



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

문학석사학위 논문

문학치료 참여 경험이 있는 대학생의
자아정체감 변화에 관한 질적 메타분석

A Qualitative Meta-analysis on the Experience of
Changing Self-identity of College Students participated
in Literary Therapy



2022년 2월

인하대학교 대학원

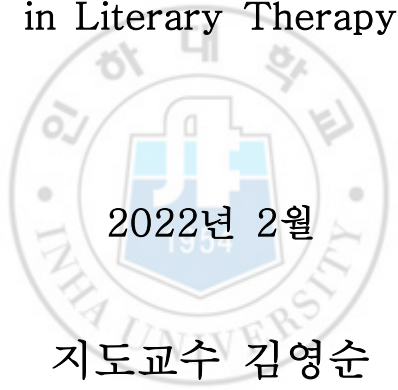
인문융합치료학

김명희

문학석사학위 논문

문학치료 참여 경험이 있는 대학생의
자아정체감 변화에 관한 질적 메타분석

A Qualitative Meta-analysis on the Experience of
Changing Self-identity of College Students participated
in Literary Therapy

The logo of Inha University is a circular seal. It features a central shield with a stylized building and the year '1957'. The text '인하대학교' is written in Korean around the top inner edge, and 'INHA UNIVERSITY' is written in English around the bottom inner edge.

2022년 2월

지도교수 김영순

이 논문을 석사학위 논문으로 제출함.

인하대학교 대학원

인문융합치료학

김 명 희

이 논문을 김명희의 석사학위논문으로 인정함.

2022년 2월



주심 최 현 식



부심 김 영 순



위원 오 영 섭



국문초록

본 연구는 문학치료 참여 경험이 있는 대학생의 자아정체감 변화에 관하여 선행연구한 총 8편의 질적 연구물을 바탕으로 문학치료 참여 경험이 자아정체감 형성에 어떠한 의미가 있었는지에 대해 체계적이고 심층적인 분석을 목적으로 한 질적 메타분석이다. 총 8편의 질적 연구물을 대상으로 문학치료의 동일시 단계에서 개인적 어려움과 사회적 어려움을 발견하였고, 카타르시스 단계에서는 개인적 어려움과 사회적 어려움이 어떻게 치료되고, 통찰 단계에서는 개인적 어려움과 사회적 어려움이 어떻게 변화되었는지에 대해 질적 메타분석으로 연구하였다.

본 연구 목적을 위해 지금까지 선행된 문학치료 참여 경험이 대학생의 자아정체감 형성에 어떠한 의미가 있었는지에 대한 질적 연구물들을 질적 메타분석을 통해 연구하고자 한다. 현재 문학치료 참여 경험을 통해 대학생의 자아정체감 형성에 어떤 의미가 있는지에 대한 개별 질적 연구물들은 있으나, 이를 질적 메타분석으로 분석한 사례는 없다. 문학치료에서의 대학생 정체감 변화에 대해 질적 메타분석을 실시하는 것은 대학생 자아정체감 위기 극복과 건강한 자아정체감 형성을 도울 수 있는 문학치료 혹은 문학치료의 구조인 서사를 바탕으로 한 인문융합치료 모형 개발 및 기초자료 연구로 활용하는 데 의의가 있다.

본 연구의 연구 문제는 1) 문학치료 참여 경험을 연구한 선행연구에서 나타난 대학생들의 자아정체감 형성과정에서 개인적 어려움과 사회적 어려움은 무엇인가? 2) 문학치료 참여 경험을 연구한 선행연구에서 나타난 대학생들의 자아정체감 변화과정은 어떠한가? 이다.

연구문제 1과 연구문제 2를 해결하기 위해 제2장 이론적 배경에서 연구 분석틀을 제시하였으며, 선행연구를 통해 나장함(2008)의 질적 메타분석 연구방법론을 근거로 질적 메타분석을 설계하였다. 본 질적 메타분석은 질적 연구자로 구성된 분석팀, 문헌고찰 보고지침(PRISMA Flow Diagram)을 적용한 포함과 배제의 준거 설정, CASP(2014)를 활용한 분석 대상 연구물에 대한 질적 평가, 자료 분석 방법을 구체적으로 기술하여 연구의 타당도와 신뢰도를 높이고자 하

였다. 자료 분석에서는 Schutz(1962)의 분석틀을 활용하여, 1차 기술적 주제(descriptive theme), 2차 종합적 주제(synthetic theme)로 분류하여 분석틀을 마련하고 해석하였으며, 3차 개념(third-order construct)에서는 종합적 해석을 제시하였다.

본 연구의 결과는 제 2장 이론적 배경에 제시한 연구 분석틀을 바탕으로 동일시 단계에서 발견 단계, 카타르시스에서는 치료 단계, 통찰에서는 변화과정으로 보아, 개인적 어려움과 사회적 어려움으로 구분하여 질적 메타분석을 수행하였다. 문학치료에 참여한 대학생의 자아정체감 변화 경험에 관한 질적 메타분석으로 총 16개의 기술적 주제와 6개의 종합적 주제를 도출하였다.

기술적 주제와 종합적 주제 도출로 동일시, 카타르시스, 통찰 단계에서의 종합적 해석은 다음과 같다. 첫째, 동일시에서 개인적 어려움의 발견은 자신도 알지 못했던 부정정서를 가지고 있는 내면을 탐색하였고, 사회적 어려움에서는 부모와 사회적 기준, 또래와의 관계 어려움을 호소하였다. 둘째, 카타르시스에서 개인적 어려움의 치료는 부모나 사회적 기준이 원하는 자신의 모습이 아닌, 진정 자신이 원하는 것에 초점을 맞추는 것에서 심리·정서적 해방감과 안정감이 있음을 탐색하였고, 사회적 어려움에서는 공감 경험을 통해 심리적 충족감, 심리적 위안을 얻는 것을 확인하였다. 셋째, 통찰에서 변화과정으로 개인적 어려움은 자기성찰을 통해 자기 자신을 타인의 시각이나 사회의 기준에 비교하지 않고 스스로의 기준을 정립하게 되는 것으로 Marcia(1991)의 자아정체감 성취 단계와 유예 단계로 도달하는 것을 탐색하였고, 사회적 어려움의 변화과정에서는 타자를 이질적으로 바라보는 것이 아닌 나와의 동질감을 찾아 이해하고 수용하는 경험을 계기로 타자지향적인 삶을 추구하는 것을 볼 수 있었다.

다음으로 질적 메타분석을 수행하면서 분석한 총 8편의 개별 질적 연구물들에 대한 한계점은 다음과 같다. 첫째, 본 질적 연구물들은 대부분 연구자가 연구 참여자에게 윤리적 기준 유지(비밀보장 등)를 충분히 설명하였으나 IRB를 승인 받지 않은 것으로 나타났다. 둘째, 대학생 대상 문학치료 프로그램 개발 시, 개발 연구 및 문학작품 선정에 대한 구체적 개발 근거 및 선정 근거에 대한 설명이 다소 미흡하였다. 셋째, 현시점 대학생들이 처한 다양한 경제적 빈곤과 사회적 불평등 속에서 개인적, 사회적 어려움들로 자아정체감 형성을 저해하고 있으

나, 본 8편의 질적 연구물에서는 경제적 빈곤과 사회적 불평등에 대한 어려움이 다루어지지 않았다.

주요 결과에 대한 논의는 첫째, 문학치료의 동일시, 카타르시스, 통찰은 대학생의 자아정체감 형성에 유의미한 것으로 나타났다. 둘째, 대학생들은 문학치료 참여 과정에서 자기성찰 경험을 통해 건강한 개인적 자아정체감을 형성할 수 있음을 확인하였다. 셋째, 대학생들은 문학치료 과정에서 공감 경험을 통해 건강한 사회적 자아정체감을 형성할 수 있음을 확인하였다.

이 논의를 바탕으로 한 제언은 첫째, 대학생의 건강한 자아정체감 형성을 위한 문학치료 프로그램 개발과 기초 연구가 이루어질 필요가 있다. 둘째, 대학생의 건강한 자아정체감 형성을 위한 인문융합치료 모형이 개발 연구가 이루어질 필요가 있다. 셋째, 대학생의 건강한 자아정체감 형성을 위한 다문화적 본질을 다룬 치료 프로그램에 대한 연구가 이루어질 필요가 있다.

Erikson(1959)은 심리·사회적 발달과업 중에서도 청년기의 정체성 확립을 가장 중요시 여겼다. 청년기에 해당하는 대학생 시기에 정체감 위기 경험을 잘 극복해야 만이 안정적인 정체감이 형성되고, 후에 독립된 성인으로서 개인의 고립이 아닌 타자와 친밀감을 형성하여 건강하고 행복한 삶을 살 수 있는 기반을 마련할 수 있기 때문이다. 점차 고립되어가고 있는 현대 사회에서 대학생들이 건강한 개인적, 사회적 자아정체감 형성을 위해서는 문학치료 혹은 문학치료의 구조인 서사를 바탕으로 한 인문융합치료 모형 개발에 관하여 지속적인 연구가 이루어져야 할 것이다.

핵심어: 대학생 자아정체감, 정체감 위기, 문학치료, 자기성찰, 공감경험, 질적 메타분석

<목 차>

국문초록	i
목 차	iv
표 목 차	vii
그림목차	viii
I. 서론	1
1. 연구 필요성 및 목적	1
2. 연구 문제	4
II. 이론적 논의	6
1. 대학생의 정체감	6
1.1. 정체감 이론과 자아정체감	6
1.2. 국내 대학생 정체감에 관한 선행연구	12
2. 문학치료	17
2.1. 문학치료 정의	17
2.2. 문학치료 목표	19
2.3. 대학생의 자아정체감과 문학치료	22
3. 본 연구의 분석틀	24
III. 연구방법	26
1. 질적 메타분석	26
1.1. 질적연구방법론 정의	26

1.2. 질적 메타분석 정의	26
1.3. 질적 메타분석 연구방법론 선행연구	27
2. 설계 기준	37
3. 설계 단계	38
3.1. 분석팀 구성	38
3.2. 체계적 문헌고찰	38
3.3. 자료 분석	51
IV. 연구 결과	54
1. 동일시	56
1.1. 개인적 어려움을 발견하다	57
1.1.1. 새로운 나를 직면	57
1.1.2. 자기부정성과 낮은 자존감	58
1.2. 사회적 어려움을 발견하다	59
1.2.1. 목적 없는 삶	59
1.2.2. 타자와 관계 맺음의 어려움	60
1.2.3. 타자민감성	61
2. 카타르시스	63
2.1. 개인적 어려움을 치료하다	64
2.1.1. 심리·정서적 해방감	64
2.1.2. 나를 알아가는 즐거움	65
2.2. 사회적 어려움을 치료하다	66
2.2.1. 타자와 공감 경험	66
2.2.2. 타자와 소통하는 즐거움	67

3. 통찰	70
3.1. 개인적 어려움의 변화과정을 탐색하다	72
3.1.1. 참 자아 발견	72
3.1.2. 자기 긍정성과 자존감, 자신감 향상	72
3.1.3. 자기성찰을 통한 깨달음	75
3.1.4. 내 삶에서 스스로가 주체가 되는 삶	76
3.2. 사회적 어려움의 변화과정을 탐색하다	78
3.2.1. 진로탐색 및 삶의 방향성 재설정	78
3.2.2. 타자와 타문화에 대한 공감과 인정	79
3.2.3. 타자지향적인 삶 추구	81
4. 종합적 해석	84
V. 결론	90
1. 요약	90
2. 논의 및 제언	94
참고문헌	98
ABSTRACT	105

<표 차례>

<표 II-1> Erikson의 심리·사회적 발달 8단계	6
<표 II-2> Marcia의 정체감 지위의 네 가지 유형(Marcia, 1991)	9
<표 II-3> 국내 대학생 정체감에 관한 선행연구 영역	12
<표 II-4> 문학치료 목표(Doll, B., & Doll, C., 1997)	19
<표 II-5> 문학치료 목표(Hynes & Hynes-Berry, 2012)	21
<표 III-1> 질적 메타분석 연구방법 절차	37
<표 III-2> 질적 메타분석을 위한 분석팀 구성	38
<표 III-3> 최종 분석 대상 연구물 목록	43
<표 III-4> 분석 대상 연구물 기본정보(연구 목적 및 문제, 결과)	44
<표 III-5> 분석 대상 연구물 기본 정보(연구방법론)	45
<표 III-6> 분석 대상 연구물 기본 정보(문학치료 구성 요소)	46
<표 III-7> CASP(2014)를 활용한 분석대상 논문 질 평정 결과	50
<표 IV-1> 문학치료 참여 경험에서 나타난 대학생들의 자아정체감 변화에 관한 질적 메타분석	54
<표 IV-2> 분석 대상 질적 연구물 간 해석	55
<표 IV-3> 동일시에서 나타난 개인적 어려움, 사회적 어려움 발견에 관한 주제 분석표	56
<표 IV-4> 카타르시스에서 나타난 개인적 어려움, 사회적 어려움 치료에 관한 주제 분석표	63
<표 IV-5> 통찰에서 나타난 개인적 어려움, 사회적 어려움 해결 변화과정에 관한 주제 분석표	70

<그림 차례>

<그림 II-1> 연구 분석틀	25
<그림 III-1> 문헌고찰 보고지침 (PRISMA Flow Diagram)을 적용한 ‘포함과 배제의 근거 설정’ 과정	41
<그림 V-1> 연구 분석틀	91



I. 서론

1. 연구 필요성 및 목적

WHO(세계보건기구)는 1995년 건강이란, 신체적·정신적·사회적·영적으로 완전히 안녕한 상태에 놓여 있는 것이라 정의하였다.

그러나 한국의 현대 사회에서는 개인적 문제와 사회적 문제로 삶의 질이 현저히 낮게 나타나 OECD 회원국 중 한국이 자살률 1위로 집계되었다. 특히, 주목해야 할 점은 OECD 국가 중 청년들의 자살률은 감소세에 접어든 반면, 한국 청년의 자살률은 매우 빠른 속도로 증가하여 자살률 1위로 심각한 사회적 문제로 대두되고 있다(OECD Health Data, 2021). 또한 자살예방백서(2020)에서는 청년들의 ‘정신적·정신과적 문제’로 자살하는 경우가 가장 높은 것으로 집계되었다. 때문에 현재 청년들의 개인적 어려움과 사회적 어려움의 특성을 파악하여 사전 예방적 차원의 치료가 중요한 시점이다.

2000년대 이후 Alexandra(2001)는 20대 청년들의 직업선택, 경제적 안정, 주거환경, 인간관계 등의 문제점으로 인해 무력감, 자포자기, 공포감에 빠져있는 것을 청년위기(Quarter life Crisis)라고 정의하면서 청년들의 개인적 어려움과 사회적 어려움이 관심을 받기 시작하였다. 한국의 청년층의 대학진학률은 100명 중 약 70명이 대학에 진학하는 것으로 나타나, 한국의 청년 위기는 대학생의 위기라 볼 수 있다.

대중매체에서 보도되는 대학생들의 현시점은 과도한 경쟁 구조로 포기하는 것이 익숙해진 세대이다. 특히 사회에서는 N포 세대¹⁾, 니트족²⁾, 구직단념자³⁾ 등의 신조어가 생겨날 만큼 대학생의 개인적 어려움과 사회적 어려움을 심각한 사회적 문제로 보고 적극적인 관심을 기울여야 한다.

Erikson(1959)의 심리·사회적 발달 이론에서 ‘정체감 대 정체감 혼미(identity

1) 연애, 결혼, 출산, 내 집 마련, 인간관계, 꿈, 희망을 포기한 세대를 이르는 용어이다.

2) Not in Education, Employment or Training의 약자로 고용환경이 악화되면서 취업을 포기하는 청년 실업자가 증가함에 따라 생겨난 용어이다.

3) 취업을 희망하지만 적당한 일거리를 찾을 수 없을 것 같거나 교육, 경험, 나이 등 자격이 부족하다고 생각해 구직활동을 포기 또는 쉬고 있는 사람들을 이르는 용어이다.

versus role confusion)’의 제안을 바탕으로 Macia(1991)는 대학생은 개인적, 사회적으로 급변하는 시기로서 정체감 위기를 경험한다고 하였다. 여기서 정체성 위기란 병리적 현상이 아닌 ‘내가 누구인지’, ‘어떻게 살아야 하는지’에 대한 가치관, 인간관계, 진로 선택 등과 같은 고민과 갈등을 말한다. 대학생 시기에 자아정체감 형성이 제대로 이루어지지 않으면 역할 혼미로 개인의 심리적 불균형 뿐만 아니라 친밀감을 형성한 사회적 삶을 사는 것을 어렵게 만든다(박소현, 김한별, 2012).

특히, 한국의 대학생들은 대학생 시기에 건강하고 안정적인 자아정체감을 형성하기가 매우 어렵다. 한국 현대사회는 물질 만능, 외모 지상, 스펙 중심 등 사회적 기준으로 사람의 행복과 삶의 기준을 평가하고 있어, 사회가 요구하는 기준에 자신을 맞추기 위해 치열한 경쟁구조 속에 놓여있다. 경쟁구조로 인해 탈진, 패배감 등과 같은 부정정서는 대학생 시기에 안정적이고 건강한 자아정체감 확립을 저해하며, 추후 성인초기 단계가 되어서도 사회 속에서 진정한 친밀감을 느끼지 못하고 고립감을 경험하게 된다. 개인적, 사회적 고립은 결국 대학생 시기는 물론, 성인 초기가 되어서도 포기과 자살로 이어질 수 있기 때문에 대학생의 안정적이고 건강한 자아정체감 형성을 위한 사전예방적 치료가 필요하다.

건강하고 안정적인 자아정체감 확립을 위해선 타자와의 공감과 자신에 대한 깊은 성찰이 필요하다. 여기서 타자와의 공감이란, 자신이 자아정체감을 가진 독립적이고 가치있는 모습으로 존재하는데 필요한 확인을 제공해 주는 것으로(Rogers, 2007), Rogers(1995)는 공감의 과정을 통해서 자신의 참 자아를 발견하고, 안정적인 자아정체감을 확립할 수 있다고 하였다. 다음으로 자신에 대한 깊은 성찰이란, 나라는 존재에 대해 깊이 고민하는 반성적 사고를 통해 자아정체감을 건강하게 형성하도록 돕는 것을 말한다(Dewey, 1933; 박소현, 김한별, 2017).

이처럼 타자와의 공감과 자신에 대한 깊은 성찰은 보다 안정적이고 건강한 자아정체감을 확립하도록 돕는다. Frankl(1967)는 자기성찰로서 자기 삶의 의미나 가치에 대해 고민하는 것은 의미 있는 삶을 살 수 있는 기초가 될 수 있는 것이라 보았다. 즉, 대학생의 안정적이고 건강한 자아정체감 형성을 위해선 타자와의 공감과 자신의 삶을 성찰하는 과정이 필요한데, 이에 좋은 전략 중 하나

로 문학치료를 볼 수 있다.

문학치료는 나의 서사와 타자의 서사가 상호작용 속에서 동일시, 카타르시스, 통찰의 치료적 경험을 하게 된다. 또한 정운채(2008)는 문학치료에서 서사가 가장 중요하며 서사는 인간관계의 형성, 위기, 회복에 관한 것이라 보았다. 즉, 서사가 기본구조인 문학치료는 참여자, 치료자, 문학작품 간 상호작용하는 구조로 동일시, 카타르시스, 통찰을 경험하게 되면서 자신의 자아 성찰을 물론, 타자에 대한 깊은 이해를 가능하게 하는 것이다(김춘경 외, 2006).

결국 문학치료는 나와 타자의 서사로 함께 공감하는 과정에서 다양한 내 모습과 정체감을 발견하는 것이며, 자기 자신을 어떻게 변화시켜야 하는지에 대한 해답도 자신 안에 있다고 보는 것으로 자기 성찰적 맥락을 가지고 있다(정성옥, 2016). 또한 김정용(2017)은 문학은 나와 타자에 대해 이해하고 공감을 지향한다는 점에서 다문화 본질을 가지기에 타자를 보다 존중하는 태도를 지니게 한다고 보았고, 타자 존중은 다른 시각의 수용과 자신의 시각을 확대시켜 자기 성찰이 일어나면서 자신의 자아정체감을 더욱 풍요롭고 안정적으로 형성하게 한다고 하였다.

문학치료에서의 타자와의 공감 경험과 자기성찰은 자기 이해에서 더 나아가 타자 이해와 수용, 타자지향적인 삶의 실천까지도 나아갈 수 있으므로, 문학치료 경험은 대학생의 발달과업 중 가장 중요한 자아정체감 형성에 긍정적 요소로 작용할 것으로 보인다. 즉, 문학치료 참여 경험을 통해 대학생은 타자와의 공감과 자기 성찰로 개인적 어려움과 사회적 어려움을 극복하고, 자아정체감이 긍정적으로 변화할 수 있도록 도울 수 있다(김명희, 2021). 건강한 자아정체감을 형성한 대학생은 성년기에 사회에서 고립되지 않고, 타자와 진정한 친밀감을 형성하여 행복한 삶을 살아갈 수 있는 근간이 될 것으로 기대된다.

2. 연구 문제

본 연구는 문학치료 3요소인 동일시, 카타르시스, 통찰 속에서 자아정체감 형성 과정에서 겪는 개인적 어려움과 사회적 어려움이 무엇이며, 문학치료 안에서 어떻게 발견되고, 표현되며, 해결되는지 살펴보고, Macia(1991)의 자아정체감 지위 이론을 근거로 자아정체감 형성에서의 변화과정을 분석하고자 한다.

본 연구 목적을 위해 지금까지 선행된 문학치료 참여 경험이 대학생의 자아정체감 형성에 어떠한 의미가 있었는지에 대해 질적 연구물들을 질적 메타분석을 통해 연구하고자 한다. 질적 메타분석은 개별 질적 연구물을 비교, 분석하여 만든 이론으로 각 개별로 진행된 연구물들을 심층 분석 및 이론 개발에 있어 용이한 질적연구 중 하나이다(Sandelowski et al, 1997). 현재 문학치료 참여 경험을 통해 대학생의 자아정체감 형성에 어떤 의미가 있는지에 대한 개별 질적 연구물들은 있으나, 이를 질적 메타분석으로 분석한 사례는 없다. 때문에 문학치료에서의 대학생 정체감 변화에 대해 질적 메타분석으로 분석하는 것은 대학생 자아정체감 위기 극복과 건강한 자아정체감 형성을 도울 수 있는 문학치료 혹은 인문융합치료 모형 개발 및 기초자료 연구로 활용하는 데 의의가 있다.

연구 목적을 달성하기 위해서 다음과 같이 두 가지 연구 문제를 설정하였다.

연구문제 1.

문학치료 참여 경험을 연구한 선행연구에서 나타난 대학생들의 자아정체감 형성과정에서 개인적 어려움과 사회적 어려움은 무엇인가?

연구문제 2.

문학치료 참여 경험을 연구한 선행연구에서 나타난 대학생들의 자아정체감 변화과정은 어떠한가?

이와 같은 연구 문제를 해결하기 위해 각 장에서 다룰 연구 내용은 다음과 같다.

I장 서론에서는 문학치료 참여 경험이 대학생들의 자아정체감 형성에 어떤 의미가 있는지를 기술하여 연구 목적과 연구 필요성, 연구 문제를 제시하였다. 또한 본 논문에서 장별로 다루어지는 연구 내용을 간략히 작성하여 연구의 필요성과 질적 메타분석에 대한 이해도를 높이고자 하였다.

II장 이론적 논의에서는 대학생 자아정체감을 다룬 Erikson(1959)의 심리·사회적 발달 이론과 Macia(1991)의 자아정체감 지위 이론을 논의하였으며, 문학치료에서는 정의와 목표를 다루어 대학생의 자아정체감과 문학치료에 대한 이론을 고찰하여 연구 분석틀을 제시하였다.

III장 연구방법론에서는 본 논문에서의 연구방법인 질적 메타분석의 정의, 연구 절차, 연구 내용 등을 국·내외 학자의 질적 메타분석 선행연구를 통해 상세히 기술하였다. 또한 연구 문제를 해결을 위해 질적 연구자로 구성된 분석팀, 문헌고찰 보고지침(PRISMA Flow Diagram)을 적용한 포함과 배제의 준거 설정, CASP(2014)를 활용한 분석 대상 연구물에 대한 질적 평가, 자료 분석 방법을 구체적으로 기술하여 연구의 타당도와 신뢰도를 높였다. 자료 분석에서는 Schutz(1962)의 분석틀을 참고하여 1차 기술적 주제(descriptive theme), 2차 종합적 주제(synthetic theme), 3차 개념(third-order construct)에서는 종합적 해석을 제시하였다.

IV장 연구 결과에서는 이론적 고찰을 통해 제시된 연구 분석틀을 바탕으로 문학치료 참여 경험을 연구한 선행연구에서 나타난 대학생들의 자아정체감 형성 과정에서 개인적 측면과 사회적 측면에 대한 탐색과 대학생들의 자아정체감 형성과정의 변화 양상을 탐색하여 기술적 주제, 종합적 주제를 통해 도출하였다.

V장 결론에서는 연구 결과를 요약하였으며, 논의 및 제언을 통해 앞으로의 연구 과제를 제시하였다.

II. 이론적 논의

1. 대학생의 정체감

1.1. 정체감 이론과 자아정체감

1.1.1. Erikson의 심리·사회적 발달 단계 이론

청년의 정체감에 대한 연구는 발달심리학자 Erikson(1959)의 이론에 의해서 주목받았다. Erikson은 생의 특정한 시기를 심리·사회적 발달 단계 (psychosocial developmental stages)로 구분하였다. 본 발달과업에서 단계별로 반드시 달성해야 할 과업이 있으며, 해당 발달과업에서 과업을 달성하지 못할 경우, 다음 단계의 발달에 부정적 영향을 미치는 것으로 보았다. 발달과업 단계 중에서도 특히 청년기의 발달 과업을 중요시했다. Erikson의 심리·사회적 발달 이론의 도식적 요약은 <표 II-1>과 같다.

<표 II-1> Erikson의 심리·사회적 발달 8단계

단계	발달과업과 위기	기본적 덕목	설명
영아기	신뢰감 대 불신감	희망	유아는 양육자와 신뢰관계를 형성해야 한다. 그렇지 않으면 불신감이 형성된다.
유아기	자율감 대 수치감과 회의감	의지	걷기, 잡기, 괄약근 통제를 포함하는 신체적 기술을 발달시키는 데에 에너지가 집중된다. 통제를 제대로 못 하게 되면 수치심과 회의감이 나타난다.
아동초기	주도성 대 죄책감	목적	좀 더 단호해지려 노력하고 주도권을 잡으려고 애쓴다. 이 과정에서 다른 사람에게 상처를 주게 되면 죄책감을 느끼게 된다.
아동후기	근면성 대 열등감	적격	새롭고 복잡한 기술을 습득해야 한다. 그렇지 않으면 열등감을 느끼게 된다.
청년기	정체감 대 정체감 혼미	충성	직업, 성역할, 정치, 종교를 포함하는 몇몇 영역에서 자신이 누구인가에 대한 정체감을 확립할 필요가 있다.
성년기	친밀감 대 고립감	사랑	친밀한 관계를 형성하기 위해 '나'를 '우리'라는 개념 속에 빠져들게 해야 한다. 그렇지 않으면 고립감을 경험하게 된다.

단계	발달과업과 위기	기본적 덕목	설명
중년기	생산성 대 침체성	돌봄	다음 세대를 지원하기 위해 생산성의 욕구를 충족시킬 수 있는 방법을 모색해야 한다.
노년기	자아통합감 대 절망감	지혜	앞서 7단계의 위기를 잘 해결하게 되면 있는 그대로의 자신을 받아들일 수 있다.

*출처: 정옥분, 『청년심리학』 (서울: 학지사, 2005), p.93

영아기 단계에서는 ‘신뢰감 대 불신감(trust versus mistrust)’ 으로서 양육자와 상호작용을 통해 신뢰관계를 형성해야 하며, 신뢰가 형성되지 않을 경우 불신감이 형성된다(Erikson, 1959).

유아기 단계에서는 자신의 신체적 기술을 발달시키고 통제하는 힘이 생기게 되는 ‘자율성 대 수치심과 회의감(autonomy versus shame and doubt)’ 단계에 해당한다(Erikson, 1959).

아동초기 단계에서는 ‘주도성 대 죄의식(initiative versus guilt)’ 단계로 아동은 스스로 목표를 세워 행동하는 법을 배우게 되며, 좀 더 단호해지려 노력하고 주도권을 잡고자 노력한다(Erikson, 1959).

아동후기(학령기)에서는 ‘근면성 대 열등감(industry versus inferiority)’ 의 위기를 겪게 되는데, Erikson은 이 시기를 아동들이 중요한 인지적, 사회적 기술을 학습하는 것으로 자아 성장에서의 중요한 단계로 보았다(Erikson, 1959).

청년기의 ‘정체감 대 정체감 혼미(identity versus role confusion)’ 단계에서는 청년기의 정체감(Identity) 형성이 그다음 단계(성년기)인 ‘친밀감 대 고립감(intimacy versus isolation)’ 발달과업에서 매우 밀접한 영향을 미치기 때문에 발달 과업 중에서도 매우 중요한 단계이다(Erikson, 1959). 이 단계에서 자아정체감이란, “나는 누구인가?”, “이 세상 속에서 나의 위치는 어디인가?” 혹은 “내가 살아가는 목적은 무엇인가?” 란 질문으로(Macia, 1991), 세상 속에서 타인들과 구별되는 ‘나’ 에 대해 일관적이고, 영속적이며, 통합된 느낌을 말한다(장혜라, 2015). 이렇듯 ‘나’ 에 대한 개인적 정체감 형성을 안정적으로 형성되어야 만이 안정적이고 건강한 사회적 정체감을 형성할 수 있다.

청년기 다음으로 성년기는 ‘친밀감 대 고립감(intimacy versus isolation)’ 단계에 해당된다. 이 단계에서 친밀감이란, 친밀하게 되는 과정에서 자신의 정체

감을 잃어버리지 않을까 하는 두려움 없이 타자와 함께 공개적이며, 정신적이며, 지원적이고, 부드러운 관계를 경험할 수 있음을 의미한다(Erikson, 1959).

중년기에서는 ‘생산성 대 침체성(generativity versus stagnation)’ 단계로 보았다. 생산성은 다음 세대를 지원하기 위한 생산성의 욕구를 충족시킬 수 있는 방법을 찾는다(Erikson, 1959).

마지막 노년기 단계에서는 ‘자아통합감 대 절망감(integrity versus despair)’의 단계로 앞서 살아온 자신의 삶을 통찰함과 동시에 자신을 받아들여 자신의 한계와 죽음을 받아들이는 단계이다(Erikson, 1959).

Erikson(1959)은 생의 특정한 시기를 심리·사회적 발달 단계로 나누어 8단계의 발달과업을 설명하였다. 그 중에서도 청년기의 ‘정체감 대 정체감 혼미(identity versus role confusion)’ 단계를 성년기 ‘친밀감 대 고립감(intimacy versus isolation)’ 발달단계에 매우 큰 영향을 미치기 때문에 인생에 중에 가장 중요한 발달과업이라 하였다. 여러 학자들의 선행연구를 통해 청년기에 자아정체감 형성은 성인 초기의 대인 관계, 친밀감과 밀접한 연관성이 있는 것으로 나타났다(장혜라, 2015).

즉, 청년기 시기에 자신의 안정적으로 자아정체감이 형성되지 않으면 성인기에 타자와 진정한 친밀감을 형성하기 어렵다. 불안정한 자아정체감을 가진 성인은 타자와 친밀감을 형성하지 못하고 고립감을 경험하여 사회 부적응으로 나타날 수 있기 때문에 청년기인 대학생 시기에 안정적인 자아정체감 형성은 진정한 타자지향적 삶을 살 수 있는 기반을 마련하는 것으로 매우 중요한 발달과업으로 볼 수 있다.

1.1.2. Marcia의 자아정체감 지위 이론

Macia(1991)는 Erikson의 심리·사회적 발달 이론에서 ‘정체감 대 정체감 혼미(identity versus role confusion)’의 제안을 바탕으로 위기(crisis)와 헌신(commitment)을 중요한 구성요소로 보았다. 위기란 개인이 자신의 정체감 확립을 위해 얼마나 큰 위기를 겪었는지에 대한 것으로 자아정체감 형성의 기회를 제공 받았는지의 여부이며, 헌신이란 자아정체감 확립을 위해 개인이 실제로 노력을

하였는가의 여부이다. Marcia(1991)는 위기와 헌신을 바탕으로 네 가지 정체감 상태 유형을 구분하였다. 정체감 성취(identity achievement, 위기 극복의 탐색을 지속적으로 하고, 자기 선택으로 헌신을 하는 사람), 정체감 유예(identity moratorium, 위기 극복의 탐색을 계속하지만 지속적인 헌신을 하지 않는 사람), 정체감 유실(identity foreclosure, 위기 극복의 탐색은 없지만, 권위에 의해 나타나는 특정 정체감에 대해 헌신하는 사람), 정체감 혼미(identity diffusion, 위기 극복의 탐색이 없고 지속적인 헌신이 없는 사람) 등이다⁴⁾(Marcia, 1991; 김동기, 2011). Marcia의 정체성 상태는 위기와 헌신 차원에서 첫째, 개인이 대안적 탐색에서 위기를 경험하는 경우, 둘째, 개인이 특정 정체감을 추구하기 위하여 헌신하는 경우로 구분하였다(김동기, 2011).

<표 II-2> Marcia의 정체감 지위의 네 가지 유형(Marcia, 1991)

준거		주어진 과제에 헌신하였는가? (역할에 대한 전념)	
		예	아니오
정체감 탐색의 '위기'를 경험하였는가?	예	정체감 성취 (위기 해결)	정체감 유예 (위기 현재 진행 중)
	아니오	정체감 유실 (위기경험 없음)	정체감 혼미 (위기경험 없음)

정체감 성취(identity achievement)란 자아정체감 위기를 성공적으로 극복하여 신념, 직업, 성역할, 종교 등에 대해 스스로 의사결정을 할 수 있는 상태를 말한다. 이때, 타인의 견해, 신념, 가치가 고려되어 있으나 스스로 많은 생각을 거쳐 결정하게 된다. 다만, 정체감 성취상태에서도 정체감 유예나 혼미상태로 퇴행했다가 다시 정체감 상태에 도달하는 경우도 있다(Marcia, 1991).

