Journal of Counseling and Gospel
「복음과 상담」 제34권 3호(2026): 113-140

http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2026.34.3.113

불안정 애착 초등학생의 안정 재애착 형성 과정: 비지시적 놀이치료 사례연구

손 유 경*

국문초록

본 연구는 또래 관계의 어려움을 경험한 초등학생 두 명의 비지시적 놀이치료 과정을 분석하여 치료관계에서 나타나는 정서조절 및 관계 행동의 변화를 살펴보고, 그 의미를 기독교 상담학적으로 성찰하였다. 연구자료는 2025년 3월부터 2026년 3월까지 아동별로 진행된 40회기의 놀이치료 기록, 일부 회기 전사, 보호자 상담기록 및 심리평가 자료이다. 자료는 회기별 사건과 치료자 반응을 구분하여 초기·중기·후기의 변화와 사례 간 공통점 및 차이점을 비교하였다. 연구 초기 두 아동에게서는 통제와 경계, 반복적 확인 요구, 관계 단절에 대한 불안 등이 관찰되었다. 치료가 진행되면서 놀이 규칙을 조율하거나 도움을 요청하고, 감정을 표현하며 갈등 이후 관계를 회복하려는 시도가 기술되었다. 두 아동의 어머니 애착 지각 점수도 사전보다 사후에 높아졌으나, 이를 애착 유형 전환의 증거로 해석하지 않았다. 관찰된 변화는 치료적 관계에서 정서적 안전감과 관계적 유연성이 확대될 가능성을 시사하며, 학교 장면의 독립 관찰과 추적 평가는 제한적이었다. 연구자의 치료자·분석자 이중 역할도 해석의 한계로 고려하였다. 기독교 상담학적 논의에서는 치료자의 수용을 하나님의 사랑과 동일시하지 않고 인간의 존엄, 비강압적 돌봄, 관계 회복의 신학적 함의와 경계를 검토하였다.

주제어: 불안정 애착, 안정 재애착, 초등학생, 비지시적 놀이치료, 기독교 상담

---

* 반가워심리상담소 소장

• 이 연구는 웨스트민스터신학대학원대학교 손유경의 박사학위논문(2026년 6월, 지도교수: 박은정)을 요약·재구성한 논문임.

www.kci.go.kr

I. 여는 글

1. 연구의 필요성과 목적

교육부가 발표한 “2025년1차 학교폭력 실태조사 결과 발표”에 따르면 전국 초·중·고 학생 가운데 약2.5%가 학교폭력 피해를 경험한 것으로 보고되었으며, 초등학생의 피해 응답률은 5.0%로 전체 학교급 가운데 가장 높은 수준을 보였다(교육부, 2025). 이 결과는 학령기 아동의 또래 관계가 사회적 교류를 넘어 심리적 안정과 학교생활 적응을 좌우하는 핵심 발달과제임을 보여준다. 초등학교 시기는 가정 안에서 형성된 초기 관계 경험이 학교와 또래집단이라는 넓은 사회적 장면으로 확장되는 시기이며, 부정적 또래 관계는 아동의 자아존중감을 약화시키고 우울감으로 이어질 수 있다는 점에서 정서적 적응과 긴밀하게 연결된다(김상원, 이혜숙, 남동현, 2024: 105-123). 따라서 초등학생 시기의 관계 부적응은 일시적 행동 문제나 사회성 부족으로 축소할 수 없으며, 발달과 관계의 구조 속에서 접근해야 할 임상적 과제이다.

학령기 아동에게 또래 관계의 실패 경험은 친구 관계의 불편함에 그치지 않는다. 반복되는 배제와 위축, 공격적 상호작용은 아동의 자기개념을 부정적으로 만들고 타인에 대한 신뢰를 약화시킬 수 있으며, 나아가 학교라는 일상적 생활공간 전체를 불안의 장으로 경험하게 할 수 있다. 이처럼 초등학생 시기의 관계 손상은 자기가치감의 약화, 정서적 위축, 대인관계 회피 혹은 과도한 매달림으로 이어질 수 있으며, 적절히 다루어지지 않을 경우 이후 청소년기와 성인기의 관계 양식에도 지속적인 영향을 미칠 가능성이 있다(황종호, 2017: 41-59).

이 문제를 이해하는 데 이론적 관점을 제공하는 것이 애착이론이다. Bowlby(2009: 276)는 애착을 위협 상황에서 보호를 추구하도록 조직된 행동 체계로 설명하였으며, 초기 양육자와의 반복된 상호작용을 통해 형성되는 내적 작동모델이 이후의 정서 반응과 대인관계 기대를 구조화한다고 보았다. Cassidy와 Shaver(2008)는 불안정 애착이 이후 정서조절과 대인관계 양식에 지속적인 영향을 미칠 수 있음을 정리하였다. 불안정한 애착 경험은 관계 속에서 불안, 회피, 경계, 과도한 의존과 같은 방식으로 정서를 조절하게 만들 수 있다.

애착은 영유아기의 관계에만 국한되는 개념이 아니라 이후 초등학생 시기의 또래 관계와 학교 적응을 이해하는 데에도 의미 있는 기초가 된다. Bowlby의 애착이론은 관계가 변화하는 조건도 함께 설명하는데, 그는 치료 장면에서 치료자가 내담자에게

www.kci.go.kr

안전기지를 제공하는 존재가 된다고 보았다(Bowlby, 2009: 53). 안전기지로 기능하는 관계 안에서 아동은 위협을 덜 지각하며 자기와 타인을 새롭게 탐색한다. 내적 작동모델은 고정된 구조로 머무르지 않고 새로운 관계 경험을 통해 수정되는 표상이며(Bowlby, 2009: 233-236), 부정적 관계 기대를 거듭 반증하는 경험은 그 표상을 안정의 방향으로 재조직한다. 그러므로 불안정 애착 유형 아동의 변화는 평가와 지시가 들어서지 않는 수용적 관계를 조건으로 삼는다.

그러나 기존 연구들은 대체로 불안정 애착이 정서 및 대인관계 적응에 미치는 영향을 밝히는 데 집중해 왔다. 초등학생 시기의 관계적 취약성이 실제 치료 과정 안에서 어떠한 방식으로 드러나고 변화하는지를 심층적으로 탐색한 연구는 상대적으로 충분하지 않으며, 불안정 애착을 보이는 아동이 치료자가 제공하는 안전기지 안에서 놀이를 통해 내면의 불안과 갈등을 표현하는 과정을 사례 중심으로 분석한 연구는 부족하다(우판, 채진영, 2024: 1-23). 따라서 초등학생의 불안정 애착을 결과 변인으로 다루는 수준을 넘어 치료 과정에서 나타나는 안정 재애착의 과정을 고찰할 필요가 있다.

놀이치료는 아동에게 언어로 표현되기 어려운 경험과 정서를 상징적으로 드러낼 수 있는 장을 제공한다(Landreth, 2015: 11-28). 치료자와의 반복적이고 안정된 상호작용을 통해 새로운 관계 경험의 가능성을 연다는 점에서 임상적 의의를 지니며(Bratton et al., 2005: 376-390), 불안정 애착 유형을 보이는 아동에게 놀이치료는 자기표현의 장일 뿐 아니라 예측 가능하고 수용적인 치료관계 안에서 정서적 안정과 신뢰를 다시 경험할 수 있는 장이 될 수 있다(박미향, 김밀양, 2021: 2235). 이 과정에서 나타나는 놀이 주제, 상징적 표현, 정서 반응, 치료자와의 상호작용 양상은 아동의 관계적 어려움과 불안정 애착 전략이 어떻게 재현되고 변화하는지를 보여 주는 주요한 자료가 된다.

이와 같은 논의는 기독교 상담의 관점에서 볼 때 더욱 풍부한 의미를 지닌다. 관계 안에서 안전감을 경험하지 못한 아동이 새로운 관계를 통해 다시 신뢰를 회복해 가는 과정은, 인간이 하나님과의 관계 안에서 회복되어 가는 구속의 서사와 유비적으로 이해될 수 있다(Kirkpatrick, 2005). 본 연구는 이러한 문제의식을 바탕으로 불안정 애착 유형을 보이는 초등학생의 비지시적 놀이치료 과정을 질적 사례연구로 탐색하고, 치료적 관계 안에서 형성되는 안정 재애착의 과정을 애착이론과 비지시적 놀이치료의 틀 안에서 분석함과 동시에 기독교 상담적 관점에서 그 신학적 함의를 조명하고자

www.kci.go.kr

한다. 이를 통해 상담 및 놀이치료 실제뿐 아니라 기독교 상담 현장과 신앙공동체 사역에 활용 가능한 기초 자료를 제시하고자 한다.

한편 본 연구가 기독교 상담적 관점을 함께 취하는 이유는 단순히 연구자의 신앙적 배경 때문만은 아니다. 인간의 관계적 회복을 다루는 상담학은 그 자체로 인간 이해에 관한 세계관적 전제를 내포하며, 기독교 상담학은 인간을 하나님의 형상으로 지음받은 관계적 존재로 이해하는 신학적 인간론 위에서 심리학적 통찰을 통합하고자 한다. 이러한 통합적 관점은 애착이론이 강조하는 관계 중심적 인간 이해와 상당 부분 공명하며, 동시에 심리학적 설명이 다 담아내지 못하는 궁극적 관계, 곧 인간과 하나님의 관계에 대한 물음을 함께 던진다. 본 연구는 이러한 통합적 관점 위에서 사례를 분석함으로써, 기독교 상담학이 임상 사례를 다루는 하나의 방법론적 시도를 제시하고자 한다.

