

영화를 이용한 성인아이 치료에 대한 이론적 고찰과 사례연구

조상호[†], 김치용^{**}

Theoretical Reviews and Case Studies on Curing the Adult-child using Movies

Cho SangHo[†], Kim Cheeyong^{**}

ABSTRACT

Everyone wishes to live a happy life. Unfortunately, however, most people who have grown up in dysfunctional families grow up living wounded inner child'. This wounded inner child not only experiences conflicts in interpersonal relations but also exchanges wounds with others, which inflicts pain on them. Besides, they suffer from dependence and addiction, leading them to have miserable lives. This study seeks to review the definitions of the inner child and treatment methods using movies for the wounded inner child. The study found that as a field of art therapy, cinema therapy can have a positive effect on curing the emotionally wounded inner child.

Key words: Adult Child, Dysfunctional families, Movies Inner Child Therapy.

1. 서 론

1.1 연구목적

사람은 누구나 가정을 배경으로 태어나고 살아간다. 가정은 사회의 가장 기초단위이며 인간의 존엄성과 자아가 형성되는 곳이며 대인관계를 배우고 삶의 가치와 삶의 목표를 배우는 곳이다.

그러나 현대사회의 물질적인 풍요와 사회의 급격한 변화를 겪으면서 전통적인 가치관이 무너지고 물질만능주의로 인한 경쟁과 갈등 속에서 인간의 이해와 사랑이 상실되고 있다. 이러한 결과로 가정이 파괴됨으로써 역기능 가정이 늘어나고 있다.

또한 사람은 어린 시절의 각 발달시기에 따라 단계적으로 받아들여져야 할 정상적이고 당연한 욕구들을 가지고 있다. 그러나 역기능가정에서 자라난 아

이들은 이러한 욕구들이 충분히 채워지지 못하고 아이로서 당연히 경험하고 받아보았어야 할 신뢰와 안전한 환경, 사랑과 관심을 제대로 받지 못하고 대부분이 '상처 입은 내면아이'를 품은 채로 어른이 된다. 이처럼 상처 입은 내면아이를 가슴에 품은 채 걸만 성장한 성인을 성인아이라고 한다[1]. 이 성인아이는 자녀들에게 부정적인 영향을 주며 상처를 대물림 하면서 역기능 가정을 만들어 나간다. 오늘날 많은 가정들의 역기능성으로 개인의 불행은 물론이고 함께 더불어 살아야 하는 세상에서 대인관계를 기피하거나 심리적인 장애와 정서적인 고민을 알고 고통 속에서 살고 있다. 이러한 삶에서 벗어나고 자녀들에게 대물림하지 않기 위해서는 자신의 상처받은 내면아이를 발견하고 치료함이 목적이다. 특히 본 논문에서는 이러한 성인아이의 치료를 위해 이미지와 영상에

※ Corresponding Author: Chee yong Kim, Address: (47340) Eomgwang 176, Busanjin-gu, Busan, Korea, TEL: +82-51-890-1182, FAX: +82-51-890-1954, E-mail: kimchee@deu.ac.kr

Receipt date: Oct. 3, 2016, Revision date: Dec. 15, 2016

Approval date: Dec. 16, 2016

[†] Dept. of Storytelling, Doctor Course Dong-Eui University (E-mail: sh-cho-m@hanmail.net)

^{**} Major of Visual Game Engineering, Dong-Eui University



Fig. 1. A child in me : Erika J. Chopich.

익숙한 현대인들이 청각, 시각을 통한 영화치료의 효과를 드러내고자 함이다.

1.2 연구방법

본 연구는 기존의 연구된 문헌과 학위논문, 단행본들을 이론적 배경으로 하여 고찰하였으며 영화치료프로그램은 심영섭의 ‘영화를 이용한 내면아이치료’를 활용하였다. 연구대상은 우울증의 중년여성을 대상으로 하였다. 검사척도로 우울증 척도검사는 Beck(1967)이 우울의 유무와 정도를 측정하기 위해 개발한 BDI(Beck Depression Inventory)를 이영호(1991)가 번안한 K-BDI를 사용하였다. BDI는 우울의 정서적, 인지적, 동기적, 생리적 증상들을 포함하는 21문항으로 이루어진 자기 보고형 척도이다. 각 문항은 증상의 심한 정도에 따라 0점에서 3점으로 채점되므로 점수범위는 0점에서 63점까지이며 0-10점은 우울하지 않은 상태, 11-16점은 가벼운 우울상태, 17-20점은 중한 우울상태, 24-63점은 심한 우울상태로 본다. Beck의 연구에서 cronbach’s a는 .86이었다[2].

Table 1. Composition and Reliability of Adult Interpersonal Questions

subscale	item number	cronbach’s α
satisfaction	1, 2, 3, 4	.88
communication	9, 14, 18, 19	
understanding	7, 8, 13, 25	
confidence	15, 23, 24	
friendliness	5, 11, 16	
sensitivity	6, 10	
openness	12, 17, 20, 21, 22	

Table 2. Adult Self-esteem Test Item Composition

subscale	item number	cronbach’s α
positive	1, 2, 4, 6, 7	.85
negative	2, 5, 8, 9, 10	

대인관계측정은 성인 Schiein, Guerny & Stover(1971)의 Relationship Change Scale(RCS)를 사용하였다. 본 연구에서는 문선모(1980)가 번안하고 이를 진석균(1994)이 수정 및 보완한 것을 사용하였다. 이 척도는 전체 25개 문항으로 된 5점 Likert 척도이며 하위영역은 7개로 만족감 4문항, 의사소통 4문항, 신뢰감 3문항, 친근감 3문항, 민감성 2문항, 개방성 5문항, 이해성 4문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘매우 그렇다’는 5점, ‘전혀 그렇지 않다’는 1점으로 점수의 범위는 25점에서 125점까지이며 높은 점수일수록 대인관계가 좋다고 할 수 있다.

신뢰도는 cronbach’s a=.88이다[3].

