

국제개발협력 이슈포커스 -3호-

International Development Issue Focus

발행인: 양진옥 발행처: 굿네이버스 발행월: 2019년 9월

굿네이버스 국제개발협력 이슈포커스는 국내외 주목할 만한 국제개발협력 이슈를 공유함으로써 전 세계 모든 형태의 빈곤과 불평등을 감소시키기 위한 지속가능개발목표(SDGs) 이행을 촉구하고, 국제개발협력 사업, 정책, 제도적 개선방안을 제시하기 위한 목적으로 발간되었습니다.

굿네이버스 재난 및 위기 상황 심리사회적지원 프로그램 성과와 함의¹⁾

Lessons Learnt from Good Neighbors'
Psychological Support Program
in Humanitarian Crisis



© 오티경 / Good Neighbors

Purpose

이번 이슈포커스에서는 굿네이버스가 서울여자대학교 특수치료전문대학원이 공동으로 진행한 ‘굿네이버스 심리사회적지원 프로그램에 대한 연구’ 결과를 바탕으로, 인도적 지원 현장에서 심리사회적지원 프로그램 개입이 미친 영향력을 확인하고, 향후 보다 효과적인 심리사회적 지원을 적용할 수 있는 방안을 제시하고자 한다.

Key message |

굿네이버스는 2014년부터 자연재난 및 내전 등의 인도적 위기 상황으로 인해 심리적 외상을 경험한 아동들을 지원하기 위해 심리사회적지원 통합프로그램을 실시해오고 있다. 본 프로그램에 총 7개 사업국의 6,000여명 아동들이 참여하여 심리적으로 회복할 수 있도록 지원했다. 특히 외상적 스트레스 상황에서 아동의 경우 자신의 경험과 감정에 대한 언어적, 인지적 작업이 이루어지기 쉽지 않아 언어 외적인 매체들로 접근할 필요가 있어, 프로그램을 보다 효과적으로 보완하기 위해 굿네이버스는 서울여자대학교 특수치료전문대학원과 공동으로 연구를 진행하게 되었다. 이를 통해 감각적이고 비언어적인 치유과정을 촉진할 수 있는 예술심리치료적 접근에 기반한 심리사회적지원 프로그램 및 활용지침서를 개발하였다. 더 나아가 2015년 네팔 지진 피해지역을 중심으로 프로그램 적용 및 효과성 평가를 실시한 결과, 재난 후 발생한 심리적 불안감과 스트레스를 완화 시키며 재난 이전의 삶으로 돌아갈 수 있도록 회복력을 강화시키고, 향후 위기 상황의 발생 시 본 프로그램을 통해 습득한 기술을 활용하여 대응할 수 있는 개인의 대응력과 지역의 사회적 자원을 증강 시킬 수 있는 것으로 나타났다. 이러한 분석 결과를 바탕으로 향후 인도적 지원 상황에서의 아동보호사업을 효과적으로 적용하기 위한 제언은 다음과 같다.

향후 인도적 지원 상황에서의 아동보호사업을 효과적으로 적용하기 위한 제언 :

- 아동에 대한 프로그램 시행의 지속적 효과를 담보하기 위해 교육 및 매뉴얼을 통해 프로그램의 반복·지속적 시행을 명확하게 권고하며, 관리를 통해 지속적으로 동기부여 할 수 있는 장치가 필요하다.
- 아동에 대한 효과성 측정을 위해 문화적 배경, 언어적 이해도를 고려하고 트라우마 증상의 완화를 잘 반영할 수 있는 아동용 검사 척도가 필요하다.
- 피해를 입은 사람들에게 낯선 프로그램의 시행이 또 다른 스트레스 요인으로 작용할 가능성이 제기된 바, 트라우마 경험자의 특징인 과각성의 상태가 감각적 예술 경험을 통해 완화되도록 감각재료의 사용을 추가하는 활동이 필요하다.

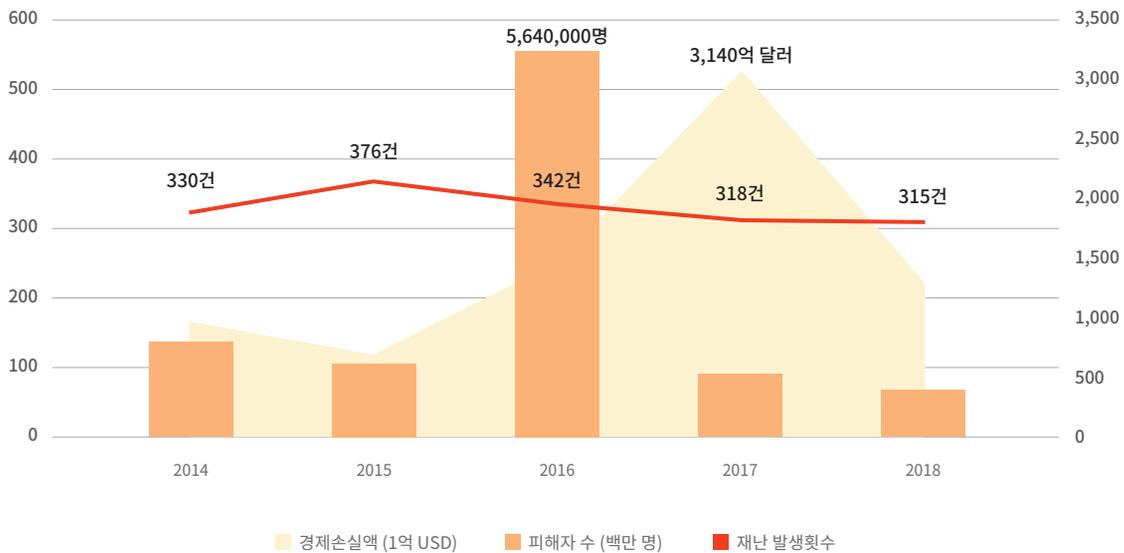
1) 국제개발협력 이슈포커스 3호의 내용은 ‘네팔 지진 피해지역 심리사회적지원을 위한 예술심리치료 프로그램 효과성 연구’ 보고서의 내용을 토대로 작성되었다.

Situation |

최근 재난 및 위기 상황 동향 (재난 발생 빈도)

현재 전 세계적으로 지진과 태풍 등 많은 자연재해가 발생하고 있으며, 내전으로 인한 피해도 계속되고 있다. '2018년 세계 위험 보고서(The Global Risks Report)'에서는 '극심한 이상기온', 그 다음으로 '자연 재앙'을 가장 발생 가능성 높고 충격이 큰 위험으로 꼽았다. 이러한 대규모 재난은 많은 인명피해를 가져올 뿐 아니라 살아남은 사람들에게도 커다란 후유증을 남기며, 사회적 시설과 기반을 파괴하여 복구를 위한 많은 시간과 비용을 필요로 한다. 재난으로 인한 피해는 특히 재난에 대한 예방, 복구에 대한 기술과 자원이 부족한 저개발국가 또는 개발도상국에서 매우 심각하기 때문에 이에 대한 국제적 협력과 지원이 매우 중요한 실정이다(권한용, 2015).

