

# 자존감을 회복해가는 여중생의 모래놀이 사례연구

안 진 경

단국대학교 정책경영대학원 상담심리학과

본 연구는 나이에 비해 과성숙한 면을 보이며 자신의 감정을 표현하지 못하고 억제시키는 15세 청소년의 모래놀이치료 사례이다. 본 사례연구의 내담자는 중학교 2학년(만14세)에 재학 중인 여학생으로 본 연구에서 연구자는 모래상자의 흐름을 Kalf의 3단계인 동식물의 단계, 투쟁·갈등의 단계, 통합(현실 적응)의 단계로 살펴보았다.

X년 10월 00일부터 X년+9개월로 주1회 50분으로 총 30회기의 상담하였고, 초기 면접 및 사전 사후 심리검사 5회기, 언어 상담 5회기, 20회기의 모래놀이상담을 하였다.

3단계의 흐름에서 내담자는 Sand-play Therapy를 통해 과성숙한 모습에서 또래다운 모습을 보이며 자신의 요구와 주장을 억제하지 않고 표현하는 한편 학교에서 뛰어난 능력을 발휘하기 시작하는 성장하는 모습을 보였다. 이러한 모습을 볼 때 아동 및 청소년에게 ‘Sand-play Therapy’가 임상적으로 치료 효과가 있는 것으로 사료된다.

주요어: Kalf의 정신발달, 모래놀이

Sand-play Therapy는 아동에게 상징놀이라는 방법을 통해 위협적이지 않은 방식으로 문제를 재현하며 현실의 삶에서 겪고 있는 문제에 대처할 수 있는 힘을 준다(Goss, S., & Campbell, M. A, 2004). 아동은 이러한 상징놀이를 통해 자신의 문제를 은유적, 상징적 또는 이야기라는 방법으로 안전하게 받아들이며 문제를 구체화하고 다루게 된다(Dale, M. A., & Lyddon, W. J. 2000). 모래놀이치료는 아동 뿐만이 아니라 청소년들에게도 정서적 요인 및 행동적 요인에 임상적 효과가 있다는 선행연구가 있다(An, Un-Kyung. 2017; Yu-Pei Shen, 2008).

Kalff는 Neumann이 제시한 자아발달단계가 모래놀이 치료에 나타나는 것을 확인하고 (1)동식물 단계, (2) 투쟁·갈등의 단계, (3) 통합 단계로 가정하였다(岡田康伸. 1984). 'Kalff는 Sand-play Therapy가 아동이든 어른이든 계속적으로 무의식과 실제적으로 대화하여 일련의 모래놀이 작품으로 나타낸다는 사실을 인식하였다. Kalff는 치유와 인격의 발전으로 이끄는 전체적 정신 과정이 모래상자에서의 작업으로 가능하다고 보았다. 어른이든 아동이든 초기 유아기적 어려움이 있는 사람에게 모래놀이가 특별히 잘 적용될 수 있다는 것이다. 왜냐하면 그 놀이가 비언어적이자 창조적, 유희적 방식으로 초기 유아기의 깊은 내면의 층에 닿도록 인도할 수 있기 때문이다(R Ammann, 2009). 내담자와 치료자 사이의 모자일체적인 관계는 내담자 내면의 '무의식의 자율적인

힘(numinous, 神의 의지에 의한 것, 神的인 것)'으로 Sand-play Therapy의 효과를 높이게 한다(Kalff, D. M. 1991).

본 사례의 내담자는 자신의 나이에 비해 과성숙한 면을 보이며 부의 부정적인 사건을 알았을 때 모와 입장 및 생각이 분리되지 못하고 달라붙듯 딸의 입장보다도 모의 위치를 느끼게 하였다. 또한 또래사이에서 관계 맺기를 어려워하며 자신의 감정을 표현하지 못하고 억제시키며 우울감 또한 깊은 모습을 보였다. 내담자의 이런 측면은 자신의 내적인 능력을 제대로 발휘하지 못하게 하며, 자신이 느끼는 감정을 알아채지 못하고, 청소년로서의 자신보다는 주변의 가족들과 친구들에 맞추어 사는 모습이 더 강하였다. 본 연구는 'Sand-play Therapy'를 통해 자아강화 및 자존감을 회복해 가는 과정을 Kalff의 정신발달 3단계를 기반으로 살펴보고자 한다.

## 본 론

사례연구의 내담자는 1남1녀의 맏이로 의뢰 당시 중학교 2학년(만14세)에 재학 중인 여학생이다. 내담자가 다니고 있는 학교 상담교사가 내담자가 자신의 감정 및 원하는 것을 제대로 표현하지 못하고 억제하며, 우울이 깊고, 자존감이 약해 학교생활 및 또래관계에서 어려움을 겪고 있으며, 최근 부에 대한 심한 상처가 있었다고 보고하며 학교 밖 전문적인 상담센터에서의 상담이 필요하다고 의뢰하였다.

내담자는 첫 상담을 하는 날 학교 체육복 바지에 흰색 면 티를 입고, 긴 단발머리를 묶지 않고 왔으며 머리를 단정히 빗은 흔적 없이 털털한 모습이였다. 청결은 좋았으나 외출 시 외모에 신경을 쓰며 꾸몄다는 느낌은 없었다. 게다가 또래보다 키와 체격이 커 언뜻 중성적인 분위기를 느끼게 하였다. 내담자의 눈맞춤(Eye contact)은 자연스러웠으나 동행한 엄마와 모녀(母女)보다는 자매(姉妹)와 같은 분위기를 느끼게 하였다. 예의 바른 태도를 보이거나 얼굴에 표정이 없었으며, 감정이 실리지 않은 형식적 인사를 하고, ‘다 괜찮아요. 엄마가 좋다면 할게요. 엄마도 하나요?’ 등 자신보다는 모를 더 신경 쓰고 있는 모습을 보였다. 자신감이 없어 보였고 명랑한 분위기보다는 우울을 깊게 느끼게 하였다.

의뢰 당시 내담자는 학교에서 또래관계의 어려움을 겪고 있었으며, 많이 위축되어 있었고, 자존감 저하를 보였다. 또한 자신의 감정을 언어로 표현하기 어려워하며 ‘상담을 해도 예전처럼 집이 편안해 질 수 없을 것 같다.’ ‘아빠는 변하지 않는다.’, ‘상담의 필요성을 느끼지 못한다.’ 는 등 상담의 효과를 인정하지 못하겠다는 태도를 보였다. 내담자는 초등학교 2학년 때 6개월간 친구의 따돌림 경험이 있었으며, 중1때 잘 지내던 친구들이 내담자만 치마를 입지 않는다는 등의 이유를 들어 또래집단에서 나가 달라는 요구를 직접적으로 받는 등 친구들의 따돌림으로 마음고생을 많이 했다고 한다. 의뢰 며칠 전

부가 모가 아닌 다른 여자와 장기간 야한 문자 등을 주고받으며 만나온 사실을 알게 되면서 부에 대한 큰 실망과 충격으로 상처(Trauma)를 받고 심리적으로 어려워하고 있는 상황이었다.

모의 보고에 의하면 내담자는 자연분만으로 출생하였으며 건강하게 자라다가 3세에 친식을 앓기 시작하면서 8세까지 거의 이틀에 한번 소아과와 한의원을 방문하는 등 병원 방문이 잦았다고 한다. 내담자 1세-6세까지 조부모가 함께 살면서 아이들을 돌보아 주셨으며, 내담자가 7세 되던 해에 부모의 직장 문제로 이사하였으며, 부모님은 현재까지 주말부부로 생활하며 주중에는 모, 내담자, 동생 셋이 생활하고 있다. 내담자의 부는 사회성이 좋고, 섬세하며 자상한 측면이 많아 설거지, 청소, 요리 등 가정 일을 술선해서 돕는 등 가족들에게 매우 믿음직스러운 아버지였다. 부는 동생 출생 후부터 내담자를 잘 보듬어 주고 같이 자는 등 많은 부분에서 애뜻하게 채워주었으며 모에 비하여 부와 더 친밀한 관계를 유지했다. 종종 내담자는 ‘우리 아빠처럼 딸을 사랑해 주는 사람이 또 있을까?’, ‘우리 아빠처럼 가정적인 사람이 생기면 결혼하겠다.’ 는 등의 표현을 할 정도로 부와 밀접한 관계였다. 내담자의 모는 교사로 직업에 대한 자긍심과 책임감이 크고 자랑스러워하는 반면 애교가 적고, 외모를 가꾸고 요리를 예쁘게 장식하고, 집안을 부드럽게 꾸미는 등의 섬세함이 부족하며 내담자와 대화를 많이 한다고는 하나 성적에