정체감 유예(identity moratorium)란 현재 정체감 위기나 변화를 경험하고 있는 과정이다. 자아정체감 확립을 위해 적극적으로 노력을 하고 있으나 무엇인가에 명

4) Bilsker, D., & Marcia, J. E.,(1991) "Adaptive Regression and Ego Identity", Journal of Adolescence, 14(1), pp.75-84에서, 정체감 상태 네 가지에 대한 우리말은 성취(achievement), 유예(moratorium), 유실(foreclosure), 혼미(diffusion) 등으로 국내 심리학자들이 주로 사용하는 단어를 참고하여 직역하였다.

확하게 전념하지 못하고 있는 상태이다. Marcia(1991)는 대학생은 인위적으로 청년기가 연장된 상태로 심각한 정체감 위기를 경험하고 있는 것으로 정체감 유예의 단계에 있다고 보았다. 대학생은 연령적, 신체적 그리고 지적으로는 이전보다는 성숙해 있으나 아직 성인 혹은 사회인으로 취급을 받지 못한다(박종환, 2008). 또한 심리적으로는 자신의 장래진로를 결정함에 있어 불안을 경험한다. 즉, 직업 선택, 삶의 방향성, 결혼에 대한 생각, 삶의 가치관 등 다양한 고민과 갈등 속에서 대안을 탐색하기 위해 방황하고 있는 상태를 말한다. 이것을 “정체감의 위기(Identity crisis)” 라고 정의하였다. 여기서 위기란 정신적인 갈등과 고통은 병리적인 현상이라기보다는 자신의 자아의 재정립을 위한 싸움으로 볼 수 있다(Marcia, 1991). 특히, 현대사회에서의 대학생의 정체감 위기는 불안정한 삶의 기반, 선택의 기로, 끊임없이 변화하는 환경 등으로 인해 무력감을 수반한다(Alexandra, 2001).

정체감 유실(identity foreclosure) 단계는 스스로 삶을 구성하는 과정이 결여되어 있고, 깊이 있는 생각이나 문제제기 없이 타인의 가치를 수용하게 됨으로 정체감 위기가 없는 단계이다. 하지만 건강하고 안정된 자아정체감을 형성하기 위해서는 정체감 위기를 경험하는 것이 필요하다(Marcia, 1991).

정체감 혼미(identity diffusion)의 단계는 방향성이 결여되어 있다. 종교적, 도덕적 문제 등 이념 뿐만 아니라 직업 문제에 대해서도 관심이 없다. 일을 왜 해야 하는지 모르며, 다른 사람이 어떤 일을 왜 하고 있는지에 대해 관심이 없는 것이 정체감 유예와 구별되는 점이다(Marcia, 1991).

Marcia의 자아정체감 지위 이론을 근거로 대학생 시기에 겪게 되는 정체감 위기를 잘 극복해야 만이 앞으로의 행복한 삶을 살아갈 수 있는 근간이 될 수 있기 때문에, 대학생 시기에 안정적이고 건강한 자아정체감 형성은 매우 중요한 발달과업이라 볼 수 있다.

1.1.3. 한국 대학생의 자아정체감 위기

한국 대학생들이 처한 현시점은 과도한 경쟁구조와 불평등한 사회적 구조로 인해 Erikson(1959)의 발달과업에서 정체감 형성이 제대로 이루어지지 않고 있

으며, Marcia가 제시한 자아정체감 지위 이론에서 정체감 성취단계와 정체감 유예단계를 경험하기 어려운 구조라 볼 수 있다. 김수연 외(2021) 연구에서는 대학생을 포함한 청년들은 소득, 자산, 교육, 고용, 주거, 가족형성 등 다양한 불평등을 경험하고 있는 것으로 발표하였다. 이에 대한 연구 결과로 청년들의 주관적 인식을 조사한 결과, 청년 10명 중 8.5명은 향후 10년간 한국 사회 일반의 사회경제적 불평등이 현재도 심각하고, 앞으로도 더욱 심화될 것이라고 보았다. 또한 대학생들은 한국의 고도의 사회성장으로 인해 이전 세대보다도 수준 높은 교육을 받았음에도 불구하고, 계약직, 고스펙 등과 같은 취업의 장벽으로 인해 현 시점에서 청년들은 이전 세대(부모세대)보다도 가난한 첫 세대로 인식되고 있다. 이러한 사회적 문제 속에서 대학생들은 보다 안정적인 일자리를 얻기 위한 스펙 쌓기 등 과도한 경쟁구조의 형태를 띄게 된다. 무엇보다도 한국 대학생들은 등록금 문제, 주거 환경 문제 등으로 인해 경제적 어려움을 겪고 있어 학업과 병행된 아르바이트로 인해 개인적, 사회적 스트레스를 경험하게 된다.

이러한 과도한 경쟁구조와 불평한 사회적 구조 속에서 대학생들은 자아정체감 위기 속에서의 자신의 신념, 가치관, 인간관계 등을 고민하고 결정하는 자아정체감 성취 단계를 형성하기 어려운 상황에 놓여있는 것으로 간주된다. 즉, 한국의 대학생들은 성취 단계인 안정적이고 건강한 자아정체감을 형성하지 못하고 정체감 위기인 자아정체감 유예를 경험하거나 타인이나 사회의 요구의 가치를 그대로 수용해 자신에 대한 이해나 고민이 없는 자아정체감 유실 단계 혹은 자신과 타자에 대해 아무런 관심이 없는 자아정체감 혼미의 단계를 경험하는 것에 머무르게 된다. 자아정체감 위기를 극복하지 못하면 내적 불안, 갈등, 부모 의존심 혹은 반발, 인간관계의 고립 등과 같은 부정적 요인으로 인해 부정적인 자아를 형성하여 우울을 초래하는 것으로 나타났다(김수연, 2019). 자아정체감이 성취 단계로 성공적으로 자아정체감 위기를 극복하지 못한 대학생은 부정적인 자아를 가지고 성년기에서 타자와 진정한 친밀감을 형성하지 못하고 고립되는 삶을 경험하게 된다. 이러한 한국 대학생들의 어려움은 청년 자살률이 OECD 국가 중 1위(OECD Health Data, 2021), 자살률 원인으로 '정신적 문제'가 가장 높은 것으로 나타나(자살예방백서, 2020), 심각한 사회적 문제로 대두되고 있다. 대학생 발달과업에서 자아정체감 형성이 제대로 되지 못한다면 현재 청년들이 포기가 익숙한

시대로 직장, 교육, 주거, 가족 등과 같은 삶에서 중요한 문제들을 포기하게 되는 심각한 사회적 문제를 초래할 수 있기 때문에 보다 사전예방적 차원에서 대학생의 안정적이고 건강한 자아정체감 형성에 대한 연구가 이루어져야 할 것이다.

McAdams(1985)는 정체감 형성은 곧 삶의 이야기라고 하였으며, 정체감은 내가 타자에게 나의 이야기를 할 수 있을 때 진정한 자신을 발견하는 것으로 건강한 정체감을 형성할 수 있다고 보았다(최사랑, 2018). 이를 바탕으로 본 연구에서는 대학생들이 자아정체감 위기를 극복하고 건강한 자아정체감을 형성할 수 있도록 문학치료의 서사 구조가 대학생들의 자아정체감 형성과정에서 어떠한 의미가 있는지를 심층적으로 탐색하여, 향후 대학생 정체감 위기를 다룬 문학치료 혹은 인문융합치료 모형 개발 및 기초자료 연구로 활용하는 데 의의가 있다.

1.2. 국내 대학생 정체감에 관한 선행연구

학술지 KCI에 등재된 국내 대학생 정체감에 관한 연구물을 분석한 결과, 국내 대학생 정체감에 관한 연구는 주로 양적연구로 진행되었으며, 연구 주제는 총 네 가지 영역으로 구분되었다.

선행연구를 통해 도출한 연구 주제의 네 가지 영역은 <표 II-3>과 같다.

<표 II-3> 국내 대학생 정체감에 관한 선행연구 영역

no.	영역
1	대학생의 자아정체감이 진로결정문제에 미치는 영향에 대한 연구
2	예술심리치료 프로그램이 대학생의 자아정체감에 미치는 영향에 대한 연구
3	대학생의 자아정체감과 대인관계 및 적응 관계에 대한 연구
4	대학생의 자아정체감이 부정정서에 미치는 영향에 대한 연구

1.2.1. 대학생의 자아정체감이 진로결정문제에 미치는 영향에 대한 연구

김영화, 김계현(2011)은 대학생의 진로결정문제, 진로준비행동에 자아정체감 지위 별로 어떠한 차이가 있는지를 검증하였다. Marcia가 제안한 자아정체감 지위 중 성취 단계의 대학생들과 조기 완료 대학생들로 두 개의 집단을 나누고, 진로 결정에서 나타나는 차이에 초점을 맞추어 진로결정 및 진로준비행동을 논의하였다. 자아정체감 지위 검사(EOM-EIS)를 실시하여 분석한 결과, 조기완료 대학생은 진로결정문제를 경험하고 있으나 성취집단과 차이없이 진로준비행동을 하는 것으로 나타났다.

이송이(2014)는 대학생의 자아정체감이 진로의사결정유형 및 진로성숙도에 미치는 영향에 대해 연구하였다. 연구결과, 자아정체감에서는 주체성, 자기수용성, 미래확신성, 목표지향성, 주도성 및 진로 성숙도에서는 결정성, 참여도, 독립성이 유의미한 결과로 나타났다.

정유선, 박미현(2017)은 ‘대학생 개인의 진로발달과 관련한 중요 요인인 자아정체감, 진로성숙도, 진로결정 자기효능감의 관계에 대해 연구’ 하였다. 연구결과, 자아정체감, 진로결정, 자기효능감이 진로성숙도도 높은 것으로 나타났다. 결과를 통해 대학생들의 자기이해, 진로탐색 등과 같은 진로교육에 대한 방향성 논의를 제시하였다.

한미희(2019)는 ‘대학생의 자아정체감과 직업선택요인 및 직업준비활동과의 관계’를 알아보고자 하였으며, 연구결과, 자아정체감과 직업을 선택하는 요인은 정적상관관계로 나타났으나 취업준비활동과는 무관했다. 본 연구를 통해 대학생들의 자아정체감 확립과 직업선택, 취업준비와 관련된 프로그램 개발 및 교육이 활성화될 필요성을 제시하였다.

대학생의 자아정체감이 진로결정문제에 미치는 영향에 대해 선행연구를 통해 얻은 시사점으로는 대학생의 자아정체감은 진로성숙도, 진로정체감 등 진로결정문제에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 대학생의 자아정체감이 진로성숙도, 진로정체감, 취업활동에 미치는 영향에 대해서 양적연구로 검증한 연구 결과, 자아정체감이 높을수록 진로정체감이 높아지고, 진로성숙도가 높아지는 것으로 나타났지만 취업활동 측면에서는 큰 영향을 미치지 못하는 것으로 분석되었다. 따라서 대학생의 자아정체감이 진로결정문제에 많은 영향을 미치는 것을 보아, 대학생 진로 프로그램에 자아정체감 향상에 관한 내용도 다루어야 할 필요가 있다.

1.2.2. 예술심리치료 프로그램이 대학생의 자아정체감에 미치는 영향에 대한 연구

대학생의 자아정체감에 예술치료 프로그램이 미치는 영향에 대한 연구에는 주로 미술치료, 문학치료로 구분되었다.

문현영(2011)은 ‘미술치료 프로그램이 대학생 시기의 중요한 발달과업인 자신에 대한 이해와 수용을 나타내는 자아정체감에 미치는 영향’을 연구하였다. 미술치료프로그램을 실시한 결과, 자아정체감에 유의한 향상이 있었으며 구체적으로 하위변인을 살펴보면 목표지향성, 주도성, 친밀성에 유의한 향상이 있었다.

안선희, 김향숙(2016)은 ‘색채심리를 활용한 집단 미술치료가 대학생의 자아정체감과 정서지능에 미치는 영향’을 알아보려고 하였다. 본 연구의 결과, 색채심리 활용 집단미술치료는 대학생의 정체감 형성, 정서인식, 정서조절, 자기 발견, 자기 긍정적 미래 자아상으로 진로계획 등 긍정적인 모습으로 변화는 것을 나타나, 색채심리를 통해서 자아정체감을 탐색하고 자기를 성찰하게 되었다.

손정희(2020)는 ‘글쓰기 문학치료가 대학생의 불안과 자아정체감에 미치는 영향’을 고찰하였다. 연구결과, 글쓰기 문학치료를 통해 자아정체감에 긍정적 영향을 미쳐서 불안감소, 자기 수용, 삶을 주도적으로 살고자 하는 능력 등이 향상되는 것으로 나타나, 글쓰기 문학치료가 대학생의 자아정체감 향상에 긍정적인 의미가 있음을 입증하였다.

박주은 외(2020)은 ‘대학신입생의 대학생활 적응을 위한 자아정체감 향상 문학치료 프로그램을 개발’하기 위한 기초연구로, 대학생활의 다양한 영역에 영향을 미칠 수 있는 핵심적인 요소인 자아정체감에 주목하여 연구하였다. 요구 조사 외 <내 복에 산다>를 분석한 결과, 이야기 분석 과정에서 자아정체감을 성취하는 과정을 드러내는 장면을 확인하였고, 후속 연구에서는 프로그램을 구성하여 시행 및 효과를 보고하고자 한다.

예술심리치료 프로그램이 대학생의 자아정체감에 미치는 영향에 대한 선행연구를 통해 얻은 시사점으로는 미술치료 프로그램과 문학치료 프로그램 모두 대학생의 자아정체감에 유의한 향상이 있었음이 나타나, 예술심리치료를 통해서도 대학생 자아정체감 변화에 긍정적 영향을 미치는 것을 확인하였다. 이에, 대학생 자아

정체감 변화를 위한 예술심리치료 프로그램이 지속적으로 개발·연구되어야 할 것이다.

1.2.3. 대학생의 자아정체감과 대인관계 및 적응 관계에 대한 연구

박아청(2005)은 ‘대학생의 가정과 학교생활 적응이 개체화 과정에서 자아정체감에 영향’을 미치는 관련 변인들의 관계를 알아보고, 그 변인들이 개체화와 자아정체감 형성에 어떠한 영향을 주는지에 대해 연구하였다. 연구 결과, 첫째, 대학생의 가정생활에서 적응은 대학생들의 개체화 과정에 부정적 영향을 미칠 수도 있다. 둘째, 가정생활의 적응이 높을수록 정체감 형성에 도움을 준다. 셋째, 학교생활 적응이 높을수록 개체화 과정이 순조롭게 진행되고, 자아정체감 형성이 잘 되는 것으로 나타났다. 넷째, 개체화 과정이 잘 이루어지는 것이 자아정체감 형성에 도움을 주는 것은 남녀 간 및 연령 구분 없이 적용된다. 다섯째, 개체화 과정이 순조롭게 진행될수록 자아정체감의 형성이 잘 이루어지는 것으로 나타났다.

권은경(2017)은 ‘자아정체감의 형성 시기인 대학생을 대상으로 자아정체감과 대학생활과의 영향’ 관계를 살펴봄으로써 향후 사회진출을 위한 자아정체감의 중요성에 대해 살펴보았다. 연구결과, 첫째, 자아정체감은 학업적응에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 자아정체감은 정서적응에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 마지막으로 자아정체감은 대학 만족에 영향은 미치지 않는 것으로 나타나, 정체감 형성은 학업 및 정서적응과 연관이 있는 것으로 분석하였다.

이윤정, 장현정(2019)은 ‘대학신입생들의 자아정체감, 지각된 스트레스, 정서표현 양가성, 대학생활 적응 정도를 알아보고, 대학생활 적응에 영향을 주는 요인’을 파악하였다. 연구 결과, 대학 신입생들의 자아정체감과 정서표현 양가성이 대학생활 적응에 유의한 영향을 주는 요인이었고, 이 중 자아정체감이 가장 영향력이 높게 나타났다.

대학생의 자아정체감과 대인관계 및 적응에 미치는 영향에 대해 선행연구를 통해 얻은 결과, 대학생의 자아정체감은 대인관계, 학교 생활 적응, 학업 적응, 정서적응 등 사회생활에 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 대학생들의 대인

관계 뿐만 아니라 다양한 적응 생활을 위해서 대학생들의 건강한 자아정체감 형성을 위한 교육 및 치료 프로그램이 개발되어야 할 것으로 사료된다.

1.2.4. 대학생의 자아정체감이 부정정서에 미치는 영향

백현기 외(2015)는 ‘대학생의 자아정체감, 사회적 지지와 마음건강과의 관계’를 검증하였다. 연구 결과, 대학생은 사회와 환경의 영향 뿐만 아니라 마음건강 문제행동 예방이 중요한 것으로 나타났다. 이에 마음건강을 강화하는 프로그램을 적용하는 것이 효과적임을 시사하였다.

이정숙, 조인주(2018)는 ‘대학생들의 개인적, 가족적, 학교, 사회문화적 등의 특성이 자살 생각에 어떠한 영향’을 미치는지를 연구하고, 이러한 특성이 자아정체감 및 우울의 경로를 통해 자살 생각에 어떠한 영향을 미치는지를 연구하였다. 연구 결과, 상담 필요, 의사소통, 전문가 지지, 외모, 태도는 자살생각에 직접적인 영향 및 자아정체감과 우울을 통해 자살 생각에 간접적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

대학생의 자아정체감과 정서 및 심리 관계에 대한 영향을 선행연구를 통해 얻은 시사점으로는, 대학생들의 자아정체감 형성은 부정정서에 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 대학생들의 문제행동 예방 차원에서의 심리치료 프로그램을 적용하는 것이 효과적인 것을 알 수 있었다. 이에 비임상군에 해당되는 대학생들의 자아정체감 형성을 위한 심리치료 프로그램이 개발되어야 할 것이다.

2. 문학치료

2.1. 문학치료 정의

문학치료의 어원은 독일 Fritz Perls Institute(FPI)의 'Integrative Poetry & Biblio Therapy'에서 온 것으로 이는 ‘통합적 글쓰기와 독서치료’라고 해석할 수 있다. 또한 문학치료에 대한 연구는 1900년 초기부터 지금까지 체계적인 연구가 계속되고 있으며, 1950년을 기점으로 그 이전에는 주로 사례연구를 중심으로 하여 연구하다가 이후에는 실험연구 중심으로 연구되고 있다(배영의, 2017; 정운채, 1999). 문학치료에 대한 정의로 미국문학치료협회(National Association for Poetry Therapy: NAPT)의 “문학치료는 통합적 치료 방법으로서 문학적 글쓰기, 독서, 드라마 연행과 같은 매체를 통해 개인의 잠재된 능력과 인성의 계발, 창의성과 자발성의 강화, 마음의 치유 그리고 심리·사회적, 정신·신체적 문제성의 완화를 지향하는 심리치료와 예술치료의 한 갈래이다. 또한 사람은 개인적으로나 집단에서 자신의 텍스트나 다른 사람의 텍스트를 듣고 말하고 쓰면서, 또 연행하면서 치유를 받을 수 있다.”라고 정의하였다(배영의, 2017; 변학수, 2006).

치유의 정의로는 문학치료는 문학을 매체로 한 임상 학문이며, 문학이 치료적인 것은 문학이 본질적으로 상처나 고통을 서술하기 때문이다(채연숙, 2008). 치유적 관점에서 문학치료는 두 가지로 구분할 수 있다. 먼저, 주어진 텍스트를 읽게 하는 수용적 독서치료(Biblio Therapy)에 능동적인 글쓰기인 글쓰기치료(Poetry Therapy)로 구분하여 볼 수 있으며(배영의, 2017), 읽기와 쓰기를 통한 치료이다. 독서치료(Biblio Therapy)는 책읽기(문학, 인생경험담, 치유경험, 영화 등)을 통해서, 글쓰기치료(Poetry Therapy)는 텍스트 만들기(시, 산문, 연극, 일기, 편지, 고백록 등)를 통해서 가능하다(김춘경 외, 2009).

정운채(2008; 2010)는 문학치료에서 가장 중요한 특징은 사람을 문학적으로 이해하고, 바라보는 것으로 문학치료의 핵심적인 요소는 ‘서사(敍事)’라고 하였다. 문학치료에서 서사의 개념은 인간관계의 문제이다. 다양한 인간관계가 어떻게 서사 되는지에 따라 치료하는데 주안점을 두고 있기에 “인간관계의 형성

과 위기와 회복에 관한 이야기” 라고 규정하였다. 문학치료는 자기서사가 건강하지 않을 때 삶에 문제가 나타난다고 보며, 문학작품의 건강한 서사에 의해 사람들의 병약한 자기서사를 바꿈으로써 삶의 변화를 끌어내고자 한다(이동희, 2016).

문학치료에서 서사의 종류로 순응의 문제를 푸는 ‘자녀서사’, 선택의 문제를 푸는 ‘남녀서사’, 지속의 문제를 푸는 ‘부부서사’, 양육의 문제를 푸는 ‘부모서사’ 등으로 범주화하였고, 다시 ‘가르기서사’, ‘밀치기서사’, ‘되찾기서사’, ‘감싸기서사’ 등으로 범주화하여 16개의 서사영역을 설정하였다. 이는 우리가 당면하고 있는 삶의 문제를 좀 더 잘 이해하고 그에 대한 근본적인 해결책을 찾아내기 위한 방법인 것이다(정운채, 2008; 2010).

문학치료의 구조는 자기서사 및 작품서사와 같이 인간관계의 형성과 위기, 회복의 특성을 가진 치료적 기법이기에 때문에 치료자, 참여자, 문학작품 간의 상호작용이 중요시하게 언급되고 있다. 문학치료는 궁극적으로 문학을 활용한 심리치료로써 문학치료에 대한 정의를 살펴보면, 변학수(2006)는 억압된 심층을 문학을 통해 드러내고 치유하는 일이라는 정의라 하였다. 정운채(2008)는 참여자가 가진 자기서사와 선정된 문학작품의 서사, 그리고 치료자의 서사가 상호작용을 일으키는 과정이 문학치료라 정의하였고, 나동광(2009)은 문학작품 속의 화자 또는 등장인물을 통해 치료에 참여하는 사람의 정서와 감정을 공유하는 가운데 자신의 문제를 자연스럽게 드러내게 하는 것이 문학치료로 정의하였다(송명희, 오영이, 2013). Hynes & Hynes-Berry(2012)는 상호작용 문학치료(Interactive Biblio, Poetry Therapy)라는 용어를 사용하고 있으며, 문학치료란 문학을 촉매로 훈련받은 촉진자(문학치료사)와 참여자(내담자)간의 치료적 상호 작용을 통한 치료 과정으로 정의하고 있다(손정희, 2020).

즉, 치료자가 문학을 매개로 감정이나 정서가 표출되도록 유도함으로써 정화하고, 자아성찰과 인격의 변화를 유도하게 하는 것이 문학치료라 할 수 있다(송명희, 오영이, 2013). 때문에 문학치료에서 활용하는 문학의 선별 기준은 예술적, 문학적 가치가 아니라 깨달음과 자아발견을 위한 도구, 즉 참여자들 개개인의 반응을 끌어내는 강력한 도구로서의 가치가 있는지에 중점을 두어야 한다(이봉희, 2014).

따라서 문학치료는 서사를 바탕으로 상호작용하는 과정을 통해 자신을 탐색하

고 표출함으로써 자아성찰로 자기 이해가 가능하며, 타자와 진정한 공감을 경험을 통해 타자 이해와 수용을 가능하게 함으로 자아정체감 형성과정에 유의미한 도움을 줄 수 있을 것으로 시사된다.

2.2. 문학치료 목표

문학치료의 목표는 문학치료에 참여한 참여자는 치료의 과정에서 동일시, 카타르시스, 통찰 등을 경험하는 것이 주된 치료의 목표라 할 수 있다(Doll, B., & Doll, C., 1997; Hynes & Hynes-Berry, 2012).

동일시(identification)는 개인 자각의 과정으로 ‘투영(projection)’ 과 ‘내사(ingestion)’ 로 구분 된다. 여기서 투영이란, 개인의 감정, 생각 등을 타자에게 발견해 내는 것이고, 내사는 반대로 타자의 감정, 생각 등을 자신에게서 찾아내는 것을 의미한다. 문학치료에서 동일시란, 작품 속에 등장하는 특정 인물의 태도, 행동, 감정, 성격 등 마치 자기 자신의 체험인 것 같이 느끼게 되어, 그 태도나 감정, 행동을 자신의 것으로 받아들여 그와 같이 행동하는 무의식 과정을 의미한다고 볼 수 있다. 카타르시스(Catharsis)는 문학치료 과정에서 동일시를 경험한 이후 글이나 이야기로 표현하여, 자신의 심리적 갈등이나 욕구 불만 등을 표출시키는 소극적인 감정 발산에 해당된다. 통찰(Insight)은 카타르시스를 경험 후, 자신의 문제점과 부정정서에서 해방되면서 자신의 문제에 대해 객관적인 인식을 가지게 된다. 즉, 통찰의 과정은 자기 스스로 자신의 문제를 해결하는 과정이다(이동희, 2016; 전보라, 2020).

이러한 문학치료적 목표(동일시, 카타르시스, 통찰)를 바탕으로, Doll & Doll(1997)은 문학치료 목표를 <표 II-4>와 같이 제시하였다.

<표 II-4> 문학치료 목표(Doll, B., & Doll, C., 1997)

구분	문학치료 목표에 대한 7가지 설명
1	책을 읽는 참여자 개인에 대한 통찰과 자기이해 증진을 위한
2	정서적인 카타르시스를 경험하도록 하기 위한

구분	문학치료 목표에 대한 7가지 설명
3	매일의 문제를 해결하도록 도와주기 위함
4	타인을 대하는 방식 및 타인과 상호작용하는 방식을 변화시키기 위함
5	타인과 효율적이고 만족스러운 관계를 증진시키기 위함
6	타인이 다른 특별한 문제에 봉착했을 때 정보를 제공해주기 위함
7	참여자에게 책을 읽는 동안 즐거움을 느끼게 해주기 위함

Doll & Doll(1997)의 문학치료 목표 7가지에 대해 자세히 살펴보면, 첫째, 책을 읽는 참여자 개인에 대한 통찰과 자기이해 증진이란, 문학치료를 통해 참여자는 치료를 통해 얻은 통찰이란 참여자가 책을 읽고 느낀 것을 정확히 알도록 돕고, 더 나아가 책을 읽는 동안 생긴 정서는 자기에 대해 알고 있는 것을 통합시켜 준다. 둘째, 정서적 카타르시스 경험이란, 참여자들의 심리·정서적 긴장을 정화하고 순환시킴으로써 자신을 더욱 잘 이해할 수 있도록 돕는 것이며, 그 자체로도 치료적 효과를 가진다. 셋째, 매일의 문제를 해결하도록 도와주는 것이란 참여자가 문학치료 프로그램 과정에서 작품의 주인공이 겪는 문제 속에 자신을 대입시킴으로써 실생활에서 직접 고통을 겪지 않고도 상상을 통하여 문제 상황을 분석하고 해결할 수 있도록 돕는다. 넷째, 타인을 대하는 방식 및 타인과 상호작용하는 방식을 변화시키는 것은 작품을 통해 자신과 비슷한 처지에 있는 주인공과 동일시 함으로서 정서를 순환시키고 나아가는 데 필요한 방향과 방법을 제시하여 타인과 상호작용하도록 돕는 것이다. 다섯째, 타인과 효율적이고 만족스러운 관계를 증진시키기 위해 집단상담을 통해 작품을 통해 읽고, 쓰는 등 느낀 부분을 타인과 공유하면서 유대감을 가진다. 집단상담 과정을 통해 나만의 어려움이 아니라 타인도 함께 겪고 있는 어려움임을 인정하는 것은 문학치료에서 매우 중요한 부분이다. 여섯째, 타인이 어떠한 문제점에 봉착했을 경우 도움 및 정보를 제공함으로써 문제를 해결하고, 적응하도록 돕는 것이다. 예를 들어, 신입생 대학생 참여자가 새로운 대학생활 적응에 어려움을 겪고 있다면, 신입생의 어려움을 미리 겪은 대학생이 대안을 제시해 줌으로서 함께 어려움을 해결하는 것이다. 일곱째, 참여자에게 책을 읽는 동안 즐거움을 느끼는

것은 문학치료의 가장 기본적인 목표라고 할 수 있다. 문학 작품을 통해 카타르시스를 느낌으로서 문학을 통한 즐거움을 경험할 수 있다.

다음으로 Hynes & Hynes-Berry(2012)는 문학치료 목표는 <표 II-5>와 같다.

<표 II-5> 문학치료 목표(Hynes & Hynes-Berry, 2012)

구분	문학치료 목표에 대한 4가지 설명
1	문학에서 제시되는 상상 이미지, 개념 등 자극을 통해 정서적 반응 및 개발을 돕기 위함
2	정확한 자아 인식을 증진하기 위함
3	타인과 상호작용을 통해 인간관계를 명료화하기 위함
4	참여자가 직면하고 있는 현실을 자각하여, 현실감각 발달을 돕기 위함

Hynes & Hynes-Berry(2012)의 문학치료 목표 4가지를 자세히 살펴보면, 첫째, 문학에서 제시되는 상상의 이미지, 정신적 개념들의 자극에 정서적 반응을 일으켜 정서적 해방감을 느낌으로서 반응능력을 개발하고자 한다. 둘째, 정확한 자아 인식을 증진하여 문학 작품을 통해 자기 긍정성을 높이고 집단 상담을 통해 소통함으로써 자아존중감 향상에 도움을 준다. 셋째, 타인과 상호작용을 통해 나 혼자만의 문제 및 어려움이 아님을 자각하게 되며, 더 나아가 타인들과 진정한 공감하는 작업을 할 수 있다. 마지막으로 참여자가 현실에서 직면하고 있는 심리·정서, 사회적 어려움을 자각하며 현실감각 발달을 돕는다.

앞서 살펴본 학자들(Doll & Doll, 1997; Hynes & Hynes-Berry, 2012)의 문학치료 목표를 통합하여 보면, 문학은 치료를 위한 하나의 촉매 역할을 하며 예술적 혹은 문학적 가치가 아니라 ‘깨달음과 자아발견을 위한 도구’로 사용된다. 예술로서의 문학이 문학 자체에 있다면 문학치료를 위한 문학은 그 초점이 참여자들의 반응과 자기표현, 인식변화, 자기성장에 있다(송명희, 오영이, 2012).

따라서 문학치료는 나와 타자의 서사로 상호작용을 경험은 자기성찰 과정과 타자와 진정으로 소통하는 공감 경험을 통해 자기 이해에서 타자 이해로 나아가 고립이 아닌 친밀감을 형성하여 궁극적으로 서로 협력하고 연대하는 타자지향적인 삶이 되도록 돕는 역할을 할 것으로 기대된다.

2.3. 대학생의 자아정체감과 문학치료

Erikson(1959)의 심리·사회적 발달 이론에서 ‘정체감 대 정체감 혼미(identity versus role confusion)’의 제안을 바탕으로 Macia(1991)는 대학생은 개인적, 사회적으로 급변하는 시기로 정체감 위기를 경험한다고 하였다. 따라서 내가 누구인지, 어떻게 살아야 하는지에 대한 가치관, 인간관계, 진로 설계 등과 같은 고민과 갈등 속에서 정체감 위기를 경험한다. 무엇보다 대학생 시기에 정체감 위기를 잘 극복해야만 안정적인 정체감이 형성 되고, 후에 독립된 성인으로서 타자와 친밀감을 형성할 수 있다.

건강하고 안정적인 자아정체감 확립을 위해선 타자와의 공감과 자신에 대한 깊은 성찰이 필요하다. 여기서 타자와의 공감이란, 자신이 자아정체감을 가진 독립적이고 가치있는 모습으로 존재하는데 필요한 확인을 제공해 주는 것으로(Rogers, 2007), Rogers(1995)는 공감의 과정을 통해서 자신의 참 자아를 발견하고, 안정적인 자아정체감을 확립할 수 있다고 하였다. 다음으로 자신에 대한 깊은 성찰이란, 나라는 존재에 대해 깊이 고민하는 반성적 사고를 통해서 자아정체감을 건강하게 형성하도록 돕는 것을 말한다(Dewey, 1933; 박소현, 김한별, 2017).

이처럼 타자와의 공감과 자신에 대한 깊은 성찰은 보다 안정적이고 건강한 자아정체감을 확립하도록 돕는다. Frankl(1967)는 자기성찰로서 자기 삶의 의미나 가치에 대해 고민하는 것은 의미있는 삶을 살 수 있는 기초가 될 수 있는 것이라 보았다. 즉, 대학생의 안정적이고 건강한 자아정체감 형성을 위해선 타자와의 공감과 자신의 삶을 성찰하는 과정이 필요한데 이에 좋은 전략 중 하나로 문학치료를 볼 수 있다.

문학치료는 나의 서사와 타자의 서사가 상호작용 속에서 동일시, 카타르시스, 통찰의 치료적 경험을 하게 된다. 또한 정운채(2008)는 문학치료에서 서사가 가장 중요하며 서사는 인간관계의 형성, 위기, 회복에 관한 것이라 보았다. 즉, 서사가 기본구조인 문학치료는 참여자, 치료자, 문학작품 간 상호작용하는 구조이며, 이는 동일시, 카타르시스, 통찰을 경험하게 되면서 자신의 자아 성찰을 물론, 타자에 대한 깊은 이해를 가능하게 하는 것이다(김춘경 외, 2006). 결국

문학치료는 나와 타자의 서사 속에서 함께 공감하는 과정에서 다양한 내 모습과 자아정체감을 발견하는 것이며, 자기 자신을 어떻게 변화시켜야 하는지에 대한 해답도 자신 안에 있다고 보는 것으로 자기 성찰적 맥락을 가지고 있다(정성옥, 2016).

