

# 집단미술치료가 인터넷게임과몰입 초등학생의 공격성과 정서조절능력에 미치는 효과

## Effects of Group Art Therapy on the Aggression and Emotional Regulation Ability of Elementary School Students Over-Immersed in Internet Games

이건욱\*, 이현미\*\*, 신지현\*\*\*

서울벤처대학원대학교\*, 한세대학교 대학원\*\*, 서울벤처대학원대학교\*\*\*

Geon-uk Lee(geonuk62@hanmail.net)\*, Hyun-mi Lee(micoli@naver.com)\*\*,  
Ji-hyun Shin(kidedu@naver.com)\*\*\*

### 요약

본 연구는 집단미술치료가 인터넷게임과몰입 초등학생의 공격성과 정서조절능력에 미치는 효과를 알아 보는데 목적이 있다. 연구대상은 S시의 H지역아동센터, Y시의 G지역아동센터 초등학생 16명을 실험집단과 통제집단에 각각 8명씩 배치하였다. 집단미술치료는 실험집단을 대상으로 2016년 1월 4일부터 2016년 2월 15일까지 주 2회, 총 12회기 실시하였다. 연구도구로는 인터넷게임중독 척도, 공격성 척도, 정서조절 척도를 사용하였다. 자료분석은 실시시기와 집단에 따른 차이를 반복측정 변량분석 방법으로 처리하였다. 실시결과 집단미술치료가 인터넷게임과몰입 초등학생의 공격성 완화와 정서조절능력 향상에 긍정적인 효과가 있었으며, 그 효과가 지속되는 것으로 나타났다. 이상의 결과로 볼 때 집단미술치료는 인터넷게임과몰입 초등학생의 공격성 완화와 정서조절능력 향상에 효과적임을 알 수 있었다. 끝으로 본 연구의 결과를 바탕으로 인터넷게임과몰입 초등학생의 예방 및 치료를 위한 본 프로그램 발전 방향을 제시하였다.

■ 중심어 : | 인터넷게임과몰입 | 초등학생 | 공격성 | 정서조절능력 | 집단미술치료 |

### Abstract

The purpose of this study was to investigate the effects of group art therapy on the aggression and emotional regulation ability of elementary school students over-immersed in Internet games. The subjects include 16 elementary school children from H Local Children's Center in S City and G Local Children's Center in Y City. They were allocated to the experiment and control group each of which consisted of eight. Total 12 sessions of Group art therapy were administered to the experiment group twice per week from January 4 to February 15, 2016. Employed in the study were the Internet game addiction, aggression, and emotional regulation inventories. Collected data were treated with repeated measures ANOVA for differences according to the implementation time and group. The findings show that group art therapy had positive effects for mitigating the aggression of elementary school students over-immersed in Internet games and increasing their emotional regulation ability and that those effects lasted. Those findings indicate that group art therapy is effective for alleviating the aggression of elementary school children over-immersed in Internet games and improving their emotional regulation ability. Finally, based on the result of this study, the development and future direction of this program for prevention and treatment of elementary school students over-immersed in Internet games is suggested.

■ keyword : | Over-immersion in Internet Games | Elementary School Student | Aggression | Emotional Regulation Ability | Group Art Therapy |

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성

21세기 정보화시대에 인터넷은 확장된 정보를 빠르게 접근 가능하도록 하여 학생들에게 다양한 정보와 편리함을 제공한다. 그러나 인터넷이 우리의 생활과 밀접하게 관련되면서 편리함을 가져다주고 있는 반면 지나친 사용으로 인해 여러 가지 문제가 야기 되고 있는데 그 중에서도 가장 심각한 분야가 학생의 여가생활로 깊숙이 자리 잡은 인터넷게임중독이다.

근래에 발생한 10대 학생이 자신의 인터넷게임 아이템 확보를 위해 동급생 친구에게 게임을 강요하며 상습적으로 폭행해 자살에 이르게 한 사건[1]이나 잔인한 게임에 빠져 이유 없이 친누나를 칼로 찌른 사건[2] 등 인터넷 게임으로 인해 발생하는 문제는 심각한 수준으로 확산되고 있다. 이러한 게임중독은 정신의존도가 높은 행위중독으로 현실지각능력을 저하시켜 게임에서 학습하게 된 폭력행위를 모방하여 극단적인 문제해결의 수단으로 표출될 가능성이 있으며[3], 현실과 가상을 구분하지 못하는 부적응을 야기할 수 있다[4].

인터넷게임중독에 관련된 선행연구들을 살펴보면 인터넷게임 중독성향 집단은 비중독성향 집단에 비해 자기통제력이 약해지고[5], 자기조절능력이 손상되며[6], 충동적 행동이 많이 보이고[7], 분노감정을 증폭시켜[8], 공격적인 행동이 강해지는 특성이 나타난다고 보고했다[9]. 더욱이 학교폭력이나 비행[10]과 관련된 학교 부적응 문제가[11] 많이 나타났다.

이는 컴퓨터게임에 몰입하는 중독성 사용은 나이가 어릴수록 더 많은 문제를 경험하는 경향이[12]있어 앞으로 초등학교가 경험하는 컴퓨터게임중독으로 인한 학업, 신체·정신 건강을 저해하는 부작용은 더욱 심각할 것이라고 지적하고 있다[13].

‘2013년 아동종합실태조사’에 따르면 인터넷 및 스마트폰중독에 있어서 초등학교의 16.3%, 중·고등학교의 9.3%가 고위험군으로 나타났으며[14]. 한국콘텐츠진흥원의 ‘2014년 게임과몰입 종합 실태조사’에 따르면 과몰입군은 초등학교 0.7%, 중학생 0.8%, 고등학교 0.7%로 파악되었다[15]. 이는 점차 문제행동을 야기할 가능성

이 있는 과몰입군으로 초등학교의 인터넷 사용에 대한 심각성을 뒷받침하고 있다. 특히 인터넷게임중독 유형의 잠재적 위험 사용자군과 고위험 사용자군은 일반 사용자군에 비해 자기통제력이 낮고 충동적이며, 공격적 성향이 강한 것으로 알려져 있다[16].