성인의 자아존중감 검사는 Rosenberg(1965)가 개발하고 전병제(1974)가 번역한 Rosenberg Self-

Criteria for depression diagnosis

- 1. Most of the day, almost every day depressed (sad or empty).
- 2. There is no interest and pleasure in life.
- 3. Special weight control is not done, but it is fattening or falling, and there is appetite increase or decrease.
- 4. Sleeping or sleeping with insomnia.
- 5. There is nervousness or anxiety.
- 6. Every moment is fatigue and vitality.
- 7. I feel that I am not worthy of myself, or I feel guilty.
- 8. I have low concentration and I am indifferent to everything.
- 9. I think about death and suicide repeatedly.



Fig. 2. Korean-Beck Depression Inventory-II.

Esteem Scale(RSES)을 사용하였다[4]. 개인이 지각하고 있는 자신에 대한 느낌과 평가의 정도 및 자기수용의 척도를 측정하는 도구로 이는 모두 10문항으로 구성되어 있으며 긍정적 자아존중감과 부정적 자아존중감 5문항의 2개의 하위요인으로 나뉘져 있다. Likert 4점 척도로 평정되어 있으며 긍정적 문항은 ‘매우 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’까지의 4점, 부정적 문항은 역으로 환산한다. 범위는 총 10점에서 40점까지를 보이며 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. 신뢰도는 cronbac’s α 값이 .85이다.

2. 이론적 고찰

2.1 역기능가정과 순기능가정에 대한 정의

2.1.1 가정의 기능

가정은 결혼을 통하여 시작되며 모든 사람들은 가정을 배경으로 태어나고 살아간다. 가정을 통해서 자녀를 양육하고 가정 안에서 도덕과 윤리규범을 배우며 말을 배우고 삶의 방법을 배운다. 또한 가정은 의식의 충족과 평화와 안식의 제공으로 신체적 심리적 기능을 한다.

변상해는 가정의 기능을 다음과 같이 세 가지로 정의하고 있다. 첫째, 가정의 고유기능이다. 가정의 고유기능은 가족원의 대내적인 기능과 대외적인 기능으로 나뉜다. 대내적인 기능은 성(性), 애정의 기능과 생식양육의 기능이 있으며 대외적인 기능으로서 는 각각 통제와 종족 보존의 기능이 있다. 이 기능은 가정의 본질적이고 가장 기본적인 기능으로서 ‘종족 보존을 위한 기능’이라고 한다. 둘째, 가정의 기초기능이다. 가정의 기초기능은 경제적 기능을 말한다. 이것 역시 가족원의 대내적인 기능과 대외적인 기능으로 들 수 있으며 대내적인 기능으로는 생산소비의 기능을 들 수 있다. 대외적인 기능으로는 노동력의 제공과 생활보장, 경제 질서의 기능으로 볼 수 있다. 셋째, 가정의 부차적인 기능이다. 가정의 부차적 기능은 가정의 고유기능과 기초기능으로부터 나오는 것으로도 볼 수 있지만 그 의미에는 본질적인 것 못지않게 중요성을 가지고 있다. 부차적 기능 중 종교적 기능은 가족의 신앙적인 욕구를 충족시켜주는 기능이며, 정신적 기능은 문화적인 면에서 사회 안정화를 위하여 작용한다[5].

Willson은 모든 가정은 다음과 같은 기본적인 세 가지의 기능을 가지고 있다. 첫째는 부양의 기능, 둘째는 양육의 기능, 셋째는 안내의 기능이다. 전통적으로 문제가 되는 가정을 불행한 가정, 병든 가정, 약한 가정, 비정상적인 가정이라고 불렀으나 가족 상담과 치료를 전문으로 하는 학자들은 가정을 설명하고 기술하는데 정상적이나 비정상적이라는 말 대신에 순기능적(Functional), 역기능적(Dysfunctional)이라는 표현을 사용한다[6].

2.1.2 순기능 가정의 특징

순기능가정은 가족구성원들이 서로 잠정적으로 연결되어 있으면서도 서로에 대한 자유로움을 느끼는 가족을 말한다. 가족 간에 서로 지지하며 어려울 때 도움을 받을 수 있으며 가족 구성원들은 건강한 의미에서 갈등을 느끼고 이를 창조적으로 해결할 수 있다. 정동섭은 건강한 가족 또는 순기능 가정을 다음과 같은 특징을 지닌다고 한다. 첫째, 순기능 가정은 도전과 위기에 능동적으로 반응 한다. 둘째, 순기능 가정은 명확하게 설정된 세계관을 가지고 있다. 셋째, 순기능 가정은 정확하게 의사를 전달한다. 넷째로 순기능가정은 여러 가지 일에 동참하여 함께 즐거운 시간을 가진다. 다섯째, 순기능 가정은 가족에 대해 책임감을 공유하며 서로의 언약을 중요시 한다. 가정 안에서 맡은 일을 충실히 이행한다. 그뿐 아니라 다른 사람의 감정에 민감하며 가정에 대한 책임감을 공유한다. 여섯째, 순기능 가정은 서로 사랑과 고마움을 표현할 줄 안다. 건강한 가정의 힘의 원천은 가족구성원들이 서로 사랑하고, 사랑한다는 말을 자주 해주는 데 있다. 가족 구성원들은 서로 수용하고 지지하며 격려하는 것이 순기능 가정의 특징이다[7]. 존 브래드쇼(Jhon, Bradshaw)는 순기능 가



Fig. 3. about john bradshaw.

정의 특징으로 친밀감의 증진, 협상을 통한 갈등 해소, 명확하고 일관된 의사소통, 상호신뢰, 개성의 격려, 개방적이고 융통성 있는 역할, 욕구의 충족, 문제 해결을 위한 책임공유, 실수를 용납하는 융통성 있는 가족 규칙, 지금 현재 있는 그대로 보고 듣고, 생각하고, 느끼고 원하고, 선택하고, 상상할 수 있는 자유를 누리는 것으로 열거했다[8].

