

# 就學前 兒童의 精神保健

金 周 成

(淑明女大教授·醫博)  
(學校保健協會 理事)

## 머 리 말

就學前 兒童의 保健 中에서 精神保健의 重要性이 최근 많이 강조되고 있다. 그 첫째 理由는 兒童의 保健은 身體的 發達과 精神的 健康이 並行하여야 한다는 것이다. 즉, WHO의 健康의 定義에서 健康이란 身體的으로나 精神的으로 완전히 良好한 狀態를 말한다고 規定되어 있다.

두번째 理由는 과거에 兒童이 生命을 많이 빼앗아간 傳染病의 發病은 保健學의 발달로 크게 감소되고 精神的 疾患이나 異常이 크게 문제시되고 있기 때문이다. 精神保健은 精神的 健康을 유지·증진하며 精神的 不健康을 早期發見, 早期 치료에 그 目的을 두고 있다. 그러면 精神的 健康은 무엇이나? 美國의 兒童健康保護 白堊館會議에서는 다음과 같이 설명하고 있다. 즉, 健康한 精神이란

- ① 명백히 精神的 疾患이 없을 것.
- ② 최고의 정신 능력을 발휘하며 滿足感과 유쾌한 감정을 가질 수 있는 精神狀態일 것.
- ③ 社會的으로 신중한 行動을 하며, 人生의 現實과 環境에 대하여 受容할 수 있는 能力을 가질 것.
- ④ 자기 자신과 世上的 環境에 대하여 適應할 수 있는 狀態일 것.

이 定義는 하나의 指標이며 理想的 상태의 人間像이라 하겠다. 이런 理想的 狀態에서 人間을 관찰하면 대부분의 人間은 精神的 不健康 狀態에

있다고 하겠다.

不滿足한 精神狀態와 이에 수반하는 마음의 不安과 緊張은 우리들의 日常生活에서 끊임없이 일어나며, 不愉快한 事件도 자주 발생하게 된다. 그러므로 兒童들의 精神保健의 役割은 日常生活에서 끊임없이 일어나는 不滿足한 狀態와 不愉快한 狀態를 어떻게 해결할 것인가? 그리고 만족스럽고 유쾌한 狀態가 되게 하기 위해서 어떻게 努力할 것인가에 있다.

여기에서 兒童(특히 就學前 兒童)들의 精神的 健康에 關聯되는 문제들을 생각해 보자.

## I. 適應과 不適應

適應과 不適應에는 두 가지 面이 있다. 그 하나는 外的 適應(社會的 適應)이고 다른 하나는 內的 適應이다.

### (1) 社會的 適應(外的 適應)

社會的 適應을 생각할 때 그 基準을 어디에 두고 적응·부적응을 판단할 것인가가 문제된다. 社會的·基準은 時間的·歷史的·空間的·地理的 또는 文化的으로 다르다. 소위 文明國의 社會的 基準과 未開發國의 社會的 基準은 서로 다르다.

그러므로 基準의 설정에 따라 人間의 行爲와 行動의 適·不適이 결정된다. 따라서 基準 설정에 따라서 社會的 適應과 不適應도 결정된다. 예를 들어, 兒童에게 자기 乳房의 母乳을 주지 않으려는 어머니나 育兒를 자기 자신의 손으로 하지 않으려는 어머니가 증가하는 社會를 과연

文明國이라 할 수 있을 것인지? 人間の 精神文化를 문제시하는 경우와 物質文明을 문제시하는 경우에서 先進國과 後進國의 分類方法이 달라질 수 있다. 이런 관점에서 볼 때 어린이들의 行爲와 行動의 價値를 어느 基準으로 정할 것인가는 매우 어려운 문제이다.

어린이들은 未來의 社會를 만드는 存在이므로 그 基準은 未來에도 通用될 수 있어야 한다. 즉, 價値基準의 여하에 따라 適應 不適應의 境界線은 크게 移動되고 또는 逆轉될 可能性도 있다.