한편 ‘인터넷게임중독’은 특정한 병리학적 인터넷 사용을 의미[17]하는 것이며 ‘인터넷게임과몰입’은 게임 몰입정도가 과도한 수준에 이르는 것으로 정의하고 있다[18]. 즉, ‘인터넷게임과몰입’은 게임몰입의 정도가 과도한 수준에 이르는 것으로 신체적, 정신적, 심리적 영역에서 심각한 지장을 받고 게임중독의 병리적 증상을 함께 경험하는 잠재적으로 위험한 상태이며[19], 폭력성 저하, 자기통제력과 조절능력을 상실, 일상생활 곤란 등과 같은 문제를 일으킨다고 하였다[20]. 따라서 본 연구의 초등학교 대상이 인터넷게임을 장시간 이용하고 잠재적 중독 증세가 어느 정도 나타나지만 병리적 중독으로 평가할 수 없으므로 본 연구에서는 ‘인터넷게임중독’ 대신 ‘인터넷게임과몰입’이라는 용어를 사용하는 것이 적절하다고 본다.

이처럼 아직 정서적 인지적 발달 과정에 있는 초등학교의 게임중독에 대한 이해는 미래의 문제행동과 관련한 치료 및 예방 개입에 있어서 더욱 중요할 수 있다.

그 중 주목해야 할 부분은 공격성과 정서조절능력간의 관련성이다. 즉, 정서가 불안하거나 취약한 경우 아동, 청소년 시기의 반사회적 행동과 밀접한 관련이 있다는 연구결과이다[21]. 정서조절능력이란 단순히 공격행동과 같은 부정적 행동들을 억제하는 것뿐만 아니라 정서적으로 자극되는 상황에서 유연하게 반응하는 능력이다[22]. 정서조절능력이 높으면 또래 관계에서 자신의 감정을 잘 관리하고 스스로 효율적으로 진정시킬 능력이 있으므로, 공격적인 행동이나 문제행동을 표출할 가능성이 낮고[23], 덜 공격적이고 친구들 사이에서도 인기가 있으며[24], 긍정적인 정서표현이 빈번할수록 또래와도 잘 어울리고 사회적 위험성에 덜 노출되는 반면, 공격성이 빈번하게 표현할수록 또래 수용도가 낮은 것으로 나타났다[25].

한편, 공격성이 높은 학생의 경우 컴퓨터 사용을 억제시킨다면 그들의 공격 성향을 만족시키는 다른 환경

이나 경험을 찾을 것이므로 단순히 컴퓨터 사용 시간을 감소시키는 것 보다는 오히려 공격성과 컴퓨터 사용에 적합한 변인을 찾아 개입하는 것이 보다 효과적일 것이다.

인터넷게임중독 학생을 대상으로 한 다양한 심리치료 접근 방법 중 본 연구에서는 미술치료를 적용하였다. 특히 미술치료는 분노, 공격성 등의 부정적 감정을 해소시켜 공격성을 완화시킬 수 있으며[26][27], 자신의 문제행동을 인식하게 되고 감정조절능력이 향상되어 공격적인 행동 변화에 도움을 준다[28]. 또한 개인미술치료의 이점 외에 집단미술치료는 자신과 타인에 대한 감정을 조절할 수 있게 해주고[29], 활동과정에서 자신의 감정관리 및 감정조절을 할 수 있는 기회를 제공하며[30], 자기감정 조절능력과 자기인식 및 수용이 가능하게 된다고 하였다[31].

지금까지 살펴본 선행연구들은 집단미술치료를 통해 아동들이 자신의 정서를 탐색하고 표현할 수 있는 기회를 가질 수 있으며, 정서 자각과 이해, 수용, 공격적 행동 통제 등의 정서조절능력을 향상시킬 수 있음을 시사한다. 따라서 인터넷게임과몰입 초등학생의 공격성을 완화하고 정서조절능력을 향상시키기 위해서는 집단미술치료적 접근이 유용할 것으로 가정할 수 있다.

본 연구에서는 미술치료가 가지고 있는 장점을 최대한 활용하여 인터넷게임과몰입 초등학생을 대상으로 인터넷게임 사용을 줄이고 공격성에 변화를 가져오기 위해 근원적으로 정서조절능력을 향상시킬 수 있도록 하고 있다. 이는 향후 인터넷게임과몰입 초등학생의 예방 및 치료를 위한 프로그램 개발을 위한 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

## 2. 연구의 목적

본 연구에서는 인터넷게임과몰입 초등학생을 대상으로 집단미술치료를 실시함으로써 집단미술치료가 인터넷게임과몰입 초등학생의 공격성과 정서조절능력에 효과가 있는지 알아보고자 다음과 같은 구체적인 연구문제를 설정하였다.

첫째, 집단미술치료가 인터넷게임과몰입 초등학생의 공격성 완화에 효과가 있는가?

둘째, 집단미술치료가 인터넷게임과몰입 초등학생의 정서조절능력 향상에 효과가 있는가?

