



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](#)

석사학위논문

긍정심리학에 기반한 집단미술치료가  
외국인 유학생의 학습동기와  
자기효능감 향상에 미치는 효과

제주대학교 사회교육대학원

심리치료학과

임정훈

2021년 8월

긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 외국인  
유학생의 학습동기와 자기효능감  
향상에 미치는 효과

지도교수 서명석  
지도교수 엄소용

임 정 훈

이 논문을 사회교육학 석사학위 논문으로 제출함

2021년 6월

임정훈의 사회교육학 석사학위 논문을 인준함

심사위원장 김 빈 훈  
위 원 김 명 석  
위 원 엄 소 용



제주대학교 사회교육대학원

2021년 6월

The Effects of Positive Psychology-based Group  
Art Therapy on Learning Motivation and  
Self-Efficacy of Foreign Students

Jung-Hoon Yim

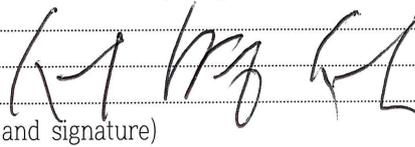
(Supervised by Professor Myoung-Seok Seo  
and Professor Soyong Eom)

A thesis submitted in partial fulfillment of the requirement for the  
degree of Master of Social Education [Master of Psychotherapy]

2021. 6.

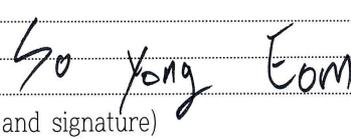
This thesis has been examined and approved.

Thesis director, Myoung-Seok Seo, Prof. of Psychotherapy

  
.....  
.....  
.....  
(Name and signature)

2021. 6.  
Date

Soyong Eom, Prof. of Psychotherapy

  
.....  
.....  
.....  
(Name and signature)

2021. 6.  
Date

Department of Psychotherapy  
GRADUATE SCHOOL OF SOCIAL EDUCATION  
JEJU NATIONAL UNIVERSITY

# 목 차

표 목 차 .....	v
그림목차 .....	vi
국문초록 .....	vii
<b>I. 서 론</b> .....	1
1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구문제 .....	3
3. 주요 용어의 정의 .....	4
<b>II. 이론적 배경</b> .....	7
1. 긍정심리학 .....	7
1) 긍정심리학의 주요개념 .....	7
2) 긍정심리학의 치료적 개입 .....	9
2. 집단미술치료 .....	10
1) 집단미술치료의 개념 .....	10
2) 집단미술치료의 치료적 효과 .....	12

3) 긍정심리학 기반 집단미술치료 .....	13
3. 학습동기와 자기효능감 .....	14
1) 학습동기 .....	14
2) 자기효능감 .....	16
4. 선행연구 고찰 .....	17
<b>Ⅲ. 연구 방법</b> .....	<b>19</b>
1. 연구 설계 및 절차 .....	19
1) 연구 설계 .....	19
2) 연구 절차 .....	20
2. 연구대상 .....	21
1) 연구대상의 선정 .....	21
2) 연구대상의 개인별 특성 .....	22
3. 연구 도구 .....	22
1) 학습동기 변화 척도검사 .....	22
2) 자기효능감 변화 척도검사 .....	24
3) 사과나무에서 사과 따는 사람(PPAT) 그림검사 .....	25
4) 긍정심리학에 기반한 집단미술치료 프로그램 .....	27

(1) 집단미술치료 프로그램 구성 및 목표 .....	27
(2) 긍정심리학에 기반한 집단미술치료 프로그램 .....	29
4. 자료 분석 .....	31
<b>IV. 연구 결과 및 분석 .....</b>	<b>33</b>
1. 학습동기 척도검사 결과 분석 .....	34
1) 학습동기 임상집단-통제집단 간 사전동질성 검사 .....	34
2) 전체 학습동기 결과 .....	35
3) 학습동기 하위요인 결과 .....	35
4) 학습동기 척도검사 결과 비교 그래프 .....	37
2. 자기효능감 척도검사 결과 분석 .....	38
1) 자기효능감 임상집단-통제집단 간 사전동질성 검사 .....	38
2) 전체 자기효능감 결과 .....	39
3) 자기효능감 하위요인 결과 .....	40
4) 자기효능감 척도검사 결과 비교 그래프 .....	41
3. 전체 집단미술치료의 과정에서 나타난 개인의 변화 질적 분석 .....	42
1) PPAT 형식요소 미술치료 척도평가 결과 .....	43
2) PPAT 내용요소 미술치료 척도평가 결과 .....	47
3) 집단미술치료 과정에서 나타난 개인의 변화 차이 분석 .....	48

4. 전체 집단미술치료의 과정에서 나타난 집단의 변화 질적 분석 .....	50
<b>V. 결론</b> .....	55
1. 논의 및 결론 .....	55
2. 제언 .....	57
<b>참고문헌</b> .....	59
<b>부    록</b> .....	64
<b>ABSTRACT</b> .....	97

## 표 목 차

<표 III-1> 실험 설계 .....	19
<표 III-2> 연구실험 진행 과정 .....	20
<표 III-3> 연구대상의 구성 .....	21
<표 III-4> 연구대상의 개인별 특성 .....	22
<표 III-5> 학습동기 척도 하위요인과 문항 .....	23
<표 III-6> 학습동기 척도 하위요인 내용 .....	23
<표 III-7> 자기효능감 척도 하위요인과 문항 .....	24
<표 III-8> 자기효능감 척도 하위요인 내용 .....	24
<표 III-9> 형식요소 미술치료 척도(FEATS) 평가 항목 .....	25
<표 III-10> PPAT 내용요소 미술치료 척도평가 항목 .....	26
<표 III-11> PPAT 형식요소 미술치료 척도의 세 가지 하위요인 .....	26
<표 III-12> 집단미술치료 프로그램 재구성 내용과 목표 .....	27
<표 III-13> 집단미술치료 프로그램 구성 내용 .....	29
<표 IV-1> 연구대상자의 인구사회학적 특성 .....	33
<표 IV-2> 학습동기 임상집단-통제집단 간 사전동질성 검증 .....	34
<표 IV-3> 전체 학습동기에 대한 사전-사후 대응 윌콕슨 검정 .....	35
<표 IV-4> 학습동기 하위영역에 대한 사전-사후 대응 윌콕슨 검정 .....	36
<표 IV-5> 자기효능감 임상집단-통제집단 간 사전동질성 검증 .....	38
<표 IV-6> 전체 자기효능감에 대한 사전-사후 대응 윌콕슨 검정 .....	39
<표 IV-7> 학습동기 하위영역에 대한 사전-사후 대응 윌콕슨 검정 .....	40
<표 IV-8> PPAT 형식요소 미술치료 척도 사전·사후 분석 결과 .....	43
<표 IV-9> PPAT 내용요소 미술치료 척도 사전·사후 분석 결과 .....	47
<표 IV-10> 개인별 학습동기와 자기효능감 사전·사후 증감 분석 .....	48
<표 IV-11> 집단미술치료 과정에서 나타난 집단의 변화 분석 .....	51

## 그림 목차

[그림 IV-1] 연구대상자의 인구사회학적 특성 비교 .....	34
[그림 IV-2] 통제집단의 학습동기 척도변화 비교 .....	37
[그림 IV-3] 임상집단의 학습동기 척도변화 비교 .....	37
[그림 IV-4] 통제집단-임상집단 간 학습동기 척도변화 차이 .....	38
[그림 IV-5] 통제집단의 자기효능감 척도변화 비교 .....	41
[그림 IV-6] 임상집단의 자기효능감 척도변화 비교 .....	42
[그림 IV-7] 통제집단-임상집단 간 자기효능감 척도변화 차이 .....	42
[그림 IV-8] 학습동기 사전-사후 변화 증가율 개인별 비교 .....	50
[그림 IV-9] 자기효능감 사전-사후 변화 증가율 개인별 비교 .....	50

## 국문초록

### 긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 외국인 유학생의 학습동기와 자기효능감 향상에 미치는 효과

임 정 훈

제주대학교 사회교육대학원 심리치료학과

지도교수: 서명석 · 엄소용

이 연구의 목적은 긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 다국적 외국인 유학생들의 학습동기와 자기효능감에 어떠한 효과가 있는가를 검증하는 데 있다. 긍정심리학에 기반한 집단미술치료의 효과 검증의 대상은 J시에 소재한 J대학교 한국어학당 고급반에서 한국어를 학습 중인 다국적 외국인 유학생들이다. 이들 중에서 집단미술치료 프로그램 참여에 동의한 12명을 선정하고, 무선으로 프로그램 개입 집단 6명과 통제집단 6명으로 배정하여 집단미술치료 프로그램을 진행하였다.

이 연구에서 사용한 긍정심리학에 기반한 집단미술치료 프로그램은 매회기마다 긍정심리학의 주제인 ‘웰빙(well-being)이론’의 다섯 가지 핵심요소를 기반으로 전반적인 프로그램을 기획하였다. 그리고 이러한 요소들이 외국인 유학생의 학습동기와 자기효능감 향상에 긍정적으로 영향을 미칠 수 있도록 구성하였다. 치료프로그램은 선행연구들과 참고도서들을 바탕으로 하여 한 회기당 90분씩 총 8회기로 재구성하여 실시하였다.

이 연구의 효과성을 검증하고자 프로그램 개입 임상집단과 통제집단에 모두 사전·사후 학습동기 척도검사와 자기효능감 척도검사를 실시하였다. 그리고 통계분석을 보충하기 위하여 임상집단에서는 사과나무에서 사과 따는 사람 그림검사(PPAT)를 추가적으로 실시하고, 결과의 사전·사후 변화를 살펴보았다. 그리고 집단미술치료의 과정에서 나타난 개인과 집단의 변화를 살펴보았다.

이 연구의 결과는 아래와 같다.

첫째, 긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 외국인 유학생의 학습동기에 유의미한 수준으로 긍정적인 영향을 미쳤다는 사실이 확인되었다.

둘째, 긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 외국인 유학생의 자기효능감에 유의미한 수준으로 긍정적인 영향을 미쳤다는 사실이 확인되었다.

셋째, 전체 집단미술치료의 과정을 통하여 나타난 개인과 집단의 변화를 살펴 보았는데, 분석 결과 유의미한 변화가 확인되었다.

따라서 이 연구에서 입증된 효과성을 근거-기반으로 한 긍정심리학 기반 집단 미술 프로그램이 앞으로 외국인 학생 대상 국내 교육 기관들의 학교상담 및 심리치료 과정, 그리고 외국인 노동자나 다문화가정 등 좀 더 다양한 대상들에게 유용하게 활용될 수 있기를 기대한다.

**주요어 : 긍정심리학, 외국인 유학생, 자기효능감, 집단미술치료, 학습동기**

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

현재 많은 외국인 유학생들이 대한민국의 대학에서 공부하고 있으며 그 수도 점차 증가하는 추세에 있다. 몇몇 국가에 국한되었던 외국인 유학생의 구성이 최근에는 다양한 국가와 다양한 문화권으로 바뀌고 있으며, 이러한 양상은 국내 외국어로서의 한국어 수업 현장에도 그대로 반영되고 있다(김현진·문영하, 2014). 그런데, 다양한 문화권에서 들어온 외국인 유학생들이 국내의 수업과 생활 상황에서 겪는 어려움이 만만치 않다(호패진, 2011; 이매화·한경아, 2019). 특히 국내 소재의 대학교에 진학하는 것을 목표로 한국 유학을 선택한 학습자들은 모국에서 중·고등학교를 막 졸업했거나 대학교에 잠시 다니다가 온 10대 후반에서 20대 초반 사이의 학생들이 대부분이다. 이들은 사회적인 경험이 적을 뿐만 아니라 가족과 떨어져 살아 본 경험도 적어서 향수병, 문화충격 등의 적지 않은 부적응 현상을 보이고 있다(나임순, 2006; 하정희, 2008; 호패진, 2011). 또한 낮은 한국의 문화와 언어적 장벽 등으로 생활과 학업적인 면에서 많은 실패를 경험하고 있다(이정민, 2008). 나임순(2006), 이채식(2012), 진흙(2015), 하정희(2008), 후지염(2014) 등의 선행연구에서도 유학생들의 낮은 실패경험과 학업 수행의 어려움이 이들의 자기효능감 저하에 부정적 영향을 미치고 있으며, 이러한 자기효능감의 저하는 또다시 낮은 학습동기로 이어지고 있음을 지적하고 있다(이소현, 2018).

이러한 외국인 유학생의 낮은 학습동기와 낮은 자기효능감은 개인이 지닌 결핍요인이나 부정적 정서에 집중하기보다 잠재력과 강점을 발견하고 개발해 나갈 때 긍정적으로 변화하고 성장할 수 있다(Seligman, 2000; 우문식·윤상운, 2011). 이는 인간의 장점과 강점을 강조하는 긍정심리학의 이론과 같은 맥락으로써 긍정심리학적 접근을 통해 청소년, 특히 외국인 유학생이 가지고 있는 학습에 대한

부정적 정서나 요인에 대해 긍정적인 변화를 이끌어낼 수 있다(Seligman, 2011; 우문식, 2016). 긍정심리학의 기본 입장은 기존의 심리 치료적 접근과는 다르게 인간이 지닌 부정적인 문제에 집중하지 않고 긍정성에 초점을 둔다(권석만, 2008). 개인이 긍정적인 정서를 충분히 경험하게 되면 상대적으로 부정적인 정서는 줄어들고 인지, 정서, 행동에서 유연하게 대처하는 능력이 향상되어서 긍정적인 심리적 자원을 증가시킬 수 있다(김정남·홍주영, 2013). 강점을 발견하고 희망을 증진시키는 긍정정서 강화 프로그램이 학습동기와 자기효능감 향상에 효과적임을 입증한 연구 결과들도 적지 않다(홍주영, 2011; 박혜림, 2015; 송민지, 2017; 이현정, 2020).

현재 긍정심리학에 기반한 심리치료의 유효성을 입증하려는 연구들이 급증하고 있지만(이미자, 2010), 학교 현장에 긍정심리학의 긍정심리자원을 적용한 연구는 아직 시작단계에 있다(이용주, 2017). 개인의 강점을 증진시키고 그들의 행동과 심리적 부적응 문제를 예방할 수 있는 긍정심리자원은 외국인 유학생들에게 매우 중요하다. 외국인 유학생들에게 있어서 긍정심리자원은 익숙하지 않은 생활 환경 속에서 자신의 강점을 바탕으로 진취적으로 생각하고 행동하게 하는 적응의 원동력이 된다(김성호, 2016).

이 연구의 목적은 긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 다국적 외국인 유학생의 학습동기와 자기효능감 향상에 얼마나 효과적인지 그 효과성을 검증해 보는 데 있다. 긍정심리학에 기반한 집단미술치료란 긍정심리학에서 새로운 주제로 삼은 ‘웰빙(well-being)이론’의 다섯 가지 핵심요소, 즉 긍정정서, 몰입, 긍정관계, 의미와 목적, 성취 등의 요소가 집단미술치료프로그램을 통하여 개인과 집단 전체에 효과적으로 투입되게 하는 치료법이다(Seligman, 2011).

창조적 활동을 활용하는 미술치료는 낯선 외국의 환경에서 심리적으로 어려움을 겪고 있는 외국인 유학생들에게 심리·정서적으로 성장하고 발전할 수 있는 기회를 줄 수 있다(이정민, 2008; 이매화, 2019). 또한 흥미롭고 신선한 미술매체를 통해 내적 동기가 향상되고, 다양한 미술활동과 작업과정을 통해 개인의 잠재력을 발견할 수 있다. 미술 작업은 자신의 느낌이나 경험을 언어화하지 않아도 의사소통이 되기 때문에 치료적인 면에서도 자연스러운 방법의 하나가 될 수 있다(김갑숙·이근매·이미옥·최외선·최선남, 2006). 미술치료가 지닌 이러한 장점들

은, 한국어 실력이 충분하지 않은 외국인 유학생들이 미술 작업을 통하여 자신을 표현하게 함으로써 카타르시스를 경험할 수 있게 해준다(김은진, 2005).

집단미술치료는 미술치료의 창조적인 에너지와 집단에서의 집단응집력을 장점으로 함께 사용하는 치료법이다. 집단 안에서 미술 활동과정을 통해 집단원 간의 상호작용을 촉진하고, 개인의 내·외면을 통합시켜 미술작품으로 발현하도록 돕는 것이다. 이는 집단원들과의 상호작용을 통한 집단의 역동으로 서로를 지지하면서 문제를 함께 해결하도록 도우며, 개인의 긍정적인 자원과 능력발달에 도움을 준다(Liebmann, 2013).

국내의 학교 현장에서 긍정심리자원을 적용한 연구는 이제 시작단계이다(이용주, 2017). 특히 외국인 유학생과 관련해서, 긍정심리학에 기반한 집단미술치료를 주제로 한 선행연구는 많지 않을뿐더러 외국인 개인이나 특정 국가(중국) 출신의 유학생에게 적용한 연구 사례가 대부분이다. 따라서 이 연구의 결과는 앞으로 다양한 국가 출신의 제한 외국인 유학생들에게 적용해 볼 수 있는 도구로써 그 기대되는 성과가 크다고 하겠다. 또한 긍정심리학에 기반한 집단미술치료의 효과성이 입증된다면, 이 프로그램은 외국인 유학생뿐만 아니라 외국인 노동자, 다문화 가정 등의 좀 더 다양한 집단과 다양한 상황에서 실제적으로 적용 가능한, 효과성에 근거-기반한 치료프로그램으로의 가능성을 기대할 수 있을 것이다.

## 2. 연구문제

긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 다국적 외국인 유학생의 학습동기와 자기효능감에 미치는 효과성을 검증해 보기 위한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

[연구문제 1] 긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 외국인 유학생에게 어떠한 효과가 있는가?

1-1 외국인 유학생의 학습동기에 미치는 효과는 어떠한가?

1-2 외국인 유학생의 자기효능감에 미치는 효과는 어떠한가?

[연구문제 2] 긍정심리학에 기반한 집단미술치료 과정을 통하여 외국인 유학생에게 어떠한 변화가 일어났는가?

2-1 집단원 개인에게 어떠한 변화가 일어났는가?

2-2 집단 전체에 어떠한 변화가 일어났는가?

### 3. 주요 용어의 정의

이 연구에서 사용된 주요 용어는 외국인 유학생, 긍정심리학, 긍정심리학에 기반한 집단미술치료, 학습동기, 그리고 자기효능감이며, 그 정의는 다음과 같다.

#### 1) 외국인 유학생

국내 외국어로서의 한국어 수업 현장에서는 한국어를 배우려는 다양한 국가와 다양한 문화권에서 유학 온 외국인 유학생들을 만날 수 있다(김현진·문영하, 2014). 외국인 유학생들은 자신의 문화와는 다른 문화를 체험하며 언어를 학습하게 되는데, 이들은 외국어로서의 한국어를 학습해야 하는 학업적 부담과 함께 한국이라는 낯선 환경에서 ‘외국인’으로서 개인적, 사회적 수준의 다양한 환경적인 변화를 겪어야만 한다(김지혜, 2010). 이 연구에서는, 외국인 유학생을 낯선 문화와 다양한 환경적 변화 상황 속에서 정서적으로 많은 어려움을 겪고 있는 사람들이며, 따라서 심리치료적 접근이 필요한 대상인 것으로 정의한다.

#### 2) 긍정심리학

긍정심리학(positive psychology)은 인간의 행복과 성장을 지원하기 위하여 인간 심리의 긍정적인 측면을 과학적으로 연구하는 학문이다(권석만, 2008). Sheldon(2000) 등은 긍정심리학을 “인간이 나타낼 수 있는 최선의 기능상태에 대한 과학적 연구”라고 정의하였다. 긍정심리학은 개인과 집단, 그리고 사회가 성장하고 번창하게 만드는 유효한 요인들을 발견하고 촉진하는 것을 목표로 한다(권석만, 2008). 이 연구에서는, 긍정심리학이란 무한한 가능성과 잠재력을 가진 존재인 개인의 장점들을 강화시키며, 개인이 가진 가능성과 잠재력을 최상으로 발휘할 수 있도록 돕는 철학과 심리학의 주요한 한 분야라고 정의한다.

### 3) 긍정심리학에 기반한 집단미술치료

긍정심리학 기반 집단미술치료는 긍정심리학의 이론과 집단미술치료를 함께 적용한 심리치료로써 개인에게 있는 최선의 가능성을 발견하고 이끌어주는 것에 초점을 두며, 긍정적 정서와 강점을 다루는 긍정적 관점의 치료 방법이다(홍주영, 2011). 이 연구에서의 긍정심리학에 기반한 집단미술치료란, 다양한 미술매체를 매개로 개인이 긍정심리 치료의 목표인 긍정적 정서 함양과 자기 강화를 통하여 자아를 성장시키고, 집단미술치료의 다양한 집단 활동들이 제공하는 집단의 역동을 경험하게 하는 치료 활동으로 정의한다.

### 4) 학습동기

학습동기(learning motivation)란, 학습자 개개인이 학교학습을 위한 학교 수업과 관련된 제반 활동과 과제를 수행함에 있어서 주의력집중, 적절성, 신뢰성, 도전감, 만족감, 기대감, 참여성에 대한 신념과 의욕적인 노력의 정도를 말한다(김용래, 2000). 이 연구에서 확인하고자 하는 개인과 집단의 학습동기는 김용래(2000)가 개발한 학습동기 척도검사로 측정된 점수로써 판별한다.

### 5) 자기효능감

자기효능감(self-efficacy)이란, 특정 과제를 수행코자 할 때, 성공적인 결과를 획득하기 위하여 요구되는 일련의 행동들을 ‘유효하게 조직하고 이끌어 갈 수 있는 능력’에 대한 자기판단의 정도를 말한다(Bandura, 1986). 이 연구에서 확인하고자 하는 개인과 집단의 자기효능감은 김아영과 박인영(2001)이 개발한 자기효능감 척도검사로 측정된 점수로써 판별한다.

## Ⅱ. 이론적 배경

### 1. 긍정심리학

#### 1) 긍정심리학의 주요개념

긍정심리학은 1998년 당시 미국 심리협회 회장이던 마틴 셀리그만 펜실베이니아 대 심리학 교수가 창시했다(권석만, 2008; 김인자·우문식, 2011). 셀리그만은 1998년 멕시코만 유카탄 아쿠말에서 미하이 칩센트미하이(Mihaly Csikszentmihalyi), 레이 파울러(Ray Fowler) 등의 심리학자와 함께 긍정심리학의 기초이론을 만들고 그 이론을 2000년 『미국 심리학회지(*American Psychology*)』와 2002년 『마틴 셀리그만의 긍정심리학(*Authentic Happiness*)』을 통해 세상에 알렸다(김인자·우문식, 2011). 긍정심리학이 태동하는 데에는 많은 심리학자들이 기여하였는데, 그 중에 몰입의 연구자로 알려진 미하이 칩센트미하이(Mihaly Csikszentmihalyi)가 있으며, 주관적 안녕에 대하여 연구한 다이너(Ed Diener), 성격 강점과 덕성의 연구자인 피터슨(Christopher Peterson) 등이 있다(권석만, 2008). 긍정심리학은 인간의 행복을 위하여 인간의 긍정적인 심리적 측면을 과학적으로 연구하는 학문이다(Seligman, 2002). Sheldon(2000) 등은 긍정심리학을 “인간이 나타낼 수 있는 최선의 기능상태에 대한 과학적 연구”라고 정의하였다. 긍정심리학은 개인과 집단, 그리고 사회가 성장하고 번창하도록 만드는 요인들을 발견하고 촉진하는 것을 목표로 한다(권석만, 2008).

긍정심리학에서 첫 번째로 발표한 ‘진정한 행복’ 이론에서는 긍정정서, 몰입, 삶의 의미, 이 세 가지 요소를 이론의 중심에 두었고, 주제는 행복이었으며 목표는 만족한 삶이었다(Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). 이는 행복도를 측정해 삶의 만족도를 구하는 이론이다(우문식·윤상운, 2011). 하지만 셀리그만은 이 ‘진정한 행복’ 이론이 완벽하지 않다고 고백하고, 다시 새로 발전된 이론을 발표하

였다. 긍정심리학의 목표를 행복 측정에 의한 삶의 만족도에서 ‘플로리시(flourish: 번성)’로 바꿀 것을 제안한 것이다. 즉, 셀리그만이 주창한 새로운 긍정심리학의 주제는 ‘웰빙(well-being)’이며, 목표는 ‘플로리시(flourish)’가 된다(우문식·윤상운, 2011). Seligman(2011)은 진정한 플로리시의 달성을 위한 새로운 웰빙 이론에서 긍정정서(positive emotion), 몰입(engagement), 긍정관계(positive relation), 의미와 목적(meaning and purpose), 성취(accomplishment) 등의 다섯 가지 핵심요소를 각 요소의 첫 글자를 따 ‘PERMA’라고 명명하였다. 그리고 이 다섯 가지를 진정한 긍정이론의 요소로 보고 이것이 긍정심리학의 중심이라고 밝혔다(우문식·윤상운, 2011).

진정한 플로리시 구현을 위한 다섯 가지 요소, ‘PERMA’를 소개하면 다음과 같다.

첫째, 긍정정서(positive emotion)는 우리가 느끼는 기쁨이나 희열, 따뜻함이나 자신감, 그리고 낙관성을 말한다. 이러한 긍정정서들을 지속적으로 이끌어내는 삶이 즐거운 삶인 것이다(Seligman, 2011).

둘째, 몰입(engagement)은 특별한 활동에 깊이 빠져들어 스스로를 자각하지 못하는 것, 업무에 자발적이고 적극적으로 헌신하는 것 등을 의미하며, 이러한 요소들을 지향하는 삶을 몰입하는 삶이라고 한다(김인자·우문식, 2011).

셋째, 긍정관계(positive relation)는 타인과 능동적으로 함께하는 것을 말한다. 가장 기뻐던 순간이나 자신이 이룬 성취에 크게 자부심을 느꼈던 때를 돌이켜 생각해 보면 대부분 누군가와 함께 있을 때였을 것이다. 홀로 고립되지 않고 타인과 교류하며 함께하는 삶을 좋은 관계의 삶이라고 한다(Seligman, 2011).

넷째, 의미와 목적(meaning and purpose)은 자신이 중요하다고 확신하는 어떤 일이나 공동체에 소속되고 그곳에 헌신하는 것에 기초를 두고 있다. 인생의 진정한 의미를 찾아가는 삶, 인생의 목적을 추구하는 삶을 의미 있는 삶이라 한다(강현미, 2016).

다섯째, 성취(accomplishment)는 자신의 업적에 집중하고 전념할 때 획득될 수 있는 결과물이다. 사람들은 오직 무언가를 이루거나 다른 사람들을 이기기 위해서가 아니라 성공이나 성취, 그리고 정복하는 그 과정 자체가 좋아서 그것에 몰두하기도 한다. 이는 일시적인 상태로는 업적이 되고, 확장된 형태로는 성취가

되는 것이다. 성취를 위해 자신의 업적에 집중하고 전념하는 삶이 성취하는 삶이다(Seligman, 2011).

## 2) 긍정심리학의 치료적 개입

2001년 긍정심리학의 대가 프레드릭슨이 ‘긍정정서의 확장과 구축 이론’을 발표하였다(우문식, 2016). 프레드릭슨에 의하면 가장 행복했던 순간 떠올려보기 같은 긍정정서를 경험하게 되면 기분이 좋아진다고 한다(Fredrickson, 2001). 기분이 좋아지면 머리가 맑아지고 아이디어가 많이 떠올라 창의성이 증진되고 수용성과 자발성이 향상되어 우리의 일시적인 사고와 행동 목록을 확장시킨다. 지속적으로 운동과 건강관리에 의한 신체적 자원, 스트레스나 우울감을 줄여주는 심리적 자원, 사회성 지능에 의한 인간관계를 키워주는 사회적 자원을 구축해 생각과 마음을 스스로 열게 함으로써 개인과 조직을 더 나은 모습으로 변화시켜 상향적 선순환을 일으킨다. 프레드릭슨은 이를 ‘나선형 상승(upward spirals)’이라고 불렀다(우문식, 2016). 이 이론의 핵심 원리는 2가지다. 한 가지는 긍정정서 경험이 생각과 마음의 문을 열어주는 것이고, 다른 한 가지는 더 나은 모습으로 변화시켜주는 것이다. Seligman(2002) 역시 긍정정서를 배양하고 확장시키고 구축해서 개인의 행복과 조직성과를 키워나가야 하며, 노력하기에 따라 얼마든지 키울 수 있다고 주장하였다(우문식, 2016).