대한 내용이 주가 될 때가 많으며 상냥한 말씨보다는 썩썩한 말투를 사용하였다. 내담자는 모에게 자신이 원하는 것을 요구하는 것을 어려워하였으며, 요구를 한다 해도 들어주지 않을 것이라는 선입견을 갖고 요구자체를 시도하지 않는 경우가 많았다. 문장검사에서 “나와 같이 일하는 사람들은 대개 무섭다.”, “내가 없을 때 친구들은 무슨 얘기를 할까 두렵다. 속내를 모르겠다.”, “여자이기 때문에 가장 불리한 점은 인간관계가 너무 어렵다.” 등의 표현으로 내담자가 학교 및 또래사이에서 관계 맺기의 어려움 및 실패경험을 느끼게 한다. 또한 “남자들은 운이 좋다. 왜냐하면 자기 멋대로 살아서. 감정에 덜 얽매어서”, “다른 가정과 비교해서 우리 집안은 따뜻해 보이지만 아니다.” 등의 표현으로 최근 있었던 부에 대한 사건이 내담자에게 큰 상처가 되고 있음을 느낄 수 있었다. 또한 모와의 관계에서 “어머니와 나는 함께 살아왔지만 서로 많이 모른다.”라고 답함으로써 내담자가 모에게 자신의 속마음을 편하게 나누고 모녀사이의 애뜻함을 나누고 있지 못함을 느끼게 한다. 그림검사에서 가족 4명이 살고 있으나 분위기는 그냥 그런 집으로 나중에는 팔린다고 하여 집의 구조 등은 문제가 없으나 현가족들 간의 문제 및 가족관계의 개선이 필요함을 느끼게 한다. 또한 나무그림에서 70살 된 벚꽃나무는 건강하나 열매를 맺는 것이 소원이며 나중에 토목재료로 쓰인다고 답함으로써 나이에 비한 과성숙과 성취욕이

있으나 제대로 자신의 능력을 펴지 못하고 있는 모습을 보게 하며 내재된 공격성을 느끼게 한다. 집과 나무에서 덧칠을 함으로 자신감이 많이 부족하고, 자신의 요구와 주장을 제 때에 제대로 하지 못할 가능성을 보인다. 또한 집과 나무를 오른쪽 부분을 더 예민하게 그림으로 외부에서 들어오는 자극에 대해서 민감하게 느끼거나 예민하게 받아들일 가능성을 보인다. 16세의 여자와 18세의 남자그림은 모두 모르는 사람들로 상반신만을 그렸다. 사춘기 소녀의 특징을 보이기도 하면서 한편으론 부의 사건이 부정적으로 영향을 미쳤나 하는 궁금함을 갖게 한다. 내담자는 ‘Sand-play Therapy’를 시작하면서 좀 더 자신감이 있고, 자존감이 높아지면 좋겠다며 자신의 주호소를 이야기한다. 상담이 진행되면서 ‘Sand-play Therapy’ 상담이 내담자가 겪고 있는 학교 및 또래관계의 어려움과 우울감, 그리고 부에 대한 실망을 극복하고, 모에게 자신의 감정과 요구를 제대로 표현하면서 성장할 수 있기를 기대한다.

본 연구 사례는 X년 10월 00일부터 X년+9개월로 주1회 50분으로 총 30 회기의 상담이 실시되었다. 초기 상담 및 사전 사후 심리검사 5 회기, 언어 상담 5회기, 20회기의 모래작품을 만들었다. 전체 모래 상자의 흐름으로 볼 때 Kalf의 3단계의 과정으로 살펴보았다. 동식물의 단계(1회기-9회기), 투쟁·갈등의 단계(10회기-15회기), 통합(현실 적응)의 단계(16회기-20회기)다.

이 3단계의 흐름에서 내담자는 Sand-play Therapy를 통해 과성숙한 모습에서 또래다운 모습을 보이며 모와 부의 관계를 이해해가는 한편, 자신의 요구와 주장을 억제하지 않고 표현하는 한편 또래관계를 원만하게 해 나가면서 학교에서 뛰어난 능력을 발휘하기 시작하는 성장하는 모습을 보였다. 이러한 모습을 볼 때 아동 및 청소년에게 ‘Sand-play Therapy’가 임상적으로 치료 효과가 있는 것으로 추정할 수가 있었다.

### 제1 동식물의 단계 (Session1 - Session9)

#### Session 1. 사람

\* 첫 소품 : 엘사 \* 마지막 소품 : 빨간 돌

“안나(우측중간)는 걸으로는 예쁘고 밝은 반면 남들 생각 안하고 자기밖에 모른다. 절대 되고 싶지 않다. 엘사(좌측중간)는 손이 닿으면 얼려버리는 능력으로 다른 사람들에게 피해를 줄까 봐 혼자 외롭게 얼음궁전에 있다. 감정표현을 잘 못한다. 내가 그런 것처럼 피아노라도 쳐서 마음이 편해지라고 놓았다.”며 첫 작품을 젖은 모래로 시작한다. 내담자는 겨울왕국의 인물을 놓으며 자신이 닮고 싶은 성격을 이야기한다. 첫 작품부터 감정표현이 서툰 엘사를 자기상으로 등장시키며 얼음궁전에 갇힌 것 같은 심리적 위축감과 탄력적이지 못한 자신을 나타내고 있다. 반면 엘사에게 감정을 표현할 수 있도록 피아노를 놓아줌으로 얼음 같은 감정 상태를 녹여나갈 준비를 한다.

#### Session 2. 지니

\* 첫 소품 : 케르베로스 \* 마지막 소품 : 구슬  
“좌측의 페가수스는 ‘뚝고 살고, 나누고 살자’는 나의 꿈과 희망을 표현한 거다. 우측의 케르베로스는 봉사동아리 선생님(백설공주)의 유산된 아기와 감춰진 아픔, 상처이다. 만들면서 엄마 생각도 많이 났다. 엄마도 말 못할 아픔들이 많은 것 같다.” 첫 작품은 중앙의 잔디를 중심으로 닮고 싶은 나와 그렇지 않은 나의 모습을 표현하더니 두 번째 작품에서는 꽃 울타리를 중심으로 확연하게 두 개의 영역으로 나뉜다. 오른쪽의 부정적인 어두움, 상처 등의 케르베로스와 왼쪽의 긍정적인 봉사활동, 또래가 즐기고 먹는 페가수스가 서로 대극을 이루고 있다. 현실에서의 어려움을 표현하고 있으면서 한편으론 균형을 잘 이루고 있는 작품으로도 보인다. 선생님이 유산을 한 것은 ‘죽음’이기에 내담자에게는 아버지의 일보다 더 큰 충격일 수도 있다. 유산이야기를 하면서 우는 것 또한 생각지도 못했던 아버지에게 받은 상처 치유와 병행되는 작업으로 보여 진다.

#### Session 3. 엄마

\* 첫 소품 : 피아노 \* 마지막 소품 : 술병

“내가 좋아하는 남자그룹 멤버 중 한 명이 탈퇴했다. 속상해서 우는데 엄마는 고집스러울 정도로 이해를 못한다. 천사는 엄마가 자유로웠으면 좋겠다는 표현이다. 어렸을 땐 맘껏 못 놀게 하는 엄마가 미웠는데 요즘은 엄마가 안쓰럽다. 그런데 아버지는 무섭다. 아버지는 어떤 면에선 이상적인 사람이지만 술 많이 먹고, 무언가에 집착하기 시작하면

무섭다.” 중앙의 천사를 중심으로 만다라가 나타난다. 오가다는 이걸 불안한 느낌의 만다라 라기보다는 성장해 갈수 있는 중심을 명확히 표현한 것으로 중심을 잡아가는 만다라라고 한다. 오가다의 말처럼 내담자는 엄마에 대해서는 고집 센, 싫은 엄마, 아버지에게 당하는 불쌍한 엄마라고 한다. 반면 아버지에 대해선 이상적이면서도 무섭다고 한다. 이러한 아버지와 엄마의 양면을 어떻게 받아들이며 풀어갈 것이냐가 내담자의 내적인 성장과 연관이 있을 것으로 추측된다.

#### Session 4. 보이는 것이 다가 아니다

\* 첫 소품 : 감옥 \* 마지막 소품 : 중국인형  
 “엄마와 말싸움으로 이긴 적도 없었다. 감옥에 갇힌 것처럼 갑갑했다. 엄마는 학교일, 집안일, 육아까지 슈퍼맨 같았다. 엄마는 아침부터 우릴 챙기면서 출근 준비하느라 늘 바빴는데 아빠는 여유롭게 출근을 했다. 아빠는 맛있는 것도 잘 사주고용돈도 잘 주셨다. 그래서 어릴 때는 아빠가 더 편하고 좋았다. 그런데 믿음이 깨지니 부질없다. 화산은 믿음이 깨진 걸 의미한다.”  
 내담자는 부모의 모습이 긍정적인 측면과 부정적인 측면이 공존하고 있다는 것을 심리적으로 인정하기 시작한다. 아동의 눈이 아닌, 청소년의 눈으로 긍정과 부정의 양면을 다 볼 수 있는 힘이 생겼다. 그래서 엄마는 바쁘고 정신 없는데 아빠는 여유롭게 출근하는 모습이 이상하고 엄마가 아빠 없는 사이에 가정 일을 다 하고 있었다는 것을 알아채면서

엄마를 이해하기 시작한다.

