

역기능 가정에서 성장한 어린이의 우울증 상담 사례

윤 송 자 (광주교육대학교 교육대학원)

I. 서론

인간의 존엄성은 가정에서부터 성장하고 그 기본이 형성된다. 그러나, 안타깝게도 오늘날 가정의 기능이 원활하지 못해서 감정적이고 정서적인 성장을 저해하는 역기능 가정들이 늘어나고 있는 추세이다. 어린이 우울증 비율의 발생 빈도가 높음에도 불구하고 성인의 우울증 연구에 비하여 연구는 부족한 실정에 있다. 더구나 우울증에 대하여 학교 현장에서 상담을 적용한 사례는 찾기 어려웠고, 상담 과정을 관찰 기술하고 해석하는 절차를 상세하게 보여주는 결과물은 보이지 않았으며, 축어록을 작성한 연구 사례는 찾을 수가 없었다. 선행연구에서 살펴본 연구의 대부분이 목회 사역(목회 상담)의 신학적 측면에서 접근한 것으로, 초등학교 수준에서 이루어진 상담 사례는 찾아볼 수 없었다. 연구 기법 면에서도, 심층 상담을 통한 질적 기술물도 전무한 실정이었다.

본 연구 대상 어린이의 아버지는 가장으로서의 전혀 책임감이 없었으며 술의 지배를 받는 알코올 중독자로 가족들을 괴롭혔다. 급기야 이를 견디다 못한 어머니는 가출한 상태에 아버지가 술에 만취한 상태에서 갑자기 세상을 떠나 버렸다. 네 딸 중에서 막내로 태어나 그 중계선 그나마 아버지의 사랑을 받고 자란 초등학교 6학년 여학생 Y가 아버지 상실 이후에 겪게 되는 우울 증상을 상담을 통하여 극복하는 과정을 자연스럽게 나타내 보고자 한다.

II. 아동기 우울증의 이해와 치료적 접근

아동기 우울증의 출현율은 아주 다양하다. 그 이유는 집단과 진단 기준, 진단방법, 연령 등이 다르기 때문이다.

전국 5,400명을 대상으로 우울증 조사를 실시해서 발표한 신문기사³⁾는 우리에게 충격을 던져주고 있다. 조사 결과에 따르면 우리나라의 청소년 3명중 1명은 우울증을 앓고 있으며 7명중 1명은 중증인 것으로 나타났다. 연구 결과에 따르면 우리나라 전체 인구의 25.3%가 경증의 우울 증세를 보였는데 이는 선진국의 두 배 이상 되는 수준이며 특히 15~22세의 청소년 가운데 34.5%가 우울 증세를 앓고 있고 1백 명 중 14명은 치료가 필요할 정도로 상태가 심각한 것으로 나타나고 있다. 우울증은 조사 대상자의 27%가 지난 1년 동안 자살 충동을 느꼈다고 하였고 이 가운데 7%는 이미 실제로 자살을 기도한 것으로 조사가 되었다.

비교적 최근의 보도에서는, 하루 평균 38명이 자살로 생을 마감하고 있는데 2002년 한 해마다 1만 3천명이 자살로 숨진 것으로 나타나고 있다. 전문가들은 이러한 병적인 현상의 동인으로 우울증을 지목하고 있다.⁴⁾

이와 같은 보도를 참조한다면, 앞으로 점점 우리 사회에서 우울증의 출현율이 상향될 것으로 추측할 수 있으나, 우울증을 진단하는 일은 쉽지 않다. 더구나 어린이들의 경우는 그들의 성장기적 특성을 고려하여 대단히 조심스럽게 접근해야 한다. 이들의 시

기에 정상적 우울 상태와 병적인 우울 상태를 명확하게 구분하는 것 자체가 매우 어려운 일이기 때문이다. 뿐만 아니라, 우울증의 일부 증상은 다른 정신 장애와 매우 유사하기 때문에 우울증을 정확하게 진단하기 위해서는 다른 정신 장애에 대한 명확한 지식을 지니고 있어야 한다. 우울증을 진단하는 것은 여러 가지 요인을 종합적으로 고려해야 하는 매우 전문적인 일이기 때문에 반드시 전문가에 의한 진단이 필요하며, 함부로 자신이나 타인을 우울증으로 진단하는 일은 삼가야 한다.

우울증의 치료법은 크게 심리적 치료법과 물리적 치료법으로 나눌 수 있다. 심리적 치료법으로는 최근에 우울증의 치료법으로 각광받고 있는 인지치료를 비롯하여 정신역동적 치료, 행동치료, 인본주의적 치료 등이 있다. 물리적 치료법으로는 가장 일반적으로 사용되고 있는 약물치료가 있으며 전기충격치료도 사용되고 있다.(권석만, 2000. pp. 133~148 참조)

본 연구에서는 연구자가 신경정신과적 전문성을 가지고 있지 못하고, 학교 교육 counsellor로 전문성을 훈련받는 과정에 있으므로 치료의 기법은 상담 및

3) 박종희(1997). "청소년 3명중 1명 우울증". 동아일보. 1997. 5. 9. 37면

4) 홍혜걸(2003). "'자살'우울증을 잡아야 막는다." Joins 중앙일보. 2003. 08. 11. 17:47.

기타 교육적 처방을 통한 인본주의적 인지치료가 중심이 되었다. 그리고 기타 보조적으로 동원될 수 있는 기법으로는 정신역동적 치료, 행동치료 등을 사용하였고, 가능한 범위 내에서 신경정신과의 자문과 협력적 치료도 동원하여 보았다.

Ⅲ. 상담 계획

1. 연구 대상

본 연구는 1인 사례연구로서 광주광역시에 소재한 S초등학교에 재학중인 6학년 여자 아이(이하, Y로 표기함)로 본 연구자의 옆 반 아동이다. 그 특징을 살펴보면 다음과 같다.