## II. 연구방법

### 1. 연구대상자

본 연구의 대상은 S시에 소재한 H지역아동센터 센터장에게 연구 목적을 설명한 뒤 동의를 구하고 초등학생을 대상으로 사전검사를 실시하였다. 사전검사는 2015년 12월 28일에 본 연구자가 검사의 방법과 주의사항 등을 아동들에게 설명한 후 순서에 따라 인터넷게임중독 척도, 공격성 척도, 정서조절능력 척도 검사를 실시하였다. 대상자 선정은 사전검사를 실시 한 후, 그 중 인터넷게임중독 척도 점수 결과가 36점부터 46점 이상의 점수 분포를 갖고, 공격성 척도 점수가 높게 나오고 정서조절능력 척도 점수가 낮게 나온 12명의 학생들 중 연구 및 프로그램의 목적과 내용에 대해 설명을 들은 후 집단미술치료에 참가의사를 보인 '고 위험 사용자' 8명을 실험집단에 배치하였다. 통제집단은 Y시에 소재한 G지역아동센터 담당 사회복지사의 도움을 받아 초등학생을 대상으로 실험집단과 같은 방식으로 비슷한 수준의 검사결과를 보인 8명을 선정하였다. 연구대상 아동들의 성별과 학년은 [표 1]과 같다.

표 1. 연구대상 아동들의 성별 분포

| 성별   | 학년  |     |     | 성별 |   | 전체 |
|------|-----|-----|-----|----|---|----|
|      | 3학년 | 4학년 | 5학년 | 남  | 여 |    |
| 실험집단 | 1   | 4   | 3   | 5  | 3 | 8  |
| 통제집단 | 3   | 3   | 2   | 6  | 2 | 8  |

연구대상자에 포함된 실험집단의 개인적 특성은 H지역아동센터 센터장님의 인터뷰 내용과 아동들의 인터뷰 내용을 중심으로 정리하였다. 실험집단의 개인적 특성은 [표 2]와 같다.

표 2. 실험집단의 특성

| 대상 | 성별 | 연령  | 개인적 특성   |
|----|----|-----|--|
| A  | 남  | 10세 | 감정조절이 잘 되지 않고 공격적인 행동을 보임. 화가 나면 화가 풀릴 때까지 벽에 축구공을 찰.                |
| B  | 남  | 11세 | 공동체에 비협조적이고 언어와 행동이 부정적임. 화가 나면 인터넷게임과 휴대폰게임을 함.                     |
| C  | 남  | 11세 | 자신보다 약한 또래친구에게 거칠고 공격적인 행동을 보임. 화가 나면 소리치거나 물건을 던지고 욕을 함.            |
| D  | 남  | 11세 | 감정조절을 하지 못해 흥분을 잘함. 화가 나면 벽을 발로 찰.                                   |
| E  | 여  | 11세 | 감정조절을 하지 못하고 번덕이 심함. 화가 나면 소리를 지르거나 화가 풀릴 때까지 인형을 때림.                |
| F  | 남  | 12세 | 안전해 보이지만 뒤에서 크게 문제를 일으키는 경우가 많음. 화가 나면 동생을 발로차거나 욕을 함.               |
| G  | 여  | 12세 | 자신의 잘못된 행동에 대해 수긍하지 않고 자신의 생각을 끝까지 고집하며 싫은 일에 대한 거부감 강함. 화가 나면 욕을 함. |
| H  | 여  | 12세 | 수다스럽고 진득한 면이 없으며 과잉행동이 많음. 화가 나면 휴대폰게임을 함.                           |

## 2. 연구도구

### 2.1 집단미술치료

집단미술치료는 집단치료에 미술을 도입한 것[32]으로, 미술매체를 통해 내면에 억압된 감정을 자연스럽게 표현하면서[33] 감정의 위기를 완화시키고, 감정조절을 수월하도록 하며[30], 개인의 문제해결능력을 증진시켜 새로운 잠재적 기대효과를 거둘 수 있다[34]. 본 연구에서의 집단미술치료 집단크기와 시간은 Gumaer[35]의 이상적인 집단 크기인 6~7명에서 10~12명 정도라는 특성을 감안하였고, 이장호와 김정희[36]가 권장하는 시간인 60~90분으로 구성하였다.

### 2.2 인터넷게임과몰입

인터넷게임과몰입 검사 도구는 한국정보문화진흥원에서 개발한 아동용(만 9~12세) 인터넷게임중독 척도를 사용하였다. 인터넷게임중독 척도는 총 20문항으로 구성된 4점 Likert 척도로, 전체문항을 합산하여 35점이하인 경우 '일반사용자', 36~45점은 '잠재적 위험사용자', 46점 이상인 경우 '고 위험 사용자'로 분류한다[16]. 본 연구에서는 인터넷게임중독 척도 점수가 36점부터 46점 이상의 점수분포를 갖는 초등학교를 '인터넷게임과몰입 초등학교'이라 정의한다. 한국정보문화진흥

원이 검증한 이 검사의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .90으로 나타났다. 이 연구에서 사용된 인터넷게임중독 척도의 하위영역은 [표 3]과 같다.

표 3. 인터넷게임중독 척도의 하위영역

| 하위영역       | 내용  | 문항수 |
|------------|---|-----|
| 게임 지향적 생활  | 게임 공간에 대한 긍정적 기대를 가지고 게임 공간과 현실생활을 혼동하거나 게임으로 인하여 현실세계의 대인관계문제, 부적응 문제를 유발하는 특성                   | 6   |
| 내성과 통제력 상실 | 같은 정도의 만족감을 얻기 위해서 인터넷 게임에 더 많은 시간을 사용하거나 더욱 자극적이거나 공격적인 게임을 추구하게 되며 자신의 게임행동에 대한 통제력을 상실하게 되는 특성 | 7   |
| 금단과 정서경련   | 인터넷 게임행동을 중단 및 제한하거나 게임하는 시간을 줄이게 되면 불안, 초조, 우울, 짜증, 불면 등의 부정적 정서를 경험하게 되는 특징                     | 7   |

### 2.3 공격성

공격성 검사 도구는 Buss와 Durkee[37]의 적의성 검사의 일부로 된 '공격성 진단 검사'와 Murry의 욕구 이론에서 공격 욕구 검사를 참고하여 초등학교 학생 수준에 맞게 재구성한 손교원[38]의 공격성 척도를 사용하였다. 공격성 척도는 총 25문항으로 구성된 4점 Likert 척도로, 점수범위는 25점에서 100점이며 점수가 높을수록 공격성이 높은 것을 의미한다. 본 척도의 신뢰도는 김문호[39]의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .92로 나타났다. 이 연구에서 사용된 공격성 척도의 하위영역은 [표 4]와 같다.

