

**모래놀이치료가 장애아동 어머니의 불안과
방어기제 유형 변화에 미치는 효과**
The Effects of Sandplay Therapy on Anxiety and
Defense Style of Mother of Disabled Children.

이 진 희*
Jin Hee Lee

권 미 라**
Mee-Ra Kowen

<Abstract>

The purpose of this study was to investigate the effect of sandplay therapy for the major psychological problem about the anxiety and the defense style for reducing anxiety of the mother of disabled children. This study aims to find positive influence the relationship between the disabled children and their mothers to help the psychological stability and to find the personal self-esteem of the mothers. The sandplay therapy is effective to reduce the self-inhibitory defense style of the mother of disabled children. The level of the self-inhibitory defense style of the experimental group becomes lower after the sandplay therapy and it shows the significant statistic difference. To reflect the result of this study, the sandplay verifies to reduce the anxiety of the mother of disabled children and it shows the increasing the adaptive defense style. Also, this study verifies the sandplay therapy is effective to reduce the negative maladaptive defense style.

Keywords : sandplay therapy, anxiety, defense style, disabled children, mother

* 박창옥아동발달센터, 전문상담사 (jinyy99@nate.com)

** 동원대학교, 강사 (kowen0808@naver.com)

I. 서 론

1. 연구의 목적 및 필요성

어머니의 양육태도는 아동의 성격, 행동과 정서, 인지발달 등 전반적인 발달에 지대한 영향을 미치므로 매우 중요하다(김일화, 2009). 장애 아동의 경우, 아동의 장애 자체보다는 아동에 대한 부모의 반응과 태도가 장애 아동의 건전하고 건강한 성장에 더 중요한 영향을 미칠 수 있다(김유미, 2012).

본 연구에서는 장애아동 어머니의 양육태도에 영향을 미치는 어머니의 주된 심리적인 측면인 불안과 방어기제를 살펴보고자 한다. 먼저 장애아동 어머니들의 불안을 살펴보면, 장애아동 어머니들은 장애를 갖고 있는 자녀가 앞으로 어떻게 될 것인가에 대해 가장 큰 불안을 느낀다(이근매, 2012). 비장애아동의 부모와 장애아동 부모의 심리적 측면을 비교한 선행연구에 따르면, 자폐아동 어머니가 비장애아동 어머니에 비해 불안, 근심, 걱정이 많으며(김은숙, 1990), Singer와 Farkas(1989)도 비장애아동 어머니들과 비교하여 장애아동 어머니들이 정서적 불안을 더 호소한다고 보고하였다. 또한 Bristol대학 아동건강부에서 1973년도에 개발한 모비드 불안 조사를 이용하여 장애아동 어머니의 불안 점수를 측정한 결과 장애아동 어머니의 평균 불안 점수는 비장애아동 어머니에 비해 아주 높게 나타났다(Burden, 1980; 윤세은, 2012 재인용). 이러한 장애아동 어머니의 불안은 아동의 양육태도에 영향을 미쳐 비장애아동 어머니에 비해 비허용적, 과잉, 거부적, 통제적 태도 등과 같은 부정적 양육태도를 갖게 하고, 이는 아동에게 좋지 않은 영향을 미친다(조은희, 2012).

인간은 불안을 줄이기 위해 무엇인가를 하도록 자동적으로 동기화 된다. 이러한 과정은 직접적인 대처와 방어적인 대처 두 가지로 나눌 수 있다(Folkman & Lazarus, 1984). 높은 수준의 불안을 겪게 되면, 현실적이고 합리적인 방법으로 대처하기보다는 그 상황을 어쩔 수 없이 받아들이고 결국 방어적으로 대처하기 쉬운데(김광웅, 2007), 이러한 방어적인 대처는 정신분석의 방어기제와 관련이 있다.

높은 수준의 불안을 경험하는 장애아동 어머니는 부적응적인 방어기제를 더 많이 사용한다. 이는 불안 수준이 높아지면 부적응적 방어기제의 사용이 증가한다는 연구(계은주, 2001)와 특성불안이 높을수록 미성숙한 방어기제를 사용한다고 보고한 연구(이홍규, 1988), 불안이 낮을수록 성숙한 방어기제를 사용한다는 연구(조한익, 2010)를 통해 알 수 있다. 특히, 장애아동 어머니들은 비장애아동 어머니들보다 미성숙한 방어유형과 갈등 회피적 방어유형을 평소에 더 많이 사용하고 이는 장애아동에 대한 통제적 양육태도, 거부적 양육태도에 영향을 준다(김일화, 2009). 또한, Sekiya, Sato, Sakai, Naka, Suzuki, Kashima과 Minura(2012)의 연구에서도 정신분열증, 양극성 장애, 지적장애를 가진 아동의 어머니보다 비장애 아동의

어머니가 더 성숙한 방어기제를 사용한다고 보고하였다.

