

커플모래놀이치료가 대학생의 자아분화와 이성관계만족에 미치는 효과

The Effect of Sandplay Therapy for Couples on College Students' Self-Differentiation and Heterosexual Relationship Satisfaction

이정은(Jung-Eun Lee), 박지영(Ji-yeong Park)*, 박부진(Boo-Jin Park)
Department of Child Studies, Myongji University

<Abstract>

This study was conducted to investigate the effect of sandplay therapy for couples on the self-differentiation, and heterosexual relationship satisfaction, of couples who are college students'. The subjects were four couples who are college students living in Seoul with low self-differentiation and heterosexual relationship satisfaction. I carried out sandplay therapy on four couples for once a week for 10 weeks, and each session was 70 minutes long.

In this study, the self-differentiation scale was modified for Korea on the basis of Bowen's family systems theory (1976), and it was used as a research tool. Yu (2000) and Lee (2000) made a scale to measure heterosexual relationship satisfaction after they adjusted the Korea Marital Satisfaction Inventory (K-MSI). The scale was also used in order to compare pre-therapy and post-therapy traits and identify any changes. In addition, the group's behavior and interactions were observed and recorded in each session throughout the process of sandplay therapy with the couples, and the behavior and interactions were analyzed along with the change flow in the sand trays.

The study's outcomes are summed up as follows. First, sandplay therapy with couples advances the level of self-differentiation in college students. Second, sandplay therapy with couples improves the heterosexual relationship satisfaction on college students. Third, the trays used in sandplay therapy with couples showed positive changes as the therapy progressed. As the sessions continued, negative factors in the trays decreased and the trays converged into one. As the sessions proceeded, it was observed that the couples became closer, felt more comfortable with each other, compromised and reflected on their relationship.

The study's results show that sandplay therapy with couples increased the level of self-differentiation in college students and heterosexual relationship satisfaction, thus proving the therapy's effectiveness.

▲주제어(Key Words) : 커플모래놀이치료(sandplay therapy with couples), 대학생 커플(college couple), 자아 분화(self-differentiation), 이성관계만족(heterosexual relationship satisfaction)

• 본 논문은 석사학위 논문 중 일부임

* Corresponding Author : Ji-yeong Park, Department of Child Studies, Myongji University, Namgajwa-dong, Seodaemun-gu, Seoul, Korea, Tel: +82-10-4284-2012, E-mail: remony-12@hanmail.net

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

대학생은 발달주기로 볼 때 청년기에 속한다. 이 시기의 주요 발달 과제로는 개인적인 인생 목표의 설정과 자아의 형성, 그리고 부모님으로부터의 심리적, 물리적 독립을 들 수 있다. 청년기는 주체적으로 자아정체성을 형성하고 원가족과의 관계를 의존적인 관계에서 독립적인 관계로 전환하기 위한 준비가 이루어져야 하는 시기이다. 그러나 우리 사회의 현실은 부모에게 의존적인 상태로 대학생활이나 사회생활을 하는 경우가 대부분이다. 그렇기 때문에 원가족과의 관계가 의존적이고 미해결된 경우가 많다(S. Kim & Y. Yoo, 2001). 이러한 가족상황은 가족 간의 갈등과 정서적 유대 결여, 역기능적 가족기능을 유발하고 이는 자녀들의 대인 관계에 영향을 미치며, 원만한 이성교제에도 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 특히 부모와의 지나친 밀착은 자녀가 부모와의 관계에서 건전한 동료 및 이성관계로 옮겨지는 것을 방해한다(M. Chung, 2001). 이 때 원가족과의 관계에서 살펴볼 수 있는 요인 중 하나로 자아분화를 꼽을 수 있다.

여기에서 자아분화란 부모 및 타인과의 융합에서 벗어나 자신의 정서적 자주성을 얼마나 확립해 나가는가를 말하는 데(Bowen, 1985), 자아분화 수준이 낮은 사람은 정서적인 충동에 따라 반응하기 쉽고 가족관계 및 사회관계 내에서 올바르게 기능하지 못하는 특징이 있다. 반면, 자아분화 수준이 높은 사람은 사고와 감정이 균형을 이루며 정서적 충동에 저항할 수 있는 자제력을 가지고 있고, 대처기제가 잘 발달되어 환경에 보다 효율적으로 적응할 수 있다(S. Lee & M. Kim, 2000; Nichols, 2010). 이러한 개인의 자아분화 수준이 이성관계에도 영향을 미쳐 자아분화 수준에 따라 이성관계 만족에도 차이가 나타난다. 자아분화가 잘 이루어지지 않은 커플은 자신의 일관된 신념에 따라 자주적, 독립적인 행동을 하기보다 의존적이며, 상대방의 견해에 쉽게 동화된다. 그러므로 이성관계에서 자신과 상대방을 명확히 구분하지 못하고 분리, 분화에 많은 어려움을 경험하기도 한다. 반면, 자아분화가 잘 이루어진 커플은 서로의 개별성을 인정하고 친밀함을 적절히 유지할 뿐 아니라 파트너에 대한 이해의 폭이 넓으며, 이성관계 안에서의 문제 상황을 객관적으로 바라볼 수 있다(Benson, M. J., Larson, J., Wilson S. M., & Demo, D. H., 1993).

한국 사회 대부분의 대학생들은 대학 입학 이후 비로소 다양한 관계를 맺게 되면서 관계적인 갈등이나 여러 문제 상황을 겪게 된다. 이와 함께 자기 자신에 대해 새로운 탐색의 기회를 갖게 된다(J. Han & H. Shim, 2005). 또한, 우리나라

대학생의 상당수는 청소년기에 벗어나면서 자연스럽게 이성교제 만남의 기회가 증가하며, 이성관계의 기회도 많아진다. 이에 많은 시간과 노력을 이성관계의 탐색과 유지에 사용하고 있다. 그만큼 대학생의 이성관계 문제도 많이 호소되고 있는 상황이어서 이에 대한 이해와 연구가 요구된다. 실제로 대학생들을 대상으로 한 상담에서 이성교제 문제가 차지하는 비율이 60~70% 정도로 높으며, 상담하는 내용으로는 정신 건강의 문제, 성격 문제, 학업과 진로 문제, 가족 간의 문제 등이 있지만 이들 중 70% 정도는 이성관계 문제라고 보고된 바 있다(K. Seol, 1993).

행복한 부부관계를 유지하게 하는 충분조건이 부부의 사랑만이 아닌 것(Beck, 1998)처럼, 이성교제에 있어서도 서로 사랑한다는 것만으로 관계 유지와 만족감을 느낄 수 없다. 서로 다른 환경에서 자라면서 형성된 성격이나 가치관, 생활 습관 등이 다르기 때문에 일상생활에서 부딪히는 문제를 바라보는 입장, 해결방식에서도 차이가 있기 때문이다(J. Bang, 2005).

이성관계만족이 높은 커플은 독립적인 자아를 가지고 상호작용하며, 서로 존중하고 인정하는 특징이 있어 갈등이 발생하는 확률 자체가 적을 뿐만 아니라 갈등이 발생하여도 잘 대처하는 특징이 있다. 반면 이성관계만족이 낮은 커플은 서로에 대한 기대의 불일치로 인해 갈등이 발생하는 확률이 높으며, 낮은 자존감, 불안감, 우울을 경험하게 되기도 한다(Peterson, 1983).

이성관계만족에 영향을 미치는 요소는 여러 가지가 있는데 그 중에 원가족에서부터 오는 자아분화는 매우 중요한 변인 중에 하나이다. 개인은 원가족으로부터 긍정적, 부정적 영향을 받게 되는데, 그 중 자아분화 수준에 따라 대처행동의 차이를 가져온다(M. Han, 2000). 따라서 청년기에 자아분화 수준을 높임으로써 그 시기에 경험할 수 있는 다양한 관계에서의 갈등을 해결하고 만족감을 느끼며 원만한 사회관계를 유지하는 것은 매우 중요한 과업이다.

이렇듯 자아분화와 이성관계만족이 낮은 커플은 갈등과 스트레스 상황에서 대처기술이 부족하며, 서로 의존적이고 긍정적인 관계형성에 어려움을 겪을 뿐 아니라 대인관계에 대한 불안감을 가지고 있다.

대학생의 자아분화와 이성관계만족을 높이기 위한 심리적 접근법 중 커플모래놀이치료는 커플이 되는 두 명의 내담자가 함께 상자를 꾸미는 모래놀이치료이다. 이는 커플간의 자유로운 상호작용을 바탕으로 그 개인의 내적인 부분까지 영향을 미치며 모래를 매체로 하기 때문에 안전하게 정서적인 문제를 다룰 수 있다는 장점이 있다. 또한 모래상자를 통해 내담자 각자가 원가족으로부터 가지고 온 자신의 성격, 각자의 기대와 희망, 욕구들을 구체적으로 표현하게 돕는다. 그밖에도 커플이 서로의 세계를 바라보고 이야기를 들으며

상대방에 대한 이해의 폭을 넓히고, 커플의 조망수용능력을 증진시킬 수 있다(S. Oh, 2008). 또한, 커플모래놀이치료를 통해 서로에 대한 이해의 폭이 넓어져 행복한 가정생활을 할 수 있다(B. Kim, 2008). 이와 같이 커플모래놀이치료를 서로의 차이점을 존중하게 하며, 갈등관계에서의 역기능적인 부분에 대한 통찰을 돕는다.

이렇듯 커플모래놀이치료를 자신의 내면을 바라보게 하여 스스로 통찰할 수 있는 기회를 제공하고 더 나아가 관계에 초점을 맞춘 치료로서 파트너에 대해서도 더 많이 알고 이해하도록 돕는다. 또한 자신의 문제와 관계 안에서 발생하는 문제를 객관적으로 인식하게 하여 파트너와 협력적으로 문제를 해결해 나가도록 돕는다. 모래를 만지는 과정을 통해 자아가 발달하며 성숙된 자아는 타인을 수용하고 이해하며 배려하는 태도를 갖게 하여 파트너와의 관계에 긍정적인 영향을 미치게 된다.