긍정정서는 각각 과거, 현재, 미래의 긍정정서로 나누어서 생각할 수 있다. 미래의 긍정정서에는 낙관적인 생각이나 희망, 또는 신념이나 믿음이 포함된다. 현재의 긍정정서에는 기쁨이나 감동, 평온함, 열정이나 즐거움, 그리고 몰입이 있다. 과거의 긍정정서에는 성취감과 자부심, 만족감이나 안도감, 평정이 있다(Seligman, 2002). 이러한 긍정정서들은 사람들이 보통 행복에 대해 이야기할 때 나타나는 것이다. 이 세 가지 정서는 저마다 다른 의미를 가지고 있다. 또한 꼭 밀접하게 연결되어 있다고 말할 수도 없다(김인자·우문식, 2011). 이처럼 저마다 다른 세 가지 행복을 알게 되면 과거의 정서, 미래의 생각, 현재 겪고 있는 정서를 긍정적인 방향으로 이끌 수 있다(Seligman, 2002; 김인자·우문식, 2011).

이 연구에서는 선행연구들을 참고하여, 긍정심리학의 두 가지 핵심이론, 즉 플

로리시를 위한 새로운 웰빙 이론과 긍정정서의 확장 및 구축 이론을 집단미술치료 프로그램에 치료적으로 반영하여 프로그램을 기획 및 구성하였다. 그리고 실제 임상집단을 대상으로 이 치료법을 적용하여 프로그램을 진행하고 그 효과성을 검증하였다.

## 2. 집단미술치료

### 1) 집단미술치료의 개념

미술치료라는 용어는 Ulman(1961)에 의해 처음으로 사용되었으며, 그가 편집자로 있는 『*Bulletin of Art therapy*』의 창간호에서 발표되었다(김갑숙·이근매·이미옥·최선남·최외선, 2006). 미술치료는 현재 다양한 분야에서 널리 사용되고 있으며, 특히 교육, 재활, 정신치료 등에 활발하게 활용되고 있다. 미술치료가 어느 영역에서 활용되고 있든지 간에 시각 예술이라는 수단을 사용한다는 점에서 공통된 의미가 있으며, 미술치료는 시각 예술을 통하여 인격의 통합 혹은 재통합을 목적으로 하는 치료적 시도라고 할 수 있다(최외선, 2005).

미술치료 연구자들인 나움부르크(Naumburg), 크라머(Kramer), 울만(Ulman)의 미술치료에 대한 이론과 견해를 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 나움부르크는 치료에 중점을 두는 견해를 보였다. 나움부르크는 “미술치료에서는 치료자와 내담자 사이의 치료적 관계 형성을 가장 중요하게 생각하며, 전이와 역전이 상황의 해결, 자유로운 연상, 자발적인 그림의 표현과 해석, 그리고 그림의 상징성 등에 중점을 둔다.”고 하였다(김갑숙·이근매·이미옥·최선남·최외선, 2006).

둘째, 크라머는 미술을 중시하는 견해를 가졌다. 크라머는 “그림에는 내담자가 연상을 통하여 자기표현과 승화작용을 하게 함으로써 자아를 성숙하게 만드는 치료적 속성이 있으며, 내담자는 미술작업 과정에서 재경험되는 자신의 갈등들을 미술작업 과정에서 배운 자기훈련과 인내로써 그 갈등을 통합하고 해결할 수 있

다.”고 하였다. 크라머는 작품을 만드는 과정을 중시하는 동시에 그 자체를 치료라고 보았다(김갑숙·이근매·이미옥·최선남·최외선, 2006).

셋째, 울만은 미술과 치료의 두 가지 측면 모두를 추구하는 통합적 견해를 보였는데, 울만은 “미술심리치료와 치료로서의 미술은 동일한 시점에 동일한 공간에 있는 두 측면이거나 또는 다른 시점에 동일한 치료자가 일을 하는 것과 같다.”고 하였다(김갑숙·이근매·이미옥·최선남·최외선, 2006).

집단미술치료(group art therapy)는 미술치료와 집단의 개념이 하나로 통합된 의미로써 미술치료의 창조적인 에너지와 집단에서의 집단응집력을 장점으로 사용한다(Rubin, 1984). 집단미술치료의 창조적인 에너지는 집단 안에서의 미술 활동과정을 통해 상호작용을 촉진하고, 내담자 내·외면을 통합시켜 작품으로 외현화하도록 돕는다(홍민주, 2017). 이와 함께 집단미술치료의 집단응집력은 집단원들과의 상호작용을 통한 집단의 역동으로 서로를 지지하고 문제를 함께 해결하도록 도우며, 이 과정에서의 강화는 개인의 긍정적인 자원과 능력발달에 도움을 준다(Liebmann, 2013).

또한 집단미술치료는, 치료의 과정에서 다른 집단원들의 반응을 관찰함으로써 역할 모델링이 이루어져 새로운 역할 시도 및 심리적인 여유를 갖도록 해주며, 불안은 자기에게만 있는 것이 아님을 깨달아 자신의 불안을 긍정적인 방향으로 전환할 수 있는 계기를 마련할 수 있게 한다(Liebmann, 2013). 집단미술치료는 개인이 아니라 집단이라는 점에서 개인 미술치료와는 구별되는 큰 장점을 가지고 있다(김미정, 2008). 집단치료가 개별치료와 다른 점은 치료자와 치료 대상이 일대일이 아닌 일대 다수라는 사실 외에, 집단치료 상황에서 집단원 개인이 자신에 대한 다른 집단원의 지각을 알 수 있는 기회가 되기 때문에, 집단원이 도움을 받기도 하지만 동시에 줄 수도 있는 위치에 있다는 점이다(이미자, 2010). 집단미술치료는 미술 매체를 통해 자연스럽게 편안하게 내면을 표현할 수 있고, 집단원과의 소통과정에서 다양한 경험을 공유하면서 자기성장과 대인관계 기술능력이 향상될 수 있다(유소희, 2015). 또한 미술작품은 그 자체로 의미를 만들어 줄 수 있어서 언어적 표현이 어려운 외국인 유학생에게도 자유로운 자기표현의 기회를 줄 수 있다(김갑숙·전종국·최선남, 2007; 김미정, 2008).

## 2) 집단미술치료의 치료적 효과

미술치료는 청소년 자신의 내면적인 감정이나 갈등 등의 마음 상태를 솔직하게 표출하도록 만들어 응어리진 마음속의 감정들을 자연스러운 방법으로 발산해 내게 한다(김동연, 1990; 전미향, 1997). 집단미술치료는, 집단원 간의 상호교류 과정에서 일어나는 역동을 중심으로 이루어가는 집단미술활동을 통해 개인과 집단원 간의 갈등을 조정하고, 자아성장을 촉진하여 부적응적인 행동과 공격적인 태도와 성향을 완화시킬 수 있다(김동연, 1990). 집단미술치료에서만 나타나는 치료적 요소가 있는데, 이는 집단의 지원과 나눔으로 개인과 집단의 문제를 극복하거나, 긍정 경험을 통해서 자연스럽게 희망을 주입할 수 있는 점이다(이매화, 2019). 또한 치료 중에 작업한 미술작품에 대해서 서로 의견을 나누고 집단 과제를 수행하면서 집단원들이 서로 결속되고, 집단 안에서 얻는 감정의 카타르시스 는 고통스러운 경험이나 외상을 겪은 사건들을 극복하고, 슬픔이나 상실에서 오는 불안, 우울함 등 여러 감정들을 나눌 수 있는 점이다(Yalom, 1995).

Liebmann(2013)은 미술치료의 효과에 대해 “미술은 의사소통과 표현의 또 다른 통로로써 언어로 표현하지 못하는 자신의 감정을 쉽게 표현할 수 있을 뿐만 아니라 언어 이상도 표현할 수 있다.”고 하였다. 또한 “미술은 창조성의 발휘가 용이하기 때문에 집단치료 과정 중에서 미술 활동을 통해 자신이 인식하지 못하고 있던 무의식을 표현하게 되고 쉽게 이해하게 된다”고 주장하였다. 이와 같은 집단미술치료의 장점은 미술치료만이 가지고 있는 치료적 요소가 결합되어 효용성이 높다고 할 수 있겠다.

특히 청소년기에 있는 외국인 유학생에게 미술치료는 이미지화를 통해 다양한 상상력을 발휘한 표현을 가능하게 할 수 있다. Yalom(1995)은 “언어적 수단 이외에 시각적 매체를 이용하여 무언가 활동할 수 있는 기회를 제공하는 집단미술 치료는 일반적인 집단상담에 비하여 안정감 있는 활동이다.”고 하였다. 이와 같은 집단미술치료의 장점은, 외국인 유학생들이 유학생화로 말미암는 심리적 어려움들을 극복하는데 중요한 역할을 할 수 있을 뿐만 아니라, 학습동기와 자기효능감 향상에도 효과적으로 영향을 미칠 수 있을 것이다(이정민, 2008; 이매화, 2019).

### 3) 긍정심리학 기반 집단미술치료

긍정심리학 기반 집단미술치료란, 긍정심리학과 집단미술치료를 함께 적용한 심리치료로서 개인에게 있는 최상의 가능성을 발견하고 이끌어주는 것에 초점을 두는 치료 방법이며, 긍정정서와 개인의 강점을 다루는 긍정적 관점의 치료법이다(홍주영, 2011). 허정선(2012)은 긍정심리학 기반 집단미술치료에 대하여 “미술매체를 활용하는 집단미술치료에서, 긍정 정서에 초점을 두어 긍정적인 정서를 발견하고 향상시키는 치료법이다.”라고 하였다.

유소희(2015)는 “부정적인 감정에 접근하기보다는 성공적 경험에 초점을 둔 긍정심리학 기반의 집단미술치료는 청소년들의 자아탄력성을 향상시켜줌으로써 미래를 희망적이고 낙관적으로 보게 하여 학교생활에 보다 잘 적응하도록 도움을 주었다.”고 하였다. 최보람(2018)은 “긍정심리학에 근거한 집단미술치료가 대학생 자신의 내적 강점을 찾아 강화하게 함으로써 자아 정체감 향상을 도왔고, 자신의 긍정정서를 집단원들과 서로 공유하고 지지, 격려함으로써 대인관계에 긍정적인 영향을 미쳤다.”고 밝혔다. 이러한 연구 결과들은 “긍정심리학에 기반한 집단미술치료 프로그램이 개인의 내적인 보호 요인을 발달시키고 긍정적인 사고를 촉진하여 개인의 행복한 삶에 기여한다.”는 사실을 입증해 주었다(이현정, 2020).

긍정심리학에 기반한 집단미술치료는 긍정심리학의 핵심이론들과 집단미술치료 프로그램의 장점들이 집단미술치료 프로그램 안에 잘 융합되게 하는 것이다(홍주영, 2011). 이 연구에서는, 셀리그만이 주창한 플로리시를 위한 웰빙 이론의 구성요소들이 프레드릭슨이 주창한 긍정정서 키우기 활동을 통하여 집단미술치료의 과정 안에서 잘 융합되어, 외국인 유학생의 학습동기와 자기효능감에 효과적으로 영향을 미칠 수 있도록 프로그램을 기획 및 구성하였다.

### 3. 학습동기와 자기효능감

## 1) 학습동기

학습동기란 정해진 학습 목표에 도달하기 위해 행동하는 학습자의 심리적인 상태를 말한다(Deci & Ryan, 2000). 교육학 용어사전(서울대학교 교육연구소, 2011)에서는 학습동기에 대하여 “개인 또는 집단으로 하여금 분명한 목표의식을 가지게 하고 적성이나 흥미에 맞는 과제의 제시와 보상, 경쟁심, 피드백 등을 활용하는 학습에 작용하는 동기를 의미한다.”고 정의하였다. 일단 학습동기가 형성되면, 이러한 학습동기는 학습자가 주의집중 상태와 흥미 수준을 계속 유지할 수 있도록 원동력을 제공하여 준다(김아영, 2003). 그리고 과제 수행 중 어려운 상황을 만나게 되더라도 학습자의 학습동기의 수준이 높다면 어려운 상황을 잘 극복할 수 있게 해준다(Bandura, 1986; 유소희, 2015). Seunk(1990)는 “학습상황에서의 학습동기는 학습자가 스스로 과제를 선택하고 선택한 과제를 해결하기 위해 지속적인 노력을 기울이며, 어려운 상황에서 끊임없이 학습에 임하는 힘의 근원이다.”고 주장하였다(김희정, 2008).

학습동기는 학습 성취에 긍정적인 영향을 준다(김용래, 1993). 성취동기가 높은 학습자는 과제를 완성하는 동안에 학습을 잘 진행할 수 있다(김희정, 2008). 그러나 지나친 학습동기는 학습자로 하여금 긴장된 상태에 처하게 하고, 주의나 지각에도 영향을 주어서 좋은 학습결과가 나올 수 없게 된다. 학습동기와 학습결과 간의 이러한 관계는 학습자의 각성, 과제의 질, 과제난이도 수준에 따라 다르다(관문정, 2011).

심리학적 측면으로 보았을 때 학습동기에는 크게 두 가지의 의미가 있다. 첫째는 ‘각성상태’의 의미로써 학생이 학습에 참여하고 행동하게 하는 힘이다(김아영, 2003). 둘째는 ‘학습행동을 조절하는 힘’의 의미로써, 학습행동을 시작할 수 있도록 촉진하고, 나아갈 방향을 제시하고, 결정할 수 있도록 하며, 학습행동을 지속할 수 있는 힘을 제공한다(최미화, 2002). 즉, 학습동기는 학습에 있어서 촉진의 역할을 하며 조절의 기능을 갖는다(김아영, 2003).

학교의 수업과 학습현장에서 주로 사용하고 있는 학습동기에는 ‘내재적(내적/본질)동기’와 ‘외재적(외적/비본질)동기’가 있다(정혜영, 1993; 김용래, 2000). 이들 두 동기는 동기요인과 유인체를 전제로 한 구분이다. 또한 이들은 모두 동기요인

과 외적 유인체의 상호작용 관계에 있기 때문에 상호 관련된 맥락에서 이해되어야 한다(김용래, 2000). 이러한 동기 이외에 수업이나 학습과 관련한 ‘계속동기’와 ‘수업동기’가 있다(김용래, 2000). 이 연구에서는 학습동기의 구성요인에 대한 김용래(2000)의 4가지 하위요인별 구분을 적용하였는데, 구체적으로 소개하면 다음과 같다.

첫째, 내재적동기(intrinsic motivation)는 학습자가 외부의 어떤 유인이나 보상과 강화 등에 따르지 않고, 학습자가 스스로의 주의력, 적절성, 신뢰성, 호기심, 도전감, 기대감, 참여성을 발현하여 학교학습에서 제시된 필요한 활동과 과제를 수행하려고 하는 학습자의 확신과 의욕적인 노력의 정도를 말한다(정혜영, 1993; 김용래, 2000). 높은 수준의 내적인 동기를 가진 학생들은 학업적 도전을 좋아하며, 학습 내용에 높은 호기심과 흥미를 보이는 것으로 나타났다(Newman, 1990).

둘째, 외재적동기(extrinsic motivation)는 학습자가 학교학습을 통해서 자신이 추구하는 것을 얻고자 주의력, 적절성, 신뢰성, 호기심, 도전감, 기대감, 참여성 등을 발현하여 학습활동을 하고자 하는 학습자의 믿음과 의욕적인 노력의 정도를 말한다(정혜영, 1993; 김용래, 2000).

셋째, 수업동기(instructional motivation)는 학습자가 자신의 주의력, 적절성, 신뢰성, 도전감, 호기심, 기대감, 참여성 등을 발현하여 학교의 수업내용과 관련된 필요한 활동과 과제를 수행하고자 하는 학습자의 믿음과 노력의 정도를 말한다(김용래, 2000).

넷째, 계속동기(continuing motivation)는 학습자가 학교 내에서 수행한 학습을 주의력, 적절성, 신뢰성, 호기심, 도전감, 기대감, 참여성 등을 발휘하여 학교 밖에서도 학습활동을 계속 수행하려고 하는 학습자의 믿음과 의욕적인 노력의 정도를 말한다(김용래, 2000). 이상에서 살펴본 바와 같이 학습동기는 모든 학습의 원동력이며, 특히 외국어 학습자에게 있어서의 학습동기는 학습자가 얼마나 언어 학습에 관심을 갖고 적극적으로 노력하느냐를 결정짓는 요인이다(송남, 2012).

## 2) 자기효능감

Bandura(1986)는 “자기효능감이란 자신에게 중요한 특정 과제를 성공적으로

이루어내기 위하여 요구되는 일련의 행동들을 조직하고 수행할 수 있는 능력에 대한 스스로의 판단이다.”고 하였다(박은영, 1998). 개인의 기술이나 능력의 종류나 수와 관련된 것이 아니고 어떤 일을 수행하기 위한 능력에 대한 믿음이다(이정애, 2012; 이근희, 2016). Bandura(1993)는 사회학습이론(social learning theory)에서 “인간의 심리적 기능이 단순히 개인의 내적 성향이나 외적 자극에 의해 자동적으로 조정되지 않고 개인에 대한 환경의 상호작용에 의해 결정된다.”고 하였다(박인영, 1998). 즉, 우리 생활환경 속에서 일어나는 모든 사건과 개인, 그리고 행동요인들이 서로 영향을 끼치며 상호 인과관계를 형성한다는 것이다(박인영, 1998).

Bandura(1986)는 이 중에서 인지적 개인 요인에 속하는 ‘자기참조적사고’가 개인에게 매우 중요한 역할을 한다고 보았다. 반두라는 ‘자기참조적사고’를 “개인의 지각과 행동 간의 관계를 중재하는 동기적 요인으로서, 개인이 자신의 능력과 효율성에 대해 어떻게 지각하고 판단하느냐에 따라 그의 행동에 영향을 미치며 수행수준을 결정하는 사고를 말한다.”고 정의하였다. 즉, 반두라가 사회학습이론에서 말한 ‘자기참조적사고’가 곧 자기효능감이라고 할 수 있다(박인영, 1998).

이 연구에서는 반두라의 사회학습이론 중, 자기효능감의 개념으로부터 재구성한 박인영(1998)의 ‘학업적자기효능감’ 개념을 연구실험에 적용하였다. 박인영(1998)은 “학업 상황에서 보면 개인의 일반적인 특성의 차원을 나타내는 자기효능감보다는 학업 상황에서 학습자의 학문적 수행 및 성취수준을 예측하는데 더 구체화할 수 있는 학업적자기효능감의 개념이 더 적절하다고 볼 수 있다.”고 하였다.

이 연구에서는 자기효능감의 구성요인에 대한 김아영·박인영(2001)의 3가지 하위요인별 구분을 사용하였다. 김아영·박인영(2001)은 반두라가 설정한 네 가지 하위 구성요인 중에서 귀인요인을 제외하고, 학업성취를 잘 예측할 수 있는 비교적 안정적인 변수로서 과제난이도선호, 자기조절효능감, 자신감의 3가지 학업적 자기효능감 척도를 개발하여 표준화하였다. 학업적 자기효능감의 구체적인 내용을 소개하면 아래와 같다.

첫째, 과제난이도선호는 과제난이도를 선택하는 과정에서 취하는 태도적인 면을 말한다. 학습자의 자기효능감이 높다면, 더 도전적이고 구체적인 목표를 자신

의 판단에 의지하여 설정하고, 스스로 자신의 학습 과정과 결과에 대한 방향을 결정한다. 반면에 학습자의 자기효능감이 낮다면, 자신의 능력을 초과하는 과제를 위협적으로 받아들여서 회피하며, 자신이 조절할 수 있다고 예측되는 상황과 과제만을 선택한다. 이와 같은 과제난이도 선호 태도는 자신이 통제하고 수행할 수 있다고 판단하는 도전적이고 구체적인 과제들을 선택하는 과정을 통해 나타난다(김아영·박인영, 2001).

둘째, 자기조절효능감은 ‘효능기대’ 즉, 개인이 자기관찰이나 자기판단, 또는 자기반응과 같은 자기조절적 기제를 잘 수행할 수 있는가를 판단하는 자기 자신의 효능에 대한 기대라고 말할 수 있다. 이러한 자기조절효능감은 인지적 과정으로서의 자기관찰이나 자기판단, 그리고 동기적 과정으로서의 자기반응을 통해 나타난다(Bandura, 1986; 김아영·박인영, 2001).

셋째, 자기효능감에서의 자신감은 학습자가 자기 자신의 학습능력에 대한 자기 확신 혹은 믿음의 정도라는 제한된 의미로 사용된다(Bandura, 1997). 반두라는 “자신감이란 어떤 결과를 이루기 위해 필요한 행동을 조직하고 수행할 수 있는 개인의 능력에 대한 판단이다.”라고 상황-특수 개념으로 정의하였다. 그러나 이를 전반적인 학교학습 상황에서 보면, 자신감은 자신이 수행해야 하는 학문적 능력에 대하여 판단하는 인지적 과정을 통해서 성립되고, 정서적인 반응으로 표현되고 나타난다고 할 수 있다(김아영·박인영, 2001).

#### 4. 선행연구 고찰

긍정심리학에 기반한 집단미술치료를 적용한 선행연구들은 다음과 같다.

김예림(2020)은 어머니의 긍정심리자본과 행복감에 미치는 효과에 대하여, 김정남·홍주영(2013)은 위탁가정 중학생의 자기효능감, 우울, 심리적 안녕감에 효과에 대하여, 박혜림(2015)은 청소년의 자기효능감에 미치는 효과에 대하여 긍정적인 연구 결과를 보고하였다. 송민지(2017)는 청소년의 학교생활 적응과 자기효능감에 미치는 효과에 대하여, 유소희(2015)는 학습 부진 청소년의 학습 동기와 학

교 적응력 및 자기효능감에 미치는 영향에 대하여, 이미자(2010)는 장애아동 어머니의 자아존중감과 양육효능감에 미치는 효과에 대하여 유의미한 실험 결과를 보고하였다. 이용주(2017)은 긍정심리자원 증진 프로그램이 청소년의 학교적응에 미치는 영향에 대하여, 이현정(2020)은 미술치료 전공대학생의 자기효능감 및 주관적 행복감에 미치는 효과에 대하여, 허정선(2012)은 학교 부적응 청소년의 자아탄력성과 학교생활적응에 미치는 효과에 대하여 긍정적인 연구 결과를 보고하였다. 그리고 홍민주(2017)는 긍정심리학 기반 집단미술 프로그램이 대학생의 대인관계에 미치는 효과에 대하여 긍정심리학 기반의 집단미술치료 프로그램을 실험하였고, 실험결과 긍정적이며 유의미한 변화가 나타났다고 보고하였다.

외국인 유학생이나 외국인 노동자를 대상으로 집단미술치료를 적용한 선행연구들은 다음과 같다. 김은진(2005)은 집단미술치료가 외국인 노동자의 문화적응 스트레스에 어떠한 효과를 미치는지에 대하여, 호패진(2011)은 집단미술치료가 재한 중국인 유학생의 문화적응 스트레스 및 대학생활 적응에 미치는 영향에 대하여 연구하였다. 그리고 이매화(2019)는 재한 중국인 유학생들의 자기 이해를 위한 집단미술치료 경험에 대한 현상학적 연구에 대하여, 이정민(2008)은 집단미술치료가 중국인 유학생의 문화적응 스트레스와 자기효능감에 어떠한 효과가 미치는지에 대하여 연구하였으며, 모두 긍정적인 결과들을 보고하였다.

이 밖에 김미정(2008), 김민정(2017), 김효운(2011), 김희정(2017), 전미향(1997), 최외선(2005), 한국화(2009), 팽은경(2002), 백경희(2005), 이대주(2005), 채의병(2007), 한국화(2009) 등은 집단미술치료가 청소년의 학업동기와 자아존중감에 효과적으로 영향을 미쳤다고 보고하였다. 김성호(2016)는 고등학생의 학교생활 적응에 있어서 긍정적 자동적사고와 긍정심리자본의 매개효과가 있었음을 입증하였고, 김혜나(2014)는 집단미술치료가 전문계 고등학생의 학습된 무기력 해소와 진로태도 성숙에 효과가 있었다고 보고하였다.

### Ⅲ. 연구 방법

#### 1. 연구 설계 및 절차

##### 1) 연구 설계

이 연구에서는 프로그램의 효과성을 검증하기 위하여 임상집단을 대상으로는 긍정심리학에 근거한 집단미술치료 프로그램을 실시하고, 통제집단에 대해서는 프로그램을 시행하지 않았으며, 그 결과를 개인내 및 집단 간 비교 분석하였다. 그리고 프로그램의 효과성 검증의 비교 분석을 위해 임상집단과 통제집단 모두 사전·사후에 학습동기와 자기효능감 척도검사를 실시하였다. 그리고 임상집단 6명에 대하여 PPAT 그림검사 척도의 사전·사후 변화를 개인별로 분석하고 평가하였으며, 프로그램의 전체 치료 과정에서 나타난 집단의 변화를 살펴보았다.

시행된 사전 및 사후검사의 개인내 변화와 집단 간 비교 통계분석을 위하여 'IBM SPSS 27.0'을 사용하여 비모수 검정인 윌콕슨 검정(Wilcoxon test)을 실시하였다(유의수준  $p < .05$ ). 두 집단에 대한 실험 설계는 <표 III-1>과 같다.

<표 III-1> 실험 설계

구분	사전검사	임상실험 처치	사후검사
임상집단	Q <sub>1</sub>	X	Q <sub>2</sub>
통제집단	Q <sub>3</sub>		Q <sub>4</sub>

Q<sub>1</sub> Q<sub>3</sub> : 학습동기와 자기효능감 사전 척도검사

Q<sub>2</sub> Q<sub>4</sub> : 학습동기와 자기효능감 사후 척도검사

Q<sub>1</sub> Q<sub>2</sub> : 임상집단의 사전·사후 PPAT 척도검사

Q<sub>1</sub>~Q<sub>2</sub> : 치료의 과정에서 나타난 개인과 집단의 변화 분석

X: 긍정심리학에 기반한 집단미술치료

긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 다국적 유학생의 학습동기 및 자기효능감에 미치는 효과를 알아보기 위하여 프로그램 실시 전 임상집단과 통제집단의 사전점수를 통해 동질성 검증을 실시하였다. 사전 동질성 검증에 대한 자료처리를 위하여 'IBM SPSS 27.0', 윌콕슨 검정(Wilcoxon test)을 시행하였다(유의수준  $p<.05$ ).

## 2) 연구 절차

이 연구에서 연구자는 제주대학교 생명윤리심의위원회(JEJU National University Institutional Review Board)의 승인을 받은 후 연구를 진행하였다(승인번호: JJNU-IRB-2020-066-001). 이 연구에서 시행한 긍정심리학에 기반한 집단미술치료 프로그램은 2021년 1월 4일부터 2021년 2월 5일까지 주 2회, 매회기 90분씩 총 8회 실시하였다. 실시 장소는 제주특별자치도 J시에 소재한 J대학교 한국어학당이다. 연구자가 프로그램의 주진행자로 모든 회기를 진행하였으며, 아동심리 상담가 겸 클레이아트 전문가 1인이 연구실험의 보조진행자로 참여하였다. 연구실험 진행 과정은 <표 III-2>와 같다.

<표 III-2> 연구실험 진행 과정

순서	내용	비고	기간
1	프로그램 점검 수정 및 보완	연구자, 지도교수 미술치료 슈퍼비전	2020. 11. 16.~2020. 12. 20.
2	연구대상자 구성	어학당 교사 추천 학교 동의	2020. 12. 21.~2020. 12. 24.
3	설문 및 사전검사	학생동의서 사전검사 (3)	2020. 12. 26.~2020. 12. 30.
4	프로그램 실시	총 8회기 시행	2021. 01. 04.~2021. 02. 05.
5	사후검사 및 평가	사후검사 (3)	2021. 02. 08.~2021. 02. 10.
6	자료 처치 및 정리	통계분석 등	2021. 02. 15.~2021. 06. 10.

## 2. 연구대상

### 1) 연구대상의 선정

연구자는 J시에 소재한 J대학교 한국어학당에서 한국어를 공부하고 있는 다국적 외국인 유학생 중에서 한국어 고급수준의 외국인 유학생 12명을 대상으로 선정하여 연구를 진행하였다. 연구대상은 J대학교 한국어학당 중·고급반 교사들의 추천을 받고, 프로그램 참여 동의를 받은 후 연구자가 최종 선정하였다. 그리고 무선으로 6명은 임상집단으로, 6명은 통제집단으로 배정하여 임상집단에 대해서는 프로그램을 실시하고, 통제집단에는 프로그램을 실시하지 않았다. 연구 참여자의 구성은 <표 III-3>과 같다.

<표 III-3> 연구대상의 구성

대상	성별	나이	국가	한국어 능력*	
임상집단 (6명)	A	여	21	중국	5급 A
	B	여	19	중국	5급 A
	C	남	20	베트남	5급 A
	D	여	23	몽골	5급 A
	E	여	20	베트남	5급 A
	F	여	20	베트남	5급 A
통제집단 (6명)	A	남	20	중국	5급 B
	B	남	21	베트남	5급 B
	C	여	19	중국	5급 B
	D	남	21	몽골	5급 B
	E	여	19	중국	5급 B
	F	남	23	중국	5급 B

\*한국어 능력 구분: 초급수준(1,2급), 중급수준(3,4급), 고급수준(5,6급)

### 2) 연구대상의 개인별 특성

임상집단 구성원에 대한 개인별 특성은 <표 III-4>와 같다.

