

이야기치료 집단상담이 아동의 역기능적 신념과 공격성에 미치는 영향*

The Effects of Narrative Therapy Group Counseling on Children's Dysfunctional Beliefs and Aggression*

임다영(Da-Young Lim)¹⁾

김유미(You-Me Kim)²⁾

ABSTRACT

The purposes of this study were to examine the effects of narrative therapy group counseling on children's dysfunctional beliefs and levels of aggression. The subjects were 20 students in grade 5 who had been randomly assigned to an experimental group and a control group. The experimental group was treated with narrative therapy group counseling. The experiment was performed over 10 sessions for 10 weeks. In order to test the experimental effects, post tests were administered after treatment. The results were analyzed by means of MANOVA. The findings of the study were as follows : Compared to the control group, the experimental group experienced a significant reduction in dysfunctional beliefs and levels of aggression.

Key Words : 이야기치료 집단상담(narrative therapy group counseling), 역기능적 신념(dysfunctional belief), 공격성(aggression), 아동(children).

I. 서 론

현대사회는 고도로 발달된 지식과 기술력을 기반으로 빠르게 변화하고 있으며, 이런 변화에 적응하고 주도적으로 대응하기 위해서는 치열한

경쟁이 불가피하다. 치열한 경쟁 속에서 겪게 되는 사회적 비교는 자신을 정확하게 평가하고 발전시키는 데 중요한 원동력이 되는 반면에, 지속적인 경쟁 속에서 겪는 빈번한 실패 경험은 좌절감이나 무력감 등 부정적 정서를 유발한다(서수

* 본 논문은 2008년도 서울교육대학교 석사학위논문의 일부임.

¹⁾ 서울시흥초등학교 교사

²⁾ 서울교육대학교 교수

Corresponding Author : Da-Young Lim, Seoul Shi-hueng Elementary School, Shi-hueng dong 841-19, Gum-choen gu, Seoul, Korea
E-mail : upgradei@empas.com

균·권석만, 2006). 이는 아동에게도 예외가 아니어서 아동 역시 과도한 학력 경쟁으로 많은 부정적 정서나 무력감을 경험하고 있다. 더구나 최근 가정형태가 급속도로 변화하면서 가정이 부정적 정서를 해소하는 완충지대가 되지 못하는 실정이다. 실제로 맞벌이 가정, 이혼 가정, 한부모 가정, 조손 가정이 급증하면서 가족들의 유대 관계를 통해 아동들에게 제공되던 심리적 기반이 약화되고 있다. 이처럼 과도한 학력 경쟁과 가정 기능의 약화로 인해 아동이 부정적 정서를 지속적이고 반복적으로 경험하고 이를 해소하지 못할 경우, 자신과 사회에 대한 부정적 인식이 형성되어 정신 및 행동 문제로 발전될 수 있다.

그러나 이러한 환경 속에서도 부정적 정서를 극복해 더욱 주도적이고 자율적인 아동이 있는가 하면, 반복되는 부정적 정서에 굴복해 정상적인 성장이 어려운 아동도 있다. 이러한 사실은 아동기의 부정적 경험과 정서 및 품행 문제 사이에 중요한 매개요인이 존재할 것임을 암시한다. 이와 관련해 학자들이 중요한 중재요인으로 지목하는 개인 내 변인으로 인지적 편향성을 들 수 있다(김선숙, 2007; 오채미·공인숙, 2007). 특히 인지이론가들은 정서문제의 원인이 인간 내부의 해석, 즉 인지적 편향성에 있어서 신념체계를 기능적으로 변화시킴으로써 정서·행동 문제가 치료될 수 있다고 보았다.

이들 인지이론가들은 정보처리과정에서 왜곡된 해석을 유발하여 정서·행동 문제를 일으키는 비실제적·비논리적 사고 체계를 비합리적 신념(irrational belief)이라 불렀다(Ellis, 1962). 그런가 하면 Beck(1976)과 같은 학자들은 이러한 비합리적 신념이 문제해결과 목표도달에 방해가 된다는 점에 주목하여 역기능적 신념(dysfunctional belief)이라 불렀는데, 실제로 많은 연구들에서는 역기능적 신념을 지닌 사람들이

우울, 불안, 분노를 더 느낀다고 보고한 바 있다(고경희, 2000; 김인희, 1999; Douglas, 1995).

역기능적 신념을 지닌 사람들이 분노를 부적절하게 표현할 경우에는 공격성으로 나타날 수도 있다(서수균·권석만, 2005). 여기에서 공격성이란 다른 사람이나 사물에 대해 파괴나 상해를 목적으로 하는 의도적인 행동, 정서반응 및 그러한 성향 모두를 의미한다(김정원·김현주, 2007). 최근 공격성에 대한 관심이 고조되고 있는데, 이는 공격성이 다른 심리요인들과 달리 학교폭력이나 사회범죄와 관련되기 때문이다. 특히 아동기 공격성은 청소년기를 거쳐 성인기까지 안정적으로 지속되면서(Olweus & Dan, 1979; Patterson, 1991) 학교 부적응, 청소년 범죄, 폭력 등을 유발하며, 사회부적응이나 사회범죄로 연결되기도 한다(Eron, 1987; Coie, 1995). 더구나 우리나라의 학교폭력과 사회범죄가 점차 심화되고 저연령화 되면서 아동기 공격성에 대한 적극적인 개입이 요구되고 있다.

