

ETC 기반 집단미술치료의 효과성 연구: 초등학생 어머니의 양육불안 감소를 중심으로

The Effects of ETC-based Group Art Therapy : Focusing on the Parental Anxiety of Elementary School Students' Mothers

박상순, 임성윤
평택대학교 상담대학원 미술치료학과

Sang-Soon Park(spoon28@naver.com), Sung-Ryun Rim(sungrim@ptu.ac.kr)

요약

본 연구는 ETC 기반 집단미술치료가 초등학교 1학년 어머니의 양육불안 감소에 미치는 효과성을 검증하고자 하였다. 이를 위해 ETC 이론의 치료적 요인과 효과성을 근거로 ETC 프로그램을 구성하였고, 연구대상으로 경기도 A시의 OO초등학교 1학년 자녀를 둔 어머니 7명을 선정하였다. 본 연구프로그램은 2019년 4월 8일부터 5월 24일까지 주 1~2회, 70~90분, 총 11회기를 진행하였으며 효과검증을 위해 양육불안 척도검사를 사전·사후 실시하고 측정된 값을 SPSS 24.0 프로그램으로 비교분석하였다. 연구결과로는 첫째, 어머니의 양육불안이 ETC 미술치료 프로그램 실시 후 유의미하게 감소하였다. 둘째, ETC 수준의 변화가 양육불안 감소에 긍정적 영향을 미쳤다. 결론적으로 본 연구의 참여자들은 자신이 선호하는 미술매체로 ETC의 모든 수준에서 자기탐색과 자기이해를 할 수 있는 기회를 경험함으로써 양육불안을 낮출 수 있었다. 또한 내담자 자신의 문제를 스스로 자각하고, 자발적 매체선택을 통해 자신에게 유익한 방향을 결정할 수 있으며, 개인에게 맞는 활동을 수행하게 하는 ETC 집단미술치료 프로그램의 효과를 확인했다는 것에 의의가 있다

■ 중심어 : | ETC | 집단미술치료 | 양육불안 | 초등학생 어머니 |

Abstract

This study is aimed at verifying the effects of an ETC(Expressive Therapies Continuum)-based group art therapy program on reducing parental anxiety in first-grade elementary school students' mothers. An ETC program was composed based on the therapeutic factors of the ETC components. Seven mothers of first-grade students located in city A of Gyeonggi-do were selected as the subjects of the study. These mothers underwent 11 sessions of ETC-based group art therapy from April 18 to May 24, 2019, 1 to 2 times a week for 70 to 90 minutes. In order to verify the effectiveness of this research program, scores from pre- and post-parental anxiety scales were analyzed using SPSS 24.0 program. Results demonstrated that first, mothers' parental anxiety was significantly reduced after the ETC program participation. Second, changes in ETC component use throughout the program positively influenced reductions in parental anxiety. In conclusion, each participant experienced the opportunity to self-explore and self-understand at all levels of ETC with their preferred art medium, thereby lowering parenting anxiety. It is meaningful that through the ETC-based art therapy program, the client can be self-aware of his or her problem, and the client can decide the direction that is beneficial to them through voluntary media selection. In addition, it is meaningful that the ETC group art therapy is able to perform activities tailored to each individual.

■ keyword : | ETC | Group Art Therapy | Parental Anxiety | Elementary School Students' Mother |

I. 서론

1. 연구의 필요성

자녀의 초등학교 입학은 아동뿐만 아니라 부모의 생활패턴과 역할에도 큰 변화를 가져오는 매우 중요한 사건이다. 초등학교를 입학하는 만 6~7세의 아동들은 Piaget의 구체적 조작기로 다양한 인지적 전략을 습득하는 단계이지만 아직 자극을 처리하는데 미숙하여 미아가 될 가능성이 높은 시기이다. 또한 Erikson 이론의 근면성과 열등감 단계로 학교생활을 통해 많은 사회적 관계를 형성하는 시기에 사회적 기술과 자신에게 맡겨진 과업을 충실히 하지 못하게 되면 열등감이 형성될 수 있다[1].

아동발달이 완전히 이뤄지지 않은 초등학교 입학의 시기에 학교생활에 잘 적응하기 위해서는 가족과 부모의 지원이 반드시 필요하다[2]. 특히 한국은 부모 중 어머니가 자녀양육에 대해 큰 비중을 차지하고 있는 만큼, 프랑스 어머니보다 자녀양육에 대한 불안이 더 높은 것으로 보고되고 있다. 부모역할 효능감 불안, 자녀에 대한 염려, 자녀와의 애착불안, 사회적 지지에 대한 염려 영역에서 더 높게 나타나는데, 이는 자녀를 더 훌륭하게 키우고 싶은 부모의 열망이 반영된 것으로 보았다[3].

이와 같이 부모가 자녀를 양육함에 있어서 역할을 수행할 때 느끼는 걱정과 불안을 양육불안이라고 한다. 초등학교 입학 후 어머니의 양육불안은 크게 세 가지로 구분하여 부모역할 불안, 교육지원 불안, 자녀발달 불안이며 세 가지 불안은 각각의 하위요인으로 구성되어 있다. 먼저 부모역할 불안은 세 가지 하위요인이 있다. 부모 효능감에 대한 불안은 부모로서의 능력에 대한 믿음과 기대, 자신감 부족으로 인해 느끼는 불안이고, 완벽주의로 인한 불안은 부모의 완벽주의 성향으로 인해 자녀에 대한 높은 기준과 기대감을 가지는 불안이며, 타인 신뢰에 대한 불안은 타인의 도움을 신뢰하지 못하거나, 유괴 등 타인으로부터 발생할 수 있는 안전사고에 대한 불안이다. 다음으로 교육지원 불안은 두 가지 하위요인이 있다. 지지체계 및 정보부족으로 인한 불안은 지지체계에 대한 불신과 불만족으로 인해 느끼는 불안 또는 부모가 자녀의 발달 및 지원과 관련된 정보를 정

확하게 습득하고 있는지에 대한 불안이고, 자녀 교육 및 학습에 대한 불안은 자녀의 학습수준이나 선행학습 정도를 또래와 비교해서 걱정하고 교육방향 설정에 대한 걱정과 이에 동반되는 교육비 부담을 말한다. 마지막으로 자녀발달 불안은 자녀가 부모의 기준에 미치지 못하여 느끼는 걱정으로, 항상 자녀가 부족하다고 여기고 타인의 부정적 평가를 두려워하는 불안이다[4].

누구나 겪는 초등학교 입학이라는 상황이라도 아동의 성별에 따라 부모의 기대와 역할이 다르거나, 부모가 가진 신념에 따라서 양육불안은 다른 형태로 나타날 수 있다[5]. 또한 어머니의 연령, 학력, 가구 월소득이나, 자녀 돌봄을 지원하는 양육보조자 유무에 따라 양육불안은 다르게 미칠 수 있다. 이와 같이 어머니의 양육불안에 영향을 미치는 요인은 사교육을 많이 할수록, 교육정보를 많이 수집할수록, 자녀에게 문화적 경험을 적게 제공하여 죄책감이 증가할수록 양육불안을 상승한다. 또한 자녀의 학습과 돌봄의 시간이 부족한 워킹맘이나, 첫째 자녀가 입학하는 어머니일수록 양육불안을 더 가중시키는 요인이 된다[4].

이렇게 여러 요인으로 인해 양육불안이 높아진 어머니들은 자녀와의 상호작용에서 애정과 따뜻함이 부족하고 자녀에 대해 비판적이거나 자녀의 대처능력을 의심하는 경향이 있으며, 과도한 통제나 과보호로 자율성을 억압하여 자녀가 새롭고 어려운 과제에 도전할 기회를 제한하게 된다[6]. 또한 양육불안은 양육태도와 높은 관계가 있는데, 자녀에게 자율적이고 애정적인 태도를 가지기보다 통제적이고 거부적인 양육태도를 취하는 것으로 나타났다[7][8]. 이처럼 양육불안이 높은 어머니의 양육행동으로 인해 아동들은 스스로 자신의 환경을 통제할 수 없다고 믿거나 자신의 능력에 비해 낮은 기대를 갖게 되고[4], 학교적응에 부정적인 영향을 미치는 결과를 낳게 될 수 있다.

