

우울, 불안 특성을 보이는 청소년에 대한 상담사례연구

A Case - Study of Counseling with a Depressed Adolescent

한국아동가족상담센터
부소장 최진아

Korean Child-Family Counseling Center
Director : Jin Ah Choi

◀ 목 차 ▶

- | | |
|----------------|--------|
| I. 서론 | IV. 논의 |
| II. 사례개요 | 참고문헌 |
| III. 상담과정 및 결과 | |

<Abstract>

In this case- study, sandplay therapy and verbal therapy were used on an adolescent who was depressed, lacked motivation, and suffered from anxiety issues related to conflict with a sibling and oppressive parents who did not show much affection.

In total, 69 counseling sessions, including sandplay and verbal therapy, were conducted. Sandplay therapy was applied at the beginning to the middle stages, after which verbal therapy was applied until the final stage.

During sandplay therapy, the adolescent exhibited the hero's journey and ego development. During the verbal therapy, the adolescent began to effectively express emotion based on his strengthened ego. He recovered his confidence based on self awareness which ultimately allowed him to resolve and overcome his internal conflicts.

주제어(Key Words) : 우울(depression), 모래놀이치료(Sandplay), 영웅신화(hero's journey).

I. 서론

청소년기는 신체적, 생리적인 급성장과 더불어 정서적으로 예민하고 불안정해지는 특성을 보이는 심리적 격동기이다. 더불어 독립성을 추구하고 자아정체감의 확립이라는 발달적 과업을 수행해야 하는 중요한 시기이기도 하다. 이러한 변화의 시기에 학교생활, 또래관계, 가정생활영역, 신체/건강영역, 습관/태도 등과 관련된 다양한 문제들은 청소년의 스트레스 수준을 증가시키게 되고 사소한 문제 행동을 포함한 심각한 부적응을 야기 시키게 된다(김미례, 홍경자, 양승남, 2002).

청소년기 부적응 행동은 가출, 공격성, 비행 등의 외현화된 문제와 우울/불안, 위축 등의 내재화된 문제 등 다양하다. 외현화된 문제행동은 두드러지게 표출되어 지는 특징으로 인하여 그동안 많은 사회적 관심을 받아왔고 그에 따른 치료적 개입이 논의되고 보고되었다. 한편 내재화된 문제에 대해서는 최근에야 관심이 고조되고 있는데 특히 청소년기에 그 빈도가 급격하게 증가하는 우울증은 개념 자체에 대한 논란과 더불어 발달적 관점과 문제행동적 관점이 제시되어 왔다. 발달적 관점은 우울증이 발달단계에서의 청소년의 인지적, 정서적 변화에 기인한다는 것 즉 발달의 과정에서 일어날 수 있는 자연스러운 현상이라는 것이다(김은정, 오경자, 1992; Merten, Lewinsohn, & Hops, 1990). 반면 우울과 같은 정서적인 문제들을 단순하게 정상적인 발달의 일부분으로 보지 않고, 치료적 개입이 필요한 문제행동으로 보는 입장이다. 후자의 입장은 심리적이고 정서적인 문제를 보이는 청소년의 상당수가 성인기까지의 정신적 장애를 나타내고 있다는 점(Kazdin, 1993), 우울 특성이 청소년 가출, 비행, 자살 등과 같은 외현화된 문제 행동으로 발전하기도 한다는 점에서 더욱 관심을 받고 있다. 또한 Achenbach(1991)는 우울한 청소년은 사회적 관계를 회피하고, 문제를 많이 일으키며, 정상적인 사고에서의 어려움, 주의력에서의 문제, 자기 파괴적이고 공격적인 행동을 하는 경우가 많다고 보고한다. 따라서 청소년기의 정서적 문제가 다른 심리, 행동적 문제를 야기하기 전에 적절한 치료적 개입이 필요하다고 할 수 있다. 특히 쉽게 발견되기 어려운 내재화된 문제 행동인 우울과 불안을 갖는 청소년에 대한 관심과 연구가 필요하다고 할 수 있다.

한편 청소년을 대상으로 한 상담에서는 지금까지 주로 언어적 심리 상담 기법이 적용되어 왔다. 그러나 최근에는 청소년이 자기의 내적 체험을 언어적으로 표현하는 것이 어렵고, 성인과 달리 자발적으로 상담에 참여하는 경우가 많지 않기 때문에 비언어적 의사소통을 통한 접근방식이 효과적이라고 제시되고 있다. 이에 Oaklander(1988, 재인용)는

청소년기의 발달적 단계에 활용하는 놀이기법으로써 미술 놀이, 게임, 극놀이 등을 제안하였다. 박희현(2006)도 놀이 치료기법의 활용이 청소년들의 자기 감정의 표현을 촉진시키고, 비언어적 방식으로 갈등들을 해결하게 하며, 청소년 자신과 사회적 관계에 대한 이해를 증가시킬 수 있음을 제시하였다. 이러한 견지에서 우울한 청소년에 대한 치료적 접근으로써 개인 또는 집단 미술치료(성복순, 2006; 엄윤미, 백양희, 2005), 모래놀이치료(김보애, 2004; 야마나카, 김유숙, 2005), 무용/동작 치료(구수연, 2008; 홍정의, 2007), 음악치료(김재옥, 2007)등의 치료적 기법이 보고되었다.

불안특성을 보이는 청소년에 대해서도 자기성장 집단 상담(임혜경, 2003), 인지행동적 집단 치료(류은수, 2006)와 같은 언어를 매개로 한 상담이 보고됨과 더불어 모래놀이치료(야마나카, 김유숙, 2005), 집단 음악치료(김재옥, 2007) 등 다양한 치료적 기법이 보고되고 있다. 박미정(2003)은 상담소에 입소한 비행청소년에 대한 치료공동체 생활, 모래놀이 치료, 개별상담 등의 통합적 접근을 통하여 비행청소년의 우울이 감소되었음을 보고 하였다.

이러한 언어적, 비언어적 상담기법을 포괄하는 접근은 상담의 초기에 언어적으로 자신을 표출하는데 어려움을 겪는 청소년의 자기표출과 인식에 도움을 주게 될 것으로 생각되고, 상담이 진행되면서 적절한 언어적 소통을 통하여 자기인식과 자각을 명료화하게 정리하는데 도움을 줄 것으로 생각된다. 이에 본 연구는 언어적 심리상담 및 비언어적 상담기법의 하나인 모래놀이치료를 병행하여 실시하였다.

모래놀이치료는 인간이 치유와 전체성을 향하는 동기를 갖고 있다는 융의 가설을 토대로 하는 접근방식으로 내담자의 저항을 극복하는데 효과적이고, 빈약한 언어적 능력을 갖고 있는 내담자에게 사용될 수 있다는 점에서 아동과 청소년에게 효과적으로 적용되고 있다(이정숙, 고인숙 역, pp. 16-26). 내담자는 모래놀이치료를 통하여 무의식에 정리되지 않은 채 침전되어 있는 심리적 상처와 분노, 좌절 등을 맑게 분출하게 되고, 자아가 자신의 그림자를 자각하게 되며 자기를 만나는 계기를 얻기도 한다. 이러한 이유에서 우울과 불안 등의 심리적 문제를 지닌 아동, 청소년에게 적용되어 활용되고 있으나 청소년에 대한 연구는 미미한 수준이다(김보애, 2004; 전애영, 2005).

김보애(2003, pp. 175-211)는 심리적 불안과 약물남용, 도벽, 학교부적응 등의 복합적 문제를 가진 청소년을 대상으로 한 모래놀이치료를 통하여 내담 청소년이 자신의 세계를 맞닥뜨려 바라보고 표현 할 수 있는 힘과 긍정적인 전망을 갖게 되었음을 보고하였다. 야마나카와 김유숙(2005, pp. 203-234)의 연구에서도 우울하고 불안한 여아가 28회기의

모래놀이치료를 통하여 진정한 무의식 세계에서의 통합으로 나아가는 여정과 그 여정을 통해 자신을 제대로 발견하여 나갔음을 보고하였다. Kawahara(1998)는 언어화가 어렵고 위통과 학교거부 경향을 갖는 심리-신체적 장애 남아 청소년 3명을 대상으로 모래치료와 꿈 작업을 실시하였고, 그 치료적 효과를 보고하였다. 또한 박영애와 김은영(1999, pp. 66-80)의 언어적 상담기법을 통한 사례연구에서는 자신의 부정적 경험을 억압함으로써 삶의 에너지가 소진되고 우울을 경험했던 내담 청소년이 상담의 과정을 통하여 핵심갈등의 노출, 상담자의 공감, 해석 및 내담자의 자각을 통해 에너지를 회복하고 생활이 호전되었음을 보고하였다.

이와 같이 우울과 불안을 경험하는 청소년에 대한 개입은 청소년이 내적 갈등을 해결하고 자신을 발견하며, 새롭게 적응해나가게 하는데 효과적이다.

이에 본 연구에서는 우울하고 불안한 청소년을 대상으로 자신을 마음껏 표현하고 자신의 감정을 표출하며, 자신과 맞닥뜨리는 경험을 통해 자기 내부의 힘을 발견하게 하기 위하여 모래놀이치료를 실시하였다. 또한 자신의 마음을 적극적으로 표현할 수 있는 동기를 부여하고, 강화하면서 언어적 심리 상담을 병행하여 실시하였고 이때 좀 더 의식적이고, 직접적인 이슈를 다루었다. 이를 통하여 우울하고 불안한 청소년에 대한 다양한 치료 기법을 적용하고 그 의미와 효과를 제시하고자 하였다.

