

집단미술치료가 학교부적응 청소년의 자아존중감과 스트레스에 미치는 효과

김은지¹, 김미현^{2*}

¹드림발달심리상담연구소 소장, ²웨스트민스터신학대학원대학교 겸임교수

Effects of Group Art Therapy on Self-esteem and Stress of School Maladjusted Adolescents

Eun-Ji Kim¹, Mi-Hyun Kim^{2*}

¹Director, Dream Developmental Psychological Counseling Center

²Adjunct Professor, Westminster Graduate School of Theology

요약 본 연구는 학교부적응 청소년을 대상으로 집단미술치료 프로그램을 적용하여 자아존중감과 스트레스에 미치는 효과를 알아보는데 목적이 있다. 연구대상은 A지역 B중학교 2학년에 재학 중인 학교부적응 청소년 6명이며, 기간은 2021년 5월 12일 부터 6월 9일까지 주 2회, 회기당 60분씩 총 10회기 진행하였다. 연구 도구는 자아존중감 척도(SEI)와 빗속의 사람그림(PITR)검사의 사전·사후 변화를 살펴보았다. 자료 분석은 자아존중감의 변화를 살펴보기 위해 Wilcoxon test를 실시하였고 빗속의 사람그림(PITR)검사의 변화는 미술치료전문가 2명이 질적으로 분석하였다. 본 연구의 결과는 첫째, 집단미술치료 프로그램은 학교부적응 청소년의 자아존중감 향상에 효과적이었다. 둘째, 집단미술치료 프로그램은 학교부적응 청소년의 스트레스 감소에 효과적이었다. 결론적으로 집단미술치료는 학교부적응 청소년의 자아존중감 향상과 스트레스 감소에 도움을 주어, 학교부적응 청소년의 심리적 안정감을 도모하는데 효과적임이 입증되었다.

주제어 : 집단미술치료, 학교부적응, 청소년, 자아존중감, 스트레스

Abstract The purpose of this study is to investigate the effect of applying a group art therapy program on self-esteem and stress for adolescents who are maladjusted to school. The subjects of this study were 6 school maladjusted adolescents enrolled in the second year of B middle school in A region, and the period was from May 12 to June 9, 2021, twice a week, for a total of 10 sessions of 60 minutes each. As a research tool, the Self-Esteem Scale(SEI) and the Person-In-The-Rain(PITR) were examined to observe the students. For data analysis, Wilcoxon test was conducted to examine the change in self-esteem, and the Person-In-The-Rain(PITR) was qualitatively analyzed to observe stress by two art therapists. The results of this study were first, that the group art therapy program had a significant effect on improving the self-esteem of adolescents and second, the group art therapy program was effective in reducing the stress. In conclusion, group art therapy can be seen to help improve self-esteem and reduce stress in school maladjusted adolescents.

Key Words : Group art therapy, School maladjustment, Youth, Self-esteem, Stress

*Corresponding Author : Mi-Hyun Kim(lovelymion@gmail.com)

Received August 28, 2021

Accepted November 20, 2021

Revised October 6, 2021

Published November 28, 2021

1. 서론

1.1 연구의 필요성

청소년기는 발달단계에 있어 아동기에서 벗어나 부모로부터 심리적으로 독립을 원하는 시기면서, 신체적·정서적으로 변화를 겪게 되는 시기이다. 청소년기에는 가족 이외에 사회적인 관계를 확장하며, 인생에서 가장 복잡한 과도기를 거치게 된다. 이러한 변화를 겪는 청소년들에게 환경은 중요한 영향을 미치며[1] 특히 학교에서 가장 많은 시간을 보내는 한국 청소년들에게 있어 학교적응은 매우 중요한 의미를 갖는다. 통계청과 여성가족부[2]에 의하면 2020년 청소년의 학교생활은 부정적으로 변화되어 학교생활 만족도가 2017년에 비해 5.3% 감소하였다고 하였다. 이렇듯 학교생활 만족도가 낮아지면 학교 부적응의 문제로 이어지며, 학교 부적응의 문제는 학교 이탈과 청소년 비행으로 이어질 가능성이 높다[3]. 이는 단순히 교육의 실패로 그치는 것이 아니라 가장 중요한 학령기에 학교 교육을 제대로 받지 못하기 때문에 올바른 사회화과정을 습득할 수 없다는 데에 더 큰 문제점을 갖는다. 또한, 성인이 되어서도 다양한 종류의 사회부적응을 유발하는 악순환을 낳게 된다[4].

학교부적응에 대한 선행연구에 따르면, 청소년의 학교 부적응을 유발시키는 중요한 심리적 요인 중 스트레스와 자아존중감이 중요한 요인으로 볼 수 있다고 보고되고 있다[5-7]. 2021년 한국청소년의 스트레스 인지율은 37.9%로 스트레스로 인해 우울감을 경험한 것으로 나타났고, 자신에 대한 평가인 자아존중감은 2년 전에 비해 감소한 것으로 나타났다[2]. 선행연구에 따르면, 청소년들이 스트레스로 인해 학교부적응이 생겨나고, 이는 급우들로부터 소외당하는 것, 담임 및 교과목 교사와의 원만치 못한 관계로 인한 갈등, 학습능력 부진으로 인해 자신의 능력의 한계를 느껴 심리적으로 압박감을 느끼는 것, 학교생활에서 오는 열등의식을 갖을 수 있다고 하였다[8,9]. 때문에 청소년기의 스트레스는 부적응 및 반사회적 행동[10,11], 신체적·정신적 건강문제로 이어지는 것으로 나타나고[12] 있어 청소년기 발생하는 스트레스에 대한 예방과 관리가 필요하다. 동일한 환경에서 어떤 청소년들은 스트레스에 잘 대처해나가고, 어떤 청소년들은 부적응 현상을 보이기도 한다. 이것은 스트레스의 개선여부에 따라 청소년 학교부적응을 조절할 수 있음을 의미하고 있다. 따라서 청소년의 학교부적응을 예방하고 개선하기

위해 스트레스 유발요인을 분석하고, 스트레스와 학교 부적응을 야기할 수 있는 일상생활에서의 차별요인을 찾아 학교 부적응 학생의 심리적 안정을 위한 효과적인 방안 마련이 필요하다[13]. 특히 청소년의 스트레스와 밀접한 관련이 있는 자아존중감은 청소년들의 학교 생활 적응에도 다양한 영향을 주는 것으로 나타났다[14].