가. **생육사** - 이 아동의 아버지는 결혼해서 단 한 번도 가족의 생계를 부양해 본 적이 없고 알코올중독에 가족들을 괴롭히고 폭력을 일삼는 분이다. 독자인 아버지는 아들을 꼭 낳아야한다며 늦둥이인 Y를 포함해 4명의 딸을 두었고 6명의 가족들은 하루도 편할 날이 없이 불안한 나날을 보냈으며 그 중에서 가장 막내인 Y는 그럭저럭 아버지의 귀여움을 받고 자란 편이었다. 아버지 대신 가족의 생계를 책임진 어머니의 육체적 고통과 정신적인 고통은 극도에 이르렀으며, 어머니가 없으면 오히려 나을지 모른다는 딸들의 권유에 따라 위의 세 딸들과는 연락이 되고 Y와 아버지만 속이는 위장 가출을 했다. 어머니가 가출 후 10개월쯤 지나 학교에서 돌아온 Y는 술 주정에 누워 있는 줄만 알았던 아버지가 아침에 봤던 그 자세로 미동도 하지 않아 흔들어 보았지만 이미 싸늘한 시체로 변해 있었다고 한다. 어머니가 몇 개월 후 집으로 돌아왔으며 가정의 화근이 없어지고 평화가 정착 찾아왔는데 Y가 두통을 호소하고 불면증과 악몽에 시달리며 밥맛을 잃어가고 만사 의욕이 상실되어 있었다.

나. **내담자의 주 호소 요인** - 일단 먹을 수가 없고 밤엔 깊은 잠을 거의 잘 수 없으며 두통, 복통, 의욕 상실로 매사 귀찮아져서, 수업 시간에도 책상에 엎드려만 있고 일상생활을 제대로 할 수 없다며 담임선생님께서 상담 의뢰를 해오셨다.

다. Y의 특성 - 성격이 명랑 쾌활하고 매사 적극적이며, 책을 많이 읽어 생각이 깊고 언어구사력이 뛰어나며 6학년 친구들이 늘 어린아이들처럼 보일 만큼 어른스럽고 자기 주관이 뚜렷하며 글을 잘 쓰는 문학소녀였다.

2. 상담 목표

가. 아버지의 죽음을 받아들이고, 아버지의 긍정적인 점을 이해할 수 있도록 하여 아버지와 어머니와의 양가 감정을 해소한다.

나. 우울증으로 인한 증상(두통, 불면증, 악몽, 의욕상실, 메스꺼움, 관계의 귀찮음)을 완화한다.

다. 적극적인 삶의 의지로 비전 있는 미래의 모습을 설계해본다.

3. Y아동의 상담을 위한 상담 프로그램 구안

<표1> Y아동의 상담 프로그램

단계	회기	활동명	활동내용	기대되는 효과
관계 형성 단계	1	마음열기	-이렇게 살았어요 -요즘은 이렇게 지내요	친밀감을 형성하고 아동에 대한 이해를 통하여 상담의 방향을 설정하기 위함
탐색 단계	2	소아 정신과와 아동상담 센터를 찾아 (사전검사)	-KPI-C(한국아동인성검사) -K-CBCL(아동·청소년 행동평가 척도) -K-WISC-III(지능검사) -문장완성검사	소아 정신과와 광주교육대학교 아동상담센터를 찾아 정확한 원인을 규명해 보고자 함
탐색 단계	3	어머니와의 상담	-생육환경의 이해	생육환경을 이해하여 원인을 찾고 해결방안을 모색하고자 함
	4	초기 기억 및 동적 가족화 그려보기	-초기 기억 표현해보기 -가족들이 활동하고 있는 모습 그려보기	초기 기억과 동적 가족화를 통하여 심리 내적인 면을 분석해보고자 함

문제 해결 단계	5	우울이란?	-우울증에 대한 정보 제공	우울증에 대한 정보를 제공하여 현실을 직면시켜 문제해결의지를 기르고자 함
	6	자기 자신과의 만남	-나는 어떤 사람인가? -나의 장점과 단점 -내 삶의 주인은 나! -나의 미래는?	긍정적인 자아정체감을 갖고 미래의 비전 있는 자신의 모습을 그려보도록 함
	7	시로 내 마음 표현 해보기 노래 듣기	-내 마음을 시로 표현해 보고 감상하기 -좋아하는 노래 찾아 듣고 부르기	내 마음을 시로 표현해보고 감상하며 좋아하는 노래를 찾아 듣고 부르면서 욕구표현하기
	8	어머니와의 상담Ⅱ	-Y에 관한 정보 제공 -가족치료의 필요성 제기	Y에 관한 정보를 제공하여 가족 모두 치료의 동반자가 되도록 함
	9	자람, 성숙, 죽음의 인식	-변화하고 자라는 우리 -나의 성장과정 이야기 하기	나의 성장과정을 알고 자연과 함께 변화하는 인생에 대한 이해를 통해 아버지의 죽음을 자연스럽게 받아들이게 함
	10	결혼에 대한 인식	-결혼이 갖는 의미 -남자에 대한 부정적인 인식 재고	독신을 주장하는 Y의 경직된 신념을 유연하게 하고 가정과 결혼의 부정적인 사고를 없애기 위함
	11	아버지에 대한 양 가감정 해소하기	-아버지에 대한 감정 -아버지를 이해하기 -아버지께 편지 써보기	아버지에 대한 양가감정 해소를 통해 아버지를 이해하고 아버지에 대한 편안함 마음을 갖게 함
	12	어머니에 대한 양 가감정 해소하기	-어머니에 대한 감정 -어머니를 이해하기 -어머니께 편지 써보기	어머니에 대한 양가감정 해소를 통해 어머니를 이해하고 미래의 가족설계를 하기 위함
종결 단계	13	K-HTP,초기 기억 의 변화	-K-HTP 그려보기 및 초 기 기억을 표현하여 변 화도 알아보기	K-HTP를 그려보고 초기기억의 변화를 통해 상담의 효과 알아보기
	14	아동상담센터를 찾아 (사후검사)	-KPI-C -K-CBCL -문장완성검사	KPI-C, K-CBCL, 문장완성검사의 변화를 통해 상담의 효과 알아보기
	15	상담을 마치며	-상담의 결과 정리 -나의 현주소 알기	상담을 마친 후의 변화를 인식하여 자신의 현주소를 인식하게 함

IV. 상담 과정

1. **관계형성 단계(제1회기)** - 마음열기 활동으로 그동안 살아왔던 이야기를 아버지와 관련지어 들어보고 상담의 방향을 설정하기 위하여 마련되었다.

2. **탐색단계(2,3,4회기)** - 연구자의 판단에 따라 소아정신과와 아동상담센터를 방문하여 심리검사를 받았으며 결과는 우울증이었다. 아동의 내면 심리를 표출해보기 위해 초기기억 및 동적가족화를 그려보게 하였다.

