

**모래놀이치료가 중국 조선족 아동의 학업스트레스와  
학업적 자기효능감에 미치는 효과\***  
Effect of sandplay therapy on study stress and academic  
self-efficacy of Korean-Chinese children

송 여호수아\*\*

Song, Yeo Ho Soo Ah

<Abstract>

Korean-Chinese children living in China have to face the environment containing early education and admission examinations due to increasingly overheated education fever. As a result, many children suffer academic stress, psychological conflicts and maladaptive problem behaviors. Studies about these social and cultural phenomenons are ongoing and the need for psychological approach is increasing. Therefore, in this study, we will find out if sandplay therapy is effective in reducing academic stress of Korean-Chinese children in China and improving their academic self-efficiency. This study is total 8 sessions and conducted to 24 children. The results obtained from this study are as follows. The result shows that sandplay therapy is effective in reducing the academic stress of Korean-Chinese children and promoting their academic self-efficiency. Through the qualitative analysis of sand scenes, we can see characteristics of sand scenes and psychological characteristics of Korean-Chinese children.

*Keywords : Sandplay Therapy, Academic Stress, Academic Self-efficiency*

\* 본 논문은 2019학년도 남서울대학교 석사학위 논문의 일부임.

\*\* 분당마라가죽상담센터 (kijungnet10@naver.com) 상담사

## I. 서 론

중국은 14억이 되는 인구조로 모든 것이 치열한 경쟁으로 시작과 끝을 맞이하게 된다. 그 속에서 살아남기 위해 중국의 아동들은 교육에 성인들은 취직에 힘을 기울인다. 연변일보에서 보도된 바와 같이 중국 조선족은 중국에서 교육열이 가장 높은 민족이라 할 수 있고 민족교육의 표본으로 자리 잡고 있는 교육이라 할 수 있다(김일복, 2018). 사회의 수요와 경쟁 속에서 교육열은 나날이 높아지고 그 속에서 대학입시에 곤혹을 치르는 청소년뿐만 아니라 중학교 입시에 집중된 교육으로 아동 역시도 심리적·정서적 스트레스를 받고 있다.

여기서 특별히 주목해야 할 점은 사회적 기술을 터득하고 사회에 대한 인식과 기대를 발달시켜 나아가야 하는 중요한 인생의 단계에서 중국 조선족 아동은 중학교 입시 시험을 준비하기 위하여 초등학교에서부터 입시에 맞추어 교육을 받는다는 것이다. 교육열이 높은 중국 조선족 부모들은 아동을 방과 후 과외, 사교육 등을 통한 일상은 비밀비재이고 부모들의 이러한 교육열은 유치원 때부터 미리 가르치고 초등학교에서도 과제 예습, 학습, 복습 등을 아동에 강요하는 현실이다(김일복, 2018). 이로 인하여 많은 아동들은 학업 스트레스와 심리적 갈등, 부적응적 문제행동을 경험하고 있다.

아동에게 있어 스트레스의 원인과 실태를 분석한 결과 학생들에게 가장 많은 스트레스를 제공하는 곳은 학교이며, 그 중에서도 학업적 요인이 많은 비중을 차지한다(엄말숙, 2013). 아동들에게 스트레스의 원인과 차이는 공부, 성적 등과 같은 학업 문제가 가장 주된 스트레스 원인으로 나타났다(김성옥, 2003). 아동은 성인과 달리 스트레스 원인을 인식하고 그에 따른 대처하는 측면에서 필요한 지적 기술과 언어적 발달이 제한되어 있기 때문에 스트레스가 누적될 수 있으며 그로 인해 신체적 질병과 공격성, 불안, 우울, 낮은 자존감 등의 부적응 문제행동을 불러일으킨다고 한다(김도애, 2005). 우리나라뿐만 아니라 교육열이 높은 중국 조선족 아동의 학업성취에 미치는 부정적 영향은 학업적 자기효능감에도 영향을 줄 것으로 사료된다. 또한 스트레스는 학업적 자아개념과 학업적 자기효능감에 영향을 주기 때문에 과도한 학업 스트레스는 아동의 자신감 결여, 불안, 근심, 위축 등과 같은 부정적인 감정을 유발하며, 낮은 자아개념으로 나타나며 학업적 자기 효능감에 부정적인 영향을 미친다(엄말숙, 2013).

