



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

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

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



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

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

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

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

[Disclaimer](#)

김 정 규 교수 지도
석사학위 청구논문

저소득층 청소년의 ‘GRIP(게슈탈트 관계성 향상
프로그램)을 활용한 독서치료’ 체험에 대한
현상학적 연구

- 학업적 자기효능감 변화 과정을 중심으로 -

2016

성신여자대학교 교육대학원
교육학과 상담심리전공

신 연 정

저소득층 청소년의 ‘GRIP(게슈탈트 관계성 향상
프로그램)을 활용한 독서치료’ 체험에 대한
현상학적 연구

- 학업적 자기효능감 변화 과정을 중심으로 -

김 정 규 교수 지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2016년 5월

성신여자대학교 교육대학원

교육학과 상담심리전공

신 연 정


인 준 서

신연정의 석사학위 논문으로 인준함

2016년 5월

심사위원장 이 성 훈 (인) 

심사위원 조 영 일 (인) 

심사위원 손 정 희 (인) 

성신여자대학교 교육대학원

논문개요

본 연구는 학업성취도가 낮은 저소득층 청소년이 ‘GRIP(계슈탈트 관계성 향상 프로그램)을 활용한 독서치료’ 프로그램을 체험하며 보이는 경험적 현상의 의미를 학업적 자기효능감을 중심으로 이해하는데 목적이 있다. 나아가 ‘그립-독서치료’¹⁾ 프로그램 체험을 통해 저소득층 청소년이 건강한 유기체로 성장할 수 있도록 돕는 것을 궁극적인 목적으로 한다. 따라서 본 연구는 참여자가 프로그램을 통해 변화하는 과정을 살피고 그 의미를 발견할 수 있는 현상학적 연구법으로 접근하였다.

연구 참여자는 서울 소재 A중학교 2학년 저소득층 학생 중 학업성취도와 자기효능감이 낮은 4명으로 선정하였으며, 집단상담 프로그램은 총 10회기로 구성되어 주 1회 90분씩 진행하였다. 연구 자료는 참여관찰, 면담, 그 밖에 참여자의 변화를 확인할 수 있는 관련 자료를 통하여 수집하였고 수집한 자료는 포괄적 분석절차를 활용하여 분석하였다.

연구 결과 나타난 저소득층 청소년의 ‘그립-독서치료’ 체험의 의미는 다음과 같은 측면에서 이해할 수 있다. 첫째, 가정과 학교라는 사회 속에서 저소득층 청소년을 주변부에 머물게 하는 ‘위축됨’의 본질은 참여자들이 관계 속에서 진정한 ‘너’로 수용되는 ‘나와 너’의 만남을 경험하지 못한다는 데 있었다. 둘째, 참여자들은 의미 있는 ‘너’로부터의 진정성 있는 관심과 지지를 경험했을 때 알아차림과 접촉이 활발히 일어나며 성장하는 모습을 보였다. 셋째, ‘그립-독서치료’ 프로그램의 장에서 이루어진 알아차림과 접촉, 수용과 지지의 경험을 통해 참여자들은 학업적 자기효능감을 긍정적으로 변화시켜 나갔다. 또한 프로그램을 진행하기 전과 후에 실시한 참여자들의 학업적 자기효능감 검사, 문장완성 검사, 학업성취도 비교 자료, 교사 면담 자료를 통해 보았을 때 ‘그립-독서치료’

1) ‘그립(계슈탈트 관계성 향상 프로그램)을 활용한 독서치료’를 편의상 이후 ‘그립-독서치료’로 표기함.

프로그램은 저소득층 청소년의 학업적 자기효능감 변화에 긍정적인 영향을 미친다는 것을 확인할 수 있었다.

결국 ‘그립-독서치료’ 체험은 참여자들의 삶에서 관심과 사랑을 통한 ‘수용됨’, ‘존중받음’의 경험이라는 의미를 지닌다. 이러한 타인의 관심과 지지는 참여자들의 학업적 자기효능감 뿐 아니라 관계, 생활태도 면에서도 긍정적인 변화를 이끌어냈다.

핵심어 : GRIP(게슈탈트 관계성 향상 프로그램), 독서치료, 저소득층 청소년, 학업적 자기효능감, 현상학적 연구, 집단상담

목 차

I. 서 론

- 1. 연구의 필요성 및 목적 1
- 2. 연구 문제 7
- 3. 용어의 정의 8

II. 이론적 배경

- 1. 선행연구 검토 12
- 2. 게슈탈트치료와 독서치료 18
- 3. 학업적 자기효능감과 학업성취도 21
- 4. 저소득층 청소년의 학업적 자기효능감 23
- 5. 그림-독서치료와 저소득층 청소년의 학업적 자기효능감 24

III. 그림-독서치료 프로그램 개발

- 1. 프로그램 목표 28
- 2. 프로그램 방향 28
- 3. 프로그램 구성 31
- 4. 프로그램 자료 39

IV. 연구 방법

1. 현상학적 연구	44
2. 연구 참여자	47
3. 연구 절차	52
4. 자료 수집 방법	54
5. 자료 분석 방법	57

V. 연구 결과

1. 주변인으로 머물기: 외따로 존재하는 섬	64
2. 잃어버린 자기: 등대가 존재하지 않는 섬	69
3. 잃어버린 나를 찾아서: 섬에 이름 붙이기	74
4. 나와 너의 만남: 그 섬에 가고 싶다	89
5. 그림-독서치료 체험 후 변화 양상	103

VI. 논의 및 결론	113
-------------------	-----

참 고 문 헌

ABSTRACT

부 록

표 목 차

[표1] 청소년의 자살에 대한 충동 여부 및 이유	1
[표2] 학업적 자기효능감의 근원과 그림-독서치료 프로그램	29
[표3] 그림-독서치료 프로그램 회기별 구성	37
[표4] 알아차림 연습의 치유적 효과	39
[표5] 놀이·예술매체 활용 기법의 치유적 효과	40
[표6] 그림도구의 치유적 효과	41
[표7] 독서 자료의 치유적 효과	42
[표8] 참여관찰 시 연구자의 개입 정도에 따른 참여유형	46
[표9] 교사 사전 면담을 통한 참여자 특성	48
[표10] 사전 검사를 통한 참여자 특성	49
[표11] van Manen - 현상학적 체험연구의 요소	52
[표12] 연구 진행 절차	53
[표13] 학업적 자기효능감 검사 하위 문항 구성	56
[표14] 포괄적 분석 절차	58
[표15] 그림-독서치료 프로그램 체험 현상 분석	60
[표16] 그림-독서치료 프로그램 개발 방향에 따른 체험 현상 분석	63
[표17] 학업적 자기효능감 변화	104
[표18] 학업성취도 변화	105
[표19] 문장완성검사 변화	108
[표20] 교사 추수 면담을 통한 참여자 변화	111

그림 목 차

[그림1] 세상을 보는 눈	19
[그림2] Alexa Meade의 설치 예술	115
[그림3] 그림-독서치료 체험의 의미	122

1. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

대한민국은 OECD 주요 34개국 중 인구 10만 명 당 자살률 1위라는 불명예를 안고 있다²⁾. 2015년 통계청과 여성가족부에서 발표한 청소년통계에 따르면 우리나라 청소년(13~19세)이 주로 고민하는 문제는 ‘공부(49.5%), 외모·건강(18%), 직업(11.7%)’ 순으로 나타났다. 특히 주목할 점은 자살을 생각해 본 청소년이 8%나 된다는 점이다. 그들이 자살하고 싶었던 주된 이유는 ‘성적 및 진학 문제(39.3%), 경제적 어려움(19.5%)’ 순으로 드러났다.

[표1] 청소년의 자살에 대한 충동 여부 및 이유³⁾

(단위 : %)

2014년	있다	자살하고 싶었던 주된 이유 ¹⁾						
		경제적 어려움	이성 문제	직장 문제	외로움, 고독	가정 불화	성적, 진학문제	기타 ²⁾
13~19세	8.0	19.5	5.1	0.8	9.8	10.5	39.3	15.1

*주 : 1) 지난 1년 동안 자살 충동이 있었던 사람의 자살하고 싶었던 이유
 2) ‘질한·장애’, ‘친구불화’ 포함

이를 뒤집어 해석해 보면 성적과 가정의 경제적 어려움이 현재를 살아가는 청소년에게 무엇보다 큰 영향력을 행사한다는 것을 알 수 있다. 그런데 이 둘은 각각 독립되어 청소년에게 영향을 미치기보다 서로 상관관계를 맺어 위력을 발휘한다. 가정의 경제적 어려움은 청소년의 학업성취에 부정적으로 유의미한 영향을 미친다(김서현·구혜완·백수정·정익중, 2015). 빈곤한 가

2) 위키백과. OECD회원국 자살률 목록. <https://ko.wikipedia.org>
 3) 통계청. 「사회조사」 각 년도 (2015 청소년 통계)

족의 경우 일상생활의 어려움은 물론 아동발달에 대한 지원의 절대적 결핍으로 인해 학업성적에 부정적인 영향을 미치며, 이러한 결핍의 시기가 연속적이고 장기화 될수록 부정적인 영향이 증가되는 모습을 보인다(Duncan and Brooks-Gun, 1997; McLoyd, 1998; Corcoran, 2000). 빈곤한 부모들은 우선 생계에 집중할 수밖에 없기 때문에 자녀에 대한 투자 수준을 낮추고 이것이 자녀의 사회경제적 성취에 부정적 영향을 미치게 된다(Becker & Tomes, 1986; 김교성 외, 2011 재인용).

2015년 우리사회를 뜨겁게 달군 ‘수저계급론’은 이러한 모습을 단적으로 드러낸다. 수저계급론은 “개인의 노력보다는 부모로부터 물려받은 부에 따라 인간의 계급이 나뉜다는 자조적인 표현의 신조어이다.”⁴⁾ 이에 따르면 인간은 가정의 경제적 배경에 의해 금수저, 은수저, 동수저, 흙수저로 계층이 나뉜다. 여기에서 중요한 점은 수저의 계급은 개인의 노력에 의하여 획득된 것이 아니라 태어날 때부터 부모의 경제력에 따라 결정 되고 대물림 된다는 것이다.

수저계급론은 청년 세대가 경기 침체 속 어려운 취업난과 자신의 상황을 자조, 비판하며 사용하기 시작했다. 김낙년(2015)은 ‘한국에서의 부와 상속, 1970~2013’라는 보고서를 통해 개인의 재산 중 부모에게 물려받은 재산의 비중이 점차 증가하고 있다고 보고했다. 또 여유진·정해식(2016)은 ‘사회통합 실태진단 및 대응방안Ⅱ’ 연구보고서에서 “우리 사회의 사회통합과 사회이동의 관계를 심층적으로 분석한 결과, 학력, 직업, 계층에 따른 고착화 현상이 두드러지고 있는 것으로 확인됐다”고 밝혔다.⁵⁾ 이 같은 연구 결과들은 수저계급론이 청년들의 자조의 목소리가 담긴 농담이 아닌 우리 사회의 현실임을 뒷받침한다.

청소년 역시 가정의 경제적 배경으로부터 자유로워질 수 없다. 우리는 학

4) pmg지식엔진연구소, 박문각. 네이버 시사상식사전(2016.2.2). <http://terms.naver.com>

5) 이창근. 학력·직업·계층세습 고착화, 금수저·흙수저 사실이었다. 한겨레신문(2016.1.31)

업성취를 통해 선망하는 직업을 얻게 되고 사회적으로 성공한다는 공식에 오랜 시간 길들여져 왔다. 위 통계에서도 알 수 있듯 여전히 우리나라 청소년들은 좋은 성적을 얻기 위하여 밤낮 없이 공부하기만을 강요받고 있다. 그러나 이제 좋은 성적을 얻는 것도 가정의 경제적 지원 없이는 힘든 일이 되어가고 있다. 저소득층 청소년은 적절한 시기에 투입되어야 할 가정의 학습투자가 부족해 학업성취가 낮아질 확률이 높다. 낮은 학업성취로 인하여 부정적인 피드백을 경험한 학생들은 학업적 자기효능감이 낮아지게 된다. 또 저하된 자기효능감으로 학업에 대한 동기가 떨어진 학생은 학업성취가 낮아지게 된다. 이러한 현상이 반복되면 그 학생은 학습된 무기력감에 빠져 건강한 유기체로 성장하는데 문제를 겪게 된다. 따라서 저소득층 청소년의 자기효능감을 키워 기능하는 유기체로 성장할 수 있도록 도울 수 있는 방안을 마련해야 한다.

게슈탈트치료에서는 모든 개체는 유기체-환경 장의 관계성 내에서 존재하며, 개체나 환경 모두 이러한 관계성을 떠나서 그 자체로는 존재할 수 없다고 본다(Yontef, 1993). 현재 많은 수의 청소년이 ‘성적 및 진학 문제’, ‘경제적 어려움’으로 자살까지 생각하는 것은 유기체-환경의 관계성에 문제가 있음을 드러내는 현상이다. 청소년은 우리의 미래이다. 이들이 성인이 되어 사회에서 건강하게 기능하는 유기체로 성장하기 위해서는 관계성 회복이 시급한 문제이다.

아동·청소년 정신건강 증진을 위한 지원방안 연구 보고서(2013)에서는 청소년기 정신건강에 있어 예방적 측면에서 개입의 중요성을 언급하며 다음과 같이 인용하여 보고하고 있다.

“청소년기 정신건강의 문제는 위험요인과 보호요인을 갖고 있다. 예를 들면 위험요인으로는 학업실패, 학교 중단은 결국 반사회적 행동, 물질남용, 흡연 등에 직접적인 영향을 끼칠 수 있다. 또한 정서문제와도 연관이 깊다고 보고

된다. 반면 학교와 가정에 대한 건강한 수준의 애착은 청소년의 행동 및 정서문제에 있어 보호요인으로 작동된다(Resnick et al. 1997).”

청소년의 건강한 성장을 위해서는 위험요인을 제거하고, 보호요인을 강화할 필요가 있다. 저소득층 청소년의 경우 가정의 경제적 어려움 때문에 학업실패, 학교 중단이라는 위험요인에 빠질 확률이 크다. 이러한 위험요소를 제거하기 위해 유기체의 내적 힘을 강화시키는 것이 근본적인 예방과 치료법이다. 그중 하나의 방법이 스스로에 대해 자신감을 갖고 주어진 과제에 도전할 수 있도록 자기효능감을 키워주는 것이다. 청소년의 자기효능감 증진을 위한 방안으로는 관계 속에서 현상 알아차림을 통하여 정체성을 찾도록 도와주는 게슈탈트치료가 적합하다.

게슈탈트치료는 ‘지금-여기(here and now)’에서 ‘알아차림(awareness)’을 통하여 자기를 재발견하고, ‘접촉(contact)’함으로써 진정한 자기를 회복하는 과정이다(Perls, 1976; 김정규 2012 재인용). 게슈탈트치료에서는 모든 심리장애는 궁극적으로 알아차림과 접촉이 결여된 상태에서 발생한다고 본다(Perls et al. 1951). 저소득층 청소년의 자기효능감이 낮게 형성되는 이유도 알아차림과 접촉이 결여되었기 때문이다. 따라서 알아차림을 회복함으로써 환경과 접촉할 수 있도록 도와 저소득층 청소년의 자기효능감을 증진시킬 수 있다. 그렇게 되면 내담자는 건강하게 기능하는 유기체로서 환경과 상호작용하며 성장할 수 있게 된다.

청소년 내담자의 특징 중 하나는 비자발적이라는 것이다. 더구나 자기효능감이 낮은 저소득층 청소년의 경우 자기개방에 더 소극적이다. 게슈탈트관계성 향상 프로그램(GRIP: Gestalt Relationship Improvement Program) (김정규, 2010)은 알아차림 연습, 다양한 예술매체와의 접목, 그림도구의 활용으로 언어적 표현의 한계점을 보완할 수 있다. 때문에 그림을 활용하면 비자발적 청소년의 자기개방을 도와 적극적으로 상담 장면으로 이끌 수 있다.

그림은 선행 연구들을 통하여 청소년의 정서 문제를 해결하는데 유의미한 효과가 있다고 입증되고 있다. 이지현(2009), 오지혜(2010), 김숙희(2011), 황다연(2011), 이호정(2012), 전해리(2013), 이은비(2013), 김효림(2014), 최영숙(2013), 안미영(2015)은 그림이 청소년의 정서 조절에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하고 있다. 본 연구에서는 선행연구에서 이루어진 성과를 발전시켜 대상을 저소득층 청소년으로 한정하여 연구를 진행하고자 한다. 또한 예술치료인 그림의 특성을 살려 문학 매체인 책을 활용하여 그림-독서치료 프로그램을 개발하고자 한다.

율곡 이이(1577)는 책 속에 모든 진리가 존재하며 그것을 읽는 것이 학문의 근간이 된다고 하며 독서의 중요성을 다음과 같이 강조했다.

‘공리(公理)는 독서보다 먼저 할 것이 없다. 왜냐하면 성현이 마음을 쓴 자취도 본 받을 만한 선도 경계해야 할 악도 모두 책에 있기 때문이다.’

- 『격몽요결』, VI7

책을 통하여 선현들의 말씀을 익히고 그것을 토대로 자신의 마음을 성찰하고, 일상에서 올바른 행동으로 실천하는 것을 강조하였던 그의 말에서 독서치료의 목표를 발견할 수 있다. 독서는 독자가 일방적으로 문자를 해독하는 것에 머무는 것이 아니라 문자언어를 통하여 나름대로 의미를 해석하고, 필자와 의사소통하는 상호작용 과정이다. 따라서 독자는 책을 통하여 자신의 내면을 비춰볼 수 있고, 타인의 생각을 알게 될 수 있으며, 무엇이 옳은 것인지 배울

6) “공리는 일상에 대처하여 이치를 따지고 확인하는 일이며, 이이에서는 특히 예와 예가 아닌 것을 밝히는 것이 중요하다. 이이는 공리를 크게 두 단계로 나눈다. 그것은 일상에 대처하여 살피고(察) 분별하고(辨) 자세히 보는(審) 단계와, 독서로써 밝히고(明) 옛일로써 증명하는(驗) 단계이다. 이 두 단계의 경계는 독서를 통한 밝힘(明)이다. 이 나눔에서 드러나듯이, 이이는 공리의 출발은 일상이라고 믿는다. 그러나 일상에서 내가 찾아 낸 이치가 정말로 '이에 합치하는지 않는지를 스스로 알 수는 없으므로', 성현의 말씀을 담고 있는 경전을 통해서 반드시 검증되어야 한다는 점을 일관되게 주장한다.” (서울대학교 철학사상연구소. 『율곡전서』 해제(2016.2.20). <http://terms.naver.com>)

수도 있다. 이러한 작용을 통하여 세상과 소통하게 되고 올바른 유기체로 성장하는데 영양분을 얻을 수 있게 된다.

독서치료는 ‘책을 읽음으로써 치료가 되고 도움을 받는다(김현희, 2004).’로 정의될 수 있다. 독서는 문자언어를 사용하여 이루어진다는 점에서 비자발적 청소년의 부담을 줄여줄 수 있다. 실제로 독서치료는 청소년 상담 장면에서 적극적으로 활용되고 있다. 독서치료가 청소년의 자기효능감에 어떠한 영향을 미치는지에 대한 선행연구로는 배은경(2003), 구명숙(2005), 최혜숙(2006), 박현희(2008), 김안희(2009), 한정아(2011)의 연구물이 있다. 이들은 모두 독서치료가 ‘자기효능감, 학업적 자기효능감, 진로결정 자기효능감’에 유의한 영향을 미친다고 보고하고 있다. 이를 통하여 독서치료가 청소년의 자기효능감을 증진시키는데 긍정적인 역할을 함을 알 수 있다.

상호작용적 독서치료 이론에서는 책이나 다른 자료를 읽거나 본 후에 치료자와 내담자, 내담자들 사이에서 활발한 상호작용을 함으로써 치료효과를 더 크게 할 수 있다고 본다(Hynes & Hynes-Berry, 1994; 김현희 외, 2004 재인용). 이는 참여자 스스로 독서의 주체가 되어 치료 프로그램에 참여한다는 점에서 유기체의 자정능력을 강조하는 게슈탈트치료와 맥을 같이한다고 볼 수 있다. 따라서 청소년의 정서 계발을 위해 게슈탈트 예술치료의 하나인 그림과 독서치료를 접목한다면 그 효과가 긍정적일 것으로 예측할 수 있다. 이에 본 연구는 가정의 경제적 어려움으로 인해 학업적 자기효능감이 낮게 형성된 청소년을 대상으로 그림-독서치료 프로그램을 개발·진행하여 참여자가 보이는 경험적 현상의 의미를 이해하는 것을 목적으로 한다.

그림-독서치료 체험을 통해 참여자가 경험하게 되는 현상의 의미는 물리적 인과관계를 통해 객관적으로 밝혀낼 수 있는 것이 아니다. 그림-독서치료 프로그램 체험을 통해 저소득층 청소년이 어떠한 현상의 변화를 경험하는지 관찰하고, 그 체험의 의미를 탐구하기 위해서는 현상학적 연구방법으로의 접근이

필요하다. 현상학적 체험연구는 물리적 인과관계의 범주와는 달리 인간의 체험을 의미·목적·동기연관 등의 범주를 통해 탐구하기 때문에 인간의 삶 가운데 이와 관련하여 발생할 수 있는 문제들을 치유하는 데 크게 기여할 수 있다 (이남인, 2014). 따라서 본 연구는 프로그램을 진행하며 참여자들이 보이는 지금-여기에서의 정서·행동의 변화를 살펴보기 적합한 현상학적 연구방법으로 문제에 접근하였다.

2. 연구 문제

본 연구의 목적에 따른 연구 문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 그림을 활용한 독서치료 프로그램 체험 과정에서 저소득층 청소년은 어떠한 현상의 변화를 보이는가?

연구문제 2. 그림을 활용한 독서치료 프로그램 체험 과정에서 저소득층 청소년이 보이는 현상의 본질적 의미는 무엇인가?

연구문제 3. 그림을 활용한 독서치료 프로그램 체험은 저소득층 청소년의 학업적 자기효능감 증진에 어떠한 영향을 미치는가?

3. 용어의 정의

가. 게슈탈트치료

게슈탈트(Gestalt)란 개체가 환경을 자신의 주관적인 관점에서 의미 있는 형태로 조직화하여 지각한 것을 의미한다(Polster & Polster, 1974). 게슈탈트치료는 현상학적, 장이론적, 대화적, 실험적 접근의 토대 위에서 Fritz Perls에 의해 창안된 심리치료이다. 게슈탈트치료는 ‘알아차림(awareness)’을 통하여 자기를 재발견하고, ‘접촉(contact)’함으로써 진정한 자기를 회복하는 과정이다(Perls, 1976; 김정규, 2012 재인용). 알아차림이란 ‘개체가 주어진 상황에서 개체-환경의 장에서 일어나는 중요한 내적·외적 사건들을 지각하고 체험하는 것’으로 정의할 수 있다(Yontef, 1984). 또 접촉이란 ‘개체가 알아차림을 통해 게슈탈트를 형성한 후 이를 해결하기 위해 환경에서 매력적인 목표물을 찾아내어 그것을 향해 행동하는 것’을 말한다(김정규, 2015).

게슈탈트치료에서 모든 심리장애는 궁극적으로 알아차림과 접촉이 결여된 상태에서 발생한다고 보며, 알아차림의 문제가 생기는 원인을 ‘접촉경계혼란’ 행동이라는 개념으로 설명한다. 여기에는 ‘내사, 투사, 반전, 융합, 자의식, 편향’ 등이 있다(Perls et al., 1951; Polster & Polster, 1973; 김정규, 2012 재인용).

게슈탈트치료의 목적은 심리장애를 겪는 내담자의 자생력을 키워 주어 스스로 혼란을 극복하고 변화와 성장을 할 수 있도록 도와주는 것이다(Perls et al., 1951; 김정규, 2015 재인용). 이러한 내담자의 성장을 위해 게슈탈트치료에서는 개체가 환경과의 관계성 속에서 자기와 타인을 있는 그대로 수용하고, 지금-여기에서 일어나는 프로세스(process)를 온전히 체험하는 것을 중요시한다.

7) 프로세스는 표현된 말이나 글의 이면에 담긴 혹은 행동 상에 드러나는 정서나 욕구, 의도, 신체, 행동 패턴 등 다양한 현상을 지칭하는 말이다(김정규, 2015). 이는 지금-여기에서 일어나는 자신의 느낌(감정), 타인과의 관계 속에서의 느낌, 장의 분위기 등을 포함한다. 프로세스(과정)는 도가에서 말하는 도(삶의 방식:way of living)와 같은 것으로 볼 수 있으며, 살아 있는 과정 속에서 체험을 통해 생생하게 직관으로 알아차리고 깨달을 수 있다(김정규, 2016 강의록).

나. 게슈탈트 관계성 향상 프로그램(GRIP)

게슈탈트 관계성 향상 프로그램(GRIP: Gestalt Relationship Improvement Program)은 김정규(2010)가 우리의 문화와 정서를 고려하여 게슈탈트치료 이론에 입각하여 개발한 예술치료 프로그램이다. 여기에서 관계성이란 사전적 정의인 ‘둘 또는 여러 대상이 서로 연결되어 있는 성질’⁸⁾보다 포괄적인 개념을 의미한다. 다음은 그림의 관계성에 대한 김정규의 정의이다.

그림의 관계성은 개인이 자기 자신의 신체와 정서, 욕구, 생각, 지각, 상상을 억압하지 않고 잘 알아차릴 뿐 아니라, 그것들을 타인과의 대화적 관계성 속에서 적절히 표현할 수 있으며, 또한 타인을 왜곡하지 않고 있는 그대로 잘 알아차리고 이해하며, 타인과 공감적으로 교류하고 소통할 수 있고, 나아가서 사회적, 문화적 및 자연적 환경과도 유기적이고 효율적인 접촉을 할 수 있는 것을 말한다.

- 게슈탈트 관계성 향상 프로그램 매뉴얼, pp.25.

그림은 기존의 게슈탈트 놀이 및 예술치료 기법들을 변형 수정한 것과 새로 개발한 그림도구(마음자세카드, 그림상황카드, 감정단어카드, 그림가족인형, 그림보드게임)로 구성되어 있다. 그림의 전체 구조는 ‘알아차림 연습, 각종 놀이 및 예술 매체 활용 작업, 그림도구 활용 작업’ 순으로 되어 있다. 예술치료 프로그램인 그림은 문학, 미술, 음악, 무용, 연극 등 다양한 매체를 사용함으로써 언어적 표현의 한계점을 보완할 수 있다는 장점이 있다. 특히 비자발적이며 언어 발달이 미숙한 청소년의 경우 언어적 의사소통에 어려움을 보이기 때문에 그림을 사용하여 자기개방을 도울 수 있다(김정규, 2015).

8) 고려대학교 민족문화연구원. 다음 한국어 사전(2016.3.14). <http://dic.daum.net/word>

다. 독서치료

독서치료(Bibliotherapy)란 말은 ‘biblion(책, 문학)’과 ‘therapeia(도움이 되다, 의학적으로 돕다, 병을 고쳐주다)’라는 그리스어에서 유래되었다. 따라서 독서치료는 문학을 사용하여 정신건강을 증진시킨다는 의미를 갖는다(Hynes & Hynes-Berry, 1994.). 즉, 독서치료는 문학이 치료적인 특성을 가졌다는 기본 가정에서 출발한다고 볼 수 있다(Gornicki, 1981). 독서치료가 무엇인지 가장 단순하게 정의를 내린다면 책을 읽음으로써 치료가 되고 도움을 받는다는 것이다(김현희, 2004). 독서치료를 통하여 도움을 받을 수 있는 문제는 발달적, 임상적인 문제 모두를 포함한다(임성관, 2011). 또한 그 치료 대상은 유아에서 노인에 이르기까지 광범위하다. 본 연구에서는 상호작용적 독서치료이론⁹⁾(Hynes & Hynes-Berry, 1994)을 기반으로 프로그램을 개발하고자 한다.

라. 저소득층 청소년

사전적 의미로 ‘저소득층’은 ‘돈을 적게 벌어서 사는 사회 계층’을 의미한다.¹⁰⁾ 좀 더 구체적으로 저소득층(low-income people)이란 공적인 빈곤기준에 의해 생활보호의 수준과 동등하거나 그 이하의 소득으로 생활하고 있는 계층을 말한다(박용순, 2001). 이에 따라 ‘저소득층 청소년’은 가정의 경제적 환경이 어려운 청소년으로 정의할 수 있다. 저소득층 청소년은 교육복지 우선 지원 혜택을 받는데, 학교 현장에서 이러한 혜택을 받는 저소득층은 소득평가액과 재산의 소득환산액을 합산한 ‘소득 인정액’을 기준으로 선정하고 있다(나정, 2009). 본 연구에서는 저소득층 청소년의 기준을 학교 현장에서 보건복지부로부터 교육복지 우선 지원 혜택¹¹⁾을 받는 청소년으로 제한하여 논의를 전개하도록 하겠다.

9) 상호작용적 독서치료의 경우 참여자가 책이나 다른 자료를 읽거나 본 후에 리더와 참여자, 혹은 참여자 사이에 활발한 상호작용을 함으로써 치료효과를 더 크게 할 수 있다(김현희 외, 2004).

10) 연세대학교 언어정보개발연구원 편(2003), 연세한국어사전, 두산동아, p.1575.

11) 교육복지 우선지원학생 : 교육급여 수급권자, 교육감이 정하는 차상위 계층, 한부모가족 보호 대상 학생(보건복지부. 교육복지 우선 지원(2016.3.14). <http://www.bokjiro.go.kr>)

마. 학업적 자기효능감

학업적 자기효능감(academic self-efficacy)은 Bandura의 자기효능감(self-efficacy)¹²⁾ 이론에 뿌리를 두고 있다. Bandura는 자기효능감이 학습자의 학습능력과 수행을 매개한다고 보았으며, 학업적 자기효능감을 ‘학습자가 학업적 과제의 수행을 위해 필요한 행위를 조직하고 실행해 나가는 자신의 능력에 대해 내리는 판단’(Bandura, 1977, 1986)으로 정의하였다. 또 Schunk(1991)는 ‘학습자가 특정 학습 과제를 성공적으로 성취해낼 수 있는지에 관한 스스로의 확신을 일컫는 것’이 학업적 자기효능감이라 하였다. 이는 성취 경험, 대리 경험, 언어적 설득, 생리적·정서적 각성이라는 네 가지 주요한 근원에 의해 성취될 수 있다(Bandura, 1997; 윤운성 등 역, 2004 재인용).

바. 학업성취도

학업성취도란 ‘학업’과 ‘성취도’라는 단어가 합쳐진 말이다. 학업이란 “공부하여 학문을 닦는 일, 주로 학교에서 일반 지식과 전문 지식을 배우기 위하여 공부하는 일”이라는 뜻이고, 성취도는 “목적한 바를 이룬 정도”를 의미한다¹³⁾. 따라서 학업성취도는 ‘학교에서 공부한 후 목적한 바를 이룬 정도’라고 정의할 수 있다. 학업성취는 학교교육이 달성해야 할 당면 과제이자 궁극적 목표이며 학업성취도는 학습 결과에 대한 객관적 지표이다(윤회정, 2015). 본 연구에서는 학업성취도를 ‘학생이 학교에서 공부한 내용을 익혀 학습목표를 이룬 정도’라고 정의하고, 성취 정도를 학교에서 치러지는 1, 2학기 중간고사 성적 변화를 비교하여 알아보고자 한다.

12) Bandura는 자기효능감이 ‘개인이 특정한 수행을 달성하기 위해 필요한 일련의 행위를 조직하고 실행해 나가는 자신의 능력에 대한 판단’(Bandura, 1986)이라고 정의하였다.

13) 국립국어원 (쥬날말). 네이버 국어사전(2016.3.29). <http://dic.naver.com>

II. 이론적 배경

1. 선행연구 검토

가. 그림 선행연구 검토

그림은 아이들에게 쉽게 다가갈 수 있는 그림 카드와 다양한 매체를 사용하여 구체적인 언어표현과 비언어적인 표현의 동시 가능성을 제공한다(고하나, 2009). 청소년의 경우 비자발적으로 상담에 의뢰되는 경우가 많은데 그림을 통하여 소극적인 청소년들을 적극적으로 상담 장면으로 이끌 수 있다는 장점이 있다. 이러한 그림의 장점 때문에 청소년 문제를 풀어나가는 열쇠로 그림을 적용하여 유의미한 결과를 얻어낸 연구물이 많다. 청소년을 대상으로 그림을 적용한 연구는 다음과 같이 크게 세 가지 범주로 나누어 볼 수 있다.¹⁴⁾

첫째, 그림이 청소년의 정서 조절에 어떠한 영향을 미치는가?

이지현(2009)은 우울 성향 여자중학생을 대상으로 그림이 우울, 자기개념, 대인관계에 미치는 효과를 검증하였다. 연구 결과 게슈탈트 관계성 향상 프로그램이 우울 성향 여자 중학생들의 우울 감소에 효과가 있음이 밝혀졌고, 자아가치관 향상에 부분적으로 효과가 있는 것으로 나타났다.

오지혜(2010)는 그림이 우울 성향 여자중학생의 우울, 정서 조절, 학교 적응에 미치는 영향에 대해 살펴보았다. 연구 결과 그림은 학생들의 우울을 감소시키고 정서인식, 정서조절, 학교적응을 증진시키는 데 효과적인 것으로 나

14) 이 밖에 김진아(2015)는 청소년을 대상으로 그림 도구인 '그림상황카드'의 진단 도구로서의 유용성을 밝히고자하는 연구를 진행하였다.

타났다.

김숙희(2011)는 그림이 비행청소년(법원의 보호처분 명령에 따라 수도권 소재 아동보호 치료시설에 위탁 수용 중인 비행청소년들)의 분노와 충동성 조절 및 자기개념에 미치는 효과에 대한 연구를 하였다. 연구 결과 그림은 비행청소년의 충동성과 분노, 자기개념에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

이은비(2013)는 그림이 학교 부적응 청소년의 정서 조절 곤란과 문제행동에 어떠한 영향을 미치는지에 대해 연구하였다. 연구 결과 실험집단의 정서에 대한 비수용성이 유의미하게 감소한 것으로 나타났다. 이에 따라 그림은 학교부적응 청소년의 정서 조절 곤란 감소에 대해 부분적으로 효과가 있다고 보고하고 있다. 그러나 추후 시점에서 실험집단의 정서 조절 곤란에 대한 프로그램 효과가 유의미하지 않았다. 또한 내재화 문제행동, 외현화 문제행동에서 긍정적 변화 경향성이 관찰되었으나 유의미하지는 않았다.

최영숙(2013)은 그림이 청소년기의 우울-불안, 위축의 내면화 문제 행동의 감소를 통한 공격성의 감소에 어떠한 영향을 미치는지 연구하였다. 연구 결과 그림을 통해 실험집단의 우울-불안, 위축이 유의미하게 감소되었다고 보고하였다. 그러나 그림이 공격성의 감소에 직접적인 영향을 미치지 못하고 간접적인 영향을 미친다고 하였다. 또 우울-불안의 감소가 공격성의 감소와 관련이 있는 것으로 나타났으며 위축은 관련이 없는 것으로 나타났다.

김효림(2014)은 그림을 활용한 집단미술치료 프로그램을 개발하여 중학생의 우울과 대인관계에 미치는 효과를 알아보는 연구를 하였다. 연구 결과 그림을 활용한 집단미술치료는 중학생의 우울 감소에 효과가 있었다. 또한 대인관계 하위 영역 중 타인에 대한 불쾌감 주장, 자기노출과 학교생활화(KSD)의 표현향상에 효과가 있는 것으로 나타났다.

둘째, 그림이 학교폭력 가·피해자와 방관자에게 어떠한 영향을 미치는가?

이효정(2012)은 그림이 특성화고등학교의 학교폭력 피해경험이 있는 남학생들의 자기개념과 대인관계에 어떠한 영향을 미치는지 연구하였다. 연구 결과 실험집단의 자기개념(자기 존중감, 대인관계능력, 문제해결능력)이 유의미하게 향상 되었다. 또한 대인관계(만족감과 친근감, 개방성)에서도 유의미한 효과가 나타났다고 보고하고 있다.

구도연(2013)은 그림이 중학생의 스트레스, 공감능력, 학교폭력 가해행동에 미치는 영향에 대한 연구를 하였다. 연구 결과 그림은 실험집단의 스트레스 감소와 공감능력 향상에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 또한 그림은 학교폭력 가해 행동 감소에 영향을 미치지 않으며, 그림과 학교폭력 가해 행동의 관계에서 스트레스와 인지 공감능력, 정서 공감능력의 매개효과도 없는 것으로 나타났다고 보고하고 있다.

전혜리(2013)는 그림이 중학생의 방관적 태도의 감소와 공감능력의 향상에 미치는 효과에 대한 연구를 하였다. 연구 결과 실험집단의 인지적 공감능력은 통제집단에 비하여 유의미하게 감소된 것으로 나타났다. 그러나 정서적 공감능력은 유의미하게 상승하였다. (여기에서 인지적 공감능력은 방관적 태도를 감소시키는 것이 아니라 오히려 상승시키며, 정서적 공감능력은 방관적 태도를 효과적으로 감소시키는 것으로 나타났다.) 따라서 그림은 학교폭력의 방관적 태도에 직접적으로 영향을 미치지 않는 대신, 정서적 공감능력을 통해 간접적 영향을 미친다고 보고하고 있다.

셋째, 그림이 인터넷 중독 청소년에게 어떠한 영향을 미치는가?

