

놀이치료 아동 어머니의 부모교육 프로그램 참여를 통한 변화 경험연구 : *

Winnicott의 대상관계 이론을 중심으로

하정림** · 배희분*** (상명대학교 복지상담대학원)

국문요약

본 연구는 Winnicott의 대상관계이론을 중심으로 부모교육 프로그램을 개발하였고, 이를 놀이치료 아동의 어머니들에게 실시한 후에 참여자들의 개인적인 경험의 변화를 질적으로 분석하는 데 목적을 두었다. 본 연구의 참여자는 놀이치료를 종결한 미취학 아동의 어머니 7명이며, 프로그램을 실시한 후 부모 FGI를 진행하여 심층면담을 통해 자료를 수집하였다. 자료는 Krippendorff(2004)의 질적 내용분석 방법에 따라 분석하였다. 연구결과 5개의 주제와 10개의 소주제가 도출되었다. 5개의 주제는 ‘교육을 통한 신선한 충격 경험’, ‘실천을 통한 시행착오와 퇴행이 주는 의구심’, ‘원가족에 대한 통찰과 현재 모자관계 패턴 인식’, ‘변화에는 임계값만큼의 교육시간이 필요하다는 깨달음’, ‘한계점에서 찾게 된 빛과 같은 출구’이다. 이러한 결과를 통하여 첫째, 놀이치료 아동의 어머니들은 대상관계 부모교육 프로그램에 참여하면서 새로운 정보와 지식에 신선한 충격을 받으며 인식의 전환을 갖게 되었다. 둘째, 참여자들은 새롭게 알게 된 지식을 실천해 보면서 시행착오와 일시적 퇴행은 치료 과정의 일부임을 깨닫게 되었다. 셋째, 참여자들은 원가족에 대한 통찰로 관계패턴을 인식하게 되었고 이를 통해 자기 이해 및 자기 성찰의 계기를 마련하게 되었다. 넷째, 참여자들은 놀이치료에서 부모역할의 중요성을 인식하게 되었고 변화하기 위해서는 임계점에 도달할 만큼의 부모교육 시간이 반드시 필요하다는 것을 깨닫게 되었다. 마지막으로 놀이치료 과정에서 부모가 겪는 다양한 심리적 갈등으로 인해 지쳐 한계에 부딪혔던 참여자들은 부모교육 프로그램을 통해 부모 힐링의 경험을 하게 되었다. 이와 같은 결과를 통해 놀이치료에서 부모역할의 변화를 초래하려면 일정시간의 교육이 반드시 필요하며, Winnicott의 대상관계이론을 중심으로 한 부모교육 프로그램이 놀이치료 아동 어머니들에게 놀이치료에 좀 더 협력적인 부모로 변화하는데 영향을 주었고, Winnicott이 말하는 촉진적 환경을 조성해주는 충분히 좋은 어머니로서의 역할을 갖추도록 동기부여 한다는 사실을 발견하였다. 더불어 이에 연구 결과와 관련한 논의 및 추후 연구를 위한 제언을 제시하였다.

[주제어] 놀이치료, 대상관계 이론, 부모교육, 질적 연구, 내용분석

I. 서론

“홀로 존재하는 아기란 없다(There is no such thing as a baby).”라고 했다(Winnicott 1971). 유아는 ‘최초의 자기가 통합되지 않은 상태’로 삶을 시작한다고 하였으며, 이 말의 의미는 ‘우리가 유아를 발견할 때는 언제나 모성 돌봄을 발견하게 되고, 모성 돌봄이 없으면 유아도 존재할 수 없음’을 뜻한다(Winnicott, 1958)라고 했다. 다시 말해 모성과 떨어져 혼자 존재하는 아기는 없다

* 본 연구는 2018년 상명대학교의 교내연구비 지원을 받아 수행되었음.

** 주저자, 상명대학교 상명가족아동상담교육센터 상담사, lovelimi7@naver.com

*** 교신저자, 상명대학교 복지상담대학원 아동청소년상담학과 학과장, heeboon@smu.ac.kr

는 뜻이다. Mahler (1975)는 생후 36개월 이전까지는 아동에게 있어 확고한 정체성의 바탕을 이루는 시기이기 때문에 어머니의 역할을 무엇보다도 강조하고 있다. 또한 Spitz (1965)는 유아가 모든 심리적 발달을 이루기 위해서는 어머니와의 관계가 반드시 필요하다는 것을 제시하였다. 이처럼 유아는 세상에 태어나 부모라는 심리, 정서적 환경 및 생태적 환경과 상호작용을 하면서 자기와 세상에 대해 경험하며, 점차 하나의 인격체로서 발달하고 성장해 나간다. 또한 부모는 아동의 발달과 적응 및 부적응 행동에 중요한 영향을 미치는 존재로 아동의 정서와 행동 문제를 일으키는데 생물학적인 취약성을 제공하거나 직접적인 원인이 되기도 한다. 이러한 이유로 인하여 놀이치료의 여러 이론에서도 부모의 역할을 매우 강조하고 있다. Axline (1947)에 의하면, 부모는 아동에게 가장 중요한 대상이므로 부모가 심리적인 어려움이 있는 경우 그 영향은 자녀에게 전달되고 아동을 통해 그 문제가 드러난다고 하였다. 부모가 아동치료에 미치는 영향에 관한 선행 연구를 살펴보면, 최명선, 김광웅 (2005)은 아동치료에서 부모상담을 병행하는 것이 아동치료의 성과에 중요한 영향을 미치게 되고, 치료자가 아동 및 양육자와 치료적 관계를 발전시키는데 초점을 두면 치료의 성공을 높일 수 있다고 보고하고 있다(강은주, 김광웅, 2010). 반면 치료에 대한 부모의 이해가 부족한 경우에는 부모가 더 쉽게 치료를 중단해버리며, 양육자의 저항이 치료과정을 방해한다(Van Fleet, 2000). 조력자인 부모와의 치료관계가 아동치료 성과에 영향을 주며, 이는 아동과의 치료관계보다 부모와의 치료관계가 치료성과에 더 긍정적인 영향을 미친다고 하였으며(최명선, 2007), 부모의 상담에 대한 기대감과 부모-치료자간 치료적 동맹이 치료에 효과를 높인다(정희정, 이소희, 2003)는 연구 결과들이 있다. 이러한 선행 연구들은 부모의 역할이 놀이치료 효과에 직접-간접적인 영향을 준다는 점을 입증해 주며, 부모조력의 중요성과 필요성을 강조하는 것이라 할 수 있다. 특히 아동은 성인과 달리 부모에 의해 상담이 시작되며, 그 지속 여부도 부모에 의해 결정되는 것처럼 아동상담의 전 과정 동안 중요한 역할을 하게 되기 때문이다. 놀이치료 현장에서 이루어지는 부모상담의 실태와 방식에 대한 선행연구를 살펴보면, 부모상담은 놀이치료 끝에 10~20분으로 진행되는 것이 80~90%이상의 비율을 차지하고 있으며(주선영, 2005; 김광웅, 2009), 부모 또한 자녀가 상담을 받듯이 부모 자신도 매회기마다 상담을 받고 싶어 한다는 연구결과가 보고되고 있다(강은주, 김광웅, 2010). 이러한 시사점으로 미루어 볼때 현재 놀이치료 후 부모상담 10분으로 진행되는 상담 시스템으로는 내담아동의 부모를 돕기에는 턱없이 부족한 시간이며, 더불어 부모상담을 받고 싶어하는 부모의 요구에 대한 부응이 매우 미흡한 실정이다. 이러한 경우에 놀이치료 이외의 시간을 투자하여 구조화된 부모교육 프로그램을 제공하는 것이 더 효율적일 수 있다.

부모교육은 부모를 돕는 매우 효과적인 방법 중 하나이다. 부모교육의 중요성에 대해 Hamner와 Turner (1985)는 현대사회 부모들이 자녀들을 적절한 방법으로 양육하기 위해 부모교육과 훈련에 참여하여야 하며, 정부나 국가 차원에서도 훌륭한 인적 자원을 육성하기 위해 반드시 필요하다고 강조하였다. 그리고 메타분석을 통한 부모교육 효과성 검증에서 부모교육을 통한 부모 자신의 변화가 자녀 쪽의 변화에 비해 더 큰 치료효과를 보였다(이숙영, 이운주, 정혜선, 2002)는 연구결과를 통해서도 부모교육의 중요성을 알 수 있다. 그렇기 때문에 놀이치료에서 부모의 조력

적 역할을 요구하는 목적은, 놀이치료의 성과가 부모 변인과 밀접한 관계가 있기 때문이며 아동의 심리치료 효과를 높이기 위해 협조적인 지원자로서의 부모를 비중 있게 다루기 위함이다. 또한 부모의 역기능적인 관계를 개선하여 아동치료의 근원적인 도움을 주기 위해서(유미숙, 1997)이다. 이렇듯, 부모교육에 대한 중요성은 이미 한국의 사회적 이슈와 요구에 맞물려 있어 다양한 주제와 구성으로 대상관계 부모교육 프로그램(강진아, 2009; 권지혜, 2012; 노미경, 2003; 박은정, 2006; 이은화, 2004; 원중희, 2004; 신아름, 2011; 현정희, 2011)을 실시하여 왔다.

아동상담에 대한 사회적 이슈와 더불어 부모상담의 중요성을 인식하고 치료의 다양한 한계와 미해결과제들을 풀기 위해 이미 선행연구(장정선, 2015)들을 통해 끊임없이 연구되고 개발되어오고 있다. 그러나 이러한 많은 연구들에도 불구하고 상담현장의 놀이치료사들에게 풀어야 할 다양한 과제들 중 하나는 일정기간의 치료과정을 진행함에도 불구하고 아동의 발달이 그 다음 발달단계로 성장하지 못하고 제자리를 반복하는 때가 있다. 그러한 시기에 내담아동에게 부모의 조력적 역할이 매우 중요하다. 그러하기 때문에 부모가 제공하는 심리적 정서적 환경을 어떻게 하면 좀 더 협력적인 조력자로서 역할을 변화할 수 있을 것인가? 그 방법은 무엇인가? 라는 물음을 갖게 되었다. 놀이치료 과정에서 최선의 해법을 찾고자 부모교육과 관련된 다양한 선행연구들을 찾아보았다. 그러나 현재까지의 많은 선행연구들 대부분이 양적 연구에 치중되고 있었고, 질적 분석에 의한 연구는 국내에서 질적 연구를 찾아보기 힘든 것이 현재의 상황이다. 부모를 대상으로 실시한 부모교육 프로그램에 관한 질적 연구(안순미, 2005; 현성미, 2016)는 매우 미비하다는 것을 확인할 수 있었다. 이로 인해, 놀이치료에서 부모교육의 실제에 대한 질적 연구의 필요성을 깊이 절감하게 되었다. 따라서 본 연구에서는 놀이치료 현장에서 대두되고 있는 치료적 한계의 본질적인 원인과 이유를 알아보고 해결을 위한 방법은 무엇인지를 알아보고자 질적 연구를 계획하게 되었다.

