한국청소년문화연구소
<청소년문화포럼>VOL. 38

예술치료프로그램을 통한 청소년 진로결정 자기효능감 증진 연구

The Effects of Art therapy Program on Career Decision Making Self-Efficacy of Adolescents

윤 지 온 · 강 영 배
대구한의대학교 대학원 박사과정 · 대구한의대학교 청소년교육상담학과 교수
Yun, Jion · Kang, Youngbae
Doctoral Student, Graduate School of Daegu Haany University · Professor, The Department of Adolescent Education and Counseling, Daegu Haany University

예술치료프로그램을 통한 청소년의 진로결정 자기효능감 증진 연구1)

The Effects of Art therapy Program on Career Decision Making Self-Efficacy of Adolescents

윤 지 온*2) · 강 영 배**3)

Yun, Jion* · Kang, Youngbae**

국 문 요 약

본 연구의 목적은 예술치료 프로그램이 중학생의 진로결정 자기효능감에 미치는 효과를 알아보는데 있다. 예술치료 프로그램은 청소년의 진로결정 자기효능감을 증진시키기 위하여 구성하였으며, 프로그램의 적절성과 객관적인 검토를 위해 현장 임상전문가 3인의 자문을 구했다. 부산광역시에 소재한 D중학교 1학년 전체를 설문조사하여 진로결정 자기효능감 점수가 낮은 16명을 선출하여, 각각 실험집단과 통제집단으로 구성하였으며 실험집단은 주2회 각각 50분간 총 18회기의 예술치료 프로그램을 실시하였다. 본 연구의 결과검증을 위하여 프로그램 사전과 사후에 진로결정 자기효능감 척도 설문을 실시하였으며, t검정을 실시하였다. 또한 질적 분석을 위하여 PPAT(Person Picking a Apples from the Tree, 사과따는사람) 검사(형식척도와 내용척도)를 실시하여 비교분석하였다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 예술치료 프로그램은 중학생의 진로결정 자기효능감 증가에 유의한 효과가 있었다.

둘째, 예술치료 프로그램은 중학생의 진로결정 자기효능감의 5가지 하위척도(직업정보수집, 목표설정, 계획수립, 문제해결, 자기평가)에 유의한 효과가 있었다.

셋째, 예술치료 프로그램은 PPAT검사(형식척도, 내용척도)에서도 긍정적인 변화를 나타냈다. 예술치료 프로그램은 PPAT 검사 중 양적 검사(FEAT) 및 질적 검사 모두에서 유의한 효과가 있었다.

1) 본 논문은 윤지온의 석사학위논문을 바탕으로 수정, 보완하여 작성하였음을 밝혀둡니다.

2) 대구한의대학교 대학원 박사과정

3) 교신저자, 대구한의대학교 청소년교육상담학과 교수

본 연구의 결과는 예술치료 프로그램이 중학생의 진로결정 자기효능감에 긍정적 영향을 미치는 효과적인 진로프로그램이 될 수 있음을 시사하고 있다.

주제어 : 청소년, 진로발달, 자기효능감, 진로결정 자기효능감, 예술치료

Ⅰ. 서론

진로발달적 관점에서 볼 때 청소년기는 성인기로 이행을 준비하는 시기이자 동시에 청소년기 이후의 진로를 탐색, 선택 그리고 준비하는 시기(career exploration and preparation)라고 할 수 있다. 그리고 청소년기는 진로를 탐색하고 개발함과 동시에 자신의 능력을 함양해야 하는 시기이며, 발달적인 측면에서도 급격한 신체적, 인지적 그리고 정서적인 변화로 인해 고민거리가 많은 시기이다. 실제로 김지혜(2012), 최봉주(2010) 등이 연구에서 밝히고 있는 바와 같이, 청소년 상담의 65%가 진로 및 진학상담이 차지하고 있을 만큼 청소년들에게 있어 진로선택의 문제는 매우 중요한 해결과제이다. 하지만 대부분의 중학생들은 적성과 소질에 바탕을 둔 진로탐색보다 졸업과 동시에 인문계 고등학교 또는 직업교육을 위한 전문계 고등학교로 진학할 것인가 하는 계열선택의 문제에 직면하게 된다. 이기학(1997)은 청소년들이 고민하는 문제 중 자신이 선택한 진로와 직업세계에서 성공적인 수행을 할 수 있다는 자신감과 확신부족이 가장 중요한 문제라고 보고 있다.

또한, 청소년들의 확신이 결여된 진로선택은 결과에 대한 낮은 기대감과 비합리적인 목표설정 및 계획수립과 같은 문제를 야기하며, 이는 진학과 전공을 선택할 때뿐만 아니라 대학졸업 이후 구직 활동 시에도 영향을 미치게 된다. 결국 이러한 진로선택은 전반적인 인생진로의 마지막 순간까지도 고민거리가 된다. 홍설(2006)은 개인이 자신의 일생을 계획하는데 있어서 중요한 중학교시기에 적극적으로 진로탐색을 해야 함에도 불구하고 자기효능감이 낮은 학생들은 진로탐색의 수행조차 소홀히 하는 문제를 안고 있다고 주장한다. 특히, 청소년 초기인 중학교 시절에는 진로탐색을 통해 긍정적인 자아개념의 발달과 의사결정능력의 증진을 기하고, 직업 정보 및 탐색적인 경험을 제공하여 자신의 진로계획을 세우도록 도울 필요가 있다(유윤자, 2012).

따라서, 적절한 진로 프로그램의 활용은 중학생들의 진로결정 자기효능감의 발달을 가져올 수 있고, 이는 바람직한 진로탐색으로 연결된다. 중학교 시기에는 긍정적인 자아개념의 발달과 의사결정능력의 증진과 더불어 스스로 진로를 현실적으로 계획할 수 있도록 진로선택과 적응에 관련된 자기효능감을 향상시키는 진로교육 및 진로지도가 필요하다(박용두 외,

2007). 즉, 이 시기의 청소년들에게 자아정체감을 확립시키고 자신이 지금 무엇을 원하고, 무엇을 잘 하는지에 대한 객관적 탐색이 필요하며, 더 나아가 진로탐색 및 직업을 선택할 수 있는 기본적인 발판을 마련해 주어야 한다.

이처럼, 여러 연구자들(박필자, 2006; 성미숙, 2008; 김봉환, 2011)은 중학생의 진로탐색 과정에 있어서 중요한 영향을 미치는 요인으로 진로결정 자기효능감을 강조하고 있다. 먼저, 박필자(2006)는 진로탐색 프로그램이 중학생의 진로결정 자기효능감에 미치는 효과를 살펴본 결과, 진로탐색 프로그램에 참여한 실험집단이 참여하지 않은 통제집단보다 진로결정 자기효능감의 전체값과 하위영역인 자기평가, 직업정보수집, 계획수립, 목표설정 영역에서 통계적으로 유의미하게 증가하였음을 확인하였다. 또한 성미숙(2008)은 양성평등 진로교육 프로그램이 중학생의 진로결정 자기효능감과 진로성숙도를 높이는데 긍정적인 효과가 있다고 보고하였다.

한편, 김봉환(2011)은 진로 프로그램이 청소년들의 진로결정에 긍정적인 효과가 있지만, 언어적 표현 위주의 상담만으로는 자기표현이 미숙하고 민감한 시기의 중학생들에게 부족함이 있기 때문에 자기정체성 및 진로탐색 등의 프로그램을 실시할 때, 기존의 방식을 탈피하여 여러 가지 시각으로 접근할 필요가 있음을 제안하였다. 그 가운데 예술치료는 방어기제나 언어사용에 대한 한계를 내포하고 있는 언어적 중재 중심의 치료에서 벗어나 내담자의 문제나 장애를 자연스럽게 진단하고 평가할 수 있는 도구이며, 예술 활동의 과정을 통해 내면의 무의식을 탐색하고 표출함으로써 카타르시스를 경험하게 하고 마음의 안정을 찾도록 유도해준다(김진숙, 1996).

예술을 통한 치료적 행위인 예술치료는 오늘날 심리치료의 중요한 영역을 차지하고 있다(이근매, 2011). 예술치료에서 이미지, 상징, 이야기하기, 의례(ritual), 음악, 무용, 드라마, 시, 운동, 시각 예술의 결합은 예술적 경험을 제공하고, 정서적 경험과 반성적 경험의 유지와 표현에 대해 개인적 이해와 의미를 확장하고 심화하는데 사용된다(조용태 외, 2007). 백양희 외(2012)와 박희석 외(2011) 등이 주장하고 있는 바와 같이, 예술매체를 통해 표현하는 창작활동은 청소년의 비언어적 사고를 능동적으로 표출하는데 많은 도움이 되고, 상담사와의 상호작용 속에서 청소년들이 자아를 인지하고 사회환경에 대한 이해와 이를 바라보는 긍정적 시선을 통해 자기 세계가 확대되는 경험을 하게 된다. 이렇게 확대된 자기세계는 표현활동의 발전과 깊은 관계가 있으며, 청소년 내담자 자신의 고민들을 개선하려는 적극적 의지로 전환되는 계기를 가져올 수 있다. 즉, 예술치료는 청소년들이 안고 있는 문제를 해결하고 성장할 수 있는 기회를 부여하며, 본질적인 인간성과 창의적 발달에 도움을 줄 수 있다는 것이다.

최근 미술치료를 활용한 진로 프로그램에 관한 연구들이 여러 연구자들(정율희, 2010; 송재원, 2010; 임현미, 2006; 장지원, 2013)에 의해 이루어지고 있으며, 그밖에도 문학치료(한정아, 2011), 사진 활동(최정화, 2006), 영상매체(최봉주, 2010)를 활용한 진로 프로그램에 관한 연구들도 시도되고 있다. 또한 자기효능감과 관련된 예술치료 프로그램 연구도 있다(이에스더 외, 2012; 강양구, 2011). 하지만, 단일기법을 사용한 연구만 있을 뿐 진로결정 자기효능감과 관련된 통합 예술치료 연구는 미흡한 실정이다. 또한 지금까지 예술치료와 관련된 선행연구의 대부분은 청소년의 학교부적응(서주연 외, 2011; 김헌성, 2011; 김혜경, 2010), 우울(송언영, 2010; 안윤영, 1999), 비행(김용수, 2012), 인터넷 중독(정여주, 2008), 결손가정(최애나 외, 2007) 등을 다루고 있을 뿐, 청소년들의 진로결정 자기효능감을 대상으로 예술치료 프로그램을 적용한 연구는 부족한 실정이다.

이에 본 연구자는 진로탐색시기에 위치한 중학생에게 예술치료를 활용한 프로그램을 적용하여 진로결정 자기효능감에 관한 효과를 검증해보고자 한다. 따라서 본 연구에서는 선행연구에서 적용한 프로그램을 참고하여 개발한 예술치료 프로그램이 중학생의 진로결정 자기효능감과 각 하위요인인 직업정보, 목표설정, 미래계획, 문제해결, 자기평가에 미치는 효과를 양적, 질적 분석을 통해 확인하는데 그 목적이 있다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 청소년의 진로발달적 특성

청소년기는 자신의 미래를 설계하고 이에 대한 구체적인 준비를 하는 시기로, 올바른 진로선택이라는 중요한 발달과업과 함께 자아개념의 확립, 자기효능감 형성 등과 같은 발달과업을 수행하는 시기이기도 하다. 진로발달이론에서 중학교 시기는 자신의 흥미와 특성, 능력 등을 탐색하여 잠정적인 진로를 선택하고 시험해 보는 진로탐색단계에 해당된다. 또한 이 시기에는 구체적인 직업의식이 발달되고, 타인과 비교함으로써 자신의 장점보다 단점이 부각되어 자신의 능력이 부족하다고 느낄 수 있다. 더욱이 중학생들은 확고한 신념이 없이 타인의 의견에 따라 행동을 결정하는 동조 행위가 최고조에 달하는 시기이다. 이러한 의미에서 진로문제를 해결하고 중학생의 진로발달 단계에 맞는 적절한 진로교육이 이루어질 수 있는 방안을 모색할 필요가 있다.

중학교에서의 진로탐색에 대하여 강대구 외(2003)는 구체적으로 어떤 직업을 선택하거나 직업적 기능을 길러준다기보다는, 전반적으로 직업에 관련된 정보를 수집하고 분석하는 능력과 자기의 소질과 적성, 성격, 흥미 등에 대하여 광범위하게 생각해보고 객관적으로 평가할 수 있는 능력에 초점을 두어야 한다고 주장한다. 따라서 학교생활이나 기타 과외활동을 통해서 나타난 학생들의 다양한 직업세계와 연관시키면서, 학생들이 지식을 확장시킬 수 있는 활동을 많이 하게 하는 것이 필요하다고 하겠다.

