



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

2016년 8월

석사학위 논문

가족미술치료가 사별가족의 애도와 정서안정에 미치는 효과

조선대학교 대학원

미술심리치료학과

박 은 혜

가족미술치료가 사별가족의
애도와 정서안정에 미치는 효과

**The Effects of Family Art Therapy on Mourning and
Emotion Stability in Bereaved Families**

2016년 8월 25일

조선대학교 대학원

미술심리치료학과

박 은 혜

가족미술치료가 사별가족의 애도와 정서안정에 미치는 효과

지도교수 김 승 환

이 논문을 이학석사학위 신청 논문으로 제출함

2016년 4월

조선대학교 대학원

미술심리치료학과

박 은 혜

박은혜의 석사학위논문을 인준함

위원장 조선대학교 교수 문 정 민 (인)

위 원 조선대학교 교수 김 택 호 (인)

위 원 조선대학교 교수 김 승 환 (인)

2016년 5월

조선대학교 대학원

목 차

ABSTRACT	VI
제 1 장 서론	1
제 1 절 연구의 필요성 및 목적	1
제 2 절 연구의 문제	3
제 3 절 연구방법	4
제 4 절 용어의 정의	5
제 2 장 이론적 배경	7
제 1 절 사별가족	7
제 2 절 애도	8
제 3 절 정서안정	16
제 4 절 가족미술치료	18
제 3 장 사례연구	27
제 1 절 연구대상	27
제 2 절 연구방법	31
1. 연구과정	31
2. 연구도구	32
3. 자료 수집과 분석	34
4. 연구의 윤리적 고려	35

제 3 절 가족미술치료 프로그램	35
제 4 절 가족미술치료과정	39
제 4 장 연구 결과	91
제 1 절 사전·사후 투사검사 결과	91
제 2 절 애도에 대한 결과 분석	107
제 3 절 정서안정에 대한 결과 분석	115
제 5 장 결론 및 제언.....	120
1. 결론	120
2. 제언	122
참고문헌	123
국문초록	127
부록	129
부록 1. 작품 활용 동의서	130
부록 2. PIA 인성검사 설문지	131

표 목 차

〈표 1〉 가족미술치료프로그램 I	36
〈표 2〉 개별미술치료 프로그램 I	37
〈표 3〉 개별미술치료 프로그램 II	38
〈표 4〉 개별미술치료 프로그램 III	39
〈표 5〉 가족미술치료프로그램 II	39
〈표 6〉 사례 1 가족의 동적가족화 사전검사 분석	96
〈표 7〉 사례 1 가족의 동적가족화 사후검사 분석	97
〈표 8〉 사례 2 가족의 동적가족화 사전검사 분석1	103
〈표 9〉 사례 2 가족의 동적가족화 사전검사 분석2	104
〈표 10〉 사례 2 가족의 동적가족화 사후검사 분석1	105
〈표 11〉 사례 2 가족의 동적가족화 사후검사 분석2	106
〈표 12〉 사례 1 가족의 정서안정 사전·후 검사 점수	116
〈표 13〉 사례 1 가족의 감정상태 사전·후 검사 점수	117
〈표 14〉 사례 2 가족의 정서안정 사전·후 검사 점수	118
〈표 15〉 사례 2 가족의 감정상태 사전·후 검사 점수	119

그림 목 차

<그림 1> 소망의 양초	41
<그림 2> 감정그릇	44
<그림 3> 미래의 내모습	45
<그림 4> 유명인사	46
<그림 5> 보내는 마음	47
<그림 6> 보고싶은 사람	47
<그림 7> 변화	48
<그림 8> 흔적과 떠나보냄	49
<그림 9> 소중한 기억을 안고서	52
<그림 10> 파도물살	55
<그림 11> 나의 행복	57
<그림 12> 꽃	59
<그림 13> 가족	61
<그림 14> 마지막	63
<그림 15> 어릴 때	64
<그림 16> 우리집	65
<그림 17> 울타리로 감싸진 소원의 바다로 가는 길	66
<그림 18> 표정	69
<그림 19> 평소에 내가 하고 싶은 것	69
<그림 20> 생각	70
<그림 21> 나, 평소에 이렇게 살고 싶다	70
<그림 22> 누워있기	71
<그림 23> 길을 걷는 내모습	71
<그림 24> 좋은 꿈을 꾸고 있는 나의 자는 모습	71
<그림 25> 비극 외	73
<그림 26> 흔적과 떠나보냄	74

<그림 27> 병, 예뻐요, 목표, 의지	77
<그림 28> 나는 싫어요	79
<그림 29> 내가 살아왔던 인생이 곡선들	80
<그림 30> 잘가	83
<그림 31> 여러 가지 얼굴	83
<그림 32> 행복한 나무	85
<그림 33> 기쁨속의 절망-술	86
<그림 34> 인생곡선	87
<그림 35> 편안공간	88
<그림 36> 180°	89
<그림 38> 해변가에서 다이아몬드 찾기	90
<그림 39> 사례 1 가족 비언어적 사전 작업	91
<그림 40> 사례 1 가족 언어적 사전 작업	93
<그림 41> 사례 1 가족 비언어적 사후 작업	94
<그림 42> 사례 1 가족 언어적 사후 작업	94
<그림 43> 사례 2 가족 비언어적 사전 작업	99
<그림 44> 사례 2 가족 언어적 사전 작업-바다	100
<그림 45> 사례 2 가족 비언어적 사후 작업-풍경	100
<그림 46> 사례 2 가족 언어적 사후 작업-봄나들이	101
<그림 47> 사례 1 가족의 정서안정 사전·후 그래프	116
<그림 48> 사례 1 가족의 감정상태 사전·후 그래프	117
<그림 49> 사례 2 가족의 정서안정 사전·후 그래프	118
<그림 50> 사례 2 가족의 감정상태 사전·후 그래프	119

ABSTRACT

The Effects of Family Art Therapy on Mourning and Emotion Stability in Bereaved Families

Park Eun Hye

Advisor : Prof. Kim Seung Hwan

Psychological Art Therapy,

Graduate School of Chosun University

The process of birth, growth, and death in human beings is natural we have to pass through. We positively or negatively accept the process of perceiving life and death according to individual experience. When we accept death as the reasonableness of life, the deceased becomes a psychological supporter in mind through sufficient mourning beyond grief and memory. However, some experience on death gives a deep scar in mind and leaves psychological trauma. The biggest psychological trauma is unexpected losing our close family member living together by death. Parents' or sibling's sudden death places ourselves as a great psychological scar not enough to grieve for dead people. Such experience that is not sufficiently grieved may touch individual's emotion and cause perception in its own way. When psychological trauma is not fully cared, distorted emotion becomes firm as a part of personality. In the sense, mourning can provide an opportunity to understand and ept loss and further grow.

This study selected two families who had high depression, anxiety, and helplessness and difficulties in forming social relationship in present life because of bereaved experience and conducted family art therapy with them.

The purpose of the study was to address family member's individual trauma with the focus on mourning of the whole family and test effects on their emotional stability by sending dead people.

Case 1 was a single-parent family consisting of mother and two daughters in the first grade and second grade of the middle school located in G City. Case 2 was the family of a boy student in the third grade of the middle school located in G City. His father was a temporary construction worker and lived apart in the rural area. His aunt brought up him and his two elder sisters. GSDT, KFD, and PIA were used to examine the effects of family art therapy on mourning and emotional stability. GSDT and KFD were compared between pre-test and post-test to analyze data. Also, qualitative analysis was done in changes of mourning and emotional stability and emotional status changes of PIA.

The results suggested that family art therapy had effects on grief and emotional stability in families with bereaved trauma. However, it was difficult to generalize the results because family's subject of bereavement and subsequent pathological characteristics were different.

This study used an approach to families with common trauma rather than an approach to individual trauma on bereavement of a family member. It could increase understanding between family members and sustain positive power and help family member's internal healing and individual growth.

Keywords : family art therapy, bereaved family, mourning, emotional stability

제 1 장 서론

제 1 절 연구의 필요성 및 목적

인간의 탄생과 성장, 죽음에 이르는 과정은 우리 인간이 거쳐야 할 자연스러운 과정이다. 인간의 탄생은 대부분 누구에게나 축복받을 기쁨으로 생각한다. 하지만 우리 모두는 죽음을 선택하거나 미리 경험할 수 없다는 점에서 죽음은 마음속에 두려움으로 자리잡게 된다. 우리는 삶과 죽음을 받아들이고 인식하는 과정을 개인의 경험에 따라 긍정적 또는 부정적으로 받아들인다. 죽음에 대해 삶의 순리로써 받아들이는 경우, 슬픔과 그리움을 너머 충분한 애도를 통해 사별자가 든든한 심리적 지지자로 마음속 깊이 자리한다. 하지만 죽음에 대한 어떤 경험은 마음속에 깊은 상처를 주어 심리적 외상을 남기기도 한다. 이러한 심리적 외상은 아무렇지 않게 일상생활을 보내다가 어느 순간 마음 속 깊은 곳에 억압시켜놓은 깊은 상처가 되살아나 우리의 행동과 판단에 결정적인 영향을 미치기도 한다. 심리적 외상의 원인은 사람마다 다르고, 그 깊이도 천차만별이다.

심리적 외상은 본인이 직접 경험하지 않았지만 세월호 사건이나 대구 지하철 방화사건 등 사회적으로 큰 이슈가 되는 다양한 사건과 사고로부터 오기도 한다. 개인이 경험한 왕따 문제, 학교 부적응·학교 폭력 등 또래관계에서 올 수도 있고, 남녀차별, 직장 내 따돌림, 지역 출신에 따른 소외감 등 사회적 관계에서 올 수도 있다. 또한 개인의 작은 실수와 지나친 책임에서 연유하고, 사랑했던 가족원의 사별로부터 오기도 한다. 그 중 가까이에서 함께 생활했던 가족원의 예기치 않는 사별은 가장 큰 심리적 외상을 남긴다. 예기치 않는 가족원의 사별은 회복되지 못할 만큼의 큰 상처로 개인에게 깊은 슬픔과 좌절, 죄책감을 주게 되어 자신의 본 모습을 잃어버리게도 한다. 어떤 경우에는 분노와 공격성을 불러일으키기도 한다. 평생 가슴의 상처 때문에 자기의 상태가 어떠한 상태인지 알지 못하고 멍하게 살아가게 되어 자신의 참모습을 찾지 못하는 경우도 있다.

인간이 태어나서 최초로 접하는 환경인 가정은 한 가족이 함께 살아가며 생활하는 가장 작은 사회이다. 가정은 인간의 신체와 정신을 건강하게 발달시킬 수 있는 기반이 된다. 또한 가족 관계는 사회적 관계의 기초를 습득하는데 중요한 역할을 한다. 그런데 갑작스런 부모의 죽음이나 형제자매의 죽음은 남아있는 가족원에게 떠난 사람에 대한 충분한 애도를 할 수 없을 만큼 큰 심리적 상처로 자리를 잡

게 된다. 충분한 애도가 이루어지지 않은 이러한 경험들은 각 개인의 감정을 건드리고 자기만의 방식으로 지각을 일으킨다. 이 경험은 몇 달이고 몇 년이고 쌓여 개인의 인식수준에 따라 심리적 외상으로까지 발전하게 된다. 이러한 심리적 외상이 충분히 보살펴지지 못할 때는 왜곡된 정서가 성격의 일부로 굳어진다. 그런 점에서 애도는 상실한 것들에 대해 이해하고, 받아들이며, 더 나아가 성장의 기회를 제공한다.

개인적·사회적 병리의 대부분 원인은 사랑을 잃어버리거나 소중한 대상을 상실한 후 그 감정을 제대로 처리하지 못하는 데서 비롯되어진다. 오래된 상실에서 비롯된 마음의 문제는 애도 작업을 충실히 이행함으로써 치료할 수 있다. 잃은 대상을 늦게라도 마음 속에서 떠나보내는 것은 또한 개인적으로 변화와 성장하려는 소중한 방법이다(김형경, 2014).

선행 연구들에 의하면 상실 후 적응을 위해 애도과정은 중요한 요소인 것으로 알려져 있다. 애도는 상실과 동반되는 감정과 변화의 경험 그리고 새로운 삶의 한면에 적응해 가는 과정이며(김진영, 2010), 상실이후 적응과정에서 실패를 경험할 경우 위기상황이 초래되기도 하지만, 누군가에게는 성장의 계기가 되기도 한다(주희연, 2015). 그런 점에서 애도를 위한 관심과 돌봄의 필요성을 강조하고 있다(Lester, 1987).

성인이 된 이후의 심리적 문제들은 성장기의 상실과 애도의 불이행 문제에서 비롯된다. 상실 또는 결핍이 모든 심리적인 문제의 원인이라면 애도는 문제에 대한 본질적 해결책이다(김형경, 2014). Bowlby는 생의 초기의 부모와 애착관계 형성이 심리발달과 성장을 위한 근본요소이고, 애도를 통해 대상 상실의 능력을 견딜 수 있는 것이 지속적인 성장의 일차조건이 된다고 하였다. 마음과 신체가 계속 상실했거나 떠난 대상에게 매달리는 병리적인 애도는 정신병리와 심리적 장애를 일으키는 중요한 요인이 된다(Kavaler-Adler, 2003).

복잡한 애도과정을 거쳐야 할 사람들은 감정이나 경험을 표현하는데 어려움이 있다는 점에서 치료 장면에서 그들과 치료자 사이의 의사소통을 원활히 해주는 매개물을 필요로 한다(김경원, 2003). 미술치료는 다양한 미술매체를 경험하고 창의적인 작품을 만들어 내는 과정을 통해 심리적 외상이 깊은 가족원의 내면문제를 표출하는데 도움을 줄 수 있다. 그 중에서도 가족미술치료는 내담자들이 공통적으로 겪고 있는 가족사를 작품 속에 투사하여 객관적으로 바라볼 수 있게 해준다. 이를테면 동일한 문제를 가족원이 서로 다르게 인지하여 갈등하고 오해하였다면, 가족치료는 서로를 이해하는 계기가 되어 공통의 관점으로 통일시켜줄 수도 있다. 치료

사의 긍정적이고 허용적 자세는 내담자에게 자신을 긍정적인 삶의 자세를 갖도록 돕는다. 비지시적이고 무조건적 긍정적 존중이나 공감, 창의성 표출은 가족사별을 경험한 가족의 정서안정에 큰 도움이 될 수 있다(정미지, 2014). 따라서 가족사별을 경험한 가족에게 애도과정을 통해 가족의 공감대를 형성하고 심리적 지지대를 조성해줌으로써 정서적 안정을 도모하여 밝고 건강하게 살아갈 수 있도록 도울 필요가 있다.

본 연구는 가족원의 사별 경험으로 인해 현재의 삶에서 우울과 불안이 높고 무기력하며 사회적 관계 맺음에 큰 어려움을 보이는 두 가족을 선택하여 가족미술치료를 실시하고자 한다. 이 두 가족은 모두 지연된 애도과정으로 인한 가족의 병리적인 현상을 보여주고 있다. 사별 후 많은 시간이 흘렀지만 여전히 그 깊은 슬픔에서 벗어나지 못한 채, 그 속에 머물러 있으면서 심리·정서적으로 어렵고 힘든 생활을 하고 있다. 죄책감, 두려움, 분노와 원망 그리고 그리움과 사랑의 감정들이 복잡하게 얽혀있으면서 문제들이 해결되지 않은 채 남아 있어 우울한 상태에 머물러 있다. 이는 애도과정을 제대로 거치지 않으면서 나타나는 반응으로 그 자리에 주저앉아버리거나 왔던 길로 자꾸 되돌아가 더 이상 앞으로 나아가지 못하고 있는 것이다. 따라서 가족전체의 애도를 중심으로 각 가족원의 개인적 외상을 다뤄보고, 떠나보냄을 통해 정서적 안정에 미치는 효과를 검증하고자 한다. 각 가족이 정서적·인지적·신체적 자각을 통해 지연된 애도를 경험함으로써 자신에 대한 깊은 이해와 수용에 도달하고자 한다. 이를 기반으로 가족원의 갈등을 극복하고 서로에 대한 이해를 높여 가족의 정서를 안정시키는데 그 목적이 있다.

제 2 절 연구문제

이와 같은 연구의 필요성과 목적을 토대로 하여 본 연구는 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

- 가족미술치료가 가족사별 외상을 가진 가족의 애도작업에 도움이 될 것인가?
- 가족미술치료가 가족의 정서안정에 영향을 미칠 것인가?

제 3 절 연구 방법

1. 연구대상

사례 1 연구의 대상자는 G시 소재 S중학교 2학년 여학생의 가족이다. 엄마와 중3 딸 1명, 중2 딸 1명으로 구성되어 있는 한부모 가족이다. 사례 2 가족은 G시 소재 S중학교 3학년 남학생 가족이다. 아버지는 시골 건설현장에서 일용노동자로 일해 떨어져 살고 있으며, 고모의 대리양육으로 누나 2명과 동거 중인 가족이다.

2. 연구도구

가족미술치료 프로그램이 사별 가족의 애도와 정서적 안정에 미치는 영향을 알아보기 위해 집단체계 그림검사(GSDT:Group System Drawing Test), 동적가족화(Kinetic Family Drawing : KFD), 인적성검사(PIA; Personality Inspection, Intelligence Quotient Inspection, A course Aptitude Inspection)를 측정도구로 사용한다.

3. 연구절차

본 연구는 사별경험을 한 가족의 애도과정을 통해 가족원의 개별적 성장을 도울 수 있도록 일차적으로 정신분석이론과 가족미술치료의 통합적 접근을 하였다. 사례 1의 연구는 2015년 7월 27일 ~ 29일 집중 가족미술치료 I 으로 총 8회기로 구성하여 가족 공동의 외상인 막내 동생의 죽음에 대한 충분하지 못한 애도로부터 오는 상실과 우울감을 확인할 수 있었다. 살아남은 자들의 서로에 대한 위로와 애도과정을 통해 각 가족의 상처를 어루만지며 가족의 동질성을 회복하는데 많은 도움이 되었다. 또한 어머니와 큰딸은 내면의 더 깊은 곳에 미해결된 어머니와 자녀들의 외상이 있음을 확인할 수 있었다. 따라서 2차적으로 각 개인의 외상을 다루기 위해 어머니와 큰 딸은 각 5회기씩 개별 미술치료를 하였고, 다시 3차로 엄마와 두 딸이 함께 가족미술치료II를 통해 가족의 정서적 안정과 적절한 분리의 필요성을 지각할 수 있었다.

사례 2의 경우, 2016년 3월 18일 ~ 27일까지 대리 양육자인 큰고모와 세 자녀는 집중 가족미술치료 I 으로 총 8회기로 구성하여 어머니의 자살로 인한 자녀들의 무기력과 상실, 우울감을 확인할 수 있었다. 어머니의 죽음은 남겨진 가족과 큰고모 모두에게 분노와 원망의 감정을 남겼고, 그로인해 서로를 보살필 여유를 갖지 못해

가족 간의 마음을 닫고 살아오도록 했다. 1차 가족미술치료는 가족 서로의 상처를 보듬고 이해하는 과정이었으며, 상호 소통을 할 수 있는 계기가 되었다. 2차적으로 공통의 심리적 외상인 어머니에 대한 애도과정은 가족 각각의 개별미술치료를 통해 진행하였다. 세 자녀 중 6년여의 심리치료를 받아온 막내 동생을 제외하고, 큰 딸과 작은 딸은 5회에 걸친 개별 미술치료를 통해 어머니에 대한 그리움과 힘들었던 사춘기 시절을 충분히 애도할 수 있었다. 다시 3차로 대리 양육자인 큰고모와 세 자녀가 모여 함께 실시한 가족미술치료Ⅱ를 통해 서로의 마음을 어루만지고, 서로에게 지지·격려하는 긍정적인 자리가 되었다.

4. 자료 분석

본 연구의 자료 분석 방법은 다음과 같다. 첫째, 가족을 하나의 집단체계로 보고 집단체계그림검사(GSDT)의 사전·사후 검사를 통해 구성원과의 관계개선과 상호작용 능력의 향상, 구성원간의 이해, 정서안정 등의 효과를 진단하여 비교 분석하였다. 둘째, 동적가족화(KFD)를 사전과 사후에 실시하여 그림의 양식, 인물상의 특징, 인물상의 행위, 상징 그리고 가족원 간의 역동성 등 5가지 요인을 중심으로 변화 양상을 비교 분석하였다. 셋째, 인적성 검사의 사전·사후 검사를 통해 구성원들의 정서상태와 정서안정을 비교 분석하였다. 넷째, 가족미술치료 과정 및 작품, 과제수행 등의 단계별 변화 양상을 비교 분석하였다. 이 단계의 내용분석에서는 정신분석이론을 기본으로, 내적 대상의 상실과 애도를 설명한 Bowlby의 이론을 중심으로 결과 분석을 하였다.

제 4 절 용어의 정의

1. 가족미술치료

가족치료는 내담자의 문제가 내담자 자신의 문제이기보다는 가족의 문제라는 전제하에 온 가족을 대상으로 실시한다. 가족미술치료는 미술을 매개로 가족의 상호작용을 통해 가족구성원에 대한 이해와 수용을 증진시킴으로써 건강한 가족관계로 성장시키기에 유용한 가족치료의 한 방법이다(구미례, 2007; 최외선 외 4인, 2006).

가족미술치료는 어떤 가족치료보다 의미 있는 치료방법이지만, 가족치료이론과 미술치료, 심층심리학 적용 경험의 튼튼한 기반이 선행되어야만 가능하다. 가족미술치료에서 창작과정과 결과물은 모든 가족의 의사소통을 위한 수단이라는 점에서 가족 개인이 있는 그대로 보여지고, 말하게 하고, 가족들이 무엇을 말하고자 하는지 듣도록 한다(옥금자, 2007).

2. 애도

애도는 중요한 박탈에 대한 정서적 고통의 반응이다(Switzer, 2011). 애도의 지배적인 기분은 고통스러운 것이고, 외부세계에 대한 흥미의 상실, 상실한 대상에 관한 기억에의 몰두, 새로운 대상에게 투자할 수 있는 정서적인 능력의 감소 등을 수반한다(미국정신분석학회, 2001).

사별가족의 애도란 사별 대상에 대한 그리움과 슬픔, 충격과 고통의 단계를 겪어 나가면서 사별을 수용하고 다시 삶으로 재편성하게 만드는 과정을 일컫는다(Malkinson, 2007). 아파하고 슬퍼한 후 떠나보내는 애도과정은 삶을 회복하고 다시 살아갈 수 있게 만드는 성장의 도구가 된다. 가족사별이 반드시 부적응 문제를 일으키는 것은 아니지만, 미처 다하지 못한 애도는 삶의 목적과 희망의 상실, 사회적 철회와 고립을 포함한 부정적인 증상을 경험하게 된다(김홍근, 2010; Baker, 2001).

3. 정서안정

Reeve(2001)에 의하면, 정서는 어떤 상황이나 사건에 대하여 개인이 특별한 방식으로 느끼는 주관적 속성이다. 신체기관을 활성화시킴으로서 상황에 효율적으로 대처하게 하는 생리적 속성, 개인의 신체적·사회적 생존 가능성을 높여주는 목적 지향적 속성, 사회적 의사소통의 수단으로써 타인에게 자신의 정서상태를 신체적 신호로 전달하거나 역으로 타인의 정서 상태를 예측 할 수 있는 사회적 속성을 가지고 있다고 하였다(김명희, 2015). Bowlby(1969)는 정서란 감정, 신체와 행동의 반응을 포함한 개념이다. 뚜렷한 얼굴표정, 신체자세, 몸의 움직임이 수반하기 때문에 함께 있는 사람에게 가치 있는 정보를 제공한다고 보았다(오상희, 2010). 정서는 모든 행동에 영향을 주고 정신생활을 조절하는데 공격성, 스트레스, 열등감 등은 정서를 불안정하게 한다고 한다(성정아, 2012).

정서안정이란 개인정서의 안정된 분위기로 지극히 주관적인 속성이 강한 것으로 소신 있고 욕정에 사로잡히지 않는, 여유 있고 통찰력 있게 순응하는 상태이다. 정

서안정은 긍정적 정서가 높고 부정적 정서가 낮은 상태로 어느 환경에서도 흐트러지지 않고 정서적 안정성을 유지하게 하는 것을 말한다. 정서적 안정이란 긍정적인 자기생활과 평가에 대한 만족도를 통한 자신의 전반에 대한 긍정적 평가를 의미한다. 정서안정의 정도는 특정 상황에서 얼마나 쉽게 흥분하고 강한 정서적 반응을 보이는가를 의미한다. 정서안정은 긍정적 정서가 높고 부정적 정서가 낮은 상태로 어느 환경에서도 흐트러지지 않고 정서적 안정성을 유지하게 하는 것이라고 말한다(오상희, 2010).

제 2 장 이론적 배경

제 1 절 사별가족

사별가족이란 죽음을 통해 가족 구성원 중 누군가를 상실한 상태에 있는 가족을 말한다(Cooley, 1992). 죽음으로 인한 가족의 상실은 일생동안 겪게 되는 크고 작은 상실 중에서 가장 큰 상실이며, 그런 점에서 커다란 위기라고 할 수 있다. 가족 사별의 경험은 가까운 가족과 죽음으로 이별하는 것이며, 커다란 충격과 슬픔을 경험하게 되는 살아 남아있는 자의 사건이다(Parkes, 1998).

특히 예기치않고 갑작스런 가족원의 죽음을 맞이한 사별가족은 이루 말할 수 없는 큰 충격을 받게 되고 가족들에게 심리적 외상을 남기게 된다. 본 연구의 대상 가족처럼 질환이나 원인이 분명치 않은 사고사나 부모의 자살은 남겨진 가족들에게 정상적인 슬픔의 과정을 이겨내기는 쉽지 않다(김용분, 2005). 그 가족들의 특징을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 사례 1 가족처럼 가족 중 자녀의 죽음을 경험한 가족에 대해 Sanders는 자녀를 잃은 사람들이 사별 이후 수년 동안 가장 높은 슬픔을 나타내었다고 하였다. 형제를 상실한 아이들은 부모가 슬픔에 사로잡혀 있기 때문에 부모와 함께 자신의 슬픔을 나누고 표현할 수 없는 어려움을 겪는다. 형제가 사망한 경우, 그들의 부모가 더욱 심각한 슬픔을 경험하고 있어서 부모가 사망했을 때 보다 더 오랫동안 슬픔이 지속 된다(노희양, 2012; Grollman, 2008; Rosen, 1985). 형제가 죽었을 때 나이에 따라 그 정도가 약간 다르긴 하지만, 그 아이는 자기도 역시 죽을 수 있다는 사실에 직면하게 된다. 개인의 죽음에 대한 인식은 불안감을

증가시켜 아이의 생활에서 여러 가지 방식으로 드러난다. 일차 애착 대상인 부모가 떠날 것 같은 두려움을 느낀다(노희양, 2012).

둘째, 사례 2 가족처럼 어머니가 자살한 경우는 사별로 인한 가족의 충격은 가히 상상을 초월한다. Hsu(2002)는 자살로 인한 사별가족을 ‘자살 생존자’ 라고 하였으며, 이들은 자살을 막지 못했다는 죄책감과 대상으로부터 버림받았다는 상실감과 분노로 인해 고통을 받는다고 하였다. 이들은 평범한 슬픔과 충격에 비해 자살을 둘러싼 사회적 낙인이라는 모욕으로 다시한번 상처를 받게 된다. 이는 자살을 낙약함이나 실패의 표시로 여기는 이유일 것이다(오연주, 2008).

제 2 절 애도

애도는 놀라고, 울고, 슬퍼하고 비통해하는 것이다. 애도는 ‘박탈’ 혹은 ‘상실’에 대한 정서적 고통의 반응이다(Switzer, 2011). 이처럼 애도란 개인에게 의미 있는 대상을 사별하면서 경험하게 되는 슬픔, 우울, 비탄 등의 반응을 외부로 표현하는 의식 또는 관습을 말한다. 이를 통해 인간은 새로운 환경에 적응해 나가고 자신의 내적인 성장을 도모한다(설정희, 2015; 황정윤, 2014). 애도는 사별에 대한 자연적이고 정상적인 반응으로 사별로 인한 정서적 고통에서 오는 반응이다. 이는 사별에 대한 효과적이고 성공적인 적응을 위하여 필수적이다(이미라, 2007; Hogan & Schmidt, 2002).

Freud(1917)는 “애도는 사랑하는 사람의 상실 혹은 사랑하는 사람의 자리에 대신 들어선 어떤 추상적인 것, 즉 조국, 자유, 어떤 이상 등의 상실에 대한 반응이다”라고 정의하였다. 그는 애도를 외적 대상의 상실에 대한 반응이라고 정의한 것이다. 애도를 통해 리비도는 점차 상실된 대상으로부터 떨어져 나와 새로운 대상에게 투자될 수 있도록 자유로워진다(김홍근, 2010).

Klein의 관점에서 애도는 자신 안에 좋은 내적대상을 다시 회복시키는 것이다. 다시말해 해체되고 위협에 처한 자신의 내면세계를 재건설함으로써 비탄을 극복하고 안전감을 되찾으며 진정한 조화로움과 평화를 성취하는 것이다(도영자, 2012; Hanna Sigal, 1999).

John E. Baker(2001)에게 성공적인 애도란 죽은 사람과 관련해서 위로가 될 수 있는 따뜻한 기억과 환상을 가지고, 원할 때는 언제든지 그 이미지를 불러낼 수 있는 것이 애도이다. 새로운 관계를 형성하는데 리비도의 사용을 제한시키는 것이 아니라 도움이 되는 것이 애도이다(김홍근, 2010).

이처럼 애도는 상실한 대상에 대한 충분한 슬픔을 표출해내고, 그 상실의 대상이 건강한 자기대상으로 자리잡음으로서 남겨진 가족들이 새로운 환경에 적응해나갈 수 있도록 내적인 성장을 도모하는 것이다.

1. 애도의 주요특성

자신과 친밀한 관계를 맺고 있던 사람의 갑작스런 죽음은 다른 어떠한 상실보다 정서적 안정을 깨뜨리고 극심한 불안을 가져온다. 이때의 불안은 중요한 타인으로부터 분리 혹은 상실의 경험으로 생명과 자아의 통합에 위협을 느끼게 된다. 애도와 관련된 감정들, 즉 우울증, 죄의식, 적개심 그 안에 통합적으로 얽혀 있다. 일부 심리학자나 정신과 의사, 철학자, 신학자들이 존재론적 불안이라고 말하는 것, 혹은 불리불안으로도 정의될 수 있는데 자신의 존재론적 의미에 대한 회의와 죽음의 공포 등 애도반응의 요소임이다(Switzer, 2011).

많은 시간이 흘렀지만 여전히 깊은 슬픔에서 벗어나지 못한 채, 그 가운데 머물러 있는 사람들은 냉소적이고 불행한 생활을 하고 있거나, 애도과정을 거치지 않고 회피하거나 부인하는 경우를 볼 수 있다. 그 이유는 고립, 두려움, 증오심이 원한과 쓰라림과 함께 해결되지 않은 채 남아 있게 되어 우울한 상태에 머물러 있기 때문이다(도영자, 2012). 이러한 애도의 고통과 정서적 피폐함을 경험한 사람은 아무도 이러한 고통 속에 머물러 있고 싶어 하지 않으며 자연적인 치유를 갈구한다.

사별한 사람들은 애도를 위해 죽은 사람과 자신 개인적 관계에 관해서 이야기 하려는 경향이 많다고 하였다. 이러한 이야기와 관련하여 사별한 사람의 욕구를 검토해보면 첫째, 적개심, 증오, 죄의식 같은 부정적 감정을 해소하고 싶어한다. 둘째, 자기 자신을 향하여 긍정적인 태도를 취하는 것이다. 세 번째 욕구는 자기 자신을 죽은 사람의 속박에서 풀어내어 결속을 끊고, 상실된 사랑으로부터 리비도를 제거하는 욕구이다. 넷째는 사별한 사람의 자아 내에 죽은 사람을 부활시키는 것이다. 다섯 번째 욕구는 다른 개인적 관계를 만들어나가고, 다른 오래된 관계를 새롭게 깊게 하며, 새로운 관계를 수립하는 것이다. 애도가 대상 상실에 대한 반응이라면, 대상(관계있는 사람들)들의 유지와 교체는 치유과정에서 중요한 요인으로 고려되어야 한다(Switzer, 2011).

Abraham은 사별한 사람을 자기 안에 내사함으로 치유가 이루어지고, Klein은 사랑하는 대상을 보존하고 사랑하는 사람의 재수립을 통해 애도(분리)불안을 해소할 수 있다고 보았다. 애도하는 사람의 치유는 사랑(결합)을 통해 이루어진다고 하

겠다. Fromm은 생산적인 사랑과 결합을 인간의 병, 분리에 대한 유일한 최종 치료 방법으로 제안했다. 이러한 사랑과 결합은 소통을 통해 시작된다(Switzer, 2011).

본 연구의 가족들은 가족사별 후 몇 년이라는 시간이 흘렀지만 불안과 여전히 깊은 슬픔과 분노에서 벗어나지 못하고, 애도과정을 회피하거나 부인하고 있다. 애도에 대한 감정을 직면하기를 아직도 두려워하고, 먼저 떠난 가족에 대한 미해결된 문제들로 우울한 상태에 머물러 있다. 각 가족의 사별에 대한 애도는 개인차가 있겠지만 같은 외상을 경험한 가족이라는 공동체 속에서 언어적·비언어적 소통이 일어질 때, 가족에 대한 공동의 동질감을 회복하고 정서적 안정을 얻을 것이다.

2. 사별가족의 애도

애도의 심리적 과정이란 사랑하는 사람을 잃었을 때 경험하는 사별(bereavement), 슬픔 또는 비애(grief), 애도(mourning)를 의미한다. Cole(2008)에 따르면 사람이 자신의 생애에서 겪을 수 있는 가장 큰 상실을 경험하는 사별이다. 슬픔과 비탄은 상실을 경험한 사별자가 느끼는 정서, 신체, 행위, 관계에서의 반응을 표현하는 고통스럽고 복합적인 심리상태를 의미한다. 슬픔을 겪는 경험을 통해 애도가 이루어진다는 점에서 애도하기 전에 먼저 슬퍼하게 된다. 다시 말해 슬퍼하는 행위를 한 후 애도를 할 수 있게 된다. 결국 애도란 상실한 대상과의 관계가 점점 변화되어 가는 과정을 말한다(김진영, 2010).

Kübler Ross(1969)는 사별을 받아들이고 다시 삶의 자세를 갖추는데 필요한 사별가족의 애도 과정을 5단계로 나누어 살펴보았다. 첫 번째 단계는 ‘충격의 단계’인데, 고인의 죽음을 알게 되면서 충격에 휩싸이고 정신이 멍해지면서 망연자실한 모습을 보인다. 고인의 죽음 자체를 부정하기보다 사건이 벌어진 현실 자체에 의문이 던지는 단계이다. 두 번째 단계는 ‘분노의 단계’로 죽음을 막을 수 없었던 자신과 예기치 못했던 부당한 상황에 대한 여러 감정이 터져나오는 단계이다. 세 번째 단계는 ‘타협과 죄책감의 단계’로 고인의 죽음에 대해 자신의 잘못을 발견하고, 그 상황과는 다르게 행동할 수 있었던 부분을 가정해보는 생각을 통해 잠시 고인을 잃은 고통에서 벗어나고자 하는 단계이다. 네 번째 단계는 ‘절망과 슬픔의 단계’로 현실에 대한 공허감으로 말미암아 왜 살아야 하는지에 의문을 던지는 동시에 슬픔이 깊게 침투하는 단계이다. 마지막으로 ‘수용의 단계’로 고인을 그리워하고 슬퍼하지만 고인이 떠나버린 현실을 받아들인다. 새로운 관계를 시작하면서 본래의 모습

을 되찾는 단계이다(설정희, 2015).

이러한 정상적인 애도과정을 Worden(1991)은 감정과 신체적 감각, 인지, 행동의 4가지 범주에서 다루었다. 감정에서 슬픔은 가장 일반적인 정서이며, 슬픔과 함께 분노도 자주 경험하게 되는 감정이다. 고인의 죽음을 막을 수 없었다는 것에 대한 좌절감과 퇴행경험이다. 이 외에도 자기비난, 불안, 피로, 무력감, 충격, 열망, 해방, 안도, 자유, 무감각 등이 나타난다. 신체적 감각으로는 공복감, 가슴압박, 목의 긴장감, 소리에 민감함, 인격의 상실감, 숨이 가빠지거나 호흡하기 힘들, 근육의 약해짐, 에너지 결핍, 입마름 등이 있다. 인지적으로는 슬픔을 경험하는 방식에서 매우 다른 사고 패턴이 나타난다. 애도 초기의 분노와 우울 등이 짧게 나타나고 사라지지만 때로는 지속적이기도 하다. 불신, 혼란, 선입견, 현실감, 시각이나 청각의 착각 등을 자주 경험하기도 한다. 행동에서는 수면장애, 식욕장애, 멍한 행동, 사회적 고립, 고인에 대한 꿈, 고인을 상기하는 것을 회피, 속으로 고인을 찾고 부름, 한숨, 과도한 일, 울음, 고인의 물건을 가져오거나 장소를 찾아가기, 고인의 물건을 소중히 간직하기 등이 있다(장성금, 2010).

이와 같이 애도과정을 제대로 거치지 않을 경우, 사별 직후에는 문제가 드러나지 않더라도 지연된 애도과정을 보일 수 있다. 결국 정서적·행동적 문제를 초래하게 된다(Balk, 1996; Cooley, 1992). 내면에 억압된 에너지가 배출되어야 마음이 효과적으로 기능을 할 수 있다. 감정이 배출되지 못하고 계속 남아있게 되면 자극이 주어질 때마다 자동적으로 반응이 일어나게 된다. 비애, 불안, 우울 등 비정상적인 슬픔에 빠지게 되어 삶의 여러 부분에 영향을 미치게 된다(설정희, 2015). 이러한 비정상적인 애도를 병리적인 슬픔, 해결되지 못한 슬픔이라고 말한다. 우울감과 삶의 힘겨움, 고인의 감정 혹은 고통과 동일시, 가족이나 친지들과 관계의 어려움 등이 그 예이다. 비정상적인 애도로 가는 가장 중요한 요소 중 하나는 고인과의 관계에서 남아있는 과거의 미해결과제이고, 이것을 해결하기 위해 다양한 애도과정이 필요하다(장성금, 2010).

애도과정과 관련하여 Freud(1917)는 두 가지 다른 심리적 상태를 이야기한다. 첫째는 건강한 애도로써 상실의 아픔과 비탄 경험을 모두 감당할 수 있는 사람들에게서 발견되는 애도이다. 둘째는 이런 능력이 결핍되어 있는 우울증 환자의 병리적인 애도이다. 우울증 환자의 병리적 애도는 상실의 현실을 항구적으로 방어하는 자기-경멸, 자기-평가절하 그리고 자기-공격이 결합하여 작용된다. 우울증 환자의 자기공격은 상실한 대상의 이상화된 이미지를 직접적인 공격으로부터 보호하기 위한 것이다(김홍근, 2010).

Frued는 애도과정을 상실한 대상과 관련된 모든 중요한 기억과 연상으로부터 심리적 에너지를 거두어들이는 것이라고 하였다. 건강한 애도과정은 애도가 끝나면, 다시 세상과 연결을 맺고 다른 사람과의 관계를 맺는데 자신의 리비도를 투여하게 된다. Frued는 애도를 외부 세계 안에 사랑하는 대상이 더 이상 존재하지 않는다는 사실을 반복하여 발견하는 과정으로 보았다. 애도에서 리비도는 점차 상실한 대상으로부터 떨어져 나와 새로운 대상에게 투자될 수 있게 된다. 하지만 우울 증은 사랑할 수 있는 능력이 없기에 새로운 대상에게 리비도를 투자할 수 없게 되고 깊은 고립과 자기질책을 초래한다(김홍근, 2010).

Klein(1940)은 한 개인이 치명적인 상실을 경험할 때 당연히 애도에 빠지는데, 이러한 비탄과 애도는 초기 삶에서 유래한 보다 일차적인 내적 대상들을 통해서 경험되는 것으로 보았다. 나아가 현재 상실에 대한 고통스런 애도는 상실의 원천에 도달할 수 있게 해주고, 그 결과 최초의 상실을 건강하게 애도할 수 있는 길을 열어준다고 보았다. 생애 초기에 어머니가 제공하는 양육환경은 일차적 내적 대상이 되어서 내면화되며, 이러한 밑그림 위에 타자와의 관계 경험이 연결된다(Hanna Sigal, 1999).

Klein은 생후 초기의 우울적 자리와 이후 경험하는 대상 상실에 따른 우울적 장애들과의 긴밀한 연계를 발달적 관점에서 논한다. 성인이 되어서 겪는 대상 상실의 고통은 외적 대상으로서의 상실 뿐 아니라 우울적 자리에서 느꼈던 상실과 공포, 고통스러운 정서를 재환기시킨다. 우울적 자리를 제대로 통과하여 좋은 내적 대상과 안전한 내적 세계를 확립했다면, 이후 성공적인 애도작업과 함께 성숙하고 풍요로운 삶이 시작된다. 그러나 우울적 자리를 극복하지 못하고 좋은 대상을 내사하지 못하는 경우, 애도작업은 실패하고 다양한 심리장애들이 나타날 수 있다. 특히 Klein은 무엇보다 좋은 내적 대상과 내적 세계의 정립을 결정적인 배경으로 간주한다. 대상상실에 직면하여 그 대상이 더 이상 존재하지 않는다는 것을 끊임없이 확인하고 인정하는 현실 검증은 외적 세계뿐 아니라 바로 내적 세계에서 이루어져야 한다는 것이다.

애도작업은 내적 대상의 회복이 이루어질 때까지 편집적 감정들로 퇴행하는 것과 상실에 대한 조적 방어들을 극복하는 것을 포함한다. 만약 사별한 사람이 그의 발달과정에서 우울적 자리의 불안을 극복하지 못한다면, 그는 애도작업을 수행할 수 없을 것이다. 그 결과 비정상적인 애도와 정신질환이 야기될 수 있다. 우울적 자리의 불안을 극복한다면, 애도 경험은 오히려 그의 삶을 더욱 풍요롭게 만들 것이다.(Hanna Sigal, 1999)

사별에 대한 Bowlby의 이론은 분리불안의 연장선상에 있다. 약한 개인이 보호자와 헤어져야만 하는 분리 혹은 위협적 분리에 대한 현실적 반응을 불안으로 본다. 애착의 역동은 성인의 삶속에서도 계속된다. 즉, 분리불안은 부모-자녀 관계, 성인-배우자 관계 혹은 성인-동료 관계가 위협을 받을 때면 늘 나타난다. 분리불안의 구성요소에는 걱정, 고통, 긴장에 대한 주관적 감정들과 잘못을 다시 범하지 않도록 잘못을 한 동료를 벌하고 불쾌감을 표현하는 기능의 분노 어린 저항, 그리운 사람에 대한 끝없는 추구가 포함된다.

사례 1 가족의 어머니는 자녀의 사별 이후 충분한 애도과정을 거치지 못하여 계절성 우울과 공황장애, 감정기복 등 심리적 어려움을 두드러지게 나타내고 있다. 어머니는 친정 부모의 이혼으로 인한 초기의 모성박탈적 경험과 불안정 애착의 형성으로 건강한 내적대상을 갖지 못하였다. 또한 자신도 자녀들에게 건강한 자기대상으로 애착관계를 형성하지 못하였다. 흔히 일차적 애착의 대상은 우리가 되돌아갈 안식처이고, 세상 속으로 힘 있게 나갈 수 있게 도와주는 안전기지이다. 이러한 충분한 안전기지가 없다면 우리는 불안을 느끼게 된다. 이 가족은 최초의 애착대상인 엄마에 대한 불안정한 애착으로 삶의 안전기지를 상실하였고, 삶의 어려움에 봉착했을 때 곧바로 퇴행으로 어어져 병리적이고 역기능적 가족관계를 보여준다.

사례 2 가족은 어머니의 사별이후 가족 전체가 무기력하고 우울한 상태이다. Bowlby에 의하면 사별은 돌이킬 수 없는 이별로, 애착대상의 상실로 인한 분리불안으로 보았다. 양육자와 갑작스러운 분리는 불안을 야기시키며, 성인이 되어서도 삶 속에 지속된다고 하였다. 더군다나 이 가족의 연구의 사례처럼 아동이 청소년이 되고, 청소년이 성인이 될 때까지 애도가 미뤄지고, 억제되고, 왜곡되어질 때 지연된 애도는 병리적인 현상으로 각 개인에게 자리잡고 가족들의 삶에 큰 위협으로 작용되어진다. 눈여겨볼 것으로 막내아들처럼 생의 첫해 동안 여러 번의 분리를 경험할 경우, 아이의 관계능력의 발달이 영구적으로 저지될 수 있다. 이유는 아이가 애도의 감정단계를 거슬러 지나가면서 깊은 슬픔과 절망을 겪은 다음 화와 격분을 느껴야 하고, 오랫동안 부모에게 매달리고 불안정하며, 장기적으로 추가적인 분리에 취약한 상태를 보이기 때문이다(Lavinia Gomezs, 1997). 막내아들은 고모라는 일관되고, 주된 애착대상이 있었지만 결정적인 요인은 함께 보낸 시간의 양이 아니라 아이가 느끼는 주요 애착대상인 엄마와의 관계의 질이 주된 문제를 이룬다.

Bowlby는 비탄에 젖은 반응을 분리불안의 특별한 형태로 보았다. 비탄의 초기 단계는 심한 분리불안으로 이루어지며, 후기 단계는 사별한 개인이 고통 속에서 위안을 얻고자 의지하는 안정적 기반이 이제 더 이상 존재 않는다는 자각에 따른 혼

란과 비참함이 자리잡는다. 따라서 애도의 4단계를 본 연구의 사례와 연결하여 아래와 같이 살펴보았다.