한국사회가 발전함에 따라 자녀양육에 아버지의 참여가 많아졌음에도 불구하고 아직은 어머니가 자녀양육에 전적으로 책임지고 관리해야 한다. 이처럼 양육불안이 높은 어머니에게 사회적, 개인적 지지와 개입이 필요한데, 그중 집단미술치료는 자신과 유사한 걱정, 불안, 두려움 등의 감정과 문제들을 타인들도 가지고 있고 사람들의 경험은 거의 비슷하다는 보편성을 깨달으

면서 정서적 고립감이 줄어든다[9].

미술치료는 내담자의 창의성에 기반을 두고 있기에 미술치료사는 치료과정이나 개입방식을 일정한 형식으로 갖출 수는 없지만, 미술치료가 무엇을 근거로 어떠한 과정을 거쳐 진행될 것인지를 과학적 근거로 내담자에게 쉽게 설명해 줄 수 있다면[10], 내담자는 자신의 상황을 이해하는데 도움이 되어 좀 더 적극적으로 미술치료에 임할 것이다. 이러한 목적에 부합하며 최근 주목받고 있는 미술치료 이론이 Expressive Therapies Continuum(표현치료연속체: 이하 ETC)이다.

ETC는 세 가지 특성으로 살펴볼 수 있다. 첫째, 미술치료에서 내담자, 치료과정, 작품 간의 상호작용을 설명하는 이론적 구조를 제공하며, 미술매체와의 상호작용을 단순한 것에서부터 복잡한 것까지의 정보처리과정과 이미지 형성의 발달적 순서를 조직화하였다. ETC가 기존 매체관련 연구와 다른 점은 매체를 치료적 특성에 따른 분류에서부터 내담자와 미술매체와의 상호작용을 이론적으로 밝힌 것이다[11]. ETC는 내담자가 매체와 상호작용하는 동안 정보를 처리하고 이미지를 형성하는 방식을 설명해주는 실제적인 이론으로서, 특정한 미술적 상호작용이 왜, 어떻게 치료적인지를 개념화할 수 있도록 도와준다[12].

둘째, ETC는 ETC에 근거한 평가와 개인치료를 비롯한 부부, 가족 및 집단치료에 대한 자세한 지침을 제공한다. 이는 미술치료 사전평가 단계부터 미술치료의 전반적 과정 및 개입방식을 구조화할 수 있는 실제적 가이드라인을 제공하고 있다[10]. 특히 ETC 평가는 미술매체의 선호도와 조작수준, 예술적 표현을 위해 매체와 상호작용하는 방식, 작품에 표현한 형식적 요소와 언어적 의사소통을 통해 내담자 특성을 파악하고 활용할 것을 제안한다.

셋째, ETC는 신경과학 이론과 연결시킴으로써 미술이 미술치료에서 작용하는 방식을 우리의 뇌를 통해 설명하고 있다. ETC의 모형은 뇌의 하부기관인 뇌간에서는 동적·감각적 수준을, 중간기관인 변연계는 지각적·정서적 수준을, 뇌의 상부기관인 피질은 인지적·상징적 수준을 각각 반영하고 있다[13]. 따라서 ETC는 미술치료 내에서 내담자가 보여주는 미술매체 선호도, 미술작업의 상호작용방식, 미술표현에 대해 우리의 뇌 구조와

기능으로 설명해 줌으로서 ‘왜 미술이어야만 하는가?’라는 물음에 대해 본질적인 답을 제공한다[12].

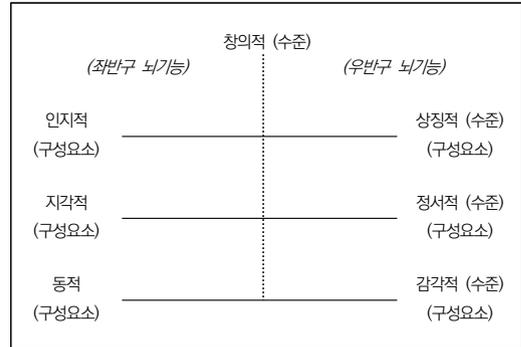


그림 1. Expressive Therapy Continuum (Hinz, 2009/2016)

ETC 개념모델은 Kagin과 Lusebrink(1978)에 의해 만들어졌는데, 매체와의 상호작용과 표현미술의 발달적 위계에 따라 네 가지 수준으로 구성되어 있다. [그림 1]과 같이, ETC의 수평적 연속체로 이루어져 있는 세 수준, 동적(Kinesthetic)-감각적(Sensory) 수준 / 지각적(Perceptual)-정서적(Affective) 수준 / 인지적(Cognitive) -상징적(Symbolic) 수준은 양극적이며 상호보완적이다. 또한 이미지형성 방식과 정보처리방식의 발달적 순서를 반영한다. 또한 세 수준의 가운데에 수직으로 위치한 네 번째 창의적(Creative) 수준은, ETC의 어떤 수준에서 발생할 수도 있고 ETC 모든 수준들의 통합을 나타내기도 한다[14].

ETC는 단순한 동적-감각적 수준에서부터 복잡한 인지적-상징적 수준까지 이르는 위계적 정보처리과정이지만, ETC의 어느 한 수준이 다른 수준보다 본질적으로 더 우수하다는 암시는 없다. 개인이 잘 기능한다는 의미는 어느 수준을 거부하거나 과하게 집착하는 것이 아닌, ETC의 모든 수준에서 모든 요소의 정보를 받아 잘 처리할 수 있는 것을 말한다. 그렇게 하기 위해서는 우선 내담자가 편안함을 느끼는 요소로부터 출발하여 익숙하지 않은 요소로 점차 이동하여서 통제와 불확실성간의 긴장감을 적절히 경험하게 하는 것이 중요하다[15]. 이러한 과정을 통해 그동안 과도하게 사용된 요소의 기능을 균형 맞추고, 제대로 사용하지 않았던 요소의 기능을 사용과 가치를 높이거나 차단된 기능을 촉진

하는 미술을 경험함으로써 균형 잡힌 개인으로 기능할 수 있도록 도울 수 있다.

Lusebrink[17]에 의하면, 가장 아랫부분에 위치한 동적 구성요소는 주로 에너지 발산과 신체의 행동 및 동작을 통한 표현에 중점을 둔다. 이 요소의 양극단에 위치한 감각적 구성요소는 매체와 함께 상호작용하는 동안 촉각이나 경험되어진 어떤 다른 감각과 관련되어 있다. 중간에 위치한 지각적 구성요소는 선, 형태, 크기, 색채와 같은 시각적 표현의 형태나 구조의 질에 중점을 둔다. 이 요소의 반대편에 있는 정서적 구성요소는 매체와 상호작용하는 동안 자신의 정서를 인식하고 적절하게 감정을 발산하고 표현하는 것이다. 가장 윗부분에 위치하고 있는 인지적/상징적 구성요소는 정신적 작동을 요구한다. 인지적 구성요소는 논리적, 분석적 사고와 문제 해결력을 다룬다. 상징적 구성요소는 상징들의 형성과 인식, 실현하는데 직관적 관점을 제공한다. 가운데 수직으로 위치한 창의적 수준은 개인의 통합 및 자기실현적 힘을 나타낸다.

ETC의 네 가지 수준들은 정보처리시스템을 기반한 개념모델로서 모든 표현기법에 사용할 수 있다. 어떤 표현은 여러 단계를 포함할 수 있지만, 한 요소가 특정 시간에 우세할 수 있다. 또한 요소 간의 전환은 동일한 회기 내에서 발생할 수 있으며, 하나 이상의 회기는 특정 요소에 집중될 수 있다. 이처럼 각 요소의 치료적 기능은 내담자의 단계적인 성장과 차별화에 기여한다[18]는 점에서 ETC는 미술치료의 정체성 구축에 유용한 이론적 틀을 제시한다고 할 수 있다.

Lusebrink[19]는 내담자가 특정 매체를 회피/선호하는 경향을 보인다면 이는 ETC의 특정한 수준의 정보를 거부/필요로 하는지를 알려주는 척도가 되며 내담자의 현재 정서 상태를 파악하는 단서가 된다고 하였다. 특히 불안한 상태에 있는 내담자는 친숙하지 않은 매체를 회피하거나 특정 매체에 집착을 보일 수 있다. 이는 정서적 입력에 집중하는 것으로서 변연계의 반응적 결과로 설명할 수 있다. 이와 같이, ETC에서 매체선택의 목표는 내담자가 안전한 환경에서 적극적인 치료경험을 할 수 있도록 돕는 것에 있다[13]. ETC 이론에서 미술매체의 선택은 뇌의 행동적, 정서적, 인지적 기능과 연결되어 있으므로, 미술치료사가 내담자를 어떻게 접

근해야 할지 미술치료의 방향을 제시해 줄 수 있다.

