

모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의
내면화된 수치심과 자기표현에 미치는 효과
**The Effects of Sand Play Therapy on Internalized Shame and
Self-expression of Children of Alcoholics**

나 경 희*
Na, Gyoung hee

장 미 경**
Mikyung Jang

<Abstract>

The study investigated how the sand play therapy reduces the internalized shame, which the children of alcoholics would have inside, but improves the children's self-expression. The children of alcoholics are understood to feel several emotions as anxiety, depression, low self-esteem, shame and anger. They generally try not to expose their problems caused by alcohol and other dysfunctions of their families as they either go silent with those problems or pretend that they do not have the problems at all from the beginning. Because of that, however, the children of alcoholics come to have a hard time with building up close relationships with others. In that regard, the study looked into how the sand play therapy could reduce the internalized shame of those children of alcoholics but improve their self-expression which would eventually help the children to be healthy both psychologically and socially. What the study has learned during the therapy is summarized as follows. First, the sand play therapy turned out to be efficient in reducing the internalized shame of the children of alcoholics. Second, the sand play therapy improved the self-expression of the children of alcoholics.

Keywords : sandplay therapy, internalized shame, self-expression, children of alcoholics

* 공감놀이발달센터, 놀이치료사 (gyoungheena@gmail.com)

** 남서울대학교 아동복지학과 교수 (jangmiky@hotmail.com)

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

알코올중독은 만성적이고 재발이 빈번한 성인의 주요 정신건강문제 중 하나로, 알코올중독자 자신의 신체적, 정신적, 사회적인 손상뿐만 아니라 중독자가 속해 있는 전체 가족에도 부정적 영향을 미치고 있어 최근에는 개인의 질병이 아닌 ‘가족병’으로 보는 견해가 일반적이다. 이는 가족이라는 집합체는 서로 고립되거나 분리되어 존재하는 것이 아니라 가족을 구성하고 있는 개체들이 서로 상호관계를 맺으면서 영향을 주고받기 때문이다(박현선, 이상균, 제갈정, 2001).

여기에서 특별히 주목할 점은 가족 내 알코올중독자로 인해 가장 직접적이고 치명적인 영향을 받고 있는 대상이 알코올중독자 가정의 아동기 자녀들이라는 점이다. 이들은 알코올중독 부모로부터 신체적·언어적·성적학대 등의 가정폭력에 노출되어 있다. 비알코올중독자 자녀들과 비교할 때, 자존감이 낮고, 부모의 알코올문제가 자신 때문이라는 죄의식, 예측할 수 없는 부모의 태도와 일관성 없는 행동 등으로 인한 긴장과 불안, 우울 등의 증세를 가지고 있으며(손영균, 1993), 수치심, 죄책감, 좌절감, 자기비하 등의 부정적 정서로 자존감이 저하되어 정신건강문제에 영향을 미치고 있다(민은정, 2000; 이재령, 1995; 황혜순, 1998; Green, 2001; Workman & Beer, 1992). 또한 이들은 가족 내 알코올중독의 문제를 노출하지 않으려는 행동을 보인다. 이로 인해 타인과 관계를 맺어 가는데 있어 불안감을 가지거나 억눌러 놓은 감정을 공격적인 행동으로 표현하고 있어 대인관계와 사회성에 어려움을 가지고 있는 것으로 파악되고 있다(최승희 1996).

또한 이들 부모의 알코올중독으로 인한 역할 모델의 부재로 인하여 미약한 정체성 발달과 함께 갈등의 해결방법으로 술을 선택함으로써 알코올중독자 자녀는 정상 아동보다 3-5배 이상 알코올중독자로 되는 높은 위험집단에 놓여있다(장수미, 1992).

이와 같은 이유로 알코올중독자 자녀에 대한 연구나 치료가 매우 필요함에도 불구하고, 알코올중독자 자녀들의 특성에 대해서는 많은 연구와 관심을 기울이기는 하였으나 정작 이들을 대상으로 하는 전문적인 개입과 치료는 다른 분야에 비해 상대적으로 뒤쳐져 있는 것이 사실이다(최승희, 2002).

따라서 본 연구에서는 알코올중독자 자녀를 일차적인 개입의 대상으로 삼았으며, 그 중 아동기 자녀들을 주목했다.

알코올중독자 가정의 자녀들은 비알코올중독자 가정의 자녀들보다 불안과 우울, 낮은 자존감, 수치심, 분노 등의 심리적 어려움을 더 많이 경험하고 있지만 가족 내 역기능적인 특성들로 인해 낮은 자기표현으로 부정적인 정서들이 표출되지 못하고 내면에 억압되어 있

다. 따라서 가족 내 음주문제가 외부에 노출되는 것에 대한 두려움을 가지고 있는 알코올 중독자 자녀들에게 모래놀이치료적 접근을 시도하고자 한다. 특히 개별모래놀이치료는, 집단상담에서 경험하기 어려운 치료자와의 신뢰로운 관계를 형성함으로써, 모래상자라는 자유롭고 보호된 공간 안에서 개인의 생각과 감정을 자유롭게 표현할 수 있도록 도와준다. 또한 모래놀이치료는 피겨의 상징적인 사용으로 자신의 감정을 표현할 수 있고 모래상자 안에 창조된 세계를 통해 내면의 고통에 직면하고 이를 타인에게 직접적으로 나타내 보이지 않음으로써 안전함을 느끼며 자신의 문제를 표현해 낼 수 있다(김경희, 2005). 따라서 심리적 저항을 느낄 수 있는 알코올중독자 자녀의 치료에 효과적일 수 있다.

