

산만 및 충동성향의 아동상담 단일사례연구

김태선
한국열린사이버대학교

A Case Study on Child-Centered Play Therapy for Inattention and Impulsivity Young Child

Tae-Sun Kim

Visiting Professor, Open Cyber University of Korea

요약 본 연구는 산만 및 충동성향 6세 여아에 대한 아동중심놀이치료 이론을 기반으로 한 아동상담 사례이다. 아동의 산만 및 충동성향으로 인하여 어머니는 양육에 어려움을 겪고 있었다. 아동상담은 Full Battery 심리검사를 실시한 후, 2020년 11월 19일부터 2022년 6월 16일까지 주 1회 회기별 아동상담 40분 부모상담 10분씩 총 63사례회기 진행하였다. 아동은 상담과정에서 아동의 주도적인 놀이를 통해 애정욕구 및 공격적이고 충동적인 모습을 나타냈으며, 상담을 통해 안정감을 느끼며 산만 및 충동성향이 감소하는 행동을 보였다. 또한 아동은 부모에게 자신의 감정을 언어로써 구체적으로 표현하고, 초등학교 입학 후 학교적응이 원만한 모습을 보였다. 어머니는 아동양육이 전보다 훨씬 수월해졌다고 보고했으며, 한달에 한번 추후 상담을 하기로 결정하며 상담을 종료하였다. 본 연구는 유아기 아동상담의 시작으로 1년 8개월가량 진행된 사례연구로서, 그 결과로 아동이 초등학교에 입학하여 1, 2학년 시기 동안의 적응적 생활양식을 확인한 연구라는 점에서도 의의가 있다.

주제어 산만 및 충동성향, 아동중심, 놀이치료, 아동상담, 유아기

Abstract The purpose of this study was to investigate the child counselling process of a 6-year old girl. The child has showed inattention and impulsivity. Her mother had difficulty on caring a child. The researcher conducted 63 session child counseling through play therapy once per week after tested clinical psychological full battery. During the counseling process, a child showed desire of affection and aggressive and impulsive behavior through the child's leading play. As a result the child's inattention and impulsivity decreased, and child-mother relationship improved. The child could express her feelings to their parents in concrete terms. Finally, the child successfully adapted new school life. The mother reported that raising children was much easier than before, and she decided to have a follow-up counseling once a month. This study is meaningful in that it is a case study conducted during 1 year and 8months since she was 6-year old. The young child becomes primary school girl. In this study, it was confirmed that children had an adaptive school life during the first and second grades.

Key Words inattention and impulsivity, child-centered, play therapy, child counseling, young child

Received 06 Jul 2022, Revised 12 Jul 2022

Accepted 21 Jul 2022

Corresponding Author: Tae-Sun Kim

(Open Cyber University of Korea)

Email: silenight@hanmail.net

ISSN: 2466-1139(Print)

ISSN: 2714-013X(Online)

© Industrial Promotion Institute. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

1. 서론

최근 육아관련 프로그램이 공중파에서 인기있게 방영되면서 아동들의 정서 및 행동적 문제에 대한 사람들의 관심이 커져가고 있다. 이러한 프로그램에 의해 아동 문제행동에 대한 일반인들의 관심도 높아졌다. 아동 문제행동 중 환경 및 생물학적 등의 요인으로 인한 주의력결핍, 산만함, 충동성 및 과잉행동으로 인해 일상적응에 어려움을 겪는 주의력결핍과잉행동장애(Attention Deficit Hyperactivity Disorder [ADHD]: American Psychiatric Association, [12])는 증가하고 있으며, 임상현장에서도 이 문제를 주호소로 하여 내방하는 아동들이 늘고 있다[6].

인간중심상담기법에 근간을 둔 아동중심놀이치료는 아동을 가치 있게 존중하며 전적으로 수용하는 놀잇감을 매개로 하는 아동상담 접근법이다[13]. 인간의 인지 발달단계 상 논리적 생각을 구체적으로 할 수 있는 형식적 조작기에 아직 이르지 못한 아동은, 자신의 생각과 감정을 언어로써 명확하게 표현하는 데에 어려움이 있다[10]. 그러기에 언어적 상호작용만을 이용한 상담기법은 아동에게 최상의 상담효과를 나타내지 못할 수 있다.