자아분화와 이성관계만족에 관한 선행연구를 살펴보면 남녀 대학생의 자아분화가 커플 친밀감에 미치는 영향에 관한 연구(E. Kang & J. Park, 2005), 자아분화와 이성교제 커플에 관한 연구(J. Cha, 2002), 대학생의 자아분화와 결혼에 관한 연구(M. Jang, 2008), 미혼남녀의 자아분화가 이성관계 만족도에 미치는 영향에 관한 연구(J. Park, 2008), 자아분화 수준과 성역할정체감이 이성관계만족도에 미치는 영향에 관한 연구(J. Bang, 2005), 미혼남녀의 자아분화가 이성과의 친밀감에 미치는 영향에 관한 연구(J. Choi, 2006)가 있다.

이상에서 살펴본 바와 같이 대학생을 대상으로 한 자아분화와 이성관계만족에 관한 현상과약을 위한 연구는 많으나 대학생의 자아분화와 이성관계만족을 높이기 위한 실제적인 프로그램을 개발하거나 실시를 통한 연구는 미비한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 대학생 커플들에게 현실적 도움이 될 수 있는 커플모래놀이치료를 실시함으로써 대학생의 자아분화 수준 향상과 파트너와의 건강한 관계유지, 그리고 이성관계만족의 증가에 관한 효과를 검증 하고자 한다.

이를 위해 본 연구에서는 이성관계만족이 낮고 자아분화가 잘 이루어지지 않은 대학생 커플을 대상으로 10회에 걸쳐 커플모래놀이치료를 실시하였다. 이로써 커플모래놀이치료가 이성관계만족과 자아분화에 어떤 영향을 미치는지 알아보고자 하였으며, 치료의 진행 중 모래상자와 커플의 상호작용에 따른 행동 변화를 분석하고자 하였다. 특히 커플모래놀이치료를 경험한 개인에게 심리적 치유의 경험을 제공함과 동시에 커플관계 안에서 발생하는 여러 갈등적인 문제를 해결하고 서로에 대해 만족감을 높이는데 도움을 주고자 한다.

2. 연구문제

본 연구에서는 커플모래놀이치료가 대학생의 이성관계만족 및 자아분화에 미치는 영향을 알아보기 위해 다음과 같은 연구문제를 선정하였다.

- <연구문제 1> 커플모래놀이치료를 대학생의 자아분화에 어떠한 변화를 보이는가?
- <연구문제 2> 커플모래놀이치료를 대학생의 이성관계만족에 어떠한 변화를 보이는가?
- <연구문제 3> 커플모래놀이치료에서 대학생의 모래상자는 진행과정에 따라 어떠한 변화를 보이는가?

II. 이론적 배경

1. 커플모래놀이치료

커플이란 짝이 되는 남녀 한 쌍을 가리키는 단어로 맺는 것이란 의미를 내포하고 있다. 또한 밀접하고 친밀한 관계, 부부, 절친한 친구 등의 관계에 있는 한 쌍 또는 둘이라는 의미를 지니고 있다(S. Oh, 2008). 커플모래놀이치료란 커플이 되는 두 명의 내담자가 함께하는 모래놀이치료로서 관계에 초점을 맞춘다.

커플모래놀이치료를 모래상자를 꾸미며 파트너들이 서로 상호작용하도록 돕고, 둘의 관계에서 서로의 역할을 볼 수 있게 하는 치료기법이다. 또한 모래상자는 관계에서 통찰을 얻고 갈등적인 부분을 해소하기 위한 작업을 하는 훌륭한 매체이다. 파트너들은 각자가 상대방의 모래상자를 감상하면서 자신이 그동안 알지 못했던 파트너의 장점과 능력을 알아채고 존경하며 신뢰하는 마음을 갖게 된다(B. Kim, 2008).

커플들은 관계를 맺을 때 각자 원가족으로부터 가져온 것이 서로 다르기 때문에 둘이 형성한 새로운 체계의 부분과 원가족의 부분이 공존함을 인정하고 고려하는 것이 매우 중요하다. 원가족 문제를 치료적으로 작업하고 이해함으로써 내담자로 하여금 자신과 상대에 대하여 더 많이 알도록 도와주며, 객관적으로 행동하는 능력을 향상시킬 수 있다. 각자는 모래상자를 설명하면서 자신에 대한 내면 작업과 더불어 자신과 상대방 각자가 원가족으로부터 끌고 온 점에 대해 새로운 정보와 통찰을 얻을 수 있다. 또한 커플의 각자는 상대가 모래상자에서 어떻게 존재하는지에 대해서 이해하고 수용함으로써 각자는 서로 다른 결점과 장점을 가지고 있음을 알게 되고, 협력하게 되며, 개인의 성장과 발전으로 이끌 수 있다(Boik & Goodwin, 2000). 이렇듯 커플모래놀이치료를 자신의 내면의 문제만을 다루는 것이 아니라 관계에 초점을

맞춘 치료로서 파트너에 대해 더 많이 알고 이해하게 도와주며, 커플의 문제를 객관적으로 바라볼 수 있게 하여 함께 문제를 해결할 수 있도록 돕는 이점이 있다.

커플모래놀이치료에서는 치료자의 역할 또한 매우 중요하다. 커플모래놀이치료에서 치료자는 역전이와 삼각관계를 조심해야 한다. 두 사람이 해결하기 힘든 문제에 봉착하게 되면, 제3자를 끌어들이며 문제를 고착시키게 된다(Nichols, 2010). 따라서 커플모래놀이치료 과정 중 한 내담자가 치료자를 자기편으로 만들기 위한 노력을 할 수 있다. 이러한 가능성을 최소화하기 위해 치료자는 개인에 초점을 맞추는 것이 아니라 상호작용에 초점을 맞추어야 한다(B. Kim, 2008; Nichols, 2010). 즉, 커플 개개인을 내담자로 보지 않고, 커플 단위 자체를 내담자로 보는 것이다. 그럴 때 그들은 각 파트너에게 비난받거나 상대와 비교당하는 것을 두려워하지 않고 자신을 있는 그대로 표현할 수 있다.

또한 치료자는 커플의 모래상자 안에서 하는 모든 행동, 특별히 역기능적인 행동을 판단하지 않고 수용해야 한다(B. Kim, 2008). 치료자는 커플들의 부정적인 측면을 긍정적인 변화로 가도록 하는데 중간자적인 역할을 수행함으로써 각 파트너의 강점을 살릴 수 있도록 도와야 한다. 뿐만 아니라 치료자는 내용을 제안하거나 모래상자를 만드는 과정을 구조화하지 않고 일반적인 방향만을 제시하며, 함께 만드는 커플상자를 통해 커플의 의사소통 문제와 관계만족에 대한 심리적인 문제를 다룬다. 치료사가 소품 선택, 소품을 놓는 위치와 순서, 속도, 신중함, 언어적 표현과 비언어적 표현 등 커플의 모래상자에 주의 깊고 신중하게 살펴보는 것이 중요함과 동시에 치료자는 커플이 서로 상호작용하는 역동성에 주의를 기울여야 한다(B. Kim, 2008).

이렇듯 커플모래놀이치료는 모래를 통해 자신과 상대방의 심리상태에 대한 통찰을 얻게 하고, 상대방에 대한 이해의 폭을 넓혀 관계 안에서 갈등을 해결하는데 도움을 준다. 또한 치료자와 내담자, 내담자와 내담자 등 관계에 초점을 맞춘 치료로서 관계향상에도 도움을 줄 수 있다. 본 연구에서는 대학생커플을 대상으로 커플모래놀이치료를 실시하여 치료의 효과성을 입증할 뿐 아니라 커플모래놀이치료 과정 속에서 커플의 심리적 역동과 상호작용의 변화 양상을 살펴볼 것이다.

2. 자아분화

1) 대학생의 자아분화

Erikson(1994)의 심리사회적 발달단계 중 성인 초기에 속하는 대학생 시기는, 한국 사회의 입시위주 교육 환경으로 인해 청소년 시기에 이루어져야 할 발달과업이 유보된 채 시작되는 경우가 많다(Han & Shim, 2005). 따라서 이 시기의 주요

발달 과제로 개인적인 인생 목표를 설정하고, 원가족에서 벗어나 독립된 삶을 영위하며, 대학생활을 통해 이성관계를 비롯하여 새로운 사람과의 관계를 형성해나가는 것이다(S. Lee & M. Chung, 2005).

Hoffman(1987)은 대학생들이 부모로부터 분리되지 못한 채 갈등을 경험할 때 부정적 증상 및 문제행동이 많이 일어나고, 부모간의 갈등이 심할 때에도 부정적 증상 및 문제행동을 많이 드러낸다는 사실을 제시하였다. 이렇듯 자아분화 수준이 대학생의 이러한 발달과제 수행에 상당히 많은 영향을 미치는 것을 알 수 있다. 부모자녀관계와 자아분화 사이의 관계성은 한 개인이 성인이 된 후에 더욱 큰 영향을 미치게 되는 것이므로, 대학생들은 부모와의 건강한 분리가 완성되어야 긍정적인 성인기를 보내게 된다(Kim, 2007).

자아분화는 미분화된 가족자아 덩어리(undifferentiated family ego mass)에서 자신을 분리, 독립시켜 정체감을 형성하고 자기 충동적 사고와 행동에서 자유를 획득해 나가는 것을 의미하며(Vanderkooi & Handelsman, 1984), 이것은 가족역동성을 설명하는 Mahler의 분리개별화(separation-individuation)나 Hoffman의 심리적 독립(psychological separation)의 개념을 포괄하는 개념이라 할 수 있다(S. Je, 1989). 분리개별화는 대상관계에서 아이가 심리적으로 어머니에게 의존하지 않고 분리되고 개별화되어 개체로서 주체성을 가지고 사물을 인지하고 판단해서 알맞은 행동규범을 결정하는 상황을 뜻하며(M. Han, 1994), 심리적 독립은 청년기에 부모로부터 독립하는 제2의 분리개별화 과정 중 가족으로부터 분리되어 독립된 성인으로서 사회적 역할에 효과적으로 적응하기 위한 과정을 말하는 것이다(Lapsley, Rice, & Shadid, 1989). 즉 대학생 시기는 자아분화의 두 단계 중 제2의 분리개별화과정으로 심리적 독립에 속한다.