2. 연구문제

본 연구는 ETC 기반 집단미술치료가 초등학교 1학년 어머니의 양육불안에 어떠한 효과를 나타내는지 알아보기 위해 다음과 같이 연구문제를 설정하였다.

첫째, ETC 기반 집단미술치료 프로그램이 초등학교 1학년 어머니의 양육불안에 효과를 미치는가?

둘째, ETC 기반 집단미술치료 프로그램의 회기진행에 따른 ETC 수준의 변화와 초등학교 1학년 어머니의 양육불안의 관계는 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 경기도 A시의 OO초등학교 1학년 자녀를 둔 20명의 어머니들을 대상으로 양육불안검사를 실시하였고, 그 결과 100점 이상의 어머니들 중 본 연구에 참여의사를 밝힌 7명의 어머니들을 선정하였다.

2. 측정도구

2.1 양육불안 척도

초등학교 1학년 어머니들의 양육불안을 측정하기 위하여 신수희(2018)가 개발한 '자녀의 초등학교 입학 후 어머니의 양육불안 척도'를 사용하였다. 양육불안 척도의 3가지 하위요인은 '부모역할 불안(16문항), 교육지원 불안(14문항), 자녀발달 불안(4문항)'로 구성되어 있다. 본 검사 도구는 양육불안 정도를 5점 Likert 척도로 구성되었으며 점수가 높을수록 어머니가 양육불안을 많이 느끼고 있음을 의미한다.

전체양육불안 척도의 신뢰도 계수는 .901로 나타나며, 하위요인 중 부모역할 불안은 Cronbach's α 값은 .845, 교육지원 불안은 .816, 자녀발달 불안은 .765로 나타난 신뢰할 수 있는 측정도구이다.

표 1. 양육불안 척도 구성 및 신뢰도 계수

| 하위요인 | 문항내용 | 문항수 | 신뢰도 |
|----------------------|----------------------|-----|------|
| 양육불안 전체 | | 34 | .901 |
| 부모역할 불안 | | | |
| 부모효능감에 대한 불안 | 1,2,3,4,5,6 | 16 | .845 |
| 완벽주의로 인한 불안 | 18,19,20,21,22,23 | | |
| 타인 신뢰에 대한 불안 | 11,12,16,17 | | |
| 교육자원 불안 | | | |
| 지지체계 및 정보 부족으로 인한 불안 | 13,14,15,26,27,28,29 | 14 | .816 |
| 자녀 교육 및 학습에 대한 불안 | 24,25,30,31,32,33,34 | | |
| 자녀발달 불안 | 7,8,9,10 | | |
| | | 4 | .765 |

2.2 ETC 평가

ETC 평가는 내담자의 강점과 취약점을 알아봄으로써 내담자의 긍정적인 요소와 현재 기능 상태를 파악할 수 있다. 내담자가 미술표현하면서 자신의 선호하는 스타일과 가장 중심이 되는 관심사들을 드러내므로, ETC 평가는 미술매체와 과제 선택에 대해 비구조적이고 비지시적이어야 한다[14].

내담자의 미술표현을 평가하기 위해서는 적어도 세 개 이상의 미술과제를 수행해야 하는데, 시간제함에 따라 한 번의 회기 내 또는 세 회기 동안 연속적으로 수행할 수 있다. 미술매체는 저항성 매체부터 유동성 매체까지 연속적인 매체들을 비롯한 2·3차원의 미술매체들과 다양한 크기의 화지들을 제공하는데, 이는 평가단계에서 시간과 에너지가 소비되지 않기 위함으로 친숙하고 가장 편안한 매체들을 선택하도록 이끌어야 하기 때문이다[12]. 또한 미술표현하면서 내담자는 특유의 행동, 정서, 인지에 대한 단서를 보여주므로 치료사는 면밀히 관찰해야 한다[15][20].

표 2. ETC구조를 사용하는 미술에 기초한 평가의 요인들

| 평가 요인 | 구성요소의 부분들 |
|------------------------|--|
| 선호하는 매체들 | 매체특성들 선호하는 강도 위험 감소하기 |
| 매체들과 상호작용하는 방식 | 경계와 제한에 대한 반응들 몰입과 좌절감 안내하기 에너지의 수준 대처기술들 |
| 최종 미술작품의 양식적 혹은 표현적 요소 | 발달적 수준 선의 특성 형태의 특성 공간의 사용 색채 사용 통합 기질적 지표 |

| | |
|----------|-----------------------------------|
| 언어적 의사소통 | 언어적 논평의 특성 말의 속도와 음향 논리적 표현 |
|----------|-----------------------------------|

3. 집단미술치료프로그램

3.1 집단미술치료프로그램 구성 및 내용

본 연구프로그램은 ETC 문헌들을 참고하여 연구목적에 맞게 재구성한 후, 2인의 ETC 전문가와 상의하여 확정하였다. 초기(1~2회기), 중기(3~10회기), 후기(11회기)로 총 11회기로 구성하였다. ETC의 발달단계에 따라 동적 요소부터 상징적 요소까지 순차적으로 진행하였다.

표 3. ETC 기반 집단미술치료 프로그램

| 단계/목표 | 회기 | 주제 및 활동 (ETC 구성요소) | 목표 (치료적 기능) | 재료(매체) |
|--------------------------------|--------------------|--------------------------------|---------------------------------------|--|
| 초기 / ETC 평가 및 라포 형성 | 1 | 별칭 짓기 / 낙서화 3가지 | ETC평가(1) 및 라포 형성 | 4종류 크기 화지, 4B 연필, 크레파스, 초크 파스텔, 물부리개 등 |
| | 2 | 미술매체 경험 / 자유 작품 | ETC평가(2) 및 라포 형성 | 4종류 크기 화지, 유동적~저항적 매체 배열 |
| 중기 / ETC 각 구성 요소의 활동으로 자기 통합하기 | 3 | 음악에 맞춰 벽에 낙서하기 (동적 구성요소) | 라포 형성 및 내적 리듬 발견하기 | 전지, 4종류 크기 화지, 크레파스, 마커 등 |
| | 4 | 점토 주무르고 두드리기 (감각적 구성요소) | 라포 형성 및 정서 이완과 내적 감각에 집중하기 | 찰흙, 천사점토, 아이클레이, 지점토, 종이 접시, 비닐장갑, 비닐 봉투, 채색매체 |
| | 5 | 감정카드 & 색소금 만들기 담기 (정서적 구성요소) | 정서의 도식적 표상을 통한 안전한 정서 표현과 정서적 경험 소통하기 | 8절지, A5 화지, 꽃소금, 초크 파스텔, 들채, 기타 채색매체 |
| | 6 | 눈을 감거나 보지 않고 윤곽 그리기 (자각적 구성요소) | 선과 윤곽에 집중하기, 조직화, 정서 담아내기 | 4종류 크기 화지, 볼펜, 4B연필, 유성마커, 사인펜, 색연필, 부채 등 |
| | 8 | 자신의 강점 수준에서 출발하기 | 기본적인 정보처리 과정의 개요 이해와 강점에 대한 중요성 제공 | 신체지도 & 얼굴도판, 8절지/A3 화지, 집지, 색종이, 가위, 풀, 탈실 등 |
| | 9 | 어느 섬에서 생존하기(인지적 구성요소) | 긍정적 대처 기술들을 찾아 확인하기 : 추상적 문제 해결하기 | 4종류 크기 화지, 집지, 가위, 풀, 탈실, 색종이, 색습자지, 점토 등 |
| 10 | 마스크 만들기 (상징적 구성요소) | 자기에 대한 긍정적·부정적 부분의 동일시와 통합 | 마분지2장, 채색매체, 장식할 매체 등 | |
| 후기/ 지지: 격려 | 11 | 돌려서 그림그리기 & 감사카드 | 서로에게 적극적·정서적 표현하기 및 종결하기 | 8절지, 집지, 가위, 풀, 마커, 기타 미술매체 |

(1) 초기단계(1~2회기) : ETC 평가 및 라포 형성
1회기 ETC 평가(1)의 '세 가지 낙서화'는 가장 통제
가 높은 연필, 중간정도의 크레파스, 통제수준이 낮은

초크 파스텔을 젖은 화지에 자유롭게 낙서한다. 이는 내담자의 선호매체 및 매체와 상호작용하는 방식을 살펴보고 내담자의 ETC 수준을 알아보기 위함이다.

