

학급단위 집단미술치료프로그램이 아동의 정서조절과 학교생활적응력 향상에 미치는 효과

Effects of Class-based Group Art Therapy Program on Child's Emotional Regulation and School Adjustment Improvement

김미희*, 홍미희**

다온아동발달심리상담센터*, 한밭대학교 시각디자인학과*

Mi-Hee Kim(kkim11@dju.kr)*, Mi-Hee Hong(mhhong13@hanbat.ac.kr)**

요약

본 연구는 학급단위 집단미술치료프로그램이 아동의 정서조절과 학교생활적응력 향상에 미치는 효과성을 검증하고자 하였다. 본 연구는 대전시 00지역에 소재하고 있는 A초등학교에서 학생들을 대상으로 실시한 학교생활적응력 척도에서 3학년 최하수준 학급을 대상으로 구성되었다. 학급단위 집단미술치료프로그램은 2014년 10월 15일부터 11월 19일까지 주 1회, 40분씩 총 6회기를 진행하였다. 연구도구는 정서조절과 학교생활적응력 척도를 사전·사후로 비교하여 사용하였다. 본 연구의 효과검증을 위한 분석방법으로는 정서조절과 학교생활적응력 척도 변인의 사후검사 점수의 집단 간 비교에서 사전을 고려한 공분산분석(ANCOVA)을 하였다. 분석결과로는 첫째, 아동의 정서조절은 프로그램 실시 후 유의미하게 향상되었다. 둘째, 아동의 학교생활적응력은 프로그램 실시 후 유의미하게 향상되었다.

본 연구의 결론은 학급단위 집단미술치료프로그램을 진행하여 아동의 정서변화 과정을 통해 적절히 정서를 조절 할 수 있도록 하였고, 동시에 자연스럽게 학급친구들과 함께할 수 있는 자리를 마련하여 또래관계 형성을 바탕으로 학교생활적응력 향상에 긍정적인 도움을 주었다. 그리고 학교현장에서 다양하게 활용할 수 있도록 적합한 프로그램을 구축하여 즐거운 학교생활을 할 수 있도록 도움을 주는 데 의의가 있다.

■ 중심어 : | 아동 | 정서조절 | 집단미술치료프로그램 | 학교생활적응력 | 학급단위 |

Abstract

This study is aimed at verifying the effect of class-based group art therapy program on child's emotional regulation and school adjustment improvement. The target of this study consisted of the lowest-level 3rd graders among the students attending A Elementary School, located in 00, Daejeon City, who were tested for school adjustment. The class-based group art therapy program was implemented from October 15, 2014 to November 19, 2014, once a week, for 40 minutes for each session, a total of six rounds. For this study, the scale of emotional regulation and school adjustment was used by pre-post comparison. As an analysis method for verifying the effects of this study, ANCOVA was used in consideration of pre-test, in comparison of post-test results between groups, regarding the scale factors of emotional regulation and school adjustment. As a result of analysis, first, child's emotional regulation was significantly improved after the program performance. Second, child's school adjustment. was significantly improved after the program performance.

In conclusion, class-based group art therapy program let children see through the process of emotional change, and properly regulate their emotions. At the same time, the program provided situations in which peers meet together casually, giving a positive change for school adjustment improvement based on the peer relationship. In addition, this study has a meaning to help enjoying school life, by constructing a proper program to be applied at school in a variety of ways.

■ keyword : | Child | Emotional Regulation | Class-based Group Art Therapy Program | School Adjustment | Class Unit |

I. 서론

1. 연구의 필요성

오늘날의 아동들은 과학문명의 발달로 급속히 변화된 시대에 살고 있으며, 물질적으로는 풍요로워졌지만, 지식위주의 교육과 능력위주의 학습 경쟁으로 다양한 부정적인 정서를 경험하고 있다[1]. 매일 다양한 감정을 느끼며 살아가고 있으나 바쁜 일상생활로 자신이 어떤 감정을 느끼고 있는지 알지 못하는 경우가 많다.

특히 화가 났을 때 자신의 감정을 표현하는 것을 어려워하며, 욕을 하거나 때리는 등 공격적인 행동으로 분노를 표현한다. 특히 부정적인 감정을 표현하는데 있어서 폭발해버리거나 감추는 방법으로 친구들과 관계하는데 어려움은 물론 학교생활에도 영향을 준다. 이렇듯 아동의 정신건강에 영향을 주는 요인 중 하나는 정서를 처리하는 능력이라 할 수 있다. 자신의 정서를 잘 다루기 위해서는 먼저 자신의 정서를 명확히 인식하는 능력이 바탕이 되어야 한다. 자신의 정서인식을 잘 하는 사람은 정서를 조절하는 방법을 익히고 잘 사용할 수 있다[2][22][24]. 자신의 정서를 인식하고 조절을 잘 하는 사람은 다른 사람들의 정서적 메시지에 주의를 기울여 감정과 생각에 대해 잘 이해하여 또래에서 인기가 있다[3]. 그들은 친구관계뿐만 아니라 학업과 다양한 문제를 해결하는데 있어서 합리적이며, 창의적인 사고를 할 수 있다[4]. 따라서 아동의 감정과 행동을 변화시키기 위해 도움을 줄 수 있도록 고안된 정서발달을 근간으로 한 중재관련 기법을 꾸준히 적용, 확대하는 것이 필요하다.

이에 적합한 기법으로 미술치료는 매체를 활용해 우리의 감정을 시각화하여 분출하고 표현하는 것으로 자신과 타인의 감정을 인식하고 표현하여 감정을 순화할 수 있다[5]. 아동은 미술매체를 함께 사용하는데 있어 순서를 기다리거나, 또래아동의 요청에 먼저 사용할 수 있도록 배려하는 행동을 통해 또래의 행동을 관찰하고 모방할 수 있다. 이 과정을 통해 또래로부터 사회기술을 연습할 수 있고 상호작용을 통해 다양한 지식과 기술을 습득할 수 있다. 그리고 서로의 의견을 자유롭게 교환하는 상황을 통해 또래와 효과적으로 관계를 형

성하고 유지하는 능력을 향상시킬 수 있다.

