creative commons
COMMONS DEED

저작자표시 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.
- 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

- 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

dCollection

문학박사학위 논문

전입신병의 명화감상 집단미술치료 프로그램 참여경험에 관한 질적연구

A Qualitative Case Study on the Experience of Participating in the Group Art Therapy Program for Appreciating the Famous Painting of Newcomer Soldiers

2022년 8월

인하대학교 대학원

인문융합치료학과

윤 수 진

인하대학교
1954
INHA UNIVERSITY

문학박사학위 논문

전입신병의 명화감상 집단미술치료 프로그램 참여경험에 관한 질적연구

A Qualitative Case Study on the Experience of Participating in the Group Art Therapy Program for Appreciating the Famous Painting of Newcomer Soldiers

2022년 8월

지도교수 김영순

이 논문을 박사학위 논문으로 제출함.

인하대학교 대학원

인문융합치료학과

윤 수 진

인하대학교
1954
INHA UNIVERSITY

이 논문을 윤수진의 박사학위논문으로 인정함.

2022년 8월

주심 최 현 석

부심 김 영 섭

위원 박 수 정

위원 김 경 순

위원 채 경 선

인하대학교
1954
INHA UNIVERSITY

감사의 글

논문을 쓰는 동안 많은 분의 도움과 진심 어린 동행이 있었기에 지면을 빌어 감사 인사를 드립니다. 우선, 부족한 저를 질적연구라는 매력적인 세계에 입문시켜 질적연구자의 자세를 가르쳐주시고 질적연구의 깊이를 더해주신 김영순 교수님께 진심으로 감사드립니다. 교수님의 아낌없는 응원과 격려가 있었기에 힘들고 피하고 싶은 순간들에서도 끝까지 포기하지 않고 이 과정을 잘 마무리할 수 있었다는 생각이 듭니다. 또한 논문 심사 과정에서 날카로운 조언으로 논문을 발전시킬 수 있도록 이끌어주시고 연구의 큰 구조와 흐름을 넓은 눈으로 읽어낼 수 있도록 해주신 최현식 교수님, 박수정 교수님, 김경순 교수님, 채경선 교수님께도 깊은 감사를 드립니다.

본 연구의 참여자인 전입신병 여러분께 감사의 마음을 전합니다. 여러분을 만나고 함께 마음을 나눌 수 있어 행복했습니다. 여러분들의 기여로 논문이 시작되었고 완성될 수 있었습니다. 한 분 한 분의 임상 경험에서 발견된 지식과 기술뿐만 아니라 미술치료사로서 인간을 대하는 태도는 저에게 배움과 성찰의 시간이 되었습니다. 또한 저를 믿고 임상을 허락해주신 OO 부대의 이종해(중령) 대대장님과 프로그램 진행에 적극적으로 도와주신 간부 여러분께도 감사드립니다.

소중한 동료 박사과정생들께도 감사함을 표합니다. 선생님들과 함께 공부해서 힘이 되었고 어려운 과정을 즐겁게 보낼 수 있었습니다. 또한 가족의 묵묵한 응원과 지지가 있었기에 무사히 긴 여정에 마침표를 찍을 수 있었습니다. 논문 쓴다고 바빠서 전화도 자주 못 드렸지만 항상 저의 건강을 염려하고 마음 써주신 부모님께도 감사드립니다. 마지막으로, 명화감상 미술치료라는 학문을 정진하는 데 깊은 경험과 지혜를 나눠주신 정여주 교수님께 감사하다는 말을 전하고 싶습니다. 교수님의 따뜻한 피드백은 미술치료 그 자체였으며 연구자로서 미술치료의 학문적 깊이를 더하도록 이끌어주셨습니다.

그 외에 미처 말씀드리지 못한 많은 분들께 감사드리며, 끊임없이 학문을 연구하고 사랑을 실천하는 사람으로 거듭나겠습니다. 다시 한번 모든 분들께 감사의 마음을 전합니다.

국문초록

본 연구는 전입신병을 대상으로 명화감상 집단미술치료 프로그램을 적용하여 전입신병 간 공감과 지지를 기반으로 한 군 생활 조기적응을 목적으로 한다. 전입신병은 20여 년간 익숙했던 가정과 사회를 떠나 고된 훈련과 단체생활, 엄격한 위계질서를 강조하는 군대라는 새로운 환경에 적응하는 과정에서 낯섦, 불안감, 부담감 등을 경험한다. 국방부에서는 병사의 부적응문제를 해결하고자 다양한 정책을 추진하고 있으나 이는 부적응병사의 자살 예방 목적에 국한되어 잠재적 부적응자인 전입신병의 군생활적응을 돕기 위한 제도는 미흡하다. 또한 군 조직의 특수성으로 인해 전입신병 대상의 군생활적응에 관한 질적연구는 미비한 실정이다.

이에 본 연구에서는 명화감상 집단미술치료 프로그램을 구안하였고 명화감상 집단미술치료 프로그램에 참여한 전입신병의 경험의 의미를 질적사례연구 방법으로 공감의 관점에서 살펴보았다. 이를 위해 OO 부대에 자대배치 받은 지 2주~1달 반 된 전입신병 9명을 대상으로 명화감상 집단미술치료 프로그램을 주 2회, 10회기, 120분간 진행하였다.

연구참여자의 명화감상 집단미술치료 프로그램 참여경험의 의미를 살펴보면, 5개의 핵심의미, 20개의 주제가 도출되었다. ① ‘명화로 알아가는 내 마음’ 영역에는 ‘명화가 내 마음을 읽어줌’, ‘명화를 통한 뜻밖의 경험’, ‘명화를 보며 힐링이 됨’, ‘나도 표현해보고 싶어짐’ 으로, ② ‘미술작품으로 공감하는 나와 너’ 영역에는 ‘미술매체의 특이한 체험’, ‘평가가 없는 편안함’, ‘말로 표현하지 않은 감정이 드러남’, ‘마음껏 표현되는 작품으로 서로를 알아감’ 으로, ③ ‘자기개방을 통한 군생활적응의 애환’ 영역에는 ‘낯선 상황에서의 혼란스러움’, ‘잦은 근무로 심신이 피곤함’, ‘상하관계에서 오는 부담감’, ‘존중받지 못하고 정당한 대우가 없는 부당함’, ‘입대 전 일상의 그리움’ 으로, ④ ‘긍정감과 함께 동기애를 느낌’ 영역에는 ‘긍정적으로 생각하며 스스로를 위안삼음’, ‘미술활동 후 긍정적인 느낌이 듦’, ‘동기들도 나와 같은 마음임을 느낌’ 으로, ⑤ ‘미래로 향하

는 우리들의 마음’ 영역에는 ‘피드백을 통해 나의 장점을 깨달음’, ‘미래의 희망을 품음’, ‘나를 성찰하게 됨’, ‘동기들의 지지 속에 군 생활에 대한 자신감 형성’으로 나타났다.

이를 공감의 형성단계인 ①감정이입 ⇨ ②자기이해·타인이해 ⇨ ③상호존중 ⇨ ④관점전환 영역에 따라 공감의 개념인 정서적·인지적·표현적 요소로 살펴보았다. ①감정이입 영역에서는 정서적 요소가 많이 나타났고 인지적 요소는 성찰(관점변화)이 나타났다. 명화감상을 통해 정서적 공감이 가장 많이 일어나지만, 명화에 대한 선입견이 바뀌고 명화가 주는 메시지를 느끼며 관점전환이라는 인지적 공감 또한 일어남을 알 수 있다.

②자기이해·타인이해 영역에서는 표현적 요소가 많이 나타났으며, 인지적 요소는 자기/타인이해와 보편성이 나타났다. 어색했던 집단에 안정감이 생기면서 연구참여자들은 표현적 공감을 하기 시작했고 이러한 표현적 공감을 통해 자신과 다른 연구참여자들을 조금씩 이해해 나갔다. 또한 군 생활의 어려움에 관하여 자신과 유사한 경험을 가진 연구참여자들의 이야기를 들으며 자기 자신이 느꼈던 감정이 타당하다고 느끼며 안도했다.

③상호존중 영역에서 정서적 요소는 집단응집력과 희망이 나타났고, 인지적 요소는 지도(정보공유)와 대인관계 학습이, 표현적 요소는 이타심이 나타났다. 집단에서 생긴 지지적 연대는 개인들 사이에서 강한 심리적 결속력을 구성하며 이는 군 생활에 대한 희망을 품게 했다. 또한 집단응집력이 생긴 후 나타나는 지도(정보공유)는 공감으로써의 기능을 했다. 다른 연구참여자에게 정서적인 공감을 받아 심리적으로 편안해진 후에 비로소 상대가 해주는 설명이나 조언이 공감적으로 경험됨을 의미한다. 또한 지속적인 자기 탐색과 다른 사람과의 상호교류는 개인적인 사고에서 벗어나 점차 집단 내 공감을 얻는 과정으로 연결되었으며 이는 이타심으로 이어졌다.

④관점전환 영역에서 인지적 요소는 성찰, 실존적 요인이 나타났으며, 표현적 요소는 모험 시도가 나타났다. 다른 연구참여자에게 이해받는 공감 경험으로 인해 자기의 모습을 있는 그대로 이해하고 수용하며 반성적으로 성찰할 수 있게 되었다. 이는 자신의 문제를 새롭게 인식하고 문제해결에 대한 힘을

얻게 되었다. 또한 연구참여자 간 끈끈해진 동기애는 서로 의지하고 힘을 주고받으며 군 생활을 잘 헤쳐나가겠다는 모험 시도로 나타났다.

이에 따른 본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 전입신병을 대상으로 명화감상 집단미술치료프로그램을 적용한 후 일반인의 관점에서 '질적연구방법'을 수행하여 전입신병들의 구체적인 이야기를 들음으로써 전입신병이 느끼는 군 생활에 대한 어려움이나 바람 등을 심층적으로 살펴보는 계기가 되었다.

둘째, 전입신병을 대상으로 집단미술치료에 '명화감상'을 선행함으로써 삭막하고 긴장된 군 생활을 하는 연구참여자들이 명화를 통한 감정이입을 통해 정서적인 위안을 받았으며 자기표현에 자발적 동기를 유발시켜 미술활동에 안정적인 접근을 도왔다.

셋째, '미술활동'을 통해 언어로 드러나지 않는 무의식 속 자신의 감정이나 생각을 표현하면서 내면의 억압된 심리와 불안정한 감정을 완화시킬 수 있었다. 또한 '미술작품'을 통해 자신을 객관화하고 자신의 모습을 다각도로 이해하고 수용하면서 성찰하는 기회를 제공하였다.

넷째, '집단' 미술치료 프로그램을 통해 연구참여자들이 자신의 상처받고 힘들어하는 모습을 다른 연구참여자들과 공유하면서 서로 위로와 지지를 받았다. 이에 유대감/동지애, 신뢰감, 돌봄의 감정을 바탕으로 공동체의식을 함양하여 자발적인 군생활적응에 자신감을 배양하였다.

다섯째, 명화감상 집단미술치료의 치료적 관점에서 공감의 의미를 연계한 후 연구참여자들의 명화감상 집단미술치료 프로그램 경험을 공감의 형성단계별로 공감의 구성요소인 정서적, 인지적, 표현적 요소로 구분하여 살펴보아 기존의 연구와 차별성을 두었다.

여섯째, 프로그램을 진행하는 동안 지휘관과 간부들과의 긴밀한 소통을 함으로써, 군의 입장에서 병사들의 어려움에 귀를 기울이고 전입신병을 위한 군생활적응에 대한 접근방식을 새롭게 구상해볼 수 있는 기회를 제공하였다.

핵심어 : 전입신병, 명화감상, 집단미술치료, 공감, 질적사례연구

인하대학교
1954
INHA UNIVERSITY

목 차

국문초록 ····· i
목 차 ····· v
표 목차 ····· viii
그림목차 ····· x
부록목차 ····· xi

Ⅰ. 서론 ····· 1
1. 연구의 목적 및 필요성 ····· 1
2. 연구 문제 및 연구 내용 ····· 7
3. 연구 동기 ····· 9

Ⅱ. 이론적 논의 ····· 12
1. 전입신병의 군생활적응의 이해 ····· 12
1.1. 전입신병의 특성 ····· 12
1.2. 전입신병의 군생활적응에 대한 특성 ····· 19
1.3. 전입신병의 군생활적응에 대한 선행연구 ····· 24
2. 명화감상 집단미술치료 ····· 29
2.1. 명화감상의 특성 ····· 29
2.2. 집단미술치료의 특성 ····· 35
2.3. 명화감상 집단미술치료의 선행연구 ····· 40
3. 공감과 명화감상 집단미술치료 ····· 45
3.1. 공감의 이해 ····· 45
3.2. 명화감상 집단미술치료를 통한 공감 ····· 52

Ⅲ. 연구방법 ·····62
1. 연구개요 및 연구절차 ·····62
1.1. 질적사례연구 ·····62
1.2. 연구절차 ·····65
2. 연구참여자 ·····68
3. 자료수집 및 분석 ·····71
3.1. 자료수집 ·····71
3.2. 자료분석 ·····73
4. 연구윤리 ·····75

Ⅳ. 명화감상 집단미술치료 프로그램 구성 ·····78
1. 프로그램의 개요와 목표 ·····78
1.1. 프로그램의 개요 ·····78
1.2. 프로그램의 목표 및 개입전략 ·····80
2. 프로그램의 구성 ·····83
2.1. 프로그램의 구성과정 ·····83
2.2. 회기별 프로그램 진행과정 및 내용 ·····87
3. 명화감상 집단미술치료 프로그램 ·····92

Ⅴ. 명화감상 집단미술치료 프로그램 경험의 의미 ·····96
1. 명화로 알아가는 내 마음 ·····97
1.1. 명화가 내 마음을 읽어줌 ·····97
1.2. 명화를 통한 뜻밖의 경험 ·····99
1.3. 명화를 보며 힐링이 됨 ·····102
1.4. 나도 표현해보고 싶어짐 ·····103
2. 미술작품으로 공감하는 나와 너 ·····105
2.1. 미술매체의 특이한 체험 ·····105

2.2. 평가가 없는 편안함 ·····107
2.3. 말로 표현하지 않은 감정이 드러남 ·····109
2.4. 마음껏 표현되는 작품으로 서로를 알아감 ·····111
3. 자기개방을 통한 군 생활 적응의 애환 ·····114
3.1. 낯선 상황에서의 혼란스러움 ·····114
3.2. 잦은 근무로 심신이 피곤함 ·····117
3.3. 상하관계에서 오는 부담감 ·····119
3.4. 존중받지 못하고 정당한 대우가 없는 부당함 ·····121
3.5. 입대 전 일상의 그리움 ·····123
4. 긍정감과 함께 동기애를 느낌 ·····126
4.1. 긍정적으로 생각하려고 노력함 ·····126
4.2. 미술활동 후 긍정적인 느낌이 듦 ·····129
4.3. 동기들도 나와 같은 마음임을 느낌 ·····132
5. 미래로 향하는 우리들의 마음 ·····134
5.1. 피드백을 통해 나의 장점을 깨달음 ·····134
5.2. 미래의 희망을 품음 ·····137
5.3. 나를 성찰하게 됨 ·····139
5.4. 동기들의 지지 속에 군 생활에 대한 자신감 형성 ·····142
6. 공감의 관점에서 본 참여 경험의 의미 ·····145

Ⅵ. 결론 ·····155
1. 요약 ·····155
2. 논의 및 제언 ·····159

참고문헌 ·····165
ABSTRACT ·····189
부록 ·····194

표 목차

<표 Ⅱ-1> 세대 구분 기준 ·····15
<표 Ⅱ-2> 연구자별 군 생활 적응에 대한 정의 ·····20
<표 Ⅱ-3> 전입신병 대상 연구 ·····24
<표 Ⅱ-4> 명화감상 집단미술치료 프로그램 연구 ·····40
<표 Ⅱ-5> 공감의 구성요소별 명화감상 집단미술치료의 치유적 요인 ·····60
<표 Ⅲ-1> 연구절차 ·····65
<표 Ⅲ-2> 연구참여자의 특징 ·····68
<표 Ⅲ-3> 연구참여자별 군생활적응의 어려움과 원인 ·····70
<표 Ⅲ-4> 연구자료의 형태와 내용 ·····71
<표 Ⅳ-1> 명화감상 집단미술치료 프로그램의 단계별 목표 ·····81
<표 Ⅳ-2> 명화감상 집단미술치료 프로그램의 구성과정 ·····83
<표 Ⅳ-3> 명화선정 기준 ·····85
<표 Ⅳ-4> 명화감상 집단미술치료 프로그램 ·····92
<표 Ⅴ-1> 명화감상 집단미술치료 경험의 의미 ·····96
<표 Ⅴ-2> G의 미술작품과 자기서사 ·····97
<표 Ⅴ-3> I의 미술작품과 자기서사 ·····98
<표 Ⅴ-4> H의 미술작품과 자기서사 ·····100
<표 Ⅴ-5> E의 미술작품과 자기서사 ·····100
<표 Ⅴ-6> H의 미술작품과 자기서사 ·····103
<표 Ⅴ-7> I의 미술작품과 자기서사 ·····103
<표 Ⅴ-8> I의 미술작품과 자기서사 ·····105
<표 Ⅴ-9> E의 미술작품과 자기서사 ·····105
<표 Ⅴ-10> B의 미술작품과 자기서사 ·····112
<표 Ⅴ-11> C의 미술작품과 자기서사 ·····112
<표 Ⅴ-12> G의 미술작품과 자기서사 ·····115

<표 Ⅴ-13> I의 미술작품과 자기서사 ·····115
<표 Ⅴ-14> G의 미술작품과 자기서사 ·····117
<표 Ⅴ-15> A의 미술작품과 자기서사 ·····119
<표 Ⅴ-16> E의 미술작품과 자기서사 ·····120
<표 Ⅴ-17> D의 미술작품과 자기서사 ·····121
<표 Ⅴ-18> I의 미술작품과 자기서사 ·····123
<표 Ⅴ-19> A의 미술작품과 자기서사 ·····124
<표 Ⅴ-20> F의 미술작품과 자기서사 ·····127
<표 Ⅴ-21> D의 미술작품과 자기서사 ·····127
<표 Ⅴ-22> H의 미술작품과 자기서사 ·····129
<표 Ⅴ-23> C, D, G의 공동작품과 이야기만들기 ·····130
<표 Ⅴ-24> I의 미술작품과 자기서사 ·····132
<표 Ⅴ-25> E의 미술작품과 자기서사 ·····134
<표 Ⅴ-26> D의 미술작품과 자기서사 ·····135
<표 Ⅴ-27> F의 미술작품과 자기서사 ·····137
<표 Ⅴ-28> C의 미술작품과 자기서사 ·····138
<표 Ⅴ-29> F의 미술작품과 자기서사 ·····139
<표 Ⅴ-30> B의 미술작품과 자기서사 ·····140
<표 Ⅴ-31> C의 미술작품과 자기서사 ·····143
<표 Ⅴ-32> I의 미술작품과 자기서사 ·····143
<표 Ⅴ-33> 주제별 치유요인에 따른 공감 ·····145
<표 Ⅴ-34> 공감의 구성요소에 따른 영역별 빈도 ·····147

그림목차

[그림 Ⅱ-1] 공감의 구성요소 간 관계 ·····49
[그림 Ⅱ-2] 공감의 형성단계와 단계별 요소 ·····51
[그림 Ⅳ-1] 명화감상 집단미술치료 프로그램의 목표 ·····80
[그림 Ⅳ-2] 명화감상 집단미술치료 프로그램의 회기별 진행단계 ·····87

인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

부록목차

〈부록 1〉 연구설명문 및 참여 동의서 ·····194
〈부록 2〉 오마이뉴스 투고 ·····198
〈부록 3〉 추후 설문지 ·····202
〈부록 4〉 명화리스트 ·····205

인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

인하대학교
1954
INHA UNIVERSITY

Ⅰ. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

군에 입대하는 것은 20여 년간 익숙했던 가정과 사회를 떠나 또 하나의 새로운 환경에 적응해야 함을 의미한다(정다운, 2019). 현재 자대에서는 신병 전입 후 100일을 군생활적응의 기초단계로 구분하고「전입신병 100일 관리」제도를 운영하고 있다. 이 시기에 담당 소대장은 전입신병을 관찰·면담하며 관리한다. 이에 본 연구에서는 전입신병을 자대 전입 후 3개월 미만의 병사로 정의한다. 전입신병은 홀로 서는 낯섦, 불안감, 계급적 대인관계, 새로운 규정과 방침, 교육훈련 및 직책 수행의 부담감 등을 극복해가며 군생활에 적응해야 하는 환경에 처하게 된다(홍명기, 2001). 정서 관련 설문조사에서 '불안·초조감' 항목과 '다른 사람의 눈치를 봄' 항목에서 전입신병이 전체 계급 중 가장 높은 비율로 나타났으며(박계연, 이숙, 2010) 군생활부적응 증세는 이병과 일병 등 주로 군 복무기간이 짧은 계층에서 집중적으로 발생하고 있고, 그 비율이 61%에 달한다(유명덕, 2006).

2022년 국방백서에 따르면 현재 입대하는 병사의 평균 나이는 21.7세이며 병사 대부분은 19세~24세로, 상당수가 '후기청소년기'에 해당한다. 후기청소년기는 성인기 진입을 위해 사회적으로 자립해야 하는 시기로 다양한 역할과 책임 있는 행동을 요구받기에 정서적 불안감을 경험한다(이은정, 2020). 또한 이들은 Z세대에 속한다. Z세대는 '나'에게 주어지는 권한과 자율성을 중시하며(Deal & Levenson, 2017) 적극적으로 자신의 권리를 존중받고 요구하는 데서 자아를 확인하는 세대이다(임홍택, 2018). 이들 중 일부는 2010년 학생인권조례가 시행됨에 따라 학교 교육 과정에서 차별받지 않을 권리, 모든 물리적·언어적 폭력으로부터 자유로울 권리, 자유롭게 표현할 권리, 사생활과 개인정보를 보호받을 권리 등의 내용을 교육받아 '나'와 인권을 중요하게 여기며 자랐다. 이러한 특성을 가진 Z세대는 단체생활과 엄격한 위계질

서를 강조하는 군생활적응에 어려움을 겪을 수 있다(박현규, 2021).

국방헬프콜[1]에 접수된 신고 상담은 2020년 58,239건으로 2015년 40,152건에 비해 급증하는 추세이며 이 중 '군생활부적응'에 관한 것이 가장 많았다(국방통계연보, 2021). 민홍철 의원(2021)에 의하면, 2020년 군에서 정신질환이나 군생활부적응의 사유로 병영처분이 변경된 인원은 4,916명에 달했다. 이에 비해 2016년 같은 사유로 병역처분이 변경된 인원은 3,909명으로 불과 4년 사이에 그 수치가 25%나 증가한 것이다(대한민국 국회, 2021). 박성준 의원(2020)도 2019년부터 최근 3년간 '장병 정신건강 실태조사' 결과 군 복무 중인 병사의 32.4%가 최소 하나 이상의 정신건강 문제를 갖고 있다고 하였다(대한민국 국회, 2020). 또한, 국가인권위원회 조사 결과 병사 다섯 명 중 한 명(22.7%)이 군 생활에 어려움을 경험하고 있으며 간부의 60%가 부적응병사 관리 문제로 어려움을 호소한 것으로 나타났다(국방부 병영정책과, 2021).

국방부에서는 병사의 부적응문제를 해결하고자 복무 부적격자의 입대 차단, 심리검사 인력 확충, 자살예방종합시스템 도입, 부적응병사 조기 식별 및 상담 등 다양한 정책을 추진하고 있다. 또한 병사들의 군생활적응의 어려움을 인식하고 '병영생활전문상담관'[2] 제도를 운영하고 있으며, 부적응병사를 효과적으로 관리하기 위한 군 교육 프로그램으로 그린캠프 제도[3](육규 941)를 운영하여 집중·관리하고 있다. 하지만 병영생활전문상담관 제도와 그린캠프 프로그램은 부적응병사의 자살 예방 목적에 국한되어 구성·운영중이고 일반병사가 군 생활에 잘 적응하도록 유도하는 정책은 상대적으로 미비한 수준이다. 부적응병사를 식별하고 이들의 사고를 미연에 방지하는 것도 중요하지만 잠재적 부적응자인 일반병사 중 군 생활을 시작하는 전입신병의 정서를 살펴

---

1) 국방부 조사본부에 소속되어 병영생활 고충, 군범죄, 성폭력, 방위사업비리 신고/상담 국번없이 1303

2) 병영생활전문상담관 제도는 병영 내 자살사고 예방에 중점을 두고 군 내 악성사고를 예방하고자 하는 목적을 두고 시행되었다(김영태, 이현엽, 2009). 2019년부터 상담관 인력을 급격히 확대하여, 2021년 상반기 현재 641명의 병영생활전문상담관을 채용하였다(국방부 병영정책과, 2021)

3) 그린 캠프; 부적응병사 관리를 위해 군단 단위에서 주관하는 교육 및 상담프로그램으로 현재 17개소 운용되고 있다. 비전 캠프; 부적응병사 관리를 위해 육군본부 군종실에서 운영하는 교육 및 상담프로그램으로 2014년 폐지되었다(박찬희, 2020).

이들이 군에 잘 적응하도록 예방 조치 및 관리가 필요하다고 본다.

군 생활 적응에 관한 보호요인을 연구한 엄덕희(2012)는 사회적 지지, 응집력, 단결력, 협동심 등의 군대 내 분위기가 군생활적응에 중요한 요인임을 밝혔다. 이 중 집단생활을 하는 병사들에게 군생활적응의 가장 큰 보호 요인으로 병사 간 사회적 지지를 들 수 있다(정성모, 2016; 장혜선, 2017; 이은주, 2018). 사회적 지지는 사랑, 존중, 인정, 도움 등을 포함하여, 한 개인이 대인관계로부터 얻을 수 있는 모든 긍정적인 자원을 의미한다(Cohen & Hoberman, 1983). 부모와 친구 등 가까운 사람들과 떨어져 지내야 하는 군생활에서 병사 간 사회적 지지를 많이 받을수록 우울, 분노, 불안, 스트레스가 감소한다(엄덕희, 2012). 특히 동기는 비슷한 시기에 경험하는 군 생활 전반의 적응 문제와 관련된 고민을 공유하고 함께 나눌 수 있는 대상이다(강명숙, 2015). 편안히 기댈 수 있거나 적절한 조언과 도움을 주는 동기가 있을 경우 스트레스 상황에 수월하게 대처할 수 있어(문영숙, 한진숙, 2016) 군생활적응 여부에 영향력이 크다고 할 수 있다.

군 생활에서 사회적 지지가 군생활적응에 중요한 변수임을 고려할 때 공감은 개인들에게 실제 도움을 주고 사회적 관계를 맺어가는 사회적 지지를 예측하는 요인이 된다(Trobst, Collins & Embree, 1994; 함승경, 2019 재인용). 박성희(2004)는 공감이 이타 행동이나 친사회적 행동 등을 촉발하는 요인 중 하나로 작용하므로 공감능력의 증가는 개인의 사회적 행동에 영향을 미친다고 하였다. 공감을 경험한 조직구성원은 자신의 조직에게 긍정적인 정체성을 느끼며 그 조직에 대해 일체감이나 소속감을 갖게 되어(김재철, 2021) 사회적 지지가 높아진다(정세희, 한경아, 2020). 또한 공감 수준이 높은 사람들은 공감 수준이 낮은 사람들보다 사회적 지지가 높았고(Amato, 1990) 사회적 지지가 높을수록 공감을 더 잘 할 수 있게 되어 공감과 사회적지지는 정적인 관계에 있다고 볼 수 있다(함승경, 2019).

이에 집단상담은 집단 속 타인과의 상호작용을 통해 공감을 주고받으며 정서를 표현하거나 수용하는 긍정적인 경험을 할 수 있는 좋은 기회가 되며(권희경, 장재홍, 2011) 집단의 긍정적인 분위기 혹은 서로를 격려하는 분위기는

구성원들이 서로에게 지지받고 있음을 느끼게 된다(우영진 외, 2018). 무엇보다 타인을 공감하기 위해서는 먼저 자신이 공감받는 경험이 필요하며 집단 속에서 공감의 기회를 자주 접할수록 상호 간 편견과 적대적 판단, 편향은 줄어든다(양보혜 외, 2009). 공감은 개인들 사이에서 강한 심리적 결속력을 구성하며(박완선, 2012) 여러 상황, 처지 등을 접하면서 다각도로 생각하고 타인의 입장과 느낌을 공유하는 데 도움을 준다. 이에 더해 공감 능력과 관련된 활동으로 확장하는 데에도 유용할 것으로 판단된다.

2001년부터 2022년까지 20여년 간 병사 대상 집단상담 프로그램에 관한 연구를 살펴보면, 대부분의 집단상담 프로그램이 부적응병사 대상 위주로 진행되었고 전입신병 대상 연구는 소수였다(윤수진, 2020). 보안을 중시하는 군의 특성상 전입신병 등 일반병사를 대상으로 집단상담 프로그램을 실시하기 어려운 실정이다. 즉, 전입신병은 잠재적 부적응자로서 군 생활 적응에 어려움을 겪을 위험이 높음에도 전입신병을 대상으로 한 예방 차원의 연구가 미비함을 알 수 있다. 반면 집단상담 프로그램 중 집단미술치료가 22%로 가장 높았는데(윤수진, 2020), 미술치료의 빈도가 높은 이유는 말로 표현할 수 없거나 표현하기 힘든 감정, 생각들을 미술활동을 통해 드러냄으로써 정서적 이완과 스트레스를 완화시킬 수 있어 심리적 치료 효과를 기대(Schmeer, 2011; 안정아, 2020)할 수 있기 때문으로 보인다. 이는 자기표현 기술이 부족하고 높은 내적 긴장감과 불안감으로 위축된 전입신병에게 정서적인 안정감을 찾아 줄 수 있는 기법이라 할 수 있다.

즉, 집단미술치료는 집단상담이 갖는 관계성의 촉진과 미술활동을 통한 이미지 창조과정이 지니는 치료적 힘을 통해 개인을 돕는다(Wadeson, 1987). 미술치료는 자신의 내면세계를 그림이나 조형물로 표현하면서 흥미가 유발되고 이는 집단원 간 함께 공유할 거리를 제공하므로 개인의 경험과 집단의 경험을 결합시켜 줄 수 있다(김태희, 2015). 또한 집단활동을 통하여 자기와 비슷한 상황에 처해 있는 다른 사람들이 자신의 문제를 어떻게 인식하며 해결해 나가는지를 의식적 또는 무의식적으로 받아들이는 가운데 자연스러운 유대감이 형성된다(최외선, 이영석, 전미향, 1995).

또한 국방부 정책기획관 이진형 소장(2019)은 변화하고 있는 병영환경에 맞춰 장병들의 다양한 문화·예술 활동을 보장하여 정서적 안정과 공감을 통해 병사 스스로 긍정적이고 창의적인 군 문화를 만들어나가는 것이 중요하다고 하였다. 또한 정신전력과 문화예술활동이 정책의 한 바퀴로 같이 돌아가는 것이 사기제고와 부대 단결 등에 도움이 되며 이는 시너지 효과를 극대화하는 것이라고 하였다. 병사들이 선호하는 문화예술활동을 체계화하고 발전시켜 공감과 연대를 통한 소통 경로로 활용한다면 군 전체 사기 진작과 더불어 Z세대 장병들의 복무 만족에 큰 영향을 미칠 것으로 기대된다. 이에 본 연구는 문화예술활동의 한 분야인 명화감상을 통한 집단미술치료를 적용하고자 한다.

명화는 Great Painting, Masterpiece, Famous painting 으로도 불리는 걸작으로 미술사적, 예술적으로 인정받은 작품을 의미한다. 명화를 감상한다는 것은 화가의 삶을 통해 인간, 그리고 더 나아가 우리 자신의 삶을 되돌아보는 일이라 할 수 있다(김은진, 2015). 명화감상과 관련하여 치유적 기능을 직접 언급한 학자인 로이터리쯔(Leuteritz, 1997)는 '예술을 인지하고 수용하는 것과 예술과 의식적으로 대면하는 것'도 미술치료의 과정이 된다고 하였다. 이에 미술치료에서도 그림을 그리거나 조형 활동을 하는 것뿐만 아니라 명화를 수용하고 감상하는 것을 치료적 목적에 적용할 수 있다고 하였다(정여주, 2021). 명화 감상은 표현의 동기를 낳고 창작과 질을 심화시키는 것으로써, 감상과 표현은 통합적으로 일어나며 서로 상승효과를 갖는다(박휘락, 2003). 즉, 명화감상은 보는 이에게 정서적인 자극을 주어 감각을 깨우고 지난 기억과 경험을 떠올리게 하며 명화에 감정이입을 하게 된다. 또한 방어를 완화하여 미술표현 활동에 동기를 유발한다.

병사에게 군 입대는 삶의 과정 중 가장 큰 변화를 경험하는 인생의 중요한 변곡점이라 할 수 있다. 병사는 국가와 국민을 지키기 위해 일정 기간 개인의 자유와 기본권을 제한받으며 복무하고 있고 국민 모두 그 수고의 수혜자라는 점에서 병사들의 군생활적응은 관심을 가져야 할 주제임이 분명하다(박영주, 2006; 김정은, 2013). 병사 개인적으로 성공적인 군 복무는 전역 후 자기 발전을 도모하여 새로운 삶을 개척해가는 디딤돌이 될 것이다. 이러한 의

미에서 군은 국가안보의 위협으로부터 국민들의 생명과 안전을 보호하는 국방의 기능뿐만 아니라(김형래, 2018), 국가 차원의 교육기관으로써 국가가 필요로 하는 인재를 양성하고 이들을 건강한 민주시민으로 육성하여 사회로 복귀시킬 의무도 있다. 군 복무기간이 시간과 인생의 낭비가 아닌 병사의 삶의 질과 공동체적 가치관을 높일 기회의 시기임을 인식하고 실제로 이렇게 전환하기 위한 노력이 필요한 시점이다.

이에 본 연구는 전입신병을 대상으로 명화감상 집단미술치료를 적용하여 전입신병의 참여경험을 탐색하고 그 의미를 공감의 관점에서 분석하고자 한다. 병사 대상 연구는 보안을 중시하는 군의 특성상 대부분 양적연구(87%)에 치우쳐 있고(윤수진, 김영순, 2020) 특히 3개월 미만의 전입신병을 대상으로 한 군 생활 적응 연구는 찾아보기 힘들다. 이에 본 연구에서는 병사를 대상으로 가장 효율적으로 쓰이고 있는 미술치료를 활용하되 그동안 수행되지 않았던 명화감상을 활용한 미술치료 프로그램에 주목하여 단순히 개인의 심리적 어려움을 해결하는 것뿐만 아니라 병사 개개인의 잠재능력을 개발하는 동시에 임무 수행 능력을 높여 군의 무형전력을 높이고자 한다. 궁극적으로 군에 전입신병 대상의 명화감상 집단미술치료를 확대 적용함으로써 전입신병에게 심리적, 정서적 도움을 주어 군 생활의 자발성을 높이고 더 나아가 사회와 연계된 긍정적인 미래를 설계하도록 돕고자 한다.

2. 연구문제 및 내용

본 연구의 목적은 명화감상 집단미술치료 프로그램을 구안하고 이에 참여한 전입신병의 경험의 의미를 공감의 관점으로 분석하는 데 있다. 본 연구의 결과로 전입신병의 심리적 특성에 대한 심층적인 정보를 제공하고 전입신병의 심리적 안정에 기여할 수 있는 효과적인 명화감상 집단미술치료 프로그램을 군에 적용하여 점진적으로 확장하고자 한다.

이러한 연구의 목적을 달성하기 위한 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1: 전입신병을 위한 명화감상 집단미술치료 프로그램의 구성은 어떠한가?

연구문제 2: 공감의 관점에서 명화감상 집단미술치료 프로그램 참여한 전입신병의 참여경험은 어떤 의미를 지니는가?

연구문제와 관련된 연구내용은 다음과 같다. 연구문제 1은 명화감상 집단미술치료 프로그램은 어떻게 구성되었는지 살펴보았다. 연구문제 2는 전입신병의 명화감상 집단미술치료 프로그램 참여경험의 의미를 공감을 관점으로 유형화하여 분석하였다.

이와 같은 연구문제를 해결하기 위하여 연구의 내용을 다음과 같이 구성하였다.

Ⅰ장은 연구의 필요성 및 목적, 연구문제 및 내용, 연구동기에 관하여 기술하였다.

Ⅱ장은 이론적 논의로, 전입신병의 군생활적응, 명화감상 집단미술치료, 명화감상 집단미술치료를 통한 공감에 관하여 기술하였다.

Ⅲ장은 연구방법으로, 전입신병의 명화감상 집단미술치료 프로그램 참여경험과 그 의미를 분석하기 위하여 질적사례연구방법에 기초하여 연구절차, 연구참여자, 자료수집 및 분석, 연구윤리에 대하여 기술하였다.

Ⅳ장은 명화감상 집단미술치료 프로그램의 개요, 구성과정, 목표, 내용을 기술하였다.

Ⅴ장은 전입신병의 명화감상 집단미술치료 프로그램 참여경험을 탐색하고 그 의미를 공감의 관점에서 분석하였다.

Ⅵ장은 연구결과를 요약하였으며 연구결과를 토대로 본 연구의 의의, 제한점 및 후속 연구와 정책에 관한 제언을 제시하였다.

인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

3. 연구 동기

연구자는 ‘들꽃그림 화가’로 불리며 오랜 시간 줄곧 들꽃을 화폭에 옮기는 작업을 해왔다. 그 과정에서 자연스럽게 다양한 화가들의 그림을 접할 기회가 많았다. 연구자 스스로가 그림을 그리는 주체이자 감상자로서 마음이 울적하거나 스트레스를 받을 때면 명화 전시회장으로 달려갔다. 명화는 낯선 감각을 일깨워 주었고 이를 통해 새로운 작업을 해나갈 힘을 얻었다. 명화에는 사람들이 살아가는 모습과 삶에 대한 질문들이 담겨있다. 결국 그림을 본다는 것은 삶에 대한 관찰이자 나에 대한 관찰이기도 했다. 커다란 액자 속에 담겨있는 그림들은 나의 생각을 넓히고 말문을 틔워주며 오롯이 나에게 깊이 잠겨 집중하게 하는 안내자였다.

이렇게 그림을 그리고 감상하며 스스로 치유하는 삶을 살아가던 중 2017년 연구자의 아들이 군에 입대하였다. 아들은 훈련소에서 반장을 맡으며 군 생활에 원만하게 적응해 나갔다. 그러나 자대배치를 받고 2개월 후 첫 휴가를 나온 아들은 더 이상 군 생활을 유지하는 것이 힘들다며 고개를 떨구었다. 그동안 간간이 전화로 힘듦을 호소할 때마다 연구자는 그것을 아들이 견뎌야 하는 통과의례로 여기고 무심하게 넘겼었다. 아들의 이야기를 듣고 혼란스러웠다. 대인관계만큼은 한번 도 걱정한 적 없는 아들이었기에 도무지 그 안에서 무슨 일이 일어나고 있는지 몰라 덜컥 겁이 났다.

아들을 힘들게 한 건 선임들의 힘든 언어폭력이었다. 아들은 자신이 그동안 다른 사람들과 잘 지내는 성격으로 대인관계가 원만한 사람이라는 자아상을 가지고 있었다. 그러나 선임들의 비아냥거림과 무시에 아들의 자아상은 흐트러졌고 그들의 예상할 수 없는 반응에 아들은 극심한 불안을 느끼고 있었다. 연구자는 이전까지 부적응병사들은 심리적인 문제를 갖고 있으리라 생각해왔다. 하지만 적응과 부적응은 부대에서 어떤 선임을 만나느냐에 따라 종이 한 장 뒤집듯 바뀔 수 있을 만큼 아슬아슬한 경계에 있었다. 모든 전입 신병은 잠재적 부적응자인 것이다.

연구자는 병역의 의무를 다하기 위해 군에 온 많은 병사들이 같은 아픔을

겪고 있을지 모른다고 생각했다. 또한 미술이 나의 정서를 만져주고 치유해 주었다는 확신이 있었다. 병사들에게도 미술이 도움이 되리란 기대로 미술치료라는 학문을 공부하고 싶었고 바로 대학원에 입학하였다. 공부를 시작한 지 1년 뒤부터 성남의 OO부대에서 전입신병을 대상으로 명화감상 집단미술치료 프로그램을 진행하며 임상을 쌓아갔다. 갓 스무 살이 넘은 전입신병들은 경직되고 불안해 보였고 생소한 업무와 낯선 환경 속에서 하루하루 눈치를 보며 살아가고 있었다. 첫 만남의 자리에서 연구자는 그들에게 군대생활을 잘 견디면 나중에 보람을 느끼게 될 것이라든가 어차피 겪어야 하는 일이니 즐기라는 식의 말을 하지 못했다. 단지 연구자와 함께 하는 이 시간이 잠시나마 그들의 숨통을 트여 주면 좋겠다고 말할 뿐이었다.

그들은 명화를 감상하며 군대라는 경직된 공간에서 정서적인 안정감을 얻었으며 화가의 의도와 상관없이 자신만의 느낌, 감정을 다양한 방법으로 표현했다. 그러는 동안 조금씩 마음의 문이 열리고 서로 불평, 불만을 쏟아내며 마음속 응어리들을 지워갔다. 프로그램에 참여한 병사들은 군대 내 막내 계급으로서 서로 비슷한 감정을 느끼고 있음에 안도했고 미술이 아닌, 언어만을 사용한 상담이었다면 느낌과 감정을 적절히 표현할 수 없었을 거라 말했다. 이들은 다양한 배경의 청년들이 모인 이 공간에서 서로 다름을 존중하고 서로를 지지하며 의지가 되어주는 관계로 발전해 군생활적응에 한 발 내디딜 수 있었다.

연구자는 이러한 프로그램을 깊이 연구하기 위해 박사과정에 입학하였으며 현재 전입신병의 군 생활 적응을 돕기 위한 연구를 계속하고 있다. 연구자가 경험한 것처럼 한 점의 명화가 그들의 상처를 보듬고 어루만져 주기를 바라며 건강한 몸과 마음으로 군 복무에 임하여 내면의 성장에 도움이 되길 희망한다.

연구자는 2017년 아들이 전입신병으로서 겪었던 사건을 『오마이뉴스』에 투고했으며 요약한 내용은 다음과 같다. 아들은 대학교 2학년을 마치고 군에 입대한 후 훈련소에서 씩씩하게 잘 지내며 밝은 모습을 보여주었다. 덕분에

나는 한시름 놓을 수 있었다. 하지만 자대배치를 받고 첫 외출을 나왔을 때 아들은 처음으로 “복귀하기 싫다”는 말을 했다. 외출이 반복될 때마다 아들의 표정은 점점 어두워졌고 나 또한 걱정이 깊어졌다. 남편이나 모임자리에서 만난 성인 남성들에게 나의 고민을 털어놓고 조언을 구했지만, 그들은 나의 말을 철부지 아들은 둔 엄마의 하소연으로 치부했다. 나는 그들이 말한 대로 시간이 지나면 아들이 자연스럽게 적응하리라 믿었다. 그러나 첫 휴가를 나온 아들은 더 이상 군생활을 버틸 수 없다며 선임들이 아들에게 한 행동을 적은 메모를 보여주었다. 메모에 적힌 내용은 군대의 막내 계급으로서 겪는 어려움을 제외하더라도 놀라운 것들이 많았다. 반복되는 괴로움에 아들은 불면증을 앓고 있었고 두통이 심해 진통제로도 낫지 않는다며 고통을 호소했다. 선임들과 대화를 해보라는 나의 권유에 아들은 그들이 바뀌지 않을 것이라며 오히려 더 괴롭힘을 당할 것을 미리 두려워했다. 무력감이 엄습했다. 나는 20대 초중반의 선임들이 왜 아직도 악습을 되풀이하고 있는지, 우리는 언제까지 윗사람의 선의와 인격에 기대어야 하는지 회의가 들었다. 죽어도 그 부대에 들어가지 않겠다는 아들을 설득할 수 없어 남편과 나는 부대 지휘관에게 면담 신청을 했고 지휘관은 재발 방지 약속으로 아들을 안심시켰다. 아들은 다시 복귀하였다.

이러한 내용으로 작성한 『오마이뉴스』 기사는 ‘첫 군대 휴가 나온 아들’이라는 제목으로 메인에 올라와(2017.11.23. 게재) 많은 사람의 공감을 받았다. 이를 부록에 첨부하였다.

Ⅱ. 이론적 논의

1. 전입신병의 군생활적응에 대한 이해

1.1. 전입신병의 특성

병역법 제3조 제1항은 ‘대한민국 국민인 남자는 헌법과 이 법에서 정하는 바에 따라 병역의무를 성실히 수행하여야 한다’고 밝히고 있다(법제처, 2016). 징병제 위주 현행 병역제도에 의해 전입신병은 징집 또는 지원을 통해 입영한 후 약 5주간의 기초군사훈련(육군훈련소, 사단 단위 신병교육대)을 마치고 전역 시까지 군 복무를 해야 할 자대에 배치받는다. 전입신병을 나누는 기준은 각 군의 소속별·시대별 복무기간 변화에 의해 차이는 존재하나(이혜영, 장석환, 2017) 현재 자대에서 100일을 군생활적응의 기초단계로 구분하고「전입신병 100일 관리」라는 제도로 담당 소대장이 전입신병을 관찰 및 면담을 통해 관리한다. 이에 본 연구에서는 전입신병을 3개월 미만의 병사로 정의한다. 이들은 개인의 진급 기준에 따라 차이는 존재하나 대부분 이병-일병의 계급에 해당한다.

군대는 대한민국의 안보 현실을 고려하여 특수한 목적의 임무 완수를 위해 오랜 기간 조직화된 집단으로서(이종광, 2014), 명령에 순응하여 움직이고 계급별로 할당된 임무를 수행하는 단체이면서 지속적인 규범 습득, 공동체 유대 속에서 강한 연대를 형성하는 특성을 가진 사회이다(구승신, 2004). 군 조직은 임무의 특징상 일사불란한 위계 조직, 엄격한 질서, 절대적인 복종 등이 강조되며 임무 수행상 집단적 화합 및 단체정신을 개인보다 우선시하는 경향이 있다(이혜영, 장석환, 2017). 따라서 다른 직업집단 및 일반 조직과는 대조적으로 권위주의적인 속성이 나타나기 쉬우며, 규율 의식을 중요하게 여기는 형식주의와 군대 특유의 조직 목적과 가치는 다수의 병사가 부적응을 경험하기 쉬운 구조이다(황보선, 2014).

전입신병은 신병훈련을 받는 동안 입대 동기들과 동등한 수평 관계를 유지하다가 자대배치를 받은 후 계급이 존재하는 군 생활을 시작한다(엄명숙, 2016). 징병제에 의한 의무복무를 하는 병사는 입대 전부터 군에 대한 저항감을 지니고 있어(이명화, 2017) 군 생활에 자발적으로 적응하기 위한 노력이 부족할 수 있고(정미경, 고기숙, 2009), 갑작스럽게 변화된 환경에 직면한 병사는 문화적 충격과 갈등을 경험하고 다양한 부적응 증상을 나타내기도 한다(류명오, 2014). 또한 군 생활의 문제 상황에 직접적으로 대응하여 해결할 수 있는 권한을 갖지 못하고(황재학, 2011), 낮은 계급으로 인해 심리적·정서적 갈등을 표출하고 해소하는 감정표현을 할 기회가 제한적일 수밖에 없어 정서적으로 위축되고 우울, 불안 등의 정신적인 어려움이 있을 수 있다(장혜선, 2021).

현재 입대하는 병사의 평균 나이는 21.7세이며(박현규, 2021) 병사 대부분은 19세~24세로 '후기청소년기'에 해당한다. 후기청소년기(post-adolescents)는 미성년에서 성인기로 전이되는 과도기로서 성인기 진입을 위한 준비에 집중하는 시기이다(이은정, 2020). 과거에는 경제적, 사회적 자립이 20대 초반에 이루어졌으나 최근 고등교육의 확산과 교육 기간의 연장에 따라 자립 연령이 20대 후반이나 30대로 지연됨에 따라 성인기의 시작 기준 또한 이후 연령대로 연기되면서 후기청소년기가 새롭게 부각되었다(김기헌, 2016). 청소년기가 연장되었다고는 하지만 이들은 주관적으로 더 이상 청소년도 성인도 아닌 '끼여있는 시기'의 느낌을 갖는다(Nelson & Luster, 2015). 사회적으로는 자립해야 하는 시기로서 다양한 역할과 책임 있는 행동을 요구받기에 정서적 불안감을 경험하며 사회구성원으로서의 혼란을 겪는다(이은정, 2020).

에릭슨(Erikson, 1968)은 심리·사회적 발달 단계에서 청소년기를 두 가지로 분류하였는데 초기청소년기는 12세~18세로 자아정체감 획득을 위해 노력하는 시기로 보았고, 후기청소년기는 18세~25세로 인간관계의 발달 시기로 보았다. 초기청소년기는 '정체감 대 정체감 혼미(identity vs identity confusion)'의 단계로 자신에 대한 인식을 분명하게 할 수 있는 사랑, 일, 신념을 갖는 것이 중요하다고 했다(Schwartz, 2015). 이 시기에는 자아정체감 획득을 위해 내가 누구인지 끊임없이 탐색하고 다양한 선택을 하면서 타인과

는 다른 자신의 정체감을 발달시킨다(Arnett, 2004). 반면 우리나라 청소년들은 중·고등학교 시기에 정체성 발달이나 본인의 흥미, 능력, 적성 등에 대해 충분히 고려하지 못한 상태에서 대학에 진학하거나 사회로 진출하는 경우가 많아 갈등 및 혼란을 경험하게 된다(이은정, 2020).

또한 에릭슨(1968)은 전입신병의 나이인 후기청소년기를 인간관계의 발달 시기로 보았는데 이 시기는 '친밀감(intimacy)과 유대감(solidarity) 대 고립감(isolation)'의 단계로 주된 발달과업을 타인과의 친밀감 확립이라 보았다. 이 시기에 친밀감을 형성하여 타인과 조화로운 관계를 형성하면 자신을 유능한 존재로 인식하지만, 반면 타인과의 관계 형성에서 실패를 겪으면 자신의 사회적 행동과 적응과정에 대해 불안해하고 걱정하기 때문에 원만한 사회적 상호작용에 어려움을 보이며 고립감에 빠져들게 된다(임미화, 2019).

또한 전입신병의 연령은 Z세대에 속한다. 인터넷이 보급되던 1990년대 이후 신인류를 뜻하는 신세대를 X세대, 밀레니얼세대인 Y세대의 뒤를 잇는 인구집단으로 알파벳의 가장 끝에 등장하는 Z를 사용해서 '20세기 태어난 마지막 세대'를 뜻하는 용어가 되었다(오석진, 2021). 국가나 연구자마다 세대를 구분하는 기준은 다르지만, Z세대를 구분하는 기준이 유사한 이유는 Z세대가 주로 스마트폰(모바일)과 SNS를 적극적으로 활용한다는 점에 있는데 국가 간 경계를 넘는 '글로벌 커뮤니케이션'에 익숙하게 된 인터넷 환경에 따른 것으로 예상한다(최인수 외, 2019). 많은 연구자가 동의하는 Z세대는 1990년대 중반부터 2000년대 중반에 출생한 세대를 지칭한다(김사라, 2021).

국내 유일의 20대 전문 연구기관인 <대학내일20대연구소>(2021)에서 각 세대의 특징을 구분한 기준은 다음 <표 Ⅱ-1>과 같다.

<표 Ⅱ-1> 세대 구분 기준

구분	86세대	X세대	Y세대	Z세대
출생연도	1961~1969 출생	1970~1980 출생	1981~1995 출생	1996~2010대 초반 출생
시대상	정치적 격변기 고도성장	문화적 격변기 급성장 부작용	디지털 격변기 글로벌시대 돌입 저성장	양적 성장 멈춤 AI 보편화
집단 vs 개인	집단주의	개인주의와 집단주의 공존	개인주의 심화	경계없는 초개인주의 무소속공동체
경쟁의 목적	우리 집단의 성장· 성공을 위한 경쟁	내 행복을 만들기 위한 경쟁	내 평균적 삶을 지키기 위한 경쟁	나만의 재능과 개성을 인정받기 위한 경쟁
삶의 태도	하면 된다	자유·개성	보신주의 평균 지향	디지털 근본 능력 지향
추구하는 가치	진보	다양성·개방 (개인 존중)	글로벌스탠다드 (선진화·표준화)	인류 보편적 가치 지속 가능성
중요한 사회분야	1 경제	경제	경제	인권·평등
	2 보건·의료	환경	치안·안전	경제
	3 환경	보건·의료	보건·의료	치안·안전
관심있는 사회분야	1 경제	경제	경제	문화
	2 환경	환경	문화	인권·평등
	3 보건·의료	보건·의료	치안·안전	경제
국가에 대한 태도	애국심	애국심	자긍심	국가는 플랫폼

이와 같이 각 시기에 따라 세대 간 변화가 있음을 알 수 있다. Z세대는 1996년부터 2010년 초반 출생으로서, 양적 성장이 멈추고 AI가 보편화된 세상에 살고 있으며 경계가 없는 초개인주의 세대라 할 수 있다. 이전 세대가 끈끈한 연대나 결속력을 기반으로 집단의 성장을 중시하였다면, Z세대는 느슨한 연대를 추구하며 나만의 재능과 개성을 인정받기를 원한다. 이전 세대에게 '경제'가 추구하는 가치로서 중요한 화두였다면 Z세대는 '인권'이

나 ‘평등’, ‘문화’ 등으로 가치가 변화하였다. 국가에 대한 태도는 이전 세대가 당위적이고 끈끈한 애국심을 품고 있었다면, Y세대는 당위적 애국심을 가진 것은 아니지만 세계 무대에서 부끄럽지 않다는 자긍심이 있었고, Z세대에게 국가는 우연히 한국에서 태어난 덕분에 자동으로 가입된 모태 플랫폼 같은 것이다. 그러므로 국가는 내가 충성하고 사랑해야 하는 대상은 아니며 국가가 내 삶과 미래를 지원하는 존재로서 마땅한 가치를 가진 곳인지 끊임없이 따져본다.