이에 본 연구에서는 알코올중독자 자녀를 대상으로 모래놀이치료를 실시하여 내담자들의 내면화된 수치심을 감소시키고 자기표현을 증진시킬 수 있는지 알아보하고자 한다. 이와 같은 목적을 달성하기 위하여 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

2. 연구문제

본 연구는 알코올중독자 자녀를 대상으로 모래놀이치료를 실시하여 내면화된 수치심과 자기표현의 변화에 효과가 있는지 알아보하고자 하였다. 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

1. 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 내면화된 수치심을 감소시킬 수 있는가?
2. 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 자기표현을 증진시킬 수 있는가?

II. 연구방법

1. 연구대상자

1) 연구대상자 선정 및 모집절차

본 연구는 충청남도 C시에 위치한 지역아동센터에 다니고 있는 알코올중독자 자녀를 대상으로 진행되었다. 연구 참가자의 모집을 위해 3주간 모집공고를 통해 프로그램의 취지와 효과, 기간, 장소 등에 대해 알리고 대상자를 모집하였다. 모집된 대상자에게 한국어판 알코올중독자 자녀 선별검사(CAST-K)를 실시하여 점수가 총 30점 중 13점 이상인 아동들을 선별하였다. 그 중 A지역아동센터와 B지역아동센터에 다니는 아동들 중 상담에 참여하기를 희망하고 논문에 동의한 대상을 실험집단, 상담에 참여할 의사는 없으나 논문에 동의한 대상을 통제집단으로 선정하였다. 본 연구에서의 실험집단과 통제집단 인원은 각각 15명, 총

30명으로 구성하였다.

2) 연구대상자의 인적사항

연구대상 실험집단과 통제집단 각 15명 아동과 부모의 일반적 특성은 표 3-1과 같다. 성별은 실험집단과 통제집단 모두 남학생이 9명(60.0%), 여학생이 6명(40.0%)으로 구성되었고, 나이는 실험집단은 10세가 2명(13.3%), 11세 6명(40.0%), 12세 5명(33.3%), 13세 2명(13.3%)이

표 3-1. 연구대상자의 특성

구분		실험집단	통제집단	X ²
		(n=15) n(%)	(n=15) n(%)	
성별	남	9(60.0)	9(60.0)	.000
	여	6(40.0)	6(40.0)	
나이	10세	2(13.3)	3(20.0)	.29
	11세	6(40.0)	5(33.3)	
	12세	5(33.3)	5(33.3)	
	13세	2(13.3)	2(13.3)	
출생순위	외동	2(13.3)	4(26.7)	1.58
	첫째	7(46.7)	4(26.7)	
	둘째	5(33.3)	6(40.0)	
	셋째	1(6.7)	1(6.7)	
학업 성적	상	0(0)	1(6.7)	1.09
	중	9(60.0)	9(60.0)	
	하	6(40.0)	5(33.3)	
부모 동거	부모	13(86.7)	12(80.0)	.37
	모	1(6.7)	2(13.3)	
	부	1(6.7)	1(6.7)	
부학력	중졸	0(0)	1(6.7)	1.07
	고졸	7(46.7)	7(46.7)	
	대졸	8(53.3)	7(46.7)	
모학력	중졸	0(0)	1(6.7)	1.32
	고졸	9(60.0)	7(46.7)	
	대졸	6(40.0)	7(46.7)	

있고, 통제집단은 10세가 3명(20.0%), 11세 5명(33.3%), 12세 5명(33.3%), 13세 2명(13.3%)으로 구성되었다. 출생순위는 실험집단은 외동이 2명(13.3%), 첫째 7명(46.7%), 둘째 5명(33.3%), 셋째 1명(6.7%)이었고, 통제집단 외동이 4명(26.7%), 첫째 4명(26.7%), 둘째 6명(40.0%), 셋째 1명(6.7%)으로 구성되었다.

학업성적은 실험집단은 중위권이 9명(60.0%), 하위권이 6명(40.0%)이었고, 통제집단은 상위권 1명(6.7%), 중위권이 9명(60.0%), 하위권이 5명(33.3%)으로 구성되었다.