학업적 자기효능감은 한 개인이 설정된 학업을 수행하는 데 있어서 실패 없이 성공적으로 수행할 수 있다는 기대감을 의미한다고 주장했다(Bandura,1997). 학업적 자기효능감이 높을수록 적극적 스트레스 대처행동과 사회지지 추구적 스트레스 대처행동의 수준이 높은 반면, 공격적 스트레스 대처행동의 수준은 낮은 것으로 나타났다(김연정, 2017). 이애경(2009)의 연구를 보면 고등학생 대상으로 학업 스트레스와 학업적 자기효능감에 대한 연관성을

연구한 결과가 있는데 자기효능감이 높은 학생들이 낮은 학생들보다 학업 스트레스의 모든 항목에서 스트레스가 낮은 것으로 밝혀져 자기효능감이 높은 학생들이 스트레스에 취약하지 않은 것으로 나타났다.

학업적 자기효능감의 각 하위 요인은 학업스트레스의 각 하위 요인과 유의한 부적상관을 나타내었다(고경민, 2012). 학생의 학업스트레스와 시험불안 감소를 목적으로 학교적응력을 높이고, 적극적으로 학업에 임할 수 있도록 대처방법을 제시한 인지·행동적 학업스트레스 대처 훈련 프로그램은 구체적인 학습방법의 지도로 학업스트레스 감소에 효과적이었음을 보고하였으며(신현심·정종진, 2006)인지, 정서적 학업, 과제, 시험불안 요소에 대해서는 부분적인 효과를 보고하였다.

따라서 본 연구에서는 중국 조선족 아동의 학업스트레스를 감소시키고 학업적 자기효능감을 향상시키기 위해 모래놀이치료를 실시하였다. 아동들에게 긍정적 영향을 미칠 수 있는 심리치료적 기법은 다양하나 중국에 거주하고 있는 조선족 아동이라는 언어, 문화적 특성을 고려하여 모래놀이치료를 실시하고자 한다. 또한 아동들은 자신의 감정, 생각 등을 언어로 자유롭게 표현하는데 어려워하기에 모래놀이치료는 효과적인 심리치료적 접근방법이 될 수 있다. 모래놀이치료는 지나치게 큰 가치와 의미를 두는 언어와 합리성을 떠나 말 없음의 길을 따라 자신을 표현하는 방법이다(Steinhardt, 2013). 모래놀이치료는 보호된 공간에서 안전한 치료사와 내담자가 하나가 되는 긍정적인 경험을 하면서 내담자 스스로 자기치유 능력을 발휘하는 심리치료기법으로서 모래상자 위에 피겨를 놓고 자유롭게 표현함으로써 안전하고 건강한 방법으로 감정을 표출하는 경험을 하고 무의식적인 것을 의식화한다(이여름 외, 2016). 모래놀이치료의 궁극적인 치료목표는 심리적 어려움의 치유이지만 더 나아가 내담자의 내면세계와 주변세계, 즉 자연세계와 문화적 세계 사이의 평화로운 균형과 조화를 이루도록 하는데 있다(Steinhardt, 2013).

지금까지 선행되어온 연구에서는 중국 조선족 아동의 학업적 스트레스와 학업적 자기효능감에 대해 모래놀이치료라는 심리 치료적 접근을 시도한 적은 없었다. 이에 본 연구에서는 중국에 조선족 아동을 대상으로 모래놀이치료 실시하고 모래놀이치료 전·후 검사를 통해 아동의 학업 스트레스와 학업적 자기효능감에 미치는 효과를 검증하고자 한다.

본 연구에서 살펴볼 연구문제는 아래와 같다.

1. 모래놀이치료가 중국 조선족 아동의 학업스트레스를 감소시키는데 효과가 있는가?
2. 모래놀이치료가 중국 조선족 아동의 학업적 자기효능감을 증진시키는데 효과가 있는가?

