

ImageTale 앱을 활용한 구조화 집단상담 참여 경험: 상담전공 대학원생들을 대상으로

최서윤

숙명여자대학교 교육대학원 조교수

목적 본 연구는 상담 매체로 개발된 ImageTale 앱을 활용한 구조화 집단상담 참여 경험을 탐색하고자 수행되었다.

방법 집단상담 참여자는 상담전공 대학원생 11명으로 남자 2명, 여자 9명이었다. 총 6회기 18시간 동안 집단상담 수업이 진행되었고, 참여자들은 회기가 끝난 후 성찰일지와 종결 후 최종보고서를 작성하였다. 총 7장의 성찰일지와 매 회기 집단에서 진행된 상담 과정을 내용분석(contents analysis)으로 분석하였다.

결과 분석결과 4개 영역과 11개 범주, 29개의 하위내용이 도출되었다. 집단 참여자들은 ImageTale 앱을 처음 접하면서 호기심을 갖고 시작하게 되었고, 이미지 구성 중에 감정변화와 인식 및 표현을 체험하면서 자신의 내면을 탐색하는 경험을 하게 되었다. 또한 참여자들은 ImageTale 앱을 활용한 집단상담에서 타인이해와 상호작용 측면과 자기이해, 내면탐색, 감정인식 등의 도움을 받았다.

결론 본 연구를 통해 ImageTale 앱이 상담 매체로 활용되는 데 가능성을 확인할 수 있었고, 추후 다양한 실증연구가 이루어져야 함을 제언하였다.

주제어 ImageTale 앱, 이미지, 집단상담, 앱기반 상담, 상담 매체

논문접수: 2024년 2월 20일, **논문심사:** 2024년 4월 13일, **제재승인:** 2024년 4월 15일

Corresponding to 최서윤, choisy@sookmyung.ac.kr

I. 서론

상담은 주로 “언어”라는 매체를 통해 전문적인 소통을 하며 내담자가 원하는 목표를 이루도록 돋는다. 상담(相談)을 ‘문제를 해결하거나 궁금증을 풀기 위하여 서로 의논하거나 묻고 답함’(국립국어원 표준국어대사전)으로 정의하고 있는 것만 보아도 상담에서는 언어 매체를 주로 사용한다는 것을 알 수 있다. 사실상 언어는 인간적 관계에서 매우 중요한 소통의 수단이다. 그러나 언어 사용이 미숙한 경우 소통이 원활하게 이루어지지 않을 수도 있고, 전달자와 수신자 간의 의도가 다를 때 서로 다른 방식으로 이해하여 오해의 소지 되기도 한다. 이러한 상황에서는 언어 매체보다 다른 매체를 활용하여 상담을 진행하는 편이 상담자와 내담자 모두에게 도움이 된다(이윤주, 2022).

상담에서는 이미 오래전부터 언어 이외의 다양한 매체를 활용해 왔다. 즉, 치유를 목적으로 한 상담 분야에서는 미술, 음악, 책, 사진, 춤, 연극 등의 다양한 매체를 활용하였고, 근래에 들어서는 마음챙김 명상과 영상 등의 이미지와 시각적 매체로 내담자의 내면 탐색을 돋고 있다. 이렇듯 언어 이외의 다양한 매체가 심리적 문제를 완화 시키고 개인의 성장에 기여할 수 있다는 것은 내담자에게 다양한 방식으로 소통할 수 있다는 가능성을 열어 주는 것으로 상담자에게도 내담자를 이해하는 데 도움이 된다(이정숙, 2020).

상담자가 매체를 활용하는 이유를 탐색한 이윤주(2022)는 작업동맹의 전 단계인 ‘정서 유대감’ 증진과 라포 형성을 위한 목적이 가장 크다고 하였다. 또한 ‘방어해제 및 표현 촉진’, ‘공감, 이해, 타당화를 도움’, ‘변화 조건 활성화’, ‘변화의 촉진과 증폭’으로 범주화하

였다. 즉, 상담자들은 내담자와 관계 형성을 맺는 과정에서 매체가 자기개방을 자연스럽게 도울 수 있다는 확신을 가졌고, 매체를 통해 표현된 내담자를 더욱 깊이 공감하고 이해할 수 있었다. 또한 상담자들은 매체를 활용하여 내담자의 변화를 촉진하기 위해 전문성을 발휘하는 데 주력하였다. 무엇보다 내담자에게 맞게 활용된 매체는 상담자와 내담자를 상호호혜적인 관계로 연결하는 역할을 하고, 감정표현을 수월하게 하여, 비언어적 탐색도 자유롭게 돋는다(김수아, 주종우, 2018; 김선헤, 한영주, 2019; Alhadi, Supriyanto, & Dina, 2016).

매체를 활용한 상담은 집단상담에도 많이 적용되고 있다. 집단상담은 여러 명이 동시에 참여한다는 점에서 개인상담과 큰 차이점이 있다. 시간적, 경제적 이점을 가지고 있을 뿐 아니라 다양한 집단 참여자들이 피드백을 주고받으며 동질감을 경험하고, 타인을 이해하면서 자기이해를 촉진하는 치료적 요인을 지니고 있다. 그러나 집단상담은 다수의 참여자들 앞에서 자신을 개방하고 표현해야 한다. 무엇보다 여러 명의 집단 참여자들이 함께하면서 집단역동이 일어나게 되고, 이러한 분위기 속에서 참여자들은 자신의 문제를 내보여야 하는 심리적 부담감을 경험하게 된다(권경인, 2003; Yalom, 2001).

집단 참여자들에게는 집단현상과 역동을 겪으며 자신을 개방해야 한다는 것 자체가 어려운 과제가 될 수 있다. 특히, 집단상담에 처음으로 참여하게 되는 참여자의 경우 새로운 도전이 되기 때문에, 집단 상담자가 집단의 목적과 과정을 분명하게 제시하여 참여자의 심리적 부담감을 조금이라도 감소시켜 주는 것이 중요하다(김지연, 계은경, 권경인, 2016; 김선헤, 한영주, 2019). 이러한 이유로 집단 상담자들은 낯설어하는 집단 참여자들의 심리적 어려움을 충분히 수용하면서 자기개방을 촉진하기 위한 방법으로 매체를 활용하기도 한다(박은하 외, 2020).

집단상담에서 매체를 활용한 연구들을 살펴보면, 노인을 대상으로 미술 매체를 활용하였을 때 언어로 표현하기 어려운 감정이나 경험이 더 자연스럽게 표현되었고, 이를 안전하게 해소할 수 있도록 도와 심리적 안

정감이 증진되었다. 이는 미술 매체가 연령층에 상관없이 내담자들의 감정표현과 심리적 안정감에 긍정적 영향을 미치는 기능을 하고 있음을 알 수 있다(오다영, 이근매, 2023).

또 다른 매체인 음악을 활용한 집단상담에서는 청소년들의 불안과 반항, 품행문제 감소에 긍정적인 효과를 보였고(백승영, 2020), 영화를 활용한 집단상담에서는 위기청소년의 학교적응 유연성과 자아존중감을 높였다(박태경, 2020). 만화 매체와 이야기 쓰기를 활용한 청소년의 자아존중감을 향상한 연구에서는 학습된 무기력감이 감소되었다(강장영, 배희분, 2020). 이처럼 다양한 매체를 여러 연령층에 적절하게 활용하는 것은 상담의 효과를 극대화할 수 있으며, 무엇보다 내담자들의 자기표현을 자연스럽게 촉진하는 데 도움을 줄 수 있다.

지금까지 살펴본 매체를 활용한 상담의 장점은 첫째, 내담자의 자기개방과 자기표현 촉진, 둘째, 내담자에 대한 상담자의 깊이 있는 이해 촉진, 셋째, 내담자-상담자 간의 상호소통 촉진에 도움이 되는 것으로 볼 수 있다. 또한 집단상담의 장점인 참여자들 간의 피드백을 통한 성장과 자기성찰 촉진의 기회도 매체를 활용한 상담을 통해 더욱 자연스럽게 표현될 수 있음을 확인 할 수 있다(권경인, 2003; 이윤주, 2022).