한편, Ginzberg et al.(1951)은 11세-17세를 잠정기라고 하였으며, 이를 다시 네 단계로 세분화하여 설명하고 있다. 중학교 시기는 이 네 가지 하위 단계 중에서 능력기(13세-14세)에 해당하며, 자신의 직업적인 열망과 관련하여 자신의 능력을 깨닫게 되는 단계이다. Super(1957)의 진로발달 단계에서 중학교 시기는 성장기의 하위 단계 중 능력기(13세-14세)에 해당된다. 이 시기는 진로 선택에서 능력을 중시하며 직업에서의 훈련 조건을 중시한다. 이러한 발달 단계에서 볼 때, 중학교 시기는 초등학교의 환상기와 고등학교의 구체적인 결정을 앞둔 시기 사이에서 가장 진로탐색이 필요한 시기임을 알 수 있다. 그리고 이 시기에 청소년들의 지적, 사회적 성숙이 자신의 장래에 대한 관심으로 보다 구체화되고 증가된다.

Evans(1973)의 주장을 바탕으로 중학생의 진로발달적 특성을 정리하면(강대구 외, 2003, 재인용), 첫째, 중학생들은 직업적 성숙을 이루는 과정 중에 있으나 전체적으로 보아서는 미성숙한 상태라고 표현하는 것이 가장 적절하다. 둘째, 진로선택과정에 개인의 욕구와 능력 그리고 가치관 등이 고려되지만, 현실적인 요인들이 충분히 고려되지 않기 때문에 잠정적인 특징을 보인다(강영배, 2013). 셋째, 직업적 성숙의 정도에서 상당한 개인차가 있으며, 이 나이의 청소년들은 대체로 구체적인 직업적 의사결정을 할 준비가 되어 있지 않다. 넷째, 중학생들은 어떤 직업가치관을 가지고 입학하는데, 진로프로그램의 실시가 없다면 고3 학년까지 대단히 안정적인 상태를 유지하는 경향이 있다. 다섯째, 70% 이상의 학생들이 중학교에서 선택한 구체적인 직업선호를 고등학교 3학년 이전에 변경할 수 있다. 여섯째, 중학생들의 직업적 성숙은 직업세계에 대한 체계적인 섭렵, 충분한 상담·지도, 그리고 일에 대한 경험을 통해 고양될 수 있다. 마지막으로, 진로와 관련된 능력, 적성, 가치관 등은 진로프로그램의 참여 여부에 의해 크게 영향을 받을 수 있다.

한편, Young(1994)은 중학교 시기는 초등학교 때보다 경험과 성장의 결과, 안목이 넓어지고, 관계를 이해하며, 추상적인 용어와 상징을 사용하는 능력이 가능해진다고 하였다. 또한 이성 또래보다 동성 또래로부터 더 영향을 받으며, 소속감과 순응에 빠져있고 부모로부터 독립하려는 잠정적인 단계라고 하였다. 그리고 Herr & Cramer(1996)는 중학생 시기란 학생들 집단에서 가장 넓은 성숙의 범위를 지니고 있다고 보고 있다. 다시 말해서, 사춘기의 변화,

남성과 여성으로서 성장 속도의 차이, 남성과 여성 간에 육체적·정서적·지적 발달의 일반적인 불균형이 성숙의 차이를 가져오며, 준비성에서 차이, 학문에 대한 호기심, 육체적 변화에 대한 집착, 또래와의 갈등, 이성 친구에 대한 관심, 가족의 구속에 대한 반항 등은 공존하기도 하지만, 반대로 이러한 요소들이 청소년들의 진로발달을 어렵게 하기도 한다.

대부분의 중학생들은 자신과 일의 세계에 대한 정확한 이해 없이 사회적인 편견과 부모의 기대 또는 다른 외적 욕구를 추구하고자 하는 경향으로 인해 합리적인 진로선택을 하지 못하고 있다(강영배, 2013). 실제로 대부분의 중학교에서 고등학교의 진학 기준으로 학교의 내신 성적에 의존하고 성적이 우수한 학생은 특수목적 고등학교나 일반계 고등학교로, 상대적으로 성적이 낮은 학생은 전문계 고등학교로 진학하는 경향이 두드러지는 등 학생들의 능력, 흥미, 적성 등은 거의 고려되지 않는 실정이므로, 이들을 위한 바람직한 진로지도가 절실히 요구되고 있다(김미희 외, 2007).

또한 중학생 시기의 또래 관계는 그들의 발달적 변화에 커다란 영향을 미친다. 다시 말해서, 좋은 또래 관계는 청소년기의 정상적 사회발달에 필수적이기에 이러한 발달적 특성을 고려했을 때 진로프로그램은 또래간의 상호작용과 역동성을 통하여 진로선택의 효과성뿐만 아니라 조화로운 또래 관계 형성으로 이어져, 이는 그들의 긍정적인 정신건강으로 이어진다(2012, 김지혜). 이와 같이 많은 학자들은 중학교 진로교육에서 다루어야할 내용으로 진로의사결정과 문제해결기술, 진로결정 자기효능감을 교육 및 직업 목표와 연계시키는 일, 학생의 장점과 능력을 다루는 일, 다양한 직업탐색 등을 제시하고 있다.

2. 청소년과 진로결정 자기효능감

사회인지 진로이론의 여러 변인 중에서 가장 많이 연구된 것 중의 하나로 진로결정에서 자기효능감의 역할이라고 할 수 있다(양난미, 2005). Bandura(1997a)에 의하면 높은 자기효능감을 지닌 사람들은 수행을 긍정적으로 이끌어가는 성공 시나리오를 시각화하고, 또 문제에 대해서도 좋은 해결방안을 인지적으로 시연한다고 한다. 반면 스스로를 비효율적이라고 여기는 사람들은 실패 시나리오를 시각화하는 경향이 있고, 그래서 일이 어떻게 잘못될 것인지를 곰곰이 생각하는 경향이 있다. 이러한 비효율적인 사고는 행위자의 동기를 약화시키고 수행을 저하시킨다고 하겠다. Bandura(1997a)는 이와 같이 자기효능감과 과제 수행 간에는 직접적인 관련이 있음을 주장하였다. 개인이 자기효능감을 과소평가하면 목표를 더 쉽게 포기하고 낮은 성취목표를 설정하며, 성취불안으로 괴로워하고 사실상 가능한 도전임에도 회피하게 된다. 반대로 자기효능감을 과대평가하는 경우, 미처 준비되지 않은 과제를 시도

함으로써 실패와 좌절을 더 많이 경험할 수 있다. 가장 이상적인 자기효능감의 수준은 현재의 능력수준을 적당히 초과하는 것이다.

Bandura(1997a)가 주장한 자기효능감 이론은 Hackett & Betz(1981)에 의해 진로 영역에 도입되어 진로 자기효능감(Career Self Efficacy, CSE)으로 개념화되었다. 이들은 기존의 자기효능감 이론을 실제 진로상담에서 활용하기 위하여 위의 이론을 개발하였다고 할 수 있다. Hackett & Betz(1981)는 진로선택과 적응에 관련되는 개인적 효능감을 '진로 자기효능감(Career Self-Efficacy)'으로 개념화하였으며, 이를 진로와 직업분야에 적용하였다. 그리고 자기효능감이 성취행동, 진로결정 그리고 선택한 학문적 진로에서 성공을 결정할 것이라는 가정에 입각하여 진로발달모델에 진로효능감을 중요한 변인으로 포함시켰다. 즉, 진로효능감 수준이 낮은 개인은 진로결정을 하는데 필요한 과업이나 행동을 회피하려는 경향이 강하고, 진로효능감 수준이 높은 개인은 그러한 행동을 적극적으로 하려는 경향이 강하다고 할 수 있다.

따라서 효과적인 결정에 필요한 과제와 행동을 수행하는 자신의 능력에 대한 자신감이 적은 학생일수록 그러한 과제에 참가하는데 소극적이고, 진로를 결정하지 못한 채로 남아있을 수 있다. 이와는 반대로 성공적인 과제 수행경험은 그에 대한 자기효능감을 증진시킨다. 특히 Taylor & Betz(1983)에 따르면, 진로를 결정하지 못한 사람들이 진로를 결정한 사람들에 비해 진로를 결정하는데 필요한 과제를 수행하는 자신의 능력에 대해서 확신감이나 자신감이 낮았다. 즉, Taylor & Betz(1983)는 자신들의 이론을 Crites(1978)가 주장하는 진로성숙의 5가지 영역(자기적성평가, 직업정보수집, 목표설정, 계획, 문제해결에 대한 자기효능감)으로 개념화하여 진로결정 자기효능감(Career Decision Making Self-Efficacy: CDMSE)이라는 척도를 개발하였다. 이러한 관점에서 볼 때, 진로결정 자기효능감은 진로와 관련된 의사결정에서 자신에게 필요한 과업을 성공적으로 수행할 수 있으리라는 자신감이라고 할 수 있다(김경아, 2010).

청소년의 진로결정 자기효능감과 관련된 선행연구에서 진로결정 자기효능감은 진로정체감(이정애·최응용, 2008), 자존감(Lent & Hackett, 1994), 진로태도성숙(이기학·이학주, 2000), 진로탐색행동(이연미, 2002), 직업가치(이은경, 2000) 등과는 정적 상관이 있고, 불안(Robbins, 1985), 진로 미결정(한주옥, 2004) 등과는 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 위의 연구결과들을 보다 자세히 살펴보면, 이연미(2002)는 진로를 결정한 대학생들이 진로를 결정하지 못한 대학생보다 목표선택, 미래계획, 문제해결, 직업 정보를 얻을 수 있는 진로결정 자기효능감이 높다고 보고했다. 그리고 이은경(2000)의 연구에서도 진로를 결정하지 못한 사람들이 진로를 결정한 사람들에 비해 진로를 결정하는데 필요한 과제를 수행하는 자신의

능력에 대해서 확신감이나 자신감이 낮은 것으로 나타났다.

한편, 정진선(2004)의 연구결과, 청소년들의 경우 진로결정 자기효능감 수준이 높을수록 진로선택에 대한 자신감과 진로선택의 범위가 확장되는 것으로 나타났다. 이기학과 이학주(2000)는 진로결정 자기효능감이 진로태도 성숙의 약 40%를 설명하는 가장 강력한 요인임을 밝혔고, 유나현(2005)의 연구에서는 청소년 진로상담에서 진로결정 자기효능감을 변화시키는 개입이 그들의 진로태도 및 진로관련 행동을 변화시키는 주요 요인으로 작용한다는 사실을 확인하였다. 최근 진로분야의 연구동향을 살펴보면 인지나 태도적 측면뿐만 아니라 행동적인 측면이 강조되고 있다(김봉환, 2011).

3. 예술치료

1) 예술치료의 개념 및 특성

예술치료의 발상지라고 할 수 있는 영국의 영국예술치료사협회(British Association of Art Therapists)[4]는 예술치료는 커뮤니케이션의 중요한 방법으로, 예술을 매체로 사용하는 정신요법의 한 형태라고 정의하고 있다. 이 때 예술치료는 정신적인 어려움과 장애를 가진 아동, 청소년, 성인 그리고 노인 모두를 대상으로 이루어지며, 필요에 따라 개인 또는 집단을 단위로 프로그램을 실시할 수 있다. 그리고 미국예술치료협회(American Art Therapy Association)[5]의 정의에 의하면, 예술치료란 예술치료 전문가의 도움으로 예술 매체, 창조적인 과정 및 예술 성과를 이용하여 클라이언트의 감정적인 충돌을 완화시키고, 자기효능감을 육성시키며, 나아가 클라이언트의 행동과 중독을 관리하는 기능을 한다. 또한 예술치료는 클라이언트의 사회성과 현실감각을 향상시키고, 불안감을 감소시키는 한편, 자부심을 증가시키는 정신 건강과 관련된 전문요법이다. 이러한 예술치료의 목표는 클라이언트의 기능 및 개인적 행복감을 향상시키거나 회복시키는 것이라고 본다. 그리고 예술치료 활동은 인간 개발, 심리적인 상담 이론과 기술뿐만 아니라 시각 예술(그림, 회화, 조각품 및 다른 예술적 표현 방식) 및 창조적인 과정의 지식을 요구한다. 그리고 中川(나카가와)(2011)는 예술치료를 그림, 꼴라쥬, 도예, 하코니와(箱庭)[6], 음악, 시, 심리극, 댄스 등 다양한 표현활동을 통하여

4) http://www.baat.org/ (검색일: 2014.02.12)
5) http://www.arttherapy.org/ (검색일: 2014.01.12)
6) 일본의 에도(江戸)시대에서 메이지(明治)시대에 걸쳐 유행하던 것으로, 조그만 상자에 나무나 인형, 다리, 배 등을 배치하여 정원을 꾸미는 활동이다.

이루어지는 심리치료를 총칭하는 개념으로 보고 있다.

