

<http://dx.doi.org/10.17703/JCCT.2024.10.5.465>

JCCT 2024-9-56

미술치료를 활용한 사회기술훈련 프로그램의 적용 : ADHD 아동의 단일 사례연구

A Case Study of an Art Therapy-Based Social Skills Training Program for a Child with ADHD

박서연*

Seoyeon Park*

요약 이 연구의 목적은 미술치료를 활용한 사회기술훈련 프로그램이 ADHD 아동의 증상 감소에 미치는 효과를 알아보는 것이다. 연구대상은 초등학교 1학년 남아로 서울 소재 H 상담센터에서 주 1회, 총 12회기에 걸쳐 프로그램을 진행하였다. 연구 효과는 주의력 결핍과 과잉행동 및 충동성 척도를 통해 사전 및 사후로 측정하였고, 변화과정을 질적 분석하였다. 연구 결과, 프로그램 참여 후 ADHD 아동의 주의력 결핍과 과잉행동 및 충동성이 감소하였음을 확인하였다. 이는 미술치료와 사회기술훈련의 결합이 ADHD 아동의 주요 증상 개선에 효과적임을 시사하며, 본 연구는 ADHD 아동 치료에 있어 새로운 치료적 접근법의 가능성을 확인하였다.

주요어 : 미술치료를 활용한 사회기술훈련 프로그램, ADHD 아동

Abstract The study examined how a specialized program combining art therapy and social skills training can reduce core ADHD symptoms in a child. This case study focused on a first-grade male student diagnosed with ADHD and involved 12 weekly sessions, each lasting 60 minutes, conducted at a counseling center in Seoul. The study's effectiveness was measured through pre- and post-assessments using the scales for inattention and hyperactivity-impulsivity, and the process of change was analyzed qualitatively. The results indicated a decrease in attention deficit and noticeable improvements in hyperactivity and impulsivity following the intervention. These findings suggest that integrating art therapy with social skills training is an effective approach for alleviating primary ADHD symptoms, providing a promising strategy for treating children with ADHD.

Key words : Social Skills Training Program Utilizing Art Therapy, Children with ADHD

1. 서론

주의력 결핍 과잉행동장애(ADHD: Attention Deficit Hyperactivity Disorder) 아동은 주의력 결핍, 과잉행동, 충동성을 주요 증상으로 하며 일상 기능에 문제가 생기는 장애로, 사회환경 변화와 신경 화학적 요인으로 인

해 아동의 수가 계속 증가하고 있다. 학령기 아동의 3~5%에서 이 장애가 나타난다[1~3].

ADHD 아동의 주요 특징을 구체적으로 살펴보면 주의력 결핍은 아동이 과제를 수행하거나 활동을 진행할 때 정신적인 에너지를 유지하기 어렵고, 선택적 주의집중이 힘들며, 제한된 단기 기억 정보의 양으로 인해 주

*정희원, 여주대학교 심리재활치료과 겸임교수 (단독저자)
접수일: 2024년 7월 20일, 수정완료일: 2024년 8월 15일
게재확정일: 2024년 9월 1일

Received: July 20, 2024 / Revised: August 15, 2024

Accepted: September 1, 2024

*Corresponding Author: raemi1224@g.skku.edu

Dept. of Psychology and Rehabilitation Therapy, Yeosu
Institute of Technology, Korea

의 용량에서 어려움을 겪고, 시간이 지나도 관심의 초점을 유지하는 능력의 어려움 등이 포함된다[4]. 과잉행동 및 충동성은 지속적으로 몸을 움직이고 다른 아동보다 더 많이 돌아다니며 줄을 서서 순서를 지키기 어렵거나 다른 아동의 활동을 방해하는 등의 행동으로 나타나며, 이는 아동의 행동 조절에 어려움을 나타낸다[5].

ADHD 아동의 주의력 결핍과 과잉행동 및 충동성의 문제는 사회성 발달에 영향을 미친다. ADHD 아동은 부적응적 행동과 문제행동으로 인해 사회적 관계기술이 부족하고 또래와의 관계에서 어려움을 보인다[6]. 특히 학교 생활 중 친구들과의 문제는 ADHD 전반적인 기능에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 학년이 올라갈수록 친구들의 중요성이 아동기 발달에 미치는 영향이 증가되는 경향이 있다. 친구들과 문제를 경험한 아동은 학교적응에 부정적인 영향을 미치므로 친구들과 사이에서 갈등을 해결해보고 친구들과의 관계에서 우정을 형성해보는 기술을 배우는 것은 아동의 사회성 발달에 중요한 영역으로 보고되고 있다[7, 8].

