

# 집단영화치료 프로그램이 간호대학생의 자아존중감과 대인관계에 미치는 효과\*

김 하 강\*\* · 김 정 숙\*\*\*

## I. 서 론

### 1. 연구의 필요성

오늘날 대학생들은 사회경제적인 불안정 속에서 학교생활 적응 및 학업관련 경쟁, 취업준비 등으로 인해 심리적으로 큰 어려움에 처해있다. 또한 이 시기에는 대인관계가 급격히 증가하고, 중요한 타인과의 의미 있는 관계형성을 경험하면서 성인이 되어가는 과정을 거치는데(Noller & Callan, 1990), 성인초기의 친밀한 대인관계 형성은 대학생 시기의 중요한 발달과업이며, 원만한 대인관계에서의 소속감과 인정은 자아확립에 중요한 역할을 한다(Erikson, 1959). 하지만 이 시기에 간호 대학생은 개인적 발달과업을 성취해야 함은 물론 임상실습과 이론수업이 병행하는 간호학문 및 국가고시 합격이라는 높은 부담감으로 대부분의 학교생활을 학업에 집중해야 하므로 대인관계를 다지는 시간이 부족하고, 또한 교우들과의 경쟁을 해야 하는 분위기에서 다양한 심리적 어려움을 겪고 있다(Yoon, 2015).

최근 대인관계 능력은 간호대학생의 매우 중요한 핵심역량 중 하나로 대두되고 있으며, 이러한 능력은 새로운 환경에 잘 적응하고 타인과의 성숙한 관계형성은 물론 업무를 원활하게 수행할 수 있는 바탕이 된다. 교육과정 중 임상실습을 수행해야 하는 간호 대학생은 임상에서 다양한 대상자 및 여러 전문 의료진과의 관계형성을 통한 많은 스트레스를 경험하고 있다. 따라서 간호대학생의 교육과정에 타인과의 성숙한 인간관계를 형성할 수 있는 역량을 갖출 수 있도록 체계적인 교과과정 및 교과 외 과정이 개발되어야 할 것이다(Jeong & Lee, 2012).

이러한 대인관계에 영향을 미치는 요인 중 중요한 하나가 자아존중감이라 할 수 있는데, 자아존중감은 자신을 존중하고 바람직하게 생각하며, 자기 자신을 가치 있는 존재라고 생각하는 것이다. 또한 자아존중감은 대인관계를 이끌어가는 매우 유익한 역할을 하고 개인의 건강한 성장의 자연적 부산물이라 할 수 있으며, 자아존중감이 높을수록 자신에 대한 긍정감이 높고, 가치 있고 보람 있는 삶을 살아간다(Rosenberg, 1965). 또한 높은 자아존중감은 간호 전문인으로서 대상자 간

\* 본 논문은 2014학년도 목포가톨릭대학교 교내연구비 지원금에 의해 수행되었음.

\*\* 목포가톨릭대학교 간호학과 조교수

\*\*\* 남부대학교 간호학과 조교수(교신저자 E-mail: fshiche79@nambu.ac.kr)

• Received: 1 November 2016 • Revised: 23 December 2016 • Accepted: 25 December 2016

• Address reprint requests to: Kim, Jeoung Suk

Department of Nursing, Nambu University

23 Chumdun Jungang-ro, Gwangju, Korea. 62271

Tel: 82-62-970-0248 Fax: 82-62-970-0261 E-mail: fshiche79@nambu.ac.kr

호에 긍정적 영향을 주는 중요한 요소가 되며, 낮은 자아존중감은 간호전문인으로서의 역할 수행 시 다양한 스트레스원이 되며, 높은 이직 및 조직 내에서 부적응 행동을 보일 수 있다(Ryu, 2010).

최근 간호대학생의 대인관계 향상에 관한 관심이 높아지면서 여러 연구들이 보고되고 있는데 현실치료를 적용한 행복선택 프로그램을 적용하여 간호대학생의 주관적 안녕감과 대인관계능력을 향상시킨 연구(Lee, 2015)를 비롯하여 에니어그램을 적용한 프로그램(Kim & Jung, 2015), 대인관계조화 프로그램(Kwak & Kim, 2015), 의사소통 훈련 집단프로그램(Shin & Lee, 2011) 등이 보고되고 있으며, 간호대학생의 자아존중감 향상을 위한 연구로는 독서요법을 적용한 프로그램(Ryu, 2015), 웃음훈련 프로그램(Kim & Hong, 2015) 등이 보고되고 있다. 또한 최근 상담 장면에서는 자아존중감 및 대인관계 향상을 위하여 예술치료의 한 장르이면서 독서치료에서 기원한 영화치료 프로그램을 적용하여 긍정적 효과를 나타내고 있으며(Choi, 2013; Kim, 2005), 간호영역에서 또한 조현병 환자의 대인관계능력 및 자아존중감 향상 영화치료프로그램(Kim & Kim, 2014) 및 우울증 중년여성의 자아존중감과 대인관계 향상(Shin, 2014)을 위한 영화치료 프로그램 등의 연구가 보고되고 있다.

영화치료는 1990년대 초반 미국에서 사회복지나 간호중재 및 집단 상담에 영화를 사용함으로써 시작되었는데, 영화치료는 내담자의 생각의 확장과 재구성, 그리고 상식화하는 효과로 교육과 상담에 널리 활용되고 있다. 영화의 내용과 등장인물에 자신의 문제를 동일시 하면서 자신의 감정과 생각을 자연스럽게 표출시키고, 억압된 욕망과 감정을 해소시키기도 하며, 자신의 문제와 비슷한 내용을 접하면서 모델링을 찾거나 문제해결 방법을 모색할 수 있다. 또한 거리를 두고 자신의 삶을 관망할 수도 있으며, 집단 구성원들과 비슷한 문제를 공유하면서 자기 자신에 대한 탐색과 인식, 그리고 확장 치료적 도구가 된다(Dermer & Hutchings, 2000).

