

# ‘자아상’을 구축해 가는 여중생의 사례연구 : 모래상자에서의 손의 작업을 중심으로

지 의 신<sup>†</sup>  
행복나무상담센터  
센터장

본 연구는 모래놀이 사례 연구로 내담자는 13세 여자 중학생이다. 정서불안으로 여러 종류의 틱 증상을 보였다. 또한 일상생활과 학교생활에서 또래 및 관계문제를 보여왔었다. 본 사례연구는 내담자가 모래놀이치료를 통해 내담자의 자기치유력이 회복과 긍정적 자아상 형성에 어떠한 효과를 보이는지 살펴보고자 하였다. 또한 모래놀이치료 과정에 내담자가 손을 통한 모래 접촉이 내담자의 정서에 어떠한 영향을 미치는지를 임상상황에서 살펴보고자 하였다. 사례연구 결과 모래놀이치료의 작업을 통해 틱 증상이 줄어들었으며 학교생활에서도 적응하는 모습을 보였다. 또한 손을 통한 모래 접촉은 내담자의 긴장을 완화시키는 모습을 보였으며 감정의 전환을 갖고 왔다. 이를 통해 모래놀이치료가 내담자의 자기치유력을 회복하는데 도움이 되며, 긍정적인 자아상이 형성되어 갈 수 있도록 도움을 주는 효과가 있음을 알 수 있었다.

주요어: 손과 모래의 접촉, 자기치유력

---

<sup>†</sup> 교신저자(Corresponding author) : 지의신, (32235) 충청남도 홍성군 홍성읍 문화로 80번길 59, 행복나무상담센터, Tel : 010-5420-6628, E-mail : gi7739@hanmail.net

‘모래놀이치료’는 자기체험과 심리치료의 방법으로 Kalff가 Jung의 분석심리와 M. Loewenfeld의 세계기법과 동양의 명상을 근간으로 창시한 기법이다(Kalff, 2012). 하야오(2000)는 칼프의 작업실에서 모래상자를 제작했던 기억을 회상하며 모래놀이치료가 ‘언어’가 아닌 비언어적인 의사소통의 방법으로 보호된 공간에서 완전한 자유를 누리며 ‘자기치유력’이 적절히 작용하면서 치유가 일어나는 기법이라고 하였다.

Roh와 Whang(1998)에 따르면 모래놀이치료는 손으로 모래의 감촉을 통해 자신의 감정과 느낌 등을 자유롭게 표현함으로써 스스로 문제를 해결해 나갈 수 있는 능력을 갖게 된다고 하였다. 또한 모래놀이치료는 무의식의 깊은 곳에 있는 스스로 치유하려는 힘이 작동을 시작할 수 있도록 한다고 하였다(유수연, 2015). Boik과 Goodwin(2000)도 모래놀이는 우리의 무의식의 타고난 치유의 힘을 활성화시켜준다(심희옥, 2011에서 재인용)고 보았다.

야마나카 야스히로와 김유숙(2005)은 모래놀이치료는 자기치유력을 활성화시켜 아동 스스로 치유하는 것으로 모래상자에서 내면의 무의식적인 심상과 직면하는 것을 통하여 자연스럽게 자기치유력이 스스로 활성화되도록 돕는다고 하였다.

Jung은 꿈의 내용과 같은 정신적 맥락을 분명히 하는 것은 어려운 일이지만 분명하지 않은 내용을 눈에 보이는 현상으로 드러나도록 하는 것이 필요한데, 종종 ‘손’이 그 비밀을 어떻게 풀어야 하는지 알고 있다고 하였다(Ammann, 2009).

Jung(2007)은 자신의 인생 후반기에 장애에 부딪히며 자신을 안정시킬 필요를 느낄 때마다 그림을 그리거나 돌을 다루고 접촉함

으로써 도움을 얻었다고 한다.

손은 때로 비밀을 드러내며 말보다 더 분명히 말하며 사물을 접촉하는 때는 정서적 반응과 깊은 관계가 있다고 한다. 손의 움직임은 뇌기능과 밀접한 관계가 있다(김경, 권대규, 홍철윤, 김남균, 2004).

모래는 손과의 접촉이 많은 심리치료기법이다. 손으로 느낀 촉감은 뇌로 전달되어 ‘감정의 뇌’라고 불리는 변연계(limbic system)로 연결되면서 기억과 감정, 공포(fear), 불안(anxiety)에 영향을 미친다고 한다(장래혁, 김성진, 최유리, 2007; 한국뇌과학연구원 편집부, 2013) 임상현장에서 손끝과 손바닥, 손등, 때론 팔뚝을 모래 속에 넣어 모래의 촉감을 느끼는 내담자들을 자주 만날 수 있다. 모래와 물을 섞어 젖은 모래를 만들고, 작업하는 과정에서 손과 모래의 접촉은 더욱 더 많아진다(안진경, 2019; 이혜경, 2019). 이러한 모래작업은 손의 촉감을 손끝까지 느끼며 다시 온몸으로 그 느낌이 전해지는 과정을 갖게 된다. 이 과정은 손을 통한 모래의 접촉이 뇌와 감정 및 신체에 영향을 미치며 부정적인 감정과 왜곡된 기억, 상처(Trauma) 회복에 긍정적 영향을 미칠 것으로 추측할 수 있다.

용은 꿈의 내용과 같은 정신적 맥락을 분명히 하는 것은 어려운 일이지만 분명하지 않은 내용을 눈에 보이는 현상으로 드러나도록 하는 것이 필요한데, 종종 ‘손’이 그 비밀을 어떻게 풀어야 하는지 알고 있다고 하였다(Ammann, 2009).

자아상이란 한 개인의 특수화된 지각에 관련된 자아 태도의 집합이며(이정은, 1998에서 재인용), 한 개인의 생활 전반에 걸친 경험 속에서 스스로에 대한 생각과 느낌이 어우러진 총체로 자기 자신을 어떻게 보는가

하는 것이라 하였다(류은주, 2019에서 재인용). 가정폭력을 경험한 청소년의 자아상에 관한 연구에서 Erikson은 자아정체감 형성에 커다란 영향을 미치는 요소가 자아상이라 하였다(최태산, 공종례, 2010에서 재인용).

청소년기는 자아상이 확립되는 중요한 시기로 청소년기에 형성된 자아상은 학교생활 및 친구관계를 극복하는 원동력이 되므로 긍정적인 자아 형성이 매우 중요하다고 한다. 또한 부정적 자아상을 가진 개인은 열등감을 갖게 되고 불안한 심리적 상태와 불안정한 성격을 형성하게 되어 부적응 행동을 하게 된다고 한다(이춘재, 광금순, 1994; 손선영, 2002에서 재인용).

본 사례연구의 내담자는 13세 중학생인 여학생으로 정서불안정으로 여러 종류의 틱 증상을 보이며 일상생활과 학교생활에서 또래 및 관계문제를 보였던 13세 여학생으로 모래를 많이 만지고 비언어적으로 표현하며 자기치유력(Self의 힘)이 회복되면서 틱 증상이 줄어들고 긍정적인 자아상을 형성해 현실에 적응해 가는 과정을 모래놀이 작품을 통해 알아보려고 한다.

## 방 법

### 연구대상(현병력 및 과거력)

본 연구는 중학교 1학년(만13세)에 재학 중인 여학생의 사례연구이다. 내담자는 7세부터 신경안정제와 틱에 대한 약물을 처방받아 지속적으로 복용하던 중 야뇨증 및 당뇨에 대한 약물을 추가되어 복용하고 있는 상태다. 내담자는 학교생활 적응에 어려움을 보였는데 종종 4교시 시작할 때 등교를 하거나 잤은 결석으로 또래 및 교우관계에서도

어려움을 보여 담임교사에 의해 청소년상담복지센터에 상담을 의뢰하였다.

