KACES-1731-C040

놀이치료를 통한 아동의 이해

일　　시 : 2017.1.19(목)~1.21(토), 18시수
장　　소 : 양평 현대종합연수원
주　　최 : 문화체육관광부
주　　관 : 한국문화예술교육진흥원

한국문화예술교육진흥원

목 차

1. 2017 상반기 아르떼 아카데미 연수 안내 ····· 5

2. 아동발달에 대한 이해 및 적용 ····· 13
안순미 (한울 아동청소년 상담 소장)
*서유진 (명지대학교 대학원)

3. 놀이치료의 이론적 접근과 실습 ····· 25
안순미 (한울 아동청소년 상담 소장)
*유정임 (명지대학교 대학원)

4. 놀이치료과정 및 기법 실습 ····· 33
안순미 (한울 아동청소년 상담 소장)
*유정임 (명지대학교 대학원)

5. 샌드박스를 이용한 모래놀이치료의 이해 ····· 45
김향숙 (명우임상심리연구소 소장)
*안순미 (한울 아동청소년 상담 소장)

6. 모래놀이치료의 사례 ····· 55
김향숙 (명우임상심리연구소 소장)
*안순미 (한울 아동청소년 상담 소장)

7. 모래놀이치료 활용과 적용 실습 ····· 61
김향숙 (명우임상심리연구소 소장)
*안순미 (한울 아동청소년 상담 소장)

8. 치료놀이의 이해 및 치료놀이 과정과 실습 ····· 67
김향숙 (명우임상심리연구소 소장)
*안순미 (한울 아동청소년 상담 소장)

9. 아동의 기질적 성향이해 ····· 83
백현주 (공감심리학습연구소 소장)
*송영현 (성균관 대학교 대학원 아동임상심리 전공)

10. 아동의 강점 강화를 위한 집단 놀이 치료 ····· 95
백현주 (공감심리학습연구소 소장)
*오혜민 (성균관 대학교 대학원 아동임상심리 전공)

11. 아동의 문제행동 다루기 ····· 109
백현주 (공감심리학습연구소 소장)
*장민정 (성균관 대학교 대학원 아동임상심리 전공)

12. 아르떼 아카데미 소개 ····· 117

2017 상반기 아르떼 아카데미
연수 안내

아르떼 아카데미에서는 문화예술교육자, 문화예술교육 기획자, 교원, 행정인력, 예비문화예술교육 인력을 대상으로 문화예술교육의 창의적 리더와 인재 육성을 위하여 다양한 연수과정을 제공합니다.

■ **2017 상반기 연수개요**

ㅇ 연수대상 : 문화예술교육자, 문화예술교육 기획자, 교원, 행정인력, 문화예술교육 예비인력 등

ㅇ 연수기간 : 2017.1.9(월)~2.18(토) / 약 40일 간

ㅇ 연수장소 : 현대종합연수원(경기도 양평군 강하면 강남로 316)

ㅇ 참 여 비 : 전액 무료(숙식 제공)

■ **2017 상반기 아르떼 아카데미 프로그램**

ㅇ **문화예술교육자 대상 과정**

- 창의적 예술교육 프로젝트 과정 (총 6개 과정)

구분	과정명	기간
문화예술	창의적 예술교육 프로젝트 1 - 숨-바람-숨	2.6(월)~2.8(수)
	창의적 예술교육 프로젝트 2 - The Lost Thing	2.6(월)~2.8(수)
	창의적 예술교육 프로젝트 3 - 눕기, 걷기, 손잡기 그리고 별보기	2.9(목)~2.11(토)
	창의적 예술교육 프로젝트 4 - 몸으로 놀기 그리고 비폭력 대화	2.9(목)~2.11(토)
	창의적 예술교육 프로젝트 5 - 여행-내 인생의 간이역	2.9(목)~2.11(토)
	창의적 예술교육 프로젝트 6 - 몸. 맘. 통 통!	2.13(월)~2.15(수)

- KCP 우수 교육 프로그램 수료 과정 (총 1개 과정)

구분	과정명	대상	기간	시수
문화예술	2017 KCP 디자인 생각지도 탐험	시각예술 분야 문화예술교육자, 문화예술교육에 활동 계획이 있는 시각예술 전공자	2.2(목)-2.15(수)	80

- 주제별 연수 과정(총 39개 과정)

구분	과정명	기간
문화예술	나를 스토리텔링 하는 동화쓰기	1.9(월)-1.11(수)
	우리 전통 탈춤으로 예술수업 만들기	1.12(목)-1.14(토)
	미디어아트 체험 워크숍	1.12(목)-1.14(토)
	그림, 문학, 영화로 마음 속 이야기 꺼내기	1.12(목)-1.14(토)
	창의적 감성을 깨우는 국악감상과 전래놀이	1.16(월)-1.18(수)
	오토마타로 풀어보는 키네틱 아트	1.16(월)-1.18(수)
	놀이수업과 학습동기유발	1.16(월)-1.18(수)
	아이들과 만드는 아주 짧은 드라마 촌극	1.19(목)-1.21(토)
	도전, 변화, 확장-뉴 미디어로 풀어보는 현대미술	1.19(목)-1.21(토)
	과정드라마를 활용한 교육프로그램 개발	1.19(목)-1.21(토)
	몸을 통한 관점의 확장과 전환	2.2(목)~2.4(토)

구분	과정명	기간
	창의적 사고기반 즉흥창작무용	2.2(목)~2.4(토)
	동양 시각예술 감상의 이해	2.2(목)~2.4(토)
	문화예술교육 앱 콘텐츠 제작 워크숍	2.2(목)~2.4(토)
	색채와 형태로 디자인 감각 깨우기	2.6(월)~2.8(수)
	초보자도 쉽게 따라할 수 있는 영상매체 만들기	2.6(월)~2.8(수)
	소리와 상상으로 표현하는 예술 놀이	2.6(월)~2.8(수)
	체험부터 기획까지, 신나는 영화 감상교육의 세계	2.9(목)~2.11(토)
	창의적인 음악 수업을 위한 교육 워크숍 - 노래, 미술, 움직임, 글쓰기 그리고 즉흥성	2.9(목)~2.11(토)
	시각예술, 공연을 만나다	2.13(월)~2.15(수)
	심미적 예술교육 워크숍	2.13(월)~2.15(수)
	전통문화와 예술교육 기획	2.13(월)~2.15(수)
	인문학으로 문화예술교육 생각키우기	2.13(월)~2.15(수)
	마임과 움직임-가난한 풍요, 그 치유의 예술	2.16(목)~2.18(토)
	창의력을 펼치는 몸짓, 몸으로 상상하기	2.16(목)~2.18(토)
	다름다움 - 문화다양성의 이해	2.16(목)~2.18(토)
	교과서 속 우리 국악이야기	2.16(목)~2.18(토)
교육	마이크로티칭을 활용한 수업컨설팅	1.9(월)~1.11(수)
	놀이치료를 통한 아동의 이해	1.19(목)~1.21(토)
	특수교육 대상의 이해	2.2(목)~2.4(토)
	장애 문화예술교육 현장, 새로운 시선	2.9(목)~2.11(토)
	학교 밖, 위기청소년을 위한 문화예술교육	2.13(월)~2.15(수)
	복지기관 교육자를 위한 문화예술교육 이해(아동)	2.16(목)~2.18(토)
	복지기관 교육자를 위한 문화예술교육 이해(노인)	2.16(목)~2.18(토)
	복지기관 교육자를 위한 문화예술교육 이해(장애)	2.16(목)~2.18(토)
기초소양	소시오 드라마를 통한 관계 맺기	1.16(월)~1.18(수)
	예술적 감성을 깨워주는 코치형 문화예술교육자 되기	2.2(목)~2.4(토)
	나만의 이야기를 담은 문화예술교육자 브랜드 개발	2.6(월)~2.8(수)
기획행정	PPT를 활용하여 효과적인 문화예술교육 수업자료 만들기	2.2(목)~2.4(토)

○ 문화예술교육 기획자 대상 과정 (총 9개 과정)

구분	과정명	기간
문화예술	예술과 주민, 마을을 잇는 문화예술교육 관계 맺기	2.6(월)~2.8(수)
	문화예술로 지속가능한 커뮤니티 만들기	2.13(월)~2.15(수)
	지역문화에 공간 더하기	2.16(목)~2.18(토)
교육	지역축제와 문화예술교육 프로젝트	2.9(목)~2.11(토)
	성인 문화예술교육 사례 공유 세미나	2.13(월)~2.15(수)
기획행정	문화예술교육 단체를 위한 엑셀과 재무 회계	1.9(월)~1.11(수)
	문화예술교육 현장을 담은 계획서 작성하기	2.2(목)~2.4(토)
	효과적인 문화예술교육 프로젝트 운영관리	2.6(월)~2.8(수)
	문화예술 후원과 민간재원 조성을 위한 프로젝트 기획	2.9(목)~2.11(토)

○ 행정인력 대상 과정 (총 2개 과정)

구분	과정명	기간
문화예술	노년의 삶 속 문화예술교육-인생을 시로 노래하다	1.18.(수)~1.19.(목)
	몸을 통한 관점의 확장과 전환	1.23.(월)~1.24.(화)

○ 교원 대상 과정(총 33개 과정)

구분	과정명	대상	기간
문화예술	예술체험워크숍1 〈연극, 움직임, 음악이 만나다〉	학교장 및 교감	1.9(월)~1.10(화)
	예술체험워크숍2 〈일상의 재료가 예술이 되다〉		1.13(금)~1.14(토)
	문화예술교육 워크숍1		1.16(월)~1.17(화)
	문화예술교육 워크숍2		1.20(금)~1.21(토)
	공연예술의 세계1, 2	교사	1.9(월)~1.11(수)
			1.12(목)~1.14(토)
	내 안에 숨겨진 예술감성1, 2 〈연극, 움직임, 음악이 만나다〉		1.11(수)~1.12(목)
			1.23(월)~1.24(화)
	내 안에 숨겨진 예술 감성3, 4		1.16(월)~1.17(화)
			1.18(수)~1.19(목)
	마임과 움직임1, 2		1.18(수)~1.19(목)
			1.20(금)~1.21(토)
	몸으로 상상하기1, 2		1.9(월)~1.10(화)
			1.11(수)~1.12(목)
	몸을 통한 표현의 미학		1.18(수)~1.19(목)
	문화예술교육워크숍3 〈중등-연극을 통한 예술교육 가치공유〉		1.16(월)~1.17(화)
	문화예술교육워크숍4 〈초등-연극을 통한 예술교육 가치공유〉		1.23(월)~1.24(화)
	문화예술교육, 예술과 사회의 연결고리1, 2		1.9(월)~1.10(화)
			1.16(월)~1.17(화)
	미디어아트와 문화예술교육 : 현대미술과 미디어아트의 이해1, 2		1.13(금)~1.14(토)
			1.20(금)~1.21(토)
	세계의 춤과 음악을 만나다		1.23(월)~1.24(화)
	수업동기유발을 위한 문화예술교육 놀이체험1, 2		1.18(수)~1.19(목)
			1.23(월)~1.24(화)
	수업동기유발을 위한 문화예술교육 놀이체험3		1.20(금)~1.21(토)
	연극 속, 나를 찾다1, 2		1.9(월)~1.10(화)
			1.16(월)~1.17(화)
	예술로 인문학 다시보기1, 2		1.20(금)~1.21(토)
			1.23(월)~1.24(화)
	지역문화와 함께하는 문화예술교육 프로그램 기획 워크숍1, 2		1.11(수)~1.12(목)
			1.13(금)~1.14(토)
	창의적 문제해결과정의 디자인사고1, 2		1.11(수)~1.12(목)
			1.13(금)~1.14(토)

ㅇ **문화도담**

구분	과정명	대상	기간
문화예술	예비 문화예술교육자 입문과정 문화도담	문화예술 분야 경험자 및 전공자로 문화예술교육에 관심이 있는 대학(원)생	1.9(월).-1.11(수)

ㅇ **학습공동체, 아르떼 동아리(CoP) 연수**

구분	과정명	기간
문화예술 교육실행	오프닝 워크숍	1.12(목)-1.14(토)
	중간점검 워크숍	2.16(목)-2.18(토)
	지식공유 네트워크 모임	3.25(토) *진흥원 예정*

■ **문의**

- 이메일 : academy@arte.or.kr
- 전 화 : 02-6209-1317~18
- 아르떼 아카데미(AA) 연수신청 : http://hrd.arte.or.kr
- 아르떼 아카데미(AA) 페이스북 : www.facebook.com/aakeyum

연수 안내

□ 연수개요

1) 연 수 명 : 놀이치료를 통한 아동의 이해
2) 연수기간 : 2017.1.19(목)~21(토), 2박 3일, 18시수
3) 연수장소 : 양평 현대종합연수원
4) 연수대상 : 문화예술교육자 (학교·사회 예술강사, 문화예술교육 활동 강사 등)
5) 주요내용 : 아동 발달과정에 따른 특성과 놀이치료 전반에 대한 교육을 통해 아동에 대한 상담 능력을 배양한다.

□ 연수시간표

일시	시간		교육과목	주요내용	교육강사
1/19 (목) 1일차 5H	12:50-13:00		입소식	ㅇ아르떼 아카데미 소개 ㅇ교육과정 세부내용안내	예술교육연수센터
	13:00-15:00	2	아동발달에 대한 이해 및 적용	**[강의]** ㅇ아동발달 이해의 중요성과 시기별 구분 ㅇ개인별 애착유형 검사 **[실습]** ㅇ나무에 자신을 표현하여 소개하기 ㅇ집단원의 친밀감형성하기	주: 안순미 (한울 아동청소년 상담 소장) 부: 서유진 (명지대학교 대학원)
	15:00-17:00	2	놀이치료의 이론적 접근과 실습	**[강의]** ㅇ아동상담이론, 핵심감정의 이해 **[실습]** ㅇ초기기억에 대한 체험 나누기	주: 안순미 (한울 아동청소년 상담 소장) 부: 유정임 (명지대학교 대학원)
	17:00-18:00	1	놀이치료과정 및 기법 실습	**[강의]** ㅇ놀이치료과정의 단계별 형태 ㅇ놀이치료기법 **[실습]** ㅇ감정나누기, 장단점 찾기	주: 안순미 (한울 아동청소년 상담 소장) 부: 유정임 (명지대학교 대학원)
	18:00-19:00		저녁식사		
1/20 (금) 2일차 8H	9:00~11:00	2	샌드박스를 이용한 모래놀이치료의 이해	**[강의]** ㅇ자기이해를 위한 모래상자의 이해 ㅇ모래놀이치료의 개념과 원리	주: 김향숙 (명우임상심리연구소 소장) 부: 안순미 (한울 아동청소년 상담 소장)
	11:00~12:00	1	모래놀이치료의 사례	**[강의]** ㅇ모래와 모래상자 및 상징 **[실습]** ㅇ사례를 통해 본 인간의 이해	

일시	시간		교육과목	주요내용	교육강사
	12:00-13:00		점심식사		
	13:00-15:00	2	모래놀이치료 활용과 적용 실습	**[강의]** ㅇ피규어와 모래 및 모래상자 **[실습]** ㅇ개별 및 집단 모래놀이체험 실습	
	15:00-18:00	3	치료놀이의 이해 및 치료놀이 과정과 실습	**[강의]** ㅇ치료놀이의 개념과 치료적 기능 ㅇ치료놀이의 원리와 과정 **[강의, 실습]** ㅇ치료놀이 과정의 이해 ㅇ대상별 치료놀이 실습	
	18:30-19:30		저녁식사		
1/21 (토) 3일차 5H	09:00-11:00	2	아동의 기질적 성향이해	**[강의]** ㅇ아동의 기질적 성향에 따른 특성 이해 **[실습]** ㅇ기질 검사 및 채점 ㅇ기질에 다른 강점 및 약점 이해 활동	주: 백현주 (공감심리학습연구소 소장) 부: 송영현 (성균관 대학교 대학원 아동임상심리 전공)
	11:00-12:00	1	아동의 강점 강화를 위한 집단 놀이 치료	**[실습]** ㅇ게슈탈트 이론을 적용한 집단 놀이 치료 - 감각 경험을 통한 아동의 심리상태 파악 및 아동의 자기표현 촉진	주: 백현주 (공감심리학습연구소 소장) 부: 오혜민 (성균관 대학교 대학원 아동임상심리 전공)
	12:00-13:00		점심식사		
	13:00-15:00	2	아동의 문제행동 다루기	**[강의]** ㅇ아동 문제행동의 다양한 이유 이해 - 개별 욕구 및 성향에 따른 문제 행동 - 아동 문제에 대한 생태학적 이해 **[실습]** ㅇ아동의 문제행동 감소를 위한 놀이치료 적용	주: 백현주 (공감심리학습연구소 소장) 부: 장민정 (성균관 대학교 대학원 아동임상심리 전공)
	15:00-15:30		퇴소식	ㅇ설문지 작성 및 퇴소안내	예술교육연수센터
	합계	**18**			

아동발달에 대한 이해 및 적용

안순미 / 한울 아동청소년 상담 소장

*서유진 / 명지대학교 대학원

아동발달에 대한 이해

안 순 미
(한울아동청소년상담소 소장)

1. 아동발달의 개념적 기초

1) 발달의 개념

- 학자들은 인간에게서 나타나는 발달적 변화는 대개 성장과 성숙, 그리고 학습에 따른 결과라고 본다.
- 성장은 신체적으로 키가 커지거나 몸무게가 늘어나는 등 양적으로 변화하는 현상을 뜻한다.
- 성숙은 신체적인 변화 중에서도 운동기능의 변화라든가 신체기능, 정신기능이 유능하게 변화하게 되는 것을 의미한다.
- 따라서 인간은 태어나서 죽을 때까지의 변화를 발달적 변화라 부른다.

2) 아동발달 이해의 중요성

- 아동의 전체 발달수준은 아동의 생물학적, 심리적, 문화적, 외부적 결정요인들의 탐색을 통해 평가되며, 이는 아동의 행동, 인지, 정서, 언어, 행동수준, 행동유형, 욕구에 대한 기대에 중대한 영향을 미친다.
- 그러므로 아동의 발달단계와 발달과업에 대한 지식은 특정 아동이 건강한 발달궤도로 되돌아가도록 돕는 데 유용하다.
- 연령에 따라 아동은 행동이나 감정을 다르게 나타내는데 같은 행동이라도 어떤 연령에서는 정신병리로 고려되고 다른 연령에서는 매우 정상적인 것으로 생각된다.
- 어떤 연령 또는 발달단계에 있는 아동에게 기대되는 것이 무엇인가를 아는 것도 아동상담자가 아동을 정상 위치로 되돌리고 만족스러운 상담의 과정과 상담을 지속시킬 필요성을 평가하는데 도움이 된다.
- 따라서 아동기 발달의 특성을 이해하지 못하면 발달 변화에 따르는 아동의 행동과 욕구를 파악하기 어렵다.

3) 발달의 시기별 구분

① 1단계 태내기(수정 – 출생)
어머니의 자궁 내에서 태아의 신체 조직이 구성되고 발달하는 시기
② 2단계 영아기(infancy; 0-24개월)
심리적, 신체적 활동은 성인에게 의존하며, 이 시기가 끝날즈음 간단한 어휘를 말하게 되고 걸을 수도 있게 된다.
③ 3단계 유아기(early childhood; 2-6세)
급속한 언어의 획득으로 사고의 범위가 넓어지고 부모와의 대화, 친구와의 접촉으로 기본적 사회화도 이루어진다.
④ 4단계 아동기(middle & late childhood; 6-12세)
초등학교에 다니는 시기로 공식적인 교육의 시작된다.
학교라는 사회를 통해 보다 넓은 세상과 문화에 접한다.
⑤ 5단계 청년기(adolescence; 12-20세)
급속한 신체적 성숙을 이루게 되며, 자아 정체를 인식하고, 독립적인 성인으로 삶을 위한 정신과 신체를 준비하는 시기이다. 이때는 가족 밖에서 보내는 시간이 많아진다.

4) 발달의 영역별 구분

① 신체발달 : 연령이 높아지면서 각 발달의 영역은 세분화되므로 신체발달에는 신체적 성장발달과 운동발달이 포함된다
② 인지발달 : 사고력발달, 지능발달, 도덕성발달, 기억발달, 언어발달 등
③ 정서발달 : 인간의 정서는 태어났을 때 쾌와 불쾌로만 나누어져 있다가 연령이 높아지면서 점차 호기심, 두려움, 질투 등의 여러 가지 정서로 세분화 된다.
④ 사회성 발달 : 성격발달, 자아의 발달, 성 정체성 및 성역할 개념의 발달, 공격성의 발달, 친사회적 행동의 발달 등 여러 가지 영역이 포함되어 있다. 영아기에는 발달이 세분화되지 않아 정서와 사회성 발달을 명백하게 나누기 어려우므로 흔히 정서, 사회성 발달을 함께 묶어 살펴본다. 영아기 주요발달과업인 애착, 기질 등은 정서사회성 발달 영여에서 다루는 주제라 할 수 있다.

2. 아동발달의 특성

(1) 태내발달

・정자와 난자의 결합으로 수정이 이루어지면 그 후로 280일 동안 태아는 여러 신체기관이 형성

되고, 기능을 시작・성장하게 된다.

・수정란은 기관발생이 완료되는 초기 8주까지를 배아(胚芽)라고 하고 8주말 이후부터 임신 종료까지를 태아라고 한다. 태아의 발육에는 모체의 건강과 영양 외에도 환경적 요인이 중요한 영향을 미친다.

① 모체의 영양

태아의 발달 및 자궁과 태반 등의 발육을 위해 임신부는 임신 전보다 많은 영양소를 섭취해야 한다.

・단백질과 칼슘은 태아의 성장발육에 필수적이며, 무기질과 비타민도 충분히 공급되어야 한다.

・아동의 두뇌발달은 태내기에 가장 급속하게 이루어지기 때문에 임신부의 불충분한 영양섭취는 아동의 지적발달에도 영향을 미친다고 할 수 있다.

② 약물복용

・임신부가 취하는 모든 약물은 태반을 통해 태아에게 그대로 전달되므로 각별히 조심하여야 한다

③ 흡연과 음주

・임신부가 담배를 피우면 태반을 통해 태아에게 전달될 수 있는 산소와 영양분이 줄어들며 혈액속에 니코틴이 축적되고 혈압이 증가한다. 태아에게 산소가 부족하면 질식하거나 세포가 파괴될 수 있다.

・아버지의 흡연은 태아에게 치명적인 영향을 미치지는 않는 것으로 알려져 있으나 담배를 피우는 남자의 정액에서 기형정자가 많이 발견된다.