아동에게 놀잇감은 아동의 언어이다[13]. 아동은 놀이를 통해 자신의 생각과 감정을 표현한다. 아동중심놀이치료 상담에서 아동은 상담자의 전적인 수용을 통한 안전한 환경에서 자신의 주도로 놀이를 하며, 정서 및 자신의 좌절되었던 욕구들을 표현하여 책임감 및 자기통제능력 등을 형성한다[3],[13]. 따라서 본 연구에서는 연구자와 아동 간 신뢰로운 관계 속에서 아동의 자기통제능력 향상을 목표로 즉, 산만 및 충동성을 감소시키기 위하여 아동중심놀이치료이론 접근을 통한 아동상담을 수행하였다.

대부분의 ADHD 아동의 상담사례들은 초등학교 이상의 아동을 대상으로 그들의 변화를 연구하였다 [1],[3],[5],[11]. 그러나 초등학교 입학 전 유아기 아동을 대상으로 아동의 산만함 및 충동성을 주제로 한 연구는 드물다. 왜냐하면 아동의 발달특성 중 하나가 산만함이라고 할 수 있고 이들의 주의집중력은 상대적으로 짧기에 정상발달과 구분이 어려워, 임상학자들은 초등학교 입학 시기 이후부터 ADHD라는 병명의 진단을 내리는 것이 일반적이기 때문이다. 최근 연구에서는 유아기에 ADHD로 진단된 아동들이 학령기까지 증상이 나타나는

것으로 보고하고 있어[8], 진단의 안정성이 입증되었다.

따라서 본 연구는 전문 임상심리사에 의하여 심히 ADHD가 의심되지만, 발달 연령상 ADHD 진단명을 내리기는 어렵기 때문에 추후 발달의 결과를 지켜보자는 견해의 심리평가를 받은 연구대상 미취학 6세 아동이, 초등학교 입학 후 2학년 1학기의 적응적 생활을 함을 관찰할 수 있었던 장기간의 상담사례연구라는 점에서 사례연구의 필요성이 있다. 또한 유아기에 ADHD 진단명을 명명하여 일반화시키기는 다소 어려운 점[8]에서 본 연구에서는 연구대상을 산만 및 충동성향이 있는 아동이라 지칭하였다.

2. 연구방법

2.1 연구대상

연구대상자인 아동은 외동 여아로서 접수면접 당시 6세로 유치원에 다니고 있었다. 경기도 G시 거주하며, 회사원인 아버지(42세)와 전업주부인 어머니(39세)와 함께 살고 있다.

아동은 “내 마음대로 장난감도 하고 마음대로 안자고 싶다. 잠도 과자도 마음대로 하고 싶다.”라고 호소하였으며, 주양육자인 어머니는 “화를 늘 내는 말투, 질문하면 ‘몰라’ 라고만 대답하며 발을 쿵쿵 굴리고, 한가지에 집중하고 놀지 못하며, 유치원 가기 싫고 놀고만 싶어 한다.” 라며 어려움을 호소하였다.

2.2 심리검사 요약

아동의 전체지능은 111로 <평균상> 수준이다. ADHD로 명명하기에는 발달연령상 진단하기 어려우나 주의력결핍 및 과잉행동, 충동성과 관련된 기질적 취약성이 의심되는 결과이다. 아동은 만족지연능력, 인내력이 부족하고 충동성이 높았다.