여러 학자가 주장하는 Z세대의 특징을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 디지털 중심적이다. Z세대는 출생부터 각종 스마트 기기와 디지털 온라인 환경에 둘러쌓여 인터넷이나 스마트폰, 페이스북이 없던 시절에 대한 기억이 없거나 희미하다(Williams, 2015). ‘포노 사피엔스(Phono Sapiens, 스마트폰을 신체의 일부처럼 사용하는 인류)’로도 불리는 이 모바일 네이티브들은(고승연, 2019) 다양한 디지털 기기의 사용이 자유롭고 모바일을 이용한 정보 탐색, 구매 활동, 소통 등이 자유로울 뿐만 아니라 모바일을 이용한 활동에 대한 신뢰와 선호가 높다(오수연, 2018).

둘째, 최초의 지구인 세대이다. Z세대는 유튜브와 각종 소셜미디어로 연결되어 있기에 지구 곳곳에서 일어나는 일을 자기 일처럼 느끼고 실제로 영향을 받는다. 유튜브와 소셜미디어 플랫폼에서 이들은 국적이나 성별 인종 등에 구애받지 않고 취향이 비슷한 사람끼리 모여 같은 영상을 보고 같은 이슈에 반응하였기에 Z세대에게 인종, 성별, 성 정체성은 개개인의 다양성으로 받아들여지는 것이지 차별할 문제가 아니다(고승연, 2019).

셋째, 조직보다는 내가 인정받기를 원한다. Y세대도 마찬가지지만 Z세대는 특별히 나 자신이 무엇보다도 가장 중요하다는 말을 들으면서 성장한 세대이다(오석진, 2021). 기성세대가 조직의 발전이 곧 나의 발전이고 내 성공이 조직의 성공이었다면, Z세대는 조직과 개인을 별개로 두며 조직이 아닌 ‘내’가 인정받기를 바란다(송은천, 2019). 조직에서 ‘내’가 성장할 수 있는 기회와 ‘내’가 하는 일의 의미와 가치를 중시하여 그 일을 하는 ‘나’에게

주어지는 권한과 자율성을 중시한다(Deal & Levenson, 2017).

넷째, 자신의 권리를 중요시한다. Z세대 이전의 세대는 다소 불편하고 불합리한 관행도 단체와 공동체, 타인을 위해 인내하는 것을 미덕으로 여겨왔지만, Z세대는 강압적이고 부당한 요구에 자신의 권리를 잃으려 하지 않을 뿐 아니라 적극적으로 자신의 권리를 존중받고 요구하는 데서 자아를 확인하는 세대이다(임홍택, 2018). 소셜미디어상에서 평등과 합리성을 토대로 커뮤니케이션을 해 온 Y세대와 그런 성향이 더욱 강한 Z세대에게 '내가 윗사람이니까 무조건 말을 들어야 한다.', '우리 젊은 시절에는 더했다.' 는 식의 말은 전혀 먹히지 않을뿐더러 반감만 강하게 일으킨다(고승연, 2020).

다섯째, 취향을 중요시한다. 어떤 세대보다 자의식이 단단하며, 자신의 삶 자체를 소중히 여기는 Z세대는 자신의 취향을 분명하게 인식하며 타인의 삶도 똑같이 인정하고 존중하는 경향을 띤다(오석진, 2021). Y세대로부터 시작된 취향 존중의 가치관은 Z세대에 이르러 더욱 강화되었다. 지금 Z세대에게는 메이저(주류)와 마이너(비주류)의 구분이 큰 의미가 없다. 각자 '소중하고 존중받아야 할 취향' 을 갖고 있고 취향이 유사한 사람끼리 온라인에서 끈끈하게, 오프라인에서는 다소 느슨하게 연결되는 것을 원한다(고승연, 2020).

여섯째, 사회적 문제에 관심이 많다. Z세대는 상대적으로 작은 이슈라 하더라도 자신의 관심과 맞닿은 분야라면 적극적으로 개입하여 목소리를 내고자 한다. 그들은 자신의 소신을 또렷하게 표현하고 전달하면서 크고 작은 삶의 변화를 만들어 내는 것에 익숙하다(오석진. 2021). 이러한 현상에 대해 Z세대의 자기애는 무조건적인 자기애가 아니라, 타인을 존중하고 이해하는 만큼 자신도 존중과 이해를 바라는 태도에서 비롯된 것으로 보고 있다(김사라, 2021).

일곱째, 공정성에 민감하다. 이들은 기성세대가 가져왔던 정체성과 다른 정체성을 가진 상태에서 기존의 진보 보수가 각각 추구해왔던 평등과 자유, 분배와 성장의 이분법에 매몰되지 않고 '기회의 공정성' 과 '가치 추구의 진정성' 을 중심에 놓고 사고하는 경향이 있다(고승연, 2019). 지금의 20대는 한 번도 고도 성장하는 경제를 겪어보지 못했고 커지지 않는 파이를 놓고 치

열한 경쟁을 펼쳐왔다. 높은 대학진학률, 모바일 시대에 거의 사라진 세대 내 지식 정보 격차는 비슷한 수준의 젊은이들끼리 더 치열한 경쟁을 하게 만들었고 결국 젊은 세대는 조금이라도 더 투자한 시간과 자원 즉, 노력이 인정받을 수 있는 절차적 공정성에 민감해졌다는 설명이다(박원익, 조윤호, 2019).

이상의 내용으로 살펴볼 때, 본 연구에서의 전입신병은 입영 후 5주간의 신병 기초군사훈련을 받은 후 전역 시까지 군 복무를 해야 할 자대로 배치받은 지 3개월 미만의 병사로 정의한다. 전입신병은 발달 단계상 '후기청소년기'로서 주된 발달과업이 타인과의 친밀감 확립이기에 이 시기에 친밀감을 형성하여 타인과 조화로운 관계를 형성하는 것이 중요하다. 또한 이들은 Z세대로 불리며 조직보다는 개인의 권리와 취향, 다양성, 자율성을 중시하고 조직에서 자신을 위한 투자와 발전 욕구가 큰 주체적인 세대라 할 수 있다.

인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

1.2. 전입신병의 군생활적응에 대한 특성

군생활적응이란 한 개인이 군이라는 새로운 환경에 처했을 때 군 조직이 요구하는 목적에 부응함과 동시에, 심리적으로나 육체적으로 건강한 군 생활을 영위할 수 있는 상태라고 할 수 있다(임동조, 2018). 적응을 잘하는 병사는 원만한 대인관계를 유지하고 자신이 맡은 임무를 효과적으로 수행할 수 있을 뿐만 아니라 심리적·정서적으로 편안하고 만족한 군 생활을 유지한다(정봉기, 김완일, 2016). 반면 병사의 부적응 양상은 주로 의사소통 및 직무수행의 어려움에서 오는 우울이나 불안을 포함한 정신건강 문제로 나타나며 극단적인 경우 자살 등으로 이어진다(박은경, 최광현, 2014). 부적응의 결과는 병사 개인뿐만 아니라 동료 병사들과 부대에 부정적인 영향과 군 조직의 사기 저하, 궁극적으로 전투력을 약화시키는 주요 원인이 되며 사회적으로 군에 대한 신뢰도에 치명적인 악영향을 미친다(정봉기, 김완일, 2016).

군생활적응에 관한 연구는 제2차 세계대전 중 미국 국방성을 중심으로 사회·심리적 측면에서 연구가 시작되었다(김중배, 2016). 당시 스타우퍼(Stouffer, 1949)를 비롯한 몇몇 학자들이 개인의 배경적 특성에 따른 군생활적응을 연구한 것이 효시이다(장용언, 2017). 스타우퍼(1949)는 군대에서의 적응을 사기를 뜻하는 집단의 개념이 아니라 개개인의 군 생활에 행복감을 느끼며 부여된 임무에 대해서 사명감을 가지는 것이라 하였다(박일, 2012). 우리나라에서는 이윤희(1963)가 스타우퍼(1949)의 군생활적응 척도를 우리나라 상황에 맞게 수정·보완하여 병사들의 군생활적응을 측정하였다. 그는 군생활적응을 생리적 적응과 사회적 적응을 포함하여 변화하는 환경에 순응함으로써 군 조직 내에서 부여하는 직책과 직무에 만족하고 군 조직의 여러 규범과 질서를 자발적으로 수용하는 태도라고 정의하였다(정명호, 변상혜, 2020).

국외 연구자들과 국내 박사논문 연구자들의 군생활적응에 대한 정의는 다음 <표 Ⅱ-2>과 같다.

〈표 Ⅱ-2〉 연구자별 군생활적응에 대한 정의

연구자(연도)	정의
Stouffer(1949)	군 복무를 하는 과정에서 행복감을 느끼며 맡은 임무에 대해 사명을 갖고 자신의 위치나 직위, 업무에 만족감을 느끼는 태도
Allprot(1961)	맡겨진 임무와 사명에 순응하는 자세를 갖추고 군조직과 군 환경 내에서 자신의 가치와 규범, 질서를 유지해나가는 상태
Lazarus(1976)	개인이 사회와 환경, 개인의 욕구가 상호작용을 이루며 환경에 적응하여 긍정적으로 대처할 수 있는 능력을 갖추고 환경을 창의적으로 변화시켜나가는 상태
Lazarus & Fokman(1984)	군 환경 내에 균형과 조화를 이루어 나가며 업무를 수행하고 일을 해결해나가는 과정에서 합리적인 방법으로 처리해나가는 것으로 이를 통해 자신에게 놓인 환경에 올바르게 순종하는 자세를 갖는 상태
Cohen & Wills (1985)	정신적, 신체적으로 건강한 상태를 유지하며 개인의 능력과 군 환경에 따라 심리적인 조화를 이루는 상태
Moorehouse (1991)	개인이 요구하는 욕구와 군에서 요구하는 환경적인 요구에 대해 조화를 이루는 상태
구승신(2004)	군 조직문화의 일부분으로 흡수되는 과정으로써 군 조직성원으로 자리매김하기 위해 자기 스스로 부여된 임무에 귀속시키는 역할을 하는 상태
이용일(2013)	군 조직에서의 개인의 욕망과 기대감 및 욕구가 충족되는 상태
임종수(2014)	자신의 현재 위치에서 병역 의무를 성실하게 임하는 태도와 더불어 자기관리에 충실하고 집단생활에서 솔선수범 정신과 희생정신으로 전우를 배려하는 것으로서 각종 군사훈련에서 열외되지 않고 적극적으로 참여하는 상태
장정기(2014)	군대의 제반 규율과 규범을 수용하고 소속 부대에서 부여한 직책과 직무를 차질 없이 수행하며 상·하급자 및 동료 간 조화를 이루며 생활하는 상태
강명숙(2015)	상·하급자 및 동료 간 의사소통 시 적절하고 조화롭게 반응하고 대처하여 대인관계가 원활하며 군대의 규율과 규범을 준수하고 주어진 임무에 대해 수행 의지를 나타내는 등 병영생활 전반에 거쳐 만족을 느끼는 상태
성현주(2015)	조직구성원으로서 소속감을 느끼고 활기찬 병영생활을 영위하며 맡은 임무를 충실히 수행하려는 자세를 가지는 상태

김중배(2016)	군의 조직과 문화 가치 등을 주체적으로 수용하는 한편 환경을 우호적으로 개편하기 위해 자기의 내·외적 자원을 동원하는 환경과의 교섭행위
정봉기(2016)	군 조직이 요구하는 목적에 부응함과 동시에, 심리적으로나 육체적으로 건강한 생활을 할 수 있는 상태
조동택(2017)	군대의 제반 규율·규범을 준수하고 소속 부대에서 부여한 직책·직무를 성실히 수행하며 상·하 동료 간 상호 조화롭게 협력하고 생활해 나가는 상태
유중원(2018)	군대 내에서 생활하면서 요구되는 업무수행과 대인관계와 같은 사회적 측면 모두에 적절하게 반응하고 효과적으로 대처하며 만족을 느끼는 상태
송태영(2019)	국가를 방위한다는 헌신의 자세와 열정을 가지고 군 생활에 임하며 자신에게 맡겨진 임무에 충성하고 군인으로서의 명예를 스스로 존중하고 가치 있게 여기고 즐거움과 만족감, 가치를 느끼는 상태
조은영(2019)	군 생활의 가치를 찾고 순종할 수 있는 태도를 가지며 심신의 건강을 도모하며 선임관계, 동료관계에서 만족하고 부여된 직무에 따라 업무능력을 향상시킬 수 있는 상태

이와 같이 국내·외 연구들을 살펴보면, 군생활적응의 주요 요인은 심신건강 영역, 대인관계 영역, 직무만족 영역, 조직환경 영역으로 나눌 수 있다.

첫째, 심신건강 영역은 신체적, 정신적으로 건강한 상태를 말한다. 주요 연구는 코헨과 윌스(Cohen & Wills, 1985), 정봉기(2016), 조은영(2019) 등이 있다. 코헨과 윌스는 정신적, 신체적으로 건강한 상태를 유지하며 개인의 능력과 군 환경에 따라 심리적인 조화를 이루는 상태라 하였다. 정봉기(2016)는 군 조직이 요구하는 목적에 부응함과 동시에, 심리적으로나 육체적으로 건강한 생활을 할 수 있는 상태라 하였다. 조은영(2019)은 군 생활의 가치를 찾고 순종할 수 있는 태도를 갖고 심신의 건강을 도모하는 것이라 하였다.

둘째, 대인관계 영역은 상·하급자 및 동료 간 의사소통 시 적절하고 조화롭게 반응하고 대처하여 대인관계가 원활한 상태를 말한다. 주요 연구는 장정기(2014), 강명숙(2015), 조동택(2017) 등이 있다. 장정기(2014)는 상·하급자 및 동료 간 조화를 이루며 생활하는 상태라 하였다. 강명숙(2015)은 상·하급

자 및 동료 간 의사소통 시 적절하고 조화롭게 반응하고 대처하여 대인관계가 원활한 것이라 하였다. 조동택(2017)은 상・하 동료 간 상호 조화롭게 협력하고 생활해 나가는 상태라 하였다.

셋째, 직무만족 영역은 역할수행에 있어서 자발성과 만족감을 느끼는 상태를 말한다. 주요 연구는 스타우퍼(1949), 성현주(2014), 유중원(2018), 송태영(2019) 등이 있다. 스타우퍼(1949)는 군 복무를 하는 과정에서 행복감을 느끼며 맡은 임무에 대해 사명을 갖고 자신의 위치나 직위, 업무에 만족감을 느끼는 태도라 하였다. 성현주(2014)는 조직구성원으로서 소속감을 느끼고 활기찬 병영생활을 영위하며 맡은 임무를 충실히 수행하려는 자세를 가지는 것이라 하였다. 유중원(2018)은 군대 내에서 생활하면서 요구되는 업무수행과 대인관계와 같은 사회적 측면 모두에 적절하게 반응하고 효과적으로 대처하며 만족을 느끼는 상태라 하였다. 송태영(2019)는 국가를 방위한다는 헌신의 자세와 열정을 가지고 군 생활에 임하며 자신에게 맡겨진 임무에 충성하고 군인으로서의 명예를 스스로 존중하고 가치 있게 여기고 즐거움과 만족감, 가치를 느끼는 상태라 하였다.

넷째, 조직환경 영역은 조직 운영, 교육훈련, 생활관 등 변화된 환경에 조화하도록 노력을 하는 상태를 말한다. 주요 연구는 라자루스와 포그먼(Lazarus & Folkman, 1984), 무어하우스(Moorehouse, 1991), 김중배(2016) 등이 있다. 라자루스와 포그먼(1984)은 군 환경 내에 균형과 조화를 이루어 나가며 업무를 수행하고 일을 해결해나가는 과정에서 합리적인 방법으로 처리해나가는 것으로 이를 통해 자신에게 놓인 환경에 올바르게 순종하는 자세를 갖는 상태라 하였다. 무어하우스(1991)는 개인이 요구하는 욕구와 군에서 요구하는 환경적인 요구에 대해 조화를 이루는 상태라 하였다. 김중배(2016)는 군의 조직과 문화 가치 등을 주체적으로 수용하는 한편 환경을 우호적으로 개편하기 위해 자기의 내・외적 자원을 동원하는 환경과의 교섭행위라 하였다.

또한 군생활적응의 요소를 측정한 연구를 살펴보면, 박현철(2001)은 직무, 역할 등 군 내부적인 요인과 가족・친구와의 관계 등 군 외부적인 2가지 요

인으로 구분하였고, 오현철(2012)은 심신의 건강, 임무수행 의지, 직책 및 직무에 대한 만족, 조직환경에 대한 태도, 군 생활 가치 등 5가지 요인이라고 하였다. 유성윤(2012)은 이성 관계, 부대 환경, 성격 및 심리, 동료 및 상하관계, 신체, 가정환경 등 6가지 요인이라고 하였고, 김옥란과 김완일(2014)은 군 생활에 대한 가치, 심신 건강, 업무능력, 동료관계, 선임 관계, 애인 관계 등 6가지 요인으로 구분하였다. 이를 종합해보면, 병사 개인의 성격, 심신의 건강, 군 생활에 대한 가치, 직무에 대한 만족도 등 개인 내적인 측면과 가족・친구・이성・동기・상사와의 관계, 군대 내 생활환경 등 개인 외적인 측면을 확인함으로써 군 생활에 잘 적응하고 있는지를 확인할 수 있다(정다운, 2019).

이상의 내용으로 살펴볼 때, 본 연구에서의 군생활적응은 개인 내적인 측면과 개인 외적인 측면을 포함하여 심신이 건강한 상태에서 부대원들과 원만한 대인관계를 유지하며 군이라는 조직에 순응함으로써 조직구성원으로서 소속감을 느끼고 맡은 바 임무를 충실히 수행하며 활기찬 병영생활을 하는 것이라는 포괄적인 것으로 정의한다.

1.3. 전입신병의 군생활적응에 관한 선행연구

전입신병의 군생활적응을 위해 어떠한 도움이 필요한지 알아보기 위해 ① 전입신병 대상 연구와 ②병사의 군생활적응에 대한 연구를 통해 살펴보았다.

①2001년부터 2022년 지난 20여 년간 국내에 발표된 전입신병 대상 연구는 다음 <표 Ⅱ-3>과 같다.

<표 Ⅱ-3> 전입신병 대상 연구

연구자(연도)	제목	기간/인원
이아람(2008)	자기표현 중심의 집단미술치료가 입대초기 장병의 불안 및 군생활 스트레스에 미치는 효과	1개월 미만/ 12명
홍점동(2010)	집단미술치료가 신세대병사의 군생활적응에 미치는 효과	6개월 미만/ 7명
박계연(2010)	신병의 자아탄력성 및 병영스트레스에 미치는 집단원예 프로그램의 효과	이등병/ 8명
유성윤(2012)	공군 입대 신병 군생활적응 척도 개발	2주 미만/ 533명
정현주, 권재철 외(2014)	한국적 의사소통 집단상담 프로그램이 전입신병의 인간관계와 군생활적응에 미치는 효과	- 19명
엄명숙(2016)	육군 전입신병의 군생활적응력 향상을 위한 독서치료 사례연구	- 8명
이혜영, 장석환 (2017)	집단미술치료가 전입신병의 군생활적응 및 정신건강에 미치는 효과	7개월 미만/ 15명
허기영(2017)	GOP 전입신병의 병영생활에 대한 문화기술적 연구	일병 진급 전/ 4명

전입신병을 대상으로 한 연구는 8편으로, 병영생활에 대한 문화기술지연구(허기영, 2017) 1편, 군생활적응 척도개발 연구(유성윤, 2012) 1편으로 나타났다. 프로그램 연구는 6편으로 미술치료(이혜영, 장석환 2017; 홍점동, 2010; 이아람, 2008)가 3편으로 가장 많았으며, 독서치료(엄명숙, 2016) 1편, 원예치

료(박계연, 2010) 1편, 언어 중심 집단상담(정현주・권재철 외, 2014) 1편으로 나타났다.

이아람(2008)은 전입신병의 낮은 계급이나 군대 특성상 개인의 의사가 존중되기 힘든 상황으로 인해 자신의 감정이나 생각을 표현하기 어렵다고 보았다. 이에 전입 후 1개월 미만의 전입신병 12명을 대상으로 자기표현 중심 집단미술치료를 진행하였으며 그 결과 장병의 불안 및 군 생활 스트레스가 감소함을 확인하였다.

홍점동(2010)은 전입 후 6개월 미만의 전입신병 7명을 대상으로 군생활적응 향상과 군생활적응 하위 영역인 심신상태, 임무수행 의지, 직책과 직무만족도, 군조직환경에 대한 태도에 미치는 효과를 알아보고자 집단미술치료 프로그램을 적용하여 위의 영역에서 긍정적인 결과를 얻었다.

박계연(2010)은 병영 스트레스가 높은 이등병 8명을 대상으로 자아탄력성을 증진시키기 위한 집단원예치료 프로그램을 개발하여 입대 초기 변화된 환경에 적응의 어려움을 겪고 심리적 압박과 사고위험에 노출되기 쉬운 신병들에게 적용함으로써 그들의 자아탄력성을 증진하고 병영 스트레스를 감소하는데 유용한 프로그램임을 확인하였다.

유성윤(2012)은 전입 후 2주 미만 전입신병 533명을 대상으로 입대 후 군생활적응 정도를 제대로 파악하고 측정할 수 있는 타당하고 신뢰할 수 있는 공군 입대 신병의 군생활적응 척도를 개발하고 그 타당도와 신뢰도를 검증하였다.

정현주・권재철 외(2014)는 전입신병의 어려움을 초기 대인관계 형성이라고 보았으며, 대인관계 갈등의 발생을 사전에 예방하고자 전입신병 19명을 대상으로 국방부에서 추천한 한국적 의사소통 집단상담 프로그램을 활용하여 전입신병들의 군생활적응, 인간관계, 의사소통능력에 미치는 효과를 알아보고자 하였으며 유의미한 결과를 얻었다.

엄명숙(2016)은 전입신병의 어려움을 대인관계로 보고, 지휘관의 추천을 받은 전입신병 8명을 대상으로 독서치료 프로그램을 실시한 결과 전입신병의 대인관계가 향상되어 생활관에서의 생활 태도 변화와 적응력 향상에 도움을

주었다. 또한 긍정적 자기 인식, 자신감 향상, 만족감 증대, 타인과의 신뢰적 지원 관계 형성을 돕는 유익한 프로그램으로 검증되었다.

이혜영(2016)은 군의 계급주의에서 오는 긴장과 불안이 전입신병에게 극도의 스트레스로 촉발하며 급격히 달라진 환경, 폐쇄된 공간이라는 특수성은 고립감과 외로움을 느끼게 하여 우울을 유발한다고 했다. 또한 심리적 좌절과 무기력으로 극도의 답답함을 느끼고 해결할 방법이나 희망이 없다고 판단하면 자살 생각을 한다고 보았다. 이에 전입 후 7개월 미만의 전입신병 15명을 대상으로 집단미술치료를 실시하여 전입신병의 군생활적응 및 군생활스트레스, 우울, 불안, 자살생각 등 정신건강에 긍정적인 효과를 미쳐 군생활 적응을 유도하여 이들의 정신건강 문제를 예방하고 건강한 군 복무를 돕는 데 유용하다고 하였다.

허기영(2017)은 전입신병이 폐쇄적인 공간과 회피할 수 없는 상황에서 매일 경직된 생활을 하며 자신의 힘든 이야기를 하지 못한다고 보았다. 이에 최전방 GOP 부대 전입 후 일병 진급 전까지의 전입신병 4명을 대상으로 7개월간 문화기술지 방법을 통한 심층면담을 실시하였다. 전입신병들은 어떤 고민 속에서 살아가는지, 전입신병들이 느끼는 군대의 문화는 무엇인지, 병영생활 속에서 어떠한 현상들이 도출되는지를 알기 위해 그들의 생각과 언어분석을 통해 도출된 결과들은 국방부에 요구하는 정책을 제언하였다.

이상의 내용으로 살펴볼 때, 전입신병은 자신이 생활하던 사회와 급격하게 달라진 환경의 변화와 회피할 수 없는 상황에서 경직된 생활을 하면서 고립감, 외로움, 답답함을 느끼고 우울, 불안 등 스트레스를 경험한다. 또한 낮은 계급으로 인해 자기표현에 제한이 있으며, 대인관계의 어려움을 겪는 것으로 나타났다. 이에 미술치료, 독서치료, 원예치료, 언어상담 등을 통해 자기표현이나 자아탄력성 증진, 스트레스 감소, 대인관계 향상을 통해 전입신병의 정신건강 문제를 예방하고 군생활적응을 유도함을 알 수 있다.

②2010년부터 2022년 지난 10여 년간 국내 병사의 군생활적응 관련 박사논문 23편, 학술지 논문 109편, 총 132편의 논문을 중심으로 연구 동향을 분석

한 결과는 다음과 같다(윤수진, 김영순, 2020).

첫째, 발행연도를 살펴보면, 2010~2012년까지 10편 미만으로 발표되다가 2013년부터 2017년까지 꾸준하게 증가하였으며 2018년 이후 조금씩 감소하는 추세를 보였다. 이는 2011년 군 내 사건·사고가 언론에 보도되면서 병사들의 군생활적응에 대한 사회적 관심이 증가하여 군 생활 적응에 관한 연구자의 저변이 확대되었음을 알 수 있다.

둘째, 발행처를 살펴보면, 사회복지학과, 한국군사회복지학회, 한국상담학회에 논문들이 많이 게재되었다. 이는 '병영생활상담관제도'의 본격적인 시행에 따라 군 상담 및 군 복무 환경에 관한 관심이 증가한 데 따른 결과로 해석된다.

셋째, 연구대상을 살펴보면, 우선 소속군별로 볼 때 연구의 87%가 육군에 집중되어 있다. 이는 육군이 전체 병사의 78% 이상을 차지하고 있으며, 징집되는 육군과 달리 해군, 공군 해병대는 지원해서 군 복무를 하고 기술병 위주의 병영생활로 인해 육군과 비교하면 사건·사고가 현저하게 낮기 때문으로 보인다. 다음으로 개인별 특성을 살펴보면, 92%의 연구가 일반병사를 중심으로 진행되고 있으며 부적응병사를 대상으로 진행된 연구는 8%로 대부분 심리·상담프로그램의 방법으로 진행되고 있었다. 또한 3개월 미만의 전입신병을 대상으로 한 연구는 4편에 불과하였다(허기영, 2017; 유성윤, 2012; 박계연, 2010; 홍점동, 2010). 반면, 일반병사 중 2015년 이후 동성애자, 특기병, 다문화 병사를 대상으로 한 연구도 이루어지고 있어 다양한 분야의 연구가 조금씩 진행되고 있음을 알 수 있다.

넷째, 연구방법을 살펴보면, 상당수의 연구가 특정 시점에서 많은 조사 대상자들에게 조사된 설문지를 토대로 한 양적연구로 진행되었다. 또한 군생활과 연관된 변인에 대한 효과성을 검증하는 것에만 편중되어 있음을 알 수 있다. 박사논문 중 질적연구는 6편(성복순, 2015; 정성모, 2015; 허경운, 2015; 김중배, 2016; 이은주, 2018; 박상혁, 2019)으로 부적응병사, 다문화병사, 동성애자, 전역사병 등 특정 대상의 연구로 보안과 통제를 중시하는 군의 특성상 일반병사를 대상으로 관련 연구를 수행하는 데 따른 제약이 반영된 결과로

보인다.

다섯째, 주제어와 연구내용을 살펴보면, 주제어는 스트레스, 사회적 지지, 자아존중감, 가족건강성, 대인관계 순으로 나타났고, 연구내용은 심리/정서 영역이 큰 비중을 차지하고 있었다. 이를 통해 병사가 스트레스 등 심리·정서적으로 많은 어려움을 겪고 있다는 것을 알 수 있고 그 원인이나 해결 방법으로 사회적 지지, 자아존중감, 가족건강성, 대인관계의 문제를 중점적으로 다루고 있음을 알 수 있다.

여섯째, 프로그램별로 살펴보면, 군생활적응 연구가 주로 일반병사를 대상으로 이루어졌다면 프로그램 연구는 일반병사와 부적응병사가 비슷한 비율로 연구되었다. 프로그램 유형으로는 상담, 미술, 원예, 음악, 불교 등 다양한 프로그램이 진행되고 있었다. 이러한 프로그램이 효과를 높이려면 우선적으로 병영문화가 개선되어야 할 것으로 보인다. 이에 병영환경과 분위기를 개선시킬 수 있는 프로그램 개발이 필요하다고 본다. 반면 군 생활에 적응하지 못하는 병사가 늘어나는 것에 비해 군생활적응 관련 프로그램 연구는 12편에 불과하였고 병사 대상 프로그램은 군과 연계하여 발전시키지 못하고 일회성에 그치고 있었다.

이상의 내용을 살펴보면, 병사의 군생활적응과 관련한 연구는 대부분 일반병사를 대상으로 설문지를 통해 군생활적응과 연관된 변인에 대한 영향이나 효과성을 검증하는 양적연구로서, 상담 및 심리 프로그램의 질적연구는 부적응병사를 위주로 진행되고 있다. 또한 주제어를 통해 병사들이 심리·정서적으로 많은 어려움을 겪고 있고 해결 방법으로 스트레스 대처, 사회적 지지, 자아존중감, 가족 건강성, 대인관계 문제를 중점적으로 다루고 있음을 알 수 있다. 군생활적응 관련 프로그램 연구는 12편에 불과하였고 군과 연계하여 발전시키지 못하고 일회성에 그치고 있음을 알 수 있다.

2. 명화감상 집단미술치료

2.1. 명화감상

케니스(Kenneth, 1982)에 의하면, 명화는 오랜 세월 많은 사람들 사이에서 지속적인 사랑을 받고 가치를 인정받은 인류의 창작물이다. 화가가 시대정신에 입각하여 자신의 개인적인 경험을 우주적인 경험으로 승화시켜놓은 것으로서 그 속에는 개인의 가치관, 감정뿐 아니라 사회, 철학, 자연에 이르기까지 다양한 의미가 담겨있다. 아일워드(Aylward, 1993)는 명화가 시대와 공간을 넘어 역사의 다양한 사건들을 보여주며 문화의 거대한 흐름과 인간 삶의 방식 및 인식의 다양성을 창의적으로 표현한 모습을 담고 있다고 하였다(송미숙, 2018). 미첼(Mitchell, 2010)은 명화가 물질적이면서 동시에 가상적인 육체를 전시하며 때로는 비유적으로 우리에게 말을 걸어 '언어가 건널 수 없는 심연' 을 넘어 말없이 우리를 되돌아본다고 하였다.

우리가 명화를 감상한다고 할 때 본다는 행위는 대상을 의식하여 주시하는 것만을 보는 선택적 행위로서(Berger, 1972), 대상을 수동적으로 바라보는 것이 아니라 적극적으로 관여하는 정신 과정이라 할 수 있다. 영영사전에 '보다' 의 'see' 를 찾아보면 '두 눈을 통해서 지식을 얻거나 깨닫는 것' 이라고 설명한다. 프랑스어 '알다' 의 'savoir' 에는 '소유하다' 의 'avoir' 와 '보다' 의 'voir' 이 합성되어 있다. 아른하임(Arnheim, 1954) 또한 본다는 행위는 '시각적 판단' 으로서 '단번에 보아버리는 본질' 이 있어 지식에 의한 첨가가 아닌 즉각적으로 지각되는 통합적 요소를 지니기에 시각의 힘은 지각, 감각 또는 사고하는 것만큼 심리학적 실재성을 갖는다고 하였다(정여주, 2021). 인지심리학에서도 본다는 행위는 시각적 대상인 '감각 ⇨ 지각 ⇨ 인지' 라는 세 단계를 거치며 완수하는 것으로서, 보는 활동에 인식이 통합되어 있다고 본다. 즉, 본다는 것은 인지하는 것이고 본다는 행위는 곧 이해하거나 깨닫는 것이다(박휘락, 2003).

보는 것이 전제되는 감상은 주체가 어떤 대상에 관하여 스스로 관심을 갖

고 미를 체험하며 판단하는 정서와 사고의 종합 활동으로써, 명화감상은 표현된 이미지를 보는 일과 동시에 작품이 갖는 의미를 느끼고 읽는 활동을 말한다(박정선, 2020). 본래 감상의 ‘appreciation’ 은 라틴어의 ‘appreciatis’ 에서 온 용어로 ‘appraise’, 즉, 품질, 크기, 무게 등을 ‘평가하다, 감정하다, 값을 매기다’ 등의 뜻으로 미술작품의 의미와 질, 가치를 평가하는 의미를 포함한다(김은진, 2015). 미술작품은 형, 색, 재료, 기술 등에 의하여 형성되는 시각적인 ‘형식’과 소재를 바탕으로 하여 나타나는 주제가 담고 있는 ‘내용’으로 형성되어 있다(오진영, 2009). 감상이란 일반적으로 이러한 명화의 감각적인 형식과 정신적인 내용을 맛보고 즐기는 미적 체험 활동이라 할 수 있다(박휘락, 2003).

명화감상의 일차적인 작용은 미적 향수이다. ‘미적 쾌락주의(appreciation as enjoyment)’로도 불리며 명화의 내용과 형식이 주는 감각적인 아름다움이나 쾌감을 음미하고 향수하는 것이다(Osbome, 2001). 하지만 감상은 그것보다는 더 깊고 고차적인 정신적 가치를 지닌 활동이다. 칸딘스키(Kandinsky)는 명화에서 형태란 단지 내용(정신)의 표현 수단에 불과하다고 봄으로써 명화가 단순한 미의 창조라는 형식주의와는 대립하는 입장을 취한다. 단지 화가는 내적 필연성에 따라 형태를 선택해야 할 의무를 가질 따름이라고 하였다(Bill, 1994). 즉, 명화감상은 명화의 감각적, 현상적 층인 ‘전경’을 통하여 화가의 정신적 세계로서의 가치적 층인 ’ 후경 ‘에 깊숙하게 들어가 화가의 사상 세계와 만나 대화하는 활동이라 할 수 있다(Hartmann, 2017).

프로이트(Freud, 1917)는 예술가란 자신의 내부에 억압된 심리에 미적 형식을 부여하여 미적 쾌감과 신선한 의미, 내적 환상을 불러일으키는 전문가라고 하였다(Spitz, 1985; 박정선, 2020 재인용). 화가들은 자신의 작품 속에 자신의 삶과 욕망 등 희로애락의 다양한 정서와 개인의 갈등, 문제점 등을 암시적으로 드러내고 표현하며 카타르시스를 느끼면서 마음의 치유를 얻는다. 이것은 그림을 보는 감상자에게도 그대로 전달되어 자신과 비슷한 상황에 있는 화가의 감정에 몰입되며 화가와 유사한 치료의 효과를 얻을 수 있다. 이를 통해 감상자도 화가와 비슷한 감정을 갖게 되면서 자신의 문제를 인지하

게 되고 내면의 상처를 스스로 극복할 힘을 얻게 된다(신영선, 2014). 이렇게 볼 때 명화는 화가 자신에 한정된 치료의 기능뿐만 아니라 감상자에게도 치료의 효과가 전달됨을 알 수 있다(김선현, 2011). 이해나 지식, 판단과 평가 혹은 그 근거 등으로 묘사되는 것이 아니라 감상자를 찌르고 관통하는, 살아있는 감성에 의한, 마치 벼락을 맞는 것 같은 강렬한 체험이 감상의 본질이다(류지영, 2018).

리드(Read, 1972)는 명화가 감상자를 '움직인다'고 하였다. 이러한 마음의 움직임으로 감상자는 명화 앞에서 자신의 판타지와 기억들이 자극을 받고 더 나아가 자신만의 생각이 시작되기 때문에 이 만남의 과정에서 감상자의 무의식이 투사되고 역동이 일어난다(정여주, 2021). 위그(Huyghe, 1960) 또한 감상자가 명화감상을 통해 말 없는 언어의 강력한 정서와 만나게 되고 자신의 깊은 정서 세계에 닿게 된다고 하였다. 라캉(Lacan, 1973)은 화가와 감상자의 시선 교환을 '주체에서 주체로 회전하는 것'으로 설명한다. 명화를 보러 간 '나'는 명화를 보면서 '욕망하는 주체로서' 명화 속 응시와 대면하게 될 것이므로 '다른 주체'로 회귀하게 된다는 점을 말한다. 즉, 명화감상은 인간과 인간의 만남에서 일어나는 '공명'이고 '감동'이며 명화를 매개로 화가의 삶과 만나서 대화하고 음미하면서 감상자 자신의 존재와 삶의 방식을 스스로에게 엄격히 묻고 비판하는 행위라 할 수 있다(박휘락, 2003).

또한 명화감상은 감상자의 내면을 흔들어 기존의 시각에 많은 물음과 영감을 얻게 한다. 화가의 내적 시선, 세계관, 상상, 창의력을 통해 감상자는 명화 앞에서 한 번도 보지 못한 신세계를 만남으로써 명화감상은 감상자의 선입견이나 편견을 깨는 각성의 순간이 되며 감상자를 정신적 성장으로 이끄는 미적 체험이 된다(Kutschbach, 1996; 정여주, 2021 재인용). 바르트(Barthes, 1966)는 스투디움(Studium)과 대비되는 푼크툼(Punctum)에 대해 언급한 바 있다. 스투디움이라는 전제되고 코드화된 맥락과 대비되는 푼크툼은 익숙한 맥락을 깨뜨리는 이질적인 그 무엇이다. 진부하고 정답으로 알고있는 과거의 것을 그저 받아들이는 것이 아니라 어떤 깨달음, 발견으로서 감상은 이루어진다.

비고츠키(Vygotsky, 1925)에 따르면, 인지적 통찰과 정서적 정화는 명화감상의 두 축으로 이 둘은 통합되면서 미적 경험을 구성한다고 한다. 만약 명화감상이 인지만을 포함한다면 무미건조한 논문을 읽는 것과 다를 바 없고 반대로 정서만을 포함한다면 삶의 통찰이나 의미를 던져주지 못하는 환각이나 백일몽과 다를 바 없기 때문이다(안지연, 2014). 즉, 명화는 '보는 것'이기도 하며 '읽는 것'이기도 하다. 보는 것은 작품의 형식적인 요소를 중심으로 감흥을 느끼는 것이고, 읽는 것은 작품의 내용, 맥락적 지식, 작가의 의도 등을 읽으며 작품의 감흥을 느끼는 것이다(이은적, 2004). 명화는 형식이라는 언어로 감성을 일으키며, 지성에 호소하여 의미를 구성하는 내용을 부르고, 또한 감정에 호소하여 감상자의 참여를 자극한다. 즉, 명화를 하나의 과제(text)로 상정하고 우리에게 주고 있는 메시지인 기호를 전체적인 맥락(context)에서 읽어나가는 것이다(전성수 외, 2004).

또한 화가와 감상자 간의 전달(커뮤니케이션)구조는 '화가-명화-감상자' 란 세 요소로 이루어진다. 이전까지 감상의 이론이나 방법 탐색은 주로 '화가-명화'의 두 요소에 집중되어 있었다. 명화감상에 있어 감상자가 명화와 대화해야 할 구체적인 과제와 길을 화가와 의도에만 맞추려는 방법은 감상자의 자유로운 상상을 제한하고 명화를 주체적 의식에서 볼 수 없게 시야를 좁게 한다(정명희, 2017). 명화를 '위대한 작품'으로 인식함과 동시에 경배의 대상으로 다가와 작가의 의도만을 찾는 데 급급하게 만들 것이며 자유로운 해석과 판단을 허용치 않을 것이다. 이른바 이 명화는 누구누구의 작품이란 생각으로 위대한 화가=위대한 명화이란 감상으로 꼼짝없이 얽어매어 놓을 것이다(박휘락, 2003).

야우스(Jauss)는 이와 같은 감상방법은 작품을 보고 느끼는 독자의 능동적인 역할의 가치를 논하지 않는 모순과 한계가 있음을 지적하였다(박정선, 2020). 그는 이를 극복하기 위해 '작가-작품-독자' 중심의 작품해석 과정에 집중, 작품해석에 있어 독자가 차지하는 역할의 위상을 높이고 작품과 독자의 소통을 중시하는 수용미학(Aesthetics reception)을 정립하였다(김천혜, 1998). 수용미학은 1960년대 말 서독의 문예학에서 야우스, 잉가르덴

(Ingarden), 이저(Iser)에 의해 제기된 예술비평이론 가운데 하나로(차봉희, 1985), 수용미학이 명화 감상에 도입된 것은 1980년대 캠프(Kemp)에 의해서이다(박휘락, 2003). 캠프는 이저가 수용미학에서 독자를 '암묵적 독자'라고 했듯이 그도 미술에서 '암묵적 감상자'의 존재를 부각시킨다. 이것은 명화의 의미와 가치가 명화 속에 '내재'한다는 생각에서 벗어나 명화의 의미와 가치는 '명화'와 '감상자'의 상호작용 관계에 의하여 생산된다는 미학으로 발전하게 된 것을 뜻한다(정명희, 2017). 즉, 명화에 대한 의미 구성은 쌍방향의 과정이며 그 과정에 있어서 감상자의 역할이 중심을 이룬다는 것을 의미한다(박휘락, 2003).

로이터리쯔(1997) 또한 명화란 능동적으로 인지하는 주체가 없이는 음, 철자, 색과 다른 재료들을 단순히 모아놓은 것에 불과하다며 명화감상은 명화와 화가, 감상자 사이의 복합적 상호활동을 통해 이루어지는 것이라고 언급한다. 피카소(Picasso)도 작품이 완성되어도 그것을 보는 감상자의 감정 상태에 따라 변한다고 하였고 로스코(Rothko) 또한 작품은 사람과 교감함으로써 존재하는 것이며 감상자에 의해 확장되고 생장한다고 말했다(Baal-Teshuva, 2006). 즉, 명화는 감상자를 통해서만 생명을 가지며(Klee, 1991) 감상의 주체가 되는 감상자의 의식, 심리적 상황 및 의지 등이 명화와 상호작용 과정을 거쳐 재탄생하는 것이다(정여주, 2021). 예술을 역동적으로 경험한다는 것은 화가, 감상자, 명화 간 지속적 상호작용이 일어나고 있다는 말이며 이는 명화에 대한 고정된 해석을 거부하는 것이고 감상자의 수동성을 거부하는 것이며 화가와 명화의 초월적 지위를 벗기는 일이라 할 수 있다(박연숙, 2006).

잉가르덴은 수용미학에서 문학작품을 다중적인 구조물로 보고 각 층에는 아직 확실한 의미가 표현되지 않아 채워져 나가야 할 '틈'이 있으며 이것은 독자의 구체화 과정을 통해 채워진다고 보았다(박정선, 2020). 독자는 독서행위에서 텍스트를 구체화함으로써 불확정적인 틈을 채워나가고 작품의 의미를 풍부하게 하면서 스스로 작품의 내용에 관여하는 '내포독자'가 된다는 것이다(차봉희, 1985). 이저 또한 작품이란 작가에 의해 탄생된 예술성과 독자의 심미적 경험을 함께 공유한다는 것으로 보았다. 작품해석 과정이 개

방된 상태일 때 텍스트의 본질을 더 잘 알 수 있고 변형 및 창작의 기회가 더욱 촉진되어 다양한 의미 파악이 가능하다고 보았다(박정선, 2020). 즉, 진정한 독서란 단순히 작품의 의미가 무엇인지 파악하여 지식화하는 것만이 아니라, 독서행위에서 개인의 이해, 경험, 욕구 등을 바탕으로 상상력과 창의력을 발휘하여 새로운 의미를 생산해야 한다는 것이다(김지원, 2019).

명화감상 또한 감상자의 주도적인 지적·감성적 활동을 통해 명화 속에 내재된 다양한 층위의 틈들을 채워가면서 이전까지 경험하지 못한 것을 경험하도록 하다(송미숙, 2018). 이러한 틈은 감상자에게 다양한 선택과 해석의 가능성을 제공하며 사고를 열어 유연성과 포용력을 발휘하게 해준다(정명희, 2017). 명화의 불완전성이라는 것은 어떠한 결함이나 실책에 기인하는 것이 아니라 그보다는 관조자나 해설가나 감상자의 환상을 통해서 채워지고 충족되어야 할 어떤 무규정성과 일반성에서 비롯되는 것이다. 명화를 단순한 수용의 상태에서 한 단계 끌어올리는 것이다(Hartman, 1987). 바르트(1966)는 저자의 죽음을 말했다. 그리고 저자의 죽음은 이제 감상자의 탄생으로 이어지게 된다(류지영, 2018). 명화는 하나의 생명체로서 감상자와 대화를 나눌 수 있으며 새로운 의미와 생명을 가지고 태어날 수 있다.

이상의 내용으로 살펴볼 때, 본 연구에서의 명화감상은 감상자를 통해서 생명을 가지는 것으로 이해할 수 있다. 감상자는 명화를 맛보고 즐기는 감성적이며 주관적인 체험을 통해 자신의 판타지와 기억들이 자극을 받아 무의식이 투사되어 역동이 일어난다. 이 과정을 통해 자신의 감정과 느낌을 인식하며 자신을 재조명하게 된다. 또한 명화감상은 화가의 세계관이나 창의력을 통해 감상자의 내면을 흔들어 기존의 선입견이나 편견을 깨는 각성을 하게 된다. 이러한 정서적 정화와 인지적 통찰이 명화감상의 두 축을 이루는 것으로 ‘보는 것’이기도 하며 ‘읽는 것’이라고 정의한다.

2.2. 명화감상 집단미술치료

집단미술치료는 집단상담과 미술치료의 특성을 결합한 것이다(이황은, 2009). 집단상담은 심리적 문제가 심각하지 않은 사람들이 모여 집단을 형성하고 상담자와 함께 서로를 신뢰하고 허용하는 분위기 속에서 자기 이해와 수용 및 개방을 촉진하는 상호작용을 함으로써 개인의 태도와 행동을 변화시키고 문제를 해결하며 나아가 잠재능력의 개발을 꾀하는 활동이다(천성문 외, 2021). 이는 사람이란 상대방과 상호작용하는 가운데 지속적으로 발전하는 존재라는 생각을 기초로 하며(옥금자, 2007), 집단상담은 집단구성원들 간 다양한 상호작용을 통해 개인 상담에서 기대할 수 없었던 치료 효과를 거둘 수 있다(김선명, 2015).

집단은 '축소된 사회'(Yalom, 2005)로서 '살고 기능하는 또 하나의 소우주'라 할 수 있다(Corey & Corey, 2004). 베일스(Bales, 1953)는 40년간 수많은 집단의 상호작용을 관찰한 결과 과제 관계 혹은 사회·정서적 상호작용을 통해 집단구성원들이 서로 친해지고 신뢰가 생기면서 상호 간 지지를 통해 치료가 이루어진다(김창오, 2012)고 하였다. 이는 집단응집력과 관련되며 집단응집력이 높은 경우 집단에서 따뜻함과 편안함 소속감을 느껴(Yalom, 1995) 긍정적인 상호작용의 기회를 제공하게 함으로써 집단구성원들이 서로 이해하고 수용하는 등 상호 협조하는 분위기를 이끌어낸다(김춘경, 김미영, 2004; 김서주, 황인옥, 2014).

얄롬(Yalom, 2005)은 집단구성원들은 자신과 유사한 문제를 가진 다른 집단구성원의 치료과정을 관찰함으로써 대리적 또는 관계적 치료 경험을 하게 된다고 하였다. 서로 어려움을 공유하고 치유하는 집단상담에서 구성원들은 자신이 경험한 고달픔과 어려움을 나누고 혼자 숨겨왔던 말들을 토해내며 서로 상처를 치유해가고(노혜련 외, 2008) 그동안의 삶과 경험을 능동적으로 재해석하게 된다(Barnes & Shardlow, 1997; Borden & Serido, 2009).

또한 집단상담 속 상호작용 속에서 개인의 왜곡된 사고와 관계 방식이나 부적응적 행동을 드러나게 되고, 다수 집단구성원의 피드백을 통하여 합의적

검증과정을 거치게 된다(Yalom, 2005). 이러한 상호작용은 치료적 변화를 위해 필요한 중요한 수단으로서 집단구성원들은 자신의 모습에 대해 이해하고 수용하며 나아가 타인에게 자신을 개방하는 행동을 통해 성장하고 변화한다(이춘희, 김정희, 2002). 이 과정에서 집단구성원들로부터 다양한 자원을 얻을 수 있는데 이는 집단구성원 간의 차이점과 정보공유, 개인적 가치 경험과 문제해결을 위한 다양한 관점과 풍부한 자원을 제공한다(Sue & Sue, 2016).

또한 미술치료는 비언어적인 미술매체를 사용한 창의적인 조형 활동을 통해 개인의 감정을 미술작품으로 표현하며 그것을 언어로 표출하게 한다. 미술치료는 심리치료나 상담 장면에서처럼 언어가 아닌 미술이 중심 매개체가 되어 치료과정이 이루어지는 것이기 때문에 미술치료에서 '미술'에 대한 논의는 항상 중요한 주제로 다루어진다(정여주, 2016). 인간의 삶에서 미술은 집단생활을 하는 인간의 특성상 감정을 조절하기 위한 적응기제로서 현대에 이르기까지 인류 진화에 기여해왔으며 이와 같은 미술의 보편성은 미술치료 장면에서 미술이 언어와 같은 층위의 표현 도구로서 감정이나 내면을 표현하게 된다(허소임, 2020). 바르트(1966)는 미술의 기의(signified)는 항상 이동되며 분석이 무한하여 은유와 환유를 내포하는 다의적이고 복합적인 언어체라 했다. 이와 같은 맥락에서 퐁티(Ponty, 1983) 또한 미술의 언어적 기능을 '말 없는 언어'로 이해하였다.

미술치료에서 미술은 언어로 명료화하기 힘든 자신의 무의식적 사고를 시각화함으로써 무의식적 방어와 왜곡, 부정적 정서까지도 자유로이 드러나게 하여 내면에 있는 자신의 문제, 상황, 소망 등을 재인식하고 수용하는 데 효과적이다(박민정, 2021). 프로이트(1917)는 무의식에서 유래하는 본능적 충동(욕동)은 객관적으로 파악할 수 없으며 파악되더라도 자의식에 의해 형상화될 수 없다고 하였다. 미술이 무의식적 정신의 움직임을 형상적으로 가장 잘 표현한 정신의 영역으로서 그에게 미술은 바로 무의식의 세계가 실재한다는 근거였다(Spector, 1998). 융(Jung) 또한 그림은 내면의 이미지를 창조하기 위한 노력이며 무의식과 접촉하는 길인 알려지지 않은 정신에 이르는 다리가 된다고 하였다. 즉, 그림에 내포된 창조적 무의식에서 그림을 그리는 사람 자

신을 치유할 가능성을 발견하였다(Abt, 2008).

앨런(Allen, 1995)은 그의 저서『미술이라는 거울』에서 우리를 인간답게 살아있게 하는 것이 무엇인가를 알려주면서 '미술이 실제로 우리가 알고 있는 것을 깨닫기 위한 방법'이라고 했다(안소정, 2022). 이는 미술활동을 하는 동안 자신의 감정, 생각을 솔직하게 표현해 봄으로써 자신을 되돌아볼 수 있고, 자신을 이해할 수 있는 포용력이 생긴다(신영선, 2014). 또한 그 과정에서 새로운 관점에서 자신을 이해하게 되고, 자신의 정체성을 깨닫게 되어 자신의 우울과 고통, 불안의 원인을 찾을 수 있고 나아가 미술의 창조성을 통한 성취감과 자신감을 얻게 된다(신영선, 2014).

이러한 창조에는 상당한 치료적 의미가 있다(May, 1975; Storr, 2009). 메이(May, 1975)는 창조적 과정이 자아의 표현이며 실존적 갈등을 직면시킨다고 확신하였으며 창조성이 정신건강의 핵심이라고 믿었다. 미술에서의 창조적 활동은 단순히 자기표현에 머무르지 않고, 내면을 드러내며 치유의 힘을 갖는다. 창조성은 자신의 삶을 형성하고 또한 자신이 처한 어려움을 극복하는 인성의 특징과 맥락이 같이 하여(Bachmann, 1993), 인간이 창의적인 활동 경험을 하게 되면 이 경험은 자신의 삶 다른 영역에도 전이된다. 즉, 미술활동으로 작품을 창조한다는 것은 자신의 제약을 넘어서 새로움을 시도하는 여정을 말한다(김애자, 2012).

또한 일반적인 언어를 매개로 하는 상담과 매체를 활용하는 심리치료는 치료단계와 치료적 요인에서 그 차이를 볼 수 있는데, 미술치료의 경우 창작과정과 작품을 통한 치료사와의 상호작용하는 과정이 포함된다(Rubin, 2008). 리델(Riedel, 1992)은 미술치료의 긍정적 효과에 대해 4단계의 임상 과정인 형상화 과정, 상상 과정과 상징화 과정, 대화 과정과 해석 과정, 치료적 만남과 관계의 과정에서 그 효과를 얻을 수 있다고 하였다. 이처럼 내담자는 미술을 활용한 창조적인 활동 과정에서 자신의 내적 경험을 시각적으로 표현하는 기회를 얻고, 치료자와의 소통 과정을 통하여 자신의 문제를 다룬다(김서영, 2021).

본 연구에서는 이러한 집단미술치료에 명화감상을 선행한다. 위너(Winner,

1982)는 예술에 대한 정신분석 이론은 예술이 바로 심리치료와 연결됨을 밝힌다고 하였고, 로이터리쯔(1997)도 미술의 지각 및 수용과 그에 대한 의식적인 논쟁인 수용미학에 근거하여 미술치료에서도 명화 감상이 치료 방법이 될 수 있다고 하였다. 정여주(2021) 또한 창의적 작업을 하는 화가뿐 아니라 예술을 수용하는 감상자도 화가의 심리적・정신적・영적 상태를 받아들이고 그와 대화하는 창의적 생산을 하는 것이라 하였다. 이에 미술치료에서도 그림을 그리거나 조형 활동을 하는 것뿐만 아니라 명화를 수용하고 감상하는 것을 치료적 목적에 적용할 수 있다고 하였다(최민선, 2019)..