II. 사례개요

1. 내담자와 가족사항

*내담자 : 중학교 2학년(남)

*가족사항 : 부(40대, 자영업), 모(40대, 자영업), 형(대학교 1학년)

내원당시 중학교 2학년인 내담자는 까만 얼굴, 곰솔머리에 보통의 키, 약간 살이 쪼인 모습이었다. 눈을 잘 맞추지 않으면서 귀밑의 머리카락을 쓰다듬거나, 손톱 옆을 뜯는 등 불안해 보였다.

내담자의 부는 자수성가 하였고, 칭찬에 인식한 편이다. 청소를 강조하는 등 다소 강박적인 태도를 갖고 있으며 내담자가 자기 것을 잘못 챙기거나 방을 청소하지 않는 경우 심하게 꾸짖는다고 한다. 이에 내담자와의 관계가 좋지 않다. 모는 부모다는 덜하지만 고지식한 편이다. 이성적이고 감정의 표현이 부족한 편이다. 모는 내담자의 형에 대해서는 확실한 성격이라서 걱정이 없고 침착하며 부를 닮은 성격으로 경우가 없는 편이 아니라고 한다. 형은 청소를 잘하는 등 부와 갈등이 거의 없다.

2. 발달사 및 모의 주 호소문제

모의 직장관계로 4세경까지 이모가 양육하였는데, 이모는 무조건 예뻐하고 사랑하는 스타일이다. 그러나 부모는 엄격하게 대하였기 때문에 야단을 많이 맞는 편이었다. 사진을 통해 보면 7세까지는 밝고 명랑한 성격이었고, 초등학교 때는 공부도 뛰어나게 잘하였다. 초등학교 4학년 때부터 전장놀이 그림을 자주 그렸고, 과외교사에 의하면 총명한 아이였으나 중학교 1학년이 되면서 변한 것 같다고 한다. 최근에는 성적이 떨어졌고, 공부에 대한 회의, 자살에 대한 생각 등에 대해 이야기를 하였고, 거짓말을 많이 하며, 처음엔 싫다고 했다가 이내 좋다고 하는 등 이랬다 저랬다 하는 경향을 보인다. 때로는 감정통제가 안되어 벽을 손으로 치거나, 벽지를 찢는 등의 격한 행동을 하기도 하였다. 최근에는 과외교사의 상담에 대한 권유가 있었고, 내담자 스스로가 상담을 받고 싶다고 하여 내원하게 되었다.

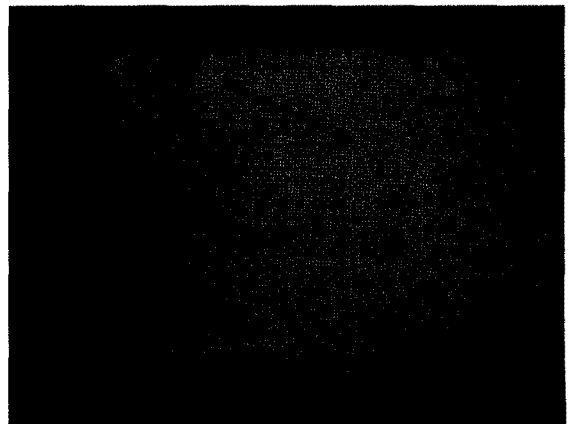
3. 심리검사

내담자의 심리상태를 살펴보기 위하여 집-나무-사람 그림검사(HTP), 성격평가 질문지(PAI)를 실시하였다.

1) HTP

집 그림에서 어떤 집을 그려야 할지 모르겠다면서 3분 이상 머뭇거리다가 15분에 걸쳐 집을 그렸다. 자주 수정하고, 연한 선으로 스케치하듯이 희미하게 그려나갔고, 집 전체를 벽돌모양으로 규칙적으로 그리다가 바뀐 것이 싫다면서 지우고 자를 달라고 하여 자를 대고 그려나갔다. 불안, 소심함과 강박적인 경향이 시사되었다.

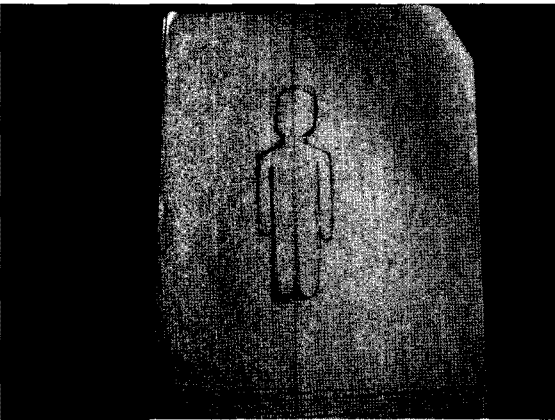
나무그림에서도 불연속적인 연한 선으로 스케치 하듯이 그리며 덧칠을 하였고 시간이 많이 걸렸다. 융통성의 부족과 경직, 외부세계와의 사이에서의 긴장감과 우울, 불안적 경향 등이 시사되었다.



〈사진1〉 집그림 검사 - 사전검사



〈사진2〉 나무 그림 검사 - 사전검사



〈사진3〉 사람 그림 검사 - 사전검사

사람그림에서도 연한 선으로 스케치하듯 표현하였고, 얼굴형을 수정하면서 그렸다. 이목구비가 없는 얼굴에 두 팔과 다리가 몸에 붙어 있는 경직된 모습이었다. 대인관계의 갈등으로 인한 심한 회피나 위축감, 혹은 공허감이 수반되는 우울, 자기 성취감이 매우 부족한 상태에 있을 가능성이 시사되었다.

2)PAI

PAI를 실시하였으나, 바람직하지 못한 인상을 과장하기 위해 반응을 왜곡했을 확률이 높아 그 결과를 사용할 수 없었다.

4.내담자 면접

조용하고 낮은 톤으로 부모와 형이 자신을 부당하게 대했다는 사실을 담담하게 이야기하였다. 모에 대해서는 “엄마는 거의 내 말을 들어주지 않는다. 내 말은 무시한다. 내가 말하는 것을 모는 안 들어 준다. 형의 말만 믿어준다”라고 하였다. 형에 대해서는 “형은 자신이 컴퓨터를 사용하면서도 나에게

사용하지 못하게 한다. 형은 어릴 때부터 나를 때리고는 엄마 앞에서는 이유가 있었다면서 핑계를 댄다. 형은 엄마가 없으면 나를 때린다. 지난번에도 형에게 맞아서 멍들고, 지금도 발 정강이와 팔뚝이 부어있다. 아빠에게 형이 때린 이야기를 하면 둘 다 맞았다. 그래서 나중엔 말을 못하게 되었다. 맨 날 혼날까봐 신경 쓰이기도 한다”라고 하였다. 최근에 경험한 어려움에 대해서는 “초등학교 6학년때까지는 혼자 방안에서 가만히 있어야 했고, 요즘은 집에 있으면 화가 나고, 눈물이 나고 답답하다. 아마 6학년 때 부터 그랬다. 밖에서는 답답하지 않는데 집에서는 답답하다. 왜 공부해야 하는 건지도 모르겠다. 죽고 싶다. 내려 두고 싶다. 그래서 상담을 받고 싶다고 엄마에게 이야기했다”고 하였다. 내담자는 면접 내내 손톱 옆을 자꾸 뜯으면서 갈라져서 튀어나온 것이 신경이 쓰인다고 하였다. 또한 손바닥의 아물어 가는 상처의 딱지를 손으로 열심히 뜯으며 “아! 뻤다”라고 하였다. 학교에 대해서는 “학교에서는 어려움이 없고 친구들도 있다”고 하였다. 소원에 대한 질문에 “어릴 때 소원이 형보다 일찍 태어나서 형을 때려줬으면 하는 것”이었다고 한다. 부에 대해서는 “형에게 덤비면 용서하지 않는다는 분위기다”라고 하였다.

5.사례개념화

본 내담자는 칭찬이나 인정에 인색했던 엄격한 부모 인해 강력한 남성성을 내재화하지 못하고 자아의 발달에서 어려움을 경험하였다. 한편 권위를 남용하면서 어릴 때부터 자신을 괴롭히고 때렸던 형에 대한 분노와 수치심이 누적되어 온 것으로 보인다. 모 역시 내담자의 의사를 존중하거나 믿어주지 않았던 탓에 심리적으로 좌절되어 온 것으로 본다. 이에 내담자의 가족에 대한 미움과 분노가 심화되었고, 이를 적절한 방식으로 표현할 기회나 자신의 갈등을 수용할 만한 내외적 자원마저 갖지 못함으로써 점차 우울과 무기력, 불안, 때로는 공격적인 행동, 자해 등의 부적응 행동이 나타난 것으로 보인다. 더불어 학업을 포함하여 점차 생활의 기능 저하로까지 심화되고 있다고 볼 수 있다.

6.상담목표

- 1)우울, 불안, 분노 등의 부정적인 감정들을 표현한다.
- 2)자기 인식을 통해 자아를 발견하고 발달시킨다
- 3)가족관계, 학교에서의 적응력을 증진시킨다.