이러한 영화치료는 집단 상담에 적용될 때 더 큰 효과를 가져오는데, 영화는 집단에게 에너지를 주고(Koch & Dollardhide, 2000), 토론을 활성화시키기

때문이다. 상담과정에서도 상담자와 내담자의 라포형성이 높아지고, 영화를 같이 본 내담자들이 동질감 및 친밀감을 느끼게 되어 쉽게 자신을 개방할 수 있으며, 혼자가 아니라는 심리적 안정감과 다른 사람들도 자신과 비슷한 문제를 가지고 있음을 인지하게 된다(Heston & Kottman, 1997). 자아존중감 또한 타인과의 상호작용을 통해서 즉, 자신에게 의미 있는 타인과의 관계 안에서 이루어지므로(Meeres & Grant, 1999) 집단 프로그램은 대인관계 및 자아존중감 향상에 큰 의미가 있을 것이라 사료되고, Ryu (2015)의 연구에서도 간호대학생의 자아존중감 향상을 위해서 집단으로 프로그램을 실시한 결과 유의미한 효과가 나타났다고 보고하고 있다.

이상과 같이 영화를 치료프로그램에 활용할 때 다양한 대상자에게 도움이 되고 있지만 아직까지는 간호대학생을 대상으로 한 중재는 거의 미비한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 영화치료와 집단요법의 특성을 적용하여 간호 대학생이 자신과 타인에 대한 이해 증진을 통하여 자아존중감이 향상되고, 대인관계 능력을 증진시킬 수 있는 집단영화치료 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하고자 한다.

## 2. 연구 목적

본 연구의 목적은 간호대학생의 자아존중감 향상과 대인관계 증진을 위하여 대학생들에게 친숙한 영상 매체를 활용하여 집단영화치료 프로그램을 개발하고, 자기탐색 및 성찰을 통한 자신과 타인의 이해, 그리고 적절한 관계기술 습득을 통한 대인관계능력 증진의 효과를 검증하여 간호대학생의 교육과정 중 특히 교과 외 과정 프로그램 개발을 위한 간호교육의 기초를 마련하는 것이다.

## 3. 연구 가설

- 제 1가설: 집단영화치료 프로그램에 참여한 실험군은 참여하지 않은 대조군보다 프로그램 종료 후 자아존중감이 향상될 것이다.
- 제 2가설: 집단영화치료 프로그램에 참여한 실험군은 참여하지 않은 대조군보다 프로그램 종료 후 대

인관계 능력이 증진될 것이다.

Cronbach's  $\alpha$ 는 .86이었다.

## II. 연구 방법

### 1. 연구 설계

본 연구는 집단영화치료 프로그램이 간호대학생의 자아존중감과 대인관계에 미치는 효과를 검증하기 위한 비동등성 대조군 전후 유사 실험연구이다.

### 2. 연구 대상

본 연구의 대상자는 M시의 4년제 2개 대학교 간호학과 2학년을 대상으로 하였다. 표본수는 G\*Power 3.1을 활용하여 산정하였는데 양측검정 유의수준  $\alpha$ 를 .05, 검정력(I-B)을 .80, 효과크기( $f$ )를 .80으로 하여 산출한 결과, 필요한 대상자 수는 실험군과 대조군의 각 그룹이 26명씩으로 산정되었고, 탈락률을 고려하여 실험군과 대조군 당 30명씩 모집하기로 하였다. 각 군의 대상자는 연구목적 및 연구진행에 대한 설명 후 자발적으로 참여를 위한 일 대학교 간호학과 2학년 학생 30명을 실험군으로, 실험군과 유사한 타 대학 간호학과 2학년 학생 30명을 대조군으로 총 60명을 편의 표출하였고, 연구 진행 중 대조군 2명은 개인사정과 연구 참여를 거부하여 최종적으로 연구에 참여한 실험군은 30명이었고, 대조군은 28명으로 필요한 표본수를 충족하였다.

### 3. 연구 도구

#### 1) 자아존중감

본 연구에서는 간호대학생의 자아존중감을 측정하기 위하여 Rosenberg (1965)가 개발한 자아존중감 척도를 Jeon (1974)이 번안한 한글판 자존감 척도를 사용하였다. 본 도구는 총 10문항으로 부정자아 5문항과 긍정자아 5문항으로 구성되어있으며, 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '항상 그렇다(4점)'까지의 4점 Likert식 척도로 구성되어 있다. 측정 점수가 높을수록 자아존중감이 높다는 것을 의미하고, 개발 당시 Cronbach's  $\alpha$ 는 .92였고, 본 연구에서의 신뢰도 계수

#### 2) 대인관계

본 연구에서는 간호대학생의 대인관계를 측정하기 위하여 Schlein과 Guerney (1971)의 "인간관계변화 척도(Relational Change Scale)"를 우리 실정에 맞게 Moon (1980)이 번안한 것을 사용하였다. 본 도구는 총 25문항으로 만족감 4문항, 의사소통 4문항, 친근감 3문항, 민감성 2문항, 개방성 5문항, 이해성 4문항으로 이루어져 있다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'까지 5점 Likert 척도로 구성되어 있다. 측정 점수가 높을수록 대인관계가 건강한 것을 의미하고, 개발 당시 Cronbach's  $\alpha$ 는 .83였고, 본 연구에서의 신뢰도 계수 Cronbach's  $\alpha$ 는 .91로 나타났다.

### 4. 집단영화치료 프로그램

#### 1) 연구자 준비

본 연구자는 2010년부터 한국영상영화치료학회 수련감독자로 활동하고 있으며 영화치료 강의와 영화치료 프로그램을 진행하고 있다. 현재 대학에서 정신간호학과 인간관계 및 의사소통 강의를 담당하며, 박사학위 논문을 통해 학교폭력 예방을 위한 영화치료 프로그램을 개발하였고, 영화를 활용한 다수의 연구를 통해 영화치료 프로그램을 개발하고 있다. 다른 연구자 또한 한국영상응용연구소의 영화치료강사 자격을 취득하였고, 대학에서 강의를 하고 있으며, 석사학위논문을 통해 조현병 대상자의 자아존중감과 대인관계 향상을 위한 영화치료 프로그램을 개발하였다.