2. 선행연구 검토

불안정 애착과 아동의 정서 및 또래 관계에 관한 국외 연구는 초기 애착 경험이 이후 발달 단계의 관계 양식과 정서조절에 지속적인 영향을 미친다는 관점에서 전개되어 왔다. Dagan 외(2021)는 불안정 애착이 아동기와 청소년기의 내재화 문제와 관련된다는 점을 체계적으로 제시하면서, 애착 표상이 안정적이지 못한 아동이 불안, 위축, 우울과 같은 정서적 취약성을 보일 가능성이 높다고 보았다. Schneider, Atkinson과 Tardif(2001: 86-100).는 부모-자녀 애착과 아동의 또래 관계를 양적으로 검토하면서 부모 애착의 질이 이후 또래 관계와 심리적 적응을 이해하는 핵심적인 변인임을 제시하였다. 최근에는 불안정 애착이 사회적 상황을 해석하는 방식에도 영향을 미친다는 연구가 보고되고 있는데, Li, Carnelley와 Rowe(2023)는 불안정 애착과 부정적 귀인편향 간의 관계를 메타분석한 결과 불안정 애착이 타인의 의도나 모호한 사회적 단서를 부정적으로 해석하는 경향과 관련될 수 있음을 제시하였다.

초등학생 시기의 애착은 영유아기 애착의 연장선만으로 설명되지 않는다. 이 시기의 아동은 언어적 사고와 사회적 비교 능력이 발달하면서 부모와의 관계 경험을 복합적으로 표상하며, 학교와 또래 집단이라는 확장된 사회적 장면 안에서 애착의 영향은 정서조절, 자기평가, 또래 관계, 학업 적응의 방식으로 드러난다. Boldt 외(2016)는 중기 아동기가 애착 연구에서 상대적으로 공백으로 남아 있었다고

www.kci.go.kr

지적하면서, 이 시기의 애착이 여전히 부모와의 상호작용 속에서 조직되며 이후 적응과도 연결된다고 보았다. 국내 연구에서도 부모애착과 또래 관계의 질은 학교생활적응과 자기효능감, 사회적 적응의 수준에 유의한 영향을 미치는 것으로 보고되어 왔다(황종호 외, 2017: 407-424; 이재인, 김춘경, 한은수, 2014: 345-367).

국내에서는 불안정 애착 유형 아동을 대상으로 한 놀이치료 사례연구가 점차 축적되고 있다. 박미향과 김밀양(2021: 2231-2244)은 아동중심 놀이치료가 불안정 애착 아동의 관계적 변화를 이끌어낼 수 있음을 사례를 통해 확인하였고, 윤혜경과 심혜원(2016: 95-121)은 애착지향치료의 관점에서 불안정 애착관계를 형성한 남아의 개별놀이치료 사례를 분석하였다. 임선자와 선우현(2015: 139-168)은 기독교상담학 관점에서 반응성 애착장애 아동의 놀이치료 사례를 다루면서, 아동이 치료과정에서 정서적 안전감을 경험하고 자기표현을 확장해 가는 과정을 보여 주었다. 그러나 이러한 선행연구들은 불안정 애착, 초등학생, 놀이치료, 또래 관계, 사례연구를 하나의 분석틀 안에서 함께 다룬 경우가 많지 않으며, 특히 그 과정을 기독교 상담적 관점에서 신학적으로 성찰한 연구는 찾아보기 어렵다. 이에 본 연구는 이러한 연구 공백에 주목하여 불안정 애착 유형을 보이는 초등학생의 놀이치료 사례를 분석하고자 한다.

한편 유병선, 이채희, 이지연(2008), 김분, 최연실(2012), 이정자(2024)는 초등학생의 애착과 학교생활 적응 및 행동 문제의 연관성을 검토하였다. 본 연구는 이들 연구에서 다룬 관계적 어려움이 장기 비지시적 놀이치료 과정에서 어떻게 표현되고 변화하는지 살펴본다. 강성경(2025)은 중국 조선족 대학 졸업생의 불안정 애착 경험을 내러티브 연구로 분석하였다. 본 연구는 초등학생의 비지시적 놀이치료 과정에서 나타나는 정서적·관계적 변화를 살펴본다.

3. 연구문제

본 연구의 목적을 수행하기 위하여 연구자는 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

첫째, 두 연구참여 아동의 관계적 어려움과 불안정 애착 관련 반응은 놀이치료 과정에서 어떠한 정서 반응, 놀이 주제와 상호작용으로 나타나는가?

둘째, 치료의 초기·중기·후기에서 정서조절, 도움 요청, 협상과 관계 조율의 양상은 어떻게 변화하며, 이를 뒷받침하는 관찰 근거와 대안적 해석은 무엇인가?

www.kci.go.kr

셋째, 이러한 치료과정의 변화는 안정 재애착의 가능성과 관련하여 어디까지 해석할 수 있으며, 기독교 상담학적으로 어떠한 함의와 한계를 지니는가?

II. 펴는 글

1. 애착이론과 안정 재애착

Bowlby(2009: 233-236)의 애착이론은 초기 양육자와의 상호작용이 내적 작동모델로 조직되어 이후의 정서조절과 대인관계 기대를 구조화한다고 설명한다. 내적 작동모델은 아동이 자신과 타인, 관계 일반에 대해 형성하는 표상 체계로서, 이후의 대인관계에서 기대와 해석의 틀로 작동한다. Ainsworth 외(1978)는 낯선상황실험에서 안정, 회피, 저항(양가) 애착 유형을 제시하였으며, 이 유형들은 아동이 관계적 위협 앞에서 자신의 정서와 행동을 조절하는 전략적 차이를 보여준다. 회피애착 아동은 정서적 요구를 최소화하며 독립적으로 보이는 방식으로 관계적 긴장을 다루는 반면, 저항(양가) 애착 아동은 관계의 지속을 반복적으로 확인하고 매달리는 방식으로 불안을 조절한다.

초등학생 시기의 애착은 영유아기 애착의 결과를 단순히 반복하는 데 머무르지 않는다. 이 시기의 아동은 언어적 사고와 사회적 비교 능력이 발달하면서 부모와의 관계 경험을 복합적으로 표상하며, 학교와 또래 집단이라는 확장된 사회적 장면 안에서 애착의 영향은 정서조절, 자기평가, 또래 관계, 학업 적응의 방식으로 드러난다(황종호, 2017: 41-59). 부모애착과 또래 관계의 질은 학교생활적응과 자기효능감, 사회적 적응의 수준에 유의한 영향을 미치는 것으로 보고되어 왔다(황종호 외, 2017: 407-424).

본 연구에서는 안전기지, 정서적 안전감, 안정 재애착을 구별한다. 안전기지는 위협 상황에서 보호와 탐색을 가능하게 하는 관계의 기능이고, 정서적 안전감은 특정 치료 장면에서 아동이 경험하거나 행동으로 드러내는 상태이다. 안정 재애착은 이러한 경험이 반복되어 관계 기대와 조절 양식이 지속적으로 재조직되는 과정에 관한 가설적 해석이다. 따라서 단일 놀이 장면의 변화나 치료자와의 친밀감을 애착 유형의 전환으로 동일시하지 않는다.

안정 재애착은 불안정한 내적 작동모델이 새로운 관계 경험을 통해 안정의 방향으로 재조직되는 과정을 의미한다. 부정적 관계 기대를 거듭 반증하는 경험은 그

www.kci.go.kr

표상을 수정하며(Bowlby, 2009: 617-628), 치료자가 제공하는 일관되고 수용적인 관계는 이러한 재조직이 일어나는 조건이 된다. 안정 재애착은 단순히 문제행동이 줄어드는 결과가 아니라, 아동이 정서를 표출하는 단계에서 점차 그것을 견디고 조절하는 방향으로 이동해 가는 과정적 변화로 이해되어야 한다. 따라서 불안정 애착 유형 아동의 변화는 평가와 지시가 들어서지 않는 수용적 관계를 전제로 하며, 애착이론은 그 변화를 해석하는 핵심 틀이 되고 놀이치료는 변화가 일어나고 관찰되는 치료적 맥락이 된다.

Bowlby는 애착의 형성이 단계적으로 조직된다고 보았으며, 초기의 무분별한 사회적 반응성이 점차 특정 양육자를 향한 변별적 애착으로, 다시 목표수정적 동반자 관계로 발전해 간다고 설명하였다. 이 과정에서 양육자의 민감성과 반응성은 아동이 형성하는 내적 작동모델의 질을 결정하는 핵심 변인이 된다. 초등학생 시기에 이르면 이러한 내적 작동모델은 또래 관계, 교사와의 관계, 학업 상황 전반에 걸쳐 적용되는 일반화된 관계 도식으로 확장되며, 이 도식은 아동이 새로운 관계 장면에서 무엇을 기대하고 어떻게 반응할 것인지를 미리 조직한다. 따라서 불안정 애착 유형을 보이는 초등학생을 이해하기 위해서는 현재의 또래 관계 문제만이 아니라 그 기저에 있는 관계 도식의 성격을 함께 살펴야 한다.