3. **문제해결 단계(5~12회기)** - Y와 그의 어머니께 우울증에 대한 정보를 제공하는 상담을 한 번 씩 가졌고 그 해결방안으로 이루어졌던 상담 중에서 중요한 부분을 간략히 소개하면 아래와 같다.

가. **5회기 : 우울이란?** - 이 회기는 Y아동에게 우울증에 대한 정보를 제공하여 현실을 직면하게 하고 자신의 문제에 대한 해결의지를 갖게 하기 위해 진행되었다.

나. **6회기 : 자기 자신과의 만남** - 이번 회기에서는 자신의 진면목을 냉정히 볼 수 있는 기회를 가져서 자아정체감을 기르게 하고 비전 있는 미래의 모습을 그려보기 위해 시도되었다.

<상담장면 1>

Y15 : 글썄요. 무슨 이유가 있는 것은 아닌데 모든 것은 시간이 지나가면서 바뀔 수도 있고 그릇이 커질 수도 있죠. 우리는 야망이 크다는 걸 큰 그릇에 비유하잖아요. 그냥 꿈이 변해서 이제는 변호사가 될까 작가가 될까 생각 중이에요.

상17 : 그랬구나. 왜 변호사가 되고 싶었을까?

Y16 : 변호사는 돈을 많이 벌잖아요.

상18 : 돈 때문에 변호사가 되겠다는 거야?

Y17 : 예, 사실은 옛날에는 명분을 찾았어요. 그러다가 차라리 솔직해지자. 내가 이렇게 사악하다는 걸 억지로 숨겨서 나한테 뭐 혜택이 있겠어요. 어차피 다 들통날텐데. 거짓말을 끝까지 할 수는 없잖아요. 진짜 그 사람하고 깊은 관계를 가지려면 솔직해야한다고 생각해요. 그래서 돈 많이 벌어서 고생만 한 우리 엄마하고 언니하고 모여서 집한 채 장만해서 살고 또 필요하다면 제 오피스텔이나 하나 장만할 거예요.

상19 : 변호사가 되면 소신 있게 잘할 거다. 너는 독서도 많이 했고 상상력도 풍부하고 글 쓰는 솜씨가 보통이 아니니까 작가가 되는 것도 좋을 거야.

Y18 : 그래서 아직 확실하게 결정을 못했어요. 저는 책을 읽고 글을 쓸 때 사실 행복하거든요. 어떤 걸 택하든 그 분야에서 최고가 될 거예요.

상20 : 지금 우리나라에서 의사이면서 글을 쓰는 사람도 꽤 있다. 수필집을 펴 낸 김정일이란 사람도 본업은 의사야.

Y19 : 저는 견할 수 있어요. 케리어 우먼이 될 거예요. 변호사 활동을 하면서 그 경험이 축적되면 좋은 글을 쓸 수 있잖아요.

상21 : 맞아, 그럼 좋겠다. 미래의 또 다른 꿈은 없니?

Y20 : 우리 집이 가난하다고 생각할 때부터 가졌던 꿈이 있어요. 그것은 바로 오갈 데 없는 어린이들을 모아 고아원을 짓는 일이에요.

상22 : 그래? 구체적으로 생각한 것 있으면 말해볼래.

Y21 : 제가 돈을 많이 벌려고 하는 이유도 고아원 때문인데요. 세계적으로 고아들이 너무 많아요. 고아원이 있다 하더라도 환경이 너무 척박해요. 내가 정말 돈이 많아서 그들에게 충분히 물질적인 혜택을 주고 마음으로 사랑해주고 자기 스스로 자기 길을 가고 펼 수 있게 도와주고 싶어요. 제가 원하는 고아원은 자연 속에서 운영하는 고아원인데 기숙사처럼 생활하고 단합하며 사는 것 가르쳐주고 학교도 보내주고 그럴 거예요.

다. 7회기 : 시로 내 마음 표현해보기 - Y는 자기가 힘든 상황이라는 것을 맨 처음 학급 홈페이지에 시를 통해서 알릴 만큼 시 쓰는 일은 Y의 가장 큰 장점과 능력이었다. 6회기가 끝나고 본인 스스로 해결하겠다는 저항에 부딪혔으나 써놓은 시를 함께 감상하면서 능력을 크게 인정해주고 좋아하는 노래를 인터넷 사이트에서 찾아서 함께 부르면서 큰 공감대가 형성되어 다시 상담이 이어질 수 있었다.

<상담장면 2>

상35 : 다른 시 또 볼까?

혹 야(黑夜)

지은이 : Y

달도 뜨지 않은/어둡고 어두운/무서운 밤//

모두가 싫어하는 어둠이/질게 세상을 감싸안아/검게 변해버린 세상//

검게. 검게.../너무도 검게 변해버린 그 밤/모두가 싫어하는 그 밤을 /

어이하여 우리는/그 밤에서만 머물고 있나//

밝은 빛이 드는 곳을/어이하여 우리는/보지 못하는지//

밝은 낮은 이미 지나버렸는지/이제는 밤만이 지속되고/어이하여 우리의 밤은/

질고 짙은 흑야 란 말인가//

달이 존재하지 않는/너무나도 어두운/그 흑야에서/우리는 살아가고 있다//

언제나 손전등 하나 없이/그 흑야의 일부가 되어/우리는 살아가고 있다//

순수했던 낮/밝게 빛나는 햇빛 속에서/그렇게 낮에 사는 시간이/점점 줄어들고만 있다//

상36 : 느낌이 어둡구나.

Y29 : 그렇죠. 캄캄한 밤이니까

상37 : 여기에서 밤은 무얼 뜻하니?

Y30 : 희망이 없는 현실이죠.

상38 : 자세히 좀 설명해 볼래?

Y31 : 여기에서 해도 아닌 달이 없다는 것은 일말의 희망도 없다는 거예요.

상39 : 왜 희망이 없다고 보는 건데?

Y32 : 물론 희망적인 사람들도 있어요. 좋은 일에 앞장서고 남들을 위해 봉사를 하는 사람도 있지만 제가 보기엔 자기 이익만 챙기고 부패한 사람들이 많은 것 같아요. 빛을 보고 빛으로 모여들었으면 좋겠는데 왜 빛을 두고 어두운 쪽 부패된 사람들에게만 물려가는지. 우리 사회가 점점 따뜻해져갈 시간이 줄어들고 검게 변해만 가는 것 같아서 안타까워요.