Ⅲ. 상담과정 및 결과

모래놀이치료와 언어 상담을 주로 실시하였고, 2005.11.11부터 2007.11.26일까지 주 1회 총 69회기의 상담을 실시하였

는데 2005.11.11~2007.2.23까지 1차 상담을 실시하였고 종료한 지 4개월 만에 상담을 재개하여 2007.5.6~2007.11.26까지 2차 상담을 진행하였다. 본 연구에서는 상담 과정에 따라 그 내용을 요약하고 과정요약의 말미의 괄호 안에 모래상자에 대한 내담자의 표현을 기술하였다. 또한 상담자의 개입 및 의견을 기술하였다. 중요한 회기의 모래 상자의 사진은 부록에 제시하였다.

1. 상담과정

1) 상담초기

:제1-8회기(2005.11.11~2006.1.29)-인정받지 못하고 버려진 자아

형에 대한 자신의 억울함을 담담하게 호소하였고, 형과 부모에 의해 인정받지 못한 자신을 모래상자를 통해 표현하였다.

(1)과정요약

1-2회기 동안에 형에 대한 부모의 편애와 미움, 형이 자신을 부당하게 때리고, 괴롭혔던 것에 대한 억울한 감정을 담담한 어조와 낮은 톤으로 표현한다. 주로 소극적인 표현을 한다(그래서 좀 싫어요. 좀 많이 억울했죠). 맨 날 죽고 싶었다고 호소한다. 친구들과 놀 때는 편안하였다고 한다. 상담시 가끔 손톱으로 머릿속을 극적저렸는데, 머릿속에 피딱지가 가득하다.

3회기(모래1:기습)에서 모래상자를 만든다. 각자 무기를 든 레고 사람들을 조립한다. 우측중앙에 성곽을 배치하고 우측에 작은 호수를 만든다. 우측에 장교 2명과 사병 4명, 해적들을 여기저기 배치한다. 중앙에 수풀을 배치한다. 좌측에는 의자에 앉은 사령관, 부사령관, 하수인, 해적들을 배치한다. 좌측의 해적들을 우측의 성곽 안으로 이동시킨다. 마지막에 좌측 상단에 원두막을 배치하고 군인 한명을 원두막 안에 놓는다(자신의 마음을 누구에게도 이야기 할 수 없어서 속으로 참고, 그것이 지금은 일상이 되었다. 성곽을 배치하고 싶었는데 일단 성곽재료가 똑 같은 것이어야 된다는 생각이 들고, 다르게 해보려고 해도 마음대로 안 된다. 우측 요새는 원래는 좌측의 것이었다. 그들이 자기 땅을 지키려고 성곽을 쌓았다. 그들은 요새를 빼앗겼고, 현재는 그것을 되찾기 위해서 공격하고 있는데 우측은 이를 눈치 채지 못했다. 기습이다).

4회기에서는 한숨을 쉬면서 아무 일이 없었는데도 한숨이 나온다고 한다. 형의 간섭과 잔소리, 폭력에 대해 이야기하면서 한숨을 쉰다. 5회기(모래2:000 도굴단)에서는 도굴단과 원주민을 배치하였다(000도굴단이, 그 사악한 놈들이 원주민에게 도굴을 시킨다. 영웅은 자기 이익을 구치 않고, 사람

다운 것이 영웅이다). 6-7회기에서는 가만히 있을 때 이유도 없이 화가 난다. 가만히 있어도 한숨이 나온다 라고 한다. 7-8회기에서는 원주민이 악당과 전투를 하고, 결국 모두의 죽음으로 결말을 짓는다.

(2)상담자 개입 및 의견

1-2회기에서는 형에 대한 억울하고 화나는 심정을 수용해 주었고, 감정을 반영시켜 주었다. 피딱지가 가득한 머리를 보면서 상담자의 마음이 짠하고 속상하다고 말해주었다. 3회기(모래1)에서는 어릴 적에 너무 좋아했던 레고를 발견하고 만들기 시작한다. 동일한 소재와 재료의 피겨를 사용하여야만 마음에 편안하다고 하면서 강박적인 자기 자신, 마음대로 조절하지 못하는 행동상의 어려움에 대해 표현하였다. 그러나 모래상자에 레고와는 다른 소재인 군인을 우측에 몇 명 배치했고 모르는 척 했다. 좌측의 해적들이 우측으로 은밀하게 공격하는 것을 무의식이 현실을 조용히 점령하는 것이라고 볼 수 있을 거 같다. 또한 내담자는 차남으로써 부모에게 인정받지 못하고, 억울한 자신의 모습을 버려진 패잔병의 모습(원두막 안의 군인)으로 표현한 것으로 보인다.

4회기에서는 한숨을 쉬면서 의기소침해 있는 내담자에 대해 공감과 수용을 해 주었다(정말 많이 힘들구나, 너도 모르게 한숨이 나올 만큼 답답하구나). 5회기(모래2)에서 사악한 이(해적 또는 도굴단)와 착한이(원주민과 영국군)가 대조를 이루면서 등장한다. 그러나 투쟁은 없고 도굴단의 일방적인 착취만이 존재한다. 내담자는 이를 해결할 영웅을 바라고 있었으나 거부 절미하고 영웅에 대해서 언급만 한다. 6-8회기에서는 일상생활 속에서의 불공평을 토로한다. 상담자는 내담자의 화와 분노, 억울한 감정을 반영시켜주었고, 일반화되어 있고 편만해 있는 감정에 대해 구체화시키고자 “어떤 때, 어떤 생각이 들면, 무슨 일이 있었나, 어떻게 했나?” 등의 질문을 하였다. 내담자는 점차 실제 일어난 일을 묘사하였다. 한편 내담자가 꾸민 스토리는 동일하게 반복되었는데 악한이와 착한이의 갈등과 투쟁이었다. 잠시 신의 도움을 받아 착한이가 이기는 듯 싶다가 승자가 없이 모두 허망하게 죽는 것으로 끝났다.

2)상담중기 1

:제9-18회기(2006.2.2~4.5)-자아의 성장

9회기(모래3)에서 악어기사라는 영웅이 등장한다. 처음엔 무기력하고 나약한 악어기사가, 죽음과 실패, 위기와 성장을 반복하면서 때로는 부의 도움, 제사장의 도움 등을 받아 점차 강력한 존재로 성장된다.

(1)과정 요약

9회기(모래3:악어기사의 등장)에서 좌에서 우로 흐르는 강, 전설의 검이 있는 요새와 전설적 인물(악어를 타고 다니는 기사)을 배치한다. 영국군, 원주민, 해적, 배를 배치한다(영국군과 원주민은 한편이고 이들은 해적과 투쟁한다. 영국군과 원주민은 해적에게 패하지만 악어 기사가 등장하여 해적대장을 죽이고 전과를 올린다. 그러나 악어기사는 해적에게 당하고 빌빌거린다). 10회기(모래4:용이 된 악어와 악어기사 그리고 엑조디아)와 11회기(모래5:봉인에서 풀려난 엑조디아와의 사활을 건 전투)에서는 악어기사와 엑조디아의 투쟁을 그렸다. 어려운 투쟁 과정 속에서 결국 악어기사가 승리한다.

12회기(모래6:부의 탈옥)에서는 강, 성곽을 만든다(이쪽이 해적단 소굴이에요). 막사를 찾더니 레고로 만들어서 우측상단에 배치한다(해적들의 대충지은 소굴이다. 집이다). 잔디, 잔디 앞에 무기고, 해적의 집에 행성의 빛(초록불)을 꽂는다(행성의 빛을 탈취하면 전쟁이 끝난다). 보석을 집안에 놓는다. 좌측상단에 원주민, 족장, 영국군, 악어기사를 배치하고 우측 해적의 소굴 안에 해적들을 배치한다. 감옥, 감옥 위에 검은 악마(사악한 녀석으로 양쪽 다 죽이려고 한다)를 배치한다. 감옥 안에 악어기사의 아버지가 있다(부를 탈출시켰다. 그러나 결국 부는 기력이 소진되어 다시 감옥에 갇혔고, 제사장이 악마를 봉인시켰다. 결국 아버지는 지쳤고 제사장은 봉인시켰고, 악어기사는 싸워서 지켰다).

13회기에서는 한숨을 많이 쉬면서 개혁을 해서 힘들다고 한다. 또 학원에 대한 압박감에 대해 토로하고 지겹지만 그럭저럭 공부하고 있다고 한다. 14회기(모래7:악어기사, 전 세계의 왕이 되다)에서는 좌측하단에 악어기사(직위가 상승했고, 전 세계의 왕이 되었다), 바이오맨, 제사장을 배치하고 중앙에 악어왕이 위치한다. 뒷줄에는 치졸한 영국군, 원주민, 해적 등 모든 사람을 줄을 맞추어 배치한다(모두 착해졌다. 센스 있게... 한마음 한 뜻으로 모였다. 이야기는 여기서 끝나겠죠...). 좌측 하단에 담, 문, 중앙상단에 요새(신전과 초록불)를 배치(아! 처음으로 잘 한 듯하다)한다. 우측하단에 강, 배, 수풀, 요새 앞에 무기고, 우측상단에 큰 나무(세계수), 좌측 상단 구석에 광산과 광부 두 사람을 배치한다.

