

회상요법을 적용한 집단미술치료가 만성질환 노인의 심리적 안녕감과 무망감 우울증에 미치는 효과

박 동 순¹⁾ 현은민²⁾
영남대학교 안동대학교

본 연구는 회상요법을 적용한 집단미술치료 프로그램이 만성질환 노인의 심리적 안녕감과 무망감 우울증에 미치는 효과를 알아보는 데 그 목적이 있다. 연구 대상은 충북 J시 B요양원 입소자 중 75세 이상의 만성질환 노인 12명으로 자발적 프로그램 참여를 원하는 실험집단 6명과 프로그램에 참여하지 않는 통제집단 6명으로 총 12명으로 2009년 4월 21일부터 7월 21일까지 주 1회 90분 이상 총 15회에 걸쳐 진행되었다. 프로그램 효과를 검증하기 위해 심리적 안녕감 척도 검사와 무망감 우울증 척도 검사를 사전·사후·추후에 걸쳐 실시하였고 질문지 검사의 한계를 보완하기 위하여 자유만다라 그림검사를 실시하였다. 실험·통제집단의 동질성 검증은 맨 휘트니 U검증을 실시하였고, 효과성 검증은 윌콕슨 부호 순위 검증을 하였다. 연구결과를 바탕으로 얻은 결론은 다음과 같다. 첫째, 회상요법을 적용한 집단미술치료는 만성질환 노인의 심리적 안녕감에 긍정적인 효과가 있는 것으로 나타났다. 둘째, 회상요법을 적용한 집단미술치료는 만성질환 노인의 무망감 우울증에서 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았으나, 추후접수에서 인지적 증상과 자존감 저하가 상승하는 것으로 나타났다. 셋째, 회상요법을 적용한 집단미술치료과정에서 감정, 정서, 갈등의 시각적 언어적 표현이 증가됨에 따라 개인의 창조성과 자발성이 향상되었다.

주요어 : 회상요법, 노인집단미술치료, 심리적 안녕감, 무망감 우울증

1) 교신저자: 박동순, 영남대학교 미술치료학과 박사 수료 / E-mail : elartel@hanmail.net
2) 현은민, 안동대학교 생활과학대학 생활환경복지학과 교수

I. 서 론

연구의 필요성과 목적

노화(Aging)는 인간이면 누구나 경험하는 정상적인 과정이다. 노화란 발생학적으로 시간이 지나면서 인간에게 일어나는 생물학적, 정신적, 사회적 변화를 설명하는데 사용되는 용어이다(이승범, 2003). 그러나 고령사회의 심각한 문제 중의 하나가 만성질환을 가진 노인 수의 증가이다. 또한 65세 노인성만성질환 11,160명 중 85.9%가 하나 이상의 만성질환에 이환되어 있는 것으로 나타났으며(염현이, 2005 재인용:1), 일반적으로 만성질환은 3개월 이상 오랜 기간의 경과를 취하고 호전과 악화는 반복하면서 병리학적인 방향으로 진행되는 질환을 의미하고(서미경, 1995), 완치가 불가능한 질환으로 3개월 혹은 6개월 이상 질병이 지속되는 경우를 의미한다(Summer, 1999). 이러한 상황에서도 노인들은 성공적인 노화에 대한 희망을 갖고 있다. 하지만, 노인들은 정확한 질병 진단이 드러나지 않더라도 자주 통증을 호소할 뿐만 아니라 죽음에 대한 두려움으로 위축을 갖는다.

Jung은 노년기의 위축은 정상이며 죽음을 수용하고 내세에 희망을 가지는 것이 성공적인 노화의 모습이라 한다. Erikson도 노년기 발달핵심은 자아통합 대 절망(integrity versus despair)이라는 위기 해결 능력을 목적으로 하고 있다. 자아통합을 이룬 사람은 사회적 질서감, 과거에 대한 긍정적 회상, 현재 그리고 미래의 죽음을 수용하고, 희망으로 생애에 대한 성취감을 갖는다고 한다. 죽음의 수용과 내세에 대한 희망, 그리고 자아통합의 성취는 과거에 대한 긍정적 회상이며, 죽음에 대한 긍정적 수용에 의한 성공적인 노화의 심리로 볼 수 있다. 그러나 현대 고령노인들은 핵가족화로 인하여 노인복지시설에서 생활할 수밖에 없는 노인에게는 소외감과

개방적인 공동생활과 일상생활의 규칙 등에서 기인한 스트레스, 손해를 감수할 수밖에 없는 동료에 대한 양보 등에 기인한 어려움이 있다. 그로 인해 노인은 만성질환과 시설공동체 생활의 어려움이 따를 수 있어 생활의욕의 저하와 우울을 겪게 되기도 한다. 이러한 노인들의 특징은 과거에 대한 회상이다. 회상은 다양한 과거의 경험, 기억, 사회적 상호작용의 개념으로, 직접 경험한 과거 사건을 현재화하여 재구성하고 이를 타인 또는 대상과 공유하는 정신사회적 치료 중의 감정 지향적 프로그램을 말한다(Mcmahon & Rhudick, 1964: 손미애, 2007 재인용:4).

미국의 정신과 의사인 Bulter(1963)에 의해 제창된 회상요법은 노인 정신보건을 유지·향상시키는 치료기법에 많이 응용되어왔다. 생의 회고과정(Life review process)은 자연발생적이거나 목적으로 발생하는 정신 과정이며, Bulter가 Erikson의 발달이론을 이용하여 노년기는 생의 마무리하는 단계로, 회상은 노년기에 흔히 나타나는 심리적 특성을 가진 시기라고 한 점에 바탕을 둔 프로그램을 말한다(Ebersole, 1976; King, 1982).

본 연구에서 회상요법을 적용한 집단미술치료를 만성질환 고령노인들로 하여금 감정, 행동과 신경 인지적 기능을 개선시킨다면, 그리고 경험한 과거 사건들 중 긍정적이고 유쾌한 경험을 통해 재통합의 기회를 갖게 한다면, 이를 통해 노인들은 자아성취감이나 우울, 불안 및 갈등을 극복하고 생의 의미를 발견할 것이고, 이는 사회적 상호작용을 돕는데, 긍정적 측면이 있다(김영숙, 2004 재인용:12)

한편, 본 연구에서는 자아통합을 지향하는 고령노인에게 자유만다라를 사전·사후그림분석으로 실시하였다. 자유 만다라 그림은 원안에 자유롭게 그림을 그리는 것이다. 원상에 어떤 상징이나 색을 표현하여도 상징적 해석이 가능하고 쉽게 적용할 수 있으며 그림활동의 체험이 부족한 참여자에게 특히 부족감을 감소시키는

장점이 있다. 일반적으로 개인 만다라 작업은 A4 크기가 적당하나 본 연구에서는 지름 15cm로 하여 미술작업 체험이 부족한 만성질환 고령노인의 심리적 부담을 고려하였다.

만다라 미술치료는 인간의 인생과도기의 발달 손상과 상실 경험으로 내면의 균형이 깨어질 때 만다라를 통하여 통합적인 정신의 패턴을 구현한다는 Jung의 이론을 바탕으로 하는 방법이다 (Fincher, 1991). Jung은 만다라에서 어떤 상징이 보여지는 과정을 무의식이 만다라라는 미술활동을 통하여 의식화 되어가면서, 점차 자아실현에 가까워지고 정체성 혼란을 극복하게 된다고 하였다. 또한 만다라를 통한 정신의 통합이 곧 치유라고 단정 짓고 자신이 직접 만다라를 그리는 생생한 자기체험을 통하여 만다라가 주는 치료적 의미를 정착시켰다(이부영 역, 2003).

Jung은 만다라의 우주적, 영적 의미를 체험을 통해 발견하고 인간정신에 주는 의미를 탐구하였으며, 만다라의 상징들은 자기 자신을 다시 발견하고 자신에게 집중하여 흔들리는 자신을 붙잡을 수 있게 도와주며, 긴장에서 자신을 견디어 냄을 통하여 모순을 통합할 수 있도록 해 준다는 체험은 김진화(2003), 오연주(2008), 정경림(2007)의 연구결과와 일치한다.

Goldwasser, Auerbach, Harkins(1987)는 회상요법이 치매환자의 우울 상태를 완화시키는데 효과가 있다고 보고하였으며, Gallagher(1993)는 미술치료를 이용한 생의 회고 과정을 통해 노인들이 삶에 대해 긍정적 평화적 수용에 도달할 수 있고, 그들이 견디어 왔던 상실이 벗어낸 미해결된 문제와 슬픔에 기인한 걱정거리가 어느 정도 완화될 수 있다고 하였다. Thomas(1998)는 만성신장질환을 앓고 있는 노인의 가족을 대상으로 회상요법을 실시한 결과, 노인 질환에 대한 가족의 대처 능력이 향상되었음을 입증하였다 (Thomas, 1998: 박문주, 2004 재인용:19). 또한 회상요법이 생활만족도 증진(하양숙, 1991)과 노

인 만성통증, 우울, 자아존중감 등에 효과가 있다 (김수용, 1998)고 보고되고 있다.

Disabato(1995)는 미술치료의 창조적 과정과 노인의 생애 회고 과정과 결합했을 때, 노인에게 의미 있는 가치는 언어적 회상 과정을 향상시키고, 심각한 질환에 직면한 노인의 불안을 감소시키는 효과가 있다고 하였다. 김지희(2002)는 회상요법 집단미술치료가 노인의 우울감을 감소시키고, 생활만족도를 증진시켰다고 하였으며, 김안젤라(2003)는 회상집단이 미술작업을 통해 자신의 내면에 억압되어 있는 부정적인 자아와 긍정적인 자아를 창조적으로 재인식하여 자아존중감을 갖도록 도왔고, 긍정적이고 건강한 자아성장과 통합의 가능성을 확인하였다.

민경숙(2004)은 회상 주제 미술치료 프로그램이 뇌졸중, 편마비노인의 우울감과 자기존중감 및 긍정적 관념형성에 긍정적인 효과가 있다고 하였으며, 최상균(2005)은 과거를 회상시키는 영상을 통한 회상 자극 미술치료가 치매노인의 행동과 정서에 긍정적인 변화를 보임으로써 치매의 진행을 지연시키는 방법으로 활용할 수 있음을 밝혔다.

조상희(2006)는 구조적 회상요법을 적용한 집단미술치료가 치매노인의 표현력 증진과 심리적, 사회적, 인지적 변화에 효과가 있다고 하였고, 양하연(2007)은 집단미술치료가 치매노인의 우울감 완화 및 긍정적인 대인관계에 효과적임을 밝혔다. 이난주(2007)는 미술치료를 통한 과거 기억 재현이 치매노인의 정체성 회복에 긍정적 영향을 미치며 치매노인의 삶의 질을 향상시킨다고 하였고, 안혜란(2010)은 회상요법을 적용한 집단미술치료가 시설노인의 우울과 의사소통에 긍정적인 효과가 있다고 하였다.

하지만 위에서 살펴본 것처럼 대부분의 연구들이 치매노인을 대상으로 한 간호학적 접근이어서 일반적인 만성질환 노인에 대해 연구가 필요하다고 하겠다.

그러므로 본 연구는 회상요법을 적용한 집단 미술치료가 고령노인들이 과거의 삶을 단계별로 되돌아보며 이루지 못한 것에 대하여 더 이상의 후회나 회한이 없이 용서와 화해를 이루고 얼마 남지 않은 생애 동안에도 의미 있는 삶을 추구하도록 하였다. 그리하여 죽음에 대한 준비로 자아통합에 도달할 수 있도록 도와주어 심리적 안녕감을 향상시키고 무엇이든 할 수 없다고 부정하는 무망감 우울증을 해소하고자 하는데 그 목적을 두었다.

연구문제

본 연구의 목적을 달성하기 위한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 회상요법을 적용한 집단미술치료가 만성질환 노인의 심리적 안녕감에 미치는 효과는 어떠한가?

