

집단미술요법이 노인의 무력감, 고독감, 우울, 자아상에 미치는 효과

최 영 순* · 김 현 리**

I. 서 론

1. 연구의 필요성

인류에게 주어진 축복이자, 해결할 과제인 고령화는 전 세계의 문제이긴 하지만 우리나라는 더욱 절박한 문제가 되고 있다. 한국은 2002년에는 노인비율이 7.9%로 늘고 2019년에는 14.4%로 고령사회가 된다. 고령화로 세대 갈등은 점차 심해지고 노인의 소외, 빈곤, 질병문제는 사회문제가 되며, 이를 해결하는데 많은 비용을 요구하게 된다.

노년기는 쇠퇴적인 발달이 주를 이루고, 나이가 들수록 무력감, 고독감, 우울이 증가하는 경향이 있는데, 다양한 부정적인 생각을 하게 됨으로써 생활에 만족을 얻기가 어렵다고 본다. 노년기 우울은 노인들에게 흔히 발생하는 문제로 신체·정신 건강 문제를 초래하게 된다. 특히 신체 질병은 노인들의 우울증을 발생시키는 계기가 되고 경미한 문제까지도 악화시키며, 정서적인 성장과 안정감, 행복감을 해칠 수 있다(Julis. C. Weiss, 2000). 또한 무력한 상태는 인간에게서 나타나는 일부의 우울증과 유사하며(Lee, 1992; Son & Choi, 1996), 배우자가 없는 노인은 고독감이 높고(Youn & Song, 1989), 노인의 고독감과 우울은 높은 연관성을 나타내고 있어(Larry. C. Mullins & Elizabeth. Dugan, 1990), 노인의 무력감, 고독감, 우울의 관계를 동일 선상에서 확인할 필요가 있다.

노년기에 접어들어 과거를 회상하는 시간은 평생의 심리·사회적 긴장들을 조화시키는데 필수적이며 우울이나 불안, 혼돈을 치료하는데 효과적인 중재기법(Butler, 1963; Fry, P. S, 1983; Chon, 1989)으로, 노인이 혼자 생각하는 것만으로는 충분치 못하고 반드시 들어줄 사람이 필요하다는 점에서 상호작용성이 부각된다(Hah, 1990). 우리나라에서도 1980년대 이후 노인을 대상으로 하는 회상요법에 관한 다양한 연구들이 있었고, 지금까지 사용된 회상요법의 회상자극 매체로 사진이나 신문, 회상자극 물건 등으로 이루어졌는데, 회상과 관련된 다양한 미술매체를 활용한 집단 미술치료과정은 소외감을 감소시키고 자아 정체감과 자신감을 증가시키며, 대상자들의 언어인 작품으로 치료과정 변화, 치료의 결과를 볼 수 있는 장점을 가진다. 노인의 자유로운 의사소통을 돕기 위해 미술언어라는 도구로 새로운 의사소통 가능성과 표현 가능성을 발견할 수 있고, 미술활동을 통하여 노인들은 억제하고 있거나 회피하고 있는 의식적, 무의식적 갈등을 적극적으로 표현할 수 있게 된다. 창의성에 기반을 둔 노인 집단 미술치료는 노인이 자신의 삶을 긍정하고 자신 안에서 조화를 이루는 것을 도와준다(Joung, 2003). 미술이란 솔직하고 세밀하며 풍부한 언어이다. 노인미술치료 효과에 관한 선행연구를 보면 우울(Choi, 2001, Kim, 2002; Ryu, 2000; Woo, 2002), 고독감과 생활만족도(Park, 2001), 무력감(Hong, 2002), 자존감, 치매 문제행동에 긍정적인 효과가 있었다. 그 외에 미술치료는 정신과 환자의 중재를 위한 미술치료,

* 충남대학교 대학원 박사과정

** 충남대학교 간호학과(교신저자 E-mail : hlkim@cnu.ac.kr)

알콜리즘, 비행 청소년, 주의력결핍, 노숙자 등을 위한 다양한 미술치료적인 접근이 이루어졌다.

집단지지가 노인 무력감, 고독감, 우울을 감소시키는 긍정적인 역할을 하며, 삶의 만족도를 높인다고 보면 집단지로서 미술요법을 이용한 회상으로 노인의 정신건강 문제인 무력감, 고독감, 우울을 감소시켜 삶의 만족도와 자기 존중을 높이고, 정신건강 문제가 지속될 때 면역기능의 저하로 이환되는 신체 질환을 예방하는 데 도움이 되고 질병으로 인한 부담을 경감시킬 수 있을 것으로 본다.

본 연구는 지역사회 노인의 정신건강을 목적으로 도시 영세 노인들에게 집단미술요법을 이용한 회상요법을 통해 무력감, 고독감, 우울을 해소하고 삶의 질을 향상하고자 시도되었다. 영세노인들의 특성상 흔하게 경험하게 되는 빈곤, 소외, 질병 등으로 왜곡되고 부정적 심리상태에 놓이게 되는데 이러한 노인들에게 즐거움과 흥미를 유도하고, 현재까지의 삶 전반에 걸친 회상과정을 통해 자신의 삶을 되돌아보고 매 순간 최선을 다해 노력하며 살아온 의미 있는 인생이었다는 느낌을 가지고 삶의 의미를 재통합하게 됨으로써 심리적 안정을 가져오며, 현재의 무기력, 고독감, 우울상태를 극복하여 일상생활에 만족을 얻고, 이 후의 남아있는 삶의 질을 높일 수 있는 기회를 제공하고자 하였다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 노인 간호중재 프로그램을 개발하기 위하여 노인에게 집단미술요법을 이용한 회상을 적용하여 이에 대한 효과를 검증하는 것이다.