・임신중의 알콜섭취도 태아에게 나쁜 영향을 미친다. 특히 임신부가 알콜중독인 경우 태아에게도 선천성 알콜중독증상이 나타난다.

④ 모체의 질병

・임신 4개월 이내에 풍진을 앓은 경우, 임신부가 아주 가볍게 앓았다 하더라도 태아에게는 청각장애, 시각장애, 선천성 심장병 등의 후유증이 남겨질 수 있으며 정신지체아가 태어날 수도 있다.

・당뇨병 환자가 임신했을 경우 중요한 문제는 모체의 생존과 태아보존 및 대물림되는 태아의 당뇨병 방지이다.

・임질이나 매독같은 성병도 기형아 출산의 원인이 될 수 있다.

⑤ 모체의 연령

・의학적으로 35세 이후의 출산을 노산(老産)이라고 하는데, 노산인 경우 미숙아의 출생 가능성이 높을뿐만 아니라 임신중독증 현상이 나타나거나 난산이 되기가 쉽다.

・세포의 노쇠현상을 주된 원인으로 생각하는 다운증후군(Down's syndrom)도 산모의 연령이 높을수록 급격히 증가한다.

⑥ 방사선의 영향

・임신초기의 방사선 촬영은 기형아 출산의 한 원인이 될 수도 있다.

・신체 각 기관의 발생이 완료된 임신후기에 진찰을 위한 소량의 X선은 태아에게 별 영향을

미치지 않는 것으로 알려져 있다.

⑦ 모체의 정서상태

- 태아는 신경조직과 내분비조직이 모체와 연결되어 있으므로 임신부가 겪는 정신적 긴장이나 심리적 불안이 그대로 태아에게 전해진다고 생각할 수 있다.
- 이혼, 사별, 별거,경제적 문제 등 임신부가 겪는 심한 정신적 충격은 태아에게 나쁜 영향을 미치며 유산이나 조산을 유발한다.

※ 출산과정 : 임신말기가 되면 태아는 자궁 내에서 다리를 교차시켜 구부리고 턱을 가슴께에 대는 가장 부피가 작은 자세를 취하게 되며, 임부는 배가 처져서 가슴의 압박을 덜 받고 숨쉬기도 쉬워진다. 이러한 현상은 2-4주 전에 나타난다. 출산의 시작을 나타내는 징조로는 진통, 이슬, 양수의 터짐이 있다.

(2) 신체 및 운동발달

① 신체 발달

- 신체는 연령이 증가함에 따라 일정한 순서, 즉 머리에서 하체로, 중심에서 주변으로 발달해 나간다.
- 영유아기와 아동기는 일생 중에서도 신체 발달이 제일 빠른 시기이다.
- 출생 시 평균 몸무게는 3.3kg, 키 50cm 정도에서 생후 1년 이내에 급속한 성장으로 몸무게가 3배 정도로 증가하고 키는 약26～27cm가 더 자라게 된다.
- 걸음마기 아동(만2～4세)은 영아기(0～2세)처럼 급속한 성장은 이루어지지 않지만 그래도 꾸준히 성장하고 영아기에 비하여 팔다리가 확장되며 머리의 비율은 작아진다.
- 아동기의 신체적 발달은 점진적이고 지속적이며 이전 단계들과 같은 급속한 신체적 성숙은 일어나지 않는다.
- 뇌의 기능은 3～4세에 빠르게 발달하며 아동기까지 현저한 발달을 이룬다.
- 뇌의 무게도 출생 시 성인의 25%가량에서 5세경에는 성인 뇌 무게의 약 95%에 이르게 된다.

② 운동발달

- 출생시 운동 반응은 반사적인 것으로 반사운동은 대뇌피질의 발달과 함께 점차 의식적이고 자발적인 운동으로 대치된다.
- 영아기의 운동발달은 엎드린 상태에서 머리 들어올리기(2개월), 구르기(3개월), 혼자서 앉기(6개월), 붙잡고 걷기(9개월), 혼자서 서기(11개월), 혼자서 걷기(12개월), 손잡고 계단 오르내리기(16개월), 달리기 및 혼자서 계단 오르내리기(24개월)의 순으로 발달한다.
- 이러한 영아기 아동의 운동 발달은 개인차가 많다.
- 만2～4세 아동의 운동능력은 달리기, 뛰기를 할 수 있고, 다양한 방식으로 그들의 몸을 사용하

고 싶어 할 뿐 아니라 필요한 동작들을 매우 빨리 배운다.

- 옷을 혼자서 벗는 것은 만 3세가 지나야 가능하며, 혼자서 옷을 입는 것이 부분적으로나마 가능한 것은 만 4세경이다.
- 만5~6세경에는 모든 근육의 기능이 아주 높은 수준까지 발달하기 때문에 다양한 운동이 가능하다.
- 5세경에는 신을 혼자서 신거나 옷을 혼자서 입을 수 있는 능력이 생기게 된다.

(3) 인지 발달

- 인지란 앎의 상태로 이끄는 내적 과정으로 사람들이 사고하고 기억하고 추론하고 문제를 해결하고 창조하는 모든 정신 활동을 포함하는 것이다.

① 인지발달과정

- Piaget는 유아에게 지적 발달의 기본적 기제는 감각운동 과정이라 하였다.
- 출생부터 2세까지 유아들의 중요한 인지적 발달은 대상영속성의 습득이다.
- 유아가 생후 9~10개월 정도가 되면 환경에 있는 대상은 그 존재가 영속적이며, 자신의 눈앞에서 또는 자기가 잡을 수 있는 거리에서 사라진다 해도 그 존재가 영원히 사라지는 것은 아님을 알게 된다.
- 2~7세에 걸친 전조작적 사고단계의 초기에 해당하는 아동들은 언어와 같은 상징적 기호를 사용하면서 사고능력에 큰 진보를 나타낸다.
- 7~12세에 해당하는 구체적 조작 단계에서는 보존 기술, 분류기술, 조합기술 등의 개념적 기술들이 점차적으로 발달한다.
- 12세 이후의 청소년기는 형식적 조작기로 상징적 추론이 가능하다 .

※ 인지과정의 중요성

- 주의집중단계 : 관찰을 통해 학습이 이루어지기 위해서는 무엇보다 먼저 모델에게 관심을 집중해야 함.
- 파지단계 : 관찰에서 얻은 정보를 사용하기 위해서는 그것을 언어적 방법이나 심상을 통해 머릿속에 기억해 두어야 함.
- 운동재생 단계: 관찰을 통해 기억해 두었던 많은 정보들을 직접 행동을 표현해 보는 것이 필요.
- 동기화 단계 : 행동의 결과가 학습을 유발하는 것이 아니고 행동의 수행을 동기화시킴. 즉 정적 강화가 주어지거나 타인이 받는 행동을 관찰하기만 해도 동기화 루어짐

② 기억 능력

・기억 능력은 연령이 증가함에 따라 점차 향상한다.
・기억이란 이전의 경험을 얼마 동안 저장해 두었다가 필요한 경우에 인출하여 사용하는 과정이다.
・구성요소
a. 부호화 : 정보가 필요할 때 기억해 낼 수 있도록 다양한 방법을 사용하여 기록하는 과정
b. 저장 : 정보를 기억 속에 넣어두는 과정
c. 인출 : 필요할 때 저장된 정보를 꺼내는 과정

・정보처리체계의 모델
a. 정보를 매우 짧은 시간 동안 저장하는 감각기억(시각기억은 1초 청각기억은 2초정도 유지)
--〉 감각기억 ==〉 필터(주의선택) ==〉 형태인식 ==〉 선별 ==〉 단기기억
b. 매우 제한적인 용량을 가진 단기기억(작업기억) : 입력된 정보를 유지하고, 가공하며, 장기기억장치에 저장하고, 장기기억에 있는 기억내용을 인출하며, 필요한 경우 계획을 세워서 행위를 하도록 지시한다.
c. 장기기억은 용량이 거의 무한대 : 흔히 기억이라고 하는 것이 저장되는 곳
--〉 정보와 지식, 감정, 모호한 여러 가지 경험이 저장되는 곳
・일화기억 : 경험에 대한 심상을 저장한 것(개인적이고 자전적이다) : 수능시험일, 농촌봉사활동 갔던 일 등 : 시간과 공간에 관련된 단서를 사용 : 기억내용이 혼합되어 정확하게 인출하지 못한다.
・절차기억 : 어떤 행위나 조작을 수행하는 절창에 대한 기억 : 신체적 활동에 관한 것 즉 어떤 것을 하는 방법 : 자전거 타는 방법, 컴퓨터 키는 방법 등
・의미기억 : 우리가 아는 사실과 일반적인 정보로 구성되어 있다. : 학교에서 학습한 지식과 정보

③ 지능지수
・지능지수는 아동기를 거치는 동안 상당한 변화를 나타내지만 성인기에 이르면 비교적 안정적인 속성을 띠게 된다.
・안정적이고 적절한 자극을 제공해주는 가정환경에서 성장한 아동들의 지능지수는 시간경과에 따라 안정성을 보이거나 혹은 증가하는 경우가 많다.

※ 가드너의 다중지능 이론
・인간은 9가지 종류의 서로 다른 지능을 가지고 있으며 각 지능은 독립적이고 뇌의 특정 부위와 연결되어 있고, 가치와 중요성에서 동등하며 각기 다른 발달과정을 거친다고 주장
・ 9가지 서로 다른 지능을 가지고 있음
a. 언어지능 : 단어의 의미를 이해하는 능력
b. 논리·수학지능 : 논리적인 사고 능력

c. 공간지능 : 3차원으로 생각하는 능력, 사물을 정확하게 지각하고 마음으로 상상하는 능력
d. 신체운동지능 : 대상을 지각하는 능력, 신체적으로 숙련되는 능력
e. 음악지능 : 음악의 다양성을 이해하고 만들어 내는 능력
f. 대인간 지능 : 다른 사람을 이해하고 상호작용할 수 있는 능력
g. 개인 내 지능 : 자신의 정서를 이해하고 자신의 강점과 약점을 하는 능력
h. 자연주의자 지능 : 자연의 체계를 이해하는 능력
I. 영적 지능 : 삶과 죽음과 같은 궁극적인 문제를 고려할 수 있는 능력

(4) 정서 발달

① 기쁨
- 생후2~3개월경부터 눈을 맞추고, 기쁨의 의미로서 미소를 짓게 된다.
- 2세경까지는 웃음이나 동작으로 기쁨을 표현하고, 언어가 발달되는 3세쯤부터는 말로 기쁨을 표현하게 된다.

② 불안 및 공포
- 인간에게 있어서 공포의 시작은 새로운 변화에 민감한 데서 비롯된다.
- 첫돌이 지난 아이들은 자신이 보지 못했던 물건이나 낯선 사람과 상황에 대해 공포를 느낀다.
- 만 2세가 되면 더욱 심해져서 낯선 소리에 대한 공포가 심하고 어두운 곳을 무서워하게 된다.
- 만 3세쯤에는 시각적인 것에 더욱 공포를 느껴서 무서운 얼굴의 아저씨나 커다란 짐승 등에 공포감을 나타낸다.
- 5세가 되면 더 이상 겁을 내지 않게 되어 공포가 없어지는 듯하다가 6세경이 되면 다시 겁이 많아지는 양상을 보인다.
- 공포는 실제적인 대상이나 새로운 환경에 대한 반응인 반면에 불안은 다분히 내면적인 것이며 외적인 공포자극이 없을 때도 가능하다.

③ 분노 및 공격성
- 분노의 표출은 폭발 행동이나 떼쓰기, 침묵, 고집 부리기, 말 안 듣기 등으로 나타난다.
- 만2~3세경의 아동은 원하는 대로 되지 않을 경우 마구 떼쓰고 특히 화가 나서 바닥에 뒹구는 것 같은 행동을 나타내기도 한다.
- 공격성도 본능적 요소를 갖고 있다.
- 공격성은 파괴적인 요소를 지니고 있지만 그보다도 인간의 생존을 보장하는 건설적이고 필요한 요소이기도 하다.
- 적당한 공격성은 사회적 경쟁이라든가 성취의욕으로 변모할 수 있고, 자기주장과 추진력으로 성장할 수 있다.

(5) 사회성 발달

① 자아 개념 및 성역할 개념 발달

가. 자아개념

- 자아개념은 신체적 특징, 개인적 기술, 특성, 가치관, 희망, 역할, 사회적 신분 등을 포함한 '나'는 누구이며, 무엇인가를 깨닫는 것을 의미한다.
- 자아개념은 독특하고 타인과 구별되는 분리된 실체라고 인식하는 데서 발달하기 시작한다.
- 2~6개월에 걸쳐 점차로 외부환경과 스스로를 구별할 수 있게 된다고 가정한다.
- 18~24개월경이 되면 유아는 자기를 인식하기 시작하며 점차 나이가 들면서 나이와 성별 등과 같이 사회적으로 의미 있는 자원으로 스스로를 범주화한다.

나. 성역할 개념

- 성역할이란 한 사회에서 여성 또는 남성으로서 역할의 일부인 일련의 행동, 태도, 권리, 의무, 책임을 말한다.
- 아동이 자신의 성역할에 대한 인식을 갖게 되고, 전체적인 자아 개념에 자신의 성을 연결시키게 되는 시기는 학령전기이다.

② 애착 발달

- 애착은 타인과 특수하고 긍정적인 정서적 유대를 형성하는 과정으로 유아는 자신을 돌보아 주는 사람과 긍정적인 정서적 관계를 확립해야 한다.
- 유아의 애착 행동은 애착 대상과 친밀성을 획득하고 유지하게 하는 모든 행동들로 미소, 울음, 접촉, 매달림 등을 포함한다.
- 일반적으로 부모가 아이의 요구에 민감하게 반응하고, 주변세계를 탐색할 기회를 충분히 준다면 안정애착이 촉진된다.

- 애착유형 : 안정적 애착, 불안전애착(회피, 저항, 혼합)

가. 안정애착은 어머니를 안전기지로 사용하며 분리되면 싫어하고 재결합할 때는 어머니에게 위로를 구하고 만족해 한다.

나. 저항애착은 어머니와의 재결합 때 어머니를 반기는 듯하지만 화내거나 밀쳐버리고 쉽게 위로받지 못한다.

다. 회피애착은 어머니와의 재결합 때 별로 접촉을 원하지도 않고 울지도 않고 낯선이가 다가와도 당황하지 않는 경우가 많다.

라. 혼란 애착은 재결합 시 혼란스런 행동을 보인다.

- 애착을 이루기 위한 조건
  - 어머니와 유아 간의 상호작용의 질이 중요하다, 좀 더 긍정적이며 민감하게 반응을 보이는 어머니의 유아가 안정 애착을 형성한다. 인간관계에 있어서의 장애가 불안전한 애착을 가진 아이들에게 많다.

③ 또래와의 관계 및 사회성 발달

- 사회성 발달은 연령이 증가하면서 자신과 타인을 이해하고 효과적인 사회적 상호 작용능력을 갖추어 가는 것이라고 할 수 있다.
- 아동들은 또래와의 놀이 과정을 통해 관계를 형성하고 사회성을 발달시켜 나가게 된다.
- 2~4세까지의 자아중심적 상징놀이를 즐겨하던 아동은 5~6세경이 되면 집단놀이에 많은 흥미를 갖게 된다.
- 초등학교 시기에는 친구와 우정을 나눌 수 있는 좋은 기회를 갖는다.
- 친구집단 내에서 놀이나 활동을 할 수 있는 기회들은 아동을 자아중심적 사고와 행동에서 탈피하여 성인에 가까운 사고와 행동의 융통성을 갖게 한다.

※ 참고문헌

아동발달심리 / 이현섭 외 / 학지사
아동발달 / 권민균외 / 창지사
어린이마음치료 / 정혜자 / 교양인
아동심리학 / 장휘숙 / 박영사
성격유형과 학습 / 한국심리검사연구소
학습심리학 / 박창호 외 / 시그마프레스
다중지능과 교수-학습 / 이신동 외 / 시그마프레스

Memo

놀이치료의 이론적 접근과 실습

안순미 / 한울 아동청소년 상담 소장

*유정임 / 명지대학교 대학원

놀이치료 이론 및 적용

안 순 미
(한울아동청소년상담소 소장)

1. 정신분석이론

・프로이드는 인간을 하나의 유기체로서 복잡한 에너지의 체계라고 보았다.

・의식 : 우리가 어떤 일정한 시간에 인식하는 정신활동의 일부이다.
・전의식 : 쉽게 사용하지는 않지만 얼마의 노력을 통해 회복될 수 있는 사고와 재료들이다.
・무의식 : 우리 마음 속 자료들의 대부분을 차지하고 있다. 우리가 인식하지 못하는 마음의 일부분으로서 욕구, 추동, 태도, 충기 그리고 백일몽과 같은 환상이 존재하고 있으며, 의식 영역에서 사람들이 어떻게 생각하고, 느끼고, 행동하는지에 영향을 미친다.

・프로이드는 의식을 정신(mind)의 한 작은 부분으로 보았다. 마치 수면아래에 있는 빙산의 큰 부분처럼 정신의 더 큰 부분은 의식의 표면 아래에 존재하는 무의식을 자각할 수 없으며 경험과 기억, 그리고 억압된 경험의 자료들을 저장한다. 접근할 수 없는, 즉 자각 할 수 없는 욕구와 동기들은 통제영역 밖에 존재한다. 그러므로 정신분석치료의 목적은 무의식적 동기를 의식화하는 것이다. 왜냐하면 인간은 동기를 의식할 때 비로소 선택을 할 수 있게 되기 때문이다. 무의식의 역할을 이해하는 것은 정신분석적 행동 모형의 본질을 파악하는 데 가장 중요한 일이다. 무의식은 비록 자각할 수 없다고 하더라도 행동에 영향을 준다.

(1) 성격의 구조적 개념
・프로이드는 성격을 세 개의 구조 본능(id)과 자아(ego), 그리고 초자아(superego)로 구성되어 있다고 보았다.

・본능- 사람이 태어날 때부터 지니고 있는 원시적이고 동물적인 욕망을 가르킨다
본능은 충동적이고 자기중심적이며 비합리적인 쾌락의 원리를 따른다.
・자아- 외부세계를 현실적으로 판단하고 외부와 자기 자신의 관계를 평가하는 이성을 중심으로 본능과는 달리 후천적으로 발달한다. 현실조건과 초자아의 제약에 맞추어 본능의 욕구를 표현하고 만족시킨다. 자아는 현실의 원리에 의해 움직이며 현실의 원리란 본능적 욕망을 환경적 조건이나 적절한 대상물이 나타날 때까지 억제 혹은 지연시켜 만족시키는 것을 말한다.

・초자아 -개인들의 사회화 과정을 통해서 발달되는 것으로 사회적 규범, 행동기준이 내면화된 것을 말한다. 초자아는 양심과 자아이상의 두 가지 하위체계로 나뉘어 볼 수 있다. 양심은 부모가 나쁜 행동이라고 말하는 것, 꾸중이나 벌을 받는 것과 관련되어 있다. 자아이상은 부모가 인정하고 상을 주는 것으로부터 형성되는 것이다.

(2) 성격발달의 단계

・프로이드는 삶의 본능을 지배하는 정신에너지, 성본능을 지배하는 정신에너지로 리비도를 집중적으로 투입되는 성감대와 관련하여 심리성격발달단계를 구분하였다.

단계	욕구	주요 발달과업	특징	고착성격
구강기 (0-1세)	입으로 빨기, 먹기,씹기 등에서 쾌락을 느낌	이유, 수유 초보적인 자아발달	1차적 나르시즘 쾌락의 원리 즉각적인 만족	흡연,과식과 같은 구강행동 : 의존,비난,분노
항문기 (1-3세)	항문의 배설하는 행위에서 쾌락을 느낌	배변 훈련 자아 분리	자율성의 투쟁, 통제문제 욕구 조절	인색, 고집 세고 완고하거나, 또는 극단전인 어수선함
남근기 (3-6세)	성기에서 쾌락을 느낌	동성부모와 동일시, 초자아 획득, 자아 발달	오이디푸스 콤플렉스, 엘렉트라 콤플렉스	자만심, 무모함, 혹은 그 반대로 죄책감
잠복기 (6-13세)	또래 관계에 중점을 둠	관심의 발견 관계 기술 발달	심리성적 발달 없음 사회적으로 인정되는 활동에 에너지발산	없음
성기기 (13세 이상)	이성적인 사랑 행위에서 만족	성적 친밀감의 성숙본능을 만족시킴	결혼, 목적- 억압된 욕구와 감정 인식	타인에 대한 보다 성실한 관심과 실제적 기쁨 시작

(3) 자아방어기제

・자아의 방어기제는 본능의 표출을 막고 초자아의 압력에 대항함으로써 불안으로 부터 자신을 보호하기위한 수단이다.

・억압 : 내면의 동기를 의식에서부터 무의식으로 추방하는 것
・투사 : 불안을 야기하는 소망이나 충동을 다른 사람에게 떠맡기는 것
・퇴행 : 어려운 문제 상황에서 아주 어린 아이처럼 행동하는 것
・승화 : 욕구나 갈등을 사회적으로 용납될 수 있는 행동으로 변형시키는 것
・합리화 : 자존심을 유지하고 죄책감을 피하기 위해 행동의 실제 원인 대신 그럴듯한 이유를 대는 기제
・동일시 : 불안을 감소시키기 위해 주변의 중요한 사람의 태도와 행동을 닮는 것

・신체화
・부인

(4) 상담의 과정과 기술
・자유연상법
・해석
・꿈의 분석
・저항의 분석과 해석
・감정전이의 분석과 해석

2. 인간중심이론

1) 인간관
・인간은 신뢰할 수 있고 자원을 만드는 존재이고 자기 이해와 자기 지시적 능력을 갖고 있으며, 건설적인 변화를 일으킬 수 있으며, 효율적이고 생산적인 삶을 영위할 수 있다.
→ 인간은 자기실현의 능력이 내재, 스스로 문제해결의 능력을 가지고 있다고 본다.