① **1단계**는 마비의 단계로 모든 감정을 억누르거나 현실을 부정한다. 감정적 정지 상태로 극도로 냉정해진다. 사례 2 가족의 큰 딸은 어머니의 사망이후 초기 1년 동안 어머니가 어딘가에 살아있을 거란 현실부정으로 아무 일 없듯이 잘 살았다고 하였다.

② **2단계**는 그리움, 추구, 분노의 단계이다. 상실한 대상에 대한 추구를 애도반응의 중심에 놓았다. 사별한 사람은 강박적 반복행동을 한다. 죽은 사람을 떠올리게 하는 사건들을 세세한 부분까지 마음속으로 되뇌며, 어떤 실수가 있었는 지 따져보고 과거의 일들이 다른 형태로 펼쳐 수 있으리라는 희망을 품는 것이다. 사별한 자의 정신적 추구는 잃어버린 대상을 다시 찾아 재결합하려는 시도이며, 분노 역시 거의 모든 이별은 행복한 결말에 이르며, 이러한 결말에 이르기 위해서는 크고 작은 공격적 행위들의 도움이 필요하다(Bowlby, 1961) 사별한 사람이 다시금 정상을 회복하는데 있어서 분노를 표현하는 것이 중요하다고 하였다. 분노하는 것은 사랑하는 이가 살아 있을지도 모른다는 희망을 잃었음을 보여준다.

사례 1 가족은 애도의 단계 중 두 번째 단계인 갈망과 수색의 단계에 오랫동안 머물러 있었다. 어머니는 이혼으로 보육원에 보낸 아들의 죽음에 대한 애타는 그리움과 갈망으로 아들을 잘 돌보지 못했다고 생각되어지는 큰 딸에게 책임을 전가하여 심한 죄책감을 심어주었다. 또한 어머니는 친정어머니의 반대에도 불구하고 보육원에 아이들을 보냈다는 죄책감으로, 살아있을 때 잘해주지 못했던 자기 자신에 대한 분노도 가지고 있다. 큰 딸은 자신도 통제할 수 없었던 상황에서 갑작스런 동생의 죽음은 갈망과 수색의 단계에서 몇 년 동안이나 간헐 살아왔고, 동생의 모습을 기억하고 간직하고자 동생에 대해 세세한 부분까지 마음속으로 되뇌이며, 필사적으로 기억하려고 애쓰며 살아왔다. 어머니의 질책처럼 자신의 잘못으로 동생이 죽었다고 죄책감과 분노로 모든 잘못은 자신에게 있다며 우울적 자리로 퇴행을 보이게 되었다. 가족미술치료 과정에서 어머니에게 자신의 힘들었던 상황을 설명하였고, 어머니가 '힘들었겠다'고 자신을 이해해주는 말과 '미안하다'는 사과 한마디로 그동안의 죄책감과 자신을 향한 분노의 과정에서 빠져 나올 수 있었다.

③ **3단계**는 혼란과 절망의 단계로 Bowlby는 상실의 충격을 겪은 사람을 상대가 갑자기 일어나버린 시소에 비유하여 의탁할 수 있는 안전기저의 상실을 의미한다. 사례 1 가족의 어머니는 딸들을 아빠에게 보내고 자살 시도를 2번이나 하였다고 하였다. 친정어머니의 보살핌 속에 자살시도에 실패하고 죽을 운명이 아닌 것 같다

고 생각하고 다시 딸들과 함께 살기 위해 데리고 왔다고 하였다. 큰 딸은 아버지와 함께 살면서 정서적 방임과 새로운 양육자와의 갈등은 혼란과 절망을 더 가속화시켰다. 사례 2 가족은 어머니의 자살이 남겨진 사람들에게는 내적 모델이 불안하고 양가적이며 불안정 애착을 형성하여 죄책감과 분노가 더욱 강렬하였다. 큰 딸은 청소년기에 삶의 무의미함과 파편화로 자살 사이트에 가입하는 등 자살의 유혹을 많이 느꼈었다. 아버지의 정서적 부재와 고모와의 갈등은 자신을 돌봐주거나 위로해 줄 가족 내에서는 사람이 없다고 생각했던 것 같았다. 이성 친구를 사귀면서 자신의 살아있음에 대한 존재의 확인을 시도하였다. 작은 딸은 영구적으로 떠난 대상에 대한 모든 공격성을 억압하여 모든 감정을 숨겨버리면서 자신의 신체화로 고스란히 감내하였다. 이는 누군가가 애도자의 공격성을 수용해주지 않았기 때문이라고 Bowlby는 말하였다. 고모는 어린 아이였던 막내 동생과 사춘기로 갈등 상황을 겪는 큰 딸에게 관심을 쏟느라 전혀 관심을 쏟지 못했다고 하였다.

④ **4단계** 재조직 단계에서는 안정적 내적 기반을 재구성하는 것으로 신뢰할 만한 안정적인 보호환경에 따라 안정적 애착의 형성이 이루어진다. 그런 점에서 새로운 애착은 이전의 애착이 소멸한 이후에야 형성된다고 하였다(Jeremy Holmes, 1980).

사례 1 가족의 어머니는 친정어머니와 잦은 왕래로 어릴 때 상실되었던 자기대상과 애착관계를 형성하기 시작하였다. 아들과 동생에 대한 사별을 수용하면서 새롭게 다시 가정을 꾸렸고, 자신들의 잃었던 자기대상과 애착의 형성으로 불안을 떨쳐내고 노력 중인 모습을 보였다. 사례 2 가족 중 애도과정 중 전혀 돌보아지지 못한 딸들은 그동안 자신들을 버리고 떠난 어머니에 대한 깊은 분노와 원망을 그리움과 사랑의 감정으로 되살렸다. 젊은 시절 자신들을 떠나버린 어머니의 삶에 대한 깊은 회한을 보이며 힘들었던 자신들의 감정들을 돌아보고 서로 위로하였다. 어머니의 애도와 더불어 자신들의 힘들었던 사춘기시절을 함께 애도하였다. 가족미술치료를 통해 가족의 정서적 공감적 반응들은 내면의 상실된 대상과의 애착을 이어주었으며, 새로운 애착형성을 위한 가족 간의 이해와 소통의 폭을 넓히면서 서로를 위로하는 자리가 되었다.

Parkes(1965)는 비정상적인 애도의 상태로 만성적인 애도, 억제된 애도, 지연된 애도의 세 가지 유형으로 설명하였다. 첫째, 만성적인 애도란 슬픔이 비정상적으로 연장, 강화된 전형적인 형태를 말한다. 애도의 기간을 6개월에서 1년으로 보는데, 고인이 죽은 지 1년이 지나도 여전히 상실의 고통에 압도된 상태로 살아간다면 비정상적인 애도로 규정할 수 있다. 둘째, 억제된 애도는 슬픔이 지속적으로 억제되

는 형태이다. 억제된 슬픔은 지연된 기간 동안 왜곡된 형태로 발전한다. 이 단계에 머무른 사람은 자신의 건강을 돌보지 않는다. 약물남용, 알코올 중독, 문란한 성관계, 만성적 질병, 자살에 대한 과도한 집착을 보인다. 셋째로 지연된 애도는 전형적이거나 만성적인 반응의 혼합 형태로 몇 주에서 몇 년의 일정한 기간이 지난 이후 슬픔이 발생하는 것이다(심진희, 2012).

Worden에 따르면, 애도과정의 기본적인 목표는 고인과 관계에서 남아있는 미해결과제를 온전히 마치고 최종적으로 고인을 잘 보내드릴 수 있도록 돕는 것이다. Bowlby와 Parkes는 고인과 연결된 감정에서 분리되어 회복의 모습을 보일 때 애도작업이 끝나게 된다고 하였다. Verena Kast(1982)는 애도 작업 중의 하나가 세상과 새로운 관계를 맺는 것이라고 하였다. 애도과정의 목표는 사별로 인한 상실감을 극복하여 변화된 삶에 적응하고 일상의 삶으로 복귀하는 것이다. 나아가 위기를 기회로 삼아 치유와 성장을 이루는 것이다(장성금, 2010).

본 연구자는 Bowlby의 애도에 대한 심리적 과정을 각 가족의 개인에게 대입하여 보았다. 각자가 머물러 있는 단계를 잘 통과하여 애도할 수 있도록 가족미술치료와 개별미술치료를 제공하고자 한다. 또한 개인 내면에 억압된 감정들을 창의적인 미술작업을 통해 표현할 수 있도록 돕고자 한다. 이를 통해 고인에 대한 추억을 되돌아보고, 표현된 상징이나 이미지들을 객관화시키고 재해석하여 내면의 변화과정을 스스로 이해하고 구조화하도록 한다.

제 3 절 정서안정

정서안정이란 개인의 정서가 안정된 분위기로 환경과 밀접한 관련이 있으며, 지극히 주관적인 속성이 강한 것이다. 정서안정은 긍정적 정서가 높고, 어느 환경에서도 흐트러지지 않고 정서적인 안정성을 유지하는 것을 말한다. 정서적 안정이란 긍정적인 자기생활과 평가에 대한 만족도를 통한 자신의 전반에 대한 긍정적 평가를 의미한다(오상희, 2010).

사별가족의 정서안정

가족구성원 중 누군가 죽고 나면 남은 가족들은 큰 타격을 입는다. 어른들은 죽음 이후 변화된 환경을 헤쳐 나가기도 벅찬 나머지 아이들에게는 미처 신경을 쓰지 못하는 경우가 많다. 죽음의 충격을 겪은 아이는 다양한 두려움이 생겨난다. 아이가 느끼는 두려움은 살아있는 다른 부모도 죽을지 모른다는 것과 자신도 죽을지

모른다는 두려움이다. 두려움에서 무력감까지 여러 가지 감정을 가질 수 있다. 잠이 죽는 것과 같다고 생각하여 잠들기를 두려워하기도 한다(김광민, 2005). 또는 그 반대의 경우, 깊은 무력감 때문에 자신이 스스로 할 수 있는 일은 거의 없이 완전 의존적인 형태로 대부분의 시간을 잠에 빠져 있는 경우도 있다.

사별의 경험은 크게 세 가지로 볼 수 있다. 첫째는 상실에 대한 반응인 슬픔인데, 만일 일반적인 슬픔의 단계를 벗어난다면 심각한 정서적, 사회적 문제와 신체적 문제까지도 초래할 수 있다. 둘째는 상실로 인한 외로움이고, 셋째는 어떤 종류의 죽음과 관련된 사회적 오명으로 수치감을 들 수 있다(김용분, 2005).

사례 1 가족처럼 어린 자녀의 죽음은 비극적이며 외상적인 사건이다. 그것의 참을 수 없는 점은 무력감이다. 그 사건이 의미하는 것은 성장과 미래의 가능성들이 영원히 잘렸다는 것이다. 거기에 죽음의 무서운 가시가 있다(Bachmann, 2011). 자녀와 깊은 관계를 맺어온 부모는 자녀와 밀도 높은 애착을 가진다. 자녀의 성장된 모습을 다시 볼 수 없다는 사실, 그 자체만으로도 부모는 지독한 상실의 구렁텅이로 밀어 넣게 된다(김재순, 2015). 특히 사례 1 가족의 어머니와 자녀들은 부모의 이혼이란 외상에 갑작스런 막내아들의 사망이라는 중첩된 이중의 외상을 가진 사례이다. 이러한 복합외상은 가족들에게 계절성 우울감을 주어 감정조절의 어려움을 주고 있다. 그 결과 어머니는 현재 살아있는 자녀에 대한 과도한 밀착을 드러내는데, 이는 자녀의 성장을 방해하는 요소로 작용하고 있기도 하다.

사례 2 가족처럼 사별 중에서도 자살로 인한 사별은 일반적 사별에 비해 보다 복잡한 양상과 혼란스러운 이미지를 보임으로써 가족체계에 많은 영향을 미치게 된다. 자살로 인한 사별은 다른 유형의 죽음 후 겪는 슬픔과는 다르며 그러한 슬픔은 더 힘들다는 점이 밝혀졌다(김용분, 2005; Knieper, 1999; Range, 1998; Clark & Goldney, 1995; Sprang & McNeil, 1995; Worden, 1991; Hauser, 1987). 사례 2 가족의 주 양육자였던 어머니의 자살은 어린 세 자녀들에게 슬픔을 넘어 분노와 원망의 대상이 되었다. 이후 아버지의 정서적·경제적 방임은 가족 간 소통을 더 어렵게 하였고, 가족 구성원들은 제각기 자신의 내면 깊숙이 숨어버리게 되었다.

이처럼 갑작스럽게 닥친 가족의 죽음은 가족의 역동에 큰 영향을 주며, 아동청소년의 자녀에게는 불합리한 죄책감과 정신적 외상을 겪게 한다(옥금자, 2014). 이 시기는 심리·정서적 발달 과정을 거치게 되는데, 낮은 변화로 인해 많은 갈등과 불안을 경험하게 된다(김서연, 2010). 우리의 성격은 성장과정에서 부모나 형제, 친구, 선생님 등 중요한 타인들과의 접촉 경험을 통하여 형성되는 것이다(김정규, 1999). 이러한 익숙치 않은 불안은 두려움과 무력감을 크게 자리잡게 할 수 있다.

깊은 상실의 경험은 성인기로의 발달을 두렵게 만들기도 한다.

가족사별은 가족원에게 있어 커다란 변화를 가져온다. 남은 가족은 당황스럽고 죽음이 닥칠 것에 대한 두려움에 서로에 대한 과보호현상이 나타나기도 한다. 경제적인 어려움과 주거문제 등의 어려움을 겪을 수 있다. 재정적인 문제는 상실감이나 스트레스와 겹쳐 또 다른 문제를 발생시킬 수 있다. 무엇보다도 사별가족이 공통적으로 느끼는 심리적 어려움은 슬픔이다. 그러나 어떤 사별가족은 남들 앞에서 우는 것을 두려워하고 거부하기도 하며, 사회적 체면 때문에 그 슬픔을 억압하기도 한다. 따라서 사별의 상처에 대한 가장 좋은 치료는 가족원의 죽음에 대해 솔직해지고 어떤 일이 일어났는지 설명해주도록 하여야 한다. 슬픈 감정을 말할 수 있는 기회와 환경을 제공해주는 것이 필요하다(옥금자, 2014). 또한 가족 구성원의 서로에 대한 이해와 보살핌이 가능할 수 있도록 지지해 주어야 한다.

제 4 절 가족미술치료

1. 가족치료

가족관계는 우리가 만나는 최초의 사회적 관계를 학습하는 장으로서 인간관계, 문제해결, 기술훈련, 태도 형성, 가치관 형성의 기초가 된다. 우리가 치료대상을 만날 때 직접적인 대상이 가족은 아니더라도 모든 치료에서 가족개입은 중요한 핵심 체계이다. 가족에 대한 이해가 선행되어야 하고, 내담자가 가져온 문제가 가족과 무관할 수 없음을 인지해야 한다.

가족치료은 병리적 초점을 가족 체계에 두며 가족 내 상호작용에 초점을 둔다. 문제의 원인을 개인에게만 찾는 것이 아니라 그 개인을 중심으로 가족에 대한 접근을 한다. 필요에 따라 개인, 부부, 부모와 개인 등의 상호접근을 한다. 가족치료에서는 가족 개인을 둘러싼 가족 관계속에서의 역동문제를 다루며, 결국 한 개인을 돕는다는 것은 가족을 떠나서 개인을 도울 수 없음을 의미한다(옥금자, 2007).

가족은 각각 고유한 방식으로 기능하는 일단의 관계들로 구성된 체계이다. 이러한 고유한 방식들은 가족의 삶의 발달단계를 거치는 동안 가족 구성원의 발달을 촉진시키기도 하고 방해하기도 한다. 가족체계는 가족이라는 일정한 경계 내에서 가족 구성원들에게 서로 밀접하게 영향을 주어 상호 작용을 하는 독특한 성격을 유지하는 단위를 지칭한다(채수경, 2004). 그런 점에서 가족체계에 관심을 기울이고

주된 해석은 가족체계에 기초를 두고 있어야 한다(David & Jill Scharff, 2006).

가족치료의 목적은 감정과 생각을 자유롭게 표현하도록 하며 원하는 변화를 설명하도록 하는데 있다. 또한 의사소통능력을 향상시켜 다른 가족구성원들의 문제행동에 대한 이해를 돕는다(채수경, 2004). 궁극적으로 가족치료의 직접적인 목표는 증상을 해결하는 데 있지 않고, 각 구성원들의 필요와 요구를 이해하고 채워주는 능력을 증진시킴으로써 가족의 현 발달단계의 장애요소 성공적으로 통과해 나가는 것이다(David & Jill Scharff, 2006).

가족치료의 여러 이론 중 본 연구에 접목되어진 가족치료이론은 Minuchin의 구조적 가족치료이론이다. 그에 따르면 가족의 문제행동은 가족의 발달적인 변화과정에서 적응문제가 일어나거나 하위체계내의 갈등이 문제화되는 가족구조를 조성할 때 발생된다고 본다. 사례 1 가족의 어머니처럼 자녀를 사별한 경험이 있어 자녀체계와 모호한 경계선을 형성하여 자녀의 성장을 방해할 수 있다. 이 경계선처럼 가족간 지나치게 밀착된 관계는 미분화되어 침투가 쉽다. 또한 유동적인 경계선으로 어머니의 긴장이 빨리 전파됨으로써 자녀들이 독립적이지 못하고, 필요이상의 긴장감을 갖게 된다(옥금자, 2007). 사례 2 가족은 지나치게 경직된 경계선을 가진 가족 체계이며, 경계가 너무 분명하여 불침투하는 가족체계를 가지고 있다. 어머니 사별로 인한 정서적 고통으로 가족간의 거리감과 소외감이 있으며, 서로간의 소통이 안 되고 감정교류가 없어 타인에 대한 관심과 흥미를 거두게 되는 역기능적 가족기능을 보이고 있다.

Bowen은 최초로 가족체계이론에 기본적인 이론의 가정이 되는 자아분화, 정서적 단절, 삼각관계, 핵가족정서과정, 가족투사과정, 형제순위 등 6개 이론적 개념을 만들어내었다. 개인내부에서 일어나는 자아분화의 정도는 개인의 감정이나 사고 기능을 선택하는 정도와 관련이 있다(옥금자, 2007). 사례 1가족의 어머니는 자아분화가 되지 못한 사람으로 자녀들과 필요에 따라 삼각관계를 형성하며, 자녀들과 불안정 애착을 형성하여 불만족 시 신체와 정신적 문제를 일으키기도 한다. 또한 자녀와의 소통에서 감정적 변화가 쉽게 일어나고, 자신만의 생각을 중시하여 자녀들의 감정에 융통성을 잘 발휘하지 못하고 있다. 사례 2 가족은 가족 내 정서적 안전기지과 완충의 역할을 해온 어머니의 죽음으로 아버지와도 정서적 단절 속에 처해 있다. 따라서 가족들의 정서에 불안과 우울이 내재되어 있으며, 가족간의 소통 부재로 연결된다.

대상관계 가족치료이론은 인간은 태어나면서부터 다른 사람과 적극적인 관계를 맺으며 그 관계 속에서 여러 단계를 거친다고 본다. 유아는 부모에 의해 양육되면

서 만족과 좌절을 경험하며 그 만족과 좌절은 다시 불안을 만들어낸다. 불안을 극복하기 위해 부모의 상을 내면화하고 자아를 형성해간다. 유아는 자아를 형성해 가는데 분리를 통해 자신의 좋은 모습과 나쁜 모습을 구분하며, 투사를 통해 자신의 나쁜 모습을 타인에게 덮어씌운다. 또한 투사적 동일시를 통해 타인이 자신의 나쁜 부분을 소유하고 있다고 믿는 병리적 현상을 보이게 된다. 가족치료에서 개인의 병리적인 자아 형성을 해결할 수 있는 조건은 가족의 안아주기 경험만이 가능하다고 본다. 가족의 안아주기는 엄마가 아이를 팔로 안아주는 것, 아빠가 그것을 지지해주는 것, 부모사이의 애정관계 등 세 가지의 산물로, 안아주기 안에서 아이는 건강한 내적 대상을 만들어낸다(David & Jill Scharff, 2006). 가족구성원의 분리와 투사 현상이 가족구성원들에 의해 받아들여지고, 서로가 지지적이고 친밀한 관계를 맺기 위한 노력이 시작되었을 때, 분리와 투사는 줄어들게 되고 개인 내면의 좋은 모습과 나쁜 모습의 통합이 가능해진다(옥금자, 2007).

본 연구 사례 가족들은 사례 1 가족의 부모의 이혼과 보육원 생활, 사례 2 가족의 경제적 어려움으로 인한 고모로부터 대리양육을 경험하였다. 가족사별 이전에 있었던 초기경험의 박탈과 상실에서 이미 불안의 요소가 내재되어 있는 상황이었다. 그 위에 가족사별이후 오랜 애도과정의 지연으로 병리적인 경험들을 하게 되었다. 이번 가족치료의 경험으로 초기의 박탈에서 오는 불안과 가족사별로 인한 외상들을 표출해내고, 안아주기를 통해 재양육적 경험을 할 수 있도록 한다. 그 과정에서 치료자가 적절하게 통합해낼 때 분열되고 단절된 가족관계를 친밀하게 형성시킬 수 있을 것이다.

2. 미술치료

미술치료에서 ‘치료’라는 것은 다른 모든 치료의 경우와 마찬가지로 증상의 경감이 선행되어야만 한다. 미술에서 치료의 의미는 단순한 증상경감에 있지 않고 다음과 같은 개념을 포함한다. 증상을 제거하거나 경감시키는 것, 편파적인 개인을 전인격적인 개인이 되도록 하는 것, 지체된 정신발달 과정이 촉진되도록 도와주는 것, 남을 이해할 수 있는 보다 원만한 성격이 되도록 도와주는 것, 각자가 가지고 있는 고유한 창조성을 개발함으로써 인간정신의 전체성을 회복하고 삶에 의미를 가지게 하는 것이다(김진숙, 2001).

미술치료는 미술작업을 통하여 정서적 갈등과 심리적인 증상을 완화시킴으로써 한 개인이 원만하고 창조적인 삶을 살아갈 수 있도록 도와주는 심리치료이다.

미술작업을 통한 심리치료가 가능한 것은 미술을 통한 창작이 우리의 내면이라고 할 수 있는 정신세계를, 우리의 외면이라고 할 수 있는 현실 속에 작품이라는 구체적인 모습으로 표현하게 한다는 점이다. 미술치료는 창작활동을 통한 내면세계의 외면화 과정 속에서 개인의 갈등적인 심리상태나 정서상태를 파악하고 거기에서 비롯된 갈등관계에 있는 심리·정서적인 요소를 창작을 통하여 조화롭게 해결하도록 도와준다(표현예술심리치료 자료집, 2004).

미술치료의 궁극적인 목적은 심신의 어려움을 겪고 있는 사람들을 대상으로 하여 그림이나 조소, 디자인기법 등 같은 미술활동을 통해 심리를 진단하고 치료하는데 있다. 미술치료는 심리치료의 이론을 바탕으로 하여 인간의 조형 활동을 통해 개인의 갈등을 조정하고, 자기표현과 승화작용을 통해서 자아성장을 촉진시킬 수 있다. 자발적인 미술활동을 통해서 개인의 내적 세계와 외적 세계간의 조화를 잘 이룰 수 있게 도와주기도 한다(최외선 외, 2006).

본 연구 대상의 두 가족은 모두 Parkes가 말한 비정상적인 애도인 지연된 애도의 문제를 가지고 있다는 점에서 언어적 표현으로 그 치료에 한계가 있을 수 있다. 미술치료를 통해 다양한 미술매체들은 사별가족들이 가슴속에 숨겨둔 억제된 슬픔과 온갖 감정들을 편안하고 안전하게 표출할 수 있도록 도와준다. 비지시적이고 비구조적인 정신분석적 미술치료의 접근은 사별가족의 어두운 면을 자신만의 상징과 이미지로 더 쉽게 표현하게 하고, 방어없이 투사하고 승화시킬 수 있도록 도울 수 있다. 또한 치료사의 지지와 격려적이고 수용적인 태도를 통해 가족사별로 상처받은 외상을 치유하고 애도의 과정을 잘 이겨낼 수 있도록 도울 수 있을 것이다.

3. 가족미술치료

(1) 가족치료에 미술을 접목하는 이유

가족치료에 미술을 접목하려는 이유는 첫째, 가족의 문제는 강력하면서도 눈에 보이지 않는 구조에 뿌리를 두고 있기 때문에 저항적인 경우가 많다. 미술치료는 가족구성원 상호에 대한 이해의 장애물로 작용하는 견고한 방어기제를 잘 피해갈 수 있다. 미술작업은 시각적 표현으로 감정과 생각을 설명하도록 가능성을 열어 줄 수 있으며, 언어를 사용하는 대화와 달리 미술표현 전반에 걸쳐 개인적인 자기표현이 지속적으로 나타날 수 있게 해준다(임효희, 2014; Christine Kerr, Janice Hoshino 외, 2010).

둘째, 미술작업이 언어치료와 치료적으로 결합되었을 때, 가족의 구조, 하위체

계, 경계 등에 대한 시각적 기록을 제공함으로써 가족치료사가 가족의 의사소통방식을 분석할 수 있게 된다(Wadeson, 1980). 이처럼 가족치료에 표현되는 그림의 이미지들은 가족의 현실과 내적환상 뿐 아니라 가족전체와 개인의 경험을 반영하므로 치료과정과 미술은 개인과 가족, 가족과 사회·문화, 사회·문화와 인간의 집단의식과 집단무의식을 연결하며 가족개인의 성장과 함께 상징적이고 창의적인 언어에 대한 통찰력을 가져다준다(옥금자, 2007).

셋째, 미술작업이 가족들의 분노와 절망 속에 억압되었던 에너지를 활성화시킬 수 있는 가능성이 있다. 치료를 원하는 가족은 종종 실패와 무기력 속에 빠져 있는 경우가 많다(Linesch, 1993). 미술작업은 가족에게 필요한 에너지를 자극할 뿐 아니라 성취감, 자유로움을 느끼게 하며 투사적이다. 미술활동 결과물은 가족역동성의 증거가 될 수 있으며, 결과물의 검증을 통해서 변화의 지속성을 확인할 수 있다(최외선 외 4인, 2006).

넷째, 미술작업은 가족구성원을 위한 관계 구축을 향상시킨다. 미술작업과정의 비언어적 특성은 가족의 역기능적인 의사소통으로 인한 좌절감으로부터 자유롭게 하는 수단이 되어준다고 하였다. 미술작업은 방어를 감소시켜 줄 수 있고, 치료 중인 개인과 가족을 위한 깊은 차원의 경험적 이해를 드러내 줄 수 있다(Linesch, 1993). 가족미술치료는 가족관계의 문제해결을 돕는 전문적인 접근으로 가족을 하나의 체계로 보고 그 체계 속에 상호작용 양상에 변화를 줌으로써 가족구성원의 대인관계 기술과 적응 능력을 향상시키며 건강하고 기능적인 개인과 가족이 되도록 도와준다(김효숙, 2007).

가족미술치료에서 미술작업이 가지는 가치를 살펴보면 첫째, 미술과정이 가족문제의 진단을 돕고 상호작용을 증진시키며 그 자체가 의사소통의 도구가 된다. 둘째, 미술작업이 무의식적·의식적인 의사소통을 표출해내는 수단이 된다. 셋째, 가족역동성의 증거가 될 수 있는 미술작품이 있다(최외선 외 4인, 2006).

(2) 가족미술치료의 이론적 배경

가족미술치료는 가족체계이론과 미술치료이론을 결합시킨 것으로 하나의 응용심리치료 기법이다. 미술과제가 진단과 치료의 수단으로 사용되어진다. 가족미술치료는 하나 혹은 여러 가지 가족치료이론에 기초를 두고 있다. 즉, 정신분석이론, 경험주의 이론, 보웬의 이론, 구조주의 이론, 전략이론, 의사소통이론, 행동주의 이론 등이 여기에 포함된다(김동연 외 2인, 1993). **정신분석적 관점**에서 치료자는 창작

과정이나 작품내용에서 중립적 자세를 갖는다. 창작과정이나 작품내용의 관찰을 통해 개인과 가족의 행동을 해석하게 된다. **경험주의적 관점**에서는 적극적인 작업에 의한 자각과 이해를 통해 창작예술경험을 제공하고 치료자 자신의 발달적 성장을 돕는 능동적인 치료자의 역할을 한다. **보웬의 관점**에서는 삼각구도에 초점을 둔 작업과정을 통해 자율적인 가족원 역할을 강조하는 것에 미술매체를 사용한다. **의사소통 관점**에서는 인과 관계적 경험에 초점을 두며, **사티어의 관점**에서는 치료란 분명한 의사소통과 문제해결 원칙을 담은 가족구성이라 보고 가족공통의 예술체험을 연쇄반응의 순환적 인과관계 모델에 적용하여 의사소통의 양상과 방법을 관찰하게 된다. **체계론적 입장**에서는 문제해결의 지도적·역설적 개입도구의 수단으로 미술작업을 사용하는 미술치료사의 역할을 강조하며, 가족문제는 가족이 더 잘 안다고 생각하여 문제의 결과에 초점을 두었으므로 문제의 순환 고리를 찾으면 가족문제는 해결된다고 보았다(옥금자, 2007). 본 연구는 정신분석적 관점을 기반으로 가족치료와 미술치료를 통합한 가족미술치료를 시행하였다.

이러한 관점을 기반으로 가족미술치료의 핵심 목적은 가족에게 가족 개인의 정서와 감정을 함께 나눌 수 있는 시간을 제공하고, 미술매체와 함께 안전한 환경을 제공하는 것이다. 그 속에서 가족들은 표현 언어를 통해 심리적으로 안정을 찾고, 상처 입은 경험을 돌아볼 수 있다. 현재 드러난 행동의 의미를 이해한다. 또한 수용, 용서, 미래의 희망에 장애가 되는 것에 대한 변화를 통해 회복으로 향하게 된다(옥금자, 2007).

가족미술치료는 참가자로 하여금 언어에 의한 표현이 강력하게 나타나지 않도록 함으로써 가족들이 양가적 감정으로 인한 혼란한 상태에 서서히 직면하도록 한다. 가족의 미술작업은 집단의 초자아 방어나 통제를 줄이고, 상호작용을 촉진하여 상징적인 이미지에 의해서 무의식적 감정을 표현시킨다는 것이다. 때문에 언어가 충분히 발달하지 않은 아동도 참가할 수 있고, 치료자도 함께 참가하여 직접 가족 내의 갈등을 관찰할 수 있다(최외선 외 4인, 2006).

가족미술치료는 전 가족이 치료의 대상이 되므로 개인치료보다 단기간에 걸쳐 실시되는 특징이 있다. 전체 가족이 변화되는 결과를 가져오며 변화가 지속된다. 즉 개인과 모든 가족원이 변화하면서 역동적인 변화가 계속 상승작용을 하므로 관계개선이 오래 지속될 수 있다. 가족미술치료는 다른 언어적 상담보다 결과물에 대한 가족의 이해와 수용이 빠르다. 이는 각 가족 구성원에 대한 이해와 자신에 대한 탐색이 깊게 이루어지기 때문이다(최외선 외 4인, 2006).

(3) 사별가족의 가족미술치료

Verena Kasta(1982)는 “애도는 새로운 자기 체험이 생겨날 수 있게 한다. 충격받은 사람의 삶에 새로운 질서를 부여하고, 새로운 자기와 세계에 대한 체험을 이루게 하는 감정이다”라고 보았다. 그러나 깊은 상실을 애도한다는 것은 매우 힘든 일이다. 혼자 힘으로 통과하기 어렵기 때문에 그들을 도울 수 있는 사람들이 필요하고, 또 그들이 필요한 변화를 시도할 수 있도록 이끄는 것은 매우 중요한 일이다. (도영자, 2012)

애도과정에서 상실 후 슬픈 감정은 캔버스 위로 구체화 되는 것이 중요하다 (Kübler Ross, 2005)는 점에서 내면의 시각적인 구체화라는 장점을 지닌 미술이 중요한 역할을 할 수 있을 것이다(최은영, 공마리아, 2008). 미술치료는 사별의 중재요소를 이해하고 애도과정을 통해 내면을 표출하기에 적절하다. 이러한 미술치료는 인간 내부세계를 외부현실과 연결시켜주는 역할을 하여, 인지·정서·행동의 긍정적인 변화와 전인격적 통합 및 자기실현을 이루도록 도움을 줌으로써 사별한 사람들이 상실감을 극복할 수 있게 한다(최은영, 공마리아, 2008; Rubin, 2005; 김동연, 2002; 주리아, 2000; Ulman, 1971).

Irwin(1991)은 사별 가족 상담에서 미술을 통해 감정의 완화를 촉진 시키고, 애도자가 의식하지 못한 갈등을 표출시키고, 상실대상에 대한 자각을 불러오며, 유족 자신들이 애도과정 중 어디까지 왔는지 파악할 수 있도록 했다. 이처럼 미술치료는 사별 후 감정을 표현하기에 안전한 장을 열어주며, 그림을 통한 깊은 몰입과 이완을 통해 표현된 감정을 인식하고 현실화하는 경험을 할 수 있다. 이러한 경험은 고인과 새로운 관계를 적립할 수 있는 입을 가지게 힘을 제공한다(장희은, 2014).

가족미술치료는 사별 가족의 미술치료에서 사별 상황이나 숨겨진 중재요소, 비언어적 의사소통, 느낌, 사고의 과정, 무의식 등을 효과적으로 관찰할 수 있다. 가족원과 애도과정을 공유하고 함께 나누면서 심리적 안정감을 더욱 높여줄 수 있다. 부모나 자녀의 사별을 경험한 가족에게는 상실감에 대한 언어적 표현이 부담으로 작용할 수 있고, 완전히 소통하지 못하는 경우도 발생한다(장희은, 2014). 따라서 가족미술치료는 애도의 복잡한 감정의 표현을 위해선 미술이라는 매체와 표현과정을 중간대상과 중간현상으로 삼아 슬픔과 비탄의 감정을 맘껏 내놓고 새로운 감정의 경험을 할 수 있도록 도울 수 있다.

사별을 경험한 한 가족은 자기대상이 상실을 가장 크게 경험하였다. 대상관계 접근법을 통해 근본적으로 치료를 위해 함께 작업하고 이해하는 방식이 효과적일 수 있다. 그것은 가족 구성원들이 서로 관계 맺을 필요가 있으며, 관계의 어려움이

가족문제의 핵심이라고 본다. 가족 구성원의 발달과 성숙한 대상관계를 무의식적인 대상관계를 이해하고, 그 장애물을 극복할 수 있는 길을 제시할 수 있다(David & Jill Schaff, 2006).

2. 사별가족의 가족미술치료에 관한 선행연구

사별가족의 애도와 상실에 관한 연구가 사별가족의 개인의 삶에 미치는 영향이 많음은 선행 연구들에 의하며 밝혀진 바 있다. 본 연구의 사례처럼 아동·청소년기의 상실과 애도의 불이행으로 성인이 된 이후 심리적인 문제들을 겪게 되는 경우가 많다. 또한 갑작스런 가족의 사별로 지연된 애도과정에 의해 남겨진 가족들이 병리적인 현상을 보이고 있다. 애도에 관한 가족미술치료 선행연구가 많지 않아 애도, 사별, 정서안정, 미술치료, 가족미술치료 등으로 주제를 확장시켜보았다. 제한된 연구로 문헌연구와 학위논문, 학회지 등으로 넓혀 살펴보았다.

먼저, 애도에 대한 문헌연구로는 Freud가 1917년 ‘애도와 멜랑콜리’를 발표하면서 애도에 관한 연구가 시작되었다. 1940년 Klein은 비탄과 애도는 초기 삶에서 유래한 보다 일차적인 내적 대상들을 통해서 경험되어지는 것으로 보았다. Bowlby(1960)는 사별과 비탄을 분리불안의 특별한 형태로 보며, 애도의 4단계를 통해 불안을 해소하고 안정적 애착 형성이 달려 있으며, 새로운 애착형성으로 애도과정을 마친다고 하였다. Parkes(1965)는 비정상적인 애도의 유형을 설명하였고, Kübler Ross(1969)는 사별가족이 사별을 받아들이고 다시 삶의 자세를 갖추는데 필요한 애도의 과정을 5단계로 나누었다. Verena Kast(1982)는 애도 작업 중 하나가 세상과 새로운 관계를 맺는 것이라고 하였다. Worden(2009)은 애도과정의 기본적인 목표는 고인과 관계에서 남아있는 미해결과제를 해결하고 고인을 잘 보내드릴 수 있도록 돕는 것이라고 하였다.

애도와 사별에 관한 연구로는 주로 신학적 관점에서 많이 다뤄지고 있었다.(김동영, 2015; 이규민, 2014; 김홍근, 2010; 심진희, 2012; 김진영, 2010) 김동영(2015)은 목회신학적 관점에서 애도의 역동적 관점을 설명하였고, 애도자가 치유적 공동체에서 새로운 관계 형성을 하도록 도와주어야 한다고 하였다. 김진영(2010)은 애도 과정이 어떤 것이며 어떻게 발전되어 가는데 따라 상실의 경험이 정신적·신체적 질환의 발생원인이 되기도 한다고 하였다. 김홍근(2010)은 정신분석에 입각하여 발달적 애도과정을 통해 변형적 내면화과정을 다루었다.

다양한 가족사별 유형에 따라 심리치료와 상담에 관한 연구를 가족과 집단 상

담에 활용하였다(김주심, 2013; 최광현, 2009; 두현정, 2008; 박광민, 2005; 김용분, 2005; 이미라, 2005). 최광현(2009)은 부모의 죽음은 인간이 경험할 수 있는 최고의 트라우마라고 하였으며, 아동·청소년기에 경험할 수 있는 가장 큰 트라우마라고 하였다. 이것은 자녀의 삶에 정서적·심리적·환경적 영향을 많이 미친다고 하였다. 두현정(2008)은 사별가족의 슬픔의 적응과정을 이해하고 이를 간호 중재에 활용하였다. 김용분(2005)은 자살이라는 충격적인 사별을 경험한 가족들의 상처를 이해하고 그들의 경험을 파악, 분석하여 적절한 애도 과정을 연구하였다. 박광민(2005)은 한쪽 부모의 죽음 이후 어른들은 변화된 환경을 헤쳐 나가기도 벅차 아이들에게 신경을 쓰지 못할 때 죽음의 충격을 겪은 아이는 다양한 두려움이 생겨나고, 다른 부모도 죽을지 모른다는 것과 자신도 죽을지 모른다는 두려움에서 무력감까지 여러 가지 감정을 가질 수도 있다고 하였다.

가족사별의 애도에 관한 미술치료 사례연구는 최근 꾸준히 증가하고 있는 추세이다. 주로 집단의 역동을 통해 개인의 변화를 이끌어내는 집단치료가 주를 이루지만 최근에는 개인의 내적 심리변화의 과정을 담은 질적연구들이 활발히 보고되고 있다(박소은, 2015; 설정희, 2015; 오정윤, 2013; 노희양, 2012; 정성금, 2010; 오연주, 2008; 김경원 2003). 박소은(2015)은 부모사별로 발달과정에 있는 아동의 부정적인 감정을 승화하고 성숙한 성장을 할 수 있도록 돕기 위해 미술치료를 접목하였다. 설정희(2015)는 가족사별을 경험한 중년여성의 애도과정에서 정서적, 인지적, 신체적 세 측면에서 감정을 인식하고 표출하며 미해결 문제를 해소하는 역할을 통합예술치료를 통해 성장해 나갈 수 있도록 하였다. 장성금(2010)은 가족사별을 한 두 여성의 상실감 극복을 돕기 위해 어떻게 하면 사별가족들이 비탄에서 벗어나 변화된 삶으로 잘 적응할 수 있을 지, 그렇게 되기 위한 걸림돌은 무엇인지, 지연된 애도를 어떻게 미술치료를 통해 내면의 아픔을 치유하고 성장하도록 담아내었는지 연구하였다. 오연주(2008)는 지연된 애도과정의 치유를 위해 만다라 그리기를 적용하였다.

이러한 가족미술치료를 통한 애도로 내면의 아픔을 치유하고 가족원의 정서안정을 이루어 더 긍정적이고, 더 성숙한 삶을 살 수 있도록 도울 수 있다고 하였다. 박초희(2015)는 정서적 안정성은 성인의 성격에서 중요하게 대두되며, 대인관계, 리더쉽, 개인의 동기수준을 증가시킨다고 하였다. 오상희(2010)는 아동이 각자의 능력을 최대한으로 발휘하면서 생활하기 위해선 정서적 안정감이 최우선이라고 하였다.

애도와 사별, 정서안정에 대한 다양한 이론적 이해와 집단·개인상담, 미술매체를 이용한 미술치료는 연구되어 왔으나 가족사별이 가족전체에 미치는 어려움을

연구한 가족미술치료의 논문은 아직까지 찾아보기 힘들었다. 예고되지 않는 갑작스런 가족사별 후 가족들은 제대로 애도과정을 거치기 힘들었고, 지연되고 비정상적인 애도반응들 속에서 힘겨운 삶을 살아내고 있었다. 사례 1 가족의 어머니는 비정상적인 애도가 분노와 공격성으로 자녀에게 향하여 자녀들을 힘들게 하였고, 사례 2 가족은 두려움과 무기력이 자기 안으로 숨어 자기에게로 공격성이 향하게 되었다.

본 연구자는 이처럼 복합적이고 지연된 애도로 병리적 현상을 보이는 가족의 접근 방식을 선행논문들과 약간 다르게 접근하였다. 가족사별이 전체의 공동의 외상이기도 하지만 개인에 미치는 영향이 다르다. 1차적으로 가족미술치료를 통해 가족의 공동의 아픔을 인식하고 애도하여 그 속에서 개인적으로 좀 더 힘든 가족원을 2명씩 개별미술치료 접근을 통해 좀 더 충분히 애도를 할 수 있게 하였다. 이후 다시 가족미술치료를 통해 다시 가족이라는 공동의 울타리 안에서 애도하고, 그 과정 속에서 양육자와 자녀들의 정서적 안정에 미치는 효과를 검증하였다.

제 3 장 사례연구

제 1 절 연구대상

1. 사례 1 가족

(1) 개인력 및 생육사

가족의 개인력과 특성을 살펴보면 다음과 같다. 먼저 큰 딸(15세, F)은 중 2로 어머니와 중 1여동생과 함께 거주하고 있다. 부모는 10살 때 이혼하여 동생 2명과 아동보호시설에 맡겨졌었다. 시설 거주 중 막내 남동생이 사망하였다. 이후 부모가 같이 살다가 다시 이혼하여 아버지와 함께 경기도 D시에 거주, 2012년 12월에 어머니가 있는 G시로 다시 내려와서 현재까지 살고 있다. H지역아동센터의 연계로 사회 서비스를 통해 2013년 4월부터 2014년 3월까지 1년 동안 심리정서치료를 진행 하였고, 2015년 3월 사회서비스로 심리치료 진행 중에 있다. 또래관계는 동성친구보다는 이성친구가 많은 편이었고, 남자친구가 자주 바뀌는 편이다. 아버지와 함께 살 때 방임과 학대가 있어 아버지에 대한 분노와 미움이 높은 편이다. 학교 선생님과, 지역아동센터 선생님들이 자신을 믿지 못하는 것에 서운함과 분노감을 유

아적으로 표출하곤 한다. 대인관계에서 인정받고 싶은 애정욕구가 높은 편이다. 중 1 때는 6개월간 성적을 조작하여 반에서 1등이라고 어머니를 속이기도 하였다.

작은 딸(중 1, 14세/F)은 어머니의 말에 의하면 유산을 몇 번하고 계획임신이었다고 하였다. 자랄 때는 부모와 친척들의 사랑을 많이 받고 자랐다고 하였다. 현재는 어머니와 갈등, 언니와도 갈등 관계에 있다. 학교에서는 친한 친구가 별로 없고, 주로 지역아동센터 친구들과 어울리지만 금방 토라지고 다시 만나고를 반복해 또래관계에 어려움이 있어 보인다며 어머니가 걱정을 많이 한다. 편식이 심한 편으로 음식을 잘 먹지 않고, 많이 마른 편이다. 어머니를 따라 다니며 이야기를 하는 편이라고 한다.

어머니는 38세로 H공단에서 생산직에 종사하고 있다. 감정기복이 심하고 우울성향이 있어 큰 딸에 미치는 영향이 크며, 둘째 딸을 자신과 닮았다며 더 많이 예뻐한다고 했다. 집안청소에 신경을 많이 쓰고 있다. 2015년 7월초 공황장애로 회사를 그만두고 쉬고 있다. 작업환경이 밀폐된 환경으로 답답하고 어지러웠다고 했었다. 처음에는 정신과 약을 먹다가 의사가 먹지 않으면 좋겠다고 해서 먹지 않고 직장을 쉬고 있었다. 아이들의 양육방식 때문에 스트레스를 많이 받고 있다.

