

우울증을 겪고 있는 여고생의 모래놀이치료 단일사례연구

이 찬 희†

단국대학교 정책경영대학원 상담심리학과
석사과정 학생

본 연구의 목적은 우울증을 겪고 있는 여고생에게 모래놀이치료가 어떠한 효과를 보이는지 살펴보고자 하였다. 본 사례연구의 내담자는 고등학교 2학년(만18세)에 재학 중인 여학생으로 학교상담실에 의해 의뢰되었으며, 학교생활에서 높은 수준의 긴장과 불안, 느린 행동, 불결한 위생 상태, 대인관계의 어려움과, 자살 및 자해 충동성을 보였다. 내담자는 중학교 3학년 때 우울증 진단을 받고 정신과약을 복용하고 있었다. X년 11월 00부터 X년 10월까지 9개월로 주 1회 50분으로 총 45회기의 상담이 실시되었고, 초기 상담 및 사전 사후 심리검사 5회기, 언어상담 18회기, 28회기의 모래놀이치료로 이루어졌다. 조현병을 앓고 있는 어머니와 깊은 우울증을 앓고 있는 언니를 두고 있는 내담자는 모래놀이의 “자유롭고 보호된 공간”에서 안전함을 느끼며 긍정적인 모성을 재경험함으로써, 내담자의 우울을 감소시키고 현실에 적응하도록 도운 것으로 사료된다.

주요어: 모래놀이치료, 청소년, 우울증

† 교신저자(Corresponding author) : 이찬희, (31116) 충청남도 천안시 동남구 단대로 119, 단국대학교 정책경영대학원 상담심리학과, Tel : 010-7721-7044, E-mail : lux7044@naver.com

청소년 시기는 자아 정체성을 확립하는 시기이며, 내면의 혼란스러운 문제들이 수면 위로 떠오르는 시기이다(조수철, 남민, 1994). 또한, 청소년기는 미성숙하고 불안정하여, 정신 건강에 위험이 발생할 수 있는 과도적 시기이다(신민섭, 박광배, 오경자, 1991). 청소년기의 우울증은 가정생활과 학교생활에서의 부적응과 자살, 문제행동뿐만 아니라 성인이 된 후의 정서장애와 높은 연관이 있고, 본인과 사회가 일생 동안 휴우증을 겪기도 한다(이정선, 이형실, 2012). 청소년에서의 우울증은 생활 전반에 걸쳐 예민함이나 짜증 등으로 나타나고, 기분의 변화가 매우 심한 특징이 있고, 다양한 정신과적인 문제로 나타나며, 치료하지 않을 경우 사회적 적응에 상당한 문제를 가져온다(김동영, 박기정, 김효원, 2015). 내담자의 심리적 요인 외에 가족관계, 또래관계 및 학교생활 등 여러 환경적 요인이 청소년 우울에 영향을 미칠 수 있고, 그 가운데 가족 구성원 특히 어머니의 정신건강문제는 중대한 영향을 미칠 수 있다(김진아, 이형실, 2011). 본 사례의 내담자는 조현병을 가지고 있는 모와 심한 우울증 증상을 보이는 언니와 함께 생활하고 있다. 이성현과 강경미, 곽영숙(1998)은 조현병이 있는 어머니가 자녀에게 미치는 영향에 대한 연구에서 조현병이 있는 어머니를 둔 자녀들이 다양한 정신병리를 보이며 대조군에 비해 사회적 심리적 부적응 행동에 빈도가 높았다고 한다. 또한 조현병이 있는 어머니의 자녀들은 사회적 위축, 신체 증상, 우울/불안 등의 내재화 문제가 있으며 이는 조현병이 있는 어머니가 자신의 정신병리로 인하여 자녀들의 정서적 요구에 적절하게 반응하지 못하였을 것으로 추정하였다(이성현, 강경미, 곽영숙, 1998). 따라

서 조현병 환자의 가족들에 대한 연구와 특히 자신의 정체성을 찾아야 하는 청소년기 학생에 대한 학교 및 상담기관의 교육적 역할과 치료적 개입이 필요한 것으로 보인다. 본 사례연구는 조현병 모를 둔 여고생의 정서 치료 45회기의 모래놀이상담을 통해 정서적 변화과정을 탐구해보고자 한다.

모래놀이치료는 “자유롭고 보호된 공간”에서 모래로 채워진 상자에 내담자의 마음을 다양한 소품들로 표현해보는 정서적 상담기법이다(Kalff, 1991). “자유롭고 보호된 공간”에서 치료자와 내담자의 사이가 “모자일체성”과 같이 특별한 관계가 형성되면 내담자의 자기 치유력이 스스로 활성화 되어 스스로 치유되어 간다(Kawai, 2000). 내담자가 마음껏 자신의 내면세계를 표현할 수 있는 치료법이라 볼 수 있다(우희정, 2010). “자유롭고 보호된 공간”에서 “모자일체성”만큼의 치료적 관계를 통해 자신이 있는 그대로의 모습으로 수용되는 경험을 하는 것이 모래놀이상담의 특징이다(Kalff, 1991). 이러한 치료적 경험을 통해 내담자의 내면의 세계와 외부의 현실 세계가 연결되고, 정서적 치유와 생활의 안정을 통해 내담자는 내면과 외부의 삶을 통합할 수 있다(Friedman, & Mitchell, 2008).

이부영과 권택술(1986)은 정신과 입원환자를 대상으로 한국에서 처음으로 모래놀이치료를 실시하여 환자의 정신세계에 대한 이해도가 높아지고 치료적인 면에서 상승효과를 가져왔다고 하였고, Sachs(1990)도 모래놀이치료가 정신질환이 있는 아동과 성인 환자의 치료에 성공적으로 사용되었다고 보고하였다. 김인옥과 이경하(2012)는 여중생의 모래놀이치료에서 비언어적인 표현에 변화가 나타나고 우울 감소에 효과가 있었다고 하였

다. 모래놀이 치료에서 내담자는 자신의 생각과 감정을 언어로 표현하도록 요구받지 않으며, 은유와 상징을 통해 자신의 이야기를 만들어 나간다. 치료자는 이를 수용하고 지지해주며 내담자가 심리적인 안정을 얻을 수 있도록 도움을 준다. Maree와 Ebers`hn, de Villiers(2014)는 이러한 모래놀이의 장점이 우울증 어린이와 청소년에게 긍정적인 결과를 가져왔다고 하였다. 따라서, 본 연구는 조현병이 있는 어머니의 정서적 고통에 의하여 우울증을 겪고 있는 여고생의 모래놀이상담을 통해 조현병 가족 청소년의 정서치료 과정을 탐색해보고자 한다.

방법

연구대상(현병력 및 과거력)

본 사례연구의 내담자는 의뢰 당시 고등학교 2학년(만18세)에 재학 중인 여학생으로 학교 상담 교사에 의해 의뢰되었다. 학교 상담 교사는 내담자가 학교생활에서 의견표현이 이루어지지 않으며, 높은 수준의 긴장과 불안, 느린 행동, 며칠씩 씻지 않아 불결한 위생 상태를 보이며 대인관계의 어려움이 많다고 하였다. 또한, 내담자가 자살 및 자해 충동성을 보여 학교 밖 전문적인 상담센터에서의 상담이 필요하다고 의뢰하게 되었다. 내담자는 중학교 3학년 때부터 우울증 진단을 받고 현재 우울증약을 복용하고 있다. 가정에서 약 복용이 제대로 이뤄지지 않아서 학교에서 점심 후 상담 교사가 약을 챙겨주는 상황이었다. 내담자의 첫인상은 보통 키에 마르고, 대충 묶은 단발머리에 청결하지 못한 모습으로 기운이 없어 보여 곧 쓰러질 것만 같았다. 함께 내원한 어머니도 기운 없

는 모습에 추운 날씨임에도 계절에 맞지 않는 얇은 복장으로 불안해 보이는 눈빛으로 주변을 살피며 손과 머리를 조금씩 떠는 모습을 보였다. 내담자는 상담초기 학교에 등교하지 못하였고, 약속된 날짜에 상담실에 오지 않는 경우가 많았다. 내담자의 집을 여러 차례 방문하였으나 방에서 나오지 않아 만남이 이루어지지 않았다. 상담실에 내원하여도 치료실에 들어가지 않아서 다과를 먹는 등 모래놀이 사전접근이 필요했다.

가족력

어머니와 내담자의 보고에 의하면 내담자는 2녀 중 둘째로 태어났다. 내담자의 언니는 현재 23세로 심한 우울증을 앓고 있으며 그로 인해 자해 및 자살 시도의 경험이 있다. 어머니는 현재 조현병 진단을 받고 처방약을 복용하고 있으며, 어머니는 윗집에서 일부러 괴롭히려고 소음을 낸다고 하여 심한 다툼이 있었고 경찰이 출동한 경우가 몇 차례 있었다고 한다. 내담자의 아버지는 내담자가 정신과 진료 시 동행하며 내담자에게 애정과 관심을 보이면서도 화가 나면 폭언과 질타 및 거칠게 대하는 등 양육 태도에 일관성이 부족한 측면이 있다. 내담자의 어머니가 조현병을 앓고 있어 자녀들을 양육하고 돌보는 데 있어 일반적인 다른 가정에 비해 적절한 모성의 경험이 부족했을 것으로 보인다.

모래놀이치료 절차

모래놀이치료는 5년 경력의 수석 상담사가 진행하였고, 20XX년 11월 00부터 20XX년 10월까지 9개월로 주 1회 50분으로 총 45회기의 상담이 실시되었다. 초기 상담 및 사

전 사후 심리검사 5회기, 언어상담 18회기, 28회기의 모래작품을 만들었다.

른 모래가 아닌 젓은 모래에 섬세하게 잘 표현한다.

결 과

Session 1.

* 첫 소품 : 새

새를 상자 틀 위에 놓은 후 새의 모양을 모래 상자에 만든다. 모래를 힘있게 파지 못한다. “공원에 앉아서 주위를 둘러본다. 새의 바람은 가족들이 안 싸우고 나중에 멋진 꿈을 이뤘으면 좋겠다. 새의 꿈은 많은 사람한테 인정받는 것이다”. 모래 상자에 새의 모습을 표현할 때는 상담실에 들어와 모래를 힘없이 파던 모습보다는 좀 더 힘이 느껴졌다. 상자의 틀이긴 하지만 소품을 선택하고, 모래를 정성스럽게 만지며 새를 모래 그림으로 표현하는 모습에서 조금은 안심이 된다.

Session 2.

* 첫 소품 : 팬더

내담자가 학교에 다녀왔다. 팬더가 상자 틀에서 모래 상자 안쪽을 바라본다. 모래 상자 안에는 모래 위에 좌우로 대나무가 그려져 있고, 좌우 하늘에는 태양이 있고, 그 우측으로 구름이 있다. 내담자 앞쪽으로 하늘을 바라보며 누워있는 팬더를 모래로 만든다.

“팬더는 누구한테도 혼나지 않으며 심부름을 시키는 사람도 없고 자기만의 공간에서 여유롭게 잘 살 수 있는 동물이다. 항상 우울해지는 것이 싫어서 약을 먹는다. 약을 먹으면 기분이 좋아지는 것 같고 약을 먹지 않았을 때와 차이가 있다”. 첫 회기에 비해 좀 더 적극적으로 모래 작업을 시도한다. 마

Session 3.