대학생의 자아분화 수준에 대한 선행연구를 살펴보면, Lopez, Campbell and Watkins(1986)는 심리적 독립성과 대학 적응에 있어서 성차를 살펴보았는데, 남자대학생이 여자대학생보다 심리적 독립성이 높았고, 남자대학생과는 달리 여자대학생의 경우 심리적 독립과 적응 모두 부적상관이 있다는 결과를 얻었다(E. Kang & J. Park, 2005). 그 밖에도 자아분화 수준에 따른 결혼만족도 차이 연구(E. Bae, 2005), 자아분화 수준이 고부관계만족도에 미치는 영향(K. Choi, 2004), 자아분화 수준이 결혼안정성에 미치는 영향(C. Jun, 1994)에 관한 연구들이 있다. 이렇듯 자아분화 수준은 성별에 따라 다르게 나타나며, 자아분화 수준이 여러 대인관계에 미치는 영향 또한 다양하게 나타나고 있다.

2) 커플모래놀이치료와 자아분화

커플모래놀이치료는 기본적으로 커플 혹은 두 사람을 대상으로 한다. 치료실 안에서 두 사람이 개별 혹은 커플상자를

동시에 꾸미며 치료자가 두 사람의 상호작용과 관계(낭만적인 일치, 가족관계, 친구, 작업연결)를 다루는 모래놀이치료이다.

자아가 분화되지 못한 사람은 자기 자신의 일관된 신념에 따른 자주적, 독립적 행동을 하지 못하고 타인의 견해에 쉽게 동조하며, 타인으로부터 사랑과 인정을 받고 공격이나 비난을 회피하는 데 급급한 삶을 산다. 자아분화의 수준은 개인의 사고와 행동양식, 그리고 사회적 관계에 영향을 미쳐 자아분화의 수준이 낮은 사람은 현실에 올바르게 적응하지 못하고, 갈등이나 스트레스 상황에 놓이면 쉽게 역기능에 빠지며 그 수준이 낮을수록 역기능적 증상은 심하다고 보고되어 있다(Bowen, 1985).

개인이 발달하고 성장하는 과정에서 자아는 구조가 강건하고 분화가 잘 이루어져야 하는데, 커플모래놀이치료는 취약한 자아를 강하게 해 줄 뿐 아니라(Turner, 2009) 관계에도 긍정적인 영향을 미친다.

모래상자를 만드는 것은 간단하지만, 그 사람 자신의 내면을 표현한다는 것은 안정된 기반이 없으면 불가능하다는 전제조건이 있다. 여기에서 칼프는 치료자와 내담자의 관계에 주목하게 되었고, 이것을 '모자일체성(Mother-child unity)'이라고 표현한다. 즉 내담자는 치료자와 긍정적인 관계를 재경험함으로써 자아를 강하게 하고 강해진 자아는 어머니로부터의 분리개별화를 돕는다(B. Kim, 2005).

이와 같이 모래놀이치료는 모자일체성, 즉 치료자와의 관계를 중시여기는 치료기법으로써 내담자에게 수용 받는 경험을 하게 해준다. 이러한 경험을 통해 내담자는 자기 자신과 타인과 외부세계를 객관적으로 정확하게 지각하며, 대인관계 면에서도 효율적으로 대처할 뿐만 아니라 목표 지향적 삶을 살 수 있게 된다.

이상에서 살펴본 바와 같이 대학생을 대상으로 한 자아분화에 관한 현상 연구는 많이 있으나, 대학생의 자아분화 향상을 위한 실증 연구가 미비한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 커플모래놀이치료가 대학생의 자아분화 수준을 높이고 파트너와의 건강한 관계를 유지하여 이성관계만족을 높일 수 있는지에 대한 효과성을 검증하고자 한다.

3. 이성관계만족

1) 대학생의 이성관계만족

대학생들은 일반적으로 많은 시간과 노력을 사랑하는 관계의 탐색에 쏟는다. 이러한 탐색을 통하여 그들은 사랑과 관련된 복잡한 감정들을 느끼게 되며 그들의 삶속에서 성이 차지하고 있는 위치를 깨닫기 시작한다. 또한 그들은 사랑에 있어 중요한 부분인 동반자와의 관계도 인식한다(Kelly, 1981).

대학생 시기는 청소년기 후기와 동시에 청년기에 해당하는

시기로 성적 호기심과 성적 충동이 사람의 일생 중 가장 왕성한 시기이다(Y. Lee, 1993; M. Kang, D. Kim, & S. Kim, 2005). 이러한 연유로 이성애에 대한 관심이 자연히 증가하는 시기이다. 대학생들은 한 개인으로서 생물학적, 심리적, 사회적인 모든 측면을 통합해야하는 과도기에 있으므로 이 시기의 성공적인 적응은 그 다음 인생의 대비를 위해 매우 중요한 의미를 가진다(S. Cha, 1993). 아울러 이들은 이성교제를 통해 자신의 진정한 감정, 서로를 보는 감정, 자신의 미래 계획, 희망, 그리고 기대에 관해 끊임없이 이야기함으로써 자신이 누구인가를 알아가고 발견하려고 한다(Erikson, 1980). 그리고 이성과의 친밀한 관계형성은 이성을 이해하게 되고 원만한 인간관계를 갖게 해 주는 등 성숙한 인격 형성을 이룰 수 있기 때문에 그 중요성을 강조한 바 있다.

청년기의 이성교제는 이성과의 사회적 기술 및 대인 기술을 발달시킬 뿐 아니라 기존의 가족이나 또래 친구들과는 분리된 관계라는 상황 속에서 성격 특성을 시험해보으로써 서로 다른 정체성을 발견하고 검증하는 데 도움이 될 수 있다. 에릭슨은 청년기 동안에 이루어지는 이성과의 낭만적 경험이 정체성과 친밀감의 발달에 중요한 역할을 한다고 주장한다(Erikson, 1968).

청년기의 이성교제는 그 유형을 건전한 이성교제와 불건전한 이성교제로 나눌 수 있다. 건전한 이성교제는 이성교제 자체를 성적 발달에 따른 자연스러운 현상으로 받아들이는 것이다. 상대와 자신의 독특한 특성과 차이를 발견하면서 인격체로서 성장하는 경험을 하게 된다. 한편 불건전한 이성교제는 결여된 가정환경 속에서 고립감, 고독감, 공허감, 소외감 등이 원인이 되어 이성의 사랑에 맹목적인 집착을 보이는 것이다. 또한 성적 호기심이 주체가 되어 이를 충족시키기 위한 행위만 있을 뿐이다(Y. Park, 2003).

대학생 시기에 경험하는 이성교제는 서로에게 적응하는 방법을 익히게 되며 이러한 적응 방법은 결혼 후에도 유형화되어 둘만의 독특한 관계를 확립하게 한다. 이성교제 기간의 긍정적인 대화는 결혼 후의 만족도를 예견해 주며(Markman, 1981), 교제기간 중의 갈등수준이 결혼 후 적응수준의 예견 지표가 될 수 있음을 선행연구들(Kelly, Huston, & Cate, 1985)은 보고하였다(Y. Lee, 1993).

우리나라는 서양에 비해 이성관계에 관한 연구가 미비한 실정인데, 그 이유는 서양과 달리 자유분방한 이성교제가 사회적으로 바람직하게 여겨지지 않는다는 점에서 찾아볼 수 있다(J. Kim, E. Chang, & K. Park, 1991). 이런 점에서 대학생들에게 사랑에 대한 올바른 지식 및 이성교제 방법을 배우고, 이성교제 시 일어날 수 있는 다양한 문제점을 대처하는 방법 등 구체적인 도움을 줄 수 있는 프로그램 개발이 필요하다.

2) 커플모래놀이치료와 이성관계만족

커플관계에 문제가 있다고 호소하는 내담자들은 원가족의 유산을 가지고 오는데, 보웬(M. Bowen)은 자신과 타인에 대한 인식에 가장 영향을 미치는 것은 '가족관계에서의 감정적인 의존성의 질'이라고 말했다(B. Kim, 2008). 이렇듯 우리의 원가족 경험은 이성 커플관계에 긍정적이든 부정적이든 어떤 식으로든 영향을 미침을 알 수 있다(H. Eom, 2007).

커플모래놀이치료는 부부 또는 서로 관계된 두 사람을 대상으로 개인의 내적 세계와 외적 세계에 대한 조망, 관계에 대한 조망에 초점을 맞춘 관계를 다루는 모래놀이치료이다. 커플모래놀이치료는 커플에게 각자의 개별성이 관계에 어떻게 영향을 미치는지를 명백하게 보여주고 커플로 하여금 관계를 어렵게 만드는 행동, 패턴, 인식을 발견하도록 도우면서 자신과 상대방을 더 이해하게 한다는 장점이 있다(B. Kim, 2008). 또한 커플들이 서로 다른 장단점을 파악하여 서로의 차이점을 존중하게 하며, 갈등관계에서의 역기능적인 부분에 대한 통찰을 도울 뿐만 아니라 서로 협력하여 관계의 발전을 이룬다는 장점도 가지고 있다.

이러한 장점을 기반으로 파트너들은 각자가 상대방의 모래상자를 감상하면서 상대방에 대해서 그동안 알지 못했던 점들을 발견하게 되고, 서로에 대해서 이해하고 배려하는 마음을 가지게 된다. 즉, 커플모래놀이치료를 경험하게 되는 커플은 서로의 세계를 객관적인 입장에서 바라보고 서로에 대한 이해를 높이고, 커플의 조망수용을 증진시킨다(S. Oh, 2008).

이상에서 살펴본 바와 같이 커플모래놀이치료는 개인 치유적 경험을 제공하고 더 나아가 커플의 관계에 대한 조망에도 초점을 맞추어 관계의 만족을 높이는 유용한 치료기법이라 할 수 있다.