2) 주요개념
・현상학 : 인간은 세상을 객관적으로 보는 것이 아니라 주관적으로 받아들인다는 입장이다.
・현상학적 장 : 특정 순간에 개인이 자각하고 경험하는 모든 것을 의미한다. 즉 동일현상이라도 개인에 따라 다르게 지각하고 경험하기 때문에 이 세상에는 객관적 현실이 아닌 개인적 현실만이 존재한다고 보았다.
・자아 : 자아개념이라고도 하는데 개인의 현상학적 장인 경험의 전체성에서 분화된 부분이며 현재 자신이 어떤 존재인가에 대한 개인의 개념으로, 자기 자신에 대한 자아상이다. ➜ 현실자아와 이상적 자아
・자아실현 경향 : 선천적으로 자신을 유지시키거나 향상시키기 위하여 자신의 모든 능력을 계발하려는 경향성이다. 인간의 성장과 발달의 모든 면에 영향을 미친다.
・가치의 조건 : 가치가 있고 없음을 규정짓는 외적인 조건을 말하는데 아동의 경우 주변 어른들과의 관계에서 형성될 수 있으며 자신도 모르게 가치의 조건들에 길들여질 수 있다.
・완전히 기능하는 사람 : 건강한 사람은 자아실현하는 사람이며 자아실현하고 있는 사람은 자기가 아닌 어떤 것으로 가장하거나 자아의 일부를 숨기지 않으며 진정한 자기 자신이 있다. 즉 자아개념과 경험 간, 지각된 경험과 실제 경험 간의 불일치가 없다. 완전히 기능하는 사람이란 자신의 잠재력을 인식하고 능력과 자질을 발휘하여 자신에 대한 완벽한 이해와 경험을 풍부하게 하는 방향을 이동해 가는 사람이다.
* 상담자의 태도 → 친밀감 형성 → 치료적분위기 조성 → 내담자는 방어태도에서 벗어나 자신을

솔직히 탐색

3) 내담자의 경험

- 내담자는 부조화 상태 즉 자기 지각과 현실 속 경험간의 괴리상태에서 심리상담 치료를 받으러 오게 된다.
- 자신의 신념과 감정을 더욱 폭넓게 탐색할 수 있게 된다.
- 부정적이거나 수요, 통합할 수 없었던 공포, 불안, 죄책감, 수치심, 혐오감, 분노 등의 감정들을 표현할 수 있게 된다.
- 갈등과 혼란된 감정들을 덜 왜곡시키고, 더 잘 수용하고 통합하게 된다.
- 자신에게 숨겨져 있던 면들을 발견하게 되고 상담자가 자신을 이해하고 수용해준다고 느끼면서 방어하지 않게 되고 자신의 경험에 더 개방적으로 된다.
- 자신을 있는 그대로 받아들이고 융통성이고 창조적으로 행동하게 된다.
- 자신의 삶을 스스로 힘으로 이끌어 나갈 수 있게 된다.

4) 심리상담 치료자와 내담자와의 관계

- 상담자가 어떤 유형의 관계를 제공하면 내담자는 이러한 관계를 이용하여 자신에게 성장하고 변화하는 능력이 있다고 발견하고 개인적인 발달을 할 수 있게 된다.
- 내담자와 상담자의 관계는 평등하다.
- 내담자의 변화과정은 평등한 관계의 질적인 측면에 따라 상당 부분이 결정된다.
- 상담자가 내담자를 수용적 자세로 경청하는 것을 보면서 내담자도 점자 어떻게 하면은 자기 자신을 수용하는 자세로 경청할 수 있는지 배운다.
- 상담자가 관심을 가지고 내담자가 부정적이라 생각했던 축면까지 가치 있게 받아 주는 것을 알게 됨에 따라 내담자도 자신의 가치와 중요성을 깨닫게 된다.
- 상담자가 진실하다는 것을 경험함에 따라 내담자도 가면을 벗고 자신과 상담자에게 진실하게 된다.

5) 상담자의 태도

- 솔직성(일치성, 진솔성)

  상담자의 가장 중요한 태도이다. 내담자와의 관계 속에서 느낀 감정과 태도를 긍정적이든 부정적이든 솔직하게 표현할 수 있어야 한다. (지금 느껴지는 감정, 생각, 반응, 태도 등을 개방적으로 표현) → 상담자와의 솔직한 의사 및 강정교류가 가능해 진다.

- 긍정적 존중(무조건적 긍정적 관심과 수용)

  내담자를 한 인간으로 존중하며, 그의 감정, 사고, 행동을 평가하거나 판단하지 않고 있는 그대로 받아들이는 것을 말한다. 사심 없이 내담자에게 관심을 가진다는 것이 중요하다. 상담자가 이러한 태도를 마음과 행동으로 보여줄 때 내담자는 자유롭게 자신의 감정을 경험하고 표현할 수 있게 된다.

・공감적 이해

상담자가 내담자의 감정에 빠져들지 않으면서 내담자의 감정을 자신의 감정인 것처럼 느끼는 것. 상담자가 내담자의 감정을 공감하고 있음을 내담자에게 전달할 때 내담자는 자신이 이해받고 있음을 느끼게 된다. 이런 과정에서 내담자는 상담자를 신뢰하고 자신을 드러내 보임으로써 자기 탐색과 자기 이해의 길로 들어서게 된다.

3. 대상관계 이론

・세계 속에서 우리 자신과 다른 사람들에 대한 표상을 형성하며 이런 내면화된 표상들이 자신과 주변 사람들에 대한 지각과 경험, 관계양식과 문제에 어떤 문제에 어떤 영향을 주는가를 이해하는데 유용한 이론적 틀을 제공하고 있다.
・인간 개인과 그 개인의 성장을 도모할 양육자를 중시한다.
・자아의 독립과 자율성에 의한 자기실현을 주장한다.

(1) 주요개념

・대상 : 정신에너지가 부여되는 사람이나 장소, 사물, 관념, 공상 또는 기억을 말한다. 하지만 대개의 경우 무생물보다 자기와 관계를 맺는 사람을 지칭한다.
  외적인 대상 : 정서적인 에너지가 부여되는 실제인 인물, 장소, 혹은 사물
  내적인 대상 : 사람이나, 장소, 혹은 사물에 관련되는 생각이나 공상 혹은 기억
・관계 : 내면화된 관계 즉 관계에 대한 개인의 지각, 감정, 기억을 의미한다.
・대상관계 : 타인과의 관계가 내면화된 것, 즉 주요타인들과의 관계에서 경험한 것이 어떤 정신적인 표상과 상호작용의 틀로 내면화된 것을 의미한다.
・자기표상/타인표상 : 주요타인들과의 반복적인 상호작용에서 아동은 만족스러움과 긍정적인 경험뿐 아니라 불만족스럽고 부정적인 경험도 갖게 된다. 자신과 타인에 대한 어떤 체계적인 표상으로 아동의 내면에 자리를 잡게 된다.
・대상항상성 : 긍정적인 정서가 부여된 내적 존재로서의 타자에 대한 일관된 지각으로 생후 24~36개월 사이에 형성되기 시작한다.
・분열 : 대상이나 자신의 갈등적인 혹은 이질적인 측면들을 따로 나누어 한번에 어느 한쪽 측면만을 의식적인 차원에서 경험하고 다른 측면은 의식에서 배제하고자 하는 것이다.

(2) 대상관계 유형

・무애착 대상관계

생애초기에 부모로부터 방임이나 거부를 당하거나 안전한 애착관계를 형성하지 못한 아동들은 어릴 때 아동이 표현한 욕구가 충족되지 않았던 아동들이 이럴 때 자기파편화의 감정이 나타나게 된다. 생애 첫 몇 달 동안 부모-자녀관계에 문제가 있을 때 발생할 수 있는 대상관계 유형이다.

・양가적 대상관계

유아는 자신이 환경을 탐색하기 시작하면서 자신이 혼자라는 것을 인식하면 다시 엄마에게 의존하고 싶고 친밀해지고 싶은 마음사이에 갈등을 겪게 된다. 이때 아동들은 정상적인 분리불안을 느낀다. 양가저거 대상관계는 아동의 노력이 양육자의 심각한 병리나 양육자 상실로 인해 양육자의 관심, 지지, 인정 등의 철회를 불러일으키면 극도로 양가적인 행동으로 매달림과 분노를 번갈아 나타낸다.

・수동 공격적/의존적 대상관계
아동들은 어느 정도 자기 인식을 가지고 있으나 통합된 자기가 결핍되고 자아의 힘이 불균형하다. 이들은 자기조절, 만족지연. 결과예상 또는 스트레스인내에 어려움이 있으며 스스로 달래지 못한다. 타인과의 관계에서 타인이 매혹적이지만 일관성 없고 신뢰할 수 없는 존재로 지각된다. 따라서 '숨겨진 자기'를 갖고 있으며 자신 안에 숨겨진 자기를 인식하지만 다른 사람과 공유하기를 두려워한다.

・반항적/통제적 대상관계
분리개별화 단계 후반부에 손상이 있을 경우 발생하는데 반항적이며 수치심과 의심, 그리고 내면의 높은 행동기준을 만족시키지 못했다는 느낌에 사로잡혀 있다. 다른 사람을 아동의 통제감과 관계를 위협하는 존재로 지각하는 경향이 있기 때문에 자신에 대한 보호로서 힘겨루기와 반항을 주로 나타낸다. 양육자가 아동의 정서, 충동, 자율적 행동을 지나치게 통제하고 제한할 때 나타나는 경향이 있다.

(3) 상담의 과정과 기술
・공감
・긍정적인 투사적 동일시
・상담자의 태도
・명료화와 해석
・부정적인 전이에 대한 직면

※ 참고문헌

놀이치료 / 장미경 외/ 창지사
아동상담 / 이숙외 / 양서원
아동상담 / 김춘경 / 학지사
아동심리상담 / 정문자 외 / 양서원
아동집단상담 프로그램 / 김춘경 외 / 학지사
한국청소년상담원에서 제공되는 아동・청소년집단상담 프로그램 활용

놀이치료과정 및 기법 실습

안순미 / 한울 아동청소년 상담 소장

*유정임 / 명지대학교 대학원

놀이치료과정 및 치료실습

안 순 미
(한울아동청소년상담소 소장)

1. 비언어적인 행동을 인정하기(행동 트래킹하기)

1) 비언어적인 행동을 인정하는 것은 무엇인가?

・치료사는 아동의 행동과 언어적인 놀이에 반응한다. 치료사는 자신이 관찰한 아동의 행동을 언급한다.

ex) 그것(차)을 저쪽으로(터널) 미는구나.
그곳(물통)에 모래를 많이 넣는구나
그것(펀치 백)을 발로 차는구나

☞ 치료사는 아동이 먼저 놀잇감을 명명하기 전에 명명하지 않는다.

2) 비언어적인 행동을 왜 인정해야 하는가?

・아동이 치료사에게 언어적으로 반응하지 않고 특정한 감정들을 표현하지 않을 때, 아동의 행동을 인정함으로써 아동은 치료사가 아동 자신의 세계에 관심을 가지며, 자신의 세계를 소중히 여기고 이해하려고 노력한다는 것을 느끼게 된다.

3) 놀잇감을 명명하지 않는 이유

・놀이치료사가 아동의 놀이감과 행동들을 자신의 관점에 따라 명명할 때, 부정확한 가정과 반응들이 표현될 수 있다.
・놀이치료사가 아동의 놀이를 부정확하게 명명할 때 어떤 아동들은 치료사의 명명이 틀리다고 반응하고 또 다른 아동들은 반응하지 않을 수 있다. 놀이치료사가 놀잇감을 부정확하게 명명할 때 아동은 놀이치료사가 아동 자신을 잘 이해하지 못한다고 느끼게 된다.
・놀잇감을 명명하지 않음으로써 놀이치료사는 아동의 창의성을 격려하는 좀 더 허용적인 분위기를 마련한다. 아동들은 놀잇감을 일반적인 방법이 아닌 독특한 방법으로 활용함으로써 좀 더 자유스러움을 느낄 수 있다. 놀이치료사는 놀잇감을 명명하지 않는 말들인 '그것들, 그것을, 저것들, 거기에'와 같은 용어를 사용한다.

4) 비언어적인 행동을 인정하기 - 적절한 반응의 정도

(1) 드물게 반응하기

만약 놀이치료사가 아동이 놀이하는 동안 조용히 있다면, 아동은 놀이치료사가 자신의 놀이를 지켜보거나 또는 자신에게 관심이 없다고 느끼게 된다. 놀이치료사는 치료사 자신이 아동 놀이의 한 부분이라고 아동이 느끼도록 해야 한다.

(2) 너무 자주 반응하기

만약 놀이치료사가 비언어적인 행동을 지나치게 자주 언급한다면 놀이치료사는 자신이 아동의 놀이 행동들을 매번 언급하는 스포츠 아나운서처럼 느끼게 된다.

이러한 형태의 언급은 진실하다거나 대화라는 느낌을 전달하지 못한다. 아동은 치료사의 아나운서 같은 언급이 자신의 놀이를 방해한다고 느끼게 된다. 치료사는 이러한 반응들을 진실되고 대화체처럼 언급할 필요가 있다.

5) 비언어적인 행동을 인정하기 - 반응을 개인화하기

놀이치료사는 "네가"라고 시작하며 반응한다. 이렇게 반응하는 것은 치료사의 반응을 개인화시키며 놀잇감이 아닌 아동에게 초점을 맞추게 된다. 또한 이러한 반응이 아동이 통제감을 느낄 수 있도록 돕는다.

ex) 아동이 자동차라고 이미 명명한 놀잇감 하나를 가지고 놀고 있으며 그 자동차르 f가지고 큰 원을 그리며 돌고 있다.

・아동에게 초점맞추기(아동이 권한을 부여받았다고 느끼도록 한다)

➜ **네가** 차를 가지고 돌면서 운전하고 있구나

・놀잇감에 초점 맞추기(비개인화 반응: 아동이 권한을 부여받았다고 느끼거나 자신이 중요하다고 느끼지 못한다)

➜ **그 차**가 원을 그리며 돌고 있구나.

2. 내용을 반영하기

1) 내용을 반영하는 것이 무엇인가?

・치료사가 아동이 말한 것을 약간 다른 용어로 반복하여 언급하는 것이다.

2) 내용을 왜 반영하는가?

・놀이치료사는 아동에 대화 내용을 반영함으로써 아동에게 치료사 자신이 아동의 메시지를 귀담아 듣고 이해한다는 것을 알려준다. 또한 아동이 치료사의 메시지를 들으면서 자신이 말했던 것을 들을 수 있는 기회를 제공한다. 이렇게 함으로서 아동의 관점을 인정하며 아동의 자아에 대한 이해를 분명하게 돕는다.

・놀이치료사가 아동의 감정 또는 내용을 반영하는 선택권을 가졌다면 놀이치료사는 아동의 감정에 반응하거나 또는 아동의 감정과 내용을 둘 다 합하여 반응한다. 만약 아동의 감정들이 분명하지 않다면 아동이 말하는 목소리 톤에 귀를 기울임으로써 메시지속에 들어 있는 감정을 식별할 수 있다.

3. 감정을 반영하기

1) 감정을 반영하는 것이 무엇인가?

・감정을 반영하는 것은 아동의 감정과 욕구들을 이해하고 수용한다는 것을 의미한다. 또한 감정 반영은 놀이치료사가 아동에게 관심이 있으며 아동을 이해하려고 노력한다는 것을 나타낸다.

・이러한 과정은 아동이 그들의 감정들을 이해하고 수용하며 명명하도록 돕는다.

・아동들은 또한 자신의 감정들을 언어적으로 표현하는 것을 배운다. 만약 아동이 감정을 표현하였을 때, 치료사가 아동의 감정을 인식하지 않았다면 아동들은 그들의 감정 또는 표현이 수용되지 못한다고 생각하게 된다.

2) 감정을 인정하기

네가 좌절감을 느끼는구나....	네가 기뻐보인다.
네가 행복해 보이는구나....	네가 슬프구나
네가 화났구나...	네가...하길 정말로 원하는구나
네가 혼동스럽구나...	네가 ...하는 것을 싫아하는구나.

➜ 감정단어

4) 놀이치료사의 목소리와 표현의 톤

(1) 놀이치료사의 목소리 톤을 활용하여 의미와 감정을 표현하기

・어린 아동들과 대화할 때 다른 목소리 톤을 사용한다.

・단조로운 목소리는 아동에 대한 관심을 나타내지 못한다.

・아동이 기뻐하지 않을 때 치료사가 아동에게 지나치게 흥분된 목소리로 반응한다면 아동은 뭔가 잘못되었다고 생각하게 된다. 또한 아동은 자신이 놀이치료사처럼 흥분하지 않았기 때문에 자기 행동을 신뢰할 수 없게 된다.

(2) 놀이치료사의 목소리와 표현의 톤은 아동의 감정과 일치한다.

5) 감정 반영을 위한 효과적인 방법들

(1) 놀이치료사는 “네가(또는 아동의 이름을 덧붙인다)”로 시작하는 감정 반영을 전달함으로써 아동이 자기 스스로의 감정이라는 것을 느끼도록 개인화시켜 반응한다.

(2) 감정 반영을 할 때 “ ～처럼 느끼는구나”라는 말을 반복하지 않는다.

(3) 놀이치료사는 자신의 개인적인 생활에서 자신이 피하고 싶어 하는 또는 불편하게 느끼는 감정에 대하여 인식해야 한다.

4. 의사결정권과 책임감을 촉진하기

1) 의사결정권과 책임감을 촉진하는 것이 무엇인가?

・아동이 놀이치료사에게 질문하거나 도움을 청할 때 놀이치료사는 아동이 스스로 답변을 찾거나 문제를 해결하여 책임감을 발달시키는 반응을 할 수 있다. 그러한 반응들은 아동으로 하여금 스스로 의사결정권을 행사하도록 격려하며 자신의 현 근심에 대한 책임감을 가지고 대처할 수 있도록 격려한다.

ex) 아동 : “무엇을 가지고 제일 먼저 놀까요?”
치료사 : “여기서 네가 원하는 것을 결정하는 사람은 바로 너란다”

2) 의사결정권을 촉진하는 그 밖의 다른 예들

・“그것은 네가 원하는 대로 될 수 있단다.”
・“너는 그 색깔을 네가 원한 색깔로 여기고 그릴 수 있단다.”
・“여기서는 그 글자를 네가 원하는 글자로 여기고 사용할 수 있단다.”

3) 왜 아동의 의사결정권과 책임감을 촉진해야 하는가?

・아동은 어린 나이 때부터 자신을 위하여 어떻게 의사결정권을 행사하는지 또는 책임감을 발달시키는지를 배울 수 있다. 그러한 기법들은 아동기를 통하여 발달하며 아동이 십대 그리고 그 이후의 성인기를 통하여 결정권을 행사하도록 돕는다.
・의사결정권과 자아책임감을 재울 기회를 가진 아동들은 주도적이며, 스스로 동기를 유발할 수 있으며, 좀 더 자신의 생활에서 통제감을 느낄 수 있다.
・책임감은 경험을 통해서 배울 필요가 있다. 스스로 결정권을 행사할 수 있는 아동들을 위하여 성인들이 아동 대신 결정권을 행사할 대 아동들은 책임감을 배울 기회를 박탈당하게 된다. 이때 아동은 자아 책임감을 발달시키기보다는 성인들에게 더욱 의존하는 법을 배우게 된다.

4) 왜 아동이 도움을 청할 때 바로 돕지 않는가?

・아동들은 자신들이 할 수 없다는 것을 배우며, 무력하다고 느낄 수 있으며, 자신들이 할 수 있는 과제를 완수할 때도 성인에게 의존하는 것을 배운다. 성인들이 아동들을 위하여 그들의 과제를 완수할 때, 아동들은 스스로 해결할 수 있는 기회를 놓치게 된다. 아동들이 과제를 위하여 노력을 다할 때, 그들은 성취감을 느끼고, 과제를 마쳤다는 자부심을 느끼게 된다.

6) 아동을 돕는 것에 대한 지침들

(1) 아동이 하나의 과제를 완성하려고 애를 쓸 때 바로 돕지 않는다. 아동이 도움을 청할 때까지 기다린다.

☞ 아동이 그 과제를 해결하려고 노력하는 동안 아동을 격려한다.

・너는 그것을 끝내려고 정말로 열심히 하는구나

・그것을 여는 방법을 알아내고 있구나.

(2) 특히 아동이 연령이 적합한 과제를 스스로 해 냈을 때 격려한다.

☞ 세 살난 아동이 플라스틱 통에 꽉 낀 뚜껑을 여는 데 어려움을 겪고 있다. 놀이치료사와 아동이 뚜껑을 열기 위하여 하나의 팀이 되어 함께 해결하는 것이 적합하다.

(3) 과제를 해결하려고 시도하지 않고 도움을 청하는 아동은 돕지 않는다.

(4) 만약 아동이 :

a. 과제를 해결하려고 한다.

b. 도움을 청한다.

c. 그리고 그 과제가 아동의 연령에 비해서 어려워 보인다.

위의 해당사항일 경우에는 “네가 하려는 방법을 보여 주렴”이라고 반응한다.

・이러한 치료사의 반응은 아동이 놀이치료사로 하여금 어떻게 아동 자신을 도울 수 있는지를 결정하도록 격려한다. 또한 이러한 반응은 아동이 과제를 해결하기 위하여 해야 할 일들에 중점을 두게끔 돕는다.

・아동과 놀이치료사가 함께 과제를 해결하는 동안:

☞ 아동을 격려한다. “ 너는 열심히 .....을 하는구나”

・과제를 해결하였을 때:

☞ 네가 해냈구나. 네가 그것을 빼냈구나. (우리가 해냈구나, 우리가 그것을 빼냈구나 라고 하지 않는다)

・아동과 아동의 성취감에 초점을 둔다.

5. 자아존중감과 격려를 촉진하기

1) 칭찬과 격려의 차이

(1) 칭찬 : 칭찬은 아동의 능력과 자아존중감을 판단한다. 칭찬은 아동에게 여러분이 생각하는 아동의 능력을 말해 준다. 그러므로 칭찬을 함으로써 아동은 자신의 가치가 타인의 긍정적인 그리고 부정적인 언급에 따라 달라진다는 것을 배운다.

(2) 격려 : 격려하는 반응은 아동의 노력을 인정한다. 격려는 아동으로 하여금 내재적인 동기를 발달시키도록 하며 자신의 가치를 소중히 여기도록 돕는다.

ex) 아동이 저녁식사 준비를 하고 닭다리가 있다고 가정한 접시를 놀이치료사에게 준다. 그리고는 아동이 "좋아하세요?"라고 묻는다.

☞ 칭찬 : 음식이 맛있구나

☞ 격려 : 나를 위하여 이 음식을 만드는데 애를 썼구나(감탄하는 목소리로)

2) 격려하는 언급들

(1) 너는 <u>어떻게 ….하는지를</u> 아는구나

셈을 하는지를, 아기 우유를 먹이는지를, 블록으로 만드는지를, 네 이름을 쓰는지를 등등

☞ 아동을 능력으로 판단(너는 셈을 잘하는구나)하기보다는 아동의 능력을 반영하는 언급이다.