표 4. 공격성 척도의 하위영역

| 하위영역    | 내용  | 문항수 |
|---------|---|-----|
| 신체적 공격성 | 자신의 신체를 이용하여 타인에게 직접적으로 공격적인 행동을 하는 것                       | 5   |
| 언어적 공격성 | 욕설이나 헐뜯, 놀리기 등 언어를 통해 공격하는 것                                | 5   |
| 간접적 공격성 | 공격적인 행동을 나타내지 않으나 다른 대상에게 행하는 공격적인 행동이나 구체적인 대상이 없는 공격적인 행동 | 5   |
| 부정성     | 협동하기를 거절하거나 반항하는 것으로 반대되는 행동을 하는 것                          | 5   |
| 흥분성     | 쉽게 화를 내거나 모욕을 주는 것  | 5   |

### 2.4 정서조절능력

정서조절능력 검사 도구는 Shields와 Cicchetti[40]가 개발한 ERS(Emotion Regulation Checklist)를 아동 스스로 평가할 수 있도록 문항을 수정한 최은주[41]의 정서조절능력 척도를 사용하였다. 정서조절능력 척도는 총 20문항으로 구성된 4점 Likert 척도로, 점수범위는 20점에서 80점이며 점수가 높을수록 정서조절능력이 높은 것을 의미한다. 본 척도의 신뢰도는 김윤주[42]의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .72로 나타났다. 이 연구에서 사용된 정서조절능력 척도의 하위영역은 [표 5]와 같다.

표 5. 정서조절능력 척도의 하위영역

| 하위영역      | 내용  | 문항수 |
|-----------|---|-----|
| 적응적 정서조절  | 감정적 부적절성, 강도, 긍정적 또는 부정적 정서, 상황 적합성 등의 정서과정을 측정하는 것을 목표로 하는 항목들로 이루어져 있다. 긍정적으로 부과된 항목들(예: 또래가 말을 걸면 호의적으로 반응한다)과 부정적으로 부과된 항목들(예: 어떤 행동에 대해 성인이 제재시키면 화를 낸다) | 8   |
| 부적응적 정서조절 |   | 12  |

### 3. 연구설계 및 연구절차

#### 3.1 연구설계

본 연구는 집단미술치료가 인터넷게임과몰입 초등학생의 공격성과 정서조절능력에 미치는 효과성 검증을 위하여 비동등성 비교집단 사전, 사후, 추후설계를 이용한 유사실험 연구이다. 이 연구 설계를 도식으로 나타내면 [표 6]과 같다.

표 6. 연구설계

| 연구대상 | 사전검사 | 실험처치 | 사후검사 | 추후검사 |
|------|------|------|------|------|
| 실험집단 | O1   | X    | O2   | O3   |
| 통제집단 | O4   |      | O5   | O6   |

X는 실험처치를 적용한 인터넷게임과몰입 초등학생의 공격성 완화와 정서조절능력 향상을 위한 집단미술치료 프로그램을 말한다. O는 피시험자의 공격성과 정서조절능력을 측정하는 것을 말한다.

#### 3.2 연구절차

본 연구의 사전검사는 2015년 12월 28일에 S시에 소

계한 H지역아동센터 초등학생을 대상으로 인터넷게임 중독 척도, 공격성 척도, 정서조절능력 척도 검사를 실시하였다. 통제집단은 2015년 12월 28일에 Y시에 소재한 G지역아동센터 초등학생을 대상으로 실험집단과 같은 방식으로 검사를 실시하였다. 본 프로그램은 2016년 1월 4일부터 2016년 2월 15일까지 주 2회로 총 12회기 실시하였다. 프로그램의 한 회기는 60분 소요되었다. 사후검사는 실험집단 프로그램이 끝나고 2016년 2월 17일에 공격성 척도, 정서조절능력 척도 검사를 실시하였고, 통제집단은 2016년 2월 18일에 실험집단과 같은 설문지 검사를 실시하였다. 추후검사는 사후검사 실시 후 1개월이 지난 2016년 3월 18일에 실험집단과 통제집단에 사후검사와 동일한 설문지와 방법으로 검사를 함께 실시하였다.

### 4. 집단미술치료 프로그램

본 연구에서 활용된 집단미술치료 프로그램은 선행연구[21][43-45]를 참고하여 연구자가 미술치료전문가와 협의하여 본 연구의 목적에 맞게 재구성하였다. 프로그램은 3단계로 진행하였으며 초기단계 4회기, 중기단계 4회기, 종결단계 4회기로 분류하였고, 단계별 목표는 다음과 같다.

초기단계에서는 자신의 무의식적 공격성과 얼마나 자신의 정서를 조절할 수 있는지를 탐색하여 표현하도록 하였다. 중기단계에서는 집단원간의 관계를 탐색하고 협동미술작업 과정을 통해 공격적인 자신의 모습을 인식하고 공격적인 행동을 감소시키며 스스로 공격적인 행동을 조절하고 통제할 수 있는 정서조절능력을 향상시키는데 초점을 두었다. 마지막 종결단계에서는 정서조절이 필요한 상황에서 실천할 수 있는 능력을 찾고 인터넷게임을 절제할 수 있는 대안활동을 모색하여 자기변화를 돕는데 초점을 맞추었다. 본 집단미술치료 프로그램은 [표 7]과 같다.