4. 자아분화와 이성관계만족의 관계

자아분화수준은 개인의 사고와 행동양식, 그리고 대인관계에 영향을 미쳐 자아분화 수준이 낮은 사람은 현실에 올바르게 적응하지 못하고, 갈등이나 스트레스 상황에 놓이면 쉽게 역기능에 빠지는데 그 수준이 낮을수록 역기능적 증상은 심하게 나타난다(Bowen, 1985). 자아분화가 올바르게 형성되지 못한 사람들은 자기와 타인에 대한 명확한 경계선의 설정, 관계나 상황에 있어서의 분리, 분화가 어려워 많은 불안을 경험할 수 있다(E. Kang & J. Park 2005). 타인의 견해에 쉽게 동조하며, 타인으로부터의 사랑과 인정을 받는 것에만 집중하는 등 타인과 적절하고 원만한 관계를 맺기가 어렵다. 또한 많은 연구에서 개인의 분화수준이 높을수록 분화수준이 낮은 사람보다 정서적 기능과 지적기능을 분리하여 사용할 수 있는 능력이 높아짐으로 의사결정능력, 문제해결능력, 갈등해결능력, 적응능력 등이 뛰어나다고 밝혀진 바 있다. 이러한

능력들은 커플상호관계에 있어 매우 의미 있는 변인으로 작용한다(Larer, 1984; C. Jun, 1994).

자아분화와 관련된 연구를 살펴보면 원가족에서 삼각화, 융합과 같은 역기능적인 가족 과정을 겪은 청년들은 그렇지 않은 청년들에 비해 결혼에 대해 부정적인 태도와 감정을 갖고 있으며, 결혼을 하게 되면 여러 문제에서 부부간 갈등을 겪을 것이라고 예상하고 있다(Y. Chun & M. Chung, 2003). S. Je(2002)의 연구에 따르면, 자아분화 수준에 따라 부부 적응에서 정적 상관을 보이고 있다. 또한, C. Jun(1994)도 자아분화수준이 낮을수록 결혼생활에서 갈등을 많이 경험한다고 보고 하였다. 반면, S. Je(2002)는 자아분화수준이 높을수록 단기적으로 부부간에 사랑을 가꾸고 장기적으로 유지하려는 노력을 더 기울인다고 하였다.

이렇듯 어릴 때부터 형성된 자아와 자아분화 수준이 성인이 되었을 때 개인의 가치관과 대인관계, 더 나아가 부부간 적응과 애정에도 영향을 미친다.

Benson et al.(1993)는 미혼 남, 여를 대상으로 한 연구에서 이성관계만족도에 영향을 미치는 원가족의 정서적 힘을 연구하였다. 그 결과 부모와의 관계에서 융합과 단절과 같은 정서적 문제를 가지고 있는 사람들이 그렇지 않은 사람들에 비해 더 높은 불안을 보였으며 사랑하는 대상과 의사소통하는 유형에도 부정적인 영향을 끼친 것으로 나타났다. 이와 같이 원가족에서 정서적인 부분이 커플관계에 미치는 영향이 큼을 알 수 있다.

따라서 자아분화 수준이 높을수록 이성관계만족에 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있으며 더 건강하고 기능적인 삶을 살아갈 수 있다.

III. 연구방법

1. 연구대상

서울 00구에 소재한 대학교를 대상으로 본 연구의 목적을 설명하고 커플모래놀이치료 참가를 희망하는 대학생 커플을 모집하였다. 모집된 대학생 커플을 대상으로 자아분화척도와 이성관계만족 척도를 실시 한 후 4쌍의 커플을 선정하였다. 커플모래놀이치료 집단은 일주일에 한 번씩 총 10회기의 커플모래놀이치료를 실시하였다.

사전인터뷰를 통해 보고된 대학생커플의 개인적 특성은 다음 <Table 1>과 같다.

Table 1. Individual Characteristic

Couples	Gender	Chronological Age	Frequency of Date	Period of Date	Individual Characteristics
A	Male 1	Full 25	5~6 times a week	1~2 years	Family Status : Residing together with parents and younger sister Parents Conflict : Frequent discord due to age gap Psychological Difficulties : Having feeling of responsibility as the eldest son along with economic difficulties. Major unsuited to aptitude. Relationship with Partner : Relation with parents is not that bad, dislike acting imprudently, lacking in self-confidence and taking no efforts for one's work.
	Female1	Full 23			Family Status : Parents, younger sister, currently living apart from family, frequent dispute between parents Psychological Difficulties : Experienced outcast due to frequent transfer to another schools while in middle school. Felt good by meeting with the God in high school, but is coming into conflict with family members who believe in Buddhism One's own problems : Low dignity, laziness Relationship with Partner : Personality and values tend to match well, but partner expresses irritation frequently as client plays jokes and teases on a frequent basis. Due to long courting period, they are sometimes ill-mannered to each other and do not leap up.
B	Male 2	Full 25	6~7 times a week	1~2 years	Family Status : parents, elder brother (autistic disorder), Currently being separated from father for 12 years Psychological Difficulties : Intimate with mother but is feeling betrayed by father. Not particularly dissatisfied with future and career
	Female2	Full 22			Family Status : Parents, younger brother, Currently living with younger brother apart from family Psychological Difficulties : Having a feeling of burden due to study, finding employment, plan for studying abroad, people's expectation Relationship with Partner : Difference in personality (Male: negative, pessimistic, realistic, Female: positive, optimistic), family background and religion (Male: Christian, Female: no religion) -continued-
C	Male 3	Full 25	4~5 times a week	1~2 years	Family Status : Getting along with parents, elder brother. Living apart from family from 6 years ago Psychological Difficulties : Having a worry about finding a job as a senior, anxiety about future, having difficulties with economic independence Relationship with Partner : Personality is extremely different from each other (Male: Slow and relaxed, Female: Impetuous and active), Dissatisfied with partner due to difference in personality
	Female3	Full 22			Family Status : Living together with parents and younger sister. Maintaining very close relationship with parents. Psychological Difficulties : Feeling pressure as parents depend too much on the client whenever they make all kinds of important decisions. (eldest daughter complex). Anxiety about study and employment has currently been added. Relationship with Partner : Girl friend feels frustrated due to difference in personality. (Female: Plans ahead, faithful; Male: extempore, absence of future plan)
D	Male 4	Full 22	3~4 times a week	Less than 6 months	Family Status : All family members including parents and elder brother tend to suit client's personality. Elder brother became independent recently. Psychological Difficulties : Experienced family discord due to economic difficulties after IMF. They get along amicably these days. In early days, the client felt lonely due to dual-career parents. Relationship with Partner : Not aware of partner very well as the period they have dated is not too long.
	Female4	Full 21			Family Status : Residing together with paternal grandmother, parents, younger sister and younger brother Client's main fosterer: Parental grandmother) : After undergoing IMF, parents quarreled frequently due to difference in personality and economic difficulties. Three brothers and sisters cried a lot due to quarrel between parents. Seriously considering about other career due to major unsuited for aptitude : They do not quarrel with each other frequently as they are much alike in personality. But she wishes her boyfriend to stop smoking.

2. 조사도구

1) 자아분화척도

Bowen(1985)의 가족체계이론을 기본으로 우리나라 현실에 맞게 수정하여 제작한 S. Je(1989)의 자아분화 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 36개의 문항으로 구성되어 있으며, 5점 Likert식 척도로 '전혀아니다' (1점), '아니다' (2점), '보통이다' (3점), '그렇다' (4점), '매우 그렇다' (5점)이며, 부정적 문항(23문항)은 역으로 환산하였다. 문항의 내용은 정서 인지 기능, 자아의 통합, 가족투사, 정서적 단절 그리고 가족퇴행의 총 5가지의 하위 요인으로 구성되어 있다. 하위 요인 중 몇 가지 의미를 살펴보면, 가족퇴행은 가족구성원들의 위기나 갈등 등을 대처해 나가는 행동양식을 의미하는 것으로, 가족구성원들 간에 불안이 증가하면 불안에서 벗어나기 위해 정서적 충동에 의한 의사결정을 내리며 역기능적 증상을 나타낸다. 즉, 불안으로 인해 가족의 문제해결 능력을 위태롭게 하는 정서적 과정을 말한다. 가족투사는 부모가 투사 과정을 통해 자신들의 미성숙과 미분화를 자녀들에게 전수하는 과정을 말한다. 마지막으로 정서적 단절은 세대간 미분화의 결과를 나타낸다. 하위영역은 <Table 2>와 같고, 총점은 전체 자아분화 수준을 나타내고 점수가 높을수록 자아분화가 잘 되어 있음을 의미한다.

2) 이성관계만족척도

본 연구에서 이성 관계 만족은 Snyder(1979)의 결혼만족도

검사(Marital Satisfaction Inventory, MSI)를 J. Kown and K. Chae(1999)이 한국 실정에 맞게 표준화 한 한국판 결혼만족도 검사(Korea Marital Satisfaction Inventory : K-MSI)를 S. Yoo(2000)이 문항들을 이성교제에 적절한 표현으로 다시 수정하고, 이를 또 B. Lee(2000)이 요인분석을 통해 상관이 낮은 문항을 제거해서 수정한 척도 41문항을 사용하였다. 본 척도는 총 4개의 하위척도(전반적 불만족, 정서적 의사소통 문제, 문제해결 의사소통, 공유시간 갈등)로 구성되어 있으며, 하위영역은 <Table 3>과 같다. 점수가 높을수록 이성관계만족도가 높다고 본다.

3. 커플모래놀이치료

1) 커플모래놀이치료의 목적

본 연구는 커플모래놀이치료를 통해 자아를 강하게 하고 관계에도 긍정적 영향을 미친다(Turner, 2009)는 이론에 입각하여, 커플모래놀이치료를 통해 대학생의 자아분화수준을 높이고 이성관계만족을 향상시키는데 목적을 두고 있다.

2) 커플모래놀이치료의 구성과정 및 회기별 진행 내용

본 연구에서 실시하는 커플모래놀이치료는 다음과 같은 3가지 단계로 구성되었다.

단계 1. 모래와의 접촉을 통해 정서적 안정 기반을 형성하고 자신의 내면세계를 자유롭게 표현할 수 있도록 돕는다.