* 첫 소품 : 케이크

“모래의 느낌은 뭔가 미세하게 까끌거리는 데 부드럽다.”며 처음으로 모래의 느낌을 이야기한다. “일요일이 19세 생일인데, 선물로 곰 인형을 받고 싶다. 초등학교 때 부가 인형을 버려서 서운했다. 케이크를 먹을 때 이 세상을 다 가진 것 같아서 혼자만 먹고 싶다”. 다가오는 자신의 생일을 미리 축하하며 말이 조금씩 많아지고 있다. 그래도 소품은 상자의 틀 위에 놓여 있다.

Session 4.

* 첫 소품 : 벨 공주

“모래 상자 속의 벨 공주는 미녀와 야수처럼 고급스럽고 우아한 공주이고, 파티장에서 즐겁게 노래를 부른다. 친구와 같이하는 실습 시간이 힘들어서 학교에 가지 않았다. 앞으로 실습 시간에 다른 것을 하기로 선생님께서 제안해 주셨다.”

Session 5.

* 첫 소품 : 오페라 하우스

“시드니오페라 하우스다. 아름답고 안에는 멋진 것이 많을 것 같다. 나중에 돈이 많아지면 가보고 싶다. 중학교 2학년 때 처음으로 강원도로 가족 여행을 갔다.”

Session 6.

* 첫 소품 : 팝콘 * 마지막 소품 : 소녀
“젓은 모래가 촉촉하고 설탕 같다. 영화관에서 친한 사람과 같이 영화를 보고 싶다. 친한 사람은 누구인지 잘 모르겠다.”

Session 7.

* 첫 소품 : 백조
“엄마 백조와 아기 백조이다. 새끼 백조에게 먹이를 주고 구경을 시켜주려고 호수에서 헤엄치고 있다. 아빠 백조는 호수가 더러워지면 다른 곳으로 가려고 장소를 물색 중이다”. 전보다 표정이 조금 밝아져 보인다.

Session 8.

* 첫 소품 : 물개
“물개는 슬픈 생각을 하고 있다. 다른 장소로 옮겨야 하는데 두렵고 불안한 마음이다. 새로운 곳은 자기가 알아서 일해야 하는 곳이다. 지금은 모가 도와주지만 새로운 곳이면 모가 지켜만 본다. 물개가 조금 큰 것 같아서 살짝 기대도 되고 걱정도 된다. 처음에는 실수하지만 잘해 나갈 것이다. 필요한 것은 자신감과 용기, 실패를 두려워하지 않는 힘이다.”

Session 9.

* 첫 소품 : 디저트 세트
“카페에서 디저트와 커피를 마시고 있다. 실제로 디저트 카페에 가본 적은 없다. 다음에는 영화를 보거나 아이돌 콘서트에 가거나 놀이공원에 갈 것이다. 방학 중에는 약을 챙겨 먹지 못했다”. 겨울방학으로 5주간 상담실에 내담자가 오지 않았다. 너무 긴 시간

보지 못해 상담사가 집으로 찾아갔으나 내담자는 방에서 나오지 않아 만나지 못하고 모와 대화를 나누고 왔다. 개학이 되면서 다시 상담실로 찾아온 모습에 반가움과 기쁨, 대견함이 느껴졌다.

Session 10.

* 첫 소품 : 유니콘 * 마지막 소품 : 소녀
“어릴 적 상상했던 아름답고 예쁜 곳이다. 유니콘은 아름다운 곳을 찾으러 다니고, 내담자는 유니콘을 하염없이 보고 있다. 꿈에 나온 배경이 실제로 나타나서 너무 기쁘고 신났다. 앞으로 이 세상에 있다가 시간이 지나서 현실 세계로 올 것이다”. 소품이 상자의 틀이 아닌 상자 안으로 처음으로 들어왔다. 내담자가 훌쩍 커서 성장한 느낌이다.

Session 11.

* 첫 소품 : 풍선 * 마지막 소품 : 나무
“어른이 되어 차를 타고 놀이공원에 왔다. 신기한 동물을 보고 재미있는 놀이기구를 탄다. 놀이공원에 가면 공작새가 웅장하고 아름답고 예쁘다. 나는 그네 앞에 있고 24살이다.”

Session 12.

* 첫 소품 : 에펠탑 * 마지막 소품 : 저울
“나중에 커서 여행 가보고 싶은 유럽의 모습이다. 비행기를 타고 혼자 여행 왔고 이탈리아, 파리, 네덜란드에서 예쁜 구두와 인형을 사고 맛있는 디저트를 먹는다.”

Session 13.

* 첫 소품 : 집 * 마지막 소품 : 보석

“어른이 되어 독립해서 혼자 살고 싶은 집이다. 아름다운 정원에 예쁜 풍차와 개, 양과 염소, 새가 있다. 나는 화장품과 관련된 일을 한다. 초등학교 다닐 때 피아노를 배웠다. 소리가 좋은데 어려워져서 그만두었다”. 내담자가 집을 꾸미면서 자신만의 세계를 구축해 나가기 시작하는 것 같다.

Session 14.

* 첫 소품 : 펭귄 * 마지막 소품 : 헬기

“헬기를 타고 남극에 왔다. 도착한 지 1주일 정도 되었고 5~6일 정도 있다가 한국으로 갈 것이다. 펭귄 부모가 자식을 지키는 모습이 감동적이다. 부모가 먹이를 찾으러 가고 새끼 곰은 자기가 알아서 생존방법을 터득하고 있다.”

Session 15.

* 첫 소품 : 음식 * 마지막 소품 : 꽃나무

“먹고 싶은 각 나라의 음식들이다. 유명한 식당에 가고 싶다. 요리사 2명이나 있는 음식점이다. 꽃을 보면 중학교 2학년 때 원예 수업이 생각난다. 화초를 키우지 않고 있지만, 식물과 꽃을 좋아한다.”

Session 16.

* 첫 소품 : 소녀 * 마지막 소품 : 진주

“스트레스를 받을 때 미술관과 전시회를 보면서 마음을 치유하는 것이다. 왼쪽은 미술관이고 오른쪽은 유물을 전시하는 곳이다. 친구들의 짜증나는 듯한 말투와 행동 때문에

상처받고 우울하다. 친구 2~3명이 나에게 대해 험담하는 것 같았고 안 씻고 다니는 것을 지적하는 느낌이 들었다.”

Session 17.

* 첫 소품 : 꽃나무 * 마지막 소품 : 가방 맨 소녀

“식물원에 가서 꽃과 동물을 본다. 여기는 다양한 사람들이 마음의 안정을 찾으려고 드나든다. 이곳은 항상 행복하고 불안과 두려움이 없어질 것 같아서 계속 있고 싶다. 소녀는 식물이 많고 꽃이 예뻐서 기분이 좋다. 다양한 직업을 가진 여자들이 바쁜 일상 속에서 자신에게 힐링을 주고자 경치를 보고 있다.”

Session 18.

* 첫 소품 : 사슴 * 마지막 소품 : 돌

“유럽의 동물원에 가서 세계 각국의 동물을 둘러본다. 공작새는 희귀해서 새 중에서 첫 번째로 보고 싶었고, 백조는 연인 사이로 암컷을 졸졸 따라다닌다. 미어캣 엄마와 아빠가 싸워서 서로 모른 척하고 있어 새끼는 어려워한다. 새는 쉬려고 한다. 캥거루 부부는 암컷이 새끼가 있어서 수컷이 지켜주고 백조는 엄마가 죽어서 아들이 아빠를 위로하고 있다. 흰 말은 성격에 맞는 말이 없어서 혼자 걷고 있다. 머리를 감는데 1시간, 목욕까지 하면 2시간이 걸린다. 학교 상담 선생님이 점심 먹고 약 먹고 양치하라고 하였다”. 학교 선생님이 내담자에게 씻으라고 했다는 말을 하며 감정이 건들여진 것처럼 표현하고 조금씩 현실을 보기 시작하는 것 같다.

Session 19.

* 첫 소품 : 회전목마 * 마지막 소품 : 새
“나중에 대학에 가서 좋아하는 수업을 듣고 있다. 나는 수업을 들으러 가고 있고 다른 친구들은 각자 자기의 할 일을 하고 있다. 학교에서 실습할 때 선생님이 배려해 주셔서 꾸준히 잘 갈 수 있을 것 같다.” 18회기는 학교 선생님에 대한 불편함을 호소하던니 19회기에선 선생님의 배려하는 긍정적인 모습을 전한다. 인간이 가지고 있는 다양한 측면을 받아들일 수 있도록 성장한 느낌이다.

Session 20.

* 첫 소품 : 나비 * 마지막 소품 : 돌
2달 만에 상담실에 내원했다. 모래를 25분 동안 다독이며 언덕을 만든다.
“소녀가 지금까지 살아보니 행복한 일이 별로 없었다. 짜증 나고 화나고 우울한 날이 더 많았다. 사는 것의 의미를 찾을 수 없어 자기 혼자 지옥 속으로 가고 있다. 막상 지옥에 가니까 마음이 착잡하다. 학교 상담 선생님과 상담해도 마음이 풀리지 않는다. 나는 사람의 말투에 예민한 편인 것 같다”. 내담자가 처한 현실적인 모습을 표현하고 있는 것 같다. 지옥으로 들어가는 것이 내담자에게 어떤 변화를 가져다주게 될지 궁금하다.

Session 21.

* 첫 소품 : 꽃 * 마지막 소품 : 보석
“그리스를 여행 중이고 애완동물과 무슨 놀이를 하면 좋을까 생각 중이다. 왕자가 언제 올지 모르겠다. 친구들이 말하는 게 듣기 불편하고 나를 비웃는 것 같은데, 선생님은 참

으라고만 한다. 약은 점심시간에 상담실에 가서 먹고 있다”. 20회기의 장면과는 다른 분위기다. 무슨 놀이를 하면 좋을까 생각하며 그리스 여행 중이고, 언제 올지 모르는 왕자를 기다린다. 다양한 관심사를 펼쳐보기 시작하는 것 같다.

Session 22.

* 첫 소품 : 육조 * 마지막 소품 : 모자
“더워서 바다로 여행 갔다. 내담자는 혼자 여행을 가서 다른 사람과 친해졌다. 토끼가 모래를 신기하게 바라본다. 돌고래는 헤엄치고 있고 새는 이곳이 좋아서 앉아있다. 실업계 학교이다 보니까 대학 진학에 대한 정보가 없어서 혼자 대입 준비를 한다. 특성화고 특별전형으로 준비 중이다.” 라며 대학 진학을 위해 정보를 모으고 노력하는 모습에서 적극성이 느껴진다. 해보고 싶고, 가보고 싶은 곳이 다양해 지고 있다.

Session 23.

* 첫 소품 : 구테타마 * 마지막 소품 : 소녀
“유명한 피규어 가게에 가서 어떤 피규어를 살까 구경한다. 피규어를 사서 집에 전시할 것이다. 나를 힘들게 하는 친구가 뒷자리에 있어서 두렵다”. 학우 및 선생님에 대한 이야기가 많아지고 있다. 자신은 불편함을 표현하고는 있지만 주변에 대한 관심이 늘고 있는 것 같다는 느낌이 든다. 관계에 대한 관심의 폭이 넓어지기를 소망한다.

Session 24.