자아존중감은 자신이 가치가 있는지에 대해 스스로 내리는 평가로, 자신을 인정하거나 부정하는 태도이며 이는 개인의 판단에 좌우된다. 자아존중감이 높은 청소년의 경우 성취 욕구가 높고, 자신감을 가지고 표현을 하며, 다른 사람을 수용할 줄 알기 때문에 학교생활적응을 잘 할 수 있다[15,16]. 반면 자아존중감이 낮으면, 낮은 자아존중감은 스스로를 쓸모없는 사람으로 치부하는 경향이 높으며 이러한 문제는 자신을 학대하거나 높은 열등감을 갖게 한다[17]. 때문에 자아존중감이 낮은 청소년들은 스트레스 상황을 잘 다루지 못하고 학교부적응, 친구 관계 문제, 개인적 고립 등 많은 문제 행동을 보이게 될 가능성이 높다[18,19]. 이와 같은 내용으로 다수의 선행연구에서는 학교 부적응은 청소년들이 겪는 스트레스와 자아존중감과 관련이 있다고 보고[6,20,21] 하고 있다.

선행연구들을 종합해 볼 때, 청소년의 스트레스와 자아존중감 간에는 깊은 연관이 있으며 이는 청소년의 학교 부적응을 일으키는데 유의미한 영향을 미치는 것을 시사해 준다. 이에 청소년의 학교부적응을 감소시키고 예방할 수 있는 심리치료 프로그램이 필요한 실정이다.

최근 지속적인 연구를 보이고 있는 미술을 활용한 중재 프로그램은 비언어적 수단으로써 언어의 한계성에서 벗어나 심층적인 표현을 할 수 있는 좋은 의사소통수단이 된다[22]. 미술을 활용한 심리적 중재 방법인 미술치료는 청소년에게 있어 주체성을 확립하도록 도와주고 감정과 긴장을 완화시켜 주는 역할을 한다[23]. 개인 미술치료는 대상자들의 개인 내의 문제를 깊이 있게 다룰 수 있는 장점이 있으나[24], 자기 개방성에 있어 집단미술치료는 공동의 주제로 작업하면서 공동체 의식이 생기게 하는 과정을 통해 자신이 갖은 갈등이 자신만 경험하는 것이 아니라는 것을 인식할 수 있게 해주어 개인 미술치료에 비해 자기개방이 쉽게 나타나게 해 준다[25]. 더불어 집단미술치료는 다양한 미술 활동과 미술작품을 통하여 청소년들은 자기 회복과 동시에 자신의 존재가치를 인식하여 자아존중감이 높아질 수 있도록 돕는다. 아울러 미술 활동과 미술작품을 통한 집단원과의 상호교류는 자신의

처해진 상황을 인식하게 하고 나아갈 방향을 모색하는데 도움을 준다[26].

학교 부적응 학생을 대상으로 집단미술치료를 실시한 선행연구에서 집단미술치료를 통해 자아존중감이 향상되었다는 연구[27-30]와 스트레스 감소에 영향[31]을 주었다는 연구가 보고되고 있다. 이러한 선행연구 결과는 학교부적응 학생에게 집단미술치료를 실시함으로써 자아존중감 향상과 스트레스 감소라는 두 가지 심리적 요인에 효과를 줄 수 있을 것이라는 점을 시사해 주고 있다.

이에 본 연구는 학교부적응 학생에게 집단미술치료를 실시하여 자아존중감을 향상하고 스트레스를 감소시킴으로써, 청소년의 학교 적응에 도움을 주고, 효과적인 프로그램을 제공함으로써 학교부적응 청소년들의 심리 회복을 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

1.2 연구의 목적

본 연구의 목적은 집단미술치료 프로그램이 학교부적응 청소년의 자아존중감과 스트레스에 어떠한 영향을 미치는지 알아보려고 하였다. 이를 위한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 집단미술치료 프로그램이 학교부적응 청소년의 자아존중감에 어떠한 영향을 미치는가?

둘째, 집단미술치료 프로그램이 학교부적응 청소년의 스트레스에 어떠한 영향을 미치는가?

2. 연구 방법

2.1 연구대상

본 연구대상은 A지역에 소재한 B중학교 2학년에 재학하고 있는 남학생 6명이다. 이 학생들은 학생정서행동특성 검사에서 관심군 학생으로 선별되었으며, 이 중 담임 선생님이 상담이 시급하다고 추천한 학생들이다. 이 학생들은 자신감이 없고, 심리적으로 어려움이 있으며 학교 생활에 적응하지 못해 학교 측에서 C미술상담연구소에 의뢰하였다. 연구대상의 정보 및 특성은 학교 내의 Wee 클래스 상담교사와 본 연구대상의 면담을 통해 수집하였다. 개인정보 및 특성은 Table 1과 같다.

Table 1. General information of the participants

Division	Gener /Age	Behavioral characteristics
A	Male/ 15	-Very little self-expression with an expressionless face -Suppresses emotions and tolerates bullying by friends
B	Male/ 15	-Continuous use of negative language -expressing negative feelings about school
C	Male/ 15	-When his voice is loud and he is in a good mood, he is active and then suddenly shows swearing behavior -Slightly aggressive appearance, such as swearing at group members or arguing -Describes himself as trash
D	Male/ 15	-Negative feelings toward school and homeroom teachers -Slightly aggressive appearance, such as swearing at group members or arguing
E	Male/ 15	- Negative feelings toward school and homeroom teachers -Does not want to study and expresses stress about grades - He has a loud voice and speaks quickly, He was playing wildly with his friends.
F	Male/ 15	-Show interest in researchers and approach them passively -Not participating in group members' play -Expressing negative emotions by expressing that I am not good at it, I am not confident, etc.