<표 III-4> 연구대상의 개인별 특성

대상	개인적 특성 (성격, 정서, 행동, 학업적 특성 등)
A	모국에서 전문대학 졸업 후 한국으로 유학, 학교 수업에 아주 성실한 학생, 부끄럼을 많이 타는 편이어서 자주 얼굴이 빨개짐.
B	모국에서 고등학교 졸업 후 한국으로 유학, 위장병으로 종종 결석, 온화한 성격이나 신체적 핸디캡 때문에 자존감이 낮은 편임.
C	모국에서 고등학교 졸업 후 한국으로 유학, 한국 유학 초기에 적응의 어려움을 겪음, 장난이 심한 편이나 친구 관계가 좋음.
D	모국에서 대학 졸업 후 한국으로 유학, 최근 재정적 어려움으로 체류비자에 문제가 생김, 정서적으로 불안정하여 결석률이 높은 편임.
E	모국에서 고등학교 졸업 후 한국으로 유학, F와 친한 친구 사이, 말수가 적고 수줍음을 많이 타는 성격이나 수업에는 성실함.
F	모국에서 고등학교 졸업 후 한국으로 유학, E와 절친 사이, 활발한 성격이나 거주지가 학교에서 멀고 아르바이트가 많아서 지각과 조퇴가 잦음.

### 3. 연구 도구

#### 1) 학습동기 변화 척도검사

긍정심리학에 근거한 집단미술치료가 유학생의 학습동기에 미치는 효과를 검증하고자 김용래(2000)가 개발한 학습동기 척도 25문항을 연구 도구로 사용하였다. 척도는 본질동기, 비본질동기, 수업동기, 계속동기 등의 4개 하위요인으로 구

성되어 있다. 각 문항에 대해서 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)부터 ‘매우 그렇다’(5점)까지 Likert식 5점 척도에 응답하게 하였고, 점수가 높을수록 학습동기 수준이 높은 것을 의미한다. 이 연구에서 사용한 학습동기 척도 각 하위요인별 문항과 이 검사의 신뢰도(Cronbach’s  $\alpha$ )는 <표 III-5>와 같다.

<표 III-5> 학습동기 척도 하위요인과 문항

하위요인	문항번호	문항수	Cronbach’s $\alpha$
본질동기	5,9,10,11,14,15,16	7	.87
비본질동기	1,3,4,6,7,8,21,22	8	.91
수업동기	12,13,18,19	4	.87
계속동기	2,17,20,23,24,25	6	.85
전체 학습동기	1~25	25	.96

이 연구에서 사용한 학습동기 척도 각 하위요인의 내용은 <표 III-6>과 같다.

<표 III-6> 학습동기 척도 하위요인 내용

하위요인	내 용
본질동기	외적 유인요인 없이 학습자 스스로가 학교학습을 선택하고, 밀도있게 지속적으로 참여하고, 부여된 학습활동에 관련된 필요한 활동과 과제에 대해 노력하려고 하는 의욕과 믿음
비본질동기	외적으로 주어지는 유인요인나 보상에 의해서 자신의 에너지를 투입하고자 하는 의욕과 믿음으로 유인되는 활동의 경향성
수업동기	학습자가 학교의 수업내용과 관련된 제반 활동과 과제를 수행하고자 하는 의욕적인 노력과 신념의 정도
계속동기	학습자가 외적 간섭없이 학교 밖에서 스스로의 학습결과를 계속해서 학습하고자 하는 의욕

## 2) 자기효능감 변화 척도검사

긍정심리학에 근거한 집단미술치료가 유학생의 자기효능감에 미치는 효과를 검증하고자 김아영과 박인영(2001)이 개발한 자기효능감 척도 28문항을 사용하였다. 척도는 과제난이도선호, 자기조절효능감, 자신감 등의 3개 하위요인으로 구성되어 있다. 각 문항에 대해서 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)부터 ‘매우 그렇다’(5점)까지 Likert식 5점 척도에 응답하게 하게 하였고, 점수가 높을수록 자기효능감 수준이 높음을 의미한다. 이 연구에서 사용한 자기효능감 척도 각 하위요인별 문항과 이 검사의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 <표 III-7>과 같다.

<표 III-7> 자기효능감 척도 하위요인과 문항

하위 요인	문항 번호	문항수	Cronbach's $\alpha$
과제난이도선호	1,4,7,(8),13,(16),(19),22,(25),(28)	10	.68
자기조절효능감	2,(5),6,(11),12,15,18,21,24,27	10	.88
자신감	3,9,10,(14),(17),(20),23,(26)	8	.82
전체 자기효능감	1~28	28	.92

( )는 역문항

이 연구에서 사용한 자기효능감 척도 각 하위요인의 내용은 <표 III-8>과 같다.

<표 III-8> 자기효능감 척도 하위요인 내용

하위요인	내 용
과제난이도선호	개인의 과제 수행 상황에서 목표를 정하고 수행 과정을 설정할 때 개인이 어떠한 난이도 수준을 선호하는가의 정도
자기조절효능감	개인이 부여된 과제를 이루기 위해 자기관찰, 자기판단, 자기반응 등의 자기조절효능 능력을 잘 사용할 수 있는가에 대한 효능기대
자신감	개인의 능력과 가치에 대한 자신의 확신 또는 믿음의 정도

### 3) 사과나무에서 사과 따는 사람(PPAT) 그림검사

사과나무에서 사과 따는 사람(The Person Picking an Apple from a Tree: PPAT) 그림검사는 1998년 갠트(Gantt)와 태본(Tabone)의 『미술치료 척도의 형식적 요소들(*The formal elements art therapy scale*)』에서 소개되었다(김은주, 2005). PPAT에 대한 평가는 Gantt와 Tabone(1998)이 제시한 형식요소 미술치료 척도와 내용요소 미술치료 척도의 결과에 따른다.

PPAT 그림검사는 사과나무라는 친숙하고 보편적인 주제를 사용하고 있어 개인의 문화적인 배경에 크게 구애받지 않으며 다양한 연령의 대상에게 적용이 가능하다. 또한 PPAT 그림검사가 제시하는 명확한 검사지침과 구체적인 평가기준은 PPAT 그림검사를 통하여 피검자의 그림을 점수화하고 특징적인 부분들을 이해할 수 있도록 한다(이선주, 2017).

형식요소 미술치료 척도는 14가지의 형식요소로 구성되어 있으며, 14가지 형식요소 미술치료 척도의 평가 항목은 <표 III-9>와 같다.

<표 III-9> 형식요소 미술치료 척도(FEATS)평가 항목

1	채색 정도	8	문제해결력
2	색 적절성	9	발달 단계
3	함축된 에너지	10	세부묘사 및 환경 묘사
4	공간	11	선의 질
5	통합성	12	사람
6	논리성	13	회전
7	사실성	14	보속성

내용요소 미술치료 척도는 특정한 색이나 세부묘사를 표현하고 있는지에 대한 여부, 적절한 도구를 사용하고 있는지 등에 대한 여부를 판단하기 위해 13가지의 요소로 구성되어 있다. 내용요소 미술치료 척도 결과는 형식요소 미술치료 척도와 달리 점수로 채점되지 않는다(주리에, 2015). PPAT 내용요소 미술치료 척도의 13가지 평가 항목은 <표 III-10>과 같다.

<표 III-10> PPAT 내용요소 미술치료 척도평가 항목

1	용지의 방향	8	나이
2	전체 그림에 사용된 색	9	옷
3	인물을 그렸는지 여부	10	사과나무
4	인물을 그리면서 사용한 색	11	사과나무 색
5	인물의 성별	12	주변 환경의 묘사
6	인물의 실제적인 에너지	13	기타 형태의 삽입
7	인물의 얼굴 방향		

이 연구에서는 김혜나(2014)의 연구를 바탕으로 형식요소 미술치료 척도 중에서 유학생의 학습동기와 자기효능감과 관련이 있다고 판단되는 내적에너지, 공간, 문제해결력을 중심으로 사전·사후 변화를 분석하였으며, 내용요소 미술치료 척도의 변화를 개인별로 분석하고 평가하였다. 김혜나(2014)가 사용한 PPAT 형식요소 미술치료 척도 세 가지 하위요인은 <표 III-11>과 같다.

<표 III-11> PPAT 형식요소 미술치료 척도의 세 가지 하위요인

하위요인	내용
내적 에너지 (Implied energy)	그림을 그릴 때 사용된 내적에너지의 양을 측정한다. 에너지에 포함되는 것은 암시적인 것뿐만 아니라 실제적인 것 모두 포함되는데 색칠의 정도, 선의 질, 공간의 사용을 통해서 확인할 수 있다.
공간 (Space)	그림을 그릴 때 공간 사용을 얼마나 했는지에 대한 양을 측정한다.
문제 해결력 (Problem solving)	그림 안에 나타난 인물이 사과나무에서 사과를 따기 위해 어떤 행동을 취하며, 어떤 노력을 하고 있는지에 대해 측정한다. 그림 속의 인물이 손에 사과를 들고 있거나, 이미 사과를 얻었다고 해서 반드시 문제해결력이 높은 것이 아니라 어떠한 과정을 통하였는지에 초점을 맞추어야 한다.

#### 4) 긍정심리학에 기반한 집단미술치료 프로그램

##### (1) 집단미술치료 프로그램 구성 및 목표

이 연구의 목적은 긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 다국적 외국인 유학생의 학습동기와 자기효능감에 미치는 영향이 어떠한지 알아보기 위한 것이다. 긍정심리학 기반의 집단미술치료 프로그램은 Seligman(2011)의 긍정심리학을 기반으로 한 홍주영(2010), 유소희(2014), 박혜림(2015), 김희정(2017), 송민지(2017) 등의 집단미술치료 프로그램을 참고하였다. 그리고 참고도서로 김갑숙·이근매·이미옥·최선남(2006)의 『마음을 나누는 미술치료』, Buchalter(2017)의 『집단미술치료 프로그램 핸드북』, 김선현(2020)의 『인지 강화를 위한 미술치료 프로그램』 등을 사용하였다. 그리고 클레이아트 전문가의 도움을 받고, 박사학위 소지 미술치료 전문가의 지도와 감독 아래 집단미술치료 프로그램을 이 연구에 맞게 재구성하였다.

이 프로그램은 매회기마다 긍정심리학의 플로리시를 위한 웰빙의 구성요소인 긍정정서, 몰입, 긍정관계, 의미와 목적, 성취에너지가 ‘긍정정서 키우기’ 활동을 통하여 개인과 집단 전체에 효과적으로 투입될 수 있도록 설계하였다. 그리고 이러한 에너지가 외국인 유학생의 학습동기와 자기효능감 향상에 긍정적으로 영향을 미칠 수 있도록 구성하였다. 긍정심리학에 기반한 집단미술치료 프로그램은 선행연구들과 참고도서들을 바탕으로 한 회기당 90분씩 총 8회기로 재구성하였으며, 회기별 재구성 내용과 목표는 <표 III-12>와 같다.

<표 III-12> 집단미술치료 프로그램 재구성 내용과 목표

회기	주제	선행 연구 및 프로그램 목표
1	나만의 identity	유소희(2014)의 ‘이름이 뭐예요?’와 김희정(2017)의 ‘나 이런 사람 이야’를 바탕으로 인지강화 프로그램(김선현, 2020, p.61)의 ‘내 이름을 널리 알리자’를 참고하여, 클레이 작업을 통하여 몰입을 경험하고 자신의 대표 강점을 찾을 수 있도록 구성하였다.

회기	주제	선행 연구 및 프로그램 목표
2	미소 속의 행복	류보머스키의 '뒤센미소'를 활용하여 뒤센미소 찾기 게임을 준비하였다. 송민지(2017)의 '미소 속의 행복'을 바탕으로 집단미술치료 핸드북(Buchalter, 김소울 역, 2017, p.84)의 '마지막으로 웃었던 때'를 참고하여, 과거에 경험했던 긍정적 정서와 관계를 떠올려 자신의 감정을 회상하고 희망을 찾을 수 있도록 구성하였다.
3	장단점 만다라	마음을 나누는 미술치료(최외선 외 3인, 2006, p.196)에서 만다라의 개념과 활용법을 가져오고, 인지강화를 위한 미술치료 프로그램(김선현, 2020, p.112)의 '장단점 만다라'를 참고하여, 자신이 가지고 있는 자신의 긍정적 모습을 재확인함으로써 열등감과 낮은 자기개념을 극복하고, 통합적으로 자아의 긍정적인 모습 찾을 수 있도록 구성하였다.
4	변화와 선택	유소희(2014)의 '공부, 너!'를 바탕으로 집단미술치료 핸드북(Buchalter, 김소울 역, 2017, p.55)의 '내 인생의 방해물'을 참고하여, 현재의 학습 상태 점검 및 변화와 선택을 해야 할 요인을 찾을 수 있도록 구성하였다.
5	나만의 보물상자	김희정(2017)의 '요술항아리 만들기'를 바탕으로 인지강화를 위한 미술치료 프로그램(김선현, 2020, p.120)의 '나만의 보물상자'를 참고하여, 자신의 적응적 능력, 강점, 자원을 계발하여 '자가치료자'(Self healer)로서의 역할을 통해 자기조절 효능감을 강화할 수 있도록 구성하였다.
6	무인도 탈출기	송민지(2017)의 '무인도 탈출기'와 박혜림(2015)의 '이 섬에서 내가 할 수 있는 일'을 바탕으로, 주어진 상황에서 집단에 대한 책임감 갖기와 창의적 지혜 계발, 용감성과 끈기를 배울 수 있도록 구성하였다.
7	함께 만드는 소망나무	홍주영(2010)의 '소망나무'와 김희정(2017)의 '나의 20년 후'를 바탕으로 집단미술치료 핸드북(Buchalter, 김소울 역, 2017, p.92)의 '소망그림'을 참고하여, 부정적 정서를 벗어내고 긍정적 미래를 소망할 수 있도록, 그리고 미래의 꿈과 연결된 학습동기를 찾을 수 있도록 구성하였다.
8	감사편지 쓰기	송민지(2018)의 '감사편지 만들기'를 바탕으로 집단미술치료 핸드북(Buchalter, 김소울 역, 2017, p.95)의 '타인을 위한 선물'을 참고하여, 축적된 긍정에너지를 압축 재생산하고 대상관계 속에서 감사한 일들을 탐색할 수 있도록 구성하였다.

(2) 긍정심리학에 기반한 집단미술치료 프로그램

긍정심리학에 기반한 집단미술치료 프로그램은 총 8회기로 구성되었으며 과거, 현재, 미래, 다지기의 4단계로 진행하였다. 집단미술치료 프로그램 구성 내용은 <표 III-13>과 같다.

<표 III-13> 집단미술치료 프로그램 구성 내용

단계	회기	주제	미술 활동	긍정 심리학 구성요소	학습동기와 자기효능감
I 과거에서 단 긍정정서 계 불러오기	1	나만의 identity	자신의 별칭 안에 내포된 의미들을 재음미하면서, 자신의 강점들을 다시 한번 생각해 볼 수 있는 기회를 만들어서 자아강도를 높이고 행복 감정 정서를 끌어 올리는 계기를 만든다.	의미와 목적 긍정정서	비본질동기, 일반적- 자기효능감, 자기조절- 효능감
	2	미소 속의 행복	미소 속의 행복감을 재경험시켜서 학생들의 학습동기를 자극하고, 그들 안에 낙관적 희망을 증진시켜서 자기효능감을 상승시킨다.	긍정관계 긍정정서	계속동기, 자신감, 자기조절- 효능감
II 현재의 단 긍정정서 계 발견하기	3	장단점 만다라	만다라 원 안에는 장점을 쓰고 원 밖에는 단점을 쓴 후, 단점들을 물감으로 지워버려서 집단원들의 긍정에너지를 극대화시킨다.	의미와 목적 성취	본질동기, 수업동기, 일반적- 자기효능감
	4	변화와 선택	‘공부를 방해하는 요인 극복’이라는 성취 목표를 논리적 과정으로 풀지 않고, 단순한 다트게임으로 풀게 하여 집단원들에게 새로운 수업동기를 유발시킨다.	몰입 긍정관계	본질동기, 수업동기, 자신감

단계	회기	주제	미술 활동	긍정 심리학 구성요소	학습동기와 자기효능감
II 현재의 단 긍정정서 계 발견하기	5	나만의 보물상자	‘긍정 대처문장’들을 카드에 적어서 ‘나만의 보물상자’에 넣어 두었다가, 기분이 가라앉을 때마다 보물상자의 긍정적인 ‘보물’을 꺼내어 정서적 위기를 극복하도록 돕는다.	성취 긍정정서	비본질동기, 계속동기, 과제난이도 -선호
			무인도에서의 생존과 탈출 아이디어들을 내게 하여서 몰입을 유도하고, 자신만의 아이디어를 통하여 동료들을 배려하고 집단에 기여함으로써, 집단의 관계가 강화되고 집단의 역동이 발생할 수 있도록 유도한다.	몰입 긍정관계	계속동기, 과제난이도 -선호, 사회적- 자기효능감
III 미래의 단 긍정정서 계 키우기	6	무인도 탈출기	각 집단원들이 미래로부터 긍정에너지를 끌어 올 수 있도록 설계하였다. 올해의, 10년 후의, 그리고 다른 사람들을 위한 소망나무를 만들면서, 이것이 현재의 성취동기가 될 수 있도록 이끈다.	성취 몰입	비본질동기, 자기조절- 효능감, 자신감
			8	감사편지 쓰기	집단미술치료 활동을 통하여 자신이 어떤 면에서 긍정적으로 변화되었는지 등을 살펴봄으로써, 프로그램 종료 이후에도 지속적으로 자아강도를 높여갈 뿐만 아니라 행복한 삶과 정서적으로 건강한 삶을 살 수 있도록 돕는다.

#### 4. 자료 분석

긍정심리학에 기반한 집단미술치료 프로그램의 효과성 검증을 위해, 이 연구의 자료들은 양적 검증 방식과 질적 검증 방식을 병행 사용하여 분석하였다. 양적 검증으로는, 임상집단 6명과 통제집단 6명에 대하여 사전·사후 학습동기 및 자기효능감 척도검사를 실시하고, 'IBM SPSS 27.0'(유의수준  $p < .05$ )을 사용하여 분석하였다. 질적 검증으로는, 임상집단 6명에 대하여 사전·사후 PPAT 형식요소 및 내용요소 미술치료 척도검사를 실시하고, 그 결과를 개인별로 분석하고 평가하였다. 그리고 전체 집단미술치료 프로그램의 과정에서 나타난 개인과 집단의 변화를 살펴보았다. 분석 방법을 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 임상집단과 통제집단의 학습동기와 자기효능감의 동질성을 검증하기 위하여 'IBM SPSS 27.0'을 사용하였으며, 이 연구의 분석 대상수가 30 미만이므로 대응표본  $t$ -test의 비모수 검정인 '윌콕슨 검정(Wilcoxon test)'을 실시하였다.

둘째, 긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 외국인 유학생의 학습동기에 미치는 효과를 검증하기 위하여, 사전 및 사후검사의 개인내 변화에 대하여 분석하였다. 그리고 통계분석을 위해, 이 연구의 분석 대상수가 30 미만이므로 대응표본  $t$ -test의 비모수 검정인 '윌콕슨 검정(Wilcoxon test)'을 실시하였다(유의수준  $p < .05$ ). 그리고 임상집단과 통제집단 간 사전 및 사후검사 변화량의 차이 값 비교 통계분석을 위해, 이 연구의 분석 대상수가 30 미만이므로 독립표본  $t$ -test의 비모수 검정인 '만 위트니  $U$  검정(Mann Whitney  $U$ -test)'을 실시하였다(유의수준  $p < .05$ ).

셋째, 긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 외국인 유학생의 자기효능감에 미치는 효과를 검증하기 위하여 사전 및 사후검사의 개인내 변화에 대하여 분석하였다. 그리고 통계분석을 위해 이 연구의 분석 대상수가 30 미만이므로 대응표본  $t$ -test의 비모수 검정인 '윌콕슨 검정(Wilcoxon test)'을 실시하였다(유의수준  $p < .05$ ). 임상집단과 통제집단 간의 사전 및 사후검사 변화량의 차이 값 비교 통계분석을 위해, 이 연구의 분석 대상수가 30 미만이므로 독립표본  $t$ -test의 비모수 검정인 '만 위트니  $U$  검정(Mann Whitney  $U$ -test)'을 실시하였다(유의수준

$p < .05$ ).

넷째, 긍정심리학에 기반한 집단미술치료의 과정을 통하여 외국인 유학생 개인에게 어떠한 변화가 있었는지를 알아보기 위하여 임상집단을 대상으로 PPAT 그림검사의 사전·사후 결과를 질적으로 비교 분석하였다. 그리고 학습동기와 자기효능감 척도의 사전·사후 증감을 개인별로 분석하고 개인별 차이를 살펴보았다.

마지막으로, 전체 집단미술치료 프로그램의 과정에서 나타난 집단의 변화를 질적 분석으로 살펴보았다.

## IV. 연구 결과 및 분석

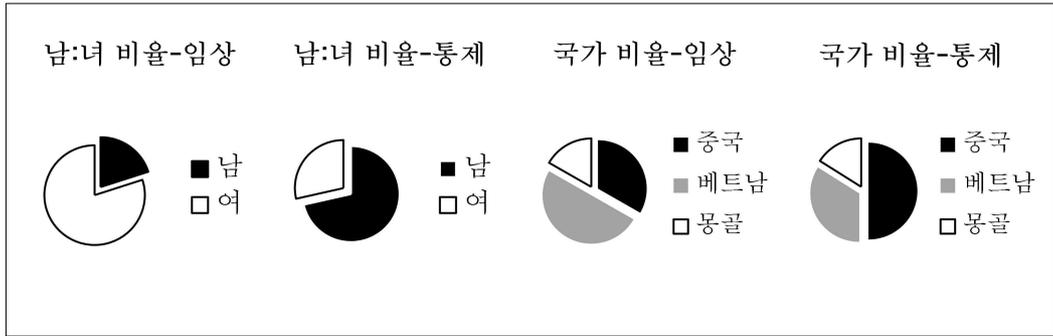
이 연구에 참여한 임상집단과 통제집단의 인구사회학적 특성을 살펴보기 위하여 빈도분석을 실시하였고, 그 결과는 <표 IV-1>과 같다.

<표 IV-1> 연구 대상자의 인구사회학적 특성

구분	분류	빈도(명)		비율(%)		합계	
		임상	통제	임상	통제	빈도	비율(%)
성별	남	1	4	16.7	66.7	5	42
	여	5	2	83.3	33.3	7	58
연령	19~20	4	3	66.7	50	7	58
	21~23	2	3	33.3	50	5	42
출신 국가	중국	2	4	33.3	66.7	6	50
	베트남	3	1	50	16.7	4	34
	몽골	1	1	16.7	16.7	2	16
합계		6	6	100	100	12	100

빈도분석 결과, 남-녀 비율(임상: 16.7%-66.7%, 통제: 83.3%-33.3%)에서 성비 균형이 맞지 않음을 보여주었고, 출신국가 간 비율(임상-베트남 50%, 통제-중국 66.7%)에서도 균형이 맞지 않음을 보여주었다. 이는 임상집단과 통제집단 선정 시에 인구통계학적 변인 및 개인적 특성 변인 등에 대한 매칭을 고려한 무선 집단 구성이 이루어지지 못한 결과이다.

임상집단과 통제집단의 인구사회학적 특성 빈도분석 결과를 비교 그래프로 나타내보았다. 그 결과는 [그림 IV-1]과 같다.



[그림 IV-1] 연구대상자의 인구사회학적 특성 비교

## 1. 학습동기 척도검사 결과 분석

### 1) 학습동기 임상집단-통제집단 간 사전동질성 검사

학습동기 임상집단-통제집단 간 사전동질성 검사 결과는 <표 IV-2>와 같다.

<표 IV-2> 학습동기 임상집단-통제집단 간 사전동질성 검증(Wilcoxon test)

학습동기	임상 (N=6)		통제 (N=6)		z	p
	M	SD	M	SD		
본질동기	2.81	0.37	2.95	0.73	0.644	.589
비본질동기	3.48	0.53	3.29	0.88	-0.080	.937
수업동기	2.83	0.13	3.21	0.51	-1.660	.132
계속동기	2.75	0.36	3.00	0.54	-1.446	.180
전체	3.01	0.33	3.11	0.66	-0.642	.589

<표 IV-2>에서 본 바와 같이 학습동기 임상집단-통제집단 간 차이가 유의하지 않은 것으로 나타났다( $p > .05$ ). 즉, 임상집단과 통제집단의 동질성을 가정할 수 있다.

## 2) 전체 학습동기 결과

긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 외국인 유학생의 전체 학습동기에 미치는 효과에 대하여 사전·사후 실시한 척도검사의 결과는 <표 IV-3>과 같다.

<표 IV-3> 전체 학습동기 사전-사후 윌콕슨 검정(Wilcoxon test)(N=12)

학습동기	집단	사전	사후	z	p	사후-사전 차이 값		p
		M (SD)	M (SD)			M	SD	
전체	임상	3.01 (0.33)	3.61 (0.30)	-2.214	.027*	-0.11	0.12	.002**
	통제	3.11 (0.66)	3.00 (0.65)	-2.232	.026*	0.60	0.22	

\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ .

<표 IV-3>에서 본 바와 같이 전체 학습동기에 대한 사전-사후 ‘대응 윌콕슨 검정’ 결과, 통제집단의 사후평가 점수가 사전평가 점수에 비해 유의미한 수준으로 저하된 것으로 나타났다( $z=2.214$ ,  $p < .05$ ). 한편 임상집단의 사후평가 점수는 사전평가 점수와 비교하여 유의미한 수준으로 높아진 것으로 나타났다( $z=-2.232$ ,  $p < .05$ ).

또한 임상집단과 통제집단의 사전-사후평가 점수의 차이 값의 집단 간 평균의 차이에 대한 ‘만 위트니 U 검정’ 결과, 임상집단의 사전-사후평가 점수 차이의 증가가 통제집단의 사전-사후평가 점수 차이의 저하 값에 비해 유의미한 차이를 보이는 것으로 나타났다( $p < .01$ ). 즉, 임상집단의 사전-사후평가 결과가 통제집단의 사전-사후평가 결과 저하에 비하여 유의미한 수준으로 증가되었으며, 긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 외국인 유학생의 전체 학습동기에 효과적으로 영향을 미쳤다고 가정할 수 있다.

## 3) 학습동기 하위요인 결과

집단미술치료가 외국인 유학생의 학습동기 각 하위영역에 미치는 효과에 대해

여 사전·사후 실시한 척도검사의 결과는 <표 IV-4>과 같다.

<표 IV-4> 학습동기 하위영역 사전-사후 윌콕슨 검정(Wilcoxon test)(N=12)

학습동기	집단	사전	사후	z	p	사후-사전 차이 값		p
		M (SD)	M (SD)			M	SD	
본질동기	임상	2.81 (0.37)	3.43 (0.36)	-2.214	.027*	-0.02	0.21	.004**
	통제	2.95 (0.70)	2.93 (0.72)	-0.276	.783	0.62	0.42	
비본질동기	임상	3.48 (0.53)	3.90 (0.41)	-2.220	.026*	-0.15	0.20	.002**
	통제	3.29 (0.88)	3.15 (0.82)	-1.604	.109	0.42	0.36	
수업동기	임상	2.83 (0.13)	3.58 (0.30)	-2.251	.024*	-0.17	0.20	.002**
	통제	3.20 (0.36)	3.04 (0.66)	-1.633	.102	0.75	0.27	
계속동기	임상	2.75 (0.51)	3.47 (0.29)	-2.232	.026*	-0.14	0.19	.002**
	통제	3.00 (0.54)	2.86 (0.49)	-1.633	.102	0.72	0.14	

\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ .

