

영화를 활용한 내면아이 치유 프로그램이 자기수용, 대인관계, 부부 적응에 미치는 효과

김 순 옥(영남대 박사수료) · 홍 상 옥(영남대 교수)

본 연구는 영화를 활용한 내면아이 치유 프로그램이 중년여성의 자기수용, 대인관계 및 부부 적응에 어떠한 변화를 가져왔는가를 살펴보고, 아울러 영화를 활용한 내면아이 치유 프로그램의 효과성과 적용가능성을 검증하여 유용하게 활용하는데 목적이 있다. 연구대상은 U시 거주하는 40, 50대 중년여성이며 이들을 실험집단 13명, 통제집단 13명을 배치하여 주 1회씩 12회기 동안 총 36시간 프로그램을 실시하였다.

대인관계척도는 Schlein과 Guerney(1971)의 "Relationship Change Scale"을 우리 실정에 맞게 이형득과 문선모(1979)가 번안한 총 20문항 5점 척도를 사용하였고, 자기수용척도는 Chamberlain과 Haaga(2001)가 개발한 5점 척도 25문항으로 재구성하여 사용하였다. 부부 적응 척도는 이경성, 한덕웅(2003)이 개발한 결혼적응검사(총 32문항) 척도를 사용하였다. 수집된 자료는 SPSS WIN 19.0프로그램을 이용하여 빈도분석, 기술통계, Cronbach's α 계수(자기수용 .92 부부 적응 .96, 대인관계 .96), 집단 간의 동질성 분석을 위해 맨 휘트니(Mann-Whitney)검증을 실시하였고 자기수용, 대인관계, 부부 적응의 사전-사후 검사 점수 간 차이 분석을 위해 윌콕슨(Wilcoxon) 검정을 실시하였다.

본 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 본 프로그램은 중년여성의 자기수용에 긍정적인 영향($z = -2.94, p < .05$)을 미치는 것으로 나타났다. 이는 상처받은 내면아이가 다른 사람에 의해서가 아닌 참석자 자신이 스스로 자신의 내면아이를 발견하고 치유하며 내면아이의 아픔을 이끌어내어 내면에 자리하고 있는 뿌리 깊은 상처를 감싸주고 치유하여서 자아를 발견하게 하는 강력한 변화를 가져오게 한 것으로 프로그램 실시 후 자신의 부정적 정서, 지각, 행동 표현이 감소하였으며 긍정적인 자기수용의 모습으로 변화되었음을 알 수 있다.

둘째, 본 프로그램은 중년여성의 대인관계에 긍정적인 영향($z = -3.19, p < .01$)을 미치는 것으로 나타났다. 이는 상처받은 내면아이가 인간으로써 자신과 타인에 대한 만족감으로 다른 사람과의 의사소통, 자기표현, 자신과 타인을 이해하는 정도가 높아져서 프로그램 실시 후 대인관계가 유연해 졌음을 알 수 있다.

셋째, 본 프로그램은 중년여성의 부부 적응에 긍정적인 영향($z = -3.18, p < .01$)을 미치는 것으로 나타났다. 이는 상처받은 내면아이가 부부 적응의 결혼만족, 부부 친밀감, 상호소통, 성적만족 등이 높아지고 의혼 의도는 감소하게 하였음을 알 수 있다.

이에 본 연구는 '상처받은 내면아이 치유 이론'을 바탕으로 구성한 내면아이 치유 프로그램이 중년여성의 상처받은 내면아이를 치유하고, 자기 수용 및 대인관계, 부부 적응에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.