부모동거 형태는 실험집단은 13명(86.7%), 통제집단은 12명(80.0%)이 부모와 함께 동거하고 있었고, 한부모 아동이 실험집단은 2명(13.3%), 통제집단은 3명(20.0%)으로 각각 나타났다. 아버지의 학력은 실험집단은 고졸이 7명(46.7%), 대졸 8명(53.3%)이었고, 통제집단은 중졸이 1명(6.7%), 고졸 7명(46.7%), 대졸 7명(46.7%)으로 나타났다. 어머니의 학력은 실험집단은 고졸이 9명(60.0%), 대졸 6명(40.0%)이었고, 통제집단은 중졸이 1명(6.7%), 고졸 7명(46.7%), 대졸 7명(46.7%)으로 구성되었다.

실험집단과 통제집단 아동들의 성별, 나이, 출생순위, 학업성적, 부모동거형태, 부모의 학력 등의 특성 모두 집단간에 유의미한 차이는 나타나지 않아, 두 집단은 연구대상자의 특성은 동질하게 구성되었음을 알 수 있다.

2. 측정도구

1) 한국어판 알코올중독자 자녀 선별검사(CAST-K)

Jones(1981)가 개발하고 김미례, 장환일, 김정빈(1995)이 한국의 실정에 맞게 보완한 한국형 알코올중독자 자녀선별검사는 부모의 음주에 대한 자녀의 지각, 경험, 반응을 평가함으로써 적어도 한 명의 알코올중독자 부모와 살고 있는 자녀를 선별하기 위해 고안된 30문항의 자가 보고식 검사이다.

이 검사는 부모의 음주와 관련된 심리적 고통, 부모의 음주와 관련된 가정불화에 대한 지각, 부모의 음주를 조절하려는 시도, 알코올중독으로부터 달아나려는 노력, 음주와 관련된 가정 내 폭력 노출, 부모를 알코올중독자로 지각하는 경향 및 전문적인 상담을 받고 싶은 소망을 측정하는 문항들로 구성되어 있으며, 각각의 문항에 대해 예, 아니오로 답하도록 구성되어 있다. 점수범위는 최저 0점에서 최고 30점이며, 1문항에 1점씩 총 30점 이상이면 알코올중독자의 자녀로 판별한다.

본 연구에서 실험집단과 통제집단 아동들의 CAST-K 점수를 비교한 결과는 표 3-2에서와 같이, 실험집단(M = 14.13)과 통제집단(M = 14.07) 간에 유의미한 차이는 나타나지 않았다. 따라서 두 집단은 CAST-K 수준이 동질함을 알 수 있다.

표 3-2. 실험집단과 통제집단 아동들의 CAST-K 점수 비교

구 분	실험집단	통제집단	t
	(n=15)	(n=15)	
	M(SD)	M(SD)	
CAST-K 점수	14.13(.92)	14.07(.59)	-.24

2) 내면화된 수치심 척도(Internalized Shame Scale: ISS)

본 연구에서는 Cook(1987)이 개발한 내면화된 수치심 척도를 이인숙, 최해림(2005)이 타당화한 것을 사용하였다. 내면화된 수치심 척도는 수치심을 측정하는 24개 문항과 6개 문항의 자존감 척도로 구성되어 있다. 이인숙, 최해림은 Cook의 ISS에 대한 요인분석 결과 4개 요인 구조를 확인하였으며, 이를 각각 부적절감, 공허, 자기차별, 실수불안의 4가지 영역으로 나누었다.

부적절감 영역은 자기 자신에 대해 평가절하하고, 타인 역시 자신을 무시하고 알볼 것이라고 생각하며 소외감을 느끼는 특성을 포함한다. 공허감 영역은 내적으로 채워지지 않은 느낌과 자신의 신체와 감정에 대한 통제감을 잃은 것처럼 느끼는 특성을 나타내며, 자기차별 영역은 완벽을 추구하지만 부족함을 느끼고, 고통스러운 사건에 대해 반추하고, 타인에게 과도하게 노출 되었다고 느낄 때 자신의 존재감을 없애고 싶어하거나 실수 시에 자신을 공격하고자하는 특성을 나타낸다. 실수불안 영역은 타인의 평가를 두려워하며, 자신의 결점이 타인에게 노출되는 것을 두려워하는 특성을 포함한다.

내면화된 수치심의 전체 척도는 ‘그런 경우가 없다(0)’에서 ‘거의 항상 그렇다(4)’까지 5점 척도로 평정하도록 되어 있으며, 수치심 점수는 자존감 문항을 제외한 24문항의 합계로 측정된다. Cook의 연구에서 보고한 검사의 신뢰도는 Cronbach's α 로 임상집단이 .96, 비 임상집단이 .95, 검사-재검사 신뢰도는 .84였으며, 이인숙, 최해림의 연구에서는 .93의 내적 일치도를 나타냈다.