지금까지 명화감상은 예술의 표상이 감성적이라는 전통적인 인식으로 인해 개인의 주관적 경험을 감각으로 표현한 느낌과 결부된 창작물로 간주되었다(박정선, 2020). 이는 서구문화에서의 강력한 철학적 이원론이 마음을 신체에서, 인지를 정서에서 분리시킨 결과이며, 이로써 명화감상은 인지적 수단보다는 감정을 정화하고 정서 표현을 활성화하는 수단이 되었다(이모영, 2019). 이와 같은 인식론에 의문을 제기한 셰플러(Scheffler, 1986)는 우리의 인지가 감정적 개입으로부터 자유로울 수 없으며 인지와 정서가 결부되어 인간의 심리 성장에 기여함을 지적했다(이주하, 2007). 이는 명화가 단지 취향과 관련된 정서 활동으로 머물지 않고 개인의 삶에 대한 관점을 변화시키는 치료 매체로 작용할 수 있다는 것을 의미한다(박정선, 2020). 즉, 미적 경험에 의한 정서가 인지에 미치는 영향 및 상호연관성이 확인되어 상담 과정에서 내담자는 명화에 나타난 화가의 경험과 정신세계에 대한 능동적인 발견과 이해를 통해 자기 내면의 관조에 의한 치료적 변화를 얻을 수 있다(박정선, 2020).

명화감상은 명화에 나타난 화가의 내면이 작품에 어떻게 드러나 있는지를 살펴보고 스스로 느끼면서 자신의 내면을 돌아보는 기회를 갖는다(김영애, 2015). 또한 명화 속 인물에 자신의 감정을 이입해 봄으로써 내면의 억압된 감정의 발산을 도와주고 이로써 치유의 실마리를 찾을 수 있다(채부교, 2016). 즉, 명화에 나타난 화가의 경험과 정신세계에 대한 능동적인 발견과 이해를 통해 자기 내면의 관조, 내적 욕구와 의도를 파악하고 해소하는 것으로 치료적 변화가 가능해지는 것이다(박정선, 2020).

또한 명화감상 후 내담자는 명화에 자극받은 개인적 내용을 자신의 그림으로 다시 표현한다. 감상을 통하여 일어난 자신의 감정, 기억, 경험 등을 미술로 표현함으로써 화가가 작업과정에서 자신의 작품과 씨름하고 대화하는 과정을 경험하듯이 내담자는 미술치료에서 그림으로 자신과 비언어적 의사소통을 시도한다. 이러한 활동으로 내담자는 감상자의 역할과 작가의 몫을 동시에 경험할 수 있다(정여주, 2021). 표현활동 중에 감상활동이 일어나기도 하고 감상활동을 토대로 재표현이 되기도 한다(남효인, 이수경, 2008). 즉, 감상과 표현은 본래 표리일체의 관계에 있을 뿐만 아니라 상호 상승 작용의 효과성을 가진다고 볼 수 있다(오진영, 2009).

이상의 내용으로 살펴볼 때, 본 연구에서의 명화감상 집단미술치료는 감정표현이 제한된 병사들에게 명화감상을 선행하여 자신의 감정, 기억, 경험 등의 역동을 통해 무의식 속 내면의 이미지를 상징적인 미술작품으로 표현하게 한다. 이때 '상징적 언어'인 미술작품은 언어적 표현의 어려움을 극복하게 하는 즉각적인 의사소통으로 작용하여(Naumburg, 1958) 무의식에 내재된 감정을 의식 수준으로 꺼낼 수 있도록 하여 감정 위기의 완충제로 작용한다(이근매, 2008). 이러한 자신의 미술작품은 표현과 소통의 수단이 되어 집단구성원 간 역동적인 상호작용을 통해 내적으로 갈등하는 시기에 서로 지지체계를 이루어 서로 어려움을 공유하고 치유하며 심리적인 안정감을 준다.

2.3. 명화감상 집단미술치료의 선행연구

국내 명화감상 집단미술치료 연구를 살펴보면, 2022년 기준 국내에 발표된 ‘명화감상’ 및 ‘명화활용’ 관련 연구는 196편으로 이 중 교육적 측면에서 미술수업의 학습 자료 연구는 158편, 미술치료 측면의 연구는 30편, 미학적인 측면의 연구는 7편으로 교육적 측면의 연구가 다수를 차지하였다(윤수진, 김영순, 2020). 또한 2020년 기준 미술치료 연구가 총 9,619편(안정아, 2020)인 것에 반해 명화감상을 활용한 미술치료 연구는 0.3%에 불과했다. 명화감상 집단미술치료 연구는 2013년을 시작으로 총 30편에 달하며 다음 <표 Ⅱ-4>와 같다.

<표 Ⅱ-4> 명화감상 집단미술치료 프로그램 연구

연구자(연도)	제목
김명신(2003)	미술작품 감상을 통한 미술치료의 연구 : 정신지체아의 집단미술치료 사례연구를 중심으로
황수미(2006)	명화감상을 통한 집단미술치료가 유아의 사회성에 미치는 효과
이상화(2009)	우울 성향을 가진 청소년의 명화감상을 중심으로 한 수용적 미술치료 단일사례연구
최연미(2010)	명화를 활용한 미술치료 프로그램이 유아의 정서지능에 미치는 영향
한보람(2011)	산후우울 예방을 위한 임상미술치료의 활용방안 연구 : 명화를 이용한 미술치료를 중심으로
천지혜(2011)	명화를 활용한 집단미술치료가 만성정신분열증 환자의 삶의 질에 미치는 영향
김희진(2011)	명화감상이 미술치료사의 자기 성장에 미치는 영향
조문영(2012)	명화감상을 통한 집단미술치료가 유아의 정서지능에 미치는 영향
방혜선(2012)	명화감상을 활용한 집단미술치료가 아동의 정서지능에 미치는 영향
최수정,오승진(2012)	이중섭 작품을 활용한 미술치료가 취약아동의 정서지능과 행동변화에 미치는 영향
황진영(2012)	명화감상을 활용한 미술치료 프로그램이 중학생의 정서지능에

	미치는 효과
최지언(2013)	초등학교 고학년 아동의 사회성 향상을 위한 감상활용 집단미술치료 프로그램 개발
김경희(2013)	감상중심 미술치료 프로그램이 성인 지적장애인의 자기표현력 향상에 미치는 영향
고정리(2014)	명화감상을 통한 미술치료 프로그램이 유아의 자아개념과 정서지능에 미치는 효과
박정선(2014)	수용미학 관점의 명화감상을 통한 심리치료 사례연구
채부교(2015)	마음챙김기술 증진을 위한 명화감상 집단미술치료 프로그램 개발
김영애(2015)	HIV/HIDS 감염인의 집단미술치료 경험을 통한 존재론적 탐구
정대겸(2015)	명화감상 활동이 초등학교 저학년 아동의 정서지능에 미치는 효과
소승희(2016)	명화의 이미지를 활용한 집단미술치료가 학교 부적응 아동의 또래 관계에 미치는 영향
최미연(2016)	감상기반의 미술치료가 방사선치료를 받은 암 환자의 불안 및 우울에 미치는 영향
김주혜(2016)	미술치료를 받은 암환자의 사례연구
이지은(2018)	명화를 활용한 집단미술치료 프로그램이 우울감이 있는 주부의 회복탄력성에 미치는 영향
정향숙(2018)	의미요법을 활용한 명화감상 집단미술치료가 중년여성의 삶의 의미와 심리적 안녕감에 미치는 영향
송미숙(2018)	명화감상이 조현병 환자의 정서 인식 및 표현에 미치는 효과 탐색
박영랑(2019)	명화감상을 활용한 집단미술치료가 청소년 자녀를 둔 어머니의 회복탄력성 및 삶의 의미에 미치는 효과
최주원(2019)	명화를 활용한 미술치료가 워킹맘의 가사 스트레스와 회복탄력성에 미치는 영향
박정선(2020)	수용미학 관점의 명화감상을 통한 우울증 청소년의 상담 및 심리치료 가능성 탐색
송현섭(2020)	긍정심리학을 적용한 집단예술치료가 노인의 행복감과 우울에 미치는 효과: 에바알머슨 작품을 중심으로
박정임(2020)	현대미술감상 활용 집단미술치료가 아동의 창의성에 미치는 효과
곽지홍(2021)	동양명화 중심 비대면 미술치료가 초보 미술치료사의 스트레스에 미치는 영향

명화감상 집단미술치료 관련 연구 30편을 중심으로 동향분석을 실시한 결과는 다음과 같다(윤수진, 김영순, 2020).

첫째, 연도별 발행분포와 발행처를 살펴보면, 발행분포는 2003년을 시작으로 2022년까지 31편이 발표되었다. 이는 미술치료 프로그램 관련 연구 중 소수에 불과하다. 연구의 양이 적은 주요 요인으로는 미술치료 프로그램이 미술 표현활동 위주로 이루어져 '감상'의 중요성을 간과하기 때문으로 보인다. 발행처는 학위논문의 학과는 미술치료학과가 17편으로 가장 많았고 학술논문 학회지는 한국미술치료학회 2편, 한국예술심리치료학회와 한국아동학회에서 1편씩 발표되었다. 학술지 연구가 적은 것으로 보아 명화감상 미술치료에 대한 관심과 이해 부족으로 연구가 활성화되지 못함을 알 수 있다.

둘째, 연구대상, 연구방법을 살펴보면, 연구대상은 연령을 기준으로 볼 때 성인 15편, 아동 6편, 청소년 6편, 유아 4편 순으로 나타나 유아, 청소년, 성인에 이르기까지 폭넓게 적용되고 있다. 연구방법은 양적연구 12편, 혼합연구 11편, 질적연구 8편 순으로 나타나 연구방법 또한 고른 분포로 활용되었음을 알 수 있다.

셋째, 연구주제를 살펴보면, 정서지능 향상이 가장 많았으며(정대겸, 2015; 고정리, 2014; 최수정, 오승진, 2012; 방혜선, 2012; 조문영, 2012: 황진영, 2011; 최연미, 2010), 우울 감소(박정선, 2020; 송현섭, 2020; 최미연, 2016; 박정선, 2014; 한보람, 2011; 이상화, 2009), 사회성 향상(소승희, 2016: 최지언, 2013; 황수미, 2006), 회복탄력성 향상(최주원, 2018; 이지은, 2018; 박영랑, 2019), 정서인식 및 정서표현 향상(송미숙, 2018; 이경원, 2015;), 스트레스 감소(곽지홍, 2021; 최주원, 2018), 불안 감소(최미연, 2016), 창의성 향상(박정임, 2020), 자아개념(고정리, 2014; 김명신, 2003), 자기표현력 향상(김경희, 2013), 자기성장(김희진, 2011), 행동변화(최수정, 오승진, 2012), 존재론적 탐구(김영애, 2015), 삶의 질 향상(천지혜, 2011), 삶의 의미와 심리적 안녕감 향상(정향숙, 2018), 마음챙김기술 증진(채부교, 2015), 행복감(송현섭, 2020) 순으로 폭넓은 범주의 주제들이 연구되고 있다.

넷째, 프로그램 운영과 매 회기 프로그램 진행단계를 살펴보면, 프로그램은

인원 6~10명, 회기 11~15회기, 간격 주 1회, 시간은 60분이 가장 많았다. 매 회기 프로그램의 진행단계는 3단계가 20편, 4단계가 7편, 5단계가 2편으로 나타났다. 진행단계의 과정은 대부분 명화를 감상하고 미술 표현활동을 한 후 집단구성원들과 이야기를 나누는 순서로 이루어졌다. 명화감상 집단미술치료 프로그램의 진행 과정에서도 대부분 명화감상이 도입부에 배치되어 미술표현의 촉진을 위한 자극으로 동기유발 차원으로 접근하고 있었다.

다섯째, 미술치료에 명화감상을 활용하는 목적과 명화감상 방법을 살펴보면, 명화감상을 활용하는 목적은 미술표현에 대한 호기심과 동기 부여가 15편, 다양한 정서 경험 13편, 정서 이완 13편, 억압된 감정표출 13편, 미술에 대한 부담감 줄여줌 12편, 자기 이해 12편 순이었다. 대부분의 연구는 명화에 대한 감정이입으로 다양한 정서를 느끼고 미술표현을 촉진하기 위한 방법으로 사용하고 있다. 반면 명화감상이 감정 해소, 정서 함양뿐 아니라 작품에 내재된 심리적·사회적 맥락의 이해로 자신의 심리 문제의 원인과 기존 인식의 변화에 대한 필요성을 자각하고 통찰하는 역할을 할 수 있다고 말하는 연구도 있었다(박정선, 2020). 즉, 명화감상을 활용하는 목적은 인지나 정서 측면에서 모두 활용 가능성이 있음을 보여준다.

명화감상 방법은 작품의 이해를 통한 감상법이 9편, 수용적 감상법이 5편, 수용미학적 감상법이 2편, NEO-DBAE 기반 감상법이 1편, 시각적 사고력에 중점을 둔 감상법이 1편으로 나타나 다양한 방법이 사용되고 있음을 알 수 있다. 하지만 명화감상 방법에 따른 절차나 치료사의 질문 등이 구체적으로 설명된 연구가 적어 명화감상을 활용하는 데 어려움이 보였다.

여섯째, 명화 선정기준과 명화활용 방법을 살펴보면, 명화선정 기준은 프로그램과의 연결성 24편, 주제의 적합성 21편, 선행연구 참고 17편, 연구자의 주관적 선택 14편, 연구참여자의 특징 연결성 13편, 전문가의 적합성 평가 12편, 명화의 예술성 10편 순으로 나타났다. 또한 우울증이나 HIV/HIVS 감염인, 정신분열증, 지적장애인 대상의 연구에서 대상자의 특성에 맞는 명화선정 기준을 제시하고 있었고, 명화별 치유 효과를 설명한 연구도 있었다. 하지만 대부분의 연구는 연구자가 주관적 관점으로 명화를 선정한 후 연구대상의 발달

단계, 수준을 고려하여 미술치료 프로그램과의 연결이 용이한 작품으로 활용하였다. 이는 명화의 내용과 주제가 미술치료의 주목표와 일치하기는 하나 연구자의 주관적 관점으로 선정하고 있으며 명화선정에 있어 보다 객관적이고 타당한 선정기준을 마련할 필요가 있음을 확인할 수 있었다.

명화활용 방법을 살펴보면, 동일한 주제로 표현하기 3편, 동일한 기법으로 표현하기 3편, 명화 모방하기 2편, 동일한 모티브로 표현하기 2편, 동일한 재료로 표현하기 2편, 명화의 내용 요소와 형식요소를 재해석하여 자기 나름대로 표현하기 2편 순이었다. 명화를 활용하여 표현활동을 한 연구는 5편에 불과해 대부분의 연구에서 감상한 명화와 표현활동을 연결하지 못하고 있음을 알 수 있었다.

이상의 내용을 살펴볼 때, 명화감상을 활용하는 목적은 미술표현에 대한 호기심과 동기 부여, 다양한 정서 경험, 정서 이완, 억압된 감정표출 순으로 명화에 대한 감정이입을 통해 다양한 정서를 느끼고 미술표현의 촉진을 위한 방법으로 사용하고 있었다. 연구주제 또한 정서지능 향상이 가장 많았으나 명화에 내재된 심리적·사회적 맥락의 이해로 자신의 심리 문제의 원인과 기존 인식의 변화에 대한 필요성을 자각하고 통찰하는 연구도 있어 명화감상은을 인지나 정서 측면에서 모두 활용 가능성이 있음을 보여주었다.

반면 명화감상 방법에 따른 절차나 치료사의 질문 등이 구체적으로 설명된 연구가 적었다. 명화의 내용과 주제가 미술치료의 주목표와 일치하기는 하나 연구자의 주관적 관점으로 선정하고 있으며 명화감상의 절차 및 치료적 요인은 명확하게 기술, 제시되지 않는 경우가 많았으며 대부분의 연구에서 감상한 명화와 표현활동을 연결하지 못하고 있음을 알 수 있었다. 이에 명화감상의 치료적 효과를 제고하기 위해 명화에 대한 깊은 이해와 더불어 다양한 감상이론을 고찰하여 내담자에게 적합한 감상방법을 마련하고 명화에 내재된 치료요인을 분석하여 내담자의 심리문제에 적합한 명화를 선정해야 하며 명화와 미술활동의 연계가 필요하다고 본다.

3. 공감과 명화감상 집단미술치료

3.1. 공감의 이해

공감을 처음 도입한 학자는 독일의 철학자 비쉐(Vischer)이다(Wispé, 1987). 그는 공감을 감정이입을 뜻하는 ‘Einfühlung’을 통해 미학의 영역에서 미적대상에 자기 자신을 투사하는 경향을 언급할 때 사용하였다(박지희, 2015). 시간이 흐르면서 공감은 주체적 자아의 관점에서 다루어지게 되었는데(최주희, 2020), 심리학자 립스(Lipps, 1903)는 ‘Einfühlung’을 ‘자기 자신과 다른 사람의 내적이고 주관적인 체험’이라 하며 다른 사람의 감정에 대한 이해로 확장시켰다(김영란, 1999). 미적 만족은 미적대상이라는 외부의 존재가 발생하지만, 만족이라는 결과는 그 외적 대상 안에 존재하는 것이 아니라 관찰자의 내부에 존재하는 것이라는 것이다(Strayer, 1980). 이후 심리학자 티치너(Titchener, 1909)는 립스의 ‘Einfühlung’의 개념을 그리스어인 ‘empatheia’를 차용하여 ‘empathy’로 번역하였고, 현재 사용하고 있는 공감이라는 용어가 정립되었다.

흄(Hume, 1978)은 는 공감이 사람들 사이의 밀접한 관계를 연결할 수 있는 요소이며 도덕적 행동을 동기화하는 기능을 지닌 인간의 본성이라 하며 사람들 사이의 연결과 도덕성 및 연대감의 강화를 위해 공감을 매우 중요하게 여겼다(이형종, 2018). 흄(1978)은 이러한 공감을 소통의 원리로 여겼다. 그는 사람들의 마음이 서로에 대한 거울이라고 말하며 본능적으로 우리는 공감이라는 소통 기제를 통해 타인들의 의견 및 관심사를 받아들인다. 이러한 소통에는 ‘생각과 느낌’ 혹은 다른 말로 ‘인지적 요소와 정서적 요소들’이 포함되어 있다(정진아, 2016). 특히 흄이 감정(passion)의 철학을 이성의 철학 위에 두면서 인지적 요소 외에 정서적 요소들 또한 소통될 수 있음을 강조한 것은 공감이론에서 주목할 지점으로(정진아, 2016), 그에 따르면 공감은 단순히 감정이나 느낌 그 자체만을 뜻하는 것이 아니라, 사회 안에서 또는 어떤 특정

한 공간에서 이루어지는 소통을 의미하기 때문이다(우혜언, 2015).

부버(Burber, 1955)는 인간의 다른 이름을 '관계'라고 칭하며 인간의 실존은 항상 '만남' 속에서 나타난다고 하였다(신동업, 2005). 부버에게 있어 '나-너'의 관계에서 비롯되는 진정한 만남을 가능하게 하는 것은 대화적 삶이다. 대화는 나를 타자에게 열어놓는 '향함'을 의미하고(박창수, 2001), 이 '향함'의 대화를 통해 내 생각을 타자에게 전달하고, 또한 타자가 생각하는 바를 이해하게 된다. 단순한 기호에서 벗어나 내가 다른 사람의 다름을 받아들이고, 그의 말을 귀 기울여 듣고 응답하려는 태도를 가지는 것이 중요하다(장지연, 2002). 임미화(2019)는 부버의 공감적 대화를 '직접적이고 동등한 관계맺음'으로 칭하며, 상호 간 개방적 태도와 존중하는 태도로 서로의 다름을 이해하고 수용하며 인지적, 감정적으로 공감하여 나 자신뿐만 아니라 상대방의 실존과 인간됨의 성장과 성숙을 돕는 적극적이고 관계적인 대화로 정의하였다.

로저스(Rogers, 1975)도 부버의 영향을 받아 진정한 자기 자신이 되어가는 과정으로서의 '관계'를 강조하였다(유현주, 2015). 인간은 관계적 존재이기 때문에 타인과 진실되고 친밀한 관계를 통해 온전한 자기 자신을 발견하게 되며 너와 나의 진솔한 만남이 일어날 때 그 안에서 치료와 성장이 일어난다는 것이다(유현주, 2015). 공감적 이해를 받는다는 것은 누군가가 그 사람에게 관심을 갖고 가치있게 여겨주며 있는 그대로 수용해주는 것으로써 소외감이 사라지는 현상으로 언급하였다(김원숙, 2017). 또한 그는 부버와 같이 우리가 정체성을 느끼는 데에 다른 사람의 존재가 필요하다고 보았는데, 이 때 공감은 바로 한 사람이 분리된 정체성을 지닌 가치있는 사람으로 존재하기 위해 필요한 확인을 제공할 수 있다(Rogers, 1975). 이러한 상호작용 속에서 일어나는 공감은 치료적 요소로서 인간이 심리적으로 살아있도록 해주고 성장하도록 해준다(Finn, 2009).

코헛(Kohut, 1971)은 공감을 '대리성찰'로 정의하며 상대방의 순간순간 경험을 그의 입장에서 생각하고 느끼며 이를 이해했다고 인식시키는 과정으로 보았으며, 이때 경험에 근접한 공감적 이해가 치료의 중요한 핵심이라고

하였다. 그에게 공감의 중요한 의미는 상호 간 지지적 연대를 형성함으로서 개인들 사이에서 강한 심리적 결속력을 구성하며 정서적 유대로서의 공감은 그것이 나타나는 것만으로도 치료적 효과를 가진다고 하였고, 공감을 통해 상대방에게 적절한 반응이나 행동을 했을 때 비로소 공감이 상호작용과 밀접한 관계를 가진다고 보았다(김원숙, 2017).

지난 300년 동안 홉스(Hobbes)에서 프로이트에 이르는 사상가들은 인간이란 본질적으로 개인적인 목표를 추구하는 이기적이고 자기중심적인 존재라고 말해왔다(유희수, 윤수진, 2022). 그러나 지난 10년 동안 '거울뉴런' 등 인간이 공감능력을 갖추고 태어났다는 증거들이 쌓여왔다(Rifkin, 2009). 인간이 자신의 마음을 타인들의 마음과 융합시키는 능력을 타고났으며 공감이란 우리의 삶과 사회적 관계를 형성하고 지배하는 무의식적인 원천으로 작용한다는 것이다(Kriznaric, 2018).

사회사상가 리프킨(Rifkin)은 인간을 '호모 엠피티우스(Homo empathicus), 즉 '공감하는 인간'이라고 정의하면서 적자생존 시대의 경쟁 위주의 문명의 한계를 극복하는 대안으로 공감을 강조하였다(정진아, 2014). 크르즈나릭(Krznaric, 2018)은 21세기를 '외성의 시대'로 만들 필요가 있다고 하였다. 외성(outtrospection)이란 자기 내면을 들여다보고 자기 자신의 감정, 경험, 욕망에 초점을 맞추는 것이 최선이라 믿는 것에서 벗어나 자신 밖으로 나가 타인들의 시각으로 그들의 삶을 탐구함으로써 나는 누구인지, 어떻게 살아갈 것인지를 알아내는 것이다. 이러한 외성의 시대에 필수적인 예술 형태가 '공감'이라고 주장했다. 이러한 공감 능력은 선천적으로 타고나기도 하지만 누구에게나 주어진 생득적인 능력으로(허순향, 2017), 인위적인 개입을 통하여 향상시킬 수 있어 다양한 연령대에서 교육되고 있으며 치료 현장에서도 주요하게 다루어지고 있다(박성희, 2004).

이러한 공감의 개념은 정서적, 인지적, 표현적, 복합적 관점으로 구분될 수 있다. 정서적인 관점에서 공감을 정의한 학자는 공감을 심리학에 처음으로 도입한 립스(1903)와 티치너(1915)이다. 인지적인 관점에서 공감을 정의한 학자는 콜러(Kohler, 2002)로, 그는 공감이 다른 사람의 감정을 '공유'하는 것

이라기보다는 ‘이해’하는 것이라고 주장하였다(Håkansson, 2003). 이러한 콜러의 영향으로 공감은 정서와 인지 모두 공감의 중요한 기본적인 구성요소에 포함된다는 인식이 형성되었다(김원숙, 2017). 1970년대 이후 ‘의사소통’이라는 표현적인 관점을 중요시하는 연구들이 나타났고 최근에는 공감의 ‘상태’나 ‘과정’들의 특징을 지니는 복합적인 관점으로 확장되어왔다(박성희, 2004).

공감을 정서적 관점에서 바라본 학자들은 공감을 타인에 대한 관심과 타인에 대해 일차원적으로 느끼게 되는 감정, 그리고 타인의 정서 상태를 동일하게 느끼며 나 자신의 감정에도 변화가 수반되는 감정이입을 들 수 있다(백민아, 2019). 정서적 요소는 크게 ‘정서적 공명’과 ‘대리적 정서’로 구분된다. ‘정서적 공명’은 한 사람이 다른 사람의 정서에 공감함으로써 자신도 그와 동일한 정서를 경험하는 것을 의미하며 ‘대리적 정서’는 비록 자신이 타인과 완전히 동일한 감정을 느끼는 것은 아니지만 타인이 현재 가지고 있는 정서와 유사한 정서를 경험하는 것을 의미한다(최주희, 2020). 자기와 타인의 감정을 대리적으로 느끼기 위해서는 어느 정도의 인지적 능력이 필요하다고 볼 수 있다(전순영, 2011).

공감을 인지적 관점에서 바라본 학자들은 공감을 상상을 통해 타인의 감정이나 심리적인 상태, 내적인 경험을 정확하게 인식하고 이해하는 것이라고 보았다(최주희, 2020). 인지적 요소는 크게 ‘감정의 재인’, ‘역할수용’, ‘관점수용’으로 구분한다. ‘감정의 재인’은 상대방의 감정을 인지해 내는 능력을 의미하고, ‘역할수용’은 나와 타인의 입장을 바꾸어 상대방의 처지에서 생각하고 결정하는 것을 의미하며, ‘관점수용’은 나와 다른 타자의 관점을 수용하는 것을 의미한다(이희경, 2000). 콜러(2002)에 의하면 관점수용은 정서적인 관여가 이루어지지 않는 ‘순수한 이성적 메카니즘’이다. 우리는 관점수용을 할 때 타인의 감정에 대해 상상은 하지만 그 감정에 참여하거나 함께 느끼지 않는다. 이는 나와 타인이 서로 다른 존재임을 지각하는 일련의 과정이며 그 과정을 거쳐 타인에게 객관성을 부여하고 차이를 인식할 수 있게 된다. 자기중심적 입장에서가 아닌 상대방의 입장에 서서 타인 지향

적인 개념이며 이러한 점으로 공감이 대인 간 갈등을 보다 상호협력적으로 해결하는 데 도움을 줄 수 있음을 시사한다(전순영, 2011)

공감을 표현적 관점에서 바라본 학자들은 공감을 자신이 공감한 타인의 내면세계를 상대방에게 언어적 또는 비언어적 표현으로 정확하게 전달하는 것을 의미한다(이장희, 최지은, 2019). 타인이 무엇을 느끼는지 알고 그것에 그치는 것이 아니라 타인의 심리적 경험에 대한 나의 연민과 수긍, 이해를 상대방에게 전달하고 소통하는 것까지 포함하는 것으로(Howe, 2013; 이선영, 2020) 공감을 이해 현상을 넘어 타인과의 관계 양식까지 아우르는 개념으로 보는 것이다(박성희, 2004). 또한 표현적 요소에 해당하는 조력 행동은 공감으로 인하여 실제 사람들에게 친사회적 행동이나 이타행동을 하는 것을 의미하는 것으로 이를 공감의 결과가 아닌 구성요소로 구분할 수 있다(신경일, 1994).

이러한 공감의 구성요소 간의 관계를 도식화해보면 다음 [그림Ⅱ-1]과 같다(신경일, 1994).

[그림 Ⅱ-1] 공감의 구성요소 간 관계

[그림Ⅱ-1]에서 보면 공감의 인지적 요소인 '관점수용'과 정서적 요소인 '정서적 공명'은 내적 과정으로서의 공감이라고 볼 수 있다. 이것은 머리나 마음속에서 일어나는 공감으로서 이로 인해 공감적 관심이 생겨나고 그것을 외부로 표현하도록 한다(김경숙, 2009). 이때 표현되어지는 양상이 바로 '공감적 언어표현'과 '조력행동'이 되는 것이다. 그러므로 '공감적 언어표현과 조력행동'은 드러나는 공감, 즉 공감의 표현적 요소로 외적 표현

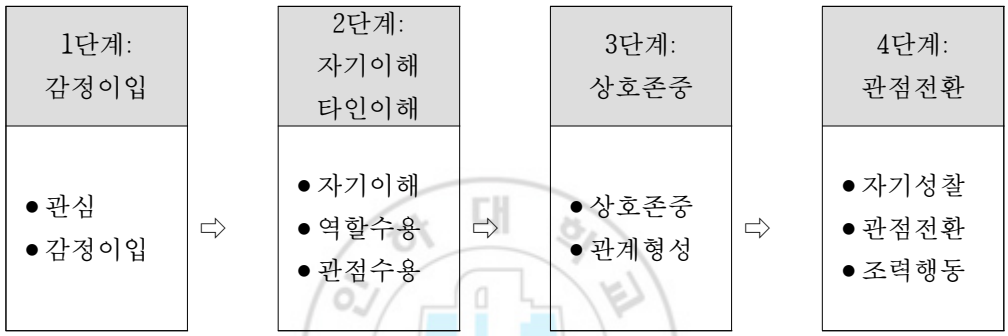
의 과정이 된다(김경숙, 2009).

반면 공감을 복합적 관점에서 바라본 학자들은 공감을 인지적, 정서적, 표현적 요소 중 어느 한 가지 능력만을 지칭하는 것이라기보다는 이런 각 특성과 요소들이 함께 포함된 다차원적인 과정이라고 보았으며(이선영, 2020), 현재는 학자들 대부분이 공감을 복합적으로 보는 것에 동의하고 있다(송재영, 2014). 공감은 단순히 타인의 감정을 모방하여 느끼거나 인식하는 차원의 단일 작용이 아니라 상대방의 감정을 인지하고 똑같은 정서를 느끼며 그러한 정서의 원인은 무엇인지를 파악하고 상대방을 이해하는 모든 작용의 일련의 순서대로 작용하거나 동시다발적으로 발생하는 복합적 차원의 현상이라 보는 것이다.

또한 백민아(2019)는 공감의 형성단계와 단계별 요소를 ①감정이입 ⇨ ②차이 인식 ⇨ ③타인이해 ⇨ ④상호존중 ⇨ ⑤관점전환이라는 5단계로 구분하였다. 1단계인 ‘감정이입’ 단계를 타인에 대해 관심을 갖고 대상을 관찰하며 그 사람의 입장이 되어보는 감정이입 상태라 하였고, 2단계인 ‘차이 인식’의 단계를 타인의 차이를 다름으로 인식함으로써 타인과 상호관계를 형성해가는 과정이라 하였다. 3단계인 ‘타인 이해’의 단계를 자신의 고정관념이나 편견에서 벗어나 타인에게 느껴지는 낯섦의 요소에 대해 열린 마음으로 받아들이고자 하는 적극적인 공감의 과정이라 하였고, 4단계인 ‘상호존중’의 단계를 상호 간 의사소통을 통해 타인에 대한 공감의 표현이 실천적인 행동으로 표출되며 타인에게 도움을 주려고 행동이 나타나는 단계라 하였다. 5단계인 ‘관점 전환’의 단계를 상호이해를 바탕으로 타인의 관점을 자신의 것과 비교하고 성찰함으로써 자신의 관점에 변화가 일어나는 공감의 최종적인 모습을 말한다.

본 연구에서는 백민아(2019)의 단계 중 ②차이 인식과 ③타인이해를 자기이해 및 타인이해 단계로 통합하여 4단계로 나누고자 한다. 즉, ① ‘감정이입’ 단계는 명화에 감정이입을 하면서 명화에서 느끼는 주관적인 심리적 과정으로 정의한다. ② ‘자기 이해 및 타인이해’ 단계는 집단미술치료 프로그램을 통해 자신을 탐색하고 타인의 입장이 되어 생각해보는 과정으로 정의한다. ③

‘상호존중’ 단계는 타인과 적극적인 교감을 통해 친밀한 관계를 형성하게 타인과의 다름을 인식하는 것에 그치지 않고 차이를 존중하는 보다 고차원적인 상호이해의 과정이라 정의한다. ④ ‘관점전환’ 단계는 타인에 대한 정서적, 인지적 공감을 바탕으로 상호 간의 다름으로부터 배울 점은 배우고 기존에 내가 가지고 있던 편견이나 선입견을 발견함으로써 자신의 관점을 수정하여 발전시키는 단계로 정의한다. 이는 다음 [그림Ⅱ-2] 과 같다.



[그림 Ⅱ-2] 공감의 형성단계와 단계별 요소

이상의 내용을 살펴볼 때 공감은 타인의 감정을 함께 느끼고 타인과 유사한 정서를 대리적으로 경험하는 정서적 요소, 타인의 감정이나 심리적인 상태, 내적인 경험을 정확하게 인식하고 이해하는 인지적 요소, 내면적으로 일어난 공감을 언어와 행동으로 표현하는 표현적 요소, 이 모두를 포함하는 복합적인 요소로 나누어볼 수 있다. 또한 공감의 형성단계는 감정이입 ⇨ 자기이해, 타인이해 ⇨ 상호존중 ⇨ 관점전환으로 볼 수 있으며 본 연구에서는 명화감상을 통한 감정이입을 선행한 후 집단미술치료 프로그램을 통한 자기표현과 상호간 의사소통으로 자신과 타인을 이해하고 수용하는 과정을 거치며 자신의 관점이 변화하는 것으로 정의한다.

3.2. 명화감상 집단미술치료 프로그램을 통한 공감

공감은 타인의 존재를 전제로 하는 특질이므로 공감은 집단 안에서 이루어지는 것이 적절하며 공감은 의사소통의 한 방식이나 기술이 아니라 타인에 대한 태도이므로 학습으로 익히는 것보다 다양한 체험을 통해 체득하는 것이 효과적이다(박성희, 2004). 또한 공감은 복합적 개념으로 언어적 상호작용뿐 아니라 비언어적 상호작용을 통해 이루어지기 때문에 미술치료 등 비언어적 소통이 이루어지는 치료 방법을 통한 접근이 효과적이라는 것이 연구를 통해 입증되었다(이재희, 2013; 조고은, 2017).

집단미술치료에서 표현된 미술작품은 시각적으로 서로에 대한 이해를 높여 집단구성원들이 서로 공감할 수 있도록 돕는다. 집단구성원이 미술작품을 통해 자신의 이야기를 할 때 다른 집단구성원들은 자신의 정서나 경험을 떠올리게 된다. 이 과정에서 '정서적 공감'이 일어난다. 상호 의사소통으로 집단구성원의 감정을 인지하고 경험을 추론하여 봄으로써 자신의 삶에서 새로운 의미들을 지각하게 된다. 이 과정에서 '인지적 공감'이 나타난다(김경숙, 2009). 이러한 정서적, 인지적 공감은 집단구성원 간 피드백의 형태로 전달됨으로써 공감의 '표현적 공감'이 발생한다. 이러한 피드백의 과정에서 집단구성원은 자신이 받은 인지와 정서를 되돌려 주게 되고, 이를 통해 다른 집단구성원은 자신의 진정한 내면세계와 만나게 된다(김경숙, 2009).

본 연구는 명화감상을 선행한다. 화가는 외적 기호를 수단으로 자신의 감정을 감상자에게 전달하고 감상자는 이러한 감정에 감염되어 경험하는 것이기에 명화감상에 있어서 소통은 필수적이며 이는 '정서적 공감'과 일치한다(정진아, 2016). 또한 명화를 감상하면서 예술가적 상상력을 펼쳐가는 활동도 감정이입이라는 '정서적 공감'을 의미한다(이재경, 2015). 그린(Greene, 1997)은 이러한 상상력이 개인과 개인 사이의 틈을 긍정적으로 연결할 수 있는 공감을 형성하는 것이라 하였다(이재경, 2015). 반면 명화에 집중하기 위한 전략의 하나인 상담자의 개방형 질문은 명화의 집중과 깊이 있는 명화 탐색을 도와 감상자로 하여금 내적 감정과 의식의 흐름에 대한 통찰로 자기 이

해를 확장시킨다. 이는 '인지적 공감' 의 과정이라 이해할 수 있다.

이러한 공감은 상담과 심리치료에서 치료가 왜, 어떻게 일어나는지 이해하는 핵심적인 개념이다(Strayer, 1980). 공감은 치료적 변화를 위한 촉진적 환경과 치료적 관계의 기본이 되며(Yalom, 2005) 신뢰적인 치료적 관계를 형성시켜 주어(Rogers, 1957). 긍정적인 전이를 촉진시키고(Rogers, 1975; Yalom, 2005) 자신의 내면 과정에 깊게 참여한다는 의미의 내적 통찰을 가능하게 한다(Kohut, 1971). 즉, 개인 내적 변화의 핵심요소인 공감은 개인의 내면세계에서 일어나는 현상을 이해하는 방법으로써 치료과정의 핵심적인 역할을 수행한다(Bohart & Greenberg, 1997; Yalom, 1995). 반면 공감이라는 것이 상담의 효과에 영향을 미치는 것임에는 대다수가 동의하고 있지만, 공감이라는 것을 어떻게 정의 내려야 하며, 그것이 구체적으로 어떻게 작용하는지에 대해서는 아직까지 명확한 답이 없다(김경숙, 2009). 이것은 공감이 하나의 단일한 개념이 아니라 여러 가지 요소들을 포함하고 있는 복합적인 개념이기 때문이다(Davis, 1980; Hoffman, 2000).

상담과 심리치료에서 공감이 치료를 일으키는 핵심적인 개념으로 볼 때 명화감상 집단미술치료의 치료적 요인은 공감과 맥을 같이 할 수 있다. 치료적 요인이란 구성원들 간의 복잡한 상호작용 속에서 집단구성원의 성장과 발달을 일으키는 요인이라 할 수 있다.(천성문 외, 2017). 이에 본 연구에서는 명화감상, 집단상담, 미술치료의 치료적 요인을 살펴봄으로써 그것을 공감의 개념과 연결해보고자 한다.

우선, 명화감상을 통한 치료적 요인은 다음과 같다.

①감동을 준다.

하르트만(Hartman, 1987)에 의하면, 명화가 존속한다는 것은 사람들에게 두고두고 용기를 북돋아 주고 감동을 주기 때문이라고 하였다. 로히터리쯔(1997) 또한 오랜 세월동안 화가들이 미적 지각을 통한 치료에 이바지했으며 명화에는 합리적으로 해독할 수 없는 그 무엇이 작동하는데 이는 명화가 감상자의 영혼에 직접적으로 심금을 울리기 때문이라고 강조한다. 이러한 감동

으로 감상자가 화가와 심리적으로 하나가 되는 상태가 되면 감상자에게 공감과 위로를 제공하며 나아가 명화는 감상자의 심리적 피난처가 된다(정여주, 2021).

②의사소통의 기능을 한다.

프로이드는 예술이 지닌 가장 중요한 가치를 의사소통에 두었는데 화가가 자신의 심리 내부에 자리한 환상을 실체화시킴으로써 감상자의 무의식을 건드려 공명을 불러일으킨다는 것이다(조두영, 1999). 감상자는 명화를 능동적으로 인지하는 주체가 되어 화가의 심리적·정신적 상황을 받아들여 그와 내적 대화를 한다. 이때 명화는 감상자에게 심리적 거울과 같은 역할을 하며 감상을 통한 이러한 시각적 소통은 내담자의 무의식이나 전의식에 있거나 잊었던 내용이 플래시백 되어 심리적 소통의 물꼬를 틀 수 있다(정여주, 2021).

③정화(카타르시스)를 제공한다.

카타르시스는 본래 인간이 억눌렀던 것, 억압된 것들이 눈물과 울음을 쏟아 내면서 우리의 정서를 자극하는 것이다(조요한, 2003). 예술작품이 감상자에게 정서적 해방감과 자기정화 기능을 준다는 아리스토텔레스(Aristoteles)의 카타리시스 이론은 잘 알려져 있다. 명화감상은 명화 속 인물에 자신의 감정을 이입해 봄으로써 내면의 억압된 감정의 발산을 도와준다는 점에서 치유의 실마리를 찾을 수 있다(김선현, 2006).

④자기이해와 타자이해를 통한 성찰을 돕는다.

감상자는 명화감상을 하면서 모호했던 자신의 감정이나 심리적 역동을 발견하고 통찰할 수 있고(정여주, 2021) 명화에 나타난 화가의 경험과 정신세계에 대한 능동적인 발견과 이해를 통해 자기 내면의 관조, 내적 욕구와 의도를 파악하면서(박정선, 2020) 자기이해가 가능해진다. 또한 화가와 문화를 받아들여 이해하고 수용하며 타인의 생각과 행동을 존중하고 경험을 확장시킨다(김명신, 2003). 즉, 명화감상은 취미나 미적 취향을 넘어 인간 실존과 나아가 환경과 사회화의 관계에 대한 성찰로 연결될 수 있다(황진영, 2011).

⑤감각을 깨우는 도구로서 재창조의 역할을 한다.

명화를 통해 감상자는 자신의 지각방식을 파괴하는 경험을 하는데(Plamer,

1968), 화가의 세계관을 감동적으로 감수하고 이해한다는 것은 자기를 새롭게 창조하고 한층 더 높은 차원의 자기 형성의 계기를 마련해주는 것과 같은 것으로(박휘락, 2003) 명화감상에 의한 재창조는 감상자의 정신적 내면에서 형성되는 자기 자신의 새로운 창조임을 뜻한다(오진영, 2009).

⑥미술표현의 동기유발을 한다.

명화감상을 선행할 경우 미술활동에 두려움이나 거부감을 갖고있는 내담자에게 자발적 동기를 유발시킴으로써 미술활동에 안정적으로 접근하게 된다(이상화, 2009). 명화감상 후 이루어지는 미술표현 활동은 단순한 모방의 과정이 아니라 감상 과정을 구체화하는 재해석의 과정이다(Herberhorz & Hanson, 1995 ; 송미숙, 2018 재인용). 명화감상은 미술표현의 근원적 에너지가 되기도 하고 또한 미술표현의 폭을 확대하고 질을 심화시켜주는 것이다(박휘락, 2003).

다음으로 집단미술치료에서 집단상담, 미술치료의 치료적 요인은 다음과 같다.

첫째, 집단상담의 치료적 요인으로, 윤소민(2015)은 연구자별 집단상담의 치료적 요인에서 유사하거나 관련성이 높은 것끼리 13개의 범주로 유목화하였는데, 이는 ①자기이해, ②자기개방, ③정화(카타르시스), ④대인관계 학습, ⑤피드백, ⑥보편성, ⑦모델링, ⑧응집력, ⑨희망, ⑩모험시도, ⑪유머, ⑫지도, ⑬실존적 요인 등이다.

①자기이해는 자신의 행동에 내재하는 기전과 기원에 대해서 알아가면서 통찰을 얻는 것이다(윤소민, 2015). 자신의 인지적·정서적 행동적 부분에 대하여 그것이 긍정적이든 부정적이든 자신의 것임을 알아차림으로써 자기이해에 대한 작업이 이루어지면 자신처럼 타인도 다양한 인지적·정서적·행동적 경험을 하고 있고 할 수 있다는 것을 알게 되어 타인과의 문제해결에 큰 도움이 된다(천성문 외, 2017).

②자기개방은 개인적인 문제와 관심, 욕구와 목표, 기대와 두려움, 희망과 좌절, 즐거움과 고통, 강함과 약함, 개인적 경험 등에 대해 말과 행동으로 표

현하는 것을 말한다(강진령, 2005). 이는 사실적 정보뿐만 아니라 정서의 표현을 포함하는 것으로, 정서적인 측면에 대한 개방이 한 개인의 핵심에 가까운 것으로써 더 중요한 의미를 갖기 때문이다(Greenberg & Safran, 1987; Laurenceau & Pietromonaco, 1998).

③정화(카타르시스)는 고통을 덜기 위해 감정을 표출함으로써 정서적 긴장 감소와 신체적 이완을 통해 일치 경험과 수용 경험 및 안도감 그리고 상황에 대한 새로운 통찰을 느끼는 것을 말한다(권준범, 2003). 허영주(2006)는 일반적인 내담자의 경우에 자신의 문제와 함께 수반되는 다양한 부정적인 감정에 사로잡혀 있기에 자신의 문제를 객관적으로 볼 수 있는 힘이 약하므로 카타르시스를 경험하면서 부정적인 감정에서 해방될 수 있다고 했다.

④대인관계 학습은 집단구성원들과의 상호작용을 통한 학습을 통해(Yalom, 2005) 다른 사람과 더 원활한 방식으로 관계할 수 있는 기회를 제공받고 개인의 부정적인 대인관계 패턴을 이해하게 하고 교정적 경험을 하여 사회적 기술을 습득하는 것이다(윤소민, 2015).

⑤피드백은 다른 사람과의 면대면 상황에서 상대방의 행동, 사고, 또는 감정에 대해 개인의 솔직한 생각 또는 감정을 말과 행동으로 되돌려주는 것을 말한다(강진령, 2005). 솔직하고 구체적인 피드백은 집단구성원들의 변화 동기 강화, 타인에게 영향을 주는 자신의 행동에 대한 통찰, 자발적인 위험 감수, 집단경험에 대한 긍정적 인식을 돕는다(Morran, Stockton, & Whittingham, 2004).

⑥보편성은 문제를 겪고 있는 사람이 자기 혼자가 아니라는 점과 다른 사람들도 자신과 비슷한 생각과 감정이 있다는 사실, 즉 공통성을 깨닫게 되는 것을 의미한다. 집단구성원 간의 공통성은 이들을 하나로 묶어주는 힘이 있다. 얄롬(2005)은 다른 집단구성원들이 자신의 관심과 유사한 내용을 털어놓은 후 집단구성원들은 세계와 더 가까워진 느낌이 들었다고 보고했다.

⑦모델링은 집단구성원들이 서로에 대한 관찰과 상호작용을 통해 학습해가는 것을 말한다. 이는 다른 집단구성원들의 무조건적 수용과 지지 때문만이 아니라 이들의 문제나 관심사가 자신의 것과 흡사하거나 상호개방을 통해 간

접학습이 일어나기 때문이다(강진령, 2005).

⑧응집력은 ‘동료의식’이라고 불리며 집단구성원 사이의 상호 긍정적인 태도로서 ‘우리’라는 의식과 소속감을 기반으로(고미나, 2002) 집단구성원들에 의해서 받아들여진다는 느낌을 갖게 되어 자신도 집단구성원에게 도움이 되고자 하는 일체감이다(윤소민, 2015).

⑨희망은 다른 집단구성원들이 회복되고 있다는 것과 그들에게 집단이 도움이 된다는 것을 알게됨으로써 자신에게도 집단이 도움이 될 것이라고 낙관하는 것이다(윤소민, 2015). 집단구성원 개개인이 과거의 희생물이 아니라 변화를 위해 기꺼이 새로운 결정을 내릴 수 있는 힘과 능력이 있는 존재임을 믿음으로써 개개인의 변화, 성장에서 강한 의지와 용기를 주는 중요한 치유력의 원천이다(Steen & Bemark, 2008).

⑩모험시도는 자신의 약점을 기꺼이 공개·인정하며 변화를 꾀하는 것을 의미한다. 이는 집단구성원이 스스로를 통제하고 되풀이해 온 방식을 포기하는 것을 의미한다. 모험시도를 위한 자기개방 수준은 집단상담자와 집단구성원들에 대한 신뢰수준에 달려있다. 신뢰감은 그 자체로 치유력이 있어서 집단구성원들로 하여금 자신을 기꺼이 드러내는 모험을 기꺼이 감수하면서 자신을 새로운 관점에서 조명해볼 수 있게 한다(강진령, 2005).

⑪유머는 다른 사람을 웃기는 말 또는 행동이다. 유용하고 효과적인 피드백은 유머를 통해서 얼마든지 제공될 수 있으며 자신의 사고와 행동에 대해 유머를 통해 웃을 수 있다는 것은 자신 또는 자신의 문제를 새로운 각도에서 조명해볼 수 있고 통찰을 촉진할 수 있음을 의미한다(강진령, 2005).

⑫지도는 리더나 다른 집단구성원들로부터 정보나 조언을 받는 것으로 생활지도에서 정보 전달, 암시적 교훈 등 타인을 통한 도움을 의미한다(윤소민, 2015).

⑬실존적 요인은 자기 생애의 책임은 결국 자신이 져야한다는 것을 받아들이는 것이다(Yalom, 2005). 실존, 죽음, 소외, 자유, 고독, 무의미 등의 갈등을 인정하며 현실적으로 직면하게 되여 고유한 존재로서 서로의 가치를 갖게 하는 것이다.

둘째, 미술치료만의 치료적 요인으로, 이영숙(2015)은 연구자별 미술치료의 치료적 요인을 범주화하였는데, 이는 ①방어완화, ②긴장 이완, ③외현화(자기표현), ④흥미 및 즐거움, ⑤창조성, ⑥몰입 및 성취감 등이다.

①방어완화이다.

미술의 상징적이며 은유적인 형태는 위협적이고 고통스러운 정서를 '담아내는 그릇'의 역할을 하기에 감정들은 언어보다 이미지를 사용하면 좀 더 쉽게 표현된다(Wadeson, 2008). 미술치료에서 미술활동은 직접적이고 즉흥적으로 표현되는 특성으로 방어와 장벽으로부터 자유롭게 하기에 내담자의 방어를 낮출 수 있게 한다(전순영, 2011)

②긴장 이완이다.

미술치료는 미술활동을 통해 놀이를 하면서 '편안하게 마음을 풀어놓도록' 돕는 것으로 매체를 통해 자유롭게 감각을 경험함으로써 신체를 이완시키고 이완된 신체는 자연스럽게 '자기'로 향하며 무의식에서 떠오르는 이미지를 창조해낸다(안소정, 2022). 미술활동은 놀이와 레크레이션, 음악과 같은 창작의 에너지를 발산하며 미술활동 자체가 즐거움과 흥미를 주어 심리적 긴장 이완을 통한 정서적인 안정감을 제공한다(이근매, 2011).

③외현화(자기표현)이다.

미술치료에서 내담자가 자신의 내면의 이미지를 형상화하고 그것을 상징적으로 표현하며 억압된 감정이나 분노 등을 안전하게 표현하는 행위 자체만으로 치료적 요인이 될 수 있다(Malchiodi, 2008). 또한 독립된 존재가 된 미술작품은 거리두기가 가능해지며 내담자는 감정적으로 압도당하지 않으면서 자신의 문제를 바라볼 수 있게 된다(Wadeson, 2008). 내담자는 외현화를 통해 밖으로 드러난 자신의 그림을 감상하고 능동적으로 탐색하고 핵심적 요소를 파악하고 분석하고 통합하고 비교하는 것과 같은 인지적 작용을 통해 자신의 문제에 대한 종합적인 의미해석이 가능해진다(이모영, 2009).

④흥미 및 즐거움이다.

다양한 미술매체와 활동을 통한 미술활동은 내담자에게 '해봐서 좋았다,

즐거웠다, 재미있었다’ 라는 기분을 맛보게 한다. 즉, 미술활동 그 자체가 즐거움과 흥미를 주어 심리적 긴장 이완을 통한 정서적 안정감을 제공한다(이근매, 2008). 미술의 유희적인 속성과 친밀감, 미술을 통한 편안하고 흥미로운 분위기는 치료에 대한 저항감을 약화시키고(이영숙, 2015), 상담자와의 관계 경험을 한층 더 긍정적으로 증진시킨다(남정현, 2008). 이러한 미술활동은 부정적 감정으로부터 안도감을 주는 정화를 가능하게 하여(남정현, 2008) 심리적인 평정 상태를 복구하게 해준다(Malchiodi, 2008).

⑤창조성이다.

미술치료에서 창조성은 억제된 감정과 과거에 매인 사고나 행동 틀을 미술활동을 통하여 변화시키며 정동을 자유롭게 하여 새로운 인식과 행동, 즉, 새로운 방향감각을 만들어가는 치료적 의미를 지닌다(정여주, 2016). 미술치료에서는 완성보다 과정을 더 중요하게 보며(김서영, 2021) 이 과정에 내담자의 자율성과 적극성과 잠재력이 창의성과 연결되며(Bloch & Crouch, 1985) 창의적 활동은 개인의 성장과 창의적 힘을 강화하고 치유 잠재력을 깨우며 긴장이나 부정적 감정을 완화한다(Malchiodi, 2008).

⑥몰입 및 성취감이다.

구체적 미술활동 즉 그리기, 만들기, 찢기 등 무엇인가를 만드는 창조적 활동은 뇌의 지각 및 감각경험의 신경을 활성화시켜 정서 표현으로 이어지게 함으로써(Kaplan, 2000) 감정이 자연스럽게 발산된다. 내담자의 자기 파괴적 분노나 우울함에서 헌신적 자아 몰입으로 바뀌어 생각지도 않는 기쁨, 창의적 활동과 성취의 즐거움, 그림 자체의 만족감이나 성취감이 고취된다(Reidl, 1992; Wadeson, 2008).

위의 명화감상 집단미술치료의 치료적 요인을 공감의 구성요소인 정서, 인지, 표현적 요소로 나누면 다음 <표 Ⅱ-5>와 같다. 이론적 논의에서 공감의 구성요소에서 표현적 요소는 타인과의 관계에서 발생하는 의사소통과 조력행동 영역으로 한정되어있지만 본 연구는 자기표현과 행동적 요소로 확장하여 자기 개방을 통한 자기표현이나 유머나 모델링을 통한 행동적 요소, 미술활

동을 통한 창조성, 몰입, 성취감도 포함하여 적용하였다.