(2) 의뢰사유 및 주 호소문제

처음에 미술심리치료를 의뢰했던 사유는 공격성과 분노감이 높아 지역아동센터 내의 아동들과 자주 부딪히는 또래관계의 어려움, 동성보단 이성친구에 호기심과 관심이 유독 많아 지역아동센터 내 남학생들과 신체적 접촉을 많이 하여 실제 행동문제를 유발할 것에 걱정이 되어 의뢰되었다. 개별미술치료 과정 중 초기 대상관계의 부재로 충분한 발달단계를 거치지 못해 친밀한 또래관계가 어렵고, 가정 내에서는 사춘기로 엄마와의 갈등관계가 지속되었다. 소통의 부재가 외현화된 행동문제로 나타나게 되었음을 알게 되었다. 큰 딸의 내면에는 어머니의 유기불안의 공포가 높았고, 우울이 공격성으로 표출됨을 인지하게 되었다. 또한 어머니의 감정변화에 딸이 영향을 많이 받고 있음을 알게 되었다. 모녀의 감정변화의 근원은 막내 동생의 갑작스런 사망이라는 점과 부모의 이혼, 양육자의 변동 등의 과정에서 어머니와 딸 모두 충분한 애도과정이 부재했었다. 따라서 1차적으로 가족의 공통 외상인 부모의 이혼과정과 막내 동생 사망에 대한 충분한 애도과정에 대한 집중 가족미술치료로 가족의 공통의 외상에 대한 애도과정을 거쳤다. 가족치료로 어느 정도 가족원의 서로에 대한 이해와 가족이 정서적 안정에 기여하였지만 어머니와 큰 딸의 개별적 외상에 대한 애도과정이 필요함을 인식하게 되었다.

2. 사례 2 가족

(1) 개인력 및 생육사

사례 2 가족은 G시 S중학교 3학년에 재학 중인 남학생 가족으로 현재 누나 2명과 동거 중이다. 부는 시골 건설현장에서 일을 하는 일용노동자로 가끔 집에 들른다. 큰 누나는 23세, 작은 누나는 21세로 생산직 노동자로 사회생활을 하고 있다.

막내 아들은 태어난 후 100일 무렵 부모의 사업 실패로 큰고모에 의해 양육되었으며, 7세에 6개월 정도 부모와 동거하였다. 이때 어머니는 친정언니와 돈 문제로 다투다가 농약음독에 의한 자살로 다시 큰고모에 의해 양육되었다. 어머니의 자살 당시 많은 빛을 남기고 가 남아 있는 가족들에게 경제적 어려움을 주었다. 아버지는 어머니의 자살에 의한 충격과 빛 속에서 헤어날 수 없어 자포자기로 알코올에 의존해 생활을 하였다. 주변의 도움으로 기초수급에 의해 생활을 하였고, 전업주부였던 고모가 아파트 청소 일을 하면서 내담자 가족을 양육하였다.

막내 아들은 초등학교에 들어가면서 말 수가 없고, 눈 맞춤이 잘되지 않았으며 매사에 의욕이 없었고, 무기력한 상태로 학습의욕도 없었다. 친한 또래관계가 잘되지 않았고, 많은 시간을 컴퓨터 게임에 매달리게 되었다. 초 4때부터 모래놀이, 미술치료 등 약 6년여에 걸쳐 지역사회서비스와 후원자들에 의해 심리치료를 진행해왔고, 생활비와 학비 지원을 받게 되었다.

큰 딸은 고교 졸업 후 C시에서 직장생활을 하다가 작년 12월에 집으로 내려와 동생들과 같이 살고 있으며, 2교대 근무를 하고 있다. 어머니의 사망이후 1년 후부터 매사에 부정적인 사고와 무기력증, 청결문제, 자신의 머리털을 뽑는 신체확대 행동, 자살관련 생각을 해왔다고 한다. 작은 딸은 활발하던 성격이 어머니의 사망 이후 말이 없어지고, 내성적인 성격으로 변하였다. 급기야 갑상성항진증으로 외모적인 변형이 일어나 대인관계에 회피적 반응을 많이 보여 왔다. 회사생활이나 타인들에게 목소리가 들리지 않을 정도로 작았으며, 회사에 다녀온 이후 거의 잠만 자고 하루 일과를 보내고 있다. 지금도 머리를 뽑는 행동을 하고 있다.

막내 아들은 중 3이 되면서 앞으로의 자신의 진로와 성적에 대한 고민을 하게 되었고, 자신의 정체성을 둘러싼 의문을 가지게 되어 주변 사람들에게 그동안 금기시되어 왔던 어머니에 대한 언급을 하게 되었다. 이에 타지에서 생활하고 있는 아버지를 제외한 자녀와 고모가 함께 가족치료를 통해 가족 간의 소통과 어머니의 자살로 인한 충분하기 못한 애도를 통해 감정을 떠나보내고, 정서안정을 높이기 위해 가족치료를 의뢰하게 되었다.

(2) 의뢰사유 및 주 호소문제

사례 2 가족의 막내 아들이 미술치료에 의뢰했던 사유는 중 1 때 봄쯤 심한 무기력증과 우울로 일상생활이 힘든 상태였다. 항상 졸리는 듯 눈은 반쯤 감긴 상태로 고개를 꼭 숙이고 힘이 거의 없는 상태였으며, 묻는 말에 대답도 아주 느리고 천천히 대답하였고, 눈 맞춤이 거의 되지 않는 등 상호작용이 아예 되지 않았다. 외모적으로도 잘 씻지 않아 머리가 떡져 있었고, 몸에서 냄새가 많이 났고, 옷을 뒤집어 입고 다니기도 했다. 치료시간도 잘 잊어서 보호자나 지역아동센터 선생님들의 세세한 챙김이 필요했다. 학습에도 거의 관심이 없었고, 게임에만 몰두하였다. 몇 개월이 지난 후 점점 미술작업에 대한 흥미와 집중도가 높아가고, 작품의 내용에 자신의 마음을 표현하였다. 작품의 내용이 기괴하고 잔혹, 살벌했다. 자신이 주로 하는 게임의 장면에서 착안해 온 내용으로 맘속의 엄청난 공격성을 표출하였다.

지역아동센터 내에서도 점점 표정이 밝아지고 목소리가 높아졌으며, 급기야 다른 친구들과 장난이 너무 심해 면학 분위기를 헤치거나 초등학교 동생들을 못살게 굴어 문제 상황을 많이 만들었다. 아무런 감정 표현이 안되던 아이가 자신의 감정을 어떤 식으로든 표현한다는데 의미가 있었지만 유아적인 발상과 돌출행동으로 끊임 없이 센터 내 선생님들과 부딪히는 상황이 되었다. 중3이 되면서 외모가 한결 깨끗해지고, 의젓한 행동으로 자신의 정체성과 진로에 대한 고민을 하게 되었다.

그동안 맘속에만 담아두던 가족에 대한 문제였던 어머니에 대한 이야기를 스스로 궁금해 하게 되었다. 자신은 태어나서 어머니가 돌아가실 때까지 채 1년도 되지 않게 어머니 품에서 자랐지만 어머니의 죽음에 대해, 자신의 어머니가 어떤 분인지에 대해 궁금했고, 입 밖으로 꺼내기 시작했다. 갑작스런 어머니의 죽음과 남겨진 여러 문제들은 내담자와 형제들에게 충분한 애도과정은 물론이고 어머니에 대해 언급하는 것 자체를 꺼리게 하는 분위기였다.

누나 2명도 막내 아들처럼 잠이 아주 많았으며, 심한 우울과 무기력증에 시달렸고, 청결에 대한 문제가 될 정도로 일상생활을 스스로 해나기가 어려운 상태였다. 주 양육자인 고모에 의하면 어머니의 죽음 이후 애들의 성격이 변했다고 했다. 누나들도 마찬가지로 갑작스런 어머니의 죽음에 대해 애도과정 없이 갑자기 변한 주변 환경의 영향과 친척 어른들의 어머니에 대한 부정적인 감정이 투사되면서 자신의 어머니에 대한 이야기를 꺼낼 수가 없었다. 아버지 또한 알코올중독에 빠져 있어 자녀들을 돌볼 여력이 없었다.

그동안은 사례 2 가족들이 자신의 어려움에 다른 가족들을 돌아볼 여력이 없었다. 아버지도 일정한 일자리를 찾아 떠나고, 누나들도 안정된 직장생활을 하게 되

었으며, 막내아들도 서서히 자기 정체성에 관심을 표현하기 시작하였다. 이에 먼저 가족들의 단절된 감정적 교류를 이어주어 소통할 수 있게 하고, 무의식 깊이 들어 있는 어머니에 대한 애도를 하고자 가족미술치료를 실시하게 되었다. 가족원 각각의 어머니의 죽음으로 인한 심리적 외상의 정도가 다르기도 하고 이제까지 심리치료를 한 번도 받아본 적 없고, 나이가 들었다고 방임되었던 두 딸들의 어머니에 대한 개별적 애도가 필요함을 느껴 개별 미술치료를 실시하게 되었다.

제 2 절 연구방법

1. 연구과정

사례 1 연구에서는 외상경험을 한 가족의 애도과정을 통해 어머니와 자녀의 개별적 성장을 도울 수 있도록 일차적으로 대상관계적 가족치료이론과 가족미술치료의 통합적 접근을 하였다. 2015년 7월 27일 ~ 29일 집중 가족미술치료를 통해 6년 전 가족 공동의 외상인 막내동생의 죽음과 오랫동안 충분하지 못한 애도로부터 오는 상실와 우울감을 확인할 수 있었다. 살아남은 자들의 서로에 대한 위로를 각 애도와 각 가족의 상처를 어루만지며 서로의 가족의 동질성을 회복하는데 많은 도움이 되었다. 더불어 공통된 가족원의 외상이외에 내면의 더 깊은 곳에 미해결된 엄마와 자녀들의 외상이 있음을 확인할 수 있었다. 2차적으로 각 개인의 외상을 다루기 위해 어머니와 큰 딸은 각 5회기씩 개별 미술치료 접근을 하였고, 다시 3차로 어머니와 자녀 2명이 함께 가족미술치료를 통해 가족의 정서적 안정과 적절한 분리의 필요성을 지각할 수 있었다.

사례 2의 연구는 2016년 3월 18일 ~ 27일까지 대리 양육자인 큰고모와 3자녀는 집중 가족미술치료를 통해 어머니의 자살이후 10여년이 다 되어가지만 어머니의 자살이후 자녀들의 무기력과 상실, 우울감을 확인할 수 있었다. 어머니의 죽음은 남겨진 가족과 큰고모에게 분노와 미움으로 인해 서로를 보살필 여유를 갖지 못했고, 가족 간의 마음을 달고 살아오게 되었다. 이번 가족치료로 가족 서로의 상처를 보듬고 이해하는 과정이었으며, 상호 소통을 할 수 있는 계기가 되었다. 2차적으로 공통의 심리적 외상인 어머니에 대한 애도과정은 각 개별미술치료를 통해 진행하였다. 세 자녀 중 6년여의 심리치료를 받아온 내담자를 제외하고 큰 딸과 작은 딸은 5회에 걸친 애도과정을 통해 어머니에 대한 그리운 감정과 힘들었던 시절을 충분히 애도하는 계기가 되었다. 다시 3차로 대리 양육자인 큰고모와 세 자녀가 모여

함께 가족미술치료를 통해 서로의 마음을 이해하는 폭이 커지고, 서로에게 지지·격려하는 긍정적인 자리가 되었다.

2. 연구도구

(1) 집단체계 그림검사(GSDT:Group System Drawing Test)

집단이론에서는 집단을 하나의 체계로 본다. 서로 상호작용하며 전체를 이루는 모든 요인과 부분들의 총합으로서 정의되며 체계 내에서는 의사소통이 각 부분들과 요인을 서로 연결시켜준다. 체계이론에 근거한 집단체계 그림검사에서는 집단 내에서 구성원간의 상호작용과 전체로서의 집단특성, 개인행동에 영향을 미치는 집단의 힘, 집단균형, 관계, 집단의 발달적 변화와 주기를 평가할 수 있다. 최초의 집단으로서 가족집단 또한 체계그림검사를 통해 가족관계의 분화, 삼각관계, 부모화, 결혼생활의 분열과 왜곡, 가성상호성, 이중구속 등 가족기능과 체계를 진단할 수 있다. 체계이론에 근거한 집단체계그림검사는 개인의 역동이나 행동보다는 관계에 초점을 두고 있기 때문에 구성원간의 상호작용을 이해할 수 있게 한다. 검사과정에서는 제공되는 미술과제는 검사자와 구성원에게 치료적 탐색을 위한 도구로서 제공되는 것 외에도 구성원과의 관계개선과 상호작용 능력의 향상, 구성원간의 이해, 자존감 향상, 사회성 향상 등의 효과를 기대할 수 있어서 진단과 치료적 경험을 동시에 가능하게 한다는 점이 특징이다(옥금자, 2007).

GSDT의 실시방법은 비언어적 집단과제와 언어적 집단과제를 사용하게 된다.

- 1) 전지, 2절지 한 장을 집단이 선택하도록 한 후 각자 다른 색의 크레용(작업이 끝날 때까지 한색만 사용)을 사용하여 그림을 그리도록 한다. 이때 언어와 비언어 모두 제한된다. 작품이 마무리되면 언어사용의 규제는 해제되며 서로 의논하여 제목을 붙이도록 한다.
- 2) 집단 구성원 전체가 한 장의 종이에 첫 단계와 같은 방법으로 집단작업을 한 후 언어를 사용하여 제목을 붙이도록 한다.
- 3) 언어를 사용하여 집단구성원 전체가 한 장의 종이에 집단작업을 한 후 제목을 붙인다.

(2) 동적가족화(KFD)

동적가족화(Kinetic Family Drawing : KFD)는 가족화에 움직임을 추가한 투사 기법으로 Burns와 Kaufman(1970)에 의해 발전되었다. 따라서 가족화에 비해 가족의 역동성을 파악하기에 더욱 용이하고 가족 구성원에 대한 무의식적 감정이나 태도 또한 나타내게 된다.

준비물은 A4용지, HB나 4B 연필, 지우개 등으로 매우 간단하며 시간은 대체로 30~40분 이내로 소요된다. 연필을 사용하는 이유는 색채에 부여되는 심상과 감정을 배제시키기 위함이다. KFD 를 실사함에 있어 피검자 자신을 포함해서 가족 모두에 대해 무언가를 하고 있는 그림을 그리되, 만화 또는 막대 같은 그림을 그려서는 안됨을 알려준다. 만약 피검자가 그림에 대해 세부적인 지시를 원한다면 검사자는 '그건 완전히 본인의 자유'임을 알려주도록 하며 비지시적이고 수용적인 태도를 취해야 한다. 피검자가 그림을 그림에 있어 힘들어하면 그림 솜씨를 보는 것이 아니기 때문에 그럴 수 있는 데까지 그리면 된다고 허용적인 모습을 보인다.

그림을 모두 그린 후 사후 질문을 통해 더욱 풍부하게 한다. 그림 속에서 인물상을 그린 순서, 각각의 인물상이 누구이며 연령은 얼마인지, 무엇을 하고 있는지, 가족 중 생략된 사람이 있는지, 가족 외 첨가된 사람이 있는지 등이 있다. 이것은 그림이 뜻하는 것을 더욱 상세히 하기 위해 확인하는 절차이고 정확한 자료를 얻기 위한 것이다(설경희, 2015). KFD 검사에서 볼 수 있는 것은 정서적으로 불안한지, 잘 적응하고 있는지, 가족 내 자기인식에 대한 정보를 제공해준다.

이론적 맥락은 정신분석, 장이론, 지각의 선택성 등의 이론을 기초로 하여, 가족 내에서 그 사람의 자아개념과 관련된 측면 그리고 대인관계 영역에서의 그림의 감정을 표출하도록 이끌게 된다. 가족 미술치료적 측면에서 볼 때 KFD는 의식적, 무의식적 투사기법으로서 진단하고 치료하는데 가치가 있다(옥금자, 2007).

(3) 인적성검사(PIA : P / Personality Inspection, I / Intelligence Quotient Inspection, A / A course Aptitude Inspection)

인간이 행복해지기 위해서는 모든 조건에 인간이 적응해야 가능하듯이 무엇보다 먼저 부부관계, 부모와 자녀와의 관계, 형제관계, 친지와와의 관계, 인간과 자연과의 관계 등에서 이 모두가 상호간에 폭 넓게 수용되고 소외됨이 없이 적응하고 공존할 수 있을 때 인간은 행복해질 수 있다.

인적성검사는 개인의 자아성숙도 (인성발달 상태, 지적능력, 진로적성/직무능력)

를 심리적, 과학적으로 파악, 분석하여 부족부분에 대해서는 보충 지도하고 잠재능력은 개발 시킴으로써 성숙한 자아와 사회성을 가진 유능한 인재를 만들기 위한 검사 프로그램이다. 주건영이 1989년 유아와 아동을 대상으로 임상실험을 거친 후 개발한 표준화된 도구(교육과학기술부 제 262호)로 인성의 특성을 재인식하고 폭넓게 수용함으로써 “창조적인 방향으로 적응할 수 있는 인성은 어떤 인성”이며, 이와 반대인 “창조적인 방향으로 적응하지 못하는 인성”의 장애요인을 분석함으로써 불행을 예방하고자 하는 목적으로 개발하였다. 검사는 1부 인성검사, 2부 지능검사, 3부 적성검사로 이루어졌다. 여기에서는 1부 인성검사 중 정서안정과 감정상태에 관련된 부분만 비교해본다.

3. 자료수집과 분석

(1) 자료의 수집

본 연구의 자료는 심층면담, 미술작품, 음성녹음, 현장 노트를 통해 수집하였다. 본 연구는 가족사별을 경험한 가족의 애도과정을 가족미술치료 경험을 통해 경험하고 연구자가 그 과정을 함께 겪어 나가는 도구로써 참여자의 내면의 과정을 이해하고 경험하게 된다. 참여 가족의 심리적 안정성을 느낄 수 있도록 최대한 편안한 환경을 조성하고 충분한 설명과 이해를 구하였다. 프로그램 회기는 참여자가 집중할 수 있는 편안한 날짜와 시간 등의 일정을 조율했다. 우리 연구소의 내담자들로 보호자들의 예비면담을 통해 다시 한번 연구자와 신뢰감을 형성하고 친밀감을 높이기 위해 노력하였다. 연구의 목적과 절차, 프로그램의 필요성의 설명이 이루어졌고, 프로그램의 안정성, 익명성을 설명한 후 작품 활용 동의서 1부를 작성했다. 내담자의 동의 후 면담은 녹음과 미술 활동 중심으로 이루어졌다.

(2) 자료의 분석

질적 연구에서 자료의 분석은 연구문제의 해답을 수집한 연구 자료 안에서 분석하고 찾는 과정이다(이혜성, 2014). 본 연구에서 자료의 분석은 심층면담과 회기별 프로그램 경험과 면담 내용을 기록하여, 분석하고 해석하는 과정을 가졌다. 기록된 자료를 반복해서 읽으며 개념화, 범주화를 진행하고 의미를 부여하며 주제를 찾는 과정이었다. 면접내용을 노트에 쓰며 관찰 기록하여, 연구자의 생각이나 고려 점을 정리하였고, 심층면담 및 프로그램의 회기별 녹음으로 기록하여 원자료 본문으로

사용하였다. 녹음은 연구자가 놓칠 수 있는 어휘, 억양, 목소리와 미술활동의 몸짓 등을 상세히 분석하기에 유용하였다.

본 연구에서는 가족사별을 경험한 가족의 애도와 정서적 안정을 연구하기 위해 다음과 같은 질적 분석을 진행하였다.

첫째, 심층면담을 통해서 가족 내 역동과 소통의 방식 등을 기술, 분석하였다.

둘째, 가족사별을 경험한 가족의 애도와 정서적 안정을 살펴보기 위해 회기 내 작품과 언어 및 비언어적 반응을 기술, 분석하여 제시하였다.

셋째, 현장노트의 기록을 기술, 분석하였다.

4. 연구의 윤리적 고려

본 연구는 참여한 가족의 윤리적인 측면을 고려하였다. 사별 경험을 이야기하는 것은 참여자의 개인적 감정이나 자신만의 이야기가 노출되고 연구자는 그것에 대한 안전성을 보장하기 위한 고려는 다음과 같다.

첫째, 각 가족과 참여대상자들에게 연구의 개요와 절차에 관해 충분한 정보를 제공하려고 하였다. 둘째, 참여자에게 연구의 목적과 프로그램의 내용을 설명하고 녹음과 작품 활용에 대한 동의를 받고 참여 동의서를 작성하였다. 다만 사례 1, 2 가족의 청소년들은 그들의 보호자인 어머니와 고모에 의해 동의서를 작성하였다. 셋째, 모든 자료에 익명성을 보장한다는 사실을 알리고, 학술적 연구의 목적 외에는 사용되지 않음을 알렸다. 학술적 사용에는 학회지, 연구논문, 워크샵에 자료로 사용될 수 있으며, 자료의 추후관리는 자료의 연구가 마칠 때까지는 연구자가 보관할 것이며, 연구를 마친 후에는 논문을 위한 최소한 자료 외에는 폐기할 예정임을 알렸다.

제 3 절 가족미술치료프로그램

1. 가족미술치료 프로그램

(1) 가족미술치료 I

현재의 나의 감정을 이해하고, 사례 1 가족의 사별한 막내 동생에 대한 추억.

사례 2가족의 엄마에 대한 기억을 되돌아보고, 애도하고 떠나보내며 심리적 외상을 극복하고자 하며, 가족 간의 정서적 공감대를 형성하여 불안감을 해소하고 안정적인 울타리를 형성하고자 한다.

<공통의 집단프로그램 과정>

단계	회기	주제	목표	주요활동 내용
준비	1	마음열기	- 신뢰감 형성 - 향후 계획 수립	- 사전검사(KFD, PIA) - 일정, 규칙정하기
	2	우리 가족	- 가족체계 진단 - 의사소통 구조 파악	- 비언어적 가족집단화 - 언어적 가족집단화
만남	3	소망의 양초	- 가족 울타리 제공 - 의사소통 구조 파악	- 양초에 소망 빌기 - 양초 그림 그리기
	4	지금 나의 감정	- 자기감정 이해	- 잡지 풀라쥬 - 자신 감정 찾기
애도	5	감정 그릇	- 자기욕구 이해 - 자기상 인식	- 자기 신체상 표현 - 오브제 풀라쥬
	6	나의 슬픔	- 자기감정 수용 - 가족의 감정 수용	- 가면 만들기 - 가면과 대면하기
	7	흔적과 떠나보냄	- 긍정적 자기 찾기 - 가족과 소통하기	- 상자 풀라쥬 - 가족에게 편지쓰기
이별	8	소중한 기억을 안고	- 희망찾기 - 긍정적 자기와 가족인식	- 소금 또는 다양한 오브제로 병 채우기, 꾸미기 - 미래의 소망편지쓰기

<표 1> 가족미술치료 프로그램 I

(2) 개별미술치료

1) 사례 1 가족

지난 2015년 7월말 2박 3일 동안 가족미술치료를 통해 나타난 가족 개인의 어려움은 개인 각자가 느끼는 외상이 삶속에서 다르게 나타남을 이해하는 과정이었다. 어머니는 자신의 원가족과 관련된 어려움으로부터 자신의 청소 강박증이 비롯되어졌다고 느꼈으며, 그 원인을 찾아보고 싶어 하였다. 큰 딸은 아주 예뻐했던 막내

동생을 지키지 못했다는 죄책감에 사로잡힌 채 살아왔고, 애도의 과정을 충분히 거치지 못했음을 인식하게 되었다.

따라서 지금 현재 가족의 삶속에 미치는 미해결과제의 치유와 변화를 이루고자 가족 개인의 이슈를 구체화하여 오래된 상실에 대한 애도의 과정을 거치기로 하였다.

상실의 개념은 박탈과 결핍으로 구분된다. 박탈은 사랑하는 대상 자체를 상실하거나 빼앗긴 상태이고, 결핍은 사랑의 대상이 존재하지만 보살핌이 부족하거나 사랑이 왜곡되게 전달된 상태를 의미한다고 한다. 사랑하는 사람을 박탈당하거나 사랑의 감정이 결핍된 양육은 심각한 마음의 문제를 낳는다. 특히 성장기의 상실을 경험하고 그 상실감이 보살펴지지 못하면 애도반응으로써 나타나는 왜곡된 정서가 성격의 일부로 굳어지게 된다.

심층면접을 통해 어머니는 원가족과 관계에서 초기 박탈의 외상이 컸다는 걸 알 수 있었고, 큰 딸은 부모의 이혼과 동생의 죽음에 대한 복잡한 애도과정의 필요성이 제기된다.

애도의 과정은 안정적인 환경에서 어린 시절의 상처를 내면으로부터 꺼내어 내안의 아이를 위로하고 뒤늦은 애도를 통해 삶을 치유하는 과정이다. 현재 삶에 미치는 요인을 인식해 앞으로 가족의 긍정적인 삶의 기반이 되도록 하는 것을 목적으로 한다. 따라서 개인적인 역동에 기반하여 개별치료의 프로그램을 진행하였다.

① 어머니 개별프로그램 과정

회기	주 제	목 표	주요활동 내용
1	최초의 기억	- 부모상 정립하기	- 천사토 또는 아이클레이 만들기
2	감정의 흔적	- 자기 삶 돌아보기 - 긍정적인 재경험	- 인생곡선 그리기 - 시기별 주요 사건 상징화
3	내면아이의 애도	- 자기인식 - 자기 감정 애도	- 잡지 풀라쥬 - 긍정적, 부정적 인식 찾기
4	상실을 너머	- 자기인식 및 수용	- 내면의 세계와 외면의 세계 표현하기
5	남기고 싶은 것	- 긍정적 자기상 정립	- 씨앗 키우기 - 도화지에 배경 그리기

<표 2> 개별미술치료 프로그램 I

② 큰 딸 개별프로그램 과정

회기	주 제	목 표	주요활동 내용
1	기억의 저편	- 막내 동생과 아버지에 대한 기억	- 천사토 또는 아이클레이로 만들기
2	심리적 외상	- 동생에 대한 죄책감 떠나 보내기	- 두꺼운 도화지를 끊어내고 고무 찰흙으로 상처 메우기
3	상실 그리고 애도	- 마음의 장례식 치루고 떠나 보내기	- 목각인형 꾸미기 - 상자 꾸미기
4	소중한 기억	- 긍정적 자기 수용	- 천사토에 색깔 입히기 - 이미지화 시키기
5	튼튼한 울타리	- 새로운 울타리 세우기	- 집만들기

<표 3> 개별미술치료 프로그램 II

2) 사례 2 가족

사례 2의 연구는 2016년 3월 18일 ~ 27일까지 집중 가족미술치료를 통해 어머니의 자살로 인한 자녀들의 무기력과 상실, 우울감을 확인할 수 있었다. 막내동생은 초기의 박탈로부터 심리·정서적 어려움을 보여 학교와 또래관계가 잘 이루어지지 않아 초등학교 4학년 때부터 지금까지 심리치료를 받게 되었다. 사춘기 시절에 엄마의 죽음을 경험한 2명의 딸들은 어렵고 힘든 중고교 시절을 보냈고, 지금도 일상 생활이나 사회생활에서 피해의식과 위축, 분노와 원망 등으로 무기력하고 우울하게 보내고 있다. 어머니에 대한 애착관계를 돌아보고 따뜻한 사랑과 추억 등 어머니에 대한 긍정적인 양육의 재경험을 가져본다. 어머니의 죽음에 대한 애도과정으로 상처 입고 힘든 시기를 보낸 자신의 감정을 보살피고, 어루만져주며 힘든 시기를 이겨내고 성장한 자신들을 지지·격려해줄 수 있다.

◎ 두 딸의 개별프로그램 과정

회기	주 제	목 표	주요활동 내용
1	최초의 기억	- 부모상 정립하기	- 천사토 또는 아이클레이

			만들기
2	감정의 흔적	- 자기 삶 돌아보기 - 긍정적인 재경험	- 인생곡선 그리기 - 시기별 주요 사건 상징화
3	상실 그리고 애도	- 마음의 장례식 치루고 떠나보내기	- 목각인형 꾸미기 - 상자 꾸미기
4	상실을 너머	- 자기인식 및 수용	- 내면의 세계와 외면의 세계 표현하기
5	남기고 싶은 것	- 긍정적 자기상 정립	- 씨앗 키우기 - 도화지에 배경 그리기

<표 4> 개별미술치료 프로그램 III

(3) 가족미술치료 II

각자 애도과정을 거친 가족의 공동의 작업을 통해 가족간의 든든한 울타리를 제공하고 정서안정을 이룰 수 있도록 가족미술치료를 진행하였다.

회기	주 제	목 표	주요활동 내용
1	내안의 정원	- 가족의 안전한 울타리 조성 - 가족의 응집성 형성	- 나무 화판에 황토 바르기 - 각종 오브제 플라쥬
2	우리가족	- 사후 가족체계 진단, 평가	- 비언어적, 언어적 가족 집단화 그리기
3	사후검사	- 사후 검사 - 마무리	- 사후검사(KSD, PIA) - 가족미술치료 참여 소감 나누기

<표 5> 가족미술치료 프로그램 II

제 4 절 가족미술치료 진행과정

1. 사례 1 가족의 가족미술치료 진행과정

(1) 가족미술치료 I

1) 준비(1-2회기)

가족치료를 시작하는 날로 시작 시간보다 일찍 와서 기다렸다. 어머니는 공황장애로 2주 정도 집안에서만 있다 보니 답답했다고 했다. 아이들은 여름방학을 한 지 얼마 되지 않아 기분이 좋다고 했다. 특히 작은 딸은 엄마 옆에 밀착되어 엄마가 집에 있으니 학교 갔다 올 때 기분이 좋다고 했다. 엄마가 집에 있는 이후로 지역 아동센터에도 가지 않고 엄마 옆에서 논다고 하였다. 큰 딸은 엄마와 동생과는 무관하게 치료실에 있는 다른 치료사들과 이야기 하고 있었다. 엄마는 더운 날씨에 작은 딸이 옆에 밀착되어 있어도 귀찮아하지 않고 웃으며 대화를 받아주고 있었다.

- 1회기 : 사전검사(KFD, PIA)

가족미술치료를 시작하기 전 가족미술치료에서 진행될 프로그램을 소개하였다. 어머니는 이번 공황장애 진단으로 자신이 갑자기 이런 이유가 뭔지 궁금하다고 하였다. 태어나서 처음으로 밖에도 나가기 싫을 만큼 힘이 없는 경우는 처음이라고 했다. 의사 선생님도 자신이 이겨내야겠다는 의지가 중요하다며 약 처방도 적게 주었다고 하며, 자신의 의지로 이 상황을 이겨내고 싶다는 의중을 비쳤다. 아이들은 개별 심리치료의 경험이 있어서 사전검사와 미술작업에 대한 거부감이 없었으며, 가족이 함께 치료를 받는다는데 기대감을 내비추었다.

- 2회기 : 가족체계진단

가족체계진단의 비언어적 미술작업에서는 큰 딸이 가장 넓은 영역을 차지하였고, 어머니와 작은 딸은 서로 노랑색을 좋아하다며 동질감을 표현하며 가족 내 삼각관계를 형성하고 있다. 언어적 미술작업에서는 가족 간의 공통주제로 K-POP에 대해 표현하여 의사소통의 통로는 형성하고 있었다. 하지만 서로의 영역을 유지하면서 자신들이 생각하는 것을 표현하는데 그쳤다.

2) 만남(3-4회기)

- 3회기 : 소망의 양초

가족치료를 통해 서로와 나누고 싶은 것이 있는지 생각해보고 소망을 도화지에 표현해보기 하였다. 어머니는 사소한 것이라도 약속을 잘 지켰으면 한다고 약속이라는 글자를 썼다. 색의 조화가 너무 잘되어서 기분이 좋았다고 하였다. 두 딸이 사이좋게 손잡고 있는 모습이라고 했으며, 자신의 머릿속에는 언제나 딸들이 있다고 하였다. 서로 사랑하고 살았으면 해서 하트를 그렸다고 하였다. 약속을 강조할 때 사소한 것이라는 것에 무게를 두고 이야기를 하였다.



<그림 1> 소망의 양초

큰 딸은 사랑하면 빨강색이라며 주변 사람에게 나에게 잘해주는 사람에게 “사랑해”라고 하고 싶은 말을 썼다고 하였다. 아주 맘에 든다고 했다. 어머니는 “우리 큰 딸은 표현을 잘 한다. 내가 화가 날 때 쪽지나 편지를 잘 쓴다. 처음에는 서로 잘 못했었다. 내가 어렸을 때부터 표현을 잘 안해봐서 잘 못하는 데 딸이라 하다 보니 좋다.”며 평소 엄마와 동생과의 삼각관계 속에서 엄마에게 사랑을 받고자 노력하는 큰 딸의 모습을 볼 수 있었다. 또한 어머니의 어린 시절의 감정표현과 소통이 어려웠음을 짐작하게 하였다.

작은 딸은 사람 그리기가 힘들어 ‘엄마와 언니’ 글자로 썼고, 셋이서 밤하늘을 보며 이야기 하고 있다. “엄마가 자주 잘 살자.”라고 얘기 한다고 하였다. 어머니와 큰 딸은 “니 답다~”며 웃었다.

분위기가 화기애애해지자 작은 딸은 어머니가 사복이 아닌 교복을 입으라고 하는 것에 대한 평소의 불만을 이야기 했다. 딸들은 어머니에게 옷과 머리는 우리 맘대로 하게 해줬으면 좋겠다고 조심스럽게 이야기 하였다. 그러자 어머니는 학생은 학교의 룰을 따라야 한다고 생각해서 사복은 안된다고 생각한다며 단호하게 이야기 하였다. 또 어머니는 딸들에게 청소에 대한 스트레스를 표현하였다. 엄마는 청소건 예의건 어렸을 때부터 습관이 되어야 한다는 생각에 그러는 거라고 이야기 하였다. 이어서 딸들이 공부를 소홀히 하는 것에 대한 불만을 이야기하였고, 딸들은 계속해서 듣고만 있었다. 부모가 되니까 부모의 맘을 알 수 있었다고 자신의 부모에게 받지 못했던 관심과 사랑을 대리 투사 하였다. 치료사가 다른 학교에 비해 S중학교는 혁신학교라 두발이나 교복에 대해 좀 자유로운 편이니 아이들 의견을 존중해주면 어찌겠냐고 하자 원칙을 잘 지키면 생각해보겠다고 하였다.

전체 작업에 대한 느낌 나누기에서는 큰 딸은 1년 만에 그림을 그렸는데 오늘은 괜찮았고, 하고 싶은 이야기를 한 것 같다고 했다. 작은 딸은 그림을 잘 못그렸는

데 맘에는 들지만 마지막 분위기는 좀 그래서 아쉽다고 하였다. 어머니는 애들이 집에서 얘기하는 것이랑 다르고, 이렇게 불평불만을 얘기했으면 싸웠을 텐데 서로의 입장을 어느 정도 얘기가 된 것 같다, 이렇게 애들이랑 하는 게 좋다고 하면서 아이들의 입장을 들어보려고 노력하였다.

주제를 통해선 가족원들이 서로에 대한 감정을 표현하였지만 가족치료를 통해 얻고자 하는 기대치가 다름을 확인하였다. 딸들은 가족이라는 울타리 내에서 엄마와 자유로운 소통을 원하였지만 어머니는 자신의 어린 시절의 투사를 통해 필요에 따라 딸들과 삼각관계를 만들며 가족원을 힘들게 하는 역기능적 가족의 패턴을 보여주었다.

- 4회기 : 나의 감정

어제 감정의 대립 후 정작 중간의 위치에 있었던 큰 딸은 아주 피곤한 기색으로 치료실에 왔다. 잠을 못잤느냐고 했더니 너무 피곤해서 8시간 반을 잤다고 하였다. 다른 가족들은 별로 피곤해 하진 않았다. 어제의 약간 불편한 분위기와는 다르게 언제 그랬냐는 듯이 작은 딸은 엄마와 밀착되어 나타났다.

지금 자신의 감정에 어울리는 색을 골라 색에 대한 느낌을 나누는 것으로 시작하였다. 잡지에서 자신의 감정을 나타내는 이미지를 찾아 붙여보도록 하였다.

어머니는 지금 감정에 어울리는 색으로 초록을 골랐다. 등산을 좋아하는 편은 아니지만 나무가 많고 공기가 좋은 곳에 애들이랑 가면 눈이 좋아지는 느낌이 든다. 잡지의 그림을 보며 딸들이 좋아하는 것을 보며 딸들이 좋아하는 거라고 이야기 하며 이미지를 찾았다. 보름 동안 아무것도 안하고 공황장애로 잠만 잤다. 원래는 쉬면서 애들에게 맛있는 것도 해주고 어디 놀러도 다니려고 했었다. 그동안 내가 딸들을 많이 의지하고 있다는 생각이 들었다. 처음에는 큰 딸을 많이 의지했고, 좀 서운하게 하면 많이 싸웠다. 내 의지하는 사람이 내 맘과 다르게 나가니까 화만 났다. 요즘 생각해보니 큰 딸의 어깨가 무거웠을 것이라는 생각이 들었다. 아직 큰 애는 자식이고 어리니까 맘을 바꿔먹었다. 또 큰 딸도 나한테 많이 맞춰주었다. 우리 이쁜 딸들에게 맛있는 만찬을 만들어주고 싶어 제목을 <만찬>으로 지었고, 자유로움과 편안함이 있었으면 좋겠다고 하였다. 어머니는 언제나 자신보다는 아이들을 위해 생각하고 노력하려는 편인 것 같다. 모든 부모가 그렇듯이 아이들을 위해

자신의 힘든 상황을 극복하려고 한다. 하지만 아이들이 자신의 뜻대로 되지 않을 때는 비일관적이고 미성숙한 태도로 오히려 불안을 조성하고 있다.

큰 딸은 두가지 색을 골라도 되는 지 묻고 검정과 하늘을 골랐다. 이 색을 고른 이유는 너무 피곤해선지 지금 눈에 띈다. 관련된 이미지를 찾아보라고 하자 다른 가족들이 작업하는 것을 멍하니 지켜보았다. 늦게 시작하였으나 제일 먼저 작업을 끝냈다. 침대와 소파를 오려 붙였고, <딱 자기 좋은 날>이라고 제목을 붙였고 맘에 든다고 하였다. 너무 많이 돌아다녀서 그런 것 같다고 방어적으로 대답하였다. 어머니는 작품이 무기력 해보인다, 동생은 집안 분위기도 좋고, 소파도 탐난다고 하였다. 어머니가 자신을 의지했을 때 힘들었고, 동생의 잔소리도 견디는 게 힘들었다고 하였다. 하지만 엄마 생각해서 대부분 참고, 한 번씩 폭발했다고 하였다. 어머니와 동생과의 관계에서 가족의 희생양을 자처하며 가족관계 유지를 위해 노력하고 있는 자신의 우울한 모습을 표현했다.

작은 딸은 보라와 노랑을 골랐는데 보라는 문제집을 공부하는 두려움을 나타내고, 노랑은 문제집을 잘 풀어야지 하는 생각으로 골랐다고 하였다. 수학이 고민이 된다고 하였다. 자신이 말한 것처럼 수학에 대한 자신감 없고 우울한 모습을 보라로, 긍정적으로 순진하게 잘하고 싶은 마음을 노랑으로 표현하였다. “엄마가 회사를 안가고 놀 때면 학교 갔다 와서 반겨줬으면 좋겠다. 나는 먹는 것만 붙이고 싶다, 그 중에서도 고기만 붙이고 싶다, 단어도 붙여야지...”라며 계속 이야기 하며 작업을 하였다. 평소에 부정적인 말을 많이 하는 편이어서 긍정적인 말을 붙였다. 내가 좋아하는 음식은 삼겹살이고, 의지하는 사람은 학교 친구들이고 집에선 언니라고 하였다. 언니는 내 비밀을 다 지켜준다. 또 화풀이 대상도 언니다. 다른 사람을 미워하는 마음이 없었으면 좋겠다. 나는 예쁘게 꾸미는 것을 좋아하는 편이라며 화장품을 많이 붙이기도 하였다. 작은 딸은 어머니에 대한 애정욕구와 인정받고 싶은 욕구를 나타내며, 언니에 유아적 사고방식을 보여주고 있다. 어렸을 때부터 힘든 상황에서도 항상 함께 하며 자신을 돌봐주었던 언니에게 의지의 대상이며 화풀이 대상으로 양가감정을 표현하였다.

회기에서 어머니는 자녀양육의 어려움으로 인한 공황장애로 힘들었지만 딸들을 위해 다시 일어서는 강한 의지를 보이는 등 자녀에 대한 양가감정을 보여주었다. 큰 딸은 어머니와 동생 사이에서 의지의 대상이자 화풀이 대상으로 자신의 의지와

는 상관없이 가족의 희생양을 역할을 해오게 된 듯 해왔다. 따라서 가족치료를 시작하면서 무력감과 우울을 불러온 듯하다.

2) 애도

- 5회기 : 감정그릇

자신의 감정을 이해하고 이런 자신의 감정을 담고 있는 신체에 대해 표현해봄으로써 진정한 자기욕구를 드러내고자 작업을 하게 되었다.



<그림 2> 감정 그릇

어머니는 도화지를 이어 붙일 때는 작은 딸 것을 대신 붙여주었고, 신체 본은 큰 딸에게 떠주라고 하였다. 본을 뜰 때 엄마는 노랑색을 좋아해서 골랐고, 심장이 쿵쿵 뛰었다고 하였다. 꾸미는 작업을 할 때 작업의 속도가 느렸고, 작업보다는 말을 많이 하였다. 자신이 청소를 많이 하는 이유는 어렸을 때 할머니 밑에 자랐는데 할머니가 지저분한 것을 못 봐 그 영향이 큰 것 같다고 하였다. 학교 갔다올 때 신발의 문은 흙을 털기 위해 저수지에 들러 깨끗이 신발을 깨끗이 닦고 집으로 들어가곤 했던 기억이 난다고 하였다. 청소에 몰두하는 자신을 고치고 싶다고 하였다. 딸들에 비해 자신의 작품이 더 안좋다고 계속 자신감이 없는 모습을 보였다. 작품 속에 수줍음을 나타낸 것 같다고 하였다. 어렸을 때는 꽃 같은 걸 좋아했는데 자신의 의지와는 상관없이 블랙과 화이트 옷을 많이 입었다. 주로 남들한테 얻어 입었다고 하였다.

큰 딸은 작품에서 신발과 무릎보호대가 웃기고, 로맨스를 꿈꾸고 있는 것 같다고 하였다. 작은 딸은 겨털이 보이는 것 같아 웃긴다고 하였다. 요 근래는 6년 전 옛날로 돌아갔음 좋았을 걸 한다. 남편과 이혼하고 양육권 결정을 할 때 판단을 어리석게 해서 애들을 고생을 시켰다. 그 땐 나만 빠져나오자 생각했고, 애들의 소중함을 몰랐었다. 큰 딸은 어머니의 말에 “지금이 더 좋은 환경이야”(아빠가 경제적으로 더 부유함) 라고 하였다. 작은 딸은 “데려와 줘서 고맙고, 엄마 말 잘 들을게”라

고 하였다. 엄마는 “그동안 아이들이 아빠한테 다시 가고 싶다고 할까봐 무서웠다. 지금은 너무 좋아요” 라며 울먹였다.

노랑으로 신체를 본 뜨다보니 신체의 경계가 거의 보이지 않았다. 자기 신체와 자기상에 대한 낮은 자신감을 보여주는 듯하였다. 머리와 몸을 이어주는 목이 없고 머리가 몸에 비해 크게 표현되어 생각은 많지만 행동화되지 않는 자신의 모습을 표현한 것 같다. 몸을 꾸미다보니 어렸을 때 자신의 어려웠던 생활 형편과 양육의 과정으로 퇴행이 된 듯한 모습을 보여주고 있다. 작업과정에서 보여주었던 자신의 어린시절이야기가 퇴행으로 이끌었고, 자신이 입고 싶었던 꽃 달린 예쁜 옷을 표현하였다. 무릎보호대와 하이힐의 표현은 여러 가지 오브제를 붙여 절제되지 않는 과도한 욕구가 조화롭지 못함을 보여주었고, 일관성이 결여된 사고방식도 엿보이는 듯 했다.



<그림 3> 미래의 내 모습

큰 딸은 어두운 색을 좋아해서 골랐고, 동생이 신체 본을 떠주었을 때는 그냥 그랬다고 하였다. 작업을 시작하며 어머니가 동생은 챙겨 주었는데 자신은 챙겨주지 않은 것이 약간 서운함이 깃들어 있는 듯 했다. 시작하자마자 작업에 집중하였고, 몸을 꾸미는데 많은 시간을 할애하였다. 꽃과 보석 재료를 많이 사용하였고, 시간이 허락하지 않아 작업을 중단 할 정도였다. 시간이 부족해 완성을 하지 못해 아쉬운데 의학의 힘을 빌려 얼굴을 고치고 싶다고 하였다. <미래의 내 모습>으로 귀농해서 남편과 아이들, 엄마와 같이 살고 싶다고 하였다. 작품은 아주 맘에 들고, 나와 닮은 점은 없다. 그림이 아주 여성스럽다고 하였다. 어머니는 화려해서 좋고, 꽃밭에 있는 것 같다고 하였다. 동생은 섬세해서 괜찮고 맘에 든다고 하였다.

작업에 열중하느라 어머니에 대한 서운함을 금세 사라지고, 화려한 꽃과 보석으로 치장하는 자신의 모습 속에서 여성스럽고, 타인에게 주목받으며, 사랑받고 싶은 자신의 욕구를 표현하였다. 또한 자신의 옆에 강아지를 그려 넣어 귀여움과 사랑을 받고 싶음 마음을 표현하였다. 큰 딸의 작업의 중심은 머리카락이나 얼굴보다 신체 꾸미기에 열중하였다. 실제로도 화장이나 꾸미기

(학교에 체육복만 입고 다님)에 별로 관심이 없고, 몸매에 관심이 많은 편이다. 사고보단 행동화가 빠른 편이다.