#### Session 5. 시간

\* 첫 소품 : 공룡 \* 마지막 소품 : 풀  
 “시간을 잘 쓰는 사람들은 좌측의 공룡처럼 거대해지고 웅장해지고 위대해지고, 시간을 잘 쓰지 못하는 사람들은 우측의 공룡들처럼 피폐해지고 절망적이다. 나는 우측에 포함된다.” 이상적인 나와 절망적인 나를 표현한다. 4회기의 부모의 양면을 보기 시작한 내담자는 5회기에선 자신 내면의 양면적인 측면을 표현한다. 부정적인 감정을 처음으로 표현한다. 자신의 부정적인 감정을 들어내고, 받아들일 수 있는 힘이 생겼다. 모래시계가 나오고 제목이 시간이다. 시간을 따라 자기의 연령층으로 돌아가는 느낌이다.

#### Session 6. 꿈(Hope)

\* 첫 소품 : 인디언천막 \* 마지막 소품 : 파란모자 캐릭터  
 “오늘은 하고 싶은 것들을 표현했다. 풀밭에 누워 밤에 별이 떨어지는 걸 보고, 종류별로 라면을 먹고, 즐겁게 해외여행 하고싶다. 나중에 음악하고 연주하며 살고 싶다.”  
 기본적으로는 좋아진다는 것을 표현했다. 내담자는 음악을 통해 긍정적인 쪽으로 간다. 텅커벨 놓으면서 춤도 추고 노래도 하고. 명랑해지면서 또래다워진다.

#### Session 7. 꿈(Dream)

\* 첫 소품 : 조커 \* 마지막 소품 : 뱀  
 어제 꿈이라며 작품을 제작한다. “학교 급식실 지하 문 앞에 남자선생님들이 몇 분 계셨다. 한 선생님이 나를 쫓아 왔다. 나는

무서워서 이리저리 도망 다녔다. 그러다 하늘을 봤는데 파랏야 하는 하늘이 검은 셀로판지를 붙여 놓은 것처럼 어두웠다. 뱀은 검은 하늘을 표현한 거다. 꿈을 꿔는데도 웬지 억울하고 슬프고 울고 싶었다.” 꿈을 제작하면서 검은 하늘을 뱀으로 표현한다. 갑작스럽고 당황스러운 느낌이다. 오가다는 깨끗한 곳에서 살다가 아버지의 야하고 부정한 짓으로 지저분한 것을 보지 않을 수 없게 된 내담자가 부정적인 것, 야한 것을 표현한 것 같다고 한다. 뱀은 내담자가 자기 안에서 사춘기를 넘어가면서 자신(정체성)을 찾는 치료의 과정을 느끼게 한다.

#### Session 8. 욕심

\* 첫 소품 : 피아노 \* 마지막 소품 : 신전기동  
 “옷이나 화장품이 있지만 더 사고 싶고 드림을 배우지만 다른 악기도 더 배우고 싶다. 좋아하는 음반도 사고 콘서트도 가고 싶다. 그렇지만 돈이 많이 들기 때문에 내 욕심대로 다 할 수 없다. 엄마는 자신을 위해서 돈을 쓰지 않는다. 좋은 음식은 가족들만 먹인다. 사달라는 것을 안 사주는 건 아닌데 괜히 눈치 보이고 죄스러워서 이런 욕심이 없었으면 좋겠다. 다 쓰레기통으로 갔으면 좋겠다. 세상에 램프의 요정 지니는 없다.” 청소년이 하고 싶고, 갖고 싶은 것이 많은 것은 긍정적으로 볼 수 있다. 그러나 내담자는 자신의 마음을 욕심이고, 포기해야 하는 부분이라며 부정적으로 표현한다. 학교 등에서 늘 자신의 좋은 면만 보여주고, 착한 아이의 모습만 보여주던 내담자가 욕심과 같은

부정적인 측면을 모래상자에 펼친다. 나쁜 점도 표현할 수 있는 힘이 느껴진다.

#### Session 9. 자유

\* 첫 소품 : 흰수염고래 \* 마지막 소품 : 꽃  
 “바다에서는 고래처럼 땅에서는 독수리처럼 자유롭고 싶다. 모래상자 속 분위기는 푸르고 청량하고 맑고 자유롭고 희망적이다. 친구들이 무섭다. 잘 지내다가도 조금만 잘못하면 바로 친구들끼리 모여서 욕하는 걸 보면 너무 무섭다. 어떻게 살아야 할지 모르겠다.” 바다의 고래와 나무위의 독수리, 육지로 올라가는 거북이가 인상적이다. 뭔가 한 고개를 넘은 느낌이다. 편안하고 자유로워 보이는 작품이다.

#### 제2 투쟁. 갈등의 단계 (Session10 - Session15)

#### Session 10. 보이지 않는 전쟁

\* 첫 소품 : 노란군인 \* 마지막 소품 : 보트  
 “전쟁이다. 그냥 싸우고 있다. 막상막하의 싸움이다. 실제 전쟁이 아니라 집에서 있는 일이다. 엄마는 상처도 많고 힘들다. 아빠랑 풀어보려고 하는데 아빠는 방어만 한다. 아빠의 적반하장 모습에 짜증이 난다. 엄마가 안쓰럽다.” 제목이 보이지 않는 전쟁이다. 그동안 내담자는 모래상자를 만들고 모래를 만지며 이야기를 많이 했다. 움직임이 적은 동식물의 단계를 보였다면 이번 10회기는 제대로 된 싸움 장소가 있는 투쟁의 단계를 보이며 전환의 분위기를 느끼게 한다.

Session 11. 계단

\* 첫 소품 : 독립문 \* 마지막 소품 : 마르코  
“계단이다. 자신의 길을 자기가 밟고 올라간다는 의미이다. 사람들이 어느 위치에 있는지가 다를 뿐이지 다 같은 사람이다.”  
높낮이가 있어 어떤 의미에서는 움직임 느끼게 한다. 몸의 테마를 지니고 있는 인어는 사람그림에서 하체를 그리지 못한 내담자의 그림검사를 연상시킨다.

Session 12. 내적갈등

\* 첫 소품 : 침대 \* 마지막 소품 : 팬다대나무  
“누워서 휴대폰을 하고 있다가도 ‘잠을 자면 꿈을 꾸지만 잠을 자지 않으면 꿈을 이룬다.’ 는 말이 생각난다. 나는 사람들의 시선을 많이 신경 쓴다. 내가 잘못 한 것이 아닌데 피해 다니고 도망 다니는 것이 싫다. 용기 있는 사람들이 부럽다.  
화산은 자기 안의 내부갈등을 표현하는 것으로 느껴진다. 내담자는 보이는 모습은 조용하고 차분한 느낌인데 상반되게 갈등이라는 주제로 내적인 움직임을 표현한다. 화산 주변에 테두리를 놓음으로 내담자의 조심스런 성격을 반영하는 듯하다.

Session 13. 쓰레기

\* 첫 소품 : 왕비 \* 마지막 소품 : 평상소녀  
“책임감 없는 대통령을 중심으로 대통령의 힘을 누리는 사람들과 실업자, 블랙리스트, 노숙자, 평범한 사람들의 치열한 경쟁. 그리고 학생들은 미친 듯이 공부해도 좋은 대학을 들어가는 것은 너무 어렵다. 중학교 3학년이 되면서 부반장이 됐다. 요즘은 친구들 신경도

안 쓰이고 눈치도 안 보게 된다.”

새 학년이 되면서 학교에서 부반장도 하고 자기 주장을 잘 하고 있는 모습을 보인다. 또래관계에서도 친구들의 눈치를 살피거나 하지 않고 자신의 개성을 살려 나가는 분위기로 한 개인으로서 독립적인 인격으로 성장하고 있는 느낌이다.

Session 14. 친구들의 본성

\* 첫 소품 : 여학생 \* 마지막 소품 : 모아이석상

“대놓고 욕하고 욕하면서 아이들에게 화풀이하는 아이, 자기 마음대로만 하려고 하는 아이, 겉은 화려하지만 속을 알 수 없는 아이, 앞에선 잘하지만 뒤에선 욕하는 제일 무서운 아이들이다. 친구들을 믿지 못하겠다. 친구들이 무섭고, 장난도 못 치겠다.”  
9회기에선 ‘친구들이 무섭다.’며 언어로만 표현했던 친구문제를 14회기에서는 모래상자에 세밀하게 분류해서 등장을 시키고 대면하면서 통찰해가는 모습을 보인다. 내담자의 모습은 주변 친구들의 반응에 흔들리거나 사로잡히지 않고 내적으로 ‘중심’잡혀가는 모습을 느끼게 한다.

Session 15. 눈을 돌리고 세상을 보면

\* 첫 소품 : 상어 \* 마지막 소품 : 화가여자  
“친구들끼리도 대화가 없고 봉사활동에서도 다 스마트폰만 한다. 스마트폰이 없으면 상자 위쪽처럼 책도 많이 읽을 수 있고, 봉사활동, 운동, 그림 등. 더 많은 여유가 있을 것 같다. 반장은 반아이들 통솔을 못하는데 내가 말을 하면 아이들이 말을 듣는다. 내가 리더십이



있는 것 같다. 대회에 나가서 발표했다. 상도 받았고. 내게 이런 능력도 있구나 하는 생각이 들었다.” 오른쪽 상단이 부정적인 부분들이 긍정적으로 변환되어가는 모습으로 보인다.