황다연(2011)은 그림이 인터넷 중독 경향 청소년의 자기통제력, 부모-자녀간 의사소통, 또래관계 향상에 영향을 미쳐 인터넷 중독을 감소시킬 수 있는지 연구하였다. 연구 결과 실험집단의 자기통제력이 상승하였고, 부모-자녀간

의사소통 점수, 또래관계 점수 또한 유의미하게 상승하였다. 또한 그림 실시 후 피험자들의 인터넷 중독(의존성 및 금단증상, 부정적 결과, 내성) 점수가 유의미하게 감소하였다고 보고하고 있다.

안미영(2015)은 그림이 인터넷 중독 경향 청소년의 우울(불안, 위축), 공격성, 외로움, 자기통제력, 부모와의 의사소통 등 심리·사회적 적응에 미치는 효과성을 검증하는 연구를 하였다. 연구 결과 실험집단의 우울, 외로움, 공격성 점수가 감소한 것으로 나타났다. 반면 자기통제, 부모-자녀 간 의사소통 점수는 증가하였다. 따라서 그림은 인터넷 중독 경향을 가진 청소년들의 심리·사회적 적응에 긍정적 영향을 미친다고 보고하고 있다.

이상에서 살펴본 연구 결과를 통하여 그림이 청소년의 정서, 행동 문제 해결에 긍정적으로 도움을 준다는 것이 입증되고 있다. 그중 그림이 자기효능감에 미치는 효과에 대한 연구가 초등학교를 대상으로 이제이(2012)에 의하여 이루어졌다. 그러나 아직 그림을 통하여 저소득층 청소년을 대상으로 자기효능감을 높이는 방안에 대한 연구는 이루어지지 않고 있다. 따라서 본 연구에서는 선행 연구의 성과를 바탕으로 그림을 활용하여 저소득층 청소년의 학업적 자기효능감을 높일 수 있는 프로그램을 개발하고자 한다.

나. 독서치료 선행연구 검토

국내에서 독서치료에 대한 연구는 1980년대 중반에 학위논문이 발표된 이래 2000년대 중반에 들어 비약적인 발전을 보이고 있다(김현희, 2004). 독서치료 프로그램을 적용한 연구는 아동 및 청소년 뿐 아니라 전 연령대를 대상으로 하여 이루어지고 있으며, 연구 목표 또한 '자아존중감 향상, 자아정체성

신장, 자기효능감 증진, 정신질환 치료, 문제행동 교정, 부부갈등 해결' 등으로 다양하다.

여기에서는 그 적용범위를 '청소년의 자기효능감'으로 한정하여 독서치료를 실시한 선행 연구를 살펴보겠다. 청소년을 대상으로 한 독서치료를 활용한 자기효능감 연구는 다음과 같이 세 가지로 범주화 할 수 있다.¹⁵⁾

첫째, 독서치료가 청소년의 자기효능감에 어떠한 영향을 미치는가?

김안희(2009)는 중학교 부적응 학생들을 대상으로 자기효능감과 학교적응에 대한 독서치료의 영향을 알아보고, 나아가 바람직한 학교적응과 긍정적 자기효능감 형성을 위한 독서치료의 프로그램을 개발하는 연구를 하였다. 연구 결과 독서치료는 중학교 부적응 학생의 자기효능감과 학교적응 전체에 통계적으로 유의미한 영향을 미치고 있으며, 특히 하위영역인 자신감, 자기조절효능감, 학교환경적응, 학교친구적응, 학교생활적응에 유의미한 영향을 미친다고 보고한다.

둘째, 독서치료가 청소년의 학업적 자기효능감에 어떠한 영향을 미치는가?

구명숙(2005)은 중학생을 대상으로 학업적 자기효능감과 자기표현에 독서요법이 미치는 효과와 성별 간 차이에 대해 알아보는 연구를 하였다. 연구 결과 독서요법은 중학생의 학업적 자기효능감과 자기표현력을 증가시키는데 긍정적인 작용을 하는 것으로 나타났다. 또한 독서요법을 통한 학업적 자기효능감 증진과 자기표현 증가는 성별과 상관없이 나타났다고 보고한다.

15) 이외 나미현(2016)은 상담자가 상담 장면에서 활용할 수 있는 '과정중심 독서상담 프로그램'을 개발하는 연구를 진행하였다.

셋째, 독서치료가 청소년의 진로결정 자기효능감에 어떠한 영향을 미치는가?

배은경(2003)은 일반계 여자고등학생을 대상으로 독서를 통한 진로집단상담 프로그램을 실시하고 진로결정 자기효능감과 진로태도성숙에 미치는 효과를 알아보는 연구를 하였다. 연구 결과 독서치료는 진로결정 자기효능감 향상과 진로태도 성숙에 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타났다.

한정아(2007)는 일반계 여고생을 대상으로 진로상담 프로그램에 상호작용적 독서치료를 접목시킨 진로 프로그램이 진로결정 자기효능감과 진로태도성숙에 어떠한 영향을 미치는지 연구하였다. 연구 결과 독서치료를 활용한 진로 프로그램은 진로결정 자기효능감(목표선택, 직업정보, 문제해결, 미래계획)과 진로태도성숙(결정성, 목적성, 확신성, 독립성) 향상에 유의한 효과가 있는 것으로 나타났다고 보고하고 있다.

박현희(2008)는 저소득층 청소년을 대상으로 다양한 매체를 활용한 독서요법이 진로결정 자기효능감 향상에 미치는 효과를 알아보는 연구를 하였다. 연구 결과 다양한 매체를 활용한 독서요법은 저소득층 청소년의 진로결정 자기효능감 향상에 상당한 효과를 주는 것으로 나타났다.

선행연구들은 모두 독서치료가 ‘자기효능감, 학업적 자기효능감, 진로결정 자기효능감’에 유의한 영향을 미친다고 보고하고 있다. 이를 통하여 독서치료 프로그램이 청소년의 자기효능감을 증진시키는데 긍정적인 역할을 함을 알 수 있다. 그러나 독서치료 연구 논문의 주제로 청소년의 자기효능감에 대해 연구한 것은 그 수가 매우 적은 것이 현실이다. 또한 청소년의 자기효능감을 다룬 논문 중 대다수가 진로결정 자기효능감에 치우쳐 있다. 저소득층 청소년의 학업적 자기효능감 증진을 돕기 위한 독서치료 프로그램 연구가 활발히 이루어질 필요가 있다.

2. 계슈탈트치료와 독서치료

생애(生涯)라.

왜 옛 어른들은 사람이 살아 있는 한평생 동안을 가리켜, 날 생(生) 옆에 물가 애(涯), 끝 애(涯), 벼랑 낭떠러지 애(涯)자를 붙였을까.

산다는 것은 그렇게 늘 아슬아슬한 백척간두(百尺竿頭), 백 자나 되는 장대 끝에 까마득히 곤두서서 위태로이 흔들리며, 자칫 고꾸라져 떨어진 채 물살에 썩슬러 떠내려가기 쉬운 것이란 말인가.

두렵고 어려운 일이다.

이러한데 만일 닳아도 흔들리지 않고, 흔들어도 뺨치지 않는 실직한 징검다리가 놓여 있다면 그 징검돌은 그 얼마나 커다란 바탕이 되랴.

- 「혼불」 16) 8권 '꽃심을 지닌 땅' 중

최명희의 「혼불」 중 한 대목이다. 독자는 ‘생애(生涯)’라는 단어에 담긴 의미를 되새기며 주인공 삶의 역경에 공감하게 되고, 그것을 자신의 삶으로 가져와 내면화하게 된다. 이처럼 타인의 삶을 통한 내면화로 자기 삶에 대한 알아차림과 접촉을 시도하는 것이 독서치료의 효과라 할 수 있다.

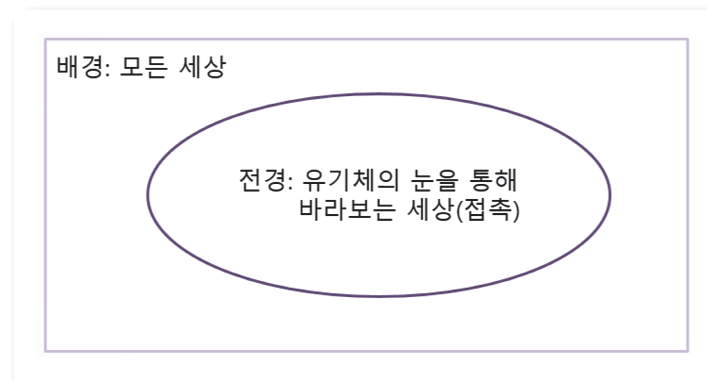
독서는 자신을 돌아보고 부족한 점을 고쳐나가도록 도와주는 가장 오래된 역사를 지닌 하나의 상담유형이라고 볼 수 있다. 책을 읽는다는 것은 정신을 집중시키고 마음 깊숙한 곳까지 들어가게 함으로써 자신과 대면을 하게 되는 기회가 된다는 의미이다(신주영, 2004). 독서치료 참여자는 자신과의 대면을 통하여 스스로의 문제를 자각하기 위하여 ‘동일시(identification), 카타르시스(catharsis), 통찰(insight)과 통합(integration)’ 등의 심리학적 원리를 적용하게

16) 「혼불」은 최명희(1981~1996)가 쓴 대하장편소설이다. 구한말과 일제강점기를 배경으로 우리민족의 풍속과 설화, 판소리, 민요 등을 대거 인용하여 우리의 전통을 잘 담아내고 있다. 또한 세심하게 다듬은 문장 하나 하나가 문체미학을 한 차원 드높인 것으로 평가되고 있다.
(한국민족문화대백과사전. 혼불(2016.4.15). <http://encykorea.aks.ac.kr>)

된다(김현희 외, 2004). 이는 독서치료가 정신분석, 게슈탈트, 사회학습, 인지 행동치료, 비지시적 상담이론 등 다양한 심리학 이론을 바탕으로 하고 있기 때문이다(Gornicki, 1981; 김현희 외, 2004 재인용). 그중 본 연구에서는 게슈탈트치료와 독서치료의 관계에 초점을 맞추어 논의를 진행하고자 한다.

게슈탈트치료는 장이론과 현상학을 토대로 한다. 따라서 모든 인간은 환경과 상호작용하는 유기체로 본다(Yontef, 1993). 유기체는 환경과의 접촉을 통해 자기(self)를 드러낸다. 유기체가 환경과 접촉하는 순간은 현재 진행형이며 매 순간 일어나는 현상이다. 이때 유기체는 모든 세상과 접촉할 수 없고, 오로지 자신의 경험에 의해 형성된 자신만의 눈을 통해 세상을 지각하게 된다. 접촉과 물러섬을 반복하며 자기는 형성과 해체를 반복하게 되고 순간 순간 재창조된다. 즉 게슈탈트치료는 유기체가 관계 속에서 진정한 자기를 재창조해가는 과정이라 할 수 있다(Miller, 2016).

[그림1] 세상을 보는 눈



이러한 치료적 과정은 독서치료에서도 그대로 드러난다. 독자라는 유기체는 책이라는 매체를 통해 작가라는 또 다른 유기체, 사회라는 환경과 대화를 하게 된다. 이때 독자는 자신만의 관점으로 책을 해석하며 세상과 접촉하게 된다. 그러한 과정을 통해 독자는 자신과 타인, 사회에 대한 깨달음을 얻을 수

있게 되고 그것을 내면화하게 된다. 내면화를 통해 독자는 매순간 새롭게 자신을 재창조한다. 이렇게 볼 때 독서치료 역시 독자가 관계 속에서 자기를 재창조해가는 과정이라 할 수 있다.

게슈탈트치료에서는 ‘개체가 주어진 상황에서 개체-환경의 장에서 일어나는 중요한 내적·외적 사건들을 지각하고 체험하는 것’을 알아차림이라 정의하고 있다(Yontef, 1984). 이를 통해 볼 때 책을 통한 깨달음은 게슈탈트치료에서 말하는 알아차림과 같은 맥락에서 생각할 수 있다. 유기체는 누구나 스스로의 상처를 치유하고 성장할 수 있는 힘이 있는 존재이다(Perls et al., 1951). 그런 의미에서 독서를 통해 자신의 삶을 반성적으로 성찰하는 것은 게슈탈트치료에서 말하는 자각과 성장이라는 개념과 닮아 있다.

Zinker는 삶은 창의적 과정이라고 인식하며 시와 심리치료가 변화와 변형이라는 점에서 비슷하다고 했다. 그는 게슈탈트치료에서 치료자를 치료 상황과 분위기를 만들어내는 역할을 하는 예술가로 보았고, 이런 창의적 과정이 자아를 탐색하고 성장하도록 촉진한다고 했다(Zinker, 1977; 김현희 외, 2004 재인용). 또한 Miller(2016)는 언어를 통해 자기감(sense of self)을 형성할 수 있다고 보았고, 내담자를 자기 인생에 대한 예술가¹⁷⁾로 보았다. 김정규(2015)는 문학작품은 언어¹⁸⁾를 통해 존재에 대한 체험을 가능하게 한다고 했다. 즉 내담자는 일상 언어와 다른 좀 더 본원적인 언어를 통해 자기를 드러내면서 존재체험을 할 수 있다는 것이다. 이처럼 게슈탈트치료에서는 언어를 매개로한 문학이라는 예술매체를 상담 장면에서 적극적으로 활용한다. 이렇게 볼 때 독서치료와 게슈탈트치료는 이질적인 별개의 프로그램이 아니라 뿌리가 같은 하나의 예술치료 프로그램이라 할 수 있다.

17) 내담자는 자기 자신의 자원, 자기지지, 관계 속 지지, 학습한 기술 등을 통해 현재를 누리고 충실히 살 수 있는 존재이다(Miller, 2016).

18) 언어는 자기와 세계를 이해하게 해주는 뿌리이다. 언어는 기분과 이해를 바탕으로 존재를 드러나게 해준다. 심리치료라는 것도 알고 보면 언어를 통해 내담자가 모르고 있던 세계를 조금씩 새롭게 발견해 나가는 작업이라고 할 수 있다(김정규, 2015).

3. 학업적 자기효능감과 학업성취도

Bandura는 학업적 자기효능감은 ‘학습자가 학업적 과제의 수행을 위해 필요한 행위를 조직하고 실행해 나가는 자신의 능력에 대한 판단’이라 정의하였다(Bandura, 1977, 1986). 또 Schunk에 따르면 학업적 자기효능감은 ‘주어진 학습상황에서 원하는 수준의 학업성취를 이루어 내는 것에 대해 학습자 스스로 어느 정도의 자신감을 지니고 있는지’를 가리킨다(Schunk, 1991). 즉, 학업적 자기효능감은 학습자가 스스로 학업성취에 대해 얼마나 자신감을 갖고 있느냐하는 것을 말한다.

학업성취도란 ‘학교에서 공부한 후 목적인 바를 이룬 정도’라고 정의할 수 있다. 학업성취는 학교교육이 달성해야 할 당면 과제이자 궁극적 목표이며 학업성취도는 학습 결과에 대한 객관적 지표이다(윤회정, 2015).

Bandura를 비롯한 많은 사회인지학자들이 학업적 자기효능감이 수행과 학업성취도에 영향을 미친다는 연구 결과를 보고하고 있다. 최근 국내에서도 학업성취도에 영향을 미치는 요인으로 자기효능감에 대한 연구가 활발히 진행되고 있다(윤운성, 1998; 김남희, 2000; 김아영·박인영, 2001; 김아영·조영미, 2001; 김종한, 2001; 김아영·차정은, 2003; 유미영·홍혜영, 2010; 주영주·정영란·이유경, 2011; 송승민·이유현, 2012; 윤회정, 2015). 이들의 연구 결과에 따르면 자기효능감은 학업성취도에 영향을 미치는 중요 요인임을 알 수 있다.

자기효능감이 높은 사람은 어떤 결과를 초래할 행동을 성공적으로 수행할 자신이 있다고 생각하고 그런 활동을 시도하고 지속할 가능성이 높다. 또 다른 수행에 영향을 미쳐서 지속적인 성장을 하게 되므로 실제 수행에 중요한 영향을 미치게 된다(박은혜·김언아, 2001; 윤회정, 2015 재인용). 학습상황에서도 자기효능감이 어떻게 형성되어 있느냐에 따라 학습자는 다른 태도를 보인다. 자기효능감이 낮은 학생은 과제에 실패했을 때 학업적 요구에 불안해지게 되고, 효능감이 높은

학생은 실패하더라도 충격을 받지 않아 침착하다. 즉 학업적 효능감이 낮으면 학업 불안에 대한 취약성이 높아진다고 볼 수 있다(Bandura, 1995; 김아영, 2010 재인용). 반면 학업적 자기효능감이 높은 학습자는 도전적인 과제를 선택하고, 주어진 과제를 수행하기 위해 더 많은 노력을 기울이고 지속하는 능력이 있다(Bandura & Schunk, 1981; 박인영, 1998 재인용). 또한 이들은 불안을 느끼는 정도가 낮고 보다 효과적인 학습전략을 사용하며 자기관찰, 자기평가, 자기반응과 같은 자기조절 능력이 뛰어나다(Zimmerman et al., 1992; Zimmerman & Martinez-Pons, 1990; 김아영, 2010 재인용).

그러나 학업적 자기효능감이 학업성취도에 일방적으로 영향을 주기만 하는 것은 아니다. 학업성취도 역시 자기효능감에 영향을 미친다. Bandura는 과거의 학업에서 성공한 경험과 실패한 경험이 자기효능감에 영향을 미쳐 불안을 유발한다고 보았다(Bandura, 1995; 김아영, 2010 재인용). 이에 따르면 학업적 자기효능감과 학업성취도는 서로가 서로에게 영향을 미치는 상호호환적 관계에 있다고 볼 수 있다. 봉미미·노아름·송주연·황아름(2011)은 학업적 자기효능감과 성취목표 사이 인과적 선행성을 밝히는 연구에서 두 변인은 어느 것이 선행한다기 보다 서로 영향을 미치는 관계에 있다는 것을 밝혔다. Guay, Marsh, Boivin(2003)은 학업적 자아개념과 학업성취도 간의 인과적 선행성을 밝히기 위한 연구에서 두 변인 사이의 상호호환관계를 발견했다(봉미미·노아름·송주연·황아름, 2011 재인용).

이에 따르면 학업성적이 좋아 성취도가 높은 학생은 성공 경험을 하였기 때문에 자기효능감이 증진된다. 또한 자기효능감이 증진되면 학업에 대한 자신감이 붙어 성취도를 높이는 결과를 가져오게 된다. 반면 학업적 자기효능감이 낮은 학생은 학업 성적이 저조한 것을 능력 부족으로 귀인하여 두려움과 절망을 가지게 되고, 마지못해 과제수행에 임하거나 아니면 피하려 하게 된다. 그렇게 되면 학업성취도는 저하될 것이고 학업적 자기효능감 역시 점차 낮아지게 된다.

4. 저소득층 청소년의 학업적 자기효능감

가정은 인간의 사회화 과정에 있어 가장 기본적이고 중심적인 매개체이다 (권영래·유안진, 1989). 가정환경을 구성하는 다양한 요소 중 하나인 경제적 요인은 청소년의 정서, 행동, 학업 성취 등에 영향을 미친다. 그중 본 연구에서는 가정의 경제적 어려움이 청소년의 학업성취에 어떠한 영향을 미치는지에 초점을 맞추어 논의를 전개하고자 한다.¹⁹⁾

최근 가족의 경제적 수준과 학업성취에 대한 연구가 활발하게 진행되고 있다. 학업성취의 경우 빈곤의 영향이 큰 것으로 보고되고 있다(구인회·박현선·정익중, 2006). 구인회(2003)는 가족구조와 빈곤이 청소년 교육성취에 부정적 영향을 미친다는 연구 결과를 보고하고 있다. 김광혁(2008), 박현선(2012) 역시 가정의 경제적 결핍이 청소년기 아동의 학업 성취에 부정적 영향을 끼친다고 주장하고 있다. 김서현·구혜완·백수정·정익중(2015)은 빈곤이 청소년의 학업성취와 학교생활만족에 모두 부적(-)으로 유의미한 영향을 미친다는 연구 결과를 보고하였다. Simons, Finley & Yang은 낮은 사회경제적 계층 학생들은 긍정적인 부모의 영향과 모델 부족, 교사의 편견, 언어 능력의 부족 등으로 인해 학습 면에서 불리하기 때문에 학업성취가 낮고 학교 중도탈락 위험도 있다고 말한다(Simons, Finley & Yang, 1991; 정영숙 외, 2009 재인용).

인적자본이론(human capital theory)에 따르면 저소득층 가정의 경우 부모는 생계유지를 위해 자원의 대부분을 사용하게 되고, 청소년의 교육투자 등 인적자본을 향상시키기 위한 자본은 충분히 제공되지 못하게 된다. 이로 인하여 청소년의 학업성취도는 낮아지게 된다. 즉 부모의 경제적 자원의 결핍이 청소년

19) 앞서 살펴본 바에 따라 학업적 자기효능감과 학업성취도가 상호호환적 관계에 있다고 전제하면, 저소득층 청소년의 학업성취도를 통하여 학업적 자기효능감을 유추해 볼 수 있다.

년 발달의 기회를 제한하게 되는 것이다(Becker and Tomes, 1986).

특히 초등학교에서 중학교로의 전환기에 빈곤 가정과 비빈곤 가정 아동의 교육 투자에 대한 차이가 크게 나타난다. 대부분의 비빈곤 가정의 경우 초등학교에서 중학교로의 전환기에 집중적인 교육투자가 이루어진다. 때문에 동일한 시기의 빈곤 가정 자녀들은 상대적으로 교육적 박탈을 경험하게 되고, 이는 결과적으로 중학교과정에서의 계층간 교육격차를 보다 크게 한다(박현선·이현주·정익중, 2011). 즉 가정의 경제적 뒷받침의 차이로 중학교로 진학하며 저소득층 청소년과 비빈곤 청소년의 학업 격차가 더 크게 벌어진다는 것을 알 수 있다. 이에 따르면 저소득층 청소년의 경우 청소년 초기에 학업적 자기효능감이 크게 저하될 가능성이 크다. 따라서 청소년 초기에 해당하는 중학생을 대상으로 학업적 자기효능감을 길러줄 수 있는 프로그램 개발이 필요하다.

5. 그림-독서치료와 저소득층 청소년의 학업적 자기효능감

그림-독서치료 프로그램은 자신의 감정에 대한 알아차림이 둔하고 자기개방에 익숙하지 않은 청소년 집단 상담 시 효과적이다. 언어만을 사용하여 비자발적 청소년을 상담하는 것은 어려운 일이다. 의사소통에서 언어가 차지하는 비중은 그다지 높지 않고, 언어 발달이 미숙한 청소년의 경우 언어적 의사소통에 어려움을 보이기 때문이다(김정규, 2015). 그림-독서치료 프로그램은 알아차림 연습과 책이라는 예술매체, 그림도구를 통하여 이러한 언어적 한계를 극복하고 비자발적 청소년의 적극적 참여를 유도할 수 있다. 이는 앞서 살펴본 선행연구에서 그림과 독서치료가 청소년의 정서 문제 해소, 자기효능감 증진에 도움이 된다는 것을 통해 뒷받침된다.

저소득층 청소년의 경우 일반적으로 청소년 내담자가 갖는 비자발적이라는 특성 외에 가정의 경제적 어려움으로 인해 발생한 부적응 문제를 보인다(최윤정·이시연, 2007). 빈곤은 청소년의 건강상태, 인지, 학업성취 뿐만 아니라 우울, 불안, 외로움, 의존성, 반사회적 행동, 과잉행동, 또래갈등, 고집 센 행동, 비행, 공격성 등 아동, 청소년기에 겪는 내재화 또는 외현화 문제들과 관련이 있다(Haveman & Wolfe, 1995; Brooks-Gunn & Duncan, 1997; McLeod & Shanahan, 1993; Lempers, Clark-Lempers & Simons, 1989; 박현선, 2012 재인용). 결국 저소득층 청소년은 환경의 영향으로 자기효능감이 낮고, 사회적 관계에서 위축되어 있으며 자신과 타인의 감정에 대한 알아차림이 둔한 존재로 성장하기 쉽다. 그렇게 되면 환경과 유기적인 관계성 속에서 상호작용하는데 문제가 생기게 되고 나아가 진정한 자기를 실현하지 못하게 된다.

이러한 문제를 해결하기 위한 근본적인 방법은 저소득층 청소년의 내적인 힘을 키워주는 것이다. 이를 위해 환경과의 관계 속에서 유기체의 알아차림과 접촉, 자각을 문제해결의 핵심으로 여기는 게슈탈트치료(Yontef, 1993)가 적절한 해결 방안이 될 수 있다. 그림-독서치료 프로그램은 게슈탈트 예술치료 프로그램의 하나이다. 여기에서는 이 프로그램이 저소득층 청소년의 내적인 힘 중 학업적 자기효능감을 어떠한 방법으로 증진시킬 수 있는지에 초점을 맞춰 살펴보겠다.

Bandura는 자기효능감이 생리적·정서적 각성, 대리적 경험, 성공 경험, 언어적 설득과 같은 네 가지 요소에 의해 영향을 받아 형성된다고 보았다. 생리적·정서적 각성은 신체건강을 증진시키고 스트레스와 부정적인 정서 성향을 줄이며 신체 상태에 대한 오해를 바로잡는 것이다. 대리적 경험은 성공한 사회적 모델을 관찰하고 자신 역시 유사한 활동을 완수하기 위한 능력을 지녔다는 관찰자의 신념을 고양시키는 것이다. 성공 경험은 과거의 성공과 실패 경험이

학업적 자기효능감의 근원이 된다는 것이다. 언어적 설득은 교사나 부모, 동료 등이 청소년에게 특정한 목표를 성취할 수 있다고 설득하는 것이다 (Bandura, 1997; 전성연 외 역, 1999; 윤운성 등 역, 2004 재인용).

그립-독서치료는 ‘알아차림 연습, 예술 매체 활용 작업, 그립도구 활용 작업’을 통해 Bandura가 언급한 자기효능감의 네 가지 근원을 채워줄 수 있다. 먼저 책의 구절을 통한 정서, 감정 등 현상 알아차림을 통하여 저소득층 청소년의 생리적·정서적 각성을 일으킬 수 있다. 이때 감정단어카드, 마음자세카드, 그림상황카드가 자신의 감정을 탐색하고 표현하는데 서툰 저소득층 청소년에게 도움을 줄 수 있다. 또한 나무 되어 보기, 집 가구 되어 보기 등의 매체를 활용하여 참여자의 자기 탐색과 자기 발견을 촉진할 수 있다.

다음으로 프로그램 참여자는 책 속 인물이 처한 상황, 감정 등에 대한 알아차림을 통해 자신의 삶과 비교하며 대리적 경험을 할 수 있다. 또한 다른 참여자의 성공 경험 관찰을 통해서도 대리적 경험을 할 수 있다. 이때에도 감정 단어카드, 마음자세카드, 그림상황카드를 활용하여 청소년이 책과 관찰을 통해 느껴지는 자신의 정서를 알아차리고 표현하는데 도움을 줄 수 있다. 또한 인물에게 편지쓰기, 내가 인물의 상황이라면, 인물과 비슷한 경험을 한 적이 있는지 이야기하기 등의 활동을 통해 다른 내담자들의 생각과 경험을 공유하며 대리적 경험을 확장시켜 나갈 수 있다.

학업적 자기효능감이 낮은 청소년일지라도 자신이 흥미를 느끼는 게임이라는 도구를 활용한 프로그램이라면 적극적으로 상담에 참여하게 된다. 이러한 점에서 그립보드게임은 비자발적 청소년의 자기개방에 효과적인 상담 도구이다. 그립보드게임을 할 때 감정단어카드, 마음자세카드, 그림상황카드를 함께 활용하게 되는데, 그 과정에서 참여자들은 자연스럽게 자기 개방을 하게 되고 서로에게 공감하고 지지하게 된다(김정규, 2010). 이때 참여자는 상담 장면에서 게임이라는 실험을 통해 성공을 경험할 수 있게 된다. 이밖에 프로그램에

사용할 책을 참여자가 주도적으로 선택하는 경험, 독서퀴즈를 통해 책에 대한 간단한 문제를 질문하고 답하는 성공 경험을 할 수도 있다.

그림-독서치료 프로그램의 각 과정에서 참여자들은 장점 말하기, 공감하기, 위로하기 등을 통해 상호수용과 자기지지를 경험하게 된다. 이때 참여자들은 주로 언어를 통해 지지를 표현하게 되는데 이를 통해 언어적 설득을 경험할 수 있다.

이 밖에도 집단 초기에 가족 상징작업, 어린 시절 집 그리기를 통해 비자발적 청소년의 자기개방을 도울 수 있고 신뢰감 형성에 도움을 받을 수 있다. 또 그림-독서치료 프로그램 진행 중 가족, 친구 등 관계에 대한 알아차림이 일어났을 경우 그림가족인형 등을 활용하여 상담을 더 깊고 의미 있게 이끌어 참여자의 자각과 통찰에 도움을 줄 수 있다.

위에서 살펴본 바와 같이 그림-독서치료 프로그램은 Bandura가 제시한 자기효능감의 4가지 근원을 키우기에 적합한 프로그램이다. 이를 통해 저소득층 청소년의 자기효능감 증진을 기대할 수 있으며, 궁극적으로 그들이 주체성을 갖고 건강한 유기체로 성장할 수 있도록 도울 수 있다.

Ⅲ. 그림-독서치료 프로그램 개발

1. 프로그램 목표

그림-독서치료 프로그램의 근본적인 목적은 참여자가 건강한 유기체로서 자신 내면의 목소리에 귀 기울일 수 있는 존재로 성장하여 정체성을 확립할 수 있도록 도움을 주는 것이다. 이를 실현하기 위해 그림-독서치료 프로그램의 1차적인 목표는 저소득층 청소년의 학업적 자기효능감을 높이는 것으로 하였다. 앞서 논의한 바와 같이 학업적 자기효능감과 학업성취도가 상호호환관계에 있다²⁰⁾는 전제 하에 프로그램을 개발하였다. 그림-독서치료 프로그램을 통해 저소득층 청소년의 학업적 자기효능감이 증진되면 학업성취도 역시 상승할 것이라 예측할 수 있다²¹⁾. 또 학업성취도가 상승하면 성공경험을 통해 학업적 자기효능감이 증진될 것이다.

2. 프로그램 방향

참여자의 학업적 자기효능감 증진을 돕기 위해 그들에게 생리적·정서적 각성, 대리적 경험, 성공 경험, 언어적 설득 경험의 기회를 제공해줄 필요가 있다 (Bandura, 1997; 윤운성 등 역, 2004 재인용). 그림의 알아차림 연습, 예술 매체, 그림도구를 활용하면 자기효능감을 증진하는 네 가지 요인에 대한 긍정적 지지를 경험할 수 있다. 또한 책이라는 예술 매체를 활용하면 청소년이 자

20) 봉미미, 노아름, 송주연, 황아름(2011) 등의 연구 결과에 근거함.

21) 김아영(2001), 윤희정(2015) 등 학업적 자기효능감이 학업성취도에 정적으로 영향을 미친다는 연구 결과에 근거함.

신의 감정을 알아차리는 것을 돕고, 정서를 표현하는 것에 대한 부담을 덜어 보다 적극적으로 상담 장면에 참여할 수 있게 도울 수 있다. 이에 본 연구에서는 저소득층 청소년의 학업적 자기효능감 증진을 위해 다음 표와 같은 그림의 방법을 중심으로 독서치료 프로그램을 개발하였다.

[표2] 학업적 자기효능감의 근원과 그림-독서치료 프로그램

학업적 자기효능감 근원	그림-독서치료 프로그램
생리적·정서적 각성	-책의 구절을 통한 정서, 감정 등 현상 알아차림을 통해 생리적·정서적 각성 일어남 -감정단어카드, 마음자세카드, 그림상황카드를 통해 자기개방, 알아차림 도움
대리적 경험	-책 속 인물/ 다른 참여자가 처한 상황, 감정 등에 대한 알아차림을 통해 대리적 경험을 함 -감정단어카드, 마음자세카드, 그림상황카드를 통해 자기개방, 알아차림 도움 -인물에게 편지쓰기, 내가 인물의 상황이라면, 인물과 비슷한 경험을 한 적이 있는지 이야기하기를 통해 다른 참여자의 생각과 경험을 공유하며 대리적 경험 확장
성공 경험	-그림보드게임을 통해 성공 경험 쌓기 -스스로 책을 선택하며 자기주도성 기르기 실험하기 -독서퀴즈를 통해 질문하고 답하면서 성공 경험 쌓기
언어적 설득	-프로그램 각 과정에서 상호 지지, 자기 지지 통해 언어적 설득 경험 -또래 참여자와 리더의 언어적 지지를 경험하며 자신의 가치 발견 (관계성 속에서 자기효능감 증진)
환경(맥락) ²²⁾	-가족 상징작업, 그림가족인형 통해 가정, 학교에서의 관계 탐색, 환경과 관련한 자각과 통찰 도움 -인물이 처한 환경에 공감, 그림상황카드 통해 나의 상황으로 내면화하여 관계 속 미해결과제 탐색

22) 저소득층 청소년의 경우 가정의 경제적 어려움으로 인한 가족관계, 학교생활, 교우관계 등이 학업적 자기효능감에 영향을 주기 때문에 연구자의 임의대로 '환경(맥락)'을 하나의 요소로 첨가함.

프로그램의 궁극적인 목적은 상담이 종료된 후에 청소년 스스로 알아차림을 통해 자기효능감을 유지할 수 있는 힘을 기르는 것이다. 이를 위해 그림-독서 치료가 진행되는 매 회기 알아차림 연습을 할 수 있도록 프로그램을 개발하였다. 또한 학업성취도가 낮고 동기가 부족한 참여자들의 특성을 고려하여 그들의 수준에 맞는 책을 활용하여 독서에 대한 흥미를 붙일 수 있도록 하였다.

이에 본 프로그램에서는 다음과 같이 도서 자료²³⁾를 선정하였다. 먼저 상담에 대한 집단원의 주도성을 키우고, 지금-여기에서 보이는 내담자의 욕구를 탐색하기 위해 참여자가 스스로 자신의 관심 분야에 해당하는 책을 한 권씩 선택하였다. 이와 함께 책/따/세²⁴⁾에서 청소년 추천도서로 선정한 책으로써 청소년의 성장통을 담고 있는 책을 선정하였다. 또 연구자가 참여자의 특성과 프로그램의 목적을 고려하여 참여자가 쉽게 알아차릴 수 있는 짧고 쉬운 명언 책, 공감과 동일시를 통해 자아정체감을 키울 수 있는 책, 모델링을 통해 자신감을 키울 수 있는 인물의 이야기가 담긴 책, 위로와 지지가 될 수 있는 책을 선별하였다.

상담 장면에서 책은 참여자가 지금-여기에서 느끼는 감정과 정서를 알아차리고 접촉하는데 도움을 주는 자료로 활용되었다. 때문에 참여자가 책을 정독한 후 내용을 얼마나 잘 파악하고 있느냐에 초점을 두기보다 책을 통해 리더와 참여자, 참여자들 사이 일어나는 활발한 상호작용에 중점을 두었다. 따라서 필요에 따라 어느 책은 처음부터 끝까지 정독하지 않고 참여자의 정서와 접촉할 수 있는 부분을 발췌하여 읽었다. 또 책을 영화로 만든 작품을 활용해 참여자의 흥미를 높이고자 하였다.

그림-독서치료 프로그램은 매 회기 목표를 설정하고 있으나, 프로그램 진행 중 나타나는 알아차림의 흐름에 따라 그림을 자유롭게 활용한다는 점에서 반 구조화된 프로그램이라 할 수 있다.

23) 도서 구매 비용은 교육청에서 해당 학교로 지원한 교육복지 사업비로 충당함.

24) 책으로 따뜻한 세상을 만드는 교사들, 청소년 추천 도서(2015.05.10). www.readread.or.kr

3. 프로그램 구성

가. 초기 단계(1-3회기)

그립-독서치료 집단의 구성원은 학업 성적과 효능감이 낮고 상담에 대한 동기가 높지 않은 방어적인 성격의 저소득층 남자 중학생이다. 이러한 점을 고려하여 초기 단계에서는 참여자가 상담의 장에서 안전함과 흥미로움을 느낄 수 있도록 하는 데 중점을 두었다. 게슈탈트 집단치료는 정해진 형식이 따로 없고 새로운 것을 탐색하고 행동실험을 하는 것을 강조한다(김정규, 2015). 그러나 이러한 실험은 집단의 안전한 분위기를 전제로 할 때 가능하다. 이를 위해 집단 리더의 충분한 지지와 수용, 존중, 공감이 있어야 한다. 리더의 지지적인 모습은 참여자들이 서로에게 긍정적인 지지를 해줄 수 있는 모델링의 역할을 할 수도 있다. 따라서 리더는 집단 초기에 시각, 청각, 촉각 등 감각에 대한 알아차림 연습을 매 회기 진행하며 참여자들이 집단에서 안정감과 편안한 분위기를 느낄 수 있도록 노력하였다. 또한 매 회기 참여자의 강점을 찾아 칭찬하고 그들의 있는 그대로의 모습을 수용하고 지지하고자 하였다.

1회기는 ‘인연(「잠들기 전에 읽는 긍정의 한 줄」)’에 대한 글을 통해 집단의 친밀감을 형성하고, 그립-독서치료 프로그램에 대해 구조화 하는 것을 목표로 하였다. 이를 위해 참여자에게 그립-독서치료 프로그램에 대해 설명하고, 구조화를 하며 비밀보장과 폭력금지의 규칙 등 상담윤리에 대해 강조하였다. 청소년들은 상담윤리에 대한 인식이 부족한 경우가 있기 때문에 이를 짚어주는 것은 상담의 신뢰감 형성을 위해 매우 중요하다. 이후 참여자들이 서로 별명을 지어주는 별명 짓기 게임을 통해 서로를 소개하는 시간을 마련하였다. 이때 리더는 적극적인 경청과 긍정적인 반응, 지지를 하며 수용적인 분위기를 형

성할 수 있도록 하였다. 마지막으로 인연에 대한 짧은 글을 읽고 느껴지는 것을 알아차리는 연습을 하며 집단의 인연, 관계성에 의미를 부여하였다.