작은 딸은 큰 딸이 신체 본을 떠주었는데 선명하게 내 모습이 남아서 쑥스러웠다고 하였다. 작품에 집중하였고, 매체 사용을 다양하게 시도하였다. 맘에 안든 부분은 없다. 제목은 <유명인사>로 지었다. 언니는 “눈과 입이 너무 웃기다. 의학의 힘을 빌려야 할 듯, 치마 길이가 짧은데 잘했다.”고 칭찬해주었다. 어머니는 “드레스 입은 모습이네... 치마를 좋아해 교복 입는 걸 좋아한다, 여성스럽다. 나도 너희가 교복 입는 걸 좋아한다.”고 하면서 딸들을 여성스럽고 예쁘게 키우고 싶은 마음의 표현과 자신이 생각하는 교복을 입는 당위성을 강조하였다.

작은 딸은 노랑 드레스가 주는 의존성과 유약함을 많이 보여주었고, 큰 입은 구강기적 욕구와 말이 많은 자신을 표현한 것 같다.



<그림 4> 유명인사

가족 모두 매체를 탐색하고 꾸미는 작업 자체를 즐겼다. 자신들의 결핍된 각자의 욕구를 만족시키는데 집중하였다.

- 6회기 : 나의 슬픔

가족들은 점심을 먹고 기분 좋게 들어왔다. 아이들은 평소에 먹고 싶었던 새로 생긴 김밥 집에서 점심 식사를 하여 음식 맛을 평가하는데 열을 올렸고, 김밥 값이 왜 이리 비싸냐며 엄마는 죽는 시늉을 하였다. 자신도 조미료를 쓰지 않고 요리를 하려고 노력한다며 아이들에게 신경을 많이 쓰고 있는 자신의 이야기를 하였다.

이번 회기에서는 가족원들에게 가면을 2개씩 나눠주고 음악을 들려주었다. 지난 회기까지는 내 자신의 감정과 욕구가 어떻게 표현되는가 보았다면 이번 시간에는 좀 더 깊은 곳에 있는 우리가족의 공통의 외상을 떠올려보고 가면의 한쪽에는 그것에 대해 다른 쪽에는 그것을 느끼는 나에 대해 표현해보고자 하였다.

어머니는 우리 어렸을 때는 없어서 이런 것은 처음 써본다며 미술 매체 탐색에 관심이 많았다. 감탄을 하며 이것저것을 써보았다. “나는 옛날의 나를 떠나보내고



<그림 5> 보내는 마음

통찰보다는 현재의 자신의 욕구에 치우치는 경향이 높은 듯하다. 큰 딸은 “과거는 떠나보냈음 좋겠어요.”라고 하였는데 자신에게 하고 싶은 이야기였는지 모르겠다.

싶다... 하나는 과거의 나, 하나는 현재의 나 예요. 과거의 아픈 기억, 머릿속의 안좋은 기억을 모두 떠나보내고 싶다”고 하였다. 친구 같은 딸들이 옆에 있어줘서 고맙다고 하였다. 제목은 <보내는 마음>으로, 작은 딸은 엄마가 데려온 걸 후회 안해서 좋다, 현재 즐겁게 살자고 하였다. 작은 딸은 엄마의 마음속에 있는 어떠한 고통이나 갈등에 대한



<그림 6> 보고싶은 사람

큰 딸은 색모래로 작업하고 싶다며 전체에 본드를 바르고 열심히 색모래를 뿌리는데 열중하였다. “내가 이렇게 집중해서 작업하다니...”하면서 계속해서 모래 입히는 작업을 하였다. 떨어지면 또 붙이고 또 붙이고...나와 사랑이라고 하였다. 나는 사랑을 좋아했다. 사랑이는 봄에 태어났다. 지켜주지 못해서, 옆에 있어주지 못해 미안했다며 ping ping 눈물을 흘렸다. 어머니는 제가 사랑이 죽고 나서 큰 애를 많이 혼냈다고 하였다. 그 땐 정신이 없었다고 하며 같이 울었다. 작은 딸은 언니가 사랑을 많이 좋아해 힘들었을 것이라고 하며 남의 일처럼 자신은 사랑이에 대한 감정을 표현하지 않았다. 큰 딸은 사랑이는 하얀 천사가 되었을 것 같아 하얀 가면이고, 앞으로도 성장하는 자신은 초록의 무성한 잎으로 표현하였다고 하였다. 작품은 열심히 했고, 맘에 든다고 하였다. 제목은 <보고싶은 사람>으로 지었다. 그동안 가족 내에서 사랑이에 대한 공식적인 언급은 할 수 있는 분위기가 아니었다. 어머니는 부모의 이혼으로 아이들이 보육원에서 자라다가 죽은 것에 대한 죄책감으로 그 사건 자체를 언급하기를 두려워하였다. 큰 딸은 어찌됐건 보육원에서 직접 돌보고 있는 중에 아무 영문도 모른 채 동생이 죽었기 때문에 어머니의 질책처럼 충분히 돌보지 못한 자신의 잘못으로 동생이 죽었다는 죄책감으로부터 벗어날 수 없었다.

작은 딸은 아크릴물감을 찾아와 엄마와 같이 작업을 하였고, 여러 번 꼼꼼히 덧칠을 하였다. 하나는 마음이 힘들 때, 다른 하나는 평상시 기쁠 때이다. 마음이 힘



<그림 7> 변화

들 때는 엄마랑 싸울 때, 화해할 줄 모를 때이다. 어머니는 혹시 그늘질까봐 맘이 아프고, 평소에 많이 달래주는 편이라고 하였다. 기쁠 때는 가족끼리 놀러 갔을 때, 학교하고 집에 있을 때 좋다고 하였다. 아빠는 나를 예뻐하는데 언니와 차별이 눈에 띄게 보여 싫다고 하였다. 제목은 <변화>라고 지었다.

작은 딸은 타인에 대한 공감 능력보다는 오로지 자신의 욕구를 충족시키는 유아적인 태도를 견지하고 있다. 엄마가 자신에게 보여주는 신뢰로움이 동생을 잃은 슬픔보다 나에게 더 중요함을 보여주고 있다. 가면색깔이 전반적으로 어둡고 칙칙한 표현으로 이혼 전의 부모의 갈등관계 속에서 생의 초기를 보냈던 불안정한 가정생활과 모성결핍이 계속 채워도 채워지지 않는 애정욕구의 추구라는 무자비함을 표현한 듯하다.

각자의 작업에 집중하느라 말이 거의 없었다. 이번 작업을 통해서 가족원이 각자 상실에 대한 각자의 슬픔이 다름을 느꼈다. 어머니는 자신의 슬픔을 어머니 없이 자란 어린시절, 어머니와의 갈등으로 보낸 학창시절, 결혼과 이혼, 막내의 죽음 등 상처받은 자신의 해결되지 않은 관계 경험을 떠나보내고 싶어하는 듯했다. 큰 딸은 갑작스런 사랑이의 죽음과 엄마의 질책은 어린 나이에 감당하기가 어려웠으며, 죄책감 때문에 제대로 슬픔을 표현하지 못하였던 것 같다. 그동안 치료 과정에서 그 죄책감으로 상처 받은 자신을 퐁퐁 옥죄어왔었고, 회피의 방식으로 자신이 감정을 표현을 거부해왔었다. 이번 기회로 편안하게 사랑이에 대한 감정을 표현하기 시작하였다. 작은 딸은 타인에 대한 관심의 능력이 떨어지며, 모든 관심사가 자신에게 향하 있다. 양육자인 어머니의 말 한마디에 의해 영향을 많이 받고 있음을 보여주는 것 같다.

- 7회기 : 흔적과 떠나보냄

원하는 색의 상자를 골라 꾸민 후 편지쓰기를 하였다. 먼저 지난 회기에 작업하였던 가면 속의 대상들에게 하고 싶은 말을 쓰기로 하였다. 자신을 아프고 슬프게 하는 것이 누구에게는 자신의 과거이고, 누구에게는 사랑하는 형제의 죽음이었고, 누구에게는 힘든 내 마음이었다. 각각 상처에 대한 애도의 대상이 다르지만 그 대상의 흔적을 가족이라는 안전한 울타리 안에서 떠나보낼 수 있게 하였다.



<그림 8> 흔적과 떠나보냄

엄마는 분홍 상자를 골랐고, 벌 두 마리를 나란히 붙였다. 이쁜 딸들을 나타낸다고 하였다.

과거의 나 : “왜 나만 이러지 하고 항상 원망했었지..미운...(울먹울먹)미운 기억도 또 다른 나이고 잘 견뎌와서 고맙고 내 힘든 나 잘 가렴~”

현재의 나 : “잘했어. 앞으로도 잘 할 수 있어. 넌 혼자가 아니야, 너의 아름다운 딸,

너무나도 그립고 미안하고, 사랑하는 가족이 있으니까 혼자가 아니야. 되도록 아이들에게 상처주지 말고 현실을 외면하지 말고 웃으면서 즐겁게 인생을 살아줘~” 라며 자신에게 위로와 당부를 하며 힘든 과거의 흔적을 떠나보냈다. 치료사가 엄마고생 많으셨고 용감하게 살아오셨다, 앞으로 좋은 일만 있기를 바란다고 하자 고맙다고 하였다.

큰 딸은 노랑색 상자를 골랐고, 강아지와 고양이를 붙여 귀엽고 사랑스런 자신을 표현하였다. 사랑이에게 : “지켜주지 못해서 미안하고 좋은 곳 갔을 거라고 믿고, 아직 내 맘속에서 있으니까... 안잊어 먹을 테니까... 좋은 곳에서 즐겁게 보내고 있어. 나중에 나랑 다시 만나서 예전처럼 날이 좋은 날 나랑 뛰어다니면서 즐겁게 놀자. 그니까 거기서 행복하게 지내고 있어, 나중에 봐~.”

나에게 : “그 때는 내가 어렵고 그랬던 거고, 사랑이도 좋은 곳 가서 쉬고 있으니까... 나중에 볼 때 잘 놀아주고 보살펴줄테니까... 좋은 곳에 있을거라 믿고 잊어버리지 않고, 좋은 기억만 간직해서 좋게 살자.”라며 감정이 북받쳐 울랐고, 많이 울었다. 가슴 한편에 그리움과 죄책감을 견디며 살아온 자신에 대한 슬픔의 표현이었다. 애도는 실컷 울어서 맘속에서 떠나보내줘야 되는데 그동안은 실컷 울지도 못하고 그리워하지도 못하며 누구에게 표현하지 못한 슬픔 속에 갇혀 살아왔다.

어머니는 큰 딸은 편지를 들고 나서 “내가 큰 딸이었으면 못했을 것이다. 큰 딸은 항상 남을 위해 노력한다. 자기보다 나를 더 위로해준다. 그래서 많이 내가 많이 의지했다. 그리고 큰 딸은 항상 웃는 얼굴이다. 그래서 외할머니가 예뻐한다. 큰 딸아 많이 웃어~.”라며 대견함과 고마움을 표현하였다.

작은 딸은 진홍색 상자를 골랐고, 엄마를 따라가는 병아리와 강아지를 표현하며 엄마에 대한 애착을 표현하였다. 나의 과거는 “가끔은 이유없이 짜증이 나고 금방 풀어지는 일이 많았던 것 같아. 나도 맘고생이 심했지만 우리 가족도 맘고생이 심하니까 서로 위로하며 다시는 맘고생이 심했던 것처럼 하지 말고 서로 노력하자.” 현재의 나는 “너도 힘들거나 슬펐던 기억을 변화시켜 좋은 기억으로 바꿔봐. 그럼 너의 마음도 한결같이 나아질거야. 그동안 좋은 맘보다 좋지 않는 마음이 더 많아서 미안해. 그동안 맘고생 많았어.”라고 자신을 위로하는 편지를 썼다. 어머니는 우리 작은 딸 다켰다며 대견해 하였다. 치료사가 힘든 일이 있을 땐 맘에 담아만 두지 말고 엄마와 언니와 얘기를 많이 했으면 좋겠다고 하자 고개를 끄덕였다.

<가족에게 쓰고 싶은 편지>

가족에게 쓰고 싶은 편지를 통해 서로에게 힘이 되어주고 지지·격려하며 가족의 정서적 안정을 되찾게 하고, 더 성장해 나갈 수 있도록 하였다.

- 어머니에게

큰 딸은 “이렇게 같이 하니까 좀 더 열심히 하게 돼서 좋다. 내일까지 작업하면 끝나겠다. 우리 내일까지 열심히 작업하고 싸우지 말고 행복하게 살자. 힘든 일은 없고, 좋은 일만 있도록 다른 사람보다 행복하고 멋지게 살자. 사랑해~” 라고 읽었다. 어머니는 처음에는 큰 딸에게 불만이었다. 열심히 안하는 것 같아서, 이 기회에 가족이 화합하기를 바랬는데 서운했다. 그런데 문득 내가 딸의 ‘안좋은 면만 보고 있구나’라는 생각이 들었다. 적극적으로 했으면 하는 바람이고, 옛날에는 지지분하다고 못하고 못하게 했었는데 직접해보니까 그게 아니어서 좋다. 옛날로 돌아간 것 같다

작은 딸은 “엄마는 내 꼬라지도 받아주고 불평불만도 받아줘 고마워. 하~하~하~ 갑자기 찾아온 나의 사춘기에 많이 힘들었지. 그래도 힘든 내색않고 항상 장난치고 이해해줘 고마워.” 라고 어머니에 대한 고마움을 표시하였다. 어머니는 작은 딸이 잘 웃었으면 좋겠다고 하였다. 얼굴이 시무룩할 때가 많아 표정관리를 잘했으면 좋겠다고 하였다. 표정을 밝게 하고 언니에게 따뜻한 말을 했으면 좋겠다고 하였다. 하지만 사실 애들이 이 정도로 커주는 것에 감사하다고 하였다. 항상 웃으라고 덧붙였다.

- 작은 딸에게

언니는 “자주 싸우지도 말고 서로 기대면서 서로 위로하면서 사는 자매가 되자. 우리 솔직히 너무 싸우는 것 같다. ㅋㅋ 싸우지 말고 열심히 공부하면서 사이좋게 지내자. 사랑하는 언니” 라고 읽었다. 작은 딸은 “부끄럽기는 하지만 언니가 이렇게 해주니까 좋아요.”라고

하였다.

엄마는 “웃는 모습이 이쁜 작은 딸! 엄마가 항상 힘이 나게 도와줘서 고마워. 가끔은 엄마를 힘들게도 하지만 그래도 엄마는 참 좋아. 엄마가 아프게 해서 정말 미안해. 서로가 아프게 하기도 하지만 고맙고 미안하고 사랑해. 서로 되도록 미안하다는 말은 안하도록 노력할게. 언니하고 행복하게 살자 -엄마- ” 라고 읽고 “행복하게 살자”고 하였다.

- 큰 딸에게

작은 딸은 “언니가 마음이 힘들지만 그래도 밝고 쿨 해서 하늘색은 골랐어. 내가 잘못해서 언니가 혼나고 가족들에게 기대지도 못하고 기대게만 해줘서 고마워. 미안하고 고맙고 노력할게. 잘 지내자~” 라고 하자 언니는 “말이나 잘 들어”하였다. 동생 “잘 들을께”라며 화답하여 모두 웃으며 화기애애하였다.

엄마는 “사랑하는 나의 큰 딸! 너에게 언제나 힘이 되어주고 싶고 사랑해. 엄마가 그릇이 작아서 큰 딸을 때로 아프거나 슬프게도 외롭게도 해서 정말 미안해. 앞으로 예쁜 모습, 맘으로 엄마가 다가갈게. 엄마의 딸이 되어줘서 너무 고마워. 사랑하고 미안하고 고맙고 사랑해. -엄마- ” 그동안 큰 딸은 모르는 것이 없어 많이 의지했다. 동생만 예뻐한다고 생각하는 게 그렇지 않고, 똑같이 사랑한다고 하였다.

어머니는 너무 좋았다. 집에서는 쑥스러웠는데 이런 기회에 하고 싶은 말을 하니 좋다. 큰 딸은 사랑이에 대한 그리움을 많이 표현하였고, 여기서 많은 도움이 됐다고 하였다. 작은 딸은 이렇게 편지를 쓰니 좋았고, 싸우지 않고 잘 지내고 싶다고 소망을 밝히기도 하였다. 가족들이 맘속에만 담아두었던 말을 밖으로 꺼내 표현하는 계기가 되었다. 가족 한명 한명에 사랑의 마음이 넘쳐났고, 서로에 대한 소중함으로 정서적 안정감을 주었다.

3) 이별

- 8회기 : 소중한 기억을 안고

어제는 피곤해서 모두 방에 가자마자 쓰러져서 일찍 잤다고 하였다. 오전에 목포에서 외할머니댁에 외숙모가 와서 점심 먹고 와도 되는지 전화가 왔었다. 점심 먹고 오후 3시에 보기로 하였다.

자신이 현재에 처한 어려움을 극복하고 미래의 희망을 담아낼 수 있게 파스텔로 색소금을 만들어 희망을 표현하였다. 자신의 미래의 소망이 현재에서 미래로 이어서 나아가길 바라는 의미로 리본으로 길게 이어주며 병을 꾸미게 하였다. 또한



<그림 9> 소중한 기억을 안고

가족이라는 안전한 울타리 안에서 이 소망을 이룰 수 있도록 동그란 접시 위에 놓았다.

어머니는 작은 딸이 엄마와 비슷하게 색조합을 만들자 역시 “니는 내 껌딱지~”라고 하며 좋아하였다. 파스텔로 색소금을 만드는 것을 재밌고 신기하다고 하였다. 안어울리는 색깔도 조합도 잘 되는 것 같다. 사실 낮가림을 많이 하고 적응하기 어려운 성격이라며 나도 어디가서 이렇게 조합이 잘 되었으면 좋겠다고 하였다.

제일 밝고 환하게 알록달록 병을 꾸몄다고 하자 좋아하였다. 미래의 소망은 <웃으며 건강하게 미안함 없이 살았으면 좋겠다, 과거를 회상하되 후회하지 않도록 노력하자>라고 하였다. 미안하다는 말을 달고 살 만큼 자신의 과거에 대한 많은 후회를 하고 있었고, 똑같은 실수를 반복하지 않으려고 강박적인 모습을 보이고 있는 것 같았다.

큰 딸은 무지개를 생각해서 만들어서 제일 예뻐 것이라고 생각했다고 했다. 예전에는 한번 해봤고, 거꾸로 해서 망했는데 오늘은 밝은 색을 위로해서 잘 된 것 같다고 하였다. 어머니가 요즘은 무지개를 보기 힘들다, 어릴 때 보고 안봤다고 무지개에 대한 추억을 이야기하였다. 큰 딸은 무지개의 색깔로 과거의 차갑고 힘들었던 기억을 행복했던 기억으로 바꾸고 싶은 마음을 표현한 듯싶다. 미래의 소망을 5가지 썼다고 하였다. 10년 후에 보고 싶다. <다치지 않는다(얼마 전에 팔을 다녀 압박붕대 감고 다녔음), 공부를 잘한다, 즐거운 나날을 보낸다, 싸우지 않는다, 귀농하여 서방과 3형제랑 잘 산다> 마지막의 소망을 읽자 모두 웃음바다가 되었다. 평화롭고 안정적인 곳에서 부부와 3형제랑 살고 싶다고 자주 표현하는데 부모의 이혼에 대한 상처와 동생이 죽지 않고 살아있었으면 하는 희망을 표현하기도 한 것 같다.

작은 딸은 못만들까봐 걱정했는데 색깔이 비슷한 듯해도 예쁘다고 엄마가 칭찬해줘서 좋았다고 하였다. 새로운 것에 대한 시도와 도전에서 불안감을 어머니의 안정적인 안내가 중요함을 느끼게 하였다. 언니는 여름이라 시원한 바다가 연상된다고 하였다. 미래의 소망은 <나중에 커서도 친구처럼 연락하고 지내기, 가족들과 돈

거래 앓기, 모두가 평범하게 살기>로 냉철함이 돋보였다. 돈거래 앓기에서 모두 웃었는데 어머니가 오빠에게 데어서 돈거래는 절대 하지 않는다고 하였다. 어머니와 완전 밀착되어 행동과 생각 모두를 따라하는 미분화된 자아를 가진 미성숙한 모습을 많이 볼 수 있는 것 같다.

어제와는 다르게 한결 화기에애한 분위기였으며, 집중해서 작업을 하였다. 각자의 병을 모아 접시위에 두고 어머니는 든든한 울타리가 되어주었으면 하는 치료사의 소망에 어머니는 든든한 에어백과 울타리가 되어주겠다고 다짐하였다.

(2) 개별미술치료

이 가족은 가족치료이후 각자의 지연된 애도과정을 거친 후 어느 정도는 가족의 소통과 정서안정에 효과를 보였다. 하지만 가족 중 어머니는 자신의 불우했던 어린 시절로부터 청소 강박에 시달리게 되어 현재의 가족관계에도 어려움을 주는 주요 요인으로 깨닫게 되었다. 이에 어머니는 좀 더 깊게 그 원인을 찾아보고자 하여 개별 미술치료를 진행하게 되었다. 또한 큰 딸은 6년이나 지난 후에도 여전히 죄책감에 시달리며 살아왔던 막내 동생의 죽음에 대한 개별적 애도과정을 더 거쳐 보기로 하였다.

가족치료 후 외삼촌 식구들과 제주도 여행을 다녀왔고, 경기도 D시에 살고 있는 아버지와도 만나고 내려오게 되었다. 그 과정에서 어머니는 자신의 상처 받은 과거와 마주하게 되어 또 다시 깊게 숨어버리게 되었다. 치료사와 약속한 날짜에 연락이 되지 않았고, 8월 중순쯤 연락이 되어 만나게 되었다. 그동안 새로운 직장에 비정규직으로 취업을 하게 되어서 19일부터 출근을 하기로 하였다. 3교대 근무라 아이들과 있을 수 있는 시간이 많을 것 같아 선택했다고 하였다. 하지만 또다시 공황장애가 찾아올까 두려워하였고, 새로운 직장에 적응이 잘 될까 불안감에 개별 치료를 다시 받기로 마음을 먹었다고 하였다. 어머니와 한차례 만나 현재 자신이 느끼는 두려움과 불안에 대해 이야기 하며 가족치료를 할 때는 좋았으나 예전으로 금방 돌아가버리는 자신에게 문제가 있다며 치료를 개별치료의 스케줄을 잡았다.

1) 어머니의 미술치료

- 1회기 : 최초의 기억

부모에 대한 최초의 기억은 자신의 부모상을 되돌아 볼 현재의 자기상과 연결시켜볼 수 있다. 또한 이 기억을 통해 현재 자신의 가족과 주변체계에 미치는 영향과 자신의 어려움의 배경을 이해할 수 있게 돕는다.

어머니에 대한 최초의 기억은 4~5살 때로 경남 통영의 친할머니 집에서 살고 있었을 때이다. 어느 날 저녁 때쯤 이쁜 아줌마가 왔다. 빵과 우유를 사줬는데 정말 예뻐다. 그 때 엄마가 와서 오빠만 데리고 가자 나도 데리고 가라고 했으나 그냥 가버려 너무 속상했다. 초등학교 1학년 때 오빠가 한번 씩 와서 뒤를 밟아 쫓아 가기도 하였다. 엄마는 몇 번이나 이사를 가버렸다. 엄마는 우리 집과 1시간 거리인 같은 통영에서 살고 있었다. 오빠가 나를 데리고 오자고 했어도 데려가지 않았다. 6살 때부터 구박도 많이 받고 고생도 많이 했다. 어렸을 때 남의 집에 쫓겨 3일을 울어 그 집에서 다시 돌려보낸 적이 있다. 엄마는 살면서 그때나 지금이나 오빠밖에 모른다. 초등학교 3학년 때 좀 같이 살다 4학년 2학기 때 광주로 이사왔다. 다시 외갓집에 살다가 고 2 때 엄마랑 잠깐 살게 되었다. 엄마랑은 조금씩 살았다. 균형제 때 길을 잃어버렸던 기억도 떠오른다. 우리 엄마는 독한 사람이다. 무서웠고, 한번도 이쁘다고 하지 않았다

아빠는 배 선장이었으나 돈을 못벌었다. 그래도 아빠는 밋지 않았다. 아빠가 몸이 안좋았던 것 같다. 항상 누워있었던 것이 떠오른다. 아빠는 온순한 편이었으며, 담배는 피웠으나 술은 마시지 않았다. 엄마가 욕도 많이 했었고, 주위에 여자도 많았다. 원래 내 이름은 ○○이었는데 아빠랑 연결되기 싫어 개명을 했다.

부모에 대한 최초의 기억이 부정적인 기억으로 자리잡고 있다. 가족이라는 든든한 울타리의 제공이 아니라 방임과 유기로 과정으로 엄마와 애착의 어려움과 초기의 건강한 대상관계가 형성되지 못하였던 것 같다.

- 2회기 : 감정의 흔적

현재 자신에서부터 출생까지의 기억을 돌아보고 긍정적인 감정과 부정적인 감정을 선을 따라 표현해보고, 연상되는 이미지와 사건을 다양한 매체를 이용해 상징적으로 표현해본다. 내재화된 감정을 탐색해보고 위로하며 자기인식의 과정으로 활용해본다.



<그림 10> 파도 물살

옛날이야기를 하면 감정이 주체할 수 없다고 하였다. 아주 어렸을 때는 기억나지 않아 어쨌는지 모르겠고, 처음에 내려갔던 부분은 엄마가 오빠만 데려갔을 때이다. 엄마랑 살면 좋을 지 알았는데 고 2때 너무 갈등이 심해 집을 나간 적이 있었다. 내 인생에서 가장 좋은 부분은 취업할 때이고, 제일 좋았다. 월급도 타고 돈도 벌어서 쓸 수 있고. 내리막부분은 큰 애를 가졌을 때와 아빠가 돌아가셨을 때이다. 아빠는 그래도 나에게 잘해주셨다. 우리 아빠는 얼굴이 하얗고 잘 생기셨다. 항상 아프지 않아도 누워 있었다. 눈이 큰 게 나랑 닮은 것 같다. 아름이 가졌을 때는 제주도에 거주하던 때이고, 그 때부터 이혼하려고 했었다. 남편은 의심이 많았다. 생활비로 뉘달을 많이 했고 남들 있을 때는 잘해주는 척하고, 집에 오면 함부로 해서 이중인격이었다. 나는 그렇지 않아서 남들이 보기에는 내가 못하는 줄 알았을 것이다. 힘들어서 친정에 올라왔는데 엄마가 남편편만 들고 나를 뭐라 해서 다시 내려갔다. 작은 애를 낳을 즈음 사업 다 말아먹었다. 애 낳고 한 달만에 서울로 올라갔었다. 고모네 집에 얹혀 살면서 집안 살림에, 부업에 고생을 많이 했다. 그러던 중 호프집을 하던 시누이 집에서 식구들이 모여 술을 마시게 되었다. 고모부가 손 한번 잡고 가자고 해서 평소 친하게 지내니까 손잡고 집에 왔다. 당시 시누이는 다른 남자와 바람을 피우고 있었고, 남편도 알고 있었다. 시누이는 시아버지가 최씨라는 사람에게 사기를 당한 적이 있었다고 했는데 내가 최씨고, 전라도 사람이라고 싫어했다. 김치도 담그라고 했고, 나를 때리기도 했다. 그날 저녁으로 짐을 싸서 새벽에 광주로 내려왔다. 나는 시댁 식구와 신랑이 너무 싫었다. 시누이 많은 집은 정말 싫다. 애들한테 내 욕을 많이 했다. 네 엄마는 남자 없음 못산다. 맨날 바람피운다 등등 하지만 전 남편이 이혼 후 2-3달 있다 바로 재혼을 했다. 누가 더 부도덕한 지 그 집안 식구는 쳐다보기도 싫었다. 그래서 이름도 바꾼 거고... 처음에 애들을 데려왔을 땐 정말 좋았다. 너무 보고 싶었고, 1년에 두 번씩 밖에 못 봐서 힘

들었다.

이혼을 하고 좀 나쁜 짓도 하고 살았었다. 친구와 게임도 하고 남자도 만나고... 애들이 보고 싶어서 만나러 갔는데 지저분하고 냄새가 났었고, 큰애는 비염, 작은애는 아토피에 걸려 고생을 하고 있었지만 방치 상태였다. 데리고 오자고 맘먹고, 애들을 데리고 와 너무 좋았다. 하지만 애들이 내 말을 안들을 때는 속상하기도 하였다. 생각해보면 내가 애들한테 너무 못했다. 부모 될 준비가 안되었는데 부모 역할을 하려고 했던 것 같다. 이번 프로그램을 통해 너무 많이 느꼈었다. 바꾸려고 노력은 하는데 잘 안된다. 나를 힘들고 고생했던 고비를 넘기고 애들이랑 행복하게 잘 살고 있고, 애들이 지금 이 사춘기만 넘기고 고등학교만 가도 좋을 것 같다.

제목은 <과도몰살>로 지었는데 지금의 세찬 파도를 넘어갈 수 있었으면 하는 바람이 들어있는 것 같다. 어머니는 속에 있는 말을 꺼낼 수 있어 좋았다고 하였다. 현재 자신의 가장 큰 어려움으로 자녀 양육을 주로 호소하였다. 잘 하고 싶은 욕구는 많으나 아이들의 욕구와는 상관없이 자신이 결핍된 부분을 채워주려고 하다 보니 주요 갈등의 요인이 된 듯싶었다. 또한 어렸을 때 자신이 부모로부터 건강한 초기대상관계의 경험이 없었고, 원가족에서 벗어나고 싶어 결혼을 빨리 선택했던 점, 부모 될 준비 없이 부모가 된 점도, 자신보다는 애들을 잘 키워야 한다는 투사과정이 자신을 힘들게 하는 거 같다고 느끼고 있는 듯하였다.

- 3회기 : 내면의 아이 애도

3교대 근무에 아직 적응하지 못해 항상 피곤하다고 하였다. 밤에 아이들만 있어 걱정도 되고 시간의 여유는 있는 것 같았으나 몸도 힘들고, 요즘 옛날이야기를 하니까 감정기복이 심한 것 같다고 하였다. 가끔은 절제를 못하고 너무 힘들다. 어젠 별일도 아닌데 작은 딸을 때렸다. 때리고 나서 후회하게 되어 '앞으로 손찌검 하면 사람도 아니다'고 약속했다. 그동안 나와 작은 애 사이에서 '우리 큰 애가 얼마나 힘들었을까?'라는 생각이 들었다. 옛날 성격이 나온 것은 오랜만이다. 애들 어렸을 때 우리 큰 애를 이유없이 많이 때렸다. 남편한테 무시 받는다고 생각해서 그런지 나도 딸을 힘들게 했다.

이번 회기에서는 건들어진 나의 무의식속의 상처받고 힘들어하는 내면의 아이에 대한 애도의 과정을 거쳐보기로 하였다. 나는 아직도 엄마를 만나면 좋은 마음으로 갔다가 다시는 만나고 싶지 않는 마음이 생긴다. 어린 시절 내가 그렇게 필요로 할 때 나를 버렸던 엄마에 대한 미움이 앞서는 것 같다고 하였다.



<그림 11> 나의 행복

나는 어렸을 때 장남감이 없었고, 헌옷만 물려 입었다. 그래서 이쁜 원피스를 입은 아이를 찾아 붙였다. 작은 딸이 나를 닮아 치마를 너무 좋아한다. 나는 초등학교 1학년 때 소풍 때도 치마를 입고 소풍을 갔다. 할머니가 주로 얻어 입혔다. 모기약에 데어서 부풀어 올라 상처가 심하게 있다. 누군가 관리해주는 사람이 있으면 좋았을 것인데 약이 없어서 상처가 생겼었다. 그래서 모기약을 찾아 붙였다. 또 생일을 한 번도 안챙겨봐서 케익을 찾아 붙여봤다. 결혼 후 남편이 백설기 떡을 해와 생일인 줄 알았었다.

다시 남자를 만난다면 욕하는 나를 받아주는 사람, 싸우더라도 나의 편이었으면 좋겠다. 4살 때 초등학교를 때린 적이 있었다. 그 집 식구가 쫓아왔을 때 아빠가 무작정 내편이 되어 주었었다. 나를 믿어주는 사람이었으면 좋겠다. 전 남편은 나를 많이 의심 했었다. 심지어 술 마시면서 둘째가 자기 자식이 아니라고까지 했다. 그러면서 제일 예뻐하는 이유는 모르겠다.

맛있는 음식을 많이 붙였는데 나는 음식 욕심이 진짜 많다. 외갓댁에서 살 때는 좀 덜 했다. 외할머니가 오빠가 있어도 해줄 건 다 해줬다. 직장생활 할 때 친할머니를 자주 찾아갔다. 친할머니가 “너무 미안하다, 예구 불쌍한 것... 독하게 했는데...”하면서 항상 미안하다고 했다. 할머니가 나를 그렇게 힘들게 했어도 미안하다고 사과도 하고, 그 시절엔 모두 못살아서 이해가 되기도 했다. 할머니가 돌아가셨을 때도 열일 제쳐두고 갔었고, 많이 울었었다. 할머니가 엄청 깔끔했다. 우리집 내력인가 싶기도 했다. 돌아가실 때도 깔끔하게 돌아가셨다. 작은 아버지도 니가 어렸을 때 고생이 많았는데 이렇게 찾아와주니 고맙다고 했다. 나는 누가 나에게 잘 해주면 언젠가 되갚는 편이다.

제목을 <나의 행복>이라고 지었다. “이거 다 가지면 행복하잖아요. 예쁜 옷에,

이거 바르면 안아프잖아요, 케익도...”

마음에 담아 두었던 어려운 이야기를 많이 하였다. 불행했던 기억을 좋은 추억으로 회상하며 현재의 어려움을 적극적으로 극복하고자 노력도 하려고 하고 있다고 하였다. 지금 감정조절이 잘 되지 않는 것은 그동안 쌓여왔던 결핍 때문인 것 같다. 이제 어른이 된 나는 내 잘못을 인식하고 행동으로 옮기는 것이 중요함을 깨달았다. 그 당시 할머니에 대한 서운한 감정이 있지만 그래도 부모대신 나를 길러주신 분에 대한 감사의 마음을 헤아리게 되었다. 어린 시절의 상처받은 작고 어린 상처받은 내면의 아이를 떠나보내야 한다는 것을 알 것 같다고 하였다.

- 4회기 : 상실을 너머

큰 딸이 여자 친구보다 남자 친구가 많음을 걱정하였다. 큰 애가 남자친구를 선호하는 점은 여자 애들의 섬세한 감정 때문에 잘 빠지고, 서로 뒷담하는 것을 잘 하지 않아서 여자 애들과 공감형성이 안되는 것 일 수도 있다고 하자 자신과 그 점은 비슷하다고 하였다. 자신도 남자친구들이랑 친했는데 결혼하고 보니 만날 수가 없어서 지금은 친구가 없다고 하였다. 우리 딸도 그런 과정을 되풀이 하지 않았으면 좋겠다고 하였다.

오랫만에 친구를 만난 이야기를 하였다. 지금 나는 애들이랑 헤어져 살아서 아이들의 중요성을 인식하고 있다. 나도 한 때 친구처럼 PC방 다니며 게임이나 계속 살았을 수도 있었는데 그러지 않은 것은 아이들의 때문인 것 같다. 우리 애들 생각해서 애들 때문에 나쁜 친구들과 어울리지 않고, 열심히 살게 되었다. 친구는 이해가 안간다. 집도 개판이고, 언니들이 도와줘서 메이커 입고 다닌다. 예전에는 친한 친구였지만 이제는 나와 생각이 다르고 사는 것도 달라 잘 연락하지 않는다.

이혼 후 서울에서 내려올 때 엄마랑 살기 싫어 2번이나 자살시도를 했었다. 모두 실패하자 아...나는 쉽게 죽는 사람이 아니구나...지금도 힘들면 죽고 싶으나 쉽게 안 죽는 스타일이라고 생각한다. 친구는 엄마가 자살하고 아버지도 얼마 있다 돌아가시고 언니도 사고로 죽었다.

지금은 힘들지만 돌아보면 아무것도 아니다. 큰 애에게도 그런 얘기를 한다. 작년에 엄마를 그렇게 힘들게 했지만 지금은 그렇지 않다. 치료사가 힘든 시기를 잘 버텨내서 그만큼 마음도 강해져서 지금의 어려운 상황을 견딜 수 있는 것 같다고 하자 그런 것 같다고 동의하였다. 우리 엄마는 나를 힘들게 하였지만 성실하게 열심히 일해서 우리를 길렀고, 나에게도 성실함과 부런함을 물려주셨다. 그것마저도 행복한 것 같다고 하였다.

며칠 전에 엄마의 생신이였다. 토요일에 밥 먹으러 가기 위해 회사에 출근해야 하니 엄마에게 오전에 서비스센터를 다녀오라고 부탁했다. 엄마는 돈이 아까워 다리도 아픈데 2시간 가까이 걸어서 서비스센터에 가셨는데 그만 문이 닫혔단다. 그 말을 듣고 어찌나 화가 나던지 전화로 싸웠다. 싸우고 나서 밥 먹을 시간을 정하자고 하자 밥을 안먹겠다고 했다. 그래도 밥은 먹자고 하니까 이모들한테 가겠다고 해서 화가 났다. 내 약속은 뭘지...우리 엄마는 듣고 싶은 것만 듣는다고 하였다. 결국 엄마와 식사는 하지 못했다. 치료사가 사실은 엄마가 아픈 다리를 끌고 2시간이나 걸어간 것이 화가 난 거냐고 묻자 그렇다고 하였다. 천원을 아끼기 위해 병원 치료 중인데 그러고 다니니 화가 났다고 하였다. 엄마가 아픈 것이 걱정이 되냐고 하자 그렇긴 하다고 하였고, 우리가 부모님에게 보호를 받을 나이가 아니라 우리가 부모님을 보호해야 때라고 하였더니 수긍했다.

자신의 친정엄마와 사소한 것에 부딪히게 되면 바로 과거로 퇴행이 되어버리고 있다. 자신을 수용하고 받아주지 않는 친정엄마에 대한 투사적 동일시로 무력감에 쉽게 무력감에 빠지게 되는 듯하며, 공격성을 표출하게 된다. 이처럼 불안정한 애착은 개인과 세상의 관계에서 감정, 인지, 행동요소들을 포함하는 내적 모델에 의해 결정됨을 보여준다. 공격성 또한 좌절과 상실에 대한 반응으로 나타내고 있다.

- 5회기 : 남기고 싶은 것



<그림 12> 꽃

작은 씨앗이 갖는 의미를 생각해보고, 싹을 틔우고, 어떻게 성장했으면 좋겠는지 상상하며 명상을 해보자고 하였다. 상상한 결과와 주변 환경을 도화지에 옮겨 그려보고 자신과 주변체계와의 관계를 살펴보자고 하였다.

작은 딸은 해바라기를 좋아한다. 이 씨앗이 복숭아씨인데 알레르기가 있는 게

생각이 난다. 몸이 안좋을 땐 있는 거만 봐도 두드러기가 난다. 심리적 요인이 있는 것 같다. 큰 딸은 안개꽃을 좋아한다. 나도 좋아하는데 그래서 꽃을 그려봤다. 우리 딸들이 모두가 좋아하는 꽃이 되어 기쁨을 주었으면 좋겠다.

아이들에 대해선 내가 별거 아닌데 너무 예민하게 받아들이는 거 같다는 생각이 든다. 큰 애가 마음이 안단혔으면 좋겠다. 요즘은 예전보다 많이 좋아졌다. 예전에는 말대꾸도 못했는데 지금은 말대꾸하고 짜증도 낸다. 예전에는 자기 맘속을 잘 안터냈는데 지금은 맘도 잘 터놓은 것 같다. 치료사가 자신의 감정을 표현하고 있다는 것이므로 잘 받아주면 좋겠다고 하자 노력해보겠다고 하였다. 어머니도 가족하고 개별치료 하니까 서로에 대해 좀 더 이해하는 폭이 넓어진 것 같다고 하였다.

제목은 <꽃>으로 지었고, 안다치고 이쁘게 잘 자랐으면 좋겠다고 하였다. 꽃들에게 하고 싶은 말은 “눈으로만 보세요~.”라고 하며 웃었다. 딸들에 대한 사랑과 애정의 마음이 깊지만 자신이 가지고 있는 일차적 애착에 대한 실패로 형성된 불안은 건강한 관계형성에 어려움을 느끼고 있는 것 같다. 이를 어머니 자신이 통찰하는데만 머무르지 말고, 관계의 긍정적인 경험이 자신의 성장과 발전에 결정적인 요인임을 깨달았음 하는 바램이다.

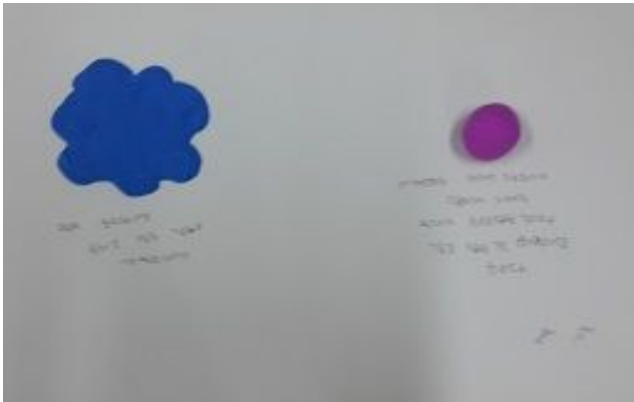
2) 큰 딸의 미술치료

- 1회기 : 기억의 저편

아이클레이를 만지면서 막내 동생에 대한 추억을 떠올려보고 이미지화 시켜보려고 하였다. 사랑이에 대한 작업은 내 맘속에만 넣어두고 싶다. 그래서 아무에게도 말하지 않고 싶다. 어머니와 동생보다 더 내가 가까이 있었다. 사랑이에 대해 이야기 하고 나면 며칠 동안 기분이 우울해진다. 아무것도 하기 싫어진다고 했다. 날씨가 추워지면 생각이 많이 난다고 하였다.

처음에는 사랑이에 대한 작업을 두려워했다. 마음속에 있는 슬픔을 혼자만 감당하려하지 말고, 사랑이에 대한 좋은 기억을 되새겨보고, 나의 충분한 애도를 표현해보고 좋은 곳으로 가도록 떠나보내자고 하자 작업을 시작하였다. 하지만 어떻게 이미지화를 시켜야 될지 모르겠다고 하였고, 나의 또 다른 아픔은 아빠라며 아빠에 대해서도 작업을 하였다.

파랑색 이이클레이를 고르며 좀 더 연했으면 좋겠다고 하였다. 흰색을 섞으라고 했으나 그냥 쓰겠다고 하였다.



<그림 13> 가족

사랑이에 대한 기억 : 내가 2학년 쯤 보육원에 갔다. 사랑이 아마 3살쯤 이었다. 사랑이가 엄마를 찾으려 많이 울어서 남녀가 따로 잤지만 내가 사랑이 방에 가서 잤다. 내 옆에서는 잠을 잘 잤기 때문이다. 새벽에도 울지않고... 그날 밤에도 같이 잤었다. 사랑이는 바닥에서 잤다. 학교에 갔다 와서 내가 마중 나갔고, 유치원 버스에 내려 엘리베이터 앞까지 안겨서 왔다. 그날도 그랬고, 저녁밥도 잘 먹고, 씻고 놀다가 잤다. 잘 때까지 하나도 안아팠다. 어떤 사람은 뱃속에서 껌질이 나왔다고 했다. 그럴 리가 없었다. 원래 사랑이는 뭐 주어먹고 그러지는 않았다. 내가 피곤했는지 그날따라 아무소리 들리지 않았고, 아침에 눈을 떠보니 고모부가 와 있었고, 소식을 듣고 병원에 갔다. 엄마는 동생도 똑바로 못받다고 화를 냈다. 나는 너무 슬프고 무서웠다. (계속 울면서 이야기함)

사랑이는 이미지는 구름같다. 맑은 구름. “구름은 순수하니깐... 순하고 말도 잘 듣고... 잘 웃으니깐...” 라며 설명하였다. 사랑이에 대한 이야기는 힘겨워 하면서도 자세히 이야기 하였다. 그날 하루를 너무 잘 기억하고 있었으며, 자신이 정성껏 돌봤던 동생의 죽음에 대한 죄책감으로 고통스러워했다. 부모와 떨어져 낯선 곳에서 자신도 추수리기 힘든 어린나이에 동생을 돌보느라 힘들었을 텐데 자신에게 항상 웃어주던 동생을 긍정적으로 기억하고 있었다.

아빠에 관한 이미지로는 붉은 보라색의 팽이같은(아래는 뿔쪽, 위는 둥글둥글) 공을 만들었다. “어쩔 때는 뭐라고 할 때가 많은데 그래도 우리가 하고 싶은 것이나 갖고 싶은 것 해주려고 한다.”고 하였다. 엄마는 아빠와 나의 닮은 점은 외모와 키, 덩치, 이중성격이라고 하였다. 색에 대한 이미지는 따뜻한 보라색이며, 친절함을 뜻한다고 하였다. 작품 제목은 “가족”이고, 느낌은 “그래도 가족이니까 떨어져 있어도 뭔가 통하겠죠.”라고 긍정적으로 표현하였다.

예전에는 아빠에 대해서 이야기를 꺼내기도 싫어할 만큼 증오심이 높았지만 아빠와 함께 했던 어렸을 때 행복한 기억과 자신과 아빠의 닮은 점을 찾는 등 그동안 가졌던 부정적인 이미지로부터 많이 변화함을 느꼈다.

- 2회기 : 심리적 외상

아침에 엄마가 야근하고 퇴근 후에 김치치즈 볶음밥과 시래기된장국을 만들어 주었다. 그런데 다운이가 사복을 입고 가겠다고 엄마에게 계속 물어 잠을 깨웠다. 한 대 치고 싶었다며 철없는 동생의 태도에 화가 났다고 하였다.