Ainsworth 외(1978)가 제시한 애착 유형 분류는 단순한 행동 목록이 아니라, 양육자의 민감성과 반응성이 아동의 정서조절 전략을 어떻게 형성하는지를 보여주는 발달적 모형이다. 양육자가 아동의 신호에 일관되게 반응할 때 아동은 안정 애착을 형성하지만, 반응이 예측 불가능하거나 거부적일 경우 아동은 회피 또는 저항의 전략을 발달시킨다. 이 원리를 초등학생 시기에 적용하면, 아동이 또래나 교사와 같은 새로운 관계 대상에게 보이는 반응 양식 역시 초기 양육 경험에서 학습된 관계 전략의 연장선에서 이해될 수 있다. 따라서 놀이치료자가 제공하는 일관되고 민감한 반응은, 아동이 새로운 관계 대상을 통해 기존의 전략을 수정할 수 있는 교정적 관계 경험으로 기능한다.

2. 비지시적 놀이치료와 치료적 관계

Axline(1969: 9-18)은 놀이치료를 아동이 자기 자신을 완전히 표현할 수 있는 관계로 규정하고, 치료자의 역할을 지시가 아닌 수용, 반영, 공감에 두었다. 치료자는 아동의 놀이 내용을 지시하거나 치료 목표에 따라 조정하지 않으며, 아동의 자발적

www.kci.go.kr

표현과 선택이 치료관계 안에서 전개되도록 돕는다. 이후 Landreth(2015: 53-94)는 이를 아동중심 놀이치료로 발전시켰으나, 본 연구는 Axline이 제시한 비지시적이라는 원 용어를 따르며 치료자의 비지시적 태도와 상호작용적 관계를 변화의 핵심 기제로 본다.

Axline의 비지시적 놀이치료 원리는 본 연구에서 치료자와 아동의 상호작용을 분석하는 기준으로 적용하였다. 아동의 놀이 선택과 주도성, 치료자의 수용·감정 반영·한계설정, 그에 따른 아동의 반응을 구분하여 검토하였다(Axline, 1969: 57-94). 연구참여 아동 A의 22025년 5월 10일 회기에 나타난 놀이 규칙 협상과 모래놀이의 한계설정은 아동의 선택을 존중하면서 치료적 경계를 유지하는 상호작용의 사례로 살펴보았다. 이는 비지시적 원리를 실제 회기 분석에 연결한 사례이며, 단일 장면만으로 애착 유형의 변화를 판정하지 않았다.

놀이가 지닌 자발성과 상징적 표현의 힘은 인간 활동으로서 놀이 자체가 지닌 근원적 성격과도 무관하지 않다. Huizinga(1955: 1-27)는 놀이를 문화에 선행하는 인간 고유의 활동으로 규정하며, 놀이 안에서 인간은 일상의 규범과 평가로부터 벗어나 자발적이고 자기목적적인 질서를 경험한다고 보았다. 이 관점에서 볼 때 비지시적 놀이치료실은 아동이 지시와 평가에서 벗어나 스스로 질서를 조직해 가는 심리적 공간이며, 이 공간 안에서 아동은 관계적 위협을 반증하는 경험을 반복적으로 축적해 간다. 치료자는 수용, 반영, 공감, 일관된 한계설정을 통해 아동의 불안정 애착 전략이 안전하게 표현될 수 있는 치료적 구조를 제공하며, 아동은 치료자의 일관성과 수용성을 반복적으로 경험하면서 정서적 안전감과 새로운 관계 기대를 형성한다.

Bratton 외(2005: 376-390)의 메타분석은 놀이치료가 아동의 정서 및 행동 문제 전반에 효과적인 개입임을 보여주었으며, 박미향과 김밀양(2021: 2231-2244)의 사례연구는 불안정애착 아동에 대한 아동중심 놀이치료가 관계적 변화를 이끌어낼 수 있음을 확인하였다. 다만 불안정 애착 유형을 보이는 초등학생이 치료 과정 안에서 구체적으로 어떠한 정서적 반응과 상징적 표현을 통해 변화해 가는지를 사례 중심으로 세밀하게 분석한 연구는 여전히 제한적이다(윤혜경, 심혜원, 2016: 95-121).

3. 기독교 상담적 관점에서 본 애착과 안정 재애착

이 절에서는 앞서 살펴본 애착이론과 비지시적 놀이치료의 논의를 기독교 상담의 관점에서 재조명한다. 이는 심리학적 개념을 신학적 언어로 단순히 번역하려는 시도가

www.kci.go.kr

아니라, 두 학문이 공유하는 인간 이해, 곧 인간이 관계 속에서 형성되고 관계 속에서 회복되는 존재라는 이해를 확인하고 심화하려는 시도이다. 이를 위해 안전기지로서의 하나님 표상, 온전한 사랑과 두려움의 회복, 성육신적 임재와 존엄한 존재로서의 아동, 목회상담과 신앙공동체의 돌봄이라는 네 가지 하위 주제를 순서대로 다룬다.

1) 안전기지로서의 하나님 표상

애착이론이 강조하는 안전기지 개념은 기독교 신앙이 증언하는 하나님과 인간의 관계와 여러 지점에서 공명한다. 시편 기자는“내 부모는 나를 버렸으나 여호와는 나를 영접하시리이다”(시 27:10)라고 고백하는데, 이는 인간 애착 대상이 지닌 불완전성과 대비되는 하나님의 신실하심을 보여준다. 또한 신명기는 여호와께서 함께 가시며 떠나지도 버리지도 않으실 것이라고 약속하는데(신 31:6), 이 지속성과 신실함은 안정 애착이 요구하는 예측 가능성 및 반응성과 신학적으로 상응한다.

Kirkpatrick(2005)은 애착이론을 종교심리학에 적용하여, 인간이 하나님과 맺는 관계적 표상 역시 애착의 원리를 따라 조직될 수 있음을 제시하였다. 신적 대상과의 관계에서 경험되는 안전감은 인간 애착 대상과의 관계에서 형성된 내적 작동모델과 상호작용하며, 때로 그 결핍을 보완하는 대안적 안전기지로 기능할 수 있다. Clinton과 Sibcy(2002)는 애착 유형이 개인의 신앙 형성과 하나님 표상에도 영향을 미칠 수 있음을 논의하면서, 기독교 상담자가 내담자의 애착 패턴을 이해하는 일이 영적 돌봄의 중요한 토대가 된다고 보았다. 이러한 관점에서 볼 때 불안정 애착 유형 아동이 치료자와의 관계 안에서 새로운 안전기지를 경험하는 과정은, 인간관계의 돌봄과 신앙적 안전감 사이의 제한된 유비로 성찰할 수 있다. 이 유비는 치료자가 하나님의 역할을 수행하거나 아동의 신앙적 변화를 입증한다는 의미가 아니다.

2) 온전한 사랑과 두려움의 회복

요한일서 기자는 “사랑 안에 두려움이 없고 온전한 사랑이 두려움을 내쫓나니”(요일 4:18)라고 선언한다. 이 본문은 불안정 애착의 핵심 기제인 두려움이 온전한 사랑의 경험을 통해 완화될 수 있음을 신학적으로 조명한다. 비지시적 놀이치료에서 치료자가 아동에게 제공하는 조건 없는 수용과 일관된 태도는, 평가와 심판이 없는 사랑을 관계 안에서 구현한다는 점에서 이 본문이 증언하는 사랑의 성격과 맞닿아 있다. 연구참여 아동들이 치료 초기에 보인 통제, 경계, 확인 요구와 같은 반응은 관계가 언제든 철회되거나 심판받을 수 있다는 두려움의 표현으로 이해할 수 있으며, 반복된 수용의

www.kci.go.kr

경험에서 관계적 두려움이 완화되는 양상은 성서의 사랑과 두려움에 관한 논의와 유비적으로 성찰할 수 있다. 다만 이 관찰을 성서 진리의 임상적 검증으로 제시하지 않는다.

또한 시편 기자는 하나님을 고아의 아버지, 과부의 재판장으로, 또 고독한 자들을 가족과 함께 살게 하시는 분으로 노래하는데(시 68:5-6), 이는 관계적 결핍을 채우시는 하나님의 성품을 보여주며 치료적 관계가 지닌 회복적 성격을 신학적으로 뒷받침한다. 관계 안에서 보호받지 못한 경험을 지닌 아동에게 치료자가 제공하는 지속적이고 예측 가능한 관계는, 고독한 자를 가족 안에 두시는 하나님의 돌보심을 인간관계의 층위에서 매개하는 것으로 이해될 수 있다.

3) 성육신적 임재와 존엄한 존재로서의 아동

이러한 관점에서 볼 때 비지시적 놀이치료자의 태도는 성육신적임재의 신학적 의미와 제한적으로 대화하는 관계적 태도로 이해할 수 있다. 그리스도는 평가와 정죄가 아니라 함께 거하심으로 자신을 드러내셨으며, 이는 치료자가 아동의 놀이와 정서를 지시하지 않고 함께 머무는 방식과 신학적으로 유비된다. 아동을 하나님의 형상을 지닌 존엄한 존재로 대하는 일(창 1:27)은 놀이치료실에서 아동을 평가와 교정의 대상이 아니라 있는 그대로 수용받아야 할 존재로 대하는 비지시적 태도의 신학적 근거가 된다.