ADHD 아동들의 문제에 대한 조기 개입이 필요함에도 불구하고 현재까지 단일화된 치료법은 알려져 있지 않고 있다. 현재 ADHD 아동에게 가장 보편적으로 사용되고 있는 치료법은 약물치료이다. 약물복용 시 주의력이 증진되고 과잉행동이나 공격성과 같은 부적절한 행동이 감소 되는 효과는 있지만, 습관적인 행동 패턴의 변화나 자기조절 능력의 향상 및 올바른 행동을 학습하는 데는 한계가 있다. 따라서 이와 같은 점을 보완하기 위해 사회기술훈련 등의 다양한 치료법의 병합이 더 효과적이라는 결과가 보고되고 있다[9].

ADHD 아동의 적응을 위한 사회기술향상을 목표로 한 훈련 프로그램이 활용되고 있으며 이러한 훈련들은 ADHD 아동의 사회기술을 증진 시키고 행동 특성을 감소시키는데 효과적으로 보고되고 있다. 구체적으로 사회기술훈련은 친구와의 상호작용에서 적절한 방식과 기술을 배우게 하고 갈등 상황에서 문제를 해결하며 더 나아가 친사회적 사회기술을 발휘하게 하여 여러 상황에서의 사회기술을 일반화하는데 효과적인 훈련 방법이다[10]. 하지만 주의집중력이 부족하고 과잉된 몸의 움직임과 충동적인 상호작용이 많은 ADHD 아동의 특성을 고려할 때 기존의 사회기술훈련 방식에는 한계가 있어서 보다 다양한 방법의 프로그램이 시도되고 있다. 모델링과 역할극을 활용한 훈련 방법 뿐만 아니라[11],

인지행동 요법을 활용한 행동 기술 시연 방법[12], 이외에도 최근에는 동작 활동이나 운동을 활용한 방법들이 시도되고 있다[13]. 주의집중력이 낮은 ADHD 아동은 언어나 글을 통한 접근에 어려움이 있으므로 아동이 쉽게 흥미를 가지고 능동적으로 참여할 수 있는 매체를 활용하는 미술치료를 병합하면 다른 아동들과 미술 활동을 하면서 적절하게 반응하는 기술과 우호적인 관계를 형성하는데 도움이 될 수 있다.

ADHD 아동의 특수성을 고려할 때 복잡한 상호작용을 시도하는 집단은 어려움을 느낄 수 있다[14]. 이에 선생님과 일대일 상호작용을 통해 참여 기회를 높이고 자신의 정서 표현과 의사 표현의 기회를 가지게 되는 포용적인 분위기 속에서 부담을 덜고 참여할 수 있는 방법이 필요하다. 이에 따라 선생님과 미술치료를 활용한 사회기술훈련은 상호작용의 안내를 받는 구조화된 형식의 사회기술훈련으로, 집단치료로 넘어가기 이전 단계의 훈련 방법이 될 수 있다[15].

따라서 ADHD 아동의 특성을 고려한 사회기술 프로그램에서 선생님의 직접적인 개입이 부주의하고 행동 조절에 어려움이 있는 ADHD 아동에게 도움이 될 것으로 여겨지며, 기존의 훈련 위주의 방식에서 벗어나 아동의 흥미와 참여를 유발하는 미술치료 활동을 포함시켜 새로운 내용의 프로그램을 개발하고자 하였다. 이를 통해 본 연구는 미술치료를 활용한 사회기술훈련이 ADHD 아동의 주요 행동 특성에 어떠한 변화가 나타나는지 보고자 하였다.

연구 문제 1. 미술치료를 활용한 사회기술훈련 프로그램이 ADHD 아동의 주의력 결핍 감소에 효과가 있는가?

연구 문제 2. 미술치료를 활용한 사회기술훈련 프로그램이 ADHD 아동의 과잉행동 및 충동성 감소에 효과가 있는가?

II. 연구 방법

1. 프로그램의 구성

1) 프로그램 구성

① 프로그램의 개발절차

본 연구에서 실시된 프로그램은 미술치료를 활용한 사회기술훈련으로 구성되었다. 이 프로그램은 미국 시

카고 대학의 Pffinner와 McBurnett의 사회기술훈련 프로그램[16]을 수정 보완한 안동현, 심세실, 한은선[17]이 수정 보완한 프로그램과 McGinnis와 Goldstein의 스킬 스트리밍 프로그램[18]의 일부를 참고하여 재구성하였다.