이렇듯 매체를 활용한 상담이 확산되고 있는 가운데 최근에는 스마트폰과 컴퓨터를 매체로 활용하여 상담에 접목하고 있는 방법들도 빠른 속도로 발달하고 있다(김수아, 주종우, 2018; 황매향, 황희산, 2020). 특히, 스마트기기의 매체를 상담에 활용하는 요구의 증가는 IT(Informational Technology) 산업의 과학기술을 적용한 상담 매체와 심리상담용 어플리케이션 개발에 관한 관심을 자연스럽게 증가시켰다. 예를 들면, 가족치료분야의 'CBFT 기반의 디지털 치료도구 모바일 앱' 개발(김진아, 최연실, 2020), 기업상담 분야의 '직장인의 리질리언스 강화를 위한 채팅상담 어플리케이션' 개발과 적용(황매향 외, 2022)의 시도가 있었다. 한편, 나정조(2003)는 어플 개발은 아니지만 스마트기기 매체를 예술치료에 활용하였을 때 몰입감과 창의적 경험이 극대화되고, 현실 복귀의 용이함으로 인하여 실현 가능성

이 최대화되어 심리문제를 극복하는 데 도움이 된다고 하였다.

상담 분야의 어플리케이션 개발의 시도는 우리의 일상에서 익숙해진 인스타그램, 페이스북, 카카오스토리, 브런치 등과 같은 SNS 보급의 역할이 크다. 사람들은 가상의 환경인 SNS 내에서 자신을 꾸민 사진과 그림 등의 이미지와 이야기를 결합하여 개인의 정보를 전달하고, 자신의 감정과 정체성을 드러내며 타인과 직·간접적으로 소통하고 있다(김수아, 주종우, 2018; 장수미, 정지형, 이희연, 2022; 이윤주, 2022). 우리의 삶과 매체 활용의 관계를 유추해 볼 때, 많은 사람들이 소셜 네트워크와 가상현실 속에서 자신을 표현하고, 타인이 표현한 세계를 보면서 연결감을 가진다. 대화로 연결하며 소통하는 것과 달리 글(이야기)과 이미지로 표현하고 서로를 이해하고 있으며, 이는 우리에게 너무 익숙해진 생활이 되었다.

이처럼 매체를 통한 소통은 대면이 어려웠던 시기에 관계를 연결하는 도구가 되었다. 이러한 대인 간 소통을 위해 사람들이 주로 사용하는 글(이야기)과 이미지의 상호작용에 주목하여 개발된 스마트폰 상담 어플 중 하나가 'ImageTale'이다(구미향, 2020). ImageTale 앱은 모래상자치료의 이론적 근거를 바탕으로 가상환경 구성(이미지)과 글(이야기)을 결합한 내러티브 기반 상담 도구로 개발되었다(구미향, 2020). 모래상자치료는 모래를 매체로 활용하여 내담자의 억압된 감정과 깊이 묻어 둔 심리적 외상을 드러내고 통찰하게 함으로써 진정한 자기(self)와 접촉하여 자기 치유를 돋는 상담 접근이다(Zinni, 1997).

ImageTale 앱은 모래상자를 연상시키는 파란 화면과 다양한 배경화면을 선택하여 사용자(내담자)가 이미지를 스스로 구성하고, 자신의 스토리텔링을 창작하는 활동을 할 수 있다. 내담자 스스로 가상공간(스마트폰 앱)에 이미지를 구성하고, 자신의 이야기를 글로 표현하는 스토리텔링을 통해 개인적인 의미를 부여함으로써 궁극적으로는 자기이해가 촉진되고 심리정서적 성장을 돋는다(구미향, 2016). 개발 초기의 어플은 동물과 자연 환경 두 가지의 테마로 이미지를 구성하는 것이었다.

이후 상담 매체로서 ImageTale 앱의 역할과 활용 가능성을 확장하기 위해 기존 앱에 기능을 보완하여 11개 범주로 구분하고, 각 범주에 해당되는 총 2168개의 상징물을 포함하여 업데이트되었다. 구미향(2020, 2023)은 ImageTale 도구가 이미지와 이야기에 표현된 상징과 은유를 활용하여 투사적 심리평가, 이야기 상담 및 글쓰기 상담의 매체로 다양하게 활용할 수 있다고 제안하였다.

분석심리학의 모래상자치료를 토대로 개발된 ImageTale 앱을 활용하여 상담에 적용한 실증연구가 지속적으로 수행되고 있다. 예를 들면, 또래 괴롭힘을 당한 초등학생의 감정지각 변화(구미향, 2023), 직장 여성을 대상으로 한 심리적 소진의 감소(강민선, 구미향, 이정미, 2023), 성인 발달장애인들의 정서인식 변화(최서윤, 강민선, 2023)와 중학생들을 대상으로 한 자아정체감 탐색(구미향, 민수현, 정보현, 2023) 등이다. 이처럼 다양한 대상에게 적용한 연구자들의 노력은 ImageTale 앱이 지닌 정서인식과 자기이해 촉진이라는 심리치료적 요인을 입증하기 위한 시도로 볼 수 있을 것이다. 즉, 상담자가 매체를 활용하는 이유를 밝힌 이윤주(2022)의 연구에서와 같이 ImageTale 앱을 활용한 상담에서 내담자들의 자기치유 경험을 돋는 매체임을 확인하였다. 그러나 ImageTale 앱이 상담 매체로서 활용 가능성을 지녔다고 논하기에는 이를 뒷받침하는 실증연구가 매우 부족한 실정이다. 상담 과정에 적용되어 매체로 활용된다는 것은 상담자와 내담자의 상호작용이 촉진되어 내담자의 자기치유 가능성을 열어 스스로 내면을 탐구하고자 하는 동기가 형성되었을 때일 것이다. 따라서 모래상자치료에 기반하여 개발된 ImageTale 앱이 지닌 이론적 근거가 집단상담의 참여자들에게도 경험되는지 살펴볼 필요가 있다.

본 연구에서는 ImageTale 앱의 다양한 상담 활용 가능성을 확인하기 위한 일환으로써 집단상담에 적용하는 첫 사례로 집단 참여자들의 경험을 알아보고자 한다. ImageTale 앱을 상담 매체로 활용하여 집단 참여자들 간 상호작용을 촉진하고, 자신이 구성한 이미지를 통해 자연스럽게 자신을 개방하고, 자신의 이야기를 구

성하는 과정에서 감정인식 경험을 탐색하고자 한다. 이를 위해, 본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. ImageTale 앱을 활용한 구조화 집단상담 참여 경험은 어떠한가?

연구문제 2. ImageTale 앱을 활용한 감정의 변화는 어떠한가?

II. 연구 방법

1. 연구 도구

본 연구에서 활용한 ImageTale 앱(구미향, 2020)은 업데이트된 버전으로, Google Play Store와 App Store에서 다운로드 가능한 응용프로그램이다. 앱의 기능 내에는 자연배경, 인문배경, 서식지 별 동물과 식물, 환경 꾸미기 소품 이미지 등이 구성되어 있다. ImageTale 앱의 이미지는 원하는 크기로 확대, 축소 또는 이미지 삭제와 이동 및 저장 등의 기능을 활용하여 자유롭게 구성할 수 있다. 집단상담에서는 참여자들이 구성한 이미지와 이야기를 상담 매체로 활용하였다.

ImageTale 앱의 기능으로는 우선, 내담자가 선택한 상징물을 확대, 축소, 이동, 상하좌우반전, 색상 변경 및 삭제가 가능하다. 그리고, 자신이 원하는 이미지를 소셜 매체 또는 직접 촬영한 사진 등으로 추가할 수 있으며, 자신이 구성한 이미지를 설명하는 글쓰기를 할 수 있다. 여기에서 중요한 것은 ImageTale 앱을 사용하는 과정이다. 이미지 구성과 글쓰기의 창조적이고 본질

적인 속성을 활용하여 내담자 스스로 가상공간에 자신만의 이미지를 창조하고 스토리텔링을 통해 의미를 부여하는 과정에서 자기이해와 변화의 길로 나아가도록 돕는다(구미향, 2020). ImageTale 앱의 사용은 첫 화면을 띠우면서 시작하게 된다. ImageTale 어플의 첫 화면은 [그림 1]과 같다.

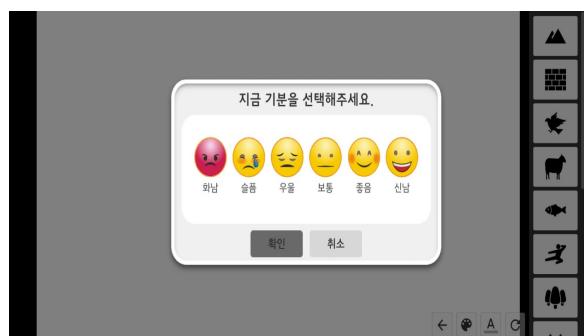
상담을 시작하기에 앞서 내담자는 이미지를 선택하기 전 자신의 기분을 인식하게 된다. 기분은 [그림 2]와 같이 ‘화남, 슬픔, 우울, 보통, 좋음, 신남’ 등 기본 정서 6가지 중 하나에 체크한다.