실제로 역기능적 신념은 공격성과 높은 상관성을 가진 것으로 보고되고 있는데(한영경, 2008; 김경숙, 2006; 최은숙·채준호, 2000), 그 중 아동의 공격성이 형성되는 과정은 Dodge의 사회정보처리 모델에 잘 나타나 있다(Dodge & Crick, 1996). Dodge에 따르면, 왜곡된 인지구조를 가진 아동은 상대방의 의도를 적의적으로 해석하여 공격적 반응을 보이게 되고, 그런 반응에 대해 상대방이 부정적으로 반응할 경우, 역기능적 신념이 강화되어 더욱 공격적으로 대응하는 악순환이 일어나게 된다(서현아, 지은주, 2000).

그간 이러한 관점에 터해 아동의 역기능적 신념을 변화시키고 공격성을 감소시키기 위한 개입으로 인지행동치료를 도입해 왔다(서춘래, 2007; 태양실, 2008; 김성자, 2007; 양현정, 2007; 홍선아, 2008). 인지행동치료는 논박을 통해 아

동이 공격에 부여하는 가치를 바꾸게 하고, 자기 조절과 사회기술을 내면화하는데 초점을 두고 있다. 이 방법은 기존의 행동주의적이고 과학적인 훈련법을 기반으로 인지적 변화를 유도하여 공격성을 감소시키는데 효과적인 것으로 나타났다(고미영, 1998). 그러나 적개심이 강한 아동의 경우에는 직접적인 논박으로 인해 반발심을 느낄 수 있고, 인내심이 부족한 아동의 경우에는 인지행동치료의 효과가 약하다는 제한점이 있다(김현정, 2004). 최근 들어 이러한 한계점을 극복하기 위해 음악, 미술, 놀이, 독서 등 다양한 치료기법들이 아동의 공격성 감소를 위해 도입되었다(홍주란, 2008; 최애나, 2007; 최미경, 2006; 이은진, 2005; 정선영, 2003; 이은희, 2003). 실제로 이러한 치료기법들은 자기표현을 통해 카타르시스 경험과 정서적 안정감을 제공하여 공격성 감소에 효과적인 것으로 나타났다. 그러나 이러한 치료기법들은 내담자의 신념체계를 직접 다루지 않는다는 한계점이 있다. 최근 등장한 예술치료기법과 관련된 국내의 효과 분석 연구를 살펴보면, 역기능적 신념과의 관련성을 다룬 연구가 미흡하다.

이에 본 연구에서는 아동의 공격성 치료에 인지적으로 접근하면서도 상담에 대한 동기유발을 촉진하는 개입 방안으로 이야기치료를 도입하고, 집단의 역동성을 활용하기 위해 집단상담 방식으로 진행하고자 한다. 이야기치료(narrative therapy)란 내담자가 자신의 문제 이야기를 표출하고 자신의 삶에서 문제의 지배를 받지 않는 독특한 성과를 찾아 대안적인 이야기를 만들어가면서 자기이해와 치료가 가능한 심리치료기법이다(손철민, 2004).

이야기치료에서는 모든 사람에게 자신만의 이야기가 있고 자신의 이야기를 변화시킴으로써 가치관이 변화되어 전인적으로 치유될 수 있다

고 본다(고미영, 2004; 양유성, 2004; Hoffman, 1986; McAdams, 1985). 이를 위해 치료자는 내담자의 이야기 속에서 문제를 의인화하여 내담자와 분리시키고, 문제가 내담자의 잘못이라는 인식에서 벗어나 문제 그 자체로 인식하도록 도와준다(고미영, 1995). 이러한 문제의 외재화 기법은 내담자가 문제의 영향력으로부터 벗어나 문제를 객관적으로 재평가할 수 있도록 도와주어 내담자의 신념체계가 긍정적으로 재구성되도록 유도한다(Morgan, 2003; White, 1995; 양유성, 2004, 재인용). 이와 같은 이야기치료를 아동들에게 적용함으로써, 아동들은 자유로운 자기표현을 통해 정서적인 안정감을 얻고, 긍정적인 자기지각을 재구성할 수 있다(Smith, 1989; 양유성, 2004, 재인용).

이야기치료가 아동의 역기능적 신념을 재구성하는 과정은 다음과 같다. 첫째, 이야기치료의 은유적이고 상징적인 의사소통 방법을 통해 문제와 아동 자신의 정체성을 분리하고 효과적인 문제해결에 이르게 함으로써, 아동이 자긍심을 갖게 된다(심은영, 2004). 둘째, 미래에 대한 희망적 시각과 대안적 이야기를 통해 타인이나 사회적 관계에 대한 아동의 부정적 신념을 긍정적·적응적으로 변화시켜준다(Strand, 1997; Hoyt, 1994). 셋째, 자신이 주인공이 되어 삶의 이야기를 진술함으로써, 상황이나 평가보다는 자신의 삶에 대한 애착과 책임감을 중시하며 타인의 인정에 대한 욕망이 낮아질 수 있다(심은영·김정모, 2004).