② 프로그램의 구성내용

본 프로그램은 기술 결핍 모형에 기반을 두며 사회 학습이론을 적용하였다[18]. 아동이 사회적 상황에서 필요한 행동 기술이 결핍되어 있다고 가정하고 이를 해결하기 위해 다음과 같은 5가지 기술영역으로 구분하였다. 구체적으로 5가지 기술영역은 교실에서 살아남는 기술, 감정을 다루는 기술, 공격에 대한 대안 기술, 스트레스를 다루는 기술, 우정을 만드는 기술로 구분하였으며 각 영역에서 비슷한 내용을 결합하여 하위기술을 구성하였다[18].

③ 프로그램의 적용절차

이 접근법은 ADHD 아동이 복잡한 사회적 상호작용에 참여하기 전에 개인적인 관계에서 사회기술을 연습할 수 있도록 지원하며 선생님과의 구조화된 상호작용을 통해 보다 효과적인 사회기술습득을 목표로 한다. 또한 미술치료를 매회기 포함시켜 프로그램의 효과를 높이기 위한 방안으로 활용하고자 하였다. 이 접근법은 ADHD 아동이 복잡한 사회적 상호작용에 참여하기 전에 개인적인 관계에서 사회 기술을 연습할 수 있도록 지원하며 선생님과의 구조화된 상호작용을 통해 보다 효과적인 사회기술 습득을 목표로 한다.

2) 회기내 구성

프로그램의 세부 내용은 도입, 중심, 마무리 단계로 구성된다. 먼저 도입단계(10분)에서는 회기 시작에 앞서 오늘의 활동 목표를 설명하고 이야기 나누기를 통해 아동에게 자신을 표현할 기회를 제공하여 참여를 유도하고 회기에 대한 관심을 높이도록 한다. 다음으로 중심활동 단계(40분)에서는 회기에서 다룰 주제와 관련된 사회기술을 소개하고 주제와 사회기술에 맞는 미술치료 활동을 진행한다. 이 활동을 통해 아동은 사회기술을 직접적으로 적용하고 연습해 본다. 아동이 미술 작업 중 사회기술을 적용할 기회를 제공하며 기술이 자연스럽게 습득될 수 있도록 지원한다. 마무리 단계(10분)에서는 오늘의 활동에서 배운 내용을 정리하고 기술을 복습한다. 배운 내용을 자신의 경험과 연결 지을 수 있

도록 돕는다. 아동은 자신의 미술 작업에 대한 긍정적인 피드백을 받고, 다른 사람의 새로운 관점을 얻을 수 있다. 이 과정에서 사회적 상호작용 능력을 발전시키도록 한다.

3) 회기별 구성

프로그램의 전체 내용은 초기단계, 중기단계, 종료단계로 나누어져 있으며, 총 12회기로 구성된다. 각 단계의 목적과 내용은 다음과 같다. 초기단계(1,2 회기)에는 아동이 본 프로그램의 목적을 명확히 하고 선생님과 아동간의 친밀감을 형성하는 것이 주된 목적이다. 중기단계(3~10회기)에서는 각 회기별로 설정된 목표에 맞추어 미술치료와 사회기술훈련을 결합하여 아동이 사회적 기술을 연습하도록 돕는다. 종료단계(11,12회기)에서는 전체 프로그램을 마무리하고 사회기술훈련을 종결하는 단계로 자신의 기술을 구체적으로 활용해보는 내용으로 구성되었다. 이 프로그램은 각 단계가 순차적으로 진행되며 아동의 사회기술증진을 지원하도록 구성되었다. 총 12회기로 구성된 본 연구의 구성은 표1과 같다.

4) 프로그램 내용

프로그램의 진행 절차와 내용은 표1에 제시되어 있으며, 특히 매회기마다 미술치료를 포함시켜 프로그램의 효과를 높이하고자 하였다. 각 회기에 제시된 사회기술훈련을 통해 아동이 사회적 기술을 학습하고 연습할 수 있는 구체적인 방법을 제시하고, 각 회기마다 기술을 적용하여 실제 상황에서 어떻게 행동해야 하는지 익히도록 하였다. 각 회기에 포함된 미술치료 활동을 통해 아동이 자신의 감정을 표현하고 사회적 기술을 연습할 수 있는 기회를 제공하였다.

