

Altered Book을 활용한 스마트폰 과의존 아동 대상 집단미술치료 사례연구

이경빈, 박성혜

To cite this article : 이경빈, 박성혜 (2024) Altered Book을 활용한 스마트폰 과의존 아동 대상 집단미술치료 사례연구, 임상미술심리연구, 14:3, 41-68

① earticle에서 제공하는 모든 저작물의 저작권은 원저작자에게 있으며, 학술교육원은 각 저작물의 내용을 보증하거나 책임을 지지 않습니다.

② earticle에서 제공하는 콘텐츠를 무단 복제, 전송, 배포, 기타 저작권법에 위반되는 방법으로 이용할 경우, 관련 법령에 따라 민, 형사상의 책임을 질 수 있습니다.

www.earticle.net

Altered Book을 활용한 스마트폰 과의존 아동 대상 집단미술치료 사례연구*

이 경 빈** · 박 성 혜***

본 연구는 스마트폰 과의존 아동을 대상으로 Altered Book을 활용한 집단미술치료를 적용하여 스마트폰 과의존 아동의 언어 및 행동, 작품 표현 과정의 변화와 스마트폰 과의존도 및 자기조절력에 미치는 변화를 살펴보고자 한 사례연구이다. 연구대상은 지역아동센터 이용 아동 중 스마트폰 과의존 잠재적 위험군 이상의 점수를 받은 4-5학년 아동이며, 주 2회 1회 90분씩 총 15회기의 Altered Book을 활용한 집단미술치료를 실시하였다. 또한, 연구대상의 언어 및 행동과 작품 표현 과정에서 나타나는 변화를 알아보기 위해 매 회기 관찰 및 일지를 작성하여 대상별로 질적 분석하였다. 더불어 연구대상의 스마트폰 과의존도와 자기조절력의 변화를 알아보기 위해 관련 척도의 사전·사후 점수를 비교 분석하였다. 연구결과는 다음과 같다. 첫째, Altered Book을 활용한 집단미술치료는 연구대상의 자기 인식과 표현을 촉진하며, 언어 및 행동의 긍정적 변화를 통해 집단 내 긍정적 상호작용을 돕는 것으로 나타났다. 둘째 스마트폰 과의존도가 낮아진 것으로 나타났다. 셋째, 자기조절력 향상에 긍정적 변화를 주는 것으로 나타났다. 본 연구를 통해 Altered Book을 활용한 집단미술치료가 스마트폰 과의존 아동에게 긍정적 변화를 미친다는 것을 확인하고, 상담현장에서 Altered Book을 활용한 집단미술치료의 활용 가능성 및 경험적 사례로서 연구 자료를 제공했다는 데 그 의의가 있다.

주요어 : Altered Book, 집단미술치료, 스마트폰 과의존, 자기조절력, 초등학생

* 본 논문은 숙명여자대학교 심리치료대학원 석사학위 논문의 일부임
** 숙명여자대학교 심리치료대학원 석사 졸업
*** 숙명여자대학교 심리치료대학원 미술치료학과 조교수, elly9691@sookmyung.ac.kr

I. 연구의 필요성 및 목적

인터넷의 급격한 발달로 현대 사회에서는 스마트폰이 일상생활에서 필수품이 되었다. 휴대성과 간편함이라는 큰 장점을 갖춘 스마트폰은 어디에서나 전화나 문자뿐만 아니라 영상 시청, 게임, 검색, 쇼핑 등 다양한 기능을 손쉽게 이용할 수 있다. 이에 따라 스마트폰 보급률은 매년 높아져 2021년 시행한 국내 스마트폰 이용 인구 조사에 따르면 인구의 94.2%가 스마트폰을 사용하고 있다(정용찬, 김윤화, 오윤석, 2022).

한편 코로나19를 지나면서 스마트폰은 그 중요성이 더욱 커졌다. 코로나19의 확산을 막기 위해 시행된 사회적 거리 두기 정책으로 인해 온라인 수업과 재택근무가 가능해졌고, 실시간 원격시청이나 배달 애플리케이션을 통한 음식 주문, 온라인 쇼핑 등의 이용이 늘어났다. 또한 스마트폰으로 간단히 예약할 수 있는 비대면 진료의 확대와 유튜브, SNS를 통한 다양한 챌린지 등이 유행함으로써 코로나19 이후에도 언택트 문화가 지속적으로 확산되었다. 이렇듯 코로나19를 경험하면서 디지털 시대로의 전환이 가속화되어(한국리서치, 2020) 이제는 인터넷만 연결되어 있다면 스마트폰 하나만으로도 많은 시간과 노력을 들이지 않고 편리하게 살아갈 수 있게 되었다.

그러나 스마트폰으로 인해 일상생활이 편리해진 만큼 스마트폰 과의존의 위험은 더욱 증가하였다. 스마트폰 과의존이란 스마트폰에 대한 상호작용 욕구와 과도한 사용으로 사용자가 스마트폰에 대해 지나친 애착을 갖는 상태이다(박선유, 2022). 2023년 과학기술정보통신부와 한국지능정보사회진흥원에서 발간한 ‘2022 스마트폰 과의존 실태조사’에 따르면 전체 인구의 스마트폰 과의존 고위험군은 코로나19 이전인 2018년에는 19.1%에서 2021년 24.2%까지 점차 증가하였다가 2022년에는 0.6% 감소한 23.6%로 나타났다. 그러나 초등학생의 과의존 위험군의 비율은 2019년 30.5%, 2021년 31.6%, 2022년 33.6%로 매년 증가하고 있는 실정이다(과학기술정보통신부, 한국지능정보사회진흥원, 2023).

아동은 성인에 비해 스마트폰을 적절하게 활용하는 조절 능력이 낮고 스마트폰 사용시간이 길수록 과의존 경향이 높아진다(박선유, 2022; 하나영, 이경은, 2020). 또한 선행연구에 의하면 스마트폰 과의존과 자기조절력이 부적 상관관계를 보여, 자기조절력이 낮으면 스마트폰 과의존의 위험이 더 큰 것으로 나타났다(박선유, 2022; 박소영, 2023; 박채진, 서석진, 도명애, 2017; 이영주, 박주현, 2014; 정명진, 2014) 더 나아가 부모의 맞벌이나 한부모 가정, 빈곤 등 돌봄에 취약한 아동의 경우 스마트폰 과의존 위험이 더 높다는 연구(노연경, 2019; 아동권리보장원, 2021; 하나영, 이경은, 2020) 결과도 보고되었다.

Altered Book을 활용한 스마트폰 과의존 아동 대상 집단미술치료 사례연구
(이경빈·박성혜)

이러한 스마트폰 과의존은 학령기 아동의 건강한 발달과 성장에 부정적 영향을 미친다. 초등학교 시기는 인지적인 발달과 더불어 신체 발달, 지능, 언어, 정서, 자아와 사회성, 도덕성, 성격 등이 발달하는 중요한 시기이다(전소영, 2013). 그러나 스마트폰 과의존 위험군의 아동은 스마트폰 과의존으로 인해 눈의 피로, 어깨 결림과 허리 통증과 같은 신체적 문제는 물론 분노, 집중력 감소, 집착, 무기력, 불안, 초조, 우울 등의 심리적 문제, 부모와의 갈등, 온라인상 비방과 욕설, 성적의 하락, 친구와 멀어지는 등의 사회적 문제를 경험하게 된다(이인숙 등, 2020). 선행 연구에 따르면 스마트폰 중독성이 높을수록 사회불안, 우울감이 높고, 스마트기기 의존도가 높은 학생일수록 학교적응과 학업 수행능력에서 어려움을 겪게 된다(이경희, 박혜영, 2022; 이상민, 2014). 아울러 초등학생 스마트폰 과의존 위험군은 일반 사용군에 비해 스마트폰 이용시간 조절에 어려움을 겪고, 스마트폰으로 주로 소통하다 보니 다른 사람과 실제로 만나는 일이 줄어들어(과학기술정보통신부, 한국지능정보사회진흥원, 2023) 대인관계에도 어려움을 겪게 된다.

따라서 아동의 건강한 성장과 정상적 발달을 위해 스마트폰 과의존 예방과 치료는 매우 중요하다. 스마트폰 과의존과 관련된 심리·사회적 중재에 관한 연구는 활발히 이루어졌으며, 언어 상담은 물론 놀이치료, 미술치료 등 매체를 활용한 치료가 효과적이라는 연구들도 다수 보고되었다(김상희, 2018; 김혜량, 2022; 박성민, 조운, 정현경, 2021; 배성윤, 원희량, 2019; 신지환, 장미경, 2016; 장수진, 2021; 최영주, 2022). 이 중 미술치료는 감정을 안전하게 배출하고 승화를 경험하며 치유에 이르게 하는 심리치료방법이다(Silverstone, 2009). 미술치료는 언어적인 상담보다 방어가 적고 작품 활동을 통해 자기를 표출하고 자기를 통찰하며 자기이해에 도움이 되므로 언어로 자신을 표현하는 데 어려움을 느끼는 아동에게 적절하다(주지향, 2012). 미술치료는 개인 치료뿐 아니라 집단미술치료로도 진행된다. 집단미술치료는 미술 작업의 창조적 에너지와 집단치료의 집단 응집력이 결합된 형태로 아동은 집단미술치료를 통해 미술 재료를 공동으로 사용하거나 공동 작업 또는 상대방의 그림을 보완해 주면서 상호 간에 관계 경험을 자연스럽게 하게 된다(문미애, 2006; 오은미, 2009). 더 나아가 집단 안에서의 자기표현과 정서표현을 돕고 자기효능감 증진과 정서적 측면과 인지적인 측면에 균형적인 효과가 있으며 자기조절력 향상에도 효과적이다(김지나, 2017; 박미혜, 이모영, 2021; 안선영, 2022; 최영주, 2022). 또한, 아동의 자아 성장과 또래 관계에 긍정적 영향을 미치고 자기조절 능력향상과 정서·사회적 적응력 향상에 효과적이며 학교적응력과 학교 학습 동기, 자기효능감 향상에 도움을 준다(김인선, 2009; 노현미, 최외선, 박인진, 2010; 윤라미, 박윤미, 2019). 또한 미술치료 활동을 통해 스마트폰 중독 아동이 스마트폰 사용의 절제하는 법을 배우고 의식하여 조절할 수 있도록 예방해주는 효과가 있다고 하였다(김지나, 2017). 따라서 집단

미술치료는 아동의 자기 이해 및 자기표현을 촉진하고 정서적 안정을 도모하며 자기조절력 향상을 촉진시켜 초등학생의 중독성 감소에 효과적이다(전소영, 2013; 허성기, 2017).