최근 5년간 재난 발생횟수 및 경제적 피해규모 (2014-2018)



(출처: EM-DAT / USAID)

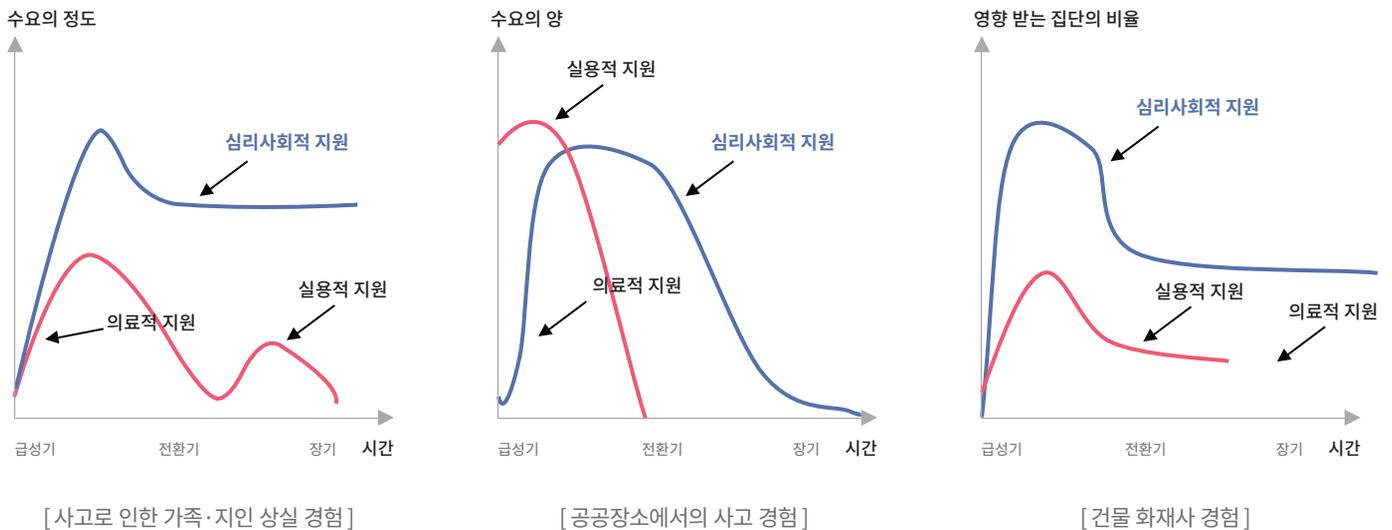
* 2016년에는 심각한 재해보다 이상기후로 인한 재난이 많았음. 따라서 사망 수 보다 영향 받은 사람(피해자)이 압도적으로 많음.

** 2017년 경제적 피해가 많은 것은 미국에 허리케인 Harvey/Irma/Maria와 산불로 인해 많은 재산피해가 발생했기 때문임.

재난 대응 패러다임의 변화: 재난에 대한 국가, 지역사회, 지역민의 회복력 강화의 중요성

기존에 재난 피해에 대한 국제적 지원은 긴급구호와 물자 전달에 초점을 두고 있었으나, 최근 재난 지원은 재난에 대한 국가, 지역사회, 지역민의 회복력 강화의 중요성을 강조하고 있다(정진은, 2016). 또한 외상 후 스트레스 장애(Post Traumatic Stress Disorder, PTSD)에 대한 연구가 축적되면서, 자연재해나 전쟁, 테러의 경험 등이 인간에게 미치는 광범위한 영향과 심리적 외상에 대한 인식이 증진되어 피해자들에 대한 심리적 지원의 중요성이 강조되고 있다(배정미, 최남희, 김윤정, 유정, 2010; 한재은, 정순돌, 김고은, 2011). 실제 인도적 지원기관 간 상임위원회(Inter-Agency Standing Committee, IASC)는 재난이 피해자에게 상당한 심리적, 사회적 고통을 일으킬 수 있고 단기적인 고통 뿐 아니라 장기적인 정신건강 및 심리-사회적 웰빙을 보호하고 개선하는 것의 중요성을 강조하였다(IASC, 2007). 또한 재난 구호 활동에 있어서 이재민들의 자립 대처, 복원력 발휘 등을 증진시키도록 지역사회의 적절한 정신 건강과 심리사회적 지원을 조직하는 것이 중요하다고 언급하고 있다. The Sphere Project(2011)²⁾ 또한 재난 구호 활동에 있어서 이재민들의 자립 대처, 복원력 발휘 등을 증진시키도록 지역사회의 적절한 정신 건강과 심리사회적 지원을 조직하는 것이 중요하다고 말하고 있다.

재난 대응 패러다임의 변화



재난/충격 상황 경험 시 심리적 상황의 안전의 중요성에 대한 이해 증가

출처 : European Policy Paper(2001). Psycho-Social Support in Situations of Mass Emergency

Psycho-Social Support in Situations of Mass Emergency(2001) 연구에서 세계 다양한 국가에서 사고사, 화재사 등을 경험한 사람들을 대상으로 재난 발생 후 필요한 수요가 무엇인지 조사한 결과, 재난 또는 충격 상황 발생 직후 처음에는 의료적, 실용적인 수요가 크지만 시간이 지날수록 심리사회적 지원과 안전에 대한 수요가 증가하고 있음을 확인할 수 있었다.

