

■ 놀이의 역사 및 논리적 근거와 목적

놀이치료는 아동의 가장 효과적인 의사소통 방식인 놀이에 기반을 두고 아동에게 도움을 주도록 고안된 치료 양식이다. 다음과 같은 몇 가지 표현은 놀이치료자 사이에서 놀이의 가치를 논할 때 일상적으로 사용되는 예이다. “놀이는 아동에게 자연스러운 의사소통의 형태이다.”, “놀이는 구체적인 경험과 추상적 사고를 연결한다.”, “놀이는 본질적으로 동기를 유발한다.” 사실 이러한 표현은 너무 자주 사용되어서 그 출처를 찾아내는 것도 어렵다. 물론 치료에서 놀이에 대한 근거에 공헌한 것으로 가장 자주 인용되는 사람은 스위스의 생물학자이자 철학자인 장 피아제(1962)이다. 환경에 동화하는 형태로서의 놀이를 이용하여 발달을 통해 아동이 어떻게 진보하는지에 대한 그의 탐구와 저술은 아동을 치료할 때 놀이를 어떻게 적용할지에 대한 이해의 기초를 마련하였다. 놀이의 역사, 연구 및 이론은 관찰과 논의로 풍부하다. 피아제를 비롯한 다른 연구자들의 학문적 접근은 단지 놀이 탐구의 한 일부일 뿐이다. 놀이는 문화적 현상, 본능적 욕구, 교육의 양식, 경제적 영향, 종교적 내포뿐 아니라 심리와 발달 면에서 특별한 관계로 탐구되어 왔고, 이 모든 것은 놀이치료 임상에 함축된 의미를 갖는다.

놀이의 역사

역사 이래 놀이는 주로 유년기 경험과의 관계에 중점을 두고 묘사되고 논의되었다. 고대 서구 세계의 초기 관점은 아동을 무력하고 무능하며, 놀고 싶어 하는 특별한 욕구를 가졌다고 간주하였다(Hughes, 2010). Plato는 기술을 연마하기 위해 놀이를 사용하는 것을 강조하였지만 성인이 지나치게 감독하는 것에 대해 경고하였다(Hughes, 2010; Smith, 2010). 기독교의 발흥은 각각의 아동은 하나님에 의해 가치를 부여받은 고유한 영혼을 소유하고 있다는 믿음으로 이끌었다. 아동은 선천적으로 악하고 제멋대로라는 믿음뿐 아니라 각 아동이 개별적 가치를 가지고 있다는 사고방식이 증가하면서 아동 놀이에 대한 부모의 관점이 성인의 지도와 감독이 필요한 것이라는 데 이르게 되었다. 이처럼 성인의 역할은 아동의 놀이를 유익하고 생산적인 활동으로 안내하는 것이었다.

기독교는 17~18세기 동안 영국에서 개신교의 시초를 이끌었다. 놀이에 대한 접근은 더욱 엄격해졌고, 그러한 접근법 안에서 놀이는 빈둥거리는 것 그리고 본질적으로 부정적인 동기를 지니는 것으로 간주되었다. 영국의 존 로크(1632~1704)는 아동은 백지 상태(tabula rasa)로 태어나며 아동을 옳은 방향으로 인도하려면 환경은 부모에 의해 철저히 통제될 필요가 있다는 철학을 널리 알리는 데 고무적인 역할을 하였다. 미국에서 놀이의 역사를 추적했던 Chudacoff(2007)는 초기 청교도 삶에서의 로크의 영향을 다음과 같이 쓰고 있다.

로크는 근대주의자가 아니다. 그의 목표는 아동의 행동 속에 자기 통제(self-control), 부인(denial), 질서(order)를 심어 주는 것이었다. 그가 가장 선호한 놀이는 아동이 교사의 세심한 감독하에서 이루어지는 유형이었다. 그에게 있어서 비구조적인 놀이란 적절하지 않은 것이었다(p. 27).