성숙한 방어기제를 적절히 사용할 경우 개인이 경험하는 불안이 감소될 수 있다. 반면 미성숙하거나 신경증적인 방어기제를 많이 사용할 경우 성격적 부적응 문제를 야기하게 된다(조은희, 2012). 이러한 적응 수준은 어머니의 삶뿐만 아니라 아동의 양육태도에 영향을 미치게 된다. 이처럼 장애아동 어머니의 불안과 방어기제는 아동에 대한 양육태도에 지대한 영향을 미치므로 이에 대한 치료적 접근이 필요하다.

불안을 감소시키기 위한 많은 연구들에서 사용하는 모래놀이치료는 Jung의 분석심리학 이론에 기반을 두고 Dora Kalff에 의해 발전된 정신의 자연스런 치유능력을 촉진하는 비언어적 치료방법이다(이미영, 2011). 치료자가 제공하는 자유롭고 보호받는 공간에서 모래, 물 상자에 상징물을 이용하여 내면에 있는 상상적 세상을 구체적으로 표현하는 창조적 과정이다. 이는 내담자의 상징적인 세상을 비춰내고 안전한 모래상자 속에서 내면 세상을 표현해 주며, 외향적이고 언어적이고, 외적인 것 중심의 일상세계에 균형을 제공하며, 더 나아가서는 보다 개방적이고 균형 잡힌 통합적 삶의 방식으로 이끌어준다(장미경, 2011). 방어적이고 생각이나 감정을 표현하기 어려워하는 장애아동 어머니의 특성에는 모래상자 안에서 모래를 만지고, 상징물을 이용하여 표현할 수 있는 모래놀이치료가 좋은 치료 방법이 될 수 있다(김선영, 2012).

장애아동 어머니를 대상으로 모래놀이치료를 실시한 연구를 살펴보면, 발달장애 아동 어머니를 대상으로 모래놀이치료를 실시하여 양육스트레스가 감소하는 효과를 검증한 연구(박선희, 2008)와 집단모래상자놀이가 장애아동 어머니의 양육스트레스를 감소시킨다고 보고한 연구(박진숙, 2012)가 있다. 또한 모래놀이치료가 상담기관에 내원한 아동부모의 스트레스 및 스트레스 관련 뇌파수치에 긍정적인 영향을 미친다고 보고한 연구(김선영, 2012)등이 있다.

모래놀이치료가 불안의 감소에 미친 영향을 보고한 연구를 살펴보면, 모래놀이치료가 ADHD 성인의 우울 및 불안의 감소에 효과가 있다고 보고한 연구(김태영, 2010)와 모래놀이치료 제한 중국 유학생의 불안의 감소에 긍정적인 효과가 있음을 검증한 연구(오승희, 2011)등 그 이외 다수의 논문에서 모래놀이치료가 불안의 감소에 효과가 있음을 보고하였다. 반면 모래놀이치료가 방어기제 유형에 미치는 영향을 보고한 연구는 없으며, 방어기제 유형과 다른 변인과의 상관관계 및 인과관계를 살펴본 연구(김일화, 2009, 조은희, 2012, 한지은, 1992)만 있다. 이러한 이유로 본 연구에서는 모래놀이치료를 통하여 장애아동 어머니의 심리적인 문제, 즉 불안과 방어기제에 대하여 접근하고자 한다. 이를 위해 장애아동 어머니들에게 개별 모래놀이치료를 실시하고 모래놀이 전·후 측정을 통하여 어머니의 불안과 방어기제 유형에 미치는 효과를 검증하고자 한다.

본 연구는 모래놀이치료를 통하여 장애아동 어머니와 아동의 관계에 주는 긍정적인 영향

뿐만 아니라 어머니 개인의 진정한 자아를 찾도록 돕는데 목적이 있다.

2. 연구문제

본 연구는 다음과 같이 연구 문제를 설정하였다.

1. 모래놀이치료가 장애아동 어머니들의 불안을 감소시키는가?
2. 모래놀이치료가 장애아동 어머니들의 적응적 방어유형을 증가시키는가?
3. 모래놀이치료가 장애아동 어머니들의 부적응적 방어유형을 감소시키는가?

II. 연구방법

1. 연구 대상

1) 대상자 선정 및 절차

본 연구는 D시에 위치한 ○○아동발달센터에 내원하고 있는 장애아동의 어머니 24명을 대상으로 하였다.

장애아동의 양육으로 인하여 심리적 어려움을 겪고 있어 개별적 상담이 필요하다고 여겨지는 대상자들을 센터 기관장과 교사 및 상담자의 추천을 받았다. 상담을 희망하는 대상자 24명을 대상으로 12명을 무작위로 선정하여 실험에 참가하도록 하였다. 나머지 대상자 12명은 실험에 참가하지 않고 사전·사후 검사만을 실시하였다.

대상자들의 자녀는 지적장애, 자폐장애, 다운증후군, 시각장애, 뇌병변 장애를 갖고 있으며, 본 연구의 대상인 어머니들에 대한 개별적인 상담의 경험이 없거나 현재 받고 있지 않다.

2) 대상자의 인적사항

실험집단 대상자 12명의 개인별 일반적 특성은 <표 1>과 같다.

통제집단 대상자 12명의 개인별 일반적 특성은 <표 2>와 같다.

