

북한이탈 기혼여성의 심리적 적응을 위한 해결중심 집단미술치료 프로그램의 효과성 연구: 가족상실로 인한 우울감 및 죄책감을 중심으로*

조 하 나

최 연 실†

상명대학교

본 연구는 북한이탈 기혼여성의 가족상실로 인한 우울감과 죄책감을 완화시키기 위해 해결중심 집단미술치료 프로그램을 구성하고 심리적 적응을 위한 효과적인 개입 방안을 제시하는 데 목적이 있다. 이러한 목적을 위하여 북한이탈 기혼여성 16명을 대상으로 주1회 90분씩 총 10회기의 해결중심 집단미술치료 프로그램을 진행하였다. 본 연구의 효과성을 검증하기 위하여 SPSS 18.0 프로그램을 사용하였으며, 실험집단과 통제집단의 동질성 여부는 비모수 통계인 맨 휘트니 U 검정(Mann-Whitney U Test)을 실시하였고, 우울감과 죄책감의 사전·사후 검사 간의 차이를 알아보기 위해 비모수 통계인 Wilcoxon의 짝을 이룬 부호 순위 검정(Wilcoxon Signed-Rank Test)을 이용하여 통계 처리하였다. 본 연구 결과, 첫째, 북한이탈 기혼여성을 위한 해결중심 집단미술치료 프로그램은 실험집단의 사전·사후 검사에서 가족상실로 인한 우울감을 완화시켰다. 둘째, 북한이탈 기혼여성을 위한 해결중심 집단미술치료 프로그램은 실험집단의 사전·사후 검사에서 가족상실로 인한 죄책감을 완화시켰다. 해결중심 집단미술치료 프로그램을 마친 후 실험집단 북한이탈 기혼여성은 문제에 초점을 두는 것이 아니라 건강한 것에 초점을 두게 되었다. 본 연구는 시간적·경제적·심리적 부담으로 인해 상담을 받기 어려운 북한이탈 기혼여성에게 미술치료를 통해 쉽게 다가갈 수 있다는 것과 해결중심상담을 통해 장기적인 프로그램으로 시행되지 않아도 개인이 가진 장점을 찾아 문제를 해결할 능력과 자원을 갖고 있다는 것을 발견하는 긍정적인 효과성을 입증한 데에 의의가 있다.

주요어 : 북한이탈 기혼여성, 심리적 적응, 해결중심 집단미술치료 프로그램, 가족상실, 우울감, 죄책감

* 본 원고는 제 1저자의 석사학위 논문의 일부를 토대로 재구성한 것임.

† 교신저자(Corresponding Author): 최연실 / 상명대학교 가족복지학과 / 서울시 종로구 홍지문 2길 20번지

Tel: 02-2287-5317 / E-mail : yschoi@smu.ac.kr

최근 들어 북한을 탈출하여 남한으로 넘어오는 사람들이 급격히 증가하고 있다. 북한의 식량난을 피해 중국에서 당장 먹을 음식을 구할 목적으로 탈북을 하거나, 경제적인 동기에 따라 탈북하는 사람들이 1990년대 중반부터 꾸준히 늘어나기 시작하였고, 2012년 12월 현재 기준으로 총 24,614명의 이탈주민이 남한에 거주하고 있다(통일부, 2012).

기하급수적으로 늘어나고 있는 북한이탈주민이 남한 사회에서 어떻게 적응해 가는가에 대한 선행연구들(박종철, 김영운, 이우영, 1996; 윤인진, 1999; 장혜경, 김영란, 2000; 조영아, 전우택, 2005; 황정숙, 2009)은 있어왔지만, 대부분의 연구는 정책에 관한 연구나 이전에 살았던 북한과 남한의 이질적인 문제로 인한 적응 스트레스가 주를 이루고 있으며(박윤숙, 2006; 오난희, 2003; 이동렬, 2008; 이소래, 1997; 이태희, 2003), 적응에 대한 본질적인 부분인 정서적 안정을 구체화 하는 연구(김연희, 전우택, 조영아, 2010; 전우택, 1997; 조영아 외, 2005)는 그리 많지 않은 편이다. 더 나아가 그들이 남한사회에 살아가면서 항상 마음에 품고 있는 가족에 대한 그리움이 발전하여 다시는 만날 수 없을지도 모른다는 상실로 인한 심리적 부적응과 이를 극복하는 것에 관한 연구는 부족한 실정이다.

북한이탈주민의 남한사회에서의 적응과 성장은 사회정신건강 측면에서 이주와 문화의 차이 그리고 심리적·사회적·신체적 건강이라는 주요한 요인들과 연계된다고 볼 수 있다(김현경, 전우택, 2009). 사회정책이나 경제적인 지원, 직업교육이나 남한의 문화를 배우는 일 등의 다양한 요소들이 탈북자들의 적응에 영향을 미치겠지만, 그 중 가장 중요한 역할을 하는 것은 심리적 적응일 것이다. 그들이 남한에서 생활하는 데에 문화적 적응과 경제적 측면에서의 적응을 성공적으로 잘 한

다 할지라도 그것을 남한 사회에 적응을 성공적으로 잘 하고 있다고 보기는 어렵다. 심리적 적응이야말로 인간의 가장 중요하고 기본적인 안정이기 때문에 이것이 근본적으로 해결되어야만 새로운 사회에 잘 적응한다고 볼 수 있을 것이다.

그간의 여러 연구들을 통해 북한이탈주민들의 정신건강 실태와 관련요인들이 알려져 왔다. 이들은 남한사회에서 많은 적응스트레스를 받으며, 외상 후 스트레스 장애나 우울, 불안과 같은 구체적인 심리·정신적 증상을 겪고 있는 것으로 보고되고 있다(김연희, 전우택, 조영아, 2010). 그동안 굶주림이나 구타, 고문 등의 육체적 외상뿐 아니라 주변 사람들이 공개처형당하는 것을 목격하는 것, 감시, 남한으로 넘어오는 동안 발각될까봐 극도로 불안에 떨었던 것 등에 대한 여러 심리적인 외상들을 다루는 연구들은 다수 있었으나(김현경, 2007; 김현경, 전우택, 2009; 서주연, 2006; 손의정, 2010), 탈북하면서 헤어진 가족에 대한 상실로 인한 심리적인 문제들을 초점을 맞추어 다룬 연구는 많지 않다. 이와 관련하여, 박종철, 김영운과 이우영(1996)은 북한이탈주민들이 주위의 무관심과 냉대, 가족에 대한 죄책감 등으로 인해 적응상 어려움을 겪고 있다고 하였다. 또한 윤인진(1999)의 연구에서는 북한이탈주민의 사회적응의 성공여부와 관련된 가장 중요한 요인으로 가족변수를 두고 있다. 즉, 그 연구에서는 가족이 탈북한 사람들이 단신으로 탈북한 사람들보다 경제적, 심리적으로 빨리 안정을 찾는 경향이 있다고 보았고, 특히 북한이탈주민들은 다른 서구사회의 이민자들처럼 자의적으로 탈북하기 쉽지 않기 때문에 북한에 두고 온 가족에 대한 죄책감을 느낀다고 하였다. 난민 연구에서도 가족 간의 이별을 경험한 난민들이 정신과적 질환을 포함하는 강한 심리적인 문제를 갖고 있다고 보고되고 있다(조영아, 전우택, 2005).

가족은 인간의 정서적 지지의 가장 기본적인 사회적 지지체계로 가족과 동반 탈북한 사람과 그렇지 않은 사람과의 적응의 차이는 크다. 가족이 함께 입국한 경우에는 남아있는 가족에 대한 죄책감이나 그리움 등의 문제가 크지 않을 것이므로 적응에 도움이 되며 서로를 지지해 줄 때 얻는 안정감이나 위로감은 탈북자의 문화적응 스트레스를 감소시키며 적응에 도움이 된다(이기영, 성향숙, 2001; 안연진, 2002; 장혜경, 김영란, 2000). 가족을 동반한 탈북자들이 단독으로 온 탈북자들에 비해 여러 면에서 적응에 유리한 점을 갖고 있는데, 이는 가족을 통해 받는 정서적 지지와 보호가 긍정적으로 작용하기 때문이다(이순형 외, 2007).