둘째, 회상요법을 적용한 집단미술치료가 만성질환 노인의 무망감 우울증에 미치는 효과는 어떠한가?

셋째, 회상요법을 적용한 집단미술치료과정의 변화양상이 어떠한가?

용어 정의

1. 만성질환(Chronic disease)

만성질환 정의를 미국의 국립만성질환위원회(national commission on chronic illness)에서는 만성질환을 영속성, 불구상태, 회복 불가능한 병리적 병변, 재활을 위한 특별한 훈련의 필요, 장기관의 보호, 감시 및 치료의 필요 등의 특성 중 한개 이상의 특성을 갖고 있는 손상이나 이상을 포함하는 것이라 정의 하였고, 보건복지부는 만성질환을 성년기 이후에 점차 많이 발생하는 비전염성의 만성, 퇴행성질환, 상병, 불구, 무능력상태 및 기능장애들을 말한다(보건복지부, 2007).

본 연구에서 만성질환은 고혈압성 질환, 당뇨병, 고관절염, 순환기계질환, 요골, 좌골통, 관절염, 디스크, 소화기계 질환, 뇌졸중, 중풍으로 한정한다.

2. 심리적 안녕감(Psychological well-being)

심리적 안녕감은 인지적인 요인인 삶의 만족도와 정서적 요인인 긍정적, 부정적 정서의 요소를 지니는 것으로, 객관적이고 외적 조건에 의해서 결정되어지는 것이 아니라 개인의 경험적인 주관성을 가지고 있으며, 삶에 대한 종합적인 판단이라고 할 수 있다.

본 연구에서 심리적 안녕감은 이지연(2008)이 사용한 심리적 안녕감 검사에 의해 측정된 점수를 의미한다.

3. 무망감 우울증(Hopelessness Depression)

무망감 우울이란 무망감 이론에서 말하는 바람직한 성과가 일어날 것 같지 않거나 혐오적인 성과가 일어날 것 같으며 자신이 할 수 있는 어떠한 반응도 이러한 가능성을 변화시킬 수 없을 것이라는 기대를 무망감으로 정의한다.

본 연구에서 무망감 우울증이란 이정아(2009)가 사용한 무망감 우울증 검사에 의해 측정된 점수로 에너지부족, 불면증, 주의집중 어려움, 무감동, 무쾌감 증상을 말한다.

II. 연구 방법

연구 대상

본 연구대상은 2009년 4월 21일부터 2009년 7월 21일까지의 가톨릭 재단의 충북 J시 B요양원 입소자 가운데 자발적 참여자인데, 선정기준은 다음과 같다.

첫째, 만 75세 이상 여성으로 기동이 가능한 환자, 둘째, 미술치료를 할 수 있는 의지가 있

는 환자, 셋째, 연구목적을 이해하고 본 연구에 일반적 특성은 표 1과 같다.
 참여를 동의한 환자로 시설생활 4년 이상이며

표 1. 연구대상의 일반적 특성

집단	대 상	연 령	학 력	질 병	개인적 특성
실험 집단	일취영	76	한글해독	고관절, 고혈압	행동이 느리고 침울하며 소극적
	이김옥	79	무학	고관절, 백내장	자주 울고 화를 잘 냄.
	삼박영	81	초등 졸	고혈압, 관절염	짖은 분노와 신체질환에 대한 고통호소
	사김순	82	한글해독	골다공증, 변비	우울과 침묵, 신체화 증상
	오양례	90	초등 졸	고혈압, 백내장	우울과 수면이 불규칙하고 짜증을 잘 낸다.
	육남상	85	초등 졸	고관절, 고혈압	우울하며 말이 적고 통증호소
통제 집단	일동인	76	초등 졸	파킨슨병, 당뇨	침묵하고 소극적이고 의존적
	이기분	85	초등 졸	허리디스크, 고관절	심리적 기복이 심하고 스트레스 잘 받음.
	삼순례	83	초등 졸	우측관절수술백내장	우울하고 소극적이며 말이 없다.
	사금순	78	한글해독	고혈압, 관절염	자주 울고 과거회상에 대한 아픔 호소
	오정희	76	고졸	고혈압, 정신지체	심리적 기복이 심하고 신체화 증상
	육순덕	77	한글해독	좌측편마비, 뇌졸중	우울하고 소극적 신체화 증상

집단미술치료 프로그램을 실시하기 전 심리적 안녕감과 무망감 우울증에 대해 실험집단과 통제집단 간의 동질성 여부를 알아보기 위해 맨 휘트니 U검정(Mann Whitney U test)을 실시하였다. 실시한 결과는 표 2와 같다.

표 2. 실험집단과 통제집단의 동질성 검증

변 인		집 단	N	M(SD)	Z
심리적 안녕감		실험집단	6	3.95(.95)	-.321
		통제집단	6	4.16(.69)	
무망감 우울증	인 지	실험집단	6	2.16(.82)	-.818
		통제집단	6	2.46(.54)	
	정 서	실험집단	6	2.23(1.08)	-.081
		통제집단	6	2.03(.42)	
	동 기	실험집단	6	2.16(.40)	-.814
		통제집단	6	2.56(.78)	
	자존감	실험집단	6	2.16(.32)	-1.699
		통제집단	6	2.96(.95)	
	전 체	실험집단	6	2.18(.49)	-1.615
		통제집단	6	2.65(.32)	

표 2에서 보는 바와 같이 집단미술치료 프로그램을 실시하기 전 실험집단과 통제집단의 심리적 안녕감과 무망감 우울증은 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않아 두 집단이 동일한 것으로 나타났다.

연구 도구

1. 심리적 안녕감 검사

(Psychological well-being Test)

심리적 안녕감 검사는 이지연(2008)이 사용한 것을 재사용했으며, 9개의 긍정형용사(2, 3, 4, 9, 10, 11, 12, 14, 16) 문항과 8개의 부정형용사(1, 5, 6, 7, 8, 13, 15, 17) 문항으로 구성되어 있다. 채점체계는 이들 형용사 각각에 대하여 '전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'까지 6점 척도 상에서 평정하도록 한다. 부정형용사를 각각 합산하여 생활에서의 긍정감과 부정감의 지표로 삼았다. 본 연구에서의 검사는 선행연구의 성과를 계승하여, 이지연(2008)의 연구에서 밝힌 신뢰도 계수(Cronbach α), 즉 긍정감 .91, 부정감 .85로 나타났음을 그대로 수용하였다.

2. 무망감 우울 척도

(Hopelessness Depression Test)

이 검사는 우울증에 대한 무망감 이론을 기초로 하여 우울을 측정하는 검사로서 이영호(1993)가 Beck의 우울 척도(Beck Depression Inventory: BDI)를 번안하여 표준화한 것으로 정서적 증상과 인지적 증상, 동기적 증상 및 자존감 저하에 관련된 문항들을 각각 5문항씩 배치하였다. 본 연구에서는 이정아(2009)가 20문항으로 사용한 것을 재사용하였으며, 채점체계는 4점 리커트 척도로서 점수가 높을수록 우울증상이 심각함을 나타낸다. 본 연구에서의 검사는 선행연구의 성과를 계승하여, 이정아(2009)의 연구에서 밝힌 신뢰도 계수(Cronbach α), 즉 사전 신뢰도 .795, 사후신뢰도 .817로 나타났음을 그대로 수용하였다.

3. 자유만다라

본 연구 대상자는 고령자이고, 글씨를 읽을 수는 있어도 이해의 어려움이 있었다. 더욱이

글씨를 전혀 알지 못하는 집단원도 있어서 1:1로 검사자와 집단원과의 질의응답으로 질문지에 체크를 하였으므로 질문지검사의 결과는 한계가 따를 수밖에 없다. 그래서 본 연구에서는 자유만다라 그림 작업을 통해 이러한 한계를 보완하려고 하였다. 자유만다라는 원상에 자유롭게 그림을 표현하도록 한 후 Fincher(2000)와 정여주(2001)의 분석기준을 참고로 하여 그림의 크기와 위치, 색, 선, 면, 형태, 상징 등으로 그림을 해석하고 본인의 진술을 참고하여 분석하였다.

자유 만다라 그림 검사로 대상자의 진술과 색채, 형태, 선, 상징을 중심으로 해석학적인 측면으로 분석한 이유는 첫째, 그림척도검사가 내담자의 병리적인 부분을 진단하고자 하는 것이 아니므로 만성질환 고령노인의 자아통합을 위한 미술치료의 전후에 대한 비교분석하기에는 무리가 없다고 할 수 있다. 둘째, 그림활동의 경험이 없는 내담자에게 자유 만다라의 원상은 통합성과 일치성의 영향으로 자신의 부족감이 감소되어 그림 표현에 대한 매우 긍정적 자신감과 자기 효능감으로 그림에 대한 부담을 줄일 수 있는 적절한 장점을 갖고 있기 때문이다.

연구절차

1. 연구기간 및 장소

본 프로그램은 충북 J시에 소재한 B요양원에서 2009년 4월 21일에 시작하여 2009년 7월 21일까지 14:00~15:30까지 진행되었다. 만성질환 고령노인 총 12명 중 프로그램 자발적 참여를 한 실험집단 6명과 프로그램 참여를 원하지 않은 통제집단 6명이다. 회상요법을 적용한 집단상담의 선행 연구에서는 1시간이 적합한 것으로 보고되었으나, 본 연구에서는 대상자가 평균 79세 고령의 만성질환을 감안하여 매체탐색과 작업 몰입뿐만 아니라 충분한 회상을 나누기 위하여 1회기를 보통 90분 진행하였고, 특별한 경우(5. 6. 8. 9

회기)는 150분으로 연장하였다. 총 15회기로 실시하였으며, 15회기가 끝나고 2개월 후 2009년 9월 21일 추후 검사를 하였다. 실시과정에서 연구자가 주 진행자가 되고, B시설의 근무자인 사회복지사 2명이 관찰자가 되어 진행하였다.

2. 사전검사

회상요법을 적용한 집단미술치료를 위한 1개월 전에 J시 B요양원에 연구목적을 설명하고, 만성질환을 앓고 있으나 기동이 가능한 대상자의 동의를 얻어, 심리적 안녕감과 무망감 우울증으로 동질검사를 하여 실험집단과 통제집단을 선정하였다. 그런 후, 2009년 4월 21일 14:00~15:30분까지, 연구자 본인과 사회복지사 2명, 도우미 3명으로 총 6명이 내담자를 개별적으로 만나 설문지를 읽어주고 설명한 후, 답을 표시하는 방법으로 심리적 안녕감 검사, 무망감 우울증 검사를 실시하고, 자유만다라를 그렸다.

3. 사후검사

회상을 적용한 집단미술치료 프로그램 종결 직후, 실험집단과 통제집단 모두, 2009년 7월 14일 14:00~15:30분까지, 연구자 본인과 사회복지사 2명, 도우미 3명으로 총 6명이 내담자를 개별적으로 만나 설문지를 읽어주고 설명한 후, 답을 표시하는 방법으로 심리적 안녕감 검사, 무망감 우울증 검사를 실시하고, 자유만다라를 그렸다.

4. 추후검사

회상요법을 적용한 집단미술치료 프로그램을 마친 2개월 후, 2009년 9월 21일 14:00~15:30분까지, 연구자 본인과 사회복지사 2명, 도우미 3명으로 총 6명이 내담자를 개별적으로 만나 설문지를 읽어주고 설명한 후, 답을 표시하는 방법으로 심리적 안녕감 검사, 무망감 우울증 검

사를 실시하였다.

추후 자유만다라 그림검사는 실시하였으나 집단원 중 삼박영과 오양례가 만성질환의 악화로 미술작업을 하기에는 곤란하여 추후 자유만다라 검사의 비교에 적절하지 못하여 삭제하였다.