5) 내용구성의 타당도 검증

본 연구자가 구성한 프로그램의 내용 타당도를 검증하기 위해 현장 전문가 3명(경력 10년 이상의 사회성 치료사 2명, 학교 상담교사 1명), 아동발달심리 전문가 2명(교수 1명, 박사 학위자 1명)에게 프로그램의 목적, 목표, 내용, 방법 등의 내용의 타당도 검증을 의뢰하였다. 전문가의 프로그램 적절성 검토 결과 문제에 없는 것으로 판단되어 최종 프로그램으로 결정하였다.

표 1. 프로그램 내용
Table 1. Program Content

Session	Chapter	Goal	Social Skills Training	Art Therapy
1	I. Skills in the Classroom	Orientation	Learning how to listen and ask questions	Sticker introduction: Design and introduce yourself using stickers
2		Following rules	Learning how to follow rules in the hallway	Drawing animals in the classroom: Drawing animals related to following rules
3	II. Skills Between Friends	Joining in and getting along	Learning how to join and get along in friends' play	Hand and foot drawing together: Practicing participation through collaborative work
4		Negotiating	Learning how to negotiate when friends want to play different things	Sharing and decorating paper pieces: Learning the importance of negotiation and cooperation
5		Asking for things	Learning how to ask when needing something from a friend	Creating sculptures with verbal cues: Practicing verbal expression and asking
6	III. Emotional Regulation Skills	Managing anger	Learning how to manage anger when parents don't allow something	Drawing anger situations: Visualizing ways to express and process emotions
7		Avoiding fights	Learning how to avoid fights when teased by a friend	Putting emotions in a ball: Practicing safe expression and handling of emotions
8		Dealing with blame or failure	Learning how to deal with blame or failure when scolded by a mother	Making a necklace: Handling failure and blame in a positive way
9	IV. Stress Management Skills	Saying no	Learning how to refuse when pressured into something by a friend	Stamp image creation: Creative ways to express refusal
10		Solving problems	Learning how to solve problems when losing a friend's item	Rocket launching craft: Activities to build problem-solving skills
11	V. Friendship Building Skills	Enhancing consideration and sharing	Learning how to think about a friend's needs in advance	Creating with angel clay: Expressing consideration and sharing
12		Enhancing positive emotions	Wrapping up activities	Learning how to encourage a friend during presentations

2. 프로그램의 적용

1) 연구대상

연구대상은 서울시 S구에 위치한 정신건강의학과에서 ADHD로 진단받은 초등학교 1학년 아동이다. 이

아동은 DSM-V의 진단기준에서 주의력 결핍과 과잉 행동 및 충동성 증상 중 여섯 가지 이상을 나타내며 최소 6개월 이상 부적응적인 행동을 보였다. 초등학교 1학년 아동을 대상으로 한 이유는 아동이 초등학교에

진학한 후 교실 집단에서 활발한 상호작용을 시작하기 때문이며, 학령 초기의 조기 개입이 중요하기 때문이다.

연구대상의 기본 인적사항은 만 6세 10개월 남아로 또래보다 마른 체구에 검은 피부를 가지고 있다. 첫 만남에서 아동은 선생님의 소개를 잘 듣고 눈을 마주치며 인사를 나누었으며 질문에 적극적으로 대답하는 모습을 보였다.

치료 의뢰 경위는 다음과 같다. 아동의 어머니는 초등학교 진학 후 담임교사와의 상담에서 아동이 집단 활동시 집중하지 못하고 활동과 관련 없는 질문을 하거나 순서를 놓치는 경우가 자주 발생한다고 들었다. 또한 움직임이 많고 자리를 자주 이탈하며 집단의 규칙을 지키지 않아 친구들과의 트러블이 잦았다. 담임교사는 이러한 행동이 ADHD로 진단받은 다른 아동들과 비슷한 성향을 보인다고 판단하여 어머니에게 병원 방문을 권하였다. 이후 병원 내원 후 본 발달센터에 의뢰되었다.

주호소 문제로는 어머니의 보고에 의하면, 아동은 흥미 없는 주제에서는 집중력이 부족하고 집단활동에서 이탈과 움직임이 많으며 규칙을 지키지 않아 친구들과의 트러블이 잦다고 한다. 또한 원하는 대로 일이 진행되지 않을 경우 쉽게 짜증을 낸다고 한다.

