사랑, 이해, 존경, 신뢰, 관심, 경청 등과 같은 인간의 기본적인 사회 정서적 욕구를 만족시켜 주는 것을 뜻한다.

둘째, 정보적 지지란 개인이 문제를 대처하는데 이용할 수 있는 정보를 제공하는 것으로 문제해결, 의사결정, 적응 및 위기의 상황에서 제공되는 충고, 조언, 지도와 사회에 대한 지식 제공 등을 의미한다. 셋째, 평가적 지지는 자신의 행위를 인정해 주거나 부정하는 등 자기평과와 관련된 정보를 전달하는 것으로 칭찬, 인

정, 공정한 평가, 가치고양, 의사존중을 제공해 주는 것을 말한다. 넷째, 물질적 지지란 일을 대신해주거나 돈, 물건, 시간을 제공하는 등 자신이 필요할 때 직접적으로 도와주는 행위를 포함하는 지지를 의미한다(이은혜, 최은영, 공마리아, 2012).

모든 문항은 5점 Likert 척도 그렇다(5점), 그렇지 않다(1점)로 사회적 지지의 정도를 측정하였으며, 점수가 높을수록 사회적 지지가 높다는 것을 의미한다.

박지원(1985)의 연구에서 전체 척도 도구의 신뢰도 *Cronbach's a*=.94, 하위영역은 .92~.97이었고, 본 연구에서는 전체 신뢰도 *Cronbach's a*=.97이었다 하위영역별로는 정서적 지지 *Cronbach's a*=.97, 정보적 지지 *Cronbach's a*=.96, 물질적 지지는 *Cronbach's a*=.96, 평가적 지지 *Cronbach's a*=.98 이다.

표 III-3. 사회적 지지의 하위요인별 문항 수와 신뢰도

구분	문항수	문항번호	신뢰도
정서적 지지	7	1, 6, 7, 10, 16, 18, 24	.970
정보적 지지	6	8, 14, 17, 19, 22, 25	.963
물질적 지지	6	3, 9, 13, 15, 20, 23	.969
평가적 지지	6	2, 4, 5, 11, 12, 21	.986
전체	25		.975

2) 자아탄력성 척도

자아탄력성 척도는 Block(1961/1978)에 의해 개념화되고 고안된 척도로서, 100개의 목록을 사용한 Q-sort(CAQ)를 통해 평정되었으나 시간과 비용의 문제로 어려움이 있었고, 이에 Klohn(1996)이 CIP(California Personality Inventory)에서 CQA의 자아탄력성 문항과 .20 이상의 상관을 보이는 48문항을 뽑아 CPI의 다른 하위척도와 상관있는 문항을 제외하고 최종적으로 29개의 문항을 추려서 자기보고식 자아탄력성 척도를 개발하였다.

본 연구에서는 박현진(1996)이 번안하여 사용한 자아탄력성 척도를 사용하였다.

자아탄력성 척도는 총 29문항으로 각 문항 5점 Likert 척도로 응답하도록 되어 있으며, 점수가 낮을수록 자아탄력성의 정도가 높은 것으로 구성되었다. 각 하위요인은 타인과의 관계나 일에 대하여 쉽게 포기를 나타내는 자신감, 타인과의 원만하고 친밀한 관계 형성을 나타내는 대인관계 효율성, 삶에 대한 행복감과 흥미를 느끼는 것을 의미하는 낙관적 태도, 주어진 상황에 대해 화를 표출하고 통제하는 것으로 나타내는 분노조절로 하위요인을 이루고 있다. 각 하위요인별 문항수는 자신감 9문항, 대인관계 효율성 8문항, 낙관적 태도 10문항, 분노조절 2문항으로 총 29문항이다.

박현진(1996)의 연구에서 보고된 하위요인별 신뢰도는 자신감 Cronbach's $\alpha=.80$, 대인관계 효율성 Cronbach's $\alpha=.88$, 낙관적 태도 Cronbach's $\alpha=.81$, 분노조절 Cronbach's $\alpha=.64$ 였고, 본 연구에서의 신뢰도는 자신감 Cronbach's $\alpha=.77$, 대인관계 효율성 Cronbach's $\alpha=.87$, 낙관적 태도 Cronbach's $\alpha=.86$, 분노조절 Cronbach's $\alpha=.86$ 이었다.

본 연구에서 나타난 신뢰도는 표 6.와 같다.

표 III-4. 자아탄력성의 하위요인별 문항 수와 신뢰도

구분	문항수	문항번호	신뢰도
자신감	9	7*,10*,11*,12*,13*,22*,23,24*,26*	.771
대인관계효율성	8	3*,4*,5*,8*,9*,14*,15*,21*	.876
낙관적 태도	10	1*,2*,6*,16,17*,18,20*,25*,28,29*	.864
분노조절	2	19*,27*	.861
전체	29		.860

*는 역채점 문항임

5. 자아성장 집단미술치료 프로그램

1) 구성내용

본 연구에 사용한 자아성장 집단미술치료 프로그램은 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성의 향상을 위한 프로그램이다. 이형득(1989)의 자아성장 집단 프로그램의 구성인 자기이해, 자기수용, 자기개방을 기본으로 도입 단계, 자아탐색 단계, 자아발견 단계, 자아존중 단계, 자아촉진 단계, 종결 단계로 구성하여 자아탄력성과 사회적 지지 하위요인을 목표로 설정하여 집단미술치료를 적용하여 구성한 프로그램이다. 자아성장 집단미술치료 프로그램을 체계적으로 구성하기 위해 먼저 자아성장 집단상담 프로그램에 대해서 성인대상 선행연구(김경심, 2010; 박경실, 2011; 고진하, 2012; 이익돈, 2009; 최소희, 2015; 윤의정, 2012; 엄혜선, 한기백, 2016)와 자아성장 집단상담 프로그램과 미술치료를 적용한 선행연구(김형숙, 2009; 이은진, 2005) 프로그램을 참고 하였으며, 장애아동 어머니의 대처방식과 사회적 지지 및 심리적 안녕감을 향상시키기 위해 개발된 김은화, 김원, 이상열(2014)의 연구와 장애아동 어머니의 회복탄력성과 자아탄력성 향상 프로그램(안정선, 오승진, 2012; 윤혜경, 2014; 제갈선아, 2015; 한현숙, 2015;)을 참고하였고 한국표현예술학회 슈퍼바이저 1인, 박사재학생 1인과 프로그램 협의 후 구안하였다.

표 III-5. 회기별 관련 선행연구 및 수정 보완 내용

회기	단계	프로그램명 (치료기법)	선행연구 및 보완내용
1	도입 단계	생각 비우기 (난화 표현하기) 별칭 짓기	안정선, 오승진(2012) 집단미술치료 프로그램이 장애아동 부모의 양육스트레스 감소와 자아존중감 향상에 미치는 연구 ‘별칭짓기와 난화표현하기’ 자기표현, 자기개방을 목표로 보완
2	자아탐	나에 대해서 (9분할법)	안정선, 오승진(2012) 집단미술치료 프로그램이 장애아동 부모의 양육스트레스 감소와 자아존중감 향상에 미치는 연구 가족 9분할법을 자아탐색에 맞게 나 9분할법으로 보완

3	색 단 계	<p>명화 속에 여성의 삶 -프리다 칼로 작품 감상</p> <p>내가보는 나 남이 보는 나 (자화상 그리기)</p>	<p>김은화, 김원, 이상열(2014) 긍정심리학을 기반으로 한 집단미술치료가 장애아동 어머니의 대처방식과 사회적지지 및 심리적 안녕감에 미치는 효과 ‘거울속 내얼굴’</p> <p>최은혜(2008) 집단미술치료가 장애아동 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향 ‘내가 보는나 남이 보는 나’ 수정 보완</p> <p>윤혜원(2012)미술치료적 관점에서 본 프리다 칼로 자화상연구를 참고하여 수정 보완</p>
4	자 아 발 견 단 계	<p>나는 지금 여기에... (호흡하며 선 그리기-협동작품)</p>	<p>정현희, 이필순(2004)장애아동 어머니의 양육스트레스 감소를 위한 집단미술치료의 효과 ‘아름다운세상 만들기’ 집단의 역동성을 위해 간략하게 수정 보완</p>
5		<p>지금 나에게 필요한 것</p>	<p>윤혜경(2014)집단미술치료가 장애아동 어머니의 자아탄력성에 미치는 영향 ‘나에게 힘이 되는것’ 구체적인 제시를 하여 자아발견단계에 맞추어 수정 보완</p>
6		<p>나를 화나게 하는 것</p>	<p>최은혜(2008) 집단미술치료가 장애아동 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향 ‘마음속 분노 만나기’ 수정 보완</p>
7	자 아 존	<p>하소연 인형 만들기</p>	<p>슈퍼바이저의 제안으로 프로그램 구성</p>
8	중 단 계	<p>나만의 회원 꾸미기</p>	<p>김은화, 김원, 이상열(2014) 긍정심리학을 기반으로 한 집단미술치료가 장애아동 어머니의 대처방식과 사회적지지 및 심리적 안녕감에 미치는 효과 ‘행복나무’ 수정 보완</p>
9	자 아 촉 진 단 계	<p>손바닥 본뜨기 후 칭찬하기</p>	<p>안정선, 오승진(2012) 집단미술치료 프로그램이 장애아동 부모의 양육스트레스 감소와 자아존중감 향상에 미치는 연구 ‘롤링페이퍼 자신에게 쓰는 편지’ 수정 보완</p>
10		<p>내안의 빛</p>	<p>김명준(2008) 집단미술치료가 발달장애아동 어머니의 양육스트레스 감소에 미치는 효과 ‘내안의 빛’ 수정 보완</p>
11		<p>가장 중요한 향아리 (점토작업)</p>	<p>김은화, 김원, 이상열(2014) 긍정심리학을 기반으로 한 집단미술치료가 장애아동 어머니의 대처방식과 사회적지지 및 심리적 안녕감에 미치는 효과 ‘중요한 향아리’ 수정 보완</p>
12	종 결 단 계	<p>그림으로 선물주기</p>	<p>슈퍼바이저의 제안으로 프로그램 구성</p>

선행프로그램을 수정 보완하여 구안한 자아성장 집단미술치료 프로그램은 표 III-6.와 같다.

표 III-6. 자아성장 집단미술치료 프로그램

회기	단계	프로그램명 (치료기법)	프로그램 목표	활동내용
1	도입 단계	생각 비우기 (난화 표현하기) 별칭 짓기	친밀감 형성 및 개방촉진 변화의 의지 정서적 지지/ 자신감	별칭 짓기를 하고 자신을 표현 할 수 있는 이미지를 만들어 봄 도화지에 색연필사용
2	자아 탐색 단계	나에 대해서 (9분할법)	나에 대한 갈등적 요소를 구체적이고 통합적으로 파악한다. 자신감/ 대인관계 효율성	9분할하여 나에 대해 생각나는 것 그리기 도화지, 연필
3		명화 속에 여성의 삶 -프리다 칼로 작품 감상 내가보는 나 남이 보는 나 (자화상 그리기)	명화를 통해 고통 속에 그림으로 승화되는 내용을 인지함. 자화상 그리기를 통해 내면 들여다보기 자신감/ 대인관계 효율성	거울이나 셀카를 이용해 자신 의 모습 관찰하기 내면과 대화 하기 내가 보는 나와 남이 보 는 내가 어떻게 다를까 생각해 봄. 명화자료, 도화지, 오일파스텔
4	자아 발견 단계	나는 지금 여기에... (호흡하며 선 그리기-협동작품)	감정표출, 정서능력 향상, 스트레스 해소, 정서적 지지/분노조절	전지 도화지에 나의 호흡을 느 끼며 표현하기 서로서로 선을 느끼며 공감하기 전지, 수채물감
5		지금 나에게 필요한 것	자신에게 지금 꼭 필요한 것이 무엇인가? 생각해보기 낙관적 태도/자신감 정서적 지지	지금 나에게 필요한 것을 구체 적으로 표현하기 여러 가지 재료를 이용한 표현 깃털, 모루, 와이어, 색지, 단추, 형겔 등
6		나를 화나게 하는 것	나를 가장 화나게 했던 것을 생각하며 표현함. 감정을 표출하며 자신의 내면을 발견함. 분노조절/ 정서조절력	과거 또는 현재에도 나를 화나 게 하는 것이 무엇인지 인지하 여 표현하기 도화지, 오일파스텔

7	자아존중 단계	<p>인형 만들기를 통해 위로 받기</p> <p>하소연 인형 만들기</p> <p>낙관적 태도 / 자신감 / 대인관계 효율성 / 평가적 지지</p>	<p>나를 지지하고 나를 위로해주는 인형 만들기 “엄마에게도 엄마가 필요해” 인형에게 하소연하기 (명상) 엄마가 할 말 혹은 엄마에게 듣고 싶은 말 적어서 발표하기</p> <hr/> <p>형겂 솜, 단추, 악세사리 등을 이용한 인형 만들기</p>
		<p>나만의 화원 꾸미기</p> <p>나에게 힘이 될 수 있는 것을 탐색함.</p> <p>평가적 지지/ 낙관적 태도</p>	<p>긍정적 정서와 사회속의 자신을 인식함. 나에게 가장 안전감을 주는 공간 만들기를 함.</p> <hr/> <p>오일파스텔, 파스넛, 색연필 자유로 이용함.</p>
9	자아촉진 단계	<p>손바닥 분뜨기 후 칭찬하기</p> <p>자아실천적인 자신의 삶 찾기</p> <p>자신감/ 낙관적 태도 /대인관계 효율성 /정서적 지지</p>	<p>짜을 지어 서로 손바닥을 그려 주고 롤링페이퍼로 칭찬글 적어주기</p> <hr/> <p>싸인펜, 오일파스텔</p>
		<p>내안의 빛</p> <p>내안에 긍정의 빛 찾기</p> <p>평가적 지지/ 정서적 지지</p>	<p>나 자신의 성장의 빛을 찾아 표현하기</p> <p>내면의 빛에 대해 생각하기</p> <hr/> <p>캔버스, 아크릴 물감</p>
11	자아촉진 단계	<p>가장 중요한 향아리 (점토작업)</p> <p>자신감, 갈등상황 극복</p> <p>자신감/ 대인관계 효율성 / 정서적 지지</p>	<p>대인관계 속 자신의 탐색 자신의 위치를 확인함</p> <p>찰흙을 이용한 향아리 만들기 중요하다고 생각되는 것 만들어 향아리에 넣기</p> <hr/> <p>찰흙</p>
12		<p>그림으로 선물주기</p> <p>관계속에서 공감과 지지를 받으며 성장하는 자신을 발견</p> <p>정서적 지지/ 대인관계 효율성/ 자신감 / 평가적 지지</p>	<p>자신의 가장 편안한 공간을 표현하고 돌아가며 집단원들이 선물을 그려준다</p> <hr/> <p>도화지, 싸인펜</p>

2) 자아성장 집단미술치료 프로그램 진행단계

자아성장 집단미술치료 프로그램의 목표는 내담자가 자신을 이해하고, 수용하며 개방함으로써 자아성장을 도모할 수 있도록 도와야 하며 내담자가 보다 성숙된 인간으로 거듭날 수 있도록 지지해 주는 것이다.

자아성장 집단미술치료 프로그램은 구조화된 미술치료프로그램으로 프로그램 전체를 6단계로 나누어 단계별로 내담자가 자아를 탐색하고 자기를 발견하여 수용하고 개방할 수 있도록 주제와 목적을 이해시키고 미술활동이 끝나면 작품을 통해 탐색과 통찰의 시간을 가지며 피드백을 통해 집단원간의 지지와 공감을 가질 수 있도록 하여야 한다. 그리고 집단 원들의 능동적인 참여를 유도하고 자기몰입의 분위기를 조성해야 한다. 자신의 감정과 욕구를 이야기 해보고 표현할 수 있도록 하고 자신감을 가질 수 있도록 격려와 지지를 해주는 것도 필요하다.

(1) 도입 단계 (1회기)

도입 단계로 집단원간의 친밀함을 형성할 수 있도록 자연스러운 분위기를 조성하고 친숙해지는데 중점을 둔다. 1회기 별칭짓기와 난화 그리기를 통해 무의식적으로 표현된 형상에 대해 탐색을 하도록 하고 그것에 대한 집단원 간의 피드백을 통해 공감과 지지를 줄 수 있도록 한다.

(2) 자아탐색 단계(2~3회기)

자아탐색 단계로 나에 대한 갈등적 요소를 구체적이고 통합적으로 파악하며 자신이 보는 자기와 타인이 보는 자기에 대한 지각, 적극적인 자기노출 그리고, 자신의 억압되어진 감정표출 등을 통하여 어머니 자신의 재발견에 초점을 두었다.

(3) 자아발견 단계 (4~6회기)

자아발견 및 탐색단계는 자신에 대한 지각, 억압된 감정표출과 함께 적극적인 자기노출과 자신의 재발견도 필요하다. 4회기는 협동작품으로 명상하기와 더불어 집단원간의 자기감정 표출을 통해 상호작용할 수 있도록 하고 자신에게 필요한 것이 무엇인지 표현함으로써 집단 간의 격려와 지지를 받으며 낙관적인 사고와 긍정적인 정서를 형성하도록 한다.

(4) 자아존중 단계 (7~8회기)

자아존중 단계에서는 현재의 자기 상황과 관계를 탐색하고 본래 갖고 있던 자신의 모습을 살펴보고 자신의 역할에 대한 중요성과 자신의 욕구를 확인하며 수용하도록 하는 것에 중점을 둔다. 7회기 ‘하소연 인형 만들기’는 ‘엄마도 엄마가 필요해’ 라는 부제를 가지며, 엄마가 자신의 최대 ‘지지자’이든 아니든 가장 의지하고픈 엄마를 인형으로 형상화 하여 엄마에게 듣고 싶은 지지되는 말을 적어 보도록 하여 자기존중과 힘든 상황을 이겨내야 하는 자신에게 던지는 응원의 메시지가 되도록 한다. 8회기 나의 화원 꾸미기는 자신만의 공간을 만들어 표현하며 에너지를 재충전 할 수 있는 기회를 제공하도록 하여 자기수용이 이루어지도록 돕는다.

