

# 문학치료 참여 대학생의 정체성에 관한 질적 메타분석

: 공감 경험을 중심으로

김명희\*

## 국문초록

본 연구는 문학치료에서의 공감 경험으로 인한 대학생들의 개인적 정체성과 사회적 정체성의 변화에 대하여 체계적이고 심층적인 분석을 목적으로 질적 메타분석을 실시하였으며, 향후 대학생 대상 정체성을 고려한 공감 기반 문학치료 프로그램 개발 및 기초 자료로 활용하는 데 의의가 있다. 본 연구에서의 나장함(2008)의 질적 메타분석 연구방법의 절차를 근거로 국내에서 발간된 학술지 총 5편을 분석 대상 연구물로 선정하였다. 이에 따른 주요 결과로서 첫째, 개인적 정체성 변화 과정에서 기술적 주제는 '진정한 나 자신에 대한 이해와 깨달음', '타자에 대한 이해와 인정'과 종합적 주제는 '공감을 통한 시각 확대'로 도출되었고, 사회적 정체성 변화 과정에서 기술적 주제는 '관계맺기의 즐거움', '타자지향적인 삶 추구'이며, 종합적 주제로는 '공감을 통한 관계 확대'로 도출되었다. 이에 총 기술적 주제 4가지, 종합적 주제 2가지로 도출되었다. 본 결과를 통해 문학치료 참여 속에서 공감 경험이 대학생의 건강하고 안정적인 정체성 형성에 유의미한 관계가 있는 것으로 나타나, 향후 대학생 정체성을 고려한 공감 기반 다양한 문학치료 프로그램이 개발되고 연구되어야 할 것이다.

**주제어** 문학치료, 공감 경험, 대학생 정체성, 질적 메타분석

\* 인하대학교 다문화융합연구소 인문융합치료센터 연구원(inha.mhk@gmail.com)

## I. 연구 필요성 및 목적

WHO(세계보건기구)는 1995년 건강이란 신체적, 정신적, 사회적, 영성적으로 완전히 안녕한 상태라 정의하였다. 그러나 한국의 청년은 건강한 상태에 놓여 있지 못한 것으로 간주된다. 현재 한국의 청년층의 자살률은 급증하고 있으며, OECD 국가 중 청년층 자살률 1위로 심각한 사회적 문제로 대두되고 있다(OECD Health Data, 2021). 청년들의 자살률은 ‘정신적 어려움’으로 가장 많이 자살하는 것으로 보고되어(자살예방백서, 2020), 청년들의 심리 및 정서적 측면과 사회적 측면에서의 문제의 특성을 파악하여 사전 예방 치료가 것이 중요한 시점이다. 2000년대 이후 Alexandra(2001)는 청년위기(Quarter life Crisis)를 언급하며 청년층들의 직업선택, 경제적 안정, 일자리 현황, 주거환경, 인간관계 등의 문제들로 인해 무력감, 자포자기, 공포감에 빠져있다고 정의하였다. 현재 한국에서의 청년 대학진학률은 대략 70%로 대부분 청년들의 위기는 대학생의 위기라고도 볼 수 있다.

김난도 외(2021)가 제시한 대학생의 위기 중에서도 ‘나노사회’가 큰 사회적 문제점으로 손꼽힌다. 나노사회란 한국 사회가 극도로 미세한 단위로 분화되고 있다는 뜻으로, 사회가 공동체적 유대감을 형성하지 못하고 유기체의 기본단위인 나노 분자처럼 개개인이 흩어져 있는 사회를 뜻한다. 특히나 코로나19로 인해 대학생들은 학교 생활에서의 공동체로서 함께 연합하고 연대하며 인간관계를 형성하지 않고, 비대면으로 학교 생활을 유지하는 등 새로운 인간관계를 형성하고 있다. 이러한 학교 생활은 또래들과 친밀감을 형성하면서 타자를 보며 느끼는 자기성찰, 타자 이해 등과 같은 정체성을 형성하는 계기가 아닌, 오롯이 ‘나’만이 존재하고, ‘나’만의 생활, ‘나’만의 사고에 갇히게 되는 것이다. 이러한 개인중심적 생활과 사고는 타자와 진정한 친밀감을 형성할 수 없고 고립감에서 오는 정신질환은 물론, 개인적 정체성과 사회적 정체성을 상실한 채 사회적 기준의 과도한 경쟁 구조의 형태를 띄게 된다. 이러한 구조는 Riesman(1960)이 말한 사회에서 개인들의 철저한 고립, 개성을 상실한 가치관과 유사한 생활 방식을 추구하는 거대한 군중과도 같은 맥락이다.

대학생들의 나노사회의 개념을 제시한 김난도 외(2021)는 개인중심적 생활에서 오는 고립에 관한 문제를 해결하기 위해 가장 먼저 선행되어야 할 것은 공감력을 기르는 것이라고 본다. 또한 Erikson(1980)은 심리·사회적 발달 이론의 발달과업 중에서도 청년기의 정체성 확립을 가장 중요시 여겼으며, Rogers(1995)는 청년들이 자신이 정체성을 지닌 독립적이고 가치있는 모습으로 존재하는데 도움을 주는 것으로 공감을 말하였다. 공감

과정을 통해 자신이 전에는 알지 못했던 것들을 자신의 참 자아 발견을 통하여 정체성을 형성할 수 있기 때문이다.

즉, 대학생들이 처한 현시점의 사회적 문제를 반영한 고립에 대한 문제점과 개인적 정체성과 사회적 정체성 형성을 위해선 공감이 가장 먼저 선행되어야 하는데, 이에 좋은 전략 중 하나가 문학치료로 볼 수 있다. 문학치료의 목표에서의 타자와의 진정한 공감 속에서 서로 소통함으로써 나만이 어려운 것이 아니라 타자도 함께 어려움을 느끼고 있는 것을 알게 하는 것이기 때문이다(Doll & Doll, 1997; Hynes-Berry, 2012). 이러한 공감 경험은 소외감 해소, 자신의 가치를 존중받고 수용받는 경험을 통해서(Rogers, 2007: 166-167), 개인적 정체성과 사회적 정체성을 건강하고 안정적으로 형성할 수 있다. 문학치료에서의 타자와 공감 경험을 통해서 자기 성찰, 자기 이해가 타자 이해와 타자지향적인 삶의 실천까지도 나아갈 수 있는 발판을 제공한다. 이는 대학생의 발달과업 중 가장 중요한 정체성 형성에서의 개인적 정체성과 사회적 정체성 형성에 긍정적 요소로 작용할 것이며, 결국 우리 사회가 추구해야 하는 공존하고 연대해야 하는 삶을 살기 위한 근간이 될 것으로 기대된다.

현재까지 문학치료 참여 속에서 공감 경험을 통해 대학생의 정체성 형성 과정에 어떠한 의미가 있었는지를 연구한 개별 질적 연구물들은 있으나, 이를 질적 메타분석으로 분석한 사례는 없다. 질적연구는 현상에 대한 깊이 있는 해석을 가능케 하나 유사한 주제들이 개별로 존재하는 것은 ‘지식의 작은 섬’이란 한계점을 가지고 있다(Sandelowski & Barraso, 2007). 때문에 유사한 주제를 연구한 질적 연구물들을 질적 메타분석으로 분석하는 것은 보다 깊이 있는 연구로서 확장된 해석, 새로운 이해, 새로운 모형 제시를 할 수 있다(Sandelowski et al., 1997; Walsh, Downe, 2005).

본 연구에서는 질적 메타분석을 활용하여 문학치료 참여 속에서 공감 경험이 대학생들의 정체성 형성 과정에 어떠한 의미가 있는지를 심층적으로 분석하여 향후 대학생 대상 정체성을 고려한 공감 기반 문학치료 프로그램 개발과 기초자료로 활용하는 데 의의가 있다.

## II. 이론적 배경

### 1. 대학생의 정체성과 공감 경험

Erikson은 심리·사회적 발달 이론에서 ‘정체감 대 정체감 혼미(identity versus role confusion)’를 제안하며, 발달과정 중에서도 청년기의 정체성 확립을 가장 중요시 여겼다. Macia(1991)는 Erikson의 정체성 근거를 바탕으로, 정체성을 확립하기 위하여 청년기에 많은 청년들은 ‘나는 누구인가’, ‘무엇을 할 것인가’, ‘어떻게 살아야 할 것인가’ 등과 같은 신념, 가치관, 결혼, 직업 등에 대한 고민과 갈등 속에서 정체성 위기를 경험한다고 하였다. 이러한 정체성 위기 경험을 잘 극복해야 만이 안정적인 정체성이 형성되고, 후에 독립된 성인으로서 타자와 친밀감을 형성할 수 있게 된다고 보았다.