### 내담자의 인상

내담자의 첫인상은 체구가 크고 비만도가 높은 편이었으며 긴 머리에 두꺼운 안경을 쓰고 옷차림은 티셔츠와 운동복 바지 차림의 편안한 복장으로 내방하였다. 첫 상담에서 내담자는 “상담받는 것을 좋아한다”며 적극적인 모습을 보였다. 내담자는 팔뚝 안쪽을 피가 나게 긁는 자해를 하고 있어 의뢰 당시 팔뚝 안쪽이 검은색으로 착색되어 자해가 지속적으로 이루어졌을 것으로 예상되었다. 또한 상담 진행 중 손가락을 폼다 접었다 하고 고개 돌리기, 고개 젓히기, 눈 만지기 등으로 부산스러운 분위기로 여러 종류의 틱 증상을 보였다. 게다가 틱 증상 사이에는 팔오금을 손톱으로 심하게 긁는 등 집중에 어려운 모습을 보였다. 사전 검사 도중 “학교에서 친구들과 관심사가 달라 같이 어울리기 힘들다”, “밥 먹을 때 나를 피해서 먹는 것 같다” 등 평소 교우관계에서 느꼈던 서운함과 외로움을 표현하고 있어 학교부적응으로 인한 심리적 소외와 피해의식이 있음을 느끼게 하였다.

### 가족력

모의 보고에 의하면 모와 부가 각각 36세와 34세 일 때 연애 결혼하였고 첫 임신을 했을 때 식당에서 바쁘게 일을 하다 임신 사실을 모른 채 첫아이를 유산하고 자궁이 약하다는 사실을 알게 되어 두 번째 내담자를 임신했을 때는 자궁이 약하여 유산이 될 수 있다는 불안감 때문에 일을 하지 않고 집에

서 조심스럽게 태교에만 신경을 쓰게 되었다고 한다. 그로 인해 건강하게 내담자를 출산을 하였고 7개월까지 모가 양육을 하였다고 한다. 그러다 모가 다시 식당을 운영하게 되어 8개월부터 18개월까지 내담자의 이모(모의 언니)가 양육을 하였고, 18개월 이후에는 보모에 의해 양육되었는데 보모가 3번이 바뀌었다고 한다. 유치원 다닐 때부터 초등학교 3학년까지 부모님의 식당운영으로 학원에서 귀가 하면 부모가 퇴근하는 밤 9시까지 집에 혼자 있었다고 한다. 내담자가 초등학교 4학년 때 부의 도박으로 빚이 생겼고 경제적으로 어려워져 시골로 이사를 하는 과정에서 부가 1년간 잠적하게 되는 상황이 있었다고 한다. 모는 내담자가 이때부터 틱 증세가 더 심하게 나타났으며, 모나 친구들과의 싸움 등 심리적으로 갈등이 생기는 어려움을 겪을 때마다 손목을 긋는 자해를 지속적으로 하고 있다고 보고하였다. 내담자는 상담 도중 “집에 혼자 있던 때가 떠오르거나 하면 외롭고 무서움이 몰려오며, 지금도 해질녘이 되면 두려움이 느껴진다”고 종종 표현하고 있어 당시의 외로움과 두려움이 깊었음을 느끼게 하였다. 또한 내담자는 “아빠가 많이 보고 싶었고 그리웠다”며 당시 부를 그리워했던 감정 속에 가정 문제로 인한 불안이 있었을 것으로 느껴졌다.

#### 모래놀이 치료 절차

본 사례연구는 20XX년에 진행된 사례로, 사전-사후 심리검사 2회기, 언어상담 3회기, 모래작품 16회기로 총 21회를 진행하였다. 본 사례연구의 내담자는 13세 중학생인 여학생으로 정서불안정으로 여러 종류의 틱 증상을 보이며 일상생활과 학교생활에서 또

래 및 관계문제를 보였던 13세 여학생으로 모래를 많이 만지고 비언어적으로 표현하며 자기치유력(Self의 힘)이 회복되면서 틱 증상이 줄어들고 긍정적인 자아상을 형성해 현실에 적응해 가는 과정을 모래놀이 작품을 통해 알아보하고자 한다.

## 결 과

### Session 1. 해변가

♣첫 소품 : 테이블 ♣마지막 소품 : 새  
내담자는 모래를 만지며 부드럽고 좋다는 한 움큼 잡아 쥐고 위에서 아래로 모래를 흘러내린다. 모래를 아래에서 위로 끌어 올리며 해변가를 만든다. “모래를 긁어모으며 공사를 시작한다(좌상). 펜션 집 개는 하늘로 날아오르려 준비하는 새들을 보며 해변을 즐긴다. 치마를 걷어 올리고 바닷물에 발을 담그는 여자도 있고, 가족(우상)이 같이 와서 엄마는 자연을 즐기며 쉬고, 아빠가 아이들과 놀아주며 음식을 준비한다. 모래가 부드럽다.” 첫 회기부터 ‘해변가’라는 제목과 내담자 앞 가까이에 바다를 표현한 것은 내담자의 마음이 무의식 가까이에 있는 것으로 느껴진다.

Yasunobu Okada†는 첫 작품부터 상자 전체를 사용하면서 다양한 바다생물들이 등장하여 윤택하고 풍부한 능력이 있어 보이며, 모래를 적극적으로 만지는 모습에서 에너지가 많아 보이고 또한 좌측에서 시작되는 공사가 상담사와 마음여정을 시작하고 있는 느낌으로 전사춘기의 주제(테마)와 맞물려있는

† Yasunobu Okada에게 2018년 1월, 2019년 1월에 받은 슈퍼비전 내용에서.

것으로 보인다고 한다.

### Session 2. 거실

♣ 첫 소품 : 가스렌지 ♣ 마지막 소품: 의자

“우리 집 닦았다. 가족이 따로따로 있는 것 같다. 여자 아이는 강아지와 놀고 있다. 혼자 있는 공간을 싫어해서 엄마랑 같이 잔다. 아빠는 혼자 방에서 지내신다. 내가 혼자 잘 때 죽고 싶다는 생각을 한 적이 있어서 엄마가 불안해하셔서 같이 잔다고 한다”. 내담자가 가족화에서 표현한 것처럼 가족이 따로따로인 느낌이다.

내담자는 “늦게 학교를 가게 되었는데 체육 시간에 친구들이 관심도 안 가져주고 점심 먹으러 급식실로 가면서 신경을 안 써줘서 속상했다. 생각 없이 건다가 넘어져서 팔에 기브스를 하게 되었다”며 기브스를 하고 상담실에 왔다. 내담자는 친구들과 함께할 수 없어 학교생활이 외롭고 힘들게 견뎌내고 있는 것 같이 느껴진다. 반면 거실, 방, 침대, 욕조 등 구성이 잘 되어 있다. 꽃도 있고, 기타도 있어 감정이 올라오는 느낌이다. 여자다운 방이고 정리된 느낌이다.

### Session 3. 내가 태어나서 처음 보는 바깥 풍경

♣ 첫 소품 : 나무(우하) ♣ 마지막 소품: 사람(우상)

손가락으로 4개의 구역을 만들고, 신호등과 표지판을 놓는다. “건널목에는 가족이 건너 가려고 신호를 기다리고 있다. 도로에는 차들이 다니고, 아이를 낳아 퇴원하는 가족이 있다(좌하). 건물을 짓는 공사를 하는 곳(우

상)도 있다. 내담자는 밤에 잘 때 피곤하거나 깊은 잠에 들면 깨워도 못 일어나고 소변을 보게 된다고 말한다”.

아기가 태어나듯 내담자도 재탄생되는 것 같다. 4개의 영역으로 나누어지면서 중심을 잡아가는 느낌이 든다. 내담자는 내적인 작업의 움직임이 땅의 창조성을 살려내듯 내담자의 자원, 잠재력을 발전시키고 발현 시겨 나갈 가능성을 보여주는 것 같이 느껴진다.