15회기(모래8:악어왕의 죽음)에서는 악마가 용의 날개를 달고 대지를 쓸고 다니고 악마가 정령을 지배하였으며 땅의 돌들도 악마를 보호한다. 결국 악어왕이 공격을 받아 죽는다. 16-17회기에서는 자신의 현재 생활에 대해 이야기를 한다. 16회기에서 학원 선생님, 자신을 오해한 모에 대해 이야기 한다. 17회기에서 자신이 한심스럽고 불쌍할 때가 가끔 있다고 한다. 왜 살아야 하는지...돈 벌어서 뭐하나 하는 생각이 든다고 한다. 모가 공부를 강요하니까 짜증이 나고, 그럴수록 모는 더 공부를 강요한다고 한다. 자신의 삶을 고난의

연속, 혼란스럽고 못하겠다 등으로 표현한다.

18회기(모래9:교류)에서는 모래상자 좌측 1/3에 모래로 성을 쌓는다. 모래성 가운데를 뚫는다(길이 있어야지, 어느 곳이나 길이 있겠죠? 잘 모르지만...).

(2)상담자 개입 및 의견

9회기(모래3)에서 좌에서 우로 흐르는 강이 등장한다. 에너지의 흐름이 시작된 것으로 보인다. 상자에서의 투쟁이 나타났다. 내담자가 소망하던 전설적인 인물 즉 영웅이 등장한다. 그는 혼자서 아닌 악어를 타고 나타났다. 악어는 모성과의 지지적인 관계를 표현한 것으로 보인다. 내담자를 어린 시절에 돌보았던 이모와의 모성적 돌봄의 관계 또는 치료자가 내담자로 하여금 힘을 갖게 한 것으로 보인다. 이와 같이 내담자의 남성적 원형으로 추정되는 악어기사가 등장하기는 했으나 그는 해적과 싸우면서 빌빌거리는 무력한 모습이다. 무력한 원형을 묘사한 것으로 보인다. 10-11회기에서 엑조디아와의 사활을 건 투쟁이 계속된다. 가장 센 검과 무기고를 소유한다. 이는 내담자 힘의 증가를 보여준다. 또한 악어기사를 남성적 원형으로 볼 때 자아가 더 강해지리라는 희망적 변화를 볼 수 있다. 계속된 투쟁단계에서 자신의 자아를 강한 수준으로 재건하려고 노력한다.

12회기에서는 감옥에 갇혔던 부가 탈옥한다. 빼앗겼던 자신의 일부분을 회복한 것으로 보인다. 그러나 이내 부의 기력이 소진되고 감옥에 갇히는 것으로 표현했다. 아직은 부족함을 느낀다. 이때 족장이 제사를 지내서 악마를 봉인하는데 족장은 헬퍼로 보인다. 내부의 대극이 팽팽하고 격하게 진행되면서 불안을 느낀 내담자가 치료자로 보이는 헬퍼의 도움을 의지하기도 하면서 자아를 지켜 나가는 것으로 보인다. 결국 악어기사는 싸워 이긴다. 13회기에서는 학업에 대한 스트레스를 언어로 표현하였다.

14회기에서 다소의 통합을 보인다. 그동안 팽팽한 대극 하에 악마와 대적하여 힘겹게 승리했던 악어기사가 악어왕으로 등극한다. 전 세계의 왕이 된다. 전투가 끝나고, 하나가 된 것이라 한다. 내담자는 “아! 처음으로 잘한 것 같다”라고 감탄하면서 만족한다. 자신을 지켜가는 힘인 무기고와 행성의 빛인 초록불이 함께 유지되고 있다. 꽃과 잔디 등의 내면의 감성이 살아 올라오고 회복되는 것으로 보인다. 좌측 상단에 보석도 올라온다. 내담자는 이 시기에 부와 형에 대한 긍정적 표현을 하기 시작한다. 그러나 15회기에서 그림자의 강력한 힘에 압도당한다. 밀고 밀리는 대전투가 벌어지다가 악마가 악어왕을 죽인다. 죽음을 경험하고 이제 다시 재생하리라고 기대된다.

16-17회기에서는 모가 자신을 오해한 것에 대해 억울해한다. 모가 공부를 강요하는 것에 대해 지나치게 비판하면서

삶 전체를 고난의 연속으로 왜곡시켜 이해한다. 상담자는 모가 자신을 오해한 것에 대한 억울한 감정을 수용하고 공감해 주었다. 억울했던 것에 대해 기꺼이 수용해 주었다. 또한 자신이 불쌍하다, 고난의 연속이다 등과 같은 일반화되고 과장된 부정적 사고를 구체화시킬 수 있는 질문을 함으로써 내담자의 자기 인식을 증대시켰다(무엇이 한심스러운가? 어떤 때 불쌍하다고 생각되는가? 무슨 생각이 들면서 짜증이 나는가?). 18회기에서는 “길이 있어야 한다. 어느 곳이나 길이 있겠죠?” 라고 하면서 내담자 스스로 길은 있다고 지시해 주는 것으로 보인다.

3)상담중기2

19-30회기(2006.4.12 ~ 9.11)-자아를 지키고 영웅이 된다. 이제는 강력한 힘을 갖게 된 악어왕이 자신의 것을 지키기 위한 투쟁을 벌인다. 역시 모래놀이가 주를 이루었다.

(1)과정요약

19회기(모래10:신전을 지키기 위한 몸부림)에서 좌상단에 영국군, 악어왕, 악마, 바이킹 등을 놓는다. 족장, 해적, 고대신전(지도와 보물상자가 들어있다), 요새, 감옥 등을 배치한다(처음으로 내가 모래상자의 제목-신전을 지키기 위한 몸부림-을 지었다. 좌측과 우측이 결투를 한다. 고대의 신전을 지켜야 하고 그것은 힘들다. 또한 건물이나 요새나 전투 색깔이 있다. 완벽하고 행복한 것을 추구한다). 20회기(모래11: 최고의 무기를 소유한 악어왕)에서 영국군은 악어왕과 합류하고 해적단은 항복한다. 악마가 되살아나 신전 앞에서 결투한다(악어왕이 이긴다. 그러나 악마는 해적의 깃발을 들고 또 해적을 모은다). 21회기에서 컴퓨터를 못하게 해서 짜증난다고 한다. 형이 보고 싶다고 하면서 있을 때는 안 그랬는데...라고 한다. 칼이나 뿔망치 등을 휘둘러본다. 22회기(모래12:엑조디아와의 결투)에서 엑조디아와의 결투가 벌어졌고 악어왕이 이긴다. 내담자가 자신의 상태를 확인하고 싶어 해서 PAI-A를 실시하였다.

23회기(모래13:충성맹세)에서 자기가 좋아하는 용투구가 없어진 것을 알고 매우 속상해 했고, 계속 찾았다(모래실에서 분실되었다). 실시한 PAI-A결과 우울, 불안이 높고, 안정감이 부족하다고 설명해 주었더니 내담자는 동의하면서 자신의 모습에 대해 수용하였다. 모래상자에서 좌측하단에 강을 만들고 4대의 보트를 배치한다. 군인들을 중앙을 향하게 반원모양으로 배치한다. 2줄을 만든다. 좌우 주위에 나무를 배치한다. 좌측상단에 감옥을 중앙에는 신전을 우측에도 작은 신전과 보물상자를 배치한다. 중앙에 악어왕을 배치하고 악어왕 주위 사방으로 불을 배치한다(전투는 끝이 났고, 모두 악어왕 주위에 모였다).

24회기(모래14:뱀의 공격)에서도 여전히 용투구를 찾는다. 속상해한다. 다른 내담자가 가져간 것이 아닌지 조심스럽게 묻는다. 학교에서 친구랑 시비가 붙었다고 한다. 그전에는 그것을 도전으로 생각하고 반격을 가했지만 몇 일 전엔 장난으로 생각하려고 했다고 한다. 그러나 잘난척하는 애들을 보면 응징하려고 하는 마음이 많다고 한다. 뱀의 공격을 표현한다. 25회기(모래15:수호나무)에서는 노래방에 갔다고 한다. 처음엔 뭘 할 줄 몰랐지만 나중에 계속 노래를 했다고 한다. 뱀과 수호 나무를 지키는 원주민, 군인, 악어왕 등을 배치한다. 가운데 강을 만들고 모래로 좌우를 연결하는 다리를 만든다. 감옥, 신전, 제단을 배치한다(뱀이 허물을 벗고 괴물인 엑조디아로 변신하지만 악어왕과 대결해서 죽었다. 제사장이 제사를 지냄으로써 악귀가 죽었다. 끝이다).

26-27회기에서는 지금까지와는 다른 피겨들의 결투를 표현한다. 26회기(모래16:세기의 대결)에서는 공룡들, 뱀과 악어 등의 전투를 표현하였고, 27회기(모래17:미국의 처절한 혈투)에서는 연합군과 미군의 전투를 표현한다. 또 그동안 6kg 감량한 것, 수학경시대회에서 예선을 통과한 것에 대해 자랑스럽게 이야기 한다.

28회기에서는 자신과 학교생활에 대해 이야기한다. 아이들과 다룬 이야기, 공부하고 싶은 마음 등을 이야기한다. 29회기(모래18:붉은 화염검과 초록불 검의 대결)에서는 날마다 독서실에 간다고 한다. 좌측에 악당 두목(초록불 검을 들고 있다), 졸개들을 배치한다. 우측엔 붉은 화염검을 든 악어왕(느껴진다. 뜨거움)과 영국군, 원주민이 있다(초록불 검과 붉은 화염검이 쌍벽을 이루면서 서로 싸운다. 결국은 악어왕이 이겼다). 30회기(모래19:천군의 승리)에서는 우측상단에 레고 군인들을 좌측하단에는 한패의 군인들을 정렬한다. 서로 맞선다(상단은 하늘의 군대인 천군이다. 움직이려니 손이 귀찮다. 대장 6명이 모두 이겨버렸다. 옛날에는 내가 싫었었다. 지금은 좀 바뀌었다. 요즘은 많이 괜찮아 졌다. 지금 현재의 목표는 인간다운 인간이 되자는 것이다).

