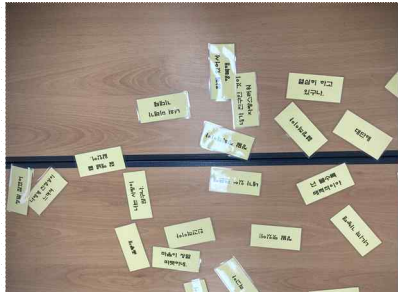


미술심리상담사(2급) 작업일지

날 짜	2023 년 5월 15일 (월요일)	회 기	2회기
주 제	미술치료의 역사적 고찰 및 긴장 완화 활동	기록자	이우연
목 표	긴장완화를 위한 ‘예쁜 내 얼굴 만들기’ 및 ‘감정 공감체험’ 활동		
매 체	A4용지, OHP필름, 유성매직, 호일, 양면테이프, 감정카드		
진행과정 (Process Recording)	*‘예쁜 내 얼굴 만들기’활동 요령 1. OHP필름을 얼굴 가까이 대고, 짝은 그 위에 얼굴 본을 든다. 2. 본뜬 얼굴그림을 수정 한 뒤 뒤집어 색칠하여 완성한다. 3. 호일을 주름지어 구긴 다음 살짝 핀 후 4. 완성한 OHP필름의 얼굴그림을 주를 호일에 뒤집어 얹어 양면 테이프로 고정시킨다. 5. 도화지를 호일 뒤에 대어 마무리한다. *감정공감 체험 세우는 말, 소통의 말 1. 최근에 가장 힘들었던 상황을 생각해 보고 그 때 들었던 감정을 표현할 카드(2개)를 선택한다. 2. 팀원들에게 선택한 카드에 담긴 스토리를 소개한다. 3. 팀원들은 그 상황에서 들었으면 좋았을 법한 말을 감정카드에서(1개) 고른다. 4. 각자 자신이 선택한 감정카드에 적인 말을 돌아가며 말해준다. 5. '팀원들이 해준 말을 들은 나의 마음'은 어떤 마음일까? 소감을 이야기 한다.		
활동 작품	  * 예쁜 내 얼굴 만들기 * 감정공감 체험		
감상 및 평가	‘예쁜 내 얼굴 만들기’는 OHP필름을 사용하여 짝과 함께 진행하는 작업이었다. 투명한 필름 뒤로 있는 짝의 얼굴선을 그리는 행위를 통해 3차원을 보면서 2차원에 선을 따라가는 것이 스스로 집중하게 만들었다. 반대로 내 얼굴이 필름 아래에 있을 때는 약간에 초조함과 어색함을 참아야 했던 것 같다. 마지막으로 짝이 그려준 내 얼굴에 색칠을 하면서 동시에 내가 좋아하는 색깔을 고민하면서 나를 찾으려는 노력을 했다. 같은 도구로 그렸지만 서로 각기 다른 얼굴의 모습에 서로 기뻐하고 쑥스러워하던 모습들 속에서 소중한 재미가 있었다. 감정공감 체험은 여러 가지 문장이 적혀 있는 감정 카드를 통해 최근에 있었던 힘들었던 상황을 이야기로 풀어 나갔다. 감정 카드에 사용된 문장들은 다소 긍정적이고 힘이 되는 말들로 이루어져 있어서 힘들었던 에피소드를 따뜻한 말로 스스로를 극복하고 타인에게 힘에 되어 주는 말을 하면서 나 스스로가 가치 있고 소중한 사람일 수 있다는 생각을 했다. 말이 방향성을 가짐으로써 말, 그 이상의 의미인 대화를 통해 언어의 사회성과 치유의 힘을 다시 한번 더 확인할 수 있는 짧지만 뜻깊은 활동이었다. 개인적으로 마흔이라는 현재 시점에서 다른 사람들의 과거와 미래로 간접으로 경험하고 공감할 수 있었던 활동이었다.		