상40 : 부패된 사람도 많지만 아름답게 살아가는 사람들도 많아. 내가 잘 아는 분은 유치원 원장님이신데 아들만 둘을 키우셨어. 그런데 그 분은 정말 딸을 키우고 싶어서 입양을 해서 지금 잘 키우고 계신다. 자기가 낳은 자식과 다름없이 키우시는데 그렇게 행복할 수가 없단다. 이번 여름에는 근사하게 들잔치를 지내고 좋은 딸을 주셨다고, 감사해하시더라. 강원도 산골에서 장애인들의 어머니 아버지 노릇을 하면서 공동체 생활을 하시는 훌륭한 목사님도 계시. 가진 재산을 털어서

노숙자들에게 따뜻한 밥을 대접해드리는 이름 없는 천사들은 오늘도 그 일을 하셨을 거야. 우리 언론이 이런 미담 사례들을 자주 소개하면 사회정화 차원에서 좋을 텐데 눈만 뜨면 폭력적이고 섬뜩한 소식들만 접하다보니 점점 사악해지는 것도 같다.

Y33 : 맞아요. 선생님이 아까 불렀던 노래가사처럼 서서 기대고 사는 사회가 되었으면 좋을 텐데.

상41 : 그러려면 있는 분들이, 배푼다는 것은 말이 좀 그렇고 나눔의 실천에 동참하면 우리 사회는 훨씬 밝고 아름다운 사회가 될 텐데 참 안타깝다. 더 넓게 생각하자면 지구상에 남아도는 식량이 얼마데 오늘도 굶어서 죽어 가는 사람들이 헤아릴 수 없다니 참 가슴 아픈 일이다. 나눔과 분배가 제대로 되지 않아서 그래. 멀리 갈 것 없이 북한에 있는 우리 동포들도 배고픈 설움에 풀뿌리로 연명하기도 한다니 참 기가 막힐 노릇이지. 그러나 우리가 빛을 향해 나아가는 노력을 안 할 수는 없지. 그지?

Y34 : 그럼요. 하나씩 고쳐 나가야지요.

라. 8회기 : 어머니와의 상담2 - 어머니에게 심리검사 결과를 알려드리고 우울증에 대한 정보를 제공하였다.

마. 9회기 : 자람, 성숙, 죽음의 인식-이번 회기는 나의 성장과정을 알고 자연과 함께 변화하는 인생에 대한 이해를 통하여 아버지의 죽음을 자연스럽게 받아들이게 하기 위해 시도되었다.

<상담장면 3>

상16 : 아빠가 돌아가신 것에 대해선 어떻게 생각하니?

Y17 : 저는 아빠가 돌아가셨을 때 죽음에 대한 가치들을 충분히 가지고 있었어요. 저는 차라리 저의 아빠가 더 악행을 저지르기 전에 죽음을 맞이한 게 더 낫다고 생각해요. 그래서 더 이상 아빠의 죽음에 대한 생각에 휩싸여 시간을 헛되이 보내고 싶지 않아요.

상17 : 아빠가 돌아가신 것을 알고 맨 처음 했던 생각이 “저렇게 죽을 거면서” 라고 했지.

Y18 : 예.

상18 : 그 말속에는 수많은 감정들이 함축되어 있는 것 같아. 아빠에 대한 분노, 미움, 원망, 안타까움 등이 혼동되어 있는 말로 들린다.

상19 : 아빠의 죽음을 통해서 얻은 것이라고 하면 좀 이상하나 내게 얻어진 교훈이 있다면 뭘까?

Y20 : 나한테 아빠 인생을 투자했다고 생각해요. 그 큰 교훈을 주셨으니까 결코 헛된 것만은 아니라고요.

상20 : 투자라니 무슨 말이니?

Y21 : 아빠의 인생을 보면 내 인생을 보는 것 같았어요. 어렸을 때부터 정말 아빠처럼은 살지 말자고 맹세했어요. 내가 아무리 나태해지더라도 그 기억은 남아있을 거니까 내 인생에 가장 큰 교훈으로 투자한 거죠.

Y19 : 그걸 지도 모르죠. 여러 가지가 겹쳐서 혼란스러웠겠죠. 복잡했던 것 같아요. 처음에는 아빠가 사는 방식을 이해할 수도 없어서 말할 수 없이 원망스러웠지만, 아빠는 내 딸 중에서 저를 제일 예뻐해 주셨거든요. 그래서 많이 안타깝기도 했지요. 하지만 이제는 돌이킬 수 없이 가셨으니 저 세상에서나 편히 쉬셨으면 좋겠어요.

상21 : 죽음이 언제 누구에게 다가올지 아는 사람은 아무도 없을 것이다. 언제 내게 다가와도 초연하거나 초탈하기는 어렵지만 하나의 인생의 과정이므로 자연스럽게 받아들일겠다는 마음으로 순간에 최선을 다하다 보면 값진 삶이 되겠지. 죽음을 생각하다 보면 자연스럽게 왜 살아야하는지도 생각하게 되고 어떻게 살아야 하는지 방법도 생각하게 될 거야. 기왕 가신 아빠는 저 세상에서 마음 편히 쉬셨으면 좋겠고, 아빠의 삶을 교훈 삼아 네가 앞으로 살아갈 이정표를 굳게 세우는 일은 참 잘한 것 같다. 아마 아빠도 그걸 원하고 계실 것이고, 못다 이룬 과정들을 막내딸이 더 알차게 살아주길 바랄 것이다. 그것으로 아빠한테 보답하면 좋겠구나.

Y22 : 그래야죠.(미소지으며)

바. 10회기 : 결혼에 대한 인식 - 역기능 가정에서 성장하다보니 자연스럽게 가정을 이루는 일에 대한 부정적인 시각을 갖게 되었고 이를 교정해주고 독신을 주장하는 사고의 탄력성을 길러주기 위해 이번 회기에서는 결혼에 대한 이야기를 집중적으로 시도하여 보았다.

사. 11회기 : 아버지에 대한 양가감정 해결하기 - Y에게 있어서 억눌린 감정 중 가장 큰 비중을 차지하고 있는 면이 아버지에 대한 양가감정으로 보였다. 따라서 이번 회기에서는 양가감정을 해결하는데 목적을 두고 상담이 시도되었다.