두 집단의 연구대상자의 특성은 <표 3>과 같이 집단 간 유의미한 차이는 나지 않았다. 두 집단의 연구대상자 특성은 동질하게 구성되었다.

〈표 1〉 실험집단 대상자의 일반적 특성

대상	연령	직업	학력	자녀 성별	자녀 연령	자녀 출생순위	자녀 장애명
1	38세	주부	대졸	여	9세	외동	지적장애
2	36세	주부	대졸	여	8세	외동	시각장애
3	40세	주부	대졸	남	10세	둘째	지적장애
4	35세	주부	대졸	남	8세	둘째	지적장애
5	34세	주부	대졸	남	5세	첫째	자폐장애
6	37세	주부	전문대졸	여	8세	첫째	다운증후군
7	37세	주부	대졸	남	6세	첫째	자폐장애
8	40세	주부	대졸	여	9세	외동	지적장애
9	39세	주부	대졸	여	7세	첫째	지적장애
10	38세	주부	대졸	남	9세	외동	자폐장애
11	35세	주부	대졸	여	7세	첫째	지적장애
12	39세	주부	전문대졸	남	9세	외동	지적장애

〈표 2〉 통제집단 대상자의 일반적 특성

대상	연령	직업	학력	자녀 성별	자녀 연령	자녀 출생순위	자녀 장애명
1	35세	주부	대졸	여	7세	첫째	자폐장애
2	36세	주부	대졸	여	9세	외동	자폐장애
3	40세	주부	대졸	남	8세	둘째	지적장애
4	40세	주부	전문대졸	남	9세	둘째	다운증후군
5	39세	주부	대졸	남	6세	둘째	자폐장애
6	34세	주부	대졸	여	6세	외동	지적장애
7	38세	주부	대졸	남	9세	첫째	뇌병변장애
8	36세	주부	대졸	여	8세	외동	지적장애
9	35세	주부	대졸	남	7세	외동	자폐장애
10	40세	주부	대졸	남	9세	둘째	지적장애
11	37세	주부	대졸	여	8세	첫째	지적장애
12	38세	주부	대졸	여	9세	첫째	지적장애

〈표 3〉 연구대상자의 특성

구 분	실험집단	통제집단	x ²
	(n=12) n(%)	(n=12) n(%)	
연령	34세	1(8.3)	1.20
	35세	2(16.7)	
	36세	1(8.3)	
	37세	2(16.7)	
	38세	2(16.7)	
	39세	2(16.7)	
	40세	2(16.7)	
직업	주부	12(100)	-
학력	전문대졸	2(16.7)	0.38
	대졸	10(83.3)	
자녀의 성별	남	6(50)	0.00
	여	6(50)	
자녀의 연령	5세	1(8.3)	2.44
	6세	1(8.3)	
	7세	2(16.7)	
	8세	4(33.3)	
	9세	3(25)	
	10세	1(8.3)	
자녀의 출생순위	외동	5(41.7)	0.89
	첫째	5(41.7)	
	둘째	2(16.7)	
자녀의 장애명	지적장애	7(58.3)	2.22
	자폐장애	3(25)	
	다운증후군	1(8.3)	
	신체장애	1(8.3)	

2. 연구도구

1) 한국판 성인 행동평가 척도 자기보고용-DSM불안 문제 척도(Korean version Adult Self Report: ASR)

한국판 성인 행동평가 척도 자기보고용(Korean version Adult Self Report: ASR)은 Achenbach와 Rescorla(2003)가 개발한 ASR을 토대로 하여 김민영 외 4명 등(2014)에 의해 표준화된 것이다.

본 연구에서는 ASR의 6개의 DSM진단 척도 중 DSM 불안 문제 척도를 통해 평가한 점수로써 장애아동 어머니의 불안의 변화를 측정하였다. DSM 불안문제척도에 대한 내적 합치도는 .85이며(김민영, 2014), 총 7개 문항으로 구성되어 있다. 각 문항의 가능한 점수의 범위는 0~14점이다.

2) 한국판 방어유형 질문지(Korean Defense Style Questionnaire: K-DSQ)

한국판 방어유형 질문지는 Bond 등(1983)이 방어기제를 측정하기 위해 개발한 방어 유형 질문지(DSQ)를 조성호(1999)가 번안하여 제작한 질문지이다. 전체 65문항으로 행동화, 소비, 부정, 공상, 체념, 억제, 반동형성, 수동공격, 투사, 분리, 승화, 취소, 철소, 전능, 유머, 격리의 16가지 방어기제와 적응적 방어유형, 미성숙한 방어유형, 자기 억제적 방어유형, 갈등 회피적 방어유형의 4가지 방어유형을 측정할 수 있다. K-DSQ의 점수는 1점부터 7점(1점=전혀 일치하지 않는다, 4점=중간이다, 7점=매우 일치한다)으로, 점수가 높아질수록 해당 방어기제와 방어유형을 많이 사용하는 것이다. 방어기제와 방어유형 점수의 최솟값은 1점이고 최댓값은 7점으로, 특정 방어기제에 대한 점수는 그 방어기제에 소속된 문항 점수를 평균을 내어 구한다(김은정, 2006). 방어유형도 마찬가지로 방어유형에 소속된 문항 점수를 평균을 내어 구한다. 조성호(1999)의 연구에서 내적 합치도 계수 Cronbach α 는 방어유형별로 .82, .76, .75, .64 였다. 본 연구에서 전체 내적 합치도 계수 Cronbach α 는 방어유형별로 .87, .78, .79, .72로 나타났다.