Table 2. Self-differentiation Measurement Tools of Reliability

subscales	Question Number (number of questions)
Cognitive and Emotional function	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 (7)
Self-Integration	8, 9, 10, 11, 12, 13 (6)
Family Projection	14, 15, 16, 17, 18, 19 (6)
Emotional Cut-off	20, 21, 22, 23, 24, 25 (6)
Family Regression	26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36 (11)

* Reverse-coded items : 1, 2, 4, 5, 6, 7, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 21, 22, 23, 24, 25, 33, 34, 35, 36

Table 3. Heterosexual Relationship Satisfaction Inventory of Reliability

subscales	Question Number (number of questions)
Global Distress	1, 2, 3, 6, 11, 12, 16, 23, 25, 27, 29, 31, 32, 35, 38, 40 (16)
Affective Communication	14, 15, 19, 21, 24, 34, 39 (7)
Problem Solving Communication	4, 8, 10, 13, 20, 22, 28, 30, 33, 36, 37, 41 (12)
Time Together	5, 7, 9, 17, 18, 26 (6)

* Reverse-coded items: 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 13, 16, 17, 18, 19, 22, 23, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 33, 34, 35, 36, 38, 40

모래는 그 자체만으로도 강력한 힘을 가지고 있다. 모래와 물은 인류를 지구에 연결시키는 원형적인 자연의 상징들이며 정신과 같이 끊임없이 변화시키면서 흐르고 움직인다. 또한 모래와 물은 영과 신체가 의식적, 무의식적으로 서로 영향을 주고받을 기회를 주며, 마음과 영을 신체와 물리적인 형태와 연결시킨다(Turner, 2000). 모래는 취약한 자아를 강하게 할 수 있을 뿐만 아니라 완고한 자아를 부드럽게 할 수 있다(Turner, 2009). 모래와의 접촉은 현재와 과거를 연결해 주고 과거의 경험을 떠오르게 하는 역할을 하며 어린 시절의 영역으로 가는 지름길이 된다(Turner, 2000). 성인들은 모래의 촉감을 통해 어머니의 부드러움을 느끼고, 정서적으로 안정된 기반을 형성한다(B. Kim, 2008; Turner, 2009). 또한 모래를 만짐으로써 자신의 내면세계를 자유롭게 표현할 수 있도록 돕는다. 이와 같이 모래와의 접촉은 의식과 무의식을 연결해 주는 중요한 통로가 되며 자아방어수준을 약화시켜 보다 깊은 자신의 내면을 드러낼 수 있는 심리적 안정감을 제공한다(K. Lee & J. Lee, 2006). 따라서 커플모래놀이치료에서는 첫 단계에 모래를 만질 수 있는 시간을 제공하여, 정서적으로 안정된 기반을 형성하고 내면을 자유롭게 표현할 수 있는 기회를 제공해 주는 것을 1단계로 구성하였다.

단계 2. 개별모래상자를 실시함으로써 심리적 안정감을 강화시키고, 각각의 독립된 개체로서의 자아를 강화시켜 분리개별화를 돕는다.

개별모래상자는 치료자와 내담자와의 관계에 주목하여 안정된 기반을 형성하며 타인의 영향력에서 벗어나 독립된 존재로써 자신을 인식하게 된다(Boik & Goodwin, 2000). 또한 내담자는 치료자와의 긍정적인 관계를 재경험 함으로써 자아를 강하게 하고 강해진 자아는 어머니로부터의 분리개별화를 돕는다(B. Kim, 2005). 이로써 개별모래상자는 각 개인의 개성화를 향해 움직이고, 자신과 타인이 독립된 존재라는 고유성을 존중하고 소중히 여기는 법을 배우는 기회를 갖게 해준다(J. Park, 2011). 개별모래상자에서는 개인의 의미 있는 관련성을 가진 피겨들과 요소들의 출현이 증가하기 때문에 다른 사람들의 문화와 의미 있고 적절한 관계를 형성하는 능력에 도움을 줄 수 있다(Turner, 2009).

이와 같이 개별모래상자를 만드는 것은 '보호된 자유로운 공간' 안에서 자신의 내면을 자유롭게 표현하고 심리적 안정감을 갖게 한다. 또한 이러한 과정을 통해 자신을 독립된 존재로 정확하게 인식하고 자아를 강화시켜 분리개별화를 돕는 것을 제 2단계로 구성하였다.

단계 3. 커플모래상자를 실시하여 관계에 대한 조망에 초점을 맞추도록 돕는다.

조망수용은 이성관계만족에 영향을 미치는 의사소통의 행

동들을 변화시키는 중요한 변인으로 이성 관계 내에 있는 파트너에 대한 조망수용이 일반적인 대인관계에 있는 조망수용보다 더 예측 적이다(Long, 1990). 즉 여러 관계 대상에 대한 조망수용보다는 교제중인 이성 관계 내에 있는 파트너에 대한 조망수용이 이성관계만족을 더 잘 예언해 준다는 것이다.

이러한 자신과 파트너에 대한 조망수용을 증진 시킬 수 있는 심리학적 도구로써 모래놀이치료는 매우 효과적이다(B. Kim, 2008). 모래놀이치료에서는 자기 자신의 외적인 모습들과 더불어 자기의 내면에 대하여 깊은 조망수용을 통해 자기를 발견하는 도구로써, 용의 이론에 기초하고 있다. 또한 모래놀이치료는 다른 접근들과 함께 사용할 수 있는 효과적인 도구로써, 계슈탈트의 기술들, 이미지화하기, 사이코드라마, 인지적 재구조화와 같이 매우 익숙한 기법들을 구체화할 수 있는 도구이다. 이러한 모래놀이치료는 개인 혹은 자기에 대한 조망수용뿐 아니라, 깊은 관계 내에 있는 커플에 대한 조망수용을 할 수 있는 효과적인 도구이다(S. Oh, 2008).

커플모래놀이치료는 모래상자를 통해 내담자 각자가 원 가족으로부터 가지고 온 자신의 유산들과 자신의 내면의 소리 그리고 기대와 희망과 욕구들을 구체적으로 표현하게 도와준다. 그리고 모래상자를 통하여 거울을 보는 것처럼 스스로 자신을 보게 하고, 알게 하며, 수용하도록 도와주고, 자신의 내면의 소리를 상대에게 구체적으로 표현할 수 있는 기회를 제공해 준다. 또한 커플의 모래놀이치료는 커플 각자가 관계 속에서의 구체적인 서로의 모습을 거울을 보는 것처럼 스스로 봄으로써, 자신들의 관계에 대하여 이해하고 수용하도록 돕는다. 마지막으로 커플모래놀이치료는 상담자와 상대의 눈을 통해 내담자 자신과 다른 조망을 가지고 보도록 도와주는 거울의 역할을 하게 함으로써 커플의 조망수용의 증진을 도와주며, 서로의 다르거나 대조적인 면들에 대해 감사하게 하고, 차이점을 존경하게 하며, 각자가 다른 차원에서 상호작용을 하여 갈등적인 역할을 상호작용 관계에서 통찰을 얻을 수 있게 돕는다(Boik & Goodwin, 2000).

본 연구에서는 커플모래상자를 꾸밀 때 커플에게 자유롭게 의사소통을 하도록 하였으며 개인이 내놓을 수 있는 소품의 개수를 제한하지 않아 치료자나 환경적 요소에 의지하지 않고 독립적으로 결정할 수 있도록 도왔다. 또한 커플 관계에서 갈등이 발생했을 때에도 파트너와 의견을 조율하여 협력적으로 해결 할 수 있도록 도왔으며, 상자를 모두 꾸민 후 소극적으로 참여하였거나 자신의 의견을 잘 내세우지 못하는 사람에게 상자설명을 먼저 할 수 있는 기회를 주어 자아를 강하게 하며 자신감을 가질 수 있도록 도왔다. 또한 자신의 주장을 강하게 하고 자신 위주로만 진행했던 내담자에게는 파트너의 소리를 들을 기회를 주어 조망수용의 증진시켰다.

따라서 본 연구는 단계 1, 2, 3을 통해 개인이 심리적 안정감을 얻은 상태에서 고유한 존재임을 인식시키고 자아를 강

하게 한 상태에서 커플모래상자 꾸미기를 시작한다. 커플모래놀이치료는 자신 뿐 아니라 파트너에 대해 알게 하며, 수용하도록 도와주고 자신의 내면의 소리를 파트너에게 표현할 수 있는 기회를 제공하는 것을 목적으로 한다.

위와 같은 과정을 가지고 커플모래놀이치료는 도입-본 활동-마무리의 구조로 진행되었다. 모래놀이치료에 대한 전반적인 설명과 규칙 그리고 과정은 첫 회기에 한하여 안내하였으며, 도입활동으로는 모래만지기 5분, 본 활동에서는 개별모래상자꾸미기 25분과 커플모래상자꾸미기 30분이 진행되었다. 마무리 활동으로는 커플모래상자를 감상하고 이야기 나누는 후 사진을 찍는 시간 10분을 가졌다.

4. 자료분석

본 연구에서는 커플모래놀이치료의 효과성 측정을 위해 자아분화, 이성관계만족에 대한 사전·사후 설문을 시행하여 결과를 분석하였다. 사전·사후 검사에는 동일한 질문지를 이용하였으며, 치료 시작전에 사전 질문지를 측정하였고 모든 치료가 종료된 후 사후 질문지를 실시하였다. 커플모래상자를 통한 치료적 효과를 알아보기 위해 사전, 진행중, 사후 총 3회에 걸쳐 인터뷰를 실시하여 자신과 파트너 그리고 관계에 대한 변화를 보고받았다. 개별모래상자와 커

플모래상자 그리고 커플의 행동과 상호작용 변화를 분석하기 위해 모래놀이치료 슈퍼바이저 1인과 모래놀이치료 전문가 이상의 훈련을 받은 3인의 지도를 받았다.

IV. 연구결과

본 연구에서 커플모래놀이치료가 대학생의 자아분화 수준 및 이성관계만족에 미치는 영향을 알아보기 위해 검증한 결과는 다음과 같다.

1. 커플모래놀이치료 참가 대학생의 사전사후 변화

1) 각 커플별 사전·사후 자아분화수준 점수 비교

참가자들을 대상으로 자아분화수준의 점수변화를 사전·사후 비교해본 결과는 다음 <Table 4>, <Figure 1>과 같다. 분석 결과 커플모래놀이치료 참가자 모두 자아분화수준에서 점수의 변화가 있는 것으로 나타났다. 참가자 모두 최소 6점에서 최대 19점까지 점수가 높아졌음을 알 수 있다. 이 결과는 커플모래놀이치료가 대학생의 자아분화수준을 향상시킨다는 것을 의미한다.