한편 아동을 대상으로 한 집단미술치료에서는 점토, 난화 기법, 그림책 활용, 콜라주, 공예 활동, 재활용품 활용 등 다양한 기법들이 사용된다. 그중 본 연구에서는 Altered Book 미술기법을 활용하고자 한다. Altered Book이란 Altered Art의 한 형태로 버려진 책이나 다른 물체에서 시작하여, 콜라주, 창조적인 레터링, 페인팅, 고무 스탬핑, 또는 새로운 물체를 생산하거나 오래된 물체에 새로운 의미를 부여하기 위한 다른 기술들을 포함하는 현대 공예이다(Driscoll, 2022). 즉, Altered Book은 기존의 책을 개인의 의지대로 재창조, 재구성하여 새로운 책을 완성하는 것이다. Chilton(2007)은 Altered Book에 대해 개인이 감정을 공유하고, 어려운 경험이나 감정을 처리하고, 개인의 서사적 이야기를 구성하도록 돕기 위해 미술치료 및 이야기 치료에서 활용되는 전략이라고 정의하였다.

Altered Book은 미술치료 세션에서 다양한 미술 자료를 탐구하는 데 도움이 되어 개인이 선택하는 어떤 것으로든 채울 수 있으며 내담자로 하여금 창의적인 표현과 자유를 제공하는 잠재력을 가진다(McCracken, 2019). 또한, Altered Book을 활용한 미술치료는 내담자의 문제를 정의하고 외현화하는데 용이하고 더 나아가 새로운 의미를 창조할 수 있으며(Attara, 2012) 책을 창의적으로 수정함으로써 의도적으로 예술을 만드는 과정에서 치유되고 삶을 긍정하며 성장과 변화를 만들어내는 데 도움이 된다(Chilton, 2007).

Altered Book에 관한 연구는 주로 국외에서 트라우마나 상실을 주제로 청소년과 성인을 대상으로 다수 진행되었고 최근에는 학령기 아동을 대상으로도 연구가 진행되었다. 먼저 Altered Book을 활용한 미술치료가 슬픔 반응, 감정 식별 및 자기 성찰에 대한 이해가 증가하고, 분노, 외상 증상, 해리의 감소를 보인다고 하였다(Huntley, 2015). 상실을 경험하거나 상실로 인한 트라우마를 겪는 청소년들이 Altered Book을 통해 자기표현을 촉진할 수 있었고 정체성 형성과 감정 표현, 공동체 의식을 형성하는 데 도움을 주었다고 하였다(Adams, 2020). 또한 Altered Book을 활용한 미술치료가 청소년들에게 자신의 경험을 이해하고 정체성을 탐색하는 데 긍정적 영향을 미치며, 기분과 감정을 처리하고, 대처하며 반응을 형성하는 데 도움을 준다고 하였다(Charles, 2018). Altered Book이 내담자의 문제를 외현화하여 구체화하는데 도움을 주며 언어와 예술의 결합을 통해 표현을 촉진하고 생각, 감정, 경험을 공유할 수 있게 한다고 하였다(Cobb & Negash, 2010). 5~12세 아동을 대상으로 한 연구에서는 자기효능감 증진과 불안, 자기개념, 문제해결능력, 학교에 대한 태도, 정서적 및 행동적 어려움에 영향을 주어 아동의 삶의 질 향상에 효과적이라고 보고하였다(Dinsmoor, 2018; Zoe,

2020). Altered Book 만들기는 아동이 놀이적이고 창의적인 방식으로 독창적인 예술작품을 만드는 창의적 과정에 중점을 두고 아동의 경험이나 관심사를 반영하는 등 에너지와 사고를 담아내는 과정을 통해 학습이 이루어진다(Casey & Schubert, 2017). 이러한 과정을 통해 아동은 다양한 매체와 표현기법을 능동적이고 조절적으로 활용하여 자신이 의도를 효과적으로 표현할 수 있게 된다. 더불어 자기개념이 잘 확립된 사람은 그렇지 않은 사람보다 대처능력이나 자제력이 높다(Jiang et al., 2023)는 연구결과에 따라, Altered Book은 정서적 안정과 자기표현을 통한 깊은 이해를 돕고 감정적 자기조절수단으로 사용될 수 있다(Malchiodi, 2013). 따라서 Altered Book은 자기표현을 통해 자기에 대한 깊은 이해를 돕고, 나아가 자기조절력 향상에 긍정적 영향을 미칠 것으로 기대될 수 있다.

한편, 국외에서는 다양한 주제와 대상에 대해 Altered Book을 활용한 미술치료 연구가 진행되고 있으나 국내 연구에서는 찾아보기가 어렵다. Altered Book에 대한 정의조차 “Altered Book은 대체 북 아트로 번역되거나 아직까지 명료한 개념과 용어의 정의가 불분명하고, 다양한 미디어를 혼합한 형태로 원래 책의 형태를 유지하거나 탈구조화 된 책 혹은 그 의미를 담은 미디어아트 작품으로 인식되어 아티스트들 사이에서 대체 북 아트라는 용어로 통용되고 있다.”라고 설명하는 것이 전부이다(방미영, 홍동식, 2018). 이에 본 연구에서는 이러한 불분명한 정의 대신 Altered Book이라는 용어를 그대로 사용하고자 한다.

본 연구의 목적은 Altered Book을 활용한 집단미술치료를 통해 스마트폰 과의존 아동의 언어 및 행동, 작품 표현 과정의 변화와 스마트폰 과의존도 및 자기조절력 변화에 대해 살펴보는 것이며 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, Altered Book을 활용한 집단미술치료를 통해 스마트폰 과의존 아동의 언어 및 행동, 작품 표현 과정의 변화를 질적으로 살펴본다.

둘째, Altered Book을 활용한 집단미술치료를 통해 스마트폰 과의존 아동의 스마트폰 과의존도의 변화를 살펴본다.

셋째, Altered Book을 활용한 집단미술치료에 따른 스마트폰 과의존 아동의 자기조절력 변화를 살펴본다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 스마트폰 과의존 아동을 대상으로 Altered Book을 활용한 집단미술

치료를 진행하여 스마트폰 과의존 아동의 언어 및 행동, 작품 표현 과정에서의 변화와 스마트폰 과의존도 및 자기조절력의 변화에 대해 알아보고자 하였다. 선행연구에 따르면 스마트폰 과의존은 주로 빈곤 가정, 한부모 가정, 맞벌이 가정과 같은 돌봄 취약성이 높은 아동이 일반 가정의 아동보다 더 빈번하게 나타났다(노언경, 2019; 아동권리보장권, 2021; 하나영, 이정은, 2020). 이를 고려하여 본 연구에서는 돌봄이 취약한 아동을 대상으로 복지서비스를 제공하는 지역아동센터를 이용하는 아동을 연구대상으로 선정하였다. 이에 경기도 H시 소재의 S지역아동센터가 연구 참여에 신청 및 동의하였으며, 지역아동센터를 이용하는 아동 중 연구 참여에 동의한 초등학교 4~6학년 아동을 대상으로 사전 설문조사를 실시하여 스마트폰 과의존 위험군 이상의 점수를 받은 아동을 선정하였다.

한편 집단미술치료의 집단 구성에 대해 Liebmann(2021)은 6~8명일 경우 집단 응집력과 구성원과의 접촉 유지, 토론 시간을 적절히 나누어 가질 수 있다 하였다. 또한 강진령(2012)은 초등학생을 대상으로 한 집단상담에 참여 인원이 5~6명일 때 피드백이 효과적이라고 하였다. 따라서 본 연구에서도 스마트폰 과의존 잠재적 위험군 이상의 점수를 받은 아동 8명 중 6명을 임의선정하여 집단미술치료를 진행하였다. 다만 최종적으로는 사전·사후 검사에 불성실하게 응답하거나 프로그램에 2회 이상 결석한 경우를 제외하였고 그 결과 6명 중 4명의 자료를 최종 분석하였다. 연구대상의 일반적 특성은 다음의 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구대상의 특성

대상	나이	스마트폰 평균 사용시간	구분	특성
A (여)	12세	5시간 이상	고위험군 (40점)	<ul style="list-style-type: none"> • 양부모, 맞벌이 • 규칙을 자주 어기며 자기가 하고 싶은 대로 행동한다 • 다른 아동과 다툼이 많다
B (여)	12세	3~4시간	잠재적 위험군 (23점)	<ul style="list-style-type: none"> • 한부모, 외벌이 • 소극적이고 자신감이 낮다 • 자기주장을 거의 하지 않고 다른 아동의 결정에 주로 따른다
C (남)	11세	4~5시간	잠재적 위험군 (28점)	<ul style="list-style-type: none"> • 양부모, 맞벌이 • 지시적인 말투를 사용한다 • 특히 A 아동을 공격적으로 대하고 늘 비난한다
D (여)	11세	5시간 이상	잠재적 위험군 (25점)	<ul style="list-style-type: none"> • 양부모, 맞벌이 • 자기 것에만 집중한다 • 자신감이 낮고 자기주장이 거의 없다

2. 측정 도구

1) 스마트폰 과의존 통합척도

스마트폰 과의존의 대상 선정과 Altered Book을 활용한 집단미술치료에 참여 후 연구대상의 변화를 알아보기 위해 과학기술정보통신부와 한국정보화진흥원(2023)이 개발한 스마트폰 과의존 통합척도를 사용하였다. 스마트폰 과의존 통합척도는 총 10문항으로 4점 척도로 구성되어 잠재적 위험군 23점~30점, 고위험군 31점 이상으로 점수가 높을수록 스마트폰 과의존 위험군으로 분류한다.

2) 자기조절력 척도

Altered Book을 활용한 집단미술치료에 참여 후 연구대상의 자기조절력 변화를 알아보기 위해 최단비(2015)가 초등학생을 대상으로 만든 자기조절력 척도를 사용하였다. 자기조절력 척도의 하위요인으로 인지조절 10문항, 정서조절 7문항, 행동조절 6문항, 동기조절 8문항, 총 31문항이며 각 문항의 형식은 5점 척도로 구성되어 점수가 높을수록 자기조절력의 수준이 높음을 의미한다.