2.1.3 역기능 가정의 특징

역기능 가정이란 가정의 역할이 제 기능을 다하지 못하는 가정을 말한다. 즉 인간이 가지고 있는 가장 기본적인 신체적·정서적 욕구를 충족시켜주지 못하고 정상적인 양육을 받지 못하는 가정을 말한다. 이는 자녀들이 성숙하는데 필요한 사랑이 부족하거나 건강하지 못한 사람으로 인해서 인간의 기본적인 욕구가 충족되지 못하고 오히려 인간의 감정이 억압되어 자아가 정상적으로 성장을 못하는 가정이다[9]. 이러한 가정에서 자란 자녀들은 정서적으로 많은 문제를 안고 성장하게 되며 성인이 되어서도 가정에서 받은 상처들이 삶에 영향을 끼치게 된다. 브래드 쇼 (Jhon Bradshaw)는 역기능 가정의 특징을 다음과 같이 요약했다. 첫째, 역기능 가정은 그들의 문제를 부인한다. 둘째는 역기능 가정에는 친밀감에 공백이 있다. 셋째는 역기능 가정의 기반은 수치심에 두고 있다. 넷째는 역기능 가정은 고정되고 경직된 역할에 의해 특징지어진다. 다섯째, 역기능 가정의 식구들은 서로의 경계선 안에 속박되어 있다. 즉 비 분화된 가족자아집합체(Undifferent ego mass)라고 할 수 있다. 여섯째, 역기능 가정의 식구들은 개인적인 필요를 충족시킬 수 없다. 개인은 체계 전체를 위해 자신의 욕구를 희생한다. 언제나 낮은 수준의 분노와 우울한 감정이 깔려 있다. 일곱째, 역기능 가정은 진정한 인격적 접촉이 없다. 이런 가정의 대화스타일은 공개적인 갈등이거나 의견을 결코 달리 하지 않기로

합의 하는 것이다. 의사소통이 간접적이고 애매모호하며 정직하지 못하고 표현능력도 부족하다. 여덟째, 역기능 가정에서 개인은 가족을 위해 존재한다. 개인적 차이는 가족체계의 필요를 위해 희생된다. 역기능적 가정을 떠나가기 어렵다. 아홉째, 역기능 가정의 가족규칙은 경직되어 비인간적·비타협적이고 바꿀 수가 없다. 가족들이 느끼고 행동하는데 기초적인 규범이 되며 가족제도로 발전한다. 이러한 규칙은 대개 통제와 완전주의 그리고 비난이다. 열째, 역기능 가정은 공개된 비밀에 대해서도 모든 가족이 모르는 척한다. 열한째, 역기능 가정은 각자가 가정을 지배하는 문제를 통제하기 위해서 자기 역할을 한다. 열두째, 역기능 가정은 갈등과 좌절을 부인한다. 열셋째, 역기능 가정은 가족들 사이의 자아경계가 결여되어 있다[10].

역기능 가정에서의 부모의 양육방식은 병적이고 문제를 유발하는 성인아이로 키우게 되는데 Wright (2000)는 이러한 부모의 유형을 다음 아홉 가지로 구분했다. 첫째는 지나친 강압형, 둘째는 과보호형의 부모이고, 셋째는 완전주의형 부모이고, 넷째는 무절제한 부모이고, 다섯째는 체벌형의 부모이고, 여섯째는 방치형 부모이고, 일곱째는 거부형 부모이고, 여덟째는 심기중형 부모이다. 이러한 부모는 병적으로 신체 기능이나 기관에 관심을 집중을 시키고, 작은 통증이나 고통들이 과장된다. 마지막으로 성적 자극형이다. 이 태도는 아동으로 하여금 너무 빠르게 성에 몰두하면서 죄의식과 적대감을 생긴다[11]. 역기능 가정에서는 부모의 양육태도는 건강치 못한 자아를 형성하게 하는 요인으로 작용하여 성인아이로 성장하게 만드는 특징을 가지고 있다.

2.2 성인아이에 대한 이해와 문제점

2.2.1 성인 아이의 개념 및 특성

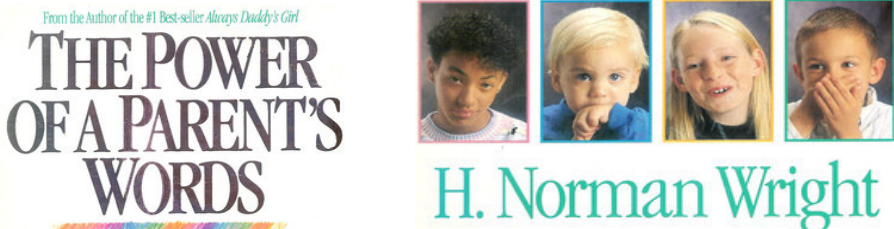


Fig. 4. The Power of a Parent's Words Author: H. Norman Wright.

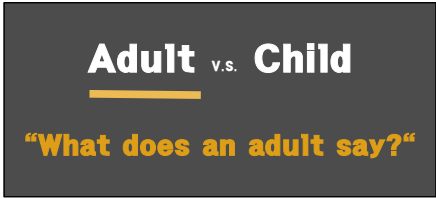


Fig. 5. Adult Children/Friel, John.

팀 슬리지(Tim Seldge)는 ‘성인아이(Adult child)’를 ‘내면아이(Inner child)’라고도 하는데 일정한 행동과 태도상의 특징을 지니고 있다고 한다. 또 그들은 낮은 자존감과 많은 죄책감을 지니고 있어서 충동적이거나 증독 상태이며 사람들과 친밀한 관계를 맺는데 어려움을 겪으며 다른 사람들로 부터 인정받지 못하는 욕구가 매우 강하다고 정의한다. 이러한 성향으로 인해 이들은 정서적으로 불안하며 일상적인 기능에 고통과 어려움을 겪을 뿐만 아니라 부적응으로 사회적인 문제를 야기 시키고 생활의 어떤 영역에서 어른과 같이 생각하거나 행동하는 어린이를 말하기도 하고 아직도 어린 시절의 해결되지 않은 문제를 안고 있는 성인을 의미할 수도 있고 한다[12].