## II. 연구방법

### 1. 연구 대상

본 연구는 중국 연길시 조선족 자치주에 소재한 2개 초등학교에 재학 중인 중국 조선족 아동과 연변교육연구회 회원의 자녀로 초등학교에 재학중인 중국 조선족 아동이며 담임교사와 부모의 추천으로 48명을 추천 받았다. 이들을 대상으로 24명의 아동은 1차 집단, 24명은 2차 집단으로 구분하여 모래놀이치료가 이루어졌다. 1차 집단은 실험집단으로 2019년 01월 02일 부터 01월 31일까지 주 2회를 진행하는데 있어 아동은 40분간 상담을 하고 부모 상담은 20분씩 진행하여 총 8회기로 내담자 1명과 치료사 1명의 일대일 개별 모래놀이치료가 진행되었다. 2차 집단은 1차 집단의 모래놀이치료가 종결된 후에 사후검사만 진행하는 대기집단이다.

모래놀이치료에 참여하는 중국조선족 아동과 그의 부모에게 첫 회기에 구조화(진행방법, 기간, 공간), 비밀보장, 연구 목적 및 내용 등의 오리엔테이션을 하였으며, 아동본인과 그들의 보호자에게 서면을 통한 녹화 및 사진촬영 동의를 구하였다. 연구대상자의 48명에 대한 특징은 표 1.과 같다.

### 2. 연구 설계

본 연구는 모래놀이치료가 중국 조선족 아동의 학업스트레스 감소와 학업적 자기효능감 증진의 효과를 검증하기 위하여 사전-사후 실험설계를 실시하였다. 모래놀이치료가 독립변인이며, 학업스트레스와 학업적 자기효능감의 변화이다. 모래놀이치료 실시 전 아동들에게 사전검사를 실시하였으며 모래놀이치료 실시 후 동일한 검사를 진행하였다.

### 3. 측정도구

#### 1) 학업 스트레스 검사

중국 조선족 아동의 학업스트레스의 변화를 알아보기 위해 오미향과 천성문(1984)이 제작한 학업적 스트레스 척도를 수정한 김효진(2010)의 척도를 사용하였다. 이 검사는 학업적 스트레스의 학사적 요소와 관련된 교사문항 7문항, 수업 11문항, 공부 9문항과 대인 관계적 요소와 관련된 교사문항 7문항, 가족관계 3문항, 친구관계 9문항과 학업스트레스 증상과 관련된 하위 영역인 생리적 증상 4문항, 심리적 증상 12문항, 행동적 증상 5문항으로 총 75문항으로 구성되었다 모든 문항은 1점(전혀 그렇지 않다)에서 5점(정말 그렇다)의 Likert식 5점

표 1. 실험집단과 대기집단의 대상자 인적사항

집단	대상자	연령(세)	성별	집단	대상자	연령(세)	성별
실험 집단 (n=24)	A	13	여	대기 집단 (n=24)	A	13	남
	B	12	남		B	12	남
	C	13	남		C	13	여
	D	12	여		D	11	여
	E	12	여		E	11	여
	F	11	남		F	9	여
	G	13	남		G	10	남
	H	11	남		H	13	여
	I	13	남		I	12	남
	J	13	여		J	13	남
	K	10	남		K	11	남
	L	12	여		L	12	남
	M	12	여		M	12	여
	N	13	남		N	11	여
	O	12	여		O	13	여
	P	13	여		P	13	남
	Q	12	남		Q	12	여
	R	10	남		R	10	여
	S	9	남		S	10	여
	T	10	남		T	12	남
U	13	여	U	13	여		
V	11	남	V	13	남		
W	10	남	W	9	남		
X	8	남	X	10	여		

척도로 형성되었다. 업스트레스 총점은 학업스트레스의 지각과 증상 점수의 합으로 이루어지며 최소 75점에서 최고 375점이다. 점수가 높을수록 학업스트레스 수준이 높음을 의미한다. 학 본 연구의 전체 내적 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  .95이다. 그리고 학업스트레스 하위요인별 내적 신뢰도는 학사적 요인 Cronbach  $\alpha$  .88, 대인 관계적 요소 Cronbach  $\alpha$  .91, 학업스트레스 증상 Cronbach  $\alpha$  .84이다. 학업스트레스 검사 문항 구성은 다음 표 2.와 같다.