더 나아가 사회적 역할과 규범을 배우고 사회적 조망 수용 능력을 발달시킨다면 친구관계를 유지하고 안정감을 느껴 학교생활에 더 긍정적이고 만족감을 느낄 것이다[3].

그리고 정서조절능력은 가정이나 학교환경에서 교육적 경험에 의해 길러질 수 있어 학급에서 담임교사와 또래아동들과의 상호작용을 통해 정서 상황을 일으켜 다양한 시도를 통해 학습과 교육을 통해 직접적으로 배울 수 있다[6]. 아동기는 성장과 발달과정에 있어서 중요한 시기이다. 그래서 정서표현과 조절은 관계하는데 있어서 미치는 영향이 매우 크다. 아동은 긍정적 대인관계와 사회적 상호작용에 있어 중요한 부분으로 정서표현과 조절을 위한 노력이 절실히 필요하다.

최근 초등학교의 정책 방향 중 하나는 다양한 수업방식을 계획하고 있다. 또한 계획된 다양한 수업방식을 적용하고 좀 더 나은 대책을 마련하기 위해 고안하고자 힘을 쏟고 있다. 교사 주도로 계획되지만 아동의 자율성과 주도성이 존중되는 수업 시간이 더 많아지고 있는 것은 사실이다. 하지만 학교의 정규 수업 일정 속에서 아동들의 정서와 사회성이 증진될 수 있도록 촉진하는데에는 한계가 있는 것으로 보인다.

특히 집단미술치료프로그램을 적용하여 정서조절과 학교생활적응력 선행연구들을 살펴보면 부적응 아동이나 저소득층 아동, 학습부진 아동인 특정 대상으로 집단을 구성하는 경우가 많이 있다[7-9]. 특정 대상을 구성하는 과정이나 진행 과정에서 나타나는 불편감으로 대상들의 부정적인 반응이 프로그램에 영향을 미치는 경우도 있다.

그러나 정규 수업 일정 속에서 학급을 대상으로 프로그램을 진행한다던 낙인효과와 부정적인 반응이 감소할 것이다. 그리고 학급 안에서 인기 있는 친구들을 모델링 하여 자연스럽게 정서조절 하는 것을 배우고 단점이나 부족한 부분은 학급 안에서 함께 채워나간다면 학급 분위기가 안정되어 편안하고 즐거운 학교생활을 할 수 있다는 점에서 기존 연구와 다른 의미를 가지고 있다.

그래서 이를 보완하기 위하여 고안된 본 연구는 학급

에서 미술매체를 활용하여 아동들을 보다 적극적으로 표현하고 즐겁게 활동하여 자신의 긍정적, 부정적 감정을 인식하고 적절하게 표현하는 등 외현화와 내면화를 경험시키고자 한다. 그리고 정서조절은 부모의 양육방식이나 정서표현에 대한 반응에 따라 사회적 상황에서 정서조절이 가능하여 분노와 두려움 표현을 더 잘 조절한다고 하였다[6]. 그래서 연구자는 매회기 아동의 생각과 행동을 공유하고 때로는 지지와 격려로 적절하게 정서적 반응과 피드백으로, 아동의 의견을 존중하고 반영하여 공평함을 유도하였다.

아동은 편안한 학급 안에서 자신의 경험을 인식하고 상황에 맞게 감정을 적절하게 표현할 수 있는 능력을 길러 부정적인 정서를 수용하여 긍정적인 정서로 변화시킬 수 있도록 하였다. 그래서 아동은 학급 안에서 집단 활동 기회를 통해 스스로 노력하여 또래들과 긍정적인 관계형성은 물론 편안하고 즐거운 학교생활에 적응할 수 있도록 도움을 주고자 한다.

2. 연구 목적

본 연구에서 학급단위 집단미술치료프로그램이 아동의 정서조절과 학교생활적응력 향상에 미치는 효과를 검증하기 위한 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 학급단위 집단미술치료프로그램이 아동의 정서조절 향상에 미치는 효과는 어떠한가?

둘째, 학급단위 집단미술치료프로그램이 아동의 학교생활적응력 향상에 미치는 효과는 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 실험대상은 00시에 소재하고 있는 L초등학교에서 3학년생을 대상으로 학교생활적응력 척도를 실시하여 8학급 중 점수가 가장 낮은 2학급을 담임교사와 전문상담사가 상의하여 선별하였으며, 임의적으로 각각 1학급씩 실험집단, 통제집단으로 선정하였다. 학급당 인원은 실험집단 25명, 통제집단 27명이었다. 실험집단과 통제집단의 집단 구성원 현황은 아래 [표 1]과 같다.

표 1. 집단 구성 현황

성별	실험집단	통제집단	비고
남	14	14	28
여	11	13	24
계	25	27	52

2. 측정도구

2.1 정서조절 척도

아동의 정서조절 수준을 알아보기 위Saarni(1990), Goleman, D.(1995), Mayer, J. D., & Salovey, P.(1997)의 연구를 바탕으로 이병래(1997)가 제작한 “정서지능 척도”를 김신정(2012)이 4개의 하위척도에서 연구 목적에 맞게 자기조절능력과 타인조절능력 2개의 하위척도를 사용한 17문항을 사용하였다. 정서조절 척도의 형태는 각 문항에 “전혀 그렇지 않다”는 1점, “그렇지 않다” 2점, “보통이다”는 3점, “조금 그렇다”는 4점, “매우 그렇다”로, 5점 Likert척도로 구성되어있다. 총 점수의 범위는 최저 17점에서 최고 85점까지이며, 점수가 높을수록 정서조절 능력이 높은 수준을 나타낸다.