이에 따른 구체적 연구목적은 다음과 같다.

- 첫째. 집단미술요법이 노인의 무력감에 미치는 효과를 알아본다.
- 둘째. 집단미술요법이 노인의 고독감에 미치는 효과를 알아본다.
- 셋째. 집단미술요법이 노인의 우울에 미치는 효과를 알아본다.
- 넷째. 집단미술요법이 진단검사인 나무그림검사에서 자아상에 미치는 효과를 알아본다.

3. 용어 정의

1) 집단 미술요법

1) 이론적 정의

노인들이 규칙적으로 정해진 장소에서 만나서 집단적으로 미술언어라는 도구를 사용하여 미술활동을 하는 것, 즉 창의성에 기반을 둔 미술활동을 통하여 자신들의 삶을 긍정하는 자세를 갖고, 자신 안에서 조화를 이루는 것을 도와준다(Joung, 2003).

2) 조작적 정의

집단미술요법은 본 연구자의 미술요법 프로그램 일정에 따라 그림을 그리는 것으로, 주 1회 총 8회기에 걸쳐서 시행하는 경험을 말한다.

II. 이론적 배경

1 집단 미술요법을 이용한 회상

개인적인 생활을 즐기는 노인들은 가정에서 혼자서 활동을 할 수도 있겠으나, 효과적인 것은 노인들이 규칙적으로 정해진 장소에서 만나 집단적 활동을 하는 것이 그들에게 더 많은 활력과 대화의 기회를 줄 수 있는데, 노인들에게 사회에 대한 지속적인 참여 유지(Joung, 2003)를 도울 수 있다. 집단미술치료는 노인의 전체 에너지를 미술활동과정에 쏟을 수 있고, 그들이 감정을 표출할 수 있도록 도와주기 때문에 다양한 경험의 감정들을 가지고 있으면서도 이것을 표현하는데 서투른 노인에게 미술활동을 통해 간접적으로 표현하게 함으로써 자기 노출을 돕는 집단 상담치료 방법으로 자신의 요구와 감정을 외부로 표현하는데 익숙하지 않은 노인들을 위한 적절한 기법이라고 할 수 있다(Ryu, 2000). 또한 회상은 노인에게 자연스럽게 일어나는 생의 회고과정이며 이를 통해 과거의 갈등을 재평가하고, 해결하고, 통합하는데 목적을 가진다(Butler, 1963). 이러한 회상요법은 과거에 해결되지 않은 감정에 대해 자기표현과 의사소통을 도와주며, 노인의 자부심과 성취감을 고양시키며 즐거웠던 생각들을 재생하고 억눌렀던 감정의 발산을 통해 우울을 감소시키고 상호작용의 증진을 통해 노인의 인지적 기능을 유의하게 향상시키며 자아개념을 증진시킨다(Fry, 1983). 회상요법이 진행되는 동안 부정적인 과거를 회상하는 경우는 분노, 무력감, 슬픔과 같이 억압된 정서와 해결되지 못한 갈등을 표현하며 마음의 평정을 얻고 인지적으로 갈등을 해결, 재인식, 재통합이 이루어진다(Chon, 1989, Lashley, 1993). Chon(1992)은

노인들은 의식, 무의식적으로 과거를 생각하고 또 그것을 즐긴다는 사실을 발견하고 노인 간호의 임상적인 중요성을 인식하게 되었다. 국내에서는 Chon(1989), Hah(1990) 이후 노인을 대상으로 회상관련 연구가 많이 이루어졌는데 노인의 심리적 적응을 돕고 인지기능 및 사회적 상호작용을 증진시키는 등 회상의 긍정적인 측면을 강조하였다. 과거에 잘 정리되지 않고 끝나지 않은 일들을 확인하고 완성시키는 게스탈트 회상치료는 과거에 남아있던 감정들을 표현하게 한다. 이 과정은 과거에 자신의 감정과 느낌을 제대로 표현하지 못하는 문화에서 성장한 노인들에게 효과가 있어(E. O'leary & I. M Nieuwstraten, 1999). 특히 우리나라 노인과 같이 낮은 교육수준과 유교 문화적 성장배경으로 자신의 생각이나 감정을 표현하는 데 어려움을 가질 수 있는 대상자에게 적합한 치료법으로 사료된다. Jones E D(2003)는 회상치료는 여자노인들의 우울증상을 완화시키는 효과적인 간호중재라고 강조하였다. 이러한 미술요법과 회상요법의 장점을 살린 미술요법을 통한 집단회상의 선행연구 결과로, Disabato(1995)는 미술요법의 이용은 언어 회상과정을 향상시키며 심각한 질환에 직면한 노인의 상태 불안 수준을 감소시킨다고 하였고, Gallagher(1993)는 미술요법을 이용한 생의 회고과정을 통해 노인들의 삶에 긍정적이고 평화적인 수용에 도달할 수 있고 그들이 견뎌왔던 상실에서 미해결된 문제와 슬픔에 기인하는 걱정거리가 어느 정도 완화될 수 있다고 하였다. Kim(2002)은 회상요법을 통한 집단미술치료가 노인의 전체 우울감에 효과가 있었고, Lee(2002)은 노인을 대상으로 한 회상의 효과성 연구에서 집단미술요법이 인생주기에 따른 회상을 끌어낼 수 있어 긍정적으로 인생을 살아온 노인의 경우 만족감을 갖고 감정을 정화시키고 죽음을 두려워하지 않고 자아통합을 할 수 있었음을 보고 하였다. 이렇듯 집단 미술요법은 노인들에게 회상요법의 접근방법에서의 어려움을 보완해줄 뿐 아니라 효과적인 치료방법으로 제시되어(Kim, 2002), 다양한 회상 자극의 기회를 줌과 동시에 언어적 회상과정을 촉진시키므로 자연스런 의사소통의 기회를 줄 것으로 기대된다.