### Session 4. 지나가는 사람도 돌아보게 하는 호수

♣ 첫 소품 : 돌 ♣ 마지막 소품: 파라솔

“인물 소품은 많지만, 많이 놓지는 않을 것이다. 호수 공원인데 데이트하는 사람들도 있고 호수를 보고 예뻐서 놀라는 여자도 있다. 엄마가 있어야 하는데 놓지 않아서 없다. 카페(좌상)인데 카페다운 집이 마땅한 것이 없어 테이블만 놓았다”. 1회기의 바다가 2회기 집에서 정감을 올리며 3회기의 아기의 탄생으로 재탄생을 보이며 움직이더니 중앙에 호수가 되면서 중심을 이루어 나가는 느낌이다. 아직은 미완성 만다라 느낌이 나며 향후 모래놀이 작업을 통해 중앙의 호수에 무엇이 나타날지 기대된다.

### Session 5. 갓 태어난 아기

젖은 모래를 만지작거리다 모래를 쌓아 올리고 토닥인다. 손가락으로 모양을 만들어주고 물을 부으며 환한 미소를 짓는다. “갓 태어난 아기가 케이스 안에서 마음 편히 자고 있는 것 같다”. 자궁 속 태아가 양수 안에 있는 느낌이다. 4회기 중앙에 호수에 무엇이 나타날지의 기대가 7회기에서 더 깊은 태중

속으로 들어간 것처럼 느껴진다. 내담자가 모의 자궁 안에서 불안했던 경험을 형상화하고 잘 보호된 공간에서 안전함을 느끼고 새롭게 탄생의 경험을 하는 것은 아닐까? 로 느껴본다. 자기 치유력이 있는 모래상자의 경험을 통해 변화의 성장을 시작하는 느낌이다.

#### Session 6. 오므라이스

“배가 고파서 오므라이스를 만들었다. 젖은 모래를 만지니까 부드럽고 마음이 좋다. 모래를 많이 만져서 손바닥이 아프다며 빨개진 손바닥을 들여 다 본다. 머리를 짧게 자른 후부터 남자친구들이 범죄자 같다고 말하는 데 이해할 수 있다”. 오므라이스는 씨앗의 느낌으로 이제부터 성장해 나갈 수 있는 공간으로 느껴진다. 7회기와 동일하게 성장을 시작하는 느낌이다.

#### Session 7. 밭고랑을 만들어 놓은 땅과 만 들지 않은 땅

♣ 첫 소품 : 여자 사람 ♣ 마지막 소품: 농기구

“위에 땅은 밭고랑을 만든 땅이고 아래 땅은 만들지 않은 땅이라서 울퉁불퉁하다. 지원군을 불렀는데 오지 않아서 여자는 밭을 보면서 언제 밭을 다 만들 수 있을까? 사람들이 언제 오나? 하고 낙담하고 있다. 처음으로 부모님께 된장찌개 요리를 만들어 드렸다. 칼날 같은 것에 공포가 있었는데 조금 편해진 것 같고 음식물 찌꺼기도 만질 수 있게 되었다. 턱이 많이 좋아져서 약 색깔도 흐려지고 양도 줄었다고 말한다”. 밭이 되어 있는 부분과 안 된 부분이 구분되어 있다.

도구를 사용하지 않고 손가락으로 밭고랑을 만들고 표현했다. 밭갈이를 하며 식물을 키워낼 수 있는 대지를 준비하는 느낌이다. 중앙에 서서 밭갈이를 시작할 하단의 대지를 바라보는 여자의 모습이 내담자를 느끼게 한다. 향후 상담이 진행되며 무엇이 심겨지고 자라게 될지 기대된다.

#### Session 8. 동물의 발자국

“울퉁불퉁한 땅에 동물이 지나간 발자국이 다. 왼쪽의 발자국은 하트 모양의 멧돼지 발자국이고 오른쪽 발자국은 공룡의 발자국이다. 각자 갈 길을 가고 누구의 방해도 받지 않고 가고 있다. 엄마는 동네 사람들이나 친구 부모님들하고 친하게 지내지 않고 이모하고 친척들하고만 이야기를 하는데 좋게 느껴 지지 않는다고 말한다”. 발자국을 통해 심리적인 에너지의 움직임이 위쪽을 향하고 있는 것 같다. 퇴행이 끝나고 동·식물 단계에서 투쟁의 단계로 넘어가는 느낌이다. 내담자가 자기의 길을 이야기하고 있는 것 같다. 그리고 이제 걷기 시작하는 느낌이다.

#### Session 9. 통일

“모래를 만지작 만지작 하더니 네 잎 클로버 모양을 만들고 섬 생각이 났다. 다시 모래를 모으고 지도를 만들고 엄지와 검지로 모래를 집어 한국과 북한이라고 글자를 만든다. 빨리 통일이 되었으면 좋겠다. 전쟁에 대한 무서운 6.25 전쟁이 생각난다”. 여자 그림에서 얼굴과 몸이 반으로 나뉘어 겹으로 꾸미고 당당하게 하고 있다. 속으로는 상처를 안고 있는 ‘나’를 알아주기를 바라고 있다고 했던 내담자는 양극화되었던 마음을 하나

로 통합시킨 것으로 느껴진다.

#### Session 10. 사랑

“모래를 둥글게 봉우리를 만들었다 부수기를 반복하다가 하트모양을 만들고 사랑이다. 하트에는 감정이 담겨있다. 엄마한테 투정 부리고 어리광부리는 일이 많아서 엄마께서 힘들어하시는 것 같다. 긍정적인 마인드를 가지고 좋은 생각을 많이 하면서 지내려고 노력한다. 속에 있는 이야기를 엄마한테 할 수 있어서 좋다. 모래놀이를 하면서 더 좋아하는 것 같다고 말한다”. Yasunobu Okada†는 하트는 여성의 상징이며 사랑의 강조를 나타낸다고 한다. 내담자는 자신의 마음을 긍정적으로 이끌어 갈 수 있는 힘을 키워낸 것 같다. 부정적으로 느꼈던 엄마의 사랑을 받아들이고 느끼는 것 같다.

#### Session 11. 해돋이

♣ 첫 소품 : 남자 ♣ 마지막 소품: 아이를 안은 남자

“모래를 아래로 쓸어 모으고 해를 세워 놓는다. 해를 보며 눈이 부셔서 눈을 가리고 있는 사람. 감탄하고 있는 사람, 처음으로 아이랑 보러온 가족들이 해돋이를 보면서 다음 년도에도 가족이 해를 볼 수 있도록 행복했으면 좋겠다”. 내담자의 마음속에 새로운 희망이 올라오는 느낌이다.

#### Session 12. 뒤바뀐 전개

♣ 첫 소품 : 낙타 ♣ 마지막 소품: 음식

† Yasunobu Okada에게 2018년 1월, 2019년 1월에 받은 슈퍼비전 내용에서.

“사막을 지나가고 있는데 내가 좋아하는 음식들이 앞에 있어서 행복하다. 음식이 있어서 하느님께 감사하다고 절하고 있다. 아무것도 없는데 행복하게 느껴진다. 낙타도 갑자기 나타났다. 그동안 내가 친구들한테 이기적이었던 것 같다. 먼저 다가가고 배려도 하고 친구들과 잘 지낼 수 있어서 좋다. 학교에 빨리 가고 싶어서 일찍 등교하기 시작했는데 선생님께서 일찍 온다고 반응을 해주셔서 기분이 좋다고 한다”. Yasunobu Okada††는 중앙에 둥근 언덕이 봉긋하게 솟아 있는 것은 무의식적 삶의 측면에서 솟아 오른 것처럼 보인다. 그 언덕은 자라나고 있는 내담자의 자아와 비교할 수 있을 것이다. 사막에 간다고 하는 것은 굉장히 힘든 것인데 자신이 걸어가고 있는 과정을 나타내고 있는 것 같다고 한다.