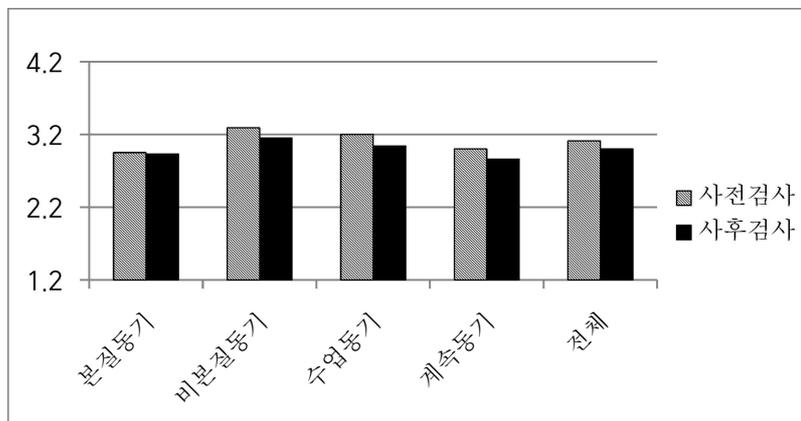
<표 IV-4>에서 본 바와 같이 학습동기 하위영역에 대한 사전-사후 ‘대응 윌콕슨 검정’ 결과, 통제집단의 사후평가 본질동기( $z = -0.276$ ,  $p > .05$ ), 비본질동기( $z = -1.604$ ,  $p > .05$ ), 수업동기( $z = -1.633$ ,  $p > .05$ ), 계속동기( $z = -1.633$ ,  $p > .05$ ) 점수가 통계적으로 유의미한 수준은 아니지만 낮아진 것으로 나타났다. 한편 임상집단의 사후평가 본질동기( $z = -2.214$ ,  $p < .05$ ), 비본질동기( $z = -2.220$ ,  $p < .05$ ), 수업동기( $z = -2.251$ ,  $p < .05$ ), 계속동기( $z = -2.232$ ,  $p < .05$ ) 점수는 사전평가 점수와 비교하여 유의미한 수준으로 높아진 것으로 검증되었다.

또한 임상집단과 통제집단의 사전-사후평가 점수의 차이 값의 집단 간 평균의 차이에 대한 ‘만 위트니 U 검정’ 결과, 임상집단의 사전-사후평가 점수 차이의 증가가 통제집단의 사전-사후평가 점수 차이의 저하 값에 비해 유의미한 차이를

보이는 것으로 나타났다( $p < .01$ ). 즉, 임상집단의 사전-사후평가 결과가 통제집단의 사전-사후평가 결과 저하에 비하여 유의미한 수준으로 증가되었으며, 긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 외국인 유학생의 학습동기 모든 하위영역에 효과적으로 영향을 미쳤다고 가정할 수 있다.

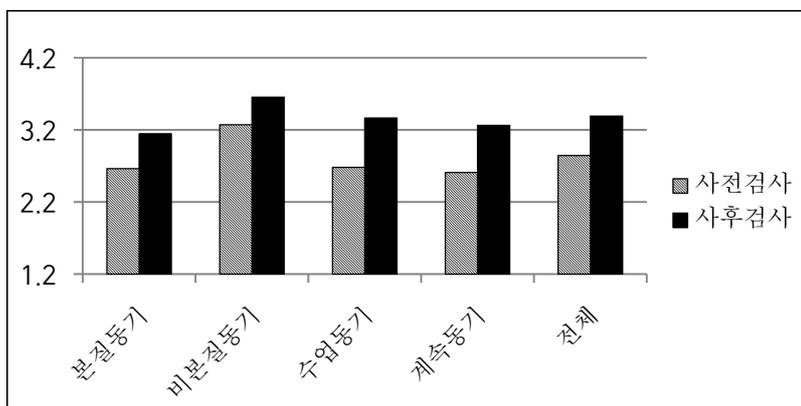
#### 4) 학습동기 척도검사 결과 비교 그래프

통제집단의 학습동기 척도검사 결과에 따른 사전-사후 변화 비교 그래프는 [그림 IV-2]와 같다.



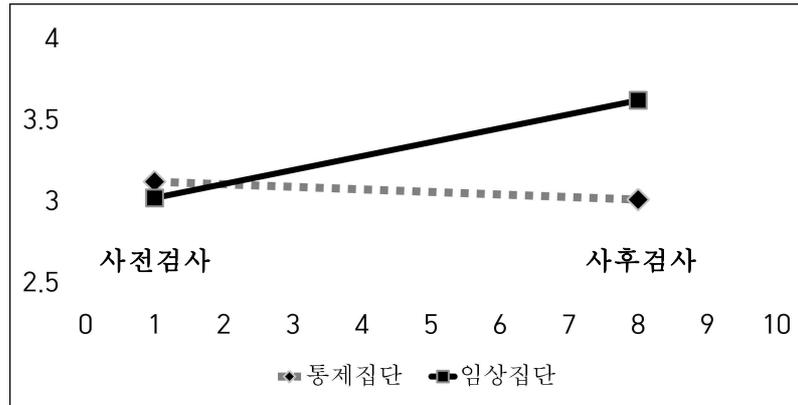
[그림 IV-2] 통제집단의 학습동기 척도변화 비교

임상집단의 학습동기 사전-사후 변화 비교 그래프는 [그림 IV-3]과 같다.



[그림 IV-3] 임상집단의 학습동기 척도변화 비교

통제집단과 임상집단 간의 학습동기 척도검사 사전-사후 변화 차이 비교 그래프는 [그림 IV-4]와 같다.



[그림 IV-4] 통제집단-임상집단 간 학습동기 척도변화 차이

## 2. 자기효능감 척도검사 결과 분석

### 1) 자기효능감 임상집단-통제집단 간 사전동질성 검사

자기효능감 임상집단-통제집단 간 사전동질성 검사 결과는 <표 IV-5>와 같다.

<표 IV-5> 자기효능감 실험집단-통제집단 간 사전동질성 검증(Wilcoxon test)

자기효능감	임상 (N=6)		통제 (N=6)		z	p
	M	SD	M	SD		
과제난이도선호	2.85	0.50	3.03	0.55	-0.643	.589
자기조절효능감	3.05	0.38	3.05	0.64	-0.080	.937
자신감	2.48	0.61	3.54	0.77	-2.286	.026*
전체	2.82	0.31	3.18	0.38	-1.446	.180

\*  $p < .05$ .

<표 IV-5>에서 본 바와 같이 자기효능감 임상집단-통제집단 간 사전동질성 검증 결과 자기효능감 전체와 과제난이도선호, 자기조절효능감 영역에서는 집단 간 차이가 유의하지 않은 것으로 나타났다( $p>.05$ ). 그러나 자신감 영역에서는 집단 간 차이가 유의한 것으로 나타나( $p<.05$ ), 임상집단과 통제집단 간의 일부 동질성을 가정할 수 없다. 따라서 사후 차이 분석에서 공변량분석(ANCOVA)으로 사전점수를 통제했을 때 사후 점수 차이의 유의성을 검증할 필요가 있다.

## 2) 전체 자기효능감 결과

집단미술치료가 외국인 유학생의 전체 자기효능감에 미치는 영향에 대하여 사전-사후 실시한 척도검사의 결과는 <표 IV-6>과 같다.

<표 IV-6> 전체 자기효능감 사전-사후 윌콕슨 검정(Wilcoxon test)( $N=12$ )

자기효능감	집단	사전	사후	$z$	$p$	사후-사전 차이 값		$p$
		$M$ ( $SD$ )	$M$ ( $SD$ )			$M$	$SD$	
전체	임상	2.82 (0.31)	3.29 (0.19)	-7.480	.001*	-0.05	0.17	.002**
	통제	3.18 (0.38)	3.13 (0.48)	-0.948	.343	0.48	0.16	

\* $p<.05$ . \*\* $p<.01$ .

<표 IV-6>에서 본 바와 같이 전체 자기효능감에 대한 사전-사후 ‘대응 윌콕슨 검정’ 결과, 통제집단의 사후평가 점수가 사전평가 점수에 비해 통계적으로 유의미한 수준은 아니지만 저하된 것으로 나타났다( $z=-0.948$ ,  $p>.05$ ). 한편 임상집단의 사후평가 점수는 사전평가 점수와 비교하여 유의미한 수준으로 높아진 것으로 나타났다( $z=-7.480$ ,  $p<.05$ ).

또한 임상집단과 통제집단의 사전-사후평가 점수의 차이 값의 집단 간 평균의 차이에 대한 ‘만 위트니  $U$  검정’ 결과, 임상집단의 사전-사후평가 점수 차이의 증가가 통제집단의 사전-사후평가 점수 차이의 저하 값에 비해 유의미한 차이를

보이는 것으로 나타났다( $p<.01$ ). 즉, 임상집단의 사전-사후평가 결과가 통제집단의 사전-사후평가 결과 저하에 비하여 유의미한 수준으로 증가되었으며, 긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 외국인 유학생의 전체 자기효능감에 효과적으로 영향을 미쳤다고 가정할 수 있다.

### 3) 자기효능감 하위요인 결과

집단미술치료가 외국인 유학생의 자기효능감 각 하위요인에 미치는 효과에 대하여 사전·사후 실시한 척도검사의 결과는 <표 IV-7>과 같다.

<표 IV-7> 자기효능감 하위영역 사전-사후 윌콕슨 검정(Wilcoxon test)( $N=12$ )

자기효능감	집단	사전	사후	$z$	$p$	사후-사전 차이 값		$p$
		$M$ ( $SD$ )	$M$ ( $SD$ )			$M$	$SD$	
과제난이도 선호	임상	2.85 (0.50)	3.30 (0.33)	-2.207	.027*	0.00	0.28	.015**
	통제	3.03 (0.55)	3.03 (0.73)	-0.271	.786	0.45	0.23	
자기조절 효능감	임상	3.05 (0.38)	3.58 (0.38)	-2.207	.027*	0.02	0.09	.004**
	통제	3.05 (0.64)	3.07 (0.64)	-0.447	.655	0.53	0.23	
자신감	임상	2.48 (0.61)	2.92 (0.57)	-2.201	.028*	-0.23	0.33	.009**
	통제	3.54 (0.77)	3.31 (0.61)	-1.476	.140	0.44	0.23	

\* $p<.05$ . \*\* $p<.01$ .

<표 IV-7>에서 본 바와 같이 자기효능감 하위영역에 대한 사전-사후 대응 윌콕슨 검정 결과, 통제집단의 사후평가 과제난이도선호( $z=-0.271$ ,  $p>.05$ ), 자기조절효능감( $z=-0.447$ ,  $p>.05$ ), 자신감( $z=-1.476$ ,  $p>.05$ ) 점수가 통계적으로 유의미한 수준은 아니지만 사전평가 점수와 비교하여 변화가 없거나 낮아진 것으로 나타

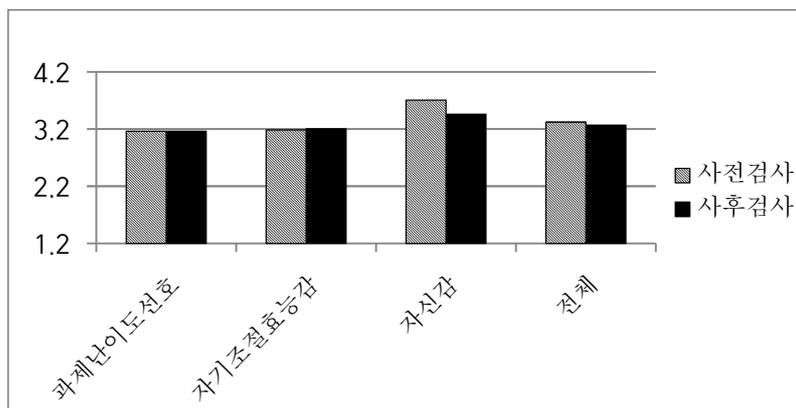
났다. 한편 임상집단의 사후평가 과제난이도선호( $z=-2.207, p<.05$ ), 자기조절효능감( $z=-2.207, p<.05$ ), 자신감( $z=-2.201, p<.05$ ) 점수는 사전평가 점수와 비교하여 유의미한 수준으로 높아진 것으로 검증되었다.

또한 임상집단과 통제집단의 사전-사후평가 점수의 차이 값의 집단 간 평균의 차이에 대한 ‘만 위트니  $U$  검정’ 결과, 임상집단의 사전-사후평가 점수 차이의 증가가 통제집단의 사전-사후평가 점수 차이 값에 비해 유의미한 차이를 보이는 것으로 나타났다( $p<.01$ ). 즉, 임상집단의 사전-사후평가 결과가 통제집단의 사전-사후평가 결과에 비하여 유의미한 수준으로 증가되었으며, 긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 외국인 유학생의 자기효능감 모든 하위영역에 효과적으로 영향을 미쳤다고 가정할 수 있다.

자기효능감의 자신감 하위영역에서 임상집단과 통제집단의 동질성을 검증하기 위하여 공변량분석으로 사전점수를 통제하고, 임상집단과 통제집단 간의 사후 점수 차이의 분석해보았다. 분석 결과, 사후 점수 자신감 영역에서 임상-통제집단 간의 유의성이 검증되었다( $p>.05$ ). 즉, 두 집단의 동질성을 가정할 수 있다.

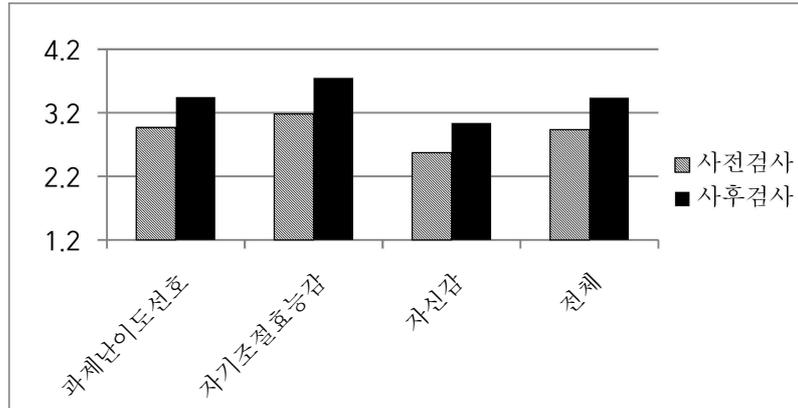
#### 4) 자기효능감 척도검사 결과 비교 그래프

통제집단의 자기효능감 척도검사 결과에 따른 사전-사후 변화 비교 그래프는 [그림 IV-5]와 같다.



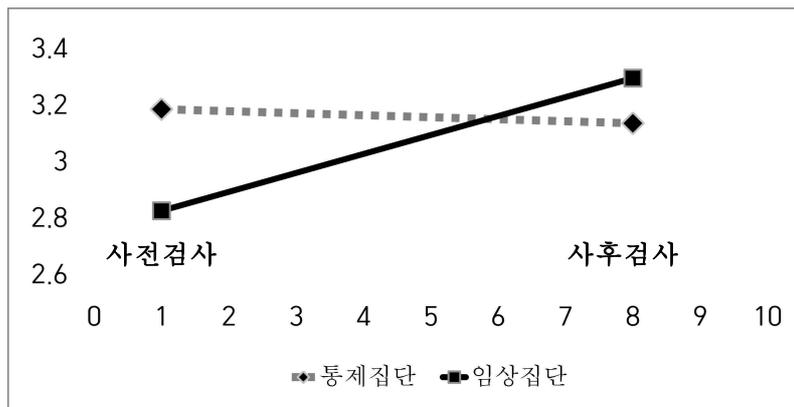
[그림 IV-5] 통제집단의 자기효능감 척도변화 비교

임상집단의 자기효능감 척도검사 결과에 따른 사전-사후 변화 비교 그래프는 [그림 IV-6]과 같다.



[그림 IV-6] 임상집단의 자기효능감 척도변화 비교

통제집단과 임상집단 간의 자기효능감 척도검사 사전-사후 변화 차이 비교 그래프는 [그림 IV-7]과 같다.



[그림 IV-7] 통제집단-임상집단 간 자기효능감 척도변화 차이

### 3. 전체 집단미술치료의 과정에서 나타난 개인의 변화 질적 분석

전체 집단미술치료의 과정을 통하여 나타난 집단원 개인의 변화를 알아보기

위하여, 임상집단에 대하여 프로그램의 사전과 사후에 PPAT 그림검사를 실시하고, 그 결과를 비교하고 개인별로 분석하였다. 그리고 학습동기와 자기효능감 척도의 사전·사후 증감을 개인별로 분석하고 개인별 차이를 살펴보았다.

### 1) PPAT 형식요소 미술치료 척도평가 결과 분석

이 연구에서는 김혜나(2014)의 연구를 바탕으로, 사과나무에서 사과 따는 사람(PPAT) 그림검사의 형식요소 척도 중에서 유학생의 학습동기와 자기효능감과 관련이 있다고 판단되는 내적에너지, 공간, 문제해결력을 중심으로 사전·사후 변화를 질적으로 분석하였으며, 분석 결과는 <표 IV-8>과 같다.

<표 IV-8> PPAT 형식요소 미술치료 척도 사전·사후 분석 결과

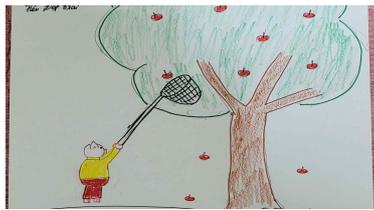
대상자	사전	사후	
A			
A의 PPAT 사전·사후 그림			
형식 척 도	내적 에너지	보통 이상의 에너지로 그림을 그린 것으로 보임	충만한 에너지로 그림을 그린 것으로 보임
	공간	전체 도화지의 80% 정도의 공간이 사용됨	전체 도화지의 90% 이상의 공간이 사용됨
	문제 해결력	사과나무에 올라가서 사과에 손이 닿음	사과를 따고 내려와서 사과를 손에 들고 있음
변화 내용	손에 사과를 들고 있는 모습은 성취감의 상승을 보여준다고 할 수 있다. 땅에 떨어진 사과가 다소 많은 것은 충족되지 못한 욕구나 결핍, 상실감 등을 표현한 것으로 볼 수 있으나, 선명하게 표현된 사과나무는 성취에 대한 동기가 높아진 결과로 볼 수 있다. 주변의 다양한 인물과의 협동을 통하여 문제를 해결하려는 의지가 강해진 것으로 보이며, 문제해결과정에서 보였던 불필요한 외부환경에 대한 의식을 극복하고, 목표와 과제 대한 집중력의 유의미한 상승이 있어 보인다.		

대상자	사전	사후
B		

B의 PPAT 사전·사후 그림

형식 척도	내적 에너지	보통 정도의 에너지로 그림을 그린 것으로 보임	보통 정도의 에너지로 그림을 그린 것으로 보임
	공간	전체 도화지의 70% 정도의 공간이 사용됨	전체 도화지의 70% 정도의 공간이 사용됨
	문제 해결력	사과를 따서 바구니에 담았고, 사과나무 아래에 있는 사람이 응원하고 있음	사과를 바구니에 가득 담고, 사과 하나를 손에 들고 웃고 있음

**변화 내용**  
 그림에서 목표달성으로 인한 만족감을 표현한 것은 성취에 대한 긍정 에너지가 상승한 것을 보여주고 있으며, 옹이를 색칠할 때 색상이 짙은 색에서 옅은 색으로 표현이 순화된 것은 불안이나 갈등 요소들이 다소 감소한 것을 나타낸 것으로 보인다. 문제해결에 대한 긴장감에서 벗어남으로써 목표달성에 대한 자신감이 상승한 것으로 여겨진다.

대상자	사전	사후
C		

C의 PPAT 사전·사후 그림

형식 척도	내적 에너지	최소한의 에너지로 그림을 그린 것으로 보임	보통 정도의 에너지로 그림을 그린 것으로 보임
	공간	전체 도화지의 50% 정도의 공간만 사용됨	전체 도화지의 60% 정도의 공간이 사용됨
	문제 해결력	인물이 땅 위에서 있고, 사과나무 위에는 원숭이가 대신 올라가 있음	인물이 뜰채로 사과를 따고 있음

**변화 내용**

그림에서 문제해결로 인한 성취감의 변화는 보이지 않지만, 현실적인 방법을 동원하여 문제를 해결하고자 하는 적극적인 의지가 보이는데, 이는 C의 자기효능감이 다소 상승한 결과로 여겨진다. 또한 성취욕구가 상승하여 자신의 목표와 과제를 달성하고자 적극적으로 노력하는 모습이 보인다. 그리고 C의 사후 그림의 변화에서 타인에 대한 의존성은 낮아지고 자발성은 점점 상승하고 있는 모습을 보여주었다.

대상자	사전	사후
-----	----	----

D



D의 PPAT 사전·사후 그림

형식 척도	내적 에너지	적은 에너지로 그림을 그린 것으로 보임	보통 이상의 에너지로 그림을 그린 것으로 보임
	공간	전체 도화지의 60% 정도의 공간이 사용됨	전체 도화지의 75% 정도의 공간이 사용됨
	문제 해결력	사과나무를 향해 손을 뻗고 있음	사과를 따서 손에 들고 있음

**변화 내용**

문제해결에 대한 동기나 의지는 다소 부족해 보이지만, 목표달성에 대하여 긍정적으로 생각하는 긍정에너지가 유의미하게 높아진 것으로 보인다. 중앙에 있는 사과나무와 하트모양의 사과는 애정과 성취에 대한 에너지가 표현된 것으로 보이며, 전체 그림에서 자신의 주변 환경에 대한 공상적이고 비현실적인 인식을 현실적으로 인식하는 변화된 모습을 보여주었다.

대상자	사전	사후
-----	----	----

E



E의 PPAT 사전·사후 그림

형식 척도	내적 에너지	보통 정도의 에너지로 그림을 그린 것으로 보임	상당한 에너지로 그림을 그린 것으로 보임
	공간	전체 도화지의 60% 정도의 공간이 사용됨	전체 도화지의 90% 이상의 공간이 사용됨
	문제 해결력	남자가 사과를 따고 여자는 수동적으로 바구니로 받고 있는 모습을 표현함	아래에서 사과를 수동적으로 바구니로 받고 있던 여자가 사과를 손으로 들고 있음

**변화 내용**

사다리 위에 있는 남자는 성취과정에서의 긴장감을 의미할 수 있지만, 사후 그림에서 둘 다 사과를 손에 들고 있는 것으로 볼 때 문제를 해결하고자 하는 적극적인 의지가 있는 것으로 보인다. 이는 E의 성취도가 유의미하게 높아진 것을 설명해준다. 즐기에서 뺀어 나온 어린가지를 표현한 것은, 자신에게 새롭게 생성된 희망과 동기-에너지를 표현한 것으로 보인다.

대상자	사전	사후
-----	----	----

F



F의 PPAT 사전·사후 그림

형식 척도	내적 에너지	적은 에너지로 그림을 그린 것으로 보임	보통 이상의 에너지로 그림을 그린 것으로 보임
	공간	전체 도화지의 70% 정도의 공간이 사용됨	전체 도화지의 80% 이상의 공간이 사용됨
	문제 해결력	사과나무의 반대 방향으로 서 있어서 에너지를 발견할 수 없음	두 그루의 나무 사이에서 아기를 재우며 편안하게 쉬고 있는 모습을 표현함

**변화 내용**

아직은 문제해결에 대한 의지나 동기 및 에너지가 부족한 것으로 보이지만, 자신이 달성한 어떤 결과물로 인하여 성취감과 편안함을 느끼고 있음을 표현한 것으로 보인다. 사과를 따는 동작 표현이 없는 것으로 보아 문제해결 에너지는 아직 유의하게 상승하지 못한 것으로 보이지만, 사과나무 사이에서 편안하게 쉬고 있는 아기와 엄마를 그린 것은 F의 긍정정서 에너지가 상승한 결과로 보인다. 하지만 아직은 자신의 문제해결에 대한 의지를 나타내는 성취동기에 있어서의 유의미한 변화는 보이지 않는다.

## 2) PPAT 내용요소 미술치료 척도 결과 분석

사과나무에서 사과 따는 사람(PPAT) 그림검사 사전·사후 내용요소 미술치료 척도를 질적으로 분석하였으며, 분석 결과는 <표 IV-9>와 같다.

<표 IV-9> PPAT 내용요소 미술치료 척도 사전·사후 분석 결과

대 상	유의미한 변화요소	변화 내용 분석
A	인물의 성별, 인물의 얼굴 방향, 사과나무	인물의 표현이 명확해지고, 얼굴의 방향을 뒷면에서 정면으로 바꾼 것은 자기개념과 대상관계 개념이 발전한 것을 보여주며, 더 많은 사과나무와 바구니에 가득찬 많은 열매들을 그린 것은 성취동기가 유의미하게 상승한 사실을 보여준다.
B	인물의 실제적인 에너지, 주변 환경의 묘사, 기타 형태의 삽입	목표를 달성하고 만족감을 표현하고 있는 미소 띤 얼굴 묘사와 바구니를 가득 채운 사과들은 B의 자아강도가 상승하여 성취욕구가 높아진 것을 보여주며, 더 다양한 채색도구들을 선택하여 사용한 것은 긍정정서 에너지가 유의미하게 상승한 결과로 보인다.
C	전체 그림에 사용된 색, 인물의 실제적인 에너지, 사과나무 색	다양한 채색도구를 사용하여 대상물들을 표현한 것은 C의 긍정정서가 사전에 비해 사후에 더욱 풍부해졌음을 의미하며, 사과 따는 사람을 원숭이에서 사람으로 바꾸어 표현한 것은 C의 자아강도가 높아지고, 자기조절효능감이 유의미하게 상승한 사실을 설명해 준다.
D	인물을 그리면서 사용한 색, 나이, 옷	인물을 다양한 색으로 채색하고, 얼굴을 막대기 모양에서 10대 소녀 모습으로 그린 것은 자신에 대한 수용성이 상승한 결과로 보여지며, 옷을 밝은 분홍색으로 채색한 것은 자신감이 높아져서 존재의미를 발견한 것으로 여겨진다.
E	용지의 방향, 사과나무, 주변 환경의 묘사	용지의 방향을 세로에서 가로로 바꾼 것은 긍정에너지의 상승을, 어린 가지를 그린 것은 E의 긍정정서가 확장된 사실을 설명해 주는 것으로 보이며, 두 그루의 나무를 조화롭게 배치하여 표현한 것은 E의 대상관계 개념이 긍정적으로 변화되고 있음을 보여준다.
F	인물의 성별, 옷, 주변 환경의 묘사	인물의 성별을 분명하게 표현하고 해먹에서 평화롭게 잠을 자고 있는 아기를 그린 것은 F의 의미, 관계, 성취에너지가 상승한 결과를 설명해주고 있으며, 옷에 대하여 보다 세밀하고 풍부하게 표현한 것은 F에게서 긍정정서가 유의미하게 확장되고 상승하고 있음을 설명해준다고 하겠다.

### 3) 집단미술치료의 과정에서 나타난 개인의 변화 차이 분석

이 연구에서는 긍정심리학에 기반한 집단미술치료 과정에서 집단원 개인에게 어떠한 변화가 일어났는가를 탐색하고, 변화의 개인별 차이를 조사하기 위하여, 학습동기와 자기효능감 척도의 사전·사후 증감을 분석하였다. 증감의 분석 결과는 Likert식 5점 척도에 응답한 점수를 백분위로 환산하여 사용하였으며, 개인별 학습동기와 자기효능감 사전·사후 증감 분석 결과는 <표 IV-10>과 같다.

<표 IV-10> 개인별 학습동기와 자기효능감 사전·사후 증감 분석

학습동기 · 자기효능감 증감(%)								
구분	A	B	C	D	E	F	전체	
학습 동기	본질동기	6	6	9	26	9	20	12
	비본질동기	18	3	3	15	5	5	8
	수업동기	20	10	20	20	10	10	15
	계속동기	10	0	13	17	17	17	14
	전체	13	7	10	20	10	13	12
자기 효능 감	과제난이도선호	2	8	12	14	10	6	9
	자기조절효능감	10	2	14	12	14	10	10
	자신감	5	8	10	3	14	6	9
	전체	6	6	12	11	13	10	10

<표 IV-10>의 분석 결과를 살펴보면, 학습동기 전체에서 가장 높은 증가율을 보인 대상은 몽골 유학생 D(여)이다. D는 학습동기 하위영역 모두에서 유의미한 증가율을 보여주었으며, 특히 본질동기에서 26%의 높은 증가율을 보였다. 반면에 학습동기 전체에서 가장 낮은 증가율을 보인 대상은 중국 유학생 B(여)이다. B는 계속동기에서 0%의 증가율로 증감의 변화가 없었다.

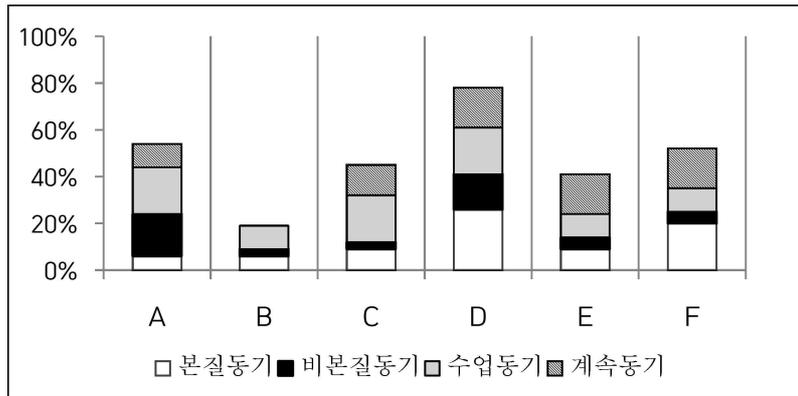
자기효능감 전체에서 가장 높은 증가율을 보인 대상은 베트남 유학생 E(여)이다. E는 자기효능감의 하위영역 모두에서 유의미한 증가율을 보여주었으며, 특히

자기조절효능감과 자신감에서 각각 14%로 유의미한 증가율을 보였다. 반면에 학습동기 전체에서 가장 낮은 증가율을 보인 대상은 중국 유학생 A(여)와 B(여)이다. A는 과제난이도선호에서 2%의 낮은 증가율을 보였으며, B는 자기조절효능감에서 2%의 낮은 증가율을 보였다. 하위영역별로 살펴보면, A는 학습동기의 비본질동기와 수업동기에서, C는 학습동기의 수업동기에서, D는 학습동기의 하위영역 모두에서, E는 학습동기의 계속동기에서, F는 학습동기의 본질동기와 계속동기에서 각각 15% 이상의 높은 증가율을 보였다.

