



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](#)

2016년 8월
석사학위논문

집단미술치료가 조현병환자의
정서표현과 생활사건스트레스에
미치는 효과

조선대학교 일반대학원
미술심리치료학과

김 시 현

집단미술치료가 조현병환자의
정서표현과 생활사건스트레스에
미치는 효과

Effect of Group Art Therapy on emotional expression and
life events stress in schizophrenia patients

2016년 8월 25일

조선대학교 대학원

미술심리치료학과

김 시 현

집단미술치료가 조현병환자의
정서표현과 생활사건스트레스에
미치는 효과

지도교수 김 승 환

이 논문을 이학석사학위 신청 논문으로 제출함

2016년 4월

조선대학교 대학원

미술심리치료학과

김 시 현

김시현의 석사학위논문을 인준함

위원장 조선대학교 교수 양 세 혁 (인)

위 원 조선대학교 교수 김 택 호 (인)

위 원 조선대학교 교수 김 승 환 (인)

2016년 5월

조선대학교 대학원

목 차

| | |
|--------------------------------------|------|
| ABSTRACT | VIII |
| | |
| I. 서론 | 1 |
| A. 연구의 필요성 | 1 |
| B. 연구 문제 및 가설 | 3 |
| 1. 연구문제 | 3 |
| 2. 연구가설 | 4 |
| 3. 용어 정의 | 4 |
| a. 조현병(schizophrenia) | 4 |
| b. 정서표현(emotional expression) | 5 |
| c. 생활사건스트레스(life event stress) | 5 |
| d. 집단미술치료(group art therapy) | 5 |
| | |
| II. 이론적 배경 | 6 |
| A. 조현병 | 6 |
| 1. 조현병의 개념 | 6 |
| 2. 조현병 환자의 특성 | 9 |
| B. 정서표현 | 10 |
| 1. 정서표현의 개념 | 10 |
| 2. 조현병 환자의 정서표현 | 11 |
| C. 생활사건스트레스 | 13 |

| | |
|-----------------------------------|----|
| 1. 생활사건스트레스의 개념 | 13 |
| 2. 조현병 환자의 생활사건스트레스 | 14 |
| D. 집단미술치료 | 16 |
| 1. 조현병과 집단미술치료 | 18 |
| 2. 조현병 환자의 정서표현과 집단미술치료 | 18 |
| 3. 조현병 환자의 생활사건스트레스와 집단미술치료 | 19 |
| E. 선행연구 | 20 |
| | |
| III. 연구방법 | 23 |
| A. 연구설계 | 23 |
| B. 연구대상 | 23 |
| C. 연구도구 | 24 |
| 1. 정서표현 척도 | 24 |
| 2. 생활사건스트레스 척도 | 25 |
| 3. 별-파도 그림검사(SWT) | 25 |
| 4. 빗속의 사람 그림검사(PITR) | 27 |
| 5. 집단미술치료프로그램 | 28 |
| D. 연구절차 | 31 |
| E. 자료 처리 및 분석방법 | 31 |
| F. 연구의 윤리적 고려 | 32 |
| | |
| IV. 연구 결과 | 33 |
| A. 연구대상자의 동질성 검정 | 33 |

| | |
|--|----|
| 1. 일반적 특성 | 33 |
| 2. 정규성 검정 | 34 |
| 3. 동질성 검정 | 35 |
| B. 결과분석 | 35 |
| 1. 집단미술치료가 정서표현에 미치는 효과 | 35 |
| 2. 집단미술치료가 생활사건스트레스에 미치는 효과 | 37 |
| C. 별-과도 그림검사(SWT) 결과 | 39 |
| D. 빗속의 사람 그림검사(PITR) 결과 | 42 |
| 1. 빗속의 사람 그림검사(PITR) 사전·사후 분석 결과 | 42 |
| 2. 빗속의사람 그림검사(PITR) 대응표본 t검정 결과 | 45 |
| 3. 빗속의사람 그림검사(PITR) 사후 점수 비교 | 45 |
| E. 집단미술치료프로그램의 질적 분석 | 46 |
| 1. 프로그램 과정별 분석 | 46 |
| a. 초기단계 (1~2회기) | 46 |
| b. 실행단계 (3~11회기) | 49 |
| c. 종결단계 (12~14회기) | 61 |
| 2. 프로그램 구성 요인별 분석 | 64 |
| a. 정서표현에 따른 전·후기 작품 비교 및 평가 | 64 |
| b. 생활사건스트레스에 따른 전·후기 작품 비교 및 평가 | 67 |
| V. 논의 | 71 |
| VI. 결론 및 제언 | 73 |
| A. 결론 | 73 |
| B. 제언 | 74 |

| | |
|------------|----|
| 참고문헌 | 75 |
| 국문초록 | 84 |
| 부록 | 86 |

표 목 차

| | |
|--|----|
| <표 1> 조현병 진단기준 DSM-5 | 8 |
| <표 2> DSM-IV와 DSM-5에서 조현병 진단기준의 비교 | 12 |
| <표 3> 집단미술치료에 적용되는 독특한 측면 | 17 |
| <표 4> 연구설계 | 23 |
| <표 5> 정서표현 척도의 내용 구성 및 신뢰도 | 24 |
| <표 6> 생활사건스트레스 척도의 내용 구성 및 신뢰도 | 25 |
| <표 7> 별-과도 그림검사(SWT) 진단의 세부 항목 | 26 |
| <표 8> 빗속의 사람 그림검사(PITR) 진단의 세부 항목 | 28 |
| <표 9> 집단미술치료프로그램 | 30 |
| <표 10> 인구사회학적 특성 | 33 |
| <표 11> 집단별 대상자의 사전 정규성 검정 | 34 |
| <표 12> 집단별 대상자의 사후 정규성 검정 | 34 |
| <표 13> 실험·비교집단에 따른 사전 동질성 검정 결과 | 35 |
| <표 14> 정서표현에 대한 집단별 사전·사후 평균 및 표준편차 | 36 |
| <표 15> 정서표현에 대한 집단유형과 측정시기별 변량분석 결과 | 36 |
| <표 16> 정서표현에 따른 집단 간 평균비교 결과 | 37 |
| <표 17> 생활사건스트레스에 대한 집단별 사전·사후 평균 및 표준편차 .. | 37 |
| <표 18> 생활사건스트레스에 대한 집단유형과 측정시기별 변량분석 결과 | 38 |
| <표 19> 생활사건스트레스에 따른 집단 간 평균비교 결과 | 38 |
| <표 20> 별-과도 그림검사(SWT) 실험집단 사전·사후 결과 | 39 |
| <표 21> 별-과도 그림검사(SWT) 비교집단 사전·사후 결과 | 41 |
| <표 22> 실험집단의 빗속의사람 그림검사(PITR) 사전·사후 점수 비교 · | 43 |
| <표 23> 비교집단의 빗속의 사람 그림검사(PITR) 사전·사후 점수 비교 · | 44 |
| <표 24> 집단 간 사전·사후 대응표본 t검정 결과 | 45 |

그림 목 차

| | |
|--|----|
| <그림 1> 정서표현에 대한 집단유형과 측정시기별 상호작용 효과 | 36 |
| <그림 2> 생활사건스트레스에 대한 집단유형과 측정시기별 상호작용 효과 ... | 37 |
| <그림 3> 실험집단의 대상자별 빛속의 사람 그림검사(PITR) 변화도 | 43 |
| <그림 4> 비교집단의 대상자별 빛속의 사람 그림검사(PITR) 변화도 | 44 |
| <그림 5> 실험집단과 비교집단 빛속의 사람 그림검사(PITR) 결과 비교..... | 46 |
| <그림 6> 집단미술치료 본 프로그램 1회기 미술활동 과정 및 작품 | 47 |
| <그림 7> 집단미술치료 본 프로그램 2회기 미술활동 과정 및 작품 | 48 |
| <그림 8> 집단미술치료 본 프로그램 3회기 미술활동 과정 및 작품 | 50 |
| <그림 9> 집단미술치료 본 프로그램 4회기 미술활동 과정 및 작품 | 51 |
| <그림 10> 집단미술치료 본 프로그램 5회기 미술활동 과정 및 작품 | 52 |
| <그림 11> 집단미술치료 본 프로그램 6회기 미술활동 과정 및 작품 | 53 |
| <그림 12> 집단미술치료 본 프로그램 7회기 미술활동 과정 및 작품 | 55 |
| <그림 13> 집단미술치료 본 프로그램 8회기 미술활동 과정 및 작품 | 56 |
| <그림 14> 집단미술치료 본 프로그램 9회기 미술활동 과정 및 작품 | 58 |
| <그림 15> 집단미술치료 본 프로그램 10회기 미술활동 과정 및 작품..... | 59 |
| <그림 16> 집단미술치료 본 프로그램 11회기 미술활동 과정 및 작품..... | 60 |
| <그림 17> 집단미술치료 본 프로그램 12회기 미술활동 과정 및 작품..... | 61 |
| <그림 18> 집단미술치료 본 프로그램 13회기 미술활동 과정 및 작품..... | 62 |
| <그림 19> 집단미술치료 본 프로그램 14회기 미술활동 과정 및 작품..... | 63 |
| <그림 20> D의 정서표현에 따른 전·후 작품 비교 및 평가 | 64 |
| <그림 21> E의 정서표현에 따른 전·후 작품 비교 및 평가 | 65 |
| <그림 22> G의 정서표현에 따른 전·후 작품 비교 및 평가 | 66 |
| <그림 23> H의 정서표현에 따른 전·후 작품 비교 및 평가 | 67 |
| <그림 24> B의 생활사건스트레스에 따른 전·후 작품 비교 및 평가..... | 68 |
| <그림 25> C의 생활사건스트레스에 따른 전·후 작품 비교 및 평가 | 68 |
| <그림 26> F의 생활사건스트레스에 따른 전·후 작품 비교 및 평가 | 69 |
| <그림 27> J의 생활사건스트레스에 따른 전·후 작품 비교 및 평가 | 70 |

부 록 그 립 목 차

| | |
|------------------------------|-----|
| 〈부록 그림 1〉 A 별-파도 그림 | 105 |
| 〈부록 그림 2〉 B 별-파도 그림 | 106 |
| 〈부록 그림 3〉 C 별-파도 그림 | 107 |
| 〈부록 그림 4〉 D 별-파도 그림 | 108 |
| 〈부록 그림 5〉 E 별-파도 그림 | 109 |
| 〈부록 그림 6〉 F 별-파도 그림 | 110 |
| 〈부록 그림 7〉 G 별-파도 그림 | 111 |
| 〈부록 그림 8〉 H 별-파도 그림 | 112 |
| 〈부록 그림 9〉 I 별-파도 그림 | 113 |
| 〈부록 그림 10〉 J 별-파도 그림 | 114 |
| 〈부록 그림 11〉 A 빗속의 사람 그림 | 115 |
| 〈부록 그림 12〉 B 빗속의 사람 그림 | 116 |
| 〈부록 그림 13〉 C 빗속의 사람 그림 | 117 |
| 〈부록 그림 14〉 D 빗속의 사람 그림 | 118 |
| 〈부록 그림 15〉 E 빗속의 사람 그림 | 119 |
| 〈부록 그림 16〉 F 빗속의 사람 그림 | 120 |
| 〈부록 그림 17〉 G 빗속의 사람 그림 | 121 |
| 〈부록 그림 18〉 H 빗속의 사람 그림 | 122 |
| 〈부록 그림 19〉 I 빗속의 사람 그림 | 123 |
| 〈부록 그림 20〉 J 빗속의 사람 그림 | 124 |

ABSTRACT

The Effects of Group Art Therapy on Emotional Expression and Life Event Stress in Patients with Schizophrenia

Kim Si Hyun

Dept. of Art Psychotherapy, Graduate School, Chosun University

Directed by Prof. Kim, Seung-Hwan

The purpose of this study is to examine the effects of group art therapy on emotional expression and life event stress in patients with schizophrenia. Furthermore, the study is intended to be used as basic information to develop programs for healthy mental and satisfactory life in patients with schizophrenia.

Considering that patients with schizophrenia are generally decreased in emotional and response intensity due to blunted emotion, emotional expression is very important. When genetically vulnerable people are exposed to stress situations, they may experience psychotic symptoms and reduce social functions. Thus, various psychologically social intervention is required.

This study was conducted under the hypothesis that a group art therapy program may increase emotional expression and decrease life event stress in patients with schizophrenia. The experimental group and the control group were organized and the effect of the group art therapy program were compared by pretest and posttest.

Patients who resided in a mental health center located in G City and a mental hospital located in N City and were diagnosed as schizophrenia by psychiatrists based on DSM-5 and were participated in the study. Of them, 20 patients who understood the purpose of the study and voluntarily consented to participation were selected. They were divided into the experimental group(n=10) and the control group(n=10).

The program focused on the improvement of emotional expression and the decrease in life event stress. It was performed for 14 sessions, 90 minutes per session. The emotional expression level was examined by Berkeley Expressivity Questionnaire developed by Gross & John(1995) and the life event stress level was tested by the scale developed by Lee, Yeong-Ho(1993) and modified and added by Seo, Myeong-Ah(2015). Data analysis was made by a SPSS 22.0 program. Shapiro-Wilk, χ^2 -test, t-test, Mann-Whitney U test, and repeated measured ANOVA were used to test the hypothesis of the effect of the group art therapy program.

The results of the study were as follows.

First, the group art therapy program had an effect on the improvement of emotional expression in patients with schizophrenia.

Second, the group art therapy program had an effect on the decrease in life event stress in patients with schizophrenia.

The results suggest that the group art therapy program had a positive effect on emotional expression and life event stress in patients with schizophrenia.

Patients with schizophrenia showed satisfaction and their own emotional expression after completing their works during the group art therapy. Group members communicated by a tool of art and could learn to understand and consider others' emotion.

Although it is difficult to generalize the results of this study, the results confirm that the program is effective to improve emotional expression and decrease life event stress in patients with schizophrenia and can be used as therapeutic approach in the clinical field.

Key words: schizophrenia, group art therapy, emotional expression, life event stress

I. 서 론

A. 연구의 필요성

복잡한 현대 사회의 삶은 그 구성원에게 많은 질병과 정신증적 고통을 야기한다. 사회적, 환경적 요인으로부터 마음이 병에 걸리고, 마음의 병은 신체화 증상으로 나타난다. 마음의 병으로 인해 일상생활에 지장을 주는 가장 대표적인 질환 중의 하나인 조현병은 만성적인 경과를 보이기 때문에 환자나 가족들에게 많은 고통과 부담을 준다. 과거에는 주로 뇌의 구조적, 기능적 이상이 정신 질환의 원인으로 여겼지만, 최근 연구에 따르면 유전적, 생물학적 취약성이 주요 발병원인으로 밝혀졌다. 선천적인 생물학적 취약성에 환경적 스트레스가 더해져 발병한다고 볼 수 있다 (대한조현병학회, 조현병 마음의 줄을 고르다, 2013).

조현병은 지역이나 문화, 인종과 관계없이 인구의 1% 정도를 차지하는 것으로 알려져 있다. 이를 우리나라에 적용할 경우 약 50만 명이 앓고 있지만, 실제 병원에서 진료를 받는 환자의 수는 10만 명 정도에 불과하다. 조기발견을 못하거나 병을 숨기기 때문에 나타나는데, 그럴 경우 치료시기가 늦어져서 만성화 될 가능성이 증가한다. 우리나라 정신질환 유병률은 전체 인구의 0.6%로, 그 중 남성이 0.3%, 여성은 0.9%로 여성이 더 높게 나타난다. 그런데 남성이 여성에 비해 입원하는 경향이 높고, 일인당 입원 기간이 더 길다(보건복지부, 2016). 건강보험 진료비 지급자료를 분석한 결과, 해마다 조현병 진료인원이 증가하는 추세를 보인다. 2010년 9만 3931명에서 2014년 10만 4057명으로 연평균 2.6%씩 증가해 약 11%가 늘었으며, 연도별 인구 변화를 고려한 인구 10만 명 당 진료인원은 192명에서 207명으로 늘어나 연평균 1.9%씩 증가한 것으로 나타났다. 진료인원은 남성과 여성 모두 40대의 비율이 가장 높았으며, 여성의 진료(13.9%)가 남성(7.5%)대비 2배가량 늘었다. 진료 형태는 입원에서 외래로 바뀌어 가는 경향을 나타내는데, 이는 조현병에 대한 편견이 조금씩 줄어들고 예방과 치료에 대한 인식이 향상되고 있음을 반증한다(국민건강보험공단, 2015).

조현병 환자가 스트레스에 직면했을 때 민감하게 받아들이고 과도한 반응을 보여 사소한 생활사건으로 인한 스트레스에도 병을 유발하거나 재발의 위험성이 있고(Gilmore, 2010), 개인의 정신건강이나 사회적 적응력에 영향을 미친다. 그런 점에서 일상적인 생활사건 스트레스부터 제대로 관리가 되지 않는다면 증상은 악화될 뿐만 아니라 사회적 기능에도 많은 영향을 미치기 때문에 생활사건스트레스에 대처하는 능력을 향상시키는 노력이 필요하다(김선영, 2011).

조현병 환자가 정서를 표현하지 못하게 되는 경우, 신체화 증상이나 사회적 위축, 고립감과 스트레스와 함께 조현병의 특징적 증상이 악화될 수 있다. 또한 생활의 부적응, 대인관계의 어려움, 위축, 고립감, 스트레스는 병의 재발 위험을 높이기 때문에 조현병 환자의 정신건강을 위해서는 정서를 표현함으로써 스트레스를 완화할 수 있는 프로그램이 제공되어야 한다.

주로 약물에만 의존했던 과거와는 달리 현재는 증상을 경감시키고 호전시키기 위해 개인치료, 가족치료, 지역사회기반 재활프로그램 또는 이들의 결합된 치료가 조현병 치료에 효과적인 것으로 입증되었다. 또한 사회적, 직업적 어려움을 극복하기 위해 약물치료를 병행한 심리사회적 개입이 진행 중이다. 약물치료와 함께 교육, 지지, 기술훈련, 재활을 포함한 심리 사회적 개입을 통해 환자가 적절한 수준의 안정된 삶을 영위할 수 있도록 지속적인 서비스를 제공하는 주장적 지역사회치료 프로그램(assertive community treatment: ACT)은 환자들의 입원일수를 효과적으로 감소시키고 기능수준은 향상시키는 것으로 보고되고 있다(DeLuca, Moster & Bond; Nordentoft et al., 2010).

심리사회적 개입 중 여러 형태의 집단 심리치료가 치료에 효과적인 것으로 입증되었다. 인지행동치료, 미술치료, 음악치료, 동작치료를 포함한 가족치료 프로그램은 만성 정신질환을 지닌 구성원이 있는 가족의 대처 기술을 향상시킬 뿐 아니라, 갈등을 최소화하고 재발률의 감소를 보인다(Giron et al., 2010).

미술치료는 비언어적인 특성과 함께 대상자로 하여금 방어와 통제의 감소를 가져오며 스트레스를 자유롭게 드러내어 감정의 정화와 심리적 긴장완화를 촉진하는 효과가 있다. 미술치료를 통해 환자의 부적응적 사고와 행동을 변화시키고 사회적 상호작용에도 도움을 주고 있으며(방순자, 2011; Malchiodi, 2003), 집단으로 구성하여 프로그램을 진행 할 경우 조현병 환자의 정서표현과 정서행동을 향상시켜 대인관계와 삶의 질에 긍정적인 영향을 준다(강복인, 2015; 신재균, 2014). 또한 자기표현을 하게 되고 의사소통에 영향을 주는 긍정적인 효과가 있음을 보고하였다(최수

정, 2014).

조현병과 같은 만성 정신질환을 가진 사람들은 사회적 관계를 기피하는 경향이 있어 점점 사회로부터 고립되어간다. 이에 적극적인 치료적 개입이 필요하다. 즉 환자 개인치료도 중요하지만 유사한 특성을 가진 환자가 집단의 구성원으로 함께 하여 공감대를 형성하고 지지적 상호작용을 유도한다. 이를 통해 그들의 조현병에 대한 치료뿐만 아니라 사회적 관계까지도 긍정적 변화를 줄 수 있다.

조현병 환자들의 집단미술치료는 그들의 비언어적 표현의 단조로움을 끌어내어 다양한 표현을 가능케 함으로써 실생활에서 알맞은 행동양상의 파악과 함께 집단의 피드백을 통해 정서교류와 사회성을 습득하고 향상시키기에 매우 유효하다.

조현병 환자들은 집단미술치료를 통해 다양한 미술 매체를 이용해 긴장을 이완하고 스트레스를 표현할 수 있으며, 공격성과 신체화 증상을 경감시키고 스트레스 대처능력 향상에 영향을 미친다(최혜민, 2013). 그런 점에서 생활사건스트레스와 이로 인한 개인 각각의 감정을 충분히 탐색하여 표현할 수 있도록 돕고, 이를 집단과 나누며 감정과 경험의 공유를 통해 서로에게 큰 힘이 될 수 있다.

조현병의 집단미술치료에 관한 선행연구는 조현병 환자들의 정서표현과 생활사건스트레스의 중요성, 집단프로그램 및 다양한 심리치료적 접근의 필요성을 반복적으로 강조하였다. 그럼에도 불구하고 그 연구의 대부분은 자아존중감, 대인관계, 삶의 질, 자기표현, 의사소통 등에 미치는 효과에 대한 것이 주를 이루고 있으며, 정서표현과 생활사건스트레스에 관하여 집단미술치료프로그램을 적용시킨 예는 거의 없는 실정이다.

이에 본 연구는 조현병 환자를 대상으로 한 집단미술치료를 적용하여 정서표현과 생활사건스트레스에 미치는 효과를 알아보고자 한다. 이는 향후 조현병 환자를 위한 정서지원 프로그램이나 스트레스 완화 프로그램 개발 시 기초자료로 활용될 수 있을 것으로 전망한다.

B. 연구문제 및 가설

1. 연구문제

본 연구에서는 집단미술치료가 조현병환자의 정서표현과 생활사건스트레스에 미치는 효과를 검증하기 위하여 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

첫째, 집단미술치료프로그램이 조현병환자의 정서표현에 미치는 영향은 어떠한가?

둘째, 집단미술치료프로그램이 조현병환자의 생활사건스트레스에 미치는 영향은 어떠한가?

2. 연구가설

가설1. 집단미술치료에 참여한 실험집단은 참여하지 않은 대기집단에 비해 프로그램 실시 전보다 프로그램 실시 후의 정서표현이 유의미하게 높아질 것이다.

가설2. 집단미술치료에 참여한 실험집단은 참여하지 않은 대기집단에 비해 프로그램 실시 전보다 프로그램 실시 후의 생활사건스트레스가 유의미하게 낮아질 것이다.

3. 용어 정의

본 연구에서 용어 정의는 조현병, 정서표현, 생활사건스트레스, 집단미술치료 순으로 제시한다.

a. 조현병(schizophrenia)

(1) 이론적 정의: 인지, 지각, 정서, 행동을 포함한 전반적인 정신기능에 장애를 초래하는 정신질환을 가진 자(Sadock & Sadock, 2007)로 망상과 환각을 비롯한 주요증상 5가지 중 2가지 이상이 1개월 이상 지속되고, 사회적·직업적 기능이 손상되어 업무 능력이나 사람들과의 관계가 예전보다 악화되는 모습을 보이며, 6개월 이상 병의 증후를 보이면 조현병으로 진단한다(대한조현병학회, 2013).

(2) 조작적 정의: 본 연구에서는 미국정신의학회(American Psychiatric Association; APA)의 DSM-5에 기준에 의거하여 조현병 진단을 받은 사람으로 지역사회에서 사회복지시설과 정신요양시설에 등록 된 자를 말한다.

b. 정서표현(emotional expression)

- (1) 이론적 정의: 어떤 현상이나 일에 대하여 일어나는 마음이나 느끼는 기분을 드러내는 것으로 William James(1884)는 ‘육체적 감각적 변화에 의하여 나타나는 일종의 정신상태 표출’ 이라 정의하였다. 대중적으로는 감정표현으로 불리지만, 학술적으로는 정서표현이란 용어를 사용한다.
- (2) 조작적 정의: 본 연구에서의 정서표현은 Gross와 John(1995)이 개발한 버클리정서표현질문지(Berkeley Expressivity Questionnaire)의 점수로 나타내고자한다. 본 척도점수가 높을수록 정서표현 능력이 높음을 의미 한다.

c. 생활사건스트레스(life event stress)

- (1) 이론적 정의: 개인의 일상생활을 방해 또는 위협하는 사건을 통해 일상의 변화가 생기고, 그러한 변화를 경험할수록 스트레스가 유발되어 정신적, 심리적 고통이 수반 된다(Dohrenwend, 1974).
- (2) 조작적 정의: 본 연구에서의 생활사건스트레스는 이영호(1993)에 의해 개발 되었고 서명아(2014)가 수정·보완한 척도를 사용하여, 그 점수가 높을수록 생활사건스트레스가 높음을 판단한다.

d. 집단미술치료(group art therapy)

- (1) 이론적 정의 : 집단미술치료는 집단상담의 특성에 미술치료의 기법을 도입한 것으로 집단의 한 일원으로서의 개인적 체험과 함께 서로 상호간의 교류를 통해 자기통찰을 할 수 있다. 또한 그림의 특수성에 의해 이미지를 시각화 할 수 있기 때문에 치료자는 내담자의 정신세계를 좀 더 정확하게 파악할 수 있다(최외선 외, 마음을 나누는 미술치료, 2006).
- (2) 조작적 정의 : 본 연구에서 집단미술치료프로그램은 조현병을 대상으로 다양한 미술매체와 색을 활용하여 정서표현 향상과 생활사건스트레스 완화를 목적으로 구성된 프로그램을 의미한다.

II. 이론적 배경

A. 조현병(schizophrenia)

1. 조현병의 개념

조현병이란 인지, 지각, 정서, 행동을 포함한 전반적인 정신기능에 장애를 초래하는 정신질환이다(Sadock & Sadock, 2007). 청소년기나 성인초기 뇌의 성숙화과정이 활발하게 나타나는 시기에 발견되며, 생물학적인 취약성으로 인해 뇌 성숙화 과정에서 발병한다는 학설이 지배적이다(보건복지부, 2016).

1911년 스위스의 E. Bleuler가 처음으로 조현병(schizophrenia)이라 명명하였는데, 기질적 요소와 심리적 요소로 구성된 증후군이므로 치료적 관계와 정신치료의 중요성을 강조하였다(민성길, 2010). 16세기 후반 ‘조발성 치매’를 논하면서 조현병과 비슷한 양상에 대해 기술하고 있지만 조현병과 연관 없음이 밝혀졌고, 1810년 John Haslam이 ‘젊은 사람에게 일어나는 정신이상’의 특징적인 발병 양상과 증상, 경과, 예후를 기록한 저서를 출간하면서 조현병의 존재가 알려졌다.

조현병(調鉉病, schizophrenia)이란 용어는 2011년 정신분열병(정신분열증)이란 병명이 사회적으로 이질감과 거부감을 불러일으킨다는 이유로 편견을 없애기 위하여 개명되었다. 사전적인 의미로는 현악기의 줄을 고르다는 뜻을 내포하며, 환자의 모습이 마치 현악기가 정상적으로 조율되지 못했을 때의 모습처럼 혼란스러운 상태를 보인다는 점에서 연유되었다(보건복지부, 2015).

조현병은 전체 인구 중 0.5~1%가 인생의 어느 시점에서 발병하고 있다. 남성과 여성의 발병률은 차이가 없으나 그 발병 시기는 남성이 여성보다 평균나이가 3~4년 정도 빠른 것으로 조사되어진다. 발병 환자 수는 인구 10만 명당 8~43명으로 도시에서 발병률이 높으나, 국가의 경제상태와는 무관한 것으로 드러났다(Saha, Chant & McGrath, 2008).

조현병은 환자 자신과 가족을 황폐화시키는 장애로 개인의 주관적 만족감, 교육, 취

업, 사회적 역할 수행에서 지속적인 영향력을 미치게 된다(Bowie et al., 2010). 전형적으로 조현병은 청소년기에서 성인초기 사이에 발병하며, 첫 삽화가 나타나는 위험시기는 15세에서 35세 사이다(오수성 외, 정신병리학, 2013).

대부분의 심리학적 원인은 가족 내 의사소통과 행동양상에 초점을 두며, 정신분열병을 만드는 어머니(schizophrenogenic mother), 이중구속(double-bind transaction), 부부균열(marital schism)과 부부편파(marital skew) 등의 개념이 제시된다. 이런 요소들이 정신건강에 부적절한 영향을 미치며, 환자의 예후를 악화시킨다고 밝혀졌다(Lidz, 1957; Bateson, 1956; Fromm-Reichmann, 1948). 아직 명확한 원인은 밝혀지지 않았지만, 생물학적, 심리학적인 원인이 작용된다고 본다. 그 중 도파민이라는 신경전달물질의 과잉이 망상과 환청의 병리기전에 영향을 미친다는 것은 분명히 밝혀졌다. Joseph Zubin(1977)은 조현병을 영구적이고 만성화된 장애가 아니라, 장애에 대한 취약성이 지속되는 장애라고 가정하였다. 또한 이러한 취약의 정도는 개인마다 다르며 유전적인 요인과 출생 전후의 신체적-심리적 요인에 의해 결정된다고 보았다.

조현병의 정확한 진단을 위해서는 현재 사용되고 있는 DSM-5진단기준 <표 1>에 해당되는 것 이외에도 신체검사, 신경학적 검사, 혈액검사, 내분비검사, 뇌파, 뇌 촬영 등의 검사와 함께 임상심리 검사가 필요하다.

주된 진단은 정신건강의학과 의사가 환자, 환자와 가족, 친구들을 면담 한 후에 판단하며, 증상을 보인 기간, 증상의 정도, 사회에서의 적절한 업무수행, 대인관계를 전체적으로 종합하여 평가한다. 증상이 6개월 이상 진행 되었을 때 진단이 가능하다는 점에서 언제 어떤 증상이 나타났는지 주변인들을 통해 최대한 빨리 정보를 수집하는 것이 중요하다(대한조현병학회, 2013).

새롭게 개정되어 국제적으로 통용되는 미국정신의학회의 DSM-5에 의한 조현병의 진단기준은 다섯 가지 증상 중에서 2가지 이상의 증상이 한 달 이상 나타나고, 사회적, 직업적 기능이 손상되어 업무능력이나 대인관계에 심각한 문제를 드러내야 한다. 또한 6개월 이상 병의 징후가 지속되어야 하며, 그 중 한 가지는 환청과 망상이 와해된 행동 중 하나여야 한다. DSM-5 진단기준 표는 아래와 같다.

<표 1> 조현병 진단기준 DSM-5

| |
|---|
| <p>미국 정신의 학회(American Psychiatric Association)의 정신질환의 진단 및 통계 편람 5판(DSM-5) 진단기준</p> <p>A. 다음 증상 중 둘(혹은 그 이상)이 1개월의 기간(성공적으로 치료가 되면 그 이하)동안의 상당 부분의 시간에 존재하고, 이들 중 최소한 하나는 (1)내지 (2) 혹은 (3)이어야 한다.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 망상 2. 환각 3. 와해된 언어(예, 빈번한 탈선 혹은 지리멸렬) 4. 극도로 와해된 또는 긴장성 행동 5. 음성 증상(예, 감퇴된 감정 표현 혹은 무의욕증) <p>B. 장애의 발병 이래 상당 부분의 시간 동안 일, 대인관계 혹은 자기관리 같은 주요 영역의 한 가지 이상에서 기능 수준이 발병 전 성취된 수준 이하로 현저하게 저하된다(혹은 아동기 또는 청소년기에 발병하는 경우, 기대 수준의 대인 관계적 · 학문적 · 직업적 기능을 성취하지 못함).</p> <p>C. 장애의 지속적 징후가 최소 6개월 동안 계속된다. 이러한 6개월의 기간은 진단기준 A에 해당하는 증상(예, 활성기 증상)이 있는 최소 1개월(성공적으로 치료되면 그 이하)을 포함해야 하고, 전구 증상이나 잔류 증상의 기간을 포함할 수 있다. 이러한 전구기나 잔류기 동안 장애의 징후는 단지 음성 증상으로 나타나거나, 진단기준 A에 열거된 증상의 2가지 이상의 악화된 형태(예, 이상한 믿음, 흔치 않은 지각 경험)로 나타날 수 있다.</p> <p>D. 조현정동장애와 정신병적 양상을 동반한 우울 또는 양극성 장애는 배제된다. 왜냐하면 ① 주요우울 또는 조증 삽화가 활성기 증상과 동시에 일어나지 않기 때문이거나, ② 기분 삽화가 활성기 증상 동안 일어난다고 해도 병의 활성기 및 잔류기 전체 지속 기간의 일부에만 존재하기 때문이다.</p> <p>E. 장애가 물질(예, 남용약물, 치료약물)의 생리적 효과나 다른 의학적 상태로 인한 것이 아니다.</p> <p>F. 자폐스펙트럼장애나 아동기 발병 의사소통장애의 병력이 있는 경우, 조현병의 추가 진단은 조현병의 다른 필요 증상에 더하여 뚜렷한 망상이나 환각이 최소 1개월(성공적으로 치료되면 그 이하)동안 있을 때에만 내려진다.</p> |
|---|

DSM-5진단 기준 중 A, B, C, D 기준에 모두 해당되면 조현병으로 진단한다.

조현병과 관련한 다양한 연구들이 국내 · 외로 이루어지고 있는 가운데, 예전 시각이 예후가 좋지 않은 점진적인 장애라는 관점이었다면 치료 중심의 예방을 위한

방향으로 바뀌고 있다. 또한 조기발견과 약물치료, 인지행동치료를 통해 발병을 예방하는 프로그램이 연구되고 있으며, 그 결과도 긍정적인 것으로 나타난다(보건복지부, 2016).

2. 조현병 환자의 특성

조현병 환자는 다양한 신경전달물질 시스템의 이상으로 여러 증상이 발생한다. 대표적인 주요증상으로는 사고, 지각, 정서 및 행동의 장애로 구분하는데, 양성증상, 음성증상, 와해의 세 분류로 나누어진다(오수성 외, 정신병리학, 2013).

Andreasen과 Olsen에 의하면 양성증상은 환각, 망상, 괴이한 행동 및 형식적인 사고 장애를 포함하고, 음성증상은 언어 내용의 빈곤함, 감정의 둔화, 무감동, 무쾌감, 비사회성 및 주의집중 곤란 등과 같은 장애를 포함한다. 와해는 연상의 이완, 지리멸렬, 말 비빔, 사고이탈, 보속증이 해당된다(김보연, 2006).

그 중 핵심증상으로 사고과정의 장애를 들 수 있는데 조현병 환자는 비논리적인 연상을 형성하고 기이한 행동과 망상을 경험하며, 환청, 와해된 언어, 정서적 둔감 등으로 인해 사회적 기능에 장애를 일으키면서 한 개인을 심리적, 경제적, 사회적으로 황폐화 시키게 된다. 외부의 자극이 없는 상황에서도 마치 있는 것처럼 지각하며 다른 사람이 자신의 행동에 대하여 지시하거나 언급을 하는 것 이외에도 환시, 환미, 환촉, 환후를 경험한다(오수성 외, 정신병리학, 2013).

예후가 좋지 않은 만성적인 경과가 계속된다면 환자나 가족들에게 고통을 주며, 증상으로 인해 일상생활 기능이 저하되어 한 개인의 삶이 전 영역에 걸쳐 심각한 장애를 초래한다(권석만, 2013). 최근 의학이 발전하고 연구가 활발해지면서 사회 환경적인 요인으로 인해 스트레스를 받을 경우에도 조현병이 발병할 수 있다고 보고되고 있다(대한조현병학회, 조현병 마음의 줄을 고르다, 2013).

조현병 환자들은 사회적으로 고립감과 소외감을 느끼며 낮은 자존감을 갖게 된다. 병으로 인해 무력감과 정서적 위축을 경험하고 왜곡된 정서가 반영되면서 자기를 표현하는데 서투르게 되어 부정적인 감정표출을 한다. 이로 인해 사회적 기술이 떨어지게 되고 소통이 단절되며 삶의 질이 떨어진다(진미선, 2015). 또한 조현병 환자는 기억력 및 주의력이 저하되고 타인의 의중을 파악하는데 어려움을 느끼기 때문에 대인관계와 사회적 상호작용에서 문제가 생긴다. 이로 인해 사회적 부적절한 행동을 하게 되며 사회능력이 저하되는 특징을 가지게 된다. 언어적·비언어적 대

화기술 부족으로 상대방이 오해를 하기도 하고 타인과 갈등이 있을 때 조현병 환자의 특성 상 갈등과 비판에 예민하기 때문에 적절하게 대처하지 못하고 회피한다(원미라, 2010).

낮은 자존감과 사회적 상호작용에서의 문제를 가진 이들은 사회로 복귀하여 심리적 재활과 건강한 생활을 영위하기가 힘들다. 최근 사회적 관계 속에서 조현병 환자의 건강한 상호작용을 위한 연구가 많이 진행되고 있다. 그 중 박은정(2014)은 조현병 환자들이 역할연기 중심 정서관리훈련 프로그램에 참여하였을 때 타인의 감정을 인지하고, 상황에 맞는 감정을 적절하게 반영함으로써 정서표현과 대인관계 증진에 효과를 보였다고 보고했으며, 이형진(2006)은 조현병 환자는 정서표현을 통해 자아개념의 확립과 대인관계에 영향을 받기 때문에 감수성 훈련을 적용했을 때 정서적 변화에 영향을 미친다고 보고하였다.

만성 정신장애를 가진 환자의 경우, 치료 한 사람 당 두 가지 방향에서 이루어진다. 발병 이전의 삶으로 돌아가거나, 자신의 병을 받아들이고 사회로 복귀하여 다른 사람들과 어울려 사회적인 활동을 할 수 있게끔 하는 재활과 재발의 방지이다. 이를 위해서는 약물치료를 병행한 심리사회적 치료가 좋은 결과를 가져온다는 많은 연구를 토대로 개인 정신 치료를 포함한 가족 및 집단치료, 행동치료, 사회기술 훈련 및 재활치료와 같은 정신사회적 치료가 병행되어야 한다(민성길, 2015). 마음의 병이 커져 뇌의 병으로 자리 잡은 조현병, 우리들의 인식과 태도의 변화가 필요하며, 나아가 국가 차원의 제도적 뒷받침이 필요하다.

B. 정서표현(emotional expression)

1. 정서표현의 개념

모든 생명체들이 어떤 현상이나 일에 대하여 일어나는 마음이나 느끼는 기분을 감정이라고 하고 학술적으로는 정서로 번역된다. 정서표현은 내적으로 주어지는 자극에 대해 여러 가지 감정을 포함한 생각, 행동과 관련된 정신적·생리적 상태를 언어적·비언어적으로 다양한 방식으로 외부로 표출하는 것이다. 이는 함께 있는 사람에게 얼굴표정이나 몸짓을 통해 가치 있는 정보를 제공한다(한국교육심리학회, 2000).

자신의 감정, 사고, 욕구나 바람을 상대방에게 효과적으로 전달하는 중요한 대인 기술은 성격이나 행동은 물론 상대방의 감정을 바꿀 수 있는 전염력을 갖고 있다. 그런 점에서 긍정적인 정서표현(기쁨, 행복, 즐거움 등)을 하게 되면 상호 대면관계에서 미소를 짓고 상냥한 말투로써 응하게 되고, 부정적인 정서표현(화, 분노, 불안, 슬픔 등)을 하게 되면 불편함을 느끼며 의도적으로 피하게 된다(남희림, 2015).

자신의 정서를 표현하지 못하거나 인식을 못하는 경우, 이것은 신체화 증상이 나타나 신체적인 문제의 원인이 될 수 있다(이경미, 2000). 더 나아가 사회적 활동의 위축, 능률저하, 자기 역할에 대한 무관심과 스트레스, 원만한 대인관계 형성에 어려움을 느낀다.

반대로 자신의 정서를 이해하고 상황에 맞게 적절히 정서표현을 할 경우 그렇지 않은 사람들에 비해 더 많은 사랑을 받는다(Depaulo, 1992). 정서표현은 사회적 관계를 맺는 기본요소로 상황에 맞게 적절하게 행동하고, 민감하게 대처할 수 있도록 하는 역할과(최은주, 2011) 자기이해, 타인과의 공감능력, 욕구파악을 가능하게 한다.

과거에는 긍정적 대인관계를 위해서 교육 위주의 프로그램이나 훈련을 진행 하였으나 교육이나 훈련만으로는 문제를 해결하기 위한 한계에 부딪혔다. 이 한계를 보완하기 위해 정서적인 문제에 초점이 맞춰졌고 최근에는 긍정적 대인관계를 위해서 정서적인 문제를 중요하게 다루고 있다.(이형진, 2006).

2. 조현병 환자의 정서표현

조현병 환자는 대체적으로 감정의 변화가 없고, 표현이 단조로우며 생활에서 말 수나 행동이 줄어드는 정서적 어려움을 보인다. 또한 부적합한 감정표현이나 표정, 감정의 둔화, 무논리증, 무의욕증, 무쾌감증, 무감동 상태가 되기도 한다. 이러한 이유로 타인과 정서적 유대관계를 맺기 어려우며, 대인관계나 사회적응에 방해를 받게 된다. 이러한 조현병 환자들의 정서둔감은 감정을 느끼지 못한다기보다 정서를 표현하는데 있어 어려움이 있는 것으로 알려져 있다(Berenbaum & Oltmanns, 1992).

이들은 내적으로 어떤 느낌을 경험하는 것에 취약한데, 인지하고 명명하는 능력이 손상되어 자신의 감정을 파악하고 분류할 능력이 없기 때문이다(이정숙, 2002). 자신의 감정을 표현하고 자신의 관심사와 욕구를 상대방에게 전달하는 능력이 부

죽하다보니 사회나 가정에서 어려움을 겪고 조현병의 재발률이 현저히 증가한다(김철권·변원탄, 2000).

그들의 유병 기간, 만성화 정도, 병식의 정도에 따라 정서인식 및 경험의 손상 유무가 달라지지만, 공포나 분노와 같은 부정적인 감정표현은 정상인에 비해 더 심각하고 민감하게 받아들여 가족과의 관계에서 악순환을 초래하기도 한다. 자신의 감정과 생각을 표현하기 힘든 조현병 환자들은 더욱 위축되고 고립되어 우울과 불안감을 갖게 된다. 이것이 사회적인 문제로 연결되어 사회적응 실패와 자아기능 상실로 인해 사회적으로 고립감을 느끼게 될 경우, 자살과 같은 극단적인 행동을 취하기도 하며 일시적으로 조절되지 않은 충동성 때문에 자해나 타해로 위험성을 보이기도 한다.