문학치료에서의 문학 텍스트는 자기 성찰을 통해 자신의 무의식적 자아를 이해하게 되고, 타자와의 관계를 깊이 이해하고 수용할 수 있게 한다(김춘경 외, 2006). 따라서 문학치료에서 문학 텍스트는 다른 사람의 사고, 감정을 이해하고 공감 능력을 형성하는 데 도움을 준다. 무엇보다 문학은 그 자체로 개인의 경험을 다룬다는 점에서 모든 문학작품은 다문화주의적 일 수밖에 없다(김상옥, 2010). 또한 김정용(2017)은 문학은 나와 타자에 대해 이해하고 공감을 지향한다는 점에서 다문화 본질을 가지기에 타자를 보다 존중하는 태도를 지니게 한다고 보았고, 타자 존중은 다른 시각의 수용과 자신의 시각을 확대시켜 자기 성찰이 일어나면서 자신의 자아정체감을 더욱 풍요롭고 안정적으로 형성하게 한다고 하였다.

즉, 문학치료 경험을 통해 자기 성찰은 물론, 상호문화학습을 통해 타자를 향한 공감과 개입이 자신의 삶에 대한 이해로 확장하게 된다. 이러한 다문화주의 본질을 가진 문학치료는 대학생 시기에 안정적인 자아정체감을 형성할 수 있도록 도울 수 있으며, 안정적인 정체감 형성은 성인기의 발달과업인 타자와 친밀감을 형성하게 되면서 행복한 삶을 위한 기반이 될 것이다.

3. 본 연구의 분석틀

대학생의 자아정체감과 문학치료에 관한 이론적 논의를 통해 연구 분석틀을 구성하였다.

문학치료는 서사의 상호작용 속에서 동일시, 카타르시스, 통찰을 경험하며 자기 성찰 과정에서 나에 대한 이해에서 나아가 타자 이해, 타자지향적인 삶을 추구하게 한다. 이러한 문학치료 서사의 치료적 기법은 비임상군에 해당하는 대학생들의 자아정체감 형성에 사전예방적 치료 차원에서 도움을 될 것이다.

Erikson(1959)의 심리·사회적 발달 이론에서 ‘정체감 대 정체감 혼미’ 제안을 바탕으로 Macia(1991)는 대학생은 심리·정서적, 개인적, 사회적으로 급변하는 시기로 정체감 위기를 경험하는 ‘자아정체감 지위 이론’을 제시하였다. Macia(1991)의 이론을 바탕으로 대학생 시기에는 개인적, 사회적으로 자아정체감의 위기를 겪게 되는 동시에 자아정체감을 발달시킬 수 있는 가장 좋은 시기이기도 하다(박소연, 김한별, 2012).

이에 본 연구에서는 Erikson(1959)의 심리·사회적 발달 이론과 Macia(1991)의 정체감 위기를 이론적 근거로, 대학생 시기엔 개인적 어려움과 사회적 어려움이 문학치료 참여 경험을 통해 어떻게 나타나는지, 문학치료가 자아정체감 형성에 어떠한 의미가 있는지를 질적 메타분석을 통해 분석하고자 한다. McAdams(1985)는 정체감 형성은 곧 삶의 이야기라고 하였으며, 정체감은 내가 타자에게 나의 이야기를 할 수 있을 때 진정한 자신을 발견하는 것으로 건강한 정체감을 형성할 수 있다고 보았다(최사랑, 2018). 이에 비임상군에 해당되는 일반 대학생들의 자아정체감 위기 극복과 건강한 자아정체감 형성과정에서 문학치료의 서사(자기서사, 타자서사, 작품서사)의 상호작용을 통해서 동일시, 카타르시스, 통찰의 경험을 통해 자아정체감 형성과정에서 일어나는 개인적 어려움, 사회적 어려움을 발견하고, 치료하고, 긍정적으로 변화할 수 있을 것으로 기대된다.

이를 위한 연구로서 본 연구 분석틀은 문학치료 참여 경험을 연구한 선행연구에서 나타난, 대학생들의 자아정체감 형성과정에서의 개인적 어려움과 사회적 어려움이 문학치료의 치료적 목표 안에서 어떻게 발견되고, 치료되고, 변화하는

지에 대한 과정을 탐색하고자 한다.

이에 대한 분석들은 다음 <그림 II-1>과 같다.

<그림 II-1> 연구 분석틀



이러한 연구는 문학치료가 대학생들의 자아정체감 형성에 어떠한 의미가 있는 지에 대하여 보다 심층적으로 연구할 수 있을 뿐만 아니라 대학생의 가장 중요한 발달과업인 자아정체감 위기 극복과 건강한 자아정체감 형성을 위한 문학치료 혹은 인문융합치료 프로그램 개발을 위한 기초자료로 활용될 것으로 기대한다.

III. 연구방법

1. 질적 메타분석

1.1. 질적연구방법론 정의

질적연구는 어느 특정한 시기의 특정한 사건이나 사회 현상에 대해 깊이 이해하고 그 원인을 발견하고자 할 때 적합한 연구방법으로 현실의 삶과 사회구조적인 문제에 관심을 갖고, 현 사회를 변화시키는 방안을 모색하는 데 기여하는 역할을 한다(김영순 외, 2018).

대표적인 질적연구의 전통은 내러티브 연구, 현상학적 연구, 근거이론 연구, 문화기술지 연구, 사례연구이다. 그러나 질적연구는 개방적인 특징을 지닌 만큼 상당히 분화되거나 융합되어 왔다. 따라서 대표적인 질적 연구 외에도 혼합연구, FGI 연구기법, 델파이 기법, 근거이론, 실행연구, 합의적 질적연구(CQR) 등이 있다(김영순 외, 2018).

본 연구는 질적 메타분석을 하기 위해 전통적인 질적연구를 포함하여 질적연구의 융합된 연구까지 포괄적으로 분석 기준으로 선정하였다. 김영순 외(2018)의 근거로 현상학적 연구, 문화기술지, 민속방법론, 생애사연구, 내러티브 탐구, 사례연구, 근거이론, 실행연구, 핵심집단면담, 델파이 조사, 합의적 질적연구, 혼합연구(양적+질적)의 12개 질적 연구방법론 구분 및 개념으로 해당되는 질적 연구물들을 분석하여 질적 메타분석을 실행하였다.

1.2. 질적 메타분석 정의

Sandelowski et al.(1997)는 질적 메타분석이란 유사한 주제에 관한 개별 질적 연구물을 종합·비교·분석하여 만든 이론, 거대 내러티브, 설명적인 해석, 일반화 등으로 정의하였다(국민준, 2020). 질적 메타분석은 개별 질적 연구물에서 유사한 주제를 다루고 있는 결과를 종합적으로 분석하여 새로운 이론의

생성, 확장적 해석 도출, 모형 등을 개발하는 데에 그 목적이 있다(Walsh & Downe, 2005).

질적 메타분석은 질적연구를 위한 출발점이자 질적연구의 정리물이라고 볼 수 있다(김명희, 2021). 기존의 질적연구를 종합하고 정리하여 심층적으로 분석하고자 하는 것은 질적 연구물의 일반화 가능성을 높이는 데 필수적이며 보다 학문의 정성적 발견의 기여도를 높일 수 있다(Sandelowski et al. 1997). 이러한 질적 메타분석은 다양한 환경에 있는 사람들이 필요로 하는 것에 대한 실질적 조언을 할 수 있다(최수안, 김영순, 2021).

양적 메타분석은 원인과 효과성, 결론의 확실성을 높이는 것이 목표인 반면, 질적 메타분석은 해석 패러다임에 기반을 두었기 때문에 원 연구자의 해석에 대한 연구자의 해석이라 볼 수 있다(Walsh & Downe, 2005; Zimmer, L., 2006). 때문에 질적 메타분석은 체계적으로 검토하는 것이 매우 중요하기 때문에 질적 메타분석을 수행하고자 하는 주제와 관련된 연구를 모두 검색하는 것이 중요하며, 충분히 검색을 수행하지 않은 것은 질적 메타분석에서의 가장 큰 위협이라 볼 수 있다(Cooper, 1998).

질적 메타분석은 비교적 최근의 연구방법으로 양적 메타분석과 같이 정형화된 방법이 존재하지 않기 때문에 연구 과정에서 수정 및 보완할 수 있다(정순경, 손원경, 2016). 이에 국내·외 질적 메타분석을 수행한 연구자들의 연구 과정과 절차를 연구하여 연구에 대한 신뢰도와 타당도를 높일 필요가 있다.

질적 메타분석은 연구 초기인 만큼 명칭 또한 통일되지 않아 질적 메타종합(Qualitative Meta Synthesis), 질적 메타합성(Meta-synthesis and Meta-ethnography), 질적 메타통합(Meta Synthesis of qualitative), 질적 메타분석(qualitative meta-synthesis) 등으로 다양하게 사용되고 있다(이은봉, 2019).

본 연구에서는 다양한 용어 중 질적 메타분석으로 통일하고자 한다.

1.3. 질적 메타분석 연구방법론 선행연구

국내·외 학자별 정리는 질적 메타분석으로 연구한 국내 KCI 학술지, 국내 학위논문의 연구물 중심으로 참고문헌 및 각주를 추적하여 인용지수가 높은 학자로 선정하

였다.

질적 메타분석으로 인용지수가 높았던 해외학자는 Noblit & Hare(1988), Sandelowski & Emden(1997), Sandelowski & Barroso(2003), Walsh & Downe(2005)로 총 4편, 국내 학자에서는 나장함(2008), 김정숙(2015)의 2편으로 총 6편의 연구물에서 질적 메타분석의 과정과 절차를 선행연구로 분석하였다.

다음으로 국내 학위논문으로 질적 메타분석을 수행한 석·박사 논문 9편의 연구 주제, 연구 목적, 연구방법론, 연구 결과에 대해 선행연구로 분석하였다.

1.3.1. 해외학자 질적 메타분석 절차 및 내용

Noblit & Hare(1988)의 연구 분석 절차와 내용은 다음과 같다. 첫째, ‘연구 문제 설정’은 시작하기 단계로 연구 주제와 연구 문제를 정한다. 둘째, ‘관련 연구물 검색’에서는 관심 주제인 연구물 검색과 연구물을 선정한다. 셋째, ‘개별 연구물 분석’에서는 개별 연구물 읽기와 분석을 통해 주제, 개념을 정리한다. 넷째, ‘연구물 간 관계 분석’에서는 연구물 간의 관련성을 찾는다. 다음으로 ‘해석 종합’과 ‘종합 결과물 표현’에서는 상반된 결과를 종합하고 활용하여 결과들 간의 공통점 및 차이점을 탐색하여 연관성을 종합적으로 해석하는 것으로 단계별 연구방법론을 제시하였다.

Sandelowski et al.(1997)의 연구 분석 절차와 내용은 다음과 같다. 첫째, ‘주제 유사성 확인’이다. 본 단계에서는 질적 메타분석 수행 초기의 문제는 어떤 연구가 실제로 동일한 현상, 사상 또는 경험에 관한 것인지를 결정하는 것이며 연구의 실제 주제 유사성을 결정하기 위한 수단을 개발해야 한다. 또한 정보 검색에서 사용할 수 있는 다양한 기술을 사용하여 위치를 파악해야 한다(Cooper, 1989). 둘째, ‘포함 기준 설정’으로 연구에 포함하고자 하는 유사한 연구를 결정해야 한다. 모든 종류의 질적 연구가 그렇듯이 지나치게 큰 표본 크기는 심층 분석을 저해하는 경향이 있으므로 결과 해석상의 타당성을 위협받게 된다. 따라서 유사한 연구를 찾을 때 메타분석에 대한 견고한 분석 경계를 설정하기 위해 명확하게 정의된 목적이 있는 샘플링 전략을 사용해야 한다. 이에 대해 연구자는 포함 기준을 설명할 의무가 있다. 셋째, ‘방법론적 비교 가능성 판단’이다. 이 단계에서는 분석에 있어 어떤 주제로

유사한 연구가 포함될지를 결정한 후, 연구자들은 방법론적 비교 가능성과 공통점, 차이점을 결정해야 한다. 이러한 과정은 연구자가 각각의 용어로 각 연구를 이해, 연구 간 비교, 통합을 시도하는 데 도움이 된다. 넷째, ‘분석 방법 및 기술 설명’으로, 연구자는 각 연구를 비교하는 데 사용되는 기술을 개발하고 전달해야 한다. 연구 발견을 정리하는 것이 질적 메타분석의 이유이기 때문이다. 어떤 연구방법론을 사용하든 질적 메타분석의 목적은 대상의 경험을 중심으로 언어, 개념, 이미지 및 기타 아이디어의 모든 중요한 유사성과 차이를 설명하는 것이다. 양적 메타분석과 대조적으로 질적 메타분석은 소견을 평균화 또는 공통의 측정 기준으로 축소하는 것이 아니라, 소견의 해석 가능성을 확대하고 더 큰 내러티브 구성 또는 일반 이론을 구성하는 것으로 단계별 연구방법론을 제시하였다.

Sandelowski & Barroso(2003)는 Bate(1989)의 ‘berry picking model’ 활용하여, 검색 방법 위주로 연구방법론을 소개하였다. 첫째, ‘각주 추적’으로 서적과 관심 물품에서 발견되는 각주를 추적하는 것과 참조 목록을 통해 뒤로 이동하는 것을 포함한다(Bates, 1989). 둘째, ‘인용 문헌 검색’으로 연구자가 인용 데이터베이스에서 누가 인용했는지를 찾아내야 한다(Bates, 1989). 셋째, ‘저널 실행’으로 연구자가 어느 분야의 중심적인 저널을 확인하여 관련 연도에 걸쳐 체계적으로 검색한다(Bates, 1989). 넷째, ‘영역 검색’으로 이 방법은 검색 초기에서 재료와 물리적으로 일치하는 재료를 참조하는 것으로 널리 사용되고 있는 효과적인 방법이다(Bates, 1989). 따라서 연구와 관련하여 카테고리 분류된 자료들을 검색하는 것에 해당된다(Bates, 1989). 다섯째, ‘작성자 검색’으로 이전에 검색한 연구물에 기초하여, 저자가 동일한 주제에 대해 다른 작업을 수행했는지 확인하기 위해 저자명별로 검색해야 한다(Bates, 1989). 여섯째, ‘검색, 개념, 색인을 활용한 주제 검색’으로, 한 지역의 관련 저작물에 대한 검색으로 중점적으로 다뤄온 방법이다. 연구자가 접근할 수 있고, 다양한 분야를 다루는 데이터베이스를 활용한다. 검색 방법으로는 적절한 구문, 구분자, 확장자 등을 포함하여 전문적으로 검색 해야 하는 것으로 단계별 연구방법론을 제시하였다.

Walsh & Downe(2005)의 연구 분석 절차와 내용으로 첫째, ‘연구 주제 및 연구 문제 설정’으로 다른 연구와 마찬가지로 적절한 연구 질문, 목적으로 메타분석들을 구성한다. 틀 구성의 문제로 광범위한 주제 설정은 연구자가 자의적으로 분석

한 것으로 보이기 때문에 초점을 줄여서 분석할 필요가 있다. 둘째, ‘관련 연구물 검색’ 으로 질적 메타분석을 위해서는 검색이 매우 중요하다. 때문에 데이터베이스 검색 외에도 저널에 게재된 연구물, 서적, 리뷰, 미공개 논문에 대해 검색하는 것이 중요하다. 따라서 검색 방법을 강화하기 위해 검색 전략으로 Bate(1989)의 ‘berry picking model’ 참조를 권유했다. 셋째, ‘포함할 연구물에 대한 질 평가’ 단계에서는 Noblit & Hare(1988)는 민족학 연구의 맥락에서 동일한 연구방법을 수용하여 적용하는 방법을 주장하였으며, Sandelowski & Emden(1997)에서는 서로 다른 방법론을 통합하는 접근방식을 제안 등 학자마다 질적 메타분석에 포함할 항목에 대한 의견으로 나뉜다. 따라서 연구자는 접근방식에 대해 인식하고 포함할 항목 결정에 대한 이유와 영향에 대해 투명하게 결정해야 한다. 넷째, ‘개별 연구 분석’ 단계에서는 선정된 개별 연구물의 결과를 정독하면서 연구자의 해석을 찾고, 확장적인 해석을 탐색한다. 다섯째, ‘개별 연구 관련 사례 간 비교 및 분석’ 단계로, 개별 연구물의 분석으로 나타난 주요 개념과 주제로 분석 틀과 목록을 작성하고, 사례와 상호 비교 및 분석 등을 실시한다. 분석 기법으로는 ‘비교 대조 연습을 통해 연구의 관련성 및 부조화된 부분 확인’ 으로 어떤 수준의 분석이 추구되든 가능한 원 연구자의 해석 혹은 연구참여자의 원본 텍스트의 의미를 보존해야 한다. 그리고 ‘역번역’ 으로는 어떤 연구 결과를 다른 연구 결과로 번역하여 양쪽에 적용할 수 있는 비유와 개념을 사용한다. 이때 차이가 나는 부분을 보완하지 않고 새로운 관점으로 보는 것이 중요하다. 다음으로 ‘번역의 합성’ 으로는 마지막 단계로 보다 정교한 의미, 탐구 이론 및 새로운 개념을 설명하기 위해 번역을 합성하는 것이다. 여섯째, ‘연구 결과 종합’ 단계에서는 연구 결과를 종합을 통해 해석 가능성과 함께 이론의 생성을 탐색하여야 한다. 이 단계에서는 질적 메타분석 연구에서 가장 중요한 것으로 개별 질적 연구들의 결과를 종합하는 것이며, 결과에 대해 개념적 지도 또는 시각적 도표화 등으로 나타내는 방법을 제안하였다 (Sandelowski & Barroso, 2007).

1.3.2. 국내학자 질적 메타분석 절차 및 내용

나장함(2008)의 질적 메타분석 연구 분석 절차와 내용은 다음과 같다. 첫째, ‘연구 주제 및 연구 문제 설정’으로 특정 연구 주제, 영역을 다루는 유사한 개별 질적 연구물들을 포함한 개별 연구결과와의 관계성을 파악해야 한다. 또한 질적 메타분석을 위해 시작 단계에서 엄격하게 연구 범위를 구분하고 연구방법을 설계해야 한다(Walsh & Downe, 2004). 둘째, ‘관련 연구물 검색’으로 질적 메타분석에서도 양적 메타분석과 마찬가지로 연구물의 탐색 및 선정과정에서는 엄격하고, 편견없이 실행하여야 한다. 따라서 인터넷 검색 외에도 수집된 연구물의 참고 문헌, 미발행 연구물 등 해당 주제 전문가의 조언 등을 탐색하는 방안을 고려해야 한다(Walsh & Downe, 2004). 셋째, ‘포함과 배제 근거 설정’으로 연구물에 대한 포함과 배제 근거를 설정해야 한다. 관련하여 연구자는 2가지 과제와 직면하게 된다. 이때, 설정된 검색 조건에 따라 일차적으로 수집된 연구물들이 연구자의 연구 초점과 주제의 유사성이 있는가를 파악해야 하며(Sandelowski & Emden, 1997), 서로 다른 방법론적 접근을 시도한 다양한 질적 연구물들을 질적 메타분석에서 어떻게 다룰 것인가를 결정해야 한다. 넷째, ‘포함된 연구물에 대한 질적 평가’로서, 개별 연구물 중 표준화된 근거를 개발 및 적용하여 연구물의 질을 평가하는 작업은 매우 복잡하다. 현재 질적 메타분석을 평가하는 도구는 존재하지 않지만 질적 평가를 개별 연구물에 대한 이해를 증진하는 방안(Sandelowski & Emden, 1997)과 특정 연구 방법론이 유사 관심 영역에 관한 이해를 도모하는 방식으로 참조 도구로 활용할 것을 제안하고 있다. 다섯째, ‘개별 연구 내 분석’으로 각 개별 연구물을 읽고 또 다시 읽으며 해석적인 비유를 적고 검색한다. 즉, 각 개념에 대한 연구 참여자의 일반적 진술, 원 연구자의 해석을 발견하고 일관성과 동시에 보다 확장적인 해석을 탐색한다. 본 단계에서는 주로 표로 만들어서 작업하는 것을 제안하였다. 여섯째, ‘개별 연구 관련 개념 사례 간 분석틀 마련’으로 개별 연구 내 분석 단계에서 생성된 각 주요 관련 개념들에 대한 각 개별 연구의 비유, 어구 등을 수합한 목록(표)을 마련한다. 일곱째, ‘개별 연구 관련 개념 사례 간 비교 분석’으로 분석 방법은 먼저, 관련 개념에 대한 개별연구가 부합하는 경우에는 호혜적인 해석을 활용한 직접적인 비교, 개별 연구가 서로 대립적인 관계일 경우 반박적인 비교, 일련의 논쟁

을 나타내는 개별 연구들은 그룹으로 분류하는 것을 제안하였다. 마지막으로 ‘종합 해석 및 보고서 마련’ 단계에서는 관련 연구물의 기본 대해 요약(저자, 발행연도, 연구 목적 및 문제, 샘플, 자료수집 방법, 연구 설계, 분석 방법, 주요 결과 및 주제 등에 대한 기본정보)하는 것이 필요하다. 각 개별 연구에서 해석 및 제시를 비교하고 분석하여 각 개별 연구 결과와 일관성이 있음과 동시에 보다 확장적인 해석 발견을 위해 개발되었다(Dixon-Woods et al., 2006).

김진숙(2015)의 질적 메타분석 연구 분석 절차와 내용은 다음과 같다. 첫째, ‘시작하기’로 Noblit & Hare(1988)가 제시, Atkins et al.(2008)이 응용한 질적 메타분석 연구절차를 따랐다. 둘째, ‘관심영역과 관련된 문헌을 검색하고 선정하기’로 연구 대상과 관련된 문헌을 검색하고 선정한다. 이 단계에서는 개별연구물별로 연구주제와 연구방법, 유형, 연령, 연구참여자 수 등의 상세 정보를 요약한 표를 제시한다. 셋째, ‘선정한 문헌 읽기(개별연구 내 분석)’로 자료 분석의 신뢰성을 높이기 위해 전문가 분석팀을 구성하여 문헌검색과 분석을 수행한다. 연구자 주도하에 질적연구방법론 관련 문헌을 검토하고 질적연구를 종합분석하는 방법을 숙지한다. 넷째, ‘선정한 연구물 간의 연관성을 찾고 분석틀 만들기’로 개별 개별연구 내 분석을 위해 선정한 문헌을 반복해서 읽으며 연구별로 연구 목적과 주요 결과 및 중심 개념이나 주제를 정리한다. 그리고 개별 연구별로 분석한 결과를 하나의 표로 작성하여 이후 단계를 위한 분석의 틀을 작성한다. 다섯째, ‘개별연구 결과를 비교하고 연관지어 기술적 주제 도출하기’로 개별 연구들 간의 연관성을 분석하기 위해 문헌 검색 선정과 선정한 문헌 읽기에서 작성한 표와 연구별로 결과를 정리한 자료를 지속적으로 비교 및 분석한다. 연구방법론이 다른 연구물을 포함한 경우 연구방법론을 공유하는 연구물을 묶어서 먼저 분석한 다음 이 연구물들 간의 분석을 시도하는 것이 바람직하다는 제안에 따라(Sandelowski & Emden, 1997), 질적 연구방법을 재분류(현상학연구, 근거이론, 기타 연구 등)하고 연관성을 분석한다. 여섯째, ‘기술적 주제들에 대한 2차 수준의 종합을 통해 종합적 주제 도출하기’로 분석틀에 맞추어 기술적 주제를 도출한다. 기술적 주제는 분석대상 논문의 저자들이 제시한 개념이나 주제, 설명, 그리고 면접 인용 자료에 기반한 주제를 뜻한다. 이는 최근 메타문화기술지에서 흔히 적용되는 Schutz(1962)의 관점에서 보면 개별연구 참여자의 관점을 반영하는 1차 개념(1st-order construct)과 해당 논문 저자의 해

석으로 2차 개념(2nd-order construct)에 해당된다. 일곱째, ‘종합한 내용 기술하기’로 이전 단계의 연구결과를 종합하고, 새로운 해석 가능성 및 이론 생성을 탐색하는 단계이다(나장함, 2008). 본 연구에서는 확장된 해석을 도출하기 위해 5단계에서 분석한 결과에 2차 수준의 종합(2nd level of synthesis)을 적용하여 종합적 주제(synthetic theme)를 생성한다. 종합적 주제는 Schutz(1962)의 3차 개념에 해당하는 것으로 종합적 해석에서는 다양한 주제들 간의 공통점 및 차이점을 탐색하고 주제들 간의 연관성을 추론하여 전체에 관한 새로운 통합적인 해석을 구성하는 ‘line of argument’ 전략을 적용한다(Noblit & Hare, 1988; 김진숙, 2015).

1.3.3. 국내학위논문 질적 메타분석 선행연구

2020년까지 질적 메타분석을 활용한 국내학위논문은 9편으로 검색되었으며, 9편 중 2014년 1편, 2015년 2편, 2019년 2편, 2020년 4편으로 나타났다.

조성미(2014)는 ‘정신장애인의 취업경험 및 직업유지 경험’은 어떠한지를 알아보기 위한 질적 메타분석을 실시하였다. 이를 위해 선행된 질적 연구 중에 정신장애인의 취업경험을 다루는 연구들을 수집하여 결과를 통합분석방법을 적용하여 총 10편의 질적 연구물을 분석하였다. 연구 결과, 취업경험은 정신장애의 회복과정과 같았으며, 회복과정은 초기단계, 적응 및 변화 단계, 안착단계로 나타났다 이에 대한 임상적, 정책적 제언으로 첫째, 임상적 함의로 교육의 질을 높이고, 연계를 통한 적극적 사후개입과 인적 자원의 활용, 프로그램 개선 및 확대가 매우 중요하다. 둘째, 정책적 함의로 인식개선에 대한 국가적 홍보활동과 특별채용 공간 지원 및 확대, 구체적인 평가 방법 마련, 정신장애인 및 가족들의 정책참여, 정신장애인의 활동 보조에 대한 제도 도입이 반드시 이루어져야 함을 제언하였다.

서영은(2015)은 ‘이혼가정 자녀의 적응 경험’에 관하여, 아동부터 성인에 이르기까지 다양한 연구참여자들을 대상으로 이루어진 9편의 질적 연구물을 선정하여 Noblit & Hare(1988) 개발, Atkins et al.(2008) 응용, 김진숙(2015)이 제시한 질적 메타분석 절차에 따라 개별 질적 연구의 결과를 종합하고 분석했다. 분석을 통해 부모 이혼 후 자녀들이 겪게 되는 다양한 경험을 종합하여 적응과정을 살펴보고

그들의 적응 경험에 관한 새로운 해석 가능성을 모색하였고, 부모 이혼을 경험한 자녀들과 그들을 둘러싼 가족, 사회, 문화적 맥락을 함께 고려하여 그들의 적응과정에 영향을 주는 다양한 요인들 간의 관계를 종합적으로 파악하여 바람직한 상담적 개입 방안을 탐색하였다. 분석 대상 논문에서 도출한 개념들을 비교 분석한 결과, 이혼가정 자녀들이 부모 이혼으로 인해 ‘휘말리기’, ‘부유하기’, ‘움츠러들기’라는 어려움을 경험하면서 거기에 어떤 방식으로 대처를 하는지와 주변의 지지자원을 어떻게 활용하느냐에 따라 다양한 적응양상을 보였다. 연구에 대한 의의로 첫째, 본 연구를 통해 이혼가정 자녀들이 겪는 복합적인 어려움을 한 눈에 파악하였다. 둘째, 이혼가정 자녀들을 위한 상담이 나아가야 할 바를 제시하였다. 셋째, 이혼자녀 가정은 발달단계와 개인적 상황에 맞는 지속적인 상담적 개입의 중요성을 강조했다.

우진영(2015)은 국내에서 수행된 ‘장애인의 형제자매가 겪는 경험’에 관한 12편의 질적 연구를 위해 김진숙(2015)의 연구절차를 참고하여 Sandelowski & Barroso(2007)의 자료 분석과정을 응용하였고 선정된 분석 대상 논문을 비교·분석하고 종합하여 기술적 주제를 도출하였다. 본 연구에서는 연령대별 경험, 던져진 과제, 개인적 대처, 사회적 지지, 적응이 기술적 주제로 도출되었다. 주제를 바탕으로 논의 내용은 첫째, 종합적 분석을 통해 비장애 형제자매의 받지 못한 관심과 돌봄 받고 싶어 했던 표현되지 못한 부분의 핵심감정을 상담을 통해 다룰 수 있다. 둘째, 장애인의 형제자매들이 호소하는 문제를 보다 구체적으로 이해할 수 있는 기초자료로 제공된다. 셋째, 도출된 연령별 경험을 통해 연령대별로 특징적인 그들의 삶을 이해하는 데 도움을 줄 것으로 시사한다.

민영은(2019)은 ‘유아교육기관에서의 영유아 인권’에 대해 Noblit & Hare(1988) 개발, 나장함(2008)이 제시한 절차에 따라 15편 질적 연구물을 질적 메타분석하였다. 연구 목적으로는 유아교육기관에서 영유아 인권에 대한 인식과 경험을 제시하고 더불어 영유아 인권실천에 영향을 주는 담론을 살펴보는 것이다. 연구결과, 첫째, 영유아 인권에 대한 인식은 영유아 인식과 영유아 인권 인식으로 분류되었다. 둘째, 원장은 교사지원을 통해 영유아 인권을 실천하고자 노력하였다. 셋째, 유아교육기관의 영유아 인권 인식과 실천에 영향을 주는 담론으로는 집단주의, 준비기, 기정-기관-지역사회 연계 담론으로 나타났다.

이은봉(2019)은 ‘미술치료사의 역전이’에 관하여 Noblit & Hare(1988) 개발,

Atkins et al.(2008) 응용, 김진숙(2015)이 제시한 절차를 따라 11편의 질적 연구물들을 질적 메타분석하였다. 연구 결과, 첫째, 미술치료사들은 치료과정에서 내담자와 라포형성이 되어있지 않거나, 유난히 치료가 방향을 잃고 진전되지 않을 때 역전이를 느꼈다. 둘째, 미술치료사들은 여러 가지 방법으로 역전이를 극복하기 위해 노력하였다. 셋째, 역전이를 성공적으로 극복한 후 자극에 흔들리지 않고 자신의 문제와 직면할 수 있는 용기를 얻었다. 넷째, 역전이 감지 범위, 역전이의 원인을 찾는 과정, 역전이 극복 등 세 부분에서 초보 미술치료사와 5년 이상의 경력을 가진 미술치료사를 비교·분석하여 차이점을 발견하였다. 본 연구 결과를 통해 미술치료사의 성장에 도움을 주고자 역전이 극복을 위한 구체적인 방법을 제시하고, 근무 환경에 개선되어야 할 점을 제안하였다.

국민준(2020)은 ‘체육교사의 운동부 운영 경험’에 관하여 Noblit & Hare(1988) 개발, 나장함(2008)이 제시한 절차를 바탕으로 13편의 질적 연구물들을 질적 메타분석하였다. 연구 결과, 체육교사의 운동부 운영 경험은 ‘관계의 어려움’, ‘열악한 근무환경’, ‘운영의 한계’, ‘정체감 혼란’, ‘부적응’, ‘문제 해결’ 6가지 운동부 운영 경험의 운영이 분석되었다. 이에 체육교사의 운동부 운영 경험의 재구성 방식을 제시하였고, 체육교사의 운동부 운영 경험과 그 의미, 그리고 재구성의 맥락을 살펴 학교 운동부 운영의 발전 방향에 대한 시사점을 도출하였다.

김혜영(2020)은 ‘중장년의 진로전환과정 경험’에 대해 Noblit & Hare(1988) 개발, Atkins et al.(2008) 응용, 이승호 외(2015) 제시를 통해 9편의 질적 연구물들을 질적 메타분석하였다. 연구 주제는 ‘직장 인간의 한계에 직면’, ‘준비 없이 마주한 퇴직’, ‘제 2의 진로를 찾아 고민’의 세 가지 범주로 나타났다. 이를 토대로 10개의 점주, 33개의 기술적 주제가 도출되었다. 이러한 결과를 통해 중장년의 참여자들은 진로탐색 없이 취업만을 목적으로 하는 재취업 계획으로는 성공적인 진로전환에 한계가 있음을 확인했다. 또한 퇴직은 진로의 단절이 아니며 이를 진로전환의 과정을 수용하는 인식의 전환이 필요함에 대해 논의하였다.

한석호(2020)는 ‘관광객의 자전적 기억 형성과 구조에 대한 탐색적 연구로 질적 메타분석과 현상학적 방법’을 적용하여 20편의 양적연구(단순 가설 검증 제외)와 질적 연구물을 분석하였다. 본 연구는 그동안 단편적으로 진행되어온 관광기억 연구

의 한계를 극복하고 포괄적인 관점에서 관광객 자전적 기업을 이해하기 위해 질적 메타분석을 적용하였다. 또한 경험적 현상학적 연구를 수행하여 현상학적 관점에서 관광경험 과정의 회고적인 진술과 자전적 기억의 본질적 주제와 의미를 파악하고자 하였다. 연구 결과, 첫째, 자전적 기억의 대상 및 배경, 상호작용 과정 형성, 형성된 기억의 주요 속성과 의미에 대해 개념적 틀을 구성하였다. 둘째, 현상학적 연구를 통해 ‘관광객은 여행에서 무엇을 어떻게 경험하고 기억하는가’ 라는 근원적인 문제에 대한 심층적인 탐구 결과를 밝혔다. 셋째, 질적 메타분석과 현상학 연구의 결과를 종합적으로 분석하여 관광경험의 각 단계에서 실무자들이 관광객의 자전적 기억 형성을 촉진하고 이를 그들이 원하는 의사결정으로 유도할 수 있도록 하는 몇 가지 방안을 제시하였다.