동생은 상황이 어떻든 자신의 현재의 감정표현과 요구를 관철시키기 위해 때를 쓰지만 너는 욕구와 감정을 억압해버리고 있다. 어디서부터 시작되었는지, 9살·10살 즈음 느껴졌던 감정, 마음속의 상처에 대한 작업해보자고 하였다.

치료사에게 “샘은 눈은 좋아요? 눈은 좋는데 추위는 싫어해... 저도 겨울이 싫어요. 그냥... 겨울이 되면 예민해지는 것 같아요. 엄마도 저도. 이유는 사랑이와 연결 되어서 그런 것 같아요. 서로 엄청 예민해져요. 나도 내 마음속 기억을 털어내지 않으면 안된다는 걸 알고 있어요. 겨울에는 몸도 무거워져요. 제일 큰 것은 예민해지는 것, 예민해지는 게 싫어요. 다른 사람한테 피해주는 게 싫어서요...”

그렇다면 마음의 짐을 털어내는 게 좋겠다고 하였다.

“엄마가 예민해지는 것 같으니까 최대한 안그런 척하는데 부딪히면 미안해요.

많이 미안해요. 서로에게 이런 감정을 표현해보면 서로 부딪히지 않을 수 있고, 엄마가 충분히 이해해주지 않을까 싶어요.” 아까도 엄마한테 미안하다고 문자 왔었다고 하였다.

아빠하고 살 때 엄마한테 여기오고 싶다고 많이 얘기했다. 엄마가 커서 오라고 했는데 와서 엄마랑 싸울 때면 미안해서 커서 올 걸 하는 생각이 든다. 가만히 보고 있으면 고맙다고 하였다. 치료사가 갈등을 억압하고 있는 것보다 트러블을 조정할 수 있는 능력을 가진 사람이 중요하다고 하였다.

마음의 상처를 털어놓지 못하는 이유는 그냥 혼자만 알고 싶어서다. 사랑이 관련된 이야기는 내 친한 친구들 3명 정도만 안다. 평소에는 생각을 안하고 있다가 막상 얘기를 꺼내면 생각이 난다.

요즘 3번 정도 같은 꿈을 꾸곤 적이 있다. 어제 본 것이 또 나오고 다시 나오고... 초록색 풀밭위에 누워 있고 어디서 많이 본 듯한 사람들-친구와 가족들도 나오고 날씨도 좋고 어디서 본 듯한 장면들이 나온다. 가끔은 무섭다. 꿈속에서 얘기했던

것을 그대로 현실에서 얘기하기도 했다. 친구들과 시내 가서 본 거리와 물건이 언젠가 본 듯하다. 신기하네~라는 생각도 들었다. 방학 때는 내가 귀농해서 비닐하우스 농장을 하며 남편이랑 살고 아이 세 명을 낳고 행복하게 사는 꿈도 꾸었다. 내 목표를 이루었고, 기분이 좋았다. 그 꿈은 더 꾸고 싶다.

기분이 몹시 우울했으며, 엄마에 대해 지나치게 예민하고 어머니의 감정선을 따라 감정도 움직임을 알 수 있다. 자신이 어머니와 여동생 사이에서 트러블을 조정하는 사람이 되고 싶어한 듯하다. 어렸을 때 버림받았던 상처와 막내 동생의 죽음에 따른 상처들도 떠나보내고자 시도는 하지만 혼자서만 담고 견뎌 내고자 하는 것 같다. 꿈 이야기지만 부부와 세 자녀가 행복하게 사는 모습으로 자신의 현재의 꿈을 이야기 하는 것 같다.

- 3회기 : 상실 그리고 애도

용기를 가지고 자신의 상실의 경험을 직접적으로 되돌아보고, 동생에 대해 애도과정을 거쳐 보기로 하였다.

· 사랑이 이야기

: 목각인형을 마커로 칠하고 싶다고 하였다. 사랑이가 자주 입었던 옷이다. 주황색 윗도리와 검은색 바지. 사랑이는 많이 웃고 내 말을 잘 따랐다. 내가 울지 말라고 하면 금방 울음을 그쳤다. 얼굴도 활짝 웃는 모습으로 그려주고 싶다. 지금은 9살이겠다. 공부방 초딩들을 볼 때 사랑이 생각이 난다. 초 2 동생들이 나를 많이 따른다. 그래서 유독 요즘 그 애들이 이쁘다, 같이 놀면 재밌다.



<그림 14> 마지막

· 상자에 대한 이야기

: 선물 포장에 쓰는 부직포를 많이 깔아 “여기 두면 되겠다.”고 목각인형을 놓았다. 꽃을 찾아 최대한 많이 뿌리겠다고 많이 놓았다. 인형에게 하고 싶은 말은

“겨울이 와도 따뜻하게 좋은 곳에서 잘 지내고, 울지 말고, 아프지 말고, 기다려라. 혼자 있다고 울지 말고 내가 사랑했던 그 마음을 잘 기억해줘...”라며 울먹였다. 그리고 제목을 <마지막>이라고 지었다.

치료사가 너는 동생을 위해 정말 잘 했고, 충분히 잘 했다. 이제 죄책감과 미안함을 내려놓고 동생을 떠나 보내주라고 하였다. 자기가 할 수 있는 범위 내에서 최선을 다했으면 됐다. 자신이 감당할 만큼의 책임감만 갖고 그 부분에서는 자유로워졌으면 좋겠다고 하자 고개를 끄덕거렸다. 상자에 대해 하고 싶은 말이 더 있냐고 하자 없다고 하였다.

동생의 죽음에 대한 죄책감을 벗어나지 못해 제대로 애도를 할 수 없었는데 가족치료를 통해 한결 맘속에서 꺼내어 보기가 편해졌다고 한다. 동생에 대한 따뜻했던 자신의 마음을 다시 확인한 후 좀 더 편안해짐을 느낄 수 있었다.

- 4회기 : 소중한 기억

가족과 동생들에 대한 소중했던 기억을 떠올려 보고 그 느낌을 상징적으로 표현해보고자 하였다. 초록색 종이 접시를 골랐고, 천사토에 색싸인펜으로 원하는 색깔을 만들어보려고 했다. 검정으로 회색을 만들었다. 한참 주물럭거리더니 조각조각 찢어서 접시 위에 놓았다. 다시 검정색 공을 만들어 꼭지를 만들어 놓았다. 자주색 하트를 만들어 놓았다.



<그림 15> 어릴 때

보육원시절 동생들은 어려서 더 많이 챙겨주고 싶었다. 내 동생들이니까 그냥 지켜줘야겠다는 생각이 들었다. 치료사가 충분히 잘 했다고 하자 그래도 미안한 생각이 든다고 했다. 속이 까맣게 탔다. 보육원에선 1년이 조금 안되게 살았지만 적응이 잘 안됐었다. 보고싶은 사람도 많았다.

천사토를 만지니까 폭신폭신했어서 기분이 좋다. 내 아픈 마음을 조각조각 찢어 올려놓았다. 제목은 <어릴 때>라고 지었다. 나의 소중한 기억을 찾아보려고 해서 가족을 떠올렸다. 관계 속에서 상처받은

자신과 더 잘 해주지 못한 동생들을 통해 가족의 소중함을 더 느꼈던 것 같다. 현재도 엄마와 여동생 사이의 희생양의 역할을 자처하며 정작 본인은 그런 줄 모르고 당연시 하는 것 같다.

- 5회기 : 우리 집 만들기

엄마에게 선물을 해주고 싶다고 하였다. 남친 사귀지 않겠다는 약속을 지키지 않고, 속 썩여서(고등학교 졸업 때까지 학업에 방해된다고 사귀지 않겠다고 약속함) 한바탕 난리가 났다. 어떻게 할 것 인지는 아직 결정을 못했다.



<그림 16> 우리 집

전등이 들어있어 불이 켜지는 집을 만들어 보고 싶다고 하였다. 조립을 하면 집중이 잘 된다. 아무 생각 없이 순서대로 하다보면 완성이 된다. 불을 밝혀주니까 따뜻한 기분이 든다. 조립 후 색칠을 할 것인지 묻자 색칠을 하면 버린다. 깔끔한 것이 좋다고 하였다. 제목은 <우리 집>, 이런 집에서 살고 싶다고 하였다. 엄마가 좋아했음 한다고 하였다. 엄마도 우리 때문에 힘들 것 같다고 하

였다.

자신은 엄마와 부딪히지 않으려고 생활습관을 많이 바꾸려고 노력한다. 집에 오면 씻고 책상에 앉아 내 할 일을 한다. 학교 수업 시간에도 예전에는 잔 적이 많았는데 지금은 모른 것을 물어본다. 엄마가 사준 수학 학습지도 열심히 하려고 한다.

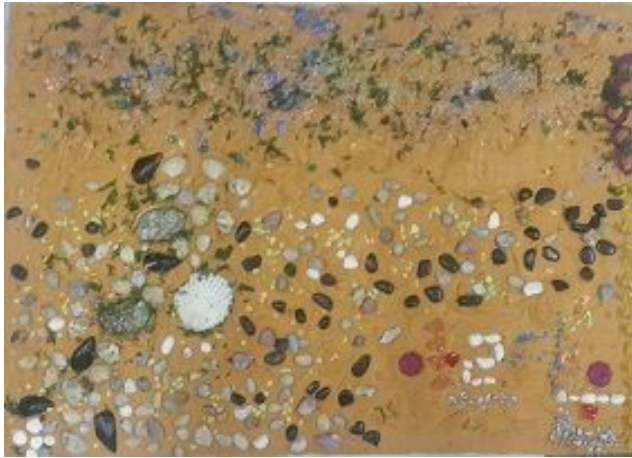
자신의 욕구나 생각보다는 엄마를 많이 헤아리는데 엄마에게 맞추려고 모든 사고를 엄마에게 맞추려는 한다. 화가 나면 아빠한테 보내겠다는 엄마의 말과 과거처럼 또다시 엄마에게 버림받고 싶지 않는 절박함과 불안 때문인지 사랑과 미움의 양가감정을 잘 보여준 듯하다. 이 집처럼 밝고 환한 우리 집으로 든든한 울타리를 형성해주는 것과 가족 간의 관계 회복을 희망하는 듯하였다.

(3) 가족미술치료 II

- 1회기 : 가족집단화

가족 내 해결되지 못한 주요 문제를 가진 내담자들의 개별미술치료를 끝낸 후

가족의 공동 집단화를 위한 가족미술치료가 진행되었다. 안전한 환경으로서 울타리를 조성하고 의미있는 정원을 꾸미기로 하였다.



<그림 17> 울타리로 감싸진 소원의 바다로 가는 길

어머니는 화판에 핸드코트를 바르면서 눈에 빠진 것 같다고 하였다. 예전에는 못만졌는데 재밌다고 하였다. 어릴 때 찰흙을 만지는 기분이다. 작업 동안에는 아이들이 하는 것을 주로 지켜보고 자신은 한 쪽 귀퉁이에서 작업을 하였다. 애들 이름을 꾸미거나 테두리를 꾸며주며 울타리를 만들었다. 언젠가부터 습관인가 모르게 애들 이름을 많이 적는다고 하였다. 내 딸 아이디도 애들 이름이라고 아이들에 대한 사랑을 내비쳤다.

큰 딸은 만지면 기분이 안좋고 몸에 뭔가 날 것 같다며 만지지 않았다. 찰흙이나 지점토는 괜찮으나 이건 너무 물러 싫다. 다한증도 있어 더 그렇다고 하였다. 어머니와 동생이 화판 작업을 끝내자 전체 화면을 거의 이용해서 작업을 하였다. 신나고 재밌게 작업하였고, 동생에게 작업지시를 하였고, 넓은 공간에 작업을 하니 까 좋다고 하였다. 조개껍질이 쪽 한길로 나아간 것처럼 됐다. 아마 공부에 대한 한길 아닐까 한다고 하였다. “엄마가 내가 안좋은 일을 당하면 맘은 그렇지 않으면서 화부터 낸다. 예전에는 속상했지만 엄마의 속마음이 그렇지 않다는 걸 알게 된 것 같다. 그래서 기분이 좋다.”고 하였다. 지금도 해매고 있지만(위쪽 바다를 가르키며) 저런 선을 뚫고 쪽 나가고 싶다고 하였다. 현재의 어려움을 헤쳐나가고 싶다는 의지를 밝히는 듯 하였다.

작은 딸은 핸드코트를 와~ 재밌다며 양손으로 주무르며 화면을 만들었다. 촉감도 좋고 다 좋다. 언니와 서로 자기 영역을 지키며 언니가 조금 침범하면 엄마에게

고자질을 하였다. 서로 보완적인 보다는 보이지 않게 자기 영역 안에서 작업을 하였다. 뭔가 세상이 따로따로 인 거 같다고 하였다. 우린 여기서만 생활해야 될 것 같다고 하였다. “엄마의 테두리가 우리를 지켜주는 울타리 같다.”고 하였고, 어머니는 그렇다며 맞장구치며 좋아했다.

제목은 서로가 낸 아이디어를 큰 딸이 모아 <울타리로 감싸진 소원의 바다로 가는 길>로 정하였다. 주제를 먼저 정해놓고 작업을 한 것이 아니라 하다 보니 서로의 의지가 의견이 일치하여 꾸미기를 하였다. 하지만 서로의 섞이지는 않고 영역을 굳건히 지키면서 작업을 하여 자신들의 욕구를 우선시 하는 듯하였다. 큰 딸은 제일 적극적, 주도적으로 몰입하여 작업하였다. 작은 딸은 제일 솔직하게 자신의 의견을 표현하였다. 초기 작업에 비해 어머니가 자녀들을 지켜봐주고 존중해주고, 사랑하는 마음의 표현을 많이 해주는 걸 느낄 수 있었다.

- 2회기 : 가족체계진단

여전히 가족이 각자의 영역 안에서 자신의 생각대로 움직이는 경향이 있었고, 다른 가족에 대한 배려와 공감력이 떨어졌다. 하지만 다른 가족원에 대한 입장을 귀담아 들으려고 하고, 예전에 비해 자유롭게 자신의 생각을 이야기 할 수 있고, 이견을 조정하려는 노력하고 있다.

어머니는 자신이 자녀에 대한 확고한 사랑을 보여주고, 일관성 있는 태도를 유지하려고 노력하고 있음이 중요하다. 하지만 여전히 자녀들을 상황에 따라 희생양으로 삼으며 자신의 요구를 관철시키려는 것도 엿보인다.

큰 딸은 예전의 자신의 모습대로 주변사람(공부방 쌤, 학교 쌤)들이 평가하는 것이 무척 속상해하였다. 변화하는 자신을 지지, 격려해주길 기대한다고 하였다. 하지만 담임선생님이 2학기 면담에서 어머니에게 1학기초 보다 얼굴이 많이 밝아지고 친구도 많이 생기고, 성실하다는 평을 하였다고 좋아했다.

작은 딸은 집안의 활력이지만 유아적인 태도로 상황에 따라 엄마와 언니와 삼각관계를 이루며 적당한 희생양 역할을 하고 있었지만 언제나 긍정적으로 생각하고 밝은 모습을 유지하려고 노력하는 듯하였다.

- 3회기 : 사후검사(KFD, PIA)

사전검사와 비교하여 개인의 성취와 변화상을 확인해볼 수 있었다.

2. 사례 2 가족의 가족미술치료 진행과정

(1) 가족미술치료 I

1) 준비(1-2회기)

- 1회기 : 사전검사(KFD, PIA)

검사 시 큰 딸과 막내아들은 빠르게 진행되었지만 작은 딸은 아주 속도가 느리고 생각을 많이 하였고, 시간이 많이 걸렸다. 고모는 눈이 어둡다고 막내아들이 읽어주며 검사를 하였다.

- 2회기 : 우리가족 - 가족체계진단

고모가 집안의 행사가 있어 참석하지 못하였고, 다른 가족들은 약속시간 보다 10여분 전에 도착하였다. 딸들은 계속 자다가 와서 피곤해 보였으며, 막내아들은 공부방에 다녀오는 길이라고 하였다. 비언어적 미술작업이나 언어적 미술작업에서 서로의 가족관계에 무관심하지는 않지만 서로 섞이는 것보다 가족원의 에너지가 본인 스스로에게 향하고 있음을 수 있었다. 부모의 부재로 고모네 가족에 대한 의존도가 컸으며, 바다에 대한 표현으로 모성성을 찾고 싶은 마음을 표현한 듯하다.

2) 만남(3회기~4회기)

- 3회기 : 소망의 양초

앞으로 진행될 가족치료 일정 소개하였고, 각자 자신이 원하는 양초를 고른 후 가족미술치료를 통해 기대하는 바를 이야기해보기로 하였다. 큰 딸은 파랑색, 작은 딸은 초록, 막내 동생은 축스러워하며 핑크를 골랐다.

가족들이 기대하는 것은 큰 딸은 뭐가 있는지 잘 모르겠고, 하고 싶은 것도 없고, 주변에 이런 것을 받은 사람도 없어서 잘 모르겠다고 방어적 자세를 취하였다. 작은 딸은 딱히 꼬집어 하는 것 말고 할 수 있는 것이 없어 잘모르겠다고, 하는대로 따라가겠다고 하였다. 막내아들은 하고 싶은 것은 없지만 식구들과 같이 해보고 싶다고 하였다.

가족치료에 대한 직접적인 기대감을 표현하지는 않았지만, 가족 모두 서로 간 생각들을 잘 알 수 있었으면 좋겠다는데 동의 하였다. 가족 모두를 무기력하고 우

울하게 만들었던 엄마의 사별에 대한 애도과정을 거치고 싶어 했다. 하지만 두 딸들은 가족치료에 대한 걱정이 있어 보였고, 자신의 의사표현이 거의 없는 조용한 가족이었다.

- 4회기 : 지금 나의 감정



<그림 18> 표정

막내아들은 잡지를 뒤적이다가 자신의 감정을 나타내는 그림이 없다고 하였고, 그림으로 그려도 되느냐고 물었다. 나는 주로 졸린다고 하였다. 수업시간에 샘들의 말투가 잠이 오게 한다. 그림을 보고 떠오르는 것은 <꿈, 희망, 간절함, 참는 것, 어쩔 수 없는 것, 하품>이라고 하였다. 누나들은 동생의 모습이 맞다고 웃었다. 제목은 <표정>이라고 지었다.

큰 딸은 나도 ○○○이랑 같다. 잠이 많다고 하였다. 시간대와 상관없이 눈꺼풀이 무겁다고 하였다. 잠이 오게끔 편안한 자세로 누워있는 자세라고 설명하였고, 제목은 <평소에 내가 하고 싶은 것>이라고 하였다.



<그림 19> 평소에 내가 하고 싶은 것

작은 딸은 여러 가지 생각에 잠겨 있는 모습이라고 하였다. 성격이랑 말투, 먹을 것 조절하는 것, 친구 관계 등등... 내 성격은 말수가 없는 편이다. 말을 하고 싶은 생각은 많으나 입 밖으로 내지 않는다. 회사 언니들과 회사에 관련된 사람들에게 눈치가 많이 보인다. 이유는 불안감 때문인 것 같다. 남들은 잘 어울리는데 혼자 소외될 것 같고, 나만 뭘 일이든지 못할 것 같다고 하였다. 일을 엄청 못하지는 않는데 약간 느리다고 하며 걱정스러운 표정이었다. 언니가 “시간이 약이야, 나도 학생 때 친구들과 친해지기가 쉽지 않았다. 그런데 나이가 들수록 많이 없어진 것 같고, 이제는 사람을 사귀는데 오래 걸리지는 않은 것 같다”고 위로해주었다.



<그림 20> 생각

이 가족의 딸들은 도화지를 검정색으로 골라 높은 불안감을 표현하였고, 잡지를 많이 뒤적이었지만 그림은 각자 1개씩 찾거나 찾지 못하였다. 자신의 욕구와 감정을 잘 표현하지 못하고, 공감받지 못해 자신의 욕구가 무엇인지 잘 알지 못한 듯하다. 그동안 감정억압이 지속되어 고착이 된 무기력증으로 의욕이 없는 표현이기도 하다. 작은 딸은 소리가 잘 들리지 않을 만큼 목소리가 작았고, 자존감이 낮아 타인과 소통에 대한 어려움을 보였다.

3) 애도

- 5회기 : 감정그릇

오늘은 3일째날로 고모가 함께 왔었고, 오자마자 애들 목욕탕에 데려가야 한다며 빨리 끝내주라고 하였다. 고모는 치료세션에 처음 참여하는 것에 대한 불안의 방어로 이 말을 꺼낸 듯하였다. 처음 신체 본을 뜰 때는 본떠진 모습을 보고 서로 웃고 즐거운 분위기였다. 각자의 작업에 들어가자 모두 조용한 분위기 속에서 작업에 몰두하였다.

고모는 “내가 ○○이와 짝을 지어야겠다.”고 짝꿍을 정해 막내아들의 신체를 본땀었고, 작업을 시작하자 제일 즐거워하고 다양한 재료를 써보려고 시도하였다. 고모는 큰 딸에게 조인을 구하며 완성도를 높이는 작업을 하였다. 자신은 보라색을 좋아해서 보라색으로 옷을 만들었다고 하였는데 좀 추워보인다고 하였다. “어디 놀러 나갈려고 멋부리고 차려 입었다”고 하였다. 핸드백도 멋지게 만들고 싶



<그림 21> 나, 평소에 이렇게 살고 싶다

었지만 망칠까봐 만들지 않았다고 하였다. 몸 빼고(약간 살집이 있는 편), 얼굴하고 파마한 것은 나를 닮은 것 같다. 치료사가 새댁 같다고 하자 “평소에 놀기 좋아하는 성격이라 짐(조카들의 양육)이 없고 맘이 편하면 지금도 이렇게 살고 싶제...”라

고 하였다. 작품은 맘에 들어 하였으며, 제목은 <나, 평소에 이렇게 살고 싶다>고 지었다. 막내 아들은 눈사람 같다고 하였고, 큰 딸은 열심히 사세요, 작은 딸은 옷 입은 눈사람 같다고 하며 웃었다. 자신이 돌보고 있는 조카들(큰 동생네 2명, 작은 동생네 3명)에 대한 책임감이 없었던 신혼 초의 행복했던 시절로 돌아가고 싶은 마음을 표현한 듯하였다. 현재 자신에게 버거운 책임감(동생네와 아들내이를 돌봄)을 우울한 보라색으로 표현한 듯하였고, 핸드백을 하나 들고 싶었지만 망칠까봐 못그렸다고 했는데 자신보다 페르조나를 중시하는 자신을 표현하기도 하였다.



<그림 22> 누워있기 <그림 23> 길을 걷는 내모습 <그림 24> 좋은 꿈꾸고 있는 나의 자는 모습

막내아들은 신체를 본 뜬 배경부터 그렸고, 옷은 한지를 뜯어서 붙였다. 배경은 야생화가 많이 피어있는 풀밭, 그 위에 누워있는 자세라고 하였다. 배경을 정성들여 색칠하고 꽃을 붙였다. 고모는 목이 두꺼워 상남자 같다고 하였다. 작은 누나는 배경이랑 안어울린다고 약간 시기투로 말하였다. 큰누나는 지금 계절에 맞는 것 같다고 남동생의 작품에 대한 긍정적인 표현을 하였다. 제목은 <누워있기>라고 하였고, 맘에 든다고 하였다. 그런데 그려 놓고 보니 목이 거북목이어서 바꾸고 싶다고 하였다.

큰 딸은 여동생이 본을 떠 줬는데 너무 뚱뚱하게 떠졌다고 투덜대었다. 큰딸은 옆에 있는 고모를 잘 챙기며 자신의 작업을 하였다. 재료 사용에 거침이 없었고, 작업의 속도도 빨랐다. 자신은 파랑을 좋아하고 심플한 것을 좋아해 단순하게 꾸민

다고 자신의 작업을 설명하면서 작업하였다. 그림 속의 여자는 남친을 만나러 가고 있는 것 같다고 하였고, 그림 속의 여자에게 “지금 나이를 즐겨라.”고 말하고 싶다고 하였다. 동생들 챙기는 것과 집안 살림을 도맡아 하는 자신의 힘든 상황을 위로 받고 싶은 표현인 것 같았다. 고모는 “자세히 보니 너같이 예쁘다.”고 웃으며 긍정적인 표현을 하였다. 여동생은 “돈 많아 보인다. 나 옷 좀 사주라.”고 농담을 하기도 하였다. 남동생은 “다리가 두껍다.”며 애써 단점을 찾아 누나를 놀렸다. 제목은 <길을 걷는 내 모습>이라고 하였고, 작품이 맘에 든다고 하였다. 그런데 몸을 좀 늘씬하게 줄이고 싶다고 하였는데 자신의 끊임없는 다이어트에 대한 도전을 표현한 것 같다. 큰 딸은 자신의 생각을 표현하는데 거침이 없고, 단호하며 끊고 맺는 성격을, 현실의 동생들에 대한 책임으로 우울한 자신을 작품의 주조색인 파랑으로 표현한 것 같다.

작은 딸은 여러 가지 재료를 신중하게 고르고 사용하였고, 작업 속도가 제일 늦었다. 얼굴표정이 흐뭇해하는 느낌이라고 설명하였다. 고모는 “좋은 꿈꾸고 미소짓는 모습인 것 같은데, 잠 안잘 때도 저런 모습이었으면 좋겠고, 항상 웃어~”라고 말하였다. 남동생은 무지막지하게 크다며 농담을 섞어가며 놀래는 척을 하였다. 언니는 “조금만 자”라며 짧게 이야기 하였다. 작품은 맘에 들고, 제목은 <좋은 꿈 꾸고 있는 나의 자는 모습>이라고 정하였다. 자신에게는 하고 싶은 말은 “앞으로 좋은 꿈만 꿰~”라고 하였다. 수정하고 싶은 것은 얼굴을 조금 줄이고 싶다고 웃었다. 작은 딸은 어떤 재료를 선택을 할 때 자신감이 부족해선지 무엇을 선택할 것인지 고민을 많이 하는 편이었고, 머릿속에서 이것저것 생각을 많이 하다가 선택을 하였다. 긍정적인 기다림이 필요한 듯 싶었다.

- 6회기 : 나의 슬픔

가족원들이 거의 아무말없이 조용히 작업에 열중하였고, 가족들이 어머니의 죽음으로 인해 변화된 자신의 힘든 상황에 더 깊이 몰입이 되어 작업을 진행하였다.

고모는 가면과 오브제를 보며 바로 작업을 시작하였다. 많은 재료를 보며 “애들 처럼 붙이고 싶네.”라며 이것저것 붙이기에 열중하였다. 태극기 모양으로 해보고 싶었는데 봄처럼 화려하다고 하였다. 생각없이 막 붙여서 재미있었다고 하였다. 막내 아들은 “콧구멍이 이상하다.”고 하였고, 작은 딸은 “입이 너무 화려하다”고 하였으며, 큰 딸은 “정신이 사나우니 조금만 자제해.”라며 고모의 작업을 자제시켰다. 가면속의 나에게 하고 싶은 말은 “재밌게 한바탕 놀고 싶고, 남들도 나를 좀 보라고.”



<그림 25> 비극 외

하였다. 이처럼 고모는 자신의 욕구보다는 타인의 시선을 중요시하는 자신을 표현하였다. 때론 그 책임감 때문에 답답하고 힘든 탈출구를 표현하듯 숨쉬는 것을 강조한 콧구멍과 현재상황이 힘들지만 말로 표현하지 못한 심정을 입에 구슬을 붙여 도드라지게 표현하였다.

막내 아들은 가면 작업을 하다 실패했다며 1개를 더 썼으며, 금색과 검정색 물감을 정성들여 칠한 후 꾸미지는 않겠다고 하였다. 큰 누나는 심플하지만 색이 너무 어둡다, 작은 누나는 금색은 흥, 검정은 悲를 나타내 분위기가 다운되어보인다고 하였다. 고모도 검정색이 들어가서 우울해 안좋다고 하였다가, 남자이기 때문에 상남자이기도 하고 강하게 보이기도 하다며 애써 긍정적인 느낌을 표현하려고 애썼다. 막내아들은 간단하게 하고 싶어 색칠만 하고 싶다고 이야기 하였다. 가면 속의 인물에게 하고 싶은 말이 있느냐고 하자 특별히 하고 싶은 말을 없다고 하였다. 가족들의 어두워 보인다는 말에 어느 정도 수긍하였고, 색의 대비로 무기력하고 불안한 자신의 어둡고 답답한 자신을 표현한 듯하였다.

큰 딸은 흰색으로 바탕을 칠한 후 각종 꽃을 그렸다. 가면 작업에 열중하였고, 분위기가 밝지만 내가 상상한대로는 안나온 것 같아 아쉽다고 하였다. 고모는 꽃처럼 활짝 피어나는 것 같다, 여동생은 느낌이 환하다고 하였다. 가면속의 사람에게 하고 싶은 말을 “밝게 살아라... 환하게 살아라.” 라고 얘기 해주고 싶다하였다. 제목은 “봄”이라고 지었다. 여러 가지 아름다운 꽃과 잎의 표현으로 힘든 역경을 극복하고 새롭게 활짝 피어나려는 자신의 모습을 표현하려는 듯하였다.

작은 딸은 작업을 할 때는 약간의 기대감이 있었는데 마지막으로는 망했다고 속상해 했다. 입술 위의 검정색이 어울리지 않아 다른 색으로 덧칠하였다고 했다. 얼굴의 칼자국은 강하게 보이고 싶은 마음이고 평소에 가슴에 담아두었던 센말이 나올 것 같다고 하였다. 나를 알보는 사람들에게 해주고 싶은 말로 “디지고 싶냐?” “만만하게 보지마!”라는 말이라고 하였다. 제목은 <비극>으로, 이유는 없다고 하였다. 언니는 이상하다, 고모는 색깔이 화려하지 않고, 너처럼 밋밋하다고 하였다. 느낌은 “뭔가 나를 조금 알아가는 것 같다.”고 하였다. 주변 사람들에게 그동안 억눌려 있는 공격성이 터져 나오기 시작하였고, 내면의 변화를 조금씩 알아차려가고 있는 듯하였다.

- 7회기 : 흔적과 떠나보냄



<그림 26> 흔적과 떠나보냄

이 번 회기에는 나만의 소중한 상자를 만들어서 자신에게 상처가 되었던 우리 가족 중 지금은 우리 곁에 없는 엄마를 비롯해 가족들에게 평소에 하지 못했던 말을 편지로 써보자고 하였다. 하지만 삼남매 모두 엄마에겐 쓰고 싶지 않다고 하였다. 그러자 고모가 대표로 자신이 쓰겠다고 하였다. 두 딸은 완강한 태도를 보였고, 아직도 엄마의 죽음에 대해 되돌아보고 애도하며 떠나보낼 준비가 되지 못한 듯하였다. 엄마에 대한 부분은 좀 더 나중에 써보기로 하였다.

고모는 주제를 주자마자 등 돌려서 먼저 편지를 쓰기 시작하였고, 제일 먼저 작업을 완성하였다.

<사랑하는 OO(큰딸)에게 OO아, 이렇게 커서 고모 맘을 조금씩 알아줘서 고맙다. 항상 고맙고 요만

큼만 해줘도 참 잘하고 있고, 형제간에 사이좋게 지내고 동생들 더 잘 챙겨주길 바란다. 사랑한다 ○
○아~> 딸은 고모의 편지를 듣고 축스럽다고 하였다.

<사랑하는 내 딸 ○○(작은 딸)이에게 ○○아, 몸도 안좋은데 회사 다니느라 고생이 많지? 고모는
니가 참 기특하다. 앞으로도 더 밝고 명랑했으면 좋겠다. 형제간에 사이좋게 잘 지냈으면 좋겠다. 사랑
한다 ○○아~> 작은 딸은 마음이 아프다고 하였다.

<내 아들 ○○(막내 아들)이에게 ○○아 우리 아들 많이 컸구나. 앞으로도 더 잘 했으면 좋겠다. 게
임도 덜하고 공부 조금만 신경을 쓰면 좋겠어. 우리 아들 파이팅! 사랑한다~아들아> 막내아들은 늘
듣던 이야기라며 축쓰러운지 외면하려고 하였다.

<○○, ○○이, ○○이 엄마에게 니가 그 때 죽었을 땐 너무 미웠다. 자식 세명을 두고 떠난 니가
너무 미웠어. 그런데 지금 생각해보면 니가 너무 불쌍하다. 걱정하지 마라. 네 자식 잘 키우고 있다.
내가 잘 키워줄테니 하늘나라에서 니 자식들 잘 돌봐주길 바란다.> 고모는 감정이 폭발쳐 올
라 편지를 읽으며 울먹이며 눈물을 흘렸다. “오메~ 못쓰겠네.”하며 조카들 앞에서
눈물을 보인 자신을 축쓰러워 하였다. 그동안 먼저 간 올케를 원망만 하였지, 올케
를 이해해지 못하였다고 하였다. 고모님께서 이제까지 정말 고생이 많으셨다고 치
료사가 위로하자 계속 눈물을 흘리며, 힘들었던 자신과 먼저 떠난 올케에 대한 복
잡한 감정을 들어냈다.

막내아들은 상자를 꾸미는데 열중하였으며, 책상에 엮드려 낙서를 한참 하였다.
<고모께 오래사세요~ 건강하세요~> 라고 읽었고, “별로 할 말이 없어요. 만나면 속에 있
는 말 다 내뱉고 다니니까.” 라며 평소에 고모에게 자신의 엄마처럼 하고 싶은 말
을 제일 많이 한다고 하였다. 고모가 계속 눈물을 흘리자 “울지마라고 해줘야 겠
네.”라며 얼굴표정이 굳고 정색하며 속상함을 표현하였다. 고모는 “니들 앞에서 안
울란디 자꾸 나온다.”며 폭발쳐오르는 감정을 표현하였다. <작은 누나에게 잠 좀 적게
자. 눈이 항상 쾅하니까 잠을 안잔 사람 같잖아. 그리고 힘들게 깨야 하니까.. 발로 밟아야 일어
나니까.> <큰누나에게 작심삼일 다이어트 할려면 하고 안할려면 하지마> 고모는 “우리 ○
○이 진심이 들어있어. 다이어트 하는 누나가 안쓰러워서 그래.”라고 하였다. <아빠
에게 숭개시키고 웃으세요 늘 웃는 일만 생기시길>

큰 딸은 <고모에게 항상 고맙고, 그나마 고모가 있어서 다행이야. 나 혼자 있었으면 힘들었을
텐데...마지막까지 파이팅~!> <강○○ 머리카락 그만 뽑고, 방에 니 옷 벗어놓지 말고 먹으면 바
로 치우고 설거지는 좀 해라. 샤워도 하고 이도 닦고 자라. 청소기도 좀 돌려라> 고모는 작은 딸

이 전혀 집안 일을 돕지 않는다며 집안 일을 도와쓰면 좋겠다고 하였다. 그래도 요즘은 큰 딸이 집안 일을 해서 편하다고 하였다. <강○○ 재활용 쓰레기 짝 차기 전에 스스로 버리고, 방 청소도 하고, 컴퓨터 10시 반까지만 하고 30분 느려졌다. 이 닦고 자고 발도 씻고 자> 저는 원래 다 하는데...<아빠 예전보다 지금이 훨씬 나아졌어. 여기서 좀더 돈 아껴 집 사고 그랬으면 좋겠어. 좋은 세상 오래오래 사세요~>

작은 딸은 동생에게 <강○○ 너 나중에 커서 고등학교 가게 될 텐데 밥 좀 먹고, 키도 좀 크고, 너의 사춘기가 있겠지만 점점 나이가 들어 못해줬던 기억들 좀 잊었으면 좋겠다. 그리고 대학 가고 싶으면 나랑 큰 누나한테 잘해라. 안그러면 눈물 콧물도 없어!>라고 강하게 자신이 하고 싶은 말을 하였다. 고모가 야무지다, 강하게 나온다고 웃었다. <언니에게 나 좀 뭘 간히 괴롭히고 사기 좀 치지 마. 안그래도 스트레스 받는데 더 가중돼. 그리고 잠꼬대도 덜 했으면 좋겠어> <고모, 이제까지 말씀 부린 거 건방졌던 거 죄송해요. 속마음도 모르면서 그랬던 거 용서 해줬으면 좋겠어요. 그리고 제가 회사를 언제까지 다닐 지 모르겠지만 생활이나 분위기 맞춰가면서 일하는 거 지켜봐주세요. 솔직히 저도 그만 두고 싶은 생각도 있었는데 그만큼 고모가 의지하는 거 봐서 아직 그만 둘 생각은 없어요. 그래도 강○○이 대학 갈 때까지는 열심히 할게요. 앞으로 오래오래 건강하세요~>라고 하자 고모가 고맙다며 흡족해하였다. <아빠 제가 못되게 굴었던 거 죄송해요. 날마다 감정이 달라서 그랬던 것 같아요. 그리고 헛된 돈 쓰지 않고 생활비에 보탬으면 좋겠어요. 지방 내려가서도 몸 다치지 말고 열심히 일하다 오세요> 가족들에게 하고 싶은 말을 속 시원히 하였고, 자신을 걱정하는 가족들에게 걱정되지 않도록 한층 성장한 모습을 보여주었다.

어머니의 사망 이후 힘들었던 시기를 가족원 각각이 개인의 몫으로 혼자 견디어 지나온 듯하였다. 하지만 가족들이 그 옆에서 말은 안했지만 서로의 아픈 마음을 지켜보아주고, 자신의 역할을 해오면서 크게 벗어나지 않았던 것 그 자체가 소중함을 깨닫게 되었다. 또한 서로에 대한 믿음으로 가족 간에 서로 의지하고 챙겨주는 마음을 표현하고 귀담아 들었으며, 서로를 격려하는 장이 되었다. 그동안 엄마 대신 가장 힘들게 양육해온 고모는 흐뭇하고 대견스러워하는 것 같았다.

4) 이별

- 8회기 : 소중한 기억을 안고서

이제까지 가족미술치료를 통해 가족원들은 어머니의 죽음 이후 고통 받고 억압 시켰던 감정들을 꺼내놓고 위로하는 자리였다. 슬픔과 아픔을 작품으로 표현하고, 가족 간의 소통의 공간으로 활용하였다. 이번 회기에서는 이러한 긍정적인 힘을 바

탕으로 자신의 미래소망을 담은 병을 만들어 보았다.



<그림 27> 병, 예뻐요, 목표, 의지

막내아들은 미래에 대한 그냥 <잘 살아라>라고 썼다며 구체적인 내용은 쓰지 않았다고 하였다. 소망의 병에 대한 느낌은 뭔가를 보는 게 의미가 있다고 하였다. 제일 작은 병을 찾아 내용물과 꾸미는 것을 간단하게 작업하였다. 시니컬하게 제목은 <병>이라고 하였다. 가족들이 모두 “니 답다.”며 웃었다.

고모는 병의 내용물을 알록달록 꾸몄으며, 장미다발을 뚜껑에 올려놓고 아주 맘에 들어했다. “나의 미래는 내가 건강해야 우리 애들을 잘 돌볼 수가 있어서 80까지는 살았으면 좋겠어. 이왕이면 막내 장가갈 때까지 살고 싶어.”라고 하자 막내아들은 “요즘은 100세 시대”라고 하자 고모가 웃으며 좋아했다. “나는 하루종일 쪼까 화려하네...”라며 화려하게 꾸민 작품을 조금 민망스러워 했다. 제목을 <예뻐요>로 하였다. 고모는 가족을 위해 희생하고 살아오면서 억압시켰던 자기 안에 욕구를 맘껏 표출한 듯싶었다.

큰 딸은 심플하게 분홍 리본 하나를 붙였다. “사회생활 하면서 꼭 필요한 것으로 일 열심히, 주변 사람 미움 받지 않고, 돈 아껴 쓰고, 엄마처럼 되지 않아야지...”라며 말꼬리를 흐렸다. 제목은 <목표> 라고 지었다. 큰 딸은 언제나 엄마처럼 살지 않겠다고 다짐하지만 자신의 이루고자 하는 소망이 모두 엄마로부터 기인한 것으로 엄마에 대한 그리움과 원망의 양가감정을 표현한 것 같다.

작은 딸은 제일 먼저 특이한 병을 골라 이것저것 많이 병 속에 넣었고, 예쁘게 꾸미고 싶어 치료사에게 이것저것 물었다. 미래에 대한 소망으로 “집안 일 하는 것, 성격과 말하는 것 활발하고 자신감 있게...”라고 하였다. 치료사가 “맘속에 들어있는 걸 식구들 앞에서 약속하는 거다. 즐겁고 재밌는 일을 찾았으면 좋겠다. 그럼 나머지 것은 내가 저절로 실천할 수 있을 것이다.”고 하자 고개를 끄덕거렸다. 작품은 그럭저럭 맘에 든다고 하였다. 제목은 <의지>라고 하였다.

1차 가족치료를 마치며 가족원들은 가족치료 후 소감을 나누었다. 막내는 없다고 하였다. 고모는 “심리 말만 들었지 어찌께 하는 지 몰랐는데 하루 종일 해보니

까 재밌다. 우리 애들한테 잘해주고 신경을 많이 쓰고 싶다는 생각이 들었다.”고 하였다. 큰 딸은 “변한 건 아직 없는 것 같다. 부담스러웠는데 부담스럽진 않다. 1대 1로 뭘 적는 지, 설문지 같은 것 할 지 알았는데 생각외로 괜찮다.”고 하였다. 작은 딸은 “처음보다 편해진 것 같다.”고 하였다. 고모는 ○○이 얼굴이 좀 달라졌다고 하였다. 치료사도 처음보다 생기가 들고 장난끼가 있는 모습이 좀 달라진 것 같다고 하였더니 좋아했다.

가족 모두가 매체를 이용하여 작업하는 과정에 흥미를 갖고 자발적으로 참여하였고, 자기의 힘든 마음을 집중하여 표현할 수 있었던 것 같다. 이러한 과정이 가족원 스스로 어머니의 죽음과 관련하여 미해결된 어려움을 해결해가는 과정이며, 자신의 긍정적인 힘을 찾아가는 과정이었다. 또한 가족들이 서로의 긍정적인 안아주기를 통해 정서안정에도 영향을 주었다.

(2) 개별미술치료

이 가족은 1차 가족치료이후 각자의 지연된 애도과정을 거친 후 어느 정도는 가족의 소통과 정서안정에 효과를 보였다. 하지만 가족 중 유독 엄마의 죽음에 대한 부정적인 태도를 보여주었고, 비정상적인 애도반응을 보여주었던 큰 딸과 작은 딸에 대한 개별 치료를 통해 애도과정을 거치기로 하였다. 각각 5기씩 자신의 삶을 되돌아보고 어머니의 죽음이 어떠한 영향을 주었고, 극복해야 할 과제가 무엇인지 다뤄보기로 하였다.

1) 큰 딸의 미술치료

- 1회기 : 최초의 기억

어머니에 대한 첫기억을 떠올려보고 이미지화 시켜볼 수 있도록 천사토와 색접시를 준비하였다. 어머니에 대한 첫기억은 초등학교 때 머리띠가 생각난다. 학교갈 때 옷을 이쁘게 입혔다. 언제인가 웨딩드레스를 입고 엄마가 직접 만든 과일모양같은 큰 것이 달린, 눈에 띄는 머리띠를 해줬는데 하기 싫었었다. 나는 어렸을 때부터 남자애들이랑 잘 어울려 놀았고, 성격도 터프한 편이었다. 그 장면이 생각이 난다.



<그림 28> 나는 싫어요

엄마는 여동생을 이쁘게 해서 학교에 보내려고 했다. 우리 엄마는 우리들 이쁘게 입히고, 맛있는 거 사먹이느라 돈을 흥청망청 썼다. 집세도 밀리고 오직 우리한테만 썼다... 아줌마 치고 잘 꾸미는 편이었다. 나도 그렇다. 옷이나 화장품, 먹을 것에 돈을 많이 썼다. 지금은 저금을 하고 있다. 천안에서는 돈을 많이(거의 300만원) 벌었지만 저금은 조금했다. '쓸려고 버는데...개고생하고 죽으면 무슨 소용인가 싶어서...'

초등학교 때 횡단보도 앞에 할머니가 주인인 가게가 있었다. 엄마는 술 마시고 슬픈 노래 들으면서 술 심부름을 많이 시켰다. 횡단보도 앞에서 동생과 안들어 가려고 싸웠던 기억이 난다. 어쩔 땐 아빠가 사기도 했다. 아빠와 많이 싸웠다. 가끔 술 마시고 10번에 1번 정도 숙제는 했는지 묻곤 했다. 공부에 대해선 아예 포기했다. 이건 진짜인지 아닌지 잘 모르겠다. 아닌 것도 같다. 시험이 언젠지 묻기도 했고, 학원도 보내주었다.

천안에 가기 전에(고등학교 때)는 몸을 잘 씻지 않았다. 얼굴만 치장했다. 이유는 귀찮아서였다. 한순간만 창피하면 끝이다. 남의 말을 잘 흘리는 편이다. 귀기우려 듣지 않는데 막내도 그러는 거 같다. 혼자 다른 생각을 한다. 친구, 밥, 술 등등 그런데 천안에서 룸메이트가 아주 깨끗한 성격이어서 그 애랑 2년 정도 살면서 성격이 변했다.