<표 2> DSM-IV 와 DSM-5에서 조현병 진단기준의 비교

| 조현병의 DSM-IV 진단기준 | 조현병의 DSM-5 진단기준 |
|--|--|
| 진단기준 A에서 음성증상, 즉 정서적 둔마, 무논리증 또는 무욕증 | 진단기준 A에서 “정서적 둔마”가 “감퇴된 감정표현”으로 변경 |
| 진단기준 A에서 “주의(note)”항목 - 기괴한 망상 또는 슈나이더 1급 환각 중, 한 개 증상만 있어도 진단 가능 | 진단기준 A에서 “주의(note)”항목 삭제 |
| 진단기준 A에서 망상, 환각, 와해된 언어, 심하게 와해된 행동이나 긴장증적 행동, 음성증상 중 2개 이상의 증상이 있어야 진단 가능 | 진단기준 A에서 망상, 환각, 와해된 언어의 3개 증상 중, 최소 1개 이상의 증상이 있고 전체 5개 증상 중 2개 이상의 증상이 있어야 진단 가능 |
| 아형 분류 - 편집형, 해체형, 긴장형, 감별 불능형, 잔류형 | 아형 분류 삭제 |
| 경과의 세부 진단(course specifiers) - 단일 삽화(single episode) vs.삽화성(episodic) - 지속성(continuous), 부분 관해상태(partial remission), 완전 관해상태(full remission) | 경과의 세부 진단(course specifiers) - 초발 삽화(first episode) vs. 다발 삽화(multiple episodes), 부분 관해상태(partial remission), 완전 관해상태(full remission) |
| - | 긴장증 동반 명시(with catatonia specifier) 추가 |
| - | 중증도 명시(current severity specifier) - Clinician-Rated Dimensions of Psychosis Symptom Severity(Section III) |

조현병 환자를 대상으로 정서표현에 초점을 둔 감수성 훈련 프로그램을 실시한

연구 결과, 조현병 환자 스스로가 지각하는 정서표현의 정도와 감정표현력에 유의미한 경향성을 보였으며, 환자들의 사회복귀를 위해서는 집단 활동을 통해 자아개념의 확립과 대인관계향상에도 영향을 줄 수 있음이 밝혀졌다(이형진, 2006).

정서표현의 중요성이 강조된 연구로 개편되기 전 DSM-IV에서는 정서적 둔마(affective flattening), 무논리증(alogia), 무욕증(avolition)등이 음성증상의 예시로 설명되고 있었다. 그러나 새로 개편된 DSM-5에서는 무욕증(avolition)을 제외한 다른 예시는 삭제되었고, 새로운 표현으로 감정표현의 저하(diminished emotional expression)를 예시로 들고 있다. 기존의 정서의 둔마보다는 감정 표현의 저하라는 예시가 조현병 환자에서 보이는 감정의 이상을 명료하게 표현 할 수 있기 때문에 조현병의 음성증상에 대한 진단적 평가를 하는데 도움을 줄 수 있을 것이다(조철현, 이현정, 2014; Tandon, 2013).

이로써 음성증상이 있는 조현병 환자에게는 구체적으로 정서를 인식하고 표현할 수 있는 적극적인 프로그램이 제공되어야 하며, 다양한 감정의 유도가 가능할 수 있도록 건강한 환경이 마련되어야 한다.

C. 생활사건스트레스(life event stress)

1. 생활사건스트레스의 개념

스트레스는 누구나 경험하지만 스트레스의 수준이 심하면 정신건강을 위협하고 인간의 질병에 영향을 미치게 된다. 따라서 일상생활 속의 스트레스에 대한 관리가 제대로 이루어지지 못할 경우, 신체질병 및 정신장애로 이어진다(DeLongis, Folkman & Lazarus, 1988).

Lazarus, Folkman(1984)은 스트레스 사건을 중대한 생활사건과 일상적 생활사건으로 구분하였다. 중대한 생활사건(negative life event)은 일상적 사건이 아닌 예고 없이 갑작스레 발생하는 사건으로 본인이나 가족이 중한 질병, 사랑하는 사람과의 이별, 직장에서의 해고 등과 같은 자신에게 큰 변화를 일으키는 큰 사건을 의미한다. 반면에 일상적 생활사건(minor daily hassles)은 일상적으로 경험할 수 있는 생활사건으로 외로움, 가족과의 다툼 등을 의미한다. 일상적 생활사건이 중대한 생활

사건보다 자극의 정도가 약하긴 하지만, 삶 속에서 빈번하게 발생하기 때문에 스트레스 요인들 중 복합적인 결과를 발생시킨다.

생활사건스트레스로 인해 신체화 증상으로 나타나 고통을 호소하는 이들은 여성이 남성보다 높은 불안과 우울증상을 드러낸다. 또한 내과계 입원환자의 많은 경우에 심리적 스트레스원의 정서들이 정신신체질환의 질병을 야기 시키는 요인으로 작용함을 관찰할 수 있다(고경봉, 1998 ; Slusarcick, Ursano, Fullerton & Dinneen, 1999).

Dohrenwend(1973)에 따르면, 스트레스를 일으키는 생활 사건들이 일반적으로 바람직하지 않은 사건과 위기사건에서 연유한다는 점에서 생활변화로 인한 적응요구가 스트레스를 불러일으킨다고 주장하였다. Holmes, Rahe(1967)는 스트레스를 환경적 자극으로 보고 생활 경험표를 고안함으로써 생활사건의 개념을 최초로 이론화하였다. 생활사건은 개인의 생활양식의 변화와 적응이 요구되는 사건으로, 재적응에 필요한 시간과 노력의 양이 중요하게 여겨진다. 적응이 요구된다는 것은 바로 스트레스를 의미하기 때문에 생활사건 자체가 결국 스트레스를 주는 사건인 것이다. 그런 점에서 생활 경험표는 스트레스의 여러 요인을 연구하는데 기초자료로 활용될 수 있다.

즉, 생활사건은 사회적으로 바람직하지 않은 사건과 그 외의 누구나 경험할 수 있는 보편적인 사건을 포함한 스트레스이다. 생활사건은 생활을 방해하고 변화를 나타내는 사건을 말하며 정신적, 신체적 고통을 동반하게 된다.

자신에게 알맞은 수준의 스트레스는 동기화를 통해 생활의 활력과 일의 능력을 높여주지만, 감당하기 힘든 수준의 스트레스가 장기간 반복적으로 노출되면 만성화되어 정서적으로 불안과 갈등을 불러일으킨다.

현재 생활사건스트레스가 신체적, 정신적 질환의 발생의 중요한 원인 중 하나로 강조됨에 따라 기존과 다른 새로운 측정방법이 시도되고 있다. 과거에는 심리적 경험의 크기를 나타내거나 정량화 한다는 것이 불가능하다고 생각했으나 현재 Stevens, Thurston등에 의해 정신물리학적 측정방법이 이론화 되면서 정량화의 가능성이 높아졌다(류현미, 2006; 유완상, 1992).

2. 조현병 환자의 생활사건스트레스

생물학적인 취약성을 갖고 있는 조현병 환자는 스트레스를 매우 민감하게 받아

들인다. 생활의 변화나 위기에 부딪혔을 때 과도한 반응을 보이며, 사소한 생활 스트레스에도 병이 유발되거나 재발의 위험성이 있다.

취약성-스트레스 모델(vulnerability-stress model; Zubin & Spring, 1977)은 유전적 요인과 환경적 요인 간의 상호작용이다. Joseph Zubin(1977)은 조현병에 대한 취약성의 정도는 개인마다 다르고 환경적인 요인이 생활상의 스트레스에 영향을 주는 중요한 역할을 한다고 보고하였다.

일상에서 찾아오는 생활사건스트레스는 정신건강과 밀접한 관련이 있는데 정신장애인의 경우 83.8%가 생활사건스트레스로부터 커다란 스트레스를 느끼며, 직접적인 해결방법 보다 회피, 체념, 사회적 철회를 통해 해결하려고 하기 때문에 더욱 취약한 상태를 유지해 삶의 질을 저하시킨다(유소연, 2012).

조현병 환자들이 지각한 생활 스트레스의 가장 큰 요인은 건강이다. 건강 다음으로 직업, 경제, 사회, 가족 스트레스의 순으로 스트레스 요인을 지각하였으며 사회적 스트레스 범주에서는 낙인 스트레스 요인을 가장 심각하게 지각하였다(최동애, 1992).

조현병 환자가 스트레스를 경험하고 나타나는 여러 증상으로는 낮은 자존감, 자신감 결여, 불확실한 미래 기능 수준에 대한 불안, 재발의 두려움 등이 있다. 조현병 환자는 사회로 복귀를 한 이후에도 이전에 습득했던 사회적 기술을 상실하게 되어 타인과의 대인관계와 의사소통에 어려움을 겪는다. 그로인한 사회적 위축은 개인이 지나친 자극에 대처하는 방식일 수도 있다. 사회적 상황에서 받게 되는 자극은 유해한 스트레스 요인이기 때문에 스트레스를 피하거나 대처할 수 있도록 능력을 길러주는 것이 환자가 사회적 위축에 대처하는 긍정적인 방법이다.

백소진(2008)은 정신장애를 가진 사람들의 스트레스를 완화시키기 위한 방법으로 대처기술과 대처능력을 제시하였다. 대처기술과 능력은 보호인자로 주위환경에 따라 달라지며, 개인, 가족, 생활환경, 전문적인 치료와 재활프로그램을 통해 얻어질 수 있다. 일상생활에서 경험하는 문제가 개인의 정신건강이나 사회적 적응력에 영향을 많이 미치기 때문에 정신장애인의 대처방법의 범위가 넓을수록 효과적인 스트레스 관리를 할 수 있다. 바로 그런 이유로 대처능력을 향상시키는 노력이 필요하다(김선영, 2011).

D. 집단미술치료(group art therapy)

집단미술치료는 집단치료에 미술을 도입한 것이다. 집단치료에 매체가 되는 미술은 내면의 감정을 자연스럽게 드러내는 것을 돕고 비언어적 수단으로 감정의 위기를 완화시키며, 카타르시스를 느끼게 하며 감정교류의 조정 역할을 한다. 따라서 집단미술치료는 집단구성원에게 집단의 한 일원으로서 개인적 체험을 통해 자기통찰을 돕고, 나아가 자신의 이미지를 시각화한다. 그런 점에서 상담자는 집단구성원들의 정신세계를 좀 더 정확하게 파악할 수 있다(한국미술치료학회, 2000).

집단작업에서의 미술은 모든 사람이 참여할 수 있는 하나의 활동을 제공하며 말로 표현할 수 없는 부분까지 표현 가능하고 동등하게 참여하는 방법을 제공한다. 모든 사람은 동시에 각자의 수준에서 함께 할 수 있으며 비슷한 욕구를 가진 사람들은 서로 지지하고 서로의 문제를 해결하기 위해서 도울 수 있다.

다른 사람들의 작품을 보며 공유하고 상호활동적인 미술활동을 하기 때문에 언어만 사용하는 다른 집단과는 차별된다. 미술을 사용하여 완성된 작품은 집단의 변화와 역동을 촉진시키는 역할을 하고, 매체의 활용으로 개인 작업을 통한 만족감보다 집단작업에서의 만족감을 크게 느낄 수 있게 한다.

같은 주제와 재료를 가지고 작업을 해도 각자의 독창성이 나타나 서로의 작품을 인정하고 존중해주며 서로 공유하는 시간을 가질 수 있다는 점에서 집단 내 활동을 통해 자아존중감이 높아지기도 한다(김희중, 2013; 안춘희, 2012; 박선영, 2011; 이경아, 2010).

집단미술치료는 집단구성원들에게 무엇이 요구되고 요구되지 않는 지를 인지할 수 있도록 몇 가지 기본규칙이 전제되어야 한다. 일반적인 사회적 규칙은 다른 사람 존중하기, 제시간에 오기, 방해하지 않기 등 기본적인 것이며, 세부적인 요소는 시간제한, 참여도, 출석, 활동 중 대화, 흡연, 휴대폰 등에 대한 규칙이 고지되어야 한다. 특히 집단의 안정성을 위하여 비밀보장의 정확한 의미가 자세히 설명되어야 한다. 집단미술치료에 적용되는 특징적인 측면은 <표 3>과 같다.

<표 3> 집단미술치료에 적용되는 독특한 측면

| | |
|-------------|--|
| ① 하나의 활동 제공 | • 모든 사람이 참여할 수 있는 하나의 활동을 제공할 수 있다. 말을 한다는 것이 어려운 구성원이 있는 집단에서 유용하다. |
| ② 동등한 참여 | • 동등하게 참여하는 방법을 제공한다. 모든 사람이 동시에, 각자의 수준에서 함께할 수 있다. |
| ③ 집단의 다양성 | • 언어적 집단보다 더 다양한 범위의 사람들을 포함할 수 있다. |
| ④ 다른 요소 제공 | • 다른 사람들의 작품을 보게 되며 언어만 사용하는 집단과는 다른 요소를 제공한다. |
| ⑤ 상호활동 | • 상호작용적인 집단미술활동을 할 수 있다. |
| ⑥ 집단의 역동 촉진 | • 작품이 집단의 변화와 역동을 촉진시키는 경우가 많다. |

집단원은 미술치료를 통해 초기 가족에서 미해결된 과제들을 교정된 모습으로 재현할 수 있으며, 자신들의 문제를 타인을 통해 자각하는 경험을 얻을 수 있다. 또한 타인과 도움을 주고받을 수 있는 경험을 통해 자신의 가치와 존재의 의미를 직접적으로 느낄 수 있다(Yalom, 2008).

여러 가지 환경에서 적용될 수 있는 집단미술치료의 큰 장점으로서는 대상자들의 비합리적 신념과 정서를 탐색, 행동의 변화를 촉구할 수 있다는 점이다. 정서자각, 인지수정, 긍정적인 행동의 통합에 기여하는 집단미술치료는 실존적 접근을 통해 대상자의 삶의 의미에 대한 탐색을 강조하여 정신건강 증진에 도움을 준다(신명진, 2016).

특히 집단미술치료프로그램에 참여하는 구성원은 미술을 통해 정서를 표현하는 과정에서 억압된 감정을 표현할 수 있으며, 자기탐색을 함과 동시에 서로의 정서를 공감할 수 있다. 이러한 공감을 통해 서로의 마음을 인지할 수 있는 기회를 주고 집단이라는 곳에서의 소속감과 신뢰감을 가질 수 있다.

이처럼 집단미술치료프로그램은 긍정적 에너지를 통해 정서적으로 어려움을 경험하고 있는 대상자들에게 치료적 접근을 하는 많은 연구가 진행되고 있으며, 다양한 피드백을 통해 왜곡된 생각을 긍정적으로 이끌어 스스로의 감정을 이완할 수 있도록 도와준다.

1. 조현병과 집단미술치료

우리는 삶의 전반적인 모습에서 타인과의 관계성을 중요하게 생각한다. 적절한 감정표현과 행동은 긍정적인 대인관계를 형성하며 사회적 상호작용의 기술을 익히는데 도움을 준다. 그러나 조현병 환자는 언어표현과 감정전달에서 어려움을 호소하기 때문에 타인으로부터 고립되어진다. 고립이 지연될수록 자신의 생각을 전달할 수 있는 기회가 줄어들고 다른 사람의 비판적인 견해에 더욱 움츠러들게 된다.

조현병 환자는 집단미술치료를 통해 다른 집단원과 비슷한 정서를 경험하게 되고, 언어 이외의 매체인 미술표현으로 상호작용을 하게 된다. 그로인해 집단 내에서 타인의 감정을 이해하는 방법과 대인관계 기술을 배우게 되며 고립감과 위축감을 경감할 수 있다. 또한 개별 작업 및 합동작업을 통해 자기를 개방하는 경험을 할 수 있으며 적절한 자기개방 후, 자기성장, 사회 적응력 증진, 정신건강, 대인관계 증진의 효과를 볼 수 있다(고현미, 2008).

집단미술치료는 개인미술치료와 다르게 집단 내에서 개인의 관심사를 함께 나눌 수 있고 상호도움을 줄 수 있다는 점에서 인지치료보다 받아들이기 쉬우며, 불안이 적기 때문에 의존욕구와 같은 퇴행감정도 집단의 참여를 통해 감소된다. 또한 행동 변화의 구체적인 기회를 제공함으로써 추상적, 심리적인 주제를 다루기 어려운 정신장애인들에게 도움을 줄 수 있다. 둔화된 감정을 갖고 있는 정신장애인은 집단미술치료를 통해 경청, 공감, 자신의 감정표현을 하며, 의사소통에 긍정적인 효과를 보인다. 또한 공동작업을 하면서 다른 집단원을 배려하는 행동의 변화가 나타나 대인관계에 긍정적인 변화를 주며(이희은, 2012), 미술작업을 통해 조현병 환자의 신체적 에너지를 유발시킨다.

사회의 부정적 인식으로 인해 소외감과 고립감이 큰 조현병 환자들에게 집단미술치료는 그림의 전체적인 통합성과 형태, 인물의 크기가 커지며 채색의 적절성과 색의 사용수 증가를 통해 자아존중감과 공감능력을 향상시킬 수 있음이 밝혀졌다(정수지, 2015).

2. 조현병 환자의 정서표현과 집단미술치료

사람들은 타인의 감정변화를 서로의 대화나 목소리의 어조, 제스처와 표정으로 알 수 있다. 그러나 조현병 환자들의 정서표현 양상은 일반인들에게는 나타나지 않는 정신기능의 왜곡과 둔화된 감정표현의 특징을 지니기 때문에 의사소통에 어려

움을 겪는다.

조현병 환자는 자신과 외부의 사건에 무관심하며 감정표현을 전혀 하지 않는 등의 사람들과의 정서적 유대관계를 맺기 힘들기 때문에 약물개입의 부작용을 포함한 우울증상 또한 흔하게 나타난다. 우울증상은 조현병 환자의 증상에 따라 다양하게 나타나기 때문에 단순 우울증인지, 조현병인지 혼란을 주기도 하기 때문에 정확한 진단이 필요하다.

이러한 조현병 환자의 둔화된 감정표현을 촉진시키고 사회적 의사소통 기능을 끌어내기 위해서는 개인미술치료보다는 집단미술치료가 적합하다.

조현병 환자의 특징 상 주의·집중력의 장애로 인하여 관심이 자신에게로만 쏠려 있기 때문에 외부로 향한 주의가 축소되기도 한다. 그로인해 자신만의 사고로 타인의 기분을 고려하지 못하게 된다(2010, 임은미).

타인의 감정을 이해하고 배려를 배울 수 있는 집단미술치료는 여러 미술매체를 통해 조현병 환자의 감정을 이완시켜 심상으로 표현하며, 작품을 통해 자신의 감정을 들여다보게 되고, 통찰을 가능하게 한다. 또한 눈으로 볼 수 있고 만져볼 수 있는 미술작품을 통해 치료자와 내담자와의 관계, 내담자와 집단원간의 관계, 치료자와 집단원과의 관계 속에서 서로에 대한 거리감을 좁혀나갈 수 있다.

조현병 환자는 때때로 다른 사람의 지시를 따르지 않거나 자신의 고집을 굽히지 않고 집단 내에서 갈등이나 불안을 일으키기도 한다. 환자는 집단원들 사이에서 긍정적인 피드백을 통해 서로를 지지하는 법과 강화를 배우게 되며 서로의 문제를 해결하도록 도울 수 있다.

건강한 정서표현을 하기 위해서는 자신의 감정이 중요하다는 사실을 기억하고, 불편한 감정은 인정할 줄 알며 타인의 감정을 평가하지 않아야 한다. 관계 속에서 정서표현은 사회학습의 많은 부분을 접할 수 있으며, 대화의 성격이 변화되고 타인에 대한 이해와 참여의 폭을 넓혀준다.

3. 조현병 환자의 생활사건스트레스와 집단미술치료

조현병 환자들의 생활사건스트레스는 환경적인 요인에 정신병적인 경험과 그에 대한 공포심이 더해져 병의 상태가 지속되는 것을 돕는다. 또한 오랜 기간 동안 잦은 입원경험은 사회적응에 필요한 대인관계와 활동 범위 내에서 대처방식에 적절하게 응하지 못한다. 그로인한 사회적 위축은 조현병 환자에게 생활에서 유해한 스

트레스 요인으로 작용하며 우울과 불안증을 악화시키고 재발로 이어지게 하는 원인이 된다.

조현병 환자는 감당하기 힘든 스트레스 상황에 노출되었을 때, 증상이 심한 상태에서 약물을 복용하지 않을 경우 공격성이 나타나기도 한다. 특히 술에 취하거나 약물을 남용을 한 경우, 환각이나 망상이 심한 경우, 발병 전 폭력적인 행동을 했던 경험이 있는 경우에 공격성을 보일 수 있다(대한조현병학회, 조현병 마음의 줄을 고르다, 2013). 그렇기 때문에 증상이 심한 경우 꾸준한 약물복용과 치료가 중요하다.

대부분의 조현병 환자들은 가족과의 관계, 회원들과의 관계, 사회적응의 어려움, 불투명한 미래와 경제적인 어려움 등의 이유로 생활에서 스트레스를 받고 있다. 제한된 대인관계로 인한 외로움과 열등감, 사회로부터 받는 편견과 낙인 등의 이유가 조현병 환자의 정신적, 신체적인 고통을 더하게 된다. 만성 정신장애인에게 스트레스 대처훈련 프로그램을 적용하였을 때 스트레스 직면 시 직접적인 대처방법보다 잠을 자거나 음악을 듣거나 산책을 하는 등의 스트레스를 회피하는 부정적인 방법을 사용한다(김은숙, 1997).

스트레스를 회피하기보다 현실을 받아들이고 스트레스 자극을 차단하고, 해소하며 대응할 수 있는 방법을 길러주기 위해서는 집단 미술치료가 도움이 된다. 이는 사회적 위축, 고립감을 경감시키는 효과를 준다.

집단미술치료는 미술매체의 특성을 사용하여 자신의 감정을 표현하기도 하며 집단 내에서의 피드백을 통해 긍정적인 사회기술과 상호작용을 배울 수 있다. 집단은 자신의 정서를 돌아볼 수 있는 기회를 제공하고 부정적 정서를 억제하거나 개방할 수 있도록 하여 자신의 정서를 조절하고 통합할 수 있도록 한다(오정민, 2011). 또한 스트레스를 적극적이고 긍정적인 방향으로 표현할 수 있도록 돕고, 부정적인 정서를 표출하게 되면서 스트레스를 해소하게 한다. 이로써 환자의 불안은 감소하고 집단 내에서 상호작용으로 인해 대인관계가 향상되며 정서적으로 안정을 찾게 된다.

E. 선행연구

조현병은 대인관계, 직업, 자기관리 영역을 포함해 심리사회적 기능이 손상되어

지속적인 약물 개입에도 불구하고 변함없이 사회적 결함을 보인다(Kurtz et al., 2012; Penn et al., 1997). 또한 장기간에 걸쳐 약화와 호전이 반복된다는 점에서 직업적, 사회적 재활이 어렵고, 가족에게 심적 고통과 경제적 부담감을 안겨준다. 낙인과 사회적 편견으로 인한 낮은 자존감, 언제 다시 찾아올지 모르는 재발과 재입원, 원만하지 않은 대인관계, 사회기능 부족, 경제적 요인 등으로 우울감과 불안감은 커지고, 이로 인한 스트레스로 결국 증상을 악화시키거나 재발로 이어지게 된다(박승일, 2008).

조현병 환자의 경우 자기 정서를 인식하고 표출하는 능력이 결여되어서 스트레스를 표현하는데 어려움이 많다. 또한 병식이 만성이 되어 갈수록 환자에게서 나타나는 정서의 둔마와 무감동, 무쾌감 등의 정서적 결함은 사고장애와 더불어 사회적 기능과 환자의 삶의 질에 지대한 영향을 미친다(이우경 외, 2004; Ihnen, Penn, Corrigan, & Martin, 1998). 조현병 환자는 주관적인 정서경험과 관련된 생리적인 반응은 유지되지만 외부로 표현하는데 어려움이 많다. 따라서 타인이 봤을 때 무감각한 것처럼 보이며(Kring & Neal, 1996), 정서인식은 가능하지만 정상집단보다 정서통제와 정서조절은 잘 하지 못한다(이수정, 안석균, 2000).

미술이라는 매개체를 통해 만성 조현병 환자의 내적 심리상태를 진단함으로써 환자들의 감정표출과 의사소통능력을 촉진할 수 있다(장서옥, 2013; 김소연, 2010; 주리아, 2001). 특히 집단미술치료는 조현병의 둔마된 정서와 무기력, 무욕증의 변화를 주는 창조적인 작업이 가능할 뿐 아니라 작품을 통해 자신을 통찰할 수 있는 기회가 주어짐에 따라 집단원 내에서의 상호작용과 사회적 지지를 형성할 수 있다(강복인, 2015; 정수지, 2015; 박은정, 2009). 투사검사를 통해 조현병 환자의 인지 및 지각능력을 연구한 결과, 대상물이 조화를 이루고 자신을 주제로 의지를 표명하는 것을 통해 환자들은 자신감과 신뢰감이 형성되었다. 또한 언어표현력, 현실 검증력, 대인관계 및 사회기술능력에 영향을 미쳤으며, 색의 사용이나 화면의 이용도, 내용 구성 등에서 긍정적 변화가 나타났다. 집단의 참여태도와 활동내용에서도 사회성이 향상된 것이 관찰되었다(양희원, 2012; 김종경, 2008).

정서적으로 둔감한 조현병 환자에게 정서관리훈련프로그램을 제공하였을 때 정서표현과 대인관계의 개선에 효과적이고 타인에 대한 감정인식과 감정조절이 향상되었다(김명숙, 2011; 배명숙, 2008; 박종란, 2007). 심리적인 접근으로 정서표현에 관한 연구를 살펴보면 미술치료(진미선, 2015; 홍성애, 2014)이외에도 음악치료(유병준, 2015; 권주희, 2013; 한진우, 2013; 김수정, 2010), 무용치료(김윤희, 2016; 최원

예, 2011; 황현환, 2005), 영화치료(박준휘, 2013; 이성은, 2010), 원예치료(이영미, 2014; 고순실, 2010; 김연홍, 2007; 이해란, 2007)등 예술 활동을 적용한 연구들이 많이 제시되고 있다.

조현병 환자는 스트레스를 많이 경험할수록 정신적 혼란으로 인해 슬픔, 분노, 두려움 등의 감정을 느끼며 이로 인해 삶을 비관적으로 생각하고 불만족스러워 한다(Myers, Lindenthal, Pepper, 1975). 이와 같이 조현병 환자가 경험하는 스트레스 사건은 심각한 정신장애를 유발하고 부정적 정서를 일으켜 삶의 만족도를 저하시킨다. 설사 스트레스사건을 경험하더라도 그 상황을 긍정적으로 받아들이기만 한다면 삶의 만족도가 상승한다(서명아, 2015). 그런 점에서 조현병 환자가 일상생활에서 스트레스와 직면하였을 때 스트레스사건으로부터 오는 부정적인 정서와 영향을 덜 받을 수 있는 방법이 요구된다.

현재 정신장애인을 대상으로 스트레스 관리 프로그램을 도입한 연구가 많이 이루어지고 있는데(양승희, 전경선, 2015; 박승일, 2009; 박현경, 2003), 스트레스 관리 프로그램이 정신사회적 기능 및 증상완화와 스트레스 대처방식에 효과가 있었지만 문제해결에 있어서는 효과를 보이지 않는다는 연구결과가 있다(김신영, 2011). 따라서 조현병을 위한 스트레스 관리프로그램을 지역사회에서 폭넓게 사용할 수 있도록 사후관리프로그램과 개별화된 프로그램의 연구가 필요하다.

과거에는 조현병 환자를 위해 구조화된 내용으로 된 교육 위주의 프로그램이 주를 이루었는데, 이러한 교육이나 훈련에 한계가 있다고 지적되었다. 이러한 한계를 극복하기 위해 조현병환자의 경우 정서적인 문제를 중요하게 다루어야 한다는 의견이 대두되었다(이형진, 2006; 김옥희, 1992). 조현병 환자들의 스트레스 대처방법으로서 집단미술치료를 도입하여 긴장을 완화시키는 효과를 보고 있다. 미술치료를 통한 감정의 표출은 스트레스를 해소하고 공격성과 신체화 증상을 경감시킬 수 있다(최혜민, 2013).

앞서 언급한 선행연구들은 공통적으로 집단미술치료프로그램을 통해 정서표현과 생활사건스트레스에 효과가 있음을 보고하고 있는데, 그 방법적인 면에서 차이를 보이고 있다. 대부분의 연구가 조현병 환자들의 변화정도를 양적측정에 머물러 그들의 정서와 스트레스 정도를 깊이 있게 다루지 못하고, 질적인 부분에서도 연구의 효과를 증명하지 못하고 있다. 따라서 본 연구는 조현병 환자의 정서표현과 생활사건스트레스 변화에 대한 정도를 제한된 양적인 측정을 넘어 질적인 연구를 통해 보완하였다.

Ⅲ. 연구방법

A. 연구설계

본 연구는 집단미술치료 프로그램이 조현병의 정서표현과 생활사건스트레스에 미치는 효과를 확인하기 위해 비 동등성 대조군 사전, 사후 설계 (Nonequivalent control group pre-post test design)를 이용한다.

독립변수는 집단미술치료프로그램이며, 종속변수는 정서표현, 생활사건스트레스다.

<표 4> 연구설계

| 구분 | 사전검사 | 실험처치 | 사후검사 |
|------|----------------|------|----------------|
| 실험집단 | E ₁ | X | E ₂ |
| 비교집단 | C ₁ | | C ₂ |

E₁, E₂ : 실험집단 사전·사후검사(정서표현, 생활사건스트레스, 별-파도 그림검사(SWT), 빗속의 사람 그림검사(PITR))

C₁, C₂ : 비교집단 사전·사후검사(정서표현, 생활사건스트레스, 별-파도 그림검사(SWT), 빗속의 사람 그림검사(PITR))

X : 실험처치(집단미술치료프로그램)

B. 연구대상

본 연구의 대상자는 G시에 위치한 정신보건센터와 N시에 위치한 정신요양원에서 DSM-5에 의거하여 정신과 전문의에 의해 조현병으로 진단을 받고 생활하고 있는

대상자 중에서 연구자의 목적을 이해하고 자발적으로 연구 참여에 동의한 자이다. 그 중 총 20명을 선별한 후, 실험집단 10명과 비교집단 10명으로 나누었다. 본 연구의 대상자 선정기준은 다음과 같다.

- 첫째, DSM-5 기준에 따라 조현병 진단을 받고 2년 이상 경과 된 자
- 둘째, 급성증상 및 자해나 타해의 위험이 없는 자
- 셋째, 글을 읽고 쓰는데 어려움이 없으며 의사소통이 가능 한 자
- 넷째, 본 연구의 목적을 이해하고 집단미술치료 참여에 동의한 자

C. 연구도구

1. 정서표현 척도

본 연구는 정서표현 정도를 알아보기 위하여 Gross & John(1995)이 개발한 버클리 정서표현 질문지(Berkeley Expressivity Questionnaire)를 선택하였는데, 이는 정서표현의 이론적 주요문항 22개 중 요인분석을 통해 개발한 도구이다. 정서표현 척도는 총 16개 문항으로 구성되었으며, 정적 표현성, 부정적 표현성, 충동강도 등 총 3개의 하위요인으로 구분된다.

본 연구에서는 16개 문항 중 대상자 특성을 고려하여 변별력이 어려운 1개 문항을 삭제한 15개 문항으로 구성하였다. 총점범위 15점~75점으로 점수가 높을수록 정서표현이 높음을 의미한다. 척도의 신뢰도는 Cronbach's α 값 .81~.86이며, 본 연구에서 Cronbach's α 값은 .78이다. 이러한 신뢰도 수치는 조현병 환자의 특성 상 주관적 감정의 표현이 어렵고, 그 정도를 인식하기 어렵다는 사실로부터 기인한다. 그런 점에서 매우 유의미한 결과를 보여주는 수치이다. 본 연구에서 나타난 정서표현 척도의 내용 구성 및 신뢰도는 <표 5>와 같다.

<표 5> 정서표현 척도의 내용 구성 및 신뢰도

| 하위 요인별 내용 | 문항 번호 | Cronbach's α |
|-----------|-----------------|---------------------|
| 정적 표현성 | 1,5,6,7,12,15 | .758 |
| 부적 표현성 | 3,8,9 | .634 |
| 충동 강도 | 2,4,10,11,13,14 | .986 |

2. 생활사건스트레스 척도

본 연구는 이영호(1993)가 개발하고 서명아(2015)가 요인 분석하여 수정·보완 한 척도를 사용하였다. 서명아(2015)의 척도는 이영호(1993)가 개발한 47개의 문항 중 적절하지 않은 23개의 문항을 제외하고, 내용이 비슷한 문항은 한 문장으로 합쳐서 문항수를 줄였으며, 조현병과 관련된 문항을 10개 추가하여 총 30문항으로 재구성 하였다. 30개의 부정적인 생활사건에 대해 최근 3개월 동안 일어난 생활사건스트레스 빈도를 ‘경험하지 않았다’, ‘한번 경험했다’, ‘2~3번 경험했다’, ‘자주 경험했다’ 등의 4점 척도로 구성했으며, 총점 범위 0점~90점으로 점수가 높을수록 생활사건스트레스가 높음을 의미한다.

서명아(2015)의 연구에서 조사된 신뢰도는 Cronbach's α 값은 .93 이었으며, 본 연구의 신뢰도는 Cronbach's α 값은 .91이다. 생활사건스트레스 척도의 내용 구성 및 신뢰도는 <표 6>과 같다.

<표 6> 생활사건스트레스 척도의 내용 구성 및 신뢰도

| 하위 요인별 내용 | 문항 번호 | Cronbach's α |
|-----------|-----------------|---------------------|
| 정적 표현성 | 1,5,6,7,12,15 | .758 |
| 부적 표현성 | 3,8,9 | .634 |
| 충동 강도 | 2,4,10,11,13,14 | .986 |

3. 별-파도 그림검사(SWT: Star Wave Test)

별-파도 그림검사(SWT)는 독일의 심리학자 Ave-Lallement & Ursuza(1970)에 의해 창안 개발되었다. 이는 그림표현의 기본요소인 형태와 움직임, 공간사용법을 통해 대상자의 정신적 특성을 파악할 수 있는 투사검사의 일종이다. 별과 파도를 그린 후에 다시 첨가물을 그려보도록 함으로써 이차적인 정보를 파악할 수도 있으며, 실시 후 바로 결과에 대한 상담을 통해서 면접효과를 촉진·심화시킬 수 있다(미술치료학회, 2011).

a. 검사도구

검사용지에 1mm의 폭으로 안쪽치수가 15.3cm×10.3cm인 검은색의 직사각형을 그리고, 그 직사각형의 테두리 안에 2B-4B정도의 부드러운 연필을 사용하여 별-파도를 그

린다. 해석 시 연필로 그려진 필적을 중시하기 때문에 채색을 위한 매체는 일절 사용하지 않는다(가스키나나코, 2012).

b. 검사지시

“사각 테두리 안에 연필로 바다의 파도와 하늘의 별을 그리세요. 시간제한은 없으며 지우개를 사용하셔도 됩니다. 별-파도 이외의 사물(예: 달, 구름, 벼락, 천둥, 바위, 섬, 절벽, 해안, 배, 갈매기 등)을 그려 넣어도 괜찮습니다. 옆 사람의 그림을 모방하거나 서로 의논하지 말고 자신의 생각대로 그리시면 됩니다.” 라고 지시하였다.

c. 별-파도 그림검사(SWT) 구성과 채점자 간의 일치도

별-파도 그림검사를 실시한 후, 초등학생의 우울수준과 별-파도 그림검사의 반응특성에 관한 연구(이승희, 2010)와 미술치료 평가방법의 이론과 실제(옥금자, 2005), 고등학생의 우울과 별-파도 그림 반응특성에 관한 연구(최재욱, 2004)등에서 제시된 분석기준 10개의 항목을 사용하여 그림 분석을 실시하였다. 분석기준은 <표 5>에 제시하였다. 별-파도 그림검사의 항목별 채점의 신뢰도를 높이기 위해 연구자를 포함한 미술치료사와 함께 채점한 결과 채점자간 일치도는 .92 로 나타났다.

<표 7> 별-파도 그림검사(SWT) 진단의 세부 항목

| | | 항 목 |
|------------|------------|--|
| 양식과 구조 | 그림의 양식 | 요점뿐인 양식, 회화적인 양식, 감정이 담긴 양식, 형식적인 양식, 상징적인 양식 |
| | 수직적 구조 | 하늘과 바다의 조화, 하늘 강조(우위), 바다강조(우위), 수평선으로 하늘과 바다의 접촉, 하늘과 바다의 격리, 하늘, 바다사이(공간)강조, 하늘, 바다 섞임(혼합) |
| | 수평적 구조 | 왼쪽 강조, 오른쪽 강조, 중앙 강조, 복합적 강조 |
| 전체적인 공간 구조 | | 조화, 부조화 |
| 별 | 별의 수 | 적다, 많다 |
| | 별 필적의 운동성 | 고정(무), 움직임(유) |
| | 별 필적의 안정성 | 안정, 불안정 |
| | 별 필적의 연결성 | 이어진 필적, 분단 또는 끊어진 필적 |
| 파도 | 파도 필적의 운동성 | 고정(무), 움직임(유) |
| | 파도 필적의 안정성 | 안정, 불안정 |
| | 파도 필적의 연결성 | 이어진 필적, 분단 또는 끊어진 필적 |
| 기타 | 등대 | 있다, 없다 |
| | 천둥, 벼락 | 있다, 없다 |
| | 바위, 섬, 절벽 | 있다, 없다 |
| | 해변, 해안 | 있다, 없다 |

4. 빗속의 사람 그림검사(PITR: Person In The Rain)

빗속의 사람 그림검사(PITR)는 Fay(1923, 1934)에 의해 개발되었는데, Winch(1935)에 의해 수정되고 새롭게 표준화된 PITR은 Rey(1947)에 의해 추가적으로 연구·발전되었다. 이 검사는 현재 겪고 있는 스트레스의 정도와 대처능력을 파악할 수 있으며, 정신과 환자들의 경우 비교적 높은 타당도를 나타내는 것으로 알려져 있다(신민섭 외, 2002).

a. 검사도구

A4용지, 연필(4B), 지우개를 제시한다. 색채화 대신 연필화로 그려나감으로써 색채에 부여되는 심상과 감정을 제외시킨다.

b. 검사지시

“비가 내리고 있습니다. 빗속에 있는 사람을 그려주세요. 만화나 막대기 같은 사람이 아닌 완전한 사람을 그리세요. 시간제한은 없으며 지우개를 사용하셔도 됩니다. 어떤 내용을 그리든 어떤 방향으로 그리든 자유입니다. 옆 사람의 그림을 모방하거나 서로 의논하지 말고 자신의 생각대로 그리시면 됩니다.” 라고 지시하였다.

그림을 다 그린 후에는 “그림을 그린 순서, 그림 속의 인물이 누구이며(나이), 무엇을 하고 있는지, 그림 속 주인공의 기분은 어떠한지, 이 후에 어떠한 일이 생길 것 같은지, 그림 속 주인공에게 필요한 것이 무엇이 있는지”에 대해 답변하도록 한다(최외선, 미술치료기법, 2006).

c. 검사 시 유의사항

투사 검사의 특성 상 표준화된 방법으로 실시해야 하기 때문에 동일한 재료, 일정한 지시와 절차에 의하여 진행하며, 대상자가 그림을 그리고 난 후 제시되는 사후 질문에는 반드시 특정한 내용물이 포함되어야 한다. 단, 검사자는 대상자 자신이 그리고 싶은 대로 자유롭게 그리도록 해야 하며, 그림의 모양이나 크기, 위치, 방법 등에 대해서 어떠한 단서도 제공하지 않도록 주의하여야 한다. 또한 대상이 그림에 대해 여러 가지 질문을 하더라도 단정적인 대답을 하지 않도록 한다. 예를 들어 “지우개를 사용해도 되나요?”, “사람은 한 명만 그려야 되나요, 여러 명 그려도 되나요?” 하고 질문을 한다면 검사자는 “자유입니다. 원하는 대로 하세요”

요.” 라고 말해줌으로써 상황의 모호성을 유지해야한다. 검사자가 비지시적으로 실시해야 대상자의 갈등, 소망, 정서, 태도 등이 더욱 자유롭게 투사될 수 있다(김상효, 2010).

d. 빗속의 사람 그림검사(PITR) 구성과 채점자 간의 일치도

본 연구는 조현병의 생활사건스트레스 정도를 측정하기 위해 Heide S Lack(1996) PITR-SRC를 이미옥(2008)이 번안한 것을 바탕으로 빗속의 사람 그림검사(PITR) 진단 척도를 사용하였다.

스트레스 스케일 16문항(S1~S16), 실험항목 5문항(SA~SE), 대처자원 스케일 19문항(R1~R19)으로 구성되어있다. 실험항목 5문항(SA~SE)은 기록은 하지만 채점은 하지 않는다.

빗속의 사람 그림검사의 항목별 채점의 신뢰도를 높이기 위해 연구자를 포함한 미술치료사와 함께 채점한 결과, 채점자간 일치도는 .96이라는 높은 값을 나타내었다. 빗속의 사람 그림검사(PITR)의 채점 기준은 <부록 9>에 제시하였다.

<표 8> 빗속의 사람 그림검사(PITR) 진단의 세부 항목

| 구분 | 빗속의 사람 그림(PITR) 진단의 항목 |
|-----------------------|--|
| 스트레스 스케일 항목 (16문항) | 비가 없다, 비가 있다, 많은 비, 비의 스타일, 비의 방향, 비의 접촉, 젖다, 바람, 웅덩이, 웅덩이에 서 있음, 다양한 비 스타일, 다양한 강수/강설, 번개, 번개강타, 구름, 먹구름 |
| 실험항목 (5문항) | 무지개, 태양, 새, 초목, 나무, 꽃, 덩불, 기타수량, 특징 |
| 대처자원 스케일 항목 (19문항) | 보호물이 있다, 우산이 있다, 들고 있는 우산, 다른 보호 장치, 적절한 크기의 보호물, 완전무결한 보호물, 우비, 비모자, 장화, 옷, 얼굴전체, 미소, 중심에 있는 건물, 인물의 크기, 전체 인물, 선의 질, 나체, 신체생략, 이 |

5. 집단미술치료프로그램

조현병의 생활사건스트레스와 정서표현의 효과를 검증하기 위해 구성된 15회기 집단미술치료프로그램은 미술심리치료 지도교수 1인과 미술치료 전문가 1인, 미술치료

사 2인에게 타당도를 검정 받아 완성하였다. 전체 프로그램은 정서표현을 함으로써 생활사건스트레스가 완화 된다는 전제하에 감정, 생각, 행동을 표현할 수 있는 주제를 선정하여 구성하였다<표 9>.

1회기~2회기는 초기 단계로 집단을 탐색하고 친밀감과 신뢰감을 형성하는 시간을 가졌다. 집단원들이 프로그램을 이해하고 치료자와의 관계를 발전시키기 위하여 간단한 ‘감정카드(학지사, 2013)’ 게임을 통해 프로그램의 적극적인 참여와 동기를 유발하였다. ‘마음 열기’와 ‘내 소개’를 주제로 집단원이 ‘감정카드’에서 ‘아, 이게 진짜 나 같다.’라는 감정카드를 골라 자신의 이름표 앞에 써서 꾸며보게 하였다. 이러한 자기소개 과정을 통해 타인의 감정을 인식할 수 있었다.

3회기~11회기는 실행단계로 인간이 겪는 여러 감정 중 대표적인 감정들을 주제로 삼아 집단원 감정을 이완해주며 정서표현을 많이 할 수 있도록 하였다. 이러한 과정을 통해 생활사건스트레스를 마음껏 표출하고 표현할 수 있도록 프로그램을 이끌었다. 12~14회기에는 종결단계로 스트레스를 수용하고 대처방안을 찾도록 하였다. 이를 통해 미래를 긍정적으로 바라보며 감정표현력을 증진하고 강화할 수 있도록 하였다.

미술치료 프로그램을 진행하여 나온 결과물인 작품들을 전시함으로써 자신이 갖고 있는 여러 감정들을 한눈에 바라보고 동시에 집단원과 여러 감정에 대해 서로 공유하는 시간을 가졌다. 자신의 감정은 소중한다는 사실과 함께 표현을 함으로써 이러한 성과를 이룰 수 있었다는 사실로부터 스스로에 대한 자아존중감도 높아졌다.