(2)상담자 개입 및 의견

이제는 강력한 힘을 갖게 된 악어왕이 자신의 것을 지키기 위한 투쟁으로 들어간다. 19회기에서는 지켜야 할 것(신전과 보물)이 생겼다. 소중한 것이 생긴 것이다. 매우 힘들고 어려운 일이지만 몸부림치며 지켜 나가고 있다고 한다. 내담자 자신도 이 과정이 어렵고 힘들다는 것을 인식하면서도 성장을 향해 나아가고 있는 것으로 보인다.

20-22회기에서는 결국 신전을 탈환하고 엑조디아를 해결해 나가고 있다. 이제 악어왕은 강력한 존재로 변화되었다. 팽팽하던 대극은 악어왕의 승리로 통합되어 간다. 이후 23회기에서 악어왕이 영웅이 되는 충성맹세의 장면이 나온다. 그

는 지금껏 전투에 참여 했던 모든 이들의 호위를 받고, 모래상자는 통합을 향해 간다. 그는 강력한 영웅으로 변한 것이다. 24회기 이후로 학교에서 있었던 일, 노래방에 갔던 일 등의 일상적인 이야기를 하기 시작하였다. 28회기에서는 학교에서 친구들과 싸웠던 것에 대해 이야기를 하였다. 지금까지는 가족에 대한 비난이나 억울함에 대한 호소가 주를 이루었는데, 처음으로 자신의 부정적 행동에 대해 솔직하게 쏟아 놓았다. 이는 자신의 부정적인 측면을 내려놓고 들여다볼 수 있는 심리적 힘이 생긴 것이라고 볼 수 있다.

마침내 29회기에서는 극명한 대극이 다시 표현되었고, 30회기에서 상단의 천군과 하단의 군인들의 투쟁을 표현하다가 이내 상단에 있던 천군의 승리로 끝을 낸다. 대장 6명이 모두 이기는 것으로 끝을 낸다. 그리고 더 이상 투쟁하고 싶어 하지 않는다. 앞으로 자기를 새롭게 구축해 갈 것으로 보인다.

4)상담 중기3

:31-50회기(2006.10.2 ~ 2007.2.23)-자신감의 향상과 부, 형에 대한 통합적 시각의 획득.

현실에서의 자기 인식이 증진되고 부, 형에 대한 통합적 시각을 갖게 되었다. 더불어 학교 적응력이 향상되었다.

(1)과정요약

31회기에서는 시험에서 만점 맞은 이야기를 한다. 그런데 “00과목이 100점이라요~”라는 방식으로 남의 말을 하듯이 한다. 자신의 긍정적인 면을 표현하는데 어색해 하고, 힘들어 한다. 부에 대해 억울하다고 하는 한편 부가 자신을 독립적으로 키우려고 했던 점을 이야기한다(아버지가 너에게 나쁜 영향을 준 것만은 아니구나). 또한 자신은 기분이 나쁘면 머리를 4번 정도 감기도 하고 책상 정리를 몇 시간 마다 한 번 하기도 하는 등 감정기복도 심하다고 한다. 32-34회기에서는 다이어트 성공담, 장래희망과 목표, 외모에 대한 관심, 여자친구, 학교 축제에서 노래를 부르게 되고, 학교 축제에서 기타 연주한 일, 특목고에 간 친구에 대한 부러움, 자신의 높은 시험성적, 장래의 꿈에 대해 이야기 한다. 35회기에서는 형에게 자신이 형을 좋아한다는 사실을 알리고 싶다고 한다.

36-42회기에서 학교, 친구, 성적, 여자친구, 자신의 외모에 대한 아쉬움, 이사 등 일상적인 이야기를 나눈다. 특히 36회기에 음악선생님이 자신에게 변했다고 했다고 한다. 스스로 생각해도 예전엔 화가 많았는데 이젠 여유롭다고 한다. 다른 내담자가 만들어 놓았던 작품을 자신이 다르게 만든다. 비행기를 만들면서 다른 내담자도 만들고 싶은 것을 만들어야 한다고 한다. 이후 회기에서 대부분 비행기를 만들면서 학교생활이나 일상생활에 대한 이야기를 하였다.

43회기에서는 외국여행을 다녀온 일에 대해 이야기를 한다. 장래에 대해 생각한다 한다. 레고로 비행기를 만들면서 원하는 부품이 없자 “그렇다고 세상이 변하는 것도 아니고, 제가 우는 것도 아니고...” 라고 한다. 또한 “아버지가 참견을 많이 하지만 어찌겠는가, 인생의 선배이자 아버지다” 라고 한다. 44-45회기에서는 노래방에 가서 노래를 즐기게 된 것, 선생님이 자신에게 부드러워 졌다고 말해 준 일, 형이 자신을 구해준 무용담, 형과 자신이 예의바르므로 어른들에게 인정을 받는다는 이야기를 한다. 46회기에서는 학교졸업식과 입학에 대해 이야기를 하고 고등학교에서는 꼭 잘 살 거다. 친구를 잘 사귀겠다는 등의 다짐을 한다. 부가 아팠었는데 가슴이 쪼렷다는 이야기를 한다. 상담시간이 끝나고, 다른 내담아동이 상담실이 들어서자 그 아이를 위해 레고로 주유소를 만들어 준다.

47-48회기에서는 고등학교 배정, 친구들의 공연에 대해 이야기한다. 레고로 비행기를 만들면서 동일한 부품이 없자 그냥 쓰겠다. 같은 색이 아니어도 괜찮다(이까이꺼... 대충...)고 한다. 형의 장점을 이야기한다. 49회기에서는 자신이 가져왔었던 레고를 챙겨서 가져간다. 또 필요 없는 것이라고 생각되는 것들은 상담실에 기증을 하기도 한다. 이에 PAI-A를 실시하고 1차로 상담을 종료 하였다.

(2)상담자 개입 및 의견

내담자는 이제 모래상자에서의 투쟁을 종료하고 현실 속에서 언어적 수단을 통해 자신을 구축해 가는 과정을 보여주었다. 내담자는 자기 자신과 가족, 학교생활에 대해 많은 이야기를 쏟아 내었다.

31회기에서 내담자는 처음으로 자신이 괜찮은 사람이라는 것을 상담자에게 알리고 싶어 했다. 시험에서 좋은 성적을 거둔 것을 자랑하고자 하였다. 그러나 직접적으로 표현하지 못하고 “~래요...” 라는 형태로 다른 사람의 이야기를 하듯이 하였다. 이에 상담자는 정말 대단한 일을 해낸 내담자에게 지지와 격려를 해 주었다. 이에 내담자는 자신의 부정적인 측면을 얼른 꺼낸다. 상담자로부터 긍정적 피드백을 원했으면서도 그 반응을 자신이 수용하는데 어색해 한 것으로 보인다. 한편 부에 대해 다소의 긍정적인 측면을 바라보게 되었다.

32-34회기 동안에 내담자는 점차 학교에서의 성공과 적응을 자랑한다. 상담자는 성공의 경험에 박수를 보냄으로써 내적 힘을 북돋아 주었다. 특히 상담초기에 음악과 미술을 가장 싫어했던 내담자가 노래를 즐기게 되고 더 나아가 보컬팀에서 기타를 연주하는 경험도 갖게 된다. 내담자가 갖고 있던 ‘잘난 척하는 사람들에 대한 혐오’ 를 극복하고 자신이 잘난 모습으로 남들 앞에서 기타를 연주한 것이다. 이는 현

실속에서 자신의 열등감과 그림자가 극복되어 감을 보여주는 것이라고 하겠다. 자신감의 고양과 스스로에 대한 인정을 하게 되는 중요한 계기가 되었다고 할 수 있다. 그 이후로 35회기와 41회기에서는 형과 부에 대한 용서와 긍정적 표현이 뒤따른다. 구체적으로 35회기에서는 형에 대한 용서, 36회기에서는 이전과는 달라진 자신의 모습에 대한 인식, 41회기에서는 부에 대해 긍정적인 표현을 한다.

43회기에서는 극적인 변화를 표현한다. 내담자가 인식하고 있으면서도 통제할 수 없었던 강박적이고 융통성 없는 행동이 변화한 것이다. 매 회기마다 레고로 비행기를 만들면서 색, 모양 등 동일한 부품을 찾아야 된다고 했던 내담자가 이제는 그것이 중요한 것이 아니라고 언급한 것이다. "세상이 변하는 것도 아니고, 내가 우는 것도 아니다"라고 한다. 이에 상담자는 내담자의 변화를 다시 명료화해 주었다. 또한 내담자는 부에 대해서도 수용적 태도를 보이게 되었다. 이러한 태도는 이후의 회기에서도 다시 나타났다. 45, 48회기에서는 형의 장점을 다시 언급하면서 형과의 관계를 다시 정립하였다. 49회기에는 부모와 형에 대해 긍정적으로 인식한다. 외모에 대해서도 그렇더라도 행복하게 살고 있다고 한다. 내담자는 자신과 가족에 대해 수용적인 태도와 긍정적 인식을 하고 있다.