한편, 전우택(1997)의 연구에서는 난민으로 새로운 나라에 들어와 첫 1년, 또는 2년째에 가장 정신 증상이 많이 나타나고 그 이후에는 점차 감소한다고 보고하였다. 이를 통해 볼 때 귀순자나 난민으로 남한에 들어와 첫 1, 2년의 기간이 적응에 매우 중요하며, 이는 통일 이후 사회에 적응할 때도 마찬가지로 경향이 나타날 것으로 예견되므로 그에 대한 대비가 시급할 것으로 보인다.

북한이탈주민의 현황을 보면, 1990년대에 비해 2000년대에는 남한으로 입국하는 여성의 수가 꾸준히 증가 하였는데, 현재는 여성의 비율이 전체에서 70%에 육박할 정도로 많은 비중을 차지하고 있다(통일부, 2012). 그동안 북한이탈여성에 관한 연구는 가족관계에서의 갈등에 초점을 맞춘 연구가 대부분이었다(성미란, 2003; 장혜경, 김영란, 2000; 홍주은, 2003). 그 연구들은 주로 북한이탈여성이 남한사회에서 겪는 자녀와의 갈등, 자녀교육의 어려움 등을 보고하는데, 자녀문제를 북한이탈여성의 적응에 영향을 미치는 주요 요인으로 지적하고 있다(장혜경, 김영란, 2000; 홍주은, 2003). 또한 북한이탈여성은 탈북과정에서

겪은 심리적 외상이나 북한 내 잔여가족과 관련된 정신적 어려움을 겪을 가능성이 큰 것으로 보인다(조영아, 전우택, 2005).

북한이탈주민 대부분은 중국, 베트남, 태국, 캄보디아 같은 제3국을 경유하여 한국으로 입국하게 된다. 특히 여성의 경우, 중국을 경유할 때에 현지인이나 조선족과의 강제 결혼 및 인신매매, 성폭력 등의 위험에 크게 노출되어 있으며(한인영, 구현자, 오선경, 2010), 남한에 입국한 후에도 북한이나 중국의 잔여가족을 돌보거나 입국시키는 문제, 자녀 양육과 경제적 어려움을 해결해야 하는 것과 같은 여러 가지 부담은 그들의 정신건강을 악화시키는 원인이 되고 있다(이영선, 구혜완, 한인영, 2011).

지금까지의 선행연구들을 살펴보면, 상담과 관련해서는 북한이탈주민 전체를 대상으로 한 것이 주된 경향으로 드러난다(권수영, 최정현, 2011; 김성희, 김현아, 2005; 김현아, 정성란, 2008). 특히 북한이탈 여성과 관련해서는 연구들이 탈북과정에서의 경험이나 생활실태를 다루거나 적응문제를 전체 가족관계의 시각에서 혹은 가족 내에 한정시켜 다루어 이러한 적응상의 문제가 성별에 관계없이 탈북 가정 전체가 겪는 문제인지 아니면 여성 특유의 문제인지 구분하기 어려웠으며(조영아, 전우택, 2005), 그에 적합한 개입 프로그램 연구 또한 부족한 실정이다.

이러한 상황에서 북한이탈주민에 개입한다고 할 때, 어떻게 접근해갈 것인지에 대해서는 상당한 고민이 따를 수 있다. 북한이탈주민들은 언어 표현의 차이가 있기 때문에 언어적 표현이 아닌 비언어적 표현을 사용하여 보다 효과적인 의사소통을 할 수 있는 방법이 필요하다. 언어는 개인의 마음을 나타내고 표현하는 하나의 도구가 되지만, 개인 안에 내재된 많은 경험과 생각들을 언어만으로 담아내기에는 한계가 있기 때문이다(신형미,

2006). 그러므로 미술이라는 상징적인 의사소통의 도구를 통하면 내면의 감정 및 언어적 표현이 보다 용이해지고 내재된 긴장이나 불안이 완화될 수 있다. 미술이라는 형식은 비언어적인 표현 수단으로서 이를 통해 인간의 감정이나 사고를 구체화하고, 자기와의 만남을 통해 억압된 정서를 해소할 수 있게 하며, 자기감정을 표현하여 개인의 무의식적 갈등, 정신역동을 드러나게 해준다(고은희, 2010).

따라서, 미술치료 프로그램을 통해 자신을 표현하고, 억눌렸던 감정을 표출하도록 돕는 것은 그들이 경험하는 심리적 갈등을 해소하고 정서적 안정을 도모하는 기회를 만들어 줄 것이다. 또한 미술매체를 이용한 프로그램은 보다 쉽게 접근할 수 있고 비언어적 수단이므로, 이성적 통제를 적게 받아 대상자의 방어를 감소시킬 수 있다(신형미, 2006). 실제로 장혜영(2007)의 연구에서는 배우자 상실 노인의 고독감, 장성금(2010)의 연구에서는 가족사별의 상실감을 미술치료를 통해 극복하는 효과적인 사례를 제시해 준 바 있다. 이러한 미술치료의 효과적 측면 때문에, 주로 탈북 청소년들을 대상으로 한 미술치료 프로그램이 선행연구들에서 시도된 바 있다(고은희, 2010; 김순아, 2011; 신형미, 2006; 이신숙, 2008; 이지은, 2008).

한편, 90년대 이후 가족치료의 최신 모델로 부각되고 있는 해결중심단기치료는 내담자와 치료자의 협동적 관계를 강조하고 내담자를 전문가라고 여긴다. 이 치료모델은 문제가 아닌 해결에 관심을 두며, 내담자가 가지고 있는 강점과 자원에 초점을 두는 치료모델이다. 그리고 내담자의 사고체계를 변화시키고, 내담자의 정서조절력과 문제해결력을 증진시키며, 내담자의 행동과 정서적 문제를 해결하는 데 효과가 있다고 알려져 있다(Berg & De Jong, 1996). 그러나 주로 언어를 사용하는 ‘대화중심의 치료(talk therapy)’이기 때문에,

북한이탈주민에게 개입할 때는 이와 더불어 미술치료 프로그램을 결합한다면 그 상담적 효과는 배가될 것이다. 즉, 본원적으로 긍정적인 방향성을 지향하는 해결중심 단기치료모델에 비언어적인 의사소통이 가능한 미술활동을 접합시킨다면, 대상자들의 무의식적인 내적 갈등이나 감정도 잘 전달시키고 가족상실에서 오는 부정적인 정서를 긍정적으로 변화시킬 가능성이 더 커질 것으로 예견할 수 있다. 그러나 현재까지는 북한이탈주민을 대상으로 한 집단상담 프로그램은 단기 사회적응 프로그램에 관한 연구(권태용, 2008)만이 있고 주로 청소년들에게 초점이 맞춘 미술치료 외의 프로그램을 활용한 연구들(박지영, 2001; 정민정, 2010; 정현정, 2009)뿐이며, 기혼여성들을 대상으로 특히 해결중심 집단상담 프로그램을 적용한 연구는 거의 시도되지 않은 형편이다.

따라서, 본 연구에서는 단신으로 탈북한 북한이탈 기혼여성을 대상으로 해결중심 치료모델을 적용한 집단미술치료 프로그램을 구성하고 실시하여 가족을 상실한 경험에서 오는 우울감과 죄책감을 완화시키는 효과가 있는지 알아보고자 한다. 이를 통해 향후 북한이탈 기혼여성을 넘어 더 많은 북한이탈주민들을 위한 정신건강 증진을 돕고 이들의 심리적 적응을 도모시키는 데 적합한 프로그램을 개발하고자 한다. 이러한 연구작업은 궁극적으로 북한이탈주민의 심리적 적응을 위한 서비스와 정책을 위한 기초자료 축적에 기여할 것이라고 기대되는 바이다.

해결중심 집단미술치료 프로그램이 북한이탈 기혼여성의 심리적 적응 변화에 미치는 영향을 알아보고자 하는 본 연구 목적을 달성하기 위한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 해결중심 집단미술치료 프로그램은 북한이탈 기혼여성의 가족상실로 인한 우울감

을 완화시킬 것인가?

연구문제 2. 해결중심 집단미술치료 프로그램은 북한이탈 기혼여성의 가족상실로 인한 죄책감을 완화시킬 것인가?