## (2) 內的 適應

適應, 不適應을 생각할 때 또 하나의 큰 문제는 內的 適應이다. 社會的 適應, 外面的 適應이 實現되더라도 內面的 適應, 精神的 適應이 되지 않는 경우도 있다. 시어머니에 잘 봉사하고 복종하는 며느리가 있어서 社會的 適應은 문제가 없으나 內面的 갈등으로 고민하는 경우도 있고, 어머니에게 잘 順從하는 아들이 그 自我의 形成과 內的 適應은 안되는 수도 있다. 內的 適應과 外的 適應의 兩者에 대해서

- ① 外面的 適應, 社會的 適應은 좋으나 內的 不適應이 있는 경우
- ② 內面的 適應은 잘되나 外面的 社會的 適應은 안되는 경우
- ③ 內的 適應이나 外的 適應이 안되는 경우
- ④ 內的 適應과 外的 適應이 다같이 잘 되는 경우 등의 네 가지 結合을 생각할 수 있다. 內的 適應에는 그 사람의 人生觀, 宗教心과도 연관이 되며, 어린이의 경우에는 身體發達, 精神發達과 관계가 있다.

## II. 遺傳과 環境

어린이들이 遺傳과 環境의 영향을 어느정도 받고 있는가에 대하여 많은 論爭이 있다.

遺傳에 관한 연구는 家系研究, 雙生兒研究 등에 의하여 新知見이 발표되고, 近年에는 染色體研究가 활발하게 진행되면서 어떤 疾患의 原因이 遺傳, 環境 중에서 어느쪽에 비중이 큰가 하는 문제도 究明되고 있다.

증례의 遺傳에 관한 연구는 여러 疾患을 대상으로하는 것이 많고, 그것은 人間の 形質的인 面

이고 雙生兒研究도 1卵性雙生兒는 形質面에서 그 一致性이 증명되고 있다. 形質的 面的 遺傳에 대해서는 어느 정도 사실이 증명되었으나 精神的 面的 遺傳은 어떤가?

精神的 面에 대해서 知能과 性格 두 가지로 나누어서 생각할 수 있다.

현재 知能의 遺傳的 素因에 대해서는 약간 그 경향이 인정되고 있다. 이것이 어느 정도까지 영향을 주느냐에 대해서는 확실치 않다. 그러나 性格에 대해서는 素因과 遺傳에 대한 영향이 확실치 않다. 그 이유는 性格構造의 복잡성도 있지만 環境이 영향이 크다는 것을 立證한다.

‘人間の 性格은 環境이 만든다’ 이런 생각은 教育者, 宗教家에 의하여 크게 主張된다. 教育과 修養(修業)에 의하여 人間の 性格이 크게 변화된 예는 많다. 近年에는 Counseling에 의한 人格의 변화를 과학적으로 증명하고 있다.

어린이들에게는 發達이라는 현상이 있고 어린이의 自我의 未熟은 주위 環境의 영향을 크게 받을 수 있다. 그러므로 어린이는 다분히 可變性的 存在이고 教育의 可能性도 또한 크다. 遺傳이라는 宿命的論을 고집하는 한 어린이에 대한 教育의 必要性和 可能性을 소홀히 하게 된다.

따라서 環境의 조정과 좋은 環境을 만들어 주는 努力을 계속하여야 한다. 이런 努力을 통해서 처음으로 어린이들에게는 많은 未知의 要素가 있고 감추워진 能力이 있다는 것을 알게 된다.

## III. 人格形成

人格은 人間存在의 中核이다. 신체 허약, 신체 장애 또는 知的 能力의 低下가 있더라도 항상 人格은 그 人間의 中核이 되며, 社會的 適應의 可否와도 관계된다. 그러므로 바람직한 人格形成을 위해서는 小兒期 때부터 教育과 좋은 몸가짐이 중요하다. 人格形成에 대한 몇 가지 理論이 있다. 특히 人格形成에 대하여 幼少時期를 重要視한 것은 精神分析學派이며 그 업적이 크다. 그 理論은 性慾(Libido)라고 하는 生物學的 基盤 위에서 Libido의 昇華라는 體系로 人格形成의 모든 것을 설명하려는 데 문제가 있다. 人格形成에서 自我의 形成이 가장 큰 부분을 차지하며 知

의 能力의 발달이 여기에 가담한다. 知的 能力은 특히 自我的 形成과 관계한다. 知的 能力이 낮으면 主我的 自我 즉, 자기 스스로 생각하고 주위의 환경의 영향을 자기 스스로 조절하는 能力이 낮다. 따라서 주위 환경의 영향과 規範을 그대로 받아들인다. 그러나 어린이에게는 成熟이라는 要素가 있다. 年齡이 낮을수록 知的 能力도 낮지만 그 정도에 따라 선택적으로 환경의 영향을 받아들인다.

