

fer

가정생활에서 마음이 자유로워지고 싶어하는 부정적인
모성콤플렉스를 지닌 여성의 모래놀이치료 사례연구심희옥
군산대학교 아동가족학과A Case Study of Sandplay Therapy for a Woman with a Negative Mother Complex Who
Wants to be Free From Family LifeHee-og Sim
Department of Child & Family Studies, Kunsan National University, Kunsan, KoreaFamily and
Environment
Research

Abstract

This study explored the sandplay therapy case of a woman with a negative mother complex who wants to be free from family life. The goal of the therapy was to make her free from family life by expressing repressed emotions for getting out of a negative mother complex under a free and protected space in sandplay therapy. Twenty-three therapy sessions were held. The client exhibited a singing woman in a gorgeous dress and things she wanted to do in the initial phase of therapy (1-4, forgotten myself). In the intermediate phase of therapy (5-15, differentiation and integration), she displayed the scenes of differentiation and integration by emotionally getting rid of a begging boy and making mandalas. In the final phase of therapy (16-23, recovered myself), she showed scenes of rebirth, upgrading and singing songs again in front of family members and many people. Through sandplay therapy in the free and protected space, this study showed the effectiveness of sandplay therapy since the client achieved individuation by showing rebirth, having a new personality.

Keywords

sandplay therapy, negative mother complex, individuation, rebirth

서론

분석심리학의 창시자인 Jung에 의하면 인간의 삶의 최종목표는 인간의 정신을 이루는 정신요소들이 부분인격으로 있는 것이 아니라 무의식의 중심인 자기(Self)를 중심으로 통합되어 더 이상 분열되지 않는 상태에 이르는 것이다. 인간이 자아의 안목이 넓어지고 무의식의 속박에서 벗어나는 방법은 무의식의 내용들을 통합하는 것뿐이다. 우리가 자신의 무의식의 내용들을 통합해 갈수록 이전에는 수용할 수 없었던 삶의 문제들을 받아들여지게 되고 좀더 원만한 인격을 갖게 된다. 이러한 상태로 나아가는 과정이 개성화의 과정이다(Shim, 2005). 그 누구도 자신의 내적인 갈등을 각성하지 않고는 개성화를 시작할 수 없다(Kim, 1998). 우리는 개성화를 통해 무의식의 요소들을 깨닫고 체험하여 이들을 자아의식으로 통합할 수 있다.

분석심리학 관점에서 일종의 감정덩어리인 콤플렉스는 사고의 흐름을 방해하고 당황시키며 화나게 하는 마음속의 어떤 것들로 의식의 질서를 일시적으로나 장기적으로 교란시킨다(Rhi, 1998). 콤플렉스는 하나가 아니고 여럿으로 무수히 많은 체험으로 무수히 많은 콤플렉스가 만들어지는데 콤플

Received: April 24, 2018
Revised: June 6, 2018
Accepted: June 13, 2018Corresponding Author:
Hee-og Sim
Department of Child & Family Studies,
Kunsan National University, 558
Daehak-ro, Kunsan 54150, Korea
Tel: +82-63-469-4624
Fax: +82-63-469-7425
E-mail: simh@kunsan.ac.kr

플렉스는 무의식의 내용과 의식의 내용으로 되어 있다. 우리가 콤플렉스를 의식하지 못하고 무의식에 내버려두면 의식의 질서가 흐트러지고 강박적 사고나 자유롭지 못한 상태에 놓이게 된다 (Park, 2016). 그래서 콤플렉스를 의식화한다는 것은 인격성숙에 매우 중요한 과제인데 이를 깨달으려면 고통과 불쾌감을 참아내는 용기가 필요하다(Rhi, 1998). 그런데 내면의 고통을 경험해 보지 않으면 우리는 인격을 좀 더 높은 차원으로 성숙시키려는 필요성을 느끼지 못한다.

콤플렉스가 우리의 부모나 형제자매를 있는 그대로나 그들의 행동 그 자체를 반영하는 것은 아니다(Kast, 1997). 콤플렉스는 실제적인 경험, 환상, 좌절된 기대 등이 복잡하게 뒤섞인 것이다. 콤플렉스는 긍정과 부정의 방향을 가질 수 있다. 긍정적인 콤플렉스는 삶에 대한 감정과 정체감 발달에 긍정적인 영향을 줄 수 있다.

분석심리학에서 원형은 어느 순간에 인간의 정신발달에 영향을 주기 시작하여 의식의 내용을 어떤 특정한 형태로 배치하고 그것에서 생기는 작용은 정신 안에서 긍정적이거나 부정적 감정, 투사나 황홀, 불안, 우울 혹은 자아가 압도되어지는 감정 등으로 나타난다(Han, 1985). 모성콤플렉스는 모성원형의 영향에 사로잡혀 있는 상태인데(Kim, 2006), 모성원형이란 인류가 태초부터 모성과 모성적인 것에 대하여 계속해서 반복적으로 경험해온 모든 체험의 근원적 유형이다(Park, 2016). 모성원형은 인간의 무의식에 공통적으로 존재하면서 어릴 때는 개인의 어머니 상과 같은 콤플렉스를 이룬다. 그래서 모성콤플렉스의 형성에는 실제의 어머니와 모성원형이 모두 영향을 미친다.

아동기에 우리가 돌봄, 주목, 우리가 하는 것에 대해 관심을 받고, 어머니의 사랑을 받으면 우리는 긍정적인 모성콤플렉스를 형성한다. 이것이 타인, 삶과 세계에 대한 기대를 형성하고 우리의 관심사를 결정하는데 긍정적인 모성콤플렉스는 아이에게 존재에 대한 의문의 여지가 없는 권리감을 갖게 할 수 있다(Kast, 1997).

그러나 우리가 어머니나 다른 사람으로부터 어머니 같은 헌신적인 돌봄을 못 받으면 부정적인 모성콤플렉스를 갖게 된다. 생리와 관련된 문제가 부정적인 모성콤플렉스를 가진 여성의 공통된 어려움이다(Kast, 1997). 이런 여성들은 대개 상대 남자에게 바라는 것이 많고, 만족을 모르는 불쾌한 배우자가 되고, 그녀의 본능이 어머니에게 저항하는데 모두 집중되어 자신의 삶을 이루어 가는 데 몹시 서툴며, 어머니와 싸우는 여성은 본능성의 손상이라는 위험 부담이 있지만 보다 높은 의식성에 이를 수 있게 된다(Park, 2016). 또한 이런 여성들은 전형적으로 자신의 요구를 채우기 위해 몹시 힘든 노력을 해야만 한다고 느낀다(Kast, 1997). 이들은 긍정적인 모성콤플렉스가 제공하는 힘들지 않은 사랑, 자

양분, 보호, 돌봄, 주목 대신에 외로움, 박탈, 불충분감을 경험해 자기 존재에 대한 권리가 없고, 세상은 차가워 생존전략을 가져야 한다(Kast, 1997). 이런 여성들은 자신이 받아본 적이 없는 것을 주고, 타인을 돌보며 자신의 존재감을 갖는데 자신의 능력에 대한 감정이 발달되지 못해 쉽게 지친다. 자기 존재를 정당화시킬 필요를 느끼는데 자신이 받는 것에 대해 결코 만족하지 못하며 채우기 어려운 자아 존중감을 끊임없이 추구한다(Kast, 1997). 또한 이런 여성들은 자신을 해방시킬 수 없어 자녀에게 진정한 흥미를 보이지 못할 수 있다. 남편이 지지적이지 않거나 무의식적으로 부인의 역할을 무시하면 부인은 자녀를 향해 동정심이 없을 수 있다. 그래서 할 일 많은 엄마는 자신과 자신의 바람을 더 자각해 자녀가 스스로의 요구에 맞춰 발달하도록 놔두지 못할 수 있다(Kast, 1997).

모성콤플렉스의 작용은 딸과 아들에 따라 다르다고 Jung은 말한다. 딸의 모성콤플렉스는 모성본능의 강화나 약화를 가져오는데, Jung은 여성에게서 모성콤플렉스가 나타나는 예를 네 가지 유형으로 제시한다(Han, 1985; Kim, 2006; Rhi, 1987; Yoo, 1992). 첫째는 모성본능의 비대로 자기고유의 개성은 부차적이 되어 의식하지 못하고 에로스는 개인적인 사랑보다는 모성으로서의 사랑으로만 발전한다. 이 유형의 부정적인 측면은 아이를 낳고 거기에 매달리는 것을 유일한 목표로 삼는 것이고, 긍정적인 측면은 모든 문화권에서 가장 칭송과 찬양을 받는 어머니 상이 되는 것이다. 두 번째는 에로스의 과도한 향진으로 모성본능이 소멸하고 에로스가 과도하다. 어머니에 대한 질투와 어머니를 능가하려는 경향이 있다. 세 번째는 모성과의 동일시이다. 자신의 여성적인 활동은 마비되고 모성적인 것은 모두 어머니에게 투사된다. 스스로 모성적 존재의 영역, 책임과 인내, 에로스적 요청에 대하여는 깊은 열등감을 느끼고 그 모든 것을 초인적으로 할 수 있다고 믿는 어머니에 의지하면서 순종과 충성을 통해 어머니를 지배하려 한다. 네 번째는 위에 극단적인 세 가지 유형의 중간형인데 어머니의 과도한 권력에 대해 저항하는 것으로 부정적 모성콤플렉스의 표본이다. 이 형의 여성은 “오직 어머니처럼만은 안 되겠다.”는 주의를 가지고 생활하는데, 미숙하고 어머니의 성격과 비슷한 남자를 만나게 된다. 이 유형의 여성은 불유쾌하고, 요구가 많고, 만족하지 못한 아내이고, 불분명하고 어둡고 모호한 것에는 적대적이고, 확실, 분명, 이성적인 것을 내세운다.