조현병 환자가 정서표현 결여로 인해 타인과의 관계형성에 어려움이 있기 때문에 본 연구자는 매 회기마다 집단원의 여러 정서표현을 위해 위밍업으로 간단한 감정카드게임을 진행하였으며, 집단원이 언제 어떠한 감정을 가졌는지 나눌 수 있는 시간을 많이 갖도록 하였다. 또한 타인의 말과 행동을 경청하고 공감할 수 있도록 비언어적 행동과 긍정적인 말을 많이 사용할 수 있도록 유도하기도 하며, 질문을 자주하여 대답을 얻을 수 있도록 하였다.

집단원의 구체적인 정서표현과 생활사건스트레스가 무엇인지 확인하기 위하여 ‘정서표현 수첩’을 제작하였으며, 매 회기 당 기록하면서 자신의 감정은 어떠한지, 생활사건스트레스가 무엇인지, 얼마만큼의 스트레스를 받았는지 게이지를 통하여 표현하는 시간을 가졌다. 생활사건스트레스와 직면하면 어떠한 대처를 하였는지 대처방법을 써 봄으로써 자신의 행동을 돌아볼 수 있고, 프로그램을 통해 자연스럽게 미술매체와 접하면서 거부감을 줄일 수 있다.

집단미술치료프로그램 안에서 자신의 감정표현으로 인해 타인이 어떻게 생각하고 행동하는지에 대해 인식하고, 자발적인 감정표현을 가능하게 하고, 자신의 스트레스를 바라보고 대처자원을 찾을 수 있도록 프로그램을 구성하였다.

<표 9> 집단미술치료프로그램

| 단 계 | 회 기 | 임상 영역 | 주제 | 프로그램 목표 | 주요활동내용 | 기대효과 |
|----------|-------------------|----------------|--------------------------------|----------------------------------|---|------------------------------------|
| 초기단계 | 1 | 우울·불안 | 마음 열기 | -신뢰감 형성 -프로그램이해 | *정서변화수첩 작성 -사전검사, swt, pitr -프로그램 구조화 | -눈 마주침 -대화가능 -참여 동기유발 |
| | 2 | | 내 소개 | -신뢰감 형성 -스트레스파악 -자기탐색 및 표현 | *정서변화수첩 작성 -이 표정은 어떤 감 정일까?(위밍업) -이름표 만들기 -약속 정하기 | -자기인식 -감정인식 -타인지각 및 경청 |
| | 3 | 주의 집중 | 나의 마음 | -스트레스 파악 -정서인지 -정서이완 | *정서변화수첩 작성 -내가 갖고 있는 카 드는 무슨 감정일까? (위밍업) -털실난화 | -집중력 개선 -손 협응력 강화 |
| | 4 | | 좋아하 는 마음 | -스트레스 원인탐색 -유구탐색 -정서확인 | *정서변화수첩 작성 -내가 원하는 것 들 (콜라주) | -자기노출 -흥미유발 -눈, 손 협응력 강 화 |
| 실행단계 | 5 | 무 의욕증 | 속상했 던 그 때 | -스트레스 해소 -정서표현 | *정서변화수첩 작성 -나를 속상하게 했던 일 -색종이 만다라 (합동작) | -정서인식 -타인감정인식 |
| | 6 | | 즐거워 는 기억 | -스트레스 인지 -정서표현 | *정서변화수첩 작성 -가장 즐거웠던 기억 (캔버스) | -자기표현력 증진 -긍정적 감정표현 |
| | 7 | 무 쾌감증 | 내 슬 픈 감정 | -스트레스 표현 -정서표현 | *정서변화수첩 작성 -나를 슬프게 하는 것 -신체상 스트레스 표 현하기 | -슬픔표출·소거 -감정전달 |
| | 8 | | 화가 날 때엔 | -스트레스 해소 -정서표현 | *정서변화수첩 작성 -뭉치 찢기 -스트레스 승화하기 | -분노표출·소거 -대인관계향상 |
| | 9 | | 그리운 마음 | -스트레스 표현 -정서이완 | *정서변화수첩 작성 -보고 싶은 얼굴 만들 기 | -타인감정수용 -감정표출 |
| | 10 | | 나에게 소중한 것 | -스트레스 자원 찾기 -정서표현력 증진 | *정서변화수첩 작성 -9분할 -죽자 만들기 | -집중력 강화 -긍정적 정서 |
| 11 | 정서순환 및 대인관계 | 나를 응원해! | -스트레스대처방안 -정서표현력 강화 | *정서변화수첩 작성 -석고방향제 만들기 | -자존감 향상 -성취감·만족감 | |
| 12 | | 함께하 는 마음 | -스트레스 수용 -정서표현력 증진 | *정서변화수첩 작성 -내 얼굴 연필꽃이 만들기 | -집단인식·협동 | |
| 13 | | 밝은 우리 미래 | -스트레스 수용, 대처방안 -정서표현력 강화 | *정서변화수첩 작성 -한지등 만들기 | -미래계획 -감동 표현 -긍정적 희망 갖기 | |
| 종결 단계 | 14 | 사회성 | 마음 펼치기 | -마무리 -사후검사 | *정서변화수첩 작성 -사후검사, swt, pitr, 전시회 | -타인 격려·지지 -변화인식 |

D. 연구절차

조현병 환자의 둔화된 정서표현을 촉진시키고 생활사건스트레스 감소를 위한 집단미술치료프로그램의 효과를 검증하기 위하여 2015년 12월 1일부터 2016년 1월 9일까지 직접 기관을 방문하여 설문지 작성과 프로그램에 관한 내용들을 상세히 설명한 후, 연구대상에 적합한 실험집단과 비교집단을 선정하였다.

피검자의 인지 능력을 측정하기 위하여 별도의 지능검사를 실시하지 않았기 때문에 사전에 담당자와의 면담을 통하여 연구대상에 적합하지 않거나 검사의 신뢰성을 떨어뜨릴 수 있는 인지능력을 지닌 대상자는 자료처리에서 제외하였다.

연구의 목적에 맞게 사전에 보조연구자 교육, 사전조사, 집단미술치료프로그램을 적용하였다.

첫째, 본 연구를 진행하기 위해 미술치료사 자격을 갖춘 보조 연구자와 임상심리사 2명이 행동관찰과 진행을 도왔으며, 보조연구자에게는 2016년 1월 10일부터 1월 20일까지 본 연구의 목적과 과정, 프로그램을 숙지할 수 있도록 지도하였다.

둘째, 본 연구의 참여 대상으로 선정된 조현병 20명(실험집단 10명, 대기집단 10명)에게 프로그램 전 자기 보고식 설문지를 작성하도록 하였으며 본 설문지는 모두에게 연구목적 이외의 용도로 사용하지 않고, 집단 내에서의 비밀보장에 대해 설명하였다.

셋째, 집단미술치료 프로그램은 실험집단 10명과 대기집단 10명을 보조연구자와 임상심리사의 도움을 받아 2016년 1월 26일부터 2016년 3월 17일까지 1회 90분씩 총 14회기씩 진행하였다.

넷째, 실험집단에 집단미술치료프로그램 15회기를 적용한 4주 후, 동일한 방법으로 비교집단에게 집단미술치료프로그램을 실시하였다.

E. 자료처리 및 분석방법

집단미술치료프로그램의 효과검증을 위해 수집된 자료는 효과검증을 위해 SPSS 22.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

첫째, 연구변수의 정규성 검정을 위해 Shapiro-Wilk를 시행하였다.

- 둘째, 대상자의 일반적인 특성은 실수와 백분율을 이용하여 분석하였다.
- 셋째, 대상자의 일반적 특성 및 종속변수의 동질성 검정을 위해 χ^2 -test와 t-test를 이용하여 분석하였다.
- 넷째, 집단미술치료프로그램 효과에 대한 가설 검정을 하기 위하여 Mann-Whitney U test를 시행하였다.
- 다섯째, 집단(실험/비교)의 검사 시기(사전/사후)별로 정서표현의 전체점수를 반복 측정 변량분석을 실시하였다.
- 여섯째, 집단(실험/비교)의 검사 시기(사전/사후)별로 생활사건스트레스의 전체점수를 반복측정 변량분석을 실시하였다.
- 일곱째, 집단(실험/비교)의 검사 시기(사전/사후)별로 별-파도 그림검사의 평균값을 비교하였다.
- 여덟째, 집단(실험/비교)의 검사 시기(사전/사후)별로 빗속의 사람 그림검사 하위 요인인 스트레스 요인, 자원요인, 대체능력 요인의 평균값을 비교하였다.
- 아홉째, 집단미술치료프로그램을 받은 실험집단의 회기별 분석을 기술하였다.

F. 연구의 윤리적 고려

연구의 윤리적인 면을 고려하여 실험집단과 비교집단 모두에게 자료와 사진 등은 연구 이외의 목적으로 사용하지 않을 것을 알리고 연구내용과 연구방법에 대하여 설명하였다. 대상자의 의지로 인해 연구 참여를 원하지 않으면 언제든지 중단할 수 있으며, 자료의 익명성과 비밀보장 또한 서면으로 남겼다. 또한 실험집단 프로그램 종료 후 비교집단에도 실험집단과 같은 프로그램을 14회기 진행하여 대상자의 윤리적인 측면을 고려하였다.

IV. 연구 결과

A. 연구 대상자의 동질성 검정

1. 일반적 특성

조현병 환자의 정서표현과 생활사건스트레스에 미치는 효과를 알아보기 위한 집단미술치료 실시 전 실험집단과 비교집단의 일반적 특성을 조사하였다. 본 연구의 설문에 응답한 대상자의 일반적 특성은 <표 10>과 같이 총 20명으로 남자 11명, 여자 9명이었다. 연령은 40대가 35%로 가장 많았고 학력은 고졸 45%로 나타났으며, 결혼상태는 미혼 78.9%로 높았다. 종교는 기독교 45%, 불교와 무교 20% 순으로 나타났으며, 조현병의 첫 발병 시기는 20대 발병률 45%, 10대에 발병률 35%순으로 나타났다.

<표 10> 인구사회학적 특성

(N=20)

| 특성 | | 실험(n=10) | 대조(n=10) | 전체(n=20) | χ^2 | p |
|------|------|----------|----------|----------|----------|-------|
| | | n(%) | n(%) | n(%) | | |
| 성별 | 남 | 4(40) | 7(70) | 11(55) | 1.818 | 0.370 |
| | 여 | 6(60) | 3(30) | 9(45) | | |
| 연령 | 20대 | 1(10) | 1(10) | 2(10) | 8.952 | 0.062 |
| | 30대 | 3(30) | 0(0) | 3(15) | | |
| | 40대 | 5(50) | 2(20) | 7(35) | | |
| | 50대 | 0(0) | 2(20) | 2(10) | | |
| | 60대 | 1(10) | 5(50) | 6(30) | | |
| 학력 | 초졸 | 0(0) | 2(20) | 2(10) | 9.000 | 0.061 |
| | 중졸 | 0(0) | 4(40) | 4(20) | | |
| | 고졸 | 6(60) | 3(30) | 9(45) | | |
| | 전문대졸 | 1(10) | 0(0) | 1(5) | | |
| | 대졸 | 3(30) | 1(10) | 4(20) | | |
| 결혼상태 | 미혼 | 8(80) | 7(70) | 15(75) | 2.400 | 0.494 |
| | 기혼 | 1(10) | 0(0) | 1(5) | | |
| | 별거 | 0(0) | 1(10) | 1(5) | | |
| | 이혼 | 1(10) | 2(20) | 3(15) | | |
| 종교 | 없음 | 2(20) | 2(20) | 4(20) | 1.444 | 0.695 |

| | | | | | | |
|---------|-----|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 기독교 | 4(40) | 5(50) | 9(45) | | |
| | 불교 | 3(30) | 1(10) | 4(20) | | |
| | 천주교 | 1(10) | 2(20) | 3(15) | | |
| 첫 발병 시기 | 10대 | 5(50) | 2(20) | 7(35) | 5.397 | 0.249 |
| | 20대 | 5(50) | 4(40) | 9(45) | | |
| | 30대 | 0(0) | 1(10) | 1(5) | | |
| | 40대 | 0(0) | 2(20) | 2(10) | | |
| | 50대 | 0(0) | 0(0) | 0(0) | | |
| | 60대 | 0(0) | 1(10) | 1(5) | | |

2. 정규성 검정

통계학적으로 표본의 개수가 30개 이상이면 중심극한정리에 의해 정규성이 만족한다. 그러나 본 연구에서는 표본의 개수가 10개이므로 정규성 검정을 통해 분석결과에 신뢰성을 주고자 실시하였다. 아래 <표 11>, <표 12>에 제시된 바와 같이 실험집단과 비교집단의 사전·사후 정서표현과 생활사건스트레스에 대하여 정규성 검정을 실시하였다. 그 결과, 실험집단과 비교집단 모두 정규성 검정을 만족하였다.

<표 11> 집단별 대상자의 사전 정규성 검정

| 종속변수 | 집단 | Shapiro-Wilk | | |
|-----------|----|--------------|----|----------|
| | | Statistic | df | <i>p</i> |
| 정서표현 | 실험 | .904 | 10 | .243 |
| | 비교 | .877 | 9 | .146 |
| 생활사건 스트레스 | 실험 | .905 | 10 | .250 |
| | 비교 | .945 | 9 | .637 |

<표 12> 집단별 대상자의 사후 정규성 검정

| 종속변수 | 집단 | Shapiro-Wilk | | |
|-----------|----|--------------|----|----------|
| | | Statistic | df | <i>p</i> |
| 정서표현 | 실험 | .981 | 10 | .971 |
| | 비교 | .841 | 10 | .093 |
| 생활사건 스트레스 | 실험 | .904 | 10 | .242 |
| | 비교 | .887 | 10 | .158 |

3. 동질성 검정

본 연구 대상자들이 동질한 집단으로 구성되었는지 여부를 알아보기 위하여 실험집단과 비교집단의 정서표현과 생활사건스트레스 척도의 사전검사에 대해 동질성 검정을 실시하였다.

<표 13> 실험·비교집단에 따른 사전 동질성 검정 결과

| 구분 | 척도 | 실험집단 | 비교집단 | χ^2 | p |
|--------------|--------|------------|------------|----------|------|
| | | M(±SD) | M(±SD) | | |
| 정서표현 | 정적 표현성 | 3.35(0.50) | 3.32(0.67) | 12.80 | 0.26 |
| | 부적 표현성 | 2.77(0.72) | 2.83(0.71) | 6.28 | 0.72 |
| | 충동강도 | 3.07(0.48) | 3.70(0.69) | 8.66 | 0.83 |
| 생활사건 스트레스 | 생활 | 0.53(0.63) | 0.98(0.87) | 8.48 | 0.78 |
| | 가정 | 0.70(0.60) | 0.70(0.64) | 6.20 | 0.95 |
| | 건강 | 0.33(0.22) | 0.79(0.57) | 8.00 | 0.76 |
| | 대인관계 | 0.47(0.62) | 0.82(0.64) | 15.20 | 0.23 |

<표 13>에 제시된 바와 같이 실험집단과 비교집단의 사전 정서표현에 대한 정적 표현성, 부적 표현성, 충동강도, 생활사건스트레스에 대한 생활, 가정, 건강, 대인관계에 대한 동질성 검정을 실시한 결과, 두 집단은 유의수준 .05에서 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않아 실험집단과 비교집단이 동질한 집단이라고 할 수 있다.

B. 결과분석

1. 집단미술치료가 정서표현에 미치는 효과

집단미술치료의 정서표현에 대한 실험집단과 비교집단의 평균점수와 표준편차를 <표 14>에 제시하였다.

<표 14> 정서표현에 대한 집단별 사전·사후 평균 및 표준편차 (N=20)

| 구분 | 사전 | 사후 |
|------------|-----------|-----------|
| 실험집단(n=10) | 47.0(4.5) | 48.0(6.7) |
| 비교집단(n=10) | 50.0(6.0) | 49.3(5.4) |

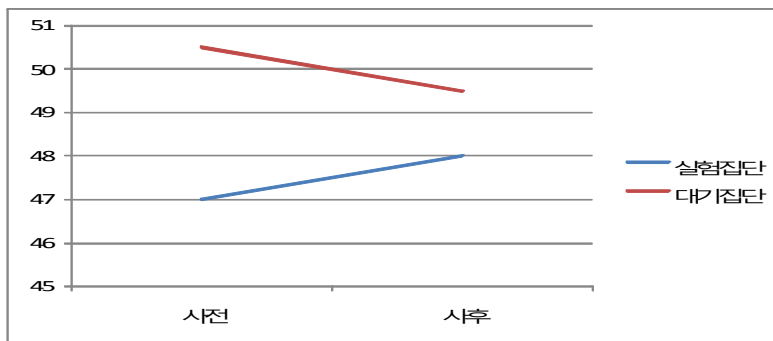
실험집단의 정서표현은 집단미술치료프로그램 실시 전 평균 47.0(±4.5)점에서 실시 후 48.0(±6.7)점으로 1.0점 증가하였고, 비교집단은 집단미술치료 프로그램 실시 전 50.5(±6.0)점에서 실시 후 49.3(±5.4)점으로 1.2점 감소하여 실험집단은 참여하지 않은 비교집단에 비해 집단미술치료프로그램을 적용함으로써 정서표현이 높아져 긍정적인 변화를 보인 것으로 나타났다.

<표 14>에 제시된 평균과 표준편차를 기반으로 집단 및 검사시기별 차이가 있는지를 알아보기 위하여 반복측정에 따른 변량분석을 실시한 결과는 <표 15>와 같다.

<표 15> 정서표현에 대한 집단유형과 측정시기별 변량분석 결과

| Source | SS | df | MS | F |
|---------|---------|----|---------|--------|
| 집단 간 | | | | |
| 집단 | 416.025 | 1 | 416.025 | 7.639* |
| 오차 | 980.450 | 18 | 54.469 | |
| 집단 내 | | | | |
| 검사시기 | 40.025 | 1 | 40.025 | 4.919* |
| 집단*검사시기 | 47.025 | 1 | 47.025 | 5.780* |
| 오차 | 146.450 | 18 | 8.136 | |

주. *P.05



<그림 1> 정서표현에 대한 집단유형과 측정시기별 상호작용 효과

<표 16> 정서표현에 따른 집단 간 평균비교 결과

| 구분 | U | Z | p |
|---------|--------|--------|-------|
| 정서표현 차이 | 23.000 | -2.074 | .043* |

주. * $p < .05$

Mann-Whitney U test 결과 <표 16>에 제시된 바와 같이 집단 간 평균비교 결과 유의미하게 나타났으며($Z = -2.074, p < .05$), 시기 간 효과도 <표 15>, <그림 1>과 같이 집단 간 효과($F = 7.639, p < .05$), 검사 시기의 효과($F = 4.919, p < .05$)와 집단과 검사 시기의 상호작용 효과($F = 5.780, p < .05$)에서도 통계적으로 유의미한 결과를 보였다. 따라서 집단미술치료프로그램을 실시한 실험집단은 비교집단보다 정서표현이 유의하게 증가될 것이라는 가설 1이 지지되었다.

2. 집단미술치료가 생활사건스트레스에 미치는 효과

집단미술치료의 생활사건스트레스에 대한 실험집단과 비교집단의 평균점수와 표준편차를 <표 17>에 제시하였다.

<표 17> 생활사건스트레스에 대한 집단별 사전·사후 평균 및 표준편차

| 구분 | 사전 | 사후 |
|------------|------------|------------|
| 실험집단(n=10) | 14.6(9.7) | 10.9(10.3) |
| 비교집단(n=10) | 18.6(13.7) | 18.8(13.6) |

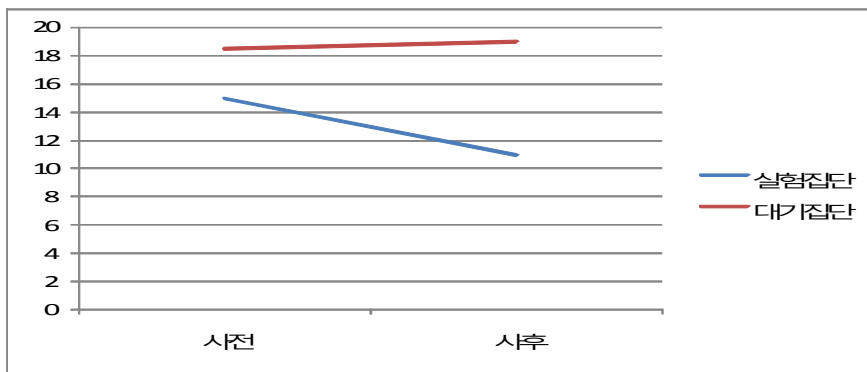
실험집단의 생활사건스트레스는 집단미술치료프로그램 사전 평균 14.6(± 9.7)점에서 사후 10.9(± 10.3)점으로 3.7점 감소하였고, 비교집단은 집단미술치료프로그램 사전 18.6(± 13.7)점에서 사후 18.8(± 13.6)점으로 0.1점 감소하여 실험집단이 비교집단에 비해 집단미술치료프로그램을 적용함으로써 생활사건스트레스가 낮아져 긍정적인 변화를 보인 것으로 나타났다.

<표 17>에 제시된 평균과 표준편차를 기반으로 집단 및 검사시기별로 차이가 있는지를 알아보기 위하여 반복측정에 따른 변량분석을 실시한 결과 <표 18>과 같다.

〈표 18〉 생활사건스트레스에 대한 집단유형과 측정시기별 변량분석 결과

| Source | SS | df | MS | F |
|---------|----------|----|----------|--------|
| 집단 간 | | | | |
| 집단 | 1254.025 | 1 | 1254.025 | 5.394* |
| 오차 | 4184.450 | 18 | 232.469 | |
| 집단 내 | | | | |
| 검사시기 | 30.625 | 1 | 30.625 | 5.159* |
| 집단*검사시기 | 38.025 | 1 | 38.025 | 6.406* |
| 오차 | 106.850 | 18 | 5.936 | |

주. * $p < .05$



〈그림 2〉 생활사건스트레스에 대한 집단유형과 측정시기별 상호작용 효과

〈표 19〉 생활사건스트레스에 따른 집단 간 평균비교 결과

| 구분 | U | Z | p |
|-------------|--------|--------|-------|
| 생활사건스트레스 차이 | 19.500 | -2.340 | .019* |

주. * $p < .05$

Mann-Whitney U test결과 〈표 19〉에 제시된 바와 같이 집단 간 평균비교 결과 유의미하게 나타났으며($Z = -2.340, p < .05$), 시기 간 효과도 〈표 18〉, 〈그림 2〉와 같이 집단 간 효과($F = 5.394, p < .05$), 검사 시기의 효과 ($F = 5.159, p < .05$)와 집단과 검사 시기의 상호작용 효과($F = 6.406, p < .05$)에서 통계적으로 유의미한 결과를 보였다. 따라서 집단미술치료프로그램을 실시한 실험집단은 비교집단보다 생활사건스트레스가 유의하게 감소 될 것이라는 가설 2가 지지되었다.

C. 별-파도 그림검사(SWT) 결과

집단미술치료의 별-파도 그림검사(SWT)에 대한 실험집단과 비교집단의 사전과 사후 결과를 <표 20>에 제시하였다.

<표 20> 별-파도 그림검사(SWT) 실험집단 사전·사후 결과

| 실험 집단 | | 사전(n=10) n(%) | 사후(n=10) n(%) | 전체(n=20) n(%) | χ^2 | p |
|-----------|------------------|------------------|------------------|------------------|----------|------|
| 양식 | 요점만 있는 양식 | 2(20) | 1(10) | 3(15) | 1.87 | 0.76 |
| | 회화적 양식 | 4(40) | 4(40) | 8(40) | | |
| | 감정이 담뿍 담긴 양식 | 2(20) | 3(30) | 5(25) | | |
| | 형식적 양식 | 0(0) | 1(10) | 1(5) | | |
| | 상징적 양식 | 2(20) | 1(10) | 3(15) | | |
| 수직적 구조 | 하늘과 바다의 조화 | 2(20) | 0(0) | 2(10) | 7.27 | 0.20 |
| | 하늘 강조 | 3(30) | 4(40) | 7(35) | | |
| | 바다 강조 | 1(10) | 4(40) | 5(25) | | |
| | 수평선으로 하늘과 바다의 접촉 | 0(0) | 0(0) | 0(0) | | |
| | 하늘과 바다의 격리 | 1(10) | 0(0) | 1(5) | | |
| | 하늘, 바다사이(공간)강조 | 1(10) | 2(20) | 3(15) | | |
| | 하늘, 바다 섞임(혼합) | 2(20) | 0(0) | 2(10) | | |
| 수평적 구조 | 왼쪽 강조 | 0(0) | 1(10) | 1(5) | 1.11 | 0.77 |
| | 오른쪽 강조 | 1(10) | 1(10) | 2(10) | | |
| | 중양 강조 | 4(40) | 4(40) | 8(40) | | |
| | 복합적 강조 | 5(50) | 4(40) | 9(45) | | |
| 공간구조 | 조화 | 7(70) | 9(90) | 16(80) | 1.25 | 0.58 |
| | 부조화 | 3(30) | 1(10) | 4(20) | | |
| 등대 | 있다 | 0(0) | 1(10) | 1(5) | 1.05 | 1.00 |
| | 없다 | 10(100) | 9(90) | 19(95) | | |
| 천둥, 벼락 | 있다 | 2(20) | 2(20) | 4(20) | 0.00 | 1.00 |
| | 없다 | 8(80) | 8(80) | 16(80) | | |
| 바위, 섬, 절벽 | 있다 | 3(30) | 2(20) | 5(25) | 0.26 | 0.61 |
| | 없다 | 7(70) | 8(80) | 15(75) | | |
| 해변, 해안 | 있다 | 0(0) | 0(0) | 0(0) | 0.00 | 1.00 |
| | 없다 | 10(100) | 10(100) | 20(100) | | |
| 별의 수 | 없다 | 3(30) | 1(10) | 4(20) | 1.29 | 0.52 |
| | 적다 | 5(50) | 6(60) | 11(55) | | |
| | 많다 | 2(20) | 3(30) | 5(25) | | |

| | | | | | | |
|--------------|--------|-------|-------|--------|------|-------|
| 파도 운동성 | 없다 | 0(0) | 1(10) | 1(5) | 4.25 | 0.12* |
| | 고정(무) | 3(30) | 0(0) | 3(15) | | |
| | 움직임(유) | 7(70) | 9(90) | 16(80) | | |
| 파도 필적 안정성 | 없다 | 0(0) | 1(10) | 1(5) | 1.74 | 0.42 |
| | 안정 | 6(60) | 7(70) | 13(65) | | |
| | 불안정 | 4(40) | 2(20) | 6(30) | | |
| 파도 필적 연결성 | 없다 | 0(0) | 1(10) | 1(56) | 1.33 | 0.51 |
| | 이어진 필적 | 8(80) | 8(80) | 16(80) | | |
| | 끊어진 필적 | 2(20) | 1(10) | 3(15) | | |
| 별의 운동성 | 없다 | 3(30) | 1(10) | 4(20) | 1.50 | 0.47 |
| | 고정(무) | 4(40) | 4(40) | 8(40) | | |
| | 움직임(유) | 3(30) | 5(50) | 8(40) | | |
| 별 필적 안정성 | 없다 | 3(30) | 1(10) | 4(20) | 5.07 | 0.08* |
| | 안정 | 3(30) | 8(80) | 11(55) | | |
| | 불안정 | 4(40) | 1(10) | 5(25) | | |
| 별 필적 연결성 | 없다 | 3(30) | 1(10) | 4(20) | 4.14 | 0.12* |
| | 이어진 필적 | 5(50) | 9(90) | 14(70) | | |
| | 끊어진 필적 | 2(20) | 0(0) | 2(10) | | |

주. * $p < .15$

일반적으로 유의수준은 .05 또는 .01로 설정한다. 그러나 연구자의 이론적 배경이 강하거나 약하면 유의수준을 조절할 수 있다. 유의수준의 설정은 연구가 시작되기 전 연구자가 결정하여야 한다(성태제, 알기 쉬운 통계분석, 2007).

유의수준이 의사결정의 기준이 되기 때문에 개인의 주관적인 판단이 많이 적용되는 척도일 경우 유의수준의 범위를 확장한다. 이에 본 연구에서는 유의수준의 범위를 .15로 유의한 차이를 증명하고자 하였다.

실험집단의 사전·사후에 관한 별-파도 그림검사(SWT) 동질성검정결과 수직적 구조, 파도 운동성, 별 필적 안정성, 별 필적 연결성에서 통계적으로 유의한 것으로 나타났다($p < .15$). 수직적 구조 문항에서는 사전과 다르게 사후에 바다강조가 1명(10%)에서 4명(40%)으로 증가하였으며, 하늘과 바다강조는 3명(30%)에서 0명으로 감소하였고 하늘과 바다 섞임(혼합) 또한 2명(20%)에서 0명으로 감소한 것을 볼 수 있다. 파도 운동성 문항에서는 사후에 움직임(유)이 7명(70%)에서 9명(90%)으로 증가하고 고정(무)은 3명(30%)에서 0명으로 감소하였고 파도 필적은 안정이 6명(60%)에서 7명(70%)로 증가하고 파도의 필적이 불안정했던 4명(40%)이 2명(20%)으로 감소하여 집단미술치료프로그램을 통하여 대상자들에게 감정변화의 움직임이 나타났음을 유의한 차이로 확인할 수 있다. 별 필적 안정성 문항에서는 사후에 안정이 3

명(30%)에서 8명(80%)으로 증가하였고, 불안정은 4명(40%)에서 1명(10%)으로 감소한 것을 볼 수 있으며 별 필적연결성 문항에서는 사후에 이어진 필적이 4명(40%)이 늘어나 9명(90%)이 별을 안정되게 표현하였고 2명(20%)에서 0명으로 끊어진 필적을 그리지 않게 되어 전체적으로 조현병 환자에게 집단미술치료는 긍정적인 효과를 보인 것으로 나타났다.

<표 21> 별-과도 그림검사(SWT) 비교집단 사전·사후 결과

| 비교 집단 | | 사전(n=10) n(%) | 사후(n=10) n(%) | 전체(n=20) n(%) | χ^2 | p |
|-----------|------------------|------------------|------------------|------------------|----------|------|
| 양식 | 요점만 있는 양식 | 2(20) | 3(30) | 5(25) | 1.20 | 0.88 |
| | 회화적 양식 | 4(40) | 4(40) | 8(40) | | |
| | 감정이 담뿍 담긴 양식 | 1(10) | 0(0) | 1(5) | | |
| | 형식적 양식 | 2(20) | 2(20) | 4(20) | | |
| | 상징적 양식 | 1(10) | 1(10) | 2(10) | | |
| 수직적 구조 | 하늘과 바다의 조화 | 0(0) | 0(0) | 0(0) | 1.01 | 0.91 |
| | 하늘 강조 | 1(10) | 2(20) | 3(15) | | |
| | 바다 강조 | 1(10) | 1(10) | 2(10) | | |
| | 수평선으로 하늘과 바다의 접촉 | 0(0) | 0(0) | 0(0) | | |
| | 하늘과 바다의 격리 | 3(30) | 2(20) | 5(25) | | |
| | 하늘, 바다사이(공간)강조 | 1(10) | 2(20) | 3(15) | | |
| | 하늘, 바다 섞임(혼합) | 4(40) | 3(30) | 7(35) | | |
| 수평적 구조 | 왼쪽 강조 | 1(10) | 1(10) | 2(10) | 0.00 | 1.00 |
| | 오른쪽 강조 | 0(0) | 0(0) | 0(0) | | |
| | 중앙 강조 | 3(30) | 3(30) | 6(30) | | |
| | 복합적 강조 | 6(60) | 6(60) | 12(60) | | |
| 공간구조 | 조화 | 6(60) | 4(40) | 10(50) | 0.80 | 0.37 |
| | 부조화 | 4(40) | 6(60) | 10(50) | | |
| 등대 | 있다 | 0(0) | 0(0) | 0(0) | 0.00 | 1.00 |
| | 없다 | 10(100) | 10(100) | 20(100) | | |
| 천둥, 벼락 | 있다 | 0(0) | 1(10) | 1(5) | 1.05 | 1.00 |
| | 없다 | 10(100) | 9(90) | 19(95) | | |
| 바위, 섬, 절벽 | 있다 | 6(60) | 3(30) | 9(45) | 1.81 | 0.18 |
| | 없다 | 4(40) | 7(70) | 11(55) | | |
| 해변, 해안 | 있다 | 0(0) | 0(0) | 0(0) | 0.00 | 1.00 |
| | 없다 | 10(100) | 10(100) | 20(100) | | |
| 별의 수 | 없다 | 0(0) | 2(20) | 2(10) | 2.27 | 0.32 |
| | 적다 | 3(30) | 2(20) | 5(25) | | |

| | | | | | | |
|--------------|--------|-------|-------|--------|------|-------|
| | 많다 | 7(70) | 6(60) | 13(65) | | |
| 파도 운동성 | 없다 | 0(0) | 3(30) | 3(15) | 6.00 | 0.05* |
| | 고정(무) | 3(30) | 0(0) | 3(15) | | |
| | 움직임(유) | 7(70) | 7(70) | 14(70) | | |
| 파도 필적 안정성 | 없다 | 0(0) | 3(30) | 3(15) | 4.00 | 0.14* |
| | 안정 | 4(40) | 4(40) | 8(40) | | |
| | 불안정 | 6(60) | 3(30) | 9(45) | | |
| 파도 필적 연결성 | 없다 | 0(0) | 3(30) | 3(15) | 4.07 | 0.13* |
| | 이어진 필적 | 7(70) | 6(60) | 13(65) | | |
| | 끊어진 필적 | 3(30) | 1(10) | 4(20) | | |
| 별의 운동성 | 없음 | 0(0) | 2(20) | 2(10) | 2.27 | 0.32 |
| | 고정(무) | 7(70) | 6(60) | 13(65) | | |
| | 움직임(유) | 3(30) | 2(20) | 5(25) | | |
| 별 필적 안정성 | 없음 | 0(0) | 2(20) | 2(10) | 2.40 | 0.30 |
| | 안정 | 8(80) | 7(70) | 15(75) | | |
| | 불안정 | 2(20) | 1(10) | 3(15) | | |
| 별 필적 연결성 | 없음 | 0(0) | 2(20) | 2(10) | 3.00 | 0.22 |
| | 이어진 필적 | 7(70) | 7(70) | 14(70) | | |
| | 끊어진 필적 | 3(30) | 1(10) | 4(20) | | |

주. * $p < .15$

비교집단의 사전·사후에 관한 별-파도 그림검사(SWT) 동질성검정결과 파도운동성, 파도 필적 안정성, 파도 필적 연결성을 제외한 모든 부분에서 유의하지 않는 것으로 나타났다. 일부분에서 유의한 결과를 보인 이유는 사전과 사후 같은 지시문을 제시했지만 사전에는 파도를 그리고 사후에 파도를 그리지 않은 사람이 3명(30%)이 늘어났기 때문에 이와 관련된 3문항에서 그러한 결과가 도출되었다.

D. 빛속의 사람 그림검사(PITR) 결과

1. 빛속의 사람 그림검사(PITR) 사전·사후 분석 결과

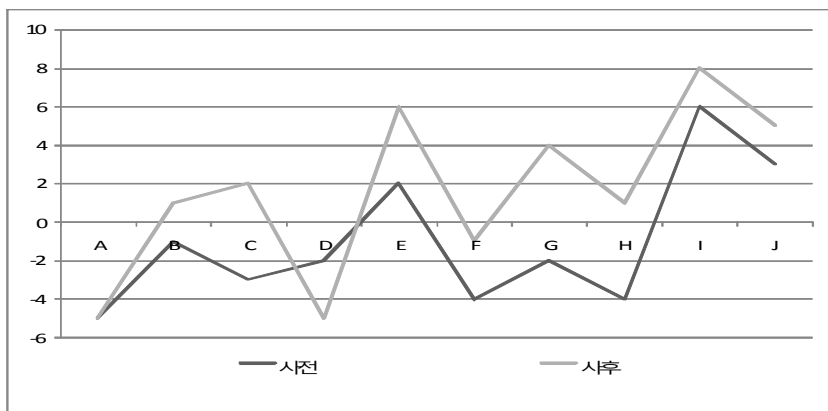
집단미술치료가 조현병 환자의 생활스트레스에 미치는 영향을 알아보고자 실시한 빛속의 사람 그림검사(PITR)의 변화양상을 점수체계표로 분석한 결과는 <표 22>와 <표 23>과 같다.

a. 실험집단

<표 22> 실험집단의 빗속의사람 그림검사(PITR) 사전·사후 점수 비교 (N=10)

| 구분 | 스트레스영역(a) | | | 대처자원 영역(b) | | | 스트레스대처능력(b-a) | | |
|----|-----------|------|-------|------------|------|-------|---------------|------|-------|
| | 사전 | 사후 | 변화량 | 사전 | 사후 | 변화량 | 사전 | 사후 | 변화량 |
| A | 9 | 8 | -1 | 4 | 3 | -1 | -5 | -5 | 0 |
| B | 7 | 6 | -1 | 6 | 7 | +1 | -1 | 1 | +2 |
| C | 8 | 6 | -2 | 5 | 8 | +3 | -3 | 2 | +5 |
| D | 9 | 4 | -5 | 7 | -1 | -8 | -2 | -5 | -3 |
| E | 4 | 3 | -1 | 6 | 9 | +3 | 2 | 6 | +4 |
| F | 7 | 5 | -2 | 3 | 4 | +1 | -4 | -1 | +3 |
| G | 8 | 4 | -4 | 6 | 8 | +2 | -2 | 4 | +6 |
| H | 8 | 7 | -1 | 4 | 8 | +4 | -4 | 1 | +5 |
| I | 6 | 4 | -2 | 12 | 12 | +0 | 6 | 8 | +2 |
| J | 4 | 5 | +1 | 7 | 10 | +3 | 3 | 5 | +2 |
| 평균 | 7.00 | 5.20 | -1.80 | 6.00 | 6.80 | +0.80 | -1.00 | 1.60 | +2.60 |

실험집단의 빗속의 사람 그림검사(PITR)의 사전과 사후 비교 분석한 결과 스트레스영역 점수가 평균 7.0에서 5.2로 1.8점 감소하였고, 대처자원영역 점수는 6.0점에서 6.8점으로 0.8점 증가하여 스트레스대처능력 점수가 평균 2.6점 증가하여 긍정적인 변화를 보인 것으로 나타났다.



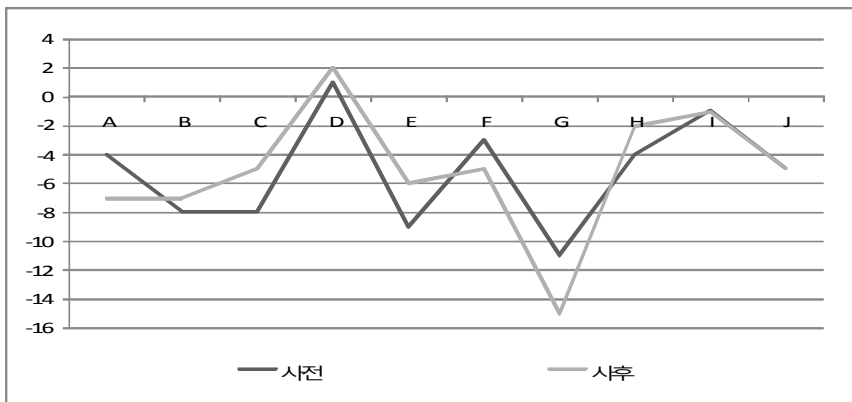
<그림 3> 실험집단의 대상자별 빗속의 사람 그림검사(PITR) 변화도

b. 비교집단

<표 23> 비교집단의 빛속의 사람 그림검사(PITR) 사전·사후 점수 비교 (N=10)

| 구분 | 스트레스영역(a) | | | 대처자원 영역(b) | | | 스트레스대처능력(b-a) | | |
|----|-----------|------|-------|------------|------|-------|---------------|-------|-------|
| | 사전 | 사후 | 변화량 | 사전 | 사후 | 변화량 | 사전 | 사후 | 변화량 |
| A | 8 | 8 | 0 | 4 | 1 | -3 | -4 | -7 | -3 |
| B | 8 | 7 | -1 | 0 | 0 | 0 | -8 | -7 | +1 |
| C | 7 | 8 | +1 | -1 | 3 | +4 | -8 | -5 | +3 |
| D | 3 | 4 | +1 | 4 | 6 | +2 | 1 | 2 | +1 |
| E | 7 | 6 | -1 | -2 | 0 | +2 | -9 | -6 | +3 |
| F | 7 | 9 | +2 | 4 | 4 | 0 | -3 | -5 | -2 |
| G | 7 | 9 | +2 | -4 | -6 | -2 | -11 | -15 | -4 |
| H | 7 | 8 | +1 | 3 | 6 | +3 | -4 | -2 | +2 |
| I | 7 | 8 | +1 | 6 | 7 | +1 | -1 | -1 | 0 |
| J | 7 | 8 | +1 | 2 | 3 | +1 | -5 | -5 | 0 |
| 평균 | 6.80 | 7.50 | +0.70 | 1.60 | 2.40 | +0.80 | -5.20 | -5.10 | +0.10 |

비교집단의 빛속의 사람 그림검사(PITR)의 사전과 사후 비교 분석한 결과 스트레스영역 점수가 평균 6.8점에서 7.5점으로 0.7점 증가하였고, 대처자원영역 점수는 1.6점에서 2.4점으로 0.8점 증가하여 스트레스대처능력 점수는 평균 0.1점 증가로 큰 변화는 없었다.



<그림 4> 비교집단의 대상자별 빛속의 사람 그림검사(PITR) 변화도

2. 빗속의 사람 그림검사(PITR) 대응표본 t검정 결과

빗속의 사람 그림검사(PITR) 점수가 집단 간 차이가 있는지 여부를 알아보기 위하여 실험집단과 비교집단의 사전·사후 대응표본 t검정을 실시하였고, 결과는 <표 24>와 같다.

<표 24> 집단 간 사전·사후 대응표본 t검정 결과

| 집단 | 구분 | 사전(n=10) | 사후(n=10) | t |
|------|-----------|-------------|-------------|--------|
| | | M(±SD) | M(±SD) | |
| 실험집단 | 스트레스 영역 | 7.00(1.82) | 5.20(1.54) | 3.37** |
| | 대처자원 영역 | 6.00(2.49) | 6.80(3.79) | -0.73 |
| | 스트레스 대처능력 | -1.00(3.55) | 1.60(4.37) | -3.07* |
| 비교집단 | 스트레스 영역 | 6.80(1.39) | 7.50(1.50) | -2.09 |
| | 대처자원 영역 | 1.60(3.20) | 2.40(3.86) | -1.17 |
| | 스트레스 대처능력 | -5.20(3.76) | -5.10(4.50) | -0.13 |

주. * $p < .05$, ** $p < .01$

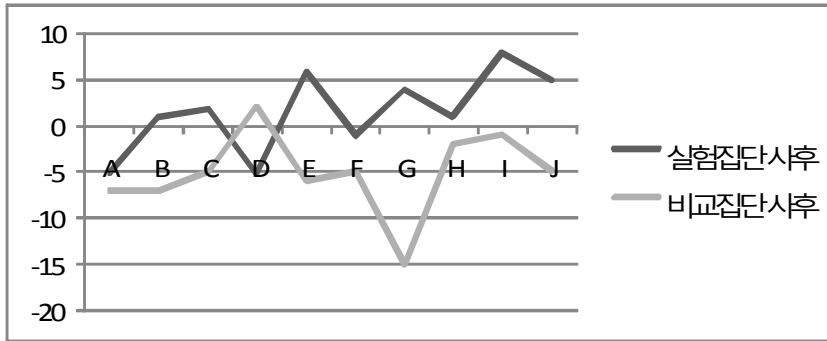
실험집단의 사전·사후의 대응표본 t검정 결과 중 스트레스 영역의 t값은 3.37이고 p 값은 0.01($p < .05$)로 유의한 차이를 보인다. 사전 스트레스 영역보다 사후 스트레스 영역이 낮아졌다는 결과이다. 대처자원 영역은 t값이 -0.73이고 p 값은 0.48($p < .05$)로 유의한 차이가 없었으며 스트레스 대처능력의 결과 t값이 -3.07이고 p 값은 0.01($p < .05$)로 유의한 차이를 보인다. 즉 실험집단의 스트레스영역과 스트레스 대처능력은 유의한 차이를 보였으며 대처자원영역에서는 유의한 차이가 없다는 결과가 나타났다.