2회기 ETC 평가(2)의 '자유 작품'에서는 저항적 매체의 4B연필과 색연필을, 중간 매체의 사인펜, 마커 및 크레파스(오일파스텔)를, 유동성 매체의 초크 파스텔과 수성 물감을, 점토와 잡지책을 나란히 배열한 후 내담자가 원하는 크기의 화지에 자유로운 주제의 미술작품을 실시한다. 본 연구에서는 흔히 사용하고 익숙한 크기인 A4와 8절지를 기준하여 A3/8절지/ A4/A5의 4종류 크기의 화지를 사용한다. 화지크기는 곧 자신의 환경의 크기를 나타내는 것으로, 평가단계에서 이를 알아보는 것은 ETC의 공간사용 및 경계와 제한에 대한 반응들을 살펴보기 위함이다.

(2) 중기단계(3~10회기) : ETC 각 구성요소의 활동으로 자기통합하기

3회기 동적 구성요소는 라포형성과 자신의 내적 리듬을 발견하고 공통의 집단리듬을 확보하기 위해 '음악에 맞춰 벽에 낙서하기'를 실시한다. 이어서 낙서 속에서 '숨은그림찾기' 하는데, 집단원간의 긴장감소·불편함과 집단응집력 구축하기 위해 동적 요소에서 시작하지만 겹쳐진 선에서 형태를 찾아낼 때는 지각적 요소의 기능을 촉진할 수 있다[15]. 찾은 이미지를 이용하여 이야기 만들기는 인지적 요소로 이동하기이다. 이렇게 ETC의 세 가지 요소의 활동을 진행하면서 어느 요소가 편안하고 어느 요소가 힘들었는지 참여자들 스스로가 알아차림을 할 수 있다.

4회기 감각적 구성요소는 정서 이완과 내적 감각에 집중하기 위해 '점토 주무르기/두드리기'를 실시한다. 아이클레이, 지점토, 찰흙, 천사점토를 차례대로 건네주고 촉감의 차이를 느끼도록 한다. 정서적 요소로 이동하기 위해 각 점토에 수성물감과 수성사인펜을 섞도록 하고, 별·꽃 등 모양찍기 도구를 투입하여 지각적 요소로 이끈다. 완성작품을 종이접시에 안전하게 담고 제목을 붙이거나, 활동에 대한 경험을 나누는 것은 인지적 요소로 기능하기이다. 또한 작품에 의미를 부여한다면 이는 상징적 요소로 이동하기가 된다.

5·6회기 정서적 구성요소는 정서의 도식적 표현을 통

해 안전한 정서 표현 및 정서적 경험과 소통하기 위해 '감정카드 & 색소금 만들어 담기'를 실시한다. A5 화지에 여섯 가지 기본 정서들 - 행복, 슬픔, 분노, 공포, 불안, 역겨움을 차례대로 표현한다. 완성된 자신의 감정카드들을 시각적 표현의 형식적 요소에 따라 분류한다. 이를 통해 자신이 어떤 감정들을 혼돈하고 있는지 혹은 혼란스러워하고 있는지 자신의 감정에 대해 이해하는 시간을 가질 수 있다[15].

이어서 '색소금 만들어 담기'를 하는데, 이는 감각적 요소로 이동한다. 불안과 같은 감정들을 제거하기보다 미술을 통해 정서적 경험들과 소통하는 것이 오히려 치료적 잠재력을 크게 향상되게 한다[21]. 이때, 미술치료를 하는 각 색채의 의미를 질문해야 하는데, 이는 상징성을 탐구하고 촉진할 수 있기 때문이다[12].

7회기 지각적 구성요소는 '눈을 감거나 보지 않고 윤곽 그리기'를 실시하여 선과 윤곽에 집중하고 조직화하여 정서를 안전하게 담아내도록 한다. 먼저 지각적 차원에서 경계들과 담아내기 위해 화지 크기를 제일 먼저 고려해야 한다. 또한 4B연필, 볼펜, 색연필, 사인펜, 유성마커 중에서 선택하는데, 이는 지각적 경험에서 선, 형태와 같은 시각적 표현의 형태적 요소들에 집중하기 위함이다[14][22]. 참여자들은 ①사물을 보고 그리기 ②보지 않고 그리기 ③눈감고 그리기 ④한붓그리기 ⑤반대 손으로 그리기를 각각 진행하는데, 작업 때마다 화지 크기와 매체는 원하는 대로 바꿀 수 있다. 작업한 화지를 펼쳐 놓고 현상학적 접근으로 '의도적 보기'를 하는데 물리적으로 떨어져서 작업한 이미지의 선들이 어떠한지 살필 뿐만 아니라 어느 작업이 눈에 더 잘 보이고 잘 표현했는지 질문을 통해 알아본다[23]. 이어서 만다라문양이 그려진 부체에 유성마커나 수성사인펜으로 채색하는데, 이는 불안 감소하는 것으로 입증되었다. 만다라 채색하기는 지각적 요소에서부터 정서를 담아내는 활동으로, 경험적 기술을 통해 인지적 요소로, 더 나아가 상징적 요소에 이르기까지 다양한 요소를 경험할 수 있다[11].

8회기에서는 인지적 요소에 앞서, 자신의 강점에 대한 중요성을 제공하기 위해 각 참여자들의 수준에 맞는 강점이 되는 구성요소에서 출발하는 프로그램을 진행한다. 정서적 요소의 참여자들에게는 정서적에서 인지

적 요소로 이동하기 위해 6가지 감정(행복, 슬픔, 분노, 공포, 불안, 역겨움)에 대한 신체지도를 실시하는데 신체부위에 경험했던 감정들을 색칠한다. 이후 '하고 싶은 것과 하기 싫은 것'을 할 때에 각각 어느 감정이 가장 많이 출현하는지 질문하고 이를 바탕으로 잡지콜라주를 진행한다. 한편, 인지적 요소의 참여자들에게는 인지적에서 정서적 요소로 이동하기 위해 콜라주작업에서 출발하는데 잡지에서 '하고 싶은 것과 하기 싫은 것'을 찾아 붙인다. 콜라주는 그림을 그리거나 색칠하는 것보다 덜 두려운 작업으로 인지적 작업의 출발점으로 사용하기 적합하다[15]. 또한 '하고 싶은 것과 하기 싫은 것'의 주제는 현재의 생각, 욕구, 감정을 편안하고 안전하게 표출함으로써 자기이해와 자기수용을 할 수 있다[16]. 콜라주 작업한 인지적 참여자들에게는 '하고 싶은 것과 하기 싫은 것'을 할 때에 각각 어느 감정이 가장 많이 출현하는지 질문하고 이를 바탕으로 얼굴도판에 그 감정들을 표현토록 한다.

이와 같이 서로 다른 출발점은 각 개인을 위해 효율적인 치료경험을 제공할 뿐만 아니라, 다른 요소의 이동을 통해 내담자들은 '자기통합'을 경험하는데 도움이 된다. 본 회기의 목표는 가장 편안한 구성요소에서 시작하여 차단된 기능 사이에 연결을 만들어 주어 저조하게 사용한 기능을 증가시키며, 과용된 정보처리과정을 조정하는 것과, 정보처리과정의 강점에 대한 중요성을 강조한 것이다[12].

9회기 인지적 구성요소로 '어느 섬에서 생존하기'를 하는데, 자신의 긍정적 대처기술들을 찾아 확인하고 추상적 문제해결을 경험하기 위함이다. 이는 인지적 작업을 통해 창의적 문제해결을 가져올 수 있는 상상하는 미술치료 훈련이다. 인지적 경험을 통해 문제해결 기술에 대한 증가된 자각을 알게 될 뿐만 아니라, 자신의 내적 지혜에 대한 올바른 평가를 얻게 될 것이다. 한 번의 구체적인 경험으로 지금의 문제 상황에까지 일반화시킬 수 있는 능력은 인지적 구성요소의 중요한 치료적 기능이다[15]. 참여자들에게 상상 속 상황에서 선택한 세 가지를 화지에 그리거나 잡지에서 찾아 붙이고, 각 물품을 선택한 이유를 나누는 인지적 활동을 가진다. 이후 정서적 활동으로 이동하기 위해 원하는 크기의 화지와 미술매체를 사용하여 '나의 바다'를 표현하도록 한

다. 이어서 공동 작업으로 참여자들이 서로 의논하여 섬을 구성하고 7개의 바다를 둥글게 배열한다. 그리고 혼자인 줄 알았는데 생존자 6명이 더 있음을 발견한 상황에 대해 서로 나눈다.