### 제3 통합(현실 적응)의 단계 (Session16 - Session20)

Session 16. 시험 끝났다. 잘 봤다.

\* 첫 소품 : 컵라면 \* 마지막 소품 : 꽃

“시험을 아주 잘 봐서 독수리처럼 날아갈 것 같다. 너무 행복해서 춤이라도 추고 싶다. 요즘 내가 이상한 행동을 한다. 거울을 보면서 우쭐댄다고 해야 하나. 친구들을 보면서도 ‘내가 저에보다 더 잘하겠다. 내가 더 낫지’ 하는 마음이 든다.” 또래 친구들처럼 교복치마도 좀 짧게 입고 얼굴에 살짝 화장도하고 예쁘게 하고 왔다. 밝고, 즐거운 얼굴로 행복하게 춤추고 싶은 ‘마음’을 표현한다. 부모님 간의 무거운 이야기들이 아닌 청소년다운 모습이다.

Session 17. 럭키

\* 첫 소품 : 테이블 \* 마지막 소품 : 꽃(중앙)

“나는 공부, 예체능 등 타고난 능력이 좋은 것 같다. 중간고사도 전교 7등을 하고 과학대회에서도 입상을 했다. 아빠는 나를 정말 많이 예뻐해 주신다. 그런데 내가 너무 운이 좋아서 작은 일에 민감했던 것 같다. 안 좋은 경험도 시간이 지나면 배움이 되는구나 하는 생각이 든다.”

검은 꽃으로 부에 대한 안 좋은 경험을 표현한다. 상처를 딛고 일어나면 강해진다면서

부에 대한 부정적인 경험을 ‘너무 작은 일에 민감했다.’ 고 하면서 모와 같은 감정 표현이 아닌 딸로서의 감정을 표현한다. 부와의 관계가 많이 개선되어가고 있음을 보인다.

상담이 진행되면서 내담자는 학교에서 리더십 있는 모습을 보이며 공부도 열심히 하고, 교내 및 교외의 여러 대회에서 상도 많이 탄다. 또한 마음을 나눌 수 있는 단짝친구도 생기는 등 현실적으로 자신감도 많이 회복되었다. 학교 상담 선생님은 내담자에게 우울하고, 위축되었던 모습을 찾아볼 수 없이 밝고, 적극적인 모습을 보인다고 한다.

Session 18. 새장

\* 첫 소품 : 교복소녀 \* 마지막 소품 : 커피머신

“우리나라 학생들이 가야 할 길이다. 장벽이 높고 끝도 없이 이어진다. 잠도 못 자고 밥도 잘 못 먹으면서 하루 종일 공부를 한다. 취미생활은 휴대폰으로 대리만족 하고 있다. 새장 속에 갇힌 새처럼 갑갑하다.”

11회기에서는 계단으로 움직임이 느껴진다면 18회기는 우측으로의 움직임이 느껴진다. 자기 나이 또래의 교복을 입은 여학생이 책 앞에서 있다. 앞으로 가야 할 길을 만든 느낌이다.

Session 19. 꿈과 현실

\* 첫 소품 : 산타 \* 마지막 소품 : 휴대폰

“겨울방학에 유럽 연수를 가고 싶다고 계획을 세워 부모님께 말했더니 허락을 해주셨다. 신청도 다 내가 했다. 어렸을 때는 산타나 우주선이 정말 있다고 믿으며 행복했다.

모래시계는 지나가는 시간이다. 흐르는 시간이 아깝다. 친구들과도 잘 지내고 많은 사람들을 도우며 살고 싶다. 더 많은 것을 배우고 경험할 수 있도록 사람들을 밖을 향해 놓았다. 세상은 넓다.”

Session 20. 무제

\* 첫 소품 : 노란모자소녀 \* 마지막 소품 : 구슬들

“요즘 나는 전체적으로 기분이 많이 좋아졌다. 긍정적이고 편해진 것 같다. 케로보로스는 미래에 힘든 상황이 와도 받아들이는 걸 표현했다. (2회기의 케르베로스는 어두움, 상처로 나왔다.) 돌과 구슬들은 주변 사람들일 수도 있고 살다가 일어나는 일일 수도 있다. 전체적으로 흥겨운 분위기다.”

자신의 상황. 나이에 맞게 즐겁게 표현한다. 19회기에 만다라를 만들며 중심을 끈고히 하더니 20회기는 현실의 이야기를 표현하며 미래를 받아들일 준비를 한다. 2회기에는 어두움과 상처로 상징되었던 케로보로스를 20회기에선 미래에 받아들일 어려움으로 변환되었다. 어두움과 상처를 변환시키고 받아들일 수 있는 힘이 생겼다. 중심에 돌을 놓았다.

본 연구 사례는 X년 10월 00일부터 X년+9개월간 총 30 회기의 상담 중 20회기의 모래작품을 만들면서 진행되었다. 내담자는 상담초반에 과성숙되어 모의 문제와 자신의 문제를 구분하지 못하고, 감정 표현이 되지 않았으며 자존감이 낮고 또래 관계 및 관계 맺기를 어려워하는 등의 주호소가 있었다.

그러나 30회기의 Sand-play Therapy 여정을 지나면서 자존감이 회복되고, 자신감을 갖고 또래 및 관계 맺기를 하며 감정을 언어로 표현하면서 자신이 갖고 있는 능력을 발휘해 나가는 모습을 볼 수 있었다. 이러한 내담자의 성장은 사후에 실시된 그림검사를 통해서도 느낄 수 있었다.



그림 1. 사전, 사후 그림검사(HTP, KFD)

사전 그림검사에서는 현 가족들 간의 문제 및 가족관계의 개선, 나이에 비한 과성숙, 제대로 자신의 능력을 펴지 못하고 자신감이 부족한 모습을 보이면서 민감하면서도 내재된 공격성을 보였다. 또한 자아상을 느끼게 하는 16세의 여자와 18세의 남자그림은 모두 모르는 사람들로 상반신만을 그렸다. 반면 사후 그림검사에서는 3층의 집에서 부모님을 모시고 사는 자신의 미래의 집으로 그림도 그리고 노래도 하면서 텃밭을 가꾸며 살 것이라고 한다. 숲 속에 있는 커다란 나무와

9살의 소녀가 놀고 있다. 9살의 소녀는 사람그림의 그 소녀로 지금 행복하다. 내담자는 9세에 왕따로 인한 상처가 있었다. 초기 또래 관계에서의 첫 상처가 되는 시기로 내려가 나무를 벗 삼아 놀고 있다. 자신의 부정적인 경험을 Sand-play Therapy를 통하여 치유해 나가는 느낌이다. 사전 그림검사에서는 모르는 16세의 여자를 상반신만 그렸다면 사후에서 전신을 다 그렸다. 9세의 어린 소녀이긴 해도 장난기 있고 해맑은 모습이 내담자의 타고난 본성을 느끼게 한다. 하지만 남자그림에서는 사전 검사와 마찬가지로 17세 남성의 상반신만을 그림으로 향후 내담자가 잡고 가야할 심리적 과제가 남아 있음을 보였다. 가족화에서는 사전 그림검사에서는 온가족이 함께 식사를 하나 상반신만을 그리고 모두 오른손만이 식탁위로 올라온 반면 사후에서는 현 가족과 비슷한 모습의 사람들이 함께 있다. 지금 뭔가를 하고 있는 것은 아니지만 미래를 위해 함께 나갈 것이라며 희망적인 메시지를 전한다. 부의 사건으로 인한 부정적인 영향에서 조금씩 회복되어가는 모습을 느끼게 한다.

이상으로 Sand-play Therapy의 전체적인 흐름과 사전 사후그림검사, 일상에서 느끼는 내담자의 표현 등을 통하여 볼 때 학교 및 또래관계의 어려움과 우울감, 자신의 감정과 요구를 제대로 표현하지 못하는 청소년에게 Sand-play Therapy가 자아를 강화시키고 자존감 회복에 효과적인 방법임을 재확인할 수 있었다.

## 논 의 및 결 론

본 사례는 9개월간 전체 30회기로 진행된 청소년의 사례연구이다. 사례연구의 내담자는 전체 회기에서 20개의 모래놀이 작품을 통해 내적인 성장을 보였다. 본 사례 연구를 통해 또래보다 과성숙한 면을 보이며 또래관계의 어려움과 자신의 감정을 억제시키며 지속적 우울감으로 자존감이 약한 청소년이 Sand-play Therapy'를 통해 자아강화 및 자존감을 회복해 가면서 또래다운 모습으로 자신의 능력을 발휘해 가는 모습을 볼 수 있었다.