2.3 사례개념화

아동은 기질적으로 매우 까다롭고 예민한 아동이며, 주의력결핍 및 과잉행동, 충동성 등 기질적 취약성이 있다. 아동의 아버지도 산만함과 충동성이 높고, 주의집중도가 낮은 어린 시절을 보냈다고 보고 하는 바 아동의 유전적 취약성이 가정되었다. 어머니는 정서지지, 수용,

공감적 양육행동이 부족하였다. 어머니는 불안도가 높고 아동의 충동성과 산만함에서 오는 행동들을 계속적으로 지시하고 통제하는 권위주의적 양육행동을 하며 아동의 애정욕구를 좌절시켰다. 아버지는 아동의 정서를 담아내는(containing) 어른다운 성숙한 측면 즉, 아동의 미숙함을 이해하는 부분이 부족하였다. 이러한 기질적 취약성에 부모의 부정적 양육행동이 더해져 아동은 산만, 충동성 높고, 주의집중이 어려우며 자기감정을 원활히 표현하지 못하는 아이로 자랐다. 따라서 연구자는 아동중심놀이치료를 이론적 배경으로 상담하였다. 연구자는 아동의 정서를 수용적인 태도로 담아내며, 일관성 있고 따뜻한 상담적 관계를 기초로 하여 아동이 놀이를 주도하도록 하였고, 아동의 감정표현을 도왔다. 또한 전적인 공감과 아동행동의 제한과 대안 제시적 접근의 반복으로, 아동이 자신의 산만 및 충동성향을 조절하고 행동을 조절할 수 있도록 하였다.

2.4 연구절차

아동상담 시작 전, 임상심리전문가가 아동에게 종합 심리검사인 Full battery 심리검사를 실시하였다. 전문가에 의한 심리평가 해석상담 후 연구자와 아동 간 개별 아동상담이 진행되었다. 아동상담 연구기간은 2020년 11월 19일부터 2022년 6월 16일까지 총 63사례회기이며, 매주 토요일 오후 2시부터 아동상담 40분 부모상담 10분으로 연구자가 속한 서울시 소재의 상담심리센터에서 진행되었다. 부모상담은 10분이 초과될 때도 존재하였다. 아동의 개인적 사정으로 인해 상담회기가 취소될 때도 있었으며, 일반적으로 부모상담은 주양육자인 어머니만 참여하는 경우가 다수인데, 부모 모두(아버지와 어머니)가 매회기 부모상담에 참여했다는 특이사항이 있다.

3. 사례 회기 진행 과정

3.1 상담초기(1회기-15회기)

상담초기는 무엇보다 상담자인 연구자와 아동 간 안전하고 치료적인 동맹관계를 맺는 라포 형성이 중요한 시기이다[12]. 아동은 “집이 왜 이래요? 왜 어린애들은 정리를 안해요?” 라며 집에서 산만한 행동을 함으로써 모에 의해 지적받는 행동을 짐작케 하였다. 돼지 피규어를 들고 와 아빠라고 하며 “아빠는 필요 없어” 라고 저

쪽으로 치우며 수용적 양육행동이 부족한 아빠에 대한 불만을 토로하였다. 아동은 아빠를 상징하는 피규어를 모래에 묻으며 “아빠 사라짐” 이라고 말하였다. 동시에 아동은 아빠에 대한 미움과 그것을 표현한 죄책감의 양가감정을 담은 표정으로 연구자를 쳐다보아 그 마음을 공감하고 수용해주었다.

아동은 놀이전환이 매우 빈번하고, 빠르며 상담실을 불안하고 산만하게 휘저어 놓듯이 다니며 놀이를 하였다. 또한 아동은 “선생님 왜 말 안해요?” 라며 상담자가 더 많은 반응을 해주길 원하는 인정과 애정욕구를 드러내었다. 아동은 꽃모형을 바닥에 확 쏟고는 연구자의 눈치를 본다. 연구자가 “즐거운 놀이인가보다” 괜찮다며 수용해주고 안정감을 주자 “사실 보물이예요” 라며 즐거운 듯이 주워담는다. 연구자는 초기회기 동안 이러한 아동의 정서와 행동을 따뜻하고 수용적인 언어와 행동으로 담아내고 반영(tracking)하였다.