(2) 그 밖의 다른 격려하는 언급들

너는 네가 원하는 대로 만드는구나.
네가 해냈구나.
네가 맞혔구나.
네가 열심히 애쓰는구나.
너는 네(그림을) 정말로 좋아하는구나.
너는 네가 원하는 방법을 아는구나.
너는 네(탑을) 자랑스러워하는구나.
너는 (공룡들에) 대하여 많이 아는구나.

6. 제한 설정하기

1) 제한 설정은

- 아동을 보호한다.
- 치료사를 보호한다.
- 놀잇감과 놀이치료실을 보호한다.
- 놀이치료 회기에서 현실로 잇는 역할을 한다.
- 놀이치료 회기를 구조화한다.
- 사회적으로 허용하지 않는 행동을 제한한다.
- 아동이 자아 통제력을 배우도록 한다.

2) 왜 제한을 설정하는가?

・제한 설정은 아동들을 위한 안전한 환경을 보장한다.

・제한 설정은 자아 통제력과 자아책임감을 가르친다.

3) 언제 제한을 설정하는가?

・아동은 자신이나 치료사를 헤쳐서는 안된다.

・제한은 놀이치료실과 놀잇감들을 보호하기위해 설정한다.

4) 어떻게 제한을 설정하는가?

・제한은 일관적인 방법으로 설정한다. 일관적인 제한은 일관적인 치료환경을 위한 구조를 제공한다.

・침착하고 인내심을 가지고 단호한 목소리로 제한한다.

・제한을 빨리 설정하는 것은 아동에 대한 불안과 불신을 나타낸다.

5) 제한 설정의 3단계(ACT)

A. 감정을 인정하기(Acknowledge the Feeling)

・놀이치료사는 아동의 이름을 먼저 부름으로써 아동의 관심을 얻을 수 있다.

・놀이치료사는 아동의 감정을 인정함으로써 아동의 감정을 이해하고 수용하는 것을 전달한다.

・감정을 이해한다는 메시지를 전달하는 것은 종종 강한 감정을 완화시킨다.

・모든 감정, 욕구, 소망들은 수용되나 모든 행동은 수용되지 않는다.

C. 제한을 전달하기(Communicate the Limit)

・구체적이고, 분명하고 정확하게 제한을 전달한다.

・논쟁하거나 설명을 길게 하는 것은 피한다.

・불분명하게 제한을 할 때, 아동은 책임감 있게 행동하기 어렵다.

T. 대안을 제시하기(Target an Alternative)

・치료사가 아동에게 대안을 제시함으로써 아동은 원래 욕구를 표현할 수 있다.

・그 벽은 색칠하는 곳이 아니란다. 하지만 그 종이에는 색칠할 수 있단다
(치료사는 종이를 손가락으로 가리킨다.)

・치료사는 아동에게 선택을 하게 한다.(원래의 행동을 선택하느냐 또는 치료사가 제시한 대안적인 행동을 선택하는냐) 아동은 자아 통제력을 행사할 수 있는 기회를 갖는다.

* 놀이치료과정의 단계

탐색의 시기 ⇒ 밀월의 시기 ⇒ 격랑의 시기 ⇒ 훈습의 시기 ⇒ 독립을 다짐하는 시기 ⇒ 종결의 시기

1) 탐색의 시기

- 치료자와 어린이가 처음 만나 서로 탐색이 필요한 시기
- 수다스러운 아이 / 입을 다무는 아이
- 눈 맞춤 없이 한구석에서 치료자의 눈치를 보는 아이
  / 피상적이고 분별없는 친근감을 보이는 아이
- 친숙한 물건을 찾는 아이 / 산만한 아이
- 자기자랑을 늘어놓는 아이 / 화장실을 자주 드나드는 아이

2) 밀월의 시기

- 치료자에 대한 의구심을 거두고 신뢰감을 구축하면서 친밀감을 형성하는 시기
- 아동의 용기가 커가는 시기
- 긍정적인 변화- 웃음이 늘고 발걸음도 가볍고 말소리도 커지고 학교적응 및 수행능력이 호전, 증상이 좋아지는 시기

3) 격랑의 시기

- 아동이 자기 마음을 옭아 맨 긴장이 풀리는 시기
- 이성으로 지탱하던 방어기제가 풀리고 감춰두었던 울분을 방출하며 잠재의식의 세계로 들어가는 시기
- 현재, 의식, 논리 ⇒ 과거, 잠재의식, 감성
- 부정적인 행보 ⇒ 퇴보인 듯하나 왜곡된 인격 구조를 재구성하는 심층작업 시작
- 집에서도 잠이 늘고 치료실에서도 자고 싶어한다.
- 악몽을 꾸거나 자다가 깨서 우는 일이 생길 수 있다.
- 사라졌던 틱이나 야뇨, 고추 만지기 증상들이 다시 나타날 수 있다.
- 이유없이 한바탕 앓는때가 있다.
- 과다한 식사, 군것질, 막대사탕 물기, 물건을 사달라고 마냥 요구하는 것,
- 수다스러움, 떼떼거리는 말투, 엄마 곁에 붙어 있으려 하기, 어리광 부리기 등이 증가하는 때이다.
- 침뱉기, 침 바르기, 트림하기, 코 흘리기, 체취 풍김, 방귀뀌기, 잦고도 많은 양의 대변보기, 똥과 똥꼬 이야기, 떼쓰기, 반항하기, 지저분하게 놀이하기 등이 증가하는 때이다.
- 공격적이며 얄미운 행동들이 나타난다.
- 아주 파괴적으로 자신을 망가뜨려본다.
- 가족을 자주 시험한다.
- 치료자와 실랑이를 벌인다.

4) 훈습의 시기

- 옹색했던 마음이 크고 넓고 강해져서 못마땅했던 사람들과 일들을 여유롭게 대처하고 괴로웠던 증상들도 사라진다.
- 자기 중심성에서 벗어나 타인의 입장을 이해한다.
- 형제관계가 너그러워지고 치료자와 게임할 때 규칙을 지키며 학습동기가 높아지고 또래관계가 원활해지며 모든 발달에 적응능력이 향상된다.

5) 독립을 다짐하는 시기

- 치료실의 매력이 줄면서 치료실 밖의 생활에 더 많은 관심을 기울이며 치료자와 이야기하면서 과거의 자기보다 현재의 자기를 더 많이 알려준다
- 시험과제를 푼다든가 친구 생일선물을 만든다던가 하는 일상생활에 복귀하는 준비작업에 더 힘쓴다.
- 이때 종료에 대한 타진을 하나 치료실 오는 것 자체에 의미를 부여하기도 한다.

6) 종결의 시기

- 치료실에 오는 것이 느슨해지고 치료기간 동안 자신이 거친 과정을 되돌아본다
- "그 동안 제가 그렸던 그림 모두 다시 보고 싶어요."
- "선생님, 이제 저 여기 그만 다니고 싶어요"
- "선생님, 이제 학원 다녀야 해서 이 달까지만 여기 올래요"
- 아동의 자발적인 진술과 같은 독립선언이 있다.

※ 참고문헌

놀이치료 관계형성을 위한 핸드북/ 이미영 역 / 학지사
아동중심놀이치료 / 황명숙 / 창지사
놀이치료 사례집 / 김은정 외 공저 / 학지사
놀이치료기법 / 이순행 외 옮김 / 시그마프레스
놀이와 아동발달 / 김광웅 외 / 시그마프레스
어린이 마음치료 / 정혜자 / 교양인
놀이치료 / 장미경외 / 창지사

Memo

샌드박스를 이용한 모래놀이치료의 이해

김향숙 / 명우임상심리연구소 소장

*안순미 / 한울 아동청소년 상담 소장

모래놀이 치료

제 1 장 정신의 구조

1. 무의식[1)]

개인적 무의식[2)](Personal Unconscious)은 본래 억압에 의해 생성된다. 우리는 무엇인가를 의식했지만, 그에 대해 잊거나 접근할 수 없거나 또는 참을 수 없다는 것을 깨닫게 되면 그것을 무의식에 감춘다(Jung,1953/1977).

집단적 무의식[3)]은 본능[4)]과 원형으로 구성된다. Jung(1930/1981)은 '집단적 무의식은 인류 진화의 총체적인 정신적 유산이 내포된 것으로 각 개인의 두뇌 구조에서 새로이 탄생한 것이다.'라고 가정했다. 이미지와 상징은 무의식의 언어다. Jung(1959/1980/1960/1981)은 무의식은 창조적인 잠재력과 함께 개인과 인류의 발달 가능성을 지지해 주는 기능이 있다고 보았다.

2. 의식과 의식화

의식[5)]은 기본적으로 우리가 알 수 있는 것이며 무의식에서 나온다. 의식은 심리적 사실들을 자아라 부르는 사실에 관련시키는 것을 가리킨다. 자아가 없다면 아무것도 의식할 수 없다. 갓난아기는 자아를 의식하지 못하므로 엄마나 다른 사람들을 자기 자신과 동일한 존재인 것처럼 당연시한다. 유아기와 유년기를 거쳐 자아는 점차 성숙하며 보통 여덟 살이나 아홉 살 즈음부터 아이는 '나 자신'을 깨닫게 된다. 그래서 융은 의식이 무의식에서 파생된다고 말한다.[6)] 본질적으로 의식은 정신의 한 분야로 자각 또는 사고 과정의 내부에 해당한다. 자아(ego)는 의식의 영역에 있는 구성요소들을 반영하고, 밝게 비추어 주고, 그것들을 의식적 자각(conscious awareness)으로 이끈다. 의식화된다는 것은 개인화(individuation)과정의 본질적인 요소로 자아가 정신 내용과 관계를 맺는 것이다. 자아에 의해 반영되지 않은 정신 내용의 많은 부분은 무의식에 남아 있으며 자아가 참조하지 않는다면 아무것도 의식화될 수 없다.

---

1) 융 무의식 분석. C.G.융 설영환 옮김. 선영사. p.174.
2) 모래놀이치료의 이론과 실제. 김보애. 학지사. p.28.
3) 모래놀이치료 핸드북. Barbara A. Turner 저. 학지사. p.20.
4) 〈전집〉 10권. 한 권으로 읽는 융. 에드워드 암스트롱 베넷. 김형섭 옮김. 푸른 숲. p.80.
5) 모래놀이치료 핸드북. Barbara A. Turner 저. 학지사. p.21.
6) 한 권으로 읽는 융. 에드워드 암스트롱 베넷. 김형섭 옮김. 푸른 숲. p.65.

3. 모래놀이에서의 의식과 무의식

모래놀이는 의식과 무의식의 경계적인 요소를 가지고 있으며 내담자에게 3차원적으로 의식화되는 요인들이 있다. 또 상자의 내용은 내담자가 자신의 모래상자에 반영하는 의식적 자각보다 높은 수준을 담아낸다.

모래놀이 전통은 두 가지 유형의 정신과정을 명확히 나타낸다. Martin Kalff(1993)는 Erich Neumann (1953/1973,1972/1955)과의 작업에서 의식에서의 달과 태양의 형태(Lunar and solar form)를 구분했다. Kalff는 모래놀이가 달 유형이라고 관찰했다. 달 의식은 무의식적이지 않으나 태양 의식의 논리적이고 언어적 특징과 구분된다. 즉, 모래상자에 나타나는 것들은 의식적인 자각의 한 유형이지만 완전히 의식 수준에서 나타나는 것은 아니라는 것이다.

4. 자아

자아는 활동적인 복합체(complex)이며 의식의 집행부다. 자아 복합체는 의식 영역에 있는 재료를 반영한다. 자아는 정신 내용과 우리가 이미 학습했던 것들 간의 관계를 통찰력 있게 반영한 자각과 정신 내용의 보존에 의지한다. 의식적으로 자각한다는 것은 지각의 의미와 그것을 개인 삶에 적용하는 것을 조직화하는 과정이다.

Jung은 자아의 기능을 두 가지로 보았다. 하나는 페르소나의 기능을 구별하면서 적절하게 대처하는 것이고, 또 하나는 중요한 기능은 무의식의 미분화된 내용들을 만나서 분화시켜 의식의 확충을 가져오면서 페르소나를 구별하여 연결하며 그 자신을 실현시켜 가는 개성화의 과정을 도모하는 것이다[7].

모래놀이에서 치료자는 내담자의 자아 구조가 재배치될 때 안정성을 제공할 수 있다. 치료자라는 존재는 내담자가 위험을 무릅쓰고 매우 완고한 자아를 이완시키려 할 때 내담자의 과정을 담아두고(contain) 버텨주는(hold) 잠재력이 있다.

5. 네 가지 기능

Jung은 정신 활동에는 내계(와) 외계로부터 정보를 받아들이고 처리하는 방식에 4가지 뚜렷한 유형이 있음을 확인하였다. Jung은 사람들의 정신 경험은 두 가지의 합리적인 처리 방식과 두 가지의 비합리적인 처리 방식으로 구별된다고 보았다. 사고(thinking), 감정(feeling), 감각(sensation), 직관(intuition)이 그것이다[8].

이러한 네 가지 유형의 기능을 의식은 그 경험의 방향성을 획득하는 방법에 대해 각기 기여하고 있다. 감각(즉, 감각지각)은 우리에게 무언가가 존재하고 있다는 것을 알리고 사고는 그것이 무엇이

7) 신비스러운 모래놀이치료. 김보애. 학지사. p.16.
8) 모래놀이치료 핸드북. Barbara A. Turner 저. 학지사. p.27.

라는 것을 알려주고 직관은 그것이 어디에서 와서 어디로 가는지 알려준다.[9)]
융은 사람들이 성장하고 변화되기 위해서는 열등한 기능들을 발달시켜야 한다고 결론지었다.

6. 페르소나

페르소나[10)]는 외계의 특정한 역할에 직면하기 위해 개인이 쓴 가면을 언급한다(Jung,1971/1977). 이는 필수적인 정신적 요소이며 본질적으로 병리적인 것은 아니다. 또 우리가 외부 세상에 접촉하는 데 도움을 주며 우리는 외부 세상에서 다양한 기능을 충족시키기 위해 각기 다른 페르소나를 이끌어낸다. 하지만 페르소나와의 과도한 동일시는 병리적이다.
발달적으로 부모는 페르소나 형성에 가장 중요한 도구다. 안전한 부모의 존재를 통해 아동은 공격을 이겨낼 수 있고 위험을 감수하며 미지의 상태에 들어갈 수 있게 된다(Wickes,1927/1966). 이를 통해 아동은 배우고 성장하게 된다. 하지만 부모상에 결함이 생기거나 안전감이 손상되었을 때, 정신적으로 취약해진 안전감은 파괴된다. 그로인해 아동은 자기와 관계하는 대신, 자아는 페르소나와 동일시하게 된다.

7. 그림자

그림자(shadow)는 우리가 숨기기를 갈망하거나 전혀 알지 못하던 성격의 특징들이다. 그림자는 개인 무의식(personal unconscious)이라고 할 수 있는 의식의 한 영역이라고 할 수 있다. 그림자는 의식에서 경험되는 재료로 구성되지만 자아와 양립할 수 없고 억압된다. 그림자는 그 성격상 원형적이며 무의식의 영역에 남아 있는 인간 경험의 모든 우수한 잠재력으로 구성되어 있다(Jung, 1959/1978, 1959/1980)[11)]. 이를테면 같은 성의 친구사이, 형제간, 자매간, 동료 사이, 상사와의 관계, 같은 성의 가족 사이 등에서 공연히 목소리만 들어도 싫고 주는 것이 없이 미운 감정, 취약점, 열등감, 원시적인 특성들이 포함된다[12)].
모든 사람은 그림자를 가지고 있으며 그림자를 완전히 제거할 수는 없다. 성장과 성숙을 위해서는 그림자와 타협해서 그 존재를 인식해야 한다[13)]. 그러한 인식은 무의식의 원형적 그림자에 사로잡히지 않는 면역력을 주기 때문이다.[14)] 자아는 그림자를 부정적으로 생각하고 외면할 것이 아니라 그림자의 이미지가 유용하고 생명력 있는 힘을 가지고 있고, 실제의 체험 속에도 동화되어야만 할 것이지 억압되어야 할 것은 아니므로 끝까지 그림자를 대면하여야 한다[15)].

---

9) 융 무의식 분석. C.G.융 설영환 옮김. 선영사. p.280.
10) 융 무의식 분석. C.G.융 설영환 옮김. 선영사. p.215.
11) 모래놀이치료 핸드북. Barbara A. Turner 저. 김태련 외 공역. 학지사. p.31.
12) 모래놀이치료의 이론과 실제. 김보애 저. 학지사. p.30.
13) 모래놀이치료 핸드북. Barbara A. Turner 저. 김태련 외 공역. 학지사. p.32.
14) 분석심리와 모래놀이치료. 김보애 엮음. 한국모래놀이치료학회. p.63.
15) 모래놀이치료의 이론과 실제. 김보애 저. 학지사. p.3.

8. 원형

원형(arhetypes)은 정신 경험의 결정화된 본질이며 열매다. 원형은 유전되어 온 정신의 한 부분으로 심리적 경험의 주요한 형태를 구성한다. 원형은 정신 경험의 핵심적인 형태이며, 부착되어 있는 이미지와는 구별된다(Jung, 1960/1981).

원형은 에너지를 끌어당기고 발휘하도록 하는 정신 내부의 지점(point)이다. 원형은 정신을 구성하고 조직화하도록 기능하며, 원형은 물질적 본능에 대한 영적 안내자다.
(Jung, 1960/1981, 1971.1977)

원형의 정신에 대한 관계는 본능의 신체에 대한 관계와 같다. 본능과 마찬가지로 원형의 존재는 그것이 만들어내는 효과에 의해서 추론된다.(Edinger, 1968). 원형은 내재적 정신적 운동 원리이며, 경험에 대한 인간의 인식이나 정서적 행동적 반응이 전형적 형태들을 지향하려 하는 보편적 성향이다. 경험은 번역되어 내적 이미지 또는 인상(impressions)이 된다. 모래놀이를 통해 원형에 접근할 수 있다는 점은 개인과 전반적인 치유 효과에 큰 잠재력을 갖는다. 우리가 모든 것들 간에 내재되어 있는 관계성을 인식할수록 다른 사람이나 세상에 대한 의미를 왜곡해서 받아들이는 것은 크게 감소된다[16].

8-1) 아니마 / 아니무스

아니마는 남성의 마음의 모든 여성적인 심리경향이 인격화한 것을 말한다. 예를 들면, 육감, 비합리적인 것에 대한 감수성, 개인에 대한 사람의 능력, 자연물에의 감정, 그리고 마지막으로 무의식과의 관계 등이다.

아니마의 부정적인 면은 자신은 아무런 가치가 없고, 세상의 일은 모두 무의미하며 즐거운 일은 없다고 하면서 심지어는 권태감, 건강염려증, 무력감 등 사고의 원인이 되어 죽음의 사령에 사로잡히기까지 한다. 반면에 긍정적인 아니마는 남성의 마음을 참된 내적 가치와 조화시키고 심원한 내적 깊이에로 이끌어 간다. 다시 말해 자아가 자기로 가는 길의 안내자로서 위대한 사람의 목소리만을 듣도록 한다.

아니무스는 여성의 마음속에 존재하는 남성성으로서 여성에게 있어서 무의식이 인격화한 것이다. 선과 악의 양면성을 가지고 있고 에로틱한 공상이나 무드로 나타나지는 않으며 곧잘 성스러운 확신의 형태를 취한다.

아니무스의 부정적인 면은 죽음의 화신이나 꿈속에서 도둑이나 살인자의 역할, 난파선의 약탈자와 같은 위험한 범죄자의 무리나 한 떼의 남성으로 인격화한다. 불행하게도 부정적인 아니무스에 사로잡히면 절망의 상태가 된다. 반면에 아니무스의 긍정적이고 가치 있는 면은 여성에게 있어서 창조적인 역할을 할 수 있도록 자아가 자기에로 가는데 다리역할을 한다. 기획성이라든가 용기, 진실성 그리고 가장 높은 형태에 있어서는 정신적인 깊이를 인격화 할 수 있다[17].

---

16) 모래놀이치료 핸드북. Barbara A. Turner 저. 김태련 외 공역. 학지사. p.33.

제 2 장 모래놀이치료

1. 치료자 훈련

모래놀이 훈련은 치료자 자신이 의미 있는 모래놀이치료 과정을 내적으로 경험함으로써 시작된다. 이것은 숙련되고 경험이 많고 고도로 훈련된 모래놀이 치료자만이 해낼 수 있다. 모래놀이 훈련의 이 같은 과정은 필수적이다. 이는 우리가 모래놀이라는 매개체를 통하여 인격적으로 몰입할 수 있도록 해 주며, 모래놀이를 안팎으로 완전히 경험하게 해 주는 유일한 방안이다. 만약 우리 자신이 모래놀이치료 과정을 경험하지 않은 상태에서 모래놀이치료를 실시하려는 시도를 한다면, 적합한 적용을 할 수 없고 우리의 내담자에게 깊이 있는 치료를 실시할 수 없다. 자기 인식과 자기 존중은 모래놀이치료 준비의 필수적인 요소다.

2. 도구와 재료

1) 모 래

작은 입자의 모래는 무구한 역사를 증명한다. 부서지고 또 부서지기를 헤아릴 수 없을 정도의 오랜 시간과 공간 속에서 공유해왔던 삶이자 인간들의 집합체다. 다시 말해 모래는 시간의 무한성에 의해 갈아 만들어진 물질이다.

모래는 가볍고 모래를 만지면 부드러움과 민감함을 느끼게 한다. 어머니의 부드러운 접촉도 연상된다. 이처럼 모래는 지금까지 모든 사물과 사건과 인류 안에서 살아 숨 쉬고 있는 집단적 무의식이라고 할 수 있다.

모래는 어머니 태중의 양수와도, 물과도 같다. 물과 모래는 인간에게 퇴행을 불러일으킨다. 모래를 만지고 모래가 손에 닿는 순간 손끝의 감각이 되살아나 적절히 퇴행하면서 깊은 것이 나타난다. 정신적 에너지를 잘 표현하는데에는 모래 이상의 재료가 없다고 암만(Ammann)은 말한다. 모래는 흘러가고 움직이며 형태를 찾는다. 새로운 형태를 찾은 후에 또 다시 그곳에서 다른 곳으로 흐른다고 덧붙여서 암만은 말했다.[18)]

2) 선 반

선반은 높을 수도 있으므로 발판이나 낮은 사다리를 구비하여 놓는 것이 필요하다.