2. 노인의 무력감

무력감이란 기력, 활동력을 나타내는 신체적 힘과 맥, 지식이나 학식과 같은 심리적 힘뿐만 아니라 세력, 권력, 경제력, 도움과 은덕과 같은 사회적인 힘을 상실하여 갖

게 되는 느낌이라 볼 수 있다(Chung, 1998). 개인이 실패의 원인을 자신에게 돌릴 때 무력감이 나타나고, 실패의 원인이 시간이 지나도 변화되지 않는다고 느낄 때 무력감은 만성화된다(Son & Choi, 1996). 노인의 무력감이란 정상적인 노화과정을 통해 신체적, 심리적, 사회적인 힘의 상실을 지각할 때 체험하게 되며, 이는 행위의 부정적인 결과에 대한 반복적이거나 지속적이 아닌 즉각적인 감정으로부터 생겨나는 것이다(Chung, 1998). 우리나라 노인들의 독특한 무력감의 속성은 '밀려남' '받아들여지지 않음' '덧없음' '의지할 데가 없음' '기력이 다해감' '단절됨' '뒤쳐짐' '쓸모없음'의 8가지로 체험하고 있다(Kim, 1995). 이러한 무력감이 해결되지 않고 만성적으로 지속될 때에는 인생사를 처리하기에는 너무나 압도적인 불가능성의 정서상태인 절망감을 초래하게 되며, 특히 노인에게 지속되는 무력감은 절망감으로 연결되고, 결국 이 상태는 신체적 상태가 심각해져 죽음을 초래하게 되므로 간호사는 노인들이 체험하게 되는 무력감을 간과해서는 안 될 것이다(Chung, 1998).

3. 노인의 고독감

사람은 누구나 전 생애에 걸쳐서 고독감을 경험한다. 고독감이란 타인으로부터 은고자하는 온정과 평안을 얻을 수 없음으로 인하여 발생하는 폐쇄된 감정적 고립의 상태를 말한다. 고독감은 많은 노인들이 겪고 있는 문제이며, 특히 우리나라는 산업화와 더불어 가족형태의 변화로 고독감 문제가 심화되었다(Chung, 2001). 노인이 경험하는 고독감은 대부분 일시적인 것이 아니고 만성적인 것이다. 그 구체적인 원인은 신체적 노화로 인한 활동의 제약이나 경제적 여유 부족, 건강악화문제, 배우자와의 사별, 교유관계의 불만이나 부족, 자녀와의 관계에서의 불만족 등으로 젊은 사람이 경험하는 것과 본질이 다른 것으로 본다(Youn & Song, 1989). 노인의 고독감 문제 해결을 위해서는 신체적인 건강유지와 사회적 지지체계의 개입이 필요하다(Chung, 2001). 따라서 노인에게 있어서 노인 자신이 지니고 있는 다양한 생리적, 환경적 요인에 기초하여 고독감을 해소하려는 노력보다 여가활동을 통하여 노인의 역할을 제공하고 나아가서 이런 여가활동에의 역할영위를 통하여 고독감을 해소하는 것이 보다 바람직하다(Lee, 1997).

4. 노인의 우울

우울은 정상적인 기분변화로부터 병적인 기분상태까지의 연속선상에 있으며 근심, 침울함, 무력감, 무가치함을 나타내는 기분장애를 말하며(Lee, 1992). 노인들은 신체적, 심리적, 경제적, 사회적으로 상실감을 경험하고 그와 관련하여 노인의 우울감이 유발되는데 노인 스스로 지각한 불 건강과 경제적 빈곤은 노인들에게 우울을 더욱 심화시킨다(Hah, 1990). 노인의 우울은 잘 진단되지 않고, 오진을 하기도 하며, 제대로 치료를 받지 않아 치명적이 되거나 자살행동을 야기하는 주요한 공중보건 문제가 되어왔다. 특히 여성노인에서의 우울은 남성에서의 3배가 되며, 시설에 거주하고 있는 노인의 우울발생 위험은 크다(Jones, E. D, 2003). 자살 가능성이 있는 우울한 노인을 지지하는 데 있어서, 가족의 역할을 강화시키고 확대하는 것은 고독이나 정서적 아픔, 독립성 상실을 감소시키는데 필수적이며 자아개념을 증가시키는 데에도 중요하게 (Brant & Osgood, 1990) 평가되고 있어 전 노인층에 건강요구영역으로 접근되어야 할 것으로 본다.

5. 나무그림검사로 본 자아상

나무그림 검사는 Karl Koch가 정신진단학적 보조수단으로 나무그림검사를 발표하여 그 이후 검사로 시행되었다(Joung, 2003). 나무는 곧 그리는 사람의 무의식적 자아상이라고 할 수 있으므로 내담자의 현재와 과거의 성격과 질병상태를 나타낸다. 지금까지 보아온 나무 중에서 자기가 보다 공감하여 동일화한 것을 선택하여 그것을 자신의 내적 감정에 의하여 변용해 가는 것이다. 기본적으로는 피검자의 자기상을 나타내면서 정신성숙도를 보여준다(Koch, 1997).

검사결과와 처리는 첫째 : 전체적인 인상을 보고, 둘째 : 개개의 확실한 인상을 본 후 셋째 : 자세한 부분을 전체와의 조화 속에서 분석해나간다. 검사의 해석은 전체그림의 표정을 보고, 필체, 공간사용, 균형미를 본다. 뿌리는 지지를 원하는 감정상태, 자신의 능력 인지이며, 줄기는 자아상을 대변하며, 가지는 외계와의 관계, 즉 대인관계를 나타내며, 수관은 보다 진화한 의식수준이다.