비교집단의 사전·사후의 대응표본 t검정 결과, 스트레스 영역 t값은 -2.09이고 p 값은 0.06($p < .05$)으로 유의한 차이를 보이지 않았다. 대처자원 영역 또한 t값 -1.17이고 p 값은 0.26($p < .05$)로 유의한 차이가 없었으며, 스트레스 대처능력 t값은 -0.13이고 p 값은 0.89($p < .05$)로 유의한 차이를 보이지 않았다. 즉 비교집단의 스트레스 영역, 대처자원영역, 스트레스 대처능력 모두 유의한 차이가 없다는 결과를 도출하였다.

3. 빗속의사람 그림검사(PITR) 사후 점수 비교

실험집단과 비교집단의 빗속의 사람 그림검사(PITR)의 사후 점수를 비교한 결과

<그림 5>에 제시된 바와 같이 집단미술치료프로그램을 제공받은 실험집단이 비교집단에 비해 대처자원영역 점수가 향상되어 집단미술치료프로그램이 실험집단에 긍정적 영향을 미친 것으로 나타났다.



<그림 5> 실험집단과 비교집단 빗속의 사람 그림검사(PITR) 결과 비교

E. 집단미술치료프로그램의 질적 분석

본 연구에서는 조현병 환자를 대상으로 집단미술치료프로그램을 실시하여 집단
 에 참여한 집단원들의 행동 및 작품 표현의 변화 양상을 초기단계, 실행단계, 종결
 단계로 나누어 요약 기술하고 이에 대한 질적 분석을 실시하였다.

1. 프로그램 과정별 분석

a. 초기단계 (1~2회기)

(1) 1회기

1회기는 연구자와 대상자의 첫 대면으로 신뢰감을 형성하는 단계이다. 연구자를 소개하고 프로그램의 참여 의미와 목적을 설명한 후 집단미술치료프로그램에 관한 전체적인 내용을 전달하였다. 집단원은 자발적으로 미술치료 프로그램에 온 대상자이기 때문에 참여 동기를 분명하게하기 위해 현재 마음상태와 프로그램 종결 후 어떤 모습을 기대하는지에 대해서 서로 나누며 앞으로 프로그램을 이끌어 나가는 연구자의 마음가짐을 전달하였다.

현재 감정을 얼마만큼 표현하고 있으며, 생활사건 스트레스를 어느 정도 받고 있는

지 간단하게 설문지를 통하여 알아보았다. 조현병의 특징 상 주의력과 집중력이 결여 되어있기 때문에 주변 환경을 조용하게 유지하며 끝까지 설문지를 마칠 수 있도록 보조치료사와 임상심리사의 도움을 받았다. 설문지 작성이 이루어진 후 간단한 투사검사와 연구자가 제작한 정서수첩에 이름을 기입하고 오늘의 정서를 표현 하였다.

J는 정서수첩을 1회기만 작성해야 하는데 2회기까지 작성하려고 하여 제지와 재설명이 필요하였으며, H는 다른 집단원에게 연필을 챙겨주는 등 적극적인 모습을 보였으나 설문지 문항을 보고 한숨을 쉬 후 보조치료사의 도움을 받아 한 문장씩 읽어가며 가까스로 체크하였고, 30여분이 지나자 하품, 목 굽기 등으로 지루함을 표현하였다.

딱딱하고 엄숙한 분위기를 전환하고 집단원들의 정서를 탐색하고 표현하기 위해 감정카드를 꺼내 최근 3일 동안 들었던 자신의 감정과 유사한 3장을 골라보도록 제시하자 집단원들 모두 세장씩 선택하였다. 그 중 ‘진짜 나의 마음 같다’ 라는 카드 한 장 만 선택하고 그 카드에 대하여 왜 자신 같다고 느끼는 지 집단원들과 나누도록 하였다. 먼저 연구자가 한 장을 골라 지금의 기분상태에 대해서 설명을 하고 집단원이 맞혀보는 게임을 하였고 맞힌 집단원에게는 큰 박수를 선물하였다.

집단원이 고른 카드가 왜 본인 같았냐는 질문에 A는 늦잠자고 싶은데 깨워서 기분이 안 좋았고 그에 대한 스트레스 게이지를 5 라고 표현하였다. D는 배가고파서 화가 난다고 표현하고 덧붙여 차 소리가 신경 쓰여서 머리가 아프다며 스트레스 게이지를 8로 표현하였다. 그리고 G는 자신에 대해 창백하게 느껴서 ‘우울하다’ 라고 표현하였다. 설문지 작성 시에는 힘든 표정이 역력하고 병력과 생활사건 스트레스로 정서적 표현이 부족한 집단원들이지만 감정카드를 이용하여 자신과 타인의 감정과 일상을 나누는 시간을 통해 연구자와 다른 집단원들의 표현에 관심을 보이며 경청하고 웃는 등 정서적 반응을 보였으며, 일부 집단원은 앞으로의 미술치료 활동에 대해 기대감을 표현하기도 하였다.



1회기 ‘마음 열기’

<그림 6> 집단미술치료 본 프로그램 1회기 미술활동 과정 및 작품

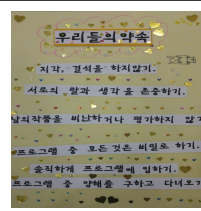
(2) 2회기

2회기는 ‘내 소개’를 주제로 자신과 타인을 탐색하고 표현하며 서로간의 신뢰감을 증진시키는 회기이다. 집단미술치료의 주제와 회기 내용을 간단히 설명하고 지난 회기와 같이 정서표현수첩을 작성하였다. 감정카드 중 가장 갖고 싶은 감정을 선택하여 이 감정단어를 이용하여 이름을 꾸며 자신을 소개하며 왜 이 감정을 골랐는지, 이 감정을 가지면 기분이 어떨 것 같은지, 누구에게 이 감정을 나누어 주고 싶은지를 나누고 자연스럽게 친밀감과 신뢰감을 형성할 수 있도록 도왔다.

A는 ‘신나는’, B는 ‘사랑스러운’, C는 ‘신난다’, D는 ‘사랑스럽다’, E는 ‘즐겁다’, F는 ‘뿌듯한’, G는 ‘행복한’, H는 ‘기쁘다’, I는 ‘사랑스러운’, J는 ‘기대된다’ 라고 감정을 담은 이름표를 완성하였다.

E는 카드를 직접 고르지 않았음에도 불구하고 직접 고르셨느냐는 질문에 “네.”라고 대답하고 카드를 가만히 바라보았다. 표정은 굳어있었으나 ‘즐겁다’라는 감정카드를 고르고 이유를 묻자 한참 후에 회원님들과 함께 있을 때가 즐겁다고 또박또박 대답하였다. H는 감정카드 뒷면을 가만히 매만지며 바라보기만 하며 집단 활동에서 소극적인 모습을 보였고, 질문에 수줍은 듯 웃으며 주로 단답형 대답이었으며, 연구자의 질문 내용을 잘 이해하지 못하고 다섯 차례 질문 하였을 때 겨우 답하였다. 자신의 감정을 찾을 때 ‘화가 나는’을 고른 후 카드에 있는 여자의 머리가 맘에 든다고 하였다. 갖고 있는 카드 중 무엇이 더 좋은 지 물었을 때 비로소 긍정적인 카드를 골랐다.

프로그램이 진행되는 동안 감정이 담긴 이름으로 불러주기로 약속하고 프로그램 중 집단원간의 규칙과 약속을 정하였다. 연구자가 사전 준비한 10가지의 약속 중 집단원들이 서로 의논하여 6개의 약속을 정하였으며 프로그램 중에는 꼭 지킬 수 있도록 다짐하였다. ‘우리들의 약속’ 6가지는 ‘지각, 결석을 하지 않기’, ‘서로의 말과 행동을 존중하기’, ‘남의작품을 비난하거나 평가하지 않기’, ‘프로그램 중 모든 것은 비밀로 하기’, ‘솔직하게 프로그램에 임하기’, ‘프로그램 중 양해를 구하고 다녀오기’이다.



2회기 ‘내 소개’

<그림 7> 집단미술치료 본 프로그램 2회기 미술활동 과정 및 작품

b. 실행단계 (3~11회기)

(1) 3회기

3회기는 ‘나의 마음’을 알아보는 시간으로 자신을 인식하고 타인을 이해하며 집단원과 공감대를 형성하는 시간을 가졌다. 워밍업으로 집단원이 감정카드를 한 장 골라 표정으로 설명한 후 맞히는 게임을 하였다. 맞힌 집단원이 다른 집단원에게 표정으로 설명하였고 말로 할 수 없을 때 표정으로 어떻게 감정을 표현하는지 알 수 있었다.

정서수첩을 작성하며 자신의 감정과 표정, 생활사건스트레스 게이지를 눈으로 확인한 후 내가 갖고 있는 마음을 난화로 표현하였다. 처음에는 8절지 위에 색연필과 사인펜으로 표현하였고, 두 번째는 2절지를 붙여 책상을 덮는 크기에 표현하도록 하고 파스넷을 제공하였다. 난화를 하면서 기분은 어떠한지, 눈감고 표현하면 느낌은 어떠한지, 이 그림에서 무엇이 보이는지 이야기를 하며 집단원간 눈을 마주치는 등 소통하는 모습을 볼 수 있었다.

H는 작은 화지에 표현 할 때보다 큰 화지에 표현 할 때가 기분이 좋다고 말하였으며, B는 파스넷을 보고 “이거는 너무 부드러워. 이렇게 돌리면 립스틱 같아. 너무 좋아.”라며 어린아이처럼 호기심과 즐거움을 보였다.

그 감정을 그대로 갖고 여러 가지 털실을 잘라서 하드보드지에 표현해 보고 연상되는 것 또는 난화에서 보이는 것을 매직으로 그린 후 제목을 지었다. 집단원들은 나란히 자르거나 한 줄씩 자른 집단원도 있었으며, 한 가지 색만 자르는 집단원도 있었다. 자르면서 소리도 들어보라는 연구자의 말에 조용히 귀에다 가위를 가져가서 대는 모습 등 병식의 특성을 보이기도 하였다.

I는 “이거 진짜 스트레스 풀리네.”라며 많은 양의 털실을 한꺼번에 자르고 탄성을 질렀고 제목을 ‘사랑’이라고 표현하였다. G는 평소 고개를 숙이고 눈만 움직이는 등 매사에 소극적이고 눈치를 보는 행동들이 많았으나 이번 회기에서는 털실을 자를 때 뭉치는 곳 없이 한 줄로 쪽 펴서 두 줄 씩 잘랐고 다른 집단원이 다른 색으로 권하자 싫다고 단호히 자기표현을 하며 활동에 집중하였다. 작품 제목은 ‘온 세상의 학대받은 어린이들’이라고 붙였고 자신의 작품에 대해 매우 흡족해 하였다.



3회기 ‘나의 마음’

<그림 8> 집단미술치료 본 프로그램 3회기 미술활동 과정 및 작품

(2) 4회기

4회기는 ‘좋아하는 마음’을 주제로 자신의 욕구를 탐색함으로써 감정을 확인하고 그로인한 스트레스의 원인을 탐색할 수 있는 시간이다. 위밍업으로 3회기에는 ‘표정으로 감정을 말해요’를 했지만 4회기에는 ‘감정을 말로 표현해요’로 상황에서 나오는 감정들을 집단원과 언어로 공유할 수 있었다. 집단원들은 처음 감정 알아맞히기를 할 때보다 적극적으로 손을 들고, 일어서서 발표도 함으로써 자신의 감정을 이야기하였다.

본 활동으로 플라쥬 기법을 이용하여 좋아하는 것이나 갖고 싶은 것, 또는 원하는 것을 잡지에서 찾아서 붙여봄으로써 자신의 욕구가 구체적으로 무엇인지 확인할 수 있고 원하는 것을 채우지 못했을 경우 스트레스의 발생 원인이 될 수 있다는 것을 지각할 수 있도록 도왔다. 집단원의 특징 상 충분한 시간을 필요로 하기 때문에 매체의 양과 시간을 충분히 주고 스스로 선택 하여 작업 할 수 있게끔 환경을 조성하였다. 대부분의 집단원이 활동에는 잘 참여하였으나 속도가 많이 느린 편으로 자신이 좋아하는 부분을 선택하는데 시간이 오래 걸렸다.

E는 페이지를 찢지 않고 쓸 부분만 오렸고, D와 F는 가위질도 하지 않고 찢어서 두 장을 붙였으며, 충분한 시간이 주어졌지만 활동을 빨리 끝낸 후 주변만 살피는 행동을 지속적으로 하는 것을 보아 집단원은 시간 배분 능력이 부족하고 에너지량이 매우 작음을 알 수 있었다. 반면 G는 잡지를 자른 후 자신이 원하는 부분을 섬세하게 오리지 않고 큰 덩어리로 오려서 붙이는 모습을 보였는데 그림에 글이 많이 있었으며 오른쪽 한 부분을 네모모양으로 자른 후 나머지를 붙여 자른 이유

를 물어보니 그 글이 불필요해 보였고 내 그림이 돋보이지 않았기 때문에 오려서 붙였다고 이야기 하였다. 도화지의 여백 없이 뽁뽁하게 붙였고 꼼꼼하게 풀칠하는 모습을 보였는데 프로그램 마무리를 하고도 풀을 달라고 이야기 하며 반복적으로 풀칠을 하는 행동을 보이고는 연구자에게 “오늘 한 프로그램이 가장 재미있다, 확 풀린다!” 고 소감을 이야기하였다. J 역시 가위질을 하지 않고 페이지 전체를 도화지에 붙였는데 도화지를 모두 쓰고 그 위로 그림을 붙였으며, 내용은 임신했을 때, 아기 이야기, 가족 이야기가 주를 표현되었다.

집단원의 대부분의 작품에서 ‘커피’, ‘술’ 이야기가 많이 나왔는데 이는 병식으로 인해 카페인과 알코올 섭취를 금기하는 이유로 원하는 감정을 ‘마시고 싶다’, ‘먹고 싶다’ 라고 표현함을 알 수 있다. 이번 회기를 통해 자신의 욕구와 바람을 탐색하는 시간으로 서로가 원하는 것이 무엇인지, 그때의 감정은 어떠한지 공유할 수 있었으며 각 집단원의 욕구에 따른 행동을 쉬운 것부터 실천할 수 있도록 각자 큰 소리로 이야기 하였다.



<그림 9> 집단미술치료 본 프로그램 4회기 미술활동 과정 및 작품

(3) 5회기

5회기는 ‘속상했던 그 때’의 감정을 주제로 속상했던 그 시간을 떠올려 보고 마음에 드는 색종이에 적도록 하였다. 그 기억들을 생각해보며 속상했던 마음이 지금 현재 생활사건스트레스로 와 있지는 않는지, 그때 어떻게 대처했는지, 지금은 어떠한지, 다시 그때로 돌아가면 어떻게 할 것 같은지에 대해서 나누어 보는 시간을 가졌다.

D는 주제를 이해하지 못하고 학교선생님에게 말을 건 일, 야구를 해서 기분 좋았던 일 등 프로그램과 상관없는 글을 적었으며 단답형으로 작성하였고 내용이 적었다. F는 부모님과 관련해서 속상했던 일을 구체적으로 적었다. 잔소리, 적은용돈, 병원 옮길 때 정신차려라고 아버지가 하셨던 말씀, 여자 친구를 이해하지 못했던 것 등 과거의 일을 후회한다고 털어놓으니, I가 옆에서 괜찮다고 다독여 주었다.

서로의 ‘속상했던 그 때’ 를 읽어보고 “그랬구나!”, “그랬잖어!”, “나 같아도 그랬을 것 같아.” 라고 말해주며 공감하는 방법을 천천히 배우며 나누는 시간을 가졌고, 속상한 일을 적은 종이 중 마음에 드는 세 가지 색종이를 골라 접어서 가위로 잘라보았다. 동그라미, 세모, 네모 여러 모양으로 자유롭게 잘라보며 스트레스를 해소와 함께 자신의 스트레스 양을 표현해 보았으며 자른 모양을 서서히 뿔 때엔 만들어진 문양을 보고 “우와~” 하고 탄성을 질렀다. ‘속상했던 그 때’ 를 작업하면서 기분을 서로 이야기 해 보고 스트레스 문양을 검정도화지에 붙여서 하나의 작품으로 완성하였다. 작품을 하고 남은 색종이들은 ‘속상한 일들 중 현재 풀지 못한 이야기’ 라고 의미를 부여하여 연구자가 잘라온 접착식 우드락에 붙여보며 남은 마음을 추스르는 시간을 가졌다.

접착식 우드락에 붙인 색종이 여분들은 집단원의 전체의 마음을 담아서 완성한 공동작품이기 때문에 함께 모여서 꾸며보고 제목도 지어보았다. 제목은 G의 의견인 ‘자연에 대한 찬미’ 로 정하였다. 전체적으로 개인작업 할 때 다른 집단원과의 교류가 나타나지 않는 집단원이 몇 있기 때문에 개인작업을 공동작업으로 연결함으로써 배려와 이해, 집단원간의 긍정적인 상호작용을 나눌 수 있었다.



5회기 ‘속상했던 그 때’

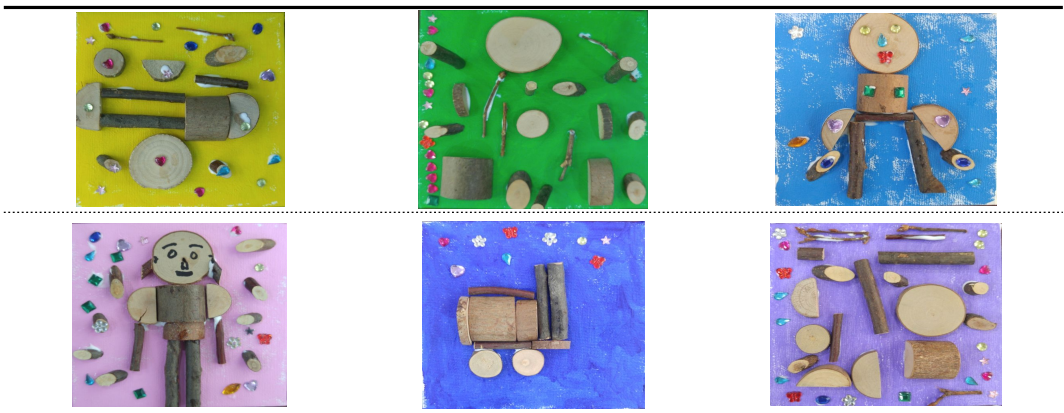
<그림 10> 집단미술치료 본 프로그램 5회기 미술활동 과정 및 작품

(4) 6회기

6회기는 ‘즐거운 기억’을 주제로 새로운 매체에 대해서 탐색 해 보고 재료의 특징을 간단히 설명 한 뒤 가장 즐거웠던 기억을 떠올려 도화지에 그려보았다.

G는 시골 외갓집에 갔을 때가 가장 즐거웠으며, J는 어렸을 때 친구랑 롤러스케이트를 탄 기억이 즐거웠다고 하였다. 그것을 한참동안 바라보고 있던 E는 오랜 시간 자신의 그림을 그리지 못하다가 J의 그림과 유사한 그림을 그렸다. 즐거웠던 기억은 무슨 색으로 표현할 수 있을지 문자 각각의 느낌 색을 골라 색칠하고 나무 조각을 이용해 즐거웠던 기억을 이미지화 하여 표현하였다. A는 느낌 색을 칠하는데 앞면을 칠하지 않고 옆면과 모서리를 오랫동안 칠하여 이유를 문자 “어, 안 칠했네. 모르고 안 칠했어요.” 라고 대답하고 천천히 앞면을 칠하였다. B는 즐거운 기억을 그릴 때엔 강아지와 산책하는 것을 표현하였지만 이미지화 했을 때에는 자신의 주제와 상관없는 비행기를 만들었고 C는 책을 볼 때가 가장 즐거운 기억으로 나무 조각으로 책을 만들었다.

시간이 갈수록 집중하였고 집단원의 이야기에 경청하며 공통된 감정표현을 하는 등 공감대를 형성하였다. 특히 자신의 기억을 더듬어 좋은 기억을 찾아낼 때 부정적인 감정을 찾는 시간보다 지체되어 집중하는 시간이 길어지자 힘들어 하기도 하였지만 서로 도와가며 마무리를 하는 모습을 보였다.



6회기 ‘즐거운 기억’

<그림 11> 집단미술치료 본 프로그램 6회기 미술활동 과정 및 작품

(5) 7회기

7회기는 ‘내 슬픈 감정’을 주제로 아프고 상처받은 부분을 표현하였다. 신체상이 그려진 종이를 나누어 주고 ‘현재의 나의 모습’을 그려보도록 하자 표현하기 힘들어 하는 E에게 현재 나는 어떤 옷을 입고 있는지 구체적 질문을 통해 표현할 수 있도록 하였다.

신체상을 표현한 후 자신이 심리적으로 아프고 상처받은 경험이 있으면 그 곳에 표시를 해 보도록 하였다. 아픈 나에게 ‘해주고 싶은 말’과 다른 사람에게 ‘내가 듣고 싶은 말’을 써보고 아픈 부분에 밴드를 붙여주며 스스로를 위로해 줄 수 있는 시간을 가졌다. “많이 아팠지?”, “괜찮아.”라는 말을 해 줌으로써 아픈 상처나 통증을 덜어주는 작업을 하며 집단원 개개인의 감정표현에 집중하였다. 남자 집단원들은 밴드를 어깨, 팔, 허리, 다리 등 주로 사지에 많이 붙였으며, 여자 집단원들은 머리와 가슴에 많이 붙였고 집단원 모두의 작품에서는 머리에 가장 많이 붙이는 것을 볼 수 있었다.

B는 “내가 낮게 해 줄게”라고 말하면서 밴드를 붙였고 듣고 싶은 말에 ‘살 좀 빼자’라고 적었다. I는 아픈 부분을 다른 사람에게 보이기 싫은 듯 종이를 뒤집어 놓는 모습을 보이며, 듣고 싶은 말을 적지 못하고 있다가 발표하기 직전에 팔호 안에 ‘넌 참 괜찮은 사람이야.’라고 조심스레 적었다. E는 어깨가 쭈시고 무릎이 결리니 운동을 해야겠다고 적었으며 듣고 싶은 말에 ‘실망하지 말고 힘내라.’라고 적었다.

두 명씩 짝을 지어 아픈 부위를 쓰다듬어 주면서 서로의 듣고 싶은 말을 해 주도록 하자 처음에는 쑥스러워 하였지만 이내 웃으면서 자연스럽게 표현하였고 손을 잡거나 머리에 손을 올려보면서 체온을 재어보는 시늉도 하였다. 서로의 상처를 치유하는 상징적인 작업이 마무리된 후 현재의 신체상 옆에 각자의 미래의 모습을 표현해 보았다. 집단원들은 같은 신체상이 그려진 종이를 주었지만 미래의 신체상 꾸미기에서는 시간이 많이 지체되었고 고민하는 모습이 역력하여 연구자는 가장 힘들어하는 J에게 가까운 미래여도 상관없음을 알려주며 내일 나는 어떤 것 같은지 질문하자 J는 “...미래가 없어요. 저는.. 저는 .. 내일은 .. 센터에 나올 거예요..”라고 조용히 대답하였다. E역시 미래 신체상 앞에서 머뭇거리고 한 곳만 응시하여 지금 가장 하고 싶은 건 무엇인지, 내가 무엇을 하면 가장 행복할 것 같은지 질문하자 “간단한 일...”이라 대답하고 ‘간단한 일 하러 가고 있다.’고 표현한 후 신

체상을 작업복으로 꾸며주었다.

매일이 똑같은 집단원들에게 미래란 ‘아무 일도 일어나지 않는 날’ 이기보다 ‘무슨 일이 일어나는 날’ 이라는 희망과 기대를 가질 수 있도록 미래의 신체상에는 여러 색의 스티커로 밝고 화려하게 꾸며주었다.



〈그림 12〉 집단미술치료 본 프로그램 7회기 미술활동 과정 및 작품

(6) 8회기

8회기는 ‘화가 날 때엔’ 을 주제로 집단원들이 스트레스 시 감정을 어떻게 표현하고 인지하는 시간으로, 이를 통해 사람이 가진 많은 감정 중 분노, 화 또한 개인의 중요한 신호로써 언제 화가 났는지, 왜 화가 났는지, 그 때 어떻게 대처 하였는지 이야기함으로써 자신을 들여다보고 타인의 감정을 공감할 수 있도록 하였다.

집단원은 자신이 가장 화났을 때의 감정을 기억해 보며 표정을 지어보았다. 그 감정을 그대로 8절지에 표현하며 나를 가장 화나게 만드는 것이 무엇이었는지, 화가 났을 때 나는 어떻게 행동하였는지, 화가 났을 때 내가 가장 자주 사용하는 해결 방법은 무엇이었는지 적어볼 수 있도록 하였다. 자신의 분노 감정을 바라보면서 긍정적으로 화를 표현할 수 있는 방법에 대해서도 함께 고민하였다.

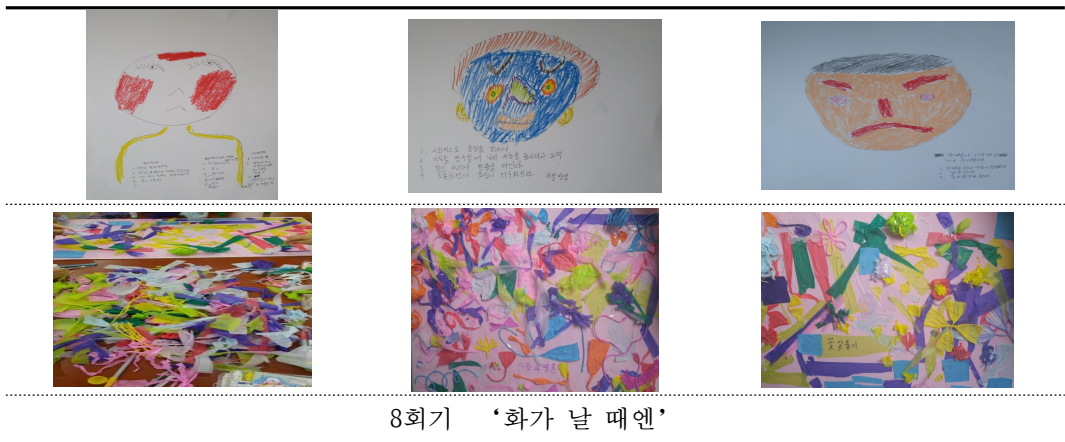
G는 사회적으로 동정을 받는 것이 가장 화가 나며, 화가 났을 때 지식을 탐구하기도 하고 자신의 지능을 높이려고 노력한다고 하였다. 찬물을 마시면서 화를 식히고 긍정적으로 분노를 표현하는 방법은 어두워지는 표정으로 말할 수 있다고 하였다. I는 남이 나를 무시할 때 화가 나며 입으로 가볍게 화풀이를 하고 긍정적으로

생각하면서 잠을 청하는 것이 가장 최선이라고 적었다. E는 상대방이 이상하게 보거나 무시할 때 가장 화가 나며 그때 담배를 피우면 마음이 편해진다고 하였다.

집단원은 자신의 분노를 큰 소리로 읽고 긍정적인 분노표출 방법으로 종이 찢기를 하였다. 신문지도 좋지만 대상자의 특성 상 감정표현이 더디기 때문에 색이 주는 힘을 나누기 위하여 다양한 색의 ‘꽃지’를 준비하였다. 간단히 꽃지를 설명하고 이를 구기고 찢고 붙어봄으로써 현재의 느낌을 공유하였고, 여러 색 중에 마음에 들지 않거나 싫어하는 색, 또는 화가 나는 색을 골라 종이를 찢어보았다.

처음에는 천천히 찢고 주변을 살피는 행동이 잦았으나 연구자가 찢는 모습을 보고 손의 속도가 점점 빨라졌다. 시간이 지날수록 얼굴에는 미소가 머금어졌고 그 후에는 웃으면서 옆 사람과 이야기를 하며 적극적으로 표현하는 모습을 볼 수 있었다. 꽃지를 찢으면서 서로의 기분을 마음껏 이야기 해 볼 수 있도록 하였으며, 두 집단으로 나눈 후 몽치거나 날려기, 불기 등 충분히 느껴 본 후 찢은 꽃지를 이용하여 작품으로 만들어 보고 제목을 지어 볼 수 있도록 하였다.

제목은 지을 때 한 사람의 의견에만 집중 하였던 과거와 달리 여러 사람의 의견이 표현되었으며 타인의 이야기를 경청하고 의논하여 의견을 조율하여 제목을 결정하는 모습도 볼 수 있었다. 제목은 각각 ‘사랑과 영혼’ 과 ‘꽃 살풀이’ 이다.



<그림 13> 집단미술치료 본 프로그램 8회기 미술활동 과정 및 작품

(7) 9회기

9회기는 ‘그리운 마음’ 을 주제로 집단원의 억눌러 있던 감정과 스트레스 표현을 표현하고 감정이완을 목표로 진행 되었다.

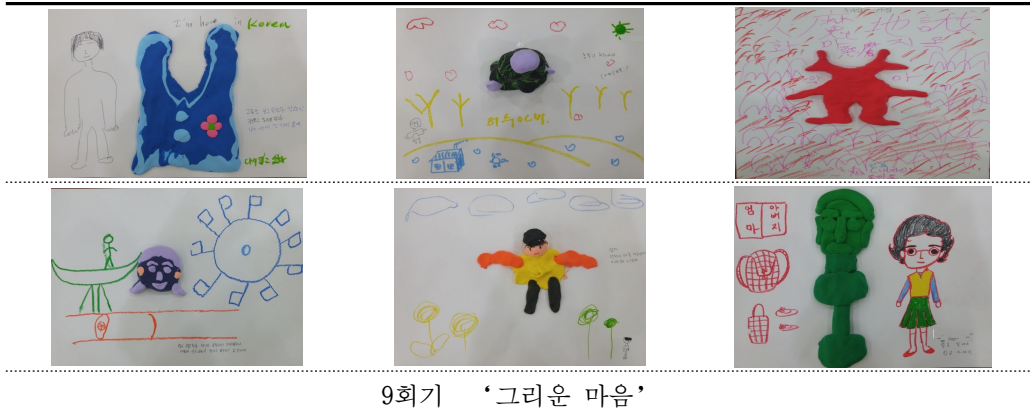
‘그리움’이란 무엇이라 생각하는지 이야기 나누고 눈을 감고 생각해보는 시간을 가졌다. 충분한 시간을 준 후, 그 감정을 그대로 간직한 채 아이클레이를 주무르게 하였다. 아이클레이를 주무르면서 어떤 느낌이 드는지 한명씩 돌아가며 감정을 나누었다. 매체에 대한 거부감을 줄여주기 위해 아이클레이를 조금씩 뜯어 옆 사람과 섞어보기도 하고 앞사람과도 섞어보며 ‘예쁜 색 만들어 보기’를 하였다.

연구자는 개인이 생각한 그리운 것들, 보고 싶은 사람, 그리운 마음 모두를 담아 아이클레이로 표현할 수 있도록 하였고, 그 누구를, 그 어떤 것을 만들어도 괜찮음을 전달하였고 집단원들을 서서히 자신의 그리운 감정을 표현하였다.

집단원은 작품을 8절지에 올려놓고 ‘이곳은 어디인지’, ‘내가 있다면 어디에 있는지’ 배경을 꾸며볼 수 있도록 하였다. D는 초록색 아이클레이를 집어 들고 크게 웃기도 하고 길게 늘어뜨리는 행동을 반복하였다. 아이클레이를 도화지에 붙이고는 볼펜 뚜껑으로 밀가루 반죽 하듯이 밀면서 사람의 형상을 알아보기 어렵게 만들고는 제목을 ‘아버님, 어머니 몸 아프지 말고 건강하세요.’라고 적었다. B는 여러 색을 혼합하여 동그라미 두 개를 뭉쳐서 붙이더니 제목을 ‘논밭의 허수아비(가정의 화목)’라고 지었다. 어렸을 때 자동차를 타고 시골에 갔을 때 밖의 풍경이 너무 아름다웠다고 전하면서 다시 가고 싶다고 이야기 하였다.

C는 그리운 사람으로 엄마를 만들고는 “엄마, 언제나 아픈 딸이어서 미안해. 사랑해.”라고 말하면서 눈시울을 붉혔다. 엄마와 헤어진 시간이 얼마 되지 않아 집단원과 연구자 모두 C에게 조심스러운 부분이 있었는데 프로그램 중 이야기를 먼저 하고 표현해주어 집단원들이 진심을 모아 격려를 해 주었다. C는 수업이 끝나고 연구자를 찾아와서 “그래도 선생님 덕분에 이야기를 할 수 있어서 고맙네요. 마음이 한결 편해졌어요. 오늘 여기서 다 풀고 가네요.”라고 말하며 자신의 감정을 전하였다. G는 빨간색 아이클레이를 양손으로 번갈아가며 쥐었다 폈다를 반복하였다. 한 색으로만 끝까지 완성하였다. 평소 아버지에 대한 불신과 불만을 자주 표현을 하더니 이번 회기에는 아이클레이로 아버지를 만들고 배경을 불구덩이로 표현하고 붉은 악마라고 써놓더니 “당해봐라. 얼마나 뜨거운지!”, “내가 그때 그렇게 아팠다고 아버지 때문에.” 말을 계속적으로 반복하였으며 욕을 했지만 이번 회기로 인하여 아버지에 대한 양가감정을 엿볼 수 있었다.

전체적으로 집단원 작품에서는 가족이야기가 가장 많았으며 못해줬던 미안한 마음의 표현을 많이 하고, 하고 싶은 말을 해 봄으로써 집단원의 정서표현을 도울 수 있었다.



<그림 14> 집단미술치료 본 프로그램 9회기 미술활동 과정 및 작품

(8) 10회기

집단원과 간단하게 감정카드를 이용하여 워밍업을 한 후, 오늘의 기분과 감정을 정서수첩에 작성하고 ‘나에게 소중한 것’이라는 주제로 스트레스와 자원탐색, 감정 표현력이 증진될 수 있도록 9분할을 진행하였다.

대상자의 특성을 고려하여 9분할을 그릴 수 있도록 연필로 연하게 숫자를 써 갔으며 연구자의 지시사항에 따라 그림을 그리게 하였다.

“중이 위의 숫자 보이시죠? 그 차례대로 그려나갈 겁니다. 내가 일상 중에서 느낀 대로, 생각나는 대로, 떠오르는 대로 무엇이든 상관 없습니다. 자유로이 그림을 그려주세요. 그래도 나는 그림을 그리지 못하겠다, 하는 경우에는 문자나 도형, 기호 등 무엇이래도 상관없습니다.” 라고 집단원에게 지시문을 전하였다.

E는 워밍업에서 감정카드를 맞추고 기분이 좋은 듯 종종 웃으면서 칸을 채워나갔다. 세 칸 그리고는 나머지 칸 채우기를 힘들어 하는 듯 보여서 그림 순서 제한을 풀고 9칸 채우기도 할 수 있는 만큼 할 수 있도록 하였다.

J는 그림을 그리지 않고 글로 서술하듯 풀어내어 적어나갔고, B는 한 부분에서 5회 이상 그림을 반복하여 지우며 모든 칸을 채우지 못하였다. 대부분의 집단원이 9칸을 채우지 못하였으며 시간이 오래 걸리고 주로 글 표현이 많았다. 제목을 지어본 후 ‘가장 처음에 그린 그림과 나중에 그린 그림은 무엇인지’, ‘그림 중 가장 내 마음을 잘 표현한 것은 무엇인지’, ‘그림 중 가장 소중한 것은 무엇인지’ 집단

원과 나누는 시간을 가져보면서 자신의 생활 중 원하는 것(소중한 것)과 원하지 않는 것(생활사건스트레스)을 구분하여보았다. 가장 소중한 것을 간직하고자 화선지에 연필로 간단하게 스케치를 하고 먹으로 그림을 그려 족자를 완성하였다.

F는 한참 고민하더니 주머니에 있던 MP3를 꺼내어 보고 그리기 시작하였고 연구자에게 음악이 가장 소중하며 음악 없이는 살 수 없다고 전하였다. A는 집에서 키우는 작은 화분, C는 교회 가는 나의 모습, D는 바다위에 피어있는 난초, H는 파란 사과나무를 표현하였으며 I는 꽃과 사랑을 표현하고 제목을 ‘딸과 대화를 많이 하자’ 라고 적으며 집에 걸어두면 예쁘겠다고 밝게 웃어보였다.

대부분의 집단원이 집중하는 시간이 초기단계보다 길어졌으며 손, 팔목, 어깨의 보폭이 커지고 고개를 들어 다른 집단원이나 작품들을 관찰하는 속도가 빨라졌다는 긍정적인 변화를 볼 수 있었다.



10회기 ‘나에게 소중한 것’

<그림 15> 집단미술치료 본 프로그램 10회기 미술활동 과정 및 작품

(9) 11회기

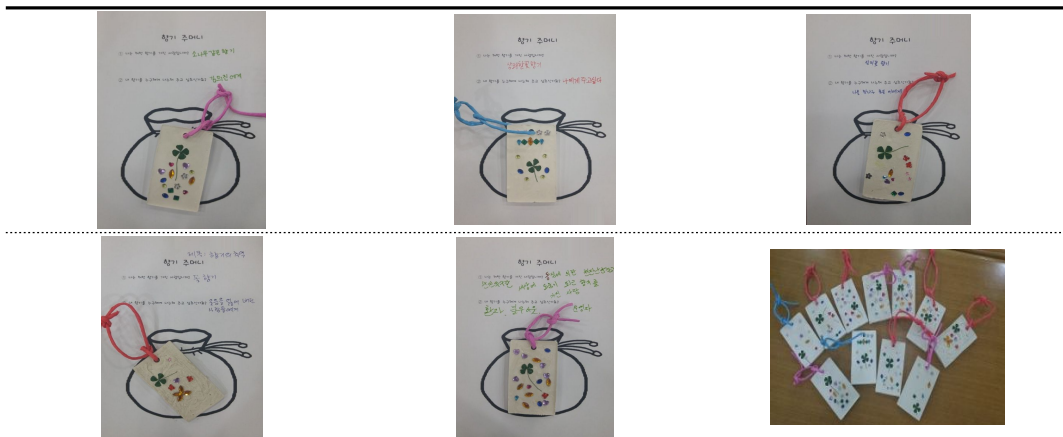
11회기는 ‘나를 응원해!’ 를 주제로 스트레스 대처방안과 감정표현력 향상을 목표로 자기 자신을 들여다보고 응원을 할 수 있도록 하였다.

우리가 스트레스를 받고 표현을 하지 않으면 그 감정이 내제되어 있다가 분출되면서 부정적인 행동이나 언어로 표현됨을 알려주고 집단원이 스트레스 상황이 아닐

때(좋은 향기)와 스트레스 상황(나쁜 향기)일 때 가족이나 타인에게 어떻게 행동하는지 각자 돌아가며 나누는 시간을 가졌다. 그리고 행운을 상징하는 압화 네잎클로버를 준비하여 자신의 향기를 담은 석고방향제에 행운을 담아 만드는 방법을 알려주고 직접 자신만의 긍정향기를 만들 수 있도록 도왔다.

D는 석고에 네잎클로버를 붙일 때 힘 조절이 어려워 잎이 몇 번 떨어져 나가는 모습에 상심해 하여 격려하고 함께 하였으며, G는 석고가루를 섞을 때 시간이 지체되어 굳어가자 도와달라는 말을 빠르게 반복하였고 완성된 작품이 마음에 드는지 손으로 계속 매만졌다. H는 자신의 감정표현을 평소보다 자주 하였고 자신의 긍정향기가 완성된 것을 보고 “우와~!!” 하며 탄성을 질렀다. 긍정향기를 향기주머니에 올리고 ‘나는 어떤 향기를 가진 사람인지’, ‘내 향기를 누구에게 나누어 주고 싶은지’ 를 적어 볼 수 있도록 하였다.

C는 꽃향기를 가진 사람으로 웃음을 잃어버린 사람들에게 자신의 향기를 나누어 주고 싶다고 하였으며, G는 세상에 도움이 되는 향기를 가진 사람으로 환자나 불우이웃, 문맹자에게 나누어 주고 싶다고 하였다. I는 장미꽃 향을 가진 사람으로 자신을 만나는 모든 이들에게 나누어 주고 싶고, J는 소나무 같은 향기로 딸의 이름을 적으면서 나누어 주고 싶다고 적었다. 집단원은 이번 회기로 인해 현재 자신의 스트레스와 마음상태, 타인의 마음을 이해할 수 있으며 누구나 자기만의 향기를 가지고 있기 때문에 여러 사람에게 좋은 향기를 나누어 주려면 자신의 스트레스 대처방안을 모색함으로써 긍정적인 스트레스 관리의 필요성을 알게 되었고 서로가 그런 긍정의 향기를 나누는 사람이 되기를 응원하였다.



11회기 ‘나를 응원해!’

<그림 16> 집단미술치료 본 프로그램 11회기 미술활동 과정 및 작품

c. 종결단계 (12~14회기)

(1) 12회기

12회기는 ‘함께하는 마음’을 주제로 나, 너, 우리가 있음으로써 자신의 생활사건스 트레스를 수용할 자원이 있음을 확인하고 서로의 감정표현력 증진을 목표로 하였다. 감정카드 위밍업을 간단히 진행 한 후 ‘가장 닳고 싶은 감정’을 골라 그 감정을 가졌을 때의 표정으로 사진을 찍어 연필꽃이에 넣었다. 같은 모양의 연필꽃이이지만 집단원 개인이 좋아하는 색의 폼 클레이로 꾸미고, 미리 오려진 여러 모양지 중 하나를 선택할 자신에게 하고 싶은 이야기를 적도록 하였다.

A는 자신에게 하고 싶은 말을 작은 글씨로 편지를 쓰듯이 썼으며 E는 자신에게 하고 싶은 말을 쓸 때에는 문장을 완성하지 못하고 연구자의 도움을 받았지만 폼 클레이를 붙일 때는 꼼꼼하게 붙였다. G는 큰 글씨로 빼곡하게 글을 쓰고는 연필꽃이에 있는 사진에 클레이가 묻자 연구자에게 떼어달라며 공간이 없이 붙이려고 노력하는 모습을 보였다.

전체적으로 집단원은 폼 클레이를 한 색으로 전체를 완성하려고 하였으며 앞에 있는 재료 이외에 것과 다른 집단원의 작품에는 관심을 두지 않아보였다. 폼 클레이를 붙여 완성한 후 자기 모습을 더욱 빛나게 비즈를 이용하여 주변을 꾸며주고 자신에게 하고 싶은 말을 연필꽃이에 세워 완성하였다. 따로 작품이 있을 때엔 ‘나’, 한 작품이 다가오면 ‘너’, 두 세 작품이 모이고 모두의 작품이 모였더니 ‘우리’가 되는 것을 확인하고는 J는 “너무 멋있다. 정말 우리가 한 것이 맞아요?” 라고 말하였고 H는 “색이 곱다~ 이렇게 모아놓으니 정말 한 작품 같잖아?” 라고 하자 C와 I가 “이거 언제 가져가요? 집에 가져다 놓고 싶어요.” 라고 말하였다. 집단원은 서로가 있기 때문에 스트레스 상황이 와도 서로 공감해 주고 그때의 감정은 서로 공유해주기로 약속하였다.