예를 들면, 乳兒初期에는 피부 감각과 청각만으로, 그 다음에는 視覺을 통해서 환경의 영향을 받아들이지만 視覺에 의한 事物의 辨別은 생후 6개월 전후이다. 이 때에 사람을 알아보기 시작하고, 자기가 의존하고 자기에게 영향을 주는 사람과 그렇지 않은 사람을 구별할 수 있게 된다. 味覺과 嗅覺은 어린이 初期부터 발달되므로 食品의 量과 質의 선택, 과량의 음식 섭취에 대한 거부 등 主體的 自我的 發現이 확실하게 된다. 또한 피부 감각을 통해서 포옹의 인식, 안아줄 때의 快感 등을 구별하게 된다. 이런 主體的 自我的 發現에 대하여 어떻게 對應하느냐에 따라 對人關係와 환경 인식이 달라진다.

또한 養育者가 어린이를 어떻게 취급하느냐 어린이에 대해서 해서는 안될 일을 금지 제한하고 꼭 하여야 하는 바른 行動을 권장함으로써 客體的 自我가 성립된다. 그후 자라나는 과정에서 다른 사람의 行動을 모방하기 시작하고, 손으로 유희 등을 시작하게 되므로 이런 때 養育者는 칭찬도 하고, 벌도 주며, 꾸짖기도 함으로써 客體的 主我가 발달한다.

그러나 어린이들은 아버지의 지시를 따르지 않고 거부함으로써 主體的 自我를 발휘하게 된다.

장난기가 많고 말을 잘 듣지 않는 아이들을 강력하게 抑壓한다면 두 가지 反應이 일어난다.

하나는 잘 順從은 하지만 主體的 自我的 발달이 지연된다. 또다른 하나는 反抗的이고 역정을 내는 경우가 있는데, 이 때에 어머니가 양보한다면 客體的 自我 발달은 안된다.

이와 같이 主體的 自我와 客體的 自我는 相互作用하면서 自我的 調和的 발달을 실현한다. 父母의 말을 잘 듣지 않는 시기가 있는가 하면 父

母에게 순종하고 따르는 시기가 있어서 調和的 自我가 실현된다.

父母들의 교육 방침이 엄하고 그에 따라 客體的 自我가 主體的 自我를 크게 억압한다면, 예를 들어 손을 씻지 않는 어린이는 나쁜 어린이란 인식이 강해지면 모래나 흙장난을 거부하고 하루에 몇번이고 손을 씻는 등의 強迫的 行動이 나타난다.

또 한편 어린이 慾求에만 行動을 위임한다면 客體的 自我가 養成될 수 없고, 主體的 自我도 未熟해지며, 自己中心的 行動이 많고 依存性이 높아지며 소위 버릇없는 아이가 된다.

人格形成은 소위 自我發達面에서도 생각할 필요가 있다. 감각 기관, 운동 기관, 知的 能力과 情緒 등의 成熟이 뒷받침되어 主我的 自我와 客體的 自我가 相互關聯되면서 순조롭게 발달하기도 하고 또는 순조롭지 못한 발달도 볼 수 있다.

#### IV. 異常과 正常

어린이의 行動을 통해서 나타나는 精神發達 상태가 正常인가 異常인가, 正常과 異常의 境界線을 어디에다 긋는가 등 그 基準을 정하기는 매우 어렵고 복잡하다.

그러나 異常發達이 확실하면 곧 專門醫에게 상의하고 치료하여야 한다. 正常發達을 하고 있는 어린이를 異常으로 誤診하여 치료한다면 그 어린이는 2次的으로 異常 발달을 하게 된다.

發達이 正常인가 異常인가의 診斷은 매우 중요하다.