#### 2) 집단영화치료 프로그램 개발

본 연구의 집단영화치료 프로그램은 Kim (2005)이 개발한 대학생 대상자 대인관계 향상을 위한 영화치료 프로그램과 자아존중감과 대인관계 향상을 위한 영화치료 선행연구 및 간호대학생의 자아존중감과 대인관계 향상에 관한 선행연구의 문헌조찰을 통해 구성하였다. 또한 본 연구의 프로그램에 사용한 영화는 Sim (2011)의 영화수첩을 참고하였고, 영화치료전문가 2인의 자문을 얻어 본 연구자가 선정하였으며, 영

화 선정과 편집본 구성 시 프로그램 각 회기의 주제를 다룰 수 있는 내용 및 적절한 역할모델 존재, 대상자의 강점 강화, 감정표현과 정화 및 자기 탐색에 도움이 될 수 있도록 고려하였다. 본 연구의 프로그램은 총 8회기로 관계형성단계(1회기), 탐색 및 성찰단계(2-4회기), 능력증진단계(5-7회기), 마무리단계(8회기)로 구성하였으며(Table 1), 프로그램의 내용 타당도를 위하여 영화치료전문가 2인, 정신간호학 교수 2인, 심리학 교수 1인에게 의뢰하여 검증을 받았으며, 본 연구자가 최종 수정보완 하였다.

본 연구의 프로그램은 자신의 이해를 통한 타인과의 관계 성찰 및 자존감 향상과 대인관계 능력 증진을 목표로 적절한 영화선택 및 영화를 활용한 각 회기의 내용 구성하였다.

1회기는 '프로그램에 대한 이해와 집단구성원 간의 친밀감 형성'을 주제로 하였다. 2회기는 영화 '가족의 탄생' 통하여 '자신에 대한 이해'를 도와 정서 및 가치관을 탐색하고 집단의 지지 안에서 자신의 문제를 정리하게 하였으며, 3회기는 영화 '키드'를 통하여 '자신의 삶에 대한 시간 조망'을 돕기 위해 과거-현재-미래를 조망할 수 있는 작업과 성인애착유형검사 작업을 하였으며, 4회기는 다시 영화 '가족의 탄생'을 활용하여 대상자의 '자존감 증진'을 위해 집단 구성원의 피드백을 통하여 자신의 장점을 정리하도록 하였다. 5회기는 영화 '인어공주'를 통하여 '타인에 대한 이해'를 돕기 위해 부모자녀관계 및 타인과의 관계패턴을 인식하게 하였다. 6회기와 7회기는 영화 '마빈스룸'을 통하여 '적절한 정서표현 및 대인관계 기술 향상'을 위한 감정표현 및 자기주장 훈련, 적극적 경청, I-message 대화법 습득을 위해 역할극 등을 이용하여 진행하였다. 8회기는 '새로운 다짐 및 계획'을 위해 집단 구성원 간의 긍정적 피드백과 변화되고 싶은 목표 설정 및 다짐을 하도록 하였다. 각 회기는 총 120분으로 도입, 영화소개 및 편집본 감상, 영화감상 후 구조화된 질문에 의하여 영화에 투사된 자신의 생각과 감정, 그리고 떠오르는 기억 등을 정리하면서 영화내용을 토대로 자신의 문제가 안전거리를 두고 다루어질 수 있도록 개인 작업을 진행하였고, 영화 속 등장인물의 모델링, 전개과정을 통한 자신의 문제해결 방법을 모색하도록 하였다. 또한 집단 구성원들이 서로 지지적인 분위기에서 개인 작업

내용을 서로 나누도록 하였으며, 그룹별로 다른 그룹과 나누고 싶은 부분을 발표함으로써 다른 사람들도 자신과 비슷한 문제의 공유한다는 경험과 보다 효율적인 해결방법 등을 정리할 수 있도록 진행하였다. 각 회기에 사용된 영화와 관련된 구조화된 질문(Sim, 2011)은 다음과 같다.

- 영화에 대한 전반적인 느낌은 어떠했는가?
- 등장인물 중 자신에게 긍정적으로 느껴진 사람은? 왜 그렇게 느꼈는가?
- 등장인물 중 자신에게 가장 부정적으로 느껴진 사람은? 왜 그렇게 느꼈는가?
- 가장 감명 깊은(기억에 남는) 장면이나 대사는? 왜 그렇게 느꼈는가?
- 영화를 보고나서 떠오르는 자신의 느낌이나 기억이 있다면?
- 영화가 자신의 문제와 연관된 부분과 연관되어 있지 않은 부분은 무엇인가?
- 자신과 가장 닮은 캐릭터를 고른다면? 캐릭터에 대한 생각과 느낌은?
- 캐릭터는 자신의 문제를 무엇으로 보는가? 캐릭터는 자신의 문제를 어떻게 해결하나?
- 영화 줄거리 중 변화시키고 싶은 장면을 자신이라면 어떻게 변화시키겠는가?

## 5. 자료수집 방법

본 연구의 자료 수집은 2014년 9월 15일부터 10월 30일까지로, 연구의 목적과 과정을 설명한 후 연구 참여에 동의한 대상자가 직접 설문지를 작성하도록 하였으며, 설문지 작성에 소요된 시간은 20분 정도였고, 사전조사는 프로그램 시작 전 실험군과 대조군 모두 동일한 방법으로 실시하였으며, 사후조사는 8회기 프로그램 종료 후 사전조사와 동일한 방법으로 실험군과 대조군에게 실시하였다.