이상의 분석 결과를 살펴보면, 연구실험 진행 당시 수업 외적인 문제로 어려움을 겪고 있었던 D가 학습동기 전체와 모든 하위영역에서 가장 높은 상승률을 나타내었는데, 이는 D가 집단미술치료 과정에서 획득한 성취동기 에너지를 잘 활용하여 개인적으로 겪고 있던 문제들을 잘 극복한 결과로 여겨진다. 그리고 학교수업 내적으로 모범생이었던 A는 학습동기의 비본질동기와 수업동기에서 큰 폭의 상승을 보여주었고, 특히 비본질동기에서 다른 집단원들에 비해 두드러진 상승률을 나타내었다. 이는 집단미술치료 과정에서 발견한 자신의 꿈과 삶의 목표, 주변인들의 기대감 등을 현재의 학업 상황과 잘 융합한 결과로 여겨진다. B는 척도검사 결과에서 전체적으로 가장 낮은 상승률을 보였는데, 이는 연구실험 과정에서 연구자가 파악한 B의 행동관찰 결과와 배치된다. B는 집단미술치료 프로그램의 초기 회기과정에서는 활동에 대하여 소극적인 태도를 보였으나 회기가 진행될수록 적극적인 태도로 나섰을 뿐만 아니라 가장 적극적으로 프로그램 피드백에 참여한 집단원 중의 한 명이었다.

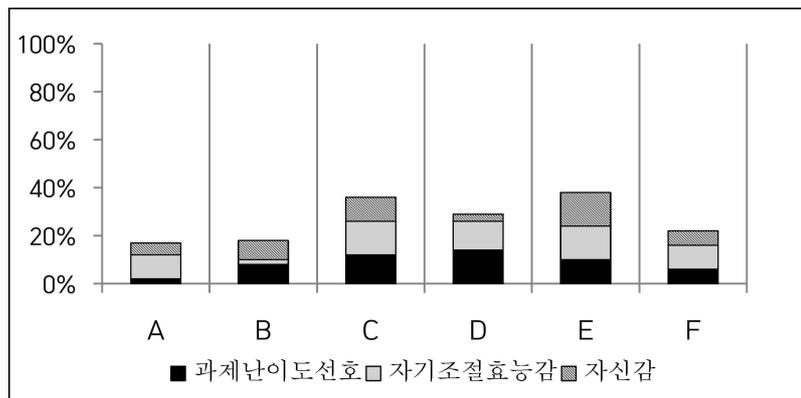
이상과 같은 연구 분석 결과를 통하여, 긍정심리학에 기반한 집단미술치료 프로그램이 집단원 개개인 모두에게 유의미한 영향을 미쳤음을 알 수 있었다. 하지만 그 효과성에 있어서는 개인별로 차이가 있음을 또한 확인할 수 있었다. 그리고 프로그램이 개인의 변화에 미치는 영향에 있어서 학습동기 영역의 변화가 자기효능감 영역의 변화에 비해 상대적으로 크게 나타났음을 확인할 수 있었다.

임상집단의 개인별 학습동기 증가율을 비교 그래프로 분석해보았다. 분석 결과는 [그림 IV-8]과 같다.



[그림 IV-8] 학습동기 사전-사후 변화 증가율 개인별 비교

임상집단의 개인별 자기효능감 증가율을 비교 그래프로 분석해보았다. 분석 결과는 [그림 IV-9]와 같다.



[그림 IV-9] 자기효능감 사전-사후 변화 증가율 개인별 비교

#### 4. 전체 집단미술치료의 과정에서 나타난 집단의 변화 질적 분석

이 연구에서 연구자는 긍정심리학에 기반한 집단미술치료 과정에서 나타난 집단 전체의 변화를 알아보기 위하여, 박사학위 소지자 미술치료 전문가 1인과 아동 심리상담전문가 1인, 청소년 상담전문가 1인의 검증을 거쳐 전체 집단미술치

료 프로그램의 진행 과정에서 나타난 집단의 변화를 살펴보았다. 집단미술치료 과정에서 나타난 집단의 변화 분석은 <표 IV-11>과 같다.

<표 IV-11> 집단미술치료 과정에서 나타난 집단의 변화 분석

단계	회기	집단의 변화
I 과거 긍정 정서	1	<p>1회기 ‘나만의 아이덴티티’ 활동에서, 각 집단원은 어린 시절부터 가족이나 친구들로부터 불렸던 친숙한 별칭이나 자신의 이름을 클레이 작업으로 만들고 꾸미면서 과거의 좋은 경험으로부터 긍정정서들을 불러왔다. 집단원들은 그들의 별칭 안에 내재된 특별한 의미들을 재음미하면서 자신에게 있는 강점이 무엇인지 다시 한번 생각해 보는 기회를 가질 수 있었다. 이는 자신의 자아강도를 높일 수 있는 기회를 제공하였을 뿐만 아니라 내면의 행복 감정정서를 끌어올리는 계기가 되었다. 작업하기가 쉽고, 만지는 접촉감이 좋으며, 화려한 색상을 구현할 수 있는 클레이라는 미술매체가 가지고 있는 장점으로 인해 집단원 모두가 작업에 몰입할 수 있었다. 이러한 몰입은 특히 집단원의 스트레스 해소에 도움이 되었고, 성취동기의 향상에 유의미한 영향을 미쳤다.</p>
	2	<p>2회기 ‘미소 속의 행복’ 미술활동에서 집단원은 과거의 지지적 경험들로부터 긍정정서를 끌어와서 ‘뒤센미소’로 표현하였다. 이러한 미소 속의 행복감과 만족감의 재경험은 학생들의 학업동기를 자극하였고, 집단원들이 그들 안에 낙관적 희망 에너지를 증진시켜서 자기효능감의 상승을 가져왔다. 집단원은 쉽게 작업할 수 있는 클레이를 활용한 미술활동에 몰입하면서 자신의 정체성을 더욱 긍정적으로 인식할 수 있게 되었으며, 이는 자기조절효능감을 향상시키는 효과를 가져왔다. 또한 미술활동 종료 후 가졌던 ‘활동피드백’ 시간에는 각 집단원들이 동료의 작품에 대하여 자발적이고 적극적인 긍정피드백을 해줌으로써 모든 집단원들의 자아강도가 상승하는 효과를 가져왔다.</p>
II 현재 긍정 정서	3	<p>3회기 ‘장단점 만다라’ 활동에서 F를 제외한 모든 집단원이 자신의 단점을 찾는 데 어려움을 느끼는 모습을 보였다. 반대로 장점은 대체로 적극적으로 찾아 어필하는 태도를 보였다. 만다라 원 밖의 단점들을 까만색 물감으로 덧칠하여 가려주는 활동과정에서 대부분의 집단원들의 정서가 안정되어 가는 모습을 볼 수 있었다. 그리고 만다라의 원 안에 자신의 장점들을 쓸 때에는 상기된 표정으로 적극적인 태도를 보였다. 친구를 위한 피드백 시간에는 모든 집단원들이 자신의 의견을 적극적으로 피력하려는 태도를 보였고, 친구들의 피드백을 통하여 각 집단원들의 자아강도와 긍정에너지가 높게 상승하는 효과를 보여주었다.</p>

단계	회기	집단의 변화
II 현재 긍정 정서	4	<p>4회기는 ‘변화와 선택’이라는 주제로 집단활동을 하였다. 개인 활동에서는 볼 수 없었던 강력한 집단의 역동을 느낄 수 있었고, 모든 집단원이 활동에 적극적으로 참여하는 태도를 보였다. ‘공부를 방해하는 요인을 어떻게 극복할 것인가?’라는 성취 목표를 복잡한 논리적 과정으로 풀지 않고 단순한 다트게임으로 풀어가는 시도가 집단원에게 변화와 새로운 선택에 대한 자신감을 가지게 하였고, 일시적으로나마 공부 스트레스를 해소할 수 있는 기회가 되었다. 이는 집단원 모두에게 새로운 수업동기를 유발시키는 계기가 되었을 뿐만 아니라 긍정적 행동양식을 배울 수 있는 기회가 되었다.</p>
	5	<p>5회기 ‘나만의 보물상자’ 활동에서, 모든 집단원이 긍정심리학의 주요 요소인 지혜와 용기를 잘 활용하는 모습을 보였다. 친구들의 의견을 용기있게 받아들이고, 친구들의 지혜를 빌려 자신만의 ‘긍정대처문장’을 만들어 가는 능동적이며 지혜로운 모습을 보여주었다. 이번 회기 활동을 통하여 모든 학생들이 자기효능감의 ‘과제난이도선호’ 영역에서 많은 변화를 보여주었다. 위협적인 상황에서 언제든지 꺼내어 사용할 수 있는 ‘긍정대처문장’이 생겼기 때문에 집단원들은 “이제는 무엇이든지 할 수 있을 것 같다.”는 등의 반응을 보여주었다.</p>
III 미래 긍정 정서	6	<p>6회기 ‘무인도 탈출기’ 활동은 모든 집단원이 가장 적극적으로 참여한 미술 활동이었다. 무엇보다도 무인도에 함께 갇힌 동료들을 배려하여 생각해낸 무인도에서의 생존과 탈출 아이디어들이 많았는데, 이는 회기가 거듭되면서 집단의 역동이 개인에게 크게 영향을 끼쳐서 집단 내에 긍정에너지가 크게 상승한 사실을 설명해준다고 하겠다. 학생들의 무인도 탈출 아이디어들이 기발하고 치료자도 상상하지 못했던 내용들이 많았는데, 이는 집단미술치료를 통하여 집단원들이 친구들과 치료자의 긍정피드백을 받으면서 자기효능감이 높아져 창의적이고 개방적인 사람으로 변화되었고, 긍정적인 또래 관계를 통하여 학습동기 역시 높아질 수 있었던 것이 주요 원인인 것으로 보인다.</p>
	7	<p>7회기 ‘소망나무 만들기’ 활동은 각 집단원이 미래로부터 긍정에너지를 끌어 올 수 있도록 설계되었다. 치료자는 “올해의, 10년 후의 자신의 모습을 그려보고, 또한 다른 사람들을 위한 소망나무를 만들어보자.”고 제안하였는데, 집단원은 소망을 찾아내고, 소망카드를 만드는 과정에서 모두 높은 몰입도를 보여주었다. 그리고 소망카드에 쓴 내용에서 긍정심리학에서 말하는 타인에 대한 자애심이나 사랑 같은 ‘긍정정서 단어’들이 많이 사용되었는데, 이는 집단원이 미래의 꿈으로부터 긍정에너지를 많이 끌어온 것을 증명하는 결과라고 할 수 있겠다. 또한 집단원 간에 주고받았던 긍정적인 피드백으로 인하여 더욱 행복감을 공유하며 즐거워하는 모습들을 볼 수 있었다.</p>

IV  
다지  
기

8

종결 회기인 ‘감사편지 쓰기’ 활동은 그동안 집단미술치료 활동들을 통하여 축적한 모든 긍정정서들을 다시 한번 다져보는 시간이었다. 감사편지뿐만 아니라 집단미술치료 활동을 하면서 느낀 점, 자신에게 정서적으로 도움이 된 내용, 그리고 자신이 어떤 면에서 긍정적으로 변화되었는지 등을 서로 피드백하며 나누었다. 모든 집단원들이 한결같이 “즐겁고 행복한 시간이었다.” 등의 긍정적 피드백을 하였고, 치료자에게 능동적으로 감사를 표하였다. Corona-pandemic 상황으로 인하여 집단미술치료 활동을 진행하기가 모든 면에서 힘든 상황이었지만 최선의 결과를 획득할 수 있었던 것은, 실험집단 안에서 자연 발생한 집단 역동의 에너지가 컸고, 이러한 역동에너지가 Corona-pandemic 상황의 열악한 환경을 극복하고 연구실험을 성공리에 마칠 수 있게 한 원동력이 된 것으로 보인다. 또한 집단원들의 감동적인 감사편지와 집단미술치료에 대한 집단원들의 높은 지지와 긍정적 피드백으로써 이 연구실험의 집단미술치료가 외국인 유학생의 학습동기와 자기효능감 향상에 효과적이었음을 확인할 수 있었다.

이상에서 살펴본 분석 결과를 바탕으로 집단 전체의 변화 요인을 다시 한번 요약하면 다음과 같다.

첫째, 매회기 자신의 미술작품과 작품의 의미를 집단원들에게 소개하는 과정에서 개인의 자아강도가 높아지고 집단 전체의 긍정정서에너지가 높아졌다.

둘째, 집단활동에 모든 집단원이 적극적으로 참여하고 자신의 집단 내 역할에 기여하면서 집단응집력이 높아지고 몰입에너지가 상승하였다.

셋째, 과거와 현재의 대상관계들을 재발견하면서 타인에 대한 이해와 배려심이 높아졌으며, 이는 개인과 전체 집단의 긍정관계에너지를 상승시키는 결과로 이어졌다.

넷째, 프로그램 진행 전반에 걸쳐 보여준 집단원 간의 적극적인 긍정피드백이 집단 전체에 수용적 분위기를 조성하였고, 이는 곧 개인과 집단 전체의 의미와 목적에너지가 상승하는 데 유의미한 영향을 미쳤다.

다섯째, 집단원 간에 서로 협력하며, 인내하고, 창의성을 발휘하여 미술작품을 완성하는 과정을 통하여 집단 전체의 성취에너지가 상승하였다.

종결 회기에 실시한 집단원 프로그램 평가에서도 집단원들은 미술치료 프로그램

램에 대하여 주관적이지만 긍정적인 내용의 피드백을 표현하였다(실제 언어적인 예: “재미있었다, 즐거웠다, 선생님과 친구의 칭찬과 격려가 저에게 많은 힘이 되었다, 친구들과 함께 작업을 할 수 있어서 정말 재미있고 행복했다, 이제 헤어져야 하니까 너무 슬프다.”). 이러한 집단원들의 평가는, 치료의 과정에서 형성된 자발적이고 능동적인 집단원 간의 친밀감이 집단의 역동으로 이어져서, 집단 전체에 긍정심리학의 구성요소인 관계·의미·성취에너지 등이 상승한 결과를 지지하는 결과로 해석 가능할 것이다.

또한 집단프로그램 임상집단의 참여율은 프로그램 전반에 걸쳐 평균적으로 96%을 보였으며, 특히 상황적인 제약(예, 코로나 상황)이 악화된 후반부에 이르러서도 100%를 유지하였다. 이와 같은 임상집단의 프로그램에 대한 높은 참여율은 이 시기에 한국어학당 전체 학생의 일반적인 수업출석률이 약 70%임을 감안할 때, 프로그램에 대한 참여자들의 순응도(compliance)와 높은 동기를 반영하는 것으로 해석 가능하겠다.

## V. 결론

### 1. 논의 및 결론

연구자는 긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 다국적 외국인 유학생들의 학습동기와 자기효능감에 어떠한 효과가 있는지를 검증하고자 이 연구를 진행하였다. 이 연구실험의 결과에 따른 논의 및 결론은 다음과 같다.

첫째, 긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 다국적 외국인 유학생의 학습동기 향상에 효과가 있는 것으로 나타났으며, 통계적 검증에서도 유의미한 변화를 보여주었다. 이는 유학생들이 프로그램에 참여하면서 현재 자신의 변화와 선택의 요인들을 발견하고 부정적 정서들은 벗어내면서 긍정적 정서들을 새롭게 받아들여 발전시킬 수 있었기 때문에 유의미한 변화를 나타낸 것으로 여겨진다. 또한 미술 작업을 통하여 몰입을 경험하고, 자신의 대표 강점을 찾고, 긍정적 미래의 꿈을 재발견하고, 미래의 꿈과 연결된 성취동기를 찾을 수 있었던 것이 학습동기 향상에 긍정적인 영향을 끼친 것으로 보인다.

이와 같은 연구 결과는 긍정심리자원 증진 프로그램이 청소년의 학습동기에 미치는 영향을 연구한 이용주(2017)의 연구 결과와 일치한다. 또한 “외국인 유학생들은 자신을 지지하는 안전한 공간에서 미술을 매개로 솔직한 감정을 탐색하고 새로운 자아를 알아차림은 유학 생활의 적응뿐만 아니라 미래를 계획하는 자원이 되었다.”고 보고한 이매화(2019)의 연구 결과를 지지하는 것으로 해석 가능하겠다.

둘째, 긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 다국적 외국인 유학생의 자기효능감 향상에 효과가 있는 것으로 나타났으며, 통계적 검증에서도 유의미한 변화를 보여주었다. 이는 외국인 유학생들이 집단미술치료 활동에 참여하면서 과거에 경험했던 긍정적 정서와 긍정적 관계감정들을 회상하면서 자신감을 회복하는 계기가 되었기 때문이다. 그리고 자신의 적응적 능력, 강점, 자원 등을 계발하여 ‘자

가치료자(Self healer)'로서의 역할을 통해 자기조절 효능감을 강화할 수 있었던 것이 자기효능감 향상에 긍정적인 영향을 끼친 것으로 보인다.

이와 같은 연구 결과는 '긍정심리에 근거한 집단미술치료가 청소년의 자기효능감에 미치는 효과'에 대하여 연구한 박혜림(2015)의 결론과도 일치한다. 또한 “집단미술치료를 통하여 재한 중국인 유학생들이 자신이 가진 장점을 발견하여 자존감과 자기효능감을 높이는데 긍정적 영향을 미쳤다.”고 보고한 이정민(2008)의 연구 결과를 지지하는 것으로 해석 가능하겠다.

셋째, 긍정심리학에 기반한 집단미술치료의 치료 과정을 통한 개인의 변화를 질적으로 분석해 본 결과, 집단원 각 개인에게 유의미한 변화가 있었음을 확인할 수 있었다. 이는 집단미술치료의 과정에서, 집단원들이 도전적인 과제에 몰입하고 성취 경험을 반복하면서 개개인이 자신의 긍정적 모습을 확인할 수 있었기 때문이다. 그리고 이로써 열등감과 낮은 자기개념을 극복하고 통합적으로 자아의 긍정적인 모습 찾을 수 있었던 것이 변화의 주요한 원인으로 보인다.

이와 같은 결과는 “집단원들이 도전적인 과제에 몰입하고, 적극적인 경청, 반영, 지지와 같은 긍정적인 상호작용을 경험하면서 점차 자신의 모습을 긍정적으로 이해할 수 있었다.”고 보고한 강민영(2019)의 연구 결과와 일관된 맥락에서 이해 가능할 것이다. 그리고 집단미술치료의 과정에서 집단원들이 경험하는 감정을 편안하게 표출하고 해소하는 과정을 가질 수 있었던 것이 집단원 각 개인에게 정서적으로 안정감을 제공해 주었을 것으로 여겨진다. 이와 같은 연구 결과는 “집단미술치료가 개인에게 감정의 정화를 경험하게 하며 정서적 안정을 찾게 해준다.”고 말한 Yalom(1995)의 주장과도 일치한다고 하겠다.

넷째, 긍정심리학을 기반한 집단미술치료의 치료 과정을 통한 집단의 변화를 질적으로 분석해 본 결과, 집단 전체에서 유의미한 변화가 있었음을 확인할 수 있었다. 이는 주어진 상황에서 각 집단원들이 집단에 대한 책임감과 인내와 끈기를 배우며, 여러 대상관계 속에서 감사한 일들을 탐색할 수 있도록 구성한 프로그램의 효과가 긍정적으로 영향을 미친 것으로 여겨진다.

임상집단의 프로그램에 대한 참여율 및 순응도가 100%로 나타난 점과 더불어, 집단원들의 프로그램에 대한 긍정적인 평가는 이 프로그램이 전체 집단에 긍정적인 효과를 미쳤다는 사실을 확인할 수 있는 유의미한 지표로서 해석 가능할

것이다. 그리고 집단미술치료의 과정에서 보여준 집단원 간의 자발적이고 능동적인 관심과 칭찬 피드백이 서로에게 친밀감을 형성해 주었고, 이는 집단의 역동을 이끌어내는 원동력이 되었다. 그리고 이렇게 만들어진 집단의 역동이 긍정심리학의 구성요소인 긍정정서·몰입·긍정관계·의미와 목적·성취 등의 에너지를 상승시키고, 이러한 에너지가 집단 전체에 긍정적으로 영향을 미쳐 집단 전체의 유의미한 변화를 이끌어낼 수 있었던 것으로 여겨진다. 이는 “집단미술치료의 과정에서, 회기가 진행될수록 친밀감 형성 및 집단에 대한 긍정적 정서와 역동이 나타났으며, 서로의 작품에 관심을 갖는 변화를 보였다.”고 보고한 유소희(2015)의 연구 결과를 지지하는 것으로 해석 가능하겠다. 집단미술치료의 과정에서 살펴본 개인과 집단 전체의 이러한 변화 결과는, 척도평가에서의 유의미한 변화 결과들과 함께, 긍정심리학에 기반한 집단미술치료 프로그램이 외국인 유학생의 학습동기와 자기효능감의 상승에 긍정적인 영향을 끼친다는 사실을 지지하는 것으로 해석 가능할 것이다.

이상의 논의와 결론에 따른 이 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, ‘긍정심리학에 기반한 집단미술치료가 청소년, 특히 외국인 유학생에게 효과가 있다.’는 선행연구들의 연구 결과를 지지하는 결론을 통해, 긍정심리학 기반 집단미술치료의 효과성과 임상적 의의를 제언하는 것이다.

둘째, 이 연구실험이 긍정심리학 기반 집단미술치료를 다국적 외국인 유학생을 대상으로 적용한 치료 효과 검증연구로서, 연구자의 지식으로는 적어도 국내에서 적용된 연구검증 논문으로는 최초의 사례로서의 의미를 지닌다고 할 수 있겠다.

마지막으로 이 연구의 의의는, 이 연구 결과의 실제 효과에 기반하여 임상적 의의를 제언 가능하므로, 앞으로 ‘긍정심리학 기반의 집단미술치료법’을 한국어교육 기관의 학교상담 상황에서, 다국적 외국인 유학생들에게 유효하게 사용할 수 있는 기반을 제공했다는 점일 것이다.

## 2. 제언

이 연구의 결과로써 몇 가지 제한점을 설명하고 후속 연구를 위한 제언을 하고자 한다. 이 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 이 연구는 효과 검증연구로서 참여 인원이 소수임에도 효과성 입증은 되었지만, 좀 더 많은 수의 참여자를 대상으로 한 반복 검증 연구의 필요성을 입증하는 것이 일반화에 대한 타당성을 높이는 데 도움이 될 것이다.

둘째, 이 연구에서는 임상집단과 통제집단 선정 시에 인원수의 제약으로 인해, 연령이나 성별, 국적 등의 인구통계학적 변인 및 개인적 특성 변인 등에 대한 매칭을 고려한 무선 집단 구성이 이루어지지 못하였다. 따라서 후속 연구에서는 이를 고려한 임상 및 통제집단 구성이 필요할 것으로 제안한다.

셋째, 이 연구의 프로그램이 단기 집중식 집단프로그램으로 운영되었기 때문에 장기적인 효과를 확인하거나 지속시키는데 제약이 존재하였다. 따라서 후속 연구에서는 장기 프로그램의 구성, 단기뿐만 아니라 장기적인 효과 검증 등의 프로그램의 효과성 지속을 증진시키는 접근이 필요할 것으로 제안한다.

넷째, 이 프로그램이 외국인 유학생뿐만 아니라 외국인 노동자, 다문화가정 등의 더 다양한 상황에 대해서도 확대 적용 가능하도록, 이 연구의 프로그램을 기반으로 다양한 대상군에 대한 적용과 효과성 검증 연구가 진행되기를 기대한다.

마지막으로, 이 연구의 결과로써 한국에서 유학하는 다국적 외국인들에 대한 한국어교육 외의 적극적인 상담 활동과 심리치료의 필요성을 확인하였다. 또한 ‘긍정심리학 기반 집단미술치료’가 비언어적인 치료로써 한국어 이해능력이 충분치 못한 외국인 유학생에게 유효하게 사용될 수 있음을 입증하였다. 따라서 J대학교 한국어학당을 비롯한 여타 외국어로서의 한국어를 교육하는 기관들의 학교 상담과 심리치료 상황에서 이 연구의 결과가 유용하게 활용될 수 있기를 기대한다.

## 참 고 문 헌

- 강현미(2016). **영아교사의 행복플로리시 역량 증진 프로그램 개발 및 적용**. 석사학위논문, 부산대학교 대학원.
- 관문정(2011). **제한 중국 유학생의 자기조절학습이 학습동기에 미치는 영향**. 석사학위논문, 성균관대학교 대학원.
- 권석만(2008). **긍정심리학**. 서울: 학지사.
- 김갑숙·이근매·이미옥·최외선·최선남(2006). **마음을 나누는 미술치료**. 서울: 학지사.
- 김갑숙·전종국·최선남(2007). **집단미술치료**. 서울: 학지사.
- 김동연(1990). 미술을 통한 심리치료정서 학습장애 연구. **한국정서학습 장애교육학회**, 6-1,
- 김동연(2000). 미술치료에서의 미술. **임상미술연구 세미나자료**, 34(2), 1-8.
- 김미정(2008). **양육시설 청소년의 집단미술치료 체험 연구**. 석사학위논문, 서울여자대학교 특수치료전문대학원.
- 김선현(2020). **인지 강화를 위한 미술치료 프로그램**. 경기: 한국학술정보.
- 김성호(2016). **고등학생의 자기복잡성과 학교생활 적응의 관계: 긍정적 자동적 사고와 긍정심리자본의 매개효과**. 박사학위논문, 상지대학교 대학원.
- 김아영(2010). **학습동기: 이론, 연구와 적용**. 서울: 학지사.
- 김아영·박인영(2001). 학업적 자기효능감 척도 개발 및 타당화 연구. **교육학연구**, 39-1, 95-123.
- 김용래(1993). **학업성적에 대한 기여변인의 영향력 분석**. 박사학위논문, 동국대학교 대학원.
- 김용래(2000). 학교학습동기척도와 학교적응척도의 타당화 및 두 척도변화. **교육연구논업**, 7, 3-37.
- 김은진(2005). **집단미술치료가 외국인 노동자의 문화적응 스트레스에 미치는 효과**. 석사학위논문, 원광대학교 동서보완의학대학원.