회상요법을 적용한 집단미술치료 프로그램

본 연구의 회상요법을 적용한 집단미술치료 프로그램은 연구자의 오랜 임상경험에 의하여 구성되었다. 프로그램을 실시하기 위하여 2009년 4월 5일 사전모임을 갖고 미술치료에 대한 소개와 자발적 참여의 중요성에 대하여 설명하였다.

회상요법을 적용한 집단미술치료프로그램은 '오리엔테이션-회상하기-소망하기'로 크게 나누고, 오리엔테이션은 1, 2회기로 하고, 회상하기는 영아기, 아동기, 청소년기, 장년기, 중년기로 하였으며, 소망하기에는 노년기와 새바람에 5회기를 두어 현재와 미래에 대한 준비를 위한 미술치료 작업을 하였다.

본 연구자의 프로그램의 특징은 첫째, 회상요법의 긍정적 회상은 현실요법의 좋은 세계의 그림 안에 있으므로 긍정적 회상을 현실요법의 구체적인 행동실천을 현재생활과 연결시켜 회상의 효과를 지속시키고자 하였다. 둘째, Thomas와 Judith(1976)의 Parent Effectiveness Training의 구체적이고 실천적 기법인 '긍정적 나 전달' 방법으로 참여자간에 좋은 인간관계 향상에 도움을 주고자 하였다. 셋째, 노인의 과제인 죽음에 대한 수용과 긍정적 준비를 위하여 종교심성에 잠길 수 있도록 마무리하였다. 매회기마다 '지난주작업 회상하기-주제알림과 워밍업-그림활동-나누기-다음회기 알림-약속'의 과정으로 진행하였다. 매회기마다 집단원과 인사는 "○○○ 까꿍"으로 하였다. 구체적인 내용은 표 3과 같다.

표 3. 집단미술치료 프로그램의 내용

과 정	회 기	주 제	목 표	회기별 주요 활동내용	준비물
오 리 엔 테 이 션	1 회기 4/21	프로그램 안내 마음재기	친밀감 형성 긴장완화	① 인사나누기 ② 프로그램 안내 ③ 무력감/용서척도/심리적 안녕감척도 ④ 그림활동: 자유만다라 그리기 ⑤ 약속 잘 지키기 다짐 ⑥ 약속: 이웃에게 '까꿍' 인사하기	A4용지, 연필, 척도지, 지우개, 색연필
	2 회기 4/28	이름 꾸미기	자기지각 타인지각	① 프로그램 안내 - 그림활동 - 느낌나누기 - 약속 ② 나의 이름 뜻 나누기 ③ 이름 꾸미기 - 나의 이름에 감사하기 ④ 그림활동: 이름꾸미기 ⑤ 긍정적 '나 - 전달'로 감사하기 ⑥ 약속: 만나서 감사합니다. 인사하기	매직, 색연필, 색종이, 파스텔
회 상 하 기	영 유 아 기	3 회기 5/5	자신에 대한 애착탐색 기본욕구 탐색	① 프로그램 안내 - 그림활동 - 느낌나누기 - 약속 ② 나의 첫 기억 찾아내기 ③ 대상애착에 대한 탐색-좋은 세계 지각 ④ 그림활동: 만다라 ⑤ 긍정적 '나 - 전달'로 감사 표현하기 ⑥ 약속: "하느님 먼저 용서합니다." 말하기	종이끈, 가위, 풀, A4용지, 칼라펜
	아 동 기	4 회기 5/12	나에게 영향을 준 사람 사진 찾기	① 프로그램 안내 - 그림활동 - 느낌나누기 - 약속 ② 아동기의 가장 좋은 그림 찾아보기 ③ 나에게 영향을 준 세 사람 손의 느낌 찾기 ④ 그림활동: 콜라주 ⑤ 긍정적 '나 전달'로 감사 표현하기 ⑥ 약속: 잠들기 전 그날 좋았던 일 3가지 기억 하기	A4용지, 가위, 풀, 사진, 색종이, 현잡지
	청 소 년 기	5 회기 5/19	그 때 좋았던 그림 찾기	① 프로그램 안내 - 그림활동 - 느낌나누기 - 약속 ② 5가지 기본욕구 탐색하기 ③ 좌절된 욕구 찾아보기 ④ 그림활동: 꿈 꾸미기 ⑤ 긍정적 '나 전달'로 감사 표현하기 ⑥ 약속: "꿈을 꾸세요. 꼭 이루어집니다." 말하며 인사하기	스팽글, 크레파스, 단추, 나비모형, 새 모형 지끈
	청 년 기	6 회기 5/26	나의 배우자의 손 꾸미기	① 프로그램 안내 - 그림활동 - 느낌나누기 - 약속 ② 부부관계에서 가장 헌신적 봉사 찾아보기 ③ 손으로 부부를 표현하기 ④ 그림활동: 정다운 손 꾸미기 ⑤ 긍정적 '나 전달'로 감사 표현하기 ⑥ 약속: 부부관계에서 좋았던 일 3가지 생각하기	털장갑, 털실, 바늘, 단추, 스팽글
	장 년 기	7 회기 6/2	있고 싶은 사진 찾기 (공동)	① 프로그램 안내 - 그림활동 - 느낌나누기 - 약속 ② 생애 중 가장 어려웠던 기억 찾아내기 ③ 용서가 필요한 사람 찾아 용서하기 ④ 찰흙작업: 미움 던지기 ⑤ 용서와 긍정적 '나 전달'로 감사 표현하기 ⑥ 약속: "주님의 이름으로 용서합니다. 평화를 주세요." 기도하기	밀가루, 점토, 이쑤시개, 나무 젓가락

과정	회기	주제	목표	회기별 주요 활동내용	준비물	
회상하기	중년기	8 회기 6/9	가장 행복했던 나의 그림 찾기	자신감정 표현하기 좋은 세계 사진탐색	① 프로그램 안내 - 그림활동 - 느낌나누기 - 약속 ② 자신의 사랑스러운 모습 찾아보기 ③ 누가 나를 행복하게 하였는지 찾아보기 ④ 그림활동: 좋은 사진 찾아 꾸미기 ⑤ 긍정적 '나 전달'로 감사 표현하기 ⑥ 약속: 자기 행복 자랑하기	다양한 흑백사진, 색종이, 가위, 싸루, 풀
		9 회기 6/16	감정 나무 -선행 달기 (공동)	관계향상을 위한 좋은 선택 하기	① 프로그램 안내 - 약속하기 - 느낌 나누기 ② 현재의 나의 마음의 보기 ③ 나무에 달고 싶은 덕행 찾기 ④ 그림활동: 나무 꾸미기 ⑤ 긍정적 '나 전달'로 감사 표현하기 ⑥ 약속: 아침에 거울보고 3번 웃기	선행얼매, 화초, 매트
소망 갖기	노년기	10 회기 6/23	가족에게 주고 싶은 선물	건강한 나 찾기 가족의 대한 감사하기	① 프로그램 안내 - 그림활동 - 느낌나누기 - 약속 ② 현재 나의 강점 찾아보기 ③ 가족의 강점 찾아 나누기 ④ 그림활동: 빈 상자 꾸미기 ⑤ 긍정적 '나 전달'로 감사 표현하기 ⑥ 약속: 이웃에게 먼저 인사하기	빈 상자, 리본, 포장지, 가위, 장식용 도구
		11 회기 6/30	새 씨앗 키우기	자기지향 덕목 찾기 긍정의 힘 기르기	① 프로그램 안내 - 그림활동 - 느낌나누기 - 약속 ② 현재 나의 강점 찾아보기 ③ 삶을 새롭게 시작한다면 마음에 키우고 싶은 덕목의 씨앗 ④ 그림활동: 여러 가지 씨앗 본 후 그리기 ⑤ 긍정적 '나 전달'로 감사 표현하기 ⑥ 약속: 꽃 길 10분간 걷기	여러가지 씨앗, A4, 색연필
		12 회기 7/7	초대 받은 우리 (공동)	더 좋은 나 선택하기 행복한 나를 위한 계획하기	① 프로그램 안내 - 그림활동 - 느낌나누기 - 약속 ② 예수님 초대의 조건 찾아보기 ③ 초대에 함께 가고 싶은 사람 찾기 ④ 예수님께 드리고 싶은 것 찾아보기 ⑤ 그림활동: 구체적인 행동 찾아 붙이기 ⑥ 긍정적 '나 전달'로 감사 표현하기 ⑦ 약속: 이웃에게 먼저 인사하기	초, 풀, 가위, 잡지책, 작은 구슬, 켄트지, 뽕뽕, 풀
		13 회기 7/14	소원 나무 만들기 -만다라 (공동)	협동심 현재의 바람탐색 사회성향상 타인조망능력 향상	① 프로그램 안내 - 그림활동 - 느낌나누기 - 약속 ② 자기 바람 찾아보기 ③ 자기바람을 위한 활동계획 하나 세우기 ④ 그림활동: 만다라 색칠하기 ⑤ 나무에 만다라 매달기 ⑥ 긍정적 '나 전달'로 감사 표현하기 ⑦ 약속: 자연 새소리, 꽃향기를 감상하고 나누기	큰 나무 꽃, 칠사, 만다라, 가위, 색연필, 파스텔, 색종이
		14 회기 7/17	마음 재보기 사후검사	자기변화 탐색하기	① 프로그램 안내 - 그림활동 - 느낌나누기 - 약속 ② 사후 심리검사 척도재기 ③ 자랑스러운 나의 마음 열어보기 ④ 그림활동: 자유만다라 그리기 ⑤ 정원에 심고 싶은 감성나무 열매 찾기 ⑥ 긍정적 '나 전달'로 감사 표현하기 ⑦ 약속: 아침에 거울보고 3번 웃기	나무, 열매카드, 크레파스, A4용지

과정	회기	주제	목표	회기별 주요 활동내용	준비물
소망 갖기	새바람 15회기 7/21	말씀 뽑기	더행실천하기 긍정의 힘 기르기	① 프로그램 안내 - 그림활동 - 느낌나누기 - 약속 ② 준비된 초대 말씀 뽑아 나누기 ③ 뽑은 말씀 생각하며 그림으로 표현하기 ④ 말씀의 씨앗 잘 자라도록 마음 발 가꾸기 ⑤ 이웃 안아주고 격려해주기 ⑥ 약속 : 기도 안에서 만나기, 성가 부르기 "감사 합니다" 자주 하기	축하 음악, 성서 말씀, 다과

자료 분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS WIN Version 18.0 Program으로 분석하였으며, 표본의 사례 수가 작기 때문에 모집단 분포에 대한 가정을 충족시키기 어려우므로, 모집단의 분포와 무관한 비모수 검증(nonparametric test) 방법을 사용하였다. 구체적인 방법은 다음과 같다.

첫째, 회상요법을 적용한 집단미술치료가 만성질환자의 심리적 안녕감과 무망감 우울증에 미치는 효과를 알아보기 위해, 집단 간 동질성 검증은 맨 휘트니 U검증(Mann Whitney U test)을 사용하여 분석하였다.

둘째, 회상요법을 적용한 집단미술치료가 만성질환 노인의 심리적 안녕감과 무망감 우울증에 미치는 효과를 알아보기 위해, 프로그램의 효과 검증은 사전·사후·추후 검사를 실시하여 측정된 결과를 윌콕슨 부호 순위 검정(Wilcoxon signed ranks test)을 사용하여 분석하였다.

셋째, 회상요법을 적용한 집단미술치료과정에 따른 변화양상을 알아보기 위하여 사전·사후 자유만다라를 실시하여 대상자의 진술과 색채, 형태, 선, 상징을 중심으로 해석학적인 측면에서 분석하였다.

III. 연구 결과

집단미술치료가 만성질환 노인의 심리적 안녕

감과 무망감 우울증에 효과가 있는지를 알아보기 위해 실시한 심리적 안녕감 검사, 무망감 우울증 검사의 결과는 다음과 같다.