형미정(2020)은 ‘경력상담자의 전문성 발달 경험’에 관하여 11편의 질적 연구물을 선정하여 Noblit & Hare(1988)가 제시한 질적 메타분석 절차에 따라 개별 질적 연구의 결과를 종합하고 분석했다. 연구 목적은 상담자들이 전문성 발달을 위해 노력하는 과정들 속에서 겪게 되는 다양한 경험들에 대해 종합적으로 살펴보는 데 있다. 연구 결과, 22개의 기술적 주제를 도출하였다. 본 연구는 상담자들의 전문성 발달과정에서의 공통적인 경험과 주제를 묶어 분석하였다는 데 의의가 있다.

2. 설계 기준

질적 메타분석을 수행한 국내·외 학자와 국내 학위논문을 선행연구한 결과, 대부분 유사한 연구 과정과 절차로 진행되는 것으로 확인하였다.

질적 메타분석 연구의 과정과 절차는 크게 전반부와 후반부로 구분하여 절차를 볼 수 있는데, 전반부에서는 연구 문제 선정, 연구물 수합, 분석 대상 선정이며 후반부에서는 선정된 연구물에 대한 종합 및 분석 실시, 결과를 정리하고 해석하는 과정이 포함된다(나장함, 2008). 단, 질적 메타분석은 양적 메타분석처럼 표준화된 방법이 존재하지 않아 개별 연구에 따라 그 과정을 수정 및 보완할 수 있다(정순경, 손원경, 2016).

이에 본 연구자는 선행연구 결과를 바탕으로 Noblit & Hare(1988) 인용, 나장함(2008)이 제시한 모형을 근거로 연구 설계를 진행하고자 한다.

본 연구에서는 전반부에서 질적 메타분석을 수행하기에 앞서 연구팀 구성과 체계적 문헌 고찰을 통해 연구 기획, 연구 탐색, 포함과 배제의 준거 선정 등을 통해 체계적으로 질적연구물들을 목록화하였다. 후반부에서는 질적 메타분석의 결과에 대한 신뢰도와 타당도를 높이기 위해 분석팀을 구성하여 분석을 진행하였다.

본 연구의 질적 메타분석 연구방법 절차는 다음 <표 III-1>와 같다.

<표 III-1> 질적 메타분석 연구방법 절차

구분	단계	내용
전반부 (분석팀 구성 및 체계적 문헌고찰 방법 활용)	1단계	연구기획과 연구 프로토콜 작성
	2단계	관련 연구물의 탐색
	3단계	포함과 배제의 준거 설정
	4단계	포함된 연구물에 대한 질적 평가
후반부 (자료 분석 단계)	5단계	개별 연구 내 분석
	6단계	개별 연구 관련 개념 사례 간 분석 틀 마련
	7단계	개별 연구 관련 개념 사례 간 비교 분석
	8단계	전체 연구결과를 종합하여 해석

*출처: 나장함(2008)

3. 설계 단계

3.1. 분석팀 구성

질적 메타분석은 논문 분석 과정이 까다롭고 절차가 복잡하여 양적 메타분석에 비해 많은 시간과 노력이 필요하기 때문에 복수의 연구자로 연구팀을 구성하여야 한다(김진숙, 2015). 연구팀을 구성하여 분석 및 검증을 하는 것이 질적 메타분석의 결과 타당도를 높이는 데 도움을 준다(나장함, 2008). 이에 연구자는 전반부 체계적 문헌고찰 단계와 후반부 분석 단계 즉, 전 과정을 신뢰성 및 타당도를 높이기 위해 관련 연구를 수행한 경험이 있는 질적연구자 3명(본 연구자 제외)으로 분석팀을 구성하였다. 분석팀 구성 명단은 아래 <표 III-2>와 같다.

<표 III-2> 질적 메타분석을 위한 분석팀 구성

no.	본 연구의 분석팀 명단	
1	체육학 박사	다수의 질적연구 수행 경험이 있는 전문가
2	교육학 박사	문학치료 연구 및 질적연구 수행 경험이 있는 전문가
3	교육학 박사과정생	질적 메타분석 수행 경험이 있는 자

분석팀은 질적연구를 다수 수행한 경험이 있는 전문가 체육학 박사 1명, 문학치료 연구와 질적연구를 다수 수행한 경험이 있는 교육학 박사 1명, 대학생(다문화 멘토링 관련) 대상 질적 메타분석을 수행한 경험이 있는 교육학 박사과정생 1명으로 구성되어 수집된 연구물의 준거 타당도와 결과 분석에 대해 지속적으로 논의하였다.

3.2. 체계적 문헌고찰

체계적 문헌 고찰은 개별 연구물들의 주제와 결과의 분석 단계에서 연구자가 주관으로 분석하는 것을 최소화하기 위한 방법이다. 따라서 일반화의 제약, 연구자 주관성이 강한 개입, 관련 개별 연구들의 선정 준거 불명확 등의 문제점을 보완하는 연구방법이다(나장함, 2008).

3.2.1. 1단계 - 연구기획과 연구 프로토콜 작성

연구 프로토콜은 연구 목적과 연구 주제 설정, 포함 및 배제기준, 검색 전략, 자료 추출 방법, 자료 분석 마련 등 연구 실행 전 구체적인 연구 수행 방법을 설계하는데 그 의미가 있는 것으로, 체계적 문헌 고찰을 위한 연구 기획 단계에 해당된다(김수영 외, 2011).

연구 기획과 연구 프로토콜 개발 단계는 다음과 같다.

첫째, 수집 대상이 되는 연구물에 대한 선정 기준이 필요하다. 질적 메타분석에서 학술지 연구만 포함할 것인지 또는 학위논문 연구도 포함할 것인지에 대한 일관된 합의를 찾기 어려우나(우진영, 2016), 많은 연구자들은 이미 여러 번 검토되었기 때문에 학술지 논문만을 분석대상으로 선정할 것을 주장하였다(나장함, 2008). 본 연구에서는 학위논문과 학술지 논문이 중복되는 경우가 많기 때문에 중복을 우려하여 학술지 논문으로 제한하였다. 단, 대학생 대상 문학치료를 모두 검색하는 것이 본 연구의 목적이기 때문에 KCI 등재 후보까지 모두 포함한 학술지 논문으로 연구를 기획하였다.

둘째, 수집 대상이 되는 발행연도의 기간을 설정한다. 본 연구는 대학생 대상 문학치료 소논문(KCI 등재 후보 포함)이다. 하지만 현재까지 대학생 대상 문학치료에 대해 진행된 연구가 매우 미흡한 실정으로 모든 연도를 검색하는 것을 목표로 하였다.

셋째, 질적 연구물 선정 기준을 설정한다. 김영순 외(2018)가 제시한 질적연구방법론을 근거로 전통적인 질적연구를 포함하여 질적연구의 융합된 연구까지 포괄적으로 분석 기준으로 선정하였다. 따라서 현상학적 연구, 문화기술지, 민속방법론, 생애사연구, 내러티브 탐구, 사례연구, 근거이론, 실행연구, 핵심집단면담, 델파이 조사, 합의적 질적연구, 혼합연구(양적+질적)의 12개의 연구물을 선정하였다.

연구 기획과 연구 프로토콜 개발 완료 후에도 연구 수행 시, 예상치 못한 문제가 발생했을 경우는 프로토콜을 재수정 및 재보완하여 연구를 진행하였다.

3.2.2. 2단계 - 관련 연구물 탐색

연구 프로토콜 개발 후에는 연구의 목적에 부합하는 연구물을 수집하였다. 연구자

들은 종합 분석이 될 연구를 수집함에 있어 해당 분야의 관련 연구물들을 검색하는 것을 목표로 삼아야 할 것을 주장한다(Sandelowski & Barroso, 2007). 자료 분석 대상 논문을 선정하기에 앞서 자료 수집 경로를 한정하지 않고, 최대한 관심 영역의 자료를 수집하는 것이 필요하다.

이에 본 연구는 국내 데이터베이스 중 한국학술지인용색인(KCI), 교육학술정보(RISS), 한국학술정보(KISS), 국회도서관 등 국내 논문 사이트를 이용하여 2021년 7월까지 검색된 관련 논문을 검색하였다.

검색 키워드는 ‘문학치료 - Biblio therapy, 글쓰기치료 - Writing therapy, 저널치료 - Journal therapy, 시치료 - Poetry therapy, 이야기치료 - Narrative therapy, 독서치료 - Reading therapy, 인문치료 - Humanities therapy, 동화치료, 경험쓰기, 소설쓰기’로 총 17개 키워드를 통해서 연구물을 수집하였으며, 수집된 연구물은 연구대상, 학자, 주제, 발행연도, 발행처, 검색 키워드별로 정리하였다. 또한 최근 수행된 대학생 문학치료 연구물의 참고문헌을 파악하여 국내 논문 검색 사이트에 나오지 않는 논문들을 수집하고자 하였다. 이러한 검색과정을 통해 대학생 대상 문학치료 질적연구물 총 52편의 소논문을 수집하였다.

3.2.3. 3단계 - 포함과 배제의 준거 설정

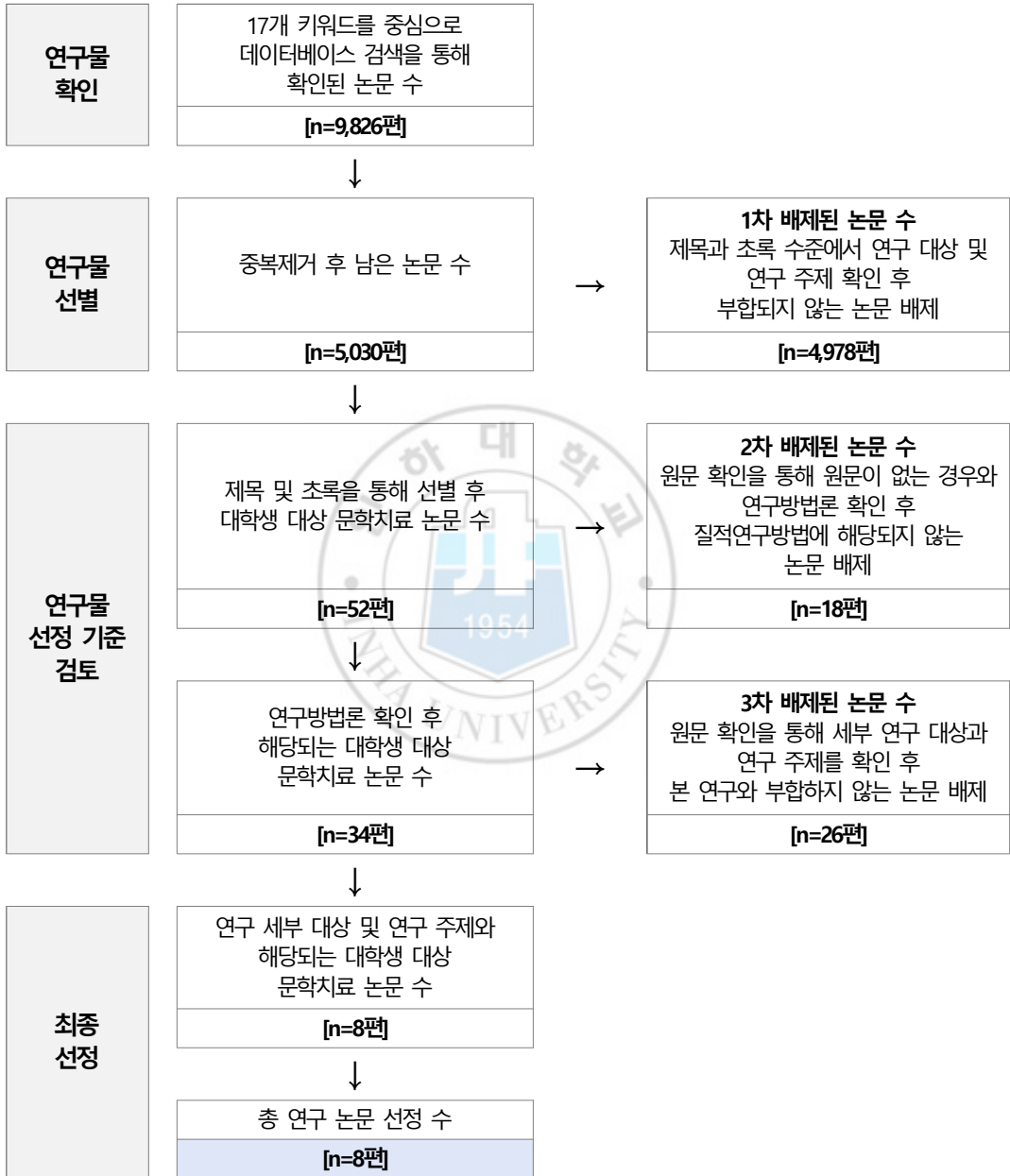
질적 메타분석에서는 포함과 배제 기준에 대해 합의된 기준이 없고 각 질적 메타분석자마다 다른 의견을 나타냈으나 대부분의 질적 메타분석자들은 분석 자료의 요건을 갖추기 위해 포함 및 배제 기준을 명확히 설정할 필요성과 중요성을 언급했다.

즉, 체계적 문헌 분석에서는 그 핵심적 과정으로 포함과 배제의 절차 및 이유를 명확하게 기술해야 한다. 따라서 포함과 배제의 준거 설정에 대한 연구의 신뢰도와 타당도를 위해 PRISMA(Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses)에서 제시하는 체계적 문헌고찰 보고지침을 근거(Moher et al, 2009)로 포함과 배제의 준거를 설정하였다. 체계적 문헌고찰 보고지침(PRISMA Flow Diagram)통해 연구물 확인, 연구물 선별, 연구물 선정 기준 검토, 최종 선정 총 4단계로 구성된다.

문헌고찰 보고지침(PRISMA Flow Diagram)을 적용한 포함과 배제의 준거 설정

단계 과정은 다음 <그림 III-1>과 같다.

<그림 III-1> 문헌고찰 보고지침(PRISMA Flow Diagram)을 적용한 '포함과 배제의 준거 설정' 과정



*출처: 김명희(2021) 재구성

첫째, 검색데이터베이스에 검색한 검색 키워드(문학치료 - Biblio therapy, 글쓰기 치료 - Writing therapy, 저널치료 - Journal therapy, 시치료 - Poetry therapy, 이야기치료 - Narrative therapy, 독서치료 - Reading therapy, 인문치료 - Humanities therapy, 동화치료, 경험쓰기, 소설쓰기) 총 17개 키워드를 통해 총 9,826편의 논문이 취합되었으며, 중복제거를 통해 5,030편의 논문을 목록화하였다. 5,030편 중 1차 선별로 제목을 통해 대학생 대상 문학치료를 분류하였다. 제목에서 문학치료가 아닌 예술치료에 해당되는 연구물은 제외하였다. 또한, 연구대상을 선별하기 어려운 경우는 초록을 통해서 연구 대상을 파악하였다. 이에 대학생 대상 문학치료 논문을 총 52편 분류하였다.

둘째, 수집된 논문은 대학생 대상 문학치료에 대한 연구물로 총 52편을 살펴보았다. 먼저 원문이 없는 논문(서기자, 2009; 김은영, 2014)을 2편을 제외한 50편 논문을 대상으로 각 논문들의 연구방법론을 살펴보고 선정 및 배제하는 단계를 거쳤다. 분석 대상인 연구방법론은 전통적인 질적연구방법론(내러티브 연구, 현상학적 연구, 근거이론 연구, 문화기술지 연구, 사례연구)에서 더 나아가 분화나 융합적 성격을 띤 질적연구방법론(주관적 연구, FGI 연구기법, 델파이 기법, 근거이론, 실행연구, 함의적 질적연구관적(CQR))이 분석 대상인 연구방법론이다. 때문에 이 외 연구방법론인 효과성 검증만 실시한 양적연구와 문헌연구 제외하였다. 제외된 양적연구 논문은 문학치료가 대학생의 심리·정서에 미치는 영향을 분석한 연구들과(김기호, 2011; 최가영, 2011; 이승채, 2013, 2014; 권성혜, 2015; 김성범, 2015; 최가영, 2015; 김유진, 2016; 이현실, 2019; 손정희, 2020; 전명남, 2020;), 문헌연구(조영주, 2012; 손지연, 2014; 권성훈, 2015; 조은상, 2010, 2016)에 해당되는 논문 18편은 배제하였다.

셋째, 2차 준거에서 배제되지 않은 연구물 34편의 연구 세부 대상, 연구 주제에 대해 살펴보고, 연구 목적과 부합하는지 확인하였다. 연구 세부 대상에서는 같은 대학생이지만 간호대생(김정희, 2015; 박정혜, 2020; 조선희, 도은나, 2020), 작업치료 전공생(백영림, 2018), 군입대를 앞둔 신입생(전명남, 2018), 지적장애 대학생(장영창, 2018), 외국인 대학생(신윤경, 2015)으로 연구를 진행한 논문은 본 연구 목적과 맞지 않아 제외하였다. 또한 대학생들의 연애에 대한 연구(황혜진, 2016; 엄희수, 2021), 귀국한 대학생(박민신, 2019), 부모 사별을 경험한 대학생(최남미,

2021), 집단따돌림 피해를 경험한 대학생(김정애, 2021)의 연구는 일반적인 대학생 특성의 범주에서 벗어나 배제하였다. 또한 대학생 대상 문학치료 중 자아정체감을 다루고 있지 않거나 자아정체감을 다루고 있으나 다른 연구 문제를 중점으로 다룬 논문(이명희 2011; 조영주, 2011; 서기자, 2012; 송명희, 오영이, 2012; 조영주, 2012; 전미정, 2013; 이봉희, 2014; 2016; 김춘경, 변학수, 채연숙, 2016; 백현기, 강경숙, 노정은 2017; 채연숙, 조희주, 2018, 최지원, 2018; 이미정, 2020; 박선영, 2021) 총 26편의 논문이 배제되었다.

최종 분석 대상 연구물은 문학치료 참여에서 대학생의 자아정체감 변화과정을 분석한 질적 연구물로 총 8편이 선정되었으며, 연구물 목록은 아래 <표 III-3>와 같다.

<표 III-3> 최종 분석 대상 연구물 목록

연구 기호	연구자명	발행 연도	논문명
a	김수경	2008	대학생을 위한 독서치료의 적용과 평가
b	박소연, 김한별	2012	대학생의 저널쓰기를 통한 자아성찰 과정에서 자아정체감 형성 경험 분석
c	권성혜	2015	대학생의 감정해소를 위한 통합적 문학치료 집단 프로그램 효과연구
d	박해랑	2015	대학생을 통한 글쓰기의 치료적 효과 연구
e	정성옥, 김성범	2015	문학치료적 글쓰기와 인터뷰를 통한 대학생의 자아정체성 형성에 관한 내러티브 연구
f	정성옥, 채연숙	2018	새로운 가능성으로서의 서술정체성: 대학생의 문학치료적 글쓰기 텍스트를 중심으로
g	이연옥	2019	독서치료가 대학생의 역량에 미치는 영향
h	전보라	2020	동화를 활용한 대학생 독서치료의 경험적 사유와 의미 분석: '꽃들에게 희망을' 작품을 중심으로

이에 대한 분석 대상 연구물 기본 정보의 연구목적 및 문제, 결과는 다음 <표 III-4>와 같다.

<표 III-4> 분석 대상 연구물 기본정보(연구 목적 및 문제, 결과)

연구 기호	연구목적 및 문제	연구 주요 결과 및 연구 의의
a	<ul style="list-style-type: none"> - 대학생의 심리, 정서적 문제 파악 - 자아정체감 확립에 독서치료가 효과성 검증 	<ul style="list-style-type: none"> - 대학생을 위한 독서치료 프로그램 성과, 효과에 대해 질적, 양적으로 입증함 - 독서치료 동일시 카타르시스, 통찰이 일어나 독서치료가 내면의 변화에 효과가 있음을 증명 - 대학생의 자아정체감 형성에 독서치료가 효과가 있었음을 증명함
b	<ul style="list-style-type: none"> - 대학생 대상 저널쓰기를 통해 자아성찰에 대해 탐색하고자 함 - 자아정체감 형성 경험을 이해하고, 어떻게 자아정체감이 형성되는지 발견하고자 함 	<ul style="list-style-type: none"> - 대학생은 저널쓰기를 통해 독립된 자아로 본연의 가치 자신의 가치에 집중하게 됨 - 있는 그대로 나를 발견하고 자기반성하는 모습을 발견 - 자기성찰이 일상화되고 내재화됨
c	<ul style="list-style-type: none"> - 문학작품 활용 및 타 예술치료 프로그램의 치료적 요인을 사례연구로 분석 - 대학생들의 정신건강을 돕는 방안으로 통합적 문학치료 프로그램 제시 	<ul style="list-style-type: none"> - 통합적 문학치료 프로그램은 비임상군에 해당하는 대학생의 정체감 확립에 도움을 줌 - 통합적 문학치료 프로그램은 대학생에게 치료적 효과가 있었음
d	<ul style="list-style-type: none"> - 명상과 함께 글쓰기치료를 병행하여 예방적 효과를 입증하고자 함 - 대학의 교과목 연계로 글쓰기 치료가 될 수 있는 근간 마련 목적 - 대학생 대상 글쓰기 치료의 효과를 입증하고자 함 	<ul style="list-style-type: none"> - 대학생 대상 글쓰기 치료는 매우 유의미한 효과를 보임 - 글쓰기 교과목에 글쓰기 치료 연계를 제안함
e	<ul style="list-style-type: none"> - 대학생의 자아정체성 형성과정에서의 글쓰기치료의 효과 분석 - 자아정체성 하위변인과 관련성 분석 목적 	<ul style="list-style-type: none"> - 대학생 대상 문학치료가 주체성 발휘 자기수용성 미래 확산성 향상 목표지향성 의지 친밀성 인식에 영향을 미치는 것으로 나타남
f	<ul style="list-style-type: none"> - 비임상군에 해당하는 대학생에게 사전예방적 차원에서 글쓰기 치료를 통해 자아정체감 형성과정 탐색 - 글쓰기 치료를 통해 대학생의 자아정체성 서술 정체성 형성 의미 탐색 	<ul style="list-style-type: none"> - 대학생 시기에 성찰과 변화를 겪어야만 주체적이고 독립적인 자아정체성으로 형성되는 것을 확인함 - 대학생 시기에 서술정체성 관점으로 삶을 다양하게 바라보고 재해석할 수 있음
g	<ul style="list-style-type: none"> - 독서치료가 대학생 역량에 미치는 영향 규명 - 대학생 역량을 지원하는 독서치료 교과목 운영 가능성 모색 	<ul style="list-style-type: none"> - 독서치료는 대학생의 자아정체성을 형성할 수 있도록 함 - 또한 대인관계, 문제해결, 성취동기 강화에 도움을 주어 대학생 역량을 향상시킴 - 독서치료 강좌 편성에 타당한 근거를 마련함
h	<ul style="list-style-type: none"> - '꽃들에게 희망을' 동화를 통해 대학생의 경험을 탐색 - 독서치료에서의 동일시, 카타르시스, 통찰에서 어떤 치유적 변화가 있었는지 분석 	<ul style="list-style-type: none"> - 대학생 대상 동화 매체 활용이 의미가 있으므로 추후 연구가 필요할 것으로 사료됨 - 대학생 대상 동화 프로그램은 심리, 정신 건강에 긍정적 영향을 줄 것으로 보임

분석 대상 연구물들은 대학생들의 자아정체감 형성에 있어, 문학치료 효과 검증 혹은 문학치료의 효과를 밝히고자 연구를 진행하였다. 이에, 문학치료 참여 과정에서 대학생들의 자아정체감에 미치는 영향과 대학생들이 자아정체감 형성과정에서 겪는

심리, 사회적 어려움이 어떻게 변화되었는지를 질적 연구로 분석하였다.

질적 연구 결과, 문학치료가 대학생들의 심리·정서, 사회적 어려움을 극복하는 데 도움을 주는 것으로 나타나, 대학생들의 자아정체감 형성에 도움을 주는 것을 확인하였다.

다음으로 분석 대상 연구물 기본 정보의 연구방법론은 다음 <표 III-5>과 같다. 연구방법론 표 작성 시 연구 참여자 정보에서 참여자 수, 연령이 명확히 기재되어 있지 않은 연구물은 ‘-’로 표기하였다.

<표 III-5> 분석 대상 연구물 기본 정보(연구방법론)

연구 기호	질적연구 방법론	연구 분석 내용 및 자료 수집 방법	연구 참여자 정보			
			참여자 수			대학생 연령
			남	녀	합계	
a	- 혼합연구	- 질적 연구를 위해 자기평가 방식 활용 및 현상학적 연구로 참여자 경험 분석 - 양적 연구로 사전사후 자아정체감 변화 양상 확인	3명	2명	5명	23~25세
b	- 내러티브연구	- 연구를 위해 참여자가 생성한 자료를 수집하는 방식 채택 - 질적 분석 방법은 내러티브 분석을 활용	16명	14명	30명	20~27세
c	- 사례연구	- 질적 연구로는 인터뷰와 소감문, 일부 학생들의 회기별 보고서 활용 - 양적 연구로는 자아존중감 척도를 사전사후로 실시하여 검사도구로 활용하였으나, 인원이 적어 별도로 결과 분석을 하지 않음	2명	6명	8명	20~23세
d	- 혼합연구	- 질적 연구로, 문학치료 프로그램 매 회기마다 글쓰기 주제 제시에 맞게, 작성한 글쓰기 자료를 분석 - 양적 분석 방법으로는, 사전사후, 참여자가 스스로 측정한 감정의 변화 정도를 파악하여 글쓰기치료 효과를 파악	-	-	6명	-
e	- 내러티브연구	- 질적 연구를 위해 학치료적 글쓰기, 인터뷰, 관찰을 통해 내러티브 연구방법으로 분석	3명	1명	4명	20~26세
f	- 사례연구	- 질적 연구를 위해 문학치료적 글쓰기 자료를 통해 분석	-	-	2명	-
g	- 혼합연구	- 질적 연구를 위해 글쓰기 자료, 토론을 통한 내용 분석 - 양적 분석 방법으로는, 청소년활동 역량 척도를 사용하여 독서치료 참여집단, 비참여집단을 나누어 분석 진행	-	-	56명	-
h	- 사례연구	- 질적 연구를 위해 성찰 자료 수집 참여 관찰 심층 면담으로 분석 진행	4명	6명	10명	19~25세

분석 대상 연구물들의 질적 연구방법으로는 사례연구 3편, 혼합연구 3편, 내러티브연구 2편으로 구성되었다. 이에 대한 질적 분석 방법으로 글쓰기 자료, 심층면담 내용, 활동 기록지, 인터뷰 등을 수집, 분석한 것으로 원 연구자의 해석, 연구참여자 전사록, 글쓰기 자료 등 원문을 사용하였다.

다음으로 분석 대상 연구물 기본 정보에서 문학치료 구성 요소는 아래 <표 III-6>과 같다. 문학치료 구성 요소에서 회기별 주제 및 활용 매체 작성 시, 오리엔테이션, 중간고사 등과 같이 주제나 활용 매체가 없는 경우는 미기술하였다. 또한 명확한 기법, 회기, 주제 및 매체, 문학작품 선정 기준이 명시되어 있지 않은 경우에는 ‘-’ 로 표기하였다.

<표 III-6> 분석 대상 연구물 기본 정보(문학치료 구성 요소)

연구 기호	기법	회기	회기별 주제 및 활용 매체	문학작품 선정 기준
a	- 글알기 - 글쓰기 - 말하기	15회기)	주제: 마음의 상처란 무엇인가 - 매체 굿 윌 헌팅(영화 126분)	- 한국도서관협회 『독서치료를 위한 상황별 독서목록 (상인편 2004 청소년 어린이편 2005, 중노년편 2007)
			주제: 자기이해 - 매체 롤프 메르클레(2004), 『자기를 믿지 못하는 병. 장한숙 옮김 21세기북스 - 보조자료 제프리 E 영 자넷 S. 클로스(2004), 『새로운 나를 여는 열쇠. 최영민 등역 열음사	
			주제: 어린시절 - 매체 이호철(2000), 『학대받는 아이들. 보리 - 보조자료 니콜 파브르(2003), 『상처받은 아이들. 감주경 옮김 동문선	
			주제: 청소년 시절 - 매체 이희경(2000), 『마음속의 그림책. 미래 M&B - 보조자료 이훈규(2001), 『미안하다고 말하기가 그렇게 어려웠네요.』 이야기 (비디오 자료 추적 60분 그는 왜 부모를 살해 했나)	
			주제: 부모와의 관계 - 매체 수잔 포워드(2005), 『흔들리는 부모들. 한창환 옮김 사피엔티아 - 보조자료 W 휴 미살다인(1987), 『(완만한 정서생활을 가로막는) 몸에 밴 어린 시절. 이종범이석규 옮김 기틀리출판사	
			주제: 성인아이 - 매체 최한주(1995), 『우장된 분노의 치유. 규장 - 보조자료 : C L. 후트필드(1997), 『양아부친 자아의 발견과 치유. 역기능 가정에서 자란 성인아이의 발견과 치유를 위한 안내서. 김용교 외 옮김 글샘	
			주제: 사랑 - 매체 김혜남(2002), 『나는 정말 너를 사랑하는 걸까.』 중앙M&B - 보조자료 김형경(2003), 『사람을 선택하는 특별한 기준, 2.』 푸른숲	
			주제: 남자와 여자 - 매체 나임윤경(2005), 『여자의 탄생 대한민국에서 딸들은 어떻게 여자인 여자로 만들어지는가. 웅진지식하우스 - 보조자료 : 전인권(2003), 『남자의 탄생 한 아이의 유년기를 통해 본 한국남자의 정체성 형성과정. 푸른숲 (비디오 자료 TV 책을 말한다 - 남자의 탄생	

연구 기호	기법	회기	회기별 주제 및 활용 매체	문학작품 선정 기준
			주제: 상실감 - 매체 존 제임스라셀 프리드만(2004), 『슬픔이 내게 말을 거네. 장석훈 옮김 북하우스』 - 보조자료 라셀 프리드만 레슬리 랜던 매튜스 존 제임스(2004), 『우리 아이가 슬퍼할 때. 홍한숙 옮김 북하우스』	
			주제: 정신건강과 이해 - 매체 김형경(2004), 『사람공경. 아침마다』 - 보조자료 이무석(2006), 『30년만의 휴식. 비전과리더십』	
			주제: 삶과 죽음 - 매체 미치 앨봄(1998), 『모리와 함께한 화요일. 공경희 옮김 세종서적』 - 보조자료 엘라지베스 퀴블라로스 외(2006), 『인생수업 류사화 옮김 아테』	
			주제: 정신분석과 마음치료 - 매체 스캇 펙(2002), 『아직도 가이할 길. 산승철이종만 옮김 열음사』 - 보조자료 스캇 펙(2003), 『끝나지 않은 여행. 김영범 옮김 열음사』	
			주제: 나는 누구인가 - 자존도지 및 자아정체감 사후검사	
			주제: 나는 누구인가 - '자신의 이야기'에 대한 저널리스트 활동으로 진행	
b	- 글쓰기 - 인터뷰	-	주제: 나는 누구인가 - '자신의 이야기'에 대한 저널리스트 활동으로 진행	- -
c	- 글알기 - 글쓰기 - 말하기	10회기)	주제: 친밀감 형성 및 자기감정 탐색 - 자기감정 탐색 및 그림과 단어로 표현하기	- 동화책과 사적품은 활용하였음 - 동화책은 그림과 글을 통해 주제에 맞는 메시지를 전달할 수 있고 깊은 자탐색을 할 수 있게 선정함 - 사적품은 취미 역할을 할 수 있기 때문에 선정함
			주제: 삶 속에서 능동적으로 자신을 보살필 수 있는 방법 마련하기 - 매체 손탄(2013), 『빨간나무. 도서출판 풀빛』 - 매체 (사적품 호시노 도미히로 『일일초』)	
			주제: 가족관계 가족 안에서 나 - 매체 나지(2011), 『푸른개, 파랑새』	
			주제: 내가 바라고 싶은 것 - 매체 카타리아더(2011), 『내 구에 레몬 빛, 문학동네 어린이』	
			주제: 나의길(내가 가고 싶은 길) - 매체 박일범 『살아남은 자의 슬픔, 민음사』	
			주제: 특별한 나 - 매체 맥스 루케이도(2014), 『너는 특별하디디, 고슴도치』	
			주제: 자신의 감수성 - 매체 (사적품) 아바라키 노리코 『자신의 감수성 정도는 자신이 자꾸만』	
			주제: 자아찾기(나의 마음 알아가기) - 매체 신문 형식의 글쓰기 활동으로 진행 - 명상 국악명상음악(비움)-비림의 길을 따라, 542	
d	- 글쓰기 - 마음챙김 명상	4회기)	주제: 신뢰형성(나는 누구인가 나의 마음 알아가기 앞으로 나는 어떻게 살고 싶은가) - 매체 신문 형식의 글쓰기 활동으로 진행 - 명상 국악명상음악(비움)-공무도하가, 535	-
			주제: 나를 한편의 시로 표현하기 - 매체 (사적품) 정호승 『수선화에게』를 읽고 사쓰기 형식의 글쓰기 활동을 매개로 진행 - 명상 국악명상음악(비움)-청도 가는 길, 457	
			주제: 나에게 편지쓰기 - 매체 편지 형식의 글쓰기 활동으로 진행 - 명상 국악명상음악(비움)-눈물꽃, 507	
			주제: 나는 누구인가 - 매체 지금까지 살아 온 나는 누구이며 어떤 사람이자리에 대해 자유롭게 글쓰기	
e	- 글쓰기 - 인터뷰)	6회기)	주제: 삶의 파노라마	-

연구 기호	기법	회기	회기별 주제 및 활용 매체	문학작품 선정 기준
			<ul style="list-style-type: none"> - 매체 자신의 삶에 중요한 순간을 중심으로 글쓰기 주제: 가장 힘들었던 순간 <ul style="list-style-type: none"> - 매체 지금까지 가장 힘들었던 순간 써보기 주제: 가족인터뷰 <ul style="list-style-type: none"> - 매체 가족 중 한사람과 자신 또는 다른 가족에 대해 인터뷰하기 주제: 학교생활에 대해 글쓰기 <ul style="list-style-type: none"> - 매체 대학생활에 대해 자유롭게 글쓰기 주제: 나의 꿈/장래에 대한 계획 <ul style="list-style-type: none"> - 매체 자신의 꿈이나 장래에 대해 써보기 	
f	<ul style="list-style-type: none"> - 글읽기 - 글쓰기 - 그리기 	8회기	주제: 나는 누구인가 <ul style="list-style-type: none"> - 매체 (사작품) 서장주, 『자화상』 주제: 삶의 파노라마 <ul style="list-style-type: none"> - 글쓰기 활동으로 진행 주제: 가장 따뜻했던/차가웠던 순간 <ul style="list-style-type: none"> - 글쓰기 활동으로 진행 주제: 가족 이야기 <ul style="list-style-type: none"> - 매체 프란츠 카프카 『변신』 주제: 가족인터뷰 <ul style="list-style-type: none"> - 매체 글쓰기 활동으로 진행 주제: 이성이야기 <ul style="list-style-type: none"> - 매체 박재용 감독의 영화 『클래식』 주제: 학교생활 이야기 <ul style="list-style-type: none"> - 글쓰기 활동으로 진행 주제: 나의 꿈/장래에 대한 이야기 <ul style="list-style-type: none"> - 글쓰기 활동으로 진행 	
g	<ul style="list-style-type: none"> - 글읽기 - 글쓰기 - 말하기 	14회기 ⁽¹⁾	주제: 자신의 마음 들여다보기 <ul style="list-style-type: none"> - 해당 작품을 작품을 읽고 쓰기 과정 후 말하기 과정으로 진행 주제: 성장의 이름 <ul style="list-style-type: none"> - 해당 작품을 작품을 읽고 쓰기 과정 후 말하기 과정으로 진행 주제: 부모와 자녀 <ul style="list-style-type: none"> - 해당 작품을 작품을 읽고 쓰기 과정 후 말하기 과정으로 진행 주제: 가정폭력 <ul style="list-style-type: none"> - 해당 작품을 작품을 읽고 쓰기 과정 후 말하기 과정으로 진행 주제: 성인아이 <ul style="list-style-type: none"> - 해당 작품을 작품을 읽고 쓰기 과정 후 말하기 과정으로 진행 주제: 사랑 <ul style="list-style-type: none"> - 해당 작품을 작품을 읽고 쓰기 과정 후 말하기 과정으로 진행 주제: 화 <ul style="list-style-type: none"> - 해당 작품을 작품을 읽고 쓰기 과정 후 말하기 과정으로 진행 주제: 상실에 대한 애도 <ul style="list-style-type: none"> - 해당 작품을 작품을 읽고 쓰기 과정 후 말하기 과정으로 진행 주제: 자아 찾기 <ul style="list-style-type: none"> - 해당 작품을 작품을 읽고 쓰기 과정 후 말하기 과정으로 진행 주제: 죽음 <ul style="list-style-type: none"> - 해당 작품을 작품을 읽고 쓰기 과정 후 말하기 과정으로 진행 주제: 공감	<ul style="list-style-type: none"> - 각 상형별로 주미씨(인) 도서와 보조미씨(인) 그림책을 선정하여 진행함⁽¹⁾

연구 기호	기법	회기	회기별 주제 및 활용 매체	문학작품 선정 기준
			- 해당 작품을 작품을 읽고 쓰기 과정 후 말하기 과정으로 진행 주제: 치유와 성장 - 해당 작품을 작품을 읽고 쓰기 과정 후 말하기 과정으로 진행	
h	- 글읽기 - 글쓰기 - 말하기	-12)	주제: 동화 『꽃들에게 희망을』을 읽고, 자신의 존재 가치를 알기 - 매체 트라나 폴라스(1972), 『꽃들에게 희망을』	-

분석 대상 연구물들에 대한 요약 및 시사점은 이와 같다. 문학치료 기법으로 첫째, 통합적 문학치료로 글읽기, 글쓰기, 말하기 형식, 둘째, 글쓰기, 마음챙김 명상 형식, 셋째, 글읽기, 글쓰기, 그리기 형식, 넷째, 글쓰기, 인터뷰 형식으로 구성되었다. 이는 통합적 문학치료 프로그램으로 구성되어 있었으며, 크게 두 갈래로 나누어 볼 수 있다. 첫째, 문학작품을 선정하여 진행한 문학치료적 기법과 글쓰기 형식 프로그램을 구성한 경우와 둘째, 문학작품이 없이 진행된 문학치료 기법으로 나누어 볼 수 있다. 이에 문학작품을 선정하여 진행한 문학치료 프로그램 같은 경우는 각 주제에 대한 문학작품 선정 기준이 구체적으로 명시되어 있지 않은 경우도 있었기 때문에 문학치료 프로그램 구성 시, 주제에 대한 문학작품 선정 기준이 명시될 필요가 있다.