있는 정서적인 표현, 열매는 외계에 대한 감정과 유아기적 특성을 나타내는 것으로 (Joung, 2003) 주로 자아개념평가에 활용된다.

III. 연구 방법

1. 연구대상

D 광역시에 소재한 1개 종합사회복지관 프로그램에 참석하는 65세 이상 영세노인 중에 본 연구에 참여를 허락한 10명을 편의 추출하였다.

2. 연구설계

본 연구는 집단미술치료를 이용한 회상이 노인의 무기력, 고독감, 우울, 나무그림에서의 자아상에 미치는 효과를 검증하기 위해 비교집단이 선정되어있지 않은 의사실험설계(Quasi-experimental design)로 단일 집단 사전 사후 비교(One-group before-after design)를 적용하였다.

3. 연구절차

사전 검사는 2003년 11월 4일 회기 시작 전 연구자가 면담을 하였으며, 2003년 11월 4일부터 2003년 12월 22일까지 주 1회 60분간 8회기로 D광역시 종합사회복지관에 있는 미술작업실에서 집단 미술치료를 시행하였고, 그 후 사후 검사는 2004년 1월 12일 연구자가 면담하여 시행하였다.

4. 연구도구

1) 무력감 척도

한국 노인의 무력감은 Chung(1998)이 개발한 노인 무력감 측정도구 27문항 4점 평정 척도를 사용하였으며, 점수가 낮을수록 무력감이 낮은 것을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach's alpha 0.86이었다.

2) 고독감 척도

외로움을 측정하는 척도 중 가장 잘 알려진 UCLA Loneliness scale 로 20문항 4점 평정 척도로 점수가 낮을수록 고독감이 낮은 것을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach's alpha 0.80이었다.

3) 우울척도

노인 우울증을 가려내는 데 비교적 신뢰도가 높고 타당한 15문항 한국판노인우울척도 단축판(GDSSF-K)을 사용하였으며, 점수가 낮을수록 우울이 낮다는 것을 의

미한다. 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach's alpha 0.86이었다.

4) 나무그림 검사

질적 진단검사로 과일나무를 한그루 그리게 한다. Koch(1997)의 나무 그림에 관한 해석을 참고하였으며, 해석은 처음에는 기본적인 구성요소인 뿌리, 줄기, 가지, 수관의 제대로 구성되었는지, 균형은 어떤지를 고려하며 그 다음으로는 필압, 형상, 위치를 본다(Joung, 2003).

5. 연구의 제한점

본 연구는 일개 도시의 일개지역 일개 종합사회복지관의 노인 중 편의 추출한 10명의 대상자를 대상으로 하였으며, 비교집단이 선정되지 않은 연구로 그 결과를 우리나라 전체노인에게 적용하는데 다소 제한점이 있다.

6. 미술요법 프로그램

본 프로그램은 회상요법(Hah, 1990)과 미술치료의 이해(Joung, 2003)를 참고로 하여 연구자가 재구성하였으며 내용은 다음과 같다.

7. 자료처리

수집된 자료는 SPSSWIN(ver 10.0)프로그램을 사용하여 통계 처리하였으며 각 변수별 실수에 의한 백분율의 차이는 빈도분석을 하였다. 또한 무력감, 고독감,

우울 점수의 사전, 사후 비교는 비모수 통계분석 Wilcoxon Signed Ranks test를 실시하였다.

<Table 1> General characteristics of subjects

Characteristics	Categories	Frequency	percent
Age	65 - 70	3	30
	71 - 75	5	50
	76 - 80	2	20
Gender	Male	1	10
	Female	9	90
Spouse	Alive	3	30
	Died	7	70
Education(y)	0 - 3	8	80
	4 - 6	2	20
Children	1	1	10
	2 - 3	3	30
	4 - 6	5	50
With disease	1	3	30
	2	3	30
	3	4	40
	4	0	0
Sleeping(H)	0 - 4	2	20
	5 - 6	6	60
	7 - 8	2	20
living status	With family	5	50
	Aged house	2	20
	Alone	3	30
Health	Good	3	30
	Bad	7	70
Pay for living - expense	Self	2	20
	Son/Daughter	2	20
	Gov. Subsidies	6	60
Admission - experience	Yes	6	60
	No	4	40
total		10	100

회기	주제	내용
1회기	자유화	나를 가장 잘 표현할 수 있는 자유화를 그리고 자기를 소개하게 함으로서 친밀감 형성 및 상호 이해를 하게 한다.
2회기	집과 나의 모습 그리고 나무 검사	어릴 때 내가 살던 집과 나의 모습을 그리게 해서 유년기 기억을 유도 한다. A4지에 4B연필로 나무를 그리게 하여 자아상을 알아본다.
3회기	색종이풀라쥬	어린시절 즐거웠던 놀이를 회상하며 색종이 접기와 오리기, 찢기 후에 붙이기를 함으로서 즐거움과 흥미 유발, 소 근육 운동을 하게 한다.
4회기	집단소조활동	청소년 시절 제사상 차리는 어머니를 도우며 즐거웠던 일 회상하며 제사 음식 만들기와 공동으로 제사상 차리고 제사지내기를 함으로서 과거 회상과 이완운동, 소 근육운동, 무력감 완화와 친밀감 형성을 하게 한다.
5회기	결혼식 회상	내 결혼식 회상하며 색칠하고 결혼식에 얽힌 얘기 나누기를 함으로 가장 아름다웠던 순간의 기억과 즐거운 과거회상을 통한 심리적 안정감을 갖게 한다.
6회기	어린시절의 자녀들	유년기자녀 양육하며 행복했던 일 회상하며 감지 풀라쥬를 함으로 사랑스러운 자녀와 행복했던 회상을 통한 다행감 등 심리적 안정감을 갖게 한다.
7회기	동물 가족화 나무검사	동물 그림을 오려서 가족을 표현해보며 현재 내가 사랑하는 가족들을 생각해보는 시간을 갖게 한다. A4지에 4B연필로 나무 그림을 그리게 해서 자아상을 알아본다.
8회기	수료식 및 전시회	수료식과 개근상 수여 후 다과회하며 미술치료회기동안 즐거웠던 감정 나누고 노래 부르기, 전시된 자기 그림을 보며 느낌을 같이 나누고 사진 찍기를 함으로 성취감, 자아 존중감을 갖게 한다.