## 6. 연구의 윤리적 고려

본 연구자는 연구 참여자들에게 사전 연구의 목적과 과정에 대해 설명하고, 수집된 자료는 익명이 보장되며 연구목적에만 사용할 것과 자료누출 방지 및 비밀유지,

Table 1. The Group Cinema Therapy Program for Nursing Students

Phase	S*	Goal	Movies	Activity
Building interpersonal relationship step	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Understanding program</li> <li>• Building member intimacy</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informing purpose of program and process</li> <li>• Introducing member and setting nick name</li> </ul>
	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Understanding self</li> </ul>	The birth of a family (1)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introduction (this session subject explanation)</li> <li>• Introducing film and watching editing version</li> <li>• Exploring my emotion and value</li> <li>• Arrangement my problems</li> <li>• Dividing group and announcement</li> </ul>
	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Time prospect about my life</li> </ul>	The kid	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introduction (this session subject explanation)</li> <li>• Introducing film and watching editing version</li> <li>• Self-examination about past, present and future</li> <li>• Adult attachment scale test</li> <li>• Dividing group and announcement</li> </ul>
Explore and self-examination step	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Understanding others</li> </ul>	My mother the mermaid	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introduction (this session subject explanation)</li> <li>• Introducing film and watching editing version</li> <li>• Understanding relationship between parents and children</li> <li>• Understanding relationship pattern with others</li> <li>• Dividing group and announcement</li> </ul>
	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Self-esteem improvement</li> </ul>	The birth of a family (2)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introduction (this session subject explanation)</li> <li>• Introducing film and watching editing version</li> <li>• Taking other's feedback for myself</li> <li>• My strength arrangement (opinion arrangement between others and I)</li> <li>• Dividing group and announcement</li> </ul>
	6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anger management and proper emotion expression</li> </ul>	Marvin's room (1)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introduction (this session subject explanation)</li> <li>• Introducing film and watching editing version</li> <li>• Muscle relaxation and emotion expression training</li> <li>• Dividing group and announcement</li> </ul>
Ability improvement step	7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interpersonal relationship ability improvement</li> </ul>	Marvin's room (2)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introduction this session subject explanation)</li> <li>• Introducing film and watching editing version</li> <li>• Active listening training</li> <li>• Assertiveness training through role play</li> <li>• I-message, conversational method learning</li> <li>• Dividing group and announcement</li> </ul>
	8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• New promise and plan</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Positive feedback from members</li> <li>• Set up my ideal figure, the goal and promise</li> <li>• Final arrangement</li> </ul>

S\*: Session

연구종료 후 자료폐기에 대한 설명과 연구가 진행되는 과정 중 언제든지 연구 참여 중단이 가능하다는 점 및 연구 참여 중단으로 인한 어떠한 불이익도 발생하지 않을 것이라는 설명을 하고 서면동의를 받았다. 또한 대조군에게는 프로그램 종료 4주 후 실험군에게 적용한 동일한 방법으로 동일한 프로그램을 제공하였다.

## 7. 자료 분석

수집된 자료는 SPSS PC<sup>+</sup> 20.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 실험군과 대조군의 일반적 특성은 실수와 백분율, 평균과 표준편차를 이용하여 분석하였으며, 사전 두 집단 간의 일반적 특성, 자아존중감 및 대인관계 특성의 동질성 검증은 Chi-square, Fisher's

Table 2. Homogeneity for General Characteristics of the Subjects

Variables	Categories	Total(n=58)	Exp.(n=30)	Cont.(n=28)	x <sup>2</sup>	p
		n(%) or Mean±SD	n(%) or Mean±SD	n(%) or Mean±SD		
Gender	Male	13(22.4)	7(23.3)	6(21.4)	.862	1.000
	Female	45(77.6)	23(76.7)	22(79.6)		
Satisfaction in college life	Very good	1(1.7)	0	1(3.6)	.655	.902 <sup>a</sup>
	Good	13(22.6)	6(20)	7(25)		
	Moderate	40(68.9)	21(70)	19(67.8)		
	Poor	3(5.1)	2(6.7)	1(3.6)		
	Very poor	1(1.7)	1(3.3)	0		
Religion	Protestantism	28(48.3)	15(50)	13(46.4)	.076	.054 <sup>a</sup>
	Catholicism	15(25.9)	10(33.3)	5(17.9)		
	Buddhism	8(13.8)	3(10)	5(17.9)		
	An atheist	6(10.3)	2(6.7)	4(14.3)		
	The others	1(1.7)	0	1(3.6)		
Relationship with parents	Very good	2(3.4)	1(3.3)	1(3.6)	.653	.658 <sup>a</sup>
	Good	25(43.1)	14(46.7)	11(39.3)		
	Moderate	27(46.6)	12(40)	15(53.6)		
	Poor	4(6.9)	3(10)	1(3.6)		
	Very poor	0	0	0		
Relationship with friend	Very good	5(8.6)	3(10)	2(7.1)	.558	.677 <sup>a</sup>
	Good	15(25.9)	7(23.3)	8(28.6)		
	Moderate	30(51.7)	14(46.7)	16(57.2)		
	Poor	6(10.3)	4(13.3)	2(7.1)		
	Very poor	2(3.5)	2(6.7)	0		

Exp.=Experimental group; Cont.=Control group.

exact test, t-test, 실험군과 대조군 각 집단별로 자아존중감과 대인관계의 사전·사후 검정은 paired t-test로 분석하였고, 실험군과 대조군의 전후 차이값은 independent t-test로 분석하였다.

### III. 연구 결과

#### 1. 대상자의 일반적 특성

본 연구에 참여한 대상자는 총 58명으로 성별은 여학생이 45명(77.6%)으로 많았으며, 대학생활에 대한 만족도는 '보통'이 40명(68.9%)으로 가장 많았고, 종교는 '기독교'가 28명(48.3%)으로 가장 많았으며, 부모와의 관계는 '좋다'가 25명(43.1%), '보통'이 27명(46.6%), 그리고 친구와의 관계는 '보통'이 30명(51.7%)으로 가장 많았다.

