

# 관심 끌기 행동

## 행동 정의

1. 자녀가 부정적이고 귀찮은 방법으로 부모와 형제로부터 끊임없이 관심을 요구한다.
2. 자녀의 부정적인 행동에 관심을 주는 것과 분노 및 좌절 반응 사이에서 망설인다.
3. 가족의 자원에 대한 자녀의 끊임없는 관심 끌기 요구로 당황스럽고 낙담하며 지친다.
4. 관심 끌기 자녀를 효과적으로 다루는 데 필요한 자신감, 훈육기술, 긍정적인 전략이 부족하다.
5. 형제들은 관심 끌기 자녀를 원망하고 거부한다.
6. 관심 끌기 자녀는 사소한 것과 잘 인식되지 않는 것을 느끼고 욕구 불만을 만족스럽게 채우기 위해 부정적인 관심 끌기 행동으로 확대시킨다.
7. 부모와 형제들은 공공장소에서 자녀의 끊임없는 관심 끌기 행동에 당황스러워한다. 관심 끌기 자녀는 가족의 행동과 가치 양식에 어울리지 않거나 적합하지 않고 다른 것처럼 보인다.
8. 가족은 관심 끌기 자녀와 함께 살면서 스트레스와 갈등으로 인해 혼란스러워한다.

---



---



---



---

## 장기 목적

1. 부적절한 관심 끌기 행동을 다루기 위해 효과적인 전략과 훈육기술을 배우고 사용한다.
2. 가족 내에 각각의 자녀에 대해 다양한 강점과 능력을 인식한다.
3. 형제들은 관심 끌기 자녀를 향해 수용과 애정을 표현한다.
4. 관심 끌기 자녀는 가족으로부터 가치 있고 필요한 구성원으로 자신을 본다.
5. 모든 가족 구성원은 적절하고 존중하는 방식으로 표현되는 관심과 애정이 가족의 자원이란 것을 이해하고 수용한다.
6. 모든 구성원과 보낸 시간과 활동을 좋은 경험으로 평가한다.

---

---

---

---

## 단기 목표

1. 부정적인 관심 끌기 행동의 잠재적인 원인에 대해 이해하고 말로 표현한다. (1, 2, 3, 4)

## 치료적 개입

1. 자녀의 부정적인 관심 끌기 행동에 도움이 될 수 있는 가족역동을 관찰하고 평가할 가족 전체와 만난다.
2. 몇몇 아동과 어른이 비행을 통해 관심을 찾으려 한다는 것을 전체 가족이나 부모에게 설명한다. 왜냐하면 그들은 긍정적인 전략과 행동을 사용해서 필요한 인정을 얻어낼 수 있는 노련함이 없기 때문이다.
3. 부정적인 관심 끌기 행동을 설명하는 문헌을 부모에게 읽게 한다(예 : Dreikurs와 Stoltz의 민주적인 부모가 된다는 것과 Dinkmeyer와 McKay의 *Responsible Child*).
4. 자녀가 자신감과 책임 있는 행동을 개발하도록 돕는 교실로 부모를 보낸다(예 : Dinkmeyer와 McKay의 효과적인 양육을 위한 체계적 훈련 또는 Moorman과 Knapp

2. 관심 끌기 자녀의 낮은 자존감에 대한 원인을 파악하기 위한 평가를 준비한다. (5, 6)
3. 관심 끌기 자녀가 그동안 충족하지 못한 감정 표현하기와 의사 밝히기를 격려하기 위해서 반영적 경청(reflective listening)기술을 사용한다. (7, 8)
4. 관심 끌기의 긍정적인 시도를 인정하고 강화하기 위한 전략을 시행한다. (9, 10, 11)
5. 자녀의 사회적/정서적 관심의 구체적인 영역을 결정하는 자기보고식 평가 척도(예 : Coopersmith의 Self-Esteem Inventory, Achenback의 The Youth Self-Report)로 기준을 관리한다.
6. Dreikurs의 나쁜 품행 이론(Dreikurs의 민주적인 부모가 된다는 것)에 따라서 부적절한 행동을 유발하는 자녀가 가진 최근의 잘못된 인식을 알도록 부모를 지원한다.
7. 부모와 자녀가 함께하는 자기평가식 척도는 자녀의 더 나은 긍정적인 자기 이미지를 다시 구성하고 구축 작업을 시작하게 하는 결과를 가져온다.
8. 부모가 반영적 경청을 배우면 관심 끌기 자녀의 말을 마음을 열고 방어적이지 않게 듣게 된다(예 : Gordon의 부모 역할 훈련(Parent Effectiveness Training)의 설명대로 판단하지 않고 경청하기).
9. 적어도 하루는 아동 대상의 활동적인 놀이를 짧게는 10~20분 동안 ‘특별한 시간’을 활용하도록 부모를 교육한다(www.educational-psychologist.co.uk의 *A Parenting Strategy*에서 *When Your Child Craves Attention* 참조).
10. 인정과 관심을 추구하는 다양한 긍정적인 방법을 알려주도록 부모에게 자녀와 함께 브레이크타임하게 한다(예 : 숙제완료, 방청소, 집안일 돕기).
11. 부모는 자녀와의 관계에 적극적으로 개

의 부모대화법 : 책임양육의 언어).