12회기 ‘함께하는 마음’

<그림 17> 집단미술치료 본 프로그램 12회기 미술활동 과정 및 작품

(2) 13회기

13회기는 집단원의 긍정적인 스트레스 대처방안과 감정표현력 강화를 목표로 자신의 밝은 미래와 희망의 메시지를 담아 한지등을 만들었다.

현재 우리에게 빛이 되고 있는 모든 것들을 이야기 나누고 간단하게 한지의 장단점과 찢어 붙이는 여러 방법에 대해 설명한 후 자신만의 등이 어떤 의미를 담았으면 좋을 것인지 나누는 시간을 가졌다.

E는 한지를 크고 넓게 찢어 붙여 표현하였고 한 줄로 찢은 한지를 둥글게 연결하여 예쁜 꽃을 만들어 붙이고는 만족스러운 듯 웃었다. G는 열십자 기호를 여럿 만들어 붙이면서 “적십자, 녹색십자, 적십자, 녹색십자...” 라는 말을 계속 반복하였으며 한지를 붙이고 나서 뿌듯해 하는 표정을 지었고, H는 말없이 프로그램에 참여하면서 하나 붙일 때마다 한지등을 돌려보고 소리 없이 미소를 짓는 모습을 볼 수 있었다. 연구자는 집단원이 웃거나 미소를 지을 때 마다 이유를 묻고 기분이 어떠한지 말로도 표현할 수 있게 도왔다. 자신의 방에 어떤 색의 등이 있었으면 좋을지 묻고 그 색의 한지를 골라 원하는 나의 미래를 적어서 한지등 안에 넣을 수 있도록 하였다. F와 J는 하늘색을 선택하고 미래를 적을 때 고민하는 모습이 역력했으며, G는 거침없이 써 내려갔고, C와 E는 ‘아프지 않았으면 좋겠어요.’ 라고 써서 등 안에 넣었다.

천장에 지끈을 매달고 실내를 어둡게 만든 후 등을 모두 켜보니 집단원이 적어 넣은 미래가 빛이 되어 밝게 빛나는 모습을 볼 수 있었다. 집단원은 하나같이 환호성을 질렀으며, H가 “너무 아름답다. 이거 방에 놔두면 예쁘겠다.” 라고 하니 나머지 집단원이 “와아!” 하고 박수를 쳤다.

한지를 찢고 구김으로써 집단원의 스트레스를 긍정적으로 풀 수 있었으며 우리의 미래도 한지등과 같이 밝고, 집단원 개개인 또한 다른 사람에게 밝은 등불 같은 존재이길 바란다는 의미를 부여하고 프로그램을 마무리 하였다.



<그림 18> 집단미술치료 본 프로그램 13회기 미술활동 과정 및 작품

(3) 14회기

14회기는 마지막 회기로 간단하게 사후검사를 실시한 후 그동안의 모아둔 작품을 전시하였다. 보조치료사와 임상심리사 지도 아래 소그룹실 모서리를 기준으로 네 회기씩 세 팀이 나누어 작품 전시를 진행하였고 서로의 의견을 존중하며 함께 꾸며나가는 것을 목표로 하였다.

완성된 전시실을 둘러보며 A는 “우리가 이렇게 많이 했어?” 라고 말하였고, B는 “와 예쁘다.” 를 연발했으며, D는 묵묵히 둘러보고는 한 자리에 오랫동안 머물러서 작품을 감상하였다. J는 입 안 가득 과자를 물고 작품을 둘러보기를 반복하였으며 여자 집단원은 친분이 있는 사람끼리 짝을 지어 작품을 감상하는 모습을 볼 수 있었다.

작품을 전시 한 후 간단히 다과를 즐기며 그동안의 프로그램을 참여하면서 들었던 생각이나 느낌을 서로 공유하였다. B와 H는 “그동안 고생 많았고 많이 보고 싶을 거예요.” 라고 이야기 하였으며, I는 조용히 와서 연구자의 손을 잡아주며 “또 와요.” 라고 아쉬운 마음을 표현하였다. F는 “선생님은 미술치료하면서 어땠어요?” 라고 되묻기도 하는 등 프로그램 전 과정을 회상하고 정리 할 기회가 되었다.

집단원들과 연구자는 프로그램으로 인한 고생과 노력에 대한 보상으로 서로에게 축하의 박수와 함께 앞으로도 늘 지금처럼 자기감정표현에 하며 스트레스보다 긍정의 향기를 안고 살기를 다짐하고 따뜻한 분위기 속에서 프로그램을 종결하였다.



14회기 ‘전시회’

<그림 19> 집단미술치료 본 프로그램 14회기 미술활동 과정 및 작품

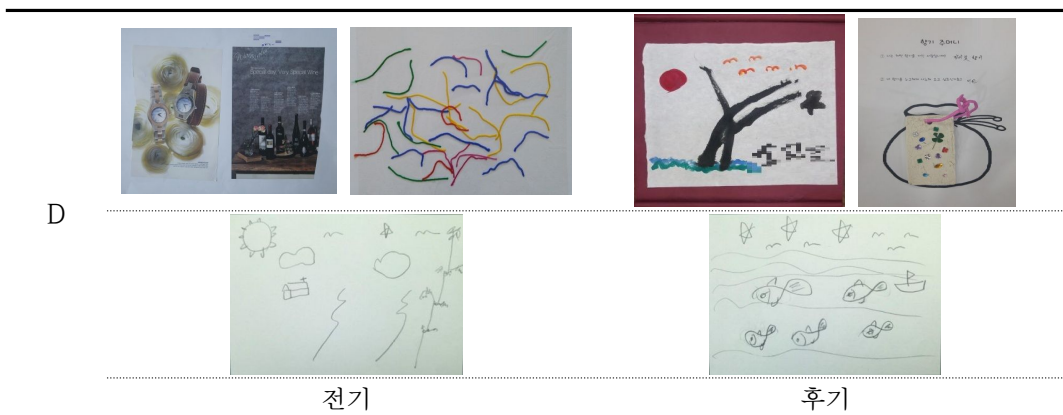
2. 프로그램 구성 요인별 분석

a. 정서표현에 따른 전·후 작품 비교 및 평가

집단미술치료 실시 전기와 후기 작품을 정서표현을 기준으로 비교·평가하였으며 변화내용은 다음과 같다.

D는 약을 복용하고 있지만 평소 술, 담배, 커피를 많이 하기 때문에 한 곳에 집중을 하게 되면 침을 흘리곤 하여 집단원과 함께 합동 작품 활동을 하기에 다소 무리가 있었다. 초기에 감정표현을 전혀 하지 않고 고개를 숙이고 눈을 위로 부릅 뜬 채 프로그램에 임하였다. 글과 그림을 자세히 읽고 표현하기 귀찮아하였으며 연구자의 지시사항 외의 행동을 많이 하여 집단의 분위기를 흐리기도 하였다. 초기에 집단원들과 교류가 없고 감정 기록이 심하였으나 프로그램이 진행 될수록 집중하는 태도와 자신의 감정을 표현하는 횟수가 늘었다. ‘아름다운’, ‘사랑스러운’, ‘멋진’ 이라는 단어가 들어가는 문장을 자주 사용하는 등 미술치료과정을 통해 자연스럽게 정서표현을 하며 소통하는 모습을 자주 볼 수 있었다.

D의 사전 별-파도 그림은 회화적인 양식으로 표현하였으며 하늘과 바다가 섞여 전체적으로 부조화를 이룬다. 별과 파도는 등장하였으나 주제와 상관없이 자신이 그리고자 하는 그림을 그려 상관성이 낮으며 무기력한 상태를 보인다. 사후에는 사전과 달리 주제를 지각하고 그림 상 바다가 2/3를 차지하고 별이 늘어난 것을 보아 감정 표현이 향상됨을 알 수 있다.



<그림 20> D의 정서표현에 따른 전·후 작품 비교 및 평가

E는 초기에 눈 마주침이 안 되고 음성증상이 뚜렷하게 나타나 프로그램 진행 시 질문에 대한 답변을 들으려면 오랜 시간이 필요하였다. 색과 매체의 선택에서 시간이 많이 지체되었으며, 생각이나 느낌을 전혀 표현하지 못하고 집단원을 결눈질로 관찰 하는 행동을 자주 보였다. 주제 선택도 항상 타인을 따라하는 모습을 보였으나 프로그램이 진행 될수록 작품을 완성하는 속도가 빨라지고 집단원과 소통하며 눈을 마주치고 웃는 횟수가 많아졌다. 매체나 주제를 선택할 때에도 ‘왜 선택을 하였는지’, ‘무엇을, 어떻게 표현을 하였는지’ 구체적으로 이야기하기 시작하였으며 작품에 대한 느낌을 표현할 때, ‘예쁜 꽃’, ‘감사하는 마음’, ‘보고 싶어요.’ 등 감정을 담아 이야기를 전달하는 변화된 모습을 볼 수 있었다.

E의 사전 별-과도 그림은 상징적인 양식으로 하늘과 바다를 격리하고 하늘이 우위이며 바다는 미동이 없다. 별이 없고 달과 구름, 번개 가운데에 있는 배는 자신의 현재 상황을 위기상황으로 지각하고 표현한 것으로 해석된다. 사후의 그림은 과도가 높아졌으며 달과 별, 배를 그려 넣었다. 절반 이상 올라간 과도 표현에서 감정 선이 높아지고 정서적 흐름과 변화가 반영되었다.

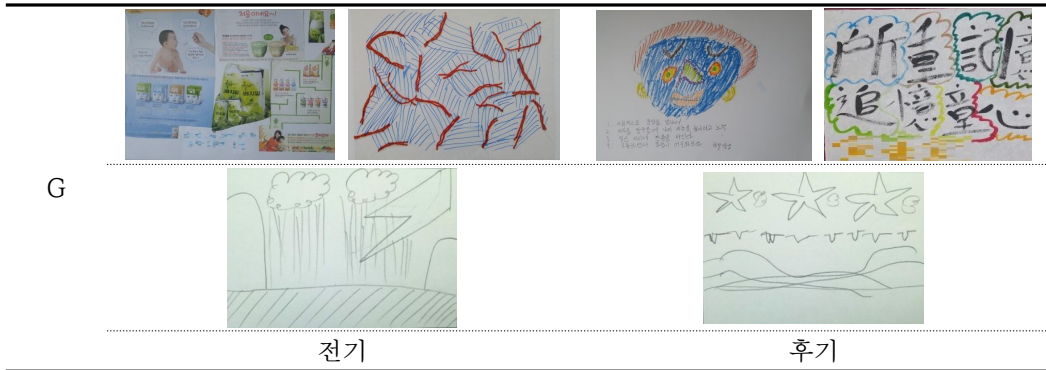


<그림 21> E의 정서표현에 따른 전·후 작품 비교 및 평가

G는 지우개를 자주 사용하고 한 색으로 완성하기를 원하며 집단원과 소통이 전혀 없었다. 작품 활동을 혼자 할 수 있다고 고집을 피우고 타인이 무지하다 싶으면 표정과 말투로 무시하는 등, 과하게 거칠고 격한 감정표현을 주로 하였다. 이러한 정서는 작품에 고스란히 나타났다. 초기의 작품의 주제는 아기, 정치, 사회적인 이슈였으나 프로그램이 진행 될수록 본인에게서 꺼내기 힘든 부분인 아버지에 대한 이야기를 집단원과 나누며 그동안 억압된 감정과 분노를 표출하였고, 감정표현에

솔직하였다. 부정적 감정을 털어내며 정서적 순환이 이뤄지는 것을 볼 수 있었으며 이를 통해 한결 편해진 말투와 행동을 보이며 집단원과 관계도 원만해졌다.

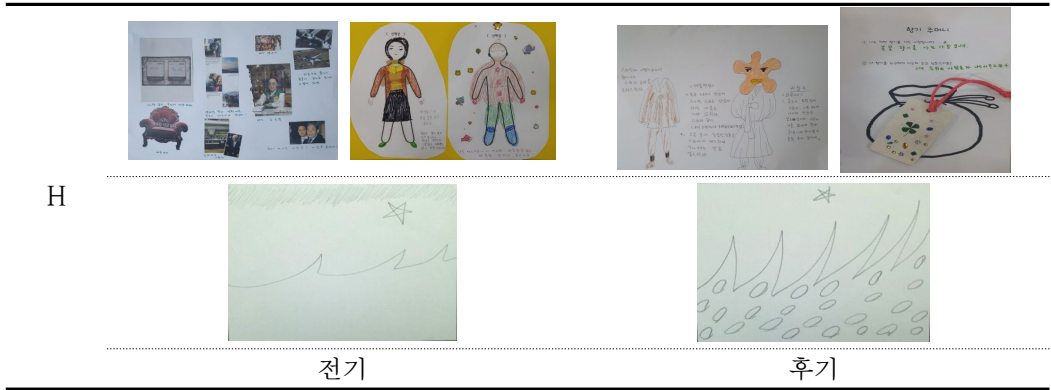
G의 사전 별-파도 그림은 하늘을 강조하여 지적측면을 무의식에 반영하였다. 별은 그리지 않고 구름에 많은 비를 그려 넣어 스트레스 상황을 강조하였으며 정서적 반응은 낮게 표현되었다. 사후 그림에서는 별과 갈매기가 등장하고 파도가 출렁임으로써 환경의 변화에 적극적인 정서적 반응을 보이는 것을 확인할 수 있다.



<그림 22> G의 정서표현에 따른 전·후 작품 비교 및 평가

H는 초기에 묻는 말에 겨우 대답하는 정도였고 긴 문장이나 오랜 대화를 시도하게 되면 지리멸렬하고 혼란된 언어사용 특성이 뚜렷하였다. 그 날의 기분과 신체 리듬에 따라서 단답형으로 감정표현을 하기는 하였으나 ‘좋아하는 것’을 주제로 풀라쥬로 표현하였는데 사람의 표정을 보고 어떤 감정인 것 같은지 질문을 하였을 때 상황과 다르게 엉뚱한 대답을 하는 등 소통에 어려움이었다. 그러나 프로그램이 진행 될수록 긴 문장으로 이야기하기가 가능해지고 손뼉을 치고 얼굴을 감싸는 등 비언어적 정서표현도 증가되었다. 후기에는 “미술치료를 함으로써 자신의 병이 나아지는 것 같다. 프로그램 할 때 가장 행복하다.”라며 자신의 변화와 정서를 스스로 표현하며 소리 내어 웃기도 하였다.

H의 사전 별-파도 그림은 하늘과 바다가 조화를 이루지만 감정적 측면이 조금 강하다. 하늘에 강조된 음영과 별 하나는 우울감, 외로움, 쓸쓸함을 내포하고 있으며 현재의 어두운 정서를 표현하였다. 사후에는 사전보다 파도의 움직임이 높아졌고, 하늘의 음영이 사라졌으며 필적이 확고해졌다. 이성보다 감성이 더 올라와 정서적 반응과 에너지가 상승되고 부정적 정서표현이 감소되는 등의 긍정적인 변화를 확인할 수 있으나 이로 인한 감정조절의 어려움이 있을 수 있다.



〈그림 23〉 H의 정서표현에 따른 전·후 작품 비교 및 평가

b. 생활사건스트레스에 따른 전·후 작품 비교 및 평가

집단미술치료 실시 전기와 후기 작품을 생활사건스트레스를 기준으로 비교·평가하였으며 변화내용은 다음과 같다.

B는 프로그램 시 다른 집단원에게 의지하는 행동을 보이며 고개를 숙인 상태로 프로그램에 임하거나 친분이 있는 소수의 집단원과 교류하였다. 매사에 수동적이며 스트레스 자체를 인지하지 못하고, 난화 표현 시 스트레스 해소의 방법으로 털실을 잘랐을 때 느낌과 연상을 잘 표현하지 못하였으나 정서수첩을 매일 작성하고 매체를 통해 감정을 드러내면서 자신의 생활사건스트레스를 인지하게 되고, 생활사건스트레스 직면 시 정서를 이야기 할 수 있게 되었다. 프로그램 후기로 진행될수록 고개를 들고 프로그램에 임하는 시간이 길어졌으며 ‘신난다’, ‘스트레스가 풀린다’, ‘재미있다’, ‘기분이 좋다’ 등의 긍정적 정서를 표현하는 등 생활사건스트레스가 감소됨을 알 수 있었다.

B의 빗속의 사람 그림을 살펴보면 사전과 사후 모두 대체적으로 비의 양은 적지만 굵은 비가 내리고 있다. 인물상이 미성숙하며 보통보다 작게 표현하였다. 사회적 미성숙과 낮은 자존감을 예측할 수 있으며 환경을 다루는데 있어서 부적절함과 낮은 에너지를 갖고 있음을 알 수 있다. 그러나 사전에 없던 보호물이 사후에 생김으로써 긍정적인 변화를 확인할 수 있었다.



B



전기



후기

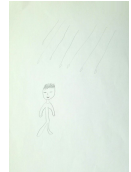
<그림 24> B의 생활사건스트레스에 따른 전·후 작품 비교 및 평가

초기에 C는 집단원의 실수를 지적하며 자신의 스트레스를 타인에게 행동과 공격적인 언어로 풀기도 하였다. 프로그램 시 다른 집단원의 의견이나 작품 설명을 들으려 하지 않는 태도를 보였다. 외동으로 자랐기 때문에 매체 선택에서도 자기중심적인 경향이 강하였으나 회기가 거듭될수록 자신의 스트레스의 원인을 지각하게 되고, 집단원들과 생활사건스트레스를 해소하는 등 함께 스트레스를 이겨내는 경험을 하고 큰 힘을 얻었다. 특히 최근에 있었던 중대한 스트레스를 집단원에게 꺼내며 집단원들의 피드백을 통해 타인의 격려와 지지를 경청하고 수용하는 태도를 보였다.

C의 빗속의 사람 그림을 살펴보면 사전에 비해 사후 그림의 비의 양이 현저히 감소되었으며 표정의 변화와 친구라는 대처자원이 생겨 긍정적인 변화를 보였다. 사전에서의 팔, 다리의 구분이 어려운 것은 자신의 뜻대로 움직일 수 없는 미약함을 표현하고, 귀를 그리지 않은 것은 주변 상황에 대해 관심을 기울이지 않으며 들으려 하지 않는 것으로 해석된다. 그러나 사후에 귀를 강조함으로써 친구라는 자원을 통해 자신의 고민과 스트레스를 나누고 싶은 마음을 표현한 것으로 보인다.



C



전기



후기

<그림 25> C의 생활사건스트레스에 따른 전·후 작품 비교 및 평가

F는 털실 난화를 통해 스트레스를 표현할 때, 뭉친 털실을 불규칙적으로 자르며 활동하였고, 스트레스에 대해서는 일체 언급을 하지 못하였으나 시간이 지나며 자기표현이 향상되었다. 주로 가족과 병, 헤어진 여자 친구에 대한 미안함과 그때를 후회하는 감정을 스트레스로 표현하는 등 주로 과거경험에 고착되어 스트레스를 받고 있었다. 후기로 갈수록 가족에게 조금이나마 고마움을 표현하게 되었고, 예전에 여자 친구가 사준 옷을 만들고는 ‘나는 여기서 건강해. 너도 거기에서 행복했으면 좋겠어.’ 라고 적는 등 미술치료를 통해 여러 감정을 표현함으로써 자신의 정서순환이 되고 생활사건스트레스를 해소하고 감소되는 과정을 볼 수 있었다.

F의 빗속의 사람 그림에서는 사전, 사후 비의 양은 적으나 대처물 없이 비를 온몸으로 맞고 있다. 사전에는 전체적으로 그림이 오른쪽이 위치하고 무기력해 보이며 의복의 여부가 불확실하다. 이는 신체자각에 대해 고민 중일 수 있다. 그러나 사후에는 옷을 입혔으며 그림이 커지고 표정이 좋아졌고 그림의 선이 단단해졌다. 내담자가 스트레스상황에 대처할 수 있는 내면의 힘이 증가한 것으로 보인다.

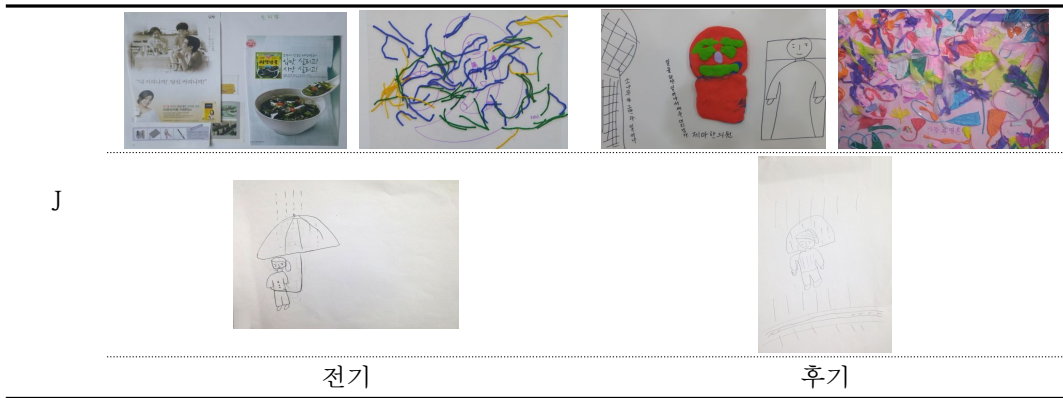


<그림 26> F의 생활사건스트레스에 따른 전·후 작품 비교 및 평가

J는 프로그램에 소극적으로 임하였으며 수동적이고 스트레스 인지가 어려웠다. 털실 난화에서 가위질을 적게 하고 주변을 살피는 행동이 잦았으며 연상되는 그림을 ‘태아’라고 하였다. “사과를 먹고 싶은데, 태아가 먹을 수가 없어서 너무 스트레스 받아.” 라며 작품에 자신의 스트레스를 담아 표현하였다. 초기에 주로 주제가 ‘먹는 것’, ‘아가’, ‘어머니’ 였으나 후기로 갈수록 주제가 ‘자신’ 이 중심이 되었으며, 감정표현에 솔직해 지면서 부족한 부분이 있을 때 집단원에게 도움을 청하는 모습을 보이기도 하였다. 프로그램이 끝난 후에도 아이클레이를 주물럭거리며 연구자와 눈

을 마주쳤으며 자신의 일상을 표현하는 시간이 길어지면서 생활사건스트레스를 해소하였고, 초기와 다르게 집단원 사이에서 웃음을 짓는 순간이 많아지는 등 변화를 확인할 수 있었다.

J는 사전 빗속의 사람 그림을 모두 그린 후, 인물 전체를 지우고 다시 그렸는데 이는 자신에 대한 신뢰감이나 이상화된 감정을 표현한 것으로 보여 진다. 우산이 있기는 하나 우산의 위치와 손의 생략 등이 스트레스 상황에서 자원의 활용이 어렵다는 것을 표현하고 있다. 현재 무기력하고 현실검증력이 낮은 상태로 보여 진다. 그러나 사후그림에서 우산을 어깨에 올리고 손을 표현하여 자신이 힘든 상황에서 주변의 환경을 통제하고 활용할 수 있는 능력을 갖게 되었다는 것을 알 수 있었다.



<그림 27> J의 생활사건스트레스에 따른 전·후 작품 비교 및 평가

V. 논 의

본 연구는 집단미술치료 프로그램이 조현병 환자의 정서표현과 생활사건스트레스에 미치는 효과를 파악하고자 시도하였다. 연구 결과에 따른 시사점은 다음과 같다.

첫째, 조현병 환자를 위한 집단미술치료프로그램에 참여한 실험집단은 그렇지 않은 비교집단보다 정서표현 점수가 더 향상되어 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 즉 집단미술치료프로그램이 정서표현이 어려운 조현병 환자의 정서표현에 효과가 있었음을 의미한다.

본 연구결과는 조현병 환자를 대상으로 정서표현 향상을 위한 프로그램을 적용하여 효과가 있음을 보고한 강복인(2015)과 박은정(2014)의 연구와 일치한다. 본 연구 대상자들에게 나타난 변화는 정서를 이완하고 내면의 감정을 표출함으로써 정서표현의 향상을 보였고, 자기표현에 적극적인 모습을 보였다. 회기가 진행될수록 감정을 솔직하게 표현하였고 눈 마주침, 얼굴 표정, 손 움직임, 팔의 활동 범위가 넓어지는 것을 확인할 수 있었다.

또한 집단원은 집단 안에서 상호교류를 통해 대인관계와 의사소통이 향상되었다(강복인, 2015; 신재균, 2014; 박은정, 2014). 집단미술치료를 통해 집단 내에서 동등하게 참여하는 방법과 하나의 주제 하에 활동함으로써 협동을 배우게 되었다. 또한 언어적인 사용만 하는 집단과는 다르게 미술이란 도구를 통해 집단 내에서 변화와 역동을 촉진하여 그들의 정서표현에 도움을 주었는데, 이러한 결과는 집단미술치료가 정서표현의 어려움이 있는 조현병 환자에게 많은 효과가 있음을 보고한 정미섭(2015), 김광화(2014), 최수정(2014)의 연구와도 일치한다.

조현병 환자는 작품을 완성하는 과정과 결과물로 인해 자기인식을 할 수 있으며, 자신의 감정과 생각을 충분히 표현함으로써 자아존중감이 높아지게 된다(정수지, 2015; 김희중, 2013). 그로인해 자신감과 집단의 응집력, 사회성 등을 향상시킬 수 있었다. 따라서 정서표현이 결여된 조현병 환자를 위한 프로그램을 구성 할 때 미술매체를 활용하는 것은 환자의 내제된 감정을 끌어올리고 표현하는데 도움을 줄 것으로 기대한다.

둘째, 조현병 환자를 위한 집단미술치료프로그램에 참여한 실험집단의 생활사건 스트레스 점수는 비교집단에 비해 낮게 나타나 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 즉 집단미술치료 프로그램은 조현병의 생활사건스트레스를 감소시키는데 효과가 있었음을 의미한다.

이러한 결과는 조현병을 대상으로 집단미술치료나 스트레스관리프로그램을 실시하여 스트레스가 감소하였음을 보고한 선행연구의 결과(서명아, 2015; 최혜민, 2013)와 유사한 결과이다. 본 연구 대상자에게 나타난 변화는 매 회기 당 자신의 생활사건스트레스를 바라보고 인식할 뿐 아니라 더 나아가 집단원을 통해 공감하는 법을 배움으로써 긍정적으로 스트레스를 해소하고 바라볼 수 있었다. 회기가 진행될수록 환경에 대한 자극을 빨리 인식하였으며, 집중하는 시간이 길어지고 작품을 완성하는 속도가 빨라지는 모습을 볼 수 있었다.

조현병 환자가 스트레스에 취약하며 사소한 생활스트레스에서도 병이 유발되거나 재발에 영향을 주고 위험성을 가지고 있다는 점에서 조현병 환자에게 생활사건 스트레스의 조절은 매우 중요하다. 생활사건스트레스로 인해 괴로움을 더하는 조현병 환자의 정신건강을 위해서 스트레스 인식, 스트레스 관리, 대처방안 탐색, 행동, 유지의 순서대로 지속적이고 효과적인 프로그램 개입이 필요하다. 현재 조현병 환자를 대상으로 스트레스 관리 프로그램의 개입의 연구는 많이 있지만, 치료적인 접근으로 보았을 때 단일사례연구에 비해 집단미술치료의 연구가 미흡하다. 이러한 맥락에서 본 연구의 조현병 환자를 대상으로 집단미술치료를 실시하여 비언어적 수단으로 그들의 방어를 감소시켜 감정을 이완하고 심상의 표현을 도움으로써 그들의 생활사건스트레스를 탐색할 수 있도록 하였다. 또한 이에 적극적으로 대처할 수 있도록 매 회기마다 목표를 중심으로 한 자극과 반응, 결과를 통해 그들의 생활사건스트레스가 감소됨을 확인할 수 있었다.

이상의 결과를 종합해 볼 때, 집단미술치료프로그램은 조현병 환자들의 정서표현과 생활사건스트레스에 긍정적인 효과가 있는 것으로 나타났다. 앞으로 정서표현과 생활사건스트레스에 관한 다양한 미술치료적 접근과 정신재활을 위한 프로그램의 연구가 지속되길 바란다.

Ⅵ. 결론 및 제언

A. 결론

본 연구는 사회복지시설과 정신요양원에서 생활 중인 조현병 환자를 대상으로 집단 미술치료프로그램을 제공하여 정서표현, 생활사건스트레스에 미치는 효과를 검증하고자 하였다. 연구대상은 G시에 위치한 정신보건센터와 N시에 위치한 정신요양원에서 DSM-5에 의거하여 정신과 전문의에 의해 조현병으로 진단을 받고 생활하고 있는 대상자 중 연구자의 목적을 이해하고 자발적으로 연구 참여에 동의한 자 총 20명을 선별한 후, 실험집단 10명과 비교집단 10명으로 나누어 실시하였다.

집단미술치료프로그램은 미술심리치료전공 교수와 미술치료전문가의 자문을 얻어 정서표현과 생활사건스트레스 완화에 초점을 맞추어 최종 완성하였으며, 프로그램 운영은 매회 90분씩, 주 2회, 7주 동안 총 14회 진행하였다.

본 연구의 측정도구는 정서표현척도, 생활사건스트레스척도, 별-파도 그림검사(SWT), 빗속의 사람 그림검사(PITR)를 실험집단과 비교집단에게 각각 사전검사와 사후검사를 실시하였다. 수집된 자료의 분석은 SPSS 22.0 프로그램을 이용하여 정규성 검정은 Shapiro-Wilk를 사용하였고, 대상자의 일반적 특성과 종속변수에 대한 동질성 검정은 χ^2 -test와 t-test, 가설 검정을 위하여 Mann-Whitney U test와 반복측정 변량분석을 통해 집단미술치료프로그램 효과에 대한 가설을 검증하였다.

집단미술치료프로그램을 조현병 환자에게 실시한 결과 본 연구는 조현병환자의 정서표현과 생활사건스트레스의 효과에 대하여 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 집단미술치료를 참여한 실험집단은 참여하지 않은 비교집단에 비해 프로그램 실시 전보다 프로그램 실시 후의 정서표현이 유의미하게 높아졌다.

둘째, 집단미술치료를 참여한 실험집단은 참여하지 않은 비교집단에 비해 프로그램 실시 전보다 프로그램 실시 후의 생활사건스트레스가 유의미하게 낮아졌다.

본 연구결과를 통하여 집단미술치료프로그램은 조현병환자의 정서표현 향상과 생활사건스트레스 감소에 효과가 있음을 알 수 있다.

이상의 결과를 토대로 조현병 환자가 정서표현을 함으로써 생활사건스트레스를 감소시킬 수 있다는 점에서 심상의 표출을 자극하고 표현할 수 있는 집단미술치료 프로그램을 지역사회복지기관이나 센터에서 지속적으로 시행한다면 조현병환자의 정서안정과 함께 삶의 만족 또한 향상 될 것이라 기대해본다.

B. 제언

본 연구의 결론을 토대로 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 본 연구의 기간이 주 2회, 14회기의 단기치료프로그램으로 실시하였으므로 조현병 환자들에게 장기적인 집단미술치료프로그램을 실시하여 일반화 할 수 있는 연구가 필요하다.

둘째, 본 연구 대상의 표본수가 작아 일반화하기 어렵다는 점에서 집단미술치료프로그램을 각 지역에 있는 센터와 시설을 이용하고 있는 조현병 환자에게 실시하여 효과성을 검증하는 것이 필요하다. 또한 현재 집단미술치료프로그램을 실시한 조현병환자의 정서표현과 생활사건스트레스 연구 사례가 부족하기 때문에 다양한 임상 현장에서 프로그램을 적용한 후속 연구와 반복적 연구가 절실하다.

셋째, 본 프로그램을 실시한 집단을 대상으로 추후검사가 실시되지 않았다. 그러므로 집단미술치료프로그램 실시 이후의 효과지속성을 확인하기는 어렵다. 따라서 추후 연구를 통한 효과의 지속성을 확인할 필요성이 있다.

넷째, 본 연구에서 사용된 측정도구는 신뢰도와 타당도가 검증되어 조현병 환자에게 사용하였으나, ‘정서’ 자체가 주관적인 느낌이기 때문에 조현병 환자가 받아들이기에는 어려운 문항이 많았다. 조현병환자의 특징을 고려하여 어렵지 않은 문장으로 쉽게 답할 수 있는 정서표현척도의 개발이 필요하다.

다섯째, 조현병환자의 특징 상 자기평가를 객관적으로 하는데 어려움이 있다는 점에서 후속 연구는 관찰자가 체크하는 관찰자형 척도와 함께 조현병환자의 자기보고식 척도의 타당성을 같이 제고해 보기를 제언한다.

참고문헌

- David G. Kingdon , Douglas Turkington (2015). **조현병과 망상장애의 인지치료**. 이상수(역). 서울: 군자출판사.
- Goethe J.W.V. (1801). **색채론**. 장희창, 권오상(역). (2008), 서울: 민음사.
- J. A. Rubin. (2001). **이구동성미술치료**. 주리아(역). 서울: 학지사.
- Liberman, DeRisi, Mueser(1995). **정신과 환자를 위한 사회기술훈련**. 김철권, 변원탄(역). 서울: 신한.
- Marian Liebmann (2013). **집단미술치료**. 서울: 학지사.
- William James. (1884). **심리학의 원리**. 서울: 학지사.
- Yalom, I. D. & Leszcz, M. (2008). **최신 집단정신치료의 이론과 실제: 제5개정판**. 최해림, 장성숙(역). 서울: 하나의학사. (원서출판 2005).
- 가쓰키나나코 (2012). **별-파도 그림검사**. 조정자 외 1명 (역). 서울: 학지사.
- 강복인 (2015). **집단미술치료가 입원한 조현병환자의 정서표현, 정서행동, 대인관계 및 삶의 질에 미치는 영향**. 원광대학교 대학원, 박사학위논문.
- 강운석 (2010). **생활사건과 스트레스 인식에 거절 민감성이 미치는 효과**. 성신여자대학교 대학원, 석사학위 논문.
- 고경봉 (1988). **내과 계 입원환자들에서 정신신체 장애의 유병율과 스트레스 지각**. 신경정신학, 27, 525-534.
- 고순실 (2010). **정서적지지 원예치료가 만성정신분열병환자의 사회적 지지와 문제 해결능력에 미치는 영향**. 단국대학교 대학원, 석사학위논문.
- 고현미 (2008). **집단미술치료가 만성정신분열병 환자의 대인관계에 미치는 영향**. 동국대학교 대학원, 석사학위 논문.
- 권석만 (2013). **현대 이상심리학**. 서울: 학지사.
- 권주희 (2013). **정서관리훈련 기반 음악치료프로그램이 조현병환자의 삶의 질과 분노에 미치는 효과**. 원광대학교 일반대학원, 박사학위논문.
- 김광화 (2014). **집단표현예술심리치료가 만성조현병환자의 자기표현과 상호작용에 관한 사례연구**. 명지대학교 사회교육대학원, 석사학위논문.
- 김명숙 (2011). **정신분열병환자에서의 정서관리훈련 프로그램의 효과**. 대구대학교

- 대학원, 석사학위 논문.
- 김미정 (2012). 정서관리훈련프로그램이 정신분열병환자의 정서표현, 불안, 의사소통에 미치는 효과. 강원대학교 대학원, 석사학위논문.
- 김보연 (2006). Diagnostic Drawing Series에 나타난 정신분열증 환자의 회화적 특징 연구. 서울여자대학교 대학원, 석사학위 논문.
- 김상효 (2011). 보육교사 직무스트레스와 빗속의사람 그림(PITR)의 반응특성. 한세대학교 대학원, 석사학위 논문.
- 김선영 (2011). 만성 정신장애인을 위한 스트레스관리프로그램의 효과성 연구. 경북대학교 대학원, 석사학위 논문.
- 김소연 (2010). 만성 편집형 정신분열병 환자의 미술치료 단일사례연구. 동국대학교 대학원, 석사학위 논문.
- 김수정 (2010). 음악치료가 정신분열병환자의 정서표현, 대인관계, 질병침습도 및 삶의 질에 미치는 효과. 원광대학교 대학원, 박사학위논문.
- 김연홍 (2007). 만성정신분열병 입원환자의 제 정서, 사회행동과 만다라에 미치는 원예치료 효과. 단국대학교 대학원, 석사학위논문.
- 김옥희 (1992). 정신질환자의 스트레스와 우울의 완충제로써 유우머 감각에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원, 석사학위논문.
- 김윤희 (2016). 무용동작치료가 일 지역사회 정신건강증진센터 조현병 환자의 감정 표현불능증과 자아존중감 및 삶의 질에 미치는 영향. 원광대학교 대학원, 석사학위논문.
- 김은숙 (1997). 만성정신장애인에 대한 스트레스 대처훈련 프로그램 활용에 관한 연구. 가톨릭대학교 대학원, 석사학위논문.
- 김은옥 (2016). 정서인식 명확성이 신체화 증상에 미치는 영향: 감정표현불능증과 신체귀인의 매개효과. 대구가톨릭대학교 대학원, 석사학위논문.
- 김종경 (2008). 임상미술치료가 정신분열병 환자의 음성증상에 미치는 영향. 차의과학대학교 대학원, 석사학위 논문.
- 김철권, 변원탄 (2000). 정신분열병을 극복하는 법. 서울: 하나의학사.
- 김희중 (2013). 점토중심 집단미술치료가 만성조현병환자의 자아존중감과 대인관계에 미치는 영향. 경기대학교 미술디자인대학원, 석사학위논문.
- 남희림 (2016). 항공사 객실승무원의 멘토링이 서비스일관성, 긍정적 정서표현, 서비스유연성에 미치는 영향. 경기대학교 대학원, 박사학위논문.
- 대한조현병학회 (2013). 조현병, 마음의 줄을 고르다. 서울: 군자출판사.

- 류현미 (2006). **기혼여성의 생활사건 스트레스와 자살생각간의 관련성**. 성신여자대학교 대학원, 석사학위 논문.
- 미국정신의학회 (2013). **정신질환의 진단 및 통계편람 제5판**. 서울: 학지사.
- 미술치료학회 (2011). **투사검사 및 미술치료기법**. 대구: 중문출판사.
- 민성길 (2010). **최신정신의학**. 서울: 일조각.
- 박선영 (2011). **집단미술치료가 정신요양시설에 거주하는 만성정신분열증 환자의 자아존중감에 미치는 영향**. 동국대학교 대학원, 석사학위 논문.
- 박승일 (2009). **정신분열병 환자의 스트레스 관리 훈련의 효과성 연구**. 숭실대학교 대학원, 석사학위논문.
- 박은정 (2009). **집단미술치료가 만성정신분열병환자의 정서표현 및 사회적 기능에 미치는 효과**. 영남대학교 대학원, 석사학위논문.
- 박은정 (2014). **역할연기중심 정서관리훈련이 조현(정신분열)병환자의 정서표현 및 대인관계에 미치는 효과**. 대구대학교 대학원, 석사학위논문.
- 박재한 (2012). **조현병(정신분열병) 환자의 스트레스가 회복에 미치는 영향 : 유머스타일의 조절효과를 중심으로**. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 박종란 (2007). **정서관리훈련프로그램이 정신분열병환자의 정서행동, 자아존중감, 대인관계변화 및 정신병리에 미치는 효과**. 경희대학교 대학원, 석사학위논문.
- 박준휘 (2013). **영화치료가 만성조현병환자의 정서인식, 정서표현 및 공감능력에 미치는 효과**. 부산대학교 대학원, 석사학위논문.
- 박현경 (2003). **스트레스관리프로그램이 만성정신분열병환자의 증상과 삶의 질에 미치는 효과**. 가톨릭대학교 대학원, 석사학위논문.
- 방순자 (2011). **원불교 마음공부에 기반을 둔 예술치료가 정신분열증 환자의 삶의 질과 대인관계에 미치는 영향**. 원광대학교 대학원, 박사학위논문.
- 배명숙(2008). **정서관리훈련프로그램이 정신분열병 환자의 정서표현, 정서행동 및 대인관계에 미치는 효과**. 동신대학교 대학원, 석사학위논문.
- 백소진 (2008). **정신분열병 환자의 성격특성, 스트레스 대처방식이 삶의 질에 미치는 영향**. 대구가톨릭대학교, 석사학위논문.
- 벨라로바 아이젤림 (2015). **한국어와 카자흐어의 관용어 대조 연구 - 신체어휘 관용어에 나타나는 감정표현을 중심으로**. 성균관대학교 대학원, 석사학위논문.
- 서명아 (2015). **조현병환자가 경험하는 스트레스사건이 삶의 만족도에 미치는 영향: 낙관성의 조절효과를 중심으로**. 대구대학교 대학원, 석사학위논문.

- 성태제 (2007). **알기 쉬운 통계분석**. 서울: 학지사.
- 신명진 (2016). **집단미술치료가 정서행동문제를 지닌 학령기 아동의 정서 인식 및 표현과 스트레스 대처능력에 미치는 효과**. 조선대학교 디자인대학원, 석사학위논문.
- 신민섭 (2002). **그림을 통한 아동의 진단과 이해**. 서울: 학지사.
- 신재균 (2014). **정신요양시설 입소 조현병 환자에 있어 집단미술치료가 대인관계기능 및 대인관련 변화에 미치는 효과**. 원광대학교 일반대학원, 박사학위논문.
- 안선희 (2015). **색채심리를 활용한 집단미술치료가 대학생의 자아정체감과 정서지능에 미치는 효과**. 명지대학교 대학원, 석사학위논문.
- 안정미 (2012). **정서 마음 챙김이 정신분열병 외래환자의 정서인식의 명확성, 정서 표현, 우울, 자존감, 증상 및 삶의 질에 미치는 효과**. 덕성여자대학교 대학원, 석사학위논문.
- 안춘희 (2012). **집단미술치료가 재활병동 만성정신분열증 환자의 자아존중감과 대인관계에 미치는 효과**. 경기대학교 대학원, 석사학위논문.
- 양승희, 전경선 (2015). **스트레스관리 프로그램이 조현병 환자의 스트레스 지각, 대처 방식, 자아존중감에 미치는 효과**. 대한스트레스학회. 학술저널 205-214.
- 양희원 (2012). **집단미술치료가 만성정신분열증환자의 인지 및 지각 능력에 미치는 효과: LMT(풍경구성법)에 의한 변화를 중심으로**. 한영신학대학교 대학원, 석사학위논문.
- 오수성 외 9명 (2013). **정신병리학**. 서울: 학지사.
- 오정민 (2011). **정서조절에 어려움을 가진 아동의 미술치료사례연구**. 동국대학교 문화예술대학원, 석사학위논문.
- 옥금자 (2005). **미술치료 평가방법의 이론과 실제**. 서울: 하나의학사.
- 원미라 (2010). **정서관리훈련 프로그램이 정신분열병 환자의 정서와 사회기술에 미치는 효과**. 이화여자대학교 대학원, 석사학위논문.
- 유병준 (2015). **게임의 형식을 활용한 음악치료가 조현병환자의 사회성 및 정서기능에 미치는 영향**. 한세대학교 대학원, 석사학위논문.
- 유소연 (2012). **조현병(調絃病) 환자의 삶의 질 예측모형 구축**. 이화여자대학교 대학원, 박사학위논문.
- 유완상 (1992). **서울시 가정주부의 생활사건 스트레스 에 관한 연구**. 한양대학교 대학원 박사학위논문.
- 이경미 (2000). **정서 억압이 정서 반응과 생리적 반응에 미치는 영향**. 고려대학교

- 대학원, 석사학위논문.
- 이경아 (2010). 만다라 집단미술치료가 정신분열증 환자의 자아존중감에 미치는 효과. 순천향대학교 대학원, 석사학위논문.
- 이미옥 (2008). 빛속의 사람 그림 그리기. 제75회 미술치료연수회자료집. 4(7),36-39.
- 이성은 (2010). 영화치료가 정신분열병환자의 우울 및 자궁심에 미치는 영향. 전북대학교 대학원, 석사학위논문.
- 이수정, 안석균 (2000). 정신분열병환자들의 정서조절과정에 있어서의 특성. 한국심리학회지: 임상, 19(3), 269-279.
- 이숙경 (2003). 정서증진훈련프로그램이 정신분열병환자의 정서인식, 표현 및 대인관계에 미치는 영향. 서울대학교 대학원, 석사학위논문.
- 이승희 (2010). 초등학생의 우울 수준과 별-파도 그림검사의 반응특성에 관한 연구. 한양대학교 대학원, 석사학위논문.
- 이영미 (2014). 정서증진훈련을 적용한 원예치료가 만성조현병환자의 정서표현과 사회성 향상에 미치는 영향. 건국대학교 대학원, 석사학위논문.
- 이영호 (1993). 귀인양식, 생활사건, 사건귀인 및 무망감과 우울의 관계 : 공변량 구조모형을 통한 분석. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 이우경, 이원혜, 황태연 (2004). 인지행동재활훈련과 정서관리 훈련. 서울: 학지사.
- 이유상, 권준수 (2011) 조현병, 정신분열병의 새로운 명칭 탄생. 신경정신의학. 50(1): 16-19.
- 이정숙 외8명 (2002). 정신건강 간호학. 서울: 현문사.
- 이지영 (2011). 학령기아동의 우울에 따른 DAS검사 및 별-파도 그림검사 반응특성 연구. 대구대학교 재활과학대학원, 석사학위논문.
- 이해란 (2007). 오감자극 원예치료가 정신분열병환자의 정신사회적 기능에 미치는 영향. 대구가톨릭대학교 대학원, 석사학위논문.
- 이형진 (2006). 정신분열병 환자의 감수성 훈련이 정서표현에 미치는 효과. 대구대학교 대학원, 석사학위논문.
- 이혜미 (2015). 청소년의 학업소진에 따른 빛속의 사람그림(PITR)반응 특성 연구. 대구대학교 대학원, 석사학위논문.
- 이희은 (2012). 집단미술치료가 정신장애인의 의사소통과 대인관계에 미치는 효과. 영남대학교 대학원, 석사학위논문.
- 임은미 (2010). 정신분열병 낮 병원 환자의 집단응집력과 자기감정 표현에 대한 집단 음악치료의 효과. 한세대학교 대학원, 석사학위논문.