다음으로 내담자는 상징물 탐색을 시작하고 이 과정에서 정서 지각이 촉진되는데, 자신의 내면세계를 자연스럽게 탐색하는 경험이 일어난다. 그리고 구성한 이미지에 대하여 자신의 이야기를 글로 작성하며 표현한다. 마지막으로 자신의 창작물에 대한 감상평을 작성하면서 시작 전 실시했던 기분을 다시 한번 더 체크하면서 감정을 지각하고 평가한다. 이러한 과정 중에 자기객관화와 자기성찰이 일어나는 체험을 하게 된다(구미향, 2022b; 구미향 외, 2023; 강민선 외, 2023).

다음으로 상담전공 대학원생들의 ImageTale 앱을 활용한 구조화 집단상담 경험을 질적으로 분석하기 위해 성찰일지를 활용하였다. 참여자들이 매주 작성한 성찰일지 6부와 최종 성찰일지 1부 총 7부의 성찰일지를 분석자료로 활용하였고, 마지막 회기에 참여자들이 돌아가며 발표한 소감 내용까지 분석에 활용하였다. 매 회기 집단상담이 끝난 후에 제출하는 성찰일지의 내용은 자신의 정서상태를 자각하여 자기이해를 촉진하도록 돋기 위한 질문으로 구성하였다. ‘이미지를 구성하



[그림 1] ImageTale Screen



[그림 2] ImageTale 기분 체크화면

기 전 나의 상태’, ‘이미지를 구성하는 과정 중 나의 상태’, ‘이미지를 구성하고 난 후 나의 상태’, ‘다른 사람의 피드백을 받고 난 후 나의 감정과 생각’의 문항 등이었다. 최종 성찰일지는 ‘이미지테일 집단상담 경험’, ‘이미지테일 집단상담을 들었을 때의 느낌’, ‘이미지테일 구성 과정에서 체험한 감정변화’, ‘내 자신에 대해 새롭게 알게 된 점’, ‘다른 사람들의 피드백을 통해 느낀점’을 기술하도록 하였고, 끝으로 이미지테일 앱의 활용 가능성, 좋은점과 아쉬운점을 추가로 질문하였다.

2. 연구 대상

본 연구에서는 상담전공 대학원생들을 대상으로 ImageTale 앱을 활용한 집단상담 경험을 살펴보고자 하였다. 이를 위해 2023년 1학기 서울 소재 H대학교 일반대학원에 개설된 ‘집단상담’ 강의를 수강하고 있는 대학원생 11명을 대상으로 연구를 진행하였다. 참여자들은 남자 2명, 여자 9명이었으며, 석사과정 10명, 박사과정 1명이었다. 이들의 연령대는 20대 2명, 30대 3명, 40대 4명, 50대 2명이었다. 집단 참여자들 중 집단상담 경험이 있는 자는 11명 중 총 5명이었고, 6명은 집단상담을 처음으로 경험하는 자들이었다. 연구대상자 특성은 <표 1>과 같다.

집단상담을 진행한 연구자는 한국상담심리학회 상담심리사 1급과 청소년상담사 1급 자격의 소지자로 집단상담 경력은 20년 이상이었다.

<표 1> 연구대상자의 일반적 특성

구분	성별	연령	학력	집단경험
참여자1	남	20대	석사2학기	없음
참여자2	남	20대	석사1학기	없음
참여자3	여	30대	석사1학기	없음
참여자4	여	30대	석사4학기	없음
참여자5	여	30대	석사2학기	있음
참여자6	여	40대	박사2학기	있음
참여자7	여	40대	석사4학기	있음
참여자8	여	40대	석사2학기	있음
참여자9	여	40대	석사1학기	없음
참여자10	여	40대	석사2학기	없음
참여자11	여	50대	석사2학기	있음

3. 집단상담 수업진행 절차

집단상담 수업은 대면으로 2023년 4월 ~ 6월까지 6주에 걸쳐 주 1회 3시간씩 총 18시간 동안 진행되었다. 집단상담을 경험한 참여자들보다 처음 경험하는 참여자들이 많아 시작 전에 집단상담 수업의 진행 방식과 비밀보장 등을 충분히 설명하며 구조화하였다. 또한, 시작하기에 앞서 참여자들에게 ImageTale 앱의 기능과 사용법에 대해 설명하였고, 연구 참여에 대한 동의를 받았다.

집단상담 절차는 참여자들이 주어진 주제에 대해 숙고한 내용이나 체험 등을 수업 전날까지 ImageTale로 구성하여 연구자에게 보냈고, 연구자는 참여자들의 이미지만 캡쳐하여 PPT 슬라이드로 제작하였다. 그리고 수업 시간에 PPT를 띄워 집단원이 구성한 이미지를 보면서 자신의 스토리를 나누고, 함께 감상하며 느낌을 주고받는 형식으로 진행하였다. 또한 매회 수업이 끝나면 이미지와 스토리를 나누며 주고받은 내용들을 중심으로 회기 성찰일지를 작성하였고, 종결 후 집단상담 체험에 관한 최종보고서를 제출하였다.

집단상담 수업의 주제 및 내용은 ‘자기’를 이해하고, 감정인식을 돋기 위한 분석심리학적 주제를 선정하여 표현하도록 하였고, <표 2>와 같다.

4. 자료 분석

본 연구에서는 Krippendorff(2003)가 제안한 내용분석(content analysis)으로 참여자들의 성찰일지를 분석하였다. 첫 번째 단계에서는 텍스트 전체를 심층 이해하는 과정으로, 집단 참여자들이 제출한 성찰일지를 반복하여 읽어 가며, 전체 맥락을 검토하였다. 두 번째

<표 2> 집단상담 회기 및 주제

구분	주제
1회기	있는 그대로의 ‘나’
2회기	물로 표현하는 ‘나’
3회기	불로 표현하는 ‘나’
4회기	하늘로 표현하는 ‘나’
5회기	땅으로 표현하는 ‘나’
6회기	자유롭게 표현하는 ‘나’

단계에서는 유의미한 진술 찾기 단계로 참여자들의 진술 내용을 문장으로 그룹화하여 다시 재구성하는 과정을 거쳤다. 연구 주제에 따른 유의미한 진술문으로 의미를 생성하고 이에 대해 명명하였다. 세 번째는 범주화 단계로 연구 자료의 의미를 개념화한 후 이러한 개념 중에서 유사함, 상호관계 및 공통점이 있는 내용을 재구성하였다. 구체적으로는 참여자들이 작성한 보고서에서 확인된 자기인식과 타인인식, 상호작용 등 집단상담에서 경험할 수 있는 보편적인 주제에서 출발하여 감정변화, 감정인식 등의 연구주제와 의미있게 연결된다고 생각되는 단어와 문장을 확인하고, 각 단위에서 기술어의 맥락과 특성을 파악하여 범주화를 시도하였다. 본 연구의 분석 과정 및 결과에 대해서는 ImageTale 앱 개발자이자 사례연구 경험이 있는 유아교육학과 교수 1인과 ImageTale 질적연구 수행 경험이 있는 상담 전공 교수 1인에게 검증을 받았다.

5. 윤리적 고려

본 연구의 연구자는 윤리적 고려를 위해 연구의 전 진행과정에서 주의를 기울였다. 무엇보다 연구윤리에서 가장 우선적으로 고려해야 할 참여자 보호에 대해 생명윤리위원회 연구자 윤리 교육과 연구자가 소속된 학회의 연구윤리 강좌를 공식적으로 수강하였다. 그리고 연구 참여자 보호에 대한 윤리적 민감성을 키우기 위해 노력하면서 윤리적 지침을 위한 다음과 같은 사

항을 제시하였다. 우선, 집단상담 수업 참여자들에게 수업 시작 전 연구목적, 연구방법, 연구절차, 자료수집 방법에 대해 설명하였다. 참여자들의 정보는 익명으로 처리하였고 참여자를 특정할 수 있는 정보는 삭제하였으며, 연구자료인 성찰일지 내용의 비밀 보장, 개인정보 삭제, 연구목적 외에 다른 용도로 사용되지 않을 것과 언제든지 자유로운 참여와 중단이 가능하다는 것도 설명하였다. 집단상담을 처음 경험하는 참여자들에게는 추가적으로 집단상담 과정과 절차를 반복 설명하였고, 연구참여 중단은 수업 참여와는 별개이며 성적에는 불이익이 없음을 알렸고, 연구에 자발적 참여를 하겠다는 서면동의를 받은 후 진행되었다.

III. 연구결과

ImageTale 어플을 활용한 구조화 집단상담 수업 경험을 탐색한 내용분석 결과 <표 3>에서 보는 바와 같이 4개 영역, 11개 범주, 29개 내용으로 도출되었다.