따라서 본 연구에서는 Winnicott의 대상관계이론을 중심으로 부모교육 프로그램을 개발하였다. 그리고 이를 놀이치료 아동의 어머니에게 실시한 후, 프로그램을 참여한 참여자들의 개인적인 경험의 변화를 구체적으로 알아보고자 하였다. 이를 위해 프로그램에 참가한 참여자들의 생생한 경험을 포커스 그룹 인터뷰(Focus Group Interview: FGI)를 진행한 후, 인터뷰 내용을 중심으로 질적 내용분석을 하였다. 본 연구를 통해 상담현장에서 좀 더 효율적인 놀이치료에 대해 고민하고 있는 많은 놀이치료사들에게 부모교육에 대한 기초정보와 효과적인 부모교육 프로그램을 제공하며 부모교육의 방향을 제시하는데 조금이나마 기여할 수 있을 것으로 기대한다.

이상에서 논의된 연구의 필요성과 목적에 의거하여 다음과 같이 연구문제를 설정하였다.

첫째, 놀이치료 아동의 어머니들을 대상으로 한 Winnicott의 대상관계이론 중심의 부모교육 프로그램을 어떻게 구성할 것인가?

둘째, 놀이치료 아동의 어머니들은 Winnicott의 대상관계이론 중심의 부모교육 프로그램을 통해 어떠한 변화를 경험하는가?

II. 이론적 배경

1. 놀이치료에서 부모교육

놀이치료에서 부모교육에 대해 한성심(2001)은 부모와 자녀 모두의 행동과 정서를 긍정적으로 변화시키기 위한 목적으로 제공되는 교육이며, 또한 부모로서의 역할과 기능을 보다 효과적으로 수행할 수 있도록 자녀양육 및 교육활동에 관한 정보나 지식을 가르치는 교육이라고 하였다. 부모교육 프로그램이 부모의 행동적 변화와 내적 변화를 가져오는데 유의미한 효과가 있으며, 부모의 변화가 자녀의 변화를 가져오는데 더 큰 효과를 나타낸다는 이재림, 김지애, 차동혁, 이향희(2013)의 연구결과는 정책적으로 부모역할을 지원하고 부모의 역량을 강화하려는 노력에 있어 부모교육이 매우 효과적인 수단이 될 수 있다는 근거를 제공한다. 본 연구에서 실시된 부모교육의 특징점은 참여 인원을 소규모 집단형식으로 구성하여 교육적인 지식 및 정보전달과 더불어 집단상담이 갖는 치료의 장점(Yalom, 1985)등의 효과를 동시에 볼 수 있도록 구성하였으며, 더불어 프로그램 회기별 활동시간에 참여한 어머니들의 요구를 일부 반영하여 참여자의 개인질문에 대해 개인분석적 피드백을 병행하여 진행하였다는 것이다.

2. 대상관계이론에 기초한 부모교육 프로그램

놀이치료 아동의 어머니들에게 실시한 대상관계 부모교육 프로그램의 전반적인 연구 동향은 다음과 같다. 부모의 원가족과의 관계 탐색 및 부모 자신의 아동기 경험과 감정에 대한 이해의 중요성을 강조하였으며 부모가 자신의 대상관계 패턴을 이해할 때 자녀를 대하는 태도가 정서적으로 조금 더 수용적이고 애정적인 태도로 변화하였음을 제시하였다. 안순미(2005)의 연구에서 놀이치료 아동의 어머니의 원가족과의 관계탐색을 통한 자기 이해는 어머니의 대상관계와 양육태도에 긍정적인 변화가 나타났다. 박은정(2013)의 연구에서는 어머니가 자신의 심리적 상태에 대한 자기 통찰과 대상관계의 변화는 어머니의 분리-개별화와 타인을 대하는 심리적 자세에 영향을 미친다는 결과를 보고하였다. 그리고 권지혜(2012)는 6개월 이상 놀이치료를 받은 아동의 어머니 30명에게 대상관계 부모교육 실시하여 어머니가 자녀의 문제를 이해함으로 양육태도의 개선에 긍정적 효과가 있다는 결과를 제시하였다. 위의 연구들은 양적 연구로 부모교육 프로그램을 실시한 후에 참여한 어머니들의 양육태도 개선이 참여자 개인의 어떠한 경험적 요인을 계기로 긍정적인 효과가 나타나게 되었는지에 대해서는 제시하지 않았다.

한국에서 미취학 아동을 자녀로 둔 부모를 대상으로 부모교육을 실시한 연구는 자료가 아직까지는 매우 부족한 실정이나 그 중 Winnicott(1958a)의 이론을 중심으로 구성한 부모교육 프로그램의 선행 연구로 강진아(2009), 한성심(2001)의 연구가 있다. 먼저 한성심(2001)의 연구는 부모의 아동기 경험을 통한 무의식적 행동양식 이해와 감정적 성숙을 통한 부모-자녀 관계의 증진을 목적으로 진행되었다. 연구 결과 Winnicott(1958)이론을 중심으로 자녀양육에 필요한 프로그램

을 개발하고 교육을 실시함으로써 부모의 정서적 공감과 심리적 특성이 향상되었으며 그 효과를 검증하였다. 또한 강진아(2009)의 연구에서 유치원 자모를 대상으로 실시한 부모교육 프로그램은 Winnicott(1986)이 말한 '충분히 좋은 엄마(Good Enough Mother)'가 한국 사회의 가정 안에서 좋은 어머니의 역할 모델로 적용되고 어떻게 기여할 수 있는지를 알아보고자 실시되었다. 이 연구에서는 부모교육을 통해 자녀에게 촉진적 환경을 제공하는 어머니의 모성적 돌봄 기술을 전달하였으며 가정의 문제 및 예방차원의 교육 프로그램의 기초자료를 제공하였다.

III. 연구방법

1. 프로그램 구성 방법

본 연구의 첫 번째 연구문제인 '놀이치료 아동의 어머니들을 대상으로 한 Winnicott의 대상관계이론 중심의 부모교육 프로그램을 어떻게 구성할 것인가?'를 해결하기 위하여 다음의 절차를 따랐다. 먼저, 프로그램을 개발하기 위해서는 그 프로그램을 어떠한 관점으로 개발할 것인가를 밝히는 프로그램 개발 이론이 필요하며, 이 이론에 따라 구체적인 프로그램 단계들과 주요 과업을 체계화한 프로그램 개발 모형도 필요하다. 프로그램의 대상자가 성인이며 능동적인 학습자로서 기능한다는 전제하에 프로그램 개발이론 중 목적과 목표 중심의 전통적 이론에서 탈피하여 프로그램 개발을 하나의 체계로 간주하고 여러 가지 단계와 개념들로 이루어진 하위체계들 간의 상호작용을 강조하는 통합적 방식을 채택하였다(김창대 외, 2011). 프로그램 개발 모형은 가장 간단하게는 준비-실행-평가의 3단계 구분으로부터 총 14단계에 이르기까지 다양한 모형이 가능하나 본 연구에서는 기본 절차에 충실한 간명한 모형이라 할 수 있는 김창대 외(2011)의 모형을 따라 프로그램 기획-구성-실시-평가로 이루어진 4단계 모형을 채택하였다. 기획 단계에서는 프로그램 필요성을 확인하고 문헌연구를 실시하였으며, 구성단계에서는 프로그램 구성요소를 도출하고 회기별 내용을 조직하였다. 실시단계에서는 프로그램을 수행, 관리하였고, 평가단계에서는 질적 분석을 통해 프로그램 성과를 정리하였다. 프로그램 개발 과정의 기획단계에서 수행된 문헌연구를 통해 선행 연구인 대상관계 부모교육 프로그램들을 면밀히 조사하여 본 연구의 부모교육 프로그램에 적용할 구성요소를 도출하였다. 그리고 프로그램 구성단계에서 앞서 도출된 구성요소들을 충분히 비교 분석하여 본 연구의 목적과 부합하는 요소들을 반영하여 8회기의 중심주제로 배치하여 본 연구의 대상관계 부모교육 프로그램을 개발하였다.

2. 연구 참여자

본 연구는 두 번째 연구문제인 '놀이치료 아동의 어머니들은 Winnicott의 대상관계이론 중심의 부모교육 프로그램을 통해 어떠한 변화를 경험하는가?'를 해결하기 위하여, 놀이치료를 받으며

어려움을 겪는 놀이치료 아동의 어머니를 연구 대상으로 하였다. 이를 위하여 2018년 2월 28일부터 2018년 3월 17일까지 경기도에 위치한 복지관 내 심리상담센터 공지를 통해 모집하였다. 연구 참여자 조건은 2가지로 다음과 같다. 첫째, 연구자에게 놀이치료를 받았던 내담아동 중 현재는 연구자와 놀이치료사가 종결된 아동이며, 종결한지 4개월 이상 된 아동이다. 둘째, 놀이치료를 종결한 아동 중 미취학 아동의 어머니이다. 놀이치료 아동의 연령을 미취학 아동으로 선정하는 이유는 Winnicott의 대상관계이론에서 만 36개월의 성장과정을 중요하게 보는 관점이므로 가능한 어린 연령대로 분류하여 선정하고자 했기 때문이다.