- 전미숙 (2013). **만성 조현병 환자에 대한 스트레스 관리 프로그램의 효과**. 동국대학교 대학원, 석사학위논문.
- 정서옥 (2013). **집단미술치료가 만성정신분열병 환우의 대인관계 향상에 미치는 영향**. 서남대학교 대학원, 석사학위논문.
- 정수지 (2015). **인지행동 집단미술치료프로그램이 만성 조현병 환자의 자아존중감과 공감에 미치는 효과**. 광주여자대학교 대학원, 석사학위논문.
- 조철현, 이현정(2014). DSM-5 조현병 스펙트럼 장애: 새로운 변화인가?, 고려대학교 의과대학 정신건강의학교실 ,17(1), 6-7
- 진미선 (2015). **미술치료가 조현병환자의 자아존중감에 미치는 영향 -사례연구** 단국대학교 대학원, 석사학위논문.
- 진아영 (2016). **집단미술치료가 지역아동센터 이용 아동의 자기통제와 정서표현에 미치는 효과**. 서울여자대학교 특수치료전문대학원, 석사학위논문.
- 차미영 (2010). **고등학생의 자살생각에 대한 생활사건스트레스와 사회적지지 및 우울의 효과**. 강원대학교대학원, 박사학위논문.
- 최동애 (1992). **만성 정신분열증 환자의 스트레스와 스트레스 대처에 관한 연구**. 이화여자대학교 대학원, 석사학위논문.
- 최수정 (2014). **집단미술치료가 시설거주 만성조현병환자의 자기표현 및 삶의 질에 미치는 영향**. 광주여자대학교 사회개발대학원, 석사학위논문.
- 최외선, 김갑숙, 최선남, 이미옥 (2006). **미술치료기법**. 서울: 학지사.
- 최외선, 이근매, 김갑숙, 최선남, 이미옥 (2006). **마음을 나누는 미술치료**. 서울: 학지사.
- 최원예 (2011). **Laban의 Effort 요소중심의 무용·동작치료프로그램이 정신분열증 환자들의 정서표현에 미치는 효과**. 명지대학교 대학원, 석사학위 논문.
- 최은주 (2011). **정서표현과 정서조절을 강화하는 문학치료 프로그램이 저소득층 아동의 또래관계에 미치는 효과**. 경북대학교 대학원, 석사학위논문.
- 최지혜 (2015). **레크리에이션을 접목한 집단미술치료가 폐쇄병동 조현병환자의 대인관계와 삶의 질에 미치는 영향**. 경기대학교 미술·디자인대학원, 석사학위 논문.
- 최채옥 (2004). **고등학생의 우울과 별-파도그림 반응 특성에 관한 연구**. 영남대학교 대학원, 석사학위논문.
- 최혜민 (2013). **집단미술치료가 조현병환자의 스트레스 대처방식과 삶의 질에 미치는 영향**. 원광대학교 대학원, 석사학위논문.

- 최혜영 (2002). 그레이브스병 여성 환자와 일반 성인여성의 생활사건 스트레스 인지 정도와 대처유형에 관한 비교연구. 이화여자대학교 대학원, 석사학위논문.
- 한국교육심리학회 (2000). *교육심리학 용어사전*. 서울: 학지사.
- 한진우 (2013). 음악중심의 심리치료가 정신장애환자의 신체화와 스트레스에 미치는 영향. 성신여자대학교 대학원, 석사학위논문.
- 홍성애 (2014). 점토중심미술치료가 조현병환자의 긍정적 정서 및 주관적 행복감과 자기효능감에 미치는 효과. 경기대학교 대학원, 석사학위논문.
- 홍창의 (2003). 정서경험과 정신건강과의 관계: 정서표현성의 매개모델 검증. 전남대학교 대학원, 박사학위논문
- 황현환 (2005). 무용. 동작치료가 정신분열병환자들의 불안, 우울 및 삶의 만족도에 미치는 효과. 원광대학교 동서보완의학대학원, 석사학위논문.
- Andreasen, N. C. (1982). Negative symptoms in schizophrenia. *Archives of General Psychiatry*, 39, 784-788.
- Bateson, G., Jackson, D. D., Haley, J. & Weakland, J. (1956). *Towards a Theory of Schizophrenia. Behavioral Science*, 1, 251-264.
- Berenbaum, H., Oltmanns, T., (1992). Emotional experience and expression in schizophrenia and depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 37-44.
- Blanchard JJ, Cohen AS. The structure of negative symptoms with-in schizophrenia: implications for assessment. *Schizophr Bull* 2006 32: 238-245.
- Bowie, C. R., & Depp, C., McGrath, J. A., & Wolyniec, P., Mausbach, B. T., Thornquist, M. H., & Pulver, A. E. (2010). Prediction of real-world functional disability in chronic mental disorders: A comparison of schizophrenia and bipolar disorder. *American Journal of Psychiatry*, 167(9), 1116-1124.
- Cedro A, Kokoszka A, Popiel A. (2001). Alexithymia in schizophrenia: an exploratory study. *Psychol Rep* 89: 95-8.
- DeLongis, A., Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). The impact of daily stress on health and mood : psychological and social resources as mediators. *Journal of Personality and Social*
- DeLuca, N. L., Moser, L. L., & Bond, G. R. (2008). Assertive community treatment. *In Clinical Hand-book of Schizophrenia(pp. 329-288). New York: Guilford press*
- DePaulo, B.M.(1992). Nonverbal self-presentation. *Psychological Bulletin*, 111, 203-244.
- Dohrenwend, B. S. and Dohrenwend, B. P. (1978), " Some Issue in Research on

- Stressful Life Events", *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 166(1), pp7-15.
- Dohrenwend, B. S., & Dohrenwend, B. P. (1974). Stressful life events: Their nature and effects. *England: John Wiley & Sons.*
- Fromm-Reichmann, F. (1948). Notes on the development of schizophrenia by psycho-analytic psychotherapy. *Psychiatry*, 11, 263-273.
- Gilmore, J. H. (2010). Understanding what causes schizophrenia: *A developmental perspective. American Journal of psychiatry*, 167, 8-10.
- Giron, M. M., Fernandez-Yanez, A. A., Mana-Alvarenga, S. S., Molona-Habas, A. A., Nolasco, A. A., & Gomez-Beneyto, M. M.(1020). Efficacy and effectiveness of individual family
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). the social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.
- Ihnen, G. H., Penn, D. L., Corrigan, P. W., & Martin, J.(1998). Social perception and social skill in schizophrenia. *Psychiatry Research*, 80, 275-286.
- Kirkpatrick B, Fenton WS, Carpenter WT Jr, Marder SR. The NIMH-MATRICES consensus statement on negative symptoms. *Schizophr Bull* 200632: 214-219.
- Kring, A. M., & Neale, J. M.(1996).Do schizophrenic patients show a disjunctive relationship among expressive, experiential, and psychophysiological components of emotion. *Journal of Abnormal Psychology*, 105(2), 249-257.
- Kurtz, M. M., & Richardson, C. L. (2012). Social cognitive training for schizophrenia: A meta-analytic investigation of controlled research. *Schizophrenia Bulletin*, 38(5), 1092-1104.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal and coping. *Springer Publishing Company LLC.*
- Lidz, T, Alice, R. C., Fleck, S., & Terry, D.(1957). The intrafamilial environment of schizophrenic patients: Marital Schism and Marital Skew. *American Journal of Psychiatry*, 114, 241-248.
- Liemburg E, Castelein S, Stewart R, van der Gaag M, Aleman A, Knegtering H. Two subdomains of negative symptoms in psychotic disorders: established and confirmed in two large cohorts. *J Psychiatr Res* 201347: 718-725.
- Malchiodi, C. A. (2003). Art therapy and the brain. *Handbook of art therapy*, 16-24.

- Messinger JW, Tremeau F, Antonius D, Mendelsohn E, Prudent V, Stanford AD, et al. Avolition and expressive deficits capture negative symptom phenomenology: implications for DSM-5 and schizophrenia research. *Clin Psychol Rev* 2011;31: 161-168.
- Myers, J. K, Lindenthal, J.J., & Pepper, M. P. (1975). Life events, social integration and psychiatric symptomatology. *Journal of Health and Social Behavior*, 16(4), 421-427.
- Penn, D. L., Corrigan, P. W., Bentall, R. P., Racenstein, J., & Newman, L. (1997). Social cognition in schizophrenia. *Psychological Bulletin*, 121(1), 114.
- Sadock, B. J., & Sadock, V. A. (Eds)(2007). Synopsis of psychiatry. Philadelphia, PA: Lippincott-WilliamsandWilkins.
- Saha, S., Chant,D., &McGrath, J. (2008). Meta-analyses of the incidence and prevalence of schizo-phrenia: Conceptual and methodological issues. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 17, 55-61.
- Slusarcick A., Ursano R., Fullerton C., & Dinneen M. (1999). Life events in health care providers before and during Persian Gulf War deployment : *the USNS Comfort. Mil Med*, 164(10), 675-682.
- Tandon R, Gaebel W, Barch DM, Bustillo J, Gur RE, Heckers S, et al. Definition and description of schizophrenia in the DSM-5. *Schizophr Res* 2013;150: 3-10.
- Zubin, J., & Spring, B. (1977). Vulnerability: A new view of schizophrenia. *Journal of Abnormal Psy-chology*, 86, 103-126.
- 감정카드(2013). 서울: 학지사
- 국민건강보험공단. <http://www.nhis.or.kr>
- 대한신경정신의학회. <http://www.knpa.or.kr>
- 대한조현병학회. <http://www.schizophrenia.or.kr>
- 보건복지부. <http://www.mohw.go.kr>
- 심리학뉴스. <http://psychologynews.tistory.com/167>
- 학술연구정보서비스. <http://www.riss.kr>
- Google 용어사전. <https://namu.wiki/w/%EA%B0%90%EC%A0%95>

국 문 초 록

집단미술치료가 조현병환자의 정서표현과 생활사건스트레스에 미치는 효과

김 시 현

조선대학교 대학원 미술심리치료학과

지도교수 김 승 환

본 연구는 조현병환자의 정서표현과 생활사건스트레스에 미치는 집단미술치료의 효과를 살펴보고, 본 연구의 결과가 조현병환자의 건강한 정신과 만족스러운 삶을 위한 프로그램 개발에 기초자료로 활용될 수 있도록 하는데 목적이 있다.

일반적으로 조현병 환자가 감정의 둔화로 감정과 반응의 강도가 감소된다는 점에서 정서표현이 매우 중요하며, 유전적 취약성을 가지고 있는 사람이 스트레스 상황에 노출될 때 정신병적 증상을 경험하고 병의 재발이나 재입원 및 사회기능 저하로 이어지기 때문에 다양한 심리사회적 개입이 필요하다.

이에 본 연구는 조현병 환자에게 집단미술치료프로그램을 시행함으로써 정서표현이 증가하고 생활사건스트레스가 감소한다는 가설 아래 연구를 진행하였다. 실험 집단과 비교집단을 구성하여 사전, 사후검사를 통해 집단미술치료프로그램의 효과성을 비교하였다.

연구대상은 G시에 위치한 정신보건센터와 N시에 위치한 정신요양원에서 DSM-5에 의거하여 정신과 전문의에 의해 조현병으로 진단을 받고 생활하고 있는 대상자 중 연구자의 목적을 이해하고 자발적으로 연구 참여에 동의한 자 총 20명을 선별한 후, 실험집단 10명과 비교집단 10명으로 나누어 실시하였다.

프로그램은 정서표현 향상과 생활사건스트레스 감소에 초점을 맞추어 구성하였으며 매회 90분씩, 총 14회 진행하였다. 정서표현 정도를 알아보기 위하여 Gross &

John(1995)이 개발한 버클리 정서표현 질문지(Berkeley Expressivity Questionnaire)를 사용하였으며, 생활사건스트레스 정도를 알아보기 위하여 이영호(1993)가 개발하고 서명아(2015)가 요인 분석하여 수정·보완한 척도를 사용하였다. 자료 분석 방법으로는 SPSS 22.0 통계프로그램을 이용하여 Shapiro-Wilk, χ^2 -test와 t-test, Mann-Whitney U test와 반복측정 변량분석을 통해 집단미술치료프로그램 효과에 대한 가설을 검증하였다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 집단미술치료프로그램은 조현병환자의 정서표현 향상에 효과가 있다.

둘째, 집단미술치료프로그램은 조현병환자의 생활사건스트레스 감소에 효과가 있다.

이상의 결과는 집단미술치료프로그램이 조현병환자의 정서표현과 생활사건스트레스에 긍정적인 효과가 있음을 보여준다.

집단미술치료프로그램 과정 중 조현병 환자들은 자신의 작품을 완성하고 나서 만족감과 자기만의 정서표현을 하였고, 집단 안에서 구성원들은 미술이란 도구로 소통하며 타인의 감정을 이해하는 법과 배려를 배우게 되었다.

본 연구의 결과를 일반화하기에는 무리가 있지만, 조현병환자의 정서표현을 향상시키고 생활사건스트레스를 감소시키는데 효과적인 프로그램으로써 임상영역에서 치료적인 접근으로 활용할 수 있음을 확인하였다.

주요어: 조현병, 집단미술치료, 정서표현, 생활사건스트레스

부 록

- 부록 1. 연구 참여 동의서
- 부록 2. 연구 설문 동의서
- 부록 3. 사전 설문지
- 부록 4. 정서변화수첩 & 생활사건스트레스 변화도
- 부록 5. 정서변화수첩 개인별 회기 내용
- 부록 6. 정서표현 설문지
- 부록 7. 생활사건스트레스 설문지
- 부록 8. 별-파도 그림검사(SWT) 채점 지침
- 부록 9. 빗속의 사람 그림검사(PITR) 채점 지침
- 부록 10. 별-파도 그림검사(SWT) 사전·사후 비교 평가
- 부록 11. 빗속의 사람 그림검사(PITR) 사전·사후 비교 평가
- 부록 12. 집단미술치료프로그램 회기별 세부계획

<부록 1> 연구 참여 동의서

연구 참여 동의서

1. 이 연구의 목적은 집단 미술치료가 조현병환자의 정서표현과 생활사건스트레스에 어떠한 효과가 있는지 알아보는 것입니다.
2. 연구기간 동안 사전, 사후 두 번의 심리검사와 집단미술치료에 참여하실 것입니다.
3. 익명성과 비밀보장
 - ① 심리검사 결과와 인구학적 특성(성별, 나이 등)은 통계처리에 사용되며 익명성이 보장됩니다.
 - ② 작품 사진과 대화 내용이 녹음 또는 논문에 기술될 수 있으나 익명성이 보장됩니다.
4. 연구기간 동안 집단미술치료프로그램에 결석 없이 참여해주시면 감사하겠습니다.
5. 미술치료 과정 중 불편함을 느끼시는 경우 치료를 언제든지 중단하실 수 있습니다.
6. 동의에 영향을 미치는 새로운 정보가 있다면 언제든지 제공받게 됩니다. 또한 연구에 대한 동의는 언제든지 철회할 수 있습니다.

위의 사항을 충분히 숙지하였으며, 연구 참여에 동의합니다.

2016년 월 일 이름 _____(서명)

<부록 2> 연구 설문 동의서

연구 설문 동의서

안녕하십니까?

본 연구를 위하여 귀한 시간을 허락해주셔서 깊은 감사를 드립니다.

본 연구와 설문지는 “집단미술치료가 조현병환자의 정서표현과 생활사건스트레스에 미치는 효과”에 관한 것으로 본 설문지에 담긴 귀하의 답변은 조현병 환자의 효과적인 미술심리의 치료적 개입 방안의 귀중한 기초자료가 될 것입니다.

모든 질문에는 정답이 없으므로 여러분들이 평소에 느끼고 생각하고 행동하는 것을 있는 그대로 답해주시면 됩니다.

본 연구에 참여함으로써 어떤 위험이나 불이익은 없을 것이며, 응답하신 내용과 결과는 비밀로 철저히 보장되고, 연구를 위한 목적 이외에는 절대로 사용되지 않을 것을 약속드립니다. 연구의 신뢰도를 높이기 위해 한 문항도 빠짐없이 정확하게 답변해 주시기를 부탁드립니다.

만약 이 연구 참여를 원치 않을 경우에는 언제든지 거절하실 수 있습니다.

귀하의 건강을 기원하며, 협조해 주셔서 진심으로 감사드립니다.

2016년 월
 조선대학교 일반대학원
 미술심리치료학과
 지도교수 : 김 승 환
 연구자 : 김 시 현

본 조사의 결과는 통계법 제33조에 의하여 비밀이 보장되며 통계 목적 이외에는 사용되지 않습니다.

본인은 이 설문 및 프로그램에 참여하는 것에 대해 동의합니다.

2016년 월 일 _____ (서명)

<부록 3> 사전 설문지

사전 설문지

* 해당하는 곳에 “√” 를 하거나 ()에는 글을 써 주세요. *

1. 성별

① 남 ② 여

2 연령 : () 세

3. 학력

① 초졸 ② 중졸 ③ 고졸 ④전문대졸 ⑤ 대졸

4. 결혼 상태

① 미혼 ② 기혼 ③ 별거 ④ 이혼 ⑤ 사별

5. 종교

① 없음 ② 기독교 ③ 불교 ④ 천주교 ⑤ 기타

6. 첫 발병 시기는 몇 세입니까? () 세

<부록 4> 정서변화 수첩 & 생활사건스트레스 변화도

나의 정서변화 수첩



<부록 5> 정서변화수첩 개인별 회기 내용

| A | 오늘의 정서 | 최근 3일간 받은 생활사건스트레스 정도(1~10) | 생활사건 스트레스 | 생활사건 스트레스 대처방법 | 생활사건 스트레스 시 정서 |
|------|--------|-----------------------------|-------------------|----------------|-------------------|
| 1회기 | 모르겠다 | 5 | 늦잠 | 아침 먹고 다시 잠 | 안 좋음 |
| 2회기 | 당황한 | 5 | 늦잠 | 아침 먹고 다시 잠 | 안 좋음 |
| 3회기 | 귀찮은 | 5 | 늦잠 | 다시 잠 | 귀찮았음 |
| 4회기 | 지친 | 7 | 없음 | 없음 | 피곤했음 |
| 5회기 | 피곤한 | 1 | 없음 | 없음 | 없음 |
| 6회기 | 불편한 | 7 | 버스 놓친 일 | 기사아저씨가 세워줌 | 뛰어서 넘어질 뻔 함 |
| 7회기 | 활기 있는 | 3 | 없음 | 없음 | 엄마가 보는 드라마가 좋음 |
| 8회기 | 생기가 도는 | 5 | 없음 | 없음 | 신나는 드라마였음 |
| 9회기 | 걱정스러운 | 7 | 편지 쓰지 싫는데 쓰라고 한 일 | 없음 | 조금 안 좋음 |
| 10회기 | 신나는 | 7 | 일어나야 되는 일 | 신나는 것 봐서 잠이 깬 | 조금 괜찮음 |
| 11회기 | 피곤한 | 7 | 없음 | 없음 | 피곤했음 |
| 12회기 | 불편한 | 8 | 말을 걸었지만 대답이 없었던 일 | 집에 가버렸음 | 사과해야 하는데 못해서 미안했음 |
| 13회기 | 지친 | 8 | 피곤하다 | 휴게실에서 쉬 | 계속 피곤함 |
| 14회기 | 피곤한 | 7 | 없음 | 없음 | 없음 |

| B | 오늘의 정서 | 최근 3일간 받은 생활사건스트레스 정도(1~10) | 생활사건 스트레스 | 생활사건 스트레스 대처방법 | 생활사건 스트레스 시 정서 |
|------|--------|-----------------------------|---------------|----------------|----------------|
| 1회기 | 스마일 | 5 | 많음 | 먹는 것 | 보통 |
| 2회기 | 기대되는 | 5 | 공부 | 잠 | 피곤함 |
| 3회기 | 생기가 도는 | 6 | 프로그램 | 지역사회 | 우울함 |
| 4회기 | 피곤한 | 6 | 귀찮다 | 잠 | 피곤함 |
| 5회기 | 감동한 | 5 | 약 먹는 것 | 약 먹음 | 짜증남 |
| 6회기 | 흥미로운 | 6 | 커피 | 우유를 마심 | 먹고 싶었음 |
| 7회기 | 기쁜 | 6 | 먹는 스트레스 | 덜 먹음 | 먹고 싶었음 |
| 8회기 | 평안한 | 7 | 잠자는 것 | TV봄 | 불편함 |
| 9회기 | 재미있는 | 7 | 단거 먹는 것 | 안 먹음 | 먹고 싶었음 |
| 10회기 | 따뜻한 | 8 | 약 먹는 것 | 약 먹음 | 먹기 싫음 |
| 11회기 | 기쁜 | 6 | 배(살) | 줄여야 함 | 운동 힘들 |
| 12회기 | 안심이 되는 | 5 | 글씨 쓰는 것 | 잘 쓰려고 노력함 | 긴장됨 |
| 13회기 | 겁나는 | 6 | 먹기 싫은 과일 먹는 것 | 먹음 | 난감함 |
| 14회기 | 지친 | 6 | 성격 | 먹음 | 흐림 |

| C | 오늘의 정서 | 최근 3일간 받은 생활사건스트레스 정도(1~10) | 생활사건 스트레스 | 생활사건 스트레스 대처방법 | 생활사건 스트레스 시정서 |
|------|--------|-----------------------------|----------------------------------|----------------|---------------|
| 1회기 | 우울, 슬픈 | 6 | 친구의 말 한마디 | 친구의 말 한마디로 물림 | 화나고 짜증남 |
| 2회기 | 혼란스러운 | 7 | 몸이 아픔 | 병원 감 | 짜증나고 화남 |
| 3회기 | 흥미로운 | 6 | 큰 내 목소리 | 가만히 있음 | 무안함 |
| 4회기 | 지루한 | 7 | 무릎이 아픔 | 찜질팩을 함 | 울고 싶음 |
| 5회기 | 신나는 | 6 | 무릎 통증 | 참음 | 울고 싶음 |
| 6회기 | 화가 나는 | 10 | 차 소리 | 참음 | 화가 남 |
| 7회기 | 궁금한 | 9 | 회원님 다리통증 | 참음 | 화가 남 |
| 8회기 | 미안한 | 6 | 친구와 싸움 | 화해함 | 미안한 마음 |
| 9회기 | 지친 | 8 | 건강검진결과로 아파와 다툼 | 같이 화냄 | 지치고 힘들고 화남 |
| 10회기 | 심란한 | 8 | 자조회 모임 못간 것 | 컴퓨터로 찾음 | 심란함, 착착함 |
| 11회기 | 마음이 아픈 | 6 | 주치의가 약을 늘린 것 | 그냥 웃어넘김 | 괴로움, 마음이 아픔 |
| 12회기 | 답답한 | 4 | 친구들의 이야기를 이해 못한 것 | 다시 물어봄 | 답답하고 우울함 |
| 13회기 | 마음이 아픈 | 9 | 귀에서 남녀가 싸우는 소리가 들림, 회원님에게 욕설을 들음 | 참고 있는 중 | 힘들고 고통스러움 |
| 14회기 | 즐거움 | 5 | 친구 만나려 가는 길에 있는 사람들을 | 친구들과의 수다 | 홀가분함 |

| D | 오늘의 정서 | 최근 3일간 받은 생활사건스트레스 정도(1~10) | 생활사건 스트레스 | 생활사건 스트레스 대처방법 | 생활사건 스트레스 시정서 |
|------|---------|-----------------------------|------------------|----------------|---------------|
| 1회기 | 화남, 배고픔 | 8 | 차 소리 | 약 먹음 | 어지러움 |
| 2회기 | 뿌듯한 | 7 | 소리를 들음 | 약 먹음 | 조금 아픔 |
| 3회기 | 가슴 뭉클함 | 7 | 자동차 정적소리 | 꼭 참음 | 조금 아픔 |
| 4회기 | 기쁜, 행복한 | 7 | 자동차 소리 | 꼭 참음 | 조금 어지러움 |
| 5회기 | 기쁜 | 7 | 차 소리, 담배 | 음악 들음 | 답답한 마음 |
| 6회기 | 신나는 | 7 | 차 소리 | 꼭 참음 | 어지러움 |
| 7회기 | 슬픔 | 7 | 졸음 | 음악 들음 | 기쁨 |
| 8회기 | 즐거움 | 7 | 차 소리 | 공유하기 | 조금 어지러움 |
| 9회기 | 감사한 | 7 | 두통 | 약 먹음 | 조금 답답함 |
| 10회기 | 불편한 | 7 | 차 소리 | 약 먹음 | 조금 어지러움 |
| 11회기 | 슬픈 | 7 | 차 다닐 때 빨리 지나가는 것 | 담배를 피움 | 약은 씬 |
| 12회기 | 뿌듯한 | 7 | 차 소리 | 꼭 참음 | 아픔 |
| 13회기 | 반가운 | 7 | 두통 | 약 먹음 | 조금 화가남 |
| 14회기 | 감사한 | 7 | 차 소리 | 야경 보며 참음 | 조금 즐거움 |

| E | 오늘의 정서 | 최근 3일간 받은 생활사건스트레스 정도(1~10) | 생활사건 스트레스 | 생활사건 스트레스 대처방법 | 생활사건 스트레스 시정서 |
|------|---------|-----------------------------|-----------|----------------|---------------|
| 1회기 | 기쁜 | 1 | 부모님 잔소리 | 잠 | 우울함 |
| 2회기 | 기쁜 | 5 | 없음 | 없음 | 기쁨 |
| 3회기 | 재미있는 | 2 | 부모님 핀잔 | 잠 | 슬픔 |
| 4회기 | 편한, 가벼운 | 1 | 없음 | 없음 | 기쁨 |
| 5회기 | 안심되는 | 1 | 피곤함, 지루함 | 없음 | 기분 나쁨 |
| 6회기 | 편안한 | 2 | 없음 | 없음 | 기쁨 |
| 7회기 | 따뜻한 | 3 | 센 바람 | 장갑을 껴음 | 속상함 |
| 8회기 | 편한, 가벼운 | 1 | 없음 | 없음 | 기쁨 |
| 9회기 | 느긋한 | 1 | 기침, 재채기 | 약 먹음 | 슬픔 |
| 10회기 | 활기있는 | 1 | 머리아픔 | 잠 | 슬픔 |
| 11회기 | 편안한 | 1 | 없음 | 없음 | 기쁨 |
| 12회기 | 가슴 뭉클한 | 1 | 없음 | 없음 | 기쁨 |
| 13회기 | 흥미로운 | 1 | 없음 | 없음 | 기쁨 |
| 14회기 | 서운한 | 1 | 마지막 프로그램 | 프로그램 | 슬픔 |

| F | 오늘의 정서 | 최근 3일간 받은 생활사건스트레스 정도(1~10) | 생활사건 스트레스 | 생활사건 스트레스 대처방법 | 생활사건 스트레스 시정서 |
|------|-----------|-----------------------------|------------|----------------|---------------|
| 1회기 | 심중난 | 7 | 어깨가 아픔 | 스트레칭, 잠 | 짜증남 |
| 2회기 | 아픈 | 5 | 교회, 활동 | 잠 | 무표정의 감정 |
| 3회기 | 지친 | 5 | 센터 다니는 것 | 천천히 함 | 나오기 싫음, 짜증남 |
| 4회기 | 무관심한 | 7 | 삼촌의 행동 | 그냥 내버려둠 | 실망스러움, 지칩 |
| 5회기 | 좀 피곤한, 기쁜 | 3 | 설거지 | 그냥 열심히 함 | 싫지만 하고나니 후련함 |
| 6회기 | 가슴 뭉클한 | 5 | 어깨가 결리고 아픔 | 스트레칭 | 잘 풀리지 않음 |
| 7회기 | 귀찮은 | 7 | 프로그램 | 수용함 | 짜증남 |
| 8회기 | 기대되는 | 7 | 가슴이 아픔 | 기도를 함 | 짜증남 |
| 9회기 | 불편한 | 7 | 몸이 아픔 | 꾸꾸 앓음 | 힘듦 |
| 10회기 | 반가운 | 7 | 어깨와 허리아픔 | 잠 | 계속 자고 싶음 |
| 11회기 | 우울한, 속상한 | 7 | 어깨, 가슴이 아픔 | 센터장님과 상담 | 별로 시원하지 않음 |
| 12회기 | 피곤한 | 5 | 센터 다니기 힘들 | 센터장님과 상담 | 잘못한 기분이 듦 |
| 13회기 | 피로운 | 7 | 몸이 아픔 | 쉽 | 풀리지 않음 |
| 14회기 | 답답한 | 5 | 내가 잘못된 말을 | 사과함 | 힘듦 |

| G | 오늘의 정서 | 최근 3일간 받은 생활사건스트레스 정도(1~10) | 생활사건 스트레스 | 생활사건 스트레스 대처방법 | 생활사건 스트레스 시정서 |
|------|--------|-----------------------------|-------------------|----------------|---------------|
| 1회기 | 우울한 | 1 | 환승을 물렸다는 것 | 알면 됨 | 황당함 |
| 2회기 | 혼란스러움 | 3 | 체중이 늘음 | 조절하면 됨 | 짜증남 |
| 3회기 | 실망스러움 | 5 | 패배자의 기분 | 새로운 지식 | 침울함, 침울함 |
| 4회기 | 느긋한 | 2 | 앞날의 무기력함 | EBS 청취 | 적당한 두려움 |
| 5회기 | 후회스러운 | 2 | 출세를 못한 것 | 없음 | 속상함, 실망스러움 |
| 6회기 | 느긋한 | 1 | 지능의 속도가 느림 | 새로운 원리 터득 | 무덤덤함 |
| 7회기 | 피곤한 | 2 | 피로 | 휴식 | 처량함 |
| 8회기 | 무관심한 | 3 | 일정변동 | 인정함 | 혼돈스럽고 무덤덤함 |
| 9회기 | 짜증나는 | 8 | 병원에서 본 아버지와 아들 관계 | 도서관에서 영자신문 봄 | 폭발 일보직전 |
| 10회기 | 답답한 | 5 | 몸에 병이 듦 | 휴식 | 무기력함 |
| 11회기 | 불안한 | 4 | 병이 듦 | 병원에 감 | 확신이 없음 |
| 12회기 | 지친 | 3 | 무기력함 | 수면 | 단조로움 |
| 13회기 | 명확해진 | 2 | 일상생활의 불확실감 | 감정이 명확해짐 | 대응함 |
| 14회기 | 긴장한 | 3 | 피로 | 수면 | 혼란스러움 |

| H | 오늘의 정서 | 최근 3일간 받은 생활사건스트레스 정도(1~10) | 생활사건 스트레스 | 생활사건 스트레스 대처방법 | 생활사건 스트레스 시정서 |
|------|----------|-----------------------------|------------|-------------------|---------------|
| 1회기 | 기분 좋은 | 3 | 조현병, 정신장애자 | 없음 | 그럴 필요 없음 |
| 2회기 | 실망한 | 6 | 야단맞음 | 그냥 있음 | 기분 나쁨 |
| 3회기 | 기쁜 | 7 | 답답함, 무기력함 | 화장, 모임참여 | 결혼하고 싶음 |
| 4회기 | 어두운, 슬픈 | 4 | 징크스 | 이해함 | 어려움, 좋음 |
| 5회기 | 흥분된, 황홀한 | 3 | 강압적 | 갈라진 광주 땅 | 조심함 |
| 6회기 | 불안한, 불쾌한 | 5 | 스님의 무관심 | 이유를 생각해봄 | 화해함 |
| 7회기 | 불안한 | 3 | 스님의 외향 | 존중하고 싶은 마음 | 존중함, 좋음 |
| 8회기 | 귀찮은 | 8 | 없음 | 없음 | 없음 |
| 9회기 | 심란한 | 2 | 평화의 도움처 | 인정함 | 반가움 |
| 10회기 | 지루한 | 1 | 지루함 | 미술치료 | 병이 나아짐 |
| 11회기 | 짜증나는 | 2 | 없음 | 없음 | 추적추적함 |
| 12회기 | 우울한 | 5 | 한국행 비행기 | 별나라에 가지 않는 것으로 대처 | 비겁함 |
| 13회기 | 느긋한 | 5 | 설사한 것 | 약 먹음 | 고마움 |
| 14회기 | 속상한 | 1 | 분노 | 불 끄는 방식으로 | 신랄함 |

| I | 오늘의 정서 | 최근 3일간 받은 생활사건스트레스 정도(1~10) | 생활사건 스트레스 | 생활사건 스트레스 대처방법 | 생활사건 스트레스 시정서 |
|------|----------|-----------------------------|--------------------|----------------|-----------------|
| 1회기 | 두려운, 불안한 | 4 | 사람들이 하는 말, 내 상태 | 인정함 | 불안함 |
| 2회기 | 그저 그런 | 3 | 내 자신의 부족함 | 많은 대화 | 내가 고쳐가야 함 |
| 3회기 | 무관심한 | 3 | 다른 사람에게 무관심한 내 자신 | 가만히 있음 | 혼자 있고 싶음 |
| 4회기 | 긴장된 | 3 | 다른 사람들의 말들 | 쉽 | 피곤함 |
| 5회기 | 심란한 | 5 | 내 머릿속 | 생각 | 불안함, 우울함 |
| 6회기 | 불 찜 | | | | |
| 7회기 | 우울한 | 4 | 기쁜 일이 없음, 외로움 | 인정함 | 우울함 |
| 8회기 | 걱정스러운 | 6 | 안 좋은 일이 생길 것 같은 기분 | 생각함 | 긍정적으로 생각하자는 마음 |
| 9회기 | 피곤한 | 3 | 지친 몸 | 재충전 | 피곤함 |
| 10회기 | 긴장된 | 6 | 말을 많이 시키는 것 | 휴식 | 말을 안했으면 좋겠다는 마음 |
| 11회기 | 심란한 | 5 | 말을 너무 많이 시키는 것 | 휴식 | 우울함, 짜증남 |
| 12회기 | 불편한 | 5 | 생활이 재미없음 | 시작하려는 마음 | 다시 시작해보자는 마음 |
| 13회기 | 피곤한 | 3 | 하는 일 | 인정 | 피곤함 |
| 14회기 | 뿌듯한 | 3 | 없음 | 미술치료 | 뿌듯함 |

| J | 오늘의 정서 | 최근 3일간 받은 생활사건스트레스 정도(1~10) | 생활사건 스트레스 | 생활사건 스트레스 대처방법 | 생활사건 스트레스 시정서 |
|------|------------|-----------------------------|-----------|----------------|---------------|
| 1회기 | 슬픈 | 5 | 먹는 것, 일 | 잠 | 배 아픔 |
| 2회기 | 쓸쓸한 | 7 | 설거지 | 잊어버림 | 쓸쓸함 |
| 3회기 | 따뜻한 | 1 | 머리감는 것 | 머리감음 | 따뜻함 |
| 4회기 | 불편한 | 10 | 빨래 빠는 것 | 세탁기 고침 | 불편함 |
| 5회기 | 귀찮은 | 4 | 앨범 | 동생 줌 | 허전함 |
| 6회기 | 피로운, 고통스러운 | 9 | 돈 | 통장 만들 | 피로움, 고통스러운 |
| 7회기 | 흥미로운 | 10 | 침 | 침 맞음 | 보라색 같음 |
| 8회기 | 감사한 | 7 | 옷에 때가 보임 | 어머니께서 빨아주심 | 짜증남 |
| 9회기 | 행복한 | 5 | 다리가 불편함 | 씻음 | 행복함 |
| 10회기 | 편한, 가벼운 | 1 | 여한이 없음 | 누워서 잠 | 하얀색 같음 |
| 11회기 | 재미있는 | 4 | 심부름 | 그만둠 | 재미있음 |
| 12회기 | 신나는 | 1 | 디스코 파티 | 춤 춤 | 신남 |
| 13회기 | 뿌듯한 | 1 | 아파트 | 집에서 나옴 | 녹색 같음 |
| 14회기 | 반가운 | 2 | 설거지 | 했음 | 좋음 |

<부록6> 정서표현 설문지

정서표현 척도

* 다음에 나오는 각 단어는 감정이나 기분을 기술 한 것입니다. 해당 되는 곳에 체크 해 주세요.

| 번호 | 내 용 | 전혀 그렇 지않 다 | 그렇 지 않다 | 보통 이다 | 그렇 다 | 매우 그렇 다 |
|----|---|---------------------|---------------|----------|---------|---------------|
| 1 | 내가 기분이 좋을 때면 사람들은 대개 내가 어떤 기분을 느끼고 있는지 쉽게 알아챈다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | 나는 가끔 슬픈 영화를 보면서 운다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3 | 사람들은 가끔씩 내가 어떤 기분을 느끼고 있는지 잘 모른다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | 누군가 재미있는 농담을 해주면 나는 소리 내어 웃는다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5 | 두려운 기분을 숨기기가 어렵다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 내가 행복할 때면 얼굴에 행복한 감정이 그대로 드러난다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7 | 내 몸은 감정을 불러일으키는 상황에 강하게 반응한다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8 | 나는 화난 것을 드러내는 것보다 억누르는 게 더 낫다고 배워왔다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9 | 신경질이 나거나 마음이 상해도 겉으로는 아무렇지 않다는 표정을 짓는다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10 | 나는 감정을 잘 표현하는 사람이다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11 | 나는 강렬한 감정을 가지고 있다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12 | 기분이 안 좋을 때 사람들은 내가 어떤 기분을 느끼고 있는지 쉽게 알아챈다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13 | 울음을 참으려고 해도 참을 수 없는 때가 가끔 있다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14 | 나는 감정을 강하게 느낀다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15 | 내가 느끼는 기분 상태가 얼굴 전체에 드러나는 편이다. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

<부록7> 생활사건스트레스 설문지

생활사건 스트레스 척도

* 다음에는 생활에 변화를 가져오고 우리에게 재적응을 하도록 하는 여러 가지 사건들이 나열되어 있습니다. 이 시간들을 당신이 최근 3개월 동안 얼마나 자주 경험했는지를 대답해 주세요.

(경험하지 않았으면 0, 한 번 경험했으면 1, 2~3번 경험했으면 2, 그보다 자주 경험했으면 3에 표시하시면 됩니다.)

| 번호 | 내용 | 경험하지 않았다 | 한번 경험했다 | 2~3번 경험했다 | 자주 경험 했다 |
|----|-----------------------------------|-------------|------------|--------------|----------------|
| 1 | (조현병을 제외한) 심한 질병이나 상처를 입었다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2 | 법을 위반하여 처벌을 받았다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3 | 재산상의 손실이 있었다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 경제 상태나 생활여건이 나빠졌다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5 | 종교적인 고민이나 갈등이 있었다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6 | 하고 있는 일이 잘 되지 않거나 실패를 경험했다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7 | 부담되는 개인적인 일거리가 생겼다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8 | 가족이 큰 질병이나 상처를 입었거나(가족의)죽음을 경험했다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 9 | 집안에서 부모와 갈등이 있었다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 10 | 부모님 간에 불화가 있었다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 11 | 다른 가족들과 갈등이나 다툼이 있었다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 12 | 집안에 신경 쓰이는 일이 생겼다. | 0 | 1 | 2 | 3 |

| | | | | | |
|----|--------------------------------|---|---|---|---|
| 13 | 집안일의 부담이 많아졌다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 14 | 가까운 친구와 갈등 혹은 다툼이 있었거나 헤어졌다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 15 | 사람들 앞에서 실수를 하였다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 16 | 사람들에게 따돌림을 당했다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 17 | 사람들에게 좋지 않은 말을 들었다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 18 | 사람들이 나의 의견을 무시하였다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 19 | 아는 사람이 나의 부탁을 거절하였다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 20 | 다른 사람에게 강요나 협박을 당했다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 21 | 다른 사람이 나의 말을 들어주지 않았다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 22 | 다른 사람이 나의 감정을 무시하였다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 23 | 현재 복용하고 있는 약의 부작용이 심하다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 24 | 내가 다니는 병원의 의사나 간호사가 불친절하게 대했다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 25 | 병원 가는 횟수가 많아졌다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 26 | 조현병에 대해서 비난하는 이야기를 들었다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 27 | 조현병의 증상이 나타났다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 28 | 컨디션에 변화가 생겼다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 29 | 다른 사람이 나의 병에 대해 알았다. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 30 | 사람들이 나의 증상을 목격하였다. | 0 | 1 | 2 | 3 |

<부록 8> 별-파도 그림검사(SWT) 채점 지침

별-파도 그림검사(SWT) 분석기준

1. 어떤 양식으로 그림을 그렸는가?

- ① 요점만 있는 양식 ② 회화적 양식 ③ 감정이 담뿍 담긴 양식
- ④ 형식적 양식 ⑤ 상징적 양식

2. 공간상징 사용

2-1. 수직적 구조

- ① 하늘과 바다의 조화 ② 하늘 강조(우위) ③ 바다 강조(우위)
- ④ 수평선으로 하늘과 바다의 접촉 ⑤ 하늘과 바다의 격리
- ⑥ 하늘, 바다사이(공간)강조 ⑦ 하늘, 바다 섞임(혼합)

2-2. 수평적 구조

- ① 왼쪽 강조 ② 오른쪽 강조 ③ 중앙 강조 ④ 복합적 강조

3. 전체적인 공간 구조

- ① 조화 ② 부조화

4. 등대는?

