

# 기독교상담과 아동기 정서발달교육

강 경 미 교수  
(Ph.D., 그리스도대학교)

## 국문초록

급속하게 변화하는 현대사회에서는 건강의 지표로 인간의 마음에 많은 비중을 두고, 지능지수(IQ)보다 감성지수(EQ)를 더 강조하고 있다. 특히 다른 사람들과 상호 교류하면서 발달하게 되는 정서는 컴퓨터 문화가 확산되면서 혼자 생활하는 시간이 증가하고 있는 현재 아동들에게 위기문제가 되고 있다. 심리학적으로 정서란 인간의 감정이 동요된 상태로 경험에 대한 반응으로 표출된다. 또한 일상생활에서 나타나는 개인의 특정 정서인 우울이나 불안, 흥분, 공포, 분노는 정도에 따라 심리적 증상으로 표출되기도 하며, 때로는 신체적 질병으로 발전하기도 한다.

아동기 정서발달에 대한 지도 및 교육의 방향은 크게 두 가지로 첫째는 정서의 감수성이고 또 하나는 정서의 표현방식이다. 정서의 감수성에 대한 교육은 먼저 연령에 따라 모든 정서를 경험 할 수 있도록 다양한 자극과 환경을 제공한다. 물론 부정적인 정서보다는 긍정적인 정서 위주로 경험하도록 한다. 그러나 공포나 분노 같은 부정적인 정서도 인간의 일상생활에서 피할 수 없는 정서이기 때문에 모든 정서를 개방하고 올바르게 경험할 수 있도록 지도하는 것이 중요하다. 또한 정서는 감정이 동요된 상태로 감수성의 정도에 따라 신체적 변화를 동반하기 때문에 외부로 표현되는 기능이 있다. 따라서 아동으로 하여금 사물과 상황에 대해 논리적으로 이해시키고 정서를 적절한 방법으로 표출할 수 있도록 지도해야 할 것이다. 하지만 인간의 정서는 하나님께서 사람을 창조하시면서 우리 인간에게만 특별하게 부여해 주신 것으로 삶의 희로애락(喜怒哀樂)을 다른 사람들과 함께 나누면서 서로의 마음을 나누고, 또한 정서의 감수성과 표현을 통해 서로를 이해하고 돕기 위한 생존의 수단으로 주신 것이다. 그러므로 인간의 정서를 올바르게 발달시킬 수 있는 유일한 길은 예수님의 구속의 역사로 하나님 앞에 바로서는 것이다. 즉 인간이 자신을 믿거나 또는 타인이나 상황, 감정에 의존하는 것이 아니라 하나님 안에서 자신의 정체성을 확립하고 그 안에서 진정한 자유와 기쁨, 슬픔을 찾으려고 노력해야 할 것이다.

이에 본 논문은 아동기 정서발달의 중요성을 발달심리학적 측면에서 이해하고 더 나아가 성경에 나타난 각 종 정서의 예를 통해 아동기 정서발달의 교육법을 기독교상담과 연계해서 연구한 것이다.

**중심단어** : 아동, 정서, 교육, 하나님, 기독교상담

## I. 여는 글

현대 사회가 복잡해지고 급속하게 변화하면서 이에 적응하기 위한 건강의 지표로 인간의 마음에 많은 비중을 두고 있다. 따라서 심리건강의 주요 요소인 정서 또한 성격과 마찬가지로 많은 주목을 받고 있으며, 지능지수(IQ)보다 감성지수(EQ)를 더 강조하고 있다. 특히 타인들과 상호 교류하면서 발달하게 되는 정서는 컴퓨터 문화가 확산되면서 혼자 생활하는 시간이 증가하고 있는 현대 아동들에게 위기문제로 닦아오고 있다.

기능주의 관점에서 정서는 사회적인 삶에서 필요를 신호하고 의도를 전달하는 중요한 수단으로서 개인이 자신에게 의미있는 환경간의 관계를 설립, 유지, 변화하려는 시도이며, 사회화 과정에서의 개인의 정서적 경험을 중요시 하고 있다.<sup>1)</sup> 그러므로 아동은 사회적 상호작용 속에서 정서를 경험하고 자신의 정서적 반응을 해석하는 동시에 정서적 표현 행동을 결정하면서 점차 다양한 상황에서 적절한 표현방식을 학습하게 되는 것이다. 따라서 아동이 최초로 접하게 되는 사회적 환경인 가정은 아동에게 가장 영향력 있는 정서적 매체로 정서발달에 중요한 역할을 한다. 특히 초기 어머니와의 안정된 정서적 관계는 3세 이후 집단생활에서 아동 스스로 외부와의 정서적 공감관계 형성하면서 풍부한 감수성과 함께 정서통제력 발달에 중요하게 작용한다.<sup>2)</sup>

이와 같이 정서란 인간 생활에 필수적인 요인으로 언어와 마찬가지로 자신과 타인에게 지속적으로 영향을 미치는 감정상태다. 그러나 인간의 정서는 하나님께서 우리 인간에게만 특별하게 부여해 주신 것이다. 즉 삶의 회로

에락(喜怒哀樂)을 다른 사람들과 함께 나누면서 서로의 마음을 나누고 또한 정서의 감수성과 표현을 통해 서로를 이해하고 돕기 위한 생존의 수단으로 주신 것이다. 그러므로 인간의 감정적인 부분과 영적인 부분들은 아주 밀접하게 연결되어 있다. 또한 정서는 수많은 인간의 문제나 질병과도 깊게 연관되어 있다. 그러므로 인간의 정서를 올바르게 발달시킬 수 있는 유일한 길은 예수님의 구속의 역사로 하나님 앞에 바로서는 것이다. 즉 인간이 자신을 믿거나 또는 타인이나 상황, 감정에 의존하는 것이 아니라 하나님 안에서 자신의 정체성을 확립하고 그 안에서 진정한 자유와 기쁨, 슬픔을 찾으려고 노력해야 하는 것이다.<sup>3)</sup>

이에 본 논문에서는 아동기 정서발달교육과 기독교상담을 주제로 아동기 정서발달의 과정과 중요성을 발달심리학적 측면에서 이해하고, 더 나아가 성경에 나타난 각 종 정서의 예를 통해 이를 교육적 측면에서 아동들을 지도하는 방법을 기독교상담과 연계해서 연구해보고자 한다.

## II. 펴는 글

### 1. 정서의 일반적 이해

인간은 누구나 매 순간 정서를 경험하기 때문에 일상생활에서 매우 친숙한 심리적 기능이다. 정서는 경험에 대한 인성적, 감정적 부분을 수반하고 있으며 생물학적인 각성과 함께 동기부여와도 관계가 있다. 또한 정서는 개인의 사고방식과도 연관되어 있기 때문에 특정한 방향으로 행동하게 하는 기능이 있다. 일반적으로 정서(emotion)와 기분(mood)을 같은 경험인 것으로 생각하기 쉽다. 그러나 정서는 기분보다 훨씬 더 강렬한 경험이며 또 기분과 같이 오래 지속되지 않는 특성으로 인해 기분과 구별할 수 있다.

### 1) 정서의 개념

심리학적으로 정서란 인간의 감정이 흥분된 상태로 어떤 행동의 유발 원인이 될 수 있는 동기와 같은 기능이 있으며, 직접적인 관찰이나 측정이 불가능한 내적 상태(internal states)이다. 또한 정서는 경험에 대한 반응으로 표출되며 자신의 존재가 위협받거나 자극 받았을 때 급격히 일어나는 심리적, 신체적 동요 및 흥분상태로 신체적인 변화를 동반한다. 일상생활에서 나타나는 개인의 특정 정서인 우울이나 불안, 흥분, 공포, 분노는 정도에 따라 심리적 증상으로 표출되기도 하며, 때로는 신체적 질병으로 발전하기도 한다.<sup>4)</sup>

### 2) 정서의 생리적 반응

특정한 생리적 반응상태는 특정한 감정에 기여하고 있으며, 실험연구 결과 분노와 공포는 상이한 생리적 반응을 일으키는 것으로 나타났다. 자기 내부의 정서적 긴장을 해소하거나 변화시키려고 하는 행동을 정서적 행동이라고 부른다. 동일한 자극이라도 개체에 따라 상이한 정서적 반응을 일으키며, 동일한 사람도 시간에 따라 반응이 달라진다. 그러므로 사람들이 행복하다고 생각할 때와 슬프거나 화가 날 때 나타나는 얼굴 근육반응 및 행동은 각각 다르다. 정서의 생리적 반응은 외부적 표출과 내부적 생리반응으로 구분된다.

#### (1) 정서의 외부적 표출

특정한 정서에 따라 뚜렷한 행동양식(과괴, 접근, 후퇴, 도피, 반응의 정지, 등)이 나타나며 그밖에 안면반응, 음성적 억양, 고저, 속도, 음색의 변화 등이 나타난다.