‘함께하는 즐거움’

인간은 인연으로 엮어 만든 하나의 매듭, 망, 그물이다.

중요한 것은 이런 인연이다.

우리는 자신의 정체성을 혼자서 찾곤 한다. 이 ‘찾는 행동’은 개인적인 일일 수 있지만, 각자의 정체성은 다른 사람과의 인간관계에서 비롯된다. 내 존재는 다른 사람과 대비하거나, 긴장 상태를 유지하거나, 조화를 이룰 때 비로소 생명을 얻는다. 내가 하는 행동, 그리고 다른 사람과 주고받는 행동은 서로에게 중요한 이야기를 엮어간다. 더 많은 사람과 만나 그 안에서 따스한 인간관계를 누리고 갈등하는 것은 나를 키우는 힘이자 내 정체성을 찾아가는 길이다.

-생텍쥐베리, 「잠들기 전에 읽는 긍정의 한줄」, pp.09.

2회기는 상담에 대한 흥미를 높이고, 성공 경험을 통해 효능감을 증진시키는 것을 목표로 하였다. 참여자는 학업성과 자기효능감이 낮기 때문에 학습 상황에서 주체적으로 문제를 해결하는 경험이 부족하다. 따라서 학교에서 진행되는 프로그램에 흥미를 잃고 동기가 떨어진 채 수동적으로 임하게 되는 경우가 많다. 이러한 문제를 해결하기 위해 그림보드게임을 진행하였다. 그림보드게임은 참여자의 흥미와 승부욕을 자극하여 집단상담이 흥미로운 것이라는 인식을 할 수 있도록 도와준다. 또 그림보드게임을 하는 과정 중 참여자들은 자신의 말이 도착한 곳에 있는 미션을 수행해야 하는데, 이를 통해 마음자세 카드, 감정단어카드, 그림상황카드를 활용하여 자연스럽게 감정을 나누고 라포를 형성하게 된다. 게임이 종료된 후 승리한 팀에게 적절한 보상을 해주어 성취감을 맛볼 수 있게 하고 이를 통해 자기효능감을 높여줄 수 있다.

3회기는 그림-독서치료 프로그램에 대한 주도성 기르기를 목표로 하였다. 이를 위해 참여자와 리더가 함께 대형서점을 방문하여 본인이 읽고 싶은 책을 스스로 고르는 현장 실험을 수행하였다. 이를 통해 자신이 관심 있는 분야의 책을 주체적으로 선택하며 상담에 대한 기대와 동기를 높일 수 있고, 차후 이어지는 상담과정에서 그 책을 고른 이유를 탐색하며 참여자 각각이 갖고 있는 갈등과 성격 등을 발견할 수 있었다.

나. 중기 단계(4-6회기)

초기 단계에서 형성된 집단의 안정감을 바탕으로 중기 단계에서는 참여자의 적극적인 자기개방과 대화를 통한 상호지지를 유도하였다. 매 회기 공통적으로 시각, 청각 등의 감각 알아차림에서 나아가 '나-너'의 정서와 감정을 알아차릴 수 있는 연습을 하였고, 그것을 마음자세카드, 그림상황카드, 감정단어카드 등을 활용하여 표현하도록 하였다.

4회기는 자기주도성을 통해 자신감을 키워주는 것을 목표로 하였다. 지난 시간 자신이 직접 고른 책을 미리 읽어와 친구들에게 책을 선택한 이유, 줄거리 및 느낀점 등을 이야기하는 활동을 하였다. 이후 책을 통해 느낀점을 감정단어카드를 활용해 이야기하였다. 그리고 자신에게 부족하여 키우고 싶은 감정단어카드를 골라 함께 나누었다. 참여자들은 서로의 이야기를 집중하여 듣고 긍정적인 피드백을 할 수 있도록 연습하였다. 이러한 활동을 통해 참여자들은 자신에 대한 개방을 자연스럽게 하게 되고, 서로에 대해 이해하며 연대감을 형성할 수 있었다.

5회기는 참여자와 가족의 관계에 대해 탐색하는 것을 목표로 하였다. 4회기의 연장선에서 참여자가 고른 책 「퇴근 후 10분 반찬」을 활용하여 자연스

럽게 ‘가족’이라는 화제를 이끌어 냈다. 이후 가족 상징작업을 통해 가족 간 갈등 관계를 탐색하고 나누었으며, 그림가족인형을 활용하여 갈등 관계에 있는 가족 구성원에 대한 내담자의 정서를 알아차리고 표출해 보도록 하였다. 처음에는 그림가족인형 사용을 어색해 하였으나 리더의 시범 이후 참여자는 인형을 통해 상당한 역동을 보였다.

6회기는 자기 가치, 정체성 발견하기를 목표로 하였다. 먼저 자기정체성을 찾아가는 여정을 그린 「강아지 똥」을 애니메이션으로 제작한 영화를 감상하였다. 이후 참여자가 강아지 똥의 감정에 공감하며 감정단어카드를 3장씩 선택하고, 자신이 선택한 카드에 대해 이야기하였다. 이후 자신의 삶 속에서 그러한 감정을 느낀 경험을 나누었다. 대화를 마치며 마음자세카드를 활용해 자신이 키우고 싶은 덕목과 다른 참여자에게 필요한 카드를 골라 선물하며 자기 지지와 함께 상호지지를 나누었다.

다. 후기 단계(7-9회기)

후기 단계에서는 지금-여기에서 일어나는 참여자의 미해결과제를 좀 더 적극적으로 알아차리고 접촉할 수 있도록 프로그램을 구성하였다. 또 매 회기에 걸쳐 문학 작품 속 인물의 상황을 공감하며 현재 자기 삶과의 연결성을 경험해보고, 자신에 대해 객관적으로 탐색해 봄으로써 미해결 과제와의 접촉을 시도하는 알아차림을 연습하였다.

7회기는 자신의 미해결과제 알아차리기를 목표로 하였다. 이를 위해 청소년 추천도서인 「완득이」와 이를 영화로 만든 동명의 영상작품을 활용하였다. 완득이는 저소득층 이혼 가정, 다문화 가정, 성적과 진로 고민, 이성 친구, 학교 부적응 문제 등 대한민국 청소년으로서 가질 수 있는 고민과 갈등을 안고

살아가는 인물이다. 참여자는 완득이가 처한 상황을 통해 지금-여기를 살고 있는 자기 삶의 미해결과제를 발견할 수 있었다. 참여자들은 학교 국어 과목 수행평가로 「완득이」를 읽는 작업을 수행 중에 있었다. 이에 따라 그림-독서 치료 프로그램 시간에는 참여자들에게 「완득이」를 영화화한 작품을 보여주었다. 영화 관람 후 완득이가 청소년으로서 겪는 갈등에 초점을 맞춰 준비한 독서퀴즈를 진행하였다. 이 때 참여자들의 답에 충분한 칭찬과 지지를 보내 언어적 설득과 성공을 경험할 수 있도록 하였다. 이후 완득이가 처한 상황을 나누고, 마음자세카드를 활용해 등장인물이 어떤 마음자세를 가지면 문제를 해결할 수 있을지 생각해 볼 수 있도록 하였다. 또한 참여자가 완득이가 되어 지금-여기에 존재하는 참여자 자신에게 격려의 편지를 써보는 활동을 하였다. 이러한 작업을 토대로 현재 자신의 가장 큰 고민이 무엇인지 알아차리는 연습을 하였다. 학업성취도와 학업적 자기효능감이 낮다는 집단의 성격 상 모든 참여자가 ‘성적’을 가장 큰 고민거리로 여기고 있었다. 따라서 시험 성적을 받고 나서의 감정 다루기, 성적 향상을 위해 필요한 마음자세카드 고르기, 성적 향상 경험 나누기 활동을 진행하였다.

8회기는 행복한 삶을 살기 위한 위로와 지지하기를 목표로 하였다. 먼저 그림상황카드를 활용해 행복한 상황이 담긴 그림카드를 고르고 자신의 미해결과제를 알아차릴 수 있도록 하였다. 이후 나비가 내적으로 성장해가는 과정을 그린 「위로」라는 소설을 통해²⁵⁾ 지금-여기에서 느껴지는 자신의 미해결과제에 대한 감정을 위로할 수 있도록 하였다. 이때 그림가족인형을 활용하여 참여자가 생생하게 알아차림과 접촉을 경험하고, 다른 구성원들은 그림가족인형을 사용해 그를 지지하는 활동을 함께 하였다.

9회기는 희망 발견하기를 목표로 하였다. 이를 위해 현대인 중 성공한 인물의 삶이 소개된 「꿀찌에서 일등까지」라는 책에서 자신이 마음에 드는 인물을

25) 소설에서 현재 나의 상황에 위로가 되는 구절 혹은 나의 상황과 유사한 부분 찾기 활동을 진행한다.

선택하여 읽었다. 그리고 자신이 선택한 인물의 성장과정에 대해 이야기 하며 느낀점을 나누었다. 이후 마음자세카드를 활용하여 내가 좋아하는 것과 잘 할 수 있는 것, 싫어하는 것과 부족한 것을 나누며 자기에 대해 객관적으로 접근해 보았다. 또 이를 토대로 소망나무를 만들며 자신이 이루고 싶은 것, 갖고 싶은 덕목 등 희망을 나무에 걸어보는 집단끌라주 작업을 진행하였다.

라. 종결 단계(10회기)

그립-독서치료 프로그램을 종결하는 10회기에는 자신을 있는 그대로 수용하고 지지하기를 목표로 하였다. 자기효능감은 스스로 문제를 해결할 수 있다는 자신감으로 표출되고 자신감과 긍정적 기대는 스스로의 능력을 믿을 수 있을 때 나타난다. 있는 그대로 자신의 모습을 수용하고 지금-여기에서의 삶에 충실할 때 자신에 대한 신뢰를 쌓아갈 수 있다. 따라서 마지막 회기에는 「미움받을 용기」의 ‘자기수용’, ‘지금-여기에서의 삶’에 관한 부분을 발췌하여 읽고 현재 자신의 모습을 수용할 수 있는 기회를 가졌다. 또한 마음자세카드를 활용하여 자신에게 주는 상장과 다른 참여자에게 주는 상장을 만들어 상장을 수여하는 실험을 하였다. 학교 현장에서 상장을 받아볼 기회가 많지 않았던 참여자들에게 상장은 스스로의 가치를 알아차리게 해주고 주변인들의 지지를 경험하게 해주는 상징적 의미를 지니고 있다. 이러한 활동을 마무리하며 참여자들에게 프로그램의 종결을 알리고 그동안 그립-독서치료 프로그램을 통해 느낀점, 배운점 등을 나누었다.

[표3] 그림-독서치료 프로그램 회기별 구성

단계	회기	주제	그림	도서	활동 내용
관계 형성	1	만남과 인연	알아차림연습	잠들기 전에 읽는 긍정의 한줄	-프로그램 소개, 구조화 -자기소개(별명 짓기 게임) -인연에 대한 알아차림
	2	재미있는 상담	알아차림연습 그림보드게임		-그림보드게임하기 -미션카드 활용해 감정 나누기 -상품 증정
	3	나를 위한 선물	알아차림연습	더 챔피언 외 3권	-서점에서 본인이 흥미 있는 분야의 책 한 권 구매하기
자기 개방	4	독서의 즐거움	알아차림연습 감정단어카드	더 챔피언, 응답하라 1997	-친구들에게 책 소개하기 -느낀점을 감정단어카드 활용해 나누기→ '즐거움' -즐거움에 대한 경험 나누기 -나에게 필요한/부족한 정서 감정단어카드 활용해 나누기→ 욕구알아차림
	5	가족과 나	알아차림연습 가족상징작업 그림가족인형	퇴근 후 10분 반찬. 놀지마 정신줄	-가족 상징 작업 통해 가족 간 갈등 관계를 탐색하기 -그림가족인형 활용해 갈등 알아차리고 표현하기
	6	나의 가치 (정체성 찾기)	알아차림연습 마음자세카드 감정단어카드 역할극	강아지 똥	-인물의 감정에 공감하며 감정단어카드 고르고 나누기 -자신이 고른 카드와 같은 감정을 느꼈던 경험 나누기 -마음자세카드를 활용해 자신의 장점, 키우고 싶은 덕목 고르고 나누기 -다른 참여자의 장점, 선물하고 싶은 카드 나누기
	7-1			완득이	-영화 완득이 보며 완득이가 처한 상황 알기

적극적 알아차림·접촉	7-2	미해결과제 알아차림	알아차림연습 독서퀴즈 마음자세카드 편지쓰기		<ul style="list-style-type: none"> -완득이가 처한 갈등 상황 맞히기 퀴즈 -마음자세카드를 활용해 등장인물이 어떤 마음자세를 가지면 문제를 해결할 수 있을지 생각하기 -완득이가 되어 현재 자기에게 격려의 편지쓰기 -나의 갈등을 해결할 수 있는 방법 생각하기 *성적 향상을 위해 필요한 마음자세 나누기
	8	위로하기	알아차림연습 그림상황카드 그림가족인형 역할극	위로	<ul style="list-style-type: none"> -나에게 위로가 되는 소설 속 구절 찾기 -현재 나의 상황이 담긴 그림카드 고르고 나누기 -그림가족인형 활용해 위로하기
	9	희망 발견	알아차림연습 집단꿀라주 (소망나무)	꿀씨에서 일등까지	<ul style="list-style-type: none"> -기말고사 성적 변화 이야기 *시험 성적을 받고 나서 감정 *성취 경험 이야기 -성공한 인물의 성장과정 나누기 -내가 좋아하는 것/잘 할 수 있는 것 생각해보기 -소망나무를 만들고 주문 걸기
	수용·지지	10	지금-여기의 나	알아차림연습 마음자세카드 상장나누기	미움받을 용기

4. 프로그램 자료

가. 그림 자료²⁶⁾

그림의 전체 구조는 ‘알아차림 연습, 각종 놀이 및 예술매체 활용 작업, 그림도구 활용 작업’ 순으로 되어 있다. 그림-독서치료 프로그램에서는 매 회기 상담 시작 전 계획에 따른 그림 자료를 준비하였고 프로그램 진행 중 필요하다고 판단되는 그림 자료를 현장에서 바로 사용하였다. 상황에 따라 적절한 그림 자료를 활용하여 참여자에게 도움을 주고자 하였다.

① 알아차림 연습

[표4] 알아차림 연습의 치유적 효과

단계	알아차림 연습	치유적 가치
1단계	신체, 소리, 생각, 사물, 욕구 등의 현상 알아차림	개인의 내적 현상 및 외부 현상에 대한 자각을 증진시킴
2단계	생각과 감정, 신체의 상호 연결성 알아차림	내적 현상들의 상호 연결성을 깨닫도록 함
3단계	타인과의 관계성 속에서의 알아차림	관계성 속에서 나타나는 개인의 내적 현상들에 대한 자각을 증진시킴
4단계	대화 속에서의 알아차림과 교류	일상적인 형태의 자연스러운 대화 속에서의 나-너 관계를 체험함
5단계	대화 과정 속에서의 공감적 교류	공감을 통한 타인과의 연결성을 경험함
6단계	대화 과정을 통한 미해결과제의 해결	과거의 미해결 과제를 지금-여기의 관계성 속에서 효율적으로 해결함

26) 게슈탈트 관계성 향상 프로그램 매뉴얼(2010), 게슈탈트 심리치료(2015) 참고

② 각종 놀이 및 예술매체 활용 작업

[표5] 놀이·예술매체 활용 기법의 치유적 효과

번호	놀이·예술매체	치유적 가치
1	어린 시절 집 그리기	집단 초기 라포형성과 자기개방, 집단수용을 통한 자기수용 촉진, 자존감 향상에 도움
2	나무 되어 보기	자기 개방유도, 자기탐색 촉진, 자기발견과 통찰, 집단 상호작용 촉진, 집단원 간 상호이해 도움
3	집 가구 되어 보기	자기 개방유도, 자기탐색 촉진, 자기발견과 통찰, 집단 상호작용 촉진, 집단원 간 상호이해 도움
4	가족 상징작업	자기개방, 자기이해와 통찰, 전형적 행동패턴에 대한 배경적 이해, 특히 우울증, 성격장애 등 겪는 사람이 현재 증상의 배경적 맥락을 이해하면서 자신에 대한 새로운 이해와 수용 가능하게 도움
5	찰흙작업	자기개방, 집단 친밀감 형성, 반복된 삶의 주제 발견, 분노감정 접촉과 미해결 과제 해소, 집단수용을 통한 자기수용 촉진, 자존감 향상, 자신의 욕구와 감정, 행동을 알아차리고 접촉함
6	콜라주 작업	자기개방, 치료동기를 높여줌, 집단 친밀감 형성, 전형적인 행동패턴과 미해결과제 발견함, 집단수용을 통한 자기수용 촉진, 자존감 향상, 참여 동기 낮은 청소년 집단에 효과적
7	집단그림	집단 친밀감 향상, 집단 상호작용을 통한 내담자의 반복적인 행동방식이나 행동패턴 발견, 집단에 대한 흥미 유발, 상호관찰과 접촉의 기회
8	집단 환상	집단 친밀감 향상, 개인의 반복적인 행동방식이나 행동패턴 발견, 새로운 행동 실험 가능
9	집단 동물 인형 놀이	집단 친밀감 향상, 전형적인 행동패턴 파악, 새로운 행동방식 실험, 새로운 행동방식의 공고화, 자존감 향상

③ 그림도구 활용 작업

[표6] 그림도구의 치유적 효과

번호	그림도구	치유적 가치
		활용 방법
1	마음자세카드	<p>긍정적인 마음자세를 길러 삶을 보다 건강하고 행복하게 살 수 있도록 도움</p> <p>상담주제 탐색, 자기개방 돕기, 개인 심리상태 진단, 자기존중감 향상, 집단 응집력 형성 및 상호작용 촉진, 개인작업의 심화, 문제해결 능력 향상, 올바른 가치관 형성, 배운 것의 통합</p>
2	그림상황카드	<p>다양한 스토리텔링을 이끌어내어 내담자들의 심리상태를 진단하고 치료적으로 활용</p> <p>내담자 행동 진단, 상담주제 탐색, 자기개방 돕기, 정서자각과 표현 돕기, 투사의 재소유 및 양극성 통합, 집단 상호작용 촉진, 타인지각의 민감성 향상, 문제해결 능력 향상, 긍정적 시각 증진, 주의력 및 기억력 향상</p>
3	감정단어카드 및 감정단어장	<p>정서자각, 정서접촉, 정서조절 능력의 증진</p> <p>내담자 행동 진단, 내담자 정서 개발, 미해결과제 발견과 해소, 집단원 상호교류 촉진, 접촉경계혼란 행동 탐색 및 다루기, 자기존중감 향상</p>
4	그림가족인형	<p>안전한 상황에서 다양한 접촉과 실험이 가능하도록 해주며, 정서접촉, 미해결과제 해소를 도움</p> <p>내담자 행동진단, 상담주제 탐색, 정서접촉 작업, 미해결과제 작업, 자기존중감 향상, 자기개방과 상호작용 촉진</p>
5	그림보드게임	<p>즐겁고 유쾌한 분위기 속에서 프로그램에 참가할 수 있도록 도움, 청소년 흥미 유발</p> <p>내담자 자기개방, 집단 상호작용 유도, 상호피드백을 통한 지지</p>

나. 독서 자료

[표7] 독서 자료의 치유적 효과

단 계	회 기	도서 자료	치유적 가치
관 계 형 성	1	잠들기 전에 읽는 긍정의 한줄 -스티브디거, 2013, 책이 있는 풍경	현대인에게 위로가 되는 명언과 저자의 댓글 등으로 이루어졌다. 그중 ‘인연’이라는 짧은 글을 통해 관계의 중요성과 집단의 만남에 대한 알아차림을 유도하였다. 비자발적으로 프로그램에 참여한 청소년들에게 주인의식을 심어주는 데도 효과가 있다.
	3	더 챔피언 외 3권	그립-독서치료 프로그램에서 활용하고 싶은 책을 자신이 스스로 선택함으로써 프로그램에 대한 흥미를 높이고, 주도적 참여를 이끌 수 있다.
자 기 개 방	4	더 챔피언 :유럽축구 가이드북 -송영주 외, 2015, 맥스미디어	사진첩 형태로 구성되어 있으며 유럽축구 최신 정보를 담아낸 책이다. 유럽 주요 12개 리그 93개 팀에 대한 정보를 제공하고 있다. 참여자가 평소 갖고 싶어하던 책으로 상담에 흥미를 갖고 적극적으로 참여하도록 이끈 매개체가 되었다.
		응답하라 1997 -이우정·박이정, 2013, 21세기북스	동명의 드라마를 소설로 옮긴 것으로 1997년 평범한 10대들의 이야기를 담고 있다. 첫사랑과 삶의 고민 등 청소년이 성인으로 성장해가는 이야기가 담겨 있다. 참여자와 같은 청소년기를 보내고 있는 인물의 성장 과정을 통해 대리적 경험을 할 수 있다.
	5	퇴근 후 10분 반찬 -램블부부, 2013, 나무수	참여자가 직장생활을 위해 지방에서 자취를 하는 누나를 위해 고른 책이다. 책을 통해 참여자가 가족을 생각하는 마음을 드러내며 자연스럽게 상담의 주제가 가족으로 이어지게 해주었다.
		농지마 정신줄 -신태훈·나승훈, 2015, 웹툰북스	명예퇴직을 앞둔 아버지, 군 입대 전 아들, 여고생 딸, 주부인 엄마가 그리는 시트콤 같은 만화이다. 흥미위주의 이야기이나 가족 간의 사랑, 감동을 주는 이야기를 담고 있기도 하다. 독서에 취미가 없었던 참여자가 이 책을 통해 자신의 의견을 적극적으로 이야기하는 등 주도성을 기를 수 있었다.
6		세상에서 버림받은 존재라고 여겨지는 강아지 똥도 자신만의 가치가 있는 소중한 존재라는 메시지를 전	

		강아지 똥 - 권정생, 2014, 길벗어린이	하고 있는 책이다. 참여자의 긍정적인 자기개념을 형성하고 정체성을 확립하는데 도움을 줄 수 있다. 또한 강아지 똥의 감정에 공감하며 그것을 자신의 삶에 내면화하는 역할을 할 수 있다.
적 구 적 알 아 차 림 · 접 촉	7	완득이 -김려령, 2008, 창비	가난, 낮은 성적, 다문화 가정, 교우관계, 이성친구, 가출, 폭력 등 청소년이 겪을 수 있는 많은 문제들을 안고 살아가는 17세 소년의 이야기가 담긴 책이다. 현재를 사는 동년배의 이야기이기 때문에 참여자가 흥미를 갖고 공감하며 볼 수 있다는 장점이 있다. 주인공이 처한 다양한 상황을 자신의 삶과 비교하며 참여자의 이해결과제를 알아차릴 수 있다.
	8	위로 -이철환, 2011, 자음과 모음	엄마 나비의 품을 떠나 홀로서기를 시작하는 파란 나비가 관계를 통해 성숙해가는 이야기가 담긴 책이다. 파란 나비는 현실의 질서에 상처받을 때마다 엄마 나비와 친구들이 전하는 위로의 말을 떠올리며 성장해간다. 그림과 글이 함께 있는 철학적인 이야기로 참여자가 쉽게 내용을 이해하고 알아차림을 이끌어낼 수 있다. 또 주인공이 위로받는 과정을 대리적으로 경험하며 참여자도 위로를 받게 된다.
	9	꿀찌에서 일등까지 2 -이정, 2015, 자유로운 상상	‘세상을 변화시킨 리더들의 어린시절’이라는 부제가 달린 책으로 20명의 삶을 유년기를 중심으로 서술한 책이다. 참여자가 궁금한 인물의 삶을 발췌해 읽고 어려움을 이겨낸 인물들의 삶을 통해 배움과 위로를 얻을 수 있었다. 이를 통해 소망나무를 만드는 작업을 하며 참여자의 희망을 발견할 수 있었다.
수 용 · 지 지	10	미움받을 용기 -기시미 이치로·고가 푸미타케, 2015, 인플루엔셜	‘자유롭고 행복한 삶을 위한 아들러의 가르침’이라는 부제처럼, 진실한 관계 속에서 현재를 충실히 살아가는 것이 행복으로 가는 방법이라는 것을 소크라테스식 문답법을 통해 자각하도록 하는 책이다. ‘자기수용’과 ‘지금-여기의 삶’에 대한 부분을 발췌하여 읽고, 현재 자신의 삶을 수용하고 지지하는 기회를 가졌다. 프로그램을 마무리하며 참여자가 효능감을 갖고 주체적인 삶을 살기를 바라며 선택한 책이다.

IV. 연구 방법

1. 현상학적 연구

본 연구는 그림-독서치료 프로그램을 통해 참여자가 자신의 감정과 욕구를 알아차리고 접촉하는 경험의 현상을 이해하고, 학업적 자기효능감을 증진시켜 가는 과정을 살펴보기 위해 현상학적 연구방법으로 접근하였다. 게슈탈트치료가 현상학에 뿌리를 두고 내담자가 지금-여기에서 보이는 프로세스(현상)를 중심으로 다룬다는 점에서 본 연구 또한 현상학적 방법으로 접근하는 것이 타당하다 할 수 있다.

현상(phenomenon)은 “스스로 드러내는 것을 그 자신으로부터 드러나는 그대로, 그 자신으로부터 보이게 함(Heidegger, 1998; 유혜령, 2015 재인용)”²⁷⁾으로 정의할 수 있다. 게슈탈트치료에서 현상은 개체에 의해 지각된 모든 경험의 대상을 뜻하며 매 순간 변화하는 과정(process)을 일컫는다(김정규, 2015). 현상학적 연구는 살아 있는 경험을 지향하며 그 경험의 의미, 즉 현상의 본질을 밝혀 기술하는 것을 목적으로 한다(Omery, 1983; 신경림 외, 2004 재인용). 현상학적 체험 연구는 자기의 삶 속에서 경험하는 다양한 체험에 주의를 기울여 그에 대해 알게 되는 ‘반성적 능력’과 타인의 체험에 대해 알 수 있는 ‘해석 능력’을 통한 체험에 대한 연구이다(이남인, 2014).

현상학적 접근은 우리 눈앞에 주어진 현상을 선입견을 배제하고 있는 그대로 기술하는 것을 중시한다(Yontef, 1993). Husserl(1976)은 “사태 자체로 돌아가라”고 하며 현상학적 환원²⁸⁾을 위해 이전 태도에 대해 ‘판단중지²⁹⁾’를 강조

27) 즉 스스로 자신을 나타내 보이는 것을 그 자체로 보여주는 것, 그 자신의 방식대로 드러내는 것을 말한다(유혜령, 2015).

28) 어떤 하나의 태도에서 다른 하나의 태도로 이행하는 과정을 태도변경이라 하고 이것이 곧 현상학적 환원이다(이남인, 2014).

했다(이남인, 2014). 판단중지는 연구자로 하여금 선입견에서 벗어나 있는 그 대로의 현상을 볼 수 있게 해준다(신재영; 신재영 편, 2004 재인용).

게슈탈트치료 역시 관념적 접근을 지양하고 지금-여기에서 일어나는 명백한 현상들, 즉 내담자가 보이는 프로세스들을 토대로 내담자 스스로 자신의 문제에 대한 해결책을 찾아 나가도록 안내한다. 이때 치료자는 일체의 가치판단이나 평가를 하지 않고 내담자의 마음이나 행동을 자세히 관찰하여 그의 실상을 제대로 볼 수 있어야 한다. 또한 ‘현상학적 초점화’를 통해 치료자의 관찰 외에도 내담자와의 대화 및 실험을 적극적으로 활용하여 지금-여기에 직접 드러나지 않은 현상도 밝힐 수 있다(김정규, 2015).

이밖에 현상학적 연구에서는 ‘지향성’을 중시한다. 지향성이란 모든 유형의 체험이 지니고 있는 본질적인 속성으로서 “체험이 세계 및 세계에 있는 대상을 향하고 있다”는 사실을 뜻하는 개념이다(이남인, 2014). 인간의 체험의 경우 자연인과적 방식으로 해명할 수 없다. 체험이 지니는 다양한 질적인 측면을 해명하는 일이 중요하다. 따라서 본 연구는 연구 참여자들이 그림-독서치료 프로그램을 통해 체험한 현상들을 지향성의 측면에 초점을 맞추어 탐구하였다.

현상학적 연구자 중 van Manen(1990)은 ‘현상학적 기술’³⁰⁾이라는 개념을 통해 현상에 대한 ‘기술’과 그것의 본질을 ‘해석’하는 것을 모두 중요시 하였다. 또한 그는 현상학적 연구를 하며 문학, 미술, 사진 등 다양한 현상학적 자료를 활용하였는데, 이를 통해 참여자를 깊이 이해할 수 있게 되고 실천적인 통찰을 증가시킬 수 있다고 보았다(신경림, 2004). 본 연구에서는 van Manen의 해석학적 현상학적 연구 방법에 따라 다양한 문학 작품을 활용하여 참여자

29) 자연적 태도로 인식되어 온 내용을 괄호 속에 묶어 보류하는 괄호치기(bracketing)로서, 그것이 체험에 대해 우리가 취할 수 있는 여타의 태도에 영향을 미치지 않도록 하는 것(유혜령, 2015).

30) ‘체험의 표현의 의미에 대한 기술’(van Manen, 1990; 이남인, 2014)./ 현상학적 기술이란 초월적인 언어와 기준을 사용하여 현상을 묘사함으로써 현상의 의미에 대한 명확한 개념(의미 주제)을 형성하게 되는 과정이다(유혜령, 2001).

의 체험에 대한 순수한 기술과 본질 파악을 위한 해석을 시도하였다.

현상학적 연구를 수행하며 사태의 기술과 현상의 본질을 해석하기 위해 연구자는 그림-독서치료 프로그램의 리더로 참여하여 관찰자로서의 참가자 역할을 수행하였다.³¹⁾ 연구자는 프로그램을 진행하며 떠오르는 연구자의 편견과 선입견에 대한 반성적 글쓰기를 통해 판단중지를 시도하였다. 이를 통해 최대한 객관적인 입장을 취하며 참여자가 상담의 장에서 드러내는 현상을 구체적이고 생생하게 기술하고자 노력하였다.

[표8] 참여관찰 시 연구자의 개입 정도에 따른 참여유형³²⁾

개입정도	참여유형
<p style="text-align: center;">높다</p> <p style="text-align: center;">↕</p> <p style="text-align: center;">낮다</p>	완전(완전 참가자)
	능동적(관찰자로서의 참가자)
	보통(관찰자로서의 참가자)
	수동적(참가자로서의 관찰자)
전혀 개입하지 않는다	비참여(완전 관찰자)

또한 그림-독서치료 프로그램 체험의 본질적 의미를 파악하기 위해 본질직관을 사용하였다. 본질이란 개체로 하여금 개체에게 하는 것을 말한다. 본질직관은 개체들의 일반성을 직관을 통해 능동적으로 파악하는 것인데, 이를 통해 사실의 세계로부터 본질(형상)의 세계로의 전환이 가능하다(신재영; 신재영 편, 2004 재인용). 즉 본질직관은 사실을 파악하기 위한 태도로부터 본질을 파악하기 위한 태도로의 전환을 뜻하는 일종의 태도변경이라 할 수 있다(이남인, 2014).

31) 일반적으로 참여관찰자는 완전참가자의 극과 완전관찰자의 극 사이를 오고가는 역동을 보인다.

32) 최종혁(2009). 질적 연구방법론-현상학적 자기평가론. 양서원. pp.134.

2. 연구 참여자

연구 참여자는 서울 소재 A중학교 2학년 재학생 중 학업적 자기효능감과 학업성취도가 낮은 저소득층 남학생으로 구성하였다. 교육복지 대상자이며 지난 해 학업 성적이 석차백분율 80%~100%에 해당하는 학생 중 담임·교과·상담교사의 관찰 결과 자기효능감이 낮은 학생 5명을 선발하였다. 이들은 부모님과 본인의 동의를 거쳐 프로그램에 참여하게 되었다. 그러나 프로그램 진행 도중 1명은 중도 탈락하여 최종적으로 4명이 그림-독서치료 프로그램에 참여하였다.

‘아동·청소년 정신건강 증진을 위한 지원방안 연구 III:총괄보고서(한국청소년정책연구원, 2013)’에 따르면 청소년의 정신건강에 영향을 미치는 주요 요인이 성별에 따라 차이가 있음을 알 수 있다. 여자의 경우 우울과 불안, 자살 생각, 스트레스 등에서 더 높은 평균점수를 나타냈고, 남자는 자아존중감, 자기효능감, 정서조절, 낙관주의 등 개인 내 적응적 심리요인에서 평균점수가 더 높게 나타났다. 이러한 연구 결과를 토대로 남학생의 경우 자기효능감 증진에 따른 영향력이 여학생에 비해 더 클 것으로 예상해 볼 수 있다. 이에 따라 남학생이 그림-독서치료 프로그램 참여로 학업적 자기효능감에 더 큰 변화를 보일 수 있다고 판단하여 본 연구에서는 남자 청소년만을 대상으로 프로그램을 진행하였다.

그림-독서치료 프로그램 진행 전 담임·교과·상담교사와 면담을 통해 알게 된 참여자의 특성은 다음과 같다. [표3]에 제시된 학업성취도, 학업적 자기효능감은 면담한 교사들이 참여자를 바라본 주관적 인상에 근거하여 수집한 자료를 토대로 분석한 것이다.

[표9] 교사 사전 면담을 통한 참여자 특성

별칭	학업 성취도	학업적 자기효능감	강점	가족 관계	주 호소 문제
순둥이	전 과목 성취도 낮음	매우 낮음	배려심, 책임감	2남1녀 중 막내	-학업적 자기효능감이 매우 낮음 -무기력하며 수업참여도가 떨어짐 -엎드려 자는 경우가 많음 -친구들에게 놀림을 당하고 있음
귀요미	전 과목 성취도 낮음	매우 낮음	활발, 책임감	1남2녀 중 첫째	-학업적 자기효능감이 매우 낮음 -상황을 객관적으로 인지하는 능력이 부족함 -체력이 약해 수업 시간 집중을 못하고 조는 경우가 대부분 -컴퓨터 게임에 몰두 -친구들에게 괴롭힘을 지속적으로 당하고 있음
철학자	국어, 역사 제외 성취도 낮음	낮음	이해력 좋음, 책임감, 독서 취미	외동 아들	-학업적 자기효능감이 낮음 -영어, 수학 기초 학습 결손 -주변에 대한 관심 부족 -수업 시간 집중도가 떨어짐 -가정의 문제로 인한 불안이 높음 -친구들에게 놀림을 당하고 있음
엄마	전 과목 성취도 낮음	매우 낮음	책임감, 적극성, 이해력 좋음	1남1녀 중 막내	-학업적 자기효능감이 매우 낮음 -음성언어로 의사표현은 잘 하나 맞춤법을 잘 모르고 글자를 읽는 속도가 느림 -열심히 공부를 해도 성적이 오르지 않음 -가정의 지원 부족

그립-독서치료 프로그램 진행 전 실시된 학업성취도, 학업적 자기효능감 검사, 문장완성 검사를 통해 알아 본 참여자의 특성은 다음과 같다. [표4]에 제시된 학업성취도는 1학기 중간고사 성적 석차 백분율을 반영한 것이고, 학업적 자기효능감은 사전에 실시된 검사 결과를 분석한 것이다. 또 문장완성 검사는 사전에 실시된 검사를 코딩한 결과를 정리한 것이다.

[표10] 사전 검사를 통한 참여자 특성

별칭	학업 성취도 (석차백분율)	학업적 자기효능감 (중앙값:84점)	문장완성검사		
			참여자 개별 반응 양상		공통 반응 양상
			범주	의미 단위	
순둥이	90.60%	56점	행복	먹을 때, 아빠와 등산할 때	
			불행	공부 걱정, 슬플 때와 화날 때는 언제인지 모름	
			자기 인식	말이 없다, 하고 싶은 것만 한다, 공부를 못한다	
			관계	부모님을 신뢰함, 폭력적인 형이 싫다	
			소망	똑똑해지고 싶고, 돈이 많아 지기를 바란다	
귀요미	98.66%	75점	행복	태어났을 때, 돈을 받을 때	·학업 스트레스 ·돈에 대한 욕구
			불행	걱정은 모름, 부모님이 돌아가시는 게 슬픔, 컴퓨터 못 하게 할 때 화남	
			자기 인식	골키퍼를 잘한다, 공부를 못한다	
			관계	부모님을 신뢰함	
			소망	경찰관, 노트북과 마우스 선물 받기를 바람	
철학자	80.79%	79점	행복	어린 시절, 가장 좋았던 일은 딱히 없다, 갖고 싶은 것도 없다	·친구, 교사에 대한 거리두기 ·가족에 대한 애정
			불행	공부를 못할 것 같아 걱정, 슬플 때와 화날 때는 없다	
			자기 인식	성실하다, 화를 잘 낸다, 공부를 해야 한다고 생각한다	
			관계	엄마는 좋은 사람이다, 아빠는 책임감이 없다	
			소망	교사, 돈이 생기고, 성격이 좋아지면 좋겠다	
엄마	95.30%	81점	행복	만들기를 할 때, 요요 할 때	
			불행	성적 걱정, 슬플 때는 모름, 거짓말 들을 때 화남	
			자기 인식	요요를 잘 하고 욕을 많이 한다, 공부를 못한다	
			관계	부모님을 신뢰함	
			소망	건축가, 비싼 요요를 선물 받는 것	

교사 면담 결과와 사전 검사 결과에서 나타난 프로그램 참여자의 공통적인 특징은 다음과 같다. 먼저 참여자들은 가족에 대해 애정을 갖고 있으며 책임감이 강하다는 강점이 있다. 반면 수업 시간 집중력 부족, 또래 괴롭힘의 대상, 학업 스트레스, 돈에 대한 욕구, 친구, 교사에 대한 거리두기를 경험하고 있으며, 걱정, 슬픔, 화 등에 대한 감정 알아차림에 문제를 보이고 있다.