국내 연구자들은 예술치료를 개인의 신체, 정서, 인지를 통합하기 위해 복합모형의 예술과정들을 사용함으로써 표현예술과 심리치료를 통합한 것이라고 정의하고 있다(정광조 외, 2009). 즉, 예술심리치료는 예술이라는 매개를 통하여 인간 내면의 창의성을 발휘하도록 하는 창작활동을 통한 심리치료로서, 창작행위가 주는 치유성, 저항심 저하를 통한 치료관계 성립, 심리역동 구조의 재정비에 긍정적으로 작용하는 것으로 알려져 있다. 이러한 예술치료의 특징은 예술작업을 통한 심상의 외면화 과정 속에서 개인은 마음속에 억류되어 있던 심리·정서적인 요소를 표현하고, 내면을 표출하여 갇혀있던 정신세계를 새롭게 변화시키는 계기를 마련한다. 또한 류정미 외(2006)는 예술치료의 치료사는 내담자의 창작과정과 작품을 통해 개인의 심리적 갈등을 파악할 수 있다고 주장한다.

또한, 정광조 외(2009)는 예술치료는 각종 예술매체를 활용한 심신치료 활동을 하면서 심신의 성장과 발달을 목표로 하는 치료 예술 활동으로 정의하면서 예술치료의 개념을 다음과 같이 4가지로 제시하였다. 첫째, 예술치료는 예술매체를 활용하는 치료이다. 둘째, 예술치료는 주로 심리적 질환을 치료하는데 기여한다고 본다. 셋째, 구체적으로 심리적, 신체적 문제나 질환을 갖고 있는 사람들 외에도 자아 성장을 목표로 하는 모든 사람들에게 예술치료가 유용하다. 넷째, 미국의 경우 예술치료의 목적을 개인의 변화와 성장 외에 사회와 공동체의 발전, 성장까지도 목표로 하고 있다. 예술치료로 대변할 수 있는 미술치료, 음악치료, 무용·동작치료, 드라마 치료는 지금까지는 서로 분리된 학문 분야나 단체를 구성하여 독자적으로 활동을 해 왔다. 그러나 임상 현장에서는 분리된 치료분야들이 서로 통합되어 운영되고 있는 실정이다(조용태 외, 2007). 이는 미술치료, 음악치료, 무용·동작치료 등 단일 기법을 사용하는 것보다 통합된 예술치료가 내담자에게 보다 효용성이 높다는 사실을 뒷받침해 주고 있다(강양구, 2011).

한편, 예술치료는 예술작업을 통해 내담자의 문제를 진단하고, 그에 맞는 치료 프로그램을 계획하는 과정에서 내담자의 기호를 충분히 고려하여 다양한 예술매체를 통합한 프로그램을 적용하는 것으로, 창조적인 활동을 통해 내담자의 문제를 해결할 수 있는 치료기법 중의 하나이다(최애나 외, 2007). 음악, 동작, 연극 등의 예술활동을 상호통합적으로 치료에 적용하는 것은 신체적·정서적·심리적 조화와 통합을 돕고 다양한 예술활동으로 방어를 감소시키고 자율성을 향상시킬 수 있다. 다양한 매체를 활용한 예술치료는 구성원과 함께 작품활동을 하는 경험을 통하여 타인을 인식하도록 함과 동시에 타인을 배려하고 올바른 관계를 형성할 수 있도록 하여 집단 내에서 규칙과 질서를 습득할 수 있도록 돕는다(박차영, 2005).

지금까지 예술치료 프로그램을 적용한 효과 검증은 여러 연구자들에 의해 이루어져 왔는데,

이를 구체적으로 살펴보면, 감각활동을 촉진하며 변화에 대한 저항감소 및 사회적응의 확장 효과(최미경, 2011), 행동변화에 긍정적인 효과(김양순, 2000), 감정표현능력의 강화로 인한 내면적 인지가 외부적인 긍정적 행위로의 전환효과(정정순, 2004), 우울과 인간관계에 긍정적 효과(김상숙, 1997), 내적 대상의 변화 및 관계성 회복효과(장기호, 2005), 자신감과 대인관계 및 사회적응효과(류분순, 2002) 등을 확인, 검증하기 위한 연구들이 이루어졌다. 곽현주(2013)는 이러한 연구결과들에서 나타난 예술의 지지적인 침묵은 예술적 표현을 촉진할 수 있고, 그래서 모순된 요소를 탐색하고 전체가 되는 새로운 방법을 찾는 기회를 제공할 뿐만 아니라, 비언어적인 예술활동을 통해 치유적 경험을 하게 하여, 궁극적으로는 심신의 건강을 회복하도록 하는데 효과적이라고 보고 있다.

2) 청소년 대상 예술치료 프로그램의 효과

청소년을 대상으로 예술치료의 효과를 검증한 연구(김희성 외, 2012; 문선영, 2008; 정여주, 2008)는 실험집단과 통제집단을 구성하여 예술치료 프로그램의 효과를 검증한 논문이 대부분이었다. 이러한 연구들의 특징은 아동과 달리 청소년시기에 발생률이 높은 문제들에 초점을 맞추고 있다는 것이다. 먼저, 김희성 외(2012)는 가정폭력 경험 청소년 20명을 대상으로 음악, 시, 미술, 드라마 등과 같은 다양한 예술매체를 활용한 게슈탈트 예술치료 프로그램을 실시하였으며, 이 과정을 통하여 예술치료 프로그램이 참여자들의 억압된 분노감정의 표현과 자기존중감이 향상되었음을 밝혔다. 예술치료가 학교부적응 청소년의 정신건강에 긍정적인 작용을 한다는 연구결과(문선영, 2008)도 있다.

한편, 정여주(2008)는 인문계 고등학교에 재학 중인 인터넷 중독 청소년 22명을 대상으로 연구한 결과, 예술치료가 인터넷 중독 고교생의 인터넷 사용조절과 자기통제에 효과적이라고 보고하였다. 그는 이러한 효과가 예술치료에서 자신이 주체가 되어 창의적 활동을 주도하고, 다양한 예술매체로 인한 흥미유발과 자기표현의 통로를 찾을 수 있었기 때문이라고 볼 수 있다. 류정미·박희석(2006)은 14세~19세 사이의 비행 청소년 총 17명을 대상으로 1회기 60분씩 총 15회기 예술치료를 실시한 결과, 비행청소년의 대인관계 및 자기지각이 향상되었다고 보고하였다. 이상과 같이 청소년을 대상으로 예술치료를 적용한 선행연구의 결과는 예술치료 프로그램이 학교 부적응, 우울, 비행, 인터넷 중독, 가정폭력, 발달장애, 비행 등에 긍정적으로 작용하는 것으로 나타났다.

청소년의 진로와 관련된 예술치료 프로그램을 살펴보면, 먼저 장지원(2013)은 중학생을 대상으로 미술치료 프로그램을 실시한 결과, 미술치료 프로그램이 청소년의 진로결정 자기

효능감 증진에 효과가 있음을 밝혔고, 김시현(2013)은 인지행동 미술치료 프로그램이 특성화 고등학교 학생의 진로의식성숙에 효과가 있음을 밝혔다. 또한 임영란(2013)은 예술치료 프로그램이 중학생들의 진로성숙도에 긍정적 효과가 있음을 밝혔다. 이상의 선행연구를 정리하면 다음의 <표 1>과 같다.

<표 1> 청소년대상 예술치료프로그램의 효과 검증에 관한 선행연구

영역	년도	저자	프로그램	대상	주요 연구 결과
문학	2011	한정아	독서치료를 활용한 진로 프로그램	여고생	여고생의 진로결정 자기효능감과 진로태도 성숙 향상
	2012	최수진	해결중심문학치료	중학생	중학생의 자기개념과 희망증진에 효과
음악	2004	한상철 외	음악치료	실업계고	학업부진아의 자기효능감의 향상
	2008	김성애	이야기 음악치료	중학생	자기효능감 향상
사진	2010	최봉주	영상매체	중학생	진로 자기효능감 향상
	2011	강상우	사진활동 집단상담	고등학생	청소년들의 자존감 향상에 긍정적 효과
미술	2008	김정심	학습기술을 활용한 집단미술치료	중학생	학습동기 낮은 중학생의 학습동기와 학업적 자기효능감 향상
	2009	류연주	점토중심 소집단 미술치료	초등 고학년	자기효능감이 낮은 초등학교 고학년의 자기효능감에 긍정적 효과
	2011	김세영 박부진	현실요법 집단미술치료	중학생	중학생의 학교적응 및 자기효능감 향상의 효과
통합 예술	2008	문선영	통합예술치료	중학생	학교부적응 중학생의 신뢰감 향상과 자신감향상 등 정신건강에 긍정적 영향
	2012	이에스더 박미정	예술치료프로그램 개발	청소년	학교 부적응 청소년의 자기효능감 향상
	2013	임영란	예술치료를 활용한 진로탐색	중학생	청소년들의 진로성숙도에 태도영역과 능력 영역 향상에 긍정적 효과

Ⅲ. 연구방법

1. 연구설계

본 연구는 아래와 같이 실험집단과 통제집단의 사전, 사후 검사를 비교하는 실험설계(pre-test post-test control group design)의 방법을 사용하였다. 2013년 5월 21일부터 7월 12일에 거쳐 실험집단을 대상으로 예술치료프로그램을 실시하고 사전, 사후 검사를 실시하였다.

<표 2> 사전·사후 실험연구의 설계

구 분	사전검사	실험처치	사후검사
실험집단	O_1	X	O_3
통제집단	O_2		O_4

* O_1, O_2 : 사전검사
* O_3, O_4 : 사후검사
* X : 예술치료 프로그램

1) 사전검사 실시

프로그램을 실시하기 전에 실험집단을 대상으로 진로결정 자기효능감과 PPAT 그림검사를 실시하였고, 통제집단을 대상으로 진로결정 자기효능감을 측정하였다.

2) 프로그램의 실시

본 프로그램의 운영은 연구자와 예술치료전문가 2인이 실험집단을 대상으로 2013년 5월 21일부터 7월 12일까지 총 18회기를 주2회 회기별 50분씩 진행하였다.

3) 사후검사 실시

프로그램 종료 시점인 7월12일에 프로그램 효과를 알아보기 위해 실험집단을 대상으로 진로결정 자기효능감, PPAT 그림검사(형식척도와 내용척도)를 사후검사로 실시하였고, 통제집단을 대상으로 진로결정 자기효능감을 측정하였다.

2. 연구대상

본 연구는 부산광역시에 소재한 OO중학교 1학년 전 학생 243명을 대상으로 진로결정 자기효능감척도 검사를 실시하였으며, 이 검사의 결과를 바탕으로 청소년들의 진로결정 자기효능감 평균점수를 산출하였다. 그 중 진로결정 자기효능감 점수가 낮은 16명의 학생을 선출하였다. 선출된 학생들 중 학교일정과 개인사정을 고려하여 통제집단은 남자 4명, 여자 4명으로 구성하였고, 실험집단은 남자 4명, 여자 4명으로 각각 배치하였다. 연구자가 학생들에게 연구의 목적과 절차를 설명하고 학생들의 동의를 모두 얻은 후 선정된 실험집단은 실험의

<청소년문화포럼>VOL.38 [논문]

처치로 18회기 프로그램을 실시하였다.

3. 프로그램의 개발 및 구성

본 프로그램은 중학생들의 진로결정 자기효능감 향상을 주목적으로 개발하였으며, 프로그램은 중학생들의 진로발달적 특성을 고려하여 Hackett & Betz(1981)의 진로자기효능감 이론을 바탕으로 국내외 관련 문헌과 선행연구 등을 참고하여 내용을 구성하였다. 본 프로그램의 내용은 5단계로 제1단계인 도입 단계에서는 친밀감형성과 흥미유발에 중점을 두었고, 제2단계인 직업유형 탐색과 직업탐색 단계에서는 자신의 직업유형을 알고 유형에 따른 직업탐색을 통해 자신을 이해하게 하였다. 제3단계인 내면탐색 단계에서는 자신의 내면을 다양하게 표현하여 자신감을 갖게 하였으며, 제4단계에서는 자신이 하고 싶고, 되고 싶고, 갖고 싶은 목표를 알게 함으로써 목적 있는 삶을 계획하고 그 모습을 상상할 수 있게 하였다. 마지막으로, 종결 단계인 결단·선포에서는 자신의 비전을 성취하기 위한 전략을 세우고 실행방법을 계획할 수 있도록 구성하였다. 각 단계별 세부적인 구성 내용은 다음의 <표 3>과 같고, <표 3>에는 참여자의 진로결정 자기효능감과 관련하여 연구자가 생각하는 각 단계별 활동영역의 기대효과를 제시하였다. 기대효과의 표시에 있어 연구자를 포함한 예술치료전문가 2명이 타당화 작업을 거쳤으며, <표 3>에서 ○로 표기한 것은 회기별 프로그램의 효과가 하위요인 별로 미치는 영향에 대해 평가자중 1인 이상의 의견을 반영한 것이고, ◎로 표기한 것은 평가자간 2명 이상의 의견이 일치하였을 때를 뜻한다.