2.2 연구도구

2.2.1 자아존중감 척도 검사(Self-Esteem Inventory:SEI)

연구대상의 자아존중감을 측정하기 위한 도구로 Coopersmith[32]와 Pope, McHale과 Chaighead[33] 등의 연구를 참조하여 최보가와 진귀연이 연구 개발한 자아존중감 척도[34]를 참고로 하위영역인 총체적 자아존중감, 사회적 자아존중감, 가정적 자아존중감, 학교에서의 자아존중감을 살펴 보았다. 각 문항에 대한 배점은 매우 그렇다(5점), 조금 그렇다(4점), 보통이다(3점), 조금 그렇지 않다(2점), 전혀 그렇지 않다(1점)의 Likert식 5점 척도로 구성되었다. 학교에서의 자아존중감 영역에 대해서는 역점 처리하여 계산한다. 자아존중감의 하위척도 구성 및 내용은 Table 2와 같다.

Table 2. Contents of Self-Esteem Inventory

Sub-area	Content	number
Social self-esteem	The system of ideas one sees in relationships with friends and others	2, 6, 10, 14, 18, 22, 25, 28, 31
Domestic self-esteem	How smooth is your family life	3, 7, 11, 15, 19, 23, 26, 29, 32
Self-esteem in school	How you feel in your relationship with your teacher or classmates	4*, 8*, 12*, 16*, 20*, 24*, 27*, 30*
Total self-esteem	Common and universal self	1, 5, 9, 13, 17, 21

* reverse scoring

2.2.2 빗속의 사람 그림검사(Person-In-The-Rain: PITR)

빗속의 사람 그림(PITR)검사는 Abrams과 Amchin이 제안한 것으로[35], 검사지시는 ‘빗속에 있는 사람을 그리시오.’이다. PITR은 내담자가 받고 있는 스트레스를 비가 내리는 상황으로 상징화시켜 검사하는 기법으로 그림 속에 그려진 사람은 자신을 상징하며 내리는 비는 자신이 받고 있는 스트레스를 상징한다. 그림속의 사람과 그려진 비의 형태 등을 이용하여 내담자가 현재 겪고 있는 스트레스 정도와 대처능력을 파악하는 도구로 사용된다[36].

2.3 연구절차

2.3.1 연구기간 및 장소

본 연구는 A지역에 소재한 B중학교 내에 있는 상담실에서 2021년 5월 12일부터 6월 9일까지 주 2회, 1회기 당 60분으로 총 10회기의 집단미술치료를 실시하였다.

2.3.2 집단미술치료 프로그램

연구대상의 집단 크기는 미술치료 프로그램의 메타분석에서 대상자 수는 통계적으로 유의미한 차이가 없었음을 보고[37]한 연구를 근거로 하였으며, 자아존중감 향상을 위한 집단미술치료 효과에 대한 메타분석 연구에서 10회기에서 14회기 정도의 집단미술치료 프로그램을 운영했을 때 효과 크기가 집중된다는 연구결과[38]를 근거로 10회기로 구성 하였다.

본 연구에 집단미술치료 프로그램이 학교부적응 청소년의 자아존중감과 스트레스에 미치는 효과를 알아보기 위해 서정훈, 고영란, 양정미[39], 김정희, 김민경[40], 박유선, 이미선[41]의 집단미술치료 프로그램을 본 연구

에 맞게 재구조화 하였다. 초기 단계에서의 친밀감 형성 및 흥미유발을 할 수 있도록 ‘풍선 터트리기’, ‘씩씩자지 찢기’를 추가하여 활동내용을 구성하였다. 중기단계에서는 욕구표출을 통한 스트레스 해소와 자아존중감 향상을 할 수 있도록 ‘듣고 싶은 말’을 첨부하여, 자신의 긍정점을 바라볼 수 있도록 재구성하였다.

전체적으로 살펴보면, I 단계에는 친밀감형성 및 흥미유발(1~3회기), II 단계에는 욕구표출을 통한 스트레스 해소와 자아존중감 향상(4~7회기), III 단계에서는 긍정적인 미래상 설정(8~10회기)을 목표로 3단계로 나누어 구성하였다. 프로그램의 구체적인 내용은 다음 Table 3과 같다.

2.4 자료분석

본 연구에서는 집단미술치료 프로그램이 학교부적응 청소년의 자아존중감과 스트레스에 미치는 영향을 검증하기 위하여 자아존중감 척도(SEI)와 빗속의 사람그림 검사(PITR)의 사전점수와 사후점수 검사를 실시하였다. 자아존중감 척도를 분석하기 위해서 통계적 분석은 SPSS/WIN 22.0 프로그램을 활용하였고 사전점수와 사후점수 효과의 변화를 알아보기 위해 Wilcoxon test를 실시하였다. 빗속의 사람그림(PITR) 검사의 사전과 사후의 변화를 알아보기 위해 미술치료 전공 박사학위와 미술치료사 자격증을 소지하고 있는 경력 5년 이상의 미술치료 전문가 2명이 내용과 형식을 질적으로 분석하여 서로 일치하는 것을 기술하였다.

3. 연구결과

3.1 학교부적응 청소년의 자아존중감 변화

본 연구의 집단미술치료 프로그램이 학교부적응 청소년의 자아존중감 미치는 영향을 알아보기 위한 자아존중감척도의 사전·사후 결과는 다음과 같다.

학교부적응 청소년의 자아존중감 총점은 집단미술치료 프로그램 실시 전 보다 실시 후 평균 33.16, 표준편차 7.73에서 사후 평균 111.33, 표준편차 14.06으로 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다($Z = -2.20$, $p < .05$). 이와 같은 결과는 집단미술치료 프로그램이 학교부적응 청소년의 자아존중감 향상에 긍정적인 효과를 미치는 것으로 볼 수 있다. 자아존중감 총점의 사전·사후 결과는 Table 4와 같다.