대학생 시기에 정체성 형성은 개인적 정체성과 사회적 정체성 확립이 무엇보다 중요하다. 이러한 개인적 정체성과 사회적 정체성 구분은 사회정체이론(Social identity theory)(Tajfel, 1982; Tajfel & Turner, 1979)에서 제시한 개인적 정체성과 사회적 정체성 구분을 근거하여 볼 수 있다. 개인적 정체성이란 사람들이 자기 자신의 고유한 개인적 특징에 관한 정체성이고, 사회적 정체성이란 개인이 자신이 속한 집단의 구성원으로서 가지는 정체성이다(김혜숙 외, 2011). 즉, 개인적 정체성은 나는 타자와 다르다는 것을 인정하는 것으로 진정한 자기 자신의 고유한 가치를 인정하는 데 도움을 주며, 사회적 정체성은 진정한 자기 자신으로 타자와 소통하고 친밀감을 형성하며 행복한 삶을 살아가는 데 도움을 줄 수 있다. 이러한 건강한 개인적 정체성과 사회적 정체성 형성은 자신에 대한 이해는 물론, 타자 이해와 수용하는 자세를 가질 수 있도록 돕기 때문에 대학생 시기에 정체성이 건강하게 형성되는 것은 매우 중요하다.

이러한 대학생의 건강한 정체성 형성을 위해서는 타자와의 진정한 공감이 필요하다. 여기서 타자와의 공감이란, 자신이 정체성을 지닌 독립적이고 가치있는 모습으로 존재하는데 도움을 주는 것으로, 공감의 과정을 통해 자신이 전에는 알지 못했던 것들을 자신의 참 자아를 발견하여 정체성 형성에 도움을 주는 것이다(Rogers, 2007: 173).

타자를 통해 제대로 이해받고, 공감을 경험한 사람은 자신의 정체성을 더욱 안정적으로 형성할 수 있다고 하였다. Sullivan(1953)은 ‘의미 있는 타자(significant others)’를 통한 긍정적, 지지적, 긴장해소 경험을 통해 안전감을 형성시킨다고 보았다. 또한 Laing(1965)은 정체성 인식을 위해선 타자의 존재가 필요하다 했으며, Buber도 나의 존재에 대해서 타자가 확인하는 것에 대한 필요성을 언급했다. 즉, 공감은 사람이 정체성을

가진 독립적이고 가치 있는 모습으로 존재하는 데 필요한 확인들을 제공해주는 것이다 (Rogers, 2007: 168).

공감의 경험이 주는 치유로는 첫째, 소외감을 해소시킬 수 있다. 타자와의 진정한 소통 속에서 나의 감정들을 타자가 이해해주게 되면, 자신 스스로가 이상하거나 이질적이거나 분리되어 있다고 느끼지 않게 된다. 둘째, 자신을 있는 모습 그대로 존중받고 있다고 느낀다. 이러한 공감 경험은 자신 스스로 가치있게 여기게 되고 스스로를 사랑하게 만들어 준다. 셋째, 타자의 평가나 판단없이 그저 들어주는 것만으로도 강력한 치료 효과가 있다고 보았다(Rogers, 2007: 166-168). 이러한 공감 경험을 통해 나 자신을 새롭게 인식할 수 있으며, 앞으로 나아갈 수 있다. 누군가 귀 기울여 주면 해결이 불가능해 보이던 것들이 해결할 수 있게 되고, 누군가 들어주면 돌이킬 수 없어 보이던 혼란스러움이 비교적 분명하게 정리가 되도록 하여(Rogers, 2007: 32), 건강한 자아정체성을 형성할 수 있다.

때문에 진정한 공감 속에서 상호 소통하고 수용 받을수록 자신을 더욱 사랑하게 된다. 타자가 나의 마음을 공감하며 들어줄 때, 나는 자기(self)를 이해하고 소중히 여기게 되며, 스스로 더 진실되고 더 진짜가 될 수 있도록 하기 때문에 건강한 정체성을 확립하게 된다(Rogers, 1972). 타자와 진정한 공감을 통한 소통은 내 안에 진실성을 허용해 주고 다른 사람 안에서도 진실성을 느끼거나 허용해 주어 매우 큰 만족감을 느끼며, Buber가 말하는 ‘나-너 관계(I-thou relationship)가 형성되는 것이다(Rogers, 2007: 39). Buber는 ‘나’는 ‘너’와의 직접적인 관계를 매개로 해서만 버섯한 ‘나’가 된다고 하였으며(Martin Buber, 1974: 29), 서로 현존하는 둘을-위한-존재(Zu-zweien-Sein)로서, 대화론 속에서 다른 사람과 더불어 한 사람의 만남이 매번 실현되고 인식되는 본질로서 이해한다면, 우리는 인간이 무엇인가라는 물음에 대한 대답에 좀 더 가까워질 것이라 하였다(Martin Buber, 1982: 225). 이러한 맥락에서 Buber가 말한 만남을 통한 치유란, 진짜 자기로 타자와 소통하는 것이 가짜 자기로 타자와 소통하는 것 보다 훨씬 더 만족스럽다는 것을 발견하게 되는 것이다(Rogers, 2007: 190-193).

즉, 진정한 공감 경험은 타자와의 참 만남 속에서 안정적이고 건강한 정체성을 형성하도록 돕기 때문에, 타자와 친밀감을 느끼며 보다 풍요로운 삶을 살 수 있는 기반을 제공할 것이다.

## 2. 문학치료

현대 문학치료에 대해 NAPT(미국문학치료협회)는 사람은 개인 혹은 집단을 통해 자

신의 텍스트나 타인의 텍스트를 듣고, 말하고, 쓰면서 치유받을 수 있는 것이라 정의하였다. 또한 문학치료는 독서치료(Biblio Therapy)와 글쓰기치료(Poetry Therapy)로 구분되는 데, 독서치료는 수동적 활동으로 주로 책읽기 등과 같은 활동으로 볼 수 있으며, 글쓰기치료는 능동적 활동으로 저널쓰기 등과 같은 텍스트 만들기로 구분하여 볼 수 있다(김춘경 외, 2006).

문학치료에서 가장 중요한 특징은 사람을 문학적으로 이해하고 바라보는 서사의 개념으로 인간관계의 형성과 위기와 회복에 관한 것이라 규정하였다(정운채, 2008). 즉, 서사가 기본구조인 문학치료는 문학 텍스트를 통해 자신의 자아 통찰은 물론, 타자에 대한 깊은 이해를 가능하게 하는 것으로 볼 수 있다(김춘경 외, 2006). 김정용(2017)은 문학은 나와 타자에 대해 이해하고 공감을 지향한다는 점에서 다문화적 본질을 가지기에 타자를 보다 존중하는 태도를 지니게 한다고 하였다.

이러한 문학치료적 기능은 대학생의 건강한 정체성의 형성을 위한 좋은 전략이 될 수 있다. 또한 문학치료의 목표 중 하나는 공감이라 볼 수 있는데, Doll & Doll(1997)은 타자와 만족스러운 관계를 증진시키기 위해 작품을 통해 느낀 부분들을 타자와 소통하면서 나만이 어려운 것이 아니라 타자도 함께 어려움을 겪고 있는 것을 인정하는 부분이 문학치료에서 매우 중요한 것으로 보았다. Hynes & Hynes-Berry(2012) 또한 문학치료에서 집단상담을 통해 소통함으로써 자아존중감 향상에 도움을 주고, 더 나아가 타자와의 진정한 공감 경험을 경험하게 하는 것이 문학치료에서 중요한 목표라 보고 있다.

즉, 문학치료의 궁극적 목표는 공감에 해당한다고 볼 수 있다. 이에 문학치료에서의 다문화적 본질을 띤 진정한 공감 경험은 타자, 타문화에 대한 다른 시각의 수용으로 인해 자신의 정체성을 더욱 풍요롭고 안정적으로 형성하도록 한다(김정용, 2017: 6-7, 34, 41). 이러한 문학치료에서의 진정한 공감 기능은 나와 타자에 대한 이해와 수용으로 확대되기에 대학생들의 건강한 개인적 정체성과 사회적 정체성을 형성하는 데에 긍정적인 역할을 할 것으로 기대한다.