3. 집단미술치료 구성 및 내용

1) 집단미술치료의 목표

본 연구에서는 스마트폰 과의존을 줄이기 위한 중재 방향으로 자기 탐색을 통한 자기 이해 촉진, 집단 내 긍정적 지지를 통한 사회적 자아감 증진을 목표로 다음과 같은 세부목표를 설정하였다. 첫째, 집단 안에서 자신의 정서와 감정을 인식하고 표현한다. 둘째, 자기 생각과 감정, 행동을 조절하여 표현함으로써 집단 적응력과 사회성을 높인다. 셋째, 미술 매체를 활용하여 Altered Book에 자기 생각을 구현하고 집단원과 나눈다.

2) 집단미술치료 구성 내용

본 집단미술치료 프로그램 구성은 Altered Book을 활용하여 구성하였으며, 주 2회, 90분간 총 15회기 진행하였다. Altered Book은 내담자의 자율성을 강조하고 자유로운 표현을 허용함으로써 자신에 대한 통찰을 돕는 기법으로 일반적으로는 내담자가 스스로 작업할 수 있도록 비지시적인 미술치료로 진행된다. 그러나 아동이나 심리적으로 위축된 경우에는 비지시적인 미술치료가 부적절하기에 매체와 주제를 적절히 선택할 수 있도록 배려할 필요가 있다(박성혜, 길은영, 광진영, 2021). 따라서 초등학생 시기의 아동은 제한 없는 자유가 오히려 불안을

일으킬 수 있으므로 본 연구에서는 집단미술치료의 구조를 반구조화하여 회기별로 정해진 주제 안에서 자유롭게 표현하도록 하였다. 또한 회기별 주제를 선정하기 위해 스마트폰 중독과 집단미술치료 관련 연구(김서영, 김택호, 2019; 김은정, 2014; 전소영, 2013), 스마트폰 중독과 자기조절능력 향상을 위한 미술치료 관련 관련된 연구(김지나, 2017)와 집단미술치료 관련 도서(한영희, 김병철, 2018; Liebmann, 2021)를 참고하였으며 미술치료 교수 1인과 지도교수 1인의 슈퍼비전을 받아 확정하였다.

집단미술치료의 세부 구성은 도입 활동-본 활동-마무리 활동으로 진행되었으며 마무리 회기에는 자기 평가와 이야기 나눔을 통해 자기 인식 및 표현과 집단내 상호작용을 돕고자 하였다. Altered Book을 활용한 집단미술치료의 세부내용은 <표 2>와 같다.

<표 2> Altered Book을 활용한 집단미술치료

단 계	기대 효과	회기 및 주제	활동내용	매체
		사전검사	1. 스마트폰 과의존 통합척도 2. 자기조절력 척도	설문지
초 기	라포 형성, 흥미 유발, 집단의 적응	1회기 내 별명 소개하기	1. 프로그램과 집단원을 소개한다 2. 규칙을 정하고 구조화한다 3. 신문이나 잡지에서 이름을 찾고 오려 붙여 꾸민 후 자기소개 한다 4. 다음 시간에 안내(책 가져오기 공지)	8절 도화지, 신문지, 잡지, 가위, 풀, 색연필, 사인펜 등
		2회기 Altered Book과의 첫 만남, 브레인 스토밍	1. 책을 선택한 이유에 대해 나눈다 2. Altered Book을 만드는 다양한 방법을 안내한다 3. '나'를 주제로 자신의 책에 브레인스토밍하고 꾸민다 4. 자신의 작업을 집단원과 함께 나눈다	책, 사인펜, 색연필, 종이끈, 테이프 등
		3회기 내 마음이 가는 글	1. 이미지 투표 - 집단원 알아맞히기 2. 책에서 마음이 가는 단어나 문장 찾고 자유롭게 꾸민다 3. 왜 그것이 마음에 드는지, 자신과 어떤 관련이 있는지 이야기 나눈다	색연필, 사인펜, 유성매직, 천, 리본끈, 스펅글, 자연물, 양면테이프, 목공풀 등
중 기 1	자기 탐색 및 표현, 정서 인식 및 표현	4회기 '나' 설명서	1. 나와 관련된 단어, 나를 설명할 수 있는 단어를 책에서 찾거나 잡지에서 오려 붙여 꾸민다 2. 나에 대한 생각과 작업을 집단원과 나누고 상호작용한다	색연필, 사인펜, 유성매직, 잡지, 가위, 풀 등

Altered Book을 활용한 스마트폰 과의존 아동 대상 집단미술치료 사례연구
(이경빈 · 박성혜)

단 계	기대 효과	회기 및 주제	활동내용	매체
중 기 1	자기 탐색 및 표현, 정서 인식 및 표현	5~6회기 긍정적 감정	1. 긍정적 감정을 느낄 때의 상황을 떠올려보고 자유롭게 표현한다 2. 자신의 감정에 대해 집단원과 공유하고 지지하면서 타인의 감정을 공감하고 인식한다	잡지, 리본끈, 모루, 스티커, 색연필, 사인펜, 스펅글, 유성매직, 가위, 풀, 폼폼이, 글루건 등
		7~8회기 부정적 감정	1. 부정적 감정을 느낄 때의 상황을 떠올려보고 자유롭게 표현한다 2. 부정적인 감정을 개방하고 어떻게 대처할지 서로 피드백한다	
중 기 2	집단 속 관계 인식, 조절된 표현과 행동을 통한 상호 작용 촉진	9회기 일상 나누기	1. 한 주간 있었던 일을 이야기 나눈다. 2. 책 안에 한 주간의 일상과 계획을 만들어본다 3. 집단원과 함께 일상을 공유하며 친밀감을 높인다	종이끈, 리본끈, 색연필, 사인펜, 마스킹테이프 등
		10회기 좋아하는 것, 싫어하는 것 공유하기	1. 내가 좋아하는 것/싫어하는 것을 콜라주 하거나 그림으로 자유롭게 표현한다 2. 집단원과 각자 좋아하는 것과 싫어하는 것을 표현한 작품에 대해 이야기 나누며 서로를 이해하고 지지한다	잡지, 사진, 색연필, 사인펜, 유성매직, 스티커, 마스킹테이프, 가위, 풀
		11~12회기 관계도	1. 책에서 가족과 친구들의 이름을 찾거나 글로 써서 관계도를 만들어 꾸며본다 2. 책에서 전하고 싶은 말을 찾거나 편지를 쓰고 꾸민다 3. 집단원과 이야기 나누며 나와 관련된 인물들과의 관계를 생각해본다	종이끈, 모루, 마스킹테이프, 색연필, 사인펜, 크레파스, 색종이 등
후 기	성취감 향상, 긍정적 상호 작용, 사회적 관계 향상	13회기 나의 미래, 희망, 꿈	1. 책 속에 나의 미래, 희망, 꿈과 관련된 내용을 생각하고 작업한다 2. 집단원과 함께 이야기 나누며 지지하고 피드백한다	색연필, 사인펜, 유성매직, 스펅글, 글루건, 목공풀 등
		14회기 내 책의 하이라이트	1. 자신의 책을 요약하거나, 핵심의 의미를 담아 겉표지를 만든다 2. 작업 후 서로 피드백한다	천, 포장지, 모루, 리본, 풀판지, 목공풀, 가위, 폼폼이, 양면테이프, 글루건, 등
		15회기 작품 발표회	1. 완성된 책의 작품 발표회를 한다 2. 서로의 책에 대해 질문하고 답하면서 피드백한다 3. 회기를 마무리하며 소감을 나눈다	Altered Book, 자기 평가지
	사후 검사		1. 스마트폰 과의존 통합척도 2. 자기조절력 척도	설문지

(1) 초기 단계 : 1~3회기

초기 단계는 연구자와 아동 간의 라포를 형성하고 Altered Book에 대한 흥미를 높이며, 책 작업을 통해 자기를 인식하고 집단에 적응할 수 있도록 하였다.

1회기는 오리엔테이션과 ‘내 별명 소개하기’를 주제로 Altered Book을 활용한 집단미술치료임을 안내하였고 15회기 동안 함께 지킬 규칙을 정하였다. 더불어 집단에서 다루는 이야기는 모두 비밀보장이 됨을 안내하여 아동들이 집단에서 안전함을 느낄 수 있도록 하였다. 이어 신문지와 잡지에서 자신의 별명과 관련된 그림이나 글자를 찾아 꾸미고 소개하며 나와 집단을 인식하도록 도왔다. 2회기에는 자신이 책을 선택한 이유를 다른 집단원과 공유하고, Altered Book을 만드는 다양한 방법들을 소개하여 앞으로 어떻게 작업하면 좋을지 생각해볼 수 있도록 하였다. 이어 ‘나’를 주제로 브레인스토밍을 하여 자신에 대한 이해를 높이고 앞으로의 작업에서 소재로 사용할 수 있도록 하였다. 3회기에는 브레인스토밍에서 나온 내용을 가지고 이미지 투표를 진행하여 자신이 생각하는 ‘나’와 다른 사람이 생각하는 ‘나’에 대해 이해하는 시간을 가졌다. 이어 책의 단어나 문장에서 자신에게 의미 있게 다가오는 내용을 표시하고 매체를 활용하여 자유롭게 표현함으로써 아동들에게 생소한 Altered Book에 대한 흥미를 높였다.

(2) 중기 1단계 : 4~8회기

중기 1단계에는 ‘나’를 주제로 하여 자기 탐색과 정서 인식 및 표현을 통한 자기조절 향상의 단계로 구성하였다.

4회기에는 방학 중의 경험을 함께 공유하며 경험과 감정 등을 집단원과 함께 공감하는 시간을 가졌다. 본 활동으로 ‘나’를 설명하는 그림이나 글들을 잡지나 신문, 혹은 Altered Book 안에서 찾아 콜라주 작업을 하여 자신을 자유롭게 표현하도록 하였다. 5회기와 6회기는 긍정적 감정, 7회기와 8회기는 부정적 감정을 중심으로 각각의 경험과 느낌, 감정 등을 매체를 활용하여 자유롭게 표현하였다. 더불어 자신이 작품으로 표현한 것을 집단원에게 설명함으로써 작품과 언어로 자신을 표현하도록 촉진하였다.

(3) 중기 2단계 : 9~12회기

중기 2단계에서는 집단 속에서 나와 타인의 관계를 인식하고 자기를 조절하여 표현함으로써 상호작용을 촉진하는 단계로 구성하였다.