Table 3. Group art therapy program

step	session	subject	goal	content and method	media
I	1	What i like	intimacy and excite interest	-Select photos from magazines under the theme and compose the work. -Introduce yourself through your work.	Magazine, Drawing Paper, Glue, Scissors,
	2	Balloon - play		-Blow a balloon to draw a disliked word or expression. -Divide the group into two teams and play. -Increase interest by playing balloon.	Balloon, Magic pen
	3	Rip the wet paper		-Divide the colored paper and tear or crumple -Blow colored paper and play freely. -Express your work freely, come up with a title, and share your thoughts.	Colored paper, Drawing paper, Glue, Scissors
II	4	Emotion - dictionary	expression of desire and stress relief	-Draw 6 circles on a piece of paper and express your recent feelings. -Share your feelings while viewing the work.	Drawing paper, Crayons, Pencils
	5	color of heart		-Freely paint the colors that come to mind when there are negative and positive emotions. -After completing the work, share your feelings about the color of your heart.	Drawing paper, Crayons, pastels
	6	find - my strengths	improve self-esteem	-Draw your own hand on the 4th joint. - Write your strengths on ten fingers. -Express your strengths by sharing your feelings.	Drawing paper, magic pen, crayons, pastels, stickers
	7	words you want to hear		-Draw a jar on the paper and write the words you want to hear in it. -Through sharing your feelings, you can find your own protection resources and gain confidence.	Drawing paper, magic pen, crayons, pastels
III	8	my future	positive future setting	-Looking for the future in magazines and compose the work. -After completing the work, talk about your hopes for the future.	Magazine, Drawing Paper, Glue, Scissors, Crayons
	9	trophy -making		-Write your achievements on the trophy picture and decorate. -After completing the work, share your impressions and support each other.	Trophy drawing, crayons, Decoration materials
	10	wish tree - decoration		-Draw a tree and write a wish for the future on the fruit -After completing the work, share your impressions and support each other.	Drawing paper, Colored paper, Crayons, Decoration materials

Table 4. Self-esteem's pre and post-results

Sub-area	N	Pre-inspection		Post inspection		Z
		M	SD	M	SD	
Total self-esteem	6	20.33	3.50	21.50	4.67	-1.73*
Social self-esteem	6	23.00	9.23	33.16	7.73	-2.20*
Domestic self-esteem	6	23.50	9.97	33.50	5.89	-1.99*
Self-esteem in school	6	23.83	5.49	23.16	5.38	-.21
Total	6	33.16	7.73	11.33	14.06	-2.20*

*p<.05

자아존중감 척도의 하위영역의 변화를 구체적으로 살펴보면, 다음과 같다.

총체적 자아존중감의 사전·사후 변화는 사전 평균 20.33, 표준편차 3.50에서 사후 평균 21.50, 표준편차 4.67으로 통계적으로 유의미한 효과가 있는 것으로 나타났다($Z=-.73, p<.05$). 이는 집단미술치료 프로그램이 학교부적응 청소년의 총체적 자아존중감 향상에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 알 수 있다.

사회적 자아존중감의 사전·사후 변화는 사전 평균 23.00, 표준편차 9.23에서 사후 평균 33.16, 표준편차 7.73으로 통계적으로 유의미한 효과가 있는 것으로 나타났다($Z=2.20, p<.05$). 이는 집단미술치료 프로그램이 학교부적응 청소년의 사회적 자아존중감 향상에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 알 수 있다.

가정적 자아존중감의 사전·사후 변화는 사전 평균 23.50, 표준편차 9.97에서 사후 평균 33.50, 표준편차

5.89로 통계적으로 유의미한 효과가 있는 것으로 나타났다($Z=-1.99, p<.05$). 이는 집단미술치료 프로그램이 학교부적응 청소년의 가정적 자아존중감 향상에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 알 수 있다.

학교에서의 자아존중감의 사전·사후 변화는 사전 평균 23.83, 표준편차 5.49에서 사후 평균 23.16, 표준편차 5.38로 통계적으로 유의미한 효과가 없는 것으로 나타났다($Z=-.21, p>.05$). 이는 집단미술치료 프로그램이 학교부적응 청소년의 학교에서의 자아존중감 향상에 영향을 미치지 않은 것으로 알 수 있다.

이를 종합해보면, 집단미술치료 프로그램이 학교 부적응 청소년의 총체적, 사회적, 가정적 자아존중감 향상에는 긍정적인 효과를 주었으나 학교에서의 자아존중감에는 효과를 미치지 않는 것으로 나타났다.

3.2 학교부적응 청소년의 스트레스 변화

본 연구의 집단미술치료 프로그램이 학교부적응 청소년의 스트레스에 미치는 영향을 알아보기 위한 빗속의 사람 그림(PITR) 검사의 사전·사후 변화는 다음과 같다.

Table 5. Study subject A changes of PITR

Sub ject	Division	Pre	Post
A	PITR		
	Overall evaluation	-Dirty and unstable expression with no blank	-No blank, a street lamp is attached, the person is small.
	Contents analysis	-It's raining and he doesn't know what person is doing -Says he feels bad and doesn't want to go home	-After school, he was going home -He is feeling cooler now and wants more rain.
	Form analysis	-A lot of rain -Person gets wet in the rain -Shield is damaged -Person standing unstable	-A lot of rain -Wearing a raincoat -Addition of street lamp -Person is small but stable standing

Table 5에 제시된 바와 같이, 연구대상 A는 사전 검사에서 비의 양이 굉장히 많고, 우산이 손상되어 있다. 또한, 온몸으로 비를 맞고 있다고 하였다. 사후검사는 비의 양이 줄었고 우비를 입고 있는 것으로 보아 스트레스를 대처하는 힘이 생겼으며, 스트레스가 다소 감소한 것으로 볼 수 있었다. 그러나 여전히 스트레스 상황에 노출되어 있는 것으로 보인다.