표 7. 집단미술치료 프로그램

| 단계    | 회기 | 주제     | 활동내용                              | 활동목표        |
|-------|----|--------|-----------------------------------|-------------|
| 초기 단계 | 1  | 나와 친구들 | 자신이 좋아하는 인터넷게임 캐릭터의 특징을 상징하여 표현하기 | 자기탐색과 정서 이해 |

|       |       |             |  |  |
|-------|-------|-------------|--|--|
|       | 2     | 내 마음의 가시    | 인터넷게임을 사용하지 못해서 느꼈던 화의 크기만큼 스티로폼 공에 이쑤시개를 꽂아 표현하기                                  | 공격성 및 분노 감정상태 탐색과 표현                             |
|       | 3     | 분노의 아이템     | 평소 나를 화나게 하는 상대를 떠올려보고 인터넷게임 아이템 중 어떤 아이템을 사용해 자신의 화를 나타내고 싶은지 막대봉선에 표현하고 두드려 터뜨리기 | 공격성 및 감정상태 인식과 해소                                |
|       | 4     | 나의 얼굴       | 어떤 상황에서 가장 화가 나는지 생각해보고 종이가면에 화가난 얼굴을 표현하기   | 공격성 및 분노 인식과 반성                                  |
|       | 중기 단계 | 5           | 함께 나누는 그림  | 집단원이 의논해 주제를 정하고 도화지에 그림을 그린 뒤 꾸미기 재료를 이용해서 표현하기 |
| 6     |       | 즐거운 학교생활    | 건뎡에 인터넷게임과몰입으로 인해 잃을 수 있는 것들을 글이나 그림으로 표현하고 집단원이 함께 '즐거운 학교생활' 그림을 그리고 건뎡으로 꾸미기    | 주의력과 자기 조절능력 향상                                  |
| 7     |       | 함께해서 즐거운 시간 | 집단원이 함께 명화 그림을 따라 그리고 조각내어 원래 그림으로 맞추기   | 협동심과 자기 조절능력 향상                                  |
| 8     |       | 연결되는 그림     | 2개의 타일을 붙이고 친구와 함께 각자 앞에 있는 타일에 말하지 않고 그림 그리기                                      | 상호존중과 자기조절능력 강화                                  |
| 중결 단계 | 9     | 미운 나와 이별    | 비행기모양우드에 부정적인 자신의 모습을 표현하고 이별하기  | 극복욕구 확인과 목표설정                                    |
|       | 10    | 유혹에 맞서는 방패  | 인터넷게임 사용으로부터 자신을 보호할 수 있는 세상에서 가장 강한 방패 만들기  | 자기보호체계 인식과 극복능력 구축                               |
|       | 11    | 친구에게 줄 칭찬선물 | 프로그램 참여과정에서 느꼈던 친구의 좋은 점, 잘하는 점을 찾아 달걀에 글과 그림으로 표현하고 친구에게 선물주기                     | 긍정적 자아개념 형성과 극복능력 강화                             |
|       | 12    | 새롭게 태어난 나   | 프로그램 참여를 통해 자신의 변화를 표현하고 변화된 모습에 대해 칭찬해주기  | 자기인식 강화와 긍정적 희망 고취                               |

5. 분석방법

본 연구의 자료분석은 SPSS for windows ver. 20.0 프로그램으로 수행하였다. 첫째, 실험집단과 통제집단 간의 동질성을 확인하기 위해 공격성과 정서조절능력의 사전검사를 이용하여 독립표본 t-test를 실시하였다. 둘째, 집단미술치료 프로그램의 효과를 검증하기 위해 집단(실험집단, 통제집단)과 검사시기(사전검사, 사후검사, 추후검사)에 따라 공격성과 정서조절능력의 변화를 분석하기 위해 검사시기를 반복측정변량분석(Repeated Measure ANOVA)을 실시하였다.

III. 연구결과

1. 집단미술치료가 인터넷게임과몰입 초등학생의 공격성에 미치는 효과

프로그램의 효과를 검증하기 위하여 실험집단과 통제집단의 동질성을 검증하기 위해 인터넷게임과몰입 초등학생의 공격성 사전검사 점수에 대해 독립표본 t검정을 실시한 결과 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의미한 차이가 없는 것으로 나타나므로(t=-.121 ~ -1.287, p>.05) 동질성이 확보되었다고 볼 수 있다. 인터넷게임과몰입 초등학생의 공격성에 대한 반복측정변량분석을 실시한 결과는 [표 8]에 제시한 바와 같이, 공격성은 실험처치에 따라 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다(F=33.055, p<.001). 공격성은 검사시기에 따라 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다(F=258.895, p<.001). 공격성의 실험처치와 검사시기 간 상호작용 효과는 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다(F=356.803, p<.001). 이는 실험 후 시간이 지날수록 실험집단과 통제집단의 공격성 점수의 차이가 난다는 것을 의미한다.

표 8. 집단별 검사시기에 따른 공격성의 평균과 표준 편차

| 집단    | N | 사전검사  |      | 사후검사  |      | 추후검사  |      |
|-------|---|-------|------|-------|------|-------|------|
|       |   | M     | SD   | M     | SD   | M     | SD   |
| 실험 집단 | 8 | 71.00 | 7.50 | 45.00 | 6.09 | 43.13 | 6.13 |
| 통제 집단 | 8 | 74.63 | 9.75 | 76.38 | 9.44 | 77.13 | 9.03 |

표 9. 공격성에 대한 반복측정 변량분석

| 변량원     | 제곱합      | 자유도    | 평균 제곱합   | F          |
|---------|----------|--------|----------|------------|
| 집단간     |          |        |          |            |
| 집단      | 6348.000 | 1      | 6348.000 | 33.055***  |
| 오차      | 2688.583 | 14     | 192.042  |            |
| 집단내     |          |        |          |            |
| 검사시기    | 1644.292 | 1.067  | 1541.092 | 258.895*** |
| 집단×검사시기 | 2266.125 | 1.067  | 2123.898 | 356.803*** |
| 오차      | 88.917   | 14.938 | 5.953    |            |