<표 Ⅱ-5> 공감의 구성요소 별 명화감상 집단미술치료의 치유적 요인

공감의 구성요소	명화감상집단미술치료의 치료적 요인	내용
정서	감동	마음의 움직임
	방어완화	자신을 보호하기 위해 만든 방어기제를 누그러뜨림
	긴장 이완	바짝 조였던 마음이 느슨해짐
	동기유발	행동을 일으키는 내적인 직접 요인을 일어나게 함
	흥미 및 즐거움	마음이 끌리고 유쾌한 감정을 느낌
	정화(카타르시스)	그동안은 처리하기 어려웠던 감정들을 노출함으로써 편안함을 얻음
	희망	변화에 대한 긍정적 기대를 갖음
	집단응집력	다른 사람들과 연결되어 있다는 느낌
인지	자기 이해	전에는 알지 못했거나 받아들일 수 없었던 자신의 감정, 행동양식 등을 발견 및 수용함
	타인 이해	다른 사람을 너그러이 받아들임
	보편성	내가 혼자가 아니구나 하는 느낌으로서 다른 사람도 나와 유사하다는 것을 깨달음
	지도(정보공유)	건강한 삶에 대한 정보를 습득함
	성찰	자신이 한 일을 깊이 되돌아보는 일
	실존적 요인	내 인생을 살아가는 방식에 대한 궁극적인 책임은 나에게 있다는 사실을 학습함
	대인관계 학습	집단구성원들과의 소통으로 다른 사람과 원할한 방식으로 관계하는 기술을 습득함
표현	외현화(자기표현)	자신의 생각이나 느낌 따위를 언어 및 비언어적인 것으로 드러냄
	자기 개방	다른 사람에게 자신의 정보를 알림
	의사소통 및 피드백	사람들 간 생각이나 감정 등을 교환하는 것과 다른 사람의 말에 반응을 보여줌
	유머	상대방에 대한 애정과 존중을 전제로 하는 웃음을 통한 피드백

	이타심	다른 사람을 도와주고자 함
	모델링(모방행동)	다른 사람들의 긍정적 행동 모방함
	모험 시도	자신의 약점을 기꺼이 공개하고 인정하며 삶의 행동방식에 변화를 꾀함
	창조성	여러 가지 방향에서 여러 가지 생각을 하는 다면적 사고를 함
	몰입 및 성취감	깊이 빠져들거나 빠져 목적한 바를 이룸

이상의 내용을 살펴볼 때, 본 연구에서는 공감의 개념인 정서, 인지, 표현적 요소 중 정서적 요소는 감동, 방어완화, 긴장이완, 동기유발, 흥미 및 즐거움, 정화, 희망, 집단응집력으로, 인지적 요소는 자기이해, 타인이해, 보편성, 지도, 성찰, 실존적 요인, 대인관계 학습으로, 표현적 요소는 자기표현, 자기개방, 의사소통 및 피드백, 유머, 이타심, 모델링, 모험시도, 창조성, 몰입 및 성취감으로 구분할 수 있다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구개요와 연구절차

1.1. 질적사례연구

본 연구는 사례연구를 기반으로 설계하였다. 사례연구는 개인, 프로그램, 집단, 현장, 맥락 등과 같은 경계 지어진 체계에 대하여 집중적으로 묘사하고 분석하는 경험적 탐구이다(김영순 외, 2018). 특정한 상황, 사건, 프로그램, 현상에 초점을 둠으로써 일상생활에서 발생하는 실제적인 문제, 상황, 현상을 전체적으로 조망하고 특별한 그룹의 사람이 구체적인 과제에 어떻게 대면하는지에 관심을 가지는 것을 의미한다(Shaw, 1978). 다양한 자료원을 제시하여 입증함으로써 이미지를 이끌어내어 상황을 분석할 수 있으며(Merriam. 1988) 연구의 결과가 독자들로 하여금 새로운 의미를 발견하고 경험을 넓혀주기도 하며 알고 있던 것을 확인시켜줌으로써 현상에 대한 재사고와 통찰의 기회를 제공한다(Stake, 1981). 즉, 사례연구는 사례가 드러내는 현상이 어떻게 드러나며 그 본질이 무엇인지를 심도 있게 서술함으로써 독자들에게 사례에 대한 경험적 이해를 제공하며 사례와 연관된 독자의 경험을 확장할 수 있다(유기웅 외, 2018).

본 연구에서 사례연구를 선택한 이유는 다음과 같다.

첫째, 사례연구는 특정한 사례가 시간과 장소에 의해 경계 지어진 체계 내에서 시간의 경과에 따라 하나의 사례 또는 여러 사례들을 탐색하는 것이다(Creswell, 2005). 본 연구는 전입신병이라는 공통적인 맥락을 가진 단일집단에게 동일한 시간, 동일한 장소에서 명화감상 집단미술치료 프로그램을 적용하였다. 부대라는 공간적 경계가 있으며 전입신병의 참여경험이라는 주제적 경계와 프로그램 진행 기간이라는 시간적 경계를 갖는다.

둘째, 인(Yin, 2013)은 사례연구에서 연구자는 연구문제의 본질이 무엇인지 정확하게 파악해야 한다고 하였다(성신명, 2021). 연구방법에 영향을 주는 연구문제의 유형은 '누가', '무엇을', '어디서', '어떻게', '왜' 라는 다섯 가지 질문의 형태로 분류할 수 있다. 연구문제가 '무엇'에 초점이 있다면 탐색적인 성격을 지니는 모든 연구방법의 사용이 가능하지만 '어떻게'와 '왜'에 초점이 있다면 사례연구가 적절하다고 하였다. 본 연구의 연구문제는 전입신병의 명화감상 집단미술치료 프로그램에 참여 경험이 시간의 변화에 따라 '어떻게' 나타나며 '왜' 변화하는지에 대한 것이다.

셋째, 인(2013)은 좋은 사례연구의 공통적인 특징으로 연구의 대상이 되는 사례가 일반적인 관심의 대상이 되고 있거나 범상치 않은 속성을 지닌다고 하였다. 아울러 국가적으로, 이론적으로, 정책적으로 혹은 현실적으로 중요한 문제를 내포하고 있거나 기존의 연구를 통해서 탐색되지 않았던 주제나 이론적인 논쟁이 될 수 있는 사례를 연구대상으로 삼는 것이 중요하다고 하였다. 본 연구의 주제는 사회적으로 중요한 문제를 내포하고 있는 병사의 군 생활 적응에 관한 것이며 기존 연구에서 많이 다루어지지 않은 전입신병을 대상으로 명화감상 집단미술치료를 실행함으로써 그들의 군 생활 적응을 돕고자 한다.

넷째, 질적연구의 궁극적인 목적은 이론을 검증하는 것이 아니라 감추어져 있던 현상 혹은 대상을 발견하는 귀납적 속성을 지닌다(김영순 외, 2018). 이에 더하여 사례연구 방법은 활용방법에 따라서 하나 또는 여러 사례가 사건의 기록, 설명, 묘사, 특징을 제시하여 체계화함으로써 특정한 이론과 가설을 검증하는 데 유용하게 활용할 수 있는 연역적 속성을 갖기도 한다. 본 연구는 미술치료에 명화감상을 활용함으써 전입신병의 군 생활 적응에 도움이 될 것이라는 가설을 설정한 후 풍부한 질적자료 수집을 통해 가설을 검증하고자 한다.

사례연구는 연구대상인 사례의 수에 따라 크게 단일사례연구(single-case design)와 복수사례연구(multiple-case design)로 나눌 수 있다. 단일사례연구는 연구대상이 되는 사회현상을 하나의 사례를 통해 심층적으로 탐색하면서 하나의 사례나 그 사례를 예증하는 하나의 문제점을 중심으로 제한된 경계

하에서 진행되는 연구방법이다(Creswell, 2005) 반면 복수사례연구는 연구자가 제시한 이론을 두 개 이상의 사례를 통해 유사한 사례들이 동일한 분석결과를 나타낸다는 것을 반복적으로 검증하거나, 또는 이들 변수가 다른 사례가 서로 상반되는 결과를 보인다는 것을 대조적으로 제시하게 된다(변수연, 2013). 본 연구는 프로그램에 참여하는 9명의 전입신병을 하나의 단일집단으로, 각각 전입신병의 프로그램 참여 경험을 복수사례로 보는 단일집단 복수사례연구이다. 명화감상 집단미술치료 프로그램을 통한 그들의 경험과 경험의 의미를 분석단위로 하여 그들의 경험을 심층적으로 이해하고자 한다.

인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

1.2. 연구절차

본 연구의 절차는 다음 <표 Ⅲ-1>과 같이 진행하였다. 연구는 사전준비, 프로그램 진행, 자료수집, 자료분석 단계를 거쳐 수행하였었다.

<표 Ⅲ-1> 연구절차

구분	내용
사전준비	① 관련 문헌 및 선행연구 분석
	② IRB 승인
	③ 요구조사
	④ 명화감상 집단미술치료 프로그램 구안
	⑤ 연구참여자 모집
프로그램 진행	① 오리엔테이션: 동의서 작성
	② 명화감상 집단미술치료 프로그램 진행
자료수집	① 다양한 자료원의 확보
	② 데이터베이스 구축
자료분석	① 사례 간 분석
	② 공감의 관점으로 분석

첫째, 사전준비 단계이다.

①연구자는 연구주제를 중심으로 관련 문헌 및 선행연구를 탐색한 후 '병사의 군생활적응에 관한 국내연구 동향분석'(2020), '병사 대상 병영문화개선 프로그램에 관한 국내연구 동향분석'(2021), '명화감상 미술치료 프로그램에 동향에 관한 내용분석'(2021), '공감 관련 프로그램 국내연구에 관한 탐색적 연구'(2022) 4편과 2020년 OO 부대에서 프로그램 진행 경험을 바탕으로 '전입신병의 명화활용 집단미술치료 프로그램 참여경험에 관한 사례연구'(2021) 1편 등 5편을 학술지(KCI 등재)에 게재하였다. 이러한 과정에서 본 연구의 연구문제와 연구방법을 설정하였다.

②본 연구의 연구윤리에 대하여 인하대학교 기관생명윤리위원회(IRB)에서 2021년 3월 31일 최종 승인을 얻었다(승인번호 : 210222-11A).

③ 명화감상 집단미술치료 프로그램의 구성, 주제, 회기별 목표 등을 알아보기 위해 OO부대 간부 26명, 병사 126명을 대상으로 요구조사를 시행하였다. 조사방법은 27개 문항으로 설문지를 작성하여 해당 부대 지휘관에게 의뢰하였다. 각각의 문항은 4~6개의 세부 항목으로 나열한 뒤 우선순위를 정하거나 1개 선택, 다수선택, 주관식을 요구하였다.

④선행연구와 요구조사를 바탕으로 명화감상 미술치료 프로그램을 구안하였으며 이를 20여년 간 진행하고 미술치료 수퍼바이저이자 OO대학 미술치료학과 교수와 1년 6개월 동안 수퍼비전을 통해 명화감상 집단미술치료 프로그램 최종안을 확정하였다.

⑤OO부대의 협조하에 연구를 진행할 수 있는 허가를 받았고 가장 최근에 입대한 전입신병 중 자발적인 참여 의사를 밝힌 9명을 연구참여자를 선정하였다. OO부대는 연구자가 이미 2020년부터 전입신병을 대상으로 명화감상 집단미술치료 프로그램을 진행한 곳으로 간부들의 적극적인 협조를 구할 수 있었다.

둘째, 프로그램 진행단계이다.

①프로그램 시작 전 오리엔테이션 시간을 가져 프로그램 자발적 참여에 대한 동의, 녹음에 대한 동의, 추후 연구 활동의 자료 활용에 대한 동의를 진행하였고 군생활적응의 어려움과 그 이유에 관한 질문을 하였다.

②본 프로그램은 주 2회, 120분, 10회기로 진행되었으며 요일이나 시간은 부대의 교육훈련 일정에 따라 변동이 있었다. 코로나19 상황으로 연구자는 매 회기 프로그램 진행 전 코로나 검사를 받고 음성확인서를 제출한 후 출입하였다.

셋째, 자료수집 단계이다.

①다양한 자료의 수집은 사례연구의 질적인 신뢰성과 타당성을 확보하는 데

중요한 역할을 한다(Yin, 2013). 연구자는 모든 회기를 녹음하면서 회기마다 발생한 활동 대화, 미술작품, 소감문을 수집하였다. 마지막 회기에는 집단인터뷰를 통해 프로그램을 통해 느낀 전반적인 심리적 변화 등을 확보하였다.

동료 박사과정 연구생이 참여관찰을 할 예정이었으나 코로나19 상황으로 인한 격리 정부 지침에 의하여 참여하지 못하여, 연구자는 매 회기 프로그램 진행 후 연구자노트를 작성하였다. 연구자노트는 각 회기의 전반적인 흐름, 연구참여자와 연구자 사이 혹은 연구참여자들 사이의 상호작용, 각 연구자의 행동적·심리적인 반응 등을 기억하며 연구자의 성찰 등을 기록하였다. 군 부대의 특성상 개인별 인터뷰에 제한이 있어 프로그램을 마친 2달 후 연구참여자들에게 '슬기로운 병영생활'이라는 제목으로 소감문 자료를 확보하였다.

② 수집된 자료들을 데이터베이스화한다는 것은 연구자가 쉽게 해당하는 자료들을 인출하여 사용할 수 있게끔 관리한다는 것을 의미한다. 연구자는 미술작품과 소감문은 스캐너로 컬러스캔하여 고화질의 이미지 파일로 재생산하였다. 또한 모든 활동대화, 인터뷰는 음성파일로 정리하였을 뿐만 아니라 전사록으로 문서화하였다. 이와 같이 수집된 자료를 이미지, 음성, 문서 등으로 전산화하였으며 일련의 파일번호를 부여하여 순서대로 정리하였다(오영섭, 2019).

넷째, 자료분석 및 해석단계이다. 자료분석은 수집된 자료에 대한 코딩, 범주화, 주제화 등을 통해 사례가 갖는 의미를 파악하고 발견하는 것을 의미한다(김영천, 2013). 전입신병들의 경험 전체에서 유사한 변화과정을 거치는 사례를 유형화하고 유사한 사례들이 가지는 공통점이나 특징을 찾아 명명화하는 작업을 진행하였다(성신명, 2021). 이후 명명된 의미에서 주제를 찾고 주제들 간 공통점을 통해 핵심 의미를 도출하였다. 이를 공감을 관점으로 분석하였다.

2. 연구참여자

연구참여자는 명화감상 집단미술치료 프로그램에 참여한 전입신병 9명이다. 본 연구는 자대 배치받은 지 3개월 미만의 전입신병 전체를 대상으로 하기에 부적응병사와 일반병사의 구분을 별도로 두지 않았다. 연구자가 프로그램을 진행하기로 계획한 날로부터 가장 가까운 시기에 자대에 배치된 병사들 중 자발적으로 신청한 인원으로 구성되었다. 혹여나 군의 특수성으로 인해 연구참여자들이 강제적인 참여가 이루어지지 않도록, 프로그램 진행 도중 연구참여자가 원할 시 언제든 중단할 수 있도록 지휘관과 간부들에게 협조를 요청하였다. 지휘관으로부터 받은 연구참여자들의 특성은 다음 <표 Ⅲ-2>와 같으며 기본정보와 지휘관의 관찰로 본 군생활적응 여부, 여자친구 유무, 동반입대 여부로 제한되었다.

<표 Ⅲ-2> 연구참여자의 특성

연구참여자	계급	전입시기	전입기간	나이	특기	취미
A	일병	2021.9.23	6주	21	운동	오목
B	일병	2021.9.23	6주	21	게임	게임
C	일병	2021.9.23	6주	21	농구	운동 독서
D	이병	2021.10.21	3주	21	피아노	운동
E	이병	2021.10.21	3주	21	게임	농구
F	이병	2021.10.21	3주	21	번역	영화감상 게임
G	이병	2021.10.21	3주	21	영상 편집	영상시청
H	이병	2021.11.4	2주	20	피아노	음악감상 운동
I	이병	2021.11.4	2주	20	노래	노래 부르기

연구참여자 A는 적극적이고 친화력이 있어 군 생활에 조기 적응해줄 것으로 보인다. B와 중학교 동창으로 동반입대했으며 친분관계가 좋고 서로 의지하는 모습을 보인다. 여자친구가 있으며 의존도는 보통으로 보인다.

연구참여자 B는 차분하고 여린 모습을 보인다. 착실해 보여 잘 지도해주고 차분히 알려준다면 군 생활 적응에 큰 어려움은 없어 보인다. A와 중학교 동창으로 동반 입대했으며 친분관계가 좋고 서로 의지하는 모습을 보인다.

연구참여자 C는 활동적이면서도 살짝 소극적인 면을 보이고 있으나 군 생활 적응에 큰 문제점은 없어 보인다. 여자친구가 있으며 의존도는 보통으로 보인다.

연구참여자 D는 활동적이고 밝은 모습을 보여주고 있으며 학교생활에서도 교우관계가 매우 좋은 편으로 군 생활에 조기 적응할 것으로 보인다.

연구참여자 E는 내성적이고 조용한 모습으로 낯선 환경에서 위축되는 모습을 보여주고 있으나 군 생활 적응에 큰 문제는 없어 보인다.

연구참여자 F는 내성적이고 소극적이지만 긍정적인 모습을 보여주며 교우들과의 관계가 원만하여 군 생활 적응에 문제점은 없어 보인다.

연구참여자 G는 내성적이고 낯설어하는 모습이 보이지만 배려심이 있고 긍정적인 성향을 보여 군 생활 적응에 큰 어려움은 없어 보인다.

연구참여자 H는 친화력과 배려심이 있고 긍정적인 성향을 보여 군 생활 적응에 큰 어려움은 없어 보인다. I와 같은 과 친구로 친분이 생겨 함께 의논 후 동반 입대했다.

연구참여자 I는 예의가 바르고 유쾌한 성향을 보여 군 생활에 빠르게 적응할 것으로 보인다. 학교 때 홍보대사 활동 및 선도부 활동 경험이 있다. H와 같은 과 친구로 친분이 생겨 함께 의논 후 동반 입대했다. 여자친구가 있으며 의존도는 보통으로 보인다.

위와 같이 연구참여자들은 대부분 20~21살로 자대 전입한 지 2주에서 6주가 되었으며 현재까지 지휘관이 관찰한 결과 성격 성향상 정도의 차이는 있으나 군생활적응 여부에 특이사항은 없는 상태이다. 연구자는 오리엔테이션

시간에 연구참여자들이 군생활적응에 어떠한 어려움이 있으며 그 원인을 무엇인지 알아보았으며 이는 다음 <표 Ⅲ-3>과 같다.

<표 Ⅲ-3> 연구참여자별 군생활적응의 어려움과 원인

구분	군생활적응의 어려움	군생활적응 어려움의 원인
A	대인관계, 부정적 사고, 스트레스	상하관계
B	대인관계	상하관계
C	불안, 우울	상하관계
D	대인관계	상하관계
E	대인관계, 불안	상하관계, 낮은 자아존중감
F	대인관계, 불안	자신의 부족함
G	대인관계, 스트레스	상하관계
H	스트레스	상하관계
I	대인관계	사회와의 단절

연구참여자들의 군생활적응의 어려움으로는 대인관계가 7명으로 가장 많았으며 스트레스 3명, 불안 3명, 부정적 사고 1명, 우울 1명으로 나타났다. 그 원인에 대해서는 상하관계가 7명으로 가장 많았으며 낮은 자아존중감 1명, 자신의 부족함 1명, 사회와의 단절이 1명으로 나타났다. 즉, 전입신병은 대인관계에 가장 어려움을 느끼며 그 중 상하관계가 가장 힘듦을 알 수 있다.

3. 자료수집 및 분석

3.1. 자료수집

본 연구의 자료는 2021년 11월 10일부터 12월 8일까지 OO부대 전입신병 9명에게 명화감상 집단미술치료 프로그램 10회기를 주 2회, 매 회기 120분 진행하면서 수집되었다. 연구자는 프로그램 진행 전 오리엔테이션 시간을 통해 연구참여자들에게 동의를 구한 후, 본 프로그램의 진행 과정에서 생산된 활동대화, 소감문, 집단인터뷰, 추후소감문, 연구자의 연구자노트, 미술작품 등을 수집하였다. 본 연구에서 수집된 자료의 형태와 내용은 다음 <표 Ⅲ-4>와 같다.

<표 Ⅲ-4> 연구자료의 형태와 내용

형태	내용
활동 대화	이야기발표, 연구자 및 집단구성원간의 대화
소감문	회기별 프로그램 종료 이후의 심리상태
집단인터뷰	전체 프로그램 종료 이후의 심리상태
추후 소감문	전체 프로그램 종료 2달 이후의 심리상태
연구자 노트	연구자의 참여관찰과 성찰일지
미술작품	자신의 심리를 표현한 미술작품

<표 11>과 같이 수집된 연구자료는 다음의 6가지이다.

첫째, 활동 대화이다. 연구참여자 자신의 미술작품에 대한 소개, 연구자와의 대화, 연구참여자 간 대화 등을 포함한다. 연구자는 연구참여자가 이야기발표를 할 때 이를 녹음하였다.

둘째, 소감문이다. 연구참여자는 매 회기 프로그램을 마치고 준비된 양식의

소감문을 기록하였다. 소감문에는 명화감상과 미술활동, 각 회기 주제에 관련된 주관식 질문과 느낀 점이나 하고 싶은 이야기를 포함하였다.

셋째, 집단 인터뷰이다. 군의 특성상 부대 내 교육·훈련이 체계적으로 진행되기에 연구참여자들을 개별적으로 만나는 것은 쉽지 않은 상황이었다. 이에 10회기에 활동을 30분 안에 마무리하고 1시간 30분 동안 전체 프로그램을 마치면서 느낀 점이나 하고 싶은 이야기를 집단인터뷰로 진행하였다.

넷째, 추후 소감문이다. 프로그램 종료 2달 후 '슬기로운 병영생활'이라는 제목으로 2달 동안의 변화사항을 ①개인적 변화, ②동기간 변화, ③프로그램이 나에게 어떤 의미가 있었는지에 대한 은유적 질문을 주관식으로 작성하였다. 은유적 질문이란, 질적연구의 도구로서의 은유를 적용한 것으로 주어진 주제에 관한 연구참여자들의 사고 유형과 신념이나 행동을 구성하거나 제약하는 것에 대한 이해에 통찰력을 제공한다(Cameron & Low, 1999).

다섯째, 연구자의 연구자 노트이다. 연구자는 연구활동을 마치고 집으로 돌아와 매일 반성적으로 일지를 쓰고 일지를 통해 하루의 연구활동 일과를 주의 깊게 되돌아보았다(노미연, 2018). 참여자의 출석상황, 전반적인 수업전개 내용, 개인별 수업태도, 개인별 이야기 및 대화내용, 미술작품의 특징 등을 기록하였다. 또한 연구참여자의 행동, 얼굴표정, 제스처, 심리적인 문제의 신체화 증상 등을 관찰하여 기록하였다(오영섭, 2019).

여섯째, 미술작품이다. 미술활동은 그 자체로 내담자의 심리를 표현하고 치료할 수 있는 주요한 치료활동이며 이는 내담자의 이야기를 풍부하게 이끌어내는 매개체로서 보조적인 도구로서 활용된다(오영섭, 2019).

3.2. 자료분석

상기 자료수집 방법을 통해 수집된 자료는 프로그램 진행 시 대화 내용 전사록 A4 96매, 프로그램 진행 후 소감문과 추후소감문 A4 94매, 프로그램 진행 후 연구자의 연구자 노트 A4 10매, 연구자의 그림 해석 9매, 미술작품은 72매이다.

1차 분석은 개방 코딩으로 자료를 읽으면서 중요한 자료에 명명하고, 이를 분류하는 작업이다(배경임, 2018). 연구자는 자료수집 단계에서 정리된 자료를 반복적으로 읽으면서 유의미한 의미 단위에 밑줄을 긋고 여백에 연구참여자의 핵심 표현이나 은유, 반복되는 키워드, 연구참여자의 심리적 반응을 기록하였다. 또한 자료에서 발견한 주제, 떠오르는 아이디어 등 분석메모를 작성하였다. 이는 후속으로 진행되는 코딩을 유용하게 하며 연구방향을 재설정하는 데 도움을 준다(김영순, 외, 2018).

2차 분석은 범주화 단계로서 개방 코딩 이후 귀납적 과정에 의해 비슷한 이름으로 붙여진 자료들을 상위범주로 분류하고, 그 범주에 이름을 붙이는 작업이다. 9명의 사례에서 유사한 변화과정을 거치는 사례를 유목화하고 유사한 사례들이 가지는 공통점이나 특징을 찾아 명명화하는 작업을 진행하였다. 범주화 작업은 개방 코딩에 비해 보다 추상적인 작업이며, 특정한 범주가 형성되면 위에서 언급한 분석 대상의 자료들을 반복적으로 비교 분석하고, 일시적인 특정한 범주가 어떤 공통된 범주로 구성되어 하위 범주의 속성이 형성될 때까지 지속하였다(정경희, 2016).

3차 분석은 범주화가 잘 구성되었는지 확인하기 위하여 개방 코딩 전 단계의 원자료와 비교하였다. 지금까지 반복적 비교분석법의 과정은 귀납적 과정의 특성을 갖지만, 범주 확인 과정은 연역적 과정이다(Merriam, 1998). 범주 확인 과정을 통해 구성된 범주에 대한 보다 강력한 근거를 제시해 줄 수 있는 자료를 새롭게 재발견하기도 하였다. 하지만 원자료들을 다시 확인하면서 이미 구성된 범주의 재수정이 필요한 부분도 찾을 수 있었다(정경희, 2016).

4차 분석은 사례 간 분석을 바탕으로 공감의 관점에서 사례들의 의미에 대한 분석을 진행하였다. 이 과정은 학문적 전통을 공유하는 사람들 사이에서

그럴듯함을 인정받고자 연구자가 이해한 방식을 독자가 이해할 수 있도록 자료들을 활용하여 연구자가 만든 요리를 제시하는 것이다(Wolcott, 1994).

인하대학교 INHA UNIVERSITY 1954

4. 연구윤리

연구의 신뢰성과 타당성을 확보하기 위해 연구자는 다음과 같은 방법을 사용하였다.

첫째, 연구를 수행하는 과정에서 수집된 자료에 대한 민감성을 강화하고(이상수, 2016) 코딩 및 자료 분류의 타당성을 확보하기 위해 서로 의견을 구하고 자료수집의 분석 및 작업을 함께 이행하는 동료 검토법(peer examination)을 실시하였다. 동료검토법은 연구주제나 연구방법, 관련 분야에 식견이 있고 연구에 대해 자신의 의견을 충분히 제공할 수 있다고 판단되는 3~5명을 선정하여 그들에게 연구분석 자료와 연구결과에 대한 검토를 요청하는 방법으로(유기웅 외, 2013), 본 연구에서는 3명의 박사과정 연구생들 간에 검토를 실시하여 연구의 타탕성을 확보하고자 하였다.

둘째, 수집된 연구분석 자료에 대한 연구자의 해석과 의미 추론이 연구참여자가 인터뷰를 통해 응답한 내용과 일치하는지 점검하기 위해 인터뷰 내용을 각 연구참여자에게 보여주고 확인하는 연구참여자 확인(member check)을 실시하였다(송안나, 2014). 연구참여자 확인법은 자료를 분석하고 결과를 제시하는 과정에서 연구참여자들의 견해를 물어 연구의 정확성을 추구하는 방법이다(한경옥, 2021). 연구참여자 확인법을 통해 연구참여자는 연구자가 연구수행 당시 자신의 의견을 왜곡하지 않고 제대로 해석하였는지, 연구자의 표현 및 기술이 정확하고 공정한지, 분석과정에서 빠뜨리거나 임의로 추가된 사항은 없는지, 연구결과의 주제가 제대로 참여자의 견해를 나타내고 있는지 등을 검토하게 된다(이경아, 2014).

셋째, 자료수집과 분석이 생생하고 충실하게 이루어졌는지 판단하기 위하여 다양한 자료를 비교 검증하는 삼각검증법을 실시하였다. 삼각검증법이란 컴밸(Cambell, 1981)이 제안한 연구방법으로 어떤 한 주제를 규명하기 위하여 서로 다른 세 가지의 조작적 정의에 입각한 자료수집 방법을 동원하는 연구이다. 삼각연구법, 다각화라고도 한다. 삼각검증법은 다양한 출처, 다양한 자료, 다양한 연구자, 다양한 연구법으로 교차검증하는 과정을 연구 내적으로

반영했다는 점에 의의를 갖는다(김신혜, 2017). 본 연구에서는 수집된 활동대화, 미술작품, 소감문, 연구자노트 등을 비교 검증하며 사례를 이해하고자 하였다.

또한 연구자는 질적연구자로서 역량을 함양하고 본 연구의 신뢰성을 제고하기 위하여 다음과 같은 노력을 하였다.

첫째, 연구자는 2020년부터 2022년까지 4회(54시간)에 걸쳐서 질적연구방법론 캠프에 참가하여 질적연구의 기본을 익히고 연구자로서의 연구윤리를 배웠다.

둘째, 연구자는 연구를 설계하고 연구를 진행하는 모든 과정에서 지도교수의 지도를 받았으며, 이는 논문연구 Ⅰ,Ⅱ 등의 정규수업과 '인문융합치료콜로키움', '다문화교육 철학', '융합건강과학질적연구방법' 수업에서 질적연구와 연구방법에 대한 지도를 받았으며 여러 차례 발표를 통해 지도교수님과 연구교수님, 동료 연구자들로부터 피드백을 받으며 본 연구를 발전시켰다.

셋째, 연구자는 연구공동체의 정기적인 세미나, 발표회에 참가하여 다른 질적연구자들의 코멘트와 자문을 받았으며 이를 논문에 반영하였다.

넷째, 연구자는 본 연구와 관련이 있는 주제로 문헌연구방법 및 사례연구를 사용하여 국내 학술지에 5편의 논문을 게재하였으며 학술지 심사과정을 통해 객관적이고 다각적인 평가를 받았다.

또한 전입신병이라는 연구참여자들은 사회적 취약계층이라 할 수 있다. 이런 점에서 본 연구의 윤리적인 고려는 중요하다. 이에 연구자는 2020년 3월 31일에 인하대학교 기관생명윤리위원회(IRB)의 최종 승인을 받았다. 승인번호는 210222-11A이다. 연구자는 오리엔테이션 시간에 연구참여자에게 본 연구에 대하여 충분히 설명하고 서면동의를 구하였다. 연구설명문 및 연구참여동의서는 인하대학교 기관생명연구윤리위원회에서 요구하는 기본내용으로서 연구의 목적과 필요성, 연구자의 정보, 연구절차, 연구에 수반될 수 있는 위험과 보상, 자발적인 참여와 철회의 자유, 비밀보장, 자료보관 및 폐기에 대한 내용을 포함하였다. 프로그램 과정에서의 대화내용은 연구참여자가 IRB 승인

동의서에 동의를 한 후에 녹음을 진행하였으며, 이후 연구 진행 시 상담 녹음자료를 활용할 수 있는 것에 대해 다시 한번 고지하였다. 녹음된 상담내용은 한글파일로 전사하였고 전사 자료와 상담기록은 연구참여자의 개인정보가 드러나지 않도록 가명이나 기호를 사용하여 기록하였다. 평가자들에게 제공되는 자료에도 개인정보는 가명이나 기호로 변경하여 전달하였다. 연구자가 활용 중인 참여자 자료들은 파일에 암호를 설정하고 연구자의 개인 노트북에서만 사용 중이다. 또한 연구와 관련된 기록들은 연구 종료 시점부터 3년간 보관해야 한다는 생명윤리법에 의거하여 연구참여자들의 개인정보와 비밀이 지켜질 수 있도록 안전하게 보관하였다.

인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

Ⅳ. 명화감상 집단미술치료 프로그램

1. 프로그램 개요 및 목표

1.1. 프로그램 개요

명화감상 집단미술치료 프로그램은 전입신병의 군 생활 조기 적응을 목표로 한다. 전입신병은 비자발적인 입대, 군 조직의 엄격한 규칙과 위계질서에 따른 단체생활에서 오는 스트레스로 인해 심리적 어려움을 경험하고 있다. 이에 연구자는 연구참여자들이 명화감상을 통한 정서적인 이완과 더불어 미술활동과 미술작품으로 각자의 경험과 감정을 나누며 집단 내에서 공감을 주고받는 지지적 반응을 통해 긍정적인 상호작용을 할 수 있도록 하였다.

명화감상 집단미술치료 프로그램은 전입신병 9명을 대상으로 2021년 11월~12월, 주 2회, 10회, 120분, OO부대의 다목적실에서 진행되었다. 얄롬(1995)은 집단치료 프로그램은 7-10명의 집단구성원으로, 치료 시간은 주 2회, 60-120분으로 진행하는 것이 적절하다고 하였다(정유진, 2021). 집단의 형식은 연구참여자들이 자신의 경험을 진솔하게 표현하고 개방하기에 용이한 폐쇄집단으로 운영하였다. 집단미술치료를 실시하기에 앞서 연구참여자들이 집단미술치료 과정에 대해 이해할 수 있는 오리엔테이션 시간을 가졌다. 오리엔테이션 시간에 집단미술치료의 목적, 진행 과정과 집단의 규칙을 안내하고 연구참여자 동의서를 작성하였다.

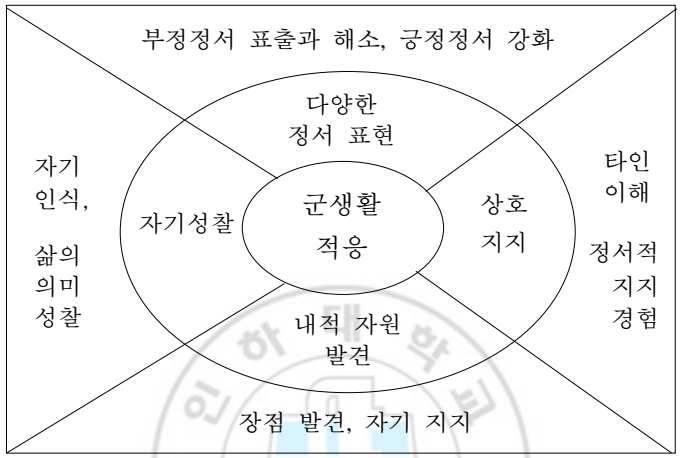
명화감상 집단미술치료의 진행은 연구자가 했으며 모든 프로그램 과정을 녹음하고 회기 종료 후 녹음내용을 여러 번 반복해서 들으며 전사함으로써 진행 시 관찰하지 못했던 것을 빠짐없이 파악하였다. 연구자는 명화감상 미술치료를 20여년 간 진행하고 미술치료 슈퍼바이저이자 OO대학 미술치료학과 OO교수에게 1년 6개월 동안 슈퍼비전을 받으며 미술치료사로서 ‘자기관찰(self-refllection)’이 원활히 수행되도록 하였다. 미술치료 수퍼비전은 자신의

개인적 역량을 점검하고 개발하는 것뿐만 아니라 미술치료 영역의 전문성 확보와 미술치료 프로그램 전체의 질적 성장을 이끄는 것이기에(김선희, 2015) 미술치료사로서의 자기 점검 및 미술치료 프로그램 과정을 점검하였다.

인하대학교 INHA UNIVERSITY 1954

1.2. 프로그램의 목표 및 개입전략

본 연구에 활용된 명화감상 집단미술치료 프로그램의 목표 체계는 다음 [그림 Ⅳ-1] 과 같다.



[그림 Ⅳ-1] 명화감상 집단미술치료 프로그램의 목표

첫째, 심리적·정서적 갈등을 안전하게 표출함으로써 부정적인 정서를 완화하고 긍정적인 정서를 강화한다. 둘째, 자기의 경험을 탐색하고 의미를 찾아가며 자기성찰을 한다. 셋째, 전입신병 간 상호작용을 통해 타인을 이해하고 수용하여 상호지지를 경험한다. 넷째, 내적 자원을 발견함으로써 자기 지지의 힘을 키운다.

이에 따른 프로그램의 단계별 목표는 다음 <표 Ⅳ-1>과 같다.

<표 Ⅳ-1> 명화감상 집단미술치료 프로그램의 단계별 목표

단계	회기	목표
초기	1~3	라포형성, 자기탐색
중기	4~8	자기이해, 타인이해, 상호관계 형성
후기	9~10	공동체의식, 긍정적인 자아상과 미래상 형성

초기는 1~3회기로 연구자와 연구참여자, 연구참여자 간의 라포를 형성하고 자신에 대해 탐색하는 것을 목표로 하였다. 집단미술치료에 대한 낯설음을 없애고 연구자, 연구참여자 간 신뢰감을 형성하여 지지적인 분위기 속에서 자신에 대한 표현과 탐색이 가능한 안정적인 환경을 구성하였다. 상담의 첫 단계에서 상담자에 대한 신뢰감을 확립하는 것이 중요하며 이 신뢰감은 이후의 상담 성과를 예언할 수 있다고 하였다(박원주, 1998).

중기는 4~7회기로 초기의 내면 표현에서 발전하여 깊은 감정을 수용할 수 있도록 유도하고 자신의 잠재력과 자원을 탐색하고 연구참여자 간 상호작용 속에서 자기 이해와 타인 이해를 목표로 하였다. 또한 미술활동을 통한 다양한 감정표출로 내면을 개방하여 카타르시스를 체험함에 따라 부정적 감정을 해소하고 자신 안에 건강한 내면이 존재함을 경험하도록 하였다.

후기는 8~10회기로 중기에 표출했던 정서를 안정화하고 감정을 긍정적으로 승화하는 작업을 통해 자신의 감점을 내재화하고 이를 연결하여 연구참여자가 자아에 대한 긍정적 인식의 향상을 목표로 한다. 또한 연구참여자 간 집단 안에서의 수용과 정서적 지지를 통해 긍정적 대인관계의 내면화를 고무시키고 공동체에 대한 소속감을 높아지도록 돕고자 하였다.

이와 같은 목표를 위해 본 연구에서는 다음과 같은 여섯 가지 개입전략을 설정하였다.

첫째, 명화감상을 통한 감정이입을 통해 다양한 정서를 경험하게 하기 위해 구상화뿐 아니라 추상화, 낙서화 등 다양한 명화를 보여줌으로써 미술에 대한 호기심을 유발하여 창의적인 발상을 도왔다.

둘째, 개방적이고 허용적인 분위기 속에서 공감·지지해주며 긴장을 완화하여 자유롭게 자신의 감정을 표현하도록 도왔다.

셋째, 개인 활동과 더불어 소그룹, 중그룹, 대그룹의 집단활동을 통해 긍정적인 상호관계를 증진시켜 공동체의식을 함양하도록 도왔다.

넷째, 매 회기 다양한 매체를 활용하여 감각을 자극하고 흥미를 갖게 하여 미술활동에서 몰입의 즐거움을 느끼도록 도왔다. 또한 그림을 그리는 것에 부담을 느끼지 않도록 자신의 감정을 표현하기 쉬운 매체를 활용한다.

다섯째, 프로그램의 주제를 긍정적인 목표에 초점을 맞추어 개개인의 장점이나 능력을 드러나게 하고 스스로 가치 있는 존재로 인식하게 함으로써 자존감 향상과 긍정적 삶을 갖도록 도왔다.

인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

2. 프로그램 구성

2.1. 프로그램 구성과정

명화감상 집단미술치료 프로그램 구성을 위해 다음과 같은 과정을 거쳤으며 이는 다음 <표 Ⅳ-2>와 같다.

<표 Ⅳ-2> 명화감상 집단미술치료 프로그램의 구성과정

단계	과정	내용
1	요구조사	지휘관 24명, 병사 126명 대상 설문
2	각 회기 구성	·2010~2021년 청소년 대상 '적응' 관련 미술치료 프로그램 학술논문 46편 분석
		·2001~2021년 병사 대상 '군 생활 적응' 관련 미술치료 프로그램 6편 분석
3	명화선정	각 회기 명화를 선정한 근거
4	수퍼비전	각 회기 프로그램 목표, 활동내용, 명화선정 등의 타당도

첫째, 명화감상 집단미술치료 프로그램의 구성 및 주제와 회기별 목표를 구성하기 위해 우선 OO 부대의 간부 24명, 병사 126명을 대상으로 요구조사를 실시하였다.

①프로그램의 구성은 부대 내 교육훈련 일정을 조율해야 하는 간부에게만 질문했으며 간격은 주 1~2회, 회기는 8~10회기, 시간은 90~120분, 인원은 9~10명이 적당하다고 조사되었다. ②프로그램에서 다루어야 할 주제는 간부의 경우 부정적 사고, 대인관계, 심리적 문제, 문제행동 순이었고, 병사의 경우 대인관계, 심리적 문제, 부정적 사고, 문제행동 순이었다. ③프로그램의 회기별 목표는 간부의 경우 상호작용, 감정표출, 강점 발견, 목표/희망, 긴장이완, 자기탐색 순이었고, 병사의 경우 감정표출, 자기탐색, 긴장이완, 상호작용, 강점 발견, 목표/희망 순이었다.

이에 본 연구에서는 ①프로그램 구성은 간부의 의견을 따라 주 2회, 10회기, 120분으로 진행하였다. 프로그램 주제와 목표는 간부와 병사의 의견을 통합하여 ②주제는 대인관계, 심리적 문제, 부정적 사고 위주로 구성하였고, ③회기별 목표는 감정표출, 자기탐색, 긴장이완, 상호작용, 강점 발견, 목표/희망 위주로 구성하였다.

둘째, 명화감상 집단미술치료 프로그램의 단계별 목표를 구성하기 위해 2001~2020년 청소년 대상 '적응' 관련 미술치료 프로그램 학술논문 46편과 이론적 논의에서 밝힌 병사 대상 '군 생활 적응' 관련 미술치료 프로그램 논문 6편을 분석하였다. 분석 결과는 다음과 같다.

①초기 프로그램에서 가장 많이 사용된 목표는 라포형성, 자기소개, 긴장완화, 자기표현 및 알아차림, 주호소 문제와 목표 이해, 집단응집력 형성 순으로 나타났다. 초기 단계에서는 연구참여자 간 친밀감을 형성하고 안전한 환경에서 자기표현이 가능한 환경을 구성하기 위한 목표가 구성되었음을 알 수 있다.

②중기 프로그램에서 가장 많이 사용된 목표는 감정탐색 및 표현, 욕구 파악, 자기 이해 및 수용, 스트레스 탐색 및 해소, 타인 이해 및 수용, 사회성 향상 순으로 나타났다. 중기단계에서는 연구참여자의 자기 인식 및 이해를 바탕으로 자신의 감정을 표현하고 수용하게 됨으로써 자기조절을 증진하기 위한 목표가 구성되었음을 알 수 있다. 또한 자신뿐만 아니라 타인에 대한 이해를 높임으로써 긍정적 자아감을 형성하여 사회성 기술의 습득할 수 있는 기회를 제공하는데 목표를 두고 있음을 알 수 있다.

③후기 프로그램에서 가장 많이 사용된 목표는 변화된 모습 인식, 희망적인 미래상 인식, 긍정적 자아상 형성, 주호소 문제 개선, 자신감, 성취감, 만족감, 집단응집력 강화 순이었다. 후기단계에서는 연구참여자 간 긍정적 상호작용을 통해 자신과 타인에 대한 인식 및 수용, 긍정적 자아상을 함양함으로써 주 호소 문제해결과 안전한 종결을 목표로 구성되어 있음을 알 수 있다.

이에 본 연구에서는 분석된 자료를 기초로 하여 각 회기 목표를 재구성하

였다.

셋째, 명화감상 집단미술치료 프로그램의 명화선정 기준은 명화감상 미술치료 선행연구에서 가장 많이 쓰인 ‘주제와의 적합성’, ‘연구참여자의 특성’, ‘명화의 예술성’, ‘미술활동과의 연결 가능성’을 염두에 두고 선정하였으며 이는 다음 <표 Ⅳ-3>과 같다.

<표 Ⅳ-3> 명화 선정기준

회기	주제	명화	내용
1	라포 형성	고흐, 피카소, 렘브란트, 바스키아, 쿠르베, 뒤러	자화상은 자신의 외형적 모습뿐 아니라 무의식과 감정을 드러냄으로써 자신의 내면세계를 소개할 수 있다. 화가가 전입신병의 나이와 비슷한 20대에 그린 다양한 표정의 자화상을 감상하며 자신에게 끌리는 자화상을 골라 자신을 탐색해본다.
2	라포 형성	바스키아 ‘무제’	낙서 방식의 미술활동은 무의식의 표출, 카타르시스, 상징적 표현, 승화를 통해 치료가 이루어진다(Malchodi, 2008). 1회기의 내용과 맥락을 같이 하여 바스키아의 낙서화 작품 중 인물이 들어간 명화를 선택하여 전입신병들이 자신을 자유롭게 표현하며 자기개방을 유도한다.
3	라포 형성	잭슨폴록 ‘무제’ 칸딘스티 ‘구성’	액션페인팅 기법으로 행위가 갖는 유희적 의미를 통해서 카타르시스를 느끼게 한다. 만(Mann)은 액션페인팅 기법에서 유희적인 요소를 발견할 수 있다고 했고 호이징가(Huizinga)는 유희는 어떤 외적 결과를 실현하기 위해서가 아니라 활동 그 자체의 흥미 때문에 일어나는 심신의 자유로운 발동으로 긴장을 필요로 하는 일에서 벗어나 원시적인 마음 편한 활동으로 돌아가는 것이라고 했다(김애자, 2012).
4	감정 표현	마크로스코 ‘무제’	색채는 인간의 감정과 연결되어 정서에 영향을 미치고 다양한 심리적 반응이 일어날 때 지각된다(Eisner, 1991). 색채 상징은 의식과 무의식을 보다 객관적으로 볼 수 있는 연결점이 된다(정여주, 2003). 색채를 중시한 로스코의 작품 중 다양한 감정을 불러일으키는 색채를 통해 억제된 상황 속에 있는 전입신병들이 마음의 문을 열고 자신의 감정을 표현해본다.
5	자기	오키프	사다리는 꿈을 찾아가는 도구로서의 상징적 의미가 있다.

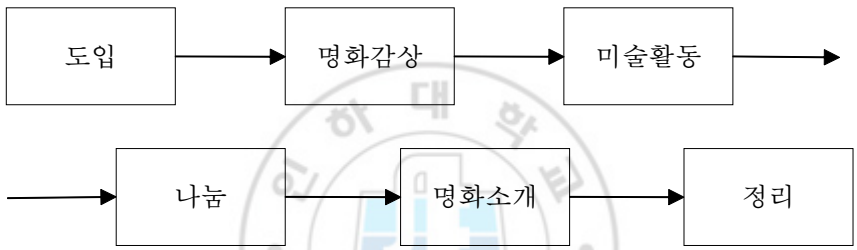
	이해	‘달로 가는 사다리’	전입신병의 20대 초반은 성장욕구와 갈등이 많은 시기로 집단원들과 ‘꿈꾸는 공간’을 만드는 협동작업을 하는 가운데 자신만의 사다리를 만들면서 자신의 강점을 찾아본다
6	자기 이해	찡판즈 ‘가면 시리즈’	찡판즈의 ‘가면 시리즈’는 가면 뒤에 숨겨진 현대인의 불안을 함께 보여준다. 융은 페르소나가 무의식의 열등한 인격이며 자아의 어두운 면이라 하였다. 가면활동을 통해 자신의 단점을 알아보고 수용한다.
7	자기 이해 · 타인 이해	샤갈 ‘나와 마을’	샤갈의 작품 속 샤갈과 암소의 형상을 통해 관계를 의인화하여 나에게 긍정적인 영향을 미친 가족, 친구, 고향, 공간의 의미에 대해 알아본다.
8	자기 이해 · 타인 이해	클림트 ‘생명의 나무’	나무는 삶과 자아의 변화의 성장을 나타내기 위해 사용되어 온 상징 중의 하나이다. 자기 상, 마음상태, 에너지, 정신적 성숙도를 나타낸다. 자신의 나무를 통해 자기 이해를 돕는다.
9	긍정적 미래상	프리드리히 ‘안개낀 바다위 방랑자’	등 돌린 얼굴이 보이지 않는 인물은 보는 사람의 모든 감정을 포용하며 인물이 그림 전체를 장악하는 느낌이 든다. 프리드리히의 작품 속 인물에 감정이입을 함으로써 미래의 나를 계획한다.
10	공동체 의식	키스해링 ‘무제’	회기를 종료하는 과정에서 소통을 강조하는 키스해링의 작품처럼 집단구성원들이 협동하여 자신의 팔을 연결하여 하나가 되는 공동체 의식을 갖는다.

넷째, 연구자는 2020년부터 OO부대에서 전입신병을 대상으로 명화감상 집단미술치료를 진행하고 있었기에 수퍼비전을 통해 기존 프로그램을 수정·보완하여 본 프로그램의 구성과 내용을 완성하였다.

2.2. 매 회기별 프로그램 진행과정 및 내용

2.2.1. 매 회기별 프로그램 진행과정

본 연구에서 각 회기의 진행단계는 도입, 감상, 미술활동, 나눔, 정리의 5단계로 진행되었으며 도입 5분, 명화감상 15분, 미술활동 30분, 나눔 40분, 명화소개 5분, 정리 5분 정도로 시간을 안배하였다. 이는 다음 [그림 Ⅳ-2]과 같다.



[그림 Ⅳ-2] 명화감상 집단미술치료 프로그램의 회기별 진행단계

첫째, 도입단계에서는 연구참여자가 현재 상태와 기분 등 개인적인 일들에 대한 의견을 나누는 시간을 가짐으로써 긴장을 풀고 편안하게 집단미술치료에 참여할 수 있는 분위기를 조성하였다.

둘째, 감상단계에서는 각 회기 주제에 적합한 명화를 감상하고 느낀 점을 간단하게 표현하였다. 화가의 소개보다는 명화에 집중하여 감상하도록 유도하였다. 곰브리치(Gombrich, 1995)나 리드(Read, 1972) 또한 명화를 온전히 감상하기 위해서 화가나 작품에 대한 지식으로 인한 선입견을 품지 않을 것을 강조한 바 있다. 명화감상 단계에서 연구자의 질문은 세부 사항보다 전체적 느낌을 묻는 개방형 질문으로 연구참여자 자신이 느끼는 감정에 초점을 두었으며 명화에 투사된 자기의 경험과 내적 감정을 표출하고 연구참여자에게 중요한 내적 욕구과 인식을 표현하도록 도왔다.

셋째, 미술활동 단계에서는 명화감상 후 그와 관련된 주제로 각자 자신의 창의적인 미술활동으로 이어졌다. 명화감상 미술치료에서 미술활동은 명화감상에서 유도되었고 명화를 활용한 활동으로 진행하였다. 명화를 활용한 활동으로 동일한 주제로 표현하기, 동일한 기법으로 표현하기, 동일한 모티브로 표현하기, 명화의 내용 요소와 형식요소를 재해석하여 자기 나름대로 표현하기, 편집된 명화에 표현하기, 명화에 내용 첨가하기 등으로 구성하였다.

넷째, 나눔 단계에서는 자신의 미술작품에 대한 설명과 함께 연구참여자의 작품에 대한 감상과 피드백이 이루어졌다. 나눔 단계에서는 자리를 이동하여 연구참여자들의 미술작품을 한 자리에 모아놓고 이야기를 나누어 서로의 미 미술작품에 집중할 수 있도록 하였다.

다섯째, 명화소개 단계에서 연구자는 화가, 생애, 제목, 작품 배경 등을 간단히 설명하였다. 명화소개를 마지막에 하여 명화감상에 선입견을 갖지 않도록 하였다.

여섯째, 정리단계에서는 활동에 대한 전체적인 소감을 나누고 느낀 것들을 돌아보며 소감문을 작성하였다. 소감문은 연구자가 연구목적과 부합되는 문항을 제시하여 각 회기 만족도와 주관적 반응을 기록하도록 하였다.

2.2.2. 매 회기별 프로그램의 내용 및 의미

본 프로그램의 회기별 내용 및 의미는 다음과 같다.

1회기는 ‘나를 소개해요’ 시간으로, 닉네임을 만들고 자기소개를 하였다. 첫 회기는 연구참여자가 자유롭게 자신을 표현하고 편안함을 느낄 수 있는 수용적이며 지지적인 집단분위기와 안전한 환경을 조성하여야 한다. 닉네임을 만들어 자기를 소개하는 활동은 초기의 어색함과 낯섦을 감소시키고(최은진, 2017) 자연스러운 분위기 속에서 집단의 응집력을 높여주어 다양성을 맛보는 경험을 하게 한다(조민규, 김춘경, 2010).

2회기는 ‘나, 이런 사람이야’ 시간으로, 자신의 입대 전 사진과 함께 남성잡지에서 좋아하거나 자신을 나타내는 이미지를 오려 함께 꾸미는 콜라주 활

동을 하였다. 연구자는 1회기 연구참여자들에게 마음에 드는 셀카 사진을 연구자의 핸드폰으로 보내도록 부탁하였고 연구자는 이를 인화하여 준비해갔다. 꼴라주는 그림을 그리는 것에 대한 부담에서 벗어나 표현할 수 있다는 장점과 함께 자연스럽게 자신의 내면세계를 개방하게 하며(이근매, 2011), 상징 등을 통하여 각자의 무의식의 영역을 드러내어 숨겨진 갈등을 표현하는데 도움을 준다(Liebmann, 1981 : Rubin, 2008).

3회기는 '내 멋대로 난화' 시간으로, 클레멘(Claman)은 위니컷(Winnicott)의 난화기법과 가드너(Gardner)의 '이야기하기기법'을 응용한 난화게임을 만들었다. '대상 없는 무질서한 난화'는 보다 용이하게 무의식을 의식화시켜주고(이현지, 2021) 난화에 줄거리를 가지도록 이야기하면 난화와 이야기에 다양한 표현의 가능성으로 상상력을 유발한다. 또한 집단에서 두 명이 같은 작품을 만들며 상호작용을 함으로서 관계 형성에 도움이 된다.

4회기는 '내 마음이 들리니' 시간으로, 색상을 통해 다양한 감정을 인식하고 표출하도록 하였다. 인간은 어린 시기부터 색을 선택하고 표현하는 경험을 하는데 색은 개인의 성향, 기질, 정서적 상황을 투사하는 중요한 매체가 된다(정여주, 2003). 슈타이너(Steiner)는 색채의 감각적, 정신적 작용'을 높이 평가하였고 색채는 우리의 시각에 영향을 미칠 뿐 아니라 시각을 매개로 하여 감정에 영향을 미치고 이러한 영향력은 정서와 직결되어 있다고 하였다(이경원, 2015).