### Ⅲ. 질적 메타분석

질적 메타분석(qualitative meta-synthesis)이란 유사한 주제의 개별 질적 연구물의 결과를 종합, 분석, 해석하여 보다 확장적인 해석과 새로운 이론 생성과 모형을 개발하는 데에 그 목적이 있다(Sandelowski et al., 1997; Walsh & Downe, 2005). 또한 질적 메

타분석은 질적연구를 위한 출발점이자 질적연구의 정리물이라고 볼 수 있다. 질적연구는 현실의 삶과 사회구조적인 문제에 관심을 갖고, 현 사회를 변화시키는 방안을 모색하는데 기여하는 역할을 한다(김영순 외, 2018: 71). 때문에 유사한 질적 연구물들을 종합하여 심층적 분석이 가능한 질적 메타분석을 통하여 다양한 영역에 있는 사람들이 필요로 하는 것에 대한 실질적 조언을 할 수 있다(최수안·김영순, 2021).

현재까지 문학치료 참여 속에서 공감 경험을 통해 대학생의 정체성 형성 과정에 어떠한 의미가 있었는지를 연구한 개별 질적 연구물들은 있으나, 이를 질적 메타분석으로 분석한 사례는 없다. 이에 본 연구에서는 지금까지 선행된 문학치료 참여 속에서 공감 경험이 대학생들의 개인적 정체성과 사회적 정체성에 어떠한 변화와 의미가 있는지를 질적 메타분석을 통해 분석하여 향후 대학생 대상 정체성을 고려한 공감 기반 문학치료 프로그램 개발과 기초자료로 활용하는 데 의의가 있다.

질적 메타분석은 비교적 최근의 연구 방법으로 초기 연구에 해당함으로 양적 메타분석처럼 표준화된 방법이 존재하지 않아 개별 연구에 따라 그 과정을 수정 및 보완할 수 있다(정순경·손원경, 2016). 이에 본 연구에서는 Noblit & Hare(1988) 인용, 나장함(2008)이 제시한 모형을 근거로 연구 설계를 진행하였으며, 이에 대한 연구방법 절차와 과정은 다음 <표 1>과 같다.

<표 1> 질적 메타분석 연구방법 절차 및 과정

단계	연구방법 절차	과정
1단계	연구기획과 연구 프로토콜 작성	대학생 대상 문학치료 참여 경험
2단계	관련 연구물의 탐색	국내 데이터베이스인 RISS 활용
3단계	포함과 배제의 준거 설정	연구주제 및 방법의 적합성 확인
4단계	개별 연구 내 분석	개별 연구물의 해석적 비유 탐색
5단계	개별 연구 관련 개념 사례 간 분석 틀 마련	개별 연구물들의 비유, 어구, 아이디어, 개념들을 수합한 목록 마련
6단계	개별 연구 관련 개념 사례 간 비교 분석	분석 실시 및 기술적 주제와 종합적 주제 도출
7단계	전체 연구결과를 종합하여 해석	확장적 해석 발견 및 새로운 해석 가능성 생성

1단계에서는 첫째, 수집 대상이 되는 연구물에 대한 선정 기준을 마련하였다. 질적 메타분석에서는 학술지 논문만 분석대상으로 선정할 것을 주장한 것을 근거로(나장함, 2008), 본 연구에서는 학위논문과 학술지 논문의 중복을 고려하여 학술지 논문으로 제한하였다. 단, 대학생 대상 문학치료를 모두 검색하는 것으로 KCI 등재 후보까지 포함하여

검색 기준을 설정하였다. 둘째, 수집 대상이 되는 발행연도와 기간 선정이 필요하다. 현재까지 대학생 대상 문학치료 참여 경험에 대한 연구가 미흡하기 때문에 모든 연도를 포함하는 것으로 설정하였다. 셋째, 질적 연구물 선정 기준 설정으로, 김영순 외(2018)가 제시한 질적연구방법론을 근거로 전통적인 질적 연구물 외에도 융합된 질적 연구물까지 포함하는 것으로 현상학적 연구, 문화기술지, 민속방법론, 생애사연구, 내러티브 탐구, 사례연구, 근거이론, 실행연구, 핵심집단면담, 델파이 조사, 합의적 질적연구, 혼합연구(양적+질적)의 12개의 연구물을 선정하였다.

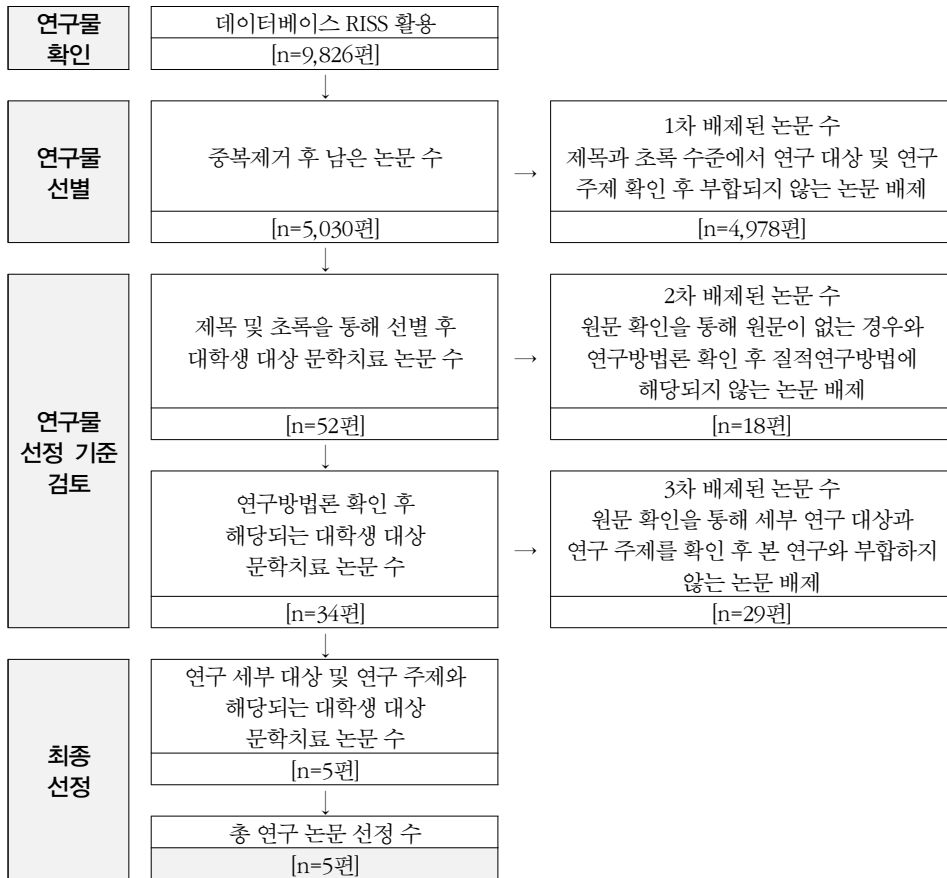
2단계에서는 국내데이터베이스인 RISS를 활용하였다. 검색 키워드로는 ‘문학치료 - biblio therapy, 글쓰기치료 - Writing therapy, 저널치료 - journal therapy, 시치료 - Poetry therapy, 이야기치료 - narrative therapy, 독서치료 - reading therapy, 인문치료 - humanities therapy, 동화치료, 경험쓰기, 소설쓰기로 총 17개 키워드를 통해서 연구물을 검색하였다.