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

2. 집단미술치료가 인터넷게임과몰입 초등학생의 정서조절능력에 미치는 효과

프로그램의 효과를 검증하기 위하여 실험집단과 통제집단의 동질성을 검증하기 위해 인터넷게임과몰입 초등학생의 정서조절능력 사전검사 점수에 대해 독립표본 t검정을 실시한 결과 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의미한 차이가 없는 것으로 나타나므로 ( $t=4.68 \sim 1.300, p>.05$ ) 동질성이 확보되었다고 볼 수 있다. 인터넷게임과몰입 초등학생의 정서조절능력에 대한 반복측정변량분석을 실시한 결과는 [표 10]에 제시한 바와 같이, 정서조절능력은 실험처치에 따라 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다( $F=101.805, p<.001$ ). 정서조절능력은 검사시기에 따라 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다( $F=56.474, p<.01$ ). 정서조절능력의 실험처치와 검사시기 간 상호작용 효과는 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다( $F=108.341, p<.001$ ). 이는 실험 후 시간이 지날수록 실험집단과 통제집단의 정서조절능력 점수의 차이가 난다는 것을 의미한다.

표 10. 집단별 검사시기에 따른 정서조절능력의 평균과 표준 편차

| 집단   | N | 사전검사  |      | 사후검사  |      | 추후검사  |      |
|------|---|-------|------|-------|------|-------|------|
|      |   | M     | SD   | M     | SD   | M     | SD   |
| 실험집단 | 8 | 44.00 | 5.40 | 64.00 | 3.82 | 64.50 | 4.11 |
| 통제집단 | 8 | 42.13 | 3.91 | 41.75 | 3.77 | 35.75 | 3.49 |

표 11. 정서조절능력에 대한 반복측정 변량분석

| 변량원     | 제곱합      | 자유도    | 평균 제곱합   | F          |
|---------|----------|--------|----------|------------|
| 집단간     |          |        |          |            |
| 집단      | 3727.688 | 1      | 3727.688 | 101.805*** |
| 오차      | 512.625  | 14     | 36.616   |            |
| 집단내     |          |        |          |            |
| 검사시기    | 819.875  | 1.103  | 743.181  | 56.474***  |
| 집단×검사시기 | 1572.875 | 1.103  | 1425.743 | 108.341*** |
| 오차      | 203.250  | 15.445 |          |            |

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

인터넷게임과몰입 초등학생의 공격성 척도와 정서조

절능력 척도 상에 나타난 결과를 살펴보면, 실험집단이 통제집단보다 집단미술치료 프로그램을 통해 공격성이 완화되고 정서조절능력이 향상된 것을 알 수 있다. 이러한 결과는 집단미술치료 프로그램이 공격성 완화와 정서조절능력 향상에 효과적이었다는 사실을 뒷받침해 주고 있다.

IV. 결론 및 제언

본 연구는 집단미술치료가 인터넷게임과몰입 초등학생의 공격성 완화와 정서조절능력 향상이라는 연구 목적에 적합한 미술치료 프로그램을 개발하여 인터넷게임과몰입 초등학생들에게 적용하여 그 효과성을 검증하는데 있다.

이러한 목적을 달성하기 위하여 본 연구에서는 S시에 소재한 H지역아동센터 초등학생 8명을 대상으로 집단미술치료 프로그램을 12회기 실시하였고, 프로그램 실시 전과 실시 후 공격성 척도와 정서조절능력 척도 점수를 평가하여 그 효과성을 검증하였다. 또한 프로그램 실시 후 1개월이 지나고 사후검사와 동일한 설문지와 방법으로 검사하여 효과의 지속성을 검증하였다.

첫째, 집단미술치료 프로그램은 인터넷게임과몰입 초등학생의 공격성을 완화시키는데 긍정적인 효과가 있었으며, 그 효과가 지속되었다. 즉, 집단미술치료 프로그램 실시 전, 실시 후에 실험집단 대상자의 공격성 척도를 측정한 결과 실험집단 대상 8명의 공격성 전체 점수가 통계적으로 유의하게 감소하였다.

둘째, 집단미술치료 프로그램은 인터넷게임과몰입 초등학생의 정서조절능력 향상에 긍정적인 효과가 있었으며, 그 효과가 지속되었다. 즉, 집단미술치료 프로그램 실시 전, 실시 후에 실험집단 대상자의 정서조절능력 척도를 측정한 결과 실험집단 대상 8명의 정서조절능력 전체 점수가 통계적으로 유의하게 향상하였다.

이와 같이 집단미술치료를 참여를 하면서 다양한 재료를 사용하여 자신의 내면의 부적절한 생각과 감정들을 작품을 통해 표현하면서 내 자신의 정서를 탐색하고 인식할 수 있는 기회를 얻을 수 있으며, 친구들과 협력

하는 작업을 통하여 자신의 공격성을 직접적으로 표출하지 않고 스스로 행동을 통제하며 공격적인 행동이 감소[46-48]할 수 있는 정서조절능력에 긍정적 영향[21][49][50]을 준 것으로 본다.

이상을 종합해보면 집단미술치료가 인터넷게임과 몰입 초등학생의 공격성을 완화시키고 정서조절능력을 향상시키는데 효과가 있음을 알 수 있다.