회상요법을 적용한 집단미술치료가 만성질환 노인의 심리적 안녕감에 미치는 효과를 알아보기 위해 프로그램 실시 전과 후 만성질환 노인의 심리적 안녕감 검사를 실시하였다. 그리고 2개월 후 프로그램의 지속성을 알아보기 위해 추후 만성질환 노인의 심리적 안녕감 검사를 실시하였다. 이러한 검사들의 점수의 차이를 비모수 검증인 윌콕슨 부호 순위 검정을 실시한 결과는 표 4와 같다.

표 4에서 보는 바와 같이 실험집단의 심리적 안녕감은 집단미술치료를 실시한 후 유의미한 차이가 나타났다. 즉, 실험집단의 심리적 안녕감에 대한 사전, 사후 점수를 비교해 볼 때, 실험집단은 사전점수($M=3.95$)에 비해 사후점수($M=4.95$)에서 1점 높아졌으며, 사전점수와 사후 점수의 차이($Z=-2.201$, $p<.05$)가 통계적으로 유의하였다. 따라서 본 프로그램이 만성질환 노인의 심리적 안녕감을 향상시키는데 효과가 있음을 알 수 있다. 한편 통제집단의 경우에는 통계적으로 차이가 나타나지 않았다. 그리고 실험집단에서 집단미술치료의 지속효과를 알아보기 위해 집단미술치료 프로그램 종료 2개월 후에 실시한 추후검사 점수($M=4.11$)에서 유의하게 감소함으로써 지속성이 없는 것으로 나타났다.

표 4. 사전·사후·추후 심리적 안녕감의 차이검증 결과

집 단		M(SD)			N	평균순위	순위합	Z
실험집단	사 전	3.95(.95)	사후-사전	음의 순위	0	.00	.00	-2.201*
				양의 순위	6	3.50	21.00	
				동 료	0			
	사 후	4.95(.53)	추후-사후	음의 순위	6	3.50	21.00	-2.201*
				양의 순위	0	.00	.00	
				동 료	0			
통제집단	사 전	4.16(.69)	사후-사전	음의 순위	4	2.50	10.00	-.677
				양의 순위	1	5.00	5.00	
				동 료	1			
	사 후	3.99(.54)	추후-사후	음의 순위	1	6.00	6.00	-.954
				양의 순위	5	3.00	15.00	
				동 료	0			
추 후	4.09(.59)			음의 순위				
				양의 순위				
				동 료				

* $p < .05$

회상요법을 적용한 집단미술치료가 만성 질환 노인의 무망감 우울증에 미치는 효과

1. 만성질환 노인의 무망감 우울증에 미치는 효과

회상요법을 적용한 집단미술치료가 만성질환 노인의 무망감 우울증에 미치는 효과를 알아보기 위해 프로그램 실시 전과 후의 만성질환 노인의 무망감 우울증 검사를 실시하였다. 그리고 2개월

후 프로그램의 지속성을 알아보기 위해 추후 만성질환 노인의 무망감 우울증 검사를 실시하였다. 이러한 검사 점수의 차이를 비모수 검증인 윌콕슨 부호 순위 검정을 실시한 결과는 표 5와 같다.

표 5에서 보는 바와 같이 실험집단의 무망감 우울증은 집단미술치료를 실시한 후 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 한편 통제집단의 경우에도 통계적으로 차이가 나타나지 않았다.

표 5. 사전·사후·추후 무망감 우울증의 차이검증 결과

집 단		M(SD)			N	평균순위	순위합	Z
실험집단	사 전	2.18(.49)	사후-사전	음의 순위	4	2.50	10.00	-1.826
				양의 순위	0	.00	.00	
				동 료	2			
	사 후	1.90(.43)	추후-사후	음의 순위	1	3.00	3.00	-1.572
				양의 순위	5	3.60	18.00	
				동 료	0			
통제집단	사 전	2.65(.32)	사후-사전	음의 순위	4	4.38	17.50	-1.472
				양의 순위	2	1.75	3.50	
				동 료	0			
	사 후	2.35(.40)	추후-사후	음의 순위	4	2.75	11.00	-.105
				양의 순위	2	5.00	10.00	
				동 료	0			
추 후	2.39(.47)			음의 순위				
				양의 순위				
				동 료				

2. 만성질환 노인의 무망감 우울증 하위영역에 미치는 효과

무망감 우울증은 4개의 하위 영역, 즉 인지적 증상, 정서적 증상, 동기적 증상, 자존감 저하로 구성되어 있다. 만성질환 노인을 대상으로 집단 미술치료가 프로그램의 효과를 검증하기 위해 실험집단과 통제집단에 프로그램 실시 전과 후의 무망감우울증의 하위영역별 점수의 차이를 비모수 검증인 윌콕슨 부호 순위 검정을 실시한 결과는 표 6과 같다.

표 6에서 보는 바와 같이 실험집단의 무망감

우울증 하위영역은 사전, 사후점수를 비교해 볼 때, 인지적 증상, 정서적 증상, 동기적 증상, 자존감 저하에서 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 그러나 추후점수에서는 인지적 증상($Z=-2.032, p<.05$)과 자존감 저하($Z=-2.023, p<.05$)에서 유의미한 차이가 나타났다. 통제집단의 경우에는 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 이는 집단미술치료 프로그램을 실시하는 중에는 인지적 증상이나 자존감 저하가 감소하지만 집단미술치료 프로그램의 처치가 없으면 상승하는 것으로 나타났다.

표 6. 사전·사후·추후 무망감 우울증 하위영역의 차이검증 결과

집 단	하위유형	사 전	사 후	추 후	사후-사전 Z	추후-사후 Z
		M(SD)	M(SD)	M(SD)		
실험집단	인지적 증상	2.16(.82)	1.66(.51)	2.30(.75)	-1.633	-2.032*
	정서적 증상	2.23(1.08)	1.73(.43)	2.06(.56)	-1.156	-1.063
	동기적 증상	2.16(.40)	2.26(.41)	2.43(.46)	-.816	-.674
	자존감 저하	2.16(.32)	1.96(.52)	2.63(.67)	-.948	-2.023*
통제집단	인지적 증상	2.46(.54)	2.43(.29)	2.43(.42)	-.213	.000
	정서적 증상	2.03(.42)	2.16(.52)	1.96(.49)	-1.342	-1.604
	동기적 증상	2.56(.78)	2.33(.35)	2.46(.48)	-.730	-1.300
	자존감 저하	2.96(.95)	2.30(.53)	2.33(.54)	-1.289	-.184


* $p<.05$

3. 회상요법을 적용한 집단미술치료과정에 따른 변화양상





회상요법을 적용한 집단미술치료과정에 따른 변화양상을 알아보기 위하여 개인의 창조성과

자발성에 대해 감정, 정서, 갈등의 시각적 그리고 언어적 표현이 증감됨을 사전·사후에 실시한 자유만다라를 대상자의 진술과 색채, 형태, 선, 상징을 중심으로 분석한 결과는 표 7과 같다.

표 7. 자유만다라의 사전·사후 비교분석

대상	자유만다라	분 석
일 최 영		<p>일최영은 “접시나 달을 그리고 싶었지만, 잘 안 그려져서 달로 썼다며 처음 그림을 그려 보니 마음은 간절했는데 표현이 안 된다.” 원상에 노란색으로 표현, 노랑은 위에서 본 것과 같이 사교성도 좋고, 자유에 대한 욕구와 높은 정신력을 가지고 있고, 대부분은 행복하거나 낙관적이지만, 질투심도 많고, 허무감과 자기 과대평가 하거나 소심한 면도 있다.</p>

대상	자유만다라	분 석
일 최 영	사 후	 일최영은 원심을 좌우로 나누고 작은 원은 곡식으로 가을에 곡식을 많이 거두어서 그릇에 담아야겠다며 환하게 웃는다. 초록색 원 중심의 수직선은 속세와 신성의 결합과 모든 것을 관통하는 에너지이다. 초록과 보라, 주황의 주색은 인내와 긍정적인 힘, 자율성 향상과 작은 원의 표현은 무엇인가 마음속의 중요한 것을 표현하고 영원성, 완벽성, 신성한 곳을, 색과 형태의 상징으로 보아, 긍정적 안정감이 향상되었음을 알 수 있다.
	이 김 옥	사 전
	사 후	 이김옥은 원상을 받자 바로 봄꽃을 그리고 싶다고 하며 내 마음이 꽃이 피어 있는 것처럼 좋다고 한다. 꽃을 여덟 개를 그려, 완성된 질서와 대칭, 안정성을 갖고 있다. 만다라의 조화로운 색상이 내면의 균형을 보이고, 마음의 평화로 치유되고 있는 메시지를 내포한다. 전체적 꽃의 그림은 끊임없이 재창출하는 봄 자체의 상징, 사랑의 증표 등의 의미로 새로운 것을 갈망한다.
삼 박 영	사 전	 삼박영은 강원도는 여름에 옥수수가 많아 누가 오든지 옥수수로 대접을 하고 조금 있으면 밤도 많이 따는데 아들과 같이 먹고 싶다고 하였다. 밤과 옥수수가 3개씩의 그림은 활동적 성격, 노랑과 빨간색은 유쾌하며, 자신에 대해 강한 정체감이 있고, 자기주장적이고 권위에 대한 적대적인 태도나 자체력이 부족하다. 옥수수 노랑은 정신력이 높고 자신에 대한 확신이 차있으나, 소심하고 다툼의 미숙함을 볼 수 있다.
	사 후	 삼박영은 몸살을 자주해서 사는 것이 힘들기도 했지만 미술치료를 하면서 마음에 큰 꽃이 심어진 것 같다고 하며 이런 좋을 일을 할 수 있어 행복하다고 하였다. 연두 바탕에 튼튼한 한 송이 해바라기를 붉은 색의 표현은 열정, 생의 욕구, 생명력, 강인한 의지 등의 긍정적 표현과 생명력을 나타낸 것이다. 한 송이의 의미는 시작, 근원, 유일성으로 내부에 모든 힘을 품고 있는 중심, 정신의 성숙으로 안정된 안녕감의 향상을 뜻한다.
사 김 순	사 전	 사김순은 원이 나무로 연상되었고 중앙 상단에 태양은 나무가 잘 성장할 수 있도록 해준다고 하며 그림 작업이 재미있다고 하였다. 태양은 긍정적인 요소로, 따뜻함과 동시에 즐겁거나 자유에 대한 욕구가 있음을 나타낸다. 바탕의 녹색은 희망과 의지를 보이며, 한 그루의 나무에 5개의 가지는 부모의 가치관에 많은 영향을 받았음을 나타내며, 또한 악에 대한 방어를 나타내고, 개인적인 목적을 실현시키고자 하는 강한 의지를 나타낸 것이다.
	사 후	 사김순은 원안에 그림을 그리면 뭐든지 잘 한 것처럼 보여서 좋다. 이 작은 원은 포도인데 여기 계신 분들과 나누고 싶고 재미있고 행복하다. 밝은 초록과 파랑은 사랑과 보살핌을 긍정적으로 반영하고 보라의 포도송이로 풍요와 경이를 상징하여 여성과 초차아 대립의 극복을 나타낸다. 핑크와 어우러짐은 능력, 낭만, 우아, 애정 등으로 볼 수 있어, 심리적 안녕감과 행복감 향상을, 포도를 함께 나누고 싶다고 진솔함은 공동체 의식향상이다.