5) 상담중기4

:제 51-63회기(2007.6.20 ~ 10.15)-상담의 재개, 자기 인식의 증진

(1)과정요약

4개월 만에 상담실에 왔다. 내담자가 오고 싶어 했고, 모가 내담자가 힘들어 하는 부분이 있는 것 같다고 호소하여 상담을 계속 진행하였다. 상담을 하는 동안에 내담자는 계속 레고로 비행기를 만들었다. 51회기에서 오랜만에 와서 밝게 인사한다. 반장이 되었다고 한다. 친구들은 다양해서 착한 애도 있고, 성격이 나쁜 애도 있는 것 같다고 한다. 52-53회기에서는 자신의 노래가 녹음된 것을 상담자에게 들려주면서 자랑스러워한다. 상담자의 인정을 받고 즐거워 한다. 자기 목소리나 외모는 이상하지 않을 정도라고 하면서 형이 너무 커 보인다고 한다. 54-58회기까지는 학업에 대한 스트레스, 친구들과의 갈등으로 인한 심리적 어려움을 구체적으로 호소한다. 특히 54-55회기에서 어떤 친구랑 싸울 뻔 했지만 모와의 약속을 떠올리면서 자제했던 일, 원만하게 해결된 일 에 대해 이야기를 한다. 한편으로는 진학할 대학, 과에 대해 구체적으로 이야기하면서 미래를 설계한다.

59-62회기에서는 부와의 과거 갈등-PC방에 갔다가 많이 맞았던 일-을 다시 떠올린다. 부에 대한 비난이 다시 표현되

다가 62회기에서 극적인 자기 통찰을 하게 된다. "잘난 척 하는 애들이 무지 싫었지만 이젠 이해해야겠다. 그런 애들이 무지 많고... (중략) 부의 흑백논리가 싫었지만 내가 그런 것 같다. 생각해보니 내가 나를 싫어했던 것 같다" 라고 한다. 63회기에서는 자신이 친구들에게 인정을 받고 있는 데 자기 주가가 떨어질까 봐 걱정이 되기도 한다고 한다.

(2)상담자 개입 및 의견

지난 회기를 종료하고 4개월 만에 상담을 받고 싶어 해서 상담실에 왔다. 그동안 내담자는 학교 생활에 성공적으로 적응하였다. 이에 51회기에서 상담자는 고등학교에서 반장이 된 일과 밝은 모습에 대해서 언급하면서 축하해 주었다. 또한 현재 느끼는 어려움에 대해 물어보았다. 이에 내담자는 직접적으로 자신의 어려움을 이야기 하지 않았고 친구들의 긍정적, 부정적 측면을 자신이 인식하고 있다고 하였다. 52-53회기에서 노래와 관련된 이야기를 한다. 52회기에서는 자신의 녹음된 노래를 들려주었고 상담자의 격려에 매우 즐거워하였다. 내담자가 상담을 재개한 것은 지난 상담을 통하여 마음속에 갈등이 해결되고 힘을 얻었으나, 여전히 자신을 복돋아 주고, 인정해 주는 지지자를 통해 심리적 만족과 심리적 에너지를 충전할 필요를 느꼈기 때문 인 것으로 보인다.

54-57회기까지 학교 생활에서의 어려움과 학업에 대한 스트레스를 호소하였다. 상담자는 내담자의 심리적 어려움을 충분히 수용, 공감해 주었고, 감정에 대한 적극적인 표현을 촉진시켜 주었다. 또한 그러한 어려움 중에서도 장래에 대한 설계를 제시하는 내담자의 태도에 대해 언급해 줌으로써 내담자 스스로가 자신을 긍정적으로 인식하게 하는 과정을 가져오도록 하였다. 또한 대학, 과에 대한 정보를 함께 나누었다. 한편 가정에서 부와의 갈등이 재현됨에 따라 59-62회기에서는 과거 부의 지나쳤던 행동과 지금의 갈등을 표출하였는데 62회기에서 자기 통찰을 하게 되었다. 상담과정을 통해서 잘난 척 하는 애들을 이해하고 수용하게 되었다고 스스로 표현한 점, 부의 흑백 논리적 사고가 곧 자신 내부의 사고 패턴임을 인식하고 스스로가 자신을 사랑하지 못했다는 점을 발견하게 된 것이다. 결국 내담자가 비난하고, 갈등했던 대상은 아버지 였다고 보다는 자기 자신의 그림자 였다고 볼 수 있다. 그리고 내담자는 이러한 사실을 알아차렸고 언어적으로 표현하게 된 것이다. 63회기에서는 자신 내부에 인정을 받고 싶어 하는 모습이 있음을 스스로 인정하고 자유롭게 표현한다.

6) 상담 종료

:제 64-69회기(2007.10.22 ~ 11.26)-언어화를 통한 내면 갈등의 정리

(1)과정 요약

64-66회까지 일상적인 학교생활에 대해 이야기한다. 67 회기에서는 모의 장점에 대해 이야기한다. “인생이 어렵지만 열심히 살아야 한다.. 인생의 주인은 나라고 생각된다”고 한다. 68회기에서는 다시 살이 찼다고 걱정한다. 열심히 공부 하고 싶다고 한다. 69회기에서는 “학교에서 시비를 거는 아이에 대해 무시해 버렸다. 이해하고 타협하려고 한다. 다른 애들을 이해하고 싶다. 난 그전에 형에게 하도 많이 맞아서 복수의 칼날을 갈았었다. 그래서 이 자식 이기고 말거야 라고 되뇌였었다. 요즘은 무더졌나 보다. 날이 안 선다. 그냥 평범해 진 것 같다”고 한다. 69회기 이후로 내담자는 더 이상 상담을 받을 필요를 느끼지 못하면서 종료의 의사를 보였다. 이에 사후 검사로 HTP, KFD와 PAI-A검사를 하고 상담을 종료하였다.

(2)상담자의 개입 및 의견

64회기 이후의 회기에서 내담자는 일상 생활 속에서의 모습을 자연스럽게 이야기하였다. 현실에의 적응을 보여준 것이다. 그리고 67회기에서는 모에 대한 장점과 자신의 인생이 자기의 것임을 확인하면서 마지막 회기인 69회기에서 과거 형과의 관계가 모든 타인과의 관계에까지 일반화되어 있었다는 점을 인식하고 표현한다. 이를 바탕으로 현재의 자기 모습을 언급하였다. 1차 종료시기에 내담자가 느꼈던 내면의 갈등과 문제들의 해결이 경험적으로 느낀 것이었다면 이번 재계된 상담을 통하여 그 갈등의 본질이 언어화를 통해 분명하게 드러남으로써 내면 갈등이 정리되고 소화될 수 있다고 볼 수 있겠다.

2.심리검사를 통한 변화

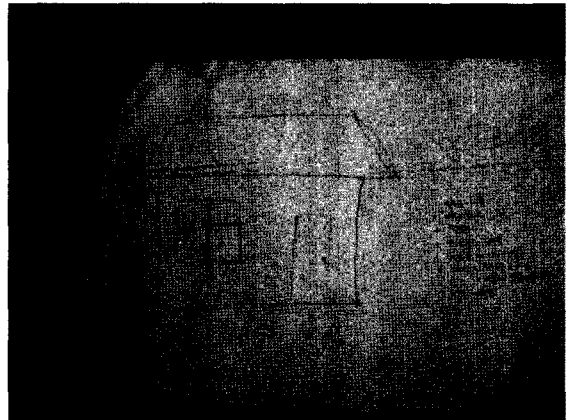
(1)HTP검사

치료 후 HTP검사 결과 우울이나 불안, 강박적인 표현은 나타나지 않았다. 구체적으로 집 그림에서 내담자는 자를 사용하지 않고, 몇 분 만에 적당한 크기의 집, 한쪽으로 여는 문, 적당한 크기의 창문 등을 그렸다. 또한 적당한 필압으로 지우거나 반복하지 않고 그려 나갔다. 집은 신축중이라서 아직은 사람이 살지 않지만 앞으로는 가족들이 들어와서 행복하게 살았으면 좋겠다. 그 가족은 화목하다고 하였다. 앞으로 내담자의 삶이 긍정적일 것을 시사한다고 하였다. 나무 그림에서도 적당한 필압, 기둥, 가지 등을 묘사하였고, 나무 아래 쉬고 있는 사람을 표현하였다. 나무는 분위기는 따뜻하고 그 사람이 있어서 외톨이가 아니다. 사람과 나무는 특별한 관계는 아니지만 사람은 지치면 나무를 찾아온다고 하였다. 나무 그림을 통하여 상담과정을 통한 치료

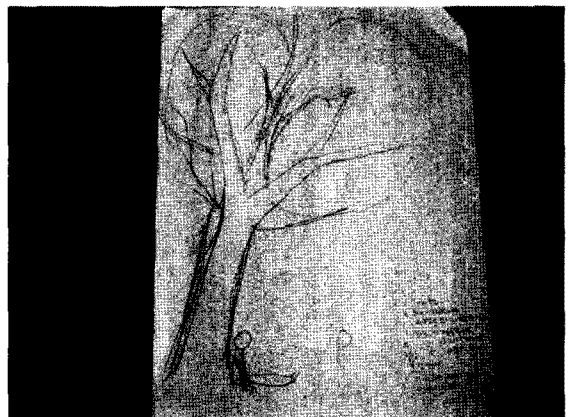
자와의 지지적인 관계가 표현된 것으로 볼 수 있겠다. 또한 “나무는 계속 자랄 것이다”. 라고 하여 긍정적인 삶이 펼쳐질 것으로 보인다. 사람 그림에서는 얼굴, 머리, 몸통, 팔다리 등을 그렸다. 반듯하게 서있는 모습으로 다소 경직되어 보이는는 하나 눈, 코, 입, 머리카락 등을 그렸다. 눈을 몇 차례 수정하고 안경으로 커버하였는데 이는 자기 감정을 타인에게 드러내는 데 대한 다소의 어려움이 남아 있는 것으로 볼 수 있겠다.