5회기는 '내 인생에 영향을 준 사람' 시간으로, 자신의 삶에 긍정적인 영향을 준 사람에 대해 표현함으로써 대인관계를 탐색하도록 하였다. 가까운 가족관계부터 시작하여 학교 친구나 자신에게 도움을 준 사람들을 기억하고 표현하게 하고 자신의 현재 대인관계 상황을 파악하여 타인에 대한 긍정감을 향상하고(최은진, 2016) 대인관계의 중요성을 인식할 수 있다.

6회기는 '너와 나의 희망 연결' 시간으로, 집단 분석적 미술치료의 맥닐리(McNeilly, 1990)의 제안에 따라 집단 공통의 상징을 끌어낼 수 있는 모둠별 협동작업을 계획하여(이경원, 2015) 4인 1조로 자신의 강점을 찾아보는 활동을 하였다. 집단 내에서 같은 주제로 그림을 그리는 등의 협동활동은 서로

를 이해하고 반영하는 경험을 탐색하게 된다(양원영, 2014). 협동활동은 상호 대인관계의 경험을 넓힐 뿐만 아니라 대인관계를 음미하는 기회를 주며(Rubin, 2008) 같은 시간과 장소에서 경험하는 동시발생적 현상이기 때문에 집단이 응집되는 효과를 준다(McNeilly, 1990).

7회기는 '버리고 싶은 나, 간직하고 싶은 나' 시간으로, 가면 꾸미기를 통해 '내가 보여주고 싶은 나, 보여주기 싫은 나'를 통해 내면의 욕구를 탐색하고 진솔한 자기 개방을 통해 타인과의 관계 속에서 자기를 발견하도록 하였다. 융은 외부세계에 적응하는 데 필요한 어느 정도 자율성을 지닌 외적 인격(external personality)을 '페르소나'로 정의를 내리며(이부영, 2011) 한 개인이 세상에 적응하기 위해서 사용하고 있는 체계나 태도로 실상이 아닌 가상이란 뜻으로 사용된 것이기에 페르소나의 확립을 위해 애쓰는 한편 페르소나에서 벗어나 진정한 자기를 찾는 모습이 필요하다고 주장하였다.

8회기는 '장점 찾아주기' 시간으로, 연구참여자 간 장점을 주고받으며 긍정적 지지를 나눔으로서 자아존중감을 향상시키고자 하였다. 지지는 사회관계망에서 개인이 다른 사람과의 관계를 통해 얻을 수 있는 긍정적인 자원(Cohen & Hoberman, 1983)이다. 지지는 자신이 사랑받고 존중받고 신뢰받고 있다는 믿음(Cobb, 1976)속에 자신과 집단구성원 간 역동적인 도움을 주고받는 관계로 새로이 야기되는 문제들을 잘 대처하도록 도와줄 수 있는 자원이 될 수 있다(장혜경, 2009).

9회기는 '내 꿈을 키워요' 시간으로, 미래에 대한 계획을 설계해 보았다. 미래에 자신이 하고 싶은 일에 대하여 나누고 그 꿈을 이루기 위해 어떤 노력을 해야 하는지 서로 이야기하는 시간을 가짐으로써 자기개념을 인식하고 긍정적 자기상을 확립할 수 있다(최은진, 2016). 후기청소년기에 속하는 전입신병은 장래의 교육적·직업적 진로를 결정하고 이를 위해 구체적이고 실제적인 준비를 해나가는 시기이다(서혜석, 이대식, 2008). 진로가 희망적이지 않을수록 스트레스는 높아져서 군생활적응에 어려움이 있기에(구승신, 2004) 미래에 대하여 긍정적인 계획을 세우는 것은 중요하다.

10회기는 '통하는 우리' 시간으로, 앞선 회기들을 통해 프로그램의 전반

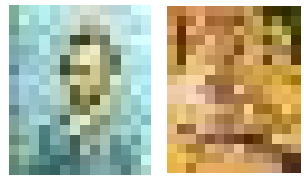
적 의미를 확장시키고 연구참여자 간의 공동체 만족감을 높일 수 있도록 공동활동을 구성하였다. 공동작업은 공동체 의식과 대인관계를 향상시키고 완성된 이미지를 통해 공동체 안에서 나의 역할에 대하여 생각해볼 수 있게 하며 이러한 대형 작업의 완성은 참여자가 성취감을 가질 수 있게 한다(최은진, 2016). 집단 안에서 타인과의 관계 형성을 경험하고 자신과 타인의 감정을 인식하고 조절하는 과정 속에서(양은주, 김동연, 2005) 공감・격려・지지・배려 등의 긍정적인 상호작용을 습득하고 대인관계기술을 향상시킬 수 있다(정재원, 김갑숙, 2011).

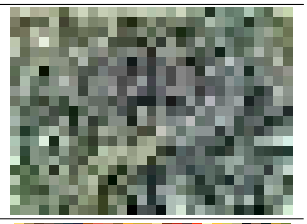
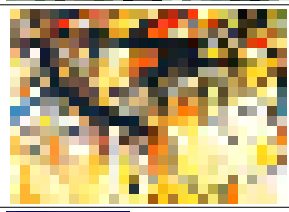
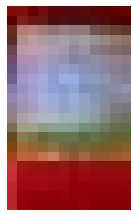
인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

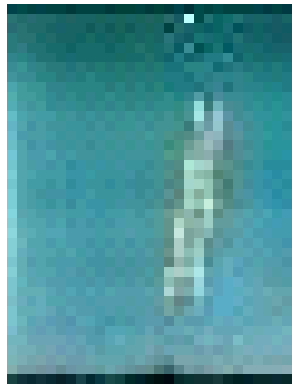
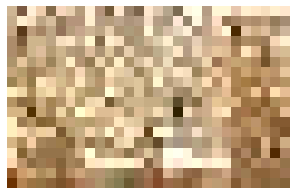
3. 명화감상 집단미술치료 프로그램

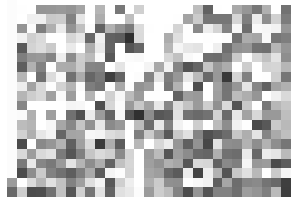
전입신병을 위한 명화감상 집단미술치료 프로그램은 다음 <표 Ⅳ-4>와 같다.

<표 Ⅳ-4> 명화감상 집단미술치료 프로그램

단계 목표	회기	제목	회기목표	활동내용	명화	
라포 형성 · 자기 탐색	1	나를 소개 해요	· 친밀감형성 · 자기탐색 · 타인에게 자신을 표현하는 경험하기	· 다양한 명화(자화상) 감상 후 끌리는 작품을 골라 OHP 필름 위에 자화상 그리기 · 별칭 짓고 자기소개하기	고흐 피카소 렘브란트 바스키아 쿠르베 뒤러	
					동일한 주제로 표현하기	
	2	나, 이런 사람이야	· 친밀감형성 · 자기탐색 · 자기개방 · 흥미유발 · 긴장이완	핸드폰 셀카 중 자신이 가장 마음에 드는 사진을 고른 후 잡지에서 상징물(내가 좋아하는 것이나 관심 있는 것, 자신을 나타낼 수 있는 것)을 오려내 나의 사진과 함께 꾸며보기	바스키아 '무제'	
					동일한 기법으로 표현하기	

자기 이해 · 타인 이해 · 상호 관계 형성	3	내멋대로 난화 (2인 1조)	· 친밀감형성 · 흥미유발 · 긴장이완 · 창의성자극	2인 1조로 난화 상호이야기 법을 활용하여 빈 종이에 돌아가며 난화를 그린 후 난화 속에서 연상물을 찾아 이야기 꾸미기	잭슨폴록 '무제' 칸딘스키 '구성'	
					동일한 기법으로 표현하기	
	4	내 마음이 들리니?	· 감정인식 · 감정표출 · 다양한 감정이해	색을 통해 다양한 감정을 표현한 명화 감상 후 평소 느끼는 감정들을 색상과 연결하여 핸디코트로 표현하기	마크로스코 '무제'	
					동일한 주제로 표현하기	
	5	내 인생에 영향을 준 사람 (3인 1조)	· 대인관계 탐색 · 지지하는 사람의 중요성인식 · 긍정감정 인식	· 자신의 삶에 큰 영향을 준 사람에 대해 표현하기 · 집단원의 옆모습을 그려주며 협동활동하기	샤갈 '나와 마을'	
					동일한 주제, 동일한 모티브로 표현하기	

6	너와 나의 희망 연결 (4인 1조)	· 유대감과 친밀감형성 · 상호작용 경험 · 적절한 자기주장 촉진 · 타인 의견 존중 · 자신의강점 발견	· 3~4인 1조로 우리가 꿈꾸는 도시나 마을을 만들면서 협동활동 하기 · 명화 안의 사다리를 모티브로 쿠킹호일이나 나무젓가락, 수수깡으로 나만의 사다리를 만들며 꿈꾸는 도시를 향해 나아가기 위한 자기 강점 찾아보기	오키프 '달로 가는 사다리' 동일한 모티브로 표현하기	
7	버리고싶은 나, 간직하고 싶은 나	· 페르소나 및 그림자 탐색 · 욕구 탐색 · 진솔한내면 개방 · 타인과의 관계속에서 자기 발견	남에게 보여주고 싶은 나의 모습과 보이고 싶지 않은 나의 모습을 가면의 안과 밖에 표현하며 자신의 외·내적인 가치를 이해하기	쩡판즈 '가면 시리즈' 동일한 주제, 동일한 모티브로 표현하기	
8	장점 찾아 주기	· 집단원의 장점을 알아보며 집단원과 긍정적지지 나누기 · 친밀감증진 · 자아존중감 향상 · 나의 자원 인식 · 강점내재화	· 나만의 나무를 꾸민 후 옆으로 그림을 돌려가며 집단원의 장점 찾아 칭찬열매 달아주기 · 집단원이 써 준 장점을 읽으며 나의 장점 찾기	클림트 '생명의 나무' 동일한 모티브로 표현하기	

공동체의식·긍정적인미래상형성	9	내 꿈을 키워요	· 미래에 대한 개인의 바람과 희망 설계 · 긍정적인 자아상고취 · 자기격려 · 삶의목표와 방향성잡기 · 자신감향상	· 편집된 명화로 미래의 나의 모습 표현하기 · 자신이 미래에 이루고 싶은 소망 표현허기	프리드리히 '안개낀 바다위의 방랑자' 편집된 명화로 표현하기	
	10	통하는 우리 (공동 작업)	· 공동체의식 함양 · 집단친화력 향상 · 상호존중감 향상 · 정서적지지 · 관계수용과 긍정적상호 작용	· 자신의 팔을 본떠 오린 종이에 회기를 마치며 하고 싶은 말을 적은 후 벽에 전지를 붙이고 공동작품 만들기 · 그동안의 작업을 통해 집단원들이 어떤 의미였는지 이야기 나누기 · 집단작업을 통해 변화된 자신을 이야기하고 집단원에게 서로 감사하는 시간을 가지며 정리하기	키스해링 '무제' 명화에 내용 첨가하기	

Ⅴ. 프로그램 참여 경험의 의미

전입신병의 명화감상 집단미술치료 프로그램 경험에서 나타나는 의미를 분석한 결과 5개의 핵심의미, 21개의 주제를 도출하였으며 이는 공감의 형성단계인 ①감정이입⇨ ②자기이해・타인이해⇨ ③상호이해・상호존중⇨ ④관점전환의 4개의 영역으로 크게 분류할 수 있다. 이는 다음 <표 Ⅵ-1>과 같다.

<표 Ⅴ-1> 명화감상 집단미술치료 경험의 의미

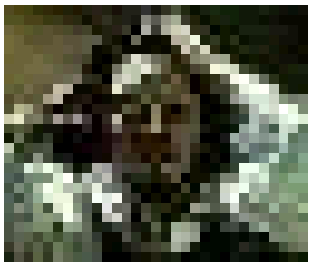
영역	핵심의미	주제
감정이입	명화로 알아가는 내 마음	명화가 내 마음을 읽어줌
		명화를 보며 힐링이 됨
		명화를 통한 뜻밖의 경험
		나도 표현해보고 싶어짐
자기이해・타인이해	미술작품으로 공감하는 나와 너	미술매체의 특이한 체험
		평가가 없는 편안함
		말로 표현하지 않은 감정이 드러남
		마음껏 표현되는 미술작품으로 서로를 알아감
상호이해・상호존중	자기개방을 통한 군생활적응의 애환	낯선 상황에서의 혼란스러움
		잦은 근무로 심신이 피곤함
		상하관계에서 오는 부담감
		존중받지 못하고 정당한 대우가 없는 부당함
		입대 전 일상의 그리움
	긍정감과 함께 동기애를 느낌	긍정적으로 생각하며 스스로를 위안삼음
		동기들도 나와 같은 마음임을 느낌
		미술활동 후 긍정적인 느낌이 듦
관점전환	미래로 향하는 우리들의 마음	피드백을 통해 나의 장점을 깨달음
		미래의 희망을 품음
		나를 성찰하게 됨
		동기들의 지지속에 군 생활에 대한 자신감 형성

1. 명화로 알아가는 내 마음 이야기

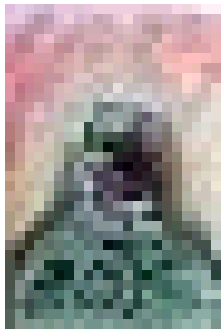
1.1. 명화가 내 마음을 읽어줌

연구참여자들은 1회기 자기소개 시간에 연구자가 제시한 6개의 자화상 중 자신과 비슷하게 느껴지거나 끌리는 명화를 골랐다. OHP 필름을 사용해 명화를 본떠 그리거나 여러 가지 명화를 합쳐 자신을 표현했다. 연구참여자들은 명화 속 특정한 부분이 자신의 마음을 대변하거나 자신과 닮았다고 느끼며 자신을 표현하게 하는 모티브가 되었다고 했다. 연구참여자 G는 '꾸르베(Courbet)'의 자화상 속 경악스러운 표정에서 아침 기상나팔이 울릴 때 자신의 당혹스러운 마음이 잘 드러났다고 했고, 연구참여자 I는 '렘브란트(Rembrandt)'의 자화상이 자대 배치받은 다음 날 핸드폰을 받고 전역까지 아직 많은 날이 남았음을 확인하며 막막했던 자신의 감정을 잘 드러내 준다고 하였다.

<표 Ⅴ-2> G의 미술작품과 자기서사

명화(꾸르베)	본인 작품	자기서사
		보자마자 이거다 싶었습니다. 경악스러운 표정이 지금의 나를 대변해주는 것 같았습니다. 아침에 기상나팔 울릴 때의 제 모습입니다. 기상나팔 소리에 귀가 찢어지는 것 같습니다. 어쩔 줄 모르는, 내 힘으로 안 되는 지금의 상황을 표현했습니다. (연구참여자 G, 1회기)

<그림 Ⅴ-3> I의 미술작품과 자기서사

명화(렘브란트)	본인 작품	자기서사
		이 자화상은 웃는 듯 웃지 않는 듯 묘한 느낌이 들었습니다. 군에 와서 핸드폰을 처음 받고 켰을 때 545일 남은 저의 표정이랑 똑같아서 이 그림을 선택했습니다.(웃음) 자포자기의 심정이랄까...(연구참여자 I, 1회기)

단토(Danto, 2004)는 미술이 삶을 재현하는 은유적 특성이 있으며 이로 인해 감상자는 작품 속에서 자기 자신을 보게 되는 것이라고 말한다(채영삼, 2006). 감상자가 심리적, 정서적으로 어려움이 있는 경우에 이런 상황을 더 강하게 경험한다. 감상자는 명화 앞에서 공감과 동일시를 경험하고 자신이 수용되고 이해받는 느낌을 얻게 되며 감상자 자신 혼자만이 이 세상에서 고통받는 것이 아니라는 위로를 받는다. 이는 미술이 '삶의 한계와 실존 위험에 대한 피난처를 제공'(Kossolapow, 1975)하는 것과 같은 맥락이다(정여주, 2021).

1.2. 명화를 통한 뜻밖의 경험

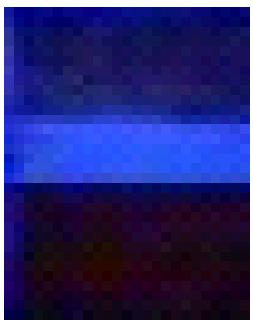
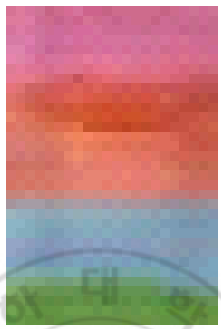
연구참여자들은 매 회기 명화를 감상한 후 어떠한 느낌이 드는지 이야기했다. 연구자가 명화의 제목이나 화가의 이름을 알려주지 않아 연구참여자들 각자 선입견 없이 명화를 자유롭게 느낄 수 있도록 도왔다. 같은 명화를 보면서도 연구참여자마다 다른 감상평을 이야기함으로써 명화에 따른 느낌은 감상자마다 다름을 알 수 있었다. 특히 6회기 '오키프'의 <달로 가는 사다리>를 감상한 후 연구참여자들은 9명 모두 제각각 다른 느낌을 이야기하였다. 연구참여자 A는 사다리를 보니 가고 싶은 곳이 생각나 힐링이 되었다고 했고 연구참여자 F는 공중에 떠 있는 사다리를 보면서 닿을 수 없는 달로 가기를 소망하는 것으로 느껴져 집으로 가고 싶은 자신을 떠올렸다고 했다. 연구참여자 I는 사다리가 불안해 보였다고 말한 반면, 연구참여자 B는 중력이 없는 자유로움을 느꼈다고 하여 다양한 감상평을 들려주었다. 또한 연구자가 매 회기 마무리 단계에서 간단히 화가에 대한 설명을 할 때 자신의 느낌과 화가의 의도가 다르다는 것에도 놀랍다고 했다.

반면, 연구참여자들은 대부분 학교 미술시간에 배웠던 작품을 명화의 기준으로 삼으며 실제 모습과 흡사하게 그린 것을 명화로 생각했다. 연구자가 추상화나 낙서화 같은 명화를 보여주었을 때 이렇게 대충 그린 것 같은 그림도 명화냐며 의아해했다. 다양한 명화에 대한 낯선 경험에 처음에는 어리둥절했으나 매 회기 명화를 감상하고 자세히 바라보는 동안 명화에 대한 선입견이 바뀌고 자신 또한 명화와 비슷하게 표현하면서 명화를 이해하는 것이 생각했던 것만큼 어려운 일이 아니라는 것을 느꼈다.

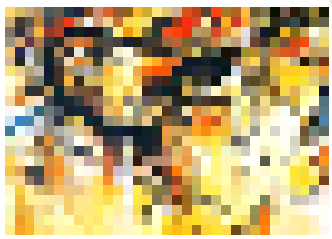
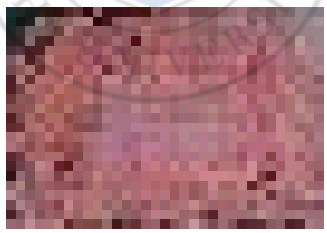
연구참여자 I는 명화는 고정된 기준이나 틀이 있는 것이 아니라 색이나 선, 또는 낙서로도 화가가 전하고자 하는 메시지가 담겨있다면 명화가 될 수 있고, 소름이 돋는 느낌이 들거나 끌리는 그림들 역시 명화가 될 수 있음을 깨달았다. 연구참여자 A는 살아오면서 한 번도 제대로 눈여겨보지 않았던 명화에 재미있는 요소가 많다는 것을 알게 되어 흥미로웠다고 했고, 연구참여자 C는 처음에는 추상화를 이해하기 어려웠으나 프로그램이 끝난 뒤 생각해보

니 추상화여서 오히려 생각할 여지가 많았던 것 같다고 했다. 연구참여자 F는 명화에 전혀 관심이 없었는데 요새는 개인정비시간에 명화에 대해 찾아보기도 한다고 했다.

<표 Ⅴ-4> H의 미술작품과 자기서사

명화(로스코)	본인 작품	자기서사
		어떤 색을 쓰든 자신만의 느낌이 있으니 의미를 부여하기 나름이라는 생각이 들었습니다. 꼭 어떤 사물이나 풍경을 표현하는 것이 아니라 색채를 이용해서 자신의 감정을 자유롭게 표현한 작품을 보면서 색만으로도 그림이 된다는 것을 느꼈습니다.(연구참여자 H, 4회기)

<표 Ⅴ-5> E의 미술작품과 자기서사

명화(칸딘스키)	본인 작품	본인 작품
		혼란스럽고 걱정스러운 마음을 표현했습니다. 내가 마구 그린 선만으로도 그림이 될 수 있다는 것이 신기했습니다.(연구참여자 E, 4회기)

명화를 보고 느끼는 감정이 사람마다 다른 것을 보면서 명화가 갖는 의미에서 화가의 생각보다 보는 사람의 마음이 드러나는 것이라는 생각이 들었습니다.(연구참여자 D, 6회기)

마음에 진심으로 와닿는다면 그것이 명화가 아닐까, 내 느낌을 상세히 알아보고 그림 안의 숨은 뜻이 무엇인지 찾아보게 되면서 소름 돋는 감정을 느끼게 되는 것이 명화인 것 같습니다. 명화를 감상하면서 느낀 것은 음악이 귀로 끌리는 것이라면 명화는 눈으로 끌리는 것이라는 생각을 했습니다. 명화는 개개

인의 영역인 동시에 창의력과의 공존이라는 생각이 들었습니다(연구참여자 I, 8회기)

원래 명화에 관심이 없었는데 요새는 인터넷 검색으로 찾아보기도 하면서 명화가 어떤 것인가에 대한 의문이 생겼습니다. 만약 이런 시간이 없었다면 개인정비시간에 절대 찾아보는 일은 없었을 것 같습니다.(연구참여자 F, 추후소감문)

곰브리치(1995)는 학습과 기억이 시지각, 미술에 대한 우리 반응의 핵심임을 보여준다고 했다. 그 반응은 단순히 작품을 보는 것만이 아니라 하향처리를 통해서 해당 작품을 다른 기억들과 연관 짓는 과정을 수반한다. 그래서 미술작품을 볼 때 이전에 본 다른 미술작품이나 앞서 겪었던 어떤 인생 경험이 자동으로 떠오르게 된다(Kandel, 2019). 또한 다양한 예술작품의 상상력은 낯선 이의 눈과 귀를 통해 세상을 보는 것을 가능하게 하여(오보영, 2021) 우리에게 당연하고 익숙한 것들을 새롭게 비춰주고 전혀 다르게 해석하게 하는 힘이 있다(Greene, 1977).

1.3. 명화를 보며 힐링이 됨

연구참여자들은 개인별로 특정한 명화를 볼 때 마음이 안정되거나 따뜻해지며 위로가 된다고 했다. 연구참여자 A는 1회기에 제시한 여러 자화상을 보면서 웃고 있는 명화보다 슬픈 표정의 명화가 많아 자신만 우울한 것이 아니라는 생각에 위안이 되었다고 했고, 연구참여자 H는 색으로 가득 찬 '로스코'의 명화를 보면서 왠지 모르게 마음이 안정되는 느낌이 들었다고 했으며, 연구참여자 G는 오키프(O' Keeffe)의 명화를 본 후 색감의 조화가 좋아 마음이 따뜻해졌다고 했으며, 연구참여자 D는 군대에 와서 명화를 보니 잊혀졌던 감성이 되살아나는 것 같다고 했다.

> 군에서 이런 명화를 보다니 잊었던 감성이 되살아나는 것 같습니다.(연구참여자 D, 2회기)

> 모든 그림이 그라데이션을 한 것 같았고 불빛을 보는 것과 같이 마음이 안정되는 것 같았습니다.(연구참여자 H, 4회기)

> 이렇게 하나하나 자세히 보니 명화들 하나하나가 마음속에 신기한 감정으로 남는 것 같습니다.(연구참여자 I, 4회기)

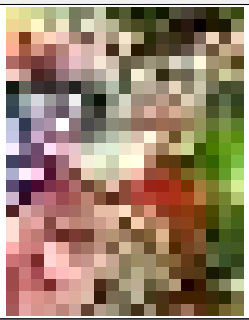
> 가족과 친구들이 많이 보고싶어 우울했었는데 명화를 보면서 많은 위로가 되었습니다.(연구참여자 I, 10회기)

명화를 감상할 때 공감은 그 작품에 즉흥적이며 편견 없이 감정을 이입하는 것이다(Franzen, 2018). 리드(1972)는 명화에 드러난 화가의 정서가 감상자의 마음을 움직이는 것을 두고 '예술을 통한 정서적 과정'이라고 하였다. 감상자가 찾고 있었거나 표현하고 싶었거나 혹은 무의식에 있었던 감정이 명화를 통해 발견되고 공감하게 되면 감상자는 '통쾌한 만족'을 얻는데, 이는 공감 경험을 통한 위로와 만족감의 치유력에 해당한다(정여주, 2021).

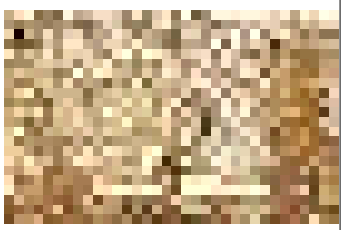
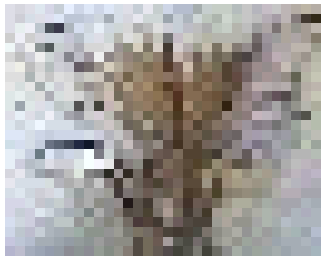
1.4. 나도 표현해보고 싶어짐

연구참여자들은 명화를 감상한 후 미술활동을 할 때 명화에서 받은 영감을 적극 활용하였다. 이들은 자신의 미술작품에 자신의 감정이나 생각을 명화와 비슷하게, 또는 명화보다 독특하게 표현하고 싶어했다. 연구참여자 H는 얼굴을 마주 보고 있는 명화를 본 후 엄마가 생각났고 마주 보는 모습을 그림으로써 엄마를 느끼고 싶었다고 했고, 연구참여자 I는 명화 속 나무가 독창적이라고 느껴 자신만의 나무를 특이하게 표현하고 싶은 마음이 들었다고 했다.

<표 Ⅴ-6> H의 미술작품과 자기서사

명화(샤갈)	본인 작품	자기서사
		두 사람이 얼굴을 마주보고 있어서 서로 간 깊고 좋은 감정이 있을 거라는 생각이 들었습니다. 친구처럼 지내던 엄마 생각이 났으며 저에게 좋은 영향을 준 엄마를 그리고 싶어졌습니다.(연구참여자 H, 5회기)

<표 Ⅴ-7] I의 미술작품과 자기서사

명화(클림트)	본인 작품	자기서사
		명화가 정신없어 보였지만 자세히 보니까 규칙적인 게 매력있다고 느꼈습니다. 독창적인 아이디어를 생각해내는 화가가 대단하다고 느꼈습니다. 나도 독창적으로 나만의 나무를 꾸며보고싶어졌습니다.(연구참여자 I, 8회기)

가면 명화를 보면서 현대인의 욕망을 잘 나타낸다는 생각이 들었습니다. 나의 욕망이 무엇인가 생각해보며 가면을 만들어보고 싶었습니다. 앞으로 좀 더 자

신을 돌아보라는 뜻을 전하는 것 같았습니다.(연구참여자 H, 7회기)

명화에 나온 나이테 형태로 표현된 나뭇가지를 보니 인생은 넓고 앞으로 해야할 것이 많다는 것을 말해주는 것 같았습니다. 저도 해야 할 일이 많은 나의 나무를 표현해보고 싶었습니다.(연구참여자 D, 8회기)

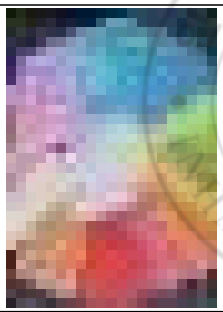
미술치료에서 명화감상을 선행할 경우 연구참여자에게 자발적 동기를 유발함으로써 미술활동에 안정적으로 접근하게 된다(이상화, 2009). 명화감상은 표현의 근원적 에너지가 되기도 하고 또한 표현 세계의 폭을 확대시키고 질을 심화시켜주는 것이다(박휘락, 2003). 명화감상 후 이루어지는 미술표현 활동은 단순한 모방의 과정이 아니라 감상 과정을 구체화하는 재해석의 과정이다(송미숙, 2018). 감상과 표현은 본래 표리일체의 관계에 있을 뿐만 아니라 상호 상승 작용의 효과성을 가진다고 볼 수 있다(김명숙 외, 2020).

2. 미술작품으로 공감하는 나와 너

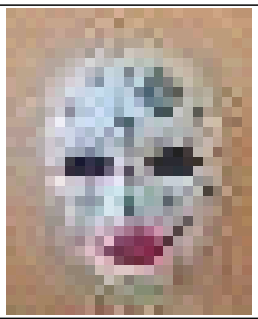
2.1. 미술매체의 특이한 체험

연구자는 매 회기 다른 매체를 준비하여 연구참여자들의 흥미를 유발하고 다양한 감각을 느낄 수 있도록 도왔다. 연구참여자들은 삭막한 군 생활 속에서 미술매체가 주는 느낌을 경험하는 것을 즐거워했다. 연구참여자 C는 우리가 다 큰 어른인데도 미술활동이 즐거운 것이 신기하고 힐링이 된다고 말했다. 연구참여자들은 특히 4회기 핸드코트를 좋아했으며 감촉이 부드럽고 어린 시절로 돌아가는 느낌이 든다고 말하였다.

<표 Ⅴ-8> I의 미술작품과 자기서사

	핸디코트란 재료에 물감을 섞어 맨손으로 그려봤는데 감촉도 신기하고 재미있었고 눈으로 보기에도 매우 즐거운 시간이었습니다. 평소에 생각도 많고 스트레스도 많았는데 조물락 만지면서 느낌이 가는대로 창작을 하다 보니 스트레스가 풀리는 좋은 경험을 했습니다.(연구참여자 F, 4회기)

<표 Ⅴ-9> E의 미술작품과 자기서사

	가면을 이용해서 나를 표현하니 구체적으로 내가 보이고 싶은 모습이 무엇인지 나타낼 수 있었습니다.(연구참여자 E, 7회기)

우리가 다 큰 어른인데 미술활동이 이렇게 재밌는 것인지 신기했습니다. 약간

초등학교 애들이나 좋아하는 것이라 생각했는데 선생님께서 가져오신 여러 가지 도구들을 만져보고 써보니 기분도 좋아지고 힐링이 되는 것 같았습니다.(연구참여자 C, 10회기)

부드러운 솜에 파스텔가루를 뿌리는 느낌이 재미있었고 어린아이처럼 놀이를 하는 기분이 들었습니다.(연구참여자 H, 6회기)

미술활동이 그리는 것만이 아니라 다양한 재료를 활용해서 나를 표현하니 나의 다양한 모습을 보게 되고 다음 시간에는 무엇을 할까 기대가 되고 재미있었습니다.(연구참여자, I, 3회기)

미술매체의 다양성은 다른 예술치료와 달리 미술치료만의 고유한 자원으로(윤해정, 김지은, 2021) 내담자의 흥미를 유발하고 감정과 인지를 자극하여 내면의 고통을 안전하게 표현하고 부정적 정서를 승화시키고 통합을 이룰 수 있도록 촉진하는 비언어적인 매개체다(Malchiodi, 2008; 조희정, 2021). 미술매체의 감각경험은 이완과 즐거움, 그리고 에너지를 불러일으키며 자기 몰입으로 이끈다. 손에 닿는 감각과 시각에 끌리는 색을 따라가다 보면 내면의 이미지와 만나게 되고, 이는 한층 더 깊은 내면 탐구를 가능하게 한다(Rubin, 2008). 또한 미술매체는 종종 심상의 표출을 자극하는, 즉 일차적 과정의 매체를 자극하여 창조적 과정으로 나아가게 한다(이근매, 2011).

2.2. 평가가 없는 편암함

연구참여자들은 자신들이 미술활동을 즐겼던 때로 초등학교 시절을 떠올렸다. 이후 학교 미술수업에서는 주로 얼마나 잘 그리느냐를 기준으로 평가를 받아 부정적인 기억을 갖고 있었다. 이 때문에 처음 미술활동을 할 때 잘 그려야 할 것 같은 부담을 느낀다고 표현했다. 하지만 첫 회기부터 무엇인가를 잘 그려서 결과를 얻는 것보다는 마음껏 자신을 표현하는 과정이 중요하다는 것을 깨닫고 미술활동을 만끽하였다. 또한 자신의 미술작품과 관련해 어떤 이야기를 하더라도 연구자와 다른 연구참여자들이 적극적으로 맞장구쳐주고 수용해주는 분위기에 편안함을 느낀다고 했다.

연구참여자들은 전입신병으로서 아직 익숙하지 않은 업무수행에 실수가 잦았다. 그러나 실수를 용납하지 않는 군 분위기 속에 매 순간이 긴장의 연속이라 할 수 있다. 이들에겐 미술활동 시간이 몸과 마음의 긴장을 내려놓고 잠시 쉴 수 있는 겨를이었다. 연구참여자 F는 미술작품을 완성할 때 어떤 외부 기준에 맞춰야 하는 것이 아니라 그저 감정이나 생각을 표현하면 된다는 것에 편안함을 느꼈고, 연구참여자 C는 군대에서는 항상 긴장이 되어 자신의 생각을 말할 때 제한적인데 이 시간만큼은 자유롭게 말하고 표현할 수 있어서 너무 즐거웠으며 사회에서도 겪지 못한 신선한 경험이었다고 했다. 연구참여자 D는 미술작품이 생각대로 표현하기가 어려워 망쳤다고 이야기했을 때 연구자와 다른 연구참여자들이 괜찮다, 잘했다고 말해주어 위로가 되었으며 군대에서는 잘못하면 항상 혼나는데 그렇지 않아 편안했다고 했다.

> 미술작품을 완성하고 어떤 기준에 맞춰 평가하는 것이 아니라 내 감정이나 생각을 표현하는 것이 편안했습니다.(연구참여자 F, 1회기)

> 군에 와서 처음으로 실컷 웃어 긴장되었던 마음이 많이 풀어진 것 같습니다. 언제 웃어봤는지 기억도 나지 않습니다.(연구참여자 C, 2회기)

> 무슨 말이든 해도 되어서 편안했습니다. 군에서는 아무 말도 못하고 살았는

데.(웃음) 여러가지로 마음을 터놓은 탈출구가 없었는데 속 얘기를 많이 할 수 있어서 긴장이 줄어들어습니다. 마음속에 힘든 부분이 있었는데 편안해지는 기분이 들었습니다.(연구참여자 A, 10회기)

이 프로그램은 나에게 '집 아닌 집'이었다. 왜냐하면 군 생활에서 집만큼 편안함을 느꼈고 군에서 민간인이 된 기분이었기 때문이다.(연구참여자 A, 추후소감문)

이 프로그램은 나에게 '탈출구'였다. 왜냐하면 지치고 힘들 때 눈치 안 보고 편안하게 있을 수 있었고 군대에서 벗어나 마음 편히 쉬고 웃을 수 있는 유일하고 귀중한 시간이었기 때문이다.(연구참여자 C, 추후소감문)

집단미술치료의 매체가 되는 미술은 언어보다 심상을 표현하는 것으로 내면의 감정이 자연스럽게 드러나도록 돕고 언어적 표현에 따라 경험되는 잠재적 긴장과 불안을 완화한다(김동연, 2002) 또한 로저스는 가장 수준 높은 공감의 표현은 '수용'과 '무비판'이며 수용과 무비판을 공감과 동일시하거나 유사한 개념으로 사용하였다(김원숙, 2017). 우리는 누군가 자신을 판단하려 들지 않을 때 자신이 비정상이라고 생각하지 않으며 자기수용의 가능성이 증가한다(Jordan, 1997). 수용이란 자기 자신을 있는 그대로 받아들이고 인정하는 것으로 서로에 대한 수용은 깊은 수준의 공감적 이해를 가능하게 하고 견고하게 형성된 방어벽을 허물어뜨리는 힘이 있다(김보라, 2020). 연구참여자들은 집단 초기에 거부에 대한 두려움 때문에 집단작업에 소극적일 수 있는데 이러한 상황에서 집단에 자신들이 있는 그대로 받아들여지는 수용의 경험을 통해 그동안 닫아 놓았던 마음의 문을 열게 된다(강진령, 2005).

2.3. 말로 표현하지 못하는 감정이 드러남

연구참여자들이 자신의 미술작품을 두고 처음엔 왜 그런 그림을 그린 건지 이유를 알지 못했다. 그러다 자신의 미술작품을 설명하는 도중이나 이후에 스스로 생각을 곱씹으면서, 또는 연구자나 다른 연구참여자들의 질문에 답하는 과정에서 자신도 몰랐던 내면의 감정이 미술작품에 드러난다는 것을 깨달았다. 언어로는 나오지 않았을 감정들이 미술작품을 통해 나타나는 것을 신기해했다. 연구참여자 I는 자신의 감정을 말로는 표현하기 어려웠으나 색을 사용하니 자신이 지금 어떤 감정을 느끼고 있는지 알게 되었다고 했고, 연구참여자 D는 미술작품으로 자신의 심리상태를 확인할 수 있다는 것이 신기하다고 했으며, 연구참여자 H는 마음속 이야기들을 미술작품으로 표현하고 나니 마음속 응어리들이 풀리는 것 같다고 했다.

> 내가 그린 그림과 함께 자기소개를 하니까 말로는 표현할 수 없는 마음들이 그림에 묻어나오는 것 같아 신기했습니다. 말로 자기소개를 했다면 이렇게 되지 않았을 것 같습니다.(연구참여자 G, 1회기)

> 나를 솔직하게 표현해본 적이 거의 없었는데 이상하게 그림을 그리면서 나도 몰랐던 감정이 묻어나와 신기했습니다.(연구참여자 D, 6회기)

> 이 프로그램은 나에게 '꿈'이었다. 왜냐하면 군 일상에서 잠시 벗어나 나에게 솔직해졌기 때문이다.(연구참여자 D, 추후소감문)

미술치료에서 내담자들은 그림이 말이나 생각과 다르게 표현되거나 자신도 몰랐던 마음을 표현한다는 것을 알게 되어 신기하다고 말했다. 이는 미술의 비언어성, 즉 시각언어의 힘을 의미한다(정여주, 2016). 언어로 표현하고자 할 때는 불안이나 두려움으로 인해 자신의 감정과 사고를 차단하거나 다양한 방어기제를 통해 과도한 반응을 하기도 하고, 회피, 철회와 같은 위축을 일으킬 수도 있다. 반면 미술로 표현하는 것은 언어보다 자신의 검열을 느슨하게 하므로 방어를 완화한다(주리애, 2018).

미술에는 자신이 표현한 이미지를 통해 기호적이고 상징적인 의미 연관을 통한 해석이 아닌 직관으로 전달되는 감각적 요소가 존재하며 이는 무의식적이다(허소임, 2020). 상징은 항상 기억, 갈망, 기대와 이상향의 몫을 지니며 내담자가 정서에 압도당하기만 하는 것이 아니라 그림을 그리면서 그런 정서들과 적극적으로 대면할 수 있다고 하는데 이러한 과정이 치유로 연결된다(채영삼, 2006).

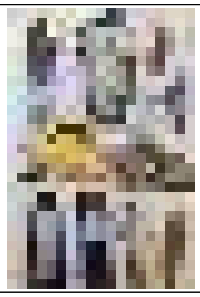
인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

2.4. 마음껏 표현되는 미술작품으로 서로를 알아감

연구참여자들은 대부분 다른 생활관에서 근무하기 때문에 동반입대를 한 경우를 제외하고는 잘 모르는 사이로, 이 시간을 계기로 처음 동기들끼리 이야기를 나누게 되었다. 자기 이야기를 하고 다른 동기의 이야기를 듣고 서로 궁금한 것을 묻고 답하는 과정을 통해 회기가 거듭될수록 서먹했던 관계가 풀어지고 분위기도 화기애애해졌다. 연구참여자들은 그동안 살아오면서 자신에 대해 깊이 생각해볼 기회가 없었고 특히 군에 온 후에는 더욱 자신의 생각과 마음을 궁금해하고 물어보는 이를 만난 경험이 적었는데 이 시간이 자신을 돌아보는 계기가 되었다고 했다. 또한 군에서는 다른 사람에 대해 관심을 갖기 어려웠었으나 동기들의 미술작품을 보고 이야기를 나누는 등 공동활동을 하며 동기들의 생각과 마음을 알아가게 되었고 동기들이 조금씩 이해되기 시작하였다고 했다.

특히 2회기 잡지 속 이미지로 자신을 표현하는 시간에 잡지에서 자신이 좋아하는 이미지를 고르는 것만으로도 자신의 모습을 발견할 수 있어 신기해했고 사복을 입은 동기들의 예전 사진을 보고 동기들의 새로운 모습을 알게 된 것을 즐거워했다. 연구참여자 B는 미술작품을 통해 자신이 꿈꾸는 세상이 차별 없는 세상이라는 것을 알게 되었으며, 연구참여자 C는 자신이 누리길 원하는 것이 다른 사람에게는 독재일 수 있다는 양가감정을 깨닫고 군의 모습과 자신을 비교해보게 되었다고 했다. 연구참여자 E는 동기들에 대해 아는 게 없었는데 동기들의 입대 전 사진들을 통해 이들의 과거사에 대해 알게 되어 재미있었다고 했고, 연구참여자 D는 동기들과 대화할 기회가 없어 서로의 성격이나 특성을 잘 몰랐으나 미술작품을 매개로 대화를 나누다 보니 한층 친해진 것 같다고 했다.

<표 Ⅴ-10> B의 미술작품과 자기서사

	명화의 작가인 바스키아가 흑인이여서인지 곰곰이 생각하다 보니 천국을 표현하고 싶었습니다. 천국에는 맛있는 음식이 있고 모든 사람이 평등해야 한다는 생각이 들어 다양한 인종의 사람들을 붙였고 저울을 붙여 기울어지지 않도록, 차별이 없도록 꾸미고 싶었습니다.(연구참여자 B, 3회기)

<표 Ⅴ-11> C의 미술작품과 자기서사

	바스키아가 왕관으로 자신을 표현한 것처럼 나도 내 머리 위에 왕관을 그려 나를 왕으로 표현해보았습니다. 수많은 백성들이 나를 존경하고 따르는 모습입니다. 그런데 위에 색을 표현하면서 밝은데 어두운 복잡미묘한 느낌이 들었습니다. 내가 권력을 누려서 좋긴 한데 독재가 되지 않을까, 누군가에게 충성을 다하는 것에 대한 불편함이 느껴졌습니다.(연구참여자 C, 3회기)

내가 군대생활을 하면서 어떤 생각을 가지고 가치관을 가지는지 알 수 있었습니다. 이를 그림으로, 말로 표현하니까 나 자신에 대해 알게 된 기분이 들었습니다. 또한 동기들의 예전 사진을 보니 역시 머리가 짧았을 때랑 길었을 때가 정말 다르다는 것을 느꼈습니다.(웃음)(연구참여자 F, 3회기)

그림을 통해 동기들의 다양한 생각들을 알게되면서 다들 재미있는 사람들이구나 생각했고 뭐든 같이 하면 재미있겠다는 생각을 했습니다.(연구참여자 D, 3회기)

미술에서의 창조적 활동은 단순히 자기표현에 머무르지 않고, 내면을 드러냄으로써 치유의 힘을 갖는다.(김애자, 2012). 미술작품은 내담자의 현실 상황과 내적 상황을 상징적, 은유적으로 표현하는 시각언어로서, 이를 통해 개인

의 내적 삶을 투사하고 표출하면서 의식화하여 자기를 탐색하고 이해하게 된다(이지연, 2020). 또한 미술작품은 집단의 변화와 역동성을 촉진하는 경우가 많아(Liebman, 2004) 상담사나 집단구성원 간 의사소통을 통해 서로의 입장이 되어보는 공감의 경험이 더욱 향상되어(강신녀, 2017) 타인 이해를 돕는다.

인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

3. 자기개방을 통한 군생활적응의 애환

3.1. 낯선 상황에서의 혼란스러움

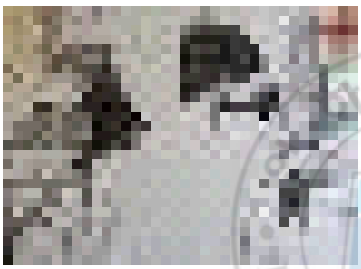
연구참여자들은 자대에 전입한 지 2주~1개월 반밖에 되지 않은 상태였다. 그동안 살아온 환경과 전혀 다른 곳에서, 성장배경이 다른 사람들과 한 공간에서 지내다 보니 혼란스러움과 스트레스를 종종 경험한다. 또한 사회와의 단절로 인해 군 생활 자체를 갇혀있는 것이라 느끼고 의견이나 취향이 존중되지 않은 군의 분위기로 인해 자신은 아무것도 아니라는 좌절감을 겪기도 한다. 또한 사회로 복귀 후엔 쓸모없어질 내용을 공부해야 하는 것에도 불만을 표했다. 일부 연구참여자들은 프로그램 회기의 주제가 긍정적으로 주어졌음에도 긍정적인 것을 생각할 마음의 여유가 없어 부정적인 상황을 표현하기도 했다.

연구참여자 G는 군대가 사회와 너무나 달라 문화충격을 받았고 낯선 사람들과 생활하는 것에 혼란을 느꼈으며 감정을 드러낼 수 없는 환경에서 감정을 억누르고 살다 보니 지금 어떤 감정인지 모르겠다고 했고, 연구참여자C는 합리적이지 않은 군대의 일 처리 방식에 대해 건의를 해도 소용이 없었다며 차라리 군에서는 생각을 하지 않는 편이 낫다고 푸념했다. 연구참여자 F는 자신이 사회에서는 항상 긍정적으로 열심히 살았는데 군에 온 후 장애물에 걸린 느낌이 든다고 했고, 연구참여자 A는 싫은 사람을 24시간 봐야 하는 것이 제일 괴로우며 사회에서라면 다른 친구들과 술도 마시며 스트레스를 풀 수 있지만 군에서는 마땅한 방법이 없어 힘들다고 했다.

<표 Ⅴ-12> G의 미술작품과 자기서사

	현재 어떤 감정인지 잘 모르겠습니다. 혼란과 복잡한 것이 다 섞여 있습니다. 같은 동네에서 나랑 비슷한 사람들과 어울리다가 그동안 살아온 사회랑 완전히 다른 군대에 와서 처음에 문화충격을 받았고 낯선 사람들과 생활해야 하니 뭐가 뭔지 혼란스러운 것 같습니다. 또 기계처럼 감정을 누르다 보니 감정을 나타내기 어려운 것 같습니다.(연구참여자 G, 4회기)

<표 Ⅴ-13> I의 미술작품과 자기서사

	저의 어둡고 그늘진 모습을 나타냈습니다. 근무자 자격시험을 위해 공부도 하고 외워야 합니다. 위에 써 있는 것처럼 저런 것들을 외워야 합니다. 사회에 나가면 필요없는 공부를 계속 해야 합니다. 그 시간이 좀 아깝습니다. 군대라 어쩔 수 없지만 자발적으로 하기는 쉽지 않습니다.(연구참여자 I, 5회기)

군대가 이해를 바라면 안된다는 것을 알지만 '이게 말이 돼? 이걸 왜 하지? 이런 생각이 듭니다. 하지만 이런 생각이 들면 군대가 잘 돌아간다는 뜻입니다. 군대에서는 생각을 하지 않는 게 더 마음이 편합니다. 생각하게되는 순간 엄청 피곤해집니다. 이해가 되지 않는 일이 너무 많습니다. 말해봤자 바뀌지도 않습니다. 암튼 여기는 좀 말이 안됩니다.(연구참여자 C, 2회기)

명령에만 따라야 하고 똑같은 옷을 입고 이병 일병 1, 2로 취급되니까. 뭔가 의견을 낼 수도 없고 불만을 표시할 수도 없이 그냥 무언가에 억눌리는 느낌이 듭니다. 나는 아무것도 아니다 하는.(연구참여자 F, 6회기)

저는 사실 사회에 있을 때 다른 사람들에게 좋은 영향을 받으며 발전을 위해 노력을 많이 하는 편인데, 그래서 빨리 뛰고싶은데 지금은 장애물에 걸려 넘어진 느낌이 듭니다. 수렁에 빠진 느낌이 듭니다. 그래서 지금은 누구에게도 좋은 영향을 받는 것이 어려운 것 같습니다.(연구참여자 F, 5회기)

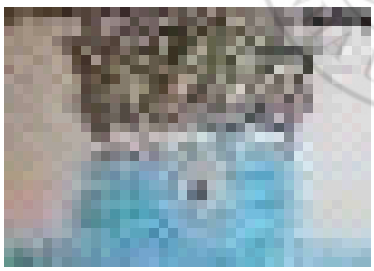
전입신병은 입대와 함께 20여 년 동안 적응해 온 익숙한 사회로부터 갑작스럽게 단절되는 충격과 함께 지금까지와는 너무나도 다른 환경 속에서의 단체생활, 획일적 사고 및 행동양식으로 군 생활 적응에 어려움을 겪는다(구승신, 2004). 이는 자신이 살고 있던 삶의 방식과 장소에서 이탈되어 전혀 다른 삶의 방식을 요구받는 데서 오는 심리적 아노미(anomic) 현상이라고 할 수 있다(박재현, 2014). 군생활은 실전과 같이 훈련하여 전쟁억제력을 확보해야 하므로 늘 긴장감이 유지되야 하기에 병사들이 느끼는 긴장과 혼란스러움은 일반사회보다 비교할 수 없을 정도로 높을 수밖에 없다(심윤기 외, 2017)고 볼 수 있다.

인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

3.2. 잦은 근무로 심신이 피곤함

연구참여자들은 코로나19가 기승을 부리던 시기에 군에 입대했다. ‘위드 코로나’로 잠시 사회적 거리두기를 완화했을 때 프로그램이 진행되었고 병사의 외출·외박 금지조치도 서서히 풀려 조금씩 휴가가 허락되었다. 선임들이 밀린 휴가를 사용하느라 한 달씩 군을 비운 사이 남은 병사들은 휴가 간 선임들의 일까지 해야 하는 상황이었기에 연구참여자들은 항상 피곤한 모습이었다. 특히 이틀마다 한 번씩 돌아오는 불침번과 진지공사가 힘들다는 이야기를 많이 했다. 연구참여자 C는 진지공사가 가장 힘들다며 군대 가면 삽질한다는 말을 실감한다고 했으며, 연구참여자 A는 일을 많이 해서 일개미가 된 기분이 든다고 했다. 연구참여자 G는 5회기 긍정적인 영향을 준 사람을 알아보는 시간에 긍정적인 영향을 준 사람이 생각나지 않고 부정적인 영향을 준 불침번 서는 상황만 생각난다고 하며 힘들어했다.

<표 Ⅴ-14> G의 미술작품과 자기서사

	긍정적인 영향을 준 사람을 표현하라 했는데 영향을 준 사람이 생각나지 않고 영향을 준 상황만 생각납니다. 상황에 압도된 느낌입니다. 저에게 가장 영향을 준 것은 불침번입니다. 새벽에 불침번 서면 아침에 자게 해줘야 하는데 잠을 못 자 리듬이 깨집니다.(연구참여자 G, 5회기)

병장들이 휴가를 많이 가서 저희가 일이 너무 많습니다. 코로나로 한번 휴가를 가면 한달씩 가기 때문에. 진지공사가 최고로 힘듭니다. 최단시간 가장 활동적인 활동이라 할 수 있습니다.(웃음) 예전에 군대 가면 삽질한다는 말이 실감납니다.(연구참여자 C, 4회기)

저희를 가만히 내버려두지를 않습니다. 일개미가 된 기분이 듭니다.(연구참여자 A, 4회기)

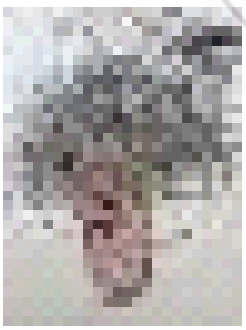
병사들에게는 병사의 자발성이나 적성이 고려되지 않은 임무가 부여되고 임무 수행 과정에서 육체적 위험이 따르기도 한다(이대식, 2013). 또한 군대 업무의 특성상 짧은 시간에 과다한 업무가 부과되거나 생소한 업무가 주어지는 경향이 있어 병사들은 육체적·정신적으로 많은 부담을 갖게 되고 이러한 상황에 대처할만한 능력을 미처 갖추지 못한 병사들에게 직무는 스트레스의 원인이 된다(이대식 외, 2016).

인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

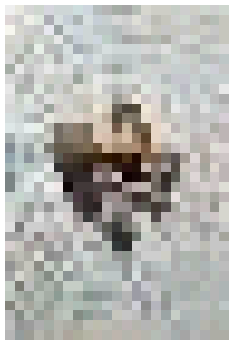
3.3. 상하관계의 부담감

연구참여자들의 대부분은 군 생활의 어려움을 묻는 질문에 상하관계가 가장 힘들다고 하였다. 9~10명의 병사들이 함께 지내는 생활관에서 전입신병은 막내로서 24시간 내내 선임들과 만나야 하기에 긴장과 스트레스를 경험할 수밖에 없다. 연구참여자들은 상하관계에서 후임이 무조건 선임의 비위를 맞춰야 하고 자신을 방어할 어떤 말도 하지 못한 채 일방적으로 혼나야 하는 상황을 힘들어했다. 연구참여자 A는 1회기 자기소개 시간에 선임에게 너무 많이 혼나 자신이 피 흘리는 모습을 표현하면서 선임들과 함께 있을 때는 거짓 웃음이라도 지어야 하는 것이 괴롭고 진심으로 웃는 시간은 동기들과 있는 시간뿐이라 하소연했다. 연구참여자 B는 선임에게 혼이 날수록 더 긴장해서 실수가 잦아지는 것 같다고 했고, 연구참여자 E는 선임에게 많이 혼나서인지 불침번을 설 때 누가 깨우면 자신도 모르게 “일병!”이라고 소리치며 일어나게 된다고 해서 동기들의 웃음을 자아내기도 했다.