대상	자유만다라	분 석
오양례	사전 	오양례는 화분에 심어진 코스모스에 벌과 나비가 날아오는 그림을 그리고 싶으나 잘 안되어도 그림을 그릴 수 있어서 동심으로 간 것 같으며 즐거워 하였다. 만다라 원심의 빨간 꽃은 자기희생과 재개, 화분의 보라색은 강한 정서의 상승하는 창의력, 직관력, 내적 긴장을, 갈색의 나비는 고난시기 극복을 상징한다고 보며 미술치료를 환영한 내담자의 심리상태를 잘 반영하고 새로운 삶을 위한 잠재적 치유, 개인적인 성장의 주기를 의식한다.
	사후 	오양례는 “처음 그림을 그릴 때는 두려움도 있었으나 이제 편안하고 즐겁다. 계속해서 미술치료를 하고 싶다. 아파서 못 나와도 기다려주세요”하며 부탁 하였다. 세 송이 꽃과 나비는 개인적인 성장과 목표달성의 긍정적인 방향을 드러내고, 나비는 영적 자기개혁, 변화, 죽음과 부활, 그리고 자신의 아름다움과 죽음에 대한 두려움을 영성으로 초월하고 현재 만족하는 상태임을, 연초록의 줄기는 건강한 성장과 균형, 자연, 희망의 의미로 기쁘고 따뜻한 낙천주의 성향은 심리적 안정감 향상을 보인다.
육남상	사전 	육남상은 처음에는 바다에 배를 그리고 다시 덧그림을 그려서 지운 후 다시 달이 구름에 가려져있다고 설명하였다. 주색인 주황과 파랑에 보라색의 새나뭇잎을 표현하였다. 이는 정신속의 치솟는 느낌으로, 심리적 조화를 갈망하고 있음을 나타낸다. 갈색처럼 보이는 혼합색은 신체적 심리적 안정을 찾고 있으며, 적갈색은 무의식에 아직 치유되지 않은 지난날의 상처에 관심과 재점점을 요구하는 메시지로 보인다.
	사후 	육남상은 국화꽃이 매우 좋으며 빨리 가을이 와서 국화꽃을 보면서 다시 그리고 싶고 지금 그 생각만 해도 행복해진다고 하였다. 주색인 노랑의 국화꽃은 신성한 개인적 성장주기, 목표달성을 뜻하며, 중심의 갈색 나무줄기는 개인의 일상 의식상태, 자아경험으로 치유경험의 마감이며 아래에서 위쪽으로 연결된 국화가지는 정신적, 지적, 종교적인 윤리적 내용을 담고 있다. 연두의 잎은 스스로 돌봄과 안정된 자신감과 자존감 향상, 바탕의 노랑은 독립적 자기신뢰와 삶의 근원의 힘을 드러낸다.

이렇게 자유만다라 그림을 통하여 대상자의 진술과 색채, 형태, 선, 상징을 중심으로 분석한 결과 창조성과 자발성이 향상되고 원상으로 그림으로 자기부족감이 감소되었으며 자기효능성에 대한 새로운 성찰로 자아통합의 효과를 보여주고 있다. 본인의 진술과 치료사와 보조 치료사들의 관찰에 의하여 집단원들이 회기전 심리상태와 회기 후의 심리상태의 변화와 회기 과정에서의 변화는 눈 마주침, 집중력, 호흡, 작업 자세, 지남력, 기억력, 얼굴 표정, 의사소통, 이해력, 기억력, 운동성, 어조, 대화내용 등의 변화가 긍정적으로 일어났으므로 과정중심 평가로는 회상요법을 적용한 집단미술치료가 만성

질환 고령노인의 심리적 안녕감과 무망감 우울 감소에 효과가 있었다.

회상요법을 적용한 집단미술치료의 회기별 진행과정

1회기 : 마음 그리기

오리엔테이션 과정은 사전모임을 가지긴 했으나 집단미술치료프로그램 안내와 구성원에게 자기를 소개하고 미술매체 탐색을 하는 과정이었다. 사전검사활동에서는 내담자의 검사지 문항 이해를 돕기 위하여 YWCA봉사자들과 사회복지사가 내담자와 1:1로 한적한 곳을 선택하여

충분한 시간을 가지고 검사지 체크를 하였다. 검사를 마친 후에는 가위 바위 보로 이긴 사람이진 사람에게 파스를 붙여준 후, 집단으로 들어와 사전 자유만다라를 그렸다. 일최영 “학교를 안 다녀서 난 아무것도 몰라”라고 하니, 삼영례가 “모르면 선생님이 가르쳐 주세요”하면서 위로해주는 이미 친밀감 형성이 잘된 집단이었다. 치료자가 “오늘은 어르신들의 마음을 그림으로 그리고 싶어요. 마음 있으세요?”하고 물으니, 이김옥은 “있지요. 마음 없는 사람도 있나요?”하면서 재치 있게 되묻는 모습도 보였다. 만다라가 그려진 종이를 드리자 원에 대한 느낌은 달, 접시, 나무 등을 연상하였고, 서로의 그림들에 대해서 칭찬하였다. 특히 육남상의 만다라 그림을 모두 화가라고 칭찬해 주었다. 시작과 마침에서 위밍업으로 ‘까꿍’으로 인사하기로 하고, “○○○ 까꿍”하며 크게 웃고 즐거워하였다. 한 주간 약속은 인사를 “○○○ 까꿍”으로 정하였다.



1회기 작업



2회기 작업

2회기 : 이름 꾸미기

2회기에는 “지난시간에 무엇을 하였는지 기억하세요?”하자, “달을 그렸어요.”라고 대답하였다. 오늘은 이름꾸미기와 ‘행복현장’ 따라 하기이며, 치료자가 선창하고 집단원이 따라하였는데, 서로 바라보며 웃고 즐거워하였다. 글씨를 아는 분은 직접 자기 이름을 쓰고, 이름 주변을 색의 재료로 꾸미었으나, 이름을 모르는 분은 치료사가 써 주고, 내담자 자신이 꾸몄다. 이름의 뜻을 소개하고, 이름을 가장 많이 다정하게 불러준 사람을 말하는데, ‘옥처럼 강하고 순하라는 이름의 뜻을 말하는 내담자는 순하지는 않았지만 너무 가난

해서 강하게는 살았다며, 눈물을 흘렸다. 대부분이 이름을 많이 불러준 사람은 부모나 조부님으로 기억하였다. 삼영례는 아버지 다음으로 남편이 다정하게 불러주었다면서 돌아가신 남편이 보고 싶다고 말하며, 눈가에 눈물이 가득 고였다. 사순덕은 주민등록을 할 때 자기이름이 없어지고, 고모의 이름이 자기 이름이 되었다며, 처음에는 어이없었으나, 이제는 괜찮다고 하며, 이번 기회에 멋지게 꾸미고 싶다고 했다. 한 주간 약속은 “만나서 감사합니다.”하면, 손을 잡고 인사하기로 하였다.

3회기(영유아기) : 첫 그림 찾아보기



3회기 작업

3회기에서는 가장 어렸을 때 기억나는 그림을 찾아보았다. 본 시설에서 싸움쟁이라는 별명이 있는 이김옥은 초가집과 빗자루의 그림

으로 표현하였다. 친아버지가 일찍 돌아가시고, 생활능력이 없는 어머니는 오빠와 자신을 데리고 계가하였다. 9살 때 계부가 야단을 쳐서 초가집 처마 밑에 숨어 있다가 계부의 싸리비로 눈을 맞고 실명되어 3개월 동안 방안에만 있는데, 어떤 분이 어머니 보고 담배 곶방에 젖을 짜 넣고 화로불로 지글지글 끓여서 가는 회초리에 찍어 서너 방울을 눈에 넣어 서너 번 하면 눈을 뜰 거라고 하여, 그렇게 해서 눈을 떴다. 지금도 그 때 생각하면 몸이 오싹 하다며 몸짓을 하며, 한참을 울었다. 이제까지 누구에게도 한 번도 말하지 않은 것을 치료자에게 들켰다며 고개를 숙였다. 치료자와 집단원들 모두 함께 위로하였다. 나중에 말하고 나니 기분 어떠냐고 했을 때, 이제 부끄러워서 못나오겠다며, 웃으며 마쳤다. 한 주간 약속은 용서하고 싶은 사람 생각하면 마음속으로 “하느님! 먼저 용서 합니다.” 말하기로 하였다.

4회기(아동기) : 나에게 영향을 준 사람



4회기 작업

미리 봉사자들이 여러 종류의 그림을 오려 놓았고, 또 그림책을 제시하였다. 어릴 때 가장 나에게 영향을 많이 준 사람을 기억해 보자고 하자, 이김옥은 음식의 그림을 붙이고 쌀쌀맞은 우리 어머니와 함께 맛있는 음식 먹었던 생각이 난다며, 눈물을 흘렸다. 사김순은 젊은 여자 두 사람으로 표현하였다. 한 사람은 본인이고, 한 사람은 자기 고모인데, 어릴 때 단발머리를 하고 싶었으나, 할아버지가 엄해서서 못한 것을 동네에 사는 막내고모가 머리를 잘라줘서, 그때부터 단발머리를 할 수 있게 되어서, 그 때 참 행복했다고 회상하였다. 한 주간 약속은 매일 잠들기 전에 그 날 좋았던 일 3가지를 다시 기억하기로 하였다.

5회기(청소년기) : 그 때 좋았던 그림 찾기



5회기 작업

청소년기 때 희망했던 꿈을 찾기 위한 작업으로, 색종이로 오린 새와 나비, 여러 가지 단추와 스펅겔 등으로, 부담 없이 여러 번의 모양을 만드는 작업이었다. 이런 매체에 대단히 흥미로워했다. 일최영은 평소에 행거를 밟고 다니는데, 처음부터 작업 마칠 때까지 계속 서서 열심히 집중하여 작업하였다. 큰 꿈은 없었으나, 늘 사촌동생들을 업어주고 있어서, 장난감을 많이 생각했었다며, 작품명을 '딸랑이'라고 하였다. 이김옥은 노적이 있는 큰 부자가 되고 싶었다며, 노적을 3개로 표현하였다. 특히 예쁜 단추들로 서로의 반지를 만들어 끼워주며 흐뭇해하였다. 사회복지사에게도 주면서 "귀한 선물이니 버리거나 누구에게 주면 안돼요."하며 빨간색 보석반지를 끼워줬다. 이

작업시간은 150분 동안 하여도 끝나지 않아, 저녁 식사 시간을 알람으로 마치게 되었다. 작업에 대한 주제와 매체에서, 모두 최고점수인 10점을 주었다. 한 주간 약속은 아침에 일어나면 "꿈을 꾸세요. 꼭 이루어집니다."를 큰 소리로 말해주기도 하였다.

6회기(청년기) : 나의 배우자의 손 꾸미기



6회기 작업

털실장갑에 여러 가지 색 털실과 단추 등으로 배우자에 대한 감정을 표현하기로 하였다. 위밍업에 '청실홍실' 유행가를 치료자가 부르자, 이 노래를 알고 있는 집단원은 따라 불렀다. 이김옥은 부부는 청실홍실처럼 엮어서 그냥 살았지 지금처럼 갈라지는 것 생각 못하고 살았다고 하자, 대부분 "정말 그랬다."라고 지지하였다. 삼박영은 분홍색과 빨간색을 이용하여 장갑을 깎지 낀 모양으로 꾸미고, 천주교 영세를 받은 날 남편이 성당집사가 앞에서 손을 꼭 잡아주었다며, 그리워하였다. 일최영은 일을 많이 한 까칠한 손이지만 자기를 안아줄 때 가장 좋았다고 표현하고, 치료자가 "말씀을 들으니, 영화를 보는 것 같아요."하자, "영화가 뭐예요. 부부가 좋은 때는 그 이상이지요."라고 하여 주위에 사람들을 감동시켰다. 한 주간 약속은 '부부관계에서 좋았던 일 3가지 생각하기'로 하였다.