#### 2. 대상자 동질성 검증

프로그램 실시 전 실험군과 대조군의 일반적 특성 및 자아존중감과 대인관계에 대한 동질성 검사를 실시한 결과 일반적 특성에 대한 실험군과 대조군의 사전 동질성 검사는 통계적으로 유의한 차이가 없어 동질한 집단으로 확인되었고(Table 2), 또한 자아존중감은 실험군 28.97±2.06점, 대조군 28.46±2.29점으로 두 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 없었으며(t=.881, p=.382), 대인관계도 실험군 60.80±3.95점, 대조군 60.68±3.32점으로 두 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 없어(t=.126, p=.900) 동일한 집단으로 확인되었다(Table 3).

#### 3. 가설 검증

##### 1) 제 1가설

Table 3. Homogeneity Test for Self-esteem and Interpersonal Relationship

Variables	Exp.(n=30)	Cont.(n=28)	t	p
	Mean±SD	Mean±SD		
Self-esteem	28.97±2.06	28.46±2.29	.881	.382
Interpersonal relationship	60.80±3.95	60.68±3.32	.126	.900

Exp.=Experimental group; Cont.=Control group.

Table 4. Effect of a Cinema Therapy Program on Self-esteem and Interpersonal Relationship between Experimental and Control Group

Variables	Groups	Pretest	Posttest	paired t		Difference		
		Mean±SD	Mean±SD	t	p	Mean±SD	t	p
Self-esteem	Exp.(n=30)	28.97±2.06	39.30±3.53	-46.25	<.001	10.33±3.05	12.09	<.001
	Cont.(n=28)	28.46±2.29	29.82±2.26	-4.45	<.001	1.36±2.27		
Interpersonal relationship	Exp.(n=30)	60.80±3.95	92.70±3.75	-33.89	<.001	31.90±3.56	32.61	<.001
	Cont.(n=28)	60.68±3.32	64.21±2.79	-7.615	<.001	3.53±2.98		

Exp.=Experimental group; Cont.=Control group.

‘집단영화 프로그램에 참여한 실험군이 참여하지 않은 대조군보다 자아존중감이 더 높을 것이다’를 검증하기 위해 두 집단의 사전·사후 차이를 분석한 결과, 실험군은 평균 28.97±2.06점에서 평균 39.30±3.53점으로 증가하였으며, 대조군에서는 평균 28.46±2.29점에서 평균 29.82±2.26점으로 증가하여 두 집단 간에 유의한 차이가 나타나(t=12.09, p<.001) 제 1가설은 지지되었다(Table 4).

## 2) 제 2가설

‘집단영화 프로그램에 참여한 실험군은 참여하지 않은 대조군보다 대인관계가 더 높아질 것이다’를 검증하기 위해 두 집단의 사전·사후 차이를 분석한 결과, 실험군은 평균 60.80±3.95점에서 평균 92.70±3.75점으로 증가하였으며, 대조군에서는 평균 60.68±3.32점에서 평균 64.21±2.7점으로 증가하여 두 집단 간에 유의한 차이가 나타나(t=32.61, p<.001) 제 2가설은 지지되었다(Table 4).

## IV. 논 의

본 연구에서는 추후 간호전문인으로서의 긍정적 자아개념 확립을 위한 간호대학생의 자아존중감 향상과 대인관계 증진을 위하여 영화의 치료적 요인을 바탕으로

로 집단치료 프로그램을 개발·실시하고, 그 효과를 확인한 후 간호교육의 기초를 마련하는 것이었다. 본 연구 결과, 집단영화치료 프로그램은 간호대학생의 자아존중감 향상과 대인관계 증진에 유의미한 효과를 보였으며, 그에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 집단영화치료 프로그램은 간호대학생의 부정적 자아인식을 감소시키고, 긍정적 자아인식을 향상시켜 자아존중감 향상에 효과가 있었다. 자아존중감은 자기 스스로의 가치에 관한 개인적 판단과 자신을 얼마만큼 인정하는가에 대한 표현으로, 자신에 대한 타인의 태도 및 집단구성원으로서 자신의 평가, 그리고 자신의 행동결과에 대한 원인을 자신에게서 찾고 자신의 성향을 결정짓는 것에 의하여 형성된다고 한다(Coopersmith, 1967). 본 연구에서는 간호대학생의 자아존중감 향상을 위해 영화 ‘가족의 탄생’과 ‘키드’를 활용하여 자신에 대한 올바른 탐색과 성찰을 도왔으며, 영화 ‘인어공주’를 활용하여 부모자녀관계 및 타인과의 관계에서 자신을 탐색하고 성찰할 수 있도록 내용을 구성하였다. 프로그램이 진행되는 동안 대상자들은 영화를 매개로 자신의 정서 및 가치관을 투사하고 정리하며, 자신의 과거와 현재, 미래를 조망한 후 집단의 지지 안에서 자신의 문제를 정리할 수 있었다. 본 연구에서 대상자들은 영상이라는 매개물을 통해 재미있고 자연스럽게 프로그램에 참여하는 모습을 보였으며, 자신의 이해를 위한

영화 '가족의 탄생'은 대상자들과 비슷한 연령의 영화 속 주인공 감정이나 가치관에 초점을 맞추었으며, 주인공이 엄마와의 화해를 통해 자신을 긍정적으로 수용하는 모습에 자신의 부모자녀관계를 이입하는 모습을 보여주었다. 또한 집단 안에서 서로의 느낌을 나누면서 자신의 문제가 혼자만의 것이 아니며, 문제 상황에서 자신을 객관적으로 정리할 수 있었다. 또한 자신의 처지와 비슷한 영화 속 등장인물의 문제해결 방법을 통하여 객관적 통찰을 얻는 모습을 보였다. 영화를 다른 내담자들과 함께 감상하는 경험은 신뢰관계를 형성하는데 아주 효과적이고, 그 과정은 치료자와 내담자, 내담자들 간에 비슷한 경험을 함으로써 서로의 친밀감을 높이고, 그동안 말하지 못한 고민과 부정적 정서를 공유하게 되는 과정을 경험한다(Kim, 2005).