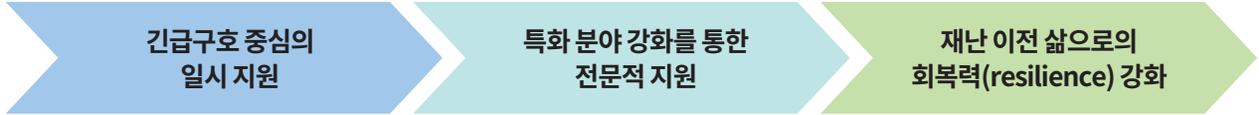
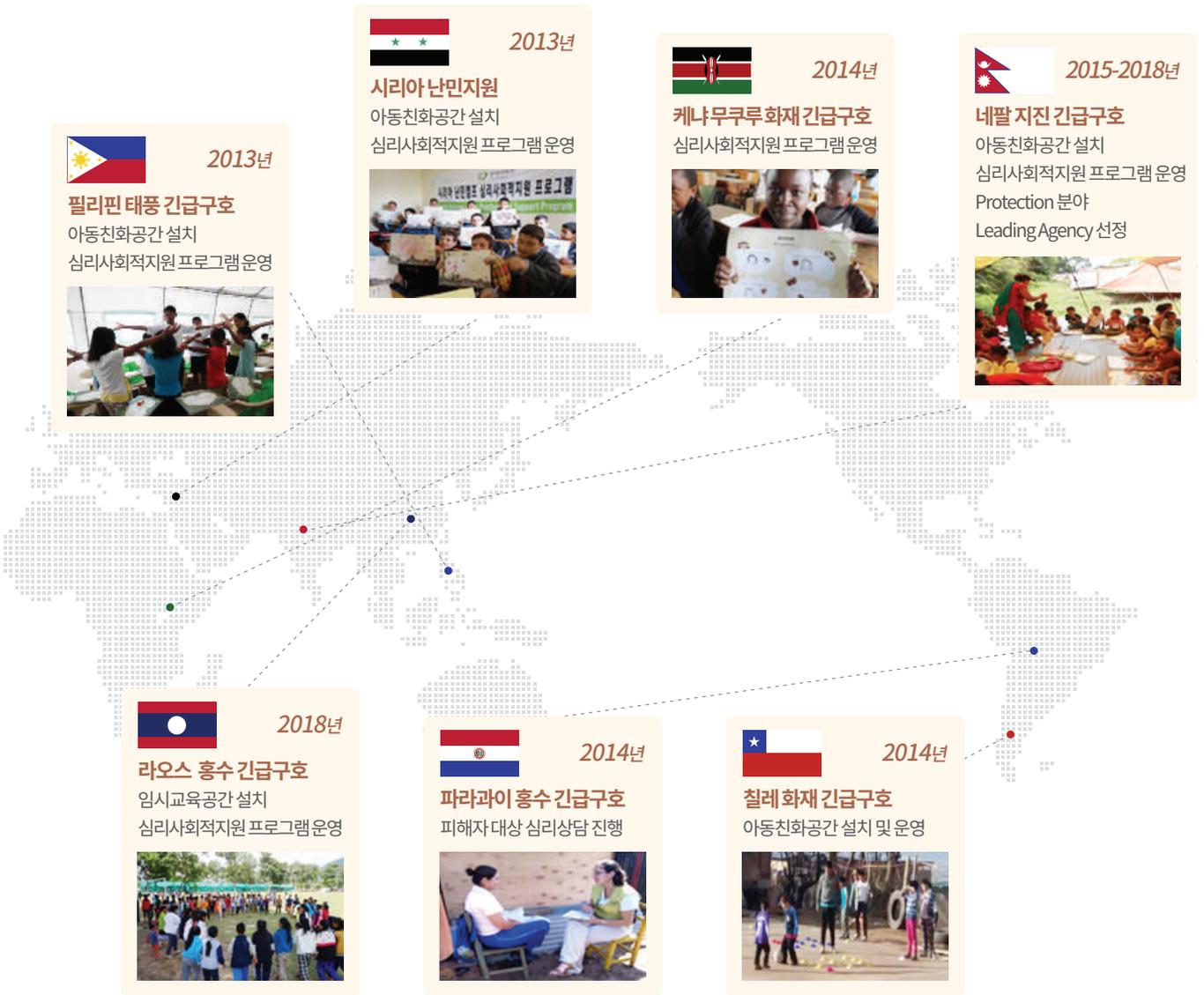
2) The Sphere Project(2011)는 인도적 지원 활동의 여러 가이드라인 중 하나로서 1997년부터 여러 NGO들과 적십자적신월운동이 공동으로 인도적 대응 활동의 핵심 분야에 있어서 보편적 최소기준을 규범화하기 위해 개발한 핸드북이다.

굿네이버스 인도적 지원 사업에서의 심리사회적지원 프로그램 주요 현황

굿네이버스의 인도적 지원 사업에서의 심리사회적지원 활동은 2013년 필리핀 하이옌 태풍 긴급구호 때 본격적으로 시작하여 작년 2018년 라오스 홍수 긴급구호 대응 때까지 꾸준히 적용되어왔다. 이렇게 2018년까지 시리아, 필리핀, 네팔 등 재난 피해지역에 아동친화공간을 설치하여 운영해왔으며, 케냐, 파라과이, 라오스, 칠레 등 7개의 사업국에서 약 6천여 명의 아동들이 심리사회적지원 프로그램에 참여할 수 있었다. 2019 년도에는 장기화된 난민 상황인 방글라데시 난민캠프와 우간다 난민정착촌에서도 프로그램을 적용할 계획이다.

굿네이버스 인도적 지원 사업 심리사회적지원 프로그램 주요 현황

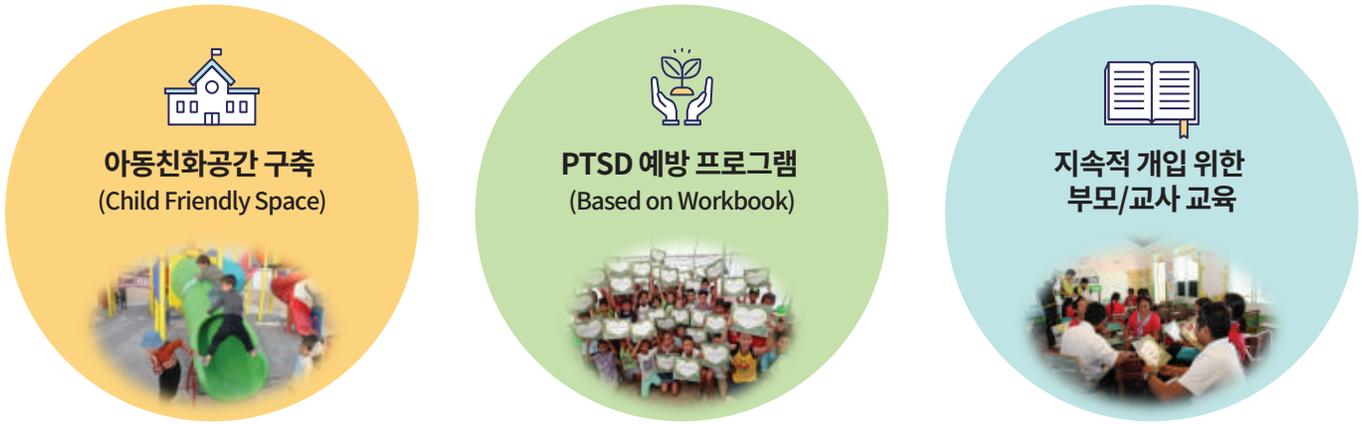
시리아, 필리핀, 네팔, 재난 피해지역에 아동친화공간 설치 및 운영
필리핀, 네팔, 라오스 등 7개 사업국 약 6천 여 명의 아동 대상 심리사회적지원 프로그램 진행



굿네이버스 심리사회적지원 프로그램 추진 방향

굿네이버스는 자연재난 및 내전 등의 인도적 위기 상황으로 인해 심리적 외상을 경험한 아동들을 지원하기 위해 2014년부터 심리사회적지원 통합프로그램을 실시해 오고 있다. 이는 안전과 보호를 제공하기 위한 아동친화공간(Child Friendly Space, 이하 CFS) 지원, 아동 보호인력을 대상으로 진행하는 교사교육, 외상 후 스트레스 장애(post-traumatic stress disorder, PTSD) 예방 프로그램으로 구성되어 있다.

‘아동’은 위기 상황에서 특히 취약한 대상층으로 개별적 접근이 필요하며, 유엔아동권리협약은 아동이 특별히 생존과 발달을 위한 다양한 보호와 지원을 받아야 한다고 규정하고 있다(UNCRC, 1989).