연구에 앞서 연구자가 소속된 대학의 연구윤리위원회 심의를 거쳐 연구 승인을 받았다. 참여자들에게 본 연구의 취지와 연구 목적을 사전에 안내하였고, 연구 참여자 권리에 대한 안내문을 전달하여 연구 참여에 대한 결정을 하기 위한 정보를 제공하였다. 최종 연구 참여자에게는 연구가 시작되기 전 연구 동의서를 안내하여 서명 동의를 받았으며, 부모교육 실시 전에 교육의 목적과 프로그램 내용을 설명하였다. 이와 같은 과정을 거쳐 본 연구에 참여한 사람은 총 7명이었고, 거주지는 경기도였다. 연구 참여자의 일반적 특성과 놀이치료 아동의 주호소 문제 정보는 다음 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구 참여자의 일반적 특성

구분	성별	연령(만)	학력	직업유무	자녀연령(만)	주호소 문제
1	여	41	대졸	유	4	발달지연, 상동행동
2	여	31	대졸	유	4	도래관계, 분리불안
3	여	35	대졸	무	4	발달지연, 충동행동
4	여	34	고졸	유	3	발달지연, 도래관계
5	여	41	고졸	유	6	틱장애, 불안
6	여	38	대졸	우	5	도래관계, 애착관계
7	여	38	고졸	유	5	사회성부족, 우울

3. 자료 수집 및 분석

본 연구에서 자료수집을 위해 놀이치료 아동의 어머니들을 대상으로 부모교육 프로그램을 실시하였다. 자료 수집기간은 2018년 4월 3일에서 2018년 5월 8일까지였다. 부모교육 프로그램은 2018년 4월 3일부터 4월 24일까지 4주 동안 매주 2회기씩 모두 8회기로 진행하였고, 부모 FGI를 5월 1일부터 5월 8일까지 2주에 걸쳐 총 2회를 실시하였다. 부모교육 프로그램 한 회기의 길이는 각 60분씩이며 매주 2회기씩 120분의 교육시간이 소요되었으며, 부모 FGI는 총 2회로 한 번 실시할 때 120분씩 총 240분에 걸쳐 이루어졌다. 최초 면담을 시작하기 전 참여자들의 생생한 경험의 소리를 연구 자료로 확보하기 위해 본 연구 프로그램과 부모 FGI를 진행 내용에 대해 참여자들에게 서면 동의서를 받고 면담내용을 녹취하였다. 이와 같은 과정에서 의미 있는 자료를 수집하기 위해 참여자들에게 대상관계 부모교육 프로그램과 부모 FGI진행시에 참여자 자신의 경험 및 느낌과 생각을 잘 표현 할 수 있도록 편안하고 안정된 분위기를 조성하였다. 또한 부모 FGI를 진행하기 전에 면담에 사용할 질문지를 미리 작성하여 참여자들에게 전달하여 질문에 대해 차분

히 생각할 수 있는 시간을 주고자 하였으며, 그 이후 부모 FGI를 진행하여 더 이상 새롭고 의미 있는 진술이 없는 포화 시점까지 자료를 수집하였다. 또한 추가적인 질문과 답변이 필요할 때에 참여자들과 전화상담을 통하여 자료를 추가로 수집하였다.

본 연구에서는 다양한 질적 연구방법 중에서 참여자의 고유한 특성이 가장 잘 반영되는 것에 초점을 두는 Krippendorff (2004)의 내용분석 방법의 절차를 따라 자료를 분석하였다. Krippendorff (2004)의 분석방법의 특성은 귀추적 추론(abductive inferring)을 사용한 것으로, 이는 일련의 불안정한 자료를 상상력을 사용하여 가장 가능성이 높은 설명을 고안해낸 방법으로 질적 연구의 이론을 활용은 하지만 이론의 틀에 얽매이지 않고 참여자의 특성을 최대한 고려하여 내담자 고유성을 제대로 포착하고자 연역적 추론과 귀납적 추론에 장점만 활용하는 방법이다. 이와 같이 본 연구에서는 참여자 진술을 통하여 개인적 경험의 변화에 의미와 초점을 두고 타당한 귀추적 추론을 이끌어내고자 수집된 자료를 분석하였다. 그가 개발한 내용분석의 6단계는 단위화(unitizing), 표본추출(sampling), 코딩과 기록(coding recording), 간소화(reducing), 귀추적 추론(abductive inferring), 서사화(narrating)이며, 각 단계는 회귀와 반복이 가능한 순환적인 과정이다. 본 연구에서 1단계로 부모 FGI의 녹취된 자료를 중심으로 코딩과 기록을 하였다. 녹취한 내용을 축어록 형식으로 풀어서 기록서를 만들고, 기록서를 여러 차례 반복하여 읽으면서 중심단어를 체크하였다. 잠재적인 주제가 될 만한 것을 기록서 여백에 따로 표시하여 기록하면서 코드화 작업을 했다. 2단계로 단위화 과정을 하였다. 축어록 형식의 기록서 옆에 잠재적인 주제가 적힌 코드화를 또 다시 여러 차례 반복하여 읽으면서 내용분석에 필요한 정보를 찾기 위해 맥락적 단위로 다시 분류하여 구분을 짓는 과정을 반복하여 단위 집합의 특징을 정리하였다. 그 다음 3단계로 표본 추출하기 단계에서는 맥락적 단위로 분류된 단위 집합의 특징을 살리기 위해 대표성을 띌 수 있는 문장 단위를 선택하여 작업을 하였다. 또한 주제를 뒷받침하는 예시의 인용이 될 만한 표본을 추출하였다. 4단계는 귀추적 추론 단계를 거쳤다. 잠재적 주제와 대표 표본으로 추출된 문장 단위를 다시 반복하여 읽으며 표시하는 작업을 재반복하며 추출된 문장 단위를 다시 점검하며 재구성하여 참여자들 고유의 특성을 발견하려고 하였다. 그리고 5단계인 간소화하기 단계에서 단위 집합의 특징들을 큰 주제별로 묶어가면서 잠재적 주제를 중심으로 요약과 재진술을 사용하여 주제를 보다 명확히 드러내도록 하였다. 마지막 6단계는 서사화 단계이다. 서사화 단계에서는 위의 각 단계들을 순차적이므로 반복하는 과정을 통해 찾아진 의미 있는 연구 결과의 주제들을 정하였고, 그 주제들이 여러 사람들이 이해할 수 있도록 주제의 표현을 서사적인 표현으로 주제를 추출하였다. 이러한 과정을 통해, 연구자에 의해 추출된 주제와 내용을 읽으면서 결론에 도달하기 위해 어떠한 내용들을 질적으로 분석하였는지에 대해 정리하였다.

위와 같은 6단계의 과정을 거치면서 대상관계 부모교육 프로그램에 참여한 놀이치료 아동의 어머니들의 경험과 인식세계를 여과 없이 이해하고 전달하는 하고자 노력하였다. 또한 개인의 경험한 내용들을 좀 더 구체적이고 상세하게 알아보고자 질적 내용분석의 단계에 따라 자료를 분석하였다. 그리고 질적 내용분석의 타당도와 객관성을 확보하기 위해 아동청소년상담학 박사학위 소지자 1인과 현장경험 7년 이상의 놀이치료사 1인, 그리고 연구자가 삼인측정 방식으로 자료를 대조 검토하였다.

IV. 연구 결과

1. 대상관계 부모교육 프로그램 구성

1) 프로그램의 내용 구성

최근까지 실시된 대상관계 부모교육 연구 가운데 놀이치료를 받는 미취학 아동의 부모를 대상으로 부모교육을 진행한 것으로는 강진아(2009), 권지혜(2012), 노미경(2003), 원종희(2004) 연구로 매우 적은 수의 연구가 있다. 그래서 선행연구의 프로그램을 기반으로 전문가 3인의 자문을 받아 연구의 목적에 맞춰 기획, 구성, 실시의 3단계를 거쳐 부모교육 프로그램을 개발하여 구성하였다. 본 연구에서는 선행 연구에서 주요하게 다룬 즉 부모-자녀 관계이해, 부모의 무의식적 감정 통찰과 내면의 변화, 유아기 자녀의 심리 및 정서발달에 대한 이해, 자녀와의 갈등문제, 적절한 부모 역할 수행의 내용을 적극적으로 수용하였다. 이러한 과정을 통해 개발된 프로그램의 8회기 주제는 다음과 같다. 대상관계의 이해, 부모의 모성 경험 탐색, Winnicott (1963)의 이론 모성적 돌봄 1(안아주기 & 신체 다루기), 모성적 돌봄 기술 2(참자기와 거짓자기 & 창조적인 삶), 모성적 돌봄 기술 3(중간대상과 놀이), 모성적 돌봄 기술 4(대상 제공하기), 모성적 돌봄 기술 5(공격성에서 살아남기), 충분히 좋은 엄마이다. 부모교육의 1회기에서는 대상관계 이론의 개괄적인 개념을 강의하고 활동을 통해 이해하도록 했고, 2회기에서는 참여자들의 대상관계를 살펴보고자 모성 경험 탐색과 현재 내 자녀와의 관계패턴을 찾아보는 활동으로 구성하였다. 그리고 3회기부터 7회기까지는 아동의 심리 발달 및 성장을 위한 촉진적 환경에 필요한 부모의 역할을 매 회기 단계적으로 핵심개념을 넣어 구성하였다. 마지막 8회기에서는 ‘충분히 좋은 어머니’에 대한 전체적인 큰 그림을 그려보도록 하였다. 프로그램 회기 구성 시에, 지식적인 이론 강의 중심보다는 관련된 활동을 통해 교육내용을 경험하고 느낄 수 있도록 구성하였다.

2) 프로그램 실시

본 대상관계 부모교육 프로그램 실시는 참여자 7명을 대상으로 하여, 매주 2회기씩 총 8회기에 걸쳐 진행하였다. 각각의 회기는 도입 부분에서 한 주간 실천해본 것을 나누기와 과제 점검을 하였고, 전개 부분에서 주제 강의를 들은 후, 관련 활동을 하며 회기별 활동지를 작성하였다. 마무리 부분에서는 프로그램을 참여하며 느낀 점과 소감을 나누었으며 가정에서 실천할 과제를 주어 다음 회기와 연결 되도록 구성하였다. 구체적인 내용은 다음 <표 2>와 같다.