<상담장면 4>

Y6 : 아니요, 아빠가 차라리 없는 게 더 편했어요. 솔직히 말하면 훨씬 편해요.

상7 : 만일 아빠가 “Y야 아빠가 너한테 못한 게 많은 것 같은데 그 중에 세 가지만 못했던 점을 말해줄 수 있겠니?” 하고 물으신다면 뭘 말해줄 수 있겠어?

Y7 : 저요. 한 가지 말 밖에 없어요. 아빠가 감히 찾으라는 거예요(격앙된 목소리로)

상8 : 아빠가?

Y8 : 그렇죠. 그건 아빠가 찾으시라는 거죠.

상9 : 아빠가 찾으실 수도 있지만 상처를 준 쪽과 받은 쪽에서는 좀 다를 수 있지 않을까? 상처를 준 사람은 그게 상처라는 생각도 못하고 모래 위에 손가락으로 글을 쓰듯이 쉽게 쓸 수 있지만 상처를 받는 네 입장에서선 청동에 끌로 새기듯이 깊이 남아있는 면도 있을 테니까 말이야.

Y9 : 저는 아빠보다 찾으라는 거예요. 그러다 보면 아빠가 생각을 하겠죠. 아빠가 내 입장이 되려고 하면 많은 시간과 노력이 들 거예요. 그래서 찾으려면 보람을 찾게 될 거구요. 아빠는 자기가 지금까지 어떤 노력을 해서 얻어 본 적이 없어요. 그니까 이번 일만이라도 아빠가 그걸 좀 직접 해서 얻어 봤으면 좋겠어요. 자기 스스로 얻은 거니까 잊지는 않겠죠. 물론 제가 말해주면 쉽게 찾겠지만 아빠 마음 속에 새겨 두진 않을 거예요. 그래서 아빠가 직접 찾으라는 거예요.

상10 : 그래도 아빠가 못 찾는다면.

Y10 : 그럼 이렇게 말할래요. 아빠가 잘못된 게 아무 것도 없는 거라고요.(힘없고 낮은 목소리)아빠가 아무 것도 못 찾는다면 아빠가 잘못된 게 아무 것도 없는 거죠. 아빠가 고의적으로 상처받게 한 말은 아니잖아요. 아빠가 내 입장에서 생각을 해보아도 잘못된 것이 뭔지 모른다면 그건 아빠의 잘못이 아니잖아요. 그게 내가 상처를 받지 않을 거라 생각했기 때문에 한 말일 테니까. 저는 아빠가 저한테 미안해하는 자체가 그렇게 좋지 않아요. 왜냐면 자기가 지금까지 열심히 해서 지킨 자존심이잖아요. 단지 그냥 한 마디만 해도 될 걸.

상11 : 그 한 마디가 뭔데.

Y11 : “너의 마음 다 알았다”. 이 한 마디만 하면 될 것 같아요. 내 똘엔 이런 거죠. 아빠가 그렇게 열심히 지킨 자존심이니까 단지 미안한 줄을 알면 됐다고 생각해요.

상12 : 아빠가 너한테 그렇게 자존심을 지킬 필요가 있을까?

Y12 : 없죠. 지킬 필요는 없지만 아빠는 우리한테 그렇게까지 하면서 지킨 거잖아요. 그런데 그 자존심마저 버리면 아빠는 뭐가 돼요?

상13 : 네가 아빠한테 듣고 싶은 딱 한 마디는 “너를 이해했다.”!

Y13 : 예. 이해했다. 이해했다.(애절하게 반복했다)미안하다는 말도 필요 없고 나를 이해했다고 해주면 좋겠어요. 미안하다는 말은 아빠 자존심을 구기는 일이니까 이해했다는 말이 좋아요.

상14 : 이해했다는 말은 너를 제대로 알아주는 거니까 제일 듣고 싶은 말이구나.

Y14 : 예. 그래요. 그러면서도 아빠는 자기가 하는 행동에 반성을 해야 한다고 생각해요. 아빠 때문에 청춘을 잃어버려야 했던 엄마와 사춘기를 빼딱하게 보낸 우리 둘째 언니하고 공부에만 매달려서 그렇게 살아야했던 첫째 언니하고 섬에서 떨어져서 엄마의 사랑을 받지 못했던 셋째 언니. 그래서 아빠는 사죄해야 한다고 생각해요. 내가 아빠를 용서하는 것과 아빠가 사죄해야 되는 것은 달라요. 우리가 아빠를 용서하고 아빠를 이해해서 아빠를 보듬어 줄만한 마음도 갖지 못한 상태에서 아빠가 죽었어요. 그러면 저희는 정리가 안 되니까 충격이잖아요. 정리가 안 되니까. 그걸 저희한테 진만큼 아빠가 사죄해야 한다고 생각해요. 그게 사죄는 아니더라도 미안한 마음을 가져야 한다고 생각해요. 안 가져도 상관없어요. 이미 지나버린 일이니까. 단지 그냥 아빠가 미안해해야 할 것 같아요.

V. 상담 결과 분석

1. KPI-C(한국아동 인성검사)에 나타난 상담 효과 - 불안, 우울, 신체화, 비행이나 과잉행동 척도에서의 점수들이 정상적으로 낮아져서 정서적으로 안정되고 심리적으로 안정된 상태에서 스스로를 통제할 수 있고 자신감을 얻게 되었다.

2. K-CBCL(아동·청소년 행동평가 척도)검사에서 나타난 상담의 효과 - 사전검사와 비교했을 때 심리적 위축과 신체증상, 사고와 집중력의 문제 등 특별한 문제행동을 나타내는 특성들이 거의 나타나지 않고 있다.

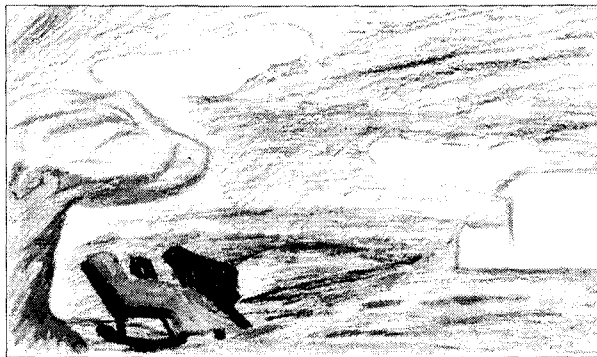
3. 문장완성검사에서 나타난 상담의 효과 - 아버지에 대한 양가감정이 정리된 것으로 보이며 타인에 대한 신뢰를 어느 정도 회복한 것으로 보인다. 자신의 모습에 좀더 구체화된 느낌을 가지고 있으며 남보다는 자신을 먼저 생각하게 된 것도 눈에 띄게 달라진 점이다.