진행 회기는 가장 적은 경우 4 ~ 15회기로 구성되어 있었다. 회기의 특성은 대부분 대학교 수업 내에서 진행되었으며, 회기별 주제 및 활용 매체는 회기별 다양한 주제를 다루었다. 통일된 주제로는 대부분 ‘나는 누구인가’, ‘자기 이해’ 및 ‘가족에 대한 주제’, ‘학교 생활에 대한 주제’ 등으로 구성되어 자기성찰과 타인에 대한 경험의 서사로 나누어 볼 수 있다.

- 5) 본 연구물은 대학의 교과목으로 대학 강의에서 진행된 문학치료 프로그램으로, 1회기에는 오리엔테이션, 8회기에는 중간고사로 구성되어, 총 15주 동안 진행되었다.
- 6) 본 연구물은 본 연구자가 근무하고 있는 학생상담센터에서 진행된 대학생을 위한 통합적 문학치료 프로그램으로, 1회기에는 오리엔테이션, 마지막 회기에는 전체 마무리로, 총 10회기로 진행되었다.
- 7) 본 연구물은 대학에서 글쓰기 수업을 통해서 총 4회기로 진행되었다.
- 8) 인터뷰 진행은 쓴 내용 중 충분히 전달되지 않은 부분과 경험의 의미에 대해 1:1 인터뷰를 통해 진행하였다.
- 9) 본 연구물은 연구자의 연구소나 학교 상담실에서 이루어졌으며, 인터뷰는 2시간씩 1:1로 진행되었다.
- 10) 본 연구물은 대학에 개설된 독서치료 강좌를 수강하고 있는 대학생 대상 문학치료 프로그램으로, 1회기에는 오리엔테이션, 마지막 회기에는 평가 질문지 작성으로, 총 14회기로 진행되었다.
- 11) 선정된 도서 목록은 연구 대상 연구물에 기재되어 있지 않았다.
- 12) 본 연구물은 2017학년도 1학기부터 2019년 1학기까지 2년 동안 대학의 교양 필수 과목인 ‘독서와 글쓰기’ 수업에 참여한 재학생을 선정하여 진행하여 구체적인 회기는 따로 명시되어 있지 않았다.

3.2.4. 4단계 - 포함된 연구물에 대한 질적 평가

질적 메타분석을 수행하기 전 신뢰도가 높은 결과를 도출하기 위해 반드시 선정된 질적 연구물들을 평가하는 과정을 거쳐야 한다(Walsh & Downe, 2005). 하지만 질적 연구물들을 종합하는 연구방법 외 개별 질적 연구물을 평가하는 연구방법론은 많이 다뤄지지 않았다(Walsh & Downe, 2005; 나장함, 2008). 이에 본 연구의 신뢰도를 확보하기 위해 국내 학위논문 중 질적 메타분석에 관한 연구물을 9편을 분석한 결과, 4편의 논문이 연구물에 대한 질적 평가로 질적 연구물들이 사용한 연구방법론과 연구의 질에 대해 평가하는 도구인 CASP(Critical Appraisal Skills Programme) 2014년(3편), 2018년(1편)을 사용하여 분석한 것으로 나타났다. 현재로서 질적 메타분석에서 통용되는 단일화된 평정도구가 없기 때문에 본 연구는 선행연구를 참고하여 CASP(2014)를 활용하고자 한다.

CASP는 개별 질적 연구를 위해 방법론적 정밀성과 질을 평가하는데 사용되는 도구로서 개별 질적 연구물에 대한 이해를 증진시키기 위한 목적으로 사용되나 (Sandelowski & Emden, 1997), CASP(2014) 문항은 국내에서 타당화 작업이 이루어지지 않았다. 때문에 대부분 질적 메타분석 연구자들은 CASP에 따른 연구의 질 평정 결과 때문에 선정된 연구물을 배제시키지 않았으며, 연구 결과에서 의미있는 시사점을 도출하였어도 학술지 논문 특성 상 질적연구방법론을 충분히 설명하지 못한 경우를 고려하여 본 연구에서 분석대상 질적연구물을 평가하여 배제를 위한 목적으로 활용하는 것이 아닌 이해의 목적으로 활용하였다.

본 연구를 위해 본 연구자가 1차로 CASP(2014) 문항을 확인하여 표기하였고, 명확하지 않은 분석대상 논문은 분석팀 내에서 논의하여 평가하였다.

CASP(2014) 문항은 부록에 기술하였으며, 문항에 대한 답으로는 ‘Y=예’, ‘N=아니오’, ‘-=무응답’ 으로 표기하였다.

<표 III-7> CASP(2014)를 활용한 분석대상 논문 질 평정 결과
(표기방법: Y=예, N=아니오, -=무응답)

연구 기호	1번 문항	2번 문항	3번 문항	4번 문항	5번 문항	6번 문항	7번 문항	8번 문항	9번 문항	10번 문항
a	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y

연구 기호	1번 문항	2번 문항	3번 문항	4번 문항	5번 문항	6번 문항	7번 문항	8번 문항	9번 문항	10번 문항
b	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y
c	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y
d	Y	-	Y	Y	Y	-	N	Y	Y	Y
e	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y
f	Y	Y	-	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y
g	Y	Y	-	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y
h	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y
합계	8	7	6	8	8	7	7	8	8	8

단, 분석대상 논문 질 평정 과정에서 7번 문항의 ‘윤리적 문제가 고려되었는가?’에서 7편의 질적 연구물에서는 연구자가 연구 참여자에게 윤리적 기준 유지(비밀보장 등)에 대해 충분한 설명하였으나 IRB(Institutional Review Board, 「생명윤리 및 안전에 관한 법률」) 승인을 받지 않은 것으로 나타났다.

국내에서 아직 IRB 승인 여부가 의무화 되어 있지 않기 때문에 대학생 대상 문학 치료 경험을 다루는 질적연구에서 IRB 승인을 받지 않고도 분석이 가능하나 향후 문학치료의 자기표현과도 같은 자기성찰적 맥락상 질적연구를 수행할 때, 윤리적 문제를 고려하여 IRB 승인이 필요할 것으로 사료된다.

3.3. 자료 분석

먼저 자료 분석을 하기 앞서, 본 연구자 의견 배제와 주제 범주화를 위해 임의로 상충되는 주제를 제거하나 통일시키지 않는 것에 중점을 두어 분석하였다.

질적 메타분석은 현상을 이해하고 설명하고, 연구 원저자의 일차 데이터 해석에 대한 연구자의 해석이며, 유사한 주제를 다루고 있는 개별 질적 연구물의 결과를 종합적으로 분석하여 새로운 이론의 생성과 함께 확장적인 해석을 도출 혹은 새로운 모형을 개발하는 데 목적이 있다(Walsh & Downe, 2005; Zimmer, L., 2006).

질적 메타분석의 개념과 목적을 바탕으로 본 연구에서는 첫째, 전 분석 단계에

서는 원 연구자의 해석, 연구참여자 심층인터뷰 전사록, 글쓰기 자료 등 원문의 의미를 그대로 보존하여 분석하고 본 연구자의 의견을 배제하는 것에 초점을 두었다. 둘째, 질적 메타분석은 양적 메타분석과 달리 평균화, 공통의 측정 기준을 정하여 축소하는 것이 아닌, 해석의 확장을 통해 더 큰 해석 혹은 새로운 모델을 제시하기 때문에(Sandelowski & Emden, 1997), 연구물 간 상충되는 사례나 결과를 본 연구자가 임의로 맞추거나 제거하지 않는 것에 초점을 두어 개별 연구 내 분석을 실시하였다.

이러한 질적 메타분석의 분석 기준을 바탕으로 질적 메타분석 자료 분석 단계는 Noblit & Hare(1988) 제시, 나장함(2008)이 활용한 자료 분석과정을 거쳤다. 자료 분석 전 과정에서는 분석팀과 함께 논의하여 연구를 수행하였다.

3.3.1. 5단계 - 개별 연구 내 분석

나장함(2008)은 개별 연구 내 분석 단계에서, 각 개별 연구물을 읽고 또 다시 읽으며 해석적인 비유를 적고 검색하는 것 즉, 각 개념에 대한 연구 참여자의 일반적 진술, 원 연구자의 해석을 찾아내고 이와 연관되면서도 동시에 보다 확장적인 해석을 탐색해야 한다고 하였다.

이에 본 연구에서 개별 연구 내 분석 단계는 연구자의 해석, 연구참여자 전사록, 글쓰기 자료 등 원문의 의미를 그대로 보존하는 것을 원칙으로 줄 분석(line by line analysis)을 실시하였다. 개별 연구물들을 반복해서 읽으며, 줄 분석을 통해 얻은 연구 내용(목적, 주제, 사례, 원 연구자 해석, 비유적 표현, 평가, 주요 결과, 논의점 등)들을 범주화하여, 보다 확장적인 해석을 실시하였다.

3.3.2. 6~7단계 - 개별 연구 관련 개념 사례 간 분석틀 마련 및 비교·분석

나장함(2008)은 ‘6단계-개별 연구 관련 개념 사례 간 분석틀 마련 단계’에서는 전 단계에서 생성된 각 주요 관련 개념들에 대한 각 개별 연구의 비유, 어구, 아이디어, 개념 등을 수합한 목록을 마련하는 것을 제시하였다. 그리고 ‘7단계-개별 연구 관련 개념 사례 간 비교·분석’에서는 전 단계에서 마련

된 분석틀을 바탕으로 자료를 비교 및 분석하는 것으로, 질적 메타분석을 수행한 연구자들이 주로 사용한 호혜적 전환(reciprocal translation)을 활용(Noblit & Hare, 1988; Sandelowski et al., 2007; 나장함, 2008)을 제시, 김진숙(2015)의 연구를 참고하여 5단계 개별 연구 내 분석에서 범주화한 연구 내용을 Schutz(1962)의 구성개념을 활용하여 재범주화하였다.

Schutz(1962)는 1차 기술적 주제(descriptive theme), 2차 종합적 주제(synthetic theme)로 분류하여 분석틀을 마련하고 해석하였다. 이에 본 질적 메타 분석에서는 Schutz(1962)의 분석틀을 활용하여, 1차 개념(1st-order construct) 단계에서는 개별 연구 참여자의 관점을 반영하고, 연구의 원자료에 해당되는 논문으로부터 개념, 비유, 문장들을 추출하여 목록을 만들었다. 2차 개념(2st-order construct) 단계에서는 1차 구성에 대한 해당 논문 저자의 해석으로 메타분석의 원 자료에 해당되는 역할로 신중하게 선별하는 것이 중요하다. 때문에 2차 구성에서도 분석된 논문에서 연구 참여자의 말과 생각을 정리한 연구자의 해석을 정리하여 1차 구성처럼 목록을 만들었다.

3.3.3. 8단계 - 전체 연구결과를 종합하여 해석

나장함(2008)은 종합 해석 단계에서 각 개별 연구에서 해석 및 제시하고 있는 것을 모아 비교·분석하여 각 개별 연구 결과와 일관되면서도 동시에 보다 확장적인 해석을 발견하여 새로운 해석 가능성, 새로운 이론을 생성해야 한다고 하였다.

김진숙(2015)은 Schutz(1962)의 3차 개념(third-order construct)에 해당되는 것으로, 종합적 주제 도출 과정에서는 다양한 주제들 간의 공통점 및 차이점을 탐색하고 주제들 간의 연관성을 추론하여 새로운 해석을 구성하는 ‘line of argument’ 방법을 수행할 것을 제시하였다(Noblit & Hare, 1988).

따라서 본 단계에서는 Schutz(1962)의 3차 개념(third-order construct)에 해당되는 것으로 종합적 해석을 도출하였으며, 연구의 가독성과 이해를 돕고자 숫자, 도식화, 인용구 활용을 통해 기술적 주제들을 종합적 주제로 재발견하였다.

IV. 연구 결과

본 연구는 문학치료 참여 경험에서 나타난 대학생들의 자아정체감 변화를 연구한 총 8편의 분석 대상 질적 연구물을 질적 메타분석으로 분석하였으며, 도출된 기술적 주제와 종합적 주제는 아래 아래 <표IV-1>과 같다.

<표 IV-1> 문학치료 참여 경험에서 나타난 대학생들의 자아정체감 변화에 관한 질적 메타분석

구분		기술적 주제(1차 구성)	종합적 주제(2차 구성)
동일시	개인적	새로운 나를 직면	개인적 어려움을 발견하다
		자기 부정성과 낮은 자존감	
	사회적	목적 없는 삶	사회적 어려움을 발견하다
		타자와 관계 맺음의 어려움	
카타르시스	개인적	타자민감성	개인적 어려움을 치료하다
		심리·정서적 해방감	
	사회적	나를 알아가는 즐거움	사회적 어려움을 치료하다
		타자와 공감 경험	
통찰	개인적	타자와 소통하는 즐거움	개인적 어려움의 변화과정을 탐색하다
		참 자아 발견	
		자기 긍정성과 자존감, 자신감 향상	
	사회적	자기성찰을 통한 깨달음	사회적 어려움의 변화과정을 탐색하다
		내 삶에서 스스로가 주체가 되는 삶	
		진로탐색과 삶의 방향성 재설정	
		타자와 타문화에 대한 공감과 인정	
	타자지향적인 삶 추구		

문학치료 참여 경험에서 나타난 대학생들의 자아정체감 변화에 관한 질적 메타분석은 연구 분석틀을 기준으로 1차 구성을 문학치료의 목표인 동일시, 카타

르시스, 통찰에서 개인적, 사회적으로 구분하여 탐색하였다. 이에 대한 1차 구성으로 나타난 기술적 주제는 총 16개, 2차 구성으로 종합적 주제는 6개로 도출되었다.

본 기술적 주제와 종합적 주제 도출을 위하여 분석 대상 질적 연구물 간 해석을 수행하였으며, 분석 대상 질적 연구물 간 해석은 다음 <표IV-2>와 같다.

<표 IV-2> 분석 대상 질적 연구물 간 해석

구분	기술적 주제(1차 구성)	질적 연구물 간 해석 (연구기호별로 정리) ¹³⁾								
		a	b	c	d	e	f	g	h	
동일시	개인적	새로운 나를 직면	○	○			○		○	○
		자기 부정성과 낮은 자존감	○					○	○	
	사회적	목적 없는 삶								○
		타자와 관계 맺음의 어려움	○		○		○	○		○
		타자민감성	○	○						
카타르시스	개인적	심리정서적 해방감	○		○				○	○
		나를 알아가는 즐거움				○		○	○	
	사회적	타자와 공감 경험				○	○			○
		타자와 소통하는 즐거움				○	○			○
통찰	개인적	참 자아 발견		○		○				○
		자기 긍정성과 자존감, 자신감 향상	○	○	○		○	○	○	
		자기성찰을 통한 깨달음	○	○		○	○			○
		내 삶에서 스스로가 주체가 되는 삶	○	○						○
	사회적	진로 탐색과 삶의 방향성 재설정	○				○		○	○
		타자와 타문화에 대한 공감과 인정	○		○					○
		타지향적인 삶 추구	○			○	○			○

13) 분석 대상 질적 연구물 간 해석에서 나타난, 연구기호에 해당되는 대상 연구물은 다음과 같다.

a - 김수경, 2008 / b - 박소연, 김한별, 2012 / c - 권성혜, 2015 / d - 박해량, 2015 / e - 정성욱, 김성범, 2015 / f - 정성욱, 채연숙, 2018 / g - 이연옥, 2019 / h - 전보라, 2020

1. 동일시

문학치료 과정에서 동일시란, 문학작품 속에 등장하는 인물이 마치 자기 자신의 체험인 것으로 느낀다(전보라, 2020). 이에 대학생들은 작품을 통해 자신의 무의식을 탐색하는 동일시하는 과정을 통해 자신의 개인적 어려움과 사회적 어려움들을 발견하게 되는 것을 확인하였다.

따라서 동일시의 종합적 주제는 ‘어려움을 발견하다’ 로 나타났으며, 기술적 주제에서 개인적 어려움은 ‘새로운 나를 직면’, ‘자기 부정성과 낮은 자존감’ 으로 도출되었고, 사회적 어려움에서는 ‘목적 없는 삶’, ‘타자와 관계 맺음의 어려움’, ‘타자민감성’ 으로 도출하였다. 이에 대한 주제 분석표는 <표 IV-3>와 같다.

<표 IV-3> 동일시에서 나타난 개인적 어려움, 사회적 어려움 발견에 관한 주제 분석표

연구 기 호	동일시				
	개인적 어려움 발견			사회적 어려움 발견	
	새로운 나를 직면	자기 부정성과 낮은 자존감	목적 없는 삶	타자와 관계 맺음의 어려움	타자민감성
a	스스로 부정적인 나를 만들고 있음, 상처받은 영혼, 불만이 많은 사람, 자각하지 못했던 나, 새로운 나와 직면함	위축하게 됨		사랑받을 자신이 없음	나에 대한 칭찬을 그대로 받아들이지 못함, 타인의 반응에 신경 쓰는 편, 남을 많이 의식함
b	나의 부족한 부분을 발견				사람들에게 언제나 긍정적이고 밝은 모습만 보이려고 노력했음
c				타자와 함께 있을 때 내가 혼란스러움	
e	부정적인 사고, 부족한 점 발견			사회와 단절, 마음 둘 사람이 없음, 내 마음을 알아주는 사람이 없음	
f		상대방의 무차별적인 비하도 수용함		사람들과의 단절, 학교 생활 부적응	
g	나의 내면을 들여다보는 시간, 내 모습을 돌아봄	나를 사랑하지 못함, 자존감이 낮고 인간관계가 어려움			
h	아파도 표현하지 못하고 삭히고 있는 내 모습		목적 없이 기둥 위를 오르는 삶, 다른 방법을 모름, 남들이 하라는대로 하는 삶	대학에서 진정한 친구를 만나지 못함	

1.1. 개인적 어려움을 발견하다

1.1.1. 새로운 나를 직면

문학치료를 통해 가장 먼저 되어야 할 일은 심리·정서적으로 위축되어 있는 대학생들이 자신의 감정을 탐색하는 과정이 우선되어야 한다(권성혜, 2015). 이러한 과정을 통해 대학생들은 스스로가 큰 문제가 없다고 느끼더라도 문학작품을 통해 억압되어 있는 마음의 상처나 고통을 새롭게 발견하게 된다(김수경, 2008).

“책을 통해 나는 까발려지고 있었다. 꺼림칙한 기분도 들었다. 정작 나 자신은 아무렇지도 않다고 느꼈던 소소한 것들이 어느새 내 무의식 속을 파고들어 부정적인 나를 만들고 있었다.” (#a:228¹⁴)

“나에게도 나도 잘 모르는 상처받은 영혼이 존재했다.” (#a:232)

“책에 나온 상황에 나를 대입시켜 봄으로써 내 자신을 더 이해하게 되었다. 나 자신에게 솔직해질 수 있었고 나의 내면을 들여다볼 수 있었던 시간이었다 걸음으로는 밝고 긍정적인 것처럼 보이지만 나의 속은 정말 어둡고 불만이 많은 사람이었다.” (#g:569)

전보라(2020)의 연구에서는 대부분 대학생이 밝힌 애벌레나 땅에 떨어진 애벌레에게 동일시하면서 자신의 내면의 어려움을 발견하였다.

“그 기둥 속에 왠지 제가 다른 애벌레들에게 밟혀서 꿈틀대고 있을 것 같은 느낌이 들어서요 밟혀서 아파도 말 한마디 못하고 삭히고 있는 제 모습이요.” (#h:502)

자신의 마음의 상처나 고통 등 현재 자신이 가진 심리·정서적 문제를 확인한 뒤, 이를 통해 자기이해의 과정을 거치게 된다(김수경, 2008). 즉, 문학치료 참여 과정을 통해 자신의 내면을 탐색하고 자기 이해의 경험이 확대되는 것을 볼 수 있다(이연옥, 2019).

14) 분석 대상 연구물에서 발췌한 연구참여자의 자료에 대한 표기방법은 다음과 같다. 예를 들어, ‘#a:228’라고 표기된 경우, #a는 3. 연구방법론에서 <표 III-4>의 최종 분석 대상 연구물 목록에 제시된 연구 기호에 해당하며, 228은 해당 논문에서 내용을 발췌한 쪽수를 의미한다.

“오히려 내가 이 책을 읽고 내가 자각하지 못했던 나의 마음의 상태에 대해서 알게 되었으니 충격이었다.” (#a:229)

“책을 다 읽은 날 밤, 잠이 오지 않았다. 내가 굉장히 낯설게 느껴졌고 과거의 일들이 꼬리에 꼬리를 물고 떠올랐다.” (#a:230)

“책을 읽으면 읽을수록 몰랐던, 혹은 알지만 모르는 척 했던 새로운 나와 직면하게 된다.” (#a:239)

“항상 내가 왜 우울한지 왜 자존감이 낮은지 왜 사람들의 눈치를 보는지 이유를 알 수 없었다. 이유도 모른 채 스트레스 받고 힘들었는데 이 수업을 통해 내 모습을 돌아보게 되고 나라는 사람을 한 발짝 더 가까워서 볼 수 있게 된 것 같다.” (#g:569)

문학치료 참여를 통해 부정정서나 부정적인 행동에 의문을 가지고 바라보게 되면서 자기 이해를 넓힐 수 있는 계기를 제공한다.

“내 성격은 나도 이해할 수 없다. 이상하다. 한 없이 긍정적인 것 같으면서도 부정적일 땐 이 세상이 끝난 것처럼 생각하곤 한다.” (#e:185)

“나는 누구인가에 대해 에세이를 작성할수록 나의 부족한 점을 발견하고 점점 더 나의 입지는 좁아지고 작아지는 것 같다.” (#b:168)

1.1.2. 자기부정성과 낮은 자존감

대학생들은 문학치료 참여 과정에서 동일시를 통해 자기부정성과 낮은 자존감을 발견하며 자신의 내면의 모습을 객관적으로 바라볼 수 있게 되었다.

“참견꾼은 ‘그것 봐 너는 사람들에게서 사랑받지 못하는 존재야. 오히려 걸으면 말은 안해도 속으로는 너를 엄청 싫어할 거야 너도 그걸 알고 있을 걸 그러니 너도 이젠 그만 포기하고 되는 데로 살아버려!ㅋㅋㅋ’라고 나를 더욱 위축 들게 만들어 버린다.” (#a:231)

“나는 왜 이렇게 못할까라는 생각이 들 때 그냥 조금 힘이 든다. 다른 애들에 비해 나는 좀 덤벼대고 할 줄 아는 게 없다고 생각한다.” (#f:622)

이연옥(2019)의 연구에서는 문학치료 과정을 통해 자신의 내면을 성찰하면서 자신의 내면의 문제와 원인을 파악하며 스스로 깨닫는 과정을 통해 자기이해를 경험하였으며, 자기이해 경험은 자기존중까지도 이어지는 것으로 확인하였다.

“책에서 주인공이 스스로를 사랑하려고 노력하는 모습이 인상 깊었다. 책에서 자신을 사랑하는 법이 적혀있었던 것 같다.” (#g:570)

“자존감이 낮고 인간관계에서 서툰 부분이 많았던 내가 책에서 나와 비슷한 비교적 자신감이 없는 상황이 나오면 내가 그 책 속으로 들어가는 듯한 느낌을 받으면서 동시에 그 상황이 극복되는 느낌이 들었다.” (#g:572)

1.2. 사회적 어려움을 발견하다

1.2.1. 목적 없는 삶

Marcia(1991)는 ‘자아정체감 유실’ 단계란, 대학생들은 자신의 역할을 타자의 기대와 가치에 부합하고자 수용하는 수동적인 태도를 보이는 것으로 정의하였다.

이에, 전보라(2020)의 연구에서 대학생들이 동화를 읽고 대부분 기둥을 무작정 오르는 애벌레에 동일시하는 모습은 사회적 기준 혹은 부모님의 기준에 맞춰진 ‘자아정체감 유실’ 단계에서 미래에 대한 불안한 감정을 가지고 살아가고 있는 현재의 모습이 투영된 것으로 볼 수 있다.

“저는 이 책에서 수많은 애벌레들이 목적 없이 기둥 위로 올라가려고 하는 모습을 보면서 꼭 제 모습을 보는 것 같았어요.” (#h:502)

“등장인물 중 저와 가장 닮은 존재는 줄무늬 애벌레라고 생각했어요. 기둥 맨 위에서 보이는 건 결국 다른 기둥밖에 없다는 것을 알면서도 다른 애벌레들을 밟으며 계속 올라가죠. 그런데 슬픈 건 저도 그것 말고는 다른 방법을 모른다는 거예요.” (#h:503)

“남들이 승진하니까 너도 해야지 남들이 결혼하니까 너도 해야지,남들이 좋은 아파트 사니까 너도 사야지. 이거 다 애벌레 기둥 맞죠?” (#h:504)

“저도 목적 없이 그저 남들이 하는 대로 공부하고 따라 가다보니 결국 대학이나 학과도 제가 원하는 방향으로 선택하지 못한 것 같아요.” (#h:502)

1.2.2. 타자와 관계 맺음의 어려움

대학생들은 갑자기 바뀐 생활 환경 때문에 혼란스러운 상황 속에서 있으며 개인적 혹은 사회적으로 고립감을 느끼게 되어 심리 및 정서에 어려움을 겪는 경우가 많다. 문학치료에 참여한 대학생들은 주로 공통적인 부분으로 대인관계에 어려움을 겪으며 개인적 혹은 사회적으로 고립되고 있는 것으로 나타났다.

“평소에 ‘과연 내가 사랑을 할 수 있을까’라고 고민하고, ‘남이 나를 싫어하지 않을까’라며 자신감이 없었던 나.” (#a:230~231)

“빨간나무를 읽으면서 ‘아름다운 것들은 그냥 날 지나쳐 가고’, ‘내가 누구인지 내가 어디 있는지’, ‘어둠이 밀려오고 아무도 날 이해하지 않았습시다’라는 장면이었다. 이 장면들을 보고, 대학에 와서 생활하면서 다 잘될 것 같고 재미있을 줄 알았는데 그게 아닌 것 같다. 가끔 다른 사람들과 어울려서 이것저것 하면서도 내가 누구인지, 무엇을 하고 있는지 혼란스러울 때가 많다.” (#c:67)

“친구들 안 만나고 혼자 있고 혼자 놀 때도 있고 한두 달은 집에만 처박혀있었으니까 갑자기 사람들과 관계가 단절됐다. 그래서 사람들 만나는 것이 뭔가 좀 거리감이 좀 생겼다.” (#f:626)

“사회와도 단절되어있고 마음 놓을 사람도 없었던 거예요. 지금도 약간 그런 게 있어요.” (#e:185)

“나를 응원해주는 사람이 있을까? 혼자 남겨지고 내 마음 알아주는 이 없다.” (#e:188)

또한 대학생들은 학업, 진로, 대인관계 등 여러 가지 문제들로 불안해하고 있기 때문에 대학에 진학하고 나서도 대학 친구와 친밀감을 형성하지 못하고 고립된다. 이에 작품을 읽고 현재 학교 생활에 제대로 적응하지 못하는 자신의 모습을 동일시가 일어난 것을 볼 수 있다(전보라, 2020).

“처음 입학했을 때 학교에 대해 부정적이었다. 학력위주에 우리나라에서 내 꿈을 이룰 수 있는 가능성이 있을까라는 걱정이 너무 컸다.” (#e:191)

“반 년동안 지내온 낯선 대학생활” (#f:625)

“대학에 와서 마음을 나눌만한 진정한 친구를 아직 만나지 못했다. 그래서 이 구절이 내가 현재 느끼고 있는 상황과 매우 일치하다고 생각되어 책을 덮고도 오래 기억에 남았다.” (#h:503)

1.2.3. 타자민감성

대학생들은 문학치료 동일시에서는 대부분 대학생들이 기술한 자신에 대한 문제점으로는 ‘타자민감성’으로 나타났다. 이는 Macia(1991)의 자아정체감 지위 이론에서 정체감 위기를 경험한 ‘정체감 유예’이거나 혹은 정체감 위기를 경험하지 않은 ‘정체감 유실’, ‘정체감 혼미’의 단계에 있는 대학생들이 자신의 자아정체감이 안정적으로 형성되지 않아 타인의 시각이 더욱 중요해져서 타인의 시각이 자신의 전부가 되어 있는 것으로 볼 수 있다.

문학치료에서 동일시 경험을 통해 자신의 참 자아를 탐색을 통해 스스로를 과소 평가하고 타인의 시선을 지나치게 의식하고 있음을 깨닫는 과정임을 탐색하였다.

“남들이 나에게 잘했다고 칭찬해도 그것을 그대로 받아들이지 않았던 것도 모두 참견꾼이 나에게 채찍질을 하고 있었기 때문이란 것도 말이다.” (#a:229)

“나는 내가 한 말이나 행동에 대해 타인의 반응을 크게 신경 쓰는 편이다. 버림받음의 뒷에 걸려있기 때문이다.” (#a:233)

“타인에게 내가 어떤 모습으로 보이는지 조금은 신경을 쓰는 편이다. 특히 가까운 사람에게에는 흐트러진 모습을 보이지 않으려 한다. 내가 정말로 마음을 여는 친구는 몇 명되지 않는다.” (#a:225)

“그리고 남의 시선을 많이 의식하는 편이다. 그래서 외모나 옷차림에 신경을 많이 쓴다. 특히 행동을 조심하는 편이다. 그래서 소극적인 모습으로 보인다.” (#a:226)

“나를 억압하는 것은 조금 많은 편이다. 우선적으로 자신감이 약해서 나의 의견보다 남의 의견을 많이 따라하는 편이다. 그러나 결과는 나의 의견대로 하는 것이 좀 더 나은 결과를 보인 것이 많았다. 하지만 그런 일이 많아도 여전히 자신감은 부족하다.” (#a:226)

“사람들과 환경 속에서 나는 언제나 긍정적이고 밝은 사람으로 각인되기를 바랐다. 그래서 눈에 주름이 생기도록 웃고 화가 나도 참고 밝은 목소리로 사람들을 대했다. 내가 동경하는 사람처럼 되기 위해서 그 사람들의 행동과 외모를 모방하는 일도 태반이었다.” (#b: 166)



2. 카타르시스

카타르시스란 문학작품을 통해 동일시를 경험한 뒤, 느낌을 표현하면서 소극적 감정 해소가 되는 것으로(손정표, 2003), 문학치료에 참여한 대학생들은 자신의 감정과 느낌을 표현하고 소통하는 과정을 통해 감정이 해소되는 것을 확인하였다.