Table 6. Study subject B changes of PITR

Sub ject	Division	Pre	Post
B	PITR		
	Overall evaluation	-No force in the lines, the picture is small -A lot of blank	-stably composed -Landscape was painted
	Contents analysis	-Person do nothing -Person feel depressed	-Person is going home -Person feels good
	Form analysis	-A lot of rain -Puddle of water -People are crying -No feet and hands -Irregular pen pressure and no force on the lines	-Adequate amount of rain -Expression of additions -Using an umbrella -Stable expression of pen pressure and lines

Table 6에 제시된 바와 같이, 연구대상 B는 사전 검사에서 대처자원을 표현하지 않았으며, 기분이 우울하고 아무것도 하지 않는다고 하였다. 사후검사에서는 우산을 쓰고 집에 가고 있고 기분은 좋다는 긍정적인 표현을 한 것으로 보아 스트레스가 감소한 것으로 볼 수 있다. 또한 사후 그림에서 필압과 선이 안정적으로 표현되어 심리적으로 안정된 것을 볼 수 있다.

Table 7. Study subject C changes of PITR

Subject	Division	Pre	Post
C	PITR		
	Overall evaluation	-Expressing pictures that are off-topic	-A high-baseline, aggressive picture
	Contents analysis	-Saying samurai on a rainy day -I don't know how to feel	-Person is walking with friend -Playing with a friend and it's fun
	Form analysis	-Strong pen pressure -Unfinished -People are expressionless with sharp eyes -Covering face	-Baseline on 1/4 of the paper -Expression of additions -Adequate amount of rain -Using an umbrella

Table 7에 제시된 바와 같이, 연구대상 C는 사전 검사에서 그림을 완성하지 못하여 긴장감이 높은 것을 볼 수 있다. 사후검사에서는 친구와 함께 우산을 쓰고 걸어가고 있는 모습을 그렸으며, 친구와 장난을 치고 있다고 하였다. 이에 사전검사보다 사후검사에서 스트레스가 감소한 것을 볼 수 있다.

Table 8. Study subject D changes of PITR

Subject	Division	Pre	Post
D	PITR		
	Overall evaluation	-A lot of rain -Unstable person	-Expression of additions
	Contents analysis	-I don't know what person is doing -Person gets wet -Person is angry	-Going to be an activist after school -Person feels good and cool
	Form	-Baseline on 1/4 of	-Baseline is stable

analysis	the paper -No resources -A lot of rain -Person is small and blurred -Broken lines and sketch lines are used	-No resources -Adequate amount of rain -People grow up -Pen pressure is stronger and more stable
----------	---	---

Table 8에 제시된 바와 같이, 연구대상D는 사전 검사에서 비의 양이 많고, 대처할 수 있는 자원이 표현되지 않았다. 사후검사에서도 대처자원은 표현되지 않았으나 비의 양이 줄어들었으며, 사람이 커진 것으로 보인다. 또한, 사전에 비해 사후 검사에서 필압과 기저선이 안정된 것을 보아 스트레스가 감소하고 심리적으로 안정된 것으로 보인다.

Table 9. Study subject E changes of PITR

Subject	Division	Pre	Post
E	PITR		
	Overall evaluation	-Dirty and unstable expression with no blank	-Unstable expression with no blank
	Contents analysis	-He don't know what person is doing and feeling	-Said to ride a bike -Person feels good
	Form analysis	-A lot of rain -No resources -Inconsistent pen pressure and distraction -Coloring person	-A lot of rain -No resources -Constant and smooth pen pressure -Coloring person

Table 9에 제시된 바와 같이, 연구대상 E는 사전 검사에서 필압이 일정하지 않고 산만하게 표현된 것을 볼 수 있으며, 비의 양이 많고 대처자원이 없는 것으로 보아 스트레스 양이 많은 것으로 보인다. 그러나 사후 검사에서는 기분 좋은 사람을 표현하였고, 사전에 비해 필압이 일정하고 선이 부드러워진 것을 볼 수 있다. 그러나 여전히 스트레스 상황에 노출되어 있는 것으로 보인다.

Table 10. Study subject F changes of PITR

Sub ject	Division	Pre	Post
F	PITR		
	Overall evaluati on	-Expression of additions -Emotional picture	-Expression of additions
	Contents analysis	-Person is walking somewhere at night -Person is depressed and in a bad mood	-After school, he was going home -Person feels good because he went home and played a game.
	Form analysis	-Baseline on 1/2 of the paper -A lot of rain -Using an umbrella -Lightning strike -Puddle of water -Expression of additions	-Baseline on 1/4 of the paper -Adequate amount of rain -Using an umbrella -Expression of additions -Coloring person

Table 10에 제시된 바와 같이, 연구대상 F는 사전 검사에서 감정적인 분위기의 그림을 표현하였으며 비의 양이 많고 우산을 쓰고 있다. 특히 기저선을 높게 그린 것으로 보아, 스트레스 상황에서 심리적 안정감을 찾으려고 하는 욕구가 있는 것으로 사료 된다. 사후검사에서는 비의 양이 줄고 우산을 쓴 기분이 좋은 사람으로 표현한 것으로 보아 스트레스의 양은 줄어든 것으로 볼 수 있다.

결론적으로 빗속의 사람 그림검사에서 변화된 내용을 살펴보면, 사전검사의 필압, 선의 표현, 기저선 등이 사후 검사에서 안정된 그림으로 표현되는 것을 볼 수 있었으며, 비의 양이 줄어들고 천둥 번개, 물웅덩이가 표현되지 않음 등 스트레스가 감소한 것을 볼 수 있다. 또한, 자신을 보호하는 적절한 우산 들기, 우비 입기, 기분 좋음 등의 표현에서 대처능력이 달라졌음을 알 수 있다. 이는 집단미술치료 프로그램이 학교부적응 청소년의 스트레스 감소에 긍정적인 영향을 준 것으로 볼 수 있다.