- 김인자·우문식(2011). **마틴 셀리그만의 긍정심리학**. 서울: 물푸레.
- 김정남·홍주영(2013). 긍정심리학에 근거한 집단미술치료 프로그램이 위탁가정 중학생의 자기효능감, 우울 및 심리적 안녕감에 미치는 효과. **미술치료 연구**, 20-2, 409-430.
- 김지혜(2010). **중국인 한국어 학습자의 언어 불안과 문화적응과의 관계**. 석사학위논문, 연세대학교 교육대학원.
- 김혜나(2014). **전문계 고등학생의 학습된 무기력과 진로태도성숙을 위한 집단 미술치료**. 석사학위논문, 명지대학교 사회교육대학원.
- 김현진·문영하(2013). 문화적응 스트레스와 한국어 숙달도와의 상관관계. **국제 한국어교육학회 학술대회 논문집**, 503-518.
- 김희정(2017). **집단미술치료가 중학생의 학습동기 및 학업적 효능감에 미치는 영향**. 석사학위논문, 한양대학교 예술디자인대학원.
- 나임순(2006). 외국인 유학생의 문화적응 스트레스가 생활 스트레스에 미치는 영향. **한국비영리연구**, 5, 159-197.
- 박은영(1998). **자기성장 집단상담이 대학생의 자기효능감 및 취업면접 태도에 미치는 효과**. 석사학위논문, 창원대학교 대학원.
- 박인영(1998). **학업적 자기효능감의 구인 및 측정에 관한 연구**. 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 박혜림(2015). **긍정심리에 근거한 집단미술치료가 청소년의 자기효능감에 미치는 효과**. 석사학위논문, 대구대학교 재활과학대학원.
- 서울대학교(2011). **교육학 용어사전**. 서울: 하우.
- 송남(2012). **제한 중국유학생의 학교적응과 학습동기 및 자기효능감의 관계**. 석사학위논문, 건양대학교 대학원.
- 송민지(2017). **긍정심리학을 적용한 집단미술치료가 청소년의 학교생활적응과 자기효능감에 미치는 효과**. 석사학위논문, 동국대학교 문화예술대학원.
- 우문식(2016). **긍정심리학은 기회다**. 서울: 물푸레.
- 우문식·윤상운(2011). **마틴 셀리그만의 플로리시**. 서울: 물푸레.
- 유소희(2015). **긍정심리학에 근거한 집단미술치료가 학습부진 청소년의 학습 동기와 학교적응력 및 자기효능감에 미치는 영향**. 석사학위논문, 명지대

- 학교 사회교육대학원.
- 이근희(2016). 초등학교 남녀 아동의 지각된 지능과 지능변화신념 및 자기효능감의 관계. 석사학위논문, 경인교육대학교.
- 이미자(2010). 긍정심리 집단미술치료가 장애아동 어머니 자아존중감과 양육효능감에 미치는 효과. 석사학위논문, 아주대학교 교육대학원.
- 이매화·한경아(2019). 재한 중국인 유학생들의 자기이해를 위한 집단미술치료 경험에 대한 현상학적 연구. 미술치료연구, 26-5, 967-990.
- 이소현(2018). 자기효능감과 학습동기 향상을 위한 글쓰기 연구: 외국인 유학생을 대상으로. 언어와 문화, 14-1, 217-241.
- 이선주(2017). 직장인의 직무스트레스와 자기효능감에 따른 PPAT 그림검사 반응 특성 연구. 석사학위논문, 한양대학교 예술디자인대학원.
- 이용주(2017). 긍정심리자원 증진 프로그램이 청소년의 학교적응에 미치는 영향: 부정정서와 학습동기를 중심으로. 석사학위논문, 영남대학교 대학원.
- 이정민(2008). 집단미술치료가 재한 중국인 유학생의 문화적응 스트레스와 자기효능감에 미치는 효과. 석사학위논문, 영남대학교 환경보건대학원.
- 이정애(2012). 학업적 자기효능감과 학과적응 간의 관계에서 결과기대의 매개효과 검증. 상담학연구, 13-5, 2329-2344.
- 이현정(2020). 긍정심리학 기반 집단미술치료가 미술치료 전공대학생의 및 주관적 행복감에 미치는 효과. 석사학위논문, 차의과학대학교 미술치료대학원.
- 전미향(1997). 집단미술치료가 청소년의 자기존중감과 사회적응력에 미치는 효과. 박사학위논문, 영남대학교 대학원.
- 정혜영(1993). 학습동기와 학교적응이 교과계열성적에 미치는 영향. 석사학위논문, 홍익대학교 교육대학원.
- 주리애(2015). 미술심리진단 및 평가. 서울: 학지사.
- 최미화(2002). 'Thinking science' 활동이 중학생의 인지가속에 미치는 효과 및 인지 수준과 동기 유형에 따른 'Thinking science' 문제해결과정 분석. 박사학위논문, 한국교원대학교 대학원.
- 최보람(2018). 긍정심리학에 근거한 집단미술치료가 대학생의 자아정체감과

- 대인관계에 미치는 효과. 석사학위논문, 명지대학교 사회교육대학원.
- 최외선(2005). 집단미술치료가 치매노인의 인지기능과 우울에 미치는 효과. **한국미술치료학회**, 12-4, 951-985.
- 하정희(2008). 중국 유학생의 대학생활 적응에 대한 질적 연구. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 20-2, 473-496.
- 허정선(2012). 긍정심리학에 근거한 집단미술치료가 학교 부적응 청소년의 자아탄력성과 학교생활적응에 미치는 효과. 석사학위논문, 건국대학교 디자인대학원.
- 호패진(2011). 집단미술치료가 재한 중국인 유학생의 문화적응 스트레스 및 대학생활 적응에 미치는 영향. 석사학위논문, 중부대학교.
- 홍민주(2017). 긍정심리학 기반 집단미술 프로그램이 대학생의 대인관계에 미치는 효과. 석사학위논문, 중원대학교 평생학습대학원.
- 홍주영(2011). 긍정심리학에 근거한 집단미술치료가 위탁가정 중학생의 자기효능감, 우울 및 심리적 안녕감에 미치는 효과. 석사학위논문, 경성대학교 대학원.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. NJ: Prentice Hall. (가경신·윤운성·정정옥 역, 2004. **변화하는 사회 속에서의 자기효능감**. 서울: 학지사)
- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist*, 28, 117-148.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W. H. Freeman and Company. (김의철·박영신·양계민 역, 1999. **자기효능감과 인간 행동**. 서울: 교육과학사)
- Deci, E. L. & R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination and behavior. *Psychological inquiry*, 11, 227-268.
- Fredrickson, B. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218-226.

- Liebmann, M. (2013). *Art therapy for groups*. Cambridge, Massachusetts: Brookline Books. (김갑숙·전종국·최외선·최윤숙 역, 2013. 집단미술치료: 주제와 활동에 대한 안내서. 서울: 학지사)
- Newman, R. S. (1990). Children's help-seeking in the classroom: The role of motivational factors and attitudes. *Journal of Educational Psychology, 82*, 71-80.
- Rubin, J. A. (1984). *The art of art therapy*. Taylor & Francis.
- Rubin, J. A. (1999). *Art therapy: An introduction*. Philadelphia: Brunner, Mazel. (김진숙 역, 2006. 미술치료학 개론. 서울: 학지사)
- Rubin, J. A. (2001). *Approaches to art therapy: Theory & technique* (2nd ed.). New York: Great Britain. (주리에 역, 2012. 이구동성 미술치료. 서울: 학지사)
- Schunk, D. H. (1990). *Perceptions of efficacy and classroom motivation*. Boston: American Educational Research Association.
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist, 55*, 5-14.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness*. New York: Free Press. (김인자 역, 2006. 긍정심리학. 서울: 물푸레)
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish a visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Free Press.
- Susan I. Buchalter (2004). *A practical art therapy*. London: Jessica Kingsley Publishers Ltd. (김소울 역, 2017. 집단미술치료 프로그램 핸드북. 서울: 교육과학사)
- Ulman, E. (1992). Art therapy: Problems of definition. *American Journal of Art Therapy, 30*, 70-74.
- Yalom, I. D. (1995). *The theory and practice of group of psychotherapy*. New York: Basic Book.

## 부 록

부록 1. 집단 미술치료프로그램 회기과정별 내용 및 평가

부록 2. PPAT 사전·사후 내용요소 미술치료 척도 개인별 질적 분석 결과

부록 1. 집단 미술치료프로그램 회기과정별 내용 및 평가

<1회기> 회기과정-과거(1)

1회기	나만의 아이덴티티(과거에서 긍정정서 불러오기)		
하위영역	학습동기(본질동기), 자기효능감(자신감)		
긍정심리학 구성요소	대표 강점 찾아내기, 행복 감정 정서 활용하기, 몰입으로 긍정정서 끌어 올리기		
활동목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 클레이 작업을 통하여 몰입을 경험하고 자신의 대표 강점 찾기</li> <li>• 집단 구성원들과 친밀감을 형성하고, 집단원들의 격려와 지지로 긍정적 피드백 받기</li> </ul>		
준비물	나무판, 컬러클레이, 감사 메모지	소요시간	90분
활동과정	활동내용		시간
들어가기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 프로그램 소개하기</li> <li>- 미술치료 활동의 목적과 취지를 설명한다.</li> <li>- 프로그램의 진행 과정에 대해 설명한다.</li> </ul>		20분
미술활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 자신이 집단미술치료 시간 동안 불러고 싶은 자신의 별칭을 컬러클레이로 꾸민다.</li> <li>- 나무판 위에 컬러클레이로 자신의 별칭을 꾸민다. 별칭은 글자나 별칭을 설명할 수 있는 상징물로 꾸민다.</li> </ul>		40분
긍정피드백	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 별칭을 꾸민 후, 왜 그러한 별칭을 지었는지 소개한다.</li> <li>- 별칭을 모국어로 지었다면, 한국어로 해석하고 집단원들에게 소개한다.</li> <li>• 각 별칭에 대한 집단원들의 인상이나 느낌을 공유한다.</li> </ul>		20분
마무리하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 감사메모 쓰는 방법에 대해 안내한다.</li> <li>- 매회기마다 자신이 감사한 일에 대해 한 가지씩 적어 마지막 회기에 감사일기 수첩으로 활용한다.</li> <li>• 프로그램 느낌 및 기대 나누기</li> </ul>		10분
<p>참 고: 유소희(2014)의 ‘이름이 뭐예요?’, 김희정(2017)의 ‘나 이런 사람이야’, 인지강화 프로그램(김선현, 2020, p. 61)의 ‘내 이름을 널리 알리자’ 재구성: 연구자, 클레이아트 전문가, 미술치료 슈퍼비전</p>			

<1회기> 회기 활동내용 및 평가-나만의 아이덴티티

대상	작품 사진	현장 스케치 & 긍정에너지
A		<p>A는 어린 시절부터 가족과 친구들이 불러 주었던 이름으로 별칭을 만들었다고 했다. 이름 옆에 꿈을 만들어 붙였는데, “꿈을 사람처럼 만들고 싶어요.”라고 말하며 꿈인형에 자신 감정을 투사시키는 모습을 보였다. “선생님, 저 실패한 것 같아요.”라고 말했듯이 자신감이나 자아강도가 낮은 정서 상태를 표현하였다.</p> <p>A는 한편으로는 별칭에 담긴 어린 시절의 추억들을 떠올리며, 또 한편으로는 클레이 작업에 몰입하면서 과거로부터 긍정에너지를 끌어오는 듯 보였다. 그러나 여전히 자신감 에너지의 유의미한 상승은 보여주지 못했다.</p>
B		<p>B는 10여 분 동안이나 주저하며 클레이 작업을 시작하지 못하다가, 정해진 시간을 넘겨서 작업을 마무리하였다. B는 어릴 때, 강아지처럼 누구에게나 친절하고 붙임성이 좋아서 어머니가 ‘00’이라는 별칭을 붙여주었다고 했다. 치료자가 “00은 그래서 친구가 많구나!”라고 긍정피드백을 해주니 아주 좋아하는 반응을 보였다.</p> <p>B는 평상시 일반적 자기효능감이 낮은 학생으로 보였는데, 클레이 작업에 몰입하는 과정에서, 그리고 치료자로부터 긍정피드백을 받으면서 자신의 강점을 발견하고, 긍정에너지가 유의미하게 상승시키는 모습을 보여주었다.</p>
C		<p>C는 별칭을 따로 만들지 않고 자신의 이름을 그대로 사용하였다. 그리고 “부모님이 지어주신 이름이 제일 좋아요.”라고 말했듯이 부모와의 애착관계가 잘 형성되어 있음을 보여주었다. 하트 모양을 만들어 붙였는데, 치료자가 질문을 하니, “여러분 모두에게 제 사랑을 나누어 주고 싶어요.”라고 대답하였다.</p> <p>C는 이번 회기 활동을 통하여, 자신과 가장 깊은 애착관계에 있는 부모님을 생각하면서 행복 감정 정서를 상승시킨 것으로 보인다. 또한 이러한 행복한 감정 정서는 긍정에너지 상승을 유인한 것으로 여겨진다.</p>
D		<p>D는 자신의 모국어로 별칭을 만들었고, 치료자가 뜻을 묻자 환하게 웃으며 “다이아몬드예요. 우리 아빠가 만들어준 이름이에요.”라고 대답하였다. 집단원 중 가장 클레이 작업에 깊이 몰입하는 모습을 보여주었고, 작업을 진행하면서 작업 과정에서 과거로부터 많은 긍정에너지를 끌어오고 있는 모습을 볼 수 있었다.</p>

D는 클레이로 자신의 ‘아이덴티티’를 만들며 한 번도 옆을 보지 않을 정도로 작업에 몰입하였다. D는 작품 활동에 몰입하는 상황에서 스트레스를 털어내고, 새로운 긍정에너지를 충전하는 모습을 보여주었다.

E는 자신의 이름을 별칭으로 사용하였고, ‘아리따운 사람’이란 뜻이 있다고 소개하였다. “그런데 나는 안 예뻐요”라고 말했듯이 조금은 소심한 듯한 성격 특성을 보였다. 이름 안에, 그리고 밖에 각각 하트모양을 붙인 것은 현재 누군가에게 사랑을 받고 있고, 또한 밖으로 이를 알리고 싶은 정서를 표현한 듯 보였다.

E는 클레이 작업 중 친구와의 친밀한 긍정관계를 회상하며 긍정관계정서를 강화하였다. 하지만 “나는 안 예뻐요.”라고 말했듯이 자신감이 부족한 모습도 보여주었다.



F는 자신의 이름 마지막 글자를 별칭으로 사용하였고, ‘달빛’이라는 의미가 있다고 소개하였다. 치료자가 “00은 얼굴도 달처럼 환하고 마음도 달빛처럼 밝은 것 같아요.”라며 피드백을 해주니, 환한 미소로 반응하였다. 버섯과 달팽이를 만들어 붙인 것은 고향에서 자주 먹던 음식 재료인데, 먹고 싶어서 만들었다고 했다.

F는 별칭의 의미를 재밌히하면서 과거로부터 행복 정서를 불러왔고, 자신의 얼굴을 칭찬하는 치료자의 긍정피드백을 통하여 자신의 강점을 강화하여서, 자신의 내면에서 긍정에너지를 끌어낸 것으로 여겨진다.



### 1회기 총평

1회기 ‘나만의 아이덴티티’ 활동에서, 각 집단원들은 어린 시절부터 불렀던 별칭이나 친숙한 이름을 클레이로 작업하면서 과거로부터 긍정정서를 불러왔다. 집단원들은 그들의 별칭 안에 내포된 의미들을 재밌히하면서 자신의 강점들을 다시 한번 생각해 볼 수 있는 기회를 가질 수 있었다. 이는 자아강도를 높일 수 있었을 뿐만 아니라 행복 감정 정서를 끌어 올리는 계기가 되었다.

작업하기가 쉽고, 만지는 접촉감이 좋으며, 화려한 색상을 구현할 수 있는 클레이라는 미술매체가 가지고 있는 장점으로 인해 집단원들 모두가 집단미술치료 프로그램에 몰입할 수 있었다. 이러한 몰입은 특히 B와 D의 스트레스 해소에 도움이 되었고, C와 F의 동기 향상에 영향을 주었다.

## <2회기> 회기과정-과거(2)

2회기	미소 속의 행복(과거에서 긍정정서 불러오기)		
하위영역	학습동기(본질동기), 자기효능감(자신감, 자기조절 효능감)		
긍정심리학 구성요소	긍정적 정서(만족감, 사랑)와 긍정관계 경험하기, 의미 찾기, 낙관적 희망 증진하기		
활동목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 과거에 경험한 긍정적 정서와 관계를 떠올려 자신의 감정 회상하고 희망 찾기</li> <li>• 집단원들의 격려와 지지로 긍정적으로 피드백하기</li> </ul>		
준비물	컬러클레이, 오일파스텔, PPT	소요시간	90분
활동과정	활동내용	시간	
들어가기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 뒤센미소에 대하여 설명하고, 다양한 뒤센미소를 PPT로 보여주며 게임을 통해 뒤센미소 찾는다.</li> <li>- 뒤센미소와 승무원 미소가 어떻게 다른지 토론하기</li> <li>- 집단원 간 뒤센미소에 대한 각자의 느낌을 설명하기</li> </ul>	20분	
미술활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 자신의 긍정적 과거를 회상하여 행복한 미소를 짓는 나(가족이나 친구도 가능함)를 컬러클레이로 표현한다.</li> <li>- 먼저 자신이 마지막으로 크게 웃었던 순간을 마음으로 그려보도록 한다.</li> <li>- 그때의 상황이 어떠하였는지, 누구와 함께 있었는지, 또한 시간은 언제였는지 등의 구체적 상황을 메모한다.</li> <li>• 작품 활동을 통하여 현재의 자리에서 웃음을 재현할 수 있도록 이끌어낸다.</li> </ul>	40분	
긍정피드백	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단원들에게 자신의 작품 소개하기</li> <li>- 집단원들과 함께 즐거운 감정과 웃음의 가치에 대해 토론한다.</li> <li>• 감사한 일에 대해 쓰기</li> </ul>	20분	
마무리하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 당일 회기 프로그램의 느낌 및 소감 나누기</li> <li>• 다음 회기 안내하기</li> </ul>	10분	
<p>인 용: 송민지(2017)의 ‘미소 속의 행복’, 집단미술치료 핸드북(Buchalter, 김소울 역, 2017, p. 84)의 ‘마지막으로 웃었던 때’</p> <p>재구성: 연구자, 클레이아트 전문가, 미술치료 슈퍼비전</p>			

<2회기> 회기 활동내용 및 평가-미소 속의 행복

대상	작품 사진	현장 스케치 & 긍정에너지
A		<p>A는 자신의 얼굴을 표현한 작품에 뒤센미소를 표현하였다. “어제 신서유기를 볼 때 제가 웃던 모습이에요.”라고 말하며 자신의 작품을 소개하였다. 이빨이 하얗게 드러나는 입모양을 표현하기 위해 여러 번 다시 만들기를 반복하며 많은 시간을 사용하였으며, A는 하얀 이빨이 미소 속에 표현될 수 있도록 미술 작업을 끝까지 끈기 있게 해내었다.</p> <p>A는 뒤센미소를 만들면서 긍정적인 자아를 인지하고, 그러한 자아를 작품으로 만들기 위한 몰입과정을 통하여 만족감을 경험하였고, ‘사랑’과 같은 긍정정서를 경험하였다.</p>
B		<p>B는 지난 회기와 달리 빠르게 클레이 작업을 시작하였다. 치료자가 묻기도 전에 “이 안에 두 개의 그림이 있어요. 꽃과 태양이에요.”라고 작품을 소개하였다. 치료자가 “00은 밝은 에너지가 많아서 사람들이 00을 보면 행복할 것 같아요.”라며 피드백을 해주자, 활짝 웃으며 좋아하였고, 집단원들도 “맞아요!”라고 말하며 B를 응원해 주었다.</p> <p>B는 꽃과 태양 안에 존재하는 자신을 모습을 표현하면서 자신에 대한 낙관적 희망을 증진시켰고, 긍정적인 자아를 인식하는 과정을 통하여 긍정에너지를 끌어와 자아강도를 유의미하게 상승시킬 수 있었다.</p>
C		<p>C는 자신의 뒤센미소 작품을 “제 어릴 때 얼굴이에요.”라고 소개하면서, “어릴 때 부모님이 저를 많이 사랑하셨습니다.”라고 말하였다. 그리고 활동 중 먼 곳을 응시하는 등 과거의 행복했던 시간을 회상하고 있는 듯한 모습을 보였다. 치료자가 “C는 어렸을 때 참 예뻐할 것 같아요.”라고 피드백을 주자 얼굴이 빨개지며 부끄러워하였다.</p> <p>C는 자신의 아이덴티티를 어린 시절의 자기 모습에서 찾고 있었다. 부모의 사랑을 많이 받으면서 행복했던 어린 시절의 긍정적인 자신의 모습에서 긍정에너지를 끌어와 긍정적으로 자아를 인식할 수 있는 기술을 발전시켰다.</p>
D		<p>D는 자신의 얼굴로 뒤센미소를 표현하였다. 치료자가 “언제 이렇게 웃었어요?”라고 질문하자 “고향에 살 때 이렇게 웃었던 것 같아요. 그런데 지금은 좀 힘들어요.”라고 대답하였다. 치료자가 “지금 클레이로 자신의 미소짓는 얼굴을 만드니까 기분이 어떠냐?”고 물으니, 스트레스가 많이 풀리는 것 같다고 대답하였다.</p>

D는 이번 회기에서도 클레이 작업을 통하여 자신의 스트레스를 적극적으로 해소하려는 태도를 보였다. D는 어린 시절의 정서적 경험들을 끌어와서 만족감, 사랑과 같은 긍정정서를 높인 것으로 여겨진다.

E는 친구 F의 얼굴에서 본 뒤센미소를 표현하였다고 했다. 치료자가 “왜 친구의 얼굴을 만들었어요?”라고 질문하자 “며칠 만에 친구를 만나면 친구의 얼굴에서 이런 뒤센미소를 볼 수 있어요.”라고 대답했다. 친구 F가 자신의 얼굴로 만든 작품을 평가하며 “못생겼다.”고 말하자 교실 안이 뒤센미소로 가득찬 웃음바다가 되었다.



E는 평소 친구 관계 속에서 자신의 정체성과 의미를 찾던 학생이다. 클레이로 친구의 뒤센미소를 표현하는 과정에서 친구의 사랑과 지지 경험을 회상해내면서 긍정관계 에너지를 획득하여 긍정정서를 상승시킨 것으로 보인다.

F는 엄마의 얼굴을 만들고, 엄마의 얼굴 위에 뒤센미소를 표현하였다. 치료자가 “왜 엄마의 얼굴을 만들었어요?”라고 질문하자 “속상할 때 엄마에게 전화하면 스트레스를 풀 수 있고, 웃을 수 있어요.”라고 대답하였다. 치료자가 “나도 이런 엄마가 있었으면 좋겠어요.”라고 피드백을 주자 F의 얼굴에 뒤센미소가 환하게 펼쳐졌다.



F는 엄마와의 좋은 긍정관계 경험들을 자기조절에 사용하고 있었다. 항상 자신에게 사랑과 만족감을 주는 엄마의 미소를 표현함으로써 자기조절효능감을 끌어올리고 낙관적 희망정서를 상승시킨 것으로 여겨진다.

## 2회기 총평

2회기 ‘미소 속의 행복’ 미술 활동에서 각 집단원들은 자신의 과거 경험들로부터 지지적 긍정정서를 가지고 와서 ‘뒤센미소’로 표현하였다. 이러한 미소 속의 행복감과 만족감의 재경험은 학생들의 학업동기를 자극하였고, 각 집단원들이 그들 안에 낙관적 희망을 증진시켜서 자기효능감의 상승을 가져왔다. 집단원들은 쉽게 작업할 수 있는 클레이를 활용한 미술활동에 몰입하면서 자아를 더욱 긍정적으로 인지할 수 있게 되었으며, 이는 자기조절효능감이 향상되는 효과를 가져왔다.

또한 미술 활동 종료 후 가졌던 ‘긍정피드백’ 시간에서는, 각 집단원들이 동료의 작품에 대하여 자발적이고 적극적인 긍정피드백을 해줌으로써 모든 집단원들 모두의 자아강도가 상승하는 효과를 가져왔다.

### <3회기> 회기과정-현재(1)

3회기	장단점 만다라(현재의 긍정정서 발견하기)		
하위영역	학습동기(계속동기), 자기효능감(일반적 자기효능감)		
긍정심리학 구성요소	몰입을 통하여 자신의 약점과 장점 이해하기, 의미 찾기(탁월한 성품-용기)		
활동목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 자신이 가지고 있는 자신의 긍정적 모습을 재확인하므로 열등감과 낮은 자기개념을 극복하고, 통합적으로 자아의 긍정적인 모습 찾기</li> <li>• 집단원들의 긍정적 피드백으로 지지받기</li> </ul>		
준비물	도화지, 크레파스, 수채물감 용구	소요시간	90분
활동과정	활동내용		시간
들어가기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 메시의 성장스토리를 영상으로 보여준다.</li> <li>- 메시의 성장스토리를 함께 보고 회기 목표와 관련 지어 활동 목표를 제시한다.</li> </ul>		20분
미술활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 장단점 만다라 그리기 활동</li> <li>- 눈을 감고 자신의 장점과 단점을 생각해본다.</li> <li>- 흰색 도화지 중앙에 크레파스를 이용하여 크게 원을 그린다(만다라를 상징하는 원을 그림으로써 마음의 안정을 얻음).</li> <li>- 원 안에 자신의 명도, 채도가 높은 색상의 크레파스를 선택하여 자신의 장점을 쓴다(자신의 긍정적인 면을 인식한다).</li> <li>- 원 밖에는 검정 색상의 수채물감을 사용하여 자신의 단점을 쓴다(자신의 부정적인 면을 인식한다).</li> <li>- 동일 색상의 검정 물감으로 원 밖을 불투명하게 채색하여 단점을 덮는다(덧칠하는 과정을 통해 카타르시스를 경험한다).</li> <li>- 밝은 색상의 수채물감으로 원 안을 채색하여 원 안이 돋보이게 한다(긍정적인 측면을 강조하여 자존감을 향상시킨다).</li> </ul>		40분
긍정피드백	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 완성된 작품을 통하여 자신의 장점을 알아차리고, 집단원 간 서로의 장점에 대해 피드백을 해주면서 긍정적인 자기인식을 할 수 있도록 유도한다.</li> <li>• 감사한 일에 대해 쓰기</li> </ul>		20분
마무리하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 당일 회기 프로그램의 느낌 및 소감 나누기</li> <li>• 다음 회기 안내하기</li> </ul>		10분
<p>인 용: 마음을 나누는 미술치료(최외선 외 4인, 2006, p. 196)의 ‘만다라의 개념’, 인지강화를 위한 미술치료 프로그램(김선현, 2020, p. 112)의 ‘장단점 만다라’ 재구성: 연구자, 클레이아트 전문가, 미술치료 슈퍼비전</p>			

### <3회기> 회기 활동내용 및 평가-장단점 만다라

대상	작품 사진	현장 스케치 & 긍정에너지
A		<p>A는 원 밖에 자신의 단점 쓰는 것을 어려워하였다. 하지만 원 안에 자신의 장점을 쓸 때는 상기된 표정으로, ‘착하다, 책임감이 강하다, 착실하다, 다른 사람을 잘 이해한다, 조용하다, 상상력이 풍부하다.’라고 빠르게 써 내려갔다. 이번 회기 진행 중에 A는 특별히 보조진행자(여성)와 스킨십을 하고 싶어하는 모습을 보였다.</p> <p>A는 처음에는 자신의 장단점 쓰기를 주저하였으나, 빠르게 정리하여 장단점을 쓰는 모습을 보였다. 이는 상승된 자기조절효능감을 통해 확보한 긍정에너지를 적극적으로 사용한 결과로 여겨진다.</p>
B		<p>B는 지난 2회기 때와는 달리 이번 3회기에서는 1회기 때와 같은 소극적인 태도로 자신의 장단점 쓰는 것을 힘들어하며 주저하는 모습을 보였다. 단점에 ‘똥똥하다.’ 한 단어만 써놓고 한참을 고민하다가 장점을 쓰기 시작했다. 장점으로 ‘사랑을 많이 받는다, 나누기를 좋아한다, 착하다, 낙관적이다, 은혜를 꼭 갚는다, 이빨이 예쁘다 등.’을 썼다.</p> <p>B는 여전히 자신감이 떨어져 있는 모습을 보였다. 그러나 1회기 때와는 달리 빠르게 자신감을 회복하여 작업을 시작하였다. 이는 이번 회기 활동이 자신의 장점에 초점을 맞추는 데 주안점을 두었기 때문에 용기를 낼 수 있었던 것으로 보인다.</p>
C		<p>C는 처음에는 자신의 단점을 하나도 쓰지 않았다. 치료자가 “C는 단점이 없나 봐요?”라고 질문을 하니, “많이 있는데 잘 모르겠어요.”라고 대답을 하였지만, ‘겉이 많다, 게으르다, 건강을 안 챙긴다.’ 등으로 단점을 쓰고, ‘보조개, 효도, 동물을 사랑하는 마음, 재미있는 사람’ 등으로 자신의 장점을 썼다.</p> <p>C는 이번 회기를 통하여 자신의 모든 장점들을 적극적으로 알리고 싶어하는 태도를 보였다. 이러한 긍정적인 자아인식 태도가 C의 일반적 자기효능감을 상승시킨 것으로 보인다.</p>
D		<p>D는 원의 안과 밖에 하트모양을 많이 그려 넣었다. 자신의 장점으로 ‘느긋하다, 예쁜 바보, 많이 웃는다, 늘 기분이 좋다.’라고 썼듯이 D의 내면세계에서 긍정에너지가 많이 상승하고 있는 모습을 보여주었다. 하지만 ‘목소리가 작다, 늘 힘이 없다, 불평이 많다.’라고 자신의 단점을 말했듯이 여전히 자신에 대한 부정적인 정서가 많이 남아있음을 보여주었다.</p>

D는 자신의 열악한 주변 상황으로 자기조절 효능감이 많이 떨어져 있었다. 하지만 미술 활동 중에 자신의 장점들에 대해 다시 한번 집중하게 되면서 현재에서 긍정정서를 발견하여 잃었던 자신감을 회복하고, 자기조절 효능감을 상승시켰다.

E는 자신의 장점을 ‘차분하다, 조용하다, 열심히 일한다, 감성적이다, 단순하다.’라고 썼지만, ‘부끄러움을 많이 탄다.’는 점을 단점이 아니라 장점이라고 생각하고 있었다. 이는 아마도 E의 모국에서는 여성이 부끄러움타는 모습이 장점으로 인식되고 있는 점을 시사하는 것으로 보인다.