7회기(장년기) : 잊고 싶은 사진 찾기



7회기 작업

미운 사람 잊고 싶은 사람 생각하면, 흙덩이를 던지자고 했다. 오양례는 "좋은 사람도 영감이지만 미운 사람도 영감이예요."하며, "먼

저 세상을 훌쩍 떠났으니, 미운영감이지요.”하자, 이김옥은 “한 삼년 누워계셨는데도 영감영감하시니 부럽다.”하며 웃었다. 육남상, 이김옥, 삼박영 등은 “미운 것 용서할 것 없어요. 이것으로 떡 만들어요.”하며 떡을 만들기 시작하였다. 미운사람 떡 하나 더 주기로 하고, 떡을 만들어 한데 모으면서, 집단원은 이미 미운감정은 사라지고 없다고 진술하였다. 이김옥은 시장에 가서 떡을 팔자고 제안하고, “미운 사람 와서 떡 받아가세요.”하면, 누가 올까요. 치매 걸린 사람이나 오지요.”하며 크게 웃었다. 한 주간 약속은 용서하지 못한 사람 생각나면 “주님의 이름으로 용서합니다” 마음속으로 말하기였다.

8회기(중년기) : 가장 행복했던 나의 그림 찾기



8회기 작업

일최영은 남자가 여자를 꼭 안은 사진으로, 자기 사위가 딸을 사랑할 때, 행복했다고 하였다. 삼박영은 자기도 시집을 일찍 갔지만, 어린 딸을 좋은 사위에게 시집보낼 때, 사김순은 자신의 자녀들은 일에 취해서 아이 귀여움을 덜 알았지만, 일찍 손자를 받아 키우면서 정말 행복했다며, 대부분 자녀를 결혼시킬 때, 손자를 키울 때를 말하자, 이김옥은 자기는 아이들은 못 낳았지만 동생들 업어 키울 때 좋았다며, 아이 업은 사진을 골랐다. 치료자가 구약과 신약에서 제일 행복한 여자가 누군지 아느냐며, 유머스럽게 말을 하자, 크게 웃으며, “무자식 상팔자지요.”하였다. 한 주간 약속은 ‘자기 행복 자랑하기’로 하였다.

9~10회기(노년기) : 감정나무에 선행달기와 가족에게 주고 싶은 선물

9회기에서는 시설공사관계로 시설원장실에서 실시하였다. 선행카드를 만들어 미리 준비하여

놓았다. 집단원들이 자기가 뽑은 단어를 보여 주며, 벽에 준비된 나무에 달았다. ‘기쁨’, ‘평화’, ‘세번 인내하면 오해가 풀린다’, ‘내가 먼저 사랑하기’, ‘마음이 예쁘면 가던 복도 돌아온다’, ‘나 누면 부자 됩니다’ 등을 뽑고, 서로 읽어주고 바라보며 즐거워하였다. 한 주간 약속은 ‘거울 보고 3번 웃기’로 하였다.

10회기 가족에게 주고 싶은 선물에서는, 작은 상자와 축복의 말씀카드를 준비하였다. 일최영은 워밍업에서 의녀 장금기와 허준이 이야기를 하자 반가워하며, TV에서 봤다고 회상한다. 이김옥은 “가족이 없어서 유산을 줄 사람이 없어요.”하자 육남상이 “함께 살면 모두 가족이에요.”하니, 치료자의 얼굴을 바라보았다. “친 가족이 아니어도 가장 가깝게 느껴지는 분에게 남기고 싶은 선물을 꾸미세요.”하자, 즐겁게 예쁜 포장을 하였다. 사김순은 ‘행복과 기도는 우리의 생명’카드를 담아 며느리에게 주면서 “항상 기도를 생명처럼 해서 행복하여라.”라고 덧붙이고 싶다고 하였다. 일최영은 ‘나눔과 평화를 빕니다’를 딸에게, 육남상은 ‘인내와 마음이 예쁘면 가던 복도 돌아온다’를 조카에게, 이김옥은 ‘사랑과 마음이 예쁘면 가던 복도 돌아온다’를 옆방 언니에게, 삼박영은 ‘기쁨과 눈도 다정 입도 다정’을 아들에게, 오양례는 ‘기도와 즐겁게 삼시다’를 “우리 며느리에게 주고 싶어요.”하며, 며느리가 보고 싶다면 울먹였다.

다음 시간에는 마음에 씨앗을 키우는 작업이며, 한 주간 약속은 ‘이웃에게 먼저 인사하기’로 하였다.



9회기 작업



10회기 작업

11회기 : 새 씨앗 키우기



11회기 작업

지난 시간의 작업과 한 주간 생활을 간단히 나누고, 주제에 맞는 워밍업을 '내 마음에 사랑' 손 유희로 시작하였다. 여러 가지 씨앗을 보여주며, 이런 씨앗이 우리 마음 안에 들어있다면, 어떤 싹을 피우고 싶은지 생각하며 작업하였다. 일최영은 작은 채송화 씨앗처럼 그리고 기쁨 씨앗을, 이김옥은 나눔의 씨앗, 육남상은 사랑의 씨앗, 삼영례는 기도의 씨앗, 오양례는 행복의 씨앗을, 사김순은 빨간색으로 고추가 주렁주렁 달린 것처럼, 그리고 겸손의 씨앗이라고 했다. 아름다운 씨앗을 가슴에 심었으니, 이제 어떤 모습으로 예수님의 초대받을 수 있는지 생각해 보면서, 주간 약속은 매일 꽃길 10분씩 걷기로 하였다.

12회기 : 초대받은 우리



12회기 작업

지난 시간에 여러 가지 덕행의 씨앗을 마음에 심었다. 오늘은 예수님의 천상잔치에 초대 받은 사람들은 어떤 사람들인지 그림을 찾아보려고 하자, 이김옥은 다정한 모녀의 사진을 보이며, 이 모녀처럼 다정한 사람들이 갈 것 같다. 육남상은 부부가 사랑하는 것처럼 행복한 마음으로 간다며, "내가 천국에 가면 이런 모습 일거 같다"라고 하며, 큰 머리모양을 하고, 행복을 곱게 입은 사진을, 오양례는 밤잠이 안와 피곤하다며 어린 아이를 안은 어머니의 사진을 선택하여, 아이를 안은 엄마 같은 마음이 든다고 하고, 사김순은 행복하고 만족스런 표정을 지은 젊은 여인 사진을 선택하여, 천국에 가면 다시 젊어질 것 같다고 하였다. 이렇게 천국은 가족

관계 안에서 많이 느끼고 있음을 보여주었다. 한 주간 약속은 '이웃에게 먼저 인사하기'로 하였다.

13회기 : 소원나무 만들기



13회기 작업

시설공사 중인데 비가와서 조금 협소한 장소로 이동되었다. 배경음악을 준비했으나 빗소리가 커서 자연의 소리를 이용하여 명상을 하게 한 후, 만다라를 여러 장 중에 선택하여 작업을 하였다. 삼영례는 제목을 '귀천'이라 하고, 느낌을 두 팔 벌리고, 훌훌 날아가고 싶다고 했다. 사김순은 '연꽃'이라 하고, 하느님 앞에서 꽃과 함께 있고 싶다고 했다. 육남상은 제목이 가을인데 마음이 봄처럼 행복했다가도 어느 때는 가을처럼 외롭고 쓸쓸해진다며 빨리 시원한 가을이 왔으면 좋겠다고 했다. 일최영은 다리가 아파 소파에 다리를 뻗고 작업하니까 너무 편안하다고 하면서, 제목을 '꽃 농자'고 하고, 작은 꽃 표현이 마음에 들어 하였다. 이김옥은 '뚝뚝 하늘나라'라 하고 "자식이 없으니 남의 신세 안지고 하늘나라 가고 싶다."라고 하였다. 사김순은 '기도'라 하고, "제가 해드릴 수 있는 것은 기도뿐이라 항상 기도하면서 기억하겠습니다. 난생 처음 좋은 경험을 했다." 하며, 두 손을 꼭 잡아주었다. 대학생 치료 레크리에이션과 의료검진의 진료로 7월 17일 미술치료 프로그램을 하기로 하고, 앞으로 2번 남았다는 것을 알렸다. 새로운 집단에 참여를 원하면 할 수 있음을 다시 알려주었다. 한 주간 약속은 '자연 새 소리와 꽃향기를 감상하고 나누기'로 하였다.

14회기 : 다시 마음재보기

치료자가 "그동안 결석도 않고 성실히 참여하여 주어서 고마움을 노래로 답하겠습니다."라고 하며, '선택'이라는 개사한 노래를 불러주자 집

단원은 박수를 치며 흥겨워하였다. 봉사자가 질 문지를 읽어주면 잘 선택하여 대답하도록 하고, 1회기 사진검사와 같은 방법으로 1:1로 진행 하였다. 자유만다라에서는 육남상은 노랑 바탕에 줄기가 굵은 국화, 사김순은 큰 포도 한 송이를, 일최영은 작은 동그라미를 많이 한 그림을 그렸는데, 집단원들이 보리뿔 나무라고 이름을 붙여 주었다. 그리고 딸이 면회 올 때가 되었으니 함께 따먹고 싶다고 하였다. 오양례는 사진과 같이 코스모스를 그렸는데, 더 풍성하고 화려해 졌다. 오늘은 힘들다며 테두리를 사회복지사에게 부탁하며, 이렇게 해달라고 분명한 자기 요청을 하였다. 삼영례는 한 송이 큰 붉은 색의 해바라기를 그리고 빨간 해바라기라며 좋아하였다. 이 김옥은 파란색과 연두색을 바탕으로 하고, 또 렷한 여러 가지 색의 꽃으로 균형 있게 그렸다. 집단이 마치는 것에 대하여 아쉬워하고, 이김옥은 “9월에 다시 만날 때, 예쁜 단추반지 꼭 해오세요.”하며, 애교 있는 부탁을 하였다. 한 주간 약속은 ‘아침에 거울보고 3번 웃기’로 하였다.



14회기 작업



15회기 작업

15회기 : 말씀 뽑기

미리 준비한 말씀카드를 탁자위에 뒤집어 놓고, 꽃그림으로 주변을 장식하였다. 눈을 감고 음악소리를 들으면서 잠시 침묵하고 조용히 기도한 후, 어떤 말씀이 내 마음에 오실지 다시 기다리는 마음으로 머물렀다. 눈을 뜨고 탁자에 놓인 말씀카드를 집어 들어 글씨를 아는 분은 자기가 직접 읽고, 다른 협조자가 대신 읽어 주며, 두 세 번씩 반복하여 천천히 읽으면, 다른

집단원들과 함께 ‘아멘’으로 응답하였다. 오양례는 망설이며 카드를 뽑지 못하자 치료자가 “어르신 주황색 좋아 하시지요.”하니, 그 때야 카드를 선택하였다. 육남상은 “주님과 항상 기뻐 하십시오. 거듭 말합니다. 기뻐하십시오.” 라고 카드를 읽고, 얼굴에 환한 웃음을 담으며, “이렇게 살라고 하시는 말씀입니다. 기쁘게 살고 싶습니다.”라고 하였다. 사김순은 “어려운 일 당할 때 나를 불러라, 구해 주리라.”는 말씀은 “주님을 찾으라는 뜻이지요.”하였고, 일최영은 처음에는 글씨가 많은 내용을 뽑았다가 나중에 다시 뽑은 말씀은 ‘내 생각과 말이 항상 주님 마음에 들게 하소서’였다. 이 말씀을 읽자 이김옥이 “이제 말씀도 받았으니 싸우는 말씀은 못 하시겠어요.”라고 말하자, “싸움은 혼자하나.” 하며 웃었다. 삼박영은 ‘기뻐하십시오. 늘 기도 하십시오. 어떤 처지에서든지 감사 하십시오’로 “기뻐하고 기도하고 감사하라는 것이네요”하며 환하게 웃고 카드를 보여주었다. 이김옥은 글씨를 모른다면서 옆 봉사자에게 큰 소리로 읽어달라고 청하였다. “무슨 일이나 사람을 섬긴다는 생각으로 하지 말고 주님을 섬기듯이 정성껏 하십시오.”라고 하자, 이해되었는지 묵묵히 고개를 끄덕끄덕 하였다. 오양례는 ‘은총이 가득히 받으신 이여 기뻐하여라. 주님께서 나와 함께 계신다.’였다. 치료자가 “어디에 나오는 말씀이세요.”하고 묻자, “묵주기도에 나오지요.” 하며 웃었다. 이제 주님의 말씀을 간직하면서 그동안 수고한 활동에 대한 고마움으로 꼭 안아드리고 싶다고 하자, 모두 눈물을 글썽이며 아이처럼 안기었다. 추후 다시 만날 것을 약속하며, 앞으로 생활 하면서 ‘기도 안에서 만나기, 성가 부르기, 감사 합니다 자주 말하기’로 하며 집단 미술치료를 종결하였다.