전체 모래 상자의 흐름으로 볼 때 Kalf의 정신발달 3단계의 과정으로 살펴보았다. 제 1단계는 동식물의 단계(1회기-9회기)로 이 단계에서는 본능적이고 충동적인 생명의 움직임을 나타낸 것으로 보인다. 첫 작품에서 내담자는 중앙에 잔디를 심으면서 감정표현이 서툰 엘사와 동일시하였다. 2회기에서 두 개의 영역으로 나누고 부정적인 것과 긍정적인 것으로 대극을 표현한다. 3회에서 중앙의 천사를 중심으로 만다라를 만들고, 4회기에 부모의 긍정적인 측면과 부정적인 측면이 공존할 수 있다는 것을 인정하기 시작하였다. 5회기에선 자신의 양면적인 측면을 표현하면서 억압되어 있던 자신의 부정적인 감정을 표현하기 시작한다. 6회기에서 피아노는 1회기에 놓였던 위치를 이동을 하였고, 사회생활이 되는 학교생활 및 또래관계에서도 개선되어 간다. 7회기의 뱀은 아버지의 부정적면을 표현하였다. 변형하는

뱀의 모습은 내담자가 내적으로 성장하고 다음 단계로 가면 여정을 시작하는 것을 기대하게 한다. 8회기에 내담자는 하고 싶은 것, 갖고 싶은 것들을 꾸미며 청소녀다운 모습을 보이고 9회기에서 바다와 육지 동물들의 자유로움을 표현하였다.

10회기에서 15회기는 내담자가 자아와 자기 사이에 새로운 균형을 얻기 위한 다음 투쟁·갈등의 단계이다. 이 단계는 자아와 자기의 관계가 불안정하기 때문에 흔들리고 혼란스럽고 불안정하여 모래놀이 상자에서는 전쟁장면의 공격성이 표현되기도 하고, 자동차 경주, 동물들이 한쪽 방향으로 움직이는 등의 흐름이 나타나기도 한다. 지금까지는 움직임이 적은 동식물의 단계를 보았다면 10회기는 제대로 된 싸움 장소가 있는 투쟁의 단계를 보이며 심리적 움직임을 시작하면서 11회기 계단을 표현하며 평면적인 움직임이 아닌 위아래로의 내적움직임을 나타낸다. 12회기에서 화산을 놓으며 내적갈등을 표현한다. 내담자는 학교생활에서 부반장이 되어 리더십을 보이는 등 자기주장과 의견을 잘 표현하였다. 13회기에 “무섭다.”며 언어로만 표현했던 친구문제를 모래상자에 등장시키고 직면하는 성숙한 모습을 보인다. 부정적인 내용들이 있던 오른쪽 자리에 잔디와 꽃으로 표현하면서 긍정적으로 변화되어가는 모습을 보인다.

제 3단계인 통합의 단계(16회기-20회기)는 자아의 균열이 회복되며, 자아와 자기 사이에 새로운 관계가 생기는 단계로 현실적응의

단계라고도 한다. 또한 새로운 관계를 기초로 하여 새로운 사회성이 회복되며 증상은 해소되고 나이에 맞는 발달단계의 도달이 기대할 수 있는 단계이다. 또한 이 시기 모래놀이 작품에는 만다라 등의 정체성을 표현하는 작품이 나타나기도 한다. 15개의 모래놀이 작품을 통해 내적인 성장을 해온 내담자는 16회기에서는 밝고 즐거운 얼굴로 행복하게 춤추고 싶은 마음을 표현한다. 8회기에선 하고 싶은 것들을 쓰레기통에 넣으며 욕망을 억제했다면, 16회기는 모래상자 안에서 하고 싶은 것을 마음껏 하고 있다. 독수리처럼 무엇이든지 할 수 있을 것 같은 자신감이 느껴진다. 17회기에서는 부에 대한 안 좋은 경험을 검은 꽃으로 표현하면서 상처를 딛고 일어나면 강해질 것이라고 한다. 모의 입장보다는 딸로서의 감정을 표현하며 부와의 관계가 개선된 감을 느끼게 한다. 상담이 진행되면서 내담자는 학교에서 리더십 있는 모습을 보이며 학교성적도 많이 올라감도 많이 받았다. 단짝친구도 생기고 현실적으로 자신감도 많이 회복되면서 자아가 강화되고 자존감이 회복된 모습을 보였다. 18회기에서 내담자는 또래에 맞는 고민과 현실 문제를 고민하는 모습을 보인다. 19회기에 만다라를 만들며 내적중심을 끈고히 하더니 20회기에 현실의 이야기를 표현하며 미래를 받아들일 준비를 한다. 2회기에 어둠과 상처로 상징되었던 케르베로스가 20회기에선 미래에서 겪을 수도 있으나 이겨내야 할 어려움으로 변환되었다.

이상으로 본 사례 연구를 통해 ‘Sand-play Therapy’가 학교 및 또래관계의 어려움과 지속된 우울감, 감정표현의 어려움을 겪고 있는 청소년에게 임상적으로 효과적인 방법임을 재확인할 수 있었다.

### 참 고 문 헌

- 안운경, 광현정, 김중우, 임명호 (2017). 모래놀이치료가 청소년의 행동, 정서에 미치는 임상효과. 한국콘텐츠학회논문지, 17(12), 257-265.
- 岡田康伸 (1984). 箱庭療法の基礎. 誠心書房, 東京, 8-13.
- A. Dale, William J. Lyddon, M. (2000). Sandplay: A constructivist strategy for assessment and change. *Journal of Constructivist Psychology*, 13(2), 135-154.
- Goss, S., & Campbell, M. A. (2004). The value of sandplay as a therapeutic tool for school guidance counsellors. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 14(2), 211-220.
- Kalff, D. M. (1991). Introduction to sandplay therapy. *Journal of sandplay therapy*, 1(1), 1-4.
- Ruth Ammann. (2009). 응 심리학적 모래놀이치료 인격 발달의 창조적 방법 [Healing and Transformation in Sandplay: Creative Processes Made Visible]. (이유경 역). 서울: 분석심리학연구소. (원전은 1991에 출판).
- Shen, Y. P., & Armstrong, S. A. (2008). Impact of group sandtray therapy on the self-esteem of young adolescent girls. *The Journal for Specialists in Group Work*, 33(2), 118-137.

원고접수일: 2019년 11월 15일

논문심사일: 2019년 11월 19일

게재결정일: 2019년 12월 9일

# A Case Study of Middle School Girls' Sand Play Restoring Self-Esteem

Jin Kyung An

Department of counseling

Graduate School of Policy and Business Administration

Dankook university

This study is a case of 'Sand-play Therapy' of a 15-year-old girl who shows over-maturity for her age and suppresses her emotions. The client of this case study is a female student in the second year of junior high school (14 years old). In this study, researcher looked at the flow of sandboxes as Kalff's three phases: animals and plants, struggle and conflict, and integration (reality adaptation). 30 sessions of counseling were held once a week for 50 minutes once a week from October 00, X to +9 months. 5 sessions of initial interview and psychological tests, 5 sessions of language consultation, we had 20 sessions of Sand play Therapy, In the three-step flow, the client showed her peer-like appearance through Sand-play Therapy, expressing his needs and arguments without suppressing them, and growing to begin to show excellent ability in school. These findings suggest that 'Sand-play Therapy' is clinically effective for children and adolescents.

*Key words: Kalff's mental development, Sand play Therapy*

부 록



1회기



2회기



3회기



4회기



5회기



6회기



7회기



8회기



9회기



10회기



11회기



12회기



13회기



14회기



15회기



16회기



17회기



18회기



19회기



20회기



# A Case Study of Middle School Girls' Sand Play Restoring Self-Esteem

Jin-Kyung An

Department of counseling, Graduate school of Policy and Business  
Administration, Dankook University

This study is a case of 'Sandplay Therapy' of a 15-year-old girl who shows over-maturity for her age and suppresses her emotions. The client of this case study is a female student in the second year of junior high school (14 years old). In this study, researcher looked at the flow of sandboxes as Kalf's three phases: animals and plants, struggle and conflict, and integration (reality adaptation).

30 sessions of counseling were held once a week for 50 minutes once a week from October 00, X to +9 months. 5 sessions of initial interview and psychological tests, 5 sessions of language consultation, we had 20 sessions of Sand play Therapy, In the three-step flow, the client showed her peer-like appearance through Sand-play Therapy, expressing his needs and arguments without suppressing them, and growing to begin to show excellent ability in school. These findings suggest that 'Sand-play Therapy' is clinically effective for children and adolescents.

*Key words: Kalf's mental development, Sandplay therapy*

Sand play therapy gives children the power to cope with problems in real life by reproducing them in a non-threatening way through a method called symbolism (Goss & Campbell, 2004). Through these symbolic plays, children take their problems safely in a way that is metaphorically, symbolic, or narrative, and embody and deal with them (Dale & Lyddon, 2000). There is a prior study that sand play therapy has clinical effects on emotional and behavioral factors not only for children but also for teenagers (An, 2017; Shen, 2008).