3. 연구 설계 및 과정

1) 연구 설계

본 연구는 지적장애, 자폐장애, 다운증후군, 시각장애, 뇌병변장애로 진단이나 소견을 받고 장애아동의 어머니들을 대상으로 개별 모래놀이치료를 실시하고, 사전·사후 측정 설계를 구성하였다.

모래놀이치료는 ○○아동 발달센터의 치료실에서 2015년 3월 16일부터 2015년 8월 21일

까지 매주 1회, 45분씩 총 12회기에 걸쳐서 개별 상담으로 실시하였다. 본 연구에서 12회기를 설정한 이유는 모래놀이치료를 실시한 황영선(2007)의 연구에서 총 10회기, 장난이(2010)의 연구에서 총12회기, 김영미(2011)의 연구에서 총 10회기, 이미영(2011)의 연구에서 총12회기의 모래놀이 치료과정을 통해 효과를 검증하였다고 보고하고 있어 이를 바탕으로 결정하였다.

연구 참여자의 동의를 얻어 모래상자 사진 촬영과 상담내용에 대한 기록을 하였다. 노출을 꺼려하고 방어적인 성향을 갖고 있는 장애아동 어머니의 특성상 녹음은 거부하여 실시하지 않았다. 모래놀이치료를 전문으로 하지 않는 기관의 특성상 물모래 및 다양한 모래상자를 사용하지 못하고 마른 모래만을 사용하였다

4. 자료의 처리

1) 자료의 처리

본 연구의 효과를 분석하기 위해 수집된 자료는 SPSS프로그램 21(Statistical Package for Social Science)을 이용하여 처리하였다. 먼저 실험집단과 통제집단의 인구사회학적 특성을 비교하기 위하여 빈도와 백분율을 산출하고, χ^2 검정을 실시하였다. 다음으로 본 연구에서 사용한 설문지의 신뢰도를 검증하기 위하여 Cronbach's 계수를 산출하여 검증하였다.

실험집단과 통제집단간의 사전검사의 동질성을 확인하기 위하여 Mann-Whitney의 U Test를 실시하였고, 실험집단과 통제집단의 사전·사후 간의 변화를 알아보기 위해 Wilcoxon의 부호순위검정(Signed ranks test)을 실시하였다.

III. 연구 결과

1. 모래놀이치료가 장애아동 어머니들의 불안을 감소시키는가?

모래놀이치료가 장애아동 어머니들의 불안을 감소시키는가를 검증하기 위해 실험집단과 통제집단의 사전·사후 검사 점수 차이를 <표 4>에 제시하였다.

실험집단과 통제집단의 사전 검사를 비교한 결과 불안 점수의 수준은 동질한 것으로 확인되었다($Z=-.18, p<.05$). 실험집단과 통제집단의 사전·사후 검사 결과 비교를 통하여 모래놀이치료가 장애아동 어머니들의 불안의 감소에 미치는 효과를 살펴보았다. <표 4>에서 나타난 것처럼, 실험집단의 불안 수준은 모래놀이치료 전($M=7.50$)에 비해 모래놀이치료 후($M=5.33$)가 낮아진 것으로 나타났고, 이는 통계적으로도 유의미한 차이를 보였다($Z=-3.09$,

<표 4> 실험집단과 통제집단의 불안 사전·사후 점수 차이 검증

구 분		실험집단	통제집단	Z
		(n=12)	(n=12)	
		M(SD)	M(SD)	
불안	사전	7.50(2.24)	7.33(2.39)	-.18
	사후	5.33(2.57)	7.50(2.19)	
	Z	-3.09**	.63	

* $p < .05$, ** $p < .01$

$p < .01$). 따라서 모래놀이치료가 장애아동 어머니들의 불안을 감소시켰다고 할 수 있다.

2. 모래놀이치료가 장애아동 어머니들의 적응적 방어유형을 증가시키는가?

모래놀이치료가 장애아동 어머니들의 적응적 방어유형의 사용을 증가시키려는가를 검증하기 위해 실험집단과 통제집단의 사전·사후 검사 점수 차이를 <표 5>에 제시하였다.