<표 Ⅴ-15> A의 미술작품과 자기서사

	새벽 4시 52분 불침번을 서고 있습니다. 정신을 못 차리고 있습니다. 졸린데 자면 안되서 눈은 뜨고 있는 척합니다. 몸에 빨간색으로 칠한 이유는 선임에게 혼이 많이 나서 제 마음에 상처가 많기 때문입니다. 사실 불침번만 힘든 것은 아닌데 다른 것도 힘들어한다는 소문이 나면 선임들한테 또 혼날 수 있어서 그냥 뭔가 어두운 제 심정을 표현하고 싶었습니다.(연구참여자 A, 1회기)

<표 Ⅴ-16> E의 미술작품과 자기서사

	바탕은 혼란스럽고 걱정스러운 마음을 표현했습니다. 다음 타임에 위병소에서 선임이랑 둘이 근무를 섭니다. 제가 재미있는 이야기를 해야하는데 그 선임이랑 아침에 한번 같이 들어갔기 때문에 그때 다 이야기해서 소재가 고갈되었습니다. 후임이 분위기를 좋게 만들어야 한다는 부담이 좀 있습니다. 또한 저녁에는 동기가 제가 하는 것을 보는데 동기 앞에서 실수할까 봐 걱정됩니다.(연구참여자 E, 4회기)

선임들과의 관계가 가장 힘든 것 같습니다. 훈련소에서는 동기들이랑 있어서 그럭저럭 지낼만 했는데 자대에 오고 나니 모든 것이 바뀌었습니다. 하는 일도 낯설고 능숙하지 못하다보니 스트레스를 많이 받습니다. 들어온 지 2주밖에 안 되었고 당연히 익숙해지는 데까지 시간이 필요한데 그런 것 감안 안 하고 잘못하면 무조건 혼납니다.(연구참여자 H, 2회기)

선임들이 완전 초창기인 이병때는 좀 봐주기도 했는데 지금 일병은 봐주는 것 없어 많이 혼납니다. 가차없습니다.(연구참여자 B, 4회기)

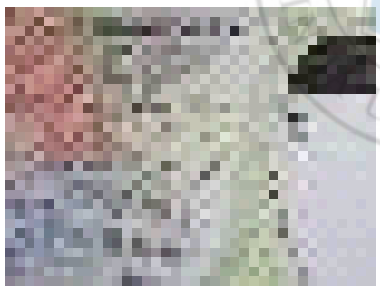
선임들도 개구리 올챙이 적 생각을 해봐야합니다.(웃음)(연구참여자 C, 4회기)

병사들은 전혀 모르던 타인과 함께 생활관에서 지내며 공동 임무를 수행해야 한다. 이 과정에서 상명하복의 지휘체계에서 형성된 상·하급자의 관계에서 오는 부담감과 그로 인한 심리적 위축 상태가 군 생활 스트레스의 요인이 된다(성현주, 2015). 조직사회에서 조직구성원들과 원만한 관계 형성 시에는 지지체계가 형성되어 긴장감 해소 및 스트레스 완충 효과를 낼 수 있지만 그렇지 못할 경우 외로움, 우울 좌절 등 심리적 어려움으로 인해 조직의 적응에 많은 어려움을 겪게 된다(이대식 외, 2016). 특히 군 생활에서 선임으로부터 질책을 받은 당사자는 정신적인 갈등을 일으키게 되는데 이는 자신의 존재가치를 평가절하하고 무시하며 같은 조직의 일원이 될 수 없다고 인식하게 되는 높은 수준의 스트레스라 할 수 있다(이대식 외, 2016).

3.4. 존중받지 못하고 정당한 대우가 없는 부당함

연구참여자들은 남자들만 군대를 가야 하는 것과 온종일 일하는 것에 비해 급여가 터무니없이 적은 것을 불공정하다고 느꼈다. 또한 현재 군대생활을 겪어보지 않은 사람들이 예전보다 군대가 나아졌다며 지금의 군대가 군대냐고 하는 말에 상처를 입으며, 힘들게 다녀와도 사회에서 알아주지 않는 것에 불만이 많았다. 연구참여자 D는 국방부에서 말로는 자신들을 자랑스러운 대한민국의 육군이라고 하면서도 존중받지 못하는 군 생활에 눈물이 난다고 했고, 연구참여자 C는 자신들의 하루 시급으로는 꼬깔콘 2개를 겨우 살 수 있다며 어이없어했다. 연구참여자 A는 여자친구는 편하게 사는데 왜 나만 힘들어야 하는지 가끔 여자친구가 얄미울 때가 있다고 말했다. 이에 동기들 모두 A의 말에 동의하며 여자들도 병영체험을 해야 한다고 주장하였다.

<표 Ⅴ-17> D의 미술작품과 자기서사

	암울한 컨셉입니다. 왼쪽은 국방부, 오른쪽은 접니다. 국방부에서는 이렇게 말합니다. '여러분들은 국가와 국민에 충성을 다하는 자랑스러운 대한민국 육군입니다(중략). 하지만 세부적인 말들이 숨겨져 있습니다. '군대 입영일자에 오지 않으며 징역 11년이다, 군대에서 다치면 너 손해다 등등.' 군에서는 이런 말이 있습니다. '다치면 느그 아들, 안다치면 우리 아들' 그래서 저는 지금 울고 있습니다.(연구참여자 D, 5회기)

계산을 해보니 저희 시급은 천원입니다.(와~) 올랐다 해도 너무 적습니다. 취침시간 빼면 하루에 16000원, 30일로 치면 48만원입니다. 하루종일 일하는데 시급으로 꼬깔콘 2개 살 수 있습니다.(웃음) 저희는 움직이는 고깔콘입니다.(연구참여자 C, 4회기)

솔직히 '왜 나만 이렇게 힘들어야 하나' 이런 생각이 듭니다. 여자친구는 편안하게 있으니까 부러운 마음이 듭니다. 고통을 나누고 싶다 이런 건 아니고.

여기 생활이 쉬운 건 아니니까. 여자친구가 그립다가도 약간 얄미운 마음이 듭니다.(연구참여자 A, 4회기)

여자들도 9개월 정도는 병영체험 해봐야 한다고 생각합니다. 공익은 안됩니다.(연구참여자 D, 4회기)

취업도 어렵고 집 사기도 어렵고 군대도 가야하고. 20대 남자들이 제일 불쌍합니다. 여자들은 군대도 안 가면서. 그런데도 페미니스트들은 아직도 멀었다 합니다.(연구참여자 G, 4회기)

군대의 성격은 개개인의 다양한 개성과 약점을 포용하기보다는 억압할 가능성이 높고 규정에 대한 복종을 강요하기 때문에 획일적이고 강압적일 수밖에 없어(이은주, 2018) 병사들은 저마다 자신을 개별적인 소중한 존재로 느끼기 어려운 구조에 있다. 또한 이일영 교수는 20대 남자가 제기하는 공정성 문제에는 '젠더정치'와 '기회의 문제'가 섞여 있다고 했다. 젠더정치 차원에서는 남자를 계몽과 감시의 대상으로 간주하는 데 대해 20대 남자들은 억울하다는 감정을 호소하였고, 20대 남자에게 주어진 병영의무는 인생의 출발선에서 엄청난 핸디캡으로 작용한다고 인식한다고 했다. 출생률 급감과 노동시간 변화 속에서 병역문제는 군 가산점 문제를 다루는 차원의 문제를 넘어서고 있으며 20대 남자의 인구 비율이 줄어들면서 국가가 그들에게 부과하는 부담이 과중하게 느껴진다고 말하였다(경향신문, 2022. 2.23).

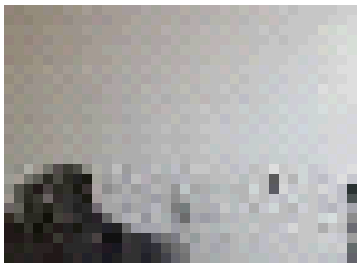
3.5. 입대 전 일상의 그리움

연구참여자들은 입대 전 당연하게 여겼던 일상이 당연한 것이 아님을 깨닫고 다시 그때로 돌아가길 원했고, 자신을 있는 그대로 받아주던 가족과 친구들을 그리워했다. 사회에 있을 때 힘들다고 생각했던 아르바이트마저 그립다고 했다. 연구자는 종종 간식을 가져가곤 했는데 PX에 똑같은 과자가 있음에도 연구참여자들은 사회에서 가져온 과자라 더 맛있다고 했다. 연구참여자 I는 군대에 와서 가장 많이 드는 감정이 그리움이라고 말하며 그 시절이 너무나 그립다고 했고, 연구참여자 A는 여자친구 생각이 가장 많이 나며 여자친구가 군 생활을 버티게 해주는 힘이라고 했다. 반면 군에 '일말상초'라는 말이 있는데 일병 말에서 상병 초에 여자친구랑 많이 헤어진다고 해서 약간 불안하다고 말해 모두 함께 웃었다.

<표 Ⅴ-18> I의 작품과 자기서사

	군에서 가장 생각되는 감정이 그리움이라고 생각합니다. 과거의 그리움이라는 바닷물을 잡았을 때 잡히지 않고 흩어지는 것입니다.(우와~) 여기 오기 전 시절이 다 그립습니다. 그때는 당연한 생활인 줄 알았습니다. 그리고 제가 군대 갈 나이가 되면 통일이 될 줄 알았습니다.(웃음) 어찌하다 보니 제가 군대에 와 있습니다.(연구참여자 I, 4회기)

<표 Ⅴ-19> A의 작품과 자기서사

	여자친구 그리는 것 식상해할 것 같아서 안 그리려 했는데 여자친구 생각밖에 나지 않습니다. 여자친구를 생각하면서 기운을 내고 힘든 일이 있을 때 여자친구와의 통화가 저에게는 군 생활에 가장 큰 위로가 됩니다.(연구참여자 A, 5회기)

입대 전에 알바를 했었습니다. 알바할 때 너무 힘들어서 그만 두고 싶었었는데 여기 와서 보니 그때가 그립습니다. 그때가 좋았던 것 같습니다.(연구참여자 G, 4회기)

군 입대로 인해 자신을 아끼고 사랑해주며 지원해준 부모 등 가족과 헤어진다는 상실감과 고립감, 외로움에서 오는 스트레스는 주로 훈련병과 이등병 계층에서 많이 나타난다(이대식, 2013). 특히 여자친구와의 문제에 있어서 병사들은 고립된 군 생활을 해야 하며 외부와의 접촉 빈도가 많지 않기 때문에 부대 외적 요인들에 의한 스트레스를 부대 안에서 즉시 해결하는 것이 일반 사회와 비교하여 상대적으로 힘들다(이상록, 김완일, 2013).

이처럼 연구참여자들은 자기개방을 통해 자신의 힘든 군 생활의 애환을 많이 나누었다. 개인은 자기개방을 하는 과정에서 자신의 내부에 주의를 기울이며 지금까지 회피했던 문제를 노출하며 객관적인 관점에서 자신을 분석할 수 있고, 이는 깊은 자기이해로 이루어진다(Duval& Wicklund, 1972). 이는 변화의 시작을 알리는 중요한 신호인 동시에 강력한 치료적 힘을 산출하며 자기 탐색을 통해 집단구성원은 심리적 고통이나 어려움의 원인을 발견하여 치유의 발판을 마련하게 된다(강진령, 2005). 이 과정을 통해 집단구성원은 마음의 짐을 벗을 뿐 아니라 다른 집단구성원들과 더 깊은 관계를 형성한다(윤영미, 2021). 즉, 자기개방을 함으로써 내면의 고통을 표출하면서 감정 정화

를 느낄 수 있고 막연했던 문제들은 자기 개방에 의한 명료성을 갖게 되어 자기이해가 증진되며 듣는 사람 또한 자기개방을 하게 되는 순환적 개방이 이루어진다. 이것은 관계에서의 거리감을 줄이고 친밀감을 상승시키는 효과와 더불어 상호 간 의사소통을 촉진하게 된다(박연수, 2011).

인하대학교 INHA UNIVERSITY 1954

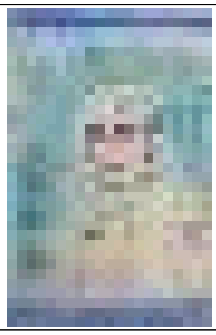
4. 긍정감과 함께 동기애를 느낌

4.1. 긍정적으로 생각하려고 노력함

연구참여자 대부분은 심리적·정서적인 어려움을 호소하는 등 군 생활이 녹록지 않음에도 부정적 감정을 극복하면서 군 생활을 긍정적으로 생각하려고 노력하고 있었다. 군 생활이 힘들어도 국방부의 시간은 흘러가게 되어있다거나 닥치면 하게 되리란 마음으로 위안을 삼았다. 군 생활에서 휴가만이 희망이라고 했고, 일과 중 가장 큰 낙은 아무도 건드리지 않는 개인정비시간에 핸드폰을 사용하는 것이며 선임들도 핸드폰을 보느라 자신들에게 신경 쓰지 않아 편하다고 했다.

연구참여자 I는 군에 나쁜 선임만 있는 것은 아니라 좋은 선임도 많다고 말했고, 연구참여자 B는 선임들에게 많이 혼나지만, 그것을 원망하기보다는 다 자신이 잘되길 바라는 마음으로 여긴다며 자신이 더 잘해야 한다고 했다. 연구참여자 D는 PX 가는 것도 낙이라 할 수 있는데 항상 열려있는 것이 아니라 문을 연 시간에는 무조건 간다며 저녁 식사 후 라면을 꼭 먹는데도 항상 배가 고프다고 했다. 동기들 역시 그 말에 공감했다. 연구참여자 G는 후임이 들어오는 것도 낙일 수 있지만 어떤 후임이냐에 따라 다를 수 있다고 하여 함께 웃었다. 일부 연구참여자들이 군 생활의 힘듦을 너무 부정적으로 이야기할 때 연구참여자 H는 우리가 군에 쉬러 온 것이 아니라 나라를 위해 왔으니 우리가 하는 일에 대해 자긍심을 갖고 받아들이자고 말해 일부 연구참여자들이 수긍하기도 했다.

<표 Ⅴ-20> F의 미술작품과 자기서사

	보는 시각에 따라 다를 수 있다고 생각하는데 바탕은 제 상태가 아니라 제 주변 상황을 표현해보았습니다. 주변이 혼란스럽다는 것을 표현했습니다. 제가 군인이어서 군복을 입고 베레모를 쓰고 있는 모습을 표현했습니다. 이런 혼란 속에서도 나를 잃지 않고자 하는 것을 나타냈습니다. 사회보다 힘들긴 한데 견딜만합니다.(연구참여자 F, 1회기)

<표 Ⅴ-21] D의 미술작품과 자기서사

	빨간색은 힘든 훈련입니다. 파란색은 장애물입니다. 선임관계, 대인관계 이런 것들. 이렇게 여기를 거쳐가야 전역이 온다, 짬이 된다, 보스가 된다는 의미입니다.(우와~) 보라색은 다 합쳐진 색인데 보스가 되려면 까마득합니다. 저는 이 길을 가면서 땀을 흘리고 있습니다. 어떻게 걸어가지? 걱정하고 긴장하고 있습니다. 하지만 달과 별똥별을 보면서 희망을 보려고 합니다.(연구참여자 D, 4회기)

낙은 개인정비시간입니다. 아무도 안 건드리는 나만의 시간. 주로 핸드폰을 보는데 다른 선임들도 모두 보기 때문에 저희한테 신경을 덜 쓰는 것 같습니다.(연구참여자 D, 6회기)

지금 하루하루 시간이 빨리 흘러가고 있고 '국방부의 시간은 그냥 흘러간다'라는 긍정적인 생각을 하며 견디고 있습니다.(연구참여자 I, 6회기)

긍정적 정서의 확장 및 증진이론(The Broaden-and-Build Theory)에서는 부정 정서가 위험을 알리고 반응범위를 좁혀 위험신호에 재빨리 대처하게 한다면, 긍정 정서는 안전의 신호로서 대처역량을 확장하고 증대시킨다고 설명하였다(Fredrickson, 1998; 김지연, 2011). 즉, 부정 정서는 생존에 아주 중요한

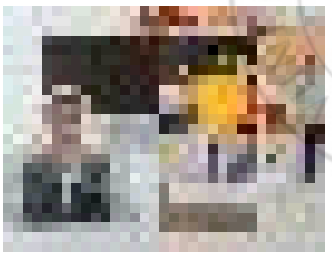
역할을 하면서도 몸과 마음을 지치게 하는 반면, 긍정 정서는 스트레스 상황에서 지친 몸과 마음을 원상태로 되돌리는 역할은 물론, 마음을 넓히고 심리적 힘을 기르는 역할도 하는 것으로 밝혀졌다(이지혜, 2019). 또한 희망은 앞으로 일어날 일에 대해 품는 어떤 기대나 바람, 또는 앞으로 잘될 거라는 가능성을 의미하는데, 역경이나 스트레스에 직면해 좌절하기보다는 긍정적으로 해결하기 위해 다양한 방법을 모색하는 대처자원으로 개인의 삶의 질을 결정하는 주요 요인이다(조현주, 2010).

인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

4.2. 미술활동 후 긍정적인 느낌이 듦

연구참여자들은 미술활동을 통하여 자신들이 그동안 표출하지 못했던 감정들을 표현하며 자신의 긍정성을 차츰 인식했다. 또한 동기들과 공동활동을 하고 웃을 수 있어 스트레스가 해소되었다고 했다. 연구참여자 H는 미술활동을 하면서 자신을 멋있게 표현해보기도 하면서 자존감이 높아졌다고 했고, 연구참여자 B는 군의 모든 것이 처음이라 긴장된 마음과 잦은 실수로 많이 낮아진 자존감이 미술작품을 만들고 이야기하는 과정에 회복되어갔다고 했다. 연구참여자 E는 다양한 미술활동으로 군대에서 생각할 수 없는 창의적인 생각도 해보았다며 이 활동으로 자신이 살아있다는 느낌이 들었다고 했고, 연구참여자 I는 미술활동으로 자신을 표현하고 나니 마음 한편의 불안감이 없어졌다고 했다.

<표 Ⅴ-22> H의 미술작품과 자기서사

	모델 옆에 써있는 '무엇을 하든, 당신답게 가능성 앞으로'라는 글귀가 마음에 들었습니다. 잡지로 내가 좋아하는 것들을 모으고 내 사진과 연관시켜 꾸미다보니 내 사진이 더 멋있어 보여 자존감이 올라가는 것 같았습니다.(연구참여자 H, 3회기)

<표 Ⅴ-23> C, D, G의 공동작품과 이야기만들기

	제목: 바퀴벌레와 달팽이 어느 추운 겨울날 바퀴벌레와 달팽이가 길을 가다가 감을 발견한다. 배고픈 바퀴벌레와 달팽이는 감을 걸고 경주를 하기로 한다. 속도가 느린 달팽이는 바퀴벌레에게 제안을 한다. “ 야, 바퀴벌레야, 내가 너보다 느리니까 장애물을 지나서 결승선을 통과하도록 하자” 그러자 눈이 나쁜 바퀴벌레도 “좋아, 나도 안경을 쓰고 출발하겠어” 바퀴벌레와 달팽이는 경주를 시작했다. 하지만 결과는 아무도 알지 못한다. 열린 결말이다.

창의적으로 그림을 그릴 수 있어 재미있었습니다. 여기서는 창의적이라는 것을 해 볼 기회가 없습니다. 나의 창의적인 생각을 표현함으로써 내가 살아있다는 느낌이 들었습니다.(연구참여자 E, 10회기)

부정적인 감정을 미술작품으로 표현하니 말로 할 때보다 임팩트가 있는 것 같아 후련했습니다. 동기들과 단체활동을 하면서 제 이야기가 반영되면서 자존감이 높아졌고 군 생활 스트레스가 해소되는 것 같았습니다.(연구참여자 D, 6회기)

미술이여서, 예술이여서 나를 표현할 때 자유로울 수 있지 않았나 싶습니다. 상상력이 많이 발휘되었던 것 같습니다.(연구참여자 H, 추후소감문)

이 프로그램은 나에게 ‘빛’이었다. 왜냐하면 미술활동을 하면서 나를 더 높여주고 빛나게 해주었기 때문이다.(연구참여자 H, 추후소감문)

부정적 감정을 표출하는 행위에는 정서적 긴장 감소와 신체적 이완을 통해 마음의 상처, 두려움, 응어리를 발산시켜 내면을 정화하는 기능이 있다(권준범, 2003). 미술을 통한 정서 표출은 내담자의 자기 의식화, 자기수용, 통합에 중요한 시금석이 될 수 있다(박한울, 김선아, 2017). 또한 미술활동은 기분을 전환시키고 이완시키는 생리학적 반응을 일으켜 두려움이나 감정적 스트레스

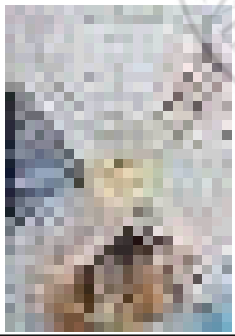
를 완화할 수 있다(Malchiodi, 2008). 루빈(Rubin, 2008)도 미술활동의 의미 있는 경험들은 자신의 가치를 높여주고 새로운 것을 발견하게 하며 자신에 대한 자신감, 가능성, 가치관 등을 형성시킨다고 했다.

인하대학교 INHA UNIVERSITY 1954

4.3. 동기들도 나와 같은 마음임을 느낌

연구참여자들은 초기에는 자신만 군 생활에 어려움을 겪는다고 생각했다. 그러나 동기들과의 대화를 통해 군 생활의 어려움이 자신만의 문제가 아니라는 사실을 깨달으며 위안을 얻어갔다. 첫 시간 몇몇 연구참여자들로부터 시작된 자기개방으로 인해 중기에 와서는 모든 연구참여자들이 군 생활의 애환을 솔직히 드러내며 어려움을 호소하였고 같이 고민하고 공감하며 자신만의 해결 방법을 알려주는 등 서로를 도와주었다. 연구참여자 C는 자신이 생각해 온 것보다 동기들이 더 힘든 상황임을 느끼고 놀랐으며 이 시간을 통해 서로 힘이 되어주는 것 같다고 했고, 연구참여자 A는 동기들이 다 자신과 같은 심정이라는 것이 위안이 되고 군생활은 힘들어도 동기들을 보면 힘을 난다고 했다. 연구참여자 B는 동기들이 힘들어하는 모습을 보면서 자신이 동기들에게 더 잘해주어야겠다는 생각이 많이 들었다고 했다.

<표 Ⅴ-24> I의 미술작품과 자기서사

	무인도에 있는 성을 그렸습니다. 성에서 나갈 수 없고 바다에는 탈출하려다가 죽은 사람들이 있다. 사다리를 타고 나가라면 피를 흘리면서 올라가야 합니다. 밖에서 볼 때는 그럴싸한데 안은 그렇지 않다는 것을 표현했습니다. 네명이 같이 그리다 보니 동기들이 각자 다른 부분에서 어려움을 느끼지만 결국 비슷하다는 생각이 들었습니다.(연구참여자 I, 6회기)

동기들도 참 힘들구나 생각되었고 동기들에게 잘해줘야겠다는 생각이 많이 들었습니다. 이렇게 동기들과 같이 만나는 시간이 많아졌으면 좋겠습니다. 너무 소중한 시간 같습니다.(연구참여자 B, 3회기)

동기들을 가끔 지나치면서 만나도 내색을 하지 않아서 이렇게까지 힘든 줄 몰랐고 나만 힘든 줄 알았는데 다른 동기들은 나보다 더 힘든 것 같아 마음이 짠했습니다. 동기들이 내가 생각했던 것보다 군 생활을 많이 힘들어하는 것 같

고 지쳐있지만 이 시간이 서로 힘이 되어주는 것 같다고 느꼈습니다.(연구참여자 C, 2회기)

허심탄회하게 이야기하면서 동기들의 이야기에 공감이 되어 우리들이 느끼는 것들이 다 비슷하다는 생각이 들었습니다.(연구참여자 H, 10회기)

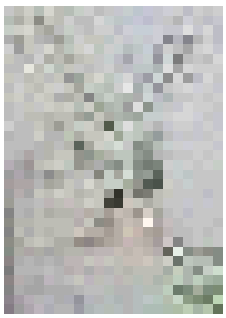
보편성이란 자기 혼자 문제를 겪는 게 아니라는 점과 다른 사람들도 자신과 비슷한 생각과 감정이 있다는 사실. 즉 공통성을 깨닫게 되는 것을 의미한다(유현주, 2015). 사람은 흔히 자신이 독특하고 유독 자신만 고통을 겪고 있다고 생각하기 쉽다. 집단 초기에 집단구성원들은 서로 다른 점을 발견하게 되면서 이질감을 느끼기도 하지만 집단이 발달하면서 서로의 차이점보다는 공통점에 더 관심을 기울이게 되고 집단구성원 사이에 '우리'라는 의식이 싹트며 이때 집단구성원들 간의 공통성은 이들을 하나로 묶어주는 힘이 생긴다(강진령, 2005).

5. 미래로 향하는 우리들의 마음

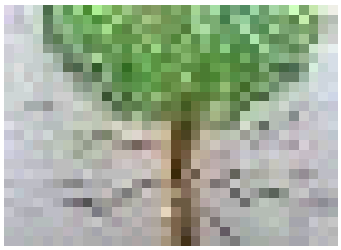
5.1. 피드백을 통해 나의 장점을 깨닫게 됨

연구참여자들은 6회기 스스로 자신의 강점을 찾는 활동을 하였고 8회기 연구참여자 간 서로의 장점을 찾아주는 활동을 했다. 이 시간을 통해 미처 깨닫지 못했던 자신의 잠재된 장점을 알게 되었으며 긍정적인 자아상을 형성하여 자존감을 높일 수 있었다. 연구참여자 E는 6회기 미술작품 설명을 하던 중 연구자와 다른 연구참여자들의 질문에서 지금까지 생각해보지 않았던 자신의 강점을 찾게 되었고, 연구참여자 D는 여러 사람의 입장에서 본 자신의 장점을 들으며 스스로를 객관적으로 생각해 보는 기회가 색달랐다고 했다. 연구참여자 F는 힘들지만 군 생활을 하면서도 강점을 발전시키고 새로운 강점을 만드는 것이 생산적이라 생각한다고 했고, 연구참여자 B는 아직 자신의 강점을 찾지는 못했지만, 스스로에게 부끄럽지 않도록 노력하는 자신의 모습이 멋있다고 했다.

<표 Ⅴ-25> E의 미술작품과 자기서사

	전역해서 하고 싶은 것에 대해서 강점과 묶어서 생각해봤는데 일본에 가고싶은 것과 일본어를 잘한다는 점이 묶였습니다. 강점과 묶어서 할 수 있는 것을 찾아봐야겠다는 생각이 들었습니다.(연구참여자 E, 6회기)

<표 Ⅴ-26> D의 미술작품과 자기서사

	타인의 입장에서 나의 장점들을 알 수 있어서 좋았습니다. 내가 생각하지 못한 나의 장점에 대해 알게 되어서 색다르고 매우 좋았습니다. 특히 '잘생겼다'가 가장 마음에 들었습니다.(웃음)(연구참여자 D, 8회기)

나의 강점에 대해 그냥 어렴풋이 알고는 있었지만 진지하게 생각해본 것은 처음이었고 나에게 여러 강점이 있다는 것을 알게되니 앞으로 이것을 바탕으로 이루고싶은 것들을 이룰 수 있을 거라는 자신감이 생겼습니다.(연구참여자 H, 6회기)

처음에는 나의 강점을 잘 몰랐는데 선생님이 어려운 상황에서 군생활을 어떻게 버티느냐고 묻는 것에 답하다 보니 나에게 참을성과 끈기라는 강점이 있다고 생각하게 되었습니다.(연구참여자 D, 6회기)

동기들이 써준 장점을 들으니 내가 '서브컬처매니아'라는 별명이 맞는구나 하는 생각을 들었습니다. 사회에서는 서브컬처를 인정해주지 않는데 여기서 동기들은 나를 창의적이고 예술적이라 생각해주는 것이 고마웠습니다. 이러한 장점을 더 키워야겠다는 생각을 했습니다.(연구참여자 E, 8회기)

상징적 상호작용론자인 쿨리(Cooley, 1992)에 의하면, 개인은 사회적 환경 속의 대상으로 자신을 바라보는 과정에서 자아를 형성해간다고 보고 자아의 성찰적 성격을 거울에 비유하였다(김미숙, 2019). 집단상담에서는 자신과 세상에 대한 주관적인 관점을 안전한 환경 안에서 표현할 기회가 있다(유현주, 2015). 이러한 주관적 감정은 다른 집단구성원들의 피드백을 통하여 명백히 직면하게 된다(Corey, Corey & Corey, 2010/2012). 피드백이란 타인의 행동에 대한 자신의 생각을 솔직히 이야기해주는 과정으로(이형득, 1979), 연구참여자 간 피드백을 통해 유대감/동지애, 돌봄, 사람의 감정을 느끼게 되고 이러한 경험은 치유의 원천이 되며 연구참여자들은 이해받는 느낌과 함께 이젠 혼자가 아님을 깨닫게 된다. 이러한 일련의 과정을 통해 집단원들은 서서히

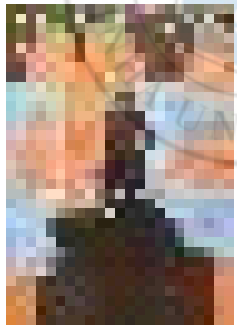
자기 자신에 대해 더 깊이 이해하게 된다(강진령, 2005). 또한 긍정적인 피드백은 집단구성원들의 변화 동기 강화, 타인에게 영향을 주는 자신의 행동에 대한 통찰, 집단경험에 대한 긍정적인 인식을 돕고 자아존중감을 향상시킨다(Morran, Stockton, & Whittingham, 2004).

인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

5.2. 미래의 희망을 품음

연구참여자들은 9회기 프리드리히의 명화의 앞 배경을 지운 편집된 종이에 자신의 미래를 그려보며 삶의 목표와 방향성을 생각해보는 시간을 가졌다. 연구참여자 대부분은 전역 후 미래의 계획을 꿈꾸었지만, 일부 연구참여자들은 현재 군 생활 자체가 힘들어 전역하는 것만을 미래의 꿈으로 여기고 구체적인 꿈에 대해 생각하지 못하기도 했다. 연구참여자 F는 목표는 세우는 것이 아니라 무엇인가를 하는 과정에 저절로 생기는 것 같다며 군에서의 경험을 바탕으로 자신의 목표를 향해 나아갈 희망을 갖겠다고 했고, 연구참여자 C는 지금까지 그럭저럭 편하게 살아왔으나 이제 성인이 되었으니 책임감을 갖고 미래에 대해 고민해보겠다고 했으며, 연구참여자 B는 언젠가 이 힘든 시간이 지났을 때 지금의 군대생활을 발판삼아 더 성장하면 좋겠다고 했다.

〈표 Ⅴ-27〉 F의 미술작품과 자기서사

명화(프리디리히)	본인작품	저기서사
		목표는 세우는 것이 아니라 무언가를 하다보면 저절로 생기는 것이라 생각합니다. 저도 군에서의 많은 경험을 통해 이 그림에서처럼 단계적으로 목표를 향해 가고 싶습니다. 별을 그린 것은 밤하늘의 별을 보면서 희망을 갖겠다는 것입니다.(연구참여자 F, 9회기)

<표 Ⅴ-28> C의 미술작품과 자기서사

명화(프리드리히)	본인작품	자기서사
		파란 하늘을 그린 것은 성인이 되기 전까지 책임질 일이 없어 파란 하늘만 보고 올라갔는데 노을이 지는 것은 하산할 때 어두워짐을 나타내는 것이며 이제부터 이 남자에게는 책임져야 할 것이 많아짐을 의미합니다. 지금까지는 부모님 밑에서 그럭저럭 편하게 살아왔는데 이제 성인이 되었으니 어떤 직업을 갖고 밥벌이도 해야 하고 이런저런 고민이 많아졌습니다. 이제는 책임감을 갖고 살아야겠다는 생각이 들어 걱정이 되었습니다.(연구참여자 C, 9회기)

언젠가는 이 힘든 시간이 지나고...나도 지금의 군대생활을 발판삼아 더 성장할 수 있으면 좋겠습니다.(연구참여자 B, 9회기)

미래의 꿈을 이룰 수 있다는 희망과 미래에 대한 긍정적 자아상은 현재 처한 힘든 일을 긍정적으로 받아들일 수 있게 한다. 희망은 인간을 움직이게 하고 무엇인가를 달성하게 하는 인간 행동의 필수적 조건으로, 목표 도달, 목표의 중요성, 그리고 인지적·정서적 행동과 관련된 목표획득에 대한 기대로 정의한다(Stotland, 1969; 박선의, 2016; 최정희, 김항중, 2019). 희망을 품고 살아가는 것은 자신의 성장을 도모하는 데 중요한 심리적 자원이며(최화란, 2021), 개인이 어려움을 극복할 수 있도록 동기를 부여하는 강한 내면적 힘을 지닌 다차원적인 구조라고 할 수 있어(김선중, 2005) 삶을 살아가는 원동력이라 할 수 있다(Snyder, 1999).

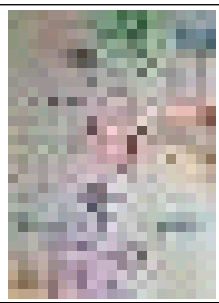
5.3. 나를 성찰하게 됨

연구참여자들은 자신의 감정과 생각 등 내적 경험을 미술작품으로 표현하고 미술작품 속 상징적 표현의 의미를 알아갔다. 연구참여자 간 주고받은 피드백은 자신에 대한 이해를 넓히는 동시에 반성과 통찰의 기회를 주었다. 또한 다른 연구참여자들의 미술작품을 공유하면서 간접적 경험을 하고 그들을 이해하기도 했다. 서로의 변화에 대해 의견을 나누며 변화는 확장되었다. 연구참여자 F는 자신이 '보여지고 싶은' 모습과 '보여지는' 모습에서 괴리를 느꼈으며 자신이 보여지고 싶은 모습으로 보이기 위해서 어떻게 해야 하는지 생각하게 되었다고 했다. 연구참여자 I는 동기들 간 여러 가지 다른 점을 이해하게 되면서 생각의 폭이 넓어진 것 같다고 했고, 연구참여자 B는 무조건 참는 것보다는 나의 감정이나 생각을 표현하는 것이 대인관계에 좋을 것이라는 생각이 들었다고 했다. 연구참여자 C는 이 시간이 한 번도 떠올려 보지 않은 자신에 대해 생각하는 계기가 되었으며 이렇게 힘든 군 생활을 나름 긍정적으로 해석하는 동기들을 보며 자신도 너무 부정적으로 생각하지 말아야겠다고 했다. 특히 연구참여자 A는 1회기 자신이 정한 '다크템플러'라는 닉네임이 너무 어둡고 우울해 '튼튼이'라는 닉네임으로 바꾸고 싶다고 하여 긍정적으로 변화된 모습을 보였다.

<표 Ⅴ-29> F의 미술작품과 자기서사

6회기 본인 작품	8회기 본인 작품	자기서사
		나의 나무를 만들어보니 앞으로 인생을 살아가면서 나의 이상적인 나무처럼 살고싶다는 생각이 들었습니다. 장점찾기를 통해 다른 사람들이 보는 나의 모습이 무엇이지도 알 수 있었습니다. 저는 재미있게 보이고 싶었는데 생각한 것보다 제가 굉장히 진지하게 보이는 것을 알았습니다. 좋은 모습을 보이기 위해 무엇을 해야하는지에 대한 생각을 했습니다.(연구참여자 F, 8회기)

<표 Ⅴ-30> B의 미술작품과 자기서사

	내가 어릴때부터 지금까지 어떻게 성장했는지 다시금 생각해볼 수 있었고 나에게 소중한 사람을 떠올리며 지나간 추억에 잠겨 행복한 시간을 보냈습니다. 그들을 실망시키지 않는 사람이 되기 위해 노력해야겠다는 생각을 했습니다.(연구참여자 B, 5회기)

닉네임(다크템플러)이 아쉽습니다. 들을 때마다 힘이 빠집니다. 다른 걸 정하고 싶습니다. 다른 걸 정한다면 튼튼이? 굳건이?(웃음) 귀엽고 괜찮을 것 같습니다. 다크템플러는 어둡고 우울한 느낌이 별로인 것 같습니다.(연구참여자 A, 10회기)

살면서 나에 대해 생각해보는 시간이 거의 없었는데 이 시간을 통해 나를 돌아보면서 나에 대해 진지하게 생각해보면서 내가 하는 행동이나 나의 새로운 점에 대해 알게되어 반성하는 시간이 된 것 같습니다.(연구참여자 C, 추후소감문)

처음에 군의 낯선 분위기에 주눅이 들어서 어떤 것을 표현한다든가 나의 생각을 말하는 것이 어려웠는데 이 시간을 통해 나의 감정이나 생각을 표현하는 것이 조금 수월해졌습니다. 무조건 참는 것보다는 이렇게 말을 하는 것이 관계에 도움이 되는 것 같습니다.(연구참여자 B, 추후소감문)

이 프로그램은 나에게 '우물'이었다. 왜냐하면 우물을 들여다보는 것처럼 내가 그동안 어떻게 살아왔는지 생각해보게 되고 반성을 하게 되는 계기가 되었고, 군 생활에서는 이렇게 살아야겠고 저렇게 하면 안되겠다는 등 스스로 나에 대해 깊게 생각해 볼 수 있는 시간이었기 때문이다.(연구참여자 B, 추후소감문)

이 프로그램은 나에게 '거울'이었다. 왜냐하면 나의 미술작품에 내 마음과 가치관이 그대로 투영되어 나 자신을 되돌아보는 기회가 되었기 때문이다.(연구참여자 F, 추후소감문)

집단구성원은 집단 안에서의 상호작용을 통하여 자기 내면과 대인관계, 그리고 자신이 살고있는 환경을 어떻게 경험하는지를 인식할 수 있다. 또한 개인의 왜곡된 사고와 관계 방식, 그리고 부적응적 행동을 드러나게 하고, 다수 관찰자의 피드백을 통하여 합의적 검증과정을 거치게 한다(Yalom, 2005). 얄롬(2005)은 집단상담의 경험이 단지 감정의 경험과 피드백뿐 아니라 이를 되돌아보는 것, 즉 자기반영의 순환과정인 인지적 요소가 반드시 동반되어야 함을 밝히고 있다(유현주, 2015). 자기감정을 진솔하게 경험하고 인지적으로 통합하는 것은 자기를 온전히 수용하고 자기와 타인에 대한 새로운 인식으로 의미 있는 삶을 선택하도록 한다(유현주, 2015).

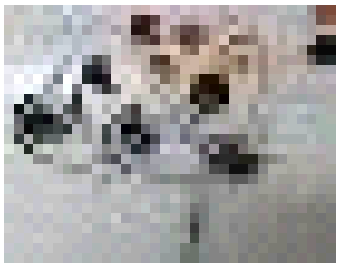
인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

5.4. 동기들의 지지 속에 군 생활에 대한 자신감 형성

연구참여자들은 내적으로 갈등하는 시기에 상호작용과 지지, 격려 등 긍정적인 피드백을 주고받으며 자신과 타인을 이해하고 공감해나갔다. 또한 서로 지지체계를 이루며 긴밀한 유대감을 형성해갔다. 마지막 회기 집단인터뷰나 추후설문지에서 연구참여자 전원은 이 시간을 통해 가장 달라진 점을 동기들 간 관계 변화로 꼽았다. 동기들과 허심탄회하게 이야기를 나누면서 서로 공감하고 이해하게 되었으며 군 생활의 든든한 지원자가 생긴 것 같다고 말했다. 또한 OO 부대는 3개월 동기제를 운영하고 있어 인원 제한으로 인해 이번 프로그램에 참여하지 못한 동기들이 있었는데 연구참여자들은 모두 그 동기들이 생각난다며 함께 하지 못한 아쉬움을 표현했다.

연구참여자 C는 8회기 자신의 나무를 밝은색으로 꾸미며 자신의 부정적이고 어두운 성격이 좋은 동기들을 만나 많이 밝아졌다고 말해 환호성을 자아냈고, 연구참여자 I는 10회기 마지막 시간에 각자의 손 그림을 한 종이에 모두 다 같이 붙이는 작업 자체가 하나의 명화였던 것 같고 동기들 모두가 한 마음이라는 것이 느껴졌다고 했다. 연구참여자 H는 선임이 많아서 힘들지만, 좋은 동기들이 있어 몇 달만 버티면 적응이 잘 될 것 같다고 했고, 연구참여자 G는 동기들이 따뜻하고 좋은 사람들이라는 것을 알게 되어 힘든 군 생활에 힘이 될 것 같다고 했다. 또한 연구참여자 E는 자신이 인간관계를 맺기 어려워하는 편이나 좋은 동기들을 만나 마음이 편해졌으며 다른 선임이나 후임의 동기들에 비해 우리 동기가 가장 가깝게 지내는 것 같다며 뿌듯함과 든든함을 표현했다.

<표 Ⅴ-31> C의 미술작품과 자기서사

	나의 나뭇가지가 검정에서 밝은색으로 변하고 있습니다. 동기들을 만나서 밝아지고 있는 나의 모습을 표현했습니다.(우와~)(연구참여자 C, 8회기)

<표 Ⅴ-32> I의 미술작품과 자기서사

	동기들의 팔을 따라 그리면서 웃을 수 있었습니다. 모두 다 같이 손 그림을 한 종이에 붙이는 작업 자체가 정말 하나의 명화였던 것 같습니다. 한마음이 된 것 같았습니다. 나의 속마음을 적고 동기들에게도 더 잘해야겠다는 좋은 마음가짐도 가지게 되었습니다.(연구참여자 I, 10회기)

선임이 많아서 힘든데 이 시간만으로도 동기들끼리 있다는 것이 너무 좋고 같이 호흡하면서 친해진 것이 가장 큰 수확같습니다. 몇달만 버티면 잘 할것 같습니다.(연구참여자 H, 10회기)

제가 좀 낯도 가리고 친하지 않으면 대화도 잘 못하는 데 동기들이 잘 받아주고 해서 든든한 친구가 많이 생긴 기분이 들어서 좋습니다. 예전에는 얼굴을 봐도 잘 몰라 인사를 안 한 적도 있는데 요새는 가다가 만나면 반갑고 장난도 많이 치고 합니다. 동기들에게 의지가 된 것 같습니다. 다른 선임이나 후임들의 동기관계를 보면 우리 동기만큼 가깝게 지내는 사이는 없는 것 같습니다.(연구참여자 E, 추후소감문)

처음에 서먹했던 동기 관계가 이 시간을 통해 동기들의 성격과 마음을 알게되면서 더욱 돈독해지고 서로에게 의지할 수 있게 되었으며 나 혼자가 아니라 동기들과 함께 걸어간다는 것이 군 생활에 도움이 되었습니다.(연구참여자 I, 추후소감문)

그동안 사회에서 다른 사람들에 대해 별로 신경을 안 쓰고 살았는데 동기들과 친해지면서 동기들에게 잘해주고 싶고 나도 도움이 되면 좋겠습니다.(연구참여자 G, 추후소감문)

이 프로그램은 나에게 '오작교'였다. 왜냐하면 동기들과 나를 이어주었기 때문이다.(연구참여자 E, 추후소감문)

집단 안에서 집단구성들은 서로 지지를 주고받으면서 스스로 자신의 문제들을 재해결하고 재조직하며 재통합 할 수 있는 기회를 갖는다(Soltys & Coats, 1994). 콥(Cobb, 1976)은 지지행위의 속성을 '돌봄'과 '사랑'으로 보고 자신을 가치 있는 존재라고 느끼게 해주며 의사소통의 연결망에 속한 구성원임을 믿게 한다고 하였다(최신애, 하규수, 2012). 이러한 지지적 관계 형성을 통해 정서적 지지를 제공할 수 있는 사회적 활동들은 심리적 안녕에 중요한 요인이 된다(Ward, Sherman & Lagory, 1984).

공동미술작업 역시 집단구성원들의 공감적 의사소통에 긍정적인 영향을 준다. 이 과정에서 이뤄지는 대화 나누기, 매체 나눠쓰기, 미술활동을 위한 부탁 주고받기 등의 상호작용은 서로에게 지지적이고 공감적인 의사소통의 체득 기회가 될 수 있다(전순영, 2011; Liebmann, 2004). 이러한 집단 안에서 이뤄지는 동질감의 경험과 표현은 공동체의식 및 집단응집력의 바탕이 된다(Yalom, 2005). 이는 집단의 치유요인으로 공동체의식과 응집력이 높은 집단은 상호 지지적 수용적인 분위기 속에서 서로 친밀함과 온정적인 배려가 특징으로 나타나며 공동체에서 만족감을 느끼게 된다(조은영, 2019).

6. 공감의 관점에서 집단미술치료 참여 경험의 의미

공감의 관점에서 명화감상 집단미술치료 프로그램에 참여한 전입신병의 참여경험을 살펴보았다. 공감은 일회적으로 끝나는 것이 아니라 일련의 흐름이나 계열을 통해 연속적, 지속적으로 전개되는 것으로서 순환적임을 고려할 때(Barrett-Lennard, 1981) 공감은 단계에 구분 없이 모든 영역에서 나타나지만, 본 연구에서는 각 주제별 치유요인을 공감의 개념인 정서적·인지적·표현적 요소로 나눈 후 이를 공감의 형성단계인 4개의 영역 ①감정이입 ⇨ ②자기이해·타인이해 ⇨ ③상호존중 ⇨ ④관점전환에 따라 살펴보았다. 또한 공감의 개념인 정서적·인지적·표현적 요소가 공감의 형성단계에서 어떻게 나타나는지 살펴보았다. 이는 다음 <표 Ⅴ-33>, <표 Ⅴ-34>와 같다.

<표 Ⅴ-33> 주제별 치유요인에 따른 공감

영역	핵심의미	주제	치유요인	공감의 개념
감정 이입	명화로 알아가는 내 마음	명화가 내 마음을 읽어줌	감동,방어완화,긴장이완	정서
			의사소통	표현
		명화를 통한 뜻밖의 경험	흥미 및 즐거움	정서
			자기/타인이해	인지
			창조성	표현
		명화를 보며 힐링이 됨	감동,긴장이완,정화 흥미 및 즐거움	정서
			창조성	표현
		나도 표현해보고 싶어짐	동기유발,방어완화	정서
			자기표현,자기개방, 의사소통,모델링,창조성	표현
자기 이해 · 타인 이해	미술작품으로 공감하는 나와 너	미술매체의 특이한 체험	긴장이완,흥미 및 즐거움	정서
			창조성,몰입	표현
		평가가 없는 편안함	방어완화,긴장이완	정서
			자기표현,자기개방	표현
		말로 표현하지 않은 감정이	방어완화,정화	정서

		드러남	자기이해	인지
			외현화	표현
		마음껏 표현되는 작품으로 서로를 알아감	정화	정서
			자기/타인이해	인지
			자기표현,자기개방,창조성	표현
상호 존중	자기개방을 통한 군생활 적응의 애환	낯선 상황에서의 혼란스러움	방어완화,집단응집력	정서
		잦은 근무로 심신이 피곤함	자기/타인이해,보편성	인지
		상하관계에서 오는 부담감		
		존중받지 못하고 정당한 대우가 없는 부당함	자기표현,자기개방	표현
		입대 전 일상의 그리움		
	긍정감과 함께 동기애를 느낌	긍정적으로 생각하려고 노력함	희망	정서
		미술활동 후 긍정적인 느낌이 듦	방어완화,긴장이완,창조성, 흥미 및 즐거움,정화	정서 표현
			자기이해	인지
			몰입	표현
		동기들도 나와 같은 마음임을 느낌	집단응집력	정서
			보편성,지도(정보공유)	인지
			이타심	표현
관점 전환	미래로 향하는 우리들의 마음	피드백을 통해 나의 장점을 깨달음	집단응집력	정서
			자기이해,지도(정보공유) 대인관계학습	인지
			의사소통 및 피드백	표현
		미래의 희망을 품음	동기유발,희망	정서
			성찰	인지
			창조성,모험시도	표현
		나를 성찰하게 됨	자기/타인이해,보편성, 성찰,지도,모델링 실존적 요인,대인관계학습	인지
			모험시도	표현

	동기들의 지지 속 군생활에 대한 자신감 형성	집단응집력,희망,	정서
		타인이해,보편성	인지
		이타심	표현

<표 Ⅴ-34> 공감의 구성요소에 따른 영역별 빈도

구분	명화감상집단미술치료의 치료적 요인	❶ 감정이입	❷ 자기/타인이해	❸ 상호존중	❹ 관점전환
정서	감동	○			○
	방어완화	○	○	○	
	긴장 이완	○	○	○	
	동기유발	○			○
	흥미 및 즐거움	○	○	○	○
	정화(카타르시스)	○	○	○	
	희망			○	○
	집단응집력			○	○
인지	자기 이해		○	○	○
	타인 이해		○	○	○
	보편성		○	○	○
	지도(정보공유)			○	○
	성찰	○			○
	실존적 요인				○
	대인관계 학습			○	○
표현	외현화(자기표현)	○	○	○	○
	자기 개방	○	○	○	○
	의사소통 및 피드백	○	○	○	○
	유머	○	○	○	○
	이타심			○	○
	모델링(모방행동)	○			○
	모험 시도				○
	창조성	○	○	○	○
	몰입	○	○	○	○

①감정이입 영역에서 ❶정서적 요소는 감동, 방어완화, 긴장이완, 흥미 및 즐거움, 동기유발, 정화(카타르시스)로, ❷인지적 요소는 성찰(관점전환), ❸표현적 요소는 외현화(자기표현), 자기개방, 의사소통, 유머, 모델링, 창조성, 몰입으로 나타났다.

❶연구참여자들은 특정 명화에 마음이 끌리거나 명화의 특정 부분이 자신의 마음을 대변해준다고 느끼면서 명화를 통해 자신이 수용되고 이해받는 느낌을 받았으며 이는 긴장 이완이나 방어완화로 이어졌다. 다양한 명화를 보면서 명화에 대한 선입견에서 벗어나 각 명화가 갖는 독특성과 창조성에 놀랐으며, 화가의 의도를 파악하려 애쓰기보다는 자신의 솔직한 느낌을 나누는 것을 흥미로워했다. 이는 명화에 대한 호기심으로 이어져 개인정비시간에도 명화를 검색해 찾아보는 동기가 되었다. 또한 자기몰입의 경험은 자신의 감정을 돌아보고 억누른 감정을 표현하여 자기를 이해하는 경험으로 이어졌다.

❷연구참여자들은 같은 명화를 보면서도 연구참여자마다 다른 감상을 말한다는 것, 즉 명화에 따른 느낌이 감상자마다 다르다는 것을 신기해했다. 이 과정에서 연구참여자들은 명화를 통해 느끼는 감정은 자신이 예전에 경험한 것이나 현재의 소망에 따라 다를 수 있음을 알아갔다. 또한 명화는 고정된 기준이나 틀이 있는 것이 아니라 선이나 색, 또는 낙서로 이루어진 그림이라 해도 화가가 전하고자 하는 창의적인 메시지가 담겨 있다면 명화가 될 수 있음을 깨달았다. 이를 통해 명화는 지루하고 딱딱한 것이라는 기존의 생각에도 변화가 생겼다. 이는 자신에 대한 성찰이기보다는 관점의 전환으로 볼 수 있다.

❸이렇게 명화가 화가와 감상자 사이에서 의사소통의 기능을 하면서 연구참여자들은 점차 명화에 몰입했다. 이는 미술활동에서 명화와 비슷하게 또는 독특하게 표현하고 싶은 자발적 동기로 나타났거나 명화에 자극을 받은 창조적인 미술활동으로 연결되었다. 또한 군대에서 경험하기 어려운 다양한 미술매체는 연구참여자들이 미술활동에 몰입하는 데 도움을 주었다. 일부 연구참여자들이 먼저 자기개방을 하자 이를 본 다른 연구참여자들도 조금씩 마음의 문을 열어갔다. 사소한 자기개방이나 유머는 경직되었던 집단의 분위기를 부

드럽게 만드는 역할을 했다.

즉, 감정이입 영역에서 정서적 요소가 많이 나타났다. 표현적 요소는 천천히 나타나기 시작했으며, 인지적 요소는 성찰(관점변화)로 나타났다. 명화감상을 통해 심리적 개방감이 활성화되고 다양한 작품을 접하면서 명화에 대한 기존 인식의 변화를 보였으며 이는 관점의 전환으로 이어졌다. 반면 이 시기는 집단경험의 초기로 연구참여자들 간 신뢰관계가 형성되지 않았기에 상호작용이 활발히 이뤄지지 않아 자기개방이나 자기표현에 있어서 소극적일 수밖에 없다. 이러한 한계 속에서 명화감상은 자신의 느낌을 말로 표현하거나 미술작품으로 드러내는 것에 동기를 유발했고, 연구참여자들은 언어가 아닌 다양한 미술매체를 통해 자신의 심리·정서적 어려움을 창의적인 미술표현으로 이어갈 수 있었다. 또한 이들은 공통으로 경험한 어려운 상황에 정서적으로 서로 공감함으로써 동질감을 느꼈다.

②자기이해·타인이해 영역에서 ❶정서적 요소는 방어완화, 긴장이완, 흥미 및 즐거움, 정화(카타르시스)로, ❷인지적 요소는 자기/타인이해, 보편성으로, ❸표현적 요소는 외현화(자기표현), 자기개방, 의사소통, 유머, 창조성, 몰입으로 나타났다.

❶연구참여자들은 다양한 미술매체를 경험하면서 이미 성인이 된 자신들이 어린아이처럼 미술활동을 이토록 즐길 수 있음에 의아해했다. 또한 미술활동을 통해 군 생활로 경직되고 억눌린 자신의 감정을 마음껏 표현하였고, 그림을 잘 그리지 않아도 된다는 것에 긴장이 이완되었다. 또한 자신의 미술작품에서 자신도 몰랐던, 말로 표현되지 않았던 감정들이 드러나는 것을 신기해했다. 자신의 이야기를 수용해주는 분위기 속에서 감정표현이 본격화되는 동시에 방어가 완화되면서 부정적 감정을 표출하며 스트레스가 풀리는 경험을 했다.