역기능 가정에 근거하고 있는 성인아이 특성을 와티스(Woititz)는 다음과 같이 말한다. “성인아이는 무엇이 정상적인 행동인지에 대해 혼란스러워 하고 처음 계획한 것은 끝까지 이행하는데 어려움을 겪는다. 쉽게 진실을 말할 수 있는 때에도 거짓말을 하며, 자신을 무자비하게 비판하고 재미있는 시간을 보내는데 어려움을 느낀다. 또 친밀한 관계를 맺기가 어려워 항상 자신이 남들과 다르다고 느끼며 상대가 충성을 받을 자격이 없다는 증거가 분명한 때에도 지나치게 충성하고 남들에게 끊임없이 칭찬과 인정받기를 원한다. 성인아이는 자신이 통제할 수 없는 변화에 대해 과민반응을 보이고 충동적이어서 대안이나 대책 없이 가능한 것에 결과를 고려하지 않고 행동하며 지나치게 책임을 지려하거나 지나치게 무책임하다.” 페린(Perrin)은 성인아이의 특징에 대해서 “지연된 만족보다 즉각적인 만족을 추구하며 긴장과 위기를 구하고는 그 결과에 대하여 불평하고 갈등을 조장하거나 이것을 처리하려 하지 않는다. 성인아이는 거절과 버림받음을 두려워하면서도 자신의 성공을 일부러 방해하고 시간을 잘 관리하지 못하면서도 자신을 위하여 일이 잘 되도록 우선순위를

정하지 않는다. 그리고 그들은 비판과 판단을 두려워하면서도 다른 사람을 비판하고 판단한다.”고 한다 [13]. 이와 같이 성인아이의 특징은 육체적으로는 어른이지만 역기능 가정에서 양육되어 정신적으로는 상처받은 내면아이인 상태로 남아 있는 어른이라고 할 수 있다.

2.2.2 성인아이의 상처 입은 내면 자아의 부정적인 모습

존 브래드쇼는 성인아이는 공허함과 같은 만성적인 우울증을 앓게 되는데 이런 우울감은 진정한 자신의 모습은 남겨둔 채 거짓자아를 받아들인 결과이고 진정한 자아를 잃었을 때 사람들은 자신의 진실감, 감정, 욕구바램을 잃게 되고 진정한 자아를 버린 만큼 사람의 마음에 빈 공간이 생기게 마련이며 이것을 ‘영혼의 구멍(Hole in one’s soul)’이라고 말한다. 그는 상처 입은 내면아이가 부정적인 모습으로 우리의 인생을 어떻게 파멸시키는지에 대해 다음과 같이 구분한다. 상호의존증, 폭력적 행동, 자기애적 인격 장애, 신뢰의 문제, 표출적 행동과 내향적 행동, 마술적 믿음, 친밀감 장애, 무절제한 행동, 증독적·강박적 행동, 사고의 왜곡, 공허감, 무관심, 우울 등이다[14].

2.3 예술치료 분야인 영화치료에 대한 개요와 효과

2.3.1 예술심리치료의 이해와 영화치료의 개요

예술치료(Art therapy)라는 용어는 1942년 Adrian Hill에 의해 처음으로 사용되었고 1950년대 걸쳐 다양한 매체로 확산되어 기존의 언어치료에 반응하지 않는 환자들에게 가치 있는 표현적 도구가 될 수 있다는 인식을 불러 일으켰다. 이후 분석 심리학이나 대상관계 이론가들이 예술매체를 심리치료에 이용하게 되었다[15]. 예술치료는 크게 표현주의 치료와 감상주의의 치료법으로 나뉠 수 있다. 표현예술치료

의 경우 음악, 미술, 무용 등을 개별적으로 사용할 수 있고 개인의 신체, 정서, 인지를 통합하기 위하여 복합 모형의 예술과정을 사용함으로써 표현예술과 심리치료를 통합할 수 있다. 표현예술치료의 본질인 놀이와 상상은 일상적으로 억압되었던 심리적인 문제를 외부로 상징화 되고 정서적 고통을 치유하며 일상을 넘어선 경험의 적극적인 변용을 중요시 여긴다[16].

1895년 프랑스의 뤼미에르 형제에 의해 영화가 처음으로 선보인 후 95년이 흐른 1995년에 버그크로스(Berg-Cross)등에 의해 처음으로 ‘영화치료(Cinematotherapy)’라는 이름으로 상담과 심리치료에 활용되었다. 역사적으로 영화치료는 1990년대 초 미국에서 사회복지, 간호, 임상심리학의 전문가들이 집단상담이나 부부상담 등에 영화를 활용하는 방법을 모색하면서부터 싹이 트기 시작했고 미국의 노스리지 병원의 월터 제이콥슨(Walter E. Jacobson)박사는 영화치료를 통해 환자들이 영화속 인물과 자신을 동일시하면서 비슷한 상황을 이해하고 극복하는 데 도움을 받았다고 주장했다. 캘리포니아 주립대학교 심리학과와 스투어트 피쇼프(Stuart P. Fischhoff)교수도 ‘영화란 영혼에 놓는 주사’이며 영화를 통해 환자의 심리상태를 보다 쉽고 정확하게 파악할 수 있었다고 하였다. 1990년 대 초부터는 의미치료분야에서 영화속 주제를 하나의 메타포로 삼아 실존적인 혹은 인본적인 관점에서 상담에 응용하기 시작했다. 최근 영화치료는 자기조력적인 방법으로 영화목록을 작성하는 방식을 떠나 다양한 심리치료에 통합되어 사용될 수 있는 체계적인 치료법으로 영화치료만의 가능성을 활발하게 논의하는 방향으로 발전하고 있다[17].