3단계에서는 PRISMA에서 제시하는 체계적 문헌고찰 보고지침을 근거로 포함과 배제의 준거를 설정하였다(Moher 외, 2009). 본 단계에서는 먼저, 2단계에서의 17개 키워드를 바탕으로 9,826편의 연구물을 목록화하였다. 1차 포함과 배제의 준거 설정으로 중복 제거 후 남은 연구물 수로 5,030편의 논문이 재목록화되었으며, 제목을 통하여 대학생 대상 문학치료를 분류하여 52편이 선정되었다. 2차 포함과 배제의 준거 설정으로 수집된 논문 중 원문이 없는 경우, 질적 연구물이 아닌 경우를 제외하여 총 34편으로 선정되었다. 마지막으로 3차 포함과 배제의 준거 설정을 통하여, 원문을 확인하고 세부 연구 대상과 연구 주제 확인을 통해 본 연구와 부합하지 않는 연구물을 배제하는 과정을 거쳤다. 배제된 연구물은 일반적인 대학생 대상이 아닌 경우를 제외하였다. 따라서 특정한 전공생만 대상으로 연구한 경우, 특정한 상황을 겪고 있는 대학생 대상으로 연구한 경우, 정체성을 다루고 있지 않거나 정체성 외 다른 연구 문제를 중점으로 연구한 경우, 문학치료에서의 공감에 다루어지지 않은 연구물들은 제외하여 총 5편의 연구물이 선정되었다. 이에 대한 도식적 요약은 다음 <그림 1>과 같다.

최종 분석 대상 연구물 기본 정보는 다음 <표 2>와 같다. 연구 참여자 정보에서 참여자 수, 연령이 명확히 기재되어 있지 않은 연구물은 ‘-’로만 표기하였다.



〈그림 1〉 포함과 배제의 준거 설정 과정



〈표 2〉 최종 분석 대상 연구물 기본 정보

연구 기호	저자/ 발행연도	기본정보	
a	김수경 (2008)	목적	- 대학생들의 심리, 정서적 문제를 파악 - 자아정체감 정립에 관해 독서치료의 효과성을 밝히고자 함
		주요 결과	- 독서치료가 동일시, 카타르시스, 통찰 적용으로 내면의 변화를 일으키게 함 - 독서치료는 대학생의 자아정체감 형성에 효과가 있음
		연구방법론	- 혼합연구
		자료수집방법	- 질적 연구를 위해 자기평가 방식 활용 및 현상학적 연구로 참여자 경험 분석 - 양적 연구로 사전사후 자아정체감 변화 양상 확인
		참여자 수	- 5명(남 3명/ 여 2명)
		참여자 연령	- 23~25세
		문학치료 구성	- 글읽기, 글쓰기, 말하기를 활용하여 총 15회기로 구성

연구 기호	저자/ 발행연도	기본정보	
b	권성혜 (2015)	목적	- 대학생들의 정신건강을 조력하는 방안으로 통합적 문학치료 프로그램 제시를 목적으로 함
		주요 결과	- 외상을 겪은 환자 뿐만 아니라 일반적인 심리적 어려움을 경험한 사람들에게도 도움이 되기에, 정체감 확립을 발달과업으로 삼고 있는 후기청소년인 대학생의 건강한 삶에도 도움이 될 것으로 사료됨
		연구방법론	- 사례연구
		자료수집방법	- 질적 연구로는 인터뷰와 소감문, 일부 학생들의 회기별 보고서 활용 - 양적 연구로는 자아존중감 척도를 사전사후로 실시하여 검사도구로 활용
		참여자 수	- 8명(남 2명/ 여 6명)
		참여자 연령	- 20~23세
		문학치료 구성	- 글읽기, 글쓰기, 말하기를 활용하여 총 10회기로 구성
c	박혜랑 (2015)	목적	- 명상과 글쓰기를 병하여 대학생 외에도 일반인의 글쓰기치료에 대한 사전예방적 효과에 대해 입증하고자 함
		주요 결과	- 참여자 모두 대학생이란 신분의 특성상 자신의 미래에 대한 불안감을 가지고 있으나, 글쓰기의 치료적 효과는 매우 유의미함
		연구방법론	- 혼합연구
		자료수집방법	- 질적 연구로, 문학치료 프로그램 매 회기마다 글쓰기 주제 제시에 맞게, 작성한 글쓰기 자료를 분석 - 양적 분석 방법으로는, 사전사후, 참여자가 스스로 측정한 감정의 변화정도를 파악하여 글쓰기치료 효과를 파악
		참여자 수	- 6명
		참여자 연령	-
		문학치료 구성	- 글쓰기, 마음챙김, 명상을 활용하여 총 4회기로 진행
d	정성옥, 김성범 (2015)	목적	- 문학치료적 글쓰기, 내러티브 연구가 대학생의 자아정체 형성과정 및 자아정체성 하위변인과 관계성 분석을 목적으로 함
		주요 결과	- 대학생의 문학치료적 글쓰기와 인터뷰를 통해 자아정체성에는 주체성 발휘, 자기수용성, 미래 확신성 향상, 목표지향성 의지 형성, 주도성 발휘, 친밀성 인식을 형성하는 것으로 나타남
		연구방법론	- 내러티브 연구
		자료수집방법	- 질적 연구를 위해 학치료적 글쓰기, 인터뷰, 관찰을 통해 내러티브 연구 방법으로 분석
		참여자 수	- 4명(남 3명/ 여 1명)
		참여자 연령	- 20~26세
		문학치료 구성	- 글쓰기, 인터뷰를 활용하여 총 6회기로 구성

연구 기호	저자/ 발행연도	기본정보	
		목적	주요 결과
e	이연옥 (2019)	목적	- 독서치료가 대학생의 역량에 미치는 영향을 규명하고자 함
		주요 결과	- 독서치료는 대학생의 자아정체성 형성과 더불어 대인관계 형성, 문제해결, 성취동기 등 대학생의 역량을 향상시킴
		연구방법론	- 혼합연구
		자료수집방법	- 질적 연구를 위해 글쓰기 자료, 토론을 통한 내용 분석 - 양적 분석 방법으로는, 청소년활동 역량 척도를 사용하여 독서치 료 참여집단, 비참여집단을 나누어 분석 진행
		참여자 수	- 56명
		참여자 연령	-
		문학치료 구성	- 글읽기, 글쓰기, 말하기를 활용하여 총 14회기로 진행

분석 대상 연구물들은 대학생의 정체성 형성 과정에서 문학치료 경험을 통한 긍정적 변화 과정과 문학치료의 효과를 밝히고자 연구를 진행하였다.

연구 결과, 문학치료가 대학생들의 개인적 정체성과 사회적 정체성에 긍정적 영향을 주며, 문학치료 참여 경험이 대학생의 건강한 정체성 형성 과정에 도움을 주는 것으로 나타났다. 질적연구방법론에서는 혼합연구 3편, 사례연구 1편, 내러티브연구 1편으로 나타났다. 이에 대한 분석 방법으로는 글쓰기, 심층면담, 활동 기록지, 인터뷰 등을 수집하고 분석하였다. 주로 연구참여자 글쓰기 자료, 전사록 자료 등으로 구성되었다. 문학치료 구성에서는 통합적 문학치료를 주로 활용하며, 글쓰기 형식을 공통적으로 활용하는 것으로 나타났다.

4단계에서는 연구자의 해석, 연구참여자 전사록, 글쓰기 자료 등 원문의 의미를 그대로 보존할 수 있도록 줄 분석을 실시하였으며, 줄 분석을 통해 얻은 연구 내용을 범주화하여 개별 연구 내 분석을 실시하였다.

5단계와 6단계에서는 질적 메타분석을 수행한 연구자들이 주로 사용한 호혜적 전환(reciprocal translation)(Noblit & Hare, 1988; Sandelowski, Barroso, 2007; 나장함, 2008)을 활용하였다.

7단계에서는 Schutz(1962)의 3차 개념(third-order construct)에 해당되는 것으로 새로운 해석을 도출하였다.

## IV. 연구 결과

본 연구는 문학치료에서의 공감 경험으로 인한 대학생들의 개인적 정체성과 사회적 정체성의 변화에 대하여 체계적이고 심층적인 분석을 목적으로 질적 메타분석을 실시하였다. 이에 대한 도식적 요약은 다음 <표 3>과 같다.

<표 3> 문학치료에서의 공감 경험으로 인한 대학생들의 개인적 정체성과 사회적 정체성에 대한 질적 메타분석

구분	기술적 주제(2차 구성)	종합적 주제(3차 구성)
개인적 정체성 변화 과정	진정한 나 자신에 대한 이해와 깨달음	공감을 통한 <b>시각 확대</b>
	타자에 대한 이해와 인정	
사회적 정체성 변화 과정	관계맺기의 즐거움	공감을 통한 <b>관계 확대</b>
	타자지향적인 삶 추구	

문학치료에서의 공감 경험으로 인한 대학생들의 개인적 정체성 변화 과정에 해당되는 기술적 주제로서는 ‘진정한 나 자신에 대한 이해와 깨달음’, ‘타자에 대한 공감과 인정’이며, 종합적 주제로서는 ‘공감을 통한 시각 확대’이다. 사회적 정체성 변화 과정에서의 기술적 주제로서는 ‘관계맺기의 즐거움’, ‘타자지향적인 삶 추구’이며, 종합적 주제로는 ‘공감을 통한 관계 확대’로 도출하였다.