(5) 자아촉진 단계 (9~11회기)

자아촉진 단계에서는 자신의 장점을 찾아보고 긍정적으로 자아인식을 통해서 삶의 방향을 설정 하도록 한다. 손바닥 본뜨기 후 집단 간에 롤링 페이퍼로 장점을 적어 주도록 하여 자신의 긍정적인 부분을 찾아보고 집단 간의 정서적 지지를 얻을 수 있도록 하고, 10회기 자신의 이전 모습과 현재의 모습을 비교해보며 내안의 빛을 표현함으로써 자신감과 정서적 지지를 얻어 자신에게 중요한 것이 어떤 것인가를 생각해 보며 엄마로서 자신의 삶을 재충전하고 변화시킬 수 있는 원동력을 찾을 수 있도록 한다.

(6) 종결단계 (12회기)

종결단계에서는 프로그램을 정리하며 자신이 있고 싶은 공간을 그려놓고 롤링 페이퍼로 그림을 그려 선물하기를 하도록 하여 집단 간의 결속력을 확인 시키고 정서적 지지를 받음으로써 앞으로 삶의 마음가짐에 대해 이야기 나누기를 하며 종결한다.

6. 자료처리

1) 양적분석

본 연구는 자아성장 집단미술치료가 장애아동 어머니의 사회적 지지 및 자아

탄력성에 미치는 효과를 알아보기 위해 통계 프로그램 SPSS 18.0을 사용하여 다음과 같이 자료 처리를 하였다.

첫째, 실험집단과 통제집단의 집단 간 동질성을 검증하기 위해 두 집단의 사회적 지지(전체, 하위요인별) 사전 점수 결과에 대해 독립표본 t검증(Independent t-test)를 실시하여 분석하였다.

둘째, 실험집단과 통제집단의 차이를 분석하기 위해 실험 후에 두 집단의 사회적 지지(전체, 하위요인별), 자아 탄력성(전체, 하위요인별) 사전, 사후 결과에 대해 독립표본 t 검증을 실시하여 분석하였다.

2) 질적분석

통계적 검증에 따른 검사지 분석 결과의 타당성에 대한 제한점을 보완하기 위해 그림 투사검사로 K-HTP를 이용하였으며, 사전, 사후로 비교분석하였으며, 회기별 활동내용 및 관찰내용, 피드백 분석을 실시하였다. 또한 프로그램의 매 회기 진행되었던 작품내용과 피드백 내용, 프로그램 만족도 조사 등을 수집하였다.

연구자는 대상자들의 다양한 행동을 관찰하고 녹취하여 기록내용을 근거로 분석하였다. 또한 집단 원들의 심리적 변화의 준거를 자아탄력성 향상과 사회적 지지에 초점을 두었다.

IV. 연구결과 및 해석

본 연구에서는 자아성장 집단미술치료가 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성에 미치는 효과를 알아보고자 하였다. 자아성장 집단미술치료 프로그램을 적용하기 전에 실험집단과 통제집단의 동질성 여부를 알아보기 위해 두 집단 간의 사회적 지지 검사와 자아탄력성 검사 점수를 이용하여 독립표본 t 검증을 실시하였다.

본 연구의 사회적 지지의 동질성 검증은 표 IV-1와 같으며 자아탄력성 동질성 검증은 표 IV-2와 같다.

1. 연구대상의 동질성 검증

1) 사회적 지지에 대한 집단 간 동질성 검증

자아성장 집단미술치료 프로그램을 실시하기 전에 실험집단과 통제집단의 사회적 지지와 자아탄력성의 동질성 여부를 검증하기 위하여 두 집단 간 사전검사 점수에 대한 독립표본 t검증을 실시하였다. 그 결과는 다음과 같다.

표 IV-1. 실험집단과 통제집단의 사회적 지지에 대한 동질성 검증 (n=8)

하위요인	실험집단		통제집단		t	p
	M	SD	M	SD		
물질적 지지	3.00	.76	3.75	.87	-1.726	.106
정서적 지지	3.39	.77	3.78	.63	-1.110	.286
정보적 지지	3.37	.78	3.81	.70	-1.173	.260
평가적 지지	3.39	.81	3.70	.82	-.762	.459
전체	3.29	.73	3.75	.72	-1.266	.226

표 IV-1과 같이 전체 사회적 지지는($t=-1.266, p=.226$)과 그 하위영역에 있어 실험집단과 통제집단 사전 검사 간에 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 하

위영역별로 살펴보면 물질적 지지($t=-1.726, p=.106$), 정서적 지지($t=-1.110, p=.286$), 정보적 지지($t=-1.173, p=.260$), 평가적 지지($t=-.762, p=.226$)의 통계치 모두에서 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 즉 $p>.05$ 수준에서 자아성장미술치료 프로그램 실시 이전의 실험집단과 통제집단의 사회적 지지가 그 하위요인에 있어서 동질한 집단으로 볼 수 있다.

2) 자아탄력성에 대한 집단 간 동질성 검증

자아성장 집단미술치료 프로그램을 실시한 실험집단과 실시하지 않은 통제집단간의 자아탄력성이 동질한지를 살펴보기 위하여 프로그램을 실시하기 전에 동질성 검사를 위해 독립표본 t검증을 실시하였다. 표는 다음과 같다.

표 IV-2. 실험집단과 통제집단의 자아탄력성에 대한 동질성 검증 (n=8)

하위요인	실험집단		통제집단		t	p
	M	SD	M	SD		
자신감	2.87	.41	3.34	.84	-1.667	.126
대인관계효율성	3.04	.60	3.39	.65	-1.090	.294
낙관적 태도	3.16	.77	3.52	.82	-.904	.382
분노조절	2.68	.70	2.56	.67	.362	.723
전체	2.94	.41	3.22	.64	-1.056	.312

표 IV-2. 와 같이 전체 자아탄력성($t=-1.056, p=.312$)과 그 하위영역에 있어 실험집단과 통제집단 사전 검사 간에 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 하위영역별로 살펴보면 자신감($t=-1.667, p=.126$), 대인관계효율성($t=-1.090, p=.294$), 낙관적 태도 ($t=-.904, p=.382$), 분노조절($t=.362, p=.723$)의 통계치 모두에서 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 즉 $p>.05$ 수준에서 자아성장미술치료 프로그램 실시 이전의 실험집단과 통제집단의 자아탄력성에 있어서 동질한 집단으로 볼 수 있다.

2. 가설 검증

1) 자아성장 집단미술치료가 장애아동 어머니의 사회적 지지에 미치는 효과

가설 1. 자아성장 집단미술치료 프로그램에 참여한 실험집단과 참여하지 않은 통제 집단 간에 사회적 지지에 유의미한 차이가 있을 것이다.

(1) 사회적 지지에 대한 사전, 사후 평균변화

자아성장 집단미술치료 프로그램이 사회적 지지에 미치는 효과를 알아보기 위하여, 사회적 지지 검사를 실시하였다. 두 집단의 사전-사후검사의 평균과 표준편차는 다음 표 IV-3과 같고 사회적 지지 평균 결과 그래프는 다음과 같다.

표 IV-3. 사회적 지지에 대한 사전-사후 평균 및 표준편차 비교 (n=8)

집단	사전		사후	
	M	SD	M	SD
실험집단	3.29	.73	3.68	.64
통제집단	3.75	.72	3.66	.55

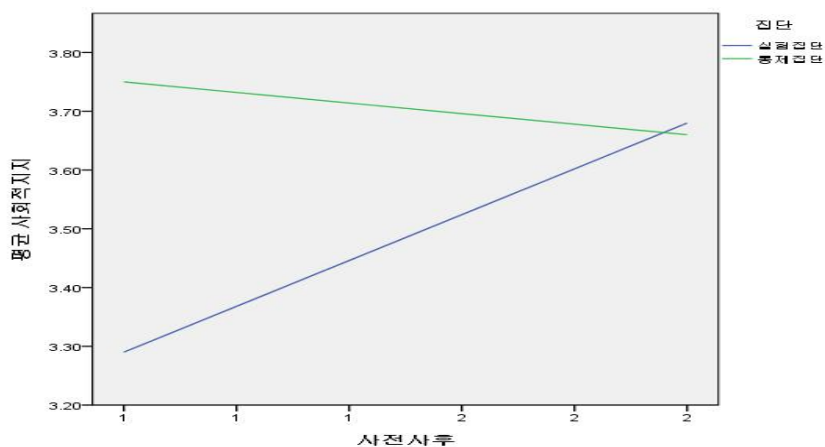


그림 III-1. 사회적 지지 척도의 실험-통제집단의 사전-사후 평균비교

자아성장 집단미술치료 프로그램을 실시한 후 실험집단과 통제집단의 사전검사와 사후검사의 평균점수를 비교해 보면, 사전검사에서 실험집단의 사회적 지지의 평균은 3.29(SD=.73)점이고 통제집단의 사회적 지지 평균은 3.75(SD=.72)점으로 나타났다. 사후검사를 살펴보면 실험집단의 평균은 3.68(SD=.64)점으로 .39점 높아졌다. 반면 통제집단의 사후검사 평균은 3.66(SD=.55)점으로 사전검사보다 .09점 낮아졌다.

이에 두 집단에서 보이는 이러한 점수의 차이가 통계적으로 유의한가를 알아보기 위하여 그 결과에 대한 차이를 검증해 보았다.

(2) 사회적 지지에 대한 실험집단과 통제집단의 사전-사후 차이비교

표 IV-4. 실험집단과 통제집단의 사회적 지지 사전-사후 차이검증 (n=8)

하위요인	실험집단		통제집단		t	p
	사전-사후	SD	사전-사후	SD		
평가적 지지	-.270	.41	.145	.95	-1.836	.109
정서적 지지	-.660	.51	.053	.63	-3.611**	.009
정보적 지지	-.250	.50	.020	.85	-1.403	.203
물질적 지지	-.395	.64	.125	.72	-1.744	.125
전체	-.394	.44	.086	.76	-2.505*	.041

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

표 IV-4.은 자아성장 집단미술치료 프로그램 실시 후 실험집단과 통제집단의 사회적 지지의 사전과 사후 검사의 차이 값으로 t-검증한 결과이다. 결과를 살펴보면 사회적 지지의 전체점수에서 실험집단은 전체평균 -.394점 감소하였고, 통제집단은 .086상승하였다. 이와 같이 프로그램에 참여한 실험집단과 참여하지 않은 통제집단의 사회적 지지에 대한 사전-사후 검사 점수의 변화량은 정서적 지지($t = -3.611, p < .01$)와 전체($t = -2.505, p < .01$)에서 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다.

따라서 본 연구에서 적용한 자아성장 집단미술치료 프로그램이 장애아동 어머니의 사회적 지지중 하위요인인 정서적 지지에 향상 효과가 있다고 할 수 있다.

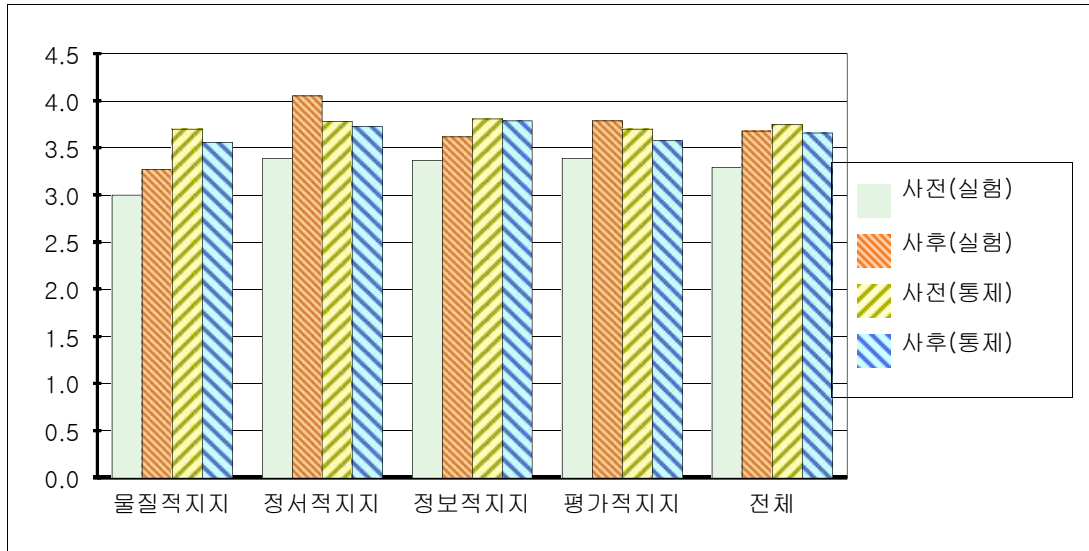


그림 Ⅲ-2. 사회적 지지 척도의 실험-통제집단의 하위영역별 비교

2) 자아성장 집단미술치료가 장애아동 어머니의 자아탄력성에 미치는 효과

가설 2. 자아성장 집단미술치료 프로그램에 참여한 실험집단과 참여하지 않은 통제 집단 간에 자아탄력성에 유의미한 차이가 있을 것이다.

(1) 자아탄력성에 대한 사전, 사후 평균변화

자아성장 집단미술치료 프로그램이 자아탄력성에 미치는 효과를 알아보기 위하여, 자아탄력성 검사를 집단 간 사전-사후검사를 실시하였다. 두 집단의 사전-사후검사의 평균과 표준편차는 다음 표 12와 같고 자아탄력성 하위요인별 결과 그래프는 다음과 같다.

표 IV-5. 자아탄력성에 대한 사전-사후 평균 및 표준편차 비교

(n=8)

집단	사전		사후	
	M	SD	M	SD
실험집단	2.94	.41	3.60	.51
통제집단	3.22	.64	3.45	.49

자아성장 집단미술치료 프로그램을 실시한 후 실험집단과 통제집단의 사전검사와 사후 검사의 평균점수를 비교해 보면, 사전검사에서 실험집단의 자아탄력성의 평균은 2.94(SD=.41)점이고 통제집단의 자아탄력성 평균은 3.22(SD=.64)점으로 나타났다. 사후검사를 살펴보면 실험집단의 평균은 3.60(SD=.51)점으로 .66점 높아졌다. 반면 통제집단의 사후검사 평균은 3.45(SD=.49)점으로 사전검사보다 .23점 높아졌다.

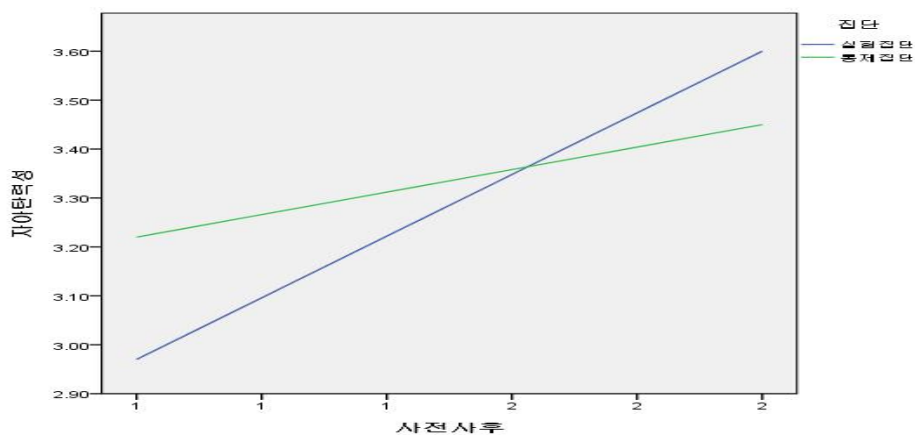


그림 III-3. 자아탄력성 척도의 실험-통제집단의 사전-사후 평균비교

(2) 자아탄력성에 대한 실험집단과 통제집단의 사전-사후 차이비교

이에 두 집단에서 보이는 이러한 점수의 차이가 통계적으로 유의한가를 알아보기 위하여 그 결과에 대한 차이를 검증해 보았다.

표 IV-6. 실험집단과 통제집단의 자아탄력성 사전-사후 차이검증

(n=8)

하위요인	실험집단		통제집단		t	p
	사전-사후	SD	사전-사후	SD		
자신감	-.722	.56	-.097	.42	3.305**	.005
대인관계효율성	-.718	.74	-.281	.37	3.384**	.004
낙관적 태도	-.375	.53	.062	.32	1.414	.179
분노조절	-.687	.84	-.125	.44	2.414*	.030
전체	-.659	.37	-.223	.26	5.440***	.000

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

표 IV-6.은 자아성장 집단미술치료 프로그램 실시 후 실험집단과 통제집단의 자아탄력성의 사전과 사후 검사의 차이 값으로 t-검증한 결과이다. 결과를 살펴 보면 자아탄력성의 전체점수에서 실험집단은 전체평균 -.659점 감소하였고, 통제집단은 -.223 감소하였다. 이와 같이 프로그램에 참여한 실험집단과 참여하지 않은 통제집단의 자아탄력성에 대한 사전-사후 검사 점수의 변화량은 자신감 ($t=3.305, p<0.01$), 대인관계효율성($t=3.384, p<0.01$), 분노조절($t=2.414, p<0.05$) 전체($t=5.440, p<0.001$)에서 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다. 따라서 본 연구에서 적용한 자아성장 집단미술치료 프로그램이 장애아동 어머니의 자아탄력성과 하위요인인 자신감과 대인관계효율성, 분노조절에 항상 효과가 있다고 할 수 있다.

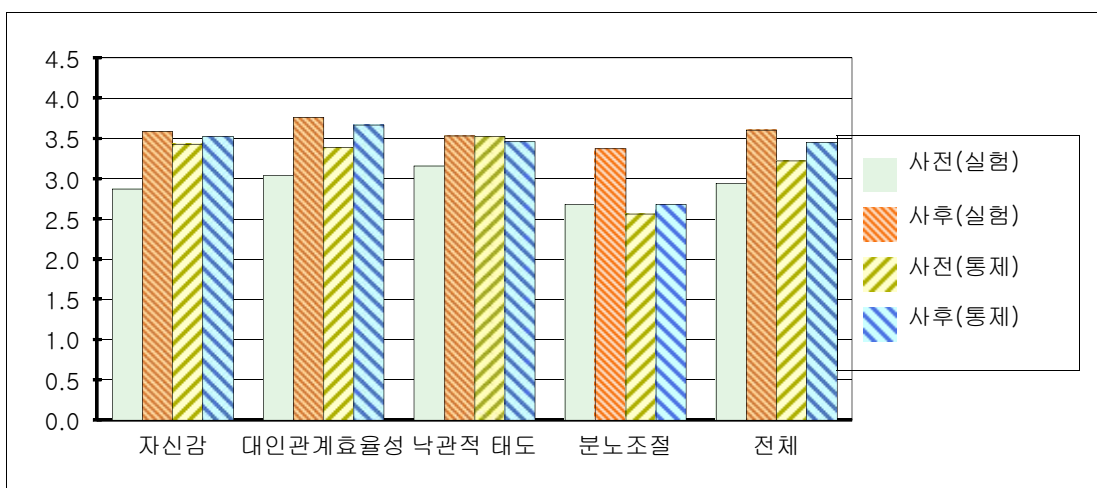


그림 III-4. 자아탄력성 척도의 실험-통제집단의 하위영역별 비교

3. 질적 분석

본 연구에서는 신뢰성에 대한 제한점을 보완하기 위하여 질적분석을 하고 결과를 제시하였다. 투사검사인 K-HTP 검사를 사전과 사후로 비교하였으며, 프로그램 회기별 과정을 살펴보고 각 회기별 활동시의 관찰 내용, 회기별 소감문 분석, 프로그램 평가서에 나타난 반응 분석하였다.