모래놀이치료는 다양한 어려움을 호소하는 남녀노소에게 활용되는 심리치료 기법 중 하나인데 모래놀이치료로 성인여성이 개성화된 사례를 다룬 국내외 연구들이 있다(Balfour, 2008; Calabrese, 2014; Chang, 2008, 2009; Choi, 2005; Choi,

2008; Margoliash, 1998; Park, 2006; Park, 2014). Choi (2005)는 그림자와 콤플렉스에 사로잡혀 일상생활이 힘든 여성이 정체감을 회복한 사례, Park (2006)은 우울성향이 있는 여성이 소중하고 가치 있는 사람임을 깨달은 사례, Chang (2008)은 어린 시절 외상을 경험하고 건강한 자아, 원만한 아니무스를 가지지 못한 여성의 사례, Choi (2008)는 엄격한 아버지로 인해 부정적인 아니무스를 갖고 어머니에게도 사랑, 수용과 지지를 전혀 못 받아 우울한 여성의 사례, Chang (2009)은 오랫동안 무의식 속에 억압해왔던 욕구와 갈등을 드러내며 의식화된 사례, Park (2014)은 불안, 짜증, 대인관계의 갈등을 호소하는 여성의 사례, Sim (2017)은 대인관계의 어려움이 있는 여성의 사례를 보고한다. Margoliash (1998)는 모래놀이치료에서 자신에 대해 보다 더 좋은 느낌을 갖고자 한 여성이 재탄생을 경험한 사례, Balfour (2008)는 어린 시절 성학대 경험이 있는 여성의 사례, Calabrese (2014)는 여성 정체성을 찾아 변환된 사례를 보고한다.

Turner (2005)는 모래놀이치료에서의 정신의 변화과정을 탐색하기 위해 내용주제, 공간주제, 동작주제, 정서주제 네 가지를 제시한다. 이런 주제를 살펴봄으로써 모래상자가 어떠한 과정에 관한 것인지 파악할 수 있다. 첫째, 내용주제는 모래상자에 놓은 소품(일상세계의 소품, 고대, 원시문화의 소품, 영적세계를 나타내는 소품, 환상적인 소품, 숫자와 색), 우화나 신화적인 주제, 연금술 같은 변환의 패러다임과 마른 모래나 젖은 모래 사용, 파란 바닥 드러내기 등 모래로 만든 형태 등을 탐색하는 것이다. 두 번째, 공간주제는 모래놀이과정에 포함된 여러 요소 간의 공간적 관계를 살핀다. 세 번째, 동작주제는 모래놀이치료 전체과정뿐 아니라 개개 모래상자를 만드는 동안 소품이나 모래를 흠뻑리거나 하는 움직임 등을 살핀다. 마지막, 정서주제는 모래놀이치료 과정에서의 감정과 정서를 탐색한다.

본 연구는 유아기부터 선택적 함묵증을 보이는 딸을 둔 여성이 딸의 어려움이 어머니 자신과 관련이 클 수 있어 상담을 권유 받고 치료에 응한 사례를 다룬다. 내담자는 자유롭고 싶은 마음, 계획을 늘 세우면서도 무계획적인 삶을 원한다. 완벽하게 잘 하고 싶고, 자신이 화가 날 상황도 전혀 아무렇지도 않은 마음으로 변화되길 바란다. 자신의 어려움을 수없이 말하고 도와 달라고 부탁을 해도 감정 상태를 전혀 모르고 무계획적인 삶, 세심하지 못한 생활습관을 지닌 남편으로 인한 마음의 상처를 치유하고 싶어한다.

본 연구는 어머니의 어느 점도 마음에 들어 하지 않는 부정적인 모성콤플렉스를 지닌 내담자가 모래놀이치료를 통해 표현한 내면세계를 분석심리학과 모래놀이치료 이론에 근거해 모래상자

가 어떠한 과정에 관한 것인지 Turner (2005)의 내용주제의 관점에서 탐색하는 것이다. 이런 탐색은 부정적인 모성콤플렉스를 지닌 여성의 내면세계에 대한 자료를 제공하여 상담 및 심리치료 장면에서 부정적인 모성콤플렉스를 지닌 여성의 정신세계에 대한 이해를 도울 수 있다. 치료 목표는 첫째, 어린 시절부터 어머니로부터 채워지지 못한 바람과 욕구로 인한 내면의 갈등과 억압을 표현하고 이를 자각하게 하는 것이고, 둘째, 이해와 공감 속에서 개성화를 통해 정서를 잘 조절하여 주호소 문제인 가정생활에서 마음이 자유로워지는 것을 돕는 것이다. 본 연구의 목표는 부정적인 모성콤플렉스를 지닌 여성의 내면세계를 분석심리학과 모래놀이치료 이론에 근거해 내담자의 개성화 과정을 탐색하여 부정적인 모성콤플렉스를 지닌 여성의 정신세계에 대한 이해의 폭을 넓히고, 모래놀이치료의 효과를 제시하려는 것이다.

연구방법

1. 연구대상

1) 발달사와 가족상황

연구대상자는 유치원 시기부터 노래를 잘해 사람들에게 사랑을 받았고, 초등학교 때도 선생님들의 사랑과 돌봄을 받았으며, 중학교에서는 성적이 기대한 대로 나오지 않아 실망했지만 음악선생님들은 멋져 보였다. 아버지가 허락하지 않아 도시의 고등학교로 진학하지 못했는데 고등학교 1학년 때 역시 아무도 돌봐주지 않는 것 같은 생각이 들어 힘들어 했다. 이런 상황에서 음악선생님 인도로 학교합창단에 들어갔고 합창단 활동을 무척 좋아했다. 음악선생님이 성악을 전공하라고 했는데 경제적인 어려움으로 도시에서 제대로 된 레슨을 받아 보지 못했다. 기독교 고등학교여서 음악선생님이 교회의 어른들만 있는 성가대에 서게 해 어른들의 예쁨을 많이 받았다. 음대에 진학해 대학교 근처 외삼촌이 얻은 집에서 외삼촌의 까칠하고 신경질적인 한살 많은 언니와 생활했다. 어떤 전문적인 음악지도 없이 대학에 진학했지만 교수님들의 칭찬을 받아 자랑스러웠고 교회에서의 활동으로 용돈을 벌며 열심히 공부했다.

대학교 4학년 때 친구들과의 미팅에서 남편을 만났는데 남편은 많이 과묵한 사람으로 데이트 할 때도 표현이 많지 않았다. 결혼 후 한 2년간 배란이 잘 안되어 주사도 맞고 약을 먹어 배란이 되도록 유도하는 등 많이 노력했지만 아이가 없었다가 우연히 임신이 되었다. 남편이 확고한 직장을 얻었지만 여전히 주말부부였

다. 딸을 낳고 15일이 되었을 때 친정아버지가 돌아가셨는데 마침 이 때 시댁에서 김장을 하고 있었다. 시어머니는 하필 이럴 때 돌아가시냐고 해 많이 서운했다. 이 때 많이 울어 목이 상했고 어려운 기질의 어린 딸을 돌보느라 목소리에 신경 쓸 겨를이 없었다. 친정엄마와 함께 아주 작은방 한 칸에서 영아인 딸을 데리고 산적도 있는데 옆방에 까칠한 미혼 여자선생님이 살아 눈치를 많이 봐야했다. 이런 상황에서 남편은 정서적인 지지를 전혀 해 주지 않았다. 남편과 시간을 함께 보내고 싶어 스쿠버 다이빙을 열심히 배워 필리핀에 함께 갔다. 초보자로 깊은 바다에서 생명의 위협을 느꼈는데 남편은 사진을 찍는데 바빴다. 늘 주말부부생활을 하다가 남편과 함께 매일 살면 행복할 거라고 생각했는데 딸이 초등학교 1학년 때 미국에서 1년 생활하며 성격차이로 많이 싸웠다.

남편(만 43세, 대학교수)은 연구대상자의 정서상태를 알지 못하고 어려움을 수없이 말을 하고 도와 달라 해도 감정을 전혀 몰라 내담자는 참다가 크게 화를 내는 일이 종종 있다. 남편에 대한 불편함을 남에게 말하면 모두들 연구대상자만 나쁘다고 한다. “그만한 남자 없다, 너 복이다, 네가 욕심이 너무 많다, 착하고 성실하고 가정적이고 너무나 좋은 사람과 함께 사는 거다, 복에 겨운 소리 하지 말아라.” 한다. 5학년인 딸(만 11세)은 유치원 때부터 남들과 말을 자유롭게 못하며 아무거나 잘 먹지 않는다.

친정아버지는 어머니보다 13세 연상으로 연구대상자가 딸을 낳고 보름 되던 날 여러 합병증으로 돌아가셨다. 연구대상자는 아버지를 무척 좋아했는데 아버지는 확고한 직업이 없었으나 어머니에 비해 무척 현명하셨다. 친정어머니(만 68세)는 시집오기 전 바느질을 취미로 배웠는데 결혼 후 바느질이 생업이 되었다. 어머니는 돈을 부주의하게 사용해 아버지에게 돈을 뺏기기도 하고 혼나기도 했고 세 아이를 기르느라 힘들었지만 어머니의 어느 점도 마음에 들지 않는다. 어머니는 우울해하고 어둡고 많이 아픈데 부정적으로 이야기할 때 연구대상자는 짜증이 난다. 여동생(만 38세)은 원하던 남아가 아니어서 아버지의 돌봄을 연구대상자만큼 받지 못했고, 남동생(만 36세)은 삼대독자인데 문제아로 대학에 가는 대신 여자를 만나 결혼을 했다고 한다.

2) 주호소 문제

연구대상자는 특히 남편에게 이해 받고 싶어 하는데 잠시도 쉬지 않고 자신의 몸과 정신이 움직여 계획을 늘 세우면서도 무계획적인 삶을 원한다. 너무 잘 하려고 하지 않아도 되는 것을 알지만 완벽하게 잘하고 싶어한다. 바깥세상에서의 자신처럼 당당하고 씩씩하게 가정생활을 하고 싶어한다. 집에서 화를 내게 되는 자신이 싫어서 많이 참는다. 이것이 무작정 참는 게 아니라 화가 날 상

황도 전혀 아무렇지 않도록 가정생활에서 마음이 자유로워지고 싶어한다.

2. 치료 및 연구절차

내담자에게 2009년 8월 11일~2010년 10월 15일까지 총 23회기 모래놀이치료가 K대학교 모래놀이치료실에서 행해졌다. 내담자는 딸, 친정엄마와 함께 먼 거리에서 생활하고 있어 방학을 제외하고 노는 토요일에 격주로 상담을 받았다. 그러나 내담자는 자신의 생활에 대한 보고를 매주 이메일로 2장~7장까지 보내왔다. 연구에 대한 동의와 함께 사전과 사후 투사 심리검사로 HTP(House-Tree-Person), KFD(Kinetic Family Drawing) 그리고 SCT(Sentence Completion Test)를 치료 첫 2회기와 마지막 2회기에 실시하였다. 본 연구는 분석심리학과 모래놀이치료이론에 근거해 내담자의 개성화 과정을 Turner (2005)의 내용주제의 관점에서 탐색하는 것이다.