〈표 2〉 대상관계 부모교육 프로그램

회기	주 제	목표	교육 내용
1	대상관계 이해	대상관계를 알고, 초기 환경의 중요성을 이해하기	- 대상관계이론의 기초개념
2	모성의 경험 탐색 (원가족 탐색과 자기이해)	원가족 탐색 및 자기 이해로 관계패턴 통찰하기	- 자기 표상과 대상표상 통찰 - 대상과의 관계 패턴 탐색

회기	주 제	목표	교육 내용
3	Winnicott의 모성 돌봄 1 (안아주기 & 신체다루기)	촉진적 환경인 안아주기와 신체다루기에 대해 이해하기	- Winnicott의 기본개념 - 몸과 정신의 통합
4	모성 돌봄 2 (참자기 & 거짓자기)	참자기와 거짓자기의 형성과정에 대해 이해하기	- 참자기의 창조적인 삶 - 거짓자기의 순응적인 삶
5	모성 돌봄 3 (중간대상 & 놀이)	중간대상과 놀이 알기	- 아기의 첫 소유물 중간대상 - 놀이의 중요성
6	모성 돌봄 4 (대상 제공하기)	아동에게 좋은 대상 제공하기	- 대상관계와 전능경험 - 대상제공으로 인한 정서적 발달
7	모성 돌봄 5 (공격성에 살아남기)	아동의 공격성에 살아남기	- 공격성에 대한 이해 - 공격성에 반응하기와 살아남기
8	충분히 좋은 엄마	충분히 좋은 엄마의 역할에 대한 총체적인 이해 갖기	- 유아의 경험 존중 - 충분히 좋은 엄마

2. 대상관계 부모교육 프로그램 참여 경험에 대한 질적 내용분석

부모 FGI 로 진행된 자료를 질적 내용 분석한 결과 총 5개의 주제와 10개의 소주제가 도출되었다. 5개의 주제는 ‘교육을 통한 신선한 충격 경험’, ‘실천을 통한 시행착오와 퇴행이 주는 의구심’, ‘원가족에 대한 통찰과 현재 모자관계 패턴 인식’, ‘변화에는 임계값만큼의 교육시간이 필요하다’는 깨달음, 그리고 ‘한계점에서 찾게 된 빛과 같은 출구’이다. 위의 <표 3>에 제시하였다.

〈표 3〉 부모교육 참여 경험에서 도출된 주제 및 소주제

구분	내용
1. 교육을 통한 신선한 충격 경험	1) 새로운 정보와 지식에 대한 충격 경험 2) 새로운 시도; 안아주기를 통한 자녀와의 관계 개선
2. 실천을 통한 시행착오와 퇴행이 주는 의구심.	1) 실천을 해보면서 겪게 되는 시행착오 2) 일시적 퇴행은 성장을 위한 발돋움
3. 원가족에 대한 통찰과 현재 모자관계 패턴 인식	1) 원가족에 대한 통찰 2) 자기 통찰에 따른 현재 모자관계 패턴 인식
4. 변화에는 임계값만큼의 교육시간이 필요하다는 깨달음	1) 부모교육에는 일정 교육시간이 필요하다는 인식 2) 문제의 해결방법이 부모에게 있다는 알아차림
5. 한계점에서 찾게 된 빛과 같은 출구	1) 부모들의 힐링 시간 2) 힐링을 통한 삶의 변화

1) 첫 번째 주제: 교육을 통한 신선한 충격 경험

프로그램에 참여한 참가자들은 부모교육을 통해 듣게 된 새로운 정보와 지식이 그야말로 충격 그 자체라고 하였다. 새롭게 알게 된 지식으로 인해 신선한 충격을 받으면서 참가자들은 가정에서 실천으로 옮기는 시도를 하였다.

(1) 새로운 정보와 지식에 대한 충격 경험

새롭게 알게 된 지식 가운데 특별히 공격성에 대한 개념은 참가자들이 기존에 알고 있던 것과 다른 개념으로 공격성이 인식되면서 충격과 놀라움을 표현했다. 교육을 받기 전에는 아이가 짜증 내고, 화내는 것이 버릇없이 느껴졌고 엄마를 힘들게 하고 괴롭히는 것 같았다고 하였다. 그러나 부모교육을 통해 아이들의 공격성은 엄마에 대한 믿음이 있을 때 가능한 것임을 새롭게 알게 되었다고 하였다.

충격 그 자체예요! 공격성 얘기할 때... 아이는 엄마가 받아줄 거라는 엄마에 대한 믿음이 있어서 화를 낸다는 것이 충격이었어요! 내가 생각한 것과 전혀 반대라서 깜짝 놀랐어요. 그 전에는 저를 괴롭게 하니까 짜증나고 그랬는데... 엄마인 나를 믿으니까 화를 내는 거라니까, 받아줘야겠다는 마음이 들었어요! 교육을 통해서 공격성 이거 내가 태도를 바꿔야 아이가 잘 성장할 수 있구나!를 알게 되었어요.
(참여자 7)

“참자기”가 충격적이었어요! 저는 ‘말 잘 듣는 아이가 좋다’라고 생각했거든요. 그런데, 제가 말 잘 듣는 아이, 타인의 눈치를 살피는 아이... 거짓자기로 아이를 키웠다니... 이런 말은 다른 곳에서 들어본 적 없어요. 그리고 공격성이에요. 아이의 공격성을 받아주고 엄마가 공격성에 살아남아야 하는 것에 지식이 없으면, 아이가 화낼 때 왜 이렇게 버릇없는 거야하며 혼을 내야지, 그걸 왜 받아주어야 하는지 이해가 잘 안됐을 거예요.
(참여자 8)

침범하지 말라고 한 것! 깜짝 놀랐어요. 아이들의 ‘잠재적 공간’을 존중해주라고 한 거는 처음 들어봤거든요. 기다려 주고 지켜봐 주는 것이 중요하다는 것을 이번에 처음 들어본 거예요. (참여자 4)

위의 진술문처럼, 참가자들은 교육시간을 통해 공격성, 참자기, 잠재적 공간이라는 개념 등을 처음 접하면서 새롭게 알게 된 정보와 지식으로 신선한 충격을 받았다. 이러한 새로운 정보와 지식은 놀이치료 아동의 어머니들에게 의식적인 부분에 충격이 전해지면서 인식의 전환의 계기가 마련되었다. 또한 정서적 울림으로 전해지면서 기존에 갖고 있던 부모의 잘못된 양육방식에 대해 다시금 자신을 돌아보는 계기가 마련되었다.

(2) 새로운 시도: 안아주기를 통한 자녀와의 관계 개선

참여자들은 교육을 통해 새롭게 알게 된 내용을 가정에서 실천해 보면서 새로운 경험들을 하게 되었다고 하였다. 다양한 경험들이 있었으나 자녀에게 실천해 본 것 중에서 가장 많은 효과를 체감하게 된 것은 안아주기였다. 신체적 정서적 안아주기를 하면서 참여자들이 경험한 진술은 다음과 같다.

안아주니까... 점점 저도 아이도 좋더라고요! 이렇게 쉬운 걸 내가 왜 안 해왔을까? 나도 아이에게 안기고 기대있게 되고 안고 있는 것이 점점 편안해졌어요. 이러니까 아이한테 화가 좀 덜 나는 것 같아요. 아이한테 짜증내는 것이 덜하고 강압적으로 얘기했던 것이 조금 더 부드러워지는 게 있더라고요.
(참여자 3)

아침에 버스타기 전에 안아주고 뽀뽀하고 껏속말로 “오늘 잘하고 와!”라고 하니까, 아이가 너무 좋아하고, 이제는 아이가 아침마다 뽀뽀하고 안아달라고 해요. 그 전에는 손잡고 가서 유치원 버스 바로 태워 보냈거든요. 옛날에는 아침에 유치원 가기 싫어서 뼈죽거리고 그랬는데, 안아주기 하면서 밝게 기분 좋게 하루를 시작하더라고요. (참여자 6)

아이가 속상해서 울 때 그냥 아이를 방치했었는데, 그래야 고집을 꺾을 수 있다고 알았어요. 그런데 아이 마음을 다독여주고 그 마음을 헤아려주니까 진짜 진정이 되는 것 같더라고요. 그러니까 저도 아이에게 소리 지르던 것이 잦아든 것 같아요. 아이한테 어떻게 반응을 해줘야 하는지 알게 되어서 너무 다행이에요. (참여자 2)

저희 아이가 평상시에 잘 울어요. 그럼 제가 똥! 울지마! 라고 했는데... 그런데, 교육 듣고 간 날에 애가 울먹이고 있어서 “네가 울고 싶으면 울어봐!” 이랬더니, 막 “아~”하고 큰소리로 30분 정도 우는 거예요. 그 동안 집에서 아무도 받아주는 사람이 없었는데, 그 날은 제가 받아주니까 아이가 울면서 시원해지는 것 같았어요. (참여자 7)

참여자들은 대상관계 이론에 기초한 신체적 정서적 안아주기를 가정에서 직접 실천해보며 아동들에게 나타나는 긍정적인 반응으로 자녀와의 관계가 좋아지는 경험하게 되었다. 부모가 신체적인 접촉이나 어루만짐을 많이 해주고 느낌이나 기분을 나타내는 적절한 감정 표현을 하는 것은 아동에게 지대한 영향을 미친다. 또한 긍정적인 경험을 많이 한 사람일수록 자신을 중요하고 가치 있는 사람으로 생각하게 되고, 자신이 하고 있는 일에 자신감을 가지며 적극적이고 창의적인 역할을 수행하게 된다.

2) 두 번째 주제: 실천을 통한 시행착오와 퇴행이 주는 의구심

참가자들은 교육을 받으며 기존의 양육태도에 변화를 주었더니, 아동들은 오히려 그 전보다 더 말을 안 듣는 것 같아 보인다고 하였다. 교육을 통해 알게 된 것과 상이한 아동들의 반응을 접하게 된 부모들은 당황스러워하며 의구심을 갖게 되었다.

(1) 실천을 해보면서 겪는 시행착오

참여자들은 평소애 해보지 않았던 방법을 마음먹고 시도하였으나 막상 실행하면서 어색하기도 하고 민망했음을 표현하였다. 달라진 태도에 대해 가족들이 좋아하기보다 약간 의아해하며 거부하는 듯 한 불편감을 보이기도 했다고 하였다.