#### (2) 정서의 내부적 반응

전류피부 반응의 변화와 더불어 혈압과 혈량의 분포의 변화, 심장고동의 변화, 호흡의 변화, 공동의 변화, 타액의 변화, 피부의 수축, 소화기관의 반응, 근육의 긴장과 떨림 및 피의 성분의 변화 등이 있다.

(3) 동일한 정서에 대한 생리적 반응에서의 개인차

정서에 대한 생리적 반응의 강도와 유형은 사람에 따라 현저한 차이가 있다. 반응경향은 생의 초기에 분명해진다. 출생 직후, 신생아의 일부는 강한 자율적 반응을 보이는 한편, 어떤 아이는 스트레스를 받을 때 전혀 반응하지 않는다. 그러므로 개체의 정서반응은 유전에 의해 영향을 받으며 사람마다 정서에 대한 특정한 방식과 특정한 유형의 반응 경향이 있음을 알 수 있다.<sup>5)</sup> 인간의 쌍생아연구와 쥐, 개의 동족번식 연구에 의하면 개체의 정서반응은 환경에 대한 적응반응으로 학습에 의해서도 영향을 받는다. 따라서 특정 정서에 대한 개인의 생리적 반응상태는 연령, 성, 약물, 성격 및 대처양식에 따라 다르다. 그 예로 남성과 여성은 사회적 압력에 대한 반응에서 유의미한 차이가 있으며, 불안에 대한 방어상태도 성호르몬과 연령에 따라 차이가 있다.<sup>6)</sup>

3) 정서의 표현

정서의 감수와 더불어 신체내부에 각 중 변화가 동반되면서 정서의 외부 표현성의 특성으로 위에서 설명한 생리적 반응이외에 언어적, 표현적 반응들이 나타나게 된다.<sup>7)</sup>

(1) 언어적 반응

기쁨 때는 소리를 내며, 슬플 때 울며, 놀랐을 때 비명을 지르고, 화가 나면 비난을 하는 것과 같이 언어적으로 표현하는 것이다. 그러나 과장해서 반응하거나 외부로의 반응을 거부하는 경우, 또는 정서 상태를 적절히 언어로 나타내지 못하는 경우도 있다. 따라서 정서를 완전히 이해하기 위해서는 정서의 다른 단서도 함께 고려해야 한다.

(2) 표현적 반응

안면표정이나 신체의 움직임을 통해 나타나는 것이다. 안면표정은 가장 분명한 정서적 징후이다. 신체언어는 비언어적으로 정서를 표현하는 수단으

로 신체의 모든 운동들은 의미를 가지고 있으며, 이러한 표정이나 움직임은 모두 환경 속에서 학습된 것이다. 신체언어 이외의 또 다른 신체표현은 거리(distance)이다. 모든 문화에서는 정상적 대화에 적절한 것으로 생각하는 일정한 거리가 있다. 만약 어떤 사람이 평소보다 가까이 있다면 공격성이나 애정을 나타낼 수 있고, 보통 때보다 멀리 떨어져 있으면 반감이나 거부를 나타내는 것이다.

## 2. 아동기 정서의 이해

아동기 정서발달은 아동의 성숙수준과 학습의 정도에 의해 결정된다. 즉 아동은 성장과 더불어 유아적 정서표현인 단순한 신체적 표현보다는 언어적 표현 방법을 사용하게 된다. 또한 어른들의 교육과 학습에 의해 유아적 정서는 억제하는 반면에 성인의 정서를 모방하여 성숙한 정서표현을 하게 된다.

### 1) 아동기 정서발달

출생당시 신생아의 정서적 반응은 개체적 반응으로서의 반사적 행동이라 할 수 있고, 점차 성장함에 따라 각 종 정서의 표현이 분명해진다. 신생아의 정서적 특징은 미분화된 흥분상태이며 지속시간이 짧다. 불쾌정서가 먼저 분화해서 모든 느낌을 울음으로 반응하며, 3개월 정도가 되어야만 불쾌와 쾌정서가 분화되면서 미소나 웃음 등 쾌정서가 나타나기 시작한다. 5~6개월 경에는 불쾌정서가 공포, 혐오, 분노로 분화된다.

18개월경이 되면 질투정서의 표현도 가능해진다. 쾌의 정서는 12개월경에 득의와 애정으로 분화된다. 24개월경에는 기쁨의 정서도 발달된다. 5세가 되면 불안, 수치, 실망, 선망 등과 같은 정서가 불쾌정서에서 분화되어 나타나고 기대, 희망 등의 정서도 쾌정서에서 분화되면서 성인의 정서와 거의 흡사하게 된다.<sup>8)</sup>

유아기의 정서적 특징 역시 정서의 경과시간이 짧고, 정서가 강렬하며, 자주 변하지만 정서 이해의 능력과 정서 규제의 능력이 서서히 발달하기 시작

한다. 따라서 유아는 자신의 행동을 정서표현과 일치하기 위해 노력하고 때로는 타인 앞에서 부정적 정서를 자제하기 위한 노력도 하게 된다. 이러한 유아의 정서적 노력은 사회성 발달의 요인이 되며 유아기의 습관형성에도 영향을 미치게 된다.<sup>9)</sup>

아동기 정서발달은 지적발달과 사회성 발달이 함께 이루어지면서 정서를 표현하는 수단으로써 언어나 다른 방법을 사용할 줄 알게 된다. 아동은 자신의 신체적, 정신적 욕구를 충분히 이해하고 각각의 정서에 따라 표출하는 방법을 알고 있다. 또한 자신의 정서를 표현했을 때 나타나게 되는 다른 사람의 반응도 예측할 수 있기 때문에 아동기에는 정서가 충족되었을 때는 기뻐하고 충족되지 않을 때는 슬픔과 불안을 느끼게 된다. 따라서 가능한 한 사회적으로 수용될 수 있는 정서 표현의 방법들을 가르쳐야 하며, 또한 아동에게 불필요한 부정적 정서보다는 긍정적인 정서를 많이 경험하게 해서 감수성이 풍부해짐과 동시에 자신의 정서생활을 즐길 수 있도록 지도해야 한다.<sup>10)</sup>

## 2) 아동기 정서의 유형

아동기에는 성인과 비슷하게 긍정적인 정서와 부정적인 정서 모두 출현할 수 있으며, 흔히 나타날 수 있는 주요 정서는 애정과 기쁨, 공포, 불안, 분노, 질투, 호기심 등이 있다.

### (1) 애정

애정 정서는 인간이 사람과 사물에 대해 갖는 정서적 반응으로 인간적 유대의 기본이 된다. 애정의 본질은 접촉과 호응이기 때문에 아동기에 나타나는 애정의 발달은 영아기에 형성된 애착의 영향을 많이 받는다. Sroufe(1993)는 영아기에 애착을 측정했던 아동을 11세에 다시 추적한 결과, 영아기에 안정적 애착 유형을 나타냈던 아동들은 불안정한 애착유형을 보였던 아동들에 비해 사람들과 쉽게 어울렸으며 또래들과도 더 친밀한 우정을 나타냈다. 6-7세까지는 부모와의 애정이 형성되고 7세 이후부터는 형제간의 애정이,

그리고 10-12세경부터는 친구와 애정을 형성하게 된다.<sup>11)</sup>

애정은 아동의 성격과 사회성 발달에 매우 중요한 요인으로 작용한다. 부모의 애정이 결여된 아동들은 방어적이고 감정표현을 잘 하지 못해서 또래와의 관계도 원만하지 못한 것으로 나타났다. 반면에 부모로부터 충분한 애정을 받았던 아동들은 정서적으로 안정되고 독립성과 자율성이 발달하면서 사회성 발달을 촉진하는 요인이 된다. 그러므로 어렸을 때부터 부모와 자녀 간의 따뜻한 접촉과 정겨운 대화를 통해 풍부한 애정경험을 할 수 있도록 배려해서 만족스럽고 안정된 정서생활을 할 수 있도록 한다.<sup>12)</sup>

### (2) 기쁨

유아기까지는 신체를 쓰다듬어 주거나 안아주고 즐겁게 해줄 때 또는 신체적, 생리적 욕구가 충족되면 기쁨의 정서가 표출된다. 그러나 아동기에 이르면 신체적, 물리적 정서보다는 정신적 사고와 상상을 통해 기쁨을 느끼게 된다. 아동이 8-9세 정도가 되면 유머와 농담을 이해하게 되면서 TV의 개그 프로그램이나 드라마를 보면서 재미나 기쁨을 느낄 수 있게 된다. 기쁨정서는 아동의 생리적 기능을 원활하게 하여 신체적 건강뿐만 아니라 정신적 건강을 증진시킨다. 그러므로 아동에게 기쁨을 느낄 수 있는 많은 기회를 제공해줌으로써 긍정적이고 명랑한 생활태도를 갖도록 한다.