<표 3> 예술치료 프로그램 회기별 내용

단계 구성	회기	주 제	활동내용	기대효과	직업정보	목표설정	계획수립	문제해결	자기평가
도입	1	사전검사 및 O.T	*예술치료 프로그램에 대한 소개 *진로결정 자기효능감 및 PPAT검사 *서약서 작성하기	*프로그램에 대한 이해와 참여동기 유발		○	○		◎
	2	나는 누구인가	*3원색으로 표현한 자기 탐색 *발표 후 느낌 나누기	*자기소개를 통한 집단구성원간의 친밀감 형성 *자신 및 타인에 대한 이해 *신뢰감 형성 및 무의식의 의식화		○	○		◎
	3	치료적 노래 부르기	*자신의 모습 발견 *자신의 장점(직업적 역량)을 생각하고 떠오르는 이미지 노래 만들어 부르기	*내안의 숨겨진 모습을 발견하여 자신의 가치를 새롭게 획득 *자신의 적성, 흥미 찾아보기	○	◎	○		◎

단계 구성	회기	주 제	활동내용	기대효과	직업정보	목표설정	계획수립	문제해결	자기평가
전개	4	난화 상호 이야기	*직업카드 퀴즈놀이 *직업카드를 활용한 생애진로 보드게임 *긍정의 상황과 부정의 상황 이야기 나누기 *발표보고 느낌나누기	*새로운 직업탐색 및 협동작업을 통한 친밀감 형성 *직업에 대한 관심 유도 *타인과 대안찾기로 문제해결력 향상	◎	○		◎	◎
	5	이미지 연상하기 (9분할법)	*눈을 감고 자신의 희망직업 연상 후 이미지 찾아서 테두리 안에 그려 넣기(9분할법) *자신이 지키고 싶은 것을 나누어 표현하기 *발표하고 느낌 나누기	*개인 내적 체험, 객관적 표현 *자신만의 리듬 자각하여 스스로 에너지 조절하여 자신의 잠재능력 자각 *작품완성을 통한 성취경험 획득	◎	◎		○	◎
중기 I	6	자기PR 하기	*자신을 홍보하는 개사노래부르기 *자신의 진로와 관계되는 것을 사탕이나 초콜렛으로 표현하기(관심있는 진학경로와 관련하여 표현하기) *발표하고 느낌 나누기	*자신에 대한 표현으로 자신의 이해, 수용, 자기 개방 유도 *작품완성을 통한 성취경험 획득 *긍정적 자아상 *자신의 진로에 집중하여 구체적 표현을 통해 개인 및 타인의 경험 모두 경험	◎	○		◎	◎
	7	소조 만들기	*과거에 부정적 감정과 연결하여 뼁튀기로 분노 표출하기 *눈을 뜨고 확인해서 재창조하기 *작품보고 느낌 나누기	*자신의 감정에 대한 이해와 재인식으로 타인에 대한 인식 증가 *부정적 감정 인정, 표현, 수용하기 *정서적 안정도모 *작품완성을 통한 성취경험 획득		○		◎	◎
	8	신체 활동 (꼴라쥬)	*가장 힘들었던 일을 생각하며 부정적 감정이 없어질 때까지 신문지 찢기 *전지에 자신의 성공한 모습을 꼴라쥬로 표현 *발표하고 느낌나누기	*분노표출을 통한 부정적 감정의 표현 *감정의 카타르시스 경험 *긍정적 자아상으로 재창조 *과제수행과 변화 나누기를 통해 문제해결력 향상	○	○		◎	◎
	9	역할극 (웅덩이)	*학교생활 중 매우 어려운 상황일 때는 언제이며 어떻게 대처하는지? *U자모양의 웅덩이 속의 자신을 그리고 자신을 도와줄 수 있는 사람을 떠올리며 역할극하기 *소감나누기	*절망감을 느낄 때 자신을 도와줄 사람이 있음을 재인식 *잠재된 불안감 표출 및 대처로 자아 강화 *희망감 찾기 *갈등상황 재연을 통한 대처방법 배워 문제해결능력향상 *동료의 피드백을 통한 긍정적 모델링 학습 *안정된 환경에서 성공경험 나누기		◎	○	◎	◎
중기 II	10	명화따라 그리기	*화가의 작품 중 마음에 와닿는 작품을 선택하여 모사해보기 *발표하고 느낌 나누기	*동료들 간의 긍정적 피드백 *과제난이도 경험 *작품완성을 통한 성취경험 획득 *성취감을 통한 자아존중감 향상		◎	○	◎	◎
	11	인형극	*자신의 진로부분에 멘토가 되는 사람 찾아보고 가상현실을 핫바인형으로 역할극해보기 *소감나누기	*스토리텔링을 통한 자기 탐색 및 노출을 통해 집단원들간의 공감대 형성 *긍정적 미래에 대한 계획 수립해보기 *작품완성을 통한 성취경험 획득하여 목표수립		○	◎	◎	◎

단계 구성	회기	주 제	활동내용	기대효과	직업정보	목표설정	계획수립	문제해결	자기평가
중기 Ⅲ	12	촛농게임	*꿈을 성취한 자신의 모습 떠올리기 *종이컵으로 만다라 형상 만들기 *들숨 날숨을 하면서 각각의 종이컵 중앙에 촛농을 떨어뜨려 맞추기 *발표하고 느낌 나누기	*긴장과 이완을 통해 문제에 대한 수용력, 집중력, 통제력을 증가시켜 구체적인 비전 세우기 *타인을 인식하여 긍정적 대인관계 형성		◎	○	◎	◎
	13	꿈 찾은 나	*미래의 행복한 모습 떠올리기 *사탕이나 과자로 그 느낌 표현하기 *소감나누기	*자기노출로 집단원들간의 공감대 형성하여 긍정적 피드백을 통해 형성된 긍정적 자아개념 선포 *작품완성을 통한 성취 경험 획득하여 구체적 미래계획 세워보기		○	◎	○	◎
종결	14	인생 시나리오 (타로)	*자신의 전체 인생 떠올리기 *자신의 선택으로 이루어진 타로 카드로 미래 계획 세우기 *소감 나누기	*미래에 대한 새로운 인식 후 자신의 삶에 대한 통합적 주체성 증진을 표현하며 다짐 해보기 *작품완성을 통한 성취 경험 획득하여 구체적으로 계획세우기		◎	◎		◎
	15	소망병 만들기	*앞으로 15년 후 난 무엇을 하고 있을까 생각하며 시간별로 정리 해보기 *자신이 살아오면서 가장 기뻤거나 성공했던 상황을 색으로 표현해보기 *발표하고 느낌나누기	*미래에 대해 인식하여 계획설계 해보기 *자신의 삶에 대한 통합적 주체성 증진을 색표현으로 다짐하기 *작품완성을 통해 성취한 경험 선포하기		◎	◎	○	◎
	16	나에게 주는 선물	*집단원에게 사탕이나 과자로 만든 선물나누기 *발표하고 느낌나누기	*자신에 대한 긍정적 인식을 선포하며 다짐하기 *타인을 인식하여 긍정적 대인관계 형성하며 스토리텔링을 통해 목표세우며 다짐하기 *작품완성을 통한 성취 경험 획득하여 선포하기		◎	◎	○	◎
	17	우리의 찬란한 미래	*자신의 꿈을 이루는데 어려움 알아보기 *바나나 게임을 통해 자신이 원하는 직업을 가진 미래의 모습을 표현하기 *또래와 함께 행복한 미래의 공동체 모습 표현해보기 *소감 나누기	*자기 가치관 점검 및 소명감 표현하며 다짐하기 *새롭게 계획된 목표 수립과 미래계획을 긍정적인 관계를 토대로 선포하기 *작품완성을 통한 성취경험을 구체화하여 다짐해보기	◎	○		◎	◎
	18	사후검사 및 종결	*진로결정 자기효능감 검사 *PPAT검사	*각종 사후검사		○	○		◎

4. 측정도구

1) 진로결정 자기효능감 척도

본 연구에서는 Taylor & Betz(1983)가 개발한 진로결정 자기효능감 척도(Career Decesion-Making Self-Efficacy Scale : CDMSDS)의 단축형인 CDMSES-SF(Betz, Klein, & Taylor, 1996)를 이기학과 이학주(2000)가 타당화시킨 것을 사용하였다. 이 검사는 총 25개의 문항이며 직업정보수집, 목표설정, 계획수립, 문제해결, 자기평가 등 5개의 하위요인으로 구성되어 있다. 직업정보수집 요인에 해당하는 5개 문항(1번, 10번, 15번, 19번, 23번), 목표설정 요인에 해당하는 5개 문항(2번, 6번, 11번, 16번, 20번), 계획수립 요인에 해당하는 5개 문항(3번, 7번, 12번, 21번, 24번), 문제해결 요인에 해당하는 5개 문항(4번, 8번, 13번, 17번, 25번), 자기평가 요인에 해당하는 5개 문항(5번, 9번, 14번, 18번, 22번)을 사용하였다. 각 문항은 “전혀 그렇지 않다=1점”에서 “매우 그렇다=5점”으로 Likert식 5점 평정 척도이다. 전체문항의 신뢰도는 Cronbach's α=.92이며, 하위 요인별 신뢰도는 직업정보수집 .68, 목표설정 .75, 계획수립 .79, 문제해결 .70, 자기평가 .76이다.

2) PPAT(형식척도와 내용척도) 검사

본 연구에서는 Gantt & Tabone(1998)이 개발한 형식척도인 FEATS(Formal Elements Art Therapy Scale)와 내용척도(Contents Scale)로 평가기준을 체계화시킨 PPAT(Person Picking an Apples from a Tree)검사를 사용하였다. FEATS는 최근 예술치료분야에서 Gantt(2009), Rockwell & Dunham(2006), Mattson(2011) 등과 같은 학자들에 의해 널리 사용되고 있는 척도이다. FEATS는 14가지의 요소로 구성되어 있는데, 하위 요소는 색칠정도, 색의 적절성, 표현된 에너지, 공간사용, 통합, 논리성, 사실성, 문제해결, 발달단계, 대상의 묘사, 선의 질, 사람, 기울기, 의미없는 반복으로 구성되며, 각 문항은 “전혀 그렇지 않다=1점”에서 “매우 그렇다=5점”으로 Likert식 5점 평정 척도이다.

내용척도는 미술치료 프로그램의 효과성 검정에 주로 사용되며, 김은주・주리애(2008), 노혜원(2007), 박현주・안이환(2008), 임송연(2011), 이현정(2012) 등과 같은 연구자들이 미술치료 프로그램의 효과성 검정에 이 척도를 사용하였다. 내용척도에서는 크게 그림의 방향, 인물그림, 사과나무그림, 주변 환경 묘사, 전체그림에 사용된 색 등과 같은 다섯 가지 영역에

대해 평가한다.