3. 사례 개념화

본 연구의 내담자는 서로 연령차가 많이 나는 부모 밑에서 자랐다. 내담자는 확고한 직업이 없는 아버지로 인해 영유아기시기부터 생업으로 바쁜 어머니로부터 충분한 사랑과 돌봄을 받기 어려웠다. 내담자는 이런 영유아기부터 어머니의 심리적인 부재로 자신의 존재의 불안을 경험하고 어머니가 자신을 사랑하고 이해하고 있다는 느낌을 갖기 어려워 외로움과 불충분감 속에서 살았다. 특히 자수성가해 성인이 되어 열심히 살아가는 딸에게 어머니는 정서적인 공감과 위로가 부족하였다. 인정받고 싶은 욕구가 충분히 채워지지 못해 타인의 인정으로 자신의 존재감을 느끼는 내담자는 남편에게 이런 충족되지 못한 욕구를 표현하지만 다시 공감과 지지를 충분히 못 얻어 불만이 높다. 이처럼 영유아기부터 채워지지 못한 돌봄과 의존욕구의 문제를 남편에게 표현하지만 충분한 공감과 인정을 못 받아 이런 괴로움과 고통을 반복적으로 호소하며 생활하는 것이다. 또한 선택적 함묵증을 보이는 외동딸에게 매어 본인이 하고 싶은 많은 일들을 못하며 딸아이에게 몰두한다. 사회생활에서는 밝고 명랑해 타인을 돌보며 생활하지만 우울하고 건강하지 못한 엄마, 정서에 민감하지 못하고 표현이 적어 불만족스런 남편, 말 못하는 딸 등 모두 내담자의 돌봄이 필요한 사람들이어서 가정에서는 스스로 싫어하는 모습의 자신이 되어 살아간다. 내담자는 이런 자신을 못마땅해 하며 가정생활에서 마음이 자유로워지고 싶어한다.

이처럼 내담자는 어린 시절부터 어머니로부터 심리적으로 충분히 돌봄 받지 못해 부정적인 모성콤플렉스가 형성되어 타인에

게 바라는 것이 많고 불유쾌한 배우자가 되었다. 내담자는 Jung이 제안한 4가지의 모성콤플렉스 유형 중 네 번째 부정적인 모성콤플렉스를 지닌 전형적인 모습으로 생리문제로 배란에 문제가 있었다. 또한 자녀를 잘 돌보지도 않았고 현명하지도 못한 엄마처럼만은 안 되겠다는 주의를 가지고 요구가 많고 쉽게 만족하지 못하는 아내로 생활한다. 이런 문제를 해결하기 위한 전략으로 내담자에게 결여된 지지와 공감을 충분히 해주고, 어린 시절부터 경험한 불충분감, 좌절감, 외로움 등을 말로 표현하는데 한계가 있어 언어에 크게 의존 없이 내담자의 내면세계를 드러내며 치유가 일어나는 모래놀이치료를 실시하였다. 모래놀이치료를 통해 자신의 열등한 부분인 그림자와 대면하고, 외면하고 억압해 온 감정을 표현하며 부정적인 모성콤플렉스에서 벗어나 자신에 대한 자각을 높여 보다 자유롭게 생활하도록 하였다.

4. 심리검사

투사 심리검사로 내담자의 환경에 대해 적응하는 태도와 무의식적인 갈등과 감정을 탐색하기 위하여 HTP를, 가정에서의 심리적인 어려움을 탐색하기 위하여 KFD를, 직접 답하기 어려운 내용에 대한 답으로 내담자의 감정, 태도, 동기와 긴장 등을 탐색하기 위하여 SCT를 실시하였다. 비교를 위해 사전, 사후 투사 검사는 <Appendix 1>에 그리고 모래놀이치료 전체회기 사진은 <Appendix 2>에 제시한다.

5. 연구의 신뢰성과 타당성

본 연구는 연구의 신뢰성과 타당성을 확보하기 위해 다음과 같은 노력을 기울였다. 첫째, 내담자의 치료과정을 탐색하기 위하여 모래상자 사진과 권위 있는 전문가의 수퍼비전 내용을 활용하였다. 둘째, 분석심리학과 모래놀이치료 이론과의 접목을 통하여 치료과정에서 펼쳐지는 내용주제를 학문적으로 탐색하였다. 이를 위해 모래놀이치료 수퍼비전은 한국모래놀이치료학회에 초대된 외국 수퍼바이저에게 받았다. 수퍼바이저의 지도 감독 내용은 내담자의 심리검사 및 모래상자에 대한 분석과 해석이었다.

연구결과

1. 사전 심리검사

사전 투사 심리검사로 첫 번째, HTP의 집은 우리집으로 남편, 나, 딸이 살고, 집의 분위기는 좋다. 기화와 벽돌로 만들어졌고 어릴 때 우리집은 아닌데 원했던 집 같다. 문을 크게 하고 싶었다.

나무문으로 문고리, 손잡이가 있으나 닫혀 있다. 나무는 큰 잎을 가진 짙은 나무이다. 80세이고 건강은 아주 우수하며, 주변에 나무들이 있다. 그러며 생각난 사람은 나 자신으로 상상하고 건강하게 살고 싶다. 나는 하고자 하는 것보다 무기력하다. 여자는 7세 딸 같다. 엄마와 아빠 앞에서 노래를 부르고 있고 행복해한다. 소원은 말하는 것으로 떳떳하게 다른 사람 앞에서 말하고 표현하는 것이다. 남자를 못 그린다고 “남자, 남자, 이 사람은 아, 남편” 하며 40세로 배가 좀 나오고 팬티 차림이다. 씩씩한 남자가 있고 행복해하고 있다. 소원은 마누라가 편해지는 것이다.

두 번째, KFD는 왼편에 딸은 줄넘기, 아빠는 운전하는 것 하더니, 가족이 활동하는 것은 한 차를 타고 여행을 가는데, 딸은 먹고, 친정엄마는 뒷자리에 타고, 남편은 운전을 하고 나는 음악을 듣는다. 남편은 운전하는 모습, 엄마는 누어 계시는데 예쁜 이불을 좋아하신다. 나의 뒷모습이고 설거지를 하고 있다.

세 번째, 사전 SCT 문항 중 내담자의 어려움과 관련이 깊은 문항만을 살펴보면, “언젠가 나는 자유로워질 것이다, 나의 좋은 점은 명랑하고 밝고 긍정적이고 착하다, 나의 단점은 자신을 너무 낮게 볼 때가 있다, 어머니와 나는 엄마일 뿐이다, 나에게 가장 문제되는 것은 너무 가정에만 열중하는 것, 나에게 어려운 일이 생겼을 때 스스로 해결한다, 남편에게 말한다, 나의 외모는 자신 없다, 남편은 좋은 사람이다, 정말 착하다, 결혼생활은 즐겁고 행복하면서도 슬프다, 살아오면서 가장 슬펐던 일은 자주 슬퍼서 가장 슬픈 일이 기억나지 않는다, 나를 몰라줄 때 일 것 같다.”라고 응답하였다.

전체적으로 사전 투사 심리검사를 보면, 집의 문이 닫혀 있어 소통에 어려움이 있고, 상상하고 건강한 나무라면서 내담자는 하고자 하는 것보다 무기력하다고 하며 말을 못하는 딸과 자신을 동일시한다. 가족화는 결국 가족이 다 다른 활동을 하고 있는 모습이다. 문장완성검사서 내담자의 자존감이 낮은 것과 인정받지 못할 때 슬픔이 크다는 것을 알 수 있다.

2. 모래놀이치료 과정

모래놀이치료 총 23회기에서 모래상자 내용주제에 맞춰 상담 초기, 상담중기, 상담말기로 구분하여 내담자가 지은 제목과 말한 내용을 서술한다. 모래놀이치료 과정은 하나의 여정으로 치료과정 전체의 흐름을 파악하기 위해 치료과정을 회기별로 제시한다.

1) 상담초기: 잊혀진 나

상담초기는 1~4회기(잊혀진 나)이다. 1회기는 “잊혀진 나”이다. 남편의 전공과 관련이 있고 함께 하고 싶어 스쿠버 다이빙을

배웠다. 나의 어려움을 누누이 표현했는데 2001년 다른 사람들이랑 필리핀에 스쿠버 다이빙 하러 가서 남편은 사진만 찍고 다녔다. 남편은 내가 한국에서 배웠으나 필리핀 같은 바다는 처음인데 바라봐 주지 않았다. 이 때 남편을 더 이상 믿을만한 사람이 아니라고 생각하게 되었다. 상자의 노래하는 여인은 나로 클래식, 성악을 한다. 모래상자의 바닥을 보니 필리핀 일이 생각이 났다. 이게 나왔는데 이것은 남의 세상이라며 운다. 나는 교사보다 무대에 서고 싶었는데 집안 형편이 안 되었고 아버지가 돌아가시고 크게 너무 많이 울어 목이 많이 상했다.

2회기는 “현재”이다. 친구나 친정엄마에게 남편에 대해 말을 하면 “다 북에 겨워 그런다며 교수에, 너 돈 벌지.” 하며 말도 못 꺼내게 한다. 나의 말을 들어주는 사람이 없다. “슬픈 애는 없나?”며 흑인 소품을 보며 “짠하다.”며 아기 침대를 가져와 흑인을 눕히고 안 짠하게 해 주고 싶다고 한다. “일하고 있는 것처럼 안 느끼고, 너도 좀 쉬어, 너도 좀 좋은데서 자 봐라.” 한다. 오른편 앞 전부가 나이고, 왼편 뒤는 남편, 앞은 딸이다. 나의 처지를 아무도 몰라준다. 그런 내가 오히려 남을 돕는다.

3회기는 “내가 원하는 것”이다. 내가 5살 무렵 엄마가 옆에서 손바느질 할 때 재봉틀을 구르면 너무 싫어 하셨다. 그래서 중학교 때도 바느질을 못했다. 엄마가 싫다고 나를 못하게 했다며 엄마에 대한 아쉬움 표현한다. 엄마가 병원치료 때문에 여동생 집에 있는데 오른편 뒤는 여동생으로 “미안한 마음”을 표현하고 싶다. 어머니는 돈 관리를 참 못했다. 왼편 뒤는 남동생 위치인 것 같다. 그렇게 여동생과 내가 모시는데도 늘 아들 생각만 하신다. 생활보고에 의하면, 상담을 받기 시작한 뒤로 남편은 나에게 잘하고 있다. 빨리 찾아가서 나도 모르는 나의 무의식 세계를 펼쳐보고 싶다. 나도 모르게 내가 만들어 낼 모래상자가 기대된다.