### (3) 공포

공포(phobia)는 변화된 상태나 위험한 사태에 처했을 때에 일어나는 불쾌한 심리상태다. 특징은 자극이 갑자기 주어져 적응할 기회가 없기 때문에 느끼게 되는 두려움으로 아동기에 흔히 겪게 되는 정서 경험이다.<sup>13)</sup> 특히 3-5세경의 아동은 두려움과 함께 공포반응을 표현하는 경우가 많은데 이는 현실적으로 가능한 사물과 환상 속에서만 존재하는 사물 간에 구별이 어렵기 때문이다. 공상적인 동물이나 개, 혼자 남게 되는 것 등은 아동이 흔히 두려워하는 대상이며, 매우 과장적이고 만성적인 경우에 문제가 된다. 비현실적 공포를 느끼는 아동에게는 그 원인을 자세히 설명하여 공포감을 극복하도록

도와주어야 한다.

아동기에 흔하게 나타나는 공포증 중에 하나는 학교공포증(school phobia)이다. 아동은 등교를 거부하기 위해 필사적으로 노력하고 신체적인 증상(구토, 복통, 울음)과 함께 격렬한 반응을 보인다. 학령기 초기에 많이 출현하며 여아가 더 많다. 공포증의 원인은 과거에 공포사상에 대한 직접 또는 간접적인 경험이 원인이 되기도 하고 생활문제에 대한 근심과 두려움에 대한 대처반응으로 나타나기도 한다. 그 예로 아동들은 학교자체에 대한 두려움보다 부모를 잃거나 부모와 떨어지는 것이 두려워 학교공포증을 나타낼 수 있다. 이러한 공포증을 제거하고 적절한 치료를 하기 위해서는 우선 그 원인을 정확하게 규명한 후에 문제를 단계별로 해결해 나가는 것이 중요하다.<sup>14)</sup>

#### (4) 불안

불안(anxiety)은 아동에게서 가장 빈번히 관찰되는 증상의 하나로 아동이 어떤 활동이나 사건에 대한 지나친 두려움과 걱정으로 유발된다. 불안은 대상이 확실하지 않은 것으로부터 느끼는 심리적 긴장상태이며, 상상력의 발달이 전제된다. 불안의 유형은 외부에 존재하는 위험을 인지했을 때 경험하게 되는 현실적 불안과 자아의 억제력이 본능의 추진력을 막지 못해서 충동적인 행위를 한 후에 경험하게 되는 신경증적 불안이 있다. 또한 도덕이나 양심에 위배되는 행동을 한 후에 죄책감 또는 수치심과 함께 동반하는 도덕적 불안이 있다.<sup>15)</sup>

아동기 불안의 원인은 대체로 욕구불만, 부모의 애정결핍이나 과잉기대 등이다. 사회, 경제적인 수준이 높은 가정의 만이에게서 그리고 아동에게 충분한 관심을 보이지 않는 가정에서 많이 발생하며 심리적 원인론이 우세하다. 아동들의 불안의 표현은 두통이나 복통, 구토 등 신체증상과 함께 무기력, 집중력 저하, 수면장애, 과민한 기분상태 및 등교거부 등으로 나타난다.<sup>16)</sup> 그러나 불안은 인간의 기본적 정서이며, 위협이나 자신을 방어하는 긍정적 기능이 있다. 불구하고 불안이 심하게 되면 정서발달뿐만 아니라 성격

과 학습활동을 포함해서 모든 발달에 영향을 미칠 수 있다. 현실생활에서 지나친 불안자극은 제거해주고 또한 욕구불만과 갈등상태에 자주 노출되지 않도록 한다.

#### (5) 분노

아동이 원하는 일이 저지당하거나 거절되었을 때, 또는 어떤 일을 강요당했을 때에 나타나는 정서경험이다. 분노는 욕구불만이나 욕구좌절의 결과로 자아의식의 발달과 관계가 있다. 유아기에는 육체적으로 구속당하는 경우에 많이 발생하고, 아동기에는 경멸, 무시, 인신공격 등, 자아문제와 관계되는 경우가 많다. 그러므로 발달단계에 따라 분노가 발생하는 상황을 조절할 수 있는 능력을 길러주는 것이 중요하다. 또한 어릴 때부터 가능한 요구와 불가능한 것, 해야 할 일과 해서는 안 되는 일에 대한 기본 생활습관의 지도와 함께 분노의 상황을 이해시키고 정서적으로 인내하는 훈련이 필요하다. 많은 부모들이 아동들이 자신의 분노를 표출하는 것을 제지한다. 그러나 억압된 분노가 잘못 전환되면서 또 다른 문제행동으로 발전할 수도 있기 때문에 적절한 분노인 경우에는 표출하도록 허용해야 한다.<sup>17)</sup>

#### (6) 질투

질투는 분노와 공포, 애정이 혼합된 정서로서 자신에게 향하던 사랑이나 관심이 다른 대상으로 전이될 때 나타난다. 즉 질투심은 자신이 받고 있던 애정이 충족되지 못한데서 일어나는 분노와 실망의 표현으로 자신의 사랑을 타인에게 빼앗기거나 또는 빼앗길 것이라는 상상이나 위협을 느낄 때 나타나는 정서반응이다. 내성적인 아동보다 적극적이고 공격적인 아동이 그리고 여아가 남아보다 강한 편이다. 아동기에 흔히 나타나는 질투는 형제간의 질투이며, 학령기가 되면 자기보다 교사의 사랑을 더 많이 받거나 성적이 좋은 학급의 또래가 대상이 되기도 한다. 질투의 반응은 아동의 연령과 긴장의 정도에 따라 다르며, 경쟁자에 대한 공격이나 적의, 퇴행, 도피, 억압, 자포자기, 피학대 행동, 승화 등으로 나타난다.<sup>18)</sup>

질투심을 유발하지 않게 하기 위해서 부모와 교사는 아동들을 공평하게 대하고 편애하지 말아야 한다. 아동의 개성을 인정해 주고 개인적으로 자발성과 독립성을 발휘할 수 있는 기회와 여건을 마련해 준다. 또한 질투심은 자기중심의 일방적인 생각과 감정으로 사회성 발달에 지장을 초래 할 수도 있기 때문에 지나칠 경우에는 적절한 지도와 상담이 요구된다.

### (7) 호기심

아동의 호기심은 세상을 탐색하여 새로운 사물을 이해하고 지식을 확대하는 기능을 한다.

따라서 호기심은 아동의 정서발달뿐만 아니라 지적발달, 성격발달에도 도움을 준다. 즉 새로운 것에 대한 탐색과 경험을 통하여 깨닫게 되는 것에 대한 흥미와 함께 세상에 대한 자신감을 갖게 되면서 적극적이고 창의적인 아동이 될 수 있다. 이와 같이 호기심은 유아기에는 주위환경을 탐색할 수 있는 기회를 제공하고, 또한 아동기에는 호기심을 통해 자신의 능력과 적성을 발견할 수 있는 기회가 되기도 한다. 아동의 호기심은 질문하는 행동으로 표현된다. 가능한 한 친절한 자세로 아동의 질문의 의도를 파악해서 정확하게 답변해 주고 참고가 될 수 있는 자료들을 제공해서 아동의 지적발달에 도움이 될 수 있도록 한다.

### 3) 정서와 관련된 아동기 행동장애

Dunn과 Brown(1994)은 가정에서 부모와 아동간의 정서와 관련된 대화는 유아가 부정적인 정서를 표현 할 때 더욱 잘 표현되며, 또한 기쁨이나 행복과 같은 유아의 긍정적인 정서보다는 슬픔, 두려움, 특히 분노와 같은 부정적인 정서에 더 민감하게 반응하는 경향이 있다고 했다.<sup>19)</sup> 따라서 부모의 잘못된 양육태도로 부모-자녀관계가 불안정하거나 형제나 가족 간의 갈등이 심한 경우, 또는 집단생활에서 원만한 인간관계가 이루어지지 않은 경우에 여러 가지 정서적 문제가 발생할 수 있다. 아동 신경증(neurosis)으로 불리기도 하는 정서와 관련된 증상은 각각의 특성에 따라 불안, 공포, 강박관념, 우

울 등으로 분류하고 이에 따른 아동기 문제행동으로는 주의산만, 함묵증, 손톱무는 행동, 틱행동 등이 있다.

#### (1) 아동기 우울증

아동 발달 센터를 찾아온 유아 1000명을 대상으로 정서장애에 대한 연구 결과에 의하면 1% 미만의 유아들이 우울증상으로 슬픔과 식욕부진, 수면변화, 피로, 기타 신체적 불편을 나타냈다. 정상아동을 대상으로 한 연구에서는 표집된 아동의 10-23%가 가볍거나 심한 우울증을 앓고 있으며, 여아가 남아보다 높은 것으로 나타났다.<sup>20)</sup> 또한 남아, 여아 모두 부정적인 생활경험과 우울경험과는 상당한 일관성이 있어서 크고 작은 부정적 생활경험을 많이 겪은 아동일수록 더 우울한 것으로 나타났다.<sup>21)</sup> 따라서 아동기의 우울증을 이해하려면 아동의 성장과정에 어떤 경험을 했으며, 초기에 무슨 문제가 있었는지를 파악하는 것이 중요하다. 그 예로 Bowlby(1989)는 영아기의 불안정한 애착과 부모의 잘못된 양육태도, 부모상실 등은 아동기 발달에 부정적인 결과를 초래해서 우울증으로 연결된다고 보았다.