4. 결론 및 논의

본 연구를 통해 도출한 결론과 논의는 다음과 같다. 첫째, 집단미술치료 프로그램이 청소년의 자아존중감 향상에 유의미하게 영향을 주었다. 학교 부적응 청소년을 대상으로 한 집단미술치료를 적용한 결과 자아존중감 총점이 향상되었다. 또한, 하위요인인 총체적 자아존중감, 사회적 자아존중감, 가정적 자아존중감에 유의미한 것으로 나타났으나 학교에서의 자아존중감은 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 학교부적응 청소년의 집단미술치료 프로그램 효과연구 결과 [28,30,31]에서와 같이 집단미술치료 과정에서 집단간 상호작용을 유도하였고, 가정생활, 또래 관계에서 받은 심리·정서적인 문제들을 함께 공유하고 자신의 문제점들을 표출하고 공감, 지지받음으로써 개인의 심리상태가 긍정적으로 변화 된 것으로 보여진다. 선행연구의 결과[29]와 같이 집단미술치료 프로그램을 통해 창의성이 자극된 학생들은 자신에 대해 긍정적 인식을 가지고 자신에 대해 충분히 생각하는 계기가 되었다. 이는 자신에 대해 탐색할 기회가 적었던 참여 청소년들에게 자신을 이해하고 찾아가는 기회가 된 것으로 보여진다. 이러한 과정은 집단미술치료 참여 청소년들에게 자신을 긍정적으로 재인식할 수 있었던 점에서 의의가 있다.

집단미술치료는 공동의 주제로 작업하면서 공동체 의식이 생기게 되는데, 서로를 피드백 하는 과정은 청소년이 현재의 문제나 갈등이 자신만 경험하는 것이 아니라 하는 것을 인식할 수 있게 해주어 개인 미술치료에 비해 자기개방이 쉽게 나타난다[42]. 이러한 자기 개방 활동은 자신의 가치를 긍정적으로 인식하게 해준 것으로 보여진다. 본 연구의 결과와 같이, 집단미술치료에 참여한 청소년은 집단미술치료 과정에서 집단원으로 부터 받는 피드백을 통해 사회 속에서 자신이 갖고 있는 긍정적 의미를 재탐색할 수 있어 자아존중감을 향상 하는데 영향을 주는 것으로 해석 할 수 있다. 그러나 본 연구의 자아존중감의 하위요인인 학교에서의 자아존중감에서는 유의미하지 않은 결과를 보였는데 이러한 결과는 학교적응 중 학교 수업과 학교 규칙에서 효과가 없다는 연구와 맥락을 같이 한다[31]. 본 연구의 대상자들은 학교생활에서 성적이나 학교 선생님이나 친구들에게 받은 낙인효과 등으로 학교 환경에 큰 변화를 가져오기에는 한계가 있는 것으로 보여져 학교에서의 자아존중감에서는 집단미술치료가 효과를 나타내지 않은

것으로 나타났다.

둘째, 본 연구에서 집단미술치료 프로그램이 청소년의 스트레스에 미치는 효과를 빛속의 그림(PITR) 검사로 분석한 결과 스트레스 감소에 효과적이었다. 이러한 결과는 집단미술치료가 심리적 스트레스 감소에 효과가 있다는 연구[43,44]와 같은 맥락이다. 집단미술치료 과정에서 스트레스를 경험하는 청소년들로 하여금 미술작업을 통해 자신의 스트레스에 대한 부정적인 감정을 긍정적으로 해소할 수 있는 기회를 가지게 되었다. 또한, 그림을 통해 자신의 문제를 직접 드러내어 자신의 스트레스 상황을 이해하고, 집단을 통한 또래간의 지지체계가 집단원들의 자기 이해와 생각의 변화 등을 가지게 된 것으로 볼 수 있다[45].

빛속의 그림(PITR) 검사의 그림 분석에서의 사전, 사후 변화를 살펴보면 집단원들은 집단미술치료 프로그램 실시전 사전 검사에서 나타난 필압, 선의 표현, 기저선 등이 사후 검사에서 안정된 그림으로 표현된 것을 볼 수 있었으며, 비의 양, 번개, 물 웅덩이 등의 표현 역시 감소되어 그림검사의 변화에서도 집단미술치료 프로그램이 스트레스 감소에 효과적인 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 빛속의 그림(PITR) 검사에서 스트레스의 감소의 표현으로 비의 양, 번개, 웅덩이 등으로 확인할 수 있다고 보고한 연구결과와 일치한다[46,47]. 또한, 빛속의 사람(PITR) 검사의 사전보다 사후 그림에서 자신을 보호하는 적절한 우산 들기, 우비 입기, 기분 좋음 등의 표현이 증가되어 스트레스에 대한 대처능력 향상되었음을 확인하였다. 이러한 결과는 빛속의 사람(PITR) 검사의 사전 그림에 비해 사후 그림에서 태양이 보이고 우의와 우산을 쓰고 건강하게 웃는 자신의 모습을 그림으로서 스트레스에 대한 대처 자원이 많아졌음을 확인한 연구결과와 일치한다[48].

그림검사의 변화에서 본 연구대상자들은 집단미술치료 프로그램 실시 후 빛속의 사람(PITR) 검사에서 선행 연구와 같이 스트레스를 표현하는 비의 양이 줄어들거나 번개, 물웅덩이의 표현이 감소되거나 사라진 것으로 표현하여 스트레스 감소에 효과적인 것으로 해석할 수 있다. 더불어 우산, 우비 등의 대처자원이 사후에 나타남으로써 스트레스 상황에서 이겨낼 수 있는 자아개념이 향상된 것으로 보아 집단미술치료 프로그램은 학교부적응 청소년의 스트레스 감소에 효과를 주고 있다는 점에서 연구의 의의를 찾을 수 있다.

결론적으로, 본 연구의 결과를 통해 집단미술치료 프로그램은 학교부적응 청소년의 자아존중감 요인 중 총체적 자아존중감, 사회적 자아존중감, 긍정적 자아존중감 향상에 영향을 주었으나 학교에서의 자아존중감 요인에는 효과적이지 않았다. 또한, 스트레스 감소에 있어서도 긍정적인 효과를 주어 집단미술치료가 학교부적응 청소년의 자아존중감, 스트레스라는 두가지 심리적 요인에 동시에 효과를 줄 수 있음을 확인하였다.