표 2. 학업스트레스 척도에 대한 문항 번호 및 신뢰도 계수

하위요인	문항번호	문항수	
학사적 요인	성적	1, 7, 14, 20, 27, 39, 43	7
	시험	2, 8, 15, 21, 28, 34, 40, 53	8
	수업	3, 9, 16, 22, 29, 35, 41, 45, 46, 48, 49	11
	공부	4, 10, 17, 23, 30, 36, 37, 42, 44	9
대인 관계적 요소	교사관계	5, 11, 18, 24, 31, 51, 54	7
	가족관계	6, 12, 25	3
	친구관계	13, 19, 26, 32, 33, 38, 47, 50, 52	9
학업스트레스 증상	생리적 증상	57, 64, 65, 75	4
	심리적 증상	55, 56, 59, 58, 61, 63, 66, 67, 69, 70, 72, 74	12
	행동적 증상	60, 62, 68, 71, 73	5
총 문항		75	

## 2) 학업적 자기 효능감

중국 조선족 아동의 학업적 자기효능감 검사를 위해 김아영과 박인영(2001)이 개발하여 타당성을 검증한 학업적 자기효능감 척도를 사용하였다. 이 척도는 자신감 8문항, 자기조절 효능감 10문항, 과제난이도 선호 10문항, 총 28문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 Likert식 5점 척도로 전혀 아니다(1) 아니다(2) 보통이다(3) 그렇다(4) 매우 그렇다(5)로 반응하도록 하였다. 일부 부정적인 질문 문항은 역으로 환산 처리하므로 점수가 높을수록 학업적 자기효능감이 높다. 본 연구의 검사 내적 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  가 .94이다. 하위요인에 대한 내적 신뢰도는 자신감 Cronbach  $\alpha$  .91, 과제난이도선호 Cronbach  $\alpha$  .84, 자기조절 효능감 Cronbach  $\alpha$  .85이다. 학업적 자기 효능감 문항 구성은 다음 표 3.과 같다.

표 3. 학업적 자기효능감 척도에 대한 문항 번호 및 신뢰도 계수

하위요인	문항수	문항번호
자신감	8	5*,8*,11*,14*,17*,18,20*,23
과제난이도 선호	10	1,4,7,10,13,16*,19*,22,25,2
자기조절 효능감	10	2,3,6,9,12,15,21,24,26*,27

\*역채점 문항

#### 4. 연구 절차

##### 1) 사전검사 - 사후검사

프로그램을 실시하기 전에 실험집단과 대기집단에게 학업스트레스와 학업적 자기 효능감 검사를 사전에 실시하였다. 실험집단에게만 모래놀이치료를 실시한 후 각각의 집단에게 사전검사와 동일한 학업 스트레스와 학업적 자기효능감의 사후검사를 실시하였다.

##### 2) 모래놀이치료 실시

모래놀이치료는 2019년 01월 02일 부터 01월 31일까지 실험집단의 연구대상자에게 개별적으로 주 2회 총 8회기를 실시하였다. 모래놀이치료 시간은 40분, 부모상담 20을 원칙으로 하였다. 아동들이 모래상자를 표현하면서 나타나는 행동, 이야기들에 대한 기록 및 상담 장면에 대한 녹화와 사진 촬영에 대하여 사전 설명 후 동의서를 작성하였다.

#### 5. 자료 분석

본 연구에서는 모래놀이치료가 중국 조선족 아동의 학업스트레스와 학업적 자기효능감 변화에 효과가 있는지 알아보기 위해 다음과 같은 양적 분석방법을 사용하였다.