* 첫 소품 : 화장대 * 마지막 소품 : 조개

겹질

“방학에 여행 가고 싶어서 꾸몄다. 나는 꽃 무늬 원피스를 입은 토끼이다. 친구들과 여행 왔다. 여행 왔으면 예쁜 화장대 보는 것이 소원이다. 공기 좋은 곳에 오니 새들이 많다. 학교 동아리 시간에 기타를 쳤다. 기타를 배우면서 ‘나도 연습하면 되지 않을까?’ 하는 희망이 생긴다. 학교 동아리 축제 때 연주할 것이다”. 초등 저학년 소녀들이 만드는 모래 놀이 작품처럼 유아스러운 분위기를 느끼게 하면서도 화장대 등 소녀스러움으로의 성장을 기대하게 한다. 예전에 비해 좀 더 활발하게 동아리 활동에 참여하는 성장한 모습을 보인다.

Session 25.

* 첫 소품 : 진주 * 마지막 소품 : 교복 입은 소녀

“어린이들이 체험학습을 왔는데 선생님은 잠시 다른 곳을 둘러보고 있다. 물고기는 이리저리 이동 중이다. 이번 주 토요일에 00대 학교 진로박람회에 갈 것이다. 00대학교 시각디자인 학과에 진학하고 싶다. 실기가 70%이다. 그래서 실습 시간에 그림을 그리고 있고 방학 때도 연습할 것이다. 대학 졸업 후에 화장품 관련 회사에 취업하고 싶다. 봉사 시간을 채우기 위해서 주말마다 봉사하러 간다. 어색하고 낯설지만 하게 되었다. 졸업 후에 화장품 회사에서 화장품 용기 디자인 관련 일을 하고 싶다. 친구들이 나와 친해지려고 말을 거는데 오히려 불편하고 부담된다”. 자신이 가고 싶은 대학교와 졸업 후의 미래에 대한 이야기를 한다. 늘 현실에 갇힌 듯이 집에서 나오지 않던 내담자의 모습과는 대조적인 느낌이다. 좀 더 현실감 있

게 삶을 꾸려나가고 있는 느낌이 든다.

Session 26.

* 첫 소품 : 음식 * 마지막 소품 : 소녀

“카페는 포근한 분위기와 달콤한 냄새로 인해 행복한 분위기이다. 소녀들이 학교 끝나고 왔다. 오른쪽은 카페의 다른 공간이고 동물들이 있다. 학교에서 약을 잘 먹고 있다. 나를 힘들게 하는 친구가 가끔 장난하듯 하는 말이 요즘은 놀리는 말로 들리지는 않는다. 불편하지만 참고 있다”. 또래들의 말과 행동, 표정에 쉽게 상처받으며 위축되었던 모습에서 조금은 자신감을 보이는 모습으로 변하고 있다. 친구들의 장난을 장난으로 받아들이며 왜곡시키지 않으려는 태도의 변화를 보이고 있어 대인관계가 개선되고 있음을 느끼게 한다.

Session 27.

* 첫 소품 : 토끼 * 마지막 소품 : 나비

“피곤해서 지금 꿈나라로 가서 자고 있고, 혼자 있으면 무서워서 옆에 인형들을 놓았다. 여기는 누구나 올 수 있으며 즐겁고 환하고 기분 좋게 잘 수 있는 곳이다. 폭 잤다고 느껴지면 깰 것이다. 유치원을 1년 더 다녔는데, 이유는 모르겠다. 어릴 때 먹기만 하면 토해서 1주일 정도 입원하기도 했다. 요즘 학교 과제 때문에 며칠 잠을 못 잤다. 00대학교 진로박람회에 가서 복사해간 생활 기록부를 잃어버려서 상실감이 많이 들었다. 집으로 돌아올 때 혼자 도전하는 마음으로 버스를 탔는데, 잘못 타는 바람에 길을 잃어버려 3시간 걸려서 집에 도착했다”. 생활기록부를 잃어버린 상실감에 묻혀 있지 않고,

도전하는 마음으로 3시간의 긴 여정을 거쳐 귀가하는 모습에 사회를 향한 용기가 많이 생기고 있음을 느끼게 한다.

Session 28.

* 첫 소품 : 집 * 마지막 소품 : 새

“학교에 힘들게 가지 않고 편하고 재미있게 집에 있고 싶은 것을 표현했다. 나는 초등학교 2학년이며 강아지와 놀고 있고, 아빠, 언니, 엄마는 밖에 가만히 서 있다. 중앙의 새는 근처에 살고 매일 날아온다. 새의 어미는 둥지에서 알을 지키고 있고 아빠 새는 먹이를 찾으러 갔다. 기타는 주로 언니가 친다”. 현실의 가족을 있는 그대로 인정하며 받아들이는 느낌이다. 1회기에 상자 틀에 놓았던 새가 28회기에선 둥지를 지키며 알을 보호하는 모습이 인상적이다.

모래놀이치료 결과

내담자는 조현병이 있는 모를 두고 우울증을 앓고 있는 여고생으로서 총 45회의 상담 중 28회기의 모래작품을 만들었다. 내담자는 초반에는 소품을 상자의 틀에 놓으면서 안전하게 주어진 상자를 활용하지 못하여 acting out을 염려하게 되었다. 그러나 틀에 놓았어도 소품의 방향이 모래 상자를 향해 있어 조금은 안심하게 되었다. 모래 상자에 새를 놓고 상자에 그 새를 모래로 표현한다거나 팬더가 살 수 있는 주변 환경을 만들어 주고 하늘을 바라보는 모습을 표현한다. 내담자의 모래 작업 과정의 특징은 모래 접촉이 많고 섬세하며 젖은 모래를 많이 사용한다는 것이다. 내담자는 중심을 잡아가는 여정을 시작하고 정신의 세계를 펼쳐 나가기 위해 고민

하는 듯하다. 1회기에 “하늘을 나는 새인데 극복해야 된다.”는 내담자의 표현처럼 깊은 고민을 시작하는 것 같다. 2회기에 팬더를 모래 상자 틀 위에 놓고 팬더가 살 수 있는 환경을 만들어 주고 양육하며 먹이듯이 보살피는 모습이다. 내담자에게 부족했을 수도 있는 모성적인 측면을 모래상자속에서 체험해 나가면서 성장을 기대하게 한다. 3회기에 중앙에 케익을 놓으면서 자기의 탄생을 축하하는 것처럼 자신의 존재를 인정하며 새로운 시작을 알린다. 새, 팬더, 케익에 이어 4회기에선 여자가 나왔다. 상자 틀이긴 하지만 그래도 인물이 나올 수 있어 내담자가 힘이 아예 없는 친구는 아니라는 느낌이 든다. 미녀와 야수의 ‘벨’이다. 벨이 자신의 내면에 있는 야수적인 측면을 왕자로 만들어 가는 모습처럼 내담자의 여러 어려운 상황들의 변화를 기대해 본다. 동화의 인물이지만 인물이 나온다. 모래 상자 안에도 그려지고 노래를 부르고 있는 벨을 표현한다. 내담자는 감정이 둔마되어 있는 상태인데 노래를 부른다는 것은 감정이 올라온다는 것으로 보여진다. 내담자의 억눌려 있던 감정이 살아나기 시작하는 듯이 느껴진다. 5회기 오페라 하우스를 표현한다. 건축미가 있고, 인간의 정동을 울리는 음악이 연주되는 공간이다. 4회기의 노래를 부르는 벨이 마음껏 노래를 부를 수 있도록 무대를 만들어 주는 것 같다. 6회기는 4회기의 벨처럼 환타지 인물이 아닌 일반 인물이 나오고 극장이 나왔다. 내담자는 안에 있는 아이인데 극장이라는 대중화된 공간으로 나갈 수 있는 준비를 한다. “지금은 아니어도 시간이 지나면 내가 대중 속으로 들어갈 수 있을 것 같아요.”하는 싸인을 보내는 것 같다. 7회기 백조는 돌보는 백조다. 아버지는 다른 곳으로 가려고 장소를 알아보

더니 8회기는 물개가 새로운 장소로 가야 한다고 한다. 자기는 자기의 정신세계에 머물러 있으면 안 되고 새로운 곳으로 가서 개척해야 하는데 어머니가 돌보는 것이 아니라 내가 스스로 해야되는 것이다. 내담자의 것처럼 조현병으로 간다면 무의식에 사로잡히게 되는데, 내가 홀로서기를 함으로써 ego가 제대로 역할을 할 수 있다. 9회기 디저트를 먹으며 모래 상자에 케익을 만든다. 케익의 모양이 눈과 코가 되고 손도장을 찍어 머리를 표현한다. 자기상처럼 나타났다. 10회기부터 자기만의 환타지가 펼쳐진다. 환타지는 어린아이가 퇴행하여 성장할 수 있는 관문의 역할을 하기도 한다. 환타지를 펼치기 시작하는 10회기부터 내담자가 상자 속에 확실하게 등장하기 시작한다. 내가 즐기고, 놀고 여행하고 싶은 욕구를 표현하고 내가 하고 싶은 것을 점점 진행하면서 그 자리에 내가 있다. 9회기까지 소품 하나만을 상자의 틀에 올려놓으며 모래 그림으로 표현하는 데 있어, 내담자의 내적인 힘이 없을 것 같지는 않았지만 언제쯤 긴장감과 경계가 풀릴까? 싶었는데 10회기 작품에서는 많은 양의 소품으로 여성스러운 감정을 잘 표현한다. 유니콘은 내담자에게 어떤 존재 일까? 남성적인 면도 있고 여성적인 면도 있는데, 임상현장에서는 주로 청소년들이 많이 사용하는 경험으로 보아 아마도 내담자가 보통의 청소년의 모습으로 가는 것은 아닌가 싶다. 10회기부터 상자에 내담자가 나오기 시작한다. 내담자가 마음을 열어서 상담자와의 사이에서 조금 더 편하게 되지 않았나 하는 생각이 든다. 피규어가 모래 상자 속으로 들어왔다. 조금 밝은 느낌이다. 점점 안심해서 볼 수 있게 되는 것 같다. 11회기에는 꽃이 피어있는 밝은 공원을 거닐 듯 감정이 피어오르는

것 같다. 내면의 감정이 풍부해지고 있구나 하는 느낌이 든다. 명절을 가족과 지낸 이야기로 시작을 한다. 여성스럽고 화려한 꽃들이 많다. 하고 싶은 것 가보고 싶은 곳이 많아지고 있다. 상자의 범위가 넓어지고 있으나 서로 어울림은 아직 부족하고 제대로 구분되어 있지 않은 느낌이다. 어딘가에 약한 부분을 계속 갖고 있는 듯하다. 12회기에는 유럽에 여행 가고 싶은 희망과 꿈을 상자에 표현한다. 13회기에는 독립해서 살고 싶은 집을 이야기하며 초등학교 때 피아노를 배운 추억을 이야기하며 자신만의 세계를 구축해 나가고 싶은 소망을 표현한다. 14회기에는 현실에서는 실현하기 어려운 소망을 표현하며 남극 여행을 나눈다. 정신의 세계가 넓어진 느낌이다. 15회기는 여행을 하며 각 나라의 음식을 통해 영양분을 섭취한다. 여행하며 먹고 싶은 것을 표현하는 것으로 보아 변화가 일어나기 시작하고 있음을 느끼게 되었다. 16회기는 스트레스를 받을 때 마음을 치유하는 곳을 꾸미고, 내담자가 친구들의 말투로 인해 속상하고 우울한 감정을 이야기한다. 내담자가 실제로 마음을 치유하고 싶은 생각이 있지 않을까 하는 생각이 들었다. 내담자의 내면을 표현하기 시작하는 느낌이 들었다. 모래를 만지고 피규어를 놓은 것이 다른 상자와 다르다. 16회기부터 본격적으로 모래를 만지는 느낌이 든다. 모래의 따뜻함이라던가 본격적으로 뭔가를 해볼까 하는 느낌이 있다. 내담자가 스스로를 표현하기 시작하는 느낌을 내고 있다. 내담자는 이야기를 하면서 본인 앞에 있는 모래를 만진다. 펼쳐진 새의 날개 같기도 하다. 모래상자에 손자국을 내면서 자신의 존재를 알리려는 것 같다. 진주 구슬도 내담자의 여성성을 보여주는 듯하다. 17회기에는 꽃이 많은 나라에