표 3-3. 내면화된 수치심의 하위변인 문항구성과 신뢰도

하위변인	문항수	문항번호	Cronbach's α
부적절감	10	1, 2, 3, 5, 7, 8, 10, 11, 12, 24	.81
공 허	5	23, 26, 27, 29, 30	.74
자기차별	5	15, 17, 20, 22, 25	.55
실수불안	4	6, 13, 16, 19	.62
전체	24		.87

본 연구에서 얻어진 내적 신뢰도 Cronbach's α 계수는 0.87로 나타났다. 하위변인 문항구성과 신뢰도는 표 3-3과 같다.

3) 자기표현행동 척도

자기표현행동 척도는 김성희(1990)가 개발하여 사용한 도구(100문항)로 5점 Likert척도로 행동적 자기표현척도(25문항), 인지적 자기표현척도(25문항), 정서적 자기표현척도(25문항), 전반적 자기표현척도(25문항)의 네 가지 하위척도로 구성되어 있으며, 긍정문과 부정문이 혼합되어 있다.

행동적 자기표현척도는 자기표현행동의 방법을 알고 있는 정도를 측정하기 위해 진술된 문항이며, 인지적 자기표현척도는 자기표현행동을 방해하는 비합리적 사고의 정도를 측정하기 위해 진술된 문항이다. 그리고 정서적 자기표현척도는 자기표현행동을 방해하는 불안의 정도를 측정하기 위해 진술된 문항으로 구성되었다. 전반적 자기표현척도는 실제로 자기표현행동을 하는 정도를 측정하기 위해 진술된 문항으로 구성되었다. 본 척도는 행동적 자기표현척도, 인지적 자기표현척도, 정서적 자기표현척도에서 높은 점수를 받으면 비자기표현행동의 행동적 원인, 인지적 원인, 정서적 원인이 그만큼 적다는 것을 의미하며, 전반적 자기표현척도에서 높은 점수를 받으면 그만큼 실제로 자기표현을 더 잘한다는 것을 의미한다.

점수 산출 방법은 김성희(1990)의 논문에서 언급한 내용을 바탕으로 계산하였다. 우선 100문항, 네 개의 하위척도를 각각 25문항으로 구분한 다음 긍정문과 부정문으로 다시 분리하여 계산한다. 긍정문일 경우 거의불일치 1점, 대체로 불일치 2점, 반 정도 일치 3점, 대체로 일치 4점, 거의 일치 5점이며, 부정문일 경우 거의 일치 1점, 대체로 일치 2점, 반 정도 일치 3점, 대체로 불일치 4점, 거의 불일치 5점으로 계산한다. 그 후 네 개의 하위척도를 모두 합하여 전체 점수를 산출할 수 있다.

본 연구에서 얻어진 내적 신뢰도 Cronbach's α 계수는 0.96로 나타났다. 하위변인의 문항구성과 신뢰도는 표 3-4와 같다.

표 3-4. 자기표현행동 하위변인의 문항구성과 신뢰도

하위변인	문항수	문항번호	Cronbach's α
행동적 자기표현	25	1~25	.90
인지적 자기표현	25	26~50	.88
정서적 자기표현	25	51~75	.85
전반적 자기표현	25	56~100	.90
전체	100		.96

3. 연구절차

1) 사전검사

프로그램 실시 전 실험·통제집단에게 한국어판 알코올중독자 자녀 선별검사, 내면화된 수치심, 자기표현행동 척도의 사전 검사를 실시하였다.

2) 모래놀이치료 실시

모래놀이치료는 2012년 11월부터 2013년 3월까지 실험집단의 연구대상자에게 개별적으로 주 1회 45분씩 총 12회기를 실시하였다. 모래놀이치료 프로그램은 모래놀이치료사 2명이 개별상담을 실시하였다. 대상자가 모래상자를 만들면서 보이는 행동이나 이야기들을 관찰 지에 기록하였고 대상자에게 상담 장면에 대한 녹화와 사진촬영에 대하여 사전 설명 후 동의서를 작성하였다.

모래놀이치료를 12회기로 국한한 이유는 장난이(2010), 오승희(2011)의 연구에서도 총 12회기의 모래놀이치료과정을 통해 효과가 있음이 입증되었고, 이후 상담을 원하는 대상자의 경우 상담을 지속하도록 하였다.

3) 사후검사

프로그램 실시 후 사전검사와 동일하게 실험집단에게 내면화된 수치심, 자기표현행동 척도의 사후검사를 실시하였다.

4. 자료처리

본 연구를 위해 수집된 검사자료는 SPSS 18.0 통계 프로그램을 활용하여 다음과 같이 분석하였다.

먼저 실험집단과 통제집단 아동들의 일반적 특성을 비교하기 위해 빈도와 백분율을 산출하고, χ^2 -검정을 실시하였다.

다음으로 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 내면화된 수치심과 자기표현에 미치는 효과를 알아보기 위해 사전 검사 결과를 공변인으로 통제하여 사후 검사에 대한 공변량분석(ANCOVA)을 실시하였다.