박은정(2015: 163, 171)의 놀이목회상담 연구와 임선자와 선우현(2015: 139-168)의 반응성 애착장애 아동 놀이치료 사례연구는 상담관계의 수용과 돌봄을 논의하는 선행연구이다. 이러한 논의는 본 사례에서 관찰된 관계적 변화를 기독교 상담의 인간 이해와 돌봄 윤리의 관점에서 성찰하는 데 참고가 된다. 다만 치료실에서의 관찰이 신학적 명제의 실증이나 애착 유형의 전환을 뜻하지는 않는다.

4) 기독교 상담과 신앙공동체의 돌봄

기독교 상담은 인간의 심리적 어려움을 개인의 내면에 국한하지 않고, 관계적 경험과 신앙적·윤리적 맥락을 함께 고려한다. 기독교적 인간 이해에서 인간은 하나님의 형상대로 창조된 존엄한 존재이며, 타인과의 관계 속에서 성장하고 회복을 경험하는 존재이다. 이러한 관점은 초기 애착관계에서 어려움을 경험한 아동을 문제행동의 교정 대상으로만 바라보지 않고, 정서적 욕구와 관계적 경험을 함께 이해하도록 이끈다. 전도서 4장 9~11절에서 강조하는 상호 협력과 돌봄 역시 인간의

www.kci.go.kr

관계적 특성을 성찰하게 한다. 다만 이러한 신학적 이해는 애착 변화의 경험적 근거를 대신하기보다, 상담자가 내담자를 이해하고 대하는 윤리적 방향을 제시한다.

비지시적 놀이치료에서 치료자는 아동의 정서와 행동을 성급하게 평가하거나 교정하기보다, 아동이 자신의 경험을 표현하도록 수용적인 관계를 제공한다. 기독교 상담에서도 이러한 태도는 중요한 실천적 의미를 지닌다. 불안정 애착과 관련된 회피, 통제, 반복적 확인 요구 등의 행동을 단순한 불순종이나 의지의 문제로 해석하기보다, 아동이 경험하는 관계적 긴장과 정서조절의 어려움을 살펴야 한다. 상담자는 아동의 주도성과 자기표현을 존중하면서도 일관된 치료적 한계를 유지해야 한다. 이는 무조건적인 행동 허용이 아니라, 아동의 존엄과 안전을 함께 고려하는 관계적 돌봄이다.

기독교 상담자의 수용적 태도는 하나님의 사랑과 인간의 존엄에 관한 신학적 이해를 성찰하는 계기가 된다. 그러나 치료자의 수용을 하나님의 무조건적 사랑과 동일시하거나, 치료 과정에서 나타난 변화를 신적 개입의 직접적인 결과로 해석해서는 안 된다. 치료적 변화는 아동의 발달적 특성, 치료자와의 상호작용, 양육환경과 관계 경험을 종합하여 이해해야 한다. 기독교 상담은 이러한 임상적 이해를 존중하면서 인간의 존엄, 책임 있는 돌봄, 관계 회복의 의미를 신학적으로 성찰할 수 있다. 나아가 가정과 신앙공동체의 지속적인 지지는 아동의 정서적 안전감을 돕는 관계적 자원이 될 가능성이 있다. 이때 아동과 보호자의 신앙적 배경과 자율성을 존중하고, 종교적 해석이나 실천을 강요하지 않는 윤리적 태도가 전제되어야 한다.

4. 연구방법

1) 질적 사례연구

본 연구는 불안정 애착 유형을 보이는 초등학생의 놀이치료 과정을 심층적으로 탐색한 질적 사례연구이다. 본 연구가 주목하는 변화는 아동의 주호소 증상 감소나 행동 빈도의 변화에 머무르지 않는다. 아동이 치료관계 안에서 정서적 긴장을 어떻게 표현하는지, 그 표현이 놀이 안에서 어떠한 상징과 반복으로 드러나는지, 그리고 그 양상이 치료의 흐름 속에서 어떻게 완화되고 재조직되는지를 이해하는 데 초점을 둔다. 이 문제의식은 수량화된 결과보다 치료과정 안에서 나타나는 정서적 반응과 관계 변화의 흐름을 통해 더 분명해지므로, 본 연구는 질적 접근을 통하여 사례의 내적 흐름과 변화의 의미를 해석하고자 하였다(Creswell & Poth, 2018: 44-45).

www.kci.go.kr

사례연구는 특정 개인이나 사건, 집단과 같이 경계가 비교적 분명한 하나의 사례를 실제 맥락 속에서 심층적으로 탐구하는 연구방법이다. 사례연구의 강점은 치료과정을 시간의 흐름 속에서 추적할 수 있다는 데 있다(Yin, 2021: 23-45). 초기의 불안과 방어가 어떻게 표출되는지, 그 표현이 중간 단계에서 어떤 방식으로 변화하는지, 후기에 이르러 어떤 관계적 재조직으로 이어지는지를 함께 보아야 하며, 사례연구는 바로 이 시간적 전개를 보존하면서 사례를 분석하게 한다. 본 연구는 두 아동의 사례를 각각 독립적으로 분석하는 사례 내 분석을 수행한 뒤, 두 사례를 비교하여 공통성과 차이를 도출하는 사례 간 분석으로 연결하였다. 이 구성은 개별 사례의 고유성을 존중하면서도 연구문제에 대한 해석을 명료하게 하는 데 목적이 있다(Stake, 2000: 19-36).

2) 자료 수집 및 분석

자료 수집 기간은 2025년 3월부터 2026년 3월까지이며, 연구참여 아동 2명의 회기 자료를 분석하였다. 분석 대상인 총 40회기 자료에는 1회기 접수면접과 2회기 첫 놀이치료 및 놀이평가가 포함된다. 이후의 임상 기록은 회기별 놀이 재료와 반복 장면, 주요 발화, 정서의 변화, 치료자와의 상호작용을 중심으로 정리하였다. 확보된 주요 회기의 전사 자료, 보호자 상담기록, 심리평가 자료도 함께 검토하였다. 회기 기록과 전사 자료는 학술문헌 인용과 구별하여 연구자료로 활용하였다.

사례 자료를 해석할 때에는 놀이치료 회기에서 관찰한 행동, 전사 자료에서 확인한 발화, 보호자 상담에서 보고한 내용, 연구자의 임상적 해석을 구분하였다. 관찰과 보고 자료의 차이를 유지하면서 사례 내 시간적 변화와 사례 간 공통점 및 차이를 분석하였다.

자료 분석은 사례 내 분석과 사례 간 분석의 순서로 이루어졌다. 사례 내 분석에서는 회기별 자료를 시간의 흐름에 따라 정리하고 각 회기에서 나타난 정서 반응, 상징적 표현, 놀이 주제, 치료자와의 상호작용, 또래 관계와 관련된 내용을 반복적으로 검토하여 초기·중기·후기의 변화 흐름을 확인하였다. 이 과정에서는 특정 장면을 단편적으로 해석하지 않고 앞뒤 회기의 연결을 함께 살피면서 반복되는 주제와 변화의 조짐이 어떠한 방식으로 나타나는지를 중심으로 읽었다(Yin, 2021: 173-201). 사례 간 분석에서는 두 사례에서 공통적으로 확인된 정서적 반응, 상징적 표현, 놀이 주제, 치료자와의 상호작용, 또래 관계 변화라는 다섯 범주를 중심으로 공통점과 차이를 비교하였다(서경혜, 2024: 244-250).

www.kci.go.kr

〈표 1〉 놀이치료 사례연구의7단계 자료 분석 절차

단계	분석 내용
1. 자료 정리	회기 기록, 전사 자료, 보호자 상담기록, 심리평가 자료 정리
2. 사례 내 흐름 파악	각 아동의 초기·중기·후기 변화와 반복 주제 확인
3. 의미 단위 추출	정서 반응, 상징적 표현, 놀이 주제, 치료자와의 상호작용, 또래 관계 변화 추출
4. 사례 내 분석	아동 A와 아동B 각각의 고유한 변화 구조 해석
5. 사례 간 분석	두 사례의 공통성과 차이 비교
6. 이론적 해석	애착이론과 비지시적 놀이치료 관점에서 안정 재애착 형성 과정 해석
7. 타당성 점검	전사 자료, 보호자 보고, 심리평가 자료, 동료 검토를 통한 해석 점검

본 연구에서는 신뢰성과 타당성을 확보하기 위하여 하나의 자료에 의존하지 않고 회기 기록, 주요 회기의 전사 자료, 보호자 상담기록, 심리평가 자료를 함께 검토하는 방식으로 자료 간 대조를 실시하였다. 치료실 안에서 드러난 정서적 반응과 상징적 표현이 보호자 보고와 현실 장면의 변화와 어떻게 연결되는지를 함께 살핌으로써, 연구자의 해석이 단일 장면의 인상에 머무르지 않도록 하였다(Merriam & Tisdell, 2016: 224-230).

분석의 대안적 설명으로 발달적 성숙, 치료자와의 친숙화, 놀이 규칙에 대한 학습, 가정환경의 변화 등을 고려하였다. 따라서 놀이의 유연성 증가를 애착 재조직의 단일 원인이나 직접 지표로 해석하지 않았다.