(2)KFD검사

KFD에서는 모가 요리를 하고 식탁에서 내담자, 부, 형이 기다리는 모습을 그렸다. 사전 검사에서는 가족화를 그리는데 어려움이 있어서 그리지 못했는데, 사후 검사에서는 모든 가족이 등장하는 가족화를 그렸다. 그러나 가족이 모두 등장하기는 했지만 얼굴 표정을 그리지 않고, 중앙에 식탁을 놓음으로서 가족간에 회피적이거나 거리감을 두려는 시도가 다소 있음을 시사하였다. 이에 대해 내담자는 우리 가족들의 분위기는 좀 경직되어 있다고 표현하였다.



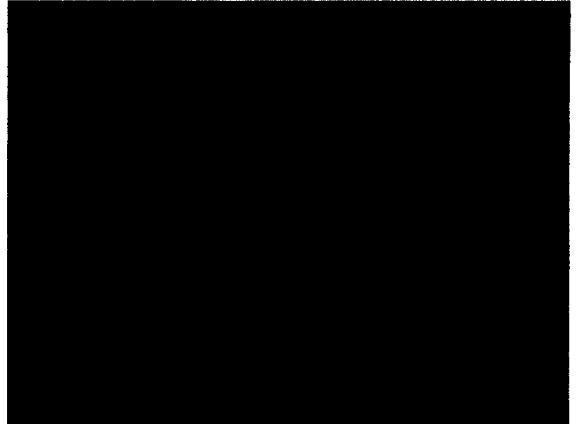
〈사진4〉집 그림 검사-사후검사



〈사진5〉나무 그림 검사-사후검사



〈사진6〉사람 그림 검사-사후검사



〈사진7〉등적가족화-사후 검사

(3)PAI-A 결과

상담과정에서 22회기, 50회기, 69회기 후 종료 때에 PAI-A검사를 총 3회 실시하였는데, 이는 내담자와 보호자의 요청 및 상담자의 판단에 의거하였다. 그 결과는 <표 1>과 같다. 22회기 후에 실시한 검사에서는 신체적 호소척도, 불

안, 우울이 정상범주에서 상당히 일탈된 수준으로 나타났으나 50회기 후에는 생리적 우울을 제외하고는 모두 정상 범주로 나타났다. 또한 69회기 후 종료시 검사에서는 불안과 우울 등이 모두 정상 범주였고, 조증에서 과대성이 다소 높게 나타났다.

〈표 1〉 PAI-A 임상척도 검사 결과

임상척도	하위척도	22회기 후	50회기 후	종료
신체적 호소척도(SOM)	전환(SOM-C)	73	52	60
	신체화(SOM-S)	68	45	52
	건강염려(SOM-H)	69	43	48
불안(ANX)	인지적 불안(ANX-C)	70	57	53
	정서적 불안(ANX-A)	66	52	37
	생리적 불안(ANX-P)	61	61	65
불안관련장애(ARD)	강박장애(ARD-O)	53	56	62
	공포증(ARD-P)	53	48	40
	외상적 스트레스(ARD-T)	64	57	45
우울(DEP)	인지적 우울(DEP-C)	64	50	34
	정서적 우울(DEP-A)	74	45	43
	생리적 우울(DEP-P)	78	70	65
조증(MAN)	활동 수준(MAN-A)	72	57	42
	과대성(MAN-G)	46	65	74
	초조성(MAN-I)	58	47	34
망상(PAR)	과경계(PAR-H)	51	40	40
	파해망상(PAR-P)	64	49	47
	원망(PAR-R)	70	47	34
정신분열증(SCZ)	정신병적 경험(SCZ-P)	62	59	48
	사회적 위축(SCZ-S)	67	52	40
	사고장애(SCZ-T)	64	54	51
경계선적 특징(BOR)	정서적 불안정(BPR-A)	72	43	46
	정체성 문제(BOR-I)	68	59	59
	부정적 관계(BOR-N)	57	42	28
	자기손상(BOR-S)	61	62	50
반사회적 특징(ANT)	반사회적 행동(ANT-A)	62	54	44
	자기중심성(ANT-E)	50	44	44
	자극추구(ANT-S)	52	51	47

주. T점수는 원점수 평균을 50, 표준편차를 10으로 환산한 값. 70점 이상이면 전형적인 반응에서 현저히 이탈되어 있음을 의미함.

IV. 논 의

본 연구는 강박적이고 인정하기에 인색한 부와의 갈등 및 형과의 갈등으로 인해 우울과 불안을 특징으로 보이는 청소년에 대한 상담사례이다. 상담의 과정에서 모래놀이치료와 언어적 심리 상담이 함께 진행되었으며, 상담과정에 대해서는 전문가로부터 슈퍼비전을 받았고, 해석에 슈퍼비전의 내용이 통합되어 있다.

총 69회기 동안 상담이 진행되었는데 상담의 초기와 중기 1, 2 단계에서 모래놀이치료가 주로 실시되었고, 중기3, 4와 종료의 단계에서는 언어적 심리 상담이 주로 이루어 졌다. 모래놀이치료 과정에서는 부모부터 인정을 받지 못하여 초라하고 무기력했던 자아가 점차 힘을 얻어가고 강해져서 결국은 영웅이 되는 남성성 원형의 형성 과정이 표현되었고, 언어적 심리 상담에서는 강해진 자아를 토대로 자신의 감정과 갈등을 적절하게 언어적으로 표현함으로써 자신감을 회복하고 부, 형에 대한 통합적 시각을 획득하며 마침내 구체적인 언어화를 통해 내면의 갈등을 정리하고 소화해 내는 과정을 보여주었다.

구체적으로 보면 초기(1-8회기:인정받지 못하고 버려진 자아), 중기1(9-18회기:자아의 성장), 중기2(19-30회기:자아를 지키고 영웅이 되다), 중기3(31-50회기:자신감의 향상과 부, 형에 대한 통합적 시각의 획득), 중기4(51-63회기:상담의 재개, 자기 인식), 종료(64-69회기:언어화를 통한 내면 갈등의 정리)인 6단계이다.

상담 초기단계에서 내담자는 형의 부당한 행동에 대한 억울함을 호소하였고, 형과 부에 의해 인정받지 못하고 버려진 무기력한 자아를 모래상자를 통해 표현하였다. 3회기(모래)인 첫 번째 모래상자에서 차남으로써 부모에게 인정받지 못한 자신의 억울한 모습을 버려진 패잔병의 모습으로 표현하였다.

상담 중기1 단계에서는 모성에 의지하여 힘을 얻은 악어 기사가 등장하였다. 처음에 악어기사의 모습으로 나타난 영웅은 무기력하고 낙담한 존재이다. 그러나 상담의 과정을 통하여 악어기사는 대극을 이루는 엑조디아(악마)와의 투쟁을 통해 점점 힘을 키우고 강해진다. 그리고 성장하여 악어왕이 되고, 죽음과 실패를 경험하면서 더욱 성장해 나가는 모습을 보여주었다.

상담 중기2 단계에서 투쟁을 통한 계속되는 승리를 경험하고 강력한 힘을 지닌 악어 왕은 자신의 것, 즉 자아를 지키기 위한 투쟁을 벌인다. 투쟁의 과정에서 그림자를 해결해 가고 더욱 강력한 악어왕의 모습을 갖게 된다. 23회기에서 악어왕은 강력한 영웅으로 추앙받는다. 그러나 그 이후에도 투쟁은 계속되고 29회기에서 극명한 대극이 다시 표현되면

서 30회기에서 비로서 천군의 승리로 투쟁이 마무리를 짓게 된다. 이에 이제는 새롭게 자기를 구축해 가게 되었다.

이와 같이 상담의 초기부터 중기 2 단계까지 이루어진 모래놀이치료를 통해 내담자는 초기에는 버려진 패잔병이었으나, 무기력한 악어기사로, 강력한 무기를 소유한 악어기사로, 악어왕으로, 신전을 지켜내는 강력한 영웅으로 성장하는 과정을 보여주었다. 이는 내담자가 상담의 과정을 통하여 부모부터 인정받지 못한 남성성의 원형을 회복하고 통합된 자아를 발견해 가는 과정으로 볼 수 있다. 이러한 연구 결과는 야마나카와 김유숙(2005, pp179-210)의 사례에서 위축된 유아가 초기에 자신을 무력한 슈퍼맨, 아이에게 도움을 받는 슈퍼맨, 강력한 힘을 가진 변신 로봇으로 표현하며 남성성을 회복하는 과정을 통해 위축이 해결되었다는 결과와 유사한 것이다. 또한 피확대 청소년에 대한 김보애(2004)의 사례연구에서 내담자가 동물, 천사, 요정, 인간세계에 대한 표현을 하면서 자아가 성장하고 적응하게 된 것과 유사한 결과이다.