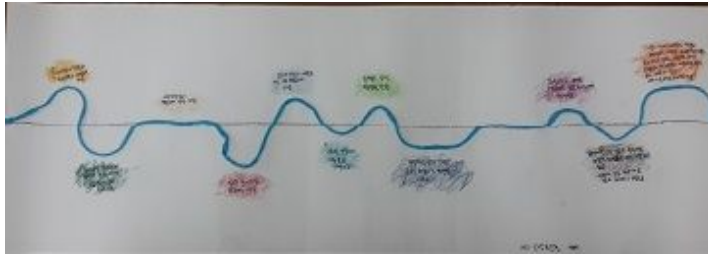
천사토를 만질 때 물어볼까봐 만지기 싫었다. 작품은 엄마와 나인데 내 입꼬리가 내려갔다. 엄마는 내가 벗어나 안벗나 보고 있다. 제목은 <나는 싫어요>

어머니에 대한 최초의 기억은 부정적인 기억으로 떠올랐다. 어머니가 살아있었다면 자신이 힘들게 사춘기를 보내지 않았을 것이라는 어머니의 분노와 원망이 거부적인 태도를 보이게 한 듯하다. 하지만 어머니와 자신의 닮은 점을 떠올리며 그리움을 표현하는 등 양가감정을 보였다. 천사토를 만질 때 치료사가 물어볼까 만지기 싫었다, 엄마가 머리띠를 벗어나 안벗나 보고 있다고 하였으며, 제목을 나는 싫어

요라고 지었는데 치료사에 대한 투사적 동일시가 일어나고 있는 듯 보였다.

- 2회기 : 감정의 흔적

음악을 들으며 현재부터 태어날 시점까지 자신의 삶을 돌아보고, 주요한 사건들을 되돌아본다. 부정적 경험을 긍정적으로 재경험해본다. 전지 1/2의 크기에 리본이나 끈을 이용하여 가운데를 중심으로 위에는 긍정적인 기억, 아래는 부정적인 기억을 상징적으로 표현하거나 글로 표현해보기 하였다.



<그림 29> 내가 살아왔던 인생의 곡선들

자신이 좋아하는 파랑색 지끈을 이용하여 긍정적, 부정적인 기억을 찾아 곡선을 그렸다. 태어나서 유치원 때는 서울에서 부모와 살았다. 동생들은 형편이 어려워 고모가 광주에서 키워주고 있었다. 어렸을 때는 아주 걱정이 없었고, 아무 걱정이 없었다. 반지하 양쪽 집 남자 애들이랑 술래잡기, 뛰어놀기 같은 것을 하며 놀았다. 여자애들하고는 놀지 않았다. 집 근처 유치원 윗층에 막내고모가 살아서 밑에서 고모를 부르면 휴지에 천원씩 넣어 던져주곤 했다. 나를 예뻐해 하루에 몇 번이고 부르면 부를 때마다 던져주셨고, 그 돈으로 문방구에서 게임을 했다.

엄마가 큰이모랑 장사를 한다고 광주에 내려왔다. 막내고모와 떨어지게 되어 슬펐다. 성격이 소심해 친구들과 잘 어울리지 못했지만 칭찬이나 예뻐 받는 걸 좋아해서 발표를 잘했다. 소심한 친구가 손을 들어선지 선생님께서 잘 봐준 것 같다. 이 때는 여자친구들과 더 많이 놀았다. 지금은 연락하지 않고 지낸다. 이후 초등학교시절은 평범하게 지냈다.

중학교 1학년 10월 쯤 엄마가 돌아가시고 고모네 집 근처로 이사왔다. 친구들도 다 바뀌고 적응하느라 처음에는 힘들었다. 2학년 때는 어렸을 때 봤던 만화로 공감되는 친구가 있어 두루두루 친했다. 아무생각이 없어 잘 어울렸고, 지금도 가끔 연락하고 지낸다. 우리 형제들은 고모네랑 바다도 놀러가고 꽃 축제, 계곡도 다니며 즐거운 시간을 보냈다. 하지만 아빠는 함께 하지 못했고, 술 마시고 늦게 들어오거

나 잘 들어오지 않았으며, 돌봐주지도 않았다. 내 감정은 아무렇지도 않았다. 그래도 아빠가 돈을 벌어 와서 서운하지는 않았다. 일은 꾸준히 하였지만 생활적인 부분만 챙겨주었다. 밥은 고모네 가족과 같이 먹었다.

엄마가 돌아가시고 1년 정도 후부터 방 청소, 설거지, 빨래를 아예 하지 않았다. 이유는 내가 꼭 해야 하는지 귀찮은 생각이 들었고, 중요하게 생각하지 않았다. 공부에는 별로 관심이 없었고, 아빠가 주는 돈으로 밥을 사먹었다. 엄마가 돌아가시고 1년 동안은 엄마 생각이 별로 나지 않았다. 장례식장에서도 별로 울지 않았고, 어딘가에 살아 있을 것 같은 생각이 들었기 때문이다. 엄마의 죽음을 인지를 하지 못한 것 같았다. 근데 중 3 때부터는 인지가 되어 내게 많은 생각이 들었다. ‘공부도 안하고 말도 안듣고 나는 뭇 때문에 살고 있는가?’ 라는 부정적인 생각이 많이 들었다. 고모에게도 자주 혼나고 슬프고 짜증나고 엄마가 원망스러웠다. 그 때가 사춘기였던 것 같다.

고등학교는 공고를 갔다. 까진 애들이 많았으며, 한반에 40명 중 여자는 7명 쯤 됐다. 난 잘 어울리지 못했다. 밥도 잘 먹지 않았고, 수학여행도 가기 싫었다. 학교생활에 재미도 느끼지 못했다. 같은 반에 친한 친구가 없어 혼자 지냈다. 오히려 다른 과에 친한 친구가 있었다. 고 1 중반부터 화장도 하고 연애도 했다. 선배랑 술도 마시고 오토바이도 탔다. 호기심에 담배도 피워보고 고모한테 맨날 혼났다. 잘 씻지도 않고 머릿도 안감았지만 화장은 꼭 했다. 창피한 건 잠시, 그때만 넘기면 됐다. 처음에 연애는 학교 선배였고, 무뚝뚝한 사람이었다. 지금 생각해보면 눈이 낮았던 것 같다. 아빠가 알게 되어서 그 남자한테 욕하고 난리였다. 그 선배에게 딱 여자가 생겨서 헤어졌다. 두 번째는 같은 반 친구 오빠였는데 네이트온을 통해 연락했고, 2달 정도 사귀었다. 질려서 그 남자가 먼저 헤어지자고 했다. 세 번째는 같은 반 남자에였다. 나는 인기가 있는 편이어서 나를 좋아하는 애들이 몇 명 있었다. 머리가 길고 청순해 보이고 얼굴이 예뻐서 인기가 있었다. 사귀는 남자들의 공통점은 없다. 내 이상형은 말이 엄청 많은 남자는 싫고, 말이 그리 많지 않은 남자, 말없이 나를 챙겨주는 사람이 좋다. 말과 행동이 반반인 사람이이면 좋겠다. 사는 것에 대해 부정적인 생각으로 자살 카페 가입도 해보고 나쁜 생각을 많이 했다. 그런데 고등학교 때 상담선생님께서 너희 동생들은 사지가 멀쩡한데 그게 어디냐며 나무랐다. 그때 동생들이 장애인인 아니라는 것이 큰 위안이 되었고, 다행이라는 생각도 들었다. 학창시절 아빠는 돈을 헤프게 써서 우리를 힘들게 했다. 사귀던 여자네 가족을 도와주려고 했던 것 같고, 도박도 했던 것 같다.

학교 졸업 후 친구들이 직장을 다니면서 엄마 없어도 회사도 잘 다니고 열심히

히 산다는 평가를 해줘서 내 자신이 뿌듯했고, 고모가 학교 다닐 땐 통금이 6시였는데 이젠 자유롭게 풀어줘서 내 맘대로 할 수도 있어 좋다. 시간이 지나니 부정적인 생각들이 긍정적으로 바뀌고 속마음도 털어낼 수 있는 친구도 생겼다. 직장도 다니면서 입고 싶은 거, 먹고 싶은 거 마음대로 할 수 있는 자유가 생겼다. 아빠도 우리에게만 돈을 쓴다. 이젠 막내 동생도 창피당하지 않게 챙겨준다.

작품에 대한 느낌은 돌아보니 좋았던 거, 안좋았던 게 비슷한 것 같다. 제목은 <내가 살아왔던 인생의 곡선들>이라고 지었다.

서울에 살았던 어린 시절에도 부모로부터 제대로 된 양육을 받지 못하였고, 광주로 이사오면서 자신을 잘 예뻐해주던 막내고모와 헤어지게 되었던 것이 첫 번째 상실로 소심하고 또래관계에 어려움을 보였던 것 같다. 엄마가 돌아가시고 난 후 처음에는 죽음을 인정하지 않고 무감각한 상태였다가 비정상적인 애도 반응으로 깊은 절망과 분노, 원망으로 사춘기를 지냈었고, 자살까지 생각을 했었던 것 같다. 정상적인 또래관계의 친밀감을 형성이나 학습에 집중하지 못했고, 현실도피로 이성과 외모에만 관심을 쏟았다. 하지만 아빠의 부재 대신 고모의 끝없는 보살핌과 동생들에 대한 책임감이 큰 딸의 삶을 지탱해주었던 것 같다. 자신의 삶의 이야기를 통해 좋았던 거 안좋았던 것이 반반이라고 자신에게 부정적인 면만 있는 게 아니라 자신이 가진 긍정적인 자원을 스스로 찾게 된 듯하였다.

- 3회기 : 상실과 애도

지난 회기를 통해 자신의 삶속에서 어머니에 대한 분노와 원망이 어머니의 상실에 대한 슬프고 애통한 감정 보다 컸음을 어렵듯이 인식하게 되었다. 이번 회기에는 제대로 된 어머니에 대한 애도의 과정을 거쳐보기로 하였다.

음악을 들으며 조용하고 집중하여 작업하였다. 네모난 상자를 골라 잔디를 깔고 꽃으로 장식했다. 목각인형은 위는 흰색, 아래는 분홍 옷을 입혔다. 엄마가 좋아했던 옷이다. 엄마 생각은 잘 안난다. 집 청소 할 때 분홍색 추리닝 바지를 입었었다. 우리 엄마는 긴머리를 길게 늘어뜨렸다. 마지막으로 웃으라는 뜻으로 웃는 얼굴을 만들어 주었다. 천국가라는 뜻으로 날개를 달아주었다.

얼마 전에 납골당에 갔었는데 고모부가 납골 기간이 곧 지나니까 다시 계약하지 말고 적당한 곳에 가서 자유롭게 뿌리자고 했다. 유골함 대신 무덤이 있었으면 했는데 그것도 좋은 생각 같다. 이쁜 꽃이 있는 곳에 뿌리자고 해서 동의할 생각이 다. 아직 아빠하고는 이야기를 안해봤다.

엄마에게 하고 싶은 말은 “여기서는 행복하게 웃으면서 지내라.” 너무 오래되어



<그림 30> 잘 가

서 엄마 성격이나 말투를 까먹었다. “아마 더 이쁘게 꾸며주지 그랬냐?”고 할 것 같다. 예전보다 부정적인 생각을 안한다. 이 작업을 하고 나니 씩씩하다. 그동안은 애써 생각을 안하려고 했던 것 같다. 제목은 <잘가>라고 짓고 싶다.

큰 딸은 가족치료 초기에는 엄마에 대해 이야기하는 것 자체를 강하게도 부인했다. 개별 치료를 진행하면서 점점 엄마에 대한 감정을 표현하기 시작했고, 이번 회기를 통해서 엄마에 대한 그리움과 안타까움으로 표현되었다. ‘유골을 이쁜 꽃 있는데 뿌리자’, ‘자유로운 곳에 날려주자’, ‘행복하게 웃으며 지내라’, ‘잘가’라는 인사로 엄마의 죽음에 대해 받아들이고, 마음속에서 떠나보내는 애도를 하였다.

- 4회기 : 상실을 너머

마음에 드는 상자를 선택 한 후 음악을 들으며 자신의 외면과 내면의 모습에 대해 떠올려본다. 상자의 바깥은 남들이 보는 나, 안쪽은 나만 아는 자신의 모습을 색깔이나 오브제를 통해 표현해보았다.

상자 뚜껑이 완전히 닫히는 상자를 선택하였다. 외부와 자유롭게 소통하기에는 아직도 힘든 자신의 모습을 보여주는 것 같았다. 바깥쪽은 파랑과 회색 색종이를 번갈아 가며 붙였다. 좀 어둡다는 느낌이라고 하였다. 안쪽은 분홍색 색종이와 큰 눈을 붙였다.

상자의 밖은 내가 주변에서 듣는 말로 무뚝뚝하다, 말이 없다(차갑고 도도해 보



<그림 31> 여러 가지 얼굴

인다, 무표정이고 말을 많이 하지 않아서), 싸가지 없어 보인다(주로 첫 인상), 욕도 잘한다(깊이 사귀 친구들에게), 단순하다(생각을 단순하게 한다. 상대에 대해 꼬아서 생각을 안한다, 무슨 일이 닥치면 그럴 수도 있다고 생각한다), 웃긴 말을 잘한다(유머러스한 편이라고 한다), 나는 게임이 좋아한다(요즘은 옛날만큼 하지

않는다, 여전에는 PC방 가면 5시간이상 하기도 했다. 주로 총게임을 많이 했다. 게임이 잘되면 기분이 좋았고, 안되면 기분이 안좋았다. 주로 타 지역에 있을 때 친구들과 일할 땐 한 달에 1번, 놀 때는 1주일에 4~5번 온라인게임을 했다. 광주에 내려와서는 주로 술자리를 한다), 나는 외로움을 잘 탄다(친구 애인이 있을 때, 놀러가는 사진 볼 때, 생일파티 시 나만 빠질 때 등 함께 할 자리에 못할 때 그런 생각이 든다), 착하다, 화를 안낸다, 뒤끝이 없다

상자의 안은 나만 아는 내 모습이다. 말도 많다, 밝고 소심하다(남의 눈치를 많이 본다), 눈물이 많다(슬픈 생각, 엄마생각은 무조건, 친구들이 엄마 얘기할 때나 집안일을 하며 이걸 내가 할 것이 아니라는 생각이 들 때, 하지만 친구들이나 남친앞에선 눈물을 흘리지 않는다), 이기적이다(내가 괜찮은 사람한테는 잘하지만 그렇지 않으면 피도 눈물도 없다. 예를 들어 신뢰감이 무너진 사람, 자기주장이 강하고 자기중심적인 사람이다), 아무렇지도 않게 잘한다(감정을 절제하고 화를 잘 참는다. 친구들이랑 한 번도 싸운 적이 없다)

내가 여기서 꼭 갖고 싶은 나의 모습은 '착하다' 평생 가지고 싶은 모습이다. 제목은 <여러가지 얼굴>이다.

자신의 감정표현을 잘 하고, 자기인식이 잘 되고 있다. 남들 앞에서는 눈물을 보이지 않지만 혼자 있을 때는 눈물이 많다고 하였다. 엄마 생각에는 무조건 눈물이 나온다고 하였다. 이제껏 이런 슬픈 감정을 억누르다보니 다른 감정까지 억누르며 살아왔고 타인에게 비추어진 모습이 무뚝뚝하고 차갑다는 말을 듣게 되었던 것 같다. 하지만 내가 평생 가지고 가고 싶은 모습으로 '착하다'는 것은 엄마의 죽음에 대한 죄책감과 엄마 없는 아이라는 말을 듣지 않게 반듯하게 자라고 싶은 소망의 표현이기도 한 것 같다. 또한 엄마가 자신들을 남기고 떠난 듯 타인에게 거절당할까봐 지나치게 좋은 모습으로만 비춰지길 바라는 소심함에서 비롯되어진 것 같다.

- 5회기 : 희망의 씨앗

여기에 여러 가지 작은 씨앗이 있다. 이 씨앗 중 1개를 골라 씨앗이 어떤 환경에서 어떻게 성장하는 지 상상해본다. 도화지 위에 씨앗을 자신이 원하는 위치에 놓고 그림으로 표현하였다.

넓은 들판 땅속의 씨앗이 자라서 큰 벚꽃나무가 되고, 요즘처럼 벚꽃이 흩날리고 있다. 많은 사람들이 찾아오는 주목받는 나무이다. 사람들이 사진 찍기 좋아서 많이 찾아온다. 두 사람이 손을 잡고 있거나 가족끼리 함께. 제목은 <행복한 나무>, 이유는 세상 사람들이 웃고 보러 와서 라고 하였다.



<그림 32> 행복한 나무

자신도 타인 속에서 인정받고 싶고 사랑받고 싶은 마음을 표현하였다. 자신 또한 많은 사람들에게 위로가 될 수 있는 존재, 기대고 싶은 존재가 되고 싶은 마음을 담은 것이기도 한 것 같다.

개별 미술치료를 마치면서 생각보다 좋았다고 하였다. 그동안 말로 꺼내기 힘든 어머니 죽음에 대한 애도의 과정을 통해 불안정한 내적 대상이 - 작은 씨앗이 든 든한 나무로 자랐듯이 - 건강한 자기 대상으로 자라나는 것 같다.

2) 작은 딸의 개별미술치료

- 1회기 : 최초의 기억

어머니에 대한 첫기억을 떠올려보고 이미지화 시켜볼 수 있다. 어렸을 때 유치원 가기 전까지 고모가 데리고 있으면서 키워졌다. 유치원 때부터 부모와 같이 살았고, 주말에 고모네 집에 갔었다.

엄마에 대한 첫기억으론 둘이서 시장에 많이 갔었고, 다 컸는데도 유모차를 타고 다녔던 기억이 난다. 엄마랑 같이 본 코미디 프로그램도 생각난다. 초등학교 때 드레스 입혀준 것도 생각이 나는데 학교에 갈 때 엄청 창피해서 신호등을 건너야 하는데 못 건너고 결국 지각을 했다. 드레스가 너무 화려해서 학교에 입고 가기가 창피해서 부끄러운 기억으로 남아있다. 엄마는 술을 많이 마셨다. 아빠가 일을 가고 나면 우리들 있는데 혼자 술을 마셨다. 아빠랑 마시다가 몸싸움하기도 해서 잠자다가 깨 왜 저러는가 싶었다. 엄마는 평소에도 술을 많이 마셨으며, 거의 아빠만



<그림 33> 기쁨속의 절망 - 술

큼 술을 많이 드셨다. 하교 후 학원가야 되는데 그때도 술 마신 상태였고 초등 1년생인 나한테 술을 사오라고 하였다.

엄마에 대한 기억은 안좋다. 늘 술먹고 싸우기 때문이다. 나한테 잘 해주기도 하였지만 이유 없이 화를 내곤 했다. 저학년 때는 잘해줬으나 고학년이 되고 부터는 성격이 변한 것 같았다.

내가 엄마와 비슷한 점은 욕하는 것이고, 기분상할 때마다 짜증나게 하는 상대는

다르다. 근데 화내고 나면 기분이 그냥 답답하다. 친구들한테는 가끔 그런 적 있다.

파랑색 접시 위에 술병, 드레스, TV, (시장)바구니를 만들었다. 제목은 <기쁨속의 절망-술>이라고 하였다. 어머니에 대한 따뜻한 기억들이 더 많지만 술에 대한 안좋은 기억이 자신에게 더 많이 남은 듯하였다.

- 2회 : 감정의 흔적

음악을 들으며 현재부터 태어날 시점까지 자신의 삶을 돌아보고, 주요한 사건들을 되돌아본다. 부정적 경험을 긍정적으로 재경험해본다. 전지 1/2의 크기에 리본이나 끈을 이용하여 가운데를 중심으로 위에는 긍정적인 기억, 아래는 부정적인 기억을 상징적으로 표현하거나 글로 표현해보기 하였다.

서울에서 태어났지만 부모님의 맞벌이로 고모가 나를 키워주었고, 병설유치원을 다니기 시작하면서 부모님과 함께 살았다. 사진으로 보면 좋아보였다. 초등학교 때는 친구들과 어울리며 많이 놀러 다녔다. 학년이 올라갈수록 부모님이 술 마시고 한밤에 몸싸움을 했다. 영어학원에 다니면서 친구들과하고 친해졌고, 영어에 흥미를 가지게 되었다.

5학년 때 엄마가 돌아가셨는데 충격을 받았다. 고모집 근처로 전학을 가게 되었고, 음식을 많이 먹게 되었고, 말수가 없어졌다. 낯선 학교에서 친구들과 친해지긴 어려웠다. 몇몇 친구들이 말을 걸어줘 친해지게 되었고, 지역아동센터도 다니게 되었다.

중3 때는 왕따를 당하게 되었다. 이유는 말수가 없어서 남이 말을 걸어도 말을 잘 하지 않았다. 그래서 친구들이 놀리기도 했고, 그래서 늘 혼자였다. 우울했다. 하지만 왕따를 당한 사실을 학교 선생님도 고모도 지역아동센터 선생님에게도 말



<그림 34> 인생곡선

하지 않았다. 내색을 하면 걱정할 것 같아 말하지 않았다. 몇몇 친구들이 챙겨주기도 했다. 스트레스를 많아 받아 집에서 게임하고, 공부방에서는 어린 동생들과 놀면서 풀었다. 그 시절 공부방이 나에게 위안을 주었다. 중3 때 갑상선에 걸려서 살이 확빠졌다. 왕따를 당한 후 점심을 먹지 않고 점심시간에 도서관에 다니고 옆드려 잠만 잤다.

고등학교 진학은 집에 가까운 곳에 가고 싶었으나 성적이 안돼서 집과 먼 곳으로 갔다. 고등학교는 중학교 때 아는 애들이 별로 없어 내가 먼저 친구들에게 말을 걸었다. 몇 명과 친해졌고, 학교에서 친구들과 잘 지냈다. 예전 보다 활발해졌고, 약간 기분이 풀어지고 맘이 더 편해졌다. 약간 공부도 좋아하게 되어 열심히 했다. 친구들도 점점 많아지게 되고 하교 후 먹을 것을 사 먹으로 다니기도 하며 많이 놀러 다녔다.

지금 다니는 회사에서 면접에서 떨어져 고모한테 꾸중을 많이 들었는데 추가 합격하여 회사에 다니게 되었다. 내가 벌써 돈 벌 나이가 되었다는 게 불안하다. 사회진출이 불안하다. 하지만 안정되게 돈을 벌 수 있다는 건 좋다.

작업 후 느낌은 오락가락한다. 제목을 지어보자고 하자 잘 모르겠다고 하였다. 어머니의 죽음 이후 갑자기 달라진 환경에 적응이 어려웠던 것 같다. 어른들의 혼란스러운 정황상 어머니에 대한 자신의 감정을 받아주기 힘들어 아주 깊숙이 숨기게 되고 슬픔을 밖으로 표출하지 못했던 것 같다. 또래관계에도 힘이 들었고, 정서적 불안은 학습에도 관심이 없었게 하였다. 계속되는 어머니를 잃은 상실과 슬픔은 우울감정으로 살게 하였고, 자신이 분노하여도 그 분노도 받아들여지지 않아 이내 모든 것에 무기력한 상태를 만들었던 것 같다. 중학교 사춘기 시절 왕따로 관계의 실패를 경험하고도 주위 사람들을 헤아렸던 애어른 같은 면도 있었다. 이러한 스트레스를 혼자서 견뎌내며 신체질환까지 얻게 되었던 것 같다. 사회에 진출해서도 소중

한 것을 갑자기 잃어버린 경험이 지금 안정적인 것을 파괴할 것 같은 불안으로 직장내 상사와 동료들의 눈치를 많이 보는 등 관계의 어려움을 초래하는 것 같다.

- 3회기 : 상실 그리고 애도



<그림 35> 편안공간

어머니가 돌아가시고 일상생활을 독립적으로 불가능할 정도로 큰 무기력증과 깊은 우울에 빠져있었다. 내 삶과 성격을 변화시킨 엄마를 마음속에서 떠나보내기로 하였다.

목각인형의 가슴에 보라색 하트를 붙였는데 보라는 엄마의 성격을 나타내는 색이다. 약간 착하기도 했지만 조용했던 것 같다. 머리에 나비, 파랑 팔찌, 샌들은 엄마가 꾸미는 것을 좋아해서 붙였다. 우리 엄마가 술을 마시지 않았을 때는 착한 엄마였고, 순수함을 지닌 엄마였다. 종이상자 위의 노랑꽃은 예뻐서 붙였고, 가운데 새는 훨훨 날아갔으면 해서 붙였다고 했다.

엄마에게 하고 싶은 말은 평생 좋은 곳에서 살라고 하고 싶다. 지금 느낌은 썩 좋지는 않고 원망이 많이 남아 있다고 하였다. 제목은 <편한 공간> 붙였다.

어머니에 대한 양가감정으로 우리를 버리고 간 원망이 남아 있지만, 이제 좋은 곳에 가서 자신들에 대한 미안함을 버리고 자유롭게 잘 살아갈 것 소망하였다.

- 4회기 : 상실을 너머

나는 조용하고 말이 없지만 책임감은 높은 편이라고 하였다. 상자의 겉면은 회색과 보라로 표현하였다. 가운데 보라색 위의 스티커들은 친구들과 관계를 나타낸다. 친구들에게 나는 인기가 있는 편이다. 친구들이 심한 말장난을 하더라도 다 받아주는 편이고 잘 싸우지 않는다. 나머지 부분은 가족이나 직장에서의 나를 바라보는 모습이다. 실수를 많이 해 실망스런 모습을 한 스티커는 초기 적응을 잘 못하는 자신을 바라보는 모습 같다. 처음이니까 많이 불안했고, '재 뭐야?'하며 지켜보는 것 같다. 새의 표현은 남들이 걱정스럽게 나를 바라보는 모습이였다. 행동이 느려 내 일을 잘 할 때도 있고 아닐 때도 있지만 좀 더 잘하고 싶은 마음이 많다. 안쪽은 나의 내면으로 나는 눈물이 많고, 재밌고(나의 참모습이라고 생각함), 잘 웃고,



<그림 36> 180°

욱하는 것도 많고, 당황스러워 할 때가 많고, 자유로움을 갈구한다. 나의 안과 밖이 180° 다르다. 그래서 제목을 < 180° >, 지금은 생각에만 머무는데 더 나아가야 될 것 같다.

남들에게 보여지는 걱정스러운 모습이 아닌 내면에 존재하는 다양한 감정들을 잘 표현하지 못했던 것 같다. 재밌는 것이 나의 참모습이라고 스스로 생각하고

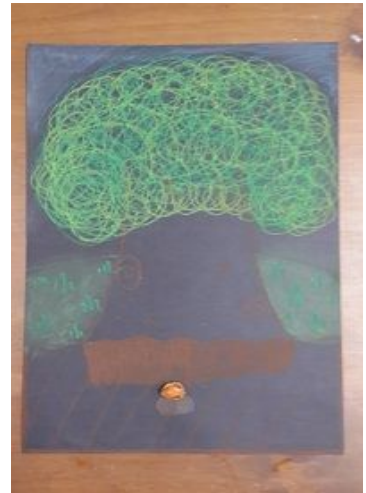
있고, 지금에 머물지 않고 나아가고 싶다고 자신의 긍정적인 변화상을 찾아가고 있다.

- 5회기 : 희망의 씨앗

도화지 위에 씨앗을 자신이 원하는 위치에 놓고 이 씨앗이 자라서 어떻게 성장할 것인가 상상해본다. 검정도화지 위에 화면 가득 나무를 그렸다. 작은 씨앗이 나중에 커서 푸른 들판에 가장 웅장하게 큰 나무가 되었으면 좋겠다고 하였다. 이 나무는 오래 살 것 같은 나무, 건강해 보이는 나무라고 하였다. 이 나무아래 친구들과 함께 놀러 가고 싶다고 하였다. 느낌은 도화지가 어두운데 나무가 밝아 보인다고 했다. 제목은 <거대함>이라고 하였다.

작은 씨앗이 들판의 가장 큰 나무로 자라길 희망하는 것처럼 자신도 어떤 시련에도 흔들리지 않는 든든한 사람이 되고 싶은 마음의 표현인 것 같다. 오래 살 것 같은 나무는 일찍 돌아가신 엄마의 안타까운 표현이며, 건강해 보이는 나무라는 표현은 자신이 갑상선을 극복하고 건강을 되찾고 싶은 자신의 의지 소망을 표현한 듯하다. 도화지 가득 큰 그림은 자기 통제력이 약한 현재의 자신이 상태를 나타내기도 하였다.

개별치료를 마친 소감을 묻자 “약간 묵직한 것이 풀린다.”고 하였다. 뭔가 묵직한 것이 풀린 느낌이라는 표현으로 그동안 집안 내의 금기시 되었던 엄마에 대한



<그림 37> 거대함

에도로 마음 속 깊이 억압되어 있던 감정들이 서서히 녹아내리는 표현을 한 것 같다.

(3) 가족미술치료 II

- 1회기 : 가족집단화

가족들이 밝아진 분위기로 왈자지껄하며 치료실에 들어왔다. 고모는 비가 올지 모른다고 우산 3개를 챙겨서 왔다.

작품의 주제를 선정할 때 큰 딸은 바닷가를 제안하고, 바다를 만들자고 했다. 핸드코트를 잘 만지지 않으려 했고, 화면을 꾸밀 때는 먼저 자신이 바다를 만들겠다고 파랑 색모래와 은빛 반짝이로 바다를 만들었다. 안개꽃다발을 만들어 한쪽에 놓았다. 가족들에게 재료를 아껴써라, 정신사납다, 심플하게 하자며 작업을 통제하였다. 느낌으로는 핸드코트를 만지기 싫었다. 느낌이 이상했고, 꾸밀 때는 뭔가 후련함을 느꼈다. 하고 싶은 것을 한 것 같다. 작품의 느낌은 조용하고 고요하다고 하였다.

고모가 먼저 핸드코트를 손으로 집어서 푹 때서 조카들에게 작업을 시켰다. 작품 하면서 제일 즐거워했고, 이것저것 재료를 많이 놓아 큰 누나의 통제를 받았다. 느



<그림 38> 해변가에서 다이아몬드 찾기

낌으로는 핸드코트가 처음에 만질 때는 좀 거시기 했는데 만지다 보니 기분이 좋았으며 감정이완의 경험을 이야기 하였다. 조개껍질과 돌을 던지니까 푹푹 배기는 것이 기분이 좋았다고 하였다. 해놓고 보니 애들 어렸을 때 완도에 있는 해수욕장을 잘 다녔는데 그 때가 생각난다고 하였다. 올해도 시간나면 가고 싶다고 했다.

작은 딸은 조용히 지켜보더니 가족들이 하는 작업을 옆에서 도와주는 역할을 하였다. 조개 무덤 때문에 남동생과 약간 신경전이 있었다. 남동생은 해파리를 만

들고 싶어 했는데 작은 딸은 거기에 조개를 묻어 조개 무덤으로 만들었다. 느낌으로는 핸드코트가 느낌이 좀 안좋다. 너무 물렁해서 만지기 싫었다. 하지만 조개와 돌로 꾸밀 때는 기분이 괜찮았다. 조용히 바닷가를 걷고 싶었는데 돌무덤 때문에 분위기를 깬다고 하였다.

막내아들은 만들어진 화면 위에 제일 먼저 흰 돌을 던지며 좋아하였다. 큰 누나의 통제를 받기 전까지 계속 돌을 던져 꾸몄고, 조개에 다이아몬드를 넣어 붙였다. 작은 누나와 해파리와 돌무덤으로 신경전을 벌이기도 했다. 느낌으로는 핸드코트 만지고 나니까 머리가 아팠다고 하였다. 뭔가를 꾸미려고 했는데 작은 누나 때문에 그냥 돌무덤이 되었다고 투덜거렸다. 작품에 대한 느낌으로는 돌무덤 때문에 바닷가에 안가고 싶다고 하였다. 전체 제목은 <해변가에서 다이아몬드 찾기>로 정하였다.

핸드코트를 바르는 과정에서는 서로 만지지 않으려고 하는 경향이 있었고, 고모의 지시로 마지못해 만지기 시작하였다. 통제되지 않는 무른 재료의 거부감으로 가족들의 자유롭지 못하고 억압되어온 감정을 엿볼 수 있다. 큰 딸의 작업지시와 통제는 현재 가족의 권력구조를 살펴볼 수 있다. 작은 딸과 막내 아들의 신경전은 형제간의 경쟁구도를 알 수 있었다. 고모는 작업 중 말도 많고, 적극적인 태도를 보였으며, 그러면서도 조카들의 의견을 존중해주었다. 평소 고모의 소통의 방식을 잘 보여주는 것 같다.

주제 면에서 모성과 관련된 바다를 꾸밈으로써 자신들을 낳고 키운 어머니에 대한 애도의 과정으로 사랑과 그리움을 표현하였다. 많은 조개와 예쁜 돌, 돌무덤, 보석을 품은 조개, 꽃다발, 은빛 물결이 출렁이는 잔잔한 바닷가 등등 풍요롭고 아름다운 바닷가를 표현하였다. 이제 가족들이 그 바닷가에서 있는 그대로 맘껏 거닐고 놀 수 있을 만큼 내면의 긍정적인 모성상이 자리잡히는 계기가 된 것 같다.

제 4 장 연구결과

제 1 절 사전 · 사후 투사검사 결과

1. 사례 1 가족의 사전 · 사후 투사검사 결과

(1) 가족체계진단(GSDT)

Landgarten의 가족체계진단을 근간으로 가족의 체계를 평가하기 위해 사전·사후 검사를 통해 가족의 역동을 살펴보고, 그 변화상을 살펴보았다. 가족의 상호작용의 정보는 Landgarten가 제시한 17가지 항목에 유의하여 관찰 비교한 것이다.

1) 사전검사

① 비언어적 미술작업

- 어머니 : 처음에는 노랑색 크레파스를 집어들었으나 작은 딸이 똑같은 것을 집자 “엄마랑 좋아하는 색도 똑같냐?”고 하였다. 자기 앞에서 그리기 시작하였고, 미술 활동을 하니깐 크레파스, 붓을 그려봤다고 하였고, 다람쥐를 그렸는데 사막여우 같다고 하자 창피해하였다. 큰 딸이 엄마가 좋아하는 안개꽃을 그려주자 좋아하였다.



<그림 39> 사례 1 가족 비언어적 사전작업

그리기 시작하자 그리기 시작하였고, 가장 넓은 영역을 차지하였다. 팩트, 퍼즐, 공, 영화, 노래방, 치킨, 허니브래드, 악기, 휴대폰, 동물, EXO를 그렸고, 가장 좋아하는 것은 휴대폰과 악기라고 하였다. 악기는 국악반 연습할 땐 힘들지만 연주하는 게 좋다고 하였다. 휴대폰은 친구들과 대화할 수 있어 좋다고 하였다. 어머니와 언니가 작업하는 것을 지켜보더니 작업하였고, 묵언의 규칙을 잘 지키지 않고 말을 하였다. 토스트, 눈, 계란 후라이, 선풍기, 아이스크림, 크리스마스, 음표, 초코렛, 티트, 우산을 그렸다. 이것 중 티트는 갖고 싶어서 그렸고, 우산은 누가 머리 끄덕이를 잡아서 우산을 휘둘렀던 기억이 나서 그렸다고 하였다. 외모적으로 많이 꾸미고

엄마는 큰 딸이 뒤에 한번 빠지면 헤어가지 못해 걱정이라고 하였다. 친구들도 이성보다 동성친구가 많았으면 좋겠다고 하였다. 자신이 학창시절에 동성보다 이성친구들이 많았는데 결혼하고 나니 만나기 힘들어 후회하고 있다고 하였다. 작은 딸은 너무 외모에 관심이 많아 걱정이라고 하였다.

큰 딸은 검정을 골랐고, 단 순해서 좋다고 하였다. 어머니가

싶는데 아토피가 있어서 바르기도 힘들고, 엄마는 무작정 안된다고 해서 속상하다고 하였다.

② 언어적 미술작업

큰 딸이 악보를 그리자고 제안하였다. 큰 딸은 이번에도 검정색을 골랐고, 음표와 EXO 노래와 가사를 적었다. 공부방에서 친구들과 어울리기도 힘들고 공부도 잘 안되는 것 같다고 하였다. 말을 하니깐 묵언으로 그릴 때보다 좋았다고 하였다.



<그림 40> 사례 1 가족 언어적 사전 작업

어머니는 연두색을 골랐고, 빅뱅의 맨정신이라는 노래를 좋아한다고 하였다. 친척들이 딸

들과 친구처럼 지낸다고 부러워했다. 아이들이 공부방에 대한 불만이 많으나 그냥 참고 다니라고 말한다고 하였다. 예전에는 애들이 그러면 나도 불만이었는데 지금은 안보내기도 걱정되고 해서 이런 곳 없다는 생각이 든다고 하였다. K-POP이라는 공통분모가 있어 딸들이랑 친해져서 좋다고 하였다.

작은 딸은 노랑을 또 골랐고, 빅뱅, EXO 등 가수들의 이름과 가사를 쓰며 어머니와 노래를 불렀다. 초등학교 때는 공부방이 좋았는데 중학생이 되자 자신들에게 의 행동을 너무 많이 통제한다고 생각이 든다. 말하면서 그림 그리니까 시끄럽긴 해도 좋다고 하였다.

③ 평가

묵언으로 그리기에서는 큰 딸이 가장 넓은 영역을 차지하였고, 어머니와 작은 딸은 비슷한 색을 고르며 동질감을 나타내며, 삼각관계를 형성하고 있음을 보여준다. 큰 딸이 엄마에게 좋아하는 꽃을 선물하며 자신의 마음을 표현하였다. 언어를 사용한 집단화 그리기는 K-POP을 통해 가족이 친해지고 모녀간 의사소통의 통로로 삼고 있음을 보여준다.

2) 사후검사

① 비언어적 미술작업

어머니는 하늘색, 큰 딸은 남색, 작은 딸은 노랑색 크레파스를 골랐다. 엄마는 책 한권을 그리고 딸들이 하는 작업의 내용을 지켜보았다. 큰 딸은 지난 여름에 놀러갔던 에버랜드와 수학, 시계를 그렸다. 작은 딸은 두부, 볶음밥, 햄, 김치, 콩나물, 족발 등 자신이 먹고 싶은 음식을 그렸다. 주제와 그림내용이 가족끼리 전혀 어울리지 못하였다.



<그림 41> 사례 1 가족 비언어적 사후 작업

② 언어적 미술작업

어머니는 “우리가족은 그림은 잘 못 그린다. 멘붕이다. 만들기는 잘한다.”며 웃자 두 딸도 동조하였다.

주제(사랑이란)를 정하고 작업하였다. 어머니는 주황, 큰 딸은 파랑, 작은 딸은 진노랑으로 그렸으며, 가족끼리 전혀 섞이지 못하였다. 작은 딸이 가장 먼저 그림을 그렸고, 하트를 그리자 어머니가 왜 그리 못그리냐며 핀잔을 주었다. 아랑곳 않고 그리자 어머니가 시범을 보였다. 이후 어머니는 딸들의 그림에 대해 평가를 하며 우리 가족은 그림을 못그린다고 하였다. 자신은 그리기에 소질이 없다. 하트와 연결고리를 그렸고 작은 딸이 연결고리를 몇 개 이어서 그리자 “손발이 안맞아 도둑질도 못하겠다.”고 농담을 하였다. 작은 딸이 애교를 부리자 웃어넘기며, 사랑은 모두 연결고리인 것 같다고 하였다.

- 작은 딸은 자기는 맘에 든다며 계속 작업하였고, 하트와 사탕, 반지, 돈, 연애, 데이트가 생각난다고 하였고, 그중 돈이 가장 맘에 든다. 지금 사고 싶은 게 많다고

하자 엄마가 나도 그렇다고 대답 하였다.

③ 평가

여전히 가족이 각자의 영역 안에서 자신의 생각대로 움직이는 경향이 있다. 자신이 느끼는 트라우마에 때문인지 자기 중심으로 행동하였고, 다른 가족에 대한 배려와 공감력이 떨어졌다.



<그림 42> 사례 1 가족 언어적 사후 작업

하지만 다른 가족원에 대한 입장을 귀담아 들으려고 하고, 예전에 비해 자유롭게 자신의 생각을 이야기 할 수 있고, 이견을 조정하려는 노력으로 보였다.


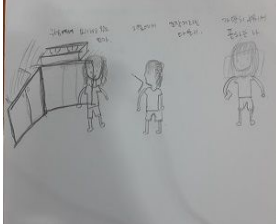
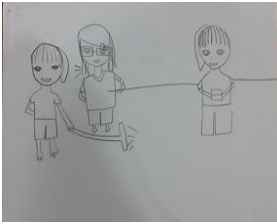
어머니는 자신의 자녀에 대한 확고한 사랑을 많이 표현하였다. 나아가 예전과는 다르게 일관성 있는 태도를 유지하려고 노력하였다. 하지만 상황에 따라 자녀들을 희생양으로 삼으며 자신의 요구를 관철시키려는 것도 엿보였다.

큰 딸은 예전 자신의 모습대로 주변사람(공부방 쌤, 학교 쌤)들이 평가하는 것을 무척 속상해했다. 자신이 변화하려고 노력하는 모습을 통해 자신을 지지, 격려 해주길 기대하고 있었다.

작은 딸은 집안의 활력이지만 유아적인 태도로 상황에 따라 어머니와 언니와 삼각관계를 이루며 적당한 희생양 역할을 하고 있다.

(2) 동적가족화(KFD)

1) 사전 검사

구 분	어머니	큰 딸	작은 딸
KFD			

그림양식		일반적 양식	테두리화	일반적 양식
특징	표정	모두 웃고 있음	엄마, 본인 -웃고 있음. 동생-무표정	모두 웃고 있음
	필압	약함	보통	강함
인물상의 행위	상호 작용	각자 맡은 구역 집안 청소	엄마와 동생 수다떠는 모습, 나는 누워서 휴대폰 우울	엄마와 본인 밀착관계, 청소기 방향 언니에게 공격성 표현
	어머니	청소 지시	요리하는 모습	청소기 돌리는 엄마
	큰 딸	청소기 돌리는 모습	휴대폰하며 누워있음	휴대폰하며 가만히 있음
	작은딸	분리수거, 썩크대 청소	엄마 옆에서 조잘거림	엄마에게 이야기
역동성	순서	큰 딸-작은 딸-본인	동생-엄마-본인	엄마-언니-본인
	위치	본인-중앙 아래, 큰 딸-왼쪽 상단, 작은 딸-오른 쪽 상단	엄마-왼쪽 상단, 동생- 중앙 상단, 본인-오른쪽 상단	엄마-왼쪽 상단, 본인-좌측 중앙, 언니-오른쪽 상단
	크기	가족 모두 비슷	본인이 가장 큼	본인이 가장 큼
	거리	작은 딸과 가까움	엄마와 동생이 가까움	엄마와 본인 가까움
	방향	모두 정면	동생이 엄마 방향, 본인 등짐	모두 정면

<표 6> 사례 1가족의 동적가족화 사전검사 분석

사례 1 가족의 동적 가족화(KSD) 사전 투사검사에 나타난 가족들의 모습을 분석한 내용이다.

엄마는 그림이 양식이 일반적 양식으로 모두 웃고 있다고 하였다. 필압이 약해 에너지가 달리는 모습을 볼 수 있다. 인물상의 행위에서 가족원들이 자신이 맡은 구역 집안 청소를 하고 있다. 어머니는 화장실 청소, 큰 딸은 청소기 밀기, 작은 딸은 싱크대와 재활용 정리를 하고 있다고 하였다. 순서는 큰 딸과 작은 딸, 본인 순으로 그렸다. 큰 딸에게 의지를 많이 하고 있지만 실제로는 작은 딸과 소소한 이야기를 많이 한다고 하였다. 본인이 두 딸을 컨트롤하고 있듯이 중앙에 위치해 있다. 생각해보니 딸들이 청소를 힘들어 할 수 있겠다고 말하였고, 하지만 집에 방문한 사람들은 우리 집이 깨끗하다고 이야기 한다고 하였다. 청소를 하는 이유는 먼저는 아이들의 건강을 위해 시작했지만 지금은 더러우면 자신이 참을 수 없다고 하였다.



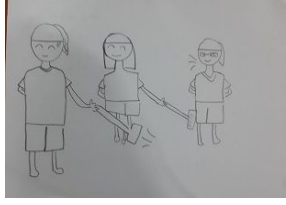
큰 딸의 그림 양식은 테두리화에 가깝다. 그림 검사에 약간 방어적일 수 있는 태도를 보이는 듯 했다. 동생은 어머니를 보며 조잘거리며 수다를 떨고 있지만 약간 소외된 듯하며 우울함이 엿보인다. 평소 집안에서 어머니와 동생이 주로 이야기를 하고 자신은 거의 말을 하지 않는다고 하였다. 그리는 순서는 동생과 어머니, 본인을 그렸다. 동생은 어머니의 애정을 한 몸에 받는 동시에 나의 경쟁의 관계에 있음을 표현하였다. 등 돌린 동생의 모습에서 나와 갈등의 관계를 시사하고 있다.

작은 딸은 필압이 강하고 간결하였으며, 충동적 성향이 엿보인다. 자기 자신을

가장 크게 그렸으며, 자신과 어머니는 밀착 관계를 형성하고 있음을 표현하였다. 청소하는 어머니의 청소기 방향을 언니로 그려 언니에 대한 공격성을 표현하였다. 본인을 중앙에 가깝게 그리고 실제로는 가장 작은데 가장 크게 그린 것으로 봐서 자기중심적 경향이 있음을 말해준다.

사례 1 가족은 어머니와 작은 딸이 한편이 되어 소통하고, 큰 딸은 거기에 속하지 못해 우울함을 보여주고 있다. 가족 중 두 사람이 한 사람을 배제하고, 두 사람이 한 사람에게 불만을 표시하고 소외시키는 등 역기능적 가족관계를 볼 수 있다.