방 법

연구대상 및 절차

본 연구에서는 북한이탈 기혼여성을 대상으로 해결중심 집단미술치료 프로그램을 구성, 실시하여 그들이 가족상실로 인한 우울감과 죄책감을 완화시킬 수 있는지를 모색하고자 하여, 북한이탈 주민들이 남한 정착과정에서 교육을 받게 되는 기관인 경기도 K시에 위치한 H지원센터를 통해 북한이탈 기혼여성을 모집하였다.

이 기관을 통해 단신으로 탈북한지 2년 이하가 되는 20-40대의 북한이탈 기혼여성 16명을 연구참여자로 선정하게 되었다. 단신으로 탈북한 사람은 탈북 시 직계가족과 함께 하지 못한 사람들이며, 이 경우에는 남한에 친척이나 동료가 있는 경우에도 단신으로 간주하였다. 본 연구에서 연구참여자를 탈북한 지 2년 이하의 사람으로 한정된 것은 선행연구(전우택, 1997)에 근거한 것이었다. 이 선행연구에서 탈북자들이 남한에 들어와 산 기간을 구분하여 비교한 결과, 남한 생활을 1년도 하지 못한 집단이 심리적으로 느끼는 불안감이 많아 주관적 적응도가 매우 낮았고, 1년을 이미 보낸 집단의 경우 수치상으로 가장 낮은 점수를 보여주었으나, 남한에서 산 지 3년째 되는 집단의 경우 주관적 적응도가 점진적으로 증가하고 있어 적응상의 안정시기로 접어들고 있다고 보고, 탈북자들에 대한 생활적응 지원은 첫 2년간의 지원이 매우 중요하다고 제시하였기 때문이다.

본 연구에서의 해결중심 집단미술치료 프로그램의 구성은 연구자와 전문가 3인(가족치료 전공 교수, 가족상담 전문가, 미술치료 전문가)이 함께 논의하였다.

본 연구에서의 해결중심 집단미술치료 프로그램은 2012년 8월에서 2012년 10월까지 총 10주 동안 실시되었고, 실험집단과 통제집단을 각 8명씩 집단 간 평균을 같게 하여 배치하였다. 사전검사는 2012년 8월 1일부터 8월 10일까지 실시되었는데, 실험집단과 통제집단 모두 회기가 시작되기 전1회씩 일대일로 만나 실시하였고 검사의 취지를 설명한 후 탈북 이후 우울감과 죄책감에 대한 척도검사를 실시하였다. 개인 신상에 관한 추가적인 사항은 높은 응답률과 내담자의 방어를 최소화하기 위하여 연구자가 질문하고 내담자가 그에 따른 답을 하는 면접법으로 실시하였다. 사전검사는 경기도 K시의 H지원센터 내의 상담실에서 진행되었고 면접내용은 녹음되었다.

본 연구에서의 북한이탈 기혼여성을 대상으로 한 해결중심 집단미술치료 프로그램 회기의 시작은 2012년 8월 11일부터 10월 20일까지 10회기에 걸쳐 실험집단에게 실시되었고, 통제집단에게는 실시되지 않았다(연구윤리상 본 연구가 끝난 후 통제집단 중 희망자에 한하여 실험집단과 동일한 프로그램에 참여할 수 있음을 공지하여, 본 연구에서의 프로그램이 종료된 후 통제집단 중 4명에게 실험집단과 동일한 프로그램을 제공하였다). 매 회기 프로그램의 소요시간은 대략 90분 정도였다. 프로그램의 진행은 연구자가 직접 담당하였으며, 미술치료 자격증을 소지한 전문가 2명이 연구보조자로서 함께 참여하였다. 연구보조자들은 프로그램이 진행되는 매 회기마다 회기 내용을 기록하고 내담자의 참여를 도왔다. 프로그램이 진행되는 동안 희망자에 한하여 개별 상담도 함께 실시되었으며, 프로그램 각 회기마다 실험집단 각

표 1. 실험집단의 일반적 특성

사례	성별	연령	학력	직업	탈북 년도	한국 체류 기간	탈북 후 경유국가	결혼 지속 년수	북한에 두고 온 가족	상담 경험	관계 유형
A	여	48세	고등 중학교	무직	2009	1년 3개월	중국, 라오스, 태국	17년	아들, 딸	있음	고객형
B	여	39세	고등 중학교	무직	2006	1년 8개월	중국	9년	남편, 아들, 부모, 언니	없음	고객형
C	여	39세	고등 중학교	무직	2007	7개월	중국, 라오스, 태국	6년	남편, 아들, 딸	없음	방문형
D	여	29세	고등 중학교	무직	2010	11개월	중국	2년	남편, 아들, 언니	없음	고객형
E	여	43세	고등 중학교	무직	2007	1년 3개월	중국, 라오스	10년	아들, 딸, 부모, 남매	없음	방문형
F	여	38세	고등 중학교	무직	2007	1년 6개월	중국	5년	남편, 두 아들, 어머니	있음	방문형
G	여	47세	고등 중학교	무직	2008	1년 4개월	중국	14년	아들2	없음	방문형
H	여	29세	고등 중학교	무직	2011	9개월	중국, 라오스, 태국	3년	남편	있음	방문형

표 2. 통제집단의 일반적 특성

사례	성별	연령	학력	직업	탈북 년도	한국 체류기간	탈북 후 경유 국가	결혼 지속 년수	북한에 두고 온 가족	상담 경험	관계 유형
I	여	37세	고등 중학교	무직	2008	11개월	중국,	5년	남편, 두 딸, 부모님	없음	방문형
J	여	42세	고등 중학교	무직	2005	1년 9개월	중국, 미얀마, 라오스, 태국	5년	딸	없음	고객형
K	여	28세	고등 중학교	무직	2009	1년 4개월	중국, 라오스	1년	남편, 어머니	있음	고객형
L	여	49세	고등 중학교	무직	2009	1년 6개월	중국	17년	두 아들	없음	방문형
M	여	40세	고등 중학교	무직	2008	1년 3개월	중국, 라오스, 태국	6년	아들, 딸, 여동생	없음	방문형
N	여	36세	고등 중학교	무직	2007	1년 8개월	중국, 라오스, 태국	3년	아들, 부모님	없음	방문형
O	여	40세	고등 중학교	무직	2006	1년 5개월	중국	8년	남편, 아들, 딸, 어머니	있음	방문형
P	여	30세	고등 중학교	무직	2010	11개월	중국	2년	남편, 언니	있음	고객형

연구참여자의 그림과 행동에서의 변화가 자세히 관찰되고 기록되었다. 이들 실험집단 연구참여자의 작품들은 연구가 끝날 때까지 연구자가 보관하고 연구가 끝난 후에 폐기하였다.

사후검사는 해결중심 집단미술치료 프로그램의 회기들을 종료한 후 2012년 10월 20일부터 10월 31일까지 연구참여자들이 가능한 시간에 실시되었고, 사전검사와 마찬가지로 방식으로 실험집단과 통제집단 모두에게 이루어졌다.

본 연구에서의 해결중심 집단미술치료 프로그램에 참여한 실험집단과 통제집단의 일반적 특성은 표 1, 표 2와 같다.

측정도구

우울감 척도

본 연구에서 사용한 우울감 척도는 미국의 국립정신보건연구원(National Institute of Mental Health)이 제작한 총 20개의 문항의 자기보고형(self-report) 우울척도를 기반으로 최상진, 전검구와 양병창(2001)이 개발한 한국판 우울선별척도(Center for Epidemiological Studies -Depression Scale: CES-D)이다. 이 척도의 문항들은 예컨대, ‘울음을 터뜨린 적이 있었다.’ 등의 내용을 포함하며, 탈북 이후 경험했던 우울증상을 빈도에 따라 ‘극히 드물게(0점)’, ‘가끔(1점)’, ‘자주(2점)’, ‘거의 매일(3점)’ 등 4점 Likert 방식으로 평정하였다. 긍정적 의미가 내포된 문항(4, 8, 12, 16)은 역채점되었는데, 점수가 높을수록 우울정도가 높다는 것을 나타낸다.