- ① 있다 ② 없다

5. 천둥, 벼락은?

- ① 있다 ② 없다

6. 바위, 섬, 절벽은?

- ① 있다 ② 없다

7. 해변이나 해안은?

①있다 ② 없다

8. 별의 수는?

①적다 ② 많다

9. 파도필적

9-1. 파도에서 나타난 필적 분석의 동적인 면(운동성)?

①고정(무) ② 움직임(유)

9-2. 파도에서 나타난 필적 분석의 안정성은?

①안정 ② 불안정

9-3. 기타 파도그림에서 본 필적(연결성)은?

①이어진 필적 ② 분단 또는 끊어진 필적

10. 별 필적

10-1. 별에서 나타난 필적 분석의 동적인 면(운동성)은?

①고정(무) ② 움직임(유)

10-2. 별에서 나타난 필적 분석의 안정성은?

①안정 ② 불안정

10-3. 기타 별 그림에서 본 필적(연결성)은?

①이어진 필적 ② 분단 또는 끊어진 필적

<부록 9> 빗속의 사람 그림검사(PITR) 채점 지침

빗속의 사람 그림검사(PITR) 채점 지침

| 스트레스 스케일 | | | |
|---|-----------|---|----|
| 항목 | 항목명 | 채점지침 | 점수 |
| S1 | 비가 없다 | 0- 비가 있다 1- 비가 없다 | |
| S2 | 비가 있다 | 0- 비가 없다 1- 비가 있다 | |
| S3 | 많은 비 | Template Grid 사용 비가 차지한 공간 = R 사람이 차지한 공간 × 1.5 = W Person R - W Person = 경과가 음수(-) = 0 = 경과가 양수(+) = 1 | |
| S4 | 비의 스타일 | 0- 비가 점으로만 묘사 1- 비가 원, 선, 눈물방울 등으로 묘사 | |
| S5 | 비의 방향 | 0- 비가 무질서하게 / 고르게 퍼져 있음 1- 비가 특정인을 향하고 있음. 비스듬하거나 사람 위에 직접 내리고 있음 | |
| S6 | 비의 접촉 | 0- 비가 인물의 어떤 부분 / 우산, 모자와 접촉되지 않음 1- 비가 인물의 어떤 부분 / 우산, 모자와 접촉됨 | |
| S7 | 젖다 | 0- 인물이 젖을 것 같지 않거나 마른 상태 1- 인물이 젖을 것 같음(비가 생각되더라도) | |
| S8 | 바람 | 0- 바람이 없다 1- 바람이 있다 | |
| S9-S16은 0점, 1점, 2점, 그 이상의 점수로 항목의 수와 동일한 숫자의 점수를 받음 | | | |
| S9 | 웅덩이 | 0- 웅덩이가 없다(S11로 감) 1- 웅덩이 1개당 1점(크기에 상관없음) | |
| S10 | 웅덩이에 서 있음 | 0- 웅덩이가 없거나 웅덩이에 서 있지 않을 때 1- 사람과 접촉하고 있는 웅덩이마다 1점 | |
| S11 | 다양한 비 스타일 | 0- 비가 없거나 비가 점으로만 되어 있음 1- 비를 표현하는 형태마다 1점(선, 원, 눈물방울) | |
| S12 | 다양한 강수/강설 | 0- 비만 묘사되어 있음 1- 종류에 따라 1점(우박, 눈) | |
| S13 | 번개 | 0- 번개가 없음(S15로 감) 1- 번개마다 1점 | |
| S14 | 번개 강타 | 0- 번개나 번개 치는 것이 없다 1- 사람, 우산, 사람의 확장된 어떤 부분을 강타하는 번개마다 1점 | |
| S15 | 구름 | 0- 구름이 없다(SA로 감) 1- 구름마다 1점 | |
| S16 | 먹구름 | 0- 먹구름이 없다 1- 먹구름마다 1점 | |
| 총 스트레스 점수 | | | |

| 실험 항목 | | | |
|---------------------------|---------------|--------------|----|
| 항목 | 항목명 | 채점지침 | 점수 |
| SA ~ SE : 기록은 하지만 채점하지 않음 | | | |
| SA | 무지개 | 무지개의 양 | |
| SB | 태양 | 태양의 양 | |
| SC | 새 | 새의 양 | |
| SD | 초록, 나무, 꽃, 덩불 | 나무, 꽃, 덩불의 양 | |
| SE | 기타, 수량, 특징 | | |

| 자원 스케일 | | | |
|-------------------|-------------|---|----|
| 항목 | 항목명 | 채점지침 | 점수 |
| R1 ~ R16 = 0점, 1점 | | | |
| R1 | 보호물이 있다 | 0- 보호물이 없다(R10으로) 1- 보호물이 있다 | |
| R2 | 우산이 있다 | 0- 우산이 없다(R4로) 1- 우산이 있다(접혀 있는 것도 가능) | |
| R3 | 들고 있는 우산 | 0- 우산과 손잡이를 이상하게 들고 있을 때 1- 우산을 적절하게 들고 있을 때 | |
| R4 | 다른 보호 장치 | 0- 우산과 비를 피하는 장비(우비, 비모자, 장화)외의 다른 보호 장치가 없음 1- 우산과 비를 피하고 다른 보호 장치가 있음 (나무, 차, 가방, 자켓) | |
| R5 | 적절한 크기의 보호물 | Template Blue ruler 사용 보호물의 폭 _____In, 인물의 폭 _____In 0- 보호물의 폭 ≤ 인물의 폭 1- 보호물의 폭 > 인물의 폭 | |
| R6 | 완전무결한 보호물 | 0- 보호물이 손상됨 1- 보호물이 완전함 | |
| R7 | 우비 | 0- 인물이 우비를 입고 있지 않음 1- 인물이 보호하는 우비를 입고 있음 | |
| R8 | 비모자 | 0- 인물이 비모자나 보호하는 것이 없음 1- 인물이 비모자나 머리를 보호하는 것이 있음 | |
| R9 | 장화 | 0- 인물이 장화를 신고 있지 않음 1- 인물이 장화나 다른 보호하는 것이 있음 | |
| R10 | 옷 | 0- 인물이 나체이거나 부분적으로 옷을 입지 않음 1- 인물이 어떤 형태의 옷이든지 입고 있음 | |
| R11 | 얼굴 전체 | 0- 얼굴이 모자나 우산으로 가려지거나 옆모습, 뒷모습 1- 얼굴 전체가 보임 | |
| R12 | 미소 | 0- 얼굴에 미소가 없음, 표정이 없음, 다른 표정 1- 얼굴에 미소가 있음 | |
| R13 | 중심에 있는 | Template 사용 : 빨간 = 수직, 초록 = 수평 | |

| | | | |
|-----|--------|--|--|
| | 인물 | 0- 중앙을 벗어남 1- 중앙에 위치 | |
| R14 | 인물의 크기 | Template 푸른 자 사용 0- 인물이 6인치보다 크거나 2인치보다 작음 1- 인물이 2인치 이상, 6인치 이하 | |
| R15 | 전체 인물 | 0- 인물이 측면, 뒷면, 막대 상, 머리만 혹은 부분적인 신체 1- 인물이 머리에서 발끝까지 앞면을 보고 있음 | |
| R16 | 선의 질 | 0- 선의 질이 다양하거나 스케치 풍 (진하고-가늘고, 밝고, 어둡고, 끊어진 선) 1- 선의 질이 균일하고 부드러움, 연속적, 일관성 있게 밝거나 어둡고, 진하거나 가늘 | |

자원 소계



| 항목 | 항목명 | 채점지침 | 점수 |
|--|-----------|--|----|
| R17~ R19 : 자원의 부분 합계로서 공제됨. 각각은 0점, 1점, 그 이상의 점수 | | | |
| R17 | 나체 | 0- 인물이 어떠한 방식으로든 옷을 입고 있음 1- 인물이 나체, 성기를 드러내거나, 투명하며, 옷을 입었는지가 확실하지 않은 경우 | |
| R18 | 몸의 일부가 빠짐 | 0- 인물이 완전하게 표현되어 있음 1~ 빠진 부분 하나당 1점 : 머리, 눈, 코, 입, 목, 몸통, 팔, 손가락, 다리, 발 등 | |
| R19 | 이 | 0- 이가 보이지 않음 1- 이가 보임 | |
| 총 자원점수 = 자원 소계(R1~R16) - (R17~R19) | | | |

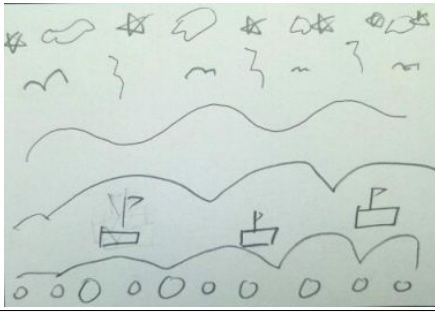
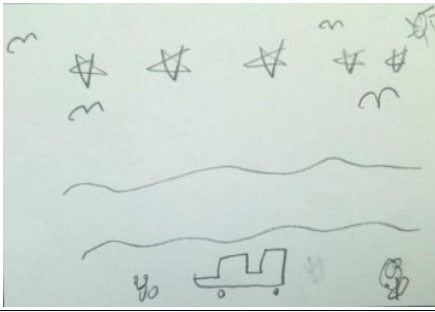
$$\text{대처능력} = \text{총 자원 점수} - \text{총 스트레스 점수}$$

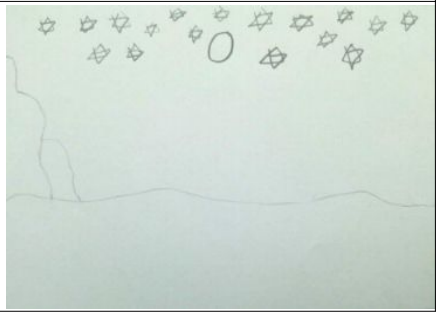
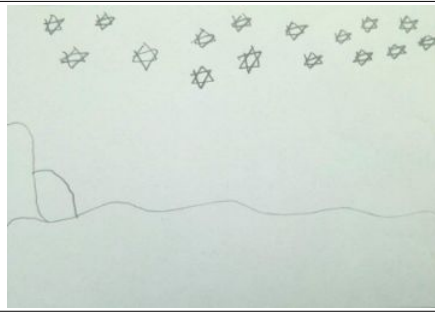
+ : 스트레스를 처리하고도 +만큼 자원이 확보되어 있음

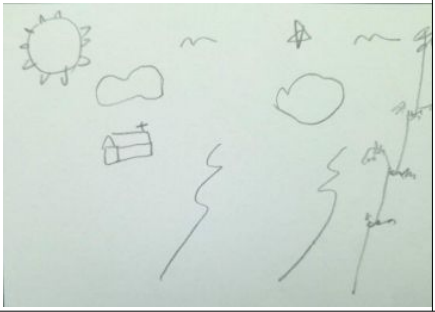
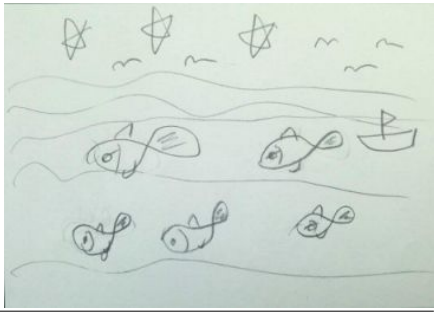
- : 음수만큼 스트레스가 쌓이고 있음

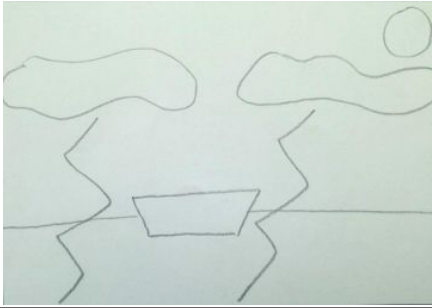
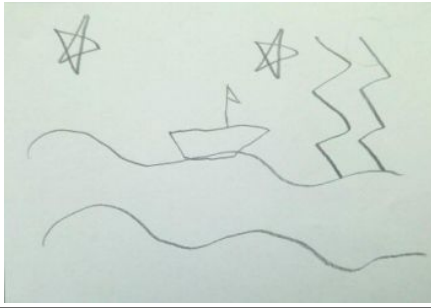
<부록10> 별-과도 그림검사(SWT) 사전·사후 비교 평가



| A | 사전 | | 사후 | | | |
|------------|--|-----------------|--|-----------------|-----|----|
| 그림 |  | |  | | | |
| | <부록그림 1> A 별-과도 그림 | | | | | |
| 그림의 착상 | 회화적 양식 | | 상징적 양식 | | | |
| 공간의 상징적 구조 | 수직적 구조 | 하늘, 바다사이(공간) 강조 | 수직적 구조 | 하늘, 바다사이(공간) 강조 | | |
| | 수평적 구조 | 중앙 강조 | 수평적 구조 | 왼쪽 강조 | | |
| 전체적인 공간 구조 | 조화 | | 조화 | | | |
| 별의 수 | 적음 | | 없음 | | | |
| 부가물 | 배, 달 | | 갈매기, 엄마 | | | |
| 필적 분석 | 과도 | 운동성 | 있음 | 과도 | 운동성 | 없음 |
| | | 안정성 | 불안정 | | 안정성 | 없음 |
| | | 연결성 | 이어진 필적 | | 연결성 | 없음 |
| | 별 | 운동성 | 있음 | 별 | 운동성 | 없음 |
| | | 안정성 | 불안정 | | 안정성 | 없음 |
| | | 연결성 | 이어진 필적 | | 연결성 | 없음 |
| 평가 요약 | <p>사전 그림의 방향이 과거 지향적(내면, 과거, 어머니)으로 현실회피와 퇴행 등이 나타남. 하늘과 바다 사이를 강조함으로써 지적측면과 감정의 상호작용을 방해할 수 있으며, 노를 직접 젓고 있어 자기 내면의 의지, 또는 내적에너지를 엿볼 수 있음. 외부와의 정서교류가 원활하지 않는 경향성이 있으나 주제를 인식하고 있음을 알 수 있음.</p> <p>사후 역시 그림 방향이 과거 지향적이며, 별과 과도를 그리지 않았지만 두 명 이상의 인물표현과 그들의 이목구비가 표현되어 내담자가 자신의 정서를 느끼고 표현하며 상호작용할 수 있음을 투사적으로 표현함. 부가물로 엄마를 그림으로써 야단을 치지만 함께 배를 타고 가고 있는 모습이 내담자에게 엄마는 삶의 동반자이자 자원라고 인식되고 있어 그림 검사 상 정서표현의 긍정적 변화를 알 수 있음.</p> | | | | | |

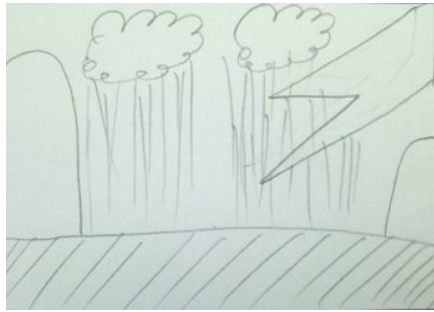

| B | 사전 | | | 사후 | | |
|------------|--|-----------|--------|--|-----------|--------|
| 그림 |  | | |  | | |
| | <부록그림 2> B 별-파도 그림 | | | | | |
| 그림의 착상 | 회화적 양식 | | | 회화적 양식 | | |
| 공간의 상징적 구조 | 수직적 구조 | 바다 강조(우위) | | 수직적 구조 | 바다 강조(우위) | |
| | 수평적 구조 | 복합적 강조 | | 수평적 구조 | 복합적 강조 | |
| 전체적인 공간 구조 | 조화 | | | 부조화 | | |
| 별의 수 | 많음 | | | 많음 | | |
| 부가물 | 구름, 갈매기, 배 | | | 해, 갈매기, 강아지, 자동차, 꽃 | | |
| 필적 분석 | 파도 | 운동성 | 있음 | 파도 | 운동성 | 있음 |
| | | 안정성 | 안정 | | 안정성 | 안정 |
| | | 연결성 | 이어진 필적 | | 연결성 | 이어진 필적 |
| | 별 | 운동성 | 없음 | 별 | 운동성 | 있음 |
| | | 안정성 | 안정 | | 안정성 | 안정 |
| | | 연결성 | 이어진 필적 | | 연결성 | 이어진 필적 |
| 평가 요약 | <p>사전그림에 파도가 2/3를 차지하여 감정적 측면이 강하며 회화적인 양식을 표현함으로써 감정적 경험을 타인과 공유하고자 하는 것으로 해석됨. 또한 하늘, 바다, 별이 모두 제자리에 위치하고 있지만 대략적 표현으로 산만하고 주의집중에 어려움이 보이며 파도의 강한 운동성에서 감정 기복의 폭이 커 정서 지각과 표현에 혼란이 예측됨.</p> <p>사후에는 사전에 비해 파도의 운동성이 약해져 감정 기복이 완만해지고 하늘의 별과 갈매기가 정돈된 느낌을 보이는 등 사전보다 정서적으로 안정되어 긍정적 변화를 보이지만 바다에 강아지와 자동차, 꽃의 등장을 보아 현실인지에 어려움이 있는 것으로 평가됨.</p> | | | | | |

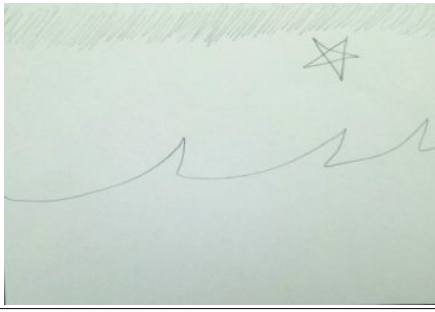
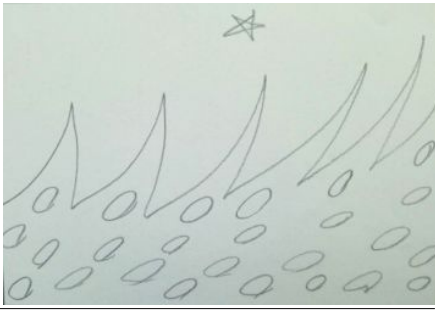
| C | 사전 | | 사후 | | | |
|------------|---|-----------|--|-----------|-----|--------|
| 그림 |  | |  | | | |
| | <부록그림 3> C 별-과도 그림 | | | | | |
| 그림의 착상 | 감정이 듬뿍 담긴 양식 | | 감정이 듬뿍 담긴 양식 | | | |
| 공간의 상징적 구조 | 수직적 구조 | 하늘 강조(우위) | 수직적 구조 | 하늘 강조(우위) | | |
| | 수평적 구조 | 왼쪽 강조 | 수평적 구조 | 왼쪽 강조 | | |
| 전체적인 공간 구조 | 조화 | | 조화 | | | |
| 별의 수 | 많음 | | 많음 | | | |
| 부가물 | 달, 절벽 | | 절벽 | | | |
| 필적 분석 | 과도 | 운동성 | 있음 | 과도 | 운동성 | 있음 |
| | | 안정성 | 안정 | | 안정성 | 안정 |
| | | 연결성 | 분단 또는 끊어진 필적 | | 연결성 | 이어진 필적 |
| | 별 | 운동성 | 있음 | 별 | 운동성 | 있음 |
| | | 안정성 | 안정 | | 안정성 | 안정 |
| | | 연결성 | 이어진 필적 | | 연결성 | 이어진 필적 |
| 평가 요약 | <p>사전에는 이성이 감성에 비해 높은 부위를 차지하고 있으며, 하늘의 많은 별과 달, 그리고 절벽을 표현하여 현재 심리적 위기를 지각하고 그림에 투사함.</p> <p>사후에는 별의 개수가 줄고 달이 사라져 이성보다는 부정적 감정이 사전에 비해 상승되었음. 그 시기에 내담자는 사회복귀시설의 규칙에 어긋나는 행동으로 인해 근신 조치가 내려진 직후였기 때문에 당시의 암담한 정서가 투사적으로 표현된 것으로 예측할 수 있음.</p> | | | | | |

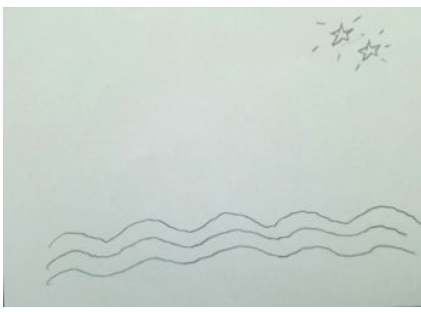

| D | 사전 | | 사후 | | | |
|------------|---|---------------|--|-----------|-----|--------|
| 그림 |  | |  | | | |
| | <부록그림 4> D 별-파도 그림 | | | | | |
| 그림의 착상 | 회화적 양식 | | 회화적 양식 | | | |
| 공간의 상징적 구조 | 수직적 구조 | 하늘, 바다 섞임(혼합) | 수직적 구조 | 바다 강조(우위) | | |
| | 수평적 구조 | 복합적 강조 | 수평적 구조 | 중양 강조 | | |
| 전체적인 공간 구조 | 부조화 | | 조화 | | | |
| 별의 수 | 적음 | | 적음 | | | |
| 부가물 | 해, 구름, 교회, 대나무, 갈매기 | | 갈매기, 물고기, 배 | | | |
| 필적 분석 | 파도 | 운동성 | 있음 | 파도 | 운동성 | 있음 |
| | | 안정성 | 불안정 | | 안정성 | 불안정 |
| | | 연결성 | 이어진 필적 | | 연결성 | 이어진 필적 |
| | 별 | 운동성 | 없음 | 별 | 운동성 | 없음 |
| | | 안정성 | 불안정 | | 안정성 | 안정 |
| | | 연결성 | 이어진 필적 | | 연결성 | 이어진 필적 |
| 평가 요약 | <p>사전에 별과 파도는 등장 하였으나 하늘과 바다가 혼합되어 현실과 주변 환경에 혼란을 겪으며 무기력한 상태. 주제와 상관없이 자신이 그리고자 하는 그림을 그려 전체적으로 상관성이 낮음</p> <p>사후에는 주제를 지각하고 그림 상 바다가 2/3를 차지하는 것과 별이 늘어난 것을 보아 정서적 지각과 표현이 향상됨을 알 수 있었고, 물고기 그림에 대한 질문을 했을 때 “자유롭게 휘휘” 이라며 현재 정서를 적극적으로 표현함. 그림의 위치상 갈매기와 물고기는 현재의 자신의 상황에서 벗어나고 싶은 정서를 반영하고 있어 정서표현의 향상을 확인할 수 있음.</p> | | | | | |

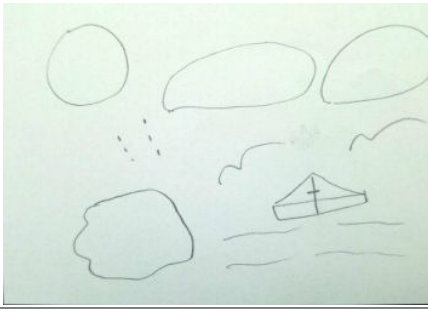

| E | 사전 | | | | 사후 | | | |
|------------|---|------------|--------|--------|--|--------|--|--|
| 그림 |  | | | |  | | | |
| | <부록그림 5> E 별-파도 그림 | | | | | | | |
| 그림의 착상 | 상징적 양식 | | | | 감정이 듬뿍 담긴 양식 | | | |
| 공간의 상징적 구조 | 수직적 구조 | 하늘과 바다의 격리 | | 수직적 구조 | 바다 강조(우위) | | | |
| | 수평적 구조 | 중앙 강조 | | 수평적 구조 | 중앙 강조 | | | |
| 전체적인 공간 구조 | 조화 | | | | 조화 | | | |
| 별의 수 | 없음 | | | | 적음 | | | |
| 부가물 | 구름, 달, 배, 번개 | | | | 배, 번개 | | | |
| 필적 분석 | 파도 | 운동성 | 없음 | 파도 | 운동성 | 있음 | | |
| | | 안정성 | 안정 | | 안정성 | 안정 | | |
| | | 연결성 | 이어진 필적 | | 연결성 | 이어진 필적 | | |
| | 별 | 운동성 | 없음 | 별 | 운동성 | 있음 | | |
| | | 안정성 | 없음 | | 안정성 | 안정 | | |
| | | 연결성 | 없음 | | 연결성 | 이어진 필적 | | |
| 평가 요약 | <p> 사전 그림은 상징적인 양식으로 하늘과 바다를 격리하고 하늘이 우위이며, 바다는 미동 없이 고요하고 별이 없어 지적 측면의 의식을 반영함. 또한 달과 구름, 번개가 표현되고 그 한 가운데 배가 띄워져 자신의 현재 상황을 위기상황으로 지각하고 표현한 것으로 해석됨. </p> <p> 사후의 그림은 파도가 높아졌으며 달과 별, 배를 그려 넣음. 사전의 잔잔한 파도로 위기상황에 비해 정서적 반응은 미미하게 표현되었지만 사후는 절반이상 올라간 파도표현에서 감정 선이 높아지고 정서적 흐름과 변화가 반영됨. 특히 배가 파도위에서 위험해 보이긴 하나 깃발 표현으로 감정의 방향성과 소속감 등 긍정적인 변화로 평가됨. </p> | | | | | | | |

| F | 사전 | | 사후 | | | |
|------------|--|-----------|--|-----------|-----|--------|
| 그림 |  | |  | | | |
| | <부록그림 6> F 별-파도 그림 | | | | | |
| 그림의 착상 | 감정이 듬뿍 담긴 양식 | | 감정이 듬뿍 담긴 양식 | | | |
| 공간의 상징적 구조 | 수직적 구조 | 하늘 강조(우위) | 수직적 구조 | 하늘 강조(우위) | | |
| | 수평적 구조 | 중앙 강조 | 수평적 구조 | 오른쪽 강조 | | |
| 전체적인 공간 구조 | 조화 | | 조화 | | | |
| 별의 수 | 적다 | | 적다 | | | |
| 부가물 | 초승달 | | 초승달, 절벽, 번개 | | | |
| 필적 분석 | 파도 | 운동성 | 있음 | 파도 | 운동성 | 있음 |
| | | 안정성 | 안정 | | 안정성 | 안정 |
| | | 연결성 | 이어진 필적 | | 연결성 | 이어진 필적 |
| | 별 | 운동성 | 있음 | 별 | 운동성 | 있음 |
| | | 안정성 | 불안정 | | 안정성 | 안정 |
| | | 연결성 | 분단 또는 끊어진 필적 | | 연결성 | 이어진 필적 |
| 평가 요약 | <p>사전에는 감성보다 이성이 발달된 사람으로 파도의 음영과 경직된 별은 우울한 감정이나 정서적인 영역에 치우쳐 보이며, 초승달은 희망을 상징적으로 나타냄. 별의 끊어진 필적을 보아 이성적으로 스스로를 통제하는 태도를 엿볼 수 있음.</p> <p>사후는 사전과 다르게 별을 자연스럽게 그렸으며 절벽과 갈매기의 등장으로 자유로움과 생명력이 있어 보이나 위기의식에 대한 지각과 이를 정서적으로 표현하려는 시도가 엿보임. 여전히 감성보다 이성이 우위인 것으로 평가됨.</p> | | | | | |



| G | 사전 | | 사후 | | | |
|------------|---|-----------|--|-----------|-----|--------------|
| 그림 |  | |  | | | |
| | <부록그림 7> G 별-파도 그림 | | | | | |
| 그림의 착상 | 상징적 양식 | | 형식적 양식 | | | |
| 공간의 상징적 구조 | 수직적 구조 | 하늘 강조(우위) | 수직적 구조 | 하늘 강조(우위) | | |
| | 수평적 구조 | 복합적 강조 | 수평적 구조 | 복합적 강조 | | |
| 전체적인 공간 구조 | 부조화 | | 조화 | | | |
| 별의 수 | 없음 | | 적음 | | | |
| 부가물 | 구름, 비, 번개, 절벽 | | 구름 | | | |
| 필적 분석 | 파도 | 운동성 | 없음 | 파도 | 운동성 | 있음 |
| | | 안정성 | 안정 | | 안정성 | 불안정 |
| | | 연결성 | 이어진 필적 | | 연결성 | 분단 또는 끊어진 필적 |
| | 별 | 운동성 | 없음 | 별 | 운동성 | 없음 |
| | | 안정성 | 없음 | | 안정성 | 안정 |
| | | 연결성 | 없음 | | 연결성 | 이어진 필적 |
| 평가 요약 | <p>사전 그림은 상징적 양식으로 하늘을 강조하여 지적측면을 무의식에 반영한 것으로 별은 그리지 않고 구름에서 많은 비를 그려 넣어 스트레스상황을 강조함. 정서적 반응은 낮게 표현됨. 이성을 너무 강조해 현실지각과 수용이 힘든 상황에서 극심한 스트레스 상황임을 암시함. 사후그림에서는 별과 갈매기가 등장하고 파도가 출렁임으로써 환경의 변화에 적극적인 정서적 반응이 확인되며 필압에 힘이 생겨 이를 극복할 수 있는 에너지가 확보되고 자발적 동기를 갖고 있는 것으로 평가할 수 있어 긍정적 변화를 확인할 수 있음.</p> | | | | | |



| H | 사전 | | | | 사후 | | | |
|------------|--|------------|--------|--------|--|--------|--|--|
| 그림 |  | | | |  | | | |
| | <부록그림 8> H 별-파도 그림 | | | | | | | |
| 그림의 착상 | 요점만 있는 양식 | | | | 요점만 있는 양식 | | | |
| 공간의 상징적 구조 | 수직적 구조 | 하늘과 바다의 조화 | | 수직적 구조 | 바다 강조(우위) | | | |
| | 수평적 구조 | 복합적 강조 | | 수평적 구조 | 복합적 강조 | | | |
| 전체적인 공간 구조 | 조화 | | | | 조화 | | | |
| 별의 수 | 적음 | | | | 적음 | | | |
| 부가물 | 없음 | | | | 없음 | | | |
| 필적 분석 | 파도 | 운동성 | 있음 | 파도 | 운동성 | 있음 | | |
| | | 안정성 | 안정 | | 안정성 | 안정 | | |
| | | 연결성 | 이어진 필적 | | 연결성 | 이어진 필적 | | |
| | 별 | 운동성 | 없음 | 별 | 운동성 | 없음 | | |
| | | 안정성 | 안정 | | 안정성 | 안정 | | |
| | | 연결성 | 이어진 필적 | | 연결성 | 이어진 필적 | | |
| 평가 요약 | <p>사전에는 하늘과 바다가 조화를 이루지만 감정적 측면이 조금 강하고 하늘에 강조된 음영과 표현된 별 하나는 우울감, 외롭고 쓸쓸함 등 어두운 정서와 관능적인 감수성으로 인한 어려움이 예측됨.</p> <p>사후에는 사전보다 파도의 움직임이 높아지고 하늘의 음영이 사라졌으며 필적이 확고해짐으로써 전체적으로 이성보다 감성이 더 올라옴. 정서적 반응과 에너지가 상승되고 부정적 정서표현이 감소되는 등 긍정적 변화를 확인할 수 있음. 그러나 이로 인한 감정조절의 어려움이 있을 수 있음.</p> | | | | | | | |


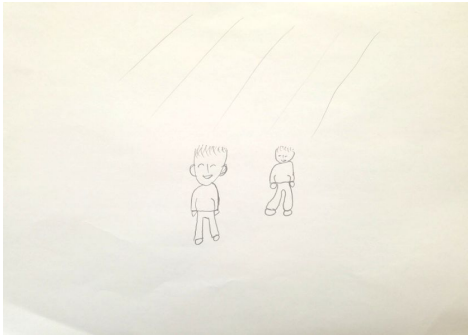
| I | 사전 | | 사후 | | | |
|------------|---|------------|--|-----------------|-----|--------|
| 그림 |  | |  | | | |
| | <부록그림 9> I 별-파도 그림 | | | | | |
| 그림의 착상 | 요점만 있는 양식 | | 회화적 양식 | | | |
| 공간의 상징적 구조 | 수직적 구조 | 하늘과 바다의 조화 | 수직적 구조 | 하늘, 바다사이(공간) 강조 | | |
| | 수평적 구조 | 오른쪽 강조 | 수평적 구조 | 중앙 강조 | | |
| 전체적인 공간 구조 | 조화 | | 조화 | | | |
| 별의 수 | 적음 | | 적음 | | | |
| 부가물 | 없음 | | 등대, 갈매기 | | | |
| 필적 분석 | 파도 | 운동성 | 있음 | 파도 | 운동성 | 있음 |
| | | 안정성 | 불안정 | | 안정성 | 안정 |
| | | 연결성 | 이어진 필적 | | 연결성 | 이어진 필적 |
| | 별 | 운동성 | 없음 | 별 | 운동성 | 있음 |
| | | 안정성 | 안정 | | 안정성 | 불안정 |
| | | 연결성 | 이어진 필적 | | 연결성 | 이어진 필적 |
| 평가 요약 | <p>사전 그림은 하늘과 바다의 구성에서 이성적으로 노력하는 사람으로 이성적, 강박적 감정이 절제되어 있어 이로 인한 외로움, 공허함, 우울감이 있을 수 있음.</p> <p>사후 그림은 별의 수가 늘고 갈매기와 등대가 등장함으로 삶의 긍정적인 메시지와 희망적인 사인, 목표의식 등 다양한 정서표현과 자원을 지각하고 표현하여 긍정적 변화를 확인 할 수 있음.</p> | | | | | |



| J | 사전 | | 사후 | | | |
|------------|--|---------------|--|-----------|-----|--------|
| 그림 |  | |  | | | |
| | <부록그림 10> J 별-과도 그림 | | | | | |
| 그림의 착상 | 회화적 양식 | | 회화적 양식 | | | |
| 공간의 상징적 구조 | 수직적 구조 | 하늘, 바다 섞임(혼합) | 수직적 구조 | 하늘 강조(우위) | | |
| | 수평적 구조 | 복합적 강조 | 수평적 구조 | 복합적 강조 | | |
| 전체적인 공간 구조 | 부조화 | | 조화 | | | |
| 별의 수 | 없음 | | 많음 | | | |
| 부가물 | 달, 비, 구름, 갈매기, 섬, 교회 | | 해, 갈매기 | | | |
| 필적 분석 | 과도 | 운동성 | 없음 | 과도 | 운동성 | 있음 |
| | | 안정성 | 불안정 | | 안정성 | 안정 |
| | | 연결성 | 분단 또는 끊어진 필적 | | 연결성 | 이어진 필적 |
| | 별 | 운동성 | 없음 | 별 | 운동성 | 있음 |
| | | 안정성 | 없음 | | 안정성 | 안정 |
| | | 연결성 | 없음 | | 연결성 | 이어진 필적 |
| 평가 요약 | <p>사전그림은 별과 과도 이외의 부가물이 많이 등장하여 하늘과 바다가 분리되지 않아 사고와 정서표현에 혼란이 예측되며, 이를 종교적 힘으로 정서적인 안정감을 추구하고자 이성적으로 노력한 것으로 보여 짐.</p> <p>사후에는 하늘에 해와 별이 함께 표현되어 현실감이 떨어지고 왜곡된 지각과 감정과 행동에 불일치감이 있을 수 있음. 하지만 사전과 다르게 주제를 지각하고 별과 과도를 표현하며 과도를 1/2까지 그림으로써 현실지각을 위해 노력하고 이로 인한 정서적 변화가 있음을 알 수 있음.</p> | | | | | |



<부록 11> 빗속의 사람 그림검사(PITR) 사전·사후 비교 평가

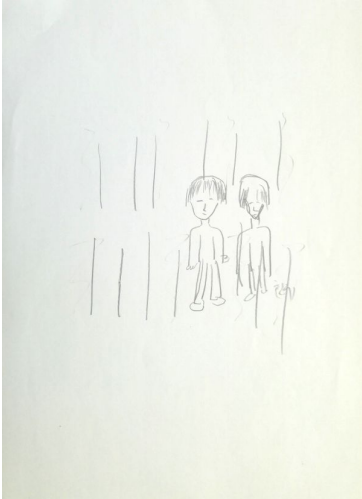

| A | 사전 | 사후 | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|---|--|----|------|---|---|----|--|------|----|------|---|---|----|
| 그림 |  |  | | | | | | | | | | | | |
| <p><부록그림 11> A 빗속의 사람 그림</p> | | | | | | | | | | | | | | |
| 그림 내용 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 이 그림을 그린 순서는? 사람→비→번개 2. 이 사람은 누구인가요? 나 3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 비가 많이 와서 비 피하려고 뛰어간다. 4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 기분이 좋지 않다. 매우 추울 것 같다. 5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 감기 걸려서 이불 덮고 누워있을 것 같다. 6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 우비 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 이 그림을 그린 순서는? 사람→비 2. 이 사람은 누구인가요? 나(36) 3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 우산을 가져오지 않아서 가방을 엮고 집으로 간다. 4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 짜증난다. 5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 집에 간다. 6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 우산 | | | | | | | | | | | | |
| 점수 | <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>스트레스</td> <td>자원</td> <td>대처능력</td> </tr> <tr> <td>9</td> <td>4</td> <td>-5</td> </tr> </table> | 스트레스 | 자원 | 대처능력 | 9 | 4 | -5 | <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>스트레스</td> <td>자원</td> <td>대처능력</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>3</td> <td>-5</td> </tr> </table> | 스트레스 | 자원 | 대처능력 | 8 | 3 | -5 |
| 스트레스 | 자원 | 대처능력 | | | | | | | | | | | | |
| 9 | 4 | -5 | | | | | | | | | | | | |
| 스트레스 | 자원 | 대처능력 | | | | | | | | | | | | |
| 8 | 3 | -5 | | | | | | | | | | | | |
| 특징 | <p>용지를 세로로 세워서 그렸으며 비의 양은 적으나 굵은 비가 내리고 있음. 자신을 중앙에 그리고 선의 마무리가 잘 안되어 있으며 우산이나 기타 보호물이 없음. 다소 균일한 선을 사용함.</p> | <p>빗줄기가 직선이며 자신에게만 내리는 모습 그림. 전체적으로 그림이 왼쪽으로 치우쳐져 있음. 인물을 전체를 지우고 다시 그렸으며 화가 난 표정을 표현함. 희미한 선을 유지하고 필압이 약하나 가방이라는 자원이 생김.</p> | | | | | | | | | | | | |
| 평가 | <p>사전과 사후 비의 양이 많고 굵어 체감하는 스트레스 양이 많아 보임. 사전의 인물은 위급한 상황에 도와줄 자원이 없어 보이며, 내리는 비를 모두 맞고 있고 크고 단단한 번개는 대상자가 예측되는 극심한 스트레스를 암시함. 사후의 인물은 비를 막아줄 가방이라는 자원이 있고 사력을 다해 비를 피해 뛰어가는 인물의 표정이 강한 의지가 보임. 스트레스와 자원이 1점 감소하였으며 대처능력에는 변화 없음.</p> | | | | | | | | | | | | | |



| B | 사전 | 사후 | | | | |
|------------------------------------|--|---|------|---|----|------|
| 그림 |  |  | | | | |
| <p><부록그림 12> B 빗속의 사람 그림</p> | | | | | | |
| 그림 내용 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 이 그림을 그린 순서는? 비→사람 2. 이 사람은 누구인가요? 나 3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 가만히 있다. 4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 우울하다. 침착하다. 5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 뛰어나온다.(비에서) 6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 우산, 자동차 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 이 그림을 그린 순서는? 비→사람→우산 2. 이 사람은 누구인가요? 나 3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 목포 가고 있다. 4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 지쳤다. 5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 놀러간다. 6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 우산 | | | | |
| 점수 | 스트레스 | 자원 | 대처능력 | 스트레스 | 자원 | 대처능력 |
| | 7 | 6 | -1 | 6 | 7 | 1 |
| 특징 | <p>종이를 세로로 사용함. 비의 양은 적으나 사선으로 내리는 비를 온몸으로 맞고 있음. 인물의 표정은 알 수 없지만 웃고 있는 모습이라고 했으며 대처자원이 전혀 없음.</p> | | | <p>비의 양이 적으며 비가 직선으로 내림. 매우 작은 크기로 우산이라는 보호물을 그렸으나 질문사항에 필요한 것이 무엇이나고 물었을 때 우산이라고 적음. 필압과 선의 성질이 일정해 짐.</p> | | |
| 평가 | <p>사전과 사후 모두 대체적으로 비의 양은 적지만 굵은 비가 내리고 있으며, 인물상이 미성숙하며 보통보다 작은 인물상을 표현함. 사회적 미성숙과 낮은 자존감을 예측할 수 있어 환경을 다루는데 있어서 부적절함과 낮은 에너지를 알 수 있음. 사전에 없던 보호물이 사후에 생겨 긍정적인 변화를 확인할 수 있음. 스트레스가 1점 감소하였으며 자원이 1점 늘어 대처능력이 2점 향상됨.</p> | | | | | |

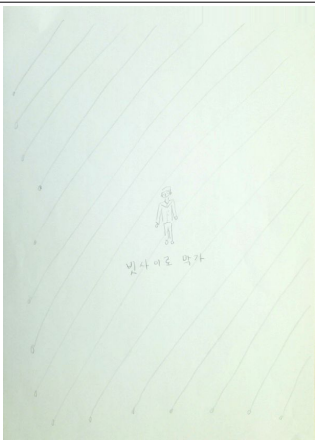

| C | 사전 | | | 사후 | | |
|------------------------------------|---|----|------|---|----|------|
| 그림 |  | | |  | | |
| <p><부록그림 13> C 빛속의 사람 그림</p> | | | | | | |
| 그림 내용 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 이 그림을 그린 순서는? 비→사람 2. 이 사람은 누구인가? 나 자신(35) 3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 비를 맞고 있다. 4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 웃고 있어요. 5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 집에 돌아와서 샤워 후, 빨래를 할 것 같다. 6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 친구, 우산 | | | <ol style="list-style-type: none"> 1. 이 그림을 그린 순서는? 비→사람 2. 이 사람은 누구인가? 나 (35) 3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 아픔을 비에 내리는 중 4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 즐거움 5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 친구와 이야기를 나눔 6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 곁에서 이야기 들어 줄 친구 | | |
| 점수 | 스트레스 | 자원 | 대처능력 | 스트레스 | 자원 | 대처능력 |
| | 8 | 5 | -3 | 6 | 8 | 2 |
| 특징 | <p>힘없이 내리는 사전의 빗줄기 아래에 보호물 없이 비를 맞고 있음. 그림이 왼쪽으로 치우쳐 있으며 귀를 그리지 않음. 알 수 없는 표정으로 팔과 다리의 구분이 어려움. 일정치 않은 필압으로 그림.</p> | | | <p>비의 양이 현저히 줄어들고 친구라는 자원이 생김. 그림의 위치가 중앙으로 이동되었으며 표정이 밝아짐. 귀를 강조하여 그렸으며 선의 성질이 일정해짐.</p> | | |
| 평가 | <p>사전에 비해 사후 그림의 비의 양이 현저히 감소되었으며 표정의 변화와 친구라는 대처자원이 생겨 긍정적 변화를 보임. 사전에서 팔과 다리의 구분이 어려운 것은 자기 자신의 뜻대로 움직일 수 없는 미약한 자신을 표현하고 귀를 그리지 않은 것은 주변 상황에 대해 관심을 기울이지 않으며 들으려 하지 않는 것으로 해석 되지만, 사후에는 귀를 강조함으로써 친구라는 자원을 통해 자신의 고민과 스트레스를 같이 나누고 싶은 내담자의 마음을 표현함. 스트레스 2점 감소, 자원 3점 증가해서 대처능력 5점이 향상됨.</p> | | | | | |