수집된 양적 자료는 분석하는 과정에서 참여자의 개인정보가 노출되지 않도록 코드화하였으며 SPSS 23.0 프로그램을 사용하여 통계 처리를 하였다. 또한 실험집단과 대기집단 간의 동질성 여부를 알아보기 위해 t-test를 실시하고, 모래놀이치료 실행 전, 후의 학업스트레스와 학업적 자기효능감 변화 차이를 검증하고자 t-test를 실시하였다.

### Ⅲ. 연구 결과

#### 1. 모래놀이치료가 중국 조선족 아동의 학업 스트레스에 미치는 효과

모래놀이치료가 중국 조선족 아동의 학업 스트레스에 미치는 영향을 측정하기 위하여 실험집단과 대기집단에 모래놀이치료 실행 전·후의 학업 스트레스에 대한 검사를 실행하였다.

먼저 학업스트레스의 하위 변인 중 학사적 요인의 변화를 살펴보면, 실험집단은 모래놀이치료 전(M = 125.5)에 비해 모래놀이치료 후(M = 119.25)에 감소되었고, 대기집단은 사전(M = 125.2)에 비해 사후(M = 132.66)는 점수가 향상되었다. 실험집단과 대기집단의 학사적

표 4. 실험집단과 대기집단의 학업스트레스 점수 차이검증

구분		실험집단	대기집단	t
		(n=24)	(n=24)	
		M(SD)	M(SD)	
학사적 요인	사전	125.5(13.57)	125.2(13.34)	0.75
	사후	119.25(13.75)	132.66(15.10)	-3.22**
대인 관계적 요소	사전	71.00(6.14)	71.29(6.09)	-0.17
	사후	67.83(5.32)	73.5(6.43)	-3.33**
학업스트레스 증상	사전	77.66(7.94)	77.37(7.51)	0.13
	사후	74.08(7.48)	79.95(8.27)	-2.58*
학업스트레스 전체	사전	274.16(26.31)	273.87(25.51)	0.04
	사후	261.16(24.15)	286.12(29.23)	-3.22**

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

요인 사후 검사에 대한 차이 검증 결과, 집단간에 통계적으로 유의미한 차이를 보였다( $t = -3.22, p < .01$ ). 따라서 모래놀이치료가 중국조선족 아동들의 학사적 요인이 감소했다고 할 수 있다.

다음으로 대인 관계적 요소의 변화를 살펴보면, 실험집단은 모래놀이치료 전( $M = 71.00$ )에 비해 모래놀이치료 후( $M = 67.83$ )에 감소되었고, 대기집단은 사전( $M = 71.29$ )에 비해 사후( $M = 73.50$ )로 향상된 것으로 나타났다. 실험집단과 대기집단의 대인 관계적 요소 사후 검사에 대한 차이 검증 결과, 집단간에 통계적으로 유의미한 차이를 보였다( $t = -3.33, p < .01$ ). 따라서 모래놀이치료가 중국조선족 아동들의 대인 관계적 요소가 감소되었다고 할 수 있다.

학업스트레스 증상에 대한 변화를 살펴보면, 실험집단은 모래놀이치료 전( $M = 77.66$ )에 비해 모래놀이치료 후( $M = 74.08$ )에 감소되었고, 대기집단은 사전( $M = 77.37$ )에 비해 사후( $M = 79.95$ )가 향상된 것으로 나타났다. 실험집단과 대기집단의 학업스트레스 증상 사후 검사에 대한 차이 검증 결과, 집단간에 통계적으로 유의미한 차이를 보였다( $t = -2.58, p < .05$ ). 따라서 모래놀이치료가 중국조선족 아동들의 학업스트레스 증상을 감소시켰다고 할 수 있다.

학업스트레스 총점의 변화는 실험집단은 모래놀이치료 전( $M = 274.16$ )에 비해 모래놀이치료 후( $M = 261.16$ )에 감소되었고, 대기집단은 사전( $M = 273.87$ )에 비해 사후( $M = 286.12$ )에서 다소 향상된 것으로 나타났다. 실험집단과 대기집단의 학업스트레스 사후 검사에 대한 차이 검증 결과, 집단간에 통계적으로 유의미한 차이를 보였다( $t = -3.22, p < .01$ ).