이에 대한 연구물 간 해석은 아래 <표 4>와 같다.

<표 4> 분석 대상 질적 연구물 간 해석

구분	기술적 주제(2차 구성)	질적 연구물 간 해석 (연구기호별로 정리) <sup>1)</sup>				
		a	b	c	d	e
개인적 정체성 변화 과정	진정한 나 자신에 대한 이해와 깨달음		○	○		○
	타자에 대한 공감과 인정	○	○			○
사회적 정체성 변화 과정	관계맺기의 즐거움		○	○		○
	타자지향적인 삶 추구	○			○	○

1) 분석 대상 질적 연구물 간 해석에서 나타난, 연구기호에 해당되는 대상 연구물은 다음과 같다. a - 김수경, 2008 / b - 권성혜, 2015 / c - 박해랑, 2015 / d - 정성욱·김성범, 2015 / e - 이연옥, 2019

분석 대상 질적 연구물들의 주제 분석표는 <표 5>와 같다.

<표 5> 분석 대상 연구물 주제 분석표

구분	기술적 주제 (2차 구성)	연구 기호	주제 분석
개인적 정체성 변화 과정	진정한 나 자신에 대한 이해와 깨달음	b	힘들었던 기억을 공유하고 공감을 주고받을 수 있어서 위안이 되었음, 함께 피드백을 나누면서 나만 가지고 있는 고민이 아니라는 것에 안도감을 느낌
		c	다른 누군가와 얘기하고 다른 사람의 삶에 대해 들음으로써 자아를 느낄 수 있음
		e	과거와 아픔이 치유받는 느낌, 나의 이야기를 솔직하게 함으로써 경청과 공감받는 느낌을 받음
	타자에 대한 이해와 인정	a	나와 다른 상황을 들으면 사고의 폭이 넓어지는 느낌, 모두 같은 무게를 가진 사람들, 공감의 눈물, 사람은 결국 다 사람인 것 같았음, 모두 같은 무게의 영혼을 가진 사람들
		b	다른 생각을 가진 사람들과 많은 이야기를 나누며 틀린 것이 아니라 단지 다를 수도 있다고 수용할 수 있게 되어서 좋았음
		e	친구의 입장에서 이해가 가능하게 되었음
사회적 정체성 변화 과정	관계맺기의 즐거움	b	새로운 사람들을 만난다는 것이 얼마나 신나고 재미있는 일인지 알게 된 것 같음, 문학치료 프로그램을 통해서 나의 변화만 생각하는 것이 아니라 다른 집단원들의 변화도 같이 느끼며 함께 기뻐할 수 있어서 좋았음
		c	친구들의 생각을 읽어서 행복함, 많은 사람들과의 만남으로 행복함
		e	다른 사람의 이야기를 듣는 것은 행복한 일이라는 것을 깨달음
	타자지향적인 삶 추구	a	사랑의 실천 깨달음, 서로의 아픔 공감, 남을 사랑하는 마음을 키워갈 것
		d	나와 비슷한 성향을 가진 사람을 도와주고 싶음
		e	상대를 있는 그대로 수용하고, 경청하는 것의 중요성을 깨달음

분석 대상 연구물의 주제 분석을 살펴보면, 개인적 정체성 변화 과정에서는 진정한 공감을 통해서 나 자신에 대한 이해와 더불어 타자도 나와 같은 사람으로서 그들의 처지를 이해하고, 인정하는 것으로 나와 타자에 대한 시각이 확대되는 것을 볼 수 있었다. 또한 사회적 정체성 변화 과정에서는 진정한 공감을 통하여 관계맺기의 즐거움을 느끼게 되어 카타르시스를 경험하는 것으로 나타났다. 이러한 경험은 더 나아가, 나 자신을 이해하고 사랑하게 되면서 타자에 대한 연대하고자 하는 마음으로 타자지향적인 삶을 추구하게 되는 것으로 사회적 관계가 친밀해지고 확대되는 것으로 나타났다.

## 1. 개인적 정체성 변화 과정

### 1) 진정한 나 자신에 대한 이해와 깨달음

Rogers(1995)는 공감의 상호작용 속에서 자신이 전에는 알지 못했던 모습을 발견하게 되면서 새로운 자신에 맞추어 행동이 변화하고, 타자와의 진정한 공감 경험은 자신만의 독특함을 발달시켜, 건강하고 안정적인 자아정체성 형성에 도움을 주며 자기 탐구, 긍정적 변화와 관계가 있다고 보았다.

문학치료 안에서 타자와 공감 경험으로 진정한 나 자신에 대한 이해와 깨달음을 얻은 것을 알 수 있다. 이에 권성혜(2015)의 연구에서는 대학생의 문학치료 참여 경험에서 진정한 나 자신에 대한 이해로써, ‘이전에 자신에 회피해왔던 어려움이 무엇인지 알게 되었고 그 어려움을 바라보는 관점이 보다 긍정적으로 변화하였다’, ‘생각해보지 못했던 감정과 기분을 탐색함으로써 자신의 욕구를 파악하게 되었고’, ‘이전보다 나를 더 사랑하게 되었다’, ‘평소에 나의 감정을 잘 표현할 기회가 없었는데 문학치료 프로그램 안에서는 생각보다 편안하게 마음을 털어놓을 수 있다’, ‘나의 콤플렉스 약점 등에 해당되는 얘기도 크게 힘들지 않고 이해 받을 수 있었다’는 것을 공통적으로 발견하였다. 박해랑(2015)의 연구에서는 문학치료 참여 경험을 통해 얻은 것이 무엇이라는 질문에, 대학생들은 공통적으로 자신을 돌아보게 됨으로써 나 자신에 대한 깨달음을 얻었으며, 문학치료를 통해 친구들의 생각을 알게 된 것과 심리적 편안함을 얻었다고 하였다. 이연옥(2019)의 연구에서의 자기 이해에 대한 키워드로 ‘나를 찾은 기분’, ‘자신을 알아감에 대해 의미가 있음’ 등을 발견하면서 자기존중까지 경험이 확대되는 것을 확인하였다.

문학치료 참여 과정 중에 진정한 나 자신에 대해 개방하고 이야기함으로써 진정한 공감을 경험하는 것을 볼 수 있다.

“편안한 분위기에서 이야기를 하고 힘들었던 기억을 공유하고 공감을 주고받을 수 있어서 위안이 되었다.” (권성혜, 2015: 73<sup>2)</sup>)

“정직해지는 법을 배우면서 나를 조금씩 노출시키고 표현하면서 공감을 경험한 것 같다.” (권성혜, 2015: 74)

“내가 솔직하게 이야기하니깐 주변 사람들이 내 이야기를 경청하는구나는 느낌을

2) 분석 대상 연구물에서 발췌한 연구참여자의 자료에 대한 표기방법은 다음과 같다. 예를 들어, ‘권성혜, 2015: 73’라고 표기된 경우, 권성혜(2015) 연구물에서 73쪽의 내용을 발췌한 쪽수를 의미한다.

받았고 또 내 이야기에 공감해주는구나 라고 느꼈다.” (이연옥, 209: 573)

“많은 사람과 소통할 수 있어서 좋았다. 사람들에게 내 이야기를 하고 다른 사람의 이야기를 듣는 것만으로도 치료가 될 수 있다는 것을 경험을 했다.” (이연옥, 2019: 574)

뿐만 아니라 공감 경험을 통해 진정한 나에 대한 이해와 더불어, 내가 경험하고 있는 문제점들은 ‘나만의 문제가 아닌 모두의 문제’로 여기게 되며 심리적 위안을 얻게 되었다. 이러한 공감의 경험은 타자와의 진정한 소통 속에서 나의 감정들을 타자가 이해해주게 되면, 자신 스스로가 이상하거나 이질적이거나 분리되어 있다고 느끼지 않게 되면서 (Rogers, 2007: 166), 건강한 개인적 정체성을 형성하는 데 도움을 줄 것이다.