또한 영화는 개인으로 하여금 교육적, 오락적, 사회적 목적을 충족시켜 주는 힘을 가지고 있으며, 개인의 부정적인 감정에 도전하도록 한다. 사고, 감정, 행동을 연결시키면서 관객을 즐겁게 하기도하며, 자신만 문제를 지니고 사는 것이 아니라는 위로를 주고, 등장인물의 행동을 관찰하고 평가하며 사고나 감정을 투사하면서 자신의 가능한 행동들에 대해 생각하고 적용해 볼 수 있는 기회를 얻게 된다. 즉, 영화는 문제 해결 과정을 학습하는 관찰학습, 대리학습의 강력한 도구가 될 수 있으며, 지적인 수준보다는 정서적 수준에 영향을 주고, 억압이나 다른 방어를 낮추는데 도움이 될 뿐 아니라, 상징과 은유로써 인생을 가치 있고 의미 있는 것으로 느끼게 한다. 영화는 내담자에게 용기를 주고, 교육할 수 있으며, 역할모델이 되어주므로(Schulenberg, 2003), 본 프로그램에 참여한 대상자들은 영화를 보면서 자연스럽게 자신의 문제에 대한 인식과 그 해결방법을 모색할 수 있었으리라 생각한다.

본 연구의 결과로 청소년들에게 영화를 활용하여 자아존중감을 향상시킨 Ryu (2016)의 연구 및 영화치료 프로그램을 통하여 군 복무 부적응 병사의 자아존중감과 대인관계를 향상시킨 Choi (2013) 등의 연구가 지지되었다. 또한 간호현장에서도 영화치료를 적용하여 만성조현병 환자의 자아존중감 및 대인관계를 향상시킨 연구(Kim & Kim, 2014) 및 우울증을 앓는 중년여성의 자아존중감과 대인관계 향상을 위한 Shin (2014)의 연구 등이 보고되고 있다. Ryu (2015)는

영화치료의 기원인 독서요법을 간호대학생에게 적용하여 자아존중감을 향상시켰는데, 독서요법은 스토리, 플롯, 주제로 구성되고, 은유를 사용하고 적절한 심리적 거리를 이용하여 자신의 문제를 바라보게 한다. 하지만 영화와 책을 비교해 보면 영화는 시간이 절약되고 외국서적이 번역되면서 생기는 문화적 이질감의 문제도 극복할 수 있는 등 대중들에게 보다 더 친숙한 매체로 접근할 수 있다(Kim, 2005). 또한 영화가 치료로 각광받는 이유 중 하나는 영화의 융통성인데, 영화는 보편적인 호소력과 시각 및 청각, 문자언어 모두를 동원하므로 다른 어떠한 예술보다도 인간의 의식에 빠르게 침투하는 힘이 있어 인지, 정서, 행동사이에 연관을 맺어준다(Dermer & Hutchings, 2000).

또한 본 연구에서 대상자들은 시간이 지날수록 자발적이고 능동적으로 참여하는 모습을 보여주었으며, 치료자 및 집단구성원들과의 신뢰로운 관계형성 안에서 자신을 쉽게 개방하면서 경험할 수 있었던 감정의 카타르시스, 집단구성원들의 수용 및 공감이 연구에 참여한 대상자들의 자아존중감 향상에 크게 기여했을 것으로 사료된다. 본 연구의 프로그램은 영화라는 매체를 통해 심리적 안정거리를 유지하면서 자신을 탐색 및 성찰할 수 있었고, 특히 의미 있는 타인, 즉 간호대학생이라는 집단의 지지 및 긍정적 상호작용을 통하여, 자아존중감이 향상될 수 있는 계기가 되었을 것으로 생각한다(Meeres & Grant, 1999).

둘째, 집단영화치료 프로그램은 간호대학생의 대인관계를 증진시키는데 유의한 효과를 나타내었다. 대인관계는 타인과 의사소통 능력 및 감정표현 등을 통해 상호작용을 하는 것이다. 특히 긍정적 자아상 확립을 위해서는 환경과 성공적인 상호작용이 필요하고(Sullivan, 1953), 진정한 대인관계를 위해서는 자신 및 타인의 이해능력이 필요하다. 임상실습 동안 다양한 대상자 및 의료진들과 원활한 관계형성이 필요한 간호대학생은 의사소통 관련 교과목을 비롯한 교과 외 프로그램을 통해 동료와 타인을 이해할 수 있는 기회가 제공되어야 한다(Lee & Park, 2013). 본 연구의 프로그램에서는 간호대학생의 대인관계 향상을 위하여 영화 '인어공주'와 '마빈스 룸'을 활용하여 부모자녀관계 및 타인과의 관계에서 자신을 탐색 및 성찰하였고, 영화 속 장면을 대상자들이 역할극을 진행하면서 적절한