1)K-HTP 사전, 사후 비교 분석

본 연구에서는 자아성장 집단미술치료의 효과를 검증하기 위하여 미술치료의 투사검사인 K-HTP를 질적 분석 도구로 사용하여 사전, 사후로 실시하고 차이를 비교하였다.



K-HTP 사전	K-HTP 사후
	
<p>라벤더는 나무-집-사람 순으로 표현하였고, 지금은 빌라에 살고 있지만 정원 있는 주택에서 살고 싶다고 말하며 돌담과 예쁜 주택의 이미지를 표현하였다. 전체적으로 강한 필압에 안정된 구조를 보이고 있으나 큰딸과는 정원에 나와 있지만 장애가 있는 둘째딸은 집안에 있는 모습을 표현하였다. 가족 중 남편은 보이지 않아 전체적으로 부부체계와 자녀체계와의 소통의 문제를 생각해 보게 한다.</p>	<p>사후검사를 실시한 결과 라벤더는 사람-집-나무 순으로 표현하였으며, 집이 사전보다 더 커졌으며 온가족이 모여 생일을 축하하는 모습을 표현하였으며 둘째딸의 생일이라고 했다 조금 있으면 둘째딸의 생일이라고 하며 자신 무릎 앞에 둘째딸을 앉혀 화목한 모습을 보이고 있다. 사전에서 집안에 둘째를 두고 있는 모습과는 상반된 모습이며 수용적인 태도로 변한 것을 알 수 있다.</p>

그림 IV-1. 라벤더의 K-HTP 사전-사후

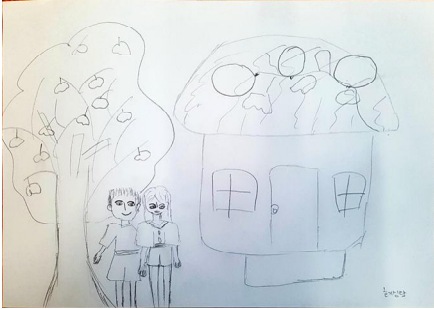

K-HTP 사전	K-HTP 사후
	
<p>호기심왕은 집-사람-나무 순으로 그림을 그렸고, 지붕에 박이 있는 초가집 같은 옛날 집을 좋아한다고 하며 벚꽃 나무에 꽃이 핀 것을 표현하였다. 남편과 자신을 표현하며 나뭇가지는 정리되지 않고, 밭은 그림 밖으로 빠져 있어 계획성의 부족과 과잉행동의 성향을 알 수 있다. 인물화 묘사와 나무그림에서 끊어진 선과 연속되는 선이 많아 보인다.</p>	<p>사후검사에서는 집-나무-사람 순으로 그림을 그렸고, 지붕위에 박이 더 많이 달려있으며, 모든 가족을 표현하여 가족간에 긍정적 정서가 확대되어 친밀감과 소통량도 늘었다고 볼 수 있다. 마당에 디딤돌과 화초가 있음을 표현하였으며, 나무가 사전에 비해 커져 있음을 확인할 수 있다.</p>

그림 IV-2. 호기심왕의 K-HTP 사전-사후



K-HTP 사전	K-HTP 사후
	
<p>개미는 사람-나무-집 순으로 표현하였고 마당에서 아이들이 제각각 따로 놀고 있으며, 돌담에 꽃이 표현되어 있고, 집은 온전한 모습이 아닌 일부 가려진 형태로 표현되었다. 아이들과 부모는 영역이 나뉘져 있으며 양육에 대한 부담감과 가족 간의 대화가 단절됨으로 느껴진다. 돌담으로 둘러싸고 있어 대인관계에 소통이 원활하지 않고 경계하며 개방하지 못하는 모습이 보여진다.</p>	<p>사후에서는 집-사람-나무 순으로 표현하였고, 남편과 같이 산책을 하고 있다고 하였으며 선이 간결하고 사전에서 테이블로 나뉘져 남편과의 갈등이 표현되어져 있었으나 사후에서는 같이 나란히 있는 모습으로 표현되어 남편에 대해 수용적인 태도를 보이고 있는 것으로 사료된다.</p>

그림 IV-3. . 개미의 K-HTP 사전-사후

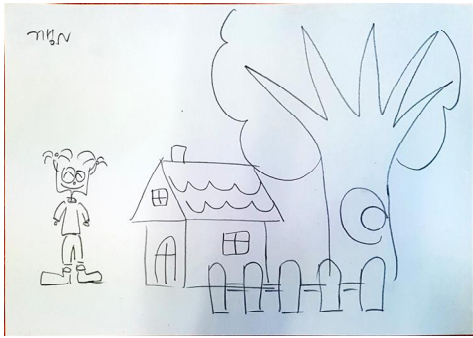
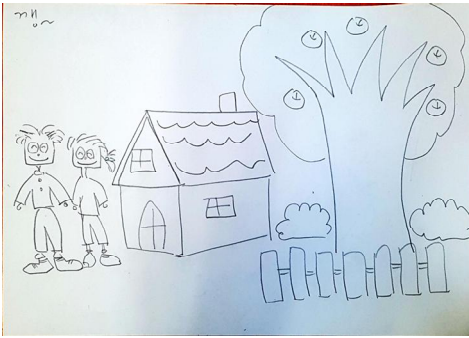
K-HTP 사전	K-HTP 사후
	
<p>깡은 나무-집-사람 순으로 표현하였고, 간결하게 그림을 표현하였으며 생각을 하고 있다고 하였다. 커다란 나무에 울타리가 있는 집을 표현하였다. 가지형 가지로 방어적이며 민감한 감성을 가지며, 나무에 커다란 웅이를 표현하였다.</p> <p>나무에 비해 집이 상대적으로 작게 표현되었으며 집에 울타리를 표현하여 방어적인 모습으로 사료된다.</p>	<p>사후에는 집-나무-사람 순으로 표현하였고, 두 사람이 서있는 모습을 표현하였으며 같이 산책을 나가고 있다고 하였다. 사후와 많은 차이를 보이지는 않지만, 구성적인 면에서 안정감있게 표현하였고. 울타리나 가지형태에서 여전히 방어적인 모습을 보이지만 열매를 표현하여 자기성숙적인 성장의 의미를 부여 한 것으로 사료된다.</p>

그림 IV-4. 깡의 K-HTP 사전-사후



K-HTP 사전	K-HTP 사후
	
<p>빵순이는 사람-나무-집 순으로 표현하였고, 모든 가족을 일렬적으로 나열하여 표현하였으며, 집 둘레 담장으로 둘러 쌓여 있고 화창한 날씨에 마당에서 뛰어 노는 모습을 표현하였다. 인물에 음영을 표현하여 그림자를 표현하였으며 나무에는 큰 웅이가 보여 진다.</p> <p>담장위에 날카로운 선들이 대인관계에 있어 매우 경계하는 표현으로 보여 지며, 자신을 개방하지 못하는 모습이 두드러져 보인다.</p>	<p>사후검사에서는 집-나무-사람 순으로 표현하였으며, 사전에 비해 담장 대신 나무덩쿨로 집 주변을 둘러싸고 있어 사전보다는 타인에게 수용적인 태도가 드러나며 자기 개방적인 모습이 보여진다. 가족이 모여 앉아 음식을 먹고 있으며 집근처 옥수수과 수박이 결실을 맺은 모습에서 내적 성장이 보여 지고 있는 것으로 사료되어 진다.</p>

그림 IV-5. 빵순이의 K-HTP 사전-사후

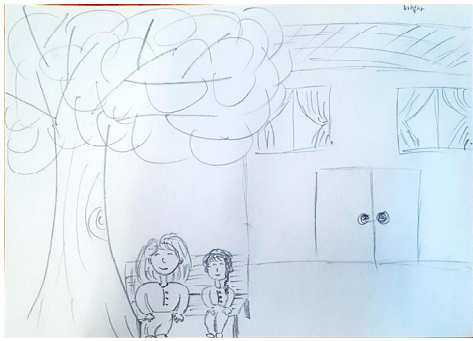
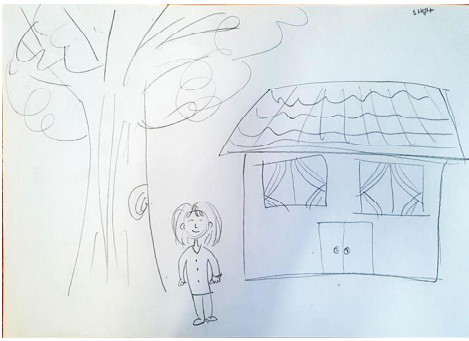
K-HTP 사전	K-HTP 사후
	
<p>마법사는 사람-나무-집 순으로 표현하였고, 나무그늘에 쉬고 있는 자신과 딸을 표현하였으며, 나무에 웅이와 가지모양의 가지로 표현하였다. 다리를 생략하고 잘린 듯 그림을 그렸으며, 커튼이 있는 창문으로 표현하였고 집이 전체 화면에 가득 차게 그려졌다. 안정성의 부재로 소속되고자 하는 갈망이 보이며, 딸과 의지적인 모습을 보이고 있다.</p>	<p>사후검사에서는 집-나무-사람 순으로 표현하였고, 사전과 마찬가지로 커튼이 있는 창문과 웅이 있는 나무가 동일하게 들어갔지만 발의 표현과 스스로 서 있는 자신의 모습을 표현함으로써 자신감이 향상되고 독립적인 인간으로써의 역할에 대한 자세를 볼 수 있었다. 안정감 있는 화면 구조가 자신감이 향상되어져 보인다.</p>

그림 IV-6. 마법사의 K-HTP 사전-사후



K-HTP 사전	K-HTP 사후
	
<p>쿠키요리사는 집-나무-사람 순으로 표현하였고, 오른쪽에 나무를 왼쪽에 집을 배치하였으며 중간에 사람을 표현하여 비교적 안정된 구조로 배치되어 있음이 보여 진다. 대체적으로 단조로우며 꾸밈없이 표현되어 있으나 다소 경직되어 보이며 강한 필압으로 묘사되었으며, 지붕에 묘사가 둥글게 표현하여 안정감이 부족해 보인다.</p>	<p>사후검사에서는 사람-집-나무순으로 표현하였고, 사전에 비해 정리되어 보이고 안정감 있게 집을 표현되었다. 동작성이 약하게 표현되어 있으며, 왼쪽에 배치된 나무가 오른쪽으로 변경되어 집과 나무가 사전과 다르게 배치되어 있다. 자신과 남편을 표현하여 부부관계에서 긍정적 친밀감이 향상되어져 보인다.</p>

그림 IV-7. 쿠키요리사의 K-HTP 사전-사후



K-HTP 사전	K-HTP 사후
	
<p>깜망은 집-나무-사람 순으로 표현하였고, 화창한 봄날에 산책을 하고 있다고 하며 뿌리가 드러나 있는 나무로 표현되고, 나무의 껍질이 거칠다고 하며 나무 표면을 표현하였다. 인물표현에서 목을 표현하지 않아 몸과 머리가 바로 연결되어져 있으며 화면구성상 불안한 모습과 현실에서의 처한 갈등과 안정에 대한 갈망이 드러난다.</p>	<p>사후검사에서는 사람-나무-집 순으로 표현하였고, 사전에 비해 풍경을 표현하였으며 사람은 두 사람으로 날씨가 좋아 남편이랑 외출을 하려고 하는 모습이라고 말을 하였으며, 안정된 구조를 보이며 나무를 둘러싸고 있는 경계된 선을 통해 스스로 안정감을 느끼고자 하는 욕구를 표현하였다.</p>

그림 IV-8. 깜망의 K-HTP 사전-사후

전체평가: K-HTP 검사에서 참여자들은 대체로 자신을 수용하며 이해하고 개방하는 과정을 통해 정서적인 안정감과 갈등구조에서 편안해진 모습을 관찰 할 수 있었으며 대인관계에 대한 긍정적인 표현과 가족간의 결속력이 향상되어 불안감은 해소되고 안정감을 느끼며 세상에 대한 경계가 완화되어 낙관적인 사고를 하여 자아탄력성이 높아졌음을 알 수 있다.

2) 자아성장 집단미술치료 프로그램 회기별 과정기록

회기를 진행하면서 참여자들의 동의를 구하여 녹취하였던 자료와 작품, 진행과정과 행동 변화 등을 도입 단계 1회기, 자아탐색 단계 2~3회기, 자아발견 단계 4~6회기, 자아존중 단계7~8회기, 자아촉진 단계 9~11회기 종결 단계 12회기로 총6단계 12회기로 구성하여 실시하였고, 과정을 정리하여 살펴보면 다음과 같다.

1) 도입 단계

(1) 1회기: 내 마음 들여다보기 (별칭 짓기, 난화 표현하기)

첫 회기로 참석자들은 어색해하기도 하며 또 서로 얼굴을 아는 사람들은 눈인사를 하기도 하며 인사를 나누었다. 연구자는 참여자들에게 미술치료에 대해 간단하게 소개를 하고 진행될 프로그램과 목적에 대해서 설명하였다.

연구자는 참여자들의 자기소개 및 친밀감을 형성하기 위해 별칭 짓기를 제안하였다. 참여자들은 별칭을 고민하면서 바로 미술작업을 하기 시작 하였고 집중하는 모습을 보였다.



“예전에 아는 사람들은 나를 표현하는 독특한 이미지고 좋아하는 색상 이에요.
<라벤더>가 가진 향 색 이런 게 다 좋아해요 그래서 <라벤더>를 별칭으로 정했어요.”



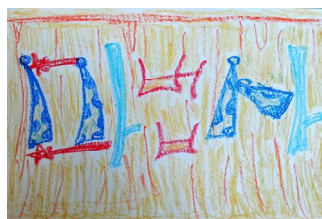
“나는 모든 것에 호기심이 많아요. 동물이면 동물, 식물이면 식물 한 번씩 다 해보고 싶어요.”



“저는 그냥 저는 개미 같아요. 계속 일하는 것 같고 돌아서면 일해야 하고 풀숲에서 먹이를 찾던 일을 하던 계속 일을 해야 되는데.....잠시 고개를 들어 꽃도 보고 풀도 보고 해도 보고 하잖아요 그게.....꼭 나 같아요 힘들어도 쉬지도 못하고 일만 하는 개미”



“어릴 때부터 빵빵하다고 해서 <빵순이> 소리를 들었는데 성도 방씨라 내가 생각하는 이미지가 <빵순이>라고 지었는데 예전에 내 별명인데 예전 소리를 들었는데 어릴 때 생각 하니깐 나쁜 기억도 아니고 추억이니깐, 이 말이 좋아요. 예전에는 이 별명이 싫었어요.”







“마녀라고 붙이고 싶었는데 좀 나빠 보여서 <마법사>라고 했어요. 뭐든 바꿀 수 있고 내 마음대로 뭔가를 바꿀 수 있어서 요술 봉 이든 뭐든 해서 나를 변화 시킬 수 있게 하고 싶어서 컴퓨터 아이디도 마녀라고 짓기도 하고 그래요.”

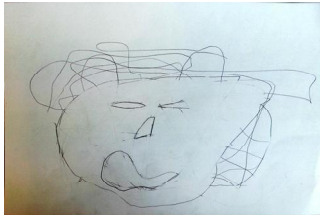
그림 IV-9. 1회기 프로그램 : 별칭짓기

평가 : 자신의 별칭을 짓는 과정에서 몇몇은 억압되었던 감정들이 올라왔으며 각자 특성있는 모습으로 소개하고 어색한 분위기를 특유의 어머니들의 유쾌한 수다로 즐거운 공간으로 만들었다.

그림을 잘 못 그린다며, 머뭇거리기는 했지만 참여자들은 곧 적응을 하여 표현 방법을 연구하며 작업에 몰입하기도 했다.

별칭 짓기를 완료 후 난화 그리기를 하였고, 참여자들은 은근 그림 그리는 것이 어렵다고 잘 그려지지 않는다고 하소연을 하면서 다음 작업을 준비하였다. 조용한 음악을 준비하여 틀어주고 약간의 명상을 하도록 한 다음 눈을 감은 상태로 손가는 대로 그림을 그려보라고 제안하였다. 내면에 숨겨진 자신의 욕구를 알아차리며 지각 하도록 하였다. 완성 후 셀프저널을 작성하도록 하였다.

	<p><라벤더> “지천에 바다가 널려 있어도 그건 내 바다가 아닌 거죠. 그려놓은 발자국을 보면서 내가 떠나고 싶구나 하는 생각이 들었어요”</p>	<p><셀프저널> ◆제목 : 떠나고 싶은 나 현실을 도피하고자 하는 것도 아니지만, 나를 위해 여행이 문득 고픈 나 어디론가 홀로 떠나고 싶다.^^</p>
	<p><호기심왕> “예전에 넓은 언덕에 집을 짓고 싶었는데... 지금은 그렇게 살고 싶은 생각은 없지만, 조용하고 넓은 자연이 좋아요”</p>	<p><셀프저널> ◆제목 : 바람부는 출발 눈 시리게 햇살을 내려주고 한들한들 바람이 불어서 초록빛 출 들이 살랑살랑 거리는 드넓은 초원 산이 들이 부르는 듯한...</p>
	<p><개미> “ 바다에 많이 가기도 하지만 바다를 보면 편안한 느낌이 들고 잡생각이 나지 않아요.”</p>	<p><셀프저널> ◆제목 : 파도 철썩 아무생각 없이 파도가 밀려오는 모습을 바라보는 내가 있을 것 같은....</p>
	<p><빵순이> “우리집이 바닷가라서 맨날 보는 바다라 고동이 보이고 오징어가 보였어요.”</p>	<p><셀프저널> ◆제목 : 파도치는 바다 바다 속 생물들 파도 치는 곳에서도 살 생명들은 산다.</p>



<마법사>

“약간 이 그림에서 광대 비슷하게 이렇게 보니깐 가면 같은 느낌이 들기도 해요 광대 얼굴이나 가면인거 같아요.”