[굿네이버스 심리사회적지원 프로그램 구성]

굿네이버스 심리사회적지원 프로그램 구성 요소

(1) 아동친화공간(Child Friendly Space, CFS) 구축



아동친화공간
(Child Friendly Space)

- 재난을 경험한 아동들이 재난 현장의 혼란에서 벗어나 편안함을 느낄 수 있는 공간
- ‘아동보호’를 목적으로 심리사회적 지원을 하는 공간



[아동친화공간]



[아동친화공간 가이드라인]



[아동친화공간 KIT]

아동친화공간은 아동들이 재난이라는 상황을 조금이라도 잊고 재난 이전의 안정적인 상태를 느낄 수 있도록 도와주며 아동을 보호하기 위한 목적의 공간으로, 텐트를 설치하여 교육을 받을 수 있도록 돕고 공이나 장난감 등 다양한 놀이도구나 놀이터를 지원하여 아이들이 편안함을 느낄 수 있게 한다. 이외에도 다양한 문구, 교육용품들로 구성된 아동친화공간 키트(Kit)를 나누어주고, ‘지침서(가이드라인)’을 별도로 만들어서 재난의 유형과 특성에 따라 각기 다르게 안전한 공간을 구축할 수 있도록 돕고 있다.

(2) 인지행동치료(CBT) 기반 심리사회적지원 프로그램: “Listen to my story”



인지행동치료(CBT) 기반의 심리사회적지원 프로그램 (Listen to my story)

- 워크북 기반의 총 5회기 프로그램
- “뚜띠”라는 가상의 캐릭터가 등장하여 스토리텔링 형식으로 구성
- 아이들이 갖게 된 부정적인 감정들을 재구성함으로써, 생각을 변화 시키는데 목적



[워크북 자료]



[교사 교육 진행 모습]



[프로그램 진행 모습]

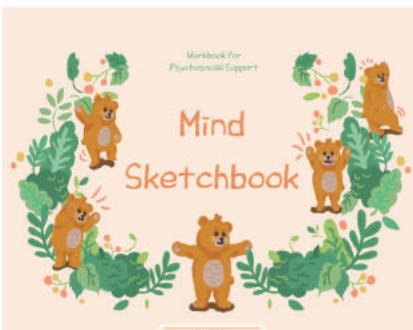
인지행동치료는 인간의 감정을 결정하는 것이 ‘상황 자체’가 아니라 그들이 ‘상황을 해석하는 방식’에 달려있다고 보는 것으로, 아동들이 재난 등 위기 상황을 경험하면서 가지게 되는 부정적 감정들을 재구성하고 변화시키는 치료방법이다. 워크북 속 ‘뚜띠’라는 가상 캐릭터를 통해 재난 이후 나타날 수 있는 다양한 반응들을 설명하고 이러한 반응들이 개인의 잘못이 아니라 재난이라는 ‘외적인 환경변화’로 인해 자연스럽게 나타나는 감정들임을 인식할 수 있게 돕는다. 총 5회기로 진행되며 매 회기마다 부정적 감정이나 행동을 다스릴 수 있도록 호흡 연습법을 전달함으로 아동들이 불안이나 두려움을 느낄 때 안정감을 느끼고 회복할 수 있도록 한다.

(3) 예술위기개입(Creative Crisis Intervention, CCI) 기반 심리사회적지원 프로그램: “Mind story”



예술위기개입(CCI) 측면의 심리사회적지원 프로그램

- 미술치료·동작치료 기반의 총 6회기 프로그램
- 각 회기 ‘시작-끝’ 부분에 호흡/무용동작 반복을 통한 심리적 안정감 부여
- 비언어적 감각을 통해 기억과 감정을 다룸으로써, 일상 회복에 기여



[아동용 워크북 및 KIT]



[교사 교육 진행 모습]



[아동 교육 진행 모습]

예술위기개입 프로그램은 미술, 무용활동 등 ‘비언어적 감각’을 통해 언어화되지 못한 심상적인 기억과 감정을 다룸으로써, 재난을 겪은 아동들의 재난 이전으로의 일상 회복과 안정감의 회복을 돕는다. 이 프로그램은 ‘뚜띠’ 워크북을 활용한 인지행동치료(CBT) 프로그램을 사업국들에 적용해오며 나타난 한계점들을 보완하기 위해 2015년 네팔 지진 긴급구호 대응 이후 새로 개발되었다. 재난을 갑자기 경험한 아동들은 인지적, 언어적으로 표현하는 것에 대해 어려움을 호소하게 되는데, 이때 ‘비언어적 감각’을 보다 자유롭게 표현할 수 있도록 미술, 무용동작 등의 활동을 통해 트라우마, 심리적 불안감을 경감시켜 안정감을 회복하게 돕는다. 또한 6회기의 프로그램 동안 친구, 교사와 함께 감정을 공유하며 사회적 지지체계를 형성하는 등 소속감을 경험하도록 돕는다.

국제개발협력 이슈 |

이 장에서는 굿네이버스가 2016년부터 2018년까지 수행한 심리사회적지원 프로그램 내용과 성과를 살펴보고자 한다. 프로그램 개발 결과와 적용 효과성을 분석한 결과를 공유함으로써 인도적 지원 현장에서의 심리사회적지원 프로그램 운영에 있어 시사점을 가져다줄 것으로 기대한다.

굿네이버스 인도적 지원 현장 예술위기개입 프로그램: 네팔 누와콧 지진 피해지역

지난 2015년, 네팔에서 7.8 규모의 강진이 발생해 8,897명이 사망하고 22,310명이 부상을 당했으며 총 71억 달러에 달하는 재산 피해가 발생했다. 굿네이버스는 지진 피해 지역 중 하나인 누와콧 지역에서 총 3년간 ‘심리사회적지원 프로그램에 대한 연구’를 수행했다. 연구 수행 결과, 굿네이버스 예술위기개입 프로그램은 자연재해나 내전 등으로 인한 인도적 위기 상황에서 아동 및 성인에게 효과적인 심리사회적지원을 제공함으로써 이들을 재난 이전의 삶으로 회복시키는 데 영향을 끼친 것으로 확인되었다. 이러한 효과성을 보다 객관적으로 검증하기 위해 전문가 현장파견 및 프로그램 시행, 사전·사후·추수 검사, 심층면접(질적분석)을 실시하였으며, 그 결과를 세부적으로 살펴보면 다음과 같다.