9회기에는 자신의 경험과 그와 관련된 감정들을 매체로 표현한 후 집단원과 공유하는 과정을 통해 서로 공감하며 상호작용하고 유대감을 형성할 수 있도록 하였다. 10회기에는 내가 좋아하는 것과 싫어하는 것을 자유롭게 표현하고 이를 집단에서 함께 공유하는 과정을 통해 서로 공감하고 지지하며 서로를 이해하는 시간을 가졌다. 11회기와 12회기에는 나의 주변에 있는 사람들을 관계도로 나타내어 꾸미고, 그동안 전하지 못했던 말을 담아 편지를 쓰고 Altered Book에 담

Altered Book을 활용한 스마트폰 과의존 아동 대상 집단미술치료 사례연구
(이경빈·박성혜)

아 자기 생각과 감정을 표현할 수 있도록 하였다. 더불어 관계 속에서 나와 타인을 인식하고 긍정적 관계를 형성할 수 있도록 하였다.

(4) 후기 단계 : 13~15회기

후기 단계에서는 Altered Book을 완성하여 성취감을 높이고 긍정적 상호작용을 경험하며 이를 통해 사회적 관계를 높이는 단계로 구성하였다.

13회기에는 ‘나의 미래, 희망, 꿈’을 주제로 매체를 활용해 자유롭게 작업하였고 완성된 작품을 집단에서 함께 이야기 나누며 지지와 격려를 통해 긍정적 관계를 형성하도록 하였다. 14회기에는 ‘내 책의 하이라이트’를 주제로 Altered Book의 대표가 되는 걸표지를 만들어 자신이 의도한 바를 작품으로 표현하고 완성하고 집단원과 함께 이야기 나눔으로써 성취감을 높였다. 15회기에는 완성된 Altered Book의 설명회를 진행하여 각자의 작품에 대해 질문하고 대답하는 과정에서 서로에 대한 이해를 높이며 긍정적 상호작용을 경험하도록 하였다.

4. 연구절차

본 연구의 연구 기간은 2023년 7월부터 11월까지로, 숙명여자대학교 생명윤리심의위원회(IRB)의 승인을 받은 후 연구를 진행하였다. 연구 참여 기관과 연구대상을 모집하기 위해 서울과 경기 남부 소재의 지역아동센터에 연구 참여 기관 모집 메일을 발송하여 1개의 지역아동센터를 모집하였고 기관 홈페이지 게시판을 통해 연구대상을 모집하였다. 집단미술치료의 구성은 선행연구와 집단미술치료 관련 도서를 참고하였으며 미술치료학과 교수 1인과 지도교수 1인에게 점검 받고 수정하여 최종 구성하였다. 집단미술치료의 진행은 2023년 8월부터 9월까지 90분씩 주 2회, 총 15회기로 회기 종료 후 1~2일 안에 연구대상의 언어 및 행동 변화를 관찰한 내용과 작품 사진을 중심으로 일지로 기록하여 질적 분석하였으며, 집단미술치료 종료 일주일 내에 사후 척도 검사를 실시한 후 사전 척도 검사 점수와 비교 분석하였다.

5. 자료처리 및 분석

본 연구에서는 스마트폰 과의존 아동을 대상으로 Altered Book을 활용한 집단미술치료를 진행한 후 다음과 같이 자료를 처리하고 분석하였다.

첫째, 첫째, Altered Book을 활용한 집단미술치료 과정에서 관찰된 연구대상의 언어 및 행동의 변화를 분석하였고, 단계별 작품 표현 과정에서 나타나는 주요 의미도 함께 분석하였다. 연구대상의 언어 및 행동 변화는 관찰기록과 작품 사

진을 찍어 매회기 일지로 작성하여 분석에 사용하였다. 언어 및 행동 변화의 관찰 기준은 자신의 정서와 감정 인식, 그리고 자기 생각과 감정, 행동 조절 및 표현, 마지막으로 미술 매체를 활용하여 Altered Book에 자기 생각을 구현하는 것이다. 둘째, Altered Book을 활용한 집단미술치료가 스마트폰 과의존 아동의 스마트폰 과의존도에 변화를 주는지 살펴보고자 스마트폰 과의존 통합척도의 사전·사후 점수를 비교 분석하였다. 셋째, Altered Book을 활용한 집단미술치료가 스마트폰 과의존 아동의 자기조절력에 변화를 주는지 살펴보고자 집단미술치료 과정에서 관찰된 변화 내용을 최단비(2015)의 자기조절력 하위영역을 기준으로 분석하였고 자기조절력 척도의 사전·사후 점수를 비교 분석하였다.

자료의 질적 분석에 신뢰도를 높이기 위해 자료를 반복하여 읽으며 연구대상의 변화 내용을 놓치지 않으려 노력하였으며 본 연구자 외 미술치료 전문가 1명과 함께 분석하였다.

III. 연구결과

1. 언어 및 행동, 작품 표현 과정의 변화

Altered Book을 활용한 집단미술치료의 과정에서 나타난 연구대상의 언어 및 행동, 작품 표현 과정의 단계별 변화는 다음과 같다.

1) 초기 단계(1-3회기)

초기 단계에서 A는 낮은 집중력과 충동적인 행동, 산만함을 보였다. 또한, 집단미술치료의 참여를 거부하는 등 동기 및 목표 설정을 하지 못하였고, 특히 작품 표현 과정에서는 낮은 자신감으로 다른 집단원이 하는 것을 보고 매체만 바꾸어 따라 하였다. B는 자신의 작업에만 집중하고 주변과 상호작용은 하지 않았다. 발표를 거부하였고 도움을 요청하는 대신 연구자의 눈치를 살피기만 하는 등 자기 생각을 표현하지 못하였다. 작품 표현 과정에서도 연구자에게 허락을 구한 후 작업을 시작하며, 매체를 신중히 고르고 연구자가 예시로 제시한 틀에 따라 작업을 수행하였다. 이는 자신감이 낮아 목표를 설정하고 스스로 결정하고 실행하는데 어려움을 느끼고 불안감이 있음을 나타낸다. C는 A에게 즉각적이고 공격적으로 비난하거나 다른 집단원에게 지시적인 태도를 보이는 등 부정적인 정서를 자주 드러내었다. 작업에 흥미를 느끼지 못하고 엇드려 있거나 장난을 치며 연구자의 설명이나 집단원의 이야기를 듣지 않는 등 목표를 설정하거나 지

Altered Book을 활용한 스마트폰 과의존 아동 대상 집단미술치료 사례연구
(이경빈 · 박성혜)

속적으로 몰입할 동기를 찾지 못했다. 한편 작품 표현 과정에서는 Altered Book으로 선택한 책의 내용 중 자신에게 의미 있는 단어·문장을 선택할 때 “식탁 위에는 김이 모락모락 나는”, “아이”를 선택하여 자기를 “소모되는 존재”로 표현하여 낮은 자존감을 나타내었다. 이어 자기 위로의 표현인 “잘 태어났다”는 글을 크게 써봄으로써 Altered Book을 통해 자존감 회복의 시작과 자기 인식의 과정이 이루어졌음을 보여준다. D는 소극적이고 혼자 작업에 몰두하였으며, 발표나 대화를 거의 하지 않고 자신에게 시선이 집중되는 상황을 부끄러워하였다. 작품 표현 과정에서는 회색빛의 오리를 종이로 가리고 노란색 폼폼이를 붙여 주변의 다른 오리와 비슷하게 만들었다. 이는 D가 다문화 가정의 아동으로 외형적 차이로 인한 무의식적 갈등이 Altered Book을 통해 표현됨으로써 자기 인식과 표현을 촉진하는 것으로 나타났다.



<그림 1> 초기 단계: 2회기 브레인스토밍(A,B,D), 3회기 내 마음이 가는 글(C)

<표 3> 초기 단계의 언어 및 행동

대상	언어	행동
A	“하기 싫어요, 안 할래요.”	<ul style="list-style-type: none"> • 상황에 부적절한 행동을 하고 규칙을 지키지 않고, 비난받아도 아랑곳하지 않는다 • 3회기에는 참여를 거부하다가 작업 시작 직전에 들어온다
B	(말없이 쳐다봄) “어디다 해요? 책에 해도 돼요?”	<ul style="list-style-type: none"> • 말하는 것을 어려워하고 거부한다 • 무엇을 어떻게 해야 하는지, 자신이 이렇게 해도 되는지 확인한다 • 필요한 것이 있어도 도움을 요청하지 않고 가만히 앉아 연구자의 눈치를 살핀다
C	“근데 그렇게 못 만들지 않을까요?” “나와! 하지 마!” “넌 몰라도 돼.” “귀찮아요.” “몰라요.”	<ul style="list-style-type: none"> • 다른 아동이 하는 것을 보고 나서 작업을 시작하고, 무엇을 할지 오래 고민한다 • 주로 A 아동을 공격적으로 비난하고, 다른 아동들에게도 평가하거나 지시적인 어투를 사용한다 • 옆에 앉은 아동과 장난치느라 연구자의 설명이나 다른 아동의 말을 잘 듣지 않는다

대상	언어	행동
D	“그냥 꾸밀 게 없어서.” “피곤해요.”	<ul style="list-style-type: none"> • 자기 작업에만 몰두하고 다른 아동과의 상호작용이 없다 • 자신이 생각하는 데로 매체를 활용하여 적극적으로 표현한다 • 발표하는 것을 싫어하고, 작은 목소리로 말한다

2) 중기 1단계(4-8회기)