<셀프저널>

◆제목 : 빼어로

본 모습에서 벗어나고 즐기고
픈 마음

그림 IV-10. 1회기 프로그램 : 난화그리기

평가 : 난화그리기에 대한 생소한 느낌 때문에 일반 그림으로 표현하는 참여자도 있었으며 참여자들 끼리 공감과 위로를 표현하며 친밀감을 형성하기도 하였다. 무의식적인 투사를 통해 자신의 욕구를 확인하는 난화 그리기를 통해 정서적 지지와 표현에 대한 자신감을 형성 하도록 하였다.

2) 자아탐색 단계

(1) 2회기: 나에 대하여(9분할법)

시간이 되자 한분 두 분씩 참석을 하며 집에서 있었던 일들 아이들 이야기를 꺼내 놓으며 초기 보다 친밀한 분위기에서 시작하게 되었다. 9분할법에 관한 소개를 하고 9등분으로 접기를 하여 순서 정하기를 해서 나에 대한 것을 표현하고자 제안하였다.



<라벤더>

“최근에 대장암 검진을 했는데 용종이 나와 제거를 했는데 용종검사를 했더니 그게 진행되면 암이 될 거였다고 하는 거예요. 그래서 건강을 챙겨야겠다. 생각을 하고 요가를 배우고 있거든 요 제가 건강해야 애들도 챙길 수 있으니깐.”



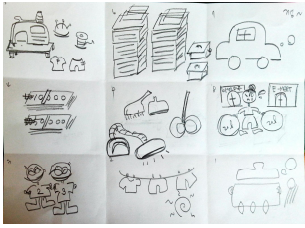
<호기심왕>

“나는 항상 바쁘고, 거의 논다고 바쁜 거지만 .. 물돼지(군소) 옛날에 나의 별명인데 물 많이 먹는다고 그래서 그러봤구요. 시골집 같은 곳을 나는 편안하게 생각하는 것 같아요. 그리고 우리아들...그리고 우리가족.”



<개미>

“그냥 주부로써 일... 일부러 다른 사람들을 안 봤는데 그게 힌트가 될까봐 그런데 비슷한 그림들이 많아서 너무 놀랐어요. 주부 엄마 아내 이런 나의 역할들.... 나 혼자 좀 자유롭게 어디든 가고 싶고 나만을 위해서...”



<갭>

“내가 결벽증 같은 것이 있어서 청소도 다 해야 아침이 시작되고 깨끗하게 되어 있고 정리정돈이 되어 있어야 되는거예요 그런데 미싱을 하고 조금 내려놓기 시작했어요. 그런데 맨날 갈때 마다 눈치 보며가요 할 거 다 하고 애들 재우고 가는데도 집에 내가 있어야 된다는 거예요 할게 없어도 그것땀에 맨날 싸워요.”



<빵순이>

“나 혼자만의 시간을 가지고 싶어서 여행에 관련된 거 찾아 보기도 하고 싱가포르 신혼여행 갔었는데 그때 사기 맞고 그랬는데 그때 이후로 많은 변화가 있었어요. 신랑에 대해 많이 알게되고 돈에 대해서도 개념을 알기도 했는데 그게 터닝 포인트가 된 거 같아요.”



<마법사>

“저는 저하면 생각하는 것 표현 했어요 나하면 어떤 사람이 지 했는데.....일단은 혼자 길을 가는 외로운 사람....외로움이 있고...음(흐느낌) 내가 챙겨야 할 딸이 있고, 어떨 때 미래가 째 째하게 보이고.. 사람 만나는 것도 싫고 ...눈물이 많은 나를 표현했어요.”

그림 IV-11. 2회기 프로그램 : 9분할법

평가 : 자신에 대한 생각을 정리하고 나를 구체적으로 표현함으로써 자아를 탐색하고 나의 갈등적인 요소를 구체적이고 통합적으로 파악하게 된다. 참여자들과 상호작용을 통해 대인관계의 폭을 넓히고 유대관계를 형성하게 된다. 참여자들은 자신의 경험을 이야기 하거나 공감하면서 지지를 받고 있다는 강한 인식을 하게 되며 정서적 안정감을 찾을 수 있게 된다.

(2) 3회기 : 초상화 그리기 (내가 보는 나, 남이 보는 나)

프리다 칼로(1907~1954 멕시코 초현실주의 화가)의 작품들을 설명하고 그녀의 여성으로써의 삶을 미술로 승화를 어떻게 하였는지 자화상의 표현을 통해 고통을 극복하는 과정들을 이야기로 풀어 보여주었다. 그리고 내가 보는 나와 남이 보는 나를 표현하는 것을 제안하였으며, 종이를 반으로 접어 한쪽은 내가 보는 나를 다른 한쪽은 남이 보는 나를 표현하도록 하였다. 자신의 모습을 표현함으로써 자화상을 통해 자신을 이해하고 수용한다.



<마법사>

“내면에 나는 무표정하고, 멍한 표정을 가진 무의식적인 저고 밖에서 봤을땐 어떤 약간 활발하게 보는 것 같아요. 직장 때문에 억지로 웃으려고 많이 노력하는 것 같아요”



<쿠키요리사>

“어릴 때 몸이 약해서 수없이 기절도 하고 쓰러지기도 하였는데....지금은 애들도 키우고 옆에 신랑도 있고 해서 주변사람들로 하여금 밝아졌다는 소리를 많이 듣고 있어요”



<호기심왕>

“남이 보는 나는 보기에는 무뚝뚝해 보이고 나이도 들어보이고 성깔도 있어 보이는데..내면의 나는 소녀 같은 ...호기심도 많고 다 해 보고 싶은 그런 소녀 같은 여자?(웃음)
마음은 20살이고 싶은(웃음)”



<개미>

“잘 웃지 않아서 주위에서 화났냐고 물어 보는 경우가 가끔 있었어요. 일을 하고 있을 때는 일부러라도 웃어야 하잖아요..일부러라도 웃으려고 해요.
평소 하고 다니는 스타일로 그렸어요. 모자 쓰고... 얼굴이 커서 가려야 되요...”



<빵순이>

“다른 사람들이 나를 본다고 하니 내 모든게 다른 사람에게 비춰진다는 게 싫다는 느낌...그래서 측면으로 표현해서 나를 다 보여주기 싫다..이렇게 표현 했구요...또 악세사리도 해서 솔직한 모습이 아닌 포장된 모습을 남들에게 보여주고 싶은 거 같아요.”



<라벤더>

“모자 쓰고 이렇게 자주 다니는데 둘째 때문에 걷는 것도 2~3년 늦는 아이라 놀이터 가서 놀아도 항상 같이 가서 놀아 줘야 하고 ...항상 준비되어 있는? 그래서 그림에 이 모습이 남들이 보는 모습이 아닐까? 하지만 내면의 나는 항상 장난끼 있고 예쁘게 원피스 입고 꾸미고 커피한잔 마시고 싶은 내면의 모습을 표현 한 거 같아요”

<깡>



“내면적인 모습은 솔직히 조용하고 싶은 것도 있고 보고 싶지 않은 것 듣고 싶은 것이 많다는 것... 들어내고 싶지 않아요... (울컥하여 울음) 정말...누구한테도 말 못하는 일이 많고..힘들고 보이는 그대로 말하고 싶지 않고 듣고 싶지 않고 보고 싶지 않아요...내 모습을 보면 가끔 또라이 같아요.. 이상하고 현실하고 구분 못하는 것 같기도 해요.”

그림 IV-12. 3회기 프로그램 : 자화상

평가 : 이번 회기에서는 표현에 대한 참여자들의 고민이 많았으며, 자신의 자화상을 통해 자신의 감정과 문제를 객관적으로 바라보고 통제하며, 자신의 내면을 관찰하고 표현하면서 불안한 자아를 재정립하고 건강한 자아로 형성해 나갈 수 있도록 하였다. 피드백을 통해 타인을 인식하며 수용하고 자신의 내면을 들여다보는 계기가 되어 자기상을 확립하고 강화하는 시간이었다고 보여지며 자기 자신을 표현함으로써 자신감을 가지는 계기가 되었다고 본다.

3) 자아발견 단계

(1) 4회기: 호흡하며 선 그리기 (협동작품)

명상음악으로 잠시 명상을 한 다음 전지에 자신이 원하는 색으로 자유롭게 선으로 표현하며 상대방과 의사소통을 하도록 한다. 자신에게 집중하기도 하고, 또 타인에게도 반응을 하면서 비언어적 표현으로 집단작업으로 진행한다.



그림 IV-13. 4회기 프로그램 : 호흡하며 선 그리기

평가 : 선긋기를 통해 상호작용하는 집단의 힘을 느끼고 몰입도 있는 작업을

진행하였다. 다양한 선을 표현하면서 유연한 심상을 얻고, 편안함을 느꼈다고 말했다. 자신의 감정을 부드럽게 표출함으로써, 정서적으로 안정된 자아상을 찾을 수 있었으며 혼자가 아닌, 같이 있음을 느끼게 되면서 지지를 경험하는 것을 피드백을 통해 확인할 수 있었다.

(2) 5회기: 지금 나에게 필요한것

자신에게 필요한 것에 대해서 생각해 보도록 하였다. 자신이 원하는 색지를 가져가도록 하였고 다양한 재료를 제공하여 표현은 알아서 자유롭게 하도록 하였다.



<라벤더>

“선글라스를 끼고 싶고.. 좀 특이한 거...이렇게 깃털 달린 거.. 그런 거 여행가방 들고 다니고 싶어요... 내가 누군지 모르는 찐한 선글라스와 멋진 여행가방 그리고 책을 가지고 다니면서... 멋진 곳에서 책 읽는 여유를 가지고 싶어요...”



<호기심왕>

“지금 나에게 필요한건 나만의 소품 날씨 화창한날.. 친구들과 다른 사람들이랑 소품을 가고 싶어요... 가족도 좋고 친구들이랑... 꽃구경도 하고 싶어요..그네도 있고 ..”



<개미>

“제목은 썸.... 표현은 바다로 했는데... 나는 그냥 비오는 날 바다 보는 게 그렇게 좋더라고요... 깃털 구름 같은 그런 구름들이 멍게멍게 있는 그런 거 바라만 보고 있어도 편안한 느낌인데... 지금 그런 쉬는 게 필요한 거 같아요...”



<깡>

“제목은 일탈 이에요...제가 오토바이를 상당히 좋아하는데.. 근데 지금은 나이가 먹어서 보는 눈 때문에 헬멧도 안 들어가고....쇼바도 있고... 헬멧 쓰고 아무도 모르게...혹 한번 달리고 울수 있는 그런 오토바이 하나 있었으면 좋겠어요”

<빵순이>

“비행기랑 나비를 표현했는데... 제목은 여행이긴 한데... 여행



은 수단일 뿐이고... 아이들 걱정 없이 그냥 뭐 걸리는 것 없이 자유롭게 떠나고 싶은 그런..가고 싶으면 가고 있고 싶으면 있고 이려고 싶어요.”



<마법사>

“나만의 집이라는 게 없었어요....지금집도 친정집이라..내 마음대로 꾸밀 수도 없는 거고 내가 내 마음에 들어 산 그릇 하나가 없는 거 예요. 내 꺼가 아닌 거였죠(울컥...울음) 정말 이제껏 내꺼다 싶었던 공간이 없어서... 그런 걸 정말 가지고 싶었어요..”



<쿠키요리사>

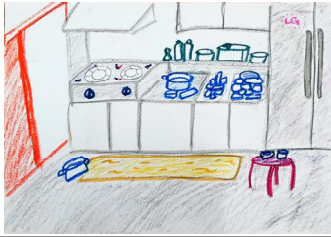
“새를 표현했는데...제목은 자유로 지었어요... 자유롭게 어디든 가고 싶어서...새를 표현했는데.. 새가 좀 똥똥해요..(웃음) ..”

그림 IV-14. 5회기 프로그램 : 지금 나에게 필요한 것

평가 : 다양한 재료를 주어 실시한 풀라주는 심상을 유연하게 하고 표현력을 확대시켜 몰입감을 높여준다. 참여자들은 다양한 재료를 이용하여 구상하면서 자신에게 필요한 것을 표현하고 묘사하면서 즐거워했다. 상호 피드백을 통해 공감하기와 위로하면서 참여자간 상호작용이 더욱 원활해짐을 알 수 있었다. 마법사가 자신이 필요한 자기만의 공간에 대해 이야기 하면서 울음을 터트렸을 때 참여자들은 안타까워하며 위로해 주려는 마음들로 따뜻함이 느껴졌다.

(3) 6회기: 나를 화나게 하는 것

자신이 살아오면서 가장 화가 났던 순간을 떠올려 보도록 하고 표현하도록 하였다. 화가 나는 상황과 기분을 그림으로 표현함으로써 부정적, 긍정적 정서를 일으키는 생각과 행동, 그 영향을 탐색 하도록 하며 보다 긍정적인 정서 표현을 할 수 있도록 지지하는 등 적절한 정서 표현 능력을 향상시키도록 하였다.



<라벤더>

“저는 사회생활을 많이 해서 그런지 진짜 집안 살림을 못해요 항상 설거지는 싱크대에 있고 또 밥을 하려고 하면 설거지를 먼저 해야 되고 그러면서 악순환이 되는 거 같아요.”



<호기심왕>

“집안 일 하는거요. 나는 서 있고 신랑은 잔소리하고, 내가 음식을 만들어 누군가에게 주면은 정말 맛있다고 하는데, 정작 신랑을 먹이기 위해 만들었는데 신랑은 먹어도 뭐가 부족하네~ 넘쳤네~ 할 때는 정말 화가 나요”



<개미>

“신랑이 음주운전으로 걸렸는데 내가 데리러 간다고 했는데 내말 안 듣고 오다가 걸린 거예요. 벌금도 엄청 나오고 면허도 취소되고... 그런데 화가 나는 건 내가 얘기하는데 왜 안 듣지 모르겠어요.”



<깡>

“원래 내가 이기는데...정말 사소한 걸로 많이 싸우는데, 예를 들면 텔레비전에 스크레치가 났어요... 그걸 가지고 싸우는 거예요... 이게 스크레치냐 하면서 다 부셔 버리고 싶은데.. 그냥 참고 있는 저를 보는게 정말 화가 나더라구요... 그 사소한 것 때문에 짜증을 부리는데... 그 짜증이 정말 사람을 말로 박박 긁어요...”



<빵순이>

“조금이라도 OO이가 아프거나 하면 항상 이 날로 돌아가는 거예요 항상 내 삶에 OO이 장애가 연결되면 항상 이 날로 돌아가는 거 ... 그게 참 미칠 노릇이죠. 결국에 생각의 생각에 꼬리를 물고 연결되는 것은 이 날, 하지만 결국에 결론은 내 잘못이다. 내가 이런 놈하고 결혼을 했었고, 그날 내가 얼마나 OO이랑 끝까지 같이 있었어야 했었고 분유 값이 중요하다고 나간 내가 잘못이고, 지금 신랑은 그렇게 생각하지 말라고 하지만 난 용서가 안 되는 건 어쩔 수 없는 거 같아요.”



<마법사>

“과거는 생각하고 싶지 않아서 생각하지 않았어요. 회사에서 혹은 아이에게 화내는 내 자신에게 화가 날 때가 너무 많거든요. 그래서 그 무엇보다 내 자신의 화를 안내려고 많이 노력을 해요. 내가 조금만 참자 조금만 더 웃으면서 지내보자 내가 왜 그랬을까? 자신만 생각하게 되는 경우가 좀 많아서 가장 내 자신이 맘에 안 들어요.”



<쿠키요리사>

“작은애를 낳았는데 애가 이상하다고 해서 신생아 중환자실에 있었야 된다고 해서 병원에 있는데 분유를 사러 가야 되는데 애 데리고는 분유 사러 갈 수가 없어서 시누이한테 분유를 사와 달라고 부탁했는데... 별의 별 핑계를 대면서 안 오는 거예요 그래서 너무 화가 났던 그때가 가장 화가 났었어요”

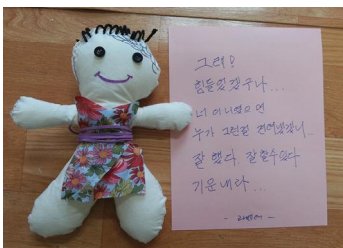
그림 IV-15. 6회기 프로그램 : 나를 화나게 하는 것

평가 : 자신의 가장 아픈 부분들을 털어 놓으면서 그 아픔을 공유하면서 공감하며 응집력을 가졌다. 분노를 표출하고 조절함으로써 정서조절력을 향상시키고, 지지적인 경험을 통해서 신뢰롭고 안전한 공간에서 이루어지는 카타르시스를 경험하게 된다. 참여자들은 보다 강한 감정이입을 하였으며 같이 분노하기도 슬퍼하기도 하였다.

4)자아존중 단계

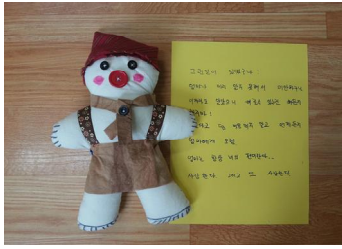
(1) 7회기: 하소연 인형 만들기

형겉과 다양한 꾸미기 재료를 준비해 주고 인형만들기를 제안하였다. ‘엄마도 엄마가 필요해’ 라고 말하며, 각자의 엄마 이야기를 풀어 나갔다. 인형이 완성되면 인형을 엄마라고 생각하고 마음속으로 하소연을 하도록 한다음 본인이 듣고 싶은 엄마의 지지적인 말을 적어 보도록 하였다. 진지하게 참여자들은 엄마에게 듣고 싶은 말들을 적었으며 그 내용은 엄마를 빌어 말하는 형식이기는 하지만 또한 자기 자신에게 하는 말이기도 하였다. <깁>은 어머니는 이혼으로 안계셨고 지금 힘들었던 자신의 처지에 울음을 터트렸다. <깁>의 울음에 참여자들은 위로로 해주었고, 참여자들이 피드백을 모두 끝냈을 때, 감정이 진정되어 다시 읽기 시작했다. 편지내용에는 ‘죽긴 왜 죽어 살 사람은 살아야지’ 말이 담겨져 있었다.



