

임상정신 의학과 교육심리의 만남

— 지정토의 —

RAPPROACHMENT OF PSYCHIATRY AND EDUCATIONAL PSYCHOLOGY

홍 강 의

Kang-E.M. Hong, M.D.

오늘 오후내내 시험불안에 관해 포괄적으로(comprehensive) 많이 배웠다. 임상가(Clinician)들은 주로 환자만 보다보니까 시야는 자꾸 임상쪽에만 돌리게 되는데, clinic에 오는 아이와 오지 않는 아이가 시험에 대한 불안이 어떻게 틀리느냐에 대하여 배울 기회가 없었다. 그런데 이번 기회에 철저한 문헌조사와 연구보고를 통해 많이 배운 것 같다. 조수철 선생 Review는 항상 포괄적이고(comprehensive)상세(detail)하다. 그래서 본토론자는 조선생의 Review를 들을 때마다 항상 영국의 Michael Rutter를 생각하게 된다. 무슨 Topic에 관해서 Review를 원하시면 Rutter것을 보면 된다. 속된말로 그분의 review는 끝내준다. 그런데 문제라면 문제랄까 너무 자세하게 우리에게 정보홍수(Information flooding)를 해주니까 그 통합(integration)이 힘든 때가 있다. 그리고 결론을 어떻게 내려야 할지 어려운 때가 있음을 자주 느낀다. 오늘의 논문 발표를 다 듣고 난뒤에 느낌은 아직도 "Test Anxiety라는게 과연 뭐냐?" 시험불안치가 낮은 사람, 높은 사람으로 나누고 그 특성을 얘기하는데 이런것이 우리가 다루는 clinic 아동에는 맞지도 않는 것 같기도 하고 맞는 것 같기도 하다.

정상과 비정상을 어떻게 나누느냐는 항상 논란이 되는데 병적인(Pathological) 시험불안과 정상적 시험불안을 나누는데에 대한 연구가 없지 않았나 하는 아쉬움이 있다. 문제는 문헌조사 하신분도

그리고, 오늘 발표한 연구를 수행 하신 분들이 대개가 정상아동군에 대한 것이었고 나중에 임상 증례를 발표하신 분들은 순전히 임상군에 관한 것으로 구분이 되는데 있다. 그런데 문헌조사를 철저하게 하셨는데 왜 임상군에 관한 것이 별로 없느냐 하면 "Test Anxiety"라는 용어가 생소하기도 하고 정신분석이나 정신치료 학술지에 그 제목으로 나올리가 없기 때문인 듯하다. 우리가 오늘 시험불안이라는 것은 정신과 영역에서는 아마도 불안장애의 한 증세로서 취급되지 않았나 싶다. 백영석 선생님은 정신치료(psychotherapy)를 가장 좋아하시는 분인데 백선생의 치료에 대한 문헌조사는 모두 행동인지적 접근방법(Behavioral cognitive approach)뿐이었다. 그것은 시험불안에 대한 정신치료적 접근방법이 문헌에 별로 없다는 사실을 얘기해 준다. 이것은 우리에게 앞으로 나아가야 할 연구방향을 제시해 주는 것 같다. 그동안 정상 아동의 시험불안에 대한 연구를 교육심리쪽에서 해왔지만 임상가들도 임상군을 같은 연구기구와 방법으로 연구하여 양쪽 측면을 다 봐야하지 않겠느냐 라는 생각이 든다. 이러한 협조적 접근이 왜 이미 이루어지지 않았느냐는, 항상 그렇듯이 우리의 연구가 학제중심적(Discipline oriented)이기 때문인 듯하다. 교육심리하시는 분들은 정상아동에서의 Test Anxiety 자체를, 혹은 수행불안(Performance anxiety) 내지 예기 불안 (anticipatory an-

*서울의대 소아정신과 Division of Child and Adolescent Psychiatry Seoul National University College of Medicine

xiety)을 얘기하시는 것 같고 임상가의 관심사는 정상아동은 오지 않으니까 김행숙 선생님이 얘기하신 것처럼 극단적(Extreme form)이거나 확실히 deviation된 경우만을 보게되어 관심사가 다르게 된다고 볼 수 있다. 그래서 앞으로 정상군과 임상군을 다 같은 연구도구를 가지고 연구하는 노력이 꼭 필요하다. 그런 의미에서 김문주, 송숙희 선생님이 개발하신 연구기기(tool)가 아주 유용하게 쓰일 수 있을 것 같다.

치료 문헌 조사에서 인지적 행동치료적 접근(Cognitive behavior approach)과 탈감작법(Desensitization)은 review하셨으나 임상증례를 치료하는 원칙은 전혀 언급이 없었다. 오히려 이영식 선생님과 김행숙 선생님이 좀 얘기를 해주신 것 같다. 시험불안 아동에서 정신치료적 접근(psychotherapeutic approach)이 할 수 있는 역할이 무엇이나는 것이 임상가에게는 매우 중요할 것 같다.