2) 연구도구

① 반데르빌트 평정척도

ADHD 주의력 결핍과 과잉행동 및 충동성을 평가하기 위해 부모형 반데르빌트를 사용하였다. 반데르빌트 평정척도는 미국소아과학회에서 발간한 Caring for Children with ADHD: A Resource Toolkit for Clinicians에 포함된 척도로[1, 3], 대한소아신경학회에서 번역한 것을 사용하였다. 이 척도는 ADHD 뿐만 아니라 적대적 반항장애, 품행장애, 우울장애, 불안장애 등을 함께 평가하는 문항들로 구성되어 있으나, 본 연구에서는 ADHD만을 평가하는 18개의 문항을 사용하였다. 응답 방식은 0점(전혀 해당 되지 않는다)에서 3점(매우 자주 그런 편이다)의 4점 척도로 평가된다.

하위유형은 주의력 결핍 우세형, 과잉행동 및 충동성 우세형으로 구분된다. 구체적으로 주의력 결핍 우세형은 관련된 9개 문항 중 2점 또는 3점이 6개 이상일 때 해당하며, 과잉행동 및 충동성 우세형도 관련된

9개 문항 중 2점 또는 3점이 6개 이상일 때 해당된다. 본 연구에서 사용한 반데르빌트 부모형의 내적 합치도는 주의력 결핍 우세형에서 .85, 과잉행동 및 충동성 우세형에서 .84로 나타났다.

② 질적 자료분석

본 연구에서는 ADHD 아동을 대상으로 미술치료를 활용한 사회기술훈련 프로그램의 적용효과를 살펴보고자 하였다. 이러한 목적을 달성하기 위해 질적 연구방법 중 하나인 사례연구 방법을 사용하였다. 사례연구는 개인이 상호작용하는 과정을 연구자의 관찰과 자료 분석으로 통해 구체적으로 파악하는 연구방법이다. 이를 통해 언어적, 비언어적 표현과 상호작용을 구체적으로 이해할 수 있다.

연구는 아동 상담 슈퍼바이저 자격을 보유하고 치료경력이 15년 이상인 연구자가 회기를 진행하였다. 자료분석을 위해 사전 동의를 구한 후 각 회기 종료 후 아동의 프로그램의 내용 녹취를 기록하고 아동의 주의력과 행동변화를 관찰하였다. 또한 본 연구는 3명의 현장 전문가로 구성된 슈퍼바이저에게 치료 진행을 평가받았다. 이들 슈퍼바이저는 모두 석사학위를 소지하고 있으며 10년 이상의 사회성 치료 임상 경력을 갖춘 전문가들이다.

3) 연구절차

미술치료를 활용한 사회기술훈련 프로그램은 연구대상 아동에게 2022년 4월부터 6월까지 주 1회, 회당 60분씩 총 12회기로 진행되었다. 프로그램 시작 전 1주일과 종료 후 1주일 내에 중재 효과를 알아보기 위해 반데르빌트 평가를 활용하여 사전 검사와 사후 검사를 실시하였고, 변화 과정을 질적으로 분석하였다. 연구 참여에 앞서 보호자와 아동에게 연구의 목적을 설명하고, 익명성을 보장하며 프로그램 참여 중 언제든지 연구 참여를 거부할 수 있음을 설명하였다. 아동과 부모 모두 연구 참여에 서면으로 동의하였으며 해당 아동은 이전에 ADHD 관련 프로그램 참여 경험이 없었다.

4) 자료분석

본 연구에서는 미술치료를 활용한 사회기술훈련 프로그램이 ADHD 아동의 주의력 결핍과 과잉행동 및 충동성 감소에 미치는 효과를 알아보기 위해 다음과 같은 방법으로 자료를 처리하였다.

첫째, ADHD 아동의 주의력 결핍 변화를 알아보기 위해 반데르빌트 평정척도와 프로그램이 진행된 상황에서의 행동을 관찰하였다.

둘째, ADHD 아동의 과잉행동 및 충동성 변화를 알아보기 위해 반데르빌트 평정척도와 프로그램이 진행된 상황에서의 행동을 관찰하였다.

III. 연구결과

1. 양적분석 : 반데르빌트 평정척도

첫째, 주의력 결핍 변화를 살펴보면, 사전검사에서 반데르빌트 주의력 결핍 지수는 17점으로, 심한 정도의 ADHD 수준을 보였다. 12회기 후 실시한 사후검사 지수는 14점으로, 감소된 점수는 3점 이었다.

둘째, 과잉행동 및 충동성 변화를 살펴보면, 사전검사의 반데르빌트 과잉행동 및 충동성 지수는 17점으로, 역시 심한 정도의 ADHD 수준을 보였다. 12회기 후 실시한 사후검사 지수는 10점으로, 감소된 점수는 7점 이었다.