죄책감 척도

본 연구에서 사용한 죄책감 척도는 Kubany, Haynes, Abueg, Manke, Brennan과 Stahura(1996)가 개발한 외상 관련 죄책감 척도(Trauma-Related Guilt Inventory: TRGI)를 정희진(2011)이 번안한 것

을 사용하였는데, 이는 탈북자들의 상황에 맞게 질문을 수정·보완하여 측정한 것이다.

이 척도의 문항들은 예컨대, ‘탈북 당시의 기억은 나를 정서적으로 고통스럽게 한다.’의 내용을 포함하며, 탈북 이후 경험했던 죄책감을 빈도에 따라 ‘거의 그렇지 않다(1점)’, ‘대체로 그렇다(2점)’, ‘매우 그렇다(3점)’ 등 3점 Likert 방식으로 평정하였다. 점수가 높을수록 죄책감을 높이 지각하고 있음을 의미한다.

해결중심 집단미술치료 프로그램의 목표, 구성 및 실시

프로그램 목표

본 연구에서 개발한 북한이탈 기혼여성의 해결중심 집단미술치료 프로그램의 목표는 다음과 같다.

첫째, 탈북을 경험한 자신의 장점과 자원을 찾아가면서 긍정적인 모습을 발견하게 하고 자신감이 향상되도록 돕는다.

둘째, 집단에 참여하는 타인의 감정을 이해하고 이를 긍정적이며 개방적으로 표현하는 방법을 익힘으로써 탈북을 경험한 집단원들이 겪을 수 있는 부정적인 감정에 대처할 수 있는 능력을 키운다.

셋째, 긍정적인 문제 해결능력을 키우고 스스로 목표를 설정함으로써 탈북으로 인한 가족상실에서 오는 우울감과 죄책감에서 벗어나 창의적이고 건설적으로 대처할 수 있도록 돕는다.

넷째, 탈북으로 인한 가족상실을 경험한 집단원들의 유사한 경험을 바탕으로 긍정적인 피드백을 통해 구성원들 간의 친밀한 상호작용에 기초한 지지적 관계를 갖도록 돕는다.

프로그램 구성 및 실시

본 연구에서는 가족치료모델 중 해결중심치료

표 3. 북한이탈 기혼여성을 위한 해결중심 집단미술치료 프로그램의 목표와 내용

단계	회기	제목	해결중심 목표	내용	준비물
관계 형성 하기	1	우리 만나서 반가워요	• 해결중심적 미술치료의 기본개념과 원리, 기법들에 대한 이해와 경험 증진시키기	• 북한이탈 기혼여성에 대한 전반적 태도 탐색 • 북한이탈 기혼여성을 위한 해결중심 집단미술치료 프로그램의 소개 • 애칭으로 이름표 만들기	• 동의서 • 도화지, 색지, 크레파스, 색연필, 싸인펜, 글루건, 각종 꾸미기 재료
	2	우리 함께 해요 (척도파이 만들기)	• 문제해결에 대한 태도를 객관적으로 알아보기 • 성공에 대한 기대, 치료의 동기와 확신을 수치로 표현하기	• 목표에 대한 그림을 원안에 그려본 후 파이모양의 조각을 내기 • 목표점수 척도화 하기(<척도질문 기법>의 사용) • 매 회기마다 변화된 점수만큼 파이 조각을 붙이기 • 활동 후 느낌: 격려와 지지 나누기	• 1회용 접시, 도화지, 크레파스, 가위, 풀
목표 설정 하기	3	나에게 기적이 일어난다면 무엇이 달라질까요?	• 목표달성에 대한 기대감 갖기 • 기적이 일어난다면 어떤 모습일지 상상하기 • 기적을 위해 어떠한 변화의 노력을 해야 할지 생각하기	• 파이척도 확인하기 • 기적이 일어났을 때의 모습 그려보기 • 기적을 위한 변화, 유지 및 발전을 위한 이야기 나누기 (“어떻게 달라질 수 있는가?”를 주제로 함)(<기적질문 기법>의 사용)	• 도화지, 크레파스, 가위, 풀, 색연필, 싸인펜
	4	내가 보여요!	• 나의 장점과 자원 찾아내기 • 자신의 강점을 인식하고 문제해결에 효과적으로 활용하기 • 부정적인 생각과 문제를 제거하고 감소시키며 자아 존중감을 향상시키기	• <예외질문 기법>의 사용 • 파이척도 확인하기 • 자신의 손 모양을 본 뜨는 과정에서 신체 일부의 소중함을 느끼고 그동안 알지 못했던 내면의 보물을 다시 알아보기	• 도화지, 크레파스, 가위, 풀, 석고붕대, 글루건, 각종 꾸미기재료
해결로 이끌기	5	나에게 힘이 있어요	• 강화된 변화를 위한 방법을 모색하고 강점을 실현하기	• 파이척도 확인하기 • 해결중심적인 접근을 통해 자신의 장점과 자원을 스스로 강화하기(<예외질문 기법>의 사용) • 집단원이 서로 이야기하기	• 도화지, 과일모양 색종이, 크레파스, 가위, 풀, 색연필, 싸인펜
	6	나는 용기를 낼 거예요	• 문제로부터 떨어져서 성공의 경험으로 확대하기 • 어두운 감정을 표출하고 해소하며 내면의 힘을 얻기 • 위기에서 살아남기 위해 대처해온 방법을 발견하기	• <대처질문 기법>의 사용 • 파이척도 확인하기 • 그동안 직면하기 힘들었던 행동과 생각들을 표현해보고 “나는 할 수 있다!”고 외치며 풍선 격파하기 • 이 때에 집단원들이 박수하며 격려해 주기	• 도화지, 크레파스, 가위, 풀, 다양한 풍선, 싸인펜

변화 끌어 내기 · 종결	7	나에게 희망이 보여요	• 나의 장점과 자원을 지지하고 작은 변화를 확인하기 • 나를 중심으로 관계하고 있는 사람의 생각, 가치관, 반응을 관찰하고 그 속에서 나를 돌아보기	• <관계성질문 기법>의 사용 • 파이척도 확인하기 • 내 인생에서 긍정적인 영향을 준 두 사람을 생각하고 관련된 이미지를 잡지 풀라주로 표현하기 • 작품에 대해 나누고 나의 자원의 밑거름을 재확인하기 • 스스로 변화된 모습을 칭찬하기	• 도화지, 잡지, 크레파스, 가위, 풀, 손거울
	8	우리 함께 할 수 있어요	• 변화를 지속시킬 수 있으며 더불어 변화를 방해하는 요인을 찾아 대처할 수 있도록 유도하기 • 자기중심적 생각에서 벗어나서 나의 주변 관계 속에서 문제를 생각하고 좀 더 현실적이며 객관적으로 판단하도록 돕기	• <관계성질문 기법>의 사용 • 파이척도 확인하기 • 자연물을 이용하여 내가 살고 싶은 마을을 표현하기 • 각자의 집을 꾸미고 마무리된 집단원들의 작품을 모아 마을을 형성해 봄으로써 작은 변화가 큰 변화로 이끄는 요인이 될 수 있음을 인식하기	• 도화지, 크레파스, 가위, 풀, 하드보드지, 칼, 클루진, 자연물(돌, 나뭇가지, 나뭇잎), 조화, 기타 꾸미기 도구
	9	나도 할 수 있어요	• 목표를 유지하기 • 목표를 유지하기 위해 적극적으로 대처하기	• <척도질문기법>의 사용 • 파이척도 확인하기 • 미래의 나의 모습을 그려보며 나의 변화된 모습을 유지와 발전에 대해 계획하고 장래에 대한 긍정적인 피드백 나누기	• 도화지, 크레파스, 가위, 풀, 색연필, 싸인펜
변화 끌어 내기 · 종결	10	멋진 나로 달라졌어요	• 목표를 확대하기 • 집단활동을 통해 변화된 자신의 모습을 생각하며 목표 확대하기	• 파이척도를 보며 변화정도를 확인하기 • 지금까지의 노력을 마음에 새기고 집단원들 간에 그동안의 노고를 격려하고 칭찬하기 • 전시를 통해서 변화의 확인 및 공식화 하기 • 서로를 칭찬하기	• 집단원 작품들 • 다과

모델의 원리에 근거하여 집단구성원들을 강점과 자원을 가진 존재로 보고 자신의 문제를 스스로 해결할 수 있는 전문가로 존중해주며 협동적인 치료관계를 형성하고자 하였다. 부정적인 것보다 긍정적인 것에 초점을 두는 해결중심치료모델을 미술치료 프로그램과 결합하여 구성하였다.