<표 4> PPAT 형식척도(FEATS) 평가기준

항목	형식적인 요소	세부내용
1	색칠 정도	전체 그림에서 얼마만큼 색이 사용되었는지를 평가
2	색의 적합성	그림에 그려진 대상들에 사용된 색들이 대상에 적절히 사용되었는지를 평가
3	포함된 에너지	그림을 그리는데 사용된 에너지의 양으로 색칠정도, 의미없는 반복정도 등을 모두 고려하여 평가
4	공간	그림에 사용된 공간정도
5	통합	각 항목들이 전체적으로 밀접하게 균형을 이루는 정도
6	논리성	지시문에 없거나 주제와 상관없는 기괴한 요소를 평가
7	사실성	항목이 사실적으로 그려진 정도를 한가지 항목이상은 인지가능하게 그려져야 함
8	문제해결	그림속 사람이 사과를 얻기 위해 어떠한 노력을 하는가를 평가
9	발달단계	그림에서 보여지는 발달수준을 평가
10	사물과 환경의 세부묘사	얼마나 다양한 항목들이 묘사되었는지, 규정외의 항목이 얼마나 많이 있는지 평가
11	선의 질	그림 전반에 사용된 선이 피검사자가 원하는 대로 통제되었는지를 평가
12	사람	그림 속 사람이 왜곡되지 않고 균형에 맞추어 완전히 그려졌는지를 평가
13	기울기	나무나 사람을 표현하는 기울기를 평가
14	의미없는 반복	그림 속 선이나 요소들이 의식적 통제없이 반복적으로 그려진 정도를 평가

<표 5> PPAT 내용척도(Contents Scales)의 평가 기준

항목	평가 영역	세부내용	
1	그림 방향	그림을 가로 또는 세로로 그렸는지를 평가	논리적이고 통합적인 사고방식을 유추
2	인물그림 (실제적인 에너지와 관련)	인물의 신체형상, 크기, 생략, 세부묘사, 왜곡, 움직임, 얼굴방향, 동작성, 사용한 색의 수 등을 평가	신체의 각 부위와 연결된 심리적 에너지, 충동성 등을 유추
3	나무그림	뿌리, 줄기, 가지, 수관, 꽃, 열매, 필압, 위치, 형상, 사용한 색의 수 등을 평가	성격발달 및 성숙도를 유추.
4	주변환경 묘사	사과나무 주변에 어떤 요소들을 그렸는지 어떤 내용을 얼마나 상세하게 그렸는지를 평가	문제상황에 대처하는 개인의 특성을 유추
5	전체그림에 사용된 색	색의 선택과 사용한 색의 내용, 가짓수 평가	참을성, 통제능력, 부가적인 정서반응을 유추

5. 자료분석

본 연구의 자료는 SPSS 20.00을 사용하여 분석하였다. 첫째, 실험집단과 통제집단의 동질성 확보를 위해 진로결정 자기효능감 척도의 사전·사후검사를 바탕으로 한 t-test 분석을 하였고, 둘째, 프로그램 효과 검증을 위하여 PPAT 검사중 FEATS 평가체제를 기본으로 한 양적 분석과 연구자외 미술치료전문가 2명이 참여, 판독하는 질적 분석을 병행하였다. FEATS

평가체제의 양적분석은 연구자 외 임상전문가 1인, 미술치료사 자격소지자 2명과 함께 채점하였고, 채점자간 사전검사의 피어슨 상관계수는 0.85~0.99 범위에 있고, 사후검사의 피어슨 상관계수는 0.89~0.98 범위에 있다.

Ⅳ. 연구결과

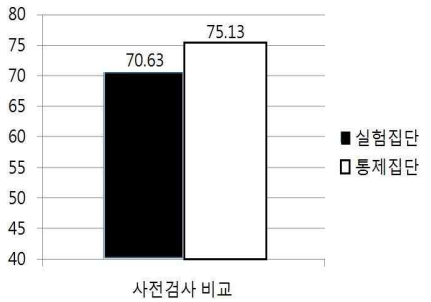
1. 진로결정 자기효능감의 양적 변화에 대한 검증

1) 실험집단과 통제집단의 동질성 검증

본 프로그램을 실시하기 전에 실험집단과 통제집단의 동질성을 검증하였다. 사전 동질성 검증을 실험집단과 통제집단의 차이로 알아보고자 t검증을 실시한 결과, <표 6>과 같이 진로결정 자기효능감 전체점수와 하위영역 모두에서 실험집단과 통제집단 간에 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 즉, 예술치료프로그램 실시 이전의 실험집단과 통제집단이 진로결정 자기효능감 전체와 하위영역에서 통계적으로 유의미한 차이가 없는 것으로 나타나 실험집단과 통제집단은 동질집단이라 볼 수 있다.

<표 6> 진로결정 자기효능감 실험·통제집단 간 사전 동질성 검증

영역	실험집단		통제집단		t값
	평균(M)	표준편차(SD)	평균(M)	표준편차(SD)	
진로결정 자기효능감	70.63	9.55	75.13	10.26	-.91
직업정보수집	13.88	2.42	14.75	1.98	-.79
목표설정	14.50	3.25	15.63	2.62	-.76
계획수립	12.13	3.76	14.25	3.06	-1.24
문제해결	15.38	1.77	15.25	2.25	.12
자기평가	14.75	1.75	15.25	1.98	-.55



<그림 1> 진로결정 자기효능감 실험·통제집단 간 사전 동질성 검증

<청소년문화포럼>VOL.38 [논문]

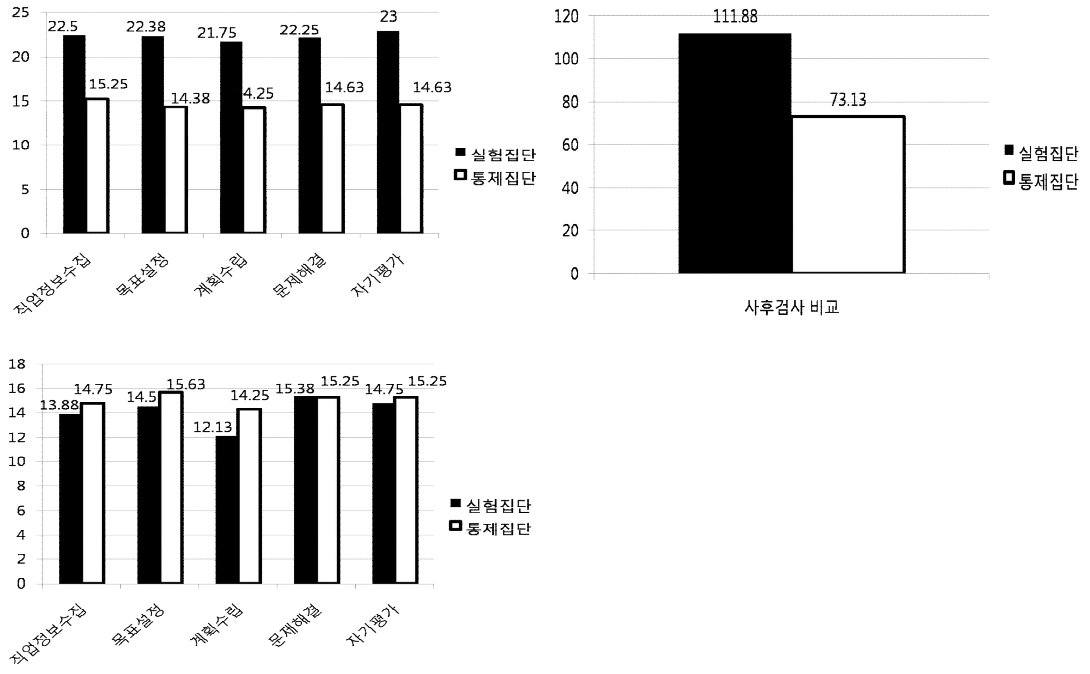
2) 진로결정 자기효능감 실험·통제집단 간 사후검사

실험집단과 통제집단을 진로결정 자기효능감 전체와 하위영역별 사후검사 차이를 알아보기 위한 독립표본 t검증을 실시한 결과는 <표 7>과 같다.

<표 7> 진로결정 자기효능감 실험·통제집단 간 사후검사 비교

영역	실험집단		통제집단		t값
	평균(M)	표준편차(SD)	평균(M)	표준편차(SD)	
진로결정자기효능감	111.88	9.70	73.13	9.37	8.125***
직업정보수집	22.50	2.14	15.25	1.83	7.283***
목표설정	22.38	2.50	14.38	2.67	6.183***
계획수립	21.75	2.31	14.25	2.31	6.481***
문제해결	22.25	1.91	14.63	0.92	10.187***
자기평가	23.00	1.69	14.63	2.45	7.967***

***p<.001



<그림 2> 진로결정 자기효능감 실험·통제집단 간 사후검사 비교

<표 7>에서 제시하고 있는 바와 같이, 예술치료 프로그램을 실시한 이후 실험집단과 통제집단의 진로결정 자기효능감 사후 득점은 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 특히, 실험집단의 진로결정 자기효능감 사후 득점은 증가한 반면, 통제집단은 전반적으로 감소한 것으로 나타나 예술치료 프로그램이 긍정적으로 작용하였음을 알 수 있다. 아울러, 직업정보수집, 목표설정, 계획수립, 문제해결, 자기평가의 5가지 하위영역에서도 실험집단과 통제집단간에 통계적으로 유의미한 차이를 나타내고 있다.

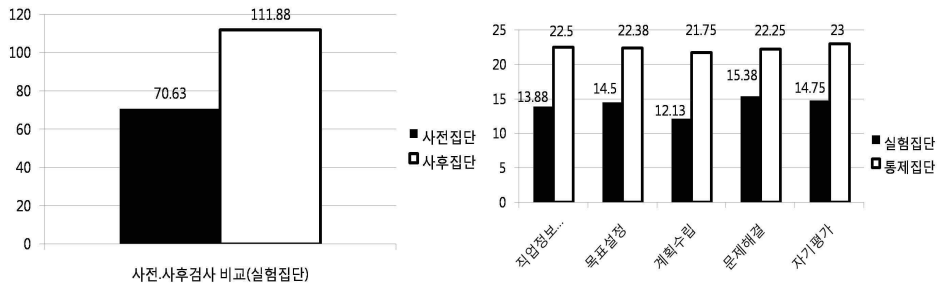
3) 진로결정 자기효능감 실험집단 사전·사후검사 간 비교

실험집단의 진로결정 자기효능감 전체와 하위영역별 사전·사후점수 변화를 알아보기 위하여 대응표본 t검증을 실시하였고, 그 결과는 <표 8>과 같다. <표 8>에서 보는 바와 같이, 진로결정 자기효능감 전체 점수와 하위 영역인 직업정보수집, 목표설정, 계획수립, 문제해결, 자기평가의 사전 득점과 사후 득점은 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다. 즉, 실험집단의 직업정보수집, 목표설정, 계획수립, 문제해결, 자기평가의 사후 득점이 사전 득점에 비해 유의미하게 증가하였다. 따라서 예술치료 프로그램이 진로결정 자기효능감 전체와 하위영역인 직업정보수집, 목표설정, 계획수립, 문제해결, 자기평가에 효과적임을 나타내고 있다.

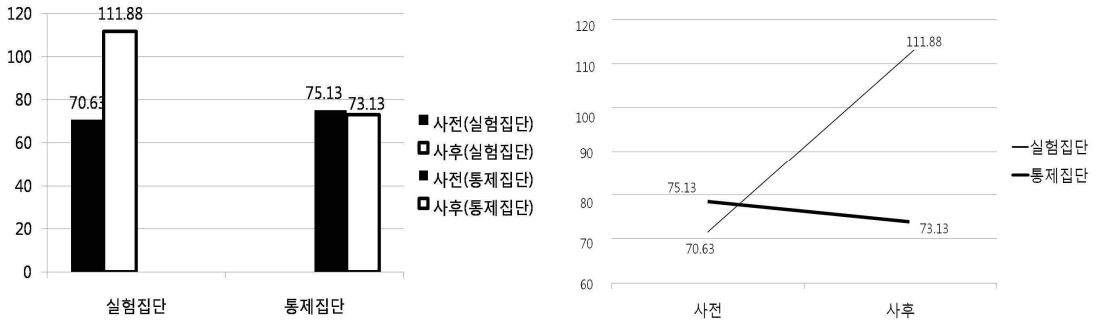
<표 8> 진로결정 자기효능감 실험집단 사전·사후검사 간 대응표본 t검증

영역	사전		사후		t값
	평균(M)	표준편차(SD)	평균(M)	표준편차(SD)	
진로결정자기효능감	70.63	9.55	111.88	9.70	-8.511***
직업정보수집	13.88	2.42	22.50	2.14	-6.214***
목표설정	14.50	3.25	22.38	2.50	-5.498**
계획수립	12.13	3.76	21.75	2.31	-6.691***
문제해결	15.38	1.77	22.25	1.91	-7.359***
자기평가	14.75	1.75	23.00	1.69	-10.362***

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



<그림 3> 진로결정 자기효능감 실험집단 사전·사후검사 간 대응표본 t검증



<그림 4> 진로결정 자기효능감 전체 사전·사후점수(평균값) 변화

2. PPAT 검사를 사용한 양적·질적 변화에 대한 검증

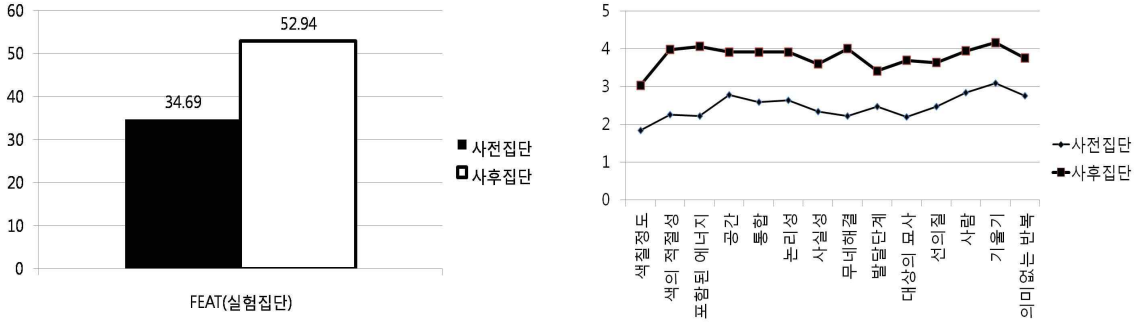
1) PPAT(FEATS) 검사를 이용한 사전·사후 점수 비교

<표 9>는 예술치료 프로그램에 참여한 실험집단의 PPAT 검사 가운데 형식척도인 FEATS를 이용한 채점 결과이다. 아래의 <표 9>에서 알 수 있듯이, 실험집단의 PPAT 검사 중 FEAT 평가체제를 기본으로 한 양적 분석에서 사후 득점이 사전 득점보다 유의미하게 증가하였다. 즉, 예술치료 프로그램을 실시한 실험집단은 PPAT 그림에도 긍정적인 변화를 가져왔다.