10회기 상징적 구성요소로 자기에 대한 긍정적·부정적 부분의 동일시와 통합하기 위해 '마스크 만들기'를 실시한다. 내담자들은 싫어하는 특성을 받아들이는 것만큼이나 긍정적인 특성을 내면화하는 데에도 흥미롭게도 어려움을 겪지만, 자신의 선하고 악한 측면 모두에 대한 수용은 내적 평온으로 이끌게 한다. 마스크 만들기의 상징적 활동은 남성적 및 여성적 특성의 상징들을 재구성하고 평가하는 경험을 통해 균형감 있는 자기를 만드는데 기여하고 내면화 하는데 도움이 된다[24].

(3) 후기단계 (11회기) : 지지·격려하기

11회기는 직접적·적극적인 정서 표현을 촉진하게 하는 집단 활동을 경험할 수 있는 '돌려서 그림그리기 & 감사카드'를 실시한다[15]. 이 활동을 통해 집단에서의 의미 있는 경험을 집단구성원들과 함께 기억하고 간직할 수 있다.

3.2 자료처리

본 연구에서는 ETC 기반 집단미술치료 프로그램이 초등학교 1학년 어머니의 양육불안에 미치는 효과를 알아보기 위하여 다음과 같이 분석하였다.

첫째, 실험집단 어머니의 사전·사후 검사에서의 변화를 파악하기 위해 양육불안 대응표본 t -검증을 실시하고 SPSS 24.0을 활용하여 비교 분석하였다.

둘째, ETC 기반 집단미술치료 프로그램의 회기진행에 따라 초등학교 1학년 어머니의 ETC 수준의 변화 및 미술매체의 변화를 비교 분석하였다.

III. 연구결과

1. ETC 기반 집단미술치료가 양육불안에 미치는 효과

ETC 기반 집단미술치료에 참여한 어머니의 양육불안의 변화를 알아보기 위해 대응표본 t -검증을 실시하

었다. 그 결과는 [표 5][표 6]과 같다.

표 4. 집단원의 양육불안 사전·사후 점수

| 집단원 | 양육불안 | | 부모역할 | | 교육지원 | | 자녀발달 | |
|-----|------|-----|------|----|------|----|------|----|
| | 사전 | 사후 | 사전 | 사후 | 사전 | 사후 | 사전 | 사후 |
| A | 111 | 92 | 59 | 40 | 37 | 42 | 15 | 10 |
| B | 109 | 91 | 54 | 44 | 39 | 34 | 16 | 13 |
| C | 114 | 106 | 57 | 51 | 40 | 39 | 17 | 16 |
| D | 104 | 82 | 54 | 42 | 42 | 34 | 8 | 6 |
| E | 124 | 114 | 59 | 52 | 50 | 47 | 15 | 15 |
| F | 111 | 101 | 55 | 47 | 41 | 41 | 15 | 13 |
| G | 107 | 80 | 48 | 39 | 50 | 33 | 9 | 9 |

표 5. 양육불안에 대한 사전·사후 비교결과

| 항목 | | 사전 | | 사후 | | t |
|----------|------|--------|-------|-------|--------|----------|
| | | 평균 | 표준편차 | 평균 | 표준편차 | |
| 전체 | 양육불안 | 111.43 | 6.399 | 95.14 | 12.496 | 6.039*** |
| 하위 요인 | 부모역할 | 55.14 | 3.805 | 45.00 | 5.164 | 6.133*** |
| | 교육지원 | 42.71 | 5.219 | 38.57 | 5.192 | 1.569 |
| | 자녀발달 | 13.57 | 3.552 | 11.57 | 3.690 | 3.240* |

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

본 연구에 참여한 어머니의 양육불안 사전검사 평균 점수는 111.43이고, 집단미술치료 실시 후 사후검사 평균점수는 95.14로 16.29점 감소하여 통계적으로 유의한 차이를 보였다($t=6.039^{***}$, $p<.001$). 하위요인별로 살펴보면, 부모역할 불안은 사전 55.14에서 사후 45.00으로 감소하고($t=6.133^{***}$, $p<.001$), 자녀발달 불안은 사전 13.57에서 사후 11.57로 감소하여($t=3.240^*$, $p<.05$) 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 교육지원 불안은 사전 42.71에서 사후 38.57로 감소하였으나 통계적으로 유의한 차이를 나타내지 않았다.

이와 같이, ETC 기반 집단미술치료 프로그램이 초등 학교 1학년 어머니의 전체 양육불안과, 하위요인의 부모역할 불안과 자녀발달 불안에는 효과적으로 작용하였으나, 하위요인 중 교육지원 불안에서는 효과적으로 작용하지 못하였다고 설명할 수 있다.

2. ETC 기반 집단미술치료 프로그램의 회기진행에 따른 ETC 수준의 변화와 양육불안의 관계

따른 ETC 수준의 변화와 양육불안의 관계
Rubin은 개인의 미술매체 선택과 관련하여 '통제에 대한 욕구'와 직결된다고 하였다[24]. 매체의 통제는 자신과 환경에 대한 통제를 의미하므로 미술매체 선택은 치료적 성취와 치료적 가치를 지니게 된다[13].

이에 본 연구에서는 어머니의 양육불안의 변화를 알아보기 위해 ETC 평가요인을 근거로 ETC 수준의 변화 및 미술매체의 변화를 비교 분석하였다. ETC 평가는 내담자의 기능수준 및 선호수준에 관한 정보를 제공받는 사전평가로서, 사후평가는 실시하지 않는다. 이에 미술매체를 자유롭게 선택하여 참여자들의 선호수준의 변화를 제공받을 수 있었던 9회기 '나의 바다'를 통해 ETC 수준 및 매체의 변화를 분석하였다.

(1) A의 ETC 평가요인의 변화

| 구성요소의 부분들 | 1~2회기 (ETC 평가) | 9회기 (나의 바다) |
|---------------|----------------|------------------|
| 매체 특성들 | 중간매체 (크레파스) | 크레파스, 마커, 점토, 털실 |
| 선호하는 강도 | 높음 | 중간 강도 |
| 위험 감수하기 | 높음 | 높음 |
| 경계/제한에 대한 반응들 | 중간용지(8절지) | 작은 용지(A4) |
| 몰입/좌절감 인내하기 | 높은 몰입 | 높은 몰입 |
| 에너지의 수준 | 중간 수준 | 중상 수준 |
| 대처기술들 | 있음 | 있음 |
| 발달적 수준 | 도식적 단계 | 도식적 단계 |
| 선의 특성 | 중상 필압 | 중상 필압 |
| 형태의 특성 | 물고기/별을 반복표현 | 물고기/새를 표현함 |
| 공간의 사용 | 2/3이상 사용 | 전체 사용 |
| 색채 사용 | 무지개색상 반복사용 | 3~4가지 사용 |
| 통합 / 기질적 지표 | 선/형태로 표현 | 점토/크레파스로 형태표현 |
| 언어적 논평 특성 | 지각적/정서적 발언 | 정서적/인지적 발언 |
| 말의 속도와 음량 | 중간정도 | 중간정도 |
| 논리적 표현 | 있음 | 있음 |

정서적 요소의 A는 ETC 평가와 동일한 수준의 크레 파스와 마커를 선호했고, 또한 감각적 요소의 점토와 털실을 사용했다. 8절지에서 A4로 크기가 줄어들었으나, 에너지의 수준이 높아진 것은 평가(2)와 9회기의 바다에서 색칠의 강도 차이와 매체의 양이 증가에서 알 수 있었다. 또한 9회기 나의 바다에서 '단순히 바다가 아니라 날씨가 빛의 정도에 따라 여러 가지 색깔을 나타낼 수 있는 바다를 표현했다'는 발언을 통해 표현미술과 ETC 수준의 변화를 나타내는 것으로 사료된다. 이는 양육불안의 하위요인 중 부모역할 불안의 점수가 감소된 것과 관계가 있는 것으로 보인다(59→40).