북한이탈 기혼여성을 위한 해결중심 집단미술치료 프로그램은 총 10회기로 관계형성하기, 목

표설정하기, 해결로 이끌기, 변화 끌어내기의 4단계 과정으로 구성되었다. 매 회기는 마음 열기, 척도점수 확인하기, 활동 및 의견나누기로 진행되었다.

먼저, 마음 열기는 회기의 도입부분으로 본격적인 회기를 시작하기 전 시간을 내어 참석한 집단원들을 칭찬하고 한 주간 있었던 이야기를 하며 활동을 준비하는 시간이다. 척도점수 확인하기

는 목표에 대한 그림을 원 안에 그린 후 파이 모양으로 조각을 내고, 매 회기마다 연구참여자 자신이 얼마나 목표에 접근하고 있는지를 확인하는 시간이다. 또한 집단미술치료의 전개 부분인 활동에서는 해결중심 미술치료를 작업 하는 시간으로 진행자인 연구자가 주제를 알려주고 그 주제에 대해 이미지를 떠올릴 시간을 가진 후 떠오른 이미지를 그리거나, 만드는 작업을 한다. 마지막으로, 의견 나누기는 집단원들이 돌아가며 자신의 작품을 설명하고 작업을 하면서 느꼈던 것들을 이야기 하면 나머지 집단원들이 작품이나 느낌에 대해 피드백을 나누는 시간이다. 각 회기는 때에 따라 적절한 과제도 부여하며 회기를 마무리하는 것으로 구성되었다. 프로그램은 개별 활동과 협동 활동으로 이루어져 있고, 1주일에 1회씩 90분 진행을 기본으로 하는 단기프로그램으로 설계되었다.

본 연구에서의 프로그램의 구체적인 목표와 내용은 표 3과 같다.

자료 분석

본 연구의 통계분석은 SPSS 18.0을 사용하고, 연구문제의 검증을 위해 다음의 분석방법을 실시하였다. 집단미술치료 실시 전 실험집단과 통제집단 간 우울감과 죄책감의 사전점수 동질성 여부를 알아보기 위해 정규분포를 가정하지 않는 비모수 통계방법인 맨 휘트니 U 검정(Mann-Whitney U Test)을 실시하였다. 또한 실험집단과 통제집단의 우울감과 죄책감의 사전-사후 검사 간 차이를

분석하기 위해 비모수 통계방법인 Wilcoxon의 짝을 이룬 부호 순위 검정(Wilcoxon Signed-Rank Test)을 실시하였다.

결 과

실험집단과 통제집단의 우울감, 죄책감에서의 동질성 검증

본 연구에서 실시된 해결중심 집단미술치료 프로그램에는 실험집단 8명이 참여하였다. 본 연구에서의 프로그램 실시 전 실험집단과 통제집단 간 우울감과 죄책감의 사전점수에서의 동질성 여부를 알아보기 위해 맨 휘트니 U 검정(Mann-Whitney U Test)을 실시하였고, 그 결과는 표 4와 같다.

두 집단이 우울감과 죄책감에서 집단 간 유의미한 차이를 보이지 않아 두 집단이 이 두 변인에서 동질적인 것으로 검증되었다. 따라서 두 집단은 본 연구에서의 해결중심 집단미술치료 실시 이전에 동질적인 성격을 갖는 것으로 파악되었으며, 프로그램 실시 후 가족상실로 인한 우울감과 죄책감에서의 사전과 사후 변화에서 효과성을 검증하는 것이 가능한 것으로 나타났다.

해결중심 집단미술치료 프로그램이 북한이탈 기혼여성의 우울감에 미치는 효과 검증

본 연구에서의 해결중심 집단미술치료 프로그

표 4. 실험집단과 통제집단의 우울감, 죄책감에서의 동질성 검증

	평균 순위		U	Z
	실험집단	통제집단		
우울감	8.75	8.25	30.00	-.21
죄책감	7.38	9.03	23.00	-.96

표 5. 우울감 사전-사후 차이 검증

변인	집단 (N)	음의 순위			양의 순위			동률 N ^c	Z
		평균 순위	순위 합	N ^a	평균 순위	순위 합	N ^b		
우울감	실험 (8)	4.50	36.00	8	0	.00	.00	0	-2.53**
	통제 (8)	4.17	12.50	3	2.83	8.50	3	2	-.42

** $p < .01$, *** $p < .001$

a 사전점수 < 사후점수

b 사전점수 > 사후점수

c 사전점수 = 사후점수

램 실시 전·후 실험집단과 통제집단인 북한이탈 기혼여성의 우울감에서의 사전·사후 차이 검증을 실시한 결과는 표 5와 같다.

프로그램의 실시 전과 실시 후 실험집단과 통제집단 내 우울감의 차이가 있는지 살펴보기 위해 비모수 통계방법인 Wilcoxon의 짝을 이룬 부호 순위검증(Wilcoxon Signed-Rank Test)을 실시한 결과, 실험집단에서는 우울감이 사전검사가 사후검사보다 낮은 사람은 8명, 사전검사가 사후검사가 높은 사람은 0명, 사전검사와 사후검사가 같은 사람은 0명으로, 이는 통계적으로 유의미한 차이($z = -2.53$, $p < .01$)를 보였다. 통제집단에서는 사전검사가 사후검사보다 낮은 사람은 3명, 사전검사가 사후검사가 높은 사람은 3명, 사전검사와 사후검사가 같은 사람은 2명으로 나타났으나, 이러한 차이는 통계적으로 유의미하지 않았다.

이와 같이, 실험집단의 우울감의 사후 척도검사 점수가 프로그램 실시 전과 비교하여 유의미하게 감소했음을 통해 본 연구에서의 해결중심 집단미술치료 프로그램이 북한이탈 기혼여성의 죄책감 완화에 효과적임을 알 수 있다.

해결중심 집단미술치료 프로그램이 북한이탈 기혼여성의 죄책감에 미치는 효과 검증

다음으로, 본 연구에서의 해결중심 집단미술치료 프로그램 실시 전·후 실험집단과 통제집단인 북한이탈 기혼여성의 죄책감에서의 사전·사후 차이 검증을 실시한 결과는 표 6과 같다.

마찬가지로, 프로그램의 실시 전과 실시 후 실험집단과 통제집단 내 우울감의 차이가 있는지 살펴보기 위해 비모수 통계방법인 Wilcoxon의 짝을 이룬 부호 순위검증(Wilcoxon Signed-Rank Test)을 실시한 결과, 실험집단에서는 우울감이 사전검사가 사후검사보다 낮은 사람은 8명, 사전검사가 사후검사가 높은 사람은 0명, 사전검사와 사후검사가 같은 사람은 0명으로, 이는 통계적으로 유의미한 차이($z = -2.52$, $p < .01$)를 보였다. 통제집단에서는 사전검사가 사후검사보다 낮은 사람은 4명, 사전검사가 사후검사가 높은 사람은 4명, 사전검사와 사후검사가 같은 사람은 0명으로 나타났으나, 이러한 차이는 통계적으로 유의미하지 않았다.

이와 같이, 실험집단의 죄책감의 사후 척도검

표 6. 죄책감 사전-사후 차이 검증

변인	집단 (N)	음의 순위			양의 순위			동률 N ^c	Z
		평균 순위	순위 합	N ^a	평균 순위	순위 합	N ^b		
죄책감	실험 (8)	4.50	36.00	8	0	.00	.00	0	-2.52**
	통제 (8)	4.15	19.00	4	4.25	17.00	4	0	-.14

** $p < .01$, *** $p < .001$

a 사전점수 > 사후점수

b 사전점수 < 사후점수

c 사전점수 = 사후점수

사 점수가 프로그램 실시 전과 비교하여 유의미하게 감소했음을 통해, 본 연구에서의 해결중심 집단미술치료 프로그램이 북한이탈 기혼여성의 죄책감 완화에 효과적임을 알 수 있다.