1. ImageTale 앱 사용에 대한 첫 느낌

가. 새로움에 대한 호기심

처음 접해본 어플인 ImageTale에 대한 낯선 경험과 호기심이 참여에 대한 동기를 높여주고 있었고, 집단원들 안에서 나를 표현하는 도구로 활용하였다. 집단상담

<표 3> ImageTale 앱을 활용한 집단상담 경험

영역	범주	내용
ImageTale 앱 사용에 대한 첫 느낌	새로움에 대한 호기심	신기한 체험이 흥미로움 이미지라는 단어에서 가상현실이 연상됨
	새로움에 대한 염려	내가 하고 있는 것에 대한 불확신 다른 사람들에 비해 잘 못할 것 같은 염려
ImageTale 구성 과정에서 느낀 감정 상태	감정변화	이미지를 구성하는 중에 감정의 변화를 느끼게 됨 이야기를 작성하며 다양한 감정이 인식됨
	감정지각	부정적 감정을 느끼는 내가 마음에 들지 않음
	감정표현	현재 느끼는 감정이 명확해짐 과거의 미해결 감정과 미래에 대한 기대

<표 3> 계속

영역	범주	내용
ImageTale 구성 경험에서 도움받은 점	내면 인식	이미지로 표현된 내 마음이 가는 길을 확인함 더 잘해보고 싶은 동기가 생김 내면의 욕구를 알아챔
	타인 이해	나와 타인의 마음이 통하는 체험 다른 사람의 입장을 고려하며 생각하게 됨 다른 사람의 이야기에 더 깊은 관심이 생김
	현실의 나	현재의 경험에 대한 확신 나의 모습을 있는 그대로 수용하게 됨 마음을 열고 자기 개방에 도전하고 있는 나
	피드백을 통한 자기성찰	평가에 대한 불편감이 자작됨 소통이 안 되는 이유를 알게 됨 부정적 평가도 수용하고 이해하려고 노력함
	앱 사용법	화면이 고정되지 않는 배경이 있어서 불편함 컴퓨터 버전도 있었으면 좋겠음 내 마음대로 표현이 되지 않아 답답함
	표현 가능성	현실적인 이미지에 대한 바람 내가 직접 그림을 그리고 싶은 마음 입체적으로 표현되었으면 하는 아쉬움
ImageTale 앱 활용 경험		

수업이 부담이 있었으나 새로운 것을 해본다는 것에서 가벼워진 감정을 경험하였고, 흥미롭다는 점에서 자연스럽게 참여하게 되었다. 또한 시대에 맞춘 애플리케이션 활용이라는 점도 집단상담 체험에 대한 참여자들의 부담감을 낮출 수 있었다. 무엇보다 3D를 체험하는 것 같은 자유로운 상상이 가능하다는 점이 특히 호기심과 흥미를 이끌었던 것으로 나타났다.

처음에는 깊이 생각해 보지 않고 새로운 것을 해보고 그림을 만든다는 것이 재미있겠다는 생각이 들었습니다. 흥미와 재미만으로 집단상담에 부담 없이 참여할 수 있겠다. (참여자 4)

와 이게 뭐지 하는 생각이 들면서 쓰리디(3D) 체험인가, 애플리케이션에서 이런 구성을 할 수 있는 것이 신기했습니다. (참여자 2)

나. 새로움에 대한 염려

ImageTale을 처음 들었을 때 호기심을 느낀 집단원이 있었던 반면, 적용을 잘하지 못할까봐, 다른 사람들보다 내가 뒤쳐질까봐 걱정하는 마음을 표현하기도 하였다.

원래 미술 같은거 잘 못하는데 다른 사람들보다 못 꾸밀 것 같은 생각에 괜히 주눅들고. 다른 사람들 작품을 보다가 내 작품을 보면 왜 이렇게 못했는지. 이런식으로 참여하는 것이 맞는지 확신이 안 서기도 하고요. (참여자 8)

손으로 뭔가를 작업한다는 것이 부담이 되고. 처음 시도하는 것이라고 하니까 더 긴장감이 느껴졌습니다. 그런데 하면 할수록 뭔가 빠져든다는 느낌도 신기했습니다. (참여자 9)

2. ImageTale 구성 과정에서 느낀 감정 상태

가. 감정변화

집단원들은 이미지를 꾸미고 스토리텔링을 하는 과정 중에 시작 전 체크 한 감정이 시작 후에 변화되는 체험을 하게 되었다. 자신의 이야기를 써 내려가면서 여러 감정을 인식하고, 몰입하는 중에 감정이 달라지는 변화를 느끼는 경험도 하였다.

내가 처음 생각했던 이미지가 아니라 다른 이미지가 되어 있었어요. 처음 감정은 보통에 체크했

었는데 꾸미다 보니 기분이 좋아지고, 글을 쓰다 보니 마음이 편해지더라고요. 그리고 마지막 체크 할 때는 좋음에 했어요. 감정의 변화가 이런 것이구나 느껴보는 것은 처음 경험하는 것 같아요. (참여자 3)

사실 부정적인 감정은 잘 안 느끼려고 하잖아요. 사람이 다 그렇지 않을까요. 저도 그래요. 좋은 감정만 느끼고 싶었는데. 나도 모르게 이미지를 떠올려 꾸미고, 나만의 글을 쓰다가 보니 내 안에 화가 이렇게 많았나... 부정적인 감정을 많이 느끼고 있는 내가 마음에 들지 않더라고요. 그래서 처음 시작과는 다르게 감정이 나빠지고. (참여자 8)

나. 감정지각

집단원들은 이미지를 꾸미고 스토리텔링을 하는 중에 현재 자신이 느끼는 감정이 무엇인가를 명확하게 지각하게 되는 경험을 하게 되었다. 때로는 과거가 떠오르면서 미해결 감정을 느끼기도 하면서 힘든 마음을 보내는 시간도 있었고, 미래에 대한 기대감에 희망을 느끼기도 하였다.

몽환적인 그런 분위기를 꾸미고 나니 마치 어린 시절 판타지 소설을 읽고 나서 현실에서 벗어나 꿈을 꾸고 있는 듯한 기분. 너무 오랜만이라 잊고 있었던 옛 시절을 감상하기도 했네요. (참여자 9)

지금 내가 이런 감정 상태구나, 더 명확해지는 그런 느낌이 들었어요. 그냥 아무렇지 않게 지나쳤을 내 감정일 수 있는데 명료하게 다가오니 내 마음을 더 잘 알 것 같아요. (참여자 6)

과거의 그 일이 잊고 있었는데 이상하게 생각이 나더라고요. 그 때의 그 감정이 떠 올라 힘들기도 하고... (참여자 11)

정신없이 빠져서 글을 쓰다보니 생각이 꼬리를 물면서 미래의 내가 떠오르고 웬지 모를 희망? 그

런 기대감에 부풀었어요. 잘 될 것 같은 그런 마음이 들고. (참여자 7)

다. 감정표현

집단원들은 ImageTale을 작업할수록 자신의 감정을 단어로 표현하는 것이 자연스러워지고 있다는 경험을 하였다. 감정을 인식하는 것까지는 하는데 상담자로서 내담자와 상담할 때 감정단어로 표현해 보도록 격려는 하지만, 자신들이 직접 해보는 것은 새로운 경험으로 느끼는 듯 하였다.

저는 어려워서 감정단어가 잘 생각이 안 났는데. 계속 이미지테일을 하다보니까 어 이렇게 하니까 나도 되네? 나도 나를 표현할 수 있네? 내가 이렇게 다양한 감정을 느끼고 있었다니! 감정단어로 나를 표현하는 것이 거의 처음인 것 같아요. 물어보는 것만 했었던 것 같고요. (참여자 1)

감정단어로 표현하는 것이 쑥스럽기도 하고. 그런데 하다 보니까 내담자들에게 '감정이 어찌세요?'하고 물어보는 말을 내 자신에게 하고 있다는 생각이 들었어요. '지금 내 감정을 어떤 단어로 표현하면 좋을까?' (참여자 5)

내가 단어로 감정을 표현하다니. 그런데 내 감정이 이렇다고? 하는 생각에 거부감이 들고. 그런 내가 못마땅하기도 하고. (참여자 9)

3. ImageTale 구성 경험에서 도움받은 점

가. 내면인식

집단원들이 이미지테일을 작업하는 시간은 다양했다. 여유 있는 시간에 마음 편히 엎드려 구성하기도 하고, 이것도 과제라는 부담에 지하철을 타고 학교 오는 길에 구성하기도 하고, 주말 쉬는 시간에 짬을 내어 구성하기도 하였다. 그럼에도 불구하고 작업 과정에서 내가 지금 중요하게 해야 할 것과 앞으로 해 나가야 할 것 등의 욕구를 알아채고, 더 잘하고 싶은 동기도 올라

오면서 내 마음을 확인하게 되는 경험이 되었다.