3) 연구참여자 및 윤리적 고려

연구참여 아동은 또래 관계의 어려움으로 놀이치료에 의뢰되어 약 1년간 총 40회기의 상담·놀이치료 기록이 확보된 사례 가운데, 자료의 충실성과 치료 흐름의 선명성을 고려하여 최종 선정된 초등학생 2명이다. 연구참여 아동 A는 초등학교 저학년 남아로 또래 관계에서의 긴장과 공격적 반응, 배제 민감성이 두드러져 의뢰되었으며, 회피적·저항적 반응이 혼재하는 것으로 잠정 해석되었다. 부모의 이혼 이후 외조부모와 동거하게 되었고, 양육의 일관성이 제한된 환경을 경험하였다. 연구참여 아동B는 초등학교 고학년 남아로 모와의 갈등과 반복적 확인 요구가 두드러졌으며, 확인 요구와 관계 불안이 두드러지는 반응을 보였다. 잦은 모와의 갈등 속에서 관계의 지속 여부에 대한 불안이 두드러졌다.

www.kci.go.kr

애착 관련 반응의 유형화는 초기 면접과 치료 초기 놀이 관찰에 기초한 임상적 가설이며, 표준화된 애착 유형 평가로 확정된 분류가 아니다. 가족관계에 관한 정보 역시 원인 진단이 아니라 사례 맥락으로 제시한다.

두 연구참여 아동은 초기 면접과 놀이 관찰에서 불안정 애착 관련 반응 및 관계적 어려움이 시사되었으나, 관계적 위협을 다루는 방식에서는 차이를 보였다. 연구참여 아동A가 비교와 열세의 장면에서 통제와 경계의 방식으로 불안을 조절하였다면, 연구참여 아동B는 관계의 단절을 우려하며 확인과 의지의 방식으로 불안을 조절하였다. 이러한 공통점과 차이는 사례 간 분석을 통하여 불안정 애착 전략이 초등학생 시기에 어떻게 서로 다른 형태로 조직될 수 있는지를 드러내는 데 중요한 근거가 된다.

연구참여 아동의 익명성을 보장하기 위하여 실명 대신 연구참여 아동A와 B라는 표기를 사용하였고, 신원이 추정될 수 있는 정보는 삭제하거나 범주화하였다. 보호자와 아동에게 연구의 목적과 절차를 설명하고 서면 동의를 받았으며, 아동에게는 발달 수준에 맞추어 연구 참여 여부를 스스로 결정할 수 있음을 설명하였다(Creswell & Poth, 2018: 94-96). 놀이치료 전후 어머니의 애착 지각 변화를 보조적으로 확인하기 위하여 IPPA-R-어머니 척도 초등 저학년 질문지를 사용하였으나, 이는 사례 이해를 보완하는 참고 자료로 활용하였을 뿐 치료 효과를 검증하는 독립적·종속적 변인으로는 사용하지 않았다.

연구의 신뢰성과 타당성을 확보하기 위하여 본 연구에서는 세 가지 절차를 병행하였다. 첫째, 회기 기록과 전사 자료, 보호자 상담기록, 심리평가 자료라는 서로 다른 자료원을 교차 검토하는 자료 삼각검증을 실시하였다. 둘째, 특정 회기의 인상적 장면에 근거한 성급한 해석을 피하기 위하여 전체 회기 흐름 속에서 반복적으로 나타나는 주제만을 분석의 근거로 삼았다. 셋째, 지도교수 및 동료 연구자와의 논의를 통해 연구자의 해석이 자료에 근거하고 있는지를 지속적으로 점검하는 동료 검토의 과정을 거쳤다(Merriam & Tisdell, 2016: 259-261). 이러한 절차는 질적 사례 연구가 자의적 해석에 그치지 않고 자료에 밀착된 해석으로 나아가도록 하는 데 기여하였다.

5. 연구결과

1) 사례 내 분석: 연구참여 아동A - ‘친구들이 나랑 안 놀아줘요’

www.kci.go.kr

연구참여 아동A는 초등학교 저학년 남아로 또래 관계에서의 긴장과 공격적 반응, 보호 추구와 통제적 양상이 함께 나타나 놀이치료에 의뢰되었다. 아동은 또래와 어울리고 싶은 욕구를 분명히 가지고 있었으나 관계 안에서 밀리거나 배제될 가능성을 크게 위협으로 경험하였고, 이러한 불안은 쉽게 경계와 공격적 반응으로 이어졌다. '친구들이 나랑 안 놀아줘요'라는 호소는 서운함의 표현을 넘어 또래 장면에서 반복적으로 경험한 배제감과 위축, 관계적 긴장을 압축적으로 드러낸 표현이라 할 수 있다.

연구참여 아동A의 성장 배경에는 주요 양육자의 정서적 접근 가능성이 안정적으로 유지되기 어려운 환경이 영아기부터 자리하고 있었다. 이후 부모의 이혼으로 가족 구조의 변화가 있었고, 현재 아동은 외조부모의 집에서 생활하고 있다. 이와 같은 성장 배경은 연구참여 아동A에게 관계 안에서 보호받고 싶은 욕구와 동시에 관계의 안정성을 쉽게 확신하지 못하는 불안을 함께 남겼을 가능성을 보여준다.

치료 초기 아동은 보드게임에서 우위를 점할 수 있을 때에는 적극적으로 반응하였으나, 질 가능성이 생기면 장면을 끝까지 이어 가지 못하고 놀이를 중단하거나 다른 놀이로 전환하였다. 이 반응은 흥미 저하가 아니라 열세감이 커지는 순간 놀이 자체를 멈추어 불안을 조절하려는 방어적 시도로 이해된다. 연구참여 아동A에게 이기기는 성취의 경험보다 자기감의 붕괴를 막기 위한 방식에 가까웠으며, 놀이의 목표 역시 즐거운 참여보다 뒤처지지 않고 살아남는 데 놓여 있었다. 또한 아동은 치료실의 감각적 자극을 반복해서 만지며 그 감촉에 오래 머무르려 하였는데, 이는 낯선 치료실과 치료자 앞에서 불안을 조절하고 자기 상태를 붙드는 초기의 자기진정 수단으로 이해된다.

치료 중기에 접어들며 아동의 놀이에는 새로운 상징적 전개가 나타났다. 감옥과 열쇠, 봉쇄된 공간을 구성하는 상징놀이를 통해 위협으로부터 자신을 보호하려는 시도가 반복되었으며, 이는 점차 열쇠를 가진 존재가 갇힌 대상을 구해내는 장면으로 확장되었다. 이 변화는 봉쇄와 차단 중심의 방어가 구조와 구원이라는 관계적 상징으로 이동하고 있음을 보여준다. 또한 반칙과 재시작을 반복적으로 요구하던 태도에서 벗어나 규칙을 이해하고 끝까지 게임을 수행하는 방향으로 변화하였으며, 치료자에게 놀이의 방법을 먼저 물어보는 모습도 나타났다. 이는 통제를 통해 관계를 장악하려던 시도가 협력적 상호작용으로 전환되고 있음을 보여준다.

2025년 5월 10일 A의 회기 자료에는 모래·보석을 활용한 놀이, 경쟁 규칙의 협상, 치료자와 놀이 참여 범위를 조정하는 장면, 모래놀이의 한계설정을 둘러싼 상호작용이

www.kci.go.kr

나타난다. 이는 한 회기 안에서 경쟁과 협상, 한계설정이 함께 나타났음을 보여준다. 변화의 방향은 다른 회기의 관찰과 함께 해석하였다.

치료 초기 아동의 정서 상태는 단일한 특징으로 설명하기 어려웠다. 위축과 공격성, 보호받고 싶은 욕구와 통제하려는 시도, 친밀감에 대한 소망과 배제 불안이 함께 얽힌 복합적 양상으로 이해된다. 아동은 또래 관계에서 밀리거나 지는 위치에 놓이는 것을 크게 위협으로 경험하였고 이 긴장은 쉽게 경계적 태도와 공격적 반응으로 이어졌다. 동시에 아동의 반응은 공격성으로만 조직되지 않았으며, 중요한 타인에게 보호받고 수용되기를 바라는 욕구를 함께 포함하고 있었다. 이러한 초기 상태는 관계를 회피하는 구조라기보다, 관계를 강하게 원하면서도 그 관계 안에서 자신을 보호할 방법을 먼저 확보하려는 이중적 구조에 가까웠다.

치료 후기의 또래 관계와 학습 상황에 관해서는 보호자가 친구와의 약속 및 자기조절에서 변화가 나타났다고 보고하였다. 이 보고는 치료실에서 관찰한 경쟁·경계 반응의 변화와 함께 검토할 자료이지만, 학교 현장의 독립 관찰에 따른 결과는 아니다.

연구참여 아동A의 놀이에서 반복적으로 나타난 또 다른 주제는 위험한 대상을 가두었다가 다시 풀어주는 장면이었다. 초기에는 감옥에 가두어진 존재가 스스로 빠져나올 수 없는 구조로 표현되었으나, 점차 열쇠를 가진 조력자가 등장하여 갇힌 존재를 구출하는 장면으로 확장되었다. 이 변화는 아동의 내면에서 위협에 대한 방어가 전부가 아니라, 도움을 받아 위기에서 벗어날 수 있다는 기대가 함께 자라나고 있음을 시사한다. 아울러 이러한 놀이 전개는 학교에서의 또래 경험과도 맞닿아 있었는데, 보호자 보고에 따르면 아동은 치료 중기 이후 또래와의 다툼 상황에서 예전과 달리 교사나 친구에게 먼저 도움을 요청하는 모습을 보이기 시작하였다. 이는 보호자 보고와 치료실 관찰 사이의 가능한 관련성을 시사한다. 다만 학교 현장에 대한 독립적 관찰이 없어 전이 여부를 확정할 수 없다.