<표 5> 실험집단과 통제집단의 적응적 방어유형 사전·사후 점수 차이 검증

구 분		실험집단	통제집단	Z
		(n=12)	(n=12)	
		M(SD)	M(SD)	
적응적 방어유형	사전	44.17(11.97)	37.42(8.54)	-1.60
	사후	56.92(10.21)	40.92(9.02)	
	Z	-3.09**	-1.83	

** $p < .01$, *** $p < .001$

실험집단과 통제집단의 사전 검사를 비교한 결과 적응적 방어유형 점수의 수준은 동질한 것으로 확인되었다($Z = -1.60$, $p < .01$). 실험집단과 통제집단의 사전·사후 검사 결과의 비교를 통하여 모래놀이치료가 장애아동 어머니들이 사용하는 적응적 방어유형의 증가에 미치는 효과를 살펴보았다. <표 5>에서 나타난 것처럼, 실험집단이 사용하는 적응적 방어유형의 수준은 모래놀이치료 전($M = 44.17$)에 비해 모래놀이치료 후($M = 56.92$)가 높아진 것으로 나타났다, 이는 통계적으로도 유의미한 차이를 보였다($Z = -3.09$, $p < .001$). 따라서 모래놀이치료가

장애아동 어머니의 적응적 방어유형의 사용 증가시켰다고 할 수 있다.

3. 모래놀이치료가 장애아동 어머니들의 부적응적 방어유형을 감소시키는가?

모래놀이치료가 장애아동 어머니들의 부적응적 방어유형의 사용을 감소시키는가를 검증하기 위해 실험집단과 통제집단의 사전·사후 검사 점수 차이를 <표 6>에 제시하였다.

<표 6> 실험집단과 통제집단의 부적응적 방어유형 사전·사후 점수 차이 검증

구 분		실험집단	통제집단	Z
		(n=12)	(n=12)	
		M(SD)	M(SD)	
미성숙한 방어유형	사전	87.58(16.66)	95.33(17.00)	-.39
	사후	75.58(13.68)	103.25(15.85)	
	Z	-2.08*	-3.07**	
자기 억제적 방어유형	사전	63.33(8.30)	64.50(8.30)	-.49
	사후	52.67(7.91)	68.92(6.72)	
	Z	-2.60*	-2.81**	
갈등 회피적 방어유형	사전	20.00(5.33)	22.33(8.29)	-.38
	사후	17.67(4.94)	24.00(7.73)	
	Z	-1.50	-2.09	
총 점	사전	170.92(28.14)	182.17(28.83)	-.93
	사후	145.92(24.20)	196.17(24.04)	
	Z	-2.36*	-3.06**	

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

실험집단과 통제집단의 사전 검사를 비교한 결과 부적응적 방어유형 하위 변인인 미성숙한 방어유형, 자기 억제적 방어유형, 갈등 회피적 방어유형과 총점 수준은 동질한 것으로 확인되었다. 실험집단과 통제집단의 사전·사후 검사 결과의 비교를 통하여 모래놀이치료가 장애아동 어머니들의 사용하는 부적응적 방어유형의 감소에 미치는 효과를 살펴보았다. <표 6>에서 나타난 것처럼, 실험집단 장애아동 어머니가 사용하는 미성숙한 방어유형의 수준은 모래놀이치료 전(M=87.58)에 비해 모래놀이치료 후(M=75.58)가 낮아진 것으로 나타났다. 이는 통계적으로도 유의미한 차이를 보였다(Z=-2.08, $p < .05$). 통제집단의 경우 사전

($M=95.33$)에 비해 사후($M=103.25$)가 유의미하게 높아진 것으로 나타났다($Z=-3.07, p<.01$). 따라서 모래놀이치료가 장애아동 어머니의 미성숙한 방어유형의 사용을 감소시켰다고 할 수 있다.

실험집단의 자기 억제적 방어유형의 수준은 모래놀이치료 전($M=63.33$)에 비해 모래놀이치료 후($M=52.67$)가 낮아진 것으로 나타났고 이는 통계적으로도 유의미한 차이를 보였다($Z=-2.60, p<.05$). 통제집단의 경우 사전($M=64.50$)에 비해 사후($M=68.92$)가 유의미하게 높아진 것으로 나타났다($Z=-2.81, p<.01$). 따라서 모래놀이치료가 장애아동 어머니의 자기 억제적 방어유형의 사용을 감소시켰다고 할 수 있다.

실험집단의 갈등 회피적 방어유형의 수준은 모래놀이치료 전($M=20.00$)에 비해 모래놀이치료 후($M=17.67$)가 낮아진 것으로 나타났으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 따라서 모래놀이치료가 장애아동 어머니의 갈등 회피적 방어유형의 사용을 감소시키는데 영향을 미치지 않은 것으로 나타났다.

실험집단의 부적응적 방어유형의 총점은 모래놀이치료 전($M=170.92$)에 비해 모래놀이치료 후($M=145.92$)가 낮아진 것으로 나타났고, 이는 통계적으로도 유의미한 차이를 보였다($Z=-1.89, p<.05$). 통제집단의 경우 사전($M=182.17$)에 비해 사후($M=196.17$)가 유의미하게 높게 나타났다($Z=-3.06, p<.01$). 따라서 모래놀이치료가 장애아동 어머니의 부적응적 방어유형의 사용을 감소시켰다고 할 수 있다. 이를 통해, 모래놀이치료가 장애아동 어머니가 사용하는 부적응적 방어유형의 감소에 효과적인 것을 알 수 있다.

IV. 논의 및 제언

1. 요약 및 논의

본 연구는 모래놀이치료가 장애아동 어머니들의 불안의 감소와 적응적 방어유형사용의 증가, 부적응적 방어유형 사용의 감소에 효과가 있는지 검증하기 위하여 실시하였다.