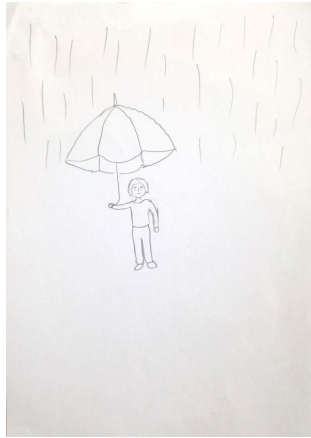
| D | 사전 | 사후 | | | | |
|------------------------------------|--|---|---|-----------|----------|------------|
| 그림 |  |  | | | | |
| <p><부록그림 14> D 빗속의 사람 그림</p> | | | | | | |
| 그림 내용 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 이 그림을 그린 순서는? 사람→비→구름 2. 이 사람은 누구인가요? 주인공은 첫 번째 사람, 안경 쓴 사람 3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 비를 맞고 있다. 4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 추울 것 같다. 5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 비에 젖어 옷을 갈아 입을 것 같다. 6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 우산 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 이 그림을 그린 순서는? 비→사람→바다 2. 이 사람은 누구인가요? 비를 맞은 군인 3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 혼자 가만히 있다. 4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 우울하다. 5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 집으로 간다. 6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 빗길을 걸어 계속 한다. | | | | |
| 점수 | 스트레스 9 | 자원 7 | 대처능력 -2 | 스트레스 4 | 자원 -1 | 대처능력 -5 |
| 특징 | <p>사전으로 내리는 많은 양의 빗속에 군인 정복을 입은 두 사람이 있음. 왼쪽이 자신이며 보호모를 착용하지 않음. 약한 필압과 흐릿하며 끊어지고 떨리는 선을 사용함.</p> | | <p>직선으로 내리는 빗속에 밝은 표정의 모습으로 화지의 왼쪽에 사람을 그림. 머리카락에 신경을 쓰는 모습을 보였으며 필압이 일정치 않고 상체만 표현됨.</p> | | | |
| 평가 | <p>사전의 그림에는 비가 사전으로 많이 내리며 발을 그리지 않고 정복 입은 사람 또한 상황에서의 무기력감 등 의미 있는 표현을 함. 본인의 의지로는 스트레스 상황을 극복할 수 없으나 의미 있는 대상이 함께 하며 힘이 되었던 과거 상황과 연관된 것으로 예측됨. 사후에는 빗줄기는 가늘어지고 표정이 밝아졌으나 신체주제와 상관없는 그림을 그림으로써 현실지각과 적응에 어려움이 있는 것으로 보이나 인물상이 커지고 표정이 밝아짐. 스트레스5점 감소, 자원8점 감소, 대처자원 3점 감소함으로써 정서적인 측면의 접근은 긍정적이었으나 대처능력은 나아지지 않음.</p> | | | | | |


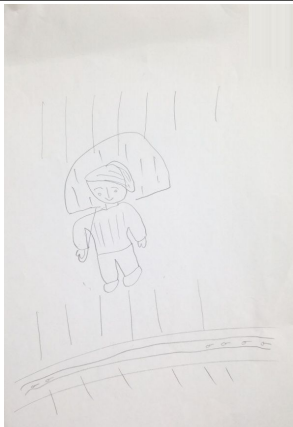
| E | 사전 | | | 사후 | | |
|------------------------------------|---|----|------|---|----|------|
| 그림 |  | | |  | | |
| <p><부록그림 15> E 빗속의 사람 그림</p> | | | | | | |
| 그림 내용 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 이 그림을 그린 순서는? 비→우산→사람 2. 이 사람은 누구인가요? 사람(29) 3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 우산을 쓰고 걷고 있다. 4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 슬프다. 5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 집으로 간다. 6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 자동차 | | | <ol style="list-style-type: none"> 1. 이 그림을 그린 순서는? 비→사람→우산 2. 이 사람은 누구인가요? 나(30) 3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 혼자 길을 걷다. 4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 우울하다. 5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 집으로 간다. 6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 돈 | | |
| 점수 | 스트레스 | 자원 | 대처능력 | 스트레스 | 자원 | 대처능력 |
| | 6 | 6 | 0 | 5 | 9 | 4 |
| 특징 | <p>비의 양이 적고 세기도 약함. 보호물로 우산을 쓰고 있으며 화지의 왼쪽에 사람이 위치하고 사람의 목을 그리지 않았으며 표정이 없음. 비교적 안정된 선을 사용함.</p> | | | <p>그림이 왼쪽에 위치하고 사람의 크기와 보호물의 크기가 커짐. 비의 양은 많지만 충분히 보호물로써 내리는 비를 막을 수 있음. 사람의 목을 그렸으며 표정이 밝게 웃고 있고 약한 필압으로 흐릿하고 일정치 않은 선을 사용함.</p> | | |
| 평가 | <p>전체적으로 그림이 왼쪽으로 치우쳐져 있어 모성회귀, 과거지향을 내면적으로 나타냄. 사전의 비 대칭된 눈은 집단 초기상황에서 외부환경 변화에 대한 위험과 관심을 표현하였으며, 목을 그리지 않음으로써 행동과 사고가 일치하지 않으며 이에 대한 내담자의 어려움을 예측할 수 있음. 사후에 표정이 밝고 확실하게 감정표현을 했으며, 목을 그려줌으로써 사고와 행동이 일치됨을 알 수 있음. 스트레스 1점 감소, 자원 3점 증가, 대처능력 4점 증가로 그림상 내용뿐만 아니라 행동과 형식적인 면에서도 긍정적인 변화를 보임.</p> | | | | | |

| F | 사전 | | | 사후 | | |
|-----------------------|---|----|------|---|----|------|
| 그림 |  | | |  | | |
| <부록그림 16> F 빗속의 사람 그림 | | | | | | |
| 그림 내용 | 1. 이 그림을 그린 순서는? 비→사람 2. 이 사람은 누구인가요? 나 3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 비를 많이 맞는다. 4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 기쁘다. 후련하다. 5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 집에서 쉰다. 6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 친구, 휴식 | | | 1. 이 그림을 그린 순서는? 사람→비 2. 이 사람은 누구인가요? 나(20대) 3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 비를 맞고 있다. 4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 행복하다. 5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 집으로 간다. 6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 짝 | | |
| 점수 | 스트레스 | 자원 | 대처능력 | 스트레스 | 자원 | 대처능력 |
| | 7 | 3 | -4 | 5 | 5 | 0 |
| 특징 | 약간 오른쪽에 그림이 치우쳐 있으며 둘 중 왼쪽이 자신이라고 함. 비의 양이 많지 않지만 직선으로 굽게 내리고 있음. 알 수 없는 표정과 옷을 입었는지 안 입었는지 불확실함. 안정적이지 않은 필압과 선을 사용함. | | | 적은 양의 비가 골고루 내리고 있음. 사람이 중앙에 위치하며 옷을 하나라도 걸침. 행복한 기분이라고 표정을 표현하였으며 그림선이 단단해짐. | | |
| 평가 | 사전, 사후 비의 양은 적으나 대처물 없이 비를 온 몸으로 맞고 있음. 사전에는 전체적으로 그림이 중앙에서 약간 벗어난 오른쪽에 위치하며 그림 선과 표현이 쳐져있고 무기력해 보임. 의복의 여부가 불확실해 보이는데 이는 신체자각에 대해 고민 중일 수 있음. 그러나 사후에는 옷을 입혔으며 그림이 커지고 얼굴 표정이 좋아지고 그림선이 단단해져 내담자가 스트레스상황에 대처할 수 있는 내면의 힘이 증가한 것으로 보여 짐. 스트레스 2점 감소, 자원 2점 증가, 대처능력 4점 증가로 긍정적인 변화를 보임. | | | | | |

| G | 사전 | | | 사후 | | |
|------------------------------------|---|---------|------------|---|---------|-----------|
| 그림 |  | | |  | | |
| <p><부록그림 17> G 빛속의 사람 그림</p> | | | | | | |
| 그림 내용 | <p>1. 이 그림을 그린 순서는? 구름→사람→비→우산</p> <p>2. 이 사람은 누구인가요? 자기 자신도 되지만 나같이 불쌍한 처지의 사람</p> <p>3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 가정에서 부자 관계가 최악인 경우의 사람들</p> <p>4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 비참하다.</p> <p>5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 유년기를 경과하여 청년기, 장년기에 자기 나름대로 사회에 적응하려 노력한다.</p> <p>6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 가정의 평화</p> | | | <p>1. 이 그림을 그린 순서는? 비→우산→사람</p> <p>2. 이 사람은 누구인가요? 세상의 세파를 겪고 있는 자기 자신(약40세)</p> <p>3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 자기 자신의 개발, 성장, 발달, 약진, 약동하고 있다.</p> <p>4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 무덤덤하다.</p> <p>5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 비가 오므로 가정에 귀가조치 한다.</p> <p>6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 밖에서 몸이 지쳤으므로 가정에 귀가 후 샤워를 필요로 한다.</p> | | |
| 점수 | 스트레스 8 | 자원 6 | 대처능력 -2 | 스트레스 4 | 자원 8 | 대처능력 4 |
| 특징 | <p>구름은 사람을 향해 많은 비를 내리고 있으며 그 비를 막을 수 있는 우산은 작아 보임. 눈동자는 공허하고 표정이 없으며 귀를 그리지 않고, 하늘과 지면의 경계선을 그림.</p> | | | <p>많은 비가 오고 있고 작은 우산을 쓰고 있지만 우산을 쓰고 있는 사람의 표정이 즐거워 보임. 눈동자는 여전히 없지만 표정이 살아있고 귀를 크게 그려 넣음.</p> | | |
| 평가 | <p>사전의 그림에는 구름이 자신에게만 비를 쏟아 붓고 있으며 방어해주는 보호물이 작고 표정이 없음. 그러나 사후에는 표정이 밝게 살아있으며 작은 우산으로 비를 막고 있고 즐거운 감정을 표현하여 긍정적 변화를 확인할 수 있음. 귀를 크게 강조함으로써 외부의 자극에 대해 극도로 민감한 상태로 신경증과 편집증이 있을 수 있으나 어려운 상황에서도 타인과 소통하려는 노력이 엿보임. 스트레스 4점 감소, 자원 2점 증가, 대처능력 6점이 큰 폭으로 향상됨.</p> | | | | | |

| H | 사전 | | | 사후 | | |
|-----------------------|---|----|------|---|----|------|
| 그림 |  | | |  | | |
| <부록그림 18> H 빗속의 사람 그림 | | | | | | |
| 그림 내용 | 1. 이 그림을 그린 순서는? 비→사람 2. 이 사람은 누구인가요? 몸이 가늘어서 비가 와서 걸어도 비를 안 맞는다고 이름이 빗 사이로 막가 3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 비가 내리는데 비를 안맞고 있다. 4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 인기최고, 기분은 아슬아슬 5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 아무 일 없다. 6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 비 우산, 시계 | | | 1. 이 그림을 그린 순서는? 비→사람 2. 이 사람은 누구인가요? 나, 해군(42살) 3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 집으로 가고 있다. 4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 지치다. 실망하다. 밝다. 5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 보이 파이팅, 해군축제 6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 많은 자기네 사람. | | |
| 점수 | 스트레스 | 자원 | 대처능력 | 스트레스 | 자원 | 대처능력 |
| | 8 | 4 | -4 | 7 | 8 | 1 |
| 특징 | 용지를 세로로 사용함. 비가 사선으로 세차게 많이 오며 모두 이어져 있음. 사람은 가운데 아주 작게 위치하며 표정이 없고 비를 막아줄 보호물이 전혀 없음. 필압이 약하며 그림 전체를 희미한 선으로 표현함. | | | 용지를 세로로 사용함. 비의 양이 줄고 수직으로 내림. 인물이 한 가운데 크게 위치하며 제복과 어울리는 강인한 표정을 짓고 있음. 비를 막아 줄 보호물로 장화를 신고 있으며 필압의 강약의 변화가 적당하며 일정한 선을 사용함. | | |
| 평가 | 사전그림은 위축된 자기 자신이 너무 작고 보호해 줄 자원이 전혀 없었으며 세차게 오는 빗줄기를 뚫고 나와야 하는 상황으로 보여 짐. 그 상황에 압도되어 무기력한 상태가 표현됨. 그러나 사후에는 필압과 그림의 크기, 장화라는 대처물이 생김으로써 스트레스 상황을 극복하고 대처하겠다는 의지와 내면의 힘이 표현되어 긍정적인 변화를 확인 할 수 있음 스트레스 1점 감소, 자원 4점 증가, 대처능력 5점이 증가하여 자기표현에 좀 더 자립적이며 적극적인 변화를 보임. | | | | | |

| I | 사전 | | | 사후 | | |
|-----------------------|---|----|------|--|----|------|
| 그림 |  | | |  | | |
| <부록그림 19> I 빗속의 사람 그림 | | | | | | |
| 그림 내용 | <ol style="list-style-type: none"> 이 그림을 그린 순서는? 비→우산→나 이 사람은 누구인가요? 본인(41세) 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 우산 쓰고 집으로 걸어가는 중 이 사람의 기분은 어떤가요? 웃고 있다. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 집에 가서 맛있는 것을 가족들과 함께 먹고 있다. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 맛있는 것을 사들고 가야겠다. | | | <ol style="list-style-type: none"> 이 그림을 그린 순서는? 우산→사람→비 이 사람은 누구인가요? 어린이(15살) 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 집으로 가고 있다. 이 사람의 기분은 어떤가요? 웃음진 얼굴. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 집에가서 맛있는 것을 가족들과 나누어 먹는다. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 마중 나오는 엄마. | | |
| 점수 | 스트레스 | 자원 | 대처능력 | 스트레스 | 자원 | 대처능력 |
| | 6 | 12 | 6 | 4 | 12 | 8 |
| 특징 | 용지에 비해 인물의 크기가 작으며 왼쪽으로 치우쳐져 있음. 세찬 비는 아니지만 비가 사선으로 내리고 있기 때문에 비에 젖을 수 있음. 보호물로 우산과 우비를 착용함. 고르고 균일한 선을 사용함. | | | 전체적으로 비가 고르게 퍼져 있으며 사람이 중앙에 위치함. 비의 양이 많지만 보호물의 크기가 크므로 인물이 젖지 않음. 일정한 압력의 선을 사용하였으며 필압이 적당함. | | |
| 평가 | 사전에는 그림의 위치가 왼쪽으로 치우쳐져 있으나 사후에는 그림이 중앙으로 이동함으로써 자신과 상황에 대해 안정감을 느끼며 편안한 상태를 표현함. 사전보다 사후의 빗줄기의 방향과 우산의 크기를 보았을 때 자원에 대한 확고함이 생겨남. 전체적인 에너지 양이 적은 편이나 긍정적인 변화와 가능성을 예측할 수 있음. 스트레스가 2점 감소하여 대처능력이 2점 향상됨. | | | | | |

| J | 사전 | | | 사후 | | |
|-----------------------|---|----|------|--|----|------|
| 그림 |  | | |  | | |
| <부록그림 20> J 빗속의 사람 그림 | | | | | | |
| 그림 내용 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 이 그림을 그린 순서는? 비→우산→사람 2. 이 사람은 누구인가요? 나(49) 3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 우산을 쓰고 걷고 있다. 4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 우울하다.(기쁘지 않다) 5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 화산이 터질 것 같다. 6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 집에서 나와 공장에 가고 있다.(일) | | | <ol style="list-style-type: none"> 1. 이 그림을 그린 순서는? 비→사람→우산→도랑 2. 이 사람은 누구인가요? 나(50) 3. 이 사람은 무엇을 하고 있나요? 우산을 쓰고 센터에 가고 있다. 4. 이 사람의 기분은 어떤가요? 매우 상쾌하다. 5. 이 후에 어떤 일이 벌어질 것 같은가요? 돈이 생길 것 같다. 6. 이 사람에게 필요한 것은 무엇일까요? 작업 | | |
| 점수 | 스트레스 | 자원 | 대처능력 | 스트레스 | 자원 | 대처능력 |
| | 5 | 7 | 2 | 7 | 10 | 3 |
| 특징 | <p>비의 양이 적으며 그림이 왼쪽으로 치우쳐져 있음. 사람을 그리고 나서 전체를 모두 지운다음 다시 그림. 사람의 손을 그리지 않았으며 큰 우산을 쓰고 있으나 사람과 따로 떨어져 있음. 일정하지 않으며 강약의 변화가 있는 선을 사용함.</p> | | | <p>비가 직선으로 고루 퍼져있음. 사람이 중앙에 위치하며 손을 그린 후 우산을 어깨에 올림. 도랑에 올챙이들이 다닌다고 이야기함. 일정한 필압을 유지하고 부드러운 선을 사용함.</p> | | |
| 평가 | <p>사전 인물 전체를 지우고 다시 그렸는데 자신에 대한 신뢰감이나 이상화된 감정을 표현한 것으로 보여 짐. 우산이 있기는 하나 우산의 위치와 손의 생략 등이 스트레스 상황에서 주변자원을 적절히 활용함에 어려움이 있으며, 무기력하고 현실검증력이 낮은 상태임. 그러나 사후에서 우산을 어깨에 올리고 손을 표현하여 자신이 힘든 상황에서 주변의 환경을 통제하고 적절히 활용할 수 있는 능력을 갖게 되었으며 도랑에 있는 올챙이 또한 환경의 변화와 자원을 지각한 것으로 보여 짐. 스트레스가 2점 증가되고 자원이 3점 증가 되어 대처능력이 1점 향상됨</p> | | | | | |

<부록 12> 집단미술치료프로그램 회기별 세부계획

| | | | |
|-----------|--|------|-----|
| 회기 | 1회기 | 소요시간 | 90분 |
| 일시 | 2016년 | | |
| 주제 | 마음 열기 | | |
| 목표 | 1. 신뢰감 형성 2. 프로그램 이해 | | |
| 준비물 | A4용지, 4B연필, 지우개, 색연필, 싸인펜, 정서변화 수첩, 사전검사지 | | |
| 내용 및 진행방법 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 인사나누기 <ul style="list-style-type: none"> - 프로그램 목적 및 이해와 회기 진행방법 등 프로그램 구조화 2. 연구 동의서 작성 및 사전 검사 실시 <ul style="list-style-type: none"> - 정서표현 척도 - 생활사건스트레스 척도 - 별-과도 그림검사 - 빗속의 사람 그림검사 3. 감정카드 <ul style="list-style-type: none"> - 최근 3일 동안 나에게 있었던 감정 3개를 감정카드에서 골라본다. - 그 중 가장 마음이 가는 카드를 1장을 골라본다. - 언제 그런 감정이 들었는지 집단원과 나누는 시간을 갖는다. 4. 정서변화 수첩 <ul style="list-style-type: none"> - 감정 카드 중 오늘 내 감정을 고른다. - 정서변화 수첩에 내 감정을 쓴다. - 최근 받은 스트레스 정도를 체크한다. - 그 스트레스는 무엇이었으며 어떤 방법으로 대처했는지 적어본다. - 그때의 정서는 어떠했는지 적어본다. 5. 회기 마무리 및 다음차시 예고 | | |

| | | | |
|-----------|--|------|-----|
| 회기 | 2회기 | 소요시간 | 90분 |
| 일시 | 2016년 | | |
| 주제 | 내 소개 | | |
| 목표 | 1. 신뢰감 형성 2. 스트레스 파악 3. 자기탐색 및 표현 | | |
| 준비물 | 정서변화 수첩, 이름표, 색연필, 싸인펜, 감정카드, 색 우드락, 스티커 | | |
| 내용 및 진행방법 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 인사나누기 <ul style="list-style-type: none"> - 서로간의 안부를 묻고 신뢰감을 형성한다. - 진행 할 프로그램을 소개한다. 2. 정서변화 수첩 <ul style="list-style-type: none"> - 감정 카드 중 오늘 내 감정을 고른다. - 정서변화 수첩에 내 감정을 쓴다. - 최근 받은 스트레스 정도를 체크한다. - 그 스트레스는 무엇이었으며 어떤 방법으로 대처했는지 적어본다. - 그때의 정서는 어떠했는지 적어본다. 3. 내 소개 <ul style="list-style-type: none"> - 여러 감정카드 중 가장 갖고 싶은 감정을 한 장 고른다. - 자신의 이름 앞에 갖고 싶은 감정을 적어본다. - 자신의 이름표를 예쁘게 꾸며본다. - 차례대로 돌아가며 그 감정을 선택한 이유와 느낌들을 나누고 자신을 소개한다. 4. 우리들의 약속 정하기 <ul style="list-style-type: none"> - 회기 중 지켜야할 약속을 이야기해본다. - 치료자가 제시하는 예시를 통해 의미와 필요성을 지각한다. - 서로의 생각을 논의하고 합의를 통해 약속을 정한다. - 정해진 약속들을 우드락에 붙여보고 꾸며서 완성한다. 5. 회기 마무리 및 다음차시 예고 | | |

| | | | |
|-----------|--|------|-----|
| 회기 | 3회기 | 소요시간 | 90분 |
| 일시 | 2016년 | | |
| 주제 | 나의 마음 | | |
| 목표 | 1. 스트레스 파악 2. 정서인지 3. 정서이완 | | |
| 준비물 | 정서변화 수첩, 감정카드, 8절지(n장), 2절지(4장), 색연필, 파스넷, 매직, 여러 색 털실, 하드보드지, 가위, 시트지 | | |
| 내용 및 진행방법 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 인사나누기 <ul style="list-style-type: none"> - 지난 회기에 대해 나눔의 시간을 갖는다. - 우리들의 약속을 확인하고 오늘 할 프로그램 소개를 한다. 2. 정서변화수첩 <ul style="list-style-type: none"> - 감정 카드 중 오늘 내 감정을 고른다. - 정서변화 수첩에 내 감정을 쓴다. - 최근 받은 스트레스 정도를 체크한다. - 그 스트레스는 무엇이었으며 어떤 방법으로 대처했는지 적어본다. - 그때의 정서는 어떠했는지 적어본다. 3. 내가 갖고 있는 카드는 무슨 감정일까? (위밍업) <ul style="list-style-type: none"> - 치료사가 한 장의 카드를 들고 언제 드는 감정인지 이야기한다. - 집단원들이 치료사의 카드에 있는 감정을 맞춰본다. - 맞힌 집단원이 다른 카드를 한 장 고른다. - 같은 방법으로 언제 드는 감정인지 이야기하고 다른 집단원이 맞춰본다. 4. 난화 <ul style="list-style-type: none"> - 감정변화수첩에 적어진 스트레스를 바라보게 한다. - 8절지에 색연필과 싸인펜을 이용해서 자유롭게 그리도록 한다. - 자신의 난화에서 연상되는 것이 있는지 질문을 한다. - 큰 종이 (2절지)에 파스넷을 이용해서 자유롭게 그리도록 한다. - 자신의 난화에서 연상되는 것이 있는지 질문을 한다. - 작은 종이에 그렸을 때랑 큰 종이에 그렸을 때랑 어떤 느낌이 들었는지 이야기해본다. - 스트레스를 생각하며 하드보드지에 여러색의 털실을 가위로 잘라본다. - 자르면서 드는 느낌들을 이야기해본다. - 시트지를 붙인다. - 연상되는 이미지가 있는지 매직으로 그려본다. - 제목을 적어본다. - 무엇을 연상하였는지 차례대로 돌아가며 이야기해본다. 5. 회기 마무리 및 다음차시 예고 | | |

| | | | |
|--------------|--|------|-----|
| 회기 | 4회기 | 소요시간 | 90분 |
| 일시 | 2016년 | | |
| 주제 | 좋아하는 마음 | | |
| 목표 | 1. 스트레스 원인 탐색 2. 욕구탐색 3. 정서확인 | | |
| 준비물 | 정서변화 수첩, 감정카드, 잡지, 풀, 가위, 색연필, 싸인펜, 볼펜 | | |
| 내용 및 진행방법 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 인사나누기 <ul style="list-style-type: none"> - 지난 회기에 대해 나눔의 시간을 갖는다. - 우리들의 약속을 확인하고 오늘 할 프로그램 소개를 한다. 2. 정서변화 수첩 <ul style="list-style-type: none"> - 감정 카드 중 오늘 내 감정을 고른다. - 정서변화 수첩에 내 감정을 쓴다. - 최근 받은 스트레스 정도를 체크한다. - 그 스트레스는 무엇이었으며 어떤 방법으로 대처했는지 적어본다. - 그때의 정서는 어떠했는지 적어본다. 3. 내가 갖고 있는 카드는 무슨 감정일까? (위명업) <ul style="list-style-type: none"> - 치료사가 한 장의 카드를 들고 언제 드는 감정인지 표정으로 이야기 한다. - 집단원들이 치료사의 카드에 있는 감정을 맞혀본다. - 맞힌 집단원이 다른 카드를 한 장 고른다. - 같은 방법으로 어떤 감정인지 표정으로 표현하고 다른 집단원이 맞혀본다. 4. 내가 좋아하는 것들 <ul style="list-style-type: none"> - 여러 잡지를 제공 한 후 내가 좋아하는 것을 오려서 붙이도록 한다. - 완성해 가는 과정을 통해 자신의 욕구를 눈으로 확인한다. - 제목을 적어본다. - 차례대로 작품을 설명하고 어떤 감정이 들었는지 집단원과 피드백을 나눈다. - 그 중 가장 좋아하는 것을 고른 후 그 욕구를 이루기 위한 구체적인 방법들을 생각해보고 시도해 볼 것을 약속한다. 5. 회기 마무리 및 다음차시 예고 | | |

| | | | |
|--------------|--|------|-----|
| 회기 | 5회기 | 소요시간 | 90분 |
| 일시 | 2016년 | | |
| 주제 | 속상했던 그 때 | | |
| 목표 | 1. 스트레스 해소 2. 정서표현 | | |
| 준비물 | 정서변화 수첩, 감정카드, 단면색종이, 풀, 볼펜, 8절지, 색연필, 싸인펜, 만다라종이 | | |
| 내용 및 진행방법 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 인사나누기 <ul style="list-style-type: none"> - 지난 회기에 대해 나눔의 시간을 갖는다. - 우리들의 약속을 확인하고 오늘 할 프로그램 소개를 한다. 2. 정서변화 수첩 <ul style="list-style-type: none"> - 감정 카드 중 오늘 내 감정을 고른다. - 정서변화 수첩에 내 감정을 쓴다. - 최근 받은 스트레스 정도를 체크한다. - 그 스트레스는 무엇이었으며 어떤 방법으로 대처했는지 적어본다. - 그때의 정서는 어떠했는지 적어본다. 3. 내가 갖고 있는 카드는 무슨 감정일까? (위밍업) <ul style="list-style-type: none"> - 집단원이 한 장의 카드를 들고 오늘 들었던 감정이 무엇인지 표정으로 이야기한다. - 집단원들이 카드에 있는 감정을 맞혀본다. - 맞힌 집단원이 자기의 감정을 표정으로 말한다. - 같은 방법으로 어떤 감정인지 다른 집단원이 맞혀본다. 4. 속상했던 그 때 ① <ul style="list-style-type: none"> - 나를 속상하게 했던 일에 대해서 생각해본다. - 그것이 무엇인지 색종이에 적어볼 수 있도록 한다. - 접어서 원하는 모양대로 잘라본다. - 마음에 드는 모양을 세 가지를 골라서 검정 도화지에 붙여본다. - 작품을 보고 느낌을 이야기해본다. 5. 속상했던 그 때 ② <ul style="list-style-type: none"> - 번호가 적힌 접착식 우드락을 하나씩 가져간다. - 자르고 남은 종이(스트레스)를 번호가 적힌 접착식 우드락에 붙인다. - 완성된 접착식 우드락을 번호가 쓰여진 퍼즐에 붙여본다. - 완성된 작품을 보고 느낌을 이야기한다. 6. 회기 마무리 및 다음차시 예고 | | |

| | | | |
|-----------|---|------|-----|
| 회기 | 6회기 | 소요시간 | 90분 |
| 일시 | 2016년 | | |
| 주제 | 즐거운 기억 | | |
| 목표 | 1. 스트레스 인지 2. 정서표현 | | |
| 준비물 | 정서변화 수첩, 감정카드, 캔버스(0호), 아크릴 물감, 뾰족, 드라이기, 매직, 면봉, 비즈, 나무조각, 목공용 본드, 종이접시, 신문지, 테이프 | | |
| 내용 및 진행방법 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 인사나누기 <ul style="list-style-type: none"> - 지난 회기에 대해 나눔의 시간을 갖는다. - 우리들의 약속을 확인하고 오늘 할 프로그램 소개를 한다. 2. 정서변화 수첩 <ul style="list-style-type: none"> - 감정 카드 중 오늘 내 감정을 고른다. - 정서변화 수첩에 내 감정을 쓴다. - 최근 받은 스트레스 정도를 체크한다. - 그 스트레스는 무엇이었으며 어떤 방법으로 대처했는지 적어본다. - 그때의 정서는 어떠했는지 적어본다. 3. 즐거운 기억 <ul style="list-style-type: none"> - 나의 인생에서 가장 즐거웠던 기억을 회상해 본다. - 8절지에 즐거웠던 기억을 그림으로 그려본다. - 집단원들이 즐거웠던 순간은 언제였는지 서로 이야기해본다. - 즐거운 색을 골라서 캔버스에 칠해본다. - 책상위에서 그 기억을 이미지로 표현 해 본다.(나무 조각) - 그대로 캔버스에 본드로 붙여본다. - 제목을 지어본다. - 자신의 작품에 대한 느낌을 이야기해본다. 4. 회기 마무리 및 다음차시 예고 | | |

| | | | |
|-----------|--|------|-----|
| 회기 | 7회기 | 소요시간 | 90분 |
| 일시 | 2016년 | | |
| 주제 | 내 슬픈 감정 | | |
| 목표 | 1. 스트레스 표현 2. 정서표현 | | |
| 준비물 | 정서변화 수첩, 감정카드, 신체그림2장씩, 색연필, 싸인펜, 대일밴드, 스티커 | | |
| 내용 및 진행방법 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 인사나누기 <ul style="list-style-type: none"> - 지난 회기에 대해 나눔의 시간을 갖는다. - 우리들의 약속을 확인하고 오늘 할 프로그램 소개를 한다. 2. 정서변화 수첩 <ul style="list-style-type: none"> - 감정 카드 중 오늘 내 감정을 고른다. - 정서변화 수첩에 내 감정을 쓴다. - 최근 받은 스트레스 정도를 체크한다. - 그 스트레스는 무엇이었으며 어떤 방법으로 대처했는지 적어본다. - 그때의 정서는 어떠했는지 적어본다. 3. 다른 사람 기분 이해하기 (위밍업) <ul style="list-style-type: none"> - 치료사가 상황 설명을 한다. - 집단원은 그 사람의 기분이 어떠할지 이야기한다. 4. 내 슬픈 감정 <ul style="list-style-type: none"> - 아프고 상처받은 기억이 있는지 생각한다. - 신체상에 아프고 상처받은 곳을 표현한다. - 이런 ‘나에게 해주고 싶은 말’ 을 써본다. - 이런 내가 ‘남에게 듣고 싶은 말’ 을 써본다. - 대일밴드로 아픈 곳에 붙여 주면서 “괜찮아.” 라고 이야기해준다. - 짝꿍을 지어 ‘남에게 듣고 싶은 말’ 을 해주면서 아픈 곳을 만져준다. - 모두 치유가 되고 난 미래의 내 모습을 신체상에 표현해본다. - 제목을 지어본다. 5. 회기 마무리 및 다음차시 예고 | | |

| | | | |
|-----------|--|------|-----|
| 회기 | 8회기 | 소요시간 | 90분 |
| 일시 | 2016년 | | |
| 주제 | 화가 날 때엔 | | |
| 목표 | 1. 스트레스 해소 2. 정서표현 | | |
| 준비물 | 정서변화 수첩, 감정카드, 8절지, 풀, 가위, 지끈, 테이프, 색연필, 파스넛, 싸인펜, 꽃지 | | |
| 내용 및 진행방법 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 인사나누기 <ul style="list-style-type: none"> - 지난 회기에 대해 나눔의 시간을 갖는다. - 우리들의 약속을 확인하고 오늘 할 프로그램 소개를 한다. 2. 정서변화 수첩 <ul style="list-style-type: none"> - 감정 카드 중 오늘 내 감정을 고른다. - 정서변화 수첩에 내 감정을 쓴다. - 최근 받은 스트레스 정도를 체크한다. - 그 스트레스는 무엇이었으며 어떤 방법으로 대처했는지 적어본다. - 그때의 정서는 어떠했는지 적어본다. 3. 다른 사람 기분 공감하기 (위밍업) <ul style="list-style-type: none"> - 치료사가 감정카드를 한 장 고른다. - 감정을 말로써 설명한다. - 집단원은 언제 그런 기분이 들었는지 이야기해본다. 4. 화가 날 때엔 <ul style="list-style-type: none"> - 나를 화나게 만드는 것은 어떤 것들이 있었는지 생각해 본다. - 그 느낌을 기억하여 8절지에 그려본다. - 가장 화나게 만드는 것은 무엇인지 적어본다. - 화가 났을 때 나는 어떻게 하는지 적어본다. - 가장 자주 사용하는 해결방법은 무엇인지 적어본다. - 화를 긍정적으로 표현할 수 있는 방법은 무엇인지 적어본다. - 긍정적인 분노표출 방법에 대해 이야기해본다. - 긍정적인 스트레스 표현방법으로 종이(꽃지)를 찢으며 스트레스를 풀어 본다. - 기분은 어떠한지 이야기 해 보고 두 조로 나누어 화 덩이를 작품으로 승화시켜본다. 5. 회기 마무리 및 다음차시 예고 | | |

| | | | |
|--------------|---|------|-----|
| 회기 | 9회기 | 소요시간 | 90분 |
| 일시 | 2016년 | | |
| 주제 | 그리운 마음 | | |
| 목표 | 1. 스트레스 표현 2. 정서이완 | | |
| 준비물 | 정서변화 수첩, 감정카드, 8절지, 아이클레이, 싸인펜, 색연필 | | |
| 내용 및 진행방법 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 인사나누기 <ul style="list-style-type: none"> - 지난 회기에 대해 나눔의 시간을 갖는다. - 우리들의 약속을 확인하고 오늘 할 프로그램 소개를 한다. 2. 정서변화 수첩 <ul style="list-style-type: none"> - 감정 카드 중 오늘 내 감정을 고른다. - 정서변화 수첩에 내 감정을 쓴다. - 최근 받은 스트레스 정도를 체크한다. - 그 스트레스는 무엇이었으며 어떤 방법으로 대처했는지 적어본다. - 그때의 정서는 어떠했는지 적어본다. 3. 다른 사람 감정 알아맞히기 (위밍업) <ul style="list-style-type: none"> - 집단원 중 한명이 자기감정에 대해 설명한다. - 나머지 집단원이 감정을 알아맞힌다. - 집단원은 언제 그런 기분이 들었는지 이야기해본다. 4. 그리운 마음 <ul style="list-style-type: none"> - 그리움이란 무엇인지 이야기해본다. - 그리운 사람이나 보고 싶은 얼굴을 떠올려본다. - 아이클레이로 만들어본다. - 작품을 8절지 위에 올려두고 그곳은 어디인지 배경을 그려본다. - 나는 그 배경 중에서 어디에 있을지 그려본다. - 나눔의 시간을 갖는다. 5. 회기 마무리 및 다음차시 예고 | | |

| | | | |
|-----------|--|------|-----|
| 회기 | 10회기 | 소요시간 | 90분 |
| 일시 | 2016년 | | |
| 주제 | 나에게 소중한 것 | | |
| 목표 | 1. 스트레스 자원 찾기 2. 정서표현력 증진 | | |
| 준비물 | 정서변화 수첩, 감정카드, 신문지, 지끈, 먹물, 종이접시, 붓, 물감, 양면 테이프 | | |
| 내용 및 진행방법 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 인사나누기 <ul style="list-style-type: none"> - 지난 회기에 대해 나눔의 시간을 갖는다. - 우리들의 약속을 확인하고 오늘 할 프로그램 소개를 한다. 2. 정서변화 수첩 <ul style="list-style-type: none"> - 감정 카드 중 오늘 내 감정을 고른다. - 정서변화 수첩에 내 감정을 쓴다. - 최근 받은 스트레스 정도를 체크한다. - 그 스트레스는 무엇이었으며 어떤 방법으로 대처했는지 적어본다. - 그때의 정서는 어떠했는지 적어본다. 3. 9분할로 스트레스 탐색하기 <ul style="list-style-type: none"> - 일상 중에서 느낀 대로, 생각나는 대로, 떠오르는 대로 무엇이든 상관 없이 자유로이 순서대로 그려본다. - 순서대로 이야기해보며 스트레스 자원을 탐색한다. - 전체를 보면 어떤 주제가 생각이 나는지 제목을 적어본다. - 가장 내 마음을 잘 표현한 것은 몇 번인지 이야기해본다. - 가장 소중한 것은 무엇인지 이야기해본다. 4. 나에게 소중한 것 <ul style="list-style-type: none"> - 소중한 것을 먹물로 화선지에 표현해본다(간직하기). - 물감으로 채색한다. - 느낌을 서로 이야기해본다. 5. 회기 마무리 및 다음차시 예고 | | |

| | | | |
|-----------|--|------|-----|
| 회기 | 11회기 | 소요시간 | 90분 |
| 일시 | 2016년 | | |
| 주제 | 나를 응원해! | | |
| 목표 | 1. 스트레스 대처방안 2. 정서표현력 강화 | | |
| 준비물 | 정서변화 수첩, 감정카드, 신문지, 석고가루, 몰드, 비즈, 지끈, 이쑤시개, 본드, 리퀴드, 물, 종이컵, 소주컵, 저울, 신한물감, 나무젓가락, 포장지, 네임택, 네임펜 | | |
| 내용 및 진행방법 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 인사나누기 <ul style="list-style-type: none"> - 지난 회기에 대해 나눔의 시간을 갖는다. - 우리들의 약속을 확인하고 오늘 할 프로그램 소개를 한다. 2. 정서변화 수첩 <ul style="list-style-type: none"> - 감정 카드 중 오늘 내 감정을 고른다. - 정서변화 수첩에 내 감정을 쓴다. - 최근 받은 스트레스 정도를 체크한다. - 그 스트레스는 무엇이었으며 어떤 방법으로 대처했는지 적어본다. - 그때의 정서는 어떠했는지 적어본다. 3. 긍정의 자기향기 <ul style="list-style-type: none"> - 긍정의 자기향기가 무엇인지 이야기해본다. - 스트레스 상황이 남에게 미치는 상황을 집단원과 이야기해본다. - 긍정의 자기향기를 담아서 석고방향제를 만들어본다. - 만든 석고방향제를 향기주머니에 올리고 누구에게 주고 싶은지, 어디에 두고 싶은지 나눔의 시간을 갖는다. 4. 회기 마무리 및 다음차시 예고 | | |

| | | | |
|-----------|--|------|-----|
| 회기 | 12회기 | 소요시간 | 90분 |
| 일시 | 2016년 | | |
| 주제 | 함께하는 마음 | | |
| 목표 | 1. 스트레스 수용 2. 정서표현력 증진 | | |
| 준비물 | 정서변화 수첩, 감정카드, 연필꽃이, 폼 클레이, 비즈, 인화지, 인화지, 양면테이프, 본드 | | |
| 내용 및 진행방법 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 인사나누기 <ul style="list-style-type: none"> - 지난 회기에 대해 나눔의 시간을 갖는다. - 우리들의 약속을 확인하고 오늘 할 프로그램 소개를 한다. 2. 정서변화 수첩 <ul style="list-style-type: none"> - 감정 카드 중 오늘 내 감정을 고른다. - 정서변화 수첩에 내 감정을 쓴다. - 최근 받은 스트레스 정도를 체크한다. - 그 스트레스는 무엇이었으며 어떤 방법으로 대처했는지 적어본다. - 그때의 정서는 어떠했는지 적어본다. 3. 함께하는 마음 <ul style="list-style-type: none"> - 감정카드 중 갖고 싶은 감정을 고른다. - 색지에 갖고 싶은 감정이 들어가는 문장을 넣어 나에게 하고 싶은 말을 적어본다. - 집단원들이 차례대로 돌아가며 이야기 해 본다. - 갖고 싶은 감정을 담아 표정을 짓고 사진을 찍는다. - 감정사진을 인화한다. - 인화한 사진을 앞면을 만든 후 폼클레이로 나무기둥을 꾸며준다. - 내 사진을 보며 비즈로 사진 주위를 꾸며준다. - 완성된 연필꽃이에 색 돌을 넣은 후 갖고 싶은 감정이 쓰인 문장을 꽂는다. - 나, 너, 우리 함께 의 중요성을 이야기 하며 작품을 서로 연결하여 집단의 중요성을 일깨워준다. 4. 회기 마무리 및 다음차시 예고 | | |

| | | | |
|-----------|--|------|-----|
| 회기 | 13회기 | 소요시간 | 90분 |
| 일시 | 2016년 | | |
| 주제 | 밝은 우리 미래 | | |
| 목표 | 1. 스트레스 수용 및 대처방안 2. 정서표현력 강화 | | |
| 준비물 | 정서변화 수첩, 감정카드, 한지 등, 색 한지, 스티커 | | |
| 내용 및 진행방법 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 인사나누기 <ul style="list-style-type: none"> - 지난 회기에 대해 나눔의 시간을 갖는다. - 우리들의 약속을 확인하고 오늘 할 프로그램 소개를 한다. 2. 정서변화 수첩 <ul style="list-style-type: none"> - 감정 카드 중 오늘 내 감정을 고른다. - 정서변화 수첩에 내 감정을 쓴다. - 최근 받은 스트레스 정도를 체크한다. - 그 스트레스는 무엇이었으며 어떤 방법으로 대처했는지 적어본다. - 그때의 정서는 어떠했는지 적어본다. 3. 밝은 우리 미래 <ul style="list-style-type: none"> - 빛이 되는 것들을 이야기해본다. - 나에게 빛이란 어떤 의미인지 이야기해본다. - 밝은 미래를 생각하며 마음을 담아 등에 한지를 찢어 표현해본다. - 불을 켜 보고 서로의 작품을 감상한다. - 서로의 미래에 대해 긍정적인 이야기를 해준다. 4. 포스트잇에 그동안 서로에게 하고 싶은 말 적기 5. 회기 마무리 및 다음차시 예고 | | |

| | | | |
|-----------|--|------|-----|
| 회기 | 14회기 | 소요시간 | 90분 |
| 일시 | 2016년 | | |
| 주제 | 마음 펼치기 | | |
| 목표 | 1. 전시회 2. 사후검사 | | |
| 준비물 | 정서변화 수첩, 감정카드, A4용지, 4B연필, 지우개, 2절지, 이젤, 작품들, 다과, 사후검사지 | | |
| 내용 및 진행방법 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 인사나누기 <ul style="list-style-type: none"> - 지난 회기에 대해 나눔의 시간을 갖는다. - 우리들의 약속을 확인하고 그동안 잘 지켰는지 이야기한다. - 프로그램 마무리에 대해 이야기 한다. 2. 정서변화 수첩 <ul style="list-style-type: none"> - 감정 카드 중 오늘 내 감정을 고른다. - 정서변화 수첩에 내 감정을 쓴다. - 최근 받은 스트레스 정도를 체크한다. - 그 스트레스는 무엇이었으며 어떤 방법으로 대처했는지 적어본다. - 그때의 정서는 어떠했는지 적어본다. 3. 사후검사 실시 <ul style="list-style-type: none"> - 정서표현 척도 - 생활사건스트레스 척도 - 별-과도 그림검사 - 빗속의 사람 그림검사 4. 전시회 5. 회기 마무리 | | |