❷연구참여자들은 언어로 자신의 마음을 직접 표현하는 것이 아니라 자신이 그린 미술작품을 통해 자기 이야기를 함으로써 마음이 드러난 미술작품과 거리두기를 하며 자신의 상태를 바라볼 수 있었다. 처음엔 자신이 왜 그런

그림을 그렸는지 이유를 알지 못했으나 상담자나 연구참여자 간 대화를 통해 자신의 작품 속에 드러난 상징에 대한 자기이해를 키워갔다. 또한 자기몰입의 경험은 자신의 감정을 돌아보고 억누른 감정을 표현하여 자기를 이해하는 경험으로 이어진다. 다른 연구참여자들의 미술작품과 이야기에 호기심을 가지고 집중하며 서로 궁금한 것을 묻고 답하면서 타인이해가 시작되었다. 또한 서로 대화를 나누며 군 생활이 자신에게만 어려운 것이 아니라는 보편성을 깨닫고 안도감을 느꼈다.

❸연구참여자들은 처음보다 편안해진 분위기 속에서 자기개방과 자기표현을 이어갔으며 이는 미술활동 몰입을 통해 창조성 발현으로 나아갔다. 일부 연구참여자에서 시작한 자기개방과 유머는 다른 연구참여자들에게도 용기를 주어 이전보다 화기애애한 분위기가 조성되었다.

즉, 자기이해・타인이해 영역에서 표현적 요소가 가장 많이 나타났고, 정서적 요소는 감정이입 영역과 비슷하였으며, 인지적 요소는 자기/타인이해와 보편성이 나타났다. 이 시기에는 집단에 대한 신뢰가 조금씩 생기면서 초기에 비해 다른 연구참여자들도 자기개방과 자기표현에 동참하며 감정표현 중심의 집단 상호작용이 서서히 이루어졌다. 연구참여자의 경험과 감정에 다른 연구참여자들이 같이 아파하고 화를 내고 응원하는 등 서로의 입장에 집중하고 경험을 공유하며 공감적인 반응을 보였다. 이렇게 자신의 감정과 경험이 지지받고 수용되는 경험을 하며 깊은 친밀감을 경험하였고 다양한 생각들을 공유하며 자신과 다른 사람에 대한 이해도가 높아졌다.

③상호존중 영역에서 ❶정서적 요소는 방어완화, 긴장이완, 흥미 및 즐거움, 정화, 희망, 집단응집력으로, ❷인지적 요소는 자기/타인이해, 보편성, 지도(정보공유), 대인관계학습으로, ❸표현적 요소는 외현화(자기표현), 자기개방, 이타심, 유머, 창조성, 몰입으로 나타났다.

❶연구참여자들에게 이 집단이 안전하다는 믿음이 생기면서 참여자들은 각자 군 생활에서 겪는 심리적인 어려움을 솔직하게 토로하기 시작했다. 또한 집단구성원들이 적극적으로 공감을 표하자 서로 같은 마음이라는 것을 인지

하며 집단응집력이 생겼다. 이는 친밀감의 상승과 의사소통의 촉진으로 이어졌고 서로 힘을 주고받으며 군 생활의 어려움을 함께 헤쳐나가겠다는 희망을 쌓아갔다. 또한 공동활동을 통해 함께 하는 즐거움을 느끼며 스트레스를 해소하였고 자신이 공동활동에 기여한다는 것을 느끼며 긍정 정서를 강화하였다.

❷연구참여자들의 창의적인 미술활동은 군 생활로 위축되어 있던 자신들에게 살아있다는 감각을 되찾아주었다. 또한 미술작품을 통해 반복적으로 자신을 탐색하면서 모호했던 감정이 명료해짐을 경험하였고 자신에 대한 이해도 깊어졌다. 둘, 셋이 하던 공동활동이 넷으로 확장되면서 상호 간 관심이 높아지고 타인에 대한 이해와 신뢰가 깊어졌다. 연구참여자 간 대화와 피드백이 활발해지면서 대인관계 능력이 향상되었다. 또한 적극적인 자기개방으로 군 생활의 어려움이나 고민을 공유하였고, 다른 연구참여자들이 자신에게 깊이 공감하는 모습을 보며 동기애를 느꼈다.

❸연구참여자들의 깊은 자기개방으로 자기표현이 점차 풍성해졌다. 상호 간 어려움에 공감하는 것에서 한발 더 나아가 대처법과 해결방안을 찾아 조언하는 등 도움을 주는 행동을 보였으며 서로에게 잘하려는 마음과 돕고자 하는 마음을 드러냈다.

즉, 상호존중 영역에서 표현적 요소는 다른 영역과 비슷하게 나타났으나, 정서적 요소는 희망과 집단응집력이 생기기 시작했고, 인지적 요소는 지도(정보공유) 및 대인관계 학습이 나타났다. 이 시기에 연구참여자들은 상호 배려하는 관계가 형성되고 집단에서 비판이나 비난, 거부당하지 않는다는 것이 확인되면서 더욱 깊은 친밀감과 신뢰감이 형성되었다. 또한 집단응집력이 생긴 후 나타나는 지도(정보공유)는 공감으로써의 기능을 하는데, 상대에게 정서적인 공감을 받아 심리적으로 편안해진 후에 비로소 상대가 해주는 설명이나 조언이 공감적으로 경험되었다. 지속적인 자기 탐색과 다른 사람과의 상호교류는 개인적인 사고에서 벗어나 점차 집단 내 공감을 얻는 과정으로 연결되었으며 이는 이타심으로 이어졌다.

④관점전환 영역에서 ❶정서적 요소는 감동, 동기유발, 흥미 및 즐거움, 집단응집력, 희망으로, ❷인지적 요소는 자기/타인이해, 보편성, 지도(정보공유), 성찰, 실존적 요인, 대인관계학습으로, ❸표현적 요소는 외현화(자기표현), 자기개방, 의사소통 및 피드백, 유머, 이타심, 모델링, 모험시도, 창조성, 몰입으로 나타났다.

❶연구참여자들은 함께 하는 시간이 늘어가면서 혼자라고 느꼈던 군 생활에서 친밀감을 경험했다. 이 시간이 소중하다는 이야기를 나누며 집단이 마무리되는 것을 아쉬워했다. 친밀한 관계 속에서 상호 간 지지와 격려 등 긍정적인 피드백을 주고받으며 연구참여자들 간 끈끈한 유대감이 형성되었고 이는 자발적인 군생활적응에 동기유발이 되었다. 또한 미래의 꿈을 생각하고 표현하며 희망을 고취해갔다.

❷연구참여자들은 서로 고민을 나누고 의미있는 정보를 공유하며 피드백을 통해 잠재되어있는 자신의 강점을 발견함으로써 자신을 이해하게 되었다. 인지적 공감은 공감받는 사람의 자기개념이나 가설을 인지적으로 재구조화함으로써 자기를 수용하여 자기이해로 나아가게 한다. 또한 다른 사람의 장점을 찾고 공동활동에서 대인관계를 학습하고 익히면서 타인을 이해하게 되었다. 이를 통해 자신을 돌아보는 성찰과 자신의 삶의 가치관을 살펴보며 실존적 요인을 깨달았다.

❸연구참여자들은 활발한 의사소통과 애정 어린 피드백 속에서 동기들과 더불어 군 생활을 잘 이겨내야겠다는 모험 시도와 함께 동기들의 존재에 감사의 마음을 느끼며 서로에게 잘하려는 마음과 자신이 받은 만큼 다른 연구참여자들에게 도움이 되고 싶다는 마음을 표현하였다.

즉, 관점전환 영역에서 정서적 요소는 다른 영역과 비슷하게 나타났고, 인지적 요소는 성찰, 실존적 요인이 나타났으며, 표현적 요소는 모험시도가 나타났다. 연구참여자들은 이제까지 살아오면서 한 번도 자신에 대해 깊게 생각해본 적이 없었고 군 생활로 마음이 지쳐 다른 사람들에게 관심을 갖기 어려웠다. 이 시간을 통해 자신을 되돌아보고 자신이 어떤 사람인지 알아가며 다른 사람들의 어려움에도 공감하여 서로에게 도움을 주고 싶다는 생각을 하

게 되었다. 이 시기의 가장 큰 특징은 연구참여자들이 적극적으로 서로를 도와 함께 성장해 나간다는 것이다. 각자 자기 문제에 몰두해 있던 연구참여자들이 마음을 모아 공감하고 애정이 담긴 피드백을 주고받았다. 이처럼 개인의 문제를 각자의 몫으로 여기지 않고, 우리의 문제로 받아들이며 이를 해결해가는 생산적인 단계로 나아갔다. 그 결과 더 깊은 응집력으로 공동체의식이 형성되었고 이는 함께 군 생활을 잘 이어나가자는 기대와 미래를 향한 희망으로 이어졌다.

위의 연구결과를 살펴보면 다음과 같다.

①감정이입 영역에서는 정서적 요소가 많이 나타났고 인지적 요소는 성찰(관점변화)이 나타났다. 명화감상을 통해 정서적 공감이 가장 많이 일어나지만, 명화에 대한 선입견이 바뀌고 명화가 주는 메시지를 느끼며 관점전환이라는 인지적 공감 또한 일어남을 알 수 있다.

②자기이해・타인이해 영역에서는 표현적 요소가 많이 나타났으며, 인지적 요소는 자기/타인이해와 보편성이 나타났다. 어색했던 집단에 안정감이 생기면서 연구참여자들은 표현적 공감을 하기 시작했고 이러한 표현적 공감을 통해 자신과 다른 연구참여자들을 조금씩 이해해 나갔다. 또한 군 생활의 어려움에 관하여 자신과 유사한 경험을 가진 연구참여자들의 이야기를 들으며 자기 자신이 느꼈던 감정이 타당하고 이해할만하다고 느끼며 안도했다.

③상호존중 영역에서 정서적 요소는 희망과 집단응집력이 생기기 시작했고, 인지적 요소는 지도(정보공유) 및 대인관계 학습이, 표현적 요소는 이타심이 나타났다. 코헛(1971)은 상호 간 지지적 연대가 개인들 사이에서 강한 심리적 결속력을 구성하며 정서적 유대로서의 공감은 그것이 나타나는 것만으로도 치료적 효과를 가진다고 하였다. 이는 군 생활에 대한 희망을 품게 한다. 또한 집단응집력이 생긴 후 나타나는 지도(정보공유)는 공감으로써의 기능을 하는데, 상대에게 정서적인 공감을 받아 심리적으로 편안해진 후에 비로소 상대가 해주는 설명이나 조언이 공감적으로 경험되었다. 또한 지속적인 자기탐색과 다른 사람과의 상호교류는 개인적인 사고에서 벗어나 점차 집단 내

공감을 얻는 과정으로 연결되었으며 이는 이타심으로 이어졌다.

④관점전환 영역에서 인지적 요소는 성찰, 실존적 요인이 나타났으며, 표현적 요소는 모험 시도가 나타났다. 다른 연구참여자에게 이해받는 공감 경험으로 인해 자기의 모습을 있는 그대로 이해하고 수용하게 되고 반성적으로 성찰할 수 있게 되며 자신의 문제를 새롭게 인식하고 문제해결에 대한 힘을 얻는다. 또한 연구참여자 간 동기애는 서로 의지하고 힘을 주고받으며 군 생활을 잘 헤쳐나가겠다는 희망으로 나타났다.

Ⅵ. 결론

본 연구는 전입신병 대상 명화감상 집단미술치료 프로그램을 통한 군 생활 조기 적응을 목적으로 하며, 이를 위해 명화감상 집단미술치료 프로그램 구안하고 프로그램 경험의 의미를 공감의 관점에서 탐색하였다. 질적례연구를 통해 연구를 진행하였으며 그 결과는 다음의 ①논문의 요약, ②논의 및 제언으로 정리하였다.

1. 요약

전입신병은 자대 전입 3개월 미만의 병사로서 20여 년간 익숙했던 가정과 사회를 떠나 고된 훈련과 단체생활, 엄격한 위계질서를 강조하는 군대라는 새로운 환경에 적응해야 하므로 낯섦, 불안감, 부담감 등을 경험한다. 국방부에서는 병사의 부적응문제를 해결하고자 다양한 정책을 실행하고 있으나 이는 부적응병사의 자살 예방이라는 목적에 국한되어 있어 잠재적 부적응자인 전입신병의 군생활적응을 돕기 위한 제도는 미흡하다고 볼 수 있다. 이를 위해서 본 연구자는 명화감상 미술치료프로그램으로 전입신병 간 공감과 지지를 통해 공동체의식을 함양하여 그들의 심리적인 어려움을 해결하고 군생활 적응에 도움을 주고자 하였다. 이에 본 연구에서 설정한 연구문제는 첫째, 명화감상 집단미술치료 프로그램의 구성은 어떠한가? 둘째, 공감의 관점에서 본 명화감상 집단미술치료에 참여한 전입신병의 경험의 의미는 어떠한가? 이다.

이러한 연구문제를 해결하기 위해서 본 연구는 Ⅱ장에서 전입신병의 군생활적응, 명화감상 집단미술치료, 공감이론, 명화감상 집단미술치료에 따른 공감에 대한 이론적 논의를 전개하였다. 전입신병 세대는 조직보다는 개인의 권리와 취향, 다양성, 자율성을 중시하고 조직에서 자신을 위한 투자와 발전 욕구가 큰 주체적인 세대라 할 수 있다. 이러한 특징은 단체생활과 엄격한

위계질서를 강조하는 군 조직에 적응하는데 위험요인으로 작용할 수 있다(박현규, 2021). 반면 집단미술치료는 미술활동이 지닌 창조적 에너지에 집단응집력이 결합된 형태로, 감정표현이 제한된 병사들에게 무의식 속 내면의 이미지를 상징적으로 표현하면서 심리적 어려움을 해소하고, 전입신병 간 어려움을 공유하면서 공감과 지지를 통해 심리적인 안정감을 도모해갈 수 있다. 본 연구에서는 명화감상을 선행함으로써 명화의 감정이입을 통해 정서적인 위안을 받으며 자기표현에 자발적 동기를 유발해 미술표현에 안정적인 접근을 도왔다. 또한 공감이론을 설명한 후 명화감상 집단미술치료에서의 공감과정을 명화감상 집단미술치료의 치료적 요인과 연계하여 살펴보았다.

Ⅲ장에서는 이러한 이론적인 논의를 기반으로 임상연구를 수행하기 위하여 적용한 질적사례연구방법을 소개하였다. 연구개요와 연구절차, 연구참여자, 자료수집 및 분석, 연구윤리에 대해서 기술하였다. 연구절차는 관련 문헌 및 선행연구 분석⇨IRB 승인⇨요구조사⇨연구참여자 선정⇨명화감상 집단미술치료 프로그램 구안⇨오리엔테이션을 통해 동의서 작성⇨명화감상 집단미술치료 프로그램 진행⇨자료수집⇨자료분석으로 진행하였다. 연구참여자는 본 연구에서 전입신병을 대상으로 하여 부적응병사와 일반병사의 구분을 별도로 두지 않았으며 연구자가 프로그램을 진행하기로 계획한 날로부터 가장 가까운 시기에 자대에 배치된 병사들 중 자발적으로 신청한 인원으로 구성하였다. 자료수집은 연구참여자들에게 동의를 구하고 본 프로그램의 진행 과정에서 생산된 활동대화, 미술작품, 소감문, 집단인터뷰, 연구자의 연구자노트, 추후소감문 등을 수집하였다. 자료분석은 사례 간 분석을 한 후 공감을 바탕으로 분석하였다. 연구윤리는 IRB 승인을 받은 후 동료검토법, 연구참여자 확인, 삼각검증법을 통해 타당성을 확보했다.

Ⅳ장에서는 연구문제 1의 '명화감상 집단미술치료 프로그램의 구성은 어떠한가?'에 대한 결과를 기술하였다. 본 연구에 적용된 명화감상 집단미술치료 프로그램의 개요, 목표, 구성, 내용을 기술하였다. 본 연구는 2021년 11월부터 12월까지 OO부대의 전입신병 9명을 대상으로 회기 당 120분 총 10회기를 진행하였다. 연구개요에서 프로그램의 목표 및 개입전략을 기술하였고, 프

로그램 구성에는 프로그램의 구성과정과 매 회기 프로그램 진행 과정과 내용 및 의미를 기술하였다. 또한 20여 년간 명화감상 미술치료를 진행한 미술치료 슈퍼바이저이자 OO 대학 미술치료학과 교수로부터 1년 6개월 간 수퍼비전을 받으며 회기에 대한 비판적 성찰을 통해 객관성을 유지하도록 유의하였다.

Ⅴ장에서는 연구문제 2의 '공감의 관점에서 본 명화감상 집단미술치료 프로그램에 참여한 전입신병의 참여경험에 관한 의미는 무엇인가? 에 대한 결과를 기술하였다. 공감의 형성단계인 4개의 영역과 5개의 핵심의미, 20개의 주제가 도출되었으며 핵심의미는 '명화로 알아가는 내 마음', '미술작품으로 공감하는 나와 너', '자기개방을 통한 군생활적응의 애환', '긍정감과 함께 동기애를 느낌', '미래로 향하는 우리들의 마음'으로 나눌 수 있다.

이를 공감의 형성단계인 4개의 영역 ①감정이입 ⇨ ②자기이해·타인이해 ⇨ ③상호이해·상호존중 ⇨ ④관점전환을 공감의 개념인 정서적·인지적·표현적 요소로 살펴보았다. ①감정이입 영역에서는 정서적 요소가 많이 나타났고 인지적 요소는 성찰(관점변화)이 나타났다. 명화감상을 통해 정서적 공감이 가장 많이 일어나지만, 명화에 대한 선입견이 바뀌고 명화가 주는 메시지를 느끼며 관점전환이라는 인지적 공감 또한 일어남을 알 수 있다.

②자기이해·타인이해 영역에서는 표현적 요소가 많이 나타났으며, 인지적 요소는 자기/타인이해와 보편성이 나타났다. 어색했던 집단에 안정감이 생기면서 연구참여자들은 표현적 공감을 하기 시작했고 이러한 표현적 공감을 통해 자신과 다른 연구참여자들을 조금씩 이해해 나갔다. 또한 군 생활의 어려움에 관하여 자신과 유사한 경험을 가진 연구참여자들의 이야기를 들으며 자기 자신이 느꼈던 감정이 타당하고 이해할만하다고 느끼며 안도했다.

③상호존중 영역에서 정서적 요소는 희망과 집단응집력이 생기기 시작했고, 인지적 요소는 지도(정보공유) 및 대인관계 학습이, 표현적 요소는 이타심이 나타났다. 코헛(1971)은 상호 간 지지적 연대가 개인들 사이에서 강한 심리적 결속력을 구성하며 정서적 유대로써의 공감은 그것이 나타나는 것만으로도

치료적 효과를 가진다고 하였다. 이는 군 생활에 대한 희망을 품게 한다. 또한 집단응집력이 생긴 후 나타나는 지도(정보공유)는 공감으로써의 기능을 하는데, 상대에게 정서적인 공감을 받아 심리적으로 편안해진 후에 비로소 상대가 해주는 설명이나 조언이 공감적으로 경험되었다. 또한 지속적인 자기탐색과 다른 사람과의 상호교류는 개인적인 사고에서 벗어나 점차 집단 내 공감을 얻는 과정으로 연결되었으며 이는 이타심으로 이어졌다.

④관점전환 영역에서 인지적 요소는 성찰, 실존적 요인이 나타났으며, 표현적 요소는 모험 시도가 나타났다. 다른 연구참여자에게 이해받는 공감 경험으로 인해 자기의 모습을 있는 그대로 이해하고 수용하게 되고 반성적으로 성찰할 수 있게 되며 자신의 문제를 새롭게 인식하고 문제해결에 대한 힘을 얻는다. 또한 연구참여자 간 동기애는 서로 의지하고 힘을 주고받으며 군 생활을 잘 헤쳐나가겠다는 희망으로 나타났다.

이와 같은 연구결과는 전입신병의 군생활적응을 위한 상담 및 심리치료 연구 및 프로그램 개발을 위한 의미있는 시사점을 제시하고 있으며, 본 연구에서 구안한 명화감상 집단미술치료 프로그램의 잠재적 치료 효과와 현장에서의 활용 가능성을 충분히 시사하고 있다. 본 연구를 통해서 군에서 전입신병의 심리적 어려움을 이해하고 군생활적응을 도울 수 있는 다양한 프로그램으로 확대할 수 있을 것으로 기대한다.

2. 논의 및 제언

본 연구는 전입신병을 대상으로 명화감상 집단미술치료 프로그램을 적용한 후 질적사례연구방법을 통해 공감의 관점에서 참여경험의 의미를 분석한 것으로 이 장에서는 ①본 연구의 의의, ②제한점 및 후속 연구를 위한 제언, ③정책 제안을 제시한다.

본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 전입신병을 대상으로 군생활적응에 관한 프로그램을 일반인의 관점에서 '질적연구방법'으로 수행한 것에 의의를 둘 수 있다. 병사 관련 박사논문 중 질적연구는 6편(박상혁, 2019; 이은주, 2018; 김중배, 2016; 정성모, 2015; 허경운, 2015; 성복순, 2015)으로 부적응병사, 다문화병사, 동성애자, 전역사병 등 특정대상 연구로 한정되었으며 일반병사를 대상으로 한 연구는 찾아보기 힘들다. 보안과 통제를 중시하는 군의 특성상 일반병사를 대상으로 관련 연구를 수행하는 데 따른 제약이 반영된 결과로 보인다. 또한 전입신병에 관한 연구는 소수로 진행되고 있으나 이 또한 대부분 양적연구방법에 그치고 있다. 허기영(2017)이 유일하게 전입신병의 병영생활에 관해 문화기술지 방법으로 연구했으나 연구자가 장교로서 군의 입장에서 병사들의 긍정적인 면에 초점을 맞추었다. 즉, 기존 병사 대상 프로그램 연구가 군 관계자가 연구자로 참여하거나 양적연구방법으로 프로그램의 효과성을 알아보는 것에 그쳤다면, 본 연구에서는 일반인의 관점에서 질적연구방법을 통해 전입신병들의 구체적인 이야기를 들음으로써 전입신병이 느끼는 군 생활에 대한 어려움이나 바람 등을 심층적으로 살펴보는 계기가 되었다.

둘째, 본 연구는 전입신병을 대상으로 집단미술치료에 '명화감상'을 선행함으로써 긴장된 군 생활을 하는 연구참여자들이 명화를 통한 감정이입을 통해 정서적인 위안을 받고, 자기표현에 자발적 동기를 유발시킴으로써 미술활동에 안정적인 접근을 도운 것에 의의를 둘 수 있다. 이는 대부분의 명화감상 미술치료 선행연구에서 명화감상을 활용하는 목적이 미술표현에 대한 호

기심과 동기 부여, 다양한 정서 경험, 정서 이완, 미술에 대한 부담감 줄여주는 것으로 나타난 것과 맥을 같이 한다. 또한 연구참여자들은 전통적인 명화에서 벗어나 낙서화나 추상화 등 다양한 명화를 감상하며 이들 명화가 갖는 독특하고 창의적인 발상에 신선한 충격을 받았으며 화가의 의도를 느끼고 알아가면서 기존의 선입견에서 벗어나 새로운 시선을 갖게 되었다. 이는 박정선(2020)의 연구에서 명화감상이 감정 해소, 정서 함양뿐 아니라 작품에 내재된 심리적·사회적 맥락의 이해로 기존 인식의 변화를 자각하고 통찰하는 역할을 할 수 있기에 명화감상은 정서나 인지 측면에서 모두 활용 가능한 것과 유사한 맥락으로 볼 수 있다. 김성지(2018)는 의식적으로 정서 공유를 촉진하는 것이 공감을 향상시키는 방법이라고 보고 클래멘트(Clement, 2008)가 제안한 심상 시뮬레이션 개념을 공감에 적용하였다. 심상 시뮬레이션은 심적 형상화를 통해 정서를 강하게 유발하는 특성이 있으므로, 명화감상 역시 심적 형상화 과정으로 공감의 정서 공유를 촉진하는 측면에서도 효과적인 방법이 될 수 있다.

셋째, 본 연구는 전입신병을 대상으로 '미술활동'을 통해 언어로 드러나지 않는 무의식 속 자신의 감정이나 생각을 표현하면서 내면의 억압된 심리와 불안정한 감정을 완화시킬 수 있었다. 또한 '미술작품'을 통해 자신을 객관화하고 자신의 모습을 다각도로 이해하고 수용하면서 성찰하는 기회를 제공하였으며, 자신의 강점을 인지하고 긍정적인 자기상을 구성하면서 건강한 미래에 대한 의지를 증진시켰다는 것에 의의를 들 수 있다. 이는 안소정(2020)의 자기이해 도구로서의 미술작업 경험에 관한 연구에서 창조적 예술작업을 통해 내적 이미지에 구체적인 형상을 입힌 미술작품(Allen, 1995)은 무의식을 의식화하는 과정이며, 즉 자아가 자기로 향하는 의식화 과정으로 집단 내에서 연구참여자들이 자기를 표현하는 도구가 된다. 연구참여자들은 미술작품을 통해 미술의 모호함 속에서 깨어 있을 수 있는 감각을 키워 자기탐구의 과정을 경험하게 한다. 또한 타인과 미술작품으로 상호작용하면서 작품을 감상하는 이에게 말로 표현하지 않아도 삶이 느낌으로 전달되어 공명을 일으키며 이는 집단구성원들과의 관계와 소통을 촉진하여 자기의 삶을 입체

적으로 바라보며 시야를 확장할 수 있다는 것과 연관이 있다.

넷째, 본 연구는 전입신병을 대상으로 '집단' 미술치료를 적용하여 동기 간 지지적 관계를 조성하고 공동체의식을 함양하여 자발적인 군생활적응에 자신감을 제공하였다는 것에 의의를 둘 수 있다. 연구참여자들은 자신의 상처받고 힘들어하는 모습을 다른 연구참여자들과 공유하고 서로 위로와 지지를 받으며 유대감/동지애, 신뢰감, 돌봄의 감정을 느끼게 되었다. 유동수 (2011)는 집단상담의 가장 소중한 체험이자 큰 특징으로 일체감 조성을 꼽았다. 함께 어우러지는 관계에서 서로에 대한 이해는 소통의 기본이 되며, 이러한 인지적 공감은 공동체의 정서적 공감을 통해 서로 존중받는 시간으로 축적되어 공동체의식에 긍정적 영향을 준다고 하였다. 이는 임은실(2017)의 청소년의 학교생활적응을 위한 집단미술치료 프로그램에 관한 연구에서 집단미술치료 프로그램을 통해 또래의 상호작용과 공감과 수용, 긍정적 피드백과 같은 집단역동이 사회적 지지의 향상을 가져와 학교생활적응에 영향을 끼쳤다는 연구와 정적인 상관관계가 있음을 시사한다. 또한 최금섭(2022)의 집단미술치료 프로그램이 병사의 공동체의식에 미치는 효과연구에서 연구참여자들이 집단미술치료 프로그램을 통해 집단구성원과 함께 활동하면서 서로의 생각을 나누는 과정을 통해 상호 간 정서적 결속과 동질감을 느끼고 공동체 의식 함양을 통해 소속감을 높이는 데 도움이 되었다는 연구결과와 일치한다.

다섯째, 본 연구는 연구참여자들의 명화감상 집단미술치료 프로그램 경험을 공감의 구성요소인 정서적, 인지적, 표현적 요소로 구분하여 살펴본 것에 의의를 둘 수 있다. 기존의 공감 관련 연구들도 공감을 정서적, 인지적, 표현적으로 구분하였으나 공감이 하나의 단일한 개념이 아니라 여러 가지 요소들을 포함하고 있는 복합적인 개념이기 때문에(Davis, 1980; Hoffman, 2000) 공감의 개념을 명확하게 구분하지 못했다. 하소영(2019)은 상담과 관련된 공감의 동향분석 연구에서 공감에 관한 연구는 공감 자체의 속성과 개념 그리고 의미를 탐색하고 변인을 분석한 연구는 적고 대부분은 공감과 여타 관련 변인들의 관계를 탐색하고 있다고 했다. 본 연구에서는 명화감상 집단미술치료의 치료적 관점에서 공감의 의미를 연계하여 각 단계마다 공감의 구성요소가 어떻게

나타나는지 살펴보았다. 이은아(2022)가 상담 및 심리치료 분야의 공감 관련 동향분석에서 주제어를 탐색한 결과 자아와 대인관계 연구가 가장 많았으며 이는 공감이 자기 이해를 바탕으로 타인을 이해하고 상호작용을 통한 긍정적 삶의 만족도에 중요한 역할을 하고 있기 때문이라 한 것과 유사하다.

여섯째, 프로그램을 진행하는 동안 지휘관과 간부들과의 긴밀한 소통과 협력을 통해 군의 입장에서 병사들의 어려움에 귀를 기울이고 전입신병을 위한 군생활적응에 대한 접근방식을 새롭게 구상해볼 수 있는 기회를 제공하였다는 것에 의의를 둘 수 있다. 전입신병을 대상으로 하는 군생활적응 프로그램은「전입신병 100일 관리」제도, 정신교육, 단회성 초빙강의로 이루어지고 있으며 부적응자를 위한 상담관 제도나 그린캠프 등에 치중되어있다. 본 프로그램은 코로나 상황으로 인해 1주일에 2회 진행하였으나 향후 1주일에 1회로 변경한다면 현재 적용하고 있는「전입신병 100일 관리」제도와 기간이 비슷하다. 지휘관 및 간부들이 본 프로그램과 연계해 병행 진행할 경우 효과가 증대할 것이라고 인지하였다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 연구참여자가 소속된 부대는 수도권에 위치하여 비교적 근무환경이 양호하다. 연구참여자의 기초정보를 살펴보았을 때 군생활적응에 큰 문제를 보이지 않는 원만한 성격이었음에도 불구하고 군생활적응에 많은 심리적・정서적 어려움을 호소하였다. 이에 근무환경이 열악한 전방이나 부적응병사로 식별되지는 않았지만 예민한 병사들의 고충은 더 클 것으로 보인다. 이에 향후 전입신병을 위한 프로그램을 점진적으로 확대 적용할 필요가 있다.

둘째, 본 연구의 명화감상을 위한 작품은 19점으로 제한되었다. 상담적 관점에 실시된 명화작품 분석, 활용연구는 시작 단계에 있어 그 수가 매우 적기 때문에 상담에 활용 적합한 작품 선택에 어려움이 있다. 추후 연구에서는 내담자의 심리문제 특성에 따른 선별적인 활용이 가능하도록 치료적 차원의 다양한 명화를 분석하고 그 효과성을 탐색하는 연구가 이뤄질 필요가 있다.

또한 본 연구에서는 명화를 서양화로 접근하였지만 한국 화가나 현대 화가로 확대 적용할 필요가 있다. 특히 전입신병들은 고전 명화보다는 상상력을 자극하는 현대화나 추상화에 더 많은 흥미를 느꼈으며 그들의 창의적인 발상과 생각의 전환을 도왔기에 명화 선택의 폭을 다양화할 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 전입신병을 중심으로 전입신병 간 지지를 통한 군생활적응에 관한 연구를 진행하였지만, 군 생활에서 전입신병들이 가장 힘들어하는 부분이 상하관계임을 고려할 때 선・후임이 함께 생활하는 생활관 위주의 프로그램을 적용하여 위계질서가 작동하는 공간에서 서로를 공감하고 배려하면서 자연스럽게 병영문화를 개선해 갈 필요가 있다.

또한 연구결과를 토대로 정책을 제안하면 디음과 같다.

첫째, 현재의 군 복무는 징병제에 따른 입영제도로 병사들이 자발적으로 군생활에 임하기 어려운 구조이다. 이에 군에서는 Z세대의 특성을 이해하면서 핸드폰 사용 시간 확대, 신병 면회제도 개선, 병사 월급의 대폭 인상 등 물리적 측면을 중심으로 제도를 개선하고 있다. 반면 징병제가 갖는 부당함, 불안함. 무기력함, 시간 낭비, 남녀 간 갈등 등을 해소하고 개선하기 위한 제도나 향후 방안은 아직 마련되어 있지 않다. 군은 국가 방위를 수행하는 전문 조직으로써 그 주축 구성원인 병사들이 군의 가치와 행동양식을 내면화하도록 훈육과 적응에 많은 노력을 기울이는 동시에 재사회화된 모습으로 사회에 되돌리는 역할을 하는 곳이다. 병사들이 국방의 의무를 다하면서도 자신을 발전시킬 수 있는 군 생활을 할 수 있도록 정서적 돌봄과 병행하여 자기개발에 필요한 다양한 프로그램을 민・학・군과 연계하여 개발할 필요가 있다.

둘째, 군에서 시행하고 있는 전문상담관들은 부적응병사를 대상으로 면담을 진행하고 있다. 그러나 이들 인력으로 병사들의 고충을 해소하기에는 역부족인 실정이다. 전입신병의 심리적 어려움은 주로 초급간부들이 맡아 상담하고 있는데 초급간부의 주된 업무는 병사 교육훈련(개인 주특기훈련, 전술훈련)으로 상담이 전문분야가 아니기에 임무 수행에 부담감이 가중되어 있다. 지휘관이나 간부들이 교육훈련에 매진할 수 있도록 외부 전문기관의 도움을 받아야 할 필요가 있다.

셋째, 군은 학교 교육의 연장선 상에서 대한민국 교육의 장으로서의 역할을 해야한다. 자대전입 후 100일(3개월)은 전입신병의 전역시까지 군생활적응 여부를 가늠할 수 있는 대단히 중요한 기간이다. 군에서는 이 기간을 ‘신병관리 100일’로 정하고 중점 관리하고 있으나 관찰이나 면담 등이 대분분으로 전입신병을 위한 교육훈련 정과과목이 없는 실정이다. 이에 전입신병의 군생활적응을 위한 프로그램을 국방정책의 일환으로, 가칭 「전입신병 적응 프로그램」을 정식 교육훈련 과목으로 자리매김하도록 정비할 필요가 있다.

참고문헌

강명숙(2016). 군 입대 청소년이 지각한 가족건강성, 스트레스 대처방식, 자아탄력성, 사회적 지지가 군 생활 적응에 미치는 영향. 서울벤처대학원대학교 박사학위논문.

강신녀(2017). 소셜네트워크 서비스에서 학생 선수의 지각된 선수-지도자 상호작용, 공감 경험, 관계 만족 및 오프라인 선수-지도자 관계의 구조. 경희대학교 박사학위논문.

강진령(2005). 집단상담의 실제. 서울: 학지사.

고미나(2002). 자기성장 집단상담 초기에 집단원이 지각한 집단지도자의 특성과 집단응집력과의 관계. 계명대학교 석사학위논문.

고승연(2019). Z세대는 그런 게 아니고. 서울: 스리체어스.

구승신(2004). 신세대병사의 군 생활 적응에 영향을 주는 요인. 한국국방연구원. 21(2), 199-216.

국방부 (2021). 병영정책과 통계.

(2021). 국방통계 연보.

권준범(2003). 미술활동에 내재된 심리치료 요인에 관한 연구. 한국미술교과교육학회. 10(-), 21-42.

권희경, 장재홍(2011). 집단상담에서의 정서인식, 정서표현 및 정서수용이 상담성과에 미치는 영향. 한국심리학회. 23(4), 811-831.

김경숙(2009). 공감 표현 방식이 공감 지각에 미치는 영향. 경북대학교 석사학위논문.

김기헌(2016). 사회경제적 환경변화와 후기청소년 정책 방안. 한국청소년학회. 2016(5), 61-93.

김동연(2002). 미술치료에서의 미술 그리고 치료. 한국미술치료학회 학술발표대회.

김명숙, 유구종, 최승연(2020). 반응중심 모형에 기초한 유아미술 감상 프로그램 개발. 한국열린유아교육학회. 25(1), 323-357.

김명신(2003). 미술작품 감상을 통한 미술치료의 연구. 숙명여자대학교 석사 학위논문.

김미숙(2019). 청소년이 지각하는 가족지지, 주양육자의 공감, 자기리더십, 배려와 자기성찰 간의 구조적 관계. 경기대학교 박사학위논문.

김보라(2020). 상담자의 권위주의 성격과 사회정의 옹호역량의 관계에서 공감적 이해의 매개효과와 무조건적 자기수용의 조절효과. 이화여자대학교 석사학위논문.

김사라(2021). Z세대 라이프스타일 유형이 따른 모바일 광고 회피 행동에 관한 연구. 인하대학교 박사학위논문.

김서영(2021). 미술치료에서 창의성의 치유요인에 관한 미술치료사의 인식연구. 차의과대학교 박사학위논문.

김서주, 황인옥(2014). 또래상담 프로그램이 또래상담자 아동의 교우관계와 자아존중감에 미치는 영향. 한국아동교육학회. 23(1), 103-117.

김선명(2015). 집단미술치료가 대학 운동선수의 정서적 요인에 미치는 효과. 한양대학교 박사학위논문.

김선중(2005). 진로장벽, 희망, 진로결정자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향. 홍익대학교 박사학위논문.

김선희(2015). 미술치료 임상실습 현장 수퍼바이저의 역할과 훈련생 평가영역에 대한 고찰. 한국심리치료학회. 7(1), 19-29.

김선현(2006). 마음을 읽는 미술치료. 파주: 넥세스북스.

김성지(2018). 치료적 공감에서의 심상 시뮬레이션 효과. 카톨릭대학교 박사학위논문.

김신혜(2017). 우리나라와 미국의 초등 수학교육에서의 반성적 사고 활동 비교 분석. 서울교육대학교 석사학위논문.

김영란(1999). 상담단계별 상담자 공감과 내담자 체험 및 상담 성과의 관계. 연세대학교 박사학위논문.

김영순, 외(2018). 질적연구의 즐거움. 서울: 창지사.

김영애(2015). 명화를 활용한 집단미술치료 과정에서 나타난 HIV/AIDS 감염인

의 실존적 삶의 의미. 영남대학교 박사학위논문.
김애자(20120. 낙서화에 나타난 미술치료적 의미. 한양대학교 석사학위논문.
김영천(2013). 질적연구방법론 II Methods. 서울: 아카데미프레스.
김옥란, 김완일(2014). 군 병사의 군생활적응 척도개발 및 타당화. 한국상담학회. 1627-1646.
김원숙(2017). 상담자의 공감 받은 경험에 관한 현상학적 연구. 동덕여자대학교 박사학위논문.
김은진(2015). 치유적 미술감상 활동의 의의와 실제. 한국조형교육학회. 0(55), 49-66.
김재철(2021). 병사가 지각한 상사의 공감능력과 조직효과성의 관계. 상지대학교 석사학위논문.
김정은(2013). 병사의 군 생활 적응을 위한 스트레스 대처모델 연구. 한국군사회복지학회. 6(2), 5-38.
김중배(2016). 다문화병사의 군 생활 적응 경험. 성균관대학교 박사학위논문.
김지연(2011). 마음챙김과 긍정적 정서가 자아탄력성에 미치는 영향. 영남대학교 박사학위논문.
김지원(2019). 해체적 그래픽디자인의 모호성에 대한 해석: 볼프강 이저의 수용미학을 중심으로. 연세대학교 박사학위논문.
김창오(2012). 한알 집단상담의 발달 단계에 따른 대인관계 상호작용과 치료요인의 변화양상 분석. 경성대학교 박사학위논문.
김춘경, 김미영(2004). 시설아동의 사회적 기술 증진을 위한 집단놀이치료 프로그램의 개발과 적용. 한국아동심리재활학회. 8(1), 19-35.
김현정(2018). 고등학교 미술과 정보디자인 교육으로서 데이터 시각화 수업 실행에 관한 질적연구. 서울대학교 박사학위논문.
김형래(2018). 군 병사 사회성 향상 프로그램의 효과성: 공감능력 및 대인관계능력을 중심으로. 중앙대학교 석사학위논문.
남정현(2008). 집단미술치료의 치료요인 척도개발. 경성대학교 박사학위논문.
남효인, 이수경(2008). 명화감상 활동이 유아의 창의성 및 창의적 그림 표현력

에 미치는 영향. 한국조형교육학회. 0(32), 115-137.
노미연(2018). 다중이론에 기초한 유아 다문화교육 프로그램의 질적사례연구. 한양대학교 박사학위논문.
노혜련, 유서구, 박화옥, 이용구, 윤민화, 이민영(2008). 우리 아이 희망 네트워크 지원사업 평가와 운영모델 개발 연구. 숭실대학교 한국자원봉사협의회.
대학내일20대연구소(2021). 밀레니얼 Z세대 트랜드 2022. 서울: 위즈덤하우스.
대한민국국회(2020). 박성준의원 국정감사 자료.
(2021). 민홍철의원 국정감사 자료.
류명오(2014). 뇌파를 통한 육군 일반 병사와 군 복무 부적응 병사의 뇌기능 차이 분석. 서울벤처대학원대학교 박사논문.
류재만, 이은적, 전성수, 김홍숙 (2006). 재미있는 미술감상 수업. 서울: 예경
류지영(2018). 커뮤니케이션 미술감상. 파주: 교육과학사.
문영숙, 한진숙(2016). 학령기 아동이 지각한 사회적지지, 자기효능감이 스트레스 대처행동에 미치는 영향. 한국디지털정책학회. 14(11), 417-425.
밀레니얼 트랜드(2022). 대학내일연구소. 서울: 위즈덤하우스.
박계연, 이숙(2010). 신병의 자아탄력성 및 스트레스에 미치는 집단원예치료 프로그램의 효과. 한국산림휴향학회. 6월호.
박민정(2021). 체계적 문헌 고찰에 근거한 청소년 정신건강을 위한 집단미술치료 프로그램 제안. 차의과대학교 박사학위논문.
박상혁(2019). 다문화병사의 복무 적응과정에 관한 연구: 근거이론방법을 중심으로. 중앙대학교 박사학위논문.
박선의(2016). 어머니의 양육스트레스와 자녀 웰빙과의 구조적 관계: 행복감, 성장마인드셋, 그릿 및 희망의 영향. 한서대학교 박사학위논문.
박성희(2004). 공감학. 서울: 학지사.
박완선(2012). 하인즈 코헛의 공감을 통한 십자가 신학의 목회적 연구. 호서대학교 박사학위논문.
박연수(2011). 내담자의 문화성향에 따른 자기개방 과정 연구. 백석대학교 박사학위논문.

박연숙(2006). 듀이(Dewey)의 경험 미학과 예술 교호작용. 이화여자대학교 박사학위논문.

박영주(2006). 병사의 군 부적응 요인에 관한 연구. 경성대학교 사회과학연구소. 22(2), 73-93.

박원익, 조윤호(2019). 공정하지 않다: 90년대생들이 정말 원하는 것. 서울: 지와인.

박원주(1998) 상담자의 비언어적 행동이 내담자가 지각하는 신뢰감에 미치는 영향. 연세대학교 석사학위논문.

박은경, 최광현(2014). 군 병사의 자살관련 행동에 따른 적응 특성. 한국상담학회. 15(2), 969-986.

박일(2012). 정신전력과 긍정적 정신건강이 군 생활 적응에 미치는 영향. 고려대학교 석사학위논문.

박정선(2020). 수용미학 관점의 명화감상을 통한 우울증 청소년의 상담 및 심리치료 가능성 탐색. 순천향대학교 박사학위논문.

박재현(2014). 신세대병사의 스트레스 대처방식, 갈등해결방식과 군 생활 적응의 관계. 건양대학교 석사학위논문.

박지희(2015). 공감과 동정: 두 개념에 대한 비교연구. 한국수사학회. 0(24), 91-116.

박찬희(2020). 군 교육 프로그램 성과 평가모형 연구. 그린캠프 평가지표 개발 중심으로. 목원대학교 박사학위논문.

박창수(2011). 마틴 부버의 만남의 철학에 관한 연구. 한국교원대학교 석사학위논문.

박한울, 김선아(2017). 다문화상담을 위한 미술치료사의 인식과 다문화감수성에 관한 실행연구. 한국조형교육학회. 0(64), 93-114.

박현규(2021). 부대 환경과 군 생활 효용가치 인식이 군 생활 적응에 미치는 영향. 서울대학교 석사학위논문.

박현철(2001). 군인의 삶의 질 향상에 관한 연구. 연세대학교 석사학위논문.

박휘락(2003). 미술감상과 미술비평 교육. 서울: 시공사.

법제처 (2016). 병역법. 법률 제13778호.

변수연(2013). 대학 입학사정관제 정책 집행 과정의 디커플링 분석. 고려대학교 박사학위논문.

배경임(2018). 이주민 봉사기관 재직 개신교 성직자의 타자성 실천에 관한 생애사 연구. 인하대학교 박사학위논문.

백민아(2019). 공감교육을 위한 독일 전환기문학의 가치. 서울대학교 박사학위논문.

송미숙(2018). 명화감상을 통한 집단미술치료가 조현병 환자의 정서인식과 정서표현에 미치는 효과. 건국대학교 석사학위논문.

송안나(2014). 문화기반 마을공동체의 성장에 대한 연구. 숙명여자대학교 박사학위논문.

송은천(2019). 밀레니얼, 네 맘 알아. 서울: 좋은 땅.

송재영(2014). 초심상담자와 경력상담자의 공감반응의 차이분석. 영남대학교 박사학위논문.

송태영(2019). 군 소속 예술단체의 공연예술활동이 병영생활 향상에 미치는 영향. 추계예술대학교 박사학위논문.

서혜석, 이대식(2008). 신세대병사의 진로발달이 군 생활 적응에 미치는 영향. 한국청소년상담복지개발원. 16(1), 33-49.

성복순(2015). 전역사병의 군 적응과정 연구. 국제신학대학원대학교 박사학위논문.

성신명(2021). TSL 가족치료 집단상담 프로그램 참여자의 변화과정에 관한 연구. 연세대학교 박사학위논문.

성현주(2015). 군 생활 스트레스와 상담욕구가 군 생활 적응에 미치는 영향. 서울기독대학교 박사학위논문.

신경일(1994). 상담자교육을 위한 공감훈련 프로그램의 개발과 적용. 부산대학교 박사학위논문.

신동업(2005). M. Buber의 만남의 사상이 정보화 사회 인간관계에 주는 교육적 의미. 목포대학교 박사학위논문.

신영선(2014). 미술치료 관점에서 본 아동화적 표현의 패션 일러스트레이션 연구. 이화여자대학교 박사학위논문.

심윤기, 정구철, 정성진, 전영숙, 주희헌(2014). 군 집단상담의 기초. 서울: 창지사.

안소정(2022). 자기이해 도구로서의 전생애발달관점 미술작업 경험에 관한 내러티브 탐구. 영남대학교 박사학위논문.

안정아(2020). 미술치료 연구에 대한 체계적 고찰과 메타분석연구의 방법론적 질 평가. 차의과대학교 박사학위논문.

안지연(2014). 감상자 특성에 따른 미술감상의 양상. 서울대학교 박사학위논문.

양보혜, 유형근, 조용선(2009). 초등영재를 위한 공감훈련 프로그램 개발. 한국상담학회. 10(2), 1191-1200.

양원영(2014). 군 관심사병의 정신건강 증진을 위한 집단미술치료 프로그램 개발 및 효과. 한국불교대학원대학교 박사학위논문.

양은주, 김동연(2005). 협동화를 통한 미술치료가 자폐아동의 또래관계에 미치는 효과. 한국미술치료학회. 12(1), 85-111.

엄덕희(2012). 군생활적응에 영향을 미치는 요인들에 관한 연구. 서울여자대학교 사회복지연구센터. 11(-), 31-61.

엄명숙(2016). 육군 전입신병의 군 생활 적응력 향상을 위한 독서치료 사례연구. 배제대학교 석사학위논문.

오보영(2021). 심미적 감성 역량 기반의 메이커교육 프로그램 효과 연구. 홍익대학교 박사학위논문.

오석진(2021). 포스트모던 시대의 Z세대를 위한 성찬 이해 및 실천적 예배 모델 연구. 감리교신학대학교대학원 박사학위논문.

오수연(2018). Z세대를 주목하라. 한국마케팅연구원. 52(1), 57-62.

오영섭(2019). 이주배경 중도입국 청소년의 미술-이야기 융합치료 프로그램 참여경험 사례연구. 인하대학교 박사학위논문.

오진영(2009). 미술비평을 통한 감상지도 연구. 인하대학교 석사학위논문.

오현철(2012). 사회적 지지가 자기효능감, 자아탄력성을 매개로 공군병사의

군생활적응에 미치는 영향. 서울대학교 석사학위논문.
옥금자(2007). 청소년 임상 미술치료 방법론. 서울: 하나의학사.
우영진, 윤지현, 강성주(2018). 공감 중심 디자인적 사고 프로그램 적용을 통한 초등과학영재 집단의 집단창의성 함양 연구. 한국영재학회. 28(2), 258-283.
우혜언(2015). 음악 수용에서의 감정과 공감. 민족음악학회. 50(-), 171-198.
유기웅, 정종원, 김영석, 김한별(2018). 질적연구방법의 이해. 서울: 박영스토리
유동수(2009). 집단상담에서의 변화원리와 상담자 역할. 한국독서치료학회. -(7), 1-14.
유명덕(2006). 한국군 병사의 위기인식 유형과 관리방안. 한국군사학회. 46(-), 178-196.
유성윤(2012). 공군입대 신병의 군 생활 적응 척도개발. 경북대학교 석사학위논문.
유중원(2018). 군입대 청소년의 병영문화인식이 부대적응, 병영생활 만족도, 진로신념에 미치는 영향. 순복음대학원대학교 박사학위논문.
유현주(2015). 실존주의 집단상담에서의 실존적 자기인식 경험. 백석대학교 박사학위논문.
윤소민(2015). 집단상담의 치료적 요인 탐색 및 척도 개발. 경희대학교 박사학위논문.
윤수진(2020). 병사 대상 병영문화 개선 프로그램에 관한 국내연구 동향분석. 한국문화교육학회. 16(1), 119-142.
윤수진. 김영순(2020). 병사의 군 생활 적응에 관한 국내연구 동향분석. 인하대학교 교육연구소. 26(5), 1385-1407.
윤수진. 김영순(2021). 명화감상 미술치료 프로그램 동향에 관한 내용분석. 한국문화교육학회. 16(4), 167-202.
윤영미(2021). 자살 유가족으로 살아낸 경험에 대한 내러티브 탐구. 평택대학교 박사학위논문.
윤해정, 김지은(2021). 음주운전 교통사고 피해 여성을 위한 미술치료 단일사

례연구. 한국미술치료학회. 28(5), 1239-1259.
이경아(2014). 직장성인의 SNS 소통경험을 통한 학습의 일상성. 단국대학교 박사학위논문.
이경원(2015). 청소년의 정시인식 및 표현을 위한 색채중심 미술치료 프로그램 개발 및 효과 검증. 홍익대학교 박사학위논문.
이근매(2008). 미술치료 이론과 실제. 파주: 양서원.
(2011). 다문화가족상담과 미술치료의 유효성에 관한 연구. 숭실대학교 부부가족 상담연구소. 1(2), 57-71.
이대식(2013). 육군병사의 군 생활 스트레스, 자살생각, 사회적지지와 군 생활 적응의 관계. 서울벤처대학원대학교 박사학위논문.
이대식, 서혜석, 변상혜(2016). 육군병사의 군 생활 스트레스, 자살생각이 군 생활 적응에 미치는 영향. 한국군사회복지학회. 9(1), 5-31.
이모영(2019). 예술심리치료에서 체화된 인지의 치유적 함의. 한국예술심리치료학회. 15(4), 207-229.
이명화(2017). 힐링캠프에 입소한 관심보호병사의 자살인식 요인에 대한 연구. 단국대학교 특수교육연구소. 33(2), 75-93.
이부영(2011). 분석심리학: C. G. Jung의 인간심성론. 서울: 일조각
이상수(2016). 교사실천 공동체 구성원들의 확장경험 사례연구. 아주대학교 박사학위논문.
이상록, 김완일(2013). 군 생활 스트레스가 자살생각에 미치는 영향. 대한군상담학회. 2(1), 39(63).
이상화(2009). 우울성향을 가진 청소년의 명화감상을 중심으로 한 수용적 미술치료 단일사례연구. 동국대학교 석사학위논문.
이선영(2020). 공감 중심 초등 인권교육 프로그램 개발 및 적용. 서울교육대학교 박사학위논문.
이아람(2008). 자기표현 중심 집단미술치료가 입대 초기 장병의 불안 및 군생활 스트레스에 미치는 효과. 대구대학교 석사학위논문.
이영숙(2015). 미술치료의 치료요인 범주화 연구. 대구대학교 박사학위논문.