이와 같은 결과를 통해, 모래놀이치료가 중국조선족 아동들의 전반적인 학업스트레스 감소가 나타났으며 효과가 있다는 것을 알 수 있다.

## 2. 모래놀이치료가 중국 조선족 아동의 학업적 자기효능감에 미치는 효과

모래놀이치료가 중국 조선족 아동의 학업적 자기효능감에 미치는 영향을 측정하기 위하여 실험집단과 대기집단에 모래놀이치료 실행 전·후의 학업적 자기효능감에 대한 검사를 실행하였다.

표 5. 실험집단과 대기집단의 학업적 자기효능감 점수 차이검증

구분		실험집단	대기집단	t
		(n=24) M(SD)	(n=24) M(SD)	
자신감	사전	19.04(2.42)	18.95(2.33)	0.12
	사후	25.08(4.79)	18.79(2.01)	5.89 <sup>***</sup>
과제난이도 선호	사전	25.87(3.05)	25.37(3.89)	0.50
	사후	29.16(4.20)	25.25(4.37)	3.16 <sup>*</sup>
자기조절 효능감	사전	23.83(3.34)	24.04(3.50)	-0.21
	사후	28.08(4.69)	23.62(4.50)	3.35 <sup>*</sup>
학업적 자기효능감 전체	사전	68.75(5.32)	68.37(5.06)	0.25
	사후	84.66(10.29)	67.66(6.17)	6.94 <sup>***</sup>

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

먼저 학업적 자기효능감의 하위 변인 중 자신감의 변화를 살펴보면, 실험집단은 모래놀이치료 전(M=19.04)에 비해 모래놀이치료 후(M=25.08)에 증진되었고, 대기집단은 사전(M=18.95)에 비해 사후(M=18.79)는 점수가 감소되었다. 실험집단과 대기집단의 자신감의 사후 검사에 대한 차이 검증 결과, 집단간에 통계적으로 유의미한 차이를 보였다( $t=5.89, p<.001$ ). 따라서 모래놀이치료가 중국조선족 아동들의 자심감이 증진되었다고 할 수 있다.

다음으로 과제난이도 선호의 변화를 살펴보면, 실험집단은 모래놀이치료 전(M=25.87)에 비해 모래놀이치료 후(M=29.16)에 증진되었고, 대기집단은 사전(M=25.37)에 비해 사후(M=25.25)로 감소된 것으로 나타났다. 실험집단과 대기집단의 과제난이도 사후 검사에 대한 차이 검증 결과, 집단간에 통계적으로 유의미한 차이를 보였다( $t=3.16, p<.05$ ). 따라서 모래

놀이치료가 중국조선족 아동들의 과제난이도 선호를 향상시켰다고 할 수 있다.

자기조절 효능감상에 대한 변화를 살펴보면, 실험집단은 모래놀이치료 전(M=23.83)에 비해 모래놀이치료 후(M=28.08)에 증진되었고, 대기집단은 사전(M=24.04)에 비해 사후(M=23.62)가 감소된 것으로 나타났다. 실험집단과 대기집단의 자기조절 효능감 사후 검사에 대한 차이 검증 결과, 집단간에 통계적으로 유의미한 차이를 보였다( $t=3.354, p<.05$ ). 따라서 모래놀이치료가 중국조선족 아동들의 자기조절 효능감을 향상시켰다고 할 수 있다.

학업적 자기효능감 총점의 변화는 실험집단은 모래놀이치료 전(M=68.75)에 비해 모래놀이치료 후(M=84.66)에 증진되었고, 대기집단은 사전(M=68.37)에 비해 사후(M=67.66)에서 다소 감소된 것으로 나타났다. 실험집단과 대기집단의 학업스트레스 사후 검사에 대한 차이 검증 결과, 집단간에 통계적으로 유의미한 차이를 보였다( $t=6.94, p<.01$ ).