본 척도의 전체 Cronbach's $\alpha = .90$ 로 매우 높게 나타났다. 각각의 하위요인들의 신뢰도를 살펴보면 타인조절능력의 Cronbach's $\alpha = .90$ 로 마찬가지로 높게 나타났다으며, 자기조절능력 Cronbach's $\alpha = .87$ 로 역시 매우 높게 나타난 것을 알 수 있다. 즉, 항목들 간 내적일관성이 높음을 알 수 있으며, 정서조절 능력 척도는 신뢰할 수 있다고 할 수 있다. 정서조절 능력 척도의 하위요인별 문항번호 및 신뢰도를 나타내는 Cronbach's α 값은 [표 2]와 같다.

표 2. 정서조절 능력 척도의 구성 및 신뢰도

하위요인	하위요인 문항번호	문항 수	Cronbach's α
타인조절능력	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	8	.90
자기조절능력	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15	7	.87
전 체		15	.90

2.2 학교생활적응력 척도

학교생활적응력 수준을 알아보기 위하여 김지은(2005)의 ‘학교생활적응력에 관한 척도’를 박혜숙(2008)이 학생

을 대상으로 신뢰 검증을 실시하여 20문항을 연구의 목적에 맞도록 18문항으로 수정한 척도를 사용하였다. 사용된 학교생활 적응력 척도는 교사와의 관계, 교우와의 관계, 학교수업, 학교규칙준수 등의 4가지 하위영역으로 구성되어 있다. 학교생활적응력 척도의 형태는 각 문항에 “전혀 그렇지 않다”는 1점, “대체로 그렇지 않다” 2점, “대체로 그렇다”는 3점, “매우 그렇다”는 4점으로, 4점 Likert척도로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 학교생활 적응을 잘하고 있으며, 낮을수록 적응을 못하는 것으로 학교생활적응력 수준을 나타낸다. 학교생활적응력 설문지의 전체 Cronbach's $\alpha=.91$ 로 나타났으며, 하위요인별 교사와의 관계는 Cronbach's $\alpha=.73$, 교우와의 관계는 Cronbach's $\alpha=.84$, 학교수업은 Cronbach's $\alpha=.86$, 학교규칙준수는 Cronbach's $\alpha=.90$ 로 나타났다. 전체적으로 항목들 간 내적 일관성이 높음을 알 수 있다. 본 연구에서 사용한 학교생활적응력 검사척도의 문항구성 및 신뢰도 분석은 다음 [표 3]과 같다.

표 3. 학교생활적응 척도의 구성 및 신뢰도

하위요인	하위요인 문항번호	문항 수	Cronbach's α
교사관계	1, 2, 3, 4, 5, 6	6	.73
교우관계	7, 8, 9	3	.84
학교수업	10, 11, 12, 13, 14	5	.86
학교규칙	15, 16, 17, 18	4	.90
전체		18	.91

3. 집단미술치료프로그램

3.1 집단미술치료프로그램 구성

학급단위 집단미술치료프로그램이 아동의 정서조절과 학교생활적응력 향상에 미치는 효과를 알아보고자 한다. 본 연구는 학급의 특성을 고려하여 수업시간에 연구자가 교실에서 직접 진행하였다. 그리고 제한된 시간과 회기를 고려해 구조화된 집단미술치료프로그램으로 진행하였다.

아동이 학교에서 평상 시 자신의 다양한 정서를 적절한 단어로 표현하지 못하며 표현에 한계를 느끼며 생활하고 있다[8]. 그로인해 불쾌하고 부정적인 감정으로 점차 말을 하지 않고 위축적인 행동으로 자기표현을 하고, 난폭한 말씨나 행동으로 자신은 물론 타인의 감정을 상하게 하고, 이러한 부정적인 정서로 자기 파괴적

인 행동을 하거나 타인을 위협하는 문제행동으로 표현하여 인간관계를 악화시킨다[6]. 그러나 아동이 마음속의 이야기를 쉽게 전달할 수 있는 미술적인 표현을 통해 아동의 정서상태와 심리적 상황을 이해하고 적절한 언어로 표현할 수 있도록 하였다. 아동은 자신의 감정을 인식하고 적절하게 표현하고 타인의 기분과 감정을 이해할 수 있는 공감 능력을 기를 수 있도록 하였다.

선행연구[14]에서는 미술활동을 통해 자신감 성취감을 경험하여 자아존중감에 긍정적 변화를 보였고 공동작업과 상호피드백을 통해 집단원간의 관심과 이해 및 성취감을 경험하여 사회성이 향상되었다. 뿐만 아니라 협동작업은 아동들이 작품을 완성하는 과정이나 완성된 작품을 이해하는 과정에서 자신을 객관적으로 바라보며 스스로를 통찰하여 새롭게 인식하려는 노력을 가능하게 도왔다. 그리고 서로의 감정을 이야기하고 의견을 교환하면서 의사소통과 교류를 통해 작품 계획을 세우고 적극적인 상호작용을 통하여 작품을 완성해 나가도록 하였다. 서로 협력하여 규칙을 지키는 자발적 통제가 생겼고 집단 속에서 모두가 공감할 수 있는 자기주장을 찾아가면서 사회적 대처기술의 능력을 키울 수 있도록 구성하였다.

또한 학급단위 집단미술치료프로그램[15][16]과 아동의 정서조절[4]과 학교생활적응력[17][18]에 관련 선행연구와 문헌연구를 바탕으로 본 연구에 맞게 수정, 보완 후 재구성하였다.

3.1 집단미술치료프로그램 구성내용

본 연구에서 실시한 프로그램 내용의 진행은 매 회기마다 도입 및 이완활동(10분), 프로그램에 대한 소개 및 학급단위 집단미술활동(20분), 활동과 작품에 대한 설명 및 자신의 소감, 평가(10분) 순으로 총 40분 진행하였다[17].