시간이 없어서 그냥 빨리빨리 했어요. 그러다보니까 무슨 주제로 꾸미고 있었더라 잊어버리기도 하고. 정신없이 했었는데 수업에서 이미지를 보며 이야기를 함께 나누면서 보니 내가 하고 싶은 것이 이것이었구나! 명확하게 알게 됐어요. (참여자 10)

이상하게 이걸 하다보면 더 잘해보고 싶은 동기가 막 생겨요. 잘 꾸며야지 하면서 시작하는데, 하다보면 내 생활이 담기고, 내가 하는 공부가 생각나고, 내가 앞으로 어떻게 살아가야 할지가 고민이 되고. 내가 뭔가를 잘 하고 싶은 그런 사람이구나. (참여자 2)

이미지가 표현하는 나의 마음을 숨길 수가 없다. (참여자 6)

내가 표현하고 싶지 않았는데, 그냥 내 마음속에 묻어 두려고 했던 내 모습이 이미지에서 드러나는 것이 신기했고. 그 모습을 다시 감상하는 시간에서 나를 마주하는 체험이 싫기도 했지만 좋습니다. (참여자 6)

나. 타인 이해

집단원들은 서로의 이미지에 대한 설명을 듣고 감상하면서 비판과 판단없이 있는 그대로 수용하는 Not Knowing의 자세를 배웠고, 공감과 타당화를 연습하는 계기가 되었다. 또한 이미지에 대한 나눔을 통해 나와 다른 생각을 갖고 있었던 가족, 동료 등 타인을 이해하게 되었고, 다른 사람의 입장에서 더 깊은 생각과 고려를 하게 되었다. 그리고 다른 사람의 이야기(Tale)에 관심을 갖게 되면서 상담자로서 갖추어야 할 적극적인 경청의 자세도 경험하고 있었다.

나의 동기가 꾸민 저 이미지 속에는 어떤 감정이 있을까 궁금해졌습니다. 나와 다른 생각을 하고 다른 감정을 경험하고 있는 사람인데도 우리가

서로 통했다는 느낌도 너무 신기했었습니다. (참여자 9)

집단에서 서로 얘기하다 보니까 그래서 나와 달랐구나. 그래서 내가 힘들었구나. 다른 사람의 이런 모습이 이해가 안 갔구나. 그런데 상대방도 나에게 이런 마음이었겠구나. 다른 사람이 이해가 되고요. (참여자 3)

입장을 고려 한다는 것이 이런 것인가. 같은 이미지를 보면서 다른 생각과 다른 느낌을 하게 되는데. 왜 저러지?가 아니라 저럴 수도 있겠다. 이런 것들이 공감하고 타당화하는 것을 배우는 것인가. (참여자 2)

그러지 않는다고 생각하면서 살아왔는데 저 혼자 독단적으로 생각하는 내 모습이 이미지에서 드러나 당혹스러웠습니다. 그러다보니 집단에서 다른 사람의 이야기를 더 잘 듣게 되고요. (참여자 10)

다. 현실의 나

집단원들은 ImageTale을 구성하는 체험을 통해 자신의 모습을 있는 그대로 자각하는 경험을 하게 되었다. 집단상담의 경험에 대해서는 처음에는 낯설고 두려웠던 자기 개방을 자연스럽게 하게 되었고, 자기 개방을 통해 지지받고 싶은 욕구가 표현되기도 하였다.

다른 사람들을 보면 너무 잘 표현해서 놀랐어요. 저는 사실 저를 잘 개방하지 못하고, 어려워하고. 힘들어하기만 했는데. 그런데 내가 자꾸만 드러나니까 부담스럽기도 하고. 또 이런 모습도 나구나. 더 보여줘도 괜찮겠다는 안도감도 들었습니다. (참여자 10)

저는 원래 자기개방을 별로 좋아하지 않았습니다. 그런데 내가 나도 표현하는 이미지에서 드러나는 모습들이 있고, 그것에 대해 관심을 보여주니까 내 감정을 더 잘 알게되고. 자기개방이 무섭

지 않았습니다. (참여자 5)

나를 만난다는 것이 이런 것이구나 느꼈습니다. 안 보고 싶은 내 모습이었는데. 이미지 속에 빠져 있다 보니 나를 알게 되고. 이런 나도 괜찮다... (참여자 11)

그렇게 싫어하던 내 모습이었는데 개방을 하고 위로와 지지를 받고 나니 눈물이 나면서. 내가 나를 몰랐다는 것을 새삼 깨달았습니다. 이런 나를 이제 수용해 주자. (참여자 8)

나만 개방을 잘 못하는 것인가 고민했었어요. 다른 사람들은 자기 얘기를 너무 잘하고, 이미지로도 잘 표현하는데 내가 뭔가 잘 못하고 있나. 그런데 사실 내가 꾸민 이미지를 보면 얘기를 들으니 내가 융통성이 없는 생각을 하고 살았구나. 그런 내가 지금도 있구나. (참여자 7)

라. 피드백을 통한 자기성찰

집단원들은 집단상담 실습을 있다고 하였을 때 부담감과 두려움을 갖고 시작하였다. 집단상담을 이미 경험해 본 집단원들은 집단상담의 과정에 대한 이해를 하고 있었지만, 상담 공부와 집단상담 체험이 처음인 집단원들에게는 생소하고 낯선 경험이었다. 그러나 집단상담에서 서로의 이야기를 듣고, 나누고 마음을 돌봐주는 과정에서 타인과 나의 다른 관점을 자연스럽게 이해하게 되었다. 때로는 타인이 나와 다른 마음을 갖고 있어 당황스럽기도 하였지만, 나누는 과정을 통해 자기성찰을 하게 되는 경험이 되었다.

공격당하면 어떻하지 하는 두려움이 있었던 것 같습니다. 예전에 집단상담에 참여했을 때 다른 사람들이 저에 대해 하는 말들이 상처가 되었는데. 이미지라는 매체로 이야기를 나누다보니 뭔가 더 이해받는 느낌이 들고. 다른 사람들도 더 이해하게 되는 느낌이 들었다. (참여자 6)

역시 저 사람은 나와 달라 하는 생각에 처음엔 불편했는데 시간이 지나고 집단상담을 할수록 그래서 그랬구나. 이해가 되는 느낌이 들고. (참여자 11)

한편, 이미지를 활용한 매체 상담이 주는 긍정적인 면도 있었지만 서로 피드백을 나누는 과정에서 다른 사람의 견해가 지적 또는 비판으로 다가오는 느낌을 가지는 부분도 배제하기는 어려웠다. 참여자들은 내가 만든 작품에 대해 잘 알지도 못하고 먼저 말을 꺼낼 때 평가하는 것 같아서 불편감을 느꼈고, 다른 관점을 이야기하다가 수용이 되지 않았을 때 소통이 안 되는 이유를 알게 되는 순간도 경험하였다. 이러한 역동 속에서 서로의 가치관이 다름을 자연스럽게 인식하게 되고, 상담자로서 내담자가 가치관이 다를 때 어떻게 대처해야 하는가를 생각해 볼 수 있었다.

내 이미지테일인데 왜 나한테 묻지도 않고 말하는지. 이럴 때 기분이 좀 상하는 느낌이었어요. (참여자 1)

나를 너무 잘 있다고 생각해서 말을 해주는 것은 이해하겠지만 그래도 평가받는 그런 느낌은 어쩔 수 없이 기분이 안 좋았습니다. (참여자 2)

역시 사람은 모두가 다 다르구나. 그래서 화합이 어렵구나. 내가 나의 이미지도 볼 때마다 다른 느낌이 드는데 다른 사람이 내 이미지를 볼 때는 더 다르겠지. 이게 참 신기하기도 하고 이상하다. (참여자 3)

이미지를 감상하면서 보니 불편한 사람이 있는데 나한테만 그러는 건가 했는데 그게 아니더라고요. 그 사람이 보는 관점을 들으니 다른 사람들한테도 그러는구나. 관계에서 그 선이 느껴지기도 하고, 뭐랄까 사람에 대해 더 잘 알게 되었다고 할까요. 그렇다 그 사람하고 멀어지겠다는 것은 아니고. 이해가 되니까 의도를 왜곡하지 않는 위험을 벗어날 수 있다고 할까. 사람은 역시 이해하기

어렵다. (참여자 10)

4. ImageTale 앱 활용 경험

가. 앱 사용법

이제 개발되어 활용 가능성을 시도해 보고 있는 ImageTale 앱을 사용해 본 참여자들은 화면이 고정되지 않는 배경이 있어 몰입에 방해가 된다고 하였고, 컴퓨터 버전에 대한 요구도 표현하였다. 매체를 활용하고는 있지만 상담이라는 점에서 참여자들은 더욱 깊이 있는 몰입감을 더 경험하고 싶은 마음을 보였다.