2.3.2 영화치료의 장점과 효과

영화치료의 장점과 효과를 심영섭은 그의 저서 “영화치료의 이론과 실제”에서 순응성(Compliance), 접근성(Accessibility), 활용가능성(Availability), 호기심(Curiosity), 정서적 통찰(Emotional insight), 라포 및 커뮤니케이션(Report & Communication) 등 7가지로 구분한다.

순응성은 상담받기를 싫어하거나 회피하는 내담자나 청소년에게 영화를 활용하여 상담할 경우 영화관람자체가 강화제가 되므로 상담요구에 더 잘 순응하고 상담을 받을 기회를 높이고 접근성은 독서치료보다 시간이 절약되고 더 대중적인 매체이며 관람하

기 쉽다는 면에서 다양한 사람들이 상담에 접근할 수 있게 해준다. 또 문제해독력이 약하거나 지능이 낮은 환자나 아동·청소년도 접근하기 쉽다. 활용가능성면에서 영화는 상담에서 교육 및 연수까지 그 활용 가능성이 광범위하고 생각을 확장하고 재구성하며 상식화하고 교육하는데 이용할 수 있다. 호기심에서, 영화는 어떤 형태의 예술보다 팝친성이 강하고 청각과 시각, 문자언어 모두를 동원하므로 수용자의 지각에 강력한 영향을 주는 장점이 있다. 지지 면에서는, 영화치료에서의 등장인물은 또 다른 보조치료자이거나 훌륭한 모델이라 할 수 있다. 영화를 같이 본 내담자들은 영화의 주제에 대해 토론하고 내담자의 삶에 적용할 수 있게 만듦으로써 내담자는 자신만이 그 문제를 안고 있는 것을 아님을 알게 되고 역경을 극복하는 주인공을 자신과 비교하며 자신의 내적인 심리적 자원을 파악하고 더 나은 미래에 대한 희망과 용기, 심리적 위로를 받게 된다. 정서적 통찰은 영화를 보는 동안 관객들은 정서적 정화의 경험을 하고 자신의 정서를 그 어느 때보다도 극대화시킨다. 이러한 경험을 통해 내담자는 자신의 삶에서 의미를 부여하고 가치의 우선순위를 매길 수 있다. 라포 및 커뮤니케이션은, 치료자와 내담자는 영화 관람이란 공통의 경험을 함으로써 커뮤니케이션 수준을 높일 수 있다. 영화치료과정은 치료자와 내담자, 혹은 부부나 부모 간에 비슷한 경험을 하게 함으로서 친화력을 높일 수도 있다. 영화 관람은 내담자간에 또는 치료자와 내담자간에게 공통의 화젯거리를 제공하고, 이는 초기 상담 시 집단의 응집력을 높일 뿐만 아니라 치료자와 내담자가 치료계획을 수립하고 라포를 형성하는데 많은 도움을 준다. 영화치료에 참석한 모든 사람에게 영화를 같이 보는 과제를 줌으로써 내담자 모두에게 치료회기 동안에 할 일을 줌으로써 치료의 효과를 높인다[18].

2.4 ‘성인아이’를 위한 영화치료의 방법

치료를 위한 영화 분야에서는 다양한 내면아이를 다룬 영화들이 있다. <키드 Kid, 2000>, <엔트윈 피셔, Antwone Fisher, 2002>, <천국의 아이들 Bacheha-aseman, 1997>, <연을 쫓는 아이 The Kite Runner, 2007>등의 영화는 성인이 되어서도 사라지지 않고 계속해서 자신을 괴롭히고 대인관계에 문제를 일으키는 내면아이, 혹은 치유되지 못한 내면 아

이가 어떻게 성인에게 심리적 영향을 주는지를 다루고 있다. 심영섭은 내면아이 치유를 아래와 같이 다섯 가지 단계로 소개하고 있다[19]. 상처받은 내면아이를 치료하기 위한 첫 번째 단계는 '감상하기'라고 불리는 과정이다. 내면아이를 치유하기 위해서는 먼저 마음의 상처가 어디에서 오는지, 내 안의 상처 입은 내면아이를 찾을 필요가 있다. 영화 속 주인공과의 동일시 과정을 통해 그동안 억압되어서 알아차릴 수 없었던 내 안의 어린아이에 대한 통찰력을 얻게 된다. 보고하기는 영화를 보고 떠오르는 어린 시절에 대한 초기 고통의 작업을 시작하는 방법이다. 먼저 내담자의 가족체계에 대해 얻을 수 있는 모든 정보를 수집한다. 발달단계에 따라 가능한 한 최대한 정확하게 정보들을 적어 놓는 것이 좋다. 이때 어린 시절에 있었던 사실들에 대해서 가능한 한 분명하게 알아내는 데 초점을 맞춘다. 내면아이에 대해 나누기는 내담자의 어린 시절에 대해 알고 있는 만큼 충분히 적었다면 이제 다른 사람에게 이야기 하고 큰 소리로 읽어 줄 수 있다. 그리고 영화 속 내면아이와 자신의 내면아이를 동일시 해보고 비교도 해 본다. 중요한 것은 누군가가 내담자의 이야기를 들어주고 내담자가 겪은 어린 시절의 아픔을 이해해 주는 일이다. 감정 느끼기는 내담자가 '잃어버린 아이'라면 아마도 아이 때의 감정들을 아직 지니고 있을 것이다. 영화를 보면서 내면아이와 연관된 역할극을 진행할 수도 있고 어릴 때의 모습이 찍힌 사진이 있다면 그 사진을 오랫동안 쳐다보는 것도 좋은 방법이 될 수 있다. 어떤 방법이든 그 아이의 '생에 대한 에너지'에 주목해 본다. 돌보기는 현명하고 부드러운 어른이 되어 상처 입은 내면아이의 새로운 부모가 되어 준다. 부모가 되고 싶어 하는 내담자의 마음을 그 아이에게 편지로 써 줄 수 있다. 내면아이가 들을 읽을 줄 모르고 편지를 길게 쓸 필요도 없지만 글을 쓰는 일을 중요하다. 또는 내면아이에게 긍정적인 메시지를 준다