또한 이야기치료가 아동의 공격성 감소에 기여하는 과정은 다음과 같다. 첫째, 아동은 이야기라는 자유롭고 즐거운 경험과 자기표현을 통해 정서가 순화되어 스트레스 및 분노감정 해소에 효과적일 것이다(심은영·김정모, 2004). 둘째, 자신이 주인공이 되어 삶의 이야기를 진술함으로써, 자신의 삶을 스스로 선택할 수 있다는 관

점을 갖게 되어 타인이나 세상에 대한 적대감이 완화될 수 있다. 셋째, 아동이 문제 이야기와 자신의 삶에서 독특한 성과를 찾고 그 결과를 평가하는 과정에서 기존의 공격적인 해결방법보다 평화적인 해결방법이 효과적임을 인지하고 공격적인 행동 대신 대안적인 행동을 선택할 수 있다(심은영, 2004). 마지막으로, 이야기치료에서는 인정예식(仁政禮式)을 통해 주요 인물이 긍정적 상호작용을 경험함으로써 아동의 공격적인 환경이 변화될 수 있다. 이러한 긍정적 상호작용과 유대감 덕분에 치료 후에도 상담효과가 유지될 수 있을 것이다(고미영, 1998; 이치형, 2006; Wass, 1988).

이러한 논의를 바탕으로 본 연구에서는 이야기치료 집단상담이 아동의 역기능적 신념과 공격성에 미치는 효과를 검증하고자 한다. 이러한 연구목적에 이르기 위한 연구문제를 제시하면 다음과 같다.

<연구문제 1> 이야기치료 집단상담은 사회적 자기에 대한 부정적 개념, 타인의 인정에 대한 과도한 요망, 타인 및 사회적 관계에 대한 부정적 신념 등과 같은 역기능적 신념의 감소에 어떠한 효과가 있는가?

<연구문제 2> 이야기치료 집단상담은 분노감, 적대감, 공격 행동과 같은 공격성 감소에 어떠한 효과가 있는가?

II. 이야기치료 집단상담 프로그램

1. 이야기치료 집단상담 프로그램

본 연구의 이야기치료 집단상담은 내담자가 자신의 이야기를 재창조하기 위해 자서전을 써 보는 McAdams(1985)의 자서전적 이야기

(Autobiographical story) 기법과 내담자의 문제 이야기를 외재화하고 대안적 이야기를 창조하기 위해 White(1995)가 개발한 문제 표출 기법을 중심으로 구성하였다. 또한 ‘부부갈등 가정의 아동을 위한 집단프로그램(이순옥, 2007)’, ‘청소년 자아존중감 향상을 위한 이야기치료 집단상담프로그램(강순미, 2007)’, ‘학교부적응 청소년을 위한 이야기치료 프로그램(김혜경, 2008)’ 등을 적용하여 연구자가 재구성하였다.

프로그램의 활동은 자서전적 이야기 기법의 순서에 따라 자신의 주요 사건과 주요 인물들을 이야기함으로써 내담자의 지배적 이야기를 탐색하고 정서적 이완과 순화를 경험하는 방식으로 구성하였다. 프로그램 중기에는 문제 이야기를 의인화하여 자신으로부터 분리하고 대안적 이야기를 만들어가는 활동을 넣었고, 프로그램 후기에는 자서전을 쓰고 발표하는 인정의식을 준비하며 재창조된 이야기들을 내담자의 주변 인물들과 공유하는 활동을 넣었다.

1) 프로그램 재구성 준거

본 연구에서는 다음과 같은 준거를 바탕으로 이야기치료 집단상담 프로그램을 재구성하였다.

첫째, 아동기 역기능적 신념과 공격성의 관련 변인인 가정환경과 또래관계 중심으로 진행한다.

둘째, 치료를 위한 질문과 용어들을 아동 수준으로 재진술하며, 아동기의 주의집중 시간을 고려하여 한 회기는 크게 세 가지 활동으로 구성한다. 또한 이야기치료의 효과를 최대화하기 위해 동화를 사용한 연습활동을 포함한다.

셋째, 지나치게 구조화된 프로그램이 아니라, 내담자의 자율성을 존중하고 집단의 역동을 유발할 수 있는 질문들을 중심으로 재구성한다.

넷째, 내담자들이 자서전을 만들고 이를 발표하는 활동목표를 제시하여 각 단계의 연계성을

살리고 상담에 대한 부담감을 줄인다.

2) 프로그램 내용

이야기치료 집단상담 프로그램은 총 10회기로 구성하였다. 1회기는 준비단계로 프로그램에 대한 전반적인 소개, 참여규칙 정하기, 참여의지 다지기로 구성된다. 2-4회기는 McAdams의 자서전 쓰기 기법을 적용하여 구성하였고, 5-9회기는

White의 문제 표출 기법과 재저작 기법을 활용하여 지배적 이야기가 대안적 이야기로 재구성될 수 있도록 구성하였다. 마지막 10회기는 인정의식을 통해 대안적 이야기의 실현 의지를 고취시켰다. 역기능적 신념과 공격성 감소를 위한 이야기치료 집단상담 프로그램의 개요는 아래 <표 1>과 같다.