서 사람들이 마음이 안정을 찾으려는 상자를 꾸민다. 내담자가 내면의 안정을 찾고 싶어 하는 다양한 감정이 표현되기 시작한다는 느낌이 든다. 18회기는 다양한 동물이 나오고 희귀해서 가장 먼저 보고 싶은 공작새 앞에 내담자가 서 있다. 내담자는 소망하는 것을 찾았을까? 19회기는 현실에서 소망하는 대학 생활에 대해 표현한다. 이후 약 2달의 시간이 흐르고 내담자가 상담실을 찾았다. 20회기 지옥으로 들어가는 느낌이라고 했는데 이전의 내가 죽어야 새로운 내가 탄생하고, 옛 것이 가야 새로운 것이 오듯이 죽어야 새로운 탄생이 이뤄지는데 그 과정을 거치면서 새로운 탄생이 이루어질 수 있지 않을까 하는 생각이 든다. 지옥으로 들어가는 것이 내담자에게 어떤 변화를 가져다 주게 될지 궁금하다. 20회기 상자가 가장 현실적으로 내담자의 감정을 표현한 듯하다. 10회기부터 환타지로 가서 마냥 재미있게 노는 모습이였다면, 20회기는 현실로 올라오는 느낌이다. 현실적으로 자기의 감정을 드러내면서부터 좀 더 현실적인 내용이 나온다. 학교생활이나 대학이 나와서 오히려 현실을 인정해 나가는 듯하여 안심된다. 21회기는 무슨 놀이를 하면 좋을까 생각하며 그리스 여행 중이고, 언제 올지 모르는 왕자를 기다린다. 다양한 관심사를 펼쳐보기 시작하는 것 같다. 22회기는 혼자 여행 온 내담자가 다른 사람들과 만나 친해지는 모습을 표현하며 처음으로 혼자 아닌 다른 사람들과 교류하고 어울리고자 하는 모습을 보인다. 23회기는 대문이 나온다. 문을 열지 않아서 오히려 안심된다. 아래가 무의식이고 위쪽이 의식이라면 내담자는 무의식을 넘나드는 것이 많은데 오히려 그것을 차단하고 무의식의 에너지가 많이 올라오지 않은 것이 내담자에게 필요하지

않을까? 한다. 24회기는 22회기의 새로운 친구들과 같이 여행을 왔다. 예쁜 화장대도 있다. 또래의 친구들처럼, 화장도 하고 여성스러운 모습을 보이기 시작한다. 25회기는 내담자가 수족관에 놀러 와 물고기가 자유롭게 이동하는 모습을 본다. 내담자도 다양한 감정들 속에서 자유로워졌을까? 생각해 본다. 26회기에서 내담자는 카페에 왔다. 내면의 새로운 여정 앞에 에너지를 채우려고 하는가? 많은 양분을 필요로 하는 새로운 출발을 하려고 하는가? 27회기에서 내담자는 어린 시절로 퇴행하여 꿈나라로 간다. 어린 시절 인형을 옆에 두고 잠을 청했던 것처럼 내담자가 기억하는 편안하고 안정된 곳으로 떠난다. 이 꿈에서 깨어나면 새로운 출발을 할 수 있을까? 28회기에서는 학교에 힘들게 가지 않아도 되는 편안한 집에 가족들과 함께 있는 모습을 표현한다. 잠에서 깨어나서 새로운 출발을 시작한 것일까? 알을 품고 있는 어미 새가 나온다. 1회기의 노란 새가 성장한 모습 같다. 마치 내담자가 모래 상자에서 많은 여정을 거치고 성장한 것처럼 느껴진다. 부족했던 모성의 경험을 내담자가 모래 상자에서 양육하고 돌보며 경험하고 성장해 나가는 모습이다.

표 1. 모래놀이 주제, 소품 수 변화



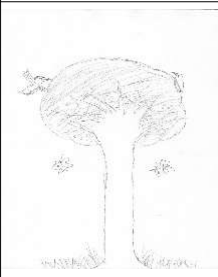
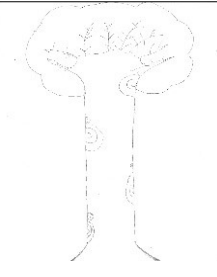


	회기	주제	소품수
I	1	주위를 둘러보는 새	1
	2	누워있는 팬더	1
	3	생일케이크	3
	4	노래부르는 벨 공주	1
	5	오페라 하우스	1
	6	영화 관람	4
	7	엄마와 아기백조	1
	8	장소를 옮겨야 하는 물개	1
	9	가고 싶은 디저트 카페	1

II	10	상상했던 아름다운 곳	32
	11	놀이공원	41
	12	여행가고 싶은 유럽	51
	13	독립하여 살고 싶은 집	49
	14	남극의 펭귄과 곰	70
	15	먹고 싶은 음식	45
	16	마음을 치유하는 미술관	48
	17	안정을 찾는 식물원	46
	18	유럽의 동물원	61
19	미래의 대학수업	70	
III	20	우울하여 지옥으로 간다	22
	21	왕자를 기다린다	23
	22	여행중 사람들과 친해짐	39
	23	피규어를 사러 감	39
	24	친구들과의 여행	57
	25	체험학습	56
	26	카페의 포근한 분위기	46
	27	꿈나라로 여행	29
	28	가족과 함께하는 우리집	39

그림 1의 HTP 검사 중 사전 집 그림에서는 여러 주민과 우리 가족이 살며 대리적으로 만들어진 집이고 지금은 외진 곳에 있지만, 나중에 알려지게 되어서 지도상에 나타날 것이라고 했고, 사후 집 그림에서는 조용하고 외진 곳에 빌라가 있고 가족이 다 함께 같이 산다. 저녁이 되면 내담자가 나타난다고 한다. 사전 나무그림은 35살의 평범하고 건강하다. 주변에는 새와 나비들이 있고 행복한 일만 있을 수는 없지만 가끔씩 우울하고 화날 때가 오더라도 잘 넘어가서 대단한 나무가 됐으면 좋겠다. 큰 위기도 오지만 이겨내고 잘 살 것이다. 사후 나무그림에서는 21살의 상처가 군데군데 있는 나무를 그렸다. 상처를 딛고 위험도 오겠지만 새로운 자기를 찾아서 남은 인생을 잘 살 것이라고 한다. 사전검사에서 29세의 여자는 외롭고 혼자 방황하는 직장인이고 지금 하는 일을 계속하는 게 맞는지 생각하며 밤새 일을 한다. 나중에 잠시 휴식시간을 가질 것이고 사후검사에서는 대입을 다시 준비하는 재수생을 그

린다. 그리고 대학에 입학하여 동아리 활동을 하고자 하는 소망을 나타낸다. 사전검사에서 남자는 유명한 회사에 취업한 사람이고 해외 출장을 가는 중이다. 좋은 회사 다니고 돈도 많이 버는데 이상하게 행복하지 않다. 사후검사에서는 회사의 면접을 보러 다니고 있고 조만간 회사에 취업하게 될 것이라고 희망을 보인다. 사전검사 가족화에서 부는 집에 오면 화내시고 장난기도 있고 물건을 던지기도 하고, 모는 부가 싫어할 말을 할 때가 있어서 한숨을 내쉰다. 언니는 집에서 강아지를 돌보고 주방 일을 하다가 현실을 보고 싶지 않아서 핸드폰을 만지고 있다. 사후검사에서는 부와 언니는 대출을 갚기 위해 각자 방법을 찾고 있고 모는 누워서 라디오를 듣고 있으며 내담자는 핸드폰을 만지작거리고 있다. 집의 좌우대칭 균형이 비교적 맞아 있다. 중심을 잡고자 하는 느낌이 든다. 집 양쪽의 강아지는 내담자가 사랑받고 싶은 욕구를 표현한 것으로 보인다. 나무그림에서 날카로운 가지가 꼬이고 엉켜있어 내재된 공격성을 숨기고 있는 것으로 보인다. 나무의 수관이 닫혀 있어서 액팅 아웃이나 정신증의 문제는 크지 않아 보인다. 수관이 나무의 기둥이나 밑둥에 비해서 상당히 크다. 본인이 표현하지 않지만 생각이나 욕구가 강한 측면이 있는 것 같다. 가지가 뽕족뽕족하여 공격성이나 관계의 문제를 보이는 것일 수도 있고, 반면, 예술적인 측면을 보이고 감각적인 면을 보일 수도 있을 것 같다. 사후의 나무는 좀 더 크고 안정적인 모습을 보인다. 내담자의 외향 및 가족의 상황에 비하여 사람 그림은 부드럽고 섬세하게 잘 표현한 것 같다. 여자의 그림이 내담자를 연상시킨다. 가족화를 통해 내담자는 가족들을 인정하고 가기 시작하는 느낌이다. 그렇지만 내가 원

하는 분위기는 아니어서 울고 있다는 표현에서 앞으로 힘든 일도 있고, 쉬운 과정은 아닐 수 있으나, 시간이 지나면 문제를 해결해 나갈 수 있을 것이라고 하여 내담자의 잠재된 힘을 느끼게 한다. 내담자 옷의 줄무늬가 내담자를 묶고 있는 느낌을 주며 가족 간의 소통이 원활하지 않으며 내담자의 불안한 심리적인 면이 엿보게 한다. 경직된 모습을 보이는 사전검사와 달리 사후검사에서 가족들이 각자의 일을 하며 현실적인 문제를 해결하려는 모습을 보인다.