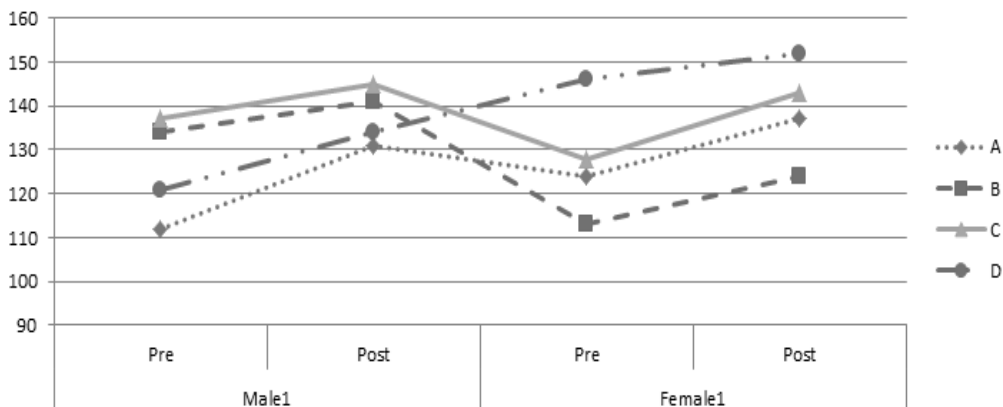


Figure 1. Comparing Pre-and Post-self-differentiation Chart

Table 4. Comparing Pre-and Post-self-differentiation

Couples	Male			Female		
	Pre	Post	variation	Pre	Post	variation
A	112	131	+19	124	137	+13
B	134	141	+7	113	124	+11
C	137	145	+8	128	143	+15
D	121	134	+13	146	152	+6

Table 5. Heterosexual Relationship Satisfaction Compared Pre-and Post-

Couples	Male			Female		
	Pre	Post	variation	Pre	Post	variation
A	24	27	+3	19	29	+10
B	30	34	+4	32	32	0
C	27	37	+10	28	35	+7
D	35	39	+4	32	38	+6

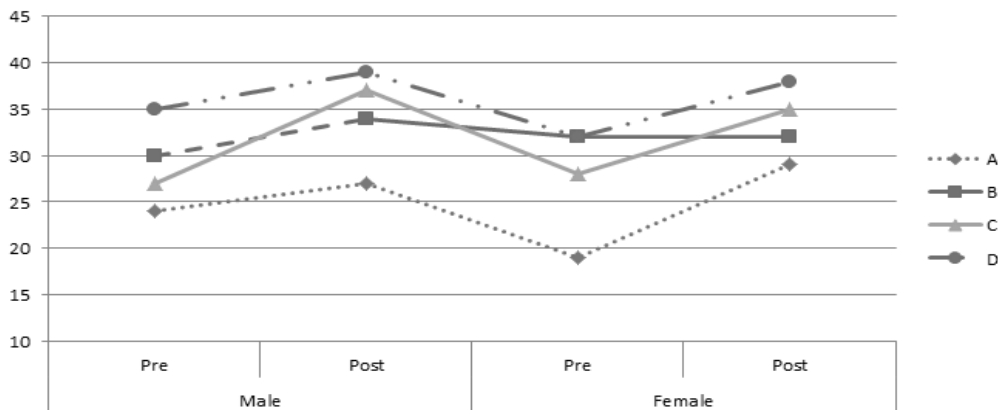


Figure 2. Heterosexual Relationship Satisfaction Compared Pre-and Post-

2) 각 커플별 사전·사후 이성관계만족 점수 비교

<Table 5>, <Figure 2>에 나타난 바와 같이, 대학생 커플의 이성관계만족에서 점수의 변화가 있는 것으로 나타났다. 참가자 중 커플B의 여학생을 제외한 모든 참가자들이 최소 4점에서 최대 10점까지 점수의 증가를 보였으며, 커플 B의 여학생은 사전·사후 동일한 점수를 보였다. 이러한 결과는 커플모래놀이치료 실시 후 대학생 커플의 관계에서 이성관계만족이 향상되었음을 의미한다.

3. 커플모래놀이치료를 통한 대학생커플의 모래상자 변화

각 커플의 치료과정에서 나타난 상자 주제 및 행동관찰 내용은 다음과 같다.

1) A커플의 상자 주제 분석

상자의 진행과정과 행동변화를 살펴보면 1회기는 탐색단계, 2~8회기 투쟁단계, 9회기는 일상에 관련된 내용으로 적응단계, 10회기는 남자와 여자의 생각과 행동이 일치하는 통합단계로 구분할 수 있다.

남자와 여자는 1회기에 남자는 '진짜생활'을 꾸몄으며, 여자는 '신혼'을 나타냈다. 2회기에는 남자는 '쥬라기 공원', 여자는 '전쟁' 장면을 꾸몄다. 계속해서 투쟁의 상자가 지속되었

으며, 남녀 각각의 주제로 상자를 표현했다. 9회기에 이르러 서야 일상의 상자가 등장했으며, 10회기에 '콜롬버스의 신대륙 발견'이라는 주제로 신대륙을 발견하여 거북이가 승리하는 상자를 만들었다.

의사소통 부분을 살펴보면, 회기의 초반에 남자는 여자의 소품에 대해 직접적으로 비난하고, 여자는 남자의 이러한 태도에 서운해 하지만 자신의 감정을 잘 드러내지 않는 모습을 보인다. 또한 남자는 여자의 허락 없이 여자가 놓은 소품을 제거하거나 위치를 마음대로 바꾸는 행동이 많이 나타난다. 그러나 회기가 진행될수록 남자는 여자의 의견을 수용하고 이해하는 태도를 보이며 여자 또한 자신의 생각과 감정을 솔직하게 표현하여 의견을 하나로 조율해 가는 모습을 보인다. 5회기까지는 남자와 여자 각각 다른 상자의 주제를 정했지만 6회기부터는 남녀가 의견을 나누어 하나의 주제로 상자를 꾸미는 모습을 보인다.

2) B커플의 상자 주제 분석

상자의 진행과정과 행동변화를 살펴보면 1회기는 탐색단계, 2~5회기 투쟁단계, 6~7회기는 일상에 관련된 내용으로 적응단계, 8~10회기는 남자와 여자의 생각과 행동이 일치하는 통합단계로 구분할 수 있다.

1회기에 남자와 여자는 10년 후 자신들의 일상을 상자에

나타내었지만 남자와 여자를 상징하는 피겨가 서로 바라보고 있지 않다. 또한 상자 내용과 주제가 부정적이며 우울하다. 남녀 모두 자신의 모습을 완전히 개방하지 않고 눈치를 보며 탐색하는 모습을 보인다. 4회기의 행동과 상호작용에서 예고하듯이 5회기에는 결정적으로 자신의 감정을 조절하지 못하고 폭발하여 크게 싸우게 되며, 6회기에 화해의 의미로 함께 여자의 고향으로 여행을 떠나는 모습을 표현했다. 10회기에는 '행복, 새로운 시작!'이라는 주제로 전통혼례를 하는 모습을 꾸몄다.

의사소통 부분을 살펴보면, 초반에 여자는 자신이 원하는 대로 행동하며 남자 또한 여자의 행동에 관심을 두지 않고 자신의 작업에만 집중한다. 여자는 남자의 의견을 많이 묻지만 결국 중요한 결정은 자신이 원하는 대로 하며 남자는 여자에게 민감하게 반응하지 않고 관여하지 않는 모습을 보인다. 그러나 회기가 진행될수록 상자에 어울리는 소품을 함께 상의하여 결정하는 등 의견을 조율하는 모습을 보이고, 협력하여 커플상자를 꾸미는 모습을 볼 수 있다.

3) C커플의 상자 주제 분석

상자의 진행과정과 행동변화를 살펴보면 1~4회기는 투쟁단계, 5~8회기는 일상에 관련된 내용으로 적응단계, 9~10회기는 남자와 여자의 생각과 행동이 일치하는 통합단계로 구분할 수 있다.

1회기에 '전쟁', 2회기에 '소림사의 동들'이라는 주제로 전투와 무술로써 공격하는 모습이 나타나며, 4회기에는 여자가 남자에 대한 부정적인 감정을 상자의 피겨를 통해 상징적으로 표현하고 있다(개는 정말 많이 화가 나 있으며, 오리를 물어뜯어 죽이고 있다). 5회기부터 일상에 관한 내용으로 적응단계를 보여주며, 10회기에 '스위트 룸'이라는 주제로 남자와 여자가 편히 쉬고 있는 모습을 표현했다.

의사소통 측면을 살펴보면, 초반에 큰 마찰은 없으나 의견 조율이 잘 되지 않고, 서로의 의견 차이를 많이 보인다. 같은 상자에서도 서로가 생각하는 상황이나 내용이 달랐으며, 상자에 대한 만족도 낮았다. 또한 여자는 남자의 하는 행동 하나하나에 참견하고 잔소리하는 모습을 보였다. 그러나 회기가 진행될수록 여자는 남자가 하는 것에 관여하는 모습이 사라지고 남자의 의견을 존중해주고 독립적으로 행동하도록 도와주며 격려하였다. 남자 역시 무조건적으로 여자의 의견에 따르기보다 자신이 먼저 의견을 제시하고 놓고 싶은 피겨와 위치를 스스로 결정하는 모습을 보였다.

4) D커플의 상자 주제 분석

상자의 진행과정과 행동변화를 살펴보면 1회기는 탐색단계, 2회기는 투쟁단계, 3~8회기는 일상에 관련된 내용으로 적응단계, 9~10회기는 남자와 여자의 생각과 행동이 일치하

는 통합단계로 구분할 수 있다.

1회기에서 마을을 꾸몄는데, 남자는 '이상적인 마을'이라 표현하고, 여자는 '시골 마을의 정겨운 풍경'이라 표현했다. 2회기에는 남자는 환상의 세계 속에서 호랑이와 사람이 맞서 싸우는 장면을 꾸몄으며, 여자는 백설공주가 등장하는 신비로운 공간이라고 하였다. 3회기부터 '인생의 여정'이라는 하나의 주제로 각자의 인생을 표현했다. 계속해서 모험, 탐험의 상자를 꾸미다가 10회기에는 함께 여행하는 모습을 담은 상자를 만들었다.