#### Session 13. 지구

♣ 첫 소품 : 여자 ♣ 마지막 소품: 배드민턴라켓과 콕

“지구에는 동물, 나라, 다양한 사람, 종교, 문화 다 같이 어울릴 수 있는 것이 다르지만 같은 것 같다. 건강한 사람, 아픈 사람들 다양하게 있는 것 같다. 친구들과 함께 고등학교 체육관으로 오빠들을 보러 갔다. 학교 생활이 즐겁다”. 상자 중앙에 모래언덕을 만들고 웃는 얼굴의 그리고 인물, 건물을 표현한 것은 성장한 자기를 표현한 것으로 느껴진다.

#### Session 14. 제목 없음

†† Yasunobu Okada에게 2018년 1월, 2019년 1월에 받은 슈퍼비전 내용에서.

♣ 첫 소품 : 표지판 ♣ 마지막 소품: 바위  
 “학교에서 나를 괴롭히는 선배들 때문에 괴로워하고 있다. 경찰들한테 혼나야 한다. 한명은 딱히 괴롭히지는 않지만, 같이 있는 것만으로도 보기 싫다. 선배들이 괴롭힌다는 것을 엄마에게 말할 수 있게 되었다”.

내담자는 가족관계, 친구문제를 현실에서 받아들이고 스스로 적절히 대처하는 모습들이 자주 보이기 시작한다.

Session 15. 웃는 표정

“사람의 형태인데 머리로 생각하고 있다. 얼굴은 웃고 있는 것 같다. 지난 주 담임 선생님께서 친구들에게 말했던 것 때문에 엄마가 학교에 와서 교감선생님과 담임 선생님을 만났고 잘 해결되어진 것 같다. 담임 선생님께서 차별 없이 잘 대해주시고 친구들도 괴롭히지 않는다”. 20회기의 상자와 연결하여 보면 웃고 있는 모습이 자신을 찾으려는 긍정적 자아상을 표현한 것 같이 느껴진다.

Session 16. 자화상

♣ 첫 소품 : 돌 ♣ 마지막 소품: 녹색 보석

“내 얼굴을 열심히 만들어야겠다. 파란색을 좋아해서 파란색 돌로 얼굴 표현한다. 입모양은 웃고 있다. 머리에는 장식을 한 거다. 나의 자화상이다”. 21회기는 마른 모래에 몸의 윤곽이 뚜렷하지 않았다면 22회기는 젖은 모래에 입체적인 표현과 머리 장식(머리 조개 핀) 빨간색이다. 내담자는 작품의 제목을 ‘자화상’이라고 한다. 내담자는 웃고 있는 입모양과 자신이 좋아하는 파란색 돌로

	사전	사후
집		
나무		
사람 1		
사람 2		
가족화		

그림 1. 사전-사후 그림검사

얼굴을 표현한 것은 좋은 자아상이 나타난 것처럼 느껴지고 기대된다. Yasunobu Okada†는 그 동안 몸이 안보였지만 몸이 나오고 있어 안심이 된다고 한다.

내담자는 자기 자신에 대한 지각을 부정적으로 받아들임으로써 심리적인 어려움이 있

† Yasunobu Okada에게 2018년 1월, 2019년 1월에 받은 슈퍼비전 내용에서.



었으나 모래놀이치료가 진행되면서 자신을 받아들여지게 되고 자기치유력(Self의 힘)이 회복되어 스스로 확립하는 긍정적인 자아상으로 변환하는 모습을 그림검사(HTP, KFD)를 통해 볼 수 있었으며 그 결과는 그림 1과 같다.

### 심리검사

사전 검사 집 그림에서는 차갑고 사람이 하나도 없는 집단화된 도시형 아파트를 그렸으나 사후 검사 때는 사람이 살고 있고 개별화된 집을 그렸으며 차갑게 느껴지고 나중에 아무도 안 살고 폐쇄된다고 하였으나 집 분위기가 밝고 좋다고 한다. 나무 사전검사에서 나무 속에 있던 나무를 사후에 그려진 것으로 볼 때 자기 자신이 확립했다고 볼 수 있겠다. 사전 여자 그림에서 16세로 걸로 꾸미고 당당하게 있지만, 속으로는 상처를 안고 있는 ‘나’를 알아주기를 바라고 있다. 얼굴과 몸이 반으로 나뉘어 ‘음’ 과 ‘양’으로 표현하고 있으며 왼쪽은 깨끗한 옷이지만 오른쪽 옷에는 ‘바보 멍청이’라는 글을 쓴 것은 현실에서 어려움이 있을 가능성을 보였지만 사후에서는 학교에서 누가 친구들을 괴롭히는지 생각하면서 친구를 지켜주기 위해 준비하는 모습으로 작지만 씩씩하고 당당한 모습을 드러내고 있다. 사전 남자 그림은 손가락 질하며 누군가를 놀리고 있는 옆모습의 표현은 학교생활에서 남학생들이 내담자를 놀리고 있어 대면하고 싶지 않은 회피하고 싶은 마음이 있는 것 같이 보였으나 사후에서는 작지만 좋은 어른이 되기 위해 고민하는 모습으로 긍정적으로 느껴진다. 가족 그림에서 가족이 각자 흩어져 있고 혼자 외로워 울고 있는 모습에서 안쓰러움을 느끼게 하였으나

사후그림에서는 표정을 볼 수 없어 아쉽지만, 가족이 모두 모여 식사를 하는 정겨운 모습을 표현하여 가정이 화목해지고 당당하고 씩씩하지만 조금 더 성장해야 하는 과제가 남아있는 것으로 보여진다.

이상으로 모래놀이치료의 전체적인 흐름과 사전 사후 그림검사에서 나타내는 표현 등을 통하여 내담자가 자기를 확립하면서 부정적인 자아상에서 긍정적인 자아상으로 변화해 가는 모습을 살펴볼 수 있었다.

### 논 의

본 연구의 대상 내담자는 7세부터 신경안정제와 틱에 대한 약물을 처방받아 지속적으로 복용하고 학교생활의 어려움과 또래 및 교우관계의 어려움을 보이는 14세 청소년이다. 상담 초반엔 우울, 손목을 긋는 자해와 친구 관계 및 학교생활의 어려움을 보였던 부분이 있었으나 전체 21회기로 16개의 모래놀이 작품을 통해 모래를 만지고 치유적 퇴행을 하면서 자기치유력을 회복하고 심리내적 혼란과 갈등, 불안을 해소하면서 자신의 자아상을 확립해 나가는 과정을 동행할 수가 있었다. 모래놀이 상담이 진행되면서 내담자는 학교생활에서 또래와의 관계문제를 해결하며 현실의 삶에 잘 적응해 가는 성장의 과정을 보였다.

상담이 종료되고 사후그림 검사를 실시할 때 내담자는 종이를 한 장 가져왔는데 그 종이는 전체회장에 출마할 예정이어서 대본 연습을 하는 중이라 가져오게 되었다고 하였다. 회장 출마는 2명 부회장, 1명 회장으로 총 3명이 팀으로 구성이 된다고 한다. 내담자는 씩씩하고 당당해 보였다. 병원에서 의

사가 턱도 좋아지고 내년에는 약을 끊을 수 있겠다는 말을 들었다며 표정이 밝아 보인다. 모래놀이를 통해 긍정적인 자아상 형성이고 턱도 줄어들고 학교생활 및 친구관계를 극복한 것으로 보여진다. 내담자가 5회기부터 15회기까지 모래를 충분히 만지며 무의식적인 해결책이 손으로 전달되며 자기 치유력이 작용하면서 치유가 일어났을 것으로 보인다. 하야오는 ‘모래를 만지다’라는 것은 모래에 닿음으로써 어릴 때의 감각과 같은 퇴행(Regression)을 하면서 내적으로 깊은 것을 표현할 수 있다고 하였다(하야오, 2000).

모래놀이 치료를 진행하여 내담자는 턱 현상이 줄면서 학교생활을 원활하게 수행하게 되는 모습을 보였다. 또한 또래관계 시 관계 맺기를 못하며 피해의식을 보였던 측면이 감소하면서 친구들의 도움을 받으며 전체 회장 선거에 출마하는 등 적극적인 모습으로 성장해 나갔다.