<Table 2> Comparison between Pre and Post Test for Powerlessness, Loneliness, and Depression scores

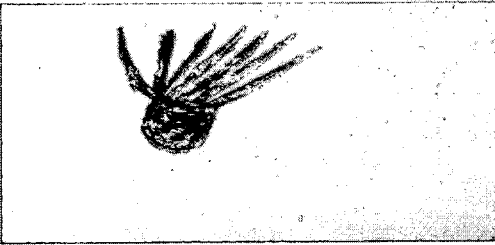
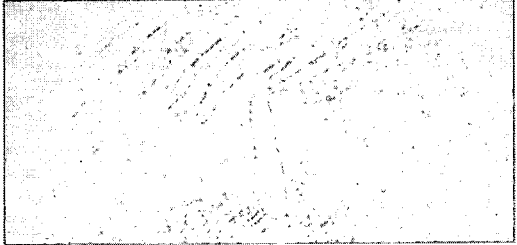
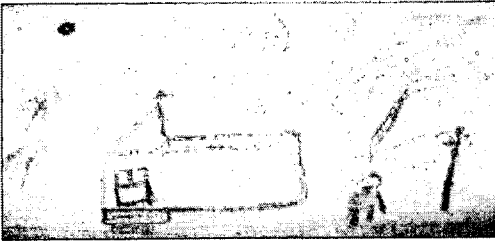
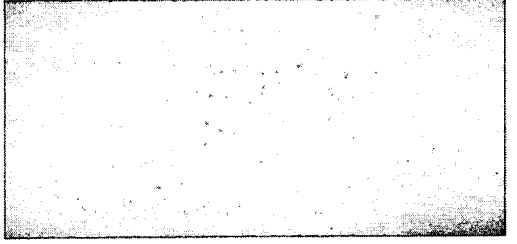


Variable	Pre test	Post test	P-value
	Mean ± SD	Mean ± SD	
Powerlessness	77.6 ± 8.5	61.2 ± 16.1	0.013*
Loneliness	43.0 ± 9.1	36.4 ± 11.3	0.139
Depression	14.2 ± 13.7	6.5 ± 2.7	0.008*


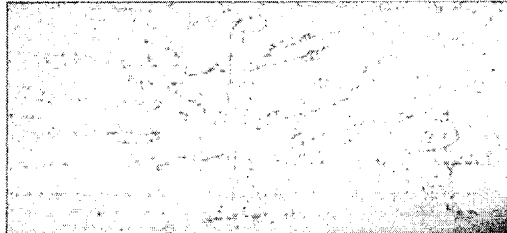

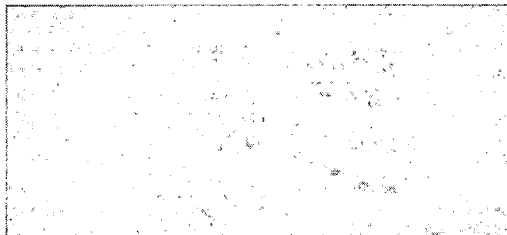
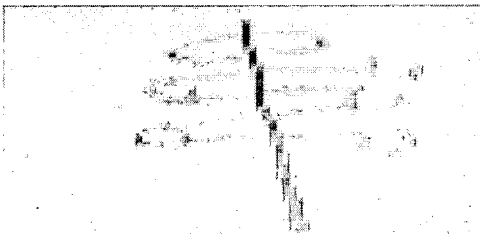
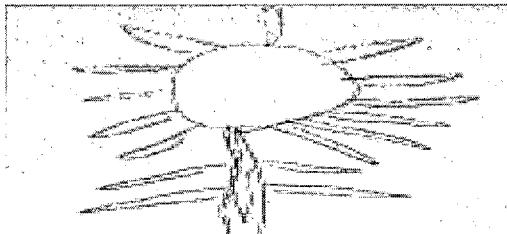