이러한 결과에 의해 아동의 주의력 결핍과 과잉행동 및 충동성이 감소 되었음을 알 수 있으며, 사전 사후 검사결과를 비교해보면 다음과 같다.

표 2. 반데르빌트 사전 사후 검사결과
Table 2. Vanderbilt Pre- and Post-Assessment Results

	Pre-test	Post-test
Predominantly Inattentive Type	17.00	14.00
Predominantly Hyperactive-Impulsive Type	17.00	10.00

2. 질적분석 : 사례연구

미술치료를 활용한 사회기술훈련 프로그램을 총 12회 실시하는 동안 아동에게 나타난 주의력 결핍과 과잉행동 및 충동성에 대한 변화과정을 질적 분석하였다.

아동은 프로그램 초기단계(1~2 회기)에서 아동은 선생님의 이야기를 들으려 하지 않고, 자신이 하고 싶은 말만 계속하려는 모습을 보였다. 선생님이 말하는 동안 끼어들려고 하거나, 선생님의 말이 끝나자마자 자신의 이야기를 하려고 하였다. 집중시간이 짧아 대화를 하다가도 다른 곳을 자주 쳐다보았으며, 미술 활동 중 동물교실화 그리기 작업에서는 속도가 느렸고, 스티커 붙이기에서는 실수가 많았다. 또한 시간내에 집

중하여 과제를 완성하는 데 힘들어 했고, 활동의 규칙을 지키지 못하는 경우가 잦았다. 행동을 억제하지 못하여 활동 진행을 방해하기도 하였으며, 눈맞춤 시간이 짧았고, 과장된 행동을 자주 보여 억지로 크게 웃으며 몸을 바닥에 뒹구르거나 일부러 바닥에 넘어지는 행동을 보였다.

프로그램 중기단계(3~10회기)에서는 아동이 말을 주의깊게 들으려고 노력하면서 조용히 앉아 있는 모습을 보이기 시작했다. 주의집중 시간이 점차 길어지며, 선생님의 반응을 따라 하거나 쉽게 산만해지는 경향을 보이다가도, 질문을 통해 아동에게 반응할 기회를 주면 적극적으로 참여하는 모습을 보였다. 아동은 선생님의 행동을 주의깊게 관찰하기 시작했고, 활동 중 규칙을 잘 지키며 자신의 차례를 기다릴 수 있게 되었다. 규칙을 인식하게 되면서 선생님이 규칙을 잘 지키지 않으면 짜증을 내기보다는 대화로 표현하는 모습을 보였다. 선생님과 함께하는 활동을 매우 즐거워하며 자주 웃었고, 눈맞춤 시간이 길어졌으며, 바른 자세로 활동에 열심히 참여하였다. 또한 선생님의 말이 끝날 때까지 기다릴 수 있게 되었다. 특히 분노 스티커를 사용해 화가 나거나 속상한 이야기를 할 때에도 과잉행동이 줄어들었고, 자신의 감정을 말로 표현하며 침착함을 유지하는 모습을 보였다.

프로그램 종료단계(11~12회기)에서는 아동이 학교에서 잘 지내고 싶은 친구에 대해 이야기하며 우정에 대한 욕구를 거의 처음으로 드러냈다. 아동은 대화 주제에 적절하게 자신의 생각과 감정을 표현하고, 선생님의 말에 관심을 가지고 듣고 반응하였다. 또한 미술치료에 더욱 열심히 참여하는 모습을 보였으며, 만들기 과정에서 어려운 부분이 있으면 선생님에게 물어보고 도움을 요청하는 등, 적극적인 태도를 보였다. 다양한 주제에 관해 이야기를 나누며 한결 편해진 모습으로 프로그램에 참여하였다. 사회적 기술을 습득하고 연습하는 활동에 익숙해지며, 규칙을 따르고 자신의 생각과 감정을 적절하게 표현하고 조절할 수 있게 되었다. 이러한 과정을 통해 긍정적인 상호작용이 가능해진 모습을 보였다.

종합해보면 아동은 미술치료를 활용한 사회기술훈련 과정에서 초기에는 선생님과 활동에 긴장하고 집중하지 못하며, 규칙을 지키는 것과 행동을 조절하는 것을 힘들어하는 모습을 보였다. 그러나 프로그램이

진행되면서 아동은 눈맞춤과 경청하기 등 선생님과의 긍정적인 상호작용이 점차 증가하였고, 자신의 생각과 감정을 적절하게 표현하며 행동을 조절하는 모습을 보이게 되었다. 이러한 변화는 아동의 사회적 기술 증진과 함께 프로그램의 긍정적인 효과를 반영하는 결과로 볼 수 있다.