내담자는 유독 모래를 잘 만지며 느끼는 특성이 있었다. 모래의 촉감을 느끼며 ‘모래를 만지면 마음이 편해져요’, ‘모래를 만지다 보면 뭔가를 자꾸 만들고 싶어져요’, ‘모래는 집중하게 해 줘요’라고 자주 표현하였다. 이러한 내담자의 언어표현은 불안한 감정이 안정감으로 완화되어 가는 모습을 느끼게 하였다.

이상으로 모래놀이 치료 과정에서 손을 통한 모래 접촉은 내담자의 긴장을 완화시키며 내담자의 자기치유력을 회복하고 긍정적인 자아상이 형성되어 갈 수 있도록 도움을 주는 효과가 있음을 재확인할 수 있었다.

반면, 학교측에서 의뢰된 상담으로 내담자의 내적인 성장을 지속적으로 살피기에는 회기가 부족하였다. 또한 부족한 회기 등으로

충분한 심리검사를 통하여 모래놀이치료가 내담자의 성장에 미친 영향을 과학적으로 설명하는데 부족한 부분이 있었다. 이는 상담 현장에서 보이는 어려움으로 향후 긍정적인 보완이 필요한 것으로 보인다.

## 참 고 문 헌

- 김경, 권대규, 홍철운, 김남균 (2004) 의식적인 손 운동을 통한 뇌기능 증진의 메커니즘에 관한 연구. 공학연구, 35, 103-107.
- 김미정 (2006). 모래놀이치료를 적용한 모-유아 중심의 애착관계 개선 프로그램 개발 및 효과 연구. 부산대학교 대학원 박사학위논문.
- 류은주 (2019). 가정폭력을 경험한 청소년의 자아상에 관한 연구. 청소년학연구, 26(5), 55-84.
- 손선영 (2002). 암을 앓고 있는 청소년의 자아상. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 심희옥 (2011). 모래놀이치료로 여성성을 회복해 가는 이혼가정의 초등학교 5학년 여아에 대한 사례연구. Family and Environment Research, 49(1), 55-65.
- 안운경, 곽현정, 김종우, 임명호 (2017) 모래놀이치료가 청소년의 행동, 정서에 미치는 임상효과 : 다면적 인성검사를 중심으로. 한국콘텐츠학회논문지, 17(12), 57-265.
- 안진경 (2019). 자존감을 회복해가는 여중생의 모래놀이 사례연구. 학교상담 및 모래놀이, 1(1), 49-64.
- 야마나카 야스히로, 김유숙 (2005). 모래놀이치료의 본질. 서울: 학지사.

- 유수연 (2015). 모래놀이치료가 알코올중독자 아버지를 둔 아동의 불안과 애착관계 및 대인관계 스트레스에 미치는 효과. *성장과모래놀이치료*, 6(1), 21-35.
- 이정은 (1998). 자아상, 성태도, 충동성과 성행동의 관계 : 서울시내 중고등학생들을 대상으로. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이정희, 오세영, 박옥순, 권인각, 정미아, 이은아 (2002). 손 반사요법이 만성질환자의 생리·정서적 반응과 면역 반응에 미치는 효과: 만성신부전증과 암 환자 중심으로. *대한간호학회지*, 32(5), 716-726.
- 이춘재, 곽금주 (1994). 자기상 (Self-Image) 으로 본 청소년의 심리·사회적 발달 (1): 연령에 따른 차이. *한국심리학회지: 발달*, 7(2), 119-135.
- 이혜경 (2019). 나비에 관한 상징연구. *학교상담 및 모래놀이*, 1(1), 5-18.
- 장래혁, 김성진, 최유리 (2007). 감정의 뇌과학. *브레인*, 5, 9-19.  
<http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE01712810>
- 최태산, 공종례 (2010). 청소년들의 '자아상' 에 대한 연구: 전남 초·중·고 학생을 대상으로. *인간발달연구*, 17(2), 69-84.
- 하야오 카와이. (2000). 모래상자의 지혜. (우종태 역). 서울: 서울특별시립동부아동상담소.
- 한국뇌과학연구원 편집부 (2013). [Body & Brain] 뇌과학으로 보는 감정. *브레인*, 39, 26-29.  
<http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE02110174>
- Ammann, R. (2009). 융 심리학적 모래놀이치료 [(Der) Schöpferische Weg der Persönlichkeitsentwicklung]. (이유경 역). 서울: 분석심리학연구소.
- Boik, B. L., & Goodwin, E. A. (2000). *Sandplay therapy: A step-by-step manual for psychotherapists of diverse orientations*. New York: W. W. Norton & company.
- Garrett, B. (2013). *생물심리학 : 뇌와 행동* [Brain & behavior : an introduction to biological psychology]. (신맹식, 김시현, 이태관 역). 서울: 학지사.
- Jung, C. G. (2007). *카를 융 기억, 꿈, 사상* [Memories, Dreams, Reflections]. (조성기 역). 서울: 김영사.
- Kalff, D. M. (2012). *도라 칼프의 모래놀이* [Sandspiel]. (이보섭 역). 서울: 학지사.
- Roh, C. H. & Whang, Y. H. (1998). *Sandplay therapy: express experience*. Seoul: Dongseo culturel center.

원고접수일 : 2020년 4월 22일

논문심사일 : 2020년 4월 24일

게재결정일 : 2020년 5월 15일

# A Case Study of a Female Middle School Student Developing a 'Self-image': Focusing on the Work of the Hands in a Sandbox

Ui-Sin Ji

Happy Tree Psychology Counseling Center

This is a sandplay therapy case study with a 13-year old female middle school student. She had emotional anxiety and displayed various symptoms of tics. Additionally, she experienced peer and other relationship problems in everyday life and at school. The present study aimed to investigate the effect of the client's self-healing ability on her recovery, and the formation of a positive self-image through sandplay therapy. Another purpose of the study was to examine how touch between hands and sand affects the client's emotions during therapy in a clinical situation. The results revealed that the client exhibited reduced tic symptoms and improved adjustment to school life through sandplay therapy. In addition, touching sand with the hands alleviated the client's anxiety and changed her emotions. The findings suggest that sandplay therapy helps clients recover through self-healing and develop a positive self-image.

Key words: *touch between hands and sand, self-healing ability*

부 록

부록1. 회기별 진행사진

	
Session 1. 해변가	Session 2. 거실
	
Session 3. 내가 태어나서 처음 보는 바깥 풍경	Session 4. 지나가는 사람도 돌아보게 하는 호수
	
Session 7. 갓 태어난 아기	Session 8. 오므라이스
	
Session 10. 발고랑을 만들어 놓은 땅과 만들지 않은 땅	Session 11. 동물의 발자국
	
Session 12. 통일	Session 13. 사랑
	
Session 15. 해돋이	Session 16. 뒤바뀐 전개
	
Session 17. 지구	Session 19. 제목 없음
	
Session 21. 웃는 표정	Session 22. 자화상

# A Case Study of a Female Middle School Student Developing a ‘Self–image’: Focusing on the Work of the Hands in a Sandbox

Ui–Sin Ji

Happy Tree Psychology Counseling Center

This is a sandplay therapy case study with a 13–year old female middle school student. She had emotional anxiety and displayed various symptoms of tics. Additionally, she experienced peer and other relationship problems in everyday life and at school. The present study aimed to investigate the effect of the client's self–healing ability on her recovery, and the formation of a positive self–image through sandplay therapy. Another purpose of the study was to examine how touch between hands and sand affects the client's emotions during therapy in a clinical situation. The results revealed that the client exhibited reduced tic symptoms and improved adjustment to school life through sandplay therapy. In addition, touching sand with the hands alleviated the client' s anxiety and changed her emotions. The findings suggest that sandplay therapy helps clients recover through self–healing and develop a positive self–image.