따라서 카타르시스의 종합적 주제는 ‘어려움을 치료하다’로 도출되었고, 개인적 어려움 표현에서는 ‘심리·정서적 해방감’과 ‘나를 알아가는 즐거움’, 사회적 어려움 표현에서는 ‘타자와 공감 경험’, ‘타자와 소통하는 즐거움’으로 어려움을 표현하며 치유받는 과정이 기술적 주제를 도출하였다.

이에 대한 <표 IV-4>에 대한 주제 분석표는 다음과 같다.

<표 IV-4> 카타르시스에서 나타난 개인적 어려움, 사회적 어려움 치료에 관한 주제 분석표

연구 기 호	카타르시스			
	개인적 어려움 표현		사회적 어려움 표현	
	심리정서적 해방감	나를 알아가는 즐거움	타자와 공감 경험	타자와 소통하는 즐거움
a	마음이 후련함, 느긋한 기분			
c	걱정과 두려움이 사라짐, 성취감을 느낌	나를 알아가면서 마음이 편안해짐, 진정으로 내가 원하는 모습을 알게 되어 좋음, 마음이 시원해짐, 감정이 해소됨	진정한 나를 표현하면서 공감을 경험함, 공감 받아서 편안함을 느낌, 위안을 느낌, 나만의 고민이 아니라는 것에 안도감을 느낌	소통하고 공감하면서 카타르시스를 느낌, 함께 변화하면서 기쁨, 새로운 사람을 만나면서 재밌었음
d		평온, 평화, 나에 대해 고민하면서 마음이 편안함	타자와 소통하면서 자이를 느낄 수 있었음	친구들과 소통해서 행복함, 사람들과 만남으로써 일상이 변화됨, 사람들을 만나 행복해짐
f		사라진 나라는 존재를 찾은 기분이라 좋았음		
g	마음에 평화를 느낌	사라진 나를 찾음	공감 과정을 통해 마음이 치유됨, 진정한 공감을 느끼며 친구들에게 고마움을 느낌	공감하는 것은 행복한 일이라는 것을 깨달음
h	통쾌함, 뿌듯함			

2.1. 개인적 어려움을 치료하다

2.1.1. 심리·정서적 해방감

자아정체감 형성을 위해서 감정탐색과 표출을 통한 감정해소가 우선 되어야 한다. 이러한 감정탐색 표출 및 감정해소는 문학치료 참여 속에서 글쓰기, 그림 그리기, 이야기 등 다양한 활동을 통해 감정을 표출하고 내면의 두려움을 극복하는 데 도움이 된다(권성혜, 2015). 이에 대학생들이 문학치료 참여를 통해 자신의 느낌과 감정을 표출함으로써 내면의 두려움을 극복하고 마음의 안정감과 평화를 얻는 것을 볼 수 있다.

“글을 쓰고 나면 마음이 후련했다. 내가 쓴 글을 몇 번이고 반복해서 읽어보기도 했다. 다른 사람들과 책 읽은 느낌을 나눌 때는 약간 느긋한 기분으로 들었다.” (#a:239)

“프로그램을 안에서 자기를 탐색하고 또 표현하고 공유하면서 완전한 치유는 없을지도 모르지만 이전의 상처를 바라보는 관점이 변해서 이전보다 덜 아프게 되는 것이 치유라는, 진정한 치유가 무엇인지 어렵듯이 알게 되어서 걱정과 두려움이 많이 사라졌다.” (#c:73)

“나는 상처를 두려워하지 않고 용기 내어 말한 적이 있다. 그 이후 더 좋은 결과를 얻었고 요즘 마음의 평화를 느낀다.” (#g:570)

마음의 안정감 외에도 대학생들은 문학치료 참여 과정에서 느낀 것을 표현하면서 일종의 성취감을 느끼며 카타르시스를 경험하는 것을 확인할 수 있다.

“문학치료 프로그램에서 그림으로 자신의 감정을 표현하거나 글쓰기를 하는 작업은 일종의 성취감을 주기도 하였다.” (#c:76)

전보라(2020)의 연구에서는 애벌레가 날아가는 모습을 보면서 통쾌하고 뿌듯한 감정을 느껴 카타르시스를 경험하는 것을 볼 수 있다.

“애벌레가 나비가 되는 장면이 제일 힐링되는 것 같았어. 답답한 애벌레 기동만 보다가 날개짓하며 훨훨 날아가는 두 나비의 그림을 보니 마치 내가 날고 있는 것처럼 마음이 너무 뿌듯했어.” (#h:506)

2.1.2. 나를 알아가는 즐거움

문학치료 참여 과정을 통해 감정탐색과 표출로 감정 해소를 경험한 대학생들은 감정 표출로서 느낀 카타르시스 외에도 진정한 나를 탐색하고, 나를 받아들이는 과정에서도 마음의 안정을 경험하는 것으로 나타났다.

“각자 적은 시를 읽고, 궁금한 것은 묻고 답하면서 좀 더 생각해보게 되어 내가 표현하고 싶은 감정, 내가 원하는 것이 무엇인지에 대해 이전보다 명확하게 알 수 있어서 마음이 편안해짐을 느꼈다.” (#c:70)

“‘나’에게 물었다. 나는 누구냐고? ‘나’는 대답했다. 나는 ‘나’라고 ○○대학교 학생 혹은 김○○과 같은 수식어가 붙지 않은 그냥 ‘나’라고...(중략)... 내 마음은 기쁘다고 말한다. 나는 지금 평온하다. 나의 심신은 그저 평화롭다.” (#d:228)

“나에 대해 고민해보는 시간을 가져서 마음이 편하다.” (#d:243)

또한 문학치료 참여 과정에서 진정한 나를 발견하는 것만으로도 즐거움, 시원해짐, 감정 해소 등과 같은 카타르시스를 경험하였다.

“시를 적는다는 것이 익숙하지 않아서 어렵게 느껴졌지만 원래의 시를 각색해서 내 생각과 원하는 것을 꾸미지 않고 삽입해서 조금씩 바꿔보는 형태로 시를 적어보니 내 마음을 정리해 볼 수 있었고, 진정으로 내가 원하는 모습이 무엇인지 알 수 있는 기회가 되어서 좋았다.” (#c:70)

“온전히 나를 볼 수 있는 시간, 20년 평생 마주하지 않았던 ‘나’를 배우는 기회.” (#f:569)

“나 자신에 대한 이야기를 해볼 기회가 없었는데 사라진 나의 존재를 찾는 기분이라 좋았다.” (#g:569)

“바쁘게 지내면서 나를 돌아볼 수 있는 시간이 별로 없었는데, 이 작업을 통해서 내가 얼마나 많은 감정들을 느끼며 사는지 알게 되었고, 내 기분을 좀 더 세밀하게 표현하고 다른 사람들과 나누면서 마음이 시원해지는 것을 느꼈다.” (#c:72)

“생각해보지 못했던 감정과 기분을 탐색함으로써 자신의 욕구를 파악하게 되었고, 감정을 표현하고 감정이 해소됨을 느꼈다.” (#c:75)

2.2. 사회적 어려움을 치료하다

2.2.1. 타자와 공감 경험

Rogers(1995)는 공감 경험을 통해서 자신이 전에는 알지 못하는 새로운 나를 발견하게 되면서 자신의 개별성과 독특성을 발달시키는 과정에서 안정적으로 자아정체성을 형성할 수 있다고 보았다.

이에 박소연, 김한별(2012)의 연구에서는 서사란 나와 타자에 관한 이야기이기 때문에 서사를 함께 공감하는 과정을 통해 자신의 정체성을 새롭게 구성해 나갈 수 있음을 확인하였다. 권성혜(2015)의 연구에서도 문학치료 속에서 공감 경험을 통해 자신의 상태를 타인과 비교하여 객관적으로 자신을 이해할 수 있게 되었다고 보았다.

“정직해지는 법을 배우면서 나를 조금씩 노출시키고 표현하면서 공감을 경험한 것 같다.” (#c:74)

“나는 얘기하고 싶다. 다른 누군가와 얘기함으로써 다른 사람의 삶과 느낌을 들음으로써 나는 나의 자아를 느낄 수 있다.” (#d:228)

자신의 모습을 발견 하는 것 외에도 문학작품에서 느낀 자신의 욕구, 감정을 탐색하고 소통할 때에 서로 간의 진정한 공감 경험이 치료 효과가 있음을 볼 수 있다(권성혜, 2015).

“다른 사람이 무어라 하던 내가 나 자신을 당당하게 바라보는 것이 중요하다. 이 활

등을 통해 집단 안에서 나의 장애를 당당하게 밝히고, 마음 한켠에 있던 아픔을 이해 받고 공감 받아서 편안함을 느꼈고, 잘 극복해낸 내 자신이 자랑스럽게 여겨진다.” (#c:70)

“편안한 분위기에서 이야기를 하고 힘들었던 기억을 공유하고 공감을 주고받을 수 있어서 위안이 되었다.” (#c:73)

“처음에는 내 생각을 이야기하는 게 쉽지 않았으나 거듭할수록 나의 이야기를 하고 다른 사람의 이야기를 듣고 하면서 나와 비슷한 상황이었구나 힘들었겠다 잘 버텼구나 등의 공감이 되었고 서로 위로를 하는 과정에서 동시에 나의 마음도 치유가 되었던 것 같다.” (#g:574)

무엇보다도 문학치료에서의 공감 경험은 진정한 나에 대한 이해와 더불어, 내가 경험하고 있는 문제들이 나만의 문제가 아닌 모두의 문제였음을 깨닫고 위안을 얻게 된다. 이러한 공감 경험은 자신 스스로 이상하거나 이질적이라 느끼지 않게 된다(Rogers, 2007). 이러한 공감 경험은 건강한 자아정체감 형성에 도움을 주며 타자와 친밀감을 느끼며 고립되지 않은 삶을 살 수 있을 것이다.

“활동을 하고 함께 피드백을 나누면서 나만 가지고 있는 고민이 아니라는 것에 안도감을 느꼈고, 더 의연하게 대처하고 싶은 생각도 많이 들었다.” (#c:74)

“내가 솔직하게 이야기하니까 주변 사람들이 내 이야기를 경청하는구나는 느낌을 받았고 또 내 이야기에 공감해주는구나 라고 느꼈다. 정말 그 친구들이 너무 고맙다.” (#g:573)

2.2.2. 타자와 소통하는 즐거움

김난도 외(2021)는 ‘나노사회’를 언급하면서 개인화된 사회의 문제점을 지적하였다. 현재 대학생들은 또래와도 진정한 친밀감 형성하지 않고 개인으로 고립되고 단절된 생활을 하고 있기 때문에 타자와 소통하면서 즐거움을 느끼는 경험은 자아정체감 형성에서의 사회적 어려움을 해소하는 데에 매우 필요한 부분으로 볼 수 있다.

이에, 문학치료에 참여한 대학생들은 진정한 공감 경험을 통해 공통적으로 자신을 있는 그대로 수용해주는 참여자들에게 심리적 충족감을 느끼며 관계맺기의 즐거움을 느끼는 것으로 나타났다.

“동화책은 나에게 어릴 때는 상상력을 주었다면 이번 문학치료 프로그램을 통해 동화책은 나를 되돌아보고 필터링 할 수 있는 시간을 준 것 같다. 처음에 집단에서 얻어가고 싶은 것은 소통과 공감이었는데 내가 먼저 다가가거나 적극적으로 하진 못했지만 다른 사람들의 이야기를 듣거나, 소통하고 공감하는 모습을 보면서 카타르시스를 느끼기도 했고.” (#c:74)

“문학치료 프로그램을 통해서 나의 변화만 생각하는 것이 아니라 다른 집단원들의 변화도 같이 느끼며 함께 기뻐할 수 있어서 좋았다.” (#c:73)

“치료를 마친 지금은 설레인다 친구들의 생각을 읽었다 행복하다 숨을 쉬는 것 같다.” (#d:242)

박소연, 김한별(2012)의 연구에서는 익명으로 활동하는 것이 익숙한 현대 사회에서는 저널쓰기를 통해 자기 자신을 일관되게 입증하고, 진정한 자기 자신으로 타자와 소통하는 경험을 통해 안정적인 자아상을 형성하는 것으로 성숙된 자아정체감을 형성할 수 있다고 보았다. 권성혜(2015)의 연구에서도 참여자와의 공감 과정을 통해 대인관계 능력, 자아존중감 향상에 도움을 주는 것을 볼 수 있다. 이러한 진정한 공감 경험은 자아정체감 형성에서의 개인적, 사회적으로 안정적인 자아상을 형성할 수 있도록 돕는다.

“하루하루를 집에 틀어박혀 다른 사람들과의 만남을 갖지 않은 채 오직 책과 컴퓨터로 하루를 보낸 적이 많았던 나에게 지금과 같은 바쁜 일상과 그 틈 사이에 좋은 사람들과의 만남은 나의 일상을 바꾸었고, 지루했던 인생이 재미있어졌다. 요컨대 인생이 바뀌었다.” (#d:225)

“나에 대해서 얘기할 기회가 정말 드문데 나를 열면서 남들과 같이 소통 하는 것이 무척 재밌었다. 아마도 사람들 앞에서 나만의 이야기를 한 것이 나에게 가장 도움이 되었을 거라고 생각하고 그 덕분에 새로운 사람들을 만난다는 것이 얼마나 신나고 재밌는 일인지 알게 된 것 같다.” (#c:75)

“어릴 적 나는 언제나 공허했지만 지금은 많은 사람들과의 만남으로 행복해졌다. 나는 언제나 멍한 사람이다 깨달음. 가뭄에 단비를 만난 기분이다.” (#d:243)

“많은 사람과 소통할 수 있어서 좋았다. 사람들에게 내 이야기를 하고 다른 사람의 이야기를 듣는 것만으로도 치료가 될 수 있다는 것을 경험을 했다. 사람들의 이야기를 들으며 그 사람의 사고와 살아온 환경에 대해서 이야기할 때 공감이 되어 고개를 끄덕이거나 감동받아 눈물이 내려 한 적이 있었는데 사람의 이야기를 듣는 것이 이렇게 행복한 일이라는 것을 다시 한 번 더 깨달았다.” (#g:574)



3. 통찰

통찰 과정에서는 카타르시스를 경험한 후, 자신의 문제점, 부정정서에서 해방되어 자기 자신을 객관적으로 인식하고자 하는 것이다. 이에 대학생들은 자신의 문제점과 부정정서를 탐색 한 후, 내면의 상처를 극복하고 자신의 삶을 주체적이고 독립적으로 살아가고자 하였다.

따라서 통찰에서의 종합적 주제는 ‘어려움의 변화과정을 탐색하다’ 로, 개인적 어려움 해결로써는 ‘참 자아 발견’, ‘자기 긍정성과 자존감, 자신감 향상’, ‘자기성찰을 통한 깨달음’, ‘내 삶에서 스스로가 주체가 되는 삶’ 으로 기술적 주제가 도출되었다. 다음으로 사회적 어려움 해결로써는 ‘진로탐색 및 삶의 방향성 재설정’, ‘타자와 타문화에 대한 공감과 인정’, ‘타자지향적인 삶 추구’ 로 기술적 주제를 도출하였다.

이에 대한 주제 분석표는 <표 IV-5>와 같다.

<표 IV-5> 통찰에서 나타난 개인적 어려움, 사회적 어려움 해결 변화과정에 관한 주제 분석표

연구 기 호	통찰						
	개인적 어려움 해결			사회적 어려움 해결			
	참 자아발견	자기 긍정과 자존감, 자신감 향상	자기성찰을 통한 깨달음	내 삶에서 스스로가 주체가 되는 삶	진로탐색 및 삶의 방향성 재설정	타자와 타문화에 대한 공감과 인정	타자지향적인 삶 추구
a		자신감 회복	남에게 사랑받고자 나를 육체적, 정신적으로 혹사시켰음, 나의 잘못된 생각을 깨달았음, 내가 나를 인정함	내가 스스로 이겨내야 하는 것을 알고 있음, 포기하지 않고 노력하는 삶을 살 것임	내가 하고 싶은 일을 하고자 함, 남은 인생을 충실히 살아가고자 함, 스스로 미래를 결정함	다 똑같은 사람, 내가 싫어했던 사람에게서 나를 발견함, 상처 없는 사람은 없음, 타자 이해, 타자 수용, 가족과 친구의 입장을 이해함	타자를 사랑하게 됨, 스스로의 치유를 도와주는 사람이 되고 싶음, 타자를 사랑하는 마음을 키워나가고 싶음, 타자를 돕고자 함
b	진정한 삶의 가치와 목표를 가지게 됨	마음만 먹으면 무엇이든 할 수 있음, 무한한 가능성	노력하지 않는 삶, 죄질만 했던 지난날	스스로를 붙잡는 것은 나라는 것을 잊지 말아야 함, 부족한 나를 발견하면 채워나갈 것임, 도전하는 삶			

연구 구 기 호	통찰						
	개인적 어려움 해결			사회적 어려움 해결			
	참 자아발견	자기 긍정과 자존감, 자신감 향상	자기성찰을 통한 깨달음	내 삶에서 스스로가 주체가 되는 삶	진로탐색 및 삶의 방향성 재설정	타자와 타문화에 대한 공감과 인정	타자지향적인 삶 추구
c		내가 자랑스러움, 자신감을 되찾음, 나를 칭찬해주고 싶음				다른 사람이 생각이 틀린 것이 아니라 다르다는 것을 인정함, 타자에 대한 이해심을 키울 수 있었음	
d	지금의 나에게 집중		시험 결석 등 학교생활에 더 신경써야 함				가족과 친구들, 주변 사람들에게 잘하고자 함
e		나는 믿을만한 사람,	이번 기회에 나의 단점을 고치고 싶음		내 꿈을 위해 노력할 것임, 학교를 다니면서 열심히 공부함		도움이 되는 사람이 되고 싶음
f		나의 상처와 아픔을 이겨내서 더 좋은 결과를 만들어냄					
g	내가 누구인지, 어떻게 살아야 하는지 생각해볼 수 있었음	자신감이 생김, 힘들어하는 부분을 고쳐나갈 수 있음, 내 자신을 사랑하게 됨, 내 자존감을 지켜준 책, 성장 가능성이 있는 사람	더 큰 상처를 받을까 봐 도망친 나를 발견함	상처를 극복하고자 용기를 냈더니 심리정신적 스트레스가 해소됨, 나 자신을 더욱 사랑하고자 함	나를 위해 시간을 낭비하지 않기로 함	공감을 통해 모두 한마음으로 소통함, 아빠나 친구의 입장에서 이해가 가능해짐, 인간관계를 배우는 시간이었음	경청의 중요성을 깨달음
h					사람을 도와줄 수 있는 직업 내가 무엇을 원하는지 생각해볼 수 있었음, 희망을 주는 사람이 되고 싶음		

3.1. 개인적 어려움의 변화과정을 탐색하다

3.1.1. 참 자아 발견

문학치료는 문학작품을 통해 자신의 느낀점이나 감정을 표현함으로써 자기 방어가 타 치료들에 비해 적으며, 스스로 감정의 정화를 통해 자신의 문제를 통찰 및 성찰할 수 있는 치유의 성격이 강하다(김수경, 2008). 이에, 박소연·김한별(2012) 연구를 통해 대학생들이 글쓰기를 통해 온전히 자기 자신에게 성찰함으로써 스스로 독립적인 존재라는 것을 수용하는 모습으로 변화하는 것을 볼 수 있다. 더 나아가 대학생들은 문학치료 참여 과정을 통해 대부분 스스로 진정한 자기 자신을 깨닫고, 이해하고, 수용하고자 하는 긍정적 태도를 보였다.

“처음에는 내가 진짜 누구인지도 모르면서 외향적인 것만을 표현하고 갖은 수식어를 모두 활용하여 나를 거창하게 표현하려고 했다. 그러나 지금의 나는 거창하고 화려하지 않아도 진정한 삶의 가치가 무엇인지, 어떤 목표를 가지고 살아야 하는지를 아는 사람으로 바뀌었다.” (#b:166)

“나는 그저 나다. 가족에서 첫째라는 가족구성원이기도 하고 대학생이라는 구성원이기도 하고 나름 사회인으로 사회의 한 구성원이기도 하다...(중략)...지금의 '나'라는 지금 속에서 나름의 만족을 찾아가고 어떻게든 지금을 벗어나려고 하는 존재인 것 같다.” (#d:228)

“나 자신을 찾아가는 수업이었다. 나는 이 수업에서 내 감정에 솔직해지려고 노력을 많이 하였고 그 결과 수업을 통해서 내 자신이 누구인지 어떻게 살아야 하는지 대해 많은 생각을 해볼 수 있는 수업이었다.” (#g:569)

3.1.2. 자기 긍정성과 자존감, 자신감 향상

김수경(2008)은 연구 참여자가 문학치료 참여 과정에서 자기 자신을 있는 그대로 받아들이는 과정을 통해 자신감을 회복하여 자신의 길을 찾게 되었다고 보았다. 또한 자기 부정성이 높았던 대학생들은 문학치료 참여 경험을 통해 자

신감 회복과 향상으로 자신의 문제를 해결하고자 노력하였다.

“앞서 읽은 책 덕분에 참견꾼에게 대들기 시작하면서 나 자신에 대한 자신감을 회복하고 있고, 사랑에 대해서도 어느 정도 여유를 가지고 생각을 하게 되었다. 이전에는 누군가와 사랑을 하지 않으면 불안한 느낌이라고 한다면 지금은 불안한 느낌보단 무엇인가를 찾아서 여행을 떠난다는 느낌을 받을 정도로 여유가 느껴진다. 지금도 이런 나를 보면 가끔 놀랄 정도로 변해가고 있다.” (#a:231)

“많이 살지 않았지만 내가 어떻게 살아오고, 어떤 감정들을 느끼고, 어떤 것을 견뎌내며 살아왔는지 돌아보면서 나 자신이 자랑스럽고, 앞으로의 삶에도 자신감이 생긴다.” (#c:71~72)
“나를 사랑하는 법 배우면서 있는 그대로의 나를 너무나 사랑스럽게 여기게 되었고 그 덕분에 자신감을 다시 되찾은 것 같다.” (#c:75)

“항상 무슨 일에 접근할 때 걱정이 앞섰고, 자신감이 부족했다. 그러나 이 수업을 통해 나 또한 누군가에게 필요하고 사랑받고 있는 존재임을 느꼈고 부딪히고 이겨보자는 자신감이 생겼다.” (#g:572)

“내가 읽은 책에서 내 자신감의 하락의 원인이 집에서 형에게 구타를 당하는 것에 있고 이것이 내가 늘 느끼는 패배자의 기분을 가지게 했다는 것을 알게 되었다. 나의 구타 경험을 아무에게도 말하지 않고 속으로만 앓다가 여기 수업에서 말하고 나니 내뺏이 아니다라는 생각을 가지게 되면서 자신감을 회복하는데 도움이 되었다.” (#g:571)

“나는 믿을 만한 사람이다. 믿어주는 만큼 보답할 자신이 있다.” (#e:192)

“내가 힘들어하던 부분이 왜 그런지 이유를 알게 되었고 앞으로 고쳐나갈 수 있을 것이라는 자신감이 들었다.” (#g:571)

문학치료에 참여하기 전에는 자신의 상처의 원인, 상처가 삶에 미치는 영향에 대해 자각하지 못하다가 문학치료에 참여한 후 작품 혹은 참여자 간 공감을 통해 자신의 상처를 발견하고, 이를 해결하기 위해 통찰의 과정을 거침으로써 새로운 자아정체감을 형성할 수 있게 된다(김수경, 2008). 또한 박소연·김한별(2012)은 저널쓰기를 통해 자신의 내면에 집중하고 스스로 성찰하는 과정을 통해 자신에 대한 상처 치유와 자아 회복은 물론, 긍정적인 자아정체감을 형성

할 수 있다고 보았다. 이러한 긍정적인 자아정체감은 지금 현재 있는 그대로의 자신의 존재를 받아들이도록 한다. 이연옥(2019)에서도 문학치료를 통해 상처를 극복하고 해결하고자 하는 적극적인 자세로 긍정적인 변화가 나타났음을 탐색하였다. 이러한 자기 긍정성은 건강한 개인적 자아정체감 형성에 도움이 될 것으로 보았다.

“나는 살아있는 그 자체만으로도 가치가 있는 사람이다. 살고 있기 때문에 무엇이든 도전하면 할 수 있고 무한한 가치가 내재되어 있다. 앞으로 어떤 가치가 두각을 나타내어 나를 빛내줄 지 모르겠다. 하지만 확실한 것은 나는 마음만 먹으면 무엇이든 할 수 있는 능력과 무한한 가능성이 잠재되어 있다는 것이다.” (#b:166)

“힘든 시간들을 잘 이겨 낸 나 자신에게 칭찬하고 싶고, 앞으로는 다른 사람들의 말에 휘둘리지 않고 내가 원하는 것을 좀 더 깊게 생각해보면서 살아가고 싶다.” (#c:72)

“처음 이 과에 와서 춤을 출 때 “야 너는 이런것도 못하나” 이런 소리도 들어보고 가베를 할 때에도 못한다는 소리를 들을 때 제 마음이 추웠던 것 같습니다. 하지만 괜찮습니다. 그런 이야기를 들으면 뭐 어때요 기 안죽고 그냥 내 할 일만 하면 되니까요!” (#f:622)

“내가 더 큰 상처와 고통을 받지 않을까 두려워 나를 드러내는 것을 주저했는데 용기를 얻게 되었다. 나의 상처와 나의 아픔을 정면으로 맞서는 것이 더 좋은 결과를 만들어 내었다. 지금껏 마음만 먹으면 할 수 있는 것들도 미웠는데 이제 용기가 생겨 앞으로 전진해나갈 수 있을 것 같다.” (#g:572)

“책을 통해 진정한 나에 대해 알아보게 되면서 내 자신을 사랑하게 되었다. 가끔씩 생각하던 나의 못된 점과 부족한 점에 우울해지고 거울을 덮어 버릴 때도 많았지만 그 빈도수가 점차 줄어들게 되고 거울을 보며 예쁘다 사랑한다고 말하는 법을 배웠다.” (#g:570)

“제일 공감되고 힘이 되었던 부분은 모든 사람이 같을 수 없으며 저마다 잘할 수 있는 능력치가 있는 것이다. 그래서 남과의 비교를 하면서 괜한 자신감과 자존감을 잃지 말고 나 자신에게 집중해서 나의 장점과 능력을 믿고 그것을 발전시키며 행복한 마음으로 살아가자는 것이다. 내 자신의 자존감을 지켜 준 책이므로 힘들 때 마다 한번씩 읽고 싶다.” (#g:570)

“난 아직 자라나는 나무이고 성장가능성이 무궁무진한 사람이라는 것을 알게 되었다.”
(#g:572)

3.1.3. 자기성찰을 통한 깨달음

문학치료를 통한 성찰 과정에서 자신에 대한 비판적 반성 혹은 비판적 성찰은 자신을 다각적 시각에서 바라보고 반성하게 한다(박소연, 김한별, 2012). 즉, 자기성찰 과정이란 자신의 문제점을 깨닫는 과정으로써 자기 성장의 기회이자 출발점으로 볼 수 있다.

“나는 그들이 나에게 주고 있는 관심과 사랑은 보지 못한 채 그들이 나에게 가끔 하는 쓴 소리에만 신경을 쓰고 그것에 대해서 분노하고 있었다. 이 책을 통해 나는 그것을 깨달을 수 있었다.” (#a:229)

“내가 평소에 험한 말을 자주 한다는 것을 알고 있었기에 나에게 있어서 이것은 또 다른 충격으로 다가왔다. 내가 아무런 생각 없이 내뱉은 말이 남에게는 시위를 떠난 화살로 다가온다는 사실과 그것으로 인한 상처가 평생을 간다는 사실을... 그래서 난 이 책을 읽고서 나 자신이 고쳐야 할 점을 적기 시작하였고 그것을 실천하기 위해서 노력 중이다.” (#a:229)

“가장 먼저 달라진 것은 내가 나를 마주보고 나를 인정했다는 사실이다. 실수투성이고 남의 사랑만을 갈구한 채 나 자신을 사랑하지 못한 나를 마주보고 끌어안았다.” (#a:236)

“남의 진심을 제대로 받아들이지도 못하고 의심하였으며, 의심을 하기에 남을 진심으로 사랑할 수가 없었다. 나를 싫어했기에 언제나 자신감이 없고 의기소침했으며, 남에게서 인정받고자, 사랑을 받고자 나를 육체적으로 정신적으로 혹사시켜 왔던 것이다.” (#a:236)

“태어날 때부터 이미 나보다 훨씬 더 많은 것을 가지고 별다른 노력 없이도 부와 명예를 가질 수 있는 사람이 너무나 많다는 것을 알게 되면서 내 이상을 실현하기 위해 엄청난 노력을 해도 결국 이상향에 닿을 수 없을 것이라는 좌절감이 밀려오곤 했다. 하지만 내 자신을 더욱 더 초라하게 만드는 건 나보다 높은 곳에 위치하고 있는 존재들이 아니라 이상적인 내 모습을 완성시키는데 필요한 최소한의 노력조차 제대로 하지 않는 나태함과 게으름으로 가득 찬, 소외 말하는 ‘찌질이’같은 내 자신이었다.”
(#b:169)

“대학에 진학하여 좌절도 있었다. 내가 생각하였을 때 좋은 대학에 진학하여야 꿈을 이룰 수 있다고 막연히 생각하였기 때문이다. 어찌 보면 이는 꿈을 이루기 힘들 것 같다는 두려움 때문에 내 스스로가 만든 핑계거리에 불과할지도 모른다. 생각해보면 내가 한 쪽에서 부족하면 다른 쪽에서 메우면 되는데 이를 하려 하지 않고 좌절만 하였다.” (#b:169)

“제 얘기를 딱히 안해요. 제가 숨기고 싶으면 끝까지 숨기구요. 이번에 글을 적으면서 이번 기회에 그런 제 단점을 바꾸고 싶어졌어요. 그래서 용기내서 글을 쓰고 있어요.” (#e:191)

“상처와 스트레스를 많이 받는 일이 있었는데 더 큰 상처가 두려워서 말하지 못하고 뒷걸음 친 나를 깨닫게 해 주었다.” (#g:570)

자신의 생활을 돌아보며 반성하고, 깨달음을 계기로 긍정적으로 변화하고자 하는 다짐을 보였다(권성혜, 2015).

“시험이 이제 일주일도 안 남았는데 제대로 공부 좀 하자. 목요일엔 늦잠 잤다고 시험 바로 전 시간도 결석하고 놀았는데 하기 싫긴해도 어차피 해야 하는 건 한다. 아직 중간고사도 안쳤는데 결석이 너무 많은데 관리도 좀 하자.” (#d:237)

3.1.4. 내 삶에서 스스로가 주체가 되는 삶

문학작품을 통해 발달 과정상에 있는 대학생들은 자신의 고통에서 벗어나 삶을 주체적으로 살아갈 수 있게 돕는 역할을 한다(서기자, 2012). 즉, 일상생활에서 생겨난 마음의 상처를 돌볼 수 있는 주체는 자신이라는 것을 깨달아 간다(김수경, 2008).

대학생들은 문학치료 참여 경험을 통해 자기 성찰을 하고, 이러한 자기 성찰을 통해 새롭게 인식된 자아정체감을 나의 일상 안에 내재화하기 위해 시도하고 노력하게 된다(박소연, 김한별, 2012).

“하지만 내가 부딪혀 이겨내야 하는 것임을 나는 알고 있다.” (#a:228)

“난 포기하지 않고 노력할 것이다. 피하지 않고 그 고난을 마주볼 것이다. 나 자신을 마주 본 것처럼.” (#a:236)

박소연·김한별(2012)의 연구를 통해 대학생들은 문학치료 참여 횟수가 거듭될수록 자기 자신을 성찰하게 되면서 스스로 긍정적 자아정체감을 형성해나가는 것을 볼 수 있다. 또한 ‘자아정체감 유실’ 단계에 있는 대학생이 문학치료 참여 과정에서 스스로 자신의 삶을 성찰함으로써 삶을 주체적이고 독립적으로 결정할 수 있는 수준으로 향상되도록 돕는다고 보았다.

“나를 발견한다는 것은 보다 큰 만남 속에서 나를 본다는 것이고 순간순간 나를 바라보는 것을 놓치지 않을 것이다. 나를 바라보다가도 놓쳐버리는 나를 붙잡기 위해서는 지금이 순간 나를 봐야 한다. 이렇게 내 자신을 스스로가 붙잡아야 하는 것도 하나의 나를 알아간다는 것이라고 생각한다” (#b: 167)

“그러나 이런 과정을 통해 진짜 나, 진정한 나를 발견하고 내 삶의 가치를 찾는 것이 목표이다. 누구에게나 혼란과 고민은 온다. 부족한 나를 발견했다고 해서 무너지지 않겠다. 부족한 것을 발견하면 채워가는 내가 될 것이다.” (#b:168)

“시작도 하지 않은 채 포기한다는 것은 미련한 일이란 생각이 들었다. 어차피 한번사는 인생인데, 적어도 내가 원하는 것에 있어서는 한번쯤은 도전을 해보아도 된다고 생각한다. 설령 실패를 맛보더라도 훗날 후회는 없을 것이기 때문이다.” (#b:169)

“우선순위가 학교가 되어야 하는데 과제는 뒷전이고 아르바이트를 하는 나의 모습을 되돌아보고 반성하는 시간을 가졌다. 나는 학생이라는 신분이 가장 먼저라는 것을 다시 한 번 생각하게 된다.” (#b:170)

이연옥(2019)의 연구에서도 문학치료 과정에서 자신의 고민을 탐색하고, 고민에 대한 원인과 해결책을 발견하고 실천하고자 노력하는 것을 알 수 있다.