<표 9> FEATS 실험집단 사전·사후검사 비교

영역	사전		사후		t값
	평균(M)	표준편차(SD)	평균(M))	표준편차(SD)	
1. 색칠정도	1.84	0.51	3.03	0.59	-8.19*
2. 색의 적절성	2.25	0.80	3.97	0.65	-9.22*
3. 포함된 에너지	2.22	0.94	4.06	0.67	-8.54*
4. 공간	2.78	0.79	3.91	0.69	-5.50*
5. 통합	2.59	0.80	3.91	0.82	-7.00*
6. 논리성	2.63	0.94	3.91	0.64	-6.56*
7. 사실성	2.34	0.83	3.59	0.66	-6.56*
8. 문제해결	2.22	0.79	4.00	0.51	-7.614**
9. 발달단계	2.47	0.84	3.41	0.76	-4.18*
10. 대상의 묘사	2.19	0.90	3.69	0.69	-7.12*
11. 선의 질	2.47	0.84	3.63	0.79	-6.05*
12. 사람	2.84	0.88	3.94	0.43	-7.23*
13. 기울기	3.09	1.06	4.16	0.68	-5.59*
14. 의미 없는 반복	2.75	1.02	3.75	0.72	-4.21*
합계	34.69	8.57	52.94	6.82	-6.383**

*p<.05, **p<.01

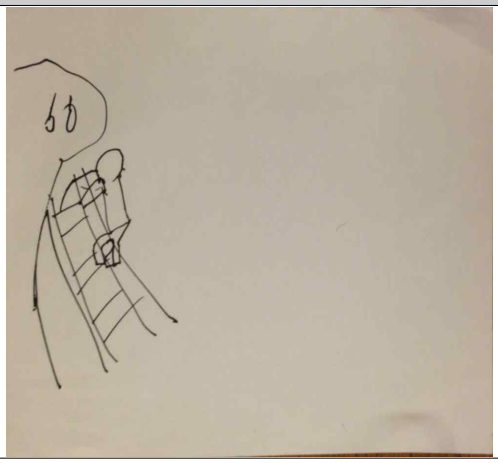
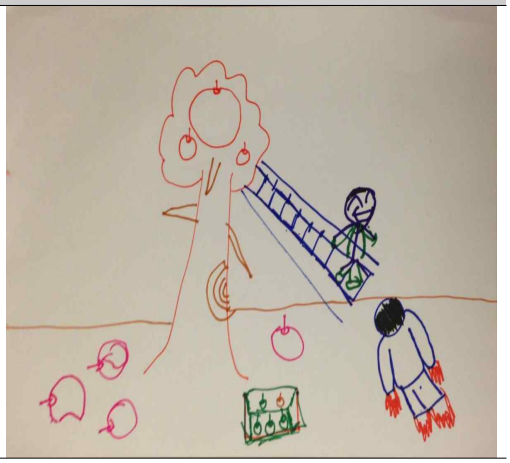


<그림 5> PPAT 실험집단 사전·사후검사 비교

2) 실험집단의 PPAT 사전·사후 분석

이름 (장래희망)	사전 PPAT	사후 PPAT
송OO (아나운서)		
결과 해석	그림이 모두 선으로 이루어져 있고 색칠이 되어 있지 않다. 사다리를 그렸음에도 불구하고 사람이 넘어질 듯이 보인다. 구체적인 목표에 대한 의지가 부족해 보이는 걸로 추정된다. 그림 내용 전체에 과제에 적합하지 않은 기괴한 요소가 2개 이상 보인다. 사과를 향해 손을 뻗은 모습으로 보아 문제 해결능력의 보다 현실적이고 안정적인 방법이 필요한 것으로 추정된다.	그림이 적절한 색의 사용으로 칠해져 있고 많은 양의 에너지를 가지고 그린 것으로 보여진다. 구성이 전체적으로 통합되어 있고 균형잡혀있다. 그림 안에 기괴하거나 비논리적인 요소가 없어졌으며 사람이 땅위나 합리적인 지지기반 위에 올라서 있으며 사과는 손안에 있는 모습으로 보아 문제해결능력의 향상을 유추해볼 수 있다.

이름 (장래희망)	사전 PPAT	사후 PPAT
이OO (일러스트 레이터)		
결과 해석	그림이 모두 선으로 이루어져 있고, 대상에 색칠이 되어있지 않다, 사람이 사과를 향해 있지만 구체적인 방법이 나타나 있지 않다. 목표와 의지가 부족해 보이는 것으로 추정 된다. 아직까지 구체적인 목표를 정하지 못하였으며 어떠한 노력을 해야 하는지 알지 못하는 것으로 추정 된다.	사람은 연결된 신체부분들을 가진 모습으로 그려졌고 입체적이다. 매우 유동적이거나 흐르는 듯한 선으로 그려졌으며 사람, 사과, 나무 외의 다양한 세부묘사가 나타난 것으로 보아 창의적인 표현력이 증가한 것으로 추정해 볼 수 있으며 사과를 손안에 획득한 모습으로 보아 전체적인 목표를 성취하고자 하는 의지는 생겼으나 구체적인 방법을 탐색하고 있는 과정으로 추정된다.
하OO(컴 퓨터프로 그래머)		
결과 해석	그림의 대상 안에 색이 칠해져있지 않고 색은 선들을 만들기 위해서만 사용되었다. 전체적으로 에너지가 없고 몇몇의 색은 적절하게 사용되었다. 그림 내용 전체에 논리적이지 않은 요소가 2가지 이상 있다. 항목들은 알아볼 수 있으나 단순하게 그렸다. 사람의 손에 사과를 가지고 있지 않거나 땅이나 상자 속에 사과의 모습이 없는 것으로 보아 문제 해결능력이 형성되지 않았음을 추정해 볼 수 있다.	사전보다 그림에서 느껴지는 에너지 정도가 높고 대상의 색칠정도가 외곽선과 내부채색에도 사용되고 주변공간도 칠해져 있다. 사과를 향하여 손을 뻗은 모습으로 보아 문제 해결에 대한 의지가 생겼음을 추청해볼 수 있다. 목표에 대한 구체적인 노력을 찾아가는 과정으로 보여 진다.

이름 (장래희망)	사전 PPAT	사후 PPAT
최OO (텔레마케터)		
결과 해석	사람, 사과, 나무를 그리려 한 것으로 추측되는 몇 개의 요소가 있다. 대상 안에 어떠한 색도 칠해져 있지 않으며 그림이 하나의 색으로 그려져 있다. 최소한의 에너지를 가지고 그림을 그린 것으로 보인다. 사람이 처음에 사과를 가지고 있지 않거나 땅이나 상자 속에 사과가 없는 것으로 보아 문제 해결능력이 형성되지 않았음을 추정한다.	다양한 색의 출현으로 보아 에너지가 높아졌음을 추정해볼 수 있고, 연결된 신체부분을 가진 모습으로 변화되어 그려졌고 그것으로 보아 자존감 향상을 유추해 볼 수 있다. 사람이 땅이나 합리적인 지지기반 위에 올라서 있고 사과를 향해 있는 모습으로 보아 문제 해결에 대한 의지가 생겼음을 추정해볼 수 있다.
장OO (사회복지 사)		
결과 해석	그림이 몇몇의 적절한 색을 사용하여 그려졌다. 색의 대부분은 외곽선을 위해 사용되었으며 상대적으로 적은 에너지를 가지고 그림을 그린 것으로 보인다. 사람이 막대기를 이용해 사과를 따려하지만 구체적인 방법이나 노력하려는 의지가 부족한 것으로 보인다. 목표성취가 힘들고 막연하게 느껴지는 것으로 추정한다.	색의 대부분은 외곽선을 위해 사용되었지만 한 가지 대상이나 형태는 칠해져 있다. 색의 대부분이 적절하게 사용되었으며 포함된 에너지가 증가된 것으로 추정된다. 사다리 출현과 구체적이고 현실적인 도구의 출현으로 보아 문제해결능력의 증진과 긍정적인 자아상의 변화를 추정해 볼 수 있다.

Ⅴ. 논의 및 결론

본 연구는 예술치료 프로그램이 청소년들의 진로결정 자기효능감에 미치는 효과를 확인하는데 그 목적이 있다. 본 연구의 결과를 토대로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 예술치료 프로그램의 실험집단은 무처치 집단인 통제집단보다 진로결정 자기효능감 사후득점이 유의미하게 증가하였다. 이는 예술치료 프로그램이 진로결정 자기효능감 증가에 효과적인 영향을 미치고 있음을 나타낸다. 또한, 진로결정 자기효능감의 다섯 개 하위영역인 직업정보수집, 목표설정, 계획수립, 문제해결, 자기평가영역에서 실험집단의 사전검사 점수에 비해 사후검사 점수가 5가지 하위영역 모두에서 일관적으로 증가하고 있고, 통제집단의 점수는 전반적으로 감소한 것으로 나타나 예술치료 프로그램이 긍정적으로 작용하였음을 알 수 있다. 이와 같은 결과는 장지원(2013)과 임영란(2013) 등의 연구결과와도 일치한다. 이는 청소년들이 다양한 창작활동을 통하여 자신의 성격, 흥미, 능력, 가치 등을 이해하고 강점과 약점을 인식하여, 사람은 누구나 자신만의 소질이 있으며 가치가 있다는 것을 알게 되었기 때문인 것으로 여겨진다. 또한 예술치료 프로그램이 청소년들에게 진로와 관련된 여러 가지 형태의 자료를 제공하여 자신의 진로방향성을 탐색해보고, 그것을 위한 계획수립의 계기가 되어 진로결정 자기효능감을 향상시킨 것으로 판단된다.

둘째, 예술치료 프로그램의 실험집단은 진로결정 자기효능감 사후득점이 사전득점보다 통계적으로 유의미하게 높았다. 이는 예술치료 프로그램이 진로결정 자기효능감 전체와 하위영역인 직업정보수집, 목표설정, 계획수립, 문제해결, 자기평가에 긍정적으로 작용하였음을 의미한다. 이는 고등학생을 대상으로 독서치료를 실시하여 진로결정 자기효능감 향상효과를 얻은 한정아(2011)의 연구결과와 일치한다. 또한, 현실요법적 집단미술을 통하여 대안학교 청소년이 진로탐색에 긍정적인 변화를 가져왔다는 임현미(2006)의 연구와도 일치하며, 집단미술치료가 초등학생의 자기효능감과 진로의식에 긍정적 효과를 미친다는 정율희(2010)의 연구와도 일치한다.

이러한 연구결과에 대하여 山田(야마다)(2008), Herr & Watts(1988) 등과 같은 학자들은 청소년들이 예술의 중요한 구성요소라 할 수 있는 자기표현활동을 통하여 자신을 객관화하거나 또는 직업인의 관찰을 통한 다양한 정보를 수집하는 등과 같은 활동이 진로결정 자기효능감에 긍정적으로 작용한 것으로 본다. 구체적으로는 본 연구에서 적용한 예술치료 프로그램 가운데 판토마임, 드로잉, 역할연기, 꼴라쥬, 직업카드, 직업정보교재 등이 직업정보수립, 목표설정, 계획수립, 문제해결, 자기평가에 긍정적으로 작용한 것으로 여겨진다. 또한, 청소년들은 프로그램에서의 창작활동의 결과물을 발표하는 경험을 통하여 자신의 숨은 잠재력과 욕구를 발견

함과 아울러 자신의 생각을 정리하고 이를 통하여 자신감을 가지게 된 것으로 여겨진다. 그리고 진로와 관련된 자신의 목표를 다양한 형태로 표현하고 느낌을 나누면서 자신을 보다 깊이 이해하며, 모둠활동을 통해 다른 사람의 생각과 느낌을 존중하게 되었으며, 많은 정보를 얻을 수 있게 됨으로써 진로결정 자기효능감이 크게 향상된 결과를 가져온 것이 이 프로그램의 효과라 할 수 있다.