본 연구는 D시에 위치한 ○○아동발달센터에 내원하고 있는 장애아동의 어머니 24명을 대상으로 실시하였다. 장애아동의 양육으로 인하여 심리적 어려움을 겪고 있어 개별적 상담이 필요하다고 여겨지는 장애아동 어머니들을 센터 기관장과 교사 및 상담자의 추천을 받아 상담을 희망하는 24명을 대상으로 하였다. 24명의 대상자 중 12명을 무작위로 선정하여 실험에 참가하도록 하였다. 실험 대상자들의 회기의 진행은 2015년 3월 16일부터 2015년 8월 21일까지 매주 1회, 45분씩 총 12회기에 걸쳐서 개별 상담을 실시하였고, 나머지 대상자 12명은 실험에 참가하지 않고 사전·사후 검사만을 실시하였다.

실험집단과 통제집단 장애아동 어머니들을 대상으로 실시한 사전·사후 검사 도구는 불안을 알아보는 한국판 성인 행동평가 척도 자기보고용 (Korean version Adult Self Report: ASR) 중 DSM 불안 문제 척도를 사용하였고 방어유형을 알아보는 한국판 방어유형 질문지(Korean Defense Style Questionnaire: K-DSQ) 척도를 사용하였다.

이와 같은 과정을 통해 나타난 본 연구의 결과를 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 모래놀이치료는 장애아동 어머니의 불안을 감소시키는데 효과가 있다. 실험집단의 불안이 모래놀이치료 실시 전과 후가 유의미한 차이가 나타난 반면, 통제집단의 불안은 유의미한 차이를 보이지 않아 집단 간의 차이가 있음을 알 수 있다.

장애아동 어머니들은 자녀가 장애를 갖고 태어난 것이 자신의 잘못이나 영향이 있을 수도 있다는 죄책감을 갖고 있는 경우가 많다. 이와 동시에 양육과정에서 아동을 돌보는 것에 집중하지 않고 자신의 감정을 표현하거나 자아실현을 위해 노력하는 등 스스로 돌보는 것에 대한 죄책감을 느끼기도 한다. 이로 인해 점차 무의식의 안에 있는 자기를 외면하게 되고 의식안의 자기로서만 존재하고 생활하게 된다. 이는 내면의 자기 자신과의 단절로 이어져 고립감, 불안, 우울등과 같은 심리적인 문제를 지니게 되고 자녀와의 관계를 포함한 외부세계와의 관계에서 어려움을 일으키게 된다. Kalf(1966)는 내담자가 모래와 각종 놀이를 매개체로 하는 모래놀이치료를 통하여 자신의 문제를 외현화 함으로써 갈등과 외상을 해결하고 숙련감과 통제감을 발달시켜 갈 수 있다고 하였다. 그리고 모래놀이치료는 놀이 과정에서 내담자가 주로 자신과의 내면적인 대화를 하면서 이루어지게 되어 내담자로 하여금 스스로 자신의 생각과 경험을 파악 할 수 있게 하고, 내담자 활동한 놀이에 대해 이야기를 나눔으로써 치료자와 의사소통을 할 수 있게 한다고 하였다. 또한 모래놀이치료의 과정은 자기치유 과정으로 내담자의 정서를 다루는데 효과적으로 사용될 수 있고 자유로우면서도 한정된 모래상자의 공간 안에서 효과적으로 내적 조화를 이루는 경험을 함으로써 내담자가 스스로 문제를 해결하고 회복할 수 있도록 한다(김태영, 2010). 이러한 모래놀이의 과정을 통해 장애아동 어머니들은 내면의 자기 자신과 만남과 동시에 치료자와의 관계를 통해 스스로 문제를 해결하고 불안을 감소시키게 된다. 이는 모래놀이치료가 ADHD 성인의 불안 감소에 효과가 있다는 김태영(2009)의 연구결과와 일치한다. 또한 모래놀이치료가 시각장애 대학생의 불안을 감소시킨다는 맹주영(2014)의 연구 결과와도 일치한다.

둘째, 모래놀이치료가 장애아동 어머니의 적응적 방어유형의 사용을 증가시키는데 효과가 있다. 실험집단의 적응적 방어유형이 모래놀이치료 후 유의미한 차이가 나타난 반면, 통제집단은 유의미한 차이를 보이지 않아 집단 간의 차이가 있는 것으로 나타났다. 모래놀이치료는 긍정적인 새로운 시각을 얻고 재창조를 위한 에너지를 얻을 수 있으며(Green, 2009), 스스로를 긍정적으로 지각하도록 돕는다. 모래놀이치료에서 경험하는 수용성, 긍정적 에너지, 심리적 안정감은 장애아동 어머니들의 자기수용과 자기통합, 새로운 시각 경험 및 긍정

적 정서경험과 긍정적인 자기인식을 통해 내면을 탐색하도록 돕는다(이승희, 2012). 이러한 과정을 통해 장애아동 어머니들의 적응적 방어유형의 사용이 증가된 것으로 생각된다.