Kalff confirmed that the self-development stage presented by Neumann appeared in the treatment of sand play and assumed (1) the animal and plants stage, (2) the stage of struggle and conflict, and (3) the stage of integration. Kalff recognized the fact that sand play therapy, whether children or adults, continues to communicate with unconsciousness in practice and represents a series of sand play works. Kalff saw that with the development of reason and character, a series of whole mental processes were possible with work in sandboxes. Sand plays can be particularly well applied to people with early childhood difficulties, adult and child alike. Because the play can guide them to touch the deep inner layers of early infancy in a nonverbal, creative and playful way (Ammann, 2009). The

mother-to-son relationship between the counselee and the counselor increases the effectiveness of sand play therapy with the autonomous force of the inner unconsciousness of the physician (Kalff, 1991).

In this case, the counselee was more mature than her age, and when she heard his father's negative incident, she felt the mother's position rather than as daughter. She also showed signs of depression or deep emotion as she could not express her feelings while having difficulty in relationships among her peers. This aspect of the counselee was more powerful than that of the family and friends around her, not knowing what she felt, and not being able to live up to her or herself as a teenager. This study aims to examine the process of self-strengthening and self-esteem recovery through sand play therapy based on Kalff's three stages of mental development.

## Method

History of counselee and sandplay procedure

The counselee in the case study is the eldest daughter of one son and one daughter, and she is attending a middle school (14 years old) at the time of request. A school counselor reported that she does not properly express her

feelings and desires and has a deep depression and weak self-esteem. Also, she is having difficulties in school life and peer relations, and recently reported severe hurt by her father, and requested counseling at a professional counseling center outside the school.

On the first day of the consultation, the counselee wore school sportswear pants and a white t-shirt, without tying her long-bobbed hair, and looked easy-going. Cleanliness was good, but I didn't feel like she was dressed up when she went out. In addition, she was taller and bigger than her peers, which made her look neutral at first time. The eye contact of the counselee was natural, but it made her feel more like a sister than a mother and a daughter. "It's all right," she said in a formal manner, without expression on his face, without emotion. "I'll do it if my mother wants. Does my mom do it, too?" She said, showing more concern for her mother than herself. She seemed to have no confidence and looked more depressed than cheerful mood.

At the time of the request, the counselee was suffering from peer-to-peer difficulties at school, a lot of contraction, and a drop in self-esteem. She also finds it difficult to express her feelings in language and says, "I don't think the house will be as comfortable as it used to be.", "Daddy

doesn't change.", "I don't feel the need for counseling" she said. The counselee said that she had been bullied by her friends for six months when she was in the second grade of elementary school, and she suffered a lot from bullying by her friends, such as being asked to leave her peer group directly for reasons because the counselee did not wear a skirt. A few days before the request, she found out that her father had been meeting with another woman for a long time, not her mother, and was hurt and shocked emotionally by her father's inappropriate behavior such as sending naughty pictures for a long term with another woman.

According to her mother's report, she was born with natural childbirth, grew up healthy but began suffering from asthma at age 3, so she visited pediatrics and oriental medicine almost every two days until age 8. Her grandparents lived together from 1 to 6 years old, took care of children. The family moved to work at the age of 7, and her parents have lived as weekend couples until now, and during the week, her mother, the counselee and younger brother live together. The father of the counselee was a very reliable father to her family, helping them with household tasks such as washing dishes, cleaning, and cooking, as he had good social skills, delicate and caring aspects. Since her brother's birth, the father has been

caring for his wife and sleeping with the counselee, and she has maintained a closer relationship with his father than his mother. Often, the counselee used to ask, "Is there anyone else who loves her daughter like my father?" "I'll marry someone who is sweet and attentive to the family like my father." She was so close to her father. The mother is a teacher who is proud of her job and has a great sense of pride and responsibility for her job, but she lacks subtlety such as appearance, decorating food, and decorating the house smoothly. The mother said she talks a lot with her daughter but usually about her grades. She often uses a brave way of speaking rather than a friendly way of speaking. In many cases, the counselee had difficulty asking the mother what she wanted, and did not attempt to make the request herself with the prejudice that she would not accept the request. "People who work with me are usually scary," she said. "I'm afraid of what my friends will say when I'm not around. "I don't know what's inside," and "The most disadvantageous thing about being a woman is that relationships are too difficult". This shows the difficulty and failure of relationships between school and peers. Also, "Men are lucky. Because they live their own way". It seems that the recent issue about her father was a great wound to her, with

expressions such as less emotional and "My family looks warm compared to other families, but not that warm." Also, in relation to her mother, she replied, "Mom and I have lived together, but we don't know much about each other". It shows that the counselee does not feel comfortable with her mother and share her feelings such the affection between mother and daughter.

Four family members live in the painting test. The counselee said that the atmosphere is not that bad, and the house is sold later. So, there is no problem with the structure of the house, but it seems that there is a need for improvement in family relations and problems among the current family members. In addition, the counselee said that the 70-year-old cherry blossom tree is healthy but has a wish to bear fruit, and this tree would be used later as a material. It seems that the counselee is not fully capable of performing her ability despite her age, and shows the inherent aggressiveness. Overpainting at home and in trees shows a lack of confidence and the possibility of failing to make her demands and arguments on time. It also shows the possibility of feeling sensitive or sensitive to external stimuli by painting houses and trees more sensitively on the right side. The paintings of 16-year-old

woman and 18-year-old man were painted only on the upper body by strangers. It also shows the characteristics of an adolescent girl, but at the same time makes me wonder if her father's case negatively affected her. As sand play therapy begins, she said that she wants to be more confident, and hopes her self-esteem will increase. As the consultation progresses, we hope that the sand play therapy can overcome the difficulties, depression, and disappointment of the school and peer relationship that the counselee is experiencing, and grow by properly expressing her feelings and demands to the mother. From October 00, X years + 9 months, a total of 30 sessions of consultation were conducted once a week with 50 minutes. Five times of Initial counseling and pre-post psychological test, five times of language counseling, and 20 rounds of sand works were made. Based on the flow of the entire sandbox, we looked over it in Kalff's three-step process. The stages of plants and animals (1st and 9th sessions), the stages of struggle and conflict (10th and 15th sessions), and the stages of integration (reality adaptation) (20 sessions). In the flow of this three-step, the counselee looked like the same age group from a mature appearance through sand play therapy, understanding the relationship between

mother and father, and growing up in school, not suppressing her demands and claims, while smoothing her peer relationships. This could be assumed to be clinically therapeutic for children and adolescents.

## Results

1. The stage of animals and plants  
(Session 1-9)

Session 1. Human

♣First prop : Elsa ♣Last prop : Red stone

Anna (right-middle) is pretty and bright on the outside, but she doesn't care about others. I never want to be. Elsa (middle-left) is alone in the Ice Palace for fear of damaging others with her ability to freeze them when touched. "Elsa is not good at expressing emotions. Just like I am. I let her play the piano so that she can feel at ease," she said, starting her first work with wet sand. The counselee tells the story of the personality she wants to resemble by putting a figure from the Frozen. From the first work, Elsa, who is not good at expressing emotions, appears as a self-portrait, expressing a sense of psychological atrophy and a lack of elasticity as if she were trapped in an ice palace. On the other hand, she

prepares to melt her ice-like emotions by letting go of the piano so that Elsa can express her feelings.

### Session 2. Genie

♣First prop : Kerberos ♣Last prop : Beads

"The Pegasus on the left is an expression of my dreams and hopes of 'helping, sharing and living'. Kerberos on the right is a child who is a volunteer teacher (Snow White), a hidden pain, and a wound. I thought of my mom a lot while making it. There seems to be a lot of pain that even my mom can't tell me." The first piece expresses me who wants to resemble the grass in the center and me who doesn't. In the second piece, it is clearly divided into two areas around the flower fence. Kerberos of negative darkness and wounds on the right, positive volunteer work on the left, and Pegasus, which is enjoyed and eaten by peers are contrasting. It is also seen as a well-balanced work that expresses difficulties in reality. The teacher's miscarriage is "death," which could be a bigger shock to the counselee than her father's work. Crying while talking about a miscarriage is seen as a work that goes hand in hand with the healing of wounds received by her father.

### Session 3. Mother

♣First prop : Piano ♣Last prop : Alcohol bottle

"One of my favorite boy band members has left. I cry because I'm upset, but my mom doesn't understand me at all. An angel is an expression that I want my mother to be free. When I was young, I hated my mom who wouldn't let me play, but now I feel sorry for her. But my father is scared. My father is an ideal man in some ways, but it's scary when he starts to drink a lot and obsess over something." The mandala appears around the central angel. Ogada said, this is not a mandala with an uneasy feeling, but rather a mandala with a clear expression of the center of growth." The counselee describes her mother as stubborn, hateful, and poor mother who is beaten by her father. On the other hand, the counselee describes her father as idealistic but scary. It is assumed that how to accept and solve both sides of the father and mother is related to the inner growth of the counselee.

Session 4. It's not just what it looks like

♣First prop : Prison ♣Last prop : Chinese dolls

"I've never beaten my mother in arguments. I felt as if I were in prison.