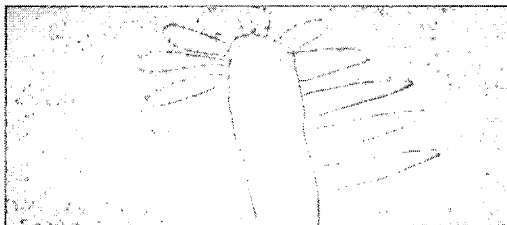
* P < 0,05

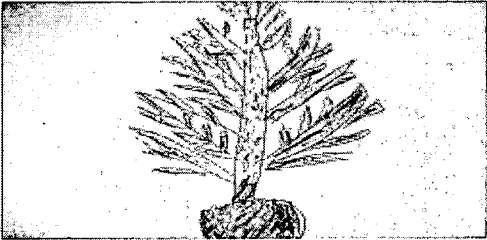

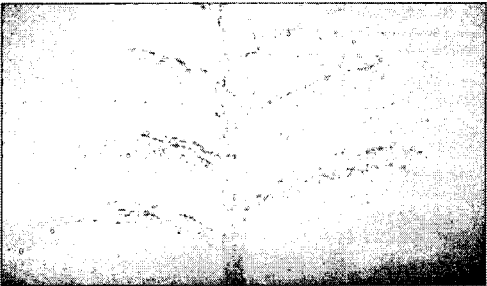
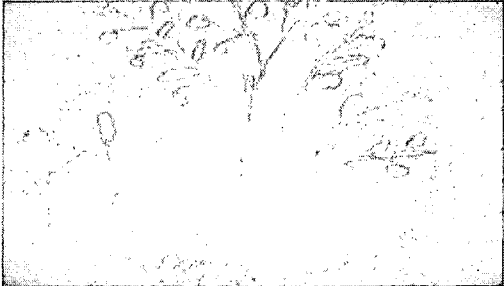
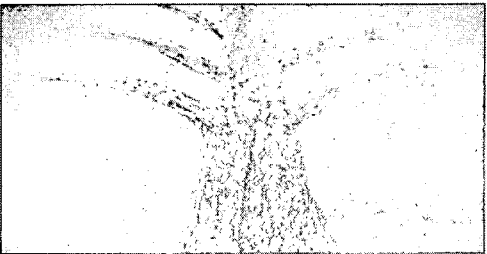
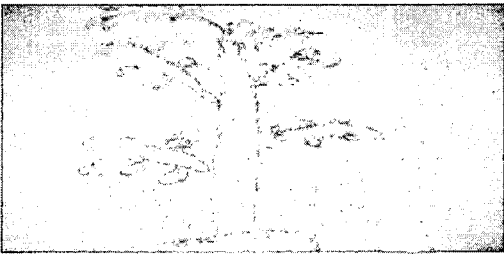
IV. 연구 결과

1. 대상자 특성

대상자의 일반적 특성과 사전 우울점수를 비교해보면, 연령별 구성은 70세 이하가 20%, 75세 이하가 60%, 80세 이하가 20%였으며, 성별 구성은 남자노인이 10%

번호	사전 검사	사후 검사
1	<p>뿌리 : 둥근 뿌리를 다소 강조 줄기 : 없음 가지 : 줄기와 구분 되지 않는 가지모양 수관 : 위로 뻗침</p> 	<p>뿌리 : 복잡한 선으로 뿌리를 강조 줄기 : 균형 잡힌 줄기 표현 가지 : 가는 가지 수관 : 앞이 마주한 형태</p> 
2	<p>뿌리 : 기저선도 없고 뿌리도 생략 줄기 : 가는 줄기 가지 : 가는 줄기 수관 : 아래로 처짐</p> 	<p>뿌리 : 없으나 밑줄기가 생김 줄기 : 선이 불명확하나 다소 균형잡힘 가지 : 가는 과일나무 가지 수관 : 다소 균형을 보임</p> 
3	<p>뿌리 : 없고 기저선도 없다 줄기 : 불명료한 줄기선 가지 : 둥근 가지에 가지모양 첨가 수관 : 작고 둥근형</p> 	<p>뿌리 : 화분을 그림 줄기 : 가늘지만 명료하고 균형 잡힘 가지 : 앞이 강조된 병렬형 수관 : 다소 균형 잡힘</p> 

번호	사전 검사	사후 검사
4	<p>뿌리: 뿌리도 없고 기저선도 없음 줄기: 가는 선 모양 가지: 가는 선 모양 수관: 오른쪽으로 강조된 수관</p> 	<p>뿌리: 세모 안에 가는 줄기 강조 줄기: 작으나 균형 잡힘 가지: 조화로운 병렬형 수관: 나뭇잎이 있는 균형 잡힌 수관</p> 
5	<p>뿌리: 화분을 그림 줄기: 가는 선 줄기 가지: 아래로 향한 가는 선 가지 수관: 상투적이고 아래로 향함</p> 	<p>뿌리: 가는 뿌리 줄기: 약간 아래로 향하나 균형 잡힘 가지: 부드럽게 휘어졌으나 균형감 수관: 과일 첨가한 균형 잡힌 수관</p> 
6	<p>*치매노인 뿌리: 없고 기저선 생략 줄기: 가는 선 가지: 가는 선 수관: 과일을 첨가한 아주 특이한 형태</p> 	<p>뿌리: 없고 기저선 생략 줄기: 불명확하나 줄기 형태 표현 가지: 잎 형태를 표현. 표현력 증가됨 수관: 둥근 형태로 다소 균형을 보임</p> 
7	<p>뿌리: 뿌리 없고 기저선 생략 줄기: 원통형 줄기 가지: 불명확하고 가는 선 가지 수관: 작고 불명확</p> 	<p>뿌리: 생략 줄기: 뚱뚱하고 균형이 없는 줄기 가지: 둥근 잎. 수관: 대체로 균형 잡힘</p> 

번호	사전 검사	사후 검사
8	<p>뿌리 : 화분으로 그림 줄기 : 균형 잡힌 줄기 가지 : 날카롭고 가지 불명확 수관 : 전체적으로 균형 있음</p> 	<p>뿌리 : 화분으로 그림 줄기 : 반듯한 균형 있는 줄기 가지 : 가시모양의 가지 수관 : 균형 있는 수관</p> 
9	<p>뿌리 : 뿌리 없음 줄기 : 가지보다 가는 줄기 가지 : 불명확한 선으로 연결된 병렬가지 수관 : 대체로 균형 있음</p> 	<p>뿌리 : 가는 선 뿌리 줄기 : 가는 줄기 가지 : 가는 선가지 수관 : 열매를 첨가. 오른쪽으로 치우침</p> 
10	<p>뿌리 : 없고 기저선 생략 줄기 : 균형 잡힌 줄기 가지 : 병렬형 가지 수관 : 균형 잡힌 수관</p> 	<p>뿌리 : 화분을 강조 줄기 : 필압이 낮으나, 균형 있는 줄기 가지 : 불명확한 가지 수관 : 과일을 첨가한 강조된 수관</p> 

였다. 결혼 여부를 보면 70%가 배우자를 사별한 상태였다. 교육 했수는 80%가 1년 이하였다. 자녀는 4명에서 6명이하가 60%이고, 보유질병은 40%에서 3가지였다. 생활비 충당은 60%에서 기초생계비로 충당하고 있었으며, 입원경험은 70%에서 있었다.