3.2 상담중기(16회기-47회기)

상담중기는 아동이 초등학교 1학년에 입학하고 후 그 다음해 2월 겨울방학까지 진행되었다. 상담의 중기단계는 상담목표를 달성하기 위한 작업들이 진행된다[15]. 온전한 수용, 공감 및 일관적 제한을 통해 힘의 욕구, 스트레스를 발산하게 하고, 불안감, 산만성 및 충동성 감소를 도모하였다.

아동은 종이벽돌을 쌓아 집을 만들고 그 위에 누워서 잠을 잔다. 연구자는 아동의 기분 좋고 상담실이 편안하게 느껴지는 마음을 공감해 주었다. 아동은 상담 중간중간 “필요 없는건데” 하며 피규어 등을 던졌다. 연구자는 깨지는 것들을 제한하고, 대신 베개위에 던져도 되는 것들을 제시하고 시도하게 하였다. 아동이 피규어 놀이를 하는데, 아빠가 긍정적인 역할로 처음 등장한다. 놀이를 하던 아동이 갑자기 연구자의 무릎에 안기며 연구자를 안는다. 연구자는 아동을 꼭 안아주었다.

아동이 옥토벗(끈끈한 모래로서 모양 만들기가 수월한 모래. 대신 밀폐되게 잘 보관해야한다.)에 물을 뿌리려해 하고 싶은 마음을 공감한 후, 활동을 제한하여 대신 모래에 뿌리게 하였다. 아동은 그네에 인형을 놓으려는데 그네가 흔들리며 인형을 놓을 수 없자, 인형과 그네를 던져버리는 충동적이고 공격적인 모습이 관찰된다. 연구자는 아동자신의 마음처럼 일이 이루어지지 않

아 속상한 마음을 공감해주고, 아동이 스스로 천천히 할 수 있도록 그네를 잡아주었다. 아동은 연구자를 놀이에 초청하여 상호작용하는 놀이가 늘었다. 함께 죄수놀이, 실로폰 치기, 그림그리기 시합 놀이 등을 아동의 주도하에 함께 하였다. 아동은 연구자에게 대사와 행동을 제안하기도 한다. 아동은 종이에 어디서 배웠는지 육 등 부정적 언어를 쓰고 찢기를 한다. 아동이 스스로 정서를 순화하는 놀이를 하였다.

3.3 상담후기(48회기-63회기)

아동은 이제 초등학교 2학년이 되었다. 아동은 간혹 “여기에 놀 것이 많이 없어요.” 라는 말을 하며 연구자가 종결을 준비해야 하는 사인을 보내고[13], 예민도도 많이 떨어졌다. 아동은 상담초기 바닥에 모래가 있다고 울면서 집에 가겠다고 하였는데, 이제는 모래가 있어도 개의치 않고 까치발을 들고 상담실을 다니기도 하고, 방석을 스스로 가져와 그 위에 앉아 놀이를 하는 등 불편함을 스스로 해소하는 문제해결능력이 연구자에게 관찰된다. 놀잇감을 어지럽히며 놀이전환 빈도가 높고 빠른, 아동의 산만 및 충동성 성향도 눈에 띄게 감소하였다. 상담중기에는 아동이 모래에 많은 물을 붓기 위하여, 연구자가 적절량을 제한하면 아동이 서운해 하여 아동과 연구자 간 힘겨루기가 다수 발생하였는데, 이제는 연구자의 물놀이 물 사용의 1컵 제한을 아동은 즐겁게 수용한다. “그래야 제 뒤 아이가 잘 놀죠?” 아동은 오래전 연구자가 했던 말을 그대로 연구자에게 말해준다. 아동은 모래놀이를 콧노래를 부르면서 한다.