아동기 우울증은 아동이 후기에 많이 나타나며 급성 우울증과 만성 우울증으로 구분 할 수 있다. 급성 우울증은 부모의 사망과 같은 생활사건에 대한 반응으로 나타나며, 만성우울증은 성장과정 중에 상실이나 분리를 오랫동안 경험한 경우에 출현하게 된다.

Jacobson, Fasman과 Dimascio(1975)은 아동기 우울증 역시 성인의 우울증상과 마찬가지로 부정적인 자아개념과 함께 자아존중감이 저하되고 사회적으로 위축된다. 또한 일상생활의 즐거움의 상실과 슬픈 감정이 증가하면서 집중력이 저하되고 불안장애, 품행장애와 같은 심리적 장애와 수면과 섭식, 배설에 문제가 생기면서 신체적 질병을 호소하는 경우가 많았다고 보고했다.<sup>22)</sup>

이동의 우울증상은 발달단계에 따라 다르게 나타난다. 유아기에는 울음, 반항, 철회 등으로 나타나고 아동기 전반에는 슬픔, 무기력과 같은 정서적 우울감을 경험하고 이를 언어적으로 표현하기도 한다. 아동기 후반에는 청

소년기와 성인기에서 나타나는 죄책감, 자기비하, 자아존중감의 저하 등의 증상도 출현하게 된다.<sup>23)</sup>

### (2) 주의력 결핍(주의산만)

주의력 결핍증이란 아동의 전반적인 발달은 정상범위에 있으나 유난히 주의가 산만해서 놀이나 수업에 집중하지 못하고 항상 부산하게 움직이며 충동적으로 행동하는 아동을 말한다. 발생빈도는 학령기(6세-12세) 아동의 2-5%이며 남아에게서 주로 많이 발생하며,<sup>24)</sup> 주의산만과 과잉행동은 동시에 존재하는 경우가 많다.

주의력 결핍 과잉행동의 발달학적 인지적 특징을 보면 첫째, 항상 부산하게 움직이고 지속적인 집중을 하지 못하기 때문에 체계적인 일을 하지 못하고 어른들의 감독이나 주의를 필요로 한다. 둘째, 주의력 결핍으로 인한 인지기능의 저하로 학습장애가 초래되어 학업실패로 이어지는 경우가 있다. 셋째, 집단적인 학습상황에서의 어려움으로 목표의식과 조직력이 부족해서 집단상황 속에서 질서를 지키지 못하고 학교의 일정한 규칙을 준수하지 못한다. 넷째, 친구들과의 관계에서도 공격적인 행동이 나타날 수 있으며 다른 아이들의 놀이를 방해하는 행동 때문에 따돌림을 당하는 경우가 많다. 다섯째, 주의력 결핍과 행동장애와 동반해서 이차적으로 독서장애나 산수 학습장애, 언어장애, 등의 특정한 학습장애가 나타나게 된다.<sup>25)</sup>

### (3) 틱(tic)장애

틱이란 갑작스럽고 빠르게 비율동적이고 상동증적인 운동이나 음성이 반복해서 나타나는 것이다. 틱은 근육의 불수의적인 운동이며 본인의 의사와는 상관없이 근육이 수축하거나 경련하는 증상이다. 5세에서 9세 사이에 많이 발생한다. 모든 형태의 틱은 스트레스에 의해 악화되고 안정된 동안에는 감소하며, 수면 중에는 현저히 감소되거나 문제행동이 나타나지 않는다. 틱이 나타나기 쉬운 부위는 눈이나 입 주위, 팔과 다리이며 주로 얼굴부위를 찡그리거나 팔과 다리를 떠는 경향이 있다. 틱은 크게 운동 틱과 음성 틱이 있다.<sup>26)</sup>

#### (4) 함묵증

기질적으로 발음기관에 전혀 결함이 없으며 다른 사람의 말을 듣고 이해하고 할 수 있음에도 불구하고 사람이나 장소를 가려서 말을 하지 않는 현상이다. 집에서 또는 가까운 특정인 몇 사람을 제외하고는 입을 다물고 말을 하지 않기 때문에 선택적 함묵증(selective mutism)이라고 한다. 가장 많이 볼 수 있는 증상은 유치원이나 학교에서 말을 하지 않기 때문에 문제가 되지만 가정에서는 말을 잘한다. 함묵증은 사람에 대한 저항과 거부로 자신의 내면을 감추기 위한 것이다. 따라서 아동기 함묵의 원인은 말하려는 충동이 약하거나 자신감의 결여, 정서적 불안, 저항 등 주로 심리적 요인으로 보고 있다.

선택적 함묵증은 아동이 나이가 들면서 저절로 증상이 없어지기도 하지만 문제가 되는 것은 함묵이 사회성을 획득해야 하는 중요한 시기에 장기간 지속되는 경우이다. 따라서 아무런 치료도 하지 않고 아동이 스스로 말 할 때까지 기다리는 것은 상태를 더욱 악화시켜서 인지 및 사회성 발달에 막대한 지장을 줄 수 있다.<sup>27)</sup>

#### (5) 손톱 깨무는 행동

이 행동은 영아기의 구강기 욕구충족을 원하는 퇴행행동으로 현실적으로 어렵거나 만족하지 못하는 상황에서 도피하려는 수단으로 2세 전후의 유아에게서 주로 나타난다. 그러나 4, 5세가 되어도 손가락을 입에 무는 행동이 남아있는 경우에 문제가 된다. 유아들 중에는 젓먹이 시기의 빠는 본능을 자신의 손가락을 빠는 것으로 대신하여 부분적으로 충족하기도 한다.<sup>28)</sup> 그러나 취학 전 아동이 자주 손가락을 빠는 것은 오랫동안 지속된 습관일 뿐만 아니라 심리적인 작용으로 일상적 사건에 반응하는 방법일 수도 있다. 또한 손가락을 빠는 아동은 아기 같이 유치한 행동을 하고 있다는 말을 들으면서 어른이나 또래들로부터 놀림을 받거나 심하면 벌을 받음으로써 자존심이 손상받기도 한다. 그러므로 교사와 부모는 아동의 이런 행동을 습관화되지 않도록 조기에 바로 잡아주어야 하며 아동의 자존감과 자신감을 해치지 않는

방식으로 접근해야 한다.

### 3. 기독교상담과 아동기 정서발달교육

안정된 정서생활은 신체건강 뿐만 아니라 정신적으로도 건강하며 행복한 삶을 가능하게 한다. 따라서 적절한 정서를 갖고 건전한 정서생활을 하도록 교육할 필요가 있다. 적절한 정서를 유지하기 위해서는 현재 자신에게 문제가 되고 있는 정서가 있음을 인식하고, 정서반응이 현실에 적절한가를 검토해야 한다. 아동기 정서문제는 인지능력이 발달되면서 어느 정도 감소하기 때문에 올바른 표현방법을 지도하는 것이 중요하다.

현재 심리치료자와 정신의학자들의 온갖 노력에도 불구하고 정서장애는 각종 질환의 첫 번째 원인이 되고 있으며 모든 질병의 약 70% 이상이 정서문제와 연관되어 있다.<sup>29)</sup> 인간의 정서질환의 대부분은 자신이 당면하고 있는 고민과 갈등을 해결하기에 자기 스스로 부족하다고 느낄 때 나타나는 심리적 혼란에 의해 유발하는 것이다. 따라서 사람은 개인적인 성숙과 능력이 외에도 영적 가치관을 확립해서 인간의 부족함과 미숙함을 채울 수 있어야 한다. 이러한 관점에서 인간의 애정정서를 포함하고 있는 기독교의 영성은 우리에게 선한 삶의 방법을 가르치기 때문에 생활의 불안이나 염려가 적어서 결과적으로 일반 사람들보다 슬픔이나 분노, 수치심을 덜 느끼게 한다. 또한 신앙교육을 통해 우리의 죄를 용서받기 위해 하나님께 기도할 수 있다고 가르침을 받기 때문에 이 때 정서적으로 안위를 받고 죄책감에서 해방될 수 있다.<sup>30)</sup> 그러므로 건강한 사람의 정서는 먼저 하나님 안에서 자신의 문제를 이해하고 본인의 감정과 기분을 다스려서 심리적 긴장과 압박감으로부터 자유를 얻어 항상 기쁘고 즐거운 마음으로 살아가는 것이다.