“다른 누군가와 얘기함으로써 다른 사람의 삶과 느낌을 들음으로써 나는 나의 자아를 느낄 수 있다.” (박해량, 2015: 228)

“활동을 하고 함께 피드백을 나누면서 나만 가지고 있는 고민이 아니라는 것에 안도감을 느꼈고, 더 의연하게 대처하고 싶은 생각도 많이 들었다.” (권성혜, 2015: 74)

“처음에는 내 생각을 이야기하는 게 쉽지 않았으나 거듭할수록 나의 이야기를 하고 다른 사람의 이야기를 듣고 하면서 나와 비슷한 상황이었구나, 힘들었겠다, 잘 버텼구나 등의 공감이 되었고 서로 위로를 하는 과정에서 동시에 나의 마음도 치유가되었던 것 같다.” (이연옥, 2019: 574)

## 2) 타자에 대한 이해 및 인정

김정용(2017)은 문학치료에서의 타자를 향한 공감과 개입이 자신의 삶에 대한 이해로 확장하게 된다고 하였다. 본 연구에서의 분석 대상 연구물들을 종합 및 분석하는 과정에서 자기 자신에 대한 이해와 깨달음 즉, 참 자아발견을 한 대학생은 타자에 대한 이해와 인정하게 되는 것을 알 수 있었다.

이에 대학생 대상 문학치료 참여 경험을 연구한 김수경(2008)은 문학치료 프로그램 참여를 통해 자기 자신에 대한 이해는 물론, 타자에 대한 이해까지 하게 된다고 보았고, 권성혜(2015)의 연구에서는 ‘타자도 나와 비슷한 고민을 하고 있음’, ‘나와 다른 감정과 생각을 가진 사람이 틀린 것이 아니다’라고 기술하였다. 이연옥(2019) 연구에서도 대학생들이 가족, 친구 등 타자의 입장을 생각해보며 그들을 인정하고, 이해하고, 존중하는 마

음을 가지게 되었다고 기술하였다.

문학작품을 통해 혹은 서로 다른 환경에 대해 소통하는 과정에서 나만의 사고에 갇히지 않고, 타자의 사고와 환경을 이해하고 인정하게 되는 것을 볼 수 있다. 이는 개인의 시각에서 타자에 대한 이해와 인정으로 다문화 감수성(multicultural sensitivity)을 발달시킨다. 다문화 감수성은 타자와 효과적으로 의사소통하고 상호작용하기 위해서는 꼭 필요한 요소라 할 수 있기 때문에(Chen & Starosta, 2000), 문학치료에서의 공감 경험은 다문화 감수성을 발달시킴으로 개인적 정체성 형성은 물론, 사회적 정체성 또한 건강하게 형성될 수 있도록 작용된다.

“나와 비슷한 경우에는 공감할 수 있어서 좋았고, 내가 생각하지 못한 느낌을 듣게 되면 사고의 폭이 넓어지는 느낌이었다. 정말 다양한 사연들이 많았고, 내가 말을 하다가 울먹이는 날도 있었다. 예전 같았으면 창피했을 것이다. 모르는 사람들 앞에서 내 얘기를, 그것도 가장 친한 친구들에게도 못했던 이야기들을 울먹이면서 말하더니. 그러나 조금도 부끄럽지 않았다. 다른 사람의 눈물을 보며 나도 눈에 눈물이 고이기도 했다. 동정이 아니었다. 공감의 눈물이었다...(중략)... 우리를 중에 더 행복하고 더 불행한 사람은 없었다. 모두 같은 무게의 영혼을 가진 사람들이었다.” (김수경, 2008: 239)

“어렵지 않은 동화책이나 시를 활용해서 내 마음을 들여다보고 내어놓고, 다른 생각을 가진 사람들과 많은 이야기를 나누며 틀린 것이 아니라 단지 다를 수도 있다고 수용할 수 있게 되어서 좋았다.” (권성혜, 2015: 73)

“나와 관계하는 모든 사람들을 입장과 처지를 이해하고 인간관계에 대해서 배우는 시간이었다” (이연옥, 2019: 573)

“아빠와 사이가 인종고 서먹했는데 이 수업을 듣고 대화를 나눠봄으로써 이제 아빠를 어느 정도 이해하게 되었으며 지금은 가까워졌다.” (이연옥, 2019: 573)

## 2. 사회적 정체성 변화 과정

### 1) 관계맺기의 즐거움

김난도 외(2021)는 극소 단위로 개인화한 ‘나노사회’에 대해 언급하며, 개개인으로서 스스로 살아남아야 하는 사회에 대한 경각심을 일깨웠다. 현재 대학생들은 세대 간 단절 뿐



만 아니라 또래에서조차도 단절된 생활을 하고 있어 진정한 공감을 통한 관계맺기의 즐거움이 절실히 필요하다. 관계맺기의 즐거움이란, 공감을 통하여 누군가가 나를 좋아하고 수용해 주며 칭찬하고 소중하게 여겨 주는 것을 사실로 받아들이고 그대로 느낄 수 있도록 스스로에게 허용해 줄 때 마음이 따뜻해지고 충족감을 느낄 수 있기 때문이다 (Rogers, 2007: 39). 이에 문학치료 참여 속에서 공감을 경험한 대학생들은 관계맺기의 즐거움을 통해 카타르시스를 느끼게 된다.

“문학치료 프로그램을 통해서 나의 변화만 생각하는 것이 아니라 다른 집단원들의 변화도 같이 느끼며 함께 기뻐할 수 있어서 좋았다.” (권성혜, 2015: 73)

“나에 대해서 얘기할 기회가 정말 드문데 나를 열면서 남들과 같이 소통 하는 것이 무척 재밌었다.” (권성혜, 2015: 75)

“그 사람의 사고와 살아온 환경에 대해서 이야기할 때 공감이 되어 고개를 끄덕이거나 감동받아 눈물이 내려 한 적이 있었는데 사람의 이야기를 듣는 것이 이렇게 행복한 일이라는 것을 다시 한 번 더 깨달았다.” (이연옥, 2019: 574)

“치료를 마친 지금은 설레인다 친구들의 생각을 읽었다 행복하다 숨을 쉬는 것 같다.” (박해랑, 2015: 242)

문학치료에서의 공감 경험은 타자와 소통하는 것에서 느끼는 카타르시스 뿐만 아니라 개인의 고립된 생활에서 벗어나 타자와 친밀감을 형성하는 데 도움을 준다. 이는 Erikson의 심리·사회적 발달 단계(psychosocial developmental stages)에서 성년기에 해당되는 ‘친밀감 대 고립감(intimacy versus isolation)’ 발달과업과도 밀접한 연관성이 있다. 대학생 시기에 안정적으로 형성된 사회적 정체성은 추후 성년기가 되어 타자와 친밀감을 형성하여 건강하고 행복한 삶을 살 수 있는 근간이 되기 때문이다.

“어릴 적 나는 언제나 공허했지만 지금은 많은 사람들과의 만남으로 행복해졌다 나는 언제나 멍한 사람이다 깨달음 가뭄에 단비를 만난 기분이다.” (박해랑, 2015: 243)

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

이 바뀌었다.” (박해량, 2015: 225)

## 2) 타자지향적인 삶 추구

Rogers(1995)는 타자를 내게 맞추어 변화시키고자 하지 않고, 있는 그대로 타자를 배려하는 것은 어려운 일이나 타자와 친밀한 관계로 나아갈 수 있는 훌륭한 방법이라 보았다. 또한 공존하는 사회란, 서로 배려하고 헌신하되 각자 구별된 사람으로 인정해주는 것이 기반이 된 사회이다. 즉, 타자와 나는 다르기 때문에 내가 타자를 존중하고 소중히 여기는 사회라 볼 수 있다고 하였다.

이에 문학치료에 참여한 대학생들은 진정한 공감 경험을 통하여 자기 성찰과 자기 이해, 타자 이해와 인정의 단계를 거쳐, 타자에 대한 공감적 자세를 가지며, 타자지향적인 삶을 추구하고자 하였다.