IV. 결과 및 해석

1. 연구문제의 검증

1) 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 내면화된 수치심 감소에 미치는 효과

모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 내면화된 수치심을 감소시킬 수 있는지에 대한 연구문제 1을 검증하고자 사전과 사후의 검사 결과를 제시하고 공변량분석을 실시한 결과는 표 4-1과 표 4-2와 같다.

먼저 부적절감 수준은 실험집단은 모래놀이치료 전(M=23.20, SD=6.62)에 비해 모래놀이치료 후(M = 16.73)에 감소하였으나, 통제집단은 사전(M=21.00, SD=5.40)과 사후(M=21.47, SD=4.22)에 거의 변화를 보이지 않았다. 두 집단의 사전 부적절감 검사 결과를 공변인으로 처리하여 사후 검사에 대한 공변량분석을 실시한 결과는 표 4-2에 제시된 바와 같이, 집단 간에 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다($F = 77.98, p < .001$). 따라서 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 부적절감을 감소시켰다고 할 수 있다.

아동의 공허감 수준은 실험집단은 모래놀이치료 전(M=9.07, SD=4.17)에 비해 모래놀이치료 후(M = 6.33)에 감소하였으나, 통제집단은 사전(M=9.00, SD=3.14)과 사후(M=9.33, SD=3.22)에 거의 변화를 보이지 않았다. 두 집단의 사전 공허감 검사 결과를 공변인으로 처리하여 사후 검사에 대한 공변량분석을 실시한 결과는 표 4-2에 제시된 바와 같이, 집단

표 4-1. 실험집단과 통제집단의 내면화된 수치심의 점수 평균과 표준편차

구 분	n	사전	사후
		M(SD)	M(SD)
부적절감	실험집단	23.20(6.62)	16.73(6.13)
	통제집단	21.00(5.40)	21.47(4.22)
공 허	실험집단	9.07(4.17)	6.33(3.62)
	통제집단	9.00(3.14)	9.33(3.22)
자기처벌	실험집단	9.93(3.47)	7.00(2.83)
	통제집단	9.07(2.71)	9.00(2.33)
실수불안	실험집단	11.73(1.98)	9.33(2.69)
	통제집단	10.87(1.73)	10.53(1.85)
총 점	실험집단	53.93(12.13)	39.40(11.93)
	통제집단	49.93(9.87)	50.33(7.87)

표 4-2. 내면화된 수치심에 대한 집단간 공변량분석 결과

구 분	변량원	제곱합	df	평균제곱	F
부적절감	공변인(사전)	670.24	1	670.24	170.04 ^{***}
	집단간	307.39	1	307.39	77.98 ^{***}
	오차	106.43	27	3.94	
	합계	11889.00	30		
	수정 합계	944.70	29		
공 허	공변인(사전)	290.52	1	290.52	205.60 ^{***}
	집단간	70.14	1	70.14	49.64 ^{***}
	오차	38.15	27	1.41	
	합계	2237.00	30		
	수정 합계	396.17	29		
자기처벌	공변인(사전)	159.14	1	159.14	148.86 ^{***}
	집단간	52.11	1	52.11	48.75 ^{***}
	오차	28.86	27	1.07	
	합계	2138.00	30		
	수정 합계	218.00	29		
실수불안	공변인(사전)	37.74	1	37.74	9.15 ^{**}
	집단간	21.49	1	21.49	5.21 [*]
	오차	111.33	27	4.12	
	합계	3120.00	30		
	수정 합계	159.87	29		
총 점	공변인(사전)	2581.04	1	2581.04	250.77 ^{***}
	집단간	1503.85	1	1503.85	146.11 ^{***}
	오차	277.89	27	10.29	
	합계	64146.00	30		
	수정 합계	3755.47	29		

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

간에 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다($F = 49.64, p < .001$). 따라서 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 공허감을 감소시켰다고 할 수 있다.

아동의 자기처벌 수준은 실험집단은 모래놀이치료 전($M=9.93, SD=3.47$)에 비해 모래놀이

치료 후($M=7.00$, $SD=2.83$)에 감소하였으나, 통제집단은 사전($M=9.07$, $SD=2.71$)과 사후($M=9.00$, $SD=2.33$)에 거의 변화를 보이지 않았으며, 공변량분석 결과, 통계적으로 유의한 차이를 보이는 것으로 나타났다($F = 48.75$, $p < .001$). 따라서 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 자기처벌에 대한 감정을 감소시켰다고 할 수 있다.

아동의 실수 불안 수준은 실험집단은 모래놀이치료 전($M=11.73$, $SD=1.98$)에 비해 모래놀이치료 후($M=9.33$, $SD=2.69$)에 감소하였으나, 통제집단은 사전($M=10.87$, $SD=1.73$)과 사후($M=10.53$, $SD=1.85$)에 거의 변화를 보이지 않았으며, 공변량분석 결과, 집단간에 통계적으로 유의미한 차이를 보였다($F = 5.21$, $p < .05$). 따라서 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 실수에 대한 불안감을 감소시켰다고 할 수 있다.