셋째, 모래놀이치료가 장애아동 어머니의 부적응적 방어유형의 사용을 감소시키는데 효과가 있다. 실험집단의 부적응적 방어유형이 모래놀이치료 후 유의미하게 감소된 것으로 나타난 반면, 통제집단은 유의미하게 증가된 것으로 나타나 집단 간의 차이가 있는 것으로 나타났다. 부적응적 방어유형의 하위요인을 살펴보면, 모래놀이치료는 장애아동 어머니의 미성숙한 방어유형을 감소시키는데 효과가 있는 것으로 나타났다. 실험집단의 미성숙한 방어유형의 수준은 모래놀이치료 전에 비해 모래놀이치료 후가 통계적으로 유의미하게 낮아진 반면, 통제집단의 경우 모래놀이치료 전에 비해 모래놀이치료 후가 통계적으로 유의미하게 높아진 것으로 나타났다. 다음으로 모래놀이치료는 장애아동 어머니의 자기 억제적 방어유형을 감소시키는데 효과가 있다. 실험집단의 자기 억제적 방어유형의 수준은 모래놀이치료 전에 비해 모래놀이치료 후가 낮아졌으며 이는 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 반면 통제집단의 경우 모래놀이치료 전에 비해 모래놀이치료 후가 유의미하게 높아진 것으로 나타났다. 마지막으로 모래놀이치료는 장애아동 어머니의 갈등 회피적 방어유형의 감소에 효과가 나타나지 않았다. 실험집단의 갈등 회피적 방어유형은 모래놀이치료 전에 비해 모래놀이치료 후가 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 통제집단도 유의미한 차이를 보이지 않았다. 이는 모래놀이치료를 통하여 장애아동 어머니가 내적으로 미성숙한 자아를 인식하고 스스로를 양육하는 과정을 통하여 미성숙한 방어유형의 사용이 감소된 것으로 생각된다. 또한, 모래놀이치료를 통해 이전보다 자신의 감정을 자유롭게 표현하게 됨으로써 자기 억제적 방어유형의 사용의 감소에 영향을 미친 것으로 생각된다. 반면 짧은 회기의 진행으로 인하여 장애아동 어머니가 자신이 갖고 있는 어려움을 직접 마주하고 대응하는 것에는 한계가 있어 갈등 회피적 방어유형은 변화가 나타나지 않은 것으로 보인다.

이상의 연구결과로 모래놀이치료가 장애아동 어머니의 불안을 감소시키고, 적응적 방어유형을 증가시키는 반면 부적응적 방어유형을 감소시키는데 긍정적인 효과가 있음을 검증하였다.

장애아동 어머니들을 대상으로 한 치료에 관한 선행연구들이 주로 집단 상담이나 교육프로그램으로 이루어졌지만, 본 연구에서는 장애아동 어머니를 대상으로 개별 모래놀이치료로 접근하였다. 이를 통해 자녀가 아닌 장애아동 어머니 자신에 집중할 수 있는 기회를 제공하였다. 또한, 여러 선행연구에서는 주로 장애아동 어머니와 아동과의 관계나 그에 영향을 미치는 요인들에 대한 접근으로 이뤄진 반면 본 연구에서는 장애아동 어머니들의 각 개인의 심리적인 부분에 초점을 맞추고, 내적인 성장을 추구하는 것을 목적으로 이루어 졌다. 특히, 장애아동 어머니의 방어유형의 변화에 대한 상담이나 치료적인 접근을 한 연구는 찾

아보기 어렵다.

본 연구에서는 모래놀이치료를 통해 장애아동 어머니가 겪는 심리적인 어려움뿐만 아니라 일상생활과 아동의 양육태도에 많은 영향을 주는 방어유형의 변화를 살펴보았다는데 의의가 있다.

2. 연구의 제한점 및 제언

본 연구의 제한점을 바탕으로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 모래놀이치료가 짧은 기간 동안 진행하여도 효과가 나타나기도 하지만, 그 효과가 지속되고 일상생활에까지 영향을 주기까지는 긴 시간이 필요하다. 환경적인 제한으로 12회기로 설정하였지만, 긴 시간동안 진행하여 대상자들의 내적인 변화뿐 아니라 일상에서의 변화까지 살펴볼 필요가 있다.

둘째, 장애아동 어머니의 방어기제를 다루는 상담이나 치료적 접근에 대한 선행연구 자료와 정보가 부족하여 본 연구에서 장애아동 어머니의 방어기제 유형에 대하여 더 깊이 이해하고 살펴보는데 한계점이 있다. 또한 방어기제 유형뿐 아니라 각 유형의 하위 항목과 모래놀이치료와의 관계에 대해 고찰해 볼 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 다양한 장애를 갖고 있는 아동의 어머니 12명을 대상으로 개별 모래놀이치료를 실시하였다. 하지만, 장애의 종류에 따른 특성은 장애아동 어머니의 심리적인 어려움과 양육태도에 영향을 주고, 이는 다시 연구결과에 영향을 미치게 되므로 자녀의 장애에 따른 특성을 고려하여 동일한 장애를 갖고 있는 아동의 어머니를 연구대상자로 선정하여 연구할 필요가 있다.