회상요법을 적용한 미술치료 집단과정에서 참가자들은 자기 자신의 미술작품에 대한 자신감으로 긍정적 자존감과 자기효능감에 대하여

스스로 감탄하였으며 다른 집단원의 작품에 대하여 적극적인 지지와 인정을 하였다. 육남상의 작품에 대하여 모두 '우리 집 화가'라고 부르며 축하의 박수를 보내는 긍정적 정서적 교류가 집단원에 대한 상호이해와 수용의 언어적 표현 뿐만 아니라, 작품에 대한 지지와 긍정적 피드백의 확실한 인정의 효과로 표현의 극대화와 창의력을 향상시키고 집단의 역동을 가져왔다.

일최영은 "처음에는 동그라미를 보니까 접시하고 달만 생각이 되었는데 동그라미에 모든 것을 할 수 있는 재미있는 것이다."라고 진술하였다. 이김옥은 어릴 때 계부의 싸리비로 눈이 실명되었던 상처를 처음으로 말한다면서 한참을 울면서 회기를 진행하였고 "이제 마음이 가볍다."라고 한 후 감정의 완화로 우울이 감소하고 자신의 상처에 대한 아픔을 미술매체의 표현으로 시각적 언어적 표현이 증가됨에 따라 내적 자유로움으로 승화하고 창조성과 자발성이 향상되어 집단미술치료 시간 뿐 아니라 시설공동체 생활에서도 적극적이고 잦은 분노표출이 줄었다고 하였다. 오양례는 아버지에 대한 애뜻함을 다시 나눌 수 있어서 매우 행복하고 남편이 좋으면서도 미운 사람이었는데 이제는 좋은 사람으로 기억하겠다고 하여 용서와 화해가 이루어짐을 볼 수 있었다. 육남상은 초등학교 교사가 되는 것이 꿈이었으나 이루지 못하였는데 교사가 되었으면 할 수 있는 미술시간이 매우 행복하고 다음에는 무엇을 새로 배울까? 하고 기다린다면 생의 재구성에 따른 자기표현에 대한 자신감과 새로운 학습의 기회로 보고 즐거워하였다. 삼영례는 회상과 그림활동의 연결을 매우 잘 표현 하였고 평소보다 밝고 유머스런 표현으로 옛날 수수께끼나 이야기를 재연하여 언어적 유창성 한계를 극복하고 시각화된 작품의 제시로 더 많은 언어적 상징을 내포할 수 있음으로 인하여 자기 정체성 회복에 긍정적 영향과 그림을 통한 자기 효능감에 매우 흡족해 하였다.

Mohaupt-Luksch(2004)는 모든 심리적 평가 도구는 노인의 일상기능 회복이라는 관점에서 대부분 인지적 실행능력을 측정하거나 소수의 양적 척도결과에 근거한다. 미술치료가 결과에만 치중하는 것이 아니고 미술치료 과정 중의 경험을 중시하는 특성을 고려함이 중요하다(정여주, 2006 재인용:133). 집단노인들의 의사소통능력향상과 집중력 향상, 내적긴장 이완 등으로 본 연구는 집단원의 활동과 진술로 미루어 보아 회상요법을 적용한 집단미술치료가 효과가 있음을 알 수 있었다.

IV. 논의 및 결론

본 연구는 회상요법을 적용한 집단미술치료 프로그램이 만성질환 노인의 심리적 안녕감과 무망감 우울증에 미치는 효과를 알아보는데 그 목적이 있다. 연구 대상은 충북 J시 B요양원 입소자 중 75세 이상의 만성질환 노인의 자발적 참여를 원하는 실험집단 6명과 프로그램에 참여하지 않는 통제집단 6명으로 2009년 4월 21일부터 7월 21일까지 주 1회 90분 이상 총15회기에 걸쳐 진행되었다. 프로그램 효과를 검증하기 위하여 심리적 안녕감 척도검사와 무망감 우울척도 검사를 사전·사후·추후에 걸쳐 실시하였고, 자유만다라를 사전·사후에 실시하였다. 동질성 검증은 심리적 안녕감과 무망감 우울증에 맨 휘트니 U검증을 실시하였고, 효과성 검증은 윌콕슨 부호 순위 검증을 하였다. 연구결과를 바탕으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 회상요법을 적용한 집단미술치료는 만성질환 노인의 심리적 안녕감에 긍정적인 효과가 있는 것으로 나타났다.

구체적으로 살펴보면, 실험집단의 심리적 안녕감은 집단미술치료를 실시한 후 유의미한 차이가 나타났다. 즉, 실험집단의 심리적 안녕감에 대한 사전·사후 점수를 비교해 볼 때, 실험집단은

사전점수($M=3.95$)에 비해 사후점수($M=4.95$)가 높아졌으며, 사전점수와 사후점수의 차이($Z=2.201$, $p<.05$)가 통계적으로 유의하였다. 한편 통제집단에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 그리고 실험집단에서 집단미술치료의 지속효과를 알아보기 위해 사후-추후검사를 비교해 볼 때, 사후점수($M=4.95$)에 비해 추후점수($M=4.11$)가 유의미하게 감소함으로써 지속성이 없는 것으로 나타났다.

회상을 통한 긍정적 경험을 공유함으로써 공동체 구성원에 대한 이해를 높이고 사랑과 신뢰를 증진시켰다는 선행연구결과들(하양숙, 1991; Baker, Hum, Robertson, 1985; Kovach, 1990)이 본 연구결과를 뒷받침해준다. 즉, 노인의 잠재기능의 활성화와 창작활동을 통한 내면의 긍정적 회고는 노년의 심리적 안녕감을 주고, 회상을 통해 인생을 재정리하게 해 주며, 예술과 영적 통합을 이뤄내어 노년의 삶의 질을 높일 수 있다. 뿐만 아니라 장기간 사회복지시설에서 생활하는 만성질환 노인에게는 정서적 위축을 줄일 수 있게 하고 자기효능감을 갖게 하며, 긍정적 정서를 향상시켜 자존기능을 살리게 한다. 그리고 현실의 상황을 표출하여 삶에 대한 용기를 가지게 하므로 해서 외부세계와 내부세계간의 조화를 이루게 하며, 심리적 안녕감의 증진과 우울증상의 감소에 긍정적인 영향으로 인한 생의 재통합을 갖는 성공적인 노화로 생에 대한 행복감을 갖게 해준다(김영숙, 2004; 도복름, 김영숙, 2003).

둘째, 회상요법을 적용한 집단미술치료는 만성질환 노인의 무망감 우울증에서 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았으나 추후점수에서 인지적 증상과 자존감 저하가 상승하는 것으로 나타났다. 그 이유는 집단미술치료 프로그램을 실시하는 중에는 인지적 증상이나 자존감 저하가 감소하지만 집단미술치료 프로그램의 처치가 없으면 상승하는 것으로 나타났기

때문이다. 이러한 측면에서 볼 때, 대상이 고령자이기 때문에 통계적 유의미한 결과는 아니라 할지라도 그 치료적 효과는 있다고 할 수 있다.

셋째, 본연구의 대상자가 만성질환 고령노인이나 미술 매체에 대한 선호도가 분명하고 자기가 선호하는 매체에 대해서는 일반적으로 알려진 적절한 1시간을 훨씬 초과하여도 지치지 않았으며 창의적 능력은 나이와 별 상관 없이 예술적 창조적 활동으로 심리적 안정감을 가졌다. 그리고 이러한 활동을 한 노인들은 집단미술치료 작업을 통하여 자기효능감에 스스로 놀라워하고 새로운 창작에 대하여 대단한 기쁨을 나누고 단추로 반지를 만들어 나누며 내가 한 것이라고 자랑을 하는 등의 긍정적인 변화를 나타냈다. 또한 프로그램 진행에서 '긍정적 나 전달'로 집단원에 대한 언행이 자기에게 미치는 구체적인 영향을 표현함으로써 긍정적 정서적 교류를 향상시켰다. 뿐만 아니라 집단원에 대한 상호이해와 시각적·언어적으로 적절한 자기표현의 증가로 이웃의 고통에 대한 진심어린 반영과 인정의 효과로 내적 자유로움을 얻고, 표현의 극대화로 창의력과 자발성이 더욱 향상되었다고 볼 수 있다.

이 같은 본 연구결과는 회상집단이 미술작업을 통해 자신의 내면에 억압되어 있는 부정적인 자아와 긍정적인 자아를 창조적으로 재인식하여 자아존중감을 갖도록 도왔고, 긍정적이고 건강한 자아성장과 통합의 가능성을 확인하였다는 김안젤라(2003)와 미술치료를 통한 과거기억 재현이 치매노인의 정체성 회복에 긍정적 영향을 미치며 치매노인의 삶의 질을 향상시킨다고 보고한 이난주(2007)와 구조적 회상요법을 적용한 집단미술치료가 치매노인의 표현력 증진과 심리적, 사회적, 인지적 변화에 효과가 있다는 조상희(2006)의 연구와 그리고 회상요법을 적용한 집단미술치료가 시설노인의 우울과 의사소통에 긍정적인 효과가 있음을 보고한 안혜란(2010)의

연구 결과와 맥을 같이한다.

본 연구를 통하여 회상을 적용한 집단미술치료는 집단작업을 통하여 공동체의 응집력을 길러 주고, 다양한 미술 매체를 접하며 손의 소근육 운동과 인지적 기능을 향상시켰으며, 매체에 대한 선호도가 분명하였다. 창작의 능력은 나이와 별 상관 없이 있었으며 창조적 활동으로 심리감과 정서적 안정감을 갖게 하였음을 확인할 수 있었다. 그리고 회상을 적용한 집단미술치료 프로그램에 참여하는 실험군의 매체 선호도(부록 표 1, 2)를 보면, 노인들에게 높은 만족을 줄 수 있는 미술매체를 알 수 있다. 그것은 5회기의 예쁜 여러 가지 모양과 다양한 색의 단추, 6회기의 털장갑, 8회기의 흑백사진, 10회기의 선물 상자에 덕행단어카드가 나타났다. 이는 노인에게 적합한 미술매체는 노인의 세대에서 사용했던 재료가 효과적임을 시사한다. 즉 칼라사진보다 흑백 사진을 좋아했다(삼박영은 '옛날 사진보니까 내가 다시 젊어진 것 같다.'며 활짝 웃었다).

이렇게 회상요법을 적용한 집단미술치료는 만성질환 노인들에게 삶의 애환과 기쁨 등의 자기개방, 감정표출 그리고 지지 등의 집단 활동의 긍정적 작용과 효과를 통해 사회적 증진과 대인관계 향상, 자아존중감의 변화를 확인할 수 있었다. 특히, 회기 말에 소망 찾기의 새바람은 노년의 삶의 마무리로 하느님께 가는 것을 수용하고 준비하는 것으로 영적 웰빙에 대한 계획으로 마무리하였다.

결론적으로 자기표현이 가능하고 창조적인 즐거움을 더해주는 매체활동을 통해 한 생을 살아오면서 겪은 의미 있는 사건이나 경험을 고찰하게 함으로써 자신을 재통합할 수 있는 기회를 제공해주는 회상을 적용한 집단미술치료는 노년기의 심리적 건강에 긍정적인 방법의 하나임을 확인할 수 있었다.