아동의 어머니는 양육이 전보다 편안하다고 보고한다. 어머니의 학기 초 담임선생님과 부모상담한 내용에 따르면, 아동의 담임선생님의 관찰에 아동은 문제없는 모범생이라 한다. 아동은 학교에서도 친구들과 좋은 사회성을 보인다. 아동에게 산만 및 충동성향으로 인한 학교수업시간의 부적응은 찾아볼 수 없다. 어머니 보고에 따르면, 이제 아동과 대화가 된다고 한다. 아동은 어머니에게 자신의 감정을 언어와 행동으로 적절히 표현한다. 아동은 집에서 어머니와 학습지를 함께 풀기도 한다. 연구자는 이제 종결을 해야 될 때가 되었다고 생각하였다. 연구자가 부모님에게 종결을 권유하였는데 부모님이 아직은 불안하다 하시어, 격주상담을 진행하기로 협의하였다. 아동과 연구자 간 세달의 격주상담을 진행 후, 상

담을 종결하고 추후상담으로 한 달에 한번 상담을 하기로 결정하였다.

4. 결론

본 연구는 산만 및 충동성향의 초등학교 입학 전 6세 여자 아동에게 1년 8개월 동안 총 63회의 아동중심놀이 치료이론에 기반한 아동상담을 진행하고 아동상담의 단계별 진행과정을 통해 아동의 정서적·행동적 변화를 살펴보았다. 본 연구의 결과는 다음과 같다.

첫째, 놀잇감을 매개로 한 아동상담이 진행되면서, 놀이상담실에서 아동은 충동적 및 산만한 행동이 감소하고, 아동 자신의 까다로운 기질을 스스로 조절하는 행동을 보였다. 놀이상담실에서의 자신의 주도에 의한 놀이에서 통제감을 경험하고, 연구자의 공감적인 반영과 신뢰로운 관계 형성의 경험이 아동의 자기중심성을 감소하게 하고, 정서적 안정감을 촉진시키며, 아동의 통제력을 증가토록 한 것으로 보인다. 이는 놀이치료를 통해 아동이 즐거워하며 자신감 증가와 심리적 안정감에 효과를 나타낸 연구결과와 맥을 함께 하는 연구이다[2].

둘째, 모의 보고에 따르면 아동은 집에서의 충동적이며 산만한 행동이 줄어들었고, 자신의 감정을 언어로 표현하며 스스로 행동조절을 한다. 놀이상담실에서 연구자가 관찰한 아동의 문제행동 감소부분과 어머니의 보고가 일치하였다. 아동은 어머니와 학습을 함께 함에 있어 큰 어려움이 없을 정도가 되었다. 아동이 유아기에서 학령초기로 진입하며 인지발달단계가 전조작기에서 구체적 조작기로 이행함으로써 언어발달이 향상된 것이라 추측할 수도 있으나[9], 이와 더불어 놀이상담실에서의 연구자의 상호작용 속 대화연습, 연구자의 모델링 등을 통하여 자신의 감정을 언어로 표현하는 능력이 증가한 것으로도 보인다.

셋째, 1학년 학기 초 어머니의 학교 부모상담시간을 통한 담임선생님의 아동에 대한 관찰에 따른 어머니 보고에 의하면, 아동은 수업시간에 집중하며 발표도 잘하는 모범생이며, 또래들과 잘 어울려 지내는 긍정적 학교 적응양상을 보인다. 산만 및 충동성 감소로 인하여 생애 첫 구조적인 공교육기관의 규칙과 질서에도 자연스럽게 적응하게 된 것이다. 상담을 통하여 형성된 안정적인 정서와 자신감의 향상이 또래들과도 사회적 상호작용을

하는데에 도움을 준 것이라 볼 수 있다. 아동은 아동중심놀이치료를 기반으로 한 아동상담을 통해 자신만의 방법으로 놀이감을 선택해서 놀이하러, 그에 따른 성취감을 경험하면서 자연스럽게 자신감이 향상되어 새로운 학교 및 친구들과 적극적인 상호작용을 맺은 것으로 보인다. 또한 이는 아동의 충동성이 줄어들면서 또래와의 행동적 상호작용이 자연스러우며 적응적이 된 결과이다. 충동성과 공격성으로 인해 또래관계가 어려운 아동을 아동이 놀이감을 매체로 한 놀이상담을 통해 또래관계 개선에 도움이 된 연구결과[4]와 맥을 함께 하는 연구결과이다. 위의 모든 결과들은 아동에게 아동중심놀이치료를 적용하여 긍정적 효과를 논의한 연구들과 일치하는 결과이다[1],[3],[7].