#### 1) 아동기 정서문제의 원인

정서적으로 문제가 있는 아동들은 대체로 성격적으로 소심하고 내성적이며 자기감정을 잘 표현하지 못한다. 스트레스에 약하며 상처받기 쉬운 정서

특성과 함께 구강기 성격특성이 있어서 욕심이 많고 경쟁적이고 질투심이 강하다. 부모나 교사로부터 과도한 기대나 심리적 부담을 받고 있으며 주위의 관심과 인정받고자 하는 욕구가 강하다. 또한 환경적으로 부모의 충분한 사랑과 관심을 경험하지 못했거나 또는 부모가 너무 권위적이고 엄격한 규율 속에서 성장 할 때 심리적으로 긴장하고 불안정해지면서 정서장애 및 문제행동이 출현할 수 있다. 또한 부모의 사랑이 너무 지나쳐서 아동이 자발적으로 수행하는 것이 허락되지 않는 경우에도 아동이 정서적으로 불안정해질 수 있다.<sup>31)</sup>

## 2) 아동기 정서발달과 교육

아동기는 정서적으로 안정되고 정서의 유형도 다양해진다. 또한 정서표현 방법도 간접적으로 언어로 표현하며, 타인을 의식해서 자신의 감정을 억제하기도 한다. 따라서 아동기에는 정서의 순화교육과 정조(sentiment)교육을 시작해야 한다. 아동기 정서발달에 대한 지도 및 교육의 방향은 크게 두 가지 측면에서 진행된다. 첫째는 정서의 감수성이고 또 하나는 정서의 표현방식이다.

### (1) 정서의 감수성

아동이 만 5세가 되면 성인들이 느낄 수 있는 거의 모든 유형의 정서를 경험할 수 있다. 정서는 언어와 같이 의사교류 및 감정표현의 기능이 있기 때문에 자신의 느낌과 경험을 전달하고 또 상대방의 의사와 감정이해에 중요한 역할을 한다. 따라서 아동으로 하여금 타인들이 느낄 수 있는 정도의 정서를 경험할 수 있는 감수성을 갖추어야 한다.

아동에 대한 정서의 감수성에 대한 교육은 먼저 연령에 따라 모든 정서를 경험 할 수 있도록 다양한 자극과 환경을 제공한다. 물론 부정적인 정서보다는 긍정적인 정서 위주로 경험하도록 하는 것이 적절한 방법이지만 공포와 분노, 슬픔과 같은 부정적인 정서도 일상생활에서 제외될 수 없기 때문에 모든 정서를 경험할 수 있도록 개방하는 것이 더 유익하다. 중요한 것은 아동

이 느끼는 감수성에 따라 적절한 설명과 함께 올바르게 경험할 수 있도록 지도하고 교육하는 문제다.

### (2) 정서의 표현

정서는 감정이 동요된 상태로 신체적 변화를 동반하기 때문에 외부로 표현해야 하는 기능이 있다. 따라서 아동으로 하여금 사물과 상황에 대해 논리적으로 이해시키고 정서를 적절한 방법으로 표현하고 더 나아가 감정적으로 정서를 승화해서 성숙하게 표현 할 수 있도록 지도해야 한다. 그 예로 아동기의 중요한 정서인 분노, 공포, 불안, 애정, 질투 중에서 분노와 공포 같은 비교적 강한 부정적인 정서들은 합리적이고 현실적인 사고에 의해 논리적으로 이해시키고, 참고 극복할 수 있는 인내력을 지도한다. 애정이나 질투 같은 정서는 받는 것과 함께 주는 방법과 필요성을 교육한다.

또한 아동들은 모방을 통하여 정서적 표현을 많이 배우게 된다. 특히 부모와 교사들의 정서는 어린이들의 정서발달에 건설적이고 긍정적인 정서를 배울 수 있는 자극 원이 되기 때문에 모범이 되어야 한다. 교사의 편애나 부모의 형제차별, 또는 남녀의 차별, 신분의 차별 등을 지양하고 정서적 교육 장면을 건전하게 조성해야 한다.

### 3) 아동기 정서발달교육과 기독교상담

성경은 감정 이상의 지식을 강조하면서 많은 정서들에 관해 구체적으로 기술하고 있다. 창세기 43장 30절을 보면 요셉이 동생의 모습을 보고 심히 동요했다고 기록하고 있으며, '심히 동요하다' 라는 구절은 구약에서 수없이 반복되고 있다. 예레미야 애가는 우울한 애도의 시이며, 전도서 역시 우울정서를 표현하고 있다. 또한 복음서에 나타난 예수 그리스도는 우리가 생활에서 겪을 수 있는 모든 정서를 다 경험했다. 이와 같이 성경에 나타난 정서는 하나님의 이미지와 동일시하고 있는 긍정적인 정서와 또한 인간에게 교육적인 차원에서 경고의 의미 또는 인간의 타락의 의미로 주신 부정적인 정서가 있다. 그리고 부정적인 정서 역시 긍정적인 정서와 마찬가지로 인간이 경험

해야 하는 정서이며, 실제로 부정적인 정서는 인간에게 경고의 역할로 도움을 주기도 한다. 그 예로 두려움은 인간으로 하여금 위험이나 다툼으로부터 피하게 하는 기능을 하며, 죄책감은 반성이나 회개가 필요한 죄를 지적해준다. 그리고 슬픔은 연민과 마음의 고통을 표시하는 상실감의 자연스러운 결과이다.<sup>32)</sup>

#### (1) 긍정적인 정서

① 사랑 : 인간은 누구나 다른 사람을 사랑할 뿐만 아니라 다른 사람에게 사랑을 받는 사람이 되기를 원한다. 애정정서를 포함하고 있는 사랑은 기독교의 기본정신이다. 성경에 나타난 진정한 사랑의 모습은 아버지가 집을 나갔다가 돌아온 방탕한 아들에게 입을 맞추는 장면에서 발견할 수 있다. 또한 예수 그리스도께서는 그의 위대한 사랑 때문에 나사로의 무덤에서 눈물을 흘렸다. 이와 같이 사랑은 선한 의지로(요일 4:1-16) 하나님께서 요구하시는 최고의 것이고(고전13:1-13; 요일4:8) 사랑의 원천은 하나님 안에 있다(요일4:16). 또한 사랑은 사망에서 생명으로 들어가게 하는 것이고(요일 3:14), 모든 두려움을 내어 쫓으며(요일4:18), 허다한 죄를 덮는 것이고(벧전 4:8), 모든 재물보다 나은 것으로(막12:33) 사랑은 믿음과 소망의 근거가 되는 것이다(고전13:13). 이러한 사랑이 성령의 열매를 낳게 하기 위해서는 그리스도를 닮는 것이며, 그 안에서 우리는 하나님의 완전한 사랑을 발견하게 된다. 또한 예수 그리스도가 그를 필요로 하는 사람들을 향해 갈 때 그는 사랑이었고 이는 바로 하나님을 위하고 이웃을 위하고 원수를 위한 사랑이었다. 따라서 메시아로서의 예수 그리스도는 용서와 사랑에 있으며, 인류를 정죄하기 위해서 오신 것이 아니라 이미 존재하는 정죄의 사슬로부터 풀어주기 위해서 오신 것이다.<sup>33)</sup>

② 기쁨 : 성경에 나타난 또 하나의 긍정적인 정서는 기쁨으로 죄인 하나가 회개할 때에 천국에서 기뻐한다고 했다. 그러므로 기독교 신자가 가진 기쁨은 외적인 상황에 의존되어 있지 않기 때문에 세상이 주는 기쁨보다 더 깊이가 있다. 또한 하나님은 우리에게 모든 것으로 채워주시는 주안에서

“항상 기뻐하라”(빌 4:4)고 말씀 하셨다. 그러므로 기쁨은 우리 삶에서 기본이 되어야 하고, 고통이나 질병, 가난, 환난과 시험 중에서도 기쁨을 누릴 수 있는 사람이 되어야 한다. 성경에는 기쁨의 원인을 일반적 기쁨과 영적 기쁨이라고 구분하고 인간이 진정으로 누릴 수 있는 기쁨은 영적기쁨으로 그리스도의 탄생(눅2:10)과 부활(마 28:8)이며, 하나님의 은혜(대하 6:41)와 그리스도를 영접함(요 6:21), 진실된 믿음(벧전 1:8), 죄사함을 받음(시 51:8, 12)으로 되어 있다. 또한 기쁨으로 삶을 사는 방법은 마음을 낮은데 두고(롬 12:16), 매사에 성실히 일하고(엡 6: 6,7), 현재에 만족하고(빌 4:10,11), 힘든 일에 도전하고(시126:5), 잘못을 돌이키며(눅 15:17-24), 남을 섬기며 봉사하고(빌 2:17, 18), 범사에 담대히 행하고(고후 7:16), 선을 행함(히 13:16)이라고 말씀하고 있다.<sup>34)</sup>