*Key words: touch between hands and sand, self–healing ability*

'Sandplay therapy' is a method of self-experience and psychotherapy in which Kalff developed based on Jung's analytical psychology and M. Loewenfeld's world technique and oriental meditation (Kalff, 2012). Hayao (2000) said that sand play therapy is a technique that allows people to enjoy complete freedom in protected spaces, not language, while healing itself properly, recalling the memory of making sandboxes in Kalff's workshop.

According to Roh and Whang(1998), Sandplay therapy shows that one can get the ability to solve problems by expressing one's feelings freely through the touch of sand with one's hands. Also Sand play therapy also allows self-healing deep in unconsciousness to be functioned (Yu, 2015). Boik and Goodwin (2000) also saw sand play as vital to our innate healing power of unconsciousness (as cited in Shim, 2011).

Yamanaka and Kim (2005) said that sand play therapy activates self-healing power and heals children by themselves, and helps them even when self-healing is activated naturally through facing the unconscious mind of the inside of sandbox.

Jung said that it is difficult to clarify the same mental context as the content of a dream, but it is necessary to lock it even if it is revealed as a visible phenomenon, often saying that the 'hand' knows how to solve the secret(Ammann,

2009).

Jung (2007) said that he has benefited from painting, dealing with and touching stones whenever he felt the need to stabilize himself in the second half of his life.

Sometimes the hands reveal secrets and say more clearly than words. When touching things, they are said to be deeply related to emotional half-sentence. Hand movements are closely related to brain function (Kim, Kwon, Hong & Kim, 2004).

Sand is a psychotherapy technique that has a lot of contact with hands. The hand-feeling sensation is said to affect memory, emotion, fear, and anxiety as it is delivered to the brain and connected to an inflexible system called the "brain of emotion" (Jang, Kim, Choi, 2007; Korea institute of brain science, 2013). At the clinical site, you can often see visitors who feel the touch of sand by putting their fingertips, palms, back of hand, and sometimes forearms in the sand. Sand and water are mixed to make wet sand, and hand-to-sand contact increases in the process of working (Ahn, 2019; Lee, 2019). These sand works stretch the touch of the hands to the fingertips and have a sense of compassion that is transmitted throughout the body. This process can be assumed to have a positive effect on the recovery of negative emotions, distorted memories

and traumas, as the contact of sand through the hands will affect the brain, emotions and the body.

Jung said that it is difficult to clearly grasp the same mental context as the contents of dreams, but it is necessary to make the unambiguous content appear itself as a visible phenomenon, and that 'the hand' often knows how to solve the secret (Ammann, 2009).

Self-image is a collection of self-attitudes that is inspired by a person's specialized perception (as cited in Lee, 1998), and it is how we view ourselves as a total of people whose thoughts and feelings about ourselves in our entire life (as cited in Ryu, 2019). In a study on the self-image of adolescents who experienced domestic violence, Erikson stated that self-image is a main factor that greatly affected the formation of self-identity (as cited in Choi & Gong, 2010).

Adolescence is an important time when self-image is established, and self-image formed in adolescence is said to be a driving force to overcome school life and friendship, so forming a positive self is very important. It is also said that individuals with negative self-image develop an inferiority complex and form unstable psychological conditions and unstable personalities, leading to maladjustment (Lee & Kwak, 1994; as cited in Son, 2002).

In this case study, there is a counselee, 13-year-old middle school student, who showed various kinds of tic symptoms due to emotional instability. She showed peer relationship problems in her daily life and school life. Expressing nonverbally with touching sand, she formed and adapted to reality through sand play. Also, this study shows that how tic symptoms decreased and build a positive self-image.

## Method

### History of counselee

This study is a case study of a female student in the first year of middle school (13 years old). The counselee has been prescribed drugs for tranquilizers and ticks since the age of seven and has been taking them continuously, with the addition of drugs for night-wetting and diabetes. She had difficulty adjusting to school life, and she often went to school at the beginning of the fourth period or was absent from school frequently. Therefore, she had difficulty adjusting to school life and peer relationship. Since she was shown these kinds of difficulties, her homeroom teacher asked her to get counsel in the youth counseling center.

### Impression of counselee



The first impression of the counselee was that she was large and obese, and she had long hair, wore thick glasses, and comfortable clothes and sportswear pants. During the first session, the counselee showed an active attitude, saying, "I like to get counseling." The counselee was expected to have been self-inflicted as the inside of the forearm was scratched with blood, so the inside of the forearm was colored black at the time of the request. During another consultation, she showed various kinds of tic symptoms with a bustling atmosphere, such as turning her head, tilting her head back, and touching her eyes. In addition, she had difficulty concentrating and kept scratching the crook of the arm with her fingernails between the symptoms. During the pre-examination, she expressed the sadness and loneliness. She mentioned that "It is hard to get along with his friends because they have different interests" and "I feel like everyone eats away from me while eating," which made her feel psychologically alienated and victimized by non-compliance with the school.

#### Family history

According to a mother's report, the parents got married when they were 36 and 34, respectively. When they got their first pregnancy, they were busy

working in a restaurant and found out that they had miscarried their first child without knowing the pregnancy, and it made the mother's uterus weak. So, when they got pregnant with the counselee as the second, they didn't work because of anxiety that the uterus was weak and could cause a miscarriage. As a result, she gave birth to a healthy counselee, and she was raised by her mother for seven months. Then, the mother ran the restaurant again, and from 8 months to 18 months, the mother's sister raised her child instead. 18 months later, she was raised by the nanny, but the nanny got changed three times. From kindergarten to third grade in elementary school, the parents ran a restaurant, and when she came home from the academy, she was alone at home until 9 p.m. until her parents came back from work. It is said that in the fourth grade of elementary school, there was a situation in which the father was in debt due to a gambling, and the family became economically difficult, and the father disappeared for a year while moving to the countryside. The mother reported that since then, Tic's symptoms have been worse, and whenever she suffered from psychological conflicts, such as a fight with her friends, she was constantly slitting his wrists. During the consultation, the counselee often said, "When I think of a time when I was

alone at home, I felt lonely and scared, and I still feel fear at sunset," which made me feel deeply lonely and scared at the time. In addition, the counselee said, "I missed my father a lot" and was seem to have felt anxiety about family problems in the emotions that she had felt at the time.

#### Sandplay therapy procedure

This case study was conducted in 20XX, with two pre-post-psychological tests, three language counseling sessions, and 16 sand crops. In this case of study, we would like to find out the process to adjust to the reality of a 13-year-old female student who showed various kinds of tic symptoms due to emotional instability, and in her daily life and school life by touching sand a lot, expressing it nonverbally, and recovering her self-healing power, reducing tic symptoms and forming a positive self-image.

### Results

#### Session 1. Beach

♣First prop : table ♣Last prop : bird

The counselee holds a handful of sand, saying it's soft and good, and spills the sand from top to bottom. She sweeps sand from bottom to top to make a beach. "Start construction by scraping

sand. The dog of pension house enjoys the beach, watching birds preparing to fly into the sky. There is a woman who rolls up her skirt and puts her feet in the sea, and her family comes together to enjoy nature and rest, and her father plays with the children and prepares food. The sand is soft." From the first session, the title of "The seashore" and the expression of the sea near the inner circle implies that her feeling is close to unconsciousness. Yasunobu Okada stated that from the first piece, it seems to have a lot of energy and to be linked to the theme of the transcriptional puberty (theme) with the construction she made, which is being started from the left. It shows that her mind journey gets start together from the scene of various sea creatures in the whole sandbox and the appearance of actively touching sand, and it seems to have abundant abilities.

#### Session 2. Living room

♣First prop : Gas stove ♣Last prop : Chair

"It looks like my house. It seems that the family is separate. The girl is playing with the puppy. I don't like the place where I'm alone, so I sleep with my mom. Dad stays in the room alone. When I sleep alone, I want to die, so my mom says she sleeps with me because she's nervous". As the counselee

expressed in her family painting, it seems that the family is separate.