의사소통 부분에서 D커플은 다른 커플들에 비해 초반에 어색해하고 서로 눈치를 많이 보았다. 기분이 상하는 일이 있어도 표현하지 않고 그냥 참는 모습을 보였으며, 의견충돌이 일어나지 않았다. 그러나 회기가 진행될수록 자신의 생각과 감정을 표현하고 목소리가 커지는 등 자신의 의견을 더 많이 내세우는 모습이 관찰되었다. 후반에는 서로 이해하고 수용하며, 칭찬하고 격려하는 모습이 많이 보였다.

V. 결론 및 논의

1. 커플모래놀이치료의 효과에 따른 결론

본 연구는 커플모래놀이치료가 대학생의 자아분화와 이성관계만족 향상에 효과를 미치는지를 검증하기 위한 것에 연구목적과 두고 대학생 커플 4쌍을 대상으로 커플모래놀이 치료를 실시하였다. 커플모래놀이치료의 효과를 검증하기 위해 대학생의 자아분화 수준과 이성관계만족이 사전·사후 변화가 있는지 알아보았다.

또한, 커플모래놀이치료에서 대학생의 모래상자가 진행과정에 따라 어떤 변화를 보이는지 알아보고자 모래상자 내용의 변화를 행동 및 의사소통과 함께 진행 과정에 따라 나타나는 변화를 중심으로 분석하였다.

본 연구에서 밝혀진 연구결과를 토대로 한 결론은 다음과 같다.

커플모래놀이치료 실시 후 자아분화의 사전·사후를 비교한 결과 유의미한 변화가 있었다. 또한 커플모래놀이치료를 통한 모래상자의 변화를 살펴본 결과, 4커플 모두 회기 초반에는 부정적인 행동과 상호작용이 많이 나타나고 긍정적인 행동이 적었으나 회기가 진행됨에 따라 부정적인 행동이 두드러지게 감소하고 긍정적인 행동과 상호작용이 많이 나타났다.

본 연구문제에 따라 살펴본 결론은 다음과 같다.

첫째, 커플모래놀이치료는 대학생의 자아분화수준을 향상시킨다. 커플모래놀이치료가 대학생의 자아분화에 미치는 양적효과를 알아보기 위해 자아분화 척도의 사전·사후 점

수 변화를 살펴 본 결과 모든 참가자의 자아분화수준이 높아졌다. 커플모래놀이치료를 참가한 모든 대학생이 사전에 비하여 사후 점수가 증가하여 긍정적인 영향이 나타났다. 또한, 대학생 커플들은 상호작용과 행동적인 측면에서도 긍정적인 변화가 많이 나타났다. 신중하게 행동하며 융통성있고 파트너와의 관계에서도 정서적 친밀감을 누리면서 상대방에게 자율성을 허락하는 모습이 관찰되었다. 특히, 초기에 상대방의 의견에 쉽게 동조하며 자신의 의견을 제시하지 못하고 파트너의 눈치를 살피며 쉽게 융합하는 대학생은 회기가 진행될수록 자신의 의견을 적절히 표현하며 독립적으로 행동하고 갈등이나 문제를 협력적으로 조율하는 적극적 상호작용을 보였다. 또한 자기 자신을 숨기기보다 개방적으로 표현하게 되었으며, 감정을 적절하게 표현하는 등 자신에 대해 긍정적인 자아상이 형성되었다. 이는 데이트 상황에서도 자신의 의사를 분명하게 표현 한다는 파트너의 인터뷰 내용과도 일치한다. 이는 모래놀이치료가 취약한 자아를 강하게 해 줄 뿐 아니라 관계에도 긍정적인 영향을 미친다는 견해(Y. Kim & Yamanaka, 2005; Turner, 2009)와 모래놀이치료를 모자일체성, 즉 치료자와의 관계를 중시여기는 치료기법으로써 치료자에게 수용받는 경험을 통해 자기 자신과 타인과 외부세계를 객관적으로 정확하게 지각하며 대인관계 면에서도 효율적으로 대처하여 목표 지향적인 삶을 살 수 있다는 견해(Kalff, 1989)를 지지한다. 또한 모래놀이치료가 자아 기능의 긍정적 향상을 가져온 선행연구들(H. Sim, 2007; S. Oh, 2008; J. Park, 2008; S. You, 2010, 2011)의 연구결과를 지지한다.

둘째, 커플모래놀이치료를 대학생의 이성관계만족을 향상시킨다. 커플모래놀이치료가 이성관계만족에 미치는 양적효과를 알아보기 위해 이성관계만족의 사전·사후 점수 변화를 살펴 본 결과 참가자 중 커플 B의 여성을 제외하고 모두 사전 점수보다 사후 점수가 더 높게 나타났다. 커플모래놀이치료에서 상호작용과 행동적인 측면에서도 긍정적인 변화가 나타났는데, 초반에 커플들은 흥미와 관심, 기대와 요구가 서로 불일치하는 경향이 많고 갈등이 많이 발생하였다. 또한 서로에게 지나치게 의존적이며, 방어적이고 비난적인 언어를 많이 사용하였다. 그러나 후반으로 갈수록 서로를 이해하고 배려하며 애정과 보살핌을 통해 정서적 지지를 얻는 모습이 나타났다. 또한 파트너의 가치와 감정 혹은 행동을 존중하고 인정하였으며, 갈등이 발생하였을 때 의견을 조율하는 긍정적인 태도가 많이 나타났다.

셋째, 커플모래놀이치료를 행동 및 상호작용을 긍정적으로 변화시켰다.

A커플은 회기 초반에 의식적으로 외관상 아름답고 균형 있는 상자를 꾸미려고 노력하였으며, 행동적인 측면에서도 상대방을 견제하고 탐색하는 모습을 보였다. 그러나 회기가

진행될수록 전쟁장면과 같은 내면의 공격성을 표출하고 자신에 대해 더 솔직하게 개방하는 모습을 보여 에너지를 활성화 시켰다. 혼란과 투쟁의 상자를 거쳐 후기에는 안정되고 조화로운 상자를 만듦으로써 커플 관계의 균형을 이루어 갔다. 행동과 상호작용 측면에서도 남자는 여자의 소품에 대해 직접적으로 비난하고, 여자의 허락 없이 여자가 놓은 소품을 자기 마음대로 옮기는 등의 행동에서 여자의 의견을 수용하고 이해하는 태도로 바뀌어 갔으며, 여자 또한 자신의 의견을 드러내지 못하고 소극적인 태도에서 자신의 생각과 감정을 솔직하게 표현하는 태도로 바뀌었다. 점차 의견을 하나로 모아 주제를 정하는 모습을 통해 점점 통합으로 나아가고 있음을 확인할 수 있다. 후기 인터뷰에서도 남녀 모두 관계가 좋아졌다고 보고하였으며, 서로를 이해하고 배려하는 마음이 생겼다고 했다.

B커플은 초반에 피겨가 다소 경직되어 있으며, 상자의 영역이 텅 비어 있어 에너지가 부족하고 상자의 내용적인 측면에서도 부정적인 주제를 많이 나타내었다. 행동과 상호작용 측면에서 보면 초반에는 자신의 모습을 개방하지 않고 눈치를 보는 경우가 많았으나, 회기가 진행될수록 솔직하게 자신의 감정을 드러내어 크게 싸우는 모습도 나타내었다. 이를 계기로 커플 관계도 안정기에 접어들어 상자가 훨씬 풍요로워졌으며, 결국 마지막 상자에서는 전통혼례라는 주제로 상자를 꾸며 남녀라는 대극이 한 쌍의 커플로 통합되는 모습을 보여주었다. 인터뷰를 통해 여자는 남자의 심리적인 아픔을 더 이해할 수 있게 되었으며, 남자 또한 여자에게 말하기 전 한 번 더 생각하고 말하는 습관과 커플상자를 통해 여자의 마음을 더 잘 이해할 수 있게 되었다고 보고하였다.

C커플은 1회기부터 탐색의 단계 없이 바로 투쟁의 단계로 들어가는 모습을 보여주어 그만큼 관계의 갈등이 컸음을 알 수 있다. 초반회기부터 투쟁의 주제로 상자를 만들어 서로 내면의 공격성을 보여주었으며, 4회기에 와서 본격적으로 부정적인 감정이 상자의 피겨를 통해 상징적으로 나타났다. 이것을 통해 커플상자는 감정을 해소하는 도구로 사용되었음을 알 수 있다. 결국 마지막 회기에는 서로 편히 쉬고 있는 장면이 연출되면서 통합으로 나아간 점을 알 수 있다. 의사소통 측면에서도 초반에는 의견 조율이 잘 되지 않고 의견차를 많이 보였으며, 여자는 남자의 행동 하나하나에 참견하고 잔소리하는 모습을 보였다. 그러나 후반에는 여자가 남자의 하는 일에 관여하는 모습이 사라지고 남자의 의견을 존중해주며 독립적으로 행동하도록 도와주었다. 남자 또한 무조건 여자의 의견에 따르기보다 자신의 의견을 먼저 제시하는 모습을 볼 수 있었다. 이는 B. Kim(2008)이 커플모래놀이치료를 통해 서로에 대한 이해의 폭이 넓어진다고 한 점과 일치하는 측면이다.

D커플은 1회기에서 서로를 의식하여 균형적이고 멋진 상

자를 만들려고 노력하는 모습을 보였으며, 행동에서 또한 자신의 감정을 전혀 드러내지 않고 지나치게 서로를 배려하는 모습을 보였다. 2회기부터는 솔직한 감정을 드러내어 혼란스러운 투쟁의 상자가 나타났으며, 자신의 목소리가 커져 오히려 갈등을 많이 드러내었다. 그러나 후반기에는 서로에게 적응하고 의견을 조율하는 안정기로 접어드는 통합된 상자를 만들었다. 의사소통과 상호작용 측면에서도 초반에는 어색해하며 불안한 모습을 많이 보였으나 회기가 진행될수록 서로를 편안히 느끼고 농담도 주고받는 모습을 보였다. 또한 서로를 격려해 주고 칭찬해 주는 모습을 볼 수 있었다.