(1) 도입 및 이완단계(10분)

연구자와 집단구성원들, 집단구성원들 간의 간단한 인사와 집단구성원들이 자유롭게 이야기하는 시간을 갖도록 하였다. 그리고 지난회기 프로그램에서 배운 것을 익힐 수 있도록 일주일 동안 교실에서 노력하였는지

여부와 변화된 친구의 모습을 찾아 이야기하고 칭찬할 수 있도록 격려하였다.

(2) 학급단위 집단미술치료프로그램(20분)

이번 회기 프로그램 작업 활동에 대해 설명하며, 전반적인 목표와 주제 제시와 다양한 매체 활용 설명으로 회기를 시작하였다. 매 회기 프로그램 활동에 연구자의 간섭과 통제, 개입보다는 자발적으로 참여하고 집단 구성원들 스스로 동참 할 수 있도록 기회를 부여하였다. 학급 안에서 협동 활동(예를 들어 교과서에 나오는 단어 찾기)과 공통 작품(교과서에서 선택한 단어 다양한 매체로 꾸미기)을 통해 흥미를 느끼고 상대방의 정서를 이해하고 배려(단어선택이나 단어 꾸밀 때)하면서 자신과 타인을 인식할 수 있도록 하였다. 그리고 서로의 의견을 논의와 합의하는 과정을 통해 긍정적인 상호작용을 통해 정서조절과 학교생활적응력에 도움을 줄 수 있도록 하였다.

(3) 활동과 작품설명 및 자신의 소감, 평가(10분)

표 4. 학급단위 집단미술치료프로그램 구체적인 회기 활동 내용

		프로그램 (3회기)		
		교과서에서 단어 찾아 꾸미기 / 스피드 게임		
영역		학급단위 집단미술활동		
목표		정서교류를 통한 관계증진		
활동 단계		활동 내용	준비물	시간
1	도입 및 이완	* 한 주간 이야기 나누기와 본 회기 프로그램 소개		10분
2	구조화된 집단 미술 치료 프로그램	* 교과서에서 단어 찾기 - 짝공과 상의하여 단어를 선택하여 적기 * 교과서에서 찾은 단어 다양하게 꾸미기 - 교과서에서 찾은 단어를 크레파스, 색연필을 이용하여 다양하게 꾸미기 - 짝과 교과서에서 찾은 단어를 설명하고 맞추는 스피드게임을 통해 같은 단어를 다양하게 표현하여 정서교류	교과서, 스케치북, 사인펜, 크레파스	30분
3	자기 소감과 공유와 이해 자리 정리	* 오늘의 평가 - 완성작품(선택단어꾸미기)에 대한 설명과 자신의 작업, 협동 작업에 대해 느낀 점과 알게 된 점 표현 - 단어를 설명할 때의 느낌 나누기 - 함께 활동을 마무리 할 수 있도록 매체와 자신의 자리정리	연필, 지우개, 포스트잇	10분
진행 시 유의 사항	짝공과 교과서를 보면서 단어를 찾을 때 자신의 정서를 표현하고 조절하는 연습을 한다. 교과서에서 짝공과 서로의 의견을 조율하여 찾은 단어를 꾸미고, 스피드게임을 통해 승부가 중요한 것이 아니라 짝공과 협력하는 것 강조			

프로그램 진행 후 완성작품에 대한 설명과 자신의 작업, 협동 작업에 대해 느낀 점과 알게 된 점을 이야기하였다. 그리고 이번 회기에 활동을 통해 내면의 감정과 느낌을 찾아 솔직하고 자유롭게 이야기 하도록 하였으며, 이야기하는 과정을 통해 자신이 스스로 통찰할 수 있도록 하였다. 또한 구성원들이 함께 활동을 마무리할 수 있도록 매체와 자신의 자리를 정리하도록 하였다. 학급단위 집단미술치료프로그램 구체적인 회기 활동 내용은 [표 4]와 같다.

3.2 집단미술치료프로그램 진행

프로그램 단계구성은 선행연구와[17] 집단미술치료의 이론과 실제의[18] 단계를 바탕으로 초기단계, 중기단계, 후기단계의 3단계로 구분하여 초기단계(1~2회기), 중기단계(3~4회기), 종결단계(5~6회기)로 진행하였다.

(1) 초기단계

집단의 시작 단계인 초기단계는 오리엔테이션으로 자신의 감정을 인식할 수 있도록 개인작업을 통해 자신을 탐색하고 표현하도록 구성하였다[18]. 집단구성원의 친밀감을 높이고 신뢰감 있는 분위기를 조성하는 것이 중요한 시기로 집단구성원간의 편안한 분위기 속에서 프로그램 이해를 도왔다.

(2) 중기단계

프로그램 중반으로 접어드는 중기단계는 짝작업이나 모둠작업으로 자기개방과 감정 표출을 통해 감정을 인식, 표현하면서 서로를 이해하고 인정할 수 있도록 하며, 자기조절과 타인인식을 통해 정서조절 능력에 도움을 주고자 하였다.

(3) 후기단계

후기단계에서는 상호협동 능력향상과 의사소통증진을 위한 집단미술활동으로 학급 또래들과의 긍정적인 관계형성으로 학교생활적응력에 도움을 주고자 하였다. 학급단위 집단미술치료프로그램 단계별 목표 및 구체적인 내용을 살펴보면 [표 5]와 같다.