2) 사후검사

구 분		어머니	큰 딸	작은 딸
KFD				
그림양식		일반적 양식	포획화	일반적 양식
특징	표정	모두 웃고 있음	엄마-긴지함, 본인-웃고 있음. 동생-뺏모습	엄마와 언니는 힘들어함. 본인은 웃고 있음
	필압	보통	보통	강함
인물상의 상호작용	상호작용	큰 베개에 기대어 세 명이 TV보고 깔깔대는 모습을 확대해서 그림	엄마-얘기하는 엄마와 TV보며 이야기를 나누는 모습	엄마와 언니의 청소기 방향이 본인한테로 향하여 본인에게로 공격성을 가하는 표현
	어머니	같이 웃고 떠드는 모습	얘기하는 모습	청소기 돌리는 엄마
	큰 딸	같이 웃고 떠드는 모습	들으며 TV봄	청소기 돌리는 언니
작은 딸	같이 웃고 떠드는 모습	들으며 TV봄	엄마와 언니에 지시함	
역동성	순서	큰 딸-작은 딸-본인	엄마-본인-동생	엄마-언니-본인
	위치	본인-왼쪽중앙 아래, 큰 딸-왼쪽 상단, 작은 딸-중앙 위쪽 상단	엄마-왼쪽 하단, 동생-중앙 하단, 본인-왼쪽 하단	엄마-왼쪽, 본인-오른쪽, 언니-중앙
	크기	가족 모두 비슷	동생만 작음	엄마가 가장 큼
	거리	거의 비슷	본인과 동생이 밀착	엄마와 언니가 가깝지만 거의 비슷
	방향	모두 정면	엄마-옆모습, 본인은 정면, 동생은 뺏모습	모두 정면

<표 7> 사례 1가족의 동적가족화 사후검사 분석

사후검사에서 어머니는 필압도 더 힘이 생겼고, TV를 보는 세 명의 모습을 똑같이 웃고 있는 모습으로 그렸다. 여전히 자신보다는 딸들에 대한 애정으로 딸들을

먼저 그리고 크기도 똑같이 그렸다. 사전에서는 청소를 열심히 하는 자신과 힘들겠다는 아이들을 표현하였으나 큰 베개에 기대어 온화하고 따뜻한 빛을 상징하는 TV를 보며 즐겁고 행복하게 시간을 보내고 있는 가족을 그렸다. 얼굴의 표정도 온화하게 웃는 모습으로 가족이 정서적으로 안정된 모습을 보여주었다. 가족의 분위기도 예전과는 다르게 애들 이야기를 많이 수용하고 부드럽게 하려고 노력한다고 하였다. 그래서 우리 가족의 분위기는 좋고 많이 밝아졌다고 하였다.

큰 딸도 가족 모두가 TV를 한곳에 묶어서 그린 포획화로 가족 간의 정서적 소통을 표현한 듯하다. 동생과 밀착되어 표현한 것은 한 공간에는 있지만 동생과는 갈등과 경쟁의 관계를 표현하였다. 왼쪽 밑에 있는 공간으로 무의식 속에서 우리가족 세 명에 대한 친밀감과 동질성이 깊음을 보여준다.

작은 딸은 어머니와 언니가 청소를 하고 있고, 자신은 시키고 있다고 하였다. 하지만 어머니와 언니가 이차관계를 형성하여 자신을 공격하는 그림을 표현하였다. 어머니와 언니는 힘드나 본인은 얘기만 하고 있어 기분이 좋다고 하였다.

사후검사에서 어머니와 큰 딸은 가족끼리 TV를 보는 온화하고 따뜻한 분위기와 화합하여 정서적으로 안정된 모습을 보여주었다. 작은 딸은 여전히 자기중심적이고 어머니와 언니를 본인 맘대로 조정하고 싶은 마음을 유아적인 태도를 보여주고 있다.

2. 사례 2 가족의 사전·사후 투사검사 결과

(1) 가족체계진단검사(GSDT)

Landgarten의 가족체계진단을 근간으로 가족의 체계를 평가하기 위해 사전·사후 검사를 통해 가족의 역동을 살펴보고, 그 변화상을 살펴보았다. 가족의 상호작용의 정보는 Landgarten가 제시한 17가지 항목에 유의하여 관찰 비교한 것이다. 사전검사에서는 고모가 참여하지 않고 자녀 3인만 참여하였다.

1) 사전검사

① 비언어적 미술작업

막내 동생은 검정색을 골랐고, 누나들에게 장난을 치며 그림을 그렸다. 며칠 전에 꾸민 꿈을 그렸다. 고양이를 만졌더니 나로호 타고 날아갔다. 사람이 알을 지키고



<그림 43> 사례 2 가족 비언어적 사전 작업
기
우리는 우울하지만 서로 아예 말이 없지는 않다고 하였다.

작은 딸은 파랑색을 골랐고, 다른 가족원이 열심히 그리는 걸 지켜보다가 자신의 자리 앞에서만 그렸다. 자신이 멍 때린 모습 그렸다. 술병은 갑자기 생각이 났다. 자동차 면허는 따고 싶고, 구두는 노래가 생각나서 그렸다.

가족들이 자신의 생각이나 고민을 그렸다. 서로의 그림을 보며 내용을 알겠다는 듯이 웃기 시작하였다. 막내 동생이 누나들을 놀리는 그림을 그림으로 가족 내 연결 고리의 역할을 하고 있음을 알 수 있었다.

② 언어적 미술작업

큰 딸이 바닷가를 그리자고 제안하자 모두 동의하자, 먼저 그리기 시작하였다. 면적을 제일 많이 차지하였고, 각자의 특성을 말풍선을 통해 막내동생의 노는 모습, 고모네 조카들, 쉬고 있는 어른들을 그렸다. 다른 가족들의 눈치를 보지 않고 거침없이 그렸다.

작은 딸은 언니가 튜브타는 모습을 그리고 구석에 해초를 그렸다. 언니를 한쪽에 떨어져 가두어 놓은 듯했다. 그림의 중앙으로 진출하지 못하고 한쪽 구석에 해초를 그리는 등 주변을 맴돌았다.

막내아들은 자신의 만만한 대상인 작은 누나를 장난스럽게 그렸으며, 공, 물방울, 미역을 덧붙혔다.



<그림 44> 사례 2 가족 언어적 사전 작업-바다

있다. 구경꾼이 감싸 안겨 있다. 그런데 나는 없다.

큰 딸은 초록색 오일파스텔을 골라 제일 먼저 그리기 시작하였다. 자신의 앞에서 점점 광범위하게 확장하여 그렸다. 내가 살고 싶은 집의 구조, 각자 자기 방이 있는 집 도면, 나는 옷과 화장품이 관심사여서 그렸고, 머리를 길고 싶어서, 로또에 당첨 되어서 고모와 빠히는 모습이다. 우리가족의 분

예전에는 자주 갔으나 지금은 잘 못간다고 하였다. 제목은 막내아들의 제안으로 <바다>라고 지었다. 그림 속에 자신들의 부모의 모습은 없고, 고모네 식구들과 함께 즐겁게 놀았던 시절을 표현하였다.

③ 평가

가족관계에 아예 무관심하지는 않지만 가족원의 에너지가 본인 스스로의 욕구로 향하고 있었다. 따라서 서로 간 그림이 섞이거나 보완되는 것은 찾아 볼 수 없었고, 가족 내 소통의 부재를 알 수 있다. 부모의 부재로 고모네 가족에 대한 의존도가 크다. 바다에 대한 표현으로 모성성을 찾고 싶은 마음을 표현한 듯하다.

2) 사후 평가

① 비언어적 미술작업



<그림 45> 사례 2 가족 비언어적 사후 작업
 - 풍경

고모가 한쪽에서 먼저 그리기 시작했다. 고모는 갈색을 선택하여 나무를 그리고 한색 더 선택해도 되냐고 하고 초록색을 선택하여 나무를 완성하였다. 요새 나무의 꽃이 많이 피어서 나무에 꽃들을 그리고 싶었다. 그런데 색을 더 쓸 수 없어 일단 표현했다. 전체 그림을 보고 우리가 뭔가 통하는 것 같다고 하였다.

막내아들은 초록색을 골라 열기구를 타고 가는 강아지를 그렸다. 기분이 좋은 것 같고, 인형 곳이 꿰매진 것은 숨 터진 것을 막은 것이라고 하였다. “서로 운이 좋은 것 같네요.”라고 하였다.

큰 딸은 파랑색을 골랐고, 가족원이 그리는 것을 보더니 하늘에 구름과 새를 그렸다. “통하는 것 같다.”고 하였다.

작은 딸은 군청을 골랐고, 자기만의 영역을 표시하였다. 밭에서 꽃이 바람에 휘

날리며, 나뭇잎도 휘날리는 그림을 그렸다. “그림으로만 통하는 것 같다.”고 하였다. 가운데에 끼어 있는 형제 순위에 따라 자기 것에 대한 애착이 있어 보였다.

제목은 <풍경>으로 지었다. 묵언 그림이었지만 자연이라는 공통된 주제로 그림을 그렸다. 하지만 서로 영역이 섞이거나 보완이 되지는 않았다. 각자의 영역을 지키는 그림으로 좀 더 활발한 서로 가족 간 의사소통의 필요성을 보여주었다.

② 언어적 미술작업

막내아들이 돌길을 그려 여러 가지로 꾸미자고 제안을 하였다. 회색을 골라 돌길이라며 화면의 중간을 가르는 길을 그렸다. 돌길, 연못, 벚꽃 잎, 나무, 의자, 고모가 별 그리는 것을 어려워하자 한 마리 그려 넣어주었다. 모두 칭찬을 하자 좋아했다. 고모에게 “잘 그렸어요.”라고 피드백을 해주었다.



<그림 46> 사례 2 가족 비언어적 사후 작업-봄나들이

고모는 주황색을 골랐고, 한쪽 끝에 꽃과 벌을 그렸다. “요즘 꽃과 나비, 벌이 한창이다”며 내가 놀기를 좋아한다고 얘기하였다. 막내아들이 그려놓은 돌길을 보고 38선 그려 냈냐고 웃으며 이야기하였다.

큰 딸은 노랑색을 골랐고, 해바라기와 개나리를 그렸다. 막내아들에게 “연못에 하트가 떠다니냐?”고 묻고 벚꽃 잎이라고 하자 벚꽃비가 내리는 연못이 멋있다고 긍정적으로 표현해주었다. 상대가 뭘 그리는 줄 아니까 그리기가 편했다고 소감을 말하였다.

작은 딸은 초록을 골라 새싹을 그렸으며, 막내아들 돌길에 사람 2명을 그려주었다. 막내아들이 연못에 사람 3명을 그려 넣었다. 고모가 사람 3명을 보고 “니그 서이 그렸냐?” 하자 “그렇다.”고 하였다.

제목은 <봄나들이>라고 지었다. 자연을 표현한 분위기는 비언어적인 작업과 비슷했지만 상호보완적인 그림을 그려 서로 소통하며 그린 그림이 재밌고 편했다고 하였다.

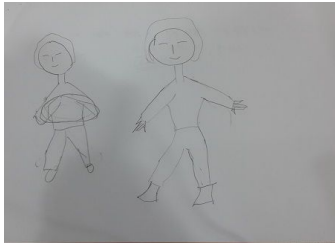

③ 평가

묵언으로 그릴 때는 주제는 비슷했지만 서로의 영역을 잘 지키고 있었다. 하지만 언어를 사용한 공동의 집단화에서는 서로 조금씩 가족간의 상호 소통이 일어나서 보완적인 그림을 그려주었다. 큰누나의 영역에만 아무도 그림을 그리지 않았는데 가족 내의 권위를 보여주는 것이었고, 한 개의 해바라기는 아버지 상의 표현이었고, 무리 지어진 개나리는 형제들을 표현한 듯하였다. 가족들은 서로 이야기하며 그린 그림이 더 편하고 재밌었다며 가족 간의 상호 소통의 중요성을 깨달은 듯 하였다.

(2) 동적가족화(KFD)

동적 가족화의 사전·사후 투사검사의 분석 기준은 Burns의 기준을 따라 그림의 양식, 인물의 특징, 인물상의 행위, 가족의 역동을 살펴보았다.

1) 사전 검사

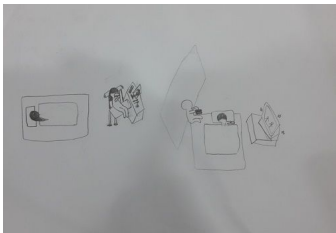
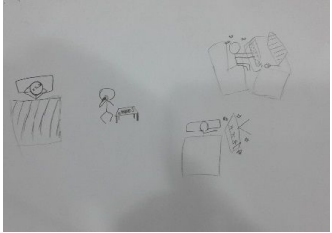
구 분		고 모	큰 딸
KFD			
그림양식		일반적 양식	구분화
특징	표정	모두 웃고 있음	모두 무표정
	필압	강함	보통
인물상의 행위	상호 작용	본인과 남편 각자 생활	남동생, 여동생-게임, 아빠-TV시청, 본인-휴대폰 상호작용 없이 자기 할 일 함
	고모	바쁘게 돌아다님	
	고모부	운전하는 모습	
	아빠		누워서 TV시청
	큰 딸		누워서 휴대폰
	작은딸		PC게임
역동성	순서	본인-남편	막내동생-아빠-여동생-본인

위치	본인-중앙, 남편-왼쪽	막내동생-오른쪽, 아빠-중앙 하단, 여동생-중앙 왼쪽, 본인-왼쪽 하단
크기	본인이 큼	비슷한 크기
거리	약간 떨어짐	막내동생-아빠, 여동생-본인 가까움
방향	모두 정면	막내동생, 여동생 측면, 아빠, 본인-정면

<표 8> 사례 2가족의 동적가족화 사전검사 분석 1

고모는 직장 일과 조카들을 돌보며 바쁘게 돌아다니는 자신을 크게 중앙에 그렸고, 남편은 왼쪽에 치우쳐 그렸다. 본인은 원래 놀러 다니는 것을 좋아하는 외향적인 성격이며, 책임감이 높아 항상 바쁘게 돌아다닌다고 하였다. 남편은 자신이 하는 일을 적극적으로 돕는 역할을 하고 있다.

큰 딸은 아빠와 남동생, 본인과 여동생으로 구분화를 그렸고, 가족 내 소통의 부재와 정서적 단절로 자신들이 할 일만 하는 분위기로 표현하였다. 필압이 진하고, 그림의 크기가 화면 내 짝차게 크게 그린 편으로 가지고 있는 에너지가 적지는 않은 편인 것 같다.

구분		작은 딸	막내 아들
KFD			
그림양식		구분화	구분화
특징	표정	모두 얼굴 없음	모두 무표정
	필압	약함	보통
인물상의 행위	상호작용	상호작용 없이 따로 놀고 있음	누나들은 자는 모습, 본인은 게임, 아빠는 TV 시청, 상호작용 없음
	아빠	누워서 TV 시청	누워서 TV 시청
	큰 딸	화장하는 모습	자는 모습
	작은 딸	자는 모습	자는 모습
	막내 아들	휴대폰 게임	PC 게임
역동성	순서	아빠-본인-막내동생-언니	작은 누나-큰 누나-본인-아빠
	위치	아빠-오른쪽 중앙, 본인-왼쪽 중앙, 막내동생-중앙, 언니-중앙 왼쪽	작은누나-왼쪽, 큰 누나-중앙 왼쪽, 아빠-중앙 하단, 본인-오른쪽
	크기	전반적으로 작으며, 가족 모두 비슷	작은 누나 가장 큼, 아빠 가장 작음


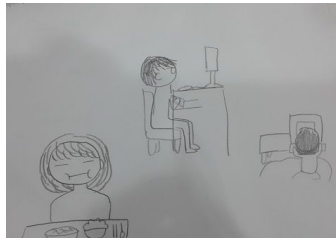
	거리	막내동생-아빠, 언니-본인 가까움	본인-아빠, 누나들 가까움
	방향	모두 다른 방향	아빠 정면, 본인 등짐, 누나들-위쪽

<표 9> 사례 2가족의 동적가족화 사전검사 분석 2

작은 딸은 40여분에 걸쳐 그림을 완성하였고, 가족 중 누가 볼까봐 숨어서 그렸고, 그리고 난 후에도 그림을 보지 못하게 덮어 놓았다. 필압이 아주 약하고, 그림의 크기도 작으며, 그림을 많이 지웠다. 가족들의 얼굴을 아무도 그리지 않았다. 에너지가 바닥이며 그림 속의 가족이 모두 단절이 되어 있으며, 우울함이 느껴진다. 본인 스스로는 이불 속에서 고개를 돌리고 자는 모습으로 외부와 단절되어 있으며 가족 간의 정서적 단절, 무기력한 자신의 모습을 나타내는 듯하다.

막내 동생은 누나들은 나란히 자는 모습과 등 돌린 자신은 게임에 열중하는 모습이다. 중앙에는 있으나 하단에 위치한 아버지에 대한 그림이 가장 작는데 가족을 잘 돌보지 않는 아버지의 모습이 무기력하고 어린아이 같다. 하지만 TV에서 나오는 불빛으로 애정이 없어 보이지는 않는다. 자고 있는 누나들의 모습에서 작은 누나를 더 크게 그린 것은 실제 신체적으로 더 크기도 하지만 집안에서 나와 부딪히는 경쟁 관계이면서 내가 가장 편하게 나의 이야기를 할 수 있는 사람으로 마음속에 자리잡고 있음을 표현한 듯하다.

2) 사후검사

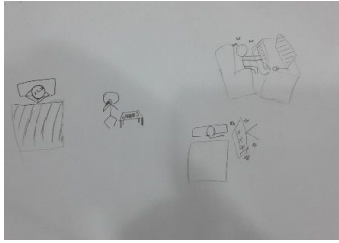
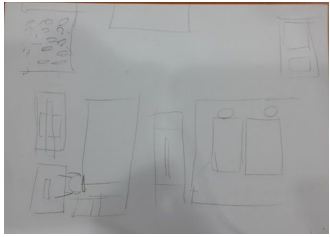
구 분		고 모	큰 딸
KFD			
그림양식		일반적 양식	일반적 양식
특징	표정	모두 웃고 있음	모두 무표정
	필압	강함	보통
인물상의 상호작용		남편과 남편의 택시를 타고 놀러 가는 것으로 상호작용이 이루어짐	여동생은 밥을 먹고 있고, 막내동생은 게임에 열중, 본인은 웹서핑 중으로 자기 일에 열중

행위	고모	이쁘게 차려 입고 놀러갈 준비마침	
	고모부	차를 운전하려는 모습	
	아빠		지방에 근무함으로 그리지 않음
	큰 딸		웹서핑 중
	작은딸		밥 먹는 중
	막내아들		PC게임
역동성	순서	본인-남편	여동생-막내동생-본인
	위치	본인-중앙에서 오른쪽, 남편-왼쪽	여동생-왼쪽 하단, 막내동생-중앙, 본인-오른쪽 하단
	크기	비슷한 크기	여동생이 가장 큼, 자신이 가장 작음
	거리	떨어짐	적당히 떨어짐
	방향	본인 정면, 남편 측면	여동생 정면, 막내동생 측면, 본인-뒷면

<표 10> 사례 2가족의 동적가족화 사후검사 분석 1

사후 검사를 살펴보면 고모는 남편과 상호작용을 하며 함께 택시를 타고 놀러가는 모습을 그렸다. 그림 속의 인물들도 표현양식이 섬세하고 표정도 살아있다. 그동안의 조카들의 양육에 대한 과도한 책임과 헌신으로 자신의 사생활은 없이 지내왔는데 이번 가족치료를 통해 조카들의 생각과 이해의 폭이 커져 과도한 책임을 내려놓고 자기 가족으로 향하고자 하는 마음을 표현하는 듯하다. 하지만 아직도 책임에 대해 자유로울 수 없어서 다리가 잘린 그림으로 표현한 것 같다.

큰 딸은 구분화의 선이 사라지고 같은 공간에 가족이 있는 것을 표현하여 정서적 거리감이 어느 정도는 해소되었다. 하지만 지방에 내려간 아버지를 그리지 않은 것은 경제적, 생활적인 부분 등 양육에 대한 책임을 다 하지 않고, 자신에게 책임을 전가하는 아버지에 대한 서운함을 표현한 듯하다. 몸이 아파 무기력하고 잠만 자는 여동생에 대해선 잘 보살피고 양육하고 싶은 마음을 그림으로 표현하였다. 막내 동생을 중앙에 그린 것은 동생이 대학을 졸업해 성장할 때까지 잘 키우고 책임져야 한다는 의무감이 자리 잡고 있는 듯하다. 옆모습으로 자신의 말을 잘 듣지 않고 다른 것에 열중하는 동생과의 소통의 방식을 표현하였다. 본인은 오른쪽 하단의 모성의 자리에 근접한 그림으로, 엄마처럼 자신이 가족을 보살피야 함을 무의식적으로 표현하였다. 하지만 뒷모습을 그려 자신이 깊어지고 있는 책임을 거부하고 싶은 욕구를 표현한 것 같다.

구 분		작은 딸	막내 아들
KFD			
그림양식		일반적 양식	구분화
특징	표정	모두 얼굴 없음	모두 무표정
	필압	보통	약함
인물상의 행위	상호작용	상호작용 없이 각자 따로 놀고 있음	누나들은 자는 모습, 본인은 공부하는 모습
	아빠	누워서 TV 시청	그리지 않음
	큰 딸	치킨먹는 모습	자는 모습
	작은딸	자는 모습	자는 모습
	막내아들	PC 게임	공부하는 모습
역동성	순서	막내동생-본인-아빠-언니	작은 누나-큰 누나-본인
	위치	아빠-중앙 오른쪽 하단, 본인-왼쪽, 막내동생-오른쪽 상단, 언니-중앙	작은누나, 큰 누나-오른쪽, 본인-왼쪽 하단
	크기	전반적으로 작으며, 가족 모두 비슷	누나들을 크게 그림
	거리	적당히 떨어져짐	본인은 혼자, 누나들 가까움
	방향	모두 다른 방향	본인 등짐, 누나들-위쪽

<표 11> 사례 2가족의 동적가족화 사후검사 분석 2

사후검사에서 작은 딸은 그림을 그리는데 별로 어려워하지 않았고, 시간도 10여분으로 단축되었다. 그림의 크기는 약간 커졌고, 필압도 보통으로 진해졌다. 가족원 소통이 잘 안되고 각자 혼자서 자기가 할 일을 하고 있지만 구분화가 사라지고 한 공간에 가족을 배치하여 정서적 거리감을 좁혔다. 중앙에 언니가 치킨 먹고 있는 것을 그렸는데 치킨은 언니가 가장 좋아하는 음식으로 언니와 심리적 거리감을 좁히고 언니와 잘 자내고 싶은 마음의 표현한 듯하였다. 다른 가족에서는 아버지가 나타나지 않았는데 여전히 TV보며 누워있는 아버지를 그려 우울하지만 애정이 있는 아버지의 모습을 표현하였다.

막내아들은 여전히 구분화를 그렸지만 중3이 되어서 공부를 해야겠다는 생각이 들었는지 게임 대신 책을 보는 자신의 모습을 그렸다. 가족치료 동안 가족의 사랑과

보살핌을 더 많이 느꼈는지 퇴행의 자리에 자신을 그려 넣었다. 누나들의 크기도 같은 크기로 그려 큰 누나에 대한 거리감을 줄인 듯하다.

제 2 절 애도에 대한 결과분석

1. 사례 1 가족의 결과분석

(1) 어머니의 변화 양상

어머니는 주요 애도과정을 자신의 과거 전체를 두고자 하였다. 어머니는 성인이 된 이후에도 초기대상의 상실의 고통을 외적 대상으로서의 뿐만 아니라 우울적 자리에서 느꼈던 상실과 공포, 고통스러운 정서를 그대로 담고 있다. 특히 불우했던 어린 시절의 모성결핍으로 좋은 내적 대상이 제대로 자리잡지 못했고, 건전한 애착이 형성되지 못하였다. 좋은 대상의 상실과 불안정한 애착형성에 대한 애도과정 없이 비정상적인 애도와 병리적인 요소들을 심화시켰다. 따라서 어머니는 자신이 극복하기 힘든 상황이 되었을 때 우울적 자리로 퇴행하여 신체화현상이 나타나고 있다. 어머니는 사춘기에 접어든 자녀양육에 자신의 감정의 기복으로 힘들 때마다 자녀들을 투사와 억압으로 힘들게 하였다. 자녀들에게 자신 또한 건강한 내적대상으로 자리매김 하기 힘든 모습을 보여주고 있었다. 두 자녀와 편의에 따라 밀착과 삼각관계를 반복하여 자녀들에게 분리불안의 공포를 주고 있다.

어머니는 자신의 머릿속에는 언제나 딸들이 있다, 자녀들을 잘 길러야 한다고 말하고 있다. 하지만 3회기에 작은 딸이 교복에 대한 불만을 이야기하자 단호하게 학교의 룰에 대한 이야기와 자신이 왜 강박적으로 청소를 하는지, 공부의 중요성 이야기 등 그동안 자신이 담고 있는 이야기를 반복적으로 하고 있다. 화기에애한 분위기는 엄마의 감정돌변으로 무겁게 내려앉았고, 딸들은 자기표현을 억누르고 불안해하였다. 자신의 감정상태에 따라 일관성이 결여된 양육 태도와 자녀에 대한 양가적 감정은 어머니 자신과 아이들을 모두 불안하게 하고 있다. 공황장애로 직장을 쉴 때는 자녀의 양육에 좀 더 신경을 쓰려고 하였지만 막상 하루 종일 잠만 잤다고 하였다. 이혼을 할 때는 자녀는 눈에 보이지 않고 자신만 빠져 나오는데 신경을 썼다고 하였다. 아이들에게 상처주고 싶지 않다고 하였으나 자녀들과 의견 충돌 시

에는 아빠에게 다시 보내버리겠다는 말로 심한 상처를 주었고, 불안에 시달리게 하였다. 어린 시절 자신을 떼어놓고 오빠만 데려간 친정어머니에 대한 투사적 동일시를 보여주고 있다. 친정어머니에 대한 헤아릴 수 없는 분노와 공격성을 보이다가도 다시 놓치게 될까봐 불안해하는 양가감정이 현실의 자신도 힘들게 하고 있다.

어머니의 미분화된 자아와 역기능적 가족관계는 5회기에서도 나타난다. 자신이 딸들에게 든든한 엄마의 역할을 해야 하지만 평소에 큰딸에게 의지하고 있다고 하였으며 자신을 투사하였다. 딸들과 자신의 작품을 비교하여 속상해 하는 유아적인 태도를 보이기도 하였다. 머리와 몸통을 연결하는 목은 그리지 않았고, 유아의 그림처럼 머리를 불균형적으로 크게 그렸다. 머릿속에 생각은 많으나 행동으로 실행하지 못하는 자신의 모습을 표현하였다. 무릎 보호대와 하이힐의 표현은 걸음마를 떼어야 할 사람이 하이힐을 신고 다니고 싶어하는 것으로 절제되지 않는 과도한 욕구를 보여주는 듯하였다.

6회기 나의 슬픔, 7회기 흔적과 떠나보냄에서는 자신의 과거를 떠나보내고 싶다고 했다. 과거의 아픈 기억, 안좋은 기억을 모두 떠나보내고 싶다고 하였다. 부모의 이혼으로 인한 할머니 밑에서 자랐던 어린 시절, 청소년기의 가출과 탈선 등 방황, 불행한 결혼생활과 이혼, 막내아들의 갑작스런 사망, 한부모 가족으로 자녀 양육의 과도한 책임 등 자신을 혼란스럽고 힘들게 했던 과거 모두를 떠나보내고 싶어했다. 작업과정 중에 어머니는 자신의 감정을 표현하고 자기를 이해하고, 진정한 자기의 욕구를 인식하는 등 자기통찰이 빠른 편이었다. 자신은 할머니 밑에서 자라 주변에 대한 눈치가 빨랐던 것 같다고 했다. 할머니가 지저분한 것을 못 봐 밖에서 놀고 들어갈 때는 저주지에 들러 신발을 깨끗이 닦고 들어가야 할 정도로 할머니가 깔끔하였다고 했다. 지금 청소에 몰두하는 자신이 어린 시절 거기로부터 시작된 것 같다며 자신의 성격을 고치고 싶다고 하였다. 이혼이후 다시 아이들을 데려왔을 때 아이들에게 아토피와 비염이 있어 청소를 더 열심히 했다고 하였다. 남들이 갑자기 집을 방문했을 때 깨끗해야 욕을 먹지 않는다고 했다. 어린 시절 어머니는 자신이 살아남기 위해 할머니의 갖은 구박에도 잘 견뎌내었고, 회사생활 할 때는 월급타면 시골에 내려가 맛있는 것도 사드렸단다. 할머니가 너무 못해줘서 미안했다고 사과도 하셨단다. 그 때는 모두 가난했던 시절이라 지금은 이해한다고 하였고, 할머니가 돌아가셨을 때는 임종을 보기위해 며칠 전부터 갔었고, 사촌 오빠가 이렇게 와줘서 고맙다고 했으며, 제일 슬피 울었다고 하였다. 자신은 잘해준 사람한테는 언제나 그만큼은 한다고 하였다. 상실된 자기대상에 대한 보상으로 자신을 인정해주는 사람들에게 불안정애착이 형성되었고, 그 사람에게 인정받고자 하는 욕구를 표

현한 듯하였다.

개별미술치료 1회기 최초의 기억에서 부모에 대한 이야기, 3회기의 내면의 아이 애도에서는 요즘 옛날 이야기를 하니까 감정기복이 심한 것 같다고 하였다. 어린 시절 그렇게 내가 필요로 할 때 나를 버린 엄마에 대한 미움이 앞선다고 했다. 자신의 힘든 과거를 상처받은 내면의 아이에게, 자신의 고생하고 힘든 과거에 대해 잘 견뎌와서 고맙고 힘든 자신은 가라고 애도하였다. 4회기에서는 큰딸에 대한 투사적 동일시로 힘들게 했었음을 인지하였다. 본질적인 이유는 혹시 큰 딸도 나처럼 그럴까 걱정이 돼서 그랬다고 하였다. 친정어머니에 대해선 부지런하고 성실함을 물려줘서 고맙지만 지금도 오빠 생각만하고 나한테는 독해서 정이 없다고 했다. 늙고 아픈 친정어머니가 걱정이 되기도 하지만 여전히 기대만큼 공격성과 분노의 폭도 커 친정어머니에 대한 양가감정이 자신을 힘들게 함을 깨달았다. 5회기 남기고 싶은 것에서는 딸들이 안다치고 이쁘게 자랐으면 좋겠다고 하였다. 자신이 아이들에게 그동안 자신이 별일이 아닌데 너무 예민하게 반응하였던 것 같다고 하였다. 자신보다는 딸들이 잘 자랄 수 있도록 앞으로 어머니는 딸들과 행복하게 잘 살고 싶다고 소망을 밝히기도 하였다.

다시 가족집단 미술작품에서는 어머니는 딸들의 울타리가 되어주고 싶다고 했다. 작품의 배경이 되는 터와 테두리를 만들어주고 딸들이 작품활동을 할 수 있도록 지지해주었다. 언젠가부터는 습관적으로 딸들의 이름을 많이 적는다고 하면서 어머니로서 자신의 위치를 깨닫고 있었다. 과거의 아픈 기억을 떠나보내고 현재의 자녀들에게 건강한 내적대상이 되어 안정감을 줄 수 있도록 노력하는 모습을 보여주었다.

(2) 큰 딸의 변화양상

큰 딸은 어머니와 감정의 영향을 가장 많이 받는 자녀이다. 큰 딸을 임신했을 때부터 어머니는 이혼을 생각할 만큼 힘든 상황이었다고 하였다. 아버지와 끊임없는 성격차이와 경제적 궁핍은 어머니와 큰 딸의 초기 애착관계의 악화시켰다. 아버지와 갈등에 대한 화풀이로 큰 딸을 이유 없이 때렸다고 하였다. 이혼 후 보육원에서 동생들을 돌보거나 동생 사망에 대한 책임도 딸에게 전가시켰었다. 아버지 집에서 살 때도 동생을 돌보는 책임도 지게 되었고, 아버지 또한 자신을 미워하고 구박하였다고 하였다. 이러한 양육과정을 거친 큰 딸은 건강한 내적대상에 대한 끊임없는 사랑을 갈구하는 모습을 살펴볼 수 있다. 가족치료 3회기의 '사랑해'라고 양초그림을 그리고 빨강 물감으로 칠해 어머니에 대한 애정욕구를 표현하였다.

개별치료 1회기에서도 아버지와 자신의 닮은 점을 기억해보며 자신의 또 다른 아픔이라고 하였다. 4회기에서는 동생과의 관계에서도 엄마 생각해서 대부분 참았으나 견디기 힘들었다고 하였다. 자신이 정성껏 돌봤으나 갑자기 사망한 막내 동생의 죽음은 엄마의 질책으로 죄책감을 벗어날 수 없었다. 동생이 사망한 겨울이 오면 아무것도 생각할 수 없을 만큼 깊은 우울에 빠져든다고 하였다. 지켜주지 못한 미안함이 가슴에 깊이 사무쳤으며, 동생의 죽음을 입 밖으로 꺼내기 힘들었다고 하였다. 그 당시 어머니는 자신도 아들의 죽음에 대해 상실이 커 미처 큰 딸을 돌아볼 여력이 없었다고 하였다. 막내아들 사망이후 부모는 잠깐 합쳐서 살기도 하였으나 다시 헤어지게 되었던 이유였던 것 같다. Bowlby는 사별 뿐 아니라 부모의 관계가 깨지는 것이 자녀에게는 영구적인 상실로 이어질 수 있다고 하였다.

개별미술작업은 동생에 대한 추억을 감정적으로 표현할 수 있게 해주었고, 나타내어진 이미지들은 동생의 모습을 재발견하고 객관화시킬 수 있게 도와주었다. 동생에 대한 행복한 기억이 꿈속에서 소망으로 나타나기도 하고, 동생과 행복했던 기억을 행복하게 되돌아 볼 수 있었다. 동생에 대한 애도의 절정은 어머니가 “야단쳐서 미안하다, 참 힘들었겠다”고 하는 말 한마디가 눈물을 펴펴 쏟아내게 했으며 가슴에 사무친 깊은 죄책감으로부터 동생을 떠나보낼 수 있게 하였다. 동생을 절대 잊지 않고 가슴속에 기억하고 살겠다고 약속하였다. 좋은 곳에서 행복하게 살고, 앞으로 다시 만나 즐겁게 놀자고 하였다. Worden은 사별자가 최종적으로 “good-bye”를 말할 수 있는 것을 돕는 것이고, Bowlby와 Parkes 둘 다 애도에 있어서 회복되어지는 모습을 보일 때 애도가 마쳐지는 것이라고 하였다. 이처럼 동생의 사별에 대한 애도를 거친 큰 딸은 이후 지역아동센터에 있는 막내 동생의 또래 아이들과 유독 친하게 되었고, 자연스럽게 동생 이야기를 꺼낼 수 있었다고 하였다.

(3) 작은 딸의 변화양상

작은 딸은 유아적인 사고로 모든 고민의 중심이 자신의 욕구를 충족시키는데 있다. 어머니가 자신만을 돌보고 바라보기만을 바라며 어머니의 뒤를 졸졸 따라다니며 전형적인 분리불안을 나타내고 있다. 자신과 경쟁관계인 언니를 어머니가 없었을 때는 어머니 대신, 어머니와 함께 있을 땐 자신의 이해관계에 맞게 어머니의 삼각관계 요구에 부응하여 힘들게 이용하고 있었다. 가족미술치료 4회기에서 노랑드레스를 입은 자신의 모습에서 의존성과 유약함을 보여주는 자신의 모습과 입을 아주 크게 그렸는데 말이 많기도 하고, 자신의 구강기적 욕구 표현한 듯하다. 막내 동생의 죽음이나 언니의 무거운 책임감 등 타인에 대한 공감능력보다는 생의 초기

에 결핍된 불안정한 애착관계로 인한 모성결핍과 채워도 채워지지 않는 애정욕구 추구라는 무자비함을 표현하였다. 마지막 집단화에서는 핸드코트를 만지며 제일 좋아했고 감정이완이 많이 되었고, 자신의 감정을 가장 솔직하게 표현하였다.

2. 사례 2 가족의 결과분석

(1) 고모의 변화 양상

고모는 사례 2 가족의 실질적인 양육자이다. 처음에 가족치료를 준비하러 왔을 때는 조카들에게 좋다고 하니 무작정 참여하겠다는 긍정적인 태도를 취했다. 하지만 작업하는 첫 번째 날 참여하지 않았고, 둘째 날도 목욕탕에 애들 데리고 간다며 빨리 끝내주라며 방어적 자세를 보여주었다. 하지만 실제 작업에 참여하면서 제일 열정적으로 프로그램에 참여하였고, 작업을 흥미롭게 즐기면서 하였고, 주제 접근도 잘 하였다. 넘치는 에너지로 치료사가 묻는 말에 알아서 돌아가면서 조카들에게 나눔을 시키기도 하는 긍정적인 요인으로 작용하였다.

작품의 내용에서 살펴보자면 젊은 시절의 자신의 모습이 자주 등장하였다. 지금은 이혼이나 사별로 인해 혼자 살고 있는 남동생들 자식들을 잘 돌보느라 개인의 생활이 거의 없는 편이다. 보라색을 좋아한다며 모든 작품에 보라색이 많이 쓰였다. 현실의 상황을 변화하고 싶은 욕구와 과도한 책임감에 대한 우울감의 반영인 것 같다.

갑작스런 올케죽음으로 올케에 대한 미움과 안쓰러운 양가감정을 표현하였고, 아이들을 열심히 키운 자신에게 보상을 해주고 싶고 주변에 자랑하고 싶다고 하였다. 딸들이 고등학교를 졸업하고 든든한 직장에 다니는 자기 앞가림을 할 수 있고, 남동생을 보살필 수 있는 것도 자신의 자랑이자 보람이라고 하였다.

가족미술치료에 대해서는 자신은 막내를 데리고 다녀왔지 이렇게 재밌는 건지 몰랐다고 하며 누가 한다면 꼭 해보라고 하고 싶다고 하였다.

(2) 큰 딸의 변화 양상

큰 딸은 처음에 가족치료에 대해 뭐가 뭔지 모르겠고, 하고 싶은 것도 없고, 주위에 이런 것을 해본 사람도 없다며 방어적 자세를 취하였다. 가족 중 가장 방어가

높았다. 자신은 시간대와 상관없이 늘 잠이 많아 평소에 내가 하고 싶은 것이 잠자는 것이라고 하였다. 자신은 파랑색을 좋아하고 심플한 것을 좋아한다고 하였다. 후기로 갈수록 언어적 표현이나 미술작업에서나 비교적 자기생각을 잘 표현하였다.

초기에는 온가족이 무기력하고 우울성향이 높아 다른 팀보다 오랫동안 기다려 주어야 하였다. 어머니에 대한 최초의 기억은 자신의 의사와는 상관없이 큰 머리띠와 드레스를 입히고 꾸미는 것이 싫었던 자신의 부정적인 기억을 표현하였다. 어머니의 과도한 음주와 술 심부름, 부모님의 싸움 등 어머니 사망이후 부정적인 느낌으로 어머니에 대한 기억 자체를 떠올리는 것을 거부했다. 큰 딸로써 어머니 사망 이후 동생들 양육과 집안일에 대한 과도한 책임감이 자신을 더 큰 분노와 절망으로 이끌었고, 어머니가 남기고 간 빛과 아버지의 무절제한 음주와 방임, 다른 여자들과 교제 등은 자신들에게 경제적 어려움도 주었고, 기초수급권자로서 생활하게 하였다. 고모가 있어 다행이라며 고모의 보살핌이 아니었으면 우리는 살 수 없었다고 이야기 하며 고모의 고마움을 표시하였다.

어머니가 돌아가시고 1년 동안은 어머니가 어딘가에 살아계시리라 생각했었다고 했다. 고모네랑 바다며, 꽃 축제며, 계곡도 다니고 즐거운 시간을 보냈다. 1년 후 문득 아무것도 하기 싫어서 방청소, 설거지, 빨래 등을 아무것도 하지 않았고, 심지어 잘 씻지도 않았다. Bowlby의 애도의 단계 중 무감각의 단계에서 어머니의 죽음을 현실에서 인지 되어 혼란과 절망의 단계로 넘어갔다. 무엇 때문에 사는 지도 몰라 자살카페에도 가입을 했고, 남자친구도 자주 바꾸어 사귀었고, 친구들이 하는 나쁜 행동들도 해보게 되었다. 고모한테 자주 혼나고 슬프고 엄마가 원망스러웠다고 하였다.

개별치료를 진행하면서 어머니에 대한 초기의 부정적인 기억이 속상하고 원망스러웠던 것이 점점 그리움의 대상으로 바뀌게 되었다. 젊은 나이에 자살로 생을 마감했던 어머니에 대한 그리움과 안타까움으로 표현이 되기 시작했다. 엄마의 긴 생머리와 꾸미는 것을 좋아했던 어머니의 모습, 유품 정리 때 보았던 분홍색 바지가 떠올랐다고 긍정적으로 표현하였다. 고모부가 어머니 돌아가신지 10년이 되는 해인 올해는 관리하기가 힘들니 유골함을 정리하여 좋은 곳에 뿌리는 것도 좋을 것 같다고 생각해보자고 하였다고 했다. 자신도 생각해보니 답답한 곳에 모셔 두느니 넓은 곳에서 자유롭게 보내드리는 것도 좋을 것 같다고 하였다. 이제 큰 딸도 자신의 마음속에서 어머니에 대한 죽음을 받아들이고 작품의 제목처럼 <잘 가>라고 마음속에서 떠나보내기를 시도하는 듯하였다. 애도작업 후 내면의 나와 외면의 나에서 자신이 가진 사소한 것도 자신의 장점으로 받아들일 수 있을 만큼 자기성

찰이 되었다. 개별 5회기 작업에서는 자신의 작은 씨앗이 큰 뱃나무로 성장하여 꽃비가 내리는 봄날에 많은 사람들이 놀고 쉴 수 있는 장소로 제공되었으면 좋겠다고 하였다. 이제 어머니에 대한 애도로 어머니가 그리움과 사랑의 대상으로 마음속에 자리하길 바랐고, 자신도 가족과 타인들을 다 품을 수 있는 큰 나무로 성장하길 희망하였다.

가족미술치료 마지막 집단화에서는 큰 딸은 작업의 컨트롤을 담당하는 역할을 스스로 맡아서 하였다. 모성을 상징하는 바다와 바닷가 조개를 꾸미는 작업으로 풍요롭고 생산적이며 아름다운 바닷가를 표현하였다. 그동안 슬픔과 원망의 대상이었던 어머니를 떠나보내고, 가슴속에 긍정적으로 모성상을 재정립하게 된 같다.

(3) 작은 딸의 변화 양상

어머니의 사망 후 가장 달라진 성격과 생활태도, 신체화 증상까지 나타났었다. 가족치료 초기에는 눈 맞춤도 안되고 목소리도 들리지 않을 만큼 작았으며 무기력하고 우울함 그 자체였었다. 자신의 성격, 말투, 식탐, 친구관계 등 모든 부분에서 자신의 존재에 대한 부정적인 생각이 주를 이루었다. 병리적인 애도반응이 작업과정에서도 아주 속도가 느렸고, 가족원들과 조화를 이루는 모습을 별로 찾아볼 수 없었다. 점차 가족원들이 인내를 가지고 기다려주었으며, 치료사의 지지 격려속에 점차 얼굴에 생기가 돌고 밝은 모습을 조금씩 되찾아갔다. 가족미술치료의 초기에는 내면의 자기 목소리를 탐색하고, 자신이 어떤 사람인지 자기 탐색에 초점을 맞추어서 자신이 느끼는 감정 중 웬지 알 수 없는 불안감 때문에 자신감을 많이 잃었다고 하였다.

고모의 말에 의하면 어머니가 돌아가신 이후 아이가 많이 달라졌다고 하였다. 아버지의 방임과 언니의 탈선과 방황은 사춘기가 시작되는 작은 딸은 가족 내에 자신과 소통할 수 있는 대상의 상실로 마음의 문을 닫아버리는 계기가 되었다. 학교에서는 또래사이의 왕따 경험은 다시한번 사회적 관계의 상실로 갑상선항진증이라는 신체화 증상까지 오게 되었으며, 더욱 무기력하고 깊은 우울로 빠져들게 하였다. 가족미술치료를 통해 꼼꼼하고 섬세한 작업과정, 촌철살인의 유머로 분위기를 반전시키는 등 가족들이 작은 딸을 재인식하는 계기가 되었다. 그동안 내면에 숨기고 있었던 공격성을 표출하기도 하였다. 가족미술치료 6회기의 가면 작업에서 자신의 답답함을 표현하기 위해 입을 검은 색으로 칠했다가 다시 덧칠하기도 하였고, 센척하기 위해 얼굴에 칼 자국을 그려넣기도 하며 만만하게 보지 말라고 경고를 날리기도 하였다. 자기 자신에게도 집안일 하는 것과 성격, 말하는 것을 활발하게

하고 자신감 있게 하자고 다짐하기도 하였다. 얼굴표정이 달라지고 목소리가 커지게 되었다. 고모는 저것이 뭔가 달라졌다며 흐뭇해하기도 하였다.

개별치료를 통해 어머니의 애도과정을 거쳤다. 어머니에 대한 첫기억은 늘 술과 함께 떠올랐고, 한밤중에 부부싸움 하는 부모의 모습을 기억하고 있었다. 하지만 자신과 함께 시장에 다녔던 기억, 예쁜 드레스를 사주었던 기억, 같이 TV 시청했던 일상적인 기억을 가지고 있었다. 술을 마시지 않는 어머니는 착하고 순수함을 지닌 사람이었다고 표현하였다. 3회기 상실과 애도에서는 어머니가 돌아가신 후 원망을 많이 했지만 이제는 자신들에 대한 미안함을 버리고 새가 되어서 훨훨 날아가 좋은 곳에 가서 살라고 하였다. 남들이 보는 나와 내면의 나는 180도 다른 사람이라고 하였다. 내면의 나는 눈물이 많고, 재밌고, 잘 웃고, 자유로움을 갈구하는 사람으로 지금에 머물지 않고 나아가고 싶다는 소망을 밝히기기도 하였다. 희망의 씨앗에서는 작은 씨앗이 들판에서 가장 웅장한 나무로 성장하길 소망하였다. 개별치료 후 가슴속의 약간 묵직한 것이 풀린다고 하였다.