네팔 강진 발생에 따른 굿네이버스 네팔 긴급구호 현장



출처 : (왼쪽) <그래픽> 네팔 규모 7.9 강진 발생(종합)(2015.4.25. 연합뉴스), (오른쪽) 굿네이버스 네팔

1) 예술위기개입 프로그램과 활용 지침서 개발을 통한 지역 자체의 회복력 및 대응력 강화

외상적 위기 상황에 적용할 수 있는 신체 및 감각적 측면의 개입과 비언어적 활동을 강화한 표현예술치료적 접근의 위기개입 프로그램의 필요성에 따라 예술위기개입 프로그램을 개발하였다. 예술위기개입 프로그램은 Herman(2012)의 치유의 3단계인 안전, 기억과 애도, 연결의 복구를 근거로 한 6회기의 창의적인 표현예술심리치료 프로그램으로, 5세~15세의 아동과 청소년을 주 대상으로 제작되었으나 체험적 교사교육 워크숍을 시행한 결과 성인에 대한 적용 또한 충분히 가능한 것으로 나타났다. 교사들은 본 프로그램에 높은 만족도를 표하였으며 사전, 사후 검사 및 질적 분석에서 긍정적 효과가 검증되었다. 따라서 본 프로그램은 아동으로부터 성인에게까지 실시 가능하며, 메인 활동으로 선택 가능한 복수의 활동을 제시하여 진행자가 적용 대상과 시행 환경에 맞게 프로그램의 난이도와 시간 등을 조절할 수 있다. 또한 교사가 교육을 통해 프로그램의 핵심을 충분히 이해한 경우, 메인 활동으로 현지의 노래와 춤, 놀이 등을 활용하여 프로그램을 창의적으로 활용하는 경우가 목격되었으며, 준비(Warm-up) 활동과 마무리(Closing) 활동을 체육시간이나 학교 조례와 종례시간에 활용하는 등의 예가 관찰되었다. 이처럼 본 프로그램은 단지 6회기의 프로그램의 전달에서 그치는 것이 아니라, 그 핵심을 체감하는 교육을 통해 전달됨으로써 다양한 대상과 환경에 폭넓게 활용될 수 있음이 검증되었다. 매 회기는 아래와 같은 내용으로 구성된다.

굿네이버스 예술위기개입 프로그램 구조

구분	세부내용
도입 (10분)	1. 프로그램에 대한 간단한 설명 2. 규칙 만들기 3. 준비(Warm-up) 활동 4. 몸으로 자기 소개하기
주요활동 (20~25분)	회기마다 다른 주제의 활동 실행 활동 A, B, C 중 선택적으로 실행 가능 (*다음 페이지 세부내용 참조)
마무리 (10분)	1. 활동 경험 나누기 2. 마무리(Closing) 활동 3. 다음 회기 안내하기

출처 : नेपाल 지진피해지역 심리사회복지자를 위한 예술심리치료 프로그램 효과성 연구보고서, p.10

굿네이버스 예술위기개입 프로그램 세부내용

주제	회기	목표	내용
정서와 신체의 활성화 & 안전감의 획득	1. 안녕	1. 프로그램 이해 2. 몸을 통한 자기표현의 경험 3. 몸으로 긍정적 활동을 경험 4. 그라운드(grounding)	A. 다 함께 자유롭게 춤추기 B. 깃발 사인에 따라 움직이고 멈추기
	2. 나의 몸과 친하게 지내요	1. 신체 인식 2. 신체 감각과 정서의 연결성 찾기 3. 인지적 언어 사용과 움직임 감각을 통합 4. 그라운드(grounding)	A. “머리, 어깨, 무릎, 발, 무릎, 발”과 같은 형식의 활동을 노래, 울동을 함께 하기 B. 나의 몸 탐색하고 그리기
긍정적 자원 찾기 & 긍정적 신체활동 경험	3. 나는 안전해요	1. 안전한 내 공간 인식 2. 자신의 공간에 대한 건강한 경계 획득 3. 긍정적 자원을 통해 안전감 경험 4. 공간과 상황에 따라 스스로 자신의 안전한 공간을 조절할 수 있는 유연성과 주제성 경험	A. 나의 공기방울을 그리고 꾸미기 B. 자신과 상대의 공기방울을 다치지 않게 움직이기
	4. 나는 할 수 있어요	1. 다양한 그라운드 작업 2. 힘, 민첩성, 본능적 지혜 등을 경험 할 수 있는 신체 활동 3. 긴장된 신체를 지금 & 여기에서 이완 4. 긍정적 성취감 경험	A. 동물처럼 움직이며 걷기 (1) 다 함께 같은 동물이 되어 움직이기 (2) 각자 원하는 동물이 되어 걷고 움직이기 B. 내가 좋아하는 동물 그리기 C. 잡기 놀이
사회적 연결성 갖기 & 긍정적 자원과 소속감의 강화	5. 우리 서로 손을 잡아요	1. 프로그램 종결 준비 2. 안전감의 이미지화와 사회적 자원 확인 3. 오리엔팅(orienting) 4. 자기 효능감	A. 세 가지 손동작을 활용해 손으로 춤추기 B. 양손 따라 그리고 장식하기 “도움을 주는 손, 도움을 받는 손”
	6. 우리는 할 수 있어요	1. 집단의 힘과 개인의 힘을 통합, 연결성 경험 2. 사회적이고 관계적인 지지 자원을 체화 3. 안정감과 자기효능감 획득 & 강화	A. 튼튼한 생명나무 꾸미기 B. 나무를 둘러싸고 원으로 서서 소속감과 유대감을 느낄 수 있는 군무 추기

출처 : नेपाल 지진피해지역 심리사회복지자를 위한 예술심리치료 프로그램 효과성 연구보고서, p.13

본 프로그램은 소수의 외부 전문가의 단기 개입으로 종료되는 것이 아니라, 현지 전문 인력 및 교사들을 교육함으로써 프로그램의 지속적 활용과 유용성을 높이고 지역의 자체적인 회복 역량을 강화하는 방식으로 기획되었다. 이를 위해 교사들이 프로그램을 깊이 있게 이해하고 주체적으로 활용할 수 있도록 프로그램의 핵심 내용과 치료기제에 대한 설명 및 지진 피해 아동 돌봄 관련 정보를 담은 교사교육 매뉴얼(활용 지침서)을 제작하여 교사들의 위기대응능력을 향상시키는데 도움을 주고자 하였다. 또한 워크북 키트를 통해 물질적으로 열악한 재난 현장에서 프로그램 실행에 필요한 물자를 효율적으로 제공할 수 있도록 하였다.

2) 지진 피해 지역 교사들의 역량과 위기 대응력 강화

지진 피해의 당사자이기도 한 교사들에 대한 심리지원의 역할을 하는 동시에 프로그램의 이론적, 실제적 습득을 위한 교사교육 워크숍을 실시한 결과, 참여자들의 사전, 사후 검사인 사건충격척도, 빗속사람 그림검사 모두에서 긍정적인 효과가 검증되었다. 이를 통해 예술위기개입 프로그램이 외상적 사건의 충격을 감소시키고 스트레스 대응력을 향상시키는데 도움을 준 것으로 나타났다.

① 교사의 사건충격척도(IES-R)³⁾ 사전·사후 검사 결과

항목	사전평균	사후평균	평균차 (사후-사전)	t	df	p
총점(-)	42.47	36.99	-5.48	-2.66	84	0.00**
침습(-)	15.8	13.39	-2.41	-3.07	84	0.00**
회피(-)	14.99	14.46	-0.53	-0.63	84	0.52
과각성(-)	11.68	9.141	-2.54	-3.73	84	0.000***

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

교사 전체(2~3차) 사건충격척도(IES-R) 검사 결과



2차(2017년 2월, 35명 참여), 3차(2017년 11월, 50명 참여) 파견 교사교육 워크숍 참가자 전체 사건충격척도(IES-R) 검사 자료를 종합하여 분석한 결과, 총점은 사전 평균 42.47에서 사후 평균 36.99로 하락하였으며 그 변화가 통계적으로 유의하여 긍정적인 변화를 나타내었다. 하위 척도에서도 회피 항목을 제외한 침습, 과각성 항목의 수치가 유의하게 줄어들어 본 프로그램이 참여 교사들의 사건충격의 감소에 긍정적인 영향을 미친 것으로 나타났다.