- 입하기 위하여 긍정적 전략을 활용하여 인정받고자 하는 자녀의 욕구를 충족시키는 계획(예 : 자동차 모형 만들기, 기타 연주 배우기)을 관심 끌기 자녀와 함께 개발하도록 한다.
5. 부정적인 관심 끌기 행동을 없애기 위한 전략을 시행한다. (12, 13, 14)
  6. 긍정적인 전략을 개발하고 시행함으로써 인정받으려고 하는 관심 끌기 자녀를 돕는다. (15, 16)
  7. 가족 구성원 각자의 특별한 재능과 개별 강점을 작성하고 결정한다. (17, 18)
  12. 부정적인 행동을 무시하는 것에 대해 도울 수 있도록 역할극을 한다. 초기에 무시하는 동안 부정적인 행동은 아마 확대되고 강조될 것이다. 그러나 그것을 지속하고 계속 덜 강화시키면 줄어들 것이다.
  13. 부모에게 관심 끌기 자녀가 인정을 얻는 가장 성공적인 방법은 긍정적인 행동이라는 것을 설명함으로써 부정적인 행동을 무시할 수 있도록 가르친다.
  14. 부모에게 어쩌면 자녀가 부정적인 관심 끌기 행동이 더 커질 수 있는 것(예 : 징징대는 것에 대답하는 것, 결정에 영향을 미칠 수 있는 눈물)의 목록을 작성하도록 돕는다. 인정을 얻는 부정적인 시도를 해소시키는 기술을 개발하도록 돕는다.
  15. 관심 끌기 자녀가 가족 상황과 관계 속에서 관심을 끌고자 하는 간절한 욕구로 나타나는 역동적인 것을 스스로 탐험하게 한다.
  16. 다음 한 주 동안 가족 구성원들이 서로 지지해줄 수 있는 긍정적인 격려의 말에 대해 브레인스토밍을 한다.
  17. 부모와 함께 다중지능 이론에 대해 논의한다(예 : 재구성된 지능에서 설명하듯이 모든 사람은 특정 영역에서 능력과

- 재능을 가지고 있다. Gardner의 *Intelligence Reframed: Multiple Intelligences for the 21st Century* 참조). 자녀의 이러한 재능을 인정하고 확인하는 것은 성숙, 적절한 행동과 건강한 자아 존중감을 발달시키는 비결이다.
8. 개별 가족 구성원의 재능을 확인하기 위한 전략을 시행한다. (19, 20)
  9. 관심 끌기 자녀와 긍정적 상호작용을 한 형제자매를 칭찬해준다. (21, 22)
  10. 공감, 포용과 감사 등을 강조하는 가족의 가치를 설명하고 우선시하며
  18. 여러 가지 강점과 가족 구성원의 능력을 브레인스토밍하여 기록하는 것을 가족 구성원에게 교육한다.
  19. 정기적·지속적인 일정에 따라 자녀의 개별 강점을 인정해주기 위한 전략의 시행과 개발을 위해 부모를 도와준대예 : ‘나는 네가 ~하다는 것(개별 강점)을 알고 있었다’처럼 교양 있는 단어를 사용해서 함축적으로 인정하고, 자녀가 들을 수 있는 거리에서 자랑스러운 감정을 논의하고 긍정의 노트를 작성해서 자녀에게 준다.
  20. 가족 기념일 준비를 통하여 관심 끌기 자녀와 다른 가족 구성원이 해낸 것을 인정하도록 부모를 격려한다.
  21. 모든 가족 구성원 간에 긍정적 상호작용과 가족 조화를 위한 희망을 형제자매에게 언어로 표현하도록 부모를 교육한다.
  22. 긍정적인 형제자매의 상호작용을 보았을 때 “그게 바로 협력이야.” 또는 “나는 진정한 협력을 보고 있어.” 또는 “너희들이 잘 지내서 너무 좋구나.”라고 말로 인정하도록 부모에게 지도한다.
  23. 가족의 가치를 전부 적고, 다른 사람에 대한 포용, 공감과 감사에 대한 가치를

시행한다. (23, 24)

11. 상호지원과 격려를 위해 가족계획을 개발한다. (25, 26)

12. 자기 신뢰, 조직화, 자신감을 가질 수 있도록 관심 끌기 자녀를 격려하는 전략을 시도한다. (27, 28, 29)

우선순위에 두고 가족 사명서를 작성하도록 돕는다.

24. 가족협력, 포용, 감사의 가치를 강조하는 이야기와 가족을 위한 TV 프로그램과 영화를 고르도록 부모를 교육한다. 그리고 각각의 상황에서 가족 사랑과 지지의 방법이 어떻게 나타났는지에 대해 가족 토론을 하도록 격려한다.

25. 각각의 가족 구성원이 다른 가족 구성원에게 도움이 될 수 있는 개인적 일이나 의무를 기록하게 한다(또는 Knapp의 *Parenting Skills Homework Planner*에 나오는 '가족의 일에 도움이 되는 목록' 활동을 한다).