2. 집단미술요법을 이용한 회상이 무력감·고독감·우울에 미치는 효과

무력감의 사전 검사는 평균 77.6점이었고, 사후검사는 59.8점으로 낮아져 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 그 다음으로는 고독감 사전 검사는 43점이었고 사후검사는 36.4점으로 차이는 있었으나 통계적으로 유의하지는 않았다. 우울점수는 사전검사 14.2점이었으며, 사후검사는 6.5점이었고 통계적으로 유의하게 낮아졌음을 볼 수 있다.

3. 자아상 검사

V. 논의 및 결론

본 연구는 지역사회 노인을 대상으로 집단미술요법이 현대 노인들의 심각한 정신건강문제인 고독감, 무력감, 우울, 자아상에 미치는 효과를 보고자 하였다. 지역 사회 복지관의 협조로 8회기 동안 진행하였고, 사전, 사후 검사로는 노인 무력감척도, 고독감척도, 한국 노인우울 단축 척도를 사용하였으며, 질적 검사로는 자아상을 알아 보기 위해 나무그림 진단검사를 시행하였다.

집단미술요법을 시행 후 무력감, 고독감, 우울의 변화는 무력감은 77.6점에서 61.2점으로 낮아 통계적으로 유의했다($p < 0.05$). 이는 개인회상요법이 입원노인을 대상으로 무력감을 감소시킨 연구(Lee, 2000)와 일치하였고, 노인의 고독감은 43점에서 36.4점으로 차이는 있었으나 통계적으로 유의하지는 않았다. 이는 집단회상요법 후 고독감이 유의하게 감소된(Kim, 2000)결과와, 집단 미술치료가 시설노인의 고독감 감소(Park, 2001)와 일치하지 않았으나, 본 연구에서 고독감의 통계적인 유의성이 없었던 이유는 대상자중 70%가 배우자와 사별하고 혼자인 상태로 구조적인 원인으로 판단된다. 노인의 우울점수는 14.2점에서 6.5점으로 감소하여 통계적으로 유의하였는데($p < 0.05$), 노인 집단회상요법 후 우울감이 감소한 선행연구(Chon, 1989; Kim, 2000; Kim, 2001), 노인 집단미술치료 후 우울감이 감소한 선행연구(Ryu, 2000; Choi, 2001, Woo, 2002)와 일치하였고, 미술요법을 이용한 노인집단 회상요법 후 우울감이 감소한 선행연구(Gallagher, 1993; Disabato, 1995; Kim, 2002)와도 일치하는 결과를 보였다. 마지막으로 질적 검사로 자아상을 보기위해 실시한 나무그림의 결과를 보면 뿌리, 가지, 줄기, 수관의 균형이 사전검사에서도 사후검사에서도 다소 호전된 점들을 볼 수 있었다. 선행연구들에서 질적 자료의 분석이 없었으나 도시 영세 노인의 무력감, 고독감, 우울 감소의 효과와 맥락을 같이 하고 있어 집단미술치료를 이용한 회상의 효과가 검증되었다는 점에 주목해야 할 것이다. 노인 집단미술요법은 에너지를 창조적인 미술활동에 집중하고, 미술작업과정 중 자신의 느낌, 감정을 자연스럽게 여과 없이 표현할 수 있도록 도와줄 수 있기 때문에, 미술이라는 도구언어를 사용하여 내부에 많은 갈등을 간직하면서도 자신을 표현하는데 익숙하지 않은 영세노인들을 위한 적절한 기법이라고 할 수 있다. 이런 집단 미술요법과 인생의 전반적인 과정을 되돌아보고 자기 정체성을 확립하게 하는

회상의 결합은 노인의 사회적 정서 지지의 효과를 극대화 할 수 있을 것으로 판단된다.

이러한 많은 장점이 있는 반면 집단미술요법을 이용한 회상은 자기 자신을 변화시키고, 그룹 역동을 보아야 하므로 1명의 치료자가 10명 내외의 한정된 대상자를 대상으로 요법을 해야 한다는 제한점이 있다. 그러나 추후 지역사회 보건, 간호인력 뿐 아니라 자원봉사자를 포함한 지역사회에서 가용한 모든 인적자원을 동원하여 노인미술요법에 대해 교육하고, 프로그램을 제공한다면 더 많은 노인들에게 치료의 기회를 확대할 수 있을 것으로 기대된다.

이와 같은 결론을 토대로 볼 때 노인을 위한 무력감, 고독감, 우울 극복을 위한 지역사회 간호중재 프로그램으로 지속적으로 실시되어 그 효과성을 검증하고, 추후 더 많은 지역사회 노인을 위한 사업으로 확대되었으면 한다.

또한 향후 연구에서는 비교집단을 선정하여 확실한 효과를 검증함이 필요하겠고, 다양한 회기와 다양한 프로그램을 개발하여 집단미술치료를 시도하여 효과성을 검증함이 필요할 것으로 사료된다.

References

- B. A. Brant, N. J. Osgood. (1990). The suicidal patient in long term care institutions. *J of Geronto Nur* 16(2). 15-18.
- Butler. R. N. (1963). The life review : An interpretation of reminiscence in the aged. *Psychiatry* 26. 65-76.
- Choi. Y. J. (2001). *A study on the effect of mandala art therapy on depression and self expression of stroke patient. Master thesis.* The Daegu university of Korea. Daegu.
- Chon. S. J. (1989). *A study of content analysis of reminiscence and nursing practices.* Doctoral Thesis. The Yonsei university of Korea. Seoul.
- Chon. S. J. (1992). Concept development of reminiscence. *Korean J of Nur Search.* 1(1) 84-102.
- Chung. S. E. (1998). *A study of tool development for powerlessness of elderly.* Doctoral thesis.