“나는 나만의 방식으로, 자신이 다른 사람에게 치유를 받고 있다는 생각이 들지 않고, 스스로 치유할 수 있게 옆에서 그걸 도와주는 사람으로...” (김수경, 2008: 233)

“나는 나와 비슷한 성향을 가진 사람들을 도와주고 싶다.” (정성욱·김성범, 2015: 189)

“상대에 대해 판단하는 것이 아니라 상대를 있는 그대로 바라봐주면서 그저 잘 들어주는 것이 중요하다는 것을 깨달았다.” (이연옥, 2019: 573)

“처음에 내가 반대를 해서 그런지 아직 여자친구 머리스타일은 7개월 동안 같은 헤어스타일인 긴 생머리를 유지하고 있다. 그리고 지금은 말을 꺼내지도 않는 것 같다. 다음에 파마를 하고 싶다고 하면 ‘그래’라는 말을 해줘야겠다.” (김수경, 2008: 231-232)

## V. 논의 및 결론

본 연구는 문학치료 참여에서의 대학생의 개인적 정체성과 사회적 정체성 형성에 공감 경험이 어떠한 의미를 가지고 있는지를 심층적인 분석을 실시하였다. 이에, Noblit & Hare(1988)의 연구를 토대로 한 나장함(2008)의 연구 설계를 근거로 연구방법 절차를 마련하였다. 포함과 배제의 준거 설정 단계에서는 PRISMA의 체계적 문헌고찰 보고지침

을 바탕으로 주로 대학생 정체성을 다룬 문학치료에 대한 총 5편이 최종 분석 연구물로 선정하였다. 대학생 정체성은 사회정체이론(Social identity theory)에서의 개인적 정체성과 사회적 정체성의 두 가지 측면으로 구분한 결과, 개인적 정체성 변화 과정에서의 기술적 주제로는 ‘진정한 나 자신에 대한 이해와 깨달음’, ‘타자에 대한 이해와 인정’, 종합적 주제로는 ‘공감 경험으로 인한 시각확대’, 사회적 정체성 변화 과정에서의 기술적 주제로는 ‘관계맺기의 즐거움’, ‘타자지향적인 삶 추구’, 종합적 주제로는 ‘공감 경험으로 인한 관계 확대’로 도출되었다. 본 연구 결과 요약과 논의점은 다음과 같다.

문학치료 참여 과정에서의 공감 경험은 타자의 진정한 공감을 통해 자신의 가치와 있는 그대로의 모습이 수용될 수 있다는 것을 경험하게 한다. 있는 그대로의 수용 경험은 자신 스스로의 자기 이해와 깨달음과 더 나아가, 타자에 대한 이해와 인정으로까지 시각이 확대되는 것으로 나타났다. 이러한 시각확대는 관계맺기의 즐거움으로 개인의 고립이 아닌 타자와의 친밀감 형성이 주는 가치를 깨닫고, 타자지향적 삶을 실천하고자 하는 동기를 부여하게 되어 관계의 확대까지 이어졌다. 이는 Rogers(1995)가 말하는 공감의 상호작용 속에서 자신이 전에는 알지 못했던 모습을 발견하게 되면서 새로운 자신에 맞추어 행동이 변화하고, 타자를 배려하고 헌신하게 되며 개개인이 구별된 사람이라는 것을 인정하는 것으로 공존하는 사회, 타자지향적 삶을 추구하는 것과 맥락이 같다.

본 연구에서 문학치료 참여 속에서 공감경험이 대학생의 정체성 형성 과정에 어떠한 의미가 있는지를 질적 메타분석으로 분석한 결과, 문학치료 참여 속에서 공감 경험이 대학생의 건강하고 안정적인 정체성 형성 과정에 매우 유의미한 관계가 있는 것으로 나타났다. 때문에 대학생 정체성 형성을 고려한 문학치료 프로그램 개발 시에는 공감력 증진을 통한 다문화 감수성 향상에 관한 연구가 필요할 것으로 사료된다. 이에 본 연구의 결과는 다음과 같은 향후 과제를 제시한다.

첫째, 사전예방적 차원에서 비임상군에 해당하는 대학생의 건강한 정체성 형성을 위해서는 공감 경험을 기반한 문학치료 프로그램 및 다양한 예술심리치료 프로그램 개발과 연구가 이루어질 필요가 있다. 현재 KCI에 등재된 국내 예술심리치료 프로그램이 대학생의 정체성에 미치는 영향에 관하여 선행연구한 결과, 문현영(2011)의 연구에서는 미술치료 프로그램이 대학생의 정체성에 미치는 영향을 연구하여 정체성에 유의한 향상이 있었음을 연구 결과로 도출하였으며, 손정희(2020)는 글쓰기 문학치료가 대학생의 불안과 정체성에 미치는 영향을 고찰한 결과, 대학생의 불안감소와 정체성 향상에 긍정적 영향을 미친다는 것을 입증하였다. 즉, 예술심리치료 프로그램 참여는 대학생의 정체성 형성 과정에 유의미한 것으로 나타났다. 이에 대학생의 건강한 정체성 형성을 위해서 예술심

리치료 프로그램에 대한 연구가 지속적으로 이루어져야 할 필요성이 있다. 이에 본 연구에서 질적 메타분석을 통해 얻은 연구 결과를 바탕으로 문학치료 참여 과정 속에서 공감 경험은 진정한 나 자신에 대한 이해로부터 출발하여 타자 이해와 타자지향적인 삶을 추구하는 것으로 확대되어, 대학생의 개인적 정체성과 사회적 정체성 형성에 긍정적 도움을 주는 것으로 나타났다. 따라서 향후 대학생의 정체성 형성에 관하여 문학치료 프로그램 외에도 다양한 예술심리치료 프로그램 개발 시에는 공감 경험을 기반으로 개발 및 연구가 이루어져야 할 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 문학치료 참여에서 공감 경험을 통해 자신의 가치를 있는 그대로 수용할 수 있는 개인적 정체성 더불어, 타자 이해와 타자지향적 삶을 실천하고자 하는 동기 확대로 타자와 친밀감을 형성하는 부분에서 사회적 정체성이 보다 건강하게 형성되는 것을 확인하였다. 특히, 사회적 정체성 형성 과정에서 유의미한 변화로 볼 수 있는 것은 또래에 대한 이해 외에도 타세대인 가족구성원에 대한 이해와 소통으로 볼 수 있다. 대학생은 문학치료의 동일시 과정에서 간접경험으로 부모님 세대의 현실과 한계를 이해하고, 가족과 소통하고 화해하는 과정을 통해 정서적 카타르시스와 통찰을 경험하는 것으로 나타났다. 그러나 현재 질적 메타분석을 진행한 분석 대상 연구물 모두 대학생 연령으로 제한한 한계점이 있다. 대학생의 건강한 사회적 정체성 형성을 위해서 향후에는 대학생 연령으로 제한하기 보다는 타세대 구성원 참여까지도 확대하여 가족 대상 공감을 기반한 문학치료 프로그램 또는 타세대와의 공감을 기반한 문학치료 프로그램이 개발되고 연구되어야 할 필요가 있다. 이러한 공감 기반 문학치료 프로그램은 서로 다른 환경에 대해 소통하는 과정에서 나만의 사고 즉, 나만의 세대에 갇히지 않고 타자의 사고와 타세대의 환경을 이해하고 인정하게 되는 다문화 감수성을 발달시킬 수 있다. 타세대와의 소통을 통한 다문화 감수성 발달은 청년기에 건강한 사회적 정체성 형성을 통해, 성년기에는 타자와 진정한 친밀감을 형성하여 사회에서 고립되지 않고 행복한 삶을 살아가는 데 필요한 요소가 될 것이다.

셋째, 문학치료의 구성요소는 개인과 타자의 서사의 상호작용 즉, 공감을 기본 단위가기 때문에 융합되는 데에 적합한 예술치료 기법으로 볼 수 있다. 학제 간 분야에서 서사 의학은 의학, 인문학, 예술 등이 융합되어 서사에 대해 공감하는 것으로 볼 수 있다(김영순·오영섭, 2020). 이에 개인과 타자의 서사의 상호작용이 기본 단위인 문학치료를 바탕으로 한, 대학생의 정체성 형성에서의 다양한 상황과 문제를 고려하여 다양한 예술심리치료의 장점을 적용한 인문융합치료 모형이 개발한다면, 보다 대학생의 건강한 정체성 형성에 도움을 줄 수 있을 것으로 사료된다.