내면화된 수치심 총점은 실험집단은 모래놀이치료 전($M=53.93$, $SD=12.13$)에 비해 모래놀이치료 후($M=39.40$, $SD=11.93$)에 감소하였으나, 통제집단은 사전($M=49.93$, $SD=9.87$)과 사후($M=50.33$, $SD=7.87$)에 거의 변화를 보이지 않았으며, 공변량분석 결과, 집단간에 통계적으로 유의미한 차이를 보이는 것으로 나타났다($F = 146.11$, $p < .05$).

이와 같은 결과를 종합해 보면, 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 부적절감, 공허감, 자기처벌, 실수불안 등의 내면화된 수치심을 감소시키는데 효과적인 것을 알 수 있다.

2) 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 자기표현 증진에 미치는 효과

모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 자기표현을 증진시킬 수 있는 지에 대한 연구문제 2를 검증하고자 사전과 사후의 검사 결과를 제시하고 공변량분석을 실시한 결과는 표 4-3과 표 4-4와 같다.

아동의 행동적 자기표현 수준은 실험집단은 모래놀이치료 전($M=62.00$, $SD=12.02$)에 비해 모래놀이치료 후($M=80.47$, $SD=14.72$)에 향상되었고, 통제집단 역시 사전($M = 64.80$, $SD=11.21$)에 비해 사후($M=65.13$, $SD=10.47$)에 향상된 것으로 나타났다. 두 집단의 사전 행동적 자기표현 결과를 공변인으로 처리하여 사후 검사에 대한 공변량분석을 실시한 결과는 표 4-4에서 보이듯 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다($F = 40.97$, $p < .001$). 따라서 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 행동적 자기표현을 증진시켰다고 할 수 있다.

아동의 인지적 자기표현 수준은 실험집단은 모래놀이치료 전($M=62.80$, $SD=11.77$)에 비해 모래놀이치료 후($M=78.00$, $SD=12.15$)에 향상되었으나, 통제집단 역시 사전($M=63.87$, $SD=10.87$)에 비해 사후($M=62.00$, $SD=10.06$)에 감소된 것으로 나타났다. 두 집단의 사전 인지적 자기표현 결과를 공변인으로 처리하여 사후 검사에 대한 공변량분석을 실시한 결과는 표 4-4에서 보이듯 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다($F = 74.94$, $p < .001$). 따라서 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 인지적 자기표현을 증진시켰다고 할 수

표 4-3. 실험집단과 통제집단의 사후 자기표현행동의 변화

구 분	n	사전	사후	
		M(SD)	M(SD)	
행동적 자기표현	실험집단	15	62.00(12.02)	80.47(14.72)
	통제집단	15	64.80(11.21)	65.13(10.47)
인지적 자기표현	실험집단	15	62.80(11.77)	78.00(12.15)
	통제집단	15	63.87(10.87)	62.00(10.06)
정서적 자기표현	실험집단	15	66.53(10.21)	78.27(11.99)
	통제집단	15	66.33(8.95)	66.73(8.88)
전반적 자기표현	실험집단	15	64.33(12.52)	80.33(15.41)
	통제집단	15	67.13(11.72)	68.07(10.54)
전체	실험집단	15	255.67(40.04)	317.07(48.78)
	통제집단	15	262.13(31.40)	261.93(31.03)

있다.

아동의 정서적 자기표현 수준은 실험집단은 모래놀이치료 전(M=66.53, SD=10.21)에 비해 모래놀이치료 후(M=78.27, SD=11.99)에 향상되었고, 통제집단 역시 사전(M=66.33, SD=8.93)에 비해 사후(M=66.73, SD=8.88)에 향상된 것으로 나타났으며, 공변량분석 결과는 표 4-4에서 보이듯 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다($F = 30.38, p < .001$). 따라서 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 정서적 자기표현을 증진시켰다고 할 수 있다.

아동의 전반적 자기표현 수준은 실험집단은 모래놀이치료 전(M=64.33, SD=12.52)에 비해 모래놀이치료 후(M=80.33, SD=15.41)에 향상되었고, 통제집단 역시 사전(M=67.13, SD=11.72)에 비해 사후(M=68.07, SD=10.54)에 향상된 것으로 나타났으며, 공변량분석 결과, 집단간에 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다($F = 30.38, p < .001$). 따라서 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 전반적인 자기표현을 증진시켰다고 할 수 있다.

자기표현행동 총점은 실험집단은 모래놀이치료 전(M=255.67, SD=40.04)에 비해 모래놀이치료 후(M=317.07, SD=48.78)에 향상되었고, 통제집단 역시 사전(M=262.13, SD=31.40)과 사후(M=261.93, SD=31.03)에 거의 변화를 보이지 않았으며, 공변량분석 결과, 집단간에 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다($F = 73.94, p < .001$).

이와 같은 결과를 종합해 보면, 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 행동적 자기표현, 인지적 자기표현, 정서적 자기표현, 전반적 자기표현 등 자기표현을 증진시키는데 효과적인 것을 알 수 있다.