표 5. 집단미술치료프로그램 단계별 목표 및 활동 내용

회기	단계	목표	집단미술치료 프로그램	활동내용 및 방법	효과요인
1	초기 단계	프로그램 이해	프로그램 소개 비행기 날리기	활동지에 자신을 소개, 비행기를 접은 후 꾸미기 다 함께 날린 비행기를 선택하여 읽고 누구인지 맞춘다.	교사관계, 학교규칙
2		자기표현과 친밀감 형성	나의 짝꿍 그림으로 표현하기	나의 짝꿍을 기자가 되어 자세히 인터뷰 후 느낌을 그림으로 표현하기	교우관계, 학교수업
3	중기 단계	정서 교류를 통한 관계 증진	책에서 단어 찾고 스피드게임	책에 있는 단어 선택 후 매체를 통해 다양하게 꾸민 후, 문제 내고 맞추기	자기조절 능력 타인조절 능력
4		언어적, 비언어적 정서 인식, 표현	나만의 감정표현하기	바닥에 붙은 감정표정 따라 하기, 자신의 다양한 감정표현하기	자기조절 능력
5	후기 단계	상호협동능력향상, 의사소통증진	풍선받기, 풍선 옮기기 풍선 그림으로표현하기	2팀으로 나누어 팀별로 몸으로 풍선 옮기기 풍선을 유성매직으로 그림그리기	교우관계 자기조절 능력 타인조절 능력
6		도래관계증진 학교생활적응력 향상	난 날 사랑해 행복나무 꾸미기	학급 전원 행복나무 꾸미기	교우관계

4. 연구절차

4.1 연구설계

본 연구에서는 효과를 검증하기 위해 신뢰도 계수로는 Cronbach α 를 사용하여 하위척도의 신뢰도를 확인하였다. 그리고 실험-통제 집단 간의 사전 동질성 검사를 실시하였으며, 사전검사 점수를 공변인으로 하여 프로그램 처치 후 두 집단의 사후점수를 비교하는 공분산분석(ANCOVA)으로 검증하였다.

공분산분석은 집단 간에 있을 수 있는 차이를 조정한다음 집단 간의 평균을 비교하는 통계 기법으로 모르는 가외변수를 통제하는 것과 검증력을 높이는 목적을 가지고 있다.

공변인과 종속변수 간의 관련성에 따른 변량을 추출해냄으로써 오차변량을 감소시키기 때문에 독립변수가 유의한 효과를 나타낸다[19].

이 모든 분석은 SPSS 21.0으로 분석하였다.

4.2 연구절차

본 연구에서는 아동의 정서조절과 학교생활적응력에 미치는 효과를 알아보기 위하여 학급단위로 집단미술치료프로그램을 진행하였다. 이 프로그램의 구성은 학교수업 및 학교일정을 고려하여 실험집단을 대상으로

2014년 10월 15일부터 2014년 11월 19일까지 주 1회 40분씩 총 6회기로 진행하였다.

5. 자료분석

본 연구의 학급단위 집단미술치료프로그램이 아동의 정서조절과 학교생활적응력 향상에 미치는 효과를 검증하기 위하여 다음과 같이 연구문제별로 분석을 실시하였다.

첫째, 학급단위 집단미술치료프로그램이 아동의 정서조절 향상에 미치는 효과를 알아보기 위해 공분산분석(ANCOVA)을 실시하였다.

둘째, 학급단위 집단미술치료프로그램이 아동의 학교생활적응력 향상에 미치는 효과를 알아보기 위해 공분산분석(ANCOVA)을 실시하였다.

III. 연구결과

본 연구는 학급단위 집단미술치료프로그램 실시 전, 실험집단과 통제집단이 동질집단인지를 알아보고자 효과변인인 정서조절과 학교생활적응력에 대한 동질성검정을 실시하였다. 그 결과 정서조절에 있어서 타인조절

능력, 자기조절능력의 실험·통제 집단은 $p>.05$ 로 통계적으로 차이가 없는 동질집단인 것으로 나타났으며, 교사관계, 교유관계, 학교수업, 학교규칙 효과변인은 $p<.05$ 로 실험집단과 통제집단의 차이가 있는 것으로 나타났다. 위의 내용은 다음 [표 6]과 같다.

표 6. 사전집단의 동질성 검증

하위요인	집단	M	SD	t-value
교사관계	실험(n=25)	2.67	.569	-3.632***
	통제(n=27)	3.20	.543	
교유관계	실험(n=25)	2.37	.841	-2.140*
	통제(n=27)	2.85	.924	
학교수업	실험(n=25)	2.72	.794	-2.284*
	통제(n=27)	3.16	.628	
학교규칙	실험(n=25)	2.91	.950	-2.968**
	통제(n=27)	3.43	.495	
타인조절 능력	실험(n=25)	3.65	.845	-1.232
	통제(n=27)	3.92	.866	
자기조절 능력	실험(n=25)	3.49	.830	-0.593
	통제(n=27)	3.62	.890	

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

정서조절에 있어서 타인조절능력의 실험집단 $M(SD)=3.65(.845)$ 이고, 통제집단 $M(SD)=3.92(.543)$ 로 나타났으며, 두 집단 간 차이검증을 한 결과 $t=1.232$ 로 $p>.05$ 수준에서 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 자기조절능력의 실험집단 $M(SD)=3.49(.830)$ 이고, 통제집단 $M(SD)=3.62(.890)$ 로 나타났으며, 두 집단 간 차이검증을 한 결과 $t=.593$ 로 $p>.05$ 수준에서 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 따라서 프로그램의 실시 전 두 집단 간에 있어서 효과변인에서는 차이가 없는 것으로 동질집단인 것으로 나타났다. 하지만 학교생활 적응력에 있어서 교사관계($p<.001$), 교유관계($p<.05$), 학교수업($p<.05$), 학교규칙($p<.01$)은 유의수준에서 차이가 있는 것으로 나타났다. 다시 말해서 교사관계, 교유관계, 학교수업, 학교규칙 사전 실험·통제집단은 평균의 차이가 있음을 알 수 있었고, 통제집단의 평균이 실험집단 보다 높게 나타났음을 알 수 있었다.