연령대별로 어려운 점도 있을 것 같아요. 작은 화면에서 여러 가지 장면들을 구성하려니 손으로 조작하는 것도 쉽지 않았습니다. 제 마음대로 크기가 조절되면 좋은데 그게 마음처럼 쉽지 않았습니다. (참여자 9)

워낙 기계 사용법이 서툴러서 집단상담에서 나누는 것은 좋았지만 스마트폰 앱을 활용하는 면에서는 어색하고 지금도 자신이 없습니다. (참여자 11)

나. 표현 가능성

ImageTale 앱에 11개 범주와 총 2168개의 상징물이 있음에도 불구하고 참여자들은 저마다 원하는 상징물이 달랐고, 더욱 실감나게 표현하기를 원하였다. 최근 들어 더 주목하고 있는 가상현실이나 증강현실 등과 같이 선택한 이미지들이 더 생생하게 느껴졌으면 하는 바람을 표현하였다. 예를 들면, 음식이 끓고 있는 것을 표현한다든지, 물이 찰랑찰랑하는 움직임이 느껴진다든지, 불빛이 반짝거리는 듯한 실재감에 대한 표현이 안 되는 것을 아쉬워하였다. 또한 자신이 그림을 직접 그려서 넣을 수 있는 기능에 대한 요구도 있었다. 내가 직접 그리거나 만들어 낸 상징물이 나의 마음 상태를 더 잘 표현할 수 있는 것으로 생각하고 있었다.

보통 어플들을 보면 고정 기능이 있습니다. 이

미지테일 어플도 화면 고정 기능을 만들어 이미지를 구성할 때 움직이지 않게 하면 좋겠습니다. 움직이다보니까 내가 만들려던 이미지가 흐트러지고, 처음 떠올렸던 감정에도 방해가 되는 것 같아요. (참여자 3)

이미지테일 앱 안에는 정말 많은 이미지가 있습니다. 그런데 실사라도 스티커 같고, 스티커는 더 스티커 같아요. 이왕에 스마트폰 앱에서 꾸밀거면 음식에서 김이 나는 표현이라던가, 물이 찰랑거리 는 것이나 불빛이 반짝이는 것 등등 더 생생한 표현을 할 수 있었으면 좋겠습니다. (참여자 6)

5. ImageTale 구성 중 인식한 감정변화

집단 참여자들이 ImageTale을 구성하는 과정에서 경험한 감정변화는 <표 4>에서 보는 바와 같다. 참여자들은 이미지를 구성하기 위해 앱을 실행한 후 현재 기분을 체크하였고, 이미지를 구성하고 난 후 다시 한번 더 자신의 기분을 체크하면서 감정의 변화를 알아차리는 경험을 하였다. 이들이 이미지 구성 전의 감정과 이미지 구성 후의 감정 상태가 변화된 것을 자각하는 과정에서 자신의 마음 상태와 내면을 깊이 인식하였다. 그리고 감정을 느끼고 표현하는 자신을 이해하게 되었고, 긍정 감정과 부정 감정 모두 나의 감정임을 수용하며 깊은 자기이해와 자기객관화의 체험을 경험하였다.

특히, 자신이 구성한 이미지를 집단원들과 함께 감상하는 시간을 통해 나의 상태를 알아차리고 더욱 깊이 자각하게 되었고, 감정단어로 자신을 표현하면서 내면의 모습을 체험하기도 하였다. 혼자서 이미지를 구성할 때는 인식하지 못했었으나, 다른 참여자들이 나의 이미지에 대해 궁금증을 갖고 질문하고 답을 하며 탐색해 가는 중에 나의 마음을 찾기도 하였다. 이러한 집단과정 속에서 나의 모습을 자각하면서 타인이 나를 바라보는 다각적인 측면도 이해하고 수용하는 경험을 하게 되었다.

<표 4> ImageTale 구성 중 인식한 감정변화

구분	회기별 구성 전·후의 감정변화						자기이해에 관한 성찰
	1회기	2회기	3회기	4회기	5회기	6회기	
참여자 1	보통 ↓ 좋음	보통 ↓ 좋음	보통 ↓ 슬픔	보통 ↓ 좋음	보통 ↓ 신남	보통 ↓ 보통	이미지를 어디에 놓을까 생각하면서 나의 고정 관념이 생 각이 남. 이미지테일을 구성하고 나면 기분이 거의 좋아짐.
참여자 2	보통 ↓ 신남	우울 ↓ 화남	보통 ↓ 보통	좋음 ↓ 신남	보통 ↓ 좋음	보통 ↓ 우울	어떤 종류의 이미지이던 간에 현재 느끼고 있는 감정을 무언가를 통해 '표현'할 수 있다는 것이 지금까지의 감정 표출과는 다른 느낌을 줌.
참여자 3	보통 ↓ 좋음	보통 ↓ 좋음	보통 ↓ 신남	보통 ↓ 보통	보통 ↓ 좋음	좋음 ↓ 신남	이미지테일을 구성하기 전에는 내 마음을 잘 모르겠어서 혼란스럽고 답답한 상태였는데, 이미지테일로 그림을 만들면서 집중하는 시간 동안 몰입하게 되고, 내가 두려워하던 것을 극복하는 데 도움이 됨.
참여자 4	보통 ↓ 보통	보통 ↓ 좋음	보통 ↓ 좋음	보통 ↓ 슬픔	보통 ↓ 좋음	보통 ↓ 좋음	내가 정말 최선을 다해서 열심히 살아가고 있구나. 어떻게 여유를 가져야 되는지도 모르고, 적당히가 어느 정도인지도 모르고... 그런데 가운데 우뚝 서서 열심히 움직이는 내 이미지를 보면서 나를 알게 됨.
참여자 5	보통 ↓ 보통	화남 ↓ 우울	우울 ↓ 우울	보통 ↓ 보통	보통 ↓ 좋음	보통 ↓ 좋음	느끼고 있는 감정에 대해 더 자세하게 알게 되었고, 그 감정을 어떻게 다스려야 하는지도 조금은 깨닫게 된 것 같음.
참여자 6	신남 ↓ 신남	좋음 ↓ 보통	보통 ↓ 좋음	좋음 ↓ 신남	좋음 ↓ 좋음	신남 ↓ 신남	나는 내 자신에 대해 충분히 잘 알고 있었다고 생각했는데 실제로는 과거의 사건에 사로잡혀 현실을 왜곡하고 있었음을 알아차릴 수 있었음.
참여자 7	보통 ↓ 좋음	보통 ↓ 보통	좋음 ↓ 좋음	슬픔 ↓ 보통	좋음 ↓ 신남	좋음 ↓ 신남	내가 나를 많이 틀 안에 가두고 정형화된 모습으로 보이길 원한다는 것을 알게 되어 당혹스러웠음.
참여자 8	보통 ↓ 보통	보통 ↓ 신남	보통 ↓ 우울	보통 ↓ 좋음	좋음 ↓ 좋음	보통 ↓ 신남	나에 대해 보다 수용적인 태도로 바라보게 되었다는 것이 가장 큰 변화라고 할 수 있음.
참여자 9	좋음 ↓ 신남	보통 ↓ 좋음	보통 ↓ 보통	좋음 ↓ 좋음	좋음 ↓ 신남	좋음 ↓ 좋음	그림을 통해 보이는 저의 모습을 같이 연구하고 탐험해 주고 위로해 주는 피드백들이 저를 아이로 만들어 주었고, 솔직할 수 있도록 용기를 주었기 때문에 마치 텁블링 위에 서 두려움 없이 뒤로 점프하는 어린아이처럼 더욱 솔직해지고 싶은 마음이 들었음.
참여자 10	보통 ↓ 좋음	좋음 ↓ 좋음	좋음 ↓ 좋음	우울 ↓ 보통	보통 ↓ 좋음	보통 ↓ 보통	나 자신도 몰랐던 마음속의 감정들을 표출하게 되면서 여러 정서적 어려움(우울, 불안, 공포, 분노, 좌절, 슬픔, 기쁨, 등)을 갖고 있다는 것을 알게 되었음.
참여자 11	우울 ↓ 좋음	보통 ↓ 보통	우울 ↓ 슬픔	보통 ↓ 좋음	보통 ↓ 좋음	보통 ↓ 좋음	내 마음을 잘 몰라 시간을 두고 차근차근하기도 하고 조금 한 마음이 들기도 함. 내가 가지고 있는 심적인 불편한 마음의 원인을 발견하게 됨.