다시 가족미술치료의 작품에서 언니의 눈치를 보면서도 가장 많은 조개를 만들면서 즐거워했다. 남동생과 싸우며 작품의 가운데에 조개 무덤도 만들었다. 예전과는 다르게 가족들에게도 자신의 생각을 표현할 수 있는 힘이 생긴 것 같았다. 가족미술치료를 통해 어머니에 대한 애도과정을 거치고 난 후에는 마음속에 답답했던 뭔가가 툭 터진 것 같다고 하였다. 어머니의 죽음으로 인해 정지되었던 발달과정이 다시 시작되었다.

(4) 막내아들의 변화 양상

어머니에 대한 기억이 없어 애도할 것이 없다고 강한 부정을 하였다. 그동안 가족 중에서 가장 큰 심리적인 어려움을 보인 막내아들은 타인에 대한 관심이 전혀 없었다. 출생 후 100일 이후부터 고모의 품에서 자라 최초의 대상에 대한 상실로 인한 욕구의 충족과 좌절의 경험으로 어린 시절 유기공포와 불안이 내면에 깊이 자리잡고 있었다. 자신의 욕구 충족을 위해 과도한 집착을 보여 왔었고, 그동안 심리치료 과정에서도 자신이 만족스러운 작품을 완성하기 위해 시간과 재료를 아끼지 않았다. 모든 관심사가 자기 안에 있었다.

하지만 이번 가족미술치료는 자신뿐 아니라 타인에 대한 관심을 적극적으로 표현하였다. 가족미술치료에서 가족진단체계에서도 누나들에 대한 관심과 장난기를 많이 표출하였다. 진행과정에서도 부드러우면서도 강한 남자이길 소망하였고, 카리스마 넘치지만 우울한 자신의 모습을 표현하였다. 가족들에게도 쉽게 이야기 하지

못하는 가족원의 문제를 하나씩 거론하기도 하였다. 가족집단화에서도 누나들과 보조를 맞추며 작업을 하였고, 체계진단에서도 가족과 조화를 이루려고 노력하는 모습을 보여주었다.

초기의 대상상실의 경험이 불안정 애착을 형성하였고, 고모의 정성스런 양육에서도 깊은 절망감에서 빠져나오는데 시간이 많이 걸렸었다. 이번 가족미술치료를 통해 가족 공통의 아픔은 어머니의 죽음에 대해 애도하고 다뤄봄으로써 그동안 묻어두었던 어머니의 존재와 자기 정체성을 되돌아보는 계기가 되었던 것 같다.

제 3 절 정서안정에 대한 결과 분석

1. 사례 1가족

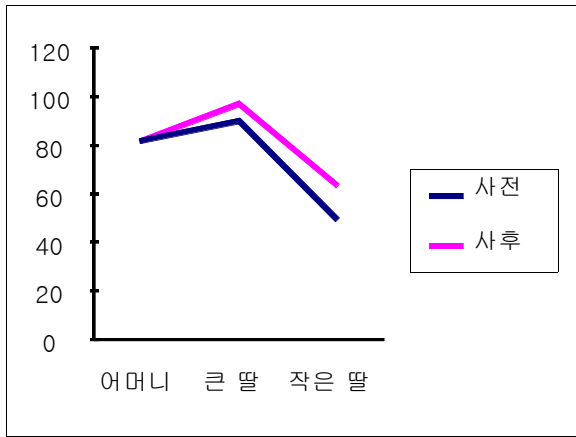
이 가족은 2014년부터 부가 있던 경기도 D시에서 어머니가 딸들을 데려오면서 가족을 이루었다. 그 동안은 큰 딸이 중 1때 어머니와 친예한 갈등관계를 이루다가 중 2가 되면서 서로 안정적인 관계를 이루었다. 둘째 딸은 사춘기의 시작으로 엄마와 갈등관계이고, 정서적으로 불안정한 상태이다. 주목할 것은 어머니와 큰 딸의 정서안정과 감정상태의 폭이 변화가 유사하여 어머니가 큰 딸에 미치는 영향이 크다는 것을 알 수 있다. 어머니의 계절성 우울이 큰 딸에도 그대로 나타나고 있다. 가족미술치료 과정에서도 어머니가 큰 딸을 의지하고 있는 경우가 많았다고 하였다. 어머니가 스트레스 상황이 된다면 오히려 큰 딸에게 부정적인 영향을 미칠 수 있다.

(1) 정서안정

구 분	사 전	사 후
어머니	82	82
큰 딸	90	97
작은 딸	50	64

<표 12> 사례 1가족의 정서안정 사전·후 검사 점수

정서는 사람의 마음에 일어나는 여러 가지 감정이나 감정을 불러일으키는 기분



<그림 47> 사례 1 가족 정서안정 사전·후 그래프

통으로 다소 어려움이 있다. 사춘기에 접어든 작은 딸과는 갈등관계로 어머니가 큰 딸과 삼각관계를 이루어 작은 딸의 정서에 다소 어려움이 있음을 보여주고 있다.

이나 분위기이다. <표 12>와 그래프 <그림 47>을 살펴보면 어머니와 큰 딸은 정서안정의 점수가 높았다. 사전·사후검사에서 어머니는 82점으로, 큰 딸은 90점에서 97점으로 상승하여 우수한 안정된 정서를 이루고 있다. 정서는 환경적인 요인에 의해서 크게 영향을 받는 것으로 어머니는 큰 딸과 동맹을 이루고 있다. 작은 딸은 사전 50점에서 사후 64점으로 정서안정의 부족과 보

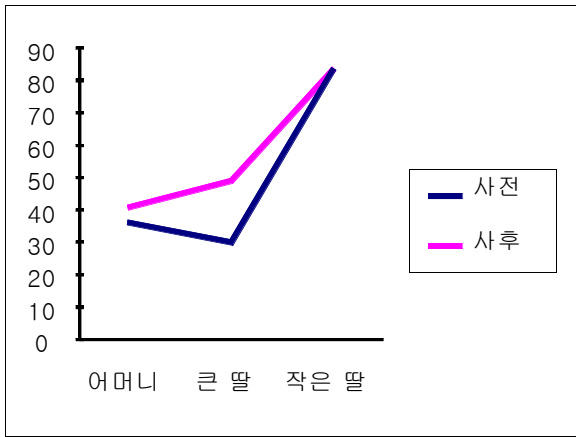
(2) 감정상태

감정은 어떤 현상이나 일에 대하여 일어나는 느낌이나 마음의 기분을 말한다. 감정이 억압되거나 불쾌해지면 무의식적으로 예의에서 벗어나게 되고 과격해진다. 자신에게 일어나는 일에 대해 부정적인 거부감을 일으키고 폐쇄상태에 이르게 된다. 감정이 순수할 때는 일어나는 일에 대한 동기는 긍정적으로 수용하고 진취적이며 의욕이 높다. 주변 인물이나 사물에 깊은 애정을 느끼고 적절히 대처하는 능력을 가진다.

구 분	사 전	사 후
어머니	36	41
큰 딸	30	49
작은 딸	83	83

<표 13> 사례 1가족의 감정상태 사전·후 검사 점수

어머니는 주위환경과 사물에 대해 부정적인 면이 있다. 사전 점수가 36점으로, ‘나만 왜 이럴까?’ 하는 후회와 한탄으로 피해의식이 높고, 객관적인 사실을 왜곡되게 인식하는 경향이 높은 편이었다. 사후 점수는 41점으로 치료과정을 통해 약간



<그림 48> 사례 1 가족 감정상태 사전·후 그래프

의 변화를 보였다. 자녀들과 마찰을 피하고 불필요한 오해를 갖지 않도록 하며, 주관적 판단에 의해 평가하지 않도록 보다 폭넓은 사고와 객관적 사고하도록 하였다. 큰 딸의 사전검사 30점으로 불안한 감정상태에서 외부환경을 부정적으로 보고 있으며, 부정적인 사고에 빠져 있다. 사후 검사에서는 49점으로 감정상태가 조금 상승하였지만, 여전히 감정상태가 불안함을 보여준다. 치료과정 중에 화가 났을 때 아버지에게로 다시 보내버린다는 어머니의 유기공포가 두려움으로 남아 있는 듯하다. 이 불안 요소를 제거하는 기본요인으로 어머니가 든든한 자기대상으로써 자리할 필요성이 요구되어진다. 어머니는 사소한 자기감정의 화풀이 대상으로써 자녀를 생각하여 불안정한 감정을 일으키는 것을 피하고, 이해와 수용하는 배려의 자세가 필요하다. 큰 딸에 비해 작은 딸은 어머니와 주변 환경으로 부터 적게 받는 편이다. 사전사후 검사 결과 83점으로 비교적 안정된 감정상태를 이루고 있다. 타인과 관계에서 오는 스트레스보다는 자신의 욕구 만족 유무에 따라 감정의 변화를 감지하기 때문이라고 생각되어진다.

2. 사례 2가족

어머니의 사망이후 고모집 근처로 이사하여 실질적인 양육자는 고모이다. 고모는 막내아들을 100일 이후 양육하였던지라 절대적인 사랑과 관심을 주고 있다. 상대적으로 사춘기를 보내던 딸들에 대해서는 많은 관심을 쏟지 못했다고 하였다.

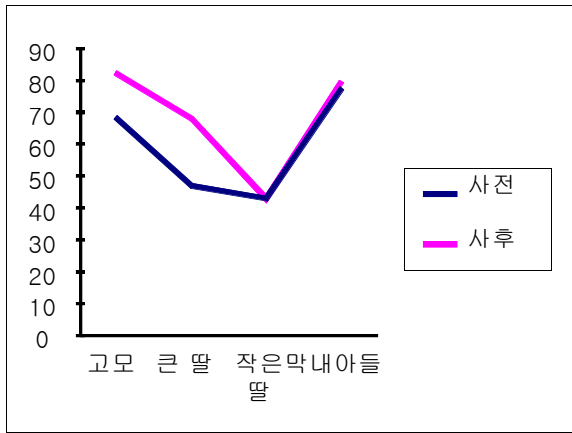
(1) 정서안정

구 분	사 전	사 후
고 모	68	82

큰 딸	47	68
작은 딸	43	43
막내아들	77	79

<표 14> 사례 2가족의 정서안정 사전·후 검사 점수

외부적으로 보았을 때, 이 가족의 전반적인 정서는 활기가 없고 무기력하며 우울하다. 전반적인 인성검사에서 두 딸은 매우 부족을 나타냈고, 특히 정서나 감정 부분이 취약하다는 검사결과(사전 검사 큰 딸 47점, 작은 딸 43점 / 사후 검사 큰 딸 68점, 작은 딸 43점)가 나왔다. 인성 발달의 중요한 시기인 청소년기의 갑작스런 어



<그림 49> 사례 2 가족 정서안정 사전·후 그래프

머니의 사망으로 물리적 환경과 심리 정서적 환경의 급격한 변화와 아버지의 정서적 부재로 방임에 가까운 생활이었다. 청소년기 큰 딸은 동성보다 이성애 관심을 많이 가졌으며, 새로운 친구를 사귀는데 시간이 많이 걸린다고 하였다. 작은 딸은 중학교 시절을 왕따로 보냈고 학교에서 점심까지 걸을 정도로 타인에 대한 관계에서 회피적이었다.

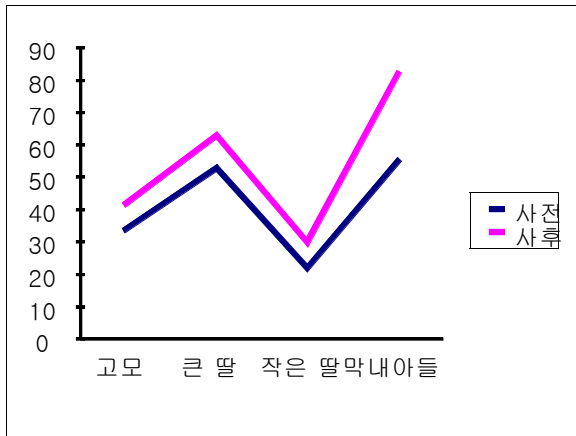
취직 후에는 회사 생활에서도 직장상사와 동료들의 눈치를 많이 보는 편이라고 하였다. 이처럼 인물이나 사물에 접촉하면서 느끼는 정신상태가 불안하며 어떠한 기대와 욕구를 갖게 되었을 때 긴장상태가 나타나게 된다. 따라서 심리적 변화에 안정을 기하고 어떠한 자극상태에 대해 현실적으로 판단하고 인식하는 면을 높이고, 현실에서 균형 있는 행동을 하도록 이끌어야 한다. 상대방에 대한 상호이해를 높이고 욕심을 버리고 남을 미워해서는 안 된다. 고모가 막내 아들이라면 뭐든지 우선시 하는 점(사전 77점, 사후 79점)과 누나들도 막내 동생에 대한 관심이 높은 편이다. 또한 지난 6년여의 심리치료와 지역사회 관심과 따뜻한 도움의 손길이 막내 동생의 정서적 안정감에 도움을 준 듯하다.

(2) 감정상태

구 분	사 전	사 후
고 모	34	42
큰 딸	53	63
작은 딸	22	30
막내아들	55	82

<표 15> 사례 2가족의 감정상태 사전·후 검사 점수

고모와 작은 딸은 주위 인물이나 환경에 의해 억압을 받고 있는 상태이다. 고모



<그림 50> 사례 2 가족 감정상태 사전·후 그래프

는 사전 검사 34점, 사후 검사 42점으로 과도한 책임감으로 자신의 가족보다는 동생들과 조카들을 돌보는 일에 더 신경을 많이 쓰고 있으며, 작업과정에서 이런 상황을 털어버리고 신혼시절로 되돌아가 즐겁게 놀고 싶다고 하였다. 현실의 불쾌감의 반복적인 체험으로 사소한 일에도 흥분을 잘하여 신경질적인 면을 보일 때가 많다고 하였다. 작은 딸은 사전 22점, 사후 30점으로

자신의 감정을 아예 억압하고 살았던지라 자신에게 필요하고, 자신이 원하는 어떤 감정들도 남아 있지 않은 듯 했다. 시간만 나면 잠을 자는 일로 자신의 감정을 모두 숨기고 있다. 일상생활이나 사회적 관계에서 주변사람들에게 의존적일 수 밖에 없다. 언제 사라질지 모르는 불안에 눈치를 많이 보고, 불안해하고 있다. 따라서 자기 마음의 적극적인 표현과 주변 환경에 대한 객관적 사고의 폭을 넓게 수용하도록 도와주고, 타인과 조화롭게 균형을 이룰 수 있도록 사고의 중심을 전환해보도록 하였다. 또한 항상 마음의 여유가 필요함을 인식시켰다. 큰 딸의 경우 사전 53점, 사후 63점으로 의사결정이나 행동의 직접적 원인이 되는 감정상태가 억압되어 있고 자기중심적 성향이 있으며 외부환경을 부정적으로 받아들이려는 경향이 있다. 정신적으로 사물을 이해하고 수용하는 면을 높고, 주위환경 및 사물에 대한 이해와 애정을 갖도록 하고 성장과정에서 경험했던 충격과 불쾌감을 해소할 수 있도록 하

였다. 막내아들은 사전 55점으로 주변의 모든 관심사가 자기에게 향하여 자기중심적이고 타인에 대한 이해가 부족한 상태였다. 가족미술치료를 통해 가장 가까운 누나들과 소통이 되고, 누나들과 함께하려고 하는 노력이 보였으며, 사후 82점으로 가족 간의 공동의 어려움을 꺼내고 해결하고자 노력하는 자세로 안정적인 감정상태를 이룰 수 있었다. 지역아동센터 내에서도 교사와 친구, 동생들과 좀 더 긍정적인 관계맺음이 이루어지고 있다. 시험기간에 계획을 세우고 공부를 하며, 점수에 대한 관심을 갖는 등 학업에 대한 성취 의욕을 보이고, 예전에 아예 포기했던 영어 공부를 다시 시작하는 등 적극적으로 노력하는 모습을 보이고 있다.

제 5장 결론 및 제언

1. 결론

사별가족의 지연된 애도가 개인의 병리적인 현상과 심리적 장애에 영향을 미친다는 것을 두 가족의 사례를 통해 살펴보았다. 그런 관점에서 본 연구는 가족전체의 애도를 중심으로 각 가족원의 개인적 외상을 다뤄보고, 떠나보냄을 통해 가족원의 갈등을 해소하여 서로에 대한 이해를 높임으로써 가족의 정서를 안정시키고자 하였다. 본 연구는 다음 두 가지의 질문을 던졌다. 첫째, 가족미술치료가 가족사별 외상을 가진 가족의 애도작업에 도움이 될 것인가? 둘째, 가족미술치료가 사별경험을 한 가족의 정서안정에 영향을 미칠 것인가?

사례 1 연구의 대상 가족은 G시 소재 S중학교 2학년 여학생의 가족으로 엄마와 중2 딸 1명, 중1 딸 1명으로 구성되어 있는 한부모 가족이다. 사례 2 가족은 G시 소재 S중학교 3학년 남학생 가족이다. 아버지는 타지역에서 일용노동자로 일하고 있으며, 고모의 대리양육으로 누나 2명과 동거 중이다.

본 연구의 목적을 검증하기 위하여 애도에 대한 정신분석이론과 가족치료이론에 근거한 가족미술치료를 통해 사별에 대한 애도과정이 생의 초기 대상과의 상실경험과 애착관계의 정도에 따라 영향을 미칠 수 있다고 연구 설계하였다. 측정도구로는 집단체계 그림검사(GSDT), 동적가족화(KFD), 인적성검사(PIA)를 사전·사후 검사로 사용하였다. 내용분석으로는 가족미술치료의 전·후로 사별가족의 개인적 애도과정의 변화양상과 인적성검사(PIA) 중 정서안정과 감정상태의 변화상을 살펴

보았다.

연구 프로그램은 가족의 공동된 외상 인식과 해결을 위한 1차 가족미술치료를 집중과정으로 진행하였다. 가족미술치료에서 개인의 외상이 발견되었지만 해결되지 못한 개인적인 외상을 개별미술치료를 통해 다시 재경험으로 해보고, 그 때의 감정을 느껴보며 긍정적인 자기상으로 다뤄보았다. 이후 다시 가족의 응집력을 높이고, 가족의 역동을 재확인해보고자 가족 공동의 집단화 작업을 하였다.

가족미술치료를 사별가족의 애도과정에 실시한 결과, 본 연구는 가족미술치료가 사별가족의 애도와 정서안정에 효과가 있음을 입증하였다. 본 연구를 토대로 도출해 낸 결론은 다음과 같다.

첫째, 가족미술치료가 가족사별 외상을 가진 가족의 애도작업에 효과가 있었다.

둘째, 가족미술치료가 가족사별의 외상을 가진 가족의 정서안정에 효과가 있었다.

본 연구 결과를 통하여 가족미술치료는 사별가족의 지연된 애도를 돕고, 가족의 정서안정에 효과가 있는 것으로 나타났다. 이와 같은 효과는 가족사별에 대한 개인의 외상으로 접근하는 방식보다는 공동의 외상을 가진 가족에 대한 접근을 통해 가족 구성원간의 이해와 함께 긍정적인 힘을 줌으로써 가족 구성원들의 내면의 치유와 개인적 성장까지 도울 수 있었던 것으로 파악된다.

2. 제언

본 연구의 결론을 토대로 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 본 연구는 사례연구로 각 가족의 사별의 대상과 이후 나타나는 병리적 특성이 서로 달라 결과를 일반화시키기 어려워 추가적인 연구가 필요하다.

둘째, 본 연구는 가족미술치료와 개별미술치료가 병행하여 시행된 연구로 단일 미술치료와 비교하여 효과성을 객관화시킬 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 사례 1 가족은 어린 자녀의 죽음, 사례 2 가족은 어머니의 자살로 인한 사별로 특별한 사별의 원인을 다루고 있고, 사별의 대상이 자녀와 형제, 부모로 달라서 같은 대상에 대한 후속연구가 필요하다.

넷째, 본 연구는 애도를 통해 가족원의 미해결된 과제를 해결하고, 가족의 삶의 질을 증진시켰다. 하지만 사례 1 가족의 어머니의 계절성 우울과 사례 2 가족의 작은 딸의 상담도 개인의 욕구와는 무관하게 3교대라는 근무 형태 때문에 다소 만나기가 어려워 종결 후에도 지속될 수 있는지에 대한 검증과 후속연구가 필요하다.

참고문헌

1. 단행본

- 김동연 외(1990), 가족미술치료. 대구:동화문화사
- 김형경(2012), 좋은이별. 서울:사람풍경
- 미국정신분석학회 편(2002), 이재훈 외 역, 정신분석 용어사전. 서울:한국심리치료연구소
- 신민섭(2002), 그림을 통한 아동의 진단과 이해. 서울:학지사
- 옥금자 외(2004), 표현예술심리치료 초급과정참고자료집. 서울:한국표현예술심리치료협회
- 옥금자(2004), 청소년임상미술치료방법론. 서울:하나의학사
- 옥금자(2005), 미술치료 평가방법의 이론과 실제. 서울:하나의학사
- 옥금자(2006), 집단미술치료방법론 I 이론과 기법. 서울:하나의학사
- 옥금자(2007), 집단미술치료방법론 II 임상적 실제. 서울:하나의학사
- 옥금자(2010), 표현예술치료로 만나는 정신건강 이야기. 서울:시그마프레스
- 옥금자(2014), 미술치료사의 아동청소년 정신건강 중재를 위한 발달적 접근과 특성별 지침서. 서울:시그마프레스
- 옥금자(2015), 아동청소년의 부적응 예방을 위한 미술치료 프로그램 매뉴얼. 서울:시그마프레스
- 임진수(2013), 애도와 멜랑콜리. 서울:프로이트라강학교·과워북
- 주건성(2016), 인성교육 인성이 미래다. 서울:골드닷컴
- 전순영(2011), 미술치료의 치유요인과 매체. 서울:하나의학사
- 정여주(2003), 미술치료의 이해. 서울:학지사
- 최외선 외(2006), 마음을 나누는 미술치료. 서울:학지사
- 최영민(2010), 쉽게 쓴 정신분석이론. 서울:학지사
- David & Jill Scharff(2006), 이재훈 역, 대상관계 가족치료 I. 서울:한국심리치료연구소
- David K. Switzer(2011), 최혜란 역, 모든 상실에 대한 치유, 애도. 서울:학지사
- Hanna Sigel(1999), 이재훈 역, 멜라니클라인. 서울:한국심리치료연구소
- Julia Sigel(2009), 김정옥 역, 멜라니클라인. 서울:학지사
- Jeremy Holmes(1993), 이경숙 역, 존볼비와 애착이론. 서울:학지사

Kavaler-Adler(2003), 이재훈 역, 애도 대상관계 정신분석의 관점. 서울:한국심리치료연구소

Lavinia Gomez(1997), 김창대 외, 대상관계이론 입문. 서울:학지사

Rubin(1987), 주리아 역, 이구동성 미술치료. 서울:학지사

Rubin(2001), 김진숙 역. 미술심리총론. 서울:한국표현예술심리치료협회

Rubin(2006), 김진숙 역. 미술치료학개론. 서울:학지사

Verena Kast(2013), 채기화 역, 애도. 서울:궁리

2. 국내문헌

고현정(2005). 성인여성의 개별미술심리치료 사례연구-분리개별화과정 중심으로. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위 논문.

구미례(2007). 가족미술치료가 가족구성원 간의 의사소통과 상호존중 및 가족건강성에 미치는 영향. 백석대학교 기독교전문대학원 박사학위 논문.

김동영(2015). 상실과 애도 그리고 돌봄에 대한 이해:목회신학적 관점에서. 신학논단 제 79집.

김명희(2015). 청소년의 정서적 안정감과 사회적 지지가 직업적 가치에 미치는 영향. 광주교육대학교 교육대학원 석사학위 논문.

김보현(2012). 가족건강성 향상을 위한 가족미술치료 사례연구. 미술치료연구 제 19권 제 3호.

김석(2012). 애도의 부재와 욕망의 좌절. 민주주의와 인권(제 12권 1호)

김진영(2010). 애도과정의 목회상담적 이해. 목회와 상담(제 15호)

김주심(2013). 수용전념치료가 사별을 경험한 중년여성의 애도, 자아존중감 및 심리적 안녕감에 미치는 효과. 경성대학교 대학원 석사학위

김홍근(2010). 발달적 애도를 통한 변형적 내면화 과정. 신학과 실천.

도영자(2012). 대상상실에 따른 애도기능의 치료적 활용방안에 관한 목회상담학적 연구. 호서대학교 연합전문신학대학원 석사학위 논문.

두현정(2008). 사별가족의 슬픔 적응 경험-지역사회 호스피스 간호를 받는 가족을 중심으로. 한양대학교 대학원 박사학위 논문.

류대회(2015). 아동의 대인관계와 가족건강성 증진을 위한 가족미술치료 사례연구. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위 논문.

박광민(2005). 사별 및 이혼을 통한 유년시절 상실경험과 신앙적 극복. 감리교신학대학교 대학원 석사학위논문.

- 박소은(2015). 부 사별을 경험한 자녀의 미술치료 사례연구-애도과정을 중심으로. 한양대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 서은미(2011). 가족치료적 접근을 병행한 미술치료가 부적응 아동에게 미치는 영향. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 설정희(2015). 통합예술치료가 가족 사별 경험 중년여성의 애도와 자아존중감에 미치는 효과. 경성대학교 대학원 석사학위논문.
- 박초희(2015). 정서적 안정성, 사회적 지지 및 자아존중감이 부모의 이혼 후 적응에 미치는 영향. 명지대학교 대학원 석사학위 논문.
- 신유현(2011). 가족미술치료가 암환자와 가족 간의 의사소통에 미치는 사례연구. 원광대학교 동서보완의학대학원 석사학위 논문.
- 심진희(2012). 상실에 대한 목회상담학적 연구-멜라니클라인 대상관계이론을 중심으로-. 장로회신학대학교 대학원 석사학위 논문.
- 오연주(2008). 사별가족의 우울감소에 대한 만다라 미술치료 사례연구:애도과정의 상정을 중심으로. 원광대학교 대학원 석사학위논문.
- 오상희(2010). 아동의 정서안정이 주의집중력 및 사회적 유능감에 미치는 영향. 아주대학교 공공정책대학원 석사학위 논문.
- 윤순희(2016). 참만남집단 가족미술치료프로그램이 결혼이민자가정 모-자녀관계에 미치는 효과. 명지대학교 대학원 박사학위 논문.
- 이규민(2014). 사별과 관련된 아동 이해 및 애도상담에 관한 연구. 한국기독교상담학회지.
- 이미라(2005). 애도 개념개발 - 배우자 사별과정을 중심으로. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 이현미(2013). 가족미술치료가 재혼가정의 부모-자녀 간 의사소통과 가족기능에 미치는 영향. 한세대학교 치료상담대학원 석사학위 논문.
- 임영아(2010). 가족미술치료가 다문화가족의 자아존중감과 의사소통의 향상에 미치는 효과. 조선대학교 정책대학원 석사학위 논문.
- 임인경(2004). 대상관계이론에 비추어 본 미술치료에 관한 고찰. 상명대학교 정치경영대학원 석사학위 논문.
- 임효희(2014). 가족미술치료가 입양아동의 문제행동과 사회성에 미치는 효과. 경기대학교 미술·디자인대학원 석사학위 논문.
- 장희은(2014). 배우자 사별 여성의 안심모형에 근거한 애도미술치료 경험 연구-칠보 만다라를 중심으로. 대구대학교 대학원 박사학위 논문.
- 정성금(2009). 가족사별의 상실감 극복을 위한 미술치료 사례연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.

원 박사학위논문.

주희연(2015). 이혼가정의 아동을 위한 애도상담. 연세상담코칭연구 제 3호.

추경선(2004). 대상관계이론에 입각한 상담적 관점에 대한 연구. 부산교육대학교
교육대학원, 논문집 제 6호.

채수경(2004). 경험적 가족치료를 통한 역기능가정의 치료- V. Satir 성장모델을
중심으로. 명지대학교 사회복지대학원 석사학위 논문.

최광현(2009). 부모상실의 트라우마에 대한 트라우마가족치료 사례연구.
한국가족치료학회지.

황정윤(2014). 성인용 애도척도 개발 및 타당화. 경성대학교 석사논문

3. 국외문헌

Baker, John E.(2001) "*Mourning and the Transformation of Object Relationships.*"
Psychoanalytic Psychology 18, no. 1

Bowlby, John.(1961) "*Processes of Mourning.*" International Journal of Psychoanalysis
42

Bowlby, John.(1980) *Attachment and loss, (Vol. 3), Loss: Sadness and depression.*
Tavistock institute of human relations. New York

Cooley, C. H.(1992). human nature and social order, Transaction Publishers.

Freud, Sigmund.(1917) "*Mourning and Melancholia.*" in vol. 14 of the Standard Edition
of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud. London: Hogarth
Press

Melanie, Klein.(1975) *Love, Guilt and Reparation and other Works.* London: Hogarth
Press and the Institute of Psychoanalysis

Kübler-Ross, Elisabeth.(1969) *On Death and dying.* New York: MacMillan Publishing
Company

Kübler-Ross, Elisabeth. & Kessler, D.(2005). *On Grief and Grieving: Finding the
Meaning of Life through the Five Stages of Loss.* USA: David Kessler, Inc.

Parkes, C. Murry.(1972) *Bereavement: Studies of Grief in Life.* London: Tavistock

Parkes, C. Murry.(1998) Loss and Recovery. J. of Social Issue. pp. 44(3). 53-65

Switzer, David K.(1973) *The Dynamics of Grief: Its Source, Pain, and Healing.* New
York & Nashville: Abingdon Press

Worden, William J.(1991) *Grief Counseling and Grief Therapy.* Great Britain: Routledge

국 문 초 록

가족미술치료가 사별가족의 애도와 정서안정에 미치는 효과

박 은 혜

조선대학교 대학원 미술심리치료학과

지도교수 김 승 환

인간의 탄생과 성장, 죽음에 이르는 과정은 우리 인간이 거쳐야 할 자연스러운 과정이다. 우리는 삶과 죽음을 받아들이고 인식하는 과정을 개인의 경험에 따라 긍정적 또는 부정적으로 받아들인다. 죽음에 대해 삶의 순리로써 받아들이는 경우, 슬픔과 그리움을 너머 충분한 애도를 통해 사별자가 든든한 심리적 지지자로 마음속 깊이 자리한다. 하지만 죽음에 대한 어떤 경험은 마음속에 깊은 상처를 주어 심리적 외상을 남기기도 한다. 우리에게 가장 큰 심리적 외상은 가까이에서 함께 생활했던 가족원의 예기치 않는 사별이다. 갑작스런 부모의 죽음이나 형제자매의 죽음은 남아있는 가족원에게 떠난 사람에 대한 충분한 애도를 할 수 없을 만큼 큰 심리적 상처로 자리를 잡게 된다. 충분한 애도가 이루어지지 않은 이러한 경험들은 각 개인의 감정을 건드리고 자기만의 방식으로 지각을 일으킨다. 이러한 심리적 외상이 충분히 보살펴지지 못할 때는 왜곡된 정서가 성격의 일부로 굳어진다. 그런 점에서 애도는 상실한 것들에 대해 이해하고, 받아들이며, 더 나아가 성장의 기회를 제공한다.

본 연구는 가족원의 사별 경험으로 인해 현재의 삶에서 우울과 불안이 높고 무기력하며 사회적 관계 맺음에 큰 어려움을 보이는 두 가족을 선택하여 가족미술치료를 실시하였다. 가족전체의 애도를 중심으로 각 가족원의 개인적 외상을 다뤄보고, 떠나보냄을 통해 정서적 안정에 미치는 효과를 검증하고자 하였다.

본 연구의 사례 1 가족은 G시 소재 S중학교 2학년 여학생의 가족이다. 엄마와 중2 딸 1명, 중1 딸 1명으로 구성되어 있는 한부모 가족이다. 사례 2 가족은 G시 소재 S중학교 3학년 남학생 가족이다. 아버지는 시골 건설현장에서 일용노동자로 일해 떨어져 살고 있으며, 고모의 대리양육으로 누나 2명과 동거 중인 가족이다.

가족미술치료가 이 두 가족의 애도와 정서안정에 미치는 효과를 알아보려고 집단 체계 그림검사(GSDT), 동적가족화(KFD), 인적성검사(PIA)를 측정도구로 사용하였다. 자료 분석 방법으로는 사전·사후검사로 집단체계 그림검사(GSDT), 동적가족화(KFD)를 비교하였다. 또한 연구 주제인 애도의 변화양상과 인적성검사(PIA) 중 정서안정과 감정상태의 변화상을 통해 질적분석을 하였다.

사별가족의 가족미술치료를 실시하여 가족미술치료가 가족사별 외상을 가진 가족의 애도작업에 효과가 있음과 가족미술치료가 가족사별의 외상을 가진 가족의 정서안정에 효과가 있다는 결과를 얻었다. 그러나 각 가족의 사별의 대상과 이후 나타나는 병리적 특성이 서로 달라 본 연구의 결과를 일반화시키기는 어렵다.

가족사별에 대한 개인의 외상으로 접근하는 방식보다는 공동의 외상을 가진 가족에 대한 접근을 통해 가족 구성원간의 이해와 함께 긍정적인 힘을 지속시킴을 통해 가족 구성원들의 내면의 치유와 개인적 성장까지 도울 수 있었다.

주요어 : 가족미술치료, 사별가족, 애도, 정서안정

부 록

부록 1. 미술작품의 활용 동의서

부록 2. PIA 검사 설문지

<부록 1>

미술작품의 활용 동의서

(나, 부모) _____ 는 예술심리치료사 _____ 가
(나, 아이)의 작품을 발표나 전시에서 소개할 때
비밀보장의 약속 하에 나의 이름이 드러나지
않을 것이라는 것을 믿고
다음의 목적 하에 미술치료과정의 결과물인
작품사용을 동의합니다.

(나, 아이)의 치료를 위한 감독상황에서
(나, 아이)의 효과적인 치료를 위한 컨퍼런스에서
치료전문인을 위한 교육에서
연구를 위한 논문 및 전문학술지에서

년 월 일

_____ (서명)

<부록 2>

* PIA(인성·적성·진로 검사)로 인·적성검사 1~128번까지 문항 중 85번은 진로에 관련된 문항으로 삭제하고 인성검사에 관련된 부분만을 실었음을 밝힌다.

인성검사(청소년용)

* 다음 문항을 잘 읽어본 후 ‘그렇다’ 고 생각되면 ①번에, ‘아니다’ 고 생각되면 ②에 체크하십시오.

NO.	문 제	그렇다	아니다
1	공부나 어떤 일을 하다가 어려운 문제에 부딪히면 스스로 해결하려고 노력한다.		
2	길을 가다가 휴지나 오물이 보이면 주워서 부근 휴지통에 넣는 편이다.		
3	특별한 이유 없이 남을 미워할 때가 자주 있는 편이다.		
4	주위 사람들로부터 부지런하다는 말을 들을 때가 있다.		
5	공부를 하다 보면 머리에 피로가 자주 온다.		
6	어떤 과제나 일에 대해 끝맺음은 정확히 하는 편이다.		
7	상대방의 입장을 생각해 줄 수 있는 폭넓은 이해심을 가지고 있다.		
8	학교에서 발표회 때 발표순서가 돌아오면 긴장이 되면서 가슴이 두근거린다.		
9	무슨 일이든 남에게 의존하기가 싫다.		
10	남의 의견에 귀를 기울이고 지시에 잘 따르는 편이다.		
11	남의 약점을 다른 사람에게 말하는 습성이 있다.		
12	남들이 하기 싫어하는 것을 스스로 하려고 노력한다.		
13	사람을 기다리고 있을 때 시간이 몹시 지루하다고 느껴진다.		
14	여러 가지 일을 벌려 놓고도 끝맺음을 잘한다.		
15	계획대로 되지 않으면 짜증이 난다.		
16	여러 사람이 모여 함께 일하는 것을 좋아한다.		
17	여러 사람 앞에서 말을 하려면 떨린다.		
18	작은 일도 소홀히 하지 않는다.		
19	주위에서 발생하는 일에 대해 어려운 문제는 남에게 의존하고 싶어진다.		
20	자신의 생각이 틀렸다고 생각되면 곧바로 고쳐서 올바른 쪽을 택한다.		

NO.	문 제	그렇다	아니다
21	괜히 다른 사람이 미워질 때가 있다.		
22	공부하기 싫을 때가 가끔 있다.		
23	공부하기가 불안하고 의욕이 없을 때가 가끔 있다.		
24	몸이 불편하더라도 자신이 맡은 일은 끝까지 다 해놓는 편이다.		
25	하고자 하는 일에 대해 자신이 없을 때가 많다.		
26	다른 사람의 의견을 먼저 듣고 나의 의견을 말하는 편이다.		
27	계획한 공부나 일 등이 너무 어려울 것 같아서 미리 포기할 때가 있다.		
28	버스나 지하철에서 노약자가 앞에 서 있으면 자리를 양보한다.		
29	자신의 이익보다는 남의 이익을 먼저 생각한다.		
30	다른 사람의 말을 들을 때 다른 생각들이 떠오르는 편이다.		
31	친구한테 가끔 화를 낼 때가 있다.		
32	나는 친구들과 잘 어울리는 편이다.		
33	우리 반을 지도하고 중책을 맡기를 좋아한다.		
34	다른 사람의 보호나 간섭을 받지 않고 자신에게 관계된 일은 자신의 힘으로 처리하는 편이다.		
35	길을 걷다가 가끔 침을 뱉는다.		
36	친구나 다른 사람에게 피해를 끼치면 반성하고 사과를 한다.		
37	학교에서 활동적이고 쾌활한 편이다.		
38	여러 가지 하고 싶은 것이 많아 한 가지 일에 전념하지 못하는 편이다.		
39	자신이 할 일을 남에게 미루지 않는다.		
40	아무렇지도 않은 조그만 일에도 감정이 상한다.		
41	나 자신의 입장만 생각할 때가 종종 있다.		
42	남들보다 웅변술이 있고 논리적으로 말을 잘한다고 생각한다.		
43	다른 사람의 생각에 얽매이는 편이다.		
44	나는 학교에서 규율과 질서를 잘 지키고 있다.		
45	나에게 원한을 품고 있는 사람이 있다고 생각한다.		
46	노력은 하지 않고 그저 목적만 달성하려는 면이 있다.		
47	친구나 다른 사람의 말을 들을 때 신중히 귀를 기울여 듣지 않는 편이다.		
48	앞장서서 해 나가는 것은 좋아하지만 뒤처리는 좋아하지 않는다.		
49	기분이 조금만 나빠도 짜증이 난다.		
50	서로 도와가며 지내기를 좋아한다.		
51	친구를 만나면 반가워하고 친구에게 칭찬을 아끼지 않는다.		
52	나름대로 계획표를 만들어 계획대로 해 나간다.		
53	귀찮을 때는 약속을 했다가도 지키지 않은 경우가 종종 있다.		

NO.	문 제	그렇다	아니다
54	친구의 훌륭한 태도를 보면 의심스러울 때가 있다.		
55	자신이 하는 공부나 일에 대해 열심히 하는 편이다.		
56	공부나 일 등을 할 때 시간이 더디게 간다고 느껴질 때가 많다.		
57	자신이 한 행동에 대해서 책임을 진다.		
58	상대방에게 하고 싶은 말이 있으면 꼭 해야만 마음이 편하다.		
59	나는 친한 친구가 많다.		
60	다른 사람의 눈에 띄거나 돋보이는 것을 싫어한다.		
61	독서를 두 시간 이상 계속해 본 경험이 없다.		
62	어떤 일을 결정했다가도 깊이 생각해 보지 않고 남의 이야기만 듣고 변경을 하는 경우가 종종 있다.		
63	육교나 횡단보도가 있는데도 거리가 멀다고 생각되면 무단보행을 할 때가 있다.		
64	다른 사람에 대해 의심을 잘 한다.		
65	대체적으로 성실하고 부지런한 편이다.		
66	무슨 일을 하는 도중 하품이 나오는 경우가 종종 있다.		
67	어떤 일을 하더라도 싫어하지 않고 책임지고 모두 처리하는 편이다.		
68	남에게 일을 가르치거나 지도하기를 좋아한다.		
69	무슨 일이나 다른 사람과 협력해서 하는 편보다 혼자서 하는 편이다.		
70	남에게 일을 가르치거나 지도하기를 좋아한다.		
71	남에게 속박 당하는 것이 싫다.		
72	빌린 물건이나 돈은 반드시 기일 내에 돌려주고 있다.		
73	절대로 남의 험담을 하지 않는다.		
74	한 가지 일을 오래 계속하면 빨리 끝내고 싶어 마음이 초조해진다.		
75	나는 고집이 센 편이다.		
76	하고자 하는 공부나 일에 대해 자신이 없을 때가 가끔 있다.		
77	웃어른과 식사를 할 때는 행동을 조심스럽게 하는 편이다.		
78	남보다 앞서기 위해 가끔 거짓말을 할 때가 있다.		
79	공부나 자신이 하는 일에 대해 조급해하는 편이다.		
80	맡은 일은 어떤 일이 있어도 끝까지 해낸다.		
81	어느 누구한테 싫은 소리를 들으면 즉흥적으로 흥분하는 편이다.		
82	친구나 동료가 어려운 일을 부탁하면 도와주고 싶다.		
83	상대방과 대화할 때 자신의 의견만을 주장하고 타인의 의견을 잘 듣지 않는다.		

NO.	문 제	그렇다	아니다
84	자신의 생각이나 의견에 따라 행동하지 못하는 편이다.		
86	세상은 언제나 나 자신에게 나쁜 영향을 준다고 생각한다.		
87	자신이 하는 일에 대해 의욕이 높은 편이다.		
88	공부나 어떤 일 등을 하고 있을 때 다른 일이 갑자기 하고 싶어지는 경우가 종종 있다.		
89	남에게 책임을 전가하는 경향이 있다.		
90	자신이 하는 공부나 일에 대해 책임을 다한다.		
91	결핍하면 잦이 붉어지거나 사람들 앞에서는 것을 꺼린다.		
92	게으름을 피우는 경우가 종종 있다.		
93	어떤 일이든 자신 스스로 하려고 노력하는 편이다.		
94	적색 신호등이라도 지나가는 차가 없으면 길을 건너가는 편이다.		
95	어느 누구한테 싫은 소리를 들으면 즉흥적으로 흥분하는 편이다.		
96	열심히 하고 싶은 의욕이 없을 때가 많다.		
97	공부 등을 할 때 주위 사람들의 이야기가 귀에 잘 들린다.		
98	시작할 일에 매듭을 지어야만 마음이 편하다.		
99	더운 날씨에 누가 옷깃만 스쳐도 신경질이 난다.		
100	친구들 모임이나 학교 모임에 적극적으로 참가할 마음이 없다.		
101	나는 어휘력과 설득력이 부족한 편이다.		
102	학교생활에 대한 불신과 불만이 강하다.		
103	성장하면서 주위 사람이나 환경에 의해 억압받는 일이 없었다.		
104	어떤 행동을 할 때 나태하거나 게으름을 피우는 일은 거의 없다.		
105	한가지 일을 계속적으로 하지 못한다.		
106	자신이 한 말에 대해서는 책임을 진다.		
107	별로 이유없이 화가 날 때가 종종 있다.		
108	혼자서 하는 일은 잘 되는데 여럿이 하는 일은 잘 되지 않는다.		
109	사람들 앞에 나서기를 꺼려한다.		
110	상대방에게 불쾌감을 주지 않도록 노력한다.		
111	자신의 능력을 자만하고 상대를 알아보는 편이다.		
112	정직하게 세상을 살면 손해 볼 일이 많을 것 같다.		
113	공부할 때 정신평중이 잘 안되는 편이다.		
114	오늘 해야 할 과제나 일 등은 미루지 않고 그날로 끝내는 편이다.		
115	어느 누구한테 싫은 소리를 들으면 즉흥적으로 흥분하는 편이다.		
116	친구들을 미워한 적이 많다.		
117	남이 쳐다보면 하던 공부나 일이 잘 안된다.		

NO.	문 제	그렇다	아니다
118	꿈을 씹다가 무의식 중에 꿈을 길거리에서 뱉을 때가 있다.		
119	어려운 일이 있어도 남의 도움을 받지 않고 스스로 해결한다.		
120	적성검사 도중 문제지에 낙서를 말도록 지시되어 있는데 이미 검사지 어느 곳에 낙서를 하고 말았다.		
121	친구의 나쁜 점을 다른 친구나 다른 사람에게 말할 때가 있다.		
122	지금까지 성장해오면서 친구들에게 거짓말을 한 적이 별로 없다.		
123	공부나 어떤 일 등을 할 때 TV나 라디오를 켜 놓고 한다.		
124	하는 일이 허술하고 끝마무리가 좋지 않을 때가 있다.		
125	기분 상하는 일이 있으면 화를 내는 편이다.		
126	친구나 아는 사람이 억울한 일을 당하면 마음이 아프다.		
127	발언이 익숙하지 못하고 표현력이 부족한 편이다.		
128	어려운 문제에 부딪혀도 남의 도움을 받지 않으려고 노력한다.		