IV. 결론 및 제언

본 연구는 미술치료를 활용한 사회기술훈련 프로그램을 개발하여, 이를 ADHD 증상을 보이는 초등학교 1학년 아동에게 적용함으로써 주의력 결핍과 과잉행동 및 충동성을 감소시키는 것을 목적으로 하였다.

본 연구의 결과를 연구 문제에 따라 논의하면 다음과 같다. 첫째, 미술치료를 활용한 사회기술훈련 프로그램은 ADHD 아동의 주의력 결핍을 감소 시키는데 효과적이었다. 프로그램 실시 전과 후 주의력 결핍을 측정된 결과 총점의 차이를 보였다. 즉 본 프로그램은 주의력 결핍을 감소시키는 것으로 나타나, 프로그램에 참여한 아동의 주의력 결핍이 감소하였음을 알 수 있다. 또한 훈련 전후의 주의력 결핍 감소 양상을 살펴보면, 아동은 다른 사람의 말에 주의를 집중하고 경청하며, 자신의 순서를 기다려 발표하는 모습을 보였다. 선생님과 적극적으로 대화를 나누고 자신의 의견을 적절하게 표현하며, 대화 중 끼어들거나 선생님의 말을 중단시키는 행동이 줄어드는 모습을 보였다. 더 나아가, 선생님과 눈 맞춤, 칭찬하기, 미소 짓기, 등 긍정적인 사회기술의 빈도가 증가하는 모습을 보였다.

일부 선행 연구에서는 사회기술훈련이 주의집중력을 증진 시키는데 한계가 있는 것으로 알려졌지만, 다른 연구들에서는 사회기술훈련을 통하여서도 주의집중력이 증진된다고 보고하고 있다. 미술 매체를 활용한 미술치료가 ADHD 아동의 주의집중력, 사회성, 자기조절력, 자아존중감, 문제행동에 긍정적인 효과를 미친다는 연구결과들이 보고되고 있다[19~21]. 이는 사회기술 훈련에서 기본적으로 다른 사람과 눈을 마주치고, 이야기를 나누며, 타인의 말을 주의 깊게 듣는 반복된 훈련이 아동에게 긍정적인 영향을 미쳤을 것으로 예상된다. 또한 아동의 특성에 따라 부족한 사회기술과 문제행동 변화를 목표로 한 개별치료적 접근이 긍정적인 변화를 이끌어 냈을 가능성도 고려할 수 있겠다.

둘째, 미술치료를 활용한 사회기술훈련 프로그램은 ADHD 아동의 과잉행동 및 충동성을 감소 시키는데 효과적이었다. 프로그램 실시 전과 후 과잉행동 및 충동성을 측정된 결과 총점의 차이를 보였다. 즉 본 프로그램은 과잉행동 및 충동성을 감소시키는 것으로 나타나, 프로그램에 참여한 아동의 과잉행동 및 충동성이 감소하였음을 알 수 있다. 또한 훈련 전후의 과잉행동 및 충동성 감소 양상을 살펴보면, 아동은 프로그램 이후 활동의 규칙과 순서를 잘 지켰으며, 갈등 상황에서 짜증을 내기보다는 문제를 해결하기 위한 방법을 찾는 모습을 보였다. 아동은 다른 사람의 감정을 이해하기 위하여 대화를 시도하는 등 긍정적인 변화도 나타났다.

이러한 결과는 사회기술훈련이 ADHD 아동의 과잉행동 및 충동성을 감소시킨다는 선행연구와 일치된 결과이다[5]. 사회기술훈련은 아동이 다른 사람과의 상호작용 상황에서 충동적이지 않고 긍정적인 방법으로 해결하는 기능을 증진 시키며, 우호적인 방법으로 행동에 반응하도록 돕는 역할을 하였을 것으로 예상된다. 또한 프로그램을 진행하면서 아동이 즐거운 마음으로 활동에 참여하고, 선생님과 긍정적인 관계를 경험하면서 충동 조절에도 긍정적인 영향을 미쳤을 것이다.

본 연구는 ADHD 아동을 위한 사회기술훈련 프로그램을 미술치료와 결합하여 새로운 방식으로 구성하고, 그 효과를 검증하였다. 즉, 아동의 흥미를 유발하는 미술치료 활동을 사회기술훈련에 병합함으로써, 아동의 보다 능동적이고 적극적인 참여를 유도하고, 선생님과 집중적인 사회기술 상호작용을 통해 ADHD 아동의 주의력 결핍과 과잉행동 및 충동성 감소에 긍정적인 효과를 이끌어 낼 수 있음을 밝혔다.