4회기 처음 상자 4-1회기는 “학교생활”이다. “내가 어디 있지?”하면서 선생님 같으며 보라색 옷 여인을 놓는다. 원형 중앙의 여인이 나이고, 옆의 흑인 둘은 기간제 교사들로 이들에 대한 부당한 대우가 늘 마음에 걸린다. 두 번째 상자 4-2회기는 “OO야 미안해”이다. 영아 때 딸은 밤바다 울어댔다. 이 방이 얼마나 작는지 엄마, 아기, 내가 누우면 다 찼다. 딸이 막 울어 미운 마음으로 엉덩이를 3대 세차게 때렸다. 달을 찾는데 보름달이 없어 두 개의 초승달을 모아 오른편 뒤에 놓는다. 딸이 잠들면 핸드폰을 들고 남편에게 전화를 했는데 내가 하는 말을 전혀 이해하지 못했다. 생활보고에 의하면, 남편은 내가 모래놀이를 시작 한 후 많이 변해 내 마음을 많이 챙겨주며 신경 써 주고 있다. 내가 내 기질로부터 자유로워지며 성숙으로 한 발짝 나아가길 바란다.

2) 상담중기: 분화와 통합

상담중기는 5-15회기로 분화와 통합이고, 상담중기 I은 5-12회기(분화)이다. 5회기는 “모래성”이다. 모래를 쌓아 올리고 싶다. 힘들어 하는 부분부터 쌓아 올려 나를 성숙된 인간으로 자라게 하고 싶고, 이루어 종도 치고, 깃발도 꽂고, 나비는 자유로움을 의미한다. 시계는 늘 시간을 지키려고 애쓰는 것이다. 운전은 늘 힘들다. 확장기는 소리에 예민한 것으로 차 굴러가는 소리, 딸 소리, 엄마의 소리 다 스트레스이다. 발란한 여이는 에어로빅 하는 나다. 맨 위, 제일 높은 고지에 성직자를 놓고 싶었다. “참 신기하다, 내가 싫어하는 것이 이렇게 없었을까?” 해보니까 힘든 것보다 좋아하는 것이 많은 것을 느낀다.

6회기 처음 상자 6-1회기는 “무제”이다. 목직한 표정을 짓고 손으로 이리 저리 모래를 만진다. 촛대에 놓인 초를 놓고 불을 밝힌다. 나는 밝고 명랑하지만 고요하고 혼자 있는 것, 고요하게 있을 때가 좋다. 학생들 시험기간이어서 중, 고교사들이 체육대회를 했는데 나는 두통이 있고 몸이 좋지 않아 경기 안하고 쉬어야겠다고 생각하고 갔는데 경기를 하고 떠들며 체육대회를 주도하고 있었다.

중고등학교 때 암전한 애들은 얻는 것이 많았다. 중고시절 어느 날 암전한 애처럼 행동을 하니 애들이 아프냐, 빠진 거냐 등 물었다. 나는 다시 “나대로 살란다.”며 밝고 명랑하게 생활했다. 나는 웃음조절이 잘 안 된다. 이번 명절에 시댁에 갈 때도 “말과 웃음을 줄여야지.” 하며 갔는데 그렇지 못해 박장대소하니, 시어머니가 “그 웃음 좀 어떻게 하라.”고 했고, 중고등학교 시절에 교사들이 “너 돈 벌면 그 웃음부터 고쳐라.”고 했다. 이는 나의 추한 모습이고, 내가 또 웃었구나 한다. 이런 나를 통쾌하다고 하는 사람이 많으나, 이를 부정적으로 생각하는 사람의 말들이 마음에 남아 있다. 이상하게도 시끄러운 것을 싫다고 하면서 내가 시끄럽게 한다. 두 번째 상자 6-2회기는 “진정으로 사랑하기, 모든 이들을”이다. 모래상자에 약간의 물을 뿌리고 중앙에 커다란 하트 모양을 만들고 이 위에 빨간 하트소품을 놓고, 작은 하트 틀로 가장자리 모래에 하트들을 만들어 사람 하나씩을 놓는다. 중앙은 나, 딸, 남편, 엄마이다. 주변의 사람은 일반사람들이다. 날 이해 못하는 사람도 많을 텐데 나만 옳다고 생각하는 마음을 없애기 위해 진정 모두를 사랑하고 싶은 마음에 내가 진정으로 사랑하기를 선택한 것 같다.

7회기는 “우리 엄마”이다. 보통 사람들은 엄마를 의지하고 안쓰러워하는데 나는 엄마를 사랑하고 좋아하지만 끈끈한 정이 없고 책임감만으로 사는 것 같다. 엄마는 미운점이 더 많다. 6학년 때 애들이 나의 부모가 진짜가 아닌 것 같다는 말도 했다. 나도

“엄마가 내 엄마가 아닌가?”하는 생각을 했다. 중학교 가정선생님이 엄마인 친구와 면장집 딸도 있었는데 이 애들은 원피스를 입고 다녔고 나는 손톱에 때가 끼고 머리도 못감아 내가 지저분하다는 생각을 했다. 대학교 때 피아노학원에서 번 돈으로 연주회에서 입을 옷을 한 벌 샀는데 소매가 길어 엄마에게 소매를 줄여 놓으라고 했다. 함께 살았던 외가에 와서 옷을 입어 보니 소매가 칠보가 되어 있었다. 옷을 던져 버렸고 밖으로 나와 엄마에게 공중전화로 “바느질하는 엄마가 옷을 이렇게 해 놓았나?”고 울며 말했다. 엄마에게 고등학교 때까지는 불만이 없었던 것 같다. 수녀는 지금의 나로 편안하고 더 높은 곳을 향하여 노력하는 모습이다. 엄마에게 내가 엄마 같으면 이렇게 안 살 것 같다고 말한다. 엄마는 일반 했고 젖도 안주고 업어주지도 않고 책도 안보고 현명하지도 못했다. 원편 여인은 교양 있고 세련된 여인으로 오른편 수녀가 바라보고 있다. 생활보고에 의하면, 모래놀이치료에서 상자를 꾸미면서 치료가 되기도 하지만 그곳에서 말을 함으로써 나를 보고 나를 표현하고 내가 한 말을 생각해 보며 서서히 나를 알아가는 것 같다.

8회기는 “제발 내 말 좀 들어줘”이다. 지난 토요일 엄마를 서울에 모셔다 드리는데 엄마는 휴게소에서 내리지 않겠다고 해 동생 집에 도착해 엄마를 안 좋게 이야기하려는 마음이 불쑥불쑥 나오려고 했다. “정말 내 말 안 들어...”하며 방에서 우는데 애들도 있고 창피하기도 했다. 엄마는 결혼 전 남편 만나러 갈 때도 내가 돈 벌어 산 옷을 입고 가는데도 “너 그렇게 입고 가도 OO이가 좋다고 하냐?”고 했다. 어떻게 딸에게 그렇게 말을 할 수 있냐며 운다. 나는 아무리 딸이 못나 보여도 “널 비교할 수 없이 사랑한다.”고 해 줄 것 같다. 엄마는 “지 애비하고 똑같다.”고 하곤 했다. “지 애비보다 더하다.”는 이야기를 여동생에게 했었다. 이를 듣고 나는 정말 낙담이 되었다. 사람들이 나를 주목하라고 종을 놓았고 나를 들으라고 스피커를 놓았다. 시부모가 나의 작은 키를 지적한 적이 있다. 형님 아들이 나의 웃음이 이상하다고 했을 때 아무도 그 아이를 혼내지 않았다. 누가 더 어른인가? 이제는 해야겠다. “왜 나를 바뀐? 웃고 싶으면 웃고 해야지, 왜 내 생각을 꺾!” 생활보고에 의하면, 나는 남편의 좋은 점을 20가지 적었다. 이렇게 많은 장점이 있음에도 불구하고, 또 나를 이렇게 사랑해 주고 고마운 사람인데도 불구하고 나는 늘 투정을 한다.

9회기는 “행복한 바다 속 여행”이다. 중앙은 바다 속이고 가족을 놓았다. 딸이 바다 속에서 물고기 만나기를 원하고 산호도 보고 싶어 해 꾸며 보았다. 생각과 모든 것이 풍족하고 풍요로운 것 같은 기대라며 어망을 만든다. 원편의 태양은 지글지글 끓는 태양이고, 자유의 종이고, 나비도 자유를 상징한다. 생활보고에 의하면, 아주 만족스런 여행이었다. 남편과 전혀 싸우지 않았다. 과거

의 슬픈 여행에 대한 기억에서 벗어날 수 있게 되었다.

10, 11, 12회기에는 부부가 함께 모래놀이치료에 참가하였다. 10회기에는 각자 상을 만들었다. 내담자의 10회기는 “바다 속 결혼”인데 평온한 바다이다. 풍요로움으로 남편과 결혼, 많은 사랑의 축복을 받으며 다시 결혼하는 것이다. 원편 뒤는 여유로움이고, 오른편 뒤는 행복이고, 축복인데 메리 크리스마스로 다시 태어나는 것이다. 신부신랑이 다시 태어났다. 여아 가방은 물질과 마음이 부자가 된 것이다. 원편 앞은 풍부함이다. 처음에는 바다만 보면 눈물이 났는데 이 바다를 찾고 싶었다. 다시 시작하는 것이다.

내담자의 11회기는 “행복한 나”이다. 방학이라 뭐든지 하고 싶은 것을 한다. 쿨트하는 나, 배꼽티 여아도 나, 운동하는 오른편 귀여운 여아도 나이다. 편안한 우리 집안인데 원편은 가족들로 여동생, 남동생 네이고 난장이들은 삼형제의 자식들이다. 엄마를 모시러 내일 서울에 간다. 엄마는 전화해 아무 것도 싫고 땅으로 가고 싶다고 하기도하고 약을 먹고 죽어버려야겠다고 하기도 한다. 이렇게 소품들을 봐보니 용기가 생긴다. 생활보고에 의하면, 내 마음의 힘과 육체적인 힘도 생긴 것이 확실하다. 행복하기 위해 내가 원하는 것을 하겠다. 남편이 좋은 사람인 줄 알지만 나는 계속 요구한다. 이제 많이 이해가 되고 설령 실수를 해서 내가 마음을 다쳤을 상황에도 웃음이 나오고 태연해진다.