<표 1> 이야기치료 집단상담 프로그램의 개요

회기	주제	목표	주요활동	역기능적 신념(◎) 및 공격성(◆)과의 관련성
1	프로그램의 소개	<ul style="list-style-type: none"> 프로그램 실시 목적 이해하고 참여의지 갖기 	<ul style="list-style-type: none"> 프로그램 소개 및 규칙 정하기 자신의 이상적인 모습을 표현하는 별칭 짓기 서약하기 	자신에 대한 긍정적 지각 향상- 사회적 저기에 대한 부정적 개념 감소(◎)
2	나의 과거 이야기	<ul style="list-style-type: none"> 자기 삶의 주요 기억 고찰하기 	<ul style="list-style-type: none"> 자신의 삶의 제목 이야기하기 절정경험, 침체경험 초기기억, 중요한 아동기 기억, 그 밖의 중요한 기억을 적기(예시자료 제공) 비밀 상자 게임을 통해 누구의 이야기인지 맞춰 보기 각자의 주요 경험에 대해 이야기하기 	자기 개방과 수용을 통해 정서적 카타르시스를 경험- 분노감, 적대감 감소(◆)
3	내 삶의 주요 인물	<ul style="list-style-type: none"> 자기 삶의 주요인물에 대해 고찰하기 	<ul style="list-style-type: none"> 부모, 형제, 친구, 선생님 등 나의 삶에서 가장 중요했던 6명에 대해 이야기해 보기 무인도에서 살아남기 게임을 통해 가장 소중한 주요 인물이 누구인지 알아보기 가장 긍정적인 영향을 준 사람과 가장 부정적인 영향을 준 사람에 대해 이야기해 보기 	부정적 타인에게서 받은 영향력 인식- 타인에 대한 과도한 요망 감소(◎)
4	나의 미래 이야기	<ul style="list-style-type: none"> 자기 삶의 원동력에 대해 고찰하기 	<ul style="list-style-type: none"> 자신의 꿈이나 계획들, 관심사나 희망 적기 자신의 이야기가 자신에게 어떻게 힘을 주는지 이야기하기 어떻게 그 꿈을 이룰 수 있는지 생각해 보기 	자신의 미래에 대한 긍정적 이야기 - 사회적 자기에 대한 부정 감소(◎)
5	나의 문제 이야기	<ul style="list-style-type: none"> 자기 삶의 문제이야기 탐색하기 	<ul style="list-style-type: none"> 자신의 문제 이야기에 이름 붙이기 문제 이야기가 자신의 삶에 끼친 영향력 탐색하기 문제 이야기에게 하고 싶은 말 하기 	문제이야기로부터 자신의 자아 분리 - 사회적 자기에 대한 부정적 개념 감소(◎)
6	나의 성공 열전	<ul style="list-style-type: none"> 독특한 성과 탐색하기 	<ul style="list-style-type: none"> 문제 이야기로부터 빨리 벗어날 수 있었던 때(독특한 성과)를 이야기하기 독특한 성과의 내력 탐색하기 독특한 성과 속의 행동 및 가치관, 결과 탐색하기 	자신이 문제 해결의 주인공임을 인식 - 분노감, 적대감, 타인에 대한 부정적 신념 감소(◆, ◎)
7	희망의 이야기들	<ul style="list-style-type: none"> 대안적 이야기 탐색하기 	<ul style="list-style-type: none"> 문제가 없어진 경우 상상해 보기 자신의 대안적 이야기 찾고 이름 붙이기 자신의 대안적 이야기가 이루어진 모습에 대해 이야기하기 	이상적인 인간상을 실현시키고자 하는 의욕이 강화- 타인으로부터의 인정에 대한 욕구 감소(◎)

<표 1> 계속

회기	주제	목표	주요활동	역기능적 신념(◎) 및 공격성(◆)과의 관련성
8	희망이야기 꾸리기	• 대안적 이야기를 실현시키려는 의지 다지기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 지난 1주일 동안의 성공경험 이야기하기 ■ 서로의 노력에 대해 칭찬하고 격려해 주기 ■ 서로의 미래에 대해 예언해 주기 	공격행동 보다는 적응적이고 능동적인 문제 대처를 위해 노력하고자 하는 마음가짐이 형성- 공격행동 감소(◆)
9	자서전 완성	• 자서전 완성하기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 지금까지의 활동을 바탕으로 자신의 꿈의 자서전에 들어갈 내용 적어보기 ■ 서로의 자서전을 보고 소감 나누기 ■ 꿈의 자서전을 완성하고 친구들 앞에서 발표하기 	집단원들 간의 정서적 교류와 공감대 형성- 분노감, 사회적 자기에 대한 부정적 개념 감소(◆, ◎)
10	마무리	• 대안적 이야기를 실현하고자 하는 의지 갖기	<ul style="list-style-type: none"> ■ 인정의식 치르기(선언문 낭독, 증서 수여) ■ 소감문 작성하기 및 느낀 점 나누기 ■ 사후검사 	주변인들로부터 받은 긍정적 피드백- 분노감, 적대감, 공격행동, 사회적 자기에 대한 부정적 개념, 타인에 대한 부정적 신념 감소(◆, ◎)

III 연구방법

1. 실험 설계 및 연구대상

1) 실험설계

프로그램의 효과검증을 위해 사전-사후 통제 집단 실험설계를 사용하였다.

2) 연구대상 및 표집절차

본 연구의 대상을 선정하기 위해서 먼저 서울시 S 초등학교 5학년 7개 학급의 담임에게 역기능적 신념과 공격성이 높은 아동 30명을 추천받았다. 이들 중, 사전검사를 통해 역기능적 신념과 공격성이 높은 아동 상위 20명을 선발하고, 실험집단(10명)과 통제집단(10명)에 임의 배정하였다.