My mom was like a Superman since she should take care of her work at school, housework, and childcare. Mom was always busy getting ready for work, taking care of us from the morning, but dad went to work well at ease. My dad bought me delicious food and gave me pocket money well. So, when I was young, I felt more comfortable with my dad. But it's useless to break faith. Volcanoes mean broken faith."

The counselee begins to psychologically acknowledge that the parents' images coexist in both positive and negative ways. The power to see both positivity and negativity with the eyes of teenagers, not children's eyes. So, the counselee begins to understand her mother, finding out that her mother has been doing all the housework while her father's gone.

#### Session 5. Time

♣First prop : Dinosaur ♣Last prop :  
Grass

"Those who are good at time are as great and grand as the dinosaurs on the left, and those who are not good at time are as impoverished and hopeless as those on the right. I'm included on the right." This expresses ideal 'I' and hopeless 'I'. In the fifth session, the counselee, who began to see both sides of his parents, expresses the

ambivalent aspects of her inner self. She expresses negative feelings for the first time. She has the power to elicit and accept her negative feelings. The hourglass comes out and the title is time. I feel like she's going back to her age group over time.

#### Session 6. Hope

♣First prop : Indian tent ♣Last prop :  
Character with blue hat

"Today I expressed what I wanted to do. I want to lie down on the grass and watch stars fall at night, eat ramen of different kinds, and enjoy traveling abroad. I want to live with music and playing later." Basically, this expressed that she was getting better. The counselee goes to the positive side through music. Dancing, singing, and being cheerful while letting go of Tinkerbell makes you feel like her age.

#### Session 7. Dream

♣First prop : Joker ♣Last prop :  
Snake

She's making a work, saying it's a dream she had yesterday. "There were a few male teachers at the basement door of the school cafeteria. A teacher came after me. I ran away in fear. Then I looked up at the sky, and the blue sky was as dark as black cellophane. Snakes represent the black

sky. I awoke from my dream, but somehow I felt unfair, sad, and I wanted to cry." She expresses the black sky with snakes while describing dreams. It's a sudden and embarrassing feeling. Ogada said that it seems that the counselee, who lived in a clean place and was forced to see the mess due to his father's erotic and dishonest act, expressed something negative and sexual. Snakes make the counselee feel the healing process of finding herself (identity) as she passes puberty within herself.

#### Session 8. Greed

♣First prop : Piano ♣Last prop : Columns of temple

"I want to buy more clothes or cosmetics. I'm learning how to play drums, but I want to learn more about other instruments. I want to buy my favorite album and go to a concert. But I can't do everything I want because it costs a lot. Mom doesn't spend money for herself. Good food is only for family. It's not that she didn't buy me anything, but I hope that I don't have this kind of greed because I feel guilty and walking on eggshells. There is no genie in the lamp in the world." It can be seen positively that teenagers want to do and have many things they want. However, the counselee expresses her mind negatively, saying that she is

greedy and should give up. At school, the counselee who always showed only good sides of herself expresses negative aspects such as greed in a sandbox. There seems to be the power to express bad things.

#### Session 9. Freedom

♣First prop : Balaenoptera musculus  
♣Last prop : Flower

"I want to be free like a whale in the sea and an eagle on the ground. The atmosphere in the sandbox is blue, clear, free, and hopeful. I'm afraid of my friends. It's so scary to see my friends gathering and cursing right away even though I'm doing well. I don't know how to live."

The sea whale, the eagle on the tree, and the turtle on land are impressive. It seems that she has turned the corner. It's a work that looks comfortable and free.

#### 2. stage of struggle and conflict (Session 10–15)

#### Session 10. The invisible war

♣First prop : Yellow soldier ♣Last prop : Boat

"It's a war. It's just fighting. It's a neck-and-neck fight. It's not a real war, it's at home. Mom has many wounds and is tired. She's trying to



solve it with my dad, but he only defends. I'm annoyed by my dad's shameless. I feel sorry for my mom. "

The title is the invisible war. In the meantime, the counselee made a sandbox and talked a lot. While there seems that animals and plants with little movement have been shown, in this 10th session, it shows the stage of struggle with the right place for fighting, and it will make the atmosphere of transition.

#### Session 11. Stairs

♣First prop : Independence gate ♣

Last prop : Macro

"It's a staircase. It means you step on your own path. It's just different where people are, but they're all the same people. There is high and low in stairs, and it makes me feel movement in a certain sense. The mermaid reminds me of a picture test by the counselee who failed to draw the lower body in a human painting.

#### Session 12. Internal conflict

♣First prop : Bed ♣Last prop : Panda bamboo

"Even when I'm lying down and using my cell phone, I think of the phrase, 'I dream when I sleep, but if I don't sleep, I can achieve my dream.' I care a lot about people's eyes. I didn't do

anything wrong, but I don't like to avoid and run away. I envy those who have courage.

Volcanoes seem to express internal conflicts within herself. The counselee is quiet and calm, but in contrast, she expresses her inner movement under the theme of conflict. The border around the volcano seems to reflect the cautious nature of the counselee.

#### Session 13. Garbage

♣First prop : Queen ♣Last prop : An ordinary girl

"With the president at the center of the irresponsible president, the fierce competition between the unemployed, the blacklisting, the homeless, and the ordinary. It's too hard for students to get into a good university even if they study like crazy. She became a vice president when she became her third-year in middle school. These days, I don't care about my friends and I don't even notice them. "

As the new school year begins, she is also a vice president and a good captain at her school. Even in peer-to-peer relationships, she seems to be growing up as an independent individual in an atmosphere where she tries to revive her individuality without walking on eggshell around her friends.

#### Session 14. The nature of friends

♣First prop : A female student ♣Last prop : A statue of Moai

"They are the scariest kids who openly swear and vent their anger at their children, the child who tries to do whatever he wants, the child who is showy but doesn't know what's inside, who is good at the front but curses at the back." I can't trust my friends. My friends are scary, and I can't even play around."

In the ninth session, the counselee expressed the friend problem, which was expressed only in language, saying, "Friends are scary." However, in the 14th session, the counselee carefully expressed it into sandboxes, carefully classifying it into sandboxes. She seems to gain insight. The appearance of the counselee shows that she is internally centered without being influenced or captivated by the reactions of her friends.

Session 15. Turn your eyes and look at the world

♣First prop : Shark ♣Last prop : A female artist

"I don't have conversations with my friends, and I only use my smartphone during volunteer work. Without a smartphone, you will be able to read a lot of books, like the top of the box, and you will have more space for

volunteer work, exercise and painting.

The class president can't lead the class, but when I talk, the children listen. I think I have leadership. I made a presentation at the contest. I received an award and I realized that I've had this kind of ability". The upper right-hand corner appears to be positively transforming the negative.

3. The stage of Integration : Real adaption (Session 16-20)

Session 16. The test has finished. I've done very well

"I've done very well on the test, and I think I feel like flying like an eagle. I'm so happy that I can even dance. I'm acting strange these days. Should I say that I'm proud of myself looking in the mirror? Looking at my friends, I thought, 'I'll do better than them. I feel like 'I'm better'." Like her peers, she wore short school skirts and a little makeup on her face. Express her desire to dance happily with a bright, joyful face. It's not a heavy story between parents, it's just like a teenager.

Session 17. Lucky

♣First prop : Table ♣Last prop : Flower(center)

"I think I have good natural abilities

such as studying, art and P.T. She also took seventh place in the midterms and won a prize in a science competition. My dad really adores me. But I think I was so lucky that I was sensitive to small things. I think that bad experiences can be learned over time". Black flowers express a bad experience of father. She says, she gets stronger when she wakes up from a wound and expresses her feelings as a daughter, not a mother-like expression of emotion, saying that she was "too sensitive to little things." It shows that the relationship with her father is improving a lot.

As the counseling proceeds, the counselee shows leadership at school, studies hard, and wins many awards at various competitions. Also, her confidence has recovered a lot in reality, as she has a best friend to share her feelings with. The school counselor says that the counselee shows no signs of depression or intimidation.

#### Session 18. Cage

♣First prop : A schoolgirl in a school uniform ♣Last prop : coffee machine

"This is the way our nation's students should go. The barrier is high and endless. Students study all day long, not sleeping and not eating well. I enjoy my hobby vicariously with my

cell phone. It's like a bird trapped in a cage. In the 11th session, it seems the movement of stairs, and it appears the movement to the right in the 18th session. A schoolgirl in a uniform of her age stands in front of a book. It seems that she has made the way forward.

#### Session 19. Dream and reality

♣First prop : Santa ♣Last prop : Cell phone

"I told my parents that I wanted to go to Europe for my winter vacation and they gave me permission. I applied for all the applications by myself. When I was young, I was happy to believe that Santa or the spaceship was really there. An hourglass is a passing time. It's a waste of time. I want to get along well with my friends and help many people. People were directed outwards so that they could learn and experience more. The world is wide."