12회기에는 부부가 함께 모래상자를 만들었다. “이 정도면 충분하다”이다. 남편은 “아내가 완벽하게 갖추고 싶어하는 것이 다 나왔다.”고 한다. 나는 남편이 할 때 저것 밖에 안 할까 했으나 남편이 꾸민 것에 대해 불만은 없다. 발란한 여아 둘이 나와 딸 같다. 남편은 재봉틀을 보며 “쿨트 때문에 놓은 것이 아닌가?”한다. 요즘 내가 쿨트에 빠져 어제는 2시에 잤다. 이번 주에는 상담자에게 이메일 쓰는 것에 스트레스 받으며 쓸 말이 없다고 한다. 나만 있고 가족들이 없다. 꼬마 신랑신부는 다시 결혼해 행복해졌다. 배꼽이 보이는 여자는 나로 정신과 육체가 싱싱해졌다. 신사임당은 지혜로운 상으로 엄마인데 엄마가 요즘 조율을 해 주셔서 웃음으로 해결하게 해 준다. 이런 것이 1년 내내 지속되기를 바라서 봄, 여름, 가을, 겨울을 꾸몄다. 어려움과 힘들이 없을 수는 없다. 그러나 나에게 풍요로움과 이해력이 생겼다. 내가 달라졌다.

상담중기 Ⅱ는 13-15회기(통합)으로 13회기는 “우주”이다. 원편 뒤 모래에 작은 삼모소년을 묻어 버린다. 딱 묻어 버리는 것은 화를 안낸다는 뜻이다. 하나, 세상, 우주, 하나의 느낌이다. 가족 중에서 나를 먼저 놓고 딸, 남편, 엄마를 놓았다. 나부터 놓을 수 있는 용기가 생겼다. 하나의 봉우리에 놓은 것은 이제는 다들 각자 일을 알아서 세상을 살아가는 모습이다. 오른편 흑인남아는 한

때 미웠던 사람이다. 소망하는 마음에 불을 켜고 기도하는 간절한 마음을 담았다. 중앙의 초는 가족을 비롯해서 온 세상의 사람에게 비치는 빛이다. 가족도 하나이고 세계도 하나이다. 치료자라며 요정을 달고 싶어한다.

14회기는 “어머니, 제가 편하시죠?”이다. 요즘 시어머니가 가장 많이 남아있다. 어머신지 전화를 드려야 하는데... 이성은 그런데 손이 안 간다. “왜 시어머니는 나를 인정하지 않을까? 왜 나를 미워할까?” 이제 나는 힘이 생겨 말을 해야겠다. 왜 시어머니가 나에게 이리하는지 알아야겠다. 내가 잘못된 것이 있으면 고치고 싶고 오해가 있으면 풀어드리고 싶다. 시어머니는 내가 요리한 것을 동서가 한 줄 알고 칭찬을 한다. 이제 전화할 수 있겠다.

15회기는 “행복한 나의 생활”이다. 물이 뿌려진 모래상자에서 작은 집 주변을 원으로 만든다. 이제는 남편이 그렇게 밍지 않고 안쓰럽다. 주말에 만나면 “어떻게 남편의 스트레스를 해소시켜 주어야지?”하는 생각만 한다. 나는 학교에서도 그렇다. 남들이 요구하면 다 해주고 가르쳐 주곤 한다. “타고 났는데 어쩔 거여!” 남편에게는 속상한 것이 없어졌다. 행복하다. 딸에 대한 스트레스가 없어졌다. 그런데 있다면 딸은 느리고 나는 빠르다. 그들이 필요한 것을 할 수 있다. 타고난 기질이니 절충이 서로에게 중요하다. 생활보고에 의하면, 지난 23일이 내 생일이었는데 남편은 외식으로 축하를 때우려했던가 보다. 내가 갖고 싶어 한 유리창잔을 생일선물로 사준다고 하더니 준비해 오지 않았다. “내가 이렇게 대접도 못 받아야 하나?” 생각을 하면 할수록 눈물이 나왔다.

3) 상담말기: 되찾은 나

상담말기는 16-23회기(되찾은 나)이다. 16회기에 남편은 늦은 생일카드와 꽃을 준비했고 나는 생일이 지난 사흘까지 울었다. 상담초기에 꾸민 상자에서 파란 바다만 보면 눈물이 났던 것과 똑 같다. 이제는 나의 것도 챙기게 된 것 같다. “탄생”이다. 정리장 아기천사를 보자 눈물이 났다. 생일로, 생일날에 날 좋아하는 사람들도 왔다. 오른편 뒤는 탄생이다. 오른편 앞 상자 난간의 다섯 사람은 이름 없는 잘 모르는 나를 괴롭히는 사람들인데 떠오르는 사람은 형님과 시어머니이고 화살맨이 무찔러 줄 것 같다. 생활보고에 의하면, 지난 주말에 시아버님 생신을 축하해 드리러 갔다. “이제 나를 힘들게 하기만 해 봐 가만있지 않겠어!”하고 힘을 길러 갔건만 이번에는 서운한 일도 별로 없이 돌아왔다. 시어머니는 내가 가지고 간 것을 칭찬했다. 이제 에너지가 생겨 직접적으로 반응하려고 했는데 그들이 변했다.

17회기는 “참 좋다”이다. “무슨 수업을 할까?” 하는 것이 엄마, 딸, 아내도 아닌 나로서 정말 좋다. 자부심이 있다. 확성기, 예전

에는 큰소리가 싫었는데 이제는 아무렇지도 않다. 지지난년부터 운전이 그렇게 어려운 것이 아니고 즐길 수 있는 것임을 알게 되었다. 엄마와의 관계도 잘 대처하고 있다. 이제 시계를 봐도 화가 안 난다. 이제 서두르지 않는다. 분홍드레스 여아가 나이고, 텅커벨도 자유로운 나이다. 새가 자유롭기는 한데 외로워 보여 놓았다. 내가 가족에게 원하는 것이 너무 많은가 보다. 남편도 자주 말했듯이 내가 너무 많은 것을 원하는가 생각해 보았다. 치료를 통해 알게 된 새로운 사실이 엄마에게 받지 못한 사랑으로 인한 결핍으로 난 누군가의 끊임없는 사랑과 관심을 원한다는 것이다. 모든 좋은 조건 속에 살면서도 난 늘 외로워하고 있다. 이것은 예전부터 나의 과제였다. 나는 관심과 사랑이 필요하다. 고등학교 친구 한명을 만났는데 그 애는 나의 엄마가 해 주었던 달걀 후라이를 칭찬했다. 그런데 나는 엄마가 요리를 해 주었던 것이 전혀 기억하지 않는다. 우리 엄마가 날 위해 매일하셨을 달걀 후라이를 왜 기억하지 못하는 것일까? 그럼 우리 엄마가 날 사랑 안 한 것도 아니네.

18회기는 이야기만 한다. 고등학교 친구 집에 가서 엄마가 후라이를 해 주었던 것을 알게 되었는데 나는 이를 전혀 기억 못한다. “왜 난 안 좋은 기억만 할까?” 고등학교 때는 저녁까지 엄마가 도시락을 싸 주었다. 우리 엄마에게 고마운 마음이 없다. 요즘, 최근에 나는 자신에게 아픔 준 것을 너무 크게 생각하는 것이 아닌가? 하는 생각을 하게 되었다. 아버지는 경제적으로 무능했지만 잘 생겼고 나에게 헌신적으로 학구적인 면을 도와주려고 했다. 그런데 아버지에게 허리띠로 맞은 적도 있다. 아버지가 때리려고 하면 오줌을 줄줄 싸다. 아버지가 원하는 목표에 도달하려고 했다. 지난번 새를 안 놓고 싶었다. 그게 나다. 모든 상황이 다 좋은데 마음속에 답답한 것이 있다. 모래상자를 하면서 많은 것이 해결되었지만 새로운 것이 또 나온다. 주말에 정말 피곤하다. 계획된 대로 안 되면 짜증이 난다.

19회기에도 이야기만 한다. 올라가 왔다. 아무도 나를 몰라줘 미치겠고 죽어버릴 것 같다. 무계획 때문인데 이제는 못하겠다. 쉬고 싶은데 내가 죽기 전에도 밥 다 해놓고 죽을 거다. 어제까지 좋았는데 오늘은 진이 다 빠진다. 시간 내에 다 못할 것 같으니 화가 치민다. 시녀 같은 느낌이다. 정말 이렇게는 못 살겠다. 나처럼 사는 삶이 없다. 지금은 다 나에게 문제가 있다. 내가 지쳤다. 난 TV를 볼 시간도 없다. 혼자 살았으면 좋겠다. 나 혼자라면 하고 싶은 것 다 하면서 살겠다. 엄마는 어떤 때는 모든 것이 다 부정적이다. 학교에서도 다 안 그러려고 하는데 남이 뭔가 힘들어하면 도와준다. 남편이 내가 귀엽고 시부모에게 잘한다며 인정을 해 주었으면 좋겠다. 친정엄마가 내 비위에 맞는 사람이 어디

있겠냐고 했을 때 속상해 울었다. 엄마의 말이 맞다. 학생도 양에 안찬다. 먼저 단점이 보인다. 남편에게 너무 많은 것을 요구한다. 내게 잘못이 있다. 나도 항상 옳지 않다.

20회기는 “정열”이다. 엄마는 퇴원은 했으나 1주일에 한 번씩 피검사도 받아야 해 서울 여동생 집에 있다. 엄마가 밋지도 않다. 모든 것이 내려놔진다. 소화기는 해결할 수 있을 것 같아 놓았다. 학교 행사에 딸과 축구를 보러가고 싶어 남편에게 말하자 따라 나섰다. 남편은 늘 하듯 사진 찍어주고 그랬는데 어떤 선생님이 보고 부럽고 좋아보였던 모양이다. 남편에게 안겨 있는 내가 예뻐 보였고 남편이 자신감이 넘쳐흘렀다. 나는 늘 남편은 자신감이 없다고 해왔다. 남편은 늘 나의 양에 차지 않았다. 내가 너무 욕심이 많다.