2. 측정도구

1) 역기능적 신념 검사

역기능적 신념을 측정하기 위하여 조용래와 원

호택(1999)이 제작하고 홍세희와 조용래(2006)가 재구성한 역기능적 신념검사(Dysfunctional Beliefs Test, DBT)의 단축판을 연구자가 아동용으로 수정하여 사용하였다. 하위 요인은 사회적 자기에 대한 부정적인 개념, 타인의 인정에 대한 과도한 요망, 타인에 대한 부정적인 신념으로 이루어져 있으며, 본 연구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.91$ 이다. 질문지는 각 요인별로 12문항씩 총 36개의 문항으로 구성되며, 5점 평정 척도 방식이다.

2) 공격성 검사

공격성을 측정하기 위하여 Buss와 Perry(1992)가 개발하고 서수균, 권석만(2002)이 번안한 한국판 공격성 검사지(Aggression Questionnaire, AQ)를 연구자가 아동용으로 수정하여 사용하였다. 하위 요인은 분노감, 적대감, 공격행동으로 이루어져 있으며, 본 연구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.73$ 이다. 질문지는 총 27문항 3요인(분노감 5문항, 적대감 8문항, 공격행동 14문항)으로 구성되어 있으며, 5점 자기 평정 척도 방식이다.

3. 연구절차

본 검사를 실시하기 전에 예비검사를 실시하여 아동발달 수준에 맞게 검사를 구성하였다. 또한 예비 프로그램을 구성하여 적용한 후 아동의 활동 관찰 및 소감문 분석을 기반으로 프로그램을 보완하였다. 이에 본 연구의 프로그램을 활용하여 서울시 S 초등학교 5학년 31명을 대상으로 예비실험을 실시한 결과, 역기능적 신념과 공격성의 총점에서 모두 낮아지는 결과를 보였으며, 본 실험에서도 긍정적 영향이 있을 것으로 예측되었다. 그러나 예비 프로그램을 진행할 당시 문제이야기와 대안적 이야기를 찾는 활동에서 어려움을 느낀다고 답한 아동이 많아 아동들이 알고 있는 이야기를 활용하여 연구자와 함께 문제 이야기 및 대안적 이야기의 이름을 붙이는 것을 연습할 수 있도록 프로그램을 수정·보완하였다. 또한 자서전을 만드는 활동에서 글쓰기에 흥미를 느끼지 못하는 아동이 많아 자서전을 쉽게 만들 수 있도록 미니북의 틀을 제공하고 회기의 수를 늘려 활동 시간을 확보하였다.

실험 전 사전검사를 실시한 후 실험집단에만 이야기치료 집단상담 프로그램을 적용하였으며, 사전에 아동 및 부모의 동의 얻어 실행하였다. 집단 상담이 이루어지는 시간은 학교 교육과정

내의 계발활동 부서를 이용하였으며, 각 회기를 40분 단위로, 주 1회 총 10회기로 구성하였다. 실험은 2009년 3월 19일부터 5월 16일까지 10회에 걸쳐 연구자가 직접 진행하였고, 실험 종료 후 사후검사를 실시하였다.

4. 자료 처리 및 분석

통계분석을 위해 SPSS 12.0을 이용하여 다변량 분산 분석(MANOVA)을 실시하였다.

IV. 연구결과

1. 예비 분석

실험집단과 통제집단의 동질성 검증을 위하여 역기능적 신념 및 공격성의 사전검사 점수를 다변량 분산 분석한 결과는 <표 2>와 같다. <표 2>를 보면, 실험집단과 통제집단 간에 역기능적 신념 및 공격성 사전 검사 하위요인 평균값들의 vectors에 유의미한 차이가 나타나지 않았으며, 하위요인들 모두 유의미한 차이가 없었다. 따라서 두 집단은 역기능적 신념 및 공격성에서 동질적이라 할 수 있다.

<표 2> 집단별 역기능적 신념 및 공격성의 사전 검사 점수 차이 검증

측정요인	집단	사례수	평균	표준편차	t	p	
사전 하위 요인	사회적 자기에 대한 부정적인 개념	실험	10	36.10	4.18	-0.2414	0.812
		통제	10	36.80	8.16		
	타인의 인정에 대한 과도한 요망	실험	10	34.00	6.96	-0.2482	0.807
		통제	10	34.70	5.58		
타인에 대한 부정적인 신념	실험	10	34.20	6.07	0.5071	0.618	
	통제	10	32.60	7.92			

<표 2> 계속

측정요인	집단	사례수	평균	표준편차	t	p	
사전 하위 요인	분노감	실험	10	14.50	2.84	-2.0456	0.056
		통제	10	17.10	2.85		
	적대감	실험	10	24.30	3.68	-0.9667	0.347
		통제	10	26.20	5.01		
	공격행동	실험	10	40.00	6.70	-0.4516	0.657
		통제	10	41.80	10.67		
전체 역기능적 신념	Hotelling 트레이스 = .029			F=.156 p=.975			
전체 공격성	Hotelling 트레이스 = .264			F=1.408 p=.307			

2. 이야기치료 집단상담이 역기능적 신념에 미치는 효과

10회기에 걸친 실험을 실시한 후, 역기능적 신념의 사후 검사 점수를 다변량 분산 분석한 결과는 <표 3>과 같다. <표 3>을 보면, 실험집단과 통제집단 간에 역기능적 신념의 사후 검사 하위요인 평균값들의 vectors에서 유의미한 차이가 있었으며($p<0.05$), 하위요인 별로는 실험집단의 사회적 자기에 대한 부정적인 개념($p<0.01$), 타인의 인정에 대한 과도한 요망($p<0.05$), 타인에 대한 부정적인 신념($p<0.05$)이 유의미하게 낮았다.