끝으로 추후 연구와 관련하여 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 회상요법을 적용한 고령노인집단에서 주제에 맞는 위밍업은 필요하다. 위밍업은 회상적 기능, 운동적 기능, 사회적 기능, 공감대, 응집력, 탄력성, 동질성, 효율성을 극대화시키므로 참여자에게 보다 높은 동기부여와 동질감으로 심리적 통로를 제공한다.

둘째, 회상요법을 적용한 노인집단에서의 치료자는 물리적 환경구성은 회상을 끌어낼 수 있는 액자나 참여자의 젊은 시절의 애창곡과 같은 배경음악, 당대의 문학, 영화 등 스토리 이야기, 장신구 등의 배치의 중요성도 인지하여야 한다.

셋째, 현재 개발 되어 있는 검사 도구는 일부를 제외하고 고령자에게 어렵다. 따라서 글씨를 모르는 노인과 이해력이 부족한 노인에게 사용할 수 있는 검사도구의 연구가 필요하다.

넷째, 노인에게 적용되는 미술치료매체는 내적인 자기표현과 예술적 자기표현이 보다 쉽고 친숙하여야 하며 두려움이나 거부감이 없어야 하고 편안하고 긍정적인 추억을 상기할 수 있는 것이 좋다. 따라서 노인에게 적합한 다양한 매체에 대한 연구가 이루어져야 한다.

다섯째, 고령화 사회에 집단시설에서 보다 쉽고 효율적으로 실시할 수 있는 미술치료 프로그램이 개발되어야 하고 심리치료사가 시설에 상근하여야 참여자에게 질적인 치료적 혜택을 제공할 수 있다.

여섯째, 자유 만다라를 고령자, 어린이, 장애인 등에 검사도구로 활용할 수 있는 표준화 작업이 이루어져야 할 것이다.

참 고 문 헌

- 김수용(1998). 집단회상요법이 노인의 통증, 우울, 자아존중감에 미치는 효과: 요양원 만성통증을 가진 여성노인을 대상으로. 경상대학교 석사학위논문.
- 김안젤라(2003). 회상을 주제로 한 집단미술치료가

- 노인의 자아존중감과 자아통합에 미치는 영향. 원광대학교 보건환경대학원 석사학위논문.
- 김영숙(2004). 회상을 적용한 집단미술치료 프로그램이 치매노인의 인지기능, 우울과 삶의 질에 미치는 효과. 경북대학교 박사학위논문.
- 김지희(2002). 회상요법을 통한 집단미술치료가 노인의 우울에 미치는 효과. 대구대학교 석사학위논문.
- 김진화(2003). 우울성향 감소를 위한 만다라 치료 방법의 효과 및 활성화 방안. 단국대학교 석사학위논문.
- 도복름, 김영숙(2003). 치매와 회상을 적용한 미술치료. **김천과학대학 논문집**, 29, 11-26.
- 민경숙(2004). 뇌졸중, 편마비 노인을 위한 회상중심의 집단미술치료 연구사례. 명지대학교 석사학위논문.
- 박문주(2004). 회상요법이 치매노인의 인지기능과 기억 및 문제해동, ADL 증진에 미치는 영향 연구. 목원대학교 산업정보대학원 석사학위논문.
- 보건복지부(2007). www.mw.go.kr.
- 서미경(1995). 한국노인의 만성질환 상태 및 보건·의료 대책. **한국노년학**, 15(1), 28-39.
- 손미애(2007). 집단회상요법이 입원 치매노인의 우울 및 문제 행동에 미치는 효과. 강원대학교 석사학위논문.
- 안혜란(2010). 회상요법을 적용한 집단미술치료가 시설노인의 우울과 의사소통에 미치는 효과. 경기대학교 미술디자인대학원 석사학위논문.
- 양하연(2007). 경증 치매노인 대상의 집단미술치료 사례 연구. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 염현이(2005). 노인 만성질환자의 우울, 스트레스와 약물처방 치료 순응도에 관한 연구. 서울대학교 보건대학원 석사학위논문.
- 오연주(2008). 사별가족의 우울감소에 대한 만다라 미술치료 사례연구. 원광대학교 동서보완의학대학원 석사학위논문.
- 이난주(2007). 미술치료를 통한 정체성 회복이 치매노인의 삶의 질에 미치는 영향. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 이승범(2003). 노인종합복지관의 운동 프로그램이 노화·체력 및 삶의 질에 미치는 영향. 연세대학교 박사학위논문.
- 이영호(1993). 귀인양식, 생활사건, 사건귀인 및 무망감과 우울관계: 공변량 구조 모형을 통한 분석. 서울대학교 박사학위논문.
- 이정아(2009). 집단미술치료가 독거노인의 무망감 우울증에 미치는 효과. 조선대학교 디자인대학원 석사학위논문.
- 이지연(2008). 용서받기와 용서하기가 심리적 안녕감과 대인신뢰감에 미치는 효과: 완벽주의와 문화성향을 조절변인으로. 한양대학교 석사학위논문.
- 정경림(2007). 노숙자를 위한 만다라 미술치료 연구. 서울여자대학교 특수치료전문대학원 석사학위논문.
- 정여주(2001). **만다라와 미술치료**. 서울: 학지사.
- 조상희(2006). 구조적 회상요법을 적용한 집단미술치료가 치매노인의 자기표현에 미치는 효과. 명지대학교 석사학위논문.
- 최상균(2005). 영상을 통한 회상자극 미술치료가 치매노인의 뇌혈류 변화에 미치는 영향. 원광대학교 동서보완의학대학원 석사학위논문.
- 하양숙(1991). 집단회상이 노인의 심리적 안녕에 미치는 영향에 관한 연구. 서울대학교 석사학위논문.
- Baker, P., Hum, A. & Robertson, W.(1985). Psychological therapy in affective disorders. *Nursing Mirror*, 160(2), 24-36.
- Bulter, R. N(1963). The Life Review: An Interpretation of Reminiscence in The Aged. *Psychiatry*, 26, 55-76.
- 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.
- Ebersole, P.(1976). Reminiscing and Group Psychotherapy With the Aged. In Burnside (ED). *Nursing and the Aged*, 214-230 N.Y.: McGraw-Hill Bood Co.
- Fincher, S. F.(1991). *Creating Mandala*. Boston: Shambhla. 김진숙 역(1998). **만다라를 통한 미술치료**. 서울: 학지사.
- _____ (2000). *Coloring Mandalas*. Random House.
- Gallagher, S. M.(1993). Celebration of Women's Lives: Geriatric Art Therapy Life Review. *Masters Abstracts International*, 31(4), 1935-1941.
- Goldwasser, A. N., Auerbach, S. M. & Harkins, S. W.(1987). Cognitive Affective and Behavioral Effect of Reminiscence Group Therapy on Demented Elderly. *The International Journal of Aging and Human Development*, 25(3), 209-222.
- Jaffe, A.(2000). 이부영 역(2003). **C. G. 융의 꿈의 회상, 꿈 그리고 사상**. 서울: 잡문당.
- King, K. S.(1982). Reminiscing Psychotherapy with Aging People. *Journal of psychiatric Nursing & Mental Services*, 20(2), 200-225.
- Kovach, C.(1990). Promise and problem in reminiscence research. *Journal of Gerontological Nursing*, 16(4), 10-14.
- Summer, L.(1999). Chronic conditions A Challenge for the 21st century. *National Academy on Aging Society*, 1, 1-6.
- Thomas, G. & Judith, G. S.(1976). Parent Effectiveness Training in Action. 김인자 역 (1989). **부모역할 배워지는 것인가**. 서울: 한국심리상담연구소.
- _____
- 원 고 접 수 일 : 2010년 5월 5일
수정원고접수일 : 2010년 7월 15일
논 문 채 택 일 : 2010년 8월 17일

Effects of Group Art Therapy using Reminiscence Therapy on the Psychological Well-Being and Hopelessness Depression of the Elderly with Chronic Illness

Park, Dong-Sun Hyun, Eun-Min
Yeungnam University Andong University

This study examined if a group art therapy program using reminiscence therapy could cause any effects on the psychological well-being and hopelessness depression of the elderly with chronic illness. The participants of this study were twelve inmates at a nursing home located in city J, Chungchongbuk-do, all of them over 75 years-old with chronic illness. They were divided into two groups of six: the experimental group which received the group art therapy program using reminiscence therapy, and the control group which did not receive it. The program lasted from April 21st, 2009 to July, 21st 2009. The experimental received a total of 15 sessions, each session 90 minutes long. Measurement of the inmates' psychological well-being and hopelessness depression was conducted at a pre, post and follow-up scale test, and the results were statistically analyzed. In addition, Mandala picture test was conducted in a pre, post and follow up design to complement the limit of paper-based scale tests, but it was excluded from the study as two of the inmates were later hospitalized. Mann-Whitney U test was computed to check the homogeneity of the control and experimental group. Wilcoxon signed rank test was computed for the statistical analysis of this study. The findings of this study are as follows. First, the treatment program caused positive effects on the psychological well-being of the nursing home inmates with chronic illness. Second, the effects of the treatment program on the hopelessness depression of the nursing home inmates was not statistically significant, but later an increase in the further scores of their preception problems and self-esteem was found. Third, the treatment program fostered creativity and initiatives in the inmates as they came to express their emotions, sentiments, and conflicts frequently in linguistically visual words along the therapy sessions.

Key Words : Reminiscence Therapy, Group Art Therapy for the Elderly Psychological Well-Being, Hopelessness Depression

[부 록]

매회기 본인의 매체와 주제에 대한 만족도 평가 매체에 대한 만족도는 부표 1과 같다. 5회기에는 단추, 스팅클, 종이 모형 나비와 새였으며, 6회기는 털장갑과 털실, 8회기는 흑백사진,

10회기는 선물상자와 덕행 카드이다. 5회기와 6회기에는 시간이 150분이 지나도 집중하고 흥미 있어 하였다.

부표 1. 매체 및 주제에 대한 만족 평가

회기	매체에 대한 만족 평가							주제에 대한 만족 평가						
	일최영	이김옥	삼박영	사김순	오양례	육남상	평균	일최영	이김옥	삼박영	사김순	오양례	육남상	평균
1	4	3	5	5	4	5	4.33	6	5	8	8	7	7	6.83
2	6	6	6	5	7	8	6.33	6	5	6	6	7	8	6.33
3	7	7	8	8	8	9	7.83	7	7	8	8	8	9	7.83
4	8	7	8	9	7	10	8.17	7	9	8	10	8	9	8.5
5	10	10	10	10	10	10	10.00	10	10	10	9	10	10	9.83
6	10	10	10	10	10	10	10.00	10	10	10	10	10	10	10
7	7	7	8	9	8	9	8.00	9	8	8	10	8	9	8.67
8	10	10	10	10	10	10	10.00	10	10	10	9	10	10	9.83
9	8	9	9	10	8	10	9.00	8	9	9	10	9	9	9
10	10	10	10	10	9	10	9.83	10	10	10	10	10	10	10
11	8	9	6	9	7	9	8.00	9	8	7	9	9	10	8.67
12	9	8	8	9	9	10	8.83	8	7	9	10	10	10	9
13	8	7	8	10	8	9	8.33	8	7	8	10	8	9	8.33
14	8	8	9	10	7	10	8.67	7	8	10	10	6	9	8.33
15	9	10	10	10	8	9	9.33	8	10	8	9	8	10	8.83
평균	8.13	8.07	8.33	8.93	8	9.2	8.44	8.2	8.2	8.6	9.2	8.53	9.27	8.44

부표 2. 사전 나무그림검사의 나무그림의 예

일최영	이김옥	삼박영	사김순	오양례	육남상