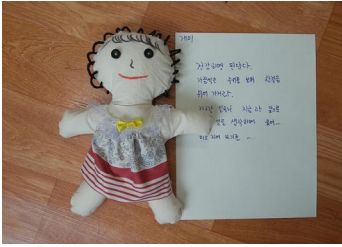
<라벤더>

“자기 꺼로 이야기 하다가 대상을 만들어 꼬집어 내니깐, 메시지가 좀 달라지는 거 같아요. 나에게 하는 이야기이지만 내가 할 때하고는 느낌이 다른 색 다른 느낌이 었어요.”



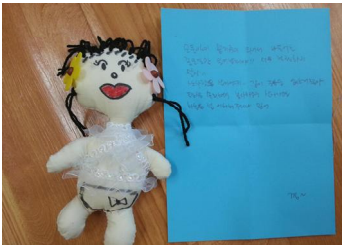
<호기심왕>

“나는 형제들이 많아 내차지가 된 적이 없었던 거 같은데.. 내 생각으로 말했지만 엄마한테 듣고 싶은 말을 적으니깐 온전히 내 엄마가 된 것 같았어요.”



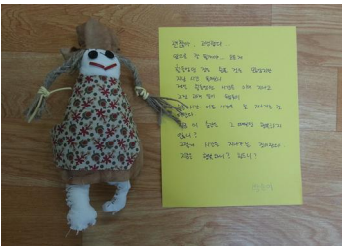
<개미>

“전 진짜 엄마 생각 하면서 했던거 같아요 기분좋게 작업 했던거 같아요”



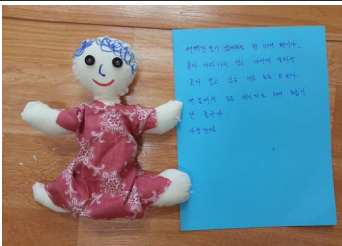
<깽>

“내 마음을 들춰내고 싶지 않았는데 들춰내게 되어서 기분이 나쁘구요 실컷 울고 나니 후련한 거 같아요.”



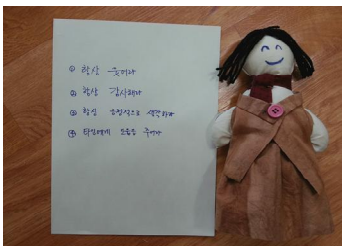
<빵순이>

“엄마가 나 혼자 살 땐 답답해서 나에게 악다구니도 퍼 붓고 했는데 그땐 엄마의 진심이 아니었을 꺼라 생각이 들었고 엄마의 말을 빌리긴 했어도 나 마음이 들어 났던 거 같은 편지 내용 이어던 거 같아요. 내 자신에게 물어 보는 계기가 된 것 같아요.”



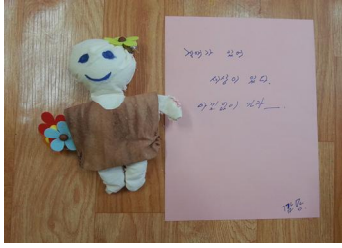
<마법사>

“엄마 옆에 실제로 있다 보니깐. 항상 지지 해주고 있기는 한데 못한 자식 때문에 항상 미안하고 그래요”



<쿠키요리사>

“엄마를 표현 하는게 말로는 나쁘게 표현했는데 속마음은 그렇지 않았던 거 같아요 엄마를 찾아보고 싶기는 한데 아직은 그렇게 하지 못하겠어요.”



<꿈망>

“엄마가 일찍 돌아가셔서 엄마가 돌아 가셨을 땐 마음을 못잡고 방향을 많이 했었는데 그때 생각도 나고 암튼 지금은 괜찮으니깐 엄마가 살아 계셨으면 이렇게 말했을 꺼 같아요.”

그림 IV-16. 7회기 프로그램 : 하소연 인형 만들기

평가 : 장애아동을 키우고 있는 어머니들 또한 한 엄마의 딸이기도 하다.

엄마로써의 삶을 묵묵히 받아들이며 살아가고 있지만, 엄마도 엄마의 지지와 응원을 받고 힘을 내고 싶을 것이다. 이 회기에서는 그런 엄마의 목소리를 들어 보고, 그 목소리는 자신의 목소리임을 확인하며, 스스로의 응원에도 힘을 낼 수 있는 에너지를 확인하였다. 힘을 조금씩 빼고 엄마도 힘들 때 엄마가 생각나는 여리고 약한 존재로 돌아가 있는 그대로의 우리의 모습을 인정하고 부족해도 서로 따뜻한 품이 되어주었다.

(2) 8회기: 나만의 화원 꾸미기

자신만이 설 수 있는 화원을 꾸며 보자고 제안하였다. 가장 편안안 공간을 생각하도록 하였으며 화원의 형식으로 표현하도록 하였다.

화원이라는 공간은 자연과 근접한 공간을 마련해 주며 휴식의 이미지를 가지기도 하였다.



<라벤더>

“여성스러운 이런 공간에 스윙체어 같은 곳에 앉아서 책 읽고 대나무가 우거져 있는데 어느 정도 가려주는 듯하게.. 꽃은 앞쪽에 현란한 색색으로 화려하게 피어 있으면 좋겠구요...전체적으로 보호받는 느낌과 여성스러운 느낌과 나만의 공간을 표현했어요.”



<호기심왕>

“아버지가 워낙 어렸을 때 돌아가셔서 거의 아빠 기억이 없어요 초등학교 2학년 때 짬 돌아 가셨으니깐. 옆집은 아빠가 그네도 만들어 주고 그랬으니 엄청 부러웠던 거 같아요. 지금도 친정 가면 지나가다가 보면 그때 그네가 있었는데 하는 생각이 많이 났었어요.”



<개미>

“옛날에 카페에서 너무 예쁜 꽃이 있었는데..그게 수국인줄은 제주도 와서 알았어요. 제주도는 꽃이 너무 많이 피잖아요. 너무 이쁘고 수국 축제할 땐 성산이나 종달리 쪽에 6시에 일어나서 애들 태우고 가서 사람 없을 때 거닐다 오면 너무 행복했어요.”



<깡>

“보여 지지 않는 공간 엉망일지언정 보여 지는 공간은 화려하게... 남들이 안하고 있는 걸 하고 있으니깐 다른사람들이 관심도 많고, 가르쳐 줘봐 이렇게 다가오는 경우도 많고 사람들과 어울리는 계기도 많이 생기는 거 같고 ...그래서 화려함을 꿈꾸고 싶은 거 같아요”



<빵순이>

“숲속 안에 나만의 공간 낮잠 자는 해먹이 있고 캠핑카가 있고 폭포가 있어서 더우면 들어가서 목욕하고 나오고 아무도 없는 밥 먹을 때는 캠핑카에서 먹고 낮잠 잘 땐 텐트안에서 자기도 하고 그렇게 쉬고 놀고 싶네요....”



<마법사>

“저는 넝쿨이 있는 꽃길을 그렸어요... 공원에 보면 넝쿨이 이렇게 있고 꽃밭이 보이고 아침에 산책을 하는데...이런 비슷한 공원이 있어요. 지나갈 때 마다 너무 기분이 좋던데..이런 공간을 가지고 싶어요.”



<쿠키요리사>

“그냥 저는 아무생각 없이 그렸는데 자연속에서 편안하게 그림을 그리고 싶어서
꽃을 많이 그려야 하는데..꽃은 2개 밖에 못 그렸네요.
휴식하면서 좋아하는 그림 그리고 싶어요“

그림 IV-17. 8회기 프로그램 : 나만의 화원 꾸미기

평가 : 참여자들은 자연속의 자신만의 공간을 만들어서 긍정적 정서 에너지를 충족시키는 작업을 하였으며 내면탐색과 감정표현을 통해 자신의 욕구를 파악하고 참여자들과의 지지를 통해 고립감을 해소하는 과정을 경험하였다.

5)자아측진 단계

(1) 9회기: 손바닥 본뜨기 후 칭찬하기

참여자들에게 몇 회기 남지 않음을 공지하자 모두 아쉬워하며 자신에 대한 생각이 많아지고 긍정적으로 생각하게 되어 가족의 소중함을 알게 되는 계기가 된다고 하였다. 짝을 지어 서로의 손바닥을 본뜨기를 하고 롤링 페이퍼처럼 칭찬하기를 하도록 제안하였다. 칭찬은 구체적으로 하는 것으로 규칙을 정하고, 1개 이상을 적어서 손가락에 모두 채워질 수 있도록 칭찬을 적어 줄 것을 당부 했다.



그림 IV-18. 9회기 프로그램 : 손바닥 본뜨기 후 칭찬하기

평가 : 손 본뜨기를 통해 상호작용과 정서적 교류를 확인하고 칭찬하기 롤링 페이퍼 작업으로 자존감을 향상시키고 자신의 강점을 찾아보는 경험이 된다.

칭찬을 받으니 기분이 좋다는 반응들을 보였으며, 작업을 통해서 정서적 지지와 상호작용을 통한 대인관계에 개선됨을 확인할 수 있었다.

(2) 10회기: 내안의 빛

각자의 내면의 성장의 빛이 있으며, 그 빛의 의미를 찾아보고 표현을 하자라고 제안을 하였다. 추상적인 의미여도 괜찮다고 확장을 해주며 자신의 강점이 내면의 빛이라고 추가적으로 설명해 주었다.



<라벤더>

“무지개는 하나의 덩어리인데 희망찬 빛이 행운에 기운이 나에게 묻어지던지 주변사람에게 누구 던지 행운의 기운을 받아서 물포자가 커지듯이 커졌으면 하는 생각으로 표현 했어요”



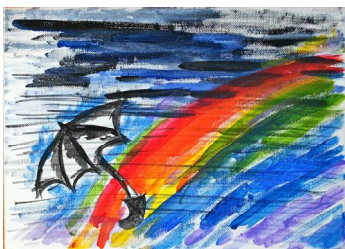
<호기심왕>

“오름에 후광 같은 이미지를 표현했어요. 오름을 오를 때 그 때 나에게 좋은 기운이 있는 거 같거든요”



<개미>

“아낌없이 주는 나무가 나의 빛 인거 같아요. 그들도 되고 쉬고 싶을 때 쉬어도 되는 그런 나무 같은...그게 나의 빛 인거 같아요.”



<깡>

“마음의 빛이 무지개이긴 하는데 한번쯤은 무지개가 피겠지 하는 생각이 들구요. 지금은 약간 우중충하긴 하지만 언젠가는 무지개가 피겠죠?”



<빵순이>

“울타리에서 나온 망아지가 뛰어 나온걸 표현하고 싶었는데 그게 안 되어서... 철없고 일탈적인 내가 하고 싶은 것을 하는 것이..자유지향주의? 내 마음의 빛 인거 같다고 생각 했어요.”



<마법사>

“바다에 흡수되는 빛이 생각이 들어서 반사 하거나 흡수되는 것이 생각이 들었어요. 따뜻한 빛을 흡수하고 싶은 것 느끼고 싶은 그런 것 같아요.”



<쿠키요리사>

“빛이라고 해서 그냥 아무생각 없이 그리긴 했는데 바탕을 까맣게 그린 것은 어두워야 빛이 더 돋보이니깐 내가 지금 환경이 그럴수록 내가 더 돋보이지 않을까? 하고 생각했어요”



<꿈망>

“지난시간에 칭찬에 미소가 이쁘다는 소리가 들어와서 나의 빛은 미소라는 생각이 들어 이렇게 표현했어요. 초록색을 마음이 편안해서 좋아하거든요 그래서 이렇게 그렸어요.”

그림 IV-19. 10회기 프로그램 : 내안의 빛

평가 : 자신의 내면을 탐색하면서 자신의 강점을 찾기 시작하였으며 긍정적 정서를 표현하며 참여자 모두 돌아가며 긍정적 피드백을 주었다. 회기 내내 즐거워하며, 자신을 수용함으로써 자신만 생각하기 보다는 가족과 이웃으로 확장해 나가는 모습을 보이기도 하였다.

(3) 11회기: 중요한 향아리

점토를 주며 자신에게 가장 중요한 향아리를 만들어 보라고 제안하였다 그 향아리에 자신이 소중하다고 생각되는 것을 만들어 담도록 하였다. 참여자들은 작업을 어려워하였으며, 추상적인 의미를 스스로 부여하여도 된다고 확장시켜 주며, 참여자들은 여러 번 만들었다 다시 뭉개는 등 반복적인 행동을 하며 집중하는 모습을 보였다.



<라벤다>

“볼 땐 이쁘데 시들 땐 그게 보기 싫더라구요. 그런데 꽃을 표현한 것은 나와 내 가족이 피워지는 목표가 있는 삶을 생각 했어요 뭔가 진행되어지고 있는 것 그것 자체가 중요하다라는 생각이 들었어요”

<셀프저널>

나에게 소중한 것 - 가족과 나의 꿈을 꽃 피우는 것이 모든 것이 정체되어 있는 것이 싫은 저는 제 가족도 행복과 화목이 꽃 피워져 풍성해짐을 바랍니다.



<호기심왕>

“행복, 건강, 가족을 표현 했구요 이것만 있으면 될 거 같아요 슬프거나 힘든거 없이 평온한 것이 중요한 거 같아요 내가 힘들어 하지 않는 일만 있었으면 좋겠어요.”

<셀프저널>

건강, 행복, 부유함. 사람이 살아가며 힘든 일도 많지만 굳이 가고 싶은 길을 가려면 마음과 몸이 편하고 싶다.



<개미>

“꽃을 3송이 만들고 나니 우리 딸과 아들 같다는 생각이 들었어요. 그리고 하트는 나의 건강... 내가 건강해야 우리가족을 챙길 수 있으니깐. 내가 건강해야 되겠다는 생각이 들었어요.”

<셀프저널>

몸이 점점 아파오는 것 같아서 건강 하고파요. 체력이 좋아야 아이들과 함께 할 때도 신나게 시간을 보내고 일을 할때도 열심히 할 수 있으니까요. 모두 모두 계속 건강하기!!!



<빵순이>

“우리가족을 표현 했구요. 집과 이건 지붕이 예요. 지붕 안에 우리 신랑과 우리 아들이 있어요. 그냥 한 지붕 안에 넣고 싶었어요. 끈끈한 가족애 그런 것이 소중한다는 생각이 들어요.”

<셀프저널>

가족이 소중하다고 생각했는데 집안에서 가족에게 대하는 내 태도는 상반된 모습인 듯 해서 소중한 가족에게 신랑, 아이들에게 좀 더 사랑을 해주어야 겠다고 느꼈다.



<마법사>

“열사를 좋아하는 우리 딸 그리고 심장은 나의 건강 이에요 내가 건강해야 우리 딸을 지켜 낼 수 있으니깐, 항상 내가 똑바로 서자! 라고 생각하며 그게 희망이고, 내가 살아갈 길이라고 생각해요.”

<셀프저널>

나에게 소중한 내 하나뿐인 아이, 건강, 그리고 희망 내가 아이로 인해 삶을 유지해가고 있음을 느끼며 그로 인해 내가 지켜야 할 아이를 키우려면 내 건강을 챙겨야 하고 맘을 지켜내야 하기 때문에 희망을 버리면 안 되기 때문에 내겐 너무 중요하다.



<쿠키요리사>

“우리 가족의 사랑을 표현했
어요. 그게 제일 나에게 중요
한 거예요”

<셀프저널>

‘사랑’이라는 표현으로 하트
모양을 만들어서 내 주변에
있는 가족들이 행복하기를 바
란다.



<깜망>

“우리가족의 사랑이 중요해
서 뚜껑으로 사랑하는 마음을
표현 했어요”

<셀프저널>

마음: 줄 수 있고 받을 수 있
는 것
가족: 내가 숨 쉬는 이유

그림 IV-20. 11회기 프로그램 : 가장 중요한 향아리

평가 : 참여자들은 가족의 대한 생각과 건강에 대한 염려가 거의 공통적으로 제기 되었으며 다들 공감 하며, 서로 다르지 않음을 인식하였다. 성장을 서로 격려하며, 집단의 긍정적인 경험을 통해 응집력이 향상되는 경험을 하기도 하였다. 참여자들은 자발적으로 정기적인 모임을 가질 것을 제시하며 그 방안을 모색하기도 하였다. 장애아동 어머니들은 대인관계 방식을 인식하고 공감하며, 소통하는 과정을 통해 긍정적인 관계 기술을 향상 시키며 자기 발전의 계기로 삼았다.

6)종결 단계

(1) 12회기: 그림으로 선물주기

참여자들은 오늘이 마지막 회기임을 매우 아쉬워하였으며, 참여자들은 계속적으로 모임을 가질 것을 제안하기도 하였다. 참여자들은 긍정적으로 대인관계에 대한 자신감을 가지는 모습을 보였으며, 가정에서 아이들의 양육에도 스트레스를 덜 받게 된다고 피드백 하였다. 이 회기에서는 자신이 가장 안전하다고 생각되는 공간을 그려주고 그 공간에 롤링페이퍼로 선물을 그려 넣도록 제안을 하였다. 참여자들이 집단치료를 통해 서로에 대해 알아왔던 내용을 토대로 그 사람에게 주고 싶은 선물 지지적인 이미지 등을 표현하도록 하였다. 작업을 완성 후 돌아가면서 선물을 준 의미를 그려준 사람이 설명하도록 하였다.



<라벤더>

공간 - 휴식을 취할 수 있는 베란다 공간에 책상과 의자 표현
 선물 - 꽃을 싫어라 하니 선인장(깽)과 어디든 갈 수 있는 비행기표(호기심왕) 여행 때 입을 드레스(빵순이) 휴식할 때 마시는 커피잔과 라벤더 향의 디퓨저(개미) 여행갈 때 가져갈 여행가방(쿠키요리사)를 선물로 받았다.



<호기심왕>

공간 - 폭 자고 싶은 커다란 침대를 표현
 선물 - 풍경을 감상할 수 있는 커다란 창문(개미)과 살아있는 동물들에 관심이 많았던 거 같아 토끼를(빵순이) 천연염색 하라고 감나무(쿠키요리사)와 마당에서 산책할 수 있는 디딤돌(마법사) 마당에 꽃구경하라고 꽃과 택배선물을(라벤더) 얼굴 타지 말라고 밀리터리 모자(깽)을 선물로 받았다.