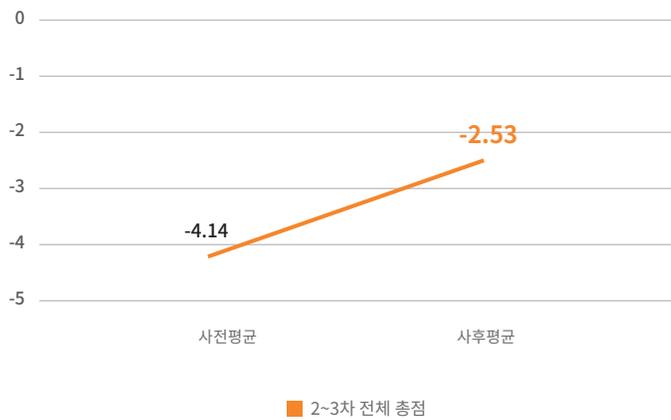
3) 사건충격척도수정판(Impact of Event Scale-Revised, IES-R)은 외상성 사건의 노출에 따른 외상 후 스트레스 장애 증상을 측정하기 위해 침습, 회피, 과각성 증상과 같은 심리적 반응 양상을 확인하는 자기보고식 척도이다.

② 교사의 빗속사람그림검사(DAPR)⁴⁾ 사전·사후 검사 결과

항목	사전평균	사후평균	평균차 (사후-사전)	t	df	p
총점(+)	-4.14	-2.53	1.60	3.88	105	0.000**
스트레스(-)	8.32	7.84	-1.86	-0.48	105	0.064
대응자원(+)	5.84	6.35	0.50	2.21	105	0.028*
신체상(-)	1.61	1.05	-0.55	-3.74	105	0.000**

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

교사 전체(2~3차) 빗속사람그림검사(DAPR) 검사 결과



2차(2017년 2월, 35명 참여), 3차(2017년 11월, 71명 참여) 파견 시에 실시된 교사 전체의 빗속사람그림검사(DAPR) 검사를 분석한 결과, 총점이 사전 평균 -4.14에서 사후 평균 -2.53으로 상승하면서 긍정적인 변화를 나타내었고 통계적으로 유의하였다. 하위 항목에서 대응자원과 신체상의 긍정적 변화가 통계적으로 유의하게 나타났다. 즉, 본 프로그램이 참여 교사들의 스트레스 대응력에 긍정적 변화를 가져오는 것으로 나타났다.

③ 교사 대상 프로그램 효과에 대한 질적 분석 결과

교사들의 프로그램 참여 경험에 대한 질적 분석에서, 교사들은 예술위기개입 프로그램의 핵심적인 치유 목표인 정서와 신체의 활성화와 안전감의 획득, 긍정적인 신체 활동 경험, 개인과 집단의 긍정 자원 및 사회적 연결의 강화를 자신들의 언어로 보고하여 이를 체화하였음을 보여주었다. 아래 표에서 확인할 수 있듯이, 교사들의 인터뷰에서 추출한 4개의 주제군과 14개 주제에서는 더 다양한 프로그램의 영향이 나타났다. 교사들은 예술위기개입 프로그램을 배움으로써 외상적 경험에 대한 개인의 회복과 대응력이 향상되었고, 새로운 돌봄 태도와 방법을 익힘으로써 교사로서 학생들을 더 잘 보살피게 되었다고 보고하였으며, 프로그램을 시행하면서 아동들의 긍정적인 변화를 목격하였다고 보고하였다. 또한 예술위기개입 프로그램으로 인한 새로운 관계의 형성, 또는 기존의 교사-학생, 학생-학생 간 관계의 질적 변화를 통해 트라우마 치유에 필수적인 사회적 애착이 강화되었고, 결과적으로 지역사회의 회복력과 대응력의 강화로 이어질 수 있음을 보여준다. 사회적 자원이 부족한 네팔 지역사회에서 교사들은 아동의 회복을 돕는 중요한 보호자이자 지역의 회복력과 대응력을 이끌어가는 중요한 인적 자원이다. 이를 볼 때, 교사들의 역량과 위기 대응력 강화는 지역사회에 지속적으로 긍정적인 영향을 끼칠 수 있을 것으로 기대된다.

4) 빗속사람그림검사(Draw-A-Person-in-the-Rain, DAPR)는 현재의 외부적 환경이나 스트레스 정도와 스트레스 대처 능력을 파악하기 위한 그림검사다. 언어적 자기보고식 척도를 보완하고, 특히 언어적 이해와 보고가 어려운 아동의 변화를 파악하기 위해 측정도구에 포함하였다. 기존 연구 설계 당시, 교사(성인)와 아동 모두를 대상으로 IES-R과 DAPR을 실시하는 것으로 계획하였다. 상대적으로 교사는 두 가지를 모두 사용했기 때문에 보다 신뢰성이 높은 결과를 도출해 낼 수 있었다고 볼 수 있다. 총점은 높을수록 긍정적으로 평가한다.

교사 인터뷰의 질적 분석 결과

주제군	주제
외상적 경험에 대한 개인의 회복과 대응력 향상	즐거움과 현재의 집중이 지진의 후유증으로부터 회복을 도움
	스트레스와 감정을 조절하고 안전감을 획득하는 방법을 습득하게 됨
	외상적 경험에 대한 대응력의 향상
	신체적 건강 증진
교사로서 학생들을 돌보는 역량이 강화됨	아동들의 지진 후유증을 도울 수 있는 방법을 알게 됨
	존중하고 공감적인 방식의 아동 돌봄 태도를 배우게 됨
	주도성, 자신감 증진과 자기 성장의 경험
아동들의 긍정적인 변화를 목격함	학생들의 지진 후유증 회복을 도움
	학생들의 출석률이 향상됨
	학생들의 자기표현과 참여도가 증가
	학생들의 자신감, 주도성, 창의력, 사회성의 향상
사회적 연결과 회복력의 강화	상황에 대한 통제감 증진
	교사와 학생들의 관계가 가까워짐
	학생들 간의 관계가 가까워짐

출처: 네팔 지진피해지역 심리사회적지원을 위한 예술심리치료 프로그램 효과성 연구보고서, p.26-27



“ 매우 좋은 프로그램이라고 생각해요. 지진이 발생하는 동안 신체적, 정신적으로 힘들었어요. 프로그램에 참여하면서 생기를 찾았고, 많이 즐겼고, 기뻐어요. 당시 많은 집들이 망가졌고, 많은 사람이 죽는 것을 보았어요. 이렇게 힘든 경험들이 제 안에 쌓여있었지만, 트레이닝에 참가하면서 차근차근 기억들이 잊혀지는 걸 경험했어요. 자신감도 생겼고, 특히 준비(Warm-up) 활동을 통해 스트레스도 줄일 수 있었어요. ”