아이랑 안아주기를 하는데, 처음에는 뽀뽀하고 너무 어색했어요. 하루 4번(아침, 저녁, 등원 전후) 안아주기 하자 마음먹고 했는데, 아이가 ‘왜 선생님이 그렇게 하래?’ 하면서 몸을 뼈죽이더라고요. 저도 민망했고... (참가자 3)

제가 아이들을 더 많이 안아주고 아이를 예뻐 하니까, 남편이 애들에게 질투를 하더라고요. 그러면서 애들이랑 싸우고, 큰 소리 내면서 잔소리를 더 하고... (참가자 4)

(2) 일시적 퇴행은 성장을 위한 발돋움

참여자들은 평소에 실행해보지 않은 행동을 부모교육 과제로 실천해보았다. 평소와 다른 엄마의 애정적 양육 행동에 아동은 오히려 더 아기같이 응석을 부리는 모습을 보이니 참여자들은 기대와 다른 아이들의 행동에 의아해하며 교육에 대한 의구심을 갖고 질문을 하였다.

교육을 듣고 집에서 해봤어요. 많이 안아주고, 이래야 좋아져! 라고 생각하며 실천했는데... 근데 더 안 좋아졌어요! 아이가 더 심하게 땡강을 부리던데요? (참여자 3)

그런다니까요! 애들한테 다 받아주면 정말 아주 아기가 돼 버린다니까요. 휴... 진짜 힘들어요! (참여자 4)

짜증낼 때, “어~ 그랬어!”라고 부드럽게 해보라고 해서 해봤는데, 한도 끝도 없던데요? 장난감을 꺼낸다고 해서 “그게 갖고 싶었어?” 그랬더니, 다른 것까지 온 방과 거실까지 장난감을 모두 꺼내 놓고... 그걸 이들 동안이나 벌려놓고 안 치워서 “그럼, 이거 내일 치울까?” 했더니, 애가 “피곤해!” 그러는 거예요. 아휴... 치울 생각을 못하나 봐요. (참여자 5)

아동의 부작용 같아 보이는 이러한 행동반응은 놀이치료의 치료 과정 중에 나타나는 성장을 위한 일시적 퇴행행동과 동일선상의 반응으로 볼 수 있다. 일시적 퇴행은 안전한 환경이라고 인식을 할 때에 비로소 보이는 행동양식의 일종이며, 이와 같은 행동은 대상이 나를 받아줄 거라는 무의식에서 비롯된 행동이다. 그렇기 때문에 아이가 일시적인 퇴행행동을 보일 때, 주양육자가 긍정적으로 받아주고 견디어주고 버텨주어야 아동들이 안정감을 얻고 다시 성장하고 발달하는 단계로 넘어갈 수 있다. 이렇듯 참가자들은 실천을 통한 시행착오와 아이들의 일시적 퇴행이 성장을 위해 필요한 과정임을 경험을 통하여 알게 되었다.

3) 세 번째 주제: 원가족에 대한 통찰과 현재 모자관계 패턴 인식

대상관계이론에 기초한 부모교육 프로그램에서는 부모의 어린 시절을 기반으로 형성된 대상관계 패턴을 통찰하고 핵심 감정을 의식화하는 것을 매우 중요하게 여긴다.

(1) 원가족에 대한 통찰

참여자들은 어린 시절의 인상적인 경험을 되돌아보며 과거 친정 모와의 관계 패턴을 살펴보았다. 그 시기에 무엇을 경험하였고 어떤 감정들이 있었는지를 살펴보고 그 때에 형성된 무의식적인 부모자신의 감정양식이 어떠한지 알아보는 과정에서 스스로를 이해하고 통찰하는 시간을 가졌다.

어린 시절의 사건들로 인해서 내가 지금 이런 행동을 하게 되는구나. 내가 이러면 안 되겠구나 싶었어요! 그전에는 아이에게 문제가 있다고 생각했는데, 엄마가 변해야 아이가 변하는구나! 를 깨닫게 되었어요. (참여자 1)

“아~ 내 친정 엄마와의 관계가 내 아이를 키우는데, 영향이 있구나!” 이런 생각하게 되었고, 친정엄마가 늘 저에게 잔소리를 했기 때문에 너무 싫었던 것이 생각나더라고요. 그래서 ‘애들도 되게 싫었겠구나!’ 라는 것이 더 확실하게 와 닿았어요. 그러니까 짜증의 횟수를 더 줄이려고 노력하게 되고... (참여자 5)

나와 친정엄마 문제를 먼저 풀어야겠다는 생각이 들더라고요. 이번 교육을 통해 이제는 나 자신을 돌 아보게 되었고, 부모의 역할에 대해 많이 돌아보게 되었어요. (참여자 7)

위에서와 같이 참여자들은 부모 자신의 성찰을 하게 되면서 현재 내 자녀와의 관계 패턴에 변화 필요성을 느꼈다. 이러한 개인적인 통찰과 경험을 다른 참가자들과 함께 나누는 시간은 참여자들에게 변화에 대한 긍정적 동기 부여를 갖게 하였다.

(2) 자기 통찰에 따른 현재 모자관계 패턴 인식

원가족에서 형성된 부모의 무의식적인 감정양식과 역동이 일상생활 속에서 자녀에게 어떻게 투사되고 있는지 탐색하는 시간을 가졌다.

자기표상과 대상표상을 그려볼 때, (제가) 첫째와 둘째를 대하는 방식이 다르니까, 아이들이 엄마를 생각하는 것이 각각 다르겠구나! 라는 생각이 들더라고요. 큰 애에게는 엄한 엄마, 작은 애(발달지연 아동)에게는 마냥 받아주는 엄마이겠구나... 싫어서 많이 반성이 되었고... 그래서 큰 애에게 좋은 이미지를 심어줘야겠구나 하는 마음이 들어요. (참여자 3)

그 전에는 이 정도면 나한테 좀 떨어져야 되는 거 아닌가? 라는 생각이 들어서, 아이가 저한테 오는데 싫었는데... 받아주지 않았던 친정 엄마가 생각났어요! 그러고 나니 아이가 다가올 때 귀찮아하는 마음이 줄어들었어요. 이제는 아이를 더 이해하고 안아주게 되더라고요. (참여자 2)

참여자들은 초기 대상관계 패턴이 현재 내 자녀와 상호작용에 어떠한 영향을 주는지 이해하고 통찰하여 자녀와의 관계를 새롭게 인식하게 되었다. 이러한 무의식적 관계패턴을 의식적으로 인식화하는 의식화 과정에서 참여자들은 부모로서 자녀를 이해하는 폭이 넓어지면서 자녀를 대할 때 이전보다 좀 더 성숙하고 수용적인 자세를 취하게 된다고 하였다.

4) 네 번째 주제: 변화에는 임계값만큼의 교육 시간이 필요하다는 깨달음

부모 FGI에서 참여자들에게 부모교육 프로그램과 놀이치료 후 10분 부모상담과의 가장 큰 차이점이 무엇인지 물어보았다.

(1) 부모교육에는 일정교육 시간이 필요하다는 인식

참여자들은 놀이치료 후 10분 부모상담 때에 아이의 문제와 조력적인 부모 역할을 이해하기는 시간이 너무 짧았다고 했다. 더불어 아동의 발달과정에 대한 정보가 없는 상태에서 부모 역할을 얘기하는 치료사의 말이 잘 이해되지 않았다고 하였다. 그런데, 본 연구의 부모교육 프로그램에

참여하며 아동의 전반적인 발달에 대한 기본적인 지식이 생기니 비로소 부모상담시간에 치료사가 강조했던 부모 역할의 중요함을 절감하게 되었다고 하였다.

이번에 부모교육을 해주니까 부모가 중요하구나. 내가 잘 해야겠구나! 하는 마음이 들었어요. 놀이치료는 치료사와 아이가 잘 놀면 되는 줄 알았지.... 엄마 역할이 이렇게 중요한지 잘 몰랐어요. 다른 엄마들이 놀이치료사와 얘기하는 거보면 뭐가 저렇게 할 말이 많지? 그런 생각을 했었는데... (참여자 1)

부모상담 때에는 시간이 짧아서 그런가? 무슨 얘기인지 잘 모르겠더라고요. 부모상담 때는 당장 힘든 부분만 조각조각, 그날 당장의 해결책을 찾아갔다면, 부모교육은 체계적이고 개괄적인 것 같아요. 잘못 되었을 경우에는 엄마가 어떻게 해주어야 아이에게 좋은지, '엄마의 역할'에 대해 구체적으로 설명해주니까 이제는 알겠어요. (참여자 6)

이론에 대한 지식이 엄마들이 없으니까... 교육받기 전에는 왜 내가 바뀌서 아이에게 해주어야 하는지 잘 몰랐어요. 얘기해줘도 기억에 남아있는 것이 별로 없었어요. 왜 이렇게 되는지 원인을 모르는데, 부모 역할을 하라고 하니깐 그때는 의미 있게 다가오지 않았던 거죠. (참여자 5)

그 전에는 선생님이 얘기해줘도 사실 받아들이고 싶지 않았어요. 놀이치료에서 아이에게 뭐가 중요하지 몰랐고, 아이와 상호작용하는 것 공감하는 것이 중요하다고 말하셔도 사실 그게 무슨 말인지... 이번 교육을 통해 알게 되니까, 이제는 받아들이야겠다는 생각이 들었어요. 이제는 뭐가 중요한지 알게 되니까 질문이 생겼어요. 이제는 물어볼게 생겼고 궁금한 게 많아졌어요. (참여자 7)

이처럼 참여자들은 부모교육 프로그램 8회기라는 일정량의 시간동안 부모교육에 참여하면서 아동 발달에 대한 기본 지식이 쌓이게 되었다고 하였다. 최소한의 기초 지식이 쌓이게 될 때 비로소 가치관에 변화가 일어나고 그것은 행동을 변화를 촉진하는 동기가 된다는 것을 볼 수 있었다. 또한 그 전과 달리 놀이치료 후 10분 부모상담 시간에 놀이치료사에게 질문이 생겼다고 하며 적극적인 자세를 보이셨다. 이는 부모가 놀이치료 장면에서 치료의 조력자 및 치료사와 치료적 동맹을 맺고자하는 부모의 욕구가 자연스럽게 생긴 것으로 볼 수 있으며, 이것은 본 연구의 부모교육을 통해 얻게 된 결정적인 효과라고 할 수 있겠다.