③ 평안: 세상의 온갖 부귀와 영화를 누린다고 해도 그 마음에 평안이 없다면 결코 행복한 사람 될 수 없다. 그러므로 육체의 평안함을 원하는 것 이상으로 마음의 참 평안을 원하게 된다. 그러나 평안은 단순히 심리적 갈등이나 시련에서 벗어나는 차원이 아니라 구원의 확신으로 하나님께 대한 전적인 신뢰와 은혜의 약속들을 누리게 되는 절대적인 내적 평안함이다. 성경에는 인간의 평안의 근원을 하나님(레 26:6 : 대상 22:9; 시 29:11)과 그리스도(시 6:9 ; 학 2:9 ; 요 14:27), 성령(갈 5:22), 복음(시 52:7 ; 엡 6:12)이라고 했다. 또한 평안을 누릴 수 있는 사람은 하나님을 경외하는 자(시 25:12, 13)와 온유한 자(시 37:11), 화평한 자(시 37:37), 그리스도 보혈의 공로를 힘입은 자(사 53:5), 하나님의 교훈을 받는 자(사 54:3), 선을 행하는 자(사 57:2), 믿음으로 의롭다 하심을 얻은 자(롬5:1)라고 했다. 그리고 평안의 결과는 복이 임하고(욥 22:21), 장애물이 없으며(시 119: 165), 희락이 있고(잠 12:20), 자기 침상에서 편히 쉴 수(사 57:2)있다. 또한 마음에 근심이 없고(요 14:27), 두려워하지 않으며(요 14: 27), 환란을 당할 때 담대하고(요 16: 33), 세상을 이길 수 있고 (요 16: 33), 소망이 넘친다(롬 15:13)<sup>35)</sup>고 말씀하셨다.

④ 용서(판용) : “우리가 우리에게 죄지은 자를 사하여 준 것 같이 우리 죄를 사하여 주옵시고(마 6:12)라는 말씀같이 하나님과 그리고 성도들과

의 인간관계는 용서를 전제로 다툼을 멀리하고(잠 16:7), 욕하는 자에게 복을 빌어주는 것(벧전 3:9)이다. 더 나아가 판단보다는 이해의 관계로 바울은 사랑 안에서 연합하여 원만한 이해의 부요에 이르라(골 2:2)고 권고했다. 또한 바울은 골로새서 3장에서 서로를 용납하고 피차 용서할 것을 가르치고 있다. 그는 주님께서 우리를 용서하신 것처럼 참고, 용서 할 뿐만 아니라 이 위에 사랑을 더 하라고 했다.<sup>36)</sup> 인간이 서로 용서 해야 할 이유는 하나님께서 우리를 먼저 용서하셨고(엡 4:32) 우리가 용서를 받기 위함(마 6:14)이며, 하나님이 주신 계명(롬 12:19)이기 때문이다. 그리고 우리가 서로 용서할 일은 과실(마 6:14)과 허물, 죄(창 50:17), 원수의 핍박(마 5:44), 혐의(막 11:25), 공평치 못한 것(고후 12:13), 그리고 무슨 일이나(고후 2:10) 용서해야 한다. 용서의 방법은 일흔 번씩 일곱 번이라도(마 18:22), 회개하거든(눅 17:3, 4), 서로 용서하고 (엡 4:32), 하나님이 우리를 용서하심과 같이(엡 4:32) 해야 하는 것이다.

## (2) 부정적인 정서

① 두려움: 성경에는 해질 때에 아브람이 깊이 잠든 중에 캄캄함이 임함으로 심히 두려워했고(창 15:12), 여호와께서 유다와 예루살렘을 진노하시고 내어 버리사 두려움과 놀람과 비웃음거리가 되었다(대하 29: 8). 또한 악한 일에 대하여 두려움이 있고(롬 13:3), 마음이 진실함과 깨끗함에서 떠나 부패할 때 두려움이 있다(고후 11:3). 이외에도 성도가 진정 두려워 할 것은 하나님, 우상숭배, 교만, 거짓말, 미련함, 공의, 실족하는 것(롬 11:20), 버림 받는 것(고전 9:27), 타락하는 것(고후 11:3), 유혹(갈 6:1), 하나님의 은혜에 이르지 못하는 것(히12:5) 등이다. 이와 같이 범죄후의 아담과 하나님의 환상을 본 야곱, 선지자의 책망을 들은 사울, 하나님의 명령을 거역한 욥, 사자의 칼을 본 다윗, 가브리엘 천사를 본 다니엘, 예수님의 부활을 지켜본 제자들, 하나님의 백성을 핍박한 바울 등, 성경에 나오는 거의 모든 사람들이 하나님 앞에서 두려움에 떨었다. 이를 본 하나님께서 너희는 두려워 말며 겁내지 말라고 하시고 두려움이 없기 위해서는 종신토록 성결과 의로 섬기고(눅

1:75), 선을 행하고(롬 13:3), 여호와를 의지하며(잠 29:25), 장차 받을 고난을 두려워 말고 죽도록 충성하라고(계 2:10) 말씀하셨다. 그리하면 칭찬을 받고 하나님의 존귀가 너희를 두렵게 하지 않겠으며(욥 13: 11), 여호와를 의지하는 자는 안전하고(잠 29:25) 생명의 면류관을 내게 주리라(계 2:10)고 말씀하셨다.<sup>37)</sup>

② 불안: 현대인은 불안과 두려움 때문에 고통스러워하면서도 불안의 가장 근본적인 원인을 모르고 방황하고 있다. 인간의 불안과 고통은 인간이 본래부터 가지고 있던 것이 아니라 죄로 인해 마땅히 받아야 했던 벌로 하나님을 떠났다는 증거이다. 성경에는 인간의 불안한 마음을 안정치 못하고 늘 요동하며(사 57:20), 족함이 없고(전 1:8), 헛된 일에 분요하며(시 39:6), 세속을 추구하고(사 55:2), 분주함(눅 10:40)으로 표현되어 있다. 또한 불안의 원인을 불순종(창 3:10)과 죄 지음(신 28:64), 믿음의 부족(롬 14:1), 인간의 불완전함(마 5:36), 연약함(사 40:22), 세상염려(전 8:16), 불신(눅 8:24)때문이라고 했다. 그리고 범죄 한 아담과 압살롬의 반역에 처한 다윗, 풍랑을 만난 예수의 제자 등 불안해하는 인간의 모습들이 성경에 나타나 있다. 불안으로 힘들어하는 사람에 대한 성경의 권고를 보면 마음을 강하게 담대히 하고(수 1:9), 너의 길을 여호와께 맡기며(시 37: 5), 네 짐을 여호와께 맡기라(시 55:22)고 말씀하셨다. 또한 수고하고 짐진자들이 다 내게로 오라 내가 너희를 쉬게 하리라(마 11:20)고 하시고 아무것도 염려하지 말고 다 하나님께 아뢰라 그리하면 하나님의 평강이 그리스도 예수 안에서 너희 마음과 생각을 지키시리라(빌 4: 6,7)고 권고하셨다.<sup>38)</sup>

③ 분노: 성경에는 하나님을 분노하시는 분으로 묘사하고 있다. 그러나 하나님의 분노는 인간의 죄와 고통으로 인한 의로운 것으로 교육과 용서의 의미가 있으며, 원래 하나님의 속성은 “분내시기를 더디 하시는 분”임을 기억해야 한다. 또한 바울은 인간의 마음이 분노로 가득 찬 상태에서도 죄를 짓지 않아야 한다고 경고했다(엡 4:26). 따라서 하나님께서는 인간에게 분노를 허락한 반면에 “해가 지기 전”에 분노를 해소해야 한다고 가르치고 있다.<sup>39)</sup> 분노의 원인은 완고함과 불편, 원망함이고 불순종과 거역함, 과실(삼

하 6:7), 안식을 범함(느 9:15, 16), 불신앙(시 78: 21, 22), 사악함(겔 8:17), 음란함(겔 23:49), 불의를 행함(골 3:15). 질투, 시기, 교만함 등이다. 사람의 분노의 특징은 육체의 일이고(갈 5: 19, 20), 어리석음(잠 12:16)과 분쟁이나 말다툼(잠 21:19), 악의와 욕심 (골 3:8)이다. 분노를 진정하는 방법은 문제를 올바르게 해결(에 7:10)하고, 노하기를 더디 하며(잠 15:18), 유순하게 대답(잠 15:1)하고, 지혜로 중재(잠 16:14)하는 것이다. 이외에도 화목하고(잠 17:1), 온유하며(딤후 2:24,25), 용서하고(골 3:13), 마음을 같이하는(빌 2:2-4)것이다.