3. 사례연구

3.1 내담자 소개

52세의 여성으로 딸만 둘 낳은 친모를 버리고 다른 여성과의 사이에서 아들을 낳은 아버지는 내담자가 2살 때 돌아가셨다. 친모가 경제활동을 하는 관계로 내담자는 어니와 함께 시골 할머니댁에 맡겨졌고

친할머니는 손자가 아니고 손녀라는 이유로 소녀들을 학대하며 키웠다. 역기능 가정에서 자란 내담자는 자존감도 떨어지고 첫 남편과의 관계에서 남편에게 아버지 같은 울타리가 되어줄 것을 원했지만 마음이 여린 남편은 내담자에게 지지가 해주지 못했고 늘 남편과의 관계에서 무언가 채워지지 않은 허전함 속에서 살다가 같은 직장에서 만난 남성에게 아버지 같이 든든하고 자신을 지켜줄 것 같은 사람이라 생각하여 그 남자와 함께 재혼을 하였다. 전 남편과의 자녀 둘과 재혼한 남편의 자녀 둘, 재혼남편의 사이에서 낳은 아이 등 다섯 아이들을 키우며 15년간 시댁의 사업을 도우며 열심히 살았지만 경제적으로 많이 나아지자 재혼한 남편이 다른 여자를 알게 되고, 다시 이혼을 하면서 자존감이 떨어지며 심한 우울증에 시달리고 있었다. 자녀들도 역기능 가정에서 문제를 보이고 있었는데 특히 장남이 게임중독에 빠져 역기능 가정의 대물림됨을 볼 수 있었다. 우울증 척도 검사와 대인관계척도 검사, 자아존중감척도 검사를 실시하였다. 우울증에서는 38점으로 심각한 우울증을 보였고, 대인관계에서도 53점으로 낮게 측정되었으며 자아존중감검사에서도 16점으로 낮게 나왔다

3.2 상담

첫 만남에서 내담자는 자존감이 낮았다. 자신의 생각과 감정을 참고 억누르며 표현하지 못하고 살았던 내담자는 계속 울기만 했다. 특히 재혼남편에게 받았던 상처로 더욱 힘들어하는 내담자에게 자신이 얼마나 소중하고 사랑스러운 사람인지를 깨닫게 하는 것이 중요하고, 역기능 가정에서 상처받은 성인아이를 발견하고 성인아이 치료가 필요함을 알았다..

3.3 영화를 활용한 성인아이치료

영화를 활용한 성인아이 치료는 심영섭 아트테라피의 워크샵을 통한 프로그램을 적용했고, 대상영화는 '키드'와 '엔트윈 피셔'를 활용했다. 영화는 영화 전체에서 적용할 부분을 편집하여 감상하였다. 상담 기간은 일주일에 한번 씩 총 10회 상담을 하였고 영화를 이용한 성인아이 치료는 10회기 중 2회를 하였다.

3.3.1 대상영화

① 제목: 키드

제작국: 미국(2001), 드라마



Fig. 6. Here is a snapshot of the Kid.



Fig. 7. Here is a snapshot of Antwone Fishe.

감독 : 존 터틀타움
 주연 : 브루스 윌리스, 스펜서 브레슬린, 에밀리 모티어

② 제목 : **엔트윈 피셔**

제작국 : 미국(2002), 드라마
 감독 : 덴젤 워싱턴
 주연 : 데릭 루크, 덴젤 워싱턴, 조이 브라이어트

3.3.2 영화 감상하기

처음 1회기, 오리엔테이션에서 우울증척도 검사, 대인관계척도검사, 자아존중감척도 검사를 하였다. 2회기에서는 마음을 열고 상담의 의미를 생각하는 시간을 가졌으며 3회기에서 영화 ‘키드’를 감상하였다. 내담자는 영화 속 주인공 ‘러스’가 어릴 때 상처받은 내면아이로 인하여 이기적이고 원활한 인간관계를 맺지 못하고 살아가는 모습을 보면서 자신이 친구도 없이 외롭게 살면서 자신을 억압하며 살아왔던 것을 깨닫게 되었다고 했다. 아울러 영화의 주인공과 동일시하면서 그동안 알아차릴 수 없었던 자신 안의 상처받은 어린아이에 대한 통찰력을 얻게 되었다고 했다. 그리고 4회기에서는 영화 엔트윈 을 감상하였다.

3.3.3 보고하기

내담자는 영화, ‘키드’의 러스를 보고 그동안 잊고

살았던 어린 시절을 기억해 냈다. 아버지의 부재와 자신과 언니가 친할머니 집에 맡겨지고, 할머니는 딸이라는 이유로 언니와 자신을 싫어했으며 늘 울고 있는 자신의 어릴 때의 모습을 기억했다. 자신보다 공부도 잘하고 똑똑한 언니 때문에 주눅이 들었으며, 초등학교 다닐 때도 친구가 없이 외로웠고 엄마는 경제적인 활동으로 거의 함께 할 수 있는 시간이 없었다. 특히 엄마는 본인보다 언니를 의지하면서 살았음을 얘기했다. 그러다보니 자신이 보잘 것 없다는 생각으로 자존감이 매우 낮았다는 얘기를 하며 그동안 아무에게도 내어놓지 않은 자신의 어린 시절에 대해서 진솔하게 얘기를 하였다. 엔트윈 피셔를 통해서 는 자신을 확대한 할머니와 가정을 버린 아버지,, 자신을 버린 남편을 용서하기 힘들었는데 용서해야 내담자 자신이 좋을 것 같다는 생각과 함께 용서하고자 하는 마음을 먹으니 한결 마음이 편해졌다고 하였다.