	사전	사후
집		
나무		
사람1		

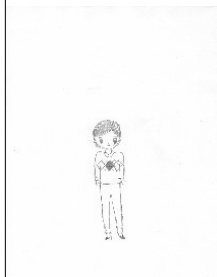
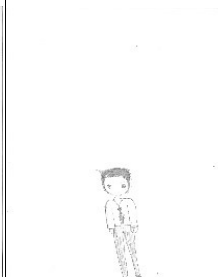

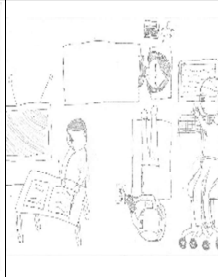
사람2		
가족화		

그림 1. 사전-사후 그림검사

논 의

본 사례는 모가 조현병을 앓고 있는 여고생의 사례연구이다. 사례연구의 목적은 조현병 모를 둔 여고생의 정서 치료 45회기의 모래놀이상담을 통해 정서적 변화과정을 탐색해 보고자 하였다. 내담자가 28개의 모래작품을 제작하면서 깊은 우울에서 조금씩 벗어나 현실에 적응하려는 모습을 볼 수 있었다. 모래놀이치료 과정은 크게 3단계의 과정을 보인다. 1회기부터 9회기까지 내담자가 자신있게 자신을 표현하지 못하고 상자의 틀에 소품을 놓으면서 무의식의 여행을 준비하는 단계를 가진다. 무의식과의 접촉을 두려워하고 자신을 방어하는 모습을 보인다. 둔마된 감정이 살아나기 시작하고 홀로서기를 준비한다. 10회기부터 19회기는 피규어를 사용해서 자기를 표현할 수 있게 되고 내담자의 풍부한 감정들을 다양하게 표현해 나가고 있다. 행복한 무의식의 여행을 하며 정신의 세계를 확장시켜 나간다. 20회기에는 자신의 내면과

마주하기 시작하고 현실의 세계를 인식하며 다양한 관심사를 펼쳐 보인다. 여행을 가고 새로운 친구들과 만나면서 내담자가 현실에서 이루고 싶은 꿈을 모래상자를 통해 이루어 나간다. 자신이 원하는 대학을 가기 위해 스스로 정보를 찾고 진로박람회에 찾아가며 현실에 적응하려고 노력하는 모습을 보인다.

내담자는 모래놀이치료가 진행되면서 본인의 감정을 자각하고 표현하는 경험을 하면서 내적 갈등을 변화시킬 수 있는 자신 내부의 힘을 발견하게 되고 변화를 이루어 나가려는 모습을 보인다(오경임, 김도연, 2017). 내담자는 조현병을 앓고 있는 모와 깊은 우울증을 앓고 있는 언니를 두고 있고, 내담자 또한 우울증으로 약물을 복용하고 있는 상태이다. 조현병으로 인해 자녀들을 양육하고 돌보는데 모의 모성 역할이 일반적인 다른 가정에 비해 적절하지 못하였으며 내담자의 긍정적 모성 경험이 부족했을 것으로 추측된다. 모래를 충분히 만지고, 작품을 만들면서 내담자가 자유롭고 보호된 공간에서 안전함을 느끼며 긍정적인 모성을 재경험하는 모습을 볼 수가 있었다. 학교에서 의뢰된 상담기간 동안 모래놀이 상담을 통해 내담자가 우울증에서 완쾌된 것은 아니었다. 반면, 자신의 깊은 우울에서 조금씩 벗어나고 가족들의 상황을 받아들이면서 현실에서 적응하려 노력하는 모습을 볼 수가 있었다. 모래놀이치료는 자유롭고 긍정적인 표현을 통해 내담자가 자지고 있는 우울에 긍정적인 역할을 한 것으로 보여진다.

연구한계는 조현병이 있는 어머니를 둔 것이 내담자의 문제를 대표할 수 없다는 점과 정신 건강에서 어려움이 있는 환자와 가족들에 대한 간접적 차별을 암시할 수 있다는 점이다.

참 고 문 헌

- 김동영, 박기정, 김효원 (2015). 한국 청소년의 우울증상과 부모자녀관계. *소아청소년정신의학*, 26(2), 120-128. <http://dx.doi.org/10.5765/jkacap.2015.26.2.120>
- 김인옥, 이경하 (2012). 모래상자놀이 프로그램이 여중생의 우울 감소에 미치는 효과. *놀이치료연구*, 16(1), 51-66. <http://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE08807075>
- 김진아, 이형실 (2011). 청소년의 가족 및 또래 환경과 우울에 관한 연구. *한국가정교육학회지*, 23(2), 149-159. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE01658305>
- 신민섭, 박광배, 오경자 (1991). 우울과 충동성이 청소년들의 자살 행위에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상*, 10(1), 286-297. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE06370634>
- 오경임, 김도연 (2017). 우울 청소년에게 적용한 모래놀이 치료 사례연구. *발달지원연구*, 6, 55-67. <http://scholar.dkyobook.co.kr/searchDetail.laf?barcode=4050026016460>
- 우희정 (2010). 외상 후 스트레스 장애 증상을 보이는 대학생의 모래놀이치료 사례연구. *대한가정학회지*, 48(3), 55-69. <http://dx.doi.org/10.6115/khea.2010.48.3.055>
- 이부영, 권택술 (1986). 한국인 성인 정신과 환자에 대한 모래상자놀이 요법의 시험적 적용. *신경정신의학*, 25(1), 136-153.

- 이성현, 강경미, 곽영숙 (1998). 정신분열병이 있는 어머니의 양육태도와 자녀의 행동문제. *소아청소년정신의학*, 9(2), 180-189. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE02058958>
- 이정선, 이형실 (2012). 청소년의 우울 관련 요인. *한국가정과교육학회지*, 24(4), 77-89. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE02073067>
- 정덕조, 권용일, 이연주 (2008). 청소년의 여가활동 참가가 불안 및 우울에 미치는 영향. *한국여가레크레이션학회지*, 32(4), 145-154. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE07586491>
- 조수철, 남민 (1994). 소아와 청소년의 행동장애와 우울, 불안증상과의 상호관계. *신경정신의학*, 33(6), 1273-1283. <http://scholar.dkyobobook.co.kr/searchDetail.laf?barcode=4050026306329>
- Friedman, H. S. & Mitchell, R. R. (2008). *Supervision of Sandplay Therapy*. Routledge
- Jung, C. G. (2006). 영웅과 어머니 원형 [Heros und Mutterarchetyp]. (한국융연구원. C.G. 융. 저작 번역위원회 역). 서울.
- Kalff, D. M. (1991). Introduction to sandpiay therapy. *Journal of sandplay therapy*, 1(1), 1-4. <https://www.psychotherapyofaustin.com/s/Sandplay-Therapy.pdf>
- Kawai, H. (2000). 모래상자의 지혜. (우중태 역). 서울특별시립동부아동상담소.
- Maree, J. G., Ebersohn, L., & de Villiers, D. A. (2012). Combining ericksonian and sandplay approaches to therapy with children who manifest depression as a developmental barrier. *Journal of Psychology in Africa*, 22(2), 221-226. <http://dx.doi.org/10.1080/14330237.2012.10820520>
- Sachs, R. G. (1990). The sand tray technique in the treatment of patients with dissociative disorders: Recommendations for occupational therapists. *American Journal of Occupational Therapy*, 44(11), 1045-1047. https://ajot.aota.org/pdfaccess.ashx?url=/aota/content_public/journal/ajot/930323/1045.pdf

원고접수일 : 2020년 9월 30일

1차 논문심사일 : 2020년 10월 22일

2차 논문심사일 : 2020년 11월 19일

게재결정일 : 2020년 11월 30일

A Case Study of Sandplay Treatment for High School Girls with Depression

Chan-Hee Lee

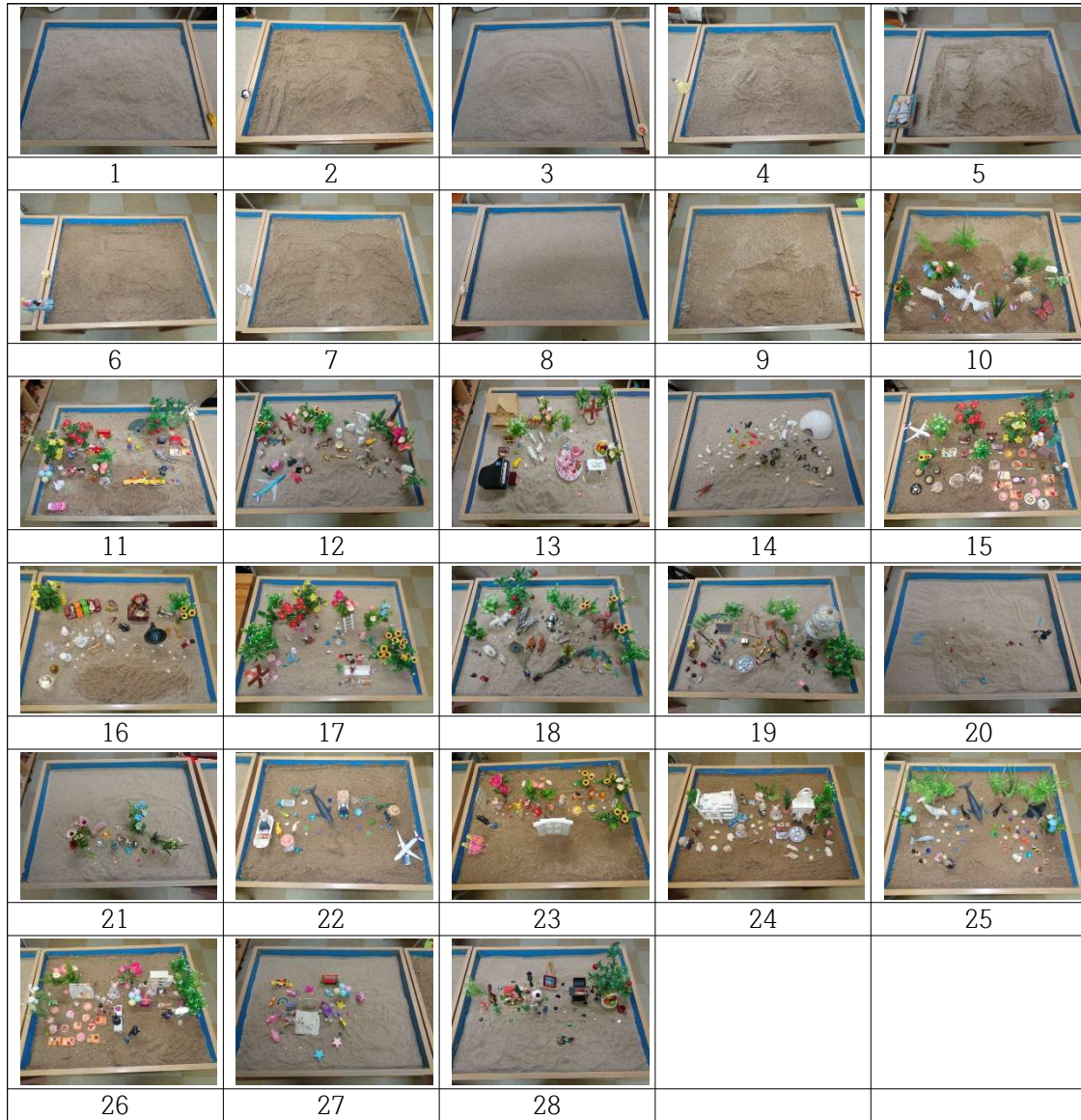
Department of Counseling Psychology, Graduate School of Policy and Business Administration, Dankook University

The purpose of this study was to examine the effects of sandplay therapy on high school girls suffering from depression. The client of this case study is a female student in high school in the second grade (18 years old) who was commissioned by the School Counseling Office. The client was diagnosed with depression in the third year of middle school and was taking psychiatric drugs. A total of 45 counseling sessions were held once a week, 50 minutes once a week for 9 months from November 00 to October of X, and initial counseling and pre-post psychological examination were conducted at 5 sessions, 18 language counseling sessions, and 28 sand play counseling sessions. The client, who has a mother suffering from schizophrenia and a sister suffering from deep depression, is believed to have experienced a positive maternal experience again, feeling safe in the “free and protected space” of sand play, reducing her depression and helping her adapt to reality.