중기 1단계에서 A는 4회기에서 참여를 거부했다가도, 참여 후에는 “하길 잘했다”라며 점차 긍정적인 태도를 보였고, 그 이후로는 자발적으로 참여하는 등의 변화를 보였다. 작품 표현 과정에서는 비즈 스티커로 검은색 네 잎 클로버와 하트를 만들어 ‘행운이 없어지는 것’, ‘마음이 찢어지게 고통받는 것’으로 설명하며 자신의 경험과 감정을 솔직하게 집단원과 나누었다. 이는 Altered Book을 통해 감정을 시각적으로 표현하며 또래 관계에서의 부정적 정서를 마주하고 해소하여 정서적 치유를 경험하게 되었음을 나타낸다. B는 여전히 발표를 어려워했지만 작은 목소리로 발표를 시도하는 변화를 보였고, 다른 집단원의 작품을 관찰한 후 자신의 작업을 시작하기도 하였다. 그러나 자신의 경험과 감정을 나누는 회기에서는 감정을 말로 표현하는 것은 어려워하였다. 작품 표현 과정에서 4회기에 잡지에서 돈 그림을 오려 일하는 돼지 그림에 붙였고 집단원 앞에서 작품 설명을 하며 아버지에게 돈을 주고 싶다고 솔직하게 설명하였다. 이는 Altered Book이 혼자 고민했던 어려움의 표현을 촉진하고 집단에서 공유하는 매개체로 활용되었음을 나타낸다. C는 작업 도중 마음대로 되지 않아 실망하기도 했지만 금방 극복하고 새로운 방법을 찾아내는 등 부정적 정서를 긍정적으로 전환하는 모습을 보였다. 또한, 자신이 무엇을 만들지 계획하고 이를 실행하면서 성취감을 표현하기도 하였다. 그러나 다른 집단원을 비난하거나 무시하는 태도는 여전히 있었다. 작품 표현 과정에서는 ‘불쌍하다’라고 여겼던 소녀의 옷을 다양한 매체로 화려하게 꾸미고, 소녀를 지지하는 할머니 그림을 옆에 표현하였다. 이는 그림 속 소녀를 자신으로 동일시하였으며 Altered Book을 통해 부정적 정서를 긍정적 정서로 전환하는 경험이 되었음을 나타낸다. D는 다른 집단원과 비슷한 경험이 있었다는 사실을 알게 되며 동질감을 느끼고, 이를 통해 집단에서 지지받고 있다는 것을 경험하였다. 작품을 만드는 과정에서 자신의 아이디어를 연구자와 공유하며 지지받는 경험을 하며 자신감을 얻었다. 작품 표현 과정에서는 용돈을 받았던 경험을 떠올리며 풍선을 활용하거나, 책장을 여러 장 겹쳐 붙이는 등 창의적인 방법을 사용하여 표현하였다. 이는 자신만의 방법으로 작품을 만들며 성취감이 향상되었음을 나타낸다.

Altered Book을 활용한 스마트폰 과의존 아동 대상 집단미술치료 사례연구
(이경빈 · 박성혜)



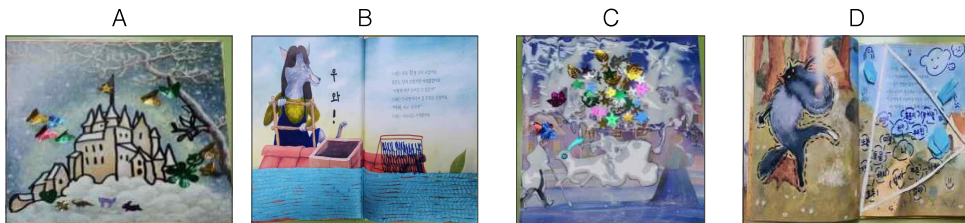
<그림 2> 초기 단계: 2회기 브레인스토밍(A,B,D), 3회기 내 마음이 가는 글(C)

<표 4> 중기 1단계의 언어 및 행동

대상	언어	행동
A	<p>“캠프 때 수영복이 없어서 못 놀 줄 알았는데 동생이 끌어당겨서 놀았어요. 고마웠어요.”</p> <p>“행운이 없어졌어요.”</p> <p>“처음에는 하기 싫었는데 해 보니까 하길 잘했어요.”</p> <p>“이거 어때?”</p> <p>“다른 아동 작품을 보고) 잘했어요.”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 감정을 솔직하게 말한다 • 다른 아동이 어려워하는 것을 보고 도움을 준다 • 부적절한 행동에 대해 다른 아동이 하지 않았으면 좋겠다고 말하면 수긍한다 • 연구자에게 배가 아프다고 하거나 혀를 내미는 등 부정적 행동으로 관심을 끈다
B	<p>“(얘기할 거)없어요.”</p> <p>“이렇게 해도 돼요?”</p> <p>“(생각이) 안 떠오르면 어떻게 해요?”</p> <p>“햄스터가 죽어서 슬펐어요.”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 감정을 다룰 때 오래 생각하고 표현하기를 어려워한다 • 작은 목소리로 경험과 감정을 말하기 시작하였으나 다른 아동이 끼어들자 그만둔다 • 다른 아동이 어떻게 하는지 관찰한 후 작업을 시작한다
C	<p>“비켜!”</p> <p>“이 찢어진 것으로 예술작품을 만들어보겠습니다.”</p> <p>“마음대로 꾸몄어요. 지금은 더 화려해요.”</p> <p>“집에서 게임 하는 것보다 이게 더 좋네. 하길 잘했네.”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A에게 공격적이고 비난하는 어투를 사용하고 다른 아동들을 무시한다 • 생각대로 표현이 되지 않아 실망했다가도 금방 극복하여 새로운 방법을 생각해낸다
D	<p>“특별하게 기억 남는 게 없어요.”</p> <p>“평범하게 지냈어요.”</p> <p>“내가 꾸미고 싶은 거로 꾸몄어요.”</p> <p>“친구한테 선물을 썼는데, 친구가 던져버렸어요. (기분은) 그냥 그랬어요.”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 다른 아동이 자신과 비슷한 감정과 경험을 한 이야기를 듣고 놀라움을 표현한다 • 작업하는 방법을 혼자 고민하다, 떠오르는 생각을 연구자에게 적극적으로 공유한다 • 자신 있는 목소리로 말한다

3) 중기 2단계(9-12회기)

중기 2단계에서 A는 감정을 솔직하게 표현하며 자신감을 가지고 발표하였다. 또한, 다른 집단원의 작품을 칭찬하는 등 긍정적인 행동 변화를 보였으며, 자신의 행동에 대한 결과를 인식하고 조절하는 모습도 나타났다. 작품 표현 과정에서는 능동적으로 책의 순서를 바꾸고 하드보드지로 겉표지를 만들거나 매체를 입체적으로 붙여 꾸미는 등 독창적인 계획을 세우고 작업하였다. 이는 스스로 목표를 설정하고 계획을 세워 실행까지 하는 등 독립적인 사고와 자신감을 회복하며 작업에서 주도성을 가지게 된 것으로 보인다. B 또한 자신이 계획한 대로 매체를 활용하여 표현하는 과정에서 자신감을 얻었고, 발표할 때도 명확한 목소리로 자기 생각을 표현하기 시작하였다. 더불어 도움이 필요할 때 다른 집단원이나 연구자에게 요청하고 다른 집단원과의 상호작용에 적극적으로 참여하는 모습을 보였다. 작품 표현 과정에서는 아버지와의 주말 바다 경험을 이야기하며 종이끈으로 바다를 꾸미고 그림으로 표현하였다. 이러한 과정에서 B는 자신이 꾸민 것에 대해 높은 만족감을 느끼며 성취감을 경험하였다. 이는 Altered Book을 통해 자신을 개방할 수 있게 되며, 집단에서 자신의 경험을 공유하고 공감받는 경험을 통해 집단 소속감을 느끼게 됨을 나타낸다. C는 다른 집단원의 행동에 대한 불편함을 화가 아닌 말로 표현하기 시작했고, 자신이 계획한 작품을 완성해 나가는 데 자신감을 가지게 되었다. 작품 표현 과정에서는 목공풀의 투명하게 굳는 성질을 활용하여 스펅글과 폼폼이 위에 목공풀을 덮어 시간이 지나면 서서히 드러나게 하였다. 이를 통해 새로운 매체에 도전하며 성취감과 흥미를 느끼고, 목공풀이 점차 마르면서 반짝이들이 강조되어 가는 과정은 자신의 존재감을 표현하는 상징적 작업으로 나타났다. D는 집단 내 상호작용이 활발해져 다른 집단원의 경험에 공감하고, 자신의 감정을 솔직하게 나누는 태도를 보였다. 더불어 도움이 필요한 집단원에게 먼저 도움을 주는 등의 변화를 보였다. 작품 표현 과정에서는 관계도를 만들어 주변 사람들과의 관계를 탐색하며 자신의 대인관계를 인식하고 관계의 의미를 발견할 수 있는 계기가 되었다.



<그림 3> 중기 2단계: 9회기 '일상 나누기' (A,B,C), 11회기 관계도(D)

Altered Book을 활용한 스마트폰 과의존 아동 대상 집단미술치료 사례연구
(이경빈 · 박성혜)

<표 5> 증기 2단계의 언어 및 행동

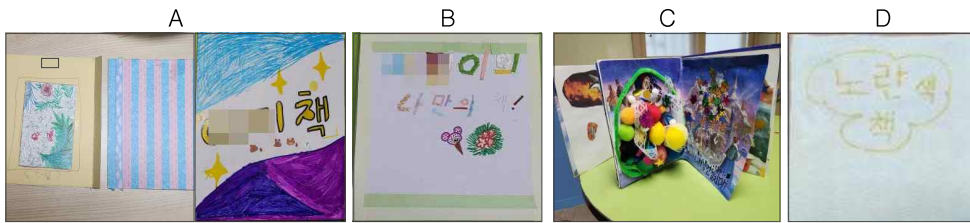
배상	언어	행동
A	“저는 천재인 것 같아요.” “제가 먼저 발표할래요.” “지옥 같은 하루였어요. 오늘따라 친구들이 더 많이 놀랐어요.” “내가 찾는 거 여기 있어, 내가 찾았어.”	<ul style="list-style-type: none"> 경험과 감정을 말로 솔직하게 표현하고 가장 먼저 손을 든다 다른 아동을 적극적으로 도와준다 부적절한 행동에 지적을 받은 후 생각할 시간을 가진 후에 고친다 연구자에게 색종이로 접은 하트를 선물한다
B	“주말에 아빠하고 바닷가에 가서 가수를 봤어요.” “종이끈으로 바다를 표현한 것이 마음에 들어요.” “(A의 행동을 보고) 지우개로 지우면 잘 지워지는데.”	<ul style="list-style-type: none"> 자신이 생각한 데로 매체를 사용하여 표현한다 명확한 목소리로 경험과 작품에 대해 설명한다 다른 아동과 연구자에게 도움을 요청한다
C	“이렇게 시간이 빨리 갔어요? 언제가 마지막이에요?” “그만해. 나 불편하다고.” “보드게임을 만들어보는 건 어때요? 그것도 괜찮죠?” ‘나는 생각도 많고 멋지다.’	<ul style="list-style-type: none"> 회기가 끝나가는 것에 대한 아쉬움을 나타낸다. 자기가 생각한 만들기 방법이 기발하다며 자신을 칭찬한다 매체를 사용하여 꾸미는 것에 대해 자신감이 생겼다 규칙을 지키지 않는 A 아동에게 비난하고 화내는 것이 줄고 행동으로 인해 느끼는 불편함을 말로 설명한다
D	“저도 100통 정도 전화 받은 적 있었는데 싫었어요.” “도와줄게.”	<ul style="list-style-type: none"> 다른 아동의 경험과 비슷한 경험을 했을 때 느꼈던 감정을 솔직하게 이야기한다 다른 아동이 도움이 필요할 때 적극적으로 도와준다 다른 아동의 작업을 관찰하고 그동안 사용하지 않았던 매체를 사용한다

4) 후기 단계(13-15회기)

후기 단계에서 A는 작품을 만들 때 스스로 해결책을 제시하며 성취감을 느끼고, 다른 집단원과의 상호작용에서 더 배려하는 모습을 보였다. 간혹 부적절한 행동을 하더라도 다른 집단원이 불편함을 표현하면 사과하고 행동을 수정하는 변화가 나타났다. 작품 표현 과정에서는 자신이 생각한 방법대로 걸표지를 완성하였다. 이를 통해 초기 단계와는 다르게 스스로 생각하고 목표를 설정하고 계획대로 실행에 옮기며 창의적 사고와 주도성의 변화가 나타났음을 알 수 있다.