논 의

본 연구는 점차 증가하고 있는 북한이탈주민 중에서도 특히 많은 갈등과 스트레스를 경험하는데 비해 상대적으로 연구와 관심이 부진했던 북한이탈 기혼여성을 대상으로 그들의 심리적응을 위한 효과적인 개입 방안을 모색하고자 하는 문제의식에서 출발하였다. 구체적으로 본 연구에서는 해결중심 집단미술치료 프로그램을 적용하여, 기혼여성이라는 특수한 상황에도 불구하고 가족들을 북한에 두고 단신으로 탈북한 그들의 처지에서 가족상실로 인한 우울감과 죄책감을 완화시킬 수 있는 효과적인 개입조치를 도모하고자 하였다. 그리하여 긍정성과 자원에 초점을 맞추고 문제 해결을 지향하는 가족상담모델 중 해결중심 치료모델과, 매체를 통하여 저항을 감소시키고 무

의식적 갈등의 표현과 치유를 통해 심리적 건강을 도모하는 미술치료를 결합하는 집단상담 프로그램을 구성하여 이들에게 개입하고자 시도하였다.

본 연구에서 나타난 결과를 중심으로 결론 및 논의를 제시하면 다음과 같다.

첫째, 북한이탈 기혼여성을 위한 해결중심 집단미술치료 프로그램은 가족상실로 인한 우울감을 완화시킨다.

본 연구에서 실험집단의 사전·사후 검사에서 우울감은 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 즉, 해결중심 집단미술치료 프로그램을 마친 후 실험집단 북한이탈 기혼여성은 우울감이 완화되었으며, 문제에 초점을 두는 것이 아니라 건강한 것에 초점을 두는 방향으로 변화를 보였다. 이는 해결중심 집단미술치료 프로그램(김부, 2005; 김은혜, 2007)과 해결중심 프로그램(김영혜, 2010)이 우울 증상에 긍정적인 변화를 가져온다는 선행연구들의 결과와 일치하는 것이다. 김은혜(2006)의 연구는 해결중심치료모델을 적용하여 시설청소년들을 대상으로 정신건강과 스트레스 대처능력을 살피는 것이었고, 김영혜(2010)의 연구는 본 연구와

같이 해결중심 집단미술치료를 이용하여 이혼가정 아동을 대상으로 심리적 적응을 도모하는 것이었으므로, 대상의 차이는 있지만 전반적으로 우울이라는 심리적 부적응 현상을 완화시키는 데 있어서 해결중심치료모델이 효과를 갖는 것으로 볼 수 있다.

한편, 이 두 연구들은 모두 발달적으로 북한이탈여성들과는 다른 수준에 있는 집단들을 대상으로 실시한 것이지만, 김부(2005)의 연구에서는 중년여성들을 대상으로 해결중심적 집단미술치료를 실시하여 그들의 갱년기 증상 완화에 효과가 있는 것을 발견함으로써, 본 연구 결과와 상당히 유사한 결론에 도달하였다고 보인다. 물론 북한이탈주민들은 심리적 외상의 정도가 극심하고 우울증상도 남한의 일반인들에 비해 높은 수준이기 때문에(김종남, 채운경, 채정민, 2008), 이를 고려한다면 일반적인 중년여성들과 북한이탈여성들은 비슷한 연령대에 있다고 할지라도 상황 자체가 상당히 다를 수 있어 해결중심적 집단미술치료가 두 집단에게 동일한 효과성을 갖는다고 보는 점에 있어서 보다 섬세한 분석이 요구될 수도 있다. 하지만 현재까지 여성들을 주된 대상으로 개입 대상으로 설정하여 해결중심 집단미술치료 프로그램을 실시함으로써 비교가 가능한 선행연구는 김부(2005)의 연구밖에 없는 실정이다. 따라서, 비록 제한된 조건이 있기는 하지만 여성들을 대상으로 우울감이라는 심리적 측면을 다루었다는 공통점을 지니고 있기 때문에, 이 두 연구를 통해서 해결중심치료 모델이 이 대상들에게 효과를 지니고 있다는 평가를 개진할 수 있을 것이다.

이러한 결과를 놓고 볼 때, 현재까지 해결중심 치료모델과 집단미술치료가 다양한 집단과 대상에게 적용되어 치료적 효과를 발휘하는 것으로 보고된 바 있지만, 북한이탈 주민이라는 특수한 대상에게도 적용되어 효과성을 가질 수 있다는

가능성을 보여줌으로써 그 적용대상의 범위 확대가 이루어진 것으로 평가될 수 있다.

둘째, 해결중심 집단미술치료 프로그램은 북한이탈 기혼여성의 가족상실로 인한 죄책감을 완화시킨다.

본 연구에서 실험집단의 사전·사후 검사에서 죄책감은 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 해결중심 집단미술치료 프로그램을 마친 후 실험집단 북한이탈 기혼여성은 죄책감이 완화되는 변화를 보였다. 해결중심치료모델과 미술치료 프로그램을 각각 다양한 집단을 대상으로 한 프로그램을 통하여 심리적 부적응을 완화시키는 것으로 보고되어 왔지만, 이점에도 본 연구에서 다른 죄책감에 초점을 맞춘 선행연구는 거의 부재하므로, 본 연구에서의 프로그램 효과를 선행연구 결과와 비교할 수 없는 실정이다.

북한이탈 기혼여성들의 죄책감 문제는 보다 심층적인 분석이 요구된다고 보인다. 본 연구에서는 실험집단 연구참여자 개개인의 사례별 분석을 제공하고 있지 않기 때문에 이 부분의 논의는 제한적일 수밖에 없는데, 이들이 북한에 두고 온 가족원들이 누구인가에 따라 그들의 가족상실로 인한 죄책감 여부와 강도, 극복 상황 등은 편차를 가질 수 있을 것이다. 예컨대, 부모님이나 배우자 등도 물론 그들에게 중요한 존재이겠지만, 특히 본인이 출산한 자녀를 북한에 남겨두고 온 북한이탈 기혼여성의 경우는 그 죄책감의 정도가 극심하고 그로 인한 심리적 부적응은 상당히 장기화될 가능성이 농후하다. 일반적으로 부모 모두 차이가 없다고 인식되고 있기는 하나, 특히 자녀를 출산한 여성들에게 있어 모성은 절대적이라는 인식과 기대감이 그들 자신과 그들을 바라보는 타인에게 모두 존재할 수 있기 때문에 그들이 겪는 심리적 고통과 부담은 이루 표현할 수 없을 것이라 생각된다. 또한 북한이탈 기혼여성들은 여성이라는 조

건 안에서 탈북 과정에서 성폭력 등을 비롯하여 여러 어려움을 겪었고(이순형 외, 2007), 이 경험들은 거의 트라우마와 같은 형태로 그들에게 각인되어 있기도 하므로(김현경, 2007; 김현경, 전우택, 2009; 조영아, 전우택, 2005), 이러한 상황에서 결혼을 하고 자녀를 가진 경험이 있거나 가부장적 이데올로기에 따른 정조관념 등이 내면화된 북한이탈 기혼여성의 경우는 우울감과 더불어 죄책감의 문제가 그들을 더 짓누를 가능성이 있다고 보인다.

북한이탈 기혼여성의 심리적 문제와 정신건강은 사실상 장기적인 개입과 조치가 필요하다고 보이지만, 현실적으로 그들이 적응해 나가기 위해서는 단기적인 개입 전략과 지원도 시급한 문제이다. 따라서 본 연구에서 실시한 단기치료 프로그램인 해결중심 집단미술치료 프로그램은 이러한 측면에서 그 효과성 입증에 토대로 향후 그들을 지원하는 하나의 방안으로 활성화될 필요가 있다고 생각된다.