이와 같은 결과를 통해, 모래놀이치료가 중국조선족 아동들의 전반적인 학업적 자기효능감의 증진이 나타났으며 효과가 있다는 것을 알 수 있다.

## IV. 논의 및 결론

### 1. 요약 및 논의

본 연구는 중국 조선족 초등학생을 대상으로 모래놀이치료를 실시하였을 때 학업스트레스와 학업적 자기효능감에 효과가 있는지 알아보기 위한 목적을 가지고 연구문제를 설정하여 진행하였다.

본 연구는 초등학교에 재학중인 학생을 대상으로 학급에서 학업스트레스, 자기효능감의 문제행동을 가진 총 48명의 아동들 담임교사, 연구회회원으로부터 추천받아 학업스트레스 검사와 학업적 자기효능감 검사를 시행하였다. 그 중 24명의 아동은 1차 집단으로 분류되어 모래놀이치료의 대상자로 선정되어 모래놀이치료를 실시하였다. 2차집단은 24명의 아동으로 대기 집단이며 1차 집단의 상담 종결시 함께 사후검사를 진행한다. 1차 집단에게 2019년 01월부터 2019년 1월 31일까지 주 2회, 40분씩, 총 8회기의 모래놀이치료를 실시하였다. 대상아동들이 모래놀이치료를 하면서 보이는 여러 행동, 이야기, 반응 등을 기록하고, 각 회기마다 비디오 촬영과 사진촬영을 하였다. 모래놀이치료를 마친 후 효과를 검증하기 위해 사전검사와 동일한 평가도구를 사용하여 사전·사후 검사를 분석하였다. 1차 집단이 모래놀이치료를 하는 동안 2차 집단에게는 모래놀이치료를 실시하지 않았다.

이상과 같은 과정으로 본 연구의 결과를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 모래놀이치료를 통한 중국 조선족아동의 학업스트레스에 관한 연구결과는 다음과

같다. 실험집단에서 학업스트레스의 하위영역인 학사적 요인, 대인관계적 요소, 학업스트레스 증상이 모래놀이치료의 실시 후 유의한 차이가 나타났다. 대기집단에서는 학업 스트레스의 하위영역인 학사적 요인, 대인관계적 요소, 학업스트레스 증상은 유의한 차이가 나타나지 않았다. 이를 통해 모래놀이치료가 중국 조선족 아동의 학업스트레스에서의 학사적 요인, 대인관계적 요소, 학업스트레스 증상을 감소시키는데 효과가 있음을 알 수 있었다.

둘째, 모래놀이치료를 통한 중국조선족 아동의 학업적 자기효능감 향상에 관한 연구결과와는 다음과 같다. 실험집단에서 학업적 자기효능감의 하위척도인 자신감, 과제난이도 선호, 자기조절 효능감이 모래놀이치료의 실시 후 유의한 차이가 나타났다. 대기집단에서는 학업적 자기효능감의 하위척도인 자신감, 과제난이도 선호, 자기조절 효능감에서 유의한 차이가 나타났다. 이를 통해 모래놀이치료가 중국조선족 아동의 학업적 자기효능감에서의 자신감, 과제난이도 선호, 자기조절 효능감을 향상시키는데 효과가 있음을 알 수 있었다.

## 2. 연구의 제한점 및 제언

위와 같은 결과를 바탕으로 본 연구의 제한점을 살펴보고, 앞으로의 연구를 위해 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구에서는 중국조선족 아동을 대상으로 모래놀이치료를 실시하였는데, 이 연구 결과로 중국조선족 아동 전체로 일반화하기에는 많은 제한점이 있다고 할 수 있다. 앞으로 보다 많은 표본을 대상으로 연구할 필요가 있다.

둘째, 중국조선족 아동에게 모래놀이치료를 통해 학업스트레스 감소와 학업적 자기효능감 향상에 효과가 있다는 결과가 나왔지만, 이 밖에 다양한 심리적 요인들에 대한 후속 연구가 필요하다.