21회기는 “업그레이드”이다. 모래상자에 “물이 있어야 더 잘되지 않나?”고 한다. 깃발을 찾아 예전에 사용한 것을 보여주자 크다며 가위로 자른다. 삼각형이었던 기를 네모 형으로 오려 오른쪽 뒤의 곱 틀에 꽂는다. 중앙에 좋아하는 것을 놓다가 남편과 노후까지 잘 살 것을 놓았다. 오른쪽 뒤는 딸이고, 오른쪽 앞은 엄마이다. 왼쪽 앞은 좋아하는 것들이다. 모래놀이를 통해 밑에서부터 여행을 해봤다. 문득 “저기 밑에서부터 내가 쪽 훑어 봤지.” 라는 생각을 했다. 과거에서 현재까지의 나를 한번 집중적으로 제대로 바라보았다. 여행이 순탄하지는 않았다. 슬플 때도 있었고 기쁠 때도 있었으나 그 여행을 즐겼던 것 같다. 나는 더 이상 나의 구렁텅이에 빠져들지 않기로 했다. 넘어지면 “또 내가 이려고 있구나.” 깨닫고 말이다. 이제 더 이상 귀퉁이의 새처럼 외롭지 않다. 생활보고에 의하면, 주말에 시어머님 생신으로 가족들이 모였는데 내가 많이 편안해지고 예전의 나의 모습을 내 스스로 다시 볼 수 있어서 참 좋았다. 하고 싶은 말도 하고 가족들의 말에 전혀 상처받지 않았으며 어머님과도 편안하게 잘 지내고 돌아왔다.

엄마의 입원 및 수술, 그리고 학교 전근 등으로 3개월 동안 쉬고 진행한 22회기는 “변화”이다. 남편이 지금은 진짜 잘한다. 내가 사람을 잘못 보았던 것 같다. 모든 것이 바뀌었다. 이제 안달하지 않는다. 시부모님께서 친정엄마에 대한 걱정과 나를 많이 위로하고 칭찬했다. 이제 모든 것이 변했고 나도 변했다. 내가 변해 다 변했다. 세 개의 유리모형은 보석 같은 느낌이고 지켜주는 느낌이 다. 요정은 상담자로 가족처럼 느껴진다. 정말 좋은 기회였다. 그냥 책을 읽어서 되는 일이 아니었다. 이제 삶에 약간의 요동이 있을지 모르나 금방 잔잔한 호수가 될 것 같다. 상자처럼 함께 살지만 각자도 산다. 나는 나대로 잘 살고 딸은 딸대로, 남편은 남편대로. 이제 남편이 눈치를 보지 않는다. 이제 진심으로 남편을 칭찬한다. 나도 내 일을 하고 가족 각자가 다 자기 일을 잘 한다. 남편

은 치료자에게 전화해 아내가 좋아졌다고 한다.

최종회기인 23회기는 “다시 노래하는 나”이다. 학교에서 성악을 전공한 18년 후배를 만났다. 점심때마다 이야기를 하는데 이야기보다 피아노나 공부를 서로 하자고 했다. 나는 목이 상했다고 생각하며 “노래를 부르고 싶지 않다.”고 해 놓고 선율이 흘러 일어나 노래를 불렀다. 나는 “내가 노래를 해도 괜찮구나!” 하는 생각이 들었다. 목이 갈라졌었는데 언제 고쳐졌는지 모르겠다. 나도 언젠가는 무대에 설 수 있겠다고 생각했다. 자유를 찾아 떠나는 말이고, 상자 뒤는 잔치 분위기이다. 네 귀퉁이는 지켜주는 것으로 종교적인 의미가 있다. 예전에는 나를 위한 관객이 없었으나 우리 딸이 꽃다발을 가져다준다. 예전의 무대는 쓸쓸했으나 여유로움, 풍족함, 많은 사람들이 생겼다. “너무 예쁘다, 너무 마음에 든다.” 관객도 사람도 많고 잔치여서 케이크도 있다. 나 자신에 대한 축하 케이크 같은 것이다. “노래는 안 돼!” 라고 생각했는데 얼마 안 되어 “나도 노래할 수 있겠다.”가 되었다. 예를 들어 노래이지 노래뿐만 아닌 다른 것도 헤쳐 나갈 수 있다. 자신감이 있는 40대 여인이 되었다.

3. 사후 심리검사

사후 투사 심리검사로 첫 번째, HTP의 집은 굴뚝에 연기나는 우리집으로 나, 남편과 딸, 친정엄마가 산다. 초가집이니 지푸라기로 만들어졌고 분위기 있는 소박한 집이다. 호박넝쿨, 비록 초가집이지만 편안하고 풍성하고 여유 있는 모습을 그리고 싶었다. 나무는 100세 사과나무로 뿌리가 왕성하다. 주변에 우리들, 우리 가족이 있고 나무그늘에서 쉰다. 나무의 소원은 이렇게 잘 익은 사과를 아낌없이 주는 나무가 되는 것이다. 지금도 이런 나무이다. 처음 그린 사람은 40대 나로 멋을 내고 있다. 친구가 많아 놀려간다. 기분은 아주 좋고 소원은 함께 노래하는 것이다. 필요한 것은 자신감인데 지금 상황은 자신감이 넘쳐있는 모습이다. 무대에 서야하니깐 끊임없이 자신감이 필요하다. 남자는 남편으로 45세이다. 가방 들고 직장에 간다. 필요한 것은 편안한 마음으로, 마누라가 속을 썩이는데 마누라를 편안하게 해 눈문을 많이 쓰는 것이다.

두 번째, KFD는 딸이 피아노를 치고 있다. 나는 요리를 하는데 남편이 도와주며 즐거운 이야기를 하고 있다. 딸도 모두 다 잘 먹는다. 친정엄마가 건강해져 걸어와 식사를 하고 있다. “화목한 우리가족”이다. 앞으로 이 가족은 더욱 더 행복해진다.

마지막으로, SCT 검사에서 사전검사와 비교를 위하여 사전과 같은 문항만을 살펴보면, “언젠가 나는 훌륭한 교사가 되어 있을 것이며 음악활동을 하고 있을 것이다, 나의 좋은 점은 상냥하

고 적극적이며 남의 마음을 알아준다. 나의 단점은 모든 것을 다 잘 하려고 하는 욕심, 어머니와 나는 별로 좋은 관계가 아니었다. 나에게 가장 문제되는 것은 나의 감정 컨트롤과 건강이다. 나에게 어려운 일이 생겼을 때 난 남편을 의지한다. 나의 외모는 점점 예뻐지고 있다. 남편은 나를 매우 사랑한다. 결혼생활은 만족한다. 살아오면서 가장 슬펐던 일은 아버지가 돌아가셨을 때와 필리핀 여행에서 남편이 나를 안 챙겨줬을 때.”라고 응답하였다.

사전과 사후 투사검사를 비교 요약하면, 사전의 기와집에서 풍성하고 여유 있는 소박한 집으로 바뀌었는데 보다 자연스러워진 내담자의 모습과 일치하는 것 같고, 아낌없이 주는 나무를 꿈꾸며 자신감과 편안함을 찾은 모습이다. SCT에서도 자신의 단점을 파악하게 되었고, 자신감도 갖게 되었음을 알 수 있다.

논의

본 연구의 대상은 만 39세 고등학교 음악교사로 초등학교 5학년 딸이 유아기부터 선택적 함묵증을 보여 자녀의 어려움이 엄마와 관련이 있을 수 있다는 조언에 따라 상담을 받은 사례이다. 내담자는 계획을 늘 세우지만 무계획적인 삶을 원하고, 자유롭게 싶어하고, 자신의 어려움을 호소해도 공감해 주지 않는 남편과 말을 자유롭게 못하는 딸의 문제를 해결하고자 치료에 임했다. 본 연구는 총 23회기 모래놀이치료 과정을 분석심리학과 모래놀이치료 이론에 근거해 Turner (2005)가 제안한 내용주제의 관점에서 부정적인 모성콤플렉스를 지닌 내담자의 개성화 과정을 살핀 것으로 이를 위해 상담초기, 중기, 말기로 구분하여 논의해 본다.

첫째, 상담초기는 1~4회기(잊혀진 나)이다. 1회기 모래상자에 내담자의 자원과 어려움이 표현되어 있다. 음악은 어떤 더 높은 정신세계로의 고양을 의미하는데(Kang, 2008), 피아노와 음악은 자원으로 내담자의 감정을 표현하게 해 준다(Ackroyd, 1997). 부정적 모성콤플렉스를 해결할 수 있는 방법은 억압된 감정을 표현하는 것인데(Rhee, 2006), 내담자는 이게 나였는데 이제 더 이상 노래를 부를 수 없다고 슬퍼하며 자신의 어려움이 무엇인지 드러내고 있다. 2회기 모래상자는 크게 자신, 남편, 딸 세 부분으로 분리되어 있다. 자신이라는 오른쪽 앞에 에너지가 더 집중되어 있다. 요람 안의 흑인아이는 엄마의 주목, 돌봄과 양육이 필요하다. 흑인은 인격의 열등한 부분, 그림자를 나타내(Rhi, 1999) 내담자가 관심과 돌봄이 필요함을 표현하고 있다. 연꽃은 창조력이나 새로운 삶의 원천을 상징해(Ackroyd, 1997), 내담자에게 자원이 있음을 알 수 있다. 왼쪽 앞 여아 역시 인형을 안

고 있어 관심과 돌봄이 필요함을 알 수 있다. 오른쪽 은빛 드레스 여인이 모래상자 밖을 보고 있어 받지 못한 사랑과 관심을 표현한 부분을 안보고 싶어하는 것 같다. 노란 차의 노란색은 태양의 색이고(Cooper, 1978), 태양은 낮 동안 반짝여 의식을 나타내(Zappacosta, 2016), 이는 의식의 차로 빛을 비춰야 하는데 지금은 모래에 조금 묻혀 있다. 3회기 역시 오른쪽 앞의 내담자에게만 집중되어 있어 많은 일을 하지만 만족이 없거나 뭔가 하고 싶은 욕구가 큼을 보여주는 것 같다. 자신을 노예로 취급하는 듯하다. 흑인은 그림자인데 이를 보고 싶어하지 않는 것 같다. 붉은 색이 나오기 시작해 분노나 열정 같은 감정을 표현하고 있음을 알 수 있다(Ackroyd, 1997). 이제 혼자 운전하는 자가용 자동차가 모래 밖으로 나와 있고 운전자가 있다. 4-1회기 중앙에는 음식이 있고 뭔가가 통합하려는 움직임이 보인다. 그러나 모래상자 전체는 분리되어 있고 내담자와 연결되는 앞부분이 비어 있다. 4-2회기의 하트와 초콜릿 박스는 사랑과 연결되어(Ammann, 2004) 사랑받고 싶다는 표현으로 아기인 자신에게 사랑을 주기 시작한 것 같다. 전화기 든 여인은 자신의 내면과 통화를 하고 있는 모습이다. 초승달 두 개가 하나로 통합되어 있는데 달은 여성성과 관련이 있고(Fontana, 1998), 밤하늘에 빛을 발하는 달은 모성원형에서 파생된 태모를 상징해(Neumann, 2007), 태모의 돌봄과 안내를 받는 것 같다.