이러한 현상은 참여자를 둘러싼 환경적인 맥락의 영향과 학생으로서 성취해야 하는 과업인 학업에 대한 부담감이 상호작용하여 빚어낸 것들이다. 실제로 이들은 경제적으로 곤란을 경험하고 있으며, 학업성취도와 학업적 효능감이 낮고 온순한 성격으로 학교에서는 주목받지 못하는 주변인 경험을 하고 있다.

그립-독서치료 프로그램 진행 전 참여자 각각의 특성을 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

가. 순동이

순동이는 학업적 자기효능감과 학업성취도가 낮다. 학교에서 말이 없고 무력한 모습을 보이며, 친구들에게 놀림을 당하는 경험을 하고 있다. 스스로에 대해 똑똑하지 않다고 생각하고 있다. 슬픔, 화 등 자신의 감정에 대해 무감각하며 알아차림이 부족하다. 경제적으로 여유롭지 않지만 평범한 가정에서 2남 1녀 중 막내로 성장하였다. 가끔 형이 때릴 때가 있어 형과 갈등이 있다. 스스로를 말이 없고 하고 싶은 것만 하며 공부를 못한다고 인식하고 있다.

나. 귀요미

귀요미는 학업적 자기효능감과 학업성취도가 매우 낮다. 학교에서 수업시간에 집중을 못하며 잠을 자는 경우가 많고, 상황을 객관적으로 인지하는 힘과 자신과 타인의 감정을 알아차리는 힘이 부족하다. 체력이 약하고 친구들에게 지속적으로 괴롭힘을 당하고 있다. 1남 2녀 중 장남으로 할머니의 사랑을 독

차지하며 성장하였다. 컴퓨터게임에 몰두하여 가족들과 갈등이 있다. 참여자 중 돈에 대한 욕구가 가장 크게 나타나고 있다. 스스로 축구를 잘 하고 공부를 못한다고 인식하고 있다.

다. 철학자

철학자는 학업적 자기효능감과 학업성취도가 낮다. 학교에서 수업 시간 집중도가 부족하고 주변에 대한 관심이 없다. 좋았던 기억이 딱히 없다고 답하는 등 방어적인 태도를 취하며, 슬픔, 화 등 감정을 알아차리는 힘이 부족하다. 자신의 장단점을 잘 인지하고 있으며 공부는 ‘해야 하는 것’이라는 당위적인 생각을 하고 있다. 친구들에게 언어적으로 놀림을 자주 당하고 있다. 아버지의 사업 실패로 인한 가족 내 갈등으로 불안이 높다. 외동으로 어린 시절 외국에서 성장하여 한국 교육과정 상 결핍된 요소가 존재한다. 영어, 수학 과목에 대한 기초 학력 결핍으로 성적이 저조하다. 이해력이 좋고 독서를 좋아하는 것이 강점이다. 스스로 성실하며 화를 잘 낸다고 인식하고 있다.


라. 엄마

엄마는 학업적 자기효능감과 학업성취도가 낮다. 학교에서 수업 집중력은 매우 좋고 열심히 노력하나 성적이 오르지 않아 고민을 하고 있다. 맞춤법을 잘 모르고 글자를 읽고 의미를 파악하는 속도가 느리다. 슬픔의 감정에 대해 무감각하며 알아차림이 부족하다. 친구들에게 언어적으로 놀림을 자주 당하고 있다. 1남 1녀 중 막내로 부모님의 관심을 받으며 성장하였다. 누나가 공부를 잘 하여 사범대에 진학하였다. 이해력이 좋고 적극적이며 스스로 요요를 잘 하고 욕을 많이 하며 공부를 못한다고 인식하고 있다.

3. 연구 절차

그림-독서치료 프로그램은 2015년 5월 6일에서 2015년 7월 22일까지 매주 수요일 방과 후, 학교 교실에서 총 10회기(매 회 90분)로 진행되었다. 사전검사와 사후 검사는 각각 프로그램 실시 1주 전, 후에 시행되었다. 연구 절차는 van Manen(1990)의 현상학적 연구 방법을 참고로 하여 구성하였다.

[표11] van Manen - 현상학적 체험연구의 요소³³⁾

목표	다양한 유형의 체험의 본질 구조 해명
	
1	관심이 있는 연구주제인 특정의 체험으로 시선 돌리기/ 판단중지
2	연구자료 수집하기
3	체험의 본질적 주제에 대해 반성하기/ 본질직관 ³⁴⁾
4	본질적 주제에 대해 기술하기/ 현상학적 글쓰기
5	연구대상인 체험과의 강력한 관계 유지하기 ³⁵⁾
6	연구대상의 전체와 부분을 고려하면서 전체적인 탐구맥락의 균형 유지하기

33) 이남인(2014), 현상학과 질적연구, 한길사, pp. 56-59.

34) 주제분석을 통해 어떤 체험의 본질을 파악하기 위해 '상상을 통한 자유변경 방법(van Manen, 1990)'을 사용한다. 이는 특정의 주제가 실제로 그 체험의 본질적인 주제인가를 확정하기 위해 상상 속에서 그 주제를 변경시키거나 생략해본 후, 과연 이때에도 그것이 동일한 체험이라고 볼 수 있는지 확인해가는 과정을 말한다(이남인, 2014).

35) 연구자는 연구 주제에 대해 강한 애착을 갖고 있어야 연구대상에 대해 올바르게 파악할 수 있다. 현상학적 연구는 궁극적으로 현장개선을 목표로 한다(이남인, 2014).

본 연구의 전체적인 진행 절차는 다음과 같다.

[표12] 연구 진행 절차

1단계	연구 문제 설정	<ul style="list-style-type: none"> -그립-독서치료 프로그램 체험 과정에서 저소득층 청소년은 어떠한 현상의 변화를 보이는가? -그립-독서치료 프로그램 체험 과정에서 저소득층 청소년이 보이는 현상의 본질적 의미는 무엇인가? -그립-독서치료 프로그램 체험은 저소득층 청소년의 학업적 자기효능감 증진에 어떠한 영향을 미치는가?
↓		
2단계	참여자 선정	<ul style="list-style-type: none"> -학업성취도와 학업적 자기효능감이 낮은 저소득층 청소년 중 담임·교과·상담교사의 추천으로 참여자 선정 -담임·교과·상담교사 면담 -학업적 자기효능감, 문장완성 검사 실시(사전)
↓		
3단계	프로그램 개발	<ul style="list-style-type: none"> -그립-독서치료 프로그램 개발 방향 설정 -그립-독서치료 프로그램 개발 (10회기)
↓		
4단계	프로그램 진행	<ul style="list-style-type: none"> -그립-독서치료 프로그램 실시 (10회기)
↓		
5단계	자료 수집 및 분석	<ul style="list-style-type: none"> -지금-여기에서 참여자 변화 관찰 기록 및 분석 -녹음 자료, 활동 자료, 소감문 수집 및 분석 -참여자, 교사 면담 자료 수집 및 분석 -학업적 자기효능감, 문장완성 검사 실시(사후) -사전·사후 검사, 추수 면담 결과 분석 -1·2학기 중간고사 성적 자료 수집 및 분석
↓		
6단계	결과 도출	<ul style="list-style-type: none"> -체험의 본질적 주제에 대해 반성하기 -본질적 주제에 대해 기술하기 -연구 결과 정리 및 논의

4. 자료 수집 방법

van Manen(2014)은 일화를 비롯한 직접적인 삶의 이야기들, 에피소드, 사건 등 구체적이고 생생한(vivid and concrete) 체험 내용을 담은 자료를 수집하여 현상학적 연구를 수행할 것을 제안한다(유혜령, 2014). 이에 따라 본 연구에서는 참여자들이 그룹-독서치료 프로그램 체험을 통해 드러낸 삶의 이야기들, 상담 장면에서 알아차림을 통한 변화 과정을 살필 수 있는 다양한 자료들을 수집하였다. 그리고 수집한 자료는 참여 관찰 자료, 면담 자료, 프로그램 관련 자료로 분류하였다. 이를 좀 더 구체적으로 살펴보면, 프로그램의 매 회기 진행 상황은 참여자의 동의를 얻어 녹음하여 분석하였고 집단상담의 장에서 일어나는 참여자의 정서나 행동의 변화 등은 관찰기록지에 메모하였다. 이 밖에 담임·교과·상담교사 면담 자료, 참여자 면담 자료, 매 회기 배부된 활동지, 소감문, 과제, 활동 결과물, 사전·사후 학업적 자기효능감 검사, 문장완성 검사, 1·2학기 중간고사 성적 자료 등을 수집하여 참여자의 변화 정도를 살펴보았다.

가. 참여 관찰

참여 관찰 기록장을 통해 매 회기 참여자의 정서, 행동, 인지의 변화를 관찰하고 기록하였다. 여기에서는 소리로 녹음할 수 없는 비언어적 측면의 변화들을 위주로 기록하였다. 또한 관찰을 하며 참여자에 대해 새롭게 알게 된 사항, 관찰자의 의견에 대해서도 사실과 구분하여 기록하였다. 이를 통해 자료들 간 괄호치기(bracketing)³⁶⁾를 명확히 하고자 하였다.

36) 수집된 자료의 출처를 명확히 하여, 연구자가 탐구하고자 하는 현상에 대한 가정과 상식적인 선이해, 현존하는 과학적 지식의 경계를 밝힘(신경림 외, 2004).

이때 참여자의 동의를 구해 매 회기 프로그램 진행 상황을 녹음하였다. 이후 녹음한 것을 전사하여 언어적으로 구현되는 참여자의 역동과 변화를 살펴보았다. 프로그램 진행 장면에서 미처 발견하지 못한 참여자의 변화와 참여자들 간 역동을 녹음 자료를 통해 알아차릴 수 있었다.

나. 면담

참여자 심층 면담은 집단상담 프로그램의 장에서 집단의 역동과 함께 매 회기에 걸쳐 이루어졌다. 의도적인 심층 면담은 프로그램 진행 중 한 번, 프로그램 종결 후 한 번 진행하였다. 프로그램 진행 중 면담은 6회기 후 개별적으로 진행하였다. 프로그램 구성, 스스로 변화했다고 느끼는 점, 집단의 분위기, 요구 사항 등에 대한 이야기를 나누었다. 또한 프로그램 종결 후 참여자가 함께 모여 근황을 이야기하며 학습 상황에서의 노력, 어려운 점, 성적 향상 정도, 자신감 등에 대해 비구조적인 면담을 하였다. 담임·교과·상담 교사와의 면담은 프로그램 시작 전과 종료 후에 이루어졌다.

다. 관련 자료

관련 자료에는 그림-독서치료 프로그램을 진행하며 참여자가 작성한 활동지, 소감문, 과제, 활동 결과물과 프로그램 진행 전과 후에 작성한 문장완성검사, 학업적 자기효능감 검사, 1, 2학기 중간고사 성적표 등이 포함된다.

활동지는 프로그램을 진행하며 알아차린 인물의 상황과 감정, 그에 대한 참여자의 반응, 참여자 삶으로 내면화하기 등을 주요 활동으로 구성하였다. 소감문은 프로그램에 참여하며 느낀 점, 알아차리게 된 것, 전체적인 소감 등을 자유롭게 서술하도록 구성하였다. 활동지와 소감문은 매 회기 참여자가 작성

한 것을 수집하였으며 과제와 결과물은 그와 관련한 프로그램을 진행할 때 수집하였다.

1) 학업적 자기효능감 검사

학업적 자기효능감 검사는 김아영과 박인영(2001)이 개발한 것을 활용하여 재구성 하였다. 본 검사는 리커트식 6점 평정 문항들로 구성되어 있으나 본 연구에서는 참여자의 인지적 부담을 줄여주기 위해 ‘약간 그렇지 않다’, ‘약간 그렇다’를 ‘보통이다’로 통합하여 5점 평정으로 재구성하였다. 학업적 자기효능감을 측정하는 하위 요인은 자신감, 자기조절효능감, 과제난이도 선호로 구성되며 총 28개의 문항³⁷⁾으로 이루어져 있다. 척도 점수는 ‘전혀 그렇지 않다’를 1점으로, ‘매우 그렇다’를 5점으로 배점하며 각 척도의 점수를 합하여 학업적 자기효능감 점수로 사용한다. 점수가 높을수록 학업적 자기효능감이 높은 것으로 판단한다. 학업적 자기효능감 척도의 각 구성요인별 신뢰도는 자신감 .74, 자기조절 효능감 .76, 과제난이도 선호 .84로 양호한 수준이다.

[표13] 학업적 자기효능감 검사 하위 문항 구성

하위 영역	문항 번호	문항수	신뢰도
자신감	7*, 10*, 13*, 15*, 18*, 21*, 25*, 28*	8	.74
자기조절 효능감	2, 3, 5, 6, 9, 16, 19, 22, 24, 26	10	.76
과제난이도 선호	1, 4, 8*, 11, 12*, 14, 17*, 20*, 23, 27	10	.84

*역채점 문항

37) 정적 문항 16개, 부적 문항(역채점 문항) 12개

5. 자료 분석 방법

그립-독서치료 프로그램 체험에 대한 참여자의 현상을 담은 자료를 분석하고 해석하여 얻고자 하는 것은 경험이 갖는 본질적 의미의 파악이다. van Manen은 현상학이 갖는 본질적 의미는 의미체계를 구성하는 주제에 의해 분석되고 해석되어진다고 하였다(van Manen; 신경림 역, 2002; 고민경, 2011 재인용). 그는 현상학적 방법의 핵심 요소로 ‘현상학적 기술’이라는 개념을 이야기하였다. 여기에서 기술이란 현상학에서 중요시하는 ‘체험에 대한 순수기술’과 해석학에서 중요시하는 ‘해석’을 모두 아우르는 의미이다(van Manen, 1990; 이남인, 2014 재인용).

따라서 본 연구에서는 ‘기술’과 ‘해석’의 방법을 모두 사용하여 참여자가 프로그램 과정 중에 보이는 경험적 변화를 관찰하여 분석하였다. 이를 위해 참여 관찰 기록지, 프로그램 녹음 전사 자료, 담임·교과·상담교사 면담 자료, 참여자 면담지, 활동지, 소감문, 과제, 활동 결과물 등을 수집하여 분석하였다. 자료 분석은 자료 수집과 동시에 진행하였으며 수차례 재분석의 과정을 거쳤다. 또한 분석 과정 중 메모쓰기³⁸⁾를 적극적으로 실천하였다.

본 연구에서는 수집한 자료를 효과적으로 분석하기 위하여 이동성과 김영천(2014)이 Miles와 Huberman(2009), Creswell(2009, 2013), Dey(1993)의 분석절차를 종합하여 실용적 절충주의 입장에서 구안한 ‘포괄적 분석 절차’를 활용하였다. 포괄적 분석 절차는 6단계로 이루어져 있으며, 표면적으로는 선형적이고 순차적으로 구성되어 있으나 내부적으로 순환적이며 반복적이다.

38) 연구자는 분석 과정에서 메모를 작성함으로써 자신이 무엇을, 왜 분석하는지에 대한 반영성을 추구하며, 어떠한 사고과정으로 패턴, 범주, 하위범주, 주제, 개념이 생성되는지를 추적할 수 있다(Merriam, 2009; 이동성, 김영천, 2014).

[표14] 포괄적 분석 절차³⁹⁾

1단계	자료 읽기 및 관리	-수집된 자료를 반복적으로 읽고 연구 질문의 해결을 위한 분석적 민감성을 높이고, 다양한 질적 자료를 정량화, 분류, 저장하는 작업
2단계	분석적 메모 쓰기	-이전 단계와 이후 단계에서 발생한 연구자의 통찰과 반영성을 메모하는 작업
3단계	1차 코딩	-원자료에서 코드 ⁴⁰⁾ 와 범주를 생성하는 것 -단어, 줄, 세그먼트, 사건, 인 비보 코드를 통하여 원 자료를 분절하는 작업
4단계	2차 코딩	-중요하거나 반복되는 코드, 범주들을 의미적으로 관계 짓는 작업 -여러 코드와 범주들을 분류, 대조, 통합, 재구성, 삭제, 이동시킴으로써 보다 추상도 높은 범주들을 생성하고, 그러한 범주들의 특징과 관계를 해명함
5단계	3차 코딩	-기존의 범주들을 하나로 통합하여 가장 추상도가 높은 명제, 가설, 이론 등을 도출함으로써 사회현상이나 교육현상을 예측하고 설명하는 작업 -이전의 분석 결과로부터 특정한 개념 혹은 이론을 분류하고, 종합하고, 통합하고, 조직하기 위한 최종적인 분석 작업
6단계	연구 결과 재현	-시각적 모형, 이론 제시, 명제 제시, 표, 그림, 내러티브 등으로 최종적 연구결과를 제시하는 작업

이와 함께 프로그램 진행 전과 후에 체험한 학업적 자기효능감 검사, 문장완성 검사와 1· 2학기 중간고사 성적 자료를 비교·분석하여 프로그램 체험을 통한 참여자의 변화 양상을 살펴보고자 하였다.

39) 이동성, 김영천(2014)의 '실용적 질충주의에 기초한 포괄적 분석 절차'내용을 참고로 요약 제시함.

40) 질적 자료를 대상으로 총합적 의미, 현저한 특징, 본질, 호소적인 의미와 특징을 압축적으로 표현하기 위한 하나의 단어 혹은 짧은 구절(이동성, 김영천, 2014).

V. 연구 결과: 그림-독서치료 체험의 의미

본 연구는 학업성취도가 낮은 저소득층 청소년이 그림-독서치료 프로그램을 체험하며 보이는 경험적 현상의 의미를 학업적 자기효능감을 중심으로 이해하는데 목적이 있다. 나아가 그림-독서치료 프로그램 체험을 통해 저소득층 청소년이 건강한 유기체로 성장할 수 있도록 돕는 것을 궁극적인 목적으로 한다. 이에 따라 그림-독서치료 프로그램을 체험하며 참여자에게 어떠한 현상의 변화들이 나타났는지, 그리고 그러한 체험적 현상이 참여자의 학업적 자기효능감에 어떠한 의미를 지니는지에 초점을 두어 자료를 분석하였다.

먼저 그림-독서치료 참여자가 프로그램을 체험하며 드러낸 의미 있는 현상을 [표15]와 같이 범주화하였다. 참여자가 프로그램을 체험하며 반복적으로 보인 의미 있는 현상을 의미 단위로 나누었고, 관련이 있는 의미 단위를 묶어 하위 범주를 설정하였다. 그리고 관련된 하위 범주를 묶어 '주변인으로 머물기: 외따로 존재하는 섬', '잃어버린 자기: 등대가 존재하지 않는 섬', '잃어버린 나를 찾아서: 섬에 이름 붙이기', '나와 너의 만남: 그 섬에 가고 싶다'라는 네 개의 범주를 설정하였다. 각 범주에는 참여자를 섬에 비유한 부제를 설정하였다.⁴¹⁾

다음으로 이것을 그림-독서치료 프로그램을 개발하며 설정한 다섯 가지 범주에 대응시켜 [표16]와 같이 재범주화 해보았다. 이에 따른 범주⁴²⁾는 '주변인으로 머물기: 환경(맥락)', '잃어버린 나를 찾아서: 생리적·정서적 각성', '타인에게 배우기: 대리적 경험', '세상의 중심으로: 성공 경험', '사랑의 대화: 언어적 설득'의 다섯 가지로 나누어지는데, [표15]의 하위 범주가 학업적 자기

41) 섬은 바다, 주변 섬, 바람 등의 환경과 상호작용하며 독립된 자기의 형태를 지니고 살아가는 존재이다. 참여자를 섬에 비유한 것은 참여자가 프로그램을 체험하며 점차 환경과 상호작용하는 건강한 자기를 형성해 가는 현상을 비유적으로 드러내고자 함이다.

42) 여기에서 각 범주는 독립적이기 보다 상호 영향을 미치며 참여자의 변화를 이끌었다.

효능감을 중심으로 한 [표16]의 범주에도 모두 포함됨을 확인할 수 있다. 따라서 여기에서는 [표15]를 통해 참여자가 그룹-독서치료 프로그램을 체험하며 보인 현상의 의미를 이해함으로써 참여자의 학업적 자기효능감의 변화 과정을 살펴보도록 하겠다.

[표15] 그룹-독서치료 프로그램 체험 현상 분석

범주	하위 범주	의미 단위
1. 주변인으로 머물기 :외따로 존재하는 섬	①프로그램 참여 태도	대화에 참여하지 않음
		질문에 대한 '예, 아니오' 단답형 답
		표정의 변화가 일어나지 않음
		지나치게 많은 말과 상대의 말 가로채기
		맥락에 맞지 않는 자신만의 언어 사용
		프로그램이 빨리 끝나기를 바람
	②학교 수업시간 참여 태도	수업 시간에 집중하지 못함
		수업 내용을 이해하지 못함
		문제를 해결하지 못했을 때 창피함
		성적이 우수한 친구들과 비교하게 됨
		교사에게 지적받을까봐 불안함
	학교는 재미없는 곳, 벗어나고 싶은 곳	
	③가정에서 생활 태도	가족들 간 서로에 대해 관심이 없음
		가족과 떨어져 혼자 있을 때 자유로움
		빨래, 청소 등 집안일을 혼자 도맡아 함
		TV시청, 인터넷게임을 즐김
	④교우관계 갈등	맞벌이 부모의 부재로 마음대로 함
		가정환경이 어렵고 공부를 못한다는 이유로 친구들에게 무시, 놀림을 당하고 있음
		지속적인 폭력과 협박을 당하고 있음
		친구들의 괴롭힘으로부터 오는 분노를 표

		현하지 못하고 쌓아두고 있음 친구들의 놀림에 적극적으로 맞서 대항할 힘이 없음
	⑤가족관계 갈등	어린 시절 아버지의 폭력을 경험함 책임감 없는 아버지 때문에 고생을 함 경제력을 잡고 있는 가부장적인 아버지의 실직 어머니와의 갈등으로 어머니 가출 부모님의 잦은 다툼으로 인한 스트레스 형제 사이 다툼으로 인한 스트레스
2. 잃어버린 자기 :등대가 존재하지 않는 섬	⑥자기개방에 대한 두려움	자기 방어적 미소 짓기
		대화 상황에서 침묵하기
		들리지 않는 목소리로 이야기하기
	⑦자기에 대한 자각 부족	다른 참여자에게 주의 돌리기
		자신이 느끼는 감정에 대해 알지 못함
		자신이 느끼는 욕구에 대해 알지 못함
자신의 몸, 행동에 대해 알지 못함		
⑧자신감 부족	자신의 미해결과제에 대해 알지 못함	
	의욕이 없고 수동적인 행동	
	반복적인 실패로 인한 좌절감	
3. 잃어버린 나를 찾아서 :섬에 이름 붙이기	⑨자기에 대한 자각	자신의 능력으로 극복할 수 없다는 생각
		자신은 머리가 나쁘고 멍청하다는 생각
		자신이 느끼는 감정에 대한 알아차림
		자신이 느끼는 욕구에 대한 알아차림
	⑩자신감 회복	자신의 사고에 대한 알아차림
		자신의 미해결과제에 대한 알아차림
독서 자료 선정을 통한 자기주도성 맛보기		
그립보드게임을 승리 경험을 통한 성취감 맛보기		
		독서퀴즈 성공 경험을 통한 성취감 맛보기
		학업성적 향상 경험 후의 성취감 맛보기

	⑪ 프로그램 참여 태도 변화	대화에 적극적으로 참여
		질문에 대한 구체적인 답
		감정을 드러내는 표정 짓기
		적절한 양으로 말하기
	⑫ 자유로운 자기개방	프로그램 참여를 통해 느끼는 즐거움
		자신의 이야기를 솔직하게 개방함
집단역동으로 인한 자기개방		
4. 나와 너의 만남 :그 섬에 가고 싶다	⑬ 자기 모습 수용하기	나의 이야기에 집중하여 말하기
		타인의 시선 두려워하지 않고 말하기
		내가 할 수 있는 것 찾아 표현
		내가 할 수 없는 것 찾아 표현
	⑭ 자기 모습 지지하기	나의 장점 찾고 표현
		나의 단점 찾고 표현
		노력하며 열심히 공부하면 좋은 날이 온다는 격려
		남과 비교하지 말라는 조언
	⑮ 작품 속 인물에 공감하며 내면화하기	자신은 소중한 존재라는 위로
		자신을 자랑스럽게 여기라는 위로
		있는 그대로의 모습이 소중하다는 위로
	⑯ 타인에 대한 수용과 지지	인물이 느끼는 감정에 공감하며 내면화하기
인물이 처한 상황에 공감하며 내면화하기		
인물이 살아온 삶에 공감하며 내면화하기		
타인의 장점 찾고 지지하기		
타인의 말 경청하기		
	타인의 감정, 말에 공감하는 말 피드백	
	타인이 처한 상황 이해하기	
	타인의 칭찬할 점 상장 만들어 선물하기	

[표16] 그림-독서치료 프로그램 개발 방향에 따른 체험 현상 분석

범주	하위 범주	[표15] 하위범주
1. 주변인으로 머물기 :환경(맥락)	학교에서의 생활 양상	②수업 시간 참여 태도
		④교우관계의 갈등
	가정에서의 생활 양상	③가정에서 생활 태도
		⑤가족관계의 갈등
	프로그램에서의 생활 양상	①프로그램 참여 태도
		⑥자기개방에 대한 두려움
2. 잃어버린 나를 찾아서 :생리적·정서적 각성	자신에 대한 알아차림	⑦자기에 대한 자각 부족
		⑨자기에 대한 자각
	접촉하기	⑪프로그램 참여 태도 변화
		⑫자유로운 자기개방
3. 타인에게 배우기 :대리적 경험	타인의 삶에 공감하며 내면화하기	⑮작품 속 인물에 공감하며 내면화하기
4. 세상의 중심으로 :성공 경험	자신감 회복 실험	⑧자신감 부족
		⑩자신감 회복
5. 사랑의 대화 :언어적 설득	자신과 타인 수용과 지지	⑬자기 모습 수용하기
		⑭자기 모습 지지하기
		⑯타인에 대한 수용과 지지

1. 주변인으로 머물기: 외따로 존재하는 성

하나, 청소년은 출신, 성별, 종교, 학력, 연령, 지역 등의 차이와 신체적 정신적 장애 등을 이유로 차별받지 않을 권리를 가진다.

- 「청소년 현장」 43), ‘청소년의 권리’ 중-

청소년 현장을 살펴보면 청소년은 그들을 둘러싼 환경이 다르다는 이유로 차별받지 않을 권리를 가지고 있다. 그러나 가정의 경제적 부가 대물림되고 입시위주의 교육이 이루어지고 있는 대한민국의 현실에서 이러한 청소년의 권리는 얼마나 잘 지켜지고 있을까? 경제적 어려움과 성적 문제가 청소년들을 자살로 내몰고 있는 사회에서 학업성취도가 낮은 저소득층 청소년의 현실에 관심을 가질 필요가 있다.

청소년을 둘러싼 가정과 학교라는 환경은 그들이 주체적인 성인으로 성장하는 데 영향을 미치는 중요한 요소이다. 인간은 하나의 유기체로서 환경과의 관계 속에서 영향을 주고받으며 살아갈 수밖에 없기 때문이다. 타인의 시선에 예민한 청소년기에 가정의 경제적 어려움과 낮은 학업성취는 그들의 성장에 부정적인 영향을 끼치는 요소가 된다. 그림-독서치료 프로그램에 참여한 청소년들 역시 이러한 두 가지 요소로부터 자유로울 수 없다.

참여자들은 공통적으로 경제적으로 어려운 가정환경 속에서 생활하며 부모의 충분한 돌봄을 경험하지 못하고 있었다. 또한 가족 중 정신적, 신체적 갈등 관계에 있는 구성원이 존재하였다. 상담의 장에서 참여자들이 보인 가족과의 갈등 현상은 그림-독서치료 프로그램을 진행하기 전 수집한 참여자의 자기보고식 평가 자료와 차이를 보이는 것이다. 문장완성검사에서 그들은 모두 가족에 대한 애정을 드러낸 바 있다. 이러한 모순은 자기가 사랑하는 가족에게 수

43) 1990년 5월 12일 체육부는 청소년 육성을 위한 국민적 공감대 형성 등을 위해 청소년현장을 선포했다.

용되고 지지받고 싶은 욕구가 지금 현재 충분히 채워지지 않고 있음을 보여주는 현상이다.

특히 ‘엄마’와 ‘철학자’는 서로 다른 형태로 가족에서의 소외됨을 드러냈다. 엄마는 ‘저’라는 낮춤의 대명사를 사용해야 할 상황에서 ‘나(내)’라는 말로 자신을 지칭했다. 그리고 ‘나’라는 1인칭 대명사를 사용할 땐 항상 강하게 힘을 주어 말했다. 또한 엄마는 프로그램 초기에 타인의 발화 기회를 뺏어 줌 없이 자신이 이야기를 주도하려는 자기중심적인 모습을 보였다. 이런 엄마의 모습은 타인의 애정, 보살핌을 갈구하는 유아의 모습을 연상하게 했다.

“나는 집안의 모든 반찬을 내가 만들어요. 청소도 내가 다 해요.”

“어머님은 뭐하시고?”

“몰라요. 우리는 모두 각자예요. 다른 사람들이 청소하는 걸 9년 전에 보고 못 봤어요. 그래서 집 청소도 항상 내가 해요.” (엄마와 리더의 대화)

이와는 반대로 ‘철학자’는 자기방어 수준이 매우 높아 자신과 가족에 대한 이야기를 아꼈으며 가족에 대한 이야기가 오고 갈 때에는 대화에 참여하는 것을 매우 부담스러워 했다. 벽에 걸려 있는 시계를 자꾸 쳐다보았으며 의자에서 들쭉날쭉 하며 불안해하는 모습을 보였다. 가족이라는 주제에 대해 회피하고 그 상황을 모면하고 싶어 하는 마음이 행동에 그대로 드러났다. 그러나 ‘철학자’는 가족 상징 작업을 하며 엄마에 대한 애정과 깊은 신뢰를 드러냈다.

“엄마는 요리를 잘 해서 프라이팬으로 그렸어요. 저랑 아주 친해요. 아빠는 그냥 사람으로 그렸어요. 아빠는 책임감도 없고 저랑은 소원한 사이구요. 엄마랑도 안 친해요.” (철학자)

순둥이는 다른 참여자에 비해 가족 관계에서 받는 스트레스가 덜했다. 그러나 가족 간 친밀감을 형성하는 대화가 거의 이루어지지 않고 있었다. 집에서 가족들이 함께하는 시간은 텔레비전을 시청할 때이며, 특히 순둥이는 형에게 물리적인 폭력을 당하고 있었다.

“형은 인터넷게임만 하는데 화나면 저를 자꾸 때려서 형이랑은 사이가 안 좋아요.” (순둥이)

귀요미는 경제활동을 하는 아버지의 뒤를 이어 가정 내 서열 2위를 차지하고 있었다. 때문에 어머니와의 갈등이 잦았고 어머니께서 귀요미와 다투고 가출을 하시는 상황까지 벌어지고 있었다. 또한 귀요미는 학교에서 친구들에게 경험한 분노감을 가정에서 자신보다 약자인 동생에게 풀어내고 있었다. 귀요미는 교우관계에서 소외됨을 경험하며 인터넷 세상에 빠져들고 있었다. 그러나 귀요미의 가정에는 서열 2위인 귀요미를 제지할 수 있는 막강한 힘을 지닌 존재가 없었다.

“우리 아빠는 돈이에요. 아빠가 돈을 버니까 아빠 말에 모두 따라야 해요. 아빠랑 엄마가 자주 싸우는데 당연히 아빠가 이기죠. 저랑 엄마랑은 사이가 안 좋은데 예전에 엄마가 저랑 싸우다가 가출한 적도 있었어요.”

“전에 인터넷게임을 하고 있는데 동생이 게임한다고 놀리고 못하게 엄마한테 일러서 열 받아서 식칼을 들고 동생을 찌르려고 한 적이 있어요.” (귀요미)

참여자들이 환경에서 받는 스트레스는 가정보다 학교생활에서 더 큰 강도를 보였다. 참여자들은 현재 가장 고민이 되는 것이 무엇이냐는 질문에 하나같이 ‘성적’이라고 답했다. 이들은 자신들의 낮은 성적 때문에 수업 시간에 소극적

인 자세를 취하고 있으며, 스스로를 비하하는 생각을 하고 있었다.

“요즘은 성적이 가장 큰 고민이에요.” (철학자, 순둥이, 엄마, 귀요미)

“수업 시간에 앞에 나와서 문제 풀라고 시킬까봐 불안해요. 남들은 다들 수학 문제를 잘 푸는데 나만 못 풀 때 창피해요.” (순둥이)

“공부 잘하는 애들이랑 비교하게 되고 그럴 때 나 스스로에게 짜증이나요.”

“성적이 안 나오니까 ‘나는 머리가 나쁜가보다’라고 생각했어요.” (엄마)

“학교에서는 행복하지 않아요. 갇혀있는 느낌이에요.”

“수업 시간에는 그냥 멍하고 있든가 잠자는 게 제일 좋아요.” (귀요미)

이러한 자기에 대한 부정적 신념은 타인과의 관계에서도 ‘위축됨’의 형태로 드러났다. 모든 참여자가 교우 관계에서 괴롭힘과 놀림을 당하는 입장에 있었으며 그로 인해 쌓아온 분노와 화를 적절히 표출하지 못하고 자기 안에 담아두고 있었다.

“친구들이 구박할 때 난처함을 느꼈어요. 겉모습만으로 나를 판단하고 뒤에서 소곤거릴 때 그 자식들을 다 죽여 버리고 싶어요.” (엄마)

“귀요미는 쉬는 시간이랑 점심시간에 항상 혼자 어슬렁거려요. 재는 함께 노는 애가 없어요.” (엄마)

“저를 괴롭히는 친구에게 화가 나요. 그 자식을 막 때려주고 싶어요. 죽여 버리고 싶어요. / 애들이 괴롭힐 때 그냥 가만히 있어요. 선생님한테 말하면 이른다고 또 놀리고 왕따가 될 거예요.” (순둥이)

“애들이 제 이름을 이상하게 만들어서 부르면서 장난을 쳐요. 짜증이 나지만 뭐라고 하지는 못해요.” (철학자)

“pc방에서 만난 3학년 형들이랑 2반 애가 자꾸 때리고 먹을 거 사오라고 하고 돈도 뺏어갔어요. 요즘은 좀 덜한데... 어쩔 수 없어요...” (귀요미)

위축된다는 것은 ‘어떤 힘에 눌려서 좋아하고 기를 펴지 못하게 되다.’⁴⁴⁾라는 의미이다. 귀요미를 제외한 다른 참여자들은 타인과의 관계에서 상대의 힘에 눌려 좋아하고 기를 펴지 못할 만큼 신체가 왜소하지도 않으며, 물리적인 힘 또한 약해보이지 않았다. 즉 그들은 또래에 비해 주먹이 약해서 위축된 것은 아니었다. 겉으로 보이는 다부지고 건강한 신체와 달리 그들의 태도는 매우 수동적이고 온순했다. 그들이 보이는 태도 이면에는 8년의 학교생활 속에서 반복적으로 경험한 실패를 통해 ‘나는 할 수 없다’는 낮은 자기효능감이 형성되어 있었다. 뒤에서 든든하게 받쳐줄 가정의 지지도 학생으로서 당당할 수 있는 높은 성적도 지니고 있지 못한 참여자들은 자신들을 웃음거리로 만들어 버리는 ‘성적, 가진 자⁴⁵⁾’라는 위협으로부터 도망쳐 안전한 주변부에 몸을 숨기게 된 것이다. 이러한 맥락에서 참여자들이 보이는 ‘위축됨’은 낮은 자기효능감의 한 형태로 볼 수 있다.

인간은 자신에게 상처를 남긴 경험을 되풀이하지 않기 위해 방어기제를 사용한다. 참여자들 역시 자신을 보호하기 위해 지금-여기의 장 한 가운데로 당당하게 나서지 못하고 현실을 회피하고 있었다. 그들은 가정에서도 학교에서도 자신의 위치를 찾지 못하고 주변인으로 머물고 있었다. 학교생활을 하며 전반적으로 위축된 모습으로 살아온 참여자들은 그러한 태도가 만성화되어 습관으로 굳어가고 있었다.

‘귀요미는 상대와 눈 마주침을 어려워하였다. 상담 장면에서 다른 참여자가 귀요미를 놀리거나 제압하려 할 때에도 웃어넘기고 말지 상대에게 당당하게

44) 고려대학교 민족문화연구원. 다음 한국어 사전(2016.5.5). <http://dic.daum.net/word>

45) 가진 자란 경제적 여유 뿐 아니라 학업 성적, 자기효능감, 부모의 지지, 또래의 지지 등 환경의 영향에서 상대적으로 참여자들보다 부유한 자를 의미한다.