4. K-HTP(동적 집- 나무-사람)검사 및 동적가족화 검사에 나타난 상담의 효과

인상주의적 해석방법에 의하면 안락의자에 앉아 있는 사람의 모습은 비록 이목구비는 없지만 편안한 휴식을 취하고 있는 듯한 느낌을 주며 달려오는 두 아이의 움직임에서는 박진감과 활동성이 느껴진다.

<표 2> 문장완성검사에 대한 사전·사후 반응

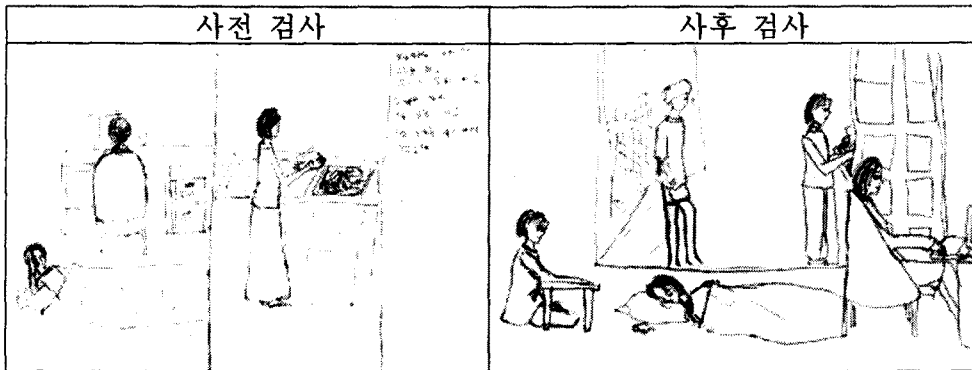
문항	사전 검사	사후 검사
1.내가 가장 행복한 때는	-언니들하고 엄마하고 무등산에 갔었던 때	- 지금입니다.
2.내가 좀 더 어렸다면	-책도 많이 읽고, 어리광도 피워볼 것이다.	- 더 많은 책을 읽고 싶습니다.
3.나는 친구가	-어리게 보인다.	- 많았으면 좋겠습니다.
5.우리 엄마는	-내가 가장 좋아하는 분이고 나를 낳아주신 분이다.	- 지금이 가장 행복한 것 같습니다.
6.나는 ~공상을 한다.	-사람의 삶과 죽음 환타지같은	- 내가 자란 후의 세상에 관한
7.나에게 가장 좋았던 일은	-성격이 변하고 도서관을 접한 것이다.	- 좋은 선생님과 가족을 만난 것입니다.
11.내가 가장 좋아하는 사람은	-엄마와 언니들이다.	- 부모님, 언니, 선생님입니다.
12.내가 가장 싫어하는 사람은	-아빠.	- 이기주의적인 사람입니다.
13.우리 아빠는	-술 잘 드시고 무섭고 의지가 약하신 분이다.	- 불쌍한 사람이었습니다.
14.내가 가장 무서워하는 것은	-사람이다. 좋아하는 것도 역시 사람이다.	- 나를 다스릴 수 없게 되는 것입니다.
22.나의 나쁜 점은	-꿈속에서 엄마가 돌아가시는 것이다.	- 하는 일이 안 좋다는 것을 알고도 하는 것입니다.



[그림 1] K-HTP(동적 집- 나무-사람) 그리기

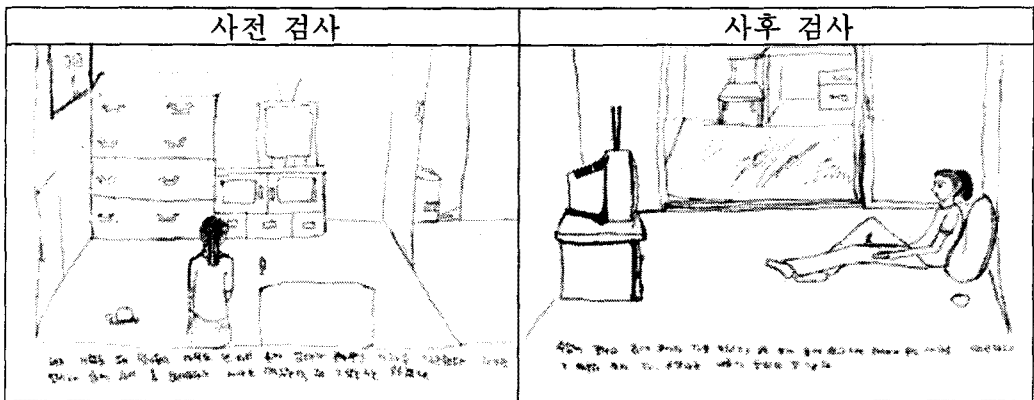
동적가족화 사후검사 그림은 사전검사에 비해 구획이 없어져서 안정적인 분위기를 보이고 있고 가족구성원들이 독자적으로 자기 일에 몰두하는 모습으로 바뀌었다. 아직도 가족 모두가 상호작용 행동이 전혀 나타나지 않고

있는 걸로 봐서 상호간에 적극적인 애정표현이 이루어지지 않거나 가족 간의 응집력이 부족한 것으로 해석된다.