이용일(2013). 부모와의 대상관계가 군 생활 적응에 미치는 영향. 건국대학교 박사학위논문.
이윤희(1963). 군대생활의 적응. 서울대학교 석사학위논문.
이은아, 오영섭(2022). 상담 및 심리치료 분야 공감연구의 체계적 문헌분석. 한국국제문화교류학회. 11(1), 511-536.
이은적(2004). 미술비평과 감상교육. 한국교원대학교 미술교육학회. 12(1), 223-233.
이은정(2020). 후기 청소년의 정서지능이 미래성공기대감에 미치는 영향. 서울벤처대학원대학교 박사학위논문.
이은주(2018). 복무 부적응병사의 군 생활 경험에 관한 일상생활 기술적 연구. 한양대학교 박사학위논문.
이일영(2022). 20대 남자에게서 읽는 시대정신. http://naver.me/xMbRhtQC.
이장희, 최지은(2019). 초등학생용 공감 프로그램의 효과에 대한 메타분석. 한국초등상담교육학회. 18(2), 259-277.
이종광(2014). 입대장병 군생활적응에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 성균관대학교 석사학위논문.
이주하(2007). 명화감상 활동의 인식론적 고찰과 교육적 적합성. 한국교육철학회. 33(-), 231-254.
이재경(2015). 상상력 학습에 기반한 시각적 문해력 함양 연구. 경희대학교 박사학위논문.
이재희(2013). 초등 저학년의 공감능력 향상을 위한 공감교육 프로그램의 개발 및 적용. 이화여자대학교 석사학위논문.
이지연(2020). 여성 암 생존자의 심리사회적 재활 중심 집단미술치료 체험 연구. 차의과대학교 박사학위논문.
이지혜(2019). 여고생을 위한 학교기반 마음챙김 프로그램의 개발과 효과. 서울대학교 박사학위논문.
이진형(2019). 하루하루 채워가는 군 생활이 되기를. http://naver.me/x4c89B9a.
이춘희, 김정희(2002). 비구조화 집단상담 참여자의 언어반응 유형에 관한 사

례연구. 한국심리학회. 14(2), 273-284.
이형득(1979). 집단상담의 실제. 서울: 중앙적성출판사.
이형종(2018). 북한이탈주민의 공감능력과 경험 연구. 북한대학원대학교 박사학위논문.
이혜영, 장석환(2017). 집단미술치료가 군 입대 병사의 군 생활 적응 및 정신건강에 미치는 효과. 한국군사회복지학회. 10(1), 119-152.
이황은(2009). 또래집단 미술치료 프로그램이 고등학생의 대인관계에 미치는 효과. 한국미술치료학회. 16(3), 465-490.
이현지(2021). 미술치료에서 선화에 함의된 치료적 특성 고찰. 차의과대학교 박사학위논문.
이희경(2001). 역할수용이 공감에 미치는 영향. 한국심리학회. 13(1), 15-29.
임미화(2019). 청년기 건강한 자기애와 하나님 상 회복에 대한 현상학적연구. 웨스트민스터신학대학원대학교 박사학위논문.
임미화(2019). 중년남성의 공감적 대화 경험에 관한 연구. 이화여자대학교 박사학위논문.
임동조(2018). 병사의 군 적응 및 부적응 관련 국내연구 동향. 단국대학교 석사학위논문.
임은실(2017). 청소년의 학교생활적응을 위한 집단미술치료 프로그램 개발 및 효과: 희망, 사회적 지지를 중심으로. 전주대학교 박사학위논문.
임종수(2014). 입대 전 자원봉사활동 만족도와 사회적 지지가 군 생활 적응에 미치는 영향. 위덕대학교 박사학위논문.
임홍택(2018). 90년생인 온다. 서울: 웨일북.
장용언(2017). 군 장병의 군 생활 적응을 위한 군사회복지 활성화 방안. 한국사회복지학회. 2017(10), 274-293.
장정기(2014). 군입대 청소년이 지각한 가족건강성과 학교생활 경험이 군 생활 적응에 미치는 영향. 서울벤처대학원대학교 박사학위논문.
장지연(2002). 마틴 부버의 대화적 관계의 교육 연구. 중앙대학교 박사학위논문.
장혜경(2009). 집단미술치료가 여성결혼이민자의 사회적 지지 및 자아존중감

에 미치는 효과. 한국미술치료학회. 16(4), 699-717.
장혜선(2021). 병사의 공감과 집단괴롭힘 주변인 행동 간의 관계. 용문상담심리대학원대학교 박사학위논문.
전성수, 이은적, 류재만, 김홍숙(2004). 재미있는 미술감상 수업. 서울교대 미술교육연구회. 서울: 예경북스.
전순영(2011). 미술치료의 치유요인과 매체. 서울: 하나의학사.
정경희(2016). 대안학교장의 실천적 지식 형성과정과 표출양식에 관한 생애사. 인하대학교 박사학위논문.
정다운(2019). 군 홍보영상 시청 경험이 해군 신병의 군 생활 적응에 미치는 영향. 연세대학교 석사학위논문.
정명호, 변상해(2019). 군입대 전후 후기청소년들의 스트레스와 관심사항에 대한 대처방안 연구. 한국군사회복지학회. 12(1), 31-53.
정명희(2017). 수용미학적 관점의 미술비평 프로그램 개발 연구. 경희대학교 석사학위논문.
정미경, 고기숙(2009). 군 병사들의 자아존중감과 우울이 자살의도에 미치는 영향. 한국 사회복지학회. 40(4), 453-483.
정봉기, 김완일(2016). 병사들이 지각한 부모양육 태도가 군 생활 적응에 미치는 영향. 청소년학회. 23(9), 453-471.
정성모(2016). 현역복무 부적합 전역장병의 군 복무 부적응에 관한 현상학적 연구. 명지대학교 박사학위논문.
정세희, 한경아(2020). 초등 돌봄교실을 이용하는 아동의 공감을 위한 집단미술치료 사례연구. 한국조형교육학회. 0(73), 323-353.
정여주(2003). 미술치료의 이해. 서울: 학지사.
(2016). 미술치료에서 미술의 특성과 창의적 과정의 치료적 의미. 한국미술치료학회. 23(5), 1221-1237.
(2021). 명화감상 미술치료. 서울: 학지사.
정유진(2021). 의료기관 내 장애아동 어머니를 위한 수용전념 기반 집단미술치료의 효과. 차의과대학교 박사학위논문.

정재원, 김갑숙(2011). 협동 중심의 집단미술치료가 한부모가정 아동의 스트레스와 또래관계에 미치는 효과. 한국미술치료학회. 18(6), 1205-1224.
정진아(2016). 퓨전합창을 통한 발달장애학생의 공감 형성과정 탐색 실행연구. 단국대학교 박사학위논문.
정현주, 권재철, 전은령, 차영은, 민경옥(2014). 한국적 의사소통 집단상담 프로그램이 전입신병의 인간관계와 군 생활 적응에 미치는 효과. 국군간호사관학교 군진간호연구원. 32(2), 82-95.
조고은(2017). 집단예술치료가 초등학교 저학년 학생의 공감능력 향상에 미치는 영향. 한양대학교 석사학위논문.
조두영(1999). 프로이트와 한국문학. 서울: 일조각.
조동택(2017). 군 장병의 학교폭력 경험이 부대적응과 군대폭력에 미치는 영향. 한세대학교 박사학위논문.
조민규, 김춘경(2015). 이야기치료 집단상담 프로그램이 아동의 스트레스와 자아존중감에 미치는 효과. 대한문학치료학회. 5(1), 19-42.
조요한(2003). 예술철학. 고양: 미술문화.
조은영(2019). 부모의 부정적 양육태도가 병사의 군 생활 적응에 미치는 영향. 상지대학교 박사학위논문.
조현주(2010). 희망이 생활스트레스와 정신병리, 삶의 만족도에 미치는 영향. 한국심리학회. 29(3), 839-852.
조희정(2021). 미술치료 매체의 치료 효과에 대한 체계적 문헌고찰. 차의과대학교 박사학위논문.
주리애(2018). 미술심리진단 및 평가. 서울: 학지사.
차봉희(1985). 1984 작품의 구체화에 대한 수용미학적 견해. 한국독어문학회. 33(1), 271-293.
천성문, 이영순, 박명숙, 함경애(2021). 상담심리학의 이론과 실제. 서울: 학지사.
채부교(2016). 마음챙김기술 증진을 위한 명화감상 집단미술치료 프로그램 개발. 대구대학교 박사학위논문.
채영삼(2006). 기하학형태의 조형작품으로 홀리스틱적 미술치료활용 방안에

관한 연구. 대구대학교 박사학위논문.
최금섭(2022). 집단미술치료가 군 또래상담병의 공감능력, 공동체의식 및 대인관계 능력에 미치는 효과. 국제신학대학원대학교 박사학위논문.
최민선(2019). 미술 비전공 미술치료사의 미술작업을 통한 자기성찰 경험의 현상학적 연구. 웨스트민스터신학대학원대학교 박사학위논문.
최인수, 윤덕환, 채선애, 송으뜸(2019). 2020 트렌드 모니터. 서울: 시크릿하우스.
최은진(2017). 학교부적응 청소년 집단미술치료 메뉴얼 개발을 위한 프로그램 연구. 웨스트민스터신학대학원대학교. 박사학위논문.
최정희, 김항중, 남승규(2019). 행복과 공감이 희망과 삶의 만족에 미치는 영향. 사단법인 인문사회과학기술융합학회. 9(11), 1071-1081.
최주희(2020). 공감 능력 함양을 위한 문학치료 수업 방안 연구. 경북대학교 박사학위논문.
최화란(2021). 청소년의 가족건강성, 희망, 정서지능이 인성에 미치는 영향 연구. 경희대학교 석사학위논문.
하소영(2019). 상담학에서 공감 연구에 대한 고찰. 단국대학교 상담학연구소. 2(2), 130-144.
한경옥(2021). 평생학습활동가의 학습경험화 실천에 관한 해석적 연구. 동의대학교 박사학위논문.
함승경(2019). 위험의 불확실성 메시지와 재난 유형이 공중 반응에 미치는 영향 연구: 즉각적 평가, 공감적 분노, 사회적 지지에 대한 분석. 이화여자대학교 박사학위논문.
허경운(2015). 동성애자들의 병영생활 적응에 관한 현상학적 연구. 백석대학교 박사학위논문.
허기영(2017). GOP 전입신병의 병영생활에 대한 문화기술지적 연구. 우석대학교 석사학위논문.
허소임(2020). 언어로서의 미술: 해석학적 관점의 미술치료. 서울여자대학교 박사학위논문.
허순향(2017). 공감능력 척도 및 프로그램 개발. 대전대학교 박사학위논문.

허영주(2016). 하부르타 활용 수업이 개인 및 집단창의성에 미치는 영향. 한국교양교육학회. 10(3), 73-106.

홍명기(2001). 군 전입신병의 효율적 동화방안에 관한 연구. 한남대학교 석사학위논문.

홍점동(2010). 집단미술치료가 신세대병의 군 생활 적응에 미치는 효과. 영남대학교 석사학위논문.

황보선(2014). 육군 병사의 복합외상경험과 자살생각간의 관계. 단국대학교 석사학위논문.

황재학(2011). 군인 자살의 실태분석과 예방대책에 관한 연구. 한양대학교 석사학위논문.

황진영(2011). 명화감상을 활용한 미술치료 프로그램이 중학생 정서지능에 미치는 효과. 창원대학교 석사학위논문.

Abt. T. (2005). 융 심리학적 그림해석(Introduction to Picture Interpreation). 이유경 역(2008). 분석심리학 연구소.

Allen, P. B. (1995). 미술이라는 거울(Art Is A Way of Knowing). 김마리아 역(2020) 서울: 학지사.

Allport, G. W. (1961). Pattern and growth in personality. Oxford, England: Holt, Reinhart & Winston.

Alward, K. (1993). An Art appreciation curriclum for preschool children. Early Child Developmentand Care, 96, 35-48.

Amato, P. R. (1990). Personality and social network involvement as predictors of helping behavior in everyday life. Social Psychology Quarterly, 53, 31-43.

Arnett, J. J. (2004). Emerging Adulthood. The winding road from the late teens through the twenties. New York: Oxford University Press.

Arnheim, R. (1954). 미술과 시지각(Visual and Perception). 김춘일 역(2003). 서울: 미진사.

Baal-teshuva, J. (2006). 마크 로스코(Mark Rorhko). 윤채영 역(2006). 서울:

마로니에북스.

Bachmann, H. I. (1993). Malen als Lebensspur. Stugart: Klee-cotta.

Bales, R. F. (1953). Theequilibrium problem insmallgroups. In: T. Parsons, R. F. Balesand E. A. Shils(eds) Working Papersin the Theory of Action. New York: Free Press.

Barnes, M., & Shardlow, P., 1997, From passive recipient to active citizen: Participation in mental health user groups, Journal of Mental Health, 6(3): 289-30.

Borden, L., & Serido, J., 2009, From program participant to engaged citizen: a developmental journey, Journal of Community Psychology, (37)4: 423-438.

Barrett-Lennard, G. T. (1981). The empathy cycle: Refinement of a nuclear concept. Journal of Counseling Psychology, 28, 91-100.

Barthes, R. (1966). Introduction to the structural analysis of the narrative. Occasional paper. Center for Contemporary Cultural Studies. University of Birmingham.

(1993). 이미지와 글쓰기. 김인식 역(1993). 서울: 세계사

Berger, J. (1972). 어떻게 볼 것인가. 하태진 역(1995). 서울: 현대미학사.

Bill, M. (1955). 예술과 느낌(Kandinsky: Essats über Kunst und Künstler). 조정옥 역(1994). 서울: 서광사.

Bloch, S., & Crouch, E. (1985). The rapeutic factorsin group psychotherapy. Oxford: Oxford University Press.

Bohart, A. C., & Greenberg, L. S. (1997). Empathy and psychotherapy: An introductory overview. In A. C. Bohart & L. S. Greenberg(Eds.), Empathy reconsidered(3-31). Washington DC: American Psychological Association.

Borden, A. c., & Serido, J. (2009). From Program Participant to Engaged Citizen: A Deveiopmental Journey, Journal of Community Psychology,

37(4), 423-438.

Buber, M. (1955). Between Man and Man, Translated by R. G. Smith, Bacon Press.

Cameron, L. & Low, G.(1999). Metaphor. Language Teaching, 32, 77-96.

Campbell, A. (1981). The sense of well-being in America: Recent patterns and trends. New York: McGraw-Hill Book Company.

Clement, J. J.(2008). Creative Model Construction in Scientists and Students The Role of Imagery, Analogy, and Mental Simulation. Springer International Publishing.

Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. Psychosomatic medicine, 38(5), 300-314.

Cohen, S., & Hoberman, H. M. (1983). "Positive event and social supports sabuffers of life change stress. Journal of Applied Social Psychology, 13(2), 99-125.

Cohen, D., & Wills. T. A (1985). Stress, Social support and the buffering hypothesis. Psychological Bulletin, 98, 310-357.

Cooley, C. H. (1992). Human Nature and the Social Order. Scribner.

Corey, M. S., & Corey, G. (2004). 좋은 상담자 되기. 이지연, 김아름 역(2016). 사회평론아카데미.

Creswell, J. W. (2013). 질적 연구방법론 다섯 가지 접근(Qualitative Inquiry and Reserch Design). 조흥식, 정선욱, 김진숙, 권지성 공역(2015). 서울: 학지사.

Danto, A. (2004). 예술의 종말 이후(After The End Of Art). 이성훈, 김광우 공역(2020). 서울: 미술문화.

Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to Individual difference in empathy. JSAS Catalog of selected Documents in psychology. 10, 2-19.

Deal, J. & Levenson, A. (2016). 밀레니얼세대가 일터에서 원하는 것(What

Millennials Want From Work). 박정민 역(2017). 서울: 피와이메이트.

Duval, S., & Wicklund, R. A. (1972). A theory of objective self awareness. New York: Academic Press.

Eisner, E. W.(1991). The Enlightened Eye. New York: Macmillan. (2002). The Arts and the Creation of Mind. New Haven & London: Yale University Press.

Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and crisis (No. 7), New York: W. W. Norton.

Finn, S. E. (2009). The many faces of empathy in experiential, person-centered, collaborative assessment. Journal of Personality Assessment, 91(1), 20-23. doi: 10.

Franzen, G. (2018). Kunst & Psyche-Psychologische Aspekte Künstlerischer Therapien: Die Grotte von Niki de Saint Phalle in den Herrenhäuser Gärten. In H. Duncker, R. Hampe, & M. Wigger(Hg.), Gestalten-Gesunden. Freiburg/München: Verlag Karl Alber.

Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotions? Review of General Psychology, 2, 300-319.

Freud, S. (1917). 정신분석학의 근본 개념. 윤희기, 박찬부 역(2020). 서울: 열린책들.

Gombrich, E. H. (1995). 서양미술사(Story of Art). 백승길 역(2017), 서울: 예경

Greene, M. (1977). Toward Wide-Awakeness: An Argument for the Arts and Humanities in Education. The Humanities and the curriculum, 79(1), 119-125.

Greenberg, L. S., & Safran, J. D. (1987). Emotionin psychotherapy: Afect, cognition and the process of change. New York: Guilford Press.

Håkansson, J. (2003). Exploring the Phenomenon of Empathy. Doctoral dissertation in Stockholm University.

Hartman, N. (1987). 미학이란 무엇인가. 김성윤 역(2012). 서울: 동서문화사.

Herberhorz. B., & Hanson, L. (1995). Early childhood art. L. A.: Win. C. Brown Publisher.

Hoffman, M. L. (2000). Empathy and Moral Development: Implications for Caring and Justice. Cambridge: Cambridge University Press.

Howe, D. (2013). 이기주의의 배신. 이진경 역(2017). 파주: 지식의 숲.

Huyghe, R. (1960). 예술과 영혼. 김화영 역(1983). 서울: 열화당.

Hume, D. (1978). A treatise of Himan nature. Oxford: Clanrendon Press.

Jordan, J. V. (1997). Relational development through mutual empathy. In A. C. Bohart & L. S. Greenberg (Eds.), Empathy Reconsidered: New Directions in Psychotherapy, 343-351. Baltimore: United Book Press.

Kandel, E. (2016). 어쩐지 미술에서 뇌과학이 보인다(Reductionism in Art and Brain Science). 이한음 역(2019). 서울: 프시케의 숲.

Kaplan, F. (2000). 미술, 과학, 미술치료(Art, Science and Art Therapy). 장연집 역(2013). 서울:시그마프레스.

Kenneth, C. (1982). 명화란 무엇인가. 이희숙 역(1982). 서울: 설화당.

Klee, P. (1991). Paul Klee Kunst-Lehre. Leipzig: Reclam-Verlag.

Kohler, E., Keysers, C., Umiltàa, M. A., Fogassi, L., Gallese, V., and Rizzolatti, G. (2002). Hearing sounds, understanding actions: action representation in mirrorneurons. Science. 297, 846-848.

Kohut, H. (1971). The analysis of self. New York: International Universities Press.

Kossolapow, L. (1975). Musische Erziehung zwischen Kunst und Kreativität. Frankfurt am Main: Athenäum Taschenbuch Verlag.

Krznaric, R. (2013). 공감하는 능력(Empathy). 김병화 역(2018). 서울: 길벗.

Kutshbach, D. (1996). Der Blaue Reiter im Lenbachhaus Munchen. Munchen, New York: Prestel.

Lacan, J. (1973). 자크 라캉 세미나: 정신분석의 네 가지 근본 개념. 맹정현, 이수련 공역(2008). 서울: 새물결.

Laurenceau, J. P., Barrett, L. F., & Pietromonaco, P. R. (1998). Intimacy as an interpersonal process: the importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. Journal of personality and social psychology, 74(5), 1238.

Lazarus, R. S. (1976). A cognitive analysis of biofeedback control. Biofeedback: Theory and research. New York Academic Press.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping, NY: Springer publishing company.

Leuteritz, A. (1997). Kunstwahrnehmung als " Rezeptive Kunsttherapie" . In P. Baukus, & J. Thies(Hrsg.), Kunstherapie. Stuttgart: Fischer.

Liebmann, M. (1981). Group method in helping people change. New York: Pergmon Press.

(2004). 집단미술치료(Art Therapy for Groups). 최외선, 김갑숙, 전종국, 최윤숙 공역(2013). 서울: 학지사.

Lipps, T. (1903). Einfühlung, innere Nachahmung, und Organempfindungen. Archiv für die gesamte Psychologie, 3(2-3), 185-204.

McNeilly, G.(1990). Group analysis and art therapy: a personal perspective, Group Analysis, 23(3), 215-224.

MacFarlane, Peter D. (2013). Empathy from the Psychotherapy Client's Perspective: A Qualitative Examination(Doctoral dissertation in Ohio University). Retrieved from ProQuest Dissertations Publishing.

Malchiodi, C. A. (2008). 미술치료. 최재영, 김진연 역(2008). 서울하우스.

May, R. (1975) 창조와 용기. 안병무 역(1999). 서울: 범우사.

Merriam, S. B. (1998). Qualitative research and case study applications in education. San Francisco, CA: Jossy-Bass.

Mitchell, W. (2010). 그림은 무엇을 원하는가(What Do Pictures Want?). 김전유경 역(2016). 서울: 그린비 출판사.

Moorehouse, M. J.(1991). Linking maternal employment Patterns to

motherchild activities and children's school competence, Developmental Psychology, 27(2), 295-303.

Morran, K., Stockton, R., & Whittingham, M. H. (2004). Effective leader interventions for counseling and psychotherapy groups In J. l. DeLucia-Waack, D. Gerrity, C. R. Kalodner, & M. T. Riva (Eds.), Handbook of group counseling and psychotherapy, 91-103. Thousand oaks, CA: Sage.

Naumburg, M. (1958). Art Therapy: Its scope and function. In E. Hammer. (Ed.). The clinical application of projective drawing. Springfield, IL: Charles C. Thomas.

Nelson, L. J., & Luster, S. S. (2015). Adulthood by shose definition? the complexity of emerging adults' conceptions of adulthood. In J. J. Arnett(Ed), Oxford Handbook of Emerging Adulthood. NY; Oxford University Press.

Osbome, H. (2001). The Art of Appreciation. London: Oxford University press.

Plammer, R. E. (1969). 해석학이란 무엇인가(Hermeneutics). 이한우 역(2011). 서울: 문예출판사.

Ponty, M. (1983). 현상학과 예술. 오병남 역(1983). 서울: 서광사.

Read, H. (1972). 예술의 의미(The meaning of Art). 박용숙 역(2007). 서울: 문예출판사.

Riedel, I. (1992). 융의 분석심리학에 기초한 미술치료. 정여주 역(2000). 서울: 학지사.

Rifkin, J. (2009). 공감의 시대(The Empatic Civilization). 이경남 역(2010). 서울: 민음사.

Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. Journal of consulting psychology, 21, 95-103.

(1975). Empathy: An unappreciated way of being. The Counseling

Psychologist, 5(2), 2-10.

Rubin, J. A. (2008). 이구동성 미술치료(Approaches to Art Therapy). 주리애 역(2012). 서울: 학지사.

Scheffler, I. (1986). In praise of the cognitive emotions. In .I. Scheffler(ED), Inquiries: Philosophical studies of language, science, and learning, Indianapolis : Hackett.

Schmeer, G. (2011). 정신분석적 미술치료(Krisen auf dem Lebensweg). 정여주, 김정애 공역(2018). 서울: 학지사.

Schwartz, S. J. (2015). Identity development in emerging adulthood. In J. J. Arnett(Ed), Oxford Handbook of Emerging. Adulthood. New York: Oxford University Press.

Shaw, K. E. (1978). Understanding the curriculum: The approach thtough case stidies. Journal of Curriculum Studies. 10(1), 1-17.

Soltys, F. G., & Coats, L. (1994). The SolCos model: Facilitating Reminiscence Therapy. Journal of Gerontological Nursing, 20(11), 11-16.

Spector, J. J. (1998). 프로이트 예술미학. 신문수 역(1998). 서울: 풀빛.

Spitz, E. H. (1985). Art and psyche: A study in psychoanalysis and aesthetics. New Haven: Yale University Press.

Stake, R. E. (1981). Case study methodology : An epistemological advocacy. In W. W. Welsh (Eds.). Minnesota Reserch and Evaluation Center.

Steen, S., & Bemark, F. (2008). Group work high school students at risk of school failure: A Pilot study. Journal for Specialists in Group Work, 33(4), 335-350.

Steiner, R. (1999). 색채의 본질. 양억관, 다카하시 이와오 역(2016). 서울: 물병자리.

Stouffer, S. A., (1949). The American soldier: Combat and the aftermath. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Stotland (1969). The psychology of hope. San Francisco: Jossey- Bass.

Storr, A. (1972). 창조의 역동성(The Dynamics of Creation). 배경진, 정연식 공역(2009). 서울: 현대미학사.

Strayer, J. (1980). A naturalistic study of empathic behaviors and their relation to affective states and perspective-taking skills in preschool children. Child Development, 51(3), 815-822.

Snyder, C. R. (1999). The Psychology of What Works. Oxford University Press.

Sue, D. W., & Sue, D. (2016). Counseling the culturally diverse. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.

Titchener E. (1909). Eduard Bradford: Lectures on the Experimental Psychology of the Thought Processes.

Trobst, K. K., Collins, R. L., & Embree, J. M. (1994). The role of emotion in social support provision: Gender, empathy and expressions of distress. Journal of Social and Personal Relationships, 11(1), 45-62.

Vygotsky, L. S. (1925). 생각과 말(Thinking and Speech). 배희철, 김용호 공역 (2011). 서울: 살림터.

Wadeson. H. (2008). 미술심리치료학. 장연집 역(2008). 서울:시그마프레스.

Ward, R., Sherman, S., & Lagory, M. (1984). Subjective network assessments and subjective well-being. Journal of Gerontology, 39(1), 93-101.

Williams, A. (2015). Move over, millennials, here comes Generation Z. The New York Times, 18.

Winner, E. (1982). 예술심리학(Invented World The Psychology of the Arts). 이모영, 이재준 공역(2004). 서울: 학지사.

Wispé, L.(1987). Chapter 2. History of the concept of empathy. In N. Eisenberg & J. Strayer (Eds.), Empathy and Its Development. New York: Cambridge University Press.

Wolcott, H. F. (1992). posturing in qualitative inquiry In M. D. LeCompte, W.

L. Milroy, & J. Preissle (Eds.), The handbook of qualitative research, in education, 2-52. New York: Academic Press.

Yalom, I. (1995). 집단정신치료의 이론과 실제. 장성숙, 최혜림 역(2008). 서울: 하나의학사.

(2002). 치료의 선물. 최응용, 천성문, 김창대, 최한나 역(2005). 서울: 시그마프레스.

Yin, R. K. (2013). Case study reserch design and methods. Thousand Oaks, CA: Sage.

Abstract

A Qualitative Case Study on the Experience of Participating in the Group Art Therapy Program for Appreciating the Famous Painting of Newcomer Soldiers

Sujin Yun
Ph.D. Dissertation
Directed by Dr. Youngsoon Kim · Dr.
Inha University August, 2022

This study aims to adapt early to military life based on empathy and support between newcomer soldiers by applying a group art therapy program for appreciating the famous painting to newcomer soldiers. Newcomer soldiers experience unfamiliarity, anxiety, and feeling of pressure in the process of adapting to a new environment of the military, which emphasizes hard training, group life, and strict hierarchical order, away from the family and society they have been accustomed to for 20 years. The Ministry of National Defense is promoting various policies to solve the problem of maladjustment of soldiers, but this is limited to the purpose of preventing suicide of maladjusted soldiers, and it is insufficient for the system to help newcomer soldiers who are potential misfits adapt to military life. Furthermore, qualitative research on the adaptation of newcomer soldierss to military life has not been properly conducted due to the specificity of the military organization.

Accordingly, this study devised a group art therapy program for appreciating the famous painting and examined the meaning of the

experiences of newcomer soldiers who participated in the group art therapy program for appreciating the famous paintings from the perspective of empathy as a qualitative case study method. To this end, this study conducted a group art therapy program for appreciating the famous painting twice a week, for a total of 10 sessions of 120 minutes each, with 9 newcomer soldiers who had been assigned to the OO unit for two weeks to a month and a half.

When examining the meaning of the research participants' experiences in the group art therapy program for appreciating the famous painting, 5 core meanings and 20 themes were drawn as follows : ① In the area of 'My heart to get to know through famous paintings' ; 'Famous paintings read my mind', 'Unexpected experience through famous paintings', 'Being healed by seeing famous paintings', 'I want to express myself' ② In the area of 'You and Me' who empathize with artworks' ; 'Unusual experience of art media', 'Comfort without evaluation', 'Emotions not expressed in words are being revealed', 'Getting to know each other through works that are freely expressed' ③ In the area of 'Joys and sorrows of adapting to military life through self-opening' ; 'Confusion in unfamiliar situations', 'Exhausted mind and body from frequent work', 'Stress from superior and subordinate relations', 'Unjustice without respect and fair treatment' ', 'Missing daily life before enlistment' ④ In the area of 'Feeling of comradeship with a sense of positivity' ; 'Self-consoling by thinking positively', 'Having a positive feeling after art activities', 'Feeling that my military colleagues are of the same mind', ⑤ In the area of 'Our mind heading for the future' ; 'Realizing my strengths through feedback', 'Cherishing a hope for the future', 'Reflecting on myself', 'Building confidence in the military life with the support of my colleagues.

In this regard, this study examined these areas as emotional, cognitive, and expressive elements which are the concept of empathy, according to the ① empathy ⇨ ② self-understanding/understanding others ⇨ ③ mutual respect ⇨ ④ perspective shift, which are the formation stages of empathy. ① In the area of empathy, there appeared many emotional elements, and cognitive elements showed reflection (change of perspective). Through appreciation of famous paintings, emotional empathy occurs the most, but it can be seen that participants change their preconceptions about famous paintings, feel the message of famous paintings, and also awaken their cognitive empathy of perspective shift.

② In the area of self-understanding/understanding others, many expressive elements appeared, and the cognitive elements showed understanding of self/others and universality. As a sense of stability emerged in the unfamiliar group, the research participants began to develop expressive empathy, and through this expressive empathy, they gradually came to understand themselves and the other participants. In addition, while listening to the stories of the research participants who had experiences similar to themselves about the difficulties of military life, they were relieved to feel that their own emotions were reasonable.

③ In the area of mutual respect, group cohesion and hope arose in the emotional elements, and there appeared guidance (information sharing) and interpersonal learning in the cognitive elements, and altruism in the expressive elements. The supportive solidarity created by the group constituted a strong psychological bond among individuals, which inspired hope for military life. Also, the guidance (information sharing) that appears after collective cohesion has functioned as empathy. This means that explanations or advice from the other party are experienced empathically only after receiving emotional sympathy from other research participants

and becoming psychologically comfortable. Furthermore, continuous self-exploration and interaction with others led to a process of breaking away from individual thinking and gradually gaining empathy within the group, which led to altruism.

④ In the area of perspective shift, the cognitive elements showed reflection and existential factors, and there appeared adventure attempts in the expressive elements. The empathic experience of being understood by other research participants enabled them to understand, accept and reflect on their own self as they are. Through this, the participants were able to recognize their own problems anew and gain the power of problem solving. In addition, the stronger comradeship among the research participants developed into the adventure attempt that they would rely on each other and exchange strength to get through the military life well.

Therefore, the significances of this study are as follows.

First, this study provided an opportunity to take an in-depth look into the difficulties and wishes of military life experienced by newcomer soldiers, by conducting 'Qualitative Research Method' from the general public's point of view and listening to their specific stories after applying the group art therapy program for appreciating the famous painting to newcomer soldiers.

Second, by conducting 'appreciating famous paintings' ahead of the group art therapy for newcomer soldiers, this study allowed research participants who lived a dreary and tense military life to receive emotional comfort through empathy with famous paintings and to arouse voluntary motivation for self-expression, which helped them to have a stable approach to art activities.

Third, through 'art activities', newcomer soldiers were able to relieve their internally-repressed psychology and unstable emotions by expressing their feelings and thoughts in the unconscious that were not revealed

through language. Moreover, 'artworks' provided newcomer soldiers with an opportunity to objectify themselves and to reflect while understanding and accepting themselves from various angles.

Fourth, through the group 'art therapy program, the research participants received comfort and support from each other as they shared their wounds and difficulties with other participants. Thus, the participants cultivated a sense of community based on feelings of solidarity/comradeship, trust, and caring, and developed self-confidence in voluntary adaptation to military life.

Fifth, this study differentiated from previous studies by examining the research participants' experiences of group art therapy program for appreciating the famous painting in the way of dividing them into emotional, cognitive, and expressive elements, which are components of empathy, by the formation stages of empathy, after connecting the meaning of empathy from the therapeutic point of view of group art therapy for appreciating the famous painting.

Sixth, through close communication with military commanders and officers in the course of conducting the program, this study provided an opportunity to listen to the difficulties of soldiers and to devise a new approach to adapting to military life for newcomer soldiers from the military's point of view.

Keywords : Newcomer Soldiers, Appreciating the Famous Painting, Group Art Therapy, Empathy, Qualitative Case Study

<부록 1> 연구설명문 및 참여 동의서

연구설명문 및 참여 동의서

1. 연구제목

전입신병의 명화감상 집단미술치료 프로그램 참여경험에 관한 질적연구

2. 연구기관, 부서 및 주소

인하대학교 인문융합치료학과(인천광역시 미추홀로 인하로 100 서호관/ 032-860-7870)

3. 연구자 성명, 소속, 연락처

1) 연구책임자: 윤수진(인하대학교 인문융합치료학과 박사과정)
010-4066-7470/ sujinlee493@gmail.com
2) 공동연구자: 김영순(인하대학교 다문화교육학과 교수)
010-2807-7471/ kimysoon@inha.ac.kr

♣ 연구참여권유 ♣

본 연구자는 귀하에게 [전입신병의 명화감상 집단미술치료 프로그램 참여경험에 관한 질적연구]에 참여해 주시기를 정중히 요청드립니다. 귀하의 연구참여 의사결정에 도움을 드리기 위해 본 설명문을 빌어 연구의 배경과 목적, 연구방법, 위험(불편감) 또는 이익, 귀하의 정보를 포함한 자료관리 등을 안내해 드리고자 합니다. 본 설명문을 주의 깊게 읽어보신 후 궁금한 점이나 명확하지 않은 부분이 있으시다면 질문하여 주시기 바랍니다.

1. 연구의 배경 및 목적

군 복무 부적응 증세는 병사 전 계층에서 발생하지만, 특히 이병과 일병 등 주로 군 복무기간이 짧은 계층에서 집중적으로 발생하고 이병에서 일병 초기 시기

에 ‘불안·초조감’ 항목과 ‘다른 사람의 눈치를 봄’ 항목에서 전체 계급 중 가장 높은 비율로 나타났습니다(홍두승, 2015). 또한 전입신병은 육군 훈련소나 사단에서 신병 기초군사훈련을 받는 동안에 입영 동기들과 동등한 수평 관계를 유지하다가 자대배치를 받은 후 계급이 존재하는 군 생활을 시작하게 됩니다(엄명숙, 2016). 새로운 조직에 적응해야 하는 전입신병은 홀로 서는 낯설음과 불안감, 계급적 대인관계, 새로운 규정과 방침에 적응해야 하는 어려움, 교육훈련 및 직책 수행의 부담감 등을 극복해가며 군 생활에 적응해야 하는 환경에 처하게 됩니다(홍명기, 2001).

이를 해결하기 위한 방법으로 집단미술치료는 미술 매체를 적용한 활동을 통해 집단구성원의 심리·정서적 갈등을 완화하고 집단 내 타인과의 역동 및 상호작용으로 자신의 모습을 이해하는 기회를 제공하며, 원만한 사회적 관계 형성으로 개인 삶을 의미 있게 향유할 수 있도록 도와주는 한 기법입니다(고지현, 2016). 본 연구는 또한 집단미술치료에 명화감상을 활용합니다. 명화감상 후 집단구성원은 명화에 자극받은 개인적인 내용을 자신의 그림으로 다시 표현합니다. 감상을 통하여 일어난 자신의 감정, 기억, 자기 경험 등을 미술로 표현함으로써 자신과 의사소통을 하며 억압된 정서, 갈등, 문제들을 의식할 수 있고 자신에게 투사된 내용을 재작업하는 과정을 거치며 내적 긴장감과 불안감이 높은 연구참여자의 정서적인 안정감을 찾아 줄 수 있다고 봅니다. 이에 따라 본 연구는 연구참여자들이 명화감상 집단미술치료를 체험하며 심리적, 정서적 도움을 주어 자발적으로 부대 생활에 임하게 하고, 더 나아가 군과 사회와 연계된 긍정적인 미래를 설계할 수 있는 군 생활을 영위하도록 돕고자 합니다.

2. 연구방법 및 절차

본 연구는 연구참여자의 병영생활 적응을 위해 개발된 명화 감상 집단미술치료 프로그램을 체험해보고, 연구참여자들이 프로그램의 경험을 통한 변화와 의미를 구술면담하는 방식으로 진행됩니다. 연구기간은 IRB 승인 이후 1년 안에 종료하려고 합니다. 본 연구를 위해 8~10명의 연구참여자를 모집하고 참여 횟수는 10회로 계획하고 있습니다. 연구 진행 설명과 함께 명화감상 집단미술치료 프로그램을 체험한 후 구술면담까지 소요되는 시간은 약 2시간입니다. 연구참여자의 생생한 이야기를 정확하게 정리하기 위해 연구참여자의 동의를 얻은 후, 수업 내용을 녹음할 계획하고 녹음된 내용은 텍스트로 전환하여 연구참여자들에게 열람 후 내용상의 왜곡이나 오류가 없는지 검토 및 수정 절차를 가질 것입니다.

3. 예상되는 불편감과 위험 및 기대되는 이익

본 연구에 참여하면서 발생하는 신체적, 정신적, 경제적 위험과 부담은 없습니다. 다만 연구참여에 소요되는 시간적 불편감을 고려하여 최대한 연구참여자의 편의에 따라 날짜와 시간을 정하고 진행할 예정입니다. 또한 연구참여가 종료된 후 소정의 사은품(5만원권 문화상품권)을 전해드리려고 하며, 본 연구에 수집된 자료 및 정보 등은 연구 이외의 목적에 사용되지 않음을 밝힙니다.

4. 연구참여 및 중단

본 연구의 참여는 자발적 참여를 원칙으로 하며, 비록 연구의 진행 단계에 있다 하더라도 연구참여자의 의사에 따라 언제든지 연구참여를 중단할 수 있습니다. 연구참여를 중단하여도 연구참여자에게 어떠한 불이익이나 피해는 발생하지 않습니다. 다만 참여시까지 수집된 자료나 정보는 「생명윤리 및 안전에 관한 법률 시행 규칙」 「제5조(인간대상연구 기록 및 보관 등) 제1항과 제2항」에 따라 연구가 종료된 시점부터 3년간 보관하며, 그 이후에는 폐기됩니다. 한편 연구자의 건강 악화, 친족 부고 등 일신상의 이유로 연구정지 및 중지가 발생할 경우 해당 사유를 작성하여 각 연구참여자에게 개별 연락하도록 하겠습니다. 이 경우에도 기존의 수집된 자료나 정보는 「생명윤리 및 안전에 관한 법률 시행 규칙」 「제5조(인간대상연구의 기록 및 보관) 제1항과 제2항」에 따라 연구가 종료된 시점부터 3년간 보관하며, 그 이후에는 폐기됩니다. 불가피하게 연구자에 의한 연구정지 및 중지의 경우가 발생하더라도 예정된 사은품을 그대로 전달할 계획입니다.

5. 개인정보 및 비밀보장

본 연구를 위해서 연구참여자의 수업 내용 및 개인정보 등이 수집됩니다. 수집된 정보는 연구를 위해서만 사용할 것이며, 연구자료를 타인 또는 다른 연구 목적으로 제공하지 않을 것입니다. 연구참여자의 신원이 드러나는 기록은 절대 비밀로 보장하고, 연구결과가 출판된 경우에도 연구참여자의 신상정보는 비밀로 유지될 것입니다. 연구참여자의 신상을 보호하기 위하여 모든 연구자료(개인정보, 유전정보, 인체유래물 포함)는 암호화, 익명화하여 비밀보장을 할 것입니다. 구술면담시 녹음된 파일이나 전사기록은 「생명윤리 및 안전에 관한 법률 시행 규칙」 「제5조(인간대상연구 기록 및 보관 등) 제1항과 제2항」에 따라 연구가 종료된 시점부터 3년간 보관하며, 그 이후에는 폐기할 것입니다. 연구자료는 연구자 이외는 열람할 수 없도록 암호문서로 만들어 컴퓨터에 보관할 것이며 활동자료나 소감문은 캐비넷에 넣어 보관할 것입니다. 연구의 결과가 출판되는 경우 출판물을 연구참여자 전원에게 전달할 계획이고, 연구참여자가 직접 열람을 원할 경우

학술연구 정보서비스(www.riss.kr)를 통해 확인이 가능합니다.

6. 연구 관련 문의

1) 연구참여자 권익에 관해 궁금하신 부분은 아래로 문의하여 주시기 바랍니다.
   인하대학교 기관생명윤리위원회/ 032-860-9158/ irbedu@inha.ac.kr
2) 본 연구에 관해 궁금하신 부분은 언제든지 연구자에게 연락하여 주시기 바랍니다.
   연구책임자: 윤수진/ 010-4066-7470/ sujinlee493@gmail.com
3) 본 연구 설명문 및 동의서 1부는 연구자가, 1부는 연구참여자가 수령합니다.

본인은 연구 설명문 및 동의서를 읽었고 내용을 충분히 이해합니다. 본인은 연구에 대한 자세한 설명을 들었으며 자발적으로 본 연구에 참여합니다.

● 연구참여자 성 명: (서명)
서명일: 년 월 일

● 연 구 자 성 명: (서명)
서명일: 년 월 일

<부록 2> 오마이뉴스 투고 (2017.11.23.게재)

첫 군대 휴가 나온 아들

올해 여름 아들은 군대에 갔다. 우리나라의 20대 남자아이들은 군대에 다녀오기 전까지 구체적인 미래를 계획하기 어려운 것이 현실이다. 아들도 대학 2학년을 마치고 싫은 숙제를 해치우는 마음으로 입대를 했다.

입영 하루 전날 빡빡 깍은 머리를 하고 들어오는 모습에 남편은 뿌듯한 미소를 지었지만 나는 울음을 터뜨렸다. 아들은 내가 어디 멀리 가느냐, 중학교 1학년 때도 그 추운 겨울에 특전사 훈련을 지원해서 제일 잘했다고 상까지 받아오지 않았냐며 나를 위로해주었다. 논산에서의 훈련을 마치고 몸은 힘들지만 다들 잘해주어 지낼만하다고, 내가 어디든 적응을 잘하지 않느냐며 나의 걱정 어린 눈빛에 괜찮다고 씩씩하게 답해 주었다. 의경 훈련소 5주 동안에도 반장을 맡으며 표창장을 받아 나의 한 줌 우려마저 한방에 씻어주었다. 어렴풋이나마 군대가 병사들을 인격적으로 존중해주고 있다는 느낌도 받았다.

자대배치를 받고 첫 외출 시 아들은 부대를 나오자마자 한숨을 쉬더니, ” 아, 들어가기 싫다” 라는 말을 했다. 군대라는 집단에서 신참 막내 역할을 하려니 얼마나 힘들까 이해는 됐지만, 아들이 혹여 맘이 약해질까 봐 그 말을 무시했다. 두 번째 세 번째 외출을 나온 아들은 전보다 더 어두운 표정을 지었기에 조금씩 걱정이 되었다.

남편에게도, 모임에서의 남자들에게도 애가 군대 가서 너무 힘들어한다는 말을 하자 그들은 한결같이 이렇게 말했다.

“그 녀석 아직 철들려면 멀었네, 그 정도도 못 참고 어디서 어리광이야,“

“그러면서 사람 되는 거야, 사회에 나오면 또라이들이 얼마나 많은데 미리 예방주사 맞는 거지, “

“나 때는 어디 아프다고 하면 아픈 곳을 집중적으로 때려서 아프다는 소리를

입 밖에 내지도 못 했어, 요새는 때리지도 않고 군대가 얼마나 좋아졌어, “
“군대를 무슨 MT 정도 온 줄 아나 본데 까라면 까야지, 어디서 자존심을 부려, 이런 해이해진 정신으로 나라를 어떻게 지켜”
내 말을 공기 속에 묻히고는 동정의 가치도 없는 나약한 아들을 가진 엄마의 하소연으로 치부해버렸다. 나는 그들의 말이 맞을 거라 믿었다.

아들이 이번에 첫 휴가를 나왔다. 죄송하다, 시간이 지나면 나아질 거라고 생각했는데, 더 이상 버티기 힘들다는 말을 하며 고개를 숙이는 아들의 눈빛에 초점이 없었다. 가슴이 철렁했다. 내가 아들을 나약하게 키운 것이 아닌가 하는 자책감이 들었고 아들에게도 실망스러웠다. 아들은 가방에서 그곳에서 있었던 일들을 적은 종이를 꺼냈다. 아들은 순서까지 매겨가며 15가지를 적어왔다. 그중에 군대 막내로서 당해야 하는 서러움은 어쩔 수 없다 해도 나머지 것들은 놀라웠다.

웃으면 안 된다는 규율을 정해놓고 일부러 아들이 있는 앞에서 온갖 웃긴 상황을 연출한 후 아들의 입꼬리가 조금이라도 올라가면 표정 관리 못 하는 거봐라, 이렇게 규율을 못 지키니 군대 생활을 제대로 하겠냐 했다. 아들이 모르는 것이 있어 잘 모르겠다, 죄송하다 하면 꼭 가르쳐줘야 아냐, 네가 어디서라도 배워 와야지, 모른다고 하면 다냐, 면박을 주었다. 아들이 담당하고 있는 하루 일정을 선임에게 보고하러 가면 선임은 지금 여자 친구랑 전화해야 한다며 1시간 동안 아들을 밖에 세워두기도 했다. 취침 점호 시간인데도 선임은 일부러 나타나지 않아 내무반 전원이 잠을 못 자기도 했다. 내무반에 TV가 틀어져 있어 아들이 눈길을 돌리면 너는 TV를 너무 좋아한다며 비꼬고 그 말을 들은 선임들도 떡잎부터 안다는 등 한마디씩 거들었다고 한다.

대학교 신입생 때도 아들은 선배들의 신고식을 호되게 겪었다. 다른 1학년들이 선배들을 피해 학교 밖 카페에 숨어있을 때도 아들은 특유의 싹싹함으로 선배들에게 형, 누나 하며 졸졸 따라다녀 나중엔 미워할 수 없는 껌딱지 같은 놈이라는 별명을 얻으면서 위기를 넘겨왔었다. 아들은 군대에서도 잘 웃고 인사 잘하고 싹싹하게 대하면 상황이 바뀔 거라 생각했단다. 하지만 그런 행동도 저 빈 우유갑 같은 녀석, 속은 텅텅 비어있는데 인상만 좋은 척한다고 하니 어떻게 선임을 대해

야 하는지 혼란스럽다고 했다. 함께 입대한 동기와 아들을 나란히 세워놓고 사사건건 둘을 비교하며 자존감을 바닥으로 끌어 내리는 막말을 계속했다고 한다. 지속 반복되고 있는 이런 현실에 아들은 불면을 호소했고 진통제로도 낫지 않을 만큼 두통이 심하다고 했다.

"엄마, 차라리 맞으면 좋겠어요, 몸이 힘든 건 얼마든지 참겠는데 선임들의 비아냥거리는 눈빛을 견딜 수가 없어요. "

이곳만 아니면 어디든 좋으니 전출을 하고 싶다는 말에 나는 네가 전출을 한다면 문제가 있어서 왔다는 딱지가 붙을 것이고 그곳 또한 안전한 곳이라는 보장이 있겠냐 했고, 언론에 말하고 싶다는 아들의 말에 그것이 나중에 자기 조직을 폭로한 내부고발자라는 꼬리표가 따라 붙을 것 같아 우려가 된다고도 했다. 나는 아들이 겪고 있는 힘든 상황보다 이를 참지 못하고 돌발 행동을 할 경우 아들의 뒷일이 걱정이었다.

선임에게 한번 말해보자는 나의 제안에 손사래를 치며 선임들은 다 똑같고 괴롭힘만 더 당할 거라 한다. 무력감이 엄습했다. 군대에서 자살하는 아이들의 얘기를 들을 때 요새 같은 군대에서 자살이라니, 나는 그 아이가 관심병사일거라고, 원래 문제가 있는 아이일 것이라고 생각했었다. 그런데 유사한 일이 내게 벌어지고 있다. 사회에서라면 어떤 식으로든 출구를 마련하고 극복했을 텐데 폐쇄적인 군대 안에서는 해결 방법을 찾을 수 없었다.

나는 왜 지금도 병영생활 내에서 선임에 의한 악습이 자행되고 있는지 생각해본다. 그들도 이제 겨우 20대 초중반이다. 자신이 왜 그런 행동을 하는지 의문을 던지기보다는 자기도 그렇게 당하고 견뎠으니 너도 당연히 당해야 한다는 심리가 학습되고 대물림 되고 있는 것이 아닌가 라는 생각이 든다. 이러한 그릇된 악습이 군기를 유지하는 방법이라 여기며. 자존감을 바닥으로 끌어내려 그것을 견디는 것이 진짜 남자가 되는 것일까. 요즘의 아이들은 자신의 인격에 대해 존중받는 것이 옳은 일이라 배워왔고 존재 자체를 부정당하는 것은 아무리 군대라 해도 용납할 수 없다고 느낄 것이다. 신성한 국방의 의무를 다하기 위해 군대에 온 아이들이다. 완장을 채워주면 그 사람의 인격이 나온다지만 우리는 언제까지 윗사람의 선

의와 인격에 기대어야 하는가. 급식이 좋아졌다고, 피자까지 나온다고, 체벌이 사라졌다고 군대가 좋아진 것은 아닐 것이다.

죽어도 그 부대에 들어가지 않겠다는 아들을 설득할 수 없어 남편과 나는 부대 지휘관에게 면담 신청을 했다. 아이가 성인이 돼서도 부모가 자식 일을 해결하려 드는 이들을 평소 경멸했는데 내가 이제 그 역할을 하고 있었다. 정신적으로 피폐해져가는 아들을 군대가 도와줄 수 없다면 부모라도 나서야 했다. 의외로 지휘관은 우리의 얘기를 잘 들어주었고 아직도 그런 악습이 있는지 몰랐다고 깜짝 놀라며 철저한 조사와 재발 방지를 약속했다. 아들도 몇 번씩 만나 설득시켜주셨다. 아들은 지휘관의 말씀을 믿고 오늘 부대로 복귀했다.

아들의 뒷모습이 내 눈물에 가려 뿌옇게 보였다.

인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

<부록 3> 추후소감문

‘슬기로운 병영생활’ 을 위한 마음가짐

안녕하세요^^
건강하게 군 생활 잘하고 계시죠?
저는 ‘전입신병의 군 생활 조기적응’을 위해 명화감상 집단미술치료 프로그램 연구를 하고 있습니다. 작년 겨울 위드 코로나 시기에 여러분을 만나던 날 긴장감 속에서도 호기심 어린 눈빛들이 눈에 선합니다. 여러분의 적극적인 참여로 화기애애하게 프로그램을 마칠 수 있었습니다.

프로그램을 마친지도 어느덧 두 달이 지났습니다. 여러분이 겪고 있는 어려움에 대해 모든 것을 이해할 만큼 긴 시간이 아니었기에 헤아릴 수는 없지만 일상생활과 확연히 다른 군 생활 속에서 적응의 어려움이 무엇인지 조금이나마 공감할 수 있었습니다. 그럼에도 대한민국 청년으로서 국방의 의무를 다하시는 늠름한 모습에서 국민의 한 사람으로서 자랑스러움을 갖습니다.

다음은 여러분이 프로그램을 마친 후 군 생활을 하면서 어떠한 변화가 있었는지에 대한 질문입니다. 제가 직접 만나 뵙고 이야기를 나눠야 하는데 코로나로 인해 부대 출입이 통제되어 부득이하게 서면으로 대신합니다. 진솔하게 의견을 써주시면 감사하겠습니다.

여러분의 귀중한 의견은 전입신병의 군 생활 조기적응에 관한 정서 지원 프로그램 개선에 기여할 것입니다. 코로나가 잠잠해지면 방문해서 찾아뵙도록 하겠습니다. 그때까지 건강 조심하시고 슬기로운 병영생활 하시길 바랍니다.

2020년 2월 4일

연구자: 인하대학교 인문융합치료학과 박사과정 윤수진
지도교수: 인하대학교 인문융합치료학과 김영순 교수

1. 명화감상 집단미술치료 프로그램 참여 이후 ‘개인적’으로 변화된 것은 무엇인가요?

2. 명화감상 집단미술치료 프로그램 참여 이후 ‘동기관계’에서 변화된 것은 무엇인가요?

3. 명화감상 집단미술치료 프로그램 참여 이후 ‘간부 혹은 선임관계’에서 변화된 것은 무엇인가요?

인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY

4. 명화감상 집단미술치료 프로그램 참여 이후 ‘가족 혹은 친구관계’에서 변화된 것은 무엇인가요?

5. 명화감상 집단미술치료 프로그램 참여 이후 ‘가족 혹은 친구관계’에서 변화된 것은 무엇인가요?

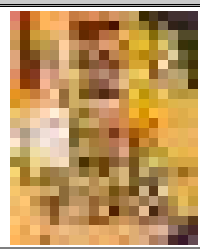
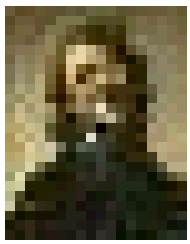
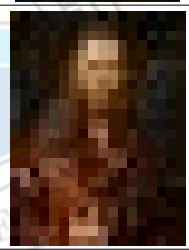
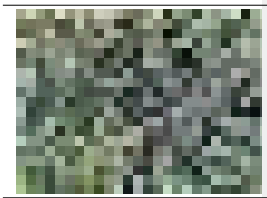
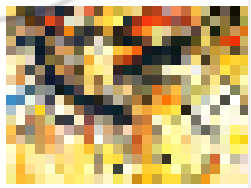
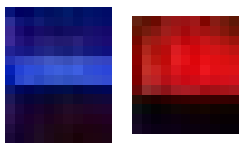
6. 나에게 이 프로그램은 (①)이다. 왜냐하면 (②)이기 때문이다.

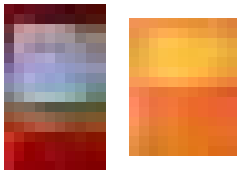
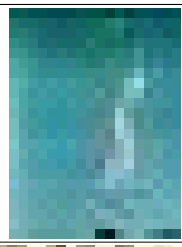
①

②

감사합니다^^

<부록 4> 명화 리스트

명화	화가/제목/ 제작연도	명화	화가/제목/ 제작연도
	고흐 (Vincent van Gogh) '자화상' 1889년		바스키아 (Jean Michel Basquat) '무제' 1982년
	렘브란트 (Rembrant Harmenzoon van Rijn) '웃는 자화상' 1628년		피카소 (Pablo Picasso) '우는 여인' 1937년
	쿠르베 (Gustave Courbet) '절망하는 남자' 1844년-1845년		뒤러 (Albrecht Durer) '모피코트를 입은 남자' 1500년
	폴록 (Jackson Pollock) '무제' 1950년		칸딘스키 (Wassily Kandinsky) '구성 5' 1911년
	로스코 (Mark Rothko) '무제' 1954~1956년		샤갈 (Marc Chagall) '나와 마을' 1911년

			오키프 (Georgia O’ Keeffe) ‘달로가는 사다리’ 1958년
	짱펀즈 (Zeng Fanzhi) ‘가면’ 시리즈 1998년		클림트 (Gustav Klimt) ‘생명의 나무’ 1905년-1912년
	프리드리히 (Caspar David Fredrich) ‘안개낀 바다위의 방랑자’ 1818년		키스해링 (Keith Haring) ‘무제’ 1985~1987년

인하대학교 1954 INHA UNIVERSITY