본 연구의 결론을 바탕으로 다음과 같은 제언을 하고자 한다. 본 연구는 연구대상을 6명으로 하였기 때문에 연구결과를 일반화하기에는 제한점이 있다. 또한 최근에는 COVID-19로 온라인 수업이 익숙해진 학생들이 증가함에 따라 학교 부적응 학생이 증가하고 있는 실정이다. 이에 청소년 뿐 만 아니라 대상을 확대하여 학교 부적응 학생을 위한 집단미술치료 프로그램의 효과 검증에 하는 것이 필요하다. 그럼에도 집단미술치료가 청소년의 학교부적응의 자아존중감, 스트레스에 효과적이었음을 보여주었다는 것에서 본 연구의 의의가 있다. 따라서 학교현장의 다양한 교육환경 변화에 따른 집단미술치료 프로그램에 대한 후속 연구가 이어지길 기대해 본다.

REFERENCES

- [1] M. H. Kim & K. M. Lee. (2020). A Validation Study of the Mother-and-Child Drawings to the Screening of Adolescents' Peer Relationship, *Korean art Therapy Association*, 27(4), 837-856. DOI: 10.35594/kata.2020.27.4.010
- [2] Statistical Office & Ministry of Gender Equality and family. (2021). *2021 Youth Statistics Press Release*. Seoul; Statistical Office & Ministry of Gender Equality and family Press Release
- [3] K. S. Lee. (2000). *The Effect of the Human Relation Enhancement Program on the Prevention of school Maladjustment*. M. A. dissertation, Korea National University of Education, Seoul.
- [4] H. K. Kim. (2010). The Development and Validation of a Narrative Therapy Program for School Maladjusted Youth. *Journal of counseling and psychotherapy*, 22(2), 329-349.
- [5] N. Y. Kim. (2011). The Effects of Dance/Movement Psychotherapy on Stress-Coping Skills and Self-Esteem of

- School-Maladjusted Adolescents in Low-Income, *The Korean Journal of Dance*, 67, 21-41.
- [6] Y. D. Lee & K. C. Hwang. (2013). The Effects of Time Management Behavioral Therapy Program on Self-Esteem, Stress Coping of School Maladjusted Adolescents. *Journal of Digital Convergence*, 11(10), 517-526.
DOI : 10.14400/JDPM.2013.11.10.517
- [7] H. R. Ryu & Y. H. Choi. (2014). Influence of recreational action program by self-esteem improvement for the maladjustment adolescent at school, *Journal of Event Sciences*, 13(1), 62-81.
- [8] S. Halleck. (1967). *Psychiatry and the Dilemmas of crime*. N.Y : Harper
- [9] S. Kim. (2007). *A Study on the Source of Middle School Student's Maladjustment*, M. A. dissertation, Cheongju University, Cheongju.
- [10] A. W. Tomas & M. S. James et al. (2001). Coping dimensions, life stress, and adolescent substance use: a latent growth analysis. *J. Abnorm. Psychol*, 110, 309-323.
- [11] L. Xianchen. (2003). Cigarette smoking, life stress, and behavioral problems in Chinese adolescents. *J. Adolesc. Health*, 33, 189-192.
- [12] H. J. Kang & G. Z. Lee. (2001) A study on the relationship among parent adolescent communication, family function and mental health in adolescent. *Korean Society of Stress Medicine. Res. 9(2)*, 51-60.
- [13] E. J. Kim. (2016). Structural Analysis of the Relationship between the Experience of Discrimination in Everyday Life and Stress of Middle Schoolers and School Maladjustment, *The Journal of Saramdaum Education*, 10(1), 79-97.
- [14] Y. M. Sim & M. H. Park. (2010). An Analytical Study of Causal Relationship between Juvenile Stress, Internal Resource and Mental Health. *Journal of Social Science*, 36(2), 1-23.
- [15] W. R. Park. (2015). The Mediating Effects of Rejection Sensitivity on Relationships between Parenting Attitude and Self-esteem. *The Journal of Korea elementary education*, 26(3), 237-257.
- [16] I. Y. Chang & G. S. Cho. (2016). The Relationships between Subjective Physical Education Achievements and School Life Adjustments of Elementary School Students : Meditation Effects of Self-Esteem and Ego-Resilience. *The Korean Journal of Elementary Physical Education*, 22(1), 93-104
- [17] M. Rosenberg. (1979). *Conceiving the Self*, NY: Basic Books.
- [18] E. Park. (1996). *Compartmentalization as the explaining variable of self-esteem*. M.A. dissertation, Seoul National University Seoul.
- [19] C. S. Jung. (1997). *The Effects of Program to Improve Self-esteem : Focused on the teenagers showing the slight reaction*. M.A. dissertation, Yonsei University, Seoul.
- [20] D. H. Lee. (2009). Estimated Prevalence of ADHD Symptoms and Relationships of ADHD Symptoms with Depression, Anxiety, Stress, and School Maladjustment. *Korea Journal of Counseling*, 10(4), 2397-2419.
- [21] S. K. Cho, E. T. Lee & E. K. Lee. (2016). The Dual Mediation Effect of Depression and School Maladjustment in the Relations between Stress and Intention to School Dropout of Vocational High School Students. *Journal of Future Oriented Youth Society*, 13(1), 1-20.
- [22] M. H. Kim & K. M. Lee. (2020). Effects of Group Art Therapy Program on the Self-concept of Children in Multicultural Families. *Journal of Emotional & Behavioral Disorder*, 36(3), 235-249.
DOI : 10.33770/JEBD.36.3.11
- [23] S. H. Kim. (2010). *Theory and practice of youth art therapy*. Seoul: Idam Books.
- [24] J. S. Ko. (2017). *Hermeneutic Phenomenological Understanding on Lived Experience of Individual Art Therapy for the institutionalized children of Art therapists*. Department of Expressive Arts Therapy The Graduate School of Professional Therapeutic Technology Seoul Women's University.
- [25] I. S. Park. (2006). *Effects of group art therapy on depression & self-esteem of children in welfare facilities*. Master's thesis, Seoul woman's Univ. Korea
- [26] K. M. Lee, E. J. Kim & H. J. Song. (2015). The Influence of Group Art Therapy Program on the Self-esteem. and Learning Motivation of School Violent Adolescent Bully. *Journal of Arts Psychotherapy*, 11(3), 263-284.
- [27] J. W. Jung & Y. H. Beak. (2012). An Effect of Group Art Therapy on the Self-esteem and the Academic Motivation of the Maladjusted Adolescents in School. *Korean Journal of Art Therapy*, 19(4), 735-758.
- [28] D. E. Kim & S. Y. Chun. (2020). The Influence of