화를 내지 못하는 모습이 자주 관찰되었다. 또 대화의 초점을 정확하게 이해하지 못하고 맥락에 맞지 않는 어휘를 사용하는 모습도 보였다.’

(1회기 리더의 메모)

그립-독서치료 프로그램의 장에서도 초기에는 그들의 위축되고 소극적인 모습이 그대로 드러났다. 프로그램에 자발적으로 참여한 것이 아니라 담임교사의 추천에 의해 반강제적으로 참여하게 된 참여자들은 첫 시간 시작부터 시계를 뚫어져라 쳐다보는 행동을 반복했다. 그러면서도 그들은 프로그램 참여에 대한 불만이나 강제성에 대한 불합리함을 호소하거나 따지지 않았다. 마치 매어져 있는 온순한 양처럼 리더의 말을 따랐다. 위축됨이 몸에 베인 참여자들에게는 저항할 힘도 자신의 권리를 주장할 힘도 남아 있지 않았던 것이다. 한창 호기심과 탐구심에 반짝여야 할 청소년의 눈빛은 초점이 흐리고 눈꺼풀은 금방이라도 잠이 쏟아질 것처럼 무거워 보였다. 참여자들의 몸은 지금-여기에 머무르고 있었지만 정신은 그 순간을 함께 하지 않고 있었던 것이다.

2. 잃어버린 자기: 등대가 존재하지 않는 섬

등대는 배의 항로를 표지해주는 역할을 한다. 낮에는 색깔로 밤에는 밝은 빛으로 주위를 밝혀 배의 위치와 위험성 등을 알려준다. 칙흑 같은 어둠 속에서 등대가 빛을 밝혀 항로를 비춰주지 않는다면 섬 주변을 항해하는 배들은 길을 잃고 표류하게 될 것이다. 인간의 삶에서도 자신의 길을 비춰주는 깨어 있는 등대가 필요하다. 등대와 같이 인간의 자각을 도와주는 것이 바로 게슈탈트치료에서 말하는 알아차림이다. 우리는 지금-여기를 살아가며 자신에게 일어나는 알아차림을 통해 생의 의미를 발견하고 주체적인 유기체로 성장할 수 있게

된다(김정규, 2016 강의록). 그러나 그림-독서치료 프로그램 초기에 참여자들은 자신의 몸과 마음을 통해 경험되는 생리적·정서적 변화를 전혀 알아차리지 못하고 어둠 속에서 바다 위를 표류하고 있었다.

특히 순둥이는 수차례 질문을 해야만 들리지 않는 목소리로 답을 했고, 그 답도 ‘예, 아니오’라는 한 단어로 매우 짧았다. 그는 즐거움, 슬픔 등의 표정 변화가 전혀 없었으며 관계 속에서 스스로를 소외시키며 거리를 두는 모습을 보였다. 또 타인의 말에 귀를 기울이지 않았고 프로그램에 참여하며 자신과 타인, 현상에 대한 알아차리기를 시도조차 하지 않았다. 순둥이는 2회기에 그림보드게임을 할 때에도 다른 참여자와는 사뭇 다른 태도를 보였다. 그림보드 게임은 여행 형식의 게임으로 승부욕이 강한 남자 청소년에게 매우 효과적으로 활용할 수 있는 도구이다. 다른 참여자들은 모두 매우 즐거워하며 게임에 참여하며 웃음과 환호성이 끊이지 않았는데, 순둥이는 게임에 임하며 무표정한 표정으로 일관했다. 그러나 장에서 보여준 현상과 달리 활동지에 활동에 대한 느낌을 적을 때는 게임에서 이겨 뿌듯했다고 반응했다.

“게임에서 승리한 게 뿌듯했다.” (순둥이)

‘순둥이는 삶에서 흥미 있는 것이 없다고 하였고 대화에 몰입하지 못하고 대화 밖에서 홀로 존재하였으며, 감정 알아차리기가 전혀 이루어지지 않았다. 게임을 하며 다른 참여자가 즐거워할 때나 다른 참여자로부터 ‘돼지’라고 놀림을 받을 때에도 얼굴 표정의 변화가 없어 마치 감정이 없는 석고상 같았다.’

(2회기, 리더의 메모)

순둥이보다 강도가 덜하기는 하였지만 철학자 역시 프로그램 초기에 순둥이와 비슷한 양상을 보였다.

“느껴지는 게 없어요. 몰라요.” (철학자)

‘철학자는 친구들의 이야기에 긍정적으로 공감해 주고, 상황을 빠르게 파악하는 모습을 보였다. 그러나 정작 자신의 감정에 대해선 알아차림이 일어나지 않았고 매우 방어적이었다. 특히 긍정적인 감정은 비교적 잘 알아차리고 표현하였으나, 부정적인 감정은 표현하지 못하고 웃어넘기는 모습을 보였다.’

(1회기, 리더의 메모)

순둥이와 철학자가 위축됨을 경험하는 것은 상담의 장이 학교 교실이라는 공간성과 수업 시간 종료 후라는 시간성에 영향을 받기 때문이기도 했다. 그들은 그림-독서치료 프로그램 참여가 학교 수업의 연장처럼 느껴져 학교라는 공간과 시간 속에 머무르며 위축됨을 벗어나지 못하고 있었다. 또 그들은 자기의 이야기를 공개했을 때 타인으로부터 수용 받고 이해받을 수 있다는 믿음을 갖고 있지 않았다. 이러한 이유로 프로그램 초기 순둥이와 철학자는 지금-여기의 장으로 들어오지 못하고 머뭇거렸고, 자신과 타인에 대한 알아차림을 경험하지 못했다.

귀요미는 상담 장면에서 매우 적극적으로 참여하였고 프로그램을 통해 체험하는 실험에 흥미와 관심을 보였다. 그러나 프로그램 초기에 귀요미 역시 자신과 타인의 감정을 전혀 알아차리지 못했다. 귀요미는 상담 장면에서 엄마의 공격을 받았는데, 이에 대해 웃음과 긍정으로 불편한 감정을 회피하며 자신의 실제 감정을 알아차리고 접촉하지 못하는 모습을 보였다. 왜소한 신체가 또래 관계에서 귀요미를 약자의 위치에 처하게 하였으며 위축되게 하였는데 그러한 현상이 프로그램 진행 과정에서도 나타났다. 또 귀요미는 맥락에서 벗어나거나 문맥이 어색한 발화를 자주했다.

“오늘은 너무 재밌었고, 인연이 길어졌다.”

“프로그램에 참여하는 친구들과 인연을 맺는 게 즐거웠다는 말이지?”

“네, 그 말이에요. 허허허(멋쩍은 웃음)” (귀요미와 리더의 대화)

귀요미는 상담을 마친 후 리더의 전화기를 책상 서랍 속에 넣어두고 가버리는 등의 장난을 하여 리더를 당황하게 만들기도 했는데, 본인은 이러한 모습을 보고 매우 즐거워했다. 해맑고 천진난만한 귀요미의 웃음과 엉뚱함을 통해 귀요미가 청소년기 진입 전 아동기에 머물고 있는 것으로 보였다. 귀요미가 알아차림을 시도하지 못하는 것은 만성화된 위축감에서 오는 불안정함과 함께 인지적 성숙의 문제가 깔려 있는 것으로 보였다. 프로그램을 체험하며 귀요미는 다른 참여자들보다 자신의 감정을 솔직한 언어로 표현하였으며 상황극에도 적극적으로 참여하여 실제 인물처럼 연기하는 등 매우 개방적인 모습을 보였다. 그러나 자신의 감정, 사고, 몸에 대한 알아차림은 매우 더디게 일어나기 시작했다.

엄마는 다른 참여자와 다른 양상으로 자기를 방어했는데, 1회기부터 매우 적극적으로 이야기를 쏟아냈다. 그러나 엄마의 발화는 대부분이 대화의 맥락이나 알아차림과 거리가 먼 ‘이야기(content)’⁴⁶⁾였다. 엄마는 자신의 이야기를 마무리한 후 다른 참여자의 이야기가 진행될 때 서슴없이 대화에 끼어들어 자신이 이야기를 주도하고자 하는 태도를 보였다. 엄마는 말의 속도도 빠르고 목소리도 컸지만 가장 큰 특징은 어투에 짜증이 섞여 발화된다는 것이었다. 그러나 엄마는 자신이 짜증나는 투로 말한다는 것을 전혀 알아차리지 못하고 있었다. 이러한 엄마의 모습은 교사 면담을 통해 수집한 자료와 정반대의 현상이었다. 엄마의 담임교사는 엄마는 평소 학급에서 매우 소극적이며 조용한 학생이라고 언급했었다.

“오늘 이야기를 나누며 느낀 감정은 잘 모르겠다.”

“담임 쌤은 힘이 좀 있고 노는 애들한테만 잘 해주고, 개들한테는 뭘 시키지도

46) 콘텐츠는 말이나 글의 표면적인 의미를 지칭한다. 게슈탈트치료에서는 콘텐츠보다 그 이면에 깔려 있는 내포된 의도나 감정, 욕구 등 다양한 현상(프로세스)을 치료의 중요한 요소로 여긴다(김정규, 2015).

못해요. 나한테는 관심도 없어요. 말해도 들어주지도 않고.”

“(다른 참여자가 고른 카드를 뺏어들고) 내꺼야, 내가 읽을 거야!”

“귀요미 얘기는 제가 아는데요. 우리 집이랑 애네 집이랑 가까이 살았었던
요. 그래서요. 애네 할머니랑 엄마도 내가 아는데요.....” (엄마)

상담의 장에서 드러난 엄마의 수다스러움은 힘의 논리가 존재하는 교실 상황에서 성적, 가정배경 등에서 약자인 엄마의 위축되었던 본능의 표출로 볼 수 있다. 엄마는 상대가 자신을 알아주기를 바라는 욕구가 매우 강하게 잠재되어 있었다. 엄마는 상담 장면에서 최선을 다해 노력하는 모습을 보였고, 스스로도 자신은 모든 것에 노력하기 때문에 ‘애가 쓰인다(감정단어카드)’고 했다. 그러나 생활 속에서 엄마의 노력에 대한 보상은 적절하게 이루어지지 않고 있었다.

‘애가 쓰이다’(감정단어카드)

“나는 필요 없는 것 빼고 모든 것에 노력해요. 그런데 성적은 잘 오르지 않아서 힘들어요.” (엄마)

엄마는 가정에서 이루어지는 가사노동을 도맡아 하고 있는데도 부모로부터 칭찬을 받지 못하고, 오히려 그것이 당연한 것이 되어버린 삶을 살아가고 있었다. 학교에서의 위축되어짐과 가정에서의 당연하지 않은 당연함이 반복되며 엄마는 누구에게도 수용 받지 못하고 있었다. 엄마가 잃어가고 있는 타인과의 관계맺음에 대한 욕구, 사랑받고 싶은 욕구는 짜증과 불만이 섞인 수다스러움으로 옷을 갈아입고 상담 장면에서 반복된 현상으로 드러나고 있었다.

3. 잃어버린 나를 찾아서: 섬에 이름 붙이기

우리나라 섬의 수는 3,237개이며 그중 유인도는 470개, 무인도는 2,767개이다.⁴⁷⁾ 파악되지 않은 섬까지 합치면 이보다 더 많은 섬들이 우리나라에 존재하고 있다. 그러나 우리가 기억하는 섬은 과연 몇 개나 될까? 수많은 섬 중에 ‘청산도, 보길도’ 등 고유의 명칭이 존재하는 것은 이름을 통해 그 섬의 풍경과 특징 등을 기억하게 한다. 곧 섬의 이름은 그곳을 다른 섬과 구별되는 고유한 의미를 지닌 존재가 되게 하는 역할을 한다. ‘센과 치히로의 행방불명’에서 치히로는 온천장의 주인인 유바바에게 자신의 이름을 빼앗기고 센이라는 이름으로 살아가다 자신의 이름이 치히로라는 것을 기억해내는 순간 유령의 세계에서 탈출하여 현실로 돌아오게 된다.

“‘센’인 척하고 진짜 이름을 숨겨. 이름을 뺏기면 돌아가는 길을 모르게 돼”

- 하쿠의 대사, 「센과 치히로의 행방불명」 중

여기에서 ‘치히로’라는 이름은 자신의 정체성을 의미한다. 주인공이 이름을 기억해냈다는 것은 고통과 시련을 이겨내고 자아를 재탄생시켰다는 의미이다. 이처럼 존재에게 이름이란 그를 사회의 일원으로 존재하게 하는 역할을 하는 중요한 의미를 지니고 있다.

존재가 자신의 이름을 잃지 않기 위해서는 정체성을 확립하는 것이 중요하다. Erikson(1968)은 청소년기에 이루어야 할 가장 중요한 발달과업으로 정체성 확립을 꼽았다. 청소년기에 자기에 대한 정체성의 뿌리를 잘 키워 놓은 존재가 건강한 유기체로 성장하여 사회의 일원으로 기능할 수 있다. 그렇다면 청소년의 정체성을 확립하기 위한 기본 전제는 무엇일까? 정체성의 근간은 자

47) 국토교통부. ‘해안선 및 도서’ 통계자료(2015.12.24). <http://kosis.kr>

아를 있는 그대로 바라보고 알아차릴 수 있는 힘이다. 자신의 감정, 사고, 욕구, 몸 등에 대한 알아차림을 통한 접촉은 자아의 성장을 이끈다. Perls(1951)는 “알아차림 그 자체가 바로 치료적일 수 있다”고 하였다. 알아차림은 자기 존재의 정체성을 찾아가는 과정이라고 할 수 있다. 자기가 누구인지 관심을 갖고 알아가는 과정에서 프로그램 참여자가 고민하고 있는 성적과 가정의 경제적 배경으로 인한 위축감(학업적 자기효능감 부족 현상)을 극복할 수 있다. 그림-독서치료 프로그램을 체험한 청소년들 역시 상담이 진행될수록 자신의 감정, 욕구, 사고 등에 대한 알아차림과 접촉이 일어나는 현상을 보였다.

가. 순둥이

순둥이는 3회기에 상담 장면에서 사용할 책을 스스로 한 권씩 고르는 실험을 진행할 때 의외의 책을 선택하여 다른 참여자들로부터 놀림을 받았다. 순둥이가 선택한 책은 「퇴근 후 10분 반찬」이라는 제목의 것이었다. 친구들의 웃음과 놀림에도 순둥이는 아무 말과 표정변화 없이 묵묵히 그 책을 사겠다고 주장했다.

“야 너는 역시 돼지야. 크하하” (엄마)

“먹는 것만 좋아하고...” (철학자)

“이야 맛있겠다.” (귀요미)

그러나 5회기에 자신이 선택한 책을 다른 참여자에게 소개하는 시간에 순둥이의 선택이 의미 있는 것이었다는 걸 모두가 알고 감동하게 되었다.

“누나가 지방에서 혼자 자취하면서 돈 벌고 있는데 밥을 잘 안 해먹어서 이걸 선물하면 반찬을 쉽게 만들어 먹을 수 있어서 골랐어요.” (순둥이)

“이야 너가 그렇게 착했냐?” (철학자)

“너네 누나 좋겠다.” (귀요미)

“우와~ 순둥이가 그런 깊은 뜻을 갖고 이 책을 골랐구나. 나는 순둥이가 요리에 관심이 많아서 이 책을 고른 줄 알았었다. 누나를 생각하는 마음이 참 대견하다.” (리더)

순둥이에게 쏟아지는 찬사와 함께 5회기의 대화 주제가 자연스럽게 ‘가족’에 대한 이야기로 흐르게 되었다. 순둥이는 이 회기에 자신을 중심으로 주제가 형성되고 대화가 진행되는 경험을 하며 많은 변화를 보이기 시작했다. 적극적으로 자기개방을 하며 자신의 감정을 알아차리고 표현하기 시작한 것이다. 이때 석고상같이 변화가 없던 순둥이의 표정도 편안해지기 시작했다. 순둥이는 활동지에 자신이 선택한 책을 통해 주제를 도출하여 이야기한 것이 매우 즐거웠다고 느낌을 적었다. 자신이 주인공이 되는 체험이 순둥이에게 자신감을 키울 수 있는 기회로 작용한 것으로 보인다.

5회기 경험을 통해 순둥이가 자기라는 존재를 타인이 알아주기를 간절히 바라고 있었다는 것을 알 수 있었다. 순둥이 역시 자신이 그러한 욕구를 지니고 있었다는 것을 알아차리지 못한 채 석고상 속에 안전하게 숨어 있다가 상담 장면에서 주인공이 되는 체험을 통해 주목받고 싶은 욕구를 알아차리게 되었다. 이후 회기에서 순둥이는 놀랍게 성장한 모습을 보였다. 즐거움, 짜증, 분노, 뿌듯함, 아쉬움 등의 감정을 알아차리는 경험을 했고, 감정이 표현에 그대로 드러나 비로소 건강한 청소년 또래 같아 보였다.

순둥이는 6회기에 강아지 똥의 감정에 공감하는 활동을 하며 다음과 같이 말했다. 또한 이러한 감정을 자신의 삶 속에서도 경험하였다고 하며 알아차림과

접촉을 시도했다. 순둥이는 지금-여기에서 일어나는 자신의 마음을 작품 속 인물에게 투사하는 현상을 보였다.

‘창피하다, 슬프다’(감정단어카드)

“강아지 똥은 할 수 있는 게 없어 창피할 것이다. 병아리한테 놀림 받았을 때 처절하게 슬펐을 것이다.”

“수업 시간에 수학 문제를 다른 친구들은 다 잘들 푸는데 나만 못 풀고 있을 때 창피해요.”

“공부 잘하는 친구들과 저 스스로를 비교하게 돼요. 그때 저 스스로에게 짜증이 나요. 저도 공부를 잘 하고 싶어요.”

순둥이는 강아지 똥이 할 수 있는 게 없는 상황에 처해있다고 인식했고, 그러한 상황에서 답답함이나 괴로움을 느끼는 것이 아니라 창피함을 느낀다고 답했다. 창피함을 느낀 이유는 병아리의 놀림 때문이고 그때 강아지 똥은 창피함과 함께 처절한 슬픔의 감정을 경험한다고 했다. 이어지는 질문(‘강아지 똥이 경험한 감정과 같은 감정을 자신의 삶 속에서 경험한 적이 있는가?’)에 대한 순둥이의 답을 보면 이러한 대리적 체험은 순둥이가 현재 경험하고 있는 상황을 드러내주는 것임을 알 수 있다. 즉 강아지 똥을 통해 경험한 창피함과 처절한 슬픔의 감정은 순둥이가 수학 문제를 못 풀었을 때 친구들 앞에서 경험한 감정인 것이다. 순둥이에게 수학 문제 실패라는 것은 자존감에 상처를 주는 처절한 슬픔의 상처로 남겨져 있었다. 순둥이가 학업적 자기효능감이 낮은 이유는 단순히 문제를 풀 능력이 없어서가 아니라, 실패에 따르는 타인의 놀림과 그로인한 자기스스로에 대한 비난의 문제라는 것을 알 수 있다. 순둥이는 이러한 체험을 통해 자기 스스로에 대한 알아차림을 경험하였고 다음과 같이 접촉하는 모습을 보였다.

“강아지 똥은 자기 자신을 부정하는 것 같아요. 자신을 자랑스럽게 생각하는 ‘자긍심’ 카드를 선물하고 싶어요.”

“지금 가장 큰 고민은 성적이에요. 이를 해결하기 위해서는 ‘용기’라는 마음 자세카드가 필요해요.”

순둥이는 스스로의 장점으로 상대를 배려하는 마음이 크다는 것과 말이 없다는 것을 꼽았다. 실제로 순둥이는 상담 장면에서 다른 참여자와 언쟁이나 다툼을 전혀 하지 않았고 중학교 2학년 남학생에게서 보이는 분주한 행동도 관찰되지 않았다. 그러나 그러한 말없는 순둥이의 태도가 배려에서 비롯된 것이라고만은 말하기 어렵다. 순둥이는 상대를 비난하는 말을 하지 않은 만큼 칭찬과 지지의 말 또한 하지 않았기 때문이다. 순둥이의 말없음은 배려라기보다 스스로를 관계성 속에서 소외시키는 침묵에 가까웠다. 순둥이는 이러한 자신의 침묵 패턴에 대해 8회기 상담을 통해 알아차리고 접촉하게 되었다.

8회기에 순둥이는 평소 교우관계에서도 놀림의 대상이 되며 그것을 다 참고 견디는 것으로 자기를 방어하고 있음을 개방하였다.

“저를 괴롭히는 친구에게 화가 나요. 그 자식을 막 때려주고 싶어요. 죽여버리고 싶어요.”

자신을 괴롭히는 친구를 그림 인형⁴⁸⁾ 중 고르고 자신을 나타내는 인형을 골라 쌓인 감정을 표현하는 실험을 진행할 때, 순둥이는 평소와 달리 매우 적극적으로 주먹을 날리며 상대를 공격하였다. 공부를 못한다는 이유로 친구들에게 받았던 서러움을 쏟아두었다 일순간에 폭발시킨 순둥이의 표정은 한결 가

48) 인형을 사용해 자신의 감정을 표현하는 것에 처음엔 어색해 하였으나 흥미를 보이고 적극적으로 활용하는 모습을 관찰할 수 있었다. 그림가족인형은 내담자의 감정 표출과 함께 정화 기능이 뛰어난 상담 도구라는 것을 체험할 수 있었다.

버워보였다. 감정을 쏟아내고 난 후 순둥이는 후련함을 느낀다고 답하였다.

“속이 후련하고 시원해요.”

결국 순둥이의 배려를 가장한 침묵은 순간순간 일어나는 자신의 감정을 알아주지 않고 방치하고 회피하며 나타난 현상일 뿐이었다.

9회기에 순둥이는 기말고사 성적이 오른 것을 이야기하며 자랑하고 싶은 욕구, 칭찬 받고 싶은 욕구를 알아차렸다. 이후 순둥이는 소망나무를 통해 똑똑해지고 싶다는 욕구를 표현하였다. 상담 초기 절대로 변하지 않을 것 같았던 순둥이가 자기와의 만남을 통해 솔직히 자기를 개방하는 모습을 보였다.

“이번 기말고사에서 평균이 많이 올랐어요.”

“똑똑해지고 싶어요.”

순둥이는 프로그램을 종료하며 다음과 같이 소감을 남겼다.

“그립-독서치료 프로그램 체험이 성적을 올리는데 어느 정도 도움이 된 것 같다. 이 프로그램을 통해 자신감이 조금 생겼다.”

나. 귀요미

귀요미에게 반복되어 드러나는 현상은 놀이, 게임, 영똥함이라는 것인데 이는 ‘즐거움 추구’라는 범주로 묶어 생각할 수 있다. 귀요미는 그립-독서치료 프로그램도 친구들과 함께하는 하나의 놀이로 생각하며 즐거워했다. 가장 먼

저 상담의 장에 출석하여 리더가 자리를 정리하는 것을 도왔고, 다른 참여자가 역할극을 시도할 때 자진하여 상대의 역할을 실감나게 해내는 등 매우 적극적으로 프로그램에 참여했다. 또한 책 속 인물을 통해서도 즐겁게 생활해야 한다는 메시지를 도출해내는 등 ‘즐거움’을 추구하는 모습을 자주 보였다. 이러한 귀요미의 모습은 청소년이라기보다 천진난만한 어린 아동의 모습을 연상하게 했다. 귀요미는 유난히 또래와 함께 활동하는 것을 좋아했다. 이러한 현상 또한 관계 속에 포함되어 자신의 존재를 알리고 싶어하는 욕구의 표현으로 볼 수 있다.

“친구들 이야기가 재미있었고 다음에 또 듣고 싶다.”

“재미가 있었고 감정이 많이 떠올랐다. 집중, 성찰!”

3회기에 흥미 있는 책을 스스로 선택하여 구매하는 실험을 통해 귀요미는 즐거움 추구라는 자신의 정서를 명확히 알아차리고 접착하며 「놓지마 정신줄」이라는 만화책을 선택했다. 6회기에 강아지 똥에게 주고 싶은 마음자세카드를 고를 때 귀요미는 ‘즐거움’카드를 골랐다.

“강아지 똥이 부정적인 것만 생각하니까 즐거움이 필요해요. 매일 미움 받고, 배신당하기 때문에 친구도 없고, 매일 즐겁게 놀아야 해요.”

귀요미가 강아지 똥의 모습을 통해 ‘매일 미움 받고 배신당하기 때문에 친구도 없고’라고 반응한 것은 강아지 똥에게 평소 자신의 모습을 투사한 것이다. 8회기에 귀요미는 학교생활을 하며 친구들에게 지속적으로 괴롭힘을 당해왔다고 이야기했다. 이때 분노와 화의 감정을 표출하며 얼굴에 웃음기가 가시고 표정이 일그러지며 고통스러워했다.

“1학년 때부터 계속 때리고, 돈 가져오라고 하고 목 조르고..... 했어요.”

“재는 점심 시간이나 쉬는 시간에 항상 혼자 어슬렁거려요. 같이 노는 애들이 없어요.” (엄마)

관계 속 관심의 부재는 귀요미를 가상현실에 몰두하게 만들었고, 상담 중 귀요미는 인터넷게임에 중독된 것으로 의심되는 현상을 보였다. 5회기에 귀요미는 가족과의 갈등 상황에 대한 이야기를 하며 동생과의 갈등을 공개했다. 귀요미는 평소 학교 후 집에서 컴퓨터게임을 자주하는데 어느날 컴퓨터게임을 그만하라고 말하는 여동생을 향해 분노를 표출했다. 귀요미는 당시에 동생에게 칼을 들이대면서 기분이 좋았다고 말해 참여자들을 놀라게 했다.

“동생이 초등학생인데 저한테 컴퓨터 게임을 하지 말라는 거예요. 그래서 제가 식칼을 들고 동생을 찌르려고 했어요. 그때 기분이 좋았어요.”

상담이 진행되는 지금-여기에서 당시를 떠올리며 올라오는 감정 역시 미안함과 죄책감이 아닌 즐거움과 통쾌함이라 말하며 웃는 모습을 보였다. 귀요미의 정서가 불안정한 것으로 판단되어 학교 상담교사에게 개인 상담을 의뢰하여 이후 귀요미는 개인 상담을 받으며 그림-독서치료 프로그램에 참여했다.

귀요미는 상담 후기로 갈수록 보다 현실적으로 지각하는 모습을 보였다. 상담 초기 귀요미는 ‘자신의 몸을 소중히 해야 한다, 날마다 즐겁게 놀아야 한다’ 등 상황과 어울리지 않거나 고민해결과 거리가 먼 이야기를 주로 했었다. 그러나 8회기에는 「위기」에서 병아리가 아픈데도 견뎌내는 것이 인상적이었으며 이와 유사한 자신의 경험을 이야기 했다. 귀요미도 자신보다 훨씬 무거운 형을 무릎에 앉히고 30초를 버텼을 때 뿌듯한 기분을 느꼈고, ‘더 무거운 것도 들 수 있겠구나’라는 생각을 했다고 말했다. 이러한 알아차림을 성적 향

상과 관련지어 물었을 때 공부가 힘들지만 견뎌내고 성적이 오르면 뿌듯한 기분이 들 것 같다고 답했다. 또 9회기에 다른 참여자들이 성적이 향상되었다고 자랑하는 모습을 보고 공부를 해야겠다는 욕구를 알아차리게 되었다.

“공부가 힘들지만 견뎌내고 성적이 오르면 뿌듯할 것 같아요.”

“저만 성적이 떨어졌어요. 다음엔 공부를 해서 꼭 성적을 올릴 거예요.”

귀요미는 타인에게 위로를 받을 때 기분과 마음이 따뜻해짐을 알아차린다고 했다. 그리고 위로의 따뜻함은 난로와 같다고 표현했다.

“나를 위로해 주는 존재는 가족, 친구 중 ***, 선생님이다. 그들은 따뜻한 마음으로 나를 위로해 준다. 위로를 받을 때 기분이 따뜻하고 마음도 따뜻해진다. 위로는 난로 같다.”

평소 학교생활에서 친구들에게 수용 받지 못하던 귀요미에게 그림-독서치료의 장은 따뜻한 위로를 해주는 곳으로 느껴졌다. 그래서 귀요미는 다른 참여자들 보다 적극적으로 프로그램에 참여했던 것이다. 결국 귀요미에게 필요한 것은 왜소한 신체 때문에 타인으로부터 받는 연민과 동정이 아니라 있는 그대로의 귀요미를 수용해주고 지지해주는 따뜻한 위로와 관심이었다.

다. 철학자

철학자는 참여자 중 자기개발 속도가 가장 느리고 매우 방어적이었다. 항상 웃는 표정을 짓고 있었으며 평소 친구들의 놀림을 받을 때에도 웃음으로 상황

을 모면한다고 했다. 철학자는 애교 섞인 말투와 눈웃음이 특징이었고, 상대를 배려하는 말을 잘 했다. 활동지에 남긴 프로그램 체험에 대한 소감을 통해서도 그러한 성향이 잘 드러난다.

“게임에서 이긴 것이 매우 인상적이고 기쁘다. 오늘 프로그램이 가장 즐거웠습니다. 사랑해요 선생님! ♡”

“귀요미 괴롭히지 마. 애 이야기도 들어보자.”

철학자는 매점 아주머니, 보건교사 등을 ‘엄마’라고 부르며 따른다고 했다. 그들은 모두 철학자의 어머니와 비슷한 연배로 건강이라는 생리적 욕구와 직접적인 관련이 있는 사람들이다. 철학자가 그들을 ‘엄마’라고 부르며 따르는 것은 모성으로부터의 애정에 대한 갈구로 볼 수 있다. 또 철학자가 또래의 남자 청소년과 달리 여성스럽고 애교가 많은 것 역시 상대가 자신의 존재를 기억해주고 알아차려주기 원하기 때문에 나타난 현상으로 볼 수 있다.

철학자는 2회기에 진행한 그림보드게임에 매우 적극적으로 참여했다. 특히 게임의 법칙을 리더가 설명하기 전에 게임 도구들을 눈으로 훑어보고는 모두 파악하여 게임을 주도하기 시작했다. 철학자는 그림보드게임 체험 후 게임을 하며 상담을 진행한다는 것이 매우 재미있고 즐거웠다고 답했으며 게임에서 승리한 경험이 무엇보다 좋았다고 했다.

3회기에 흥미 있는 책을 스스로 선택하여 구매하는 실험을 통해 철학자는 평소 자신이 소장하고 싶었으나 책값이 비싸 사지 못하고 있던 「더 챔피언: 유럽축구 가이드 북」이라는 책을 선택했다. 이 책은 책을 선택하기 전 제시한 기준 가격을 조금 넘어섰다. 이 때문에 철학자는 매우 조심스럽게 리더에게 이 책을 사고 싶은데 가능하냐며 물어왔다. 철학자의 선택을 존중해 책을 구매했을 때 철학자는 매우 기뻐하며 어린아이 같은 미소를 지었다.

“평소에 ‘더 챔피언’이라는 책을 읽고 싶었었는데, 이번에 책장을 펼치며 가슴이 벅차올랐다.”

6회기에 철학자는 강아지 똥이 느꼈을 ‘분통, 미움, 속상함’의 감정을 자신의 삶에서 느낀 적이 있다고 했다. 그중 특히 분통한 마음을 자주 경험했다고 하며 감정 알아차림을 했다. 또한 자신은 ‘괜찮은 사람’이라고 위로받고 싶은 욕구를 알아차렸다.

“내 마음대로 할 수 없을 때 분통해요.”

“나는 ‘괜찮은 사람’이라고 생각하면 좀 기분이 괜찮아져요.”

7회기 활동을 하며 현재 자신의 가장 큰 미해결과제는 성적 문제이며 이를 해결하기 위해 필요한 것으로 ‘적극’과 ‘열정’이라는 마음자세카드를 선택했다. 이러한 활동을 체험하며 철학자의 현재 자신의 미해결과제를 알아차리고 접촉하게 되었다.

“내가 겪고 있는 갈등 중 가장 시급하게 해결해야 할 문제는 성적 문제이다.”

“이 문제를 해결하기 위해서는 적극적이고 열정적인 마음이 필요하다.”

8회기에 철학자는 교우관계에서 놀림을 당한 경험을 이야기하며 감정을 알아차렸다. 친구들의 놀림 때문에 스트레스를 받아 원형탈모증상도 나타났었다고 한다.

“친구들이 외모랑 이름을 갖고 자꾸 놀리는데 문제를 더 크게 만들고 싶지 않아서 그냥 웃어버려요. 그런데 자꾸 놀리면 화가 많이 나요.”

“화가 나면 어떻게 하니?”

“그냥 같이 놀리거나 혼자 있어요.”

“그러면 기분이 괜찮아지니?”

“아니요. 속상해요.”

(철학자와 리더의 대화)

9회기에는 1학기 기말고사 성적이 향상하여 기쁘다며 자랑을 하는 모습이 관찰되었다. 10회기에 프로그램을 마치며 소감을 이야기할 때 그림-독서치료 프로그램 체험을 통해 자신의 의견을 자신 있게 이야기 할 수 있게 되었고, 생각하는 폭이 넓어진 것 같다고 말했다. 또한 자신감이 많이 향상되었다고 답했다.

라. 엄마

상담의 장에서 가장 빠르게 알아차림이 일어난 참여자는 타인에게 알려지기를 간절히 원하던 엄마이다. 엄마는 그림보드게임 중 미션을 수행하며 체험한 리더의 수용과 지지 이후 변화된 모습을 보였다.

“엄마를 사랑해요! (포옹, 등 두드림)” (미션카드 수행 중 리더의 말)

‘붉어진 얼굴과 수줍은 미소, 입가 가득 번진 환한 웃음과 쑥스러움’

이때 엄마는 평소와 달리 매우 상기된 표정이었으며, 수줍어하고 쑥스러워했다. 상담 장면에서 위로 받기 실험을 한 후 떠오른 감정에 대해 오글거린다고 표현했으나 표정은 매우 행복해 보였다. 평소 긍정적인 위로와 지지를 충분히

경험하지 못하고 있던 엄마에게 이러한 체험은 엄마의 수용 받고 싶은 욕구를 알아차리게 해주었다. 또한 수용 받았을 때 느낄 수 있는 따뜻하고 행복한 감정을 체험을 통해 알아차리게 해주었다. 엄마는 활동지를 통해 이날 가장 인상적인 것으로 미션카드 수행 경험이라고 했고 이후 회기부터는 다른 사람이 된 것같이 느껴질 정도로 태도가 성숙해졌다. 다음 회기에 만난 엄마는 눈빛이 편안해졌고 상담 장면에서 집중하여 참여하려 노력하는 모습을 보였다. 말을 많이 하는 습관을 완전히 고치지는 못했으나 스스로 자신의 현상을 조절하려 노력하는 태도를 보였다. 또한 엄마가 상담 장면에서 리더에게 수용과 지지를 받는 모습은 다른 참여자들에게 대리적 경험을 하게 해주는 효과가 있었다.

“리더가 엄마라고 생각하고 위로받은 것이 인상적이었다.” (귀요미)

3회기에 흥미 있는 책을 스스로 선택하여 구매하는 실험을 통해 엄마는 「응답하라 1997」이라는 책을 선택했다. 이미 다 알고 있는 내용이라서 새롭지는 않았지만 자신이 원하는 책을 선택하여 구매한 체험이 좋았다고 했다.

엄마는 다른 참여자보다 학업에 대한 욕구를 자주 표현했다. 4회기에 공부할 때 집중하고 싶다는 알아차림이 일어났다. 평소 친하게 지내는 친구가 공부를 매우 잘 하는 학생이고 이러한 요소가 엄마에게 학업 성취욕에 대한 자극제가 된다고 했다.

6회기에 엄마는 강아지 똥이 경험한 것을 평소 자신의 삶에서 체험한 적이 있다며 ‘애가 쓰이다’라는 카드를 고르고 자신은 모든 상황에 노력하는데 성적이 잘 오르지 않는다고 자기개방을 했다.

‘애가 쓰이다’(감정단어카드)

“나는 필요 없는 것 빼고 모든 것에 노력해요. 그런데 성적은 잘 오르지 않아서 힘들어요.”

엄마는 학교생활을 하며 항상 위축된 모습으로 주변에 머물고 있는 학생이다. 이러한 엄마의 위축감이 어떤 마음에서 비롯된 것인지 ‘위축됨’이라는 현상의 의미를 엄마 스스로 알아차리고 있는 중요한 순간이다. 엄마는 평소 자신에게 주어진 일에 최선을 다해 임하기 때문에 애가 쓰일 정도로 무척 힘이 든다고 했다. 가정에서는 집안 청소와 빨래 심지어 반찬도 엄마가 하고, 학교에서도 자신이 맡은 역할은 책임감을 갖고 성실히 수행하고 있었다. 그런데 엄마에게 열심히 해도 안 된다는 생각, 내 머리가 나쁜가라고 스스로를 탓하게 되는 신념을 심어준 것이 있었으니 그것은 바로 ‘성적’문제였다. 공부를 생각하면 항상 주눅 든다는 엄마는 낮은 성적 때문에 자신이 위축되어 주변부로 밀려난 생활을 하고 있다는 것을 스스로 자각하게 되었다.

7회기에 엄마는 완득이의 갈등을 통해 자신의 미해결과제를 알아차리는 체험을 했다. 현재 엄마에게 가장 큰 고민은 성적이고, 이 문제를 해결하기 위해 ‘결단’이라는 마음자세가 필요하다고 했다. 엄마는 특히 국어 과목이 싫다고 하며 한글을 읽고 쓰는 것이 너무 어렵다고 했다. 상담 장면에서도 엄마는 마음자세카드, 감정카드 등에 적혀 있는 기본적인 단어의 뜻을 여러 차례 질문했다.