치료실에서 관찰한 감각 놀잇감 탐색과 놀이 규칙 협상은 회기 기록에 근거한다. 또래 관계에서의 도움 요청과 변화는 보호자 보고에 근거한다. 봉쇄·구조의 상징을 보호 기대와 연결하는 설명은 연구자의 임상적 해석으로 구분하였다.

아동이 보인 감각적 자기진정 행동 역시 주목할 만하다. 아동은 손에 잡히는 부드러운 촉감의 놀잇감을 반복적으로 만지작거리며 그 감촉에 오래 머무르는 모습을 자주 보였고, 상담실을 떠난 뒤에도 유사한 물건을 구해 달라고 보호자에게 요청하곤 하였다. 이는 관계적 상호작용이 아직 충분히 예측 가능하지 않은 초기 단계에서,

www.kci.go.kr

아동이 스스로를 진정시킬 수 있는 감각적 경로를 확보하려는 시도로 이해할 수 있다. 치료가 진행되면서 이러한 감각 중심의 자기진정 행동은 점차 줄어들었고, 그 자리를 치료자와의 언어적·상호작용적 교류가 대신하기 시작하였다. 이 변화는 아동이 자기조절의 자원을 사물에서 관계로 옮겨가고 있음을 보여주는 의미 있는 지표라 할 수 있다.

2) 사례 내 분석: 연구참여 아동B - '엄마랑 맨날 싸워요'

연구참여 아동B는 초등학교 고학년 남아로 모와의 갈등과 반복적 확인 요구가 두드러진 사례이다. 아동은 관계를 필요로 하면서도 그 관계가 안정적으로 유지될 것인지에 대해 쉽게 불안정해지는 양상을 보였고, 또래 관계와 가족관계 안에서 인정받지 못함과 소외에 민감하게 반응하였다. 고학년이라는 발달적 특성상 자신의 불편감과 서운함, 분노를 언어로 표현하는 폭은 넓었으나, 그것이 곧 정서적 안정성을 의미하지는 않았다. 오히려 아동은 자신의 감정을 비교적 직접적으로 드러내면서도 관계가 흔들릴 가능성 앞에서는 쉽게 불안정해지는 모습을 보였다.

치료 초기 아동은 규칙과 단계에 높은 몰입을 보이며 익숙하고 예측 가능한 구조 안에서 안전감을 확보하려 하였다. 익숙한 놀이를 통해 자기감을 지지받고자 하였으며, 관계의 지속 여부를 반복적으로 확인하려는 질서화와 붙잡기의 시도가 두드러졌다. 이러한 특성은 확인 요구와 불만의 표출, 붙잡기와 조율의 시도, 관계 안에서의 인정 욕구로 나타나는 경향이 강하였다. 연구참여 아동B의 관계적 어려움은 관계를 밀어내는 방식이 아니라 관계를 잃지 않기 위해 반복적으로 확인하고 의지하려는 불안정 애착 전략에 가까웠다.

치료 중기 이후 아동은 자신이 잘 아는 영역에서 주도성을 형성하고 치료자에게 설명하고 가르치는 위치를 점하면서 현실적 자기효능감을 확장해 나갔다. 이 과정은 관계 안에서 확인받으려는 시도가 점차 스스로의 유능감에 대한 신뢰로 이동하고 있음을 보여준다. 아동은 자신의 위치를 인정받고자 하는 주제를 놀이 안에서 반복적으로 드러내었고, 이는 관계의 불확실성을 견디지 못해 반복적으로 확인하는 양상과 함께 나타났다.

치료 후기에는 경쟁 중심의 관계에서 상호적 관계로, 그리고 정서를 언어화하고 자기를 이해하는 방향으로 변화가 이어졌다. 이는 관계 단절에 대한 불안을 확인과 의지의 방식으로 조절하던 아동이, 치료자와의 반복된 관계 경험을 통해 관계의 지속에 대한 불안이 완화되었을 가능성을 시사한다. 연구참여 아동B의 사례는

www.kci.go.kr

초등학교 고학년 시기 불안정 애착 전략이 어떠한 방식으로 표현되고, 치료관계 안에서 확인 요구와 관계 불안이 어떻게 조절되어 가는지를 구체적으로 보여준다.

연구참여 아동B의 놀이에서는 규칙을 스스로 만들어 치료자에게 제안하고, 그 규칙이 지켜지는지를 반복적으로 확인하는 장면이 두드러졌다. 이러한 규칙화는 관계의 불확실성을 예측 가능한 구조로 전환하려는 시도로 이해할 수 있다. 치료 중기 이후 아동은 자신이 만든 규칙에 대해 치료자가 이의를 제기하거나 다른 제안을 하더라도 이전만큼 경직되게 반응하지 않았으며, 오히려 치료자의 제안을 반영하여 규칙을 조정하는 유연성을 보이기 시작하였다. 이는 놀이 장면에서 규칙을 조정하는 유연성이 나타났다는 관찰에 근거하며, 애착 표상의 변화 여부는 별도의 검증이 필요하다. 보호자 상담에서도 아동이 가정 내에서 어머니와의 의견 차이를 이전보다 덜 격렬하게 표현하며, 갈등 이후 스스로 대화를 시도하는 빈도가 늘었다는 보고가 확인되었다.

한편 아동은 어머니와의 갈등 상황을 놀이 안에서 간접적으로 재연하는 모습도 보였다. 인형이나 피규어를 활용하여 두 대상이 다투다가 결국 화해하는 장면을 반복적으로 구성하였는데, 초기에는 화해 장면 없이 다툼에서 그치는 경우가 많았으나 중기 이후로 갈수록 다툼 이후 화해와 재결합의 장면이 포함되는 빈도가 늘어났다. 이러한 변화는 아동이 갈등을 관계의 종결이 아니라 회복 가능한 사건으로 재구성하기 시작하였음을 보여주는 자료로 해석된다. 이는 갈등과 화해를 다루는 놀이 주제의 변화로 해석할 수 있으나, 내적 표상의 변화나 그 원인을 단정하기는 어렵다.
사례B의 또래 관계 변화에 대해서는 학교 현장의 직접 관찰, 교사 면담, 또래 보고가 확보되지 않았다. 따라서 가족관계와 치료실에서의 상호작용 변화가 학교 또래 관계의 개선으로 이어졌다는 인과적 주장은 유보한다.

회기 기록에 따르면 A는 8회기 승패·비교 상황의 긴장, 19회기 감옥·구조 상징, 38회기 게임을 끝까지 이어가려는 발화를 보였다. B는 9회기 재회 후 치료자와의 만남에 대한 반응, 22회기 놀이에서 자신의 위치를 표현하는 발화, 31회기 놀이 순서를 조율하는 장면이 기록되었다. 이 장면들은 시기별 관계적 대응 방식의 차이를 보여 주는 예시이며, 해당 장면만으로 애착 유형의 전환을 판정하지 않는다.

www.kci.go.kr

〈표 2〉 연구참여 아동별 놀이치료 단계의 변화 양상

사례	시기	주요 놀이·관계 반응	자료와 해석의 경계
A	초기	경쟁·승패에 대한 민감성, 감각 놀잇감 탐색	놀이 관찰에 대한 임상적 해석; 애착 유형 판정과 구별
	중기	놀이 규칙의 재구성, 경쟁과 협상, 모래·보석 및 역할놀이	회기 전사에서 놀이 규칙 협상과 한계설정 장면 확인
	후기	도움 요청과 관계 조율 가능성에 대한 서술	또래 관계 변화는 보호자 보고와 구분하여 해석
B	초기	규칙·순서 확인, 관계 지속에 대한 불안	초기 면접과 놀이 관찰에 근거한 해석
	중기	자신이 익숙한 활동 설명, 주도성과 인정 욕구	놀이의 주도성과 인정 욕구에 관한 사례 내 분석
	후기	감정의 언어화와 갈등 후 대화 시도에 대한 서술	가정 내 변화는 보호자 보고; 학교 직접 관찰과 구별

〈표 3〉 IPPA-R 어머니 애착 지각 사전·사후 총점[1)]

연구참여 아동	사전	사후	변화
A	70	79	+9
B	56	64	+8

3) 사례 간 분석

사례 간 분석은 두 사례에서 공통적으로 확인된 정서적 반응, 상징적 표현, 놀이 주제, 치료자와의 상호작용, 또래 관계 변화라는 다섯 범주를 중심으로 이루어졌다.

(1) 정서적 반응: 비교 불안vs 관계 불안

두 아동은 서로 다른 정서적 긴장을 보였다. A는 비교와 열세의 상황에서 통제·재조정 반응을, B는 관계가 지속되는지 확인하는 반응을 주로 드러냈다. 치료과정에서 두 사례 모두 정서를 표현하고 갈등을 조율하는 행동이 관찰되었으나, 이러한 변화만으로 안정 재애착의 형성을 확정할 수는 없다.

(2) 상징적 표현: 위협 vs 조율

연구참여 아동A에게서는 봉쇄·감옥·승패와 같은 위협의 상징이, B에게서는 질서화와 조율의 놀이가 반복적으로 나타났다. 치료가 진행되면서 놀이 주제에는 협상과 도움, 갈등 이후의 관계 회복과 관련된 장면이 포함되었다. 이러한 변화는 정서적 안전감과

1) IPPA-R 어머니 척도 총점 범위는 25~100점이며, 부정문항을 역채점하였다. 점수 변화는 아동이 지각한 어머니와의 관계를 보완적으로 이해하기 위한 자료로, 애착 유형 전환이나 놀이치료 효과의 인과적 증거로 해석하지 않았다.

www.kci.go.kr

관계적 유연성을 논의할 사례 자료이나, 상징만으로 애착 표상의 변화나 그 원인을 판정하기는 어렵다.