(2) B의 ETC 평가요인의 변화

| 구성요소의 부분들 | 1~2회기 (ETC 평가) | 9회기 (나의 바다) |
|---|---|--|
| 매체 특성들 선호하는 강도 위험 감소하기 | 초크파스텔/크레파스 중간 정도 높음 | 초크 파스텔, 점토 중간 정도 높음 |
| 경계/제한에 대한 반응들 몰입/좌절감 인내하기 에너지의 수준 대처기술들 | A5 / 8절지 높은 몰입 중간 수준 있음 | 작은 용지(A4) 높은 몰입 중상 수준 있음 |
| 발달적 수준 선의 특성 형태의 특성 공간의 사용 색채 사용 통합/기질적 지표 | 도식적 단계 & 글 중상 필압 커피잔/초코렛 표현 2/3이상 사용 4~6가지 사용 형태/글 및 채색 표현 | 도식적 단계 중상 필압 형태표현 없음 전체 사용 2~3가지 사용 점토로 파도 표현 |
| 언어적 논평 특성 말의 속도와 음량 논리적 표현 | 정서적/지각적 발언 중간정도 있음 | 정서적/인지적 발언 중간정도 있음 |

정서적 요소의 B는 ETC 평가(1)과 동일한 정서적 요소의 초크 파스텔을 선호했고 감각적 요소의 점토를 사용했다. 평가(2)의 A5에서 A4로 커졌고, 초크 파스텔 번짐의 공간사용이 2/3정도에서 화지 전체로 넓어져 에너지의 수준이 높아진 것은 자신에 대한 표현이 확장된 것임을 엿볼 수 있다. 또한 9회기 나의 바다에서 '높은 곳에서 바다를 보았을 때 큰 파도도 잔잔해 보이는 것을 표현하고 싶었다'는 설명적 발언으로 보아 타인의 부정적 평가와 자신에 대한 불만족을 토로했던 자신의 문제를 수용한 것으로 보인다. 이는 양육불안 점수가 전반적으로 감소한 것과 관계가 있을 것으로 사료된다 (109→91).

(3) C의 ETC 평가요인의 변화

| 구성요소의 부분들 | 1~2회기 (ETC 평가) | 9회기 (나의 바다) |
|---|--|---|
| 매체 특성들 선호하는 강도 위험 감소하기 | 저항적(4B연필/색연필) 높음 높음 | 수성물감, 크레파스 중간 정도 높음 |
| 경계/제한에 대한 반응들 몰입/좌절감 인내하기 에너지의 수준 대처기술들 | 중상용지(A3/8절지) 높은 몰입 중간 수준 있음 | 중간 용지(8절지) 높은 몰입 중상 수준 있음 |
| 발달적 수준 선의 특성 형태의 특성 공간의 사용 색채 사용 통합/기질적 지표 | 도식적 단계 & 글 중하 필압 정육면체 음영(점사)표현 2/3이상 사용 2~3가지 사용 형태/글 및 채색 표현 | 도식적 단계 필압 알 수 없음 물고기 표현 전체 사용 2~3가지 사용 채색과 형태 표현 |
| 언어적 논평 특성 | 정서적/인지적 발언 | 정서적/인지적 발언 |

| | | |
|---------------------|------------|------------|
| 말의 속도와 음량 논리적 표현 | 중간정도 있음 | 중간정도 있음 |
|---------------------|------------|------------|

정서적 요소의 C는 4B연필/색연필에서 수성물감/크레파스로 선호하는 매체가 바뀌었다. 이는 인지적에서 정서적 요소로 변화된 것이다. 정서적 요소의 C가 ETC 평가에서 인지적 매체를 선호한 것은 편하기보다 익숙한 매체를 선택한 것으로 사료된다. 평가(2)와 9회기 바다의 표현에서 매체선택의 변화로 인해 색칠 강도차이를 보였고 에너지 수준이 높아졌다. 이는 9회기 소감에서 '3가지 물품을 통해 사람들이 중요하게 생각하는 것이 다르다는 것과, 느낌이 먼저 떠오르지 않고 생각을 먼저 했다는 것에 놀라웠다'를 통해 자신의 변화를 경험하고 수용함을 엿볼 수 있다. 이는 양육불안 중 완벽주의로 인한 불안의 점수가 감소한 것과 관계가 있는 것으로 보인다(18→14).

(4) D의 ETC 평가요인의 변화

| 구성요소의 부분들 | 1~2회기 (ETC 평가) | 9회기 (나의 바다) |
|--|---|---|
| 매체 특성들 선호하는 강도 위험 감소하기 | 4B연필 / 크레파스 중간 정도 높음 | 수성물감, 점토, 탈실 중간 정도 높음 |
| 경계/제한에 대한 반응들 몰입/좌절감 인내하기 에너지의 수준 대처기술들 | 중하(A4/8절지) 높은 몰입 중상 수준 있음 | 작은 용지(A4) 높은 몰입 높은 수준 있음 |
| 발달적 수준 선의 특성 형태의 특성 공간의 사용 색채 사용 | 도식적 단계 & 글 중상 필압 낮은 형태 표현 2/3이상 사용 2~3가지 사용 | 도식적 단계 필압 알 수 없음 형태표현 없음 전체 사용 4~5가지 사용 |
| 통합 / 기질적 지표 | 글 및 채색 표현 | 채색과 탈실로 파도 표현 |
| 언어적 논평의 특성 말의 속도와 음량 논리적 표현 | 인지적 발언 중상 정도 있음 | 정서적/인지적 발언 중간 정도 있음 |

인지적 요소의 D는 4B연필/크레파스에서 수성물감/점토/탈실로 선호하는 매체가 바뀌었는데 인지적·지각적에서 정서적·감각적 요소로 변화된 것이다. 또한 8절지에서 A4로 줄어들었으나, 매체의 양이 증가하였다. 이는 자신의 의미를 전달하고자 하는 것과 자신의 정서 표현 수준이 변화한 것을 나타낸 것이다. 이는 '양육불안같이 내 삶의 의미도 어떤 문제도 이렇게 해결해 나가면 다행이겠다는 생각했다'는 발언으로 보아 양육불

안을 포함한 자신의 문제에 대한 이해를 나타내는 것으로 보이며, 이는 양육불안의 점수가 전반적으로 감소된 것과 관계가 있는 것으로 사료된다(104→82).

(5) E의 ETC 평가요인의 변화

| 구성요소의 부분들 | 1~2회기 (ETC 평가) | 9회기 (나의 바다) |
|---|--|--|
| 매체 특성들 선호하는 강도 위험 감수하기 | 저항적(4B연필/색연필) 높음 높음 | 크레파스, 털실 중간 정도 높음 |
| 경계/제한에 대한 반응들 몰입/좌절감 인내하기 에너지의 수준 대처기술들 | 작은 용지(A4) 높은 몰입 중간 수준 있음 | 중간 용지 (8절지) 높은 몰입 중상 수준 있음 |
| 발달적 수준 선의 특성 형태의 특성 공간의 사용 색채 사용 통합 / 기질적 지표 | 도식적 단계 & 글 중간정도 필압 하트와 음영(정서) 반복표현 2/3이상 사용 2~3가지 사용 글, 선, 형태 표현 | 도식적 단계 필압 알 수 없음 형태표현 없음 전체 사용 2~3가지 사용 털실로 파도 표현 |
| 언어적 논평의 특성 말의 속도와 음량 논리적 표현 | 인지적/정서적 발언 중간정도 있음 | 정서적 발언 중간정도 있음 |

정서적 요소인 E는 4B연필/색연필에서 크레파스/털실로 선호하는 매체가 바뀌었다. 이는 인지적에서 지각적·감각적 요소로 변화된 것이다. ETC 평가에서 인지적 매체로 글을 표현했던 E를 정서적 요소로 본 이유는 자신의 감정을 화산폭발로 표현한 것과, 정서를 나타내는 하트와 음영을 반복 표현하였기 때문이다. 인지적 매체를 선호한 것은 편하기보다는 익숙한 매체를 선택한 것으로 사료된다. 또한 A4에서 8절지로의 변화와 매체의 변화로 인해 색칠의 강도의 차이를 보였다. 이는 '인지, 정서, 다시 인지를 표현하고 창의적인 요소를 생각하고 표현하면서 육아에 지친 나의 쉴 수 있는 활력이 되었다'는 발언으로 보아 ETC가 양육불안 감소에 도움이 되었음을 나타내며, 이는 양육불안 중 부모역할 불안의 점수가 감소된 것과 관계가 있을 것으로 사료된다(59→52).