폭이 좁은 선반과 넓은 선반이 있는데, 폭이 좁은 선반이 접근에는 더 용이할 것이라고 생각한다.

---

17) 모래놀이치료의 이론과 실제. 김보애 저. 학지사. p.34-35.

18) 신비스러운 모래놀이치료(13-17p), 김보애 저, 2007, 학지사

3) 모래상자

모래상자 앞에 서면 한 눈에 모래상자가 들어온다. 모래상자는 나의 세계다. 모래상자는 서서 바라보고 있는 사람이 무의식으로 갈 수 있도록 하는 통로의 역할을 한다. 모래상자는 의식과 무의식의 대결이 진행되면서 의식의 자아가 무의식의 자기를 만나고 다시 의식으로 나왔다가 또 다시 들어가는 왕복운동을 할 수 있는 길이다. 모래상자는 모래상자를 하는 사람의 무한으로 생겨나는 공상을 형태로 만들도록 이 공간 범위 내로 한정한 것이다. 내적 표현의 풍부함이 형태로 만들도록 허락되면서 동시에 한계를 주는 것이다. 다시 말해, 모래상자는 상자 안에서만큼은 완전히 보호된 자유로움이지만 상자 안에서 만이라는 한계를 주는 것이다. 모래상자는 곧 치료자이다.[19]

그리고 두 개의 상자를 사용할 것을 제안한다.

- Dora Kalff : 마른 모래상자와 젖은 모래상자를 갖출 것을 권장 -〉 젖은 모래는 쌓아올리기에 좋고(예: 산, 언덕...), 어떤 내담자의 경우에는 모래가 젖어 있는 것 조차 싫어할 수 있기 때문이다.[20]
- 모래상자의 모양 : 직사각형이며 28.5 X 19.5 X 3 의 크기
- 모래상자의 색 : 상자 안쪽의 바닥과 벽은 파란색(하늘빛과 같은 파란색 선택)
  -〉 중간톤이지만 밝은 느낌의 파란색이어서 모래상자치료 과정을 더 중립적인 방향에서 진행토록 도와주며, 무엇보다 어두운 톤의 파란색이 정신적으로 어두운 방향으로 '유도'할 수 있는 가능성을 방지.

19) 신비스러운 모래놀이치료(17-21p), 김보애 저, 2007, 학지사
20) 모래놀이치료의 이론과 실제(74p), 김보애 저, 2005, 학지사

4) 모래상자 카트 혹은 테이블

내담자가 모래상자 주변을 자유롭게 이동할 수 있는 것이 중요하다. 테이블의 높이는 치료자의 선호도에 따라 조절할 수 있는데, 내담자가 서 있는 상태에서 편안한 높이를 선호하기도 하고, 의자에 앉았을 때 편안한 높이의 테이블을 선호하기도 한다.

5) 소장품

치료자는 피겨와 깊은 상징적 유대를 형성하는 결과를 가져오기 때문에 소장품은 치료자 생명력의 확장이다. 치료자가 선택한 피겨는 치료자의 적극적이나 보이지 않는 정신적 참여로 각 개체에 대한 원형적인 유대감을 불러일으킨다. 소장하는 피겨의 존재는 통합된 하나의 개체의 역할을 하며, 그 피겨를 소장하는 치료자의 독특한 개성과 더불어 깊은 원형적 에너지를 지니게 된다. 내담자가 소장되어 있는 피겨 외에 다른 것을 만들고 싶어 할 때를 대비하여 만들기 재료를 준비해 놓는 것도 좋은 방안이다. 모래놀이소장 품목은 방대하고 화려할 수 있으나 꼭 그럴 필요는 없다.

6) 모래놀이소장품 피겨

사람	아기, 아동 ,성인, 여러 인종, 여러 연령대, 직업, 경찰, 소방관 등
집 내부	가구, 집에서 흔히 볼 수 있는 물건, 음식
건축물	집, 탑, 교회, 절/사원, 가게, 국내 및 국외 건축물, 전통적 및 신식 건축물
교통수단	육지, 항공, 해상, 전통적 및 현대식, 구조나 돕기 위한 교통차량, 군대차량.
군대	현대적 군인과 무기, 역사상의 군인과 장비
동물	육지, 해상, 공중, 가축 및 야생
마술적 동물	유니콘, 페가수스, 용, 동화책속에 나오는 말(순백색, 파란색), 요정, 마법사, 동화, 만화 속 인물, 영웅과 악당
고대 동물	공룡
원형적 피겨	신화 속 피겨, 사람(왕, 여왕, 공주, 왕자), 모양(정육면체, 원구, 원, 정사각형, 삼각형, 피라미드, 해, 달, 별) 보석(유리구슬, 비드, 금줄, 보물상자, 선물)
그림자와 죽음 관련 피겨	해골, 비석, 관, 뼈, 괴물, 어둡고 무서운 피겨
종교적, 영적 피겨	여러 종류의 문화적 배경(동양과 서양)의 인물과 문화 유물
날씨 관련 작용	불, 얼음, 풍차, 물레방아, 우물, 풍선, 깃발, 삽
자연물	바위, 조개껍질, 나무, 관목, 꽃, 풀, 과일, 채소
연결 및 분리환경	울타리, 다리, 길과 교통신호, 전화
만들기 재료	타일, 스틱, 찰흙, 종이, 실, 풀

7) 물 내담자가 모래에 뿌릴 수 있게 물을 준비한다.

8) 손 헹굼 그릇 모래놀이 후 손에묻은 모래를 씻어 낼 물이 담긴 그릇을 준비한다.

9) 수건 아동에게 자신만을 위한 깨끗한 수건을 제공하는 것은 그들에게 치료과정의 사랑, 안정, 존중을 지원받게 되는 결과를 가져오게 되며, 이런 작은 배려는 치료 결과에 차이를 가져온다.

10) 모래놀이도구

작은 삽, 갈퀴와 수저, 붓 등 모래를 조각하고 파고 나르기 위한 단순한 몇 개의 도구가 필요하다.

11) 공간 준비

이것은 피겨가 선반 위 제자리에 항상 놓여 있어야 하고, 모래는 깨끗하게 치워지고 반듯하게 정돈되어야 한다는 것을 의미한다. 물, 도구, 수건은 항상 사용가능토록 준비되어 있어야 한다. 내담자가 언제든지 모래놀이를 할 수 있도록 준비된 상태를 유지하는 것은 전체 모래놀이 과정에서 중요한 부분을 차지한다.

모래놀이치료의 사례

김향숙 / 명우임상심리연구소 소장

*안순미 / 한울 아동청소년 상담 소장

Memo

Memo

Memo

Memo

모래놀이치료 활용과 적용 실습

김향숙 / 명우임상심리연구소 소장

*안순미 / 한울 아동청소년 상담 소장

제 1 장 상징적 과정

1. 상징의 개념

상징(Symbol)의 어원은 두 개의 그리스어 어근에서 파생한 것으로 '함께'라는 의미의 접두사 'Sym'과 '던지다'라는 의미의 동사 'ballein'의 결합이다. 이는 둘의 결합은 두개의 어떤 주제와 그 의미를 파악하는데 가장 적절하다고 생각되는 이미지를 '함께 던지는 것'으로 비로소 자율적인 의미를 나타내는 것이다(Jacobi, 1959).

상징(Symbol)은 무엇인가 표상하는 것을 의미할 때 흔히 쓰인다. 이것은 심층심리학이나 모래놀이 치료의 요소인 상징과는 다른 의미이다. 상징은 정신의 적극적인 기능으로, 언어로 표현될 수 없는 내면의 경험 수준을 의미한다.[1] 상징은 자아의 의식적 지점과 보상적인 대극 모두에 대한 평형 지점을 수용하고 있다. 의식적이든 또는 가시적이든, 상징형성은 무의식적 재료를 수용하며 개인화 과정을 지지하고 촉진한다.

2. 상징의 특징

Jung은 의식과 무의식 사이의 이용 가능한 의사소통 언어는 상징이라고 보았고 모든 무의식적 산물은 상징이며 상징은 곧 무의식으로 안내하는 메시지로 여겨질 수 있다고 보았다.

Jung(1971/1977)은 상징은 무의식적이며, 감추어진 의미가 있고, 살아있으며, 움직이고 있다고 하였다. 상징은 자아의 한계적 지점과 자아의 한계에 대한 반응으로 무의식에서 제공된 보상적 부산물 간의 가교 역할을 한다. 따라서 두 대극을 연결하는 에너지이지만 그 정신 내에서 무의식적이고 가장 깊은 중심은 원형적 구성물로, 자아가 위기를 해결하기 위해서는 상징이 필요하다.[2]

3. 상징의 기능

심리적인 유형에서 Jung은 상징은 기호와는 다르다고 주장하였다. 기호는 명확히 정의될 수 있는 대상을 일컫지만 상징은 언어로 표현될 수 없는 내면의 경험 수준을 의미한다. 즉, 상징은 상대적으로 알려지지 않은 어떤 것의 서술적 묘사를 전제하지만, 기호는 존재가 알려져 있다. 이처럼 상징은 직접적으로 표현될 수 없기 때문에 그것을 이끌어 내는 지름길은 무의식을 표현하는 것이다. Jung은 이미 알려진 연상으로부터 살아 있는 상징을 창조하는 것은 불가능하다고 보았다. 그러나 같은 상징물이라도 어떤 내담자에게는 상징으로 다른 내담자에게는 기호로 기능할 수 있다. 예를 들어, 십자가는 어떤 내담자에게는 영적인 것과 물질적인 것의 신비스러운 교차점의 상징으로 기능하지만,

---

1) 모래놀이치료 핸드북. Barbar A. Turner저, 김태련 외 15명 역. 학지사. p.45.

2) 애착으로 인해 정서문제를 보이는 아동의 모래놀이치료 사례연구. 전지현. 명지대학교 대학원 석사학위논문(2011). p23-24.

다른 내담자에게는 교회와 같은 특별한 건물의 의미로 상용되기도 한다.

상징은 단지 그것이 의미를 함축하고 있을 때 살아 있다고 Jung은 주장하였다. 그러므로 추구해 온 어떤 것이 일단 직접적으로 표현되면 상징은 사라진다. 숨겨진 의미를 포함하는 상징과정은 어떤 것으로부터 단순히 끌어낼 수 있는 것이 아니라, 상징이 살아 움직여서 어떤 것을 창조해가는 것이다.[3)]

상징은 자율적 기능을 가짐으로써 인간의 의지에 따라 마음대로 생성, 소멸 시킬 수 있는 것도 아니며 다른 상징으로 대체할 수 있는 것도 아니다. 상징의 자율성은 무의식과 의식의 매개로 생성된다. 무의식의 자율성이란 무의식적 '내용'들은 의식에 통합될 수 있지만 그 '기능'들은 결코 통합될 수 없는 진술에서 명확히 드러난다. 상징을 꿈속에서 자연발생적으로 만들어내기도 하고 일상 속에서도 이미지와 상징을 만들어낸다. Jung은 집단무의식은 의식의 한계를 넘어서기 때문에 직접적인 인식의 대상이 될 수 없고 의식될 수 있는 것은 그러한 원형들의 효과뿐이다. 원형 자체는 늘 자율적인 것으로 남게 되며 이로 인해 원형들은 마음속에서 지속적으로 태어나며 인간의 의지와는 무관하게 태어난다. 상징도 이처럼 원형이 드러나는 방식으로 늘 자율적인 기능을 담당하는 것이다.[4)]

4. 상징의 초월적 기능

상징은 원형의 초월기능을 통해 의식과 무의식의 대극 통합과 초월하는 기능을 한다. 즉 상징의 본래적 특징은 서로 반대되는 두 요소를 이어줄 뿐 아니라 통합시키는 것이다. Jung은 두 가지 상반되는 요소가 서로 대극의 긴장관계를 이루고 있을 때 상징이 초월적 위치에서 대극의 긴장을 풀어주고 통합시켜 새로운 이미지를 형성하게 하는 기능의 능력을 상징의 '초월적 기능'이라고 불렀다. 초월적 기능은 신비적이거나 형이상학적인 것이 아니라 실제적이고 심리학적 기능을 의미하는 것으로 의식적 내용과 무의식적 내용의 통합에서 생겨난다. 통합은 무의식이 의식에 대한 보상적 혹은 보완적 태도를 취하기 때문에 가능하다. 상징은 한쪽으로 긴장완화 능력이 있고 다른 한쪽으로 자신의 깊은 의미를 통해 심리적 과정에 새로운 에너지의 집중을 생산하는 능력을 가진다. 이 새로운 의미차원으로 전이를 가능하게 하는 상징의 초월적 기능은 의식의 중심인 자아가 의식과 무의식을 통합하여 새로운 중심인 자기(self)의 상징으로 나아가게 된다. Jung에 의하면 이는 자기는 집단무의식의 원형 가운데 하나로 대극의 통합을 이루고자 하는 본래적인 성향으로 인간에게 유전적으로 전수되어 있고 이 자기는 도사, 그리스도상, 부처, 보물, 보석, 현자의 돌 등으로 상징화 된다.[5)]

초월적 기능의 과정에서 상징은 대극의 모든 면이 의식에서 똑같은 긴장으로 동시에 경험될 때 발생한다. 상징은 해결될 수 없는 딜레마를 해결하며 자아 통합을 통해 인성을 의식적인 자각으로 확장하고 발전시킨다. 상징 형성은 정신에너지의 증가를 통해서 가능한데 이는 매우 강력해서 성장과 발달에 작용할 수 있도록 알려지지 않은 무의식의 내용을 활성화시킨다. 상징은 원형적 핵심에서 나오는데 그것은 자아의 지점을 확장하도록 자극한다. 원형에 의해 버텨지는 특성들은 자아가 성장

3) 모래놀이치료의 본질. 야마나카 야스히로·김유숙 공저. 학지사. p.112-113.
4) 모래놀이치료에서 동물상징의 활용. 전애영. 경성대학교 대학원. 박사학위 논문(2008). p.27-29.
5) 모래놀이치료에서 동물상징의 활용. 전애영. 경성대학교 대학원. 박사학위 논문(2008). p.28.

하고 발달하며 현재의 위기에 대처하는데 필요한 것들이다.

5. 관찰하는 태도

Jung은 어떤 것이 상징인지의 판단은 관찰자의 태도에 달려있다고 말한다. 상징의 의식적·무의식적 요소들을 이야기하면서 상징적 태도란 명상의 한 형태로 의식이 합리성에 따른 버텨주기를 중단하고 더 깊은 무언가로부터 나오는 정보를 수용하게 되는 것이라고 볼 수 있다. [6)]

Jung은 원형적인 핵심 때문에 상징이 모든 정신의 유사한 측면과 맞닿아 있는 것을 관찰했다. 몇몇 사람에게서 또는 사회 그룹에서 특정한 이미지를 상징적 태도로 받아들인다면 상징은 관찰자 개개인에게 유사한 정신적 특성을 활성화 시킬 것이다. 한 가지 상징의 원형적인 구성요소는 각 개인이나 그룹 정신에 부합하는 원형적 요소를 활성화 시킨다. 물론 한 개인이 특정한 이미지에 독특한 특성을 부착시킨 경우가 있는데 이것은 상징의 집합적 의미에 비해 그 사람에게 매우 강한 에너지를 전달하고 있는 것이다.[7)]

각 내담자에게 상징은 완전한 의식도 무의식도 아니다. 이 같은 의식적이기도 하며 무의식적인 요소에 상징의 특징을 부여하는 것은 그것에 대한 관찰자의 태도에 달려있다. 그러므로 치료자는 상징이 그 자체를 넘어서 움직이는 에너지를 가질 수 있도록 행동하는 것이 중요하다. 이러한 에너지는 치료자의 관찰하는 태도에 의해 부여되기 때문에 치료자의 태도는 치료과정의 질에 상당한 영향을 준다.[8)]

Jung은 일단 의식적 자각에서 상징이 나타나고 이를 상징적 태도로 보게 되면 상징은 관찰하는 정신에 따라 작용한다고 파악했다. 관찰자의 태도가 적절히 조화를 이루어야만 상징에 의해 연결된 에너지는 정신에너지를 활성화 시키고 움직여서 관찰자의 정신이 변화하고 성장하게 된다.[9)]

* 참고문헌

모래놀이치료에서 동물상징의 활용. 전애영. 경성대학교 대학원. 박사학위 논문(2008).

모래놀이치료의 본질. 야마나카 야스히로·김유숙 공저. 학지사.

모래놀이치료의 이론과 실제. 김보애. 학지사

모래놀이치료 핸드북. Barbara A. Turner 저. 학지사

분석심리와 모래놀이치료. 김보애 엮음. 한국모래놀이치료학회

신비스러운 모래놀이치료. 김보애. 학지사.

우울 · 불안과 위축행동을 보이는 유아에 대한 모래놀이치료의 효과. 박지연. 전남대학교 석사학위논문(2008).

6) 모래놀이치료 핸드북. Barbar A. Turner저, 김태련 외 15명 역. 학지자. p.49.
7) 모래놀이치료 핸드북. Barbar A. Turner저, 김태련 외 15명 역. 학지자. p.50.
8) 모래놀이치료의 본질. 야마나카 야스히로·김유숙 공저. 학지사. p113.
9) 모래놀이치료 핸드북. Barbar A. Turner저, 김태련 외 15명 역. 학지자. p.51.

융 무의식 분석. C.G.융 설영환 옮김. 선영사.
〈전집〉 10권. 한 권으로 읽는 융. 에드워드 암스트롱 베넷. 김형섭 옮김. 푸른 숲.
Dora M. Kalff (1991). Introduction to Sandplay Therapy. Journal of Sandplay Therapy, Volume 1, Number 1.

치료놀이의 이해 및 치료놀이 과정과 실습

김향숙 / 명우임상심리연구소 소장

***안순미** / 한울 아동청소년 상담 소장

치료놀이(Theraplay)의 이해

1. 치료놀이의 기초

1) 역사

치료놀이는 1960년대 미국 헤드스타트(Head Start) 운동의 일환으로 시작된 것으로 Ann M. Jernberg 박사가 부모-자녀 관계를 기초로 고안해 낸 치료이다. 치료놀이에서의 놀이란 발달의 초기 단계에서의 놀이를 말하는 것으로 부모와 아동이 함께 관계를 형성하는 놀이를 통해 신체적·구체적·지금-여기의 경험을 강조한다.

2) 치료놀이의 개념

치료놀이는 치료(therapy)와 놀이(play)가 더해진 개념이다.

아동에게 놀이라는 것은 즐겁고 재미있으며 자연스럽고 자발적인 활동으로서, 융통성 있고 과정 중심적인 특징이 있다. 또한 놀이는 아동에게 다양한 경험을 제공함으로써 자발적이고 효과적인 학습을 유도하며 놀이를 통해 아동은 자신의 감정을 마음껏 표현함으로써 불안과 어려움, 스트레스 등을 해소할 수 있다. 그리고 자신에 대한 통제력을 갖게 되고 문제를 해결하는데, 언어로 자신의 어려움을 표현하기 어려운 아동들에게 놀이는 아동이 겪는 외상적 경험에 대한 충족되지 않은 욕구를 해결하는 것이다. 즉, 놀이를 통해 정서적 문제를 해결할 수 있는 좋은 방법이 치료놀이인 것이다.

2. 치료놀이의 원리

1) 구조

치료놀이에서 구조는 영유아의 일상생활은 규칙적인 수유, 수면과 같은 질서와 흐름으로 구성된다는데 착안하여 생성된 개념이다. 예측할 수 있는 환경을 통해서 환경의 질서와 흐름을 알아차릴 때 비로소 영아는 안정감을 느끼는데, 이것이 구조인 것이다.

구조의 과정을 통해 점차 자신이 누구인지, 다른 사람들과 어떻게 지내야 하는지, 욕구를 건설적으로 충족하기 위해 어떻게 협상해야 하는지 알 수 있고, 구조화를 통해 내면적·외부적 무질서를 극복할 수도 있다. 구조는 과잉 행동을 하는 아동, 산만하고 충동적인 아동, 무엇이든지 자기 마음대로 하려는 아동에게 적합하다.

2) 도전

치료놀이에서 아동들은 도전 활동을 통해 성취감과 자신감을 경험할 수 있다. 아동에게 자신의 껍질을 깨고 나올 수 있도록 가르치며, 성공을 격려하고 심리적 만족도 얻게 하는 것으로 재미있고 긴장감의 해소를 맛보게 해야 한다. 영아가 자신감을 획득한다는 관점에서 도전의 성공은 매우 중요한 의의가 있는 것이며, 새로운 기술의 숙달은 그 아이의 능력범위 안에서 시작되어야 한다.

부모나 밀접한 관계의 성인은 영아에게 도전을 가르치고, 도전에서의 성공을 격려하며, 영아가 신뢰감을 느낄 수 있게 하므로 긍정적 관계를 증진시키고 스트레스 해소에도 도움이 된다. 도전의 활동은 소심하고 소극적이며 위축되어 있는 겁쟁이 또는 불안하고 초조한 아동에게 적합하다.

3) 개입

개입은 건강한 부모가 영아를 혼자 외롭게 놔두지 않고 여러 가지 방법을 통해 장난을 치고 함께 놀아 주는 과정에서 착안한 개념이다. 아동은 자기 자신 이외의 세계와 접촉하고 탐색하고 타인과 차별화하며 호기심을 갖고 사회에 적응하게 된다. 그렇기에 개입 활동이 아동의 욕구와 조화를 이룰 때 부모 아동 모두 즐겁게 되고 웃음과 순수한 기쁨이 동반하게 되는 것이다. 아이들은 흥분, 재미, 예상하지 못했던 기대를 통해 세상이 살만한 곳이라고 느끼게 되는데, 개입의 활동은 일반적으로 시선을 피하는 아동, 지나치게 위축되어 있고 경직되어 있는 아동, 과잉보호 받아 사람들을 피하는 아동에게 특히 접합하며, 흥분되거나 혼돈된 행동을 보이는 아동이나 너무 쉽게 과잉자극을 받는 아동에게는 접합하지 않다.

4) 양육

치료놀이에서 양육은 사랑과 보살핌의 표현이다. 양육을 통해 아동은 안도감, 안정감, 편안함을 느끼고 이전의 충족되지 못한 욕구를 충족시킴으로서 긴장의 이완을 경험하며 사랑스럽고 소중하다는 내면의 상을 형성한다. 그리고 양육을 통해 자신이 가치 있는 존재고 사랑 받고 있으며 사람(부모)들이 자기를 좋아하고 있으며 또한 안정적이라는 느낌을 배울 수 있다. 그렇기에 양육은 모든 아동에게 필수적이지만, 보살핌을 받지 못한 공격적이고 과잉 행동하는 아이들, 또는 어린 시절이 없었던 조숙한 아동, 애어른과 같은 아이들에게 효과적이다.