‘독서활동과 활동지 쓰기 활동을 하며 엄마는 말하기 태도에서 보이는 과도한 적극성과 달리 문자를 읽고 쓰는 것은 매우 어려워하였다. 초기에는 맞춤법을 익히지 못해 문자를 정확히 쓰지 못하는 것으로 보였는데, 상담이 진행될수록 엄마의 문제는 난독증과 유사해보였다. 열심히 하는 엄마의 성격으로 미루어 맞춤법을 익히려고 노력하였을 텐데 읽고 쓰는 것에 심각한 문제를 보이는 것은 모순이다. 또한 엄마는 말을 매우 유창하게 잘 하는데 그에 비해 문자언어 사용에 미숙하다는 것도 모순이다.’ (9회기, 상담자의 메모)

상담 후기에 리더는 엄마를 관찰하며 엄마가 난독증이 아닐까하는 통찰이 일

어났다. 이에 리더는 엄마의 이러한 현상에 대해 담임교사와 학교 상담교사에게 알리고 난독증 검사를 해보는 것에 대해 의논했다.

기말고사 이후 진행한 9회기에서 엄마는 성적이 많이 올랐다고 자랑했다. 엄마는 성적 상승 경험을 통해 자신감이 매우 많이 향상되었는데 다음과 같은 알아차림으로 체험을 표현했다. 당시 엄마의 말투에는 자신감이 충만했으며 얼굴 표정 역시 한층 밝아져 있었다. 특히 세 번째 발화는 성적이 좋지 않았을 때 스스로의 머리가 나쁘다고 자책했다는 전제가 깔려 있는 말이라 의미가 크다. 이러한 엄마의 발화를 통해 이번 시험에서 거둔 성적 상승이 스스로에게 큰 지지가 되어 학업적 자기효능감을 상승시키고 있음을 알 수 있었다.

“이번 시험에서 전교에서 30명을 내가 이겼어요.”

“가장 재미있는 건 우리 반에서 10명이 나보다 못했다는 사실이에요.”

“성적이 오른 후 내 머리가 나쁘지 않다는 걸 알았어요.”

엄마는 10회기에 프로그램을 마치며 느낀 소감을 이야기할 때 다른 참여자들보다 더 진솔한 이야기를 들려주었다.

“그립-독서치료 프로그램 체험을 통해 자신에 대해 잘 몰랐었는데 알게 된 점이 가장 좋았다. 또 프로그램이 성적 향상에 큰 도움이 되었고 자신감을 기를 수 있게 도와줘 고맙다.”

이러한 엄마의 통찰은 프로그램에서 엄마가 보인 알아차림과 접촉의 변화를 통해 가능한 것이었다. 엄마는 프로그램 참여 초기부터 적극적으로 자신의 욕구를 드러내며 자기를 알리고자 했다. 엄마가 상담 장면에서 고른 ‘애가 쓰이다’라는 그림카드의 문구가 엄마의 알아차림에 대한 노력을 엿보게 한다.

4. 나와 너의 만남: 그 섬에 가고 싶다

“난 친구를 찾고 있어. ‘길들인다’는 건 무슨 뜻이니?”

“그건 ‘관계를 맺는다’는 뜻이란다.”

여우가 대답했다.

“관계를 맺는다고?”

“그래. 내게 있어서는 아직 네가 몇 천, 몇 만 명의 아이들과 조금도 다른 것은 사내아이에 지나지 않아. 그리고 나는 네가 필요 없고, 너는 내가 필요 없지. 너에게는 나라는 것이 몇 천, 몇 만 마리의 여우와 같은 여우에 지나지 않아. 그렇지만 네가 나를 길들이면 우리는 서로 필요하게 될 거야. 내게는 네가 세상에서 하나 밖에 없는 아이가 될 것이고, 너에게는 내가 이 세상에 하나 밖에 없는 여우가 될 거야.”

“길들인다는 건 아주 참을성이 많아야 해.”

- 「어린왕자」 중

어린왕자는 아무도 없는 사막을 여행하며 외로움을 느끼던 찰라 여우를 만나 관계 맺는 것의 의미에 대해 깨닫게 된다. 무수히 많은 존재 속에서 ‘나와 너’의 관계로 만나 서로에게 의미 있는 존재가 된다는 것은 상대를 위해 오랜 시간과 정성을 들여 길들여진다는 의미를 내포하고 있다.

‘나와 너’의 진실한 상호작용은 서로에 대한 사랑을 기반으로 이루어진다. 상대에 대해 알고 싶고 나의 존재를 그에게 알리고 싶은 마음은 모두 애정으로부터 출발하는 것이기 때문이다. 사랑은 말, 표정, 눈빛, 몸짓 등 다양한 형태의 언어로 표현되었을 때 상대에게 전달될 수 있다. 다양한 형태의 언어를 매개로 한 나와 너의 사랑의 상호작용이 바로 대화이다. 대화를 통해 상대를 알아차리게 되고, 대화를 통해 나를 알아차리고 서로에게 접촉할 수 있게 된다.

이는 실존주의 철학자 마르틴 부버가 ‘나와 너’의 관계라고 정의한 대화적 관계와 같은 의미이다. 이러한 대화는 계슈탈트치료에서 목표로 하는 접촉의 가장 완성된 형태로서 존재의 만남을 가능하게 하며 대화를 통한 만남을 통해 치유가 일어난다(김정규, 2015).

그립-독서치료 프로그램 참여자들 역시 집단이라는 관계 속에서 대화를 통해 서로의 삶을 공감하고 지지하며 의미 있는 길들여짐을 체험했다. ‘너’는 문학 작품 속 주인공이 되기도, 다른 참여자가 되기도 또 자기 자신이 되기도 하며 ‘나’에게 위로와 지지를 경험하게 해주었다. 어린왕자와 여우가 서로를 길들임에 오랜 시간과 정성을 쏟은 것처럼 참여자들 역시 프로그램을 체험하는 시간이 길어질수록 ‘나와 너’에 대한 알아차림과 접촉이 활발히 일어나는 현상을 보였다.

사람들 사이에 섬이 있다. 그 섬에 가고 싶다.

- ‘섬’, 정현종 -

가. 순동이

순동이는 프로그램 초기 알아차림이 전혀 일어나지 않았기 때문에 공감 능력도 부족했고, 자신과 타인에 대한 수용과 지지의 모습 역시 나타나지 않았다. 앞서 언급한 것과 같이 순동이가 모든 면에서 긍정적으로 변화한 것은 5회기를 기점으로 한다. 4회기까지 순동이는 매 회기 프로그램을 체험한 후 느낌을 나누는 시간에 다른 참여자의 이야기를 듣고 아무 느낌도 안 들었다고 반응했다. 그러나 5회기에 자기개방을 통해 재미가 있을 뻔했다는 소감을 이야기 하였고, 이후 회기부터는 매우 적극적으로 자기 지지와 타인 지지를 나타내기

시작했다.

6회기에 자신의 장점과 오른쪽에 앉은 참여자의 장점을 마음자세카드를 활용
해 고르고 이유를 말하는 활동을 할 때, 순둥이는 자신과 엄마에 대한 긍정적
지지를 다음과 같이 표현했다.

“저는 다른 사람의 마음을 잘 이해해줄 수 있기 때문에 ‘이해’라는 카드를
선택했어요.”

“엄마는 항상 즐거워 보여서 ‘즐거움’이라는 카드를 선택했어요.”

7회기에는 순둥이는 완득이의 상황에 공감하며 완득이에게 필요한 마음자세
는 ‘배려’라고 했는데, ‘배려’는 순둥이가 자신의 장점으로 선택한 마음자세이
기도 하다.

‘배려’(마음자세카드)

“완득이는 가족관계에서 가장 큰 갈등을 느끼고 있고, 이를 해결하기 위해
마음을 알아주는 ‘배려’라는 마음 자세가 필요하다.”

또 7회기에 본인이 완득이가 되어 현재의 자신을 격려하는 편지를 쓰는 활동
을 하며 다음과 같은 메시지로 자기 지지를 했다.

“순둥아, 넌 할 수 있어!”

8회기에는 「위로」를 읽고 인상 깊은 구절을 통해 자기 자신을 위로하는 말
하기 활동을 했다. 순둥이는 「위로」의 주인공인 파란 나비에게 나무가 건네
는 말이 가장 인상적이었다고 하며 자신의 감정과 욕구에 대한 알아차림이 일
어났다.

“나를 남들과 비교하지 마라” - 「위로」 중 가장 인상적인 구절

: 순둥이도 성적 때문에 공부 잘하는 친구들과 스스로를 비교할 때가 있는데
그래서 이 문구가 가장 마음에 닿았다고 함.

공부를 못하는 것 때문에 스스로에게 짜증이 나고, 공부를 잘 하고 싶은 욕구가 있다는 것을 알아차리고 나무의 말을 통해 스스로를 위로하며 접촉하는 모습을 보였다.

“공부 잘 하는 친구들과 비교하며 스트레스 받지 마!”

이를 통해 현재 순둥이는 낮은 성적 자체가 문제라기보다 그로 인해 타인과 스스로를 비교하며 비난의 화살이 스스로를 향하는 것이 미해결과제임을 확인할 수 있었다. 이처럼 순둥이는 책과 그림 도구를 통해 자신의 감정을 들여다보고 스스로를 위로하며 수용하는 경험을 했고, 회기가 진행될수록 적극적으로 자기를 개방하고 자신감을 갖고 참여하는 태도를 보였다.

9회기에 순둥이는 「꿀찌에서 일등까지」에서 마틴루터 킹의 삶을 선택해 읽고 흑인 인권을 위해 평생을 바친 그의 삶과 연설이 매우 감동적이었다고 했다. 순둥이도 성적으로 차별받지 않고 평범하게 살고 싶은 소망이 있다고 했다. 또 순둥이는 꿈이 없었는데 ‘꿈을 가지면 언젠가 이루어질 수 있겠구나’라는 생각을 했다고 말하며 접촉하는 모습을 보였다.

“나에게는 꿈이 있습니다. 언젠가 이 나라가 모든 인간은 평등하게 태어났다는 것을 자명한 진실로 받아들이고, 그 진정한 의미를 신조로 살아가게 되는 날이 오리라는 꿈입니다.”

- ‘마틴루터 킹’의 연설 중

나. 귀요미

귀요미는 프로그램 초기부터 다른 참여자들과의 관계 속에서 대화하는 것을 매우 좋아했고, 적극적으로 그들을 지지하는 모습을 보였다. 다른 참여자가 가족과의 갈등, 친구와의 갈등과 관련된 자기개방을 할 때 귀요미는 친구를 위로해 주고 역할극의 상대로 자원하여 도와주었다. 또 그와 유사한 자신의 경험을 솔직하게 개방하며 지지하기도 했다.

“친구들과 인연을 만들어가게 되어 기쁘다.”

“친구의 말을 듣고 기분이 좋았고, 뿌듯했다.”

귀요미는 성적과 관련된 것 빼고는 자기 스스로에 대해 과할 정도로 긍정적인 반응을 보였다. 다른 참여자가 자신의 장점을 한 두 장의 카드로 답할 때 귀요미는 ‘도전, 배움, 기쁨, 자유로움’이라는 네 장의 카드를 선택했다. 그러나 반대로 다른 참여자의 장점을 이야기해 줄 때, 귀요미는 상황에 어울리지 않는 이유를 들어 철학자를 칭찬하는 모습을 보였다. 귀요미의 말에 철학자가 화를 내면서 무슨 말이냐고 따지고 들었다. 이때 귀요미는 웃기만 할 뿐 어떠한 답도 하지 못했다.

“철학자 장점은 ‘공정함’이에요. 왜냐면 여자의 유혹에 빠지지 않기 때문이에요.”

이러한 모습이 반복되어 관찰되는 것은 귀요미의 인지적 특성에서 기인한 문제로 보였다. 상담의장에서 귀요미는 자신이 인식하는 자기의 모습과 타인이 보는 자기의 모습이 매우 큰 차이를 보였다. 그러나 본인은 이에 대해 전혀 알아차리지 못하고 있었다. 이러한 귀요미의 인식의 차이는 프로그램을 진행

하며 반복되어 드러났다.

6회기에 강아지 똥의 감정에 공감하는 활동을 하며 귀요미는 다음과 같이 말했는데, 다른 참여자가 강아지 똥이 처한 상황을 부정적으로 인식한데 반해 귀요미는 긍정적으로 인식하고 있다는 차이를 보였다.

‘뿌듯하다’(감정단어카드)

“강아지 똥이 민들레 씨를 도와주어 뿌듯했을 것이다.”

즐거움을 추구하고 대상의 긍정성을 잘 발견하는 귀요미의 모습에서 힘든 상황을 웃음으로 승화하여 참고 견뎌내는 ‘해학’의 개념이 떠오르기도 했다. 그러나 동생과 다투며 식칼을 집어든 심각한 상황에서도 도덕적 책임을 느끼지 못하고, ‘좋았다’라는 감정을 느꼈다는 점에서 귀요미의 정서에 문제가 있는 것이 아닌지 생각되었다.

귀요미가 다른 참여자와 인식의 차이를 보이는 부분은 7회기와 8회기에서도 발견되었다. 7회기에 귀요미는 완득이의 가장 큰 고민은 친구관계 문제이고 이를 해결하기 위해 ‘성찰’이라는 마음자세가 필요하다고 했다. 다른 참여자들은 모두 완득이의 가장 큰 갈등 상황은 가족문제라고 인식한 것과 차이를 보이는 부분이다. 실제 소설에서 중심으로 다뤄진 문제는 다문화 가족으로서 완득이가 경험하는 정체성에 관한 부분이다. 교우관계에 대한 묘사는 크게 다루어지지 않았음에도 귀요미는 그 부분에 불편함을 느꼈다. 이는 귀요미가 현재 교우관계에서 지속적인 괴롭힘을 당하고 있어 완득이에게 자신의 모습을 투사하며 나타난 현상으로 볼 수 있다.

‘성찰’(마음자세카드)

“완득이는 친구 관계에서 가장 큰 갈등을 느끼고 있다. 이를 해결하기 위해 스스로를 돌아보는 ‘성찰’이라는 마음가짐이 필요하다.”

“안녕, 난 완득이야. 너는 학교에서 싸운 적이 있니? 난 싸운 적이 있어. 그래서 가족들이 온 적이 있었지. 공부 열심히 하고 열심히 살아.”

귀요미는 관계 속에 수용되어 함께 즐거움을 추구하고 싶어 하는 욕구를 매 회기 드러냈다. 그러나 현실에서는 귀요미의 이러한 욕구가 수용되지 않고 좌절되고 있어 위축감을 경험하고 있었다.

8회기에는 「위로」를 읽고 인상 깊은 구절을 통해 자기 자신을 위로하는 말하기 활동을 했는데, 병아리가 아픈데도 끝까지 견뎌내는 장면이 감동적이었다고 답했다. 이 점도 다른 참여자들이 책의 주인공인 파란나비가 겪는 성장통에 초점을 두어 공감하는 것과 다른 면이다. 귀요미는 또 그러한 장면을 자신의 삶 속에서도 경험했다며 감정 알아차림을 했다. 이때 귀요미가 느낀 감정 역시 다른 참여자들과 달리 ‘기쁨’이라는 긍정의 감정이었다.

‘병아리가 아픔을 견뎌내는 장면’ - 「위로」 중 가장 인상적인 장면

:몸무게가 70Kg인 형을 귀요미의 다리 위에 얹히고 30초를 버티는 내기를 하여 버텨 낸 적이 있음. 견뎌냈을 때 매우 뿌듯한 기분이 들었다고 함.

알아차림 이후 귀요미는 스스로에게 다음과 같이 지지를 표했다.

“견뎌냈을 때의 기쁨을 떠올리며 잊지 마!”

8회기에 귀요미는 타인으로부터 위로받을 때의 경험을 누구보다 생생하게 기억하고 있었고 그것을 진솔하게 표현해냈다.

“나를 위로해 주는 존재는 가족, 친구 중 *, 선생님이다. 그들은 따뜻한 마음으로 나를 위로해 준다. 위로를 받을 때 기분이 따뜻하고 마음도 따뜻해진다. 위로는 난로 같다.”**

귀요미에게 타인의 관심과 사랑은 얼어붙어 위축된 기분과 마음을 녹여주는 따뜻한 난로 같은 의미라는 통찰을 통해 귀요미의 엉뚱함 역시 자신의 존재를 알리기 위한 수단임을 알 수 있었다.

귀요미는 9회기에 월트디즈니의 삶을 선택해 읽고 그의 삶에 공감하는 반응을 보였다. 귀요미는 디즈니의 성공과 출세보다 타인을 즐겁게 해주기 위해 노력했다는 부분에 공감하고 있었다. 이를 통해 귀요미에게 ‘즐거움’의 의미란 관계 속에 존재함을 발견할 수 있었다.

“디즈니가 가난한 목수의 아들이었다는 게 놀랐어요. 늘 사람들을 즐겁게 하고 친구들을 웃기게 해주려고 노력했는데 저도 그러고 싶어서 장난을 많이 해요. 항상 즐겁게 지내야 해요. 디즈니처럼요.”

다. 철학자

철학자는 힘이 약한 참여자를 강한 참여자가 공격할 때, 약한 참여자를 방어해주고 지지해주는 역할을 했다. 또한 타인을 이해하고 배려하는 마음을 프로그램 진행하며 언어적으로 잘 표현해냈다. 그러나 자신의 감정에 대한 알아차림과 접촉 능력은 부족하였고 매우 방어적인 모습을 보였다. 프로그램 후기로 갈수록 철학자는 초기보다 적극적으로 참여했으나 방어적인 태도를 완전히 해제하지는 못했다.

6회기에 강아지 똥의 감정에 공감하는 활동을 하며 철학자는 ‘분통하다, 속상하다, 밉다’는 감정단어카드를 골랐다.

‘분통하다, 속상하다, 밉다’(감정단어카드)

“마음대로 못 움직이기 때문에/ 똥이라는 이유로 무시당하기 때문에/ 사람들
이 지나다니면서 나쁘게 대하기 때문에 그들이 미울 것이다.”

또 이러한 감정을 자신의 삶 속에서도 경험하였다고 하며 알아차림과 접촉을 시도했다. 철학자는 자기 스스로 자율성을 갖고 상황을 통제할 수 없을 때 분통함을 느낀다고 했다. 특히 교우관계에서 철학자는 이름과 외모 때문에 친구들에게 놀림을 당하면서 느끼는 분통함을 적절히 표현하지 못한다고 했다.

“내 마음대로 할 수 없을 때 분통해요.”

그러나 희망적인 것은 철학자는 스스로를 위로하는 나름의 방법을 터득하고 있었으며 자신의 장점에 대해서도 잘 알고 있었다.

“나는 괜찮은 사람이라고 생각하면 좀 기분이 괜찮아져요.”

“저는 좋아하는 것에 대해 열정적으로 할 수 있기 때문에 ‘열정’이라는 카드를 선택했어요.”

7회기에는 완득이의 상황에 공감하며 완득이에게 필요한 마음자세는 ‘존중’이라고 했다. 또 본인이 완득이가 되어 현재의 자신을 격려하는 편지를 쓰는 활동을 하며 다음과 같은 메시지로 자기 지지를 했다.

‘존중’(마음자세카드)

“완득이는 가족관계 중 부모와 갈등이 가장 큰 문제예요. 이 문제를 해결하기 위해서는 서로가 서로를 존중해 줄 수 있어야 해요.”

“너 스스로를 존중해 줘. 그 때 그 상황이었다면 충분히 그럴 수 있었을 거야. 그러니까 너를 믿어주면 좋을 것 같아.”

8회기에는 「위로」를 읽고 인상 깊은 장면을 통해 자기 자신을 위로하는 말하기 활동을 했는데, 다음과 같이 지지의 말을 했다. 여기에서도 철학자가 자기 자신을 위로하고 지지하는 힘을 지니고 있음을 발견할 수 있었다.

파란 나비가 붉은 나비의 모습으로 변하고 싶어 마음 속 꽃잎을 먹는 장면

“현재의 모습이 변하면 친구들이 널 멀리할 지도 몰라. 지금 네 모습 그대로 소중한!”

9회기에는 자신이 잘 할 수 있는 것에 대해 나누었는데, 철학자는 독서와 역사에 대해 공부하는 것을 좋아하고 잘 할 수 있다고 답했다. 이때 다른 참여자들이 철학자는 쉬는 시간에도 책을 많이 읽어 지식이 풍부하고, 역사 점수가 좋다고 지지를 해주었다. 철학자는 다른 참여자의 지지를 받으며 고개를 끄덕이며 매우 자신에 찬 표정을 지어보였다.

철학자는 9회기에 안중근 의사의 삶을 선택하여 읽고 배운 점을 이야기했다. 안중근 의사에게 개인을 위한 삶보다 타인을 위해 사는 삶의 모습을 배울 수 있었다고 했다. 특히 안중근 의사 어머니의 편지가 인상적이었다고 했다. 그러면서 자신의 어머니에 대한 고마움, 사랑을 알아차렸다. 한편 철학자의 가정도 안중근 의사처럼 좋은 가문의 부유한 집안이라면 좋겠다고 부러움도 나타냈다. 또 안중근 의사가 강조한 ‘학문에 매진하라’는 말이 본인에게 하는 말 같았다고 했다.

“저희 엄마도 저를 위해 희생하고 계세요. 엄마는 책임감이 강한 분이세요.”

철학자는 평소 다양한 책을 즐겨 읽는다고 했다. 그래서인지 철학자는 다른 참여자보다 책을 읽고 내면화하는 작업이 빠르고 깊게 일어났다. 마지막 회기에 「미움받을 용기」⁴⁹⁾를 읽고 철학에 흥미를 느끼게 되었다고 하며 자신을

수용하는 법을 배울 수 있어 좋았다고 했다. ‘능력이 부족한 것이 아니라 용기가 부족하다’는 말이 마음에 들었는지 문장에 리듬을 넣어 몇 번이고 반복해 읊조렸다.

“‘변할 수 있는 것’과 ‘변할 수 없는 것’을 구분해야 하네. 우리는 ‘태어나면서 주어진 것’에 대해서는 바꿀 수가 없어. 하지만 ‘주어진 것을 이용하는 방법’에 대해서는 내 힘으로 바꿀 수가 있네. 따라서 ‘바꿀 수 없는 것’에 주목하지 말고, ‘바꿀 수 있는 것’에 주목하란 말이지. 내가 말하는 자기수용이란 이런 거네. 있는 그대로의 ‘이런 나’를 받아들이는 것. 그리고 바꿀 수 있는 것은 바꾸는 ‘용기’를 낸다. 그것이 자기수용이야./ 우리는 능력이 부족한 것이 아니라네. 그저 ‘용기’가 부족한 거지. 모든 것은 용기의 문제라네.”

- 「미움받을 용기」, 257-262쪽 요약

라. 엄마

프로그램 초기부터 엄마는 수다스러운 중년 여성을 떠올릴 정도로 말이 매우 많았다. 또한 대화의 중심에서 자신이 대화를 주도하려는 모습을 자주 드러냈다. 그러나 엄마의 발화는 약한 상대를 공격하는 내용의 것, 발언 중인 참여자의 말을 가로채 자신이 말을 대신하는 것 등 상담의 장애 부정적인 영향을 끼치는 것이 대부분이었다. 그러나 2회기 그림보드게임의 미션을 수행하며 리더로 부터 따뜻한 수용과 지지를 경험한 후 태도의 변화를 보이기 시작했다.

“엄마를 사랑해요! (포옹, 등 두드림)” (미션카드 수행 중 리더의 말)

‘붉어진 얼굴과 수줍은 미소, 입가 가득 번진 환한 웃음과 쑥스러운 표정’

49) 참여자가 이해할 수 있도록 「미움받을 용기」의 ‘자기수용’과 ‘지금-여기’의 삶에 대한 부분을 요약하여 인쇄물로 제공하였다.

이 체험을 계기로 엄마는 상대를 비하하는 발언을 하지 않으려고 노력하는 모습을 보였다. 말은 여전히 많았으나 그 내용은 이전과 달리 자기개방에 관련된 것, 다른 참여자에 대한 긍정적 수용과 지지에 관한 것들이었다. 대화를 주도하려는 성향도 스스로 조절하려고 노력하는 모습을 보였다.

6회기에 자신의 장점과 오른쪽에 앉은 참여자의 장점을 마음자세카드를 활용해 고르고 이유를 말하는 활동을 할 때, 엄마는 자신과 순둥이에 대한 긍정적 지지를 다음과 같이 표현했다. 여기에서 주목할 만한 현상이 나타났다. 엄마가 자기 스스로에 대한 지지보다 더 적극적으로 순둥이를 지지하고 있다는 사실이다. 이는 자기중심적이고 타인에게 적대적이었던 엄마의 초기 모습과 매우 대조적인 현상이다.

“저는 속도는 빠르지 않지만 ‘신중하다’는 게 장점이에요. 그리고 체력이 아주 튼튼해서 ‘강건’이라는 카드를 골랐어요.”

“순둥이는 정말 예의가 바르고 믿을 수 있고 성실한 친구예요. 그래서 ‘예의’, ‘믿음’, ‘성실’이라는 카드를 골랐어요.”

같은 회기에 강아지 똥의 감정에 공감하는 활동을 하며 엄마는 강아지 똥이 느끼는 감정이 ‘난처하다, 주눅들다, 애가 쓰이다’라고 감정단어카드를 골랐다. 엄마는 이를 통해 강아지 똥의 감정을 간접 경험했다. 또한 이러한 감정을 자신의 삶 속에서도 경험했다며 알아차림과 접촉을 시도했다.

‘난처하다, 주눅들다, 애가 쓰이다’(감정단어카드)

“친구들이 구박할 때 난처함을 느꼈어요. 그 자식들을 다 죽여 버리고 싶어요./ 공부를 생각하면 항상 주눅들어요./ 나는 필요 없는 것 빼고 모든 것에 노력해요. 그런데 성적은 잘 오르지 않아서 힘들어요.”

친구들이 자신이 공부를 못한다는 이유로 뒤에서 소곤거리고 구박할 때 엄마는 그들을 죽여버리고 싶을 만큼 화가 나지만 어떠한 행동도 취하지 못해서 난처하다고 했다. 이 회기에서 학업적 자기효능감은 현재 엄마에게 그 무엇보다 중요한 미해결과제로 드러나고 있었다. 엄마는 자신이 성적이 안 좋기 때문에 선생님의 관심도 받을 수 없고, 친구들도 자신을 무시한다고 생각하고 있었다.

그러나 다행인 것은 엄마가 모든 것을 포기해버린 것이 아니라는 점이다. 엄마는 건축가가 되고 싶다는 꿈과 노력하면 성공할 수 있다는 희망을 갖고 있었다. 7회기에 완득이가 되어 현재 자기에겐 편지쓰기 활동을 하며 엄마는 다음과 같이 말했다.

“지금 노력을 하면 미래가 바뀔 거야. 힘내!”

또 9회기에는 자신은 손재주가 있어 손으로 무엇인가를 만드는 것을 잘 할 수 있다고 하며 장래희망이 건축가라고 했다. 이때 엄마는 매우 행복한 표정을 지었다. 다른 참여자들 역시 엄마가 손재주가 뛰어나다는 것을 인정해주며 적극적으로 지지해주었다.

“저는 만들기를 좋아하고 잘 할 수 있어요. 그래서 장래희망은 건축가예요.”

“맞아요. 엄마는 손으로 만드는 건 진짜 잘해요.” (다른 참여자들)

엄마는 8회기에 「위로」에서 나무가 파란나비에게 건넨 말이 인상적이었다고 하며 다시 한 번 자신을 험담하는 친구들에 대한 강렬한 분노의 감정을 떠올렸다. 당시 엄마는 웃음기 없는 진지한 표정을 지으며 친구들의 이야기를 했고, 자기 스스로를 위로하며 상대에게 경고하는 말하기를 할 때는 매우 단호

한 말투였다.

‘뿌리가 더 길다고 더 높은 것은 아니야.’ - 「위로」 중 가장 인상적인 구절
: ‘겉만 보고 판단하지 말라’는 의미라고 해석하였다고 함. 친구들이 엄마의
겉모습만 보고 뒤에서 소곤거릴 때가 있는데, 그 때 기분이 매우 좋지 않았
던 경험이 있다고 함. 그 친구들을 다 죽여 버리고 싶은 마음이라고 함.

이후 그림가족인형을 활용하여 엄마가 마음 깊은 곳에 숨겨둔 감정에 접촉할 수 있도록 시도했다. 엄마는 초반에 어색해 하였으나 점차 몰입하여 상대 인형을 땅에 눕힌 상태에게 자신이 상대를 가격하는 행동을 통해 쌓아온 분노 감정을 분출했고, 실험 이후 시원하고 후련한 느낌이 든다고 했다. 그림 인형을 통한 간접 체험은 엄마가 표출하지 않고 쌓아온 감정에 접촉하게 함으로써 자신감을 경험할 수 있도록 도왔다.

9회기에 엄마는 노무현 대통령의 삶을 선택해 읽고 공감한 것을 이야기 했다. 노무현 대통령이 매우 가난한 집안에서 태어나 입학금이 없어 중학교 진학도 못 할 뻔 했는데 변호사가 되어 성공하고 대통령까지 되었다는 것을 알았고, 존경스러운 마음이 들었다고 했다. 또 무엇을 하든 지기 싫어하는 성격이었다고 하는데 그러한 면은 자신과 닮은 것 같아 반가웠다고 말했다.

“저도 노무현 대통령처럼 공부를 잘 해서 훌륭한 건축가가 되고 싶어요.”

노무현 대통령의 삶을 통한 대리 경험, 모델링은 엄마에게 푸른 미래를 꿈꾸게 하는 지지가 되었다.

5. 그림-독서치료 체험 후 변화 양상

그림-독서치료 프로그램 체험 후 참여자들이 체험 전과 비교하여 학업적 자기효능감, 학업성취도, 문장완성검사에서 어떠한 변화를 보이는지 살펴보았다. 참여자들은 세 가지 검사에서 모두 의미 있는 변화를 보였는데 이를 통해 그림-독서치료 프로그램 체험이 참여자들의 학업적 자기효능감을 높이는데 도움이 된다는 것을 확인할 수 있었다. 또한 참여자와 교사를 상대로 한 추수면담 결과 그림-독서치료는 참여자의 학업적 자기효능감 뿐 아니라 학교생활 태도와 대인 관계에도 긍정적인 영향을 미쳤음을 알 수 있었다.

가. 학업적 자기효능감 변화

그림-독서치료 프로그램 참여자의 학업적 자기효능감 사전-사후 검사 결과를 분석하면 [표17]과 같다. 자신감은 8-40점, 자기조절효능감은 10-50점, 과제난이도선호는 10-50점, 이들의 총 합인 학업적 자기효능감은 최하 28점에서 최고 140점의 분포를 보일 수 있다. 학업적 자기효능감의 평균을 20-140점의 중앙값인 84점으로 보았을 때, 참여자 모두 사전 검사 시 평균에 미치지 못하는 점수를 획득하였다. 그러나 사후 검사에서 모든 참여자의 학업적 자기효능감 점수가 순둥이 8점, 귀요미 6점, 철학자 9점, 엄마 11점 상승하였다. 특히 철학자와 엄마는 사후 검사에서 학업적 자기효능감 점수가 88점, 92점으로 평균 값 84점을 넘었다. 따라서 그림-독서치료 프로그램이 참여자의 학업적 자기효능감 향상에 긍정적인 영향을 미치고 있음을 확인할 수 있다.

[표17] 학업적 자기효능감 변화

단위 : 점

별칭	학업적 자기효능감 척도	사전	사후	변화량
순둥이	자신감	24	25	1
	자기조절효능감	16	23	7
	과제난이도선호	16	16	0
	학업적 자기효능감	56	64	8
귀요미	자신감	25	30	5
	자기조절효능감	25	23	-2
	과제난이도선호	25	28	3
	학업적 자기효능감	75	81	6
철학자	자신감	22	26	4
	자기조절효능감	35	33	-2
	과제난이도선호	22	29	7
	학업적 자기효능감	79	88	9
엄마	자신감	25	27	2
	자기조절효능감	31	36	5
	과제난이도선호	25	29	4
	학업적 자기효능감	81	92	11

나. 학업성취도 변화

그립-독서치료 프로그램 참여자의 1,2학기 중간고사⁵⁰⁾ 학업성취도 변화 결과를 분석하면 [표18]과 같다. 주요과목 평균, 총점 평균, 학년 석차, 백분율에서 프로그램 참여자 모두 점수와 등수, 상대적 위치가 상승하였다. 특히 순둥이, 귀요미, 엄마는 프로그램 실시 전에 치른 1학기 중간고사 석차 백분율이 90%에 해당하는 학생이었다. 그러나 그립-독서치료 실시 후 치른 2학기 중간고사에서 모두 석차 백분율이 10% 가까이 상승하며 80%대로 진입하였다. 철학자 역시 석차 백분율이 80.79%에서 76.82%로 상승하였다. 따라서 그립-독서치료 프로그램을 통해 높아진 참여자의 학업적 자기효능감이 학업성취도에 긍정적인 영향을 미치고 있음을 확인할 수 있다.

[표18] 학업성취도 변화

별칭	학업성취도 비교 항목	1학기 중간고사	2학기 중간고사	변화량
순둥이	주요과목* 평균(점)	25.5	27.6	2.1
	총점 평균(점)	39.3	41.7	2.4
	학년 석차(등)	135	121	-14
	석차 백분율(%)	90.60	81.21	-9.39
귀요미	주요과목 평균(점)	23.7	24.8	1.1
	총점 평균(점)	25.2	30.9	5.7
	학년 석차(등)	147	131	-16
	석차 백분율(%)	98.66	87.92	-10.74
철학자	주요과목 평균(점)	41.6	43.0	1.4
	총점 평균(점)	47.5	56.2	8.7
	학년 석차(등)	122	116	-6
	석차 백분율(%)	80.79	76.82	-3.97
엄마	주요과목 평균(점)	27.6	30.2	2.6
	총점 평균(점)	32.2	33.3	1.1
	학년 석차(등)	142	130	-12
	석차 백분율(%)	95.30	87.25	-8.05

*주요과목-국어, 영어, 수학, 사회, 과학

50) 중간고사는 지필평가만을 대상으로 성취도를 산출하고, 기말고사는 지필평가와 수행평가 점수를 합산하여 성취도를 산출하기 때문에 기준이 같은 1, 2학기 중간고사 성취도를 비교함.

다. 문장완성 검사 변화

문장완성 사전-사후 검사에서 참여자들은 일관되게 학업에 대한 스트레스와 돈에 대한 욕구, 인간관계에서의 갈등을 표현하고 있다. 그러나 그립-독서치료를 체험하며 참여자들은 그들이 통제할 수 없는 돈이라는 주제를 제외한 다른 두 가지 주제에 대해 인식의 변화를 보였다.

먼저 학업 스트레스에 관한 변화를 관찰할 수 있다. 프로그램 체험 이후 참여자들은 현재 자신의 가장 큰 고민거리인 성적에 관한 질문에 좀 더 구체적으로 답했다. 이는 참여자가 그립-독서치료 프로그램을 체험하며 자신의 내면에 대한 알아차림을 시도하면서 일어난 의미 있는 변화로 볼 수 있다. 특히 귀요미의 경우 프로그램 참여 전 걱정하는 것을 모른다고 답하였는데, 프로그램 참여 후 성적에 대해 걱정을 하게 되었다고 답하였다. 이는 프로그램에 참여하며 귀요미가 9회기에 보인 성적 상승에 대한 욕구 알아차림 현상과 일치하는 것이다. 또 참여자들은 '나는 공부를'이라는 물음에 대한 답을 하며 의미 있는 변화를 보이고 있다. 먼저 순둥이는 '공부를 못한다'에서 '공부가 싫다'라고 답했다. 이는 '공부'에 대해 자신의 능력을 부정하던 태도에서 벗어나 자신의 의지에 따라 '공부'에 대해 가치판단을 할 수 있게 되었음을 의미한다. 또 철학자는 공부를 '해야 하는 것', 의무감(should)으로 여기던 태도에서 벗어나 '힘들다'라는 정서 알아차림을 하고 있다. 엄마는 '공부를 못한다'라는 답에서 '나의 미래'라는 답으로 변화하였는데, 자신의 능력을 부정하는 것에서 공부에 대한 긍정적인 인식으로의 변화를 보였다. 이러한 참여자들의 변화는 그립-독서치료 프로그램을 체험하며 그들의 학업적 자기효능감이 긍정적으로 변화하였음을 보여주는 현상의 하나이다.

또 하나 주목할 만한 현상은 관계 알아차림에 대한 변화이다. 프로그램 참여 후 참여자 모두 가족 관계에 대해 긍정적으로 인식하게 되었다. '가장 행

복할 때는'이라는 질문에 순둥이는 '먹을 때'라고 답했었는데, 사후 검사에서 '집에 있을 때'라고 답했다. 철학자는 '어렸을 때'라고 답했는데, 사후 검사에서는 '가족과 함께 할 때'라고 답했다. 프로그램 체험을 통해 이들이 가정을 행복을 느끼는 안식처로 인식하게 되었음을 알 수 있다. 이러한 변화는 엄마와 귀요미에게도 나타난다. '우리 엄마는'이라는 질문에 엄마는 '좋다'라는 추상적인 감정으로 답했다. 그러나 사후 검사에서 '세상에서 1명이다'라고 답하며 자신에게 의미 있는 존재임을 명확히 인식하고 있음을 드러냈다. 같은 질문에 귀요미는 사전 검사에서 '엄마는 주부이다'라고 답했는데 사후 검사에서는 '엄마는 나를 사랑한다'라고 답했다. 귀요미가 엄마를 '주부'라는 역할을 수행하는 존재가 아닌 자신을 사랑해주는 지지적인 존재로 인식하기 시작했음을 알 수 있다. 귀요미의 아빠에 대한 인식 역시 엄마와 같은 양식으로 변화했다. 사전 검사에서 아빠를 '택시기사'라는 직업을 수행하는 존재로 인식하였으나 사후 검사에서는 '착하시다'라며 보다 관계지향적인 존재로 인식하고 있다.