##### (1) 發達의 基準

어린이의 自我發達은 Gesell 이 지적한대로 螺旋狀發達을 한다. 대개 3세 前後의 第1反抗期와 思春期の 第2反抗期 그 中間에 7~8세경의 말대답 反抗기가 있다. 어린이가 온다는 현상을 관찰하면, 어린이 初期에는 生理的 욕구 현상이었던 것이 차차로 社會的 慾求의 表現으로 바뀌고 울음으로써 社會的 慾求를 충족시키려 한다. 그리하여 많이 우는 時期와 적게 우는 시기가 螺旋狀으로 나타나고 年齡과 더불어 변화한다. 그러나 어린이의 발달에는 個人差가 있다. 그러므로 모든 어린이를 平均的으로 規定할 수

는 없다.

正常과 異常의 判別은 어린이의 發達 經過에서 검토하여야 한다.

(2) 平均的 基準

平均的 基準은 대개 統計的 基準이다. 많은 人間의 行動의 位置하는 부분을 正常으로 하고 이에서 벗어나면 異常으로 한다.

統計的 基準에는 두 가지 문제가 있다. 그 하나는 連續的 變數 중에서 무엇으로 正常과 異常의 境界線을 긋느냐는 문제이다. 대개는 2σ로 限界線을 긋는 것인데, 이런 方法은 便宜하기는 하지만 妥當性 여부는 논란의 여지가 있다.

예를 들어, 知能指數에 있어서 IQ 75 이하를 精神薄弱으로 결정하는 것의 可否 문제이다. IQ 76과 IQ 75의 差를 指摘하라고 하면 누구든지 否定할 것이다.

IQ 76과 77도 마찬가지다. 따라서 IQ 75와 IQ 100 사이에는 質的 差를 인정하기 어렵다. 여기에 知能指數에 의한 精神薄弱의 구분에 문제점이 있다.

知能指數에 의한 區分은 教育的 配慮에서 생긴 것이다. 平均的 基準은 狀態상의 動向·傾向을 아는 데는 이용될 수 있으나 개개의 어린이의 상태가 正常인가 異常인가 判斷하는 데는 워험이 수반한다.

따라서 개개의 어린이의 發達을 검토하면서 문제되는 行動의 發生 mechanism을 명백하게 할 필요가 있다. 그렇게 함으로써 어린이 指導 方針을 수립할 수 있다.

맺 는 말

以上 어린이 시기의 精神保健과 性格 발달 과정을 고찰하였거니와 어린이의 健康한 精神保健은 健康한 신체에서 비롯되며 어버이의 正성어린 양육과 애정이 좋은 精神保健에 크게 공헌한다. 그리고 知能和 性格 발달은 遺傳보다는 環境 因子의 지배를 많이 받으므로 일찍부터 教育에 힘쓰고 Counseling과 生活指導로 健全한 性格이 養成될 수 있으며 健康한 精神保健을 유지·발전할 수 있을 것이다. □

榮 根 譚

옛친구를 만나거든 정의①를 더욱 새롭게 하라. 은밀한 일②을 하게 되거든 마음의 가짐③을 뚜렷이 드러내도록 하라. 노쇠한 사람을 대하게 되거든 恩禮④를 더욱 응송히 하라.

遇故舊之交 意氣要愈新. 處隱微之事 心迹宜愈顯. 待衰朽之人 恩禮當愈隆.

註 ① 意氣—여기서는 기분, 정의 정도의 뜻. ② 隱微—숨어 있어 알기 어려운 것, 은밀한 것. 中庸 章句에 ‘은밀한 것보다 더 드러나는 것은 없고, 微細한 것보다 더 나타나는 것은 없다’라는 것이 있다. ③ 心迹—마음가짐. ④ 恩禮—은혜를 베풀어 禮遇함.

〔解説〕 옛친구를 만나게 되거든 정의를 더 한층 새롭게 하여 서운하지 않게 할 것이다. 비밀히 하는 일이 있거든 자기의 마음가짐을 공명정대하게 가져 이를 분명히 함으로써 남의 ‘오해를 사는 일이 없도록 하라. 老境에 든 사람을 만나거든 그 전보다 더 극진히 접대하도록 하여야 한다. 남을 알잡아보고 허술히 대접함은 나의 덕을 손상시키고 복을 감하게 된다.