Erikson(1980)은 심리·사회적 발달 이론에서 '정체감 대 정체감 혼미(identity versus role confusion)'를 제안하며, 발달과업 중에서도 청년기의 정체성 확립을 가장 중요시 여겼다. 청년기의 정체성 위기 경험을 잘 극복해야 만이 안정적인 정체성이 형성되고, 후에 독립된 성인으로서 개인의 고립이 아닌 타자와 친밀감을 형성하여 건강하고 행복한 삶을 살 수 있는 기반을 마련할 수 있기 때문이다. 점차 고립되어가고 있는 현대 사회에서 대학생들이 건강한 정체성 형성으로 타자와 소통하고 연대하며, 결국 타자지향적인 삶을 추구하여 건강한 사회가 될 수 있도록 공감을 기반한 문학치료 프로그램 외에도 다양한 예술심리치료 프로그램에 관한 지속적인 연구, 관심, 지원이 있어야 할 것이다.

## 참고문헌

- 권성혜(2015). 대학생의 감정해소를 위한 통합적 문학치료 집단 프로그램 효과 연구. *청소년행동연구*, 20, 53-79.
- 김난도·이준영·이향은(2021). *트렌드 코리아 2022. 미래의창*.
- 김수경(2008). 대학생을 위한 독서치료의 적용과 평가. *한국도서관·정보학회지*, 39(3), 213-245.
- 김영순·김진희·강진숙·정경희·정소민·조진경·조현영·최승은·정지현·오세경·김창아·김민규·김기화·임한나(2018). *질적연구의 즐거움*. 서울: 창지사.
- 김영순·오영섭(2020). 내러티브 활용 인문융합치료 교수모형 적용에 관한 질적 사례연구. *한국교육문제연구*, 38(1), 107-130.
- 김정용(2017). *아동 청소년 문화와 상호문화교육*. 서울대학교출판문화원.
- 김춘경·변학수·채연숙(2006). 통합적 문학치료 프로그램이 대학생의 우울과 생활스트레스 감소에 미치는 영향. *정서·행동장애연구*, 22(1), 103-125.
- 김혜숙·김도영·신희천·이주연(2011). 다문화시대 한국인의 심리적 적응. *한국심리학회지*, 25(2), 51-89.
- 나장함(2008). 장애인의 직업 경험에 관한 질적 메타분석. *장애와 고용*, 18(2), 135-158.
- 문현영(2011). 대학의 교양강좌를 이용한 미술치료프로그램이 대학생의 자아정체감에 미치는 영향. *한국예술치료학회지*, 1, 33-34.
- 박소연·김한별(2012). 대학생의 저널쓰기를 통한 자아성찰 과정에서의 자아정체감 형성 경험 분석. *교양교육연구*, 6(1), 153-178.
- 박해랑(2015). 대학생을 통한 글쓰기의 치료적 효과 연구. *문화와 융합*, 37(2), 215-256.
- 보건복지부(2020). *자살예방백서*. 발간번호 11-1352000-001635-10.
- 손정희(2020). 글쓰기문학치료가 대학생의 불안과 자아정체감에 미치는 영향. *나사렛대학교 재학생복지대학원 석사학위논문*.
- 이연옥(2019). 독서치료가 대학생의 역량에 미치는 영향. *한국도서관·정보학회지*, 50(4), 561-580.
- 정성옥·김성범(2015). 문학치료적 글쓰기와 인터뷰를 통한 대학생의 자아정체성 형성에 관한 내러티브 연구. *특수교육재활과학연구*, 54(4), 175-203.
- 정순경·손원경(2016). 교사의 정체성 형성요소와 형성과정에 관한 질적 메타분석. *열린부모교육연구*, 8(3), 191-202.
- 정옥분(2015). *전생애 인간발달의 이론*. 학지사.
- 정운채(2008). 문학치료학의 서사이론. *문학치료연구*, 9, 257-258.
- 최수안·김영순(2021). 한부모 이주여성의 자립경험에 관한 질적 메타분석. *여성학연구*, 31(1),

7-39.

- Alexandra Robbins, & Abby Wilner (2001). *Quarterlife Crisis: The Unique Challenges of Life in Your Twenties*. 알렉산더 로빈스, 김난령 역(2002). 청년 위기. 풀빛.
- Bilsker, D., & Marcia, J. E. (1991). Adaptive Regression and Ego Identity. *Journal of Adolescence*, 14.
- Buber, M. (1974). *Ich und Du*. 부버 마르틴, 김천배 역(2020), 나와 너, 대한기독교서회.
- \_\_\_\_\_ (1982). *Das Problem des Menschen*. 부버 마르틴, 윤석빈 역(2009), 인간의 문제, 도서출판길.
- Chen, G. M. & Starosta, W. J. (2000), The development and validation of the intercultural sensitivity scale. *Human communication*, 3, 1-15.
- David Riesman (1960). *The Lonely Crowd*. 데이비드 리스먼, 류근일 역(2016), 고독한 군중, 동서문화사.
- Doll, B., & Doll, C. (1997). *Bibliotherapy with young people: Librarians and mental health professionals working together*. Englewood, Colorado: Libraries Unlimited.
- Erikson, E. H. (1980). *Identity and the life cycle*. W W Norton & Co. Estabrooks,
- Erwin, E. J., & Brotherson, M. J., & Summer, J. A. (2011) Understanding qualitative metasynthesis: Issues and opportunities in early childhood internetopn research. *Journal of Early Intervention*, 33(3), 186-200.
- Glass, G. V. (1978). Integrating findings: The meta-analysis of research. In L. Shulman(Ed), Review of research in education 5.
- Hynes, A. M., & Hynes-Berry, M. (2012). *Biblio/Poetry therapy: the interactive process: a handbook (3rd ed.)*. St Cloud, MN: North Star Press.
- Laing, R. D. (1960). *The divided self*. London: Tavistock.
- Noblit, G. W., & Hare, R. D. (1988). *Meta-ethnography: Synthesizing qualitative studies*. Newbury Park, CA: Stage Publication.
- OECD (2021). OECD Health Statistics 2021.
- Rogers. C. A. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21, 95-103.
- \_\_\_\_\_ (1995). *A Way of Being*. 칼 로저스, 오제은 역(2007). 사람 중심 상담. 학지사.
- Sandelowski, M., & Barroso, J. (2007). Handbook for synthesizing qualitative methods qualitative meta synthesis: Issues and techniques. *Research in Nursing & Health*, 20, 365-371.
- Sandelowski, M., Docherty, S. & Emden, C. (1997). Qualitative Metasynthesis: Issues and Techniques. *Research in Nursing & Health*, 20(4), 365-371.

- Schütz, A. (1962). *The Problem of Social Reality: Collected Papers I*, The Hague: Martinus Nijhoff.
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton.
- Tajfel, H. (1982). Social psychology of intergroup relations. *Annual Review of Psychology*, 33, 1-39.
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W. Austin & Worchel(Eds.), *The social psychology of intergroup relations*, 33-48.
- Walsh, D., & Downe, S. (2005). Meta-synthesis method for qualitative research. *A Literature review*, 50(2), 204-211.
- Zimmer, L. (2006). Qualitative Meta-synthesis: A Question of Dialoguing with Texts. *Journal of Advanced Nursing*, 53(3), 311-318.



〈ABSTRACT〉

Qualitative Meta-analysis on the Identity of College Students Participating in Literary Therapy : Focusing on Empathy Experiences

Kim, Myounghee\*

This study conducted a qualitative meta-analysis for a systematic and comprehensive understanding of changes in college students' personal and social identity due to empathy experience in literary therapy, and is meaningful in developing and using literature therapy programs for college students in the future. A total of five academic journals published in Korea were selected as studies to be analyzed based on the procedure of Na, Jangham(2008) qualitative meta-analysis research method in this study. The main results are as follows,

The technical topics in the process of personal identity change were 'real understanding and enlightenment of myself' and 'understanding and recognition of others', and the comprehensive theme was 'expanding perspective through empathy'. The technical topics in the process of social identity change were 'joy of relationship building' and 'seeking a other-oriented life', and the comprehensive theme was 'expanding relationships through empathy', resulting in a total of four technical topics and two comprehensive topics,

Through this result, empathy experience in participation in literary therapy has a significant relationship with the formation of a healthy and stable identity of college students, and various empathy-based literary therapy programs should be developed and studied in the future.

Key words

Literature Therapy, Empathy Experience, University Student Identity, Qualitative Meta-analysis

논문 투고일	2021. 10. 20
논문 심사일	2021. 11. 10
게재 확정일	2021. 11. 16

\* Researcher, Humanities Convergence Treatment Center Convergence Institute for Multicultural Studies, Inha University