표 4-4. 대인관계 스트레스의 집단간 공변량분석 결과

구 분	변량원	제곱합	df	평균제곱	F
행동적 자기표현	공변인(사전)	3019.15	1	3019.15	52.65***
	집단간	2349.27	1	2349.27	40.97***
	오차	1548.32	27	57.35	
	합계	165326.00	30		
	수정 합계	6330.80	29		
인지적 자기표현	공변인(사전)	2713.62	1	2713.62	94.86***
	집단간	2143.80	1	2143.80	74.94***
	오차	772.38	27	28.61	
	합계	152406.00	30		
	수정 합계	5406.00	29		
정서적 자기표현	공변인(사전)	2259.99	1	2259.99	71.13***
	집단간	965.41	1	965.41	30.38***
	오차	857.87	27	31.77	
	합계	161803.00	30		
	수정 합계	4115.50	29		
전반적 자기표현	공변인(사전)	4025.84	1	4025.84	127.52
	집단간	1671.62	1	1671.62	52.95***
	오차	852.42	27	31.57	
	합계	171176.00	30		
	수정 합계	6006.80	29		
전체	공변인(사전)	36480.22	1	36480.22	95.54***
	집단간	28233.64	1	28233.64	73.94***
	오차	10309.65	27	381.84	
	합계	2583895.00	30		
	수정 합계	69587.50	29		

*** $p < .001$

V. 결론 및 논의

1. 요약 및 논의

본 연구는 알코올중독자 자녀를 대상으로 모래놀이치료(Sandplay Therapy)를 실시하고 그 효과를 분석한 연구이다. 이 연구를 통해 모래놀이치료가 내면화된 수치심을 감소시키는가, 모래놀이치료가 자기표현을 증진시키는가를 검증하고자 하였다.

본 연구를 위해 수집된 검사자료는 SPSS 18.0 통계 프로그램을 활용하여 다음과 같이 분석하였다.

먼저 실험집단과 통제집단 아동들의 일반적 특성을 비교하기 위해 빈도와 백분율을 산출하고, χ^2 -검정을 실시하였다.

다음으로 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 내면화된 수치심과 자기표현에 미치는 효과를 알아보기 위해 사전 검사 결과를 공변인으로 통제하여 사후 검사에 대한 공변량분석(ANCOVA)을 실시하였다.

이상의 통계적 검증을 위한 유의수준은 $\alpha=.05$ 에서 실시하였다.

이와 같은 방법으로 연구를 통해 밝혀진 결과를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 내면화된 수치심을 감소시킬 수 있는 지에 대한 연구문제 1의 검증에서 내면화 된 수치심 척도(ISS)의 사전·사후검사에서 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 즉, 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 부적절감, 공허감, 자기 처벌, 실수불안 등의 내면화된 수치심을 감소시키는데 효과적인 것을 알 수 있다. 이는 모래놀이치료가 내면에 숨어있는 심리적 문제를 자유롭게 표현하게 함으로써 불안과 위축된 심리를 표출하는 기회가 된다는 전보경(2006)의 연구결과를 지지한다.

둘째, 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 자기표현을 증진시킬 수 있는 지에 대한 연구문제 2의 검증에서 자기표현행동 척도의 사전·사후검사에서 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 즉, 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀의 행동적 자기표현, 인지적 자기표현, 정서적 자기표현, 전반적 자기표현 등 자기표현을 증진시키는데 효과적인 것을 알 수 있다. 이는 모래상자놀이가 치료자의 적극적인 수용과 공감·지지를 통해 내담자의 무의식적인 생각, 감정, 느낌 등을 자유롭게 표현하도록 돕고, 자신에 대한 통찰의 기회를 제공하여 긍정적으로 재구성하게 하며 성장을 촉진시킨다(노치현, 황영희, 1998)는 견해와 일치하는 결과라고 볼 수 있으며, 모래상자에 자신의 감정 및 사고를 표현해 보는 경험은 모래상자놀이가 자기표현에 긍정적인 효과가 있다는 이선희(2009), 전보경(2006), 이민경(2001)의 연구결과와도 일치한다. 그리고 김윤희(2011)의 국제결혼이주여성들을 대상으로 자기표현을 증진시킨 모래놀이치료 연구 결과도 본 연구의 결과를 뒷받침 한다.

알코올중독자 자녀에 대한 연구나 치료가 매우 필요함에도 불구하고, 대부분 알코올중독자 자녀를 알코올중독자 가족으로 일관하여 교육과 개입이 진행되거나, 부모의 알코올문제 해결을 위한 부가적 차원의 개입으로 산발적으로 이루어지고 있다. 또한 상담적 개입으로는 주로 집단상담 프로그램 형식으로 나타나고 있지만 그 효과는 제대로 드러나지 않고 있다. 본 연구에서는 알코올중독자 자녀를 일차적인 개입의 대상으로 삼았으며, 개별모래놀이 치료를 실시하여 집단상담에서 경험하기 어려운 치료자와의 신뢰로운 관계를 형성할 수 있었다는 것이 이 연구의 차별성이 있다고 할 수 있다. 본 연구는 알코올중독자 자녀에 대한 모래놀이치료의 효과성 관련 연구 사례가 많이 부족한 상태에서 이루어졌다. 이러한 맥락에서의 본 연구는 모래놀이치료의 효과성 검증을 위한 기초적 자료를 제시하였다는 의미를 가진다고 할 수 있으며 이와 관련한 앞으로의 연구가 계속 되길 기대한다.