(3) 놀이 주제: 살아남기vs 인정받기

연구참여 아동A의 놀이는 이기기와 살아남기라는 주제로 전개되었으며, 연구참여 아동B의 놀이는 인정받기라는 주제로 전개되었다. 두 아동의 놀이 주제는 표면적으로 달랐지만 관계적 위협을 다루는 서로 다른 방식이라는 점에서는 공통적이었다. 놀이 주제의 변화는 단순한 내용의 변화가 아니라 정서조절과 관계 경험의 질적 변화를 반영하는 지표로 이해되었다.

(4) 치료자와의 상호작용: 겨루기vs 확인하기

치료 초기 A는 치료자와 겨루고 규칙을 바꾸는 방식으로, B는 기억과 규칙을 확인하는 방식으로 상호작용하였다. 이후 A에게서는 협상과 놀이의 지속이, B에게서는 의견 조율과 자기표현이 관찰되었다. 치료자의 일관된 반응은 이러한 변화를 이해하는 임상적 맥락이지만, 그 자체가 안정 재애착을 입증하는 인과적 증거는 아니다.

(5) 또래 관계 변화: 상호성 vs 참여

치료실에서 관찰된 변화와 생활 장면의 변화를 구분하여 해석하였다. A가 또래 갈등 상황에서 교사나 친구에게 도움을 요청한 변화는 보호자 보고에 근거한다. B의 경우 가족 내 갈등 이후 대화를 시도하는 변화가 보호자 상담에서 보고되었지만, 학교 또래 관계의 변화를 입증할 독립적인 교사·또래 관찰 자료는 확보되지 않았다. 따라서 치료실에서의 관계 조율이 학교생활로 전이되었다는 인과적 결론은 유보한다.

사례 간 비교에서 두 아동의 공통점은 치료자와의 관계에서 정서 표현과 규칙 협상, 조율의 가능성이 관찰되었다는 점이다. 차이점은 A의 경쟁·통제 중심 반응과 B의 확인·질서화 중심 반응이다. 이러한 범주는 연구자가 자료를 해석하기 위해 구성한 것이며 독립적인 애착 유형 분류 결과가 아니다

.

Ⅲ. 닫는 글

1. 요약 및 결론

본 연구는 불안정 애착 유형을 보이는 초등학생 두 사례를 통하여 치료 초기의 관계적 불안과 방어가 치료자와의 지속적이고 안정된 관계 안에서 점차 완화되는

www.kci.go.kr

과정을 기술하였다. 정서적 반응과 상징적 표현, 놀이 주제, 치료자와의 상호작용, 또래 관계의 방식은 모두 조절 가능하고 관계적인 방향으로 변화하였으며, 이는 놀이치료가 불안정 애착 유형 아동에게 새로운 관계 경험의 장이 될 수 있으며 그 과정이 안정 재애착의 가능성과 관련하여 추가 검토할 만한 치료과정의 특징을 제시한다.

연구 문제에 대한 답은 다음과 같다.

첫째, 두 아동은 비교 상황에서의 경계와 통제, 관계 지속에 대한 확인 요구 등 서로 다른 정서적 긴장을 놀이 안에서 드러냈다. 둘째, 놀이와 치료자와의 상호작용에서 협상, 정서 표현, 규칙 조정과 도움 요청이 확대되는 양상이 기술되었다. 이러한 변화는 회기 기록과 보호자 보고의 맥락에서 해석해야 하며, 치료자에 의한 기록이라는 한계를 함께 고려해야 한다. 셋째, 치료관계에서 나타난 정서적 안전감과 관계적 유연성은 안정 재애착의 가능성과 관련된 자료로 이해할 수 있다. 다만 애착 유형의 전환이나 또래 관계 개선의 인과적 효과를 입증하지는 못한다. 기독교 상담학적 함의는 인간의 존엄, 지속적인 돌봄과 관계적 책임이라는 주제에 관한 신학적 성찰로 제한된다.

2. 기독교 상담적 함의

이 절에서는 치료실에서 관찰한 관계 행동의 변화와 기독교 상담학의 신학적 해석을 구별하면서 실천적 함의를 검토한다. 아동에게 나타난 정서 표현과 관계 조율은 임상자료의 분석 결과이며, 이를 인간의 존엄과 돌봄에 연결하는 논의는 별도의 신학적 성찰에 해당한다.

본 연구는 불안정 애착과 관련된 반응을 보이는 초등학생의 놀이치료 과정을 통해, 아동의 정서적 어려움과 관계적 변화를 기독교 상담학적 관점에서 성찰하였다. 연구결과를 토대로 다음과 같은 세 가지 함의를 제시한다.

첫째, 기독교 상담은 아동의 행동을 관계적 경험과 정서조절의 맥락에서 이해할 필요가 있다. 본 연구에서 나타난 경쟁, 통제, 반복적 확인 요구 등의 행동은 관계적 긴장에 대응하는 방식으로 해석될 여지가 있었다. 따라서 이러한 행동을 도덕적 비난이나 훈육의 문제로만 환원하기보다, 아동이 경험하는 불안과 관계적 욕구를 함께 살펴야 한다. 이는 인간을 하나님의 형상대로 창조된 존엄한 존재로 이해하는 기독교적 인간관과 연결된다. 기독교 상담자는 아동의 행동을 평가하기에 앞서 그

www.kci.go.kr

행동이 나타나는 관계적 맥락을 이해하고, 아동의 존엄과 자기표현을 존중하는 태도를 견지해야 한다.

둘째, 비지시적 수용과 일관된 한계설정은 기독교 상담에서 관계적 돌봄의 의미를 성찰하게 한다. Axline의 비지시적 놀이치료에서 치료자는 아동의 자발적 표현을 존중하면서도 안전을 위한 치료적 경계를 유지한다. 이러한 태도는 아동이 자신의 감정과 욕구를 표현하고 타인과의 차이를 조율하는 관계적 경험을 제공한다. 기독교 상담에서도 수용과 존중은 중요한 실천 원리로 논의될 수 있다. 다만 치료자의 수용을 하나님의 무조건적 사랑과 동일시하거나, 치료과정에서 관찰된 변화를 하나님의 개입에 대한 직접적인 증거로 해석해서는 안 된다. 심리학적 관찰과 신학적 성찰의 차이를 유지하면서 인간의 존엄과 책임 있는 돌봄의 의미를 탐색해야 한다.

셋째, 아동의 관계적 회복을 지원하기 위해서는 상담실 밖의 지속적인 관계 환경도 함께 고려해야 한다. 본 연구에서는 치료실 안에서 나타난 정서조절과 상호작용의 변화를 확인하였으나, 이러한 변화가 학교생활과 또래 관계 전반으로 확장되었다고 단정하기에는 자료의 한계가 있다. 따라서 기독교 상담은 아동의 치료적 경험이 일상적인 관계 속에서도 이어지도록 보호자와 주변 관계 환경을 함께 고려할 필요가 있다. 신앙공동체 역시 아동과 가족에게 예측 가능하고 지속적인 지지를 제공하는 관계적 자원이 될 가능성이 있다. 이러한 적용은 본 연구에서 효과가 검증된 결과가 아니라, 향후 기독교 상담 실천과 후속 연구에서 검토할 과제로 제안한다.

3. 연구의 의의와 한계 및 제언

본 연구가 채택한 사례 내 분석과 사례 간 분석의 이중 구조는 개별 사례가 지닌 고유성을 훼손하지 않으면서도 공통된 이론적 함의를 도출할 수 있게 하였다는 점에서 방법론적으로도 유용한 시사점을 제공한다. 두 아동은 서로 다른 불안정 애착 전략을 보였음에도 불구하고, 정서적 반응, 상징적 표현, 놀이 주제, 치료자와의 상호작용, 또래 관계 변화라는 다섯 범주 안에서 공통된 변화의 방향성을 보였다. 이러한 결과는 향후 유사한 사례를 분석하는 연구자들에게 하나의 분석 틀로 활용될 수 있을 것이다.

본 연구의 의의는 불안정 애착 유형을 보이는 초등학생의 또래 관계 어려움을 표면의 행동 문제나 사회기술의 부족으로만 보지 않고 애착과 정서조절, 관계 경험의 맥락 안에서 이해하였다는 데 있다. 학문적으로는 안정 재애착의 가능성을 치료

www.kci.go.kr

과정에서 관찰된 정서적 변화와 관계 조율의 흐름에 비추어 탐색하였으며, 나아가 이를 기독교 상담적 관점에서 신학적으로 성찰함으로써 심리학과 신학의 통합적 이해를 시도하였다는 점에서도 의의를 가진다. 방법론적으로는 질적 사례연구의 강점을 살려 치료과정의 변화를 시간의 흐름 속에서 추적하였다는 의의가 있다(Yin, 2021: 136-160).