B는 자기 생각과 감상을 적극적으로 이야기하였다. 전반적으로 초기의 소극적인 태도에서 벗어나 적극적인 자기표현과 상호작용에서 긍정적인 변화를 보였다. 작품 표현 과정에서는 하드보드지를 잘라 걸표지를 만들고, 자신의 이름을 넣어

책 제목을 지어 완성하였다. 이는 Altered Book을 통해 자신을 표현하고 개방함으로써 자신을 통합하여 인식할 수 있음을 의미한다. C는 자신의 작품을 자랑하며 “역시 나는 아이디어가 좋다”고 자신감을 드러냈고, 자신 있는 목소리로 자신의 작품을 설명하였다. 또한, A를 향한 공격적 비난이 줄어들고 자신의 감정을 말로 조절하여 표현하는 변화를 보였으며, 충동적이고 부정적인 행동도 감소하였다. 작품 표현 과정에서는 그동안 부분적으로 작업했던 것들을 모아 하나의 입체적 작품으로 완성하였다. 개별 작업을 통합하여 하나의 Altered Book을 완성함으로써 성취감과 자신감이 향상되었고 자기를 통합하여 인식하게 되었다. D는 자신만의 작품을 완성함으로써 성취감을 높였으며, 다른 집단원에게 자발적으로 도움을 주었다. 작품 표현 과정에서는 책 제목을 ‘노란색 책’으로 짓고 자신이 선택한 재료로 포장하여 책을 완성하고 높은 만족감을 나타내었다. 이는 Altered Book 작업의 시작부터 끝까지 스스로 계획을 세우고 완성하며 과정에서 성취감을 경험하고 자기 인식 및 표현을 촉진하는 매체로써 활용되었음을 알 수 있다.



<그림 4> 후기 단계: 14회기 내 책의 하이라이트

<표 6> 후기 단계의 언어 및 행동

대상	언어	행동
A	“하드보드지로 해도 될 거 같아요. 칼 주세요.” “제가 생각한 방법이에요. 잘했죠. 저 천재가 봐요.” “말 걸어서 미안해.”	<ul style="list-style-type: none"> • 상황에 부적절한 행동을 하고 규칙에 맞지 않게 행동할 때, 다른 아동이 불편함을 이야기하면 사과하기도 하고 스스로 행동을 수정한다 • 연구자에게 허를 내밀며 놀리는 행동을 하다 연구자의 반응을 보고 스스로 민망하다고 하며 그만둔다 • 자신이 쓰던 매체를 다른 아동에게 양보한다
B	“선생님 금색이 없어요.” “(A를 향해) 인형을 사물함에 가져다 놓고 오면 좋겠어.” “A가 저 따라 하는 거 같아요.”	<ul style="list-style-type: none"> • A 아동이 자신이 하는 방법을 따라 하는 것을 보고 불편함을 표현하고, 따라 하지 않았으면 좋겠다고 말한다 • 자신이 생각하는 데로 매체를 사용하여 꾸민다. • 집단에서 자기 생각과 의견을 적극적으로 말한다

Altered Book을 활용한 스마트폰 과의존 아동 대상 집단미술치료 사례연구
(이경빈·박성혜)

대상	언어	행동
C	“키가 작아서 아쉬워요. 키가 커질 수 있도록 운동을 많이 하고 영양제도 먹고 해야겠어요.”	<ul style="list-style-type: none"> • 자기 생각을 자신 있고 적극적으로 발표한다 • 자신이 생각한 바를 작품으로 표현하는 것에 대해 자랑스러워한다 • 불편한 상황에서 공격적으로 말하는 것이 즐기고 불편함을 말로 설명한다
	“쉬는 시간이에요? 계속해야겠다. 일찍 끝날 수 있으니까.” “(다른 아동 작품을 보고) 우와 진짜 예쁘다.” “미술치료 했던 사람들도 다음에 또 해도 돼요?”	
D	“나도 그런 적 있어.” “이건 어떻게 한 거야?”	<ul style="list-style-type: none"> • 자기 생각대로 작품을 표현한다 • 다른 아동의 작품을 함께 보며 이야기 나누고 도움을 주는 등 적극적으로 상호작용한다

2. 스마트폰 과의존도의 사전·사후 변화

1) 스마트폰 과의존 척도의 사전·사후 변화

Altered Book을 활용한 집단미술치료가 스마트폰 과의존 아동의 스마트폰 과의존도 변화에 영향을 주는지 알아보하고자 실시한 스마트폰 과의존 통합척도의 사전·사후 점수변화는 <표 7>과 같다.

<표 7> 스마트폰 과의존 통합척도 개인별 사전·사후 점수변화

대상	구분	점수	분류	점수변화
A	사전	40	고위험군	-18
	사후	22	일반군	
B	사전	23	잠재적 위험군	-2
	사후	21	일반군	
C	사전	28	잠재적 위험군	-2
	사후	26	잠재적 위험군	
D	사전	25	잠재적 위험군	-11
	사후	14	일반군	

A는 사전 40점에서 사후 22점으로 18점이 줄어 스마트폰 과의존 고위험군에서 일반군으로의 변화가 있었고, B는 사전 23점에서 사후 21점으로 2점이 줄어 잠재적 위험군에서 일반군으로 변화가 있었다. D 역시 사전 25점에서 사후 14점으로 11점이 줄어 잠재적 위험군에서 일반군으로의 변화가 있었다. 한편 C는 사전 28점에서 사후 26점으로 점수는 2점 낮아졌으나 여전히 잠재적 위험군에 속하였다.

3. 자기조절력의 사전·사후 변화

1) 집단미술치료 과정에서의 자기조절력 하위영역별 사전·사후 변화

집단미술치료 과정에서 나타난 연구대상의 자기조절력 변화는 최단비(2015)의 정의를 기준으로 분석하였다. 최단비(2015)는 자기조절력의 하위영역으로 목표 달성을 위해 스스로 점검하고 계획을 세우는 인지조절, 자신의 정서를 인식하고 부정적 정서를 긍정적 정서로 전환하는 정서조절, 충동적 행동을 억제하고 조절하는 행동조절, 목표 달성을 위해 스스로 동기를 유발하거나 자기 보상이나 자기암시를 통해 동기를 유지하는 동기조절의 네 가지 영역으로 정의하였다. 이를 바탕으로 분석한 연구대상의 자기조절력 하위영역별 변화 내용은 <표 8>과 같다.

<표 8> 자기조절력 하위영역별 변화

단계	초기	중기 1단계	중기 2단계	후기 단계
정서	<ul style="list-style-type: none"> 감정 표현의 어려움 (A,B,D) 감정 조절의 어려움 (A,C) 	<ul style="list-style-type: none"> 감정 표현의 개선 (A,D) 	<ul style="list-style-type: none"> 화난 감정 조절 및 언어적 표현 시도(C) 	<ul style="list-style-type: none"> 부정적 감정 조절 (C) 감정의 언어적 표현 발전 (A,B,C,D)
자기 조절 영역	<ul style="list-style-type: none"> 목표 설정과 계획 수립의 어려움 (A,B,C) 	<ul style="list-style-type: none"> 목표 설정 및 계획 능력향상 (A,C) 	<ul style="list-style-type: none"> 계획 실행 능력증가(A,B,C,D) 	<ul style="list-style-type: none"> 계획 실행과 작품 완성으로 성취감 경험 (A,B,C,D)
행동	<ul style="list-style-type: none"> 충동적 행동 조절의 어려움 (A,C) 	<ul style="list-style-type: none"> 부적절한 행동 수정능력증가 (A) 	<ul style="list-style-type: none"> 타인 의견 수용 후 행동수정 (A) 거친 언행의 횡수 감소 (C) 	<ul style="list-style-type: none"> 행동수정능력향상 (A,C)
동기	<ul style="list-style-type: none"> 지속적인 참여 동기 부족 (A,C) 	<ul style="list-style-type: none"> 성취감으로 인한 동기 유발 (B,C,D) 	<ul style="list-style-type: none"> 성취감으로 인한 동기 강화 (A,B,C,D) 	<ul style="list-style-type: none"> 지속적 참여 동기 형성 (A,B,C,D)

2) 자기조절력 척도의 사전·사후 점수변화

Altered Book을 활용한 집단미술치료 과정에서 나타나는 연구대상의 자기조절력 변화를 알아보기 위해 실시한 자기조절력 척도의 사전·사후 점수변화는 <표 9>와 같다.

<표 9> 자기조절력 척도 개인별 사전·사후 점수변

대상	사전	사후	점수변화
A	62	101	+39

Altered Book을 활용한 스마트폰 과의존 아동 대상 집단미술치료 사례연구
(이경빈 · 박성혜)

대상	사전	사후	점수변화
B	99	92	-7
C	87	88	+1
D	96	110	+14

A는 사전 62점에서 사후 101점으로 39점 증가하였고, D는 사전 96점에서 사후 110점으로 14점 증가하였으며, C는 사전 87점에서 88점으로 1점 증가하였다. 반면 B는 사전 99점에서 92점으로 7점 낮아졌다.

IV. 논의 및 결론

본 연구의 목적은 스마트폰 과의존 아동을 대상으로 Altered Book을 활용한 집단미술치료를 적용하여 스마트폰 과의존 아동의 언어 및 행동, 작품 표현 과정의 변화와 스마트폰 과의존도 및 자기조절력의 변화에 대해 살펴보는 것이다. 본 연구의 결과를 바탕으로 논의한 것은 다음과 같다.