친구와의 관계에서도 참여자들의 인식에 변화를 관찰할 수 있다. 친구와 관련된 질문에서 귀요미와 엄마는 각각 사전 검사에서 친구가 '있다, 많다'라고 답했고, 사후 검사에서 친구가 '정말 좋다, 너무 좋다'라고 답했다. 이는 그림-독서치료 프로그램 체험 후 관계의 소중함에 대해 알아차리며 나타난 현상으로 볼 수 있다.

그러나 참여자들에게 또 다른 의미 있는 존재 중 하나인 교사에 대한 인식은 큰 변화를 보이지 않고 있다. 참여자들은 사전에 교사에 대해 '그냥 그렇다, 가르쳐 주신다' 등의 반응을 보였고, 사후엔 '선생님이다, 잘 가르쳐 주신다'라며 다소 긍정적으로 답했다. 그러나 그들은 여전히 교사를 의미 있는 존재로 인식하지 않고 있었다. 이러한 점은 학교 현장에서 교사가 저소득층 청소년에게 좀 더 따뜻하고 수용적인 태도로 다가가야 할 필요가 있음을 시사한다.

[표19] 문장완성검사 변화

범주	주제 (문항)	참여자	사전-코딩	사후-코딩	의미 있는 현상
행복	내가 가장 행복한 때	순둥이	먹을 때	집에 있을 때	
		귀요미	내가 태어난 것	소원 이루어질 때	자기애 있음
		철학자	어렸을 때	가족과 함께 할 때	관계 알아차림
		엄마	놀 때	잘 때	
	내게 가장 좋았던 일	순둥이	아빠와 등산간 것	용돈 받을 때	돈에 대한 욕구
		귀요미	놀러갔던 것	용돈 받을 때	돈에 대한 욕구
		철학자	딱히 없다	내가 좋아하는 사람들과 있을 때	관계 알아차림
		엄마	만들기	만들기	
	내가 꿈 중에서 제일 좋은 꿈	순둥이	없다	큰 꿈	
		귀요미	돈 많이 받는 꿈	돈 왕창 받는 꿈	돈에 대한 욕구
		철학자	노는 꿈	기억이 안 난다	방어
		엄마	건축가	건축가	
	내가 가장 가지고 싶은 것	순둥이	돈	돈	돈에 대한 욕구
		귀요미	노트북	노트북	
		철학자	없다	없다	
		엄마	요요	돈	돈에 대한 욕구
불행	내가 제일 걱정하는 것	순둥이	공부	시험 보는 것	학업 스트레스
		귀요미	모름	성적이다	학업 스트레스 알아차림
		철학자	공부를 못할 것 같다	공부가 안 될 때	학업 스트레스
		엄마	성적	성적	학업 스트레스
	내가 가장 무서워하는 것	순둥이	벌레	공포영화	
		귀요미	63빌딩	혼자 있을 때	정서 알아차림
		철학자	없다	딱히 없다	
		엄마	X	모름	
	나를 가장 슬프게 하는 것	순둥이	없다	지인이 죽었을 때	감정 알아차림
		귀요미	부모님이 돌아가시는 것	가족이 돌아가실 때	가족에 대한 애착
		철학자	없다	억울할 때	감정 알아차림
		엄마	모름	모름	의미 파악 문제
	나를 가장	순둥이	없다	괴롭히는 것	감정 알아차림

화나게 하는 것	귀요미	컴퓨터를 하지 못하게 하는 것	게임하는데 질 때		
	철학자	없다	하고 싶은 걸 못 하는 것		
	엄마	거짓말	모름		
자기인식	나의 좋은 점	순둥이	말이 없다	모르겠다	인지 혼란
		귀요미	골키퍼를 잘한다	운동을 잘한다	활동적
		철학자	성실하다	책임감이 있다	긍정적 자기개념
		엄마	요요를 잘한다	소제주(손재주)	
	나는 때때로	순둥이	심심하다	멍하다	객관화
		귀요미	축구를 잘한다	성격이 바뀐다	성격 알아차림
		철학자	화를 잘 낸다	그런 거 없다	
		엄마	내 맘 대로다	잘 논다	
	나의 나쁜 점	순둥이	하고 싶은 것만 함	모르겠다	인지 혼란
		귀요미	공부를 못한다	공부를 못한다	학업성취에 대한 부담
		철학자	화를 잘 낸다	화를 잘 낸다	억압된 정서
		엄마	욕을 많이 함	욕	억압된 정서
	다른 사람들은 내가	순둥이	평범한 학생이다	나다	
		귀요미	키가 크면 한다	성공하기를 바란다	긍정적 지지 수용
		철학자		누군지 안다	
		엄마	좋다 생각한다	친구라고 안다	
나는 공부를	순둥이	못한다	싫다	학업 스트레스 정서 알아차림	
	귀요미	못한다	못한다	학업 스트레스	
	철학자	해야한다고 생각한다	가 힘들다	학업 스트레스 정서 알아차림	
	엄마	를 못한다	나에 미래	학업 스트레스 필요성 인식	
관계	우리 엄마는	순둥이	좋으신 분이시다	자상하시다	엄마에 대한 신뢰
		귀요미	주부이다	나를 사랑한다	엄마에 대한 신뢰
		철학자	좋은 사람이다	책임감 있는 좋은 엄마다	엄마에 대한 신뢰
		엄마	좋다	세상에서 1명이다	엄마에 대한 신뢰
	우리 아빠는	순둥이	착하신 분이시다	가정적이시다	아빠에 대한 신뢰
		귀요미	택시기사이다	착하시다	아빠에 대한 신뢰
철학자		책임감이 없다	그냥 아빠다	아빠와의 갈등	

	내가 가장 좋아하는 사람	엄마	최고다	최고다	아빠에 대한 신뢰
		순둥이	엄마	엄마	엄마에 대한 사랑
		귀요미	가족	잘 놀아주는 사람	가족에 대한 애정
		철학자	엄마	가족이다	가족에 대한 애정
	내가 가장 싫어하는 사람	엄마	친구	친구, 가족	가족, 친구에 대한 애정
		순둥이	나를 때리는 형	없음	방어
		귀요미	***	시비거는 사람	정서, 관계 알아차림
		철학자	딱히 없다	욕하는 사람	관계 알아차림
	나는 친구가	엄마	X	친구	모순성
		순둥이	있다	있다	거리감
		귀요미	있다	정말 좋다	관계 알아차림
		철학자	있다	있다	거리감
	선생님은	엄마	만다(많다)	너무 좋다	관계 알아차림
		순둥이	그냥 그럴다	선생님이다	거리감
		귀요미	가르쳐 주신다	잘 가르쳐 주신다	긍정적 지지
		철학자	공부를 가르친다	선생님이다	거리감
소망	나는 커서	엄마	x	선생님이다	거리감
		순둥이	평범한 사람이 되고 싶다	어른이 되고 싶다	추상적 진로 결정
		귀요미	경찰관이 되고 싶다	경찰관이 되고 싶다	구체적 진로 결정
		철학자	교사	선생님	구체적 진로 결정
	내 소원은 1	엄마	건축가	건축가	구체적 진로 결정
		순둥이	똑똑해지고 싶다	나의 세상	지적 능력에 대한 욕구
		귀요미	노트북 받는 것	노트북 받는 것	
		철학자	돈이 생기는 것	돈 받기	돈에 대한 욕구
	내 소원은 2	엄마	요요 아주 비싼 거	건축가 되기	
		순둥이	돈이 많아지면 좋겠다	모든 것이 풍족한 것이다	돈에 대한 욕구
		귀요미	마우스를 받는 것	돈을 받는 것	돈에 대한 욕구
		철학자	성격이 좋아졌으면 좋겠다	돈이 생기는 것	돈에 대한 욕구
		엄마	X	돈 벌기	돈에 대한 욕구

라. 추수 면담 결과

그립-독서치료 프로그램 체험 이후 참여자들이 어떠한 변화를 보이는지 담임, 교과, 학교상담교사와 면담을 실시하였다. 또한 참여자들을 다시 모아 집단상담의 형식으로 추수 면담을 진행하였다. 그 결과 참여자들은 성적 향상에 대한 욕구를 여전히 잘 알아차리고 있었으며 공부를 열심히 하면 성적이 오를 수 있다는 학업적 자기효능감을 유지하고 있었다. 또한 실제로 2학기 기말고사 성적이 향상된 모습을 보였다. 그들은 그립-독서치료 프로그램이 강제로 공부를 시키는 프로그램인 줄 알았는데, 자유롭게 자기의 생각을 말할 수 있고 친구의 생각을 들을 수 있어서 좋았다고 했다. 또 프로그램 참여를 통해 자기 자신에 대해 알게 되어 좋았고, 공부에 대한 자신감도 생겼다고 말했다.

교사들의 반응 역시 프로그램 체험 후 학생들의 변화에 대해 매우 긍정적이었다. 특히 교사 면담을 통해 얻은 참여자 변화에 관한 자료는 참여자들이 스스로 알아차리지 못한 변화들에 관한 구체적인 정보를 제공해주었다. 교사들은 공통적으로 그립-독서치료 체험을 통해 참여자들의 학교생활 태도, 친구와의 관계, 교사와의 관계, 성적 등이 매우 호전되었다고 보고했다.

[표20] 교사 추수 면담을 통한 참여자 변화

	담임교사	교과교사	상담교사	비고*
순둥이	교사의 심부름을 적극적으로 하고, 잘 웃는 등 밝고 자신감 있는 모습으로 변화	수학 문제를 풀려고 시도하는 모습이 보임	말이 많아지고, 표정이 밝아짐	-겉으로 드러나지 않은 교우관계의 문제 알림 -수용적이고 성실하며 책임감이 강함을 알림

<p>귀요미</p>	<p>자신을 챙겨주는 친구에게 선물을 하며 고마움을 표현. 또래와 관계 맺기 위해 노력함/ 성적과 진로에 대한 관심을 드러냄</p>	<p>수업 시간에 깨어 있고 무언가 하려고 노력하는 모습을 보임</p>	<p>교사에게 장난하는 태도가 감소하고 예의바르게 행동함</p>	<p>-지능 검사, 인터넷중독 검사 필요성 알림 -관계맺음에 대한 욕구가 크고 책임감이 강함을 알림</p>
<p>철학자</p>	<p>독서를 꾸준히 열심히 하며 진로에 대한 고민하기 시작함/ 아버지에게 대해 이해하려 노력함/ 자격증에 도전함</p>	<p>수업 시간에 집중하는 모습을 보임/ 수행평가에 임하는 태도가 좋아짐</p>	<p>가정의 문제로 위축되어 있었는데 자신감 있는 모습을 보임</p>	<p>이해력, 추론력, 배려심 등 강점을 많이 지니고 있음을 알림</p>
<p>엄마</p>	<p>시키지 않아도 스스로 자신이 할 역할을 찾아 책임감을 갖고 수행함 (출석부 관리)</p>	<p>수업에 집중하여 참여하고 자신감을 갖고 자신의 의견을 발표함/ 좋은 성적을 받기 위해 노력함</p>	<p>성적이 매우 많이 향상되었음. 부모님께서 아이에 대해 지지적이심</p>	<p>-난독증 검사 필요성 알림 -인정받고 싶은 마음이 크고 책임감이 강함을 알림</p>

*비고: 그림-독서치료 체험을 통해 드러난 참여자 특성

VI. 논의 및 결론

학업적 자기효능감이 낮은 저소득층 청소년들은 그림-독서치료를 체험하며 관계 속의 자기(self)에 대한 알아차림을 시도하게 되었다. 집단 안에서 다양한 실험을 통해 수용과 지지를 경험한 그들은 프로그램이 진행될수록 안정되고 자신감 있는 모습을 보였다. 프로그램을 체험하며 참여자들이 보인 현상의 의미를 종합하면 다음과 같이 이해할 수 있다.

첫째, 가정과 학교라는 사회 속에서 저소득층 청소년들을 주변부에 머물 수 밖에 없게 하는 ‘위축됨’의 본질은 무엇인가에 대한 이해이다. 사회라는 환경은 개체 간의 관계 맺음을 기반으로 성립한다. 인간은 ‘나와 너’라는 관계 속에 있을 때 ‘나’라는 존재의 의미를 찾을 수 있다.

“근원어 ‘나(Ich)-너(Du)’는 오직 온 존재를 기울여서만 말해질 수 있다. 온 존재어로 모아지고 녹아지는 것은 결코 나의 힘으로 되는 것이 아니다. 그러나 ‘나’없이 결코 이루어질 수 없다. ‘나’는 ‘너’로 인하여 ‘나’가 된다. ‘나’가 되면서 ‘나’는 ‘너’라고 말한다. 모든 참된 삶은 만남이다.”

- 「나와 너」 중, Martin Buber

프로그램 참여자가 보인 ‘위축됨’의 본질 역시 관계 속에서 발견할 수 있었다. 그들은 타인과의 관계 속에서 주체와 객체가 동등한 ‘나와 너’의 관계를 경험하지 못하고 있었다. ‘너’의 힘에 눌러 쫓겨나고 작아진 ‘나’는 자신감을 잃고 주변으로 숨기에 바빴다. 참여자들은 가정에서 부모, 형제로부터 충분한 수용과 지지를 받지 못하고 있으며 학교에서 교사와 친구들로부터 관심 받지 못하고 주변에 머무르는 삶을 살아가고 있었다. 그들은 타인의 시선으로 자기를 정의하는 힘 때문에 스스로를 ‘열등생’이라는 틀에 가두어두고 있었다.

타자로부터의 비난 경험은 자기 비난으로 이어졌고, 자신감을 상실하게 만들었다.

“수업 시간에 수학 문제를 다른 친구들은 다 잘 풀는데 나만 못 풀고 있을 때 창피해요. 공부 잘하는 친구들과 저 스스로를 비교하게 돼요. 그때 저 스스로에게 짜증이 나요.” (순동이)

그들은 타자와 같은 공간 안에 있지만 수용되지 못하는 상황 속에서 스스로를 타자화 시키며 이방인 되기를 자처하였다. 이러한 타자와의 만남 부재는 저소득층 청소년이 관계 속에서 소외감을 경험하게 하였고, ‘나는 잘 해낼 수 없다’는 낮은 자기효능감을 형성하게 만들었다. 결국 저소득층 청소년의 ‘위축됨’은 타자와의 의미 있는 관계 맺음의 부재로 드러난 현상으로 볼 수 있다.

둘째, 참여자들이 그림-독서치료를 체험하며 지금-여기에서 보인 다양한 현상이 갖는 의미에 대한 이해이다. 이는 참여자들이 프로그램에 참여한 ‘시간성’을 기준으로 상담 초기와 후기로 나누어 변화 과정을 살펴볼 수 있다.

상담 초기 참여자들은 자신에 대한 알아차림을 전혀 경험하지 못하고 있었다. 참여자들은 내가 지금-여기를 경험하며 어떠한 감정을 느끼는지, 어떠한 사고를 하는지, 몸이 어떻게 반응하는지에 전혀 관심이 없었다. 즉 자기 자신과의 만남이 이루어지지 않고 있었던 것이다. 참여자들은 현재의 안전함을 뒤흔들어 불확실성을 유발하고 싶지 않아하였고, 그러한 참여자의 마음이 ‘위축됨’이라는 현상으로 드러났다.

이와 같은 알아차림 부재 현상은 또 다른 양상으로도 드러났다. 상담의 장에서 참여자들은 각각 ‘석고상 같은 무표정, 과도하게 즐거움을 추구하는 장난스러움, 배려라는 가면을 쓴 방어적 웃음, 수다스럽고 자기중심적인 발화 태도’ 등의 프로세스를 보이며 자신의 감정과 욕구를 숨기고 환경과 접촉하려 하지 않았다. 참여자들은 이러한 자기방어를 통해 스스로를 환경과 차단시키

고 있었다. 그러나 다음의 그림처럼 우리의 눈에 보이는 모습과 그 본질이 반드시 일치하는 것은 아니다.

[그림2] Alexa Meade의 설치 예술⁵¹⁾



그림-독서치료 프로그램 참여자 중 ‘엄마’ 역시 이러한 진실을 「위로」라는 책의 구절을 통해 다음과 같이 통찰하고 있다.

‘뿌리가 더 길다고 더 높은 것은 아니야.’ - 「위로」 중 인상적인 구절
: ‘겉만 보고 판단하지 말라’는 의미라고 해석하였다고 함. 친구들이 엄마의
걸모습만 보고 뒤에서 소곤거릴 때가 있는데, 그 때 기분이 매우 좋지 않았
던 경험이 있다고 함.

51) 알렉사 미드(1986,9,3-)는 트루프뢰유기법(실물로 착각할 정도로 정밀하고 생생하게 묘사한 그림을 뜻함)을 사용하여 사람의 몸에 직접 물감을 발라 2차원으로 보이게 만든 후, 현실의 3차원 세계와 융합시키는 방식으로 작품 활동을 하는 미국의 설치예술가이다. 그녀는 작품을 통해 ‘보이는 것과 본질은 다르다’라는 메시지를 전달한다. 위 사진의 모델도 그림이 아닌 실제 사람이다. (위키백과. Alexa Meade(2016.5.30.). <https://ko.wikipedia.org>)

이와 같은 관점에서 프로그램 초기에 참여자들이 드러낸 현상의 이면을 들여다 볼 필요가 있다. 순동이는 수학 문제를 못 풀었을 때 친구들로부터 받았던 조롱하는 듯한 시선에서 창피함을 느꼈다고 했다. 이와 같은 타인으로부터 평가받는 것에 대한 두려움 때문에 순동이는 상담의 장에서 무표정함으로 일관했던 것이다. 귀요미는 또래 관계 속에서 수용됨을 경험하고 즐거움을 느끼고 싶다는 욕구를 지니고 있었다. 그러나 이러한 욕구가 일상생활 속에서 충족되지 않고 있었다. 때문에 상담의 장에서 즐거움 추구 현상이 두드러지게 드러났던 것이다. 철학자는 최근 가정의 문제로 인해 유기 불안을 경험하고 있었다. 때문에 상담의 장에서도 안전함을 느끼지 못했고 웃음과 애교의 형태로 자기방어를 드러냈던 것이다. 엄마는 애를 쓰면서 공부해도 성적이 잘 안 나와 힘들다고 했다. 그리고 성적이 낮다는 이유로 친구들이 자신을 안 좋게 평가할 때 난처함과 분노를 느낀다고 했다. 엄마는 이러한 감정을 억누르고 있다가 상담의 장에서 짜증 섞인 말투와 자기중심적인 수다로 풀어냈던 것이다.

이처럼 참여자들이 보인 방어적인 프로세스는 ‘타인의 평가에 대한 두려움, 관계에서의 소외됨, 버려짐에 대한 불안, 관계에서 쌓아온 분노 감정의 억제’ 등에서 비롯된 현상임을 알 수 있었다. 이는 모두 타인으로부터 ‘수용됨’을 충분히 경험하지 못했기 때문에 나타난 현상이다. 상담 초기 참여자들은 관계 속에서 수용되지 못할까봐 두려워하고 있었다. 그러나 프로그램을 체험하며 그들은 누구보다 타인의 관심과 사랑을 필요로 하고 있음을 알아차리게 되었다.

그립-독서치료를 통해 참여자들은 타인의 관심과 지지를 경험하며 자기개방, 알아차림, 환경과의 접촉을 시도하며 성장하는 모습을 보였다. 그러한 변화 과정을 통해 참여자들이 초기에 보인 부적응 현상들은 상대가 자기 존재를 알아주기를 바라는 마음에서 기인한 것임을 알 수 있었다. 그리고 이는 타인에게 의미 있는 존재로 수용되고 존중받고 싶은 욕구의 다른 표현이라 할 수 있다.

그립-독서치료 체험의 시간이 길어질수록 참여자들은 굳게 닫혔던 자기 안의 비밀의 문을 열어 개방하기 시작했다. 그들은 다른 참여자의 솔직한 자기 개방 후엔 질세라 그와 유사한 자신의 이야기를 개방하며 서로 공감하고 지지하는 관계로 발전해갔다. 이러한 과정 속에서 자신과 타인의 감정과 욕구를 알아차리고 접촉하는 모습을 보이면서 성장해갔다. 참여자들이 자신을 진솔하게 개방하고 대화의 장에 적극적으로 참여하게 되는 시점은 모두 달랐다. 그러나 분명한 것은 그들이 상담 장면에서 주도적으로 어떠한 역할을 수행해 성공했을 때, 다른 참가자로부터 수용 받고 지지받는 체험을 했을 때 자기를 개방하고 알아차릴 준비를 했다는 점이다.

그립-독서치료 프로그램을 통한 지금 여기에서의 따뜻한 지지와 수용 경험은 참여자의 자기개방을 촉진하여 알아차림과 접촉을 불러오게 했고, 다양한 실험을 통한 성공 경험은 참여자에게 위촉됨으로부터의 해방을 선물했다. 참여자들에게는 ‘너’로부터의 진정성 있는 관심과 지지가 자기 성장을 위해 필요한 필수적인 자양분이었던 것이다.

셋째, 그립-독서치료 프로그램이 참여자의 학업적 자기효능감 변화 과정에 어떠한 영향을 끼치는가에 대한 이해이다. 이는 Bandura가 제시한 자기효능감의 근원과 함께 참여자가 처한 환경에 대한 태도 변화를 살펴봄으로써 알 수 있다.

먼저 ‘생리적·정서적 각성’ 측면에서 참여자들의 변화를 살펴보면 다음과 같다. 참여자들은 그립-독서치료를 시작하며 매 시간 알아차림 연습을 먼저 경험했다. 시각, 청각 등 감각에 대한 알아차림부터 시작해 상황에 대한 알아차림, 관계에 대한 알아차림 등을 경험한 후 참여자들은 자신의 미해결과제를 알아차릴 수 있게 되었다. 현재 그들에게 가장 큰 미해결과제는 ‘성적’문제임을 알아차렸다.

“공부를 생각하면 항상 주눅들어요./ 나는 필요 없는 것 빼고 모든 것에 노력해요. 그런데 성적은 잘 오르지 않아서 힘들어요.” (엄마)

이와 함께 공부를 못한다는 자기감 때문에 파생된 교우관계 문제, 생활태도 문제 등도 알아차리게 되었다. 이러한 알아차림 이후에는 상담의 장에서 다양한 실험을 하며 참여자가 환경과 접촉할 수 있게 되었다.

“성적 문제를 해결하기 위해서는 ‘용기’라는 마음자세카드가 필요해요.” (순동이)

다음으로 ‘대리적 경험’ 측면을 살펴보면 그 변화가 매우 고무적이다. 그림-독서치료 프로그램의 가장 큰 위력이 바로 여기에서 드러났다. 참여자들은 인물이 처한 상황과 감정에 공감하며 그것을 그림도구들을 통해 표현하였는데, 이때 참여자는 자신의 상황과 유사한 인물의 상황에 스스로의 모습을 투사하였다. 그럼으로써 자신의 감정과 상황을 구체적으로 알아차리고 접촉하는 경험을 할 수 있었다.

“나를 남들과 비교하지 마라” - 「위로」 중 가장 인상적인 구절

: 순동이라도 성적 때문에 공부 잘하는 친구들과 스스로를 비교할 때가 있는데 그래서 이 문구가 가장 마음에 닿았다고 함.

“공부 잘 하는 친구들과 비교하며 스트레스 받지 마!” (순동이)

이러한 과정에서 참여자들이 공통적으로 반복하여 호소하는 문제 역시 ‘성적’ 문제였다. 지금-여기에서 그들이 경험하는 ‘성적’이라는 미해결과제는 책속 인물, 인상적인 구절, 그림도구들을 통해 반복하여 수면 위로 올라왔다.

이와 같은 ‘대리적 경험’은 다른 참여자의 성공 경험을 통한 직접적인 모델링을 통해서도 이루어졌다. 참여자들은 다른 참여자가 실험에 성공했을 때, 성적이 향상되어 자신의 감정을 이야기 했을 때 그러한 모습을 관찰하고 내면화하여 자신의 욕구에 접촉하는 모습을 보였다.

“저만 성적이 떨어졌어요. 다음 중간고사엔 공부를 해서 꼭 성적을 올릴 거예요. 공부가 힘들지만 견뎌내고 성적이 오르면 뿌듯할 것 같아요.” (귀요미)

다음으로 자기효능감의 근원 중 ‘성공 경험’의 측면에서 참여자의 변화를 살펴보겠다. 담임교사에 의해 추천되어 비자발적으로 프로그램에 참여하게 된 참여자들은 프로그램을 통해 기대하는 것이 전혀 없는 무기력한 모습이었다. 그러나 그들은 그림보드게임을 통해 성공을 체험한 후 프로그램에 대해 흥미를 갖기 시작했다. 또한 프로그램에서 활용할 책을 자신들이 주도적으로 선택하는 체험을 통해 만족감과 즐거움을 느꼈다. 책을 읽고 다른 참여자들 앞에서 자신의 책에 대해 발표하는 경험과 퀴즈 성공 경험 등을 통해서도 참여자들은 뿌듯함과 즐거움, 자신감을 느꼈다고 고백했다. 이 외에도 독서퀴즈를 진행하여 고득점을 맞는 경험을 함으로써 ‘노력을 하면 좋은 결과를 얻을 수 있다’는 신념을 형성할 수 있었다. 그리고 그림-독서치료 체험 중 치러진 1학기 기말고사에서 참여자들은 성적이 향상되는 경험을 했는데, 이러한 경험을 통해 참여자들은 스스로의 가치를 높게 평가하며 학업적 자기효능감을 증진시켜갔다.

“이번 시험에서 전교에서 30명을 내가 이겼어요. 가장 재미있는 건 우리 반에서 10명이 나보다 못했다는 사실이에요. 성적이 오른 후 내 머리가 나쁘지 않다는 걸 알았어요.” (엄마)

다음으로 ‘언어적 설득’ 측면에서의 변화를 살펴보겠다. 언어적 설득은 상담의 장에서 매 시간 자기지지와 상호지지를 통해 이루어졌다. 앞서 살펴 본 것과 같이 참여자들의 ‘위축됨’에 숨겨진 본질은 관계성 속에서 수용 받고 인정 받고 싶은 욕구임을 알 수 있다. 따라서 그들의 미해결과제를 해소하기 위해서는 성공 경험을 하는 것도 중요하지만 그보다 더 중요한 것은 관계성의 회

복⁵²⁾이다. 그림-독서치료 프로그램은 소수의 동질집단으로 이루어진 집단상담의 형태로 진행되었기 때문에 참여자들은 서로에게 연대감을 형성하며 상호 수용과 지지를 해주었다. 상담의 장에서 이루어진 수용과 지지의 경험은 참여자들의 학업적 자기효능감을 증진시키는 데 결정적인 역할을 하였다.

“엄마를 사랑해요! (포옹, 등 두드림)” (미션카드 수행 중 리더의 말)

“엄마는 항상 즐거워 보여서 ‘즐거움’이라는 카드를 선택했어요.” (순둥이)

“순둥이는 정말 예의가 바르고 믿을 수 있고 성실한 친구예요. 그래서 ‘예의’, ‘믿음’, ‘성실’이라는 카드를 골랐어요.” (엄마)

마지막으로 참여자의 ‘환경(관계)’에 대한 태도변화를 살펴보겠다. 참여자들은 가정의 경제적 어려움으로 인해 낮은 학업성취도를 보였고, 그러한 이유로 관계에서 갈등을 경험하고 있었다. 그들은 부모로부터 안정적인 돌봄을 경험하지 못하고 있었고 형제와의 관계에서도 갈등을 경험하고 있었다. 뿐만 아니라 학교생활을 하며 교우들로부터 공부를 못한다는 이유로 지속적으로 괴롭힘을 당하고 있었다. 이러한 보이지 않는 폭력으로부터 참여자들은 학교에서 점점 더 위축되어 갔고 자기효능감을 잃고 주변부로 숨어들어갔다. 그러나 참여자들은 프로그램을 체험하며 억압해온 자신의 감정을 알아차리는 경험을 하게 되었다. 참여자들은 그동안 자신을 괴롭혀 온 친구를 향한 분노의 감정을 그림가족인형을 통해 표출하며 감정을 해소하는 경험을 하였다.

“저를 괴롭히는 친구에게 화가 나요. 그 자식을 막 때려주고 싶어요. 죽여버리고 싶어요. (그림가족인형 체험 후) 속이 후련하고 시원해요.” (순둥이)

52) Coleman(1988)은 타인과의 관계를 통해 개인에게 자원을 제공해주는 사회적 자본(부모와 자식 간의 관계-자녀교육에 대한 부모의 관심 및 시간의 투입)이 아동의 학업성취도에 매우 큰 영향을 미친다고 보았다.

이와 함께 다른 참여자들의 공감과 지지를 통해 진정한 자기를 발견해 갔다. 이러한 경험을 통해 참여자들은 공부를 못한다는 이유로 관계에서 위축됨을 경험하던 일상에서 벗어나 자신감을 갖게 되었다. 또 성적을 향상시켜 그들의 조롱하는 시선에서 벗어나겠다는 의지와 접촉하게 되었다.

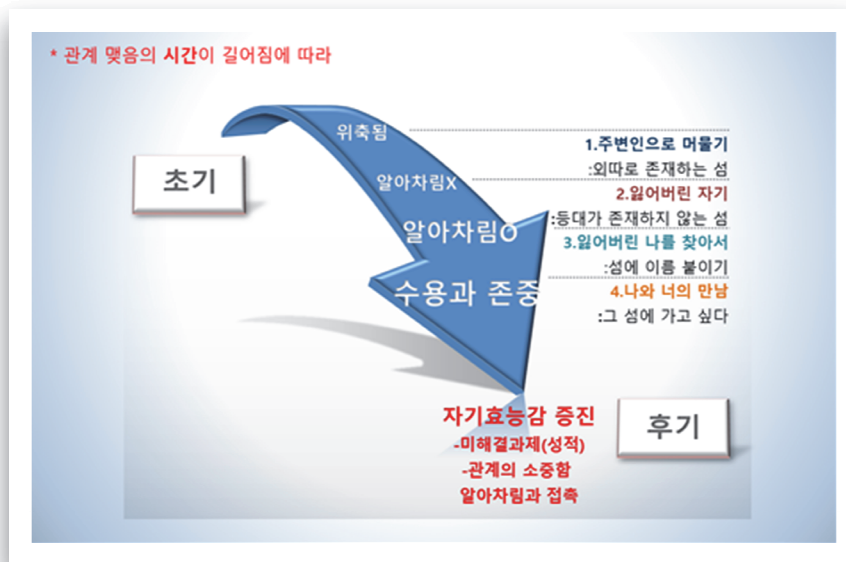
그립-독서치료 참여 이후 참여자들은 프로그램 체험을 통해 자신감이 생겼고, 생각의 폭이 넓어졌으며 자신에 대해 알게 되어 좋았다고 소감을 밝혔다. 또 프로그램 체험이 성적 향상에도 도움이 되었다고 말했다.

“그립-독서치료 프로그램 체험을 통해 자신에 대해 잘 몰랐었는데, 알게 된 점이 가장 좋았다. 또 프로그램이 성적 향상에 큰 도움이 되었고 자신감을 기를 수 있게 도와줘 고맙다.” (엄마)

실제로 프로그램을 진행하기 전과 후에 실시한 학업적 자기효능감 검사, 문장완성 검사, 학업성취도 비교 자료, 담임·교과·상담교사 면담 자료를 통해서도 참여자들의 긍정적인 변화를 확인할 수 있었다. 이러한 결과를 종합해 보았을 때 그립-독서치료를 통한 수용과 존중의 경험은 저소득층 청소년의 학업적 자기효능감 변화에 긍정적인 영향을 미친다는 것을 알 수 있다.

연구 결과 참여자들이 프로그램 체험을 통해 변화시켜간 자기효능감은 학업적 측면에서 뿐 아니라 관계적인 측면에서도 의미를 지니는 것으로 나타났다. 프로그램을 체험하며 참여자가 경험한 알아차림과 추수 면담 자료를 통해 참여자의 태도 변화를 알 수 있었다. 참여자들은 관계의 소중함에 대해 인식하며 태도의 변화를 보였다. 프로그램 체험을 통해 참여자들은 관계에서의 수용과 존중을 경험하며 자기효능감을 성장시켜 갔다. 그리고 이러한 성장은 상담의 장을 넘어 생활 속에서 참여자의 태도 변화를 불러왔다. ‘나는 할 수 있다’는 신념을 통해 참여자는 자신이 마주한 현실 과제를 해결할 수 있는 힘을 기를 수 있게 되었다.

[그림3] 그림-독서치료 체험의 의미



이상에서 살펴본 바와 같이 그림-독서치료 프로그램 체험은 참여자들의 삶에서 관심과 사랑을 통한 ‘수용됨’, ‘존중받음’의 경험이라는 의미를 지닌다. 건강한 자기(self)는 타인과의 관계 속에서 접촉을 통해 날마다 새롭게 변화하고 성장한다(Miller, 2016). 집단 상담이라는 관계 속에서 경험한 ‘사랑받고 있다’는 깨달음이 참여자의 정서와 행동을 움직일 수 있는 힘이 되었다. ‘행복은 의미 있는 타인과 함께 즐거운 시간을 보낼 때 느끼는 감정’이라는 하버드대학의 연구 결과⁵³⁾에서처럼 참여자들 역시 집단이라는 관계 속에서 행복을 경험하며 자기효능감을 높여갔다.

현 교육제도 하에서 이루어지고 있는 학업성취도에 따른 서열화는 청소년에게 보이지 않는 폭력을 행사하고 있다. 서열화는 성적에 의해 스스로를 끊임없

53) Harvard grant study :하버드대 정신과 교수인 Waldinger교수가 주도하여 1938-1940년 사이 하버드대 학생이었던 268명의 남자를 대상으로 75년간 추적한 연구. (행복의 요소: 친밀한 관계, 관계의 질, 안정적이고 서로 보완하는 결혼)

이 타인과 비교하게 만든다. 공부를 잘 하는 아이는 우월감을 경험하고, 성적이 낮은 아이는 위축감을 경험하게 된다. 저소득층 청소년의 경우 학업적인 면에서 부모의 충분한 돌봄과 지원을 받지 못하게 될 가능성이 크고 이러한 경우 학습결손이 발생할 확률이 높다. 평등하지 않은 출발선에서 시작된 인생이라는 마라톤의 초반부터 저소득층 청소년은 ‘나는 할 수 없어. 내 능력은 이 정도 밖에 안 돼.’라는 낮은 자기효능감을 체험하게 된다. 낮은 자기효능감은 자아존중감 형성에 영향을 미치고 나아가 건강한 유기체로의 정체성 확립을 방해한다. 한 그루의 소나무가 해찬솔⁵⁴⁾로 잘 성장하기 위해서는 비옥한 토양과 따뜻한 햇볕, 적절한 물이라는 환경의 도움이 반드시 필요하다. 미래의 꿈나무인 우리의 청소년들도 마찬가지이다. 저소득층 청소년이 ‘위축됨’을 벗어나 건강한 유기체로 성장하기 위해서는 가정과 학교 그리고 사회의 사랑과 관심이라는 자양분이 필요하다.

그러한 의미에서 그림-독서치료 프로그램은 수용과 존중을 통해 참여자의 자기효능감과 학업성취도를 높였다는 데 의의가 있다. 특히 독서는 대리경험을 통한 내면화로 참여자가 자신의 상황과 감정을 알아차릴 수 있도록 돕는 역할을 했다. 그리고 그림은 참여자가 상담의 장에서 알아차린 정서를 선명하게 언어로 표현할 수 있도록 도와 접촉을 촉진하는 역할을 했다.

‘수용과 존중을 통한 참여자의 자기효능감 증진’이라는 연구 결과를 통해 학업성취도가 저조한 학생들의 성취도를 높이기 위한 궁극적인 방안에 대해 고찰해 볼 수 있다. 현재 대부분의 학교에서 학업성취도를 높이기 위한 방안으로 실시하고 있는 것은 교과 보충 수업을 진행하는 것이다. 그러나 ‘고기를 주기보다 고기 낚는 법을 가르치라’는 말처럼 단순히 교과 지식을 전달하는 것보다 학습자에게 공부하는 방법을 알려줄 필요가 있다. ‘공부하는 방법’에는 스스로의 정서를 알아차리고 ‘할 수 있다’는 효능감을 갖도록 도와주는 것도

54) ‘햇빛이 가득 차 더욱 푸른 소나무’라는 의미의 순우리말.

포함이 된다. 지지와 존중은 관계 속에서 스스로의 가치를 경험하게 하여 긍정적인 자기개념을 형성하도록 돕는다. 그럼으로써 학습자는 학습 과제에 대한 자기효능감을 향상시킬 수 있게 되고, 환경과의 접촉도 활발히 할 수 있게 된다. 따라서 학업성취도를 높이기 위한 근본적인 방안은 격려와 지지를 통해 학습자가 자기효능감을 증진시킬 수 있도록 도와주는 것이라 할 수 있다.

이러한 맥락에서 연구결과에 대한 논의를 확장하여 저소득층 청소년의 학업적 자기효능감 증진을 위한 교육적 시사점에 대해 생각해 보고자 한다. 특히 ‘교사-학생’ 간 관계성에 초점을 맞춰 교육현장에서 이루어져야 할 교사의 역할에 대해 살펴보겠다.