[그림 2] 동적 가족화 그리기 사전·사후 비교

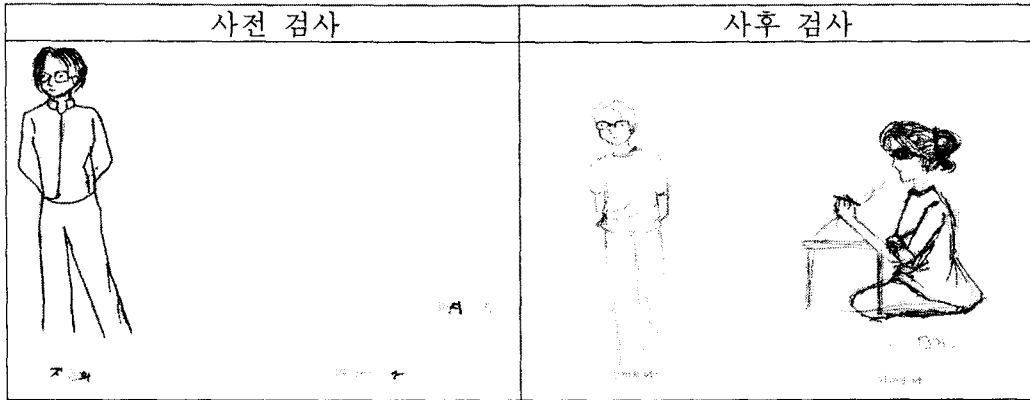
5. 초기기억의 변화에 나타난 상담의 효과



[그림 3] 초기 기억 그림 사전·사후 비교

사전검사에서는 뒷모습이라 표정은 알 수 없으나 자세가 경직되어 있고 무척 쓸쓸하고 어두워 보인다. 그러나, 사후검사에서는 뒷모습이 옆모습으로 바뀌었고 표정도 생기 있어 보이며 발을 쭉 뻗고 있는 자세가 편안해 보이며 혼자 있는 시간을 적극적으로 여유 있게 보내려는 태도가 강하다. 이는 상담과정을 거치면서 점차 독립적인 자아 개념을 형성하여 가고 있는 것으로 해석이 된다.

6. 미래의 내 모습의 변화에 나타난 효과



[그림4] 미래의 나의 모습 비교

미래의 나의 모습 그리기에서 사전에는 백지무한으로 나타내더니 상담을 끝나고 그린 그림에는 마감 시간에 쫓긴 멋진 작가의 모습을 그려놓은 걸로 봐서 자기의 능력과 장점에 맞게 미래에 대해 확실한 이정표를 세우게 되었다.

7. 자작시에 나타난 심리 상태의 변화 분석

3편의 <소나무>는 동일한 제재인 '소나무'에 대해서 Y가 심리적 상황에 따라 다르게 표현한 글들이다. 처음에는 고통스러운 현존을 지탱하고 있는 소나무를 대상화하여 쓰고 있으나 점차 동의를 구하다가 마지막엔 자신의 고립적 현존을 인정하고 초월하려는 해결 의지가 보인다.

8. 상담 과정 후, Y가 보낸 편지와 카드 -아빠에게 보내는 편지엔 미워했던 아버지를 이해하고 저 세상에서 편안하게 사시길 기도할 만큼 아버지를 용서하고 있는 그대로의 아버지를 받아들이고 있는 듯하다.

VI. 논의 및 결론

1. 논의

상담을 효과적으로 이끌 수 있었던 원동력은 일단은 본인의 해결의지가 강했고 Y를 공감적으로 이해하고 충분히 하고 싶은 이야기를 끌어낼 수 있도록 만든 분위기에서 경청이 이루어졌다는 점이다. 그리고 가장 효과적이었던 일은 시 쓰는 일에 큰 격려를 보냈고 관심 있게 감상하면서 본인의 내면 욕구를 분출할 수 있도록 도왔다는 점이다. 좋아하는 노래를 찾아 같이 듣고 불러본 일도 상담자와 내담자가 하나 될 수 있었던 좋은 계기였던 것 같다.

상담이 진행되는 동안 아버지의 양가감정을 다룰 때 가장 감정이 분출되었으나 상담을 통하여 마음속으로 화해와 용서가 일어나 이제라도 편안히 잠들기를 기원하며 아버지를 이해하게 되는 과정을 거치면서 마음속의 분노와 죄책감 등이 스스로 풀려나갔던 것 같다.

상담을 진행하면서 역기능 가정에서 성장하는 아이들의 아픔이 얼마나 큰지를 실감하게 되었고, 부모교육 강사교육을 받아서 현장에서 곁도는 학부모 교육을 체계적으로 맡아서 일익을 담당하고 싶다는 의욕을 갖게 된 것이 연구자에게는 하나의 수확이었다.

2. 결론

본 연구의 의의는 가정이 제 기능을 다하지 못하는 역기능 가정에서 성장한 초등학교 6학년 여자 어린이가 심한 우울증에 빠져 치료가 되기까지 상담을 실시하여 관찰 기록, 축어록 작성, 작품 해석 등을 통하여 일어나는 변화과정을 상세하게 기술한 점이라 할 수 있으며 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다.

첫째, 문장완성검사와 아버지께 보내는 편지를 보면 Y는 아버지에 대한 양가감정이 정리된 것으로 보인다. Y는 양가감정이 아주 컸던 아들로 아버지의 갑작스런 죽음 후에 상실에서 오는 강한 우울 증상을 보였는데, 상담을 통하여 아버지를 좀더 이해하게 되었고 죽음을 삶의 연장의 한 과정으로 편안하게 받아들이게 되었다. 그리고 어머니에 대한 양가감정은 그다지 크지 않아서 발달과정에서 밟지 못했던 정서들은 앞으로 공유의 시간을 통해 극복하기로

하였다.

둘째, 우울증으로 인한 증상(두통, 불면증, 악몽, 의욕상실, 메스꺼움, 관계의 귀찮음)들이 없어지고 적극적이고 명랑한 학교생활과 가정생활을 보낼 수 있게 되었다. 주말엔 도청 앞 미션 효순 추모 촛불행사에 참여하는 활동성을 나타냈고 교장 선생님과 졸업예정자 학생들과의 대화시간에도 자청해서 마이크를 잡고 본인의 미래의 꿈을 비전 있게 제시하여 교장선생님의 칭찬을 받는 등 매우 적극적인 생활 모습을 보여주었다.

K-CBCL(아동·청소년 행동평가척도) 검사에서는 8개의 하위영역 모두에서 빈도수가 크게 줄어들었으며 특히 위축, 우울/불안, 사고의 문제, 주의집중문제에서 가장 두드러진 효과가 나타났다.

동적가족화에서는 아직은 가족 구성원끼리의 상호작용은 이루어지지 않지만 가족 구성원들이 빠짐없이 나타나 있으며 골똥히 고민하던 모습에서 편안한 휴식을 취하고 있는 모습으로 바뀌어 내재된 갈등이 많이 해소된 것으로 보인다.