Keyword: sandplay therapy, youth, depression

부 록

부록1. 회기별 모래놀이 상자사진



A Case Study of Sandplay Treatment for High School Girls with Depression

Chan-Hee Lee

Department of Counseling Psychology, Graduate School of Policy and Business
Administration, Dankook University

The purpose of this study was to examine the effects of sandplay therapy on high school girls suffering from depression. The client of this case study is a female student in high school in the second grade (18 years old) who was commissioned by the School Counseling Office. The client was diagnosed with depression in the third year of middle school and was taking psychiatric drugs. A total of 45 counseling sessions were held once a week, 50 minutes once a week for 9 months from November 00 to October of X, and initial counseling and pre-post psychological examination were conducted at 5 sessions, 18 language counseling sessions, and 28 sand play counseling sessions. The client, who has a mother suffering from schizophrenia and a sister suffering from deep depression, is believed to have experienced a positive maternal experience again, feeling safe in the "free and protected space" of sand play, reducing her depression and helping her adapt to reality.

Keyword: sandplay therapy, youth, depression

Adolescence is a period that establishes self-identity and is a time when internal confusing problems rise to the surface of the water (Jo Su-cheol, Nam Min, 1994). Adolescence is also a transitional period in which immaturity and anxiety can cause mental health risks (Shin Min-seop, Park Kwang-bae, Oh Kyung-ja, 1991). In adolescence, depression is maladjustment and suicide problem behavior at home and school life, and emotional disorders and high connections after adulthood, and self and society suffer from a lifetime of hibernation (Lee Jung-sun, Lee Hyung-sil, 2012). Depression in adolescent is characterized by sensitivity or irritation throughout their lives, mood changes are very severe, various psychiatric problems, and, if not treated, causes significant social adaptation problems (Kim Dong-young, Park Ki-jung, Kim Hyo-won, 2015). In addition to the psychological factors of the physician, several environmental factors, such as family relationships, peer relationships, and school life, may have a lasting impact on youth depression, among which the mental health problems of family members, especially mothers, can have a significant impact (Kim Jin-ah, Lee Hyung-sil, 2011). In this case, the patient is with her mother, who has schizophrenia, and her sister, who

shows symptoms of severe depression. Lee Sung-hyun, Kang Kyung-mi, and Kwak Young-sook (1998) studied the impact of mothers with schizophrenia on their children, saying that children with schizophrenia showed various mental disorders and were more likely to behave in social and psychological maladjustment than control groups. Also, children of mothers with schizophrenia have internal problems such as social atrophy, physical symptoms, depression, and anxiety, which are presumed to have failed to respond appropriately to their children's emotional needs due to their mental illness (Lee Sung-hyun, Kang Kyung-mi, and Kwak Young-sook, 1998). Therefore, it seems necessary to study the families of patients with schizophrenia and engage in educational reverse discounts and therapeutic intervention by schools and counseling institutions, especially for adolescent students who have to find their identity.

This case study aims to explore the process of emotional change through the 45th sessions of sandplay on the emotional treatment of high school girls having a mother with schizophrenia. sandplay therapy is an emotional counseling method that expresses a person's mind in a box filled with sand in a free and protected space with various props (Kalff, 1991). In a free

and protected space, when a special relationship between the therapist and the patient is formed, such as motherhood, the patient's self-healing power is self-activated and healing (Kawai, 2000). It can be seen as a treatment that allows a patient to freely express their inner world (Woo Hee-jung, 2010). It is a characteristic of sandplay idealism to experience as it is through therapeutic relationships as much as motherhood in a free and protected space (Kalff, 1991). Through this harsh therapeutic experience, the patient's inner world is connected to the outside world, and through emotional healing and stability of life, the inner world can integrate the inner and outer life of the patient (Friedman, & Mitchell, 2008).

Lee Bu-young and Kwon Taek-sul (1986) reported that sandplay therapy was successfully used to treat mentally ill children and adults in Korea for the first time in Korea. Kim In-ok and Lee Kyung-ha (2012) said that middle school girls' nonverbal expressions changed in sandplay therapy and were effective in reducing depression.

In the treatment of sandplay, the patient is not required to express his or her thoughts and feelings in language and creates his or her own stories through metaphors and symbols. The therapist accepts and supports this and helps the patient achieve

psychological stability. Mare Ebersohn and de Villiers (2014) said that the advantages of these sandplays had positive results for depressed children and adolescents. Therefore, this study aims to explore the process of emotional therapy for teenagers in families with schizophrenia through the sandplay of a high school girl suffering from depression due to the emotional deficiency of their mother with schizophrenia.

Method

Subject to study (present and history)

A female student in the second grade of high school (18 years old) was recommended by a school counselor to study this case study. The school counselor said that there were many difficulties in interpersonal relationships, with high tension, anxiety, slow behavior, and poor sanitation that were not washed away for several days. In addition, the patient showed the impulsive nature of suicide and self-harm, so she asked a professional counseling center outside the school to consult with her. The patient has been diagnosed with depression since the third year of middle school and is currently taking medication for depression. Because the medication was

not taken properly at home, the school counselor gave her medicine after lunch. My patient's first impression was usually short and thin and roughly tied short hair, but she looked weak, so I felt like she was about to collapse. The mother, who visited the hospital together, showed a habit of shaking her hands and hair little by little, looking around with eyes that looked uneasy with thin clothes out of season despite the cold weather. In the early days of counseling, she failed to attend school and often did not come to the counseling office on the scheduled date. I visited her house several times, but there was no meeting because she did not get out of her room. Even if she visited the counseling room, she did not enter the treatment room, so she needed pre-access to play in the sand, such as eating refreshments.

Family History

According to reports from her mother and the patient, she was born the second of two children. Her sister (23 years old) is currently suffering from severe depression and has experienced self-inflicted and suicide attempts. The mother is currently on prescription medication after being diagnosed with schizophrenia, and the mother said the people living upstairs intentionally made

noise, so there were several cases where the police were dispatched. The patient's father is not consistent in his parenting attitude, as he shows affection and interest in the patient at the time of treatment, but when he is angry, he is abusive, scolded, and harshly treated. The mother of the patient suffered from schizophrenia and lacked adequate maternal experience compared to other common families in raising and caring for her children.

Sandplay Treatment Procedure

5 sandplay treatments were conducted by a senior counselor with a year's experience, and from 00 November 20xx to October 20xx, nine months were provided once a week with a total of 45 sessions of counseling. Initial counseling and pre-post psychological examination 5 sessions, language counseling 18 sessions, and 28 sessions of sandplay works were made.

Result

Session 1. *First prop: Bird

After placing the bird on a box frame, make a bird shape into a sandbox. The sand cannot be dug vigorously. Sitting in the park and looking around, the bird hopes that the family will not fight and

achieve a wonderful dream later on. A bird's dream is to be recognized by many people. When she expressed the bird in the sandbox, I felt a little more powerful than when she came into the counseling room and dug out the sand without any energy. Although it is the box's frame, it is a bit of a relief to see her choosing props, touching the sand with care, and expressing birds in sand paintings.

Session 2. *First prop: Panda

The patient went to school. The panda looks inside the sandbox from the box frame. Inside the sandbox, bamboo is painted left and right on the sand, the sun is on the left and right, and clouds are on the right. She is making a panda lying down, facing the sky in front of the patient into the sand. "Panda is an animal that does not get scolded by anyone, does no errand, and can live in its own space. I always take medicine because I do not want to get depressed. I feel better when I take medicine, and it is different from when I do not take a medicine." She tries to do sandplay more actively than she did in the first session. It is delicately expressed in wet sand, not in dry sand.

Session 3. *First prop: Cake

The feeling of sand is something fine

and smooth. She mentioned the feeling of sand for the first time. "Sunday is my 19th birthday, and I want to get a teddy bear as a gift. When I was in elementary school, I was sad that my dad threw away the doll. When I eat cake, I want to eat alone because I feel like I have the whole world." She is starting to talk a little bit more about congratulating herself on her upcoming birthday. Still, props are placed on the frame of the box.

Session 4. *First prop: Princess Belle

"Princess Belle in the sandbox is a beautiful, luxurious, and elegant princess, singing merrily in the party. I did not go to school because the practice time with my friends was hard for me. My teacher suggested that I do something else during the practice session."

Session 5. *First prop: Opera House

"It is the Sydney Opera House. I think there will be a lot of beautiful things inside. I want to go there when I have much money later. When I was in 2nd grade of middle school, I went on a family trip to Gangwon-do."

Session 6. *First prop: Popcorn *Last prop: Girl

“Wet sand is moist and like sugar. I want to watch a movie with a close friend in the movie theater. I am not sure who my close friends are.”

Session 7. *First prop: Swan

It is a mother swan and a baby swan. They are swimming in the lake to feed and show their baby swans. The father swan is looking for a place to go when the lake gets dirty. She looks a little brighter than before.

Session 8. *First prop: Seal

The seal has a sad idea. It has to move to another place, but it is afraid and anxious. The new place is where it has to work. Now the mom seal helps the seal, but the mom seal just watches it when it goes to a new place. I think the seal is a little big, so I am slightly excited and worried. The seal will make a mistake at first, but it will do well. What is needed is the power not to fear failure, self-confidence, and courage.”

Session 9. *First prop: Dessert set

“I am drinking dessert and coffee at the cafe. I have never actually been to a dessert cafe. Next time, I will watch a movie, go to an idol concert, or go to an amusement park. I could not take

medicine during vacation.” During the winter vacation, she did not come to the counseling office for five weeks. The counselor could not see her for too long, so the counselor went to her house, but she could not meet her because she did not come out of the room, so the counselor had to have a small conversation her mother and came back. As the school opened, I felt glad and proud to see her come back to the counseling office.

Session 10. *First prop: Unicorn *Last prop: Girl

“It is a beautiful and pretty place that I imagined when I was young. Unicorns are looking for beautiful places, and the patient is looking for unicorns. I was so happy and excited that the dream background actually appeared. From now on, I will be in this world and come to the real world over time.” The props came into the box for the first time, not the box frame. I feel like she has grown up a lot.

Session 11. *First prop: Balloon *Last prop: Tree

“I came to the amusement park by a car when I became an adult. I watch interesting animals and ride fun rides. When I go to an amusement park, the

peacock is magnificent, beautiful, and pretty. I am in front of the swing, and I am 24 years old.”

Session 12. *First prop: Eiffel Tower
*Last prop: Scale

“It is a European look that I want to travel when I grow up. I travel alone by plane, buy pretty shoes and dolls and eat delicious desserts in Paris, Italy and the Netherlands.

Session 13. *First prop: House *Last prop: Jewel

“It is a house where I want to live alone after becoming an adult. There are pretty windmills and dogs, sheep, goats, and birds in the beautiful garden. I work related to cosmetics. I learned how to play the piano when I was in elementary school. The sound was good, but it got difficult, so I quit.” It seems that the patient is beginning to build her own world by decorating the house.

Session 14. *First prop: Penguin *Last prop: Helicopter

“I came to Antarctica by helicopter. It has been about a week since I arrived and I will go to Korea after 5 to 6 days. It is touching to see penguin parents protect their children. Parents

go looking for food, and the baby penguin learns how to survive on its own.”