5) 즐거움(재미)

치료놀이에서는 즐거움도 중요한 요소이다. 아동들은 노는 것을 좋아하기에, 모든 치료놀이의 활동들은 쉽게 참여하는 재미있는 방법에 의해서 이루어져야 한다.

3. 치료놀이의 특성

1) 관계의 발달

아동은 치료자와 함께하는 놀이를 통해 부모와 직접적인 관계를 건전하게 형성하도록 돕는다. Winnicott은 놀이는 아동의 성장과 건강을 돕는다고 주장하면서 놀이의 중요성을 언급했는데, 치료놀이는 인간발달 초기 단계의 놀이를 통해 구체적, 신체적, 지금-여기의 경험을 강조한다.

2) 성인의 책임

치료놀이에서는 성인이 아동과 함께 함으로써 그 상황을 책임지면서 상호작용을 유도해간다. 성인과 함께하는 치료놀이 활동의 즐거움은 아동이 타인과 관계를 맺는 것을 도와줄 뿐만 아니라 성인

의 리드로 안전한 환경을 경험한다. 성인의 주도를 수용하지 않으면 긍정적인 상호작용을 시작하여 회기의 탄력을 유지시킨다.

3) 퇴행욕구

발달적 접촉놀이는 아동의 퇴행욕구를 충족시킨다. 치료놀이는 아동의 퇴행욕구를 인정하는데, 이는 건강한 상호작용을 하기 위해서 퇴행은 반드시 필요한 단계라고 보기 때문이다.

4) 감정이입적 조율의 발달

치료놀이는 타인과의 상호작용에서 감정이입적 조율을 발달시킨다. 발달 초기에 어머니와 충분한 감정이입적 조율을 경험하지 못한 아동들은 타인의 감정을 잘 공감하지 못한다. 치료놀이를 통해 감정이입적 조율을 통해 아동이 자신과 타인의 감정을 이해하고 긍정적으로 상호작용하는데 도움을 준다.

5) 접촉의 강조

접촉은 자아의 감각을 발달시키며 타인과 관계 맺는 능력을 활성화시킨다. 그리고 접촉을 통해 아동은 환경을 파악할 수 있는 감각이 발달하고 자신의 가치에 대한 믿음도 생긴다. 접촉은 신체의 감각을 자극해 아동의 자아감이나 정서감에 대한 능력 계발을 촉진한다.

6) 자기조절 도모

치료놀이는 아동이 스스로를 조절할 수 있도록 돕는다. 즉, 아동이 자신의 활동수준을 조절하도록 도와주기 위해서 아동에게 필요한 규칙을 제공한다. 아동은 치료놀이 과정에서 성인이 제공하는 규칙과 놀이를 따름으로써 자신의 신체와 감정을 조절할 수 있게 된다.

7) 직접적이며 지금-여기 경험을 제공

과거에 일어난 일에 대한 이야기를 나누는 것 보다 상호작용을 회복하는 방식으로 아동의 문제적인 반응에 응답한다. 구조, 개입, 양육, 도전의 모든 차원들에는 직접적인 지금-여기 경험을 만드는 것이 포함되어 있다.

8) 즐거움

치료놀이는 상호작용적이고 신체적인 놀이를 포함한다. 그리고 치료놀이는 사전에 계획되고 조직되어야 하며 치료도구로서 놀잇감이나 장난감은 필요없으며, 치료자 자신과 아동이 놀이의 주요대상이다. 놀이는 아동을 관계안으로 끌어들이고 기쁨과 흥분의 요소를 제공한다.

9) 애착형성

안정적으로 애착이 형성된 아동에게는 다정하고, 예민하게, 그리고 일관성 있게 즐거운 상호작용을 격려하고 아동의 물음에 신속하게 반응하는 양육자가 있다. 부모가 애정을 주려는 것과 마찬가지로

아동이 애정을 받으려는 노력은 생물학적 본능이므로 놀이를 이를 충족시켜주며 부모자녀관계를 변화시킨다.

10) 긍정적 시각

치료놀이에서는 즐겁고 긍정적인 관계를 통해 아동이 스스로를 새롭게 바라볼 수 있는 시각을 개발하도록 한다. 아동이 있는 그대로를 수용하고 그들의 모든 것을 가치있게 여긴다. 아동의 자아상 및 세계관을 변화시키고 아동의 태도 및 아동이 다른 사람들에게 불러 일으키는 태도도 변화시킨다.

4. 집단 치료놀이

1) 규칙

▸ 상처주지 않기

이 규칙은 치료놀이의 양육원칙에 해당된다. 상처주지 않기의 규칙은 치료사의 말, 행동, 감정이 상처를 주거나 입히는 것이 불쾌하고 바람직하지 않은 일이라는 것을 전달하는데 집중된다. 모든 상처를 진지하게 여기고 부모가 아동의 고통에 세심하게 반응하듯 로션을 발라주고 불어주며 모든 방법으로 상처를 달래준다. 아동들이 상처입었을 때 치료사에게 말하게 하고 누군가가 상처 입었다고 생각하면 다른 사람에게 알리고, 내적-외적 상처를 모두 진지하게 받아들이도록 아이들을 고무시킨다. 집단의 구성원들은 상처입은 다른 아동들에게 로션을 발라주는 행동을 통해, 그리고 그들의 감정을 표현하고 언어로 그들의 권리를 주장하는 말을 통해 직접적으로 상처주지 않기의 규칙을 학습하게 될 것이다. 어떤 집단은 한 사람에게 상처가 생기면 모든 아동들에게 로션을 발라주는데 이는 상처를 목격하는 것도 모두에게 슬픈 경험이기 때문이다.

▸ 함께하기

이 규칙은 치료놀이 원칙의 구조와 개입에 해당한다. 어떤 이유로든 집단에서 이탈하는 아동 없이 모두 함께 참여하게 한다. 이것은 함께하는 경험, 차례 지키기, 다른 사람 기다리기, 만족지연, 간접학습에 집중하는 능력을 발달시킨다.

집단이 너무 크거나 구성원들의 요구가 너무 많고 겁이 많으며 불신하는 집단에서는 어렵다. 따라서 이 규칙을 따르는 데는 융통성이 있어야 한다. 망설이는 아동에게는 그가 참여할 준비가 되었다는 단서가 보일 때까지 친구들이 노는 것을 지켜보게 할 수도 있다. 이는 그가 다른 아동의 집단경험을 빼앗고 집단을 방해하고 문제아동의 역할을 하는 것을 막아 줄 것이다.

▸ 재미있게 지내기

이 규칙은 자극, 도전, 재미를 전달한다. 즐겁게 참여하는 집단구성원들은 목표지향적이고 경쟁적인 분위기에서 해방되어야만 한다. 치료사는 참여자들을 즐겁게 해주고, 참여자들은 그 자신들 스스로 재미있는 개입을 통해 서로가 서로를 즐겁게 해줄 수 있다.

▸ **성인의 책임지기**

개별치료놀이에서처럼 치료사가 집단회기의 책임을 진다. 즉 활동을 계획하고 언제 시작하고 언제 끝내는지, 참여자는 어디에 앉는지 무슨 일이 생기면 어떻게 다루는지와 같은 일들을 결정한다.
성인이 책임을 진다는 것은, 집단이 활동으로 과도하게 자극되었다면 게임을 중지시키고 조용한 활동을 소개하며 집단의 안정감을 증대시키기 위한 구조원리를 추가함으로써 새로운 놀이방법을 만들어내는 것을 의미한다.

2) 집단 치료놀이의 의례적 활동

▸ **체크업**

이 활동을 통해 아동은 요구하지 않더라도 타인으로부터 인정받고 존중받으며 보살핌을 받는 '주목받는 순간'을 경험하게 된다.

▸ **음식나누기**

다른 사람이 자신에게 먹여주는 것과 자신이 다른 사람을 먹여주는 것을 수용하는 것은 양육과 신뢰의 경험이다.
집단 치료놀이의 초기 단계에서는 리더가 구성원들을 먹여준다. 집단이 친밀함과 함께 좀 더 편안해지고 신뢰가 커지면 아동들끼리 서로 먹여주는 것이 가능하다.

※ 참고문헌

1. 치료놀이 / (Theraplay) / Phyllis B.Booth-Ann M.Jernberg / 윤미원 외 / 학지사
2. 애착증진 치료놀이 / Evangeline Munns / 성영혜 외 / 나눔의 집
3. 치료놀이의 이해와 적용 / 신현정 / 학지사
4. 치료놀이 I / 성영혜 / 형설출판사
5. 치료놀이 II / 성영혜 외 / 형설출판사

치료놀이의 과정과 실습

1. 치료놀이의 차원에 따른 치료놀이 활동

1) 구조

솜공 불기(Cotton Ball Blow)

: 치료사와 아동은 스카프 또는 긴 천 조각을 잡는다. 솜공을 스카프의 한쪽 끝에 두고 아동과 서로 주고받으며 분다. 또는 솜공을 집단의 두 손 위에 놓고 아동의 손 안에 불어넣는 방법도 있다. 또 다른 방법으로는 길게 접은(아동의 팔 또는 다리 길이만큼) 호일 위에서 솜공을 주고받는 방법도 있다.

솜공 하키(Cotton Ball Hockey)

: 배를 바닥에 대고 엎드린다(혹은 아동과 베개를 사이에 두고 앉는다). 솜공을 불어 솜공이 상대방의 팔 아래 또는 베개 끝에 도달하게 한다. 또는 치료사와 아동이 협력하여 양쪽에서 솜공을 힘껏 불어 솜공이 계속 둘 사이에 머무르게 할 수도 있다. 솜공을 불어 베개를 건너가기 위해 몇 번을 불 것인지 명시한 후에 하면 경쟁의 요소는 줄이고 복잡성은 더 증가시킬 수 있다. 이때 한 번 불어서 하는 것은 쉽지만, 두세 번 불어서 도달하도록 조절하는 것은 더 어렵다.

손, 발 또는 몸 그리기(Drawing Around Hands, Feet, or Bodies)

: 종이에 아동의 손 또는 발을 그린다. 이때 아동의 표정을 주기적으로 보면서 반드시 반응을 살펴보아야 한다. 전신 그리기는 아동이 더 많은 시간을 누워 있어야 하기 때문에 좀 더 도전적일 수 있고 아동이 무방비 상태로 느끼도록 만들지도 모른다. 그러므로 전신 그리기를 하려면 치료를 통해 신뢰가 형성될 때까지 기다려야 한다. 그림을 그리는 동안 아동과의 언어적 접촉은 반드시 지속해야 한다. 예를 들면, “지금 발목으로 가고 있어, 겨드랑이로 가려고 해.”

신체치수 재기(Measuring)

: 아동의 키, 팔, 다리, 발, 손 등의 길이를 재고 나중에 비교해 볼 수 있도록 기록해 둔다. 테이프, 실, 리본을 사용할 수 있다. 아동의 미소, 귀의 길이, 머리 둘레, 얼마나 높이 뛸 수 있는지 등과 같은 것들도 재어 볼 수 있다. 과일맛 테이프를 사용할 수도 있는데, 치수를 잰 후 측정한 길이만큼 찢어서 아동에게 먹여 준다. “이건 너의 미소의 크기야.” 라고 말함으로써 아동에게 구조와 양육을 동시에 제공할 수 있다.

거울놀이(Mirroring):

아동과 마주 보고, 팔, 얼굴 또는 다른 신체 부위를 움직이면서 아동에게 똑같이 움직여 보라고 한다. 매우 활동적인 아동에게는 느린 동작을 하거나 속도에 변화를 줄 수 있다. 번갈아 가며 리더가 된다.

휴지 뜯고 나오기(Toilet-Paper-Bust-Out)

: 아동의 다리, 팔, 또는 몸 전체를 휴지, 종이타월, 주름종이로 감싼다. 망설이는 아동에게는 무슨 일이 일어날지 알려 주기 위해 아동이 팔을 앞으로 내밀어 맞잡게 하고 그 팔부터 감는다. 신호를 주면 아동이 감싼 것을 뚫고 나오게 한다.

콩주머니 게임

: 콩주머니 또는 부드러운 장난감을 치료사의 머리위에 올려놓고, 자신의 손을 아동의 펼친 손 아래에 놓은 다음, 신호를 준 후 고개를 숙여 아동의 손 안으로 콩주머니를 떨어뜨린다. 이를 번갈아 가며 한다.

▸ 변형 : 잘 잡지 못하는 아동을 위해서는 치료사가 아동의 손을 같이 잡아 주오 함께 콩주머니를 잡는다. 또는 잡지 않고 손을 벌리게 하여 콩주머니를 그 안으로 떨어지게 할 수도 있다.

팔 안으로 뛰기

: 아동을 베개나 소파에 서게 한 후, 신호를 주어 아동이 집단의 팔 안으로 뛰어들게 한다.

색깔점토 짜기 또는 찍기

: 치료사는 색깔점토 한 덩어리를 아동의 양손 사이에 쥐어 주고 아동의 손을 감싼다. 아동의 눈을 바라보면서 “짜세~요!”라고 말하며 색깔점토를 쥐고 있는 아동의 손을 치료사의 손으로 꽉 눌러준다. 이러한 강한 압력은 조절이 안 되는 아동을 조직화하는데 도움이 될 수 있다. 생깔 점토를 손가락, 손, 발 도장을 찍는데도 사용할 수 있다.

비눗방을 터트리기

: 치료사가 비눗방울을 불어 채로 잡는다. 아동이 손가락, 발가락, 팔꿈치, 어깨, 귀와 같은 특정한 신체부위로 비눗방울을 터트리도록 한다. 비눗방울은 어린 아동들의 흥미를 쉽게 사로잡기 때문에 이렇게 구조화된 방식으로 사용할 수도 있고 더 자발적으로 참여하게 하는 방식으로 하여 개입활동으로 사용할 수도 있다.

2) 개입

소리나는 몸(Beep and Honk Variation)

: 얼굴이나 몸의 특정한 부위를 누르며 소리를 낸다. 예를 들어, 무릎을 누르며 코끼리 소리를 낸다. 여러 가지 다른 접촉을 하면서 어느 부위에서 어떤 소리를 냈는지 기억하도록 한다.

체크업(Checkups)

: 코, 턱, 귀, 볼, 손가락, 발가락, 무릎 같은 신체 부위를 보며 따뜻한지 혹은 차가운지, 단단한지 혹은 부드러운지, 꿈틀거리는지 혹은 가만히 있는지 살펴본다. 주근깨, 발가락, 손가락, 손가락 마디를 세어 본다. 근육이 얼마나 강한지, 얼마나 높이 뛰어오르는지 살펴본다.

호일 조각(Foil Prints)

: 아동의 팔꿈치, 손, 발, 얼굴, 귀 또는 다른 신체 부위를 알루미늄 호일로 감싸 모형을 만든다. 호일 아래에 베개를 놓으면 푹신하기 때문에 아동의 손이나 발로 누르면 손가락과 발가락 자국을 만드는 데 도움이 된다. 부모에게 호일로 본 뜬 모형이 아동의 신체에서 어떤 부분인지 맞히게 할 수도 있다. 이 활동은 몸의 모양과 경계를 나타내기 때문에 구조활동이기도 하다.

숨바꼭질(Hide and Find)

: 솜공(포장된 사탕, 로션이나 파우더 터치)을 아동의 어딘가(소매 또는 접힌 소매, 옷깃 아래, 귀 뒤)에 숨긴다. 학령기 아동에게는 솜공을 스스로 숨기게 할 수 있다. 부모나 다른 성인이 있다면 성인이 솜공을 찾게 하고, 없다면 치료사가 솜공을 찾는다. 어린 아동의 경우 물건을 어디에 숨겼는지 성인에게 보여 주고 싶어 할 것이다. 치료사는 이러한 아동의 행동이 놀이에 대한 열정적 몰입이라는 것을 부모가 받아들이도록 도와야 한다.

손가락과 손가락 마디 세기(Counting Fingers And Knuckles)

: 한 손은 1에서 5까지 세고 다른 손은 10부터 6까지 거꾸로 센다. 어리둥절한 표정으로 "5 더하기 6은 11이야. 네 손가락이 11개니?" 라고 말한다. 학령기 이후 아동은 농담을 즐길 것이고, 어린 아동들은 이해하지 못할 것이다. 치료사는 양손의 모든 손가락 마디를 셀 수도 있다. 아동들은 종종 28개의 마디가 있다는 것을 알고 놀란다.

특별한 악수 만들기(Create a Special Handshake)

: 집단과 아동은 번갈아 가며 새로운 동작(예: 하이파이브, 손잡기, 손가락 꿈틀거리기 등)을 더해 특별한 악수를 만든다. 이 악수 동작들은 여러 회기에 걸쳐 누적될 수 있고, 회기의 시작 또는 끝을 알려 주는 의식이 될 수 있다. 부모가 참여하는 치료 회기에 사용하기 좋다.

3) 양육

먹여 주기(Feeding)

: 치료사는 아동을 두 팔로 부드럽게 안고 푸딩, 사과주스나 다른 주스를 먹인다.

상처 돌보기(Caring for Hurts)

: 아동의 특별한 특징들을 살펴보는 일반적인 체크업 중의 하나로 상처 난 곳, 흉터 등을 살피고 돌보는 활동이다. 로션을 상처 혹은 그 주변에 바르고 솜공으로 만져 주거나 '호' 하고 불어 준다.

그리고 다음 회기 때 다시 그 부위를 살펴준다. “네게 얼마나 많은 상처들이 있나 보자.” 라는 말을 해서는 안 된다.

솜공 또는 깃털 맞히기(Cotton Ball or Feather Guess)

: 먼저 아동의 손을 솜공과 깃털로 건드린 후 감촉을 느껴 보게 한다. 아동에게 두 가지 감촉의 차이에 대해 묻는다. 그런 다음 아이의 눈을 감게 한 후 집단이 신체의 어느 부위를 건드렸는지, 깃털이었는지 혹은 솜공이었는지를 맞히도록 한다. 이 활동은 양육에 도전적 요소를 더한 활동이다. 만약 아동이 눈을 감는 것을 불편해한다면 다른 곳을 보고 있도록 한다.

솜공 터치(Cotton Ball Touch)

: 먼저 아동에게 손을 내밀게 한 후 시범으로 손가락 하나를 부드럽게 건드린 후 어느 손가락이었는지 아동이 손가락으로 가리키거나 이야기해 보도록 한다. 그 후 아동의 눈을 감게 한 다음(아동이 눈 감기를 불편해하면 고개를 돌리도록 한다) 솜공으로 부드럽게 아동의 신체 한 부위를 만져준다. 눈을 뜨게 한 후 어느 부위였는지 맞히게 한다.

아동 꾸며 주기(Decorate Child)

: 색깔 점토, 크레이지 폼, 주름종이 색테이프, 알루미늄 호일을 이용하여 반지, 목걸이, 팔찌를 만들어 준다.

페이스 페인팅(Face Painting)

: 아동의 볼에 꽃, 하트를 그려 주거나 공주나 왕자처럼 꾸며 준다. 남자아이들과 아빠들에게는 턱수염과 콧수염을 그려 주면 재미있어 할 것이다. 이 활동의 변형으로 부드러운 붓을 가지고 아동의 얼굴에 그림 그리는 시늉을 할 수 있다. 붓결을 따라 아동의 볼이 얼마나 예쁜지, 눈썹이 얼마나 사랑스러운지 등에 대해 이야기해 준다.

로션 또는 파우더 도장 찍기(Lotion or Powder Prints)

: 아동의 손과 발에 로션을 바른 후 종이, 바닥의 매트, 방석, 어두운 색의 옷, 거울 등에 찍어 본다. 만약 치료사가 로션 도장 찍기를 어두운 색의 종이 위에 했다면 그 위에 파우더 가루를 뿌린 후 입으로 바람을 불거나 흔들어 파우더 가루를 제거하여 그림이 더욱 선명하게 보이도록 할 수도 있다. 이 때 파우더 가루가 아동의 얼굴 쪽으로 가지 않게 주의한다.

로션, 파우더 바르기(Lotioning or Powdering)

: 로션이나 파우더를 아동의 팔, 손, 다리, 발 등에 발라 준다. 바르는 중 노래를 만들어 불러 줄 수도 있다. “오, 로션, 오, 로션, 사라의 발에 바른 / 느낌이 좋아요, 좋은 느낌이에요. 오, 로션, 오, 로션, 사라의 손에 바른 / 느낌이 좋아요, 좋은 느낌이에요.” 아동의 감각 욕구에 주의를 기울여 강

한 압력을 주거나, 촉각적으로 예민한 아동의 경우 로션보다는 파우더를 사용하도록 한다.

파우더 바르기(Powder Palm)

: 아동의 손바닥에 파우더를 뿌리고 손금이 선명히 보이도록 문지른 후 손바닥에 나타난 모양과 글자를 살핀다. 부모의 손바닥에도 해 보고 아동의 손바닥과 부모 손바닥의 닮은 부분과 다른 부분에 대해 찾아보도록 한다.

미끌미끌 쭉(Slippery, Slippery, Slip)

: 이 활동은 로션 활동 중 깜짝 놀람을 포함하는 활동이다(이 활동은 아동의 신체에 강한 압력을 주는 기회가 되기도 한다). 먼저 아동의 팔이나 다리에 로션을 바른다. 그 후 단호하게 아동의 팔이나 다리를 잡고 "미끌미끌 쭉." 이라고 말하며 당긴다. 미끄러운 팔이나 다리를 놓으며 과장되게 뒤로 넘어지는 척한다. 다른 방법으로는 아동이 얼마나 빨리 자신의 손을 치료사의 미끄러운 손에서 빼내는지, 그리고 다시 당신의 손을 재빨리 움켜쥐는지 보는 것이다.

4) 도전

풍선 테니스(Balloon Tennis)

: 신체의 특정 부위를 이용하여 바닥에 떨어지지 않게 풍선을 쳐 올린다. 예를 들어, 머리로, 손으로, 손을 사용하지 않고, 또는 어깨를 사용해서 해 본다. 만약 발을 사용한다면 모두 바닥에 누워 발로 풍선을 떨어트리지 않고 부드럽게 쳐야 한다. 더욱 구조적이고 집중적으로 활동하기 위해 얼마나 오랫동안 떨어트리지 않고 풍선을 칠 수 있을지 목표를 세울 수도 있다(예: "20을 셀 때까지 해 보자.").