본 연구의 논의 및 결론을 바탕으로 한 제언은 다음과 같다. 본 연구는 ADHD 진단을 받은 아동 1명을 대상으로 12회기에 걸쳐 진행되었으며, ADHD 아동에게 미치는 긍정적인 효과를 확인하였다. 그러나 연구 결과를 일반화하기에는 미술치료를 활용한 사회기술훈련의 효과를 더욱 폭넓게 검증할 필요가 있으며, 보다 장기간의 회기를 통하여 다양한 효과성을 상세하게 분석하는 것이 필요하다. 추후 연구에서는 본 연구의 제한점을 보완하여, 더 체계적으로 적용할 수 있는 프로그램이 개발되기를 기대한다.

References

- [1] American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author. DOI : 10.1176/appi.books.9780890425596
- [2] Health Insurance Policy Research Institute. (2015). [Title of the report or study, if available]. Health Insurance Policy Research Institute.
- [3] American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed., text rev.). Washington, DC: Author. DOI : 10.1176/appi.books.9780890423349
- [4] Bjorklund, D. F. (1995). *Children's thinking: Developmental function and individual differences* (2nd ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- [5] Kim, G. N. (2007). *The effects of self-regulated learning strategies on problem behaviors in children with ADHD* (Master's thesis). Daegu National University of Education.
- [6] Barkley, R. A. (1996). Attention-deficit hyperactivity disorder: *A handbook for diagnosis and treatment* (2nd ed.). New York, NY: Guilford Press.
- [7] Shea, C., & Wiener, J. (2003). Social Exclusion in children with ADHD. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 32(3), 334–343. DOI : 10.1207/S15374424JCCP3203_06.
- [8] Mikami, A. Y., & Lorenzi, J. (2001). Social functioning in children with ADHD. *Journal of Clinical Child Psychology*, 30(4), 516–523.
- [9] Rubin, K. H., Bukowski, W. M., & Bowker, J. C. (2015). Children in peer groups. In R. M. Lerner (Ed.), *Handbook of Child Psychology and Developmental Science* (7th ed., pp. 175–222). Wiley.
- [10] Gray, C. A., & Garand, J. D. (1993). Social stories: Improving responses of students with autism with accurate social information. *Focus on Autistic Behavior*, 8(1), 1–10.
- [11] Kim, I. H. (2007). *Role-play-based social skills training for children with ADHD*. *Journal of Child and Adolescent Psychology*, 13(3), 145–162.
- [12] Park, K. A., & Choi, S. W. (n.d.). The effects of a play-based cognitive-behavioral program on self-control in children with ADHD. *Psychological and Behavioral Research*, 6(2), 94–111.
- [13] Jung, H. S., & Kim, J. Y. (2017). The effects of a sensory integration dance/movement therapy program on sensory regulation and social skills in children with ADHD. *Journal of Korean Dance*, 17(1), 41–55.
- [14] Kim, Y. H. (2018). A study on the effects of group social skills training for children with ADHD. *Journal of Child Development*, 27(2), 75–91.
- [15] Cha, J. J. (2023). *A qualitative case study on dyadic art therapy for social skills in children with ADHD* (Master's thesis). Graduate School of Konkuk University..
- [16] Pfiffner, L. J., & McBurnett, K. (1997). Social skills training with children with ADHD: A review of the literature. *Journal of Clinical Child Psychology*, 26(2), 193–210.
- [17] Ahn, D. H., Kim, S. S., & Han, E. S. (2004). *Social skills training for children with attention deficit disorder*. Seoul: Hakjisa.
- [18] Goldstein, A. P., & McGinnis, E. (1997). *Skillstreaming the adolescent: New strategies and perspectives for teaching prosocial skills* (Revised ed.). Research Press.
- [19] Kang, S. G. (2022). *The effects of group art therapy on the emotional and social development of children with ADHD* (Master's thesis). Graduate School of Art Therapy, CHA University.
- [20] Park, H. I. (2020). *The effects of art therapy using three-dimensional media on problem behaviors in children with ADHD* (Master's thesis). Konkuk University
- [21] Jung, S. A. (2022). *A single-case study on the effects of clay art therapy using a potter's wheel on self-regulation in children with ADHD* (Master's thesis). Graduate School of Counseling Psychology, Hanyang University.