다음으로 상담 중기3 단계부터 내담자는 더 이상 모래놀이하지 않았고, 언어로 자신의 마음과 심리상태, 현재 상황 등을 표현하였다. 초반부인 31회기에서는 자기 마음의 표현을 어색해하고 힘들어 했지만 점차 학교에서의 인정 받는 경험과 더불어 자신의 존재감과 자존감을 느끼게 되고 점차 자신의 열등감과 그림자를 극복하게 되었다. 자신의 그림자를 극복한 내담자는 더 나아가 형과 부에 대한 용서와 수용을 언어적으로 표현하였고, 그동안의 강박적인 태도와 행동에 있어서의 극적인 변화가 나타났다. 모래상자를 만들거나 작품을 만들 때면 항상 동일한 색이나 원하는 부품만을 고집하였던 내담자가, 비행기를 만들면서 동일한 색이나 모양이 없자 개의치 않고 다른 것들을 이용해서 작품을 만들게 된 것이다. 또한 가족에 대한 수용적인 태도와 긍정적 인식이 나타난 것이다.

상담 중기4 단계에서 내담자는 상담자로부터의 충분한 수용과 인정, 자신의 내적 통찰을 통하여 부와의 관계, 자신에 대한 인식을 확장해 나갔다. 부에게 있다고만 여겼던 흑백논리적 사고가 사실은 자기 내부의 사고패턴이었고, 부를 미워했던 것이 결국은 자기 스스로를 사랑하지 못했기 때문이었다는 점을 발견하고, 정리하여 표현함으로써 자기 인식을 하게 되었고 편안해 졌다.

상담 종료 단계에서 내담자는 일상에서의 적응과 인생에서의 주인의식, 형과의 갈등이 다른 관계로까지 확장 되어서 나타났던 것에 대한 인식을 하게 되었다. 이제 내담자는 종료단계에서 자신의 갈등과 문제, 자기 인식을 언어를 통해 분명하게 드러냄으로써 내면 갈등을 정리하고 소화함으로써 우울과 불안 증세에서 벗어나게 되었다. 이러한 결과는 박영

애와 김은영(1999)의 사례연구에서 우울한 청소년이 상담을 통하여 갈등을 노출하고, 자기 지각을 통해 에너지를 회복하고 우울에서 벗어났다는 결과와 유사한 것이다.

이에 본 연구는 부, 형으로부터 인정받지 못하고 좌절됨으로써 우울, 불안특성을 보이는 청소년이 모래놀이치료 및 언어적 심리 상담을 통하여 자아가 회복하고, 성장하며, 자기를 발견하고 인식함으로써 우울한 정서를 극복하고, 심리적 갈등과 문제를 해결하는 과정을 보여준 것이다.

이러한 결과들은 우울, 불안 등의 내면화된 정서문제를 보이는 청소년에 대한 다양한 치료적 기법의 활용이 효과적이라는 점을 보여주는 것이다. 본 연구의 결과는 청소년에 대한 상담기법의 통합적 접근에 따른 효과를 지지하는 것으로서 청소년에 대한 효과적인 치료 모델을 개발하고 확립하는데 시사점을 줄 것으로 본다.

■ 참고문헌

- 구수연(2008). 기독교 무용의 움직임 프로그램을 활용한 청소년 우울감소 적용사례연구. 세종대학교 석사학위 청구논문.
- 김미례, 홍경자, 양승남(2002). 고등학교 학생들의 스트레스와 대처방식. *청소년상담연구*, 10(1), 107-125.
- 김보애(2003). *모래놀이치료의 이론과 실제*. 서울: 학지사
- 김보애(2004). 피학대 청소년의 모래놀이치료 사례연구. *놀이치료연구*, 8(1), 37-55.
- 김은정, 오경자(1992). 발달적 관점에서 본 아동 및 청소년기 우울증상. *소아.청소년정신의학*, 3(1), 117-128.
- 김재욱(2007). 음악치료가 그룹 홈 시설청소년의 자아존중감, 우울 및 불안에 미치는 효과. 원광대학교 동서보완의학 대학원 석사학위 청구논문.
- 박경애, 김은영(1999). *청소년의 우울*. 서울: 한국청소년상담원.
- 박미정(2003). 비행청소년에 대한 통합적 개입사례. *놀이치료연구*, 7(1), 41-56.
- 박희연(2006). 청소년상담에서 놀이치료를 통한 상담 효과. *놀이치료연구*, 12(9), 35-46.
- 성복순(2006). 미술치료가 청소년의 우울 및 감정표현에 미치는 영향. 순천향대학교 건강과학대학원 석사학위 청구논문.
- 야마나카 야스히로, 김유숙(2005). *모래놀이치료의 본질*. 서울: 학지사.
- 엄윤미, 백양희(2005). 집단미술치료를 통한 자아상 탐색이 청소년의 우울 및 불안감소에 미치는 사례연구. *미술치료연구*, 12(4), 801-820.
- 임혜경(2003). 자기 성장 집단 상담 프로그램이 결손가정 청소년의 자아개념과 불안에 미치는 효과. 영남대학교 석사학위 청구논문.
- 전애영(2005). 음성척이 있는 아동의 모래놀이 치료사례. *놀이치료연구*, 9(1), 85-102.
- 홍정의(2007). 무용/동작 치료가 우울 청소년에게 미치는 효과: LMA 동작 분석을 중심으로. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위 청구논문.
- Achenbach, T. M., Howell, C. T., Quay, H. C., & Conners, C. K.(1991). *National survey of problems and competencies among four-to sixteen-year-olds*. Monographs of the society for research in child development. Senal NO 225, 56(3).
- Carey, L. J.(2002). *Sandplay therapy with children and families*. Jason Aronson. Inc. 모래놀이치료-아동치료와 가족치료. 이정숙, 고인숙(공역). 서울: 하나의학사. (1999년 원저발간).
- Kawahara, T.(1998). Dependent/independent images of the early adolescent boys-case studies through "sandplay technique" and dream work. *ED 439 364*.
- Kazdin, A. E.(1993). Adolescent mental health: Prevention and treatment programs. *American Psychologist*, 48(2). 127-141.
- Merten, B. A., Lewinsohn, P. M., & Hops, H.(1990). Sex differences and adolescent depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 99(1), 55-63.
- Oaklander, V.(1988, 재인용). *Windows to our children: A gestalt therapy approach to children and adolescents*. NY: Gestalt Journal Press.
- Turner, B. A.(2005). *The handbook of sandplay therapy*. Cloverdale, California: Temenos Press.

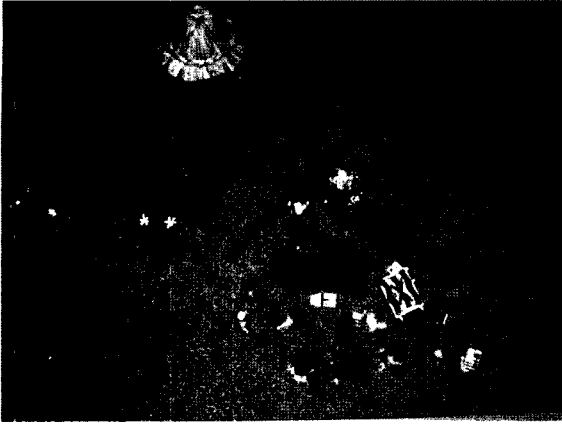
접 수 일 : 2008년 5월 2일

1차 심사시작일 : 2008년 5월 6일

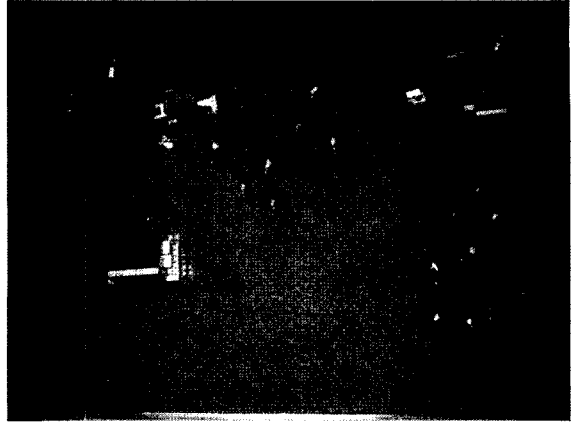
1차 심사완료일 : 2008년 5월 23일

게 재 확 정 일 : 2008년 6월 3일

부 록



〈사진8〉 제3회기(모래1:기습)



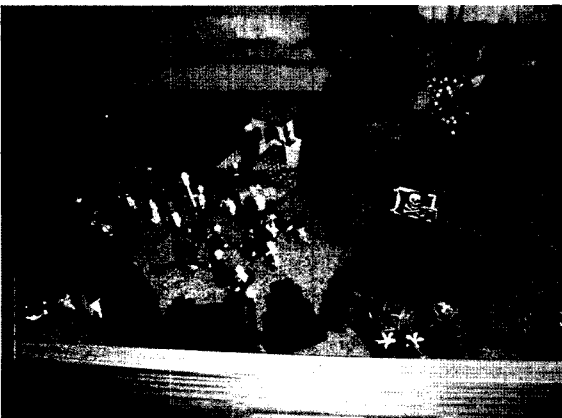
〈사진11〉 제19회기(모래10:신전을 지키기 위한 몸부림)



〈사진9〉 제9회기(모래3:악어기사의 등장)



〈사진12〉 제23회기(모래13:총성맹세)



〈사진10〉 제14회기(모래7:악어기사 전세계의 왕이 되다)



〈사진13〉 제30회기(모래19:천군의 승리)