신문지 펀치, 바구니 골인(Newspaper Punch, Basket Toss)

: 아동의 앞에 신문지를 팽팽히 펴서 잡는다. 신호를 주면 신문지를 격파하도록 한다. 이때 치료사는 신문지를 팽팽하게 꽉 잡아 아동이 주먹을 날렸을 때 찢어지는 느낌이 만족스럽도록 해야 한다. 격파하였을 때 치료사의 가슴에 맞지 않도록 종이를 잘 들었는지 확인해야 한다. 이 활동의 확장으로 두 번째, 세 번째 차례엔 다른 쪽 손을 사용하도록 하거나 다른 신호를 줄 수도 있다. 신문지 뭉치를 꼭꼭 뭉쳐 공을 만들어 치료사가 양팔로 골대를 만든 후 아동에게 골인하도록 시킨다.

씨 뱉기 시합(Seed-Spitting Contest)

: 아동에게 수박이나 오렌지 등 씨가 있는 과일을 먹여 준다. 치료사 역시 먹어야 하며 각자 씨를 모은다. 아동에게 할 수 있는 만큼 멀리 씨를 뱉도록 한다. 치료산ㄴ 가능한 한 아동이 씨를 뱉은 위치에 가깝게 씨를 뱉는다. 작은 사탕, 콩 혹은 다른 작은 물체들을 사용할 수도 있다.

솜공, 마시멜로 또는 신문지 공 싸움(Cotton Ball, Marshmallow, or Newspaper Ball Fight)

: 먼저 두 팀으로 나눈다. 솜공, 마시멜로, 신문지 공을 이용하여, 각 팀이 상대 팀에게 자신에게 있는 모든 공들이 없어질 때까지 던진다. 방석으로 방패를 만들고 그 뒤에서 던지게 해도 좋다.

솜공 또는 탁구공 불기(Cotton Ball or Ping-Pong Blow)

: 모두가 바닥에 배를 대고 엎드린다. 한 사람이 원의 건너편 쪽 한 사람의 이름을 부르고 그에게 솜공을 분다. 이름이 불린 사람은 다시 다른 사람의 이름을 부르며 자신이 받은 공을 그 사람에게 불어 준다. 이런 방식으로 원 안에 솜공이 왔다 갔다 돌아다니게 한다.

엄지손가락, 팔 또는 다리 씨름(Thumbs, Arm, or Leg Wrestling)

: 손을 마주 잡고 엄지손가락을 이용하여 씨름을 하는 것이다. 엄지 손가락 밑에 상대방의 손가락이 눌려져 있으면 승리하는 것이다. 시작신호를 주고 성인이 활동을 안내하며 안전하게 진행하는 것이 필요하다.

협동경주(Cooperative Race)

: 이 활동은 다양한 방식으로 진행될 수 있다. 방안을 가로지르며 탁구공을 교대로 불기, 풍선 발로 차기 등을 할 수 있을 것이다. 팀으로 나누어 진행하거나 얼마나 빨리 골에 도달하는지 시간을 재는 것으로 진행할 수도 있다.

치료놀이 활동

원리		영유아(1~3세)	학령기 이후(8~15세)	모든 연령
구조	개별	- 콩주머니 게임 - 팔 안으로 뛰기 - 쎄쎄쎄(구조, 개입) - 색깔점토 짜기 또는 찍기 - 비눗방울 터뜨리기	- 눈 신호 따라가기 - 빨간불, 초록불 - 이인삼각 - 휴지 뜯고 나오기	- 솜공 불기 - 솜공 하키 - 손, 발 또는 몸 그리기 - 신체 치수 재기 - 거울 놀이 - 땅콩버터 젤리 - 손탑 쌓기
	집단	- 담요 통과하여 부모에게 가기	- “엄마, 해도 돼요?” - 00가 말하길 - 줌-얼크-스프래시	- 리더 따라 하기 - 재미있는 방식으로 방 건너기 - 호키포키 - 모터보트 - 노래 부르며 함께 움직이기
개입	개별	- 소리나는 얼굴 - 안녕, 잘가 - 똑똑! 누구세요 - 까꿍놀이 - 볼풍선 터뜨리기 - 팝콘 발가락 - 비행기 태우기 - 스티커 붙이기 - 끈적이는 코 - 아기에게 말 태우기 - 아기돼지 이야기 - 꿈틀거리는 발가락	- 손가락과 손가락 마디세기 - 특별한 악수 만들기 - 박수치기 놀이	- 소리나는 몸 - 불어 넘어뜨리기 - 체크업 - 호일 조각 - 숨바꼭질 - 말타기 - 밀고 당기기 - 노젓기
	집단			- 담요 전달 - 숨바꼭질 - 아동에게 지시문이나 다른 물건을 숨기고 부모가 찾도록 하기 - 자석놀이 - 콩주머니 올려놓기 - 재미있는 표정 전달 - 신체 터치 전달하기 - 누구 발가락일까
	개별	- 솜공으로 달래주기 - 먹여주기 - 자장가 불러주기	- 도넛 또는 과자 먹기 - 손톱 또는 발톱 꾸며 주기 - 파우더 발자국 - 지워지는 타투 - 등 글씨 알아맞히기	- 상처 돌보기 - 솜공 또는 깃털 맞히기 - 솜공 터치 - 아동 꾸며주기 - 페이스 페인팅 - 깃털 꾸며주기

원리		영유아(1~3세)	학령기 이후(8~15세)	모든 연령
양육				- 먹여주기 - 로션 또는 파우더 도장 찍기 - 로션, 파우더 바르기 - 물감 그림 그리기 - 파우더 바르기 - 피자, 타코, 핫도그, 쿠키 반죽 준비하기 - 미끌미끌 쭉 - 부드럽고 뻣뻣하게 - 작은 별 노래
	집단	- 신발, 양말 경주 - 특별한 뽀뽀		- 이불 요람 태우기 - 페이스 페인팅 - 부채질 해주기 - 터치 전달하기 - 일기예보
도전	개별	- 기어가기 경주	- 균형 잡기 활동 - 풍선 균형 잡기 - 파트너와 함께 일어서기 - 웃게 만들기 - 엄지 손가락, 팔 또는 다리 씨름 - 손수레	- 방석 위에서 균형잡기 - 풍선 테니스 - 비눗방울 테니스 - 솜공 경주 - 깃털 불기 - 격파하기 - 마법 양탄자 타기 - 길이 재기 - 신문지 펀치, 바구니 골인 - 솜공 또는 다른 작은 물건을 발가락으로 들어 올리기 - 방석밀기 - 씨 뱉기 시합
	집단	- 빠져나오고 들어가기	- 협력하여 나르기 - 협동 경주 - 엉킨 것 풀기	- 솜공, 마시멜로 또는 신문지 공 싸움 - 솜공 또는 탁구공 불기 - 풍선치기 - 신발과 양말 경주 - 줄다리기 - 터널 통과하기

※ 참고문헌

1. 치료놀이 / (Theraplay) / Phyllis B.Booth-Ann M.Jernberg / 윤미원 외 / 학지사
2. 치료놀이 I / 성영혜 / 형설출판사
3. 치료놀이 II / 성영혜 외 / 형설출판사

Memo

아동의 기질적 성향이해

백현주 / 공감심리학습연구소 소장

***송영현** / 성균관 대학교 대학원 아동임상심리 전공

아동의 기질적 성향 이해

백 현 주
(맘스멘토연구소 소장)

1. 기질의 정의 및 구성차원

1) 기질의 전통적인 정의(Allport, 1961)

・기질은 주로 유전적 정서의 본질 즉 감정적 자극에의 민감성, 습관적인 반응, 일반적 강도와 속도, 일반적인 기질의 질, 기분의 동요와 강도 등의 모든 특성을 포함한다.
. 기질을 구성하는 특성은 대개 유전적인 것이다.

2) Tomas & Chess(1977)

・기질이란 성격의 양식적인 질(stylistic qualities)로서 행위가 수행되는 일관된 패턴 즉 how를 의미하며, 행위의 동기인 why나 what이 아니라고 하였다.
・이들은 생후 초기에 나타나는 구성적인 행동경향으로서의 기질을 강조했다.
① 활동수준
② 반응강도
③ 반응역
④ 기분의 질
⑤ 적응성
⑥ 접근-철회성
⑦ 주의전환성
⑧ 주의집중 및 지속성
⑨ 규칙성

3) Rothbart & Derryberry(1981)

・기질은 사회적 상호작용을 위해 중요한 심리생물학적 특성이다.
・기질의 기본 과정은 반응성(reactivity)과 자기조절(self-regulation)로서 기질이란 이 기본 과정에 구성적으로 근거하는 개인차이다.
・구성적이라는 것은 개인에 있어 비교적 지속적인 생물학적 특성으로서 시간의 흐름에 따라 유전,

성숙, 경험에 의해 영향 받는 것을 의미한다.

- 반응성이란 운동활동, 미소와 웃음, 두려움, 고통, 자기조절 등의 반응을 강화 또는 억제하는 과정들을 의미한다.
  ① 활동수준
  ② 미소와 웃음
  ③ 두려움
  ④ 제한에의 고통
  ⑤ 지속적 지향
  ⑥ 진정성

2. 성격심리학: 성향적 관점

1) 성향적 관점의 출발

성향적 관점의 출발은 고대의 히포크라테스(Hippocrates, 460~377 B. C.)와 갈렌으로 거슬러 올라간다. 히포크라테스는 고대 그리스의 의사로 인간 신체에 네 가지 체액인 혈액(blood), 흑담즙(black bile), 황담즙(yellow bile), 점액(phlegm)이 있다고 제안하여 성격을 구분하였고 이후 갈렌(Galen, A. D. 200년경) 히포크라테스의 체액론에 근거하여 네 가지 체액에 일치하는 기질(temperament)인 다혈질(sanguine), 우울질(melancholic), 담즙질(choleric), 점액질(phlegmatic)이 있다고 주장하였다. 이 후 칸트(독일의 철학자)는 히포크라테스의 네 가지 기질을 감정(feeling)과 활동성(activity)의 두 차원에서 재조직하였는데 우울한 사람은 연약한 감정을, 다혈질은 강한 감정을 가지고 있고, 점액질은 미약한 활동성을 보이며, 담즙질은 강한 활동성을 가지고 있다고 보았다. 이러한 관점은 성향을 유형(type)으로 설명한 것인데 이후 성향적 관점의 성격이론가들은 성격을 한 개인이 연속되는 차원에서 정도의 차이를 보이는 특질(traits)로 설명한다.

2) 특질이론의 토대

분트는 네 가지 기질을 변화성(changeability)과 정서성(emotionality)에서의 정도 차이로 나누면서 범주형 유형을 연속형 차원으로 바꾸었다. 이후 크래머츠의 신체유형(body build)와 성격 그리고 정신장애와의 관련성을 발표하였고, 그의 제자 셀돈은 신체형과 기질에 근거하여 특질이라는 용어를 사용하여 성격을 설명하여 현대성격이론인 특질이론의 중요한 토대가 마련된다.

3) 성향적 관점: 특질 이론

특질이론가인 아이젠크는 성격을 환경에 대한 개인의 독특한 적응에 영향을 끼치는 인격(character), 기질(temperament), 지성(intellect), 신체(physique)의 요소들이 안정되고 영속적으로 조직화된 것이라고 정의하고 인격은 의지, 기질은 정서, 지성은 지능, 신체는 외형 및 내분비 특성과

관련된다고 보았다(Eysenck, 1970). 아이젠크는 다양한 성격특질간의 관계를 요인분석하여 생물학적 이론을 구성한 후 실험연구를 하는 방법으로 성격의 세 가지 유형 즉, 내향성/외향성, 안정성/신경증, 충동 통제/정신증으로 분류하여 이를 평가하는 EPQ(Eysenck Personality Questionnaire) 검사를 개발하였다.

카텔은 성격을 개인이 주어진 상황에서 무엇을 할 것인가를 예언하는 것으로 보았다. 그리고 정상인을 대상으로 한 연구를 통해 광범위한 행동의 관찰과 자료를 가지고 과학적인 방법으로 측정치를 수집한 후 이를 요인분석하였는데 이렇게 형성된 요인들을 특질이라 불렀다. 특질은 성격의 정신적 구성요소이며, 행동의 규칙성, 일관성을 설명하는 근본적인 구성개념이다. 카텔은 요인분석으로 도출된 16가지 성격요인을 16PF(16 personality factors) 검사를 개발하였다.

카텔 이후에도 성격이론가들은 성격차원의 수를 가능한 줄이면서 문화적으로 보편적인 특질군을 찾고자 하는 노력을 계속하였고 여러 연구자들의 지속적 연구를 통해 성격의 차원을 5가지 요인으로 수렴하여 5요인 모델(Big Five)이 제시된다. 5가지 성격 요인은 신경증(Neuroticism: N), 외향성(Extroversion: E), 개방성(Openness: O), 우호성(Agreeableness: A), 성실성(Conscientiousness: C)이며 이를 평가하는 NEO-PI검사가 개발되었다.

3. 성향적 관점의 심리검사: KEIF 성향 검사

1) KEIF 성향 검사 소개

- **KEIF 캐릭터** 검사는 자기 자신에 대한 이해를 기초로 다른 사람과 성숙한 관계를 맺을 수 있도록 돕기 위해 제작된 검사로 Catell의 16PF 이론과 히포크라테스부터 시작된 대표적 성격유형 분류의 4대 기질론을 토대로 개발되었으며, 요인분석법을 통하여 4가지 대표 성격유형과 16가지 하위 성격요인을 추출한 성격검사이다.

- 사람의 인격을 이루는 3가지 요소(지,정,의)의 무게중심에 따라 **지식형**(**K**nowing), **감정형**(**F**eeling), **의지형**(**W**illing), 그리고 **융합형**(**F**usion)으로 설명한다. 각 성향은 구별이나 좋고 나쁨이 아닌 서로의 다름을 나타내는 비율적 차이로 설명된다.

- 각 성향은 선천적으로 부모로부터 타고난 것으로 대게 두 가지 혹은 세 가지 성향이 조합되고, 자라면서 환경적 영향에 따라 장·단점이 발달 또는 소멸되어 다양한 성격을 형성하여 개인차를 보이게 된다.

2) KEIF 4가지 대표 성격유형

① 감정형

감정형의 핵심 욕구는 '즐거움'이다. 감정형은 무엇을 결정할 때 재미있느냐, 즐거운 활동이냐를 기준으로 선택할 확률이 높다. 또한 이들은 스트레스도 삶이 재미없다고 느껴질 때 발생할 확률이 높다. 그리고 감정형은 자신과 타인을 바라보는 관점이 모두 긍정적인 편이다. 감정형은 다른 사람들이 애정과 관심을 보이며 자신에 대해 칭찬하고 반응(reaction)해 주기를 바란다.

② 의지형

의지형의 핵심 욕구는 '주도'이다. 무엇을 결정할 때 내가 주도하느냐 주도하지 못하느냐로 결정할 확률이 높다. 또한 이들은 상황이나 일이 자신의 뜻대로 되지 않을 때 스트레스를 받을 확률이 높다. 그리고 의지형은 자신에 대해서는 긍정적인 시각으로 바라보지만 타인과 세상은 비판적 시각으로 바라본다. 이러한 시각을 기본으로 자신이 더 옳다고 확신하게 된다. 그리고 다른 사람들이 자신을 신뢰하며 따르고 감사하기를 바란다.

③ 지식형

지식형의 핵심 욕구는 '체계'이다. 무엇을 결정할 때 이것을 할 만한 가치가 있는지를 가장 먼저 따진 후 관련 자료를 찾아보고 될 수 있는 한 다양한 시각에서 점검하며 심사숙고 하며 결정할 확률이 높다. 지식형의 경우 일이 계획대로 되지 않거나 체계가 잡혀 있지 않을 때 스트레스가 발생할 확률이 높다. 그리고 지식형은 자신과 타인에 대해 기본적으로 비판적 시각을 가지고 있다. 이 시각을 기본으로 자신은 늘 부족하다고 여기며 세상도 늘 부족한 것으로 가득하다고 생각 할 수 있다. 그리고 다른 사람들이 자신을 존중해 주기를 바란다.

④ 융합형

융합형의 핵심 욕구는 '안정'이다. 스트레스 또한 삶이 안정적이지 않고 해야 할 일이 너무 많다든가 마음이 편치 않는 불안요소가 많을 때 발생할 확률이 높다. 무엇을 결정할 때 나 혼자만의 생각대로 결정하기 보다는 많은 사람들의 의견을 듣고 다수가 결정한 일을 따라 결정할 확률이 높다. 융합형은 자기 자신에 대해서는 비판적 시각을 가지고 있고 타인과 세상을 긍정적 시각으로 바라본다. 이 시각을 기본으로 자신보다는 타인의 의견을 수용하며 타인의 요구에 응하는 경우가 많다. 그리고 다른 사람들이 자신에 대한 존재자체를 중요하게 생각해 주길, 지금의 안정을 깨뜨리지 않길 바란다.

3) 16가지 하위유형

① 정서성: 대인관계와 의사결정에 있어서 정서의 의존 정도

- 감정의 풍부함
- 표현의 다양함
- 느낌과 기분의 중시
- 낙천성
- 피부접촉

② 사교성: 대인관계 및 외향적 활동성
- 사람을 좋아함
- 폭넓은 관계
- 친화력
- 외향적
- 활동적

③ 표현성: 대인관계에서 표현의 적극성
- 목소리가 크고 뚜렷
- 반응을 잘함(리액션 좋음)
- 유머 있음
- 애교 많음
- 명랑

④ 개방성: 사고의 경향에 있어 융통성과 호기심, 상상력
- 호기심
- 융통성
- 독특한 아이디어
- 상상력

⑤ 리더십: 대인관계와 의사결정에 있어서의 주도성
- 주도적
- 카리스마
- 통찰
- 자신감
- 지도자
- 설득력

⑥ 자기결정성: 의사결정방식
- 직관적 결정
- 자기확신적
- 빠른 결정
- 독립적

⑦ 목적지향성: 대인관계나 사고의 경향에 있어 목적에 대한 태도
- 결과중심
- 바른 실행
- 직설적
- 높은 효율성
- 성취지향

⑧ 열정: 일을 대하는 열정적 태도

- 도전적
- 모험적
- 승부욕
- 강한 추진력
- 일 중심
- 에너지

⑨ 체계성: 정보를 조직하고 일을 처리하는 방식

. 이성적, 논리적

- 계획적, 정리정돈
- 분석적, 정교함
- 완벽주의

⑩ 학구열: 배움에 대한 태도

- 정보수집
- 탐구심
- 강한 몰입
- 사색적, 내향성

⑪ 자기통제성: 행동과 사고에 대한 통제력

- 진지함
- 신중함, 심사숙고
- 강한 책임감
- 마무리를 잘함

⑫ 규범성: 도덕과 정직에 대한 태도

- 정의추구, 양심적
- 가치추구, 진정성
- 예의바름
- 규칙준수
- 자기반성

⑬ 타인중심성: 의사결정에 있어서 집단의견에 대한 가치

- 협력적
- 헌신적
- 조화로움
- 참여적
- 지지자

⑭ 온정성: 대인관계에 있어서 타인을 대하는 태도

- 타고난 배려심
- 넓은 이해심
- 친절, 상냥, 부드러움
- 온순, 다정함
- 변화를 세심하게 감지

⑮ 안정성: 일이나 상황에서 안정을 추구하는 성향
- 평화
- 편안함
- 여유로움
- 꾸준함

⑯ 수용성: 대인관계에서 타인의 요구를 수용하는 정도
- 협조적
- 관대함
- 친화력
- 적이 없음
- 까다롭지 않음
- 인내심, 자기희생적

4) 도움이 필요한 요인

① 감정형

대화독점, 시끄러움, 산만함, 과장이 심함, 진지하지 않음, 변덕스러움, 깊이 없음, 가벼움, 정리정돈 안됨, 쉽게 지루해 함, 덜렁됨, 비판을 싫어함.

② 의지형

성격이 급함, 지시적, 조정하려함, 세세하지 못함, 잘난 척, 과정을 무시, 참을성이 없음, 화를 냄, 지는 것을 참지 못함, 일중독, 인기 없음

③ 지식형

강박적, 융통성부족, 유머부족, 한없이 붙들고 있음, 사소한 것을 문제 삼음, 쉽게 시작하지 못함, 잘 후회함, 즉각적이지 못함, 전환이 쉽지 않음

④ 융합형

열정 없음, 결단력 부족, 나서지 않음, 느림, 개성이 없음, 변화와 발전이 더딤, 게으름

5) 아동을 위한 적용

① 감정형

강점	약점
감정 읽어주기, 터치, 다양한 감정언어 다양한 활동의 기회제공, 함께 할 수 있는 협동놀이제공 의사소통의 기회제공, 특별한 날 이벤트는 중요 자율성 보장	최소한의 규칙, 일관성있는 양육, 약속지키기, 건강한 감정표현 다양한 활동의 기회제공, 함께 할 수 있는 협동놀이제공 대화를 독점하지 않도록, 경청훈련 규칙지키기, 보드게임류 추천, 정리정돈, 마무리하기

② 의지형

강점	약점
주도권부여 선택권부여, 가급적 빠르게 반응해주기 역할부여, 과정에 대한 칭찬 바깥 활동놀이, 운동, 취미생활	만족지연훈련, 논리적결과부여, 실패를 경험하도록 기회제공 예의범절교육, 부모의 주도권명확히하기, 배려하는 훈련, 역할놀이 분노조절훈련, 가치에 대한교육 올바른 방향설정, 배려하기

③ 지식형

강점	약점
예상되는 일 미리 알려주기 가급적 규칙적, 계획적인 일상, 정리정돈, 꼼꼼한 보살핌 정기적인 서점, 도서관 방문, 혼자만의 시간제공 진지하고 세심한 반응 규칙함께 정하기, 자원봉사	감정 읽어주기, 감정 표현하기 친구들과 추억만들어 주기, 오랜 시간 혼자 놀이에 빠지지 않게 관심 가지기 화제전환시켜주기 다양한 감정표현, 개방형질문하기 융통성발휘하기, 자유도가 높은 놀이제안

④ 융합형

강점	약점
존재 자체에 대한 칭찬 섬세한 챙김, 작은 변화에 관심 남을 돕는 구체적인 방법 제시 아이와 함께 놀아주기, 실수에도 격려해주기, 기다려주기 다정하게 대하기, 부드럽게 대하기, 양보하고 배려하기 차분하게 이야기하기, 충분한 쉬는 시간 주기	스스로 선택할 수 있는 기회제공, 베이비 스텝 (작은 시도에 반응) 본인의 의견 물어보기, 의견 지지해주기, 친절하게 반응하기, 장단점 생각하고 말하기 거절하는 방법 알려주기, 성공경험 누적 적절한 자극 주기, 참여시키기 의견나누기 불안한 갈등상황 만들지 않기 많은 과업 주지 않기

※ 참고문헌

노안영 · 강영신(2006). **성격심리학**. 서울: 학지사.