#### Session 20. Untitled

♣First prop : A girl with a yellow hat  
♣Last prop : Beads

"These days I've been feeling a lot better overall. It seems to have become positive and comfortable. Keroboros expressed her acceptance of difficult situations in the future. (Second Kerberos came out of darkness and wounds.) Stones and beads can be

people around or things that happen in life. Overall, it's an upbeat mood. “

she expresses joyfully to take charge of her situation, her age. After making mandarins in the 19th session, the 20th session expresses the story of reality and prepares to accept the future. Keroboros, which was symbolized by darkness and wounds in the second, was transformed into difficulties to be accepted in the future in the 20th. The power to convert and accept darkness and wounds has been created. A stone was placed in the center.

This study was conducted by making 20 sand pieces out of a total of 30 sessions of consultation for X years+9 months beginning October 00, X. At the beginning of the consultation, the counselee was too mature to distinguish her problems from her mother's, and she was not able to express feelings, and had low self-esteem and difficulty in establishing relationship. However, after the 30th Sand Play Therapy, I was able to see her self-esteem recover, and she has confidence. Also, she has relationships with her peers, and expresses her emotions in words to express her ability. The growth of the counselee is also shown through post-mortem pictorial tests.

Pre-picture tests showed sensitive and inherent aggression as it showed problems and improved family

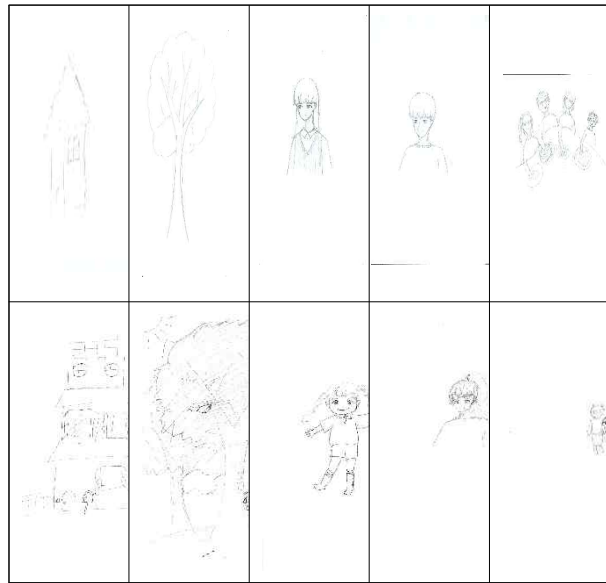


Figure 1. Pre-Post drawing test(HTP, KFD)

relationships among current families, over-maturity for her age, and poor self-confidence. Also, paintings of 16-year-old women and 18-year-old men, both of whom were unknown, painted only the upper body. On the other hand, the post-picture examination showed that she will live in her future home, where she lives with her parents from the third floor, while drawing and singing. A large tree in the forest and a nine-year-old girl are playing. The nine-year-old girl is happy now as the girl in the human painting. The counselee had a scar from bullying at the age of nine. This is the first stage of her early peer relationship, and it shows that she is playing with trees. It seems that she is recovering her negative experiences through sand play therapy. In the pre-picture examination, there was a

16-year-old woman who had only painted her upper body, but she has her entire body painted after post-picture examination. Although she is a 9-year-old young girl, her playful and innocent appearance makes her feel the innate nature of her host. In the men's painting, however, only the upper body of a 17-year-old man is depicted, just like a preliminary examination, and the psychological task remains for the counselee to take. In the family painting, in the pre-picture examination, the whole family eats together, but only the upper body and right hand all come up to the table, while in the post-picture examination, there are people who look similar to the current family. She's not doing anything right now, but it is sending a hopeful message, saying, "We'll go together for the future." It seems that she is gradually recovering from the negative effects of the issue with her father.

Above all, through the overall flow of the sand play therapy, the pre and post-picture examinations, and the expressions of the counselee in everyday life, we were able to reaffirm that the sand play therapy is an effective way to strengthen self-esteem and restore self-esteem for teenagers who are unable to properly express their feelings and demands.

## Discussion

This case study of teenagers conducted for nine months in a total of 30 sessions. The case study showed internal growth through 20 sand play works in the entire session. Through this case study, we could see teenagers who are more mature than their peers, who suppress their feelings and difficulties in peer relationships, and who have weak self-esteem through constant depression, regaining self-strengthening and self-esteem through the sand play therapy, showing their abilities as peers.

Based on the flow of the entire sandbox, we looked at Kalf's three stages of mental development. The first stage is the stage of animals and plants (session 1 to 9), which appears to indicate instinctive and impulsive life movements at this stage. In the first work, the counselee planted the grass in the center, equating it with Elsa, who is not good at expressing emotions. It was divided into two areas in the second session and expressed contrastively as negative and positive. In the third episode, she began to create mandarins centered on the central angel, and to admit that the positive and negative aspects of parents could coexist in the fourth session. In the fifth session, she begins to express

her uncertain feelings, expressing her pent-up negative feelings. In the sixth session, the counselee change a position of the piano located in the first session, and it showed improvement in the school life and peer relationship that became a social life. In the seventh session, the snake expressed her father's negative side. The shape of the transforming snake makes the counselee expect to grow internally and begin her journey to the next stage. In the 8th session, the counselee displayed an appearance like a teenager, decorating what she wanted and what she wanted to have, and expressed the freedom of sea and land animals in the 9th session.

The 10th to 15th sessions are the next stage of struggle and conflict for the counselee to achieve a new balance inside her. This stage is shaky, confused, and unstable because of the unstable relationship inside her, and the sandbox expresses the aggressiveness of the war scene, and the flow of racing and animals moving in one direction. So far, there has been a stage for animals and plants with little movement. At the same time, the 10th session shows a stage of struggle with a proper place for fighting, and the 11th session expresses the steps of the 11th session, indicating that it is an inner movement up and down, not a flat movement. In the 12th session, the

volcano is placed, expressing internal conflict. The counselee expressed her opinion well, such as being the vice president of the school and showing leadership. In the 13th episode, she showed mature appearance in the sandbox where she faced the problem of her friend, which she had expressed only in language, saying, "It's scary." On the right side, where there were negative contents, the grass and flowers were expressed, showing a positive change.

The stage of integration is the stage where the cracks in the self are restored, and a new relationship is created, also called the stage of adaptation to reality. Also, based on the new stage, new sociality is restored, symptoms are resolved, and age-appropriate development steps can be expected. Also, sand play works during this period show the identity of mandala. The counselee who has grown internally through 15 sand play works expresses her desire to dance happily with a bright, joyful face in the 16th episode. In the eighth session, she expressed what she wants into the trash can and suppressed her desire. In the 16th session, she expressed what she wanted to do in the sandbox. Like an eagle, she felt confident that she can do anything. In the 17th session, she expressed her bad experience with black flowers, saying that she would be

strong if she got up against the wound. Rather than the mother's position, she expresses her feelings as a daughter, making her relationship with her father feel improved. As the consultation was conducted, the counselee showed leadership at the school and received many awards for her high school performance. As she became close friends and gained a lot of confidence in reality, she strengthened herself and recovered her self-esteem. In the 18th session, the counselee appeared worried about problems that are appropriate for her peers and problems with reality. She made mandaras in the 19th episode, stiffening her inner self-centeredness, and in the 20th episode, she expresses the story of reality and prepares to accept the future. Kerberos, who was symbolized by darkness and wounds in the second, may experience the future in the 20th, but has been transformed into a challenge to overcome.

This case study confirmed that sand play therapy is a clinically effective method for teenagers suffering from difficulties in school and peer relationships, persistent depression and emotional expression.

## Reference

안운경, 곽현정, 김종우, 임명호 (2017).  
모래놀이치료가 청소년의 행동, 정서에

미치는 임상효과. 한국콘텐츠학회논문지, 17(12), 257-265.

岡田康伸 (1984). 箱庭療法の基礎. 誠心書房, 東京, 8-13.

A. Dale, William J. Lyddon, M. (2000). Sandplay: A constructivist strategy for assessment and change. *Journal of Constructivist Psychology*, 13(2), 135-154.

Goss, S., & Campbell, M. A. (2004). The value of sandplay as a therapeutic tool for school guidance counsellors. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 14(2), 211-220.

Kalff, D. M. (1991). Introduction to sandplay therapy. *Journal of sandplay therapy*, 1(1), 1-4.

Ruth Ammann. (2009). *움 심리학적 모래놀이치료 인격 발달의 창조적 방법 [Healing and Transformation in Sandplay: Creative Processes Made Visible]*. (이유경 역). 서울: 분석심리학연구소. (원전은 1991에 출판).

Shen, Y. P., & Armstrong, S. A. (2008). Impact of group sandtray therapy on the self-esteem of young adolescent girls. *The Journal for Specialists in Group Work*, 33(2), 118-137.

## Appendices



Session 1



Session 2



Session 3



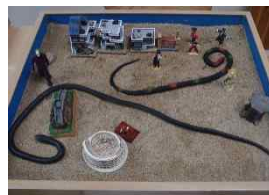
Session 4



Session 5



Session 6



Session 7



Session 8



Session 9



Session 10



Session 11



Session 12



Session 13



Session 14



Session 15



Session 16



Session 17



Session 18



Session 19



Session 20