The counselee said that "I went to school late, but I was upset because my friends didn't pay attention to me during PE class and didn't care about me, going to the cafeteria for lunch. I walked thoughtlessly and fell down, so I got a cast on my arm". She came to counseling center with a cast. It seems that the counselee feels like her school life is going through hard and lonely because she cannot be with her friends. On the other hand, the living room, room, bed, and bathtub are well-organized. There are flowers and guitars, so it seems that it is getting emotional. It seems like a woman's room and looks well organized.

Session 3. The first scenery I have seen in my life

♣First prop : tree ♣Last prop : person  
Make four zones with fingers and place traffic lights and signs. "At the crossing, the family is waiting for the signal to cross. There is a family on the road with driving cars, and the family has a baby and leaves the hospital (lower left). There is also a construction site (right). "The counselee says that when she sleeps at night, she feels tired, and when she sleeps deeply, she can't wake up and pee".

Just as a baby is born, it seems that

the counselee is reborn. It is divided into four areas and gets centered. It seems that as the inner workings show the possibility of developing the resources, the potential of the inner workings just as the inner workings revive the creativity of the land.

Session 4. A lake making passer-by look back

♣First prop : stone ♣Last prop : parasol  
"I have a lot of character props, but I won't put them much. It's a lake park, and there are people on dates and women who are surprised by the beauty of the lake. I was supposed to have my mom, but I didn't put her. It's a cafe, but there is nothing like a cafe, so I just left a table". It seems that the ocean in the first session is moving in the middle of the lake after being reborn with the birth of a child in the third session, with a feeling of warmth in the second session of the house. It still looks like an unfinished mandala, so I'm looking forward to what will appear in the central lake through sand play.

Session 5. A new born baby

While fiddling with wet sand, she piles up sand and pats it. As making a shape with her fingers, she pours water and smiles brightly. "I think the newborn

baby is sleeping in the case with ease". It feels like the fetus in the uterus is in the amniotic fluid. Expectations of what will appear in the lake in the middle of the fourth session are getting inside and deeper in the seventh. Wouldn't the counselee embody the experience of anxiety in a uterus, and feel safe in a well-protected space, experiencing a new birth? It seems like starting the growth of change through the experience of self-healing sandboxes.

#### Session 6. Omelet

"I was hungry, so I made omelet rice. Touching the wet sand is soft and heart-warming. She said that her hands hurt because she touched them a lot, so she looks in her red palms. I can understand that boyfriends say that I look like a criminal since I cut my hair short". Omelet rice seems like a seed and root that can grow from now on. It appears she is starting to grow just like the 7th session.

#### Session 7. Land made of furrows and land without furrows

♣First prop : women ♣Last prop : agricultural equipment

"The land above is the land where the furrows have been made, and the land below has not been made, so it is bumpy. When can the woman finish a

field working? She is disappointed, wondering when people are coming. I made my parents doenjang stew for the first time. There was a kind of fear of knife blades, but it seems a little more comfortable, and I could touch the food scraps. She says that the ticks have improved a lot, so the color of the medicine has become blurred, and the amount has decreased". There is a distinction between the parts of the fields. I made and expressed the furrows with my fingers without using tools. It feels like preparing a land where you can grow plants by plowing fields. The sight of a woman standing in the middle and looking at the land appears the counselee. We look forward to what will be planted and grown in the future.

#### Session 8. Animal's footprints

"These are the footprints of animals on the bumpy ground. The footprints on the left are wild boar feet in heart-shaped, and the footprints on the right are dinosaur's footprints. Each is going their own ways without any disruption. My mom only talks with her aunts and relatives and does not get along with our neighbors and parents of my friends. I don't feel good at it. The psychological energy movement seems to be heading upward through the footprints. It looks like the retreat

is over and moving from the animal and plant stage to the stage of struggle. It seems that the counselee is talking about her way. And now it appears that she is starting to walk.

#### Session 9. Unification

"While fiddling sand, I came up with an idea to make a four-leaf clover and thought of the island. She gathers sand again, makes maps, picks up sand with their thumbs and index finger to make the letters "South Korea and North Korea. I hope the unification will be achieved soon. It reminds me of the terrible Korean War against war". In the painting, the woman's face and body are divided into half, and she is decorated and confident. The counselee who said that she hopes to recognize herself, carrying a scar. However, it appears that she has united the mind being far way each other into one.

#### Session 10. Love

"I made a round peak of sand. Repeat breaking and making a heart shape. Hearts contain feelings. My mom seems to be having a hard time because I'm grumbling a lot to my mom. I try to stay positive and think a lot about good things. It's good to be able to tell my mom what's inside in my mind. She says I'm getting better while playing

in the sand". Yasunobu Okada stated that the heart is a symbol of women and represents the emphasis of love. It seems that the counselee has developed the power to lead her mind in a positive way. I think she accepts and feels her mom's love that she used to feel negatively.

#### Session 11. Sunrise

♣First prop : man ♣Last prop : man with a child

"Wipe sand down and set the sun up. I hope a person covering own eyes because of the bright sun light, a person admiring, and a family who came to see the sunrise for the first time with their children will be happy so that they can see the sun even the next year". It seems that a new hope is rising in counselee's mind.

#### Session 12. Reverse deployment

♣First prop : camel ♣Last prop : food  
"I'm passing through the desert, and I'm happy to have my favorite food in front of me. I am bowing to God for food to say thank. I feel happy even there is nothing. All of a sudden, the camel also shows up. I think I've been so selfish to my friends. It is good to approach first, be considerate, and get along well with friends. I wanted to go to school quickly, so I started going to

school early. The teacher said something good to me about it, so I feel so good. Yasunobu Okada stated that the round hill in the middle seems to have risen from the side of unconscious life. The hill will be comparable to counselee's growing self. Going to the desert is very difficult, but it seems to indicate the journey in her way.

#### Session 13. Earth

♣First prop : women ♣Last prop : badminton racket and cock

"The Earth has different things that can be matched with animals, countries, different people, religions, and cultures, but all seem the same. There are various kinds of people such as healthy, sick people. I went to the high school gym with my friends to see my brothers. School life is fun." The image of a smiling face, figure, and building that creates a sand heel in the middle of the box seems to represent a grown self.

#### Session 14. Untitled

♣First prop : signs ♣Last prop : Rock  
"I'm suffering from my seniors who bully me at school. They have to be scolded by the police. I don't really bother one person, but I don't even want to see him just by being together.

I could tell my mom that my seniors bully me."

It is often seen that the counselee accepts family relationships, friend problems in reality, and deals with herself properly.

#### Session 15. Smiling face

"It's a form of man, but thinking with head. The face seems to be smiling. Because of what my homeroom teacher told friends last week, my mom came to school and met the vice principal and homeroom teacher. However, it looks go well. My homeroom teacher treats me well without any discrimination, and my friends don't tease me anymore." Connecting it to the 20th box, it appears that she describes herself trying to find the self by the smiling face.

#### Session 16. self-portrait

♣First prop : stone ♣Last prop : green jewelry

"I should make my face. I like blue color, so I express my face with blue stone. Mouth is smiling. The head is decorated. It's my self-portrait." The work in 21st session was not clearly outlined in dry sand. However, in the 22nd session, we can find a three-dimensional expression and the head decoration (hair, shell, pin) is red.

The counselee calls the work 'Self-portrait'. The counselee's smiling mouth and expressing her face with her favorite blue stone seem to have a good self-image. Yasunobu Okada said he feels relieved because there haven't been seen the body in her work before, but there is.

The counselee had psychological difficulties due to negative acceptance of self-awareness, but as sand therapy progressed, self-healing power was restored and converted to positive self-image. We can figure this through the Figure Test (HTP, KFD), and the result is the same as figure 1.