1. 학급단위 집단미술치료프로그램이 아동의 정서 조절에 미치는 효과

1.1 정서조절 사전사후

본 프로그램은 정서조절 효과에 대한 연구문제 학급단위 집단미술치료프로그램이 아동의 정서조절에 미치는 효과를 검증하였다. 그 결과는 [표 7]과 같다.

표 7. 정서조절 능력 척도의 ANCOVA결과

요인	집단	사전	사후	보정 평균	F
		M(SD)	M(SD)		
타인조절 능력	실험(n=25)	3.65(.845)	3.88(.719)	3.92	2.362
	통제(n=27)	3.92(.866)	3.76(.897)		
자기조절 능력	실험(n=25)	3.49(.830)	3.87(.719)	3.88	4.250*
	통제(n=27)	3.62(.890)	3.58(.813)		

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

정서조절 척도의 각각 하위요인들의 결과를 살펴보면, 타인조절능력의 실험집단 사전·사후 평균이 3.65에서 3.88로 증가된 것으로 나타났다. 통제집단의 사전·사후 평균이 3.92에서 3.76으로 차이가 보이지 않았다. F 값은 2.362로 $p<.05$ 유의수준으로 실험·통제집단 간 타인조절능력의 차이가 없었다. 자기조절능력의 실험집단의 사전·사후 평균이 3.49에서 3.87로 증가된 것으로 나타났고, 통제집단의 사전·사후 평균이 3.62에서 3.58로 차이가 보이지 않았다. F 값은 4.250으로 $p<.05$ 유의수준에서 실험·통제집단 간 자기조절능력의 유의미한 차이가 나타났다.

즉, 정서조절 척도에서는 자기조절능력은 프로그램 진행 후 평균이 증가됨을 알 수 있었지만, 타인조절능력은 프로그램 진행 전·후 차이가 없는 것으로 나타났다.

2. 학급단위 집단미술치료프로그램이 아동의 학교 생활적응력에 미치는 효과

2.1 학교생활적응력 사전사후

본 프로그램은 학교생활적응력 효과에 대한 연구문제 학급단위 집단미술치료프로그램이 아동의 학교생활 적응력에 미치는 효과를 검증하였다.

그 결과는 [표 8]과 같다.

표 8. 학교생활적응 척도의 ANCOVA결과

요인	집단	사전	사후	보정 평균	F
		M(SD)	M(SD)		
교사 관계	실험(n=25)	2.67(.569)	3.05(.585)	3.14	4.897*
	통제(n=27)	3.20(.543)	3.01(.629)	2.82	
교우 관계	실험(n=25)	2.37(.841)	2.90(.666)	2.94	7.840**
	통제(n=27)	2.85(.924)	2.53(.680)	2.45	
학교 수업	실험(n=25)	2.72(.794)	2.94(.817)	3.04	4.048*
	통제(n=27)	3.16(.628)	2.95(.702)	2.73	
학교 규칙	실험(n=25)	2.91(.950)	3.35(.596)	3.41	6.484*
	통제(n=27)	3.43(.495)	3.18(.557)	3.06	

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

학교생활적응력 척도의 각각 하위요인들의 결과를 살펴보면, 교사관계의 실험집단 사전·사후 평균이 2.67에서 3.05로 증가된 것으로 나타났다. 통제집단의 사전·사후 평균이 3.20에서 3.01로 차이가 보이지 않았다. F 값은 4.897로 $p<.05$ 로 유의수준에서 실험·통제집단 간 교사관계가 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 교우관계의 실험집단의 사전·사후 평균이 2.37에서 2.90으로 증가된 것으로 나타났고, 통제집단의 사전·사후 평균이 2.85에서 2.53으로 차이가 보이지 않았다. F 값은 7.840으로 $p<.01$ 유의수준에서 실험·통제집단 간 교우관계의 매우 유의한 차이를 보였다. 마찬가지로 학교수업의 실험집단의 사전·사후 평균이 2.72에서 2.94로 증가하였으며, 통제집단의 사전·사후 평균은 3.16에서 3.35로 차이가 보이지 않았다. F 값은 4.048로 $p<.05$ 유의수준에서 실험·통제집단 간 학교수업의 유의미한 차이가 나타났다. 마지막으로 학교규칙의 실험집단의 사전·사후 평균이 2.91에서 3.35로 증가된 것으로 나타났으며, 통제집단의 사전·사후 평균이 3.43에서 3.18로 차이가 보이지 않았다. F 값은 6.484로 $p<.05$ 유의수준에서 실험·통제집단 간 학교규칙 간의 유의미한 차이가 나타났다.

즉, 학교생활적응력 척도에서는 교사관계, 교우관계, 학교수업, 학교규칙 등 전체 척도에서 프로그램 진행 후 평균이 증가됨을 알 수 있었다.

IV. 논의 및 결론

본 연구는 학급단위 집단미술치료프로그램이 학교현장에서 초등학생들의 정서조절과 학교생활적응력 향상에 어떠한 영향을 주는지를 알아보았다.

본 연구의 결과는 다음과 같다.

학급단위 집단미술치료프로그램은 환경과 교육적 경험을 통해 익힐 수 있는 정서조절 향상을 위한 집단미술치료프로그램과 매체활동을 통해 자신을 탐색하고 표현하였다.

개인작업 활동단계에서는 매체를 통해 억압된 감정을 솔직하게 표현하고, 자신을 통찰하는 과정을 통해 자기 이해를 바탕으로 긍정적인 자아인식을 촉진하였다.

활동 후 완성된 작품설명을 통해 또래와의 지지, 격려, 공유를 통해 나와 다른 구성원이 생각 하는 것과 느끼는 감정이 다름을 인정하며 존중하는 짝 활동과 조별 모듈작업 활동단계로 구성하여 타인을 이해하도록 하였다. 또한 회기별 서로의 의견을 이야기하고 조율과 반영 과정을 통해 의사소통능력 향상으로 긍정적인 상호작용 할 수 있는 학급전체 활동을 하여 학교생활을 즐겁게 하였다.