평소 소심한 성격인 E는 자신의 단점을 용기 있게 쓰지 못하였다. 하지만 단점들을 까만색 물감으로 덧칠하여 지우는 과정에서는 안도하는 표정을 보였다. 장점을 쓰는 동안 행복감 등의 긍정정서가 상승하는 모습을 보여주었다.



F는 자신의 장점으로 ‘활발한 성격, 적극적인 성격, 늘 기분이 좋다, 신비한 사람 등’을 꼽았는데, 뜻밖으로 자신의 또 하나의 장점으로 ‘멍청이’를 꼽았다. 그리고 만다라 원 안에 유령그림과 포켓몬스트 등의 캐릭터를 그려 넣었는데, 이는 F의 일반적인 학교생활에서 보여준 4차원적인 성격을 표현한 것으로 보인다.

F는 용감하게 자신의 단점을 말하는 태도를 보였으며, 자신의 장점 또한 적극적으로 어필하는 모습을 보였다. 용감하고 진실한 고백을 통하여 긍정적인 자아를 인지하면서 자신의 내면에서 긍정에너지를 높여가는 모습을 보여주었다.



### 3회기 총평

3회기 ‘장단점 만다라’ 활동에서 F를 제외한 모든 집단원들은 자신의 단점을 찾는 데 어려움을 느끼는 모습을 보였다. 반대로 장점은 대체로 적극적으로 어필하는 태도를 보였다. 만다라 원 밖의 단점들을 까만색 물감으로 덧칠하여 가려주는 활동에서 대부분의 학생들의 정서가 시간이 흐를수록 안정되어 가는 모습을 집단원들의 표정으로 알 수 있었다. 또한 만다라의 원 안에 자신들의 장점을 쓸 때에는 상기된 표정을 지으며 적극적으로 작업에 임하는 태도를 보였다.

‘긍정피드백’ 시간에는 모든 집단원들이 자신의 의견을 적극적으로 피력하려는 태도를 보였으며, 이러한 친구들의 긍정피드백이 각 집단원들의 자아강도와 긍정에너지를 상승시키는데 효과적으로 영향을 끼치는 사실을 확인할 수 있었다.

## <4회기> 회기과정-현재(2)

4회기	변화와 선택(현재의 긍정정서 발견하기)		
하위영역	학습동기(수업동기), 자기효능감(자신감, 사회적 자기효능감)		
긍정심리학 구성요소	집단의 역동에너지를 통하여 자기 변화(긍정 기관), 긍정적 행동양식 만들기, 자기조절효능감의 상승		
활동목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 현재의 학습 상태 점검 및 변화와 선택을 해야 할 요인 찾기</li> <li>• 집단을 통한 집단 역동에너지 끌어내기</li> </ul>		
준비물	도화지, 색채도구, 다트, 활, PPT	소요시간	90분
활동과정	활동내용		시간
들어가기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 변화와 선택(마틴 셀리그만의 Learned helplessness) 이미지를 본다.</li> <li>- 무기력한 개와 코끼리(PPT 자료)의 예를 보여준다.</li> <li>- 현실에서 바꾸지 못하고 주저하는 것 찾아본다.</li> </ul>		20분
미술활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 감정파이 기법</li> <li>- “만약 내가 과거로 돌아가서 무언가를 바꿀 수 있다면, 어떤 부분을 바꾸시겠습니까?” 라는 질문으로 시작한다.</li> <li>- 조용한 음악을 들려주며, 공부가 어렵고 힘든 요인을 찾게 한다.</li> <li>- 2개 조로 나누어서 조별 활동으로 감정파이를 완성한다.</li> <li>• 다트게임</li> <li>- 다트지 위에 파이 형태의 그림을 그리고, 각 파이 안에 각자의 공부가 힘든 요인을 하나씩 쓴다.</li> <li>- 다트를 던져 명중시켜, 힘든 요인들을 하나씩 제거한다. (환호를 유도하여 감정을 표출시킨다-조별 게임)</li> </ul>		40분
긍정피드백	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 다트활동을 통해 느낀 점들을 집단원들과 함께 나눈다.</li> <li>• 감사한 일에 대해 쓰기</li> </ul>		20분
마무리하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 당일 회기 프로그램의 느낌 및 소감 나누기</li> <li>• 다음 회기 안내하기</li> </ul>		10분
<p>인 용: 유소희(2014)의 ‘공부, 너!’, 집단미술치료 핸드북(Buchalter, 김소울 역, 2017, p. 55)의 ‘내 인생의 방해물’</p> <p>재구성: 연구자, 클레이아트 전문가, 미술치료 슈퍼비전</p>			

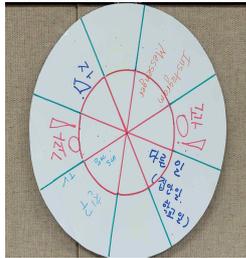
<4회기> 회기 활동내용 및 평가-변화와 선택

대상	작품 사진	현장 스케치 & 긍정에너지
A		<p>A는 공부가 힘든 요인으로 틱톡 중독을 꼽았고, 또한 어려운 문제를 만나면 공부를 포기하게 된다고 하였다. 어려운 문제가 뭔지를 물으니 한국어 쓰기가 어렵다고 대답하였다. A는 조별 활동에 크게 흥미를 느끼는 듯 조별 모임을 주도하였다.</p> <p>A는 조별 모임을 적극적으로 이끌면서 사회적 자기효능감을 상승시킨 것으로 보인다. 집단의 적극적인 지지가 A에게 용기를 주었고, A의 긍정적 행동양식에 영향을 주었다.</p>
B	<p>1조 (A, B, C)</p> 	<p>B는 자신의 공부를 방해하는 가장 큰 적은 ‘휴대폰’이라고 큰 소리로 말하였다. 그리고 기분이 안 좋을 때 공부도 잘 안된다고 말하였다. 치료자가 “기분이 안 좋을 때는 어떻게 해요?”라고 질문하니, “그냥 휴대폰만 계속 봐요.”라고 대답하였다.</p> <p>B는 자신의 행동을 스스로 관찰하여 휴대폰이 공부의 적이라는 사실을 찾아내었고, 다트게임 중 동료들의 도움을 받아 중독을 극복하고 부정정서를 이겨낼 강한 에너지를 충전할 수 있었다.</p>
C		<p>C는 친구들과 함께 카드게임을 자주하는데, 친구들과 카드게임이 공부를 가장 방해하는 요인인 것 같다고 고백하였다. 치료자가 “카드게임을 주로 언제 해요?”라고 질문하니, “매일 해요. 주로 퇴근하고 집에 와서 밤 늦게까지 해요.”라고 대답하였다.</p> <p>C는 자신의 공부를 방해하는 요인들을 친구들 앞에서 용기 있게 털어놓았고, C가 반드시 극복하겠다는 강한 의지를 보인 것은 집단원들의 응원과 격려를 받으면서 집단으로부터 역동 에너지를 공급받을 수 있었기 때문으로 보인다.</p>
D		<p>D는 인스타그램 메신저와 늦잠이 공부를 방해하는 것들이라고 하였다. 치료자가 “왜 그렇게 늦잠을 자요?”라고 묻자 “아르바이트도 많지 않고, 여러 가지 걱정들이 많아서 밤에 늦게 잠들어서 그런 것 같아요.”라고 대답하였다.</p>

D는 집단활동을 통하여 호기심, 기대감, 도전감, 참여성 같은 내적동기가 많이 향상되었다. 집단으로부터 사회적 지지를 받으면서 사회적 자기효능감도 많이 상승하였다.

2조  
(D, E, F)

E



E는 공부를 왜 해야 하는지 잘 모르겠고, 시간이 있을 때는 계속 TV만 보게 된다고 하였다. 치료자가 “고향에 계신 부모님들이 00이 공부 열심히 해서 좋은 직장 들어가기를 바라실 텐데요?”라고 말하자 “저도 그렇게는 생각해요. 그래서 저도 처음에는 열심히 공부했지만 지금은 잘 모르겠어요.”라고 대답하였다.

평소 성격이 소심한 편인 E는 집단원들과 함께 어울리면서 용기를 내어 공동작업에도 적극적으로 참여하였다. ‘잘 모르겠다.’고 반응하였던 E의 부정적 행동양식이 ‘할 수 있다.’는 긍정적 확신으로 변화되어 가는 모습을 볼 수 있었다.

F

F는 아르바이트가 너무 많아서 힘들고, 공부를 하려고 해도 집중이 잘 안 된다고 하였다. 치료자가 “아르바이트 시간을 조금만 줄이면 안 될까요?” 물으니, “저도 아르바이트를 좀 줄여야겠다고 많이 생각했지만 잘 안 돼요.”라고 대답하였다.

사회적 자기효능감이 높고 행동 양식이 비교적 긍정적이었던 F는 친구들에게 모임의 주도권을 양보하는 겸손하고 절제된 모습을 보였으며, 집단활동을 통하여 공부와 일상에서 쌓인 스트레스를 풀어내는 모습을 보였다.

#### 4회기 총평

4회기는 ‘변화와 선택’이라는 주제로 집단활동을 하였다. 개인 활동에서는 볼 수 없었던 강력한 집단의 역동을 느낄 수 있었고, 모든 집단원들이 활동에 적극적으로 참여하는 모습을 보였다.

‘공부를 방해하는 요인을 어떻게 극복할 것인가?’ 라는 성취 목표를 복잡한 논리적 과정으로 풀지 않고, 단순한 다트게임으로 풀어가는 시도가 집단원들에게 변화와 새로운 선택에 대한 자신감을 가지게 하였고, 일시적으로나마 공부 스트레스를 해소할 수 있었던 기회가 되었다. 이는 집단원 모두에게 새로운 수업동기를 유발시키는 계기가 되었을 뿐만 아니라 긍정적 행동 양식을 배울 기회가 되었다.

**<5회기> 회기과정-현재(3)**

5회기	나만의 보물상자(현재의 긍정정서 발견하기)		
하위영역	학습동기(수업동기), 자기효능감(과제난이도 선호)		
긍정심리학 구성요소	지혜와 용기 긍정에너지 사용하기, 긍정적 행동양식 만들기, 인간의 번영 추구하기		
활동목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 자신의 적응적 능력, 강점, 자원을 계발하여 ‘자가치료자’(Self healer)로서의 역할을 통해 자기조절 효능감을 강화함.</li> <li>• 집단원들의 격려와 지지로 긍정적 피드백하기</li> </ul>		
준비물	빈 상자, 도화지, 금박지, 펄 색종이, 반짝이 풀, 리본테이프, 스티로폼, 사인펜, 풀, 가위	소요시간	90분
활동과정	활동내용		시간
들어가기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 풍선 게임</li> <li>- 풍선에 공부와 관련된 부정적 단어들을 쓰고 터뜨리기</li> </ul>		20분
미술활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 나의 보물상자 만들기 활동</li> <li>- 내담자가 원하는 크기와 형태의 빈 상자를 선택한다.</li> <li>- 상자를 보물상자로 명명한 뒤에 다양한 재료로 마음껏 꾸며준다.</li> <li>- ‘긍정 대처문장’들을 카드에 적는다.</li> <li>- 카드의 형태나 색을 다양하게 꾸며주며 어떤 카드에 관심을 가지는지 관찰한다. 완성한 뒤 상자에 넣는다.</li> <li>• 기분이 가라앉을 때마다 보물상자로 가서 긍정적인 ‘보물’을 꺼내보라고 지시한다.</li> </ul>		40분
긍정피드백	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 긍정적인 ‘보물’이 어떤 느낌을 주는지 집단원들과 함께 이야기 나누어 본다.</li> <li>• 감사한 일에 대해 쓰기</li> </ul>		20분
마무리하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 당일 회기 프로그램의 느낌 및 소감 나누기</li> <li>• 다음 회기 안내하기</li> </ul>		10분
인 용:	김희정(2017)의 ‘요술항아리 만들기’, 인지강화를 위한 미술치료 프로그램(김선현, 2020, p. 120)의 ‘나만의 보물상자’		
재구성:	연구자, 클레이아트 전문가, 미술치료 슈퍼비전		

<5회기> 회기 활동내용 및 평가-나만의 보물상자

대상	작품 사진	현장 스케치 & 긍정에너지
A		<p>A는 나만의 보물상자 안에 4장의 ‘긍정대처메시지’ 카드와 금달걀과 은달걀을 만들어 넣었다. “샤오밍은 책임감이 강하니까 꼭 성공할거야.”, “샤오밍은 마음이 넓어서 다 이해할 수 있어.”라는 대처 메시지 카드를 만들었다.</p> <p>A의 긍정대처메시지에서 자기조절 자기효능감이 유의미하게 상승되었음을 알 수 있었으며, 미래에 대한 낙관적 생각을 볼 수 있었다. 또한 성취에 대한 긍정에너지가 유의미하게 상승한 것을 알 수 있었다.</p>
B		<p>B는 상자 안에 3장의 긍정대처메시지 카드와 선물들이 가득 달린 크리스마스 트리를 만들어 넣었다. “나는 언제나 친절하니까 친구들을 도와줄거야.”, “대부분의 친구들은 나를 너무 좋아해!”라고 긍정대처메시지를 썼다.</p> <p>5회기에 이르러 마침내 B의 태도에서 자아강도가 크게 상승되어 있는 것을 볼 수 있었다. B의 ‘긍정대처메시지’에서 그동안 집단원들의 지지와 치료자의 피드백을 통하여 확보한 긍정정서에너지의 상승을 확인할 수 있었다.</p>
C		<p>C는 클레이로 ‘가족’이라고 큰 글씨를 써서 보물상자 안에 넣어 두었다. “엄마는 우리 00을 믿는다. 엄마는 00만 믿어.”, “우리 친구 00은 세상에서 가장 재미있는 사람이야!”라는 긍정 대응 메시지를 카드에 써 넣었다.</p> <p>C는 가족의 지지와 기대감이 변함없는 자신의 긍정에너지 근원이 되고 있음을 그의 긍정대처 카드에서 또 한 번 확인할 수 있었다. 또한 좋은 친구 관계가 C의 긍정에너지의 근원임을 확인할 수 있었다.</p>
D		<p>D는 긍정 메시지 카드를 예쁘게 장식하는데 많은 공을 들였는데, 특별히 자신이 전에 살았던 초원의 꽃들을 많이 그려 넣었다. 카드에는 “사랑한다 우리 새끼야! 잘했다 우리 딸!”, “힘내 친구야! 우리가 있잖아!”라는 ‘긍정대처메시지’를 만들어 넣었다.</p> <p>D에게 있어서는 자신에 대한 부모나 친구의 ‘지지적 메시지’가 자신의 긍정에너지가 될 수 있음을 보여주었다. 그리고 어린 시절 초원 생활에서 꾸었던 꿈들이 오늘도 여전히 그에게 희망이 되고, 그의 긍정적 행동양식을 만들어내는 에너지임을 보여주었다.</p>

E



E의 보물상자에서 부리가 긴 펠리컨이 큰 물고기를 물어다 새끼에게 먹여주는 그림이 인상적이었다. 그리고 꽃 그림에서 모든 꽃을 하트 모양으로 그려 넣었다. “나에게는 깊은 사랑으로 감싸주시는 어머니가 계시잖아?”, “나도 엄마처럼 살거야!” 라는 긍정메시지를 대치카드에 썼다.

E에게 있어서는 엄마의 지원과 지지가 모든 동기의 원천이 되며, 일상의 스트레스를 극복할 수 있는 에너지가 됨을 알 수 있었다. E에게는 엄마의 존재가 곧 자기효능감의 원천이며 학습의 동인이 된다는 사실을 그의 ‘긍정대치카드’를 통하여 확인시켜 주었다.

F



F의 보물상자 안에는 웃고 있는 엄마의 얼굴을 표현한 달걀이 있었고, 무지개색으로 색칠한 달걀 하나가 더 있었다. “나에게는 꿈이 있어, 지금은 힘들지만 나중에 꼭 내 꿈을 이루는 날이 올거야.”, “힘들 때는 엄마에게 전화하면 돼!”라는 긍정메시지를 대응카드 안에 써 넣었다.

F의 긍정에너지 역시도 엄마로부터 오고 있음을 대치카드로 보여주었다. 엄마의 존재 자체가 F의 긍정에너지인 것으로 여겨진다. 활동을 통하여 F에게 있는 강력한 성취 욕망과 낙관적 정서가 강화되는 것을 볼 수 있었다.

### 5회기 총평

5회기 ‘나만의 보물상자’ 미술 활동에서, 모든 집단원들이 긍정심리학의 주요요소인 지혜와 용기를 잘 활용하는 모습을 보였다. 미술 활동 시작 전 가졌던 토론 시간에 친구들의 의견을 집중하여 듣고, 친구들의 지혜를 빌려서 자신만의 ‘긍정대치문장’을 만들어 가는 모습을 보였다.

이번 회기 활동을 통하여 모든 학생들이 자기효능감의 하위영역 중 ‘과제난이도 선호’ 긍정에너지가 많이 상승한 것을 확인할 수 있었다. 위협적인 상황에서 언제든지 꺼내어 사용할 수 있는 도구(긍정대치문장)가 생겼기 때문에, “이제는 무엇이든지 할 수 있을 것 같다.”는 반응들을 보였다.

## <6회기> 회기과정-미래(1)

6회기	무인도 탈출기(미래의 긍정정서 키우기)		
하위영역	학습동기(계속동기), 자기효능감(사회적 자기효능감)		
긍정심리학 구성요소	긍정적 관계를 통하여 집단의 에너지 상승시키기, 역경을 통해 성장하기, 탁월한 성품(용기, 열정) 배우기		
활동목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 주어진 상황에서 집단에 대한 책임감 갖기</li> <li>● 창의적 지혜 계발, 용감성과 끈기 배우기</li> <li>● 집단 원들의 격려와 지지로 긍정적 피드백하기</li> </ul>		
준비물	컬러우드락, 컬러 클레이, 5조도구 오일파스텔, 색연필, 수수깡	소요시간	90분
활동과정	활동내용	시간	
들어가기	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 친구의 말에 귀 기울이기 게임을 통해서 소통의 중요성을 깨닫는다.</li> </ul>	20	
미술활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 미리 준비해둔 무인도 모형에 집단 원들이 각자의 역할을 맡아 꾸민다.</li> <li>- 치료사는 집단원들에게 갑자기 무인도에 떨어진 스토리를 들려준다.</li> <li>- 집단원들과의 토론을 통하여 목적, 계획 등을 세우고, 무인도에서 자신들이 각자 맡아서 해야 할 역할을 나눈다.</li> <li>- 집단원들이 서로 협력하여 무인도 작품을 완성한다.</li> </ul>	40분	
긍정피드백	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 작품 진행 과정에서의 느낌이나, 작품 완성 후의 만족감 등을 서로 나눈다.</li> <li>● 감사한 일에 대해 쓰기</li> </ul>	20분	
마무리하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 당일 회기 프로그램의 느낌 및 소감 나누기</li> <li>● 다음 회기 안내하기</li> </ul>	10분	
<p>인 용: 송민지(2017)의 '무인도 탈출기'와 박혜림(2015)의 '이 섬에서 내가 할 수 있는 일'</p> <p>재구성: 연구자, 클레이아트 전문가, 미술치료 슈퍼비전</p>			



---

D는 조개 모양으로 SOS 구조신호를 만들었고, A와 공동작업으로 낚시배를 만들었다. D는 그냥 무인도에서 살고 싶다고 말해서 이유를 물으니, “섬이 너무 예쁘고 친구들과 선생님이 함께 있으니, 이 섬에서 함께 살면 너무 행복할 것 같아요.”라고 하였다. D는 이번 회기에서 특별히 다른 집단원들과의 교류에 적극적인 모습을 보였다.

평소에 친구들과의 대화에 소극적이던 D는 이번 회기에서 달라진 모습을 보였다. 친구들과 적극적으로 대화하며 미술 작업을 같이하는 모습에서 D의 대상관계에 대한 긍정에너지가 유의미하게 상승된 모습을 볼 수 있었다.

---

E는 F와 함께 공동작업으로 야자나무와 야자 열매, 그리고 작은 통나무 집을 한 채를 지었다. 집은 A가 이미 집을 만들었는데 왜 또 만들었냐고 물으니, “사람이 많으니까 두 채가 필요할 것 같아서”라고 대답하였다. 평소 소심한 성격으로 말수가 적었던 E가 이번 회기 집단활동에서는 아주 적극적으로 자신의 감정을 밖으로 표현하는 태도를 보였다.

평소 조용하며 감정을 잘 드러내지 않던 E가 이번 회기에서는 많이 웃는 모습을 보여주었는데, 이는 긍정적인 친구 관계 속에서 사회적 자기효능감이 높아져서 개방성이나 호기심 같은 적극적인 에너지가 상승한 결과로 보인다.

---

F는 공동작품 외 물고기, 뱀, 거미를 만들었다. 왜 뱀과 거미를 만들었는지 물으니, 잡아먹을 거라는 의외의 대답을 하였다. 치료자가 “한국 사람들은 뱀이나 거미를 무서워하고 먹지 않는다.”고 말하니, “저는 하나도 안 무서워요, 맛있어요!”라고 대답하며 F의 평소의 4차원적이고 대담한 성격을 보여주었다.

4차원적이지만 유쾌한 성격의 F는 ‘무인도 탈출기’ 활동에서 자신의 창의적 역량을 십분 발휘하였다. 대담하고 용감한 F에게서는 ‘무인도에서의 고립이나 갈등’과 같은 부정적 감정 등은 찾아볼 수 없었고, 오히려 ‘즐거움이나 기대감’ 같은 긍정감정정서로 충만해 보였다.

---

## 6회기 총평

---

6회기 ‘무인도 탈출기’ 활동은 모든 집단원들이 가장 적극적으로 참여하였을 뿐만 아니라 집단의 역동이 가장 강하게 나타난 미술활동이었다고 할 수 있다. 무엇보다도 무인도에 함께 갇힌 동료들을 배려하여 생각해낸 무인도에서의 생존과 탈출 아이디어들이 많았는데, 이는 회기가 거듭되면서 집단의 역동이 개인에게 크게 영향을 끼쳐서, 집단 내에 긍정에너지가 크게 상승한 사실을 설명해준다고 하겠다.

학생들의 무인도 탈출 아이디어들이 기발하고 치료자도 상상하지 못했던 내용들이 많았는데, 이는 집단미술치료를 통하여 집단원들이 동료들과 치료자의 긍정피드백을 받으면서 자기효능감이 높아져 창의적이고 개방적인 사람으로 변화되었을 뿐만 아니라, 긍정적인 또래관계를 통하여 학습동기 역시 높아진 결과인 것으로 보인다.

---

## <7회기> 회기과정-미래(2)

7회기	함께 만드는 소망나무(미래의 긍정정서 키우기)		
하위영역	학습동기(비본질동기), 자기효능감(자기조절 효능감, 자신감)		
긍정심리학 구성요소	미래의 자기 존재의미 탐색하기, 미래에 대하여 낙관적으로 생각하기(희망, 열정), 개인과 집단의 목적과 성취동기 탐색하기		
활동목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 부정적 정서를 벗어나고 긍정적 미래를 소망하기, 미래의 꿈과 연결하여 학습동기 찾기</li> <li>• 집단원들의 격려와 지지로 긍정적 피드백하기</li> </ul>		
준비물	양면테이프, 컬러매직, 칠판, 카드, 포스트잇, 컬러우드락	소요시간	90분
활동과정	활동내용	시간	
들어가기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단원들은 자신의 꿈에 나타난 사람이나 물건, 장소들의 가능성 있는 상징적인 의미에 대해 서로 나눈다.</li> <li>- 실제 꿈에서의 결론과 자신이 바꾸기를 원하는 결과가 어떻게 다른지 등에 대해 이야기해 본다.</li> <li>• 나무는 우리의 인생과 닮아있음을 설명하고, 긍정의 나무를 표현하는 것에 대한 이해를 높인다.</li> </ul>	20분	
미술활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2절지 크기의 컬러우드락을 이용하여 소망나무를 만든다.</li> <li>- 소망나무와 나무의 열매는 어떤 관계인지 서로 토론한다.</li> <li>- 나무의 열매가 의미하는 바가 무엇인지 설명한다.</li> <li>• 카드와 포스트잇에 각자의 소망을 써서 소망나무에 붙인다.</li> </ul>	40분	
긍정피드백	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 각자의 소망들을 집단원들과 함께 나눈다.</li> <li>• 감사한 일에 대해 쓰기</li> </ul>	20분	
마무리하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 당일 회기 프로그램의 느낌 및 소감 나누기</li> <li>• 다음 회기 안내하기</li> </ul>	10분	
<p>인 용: 홍주영(2010)의 '소망나무'와 김희정(2017)의 '나의 20년 후', 집단미술치료 핸드북(Buchalter, 김소울 역, 2017, p. 92)의 '소망그림'</p> <p>재구성: 연구자, 클레이아트 전문가, 미술치료 슈퍼비전</p>			

<7회기> 회기 활동내용 및 평가-함께 만드는 소망나무

대상	작품 사진	현장 스케치 & 긍정에너지
A		<p>A는 올해 꼭 토픽 6급을 따서 장학금을 많이 받고 원하는 대학에 합격하고 싶다고 하였고, 10년 후에는 유명한 작가가 되어서, 책(제목:서른의 행복)을 출간하여 많은 사람들에게 ‘행복하게 사는 비결’을 알려주고 싶다고 하였다.</p> <p>A는 자신의 미래 목표에 대하여 낙관적으로 생각하고, 타인에 대한 사랑과 배려심이 깊어진 모습을 보였다. 이는 집단미술치료 과정에서 긍정정서 에너지가 유의미하게 상승하면서 A의 정서가 매우 안정되어 가고 있음을 증명해주는 것이라고 하겠다.</p>
B		<p>B는 올해의 소망은 고향에 돌아가서 가족들을 만나는 것이라고 하였고, 10년 후에는 ‘뷰티아티스트’가 되어서 사람들을 예쁘게 꾸며주고 싶다고 하였다. B는 종이새를 만들고, 종이새의 날개 위에 자신의 소망들을 적었다.</p> <p>B는 큰 도화지 위에 자신의 소망들을 가득 채워 써서 소망나무에 걸었다. 새의 날개 위에 자신의 미래 소망을 썼듯이, B의 소망나무는 초기 단계의 의기소침했던 자신의 심리 상태를 벗어나서 희망과 열정으로 가득찬 심리 상태를 보여준 것으로 여겨진다.</p>
C		<p>C는 “코로나가 빨리 끝나서 세상이 더 이상 고통받지 않기를 소망한다.”고 하였고, 10년 후에는 큰 회사의 사장이 되어서, 가족들을 행복하게 만들어주고 싶고, 또 돈을 많이 벌어서 어려운 사람들도 많이 도와주고 싶다고 하였다.</p> <p>C는 자신의 소망보다 타인의 행복에 초점을 맞추어 소망카드를 썼다. C는 자신의 에너지를 다른 사람과 나누어 쓸 수 있을 만큼 미술치료 과정에서 충분한 긍정에너지를 충전하여 자신의 내면을 행복과 희망으로 가득 채웠음을 보여주었다.</p>

D

D는 올해의 소망으로 토픽 5급 시험에 합격하는 것을 꼽았고, 10년 후에는 여행전문가가 되어서 몽골과 한국에서 각각 한국과 몽골을 소개하고 싶다고 하였다. 그리고 쌍둥이 아기가 있었으면 좋겠다고 하였다.

D는 결혼하여 가정을 꾸리고 싶은 마음을 표현했듯이, 대상관계 에너지가 유의미하게 상승되었음을 알 수 있었다. 이러한 관계 에너지는, D가 적극적으로 공부할 수 있는 학습동기를 이끌어내는 것으로 보인다.



E

E는 빨리 성공하고 싶고, 올해는 꼭 부모님을 만나 보고 싶다고 하였다. 10년 후에는 좋은 아내, 좋은 엄마, 좋은 딸로서 행복하게 살고 싶다고 하였다. 그리고 작은 가게도 하나 갖고 싶다고 하였다.

E의 미래 소망에서 볼 수 있듯이, E는 성취동기가 분명하고 학습에 대한 외재적 동기가 강하기 때문에, 새롭게 목표를 설정하고 열정적으로 공부할 수 있을 것으로 보인다.

F

F는 올해는 한국어를 더 열심히 공부해서 한국말을 잘할 수 있었으면 좋겠다고 하였고, 10년 후의 소망은 고향에서 한국어 선생님이 되는 것이라고 하였다. 그리고 우리 선생님처럼 잘 가르치고 사랑이 많은 선생님이 꼭 되고 싶다.”고 하였다.

F는 ‘선생님처럼 되고 싶다.’고 말했던 것처럼, 자신의 미래 정체성을 치료자에게서 찾은 것 같았다. 이러한 F의 꿈은 일반적 자기효능감에 지속적으로 긍정적인 영향을 끼칠 것으로 보인다.