IV. 결론 및 제언

본 연구는 집단상담 수업에서 ImageTale 앱을 상담 매체로 활용하여 상담전공 대학원생들의 경험을 살펴보기 위한 목적으로 수행되었다. 본 연구의 결과를 바탕으로 한 논의는 다음과 같다.

첫째, 집단 참여자들은 ImageTale 앱에 대한 호기심과 의구심을 갖고 집단상담 수업에 참여하였다. 참여자들은 이미지와 스토리텔링으로 자기를 표현하기 시작하였고, 다른 참여자들의 지지를 받기 위해 적극적으로 표현하려는 긍정적인 측면도 보여주었다. 또한, 집단

참여자들은 자신이 구성한 이미지를 보며 서로의 견해를 주고받는 과정에서 편안하게 나의 속마음 이야기도 할 수 있었다. 이는 다양한 치료적 매체의 사용이 비자발적 내담자들의 의식적 방어 수준을 낮추는 역할을 하고, 동기와 흥미 유발에 도움이 되며, 상담자와 다른 집단원들과의 소통의 매개체가 되어 상호작용에 도움이 된다는 연구 결과와 맥락을 같이하는 것으로 볼 수 있는 결과이다(박은하 외, 2020; 이윤주, 2022, 장수미 외, 2022). Covid-19 이후 상담에서 스마트기기를 비롯하여 다양한 매체 활용에 대한 적용이 보급되어 많은 사람들이 비대면(non face-to-face) 환경에 익숙해졌고,

SNS 소통을 매개로 한 자기의 표현이 일상이 되었다. 이와 같은 사회적 변화에 맞추어 가상현실의 상황에서 자기의 감정을 표현하고, 스토리텔링 통한 자기 이해를 돋기 위해 개발된 ImageTale 앱(구미향, 2020)을 집단 상담의 매체로 활용하면서 참여자들의 자기표현을 촉진시켰고, 집단상담에 참여하고자 하는 심리적 부담감이 감소되었음을 확인할 수 있었다.

둘째, 집단 참여자들은 이미지를 구성하는 과정에서 자신도 모르게 몰입하게 되는 경험을 하게 되었고, 이는 내면의 심리적 욕구를 발견하는 데 도움이 되었다. 집단원들은 ImageTale을 접하고 난 후부터 쉬는 시간이나 바쁜 와중에도 무언가 떠오르는 것이 있을 때마다 이미지를 구성하였고, 나의 마음 상태를 잘 표현해 줄 수 있는 상징물을 탐색하기 위해 시간을 들이기도 하고, 마음에 드는 이미지를 구성할 때까지 삭제와 수정을 반복하기도 하였다. 이러한 과정 체험에서 참여자들은 자신이 좋아하는 것과 관심이 있는 것을 발견할 수 있었다. 또한, 이미지 구성 중 감정변화를 느끼고, 자신의 감정을 지각하고 자연스러운 감정의 표현으로 연결되면서 자기에 대해 깊은 알아차림을 하는 기회가 되었다. 특히, 집단상담에서는 자기객관화를 통해 스스로에 대한 이해뿐만 아니라 자신을 둘러싸고 있는 주변과 타인에 대한 이해를 함께 경험하게 되는데(강진령, 2019), 본 연구에서는 자신이 구성한 이미지를 집단 참여자들과 함께 보면서 감상하는 시간에서 경험한 체험과 일치하는 견해로 볼 수 있다. 이를테면, 이미지를 구성할 당시에는 미처 생각하지 못했던 ‘나 자신’을 알아채는 자기 이해를 촉진하는 것과 같은 맥락으로 볼 수 있겠다. 즉, 이미지를 선택하기 위해 탐색을 시작하는 과정에서부터 감정 자각이 촉진되고, 이미지 구성과 스토리텔링을 위해 이야기를 작성하는 중에 자기성찰이 일어난다는 구미향(2022, 2023)의 제안을 뒷받침하는 결과로 볼 수 있다. 또한 스마트 기기를 상담 매체로 활용하였을 때 몰입이 극대화되고 창의적 경험이 되어 현실에 기반한 체험이 되어 적용 가능성도 높일 수 있다는 연구 결과와도 그 맥락을 같이 하고 있음을 본 연구에서도 확인할 수 있었다(나정조, 2023).

셋째, 집단상담에서 집단원 간 나누는 상호작용과 피드백은 타인이 보는 자신의 모습을 알아차리는 경험이 되기도 하고, 타인 속의 나 자신을 자각하는 직면의 장이 되기도 한다(권경인, 2003). 즉, 집단상담에서 주고받는 집단원 간의 피드백이 긍정적인 경험도 되지만, 부정적인 경험도 되어 심리적 부담감이 클 수밖에 없으며, 자기 개방에 방해가 되기도 한다(김선혜, 한영주, 2019; Yalom, 2001). 이는 집단상담이 가지는 장점이면서도 때로는 한계점이 되기도 하다. 본 연구의 집단 참여자들도 자신의 이미지를 보고 다른 사람들이 감상을 표현할 때 미처 보지 못했던 나의 마음을 알게 되어 좋기도 하였지만, 내 이미지에 대한 피드백이 평가와 지적으로 느껴져 수용하는 데 어려움도 있었다. 그러나 이미지를 매체로 하여 다른 참여자원들과 피드백을 주고받는 과정에서 나와 다른 시각에서 이미지를 보고 있는 타인을 자연스럽게 이해하게 되는 경험도 되었다. 이는 매체를 활용한 집단상담이 보다 편안한 자기 개방을 하도록 이끌어 피드백을 주고받는 과정에서 긍정적으로 수용하게 된다는 결과들과 그 맥락을 같이 하는 것으로 볼 수 있다(강다해, 김세경, 천성문, 2012; 강자영, 배희분, 2022; 박태경, 2020). 즉, 집단 참여자원들은 같은 이미지를 보면서 타인이 나와 다른 생각을 하고, 다른 감정을 느낀다는 것을 인식하는 것만으로도 타인에 대한 이해와 수용의 폭이 넓어지고, 타인에 대한 관대함을 갖게 되는 계기가 되었다고 보고하였다. 예를 들어, 같은 이미지를 보면서 생각과 느낌을 다르게 표현하는 과정에서 ‘왜 나와 다르지?’ 보다는 ‘나와 다르게 보고 있구나’를 깨달으면서 타인의 입장과 상황을 이해하게 되었다. 이는 집단상담에서 많은 내담자들이 타인과의 피드백을 통해 경험하는 장점으로(권경인, 2003; 김선혜, 한영주, 2019); Yalom, 2001), 본 연구에서 매체로 활용한 ImageTale도 타인을 이해하도록 돋는 상담의 도구로 충분히 기능하였음을 알 수 있는 결과로 여길 수 있겠다.

지금까지 ImageTale 앱을 적용한 구조화 집단상담의 참여 경험을 살펴보았다. 본 연구는 ImageTale 앱을 집단상담에 적용한 첫 사례연구이다. 연구 참여자들의 경

험을 통해 ImageTale 앱이 감정인식과 변화, 자기이해 및 타인이해, 자기성찰을 촉진하는 상담 매체로 활용될 수 있다는 가능성을 확인하였다는 점에서 그 의의가 있다. 무엇보다 스마트기기를 활용한 가상현실 상담 및 심리치료 기술이 나날이 발전되고 있는 현 시점에서 ImageTale 앱이 상담 매체로 보급되어 활용된다면, 자신을 알고 싶어 하는 싶은 욕구를 가진 내담자들이 깊은 수준의 내면을 흥미롭게 탐색하는 경험이 될 것이다. 이를 위해서는 ImageTale 앱을 활용한 사례연구가 지속적으로 연구되어 더 많은 실증적 효과를 입증하는 것이 중요할 것이다.