본 연구는 유아기 아동상담의 시작으로 1년 8개월가량 진행된 사례연구로서, 그 결과로 아동이 초등학교에 입학하여 1학년과 2학년 1학기 시기 동안의 적응적 생활양식을 확인한 연구라는 점에서도 의의가 있다. 단일사례연구로 그 결과를 일반화하기엔 한계가 있지만, 추후 ADHD 예방적 측면에서, 취학 전 아동들의 산만 및 충동성향을 개입하기 위한 경험적 기초자료로서도 의미가 있다. 부모상담을 통한 부모 양육행동의 변화도 추후 연구가 되어야 할 것을 제언한다.

참고문헌

[1] 김경희, 윤행란 (2015). ADHD 아동의 아동중심놀이치료과정에 나타난 놀이주제 분석. 한국놀이치료학회지, 24(2), 5-22.

[2] 김미영 (2009). 경증 지적장애 시설아동의 자기주장 기술 향상을 위한 치료놀이 사례연구. 박사학위논문. 숙명여자대학교.

[3] 김세영 (2017). 적대적 반항장애를 동반한 ADHD 아동의 아동중심놀이치료 사례연구: 놀이치료 단계에서의 놀이주제 변화를 중심으로. 아동학회지, 38(4), 103-115.

[4] 충동성과 공격성으로 인해 또래관계가 어려운 아동의 놀이치료 사례연구. 상담학연구, 9(3), 1245-1266.

[5] 박윤정 (2017). 사회적 위축과 공격성 감소를 위한 ADHD 아동의 미술치료 단일사례연구. 한국복음주의 상담학회, 25(1), 65-116.

[6] 성나경, 박성옥 (2021). ADHD로 진단된 자녀를 둔 부모의 ADHD 성향과 부모, 자녀의 심리적 특성. 한국영유아아동정신건강학회, 14(1), 31-53.

[7] 윤진영 (2018). 분노조절 문제를 동반한 ADHD 아동의 놀이치료 사례연구. 발달지원연구, 7(2), 39-56.

[8] 이수민 외 (2016). 주의력결핍 과잉행동장애 진단 및 치료: ADHD 중개연구센터 가이드라인. 대한소아청소년정신의학, 27(4), 236-266.

[9] 이형민 (2017). 어머니의 누적적인 양육스트레스와 아동의 인지 및 언어발달의 관계에서 온정적 양육방식과 일상적 상호작용의 매개효과. 한국보육지원학회지, 13(2), 149-164.

[10] 정옥분 (2015). 아동발달의 이해. 서울: 학지사

[11] 조현승 (2004). 주의력결핍 과잉행동 아동에 대한 인지-행동 수정 프로그램의 효과. 놀이치료연구, 8(1), 95-116.

[12] American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorder (5th ed.). Washington: APA Publishing.

[13] Landreth, G. L. (2012). Play therapy: The art of relationship(3rd ed). New York: Routledge.

[14] Kazdin, A. E., Siegel, T. C., & Bass, D. (1990). Drawing on clinical practice to inform research on child and adolescent psychotherapy: Survey of practitioners. Professional Psychology: Research and Practice, 21(3), 189-198.

[15] Wu, Y. Y., Chiu, Y. N., & Soong, W. T. (1995). Play therapy for a child with separation anxiety disorder. Chinese Counselling, 18 (2), 194-200.

김 태 선 (Kim, Tae-Sun)



· 2020년 8월 : 이화여자대학교 일반대학원 아동학 박사
 · 2022년 3월 ~ 현재 : 한국열린사이버대학교 상담심리학과 객원교수
 · 관심분야 : 아동청소년상담, 부모교육, 애착, 인간발달, 심리치료
 · E-Mail : silenight@hanmail.net