(6) F의 ETC 평가요인의 변화

| 구성요소의 부분들 | 1~2회기 (ETC 평가) | 9회기 (나의 바다) |
|------------------------------|---------------------------|-------------------------|
| 매체 특성들 선호하는 강도 위험 감수하기 | 저항적(4B연필/색연필) 높음 높음 | 크레파스, 점도 중간 정도 높음 |
| 경계/제한에 | 중하 용지(A4/8절지) | 중간 용지(8절지) |

| | | |
|---|---|--|
| 대한 반응들 몰입/좌절감 인내하기 에너지의 수준 대처기술들 | 낮은 몰입 낮은 수준 있음 | 중간정도 몰입 중간정도 수준 있음 |
| 발달적 수준 선의 특성 형태의 특성 공간의 사용 색채 사용 통합 / 기질적 지표 | 사실적 표현(글) 낮은 필압 해를 표현 1/2정도 사용 1가지 사용 주로 글로 표현 | 도식적 단계 필압 알 수 없음 형태표현 없음 전체 사용 2가지 사용 점토로 물결 표현 |
| 언어적 논평의 특성 말의 속도와 음량 논리적 표현 | 인지적 발언 낮음 짧은 답변 표현 | 인지적/정서적 발언 중하 정도 짧은 문장 표현 |

인지적 요소의 F는 4B연필과 수성색연필에서 점토와 크레파스로 선호하는 매체가 바뀌었다. 이는 인지적에서 감각적·지각적 요소로 변화된 것이다. 또한 작업 몰입에 시간이 걸렸던 F는 조금 망설이기는 하여도 지체하지 않고 작업하는 모습을 보였으며, 화지의 1/2~2/3에서 화지의 전체를 사용하는 변화를 나타냈다. 이는 '바다를 표현할 때 좀 망설여지고 부담스러웠다. 내 마음대로 자유롭게 할 수 있을거라는 생각을 하니 괜찮아졌다'라고 하였는데, 자신에 대한 믿음과 자기이해에 도움이 된 것으로 사료된다. 이는 양육불안 중 부모역할 불안의 점수가 감소된 것과 관계가 있을 것으로 보인다(55→47).

(7) G의 ETC 평가요인의 변화

| 구성요소의 부분들 | 1~2회기 (ETC 평가) | 9회기 (나의 바다) |
|---|--|--|
| 매체 특성들 선호하는 강도 위험 감수하기 | 중간매체(크레파스) 높음 높음 | 수성물감, 물품, 털실 중간 정도 높음 |
| 경계/제한에 대한 반응들 몰입/좌절감 인내하기 에너지의 수준 대처기술들 | 중하 용지 (8절지/A4) 중간정도 몰입 중간정도 수준 있음 | 중간 용지 (8절지) 높은 몰입 중상 수준 있음 |
| 발달적 수준 선의 특성 형태의 특성 공간의 사용 색채 사용 통합 / 기질적 지표 | 도식적 단계 강한 필압 낮은 형태 표현 2/3이상 사용 4~5가지 사용 선으로 형태 표현 | 도식적 단계 필압 알 수 없음 물고기 표현 전체 사용 2~3가지 사용 털실로 물고기 표현 |
| 언어적 논평 특성 말의 속도와 음량 논리적 표현 | 정서적 발언 중간정도 있음 | 정서적 발언 중간정도 있음 |

감각적·정서적 요소로 보인 G는 크레파스에서 수성 물감/물품/털실로 선호하는 매체가 바뀌었는데 지각적

에서 정서적·감각적 요소로 변화된 것이다. 또한 짧은 작업시간에서 시간을 충분히 사용하는 모습으로 바뀐 것은 9회기 소감에서 엿볼 수 있다. '나는 정서적 요소가 강함을 더 알게 되었다. 바다표현에서 편안한 미술 도구를 사용했을 때 나의 감정이 이완되면서 편안함을 더해 주었다'에서 자신에게 맞는 매체를 사용하는 것에 대한 중요성을 시사한다. 워킹맘인 G는 양육불안 증 교육지원 불안의 점수가 감소하였는데 이는 집단미술치료를 통해 지지체계와 정보부족에 대한 불만족에 도움이 되었을 것으로 사료된다(50→33).

IV. 논의 및 결론

본 연구는 ETC 기반 집단미술치료가 초등학교 1학년 어머니의 양육불안에 어떠한 효과를 미치는지 알아 보았다. 본 연구의 결과는 다음과 같다.

ETC의 매체선택의 목표와 일치하기 위해 양육불안을 가진 각 참여자들에게 친숙한 매체를 우선적으로 선택하고 사용하게 하였다. 이를 통해 자신의 감정을 표현하고 수용함에 있어서 보다 안전한 환경에서 적극적인 치료경험을 할 수 있었다. 또한 지지와 격려가 있는 집단을 경험하며, ETC에서 제안한 모든 구성요소를 경험하고 이를 통합적으로 사용할 수 있도록 한 것이 양육불안을 감소하는데 영향을 미친 것으로 사료된다.

또한, 본 연구에 참여한 어머니들은 ETC 기반 집단 미술치료 프로그램을 통해 자신이 선호하는 매체로 ETC의 모든 수준을 경험할 수 있었다. 신체를 움직이고 감각을 자극하는 동적·감각적 수준, 형태를 지각하고 정서를 경험하는 지각적·정서적 수준, 논리적 사고로 계획하며 개인적 의미를 인식하는 인지적·상징적 수준과, 더 나아가 이 모든 것을 통합하는 창의적 수준까지, ETC가 제안한 모든 수준을 통합하여 자기탐색과 자기이해를 할 수 있는 기회를 경험하였다. 이를 통해 초등학교 1학년 어머니의 양육불안 감소에 긍정적인 효과를 미친 것을 확인할 수 있었다.

이와 같은 효과에 대해 논의하면 다음과 같다.

첫째, ETC 기반 집단미술치료 프로그램을 통해 내담자 스스로 자신의 문제를 자각할 수 있고, 자발적인 매

체선택을 통해 내담자는 자신에게 유익한 방향을 결정할 수 있다. 초기 ETC 평가단계에서 몇몇 참여자들은 자유로운 매체선택과 주제선택에 대해 거부감과 두려움을 표현하기도 하였다. 하지만, 회기를 거듭할수록 선호매체와 상호작용하면서 자신의 강점을 스스로 알아갈 뿐만 아니라 어느 방향으로 나아가고 어느 수준으로 이동해야 하는지를 질문하고 찾아가는 모습을 볼 수 있었다. 이와 같이 ETC는 내담자의 미술이 심리치료에 작용하는 기제를 설명함으로써 '왜 미술이어야만 하는가?'라는 물음에 본질적인 답을 제공한다[10]. 미술매체와 상호작용함으로써 내담자들은 자신의 문제를 다룸에 있어 자기 스스로가 중요한 통찰력을 얻을 수 있고, 이런 치료적 가치에 대한 답을 내담자와 공유할 수 있다. 치료사들은 열쇠에 도달할 수 있지만 문은 안에서만 열 수 있다[26]. 미술치료를 극대화하기 위해서는 내담자의 적극적인 협조가 필요하다. 이때, 미술치료의 과정을 치료사와 내담자가 공유할 수 있다면 치료적 가치는 긍정적인 영향을 미칠 것으로 사료된다.

둘째, 집단역동을 강조하는 집단임에도 불구하고 ETC기반 미술치료과정에서는 개개인에게 맞는 활동을 수행할 수 있다. 기존 구조화된 집단은 동일한 매체와 지시를 수행해야 하지만, ETC의 집단에서는 획일화된 활동을 피할 수 있다. 본 연구의 8회기에서 개별 구성원들은 비록 집단에 속해 있어도, 자신에게 맞는 미술매체로 상호작용할 수 있도록 프로그램을 구성하였다. 내담자는 어떤 경험이 가장 치료적인지를 자신의 니즈를 스스로 직관적으로 파악될 수 있기 때문에, 개인의 미술표현은 구조화된 집단의 지시보다 상위에 있을 수 있다[24].

본 논의와 결론을 토대로 한 제한점은 다음과 같다.

첫째, 경기도에 위치한 초등학교 1학년 어머니 7명을 대상으로 실시한 본 연구는 참여자수가 적어서 연구결과를 일반화하기에는 한계가 있다. 타당하고 신뢰할 수 있는 결과를 얻기 위해서는 보다 다양한 지역과 많은 대상을 모집하여 진행할 것을 제안한다.

둘째, 11회기의 집단미술치료 프로그램은 심리적 변화를 알아보기 위해서는 짧은 기간이다. 이에 보다 신뢰할 수 있는 연구결과를 얻기 위해서는 좀 더 장기적인 미술치료의 개입이 필요하다고 사료된다.

셋째, 본 연구기간은 4월에서 5월 사이에 진행하였는데, 자녀들이 초등학교에 입학한지 한 달 정도 경과되면 어머니의 역할수행에 대한 막연함과 부담감이 줄어드는 시점이다[27]. 유치원을 졸업하고 초등학교 환경에 부딪히면서 불안이 상승한다는 연구[4]에 근거하여 2월에서 3월 사이에 진행할 것을 제안한다.