결론적으로 집단미술치료 프로그램이 인터넷게임과 몰입 초등학생의 공격성을 완화하고 정서조절능력을 향상시키고 그 효과가 지속되고 있음을 알 수 있었다. 이에 본 연구의 집단미술치료 프로그램은 향후 학교 및 인터넷게임과 몰입과 관련된 현장에서 인터넷게임과 몰입을 예방하고 공격성 완화와 정서조절능력 향상을 위한 치료 프로그램으로 유용하게 활용될 수 있을 것이다. 그러나 프로그램의 효과성 검증을 위해 전국 단위의 초등학생들을 대상으로 프로그램 효과성 검증과 인터넷게임중독 유형에 따른 중재효과와 프로그램의 지속적인 효과에 대한 신뢰성 확보를 위해 장기적인 효과를 측정하는 추적연구가 필요할 것으로 생각된다.

### 참 고 문 헌

- [1] <http://www.e2news.com/news/articleView.html?idxno=58583>
- [2] <http://www.seoul.co.kr/news/newsView.php?id=20150501008012>
- [3] 임지영, “남자 청소년의 게임중독이 공격성에 미치는 영향 : 집행기능결함의 매개효과를 중심으로,” 한국콘텐츠학회논문지, 제14권, 제2호, pp.122-130, 2014.
- [4] 최은정, 김형모, “청소년의 인터넷 게임중독이 학교폭력인식에 미치는 영향,” 한국청소년복지학회, 제8권, 제1호, pp.33-50, 2006.
- [5] 이만제, “청소년의 인터넷 중독 수준에 따른 감성지능 및 대인관계성향 차이,” 한국콘텐츠학회논문지, 제9권, 제11호, pp.201-211, 2009.
- [6] 임지영, “남자 중학생의 게임중독과 공격성의 관계 : 내현적 자기애의 매개효과를 중심으로,” 한국콘텐츠학회논문지, 제16권, 제1호, pp.688-698, 2016.
- [7] 남영옥, 이상준, “청소년의 인터넷 중독유형에 따른 위험요인 및 보호요인과 정신건강 비교연구,” 한국사회복지학회, 제57권, 제3호, pp.195-222, 2005.
- [8] 김은정, 김하나, “폭력적 대 비폭력적 게임이 인터넷 게임 중독성향 청소년의 공격적 인지, 정서, 행동에 미치는 영향,” 한국청소년학회, 제14권, 제5호, pp.375-405, 2007.
- [9] 임지영, “남자 중학생들의 게임중독과 분노행동의 관계 : 비합리적 신념의 매개효과를 중심으로,” 한국콘텐츠학회논문지, 제14권, 제4호, pp.227-236, 2014.
- [10] 이계원, *청소년의 인터넷중독에 관한 연구*, 이화여자대학교 대학원, 박사학위논문, 2001.
- [11] 이성대, 염동문, “청소년의 게임중독성이 학교적응에 미치는 영향 : 사회적 지지의 매개효과,” 한국콘텐츠학회, 제13권, 제8호, pp.229-239, 2013.
- [12] V. Brenner, *Update on the internet usage survey*, Paper presented at the 105th Annual Convention of the American Psychological Association, Chicago, Illinois, 1997.
- [13] 심정우, 이재무, “초등학생들의 게임요소에 대한 선호도와 게임 중독과의 상관관계 연구,” 한국게임학회, 제9권, 제2호, pp.51-58, 2009.
- [14] [http://www.mohw.go.kr/front\\_new/al/sal0301vw.jsp?PAR\\_MENU\\_ID=04&MENU\\_ID=0403&BOARD\\_ID=140&BOARD\\_FLAG=00&CONT\\_SEQ=306294&page=1](http://www.mohw.go.kr/front_new/al/sal0301vw.jsp?PAR_MENU_ID=04&MENU_ID=0403&BOARD_ID=140&BOARD_FLAG=00&CONT_SEQ=306294&page=1)
- [15] <http://www.kocca.kr/cop/bbs/view/B0000138/1823835.do?menuNo=200831>
- [16] [http://www.iapc.or.kr/info/mediaAddc/showInfoMediaAddcDetail.do?article\\_id=ICcart\\_00000000298&board\\_type\\_cd=A1](http://www.iapc.or.kr/info/mediaAddc/showInfoMediaAddcDetail.do?article_id=ICcart_00000000298&board_type_cd=A1)
- [17] I. Goldberg, *Internet addiction, electronic message posted to research discussion list*,