- 산타 카날(Shanta Khanal), 네팔 교사



“ 지진 후 아이들은 혼자 가만히 앉아있는 경우가 많았고 집중도 잘 못했어요. 그런데 이 프로그램에 참여한 후 활력과 집중력을 되찾았어요. 또 괴로운 과거를 잊기도 했죠. 프로그램이 아이들을 현재로 돌아오게 만들어줬어요. ”

- 비슈누 프라사드 둔가나 (Bishnu Prasad Dhungana), 네팔 교사

참여 교사들은 프로그램을 통해 정서적 즐거움과 긍정적인 신체 감각을 경험하며, 지진 피해로 인한 두려움과 걱정으로부터 벗어나 현재와 일상에 집중하는 경험을 가졌다고 보고하였다. 또한 표현예술치료 전문가들의 지원 아래 프로그램을 온전히 체험하고 직접 실행하는 방식의 교사교육 워크숍을 통해 트라우마 치유의 핵심적 요소인 스트레스 조절과 안전감 획득의 방법과 지식을 습득하고, 이를 활용함으로써 개인의 회복과 성장에 도움을 받은 것으로 나타났다. 또한 이러한 체화된 배움이 교사들의 자신감을 증진시키고 동기부여 함으로써 아동 돌봄과 위기 상황에 대한 대응력의 향상으로 이어져, 재난 지역의 자생적 대응력을 강화시킬 수 있음을 보여준다.

3) 지진 피해 지역 아동들의 긍정적 변화

① 아동의 빛속사람그림검사(DAPR) 사전·사후 검사 결과

아동에 대한 개입은 4~5일의 교육을 받은 교사들이 자신의 학교로 돌아가 학생들을 대상으로 6회기의 프로그램을 1회 시행하는 방식으로 진행되었다. 이때, 파견된 전문가 및 현지 직원이 매 회기 학교에 방문하여 교사들의 프로그램 진행을 지원하고 점검하였다. 파견 시 교사 훈련의 일환으로 1회 실시된 아동 프로그램 시행으로 프로그램의 효과성을 확인하기 어려우므로, 프로그램의 제작 의도에 맞게 지속적, 반복적으로 시행이 이루어진 4개 학교의 아동 171명 대상으로 추수조사⁵⁾와 질적 분석⁶⁾을 실시하였다. 그 결과 추수조사의 검사 수치는 -0.56으로, 1~3차 파견시의 사전, 사후 검사 결과에 비해 현저하게 상승하여 프로그램의 긍정적 효과를 검증하였다. 즉, 본 프로그램이 참여 아동들의 스트레스 대처 능력에 긍정적 변화를 가져온 것으로 해석된다.(아래 그래프 참조)

아동 빛속사람그림검사(DAPR) 추수검사 결과

항목	평균
총점(+)	-0.56
스트레스(-)	7.09
대응자원(+)	7.36
신체상(-)	0.83

빛속사람그림검사(DAPR) 아동 전체(차수 별 변화)

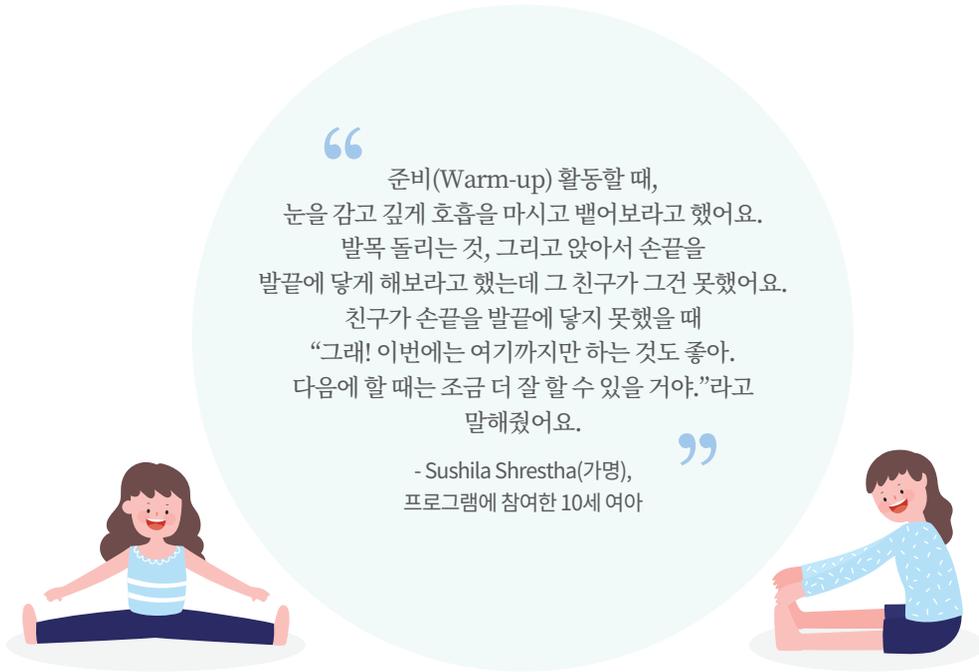


5) 심리치료사의 직접개입이 아닌 교사 훈련의 형태로 아동에게 프로그램 시행이 이루어진 프로그램 적용 시의 특성을 감안하여, 프로그램의 제작 의도에 맞게 지속적, 반복적으로 프로그램을 시행한 학교 아동들을 대상으로 실시하였다.

6) 프로그램을 경험한 아동의 장기적 변화와 종합적 영향을 확인하기 위해 아동 면담 및 사전, 사후, 추수검사 자료의 질적 분석을 시행하였다.

② 아동의 프로그램 효과에 대한 질적 분석 결과

지진 피해 아동에 대한 프로그램의 영향을 종합적으로 파악하고자 네팔 아동들의 프로그램 참여 경험의 질적 분석을 실시하였다. 추가적으로 실시한 아동 사례의 질적 분석에서, 아동의 그림검사는 프로그램의 1회 시행 후에 실시한 사후 검사에서 아동의 신체적, 정서적 민감도가 증가하거나, 외상 기억의 재처리 과정이 이루어지면서 일시적으로 검사 결과에 부적 수치 변화로 반영되는 모습을 설명해 주고 있다. 그러나 프로그램의 반복적, 지속적 시행이 이루어진 이후에 아동의 빗속사람그림검사(DAPR)는 사전 검사 시점보다 스트레스 요소가 줄고 대응자원은 증가한 모습을 보여주며, 아동의 자기표현이 향상되었고 능동적이 되었다는 교사의 보고와 함께 프로그램의 긍정적 효과를 보여주었다. 또한 아동들은 특히 심호흡 등 신체의 긴장 이완을 돕는 준비(Warm-up) 활동을 거의 외우고 있으며 친구나 가족에게 알려주었다고 말하는 등 프로그램을 긍정적으로 받아들이고 잘 활용하고 있으며, 프로그램을 통해 긍정적 정서와 신체 활동을 경험한 것으로 보인다. 이를 통해 볼 때 아동에게 있어서 스트레스 조절 기술의 체화와 대응력 향상을 기대해 볼 수 있다.