따라서 이야기치료 집단 상담이 아동의 역기능적 신념 및 역기능적 신념 하위요인 감소에 어떤 효과가 있는가라는 <연구문제 1>이 긍정되었다.

3. 이야기치료 집단 상담이 공격성에 미치는 효과

<표 4>를 보면, 공격성 사후 검사 점수를 다변량 분산 분석한 결과, 실험집단과 통제집단 간에 공격성 검사 하위요인 평균값들의 vectors에서 유의미한 차이가 있었으며($p<0.05$), 하위요인 별로는 분노감($p<0.001$), 적대감($p<0.05$)이 유의미하게 낮았다.

<표 3> 집단별 역기능적 신념의 사후 검사 점수 효과 검증

측정요인	집단	사례수	평균	표준편차	t	p	
사후 하위 요인	사회적 자기에 대한 부정적인 개념	실험	10	25.30	5.29	-3.0396	0.007
		통제	10	34.60	8.10		
	타인의 인정에 대한 과도한 요망	실험	10	29.50	6.55	-2.5854	0.019
		통제	10	40.00	11.05		
	타인에 대한 부정적인 신념	실험	10	25.90	8.43	-1.4625	0.061
		통제	10	32.90	12.57		
전체 역기능적 신념	Hotelling 트레이스 = .590			F=3.149 p=.014			

<표 4> 집단별 공격성 사후 검사 효과 검증

측정요인	집단	사례수	평균	표준편차	t	p
사전 하위 요인	분노감	실험	11.90	3.00	-4.5980	0.000
		통제	19.70	4.45		
	적대감	실험	14.20	5.09	-2.6561	0.016
		통제	19.60	3.92		
공격행동	실험	38.30	6.63	-1.4731	0.158	
	통제	44.20	10.79			
전체 공격성	Hotelling 트레이스 = 1.261			F=6.726 p=.003		

따라서 이야기치료 집단 상담이 아동의 공격성 및 공격성 하위요인 감소에 어떤 효과가 있는 가라는 <연구문제 2>가 부분적으로 긍정되었다.

V. 논의 및 결론

이상의 연구결과를 선행연구와 관련지어 논의 하면 다음과 같다.

첫째, 이야기치료 집단상담 프로그램은 아동의 역기능적 신념을 감소시키는 데 효과적이다. 이를 역기능적 신념의 하위요인별로 살펴보면, 첫째, 사회적 자기에 대한 부정적인 개념이 감소되었다는 연구 결과는 심은영과 김정모(2004)가 자아개념이 낮고 우울성향을 가진 아동들이 이야기치료를 통해 긍정적인 자기지각이 형성되었다고 보고한 연구 결과와 일치한다. 이는 이야기치료 과정에서 아동의 자기개방과 자유로운 표현을 인정해줌으로써 자아의 힘과 성숙 기회를 제공하기 때문이라는 Brems(1999)의 견해를 지지한다. 또한 이야기 속에서 문제를 해결해 나가는 긍정적 경험은 효과적인 문제해결을 촉진하여 자신에 대한 자긍심을 가지게 한다는 Smith(1989)의 주장과도 같은 맥락이라고 볼 수 있다. 둘째, 타인 및 사회적 관계에 대한 부정적 신념

이 유의미하게 감소되었다는 연구결과는 이금단(2000)이 이야기치료 집단상담을 통해 청소년의 자살생각이 감소되면서 타인과의 유대가 촉진되었다는 연구결과와 일치한다. 이는 이야기치료 집단 상담 과정에서 이루어지는 상호 간의 긍정적 정서교류를 통해 자신을 타인에게 수용되는 존재로 인식함으로써 긍정적 사회적 관계가 촉진되었음을 시사한다. 셋째, 이야기치료는 타인의 인정에 대한 과도한 요망을 감소시키는 데 효과적이다. 이러한 연구결과는 이야기치료 과정에서 자신의 이상적 자아를 창조하고 내면화하는 작업이 자신의 삶에 애착을 가지고 문제에 대한 능동적 자세를 촉진하여 타인이나 주변 세계에 의존하던 태도가 독립적으로 변화되는 데 기여하였기 때문인 것으로 추측된다.

둘째, 이야기치료 집단상담 프로그램은 아동의 공격성을 감소시키는 데 효과적이다. 이러한 연구결과는 이춘정(2009), 김혜경(2008)의 연구결과와 일치한다. 이는 이야기치료의 경우 문제의 외재화를 통해 문제를 객관적으로 볼 수 있어 문제에 대한 자기조절이 촉진되고 문제해결 수준이 향상되기 때문일 것으로 보인다. 이는 이야기치료 집단상담을 통해 자기효능감 수준이 향상되어 적응적 태도와 행동양식이 함양될 수 있음을 시사한다. 이에 대하여 공격성의 하위요인

별 변화를 살펴보면, 첫째, 실험집단의 분노감이 통계적으로 유의미하게 감소했다. 이는 다양한 장르의 놀이치료를 통해 자기를 개방하고 억압된 감정을 표출함으로써 정서적 치유를 경험할 기회가 있어 자기조절 능력이 향상되고 분노정서가 해소된다는 많은 연구결과와 일치한다(홍주란, 2008; 최애나, 2007; 최미경, 2006; 이은진, 2005; 정선영, 2003; 이은희, 2003). 둘째, 이야기치료 집단상담 프로그램을 통해 공격성의 하위요인 중 적대감이 유의미하게 감소되었다. 이는 아동이 집단상담 과정에서 교우들과 공감을 형성함으로써 타인의 지지와 긍정적 상호작용을 경험하여 타인의 의도를 적의적으로 해석하는 인지구조가 변화되었기 때문이라고 볼 수 있다. 이러한 연구결과는 공격성 감소를 위해서는 부정적 기대감의 악순환을 예방하여 또래의 견해도 변화시켜야 한다는 Wass(1988)의 주장과도 일치한다.