(2) 문제의 해결방법이 부모에게 있다는 알아차림

부모교육 참여 전에는 문제행동의 원인이 아이에게만 있다고 생각했었는데, 이번 8회기 대상관계 부모교육을 통해 그동안 잘 해결되지 않았던 자녀양육의 문제 해결방법이 부모에게 있다는 것을 알아차리게 되었다고 하였다. 참여자들은 문제 해결방법의 실마리를 찾게 되면서 부모가 문제를 바라보는 관점을 전환하게 되었고 이는 양육스트레스의 감소로 이어졌다.

그 전에는 아이에게만 문제가 있다고 생각했어요. 왜 아이가 눈치만 보지? 왜 자기 말을 못하고 남을 의식하지? 했는데, 부모교육을 받고 나니, 내 모습을 보고 아이가 똑같이 하는 것 같아요(엄마의 모습을 통찰함). 내가 눈치를 보고 타인을 의식하고 있다는 것을 교육을 통해서 알게 되었어요. 내가 거짓자기가 너무 많은 것 같아서... (참가자 6)

예전에는 제가 '너 이거 꼭 해야 돼! 엄마 생각대로 따라와야 돼!' 이런 것이 많았는데, 아이를 존중하고 오늘 이거 하기 싫어? 그럼 안 해도 돼! 라고 바뀌게 되었어요. 또 제가 아이들에게 '너 이거 하면 엄마가 이거 해줄게!'라고 했는데, 이제는 아이에게 '네가 뭐 받고 싶어?'라고 아이에게 먼저 물어보고... 부모교육을 받고 억지로 시키지 않고 아이 생각을 존중하고 따라가는 걸로 바뀌게 되었어요. (참여자 7)

머칠을 꼭 참고... 제가 그냥 치웠다고 그랬잖아요? 장난감을 온 방에 어질러 놓은 거를? 그런데, 아이가 "어? 엄마가 치웠네?" 그러더니, 예전에는 치우라고 하면 잘 안 치웠는데, 그 일이 있은 이후로 아이에게 장난감 치우라고 하면 "어!" 라고 대답하고 자기가 치우더라고요. 많이 좋아졌죠? 완벽하진 않아도 좋아졌죠! (참여자 5)

제가 유치원 교사를 했는데도, 내 아이를 다루는 방법을 잘 몰랐던 것도 많았던 거예요. 이번 교육을 통해 아이가 왜 고집을 피우는지 심리적인 걸 알게 됐어요. 아이의 상태가 이러이러하니까 엄마가 그렇게 하면 아이에게 상처가 되니, 반응을 이렇게 해주세요! 라고 하나하나 알려주신 방법을 사용하니깐 진짜 도움이 많이 되었어요. (참여자 3)

앞에서 언급된 참여자들의 진술을 종합해볼 때, 놀이치료 후 10분 부모상담 시간만으로는 치료를 위한 지식과 정보의 전달에 한계가 있었다는 것을 알 수 있었다. 부모들은 발달이론에 근거한 정보와 지식이 부족하여 아이의 발달을 촉진하는 조력적인 부모역할에 대한 필요성을 인식하기 어려웠던 것이다. 따라서 놀이치료에 조력적인 부모 역할 변화의 전환점(turning point)을 갖도록 동기부여를 하려면, 아동의 발달에 대한 기본 교육과 정보 전달을 위한 일정시간이 반드시 필요하다라는 중요한 발견을 하게 되었다. 이것은 다시 말해, 놀이치료 아동의 어머니들에게 부모교육의 필요성이 강조됨과 동시에 부모 역할의 변화를 초래하기 위해서는 일정량의 부모교육이 반드시 필요하며, 일정량만큼의 교육의 시간이 채워졌을 때에야 비로소 부모가 변화를 보인다는 것이다.

5) 다섯 번째 주제: 한계점에서 찾게 된 빛과 같은 출구

놀이치료 아동 어머니들은 놀이치료를 받는 동안에 다양한 심리적 갈등을 겪게 되기 때문에 효과적인 놀이치료를 위해서 부모의 심리적 특성을 관리해야 할 필요가 있다. 이번 대상관계 부모교육에서는 부모 자신을 돌아보는 시간을 갖으며 더욱 용기와 힘을 얻을 수 있도록 프로그램을 구성하였다. 이러한 부모교육은 참여자들에게 정서적인 에너지를 충전하는 힐링의 시간이 되었다.

(1) 부모들의 힐링 시간

참여자들은 직장과 집안일 그리고 육아를 병행하면서 버거운 현실을 힘겹게 버티고 있다가 부모교육이라는 안전한 나눔의 공간이 생기니, 숨통을 트일 출구를 찾은 것처럼 반가워했다. 그리고 아무에게도 말할 수 없었던 개인적으로 힘들었던 속마음을 쏟아놓게 되었다.

한계에 와 있어서 그냥 다 내려놓고 싶은 마음뿐이었어요! 교육 전에 내가 많이 지쳐있었는데... 교육에 와서 지쳐있던 것이 채워진 것 같아요. 내가 어떻게 해야 하는지 방법을 배웠고, 내 실천이 남은 거니

까... 내가 어떻게 행동해야 아이가 어떻게 바뀔지 알게 되니까 너무 좋았어요! 저에게 필요했던 거 너무 많이 얻어가고... 방법을 찾아서 출구를 찾은 기분이었어요! (참여자 4)

시달린다는 생각은 계속 했던 것 같아요. 아이 키우고 일하고 집안일에... 남편도 신경써야하니... (눈물을 흘림) 여기 나오면서 약간 숨통이 트이고 스트레스도 해소가 된다는 느낌을 굉장히 많이 받았어요. 초반에는 어색해서 오기가 많이 힘들었는데, 점점 기다려졌어요. 말을 막하고 싶어졌어요. 속에 담아둔 게 많았으나 봐요. 그래서 내가 일찍 왔나? 그랬어요! 아이에게 도움 되었던 것도 있지만 제가 더 채워졌던 거 같아요. (참여자 1)

내가 좀 단단해진 느낌 이에요. 힘을 얻어서 너무 다행이에요. 남한테 힘든 거 들어내지 않는 편이고, 내가 힘들어도 좀 더 하자는 성격이라 힘들었는데... 그래서 이번 교육에 어떻게 해서라도 나왔거든요. 너무 오고 싶고 몇 시간이라도 하고 싶었어요. 제가 너무 단단해진 것 같아요. (참여자 2)

애들에게 도움이 되기도 했지만, 제가 더 힐링이 되는 시간이었어요. 회사에서는 이런 얘기를 할 수 없는데... 제 얘기를 많이 하기도 하고... 뭔가 모르게 이 시간이 기다려졌고, 얘기할 수 있는 공간이 있다는 것이 스트레스가 풀렸고, 힐링이 되었어요. (참여자 3)

이처럼 놀이치료 아동 어머님들에게 부모들만을 위한 시간, 부모들을 응원 할 수 있는 내용을 부모교육 프로그램 구성 시에 중요하게 고려해야할 사안임을 인식하게 된 장면이었다. 특히 참여자들의 어린 시절 주요사건을 나눌 때, 참여자들은 서로에게 공감과 지지를 해주면서 집단상담의 치료적 효과를 보이기도 하였다. 참여자들의 이러한 치료적 경험은 Winnicott (1963)이 말하는 환경적 엄마의 마음이 행복하고 편안해지는데 일조를 했다고 할 수 있겠다.

(2) 힐링을 통한 삶의 변화

새로운 정보와 부모의 정서적 에너지를 충전한 부모교육은 부모에게 심리적 안정감을 주었고, 이것은 또다시 새로운 시너지의 효과를 내었다. 자녀양육에 대한 기준과 방향을 갖게 된 참여자들은 남편과의 자녀양육 문제로 인한 갈등이 감소되었고, 시부모님과의 의견 충돌시에 분리할 심리적 힘이 생겼다고 하였다.

시댁에 가면 엄마가 아이를 너무 많이 안고 있어서 문제라고 하니까... 엄마가 너무 미리 알아서 해주니까 애가 늦된 거 같다고 하고, 또 그냥두면 애들은 알아서 크는데 뭘 또 치료를 받으러 가느냐.... 서로 기준의 잣대가 달라서 어려웠어요. 그런데 교육을 받으면서 용기를 내서 시어머니에게 얘기를 했죠! 안아주는 게 중요하다고 하면서... (참여자 1)

애들 아빠도 양육, 자녀교육 이런 거 잘 몰라요. 그런데 부모교육 받은 거 남편에게 전달해주니까 조금은 이해하고, 위로해주는 것 알려주니까, 남편이 화내던 것을 덜하고 아이에게 '너 속상해?'라는 말을 해주더라고요. (참여자 7)

신랑이랑 의견충돌이 많이 있었어요. 제가 하라고 하면 '왜 그래야 하는데?' 하며 이해를 못하겠다고 하다가, '교육에서 해준 얘기야!' 라고 하니까 남편이 군소리 없이 잘 따라와서 정말 좋았어요. (참여자 3)

부모교육을 통한 힐링은 참여자들에게 삶의 에너지를 부여 받도록 하였고, 그 힘으로 일상에서의 삶을 주체적으로 선택하는 것을 볼 수 있었다. 이렇듯 본 연구를 통해 부모교육이 참여자들의 삶에 미치는 영향과 파급효과에 대해 확인할 수 있었다.