박경애(1997). **인지 · 정서 · 행동치료**. 서울: 학지사.

백현주 · 이성관(2006). **KEIF 전문가과정: 초급**. 서울: 맘스멘토.

이상우 · 정종진 역(1984). **인간성격의 이해**. 서울: 중앙적성출판사.

이춘재 외 역(2011). **발달정신병리학**. 서울: 박학사.

아동의 강점 강화를 위한 집단 놀이 치료

백현주 / 공감심리학습연구소 소장

***오혜민** / 성균관 대학교 대학원 아동임상심리 전공

아동의 강점 강화를 위한 집단 놀이치료

백 현 주
(맘스멘토연구소 소장)

1. 게슈탈트 집단 놀이치료

1) 게슈탈트 치료

- 게슈탈트 치료는 인간적이며 과정중심의 치료법으로 현재에 대한 알아차림과 즉각적인 경험을 강조하는 존재론적 접근법
- 근본적으로 생태학적 이론(Yontef & Jocobs, 2000): 환경과의 상호작용을 통해 유기체가 살아가기 때문(Blom, R., 2004).
- 게슈탈트 치료의 목적은 내담자의 총체성에서 경험되는 것을 수용하도록 돕는 것
- 총체성: 게슈탈트 치료의 가장 중요한 개념으로 개인은 전체로서 항상 기능하며, 환경 없이는 존재하지 않는다(Aronstam, 1989;Blom, R., 2004)는 의미
- 양극성: 사람들은 감정과 이성, 좋은 것과 나쁜 것과 같은 정확한 자연적 분할로 움직인다. 양극성은 아동이 반대의 특질로 정체성을 이룰 때 발생하며 이것은 불안을 야기 함. 양극성의 가장 이상적인 상태는 모든 양극성을 소회시키지 않고 잘 개발하여 접촉함으로써 양극성의 통합을 이루는 것. 양극성의 영역이 확장될수록 인간적인 성장이 가능하고, 또한 타인과의 창조적인 만남이 가능해 짐(Zinker, 1977).

2) 게슈탈트 관계성 향상 프로그램(GRIP: Gestalt RelationshipImprovement Program)

- 게슈탈트 치료 이론에 근거하여 일반아동, 청소년, 성인 및 각종 심리장애를 가진 집단들의 성장과 치유를 돕기 위한 목적으로 제작된 구조화 프로그램
- 게슈탈트 치료 이론의 주요근거가 되고 있는 현상학(phenomenolkogy), 대화적 관계(dialogical relationship), 장이론(fieldtheory)적 관점(Yontef, 1993; 김정규, 1995; 김정규 외 공역, 2008)과 게슈탈트 실험적 방법론(Brownell et al., 2008)을 토대로 해서 체계화
- 구조: 1. 알아차림 연습 2. 각종 매체와 그립도구들을 활용하는 집단 활동 3. 그립 프로그램의 평가 4. 결과정리 및 보고서 작성

2. 게슈탈트 관계성 향상 프로그램(GRIP) 기법

1) 감정 카드 만들기

① 감정 카드 만들기
- 감정에 대해 질문하기
- 감정단어 목록의 다섯 개 카테고리에 해당 하는 것을 표정그림으로 그리기

〈 감정단어 목록 〉
- happy emotion
- angry emotion
- fear emotion
- sad emotion
- depressive emotion

② 그린 감정 카드에 해당하는 단어 찾고 자신의 경험 나누기

2) 그립카드 장학퀴즈

- 그립카드 어휘 65개 벽에 붙임.
- 그립카드 어휘의 뜻이 떠오른 아동은 종을 재빨리 치도록 함.
  (아동은 단어의 어휘를 설명함으로 정보 산출에 민감해지며 반응시간을 증진시킴)
- 어휘의 맞춘 아동이름을 그 어휘에 붙임. (종을 누름으로써 성취욕과 흥미를 유발)
- 어휘의 뜻과 함께 실재 자신의 경험을 개방하고 나눌 경우 보너스 점수 (감정 알아차림 증진)

3) 자기조절 조형 활동

- 찰흙으로 자신이 되고 싶거나, 닮은 물건 혹은 자신의 모습을 찰흙으로 만들기
- 자신을 닮은 물건, 혹은 모습을 만든 이유에 대해 이야기 나누기

4) 3, 6, 9 게임

- 10장의 숫자카드를 아동에게 주고 이전 숫자와 자신의 숫자를 더한 숫자를 말하면서 카드를 모든 카드를다 내놓은 게임
- 일반숫자, 숫자부호카드(-5, *2)등이 있어 아동들 스스로 다양하게 활용할 수 있음
- 인지 전략 수립 후 게임 재시작
- 두 번째 게임은 숫자를 부를 때, 3,6,9가 들어가는 숫자를 피함
- 모든 아동들이 “원카드” 하면 게임종료

5) 기억 스토리텔링 게임

- 탁자위에 여러 가지 종류와 물건을 올려놓고, 그것을 보자기로 덮어, 3초 동안 오픈하고 아동들은 자신을 닮은 물건을 기억하여 story telling 하는 game.
- 게임을 통해 주의집중 및 기억력을 증진시킴으로써 작업 기억력 향상
- 규칙 (말하지 않고 보기, 옆 친구와 말하지 않기 등)을 지킴으로 자기통제력을 향상시킴
- story telling을 통해 이전 기억한 내용과 이후 기억한 내용을 비교 분석하여 작업 기억력과 인지 도식 변환능력을 증진시킴

3. 감정카드

창피하다

억울하다

보너스카드 ❊ ❊

가장

기분이 나쁜

때는?

우울하다

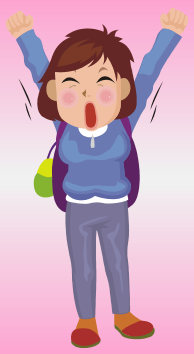
짜증나다

샘이나다

두렵다

기쁘다

뿌듯하다



포근하다	통쾌하다	보너스카드 ❊❊ 가장 기분이 좋을 때는?
아쉽다	만족하다	상쾌하다
재미있다	답답하다	서운하다

얄밉다

실망스럽다

부끄럽다

걱정되다

원망스럽다

겁나다

놀라다

편안하다

쓸쓸하다

자랑스럽다	행복하다	불안하다
속상하다	불쌍하다	소외감
실망하다	충격적이다	막막하다

 후회스럽다	 혼란스럽다	 그저 그렇다
 불편하다	 외롭다	 헷갈린다
 짜증난다	 쓸쓸하다	 약오른다

즐겁다..	화난다.	신경질난다
신난다.	행복하다	답답하다
사랑스럽다	기쁘다	만족하다

무섭다	안타깝다	불행하다
아프다	서운하다	뿌듯하다
당황하다	우울하다	슬프다

 억울하다	 울고 싶다	 고민된다
 걱정된다	 두렵다	 놀라다

※ 참고문헌

고하나 · 김정규(2011). 게슈탈트 관계성 향상 프로그램이 ADHD 성향 아동의 자기조절능력과 집행기능에 미치는 영향. **한국게슈탈트치료연구, 1**(2), 51-69.

김동원 · 김정희 · 김지연(2004). 대인관계 향상을 위한 집단 상담의효과 개관. The Korea Journal of Counseling, **5**(4), 1035-1049.

김정규(2009). 게슈탈트집단치료. **相談과指導, 44**, 175-197.

유미숙 외 역(2009). **집단놀이치료 핸드북**. 서울: 시그마프레스.

Memo

아동의 문제행동 다루기

백현주 / 공감심리학습연구소 소장

***장민정** / 성균관 대학교 대학원 아동임상심리 전공

아동의 문제행동 다루기

백 현 주
(맘스멘토연구소 소장)

1. 교사 리더십 유형

1) 전제형: 독재자

- 독재자로서 전제적으로 학생을 지도하려 함
- 상과 벌을 사용하여 자신이 내린 명령을 집행
- 언제, 어떻게 해야 할지를 알려주며 학생이 질문하거나 도전하거나 반대 의견을 개진할 여지를 주지 않는다.
- 자유는 주지 않고 제약만 주는 지도법
- 아동은 기가 죽거나 스스로 포기하거나 반항하게 됨

2) 자유방임형: 심부름꾼

- 거칠고 완고한 독재적 방식에 강력히 반대하는 교사
- 학생이 하고 싶은 일을 하도록 너무 많이 허용
- 질서와 규율이 없음
- 아동은 자기 멋대로 행동하는 것에 익숙해 있음.

3) 우두머리형: 적극적인 교사

- 자유는 이상으로 추구되지만, 타인의 권리가 존중되고 모든 사람의 책임이 강조됨
- 교사는 협동심을 부추기고 학습을 자극함
- 질서와 규칙이 있으며 모든 구성원이 중요한 사람으로 인정 됨
- 아동은 자율성과 책임감을 동시에 가지게 됨

2. 학생의 문제 행동 이해하기: 원인이 아니라 **목적**의 차원에서 이해하기

1) 행동의 목적 4가지

① 접촉/소속감
- 사랑받고 존중받고자 하는 욕구
- 긍정적인 접근: 기여하기, 협동하기

· 부정적인 접근: 부당한 관심 끌기

② 힘
· 영향을 끼치려는 욕구
· 긍정적인 접근: 독립성, 능력
· 부정적인 접근: 반항

③ 보호
· 자존감을 위협받는 것으로부터 자신을 보호하는 방어기제
· 긍정적인 접근: 주장하기, 정의를 증진하기, 용서하기
· 부정적인 접근: 앙갚음

④ 물러서기
· 혼자만의 시간을 필요로 하는, 휴식시간의 요구
· 긍정적인 접근: 적절한 회피
· 부정적인 접근: 과도한 회피

2) 아동의 행동목적을 알아내는 방법

※ 아동과 갈등하는 동안에 교사가 느끼는 감정

아동의 부정적 행동 (목적)	교사가 느끼는 감정	아동의 반응
부당한 관심 끌기 (접촉/소속감)	**짜증이 난다**	그 행동을 중단한다. 그러나 곧 다시 시작
반항 (힘)	**화가 난다**	그릇된 행동이 증가 또는 다시 싸우기 위해 일시적인 감소
앙갚음 (보호)	**속이 상한다**	계속 교사의 마음을 상하게 하거나 그릇된 행동을 증가시킴
과도한 회피 (물러서기)	**무기력 하다**	수동적으로 된다. 시도하지 않는다

① 부당한 관심 끌기
· 교사가 주의를 주거나, 잔소리를 하거나, 달래거나, 불평하거나, 훈계를 하거나, 꾸짖으면 아동의 접촉 욕구를 잘못된 방식으로 성취하는 것에 대하여 교사가 보상하는 꼴이 된다. 이러한 아동에게는 교사에게서 부정적인 관심을 받는 것이 교사가 무관심한 것보다 나은 것이다.
· 교사는 아동에게 보상을 주지 않음으로써 아동이 교사에게서 어떤 보상을 기대하고 행동했던 양식을 깨뜨려 주어야 한다.

② 반항

- 교사 자신의 힘에 대한 욕구를 가지고 아동의 도전에 맞서 자신의 힘을 행사하는 경우 역설적으로 아동은 자신이 이기고 있다고 더 많이 지각하게 된다. 예를 들어, 자신이 교사를 화나게 만들었다는 쾌감으로 2차적인 이득을 얻는 것이다.
- 또는 교사가 아동의 부당한 요구를 들어주며 반항을 묵인하게 되면 아동은 제멋대로 하며 자신의 힘을 더욱 과시하고자 한다.
- 아동과 맞서 싸우지도 말고, 지지도 말아야 한다. 아동이 자기 스스로 결정할 능력이 있다는 믿음을 가지고 대화하는 것이 좋으며, 통제보다는 차라리 선택권을 주는 것이 좋다.
- 아동이 실수를 해 보도록 허용하고, 그 실수에 수반되는 결과를 경험하게 한다.

③ 앙갚음

- 아동이 앙갚음을 통하여 자신을 보호하려고 할 때, 교사는 낙담하며 아동을 처벌하고 멸시하는 방식으로 보복할 수 있다. 이것은 아동이 교사의 마음을 상하게 할 권리가 있다는 것을 확신시켜 주게 된다.
- 복수의 악순환을 끊어야 한다. 아동이 좀 더 책임감 있는 태도를 가질 수 있도록 교육해야 하며 아동 스스로 그 문제를 다루도록 지지해 주어야 한다.

④ 과도한 회피

- 교사가 완벽주의적 태도를 보이며 아동의 실수에 대하여 지나치게 판단하면 아동은 모든 것에 대한 노력을 포기해 버릴 수 있다.
- 아동이 성공하든 실패하든 아동이 무조건적으로 존중받을 가치가 있는 존재임을 알게 해야 한다. 이를 위해 교사는 인내하면서 아동에게 격려를 많이 보내 주어야 한다.

3. 아동의 문제 행동 다루기

1) 느슨한 대결(FLAC) 방법

① Feelings(느낌): 아동의 감정에 공감해 주기
② Limits(한계): 아동에게 한계점을 알려 주고 그 한계에 대한 정당한 이유를 설명
③ Alternatives(대안): 수용 가능한 대안 찾기
④ Consequences(결과): 아동의 선택과 행동에 대한 논리적 결과 경험시키기

2) 적극적 문제해결

① 문제의 정의

- 아동의 문제점을 언급할 때, 아동의 성격 자체를 공격하지 말고 행동의 측면으로 말하는 것이

중요하다.

② 생각과 감정 나누기

· 감정 코칭, 적극적 의사소통 기법 등 감정을 읽어주는 방법을 사용하여 서로의 감정과 생각을 나누고 공감하는 시간을 갖는다.

③ 해결책 브레인스토밍

· 가능한 해결책들을 생각해 보고 토의하여 모든 사람에게 적용할 수 있는 아이디어를 합의한다.

④ 해결책 선택

· 브레인스토밍을 통해 합의된 한 가지의 해결책을 선택하고 그에 수반되는 논리적 결과를 부과한다.

⑤ 추후지도

· 합의하고 동의된 내용이 잘 이행되고 있고 그 수반된 결과가 제대로 실행되고 있는지 반드시 확인해야 한다.

· 잘하고 있을 경우 칭찬과 격려를 한다.

· 교정해야 할 문제가 아직 남아있다면 지금까지의 잘한 일과 노력을 칭찬하고, 아직 더 해야 할 일을 상기시켜 준다.

3) 적극적인 의사소통을 통한 문제 해결의 실제

① 문제의 소유가 누구에게 있는가?

· 그 문제 행동으로 인해 불편한 사람이 문제를 가진 소유자이다.

· 교사가 불편하면 교사가, 아동이 불편하면 아동이 문제의 소유자

② 교사가 문제를 소유한 경우

ㄱ. 정중한 부탁

- 정중하게 그 행동을 하지 말아줄 것을 부탁한다.

ㄴ. 선한 의도를 격려

- 정중한 부탁에도 계속적으로 문제행동을 할 경우, 너의 마음은 ~한데, ~한 내 부탁을 잊었구나. 등으로 문제 행동 교정을 우회적으로 독려한다.

ㄷ. 나-전달법

- 나 전달법 의사소통을 통해 문제행동 교정을 부탁한다.

ㄹ. 단호한 명령

- 나-전달법 이후에도 문제행동을 계속한다면, 짧고 단호하게 대안 행동을 제시한다.

ㅁ. 자연적, 논리적 결과 부과

- 단호한 명령 이후에도 문제행동이 지속된다면, 그 행동에 수반되는 논리적(자연적) 결과를 제시하고 이에 대해 선택권을 준 후, 아동이 책임지게 한다.

③ 아동이 문제를 소유한 경우

ㄱ. 문제를 경청한다.

- 적극적 경청으로 문제를 듣는다.

ㄴ. 공감한다.

- 아동이 느끼는 감정을 공감한다.

ㄷ. 문제의 정의

- 문제를 명료화하여 재정의 한다.

ㄹ. 대안적 해결책 브레인스토밍

- 문제를 개선하기 위한 대안을 브레인스토밍 한다.
- 이 가운데 실천 가능한 몇 가지를 선택한다.
- 선택한 대안이 실천 되었을 때를 가정하여 결과를 추론한다.

ㅁ. 해결책 한 가지를 선택

- 실천 가능한 해결책 가운데 한 가지를 선택
- 다양한 상황을 예측하고 이에 따른 리허설(시연 연습)을 해 본다.

ㅂ. 추후지도

- 실천 후 어떤 결과가 있었는지 확인
- 긍정적 결과가 있었을 경우 이를 지속할 수 있도록 격려하고 칭찬한다.
- 부정적 결과가 있었다면 그 원인을 함께 이야기 나누고 새로운 대안을 찾아본다. ㄹ~ㅂ 단계 반복

※ 참고문헌

김연수(2004). 긍정적 부모역할 프로그램 (Positive Parenting Program) 의 국내도입을 위한 기초연구. **이화사회복지연구, 4**, 21-50.

노안영(2005). **상담심리학의 이론과 실제**. 서울: 학지사.

차영희(2006). **유·아동을 위한 상담의 기초**. 서울: 창지사.

최태산(2001). **만남과 성장**. 서울: 학지사.

홍경자(2001). **자기이해와 자기지도력을 돕는 상담의 과정**, 서울: 학지사.

홍경자(2004). **청소년의 인성교육**. 서울: 학지사.

홍격자 외 역(2010). **부모코칭 프로그램 적극적인 부모역할**. 서울: 학지사.

Memo

아르떼 아카데미 소개

아르떼 아카데미 (ArtE Academy)

아르떼 아카데미는 한국문화예술교육진흥원의 문화예술교육 전문인력 양성 연수 과정입니다.

아르떼 아카데미는 문화예술교육의 매개자와 협력자를 대상으로 문화예술교육의 창의적 리더와 인재를 양성하기 위해 대상별 · 내용별 · 단계별 연수를 기획 · 운영하고 있습니다.

아르떼 아카데미는 연수 참여자의 역량과 전문성 증진을 위해 예술 가치 체험, 창의적 사고의 구조화, 효과적 교수법 구안 및 응용력 강화, 문화예술교육 프로그램 기획 등을 경험하는 기회를 제공합니다.

■ 문화예술교육 매개자 (강사, 기획자, 교원)

ㅇ 문화예술교육자 연수

'문화예술교육자 연수' 란 학교 · 사회 예술강사 및 문화예술교육 현장에서 활동하고 있는 강사를 대상으로 마련된 연수입니다. 창의적 예술교육 프로젝트 과정, KCP 과정, 주제별 연수과정 등으로 구분됩니다.

- 창의적 예술교육 프로젝트

'창의적 예술교육 프로젝트'란 예술장르를 넘나들며 타 분야의 문화예술교육자들과 함께 다양한 교육 방법론을 체험하고, 성찰을 통해 새로운 발상과 교육 역량을 이끌어내는 과정입니다.

- KCP (KACES Certificate Program) 우수 교육 프로그램 수료과정

문화예술교육자 및 예비 문화예술교육 인력을 대상으로 장르적 특성을 심화시킨 전문적인 교수법을 체험하고 습득할 수 있도록 마련한 교육과정입니다. 양질의 문화예술교육 확산의 기반을 마련하기 위한 전문 역량 강화 교육 프로그램입니다.

ㅇ 교원 문화예술교육 연수

학교 문화예술교육 활성화의 핵심 주체인 교원을 대상으로 직무연수와 연계하여 교원의 문화예술교육에 대한 가치 제고 및 문화예술교육 전문성을 강화하는 연수를 제공합니다.

ㅇ 문화예술교육 기획자 연수

문화예술교육 기획자를 대상으로 문화예술교육 현장에서 양질의 교육이 실현될 수 있도록 현장 실무자의 창의적인 기획 역량과 문화예술교육 전문성, 기초 직무 소양 등 실제 현장 업무에 도움이 되는 교육내용을 제공합니다.

ㅇ 해외전문가 연계 연수

해외의 문화예술교육 전문가들을 초청하여, 강의와 체험이 병행된 연수를 통해 문화예술교육의 다양한 방법론 및 사례를 문화예술교육자, 교원, 기획자 등 문화예술교육 활동가가 함께 경험할 수

있는 연수를 마련하고 있습니다.

ㅇ 학습공동체, 아르떼 동아리(Community of Practice, CoP)

특정 분야를 공통 관심사로 하는 구성원들이 온·오프라인을 통해 지식을 공유·학습·창출하는 실천적 지식 동아리 형태의 연수입니다. 현장 중심의 실용적인 주제로 자유로운 토론을 통해, 문화예술교육 현장 중심의 자율적·지속적인 학습자 중심 연수를 지향합니다.

■ **문화예술교육 협력자 (행정인력, 예비인력)**

ㅇ 행정인력 문화예술교육 연수

문화예술교육 현장과 정책을 잇는 행정인력의 문화예술교육 전문성 강화를 위해 마련된 연수입니다. 진흥원 및 사업 협력 기관 등 지역의 문화예술교육 행정인력 간 원활한 네트워킹 및 동반 성장을 목표합니다.

ㅇ 공무원 문화예술교육 연수

문화체육관광부 소속 공무원 등을 대상으로 문화정책 기획역량 강화를 위하여 문화예술교육의 이해, 문화예술교육 정책현장 탐방 등 문화정책 전반의 교육내용을 제공합니다.

ㅇ 문화도담 연수

전국 대학생·대학원생을 대상으로 하는 예비 문화예술교육자 입문과정 입니다. 대학(원)생의 시각으로 일상에서 문화예술교육 관련 주제를 발굴하고, 그에 대한 활동을 기획해보며, 강의자-연수생 간 네트워킹을 경험해볼 수 있는 과정입니다.

놀이치료를 통한 아동의 이해

발 행 인	주 성 혜
발 행 일	2017. 1
발 행 처	한국문화예술교육진흥원
홈페이지	www.arte.or.kr
주 소	서울특별시 마포구 상암산로 76 (상암동, YTN 뉴스퀘어 12층)
연 락 처	T:02-6209-1326 F:02-6455-5969
기획/제작	한국문화예술교육진흥원 예술교육연수센터
인 쇄	리드릭(사단법인 장애우권익문제연구소)

※ 본 자료집 내용의 무단전재 및 복제를 금합니다.