다양한 매체를 활용해 새로운 작품을 완성하고, 다른 사람들의 완성작품을 볼 수 있고, 자신의 창의성, 다양한 개성 발휘로 자신의 긍정적 에너지를 생성 할 수 있도록 도왔다.

연구자는 매회기 아동의 생각과 행동을 공유하고 때로는 지지와 격려로 적절한 정서적 반응과 피드백으로 아동의 의견을 존중하고 반영하며 공평함을 유도하였다. 또한 직접적인 수업시간 경험을 통해 서로 장점과 장점을 인정하고, 단점이나 부족한 부분은 자신과 다른 구성원들이 채워나가는 과정을 자연스럽게 습득하여 함께 학급 분위기를 만들 수 있도록 하였다.

그래서 안정되고 편안한 공간이라는 교실에 활력을 불러일으켜 학교생활적응력 증진에 도움을 주었다는데 기존연구와 다른 의의가 있다.

본 연구결과를 통해 논의하면 다음과 같다.

첫째, 학급단위 집단미술치료프로그램이 아동의 정서조절 향상에 통계적으로 유의미한 차이로 향상되었

다. 즉, 정서조절 척도에서 자기조절능력은 프로그램 진행 후 평균이 증가됨을 알 수 있었다. 하지만 타인조절 능력은 프로그램 전·후 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 이는 타인조절능력을 향상시키기에는 프로그램에서 연습하고 반복하여 익힌 것을 학교 장면에서 경험을 실천하기에는 시간과 회기가 짧아 아쉬움을 보였다.

이러한 결과는 긍정정서와 부정정서에 영향을 미치는데, 부정적인 정서를 최소화하고, 즐거움을 유발하여 일상생활에서 느끼는 다양한 감정을 학급 안에서 표현할 수 있도록 도움을 주었다.

그리고 프로그램 진행 시 모둠을 구성하여 공동의 작품을 만들며 서로 의견을 내고 협의 하는 과정을 통해 자신의 의견이 수렴되지 않았을 때 자신과 타인의 정서를 이해하고 적절하게 조절하는 능력을 습득할 수 있도록 장을 마련하였다. 또한 개인작품을 만드는 과정과 다양한 정서를 유발하는 공동작업 과정과 공동작품을 통해 자신의 감정과 상태를 언어화하여 자신의 정서 상태를 이해할 수 있도록 하였다.

둘째, 학급단위 집단미술치료프로그램이 아동의 학교생활적응력 향상이 통계적으로 유의하였다. 하위 영역별로 검토해보면 교사관계, 교우관계, 학교수업, 학교칙 하위영역 모두 프로그램 진행 후 평균이 증가됨을 알 수 있었다.

이를 통해 본 연구는 학급단위 집단미술치료프로그램이 아동의 학교생활적응력 향상에 효과가 있는 것으로 나타났다.

학급단위로 수업시간에 프로그램을 진행하여 학교수업의 연속으로 인식하도록 하였다. 아동 스스로 지킬 수 있는 규칙을 정해 자연스럽게 활동에 참여하여 익히고 지키도록 노력한 후 실제 교실장면에서도 실천하도록 하였다. 그리고 학급단위 진행과정으로 또래 아동에게 인기 있는 대상을 모델링 할 수 있도록 하고, 특정 대상을 지목하거나 학교 정규수업 후 진행하는 불편함을 줄였다. 그래서 구성원들이 자연스럽게 프로그램에 참여할 수 있었고 지나치게 자기 자신을 의식하지 않으며 즐겁게 경험하도록 진행하였다.

또한 교사와의 관계에서 자연스럽게 상호작용을 통

해 학교생활을 즐겁게 경험할 수 있도록 학급담임 교사의 역할로 학급 아이들을 이해하고 적극적인 지지, 격려로 아동 스스로 자기의 생각과 견해를 올바르게 표현하도록 하였다. 이를 바탕으로 학급담임교사나 다른 선생님들을 대할 때 편안하고 자당한 인상을 심어주어 어려움이나 고민을 자연스럽게 교사와 이야기할 수 있다는 긍정적인 생각을 할 수 있도록 도움을 주었다는데 의의를 둔다.

본 연구의 결론을 바탕으로 연구의 제한점과 후속연구를 위해 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구는 1개 학교 3학년 25명 1학급을 대상으로 실시하였다. 지역 한 초등학교를 대상으로 일반화하기에는 한계가 있다. 후속 연구에서 좀 더 많은 지역의 초등학교를 대상으로 프로그램을 실시한다면 더욱 객관적인 결과를 얻을 것이다.

둘째, 본 연구는 6회기 구조화된 단기프로그램으로 아동이 다양한 미술 매체를 활용하여 충분히 자신을 탐색하고 느끼고 감정을 표현하여 정서조절을 생활화하기에는 시간과 회기가 충분하지 않을 수 있다. 따라서 조금 더 장기화된 심화프로그램을 구성하여 실시한다면 더욱 깊이 있는 성과를 기대해 볼 수 있을 것이다.

셋째, 본 연구에서는 아동의 심리와 행동을 구체적으로 관찰하기에는 부족하였다. 프로그램 진행과정에서 집단 활동에 대한 아동의 경험과 감정에 대한 자세한 인터뷰와 관찰 영상을 자료로 수집하여 분석한다면 추후연구에 도움이 될 것으로 보인다.

참 고 문 헌

- [1] 백경미, 김갑숙, 최외선, "집단미술활동을 활용한 교류분석 프로그램이 초등학생의 자아존중감과 학교생활적응에 미치는 효과," 한국미술치료학회 논문지, 제22권, 제6호, pp.1673-1696, 2015.
- [2] 김보라, 채규만, "인지 행동적 게임놀이치료가 정서지능이 낮은 아동이 정서지능과 정신건강에 미치는 효과," 한국인지행동치료학회논문지, 제12권, 제2호, pp.145-160, 2012.