앞서 살펴본 바와 같이 본 연구는 대상관계 부모교육이 부모에게 미치는 영향에 대해 질적 연구를 진행하며 참여자들의 생생한 경험의 소리를 구체적으로 살펴 볼 수 있는 좋은 기회였다. 놀이치료 아동의 어머니들은 Winnicott의 대상관계이론을 중심으로 구성된 부모교육 프로그램에 참여하면서 교육을 통한 새로운 지식과 정보는 신선한 충격을 경험했고, 새롭게 알게 된 것을 실천하면서 시행착오와 교육에 대한 의구심도 품기도 하였다. 또한 원가족에 대한 통찰은 부모의 자기 이해와 부모성찰을 하면서 현재 자녀와의 관계패턴에 변화를 시도하게 되었다. 또한 긍정적인 부모역할의 변화를 위해서는 일정량의 교육시간이 필요하다는 깨달음을 갖기에 이르렀다. 참여자들은 이러한 일련의 과정 속에서 그동안 한계점에 막힌 듯 풀리지 않는 자녀양육 고민에 대한 해결방법을 찾으며 출구를 찾은 것 같이 시원해하며 힐링의 시간을 맞이하게 되었다. 이러한 긍정적인 부모역할 변화의 전환점을 갖게 된 참여자들은 놀이치료에서 자녀의 치료에 좀 더 협조적이고 좋은 치료조력자 및 치료 동맹자로써의 부모역할을 할 수 있을 것으로 기대할 수 있다.

물이 끓어 기체로 바뀌는 지점이 있는 것처럼, 물질의 상태를 바뀌게 만드는 임계점(threshold)에 도달하기까지 일정량의 가열온도가 충족되어야 비로소 물이 끓어오른다는 것을 우리는 이미 알고 있다. 물이 끓어 그 상태가 바뀌듯이, 놀이치료 아동의 어머니들이 기존의 잘못된 양육행동을 바꾸고 부모역할에 긍정적인 변화의 계기를 마련하려면 일정량의 부모교육 시간이 반드시 필요하다는 것을 이번 연구를 통해 확인할 수 있었다. 다시 말해, 현재 놀이치료 상담현장에서 이루어지고 있는 놀이치료 후 10분 부모상담 시스템으로는 장기간의 놀이치료 회기와 부모 상담을 진행하더라도 치료에 조력적인 부모의 협조와 효과적인 부모역할 수행을 요청하는 것에는 한계가 있다는 점을 시사한다.

V. 논의 및 결론

본 연구는 놀이치료 아동의 어머니들에게 대상관계 부모교육 프로그램을 제공함으로써 자녀에 대한 이해를 높이고 부모역할의 중요성을 인식하여 다양한 어려움을 해결하는데 도움을 주고자 하였다. 더 나아가 부모교육을 통해 경험한 변화의 내용을 질적 분석하여 살펴봄으로써 효과적인 놀이치료를 위한 부모교육의 기초자료를 제공하는데 그 목적을 두었다. 이에 근거하여 프로그램 구성 단계에서는 선행연구에서 선별된 부모교육 프로그램의 각 구성요소를 도출하여 새로운 부모교육 프로그램을 개발하였다. 특히 Winnicott의 대상관계이론을 중심으로 유아의 발달단계에 촉진적 부모역할인 ‘모성적 돌봄’의 내용을 부모교육 프로그램 안에서 충분히 전달하고자 노력하였다. 매 회기 주요한 개념에 대한 짧은 강의와 강의 내용과 관련된 구체적 사례를 제시하고 경험의 폭을 확대하기 위해 관련 활동과 경험 나누기로 참여자의 정서, 인지, 행동 영역에 걸친 학습

효과가 미치도록 계획하였다. 마지막 회기에 전체 프로그램을 돌아보고 새롭게 알게 된 것과 경험한 것을 통합하고 다짐하는 시간을 갖도록 진행하였다.

다음으로 개발된 부모교육 프로그램을 실행한 후에 부모 FGI 진행하여 질적인 방법으로 분석하였다. 질적 분석 자료 수집을 위해 부모 FGI를 실시하였고 녹취한 자료를 Krippendorff(2004)의 질적 내용분석의 접근법에 따라 분석하였다. 이러한 질적 내용분석의 연구 결과, 모두 5개의 주제와 10개의 소주제가 도출되었다. 첫 번째 주제는 ‘교육을 통한 신선한 충격 경험’이다. 참여자들은 선행연구를 기반으로 개발된 부모교육을 통해 이전에 알지 못했던 새로운 지식과 정보전달에 신선한 충격을 받았으며 그로 인해 기존에 갖고 있던 잘못된 양육방식을 바꿔야겠다는 계기가 마련되었다. 이것은 기존 집단이 다른 문화 집단과의 상호작용을 통해 문화적, 심리적 변화를 경험하는 사회심리학분야의 문화적응이론과 일맥상통하기도 하다. 그 중 교차문화적응이론의 단계와 비슷한 양상을 보였다. 새로운 문화에 적응할 때, 처음에는 신선한 문화에 허니문단계를 경험하지만 시간이 지나면서 문화충격을 겪게 되고 그 다음 단계를 지나 비로소 문화에 적응한다는 이론과 유사하다고 할 수 있겠다. 따라서 시사점으로는 향후 부모교육의 회기 구성 시 회기의 도입부분에서 최근의 이슈나 새롭게 부각되는 참신한 주제들을 발굴하는 노력을 기울일 필요가 있겠다. 이러한 신선한 충격적인 내용을 프로그램의 도입부분에 구성하여 제시함으로 이후에 이루어지는 부모교육에 지속적인 긍정적 효과를 불러일으킬 수 있겠다. 두 번째 주제는 ‘실천을 통한 시행착오와 퇴행이 주는 의구심’이다. 참여자들이 교육내용을 실천해보면서 부모의 변화된 행동에 아동이 오히려 더 아기같이 응석을 부리는 모습에 의아해하며 의문을 갖고 질문하였다. 이것은 집단놀이치료 프로그램 요소 중 ‘치료 초기에 있을 수 있는 유아의 퇴행 행동’이 나타났을 때, 부모들은 치료과정 중에 발생하는 퇴행 과정에 대한 이해가 없었기 때문에 이러한 아이의 퇴행 행동을 수용하지 못하고 부정적으로 반응함으로 아이와의 관계에 어려움을 호소하였다는 연구(윤지영, 2015; Van der Kolk, 1985)와 일치되는 내용이었다. 이것은 마치 처음 의도와는 다르게 역효과를 가져와 반대로 행동하는 현상을 나타내는 부메랑 효과(이동귀, 2016)와 같은 것처럼 오해의 소지가 발생할 수 있는 부분이다. 따라서 부모교육 프로그램 진행 할 때에 프로그램 초반 1~2회기 안에 교육의 역효과 같아 보이는 이러한 현상에 대해 미리 인지할 수 있도록 참여자들에게 분명하게 인지시켜줄 필요가 있다.

세 번째 주제는 ‘원가족에 대한 통찰과 현재 모자관계 패턴인식’이다. 참여자들은 어린 시절과 모성경험 탐색으로 자기 이해와 자기성찰을 하게 되었으며 이는 자녀와의 관계 패턴에 변화를 주어야겠다는 필요성을 체감하게 하였다. 이것은 어머니의 초기 대상관계 유형을 알고 나서 양육태도의 문제점이 자신의 어린 시절 주 양육자와의 관계에 의해 형성된 것이라고 판단되면, 자신의 의지로 충분히 양육태도를 바꿀 수 있다는 박경희(2003)의 연구와 동일하다. 또한 원가족과의 관계 탐색을 통한 부모의 자기 이해로 대상관계 패턴의 긍정적 변화가 양육행동에 긍정적 변화를 준다는 안순미(2005)의 연구와 일치하는 결과이다. 이러한 선행연구들의 결과는 본 연구에서 부모의 자기통찰에 주안점을 두고 부모교육 프로그램의 내용을 구성한 것의 중요성을 재확인해준다고 할 수 있다. 일반적으로 단기 부모교육에서는 원가족에 대해 다루는 것을 두려워하는 치료사가 많아 원가족의 주제를 다루지 않기도 한다. 그러나 대상관계이론에 기반을 둔 부모교육의

경우에는 원가족에 대한 통찰의 과정 없이는 부모역할의 중요성 인식과 변화의 동기를 도출해내기에는 한계가 있다고 할 수 있다. 따라서 단기성 프로그램이 아니라면 향후 프로그램 구성 시, 원가족에 대한 회기를 주요한 주제로 선정하여 부모교육 프로그램을 구성하는 것이 필요하다. 네 번째 주제는 ‘변화에는 임계값만큼의 교육시간이 필요하다는 깨달음’이다. 참여자들이 8회기 과정의 부모교육에 참여함으로써 기존의 10분 부모상담 시간으로는 이해할 수 없었던 자녀에 대한 이해와 부모역할의 중요성을 인식하게 되었다고 하였다. 또한 놀이치료에서의 조력적인 부모역할 변화의 전환점을 갖기 위해서는 일정량만큼의 부모교육 시간은 필수불가결하다는 사실을 참여자 스스로 깨닫게 되었다. 이와 같은 결론은 본 연구를 통해 얻게 된 매우 중요한 결과라고 할 수 있다. 이것은 부모의 의식과 행동 변화를 촉구하기 위해서는 일정량만큼의 부모교육 시간이 반드시 필요하다는 것을 말하며, 그렇게 때문에 놀이치료 현장에서 부모교육 시간을 더욱 확보해야 한다는 중요한 점을 시사한다. 이러한 부모의 변화를 이끌어 내기 위해서는 장기적인 접근이 요구된다는 이재림, 김지애, 차동혁, 이향희(2003)의 연구결과와 동일하다 할 수 있다. 따라서 학교나 놀이치료 현장에서 부모교육을 할 때, 최소한의 일정시간이 확보되어야 부모교육의 효과가 나타날 수 있다는 점에서 부모교육 프로그램 진행시 최소한 8회기 이상의 시간을 충분히 확보할 것을 권장한다.