그러나 공격성의 하위요인 중 공격행동 감소는 통계적으로 유의미한 수준에 이르지 않았다. 이는 지적, 정서적 변화가 행동 변화로 전환되기까지는 시간이 불충분했기 때문인 것으로 짐작된다. 이는 성은주와 성현란(2005)이 비행청소년을 대상으로 인지행동치료를 적용한 후 공격성과 충동성은 감소되었으나 문제행동은 감소되지 않았다는 연구결과와 유사하다. 공격행동에서 유의미한 감소가 나타나지 않은 또 다른 이유로서 검사지 내용을 들 수 있다. 본 검사지의 문항 중에는 자신의 공격행동 경험에 대한 질문이 있어서 실험집단이 프로그램 처치 이후에도 과거 경험을 회상하며 응답했을 경우 변화된 행동양식을 측정하는 데 한계가 있었을 것으로 짐작된다.

이상의 논의에 비추어 볼 때, 본 연구는 이야기치료 집단상담 프로그램을 통해 아동의 역기능적 신념과 공격성을 감소시킬 수 있음을 검증

했다는 면에서 의의가 있다. 특히 기존의 이야기치료는 사례연구를 중심으로 한 질적 연구가 대부분이었던 반면, 본 연구는 집단을 대상으로 이야기치료를 적용하여 그 효과를 검증했다는 점과 이를 아동의 수준에 맞게 재구성하여 통계적으로 일반화 가능성을 검증했다는 점에서 의의가 있다. 또한 초등학교 현장에서 집단상담으로 진행했다는 점에서 초등학교 현장에서 현실적으로 적용 가능한 프로그램임을 확인했다는 면에서도 시사점이 있다.

이상의 논의를 기반으로 추후 연구를 위한 제언을 제시하면 다음과 같다.

첫째, 초등학교 교육과정과 통합하여 적용할 수 있는 이야기치료 프로그램의 개발과 활용에 대한 연구가 필요하다. 본 연구에서 이야기치료 집단상담 프로그램은 아동의 역기능적 신념이나 공격성의 감소에 효과적인 것으로 나타났으며, 이러한 연구 결과는 긍정적 자기 인식과 적응적 문제 대처 방식, 그리고 대인 관계의 발달에도 기여할 수 있음을 시사한다. 이러한 요인들이 아동의 원만한 학교생활과 바람직한 성장에 중요한 요인이 된다는 점에서 초등학교 교육과정을 분석하여 통합을 시도한다면 프로그램의 효율성을 높일 수 있을 것이다.

둘째, 학습자의 개인차와 발달단계를 고려한 이야기치료 집단상담 프로그램의 개발이 필요하다. 본 프로그램에 제시된 이야기치료 활동은 초등학교 고학년을 대상으로 재구성한 것이므로 초등학교 전 학년을 대상으로 실시하는 데에는 무리가 있을 것으로 보인다. 또한 아동의 신념체계와 공격성이 형성되는 시기가 학령 전임을 감안한다면 유아 및 초등학교 저학년에게 적용 가능한 프로그램 개발이 필요하다.

셋째, 본 연구에 대한 추수 연구를 통해 장기적이고 지속적인 안목을 정립할 필요가 있다. 본

연구에서는 추후 검사를 실시하지 않아 프로그램 종결 후 아동의 역기능적 신념 및 공격성의 변화를 파악하기 어려우므로, 후속개입이나 보완·강화를 위한 교육적 노력이 지속되어야 된다. 특히, 실험집단의 변화가 어느 정도 지속되는지, 공격성의 하위요인인 공격 행동이 변화되는 지에 대한 지속적인 관찰이 이루어져야 할 것이다.