첫째, 청소년이 건강하게 자기효능감을 발달시키기 위해서는 교육현장에서 교사의 충분한 수용과 적극적인 지지가 이루어져야 한다. 교사는 청소년의 삶에서 의미 있는 성인으로서 청소년 삶의 버팀목과 모델이 되는 존재이다. 때문에 교사가 학생을 대하는 태도는 청소년의 삶에 매우 큰 영향을 미친다. 교사가 인내심을 갖고 아이들의 변화를 기다려주고, 그들의 감정과 행동을 세심하게 관찰하여 수용하고 지지해줄 때 아이들과 진정한 존재로 만날 수 있다.

둘째, 교사는 청소년이 다양한 사회활동에 참여할 수 있도록 하고, 각자 수준에 맞는 역할을 선택하여 수행함으로써 책임감과 주도성을 기를 수 있도록 배려해야 한다. ‘할 수 있다’는 자기효능감은 관계 속에서 다양한 역할에 대한 체험과 성공 경험을 통해 형성될 수 있다. 성적이 낮다고 사회에서 맡은 일을 수행할 수 있는 능력이 낮다고 할 수는 없다. 청소년이 스스로 선택하여 역할을 수행하고 결과에 대해 책임질 수 있을 때 그들의 위축됨과 자신 없음의 문제가 해결될 수 있다.

셋째, 교사는 청소년이 지금-여기에서 일어나는 현상에 대한 감정, 사고, 신체 등의 알아차림 연습을 꾸준히 수행할 수 있도록 도와주어야 한다. 삶의 의미는 개체가 지금-여기에서 환경과 상호작용하며 느끼는 감정을 알아차리는

과정을 통해 발견해가는 것이다(김정규, 2016 강의록). 따라서 개체가 환경과 건강하게 상호작용하는 유기체로서 정체성을 확립하고 의미 있는 삶을 살기 위해 현상에 대한 알아차림 능력을 기를 필요가 있다. 이러한 알아차림 연습은 학급 담임 교사가 학급 자치 시간을 통해 실시할 수도 있고, 교과 담당 교사가 자신의 교과 프로그램과 연계하여 활용할 수도 있다. 또한 학교 상담교사가 알아차림 상담 프로그램을 개발, 활용하여 학교 차원에서 예방교육을 펼치는 방법도 고려해 볼 수 있다.

마지막으로 그림-독서치료 프로그램을 진행하며 리더 체험을 통해 얻은 알아차림을 고백하고 연구 과정을 반성하는 것으로 결론을 마무리 짓도록 하겠다. 연구자는 프로그램을 통해 인간의 정서적 행동적 변화 과정의 의미를 발견하고자 현상학적 접근을 시도하였다. 순간순간 일어나는 참여자에 대한 편견을 떨치기 위해 괄호치기를 통해 현상 자체를 바라보려 노력하였음을 먼저 밝혀두겠다. 그러나 참여자를 관찰하고 이해하는 과정은 생각보다 많은 시간과 노력을 요구하였다. 그림-독서치료 프로그램을 개발하여 저소득층 청소년이 학업적 자기효능감의 변화를 경험하기를 바라는 선한 마음에서 출발한 연구였지만 때로는 지치기도 하였다. 그러나 참여자와 함께한 시간성 속에서 연구에 대한 책임감은 어느새 참여자에 대한 깊은 관심과 애정으로 변하고 있음을 알아차렸다. 참여자에 대한 애정이 깊어갈수록 그들은 리더의 마음을 알아차린 듯 자기 안에서 일어나는 프로세스를 알아차리고 접촉하는 모습을 보여주었다. 참여자가 성장하는 모습을 지켜보며 느낀 벅찬 감동과 애뜻한 지지의 마음이 올라와 지금-여기에서의 ‘나와 너’의 만남을 경험하였다. “강물을 재촉하지 말아라, 강은 스스로 흐른다.”고 한 Perls의 말처럼 참여자들을 믿고 열린 마음으로 지켜보며 지지해줄 때, 그들 스스로 성장할 수 있는 존재라는 것을 새삼 깨닫게 되었다.

프로그램이 종료된 이후에 연구 결과를 기술하기 위해 수집한 자료를 재분석

하며 참여자에 대한 애뜻함이 더 깊어짐을 느꼈다. 한편 미진한 부분에 대한 아쉬움과 후회가 남아 그들에게 미안한 마음도 들었다. 함께한 시간 속에서 경험한 감정, 욕구, 생각들은 리더와 참여자의 관계가 아닌 인간과 인간의 관계로서 연구자에게도 위로와 지지가 되었음을 밝힌다. 모든 존재의 의미는 만남에서 시작된다는 Buber의 말에 다시금 고개를 끄덕이며 나태주 시인의 ‘플꽃’이라는 시로 프로그램 참여자들에게 고마움과 사랑의 마음을 전한다.

자세히 보아야 예쁘다.

오래 보아야 사랑스럽다.

너도 그렇다.

-‘플꽃’-

참 고 문 헌

- 고민경 (2011). 유아의 숲 체험에서 나타난 '관계'의 현상학적 접근. **유아교육·보육복지연구**, 15(1), 225-251.
- 고하나 (2009). 계슈탈트 관계성 향상 프로그램(GRIP)이 ADHD 성향 아동의 자기조절능력과 집행기능에 미치는 영향. 성신여자대학교 석사학위 청구 논문.
- 구도연 (2013). 그립(GRIP) 친구 도우미 프로그램이 학교 폭력 가해 행동에 미치는 영향. 성신여자대학교 석사학위 청구 논문.
- 구명숙 (2005). 독서요법이 중학생의 학업적 자기효능감 및 자기표현에 미치는 효과. 동아대학교 석사학위 청구 논문.
- 구인회 (2003). 경제적 상실과 소득수준이 청소년의 교육성취에 미치는 영향. **한국사회복지학**, 53, 7-29.
- 구인회 (2003). 가족배경이 청소년의 교육성취에 미치는 영향: 가족구조와 가족소득, 빈곤의 영향을 중심으로. **사회복지연구**, 22, 5-32.
- 구인회, 박현선, 정익중 (2006). 빈곤이 아동의 학업성취에 미치는 영향. **아동권리연구**, 10(3), 269-295.
- 국미 (2015). 만성 조현병환자를 위한 연극 활용 계슈탈트 관계성 향상 프로그램의 개발과 그 효과에 대한 연구. 성신여자대학교 석사학위 청구 논문.
- 권영래, 유안진 (1989). **아동 환경**. 서울: 한국방송통신대학교출판부.
- 권정생 (2014). **강아지 똥**. 서울: 길벗어린이.
- 김광혁 (2008). 가족의 경제적 결핍과 구조적 결손, 이웃환경이 청소년기 아동의 학업성취에 미치는 영향. **한국청소년연구**, 19(3), 115-138.
- 김교성, 노혜진 (2011). **한국의 빈곤 다차원적 접근과 재생산 메커니즘**. 서울: 학지사.
- 김낙녕 (2015). **한국에서의 부와 상속(1970~2013)**. 서울: 동국대학교.
- 김남희 (2000). 교사효능감과 학생의 학업적 자기효능감 및 성공적인 학교생활과의 관계. 이화여자대학교 석사학위 청구 논문.
- 김달식 (2015). 집단 독서치료를 통한 중년남성의 태도변화에 대한 현상학적 연구. 상명대학교 박사학위 청구 논문.
- 김려령 (2008). **완득이**. 파주: 창비.
- 김서현, 구혜완, 백수정, 정익중 (2015). 빈곤이 청소년의 학교적응에 미치는 영향: 누적 위험요인의 매개효과를 중심으로. **학교사회복지**, 31, 225-251.
- 김숙희 (2011). 비행청소년의 분노와 충동성 조절을 위한 계슈탈트 관계성 향상 프로그램 효과 연구. 성신여자대학교 석사학위 청구 논문.
- 김아영 편저 (2007). **학업적 자기효능감 이론과 현장연구**. 서울: 학지사.

- 김아영 (2000). **관찰 연구법**. 서울: 교육과학사.
- 김아영 (2010). **학업 동기: 이론, 연구와 적용**. 서울: 학지사.
- 김아영, 박인영 (2001). 학업적 자기효능감 척도 개발 및 타당화 연구. **교육학 연구**, 39(1), 95-123.
- 김아영, 조영미 (2001). 학업성취도에 대한 지능과 동기변인들의 상대적 예측력. **교육심리연구**, 15(4), 121-138.
- 김아영, 차정은 (2003). 교사효능감 및 학생의 학업적 자기효능감이 학업성취도에 미치는 영향에 대한 다층분석. **교육심리연구**, 17(2), 25-43.
- 김안희 (2009). **독서치료가 중학교 부적응학생의 자기효능감과 학교적응에 미치는 영향**. 성균관대학교 석사학위 청구 논문.
- 김정규 (1995). **계슈탈트 심리치료: 창조적 삶과 성장**. 서울: 학지사.
- 김정규 (1998). 자기심리학과 계슈탈트 심리치료의 대화. **한국심리학회지: 임상**, 17(1), 17-38.
- 김정규 (2005). **계슈탈트 심리치료**. 서울: 학지사.
- 김정규 (2009). 계슈탈트 집단치료. **상담과 지도**, 44, 175-197.
- 김정규 (2010). **계슈탈트 관계성 향상 프로그램 매뉴얼**. 서울: 계슈탈트미디어.
- 김정규 (2012). 나를 알아가는 과정, 계슈탈트 심리치료. **한국계슈탈트치료연구**, 2(2), 81-86.
- 김정규 (2015). **계슈탈트 심리치료**. 서울: 학지사.
- 김정규 (2015). 한국에서의 계슈탈트치료 수용과 창조적 진화. **한국계슈탈트상담연구**, 5(1), 1-21.
- 김정규 (2016). **2016년도 1학기 성신여자대학교 '계슈탈트 집단상담' 수업 강의록**.
- 김정규 (2016). **2016년도 1학기 성신여자대학교 '계슈탈트 교육학' 세미나 강의록**.
- 김종한 (2001). 고등학생의 학업성취에 영향을 미치는 관련변인에 대한 회귀분석. **교육학연구**, 39(4), 349-366.
- 김진아 (2015). **[그림상황카드]에서 나타나는 청소년들의 반응 패턴 분석**. 성신여자대학교 박사학위 청구 논문.
- 김현희 외 한국독서치료학회 (2003). **독서치료의 실제**. 대구: 중문.
- 김현희 (2004). 표현예술치료로서의 독서치료. **독서치료연구**, 창간호, 99-117.
- 김현희 외 한국독서치료학회 (2004). **독서치료**. 서울: 학지사.
- 김효림 (2014). **계슈탈트 관계성 향상 프로그램(GRIP)을 활용한 집단 미술치료가 중학생의 우울, 대인관계에 미치는 효과**. 대구사이버대학교 석사학위 청구 논문.
- 김희성, 김정규 (2012). 계슈탈트 예술치료 프로그램이 가정 폭력 경험 청소년의 자아존중감에 미치는 영향. **청소년학연구**, 19(4), 1-26.
- 나미현 (2016). **과정중심 독서상담 프로그램 개발**. 단국대학교 박사학위 청구 논문.
- 나정 (2009). 저소득층 가정 유아 교육 기회지원 정책 검토. **미래유아교육학회지**,

16(3), 275-296.

- 나태주 (2012). **너도 그렇다**. 대전: 종려나무.
- 램블부부 (2013). **퇴근후 10분 반찬**. 서울: 나무수.
- 박대령 (2003). **발표불안 감소를 위한 계슈탈트 집단치료 프로그램 개발과 효과 연구**. 성신여자대학교 석사학위 청구 논문.
- 박랑규, 강우선 (2006). 저소득층 아동의 정서, 행동특성. **한국아동심리치료학회**, 1(1), 1-23.
- 박신영 (2005). **가족의 경제적 어려움이 청소년의 교육성취에 미치는 영향**. 성균관대학교 석사학위 청구 논문.
- 박영아, 송영혜 (2005). 집단 미술치료가 저소득층 청소년의 자기효능감에 미치는 효과. **미술치료연구**, 12(3), 635-654.
- 박용순 (2001). **빈곤과 자립**. 서울: 학지사.
- 박은혜, 김연아 (2001). 예비유아교사의 사회적 연결망과 학업 성취 및 자기 효능감과의 관계. **교육과학연구**, 32(1), 1-16.
- 박인영 (1998). **학업적 자기효능감의 구인 및 측정에 관한 연구**. 이화여자대학교 석사학위 청구 논문.
- 박현선 (1998). **빈곤청소년의 학교 적응 유연성**. 서울대학교 박사학위 청구 논문.
- 박현선, 정익중, 구인회 (2006). 빈곤과 아동의 사회 정서적 발달 간의 관계: 성인역 부담의 역할을 중심으로. **한국사회복지학**, 58(2), 303-330.
- 박현선 (2008). 빈곤지위가 아동의 사회, 정서 발달에 미치는 영향: 빈곤대리변수와 빈곤동반 위험요소와의 비교를 중심으로. **한국아동복지학**, 26, 113-137.
- 박현선, 이현주, 정익중 (2011). 학업성취와 학교만족도의 종단적 상호 관계: 빈곤 및 비빈곤 집단 차이를 중심으로. **사회복지연구**, 42(3), 183-206.
- 박현선 (2012). 저소득층 청소년을 위한 학교기반 멘토링 프로그램의 효과. **학교사회복지**, 23, 101-122.
- 박현희 (2008). **독서요법을 통한 저소득층 청소년의 진로결정 자기효능감 향상에 관한 연구**. 공주대학교 석사학위 청구 논문.
- 배은경 (2003). **독서를 통한 진로 집단상담 프로그램이 여고생의 진로결정 자기효능감과 진로태도 성숙에 미치는 효과**. 계명대학교 석사학위 청구 논문.
- 봉미미, 노아름, 송주연, 황아름 (2011). 자기효능감과 성취 목표의 인과적 선행성에 관한 종단 연구. **교육방법연구**, 23(1), 213-233.
- 송승민, 이유현 (2012). 초등학생들의 자아존중감이 자아효능감을 매개로 학업성적에 미치는 영향. **청소년학연구**, 19(9), 25-46.
- 송영주 외 (2015). **더 챔피언: 유럽 축구 가이드북**. 서울: 맥스미디어.
- 신경림 외 (2004). **질적연구 방법론**. 서울: 이화여자대학교 출판부.
- 신주영 (2014). **독서치료와 도서관의 역할에 대한 연구**. 부산대학교 석사학위 청구 논문.

- 신태훈, 나승훈 (2015). **농지마 정신줄**. 서울: 웹툰박스.
- 안미영 (2015). **게슈탈트 관계성 향상 프로그램(GRIP)이 인터넷 중독 경향을 가진 청소년의 심리·사회적 적응에 미치는 영향**. 경일대학교 석사학위 청구 논문.
- 안미영 (2015). **문학치료 프로그램 효과에 관한 메타분석**. 경북대학교 석사학위 청구 논문.
- 양유성 외 (2008). **발달적 독서치료의 실제**. 서울: 학지사.
- 여유진 외 (2015). **사회통합 실태진단 및 대응방안 II: 사회통합과 사회이동**. 세종: 한국보건사회연구원.
- 연세대학교 언어정보개발 연구원 편 (2003). **(연세) 한국어 사전**. 서울: 두산동아.
- 오지혜 (2011). **게슈탈트 관계성 향상 프로그램(GRIP)이 우울성향 여자중학생의 우울, 정서조절, 학교적응에 미치는 효과**. 성신여자대학교 석사학위 청구 논문.
- 유미영, 홍혜영 (2010). 아동이 지각한 부모양육태도와 학업성취의 관계에서 정서지능과 학업적 자기효능감의 매개효과. **교육심리연구**, 24(4), 915-937.
- 유혜령 (2001). 유아의 역할놀이 경험양식과 그 교육적 의미: 현상학적 이해. **유아교육연구**, 21(3), 55-79.
- 유혜령 (2014). 현상학적 글쓰기: '형언할 수 없는 그 무엇'이 살아나는 공간 만들기. **교육인류학연구**, 17(4), 1-34.
- 유혜령 (2015). 현상학적 질적 연구의 논리와 방법: Max van Manen의 연구방법론을 중심으로. **가족과 상담**, 5(1), 1-20.
- 윤운성 (1998). **자기효능감 연구의 분석과 연구방향**. 한국연구재단(NRF) 연구성과물, 교육심리학회.
- 윤운성 (1998). **자기효능감의 분석적 고찰과 과제**. 한국연구재단(NRF) 연구성과물, 권순명 박사 회갑기념논집, 177-205.
- 윤인공 역 (2006). **아동 및 청소년을 위한 게슈탈트 예술치료**. 서울: 학지사.
- 윤희정 (2015). **고등학생들의 학업성취도 관련 변인 간 구조적 관계 연구**. **학습자중심 교과교육연구**, 15(8), 483-504.
- 이남인 (2005). 현상학과 질적 연구방법. **철학과 현상학 연구**, 24, 91-121.
- 이남인 (2013). **후설과 메를로-퐁티 지각의 현상학**. 서울: 한길사.
- 이남인 (2014). **현상학과 질적 연구**. 서울: 한길사.
- 이동성, 김영천 (2014). 질적 자료 분석을 위한 포괄적 분석절차 탐구: 실용적 절충주의를 중심으로. **교육종합연구**, 12(1), 159-184.
- 이봉주, 구인회, 박현선, 정익중 (2011). **빈곤과 학령기 아동의 발달에 관한 추적 연구**. 서울: 학지사.
- 이영식 (2006). **독서치료 어떻게 할 것인가**. 서울: 학지사.
- 이우정, 박이정 (2013). **응답하라 1997**. 서울: 21세기북스.
- 이은비 (2013). **게슈탈트 관계성 향상 프로그램이 학교부적응 청소년의 정서 조절 곤란과 문제행동에 미치는 효과**. 성신여자대학교 석사학위 청구 논문.

- 이정 (2015). **꿀피에서 일등까지2**. 서울: 자유로운상상.
- 이제이 (2012). **게슈탈트 관계성 향상 프로그램(GRIP)이 초등학생의 자기효능감과 학습 태도에 미치는 효과**. 대구가톨릭대학교 석사학위 청구 논문.
- 이지현 (2009). **게슈탈트 관계성 향상 프로그램(GRIP)이 우울성향 여자 중학생의 우울, 자기개념, 대인관계에 미치는 효과**. 성신여자대학교 석사학위 청구 논문.
- 이철환 (2011). **위로**. 서울: 자음과모음.
- 이형빈 (2014). 학생의 수업참여 및 소외 양상에 대한 현상학적 연구. **교육과정연구**, 32(1), 25-51.
- 이효정 (2012). **게슈탈트 관계성 향상 프로그램(GRIP)이 특성화고등학교 폭력 피해 남학생의 자기개념 및 대인관계에 미치는 효과**. 성균관대학교 석사학위 청구 논문.
- 임성관 (2011). **독서치료에서의 문학작품 활용**. 서울: 학지사.
- 전혜리 (2013). **그립 친구 도우미 프로그램이 학교폭력의 방관적 태도에 미치는 효과**. 성신여자대학교 석사학위 청구 논문.
- 정현종 (1991). **사람들 사이에 섬이 있다**. 서울: 미래사.
- 주영주, 정영란, 이유경 (2011). 고등학생의 학업적 자기효능감, 외적동기, 흥미, 과학 과목성취도의 구조적 관계와 성별에 따른 잠재평균분석. **한국과학교육학회지**, 31(6), 876-886.
- 최명희 (1996). **흔불**. 서울: 한길사.
- 최영숙 (2013). **청소년들의 공격성에 대한 GRIP 친구 도우미 프로그램의 효과**. 성신여자대학교 석사학위 청구 논문.
- 최윤정, 이시연 (2007). 저소득 가정 청소년의 부적응에 가족환경이 미치는 영향과 일상생활 스트레스의 매개효과. **청소년상담연구**, 15(1), 39-49.
- 최종혁 (2009). **질적연구 방법론-현상학적 자기 평가론**. 서울: 양서원.
- 통계청 (2015). **2015 청소년 통계**. 통계청.
- 한국 도서관 협회 독서 문화 위원회 편 (2007), **체험적 독서치료**, 공동체.
- 한국 문화관광부 청소년기획과 (1998). **(1998년에 바뀐)새로운 청소년 현장 이야기**. 서울: 문화관광부.
- 한국청소년 정책연구원 (2013). **아동·청소년 정신 건강 증진을 위한 지원 방안연구III: 총괄보고서**. 한국청소년 정책연구원.
- 한정아 (2007). **진로 독서 프로그램이 여고생의 진로결정 자기효능감과 진로태도 성숙에 미치는 효과**. 강원대학교 석사학위 청구 논문.
- 허남순 외 (2005). **빈곤 아동과 삶의 질**. 서울: 학지사.
- 홍봉선, 남미애 (2009). **청소년 복지론**. 서울: 양서원.
- 황다연 (2011). **게슈탈트 관계성 향상 프로그램(GRIP)이 인터넷 중독 경향 청소년에 미치는 효과**. 성신여자대학교 석사학위 청구 논문.

- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Bandura, A., & Schunk, D. H. (1981). Cultivating competence, self-efficacy and intrinsic interest through proximal self-motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 586-598.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1989). Human agency in social cognitive theory. *American Psychologist*, 44, 1175-1184.
- Bandura, A. (1995). *Self Efficacy in Changing Societies*. Cambridge University Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Bandura 편저 (1997). **변화하는 사회 속에서의 자기효능감**. 윤운성 외 역(2004). 서울: 학지사.
- Becker and Tomes (1986). Human capital and the rise and fall of families. *Journal of Labor Economics*, 4(3), S1-S39.
- Brooks-Gunn, J., & Duncan, G. J. (1997). "The Effect of Poverty on Children." *The Future of Children*, 7, 55-71.
- Coleman, J. S. (1988). Social capital in the creation of human capital. *American Journal of Sociology*, 94, supplement 95, 95-120.
- Corcoran, M. (2000). Mobility, persistence, and the intergenerational determinants of children's success. *Focus*, 21(2), 16-20.
- Creswell, J. W. (2007). **질적 연구방법론: 다섯 가지 접근**. 조흥식 외 역 (2013). 서울: 학지사.
- Creswell, J. W. (2009). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (3rd Ed.)*. Los Angeles: Sage.
- Dey (1993). *Qualitative data analysis: A user-friendly guide for social scientist*. London: Routledge.
- Duncan, G. J. Brooks-Gunn and P. K. Klebanov (1994). Economic deprivation and early-childhood development. *Child Development*, 65(2), 296-318.
- Edmund Husserl (1925). **현상학적 심리학: 1925년 여름학기 강의**. 이종훈 역 (2013). 서울: 한길사.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- George E. Vaillant (2012). **행복의 비밀: 75년에 걸친 하버드 대학교 인생관찰보고서**. 최원석 역 (2013). 서울: 21세기북스.
- Gornicki, S. B. (1981). *Using Fairy Tales to Change Perceptions of Self and Others*. Paper presented at the annual convention of the American Personnel and

- Guidance Association.
- Guay, F., Marsh, H. W. & Boivin, M. (2003). Academic self-concept and academic achievement: Developmental perspectives on their causal ordering. *Journal of Educational Psychology, 95*, 124-136.
- Heidegger, M. (1927). **존재와 시간**. 이기상 역(1998). 서울: 까치.
- Haveman, R., & Wolfe, B. (1995). The Determination of Children's Attainments: A Review of Methods and Findings. *Journal of Economic Literature 33*, 1829-1898.
- Hynes, A. M., & Hynes-Berry, M. (1994). *Biblio/poetry therapy-The Interactive process: A Handbook*. St. Cloud. MN: North Star Press of St. Cloud.
- J. Amos Hatch. **교육상황에서 질적 연구 수행하기**. 전영은 역 (2008). 서울: 학지사.
- Kim, J. K. & Daniels, V. (2008). *Experimental Freedom*. In: *Brownell, P. (ed). Handbook for Theory, Research, and Practice in Gestalt Therapy*. Newcastle UK: Cambridge Scholars Publishing.
- Lempers, J. D., Clark-Lempers, D. C. & Simons, R. L. (1989). Economic Hardship, Parenting, and Distress in Adolescence. *Child Development 60*, 25-39.
- Martin Buber (1923). **나와 너**. 표재명 옮김 (1977). 서울: 문예출판사.
- Matthew B. Miles, A. Michael Huberman 공저. **질적 자료 분석론**. 박태영 외 공역 (2009). 서울: 학지사.
- McLeod, J. D. & Shanahan, M. J. (1993). Poverty, Parenting and Children's Mental Health. *American Sociological Review, 58(3)*, 351-366.
- McLoyd, V. (1998). Socioeconomic disadvantage and child development. *American Psychologist, 53(2)*, 185-204.
- Merriam, S. B. (2009). *Qualitative research: A guide to design and implementation*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Miles & Huberman (1994). **질적 자료 분석론**. 박태영 외 역 (2009). 서울: 학지사.
- Miller, M. V. (2016). **제12회 한국계슈탈트상담심리학회 국제학술대회 강의를록**.
- Perls, F. S., Hefferline, R. E., & Goodman, p. (1951). *Gestalt Therapy: Excitement and Human Personality*. New York: Delta.
- Perls, F. S. (1976). *The Gestalt Approach & Eyewitness to Therapy*. New York: Bantam Books.
- Perls, F. S. (1969). **펄스의 게슈탈트적 자기치료: 쓰레기통의 안과 밖**. 노안영 역 (1996). 서울: 학지사.
- Petruska Clarkson (1989). **게슈탈트 상담의 이론과 실제**. 김정규 공역(2010). 서울: 학지사.

- Polster, E. & Polster, M. (1973). *Gestalt Therapy Integrated*. New York: Vintage Books.
- Rice, F. Philip & Dolgin, K. Gale. **청소년 심리학**. 정영숙 외 역 (2009). 서울: 시그마프레스.
- Saint Exupery (1943). **어린왕자**. 정성호 역 (1991). 서울: 오늘.
- Schunk, D. H. (1991). Self-efficacy and academic motivation. *Educational Psychologist*, 26, 207-231.
- Simons, J. M., Finley, R., & Yang, A. (1991). **The Adolescent and Young Adult Fact Book**. Washington DC: Children's Defense Fund.
- Steinberg, L. (2001). We know Some Things: Parent-Adolescent Relationships in Retrospect and Prospect. *Journal of Research on Adolescence*, 11, 1-19.
- Steve Deger (2009). **잠들기 전에 읽는 긍정의 한줄**. 키와 블란츠 역 (2013). 서울: 책이있는풍경.
- van Manen, M. (1990). **체험연구**. 신경림 역(2002). 서울: 현문사.
- van Manen, M. (2014). *Phenomenology of practice: meaning-giving methods in phenomenological research and writing*. Walnut Creek: Left Coast Press.
- Yontef, G. (1984). Gestalt therapy. In: R. J. Corsini(Ed.) *Current Psychotherapies*. Peacock Pub. Inc.
- Yontef, G. (1993). **알아차림, 대화 그리고 과정**. 김정규 외 공역 (2008). 서울: 학지사.
- Zimmerman, B. J., Bandura, A. & Martinez-Pons, M. (1992). Self-motivation for academic attainment: The role of self-efficacy beliefs and personal goal-setting. *American Educational Research Journal*, 29, 663-676.
- Zinker, J. (1977). *Creative Process in Gestalt Therapy*. New York: Vintage Books.
- 岸見一郎·古賀史健 (2013). **미움받을 용기**. 전경아 역(2014). 서울: 인플루엔셜.
- 宮崎駿(2001). **센과 치히로의 행방불명**. 스튜디오 지브리.
- 이창곤. **학력·직업·계층세습 고착화, 금수저·흙수저 사실이였다**. 한겨레신문(2016.1.31). 고려대학교 민족문화연구원. 다음 한국어 사전(2016.3.14/5.5). <http://dic.daum.net/word>
- 국토교통부. **‘해안선 및 도서’ 통계자료**(2015.12.24). <http://kosis.kr>
- 국립국어원 (썬)날말. 네이버 국어사전(2016.3.29). <http://dic.naver.com>
- 보건복지부. **교육복지 우선 지원**(2016.3.14). <http://www.bokjiro.go.kr>
- 서울대학교 철학사상연구소. **『율곡전서』 해제**(2016.2.20). <http://terms.naver.com>
- 위키백과. **Alexa Meade**(2016.5.30). <https://ko.wikipedia.org>
- 위키백과. **OECD회원국 자살률 목록**. <https://ko.wikipedia.org>
- 책으로 따뜻한 세상을 만드는 교사들. **청소년 추천 도서**(2015.05.10). www.readread.or.kr
- 한국민족문화대백과사전. **흔불**(2016.4.15). <http://encykorea.aks.ac.kr>
- pmg지식엔진연구소, 박문각. 네이버 시사상식사전(2016.2.2). <http://terms.naver.com>

ABSTRACT

A Phenomenological Study on Low-income Youth's 'GRIP(Gestalt Relationship Improvement Program)-Bibliotherapy' Experiences

- Focusing on Academic Self-Efficacy Change Process -

Youn-Jung Shin
Counseling Psychology Major
Graduate School of Education
Sungshin University

The purpose of this study is to understand the essential meaning of low-income youth's 'Bibliotherapy utilizing the GRIP(Gestalt Relationship Improvement Program)' experiences. And to help that low-income youth through the program experience to grow into a healthy organism as the ultimate goal. Thus approached by phenomenological way to observe the process of changing over the program participant.

Participants are low-income students of a middle school in Seoul. They have low academic self-efficacy and academic performance. Group counseling program to a total of 10 sessions were conducted once 90 minutes each week. Research data were collected through participant observation, interviews, and collect relevant data that can identify a change in the participants. Collected data were analyzed utilizing a

comprehensive analysis process.

The meaning of 'GRIP-bibliotherapy' experience is as follows. First, 'The shrinking attitude' phenomenon appeared because the participants did not experience a real relationship. Second, participants happened awareness and contact when they experience the attention and respect. And then they were grew. Third, participants were changed in a positive academic self-efficacy through the experience of acceptance and respect at 'GRIP-bibliotherapy' scene. In addition, 'GRIP-bibliotherapy' program had a positive effect on academic self-efficacy changes in low-income youth. It can be seen through pre-after Academic self-efficacy test, Sentence completion test, Academic achievement compare results.

As a result 'GRIP-bibliotherapy' program experience is a meaning that a experiences of 'being accepted', 'being respected' through care and love. The care and support of others brought positive changes of participant's life. They are also grew relationships and life attitude as well as academic self-efficacy.

Key Words : GRIP(Gestalt Relationship Improvement Program), Bibliotherapy, Low-income youth, Academic self-efficacy, Phenomenological study, Group counseling

부 록

1. 프로그램 참여 동의서

동 의 서

안녕하세요?

저는 ** 중학교에서 국어과목을 담당하고 있는 신연정입니다. 현재 저는 학생들과 진정성 있게 소통하기 위해 성신여자대학교 교육대학원에서 상담심리를 전공하고 있습니다.

저는 학업적 자기효능감 증진을 목적으로 상담 프로그램을 개발하는 연구를 하고 있습니다. 지금-여기에서 자기가 느끼는 감정을 알아차리고 자신의 문제를 스스로 풀어갈 수 있는 계슈탈트 관계성 향상 프로그램을 활용한 독서치료 프로그램을 개발 중입니다.

프로그램은 책을 읽고 4명~6명의 참여자가 함께 감정단어카드, 마음자세카드 등의 그림(계슈탈트 관계성 향상 프로그램)도구를 활용하여 자신의 감정을 알아차리고 나누는 형태로 진행될 것입니다.

프로그램에 활용되는 책과 물품 등은 무료로 제공되며, 약 3달 간 방과 후 학교 상담실에서 90분 동안 진행될 예정입니다. 학생의 신상과 프로그램에서 나눈 대화 내용은 모두 비밀로 지켜질 것입니다. 그리고 이 자료는 후에 논문으로 심사받을 예정입니다. 이때에도 학생의 신상에 관한 정보는 비공개로 진행됨을 약속드립니다.

프로그램에 참여하는 것에 동의를 한 학생은 피치 못할 사정이 아니라면 중도에 포기를 해서는 안 됩니다. 성실하게 참여한다면 이번 프로그램 체험을 통해 학업에 대한 자신감을 키울 수 있게 될 것입니다.

성신여자대학교 교육대학원 상담심리학과 신연정 올림

()학년 ()반 이름 ()은/는 ‘그림-독서치료’프로그램에 참여하는 것에 동의하며, 성실하게 임할 것을 약속합니다.

부모님 서명 :

참여자 서명 :

2. 학업적 자기효능감 검사지

학업적 자기효능감 검사지

2학년 ()반 이름 ()

이 설문지는 학업에 대한 마음가짐을 묻는 질문들로 구성되어 있습니다. 정답이 정해져 있는 것이 아니니 부담을 갖지 마시고 평소 자신이 학습 상황에서 느끼는 바를 솔직하게 답하면 됩니다. 질문을 잘 읽고 오른쪽에 있는 다섯 가지의 답 중 해당하는 곳에 √를 해주세요.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	나는 복잡하고 어려운 문제에 도전하는 것이 재미있다.					
2	내가 싫어하는 수업시간에도 주의집중을 잘 할 수 있다.					
3	나는 수업시간에 새로 배운 것들을 이미 알고 있는 것과 쉽게 연결시킬 수 있다.					
4	나는 쉬운 과목보다는 어려운 과목을 좋아한다.					
5	나는 복잡하고 어려운 내용을 기억하기 쉽게 바꿀 수 있다.					
6	나는 보통 공부를 시작하기 전에 계획을 세우고 거기에 맞추어 공부한다.					
7	선생님과 친구들 앞에서 발표하는 것은 내게 너무 큰 스트레스를 준다.					
8	나는 깊이 생각해야 하는 문제보다는 쉽게 풀 수 있는 문제를 더 좋아한다.					
9	나는 수업시간 중에 중요한 내용을 잘 기록할 수 있다.					
10	시험을 치루기 전에는 시험을 망칠 것 같은 생각이 든다.					

11	비록 실패하더라도 다른 친구들이 풀지 못한 문제에 도전하는 것이 즐겁다.					
12	가능하다면 어려운 과목을 피해가고 싶다.					
13	수업시간 중에 선생님이 문제를 풀라고 시킬까봐 불안하다.					
14	시간이 많이 들더라도 깊이 생각하게 만드는 과목이 더 재미있다.					
15	토론을 할 때, 혹시 창피를 당할까봐 내 의견을 제대로 발표하지 못한다.					
16	나는 수업시간에 배운 내용 중 내가 무엇을 알고, 무엇을 모르는지 정확히 판단할 수 있다.					
17	만약 여러 과목 중 몇 과목만을 선택할 수 있다면, 쉬운 과목만을 선택할 것이다.					
18	수업시간에 발표를 할 때, 실수를 할 것 같아 불안하다.					
19	나는 수업시간에 배운 내용을 잘 기억할 수 있다.					
20	학교공부는 무조건 쉬울수록 좋다.					
21	선생님이 모두에게 질문을 할 때, 답을 알아도 대답하지 못한다.					
22	나는 어떻게 공부하는 것이 효과적인 방법인지를 잘 안다.					
23	쉬운 문제보다는 조금 틀리더라도 어려운 문제를 푸는 것이 더 좋다.					
24	나는 수업시간에 배운 내용 중 중요한 것이 무엇인지를 잘 파악할 수 있다.					
25	시험이 다가오면 불안해서 잠을 잘 수가 없다.					
26	나는 정해진 시간 안에 주어진 과제를 잘 끝낼 수 있다.					
27	나는 쉬운 문제를 여러 개 푸는 것보다 어려운 문제를 하나 푸는 것을 더 좋아한다.					
28	나는 시험 때만 되면 우울해진다.					

응답해 주셔서 감사합니다. ^^

3. 문장완성검사지

문장완성검사

이름 : _____

- 1.내가 가장 행복한 때는 _____
- 2.내가 좀 더 어렸다면 _____
- 3.나는 친구가 _____
- 4.다른 사람들은 내가 _____
- 5.우리 엄마는 _____
- 6.나는 _____ 공상을 잘 한다.
- 7.나에게 가장 좋았던 일은 _____
- 8.내가 제일 걱정하는 것은 _____
- 9.대부분의 아이들은 _____
- 10.내가 좀 나이가 많다면 _____
- 11.내가 가장 좋아하는 사람은 _____
- 12.내가 가장 싫어하는 사람은 _____
- 13.우리 아빠는 _____
- 14.내가 가장 무서워하는 것은 _____
- 15.내가 가장 좋아하는 놀이는 _____
- 16.내가 가지고 있는 것 중에서 가장 아끼는 것은 _____
- 17.내가 가장 가지고 싶은 것은 _____
- 18.여자 애들은 _____

- 19.나의 좋은 점은_____
- 20.나는 때때로_____
- 21.내가 꾸 꿈 중에서 제일 좋은 꿈은_____
- 22.나의 나쁜 점은_____
- 23.나를 가장 슬프게 하는 것은_____
- 24.남자 애들은_____
- 25.선생님들은_____
- 26.나를 가장 화나게 하는 것은_____
- 27.나는 공부_____
- 28.내가 꾸 꿈 중에서 가장 무서운 꿈은_____
- 29.우리 엄마 아빠는_____
- 30.나는 커서_____이 되고 싶다.
- 31.내 소원이 마음대로 이루어진다면_____
- 첫째 소원은_____
- 둘째 소원은_____
- 32.내가 만약 외딴 곳에 혼자 살게 된다면_____와 같이 살고 싶다.
- 33.내가 만약 동물로 변할 수 있다면_____이 되고 싶다.
- 왜냐하면_____

기죽지 말고 살아봐
 꽃 피워봐
 참 좋아

-‘플꽃’-