26. 가족 구성원에게 도와준 것에 대한 고마움이나 개인적인 도전을 노트에 기록하게 하고 이 과정에서 관심 끌기 자녀가 협력하게 한다.

27. 부모에게 '~처럼 행동하라'라는 말을 사용해서 실패의 두려움에도 노력할 수 있게 관심 끌기 자녀를 격려하도록 요청한다(예 : "저 나무를 그리는 법을 너는 알고 있는 것처럼 행동해라.", "너는 줄넘기를 할 수 있는 것처럼 해라.", "전에 이런 것을 해봤던 것처럼 놀아라.", 케이크 굽기를 시도할 때 "그것을 만들 때까지 만들 수 있는 척해라.")(*Moorman의 Parent Talk: Words That Empower, Words that Wound* 참조).

28. 관심 끌기 자녀가 미래에 긍정적인 노력을 할 수 있도록 '하지 마'보다 '다음번

에는'이라는 말로 대신하도록 요청한다  
(예 : “다음에 너의 침대를 정리할 때, 시트가 평평하고 매끈한지 확인해라.” 대  
“시트가 엉망으로 구겨져 있을 때 담요를 올려 놓지 마라.”)(Moorman의 *Parent Talk: Words That Empower, Words that Wound* 참조).

29. 관심 끌기 자녀에게 나이에 맞는 집안일과 책임을 주고 일이 만족스럽게 되지 않았을 때는 책임을 지도록 하고 일을 완수했을 때는 긍정적인 언어를 사용하도록 부모를 격려한다.
  30. 관심 끌기 자녀에게 중요한 타인의 목록을 작성하고 지지해주는 정도를 평가하도록 요청한다(또는 Knapp의 *Parenting Skills Homework Planner*에 나오는 ‘내 사랑과 신뢰 지지 네트워크’에 대한 과제를 부여한다).
  31. 가족 구성원들이 무조건적인 사랑에 대한 정의를 내리고(예 : 개인의 특성, 태도, 성과에 상관없이 완전하고 일관된 사랑) 그들에게 사랑을 주는 중요한 타인의 목록을 작성하도록 도와준다.
  32. 진행된 기록과 가족의 상담 워크시트지를 포함한 가족저널을 만들도록 가족을 교육시키고, 이 과정을 관심 끌기 자녀가 돕도록 한다.
  33. 주말 동안 긍정적인 관심 끌기 상호작용수와 부정적인 관심 끌기 상호작용을 비교한 기록 차트를 개발하도록 부모를 돕는다. 그리고 긍정적인 상호작용이 부정
13. 관심 끌기 자녀, 형제자매, 부모는 서로에게 사랑과 관심을 전달하는 중요한 타인임을 인식한다. (30, 31)
  14. 긍정적인 관심 끌기 행동에 관련된 모든 가족 구성원의 진행과정이 지속적으로 기록되도록 한다. (32, 33)

15. 모든 가족 구성원을 위해 긍정적인 관심 끌기 행동을 모델화한다. (34)

16. 현재 모든 가족 구성원이 즐길 수 있는 폭넓은 활동을 한다. (35, 36)

17. 목표달성과 긍정적인 가족 상호작용의 추가 선택사항을 연구한다. (37, 38)

— · \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

— · \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

— · \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

적인 것을 초과했을 때 매주 보상을 해준다.

34. 부모에게 가족 상호작용을 살펴보게 하고 자녀에게 긍정적인 모델이 될 수 있는 행동과 부정적인 행동을 확인하도록 요청한다. 사례에서 없앨 수 있는 1~2개의 부정적인 행동을 정할 수 있도록 한다.

35. 모든 가족 구성원이 참여하고 즐거웠던 최근 활동을 가족과 함께 브레인스토밍을 한다.

36. 가족저널에 긍정적인 가족 상호작용의 사진을 붙이도록 관심 끌기 자녀를 교육한다.

37. 주요 가족 프로젝트에 대해 계획을 하거나 양질의 시간을 경험할 수 있도록 가족 구성원을 교육한다(예 : 가족 휴가, 가정 프로젝트 완성, 또는 친척들의 방문). 특정 활동을 선택하고 특정 작업을 각 가족 구성원에게 할당하거나 성공적인 완성을 보장하도록 책임을 부여한다.

38. 매달 한 가족 구성원에게 가족저널에 짧은 글을 쓰거나 그림을 그리는 것으로 공감, 통합, 서로 감사하는 목표를 달성했는지 가족의 진행과정을 평가할 수 있도록 한다.

— · \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

— · \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

— · \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**진단 제안**

<u>ICD-9-CM</u>	<u>ICD-10-CM</u>	<u>DSM-5 장애, 상태 또는 문제</u>
312.9	F91.9	명시되지 않는 파괴적, 충동조절 및 품행 장애
312.89	F91.8	달리 명시된 파괴적, 충동조절 및 품행 장애
313.81	F91.3	적대적 반항장애
314.01	F90.2	주의력결핍 과잉행동장애, 복합형
309.21	F93.0	분리불안장애
V61.20	Z62.820	부모-아동 관계 문제

---



---