마지막 다섯 번째 주제는 ‘한계점에서 찾게 된 빛과 같은 출구’이다. 놀이치료 과정에서 겪게 되는 심리적 어려움에 당면하여 한계를 느끼고 있던 참여자들이 부모교육을 통해 출구를 찾은 것 같다고 하였다. 부모로서 겪는 힘들음 참여자들과 함께 공유하며 구성원으로부터 지지와 위로를 얻게 되었고, 자녀 양육에 대한 해결방법을 찾게 되면서 부모들은 시원함을 경험하였으며 힐링의 시간이 되었다고 하였다. 이와 같이 부모교육을 통한 정보의 획득은 부모의 불안을 낮추어 주는 효과가 있다고 박은정(2006), 강진아(2009), 권지혜(2012)의 연구에서도 보고하고 있다. 본 연구에서 ‘부모의 힐링의 시간’을 갖게 되었던 것은, 기존 연구들과 달리 매우 특이할 만한 연구 결과임을 시사하고 있다. 이는 본 연구에서 구성하고 실시했던 프로그램의 특성 때문이라고 할 수 있다. 본 연구를 위해 놀이치료를 받았던 비슷한 연령대의 내담아동 어머니들을 소규모 인원으로 집단을 구성한 것과 놀이치료를 받으며 비슷한 고충들을 서로 나누면서 참여자들 간에 동질감을 형성하게 하여 응집력이 높아졌다. 더불어 참여자들의 경험을 나누는 시간에 어머니들의 개인적인 질문에 대해 연구자가 간략하게 상담을 해주었던 것이 도움이 되었다고 보고하였다. 이러한 집단 구성의 특성으로 인해 집단상담의 치료적 효과인 보편성의 원리, 그리고 희망의 고취로 구성원들을 서로 힘을 얻고 심리적 안정감을 얻게 되었다. 이것은 곧 부모에게 긍정적인 정서적 에너지를 부여하는 힐링의 효과로 나타나게 된 것이라 할 수 있다. 따라서 향후 효과적인 부모교육 프로그램 내용을 구성할 때, 집단상담의 치료적 효과를 충분히 살릴 수 있도록 정서적 교류가 강조되는 내용으로 프로그램의 구성, 기획 및 진행하는 것이 효과적일 것이다.

이러한 연구 결과를 통하여 몇 가지 의의를 찾아볼 수 있다. 먼저 놀이치료 내담아동의 어머니들이 대상관계 부모교육 프로그램 참여를 통해 부모의 자기 이해 및 자기 성찰을 하고, 그로인해 자녀와의 관계패턴을 바꾸는 계기를 마련했다는 점이다. 또한, 대상관계 부모교육 프로그램의 참여를 통한 부모 힐링의 경험은 놀이치료 내담아동 어머니들에게 직접적으로 매우 긍정적인 영향

을 미칠 뿐만 아니라, 놀이치료를 받고 있는 아동에게 Winnicott이 말하는 촉진적 환경을 조성해주는 어머니로서의 역할을 하도록 동기를 부여했다는 점에서 의의가 있다. 마지막으로 놀이치료를 받는 아동의 어머니들이 놀이치료에서 좀 더 협력적인 부모역할로의 변화를 촉진하기 위해서는 임계점에 도달할 만큼의 일정량의 부모교육 시간이 반드시 필요하다는 것을 참여자의 경험의 목소리를 통해 규명하였다는 점에서 본 연구의 의의가 있다.

본 연구의 제한점 및 제언은 다음과 같다. 첫째, 연구 대상자를 연구자와 놀이치료를 종결한 아동의 어머니로 제한하였기 때문에, 부모교육 프로그램 실시 이후 부모의 긍정적 변화에 따른 아동의 변화 모습을 연구자가 직접 관찰할 수 없다는 한계가 있다. 바람직한 방법으로 아동에게 놀이치료를 진행하면서 10분의 부모상담 이외 일정시간의 부모교육을 실시하고, 부모교육을 받은 아동의 어머니가 가정에서 자녀에게 적용해보도록 하는 것이다. 그 이후 놀이치료사는 다시 놀이치료 장면에서 부모의 긍정적 변화에 따른 아동의 변화 양상을 부모와 함께 살펴보면서 아동에게 가장 효율적인 치료방법을 모색하는 방법으로 부모교육과 아동의 놀이치료를 병행해 나가야 할 것이다. 둘째, 부모교육 프로그램 교육자와 FGI 진행자가 동일하여 이중관계의 연구 윤리 문제가 있다. 따라서 연구의 윤리적 측면을 고려하여 부모교육 프로그램 교육자와 FGI 진행자를 각각 따로 분리하여 수행하는 대안적 방안의 모색이 이루어져야 할 것이다. 더불어 놀이치료에서 더 효율적인 부모교육을 수행하기 위해서는 대상관계 이론과 가족상담 및 성인상담에 대한 전문적인 수련과 체계적인 학습으로 놀이치료사의 개인적 역량 강화가 필요하다.

참고문헌

- 김도애(1996). 집단치료를 통한 어머니의 대상관계 변화가 유아의 유기불안에 대한 신체적 변화에 미치는 영향. 대구대학교 대학원 박사학위논문.
- 김창대, 김형수, 신을진, 이상희, 최한나(2001). 상담 및 심리교육 프로그램 개발과 평가. 서울: 학지사.
- 강은주, 김광웅(2010). 놀이치료에서 부모의 상담욕구에 대한 조사연구. 한국놀이치료학회지, 13(4), 59-74.
- 강진아(2009). 대상관계 이론에 기초한 Good Enough Mother 부모교육 프로그램 개발과 적용. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 권지혜(2012). 대상관계부모교육 프로그램이 어머니의 양육태도개선에 미치는 효과. 계명대학교 정책대학원 석사학위논문.
- 노미경(2003). 대상관계이론에 기초한 부모교육프로그램이 어머니-자녀관계에 미치는 영향. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 박경희(2003). 유아의 자기통제와 어머니의 양육태도 및 초기대상관계 유형간의 관계. 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박은정(2006). 대상관계부모훈련 프로그램이 어머니의 분리-개별화 및 심리적 자세에 미치는 효과. 인제대학교 대학원 석사학위논문.
- 배희분(2014). 가족식사교육 프로그램이 가족식사환경, 부모자녀 의사소통, 부모효능감에 미치는 효과: 중학생의 부모를 대상으로. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 신아름(2011). 인터넷 중독 청소년 대인관계와 인터넷 중독 개선을 위한 미술치료사례연구. 건국대학교 디자인 대학원 석사학위논문.
- 안순미(2005). 어머니의 대상관계 및 양육행동 변화를 위한 집단치료프로그램 개발 연구. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 유미숙(1997). 놀이치료 이론과 실제. 서울: 상조사.
- 윤지영(2015). 장기 집단놀이치료가 유아의 사회성 발달과 모-자녀 및 교사-유아관계 증진에 미치는 효과. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 이숙영, 이윤주, 정혜선(2002). 메타분석을 통한 부모교육 프로그램의 효과 연구. 한국심리학회지 상담 및 심리치료, 14(3), 637-653.
- 이재림, 김지애, 차동혁, 이향희(2013). 부모교육 프로그램의 효과성 메타분석. 한국가정관리학회지, 31(30), 27-47.
- 원종희(2004). 대상관계이론을 기초로 한 부모교육 프로그램 개발. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 정계숙, 유미숙, 차지량, 박희경(2013). 메타분석을 통한 유아기와 아동기 자녀 부모 대상 부모교육 프로그램의 효과 연구. 한국보육지원학회 학술지, 9(3), 365-387.
- 정순중(2005). 학부모 정서관리훈련 프로그램의 개발 및 효과. 서울여자대학교 대학원 박사학위논문.

- 정희정, 이소희(2003). 놀이치료 종결과 관련된 부모변인의 탐색연구. *놀이치료연구*, 6(2), 58-71.
- 조미영, 김광웅(2016). 놀이치료 진행단계에 따른 부모상담 내용 연구. *열린부모교육연구*, 8(3), 59-86.
- 주선영, 김광웅(2005). 놀이치료에서의 부모상담 현황 및 부모상담에 대한 상담자, 부모의 인식 연구. *놀이치료연구*, 8(1), 49-60.
- 한성심(2001). 대상관계이론에 기초한 부모교육 프로그램 개발과 효과 검증: Winnicott 이론을 중심으로. 숙명여자대학교 대학원. 박사학위논문.
- 현성미(2016). 경계선 중후군 어머니의 대상관계 부모교육 프로그램 참여 경험 연구. 평택대학교 대학원 박사학위논문.
- 최명선(2005). 놀이치료의 치료관계와 치료성과. 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 최명선, 김광웅(2005). 아동상담에서 부모와 치료자간 치료관계에 대한 연구. *아동학회지*, 26(3), 111-125.
- Axline, V. (1947). *Play therapy*. New York: Ballantine Books.
- Krippendorff, K. (2004). *Content analysis: An introduction to its methodology*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Hamner, T. J., & Turner, P. H(1985). *Parenting in contemporary society. Parenting in contemporary society* N. J : Prentice-Hall.
- Spitz RA (1965). *The First Year of Life: A Psychoanalytic Study of Normal and Deviant Development of Object Relations*. New York: International Universities Press.
- Winnicott, D. W. (1958). The Capacity to be Alone. In *The Maturation Processes and the Facilitating Environment*. New York: International Universities Press
- Winnicott, D. W. (1971). 놀이와 현실(Plating and Reality). (이재훈 역). 서울: 한국심리치료연구소.

Abstract

A Study on the Experience of Changes through Participation in the Parent Education Program for the Mothers of Play Therapy Child Clients. : Focusing on Winnicott's Object Relation Theory

Ha, Jung Lim · Bae, Hee Boon

(The Graduate School of Welfare & Counseling Sangmyung University)

This study aims to develop a parental education program mainly with Winnicott's object relations theory, implement it with mothers of play therapy client children, and qualitatively analyze the changes of personal experience of the mothers after participating in the program. Participants were 7 mothers of pre-school children who had received play therapy as a clients, and after implementing the program, the FGI was done to the parents, and data were collected through in-depth interviewing. The data went through analysis by using Krippendorff (2004)'s qualitative contents analysis. As a result, 5 topics and 10 subtopics were drawn. 5 topics are as follows: 'the experience of being freshly shocked after the education', 'doubts about trial and error as well as regression their children faced while practicing', 'insight about the family of origin and recognition on the current patterns of mother-child relationship', 'enlightenment that change requires education time as much as a threshold', and 'the exit like light found at the critical point'.

These results show that parental education is absolutely needed for some time in order to change parents' role in play therapy and that the parental education program developed mainly with Winnicott's object relation theory influenced the mothers of play therapy client children to change into more cooperative parents and motivated them to play roles as a mother good enough to form a facilitative environment which Winnicott is taking about. In addition, researchers suggest implications for discussion and follow-up research related to the findings of this study.

[Keywords] Play therapy, Object relations theory. Parental education, Qualitative research, Contents analysis.