셋째, 본 연구에서는 담임교사로 인해 아동들이 학업스트레스와 학업적 자기효능감에 대해 부정적인 영향이 미치는 경우가 있었다. 아동과 부모상담 뿐만이 아닌 담임교사의 상담을 통해 아동에 대한 이해와 아동과 치료에 대해 함께 나눈다면 보다 치료의 긍정적인 효과를 기대할 수 있을 것이다.

넷째, 본 연구는 방학이라는 단기간에 실시되는 제약에 부딪히게 되었다. 특히 주 2회로 회기가 진행 된 것에서 한 회기를 진행하고 충분한 시간을 가지지 못한 상태에서 다시 다음회기가 진행되어 내면의 준비가 되지 못했다는 한계가 있다. 후속 연구에서는 시간적인 여유를 가지고 아동이 충분히 내적 준비가 될 수 있도록 진행할 필요가 있다.

그럼에도 불구하고 본 연구는 중국조선족 아동을 대상으로 모래놀이치료를 진행한 연구가 많이 부족한 것을 감안할 때 중국조선족 아동의 학업 스트레스 감소, 학업적 자기효능감 증진시키기 위해 정서적 어려움에 치료적 개입을 통해 확인한 본 연구 결과의 의미가

크다고 할 수 있겠다.

본 연구결과와 제한점들에 대한 보완연구를 통해 중국조선족 아동의 심리·정서적 문제를 이해하여 이들이 사회, 문화생활에 잘 적응할 수 있도록 후속 연구에서는 더 다양한 연령, 성별을 대상으로 치료적 개입이 이루어져야 할 것이다.

## 참고문헌

- 고경민 (2012). 초등영재의 학업적 자기효능감, 자기결정성 동기와 학업스트레스와의 관계 연구. 대구대학교 교육대학원 석사졸업논문.
- 김도애 (2005). 집단음악활동이 아동의 스트레스 감소에 미치는 영향. 숙명여자대학교 음악치료대학원 석사학위논문.
- 김성옥 (2003). 인지-행동적 학업스트레스 대처 훈련이 초등학생의 학업스트레스와 학업적 자아효능감에 미치는 효과. 대구교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김연정 (2017). 초등학생의 학업적 자기효능감이 진로발달에 미치는 영향에서 스트레스대처 행동의 매개효과. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김일복 (2018). 글로벌시대 우리 교육의 진로 적극 모색. 연변일보
- 김일복 (2018). 유치원 '소학교화', 무엇이 문제인가?. 연변일보
- 신현심, 정종진 (2006). 인지-행동적 학업스트레스 대처훈련이 초등학생의 학업스트레스와 시험불안에 미치는 효과. 발달장애연구, 10(1), 73-87.
- 아서 코트렐 (1997). 그림으로 보는 세계신화사전. 서울: 까치글방.
- 엄말숙 (2013). 사물놀이 연주 중심의 음악치료가 초등학교 4학년 학생의 학업적 스트레스와 자기효능감에 미치는 효과. 대구대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이애경 (2009). 자기효능감 수준에 따른 스트레스요인과 스트레스 대처방안에 관한 연구 : 인문계 고등학생을 중심으로. 상명대학교대학원. 석사학위논문.
- 이여름, 장미경, 심종희 (2018). 집단모래놀이치료가 중국 거주 조선족 아동의 또래관계 질과 행동문제에 미치는 효과. **상징과 모래놀이치료** 9(2). 61-80.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Erina, L, M, Wendy, Samter., & Seth, J, G. (2005). Academic Stress, Supportive Communication, and Health. *Communication Education*, 54(4), 365-372.
- Liu, Y., & Lu, Z. (2011). The Chinese high school student's stress in the school and academic achievement. *Educational Psychology*, 31(1), 27-35.
- Steinhardt, L, F. (2013). *On becoming a Jungian sandplay therapist: The healing spirit of sandplay in nature*

송 여호수아 / 모래놀이치료가 중국 조선족 아동의 학업스트레스와 학업적 자기효능감에 미치는 효과

*and in therapy*. London & Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

투고일 : 2019. 10. 30  
수정일 : 2019. 12. 16  
게재확정일 : 2019. 12. 23