다만 본 연구는 두 사례를 중심으로 수행된 질적 사례연구라는 점에서 일반화에 신중할 필요가 있다. 두 사례만으로 초등학생 전체의 불안정 애착 유형이나 놀이치료의 변화 양상을 대표한다고 보기는 어려우며, 본 연구의 결과를 보다 넓은 집단에 적용할 때에는 각 사례가 놓인 발달적, 가족적, 관계적 조건을 함께 고려해야 한다(Stake, 2000: 3-8). 또한 교사 면담이나 학교 장면의 직접 관찰과 같은 외부 맥락 자료가 제한적이었다는 점, 치료 종결 이후의 장기적 추적 자료를 포함하지 못하였다는 점에서도 한계를 가진다.

연구자의 치료자 역할과 분석자 역할이 중첩되어 관찰 및 해석 편향이 발생할 가능성이 있다. 또한 표준화된 애착 유형 판정, 독립적인 학교 장면 관찰, 종결 후 추적 자료가 제한되어 안정 재애착의 성립이나 치료 효과를 확정할 수 없다.

본 연구의 자료는 회기 기록과 주요 회기의 전사 자료, 보호자 상담기록, 심리평가 자료로 구성되었으나, 이 자료들이 치료자에 의해 기록되고 정리된 임상 자료라는 점에서 해석 과정에는 연구자의 관점과 임상적 판단이 일정 부분 개입될 수 있다는 점도 유의할 필요가 있다. 서로 다른 자료원을 함께 검토하는 방식으로 이러한 한계를 보완하고자 하였으나, 교사 면담이나 또래 상호작용에 관한 직접적인 관찰 자료와 같은 외부 맥락 자료는 제한적이었다.

아울러 본 연구가 시도한 기독교 상담적 해석은 신학적 성찰의 방향을 제시하는 예비적 논의로서, 후속 연구에서는 실제 기독교 상담 및 목회 현장에서 이루어지는 애착 기반 개입의 효과를 보다 체계적으로 검증할 필요가 있다. 이러한 한계를 바탕으로 후속 연구를 위한 방향을 제시하면 다음과 같다. 첫째, 초등학생 시기의 불안정 애착 유형과 놀이치료 과정을 다루는 사례연구가 다양한 사례군으로 확장될 필요가 있다. 둘째, 학교 장면과 또래 관계의 변화를 직접적으로 확인할 수 있는 자료를 보완할 필요가 있다. 셋째, 치료 종결 이후의 변화 지속 여부를 장기적으로 추적하는 연구가 요청된다. 넷째, 기독교 상담 현장에서 애착 기반 놀이치료와 목회적 돌봄을 통합한 개입 모델을 개발하고 그 효과를 검증하는 후속 연구가 필요하다. 특히

www.kci.go.kr

표준화된 애착 평가의 사전·사후·추적 측정과 독립적 회기 코딩, 교사·보호자·아동 보고의 교차 검토가 요청된다.

•논문 투고일: 2026년 10월 05일
•논문 수정일: 2026년 11월 05일
•게재 확정일: 2026년 11월 11일



√ √ √ √

www.kci.go.kr

【참고문헌】

강성경 (2025). 중국 조선족 대학 졸업생에 대한 내러티브 연구. **복음과 상담, 33**(1), 5-41. https://doi.org/10.17841/jocag.2025.33.1.5

교육부 (2025). 2025년 1차 학교폭력 실태조사 결과 발표.

김분, 최연실 (2012). 초등학생의 부모·교사·또래 애착 유형별 자아개념 및 학교생활적응. **대한가정학회지**, **50**(1), 1-13.

김상원, 이혜숙, 남동현 (2024). 아동의 또래관계와 자아존중감이 우울감에 미치는 영향: 그릿의 조절된 매개효과검증. **한국심리학회지: 발달, 37**(2), 105-123. https://doi.org/10.35574/KJDP.2024.6.37.2.105

박미향, 김밀양 (2021). 불안정애착 아동의 아동중심 놀이치료 사례연구. **인문사회 21, 12**(5), 2231-2244.

박은정 (2015). 상실을 경험한 아동을 위한 놀이목회상담 연구. 이화여자대학교 박사 학위논문.

서경혜 (2024). **질적연구방법론**. 학지사.

우판, 채진영 (2024). 언어 네트워크 분석을 통한'아동기 애착' 관련 연구 동향 분석: 2012-2022년 국내학술지 중심으로. **영유아아동정신건강연구, 17**(1), 1-23.

유병선, 이채희, 이지연 (2008). 초등학생의 부모애착이 학교생활적응에 미치는 영향: 공격성과 사회적 지지의 매개효과 검증. **청소년시설환경, 6**(3), 3-14.

윤혜경, 심혜원 (2016). 불안정 애착관계를 형성한 남아의 개별놀이치료 사례: 애착지향치료(Attachment-Oriented Therapy)의 관점에서. **영유아아동정신건강연구, 9**(1), 95-121.

이재인, 김춘경, 한은수 (2014). 초등학생의 부모애착, 또래애착, 자기효능감, 학교적응간의 관계 구조분석. **초등교육연구, 27**(4), 345-367.

이정자 (2024). 부모 애착과 또래 애착이 아동의 문제행동에 미치는 영향. **놀이치료연구, 28**(3), 19-29.

임선자, 선우현 (2015). 반응성 애착장애 아동의 놀이치료 사례연구. **한국기독교상담학회지, 26**(2), 139-168.

황종호 (2017). 청소년의 부모애착과 또래관계가 학교생활적응에 미치는 영향: 자아정체감의 매개효과. **청소년학연구, 24**(2), 41-59.

www.kci.go.kr

황종호, 이향숙, 유숙경, 장성화 (2017). 초등학생의 부모애착, 또래관계가 학교생활적응에 미치는 영향. **아동교육, 26**(2), 407-424.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum Associates.

Axline, V. M. (1969). *Play therapy.* Ballantine Books.

Boldt, L. J., Kochanska, G., Grekin, R., & Brock, R. L. (2016). Attachment in middle childhood: Predictors, correlates, and implications for adaptation. *Attachment & Human Development*, *18*(2), 115-140.

Bowlby, J. (2009). **애착: 인간애착행동에 대한 과학적 탐구** (김창대 역, *Attachment*, 2nd ed.). 나남. (원전 1969 출판)

Bratton, S. C., Ray, D. C., Rhine, T., & Jones, L. (2005). The efficacy of play therapy with children: A meta-analytic review of treatment outcomes. *Professional Psychology: Research and Practice*, *36*(4), 376-390.

Cassidy, J., & Shaver, P. R. (Eds.). (2008). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed.). Guilford Press.

Clinton, T., & Sibcy, G. (2002). *Attachments: Why you love, feel, and act the way you do.* Integrity Publishers.

Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). Sage Publications.

Dagan, O., Groh, A. M., Madigan, S., & Bernard, K. (2021). A lifespan development theory of insecure attachment and internalizing symptoms: Integrating meta-analytic evidence via a testable evolutionary mis/match hypothesis. *Brain Sciences, 11*(9), 1226.

Huizinga, J. (1955). *Homo ludens: A study of the play-element in culture*. Beacon Press.

Kirkpatrick, L. A. (2005). *Attachment, evolution, and the psychology of religion*. Guilford Press.

Landreth, G. L. (2015). **놀이치료: 치료관계의 기술** (유미숙 역, *Play therapy: The art of the relationship*, 3rd ed.). 학지사. (원전 2012 출판)

www.kci.go.kr

Li, D., Carnelley, K. B., & Rowe, A. C. (2023). Insecure attachment orientation in adults and children and negative attribution bias: A meta-analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *49*(12), 1679-1694.

Merriam, S. B., & Tisdell, E. J. (2016). Qualitative research: *A guide to design and implementation* (4th ed.). Jossey-Bass.

Schneider, B. H., Atkinson, L., & Tardif, C. (2001). Child-parent attachment and children's peer relations: A quantitative review. *Developmental Psychology*, *37*(1), 86-100.

Stake, R. E. (2000). **질적 사례 연구** (홍용희, 노경주, 심종희 역, *The art of case study research*). 창지사. (원전 1995 출판)

Yin, R. K. (2021). **사례연구방법** (신경식, 서아영 역, *Case study research and applications*, 6th ed.). 한경사. (원전 2018 출판)

www.kci.go.kr

【Abstract】

The Process of Developing Secure Reattachment in Elementary School Children with Insecure Attachment: A Case Study of Nondirective Play Therapy

Son, You Kyung*

This qualitative case study examined emotional regulation and relational behavior across nondirective play therapy with two elementary school children referred for peer relationship difficulties and considered the findings from a Christian counseling perspective. Case materials comprised forty sessions for each child conducted between March 2025 and March 2026, selected session transcripts, caregiver consultation notes, and psychological assessment records. Within-case analysis traced shifts across early, middle, and later sessions; cross-case comparison considered the children's responses to relational tension, play themes, and interactions with the therapist. Initial observations suggested control, vigilance, and repeated requests for reassurance, treated as clinical hypotheses rather than confirmed attachment classifications. As therapy progressed, records described increasing negotiation of play rules, expression of feelings, requests for help, and attempts at relational repair after conflict. Maternal attachment perception scores increased from pre- to postassessment, but neither attachment classification change nor school-based improvement was independently verified. Accordingly, the observations indicate possible growth in emotional safety and relational flexibility rather than demonstrating the establishment of secure reattachment. From a Christian counseling perspective, the discussion examines human dignity and noncoercive relational care while distinguishing the therapist's finite acceptance from divine love.

Key words: insecure attachment, secure reattachment, elementary school children, nondirective play therapy, Christian counseling

---

* Bangawo Psychological Counseling Center / Director

www.kci.go.kr