감정표현이나 적극적 경청 및 자기주장훈련, 나-전달법 대화기술 등을 훈습하는 활동 등을 진행하였다. 영화 '인어공주'는 전형적인 한국의 부모자녀관계를 인식할 수 있는 내용으로, 주인공이 그토록 싫어하고, 이해할 수 없는 부모님을 엄마와 아빠의 과거로 들어가 순수하고 착했던 부모님의 젊은 시절을 경험하면서 현재 두 분의 모습에서 자식으로서 인식하지 못했던 부분을 알아가는 '가족의 용서와 화해'를 그린 영화로 대상자들은 영화에 자신의 가족을 투사하면서 깊이 있게 서로 나누는 모습을 보였다. 또한 영화 '마빈스 룸'에서는 타인과의 관계에서 부정적이고 일그러진 모습을 보이던 주인공이 가족의 노력과 사랑 안에서 긍정적으로 변해가는 장면이 대상자들이 자기 자신을 이입할 수 있는 역할극을 경험하기도 하였다. 영화치료는 자기이해를 촉진시키고, 행동의 대안을 제시하는 치료적 개입이 바탕이 되는 것으로, 내담자와 비슷한 상황의 영화 속 스토리 안에 간접적 경험을 통해 자기 자신을 바라보게 하고, 새로운 생각을 할 수 있도록 한다. 본 연구에서도 대상자들이 자기와 비슷한 문제의 등장인물에 이입되면서 자신의 문제를 투사시킬 수 있었고, 그룹작업에 참여하면서 대인관계를 증진시킬 수 있었던 지식습득과 새로운 의지를 다질 수 있었으리라 사료된다. Kim (2013)은 영화치료의 대인 관계적 요인으로 먼저 내담자가 자기 조력적(Self-help Cinema therapy) 영화치료를 통해서 즉, 치료자 없이도 내담자가 일상에서 영화를 감상하고 정성적 카타르시스를 경험하는 과정을 거치면서 대인관계상의 욕구가 증가되고, 상호작용적 영화치료(Interactive Cinema therapy)를 통해서 즉, 영화라는 텍스트를 사이에 두고 치료자가 내담자의 어떤 측면을 통합하는데 도움을 주는 과정을 거치면서 내담자의 대인관계가 향상되고, 다양한 의사소통 욕구가 충족된다고 하였다.

본 연구의 결과로 영화치료 프로그램을 실시하여 대인관계 어려움이 있는 일반인과 대학생에게 영화치료 프로그램을 적용하여 대인관계를 향상시킨 Kim (2005)의 연구 및 그 외 간호영역에서의 대인관계 향상(Kim & Kim, 2014; Shin, 2014)의 연구가 지지되었다. 또한 영화치료가 자신에 대한 감정을 이해하고 정서적인 카타르시스를 경험하는데 도움을 주며, 집단 내에서 편안함을 느끼면서 상대를 이해할 수 있도

록 도와준다는 Kim (2005)의 연구 결과와도 일맥상 통한다.

본 연구에 참여한 대상자들은 마무리 평가에서 전체적인 프로그램에 대해 매우 긍정적으로 반응하였다. 대상자들은 재미있고 자연스럽게 영화내용과 등장인물에 관해 토의하면서 자신의 문제를 다룰 수 있었으며, 회기 후에도 강하게 기억에 남아있는 장면들을 나누곤 하였다. 영화의 치료 기제 중 놀이적 속성(playfulness)이 있는데 이는 심리적으로 안전한 거리(safe distance)를 유지하면서 자신의 문제를 다룰 수 있는 것이며, 또 다른 기제로 영화는 정서적, 인지적, 행동적 측면에서 다른 예술치료보다 공감각적으로 내담자와 연결되면서 내담자의 지각에 강한 영향을 주는 것이다(Dermer & Hutchings, 2000; Kim, 2005). 이러한 영화의 치료적 기제가 본 연구에 참여한 대상자들에게 긍정적 영향을 주었으며, 그 결과 집단치료 프로그램에 영화가 매우 유용한 치료적 도구로 활용될 수 있음이 검증되었다.

이상의 연구결과로 집단영화치료 프로그램은 간호대학생의 자아 존중감 향상과 대인관계 증진에 효과적인 중재임이 확인 되었으며, 본 연구는 대상자들이 흥미롭고 자연스럽게 프로그램에 참여할 수 있도록 영화를 선정하고, 활동을 구성함으로써 자아존중감 향상과 대인관계 증진에 기여할 수 있었다.

최근 간호대학생의 대인관계 능력이 보다 중요하게 다루어지고 있는 현실에서 본 연구의 집단영화치료 프로그램이 임상실습을 앞 둔 간호학과 2학년들에게 적용된다면 학교생활과 임상실습에 큰 도움이 될 것이라 사료되고, 또한 유용한 간호교육의 기초가 될 수 있을 것이다. 하지만 본 연구의 제한점으로는, 첫째, 연구의 대상자가 M시 2개 대학의 간호대학생을 대상으로 하였으므로 연구결과를 일반화하기는 어려울 것이고, 둘째, 연구자가 소속대학의 교수로서 치료자 변인을 통제하는데 한계가 있었을 것이다.

## V. 결 론

본 연구는 간호대학생의 자아존중감 향상 및 대인관계능력 증진을 위하여 집단영화치료 프로그램을 개발하였고, 8회기의 프로그램 실시 후 그 효과를 검증한

결과, 집단영화치료 프로그램에 참여한 간호대학생의 자아존중감과 대인관계능력은 유의미한 향상을 보였다. 따라서 본 연구에서 활용된 프로그램은 다양한 건강관련 현장에서 대상자와의 치료적 인간관계 및 치료적 의사소통을 위한 간호대학생의 자아존중감과 대인관계능력의 향상에 기여할 수 있을 것이라는 점에서 그 의미가 있을 것이며, 간호교육현장에 적용할 수 있는 기초자료로 사용할 수 있을 것이다. 본 연구결과를 기초로 하여 몇 가지 제언하고자 한다. 첫째, 연구의 프로그램을 지역 및 대상을 확대하여 반복연구의 수행을 제언한다. 둘째, 자아존중감 외에 대인관계능력을 향상시킬 수 있는 다른 여러 요인들의 비교분석이 필요할 것이라고 생각한다. 셋째, 프로그램의 효과 측정 시 프로그램 실시 후 일정기간이 지난 후 효과를 재검증할 필요가 있을 것이라 사료된다. 넷째, 양적, 질적 연구를 통해 프로그램의 유의미한 효과를 좀 더 명확하게 파악할 수 있도록 제언한다.