<개미>

공간 - 커다란 나무가 있는 공간을 표현함.
 선물 - 바다보러 가고 싶을 때 갈 수 있도록 자동차 (빵순이) 여유를 느낄 수 있도록 구름 (마법사)와 본인과 닮은 해바라기 밭(쿠키요리사)과 사유지 표지판을 그려서 개미타운 땅(라벤더)을 선물로 받고 나무에 먹을 수 있는 사과(깽)과 사과나무 아래 쉴 수 있는 바위(호기심왕)를 선물로 받았다.



<깽>

공간 - 항상 서있는 시간이 많아 앓을 수 의자에 카페트 표현
 선물 - 천연염색한 갈천(호기심왕), 실을 정리하는 정리함(개미)과 돈을 좋아한다고 해서 돈다발(빵순이)과 휴식을 취할 수 있는 티 테이블과 차 한잔(마법사)을 그리고 작업실에 필요하고급 미싱(쿠키요리사)와 너무 바쁜 깽을 위해 양육에서 벗어나 강제적으로 휴식을 취할 수 있는 강제티켓(라벤더)를 선물로 받았다.



<빵순이>

공간 - 누워서 쉴 수 있는 공간 침대와 텔레비전을 표현
 선물 - 쉬면서 먹으라고 맥주와 오징어(마법사)와 집안청소를 도와줄 청소기(라벤더) 폭 쉴 수 있도록 안대를 (깽) 그리고 여행갈 수 있는 비행기(호기심왕)와 티테이블(쿠키요리사)에 부부가 앓을 수 있는 의자(개미)를 선물로 받았다



<마법사>

공간 - 쉴 수 있는 폭신한 방석하나를 표현
 선물 - 꽃을 보고 여유를 가지라고 꽃병(쿠키요리사)과 딸과 함께 차를 마실 수 있는 엄마방석과 같은 작은 방석(라벤더)과 기댈 수 있는 스마일 쿠션(깽)을 선물로 받았으며 따뜻해지라고 태양(호기심왕)과 파란색 테두리를 표현하여 마법사의 집(개미)을 그리고 예쁜 얼굴을 꾸밀 수 있는 화장대 (빵순이)를 선물로 받았다.



<쿠키요리사>

공간 - 가족이 함께 있는 집을 표현

선물 - 집이 좀 더 따뜻해 보이려고 예쁜문과 창문(개미), 데크(라벤더), 굴뚝(마법사)와 취미를 살릴 수 있는 대형 오븐(깡) 사랑을 찍어 내는 쿠키틀(호기심왕), 정원에 썬을 가지라고 벤치와 꽃을(뽕순이) 선물로 받았다.

그림 IV-21. 12회기 프로그램 : 그림으로 선물주기

평가 : 참여자들은 실제로 선물을 받은 느낌이라면서 기뻐하였으며, 선물을 그리면서 상대방이 좋아하는 것들을 생각하는 것도 좋았지만 내가 선물을 받음으로써 상대방이 나에게 주는 배려와 마음을 느낄 수 있었다고 한다. 이 회기에서는 긍정적 정서적 지지를 통해 대인관계에 효율성을 높이고 관계 속에서 공감과 지지를 받으며 성장하는 자신을 발견할 수 있는 계기가 되었다.

4. 프로그램 만족도

자아성장 집단미술치료 프로그램에 장애아동 어머니들의 전체 프로그램 만족도는 5점 만점에 4.8점이며 각 프로그램별 선호 및 만족도 체크에서(복수응답) 가장 많은 점수를 받은 프로그램은 12회기의 ‘그림으로 선물주기’였으며, ‘실제로 선물 받은 기분이라서 기분전환이 되었다’, ‘선물을 받는 것도 좋지만 마음을 줄 수 있어서’라고 하였으며 ‘그림선물을 주는 입장과 받는 입장을 동시에 느껴서 기분이 좋았다’ 이유를 설명하였다. 두 번째로 만족도 높은 프로그램이 11회기의 ‘가장 중요한 향아리’였으며 ‘자신을 생각할 수 있는 시간 이었다’와 ‘나를 뒤돌아보는 계기가 되었다’라며 피드백을 하였으며 ‘가족의 소중함을 느끼게 되었다’라며 이유를 설명하였다.

전체 프로그램에 대해서는 ‘정말 즐거운 시간이었어요. 걱정도 되고, 즐겁기도 하고, 속상하기 하고, ... 새로운 경험하며 즐거운 시간을 보낸 것 같아요. 이런 기회 주셔서 감사합니다.’ ‘최고의 미술치료를 재미있고, 유익하게 해 낸 것이 너무 감동적이에요. 그림도 배우고 싶어요.~ 최고!!’, ‘프로그램 하는 동안 마음이 치유된 것 같아 행복하다. 그동안 고생 많으셨어요.’, ‘열심히 준비하시고 이렇게 유익한 프로그램에 참여시켜주셔서 감사드립니다.’ 등의 피드백을 남겼다.

이는 장애아동 어머니들이 작품에 표현된 자신의 감정을 탐색하고, 자신의 부정적인 정서를 알아차리기도 하고 집단원들에게 지지와 위로를 받음으로써 긍정정서로 회복하는 계기가 되었으며 자신을 돌아보며 자신을 이해하고 개방하는 것이 긍정적 정서에 도움을 주고 행동의 변화로 이어지게 되는 것이라고 보여진다. 그러므로 이 프로그램은 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성에 효과가 있음을 입증한 것으로 의의가 있다.

표 IV-7. 프로그램별 만족도 조사

프로그램	재미있는 프로그램	유익한 프로그램	기억에 남는 프로그램	합계
1 난화표현				0
2 별칭짓기	1	1	1	3
3 9분할법	2	2		4
4 초상화	2	3	2	7
5 호흡하며 선 그리기	1		1	2
6 지금 나에게 필요한 것	2			2
7 나를 화나게 하는 것	1		1	2
8 하소연 인형 만들기	2	2		4
9 나만의 화원 꾸미기		1		1
10 손바닥 본뜬 후 칭찬하기	6	3	1	10
11 내안의 빛			1	1
12 가장 중요한 향아리	5	4	2	11
13 그림으로 선물주기	5	6	6	17

V. 논의 및 결론

1. 논의

본 연구는 장애아동 어머니들을 대상으로 자아성장 집단미술치료 프로그램을 적용하여 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성에 효과가 있는지 살펴보았다.

본 연구의 대상은 A시 B센터에 다니는 장애아동 어머니들 중 본 연구에 동의한 한 어머니로 실험집단 8명 통제집단 8명으로 구성하여 프로그램을 실시하였으며, 총 12회기 120분씩 자아성장 집단미술치료 프로그램을 실시하였다.

본 연구의 측정도구로는 박지원(1985)이 개발한 사회적 지지 척도와 Klohnen(1996)에 의해 개발되고 박현진(1996)이 변안한 자아탄력성 척도를 사용하였다. 자료 분석은 실험집단과 통제집단 사이의 동질성 검사를 위해 독립표본 t검정을 실시하였고, 실험집단과 통제집단의 사전, 사후 검사 점수를 비교하기 위해 독립표본 t검정으로 사전-사후 비교를 하였다.

이에 대한 연구의 결과, 프로그램을 실시하여 관련된 부분을 논의해 보고자 한다.

첫째, 장애아동 어머니를 대상으로 자아성장 집단미술치료를 실시하고 사회적 지지에 대한 척도 점수를 비교해 보았다. 자아성장 집단미술치료 프로그램을 실시한 후 전체 사회적 지지는 평균차이가 사전 보다 사후 집단이 높아졌으며, 통계적으로도 유의미하였다. 이는 자아성장 집단미술치료가 사회적 지지 측면에서 긍정적인 효과가 있음을 알 수 있으며, 이러한 결과는 집단미술치료 프로그램이 사회적 지지에 효과적이라는 연구(박소영, 2014; 배영광, 2008; 김미경, 2010; 윤영란, 2016)와 일치한다. 장애아동 어머니의 자아성장 집단미술치료 프로그램 진행과정에서 사회적지지의 긍정적 효과를 나타내는 행동특성을 살펴보면 다음과 같다. 프로그램 초기에는 자기개방의 부담감 때문에 상호작용의 어려움이 보였지만 중기에 접어들면서 참여자들이 자신의 고통과 아픔을 적극적으로 표현하며, 작품설명을 통해 공감과 위로를 교류하며, 친밀감을 형성 하였다. 참여자들은 이

와 같이 상호작용적 정서적 지지와 자신이 겪었던 아픔을 공유하면서 정보적인 지지를 제공하며 긍정적 메시지를 전달하도록 노력하였다. 다만 하위요인에서 정서적 지지만 통계적으로 유의미한 결과가 나온 것은 자아성장 집단미술치료가 장애아동 어머니에게 있어서 정서적 지지측면에서 물질적 지지나 정보적 지지, 평가적 지지 보다 더 긍정적인 효과가 보인 것으로 사료된다.

이는 같은 생각을 가진 장애아동 어머니들과 소통하고 유대관계를 형성함으로써 긍정적 정서를 함양하며, 자신의 주변에는 도움을 주는 사회적 자원이 많음을 재인식하여 사회적 지지의 하위영역들 중에서 정서적 지지가 향상된 것으로 여겨진다. 이는 장애아동 어머니들이 자기노출을 통해 긍정적 인간관계를 형성한 경험과 긍정적 지지의 경험을 통해서 긍정적으로 양육태도가 변화되었으며 사회적 지지가 향상되었다는 지지적 집단상담의 연구(조은미, 천성문, 이영순, 2011)와도 일치하였다.

둘째, 장애아동 어머니를 대상으로 자아성장 집단미술치료를 실시하고 자아탄력성에 대한 척도 점수를 비교해 보았다. 자아성장 집단미술치료 프로그램을 실시한 후 전체 자아탄력성은 평균차이가 사전 보다 사후 집단이 높아졌으며, 통계적으로도 유의미하였다. 이는 자아성장 집단미술치료가 자아탄력성에 긍정적인 효과가 있음을 알 수 있으며, 이러한 결과는 집단미술치료가 어머니들의 자아탄력성에 긍정적인 효과가 있다는 연구(제갈선아, 2016; 장수용, 2015; 윤혜경, 2014; 이정원, 2014)와 일치한다. 장애아동 어머니의 자아성장 집단미술치료 프로그램 진행과정에서 자아탄력성의 긍정적 효과를 나타내는 행동특성을 살펴보면 다음과 같다. 프로그램 종결 후 인터뷰에서 예전보다 변화된 자신의 모습에 대한 질문에 자신의 이야기를 개방하지 못하고, 담아두었던 내용들을 프로그램을 통해 개방하고 공감과 이해를 받고나서 좀 더 긍정적인 정서적 관계가 증진되었다고 하였으며, 자신 혼자만의 육아가 아닌 이웃과 함께 육아의 연계의 욕구를 느끼게 되었으며, 종결 후 공동육아를 계획하고 실행하였다. 이러한 변화는 자아성장 집단 미술치료가 장애아동 어머니의 자아성장을 통해 자아탄력성에 긍정적인 영향을 주었음을 의미한다. 다만, 하위요인에서 자신감, 대인관계효율성에서 통계적으로 유의미한 차이가 나타났는데, 이는 자아성장 집단미술치료가 자신감과 대인관계효율성, 분노조절에 대한 긍정적인 영향을 주는 반면 낙관적 태도에 통계적

으로 약간 못 미치는 수준이지만 사전-사후 평균의 차이 값은 상승되어 긍정적인 효과가 있음을 시사한다.

셋째 프로그램 만족도에서 대체적으로 긍정적인 평가를 받았을 뿐 아니라 자신을 돌아보고 힐링이 되었다는 응답이 많이 있었으며, 앞으로 살아가는 데 있어서 삶의 원동력이 되었다고 평가하였다. 또한 집단 원들의 결속력이 높아져서 계속적인 모임을 결성하여 모임을 가지게 되었고, 또한 어머니들 주도 하에 제주특별자치도 여성가족과에서 시행하는 ‘공동육아 모다들영 돌봄사업’(2016년 10월)에 참여하여, 보조금을 받아 사업을 운영하는 등, 장애아동을 육아하는데 있어서 매우 탄력적이고, 긍정적인 모습을 보여주기도 하였다. 이는 집단미술치료를 참여하면서 참여자간의 응집력이 생기게 되었고, 자체적으로 공동육아사업을 진행하며, 장애아동의 양육이 혼자만의 양육이 아닌 공동의 양육으로 부담감을 해소하려는 시도를 함으로써 사회적 지지를 바탕으로 자아탄력적인 모습을 보여주었다.

위와 같은 논의를 종합해 보면 자아성장 집단미술치료 프로그램을 통해 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성이 효과적임을 확인할 수 있었다. 또한 장애아동 어머니의 개인의 변화를 통해 가족의 긍정적인 변화가 관찰 되었으며 자아성장 집단미술치료 프로그램이 상담과 심리치료현장에서 활용 가능성을 제시하였다는 점에서 의의를 찾을 수 있다.

2. 결론

이상의 논의에 기초하여 본 연구의 결과를 중심으로 해서 다음과 같은 결론에 도달할 수 있다.

첫째, 자아성장 집단미술치료는 장애아동 어머니의 사회적 지지를 높이는데 효과가 있다. 따라서 자아성장 집단미술치료를 실시하여 장애아동 어머니로 하여금 사회적인 지지에서 정서적 지지에 가장 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 집단 미술치료를 통해서 비슷한 경험을 공유하고 공감하면서 정서적으로 지지를 얻는 것을 알 수가 있다.

둘째, 자아성장 집단미술치료는 장애아동 어머니의 자아탄력성을 높이는데 효과가 있는 것으로 나타났다. 진행단계에 따른 자아탄력성에 하위영역(자신감, 대

인관계 효율성, 낙관적 태도, 분노조절)에 유의미한 영향을 미치는가에 대해서 실험집단과 통제집단의 비교에서 집단 간의 통계적인 유의미한 차이가 있었는데, 자신감과 대인관계 효율성 그리고 분노조절에 긍정적인 변화가 있었다. 따라서 장애아동 어머니로 하여금 문제 상황에 잘 대처하고 극복하여 성공적인 적응을 잘 해나가고 안정을 잃지 않도록 긍정적 변화를 줄 수 있으며, 가족 간의 결속력을 높일 수 있을 것이다.

그러나 자기이해와 수용에 대한 프로그램의 기간이 짧고 상호 지지와 격려 등 충분히 경험 할 수 있는 시간에 대한 고려도 필요한 것으로 보여 진다.

3. 제언

이상의 결론을 통하여 자아성장 집단미술치료가 사회적 지지와 자아탄력성의 긍정적인 향상에 대한 효과를 확인하였다.

따라서 집단미술치료가 장애아동 어머니의 심리적 지원을 위한 프로그램으로 상담 및 심리치료 현장에서 활용 가능성이 확인되었다. 그러나 본 연구결과에 대해 개인의 상황적 변인까지 고려하기에는 시간이 짧고, 충분한 언어적 소통으로 교류하기에는 한계가 있어 보인다. 일반화 가능성을 검증하고 후속 연구를 기대하며 다루지 못한 부분에 대하여 제언하면 다음과 같다.

첫째, 장애아동 어머니의 상황적 특성으로 인하여 단기간 미술치료 보다는 지속적인 지원으로 장기간 미술치료를 제언한다.

둘째, 자아성장 미술치료가 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성에 효과적임을 확인하였다. 하지만 모든 하위영역에서 유의미한 변화가 나타나지 않았다. 이에 프로그램을 보완하여 모든 하위영역에도 유의미한 변화가 돌출될 수 있도록 구성하는 것을 제언한다.

셋째, 장애아동 어머니의 사회적 지지와 자아탄력성에 대한 효과를 증대시키기 위해 가족단위의 프로그램의 지원이 요구된다. 사회적 지지와 자아탄력성은 개인적인 노력도 필요하지만 가족이나 부부에 관련하여 긍정적인 관계를 형성하는 것이 사회적 지지와 자아탄력성을 향상 시킬 수 있는 중요한 요소이기도 하다. 이에 가족 차원의 가족미술치료의 연구도 이루어질 필요가 있다.