그 다음에 김문주 선생님이 발표하신 논문중에 우리나라 아동의 시험불안의 특성으로서 부모 변인, 부모 관계 변인이 중요한 요인으로 요인분석에서 추출되었고 이것은 외국의 연구 결과에는 없는 것으로 나타났다는 것은 매우 흥미롭다. 부모의 중요성을 다 알고 있는데 치료에서 부모에게 뭘 어떻게 해줘야 되겠느냐에 관한 것이 오늘 문헌조사와 논문에서 언급이 없었다. 김행숙 선생님이 간접적으로 증례를 통해 말씀하셨지만 부모가 그렇게도 중요하다면 부모에 대한, 부모를 통한 치료적 개입(intervention)이 꼭 필요함은 다시 말할 필요가 없다고 본다. 본 토론자는 가끔 아동의 문제를 부모의 형태에 따라서 구분하는게 어떻게 생각하고 그렇게 하면 치료 전략을 세우는데 더 크게 도움이 되리라 생각된다. 물론 환자 개인의 유형과 부모유형이 어떻게 match가 되느냐에 대한 연구도 이루어져야 할 것이다. 분명한 것은 환자와 부모들을 다같이 염두에 두고 치료적 접근을 해야 한다는 점이다.

본 토론자는 임상적으로 시험불안의 원인적 요소를 다음의 3가지로 생각한다.

1) 공부를 잘해야 되겠다는 자기자신의 욕심과 need. 어떻게 보면 이것은 narcissistic need라 할 수 있다.

2) 그 다음에 부모의 기대에 부합하고 부모가 원하는대로 하고싶다는 생각과 바램(Parental expectation)에 있다.

3) 그 다음에 현실(Reality)의 요구다.

현실적으로 우리나라 같은 경우 사회구조(Social system)가 공부·성적·등수에 매여있음은 말할 것도 없다. 미국에 시험불안(Test Anxiety)에 대한 문헌이 별로 없다는 것이 참 재미있다. 시험성적이 나빠도 걱정할 필요가 없는 사회에 시험불안이 생길 이유가 없기 때문이다. 사회적 기대(Social expectation)가 공부를 잘해야 성공한다는, 시험을 잘 쳐야 한다는 개념이 비교적 적은 사회에서 시험불안이 그리 문제시 되지 않는다. 물론 미국에서도 상류사회에서는 우리나라 보다도 더 할 수 있다. 요점은 Social System과 Value system이 어떠한가에 따라 시험불안의 양상이 다르게 된다는 점이다.

마지막으로 한가지 말씀드리면, 부모의 기대와 부모와의 관계에 있어서 아동이 부모의 기대에 왜 부합해야 되느냐에 의문이다. 이제까지 시험불안의 근본적인 원인이 뭐냐에 대해 토론이 없었는데 제가 보기에는 아동은 부모의 기대에 영합(conform)하여야 한다는 욕구와 불안이 핵심이라 할 수 있다. 그러나 왜 영합하지 않으면 안되느냐이다. 부모의 기대에 못미치면 그 결과는 부모로부터 거절(reject)당하거나, 사랑받지 못할 것이라는 불안이 있기 때문이라 생각한다. 이것은 부모와의 애착이 생겼고 부모와의 애착이 있음으로써 부모가 원하는 것을 해야지 그렇지 않으면 버려지거나 격리될지 모른다는 격리불안에 기초를 둔 것이다. 격리불안(separation anxiety)은 모든 불안의 원형(prototype)임을 우리는 잘 안다. 본 토론자는 시험불안이 결국 격리불안으로 귀결된다고 본다. 특히 심한, 현실적으로 설명하기 힘든 Test Anxiety를 가진 아이들은 부모와의 관계에 있어서 separation anxiety, fear of abandonment, fear of rejection이 그들의 심리적 갈등의 근간을 이루는 걸로 본다. 어떻게 보면 시험불안(Test Anxiety)라는데 정말 존재하느냐 라는 생각을 해봤는데, Spielberg가 시험불안이란 없고 오히려 시험에 대한 긴장만이(Examination Apprehension)있을 따름이라고 한 것 같은데 공감은 간다. 오늘, 재미있게

들은 것 중의 하나가 상황불안(State Anxiety)이다, 특성불안(Trait Anxiety)이다 하는 것이 불안이란 개인역동(Individual dynamic)과 밀접히 관계있다는 것을 얘기하는 것 같다. 즉 더 근본적 불안이 이미 내재하고 있는데 불안의 표현이 시험상황(Test situation)에서 나타났다는 것이고 실제적인 근본적인 원인은 개인의 내적인 심리갈등과 역동에서 찾을 수 있지 않을까 하는 생각이다. 그런 의미에서 정상아들이 보이는 시험 “불안”은 Exa-

mination Apprehension, 또는 Test Apprehension이라는 용어가 더 맞지 않을까 싶고 시험에 대해 심한 불안과 공포반응을 보이는 환자의 경우는 차라리 시험공포(Test phobia)라고 하거나 (곽영숙 선생 의견) 불안장애라 진단하여야 적절한 듯도 싶다.

많이 배웠다. 오늘 발표해 주신 여러 선생님들께 감사한다.