### 7회기 총평

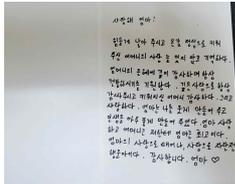
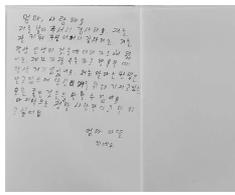
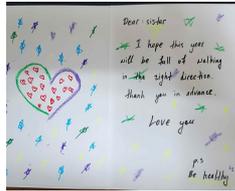
7회기 ‘소망나무 만들기’ 활동은 각 집단원들이 미래로부터 긍정에너지를 끌어올 수 있도록 설계되었다. 올해의, 10년 후의, 그리고 다른 사람들을 위한 소망나무를 만들어보라고 제안하였다. 소망을 찾아내고, 소망카드를 만든 과정에서 집단원들 모두 몰입하는 모습을 보였다. 그리고 학생들의 소망카드 안에 긍정심리학에서 말하는 타인에 대한 자애심이나 사랑 같은 긍정정서가 많이 언급된 것은, 학생들이 미래의 꿈으로부터 긍정에너지를 많이 끌어온 것을 증명하는 것이라고 말할 수 있겠다.

또한 집단원들 간에 주고받았던 긍정적인 피드백들로 인하여 더욱 행복감을 향유하며 즐거워하는 모습들을 볼 수 있었다.

## <8회기> 회기과정-다지기

8회기	감사편지 쓰기(긍정정서 다지기)		
하위영역	학습동기(본질동기, 계속동기), 자기효능감(자기조절효능감)		
긍정심리학 구성요소	긍정적 정서 다지기, 긍정적 관계 점검하기, 자아의 존재의미 재음미하기		
활동목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 축적된 긍정에너지 압축 재생산하기, 대상관계 속에서 감사한 일 탐색하기</li> <li>● 격려와 지지로 동료에게 긍정적으로 피드백하기</li> </ul>		
준비물	카드, 백색카드봉투, 컬러마커, 색연필 스크랩북, 활동사진, 여러 가지 색지	소요시간	90분
활동과정	활동내용	시간	
들어가기	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 함께 만들었던 감사메모를 읽고 의미 있거나 기억에 남는 감사한 일을 나눈다.</li> <li>● 자신과 집단원들의 미래에 대한 강점 피드백(롤링페이퍼)을 적는다.</li> </ul>	20분	
미술활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 자신을 포함한 자신이 알고 있는 사람들 중에 가장 의미 있고 중요한 한 사람에게 감사편지를 쓴다.</li> <li>- 눈을 감고 가장 의미 있고 중요한 사람을 떠올려 본다.</li> <li>- 전달하고 싶은 말과 함께 카드를 꾸며 작업을 완성한다.</li> <li>● 지금까지 작업했던 자신의 활동사진을 정리하여 스크랩북을 만든다.</li> <li>- 추가할 설명이나 내용 등을 적거나 그려 넣는다.</li> </ul>	40분	
긍정피드백	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 감사편지를 쓰면서 느낀 점을 서로 나눈다.</li> <li>● 자신의 스크랩북에 대해 설명한다.</li> </ul>	20분	
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 당일 회기 프로그램의 느낌 및 소감 나누기</li> <li>● 서로에게 선물하기(선물 안에 긍정메시지 카드 넣기)</li> </ul>	10분	
<p>인 용: 송민지(2018)의 ‘감사편지 만들기’, 집단미술치료 핸드북(Buchalter, 김소울 역, 2017, p. 95)의 ‘타인을 위한 선물’</p> <p>재구성: 연구자, 클레이아트 전문가, 미술치료 슈퍼비전</p>			

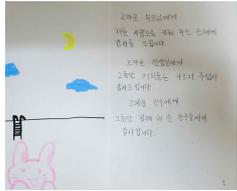
<8회기> 회기 활동내용 및 평가-감사편지 쓰기

대상	작품 사진	현장 스케치 & 긍정에너지
A		<p>저는 가장 먼저 선생님들께 감사드리고 싶습니다. 처음 한국에 와서 지난 1년 동안 많은 어려운 일들을 겪었는데, 생활 방면에서나 학습상에 저를 도와주려고 애쓰시고 항상 따뜻하게 대해 주셔서 정말 감사합니다. 선생님들이하시는 모든 일들이 순탄하며, 또 항상 건강하시기를 기원합니다.</p> <p>A는 긍정정서가 유의미하게 상승하여, 행복하고 만족한 표정으로 감사편지를 썼다. 편지의 내용도 진실하였고, 타인에 대한 사랑, 관심, 감사의 마음을 표현하였다.</p>
B		<p>사랑해, 엄마! 힘들게 저를 낳아 주시고 온갖 정성으로 키워주신 어머니의 사랑을 늘 잊지 않고 기억하고 있어요. 깊은 사랑으로 항상 감싸주신 어머니의 은혜에 감사드립니다. 저한테는 엄마가 최고예요. 엄마의 사랑으로 태어나고 그 사랑으로 잘 자란 저는 행운아인 것 같아요. 고마워요, 엄마!</p> <p>B는 이번 회기로 미술치료가 끝난다는 사실에 실망하는 모습을 보였고, 감사편지를 읽으면서는 많이 울었다. 긍정정서 에너지가 상승하여 감정이 풍부해지고 자기감정을 긍정적으로 인식하여 잘 표현하는 모습을 보였다.</p>
C		<p>엄마, 사랑해요. 저를 낳아 주시고 키워주셔서 정말 감사해요. 어머니는 항상 저에게 인생을 가르쳐 주셨어요. 제가 가장 즐겁고 행복할 때 어머니는 항상 그 자리에 있었어요. 저는 말하는 방법을 잘 몰라서 어머니에 대한 제 모든 마음을 다 말할 수 없어요. 마지막으로 정말 엄마를 사랑한다'고 다시 말하고 싶어요.</p> <p>C는 감사편지에서도 어머니와의 특별한 친밀감을 드러내었다. 어머니에 대한 또 한번의 사랑 고백이 긍정에너지를 끌어모아 C의 긍정정서와 자기효능감을 높여주었다.</p>
D		<p>사랑하는 언니에게,          언니는 저에게 항상 어두운 밤길에서 밝은 등대와 같은 분이었어요. 올해에도 언니가 저의 방향타가 되어 저를 이끌어 주시면 좋겠어요. 언니가 언제나 저에게 좋은 조언자가 되어주셔서 감사드립니다. 사랑해요! 항상 건강하세요.</p>

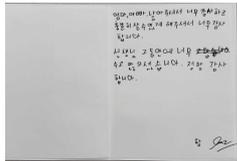
D D는 자신에게 익숙한 언어로, 감정을 담아 시적으로 감사편지를 썼다. 이는 D의 감정 정서가 풍부해졌음을 말해준다. 치료자와의 아이컨택에도 적극적이고, 또래관계에도 적극적인 모습을 보였다.

E E는, 고마운 부모님에게 - “저를 사랑과 정성으로 키워 주신 은혜에 감사드립니다.”, 고마운 선생님에게 - “그동안 저희들을 잘 가르쳐 주셔서 감사드립니다.”, 고마운 친구들에게 - “그동안 함께 해준 친구들에게 감사합니다.”라고 썼다.

E는 자신과 대상관계에 있는 모든 사람들에게 감사편지를 썼다. 이는 E의 대상관계 긍정에너지가 풍부해진 것을 보여주는 것이라고 하겠다. 감사편지의 내용을 소개할 때는 넘치는 행복감을 누리는 듯 상기된 표정을 보였다.



F F는 아르바이트로 인해 한국어 수업에 결석하는 경우가 종종 있었지만, 미술치료 시간은 빠짐없이 적극적으로 참여하였다. F는 회기 내내 부모님께 감사하는 마음으로 인해, 치료자와 친구들과의 긍정관계를 음미함으로 인하여 오는 내면의 행복감을 마음껏 누리는 모습을 보여주었다.



### 8회기 총평 및 피드백

‘감사편지 쓰기’ 종결 회기는, 그동안 집단미술치료 활동들을 통하여 축적한 모든 긍정에너지들을 다시 한번 다지는 시간이었다. 감사편지뿐만 아니라 집단미술치료 활동을 하면서 느낀 점과 자신에게 정서적으로 도움이 된 내용과 자신이 어떤 면에서 긍정적으로 변화되었는지 등을 서로 나누었다. 모든 집단원들이 한결같이 즐겁고 행복한 시간이라고 긍정적으로 피드백을 하였고, 치료자에게 감사를 표하였다.

Corona-pandemic 상황으로 인하여 집단미술치료 활동을 시행하기가 모든 면에서 힘든 상황이었지만 최선의 결과를 획득할 수 있었던 것은, 실험집단 안에서 자연 발생한 집단 역동의 에너지가 컸고, 이러한 역동에너지가 Corona-pandemic 상황의 열악한 환경을 극복하고 연구실험을 성공리에 마칠 수 있게 한 원동력이 된 것으로 보인다. 집단원들의 감동적인 감사편지와 집단미술치료에 대한 집단원들의 높은 지지와 긍정적 피드백으로써 이 연구실험의 집단미술치료가 외국인 유학생의 학습동기와 자기효능감 향상에 효과적이었음을 확인할 수 있었다.

부록 2. PPAT 사전·사후 내용요소 미술치료 척도 개인(항목)별 질적 분석 결과

평가 요소	A의 평가분석 결과		
	전	후	평가 전=>후 변화된 요소
1. 용지의 방향	가로	가로	None
2. 전체 그림에 사용된 색	갈색 등 5가지 색 사용, 사과를 채색하지 않음	갈색, 분홍색 등 6가지 색 사용, 사과를 채색함	사과가 선명하게 표현된 것은 미래 희망 긍정에너지가 상승된 결과로 보임.
3. 인물을 그렸는지 여부	인물을 1명 그림	인물을 3명 그림	인물을 여러 명 그린 것은 대인관계 욕구 에너지가 상승한 결과로 보임.
4. 인물을 그리면서 사용한 색	인물이 검정색으로 표현됨	3명의 인물이 각각 갈색, 분홍색, 파란색 등의 다양한 색으로 표현됨	관계에 있어서 다양성의 인정과 타인에 대한 희망적이고 긍정적인 시각의 변화를 보여 줌.
5. 인물의 성별	막대기 형상으로 성별을 알 수 없음	인물의 성별을 여 2명, 남 1명으로 그림	대상관계 개념이 긍정적으로 발전함. 또한 자기개념이 명확해진 것으로 보임.
6. 인물의 실제적인 에너지	사과나무에 올라가서 사과에 인물의손이 닿음	사과를 따고 내려와서 인물이 사과를 손에 들고 있음	성취에너지가 유의하게 상승하여 완성 단계에 이른 것으로 보임.
7. 인물의 얼굴 방향	뒷면	정면	자신감에 대한 긍정에너지가 매우 상승하여 적극적 해결의지가 보임.
8. 나이	막대기 형상으로 나이를 알 수 없음	3명 모두 10대 정도로 표현	좀 더 명확하게 자신을 그림에 투사하여 일치시킴, 자기개념을 발전시킴.
9. 옷	표현되지 않음	표현되지 않음	None
10. 사과나무	사과가 달린 사과나무 1그루, 3개의 큰 바구니를 그림	8그루의 사과나무에 다소 많은 사과 열매들이 달려 있음	주변 환경과의 소통에 자신감이 생김, 고립감에서 탈피, 성취동기가 높아진 것으로 보임.

11. 사과나무 색	밝은 갈색 줄기와 초록색 잎	밝은 갈색 줄기와 초록색 잎	특이사항 없음
12. 주변 환경의 묘사	사과나무 주변에 바구니, 강, 물고기, 꽃 등을 그림	사과밭을 표현, 땅에 떨어진 사과들과 새를 그림	확보된 긍정에너지를 잘 지키고 싶은 정서를 표현했고, 외부환경 인식에 있어서 집중력이 상승한 것으로 보임.
13. 기타 형태의 삽입	없음	없음	None

평가 요소	B의 평가분석 결과		
	전	후	평가 전=>후 변화된 요소
1. 용지의 방향	가로	가로	None
2. 전체 그림에 사용된 색	갈색, 빨간색, 검정색, 하늘색, 초록색	갈색, 빨간색, 남색, 초록색, 하늘색	강조된 외곽선은 외부환경을 잘 방어하여 자아를 통합하고 유지하고자 하는 의지의 표현으로 보임.
3. 인물을 그렸는지 여부	2명의 인물을 그림	1명의 인물을 그림	불필요한 타인의식 정서상태에서 자신에게 집중하는 의식 정서상태로 발전된 것으로 보임.
4. 인물을 그리면서 사용한 색	인물이 검정색으로 표현됨	인물이 남색으로 표현됨	인물을 좀 더 밝은색으로 표현한 것은 자기효능감이 상승한 결과로 보임.
5. 인물의 성별	인물의 성별을 알 수 없음	인물의 성별을 알 수 없음	None
6. 인물의 실제적인 에너지	사과를 따서 바구니에 담았고, 나무 아래에서 누군가가 응원하고 있음	사과를 바구니에 가득 담고, 사과 하나를 손에 들고 웃고 있음	목표를 달성하여 만족하고 있는 것으로 보아 성취에 대한 에너지가 상승된 것으로 보여짐.
7. 인물의 얼굴 방향	나무 위: 뒷모습 나무 아래: 앞모습, 눈만 그림	정면, 웃는 모습	얼굴의 정면과 미소짓는 얼굴을 그린 것은 부정적인 자아상이 많이 치료된 결과를 나타내는 것으로 보임.

8. 나이	알 수 없음	알 수 없음	None
9. 옷	표현되지 않음	표현되지 않음	None
10. 사과나무	사과나무 줄기가 굵고 가지가 없고 옹이가 많음. 사과가 과도하게 많음	사과나무 줄기가 굵고 가지가 없고 옹이가 많음. 사과가 많이 달려 있음	질은 옹이에서 다소 희미하게 옹이로 표현한 것으로 보아 불안감이나 갈등이 다소 감소한 것으로 보여짐.
11. 사과나무 색	옹이가 있는 밝은 갈색 줄기와 얼은 초록색 잎	옹이가 있는 어두운 커피색 줄기와 진한 초록색 잎	특이사항 없음.
12. 주변 환경의 묘사	강아지, 태양, 구름, 바구니	꽃, 구름, 태양, 사과가 가득 든 바구니	주변 환경에 대한 관심이 많아 보이며, 비어있던 바구니가 채워진 것으로 보아 성취감이 상승한 것으로 보임.
13. 기타 형태의 삽입	말풍선을 그리고 사과나무 아래의 인물이 'YES'라고 말함	없음	'YES'를 미소로 바꾸어 표현해낸 것은 자신감의 유의미한 상승을 보여줌.

평가 요소	C의 평가분석 결과		
	전	후	평가 전=>후 변화된 요소
1. 용지의 방향	세로	세로	None
2. 전체 그림에 사용된 색	초록색, 빨간색, 검정색, 분홍색 등 모두 선으로 표현함	갈색, 초록색, 노란색, 빨간색 등으로 나무와 사과, 그리고 사람을 채색함	채색도구가 색연필에서 싸인펜과 크레파스로 다양해졌고, 대상물들을 모두 채색한 것은 긍정정서가 유의미하게 상승한 것을 보여줌.
3. 인물을 그렸는지 여부	사람이 아닌 돼지로 표현됨.	사람이 아닌 돼지로 표현됨	None
4. 인물을 그리면서 사용한 색	등장인물(돼지)에 어두운색과 밝은색이 같이 사용됨	등장인물(돼지)에 분홍색, 노란색 등의 밝은색이 사용됨	채색이 밝아진 것은 자아상이 다소 긍정적으로 바뀐 것을 보여줌.
5. 인물의 성별	남자	남자	None

6. 인물의 실제적인 에너지	인물이 땅 위에서 있고, 사과나무에는 원숭이가 대신 올라가 있음	인물이 뜰채로 사과를 따고 있음	사과 따는 사람을 원숭이에서 인물로 바꾼 것은 자아강도와 자신감이 상승하여 긍정정서가 높아진 것을 보여줌.
7. 인물의 얼굴 방향	정면, 사과 따는 것과 관련이 없음	옆모습, 사과나무를 향해 있음	적극적인 자세로 사과 따기를 시도한 것은 긍정정서 에너지가 상승한 사실을 말해줌.
8. 나이	알 수 없음	알 수 없음	None
9. 옷	옷이 채색으로 표현되지 않음	밝은 분홍색과 노란색 투피스로 표현됨	채색된 의상으로 보아 자아상을 구체화 한 것으로 보여짐.
10. 사과나무	채색되지 않은 사과나무와 열매, 몇 개의 사과는 땅에 떨어져 있음	잘 채색된 사과나무와 열매, 풍성하게 달려 있는 열매를 표현함	사과나무를 풍성하게 표현한 것은 자신의 정서가 여러 방면에서 긍정적으로 변한 것을 보여줌.
11. 사과나무 색	채색하지 않고 나무 테두리만 그림	밝은 갈색 줄기와 초록색 잎	사후에 나무에 채색을 한 것은 긍정정서가 높아지고 자아강도가 높아진 것을 보여줌.
12. 주변 환경의 묘사	사과나무에 매달린 원숭이	바닥 지지선, 사과를 따는 그물채	타인에 대한 의존성이 성취동기의 상승으로 자발성으로 변화되어진 것으로 보여줌.
13. 기타 형태의 삽입	말풍선(행복하십니까)	없음	문제해결 에너지가 상승하여 집중력이 높아진 것으로 보임.

평가 요소	D의 평가분석 결과		
	전	후	평가 전=>후 변화된 요소
1. 용지의 방향	가로	가로	None
2. 전체 그림에 사용된 색	초록, 연두 노랑색 외 8가지 색을 모두 선으로 표현함	갈색, 초록색, 빨간색, 분홍색 외 7가지 색을 넓게 채색함	다양한 채색 도구를 사용하여 사물을 선명하게 표현한 것은 미래 긍정에너지와 적극성이 상승한 것을 보여줌.
3. 인물을 그렸는지 여부	인물 1명만 그림	고양이, 강아지와 1명의 인물을 그림	고양이와 강아지를 함께 그린 것은 어느 정도 고립감이 해소되고, 자아정체성이 높아진 것을 보여줌.

4. 인물을 그리면서 사용한 색	인물이 검정색 단 색으로 표현됨	인물이 다양한 색으로 표현됨	다양한 색상으로 자신을 표현한 것은 자신에 대한 수용성이 높아진 결과로 보임
5. 인물의 성별	막대기 형상으로 성별을 알 수 없음	여자	눈, 코, 입과 머리를 구체적으로 표현한 것으로 보아 자아 개념이 상승한 것으로 보여짐
6. 인물의 실제적인 에너지	사과나무를 향해 손을 뻗고 있음.	사과를 따서 손에 들고 있음	자신의 미래에 대하여 어느 정도 낙관하는 미래 긍정에너지가 유의미하게 상승된 것으로 보임
7. 인물의 얼굴 방향	동그라미로 표현하여 알 수 없음	정면. 사과 따는 것과 관련이 없음	자신감 없는 낮은 성취동기 상태에서, 목표를 이루고자 하는 성취에너지가 상승한 것으로 보여짐
8. 나이	막대기 형상으로 나이를 알 수 없음	10대 소녀로 보임	자신이 문제를 스스로 해결할 수 있는 나이가 되었음을 받아들이는 긍정정서가 상승한 것으로 보임
9. 옷	표현되지 않음	밝은 분홍색 원피스로 표현됨. 밝은 분위기	존재 가치를 찾을 수 없었던 이전의 모습에서, 존재감을 찾아가고 있는 모습으로 변화되고 있음을 보여줌.
10. 사과나무	사과나무가 종이 한쪽 끝에 작게 그려짐. 사과는 없음	사과나무를 중앙에 크게 그렸고 사과 열매가 하트모양으로 그려져 있음	중앙에 있는 사과나무와 하트 모양의 사과는 애정과 성취에 대한 에너지가 표현된 것으로 보여짐.
11. 사과나무 색	채색하지 않고 나무 테두리만 그림	밝은 커피색 줄기와 초록색 잎	사후에 나무에 채색을 한 것은 긍정정서가 높아지고 자아 강도가 높아진 것을 보여줌.
12. 주변 환경의 묘사	많은 별을 그림	무지개, 동산, 강아지, 고양이	외면되고 고립되었었던 자신을 대상관계의 중심으로 끌어오는 강한 에너지를 보여줌.
13. 기타 형태의 삽입	영어 문자, 별 그림	없음	환경에 대한 공상적이고 비현실적인 인식에서 현실적인 인식으로 변화된 것으로 보여줌

E의 평가분석 결과			
평가 요소	전	후	평가 전=>후 변화된 요소
1. 용지의 방향	세로	가로	위축된 에너지가 확장되어 나타난 것으로 보여짐.
2. 전체 그림에 사용된 색	초록색, 갈색, 파란색, 노란색, 살구색	빨간색, 초록색, 갈색의 6색	채도가 높아지고 윤곽선이 뚜렷해진 것으로 보아 문제 해결에 대한 긍정에너지가 상승한 것으로 보임.
3. 인물을 그렸는지 여부	남,여 2명의 인물을 사실적으로 표현함	남,여 2명의 인물을 사실적으로 표현함	None
4. 인물을 그리면서 사용한 색	남자는 파란색 계열로, 여자는 살구색으로 인물들을 표현함	남자는 동일한 파란색 계열로, 여자는 더 밝고 화려한 색상을 사용하여 표현함	좀 더 채도가 높은 색상으로 인물을 표현한 것으로 보아 자신감이 상승된 것으로 보여짐.
5. 인물의 성별	남·여 2명의 인물	남·여 2명의 인물	None
6. 인물의 실제적인 에너지	남자가 사과를 따고 여자는 수동적으로 바구니로 받고 있는 모습을 표현함	아래에서 사과를 수동적으로 바구니로 받고 있던 여자가 사과를 손으로 들고 있음	사다리 위에 있는 남자는 성취과정에서의 긴장감을 의미할 수 있지만, 둘 다 사과를 손에 들고 있는 것으로 볼 때 문제를 해결하고자 하는 적극적인 의지가 있는 것으로 보임.
7. 인물의 얼굴 방향	옆모습	옆모습	None
8. 나이	10대 소년과 소녀	10대 소년과 소녀	None
9. 옷	남자는 파란색 계열 옷, 여자는 살구색으로 옷을 표현, 밝고 경쾌한 느낌	남자는 파란색 계열의 옷, 여자는 색이 다른 티와 치마로 선명하게 채색됨	자신의 존재감에 대한 긍정 정서 에너지와 자신감이 상승한 것으로 보임.
10. 사과나무	한 그루의 사과나무에 가지와 12개의 사과	두 그루의 사과나무와 열매, 왼쪽 나무에 어린 가지가 나고 있는 모양을 그림	새로 난 나무의 어린 가지 그림에서, 자신의 미래에 대한 새로운 긍정에너지를 찾는 것을 확인할 수 있음.

11. 사과나무 색	밝은 갈색 줄기와 연초록색 잎	진한 커피색 줄기와 진한 초록색 잎	특이사항 없음
12. 주변 환경의 묘사	사과나무가 평이하게 채색되었고, 태양, 돼지 두 마리를 그림	사과나무를 더욱 밀도 있게 그렸고, 꽃과 나비, 두 그루의 나무를 그림	두 그루의 나무를 조화롭게 그린 것은 대상관계에 있어서 자기조절 긍정에너지가 상승된 것으로 보임.
13. 기타 형태의 삽입	없음	없음	None

평가 요소	F의 평가분석 결과		
	전	후	평가 전=>후 변화된 요소
1. 용지의 방향	가로	가로	None
2. 전체 그림에 사용된 색	초록색, 갈색, 노란색 외 3색	초록색, 갈색, 빨간색 외 4색, 좀 더 밀도 있게 채색됨	채도가 높아진 것으로 보아 문제해결 능력 에너지가 유의하게 상승된 것으로 보임.
3. 인물을 그렸는지 여부	주제와는 관계없는 2명의 인물을 그림	주제와 관계없는 2명의 인물을 그림	의지할 수 있는 주변 인물을 표현한 것으로 보아 목표성취에 대한 주변의 격려와 보살핌을 필요로 하고 있음을 표현한 것으로 보여짐.
4. 인물을 그리면서 사용한 색	세 가지 색으로 단순하게 표현됨	다양한 색깔들을 사용하여 인물을 표현하였고, 색들이 밝고 선명함	인물들의 색상이 선명하게 변화된 것으로 보아 성취동기 에너지가 유의미하게 상승한 것으로 보여짐.
5. 인물의 성별	인물의 성별을 알 수 있음	엄마와 아기	불안감으로 인해 모호했었던 자아개념이 긍정에너지의 충전으로 말미암아 자아개념이 명확해진 것으로 보임.
6. 인물의 실제적인 에너지	사과나무의 방향으로 서 있어서 에너지를 받을 수 없음	두 그루의 나무 사이에서 아기를 재우며 편안하게 쉬고 있는 모습	문제해결에 대한 의지나 성취동기 에너지가 부족해 보이지만, 자신의 미래의 모습으로부터 긍정에너지를 불러오기 위해 노력하고 있는 모습을 보임.

7. 인물의 얼굴 방향	옆모습, 주제와 관련이 없음	옆모습, 주제와 관련이 없음	문제해결보다는 좀 더 편안함을 추구하고 있는 것으로 보이며, 아직은 문제를 해결하려는 의지나 동기가 약한 것으로 보여짐.
8. 나이	10대 소년과 50대 어른	30대 엄마와 어린이, 10년 후의 자신의 모습으로 여겨짐	자신과 전혀 상관없는 인물에서, 자신의 10년 후 모습을 그린 것은 자신의 자아강도가 다소 높아진 결과로 보임.
9. 옷	단순한 1~2가지 색으로 옷을 채색함	인물들의 옷이 여러 가지 색으로 채색되었고 색들이 선명함	옷에 대한 묘사가 보다 구체적인 것으로 보아 전반적인 에너지가 상승된 것으로 보여짐.
10. 사과나무	사과나무 대신 대 상자의 모국에서 볼 수 있는 빈약한 한 그루의 나무를 그림	두 그루의 사과나무에 나뭇잎과 열매들이 풍성하게 표현됨	사과를 따는 동작 표현이 없는 것은 아직은 성취동기가 충분하게 상승하지 못한 것을 말하며, 사과나무 사이에서 쉬고 있는 모습을 표현한 것은 더 많은 긍정정서 에너지의 필요성을 보여줌.
11. 사과나무 색	밝은 갈색 줄기와 연두색 잎	진한 커피색 줄기와 초록색 잎	특이사항 없음
12. 주변 환경의 묘사	연을 날리는 아이와 강에서 노를 짓는 사람, 그리고 소와 집을 그림	해먹에서 잠을 자고 있는 아이를 차분한 분위기로 그림	고향에 대한 향수와 외로움을 표현한 것으로 보이지만, 편안함과 안정감에 대한 새로운 성취동기가 생기고, 높아지고 것으로 보임.
13. 기타 형태의 삽입	없음	없음	None

## ABSTRACT

### The Effects of Positive Psychology-based Group Art Therapy on Learning Motivation and Self-Efficacy of Foreign Students

Jung-Hoon Yim

Major in Psychotherapy

Graduate School of Social Education, JEJU National University

Supervised by Professor Myoung-Seok Seo

&

Professor Soyong Eom

This study aimed to verify the effects of positive psychology-based group art therapy on foreign students' learning motivation and self-efficacy. The participants included twelve foreign students enrolled in an advanced-level Korean language program at J University in J-city. Of the twelve participants who agreed to join the group art therapy program through random recruitment, six were assigned to the clinical trial group and six to the control group.

Each therapy session's primary framework was established using the five core components of positive psychology's "well-being theory"; positive psychology was utilized to enhance foreign students' learning motivation and self-efficacy. The therapy program, which was based on past research and selected reference resources, was conducted in eight 90-minute sessions.

For the pre-post evaluation comparison analysis, both the clinical trial group and the control group completed the learning motivation scale assessment and self-efficacy scale assessment before and after the program. Furthermore, the clinical trial group participated in the Person Picking an Apple from the Tree (PPAT) assessment, and the changes experienced by the participants (on an individual level as well as assigned group levels) were observed and analyzed.

The current study's research outcomes were as follows.

First, this study verified the positive effects of positive psychology-based group art therapy on participants' learning motivation.

Second, it also confirmed that positive psychology-based group art therapy positively affected participants' self-efficacy.

Third, the pre-post evaluation of changes experienced by the participants and the dynamics (on individual as well as group levels) throughout the group art therapy process confirmed meaningful changes in their self-efficacy and learning motivation.

Thus, the positive psychology-based group art therapy program, which proved to be effective as per the results of this study, can be utilized in school counseling and psychotherapy services offered at educational institutions, for foreign students and other foreigner communities such as migrant workers and multicultural families.

Keywords: Positive psychology, foreign students, self-efficacy, group art therapy, learning motivation.