위와 같은 의의가 있음에도 불구하고 본 연구의 제한점이 있다. 첫째, 상담관련 지식이 있는 상담전공 대학원생들을 대상으로 적용하였기 때문에 솔직하게 표현된 내면의 자기이미지를 구성하는 데 다소 한계가 있었다. 즉, 이들이 지닌 사전 지식으로 인하여 자기개방에 대한 부담감을 더 크게 느껴 집단상담에서 깊이 있는 상호작용을 하는 데 제한이 있었다. 추후 연구에서는 일반인을 대상으로 한 집단상담에 적용하여 깊이 있는 내면을 구성하도록 촉진하는 실증연구가 수행되어야 할 것이다. 둘째, 집단상담의 과정이 초기, 과도기, 작업, 종결의 단계로 진행되는 것으로 볼 때(Corey, Corey, & Corey, 2019), 본 집단상담은 단기로 진행되어 제시된 과정 체험을 탐색하는 데 부족함이 있었다. 후속 연구에서는 집단상담의 회기 수를 추가하여 과정 체험 탐색을 통한 ImageTale 앱의 활용 가능성을 확인해 볼 필요가 있다. 셋째, 본 연구가 집단상담 수업 시간을 활용하여 이루어진 점으로 강의 운영 방식에서 이론과 실제의 측면을 다루는 데 윤리적 고려의 문제이다. 다행히 본 수업에서는 윤리적 문제가 표면적으로 드러나지는 않았으나 교수자가 집단 운영을 할 때 이 중관계 또는 윤리적 문제의 사안 문제(김지연 외, 2016)를 배제하기에는 어려운 상황이 있을 수도 있었다. 따라서 추후 수업과 집단상담의 두 가지 상황을 고려해야 할 때 강의 운영과 집단 실습에 대한 방식을 보다 철저하게 세부적으로 구분하여 진행할 필요가 있다. 마지막으로, 본 연구가 ImageTale 앱을 활용한 집단상담

경험의 첫 시도라고는 하지만 앱이 지닌 효과성으로 단정 짓기에는 이론적 근거와 실증연구의 부족이라는 제한점을 지니고 있다. 따라서 상담 매체로 지속적인 활용을 위해서는 이론적 근거를 확충하고, 다양한 상담 장면의 사례에 적용한 실증연구를 수행하여 임상적 증거기반을 위한 노력이 더욱 이루어질 필요가 있다.

참고문헌

- 강다해, 김세경, 천성문 (2012). 영화를 활용한 집단상담이 학교부적응 고등학생의 자아존중감, 대인관계 및 학교 적응에 미치는 효과. *교육치료연구*, 4(2), 21-38.
- 강민선, 구미향, 이정미 (2023). 앱 기반 비대면 상담을 통한 직장여성의 심리적 소진 경험 탐색 사례연구. *학습자 중심교과교육연구*, 23(9), 23-46.
- 강자영, 배희분 (2022). 만화 그리기를 활용한 이야기치료 집단상담 프로그램 개발 및 효과성 연구: 초기 청소년의 자아존중감과 학습된 무기력을 중심으로. *인간발달 연구*, 29(3), 47-69.
- 강진령 (2019). *집단상담의 실제*. 서울: 학지사.
- 구미향 (2016). 가상현실 환경구성 치료. *장애인권리연구*, 7(2), 1-26.
- 구미향 (2020.11.). 가상현실 환경구성을 위한 앱 개발. *한국 아동학회 학술발표논문집*, 104.
- 구미향 (2022a.4.). ImageTale 앱을 활용한 ADHD아동의 자기감 증진 효과 연구. *한국아동학회 학술발표논문집*, 117.
- 구미향 (2022b.11). 아동상담을 위한 ImageTale 어플리케이션의 기능과 활용방안. *한국아동학회 학술발표논문집*, 153-154.
- 구미향 (2023). 또래괴롭힘 피해를 경험한 아동의 자기감정 변화과정 사례연구. *Crisisconomy*, 18(10), 159-176.
- 구미향, 민수현, 정보연 (2023. 11). 중학생의 자아정체감, 사회환경적지지, 정서행동문제와의 관련성 탐색 및 자아심상 특성 분석. *한국아동학회 학술발표논문집*, 158-159.
- 국립국어원 표준국어대사전. <https://stdict.korean.go.kr/search/searchResult.do>.에서 2024년 2월 15일 인출.
- 권경인 (2003). 집단상담 치료적 요인의 연구 경향 및 과제. *상담학연구*, 4(4), 727-754.
- 김선혜, 한영주 (2019). 상담 현장실습생들의 집단 수퍼비전 참여경험에 관한 질적연구. *상담학연구*, 20(3), 243-264.
- 김수아, 주종우 (2018). 가상현실 상담치료의 출력장치별 특성과 국내현황. *현대사진영상학회 논문집*, 2(21), 5-20.

- 김지연, 계은경, 권경인 (2016). 집단상담 강의 운영에 대한 교수자의 인식 탐색. *상담학연구*, 17(4), 159-184.
- 김진아, 최연실 (2020). 가족치료사를 위한 CBT 기반의 디지털 치료도구로서의 모바일 앱 개발: 탐색적 연구. *가족과 가족치료*, 28(4), 471-501.
- 나정조 (2023). 예술치료의 매체로써 VR/AR/MR 콘텐츠 사례분석 및 제언. *한국예술치료학회지*, 23(3), 43-67.
- 박은하, 이윤주, 신율미, 권명지 (2020). 청소년 매체 활용 집단상담 프로그램의 최근 연구동향. *인문사회* 21, 11(4), 291-306.
- 박태경 (2020). 영화활용 집단상담이 위기청소년의 학교적 응 유연성과 자아존중감에 미치는 효과. *상담심리교육복지*, 7(3), 57-70.
- 백승영 (2020). 집단음악치료 프로그램이 청소년의 불안, 반 항문제 및 품행문제에 미치는 효과. *인문사회* 21, 11(4), 1755-1766.
- 오다영, 이근매 (2023). 노인의 자아통합 향상을 위한 자서 전 만들기 집단미술치료 프로그램 효과검증. *예술심리치료연구*, 19(2), 1-22.
- 이윤주 (2022). 상담자의 매체 활용 상담 경험에 관한 질적 분석. *인문사회* 21, 13(6), 2523-2538.
- 이정숙 (2020). 치료적 매체를 이용한 게슈탈트 심리치료에 나타난 중요사건 및 매체와의 상호작용과정. *한국콘텐츠학회논문지*, 20(11), 472-491.
- 장수미, 정지형, 이희연 (2022). 휴먼서비스 분야 비대면 상담프로그램의 체계적 문현고찰. *보건사회연구*, 42(1), 20-40.
- 최서윤, 강민선 (2023). ImageTale 앱 기반 반구조화 집단상담에 참여한 성인 발달장애인의 정서인식 경험. *정서·행동장애연구*, 39(4), 257-281.
- 황매향, 황희산 (2020). 테크놀로지 기반 상담 실제의 도전과 과제. *상담학연구*, 21(4), 219-245.
- 황매향, 황희산, 박용성, 김창동, 김훈, 조연지, 이원석 (2022). 직장인 리질리언스 강화를 위한 공감 중심 채팅상담 어플리케이션 설계 및 효과성 검증. *한국HCI학회 논문지*, 17(4), 71-81.
- Alhadi, S., Supriyanto, A., & Dina, D. A. M. (2016). Media in guidance and counseling services: a tool and innovation for school counselor. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 1(1), 6-11.
- Corey, M., Corey, G., & Corey, C. (2019). *Groups process and practice* (10th ed.). 김진숙, 유동수, 전종국, 한기백, 이동훈, 권경인 역 (2019). *집단상담: 과정과 실제*. 서울: 센케이지러닝코리아.
- Krippendorff, K. (2003). *Content analysis: An introduction to its methodology* (2nd ed.). CA: Sage Publications Inc.
- Yalom, I. D. (2001). *The gift of therapy: An open letter to a new generation of therapists and their patients*.
- 최웅용, 천성문, 김창대, 최한나 역 (2005). *치료의 선*

물. 서울:시그마프레스.

- Zinni, V. R. (1997). Differential aspects of sandplay with 10 and 11 year old children. *Child Abuse & Neglect*, 21(7), 657-668.

ABSTRACT

Structured Group counseling experience using the ImageTale app: For graduate students majoring in counseling

Suhyoon Choi

Assistant Professor, Graduate School of Education, Sookmyung Women's University

Objectives This study was conducted to explore the group counseling experience using the ImageTale app developed as a counseling medium.

Methods The participants in the group counseling were 11 graduate students majoring in counseling psychology who first experienced ImageTale, with 2 men and 9 women. As for the research method, group counseling was conducted for a total of 6 sessions for 18 hours, and participants prepared a reflection journal after the session was over and a final report after the conclusion. A total of 7 reflection journals and the counseling process conducted in each session group were analyzed by contents analysis, one of the qualitative analysis.

Results As a result, 4 areas, 11 categories, and 29 contents were derived. Group participants started with curiosity when they first encountered the ImageTale app, and they experienced emotional changes, perceptions, and expressions during image composition while exploring their inner selves. In addition, participants received help in terms of self-understanding, inner exploration, and emotion recognition rather than in terms of understanding and interaction with others in group counseling classes using the ImageTale app.

Conclusions Through this study, it was possible to confirm the possibility of using the ImageTale app as a counseling medium, and it was suggested that various empirical studies should be conducted in the future.

Key words ImageTale App, Image, group counseling, app-based counseling, counseling media