첫째, Altered Book을 활용한 집단미술치료는 스마트폰 과의존 아동의 자기인식 및 표현을 촉진하며, 언어 및 행동의 긍정적 변화를 통해 타인과의 상호작용을 촉진하는 것으로 나타났다. 초기 단계에서 연구대상은 자기감정에 대한 인식과 표현 수준이 낮고, 낮은 자신감과 참여 동기로 인해 집단미술치료를 거부하기도 하였으며, 집단원 간의 상호작용도 거의 없거나 부정적인 경우가 많았다. 그러나 후기 단계로 갈수록 Altered Book에 자신의 모습을 투사하여 자신만의 방식으로 창의적으로 표현하였고 자신의 의지대로 작품을 만드는데 자신감을 보였으며, 작품 완성을 위해 계획을 세우고 실행에 옮김으로써 성취감을 경험하였다. 더불어 서로의 작품에 관심을 가지고 적극적으로 도움을 제공하는 등 긍정적 상호작용도 관찰되었다. 이는 Altered Book이 책에서 발견되는 단어와 이미지가 자기표현에 영감을 주어 자신의 감정과 생각을 자유롭게 표현하도록 돕는다는 연구(Adams, 2020)와 스마트폰 중독 아동의 집단미술치료 진행 과정에서 자신의 감정을 인식과 통찰하며 언어적 표현이 증가하였다는 연구(신현복, 2016)와 맥을 같이 한다. 또한, Altered Book 집단미술치료를 통해 집단원이 서로 연결되어 동료 지원을 형성하는 데 도움이 된다는 연구(Adams, 2020)와 더불어 집단미술치료를 통해 자신과 타인에 대한 긍정적 피드백을 경험하게 되고 적극적 자기표현의 향상과 사회성에 긍정적 영향을 미친다는 연구(박미혜, 이모영, 2021; 이정숙, 2012; 최유미, 2011; 황혜진, 2018), 집단미술치료에서 집단의 상호작용을 통해 인터넷중독의 가상공간 속의 자기효능감을 현실의 자기효능감으로

경험하게 하여 현실의 집단원과의 상호작용을 통해 고립을 완화하는 데 효과적이었다는 연구(장성숙, 이근매, 2016) 결과와 일치한다.

둘째, 스마트폰 과의존 척도의 사전·사후 검사 결과를 비교한 결과 연구대상 모두 점수가 낮아진 것으로 나타났다. 사전·사후 검사에서 4명의 아동 모두 스마트폰 과의존 점수가 줄었으며 3명의 아동은 모두 스마트폰 과의존 일반군의 점수로의 변화를 보였다. 한편 C는 여전히 잠재적 위험군의 점수에 속하나 점수가 낮아진 것을 통해 집단미술치료가 스마트폰 과의존 수준을 완화하는 데 도움이 된 것으로 사료된다. 이러한 결과는 선행연구에서 미술치료 프로그램이 스마트폰 중독 초등학생의 중독성 감소에 효과가 있다는 연구(김서영, 김택호, 2019; 전소영, 2013)와 잠재적 위험군이었던 아동들이 미술놀이치료 프로그램에 참여한 결과 일반 사용자군으로 분류되어 긍정적인 효과를 보인 연구(최영주, 2022), 그리고 애착중심 집단미술치료가 초기 청소년의 스마트폰 과의존의 수준을 낮추는 데 효과가 있다는 연구(배성운, 원희랑, 2019)와 맥을 같이 한다.

셋째, 집단미술치료 과정에서 관찰된 자기조절력의 하위영역별 변화 내용과 척도의 사전·사후 검사 결과를 분석하였을 때 Altered Book은 연구대상의 자기조절력 향상에 긍정적 변화를 주는 것으로 나타났다. 특히 A의 경우 초기 단계부터 상황에 적절하지 않은 행동으로 인해 다른들과의 관계에서 갈등이 많았으나 회기 진행 과정에서 점차 자신의 행동을 인식하고 주변에서 이야기하면 사과하고 행동을 스스로 수정하는 변화가 나타났다. 이러한 변화는 집단미술치료가 스마트폰 과의존 수준을 완화와 자기조절력 향상에 긍정적이라는 것(김지나, 2017)과 교실 환경에서의 Altered Book 제작 경험이 학령기 아동의 자아효능감 증진을 촉진하며 자아표현과 감정 조절 및 동기부여가 되었다는 연구(Dinsmoor, 2018) 결과와 맥을 같이 한다. 한편 자기조절력 점수가 낮아진 B의 경우 회기 중 경험했던 가정의 경제적 어려움과 더불어 정서적 지지를 받기 어려운 환경이 영향을 준 것으로 보인다. 비록 자기조절력 점수는 낮아졌지만, 집단미술치료 과정 중 관찰된 자기조절력 하위영역에 따른 행동 변화에서 후기 단계로 갈수록 자기의 생각을 다른 사람에게 설명할 수 있게 되었고 작품 표현의 변화에서도 다른 아동의 것을 보지 않고 자신이 의도한 대로 작품을 완성하게 되는 등의 긍정적 변화를 보였다.

이를 종합하였을 때 Altered Book을 활용한 집단미술치료는 스마트폰 과의존 아동의 자기 인식 및 표현을 돕고 긍정적 언어 및 행동의 변화를 통한 긍정적 상호작용을 촉진하며 스마트폰 과의존도를 낮추고 자기조절력의 향상에도 긍정적 변화를 주는 것으로 나타났다.

이러한 연구결과에 따라 연구의 제한점과 추후 연구의 지속을 위한 제언은 다음과 같다.

Altered Book을 활용한 스마트폰 과의존 아동 대상 집단미술치료 사례연구
(이경빈·박성혜)

첫째, Altered Book을 활용한 집단미술치료는 척도상에서 스마트폰 과의존 아동의 스마트폰 과의존도와 자기조절력의 변화가 효과적이지는 않았다. 그러나 연구결과를 통해 집단미술치료의 실시 전, 후 스마트폰 과의존 아동의 언어 및 행동의 변화가 있었음을 확인하였다. 이러한 결과는 연구대상의 수가 4명으로 소수이기 때문에 비모수 통계로 프로그램의 효과를 검증하는데 한계적이라고 볼 수 있다. 따라서 추후연구에서는 연구대상이 소수일 때 질적인 측면을 강조하여 살펴볼 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 연구대상에 대한 분석과 이해에 이론적 근거를 제시하는데 한계가 있었다. 언어 및 행동 변화를 관찰하고 분석하는 과정에서 한 연구대상의 행동적 특성에 대해 이론적으로 설명될 수 있었음에도 본 연구에서는 이를 고려하지 않았다. 따라서 집단미술치료의 효과성을 검증하고 변화과정을 더 깊이 이해하기 위해 추후연구에서는 이론적 근거에 따른 분석이 이루어질 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 스마트폰 과의존 아동이라는 특정한 대상을 선정하고 언어 및 행동, 작품 표현 과정에서의 변화와 스마트폰 과의존도 및 자기조절력을 중점으로 연구하였다. 한편 국외에서는 Altered Book을 활용한 미술치료가 다양한 대상과 주제의 연구가 다수 진행되고 있으므로, 국내에서도 Altered Book이 대중적인 미술치료 기법으로 활용될 수 있도록 후속 연구가 필요하다

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 Altered Book을 활용한 집단미술치료가 스마트폰 과의존 아동에게 긍정적 변화를 미친다는 것을 확인하고, 상담현장에서 Altered Book을 활용한 집단미술치료의 활용 가능성 및 경험적 사례로서 연구 자료를 제공했다는 데 그 의의가 있다. 향후 다양한 대상과 주제에 관한 후속연구가 지속적으로 이루어진다면 Altered Book이 미술치료에서 더욱 폭넓게 사용될 수 있을 것이다.

참고문헌

- 강진령 (2012). 학교 집단상담. 서울: 학지사.
- 과학기술정보통신부, 한국지능정보사회진흥원 (2023). 2022 스마트폰 과의존 실태조사 보고서(제120019호). www.msit.go.kr
- 김상희 (2018). 고등학생의 마음챙김과 스마트폰 중독경향과의 관계에서 자기조절의 매개효과. 미간행 석사학위 청구논문, 제주대학교 교육대학원.
- 김서영, 김택호 (2019). 집단미술치료가 스마트폰 중독 아동의 만족지연에 미치는 효과. 청소년문화포럼, 58, 31-60.
- 김은정 (2014). 스마트폰 과다사용 아동의 대인관계능력 개선을 위한 집단미술치료 방안 연구. 미간행 석사학위 청구논문, 서울교육대학교 교육전문대학원.
- 김인선 (2009). 집단미술치료가 학교부적응 아동의 학습동기와 자기효능감에 미치는 효과-미술치료를 중심으로. 한국예술치료학회지, 9(2), 1-31.
- 김지나 (2017). 스마트폰 중독 아동의 자기조절능력향상을 위한 미술치료 프로그램 연구 : Bandura의 사회인지 이론을 중심으로. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김혜랑 (2022). 동기강화상담을 기반으로 한 스마트폰 과의존 예방 프로그램 개발 및 효과성 연구: 초등학교 중학년을 대상으로. 교육문화연구, 28(5), 573.
- 노연경 (2019). 초기 청소년의 스마트폰 사용 유형 분류와 예측 및 긍정적·부정적 결과 차이 검증. 교육문제연구, 32(3), 261-287.
- 노현미, 최외선, 박인진 (2010). 치료놀이를 병행한 인간중심적 집단미술치료가 시설보호아동의 정서·사회적 적응능력에 미치는 효과. 미술치료연구, 17(4), 767-792.
- 문미애 (2006). 집단미술치료가 저소득층 아동의 스트레스 감소 및 적응행동 향상에 미치는 효과. 미간행 석사학위 청구논문, 서울여자대학교 특수치료전문대학원.
- 박미혜, 이모영 (2021). 집단미술치료가 지역아동센터 이용 아동의 자기표현과 사회성에 미치는 영향. 예술심리치료연구, 17(2), 301-325.
- 박선유 (2022). 아동의 자기조절능력과 스마트폰 사용관련 변인이 스마트폰 과의존에 미치는 영향. 미간행 석사학위 청구논문, 전남대학교 대학원.
- 박성민, 조운, 정현경 (2021). COVID-19 팬데믹 시대를 경험하는 인터넷, 스마트폰 과의존 지역아동센터 아동의 집단모래놀이치료에 대한 예술기반 연구. 상징과 모래놀이치료, 12(1), 175-234.
- 박성혜, 길은영, 광진영 (2021). 미술심리치료 이론과 실제. 서울: 박영스토리.