셋째, 예술치료 프로그램은 PPAT 그림검사의 형식척도와 내용척도 모두에서 진로결정 자기효능감이 증가한 것으로 나타났다. 예술치료 프로그램을 실시한 실험집단은 PPAT 검사 반응의 사후득점이 증가하여, 예술치료 프로그램이 실험집단의 진로결정 자기효능감 향상에 긍정적 효과를 주는 것으로 나타났다. 이는 예술치료 프로그램이 청소년의 자기효능감과 진로성숙도를 증가시켜준다는 선행연구(최애나 외, 2007; 김성애, 2008; 문선영, 2008; 강양구, 2011; 최수진, 2012; 김시현, 2013; 임영란, 2013)와 일치하는 결과이다. 또한 PPAT 그림에서의 사전·사후 변화에 대한 질적 분석 결과는 예술치료 프로그램이 청소년의 진로결정 자기효능감에 긍정적인 작용을 한다는 최지은(2010), 하은경(2011), 남궁혜정(2012), 임조은(2013) 등의 연구결과에도 부합한다.

이러한 PPAT 그림검사에서의 긍정적인 변화를 이끌어낸 원인을 예술치료 프로그램 과정을 토대로 살펴보자면 다음과 같다. 먼저, 초기도입단계에서 꿈과 관련된 음악촉진게임에서의 음악적 창작 및 성취경험은 청소년의 자기성찰을 통한 자긍심 향상에 긍정적으로 작용한다는 김숙현(1998)의 주장과 맥을 같이 하고 있다. 또한 창작과정에서 표현된 색채와 이미지는 내면의 동기적 부분을 증가시켜 문제해결능력의 향상에 긍정적으로 작용하였을 것으로 여겨지며, 이는 장지원(2013), 김시현(2013)의 연구결과와도 일치한다. 결과적으로 이러한 경험들이 진로결정 자기효능감 중 자기평가와 목표설정 그리고 문제해결능력의 향상에 긍정적으로 작용한 것으로 판단된다.

다음으로, 전개단계에서 홀랜드 직업카드를 활용한 보드게임은 청소년의 진로선택에 있어 자기평가, 직업정보, 문제해결 향상에 도움을 준 것으로 여겨진다. 이는 청소년들이 직업을 분류, 비교하는 작업을 통해 직업에 대한 정보를 얻거나 직업과 자신의 적성과 소질을 재검토하는 경험을 통해 직업에 대한 정보를 획득하고, 직업적 흥미와 적성의 불일치를 조정하는 문제해결의 경험을 할 수 있다는 강재숙(2009), 이영수(2013)의 연구결과와도 일치하고 있다. 중기단계에는 다양한 예술적 표현활동을 통해 자신의 창의성 인식과 긍정적 신념으로의 전환계기를 마련하였다. 자신의 능력만큼 표현하는 과정에서 성공적인 경험만족을 통해 문제해결력이 증대되고 꼴라쥬 기법으로 자기긍정성 향상, 웅덩이기법 역할극으로 문제상황에서의 대처능력과 사회적 지원체계 활용력 향상을 도모해 미래계획, 목표수립, 문제해결, 자기탐색의 효과를

끼친 것으로 여겨진다. 이는 앞에서 제시한 山田(2008), Herr & Watts(1988)의 연구결과와도 맥을 같이 하고 있다.

마지막으로, 종결단계에서는 오감(五感)을 통한 예술적 표현이 참여자들을 몰입하게 하고, 작품에 대한 성취감과 또래의 긍정적 역할 모델링, 또래 피드백을 활용한 언어적 설득이 참여자들의 자신감을 회복하게 하였으며, 이는 참여자들의 진로결정 자기효능감 증진에 반영된 것으로 여겨진다. 실험집단의 PPAT 그림검사 중 사후검사에서 전체적인 구성이 통합되어 있고 균형 있는 모습으로 변화된 점은 공간사용에 있어 자기효능감이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 공간을 더 넓게 사용하는 경향이 있다고 보고한 최지은(2010)의 연구결과와 일치한다. 그리고 사람의 모습이 사과나무를 향해 다가서는 동작으로 변화된 점, 사과를 따는 목적성이 가미된 인물표현, 손이 출현한 사람그림을 표현한 것으로 보아 적절한 대처방식을 사용하고 있다고 생각한 것을 반영한다는 이정현(2012)의 연구결과와도 일치한다. 또한 바구니, 상자, 그릇 등의 묘사로 보아 참여자의 관심의 폭이 제한적인 것에서 좀 더 확장되어 자원을 활용하고 문제를 해결할 수 있는 능력이 증가하였음을 의미한다(박소연, 2010). 최외선 외(2007)는 나무크기가 커진 것은 삶에 대해 수용적이며 자아통합성이 높아진 것을 의미한다고 언급하고 있어, 본 연구의 PPAT 사후그림검사의 긍정적 변화와도 연관성이 있다. 또한 더 정교하게 표현된 나무, 사실적 표현의 증대는 집중력 향상을 반영하며, 미래상황에 대한 계획세우기 능력의 증가와 문제 상황을 합리적으로 해결하기 위해 노력하려는 의지, 과제를 잘 수행할 자신감의 표현이라는 김진경(2013)의 연구와도 일치하는 결과이다. 따라서, 중학생 집단을 대상으로 한 본 연구를 통하여 예술치료가 청소년의 진로결정 자기효능감에 긍정적 영향을 미친다는 사실을 확인하였다.

본 연구의 결론을 토대로 후속연구의 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 프로그램에서는 주로 미술치료를 중심으로 프로그램을 구성하였으나, 향후 연구에서는 다양한 매체를 활용한 프로그램을 적용하여 중학생 진로결정자기효능감에 미치는 영향을 검증할 필요가 있을 것이다. 둘째, 이 연구에서 사용된 도구는 미국의 것을 번안한 것으로 한국 중학생들의 진로결정 자기효능감 도구를 만들 때 포함되어야 할 하위요인에 대한 탐색적 연구가 필요하다. 셋째, 본 연구는 중학교 1학년을 대상으로 연구하였지만 학년에 따른 예술치료 프로그램의 진로결정 자기효능감 차이를 검증하는 연구가 필요하다. 넷째, 예술치료 프로그램이 부산시에 소재한 한 학교를 대상으로 진행되었기 때문에 이 결과를 전국의 중학생으로 일반화하기는 어렵다. 따라서 지역내 학교에 따른 예술치료 프로그램의 효과를 검증해볼 필요가 있다. 다섯째, 프로그램이 진행되는 동안의 단기적 변화 뿐 아니라 추후 계속적인 진행과 검사를 실시하여 장기적인 효과검증에 대한 연구가 꾸준히 이루어져야한다.

■ 참 고 문 헌

강대구·강재태·배종훈(2003). **진로지도의 이론과 실제**. 교육과학사.

강상우(2011). 청소년의 자아존중감 향상을 위한 사진교육프로그램의 개발과 연구: 대안고등학교를 중심으로. 석사학위논문, 상명대학교 예술디자인대학원.

강양구(2011). 예술치료를 병행한 NLP집단상담이 청소년의 자아존중감 및 자기효능감에 미치는 영향. 예술심리치료연구, 7(2), 88-104

강영배(2013). **청소년 진로교육 및 상담론**. 양서원.

강재숙(2009), 직업카드를 활용한 진로지도 프로그램이 초등학생의 진로성숙도와 진로효능감에 미치는 영향. 석사학위논문, 울산대학교 대학원.

곽현주(2013). 예술치료 효과에 대한 메타분석. 박사학위논문, 충북대학교 대학원.

김경아(2010). 중학생용 진로지도프로그램(CDP-M)이 학습부진학생의 진로결정 자기효능감에 미치는 효과. 석사학위논문, 경북대학교 대학원.

김미희·정희영·황정희·이현림(2007). 진로탐색 집단상담이 중학생의 진로의식성숙과 진로결정 자기효능감에 미치는 효과. **진로교육연구,** 20(4), 23-37.

김봉환(2011). 진로교육에서 직업카드 활용의 현황과 과제. **열린교육연구,** 19(1), 175-196.

김상숙(1997). 치료레크리에이션이 정신질환자의 우울과 인간관계에 미치는 영향. 석사학위논문, 전남대학교 대학원.

김성애(2008). 집단이야기 음악치료프로그램이 청소년의 자기효능감에 미치는 영향. 석사학위논문, 숙명여자대학교 특수대학원.

김세영·박부진(2011). 현실요법 집단미술치료 프로그램이 학교부적응 청소년의 자기효능감 및 학교적응에 미치는 효과. **아동권리연구,** 15(3), 455-479.

김숙현(1998), 음악치료의 원리와 방법의 이론적 연구. 석사학위논문, 전남대학교 교육대학원.

김시현(2013). 인지행동 미술치료프로그램이 특성화 고등학교 학생의 진로의식 성숙에 미치는 효과. 석사학위논문, 대구한의대학교 대학원.

김아연(2009). 타로 자기탐색프로그램이 비행청소년의 자기효능감에 미치는 효과. 석사학위논문, 창원대학교 대학원.

김연희(2011). 부모의 성취압력과 청소년의 진로결정 자기효능감이 진로성숙에 미치는 효과. 석사학위논문, 백석대학교 대학원

김용수(2012). 통합예술치료를 활용한 사회적 역량 증진 프로그램이 보호관찰 청소년에게 미치는 효과. **예술심리치료연구,** 8(1), 87-114

김양순·이정덕(2000). 자폐성 장애아동의 행동변화에 미치는 표현예술치료의 효과. **놀이치료연구,** 3(2), 23-40.

김은주·주리애(2008). PPAT 그림검사에 나타난 정상인, 정신분열증 환자, 정신지체인의 반응차이. **미술치료연구,** 15(1), 149-167.

김정심(2008). 학습기술을 활용한 집단미술치료가 중학생의 학습동기와 학업적 자기효능감에 미치는 영향. 석사학위논문, 대구대학교 대학원.

김지혜(2012). 진로집단프로그램이 중학생의 진로성숙도와 진로결정 자기효능감에 미치는 영향: 청소년 직업 및 취업설계 프로그램을 중심으로. 석사학위논문, 이화여자대학교 교육대학원.

김진경(2013). 인터넷중독 초등학생의 PPAT검사반응특성, 석사학위논문, 서울여자대학교 특수치료전문대학원.

김진숙(1996). **예술심리치료의 이론과 실제**. 서울: 중앙적성 출판사.

김헌성(2011). 사이코 드라마 프로그램이 학교부적응 여중생의 자기효능감에 미치는 효과, **한국사이코드라마 학회지,** 14(1), 1-14.

김혜경(2010). 학교부적응 청소년을 위한 이야기치료 프로그램 개발, **상담 및 심리치료,** 22(2), 329-349.

김희성·김정규(2012). 게슈탈트 예술치료 프로그램이 가정폭력경험 청소년의 자아존중감에 미치는 영향. 청소년학연구.

남궁혜정(2012). 현실요법을 적용한 집단 미술치료가 진로의식성숙과 자아정체감에 미치는 효과 : 대도시학교와 대안학교 학교부적응 청소년을 대상으로. 석사학위논문, 동국대학교 대학원.

노혜원(2007). 초등학생의 분리불안과 PPAT 반응특성. 석사학위논문, 영남대학교 환경보건대학원.

류분순(2002). 심리재활에 있어서 무용동작치료법의 이론 및 적응효과: 만성정신분열병 환자를 중심으로. **한국무용교육학회**발표, Ⅵ, 71-89.

류연주(2009). 점토중심 소집단 미술치료가 저소득층 결손아동의 자기효능감에 미치는 영향. 석사학위논문, 대구대학교 대학원.

류정미·박희석(2006). 통합예술치료가 비행청소년의 대인관계 및 자기지각 향상에 미치는 영향. **한국예술치료학회지,** 6(2), 87-106.

문선영(2008). 통합예술치료가 학교부적응 청소년의 정신건강에 미치는 효과. **한국예술치료학회지,** 8(1), 275-301.

박소연(2010). 한국화매체를 이용한 집단미술치료가 발달장애 청소년의 사회성 및 정서발달에 미치는 영향. 석사학위논문, 한양대학교 산업경영디자인대학원.

박용두·이기학(2007). 정서지능, 지각된 진로 장애, 진로 결정 자기효능감의 관계 모형 검증. **한국심리학회지 상담 및 심리치료,** 19(4), 1041-1056.

박차영(2005). 통합미술치료가 발달장애아동의 모-아 상호작용증진에 미치는 효과 : 대상관계론적 접근을 중심으로. 석사학위논문, 원광대학교 대학원.

박필자(2006). 진로탐색 집단상담 프로그램이 중학생의 진로의식 성숙 및 진로결정 자기효능감에 미치는 효과. 석사학위논문, 영남대학교 대학원.

박현주·안이환(2008). 초등학교 교사의 PPAT 그림검사 활용방안. **미술치료연구,** 15(1), 61-79.

백양희·김지유(2012). **청소년 미술치료**. 양서헌.