둘째, 상담중기는 5~15회기(분화와 통합)이다. 상담중기 I은 5-12회기로 분화이다. 5회기는 모래를 중앙으로 다 모아 중심화, 에너지를 집중시키는 모습인데 이런 에너지의 집중은 새로운 발달을 위해 필요한 것으로 집중된 자기(Self) 에너지에서 자아(ego)가 발달하게 되는 모습이다(Jang, 2017). 소품들이 중앙에 다 함께 있어 혼란스러웠으나 성 아래에서부터 위로 올라가는데 맨 위에 성직자를 놓고 싶었다며 높은 고지에 오르는 것과 성숙에 대한 이야기를 한다. 또한 자신이 싫어하는 것이 많을 거라고 생각했는데 막상 놓은 것을 보고 힘든 것보다 좋아하는 것이 더 많다는 것을 깨닫는다. 이런 깨달음을 촉진하는 종과 가로등 빛이 있다. 3회기 노란 차의 문이 이제는 열려 있다. 아래와 위로 싫은 것과 좋아하는 것을 분리해 내고, 성 정상에 깃발, 깃발에 종과 나비를 달아 자신의 목표를 표시하고 있다. 기의 삼각형은 남성성과 여성성의 결합 또는 정신에 있어서의 의식과 무의식의 결합을 상징한다(Ackroyd, 1997). 6-1회기는 모래상자가 누미노제, 성스러움과 힘이 느껴진다. 6-2회기는 다양한 사람들처럼 다양한 모습의 자신에게 몰두해 큰 사랑이 필요함을 표현하고 있는 듯하다. 7회기는 다양한 연령과 모습의 여자 소품들이 있는데 돌봄과 사랑받고 싶은 욕구를 표현하면서 교양 있고 세련된 여인과

현모양처를 염원하는 모습이다. 왼편의 우아한 여인이 다리를 통해 절제와 영적인 훈련을 하는 수녀를 만나야 할 것 같은데 수녀는 진정한 자기를 의미한다(Ackroyd, 1997). 그런데 왼편의 무의식과 오른편 의식의 방향을 연결하는 다리가 있어 서로 교류되고 있음을 알 수 있다(Miles, 2012). 8회기는 남편, 엄마, 여동생에게 자기 말을 들어 달라고 종을 치고 확성기를 통해 자신이 가족으로부터 위로나 지지가 없어 답답한 마음을 표현하고 있다.

9회기는 가족의 바다여행 전에 만들었는데 바다 속을 중앙에 원형모양으로 만들고 다시 원형모양으로 소품들을 놓았다. 인어는 바다에서 생활해 무의식과 관련이 있어 무의식과 의식 간의 소통의 가능성이 보이고, 사랑을 얻기 위해 아름다운 목소리를 희생한 존재로 내담자의 가족을 위한 희생적인 부분과 연결되는 것 같다(Wang, 2017). 불가사리는 재생과 관련이 있다(Eastwood, 2006). 물고기가 가득 든 어망을 든 튼튼한 어부가 있는데 물고기는 무의식의 것을 전하는 메신저이고 어부는 이를 낚는 성취를 뜻해(Steinhardt, 2009) 내담자에게 많은 성취가 있음을 알 수 있다. 10회기는 결혼으로 내면의 통합을 표현하고 오른편 뒤 의식의 자리에서(Ammann, 1991) 다시 태어남을 표현한다. 11회기 남편과 함께 있는 켈트하는 모습, 배꼽티 입은 모습, 운동하는 귀여운 여아를 “행복한 나”라고 한다. 난장이는 자기인식을 위한 탐구여행의 안내자인데(Ackroyd, 1997) 내담자와 함께 있다. 내담자 아주 가까이에 장미를 놓아 의식과 무의식 간의 균형을 표현하고 있는 듯 하다(Bradway, 2001). 12회기는 부부가 함께 “이정도면 충분하다”는 만다라형 모래상자를 만든다. 봄, 여름, 가을, 겨울 4계절이 다 있는데 계절은 순환적인 변화와 끊임없이 계속되는 재생을 상징한다(Chevalier, & Gheerbrant, 1996). 우물, 가족과 음식들이 놓여 있는데 자신에게 풍요로움과 이해력이 생겼다고 한다.

상담중기 II는 13-15회기로 통합이다. 13회기는 우주라며, 세상, 하나의 느낌이라고 한다. 왼편 뒤에 묻은 저지 아이는 이제 관심과 애정 같은 것을 구걸할 필요가 없게 된 내담자를 의미하는 것 같다. 연꽃은 자기 또는 전체성을 상징한다(Neumann, 2007). 난장이는 자기의 진정한 본성을 발견하기 위하여 무의식, 즉 자기의 심층으로 내려가는 것을 상징해(Ackroyd, 1997), 내담자는 치료 장면에서 자기(Self)를 만나 정신세계에 균형이 생기며 이제 현실에서 자신을 먼저 챙기게 된다고 한다. 14회기는 시어머니로 할머니 소품을 놓는데 노파는 태모로 모성원형에서 파생된 것이다. 할머니는 양육, 보호를 하는 대지의 여신에 해당하는 태모 원형상으로 내담자가 태모의 돌봄을 받고 있는 모습이다(Han, 1990). 15회기는 현실에서 본인의 모습에 수용적이 되고

남편에게 속상한 마음도 사라진다. 그러나 아직은 중앙에 덜 익은 사과가 있다. 사과는 선과 악을 구분하는 지식의 나무열매로 의식화와 관련된 과일인데 아직 익지 않은 상태이다(Chevalier, & Gheerbrant, 1996).

끝으로, 상담말기는 16~23회기(되찾은 나)이다. 16회기는 오른편 뒤 의식의 자리(Ammann, 1991)에서 탄생이 일어났다고 한다. 여성, 모성의 자리 오른편 앞(Foks-Appelman, 2011)으로 물이 흘러있는데 입구에 천사 두 명이 문처럼 서 있어 이를 이끌고 있는 것 같다. 천사는 보호를 의미하고 신의 메시지 전달자이기도 하다(Bradway, 2001). 여성, 모성의 자리 오른편 앞의 개구리는 무의식 속에 묻혀있는 정신의 어떤 부분이나 기능을 상징하고(Ackroyd, 1997), 변환을 상징해(Bradway, 2001), 내담자의 부정적인 모성콤플렉스에 변화가 있음을 알 수 있다. 17회기는 이제 의식과 관련된 사과가 빨갱게 익어 의식화된 부분이 있음을 보여주는데 내담자는 자신이 엄마로 인한 사랑의 결핍으로 누군가의 끊임없는 사랑과 관심을 원했다는 것을 말한다. 여성, 모성의 자리 오른편 앞에 여전히 외로운 새가 있는데 새는 자유를 필요로 하는 무의식의 특별한 요소일 수 있다(Ackroyd, 1997). 현실에서 엄마가 고등학교 때 도시락으로 달걀 후라이를 늘 해준 사실을 알게 되어 엄마가 자신을 사랑 안한 것이 아님을 깨닫게 된다.

18과 19회기에 모래상자를 하지 않고 이야기를 한다. 18회기에는 자신이 아픔을 너무 크게 생각하는 것 같다는 통찰을 하게 되고, 모래놀이치료로 많은 것이 해결되고 있음을 이야기한다. 19회기에는 다시 힘들어하며 타인 때문에 힘든 것이 아니라 자신 때문에 힘든 것임을 깨닫는다. 20회기는 남편의 긍정적인 면을 발견한다. 자신의 지나치게 열정적인 부분을 식혀 줄 소화가 있어 이제 이에 대한 조절이 가능해진 것을 알 수 있다. 소품을 3개씩 모아 놓았는데, 숫자 3은 의식으로서의 도약, 나아갈 방향과 목적에 대한 역동적인 힘, 초월기능, 자아의 확장을 의미한다(Eastwood, 2006). 꽃과 과일은 감정을 의미하는데(Kim, 2010), 딸기, 체리와 장미 등 여성성과 관련된 소품들이 있고, 전체적으로 붉은 색이 많아 정서와 감정 표현이 충만함을 알 수 있다. 특히 딸기는 붉고 달콤한 대지의 열매, 에로스의 열매인데 에로스는 연결시키는 통합의 원리를 가지고 있다(von Sibylle, 2012). 21회기는 만다라형 모래상자이다. 모래놀이치료에서 태어날 때부터 현재까지 훑어보는 여행을 했다는 말을 하며, 현실의 시댁어른들과 자신에 대한 인식이 바뀌었음을 말한다. 22회기의 모래상자가 다섯 부분으로 나뉘었다. 숫자 5는 분쟁이 없는 상태이고, 대지에 생생함을 불어넣는 창조적인 추진력과 재생을 의미하며 정신을 자유롭게 하는 수이기도 하다(Eastwood, 2006). 난장이는 창

조적 활동성을 의미하고(von Sibylle, 2012), 유리모형의 진정한 자기를 상징하는 보석을 발견해 온 난장자들이 내담자와 함께 있다(Ackroyd, 1997). 최종회기인 23회기에서는 그동안 남편을 잘못 보았다는 말을 하며 모든 것이 바뀌었다고 한다. 이런 가족들의 존재, 개성을 인정한다. 가족과 다른 사람들 앞에서 다시 노래 부르는 모습의 내담자를 표현해 이제 자신의 정서를 자유롭게 표현할 수 있게 되었음을 알 수 있다. 노래만이 아니라 삶의 다른 것도 헤쳐 나갈 수 있겠다는 자신감을 표현한다.

모래놀이치료과정 전체를 요약하면, 본 연구의 내담자는 모래놀이치료를 통해 상담초기에 자신의 자원과 어려움을 드러내고, 상담중기에 혼란스런 내면에 정돈과 분화가 일어나고 무의식의 내용들이 통합되어 행복함, 풍요로움, 이해력이 생긴 것을 표현한다. 상담말기에는 자아의 확장, 의식이 확대되어 상담초기에 잊혀졌던 자신을 되찾은 모습을 보여준다. 투사 심리검사에서도 보여 주듯이 내담자는 자신의 삶을 한층 더 자각하고, 이해하고, 지배하는 힘을 얻게 된다.