다양한 집단을 대상으로 여러 심리적 증상을 결부시킨 해결중심치료 프로그램과 집단미술치료 프로그램을 각각 실시한 연구들은 실상 많지만, 그 중에서도 해결중심 집단미술치료를 실시한 연구(김서현, 2008; 남혜숙, 2009)나 북한이탈주민을 대상으로 한 연구(고은희, 2010; 김순아, 2011; 신형미, 2006)는 제한적이고, 또 본 연구에서와 같이 우울감(이신숙, 2008)이나 죄책감을 함께 다룬 연구는 더욱 없는 편이다. 하지만 본 연구의 결과를 통해서도 입증이 된 바와 같이, 전반적으로 볼 때 해결중심모델은 이러한 다양한 집단들에게 적용되어 그 효과성을 발휘하고 있으며, 이는 미술치료 프로그램에서도 마찬가지로 검증이 되고 있기 때문에 이 두 치료 프로그램이 점차 그 외연을 확대해 가고 있다고 말할 수 있을 것이다.

본 연구의 결과를 두고 볼 때, 북한이탈기혼여

성을 대상으로 한 해결중심 집단미술 치료 프로그램에서 가장 중심적 역할을 수행한 것은 해결중심모델로 보인다. 이 모델의 접근을 통해서 북한이탈 기혼여성들은 스스로가 문제를 해결할 자원과 강점을 갖고 있다는 것을 인식하게 되었으며, 상호작용을 통해 서로가 문제해결을 도와주는 치료팀으로 기능한 것으로 여겨진다. 해결중심모델에서 치료팀이란 문제해결이라는 합의된 목적을 가진 사람들로서 치료에 대한 목표와 노력을 공유하는 효과를 가져 오는데(정문자 외, 2008), 본 연구에서도 집단을 통해 바로 이러한 치료팀의 본래적인 기능을 적절히 수행한 것으로 볼 수 있다. 또한 미술치료라는 매체를 이용한 방식도 어느 정도 강력한 효과를 발휘한 것으로 평가될 수 있는데, 미술이라는 형식을 통해 내면의 갈등을 표현하고 해소하며 방어와 저항을 최소화시키고 무의식을 드러냄으로써 우울감과 죄책감이라는 심층적이고도 접근하기 용이치 않은 심리적 측면을 다루는 데 기여(옥금자, 2007)한 것으로 보인다. 또한 집단상담이라는 형식은 동병상련을 겪는 북한이탈 기혼여성들이 상호적으로 소속감, 인정, 지지를 보이고 무조건적인 수용과 이해를 가지고 다른 사람들에게 반응하는 기회를 제공함으로써(Yalom, 1995), 그들이 억눌린 감정을 해소하거나 상처를 치유하고 나아갈 힘을 얻게 하는 심리적 역동을 경험하게 하고 일종의 자조집단으로서의 기능도 수행하게 하였다고 할 수 있다.

이상의 논의를 종합해서 결론적으로 언급하자면, 해결중심 집단미술치료 프로그램은 북한이탈 기혼여성의 가족상실로 인한 우울감과 죄책감을 완화시키는 효과를 주었고, 그들의 부정적인 정서를 감소시키며, 자신의 장점을 강화시켜 변화에 대한 힘을 제공해 주었다. 또한 이를 집단상담이라는 형식을 통해 특수한 상황에 처한 비슷한 집단원들과 관계를 가지면서 서로 지지하고 격려해

주는 긍정적인 결과를 산출하였다고 볼 수 있다.

본 연구의 결과 및 제한점을 토대로 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 집단프로그램이라는 여건 상 8명의 대상을 구성하여 실험집단 수가 적어 연구 결과를 일반화 하는 데 어려움이 있었다. 그러므로 후속연구에서는 대상자의 수를 확대하는 연구가 요구된다.

둘째, 본 연구는 단신으로 나온 북한이탈 기혼 여성만을 대상으로 제한을 두었으나, 향후에는 기혼과 미혼, 남성과 여성, 연령대 별로 세분화하거나, 단신으로 탈북한 경우와 일부 가족만 탈북한 경우, 온 가족이 함께 탈북한 경우로 나누어 접근하고, 나아가 가능하다면 두고 온 가족원이 누구인지도 고려하여, 해결중심 집단미술치료 프로그램을 적용하고 효과성을 확인하는 연구가 필요하다.

셋째, 북한이탈주민의 초기 적응 외에 입국시기를 세분화 하여 그에 따른 프로그램 개발과 연구가 필요하다. 본 연구에서는 초기 정착 2년간의 지원이 중요하다는 기존 선행연구에 따라 입국한 지 2년 미만으로만 제한을 두었지만, 정착 이후의 시기를 차별화시켜 장기적으로 나누어 시기에 따른 프로그램을 개발하고 지원해주는 정책이 필요한 것으로 보인다.

넷째, 북한이탈주민의 각기 다른 개인의 경험과 외상에 따른 프로그램의 개발과 연구가 지속적으로 이루어져야 한다. 탈북이라는 같은 상황을 겪었다 하더라도 자의에 의한 탈북인지, 아니면 상황에 따른 탈북인지, 복송 경험이 있었는지 등의 경험을 고려한 연구가 필요하고, 북한에서의 외상과 탈북 후 중국이나 다른 경유국가에서 겪은 여러 가지의 외상 별로 연구가 요구된다.

다섯째, 본 연구의 프로그램은 단기치료 프로그램으로서 해결중심 이론을 적용하였다 하더라

도 10회기로 북한이탈주민이 겪은 심리적 외상이나 근본적인 심리적응의 문제를 완벽하게 치료할 수 없다는 한계가 있다. 따라서 이러한 점들을 고려한 장기간의 치료 프로그램도 향후에는 개발될 필요가 있으리라 여겨진다.

이러한 제한점이 있음에도 불구하고 본 연구는 다음과 같은 측면에서 의의를 지니고 있다고 보인다.

첫째, 본 연구는 학문적 차원에서 북한이탈기혼여성을 대상으로 해서 해결중심치료 모델과 집단미술치료가 적용되어 효과를 발휘하는 대상의 확대에 기여하였다는 점에서 의의가 있다.

둘째, 본 연구는 실천적 차원에서도 시간적·경제적·심리적 부담으로 인해 상담을 받기 어려운 대상들인 북한이탈 기혼여성이 단기 프로그램을 통해 도움을 받을 수 있는 상담 개입 방법을 모색하였다는 점에서 의의가 있다.

셋째, 본 연구는 상담 프로그램 측면에서 해결중심모델과 미술치료를 결합함으로써 기존에 정착된 모델들을 활용하여 절충적이고도 통합적인 성격의 프로그램을 시도하였다는 점에서 의의가 있다.

넷째, 심각하고도 부정적인 경험이 많은 북한이탈여성이라는 특수한 집단을 대상으로, 접근해가기 쉽고 긍정적인 측면에 초점을 두는 프로그램을 시도함으로써 역량 강화를 도모하고 지향하는 발전적인 방향을 설정하였다는 점에서 의의가 있다.

참고문헌

- 고은희 (2010). 집단미술치료가 새터민 아동의 남한 사회 적응에 미치는 효과 연구. 석사학위논문, 명지대학교.