2. 연구의 제한점 및 제언

본 연구가 가지고 있는 제한점을 통해 후속연구를 위해 몇 가지 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 대상자 선정에 있어 연구의 대상이 알코올중독자 자녀를 대상으로 실시하는데 있어서 알코올중독자 자녀라는 특수성과 더불어 가족 내 알코올문제를 드러내지 않으려고 하는 알코올중독자 가정의 특성 상 대상의 참여도가 부족했다. 따라서 본 연구에서는 30명의 인원과 C시에 소재한 지역아동복지센터만을 중심으로 연구를 실시하여 일반화하기에 어려움이 있다는 제한점을 갖는다. 그러므로 후속 연구에서는 충분한 이해와 홍보를 통해 다양한 지역과 다양한 인원으로 실시하여 알코올중독자 자녀 전체를 일반화 할 수 있는 연구가 필요하다.

둘째, 본 연구의 연구 대상이었던 10세-13세 아동기 집단 이외의 다양한 연령층의 알코올중독자 자녀를 대상으로 한 모래놀이치료의 연구가 이루어져야 할 필요성이 있다.

그럼에도, 본 연구는 알코올중독자 자녀들을 대상으로 모래놀이치료를 적용한 치료적 접근의 연구가 미비한 실정에서 모래놀이치료의 효과성을 보여주었기에 그 의의가 있다. 또한 모래놀이치료가 알코올중독자 자녀들의 내면화된 수치심과 자기표현에 긍정적인 효과를 미친 결과를 볼 때, 이는 모래놀이치료라는 치료적 요인이 알코올중독자 자녀의 특성 중 하나인 높은 수치심과 낮은 자기표현으로 인해 억압 되어있는 부정적 정서를 모래상자라는 자유롭고 보호된 공간 안에서 안전하게 표출할 수 있도록 도와주었으며, 대상자들에게 개별적인 상담은 집단치료에서는 경험하기 어려운 치료자와의 신뢰관계를 형성하여 개인의 생각과 감정을 자유롭게 표현함으로써 긍정적인 효과를 본 것이다. 따라서 본 연구 결과를 계기로 알코올중독자 자녀들의 심리·내면의 정서를 다루는 다양한 방법과 주제에 대한 연구가 활발하게 진행되었으면 한다.

참고문헌

- 김경희 (2005). 모래상자 놀이치료: 상징과 판타지. 양서원.
- 노치현, 황영희 (1998). 모래놀이치료: 경험과 표현. 서울: 동서문화원.
- 민은정 (2000). 아버지의 문제성 음주가 청소년 자녀의 적응에 미치는 연구. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 박현선, 이상균, 제갈정 (2001). ACOA 선별도구개발 및 심리사회적 특성에 관한 연구. 한국 음주문화연구센터.
- 손영균 (1993). 문제성 음주 부모의 청소년 자녀들의 특성. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 이인숙, 최해림 (2005). 내면화된 수치심척도(ISS)의 타당화 연구-애착, 과민성 자기애, 외로움과의 관계. 한국심리학회지, 17(3), 651-670.
- 이재령 (1995). 알콜중독자 자녀의 정신건강에 관한 연구. 숭실대학교 대학원 석사학위논문.
- 장수미 (1992). 알콜중독자 자녀의 자존감 고취를 위한 단기 집단치료 프로그램 효과에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 전보경 (2006). 모래놀이치료를 통한 자기표현이 청소년의 자아존중감 및 대인관계에 미치는 효과. 한림대학교 석사학위논문.
- 최승희 (1996). 알코올중독자 자녀의 음주행동에 영향을 주는 요인연구. 이화여자대학교 석사학위 청구논문.
- 최승희 (2002). 알코올중독자 자녀들의 4가지 유형에 따른 특성 및 개입지침. 평택대학교 논문집, 16, 93-116.
- 황혜순 (1998). 부모의 음주가 자녀에게 미치는 영향 - 알코올중독자 자녀의 특성을 중심으로. 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- Cook, D. R. (1987). Measuring shame: The internalized shame scale. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 4, 197-215.
- Workman, M., & Beer, J. (1992). Depression, suicide ideation, and aggression among high school students whose parents are divorced and use alcohol at home. *Psychological Reports*, 70, 503-511.

투고일 : 2017. 04. 30
수정일 : 2017. 06. 02
게재확정일 : 2017. 06. 10