“상처를 극복하려고 용기 내는 자만이 극복할 수 있다라는 글이었는데 이 구절에 감명을 받아서 용기를 냈고 그로 인해 심리적 정신적 스트레스로 툭 떨어진 식욕을 되찾았고 불면증을 해소한 것 같다.” (#g:570)

“생각했던 것보다 좋은 방향으로 바뀌어 가는 스스로가 어쩔 땐 어색하기도 하다. 아직도 아침마다 예쁘다 라고 말하는 것이 썩스럽지만 이제는 나 자신을 더 사랑해보기로 했다.” (#g:570)

3.2. 사회적 어려움의 변화과정을 탐색하다

3.2.1. 진로탐색 및 삶의 방향성 재설정

우한용(2000)은 문학작품을 읽으며 간접적인 경험을 넓히고, 평소에 관심이 없었던 주제를 깊이 생각하게 되면서 어떻게 살아야 할 것인가를 생각해보게 된다고 하였다(김수경, 2008). 대학생들은 참 자아발견 이후 자신의 진로를 재 탐색하거나 현재 어떻게 살아나가야 할 것인지에 대하여 주체적이고 독립적으로 계획해나가는 것을 볼 수 있다.

“나는 하루하루를 충실히 보냄으로써 남은 인생의 나를 바꿔나가기로 했다. 24시간의 짧은 하루지만 그 동안 나와 관련된 수많은 일들이 일어나며 이는 내게, 혹은 내 주변에 영향을 미친다.” (#a:236)

“예전의 내가 남의 시선을 신경쓰고, 그래서 대학원에 진출해서 교수가 될 것을 꿈꿨다면 지금은 내가 정말 하고 싶은 일에 신경을 쓰기로 했다...(중략)...나의 미래를 남의 시선에 따라 바꿀 수는 없었다.”(#a:237)

“나에게 남은 소중한 시간을 사소한 것에 낭비하지 말자는 결론을 내렸으며 정말 하루하루 시간을 소중히 사용하게 되었다. 이제는 일찍 일어나 동네 산책하는 것을 즐기며 나를 위한 투자를 아끼지 않는다.” (#g:572)

정성옥, 김성범(2015)은 참여자들이 자신의 미래를 위해 현재 해야 할 일이 무엇인지를 파악하고 있음을 탐색하였다.

“나의 꿈은 자율성이 있는 청소년 복지 단체를 만들어 청소년들에게 뭔가 활력이 되는 생애 단 한번 뿐인 그 시절을 보다 즐겁고 많은 추억을 가질 수 있도록 돕고 싶은 것이다. 아직 하고 있는 것은 학교를 다니고 있는 것 밖에 없지만 점차 활동 축을 넓히고 졸업을 하면 관련 기관에 일을 하며 다시 또 공부를 할 생각이다.” (#e:185~186)

“나는 좋은 아빠, 진로선생님, 상담사가 되고 싶다. 구체적인 계획은 없는 것 같다. 근데 나는 지금 해야 할 일은 열심히 공부하는 것이라는 것을 잘 알고 있다” (#e:191)

대학생들은 동화를 통해 스스로 의미 있는 삶을 살아야 하는 것으로 통찰하였으며 자기반성이 일어나는 과정을 통해 자신이 진정 원하는 일을 찾고자 하였다. 이러한 참 자아 발견은 주변 사람들에게 어떻게 하면 희망을 전할 수 있는지에 고민으로 발전하는 것으로 자신 만을 만족을 위한 삶이 아닌, 타자지향적인 삶을 추구하는 볼 수 있다(전보라, 2020).

“나는 지금 이 학과를 선택한 걸 후회해. 전공 공부는 재미도 없고. 뭔가 가슴 뛰고 설레는 일을 했으면 좋겠어. 기둥을 무작정 올라가는 애벌레가 되어 좋은 학점을 받기보다 나비가 되어서 더 의미 있는 일을 하고 싶어.” (#h:505)

“부모님의 바람, 시대가 요구하는 인재상들을 생각하기 바빠서 진정 내가 무엇을 원하는지 생각해보는 시간이 많지 않았던 것 같다. 노랑 애벌레가 이런 고민을 할 때, 나도 다시 한 번 내 스스로가 진정 무엇을 원하는지 생각해 볼 수 있었다.” (#h:506)

“이 책을 읽고 나서 경쟁이라는 것이 별 의미가 없다는 생각을 하게 되었어...(중략)...누군가와 끊임없이 경쟁해서 이기고 성취감을 맛보는 삶보다 빵 한 조각이라도 나누어 먹으면서 웃으며 사는, 그런 삶이 내가 생각하는 나비의 삶이고, 내 주변의 꽃과 같은 사람들에게 희망을 주는 거라고 생각해.” (#h:507)

“저는 이 책을 읽은 뒤 환자를 꽃이라고 생각하고, 꽃들의 생명을 더욱 활짝 피어나게 하는 나비와 같은 간호사가 되어야겠다는 생각을 했습니다. 이렇게 단순한 동화책이 저의 삶에 이렇게 큰 울림을 줄 거라고는 생각하지 못했습니다.” (#h:508)

3.2.2. 타자와 타문화에 대한 공감과 인정

김정용(2017)은 문학치료 참여 과정에서 타자와 소통하고 스스로 공감을 실천하는 것은 자신의 삶에 대한 이해로 확장된다고 보았으며, 진정한 공감 경험으로 자신의 참 자아를 이해 받고 인정받은 대학생들은 타자와 타문화에 대한 공감과 인정까지도 나아가는 것을 볼 수 있었다. 이는 문학작품 혹은 소통의 과

정에서 나만의 생각에 갇혀 고립되는 것이 아닌, 타자의 생각과 감정을 있는 그대로 인정하고 수용하여 친밀감을 형성하게 한다. 이러한 공감 경험은 다문화 감수성(multicultural sensitivity)을 발달시킨다. 다문화 감수성은 타자와의 의사소통, 공감을 위해서는 꼭 필요한 요소이기 때문에(Chen & Starosta, 2000), 문학치료에서의 공감 경험은 다문화 감수성을 발달시킴으로써 사회적 자아정체감 형성에 도움을 줄 수 있다(김명희, 2021).

“그와 나는 큰 차이가 없다.” (#a:233)

“세상에 이해 못할 사람은 없다. 사람은 결국 다 사람인 것 같았다.” (#a:234)

“놀랐던 것은 선배와 내가 닮은 점이 있다는 것이었다. 선배가 동생 얘기를 할 때 나는 속으로 울고 있었다 정말 내가 언니에게 느끼는 콤플렉스와 똑같았다. 이상하다고 피했던 선배에게서 나의 모습을 본 것이다.” (#a:235)

“우리들 중에 더 행복하고 더 불행한 사람은 없었다. 모두 같은 무게의 영혼을 가진 사람들이었다.” (#a:239)

“우리 중에(남녀노소 할 것 없이) 상처 없는 사람은 없지 않은가.” (#a:239)

“모두가 자신의 상처를 공유하고 공감하면서 울어주기도 하고 웃어주기도 했던 상황에서 모두가 한마음이어서 좋았다.” (#g:574)

김수경(2008)은 현재 자신의 삶에 대해 점검해보며 나와 타자를 이해하는 것으로 문학작품을 적절히 적용한 것으로 보았다.

“많은 책을 읽어오면서, 조금씩 변화해 가면서 나를 이해하고 타인을 이해하게 되었다.” (#a:233)

문학치료에서 다양한 활동을 통해 자신과 비슷한 문제를 가진 타자와 함께 문제를 공유하고 해결할 수 있는 것을 볼 수 있다(권성혜, 2015).

“다른 생각을 가진 사람들과 많은 이야기를 나누며 틀린 것이 아니라 단지 다를 수도 있다고 수용할 수 있게 되어서 좋았다.” (#c:73)

“남들을 볼 때도 그 사람 그대로의 모습을 받아들이면서 사람에 대한 이해심을 키울 수 있었고 사람들에게 좀 더 편안하게 다가갈 수 있었던 것 같다.” (#c:75)

타자 이해를 통해 아버지의 문화, 환경을 이해하고 수용하게 되면서 그동안 아버지에 대한 오해와 미움을 해소하는 과정을 볼 수 있다. 이연옥(2019)의 연구에서도 자기이해는 타자의 이해로 확대되는 것을 확인하였다. 대학생들은 자신의 가족, 친구 등 타자의 입장을 먼저 생각해보며 타자의 상황을 자신의 기준으로 판단하는 것이 아닌 있는 그대로 인정하였다. 타자 이해와 수용은 건강한 대인관계 형성을 돕기 때문에 사회적 자아정체감 형성에 도움이 될 것으로 기대된다.

“다 딸자식 잘 되라고 자기가 아는 범위 안에서는 그것이 최고니까 그러니까 이것저것 강조하셨겠지 싶다. 아버지의 세계가 좁은 것은 아버지의 탓이 아니다. 아버지도 그 아버지로부터 또는 주위 상황으로부터 그런 영향을 받아 그런 생각을 하게 된 것이니 말이다.” (#a:234)

“지금까지 몰랐던 나의 친구의 상처와 상황을 알게 되어서 친구의 입장에서 이해가 가능하게 되었다.” (#g:573)

“아빠와 사이가 안좋고 서먹했는데 이 수업을 듣고 대화를 나눠봄으로써 이제 아빠를 어느 정도 이해하게 되었으며 지금은 가까워졌다.” (#g:573)

“나와 관계하는 모든 사람들을 입장과 처지를 이해하고 인간관계에 대해서 배우는 시간이었다.” (#g:573)

3.2.3. 타자지향적인 삶 추구

Rogers(1995)가 말하는 공존하는 사회란 각자 구별된 개인이라는 것을 인정하며 배려와 헌신이 기반이 된 사회이다. 이에 문학치료에 참여한 대학생들은 자기 이해에서 타자 이해와 수용, 더 나아가 타자지향적인 삶을 추구하는 것으로 나타났다.

“나 자신에게 ‘미안하다. 그리고 사랑한다’라고 말할 수 있게 된 것이다. 또한 나를 사랑 할 수 있게 되었기에 남을 사랑 할 수 있는 토대를 마련하게 되었다.” (#a:236)

“언젠가는 상처 입은 치유자로 남들의 상처도 같이 고민을 할 수 있는 그런 날이 올 것이다. 나는 나만의 방식으로 자신이 다른 사람에게 치유를 받고 있다는 생각이 들지 않고 스스로 치유할 수 있게 옆에서 그걸 도와주는 사람으로...” (#a:233)

“지금 당장 남을 사랑한다고 고백하기엔 무리겠지만 서서히 남을 사랑하는 마음을 키워 갈 것이다. 그리고 그 마음을 키운 뒤, 사랑이라는 열매를 수확 할 것이다.” (#a:236)

타자지향적인 삶을 추구하는 것은 나와 같은 대학생 뿐만 아니라 다른 문화와 환경을 가진 타자들에게도 확대되었다.

“나는 그 아이들에게 야단을 치기 보다는 살살 달래는 방법을 택했다. 작은 일에도 칭찬을 했다. 쑥스러워하면서도 말을 조금은 부드럽게 하기 시작하는 아이들을 보면서 ‘아, 내가 정말 이 수업을 듣기 전엔 모르는 게 너무 많아서 이 아이들을 다그칠 뻔 했구나.’ 안도했다.” (#a:232)

“내가 독서치료 수업에서 알게 된 책들을 권해드리고 싶은데, 많은 분들이 낮에는 교육을 받고 밤에는 아르바이트를 하는 힘든 생활을 하고 계신다. 아무래도 책을 읽는 것이 힘들 것 같아 몇분 부분만 발체를 했다. 화장실이나 휴게실에 달마다 그런 글들을 붙여둘 계획이다” (#a:237)

“부모님을 원망하는 마음을 버렸다. 가끔 보면 우리 부모님도 독서치료가 필요하다는 생각이 들어 안쓰러울 때가 많다. 그래서 내가 구입한 책들을 엄마께 드렸다.” (#a:239)

문학치료 참여 과정에서 자신을 처음으로 되돌아보며, 자신의 상처를 발견하고 치유하고자 하였다. 이러한 과정을 통해 가족과 친구들에게 배려하고자 하는 마음이 생긴 것을 볼 수 있다(박해량, 2015).

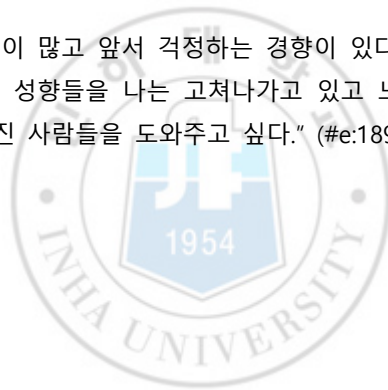
“그동안 나는 문제없이 자랐다고 생각되지만 알게 모르게 가족과 친구들에게 피해를 주었을지도 몰라. 지금이라도 잘 생각해서 주변 사람들에게 잘 대해보자..” (#d:237)

이연옥(2019)의 연구에서는 자신의 생각을 표현하고, 타자와 함께 진정한 공감을 경험하는 것으로 타자를 이해하고, 배려하는 긍정적인 대인관계 형성을 하고자 함을 발견하였다. 또한 전보라(2020)의 연구에서는 문학치료 참여 과정에서 자신이 사랑하는 사람들에게 무엇을 해줄 수 있는지 탐색하여 타자지향적인 삶을 추구하게 되는 것을 볼 수 있다.

“책에서 타인의 소리에 귀를 기울이고 들어주는 것에 대해 강조하고 있다. 상대에 대해 판단하는 것이 아니라 상대를 있는 그대로 바라봐주면서 그저 잘 들어주는 것이 중요하다는 것을 깨달았다.” (#g:573)

“단 한명이라도 누군가가 나의 뒤에 있다면 나는 다시 일어날 수 있다. 그리고 나 또한 다른 사람들에게 그런 사람이 되고 싶다.” (#e:185~186)

“내가 가진 성향은 생각이 많고 앞서 걱정하는 경향이 있다 그리고 잠이 많고 귀찮아 하는 것도 많다. 이러한 성향들을 나는 고쳐나가고 있고 노력하고 있다. 그래서 나는 나와 비슷한 성향을 가진 사람들을 도와주고 싶다.” (#e:189)



4. 종합적 해석

본 연구결과에서는 문학치료에 참여한 대학생의 자아정체감 변화 경험에 관한 질적 메타분석을 수행하였으며, Schutz(1962)의 분석틀을 바탕으로 1차 기술적 주제(descriptive theme), 2차 종합적 주제(synthetic theme)로 분류하여 분석틀을 마련하고 해석하였다. 본 연구 결과에서는 기술적 주제는 16개, 종합적 주제는 6개로 도출되었으며, 기술적 주제와 종합적 주제를 바탕으로 Schutz(1962)의 3차 개념(third-order construct)에 해당되는 종합적 해석을 도출하였다.

기술적 주제와 종합적 주제를 종합한 동일시에 대한 종합적 해석은 다음과 같다.

첫째, 동일시에서 작품 서사를 통해 대학생들은 개인적 어려움의 발견하였으며, 개인적 어려움은 주로 자신도 알지 못했던 부정정서를 가지고 있는 내면을 자각하는 것으로 나타났다. 대학생들은 동일시 과정에서 ‘나도 몰랐던’, ‘내가 낯설게 느껴지고’, ‘내가 왜 우울한지 몰랐었는데’ 라고 표현하며, 자신도 자각하지 못했던 내면의 부정정서를 자각하여 진정한 자신을 마주하는 과정을 경험하였다. 개인적 어려움의 발견은 심리·정서적 어려움의 발견이라 볼 수 있으며, 이는 억압되어 있던 마음의 상처나 고통을 새롭게 발견하는 것이다(김수경, 2008). 부정정서를 발견하게 되면서 이에 대한 원인을 탐색하였는데, 그 원인으로는 자기 자신에 대한 낮은 자존감, 자기에 대한 부정적 인식이 발견되었다. 즉, 대학생들은 과도한 경쟁 구조 속에서 부족한 부분이 있는 자기 자신에 대한 질책 혹은 가족과 사회의 기준에 부합하지 못하여 생기는 좌절감으로 인해 자기 자신을 인정하거나 사랑하지 않는 것을 유추해볼 수 있다. 때문에 겉으로는 경쟁 속에서 열정적이고, 자신감 있고, 도전하는 것처럼 보일 수 있으나 내면에는 해낼 수 없을 것이란 불안, 소진, 우울, 스트레스 등 부정정서가 자리 잡고 있는 것을 본 연구를 통해 탐색하였다.

둘째, 동일시에서 작품 서사를 통한 대학생들의 사회적 어려움으로는 타자와의 관계에서 오는 어려움으로 크게 부모와 사회적 기준, 또래와의 관계를 언급하였다. Marcia(1991)는 ‘자아정체감 유실’ 단계란, 대학생들은 자신의 역할을 타자의 기대와 가치에 부합하고자 수용하는 수동적인 태도를 보이는 것으로 정의하였다. 대학생들은 부모와 사회적 기준에 따라 수동적으로 자신의 삶을 설계하였

기 때문에 미래에 대한 불안감과 무기력함을 호소하며, 사회 안에서 보호받고 있다는 생각을 가지지 못한 것으로 나타났다. 이 뿐만 아니라 부모와 사회의 기준에 충족시키지 못하는 부족한 나, 스스로를 사랑하지 못하는 부정정서가 내면에 자리 잡고 있기 때문에 진정으로 또래와도 친밀한 관계를 맺기 어려워하는 것으로 나타났다. 이는 사랑받지 못함에 대한 두려움으로 타자에 대한 반응에 민감하게 반응하는 타인 잉여시각이 있는 것으로 보인다. 때문에 대학생들이 타자와 진정한 관계를 맺기 위해서는 타자를 이해하고 수용하는 것 보다 자기 자신을 먼저 이해하고 수용됨이 선행되어야 함을 본 연구를 통해 알 수 있다.

기술적 주제와 종합적 주제를 종합한 카타르시스에 대한 종합적 해석은 다음과 같다.

첫째, 개인적 어려움 치료의 과정으로 나의 내면의 어려움을 표현하고 난 뒤 느껴지는 해방감과 안정감을 통해 심리·정서적 측면에서의 치료가 있었다. 대학생들은 문학치료 동일시 과정에서 자기 자신을 인정하지 않으며 사랑하지 않는 것으로 자신의 부정적 내면을 발견하였고, 이러한 발견을 글읽기, 글쓰기, 그림 그리기, 이야기하기 등으로 내면의 감정을 표출하였다. 내면의 감정 표현으로는 ‘꾸며지지 않은 나’, ‘진짜 원하는 것을 고민하고’, ‘나의 욕구를 파악하고’ 등으로 말하며, 부모나 사회적 기준이 원하는 자기 자신이 아닌, 진정 내가 원하는 것에 초점을 맞추는 것을 볼 수 있다.

둘째, 사회적 어려움 치료 과정으로는 함께 참여하고 있는 대학생들의 지지와 공감으로 나 스스로가 타자에게 있는 그대로 받아들여지고, 또한 나도 타자를 있는 그대로 받아들이는 과정을 통해 치료의 효과가 있는 것으로 나타났다. 이는 Rogers(2007)가 말하는 진정한 공감의 단계로 누군가가 나를 좋아해 주고, 칭찬하고, 소중하게 여겨 주는 것을 받아들이며 그대로 느낄 수 있도록 자신에게 허용해 줄 때 심리적 충족감을 느끼는 것과도 같다. 뿐만 아니라 공감 경험을 통해 나만의 문제가 아니라는 것을 알게 되면서 심리적 위안을 얻을 수 있다.

즉, 문학치료에서 카타르시스에서 치료과정은 단순히 글읽기, 글쓰기, 그림 그리기, 이야기하기 등과 같은 과정이 치료를 돕는 것이 아닌, 그러한 과정을 통

해 내면의 부정정서와 문제점들을 표현하면서 느껴지는 해방감, 안정감이 있었던 것으로 탐색되었다. 그러한 자신의 부정정서에 대한 감정과 생각을 타자와 함께 공유하면서 진정으로 공감받고 있다고 느낄 때, 자신도 타자를 진정으로 공감해줄 때 비로소 나만의 문제가 아닌 모두의 문제로 받아들이고, 타자와 진정한 친밀감을 형성하게 되며 내면에 자리 잡은 문제점들을 치료받는 과정을 볼 수 있었다.

기술적 주제와 종합적 주제를 종합한 통찰에 대한 종합적 해석은 다음과 같다.

첫째, 개인적 어려움의 변화과정 탐색을 통해서 나타난 긍정적 변화 요소로는 스스로 참 자아 발견과 함께, 자신의 부족한 부분에 관하여 자기 객관화를 통해 스스로를 이해하고 수용하는 것을 볼 수 있었다. 또한, 자기성찰을 통해 자신의 문제를 타인의 시각이나 사회의 기준에 비교하지 않고, 자신만의 시각으로 바라보며 비판적 반성과 성찰하는 시간을 가졌다. 이러한 과정을 통해 궁극적으로 자신의 삶에서 주체가 되어 보다 독립적이고 건강한 자아정체감을 형성하게 되면서 Marcia(1991)의 자아정체감 성취 단계에 도달하는 것을 탐색하였다. 즉, 개인적 어려움의 변화과정 탐색 속에서는 자기성찰의 맥락을 가지고 있다고 볼 수 있다.

둘째, 사회적 어려움의 변화과정 탐색을 통해서 나타난 긍정적 변화 요소로는 나에 대한 이해와 수용 단계 다음으로 타자와 타문화에 대한 이해와 인정이 있었음을 탐색하였다. 대부분 대학생들은 인간관계에서 겪는 어려움과 고충을 ‘나와 같은 사람’, ‘틀린 것이 아니라 다른 것’ 이라 표현하며, 나 혹은 타자를 이질적으로 바라보지 않게 되는 것을 발견하였다. 이러한 다문화 역량은 다문화 감수성의 발달로 해석 가능하다. 또한 대학생들은 진로탐색과 더불어, 전반적인 삶의 방향성을 재설정하는 것에 대해 고민하였다. 대학생들은 대부분 부모나 사회의 기준에 부합하여 진로를 설정한 경우가 많기 때문에 참 자아 발견과 함께 앞으로 어떻게 삶을 살아나가야 하는지에 대해 삶의 주체가 되어 재탐색하는 과정을 거쳤다. 문학치료 참여 경험을 통해 단기간에 뚜렷한 목표나 계획이 세워질 수는 없으나 대부분 대학생들은 자신에게 주어진 일상을 주체가 되어 살아가고자 다짐하였으며, 타자를 도울 수 있는 방향으로 진로를 설정하고자 했다. 이러한 변화는 자신의 만족만을 위해 살아가는 것이 아닌 타자지향적

인 삶을 추구하고 있는 것으로 해석되었다. 이러한 나와 타자에 대한 이해와 수용은 타자지향적인 삶을 추구하는 모습으로 타자와 고립되지 않고 진정한 친밀감을 형성할 수 있는 계기가 될 것으로 기대된다.

전체 연구결과의 종합적 해석을 통해 도출한 결과 다음과 같은 시사점을 가진다.

첫째, 대학생들에게 문학치료는 건강한 자아정체감 변화과정에 긍정적 요소로 작용하는 것을 시사된다. McAdams(1985)는 정체감 형성은 곧 삶의 이야기라고 하였으며, 문학치료 또한 나와 타자의 삶의 이야기를 바탕으로 한 서사가 기본구조라 볼 수 있다. 무엇보다 문학치료는 수동적인 글읽기 작업, 능동적인 글쓰기 작업, 서사를 바탕으로 타 예술심리치료 방법을 융합한 다양한 인문융합치료 등 정체감 형성에서의 서사의 맥락에서 다각적 치료가 가능하다. 때문에, 자기 성찰과 공감이 중요한 대학생의 다각적 상황에 따라 다양한 치료적 기법이 가능한 문학치료적 서사는 타 예술심리치료보다 비임상군 대학생들의 사전예방적 치료에 도움이 될 것으로 사료된다.

둘째, 문학치료에서 자기 성찰의 과정을 통해 건강하게 형성된 자아정체감은 나를 포함한 타자의 개개인의 독특한 정체감을 확인하고, 나와 타자의 다양성이 존중되는 것을 탐색할 수 있었다. 문학치료에서 가장 먼저 되어야 하는 것은 자기에 대한 이해이다. 또한, 다문화적 관점에서도 나와 타자의 차이를 이해하기 위해서는 타자에 대한 이해가 선행되어야 한다고 보았다. 나를 가장 먼저 이해하고 수용해야 만이 타자와 나의 공통점과 차이점을 고려할 수 있게 때문이다. 즉, 자기성찰은 타자와 이해하고 소통하며 존중하기 위한 근간이 될 것이며, 타자에 대한 이해와 소통은 스스로 자신의 정체감을 재구성하고 자신에 대한 이해를 확장하고(이재경 외, 2010), 대학생의 자아정체감을 위해서는 문학치료의 자기성찰적 맥락이 필요함을 확인하였다.

셋째, 문학치료는 다문화역량 강화 및 다문화 감수성을 발달시키는 것을 탐색하였으며, 이러한 다문화적 맥락은 사회적 자아정체감 형성에 가장 필요한 자질임을 본 연구를 통해 확인하였다. 다문화 역량이란 나와 타자의 정체감에 대해 사회적 조건들을 성찰하고, 다른 문화적 정체감을 가진 타자들과 소통할 수 있는 능력,

상호문화적 행위 능력이라 볼 수 있다(김영순, 2010). 다문화 역량 개발을 위해서는 다문화 감수성 함양이 필요하다. 나와 타자의 차이로 인해 생겨나는 차별과 배제를 인식할 수 있는 감수성, 나와 타자가 분리된 존재가 아니라 사회적 맥락 속에서 공존할 수밖에 없다는 인식 등을 포함한 다문화 감수성의 함양 및 실천을 위해 상담, 프로그램 기획 등과 같은 구체적인 전략이 마련되어야 한다(이재경 외, 2010). 즉, 다문화 감수성을 형성하기 위해서는 자아존중감, 자기조절, 개방성, 공감능력, 상호작용참여, 무편견이 필요하다(Chen, 1997). 김정용(2017)은 문학은 나와 타자에 대해 이해하고 공감을 지향한다는 점에서 다문화 본질을 가지기에 타자를 보다 존중하는 태도를 지니게 한다고 보았다. 타자 존중은 다른 시각의 수용과 자신의 시각을 확대시켜 자기 성찰이 일어나면서 자신의 자아정체감을 더욱 풍요롭고 안정적으로 형성하게 한다고 하였다. 즉, 문학치료에서 다문화적 맥락은 대학생의 사회적 자아정체감 형성에 매우 필요한 자질이기에 때문에 향후에도 다문화적 맥락을 고려한 문학치료 및 인문융합치료 모형이 개발되어야 할 것이다.

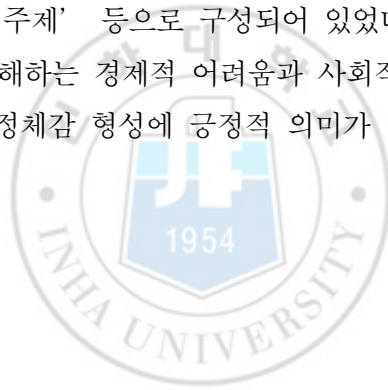
질적 메타분석은 유사한 주제들이 개별로 존재하는 질적 연구물들의 한계점을 보완할 수 있는 연구방법론이다(Sandelowski & Barraso, 2007). 때문에 유사한 주제를 연구한 개별 질적 연구물들을 질적 메타분석으로 분석하는 것은 보다 깊이 있는 연구로 확장된 해석, 새로운 이해를 제시할 수 있다(Sandelowski & Emden, 1997; Walsh & Downe, 2005). 따라서 본 질적 메타분석을 수행하면서 개별 질적 연구물들에 대한 한계점을 기술하여 향후 과제로 남기고자 한다.

첫째, 질적 메타분석을 수행한 8편의 최종 질적 연구물들의 CASP(2014)의 논문 질 평정 결과, ‘윤리적 문제가 고려되었는가?’ 문항에서 1편을 제외한 7편의 질적 연구물 모두 연구자가 연구 참여자에게 윤리적 기준 유지(비밀보장 등)에 대해 충분한 설명하였으나 IRB(Institutional Review Board, 「생명윤리 및 안전에 관한 법률」) 승인을 받지 않은 것으로 나타났다. 국내에서 아직 아직 IRB 승인 여부가 의무화 되어 있지 않기 때문에 대학생 대상 문학치료 경험을 다루는 질적연구에서 IRB 승인을 받지 않고도 분석이 가능하나 향후 문학치료의 자기표현, 자기 노출 등 자기성찰적 맥락상 질적연구를 수행할 때, 윤리적 문제를 고

려하여 IRB 승인이 필요할 것으로 사료된다.

둘째, 8편의 질적 연구물들은 대학생 대상 문학치료 프로그램 개발 시, 개발 연구 및 문학작품 선정에 대한 구체적 개발 근거 및 선정 근거에 대한 설명이 다소 미흡하였다. 대학생 특징을 고려하여 세대별 특징, 사회적 맥락에 관한 충분한 문헌연구 및 사전조사가 실시되면 프로그램 개발과 문학작품 선정 시 대학생의 긍정적 치료적 효과에 도움이 될 것이다.

셋째, 현시점 대학생들은 소득, 자산, 교육, 고용, 주거, 가족 관계, 자살 등 다양한 경제적 어려움과 사회적 불평등을 마주하고 있다(김승연 외, 2021). 이러한 사회의 구조는 대학생의 건강한 자아정체감 형성을 저해하는 부정적인 요인으로 보이나, 본 8편의 질적 연구물들에서는 이러한 내용이 구체적으로 다루어지지 않았으며, 프로그램 회기별 주제는 공통으로 ‘나는 누구인가’, ‘자기 이해’, ‘가족에 대한 주제’, ‘학교생활에 대한 주제’ 등으로 구성되어 있었다. 여기서 더 나아가 대학생의 자아정체감 형성을 저해하는 경제적 어려움과 사회적 문제가 심층적으로 다루어질 때, 더욱 대학생 자아정체감 형성에 긍정적 의미가 있는 연구가 될 것으로 기대된다.



V. 결론

1. 요약

I장에서는 문학치료 참여 경험이 대학생들의 자아정체감 형성에 어떤 의미가 있는지를 탐색하여 연구의 목적, 필요성에 대해 기술하였으며, II장에서는 대학생의 자아정체감과 문학치료에 대한 이론적 논의와 연구 분석틀을 제시하였다.

현재 대학생들은 과도한 경쟁 구조로 자아정체감 형성이 제대로 이루어지지 못하는 상황에 처해있다. 이를 Macia(1991)는 대학생은 개인적, 사회적으로 급변하는 시기로서 정체감 위기를 경험한다고 하였으며, 자아정체감 위기를 극복하지 못하면 개인적 어려움으로 심리적 불균형 뿐만 아니라 사회적 어려움으로 고립감을 느끼게 된다. 대학생들이 정체감 위기를 잘 극복하고 건강한 자아정체감을 형성하기 위해선 ‘타자와의 공감 경험’ 과 자기에 대한 깊은 성찰인 ‘자기 성찰’ 과정이 필요하다. 이에 Rogers(1995)는 공감의 과정을 통해서 자신의 참자아를 발견하고, 안정적인 자아정체감을 확립할 수 있다고 하였다. 다음으로 자기 성찰이란 나라는 존재에 대해 깊이 고민하는 반성적 사고를 통해서 자아정체감을 건강하게 형성하도록 돕는 것을 말한다(Dewey, 1933; 박소현, 김한별, 2012).

대학생들의 건강한 자아정체감 형성을 위해 좋은 전략 중 하나가 문학치료로 볼 수 있다. 김정용(2017)은 문학은 나와 타자에 대해 이해하고 공감을 지향한다는 점에서 다문화 본질을 가지고 있기에 타자를 보다 존중하는 태도를 지내게 한다고 보았다. 또한 정성옥(2016)은 타자의 서사로 공감하는 과정에서 다양한 내 모습과 자아정체감을 발견하는 것이며, 자기 자신을 어떻게 변화시켜야 하는지에 대한 해답도 자신 안에 있다고 보는 것으로 자기 성찰적 맥락을 가지고 있다고 보았다. 따라서 문학치료 치료적 목표는 공감과 자아성찰로 볼 수 있으며, 이는 대학생의 자아정체감 형성이 긍정적으로 변화할 수 있도록 도울 수 있다.

이에 본 연구는 지금까지 선행된 문학치료 참여 경험에 대학생들의 자아정체감 형성에 어떠한 의미가 있었는지에 대해 질적 연구물들을 질적 메타분석을 통해 연구하여 대학생의 정체감 형성에 도움을 줄 수 있는 문학치료, 인문융합치료의

프로그램 개발과 기초자료로 활용하는 데 의의가 있으며, 연구목적을 달성하기 위한 연구 문제는 다음과 같다. 첫째, ‘문학치료 참여 경험을 연구한 선행연구에서 나타난 대학생들의 자아정체감 형성과정에서 개인적 어려움과 사회적 어려움은 무엇인가?’ 둘째, ‘문학치료 참여 경험을 연구한 선행연구에서 나타난 대학생들의 자아정체감 변화과정은 어떠한가?’ 를 연구문제로 선정하였다. 이에 따라 II장에 제시한 연구 분석틀 구성은 다음 <그림 V-1>과 같다.

<그림 V-1> 연구 분석틀



III장에서는 질적 메타분석 정의와 선행연구, 연구방법을 기술하였다.