셋째, 미래의 자기 모습에 대해 확신을 갖고 적극적인 삶의 의지를 갖게 되었다. 전에는 미래의 직업에 대한 생각들이 막연하여 '미래의 나'의 난에 백지무한으로 써 놓더니 상담을 하고 난 후 마감시간에 쫓긴 근사한 작가의 모습으로 자기 삶의 적극적인 주체가 되었다. 자작시의 흐름에서도 알 수 있듯이 'A : 세상의 어두운 면 직시(부의 역기능), 부의 사망(충격), 좌절과 우울 경험' → 상담적 처방 → 'B : 주위의 사람들과 교호 작용, 심리적 회복' 등의 심리적 과정을 거친 것으로 보인다. A는 상담적 처방의 이전 상태이고, B는 상담적 처방 이후의 상태이다. 즉 A의 부정적인 모습에서 B의 긍정적인 모습으로 이행하는 사이에서 상담자의 처방적 노력이 있었으므로, A → B의 이행은 본 연구에서 거둔 상담 효과라 할 수 있다.

참 고 문 헌

- 권석만 (2000). 『우울증-침체와 절망의 늪』. 학지사.
 김경중 (1982). 「부친부재와 자녀의 인성관의 관계성에 관한 연구」. 중앙대학교 대학원 석사학위 논문.
 김계현 (2000). 『상담심리학』. 학지사.

- 김광연 (2001). 「역기능 가정에서 성장한 성인아이 정서문제의 내적 치유 연구」. 천안대학교 기독교전문대학원 석사학위논문.
- 김명숙 (1987). 「부친부재가 사회계층에 따라 인지양식에 미치는 영향」. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 김영생 (1997). 「인지치료를 통한 우울증치료에 관한 연구」. 감리교신학대학교 신학대학원 석사학위논문.
- 김용태 (2001). 『가족치료이론』. 학지사.
- 김원기 (2000). 「가정환경이 아동의 우울 성향에 미치는 영향」. 관동대학교 교육대학원 석사논문.
- 김재은 (1995). 『그림에 의한 아동의 심리진단』. 교육과학사.
- 김지영 (2002). 「결손가정 청소년의 심리적 특성 : 우울, 불안, 자기 개념 중심으로」. 아주대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김혜남 (2003). 『왜 나만 우울한 걸까?』. 중앙M&B.
- 김혜란 (2000). 「역기능 가정에 대한 Bowen의 가족 치료적 접근」. 총신대학교 신학대학원 석사학위 논문.
- 류현숙 (2003). 「우울성 품행장애 아동에 대한 표현예술 심리치료 사례」. 광주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 문종구 (2000). 「가정환경과 아동의 우울 성향과의 관계 연구」.
- 변상규 (1997). 「역기능 가정에서 성장한 성인아이의 정서문제와 치유방안」. 침례신학대학교 신학대학원 석사학위논문.
- 성태제 (2000). 『교육연구 방법의 이해』. 학지사.
- 신민섭외(2002). 『그림을 통한 아동의 진단과 이해』. 학지사.
- 이용숙, 김영천 (1999) 『교육에서의 질적 연구』. 교육과학사.
- 이윤정 (1999). 「가정환경이 청소년의 우울 성향에 미치는 영향에 관한 연구」. 서울신학대학교 석사학위 논문.
- 전윤순 (1999). 「우울증 아동의 상담 및 치료적 접근」. 장로회 신학대학교 대학원 석사학위논문.
- 정일호 외(1999). 『아동발달과 학습』. 교육출판사
- 조복희 (1991). 『아동발달』. 교육과학사.
- 조시은 (2001). 「역기능 가정이 자녀의 스트레스에 미치는 영향」. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 조용환 (2000). 『질적 연구 방법과 사례』. 교육과학사.

- 차상원 (1998). 「역기능 가정에서 성장한 성인아이의 치유: 우울증을 중심으로」. 침례신학대학교 신학대학원 석사학위논문.
- 채기영 (2000). 「성인아이의 우울증 이해와 치유」. 침례신학대학교 신학대학원 석사학위논문.
- 채순향 (2000). 「역기능 가정에서 자라나는 성인아이와 가족관계에 관한 연구」. 총신대학교 선교대학원 석사학위논문.
- 하수진 (2000). 「우울증의 이해와 치유」. 침례신학대학교 신학대학원 석사학위논문.
- 허은실 (1997). 「역기능 가정의 성인아이의 그 치유에 관한 연구」. 순신대학교 신학대학원 석사학위논문.
- Aron T. Beck/원호택외 공역(1996). 『우울증 인지치료』. 학지사.
- 아치발트 하트/정동섭(2000). 『우울증 이렇게 치유할 수 있다』. 요단.
- Cathy A. Malchiodi/김동연 · 이재연 · 홍은주 공역(2002). 『아동미술심리이해』. 학지사.
- C.W.닐 /차성구 옮김(1996). 『우울한 마음의 치유』. 규장.
- 듀에인 슬츠/이혜성 옮김(2001). 『성장심리학』. 이화여자대학교출판부.
- GERALD COREY/조현춘 · 조현재 공역(1995). 『심리상담과 치료의 이론과 실제』.
- 해롤드 H. 브룸필드 · 피터 맥윌리엄스 공저/채정호 편역(1998). 『우울증 벗어나기』. 아카데미북.
- 해롤드 H. 브룸필드 · 피터 맥윌리엄스 공저/채정호 편역(2002). 『우울증에서 벗어나는 92가지 방법』. 아카데미북.
- Kevin D. Stak/오수성 외역(2002). 『소아기 우울증』. 하나의학사.
- 리처드 칼슨/이창식 옮김(2002). 『생각의 집착을 버리면 당신은 행복해질 수 있다』. 창해.
- 루이스 월포트/이원경 옮김(2000). 『우울증에 관한 희망의 보고서』. 청어람.
- 로버트 윌리엄 런던/오익수 외역(2001). 『에들러 상담의 이론』. 학지사.
- Robert G. Meyer Yvonne Hardaway Osborne/김영애 역(1997). 『이상심리학』. 하나의학사.
- Walter Mischel/손정락 역(1997). 『성격심리학』. 교육과학사.
- 노무라 소이치다로/김진학 편역(2003). 『우울해하는 당신에게』. 아카데미북.
- 오하라 겐시로/이유정 옮김(2000). 『마음의 병, 그 정신병리』. 태동출판사.

호사끼 히데오/한국생활건강연구회 편역(1992). 『우울증 스트레스해소법』. 태
웅출판.