3.3.4 내면아이에 대해 나누기

자신의 어린 시절의 아이에 대해서 자신의 성인아이는 늘 울고 있다고 얘기했다. 또 어릴 때는 남 앞에서 서는 것이 두려웠고 매사에 자신이 없었으며 할머니, 할아버지의 양육 속에서 사랑을 거의 받지 못했고 엄마가 고생한다는 생각에 늘 마음이 아프다고 했다. 영화 속 엔트윈 피셔가 양모에게 매를 맞으면서도 자라는 모습에 마음이 너무 아프며 피셔가 얼마나 외로웠는지, 또 피셔의 분노하는 그 감정을 공감한다고 했다. 자신은 화가 날 때마다 참고 살았는데 앞으로는 자신의 화난 감정을 참지 않고 주위 사람들에게 얘기를 하겠다고 했다. 그래도 피셔가 어긋나지 않고 성실한 사람으로 성인이 된 것을 보면서 비록 역기능 가정이지만, 어려운 상황에서도 열심히 공부해서 고등학교 때는 공부를 잘해 대학에 들어가 전문직을 가지게 된 것을 자신을 자랑스럽게 생각했다

3.3.5 감정 느끼기

내담자의 어릴 때 사진을 오랫동안 쳐다보면서 감정을 느끼게 했다. 내담자는 자신의 어릴 때 사진을 보면서 그 아이가 착하고 마음이 여렸고 항상 외롭고 두려움 감정을 가졌음을 느낀다고 했다.

3.3.6 돌보기

이 단계에서 내담자에게 자신의 상처 입은 성인아

*I love you 00 Oh!
 I am so glad that you are born in this world.
 I do not know how important you are.
 Do not worry about it now.
 I will keep you.
 Do not be afraid and do not cry.
 And I love you.*

- Adults who love you 00 -

Fig. 8. Write up cases of.

이에게 든든한 부모가 되어 줄 것을 말했다. 내담자는 자신의 성인아이에게 “00아 왜 울어? 무엇이 힘들었어? 이제는 울지마 그리고 걱정하지 마라. 내가 너를 돌봐주고 지켜줄게”라는 말을 했다.

그리고, Fig. 9의 내용으로 그 아이에게 편지를 썼다.

3.3.7 상담결과

상담을 시작하면서 자존감 많이 떨어지고 무기력한 내담자의 모습을 보였다. 아버지의 부재와 딸이라는 이유로 할머니에게 핍박받으며 자랐던 어린 시절의 상처받은 자신의 모습을 보게 되었고 성인아이 치료에 대한 강한 의지를 가지게 되었다. 영화 ‘엔트윈 피셔’를 본 후 자신을 힘들게 했던 사람들을 용서하고자 하는 마음을 가지게 되었고 용서가 힘들지만 용서하고자 하니 원망하고 미워했던 마음이 없어지면서 한결 마음이 편안해진다고 하였다. 가족 관계에서도 자신이 외롭고 지금까지 자신이 참으로 비참하게 살아온 사람인 줄 알았는데 돌아보니 주위에 언니가 큰 힘이 되어주고 있고 재혼한 남편의 전처의 자녀들을 키웠는데 아이들이 힘이 된다고 하였다. 어릴 때 공부를 잘한 자신의 모습을 떠올리며 자신에게도 장점이 많았던 것을 기억해 내고 자신에게 긍정적인 마음과 사랑하는 마음도 가지게 되었다. 삶의 의욕이 없었는데 자신에 대한 긍정적인 생각으로 새로운 희망을 가지겠다고 하였다. 아이들에게 죄책감을 가지면서 거의 대화를 하지 않았는데 이제는 먼저 말을 붙이기로 한다고 했다. 친구들도 찾아보고 타인들에게 관심을 가져 보겠다고 하였다. 내담자는 무엇보다 이번 상담을 통해서 자기 자신을 사랑하게 되었으며 가족에게도 더 다가갈 수 있었다고 하였다. 그리고 자신을 피하는 아들에게 다가가기에 힘이 들었는데

이제는 가서 말도 붙이고 아들과의 사이가 좋아져서 감사하다는 말도 했다. 이제 앞으로는 자신을 사랑하며 자신에게 투자하고 친구도 사귀고 운동도 하겠다고 하면서 마무리를 지었다.

우울증척도 검사도는 38점에서 13점으로 떨어졌다. 일반적으로 13점에서 우울증을 의심하지만 시작할 때보다 훨씬 자신감을 가지고 좋아졌다. 대인관계 척도에서도 54점에서 96점으로 향상을 보였다. 자아존중감검사에서도 16점에서 30점으로 향상되었다.

4. 결론 및 제언

4.1 결론

본 연구에서는 우울증에 걸린 50대 초반의 여성을 대상으로 영화를 이용한 성인아이의 치료를 연구한 것으로 유의한 결과를 얻을 수 있었다. 우울증검사에서도 우울증이 많이 나아졌으며 대인관계, 자아존중감 검사에서도 향상되었다. 이번 상담을 통해서 역기능 가정에서 자란 성인아이의 문제점인 자아존중감이 낮으면 대인관계적도도 낮아짐을 볼 수 있었다, 또한 내담자 아들의 중독을 보면서 역기능 가정에서 자란 엄마의 상처 입은 성인아이가 자녀들에게 대물림됨에 대한 가설을 생각해 볼 수 있었다. 상담의 회기를 거듭할수록 자존감의 회복과 삶에 대한 강한 의지를 보여준다는 사실이 어느 정도 입증되면서 영화치료 프로그램의 효과를 확인할 수 있었다.