질적 메타분석을 수행한 국내·외 학자와 국내 학위논문을 선행연구한 결과, 대부분 유사한 연구 과정과 절차로 진행되는 것으로 확인하였다. 본 연구에서는 Noblit & Hare(1988) 인용, 나장함(2008)이 제시한 모형을 근거로 8단계의 연구 단계를 설계하였다. 연구 과정에서의 신뢰도와 타당도를 높이기 위해 관련 연구를 수행한 경험이 있는 질적연구자 3명을 분석팀으로 구성하였으며 질적 메타분석 전 과정에 참여하여 지속해서 논의하였다.

질적 메타분석에서의 1단계에서는 수집 대상이 되는 연구물에 대한 선정 기준, 발행 연도와 기간 설정, 질적 연구물 선정 기준을 설계하였다. 2단계에서는 국내 논문 사이트를 이용하여 선정된 키워드를 바탕으로 2021년 7월까지 관련 질적 연구물을 검색

하였다. 3단계에서는 PRISMA가 제시하는 체계적 문헌고찰 보고지침을 근거하여 연구물 확인, 연구물 선별, 연구물 선정 기준 검토, 최종 선정을 거쳐 포함과 배제의 준거를 설정하여 총 8편의 질적 연구물이 선정되었다. 다음으로 4단계에서는 CASP(2014) 문항을 통해 최종 선정된 8편의 연구물에 대한 질적 평가를 실시하였으나 이는 개별 질적 연구물에 대한 이해 증진을 목적으로 사용되었으며, 연구 질 평정 결과로 인해 선정된 연구물을 배제시키진 않았다. 5단계에서는 연구자의 해석, 연구참여자 전사록, 글쓰기자료 등 원문의 의미를 그대로 보존하는 줄 분석(line by line analysis)을 실시하여 연구 내용을 범주화하여 보다 확장적인 해석을 실시하였다. 6 단계에서는 줄분석을 바탕으로 각 개념들에 대한 개별 연구의 비유, 어구, 아이디어, 개념 등을 수합한 목록을 마련하여 제시하였다. 7단계에서는 호혜적 전환을 사용하여 Schutz(1962)의 구성개념을 활용하여 재범주화하여 기술적 주제를 도출하였다. 마지막으로 8단계에서는 전체 연구결과를 종합하여 해석하였고 보다 확장적인 해석을 시도하여 기술적 주제를 종합적 주제로 재발견하였다.

IV장의 연구결과에서는 문학치료 참여 과정에서의 대학생들의 자아정체감 변화 경험에 대한 질적 메타분석 결과를 기술하였다.

본 연구결과는 문학치료에 참여한 대학생의 자아정체감 변화 경험에 관한 질적 메타분석을 수행하였으며, Schutz(1962)는 1차 기술적 주제(descriptive theme), 2차 종합적 주제(synthetic theme)로 분류하여 분석들을 마련하고 해석하였다. 본 연구에서의 기술적 주제는 16개로 도출되었으며, 종합적 주제는 6개로 도출되었다. 동일시에서 개인적 측면에서의 기술적 주제는 ‘새로운 나를 직면’, ‘자기 부정성과 낮은 자존감’ 도출되었고, 종합적 주제로는 ‘개인적 어려움을 발견하다’로 나타났다. 또한 동일시에서 사회적 측면에서는 기술적 주제는 ‘목적 없는 삶’, ‘타자와 관계 맺음의 어려움’, ‘타자민감성’으로 도출되었으며, 종합적 주제는 ‘사회적 어려움을 발견하다’로 도출되었다. 다음으로 카타르시스에서 개인적 측면에서의 기술적 주제는 ‘심리·정서적 해방감’, ‘나를 알아가는 즐거움’으로 도출되었고, 종합적 주제로는 ‘사회적 어려움을 치료하다’로 도출되었고, 사회적 측면에서의 기술적 주제로는 ‘타자와 공감 경험’, ‘타자와 소통하는 즐거움’으로 도출되었으며, 종합적 주제로는 ‘사회적 어려움을 치료하다’로 도출되었다. 마지막 통찰에서 개인적 측면에서의 기술적 주제는 ‘참 자아 발견’,

‘자기 긍정성과 자존감, 자신감 향상’ , ‘자기성찰을 통한 깨달음’ , ‘내 삶에서 스스로가 주체가 되는 삶’ 으로 종합적 주제는 ‘개인적 어려움의 변화과정을 탐색하다’ 로 도출되었으며, 사회적 측면에서는 ‘진로탐색과 삶의 방향성 재설정’ , ‘타자와 타문화에 대한 공감과 인정’ , ‘타자지향적인 삶 추구’ 로 도출되었고, 종합적 주제로는 ‘사회적 어려움의 변화과정을 탐색하다’ 로 도출되었다. 이러한 기술적 주제와 종합적 주제를 바탕으로 새로운 해석과 개별 질적 연구물에 대한 한계점을 제시하였다.



2. 논의 및 제언

문학치료 참여 경험에서 나타난 대학생의 자아정체감 형성과정을 연구한 8편의 질적 연구물을 대상으로 대학생들의 자아정체감 형성과정에서의 개인적 어려움과 사회적 어려움, 대학생의 자아정체감 변화과정은 어떠한지를 질적 메타분석으로 연구한 주요 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 문학치료의 동일시, 카타르시스, 통찰은 대학생의 자아정체감 형성에 유의미한 것으로 나타났다. 따라서 향후 대학생 자아정체감 형성에 관한 문학치료 프로그램이 개발되고 연구되어야 할 것이다.

동일시 과정에서 개인적 어려움은 내면에 있는 부정적인 나를 발견하게 되면서 자기 부정성과 낮은 자존감을 가진 자신을 객관적으로 인식하는 과정을 통해 개인적 어려움을 발견하게 되었다. 사회적 어려움에서는 Marcia(1991)는 ‘자아정체감 유실’ 단계로 대학생들이 자신의 역할을 타자의 기대와 가치에 부합하고자 타자의 의견을 수동적으로 수용하는 태도를 보이는 것으로 정의하였는데, 대부분의 대학생들은 사회적 기준 혹은 부모님 기준에 맞춰 미래에 대한 불안한 감정을 가지고 살아가고 있는 모습으로 나타났다. 또한 대학생들은 갑자기 바뀐 생활 환경으로 고립감을 느끼며 심리·정서적 어려움을 겪고 있는 것으로 나타났다. 이러한 자신의 모습을 문학작품 속에 동일시하는 과정을 통해 인간관계의 어려움, 학교생활의 부적응 등 고립된 자신을 발견하였다.

동일시에서 자신의 개인적 어려움과 사회적 어려움을 발견했다면 카타르시스 과정에서는 발견한 어려움을 글쓰기, 그림 그리기, 이야기 등과 같이 다양한 활동을 통해 감정을 표출하고 타자와 소통하는 과정을 통해, 심리·정서적 해방감을 경험하여 평온, 성취, 통쾌 등과 같은 감정을 경험하였으며 자신을 알아가는 즐거움을 느끼기도 하였다. 또한 타자와 진정한 공감 경험을 통해 자아정체감 형성과 더불어 치료적 효과가 있었음을 탐색하였다. 이러한 과정을 통해 자신을 있는 그대로 수용해주는 참여자들에게 심리적 충족감을 느끼며 타자와 소통하는 즐거움을 깨달았다. 따라서 카타르시스 경험은 개인적 어려움과 사회적 어려움을 해소하여 긍정적 자아정체감을 형성하는 데 도움을 줄 것이다.

통찰의 단계에서는 개인적 어려움과 사회적 어려움을 발견하고 표출하면서 자

신의 문제점과 부정정서를 성찰하며 내면의 상처를 극복하고 자신의 삶을 주체적이고 독립적으로 살아가고자 하였다. 통찰의 단계에서 개인적 어려움을 해결하는 것으로 자신의 참 자아를 발견하면서 자기 긍정성과 자존감, 자신감 향상으로 건강한 자아정체감을 형성하였으며, 더 나아가 진로 탐색 및 삶의 방향성 재설정을 통해 건강한 사회적 자아정체감을 형성해 나가는 것을 확인하였다.

둘째, 대학생들은 문학치료 참여 과정에서 자기성찰 경험을 통해 건강한 자아정체감을 형성할 수 있음을 확인하였다. 자기성찰 경험은 참 자아 발견을 통해 자신을 객관적으로 인식하여 자신의 문제에 대해 비판적 반성 혹은 비판적 성찰로 자신을 다각적인 시각에서 바라보고 반성하게 한다(박소연, 김한별, 2012). 즉, 문학치료에서의 자기성찰적 맥락은 발달 과정상에 있는 대학생들이 자신의 고통에서 벗어나 삶을 주체적으로 살아갈 수 있게 돕는 역할을 한다(서기자, 2012). 자신이 주체가 되는 삶을 통해 새롭게 인식된 자아정체감을 나의 일상 안에 내재화하기 위해 시도하고 노력하게 되는 것을 탐색하였다(박소연, 김한별, 2012). 따라서 대학생들의 자기성찰 과정은 자기 성장의 기회이자 출발점으로 안정적이고 건강한 자아정체감을 형성해나가는 데 도움을 줄 것이다.

셋째, 대학생들은 문학치료 과정에서 공감 경험을 통해 건강한 자아정체감을 형성할 수 있음을 확인하였다. 김정용(2017)은 문학치료 참여 과정에서 타자와 소통하고 스스로 공감을 실천하는 것은 자신의 삶에 대한 이해로 확장된다고 보았다. 자신의 참 자아를 이해받고 인정받는 경험은 본질적으로 Rogers(1995)가 말하는 공감 경험을 통해 개개인의 독특성을 인정하면서도 타자를 배려하고 헌신하는 공존하는 사회를 추구하게 되는 것이다. 또한 자신을 있는 그대로 수용받은 경험은 자신 또한 타자를 있는 그대로 수용하고 이해를 실천하기 때문에 다문화 감수성을 발달시킨다. 다문화 감수성은 타자와의 의사소통, 공감을 위해서는 꼭 필요한 요소이기 때문에(Chen & Starosta, 2000) 문학치료에서의 공감 경험은 다문화 감수성을 발달시키고 보다 안정적이고 건강한 자아정체감 형성에 도움을 줄 것이다(김명희, 2021).

본 연구의 논의를 바탕으로 앞으로의 연구에 대한 제언을 하고자 한다.

첫째, 대학생의 건강한 자아정체감 형성을 위한 문학치료 프로그램 개발과 기초 연구가 이루어질 필요가 있다. Macia(1991)는 대학생은 개인적, 사회적으로 급변하는 시기로서 정체감 위기를 경험한다고 하였다. 여기서 정체감 위기란 병리적 현상이 아닌 ‘내가 누구인지’, ‘어떻게 살아야 하는지’에 대한 가치관, 인간관계, 진로 선택 등과 같은 고민과 갈등을 말한다. 특히 한국의 대학생들은 과도한 경쟁 구조 속에서 자아정체감을 건강하게 형성하게 매우 어렵고, 타자와 진정한 친밀감 형성을 저해한다. 이는 김난도(2021)가 말한 ‘나노사회’로 공동체적 유대감을 형성하지 못하고 개인이 흩어져 생활되는 고립과 같은 것이다. 전보라(2020)의 연구에서도 대학생은 탈진 상태에 빠진 자신의 모습을 동일시하는 것을 볼 수 있었으며, 자신이 처한 상황에서 불안하고 혼란스러운 상태에 놓여있음을 파악하여 대학생이 겪는 정체감 위기를 잘 극복해나갈 수 있도록 사전예방적 치료 프로그램이 필요하다고 제안하였다. 이에 문학치료에서 나와 타자의 서사로 상호작용하는 경험은 참 자아 발견으로 인한 자기 이해, 타자의 이해와 수용에서 더 나아가 타자지향적인 삶을 추구하게 하는 발판이 될 수 있다. 때문에 문학치료의 치료적 맥락은 비임상군에 해당하는 대학생들에게 자아정체감 위기 경험에 도움을 주어 사전예방적 치료로 도움을 주는 것으로 사료된다.

둘째, 대학생의 건강한 자아정체감 형성을 위한 인문융합치료 모형이 개발될 필요가 있다. 문학치료는 서사가 기본단위이기 때문에 타 분야의 예술치료와의 융합에 적합하다고 볼 수 있다(김영순, 오영섭, 2020). 이에 박해랑(2015)의 연구에서는 문학치료에서 글쓰기치료의 과정에 대한 한계점으로 글을 써야 한다는 부담감을 제시하였으며 대부분 참여자들은 글을 잘 써야 한다는 부담감과 두려움을 가지고 있는 것으로 나타나 문학치료의 한계를 설명하였다. 또한 정성옥, 김성범(2015)의 연구에서는 문학치료적 글쓰기와 인터뷰를 함께 진행하는 것에 대한 효과성을 제시하였다. 글쓰기를 통해 표현한 자신을 이야기하는 과정에서 위로, 공감의 작용을 하는 것을 볼 수 있었으며, 인터뷰는 이야기치료와도 같은 맥락을 가지고 있음을 시사한다. 김진선, 김영순(2021) 연구에서는 다양

한 인문융합치료 기법이 청소년의 개인적 발달과 사회적 발달에 긍정적 영향을 줄 것으로 보았다. 이에 서사가 기본단위인 문학치료를 바탕으로 대학생이 처한 다양한 상황과 어려움을 고려하여 각 예술치료에서의 장점을 적용한 인문융합치료 모형이 개발된다면 보다 대학생의 건강한 자아정체감 형성에 도움이 될 것이다(김명희, 2021).

셋째, 대학생의 건강한 자아정체감 형성을 위한 다문화적 본질을 다룬 치료 프로그램이 개발되어야 할 필요가 있다. 현재 대학생 대상 자아정체감을 다룬 문학치료에 관한 연구는 대학생 대상으로 한정되어 있다. 문학치료는 서사를 기본 구조로 동일시, 카타르시스, 통찰을 경험하면서 자기 성찰과 타자와 공감을 통해 타자에 대한 깊은 이해를 가능하게 하기에(김춘경 외, 2006), 또래와의 이해와 공감 외에도 타 세대, 타 문화 간의 이해와 수용, 공감이 가능하다. 이에 이연옥(2019)의 연구에서는 문학치료가 대학생의 자아정체감 형성에 도움을 주는 것은 물론, 대인관계 형성에도 도움을 주는 것으로 나타나 친구 뿐만 아니라 가족 구성원까지도 이해와 수용이 확대되었음을 기술하였다. 또한 김수경(2008)의 연구에서는 문학치료에 참여한 대학생은 동일시, 카타르시스, 통찰로 인해 내면을 성찰하는 데 도움이 되는 것을 확인하였으며, 타자의 문화에 대한 왜곡과 편견이 있음을 발견하여 이를 다룬 매체에 대한 포함의 중요성을 제시하였다. 때문에 다문화 감수성 및 다문화적 본질은 공존하는 사회로 타 세대와 타 문화와 연대하고, 소통하도록 하는 발판이 될 것이다. 즉, 다문화적 맥락을 다룬 치료 프로그램은 대학생의 건강한 개인적, 사회적 자아정체감 형성에 도움을 주며, 궁극적으로 성년기에는 타자와 진정한 친밀감을 형성하여 개인이 고립되지 않고 행복한 삶을 살아가는 데 기초가 될 것이다.

참고문헌

- 국민준(2020). 체육교사의 운동부 운영 경험에 관한 질적 메타분석, 한국교원대학교 대학원, 석사학위논문.
- 권성혜(2015). 대학생의 감정해소를 위한 통합적 문학치료 집단 프로그램 효과 연구, 청소년행동연구, 20, 53-79.
- 권은경(2017). 대학생의 자아정체감과 대학생활 적응과의 관계, 한국디지털정책학회, 15(5), 189-195.
- 김난도 · 이준영 · 이향은(2021). 트렌드 코리아 2022, 미래의창.
- 김동기(2011). Marcia의 청소년 자아정체성 발달 모형에 따른 가톨릭 청년의 종교적 자아정체성과 종교성 관계 연구, 종교교육학연구, 37, 89-109.
- 김명희(2021). 문학치료 참여 대학생의 정체성에 관한 질적 메타분석: 공감 경험을 중심으로, 문화교류와 다문화교육 10(6), 537-561.
- 김수경(2008). 대학생을 위한 독서치료의 적용과 평가, 한국도서관정보학회지, 39(3), 213-245.
- 김상욱(2010). 다문화시대, 동화의 서사, 아동청소년문학연구, 6.
- 김수연(2019). 대학생의 정체성 혼미와 우울과의 관계에서 긍정적 자아인지와 부정적 자아인지의 매개 효과, 학습자중심교과교육연구, 19(2), 463-482.
- 김수영 · 박지은 · 서현주 · 서혜선 · 손희정 · 신채민 · 이윤지 · 장보형 · 허대석(2011). NECA 체계적 문헌고찰 매뉴얼, NECA 연구방법 시리즈, 8, 1-287.
- 김승연 · 박민진(2021). 장벽사회, 청년 불평등의 특성과 과제, 정책리포트, 1-21.
- 김영순(2010). 다문화사회와 시민교육: '다문화 역량' 을 중심으로, 시민인문학, 18, 33-59.
- 김영순 · 김진희 · 강진숙 · 정경희 · 정소민 · 조진경 · 조현영 · 최승은 · 정지현 · 오세경 · 김창아 · 김민규 · 김기화 · 임한나(2018). 『질적연구의 즐거움』, 서울: 창지사.

- 김영순·오영섭(2020). 내러티브 활용 인문융합치료 교수모형 적용에 관한 질적 사례연구, 한국교육문제교육, 38(1), 107-130.
- 김영화·김계현(2011). 자아정체감 지위에 따른 대학생의 진로결정문제, 진로준비행동의 차이: 자아정체감 성취와 조기완료의 비교를 중심으로, 8(6), 695-704.
- 김진선·김영순(2021). 청소년 대상 인문융합치료 프로그램 연구 동향 분석, 인문과학연구, 42, 145-148.
- 김진숙(2015). 발달장애자녀 어머니의 양육경험: 질적 메타종합연구. 한국심리학회지. 27(2), 463-490.
- 김정용(2017). 『아동 청소년 문학과 상호문화교육』, 서울대학교출판문화원.
- 김춘경·변학수·채연숙(2006). 통합적 문학치료 프로그램이 대학생의 우울과 생활스트레스 감소에 미치는 영향, 정서·행동장애연구, 22(1), 103-125.
- 김혜영(2020). 중장년의 진로전환과정 경험에 대한 질적 메타분석, 한국상담대학교 대학원, 석사학위논문.
- 나동광(2009). 『문학치료』, 형설출판사.
- 나장함(2008). 장애인의 직업 경험에 관한 질적 메타분석: 질적 메타분석의 적용과 이슈를 중심으로, 장애와 고용, 18(2), 135-158.
- 문현영(2011). 대학의 교양강좌를 이용한 미술치료프로그램이 대학생의 자아정체감에 미치는 영향, 한국예술치료학회지, 1, 33-34.
- 민영은(2019). 유아교육기관에서의 영유아 인권에 대한 질적 메타분석, 경북대학교 대학원, 석사학위논문.
- 박소연·김한별(2012). 대학생의 저널쓰기를 통한 자아성찰 과정에서의 자아정체감 형성 경험 분석, 교양교육연구, 6(1), 153-178.
- 박아청(2005). 한국대학생의 가정과 학교생활적응이 개체화와 자아정체감 형성에 미치는 영향분석, 한국교육심리학회, 19(2), 519-542.
- 박종환(2008). 대학생의 정체성에 관한 현상학적 연구, 백석대학교 기독교전문대학원, 박사학위논문.
- 박주은·양윤정·장은주·조은상(2020). 대학신입생 대학생활적응을 위한 자아

- 정체감 향상 문학치료 프로그램 기초 연구, 고전문학과 교육, 45, 149-190.
- 박해량(2015). 대학생을 통한 글쓰기의 치료적 효과 연구, 문화와 융합, 37(2), 215-256.
- 배영의(2017). 문학치료에서 글쓰기 텍스트의 해석학적 이해와 적용, 경북대학교 대학원, 박사학위논문.
- 백현기·강경숙·노정은(2015). 대학생의 자아정체감과 사회적 지지에 대한 마음건강의 매개효과 연구, 학습자중심교과교육학회, 15(5), 459-482.
- 변학수(2006). 『통합적 문학치료』, 학지사.
- 보건복지부(2020), 『자살예방백서』, 발간번호 11-1352000-001635-10.
- 서기자(2012). 대학생의 자아존중감 향상을 위한 독서 치료적 적용, 문학치료 연구 25, 75-101.
- 서은영(2015). 이혼가정 자녀의 적응경험에 관한 질적 메타종합연구, 경북대학교 대학원, 석사학위논문.
- 손정표(2003). 『신독서지도 방법론』, 서울: 태일사.
- 손정희(2020). 글쓰기문학치료가 대학생의 불안과 자아정체감에 미치는 영향, 나사렛대학교 재활복지대학원, 석사학위논문.
- 송명희·오영이(2013). 시쓰기를 통한 문학치료 사례연구: 대학생 집단을 대상으로, 한국언어문학교육학회, 28, 121-154.
- 안선희·김향숙(2016). 색채심리를 활용한 집단미술치료가 대학생의 자아정체감과 정서지능에 미치는 영향, 한국미술학회, 23(1), 243-265.
- 이동희(2016). 독서치료와 문학치료 통합 프로그램 개발 연구: 한부모 가정 아동을 대상으로 한 실험 연구, 건국대학교 대학원, 박사학위논문.
- 이봉희(2014). 문학치료에서 활용되는 글쓰기의 치유적 힘에 대한 고찰과 문학치료사례, 한국교양교육학회, 8(1), 281-310.
- 이송이(2014). 대학생의 자아정체감이 합리적 진로의사결정 및 진로성숙도에 미치는 영향, 16(1), 청소년복지연구, 16(1), 109-128.
- 이연옥(2019). 독서치료가 대학생의 역량에 미치는 영향, 한국도서관·정보학회지, 50(4), 561-580.

- 이윤정 · 장현정 (2019). 대학신입생들의 자아정체감, 지각된 스트레스, 정서표현양가성이 대학생활적응에 미치는 영향, 학습자중심교과교육연구, 19(23), 703-714.
- 이은봉 (2019). 미술치료사의 역전이에 관한 질적 메타분석, 대전대학교 대학원, 박사학위논문.
- 이정숙 · 조인주 (2018). 대학생 자살생각 영향요인: 자아정체감과 우울을 매개효과를 중심으로, 호남대학교 인문사회과학연구소, 58, 45-76.
- 이재경 · 박언주 · 김효정 · 조영주 · 우춘희 (2010). 『대학생 다문화 감수성 함양 교육모듈 개발 연구』, 문화체육관광부, 발간번호 11-1371000-000270-01.
- 우진영 (2015). 장애인의 형제자매가 겪는 경험에 관한 질적 메타종합 연구, 경북대학교 교육대학원, 석사학위논문.
- 우한용 (2000). 지식정보화시대의 독서, 독서연구, 5, 21-22.
- 전보라 (2020). 동화를 활용한 대학생 독서치료의 경험적 사유와 의미 분석: ‘꽃들에게 희망을’ 작품을 중심으로, 교육문화연구, 26(3), 491-514.
- 장혜라 (2015). 성인들의 자서전적 기억을 통한 심리사회적 발달: 서술적 정체성과 적용, 서강대학교 대학원, 석사학위논문.
- 정성옥 · 김성범 (2015). 문학치료적 글쓰기와 인터뷰를 통한 대학생의 자아정체성 형성에 관한 내러티브 연구, 특수교육재활과학연구, 54(4), 175-203.
- 정성옥 (2016). 문학치료적 글쓰기와 관계적 자아정체성의 내러티브 연구, 경북대학교 대학원, 박사학위논문.
- 정성옥 · 채연숙 (2018). 새로운 가능성으로서의 서술정체성: 대학생의 문학치료적 글쓰기 텍스트를 중심으로, 예술인문사회융합멀티미디어논문지, 8(2), 615-628.
- 정순경 · 손원경 (2016). 교사의 정체성 형성요소와 형성과정에 관한 질적 메타분석, 열린부모교육연구, 8(3), 191-202.
- 정옥분 (2005). 『청년심리학』, 서울:학지사.
- 정운채 (1999). 시화에 나타난 문학의 치료적 효과와 문학치료학을 위한 전망, 청관고전문학회, 1.

- 정운채(2008). 문학치료학의 서사이론. 문학치료연구, 9, 257-258.
- 정운채(2010). 문학치료학의 서사 및 서사의 주체, 영화와문학치료, 3, 315-335.
- 정유선·박미현(2017). 대학생의 자아정체감이 진로성숙도에 미치는 영향: 진로결정 자기효능감의 매개효과, 아시아문화학술원, 8(4), 165-183.
- 조성미(2013). 정신장애인의 직업유지 경험에 관한 질적메타통합 연구, 대전대학교 대학원, 석사학위논문.
- 채연숙(2008). 통합문학치료의 한국적 수용 및 적용: 정신 병리적 사례를 통한 한국과 독일의 문화. 뷰히너와 현대문학, 36, 255-279.
- 최사랑(2018). 내러티브 관점에서 본 성인초기 여성 정체성 연구, 청소년상담연구, 26(1), 67-86.
- 최수안·김영순(2021). 한부모 이주여성의 자립경험에 관한 질적 메타분석, 여성학연구, 31(1), 7-39.
- 한미희(2019). 대학생의 자아정체감과 직업선택요인 및 취업준비활동간의 관계 연구, 중소기업융합학회, 9(8), 214-220.
- 한석호(2020). 관광객의 자전적 기억 형성과 구조에 관한 탐색적 연구: 질적 메타분석과 현상학적 방법의 적용, 경희대학교 대학원, 박사학위논문.
- 형미정(2020). 경력상당자의 전문성 발달 경험에 대한 질적 메타분석, 한국상담대학교 대학원, 석사학위논문.
- Alexandra Robbins., & Abby Wilner.(2001). Quarterlife Crisis: The Unique Challenges of Life in Your Twenties, 알렉산더 로빈스, 김난령 역(2002), 『청년 위기』, 풀빛.
- Atkins, S., Lewin, S., Smith, H., Engel, M., Fretheim, A., & Volmink, J.(2008). Conducting a meta-ethnography of qualitative literature:Lessons learnt, *BMC Medical Research Methodology*, 8, 1471-2288.
- Bates, M.J.(1989). The design of browsing and berrypicking techniques for the online search interface, *Online Review*, 13(5), 407-424.
- Bilsker, D., & Marcia, J. E.(1991) Adaptive Regression and Ego

- Identity, *Journal of Adolescence*, 14(1), 75–84.
- Chen, G. M.(1997). A review of the concept of intercultural sensitivity. Paper presented at the Biennial Convention of the Pacific and Asian Communication Association, *Honolulu, Hawaii*.
- Chen, G. M. & Starosta, W. J.(2000), The development and validation of the intercultural sensitivity scale, *Human communication*, 3, 1–15.
- Cooper, H. M.(1989). Integrating Research: A guide for literature reviews(2nd ed.). *Newbury Park, CA: Sage*.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H.(1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being, *Psychological Bulletin*, 124(2), 197–229.
- Dewey, J.(1933). How we think: A restatement of the relations of reflective thinking to the educative process(2nd ed.), *Boston: D. C. Heath*.
- Dixon-Woods, M., Cavers, D., Agarwal, S., Annandale, E., Arthur, A., Harvey, J., & Riley, R. (2006). Conducting a critical interpretive synthesis of the literature on access to healthcare by vulnerable groups. *Biomed Central Medical Research Methodology*, 6, 1–13.
- Doll, B., & Doll, C.(1997). Bibliotherapy with young people: Librarians and mental health professionals working together, *Englewood, Colorado: Libraries Unlimited*.
- Erikson, E. H.(1959). Identity and the life cycle: selected papers, *New York: International Universities Press*.
- Frankl, V. E.(1967). Psychotherapy and existentialism: Selected papers on logotherapy, *NY: Washington square press*.
- Hynes, A. M. & Hynes-Berry, M.(2012). Biblio/Poetry therapy: the interactive process: a handbook (3rd ed.). St Cloud, *MN: North Star Press*.

- McAdams, D. P.(1985). Power, intimacy, and the life story: Personological inquiries into identity. *Guilford Press*.
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., & Prisma Group.(2009). Reprint-preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement, *Physical Therapy*, 89(9), 873-880.
- Noblit, G.W. & Hare, R.D.(1997). Meta-Ethnography: Synthesizing qualitative studies, *Newbury Park, CA: Sage*.
- OECD(2021). OECD Health Statistics.
- Sandelowski, M., & Barroso J. (2003). Creating metasummaries of qualitative findings. *Nursing Research*, 52, 226-233.
- Sandelowski, M., & Barroso, J.(2007). Handbook for synthesizing qualitative research, *New York: Springer Publishing Company*.
- Sandelowski, M., & Emden, C.(1997). Qualitative Metasynthesis: Issues and Techniques, *Research in Nursing & Health*, 20(4), 365-371.
- Schutz, A.(1962). The Problem of Social Reality: Collected Papers I, *The Hague: Martinus Nijhoff*.
- Rogers. C. A.(1995). A Way of Being, 칼 로저스, 오제은 역(2007), 『사람 중심 상담』, 학지사.
- Walsh, D., & Downe, S.(2005). Meta-synthesis method for qualitative research, *A Literature review*. 50(2): 204-211.
- Zimmer, L.(2006). Qualitative Meta-synthesis: A Question of Dialoguing with Texts, *Journal of Advanced Nursing*, 53(3), 311-318.

ABSTRACT

A Qualitative Meta-analysis on the Experience of Changing Self-identity of College Students participated in Literary Therapy

A Graduate School of Inha University.

Majored in Humanities Therapy, Myounghee Kim

Advised by Prof, Youngsoon Kim

This study conducted a systematic and in-depth analysis on how participating in literatherapy played a role in shaping self-identity using qualitative meta analysis based on previous studies on changes in self-identity status in college students who have undergone literatherapy. A total of eight qualitative research studies on how college students' self-identity forms and changes with participation in literatherapy were analyzed. The study explored personal and social difficulties of the participants in the identification stage, how those difficulties are treated in the catharsis stage, and how they change in the insight stage.

For the purpose of this study, qualitative meta analysis will be used to examine qualitative research on how literatherapy forged self-identity in college students. Even though there are individual qualitative studies on how literatherapy affects college students in forming their self-identity, no qualitative meta analysis has been conducted on those studies. Therefore, it is significant to conduct qualitative meta analysis on research exploring how college students' self-identity changes with

participation in literatherapy, as this will contribute to developing models for literatherapy, which may help college students overcoming self-identity crisis and build a sound self-identity. This will also contribute to developing models for the humanities convergence therapy underpinned by literatherapy or its structure, narrative.

This study poses two research questions; a) What are college students' personal and social difficulties that previous research on participation of literatherapy discovered?; b) How did self-identity of college students change with participation in literatherapy in previous research?

To answer the two research questions a research frame was suggested and qualitative meta analysis was designed based on the qualitative meta analysis study methodology by Na Jangham(2008) and other previous literature. This qualitative meta analysis was conducted by an analysis team consisting of meta analysis qualitative researchers, who set inclusion-exclusion criteria by applying the PRISMA Flow Diagram, performed qualitative evaluation on the research studies using the CASP(2014) tool, and specifically stated data analysis methods in order to promote validity and reliability of the study. For data analysis, a framework of Schutz' s(1962) was applied to categorize cases into the descriptive theme and the synthetic theme. Later, third-order construct interpretations were suggested.

This study used the research framework introduced in Chapter 2 Theoretical Background of this study and viewed the identification stage as the discovery stage, the catharsis stage as the treatment stage, and the insight stage as the transformation stage. Also, it categorized difficulties into personal and social ones to analyze them. Conducting qualitative meta analysis on college students' literatherapy experience, sixteen descriptive and six synthetic themes were drawn.

Combining the descriptive and synthetic themes, the study produced the following new interpretations in the identification, catharsis and insight stages. First, in terms of personal difficulties, college students found negative emotions that they had not realized existing in the identification stage; in terms of social difficulties, they found it difficult to meet expectations of their parents and society and to maintain relationships with their peers. Second, in the catharsis stage, they found that treating personal difficulties lies in focusing on what they truly wanted instead of struggling to meet expectations of their parents or society, which resulted in psychological and emotional liberation and a sense of stability; in terms of social difficulties, they were able to gain a sense of psychological fulfillment and consolation. Third, in the insight stage, they were able to enter the stage for a sense of self-identity by resolving personal difficulties through self-reflection as suggested by Marcia(1991); in terms of social difficulties, they were more likely to feel a sense of community with others, therefore more understanding and accepting of others, ultimately pursuing a more other-oriented life.

Qualitative meta analysis on each of eight qualitative research studies revealed following limitations. First, even though most of the researchers of the qualitative research studies sufficiently provided explanations regarding research ethical criteria (confidentiality, etc.) of the participants they failed to acquire approval of the Institutional Review Board. Second, in developing literatherapy programs for college students, explanations on specific grounds for literary work selection, Third, the qualitative research studies failed to address a range of financial difficulties and social inequalities more specifically, despite the fact that they are undermining the formation of ego-identity of college students today.

The findings of this study include, first, the identification, catharsis and insight stages of literatherapy were significant in forming self-identity of college students; second, that college students were able to form sound personal self-identity through self-reflection by participating in literatherapy; third, that college students were able to form sound social self-identity through empathizing with others by participating in literatherapy.

Based on the above discussion, it is suggested that first, more literatherapy programs be developed and fundamental research on literatherapy be conducted; second, that research on developing humanities convergence therapy models for college students' sound self-identity be conducted; third, that research on therapy programs that address multiculturalistic aspects for college students' sound self-identity be conducted.

Erikson(1980) placed the most importance, among psychological and social developmental tasks, on self-identity formation during adolescence. College years, which fall in adolescence, are an important period for developing a stable self-identity by overcoming self-identity crisis. This forms a basis for a sound an happy life by forging a sense of closeness with others instead of isolating oneself. At a time when society becoming ever more individualized, it is required that research on developing models for humanities convergence therapy based on literatherapy or its structure, narrative, be conducted ever more to enable college students to form a sound personal and social self-identity,

Keywords: college students' self-identity, self-identity crisis, literatherapy, self-reflection, empathy with others, qualitative meta analysis