④ 슬픔: 슬픔 역시 하나님의 속성으로 예수 그리스도의 슬픔은 신약 성서의 사복음서에 곳곳에 기록되어 있으며, 성경에서 가장 많이 언급되고 있는 정서이다. “여호와여 주의 노로 나를 책하지 마시고 분노로 나를 징계치 마소서 주의 살이 나를 찌르고 주의 손이 나를 심히 누르시나이다. 주의 진노로 인하여 내 살에 성한 곳이 업사오며 나의 죄로 인하여 내 뼈에 평안함이 없나이다. 내가 아프고 심히 구부러졌으며 종일토록 슬픔 중에 다니나이다. ---- 내가 피곤하고 마음이 심히 상했으며 마음이 불안하여 신음하나이다. 이와 같이 시편 38편 1-8절)은 매우 심각한 슬픔에 대해 묘사하고 있다. 이외에도 창세기 4장 6-7절에 가인의 심정에 대한 표현 역시 슬픈 감정을 묘사하고 있다.

그러나 기독교인에 의해 느껴지는 우울한 슬픔은 자신의 죄에 대한 회개의 느낌, 또는 불쌍한 이웃에 대한 연민의 마음으로 인해 느끼는 슬픔이며, 비기독교인의 슬픔처럼 희망이 없는 것이 아니다.<sup>40)</sup> 사람의 슬픔의 원인을 보면 사랑하는 이의 죽음(창 23:2), 죄악(출32:31), 하나님의 진노로 인한 징계(렘 9; 10), 환난, 질병 고통, 등이다. 슬픔에 대한 하나님의 위로는 슬픔을 아시고 기억하시고(창 21: 16-19), 고통을 돌아보아 주시며(삼상 1:11), 위로의 사자들을 보내주신다(욥 2:11-13). 또한 슬픔당한 사람의 기도에 응답해 주시며(시 116: 2-7), 슬픔이 기쁨으로 변화되게 하시며(사 14:3), 위로의 날을 주시고(사 14:3), 구속하심으로 슬픔을 그치게 하신다(사 25:10)고 기록되어 있다. 또한 슬픔에 처했을 때에 우리의 올바른 자세는 하나님의 긍휼을

구해야 하며(시 31:9), 슬픔을 통해 마음을 유익하게 하고(전 7:3), 사람에게 보이려고 슬퍼하지 않아야 하며(느 8: 10), 슬픔을 당하지 않도록 미리 예비(마 25:30)하는 것이다.

이와 같이 성경에는 사람이 이 세상에 태어나서 살아가면서 경험하게 되는 모든 정서에 대해 원인에서부터 해결하는 방법까지 자세하게 기록되어 있다. 또한 성경은 삶에 관한 모든 질문에 충분히 대답 할 수 있기 때문에 아동들의 문제도 말씀 안에서 해결방법을 찾아야 할 것이다. 따라서 기독교 상담자는 아동들의 정서문제의 원인이 어디에 있는지, 또 어떻게 해결할 수 있는지 자세히 고찰해 볼 필요가 있다. 그리고 아동들로 하여금 어릴 때부터 기독교적 가치관을 가지고 자신의 삶 가운데 하나님을 모시고 말씀 안에서 예수 그리스도와의 관계를 올바르게 갖도록 인도해야 할 것이다.

성경에 나타난 각종 정서에 대한 이해를 기초로 아동들에게 적용할 수 있는 정서적 교육방법을 설명하면 다음과 같다.

- (1) 능력의 근원이신 예수 그리스도를 영접할 수 있도록 인도한다.
- (2) 아동들의 정서적 문제를 성경말씀을 통해 해결할 수 있도록 말씀을 많이 읽어 주거나 또는 읽도록 권고한다.
- (3) 마음 또는 행동으로 죄를 짓지 않도록 지도한다.
- (4) 하나님의 능력을 통해 문제를 해결하기 위한 방법으로 기도하는 습관을 기르도록 한다.
- (5) 자기 마음속에 잠재해 있는 분노를 깨닫도록 하고 또한 분노를 언어로 표현 할 수 있도록 지도한다.
- (6) 다른 기독교 친구들과 친분을 쌓고 우정을 나누면서 믿음을 더욱 신실해지도록 한다.
- (7) 다른 사람을 원망하고 불평, 질투하기보다는 사랑하고 용서하고 봉사하는 마음이 우선하도록 교육한다.
- (8) 정서의 감수성과 표현을 합리적이고 현실적인 방향에서 성숙할 수 있도록 교육한다.
- (9) 성경 안에서 자신감, 독립심, 자율성, 책임감을 교육해서 정서적으로

건강할 수 있도록 한다.

- (10) 유우머와 웃음을 가르쳐서 일상생활이 유쾌하고 즐거움을 경험 할 수 있도록 한다.

### III. 닫는 글

‘인간은 감정의 동물이다’ 라는 말과 같이 인간은 항상 이성 에 따라 사는 것이 아니다. 일상에서 만나는 사람들과 또는 많은 스트레스와 문제 속에서 살면서 인간의 정서는 변할 수밖에 없다. 또한 변하는 기분과 정서의 고저에 따라 때로는 기쁘고, 평안하며, 또 때로는 슬프고, 분하고, 원망하는 하루에도 수많은 정서를 경험하게 된다. 그러나 적당한 정서적 반응은 목적달성에 크게 도움이 되지만 그것이 일정한 수준을 넘거나 적절하지 않으면 문제해결이나 목적추구에 도움이 되지 않는다. 또한 분노와 미움, 죄책감, 수치심과 같은 강한 부정적인 정서는 마음과 몸만 상하게 하는 것이 아니라 영적인 부분까지 상하게 할 수 있기 때문에 이러한 정서를 올바르게 이해해서 극복하고 인내하지 않으면 안 된다.

다행스럽게도 세상을 창조하신 하나님은 우리 인간의 정서를 모두 아시고 각종 정서를 경험하고 다스리는 법에 대해서 성경에 상세하게 설명하셨다. 즉 하나님의 마음과 같은 긍정적인 정서는 많이 경험할 수 있도록 노력하는 동시에 충분히 즐겨야 하며, 또한 부정적인 정서는 회피하지 말고 그 원인을 파악하고 극복할 수 있는 방법을 찾아서 긍정적인 정서로 승화시켜야 한다고 권면하셨다. 그리고 모든 정서는 하나님 안에서만 올바르게 느끼고 해결할 수 있음을 강조하셨다. 따라서 어릴 때부터 성경의 말씀을 기초로 자신의 정서를 올바르게 이해하는 것과 또한 이를 적절하게 표현하고 다룰 수 있는 방법을 올바르게 교육해야 할 것이다. 더 나아가 말씀을 통해 아동의 정서발달뿐만 아니라 성격발달과 사회성 발달이 정상적으로 이루어질 수 있도록 도와주어서 성숙한 기독교인으로 성장할 수 있도록 지도해야 할 것이다.

【 참고문헌 】

- 강경미. “영성의 심리적 영향과 치유.” 「가정과 상담」. 8권(2004, 11). 26-33.
- 강경미. 「아동행동수정」. 서울: 학지사. 2005.
- 강경미. “기독교상담과 한국인의 대인관계문화.” 「복음과 상담」 5권(2005, 11). 179-205.
- 강경미 외 공저. 「아동발달론」. 전국보육교사교육연합회편. 서울: 형설출판사. 2006.
- 강희연 · 강문희. “유아의 부정적 정서에 대한 부모의 반응유형, 유아의 대처 반응 및 또래 수용 간의 관계 연.” 「아동학회지」 20(3). 1999, 172-181.
- 김나영 · 이승희. 「아동임상 및 상담심리」. 서울: 동문사. 2003.
- 김은정 · 오경자. “발달적 관점에서 본 아동 및 청소년기 우울증.” 「소아 · 청소년 정신의학」 3(1), 1992. 117-127.
- 김태련 외 공저. 「발달장애심리학」. 서울: 학지사. 2005.
- 대학교직과 교재편집위원회. 「아동교육심리」. 서울: 교육출판사. 1992.
- 박성연 · 도현심. 「아동발달」. 서울: 동문사. 2003.
- 심희옥. “아동후기 초등학교 학생의 부정적 생활사건, 자아존중감, 사회적 지원과 부적응에 관한 종단연구.” 「아동학회지」. 19(2). 1998. 43-53.
- 안동현 외 공저. 「주의력 결핍 장애 아동의 사회기술훈련」. 서울 : 학지사. 2004.
- 이인혜. 「정신생리학」. 서울: 학지사. 1999.
- 이지선 · 유안진. “분노 및 슬픔상황에서 아동의 정서조절 동기와 정서조절 전략.” 「아동학회지」. 20(3), 1999. 124- 135.
- 제자원. 「그랜드 종합교리」. 서울: 성서교재. 1997.
- 최선남 · 최외선. “아동의 우울정도에 따른 가족환경 지각에 관한 연구.” 「아동학회지」 20(2). 1999. 91-102.
- Brady, E. D., & Kendall, P. C. “comorbidity of anxiety and depression in children and adlescents.” *Psychological Bulletin*, 111. 1992. 245-255.
- Carson, F. A. “A prospective, longitudinal study of attachment disorganization/disorientation.” *Child Development*, 69. 1998. 1107-1128.
- Craft, C. H. *Deep wounds, Deep healing*, 이윤호 역. 「깊은 상처를 치유하시는 하나님」. 서울: 은성. 1995.