참 고 문 헌

- 양유성(2004). **이야기치료**. 서울 : 학지사.
- 여광웅 · 정용석(1999). **인지적 행동수정의 통합적 접근**. 서울 : 양서원
- 강순미(2007). 청소년 자아존중감 향상을 위한 이야기 치료 집단프로그램. **경희대학교 교육대학원 석사학위논문**.
- 고미영(1998). 아동과 청소년의 공격성에 대한 연구. **한국 정신보건 사회사업학회, 6**, 51-75.
- 김경숙(2006). 초등학교 6학년의 부정적 인지과정 · 분노 경험 · 공격성 간의 관계. **경인교육대학교 교육대학원 석사학위논문**.
- 김선숙(2007). 부모의 양육행동이 아동의 공격성에 미치는 영향; 정서조절의 매개효과를 중심으로. **한국사회복지연구, 32**, 65-95.
- 김인희(1999). 대학생의 비합리적 신념과 분노의 관계. **명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문**.
- 김정원 · 김현주(2007). 아동의 공격성과 관련변인들의 관계성 연구. **한국아동교육학회 아동교육, 16(2)**, 85-93.
- 김현정(2004). 인지적 행동수정 프로그램이 아동의 공격성 감소와 학교적응력 향상에 미치는 영향. **서울교육대학교 석사학위논문**.
- 김혜경(2008). 학교부적응 청소년을 위한 이야기치료 프로그램 개발. **서울여자대학교 대학원 박사학위논문**.
- 서수균 · 권석만(2005). 비합리적 신념, 자동적 사고 및 분노의 관계. **한국심리학회지 임상, 24(2)**, 327-339.
- 서수균 · 권석만(2006). 내담자 집단의 분노와 우울 수준에 따른 분노사고와 비합리적 신념의 특성. **한국심리학회지 임상, 25(2)**, 417-427.
- 서현아 · 지은주(2000). 사회정보처리모델을 중심으로 한 공격성에 관한 연구. **경성대학교 논문집, 21(2)**, 137-155.
- 성은주 · 성현란(2005). 인지행동치료 프로그램이 비행청소년의 공격성 및 충동성 감소에 미치는 영향. **한국심리학회, 2005**, 128-129.
- 심은영 · 김정모(2004). 이야기치료를 통한 우울 성향 아동의 자아개념 변화 사례연구. **한국아동심리재활학회, 8(2)**, 49-64.
- 양유성(2004). 이야기 치료 : 이야기치료의 상담 원리와 방법론. **상담과 선교, 45**, 6-34.
- 오채미 · 공인숙(2007). 아동이 지각한 부모의 양육행동이 아동의 공격성에 미치는 영향. **한국가정관리학회, 25(4)**, 139-149.
- 이금단 · 손정락(2000). 이야기심리치료가 중학생의 자살생각 감소에 미치는 영향. **한국심리학회, 19(4)**, 645-658.
- 이정숙 외(2008). 학교폭력예방 프로그램이 중학생의 학교폭력 가해행동, 피해행동 및 대인관계에 미치는 효과. **정신간호학회, 17(4)**, 481-490.
- 이춘정(2009). 이야기치료를 활용한 초등학교 저학년의 학교폭력 예방 프로그램 개발. **한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문**.
- 이치형(2006). 한국 교회의 이혼 가정의 치유를 위한 대안과 이야기 치료의 접목. **한국기독교상담연구, 40**, 73-99.
- 한영경(2008). 중학생의 관계적 공격성에 영향을 주는 개인 내적 요인. **아주대학교 대학원 석사학위논문**.
- 홍세희 · 조용래(2006). 역기능적 신념검사 단축판의 구성; Rasch 평정척도모형의 적용. **한국심리학회, 25(3)**, 865-880.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. NY : International Universities Press.
- Brems C. (1999). *A comprehensive guide to child*

- psychotherapy. Boston : Allyn and Bacon.
- Coie, J. D., Terry, R., Lenox, K., Lochman, J., & Hyman, C. (1995). Childhood peer rejection and aggression as predictors of stable patterns of adolescent disorder. *Development and Psychopathology*, 7, 697-713.
- Dodge, K. A., & Crick, N. R. (1996). Social information-processing mechanisms in reactive and proactive aggression. *Child Development*, 67(3), 993-1002.
- Douglas, F. (1995). Vengeance, anger and irrational beliefs in inmates : A caveat regarding social desirability. *Personality and Individual Differences*, 18(1), 1-6.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. Secausus, NJ : Citadel Press.
- Eron, Leonard D. (1987). The development of aggressive behavior from the perspective developing behaviorism. *American Psychologist*, 42(5), 435-42.
- Gordon, D. (1978). *Therapeutic metaphors*. Cupertino, C.A. : Meta.
- McAdams, D. P. (1988). *Power, intimacy, and the life story : personalogical inquiries into identity*. N.Y. : Guilford Press.
- Hoffman, J. C. (1986). *Law, freedom, and story : the role of narrative in therapy, society, and faith*. Waterloo, Ont., Canada. Wilfrid Laurier University Press; Atlantic Highlands, N.J.; Humanities Press.
- Hoyt, M.(Ed.). (1994). *Constructive therapies I*. N.Y. : The Guilford Press.
- Olweus D. (1979). Stability of aggressive reaction patterns in males. *Psychological Bulletin*, 86(4), 852-75.
- Kottman, T., & Stiles, K. (1990). The mutual storytelling technique : an adlerian application in child therapy. *Individual Psychology Journal of Adlerian Theory : Research and Practice* 4, 148-156.
- Patterson J. C. (1991). Childhood peer rejection, aggression, withdrawal, and perceived competence as predictors of self-reported behavior problems in preadolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 19(4), 427-449.
- Robertson, M., & Barford, F. (1979). Story making in the psychotherapy with a chronically ill child. *Journal of Pediatric Psychology*, 4(2), 147-164.
- Strand, P. S. (1997). Toward a developmentally informed narrative therapy. *Family Process*, 36(4), 325-339.
- Wass, G. A. (1988). Social attribution biases of peer-rejected and aggressive children, *Child Development*, 59(4), 969-975.
- White, M. (1995). *Re-authoring Lives : Interview & essays*. Adelaide : Dulwich Centre Publication.

2009년 9월 7일 투고, 2010년 1월 6일 수정
2010년 1월 7일 채택