본 연구의 내담자는 상담중기부터 “이렇게 해야 잘 된다”며 모래에 스프레이 물을 살짝 뿌리고 소품을 놓는 경우가 많았는데 이는 그동안 부정적인 모성콤플렉스로 억압해온 감정이 올라와 이를 조절하는 행위로 보인다. 또한 붉은색이 모래상자 전체적으로 많은데 붉은색은 성, 열정, 분노, 혁명, 위험을 상징하고, 피의 색깔로 생명을 상징하기도 하며, 피는 또한 죽음을 의미할 수도 있어(Ackroyd, 1997) 이는 내담자의 억압되었던 다양한 감정의 표현으로 이해할 수 있겠다. 또한 5, 10, 11, 12, 14, 15회기에 만다라 상이 표현되었다. 만다라는 자기(Self)의 상징으로 온전한 자기, 충만, 정신의 근본적인 질서를 상징해(Ackroyd, 1997) 내담자가 모래놀이치료에서 자기를 만나며 내면에 질서가 잡히고 충만감이 생긴 것을 알 수 있다.

본 연구가 모래상자 내용주제를 중심으로 탐색하고 있지만 모래놀이치료 과정을 특정 공식에 맞추거나 상징을 완전히 이해하는 것이 불가능하고(Turner, 2005), 심리치료는 객관적인 과학이 아니라 부분적으로 주관적인 경험이어서(Zoja, 2011), 내담자의 무의식의 흐름을 따라 펼쳐지는 무의식의 작업을 객관화하는 데는 한계가 있다. 그러나 본 연구는 부정적인 모성콤플렉스의 지배를 받아 생활 속에서 만족이 없고 외적인 상황에 비해 자존감이 낮은 여성이 모래놀이치료의 자유롭고 보호된 공간에서 어떤 정신의 변환과정을 거치며 변화된 인격을 갖게 되었는지 분석심리학과 모래놀이치료 이론에 근거해 Turner (2005)의 내용주제의 관점에서 탐색하여 인격의 변화를 이끄는 정신과정이 모래놀이치료 작업에 의해 진행될 수 있음을 보여주었다는데 본 연구의 의의

가 있다. 또한 상담 및 심리치료 현장에 부정적인 모성콤플렉스라는 정신요소가 삶에 어떤 영향을 줄 수 있는지와 이런 여성의 내면세계에 대한 기초자료를 제공해 준다.

Declaration of Conflict of Interest

The author declares no conflict of interest with respect to the authorship or publication of this article.

References

- Ackroyd, E. (1997). *A dictionary of dream symbols* (B. J. Kim, Trans.). Seoul: Korea Psychotherapy Institute. (Original work published 1993).
- Ammann, R. (1991). *Healing and transformation in sandplay: Creative process become visible* (W. P. Rainer, Trans.). Chicago: Open court. (Original work published 1934).
- Ammann, R. (2004). On resonance. In E. P. Zoja (Ed.), *Sandplay therapy: Treatment of psychopathologies* (pp. 241-267). Verlag: Daimon.
- Balfour, R. N. (2008). Evolution of sandplay image in healing: A case of childhood sexual abuse of a thirty-six-year-old woman. *Journal of Sandplay Therapy, 17*(2), 33-49.
- Bradway, K. (2001). Symbol dictionary: Symbolic meanings of sandplay images. *Journal of Sandplay Therapy, 10*(1), 9-110.
- Calabrese, M. (2014). Eleonora: A process of transformation of a woman in search of her feminine identity. *Journal of Sandplay Therapy, 23*(2), 45-62.
- Chang, H. S. (2008). A case study of sandplay therapy for a middle-aged woman distressed by husband and children. *Korean Journal of Play Therapy, 11*(3), 81-98.
- Chang, H. S. (2009). A case study of sandplay therapy for self-actualization of an anxious middle-aged woman with low confidence. *Korean Journal of Play Therapy, 12*(1), 79-102.
- Chevalier, J., & Gheerbrant, A. (1996). *The Penguin Dictionary of symbols* (J. Buchanan-Brown, Trans.). London, England: Penguin books. (Original work published 1982).
- Choi, J. H. (2008). A case study of sandplay therapy for a depressed middle-aged woman. *Korean Journal of Sand Play Therapy, 4*, 139-166.
- Choi, S. G. (2005). A case study of sandplay therapy a mother who lost her Self because of the problems of her son and found the Self. *Korean Journal of Sand Play Therapy, 1*, 161-180.
- Cooper, J. C. (1978). *An illustrated encyclopaedia of traditional symbols*. New York, NY: Thames & Hudson.

- Eastwood, P. S. (2006). *Nine windows to wholeness: Exploring numbers in sandplay therapy*. (J. S. Jung, B. A. Kim, & S. Y. Jung, Trans.). Seoul: Hakjisa. (Original work published 2002).
- Foks-Appelman, T. (2011). Finding the path the case of anita. *Journal of Sandplay therapy*, 20(1), 135-146.
- Fontana, D. (1998). *The secret language of symbols: A visual key to symbols and their meanings* (S. J. Choi, Trans.), Seoul: Munhakdongne. (Original work published 1993).
- Han, O. -S. (1985). The theory of Jung's mother complex. *The Seoul Journal of Psychiatry*, 10(1), 97-100.
- Han, O. -S. (1990). Die interpretation eines koreanischen Marchens, "Gold-und Silber Knabe." *Shim-song Yon-gu*, 5(2), 49-71.
- Jang, M. K. (2017). *Analytical psychological sandplay therapy*. Seoul: Hakjisa.
- Kang, C. -J. (2008). A psychological interpretation of the Korean fairytale, 'eyes in the sewing box'. *Shim-song Yon-gu*, 23(1), 20-49.
- Kast, V. (1997). *Father-daughter, mother-son: Freeing ourselves from the complexes that bind us*. Rockport, MA: Element.
- Kim, J. H. (2006). *A study on the mother complex from the view of Jung's analytical psychology: In relation to the mother archetype* (Unpublished master's thesis). Seoul Theological University, Seoul, Korea.
- Kim, S. -M. (1998). *Jung's psychology and religion*. Paju: Dong Myeong.
- Kim, S. -M. (2010). The meaning of dream and its function of compensation from the perspective of analytical psychology. *Korean Journal of Christian Studies*, 70(1), 361-380.
- Margoliash, E. (1998). Rebirth through sand. *Journal of Sandplay Therapy*, 7(1), 63-87.
- Miles, R. (2012). The gateway: Boundary, entrance and threshold. *Journal of Sandplay Therapy*, 21(2), 21-38.
- Neumann, E. (2007). *The great mother*. (S. H. Park, Trans.). Paju: Sallim. (Original work published 1974).
- Park, B. -C. (2016). *A study on C. G. Jung's understanding of complex: Centered on good child complex* (Unpublished master's thesis). Hyupsung University, Hwasung, Korea.
- Park, J. O. (2014). Case study of a woman's individuation process shown through ancient rites of passage. *Korean Journal of Sand Play Therapy*, 10(1), 153-185.
- Park, Y. K. (2006). A case study of sandplay therapy a depressed middle aged woman. *Korean Journal of Sand Play Therapy*, 2, 57-87.
- Rhee, M. -S. (2006). A Jungian interpretation of the Korean fairy tale: A boy who got married to two princesses after dreaming of dragons. *Shim-song Yon-gu*, 21(2), 205-238.
- Rhi, B. -Y. (1987). Mother imago and mother complex from the Jungian viewpoint. *Shim-song Yon-gu*, 2, 73-88.
- Rhi, B. -Y. (1998). *Analytical Psychology: C. G. Jung's thoughts on mind*. Seoul: Ilchokak.
- Rhi, B. -Y. (1999). *Shadow: Our inner dark partners*. Paju: Hangilsa.
- Shim, H. -G. (2005). The understanding from the analytical psychology about the story of the brother-sister pagodas. *The Catholic Theology*, 6, 211-247.
- Sim, H. O. (2017). A case study of sandplay therapy with a middle-aged woman having difficulty in relationships. *Family and Environment Research*, 55(3), 303-319. <https://doi.org/10.6115/fer.2017.023>
- Steinhardt, L. (2009). Following the fisherman image in sandplay therapy. *Journal of Sandplay Therapy*, 18(1), 7-16.
- Turner, B. A. (2005). *The handbook of sandplay therapy*. Cloverdale, CA: Temenos press.
- von Sibylle, B. -O. (2012). *The image of mother in fairy tales*. (Y. Lee, Trans.). Seoul: Analytical Psychology Center. (Original work published 2003).
- Wang, Y. (2017). The little mermaid: Cultural expectations of the feminine. *Journal of Sandplay Therapy*, 26(2), 127-135.
- Yoo, J. -H. (1992). Female psychology on the viewpoint of Jungian psychology. *Journal of Korean Neuropsychiatric Association*, 31(1), 9-15.
- Zappacosta, J. D. (2016). In her own voice: Dora Kalff. *Journal of Sandplay Therapy*, 25(2), 11-20.
- Zoja, E. P. (2011). *Sandplay therapy in vulnerable communities: A Jungian approach*. New York: Routledge.

Appendix 1 Projective pre-test and post-test



House(pre-test)



House(post-test)



Tree(pre-test)



Tree(post-test)



Person 1(pre-test)



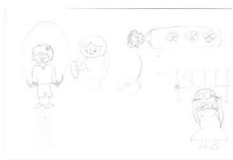
Person 1(post-test)



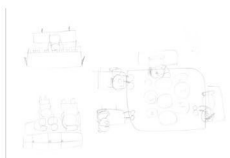
Person 2(pre-test)



Person 2(post-test)



KFD(pre-test)



KFD(post-test)

Appendix 2 Sandplay therapy sessions

● Initial phase of therapy: Forgotten myself



1 session
(forgotten myself)



2 session(present)



3 session(things I want)



4-1 session(school life)



4-2 session
(sorry, my daughter)

● Intermediate phase of therapy: Differentiation and integration

-Intermediate phase I: Differentiation



5 session(sandcastle)



6-1 session(untitled)



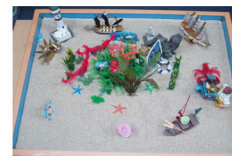
6-2 session(love truly)



7 session(my mother)



8 session
(please, listen to me)



9 session
(happy trip in the sea)



10 session
(marriage in the sea)



11 session(happy myself)



12 session
(it's good enough)

-Intermediate phase II: Integration



13 session(the universe)



13 session(the universe,
a begging boy)



14 session(mother, you
feel close to me)



15 session(my happy life)

● Final phase of therapy:
Rebirth, recovered myself



16 session(rebirth)



17 session(wonderful)



20 session(passion)



21 session(upgrade)



22 session(transformation)



23 session
(myself singing again)