- 권수영, 최정현 (2011). 북한이탈주민들의 전문상담사 상담 경험에 관한 질적 연구. 상담학연구, 12(5), 1683-1702.
- 권태용 (2008). 신규 북한이탈주민을 위한 단기 사회적응 프로그램의 효과성 연구: 우울과 대인관계 중심으로. 석사학위논문, 목원대학교.
- 김 부 (2005). 해결중심적 미술치료가 중년여성의 발달현상에 대한 태도와 갱년기 증상에 미치는 영향. 석사학위논문, 대구대학교.
- 김서현 (2008). 해결중심 가족치료이론을 적용한 집단 모자미술치료가 한부모 가정 모-자 관계 개선에 미치는 효과. 석사학위논문, 동국대학교.
- 김성희, 김현아 (2005). 새터민의 상담에 대한 요구도와 도움 요청 장애 요인에 관한 연구. 상담학연구, 6(3), 693-712.
- 김순아 (2011). 자기심리학적 미술치료가 새터민 아동과 어머니의 남한사회 적응에 미치는 영향. 석사학위논문, 건국대학교.
- 김연희, 전우택, 조영아 (2010). 북한이탈주민 정신건강 문제 유병율과 영향요인. 통일정책연구, 19(2), 141-174.
- 김영혜 (2010). 해결중심 집단프로그램이 이혼가정 아동의 심리적 적응에 미치는 효과. 석사학위논문, 서울여자대학교.
- 김은혜 (2007). 해결중심 집단미술치료 프로그램이 정신건강과 스트레스 대처능력에 미치는 효과: 시설청소년들을 대상으로. 박사학위논문, 한영신학대학교.
- 김종남, 최윤경, 채정민 (2008). CES-D와 로샤검사를 통해 본 북한이탈주민의 우울감. 한국심리학회지: 사회문제, 14(2), 41-61.
- 김현경 (2007). 난민으로서의 새터민 외상 회복 경험에 대한 현상학 연구. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 김현경, 전우택 (2009). 북한이탈주민의 삶의 질이 외상 경험 이후 심리적 성장에 미치는 영향. 사회복지연구, 40(2), 363-397.
- 김현아, 정성란 (2008). 새터민의 가족상담 모형 개발. 상담학연구, 9(3), 1333-1356.
- 남혜숙 (2009). 해결중심 집단미술치료 프로그램이 직업훈련생의 스트레스 대처 능력과 사회적 문제해결능력에 미치는 영향. 석사학위논문, 대구대학교.
- 박윤숙 (2006). 북한이탈 청소년의 사회적 지지 특성과 남한사회 적응에 관한 연구. 박사학위논문, 서울여자대학교.
- 박종철, 김영운, 이우영 (1996). 북한이탈주민의 사회적응에 관한 연구: 실태조사 및 개선방안. 서울: 민족통일연구원.
- 박지영 (2001). 사회사업적 관점에서 본 탈북청소년의 대인관계능력 향상을 위한 집단프로그램 분석. 석사학위논문, 서울여자대학교.
- 서주연 (2006). 북한이탈주민의 외상 후 스트레스장애와 남한사회 적응에 관한 탐색적 연구. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 성미란 (2003). 북한이탈여성의 남한사회적응과정과 가족 내 갈등문제에 관한 연구. 석사학위논문, 건국대학교.
- 손의정 (2010). 북한이탈주민의 복합 외상 후 스트레스 장애에 따른 심리적 증상. 석사학위논문, 경북대학교.
- 신형미 (2006). 탈북청소년을 위한 집단미술치료 체험연구. 석사학위논문, 서울여자대학교.
- 안연진 (2002). 북한이탈주민가족의 가족문화특성에 관한 질적 연구. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 오난희 (2003). 북한이탈아동·청소년의 남한사회적응에 관한 사례연구. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 옥금자 (2007). 미술치료 평가방법의 이론과 실제. 서울: 하나의학사.

- 윤인진 (1999). 탈북자의 남한사회 적응실태와 정착지원의 새로운 접근. *한국사회학*, 33(2), 67-85.
- 이기영, 성향숙 (2001). 탈북자 가족 구성원의 가족관계 인식에 관한 조사. *한국사회학*, 47(11), 243-271.
- 이동렬 (2008). 북한이탈주민의 문화적응 스트레스가 사회적응에 미치는 영향에 관한 연구. 석사학위논문, 국방대학교.
- 이소래 (1997). 남한이주 북한이탈주민의 문화적응 스트레스에 관한 연구. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 이순형, 조수철, 김창대, 진미정 (2007). 탈북 가족의 적응과 심리적 통합. 서울: 서울대학교 출판부.
- 이신숙 (2008). 집단미술치료가 새터민 아동의 우울에 미치는 효과. 석사학위논문, 평택대학교..
- 이영선, 구혜완, 한인영 (2011). 학술 논문 분석을 통해 본 북한이탈주민 여성의 특성. *통일문제연구*, 23(2), 147-193.
- 이지은 (2008). 국내 북한이탈 청소년의 사회적응을 위한 미술교육 프로그램 모형연구. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 이태희 (2003). 북한이탈주민의 스트레스, 문제해결 능력, 사회적 지지 및 심리적 안녕감에 관한 연구. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 장성금 (2010). 가족사별의 상실감 극복을 위한 미술치료 사례연구에서 드러난 애도단계. *한국기독교상담학회지*, 20, 227-264.
- 장혜경, 김영란 (2000). 북한이탈주민가족의 가족안정성 및 사회적응과 여성의 역할. 서울: 한국여성개발원.
- 장혜영 (2007). 집단 미술치료가 배우자 상실 노인의 고독감 완화에 미치는 효과성 연구. 석사학위논문, 명지대학교.
- 전우택 (1997). 난민들의 정신건강과 생활적응에 대한 고찰 및 한반도 통일과정에서 전망과 대책. *신경정신의학*, 36(1), 3-18.
- 전우택 (1997). 탈북자들의 주요 사회배경에 따른 적응과 자아정체성에 관한 연구. *통일연구*, 1(2), 109-167.
- 정문자, 송성자, 이영분, 김유순, 김은영 (2008). 해결중심 단기치료. 서울: 학지사.
- 정민정 (2010). 집단 독서치료 프로그램이 새터민 아동의 정서지능과 사회적 기술에 미치는 효과. 석사학위논문, 명지대학교.
- 정현정 (2009). 음악심리치료가 새터민 아동의 문화적응 스트레스에 미치는 효과. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 정희진 (2011). 외상 경험자의 외상 죄책감 특성과 심리적 적응의 관계. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 조영아, 전우택 (2005). 탈북 여성들의 남한 사회 적응 문제: 결혼 경험자를 중심으로. *한국심리학회지: 여성*, 10(1), 17-35.
- 조영아, 전우택, 유정자, 엄진섭 (2005). 북한이탈주민의 우울 예측 요인: 3년 추적연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 17(2), 467-484.
- 최상진, 전경구, 양병창 (2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. *한국심리학회지: 건강*, 6(1), 59-76.
- 최선재 (2011). 상실 경험의 의미 재구성과 심리적 적응의 관계. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 통일부 (2012). <http://www.unikorea.go.kr>. 2012.12.10.
- 한인영, 구현자, 오선경 (2010). 북한이탈여성의 성 지식 실태 연구. *한국심리학회지: 여성*, 15(1), 87-102.
- 홍주은 (2003). 북한이탈부모의 자녀양육 변화와 문제 분석. 석사학위논문, 서울여자대학교.
- 황정숙 (2009). 새터민 청소년의 남한 사회 부적응

- 과 적응 방안 모색. 석사학위논문, 한국교원대학교.
- Berg, I. K., & De Jong, P. (1996). Solution-building conversation: Co-constructing a sense of competence with clients. *Families and Society*, 77(6), 376-391.
- Yalom, I. D. (1995). *The theory and practice of group psychotherapy*. New York: Basic Books.
- 원고 접수일 : 2013. 2. 15.
수정원고 접수일 : 2013. 2. 19.
게재 결정일 : 2013. 3. 24.

**An Effectiveness of a Group Art Therapy Program
with the Solution Focused Model for North
Korean Married Women Defectors' Psychological Adaptation:
Focusing on Depression and Guilty Feeling Caused by the Family Loss**

Cho, Ha-Na

Choi, Youn-Shil

Sangmyung University

This study was aimed at organizing group art therapy program with the Solution Focused Model to relieve depression and guilty feeling in North Korean married women defectors due to losing their family, and presenting effective ways to support their psychological adaptation. For the aim, a survey was conducted for 16 North Korean married women defectors. The experimental group performed total of ten 90-minutes-sessions once a week. SPSS 18.0 program was used to verify the effect of the study and Mann-Whitney U Test was carried out to figure out homogeneity between experimental group and control group. Wilcoxon Signed-Rank test paring up with non-parametric statistics Wilcoxon was used to make a statistics for difference between pre-test and post-test in depression and guilty feelings. The results of the research are as in the following: First, a result to examine if group art therapy program with the Solution Focused Model for North Korean married women defectors could relax their depression due to losing their family showed a meaningful difference between pre-test and post-test for experimental group. Second, a result to examine if group art therapy program concentrated on solution for North Korean married women defectors could relax their guilty feelings due to losing their family showed a meaningful difference between pre-test and port text for experimental group. The study had a meaning to support North Korean married women defectors show a positive effect without long-term program of art therapy, and lastly, disclose they had enough ability and resources to resolve the problem with their strengths.

Key words : North Korean married women defectors, psychological adaptation, group art therapy program with the Solution Focused Model, depression, guilty feeling