Session 15. *First prop: Food *Last prop: Flowering tree

“These are the food of each country I want to eat. I want to go to a famous restaurant. It is a restaurant with two cooks. The flowers reminded me of the flower arrangement class when I was in second grade in middle school. I do not grow plants, but I like plants and flowers.”

Session 16. *First prop: Girl *Last prop: Pearl

“It is to heal your mind by watching art museums and exhibitions when you are under stress. On the left is the art museum and on the right is the place where artifacts are displayed. I am hurt and depressed by my friends' irritating way of speaking and behaving. I felt like two to three friends were gossiping about me and pointing out that I did not wash up.”

Session 17. *First prop: Flowering tree
*Last prop: A girl with a bag

“I go to the botanical garden and see flowers and animals. Here, various people come and go to find peace of

mind. This place is always happy, and I want to stay here my anxiety and fear will disappear. The girl feels good because she has many plants and pretty flowers. Women of various occupations are looking at the scenery to give themselves a break in their busy daily lives.”

Session 18. *First prop: Deer *Last prop: Stone

“I go to a zoo in Europe and look around animals from all over the world. Peacocks are rare, so I wanted to see the bird first; and swans follow females around, and they are lovers. Mother meerkat and father meerkat are fighting and pretending they do not know each other, so the baby meerkat in a bad mood. The bird is trying to rest. The kangaroo couple has a female baby, so the male protects them, and the mother swan has died, so the son swan consoles the father swan. A white horse is walking alone because it does not find other horses that get along together. It takes one hour to wash my hair and two hours to take a shower. The school counselor told me to take my medicine and brush my teeth after lunch.” It seems that the teacher at the school told the patient to wash up, expressing her/his feelings as if she had been touched, and starting to see reality little by little.

Session 19. *First prop:

merry-go-round *Last prop: Bird

“I am taking my favorite class at university later. I am going to take a class, and the other friends are each doing their jobs. I think I will be able to go to school well steadily, thanks to the teacher's consideration when practicing at school.” The 18th session complained of inconvenience to the school teacher, and the 19th session conveys a positive habit of caring for the teacher. It feels like she has grown up to accept the various aspects of human beings.

Session 20. *First prop: Butterfly *Last prop: Stone

She came after two months of visiting the counseling office. She is soothing sand and making hills for 25 minutes.

“As the girl has lived so far, there has been little happy thing. There were more days when she was annoyed, angry, and depressed. She cannot find the meaning of living. She is going to hell alone. She is not feeling well. Even though I talked with the school counseling teacher, I do not feel good. I think I am sensitive to the way someone talks.” I think she is expressing the reality that she is facing. I wonder what kind of change it will bring to the patient.

Session 21. *First prop: Flower *Last prop: Jewelry

"I am traveling to Greece, and I am thinking about what I should do with my pet. I don't know when the prince will come. I think my friends are making fun of me, and I feel uncomfortable with it, but my teacher is just telling me to hold it. I am taking medicine at the counseling office during lunchtime." The atmosphere is different from that of the 20th session. She is on a trip and waiting for the prince who does not know when he will come. It seems to be beginning to unfold various interests.

Session 22. *First prop: Bath *Last prop: Hat

"It was so hot that I went on a trip to the sea. The patient traveled alone and made friends with others. The rabbit looks at the sand wonderfully. Dolphins are swimming, and birds are sitting here because they like it. Since it is a vocational high school, I do not have any information about going to college, so I am preparing for college by myself. I am preparing for a special admission program for specialized high schools." I can feel her activism by collecting information and trying to get into college. The places she wants to try and go are becoming more diverse.

Session 23. *First prop: Gudetama (Japanese doll) *Last prop: Girl

"I am at a famous figure shop and see what kind of figures to buy. I will buy figures and display them at home. I am afraid of my friend who is in the back seat. There is much talk regarding classmates and teachers. Although she expresses discomfort, she feels that interest in her surroundings is increasing. Hopefully, there will be more interest in relationships.

Session 24. *First prop: Dressing table *Last prop: Shellfish

"I decorated it because I want to go on a trip during vacation. I am a rabbit in a flower-patterned dress. I came to see my friends. I wish I could see a pretty makeup table when I am on a trip. There are many birds in the air. I played the guitar in the school club class. While learning how to play the guitar, I thought 'I can practice too?' I will play at the school club festival." It makes me expect her growth even though there is a makeup table with girlishness and sandplay pieces that seems to be made by lower grade elementary school girls. She is more active in participating in club activities than before.

Session 25. *First prop: Pearl *Last

prop: A girl in school uniform

“The children came for a field trip, and the teacher is looking around for a while. The fish are on the move. I will go to OO university's career fair this Saturday. I want to go to OO university to study various design departments. They require practical skill,70%. So I am drawing pictures during the practice class, and I will practice during the vacation. I want to get a job in a cosmetics company after graduating from college. I go to volunteer every weekend to fill my volunteer time. After graduation, I would like to work in a cosmetics company for designing cosmetic containers. My friends talk to me to get closer, but I feel uncomfortable and awkward.” She tells the story of the university she wants to go to and the future after graduation. This contrasts with the fact that she never came out of her home as if she were always trapped in reality. I feel like she is living a more realistic life.

Session 26. *First prop: Food *Last prop: Girl

“The cafe looks cozy and happy with a sweet smell. The girls came after school. On the right is another space in the cafe and there are animals. I am taking medicine well at school. I do not

care about jokes these days when a friend of mine makes fun of me. It is uncomfortable, but I am holding it in.”

It is changing from being easily hurt and intimidated by words, actions, and peers' expressions to be a little more confident. She takes her friends' pranks as a joke and shows a change in her attitude not to distort them, which makes me feel that her interpersonal relations are improving.

Session 27. *First prop: Rabbit *Last prop: Butterfly

“I was tired, so I went to sleep in my dreamland, and I put dolls next to me because I was scared when I was alone. This is a place where anyone can come and sleep pleasantly, brightly, and pleasantly. I will wake up if I feel like I've slept well. I went to kindergarten for another year, but I do not know why. When I was young, I threw up whenever I ate and was hospitalized for about a week. I could not sleep for a few days because of my school assignment. I felt much loss because I lost the school record that I copied for the career fair of OO University. When I came back home, I got on the bus intending to challenge, but I got lost due to the wrong side, and it took me 3 hours to get home.” Even though she lost her school record for the career fair, she overcame the

feeling of loss and got back home after a long journey of three hours with a spirit of the challenge. It makes me feel that she is gaining much courage for society.

Session 28. *First prop: House *Last prop: Bird

“I expressed what I wanted to stay at home without having a hard time going to school. I am a second grader in elementary school, playing with my puppy. My dad, sister, and mom are standing outside still. The bird in the center lives nearby and flies every day. The bird’s mother was guarding her eggs in the nest, and the father bird went to find food. My sister usually plays the guitar.” It feels like accepting a family in reality as it is. It is impressive to see a bird placed in a box frame in the first session protecting its nest and eggs in the 28th.

Results of Sandplay Treatment

The patient made 28 sessions of sandboxes out of 45 consultations as a high school girl suffering from depression, with her mother suffering from schizophrenia. In the beginning, when the props were placed in the frame of the box, the patient could not safely utilize the given box and was

concerned about ‘acting out.’ However, even if it was placed in a frame, the props’ direction was towards the sandbox, which made it a little easier. She places the bird in the sandbox and expresses the bird in the sandbox. It creates an environment where pandas can live and expresses how they look at the sky. The characteristics of the patient’s sandplay process are that sand touching is high, delicate, and wet sand is used a lot. The patient seems agonizing to start the journey of balance and unfold the world of spirit. I think she is starting to think deeply, just like her expression that ‘It is a flying bird and has to overcome’ in the first session. In the second session, the panda is placed on a sandbox frame, creating an environment for pandas to live in, raising them and feeding them. Experience the maternal side that may have been lacking for the patient in a sandbox and expect growth. In the third session, she puts a cake in the center and recognizes herself as if she were celebrating her birth, signaling a new beginning. Following the new panda cake, a woman appeared in the fourth session. Although it is a box frame, I feel that the patient is not a girl who has no power because of the possibility of a character. There is Belle from Beauty and the Beast. Just as Belle is turning the beast into a

prince, I look forward to a change in the inner man's difficult situations. It is a fairy tale character, but it is a character. Bell is being drawn in a sandbox and sung. The patient's feeling is slowing down, but singing is seen as an emotional uplifting. The pent-up feelings of the patient seem to be beginning to come to life. The fifth is the Opera house. It is a place where music is played, which has architectural beauty and can touch the heart. It seems that Bell, who sings the 4th session of the song, is creating a stage where she can sing freely. In the sixth session, not a fantasy character like Bell in the fourth session, but a general character appeared and a theater appeared. The patient is a child inside, and prepares to go out to a popular space called a theater. I think she is trying to say that "Not now, but after time goes by, I think I can go into the public." A seventh-round swan is a caring swan. Father swan looked for a place to go elsewhere, and in the eighth session, the seal had to go to a new place. She said she should not stay in her own mental world, but go to a new place and pioneer it, but she should do it herself, not her mother. If she goes to schizophrenia-like her mother, she will be obsessed with unconsciousness, but her ego can play a proper role by standing alone. She makes a cake in a sandbox while eating

dessert in the ninth session. The cake's shape becomes the eyes and nose, and the head is expressed by hand stamping. Appeared like a self-image. From the 10th session, her own fantasy will unfold. Fantasy also serves as a gateway for young children to regress and grow. From the 10th session, when the fantasy begins, the patient begins to appear clearly in the box. She is on the spot as she plays and plays, expresses her desire to travel and progresses gradually what she wants to do. Until the ninth session, it was unlikely that the inner strength of the patient would be lacking in expressing only one prop in the frame of the box and drawing sand, but I thought, "When will the tension and vigilance be lifted?" In the 10th episode, it expresses feminine feelings well with a large number of props. What is a unicorn to a patient? There is a masculine side and a feminine side, but judging from the experiences mostly used by teenagers at clinical sites, perhaps the patient is going to the normal form of a teenager. From the 10th session, the box begins to appear. I think that the counselor opened her mind and became a little more comfortable with the counselor. The figure came into the sandbox. It feels a little bright. I think I can see more and more with ease. In the 11th session, I feel like I am walking in a

bright park with flowers. I have a feeling that her inner feelings are getting richer. The holiday begins with a story about spending time with family. There are many feminine and colorful flowers. There are more things she wants to do, the more places she wants to go. The range of boxes is expanding, but there is still a lack of harmony between them, and it seems that they are not properly distinguished. It seems to have a weak spot somewhere. In the 12th session, the box expresses the hope and dream of traveling to Europe. In the 13th session, she talks about the house she wants to live independently, her memories of learning piano in elementary school and expresses her wish to build her own world. In the 14th session, she shared her story about her trip to the South Pole, expressing the story of her trip to the South Pole. It feels like the world of the mind has broadened. During the 15th session, they travel and get nutrients from each country's food. I felt that changes were beginning to take place as she expressed what she wanted to eat while traveling. The 16th session decorates a place to heal the mind when under stress and talks about upset and depressed feelings due to the way friends speak. It occurred to me that the patient might actually have an idea to the healer. I felt as if she were