- The Ewha Womans university of Korea. Seoul.
- Chung. S. D. (2001). Living arrangement and loneliness among elderly community residents. *Korean J of Welfare*. 7 255-274.
- Disabato. B. A. W. (1995). Art Therapy and Reminiscence : A three dimensional life review totem with an elder adult female. *Master abstracts international* 33(5). 1412-1422.
- E. O' Leary, I. M. Nieuwstraten. (1999). Unfinished business in gestalt reminiscence therapy : A discourse analytic study. *Counselling Psychology Quarterly* 12(4). 395-412.
- Fry, P. S. (1983). Structured and unstructured reminiscence training and depression among the elderly. *Clinical Geront* 1. 15 - 37.
- Gallagher. S. M. (1993). Cerebration of women's lives : Geriatric art therapy life review. *Masters abstract international* 31(4). 1935-1941.
- Hah. Y. S. (1990). The effect of group reminiscence on depression of the elderly. *Korean J of Health Nursing* 4(1). 75- 81.
- Hong. M. J. (2002). *The effects of art therapy program on the helplessness of the elderly suffering from stroke*. Master thesis. The Daegu university of Korea. Daegu.
- Jones. E. D. (2003). Reminiscence therapy for older women with depression. *J of Geronto Nurs* 29(7). 26-33.
- Joung. Y. J. (2003). *The understanding of art therapy*. Seoul. Hak Ji publishing company.
- Jules. C. Weiss. (2000). a life worth living : Practical strategies for reducing depression in older adults. *American J of Art Therapy* 38(4) 118.
- Kim. K. E. (1995). *A Study of circumstances of powerlessness of elderly*. Doctoral thesis. The Ewha Womans university of Korea. Seoul.
- Kim. H. J. (2000). *A study on the effect of the group reminiscence therapy on depression and loneliness of the elderly*. Master thesis. The Sejong university of Korea. Seoul.
- Kim. J. H. (2002). *The effect of group art therapy through the reminiscence therapy on depression of the elderly*. Master thesis. The Daegu university of Korea. Daegu.
- Kim. S. Y. (2001). *Effect of group reminiscence with mugwort fragrance inhalation on pain, depression, and ego integrity of the elderly with chronic pain*. Doctoral thesis. The Keimyung university of Korea. Daegu.
- Koch, K. (1997). *Der Baumtest* Gottingen, Hans Huber.
- Larry C. Mullins, Elizabeth Dugan. (1990). The influence of depression, and family and friendship relations, on residents' loneliness in congregate housing. *The Geronto Society of America* 30(3). 377-384.
- Lashley, M. E. (1993). The Painful side of reminiscence. *Geriatric Nursing*. 14(3), 131-141
- Lee. S. C. (1997). Relationships between experience of leisure as flow and loneliness among elderly. *Korean J of Physical Education* 36(1). 443-453.
- Lee. S. H. (1992). *A study on relationship between self esteem and life satisfaction on the elderly*. Master thesis. The Yensei university of Korea. Seoul.
- Lee. Y. S. (2002). *A study on effects of group art therapy on reminiscence of the elderly*. Master thesis. The Hallym university of Korea. Chuncheon.
- Park. S. H. (2001). *Effects of the group art therapy on the loneliness and life satisfaction of the institutionalized old person*. Master thesis. The Daegu university of Korea. Daegu.
- Ryu. J. J. (2000). *Effects of the group art therapy on the learned helplessness and*

depressive affect of old people. Doctoral thesis. The Kyungsoong university of Korea. Seoul.

Son. N. J, Choi. B. G. (1996). Influence of children's perceived maternal acceptance rejection and self evaluation on learned helplessness. *Korean J of Family Medicine* 34(3). 245-257.

Woo. S. A. (2002). *The effects Of group art therapy to the depression and life satisfaction of elderly Women*. Master thesis. The Daegu university of Korea. Daegu.

Youn. G. H, Song. D. H. (1989). Development of a scale measuring loneliness for the korean elderly. *Korean. J of Development Psychology* 2(1). 106-113.

- Abstract -

The Effects of Group Art Therapy on Old Adults' Powerlessness, Loneliness, Depression and Self-image

Choi, Young Soon* · Kim, Hyun Li**

Purpose: The purpose of this study was to investigate the effects of group art therapy on

old adults' powerlessness, loneliness, depression and self-image (for 65-year old or older people). **Method:** An experimental group of 10 persons were given group art therapy for 1 hour per week for 8 weeks. **Results:** The result of this study showed that group art therapy is effective in decreasing older adults' powerlessness ($p<0.05$) and their loneliness and depression ($p<0.05$). However, there was no significant difference in the score of loneliness ($p>0.05$). A tree test was executed to analyze self-image change, and the result of the tree test showed a significant change in the tree shape, which mean a significant positive change in self-image. **Conclusions:** The scores of older adults' powerlessness, loneliness and depression were lowered by the group art therapy. Therefore it is thought that group art therapy program was an effective intervention for improving older adults' quality of life. Thus, this study suggests to apply group art therapy as a supportive nursing intervention in order to manage powerlessness, loneliness, depression and self-image in old low-income adults.

Key words : Old adults, Powerlessness, Loneliness, Depression, Self-image, Group art therapy

* Doctoral Student. Public Health, Chungnam National University

** Chungnam National University, Dept. of Nursing (Corresponding author)