서주연·원상화(2011). 예술심리치료가 학교부적응 여학생의 자아존중감 및 학교적응력에 미치는 단일사례연구. **예술심리치료연구,** 7(1), 19-44

성미숙(2008). 양성평등 진로교육 프로그램이 중학생의 진로결정 자기효능감과 진로성숙에 미치는 효과. 석사학위논문, 울산대학교 대학원.

송언영(2010). 통합예술치료 프로그램이 학교부적응 초등학생이 불안과 우울 성향; 학교생활 적응력에 미치는 영향. 석사학위논문, 창원대학교 대학원.

송재원(2010). 예방적 집단미술치료가 초등학생 진로의식성숙과 자기효능감에 미치는 효과. 석사학위논문, 한양대학교 대학원.

신민섭(2009). **그림을 통한 아동의 진단과 이해**. 학지사.

안윤영(1999). 집단정신 치료극이 아동의 우울에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 한양대학교 대학원.

양난미(2005). 한국 대학생의 사회인지 진로선택 모형 검증. 박사학위논문, 이화여자대학교 대학원.

유나현·이기학(2005). 애착, 심리적 독립, 정서지능에 따른 진로결정 자기효능감의 차이. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료,** 17(2), 451-466.

유윤자(2012). 학교부적응 학생을 대상으로 하는 진로탐색 집단상담의 효과 검증. 자양중학교. **청소년상담연구,** 20(2), 1-27.

이근매(2011). 예술심리치료의 특성과 효과에 대한 연구. **예술심리치료연구,** 7(2), 59-81.

이기학(1997). 고등학생의 진로태도성숙과 심리적 변인들 간의 관계. 박사학위논문, 연세대학교 대학원.

이기학·이학주(2000). 대학생의 진로 태도 성숙 정도에 대한 예언 변인으로서의 자기-효능감 효과 검증에 대한 연구. **한국 상담 및 심리치료학회지,** 12(1), 127-136.

이에스더·박미정(2012). 학교 부적응 청소년의 자기효능감 향상을 위한 예술치료프로그램 개발. **음악교육공학,** 14, 245-262.

이연미(2002). 대학생의 진로발달유형과 진로결정 자기효능감, 진로장애와의 관계. 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.

이영수(2013). 직업카드를 활용한 진로지도 프로그램이 초등학생의 진로성숙도에 미치는 효과. 석사학위논문, 인제대학교 교육대학원.

이은경(2000). 자기효능감이 진로발달에 미치는 영향. 박사학위논문, 이화여자대학교 대학원.

이재희(2012). 청소년이 지각한 심리적 독립과 진로결정자기효능감이 진로성숙도에 미치는 영향. 석사학위논문, 영남대학교 대학원.

이정애·최웅용(2008). 진로가치 명료화 프로그램이 대학생의 진로정체감, 진로결정수준, 진로자기결정 자기효능감 및 진로성숙에 미치는 영향. **상담학연구,** 9(1), 129-146.

이정현(2012). 청소년의 학교적응 수준에 따른 PPAT검사 반응 특성. 석사학위논문, 서울여자대학교 특수치료전문대학원.

이현정(2012). 대학생의 취업스트레스와 자아존중감 수준에 따른 사과나무에서 사과 따는 사람 그리기(PPAT)검사 반응 특성. 석사학위논문, 서울여자대학교 특수치료전문대학원.

임송연(2011). 문제해결 측정도구로서의 PPAT(사과 따는 사람 그리기 검사)타당성 검증. 석사학위논문, 서울여자대학교 특수치료전문대학원.

임영란(2013). 예술치료를 활용한 진로탐색 프로그램이 청소년들의 진로성숙도에 미치는 효과. 석사학위논문, 광주여자대학교 대학원.

임조은(2013). 초등학교 고학년 아동의 자기효능감 수준에 따른 PPAT 검사반응특성. 석사학위논문, 서울여자대학교 특수치료전문대학원.

임현미(2006). 현실요법적 집단미술치료가 대안학교 청소년의 진로탐색에 미치는 효과. 석사학위논문, 대구대학교 대학원.

장기호(2005). 자폐성향을 지닌 아동의 예술치료사례연구. 석사학위논문, 명지대학교 대학원.

장지원(2013). 미술치료 프로그램이 청소년의 진로결정 자기효능감에 미치는 효과. 석사학위논문, 대구한의대학교 대학원.

정광조·이근매·최애나·원상화(2009). **예술치료**. 시그마프레스.

정여주(2008). 통합예술치료가 인터넷중독 고교생의 인터넷 사용조절과 자기통제에 미치는 영향. **미술치료연구,** 15(3), 555-570.

정율희(2010). 집단미술치료가 초등학생의 자기효능감과 진로의식에 미치는 효과. 석사학위논문, 영남대학교 대학원.

정정순(2004). 통합예술치료프로그램이 발달장애아동의 감정표현에 미치는 효과. **언어치료연구,** 13(3), 53-74.

정진선(2004). 가출 청소년의 진로 의사 결정과 진로 성숙도에 관한 연구. 석사학위논문, 경산대학교 사회복지대학원.

조용태·유경미·함현진(2007). 집단예술 심리치료가 피학대아동의 사회성에 미치는 효과: 기술적 분석. **발달장애연구,** 11(2), 27-45.

조용태(2008). 우리나라 예술심리치료의 과제. **한국예술심리치료학회,** 춘계학술대회자료집-주제발표, 1-14.

최미경(2011) 통합미술치료가 초등학교 특수 학급아동의 사회적 상호작용에 미치는 영향. 석사학위논문, 원광대학교 대학원.

최봉주(2010). 영상매체를 활용한 중학생의 진로자기효능감 향상 집단상담 프로그램 개발. 석사학위논문, 한국교원대학교 대학원.

최수진(2012). 해결중심 문학치료프로그램이 중학생의 자기개념과 희망증진에 미치는 효과. 석사학위논문, 경북대학교 대학원.

최애나·강효현(2007). 통합예술치료가 결손가정 아동의 자기효능감 향상에 미치는 영향. **놀이치료연구,** 11(2), 71-87.

최외선·박인전·이명희(2007). 노인의 자아통합감과 나무그림 반응특성에 관한 연구. 미술치료연구, 14(3), 555-576.

최정화(2006). 사진치료 집단상담프로그램이 중학생의 자아존중감에 미치는 영향. 석사학위논문, 국민대학교 교육대학원.

최지은(2010). 초기 성인의 우울과 자기효능감 수준에 따른 사과따는 사람그림검사(PPAT) 반응연구. 석사학위논문, 영남대학교 환경보건대학원.

하은경(2011). 현실요법 집단미술치료가 대학생의 진로자기효능감과 진로성숙에 미치는 효과. 석사학위논문, 경성대학교 대학원.

한상철·조혜련(2004). 음악치료 프로그램이 실업계 고등학교 내 학업부진아의 자기효능감에 미치는 효과. **미래청소년학회,** 1(1), 39-54.

한정아(2011). 독서치료를 활용한 진로프로그램이 여고생의 진로결정 자기효능감과 진로태도성숙에 미치는 효과. **한국심리학회지,** 30(1), 205-225.

한주옥(2004). 여대생의 자기결정성 수준과 진로미결정과의 관계에서 진로결정 효능감의 매개 효과 검증. 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.

홍 설(2006). 진로집단상담 프로그램이 중학생의 성별에 따라 진로성숙, 진로의사결정능력, 진로결정 자기효능감에 미치는 영향. 석사학위논문, 계명대학교 교육대학원.

Ann, A. N. & Suzanne, M.(1993). Therapy Technigues : using the Creative Arts. 박희석, 유정미, 윤영희 공역(2011). **창조적 예술치료기법**. 학지사.

Bandura, A.(1997a). Self-Efficacy : The Exercise of control. 김의철·박영신·양계민 공역(1999). **자기효능감과 인간행동: 이론적 기초와 발달적 분석**. 교육과학사.

Bandura, A.(1997b). Self-Efficacy: The Exercise of control. 박영신·김의철 편·역(2001). **자기효능감과 삶의 질, 교육, 건강, 운동, 조직에서의 성취**. 교육과학사.

Betz, N. E., Klein, K. L., & Taylor, K. M.(1996). Evaluation of short form of the Career Decision Making Self Efficacy Scale. *Journal of Career Assessment. 4(1),* 47-57.

Crites, J. O. (1978). Career maturity inventory. *Administration and user's manual(2nd ed). Monterey, CA, Mcrraw-Hill.*

Hackette, G. & Betz, N. E.(1981). A Self-efficacy approach to the career development of women. *Journal of Vocational Behavior. 18,* 326-339.

Herr, E. L. & Cramer, S. H.(1996). Career guidance and counseling through the life span. *Systematic approaches(5nd ed), New York, Longman.*

Herr, E. L. & Watts, A. G. (1988). Work Shadowing and Work-Related learning, *Career Development Quarterly,* 37(1), 78-86.

Gantt, L. M(2001). The Formal Elements Art Therapy Scale : A Measurement System for Global Variables in Art. *Art Therapy, 18(1), 51-56*

Gantt, L. & Tabone, C.(1998). The Formal Elements Art Therapy Scale, The rating manual. Morgan town, WV, Press.

Gantt, L. & Mills, B. (2009). The Formal Elements Art Therapy Scale: A Measurement System for Global Variables in Art, *Journal of the American Art Therapy Association* 26(3), 124-129.

Ginzberg, E. Ginsburg, S. W., Axelrad, S.,& Herma, J. L.(1951). Occupational choice: An approach to a general theory, New York: Columbia Univeresity.

Lent, R. W., Brown, S. D. & Hackett, G.(1994). Toward a unifying social cognitive theory of career and academic interest, choice, and performance. *Journal of Vocational Behavior. 45,* 79-122.

Mattson, D. C.(2011). Standardizing the Formal Elements Art Therapy Scale(FEATS) rotation scale with computerized technology: A pilot study, *The Arts in Psychotherapy* 38, 120-124.

Robbins, S. B.(1985). Validity estimates for Career Decision - Making Self - Efficacy scale. *Measurement and Education in counseling and Development, 18,* 64-71.

Rockwell, P. & Dunham, M.(2006). The Utility of the Formal Elements Art Therapy Scale in Assessment for substance Use Disorder, *Journal of the American Art Therapy Association* 23(3), 104-111.

Super, D. E.(1957). The Psychology of occupation, New York: John Wiley.

Taylor, K. M. & Betz, N. E.(1983). Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision. *Journal of Vocational Behavior, 22,* 63-81.

Young, R. A.(1994). Helping adolescents with career development. *Career Development Quarterly, 42(3),* 195-203.

中川香子(나카가와 쿄우코)(2011). アートが生の全体性の發達にもたらす効果, Art Education 32, 313-324.

山田賢之(야마다 켄지)(2008). 進路關連自己効力感に影響を与える中學校美術科の取り組みに關する硏究, 日本大學大學院總合社會情報硏究科紀要, 8, 347-356.

http://www.baat.org/ (검색일: 2014.02.12)

http://www.arttherapy.org/ (검색일: 2014.01.12)

The Effects of Art therapy Program on Career Decision Making Self-Efficacy of Adolescents

Yun, Jion*[7] · Kang, Youngbae**[8]

Abstract

The purpose of this study is to examine the effect of art therapy on career decision making self-efficacy of middle school students. The art therapy program is consisted to upgrade the Career Decision Making Self-Efficacy(CDMSE). For objective reviews, such as appropriateness of art therapy program, three professional clinical advisors were consulted. Among the whole 1st grade of middle school students at Busan, the authors selected 16 students with low scores for CDMSE and classified them into experimental group and controlled group. The experimental group underwent 18 sessions of art therapy program twice a week and 50 minutes each session. In order to verify the results of this study, the authors underwent CDMSE questionnaire at both pre-therapy and post-therapy and adapted t-test for statistical analysis. The results of this study are as followed.

First, the art therapy showed significant effects on increases of CDMSE on middle school students.

Second, the art therapy showed significant effects on increases of 5 sub-factors of CDMSE such as collecting establishment of target, planning their career, solving problems, self-evaluation.

Third, the art therapy program showed significant effects on positive changes in the qualitative analysis, likewise, PPAT projection picture. The art therapy program showed significant effects on quantitative analysis based FEAT valuation system of PPAT projection picture.

7) Graduate School of Daegu Haany Univ. Doctoral Student
8) Corresponding Author, Daegu Haany Univ. Department of Adolescent Education and Counseling, Professor

This research suggests that the art therapy program can be an effective career counseling program with the positive Career Decision Making Self-Efficacy of middle school students.

Key Words : Youth, Career Development, Career Decision Making of Self-Efficacy, Art Therapy

2014. 02. 28 투고
2014. 03. 19 심사완료
2014. 03. 21 게재확정