Psychological test

In the pre-inspection house painting, she painted a collective urban apartment that was cold and uninhabited. During the post-inspection, she painted a house where people lived, individualized, and felt cold, and later no one lived and closed down, but she said the atmosphere is bright and nice. In the pre-examination of the tree, it can be said that she establishes the self. Considering the tree drawn later. In the pre-women's painting, she hopes to recognize 'I,' who looks like a 16-year-old even though she has a scar inside. The face and body are divided into two halves, 'yin' and 'yang', and her left side is clean, but her

	Pre	Post
H o u s e		
T r e e		
Pe r s o n 1		
Pe r s o n 2		
Fa m i l y D r a w i n g		

Figure 1. Pre-Post drawing test  
writing of 'foolish' on the right side of her clothes showed a possibility of difficulties in reality. However, she is preparing to protect her friends while thinking about who bothers them at school. The expression of the men's side making fun of someone while finger-pointing seemed to have a

desire to avoid facing a male student as he was teasing her in school. But after it seems positive attitude becoming a small but good adult. In the family painting, the family was scattered, and she was crying alone, which made me feel sorry for them. In the post-picture, it is regrettable to see no facial expressions, but it is seen that the family is having meals harmoniously, and there remains the task of growing up a little more confident.

Above all, through the overall flow of sand play therapy and expressions described in the pre-post-picture tests, we could see how the counselee was changing from a negative self-image to a positive self-image as she established herself.

### Discussion

The subjects of this study are 14-year-old teenagers who have been prescribed drugs for tranquilizer tablets and tics since the age of seven, and she had difficulties in school life and social relationships. At the beginning of the consultation, there were some parts that showed depression, wrist-wrenching self-harm, friendliness, and difficulties in school life. However, through the 21st session, she was able to accompany the process of restoring self-healing by touching sand and healing regressions

through 16 pieces of sand play by relieving internal confusion, conflict, and anxiety. As the sand play consultation was conducted, the counselee showed a process of growing up well in real life by solving problems with her peers in school life.

When the consultation was over, and the post-picture examination was conducted, the counselee brought a piece of speech paper for the chairman of the school. She brought it because she is practicing the opening script. A total of three candidates will be made up of two vice chairmen and one chairman. She looked brave and confident. In the hospital, the doctor said that her face looks bright and tics symptoms are getting better. Also, she heard that she will be able to stop taking medicine next year. Through sand play, positive self-image is formed, tics are reduced, and school life and friendship are overcome. It is believed that healing occurred as the counselee touched the sand until the 15th session of the 5th one. The unconscious solution was delivered by hand, and self-healing power worked. Hayao said that touching sand can express inner depth by doing a regression, which is the same as a child's sense, by touching the sand (Hayao, 2000).

The sandplay therapy reduced the number of tics symptoms, which led to



smooth school life. In addition, she grew up actively by running for the presidency with the help of her friends, since a sense of damage due to her inability to form a relationship with his peers became reduced.

The counselee had a character to feel and touch sand well. Feeling the touch of sand, she often described it as "Touching sand makes me feel comfortable," "Touching sand makes me want to make something," and "Let me concentrate on sand." The speaker's expression of the language made me feel that the uneasy feelings were being relieved by the emotion.

In the process of sand play therapy, it was possible to reconfirm that touching sand through the hands was effective in relieving the counselee's tension, restoring the one's self-healing power, and helping develop a positive self-image.

On the other hand, the school's consultation was not enough to continuously examine the internal growth of the participants. Also, due to insufficient session. There was a lack of scientific explanation for the impact of sand play therapy on the growth of counselees through sufficient psychological tests. This is a difficulty at the counseling site and seems to require positive supplementation in the future.

## Reference

- 김경, 권대규, 홍철윤, 김남균 (2004) 의식적인 손 운동을 통한 뇌기능 증진의 메커니즘에 관한 연구. *공학연구*, 35, 103-107.
- 김미정 (2006). 모래놀이치료를 적용한 모-유아 중심의 애착관계 개선 프로그램 개발 및 효과 연구. 부산대학교 대학원 박사학위논문.
- 류은주 (2019). 가정폭력을 경험한 청소년의 자아상에 관한 연구. *청소년학연구*, 26(5), 55-84.
- 손선영 (2002). 암을 앓고 있는 청소년의 자아상. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 심희옥 (2011). 모래놀이치료로 여성성을 회복해 가는 이혼가정의 초등학교 5학년 여아에 대한 사례연구. *Family and Environment Research*, 49(1), 55-65.
- 안운경, 광현정, 김종우, 임명호 (2017) 모래놀이치료가 청소년의 행동, 정서에 미치는 임상효과 : 다면적 인성검사를 중심으로. *한국콘텐츠학회논문지*, 17(12), 57-265.
- 안진경 (2019). 자존감을 회복해가는 여중생의 모래놀이 사례연구. *학교상담 및 모래놀이*, 1(1), 49-64.
- 야마나카 야스히로, 김유숙 (2005). 모래놀이치료의 본질. 서울: 학지사.
- 유수연 (2015). 모래놀이치료가 알코올중독자 아버지를 둔 아동의 불안과 애착관계 및 대인관계 스트레스에 미치는 효과. *성장과모래놀이치료*, 6(1), 21-35.
- 이정은 (1998). 자아상, 성태도, 충동성과 성행동의 관계 : 서울시내 중고등학생들을 대상으로. 가톨릭대학교 대학원 석사

- 학위논문.
- 이정희, 오세영, 박옥순, 권인각, 정미아, 이은아 (2002). 손 반사요법이 만성질환자의 생리·정서적 반응과 면역 반응에 미치는 효과: 만성신부전증과 암 환자 중심으로. *대한간호학회지*, 32(5), 716-726.
- 이춘재, 곽금주 (1994). 자기상 (Self-Image) 으로 본 청소년의 심리·사회적 발달 (1): 연령에 따른 차이. *한국심리학회지: 발달*, 7(2), 119-135.
- 이혜경 (2019). 나비에 관한 상징연구. *학 교상담 및 모래놀이*, 1(1), 5-18.
- 장래혁, 김성진, 최유리 (2007). 감정의 뇌 과학. *브레인*, 5, 9-19.  
<http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE01712810>
- 최태산, 공종례 (2010). 청소년들의 '자아상' 에 대한 연구: 전남 초·중·고 학생을 대상으로. *인간발달연구*, 17(2), 69-84.
- 하야오 카와이. (2000). 모래상자의 지혜. (우종태 역). 서울: 서울특별시립동부아동상담소.
- 한국뇌과학연구원 편집부 (2013). [Body & Brain] 뇌과학으로 보는 감정. *브레인*, 39, 26-29.  
<http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE02110174>
- Ammann, R. (2009). 융 심리학적 모래놀이치료 [(Der) Schöpferische Weg der Persönlichkeitsentwicklung]. (이유경 역). 서울: 분석심리학연구소.
- Boik, B. L., & Goodwin, E. A. (2000). *Sandplay therapy: A step-by-step manual for psychotherapists of diverse orientations*. New York: W. W. Norton & company.
- Garrett, B. (2013). *생물심리학 : 뇌와 행동* [Brain & behavior : an introduction to biological psychology]. (신맹식, 김시현, 이태관 역). 서울:학지사.
- Jung, C. G. (2007). *카를 융 기억, 꿈, 사상* [Memories, Dreams, Reflections]. (조성기 역). 서울:김영사.
- Kalff, D. M. (2012). *도라 칼프의 모래놀이* [Sandspiel]. (이보섭 역). 서울:학지사.
- Roh, C. H. & Whang, Y. H. (1998). *Sandplay therapy: express experience*. Seoul: Dongseo culturel center.

## Appendices

### Appendices 1. picture of each session

	
Session 1. Beach	Session 2. Living room
	
Session 3. The first scenery I have seen in my life	Session 4. A lake making passers-by look back
	
Session 5. A new born baby	Session 6. Omelet
	
Session 7. Land made of furrows and land without furrows	Session 8. Animal's footprints
	
Session 9. Unification	Session 10. Love
	
Session 11. Sunrise	Session 12. Reverse Deployment
	
Session 13. Earth	Session 14. Untitled
	
Session 15. Smiling face	Session 16. self-portrait