- World Wide web. 1996.
- [18] 김민규, 정의준, *게임환경 변화에 따른 게임몰입 (중독)의 추세와 의미*, 한국게임산업개발원, 2004.
- [19] 김광웅, 부정민, “온라인게임 몰입 및 중독과 개인내적 요인과의 관계 -자기존중감, 자기통제력, 우울, 공격성, 감각추구성향을 중심으로-,” 한국상담학회, 제7권, 제4호, pp.1169-1187, 2006.
- [20] 김승욱, 이경옥, “아동의 인터넷 게임 중독 및 과몰입의 개념적 이해,” 한국어린이미디어학회, 제6권, 제2호, pp.63-83, 2007.
- [21] 김서안, 권영란, “콜라주를 활용한 단기 미술치료가 품행장애 청소년의 공격성과 정서조절능력에 미치는 효과,” 한국미술치료학회, 제19권, 제6호, pp.1437-1454, 2012.
- [22] R. A. Thompsom, “Emotion regulation: A theme in search of definition. In N. Fox(Ed.), *The development of emotion regulation*,” *Monographs of the Society for Research in Child development*, Vol.59, No.240, pp.25-52, 1994.
- [23] A. Caspi and T. E. Moffitt, “When do individual differences matters? A paradoxical theory of personality coherence,” *Psychological Inquiry*, Vol.4, pp.247-271, 1993.
- [24] 김은경, *청소년이 지각한 가정의 역기능과 심리성숙도와의 관계*, 인하대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2004.
- [25] N. Eisenberg, I. K. Guthrie, R. A. Fabes, M. Reiser, B. C. Murphy, and R. Holgren, et al., “The relations of regulation and emotionality to resiliency and competent social functioning in elementary school children,” *Child Development*, Vol.68, pp.295-311, 1997.
- [26] C. A. Malchiodi, *Understanding Children’s Drawings*, Guilford Press, 1998.
- [27] 최상열, 이근매, “학교폭력 가해청소년의 자기통제력 향상을 위한 집단미술치료 프로그램 효과,” 한국미술치료학회, 제22권, 제2호, pp.363-383, 2015.
- [28] 김경은, *자아개념 증진 집단미술치료가 아동의 공격성과 우울에 미치는 영향*, 대구대학교 재할과학대학원 석사학위논문, 2003.
- [29] 김현영, *미술치료가 품행장애아동의 공격성에 미치는 영향*, 대구대학교 재할과학대학원, 석사학위논문, 2005.
- [30] 강보민, *집단미술치료가 복지시설아동의 분노조절 및 정서지능에 미치는 영향*, 한양대학교 예술디자인대학원, 석사학위논문, 2015.
- [31] J. A. Rubin, *Childart Therapy (the 2nd edition)*, VNR, 1984.
- [32] 박성미, *집단미술치료가 한부모가정 청소년의 정신건강 및 정서조절에 미치는 효과*, 인천대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2011.
- [33] 양지원, 김형모, “해결중심 집단미술치료가 학교 부적응 청소년의 학교생활적응에 미치는 효과,” 한국콘텐츠학회논문지, 제15권, 제5호, pp.661-673, 2015.
- [34] 한국미술치료학회, *미술치료의 이론과 실제*, 동아문화사, 1999.
- [35] J. Gumaer, *Counseling and Therapy for Children*, A Division of MacMillan, Inc., 1984.
- [36] 이장호, 김정희, *집단상담의 원리와 실제*, 범무사, 1995.
- [37] A. H. Buss and A. Durkee, “An inventory for assessing different kinds of hostility,” *Journal Counselling Psychology*, Vol.21, pp.343-315, 1957.
- [38] 손교원, *해결중심 집단상담이 초등학생의 공격성 감소에 미치는 영향*, 서울교육대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2006.
- [39] 김문호, *자기조절적 공감집단상담이 초등학생의 공격성과 공감능력에 미치는 영향*, 전주대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2015.
- [40] A. Shields and D. Cicchetti, *The Development of an emotion regulation asesment battery: Reliability and validity among art-risk grade school children*, Poster presental at the Society

for research in Child Development. Indianapolis, In. 1995.

- [41] 최은주, *정서표현과 정서조절을 강화하는 문학 치료 프로그램이 저소득층 아동의 또래관계에 미치는 효과*, 경북대학교 대학원, 석사학위논문, 2011.
- [42] 김운주, *초등학교 고학년의 정서조절능력 향상을 위한 독서치료 활용 집단상담 프로그램 개발*, 한국교원대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2013.
- [43] 신아름, 신지현, 임지향, “인터넷중독 청소년의 대인관계와 인터넷중독 개선을 위한 미술치료 사례연구: Winnicott의 대상관계 이론을 중심으로,” 한국미술치료학회, 제22권, 제4호, pp.1161-1188, 2015.
- [44] 박송호, *자기통제 집단미술치료가 인터넷 중독 고등학교 남학생의 인터넷 중독에 미치는 영향*, 대구대학교 재활과학대학원, 석사학위논문, 2014.
- [45] 정여주, “통합예술치료가 인터넷중독 고교생의 인터넷 사용조절과 자기통제에 미치는 영향,” 한국미술치료학회, 제15권, 제3호, pp.555-570, 2008.
- [46] I. Lachance, *How group art therapy helps conduct-disordered children improve their social skills*, Unpublished master’s thesis, University of Concordia, Canada. 2002.
- [47] 안영옥, 이숙민, “집단미술치료가 학교폭력 가해 중학생의 공격성 감소 및 또래관계 향상에 미치는 영향,” 한국예술치료학회, 제13권, 제2호, pp.31-53, 2013.
- [48] 정재원, 김갑숙, “집단미술치료가 저소득층 아동의 공격성과 사회성에 미치는 효과,” 한국미술치료학회, 제17권, 제5호, pp.1125-1142, 2010.
- [49] 박성미, 이지연, 장진이, “집단미술치료가 한부모 가정 청소년의 정신건강 및 정서조절에 미치는 효과,” 한국미술치료학회, 제19권, 제3호, pp.565-581, 2012.
- [50] 조은아, *집단미술치료 프로그램이 정신지체아동의 사회성 향상에 미치는 효과*, 호남대학교 행정대학원, 석사학위논문, 2004.

저 자 소 개

이 건 욱(Geon-uk Lee)

정회원



- 2011년 2월 : 수원대학교 대학원 사회복지학 석사
- 2013년 2월 : 한세대학교 대학원 미술치료전공 석사
- 2013년 8월 ~ 현재 : 서울벤처대학원 대학교 사회복지상담학과 박사과정

과 박사과정

<관심분야> : 미술치료, 청소년 진로상담 및 교육

이 현 미(Hyun-mi Lee)

정회원



- 2014년 8월 : 한세대학교 대학원 미술치료전공 석사
- 2015년 3월 ~ 현재 : 한세대학교 대학원 사회복지학과(상담심리학 전공) 박사과정

<관심분야> : 미술치료, 청소년 교육심리 및 복지

신 지 현(Ji-hyun Shin)

정회원



- 2000년 2월 : 숙명여자대학교 대학원 아동복지(아동심리) 석사
- 2002년 8월 : 대구대학교 재활과학대학원 미술치료전공 석사
- 2008년 8월 : 숙명여자대학교 대학원 아동복지(아동교육) 박사

▪ 2012년 3월 ~ 현재 : 서울벤처대학교 대학원 사회복지상담학과 교수

<관심분야> : 미술치료, 아동 교육 및 복지