가정은 우리의 정서발달과 행동양식, 자신의 정체감과 가치관을 좌우하는 매우 중요한 핵심이 된다. 역기능 가정으로부터 받은 어린 시절의 크고 작은 상처들은 내면에서 자아를 억압하고 있다가 성인아이가 되어 어른이 되어서도 원만한 가정을 꾸리지 못하면서 자신의 불행은 물론이고 자녀들에게까지 대물림하며 부정적인 영향을 끼치게 됨을 알 수 있었다. 많은 사람들은 자신의 문제가 무엇인지도 모르면서 불행한 삶을 살아간다. 그러나 이러한 프로그램을 통해서 자신을 바라 볼 수 있음이 의미 있었다. 또한 최근에는 ‘성인아이’에 대한 인식이 확산되면서 ‘성인아이 치료’를 위한 치료 프로그램이 다양하게 이루어지고 있다. 이와 더불어 영화를 활용한 성인아이 치료는 경제적이고 또 청각과 시각을 통한 강한 호소력과 접근의 용이성 등의 영화치료의 장점이 치료의 효과를 높이는데 유익하게 작용함을 알 수 있었다.

4.2 제언

본 연구의 제언은 다음과 같다

첫째, 연구의 대상이 한 명으로 연구결과를 일반화하기에는 한계가 있다.

둘째, 치료 후 검사를 통하여 프로그램의 효과가 있었던 것은 확인이 되었지만 얼마나 지속되는지를 확인하지 못하였으므로 일정기간 후에 효과가 지속되는지 후속작업이 필요하다.

셋째, 영화 프로그램을 활용한 성인아이 치료에 관한 연구가 아직 활발하지 않다. 좋은 프로그램을 개발 해 성인아이 치료에 많이 활용이 되었으면 좋겠다.

넷째, 영화프로그램이 집단상담 뿐만 아니라 개인상담에도 활용을 많이 했으면 좋겠다. 내담자들의 문제점이 다양하므로 각기 다른 문제점에 접근해서 상담목표를 세우고 거기에 맞는 영화를 적용함으로써 더 효과적인 결과를 가져올 수 있기 때문이다.

다섯째, 영화를 활용한 영화치료의 특징은 굳이 상담자를 찾지 않아도 자기조력적 치료가 일어난다는 것이다. 치료자의 개입이 없어도 사람들이 영화를 보고 정서적인 카타르시스를 경험하는 것이다. 이러한 영화치료의 장점을 적극 활용할 수 있도록 영화치료에 대한 많은 연구가 이루어졌으면 좋겠다.

REFERENCE

- [1], [19] Y.S .Sim, "Using a Movie Psychotherapy Intermediate Level Workshop", *Emotion Picture-Magic Healing Cinema Work Book*, pp. 111, pp. 116-117, 2015.
- [2] Y.H.Lee and J.Y.Song, Exposure of diagnostic scales: Korean version, "BDI, MMPI-D A Study on the Reliability and Validity of Diagnostic Scale", *Korean Psychology: clinical*, v.15. N1, pp. 98-113, 1991.
- [3] H.H. Park, *Effects of Cinema Therapy on Emotional Perception, Emotional Expression, and Empathy Ability of Chronic Illness Patients*, Master's Thesis of Pusan National University of Department of Psychology, 2013.
- [4] Self-esteem Check of Rosenberg, <http://toni.cp.kr/8> (accessed Oct., 11, 2016).
- [5] S.H. Byun, *More to the Bible*, Seoul MTM Media Publishers, Seoul, 2005.
- [6] Willson. S.D, *Counseling Adult Children of Alcoholics*, Duran Publishers, Seoul, Korea, 1995.
- [7] D.S. Jung, *How Did You Could Change a Person?*, Seoul Jordan Publisher, Seoul, 1999.
- [8] D.S. Jung, *It Can Be Healed of Your Home*, Seoul Book Publishers, Seoul, 1995.
- [9] K.S. Kim. *Care and Counseling*, Seoul Ruga Book Publishers, Seoul, 2007.
- [10] J.O, Ji. *Healing Plan for Adult Childre of Dysfunctional Home Underst and Emotional Problems*, Master's Thesis, Kyunsung University of Theology, 2009.
- [11] H.N. Wright, *The Power of Parent's Words*, Seoul Potter Publishers, Seoul, 2012.
- [12] Tim Sledge, *Making Peace With your Past*, Jordan Publisher, Seoul, 2001.
- [13] E.U. Sel. *Home Ministry Theory*, Yeyoung Communication Publishers, Seoul, 2003.
- [14] J. Bradshaw, *Inner Child*, Hakgi Publishers, Seoul, 2016.
- [15] S.J. Kim. *Effect of Interactive Movies Treatment for Improving Interpersonal Relationships*, Doctor's Thesis of Korea University Graduate School of Psychology, 2005.
- [16] I.C. Yu, *Reduction of Mental Anxiety, Schizophrenia Patients through Therapy and Group Counseling Movie Effect on Improving Interpersonal Relationships*, Master's thesis of Kongju National University Graduate School, 2008.
- [17],[18] Y.S. Sim, *Theory and Practice of Film Treatment*, Seoul Hakgi Publishers, Seoul, 2015.



조 상 호

1977년 대구 보건대학 임상병리학과 졸업
1996년 한국방송대학교 국어국문학과 졸업
2009년 부경대학교 산업대학원 산업미생물학과 이학석사 졸업

2017년 동의대학교 대학원 졸업 스토리텔링학 박사
2004년~2005년 경남정보대학 출강
2014년~현재 동의과학대학교 출강
관심 분야: 독서심리치료, 영화치료, 리딩큐어



김 치 용

1991년 인제대학교 물리학과 졸업
2000년 인제대학교 대학원 전산물리학과 졸업 이학박사
2000년~2006년 부산정보대학 정보통신계열 및 동서대학교 디지털디자인학부조교수

2007년 영국 옥스퍼드대학교 Harris Manchester College, Visiting Fellow
2012년 서울대학교 자동화시스템공동연구소 디지털클로딩센터 객원교수
2006년 3월~현재 동의대학교 ICT공과대학 디지털영상공학부 게임영상공학과 교수
관심분야: 3D Animation, Multimedia Design, Chaos & Fractal Design, VR / AR, 게임콘텐츠디자인, 가상피팅시스템, 트랜스미디어스토리텔링