## References

- Choi, S. I. (2013). *The effect of movie therapy on improvements on self esteem and interpersonal relationship of maladaptive soldiers during the military service*. Unpublished master's thesis, Sangji University, Wonju.
- Coopersrith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: W. H Freeman and Company
- Dermer, S. B. & Hutchings, J. B. (2000). Utilizing movies in family therapy : applications for individuals, couples, and families. *The American Journal of Family Therapy*, 28(2), 163-180.
- Erikson, E. H. (1959). *Indentity and the life cycle: psychological issues*. New York, International University Press.
- Heston, M. L. & Kottman, J. G. (1997). Movies as methaphors: a counseling intervention. *Journal of Humanistic Education and Development*, 36(2), 92-99.
- Jeon, B.-J. (1974). self-esteem: a test of its measurability. *Yonsei Nonchong*, 11(1), 107-130.
- Jeong, H. S. & Lee, K. L. (2012). Factors affecting nursing students' interpersonal relationship ability. *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 14(5B), 2635-2647.
- Kim, H. J. & Hong, S. G. (2015). The effect of laughter training program on goal commitment and self-esteem of nursing students. *Journal of the Korea Entertainment Industry Association*, 9(4), 305-311. <http://dx.doi.org/10.21184/jkeia.2015.12.9.4.305>
- Kwak, H. W. & Kim, N. H. (2015). Effects of and interpersonal relationship harmony program on nursing students. *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*. 21(3), 330-339. <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2015.21.3.330>.
- Kim, J. S. & Kim, S. J. (2014). The effect of motion picture therapy program on the self-esteem, interpersonal relations and problem solving abilities of the patients with chronic schizophrenia. *Chonnam Journal of Nursing Science*, 19(1), 31-45.
- Kim, S. S. (2005). *A study on development and effectiveness of a cinema therapy program for improving interpersonal relationship*. Unpublished doctoral dissertation, Korea University, Seoul.
- Kim, S. S. (2013). Comparative study of the therapeutic factors of self-help and interactive cinema therapy. *Journal of Korean Cinema Study*, 55, 83-126.
- Kim, W. G. & Jung, H. I. (2015). Effects of Korean enneagram program on the ego-indentity, interpersonal relationship, and self-leadership of nursing college students. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*, 21(4), 393-404.

- <http://dx.doi.org/10.11111/jkana.2015.21.4.393>
- Koch, G. & Dollarhide, C. T. (2000). Using a popular film in counselor education. *Counselor Education and Supervision*, 39(3), 203-210.
- Lee, E. K. & Park, J. A. (2013). Ego-resilience and clinical competence of nursing students. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 27(2), 293-303.
- Lee, E. S. (2015). Effects of a happiness choice program based on reality therapy on subjective well-being and interpersonal relations in nursing students. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 29(3), 503-514.
- Meeres, S. L. & Grant, P. R. (1999). Enhancing collective and personal self-esteem through differentiation: further exploration of Hinkle and Brown's taxonomy. *British Journal of Social Psychology*, 38, 21-34.
- Moon, S. M. (1980). The research on effect of group therapy for interpersonal relationship training. *Journal of Research Institute of Gyeongsang National University*, 19, 195-204.
- Noller, P. & Callan, V. J. (1990). Adolescents' perceptions of the nature of their communication with parents. *Journal of Youth and Adolescence*, 19(4), 349-362.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, Nueva Jersey: Princeton University Press.
- Ryu, H. S. (2010). *A study on self-esteem and turnover intention of new nurses*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Ryu, S. W. (2016). An exploratory study on developing a cinema coaching program. *Journal of Korean Coaching Research*, 9(2), 53-80. <http://dx.doi.org/10.20325/KCA.2016.9.2.53>
- Ryu, Y. M. (2015). *The effects of bibliotherapy on self-esteem, character strengths, emotional awareness, and empathy in nursing students*. Unpublished doctoral dissertation, Seoul National University, Seoul.
- Schlein, S. P. & Guernsey, B. G. (1971). *The interpersonal relationship scale*. Unpublished doctoral dissertation, Pennsylvania State University, University Park, PA
- Schulenberg, S. E. (2003). Psychotherapy and movies: on using films in clinical practice. *Journal of Contemp Psychotherapy*, 33(1), 35-48.
- Sim Young Sub Art therapy (2011). *A notebook for cinema therapy work book*, Seoul.
- Shin, K. A. (2014). *The effect of the cinema therapy program based on REBT for middle-aged women with depression*. Unpublished doctoral dissertation, Chonnam National University, Gwangju.
- Shin, K. A. & Lee, E. S. (2011). The effects of a communication training program on communication and interpersonal relationships of nursing student. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 17(2), 149-158.
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: WW Norton & Company.
- Yoon, H. K. (2015). A study on nursing students' learned helplessness and helplessness behavior. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 29(2), 244-256. <http://dx.doi.org/10.5932/JKPHN.2015.29.2.244>

## The Effects of Group Cinema Therapy Program on Self-Esteem and Interpersonal Relationship in Nursing Students\*

**Kim, Ha Gang** (Assistant Professor, Department of Nursing, Mokpo Catholic University)

**Kim, Jeoung Suk** (Assistant Professor, Department of Nursing, Nambu University)

**Purpose:** The purpose of this study was to identify the effects of group cinema therapy program on self-esteem and interpersonal relationship in nursing students. **Methods:** A nonequivalent control group pre-posttest design was used.

There were 58 nursing students enrolled in this study. Thirty in the experimental group, and 28 in the control group. They were recruited from 2 different nursing schools located in M city. Group cinema therapy program was performed for 120 minutes, two times a week, for a total of 8 sessions. SPSS 20.0 using the t-test, and independent t-test were used for data analysis. **Results:** After the intervention, the group who participated in the program showed an increase in self-esteem ( $t=12.09$ ,  $p<.001$ ), as well as an increase in interpersonal relationship ( $t=32.61$ ,  $p<.001$ ) compared with the control group. **Conclusion:** The results show that the group cinema therapy program has a significant effect on self-esteem and interpersonal relationship in nursing students. The program could be a useful intervention to improve self-esteem and interpersonal relationship in nursing students.

**Key words :** Self-esteem, Interpersonal relations, Students, Nursing

\* This research was supported by the Mokpo catholic university research grant of 2014.