- the Food Art based Group Art Therapy on the Emotional Stability and Self-esteem of Adolescents with School Maladjustment. *Korean Journal of Art Therapy*, 27(3), 513-531. DOI : 10.35594/kata.2020.27.3.006
- [29] E. J. Kim & G. S. Kim. (2015). The Effects of Group Art Therapy on the Self-esteem and School Adjustment of Adolescents with Poor School Adjustment. *Journal of Arts Psychotherapy*, 11(2), 179-204.
- [30] E. J. Lee. (2007). The Effect of a Group-art Therapy on the Levels of Self-esteem and Stress of Teenagers Maladapted in School System. *Journal of Special Education & Rehabilitation Science*, 16(4), 55-76.
- [31] M. H. Kim & J. I. Kim. (2015). Effect of the Group Art Therapy Program Using Three-Dimensional Media on the Stress Management of School Mal-adjusting Juveniles. *The Korean Journal of Arts Education*, 13(2), 59-77.
- [32] Coopersmith. (1967). *The Antecedents of self-esteem*. SF: W. H. Freeman.
- [33] A. W. Pope, S. M. Mchale & W. E. Craighead. (1988). *Self-esteem enhancement with children and adolescents by A. W. Pope, S. m. Mchale and W. E. Craighead. Psychology Practitioner Guidebooks*. Elsevier Science & Technology Books.
- [34] B. G. Choi & G. Y. Jeon. (1993). A study on the Development of the self-Esteem Inventory₁(I). *International Journal of Human Ecology*, 31(23), 41-54.
- [35] E. F. Hammer. (1958). *The clinical application of projective drawings*. Springfield, Illinois: Charles C. Thomas.
- [36] H. S. Lack. (1996). *The person-in-the-rain projective drawing as a measure of children's coping capacity: a concurrent validity study using rorschach, psychiatric, and life history variables*. Thesis (Ph. D.), California School of Professional Psychology at Alameda.
- [37] J. M. Kim, E. S. Park & O. H. Jeong. (2018). A Meta-Analysis on the Art Therapy Programs for Elementary School Students with ADHD. *Korean Journal of Art Therapy*, 25(4), 421-438.
- [38] H. M. Kim & H. Y. Kwon. (2017). A Meta-Analysis on the Effects of Group Art Therapy for Improving Adolescents' Self-Esteem. *Korean Journal of Art Therapy*, 24(1), 157-175.
- [39] J. H. Seo & , Y. R. Ko & J. M. Yang. (2012). Effects of Group Art Therapy on the Daily Stress, Depression, and Anxiety of Shelter-Resident Children. *Korean Journal of Art Therapy*, 19(2), 185-205. DOI : 10.35594/kata.2012.19.2.001
- [40] J. H. Kim & M. K. Kim. (2020). A Study on the Effects of Strengths Perspective Group Art Therapy on Stress, *Journal of the Korea Convergence Society*, 11(1), 337-347. DOI : 10.15207/jkcs.2020.11.1.337
- [41] Y. S. Park & M. S. Lee(2019). The Effects of Group Art Therapy Based on Reality Therapy on Daily Stress, Internal-external Control and Self-efficacy for Children. *Korean Journal of Art Therapy*, 26(5), 853-874. DOI : 10.35594/kata.2019.26.5.004
- [42] I. S. Park. (2006). *Effects of group art therapy on depression & self-esteem of children in welfare facilities*. Master's thesis, Seoul Woman's University, Seoul.
- [43] Y. H. Choi & M. O. Lee. (2004). The decese effect of group art therapy through the plastic acrivty on stress of adolescents. *Korean Journal of Art Therapy*, 11(2), 211-229.
- [44] S. S. Lim & S. Y. Chun. (2015). Effect of Group Art Therapy Using Fabric Media on the Self-Identity and the Bicultural Stresses of Immigrated Adolescents of Multicultural Families, *Korean Journal of Art Therapy*, 22(5), 1417-1438.
- [45] Y. J. Kim & J. M. Kim. (2009). Effects of Cognitive-Behavioral Art Therapy in Group Decreasing the Stress and Adjusted Behavior in School Life of High School Students. *Korean Journal of Art Therapy*, 16(2), 227-249.
- [46] Y. J. Yang & K. M. Lee. (2010). Effects of Short-Term Group Art Therapy in Decreasing Accumulative Stress in Foreign Workers. *Journal 01 Arts Psychotherapy* 6(2), 1-20.
- [47] N. R. Yoon & K. M. Lee. (2015). The Effect of Collage Group Art Therapy on Reducing Parenting Stress of Parents of Disabled Children. *Journal of Clinical Art Psychotherapy*, 5(2), 45-63.
- [48] K. S. Kim. (2017). A Case Study of Cognitive-Behavioral Art Therapy for Reducing Depression and Post-Traumatic Stress of Woman Who Is a the Sexual Violence Victim. *Korean Journal of Art Therapy*, 24(6), 1557-1583.

김 은 지(Kim-Eun Ji)

[정회원]



- 2012년 8월 : 평택대학교 사회복지대학원 미술치료전공(석사졸업)
- 2018년 8월 : 평택대학교 상담대학원 상담전공 (박사졸업)
- 2020년 9월 ~ 현재 : 대구사이버대학교 외래교수

- 2021년 10월 ~ 현재 : 드림발달심리상담연구소 소장
- 관심분야 : 미술치료, 상담심리
- E-Mail : cthjj486@hanmail.net

김 미 현(Kim-Mi Hyun)

[정회원]



- 2013년 2월 : 평택대학교 사회복지대학원 미술치료전공(석사졸업)
- 2019년 2월 : 평택대학교 상담대학원 상담전공 (박사졸업)
- 2020년 9월 ~ 현재 : 배재대학교 겸임교수

- 2021년 9월 ~ 현재 : 웨스트민스트신학대학원대학교 사회문화교육학과 겸임교수
- 관심분야 : 미술치료, 상담심리
- E-Mail : lovelymion@gmail.com