넷째, 집단은 상호작용과정에서 집단역동이 발생하여 집단의 변화를 촉진하고 성장하게 하지만, 본 연구에 참여한 C는 동적·감각적 요소의 활동에서 다음 요소로 이동하지 않고 '머물고 싶다'고 토로하였으나 집단이라는 한계로 인해 다음 요소로 이동할 수밖에 없었다. 그러므로 추후 연구에서는 이러한 집단의 한계에 대해 어떻게 대처할 것인지 대안이 필요할 것이다.

다섯째, ETC과정에서 미술매체와의 상호작용은 내담자가 자기 문제를 다룸에 있어 스스로 중요한 통찰력을 얻도록 지원하며, 이것은 내담자의 적극적인 협조를 넘어 내담자의 적극적인 참여로 이어진다.

그러므로 사전에 구성된 ETC 기반 미술치료 프로그램은 내담자 스스로의 자발적인 치료과정을 제한하는 주요요인으로 작용될 수 있기에 이 한계점은 향후 다른 연구의 주제로 다루어져야 할 것이다.

참 고 문 헌

- [1] 육아정책연구소, *초등자녀 양육지원 방안*, 연구보고 2017-13, 서울: 육아정책연구소, 2017.
- [2] 최지영, 염애경, "취학전 유아의 초등학교 생활적응을 돕기 위한 부모교육 실태 및 요구 조사," 제6권, 제1호, pp.5-46, 2011.
- [3] 강수경, 정미라, 이방실, 김민정, "유아기 자녀를 둔 한국과 프랑스 어머니의 양육참여, 양육효능감 및 양육불안에 대한 비교연구," 한국유아교육학회: 유아교육연구, 제34권, 제6호, pp.539-555, 2014.
- [4] 신수희, *자녀의 초등학교 입학 전후 어머니의 양육불안 연구*, 인하대학교 대학원 아동복지학, 박사학위논문, 2018.
- [5] 송명숙, *취학직전 유아기 자녀교육에 대한 부모의 신념과 참여*, 서울대학교 대학원, 박사학위논문, 2006.
- [6] 장유진, *어머니의 불안, 심리적 통제 양육과 성취 관심이 유아의 과제 재도전 반응에 미치는 영향: 과제수행 효능감의 매개효과*, 서울대학교 대학원, 박사학위논문, 2016.
- [7] 김현수, 신혜린, "어머니 불안이 양육행동에 미치는 영향: 어머니 양육효능감을 매개로," 한국아동심리치료학회지, 제7권, 제1호, pp.93-114, 2012.
- [8] 위지희, *양육불안 척도 개발 및 타당화 연구*, 성신여자대학교 대학원 심리학과, 박사학위논문, 2014.
- [9] 김지민, *집단미술치료가 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스와 상태불안에 미치는 효과*, 서울여자대학교 특수치료전문대학원, 석사학위논문, 2017.
- [10] 서희경, 김선희, "미술심리치료에서의 표현치료 연계의 유용성에 대한 이론적 고찰," 심리치료, 제16권, 제2호, pp.133-153, 2016.
- [11] 문현숙, *표현치료연계에 근거한 집단미술치료가 노인의 불안, 자아존중감, 자기표현에 미치는 효과*, 서울여자대학교 특수치료전문대학원, 석사학위논문, 2019.
- [12] L. H. Hinz, *Expressive Therapies Continuum: a framework for using art in therapy*, New York, NY:Routledge, 2009.
- [13] 박윤희, *ETC모형에 기반한 미술치료의 신경과학적 접근*, 서울불교대학원대학교 상담학, 박사학위논문, 2016.
- [14] B. Lusebrink, *Imagery and visual expression in therapy*, New York: Plenum Press, 1990.
- [15] 전순영, 박윤희 역, *ETC 표현미술치료*, 서울:하나의학사, 2016.
- [16] 홍지영, 임지현, 이승희, 하승연, "집단미술치료를 통해 본 불안에 관한 질적 연구," 디지털디자인학연구, 제15권, 제3호, 2015.
- [17] V. B. Lusebrink, "A Systems Oriented Approach to the Expressive Therapies: The Expressive Therapies Continuum," *The Arts in psychotherapy*, Vol.18, No.5, pp.395-403, 1991b.
- [18] V. B. Lusebrink, "Levels of visual expression," In R. G. Kundzendorf(ed.), *Mental imagery: Processing of the 11th and 12th annual conference of the American Association for the Study of Mental Image*, New York: Plenum Press, pp.35-43, 1991a.
- [19] B. Lusebrink, "Assessment and therapeutic application of the expressive therapies

continuum: Implications for brain structures and functions,” *Art therapy*, Vol.27, No.4, pp.168-177, 2010.

- [20] F. F. Kaplan, “Art-based assessments,” In C. A. Malchiodi(Ed.), *Handbook of art therapy*, New York: Guilford Press, pp.25-35, 2003.
- [21] M. Levens, *Eating disorders and magical control of the body: Treatment through art therapy*, London: Routledge, 1995.
- [22] S. L. Kagin and V. B. Lusebrink, “The expressive therapies continuum,” *Art Psychotherapy*, Vol.5, pp.171-180, 1978b.
- [23] M. G. Bentensky, *What do you see: Phenomenology of therapeutic art expression*, London: Jessica Kingsley Publishers, 1995.
- [24] L. D. Hinz, *Drawing from within: Using art to treat eating disorders*, London: Jessica Kingsley Publishers, 2006.
- [25] J. A. Rubin, 김진숙 역, *미술심리치료 총론*, 서울:KEAPA Press, 2005.
- [26] Marlous Kleijberg and Hinz, “Art therapy for patients with personality disorders cluster B/C: a thematic analysis of emotion regulation from patient and art therapist perspectives,” *International Journal of Art Therapy*, 2017.
- [27] 윤미란, *초등학교 1학년 아동과 학부모의 경험에 대한 이해*, 배재대학교 대학원, 석사학위논문, 2012.

저 자 소 개

박 상 순(Sang-Soon Park)

정희원



- 2019년 8월 : 평택대학교 상담대학원 미술치료학과 석사
- 2020년 3월 ~ 현재 : 이든아이아동발달센터 근무, 미술치료사

〈관심분야〉 : ETC 기반 미술치료, 아동·청소년 상담, 성인 상담

임 성 윤(Sung-Ryun Rim)

정희원



- 2013년 5월 : Florida State Univ. Art Education/Arts Administration (박사)
 - 2014년 5월 : Indiana University-Bloomington, School of Public Health, 연구원
 - 2014년 ~ 현재 : 평택대학교 피어선 칼리지 / 상담대학원 미술치료학과 교수
- 〈관심분야〉 : ETC 기반 미술치료, 예술치유, 예술심리

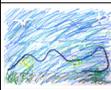
부 록

[1] 1·2회기 ETC 평가 - 참여자들의 선호 수준 정보

| | ETC 평가 (1) 낙서화 | | | ETC 평가 (2) 자유 작품 |
|---|----------------|--------------|---------------|------------------------|
| | 4B연필 | 크레파스 | 초크 파스텔 | |
| A | | | | |
| | 8절지 | 8절지 매체 선호 | 8절지 매체 비선호 | 8절지 크레파스 |
| B | | | | |
| | A5 | 8절지 | 8절지 | A5 오일파스텔/ 색연필/마커 |
| C | | | | |
| | A3 | 8절지 | 8절지 | 8절지 유성색연필 |
| D | | | | |
| | A4 | 8절지 | 8절지 | 8절지 크레파스 |
| E | | | | |
| | A4 | A4 | 8절지 | A4 4B연필/ 색연필/마커 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| F |  |  |  |  |
| | A4 | 8절지 | 8절지 | 8절지 |
| | 매체 선호 | | 매체 비선호 | 수성 유성색연필/ 마커 |
| G |  |  |  |  |
| | 8절지 | 8절지 | 8절지 | A4 |
| | 매체 비선호 | 매체 선호 | | 마커/색연필/ 크레파스 |

[2] 9회기 인지적 요소 - 개인 작품 나의 바다 & 공동 작업한 섬과 바다

| | | | | |
|-------|--|--|--|---|
| 나의 바다 | A | B | C | D |
| |  |  |  |  |
| | E | F | G | |
| |  |  |  | |

| | |
|------|---|
| 공동작업 |  |
|------|---|