- [3] 정옥분, *사회정서발달*, 서울: 학지사, 2006.
- [4] 이현립, 윤경원, 김말숙, “집단미술치료 프로그램이 보육시설 청소년들의 정서지능에 미치는 효과,” *한국아동교육학회논문지*, 제15권, 제1호, pp.183-194, 2006.
- [5] 최진, “예술의 교육적 가치로서의 사유: 카시어의 ‘미적 형식’에 대한 주목으로부터,” *한국예술교육학회논문지*, 제13권, 제4호, pp.1-18, 2015.
- [6] 최은실, *정서인식 및 표현 능력 향상 프로그램의 효과연구*, 이화여자대학교 대학원, 박사학위논문, 2010.
- [7] 김미희, 김정일, “입체매체를 활용한 집단미술치료프로그램이 학교부적응 청소년의 스트레스 대처에 미치는 효과,” (사)한국예술교육학회논문지, 제13권, 제2호, pp.59-77, 2015a.
- [8] 박재신, “학습부진 초등학생의 학교생활 적응과 학습활동 행상을 위한 미술치료사례연구,” *한국미술치료학회논문지*, 제20권, 제1호, pp.129-157, 2013.
- [9] 황유경, *집단미술치료 프로그램이 아동의 학교부적응 행동에 미치는 효과*, 동아대학교, 석사학위논문, 2002.
- [10] 이병래, *부모의 심리적 자세와 유아의 정서지능과의 관계*, 중앙대학교 대학원, 박사학위논문, 1997.
- [11] 김신정, *초등학생의 정서조절능력 향상을 위한 어머니 연계 집단상담 프로그램 개발*, 한국교원대학교 대학원, 석사학위논문, 2012.
- [12] 김지은, *청소년의 사회적 지지가 학교생활적응에 미치는 영향*, 대구대학교 대학원, 석사학위논문, 2005.
- [13] 박혜숙, *해결중심 집단미술치료가 학교생활부적응 청소년의 학교생활적응과 스트레스에 미치는 효과*, 영남대학교 환경보건대학원, 석사학위논문, 2008.
- [14] 이주은, *집단미술치료가 결손가정 아동에게 미치는 효과*, 자아존중감과 사회성향상을 중심으로, 숙명여자대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2005.
- [15] 백경미, 강건택, 윤은주, “학급단위 집단미술치료가 초등학생의 자아존중감과 분노조절에 미치는 효과,” *한국미술치료학회논문지*, 제21권, 제1호, pp.111-126, 2014.
- [16] 백경미, 최외선, “학급단위 교류분석적 미술치료 운영형태가 초등학생의 자아존중감과 자아탄력성에 미치는 효과,” *한국미술치료학회논문지*, 제19권, 제5호, pp.1173-1191, 2012.
- [17] 김미희, 김정일, “신체활동을 병행한 집단미술치료프로그램이 학령기 아동의 또래관계 기술과 학교생활적응력에 미치는 효과,” (사)한국예술교육학회논문지, 제13권, 제4호, pp.123-139, 2015b.
- [18] 김선현, *집단미술치료의 이론과 실제*, 파주: 이담, 2010.
- [19] 정옥분, 임정하, 김경은, *SPSS를 활용한 생활과학 연구방법론*, 2014.
- [20] S. Harter and B. J. Buddin, “Children’s understanding of the simultaneity of two emotion: A five stage developmental acquisition sequence,” *Developmental Psychology*, Vol.23, pp.388-399, 1987.
- [21] C. Saarni, *Psychometric Properties of the Attitude toward Children’s Expressiveness Scale(PAECS)*. Unpublished Manuscript, Sonata State University(ERIC Document Reproduction Service No, ED pp.301-317), 1990.
- [22] J. D. Mayer and P. Salovey, *EQ: 감성지능개발 학습법* (홍명희 역), 서울: 해냄출판사(원저 1993 출판), 1996.
- [23] J. D. Mayer and P. Salovey, *What is Emotional Intelligence*, In P. Salovey & D. Sluyter, (Eds.), *Emotional development and Emotional Intelligence: Implication for educators*, New York: Basic Books, 1997.
- [24] C. McFarland and R. Buehler, “Negative affective states and the motivated retrieval of positive life events: The role of affect acknowledgement,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.73, pp.200-214, 1997.

저 자 소 개

김 미 희(Mi-Hee Kim)

정회원



- 2000년 2월 : 한밭대학교 시각디자인학과 시각디자인전공(미술학사)
- 2006년 2월 : 대전대학교 예술치료학과 미술치료전공(미술학석사)

- 2012년 2월 : 대전대학교 아동교육상담학과 심리치료전공(이학박사)
- 2015년 6월 ~ 현재 : 다운아동발달심리상담센터장, 김천대학교, 목원대학교, 우송대학교, 한밭대학교 외래교수

<관심분야> : 디자인과 생활, 미술치료, 게임놀이치료, 아동·청소년상담, 성인상담, 심리검사, 집단상담, 부모교육, 다문화상담

홍 미 희(Mi-Hee Hong)

정회원



- 1997년 6월 : 영국 The Nottingham trent university Graphic design BA(학사)
- 1998년 9월 : 영국 De Montfort university Information and Graphic design MA(석사)

- 2006년 8월 : 중앙대학교 첨단영상대학원 영상예술학과 박사
- 2003년 3월 ~ 현재 : 국립 한밭대학교 시각디자인학과 교수
- 2016년 7월 ~ 현재 : 미국 West liberty University College of art and communication 교환교수

<관심분야> : 에코 디자인, 모션그래픽, 디자인사, 디자인론