Altered Book을 활용한 스마트폰 과의존 아동 대상 집단미술치료 사례연구
(이경빈·박성혜)

- 박소영 (2023). 중학생의 일상적 스트레스, 자기조절능력이 스마트폰 과몰입에 미치는 영향. 미간행 석사학위 청구논문, 신라대학교 교육대학원.
- 박채진, 서석진, 도명애 (2017). 초·중·고등학생의 스마트폰 중독 국내 연구의 동향: 스마트폰 중독의 원인과 결과 요인을 중심으로. 정서·행동장애연구, 33(3), 271-296.
- 방미영, 홍동식 (2018). 리미디에이션 이론을 기반으로 대체 북 아트(Altered Book Art)의 개념화를 위한 요소화. 조형미디어학, 21(3), 203-211.
- 배성윤, 원희량 (2019). 애착중심 집단미술치료가 초기 청소년의 애착행동 및 스마트폰 과의존에 미치는 효과. 미술치료연구, 26(3), 559-584.
- 신지환, 장미경 (2016). 집단모래놀이치료가 스마트폰중독 청소년의 중독수준과 우울 및 불안에 미치는 효과. 상징과 모래놀이치료, 7(1), 31-45.
- 신현복 (2016). 집단미술치료 프로그램이 스마트폰 중독 아동의 회복탄력성에 미치는 효과. 한국청소년상담학회지, 1(1), 139-164.
- 아동권리보장원 (2021). 코로나19와 아동의 삶 설문조사 보고서. www.ncrc.or.kr
- 안선영 (2022). 초등학교 중학년 학생의 자기조절능력 향상을 위한 집단미술치료 지적 사례 연구. 미간행 석사학위 청구논문, 이화여자대학교 교육대학원.
- 오은미 (2009). 집단미술치료가 저소득층 아동의 정서적 불안완화 및 사회적응력 향상에 미치는 효과. 미간행 석사학위 청구논문, 동국대학교 교육대학원.
- 윤라미, 박윤미 (2019). 지역아동센터 아동의 자아성장과 또래관계에 대한 미술 치료사례연구. 미술치료연구, 26(2), 293-325.
- 이경희, 박혜영 (2022). 스마트기기 의존도에 따른 초등학교 학생의 학교적응과 학업 수행능력 차이 분석. 한국컴퓨터정보학회논문지, 27(4), 213-221.
- 이상민 (2014). 스마트폰 중독과 자기효능감 및 문제해결능력의 상관성 연구. 미간행 석사학위 청구논문, 건국대학교 교육대학원.
- 이영주, 박주현 (2014). 이용 동기와 자기 통제력 및 사회적 위축이 스마트폰 중독에 미치는 영향. 디지털융복합연구, 12(8), 459-465.
- 이인숙, 이미형, 김희경, 박정숙, 손지혜 (2020). 초등학교 고학년의 인터넷 게임 및 스마트폰 이용실태에 관한 연구. 한국산학기술학회, 21(10), 421-432.
- 이정숙.(2012). 저소득층 아동의 자기표현력 향상을 위한 집단미술치료 사례연구. 임상미술심리연구, 2(1), 59-88.
- 장성숙, 이근매 (2016). 집단미술치료 프로그램이 인터넷중독 아동의 문제행동 감소와 자기효능감에 미치는 효과. 임상미술심리연구, 6(1), 85-103.
- 장수진 (2021). 스마트폰 과의존 아동에 대한 가정기반의 행동수정 효과 : 스마트폰 과의존 문제행동 및 자기관리기술을 중심으로. 미간행 석사학위 청구논문, 신라대학교 일반대학원.

- 전소영 (2013). 미술치료 프로그램이 스마트폰 중독 초등학생의 중독성과 공격성에 미치는 효과. 미간행 석사학위 청구논문, 광주여자대학교 사회개발대학원.
- 정명진 (2014). 청소년의 자기조절능력과 또래동조성이 스마트폰 중독에 미치는 영향요인에 관한 연구. 미간행 석사학위 청구논문, 대구대학교 사회복지대학원.
- 정용찬, 김윤화, 오윤석 (2022). 2022 한국미디어패널조사 주요결과. KISDI STAT Report, 22(23), 1-9.
- 주지향 (2012). 아동이 지각한 미술치료의 치료성과와 치료적 요인 분석. 미간행 석사학위 청구논문, 영남대학교 환경보건대학원.
- 최단비 (2015). 초등학생용 자기조절력 척도 개발 및 타당화 연구. 미간행 석사학위 청구논문, 서울교육대학교 교육전문대학원.
- 최영주 (2022). 스마트폰 과의존 아동을 위한 대학생 멘토링 미술놀이치료 프로그램 활용 가능성. 임상미술심리연구, 12(1), 25-45.
- 최유미 (2011). 지역아동센터에서의 집단미술치료가 아동의 자기표현에 미치는 효과. 미간행 석사학위 청구논문, 동국대학교 문화예술대학원.
- 하나영, 이경은 (2020). 지역아동센터 이용 아동의 스마트폰 과의존에 영향을 미치는 요인. 인문사회 21, 11(5), 2241-2256.
- 한국리서치 (2020). 여론 속의 여론 기획: 포스트코로나 - 코로나19와 비대면, 디지털사회 전환 (제80-1호). hrcopinion.co.kr
- 한영희, 김병철 (2018). 집단미술치료의 이론과 실제. 서울: 창지사
- 허성기 (2017). 디지털 장비를 활용한 미술치료가 스마트폰 과의존 아동의 자아존중감에 미치는 단일사례 연구. 미간행 석사학위 청구논문, 동국대학교 문화예술대학원.
- 황혜진 (2018). 집단미술치료가 지역아동센터 아동의 자기조절능력과 친사회적 행동에 미치는 효과. 미간행 석사학위 청구논문, 건국대학교 예술디자인대학원.
- Adams, S. (2020). *How Art Can Be Used to Grieve and Heal: Making Altered Books with Parentally Bereaved Adolescents* (Master's thesis, Lesley University). Expressive Therapies Capstone Theses.
- Attara, C. (2012). Healing loss through art... an altered book. *Bereavement Care, 31*(3), 136 - 139.
- Casey, J. E., & Schubert, P. (2017). Altered books: Encouraging creativity. *Teaching Young Children, 10*(3), 24.
- Charles, T. (2018). *Youth Identity: Transition to Adulthood Explored Through*

Altered Book을 활용한 스마트폰 과의존 아동 대상 집단미술치료 사례연구
(이경빈 · 박성혜)

- Altered Book Construction* ([Master's thesis, Saint Mary-of-the-Woods].
Woods Scholars.
- Chilton, G. (2007). Altered books in art therapy with adolescents. *Art Therapy, 24*(2), 59-63.
- Cobb, R. A. & Negash, S. (2010). Altered book making as a form of art therapy: A narrative approach. *Journal of family psychotherapy, 21*(1), 54-69.
- Dinsmoor, K. (2018). *An Altered Book Making Experience: Exploring Student Responses and Self-Efficacy in an Elementary School Setting* (Master's thesis, Notre Dame de Namur University). ProQuest.
- Driscoll, S. (2022). Altered Art. *Salem Press Encyclopedia*.
- Huntley, E. (2015). *Altered book-making for children and adolescents affected by traumatic loss* (Master's thesis, The Florida State University). DigiNole: FSU's Digital Repository.
- Jiang, T., Wang, T., Gaer, W., Poon, K-T., & Wang, X. (2023). Low Self-Concept Clarity Inhibits Self-Control: The Mediating Effect of Global Self-Continuity. *Personality and Social Psychology Bulletin, 49*(11), 1587.
- Liebmann, M. (2021). 집단미술치료-주제와 활동에 대한 안내서 (최외선 등 역). 서울:학지사. (원서 2004년 발행)
- Malchiodi, C. (2013). Visual Journaling: An Art Therapy Historical Perspective. www.psychologytoday.com
- McCracken, E. (2019). *Images of the Self: A Literature Review Exploring the Use of Altered Book Making with Adolescent Girls with Anxiety and Depression* (Master's thesis, Lesley University). Expressive Therapies Capstone Theses.
- Silverstone, L. (2009). 미술치료 (주리에 등 역). 서울:학지사. (원서 1997년 발행)
- Zoe, M. (2020). A systematic review of the effectiveness of art therapy delivered in school-based settings to children aged 5-12 years. *International Journal of Art Therapy, 25*(2), 88-99.

원 고 접 수 일 : 2024. 10. 20.

수정원고접수일 : 2024. 11. 30.

게 제 확 정 일 : 2024. 12. 26.

Abstract

A Case Study on Group Art Therapy Using Altered Books for Children with Smartphone Overdependence*

Lee, Kyoung-Bin** · Park, Sung-Hae***

This is a case study on group art therapy using altered books for children with smartphone overdependence to examine the changes in language, behavior, and artwork expression process, and the changes in smartphone overdependence and self-regulation. The subjects of the study were children in grades 4 and 5 who scored above the potential risk group for smartphone dependence among children using local children's centers, and a total of 15 sessions of group art therapy using altered book for 90 minutes twice a week were conducted. In addition, observations and diaries were kept for each session to find out the changes in the subjects' language, behavior, and artwork expression process, and qualitative analysis was conducted for each subject. Also, the pre- and post-scores of the relevant scales were compared and analyzed to determine changes in the subjects' smartphone dependence and self-regulation. The results of the study are as follows. First, the group art therapy using altered book promotes self-awareness and expression of the subjects, and helps positive interaction in the group through positive changes in language and behavior. Second, the subjects' smartphone overdependence decreased. Third, it showed positive changes in self-regulation. The significance of this study is that it confirmed that group art therapy using altered book has a positive effect on children with smartphone overdependence, and provided research data as an empirical example of the feasibility of using altered book in counseling practice.

Key words : Altered Book, Group Art Therapy, Smartphone Overdependence, Self-regulation, Elementary School Student

* This is part of a Master's thesis at Sookmyung Women's University Graduate School of Psychotherapy

** Graduate School of Psychotherapy, Sookmyung Women's University

*** Assistant Professor, Dpt. of Art Therapy, Graduate School of Psychotherapy, Sookmyung Women's University, elly9691@sookmyung.ac.kr