- Corony, M. A., & Brown, W. H. "Early identification, prevention, and early intervention with children at risk for emotional or behavioral disorders: Issues, trends, and a call for action." *Behavioral Disorders*. 29(3). 2004. 224-237.
- Corsini, R. J. *Current Psychotherapy*(3rd, ed.). Illinoise : F. E. Peacock Publishers, Inc. 1984.
- Dunn, J., & Brown, J. "Affect expression in the family, children's understanding of emotions, and their interactions with others." *Merill-Palmer Quarterly*, 40. 1994. 120-141.
- Jacobson, S., Fasman, J., & Dimascio, A. "Deprivation in the Childhood of depressed women." *Journal of Nervous and mental Disease*. 160, 1975. 5-14.
- Meier, P. D., Minirth, F. B., Wichern, F. B., & Ratcliff, D. E. *Introduction to Psychology and Counseling*. 전요섭 외 공역. 「기독교상담심리학개론」. 서울: CLC. 2004.
- Nigg, J. T., & Hinshaw, S. P. "Parent personality traits and Psychopathology associated with antisocial behaviors in childhood attention-deficit hyperactive disorder." *Journal of Child psychology and Psychiatry*. 39, 1998. 145-159.
- Pliszka, S. R. & Olvera, R. L. "Anxiety disorders." In S. Goldstein, & C. R. Reynold(Ed.). *Handbook of neurodevelopmental and genetic disorders in children*. New York: Guilford press, 1999.
- Raymond L. Cramer. *The psychology of Jesus and Mental health*. 정동섭 역. 「예수님의 심리학과 정신건강」. 서울: 생명의 말씀사. 1995.
- Sourfe, L. E. "Socioemotional development." InJ. D. Osofsky(Ed.). *Handbook of infant development*. New York: Wiely. 1993.

[ 후주 ]

- 1) 이지선 · 유안진, “분노 및 슬픔상황에서 아동의 정서조절 동기와 정서조절 전략”, (아동 학회지, 20(3), 1999), 124.
- 2) 강희연 · 강문희, “유아의 부정적 정서에 대한 부모의 반응유형, 유아의 대처반응 및 또래수용 간의 관계 연구”, (아동학회지, 20(3), 1999), 172.
- 3) Charles, H. Craft, *Deep wounds, Deep healing*, 이윤호 역, 「깊은 상처를 치유하는 하나님」(서울: 은성, 1995), 74-75.
- 4) 강경미, “영성의 심리적 영향과 치유”, (가정과 상담, 82, 2004), 28.
- 5) 대학교직과 교재편집위원회, 「아동교육심리」(서울: 교육출판사, 1992), 167-168.
- 6) 이인혜, 「정신생리학」(서울: 학지사, 1999), 40-41.
- 7) 이인혜, 43-44.
- 8) Corony, M. A., & Brown, W. H., “Early identification, prevention, and early intervention with children at risk for emotional or behavioral disorders: Issues, trends, and a call for action,”(*Behavioral Disorders*, 29(3), 2004), 224-225.
- 9) 박성연 · 도현심, 「아동발달」(서울: 동문사, 2003), 177-179.
- 10) 강경미 외, 「아동발달론」, 전국보육교사교육연합회편 (서울: 형설출판사, 2006), 210-211.
- 11) 강경미 외, 265.
- 12) Sourfe, L. E.. “Socioemotional development,” InJ. D. Osofsky(Ed.) (*Handbook of infant development*, New York: Wiley, 1993), 194.
- 13) Carson, F. A., “A prospective, longitudinal study of attachment disorganization/disorientation,”(*Child Development*, 69, 1998), 1107-1109.
- 14) 김태련 외 「발달장애심리학」(서울: 학지사, 2005), 356.
- 15) 강경미, 「아동행동수정」(서울: 학지사, 2005), 203.
- 16) Pliszka, S. R. & Olvera, R. L., Anxiety disorders. In S. Goldstein, & C. R. Reynold(Eds.), *Handbook of neurodevelopmental and genetic disorders in children*, (New York: Guilford press, 1999), 216-218.
- 17) 김태련 외, 355-356.
- 18) 박성연 · 도현심, 178.
- 19) 강경미 외 269.
- 20) Dunn, J., & Brown, J., “Affect expression in the family, children's understanding of emotions, and their interactions with others”, (*Merill-Palmer Quarterly*, 40,1994) 120-121.
- 21) 최선남 · 최외선, “아동의 우울정도에 따른 가족환경 지각에 관한 연구”, (아동 학회지, 20(2), 1999), 91.
- 22) 심희옥, “아동후기 초등학교 학생의 부정적 생활사건, 자아존중감, 사회적 지원과 부적응에 관한 중단연구”, (아동학회지, 19(2), 1998), 43.
- 23) Jacobson, S., Fasman, J., & Dimascio, A., “Deprivation in the Childhood of depressed women,” (*Journal of Nervous and mental Disease*, 160, 1975), 5-14.
- 24) 김은정 · 오경자, “발달적 관점에서 본 아동 및 청소년기 우울증”, (소아 · 청소년

- 정신의학, 3(1), 1992), 117-118.
- 25) 안동현 외, 「주의력 결핍 장애 아동의 사회기술훈련」(서울 : 학지사, 2004), 15-16.
- 26) Nigg, J. T., & Hinshaw, S. P., "Parent personality traits and Psychopathology associated with antisocial behaviors in childhood attention-deficit hyperactive disorder", (*Journal of Child psychology and Psychiatry*, 39, 1998), 145-148.
- 27) 강경미, 2005, 231.
- 28) 김나영 · 이승희, 「아동임상 및 상담심리」(서울: 동문사, 2003), 210.
- 29) Corsini, R. J. *Current Psychotherapy*(3rd, ed.), (Illinoise : F. E. Peacock Publishers, Inc, 1984), 26-27.
- 30) Raymond L. Cramer, *The psychology of Jesus and Mental health*, 정동섭 역 「예수님의 심리학과 정신건강」(서울: 생명의 말씀사, 1995), 21.
- 31) Raymond L. Cramer, 정동섭 역, 21-24.
- 32) Brady, E. D., & Kendall, P. C., "comorbidity of anxiety and depression in children and adlescents,"(*Psychological Bulletin*, 111, 1992), 247.
- 33) Meier, P. D., Minirth, F. B., Wichern, F. B., & Ratcliff, D. E., *Introduction to Psychology and Counseling*, 전요섭 외 공역, 「기독교상담심리학개론」(서울: CLC, 2004), 89-91.
- 34) 강경미, 2004, 31.
- 35) 체자원, 「그랜드 종합교리」(서울: 성서교재, 1997), 430-432.
- 36) 체자원, 934-936.
- 37) 강경미, "기독교상담과 한국인의 대인관계문화", (*복음과 상담*(5), 2005), 199.
- 38) 체자원, 873-875.
- 39) 체자원, 871-873.
- 40) Meier, Minirth, Wichern, Ratcliff, 92.
- 41) Meier, Minirth, Wichern, Ratcliff, 94-96.

【 Abstract 】

Christian Counseling and Child Education  
for Emotional Development

kyung-mi kang  
(Ph.D., Korea Christian University)

According to modern educational perspectives, EQ is emphasized more than IQ. That is, emotional maturity is regarded more important than intellectuality. However, an educational crisis is that children spend their most time in playing with computers. They are deprived of ordinary contacts with their peers.

Emotions are psychologically defined as responses to what they experience when humans are emotionally disturbed. The negative responses, such as depression, anxiety, fear, or anger, sometimes cause acute mental or physical suffering and chronic illnesses.

The educators who have been studying child emotional developments focus on two aspects: the emotional resilience and release. To nurture emotional resilience, the child educators group children according to their ages and offer different inputs and circumstances to let them exposed to diverse emotions. Although it seems better that children experience only positive emotions, children have to be exposed to negative emotions because children will experience both positive and negative emotions throughout their lives. In addition, the educators help children to learn how to respond to negative emotions.

Since our body is affected by our emotions, the educators teach to children how to express their emotions and obtain emotional stability. The educators encourage children to understand differences between entities and situations and to find some good ways to freely express how they feel.

Our emotions were given to us when God created us. God intended that human emotions served as an essential tool to express, communicate, and share with other people what they think and feel. Some desirable ways to develop human emotions are to nurture children's faith by helping them understand salvific love of Jesus Christ. It is important that children do not confide themselves extremely, depend on other people's emotions, or are not completely controlled by surroundings. They have to identify themselves within Biblical perspective in order to enjoy genuine sadness, joy, and freedom.

**Key words:** child, emotion, education, God, christian counseling