아동의 변화에 대한 언어적 보고는 교사들의 인터뷰에서 더 풍부하게 나타난다. 교사들에 의하면 프로그램 후에 학생들의 지진 후유증이 줄어들었고, 출석률이 향상되었으며, 자기표현과 참여도, 창의성, 자신감이 증가하였다고 보고되었다. 또한 학생들의 사회적 행동에 긍정적 변화가 나타나, 학생들 간에 서로 협력하고 지지하는 행동이 증가하고, 교사와의 관계가 매우 친밀해졌다고 보고하였다.



굿네이버스 심리사회적지원 프로그램에 참여하고 있는 아동들의 모습

아동 질적 분석 결과

	항목	평균
사전검사		<p>비의 양과 질 화지를 가득 채운 많은 양의 비가 나타나고 비의 필압이 매우 강하여 아동이 느끼는 스트레스의 양이 매우 많은 것으로 여겨짐.</p> <p>인물의 묘사 인물의 크기는 상대적으로 매우 작고 유아적인 모습으로 그려져 아동의 자아강도는 다소 약하게 보임.</p> <p>보호 장비 비로부터 인물을 보호하는 우산이 그려졌으나 손으로 적절히 잡고 있지 않으며 우산이 인물을 완전히 덮지 못하고 있음. 또한 비가 우산과 인물의 경계를 침범하고 있어 아동이 스트레스에 적절히 대응하지 못하는 상태로 볼 수 있음.</p>
사후검사		<p>비의 양과 질 화지의 중앙에 표현된 인물과 집을 모두 덮은 거센 비와 구름이 강한 필압으로 묘사됨.</p> <p>인물의 묘사 매우 작은 인물과 집을 화지 중앙에 표현함.</p> <p>보호 장비 보호 장비는 나타나지 않음. 이 그림에 대해 아동은 '집이 젖어서 나는 집 밖으로 나와 있다.'라고 적음. 이 아동은 지진 때 집이 무너지는 피해를 경험한 후 이에 대한 불안을 드러내고 있던 아동으로, 프로그램을 통해 외상 경험이 재처리되는 과정에서 그에 대한 외현화가 이루어진 것으로 보임. 인물은 매우 작고 비는 거세지만, 아동은 집이 무너져도 다치지 않도록 '밖으로 나와 있는' 자신을 표현하였으며, 상황에 대한 두려움을 통제하기 위해 전체 상황을 매우 작게 표현한 것으로 볼 수 있음.</p>
추수검사		<p>비의 양과 질 비의 양은 화지를 거의 덮고 있으나 필압이 약해짐.</p> <p>인물의 묘사 크고 분명하게 그려졌으며 신체의 표현이 정확하고 세부 묘사가 풍부함.</p> <p>보호 장비 우산을 손에 안정적으로 들고 있고 몸 전체를 덮는 크기와 위치로 그려져 비로부터 잘 보호하고 있으며 신발을 신어 발을 보호하고 있음. 이를 볼 때 아동의 스트레스 대응력이 강화되었다고 여겨짐.</p>

출처 : 네팔 지진피해지역 심리사회복지원을 위한 예술심리치료 프로그램 효과성 연구보고서, p.50

Recommendations |

향후 인도적 지원 상황에서의 아동보호사업을 효과적으로 적용하기 위한 제언

아동에 대한 프로그램 시행의 지속적 효과를 담보하기 위해 교육 및 매뉴얼을 통해 프로그램의 반복·지속적 시행을 명확하게 권고하며, 관리를 통해 지속적으로 동기부여 할 수 있는 장치가 필요하다.

본 프로그램은 소수의 전문가의 단기 개입으로 종료되는 것이 아니라, 현지 전문 인력 및 교사들의 교육을 통해 프로그램의 지속적 활용과 유용성을 높이고 지역의 자체적인 회복 역량을 강화하는 방식으로 기획되었다. 이를 위해 교사들이 프로그램을 깊이 있게 이해하고 주체적으로 활용할 수 있도록 프로그램의 핵심 내용과 치료기제에 대한 설명 및 지진 피해 아동 돌봄 관련 정보를 담은 교사교육 매뉴얼(활용 지침서)을 제작하여 교사들의 위기대응능력을 향상시키는 것이 중요하다. 또한 워크북 키트를 통해 물질적으로 열악한 재난 현장에서 프로그램 실행에 필요한 물자를 효율적으로 제공할 수 있도록 한다.

피해를 입은 사람들에게 낯선 프로그램의 시행이 또 다른 스트레스 요인으로 작용할 가능성이 제기된 바, 트라우마 경험자의 특징인 과각성의 상태가 감각적 예술 경험을 통해 완화되도록 감각재료의 사용을 추가하는 활동이 필요하다.

재난 및 위기상황으로 인해 피해를 입은 사람들에게 본 프로그램은 낯선 매개체로서 또 다른 스트레스 요인으로 작용할 수도 있다. 이에 과각성 상태를 경감시키기 위해 피해자들이 재난 이전 활용하던 감각재료(자연물, 문구류 등)를 활용하여 이들의 스트레스를 완화할 수 있도록 지원하는 것도 방법이 될 수 있다.

아동에 대한 효과성 측정을 위해 문화적 배경, 언어적 이해도를 고려하고 트라우마 증상의 완화를 잘 반영할 수 있는 아동용 검사 척도가 필요하다.

아동에 대한 효과성 측정을 위해 자기보고식 척도(IES-R)를 사용해본 결과, 네팔의 언어적, 문화적 특성과 아동의 특수성으로 인해 언어적 자기보고를 통해서 아동의 변화를 측정하기 어려운 면이 있었다. 향후 유사한 상황에 효과적으로 대응하기 위해서는 문화적 배경, 언어적 이해도를 충분히 고려한 아동용 검사 척도가 마련될 필요가 있다.

약어

줄임말	영문명	국문명
CBT	Cognitive Behavioral Therapy	인지행동치료
CCI	Creative Crisis Intervention	예술위기개입
CFS	Child Friendly Space	아동친화공간
DAPR	Draw-A-Person-in-the-Rain	빗속사람그림검사
IASC	Inter-Agency Standing Committee	인도적지원 기관 간 상임위원회
IES-R	Impact of Event Scale-Revised	사건충격척도수정판
PTSD	Post Traumatic Stress Disorder	외상 후 스트레스 장애
UNCRC	UN Convention on the Rights of the Child	유엔아동권리협약

참고문헌 |

굿네이버스. 서울여자대학교(2018). 네팔 지진피해지역 심리사회적지원을 위한 예술심리치료 프로그램 효과성 연구.

굿네이버스(2017). 굿네이버스 인도적 지원 분야 심리사회적지원 프로그램 세부 실행 가이드.

굿네이버스(2019). '굿네이버스 아동보호사업(심리사회적지원사업)의 이해' 실무자 발표자료.