beginning to express the inner side of my patient. She touches the sand and places all the figures. They are different from other boxes. From the 16th session, I feel like she is touching the sand in earnest. There is a feeling of warmth in the sand or something in earnest. I feel like the patient is beginning to express herself. She touches the sand in front of her while talking. It is like a bird's wing. She seems to be trying to make her presence known by making a handprint on the sandbox. Pearls also seem to show the femininity of the patient. In the 17th session, she decorates boxes to find peace of mind in a country full of flowers. I have various feelings that the patient wants to find inner stability, and it begins to be expressed. In the 18th session, various animals appear, and the patient stands in front of the peacock that she wanted to see first because it is rare. Did my patient find something to wish for? The 19th session expresses the wishful thinking of college life in reality. About two months later, the patient visited the counseling office. She said it felt like she was going into hell in the 20th session, but I think that if we die, a new us will be born, and if we die as if something new comes to us, new birth will be made. I wonder what kind of change entering hell will bring to my patient. The 20th session seems to

express the feelings of the patient most realistically. If she had fun in her fantasy from the 10th episode, the 20th episode seems to be a reality. Realistically, more realistic content comes from revealing her feelings. I feel relieved that she recognizes the reality of school life or college. The 21st session waits for the prince, who is on a trip to Greece and does not know when he will come. Just as she slept with the doll next to her, she leaves for a comfortable and stable place that she remembers. Will she be able to make a fresh start if she wakes up from this dream? In the 28th session, she expresses herself with her family in a comfortable house where she does not have to go to school. Did she wake up and start a new start? Here comes the mother bird holding the egg. It looks like a yellow bird has grown up in the first session. It feels as if the patient has grown up through many journeys in the sandbox. The experience of motherhood, which was lacking, is seen as a person who raises, takes care of, experiences, and grows in sandboxes. It seems to be beginning to unfold various interests. The 22nd session shows a person who has traveled alone meeting other people and getting close to them and shows that she wants to interact and socialize with others for the first time. The 23rd session has a gate. I am rather relieved

that she did not open the door. If the lower part is unconscious and the upper part is conscious, I think the inner part must block it and not increase unconsciousness. She came on a trip with 22 new friends for the 24th session. There is also a pretty makeup table. She starts to wear makeup and looks feminine like her peers. In the 25th session, a patient comes to the aquarium and sees the fish moving freely. Would my patient be free from all sorts of emotions? Think about it. In the 26th session, she came to the cafe. Is she trying to fill her energy in front of a new journey inside? Is she trying to make a fresh start that requires much nourishment? In the 27th session, the patient retreats to childhood and goes to dreamland. It is a house made in childhood and is now in a remote place, but it will appear on the map as it becomes known later. In the painting of a house after death, there is a villa in a quiet and remote place and the family lives together. It is said that in the evening, the patient will appear.

The tree from the pre-test is 35 years old, plain, and healthy. There are birds and butterflies around, and there can be not only happy things, but she hopes that even if she gets depressed and angry sometimes, she hopes she can get over well and become a great tree. There will be a big crisis, but she will overcome it and live well. In the

post-test, there is a tree, the 21-year-old, cut painted in spots. She said she would overcome her wounds and face danger, but she will find a new self and live the rest of her life well. In a pre-test, the 29-year-old woman is a lonely and solitary office worker and works all night thinking about whether it is right to continue what she is doing. Later, she will have a short break, and the post-test depicts a student preparing for college entrance again. Moreover, it represents the desire to enter university and participate in club activities. In the pre-test, the man is employed by a famous company and going on a business trip abroad. He goes to a good company and makes much money, but strangely he is not happy. The post-test shows that he is going to interview the company and hopes to get a job soon. In the pre-test family picture, her father gets angry, plays around, throws things, and her mom sighs because her mother says things he does not like. Her sister is touching her cell phone because she does not want to see reality while taking care of her dog at home and working in the kitchen. In the post-test, her dad and sister are looking for ways to pay off the loan, her mom is lying down listening to the radio, and the patient is fiddling with her cell phone. The house has a relatively symmetrical balance. I

feel like she is trying to stay centered. Dogs on both sides of the house appear to express the desire of the patient to be loved. The sharp branches in the tree picture are twisted and tangled, apparently hiding the inherent aggressiveness. The tree's water pipe is closed, so the problem of acting out or psychosis does not seem to be significant. The water pipe is considerably larger than the pillar or base of the tree. She does not express herself, but she seems to have strong thoughts and desires. The branches may be spiky, showing aggression or relationship problems, while the artistic side may be shown, sensuous, or in. post-test tree shows a larger and more stable appearance. Compared to the patient's appearance and the family situation, the drawing of a woman seems to have been expressed smoothly and delicately. The woman's picture is similar to the patient. Through familiarization, it feels like the patient is starting to recognize the family. However, it is not the one she wants, so she crying. The patient may have some hard work ahead, and it may not be an easy process, but she will be able to solve the problem over time, which makes her feel the potential strength. The stripe on the top of the patient's jacket gives the impression that the patient is tied up, the communication between the family is

not smooth, and the anxious psychological aspect of the patient is a glimpse. Unlike the pre-test, which shows rigidity, the family members appear to solve their own problems while doing their own work.

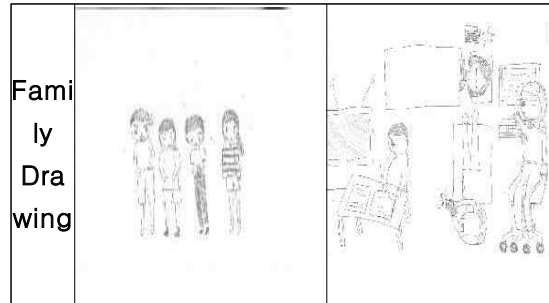


Figure 1. Pre-post picture inspection

	Pre	Post
H o u s e		
T r e e		
Pers on 1		
Pers on 2		

Discussion

This case is a case study of a high school girl whose mother has schizophrenia. The purpose of the case study was to explore the process of the emotional change through the 45th episode of sandplay on emotional treatment of high school girl with schizophrenia mothers. I could see a patient doing 28 sand works, trying to get out of deep depression and adjust to the present reality. The sandplay therapy process largely shows three stages. From the first to ninth sessions, the patient cannot express herself confidently and prepares for the unconscious trip by placing props in the box's frame. She is afraid of involuntary contact and appears to defend herself. Slowed emotions begin to come to life, and prepare to stand alone. From the 10th to the 19th sessions, she expressed herself using figures and expressed various feelings of herself. She expands the world of mind by traveling in unconsciousness.

In the 20th session, she begins to face her inner self, recognizes the world of reality, and shows various interests. As she travels and meets new friends, she realizes her dream in real life through sandbox. In order to go to the university that she wants, she is looking for information on her own, visiting career fairs, and trying to adapt to reality. As the sandplay therapy progresses, the patient realizes her inner power to change internal conflicts and make changes while experiencing self-awareness and expression of her feelings. Oh Kyung-im and Kim Do-yeon (2017) have a patient whose mother is suffering from schizophrenia and sister is suffering from deep depression, while the patient is also taking a medication for depression. It is assumed that the mother's role in raising and caring for her children due to schizophrenia was not appropriate compared to other families in general and that she lacked positive maternal experience. While touching the sand enough and doing the work, I could see the patient re-examining the positive motherhood, feeling safe in a free and protected space. During the consultation, under commissioned by the school, sandplay counseling did not help the patient fully recover from depression. On the other hand, I could see her trying to get out of her deep depression and adapt herself to reality

by accepting her family's situation. Sand healing seems to have played a positive role in the depression that the patient is experiencing through free and positive expressions.

The research limits suggest that having a mother with schizophrenia cannot represent the patient's problem and that it could imply indirect discrimination against patients and her family who has mental health difficulties.

Reference

- 김동영, 박기정, 김효원 (2015). 한국 청소년의 우울증상과 부모자녀관계. *소아청소년정신의학*, 26(2), 120-128. <http://dx.doi.org/10.5765/jkacap.2015.26.2.120>
- 김인옥, 이경하 (2012). 모래상자놀이 프로그램이 여중생의 우울 감소에 미치는 효과. *놀이치료연구*, 16(1), 51-66. <http://www.dbpia.co.kr/Journal/articleDetail?nodeId=NODE08807075>
- 김진아, 이형실 (2011). 청소년의 가족 및 또래 환경과 우울에 관한 연구. *한국가정교육학회지*, 23(2), 149-159. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE01658305>
- 신민섭, 박광배, 오경자 (1991). 우울과 충동성이 청소년들의 자살 행위에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상*, 10(1), 286-297. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE06370634>

- 오경임, 김도연 (2017). 우울 청소년에게 적용한 모래놀이 치료 사례연구. 발달지원 연구, 6, 55-67. <http://scholar.dkyobobook.co.kr/searchDetail.laf?barcode=4050026016460>
- 우희정 (2010). 외상 후 스트레스 장애 증상을 보이는 대학생의 모래놀이치료 사례 연구. 대한가정학회지, 48(3), 55-69. <http://dx.doi.org/10.6115/khea.2010.48.3.055>
- 이부영, 권택술 (1986). 한국인 성인과 환자에 대한 모래상자놀이 요법의 시험적 적용. 신경정신의학, 25(1), 136-153.
- 이성현, 강경미, 곽영숙 (1998). 정신분열병이 있는 어머니의 양육태도와 자녀의 행동문제. 소아청소년정신의학, 9(2), 180-189. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE02058958>
- 이정선, 이형실 (2012). 청소년의 우울 관련 요인. 한국가정과교육학회지, 24(4), 77-89. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE02073067>
- 정덕조, 권용일, 이연주 (2008). 청소년의 여가활동 참가가 불안 및 우울에 미치는 영향. 한국여가레크레이션학회지, 32(4), 145-154. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE07586491>
- 조수철, 남민 (1994). 소아와 청소년의 행동장애와 우울, 불안증상과의 상호관계. 신경정신의학, 33(6), 1273-1283. <http://scholar.dkyobobook.co.kr/searchDetail.laf?barcode=4050026306329>
- Friedman, H. S. & Mitchell, R. R. (2008). Supervision of Sandplay Therapy. Routledge
- Jung, C. G. (2006). 영웅과 어머니 원형 [Heros und Mutterarchetyp]. (한국음 연구원. C.G. 융. 저작 번역위원회 역). 서울. Kalff, D. M. (1991). Introduction to sandpiay therapy. Journal of sandplay the rapy, 1(1), 1-4. <https://www.psychot herapyofaustin.com/s/Sandplay-Thera py.pdf>
- Kawai, H. (2000). 모래상자의 지혜. (우중 태 역). 서울특별시립동부아동상담소.
- Maree, J. G., Ebers`hn, L., & de Villi ers, D. A. (2012). Combining erickson ian and sandplay approaches to therap y with children who manifest depressi on as a developmental barrier. Journa l of Psychology in Africa, 22(2), 221 -226. <http://dx.doi.org/10.1080/14330 237.2012.10820520>
- Sachs, R. G. (1990). The sand tray tec hnique in the treatment of patients wi th dissociative disorders: Recommend ations for occupational therapists. Am erican Journal of Occupational Therap y, 44(11), 1045-1047. https://ajot.aot a.org/pdfaccess.ashx?url=/aota/content _public/journal/ajot/930323/1045.pdf