참 고 문 헌

- 고일영(2010). 장애아동 어머니의 장애수용 척도 개발 및 타당화, 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 고진하(2012). 자기성장 집단상담 프로그램이 대학 신입생의 자아탄력성, 자아 존중감 및 대인관계능력 향상에 미치는 효과, 호서대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 권현분(1997). 정신분열증환자를 위한 자기성장 프로그램의 효과에 관한 연구, 청주대학교 대학원 석사학위논문.
- 김경심(2010). 자기성장 집단상담 프로그램이 중년여성의 인생태도와 부모-자녀 관계만족도에 미치는 영향, 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김동연(1998). 동적가족화(KFD)에 나타난 장애아동 어머니의 심리와 가족지각 특성, 美術治療研究 5(1), 27-41, 한국미술치료학회.
- 김명준(2008). 집단미술치료가 발달장애아동 어머니의 양육스트레스 감소에 미치는 효과, 동국대학교 문화예술대학원 석사학위논문.
- 김미향(2010). 장애아동 가족의 탄력성에 영향을 미치는 요인, 대구대학교 사회복지대학원 석사학위논문.
- 김서안(2007). 모-자 미술치료가 주의력결핍 과잉행동장애아동 어머니의 양육스트레스에 미치는 효과, 조선대학교 디자인대학원 석사학위논문.
- 김서은, 어주경(2015). 장애아동 어머니의 양육스트레스, 장애수용정도 및 사회적 지지가 삶의 만족도에 미치는 영향, 생애학회지/5(1), 19-35, 한국생애학회
- 김선남(2001). 자기성장 집단상담 모형과 프로그램. 서울: 중앙적성출판사
- 김소영(2015). 장애아동 부모의 양육스트레스와 심리적 안녕감의 관계: 사회적 지지와 자아탄력성의 중다매개효과, 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 김수정(2015). 인지행동 집단미술치료가 발달장애아동 어머니의 우울과 양육

- 스트레스에 미치는 효과, 대구대학교 재활과학대학원 석사학위논문.
- 김은화(2014). 肯定心理學을 基盤으로 한 集團美術治療가 障礙兒童 어머니의 養育스트레스, 對處 方式, 社會的 支持, 憂鬱, 不安 및 心理的 安寧感과 心搏變移度에 미치는 效果, 원광대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 김인경(2012). 음악치료사의 자아탄력성 및 사회적 지지와 심리적 소진의 관계, 숙명여자대학교 음악치료대학원.
- 김진휘(2002). 자기성장 집단상담 프로그램이 초등학세의 자아개념과 성취동기에 미치는 효과, 부산교육대학교 석사학위논문.
- 박경실(2011). 중년기 자기성장 집단상담 프로그램 개발에 관한 연구, 동방대학원대학교 박사학위논문.
- 박영애(2010). 자기성장집단상담 프로그램이 초등학생의 자기존중감 및 사회성에 미치는 효과, 공주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박재국, 서보순, 김혜리(2011). 장애아동 부모의 양육 핵심역량 요인 탐색, 지체. 중복.건강장애연구 54(1), 61-85, 한국지체중복건강장애교육학회(구 한국지체부자유아교육학회)
- 배경희(2007). 장애아동가족이 인지한 사회적 지지가 부모의 양육부담 및 대처행동에 미치는 영향. 대구대학교 대학원 박사학위논문.
- 석은주(2002). 집단미술치료를 통한 장애유아 어머니의 양육스트레스 감소 효과 연구, 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 송상 (2000). 교사가 지각한 사회적 지지와 정신건강과의 관계: 제주도 고등학교 교사를 중심으로, 제주대학교 교육대학원 석사학위논문
- 안정선, 오승진(2012) 집단미술치료 프로그램이 장애아동 부모의 양육스트레스 감소와 자아존중감 향상에 미치는 연구 한국예술심리치료학회 21-39.
- 양정은(2011). 자기성장 집단상담 프로그램이 저소득가정 중학생의 자아존중감 및 학교생활적응에 미치는 효과, 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 엄혜선, 한기백(2016). 초등학생 부모의 자기성장과 양육효능감 증진을 위한 독서 치료 집단상담 프로그램의 개발 및 효과분석, 韓國心理類型學會誌 17(2), 55-85, 한국심리유형학회
- 오영희(2003). 자기성장 집단상담 프로그램이 초등학교 아동의 자아개념에 미치는 영향, 홍익대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 옥금자(2006). 집단미술치료 방법론. 서울: 하나출판사
- 윤의정(2012). 자기성장 집단상담 프로그램이 발달장애자녀 어머니의 심리적 안녕감, 자기효능감 및 양육효능감에 미치는 효과, 영남대학교 대학원
- 윤혜경(2015). 집단미술치료가 장애아동 어머니의 자아탄력성에 미치는 영향, 평택대학교 상담대학원 석사학위논문.
- 이근매, 조용태(2014). 장애아동 미술치료. 서울:학지사.
- 이미선(2006). 자아성장 미술치료가 시험불안 아동의 불안감소와 학교생활에 미치는 사례연구, 원광대학교 동서보완의학대학원 석사학위논문.
- 이로미(2012). 자기성장 집단상담 프로그램이 초등학교 고학년 학생의 자아존중감 및 사회성에 미치는 효과: 초등학교 6학년을 대상으로, 평택대학교 상담대학원 석사학위논문.
- 이윤정(2015). 집단콜라주 미술치료가 단순언어장애 아동 어머니의 양육스트레스에 미치는 효과, 창원대학교 석사학위논문.
- 이은경(2009). 자기성장 집단상담 프로그램이 학교 부적응 중학생에게 미치는 효과: 학교생활적응, 학교스트레스 및 자아존중감을 중심으로, 중앙대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이은진(2005). 자아성장 집단미술치료가 발달장애아 어머니의 양육스트레스 및 모-자 상호작용에 미치는 효과, 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 이은혜(2012). 장애아동 어머니의 행복 결정요인과 행복증진을 위한 집단미술치료프로그램 개발 연구, 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 이익돈(2019). 자기성장 및 대인관계 향상을 위한 집단상담 프로그램의 기업교육에의 활용에 관한 연구, 성균관대학교 교육대학원 석사학위논문

문.

- 이임숙(2006). 장애아동 어머니의 양육스트레스와 심리적 변인들간의 관계 : 자아탄력성의 조절효과 검증, 경남대학교 교육대학원 박사학위논문.
- 임행정(2009). 집단미술치료가 장애 아동어머니의 양육스트레스와 자아존중감에 미치는 효과, 선문대학교 사회복지대학원 석사학위논문.
- 정미영(2005). 현실요법적 집단미술치료가 장애 아동어머니의 양육스트레스에 미치는 효과, 대구대학교 석사학위논문.
- 정여주(2007). 미술치료의 이해 - 이론과 실제. 서울: 학지사
- 정진혜(2008). 집단 미술치료를 통한 발달장애아동 어머니의 부모 효능감 및 양육스트레스, 자아개념에 관한 연구, 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 정현희, 이필순(2004). 장애아동 어머니의 양육스트레스 감소를 위한 집단미술치료 효과, 미술치료연구, 11(2), 129-147
- 제갈선아(2016).공예활동중심 집단미술치료 프로그램이 장애아동 어머니의 자아탄력성에 미치는 효과, 평택대학교 상담대학원 박사학위논문.
- 조경희(2005). 자기성장프로그램이 가정폭력 피해 여성의 자아존중감과 상태불안에 미치는 효과, 대구대학교 재활과학대학원 석사학위논문.
- 조수경(2015). 초등학교 아동이 지각하는 부모-자녀 의사소통이 자아탄력성과 학교생활적응에 미치는 영향, 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 조윤주(2014). 인간중심이론적 접근의 집단미술치료가 발달장애아동 어머니의 스트레스와 자아존중감에 미치는 효과, 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 조지연(2016). 장애아 어머니가 지각하는 사회적 지지와 양육효능감의 관계에서 자아존중감의 매개효과, 2016., 제주대학교 교육대학원
- 조은향(2009). 삶의의미추구와 의미발견의 관계에서 긍정 및 부정정서와 자아탄력성의 매개효과 검증, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 주리에(2000). 미술치료 마술치료 서울: 학지사
- 최소희(2015). 자기성장 집단상담 프로그램이 중년여성의 자아존중감, 가족 간

의사소통에 미치는 영향, 한세대학교 심리상담대학원 석사학위논문.

최은영, 박제현(2005). 가족미술치료가 어머니의 훈육태도와 학습장애아동 및 일반형제의 정서, 행동문제에 미치는 영향, 정서·행동장애연구 /21(3), 341-362, 한국정서·행동장애아 교육학회 (구.한국정서학습장애아교육학회)

최은영, 공마리아(2008). 미술심리치료. 서울: 학지사

한길자, 김은경(2010). 사례연구 : 모래상자를 활용한 자아성장 집단 프로그램이 장애아동 어머니의 양육스트레스에 미치는 효과, 놀이치료연구 /14(2), 45-60, 한국아동심리재활학회

한현숙(2015). 집단미술치료가 발달장애아동 어머니의 회복탄력성에 미치는 효과, 대구대학교 석사학위논문

허정철(2011). 자기성장프로그램이 여대생의 자아존중감과 진로결정자기 효능감에 미치는 영향 한국 콘텐츠 학회논문지 11 vol.11 No.12

Block, J., & Block, J. H. (1980). The california Child Q-Set. Palo alto, CA: Consulting Psychologist Press.

Block, J., & Kreman, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: *Conceptual and empirical connections and separateness. Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349-361.

Butler, R., & Parr, H. (1999) & Parr, H.(1999). Mind and body spaces: Geographies of illness, impairment and disability. London: Routledge.

Cheng, C. (2001). Assessing coping flexibility in real-life and laboratory setting: Amuti-method approach. *Journal of Personality and Social-psychology*, 80(5), 814-833.

Cohen, J. (1977). Statistical power analysis. for the behavior sciences. New York: Academic Press.

Corey, M. S., Corey, G., & Corey, C. (2012). 집단상담: 과정과 실제 (Groups: process and practice) (김진숙, 김창대, 박애선 공역).

- Kramer, E. (2007). 치료로서의 미술(Art as therapy) (김현희, 이동영 공역). 서울: 시그마프레스(2000).
- Denhham, S. A., Renwick, S. M., & Holt, R. W (1991). Working and Playing together : Prediction of preschool social-emotional competence from mother-child interaction. Child Development.
- Kochanska, G. (1997). Mutually responsive orientation mothers and their young children : Implications for Early socialization. Child Development.
- La Rossa, R.(1983). The Transition to Parenthood and Social Reality of Time. Journal of Marriage and the Family. 45.

< Abstract >

**The Effects of Self Growth Group Art Therapy program on
Ego-resilience and Social Support of Disabled Children's mother**

Heo, Jeong-Sun

Major in Counseling Psychology,
Graduate School of Education,
Jeju National University, South Korea

Supervised by Professor Kim, Sung-Bong

The purpose of this study is to verify the effects of self-growth group art therapy program on ego-resilience and social support of disabled children's mother. To achieve this, following study inquiries were set up.

Study inquiry 1. What effect does self-growth group art therapy program have on social support of disabled children's mother?

Study inquiry 2. What effect does self-growth group art therapy program have on ego-resilience of disabled children's mother?

The study conducted demand survey targeting disabled children's mother who go to B center in city A, and recruited 16 mothers who applied to study and divided them into experiment group and control group.

To solve the above study inquiry, the study was proceeded in order of selecting study subject, compose experiment group and control group, preliminary examination,

application of self-growth group art therapy program, post examination, statistics processing and data analysis. As for the program effect measuring tool, the study used social support scale developed by Ji-Won Park(1985) and ego-resilience scale developed by Hyeon-Jin Park(1996). As for the image projection examination, the study conducted pre and post K-HTP examination and analyzed based on interpretation standard.

The self-growth group art therapy program in this study was composed based on relevant literatures and previous studies with consultation from advisers, relevant supervisors and doctoral students which later the researcher supplemented by the characteristics of study subject. The program was conducted twice a week, 120 minutes per sessions and total 12 sessions excluding orientation, preliminary, post examination and the completion party.

The study utilized SPSS 18.0 program for data processing analysis, conducted t-test to analyze the homogeneity of experiment group and control group before experiment, and pre and post matching to sample t-test. To supplement the limitation of quantitative research and validity of statistics analysis, the study analyzed projection examination result, contents about the art works per each session observed by researcher, feedbacks from group members and process of individual psychological changes.

The study results are as follows.

First, the experiment group who participated in self-growth art therapy program had statistically significant positive increase of social support compared to control group who did not participate in the program. ($p < .0.1$)

Second, the experiment group who participated in self-growth art therapy program had statistically significant positive increase of ego-resilience compared to control group who did not participate in the program. ($p < .0.1$)

Third, as for the analysis result of process of individual changes and art works for each session conducted to supplement the limits of quantitative analysis, this program have positive effect to ego-resilience and social support of disabled children's mother.

Likewise, the self-growth group art therapy program confirmed its effectiveness on ego-resilience and social support of disabled children's mother. Also, it is presumed that by letting the mothers understand, accept and open their lives to express their conscious, unconscious emotions, it will help the emotional stability of disabled children's mother. Thus, there is a need to provide disabled children's mother with more chances to participate in self-growth group art therapy program to improve their emotional stability and ego-resilience, explore the psychological maladjustment toward positive direction to rediscover psychological strong point.

부 록

1. 회기별 자아성장 집단미술치료 프로그램	80
2. 질문지.....	92
3. 사회적 지지 검사지	94
4. 자아탄력성 검사지	96
5. 프로그램 만족도 검사지	98

회기별 자아성장 집단미술치료 프로그램

회기	1	활동주제	자아탐색	활동시간	120분
프로그램명	별칭짓기 난화로 표현하기,				
매체	도화지, 오일 파스텔, 연필, 지우개				
활 동 과 정					
도입	인사하기 참여자들과 서로 인사를 나누고 프로그램에 대해 설명함. 서약서를 작성함.				
<p>▶별칭짓기</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 나를 표현하는 별칭을 지어 보고 그림으로 꾸며보기를 한다. 2. 자신이 지은 별칭의 의미와 그림에 대해 이야기 나누기를 하며 친밀감을 형성하고 자신을 표현한다. 3. 자신이 현재 가지고 있는 문제점과 자신의 이미지를 탐색한다. 4. 그림에 대해 이야기 나누기를 한다 					
전개	<p>▶난화표현하기</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 조용한 음악을 들려주며 눈을 감고 자유롭게 연상되는 이미지를 표현하도록 함. 2. 손이 향하는 대로 자유롭게 표현을 하며, 눈을 뜬 후 난화 속에 보여지는 이미지를 찾아보며 명확하게 재수정 또는 표현하도록 한다. 3. 자신이 보여진 이미지에 대해서 이야기 나누기를 한다. 				
나누기	<ol style="list-style-type: none"> 1. 집단 구성원의 이야기를 듣고 자신에게 떠오르는 생각을 자유롭게 표현하도록 한다. 2. 참여자의 표현 내용 중 가장 마음에 닿는 부분이 무엇인지, 왜 인상이 깊었는지에 대해 이야기 나눈다. 3. 전체적인 느낌을 나눈다 참여자가 돌아가며 한 회기 마친 소감을 이야기한다. 				
마무리	다음회기를 안내하고 뒷정리한다.				

회기	2	활동주제	자아탐색	활동시간	120분
프로그램명	9분할법- 나에 대해서				
매체	도화지, 연필, 지우개				
활 동 과 정					
도입	인사하기 참여자들과 서로 인사를 나누고 프로그램에 대해 설명함. 내면에 숨겨진 자신을 표현하고 탐색하여봄.				
▶명화알기					
전개	<ol style="list-style-type: none"> 1. 자기 자신에게 대하여 잘 알고 있는지 이야기 나눈다. 2. 가벼운 명상을 하는 시간을 가진다. 3. 자기 자신에 대하여 9분할법으로 표현한다. <ul style="list-style-type: none"> - 종이를 가로로 3등분 세로로 3등분하여 접고 시계방향으로 번호를 적어주세요 - ‘나’ 하면 떠오르는 이미지를 표현하여 보세요. 4. 그림에 대해서 돌아가면서 설명한다. 				
나누기	<ol style="list-style-type: none"> 1. 9분할법에서 표현된 나에 대해 평소에 생각했던 나의 이미지가 맞는지 탐색해본다. 2. 과정과 실시 후의 느낌, 통찰한 부분 등을 서로 이야기한다. 3. 참여자가 돌아가며 한회기 마친 소감을 이야기 한다. 				
마무리	다음회기를 안내하고 뒷정리한다.				

회기	3	활동주제	자아탐색	활동시간	120분
프로그램명	명화알기-명화속에 여성의 삶 프리다 칼로 나의 초상화 그리기(내면의 나, 남이 보는 나)				
매체	도화지, 오일파스텔, 프리다 칼로 명화 프린트 안내물				
활 동 과 정					
도입	인사하기-참여자들과 서로 인사를 나누고 프로그램에 대해 설명함. 자신에 대한 이야기를 나눈다.				
전개	<p>▶명화알기 명화감상을 하며 명화를 통해 고통 속에서 그림으로 승화되는 내용을 인지함. *프리다 칼로: 멕시코의 여류 화가. 멕시코 민중벽화의 거장 디에고 리베라와 결혼으로 유명해졌으며, 교통사고로 인한 육체적 고통과 남편의 문란한 사생활로 인한 정신적 고통을 극복하고 삶에 대한 강한 의지를 작품으로 승화시켰다. 1970년대 페미니스트들의 우상으로 인식되기도 하였다.</p> <p>▶초상화 그리기를 통해 내면을 들여다보기 1. 거울이나 셀카를 이용하여 자신의 모습 관찰함. 2. 내면과 대화하기. 3. 남에게 보이는 자신과 내가 아는 자신은 어떻게 다른가요?</p>				
나누기	<p>1. 그림을 그리는 과정에서 느낀 감정과 완성된 후 느낌 감정들에 대해 이야기 나눈다. 2. 왜 그렇게 표현하였는지에 대해 이야기 하며 느낌을 나눈다. 3. 참여자가 돌아가면서 회기를 마친 소감을 이야기 한다.</p>				
마무리	작품정리를 하고, 다음 회기 안내 및 뒷정리를 한다.				

회기	4	활동주제	자아발견	활동시간	120분
프로그램명	호흡하며 선 그리기				
매체	진지, 물감, 붓				
활 동 과 정					
도입	<p>참여자간의 인사나누기를 한다. 이번회기 활동에 대해 간략하게 설명한다.</p>				
▶호흡하며 선 그리기					
전개	<ol style="list-style-type: none"> 1. 편안한 자세로 호흡하기를 하며 가벼운 명상을 한다. 2. 각자의 호흡을 담은 선을 표현하기 3. 각자 원하는 물감 색을 짜도록 하고 접시에 담아 자신의 호흡을 담은 선을 표현하도록 한다. 4. 옆 사람과 자리를 바꿔 보기도 하고 옆 사람의 선을 연결 해보기도 한다. 				
나누기	<ol style="list-style-type: none"> 1. 돌아가면서 작품을 실시하는 과정동안 느낀 것을 이야기 한다. 2. 전체적인 느낌을 나누기를 한다. 3. 돌아가면서 회기를 마친 소감을 이야기 한다. 				
마무리	<p>작품정리를 하고, 다음 회기 안내 및 뒷정리를 한다.</p>				

회기	5	활동주제	자아발견	활동시간	120분
프로그램명	지금 나에게 필요한 것				
매체	도화지, 다양한 표현도구 (와이어, 형깎, 단추, 깃털등),글루건,목공풀				
활 동 과 정					
도입	<p>참여자간의 인사나누기를 한다.</p> <p>이번회기 활동에 대해 간략하게 설명한다.</p>				

▶지금 나에게 필요한 것

- 전개
1. 지금 나에게 꼭 필요한 것이 무엇인지 생각해 본다.
 2. 여러 가지 다양한 매체를 제공하여 자유롭게 꾸며 보도록 한다.
 3. 작품에 대한 제목을 생각하고 각자 발표한다.

- 나누기
1. 제작을 하면서 느꼈던 감정에 대해 이야기 나눈다.
 2. 의도와 다르게 표현된 부분이 있는지 점검해 본다.
 3. 전체적인 느낌나누기를 한다.
 4. 돌아가며 작업에 대한 소감을 이야기 한다.

- 마무리
- 작품을 정리하고, 다음 회기 안내 및 뒷정리를 한다.

회기	6	활동주제	자아발견	활동시간	120분
프로그램명	나를 화나게 하는 것				
매체	도화지 , 오일파스텔				

활 동 과 정

도입 참여자간의 인사나누기를 한다.
이번회기 활동에 대해 간략하게 설명한다.

▶나를 화나게 하는 것

전개

1. 나를 화나게 만드는 것이 무엇인지 생각해 본다.
2. 가장 화났을 때를 그림으로 표현한다.
3. 자신의 감정을 표출하며 자신의 내면 들여다본다.
4. 작품의 제목을 적어보며 돌아가면서 발표한다.