이러한 결과는 커플의 모래상자가 혼돈상태에서 통합·질서를 잡아가는 쪽으로 움직여간다는 견해(Kalff, 2003; B. Kim, 2007)와 일치하며, 서로 공감대를 형성하고 모래상자를 공유하며 커플의 관계 안에서 내면의 치유가 이루어진다는 결과(B. Kim, 2008)를 지지한다.

이상에서 살펴본 바와 같이 커플모래놀이치료는 개인 치유적인 경험을 통해 자아를 강화함으로써 자아분화 수준을 향상시키고, 더 나아가 커플 관계에 대한 조망에도 초점을 맞춰 이성관계만족을 높이는데 효과적이다.

REFERENCES

- Bae, E. S. (2005). *The relation of perfectionism, self-differentiation, and marital satisfaction*. Unpublished master's thesis. Catholic University, Seoul, Korea.
- Bang, J. Y. (2005). *The effects of self-differentiation levels and sex role identity on couple relationship satisfaction in unmarried adult's*. Unpublished master's thesis. Hankuk University of Foreign Studies, Seoul, Korea.
- Benson, M. J., Larson, J., Wilson S. M., & Demo, D. H. (1993). Family of origin influences on late adolescent romantic relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 55(3), 663-672.
- Boik, B. L. & Goodwin, E. A. (2000). *Sandplay therapy : A step-by-step manual for psychotherapists of diverse orientations*. N.Y.: W.W.Norton&Company
- Bowen, M. (1985). *Family therapy in clinical practice*. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- Cha, S. H. (1993). *The effects of the group counseling program for college students' loving relationships problem-solving*. Unpublished master's thesis. Dong-A University, Busan, Korea.
- Cha, J. H. (2002). *A study of the relationship between the family differentiation and the emotional dynamics of the dating couples*. Unpublished master's thesis. Silla University, Busan, Korea.
- Choi, K. S. (2004). *The effect of married women's self-differentiation on the relationship between mother-in-law and daughter-in-law*. Unpublished master's thesis. Graduate School of Education. Silla University, Busan, Korea.
- Choi, J. Y. (2006). *The impact of the self-differentiation and self-disclosure of unmarried men and women in adulthood on their intimacy with the opposite sex*. Unpublished master's thesis. Sangmyung University, Seoul, Korea..
- Chun, Y. J., & Chung, M. J. (2002). Effects of three-generation family experiences and coping behaviors of Korean children on their behavior problems. *Journal of the Korean Home Economics Association*. 41(8), 139-158.
- Chung, M. J. (2001). Problems and related variables of Korean families appeared in research and practice. *Korean Journal of Family Therapy*, 9(2), 1-34.
- Eom, H. J. (2007). Qualitative analysis on the changing process of the heterosexual college students' couples in satir group counseling program. *Journal of family relations*, 12(3), 109-147.
- Erikson, E. H.(1980). *Identity and life cycle*. N.Y.: WW Norton&Company.
- Erikson, E. H.(1994). *Identity: Youth and crisis*. N.Y.: WW Norton.
- Han, H. J. (1994). The influence on college life adjustment of separation individuation and family cohesion, *Journal of Korean Home Management Association*, 12(2), 187-194
- Han, J. A., & Shim, H. S. (2005). College students' self-differentiation, negative mood regulation expectancies and stress coping strategies. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 17(4), 965-981.
- Han, M. (2000). *Study of the relationship among self-differentiation and marital conflict, conflict-coping behaviors of couples*. Unpublished master's thesis. Sogang University, Seoul, Korea.
- Hoffman, J. A. (1984). Psychological separation of late adolescents from their parents. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 170-178.

- Jang, M. J. (2008). *On university students' ego differentiation and marriage outlook*. Unpublished master's thesis. Graduate School of Education, Yeungnam University, Kyungbuk, Korea.
- Je, S. B. (1989). *The relationship between differentiation of self and dysfunctional behavior*. Unpublished doctoral dissertation. Pusan National University, Busan, Korea.
- Je, S. B. (2002). The relationship between self-differentiation and marital adjustment. *The Korean Journal of Counseling*, 3(1), 171-184.
- Jun, C. A. (1994). *The effect of couple's differentiation of self and family-of-origin emotional health on marital stability*. Unpublished master's thesis. Ewha Women's University, Seoul, Korea.
- Kalff, D. M. (1989). Sandplay in Switzerland. Seminar notes. Zurich: University of California at Santa Cruz.
- Kalff, D. M. (2003). *Sandplay: A Psychotherapeutic Approach to the Psyche*. Cloverdale, CA.: Temenos Press.
- Kang, E. A., & Park, J. H. (2005). Differentiation of self, social anxiety, and couple intimacy in college-aged Koreans. *Korean Journal of Family Therapy*, 13(2), 149-169.
- Kang, M. L., Kim, D. H., & Kim, S. H. (2005). Research on the college students' awareness of sex focusing on students of CNU. *Journal of Student Guidance*. 26(1), 273-306.
- Kelly, G. F. (1981). Loss of loving: A Cognitive therapy approach. *The Personnel and Guidance Journal*, 59(6), 401-404.
- Kim, B. A. (2005). *Theory and practice of sandplay therapy*. Seoul: Hakjisa.
- Kim, B. A. (2007). *Mysterious sandplay therapy*. Seoul: Hakjisa.
- Kim, B. A. (2008). *Sandplay journey*. Seoul: Catholicbook.
- Kim, J. E. (2007). *The influence of family strengths to college students' self-differentiation*. Unpublished master's thesis. Sungshin Women's University, Seoul, Korea.
- Kim, J. M., Chang, E. J., & Park, K. B. (1991). Comparison between dating couples on attachment dimensions : A test for selection hypothesis. The Korean Psychological Association 91' annual convention's presentation source book, 423-432.
- Kim, S. K., & Yoo, Y. J. (2001). The effects of family of origin's emotional health and ego identity on psychological well-being of married young adults. *Journal of Family Relations*, 6(1), 43-64.
- Kim, Y. & Yamanaka, Y. (2005). *The nature of the Sandplay Therapy*. Seoul: Hakjisa.
- Kwon, J. H., & Chae, K. M. (1999). A validation study of the Korean marital satisfaction inventory. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 18(1), 123-139.
- Lapsley, D. K., Rice, K. G. & Shadid, G. E. (1989). Psychological separation and adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 3, 286-294.
- Lee, S. H., & Chung, M. J. (2005). Effects of differentiation from family of origin and self-esteem of college students on their coping behaviors toward partners. *The Korea Journal of Youth Counseling*, 13(2), 33-45.
- Lee, S. J., & Kim, M. J. (2000). A study on the university student's stress and relationship satisfaction with their mother. *Journal of Korean Home Management Association*, 18(3), 85-98.
- Lee, K. H., & Lee, J. S. (2006). A study on comparison of sandplay and K-HTP expression between withdrawn and ordinary preschool age children. *The Journal of Play Therapy*, 10(1), 1-14.
- Lee, Y. S. (1993). A study on the conflict resolution method of the college students. *Kunsan National University Theses Collection*, 20, 83-104.
- Lopez, F. G., Campell, V. L., & Watkins, E. (1986). Depression, psychological separation, and college adjustment: an investigation of sex differences. *Journal of Counseling Psychology*, 33(1), 52-56.
- Nichols, M. P. (2010). Kim, Y., Kim, J., & Song, S. rev. ed. (2011). *Family therapy : concepts and methods* (9th ed). Seoul: Sigmappress.
- Oh, S. S. (2008). *A study on the efficacies of sandplay therapy with married couples for the development of the marital perspective taking*. Unpublished master's thesis. Sangmyung University, Seoul, Korea.
- Park, J. Y. (2008). *The effect of the sandplay therapy about an infant who has symptoms, the depression, anxiety, and the withdrawal behavior*. Unpublished master's thesis. Chonnam National University, Gwangju, Korea.
- Park, J.-Y. (2011). *The effect of group sandplay therapy for children's social anxiety and ego strength*. Unpublished master's thesis. Myoungji University, Seoul, Korea.

- Park, S. L. (2008). *The effects of parental bonding and self-differentiation according to adult attachment types of unmarried men and women in adulthood on relationship satisfaction in romantic relationships*. Unpublished master's thesis. Kyungsoong University, Busan, Korea.
- Park, Y. S. (2003). *A study of factor of gender consciousness and behavior of youth*. Unpublished master's thesis. Daejeon University, Daejeon, Korea.
- Peterson, D. R. (1983). Conflict. In H. H. Kelly, E. Berscheid, A Christensen, J. H. Harvey, T. L. Huston, G. Levinger, E. McClintock, L. A. Peplau, & D. R. Peterson(Eds.). *Close relationships*(360-396). N.Y.: Freeman.
- Seol, K. M. (1993). A theoretical model of counseling for korean college students. *Student Guidance Counseling Institute Hanyang University, 11*, 25-52.
- Sim, H. O. (2007). A case study of sandplay therapy of a primary school child having a difficulty in affect regulation. *The Journal of Play Therapy, 11*(3), 41-65.
- Turner. B. A. (2005). Kim, T., Kang, W., Kim, D., Kim, H., Park, R., Bang, H., Shin, M., Shin, M., Lee, K., Lee, G., Lee, J., Lee, J., Jang, E., Jo, S., & Jo, S.(2009). *The handbook of sandplay therapy*. Seoul: Hakjisa.
- VanderKooi, I. K., & Handelsman, M. M. (1984). Toward an integration of Jungian and Bowen perspectives on psychotherapy. *Family Therapy, 6*, 615-623.
- Yoo, S. Y. (2000). *The relation of perceived discrepancy of love and attributional style of responsibility on the satisfaction of heterosexual relationship*. Unpublished master's thesis. Catholic University, Seoul, Korea.
- You, S. E. (2010). The effect of group sandplay therapy for children's anxiety decrease and ego-resilience promotion. *The Journal of Play Therapy, 14*(1), 67-88.
- You, S. E. (2011). The effect of group sandplay therapy for children's self-concept construction and ego-development enhancement, *Korean J. of Child Studies, 32*(3), 136-157.

- 접수 일 : 2013년 07월 14일
- 심사 일 : 2013년 08월 05일
- 게재확정일 : 2013년 12월 04일