넷째, 본 연구는 D시의 한 기관에 내원하는 장애아동의 어머니들을 대상으로 모래놀이치료를 실시하였다. 연구의 표본 대상이 한 지역의 한 기관에 내원하는 어머니들로 국한되어 있으므로 일반화하는데 한계가 있다. 다양한 지역과 기관의 장애아동 어머니들을 대상으로 확대하여 연구할 필요가 있다.

참고문헌

- 계은주 (2001). 특성불안과 우울수준에 따른 자아방어기제 사용. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김광웅 (2007). 현대인의 정신건강. 서울: 시그마프레스.
- 김민영, 김영아, 이진, 김혜진, 오경자 (2014). 한국판 ASR(성인행동평가척도 자기보고용)의

- 타당화 연구. 한국심리학회지: 임상, 33(3), 615-632.
- 김선영 (2012). 모래놀이치료가 상담기관에 내원한 아동부모의 스트레스 및 스트레스 관련 뇌파수치에 미치는 효과. 상징과 모래놀이치료, 3(2), 25-36.
- 김유미 (2012). 장애아동 어머니의 초기 대상관계 유형이 양육태도 및 양육효능감에 미치는 영향. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 김영미 (2011). 자녀가 상담을 받고 있는 부모의 양육스트레스와 타액 코티졸에 미치는 모래놀이치료 효과. 아동학회지, 33(3), 83-97.
- 김일화 (2009). 장애아동 어머니의 방어유형과 사회적 바람직성이 양육태도에 미치는 영향. 재활과학연구, 27(1), 65-76.
- 김은숙 (1990). 스트레스와 사회적 지지에 대한 일 연구. 자폐아어머니와 정상아어머니를 중심으로. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김은정 (2006). 어머니의 방어유형에 따른 자녀의 문제행동 평가. 숙명여자대학교대학원 석사학위논문.
- 김태영 (2010). 모래놀이치료가 ADHD 성인의 우울 및 불안에 미치는 효과. 상징과 모래놀이치료, 1(1), 15-40.
- 맹주영 (2014). 모래놀이치료가 시각장애 대학생의 불안과 자아 존중감 및 사회성에 미치는 효과. 상징과 모래놀이치료, 5(1), 27-44.
- 박선희 (2008). 모래상자놀이가 발달장애 아동 어머니의 양육스트레스에 미치는 효과. 대구대학교 재활과학대학원 석사학위논문.
- 박진숙 (2012). 집단모래상자놀이가 장애아동어머니의 양육스트레스에 미치는 효과. 대구대학교 재활과학대학원 석사학위논문.
- 윤세은 (2012). 자폐스펙트럼장애 자녀를 둔 어머니의 정신건강 영향요인. 상명대학교 대학원 석사학위논문.
- 이근매 (2011). 부모상담. 한국미술치료학회 제104회 미술치료 연수회 자료집, 102-121.
- 이미영 (2011). 모래놀이치료가 가정폭력 피해여성의 외상후 스트레스 장애와 뇌파에 미치는 효과. 남서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 이승희 (2012). 모래놀이치료가 대학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향. 상징과 모래놀이치료, 3(2), 1-23.
- 장난이 (2010). 모래놀이치료가 ADHD 성인의 우울과 자아존중감 및 대인관계에 미치는 효과. 상징과 모래놀이치료, 1(1), 61.-82.
- 장미경, 이미애, 이상희, 채경선, 홍은주 (2011). 모래놀이치료 수퍼비전. 경기: 한국임상모래놀이치료학회.
- 조성호 (1999). 한국판 방어유형질문지 타당화 연구. 한국심리학회지: 상담과 심리치유, 11(2),

115-137.

조은희 (2012). 장애 자녀 어머니의 방어기제 군집 유형에 따른 양육 스트레스와 양육 태도의 차이. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.

한지은 (1992). 어머니의 양육태도와 자아방어기제와의 관계. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.

황영선 (2007). 우울성향의 중년 여성 사례에서 모래놀이치료의 활용. 한국놀이치료학회지, 10(4), 81-95.

Achenbach, T. M., & Rescorla, L. A. (2003). *Manual for the ASEBA Adult Forms & Profiles*. Burlington, VT: University of Vermont Research Center for Children, Youth, & Family.

Folkman, L. S., & Lazarus, R. S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer.

Green, E. J. (2009). *Jungian Analytical Play Therapy*. In O'Connor, K. J. & Braverman, L. D. (2009), *Theory and Practice of Play Therapy*, 83-121. New York: John Wiley & Sons.

Kalff, D. (1966). The archetype as a healing factor. *Psychologia*, 9, 177-184.

Sekiya, H., Sato, A., Sakai, Y., Naka, Y., Suzuki, K., Kashima, H., & Mimura, M. (2012). Object relations in adolescence: A comparison of normal and inpatient adolescents. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 66(4), 270-275.

Singer, L., & Farkas, K. J. (1989). The impact of infant disability on maternal perception of stress. *Family Relations*, 38(4), 444-449.

투고일 : 2016. 04. 30
수정일 : 2016. 06. 21
게재확정일 : 2016. 06. 25