나누기

1. 작품에 대해 설명하면서 그때의 감정에 대해 생각해 본다.
2. 왜 그런 감정이 생겼는지 이야기 해본다.
3. 참여자가 돌아가며 발표할 때 공감하며 지지하는 시간을 가진다.
4. 참여자가 돌아가며 한 회기 마친 소감을 이야기 한다.

마무리 작품정리하고 다음 회기 안내 및 뒷정리를 한다.

회기	7	활동주제	자아존중	활동시간	120분
프로그램명	하소연 인형 만들기				
매체	형겔, 솜, 바느질 용구, 꾸미기 재료(단추, 레이스 등), 편지지				
활 동 과 정					
도입	<p>참여자간의 인사나누기를 한다. 이번회기 활동에 대해 간략하게 설명한다.</p>				
▶하소연 인형 만들기					
전개	<ol style="list-style-type: none"> 1. 형겔을 제공하고 인형 만들기 준비를 함. 2. 사람모양의 형태를 만들 것과 엄마도 엄마가 필요함을 이야기함. 3. 꾸며주기를 하며 각자의 엄마는 어떤 사람인가를 이야기 나누기함. 4. 완성된 인형에게 엄마에게 하소연 할 것들을 마음속으로 이야기 하도록 함. 5. 엄마에게 듣고 싶은 말들을 편지지에 적어 돌아가면서 발표함. 				
나누기	<ol style="list-style-type: none"> 1. 작품을 실시과정에서 느낀 감정을 이야기 나눈다. 2. 엄마에 대한 각자의 생각을 이야기 한다. 3. 작업 후 감정의 변화에 대해 이야기 나눈다. 4. 전체적인 느낌을 이야기 한다. 5. 돌아가면서 회기를 마친 소감을 이야기 한다. 				
마무리	<p>작품을 정리하고, 다음회기 안내 및 뒷정리를 한다.</p>				

회기	8	활동주제	자아존중	활동시간	120분
프로그램명	나만의 화원꾸미기				
매체	도화지 , 오일 파스텔				
활 동 과 정					
도입	<p>참여자간의 인사나누기를 한다. 이번회기 활동에 대해 간략하게 설명한다.</p>				
▶나만의 화원꾸미기					
전개	<ol style="list-style-type: none"> 1. 나에게서 힘이 될 수 있는 것을 탐색한다. 2. 나에게 가장 안정감을 주는 공간 표현하기를 한다. 3. 그 공간에 있다고 생각하며 그 느낌을 알아본다. 4. 왜 그 공간을 만들게 되었는지에 대해 생각한다. 				
나누기	<ol style="list-style-type: none"> 1. 자신은 어떤 상황에서 힘을 내는지에 대해 이야기 나누기를 한다. 2. 실제로 그 공간에 있다고 생각할 때 느낌을 이야기한다. 3. 전체적인 느낌 나누기를 한다. 				
마무리	<p>작품을 정리하고, 다음 회기 안내 및 뒷정리를 한다.</p>				

회기	9	활동주제	자아촉진	활동시간	120분
프로그램명	손바닥 본뜨기 후 칭찬하기(롤링페이퍼)				
매체	도화지, 연필, 지우개				
활 동 과 정					
도입	<p>참여자간의 인사나누기를 한다. 이번회기 활동에 대해 간략하게 설명한다.</p>				
▶손 본뜨기					
전개	<ol style="list-style-type: none"> 1. 짝을 지어 보도록 한다. 2. 상대방의 손을 두 손 다 본뜨기로 그려주기를 한다. 3. 롤링페이퍼로 칭찬 글 적어 주기를 한다. 4. 칭찬 글을 구체적으로 적어 보도록 이야기 해보도록 한다. 5. 어떤 칭찬이 가장 마음에 들었는지 이야기해 본다. 				
나누기	<ol style="list-style-type: none"> 1. 칭찬 글을 받아 봤을 때 느낌이 어땠는지 이야기를 한다. 2. 전체적인 느낌 나누기를 한다. 3. 돌아가면서 회기에 소감을 이야기 한다. 				
마무리	<p>작품을 정리하고, 다음 회기 안내 및 뒷정리를 한다.</p>				

회기	10	활동주제	자아촉진	활동시간	120분
프로그램명	내안의 빛				
매체	아크릴 물감, 붓, 물통, 캔버스				
활 동 과 정					
도입	<p>참여자간의 인사나누기를 한다. 이번회기 활동에 대해 간략하게 설명한다.</p>				
<p>▶내안의 빛</p>					
전개	<ol style="list-style-type: none"> 1. 조용한 명상용 음악을 들려주고 내안의 빛은 어떤 것일까? 생각하도록 한다. 2. 아크릴 물감과 캔버스의 특징에 대해 설명해준다. 3. 내안의 빛을 상상하고 그 느낌을 아크릴 물감을 이용하여 캔버스에 그려 보도록 한다. 4. 완성된 그림을 설명하며 자신이 가진 빛에 대해 이야기 한다. 				
나누기	<ol style="list-style-type: none"> 1. 작업 중에 느꼈던 느낌을 이야기 하고 완성되었을 때 통찰된 부분을 서로 이야기 한다. 2. 서로 긍정적인 피드백을 나눈다. 3. 전체적으로 돌아가며 한 회기 마친 소감을 이야기 한다. 				
마무리	<p>작품을 정리하고, 다음 회기 안내 및 뒷정리를 한다.</p>				

회기	11	활동주제	자아촉진	활동시간	120분
프로그램명	가장 중요한 향아리				
매체	찰흙, 신문지				
활 동 과 정					
도입	<p>참여자간의 인사나누기를 한다. 이번회기 활동에 대해 간략하게 설명한다.</p>				
▶가장 중요한 향아리					
전개	<ol style="list-style-type: none"> 1. 점토를 나누어 주고 충분히 촉감을 느끼도록 한다. 2. 대인관계 속에 나에 대해 생각하며, 가정과 사회 속에서 자신의 위치를 확인해 본다. 3. 향아리를 만들어 보고 그 속에 가장 중요하다고 생각되는 것을 만들어 향아리 안에 넣어 보도록 한다. 				
나누기	<ol style="list-style-type: none"> 1. 만들기 작업을 하면서 촉감이 어땠는지 어떤 생각이 났었는지 이야기 나누기를 한다. 2. 자신의 위치와 가족에 대한 의미에 대해 이야기 나눈다. 3. 전체적으로 참여자가 돌아가며 한 회기에 대한 소감을 이야기한다. 				
마무리	<p>작품을 정리하고, 다음 회기 안내 및 뒷정리를 한다.</p>				

회기	12	활동주제	종결단계	활동시간	120분
프로그램명	그림으로 선물주기				
매체	도화지 , 싸인 펜				
활 동 과 정					
도입	<p>참여자간의 인사나누기를 한다. 이번회기 활동에 대해 간략하게 설명한다.</p>				
▶명화알기					
전개	<ol style="list-style-type: none"> 1. 전체 회기가 종료됨에 아쉬움을 이야기함. 2. 도화지를 나눠 주고 자신이 가장 편안한 공간을 표현하도록 한다. 3. 롤링페이퍼로 돌아가며 그 공간에 주고 싶은 선물들을 그려 넣어 주도록 한다. 4. 각자 돌아가며 그려준 선물에 이유에 대해 말해준다. 5. 가장 마음에 드는 선물들을 선택해 보도록 한다. 				
나누기	<ol style="list-style-type: none"> 1. 선물을 그려줄 때 느낌을 이야기 나눈다. 2. 그림 선물을 받았을 때 어떤 느낌 이었는지 이야기 나눈다. 3. 마음에 드는 선물이 왜 마음에 들었는지 이야기 나눈다. 4. 전체적인 느낌 나누기를 하며 참여자가 돌아가며 회기 마친 소감을 이야기 한다. 				
마무리	<p>작품을 정리하고, 다음 회기 안내 및 뒷정리를 한다.</p>				

질 문 지

안녕하십니까?

이 질문지는 장애 아동 어머니들이 느끼는 어려움을 돕고자 마련된 것입니다. 여러분의 솔직한 답변이 어머니 자신의 어려움을 이해하고 나아가 장애아동의 올바른 양육을 도울 수 있을 것입니다.

이 질문지는 정답이 있는 것이 아니고 또한 좋은 답이나 나쁜 답이 정해져 있는 것은 아닙니다. 그러므로 각 문제를 읽어가면서 자신의 생각이나 느낌, 행동을 있는 그대로 솔직하게 답변해 주시기 바랍니다

제주대학교 교육대학원 상담심리전공

지도교수: 김 성 봉

연구자: 허 정 선

일반사항 질문지

*다음 질문은 어머니에 대한 일반적 사항입니다. 해당란에 V표를 하거나 0표를 해주시기 바랍니다.

1. 어머니의 연령은? (세)
2. 어머니의 교육정도는?
①초등졸 ②중졸 ③고졸 ④대졸이상
3. 가정의 생활수준은?
①보통 ②낮음 ③높음
4. 가족사항?
()

*다음 질문은 아동에 대한 일반적 사항입니다. 해당란에 V표를 하거나 0표를 해주시기 바랍니다.

1. 아동의 나이는? (세)
2. 아동의 성별은?
①남아 ②여아
3. 아동의 출생순위는?
①첫째 ②중간 ③막내
4. 아동의 장애정도와 진단명은?
①중증 ②보통 ③경증 (진단명:)

사회적 지지척도

다음은 가족, 친구, 이웃 등 평소 자신에게 여러 가지 도움을 주는 주위 사람들에 대해서 여러분이 어떻게 느끼고 있는지에 대한 질문입니다. 설문지를 읽으시고 평소 자신의 느낌을 잘 나타내고 있는 번호에 ○표 또는 V표 해 주십시오.

번호	문항	전혀 아니 다	아니 다	보통 이다	그렇 다	매우 그렇 다
1	그들은 모두 내가 사랑과 돌봄을 받고 있다고 느끼게 해준다.	1	2	3	4	5
2	그들은 모두 내가 취한 행동의 옳고 그름을 공정하게 평가해준다.	1	2	3	4	5
3	그들은 모두 내가 필요하다고 하면 아무리 큰돈이라도 마련해 준다.	1	2	3	4	5
4	그들은 모두 내가 그들에게 필요한 가치 있는 존재임을 인정해준다.	1	2	3	4	5
5	그들은 모두 내가 하고 있는 일에 자부심을 가질 수 있게 나의 일을 인정해준다.	1	2	3	4	5
6	그들은 모두 함께 있으면 친밀감을 느끼게 해준다.	1	2	3	4	5
7	그들은 모두 나의 문제를 기꺼이 들어준다.	1	2	3	4	5
8	그들은 모두 배울 점이 많은 존경할 만한 사람들이다.	1	2	3	4	5
9	그들은 모두 자신이 직접 도움을 줄 수 없을 때에는 다른 사람을 보내서라도 나를 도와준다.	1	2	3	4	5
10	그들은 모두 내가 마음 놓고 믿고 의지할 수 있는 사람이다.	1	2	3	4	5
11	그들은 모두 내가 잘 했을 때에는 (좋은 결과를 얻었을 때) 칭찬을 아끼지 않는다.	1	2	3	4	5
12	그들은 모두 나를 인격적으로 존중해 준다	1	2	3	4	5
13	그들은 모두 무슨 일이건 대가(보상)를 바라지 않고 최선을 다해 나를 도와준다.	1	2	3	4	5
14	그들은 모두 내가 어려운 상황(위기)에 직면했을 때 현명하게 문제를 해결 할 수 있는 방안을 제시해 준다.	1	2	3	4	5
15	그들은 모두 의논할 문제가 생길 때 마다 나를 위해 시간	1	2	3	4	5

	을 내주고 응해준다.					
16	그들은 모두 항상 나의 일에 관심을 가지고 걱정해 준다.	1	2	3	4	5
17	그들은 모두 내가 몰랐던 사실을 일깨워주고 확실하게 해준다.	1	2	3	4	5
18	그들은 모두 내가 결단을 못 내리고 망설일 때, 결단을 내리게 자극을 주고 용기를 준다.	1	2	3	4	5
19	그들은 모두 내가 현실을 이해하고 사회생활에 잘 적응할 수 있게 충고를 해준다.	1	2	3	4	5
20	그들은 모두 내가 필요로 하는 물건이 있으면 언제라도 빌려준다.	1	2	3	4	5
21	그들은 모두 나의 의견을 존중해주고, 대체로 받아들여준다.	1	2	3	4	5
22	그들은 모두 나에게 생긴 문제의 원인을 찾아내는데 도움이 되는 정보를 제공해 준다.	1	2	3	4	5
23	그들은 모두 내가 몸져누워 있을 때 나의 일을 대신해준다.	1	2	3	4	5
24	그들은 모두 내가 기분이 언짢아 할 때 , 나의 감정을 이해해주고 기분을 전환 시켜주려고 노력한다.	1	2	3	4	5
25	그들은 모두 내가 어떤 선택을 해야만 할 때 합리적인 결정을 내릴 수 있도록 조언을 해준다.	1	2	3	4	5

자아탄력성 척도

다음은 어머니가 평소 어떻게 느끼고 있는지에 대한 질문입니다. 설문지를 읽으시고 평소 자신의 느낌을 잘 나타내고 있는 번호에 ○표 또는 V표 해 주십시오.

번호	문항	전혀 아니 다	아니 다	보통 이다	그렇 다	매우 그렇 다
1	나는 종종 배우자 선택을 잘못했다고 느낀다.	1	2	3	4	5
2	일주일에도 몇 번씩이나 나에게 끔찍한 일이 일어날 것 같은 느낌이 든다.	1	2	3	4	5
3	강한 사람은 자신의 느낌이나 감정을 드러내지 않는다.	1	2	3	4	5
4	내가 다른 사람들을 잘 이끌 수 있을지 확신이 서지 않는다.	1	2	3	4	5
5	낯선 사람에게 말을 붙이는 것이 어렵다.	1	2	3	4	5
6	종종 내 삶은 무의미한 것 같다.	1	2	3	4	5
7	나는 다른 사람들보다 집중하는 데 어려움이 있다.	1	2	3	4	5
8	누군가에게 나에게 대해서 말하는 것이 몹시 힘들다.	1	2	3	4	5
9	많은 사람들과 같이 있을 때 나는 어떤 얘기를 하는 것이 적절할지 잘 생각이 안 난다.	1	2	3	4	5
10	나는 확실히 자신감이 부족하다.	1	2	3	4	5
11	나는 일이 잘 안될 것 같으면 빨리 포기하고 싶은 느낌이 든다.	1	2	3	4	5
12	나는 올바르게 살아오지 못했다.	1	2	3	4	5
13	나는 종종 쓸데없는 생각들에 사로잡혀 짜증이 난다.	1	2	3	4	5
14	나는 여러 사람 앞에 나가서 얘기하는 것이 어렵다.	1	2	3	4	5

15	나는 아주 잘 아는 사람들이 아니면 말을 많이 하는 것을 꺼려한다.	1	2	3	4	5
16	내 일상은 흥미진진한 것들로 꽉 차 있다.	1	2	3	4	5
17	내가 보기에 미래란 희망이 없는 것 같다.	1	2	3	4	5
18	대체로 나는 행복하다고 느낀다.	1	2	3	4	5
19	나는 종종 벌컥 화를 낸다.	1	2	3	4	5
20	나는 세상이 그저 스쳐지나가는 것이라는 느낌이 자주 든다.	1	2	3	4	5
21	나는 잘 모르는 사람들과 함께 있으면 당혹스럽다.	1	2	3	4	5
22	나는 어려운 문제에 부딪히면 쉽게 포기하는 경향이 있다.	1	2	3	4	5
23	뭔가 결정해야 할 일이 있을 때 사람들은 대체로 나에게 조언을 구한다.	1	2	3	4	5
24	일이 진행되고 있을 때에도 그 일이 잘 이루어지리라는 희망을 갖기가 어렵다.	1	2	3	4	5
25	확실히 나는 쓸모없는 존재라는 느낌이 가끔 든다.	1	2	3	4	5
26	때로 나는 일을 해낼 수 없을 것 같다.	1	2	3	4	5
27	나는 일단 화가 나면 성질이 고약해진다는 것을 인정할 수밖에 없다.	1	2	3	4	5
28	나는 모임에 다니는 것을 좋아한다	1	2	3	4	5
29	나는 다른 사람들이 생각하는 것만큼 그렇게 행복하지 않다.	1	2	3	4	5

집단 미술치료 프로그램 만족도 조사

구 분	내 용	1	2	3	4	5	
환경에 관한 질문입니다	프로그램 장소가 적당하다고 생각한다.						
	프로그램 시간이 적당하다고 생각한다.						
	프로그램 내용이 적당하다고 생각한다.						
프로그램	가장 재미있었던 프로그램 내용은 어떤 내용이 었나요?(체크해주세요 여러개 가능)						
	1.난화 표현하기 2.별칭 짓기 3.9분할법- 나에 대해서 4.초상화 그리기	5.호흡하며 선 그리기 (협동작품) 6.지금 나에게 필요한 것 7.나를 화나게 하는 것 8.하소연 인형 만들기 9.나만의 화원 꾸미기	10.손바닥 본뜨기 후 칭찬하기 11.내안의 빛 12.가장 중요한 향아리 13.그림으로 선물주기				
	그 이유는요?						
	가장 기억에 남는 프로그램 내용은 어떤 내용이 었나요?(체크해주세요 여러개 가능)						
	1.난화 표현하기 2.별칭 짓기 3.9분할법- 나에 대해서 4.초상화 그리기	5.호흡하며 선 그리기 (협동작품) 6.지금 나에게 필요한 것 7.나를 화나게 하는 것 8.하소연 인형 만들기 9.나만의 화원 꾸미기	10.손바닥 본뜨기 후 칭찬하기 11.내안의 빛 12.가장 중요한 향아리 13.그림으로 선물주기				
	그 이유는요?						
	가장 유익하다고 생각되는 프로그램은 어떤 내용이였나요?						
	1.난화 표현하기 2.별칭 짓기 3.9분할법- 나에 대해서 4.초상화 그리기	5.호흡하며 선 그리기 (협동작품) 6.지금 나에게 필요한 것 7.나를 화나게 하는 것 8.하소연 인형 만들기 9.나만의 화원 꾸미기	10.손바닥 본뜨기 후 칭찬하기 11.내안의 빛 12.가장 중요한 향아리 13.그림으로 선물주기				
	그 이유는요?						
	하고 싶은 말						