결과적으로 놀이는 18세기 중·후반까지는 사실상 억압되어 있었다(Hughes, 2010). 개신교가 영국과 미국에서 아동에 대한 관점에 지대한 영향을 끼친 것과 마찬가지로, 프랑스 철학자인 장 자크 루소는 *에밀 또는 교육에 대하여(Emile, or On Education, 1762)*라는 소설을 출판했는데, 이 소설은 아동의 긍정적인 본성을 제시하였다. 루소는

아동의 본성적 상태가 인간의 선과 미덕을 수용하는 방향으로 움직인다고 믿었다. 아동은 인정받고 보살핌을 받으며 성인의 최소한의 감독하에서 자연스럽게 활동하도록 허용될 필요가 있다. 아동에 대한 이러한 관점은 놀이가 아동의 한 부분으로서 수용되고 인정되게 함으로써 어른들이 아동기를 축하해 주어야 한다는 성과를 갖게 하였다. 루소의 철학은 아동에 대한 새롭고 낭만적인 인식의 시발점이 되었고, 이러한 인식은 전 유럽은 물론 미국에서까지 빠르게 흡수되었다. 독일의 프리드리히 프뢰벨(1782~1852)은 놀이를 학습의 방법으로 보는 자신의 주장을 기초로 유치원 체계를 창립하였으며 이탈리아의 마리아 몬테소리(1870~1952)는 실생활에 대한 학습 방법으로서의 놀이와 교육을 통합하였다(Smith, 2010)

미국의 놀이에 대한 관점은 양면적인 부분을 드러냈다. 초기 정착민들은 하나님에 대한 복종이라는 믿음에 대해 갈등을 겪었다. 그러한 믿음은 인간의 권위로부터 자유를 요구하는 점점 커져가는 강력한 자립심과 병치되었다. 실제로 초기 미국은 농업 사회였고, 여기서는 사지가 온전한 모든 사람의 노동력이 요구되었다. 그러므로 아동은 독립적이고 인정을 받을 만한 존재였지만, 선천적인 죄의 본성에 굴복하지 않고 사회의 생산적인 구성원이 되기 위해서는 성인의 지도가 필요한 존재로 간주되었다. 놀이에 대한 성인의 반응은 바로 이러한 양면성의 특징을 구체적으로 나타낸다. 놀이는 게으른 시간 낭비가 아닌 아동을 종교적 그리고 직업적 윤리의 발달로 이끄는 것이라는 조건하에서만 허용되었다. 또한 이 시대는 종종 성인과 아동의 놀이 간의 경계가 분명하게 구분되지 않는다. 아동과 성인은 종종 함께 놀았고 누구든 재미를 위해 가지고 놀 수 있었던 똑같은 놀잇감이나 도구를 가지고 놀았다. 18세기 중반까지는 놀잇감이 아동에게만 귀속되는 도구로 간주되거나 그러한 목적으로 생산되지 않았다(Chudacoff, 2007).

19세기 초는 유년기를 발달 과정의 독립된 실체로 받아들이기 시작한 시기이다. 이러한 수용으로 아동은 순수하고 놀기 좋아하는 낭만주의적으로 묘사되었고 이는 부모들에게 자녀들이 성인으로서의 책임을 지기 시작하는 시점을 늦추게 하였다. 이러한 낭만주의는 또한 예비청소년이 공장과 작업장에서 노동을 하고 있었던 미국의 급속한 산업화의 맥락에서 살펴봐야만 한다. 아동기에 대한 경계선은 매우 어린 나이로 제한되었다. 그렇지만 1850년에 이르러서 사회는 아동의 본성을 타락이라고 보는 것

보다는 노는 것을 좋아하는 것이라 인정하여 아동의 놀이를 용인했을 뿐만 아니라 인정하기 시작하였다(Chudacoff, 2007). 19세기 후반에는 놀이에 대한 전문적 관심이 떠오르기 시작했다. 아동 연구에 관한 전문가들은 육아와 아동 발달에 대한 지침서들을 출판했는데, 이것은 주로 아동의 지적·도덕적 성장과 관련된 것으로, 놀이에 대해서도 감독적 접근을 옹호한 것들이었다. 철학자들은 계속해서 놀이의 목적과 사용에 관하여 논의하였다. 진화론적 접근법을 연구했던 영국의 철학자 허버트 스펜서(1820~1903)는 놀이란 고도로 발달된 신경 체계에 의해 신체 기능이 활성화된 것으로 고도로 진화된 종에서 발생하는 에너지의 초과로부터 비롯된 것이라는 잉여에너지 이론을 설명했다(Smith, 2010). 독일의 심리학자이자 작가인 카를 그로스(1861~1946)는 놀이가 기능적으로 중요하며 생존을 위해 필요한 기술을 연마하도록 해주는 것이라 주장했다(Hughes, 2010; Smith, 2010). 아동 발달에 관심을 가진 최초의 미국 심리학자 중 한 사람인 스탠리 홀(1844~1924)은 그로스의 관점이 놀이를 지나치게 단순화하는 것이라고 반박했다. 홀은 진화재연설(recapitulation theory)을 참고하여 놀이가 사실상 카타르시스적인 것이며 인간의 역사로부터 자연적 본성을 발생시키는 인간의 진화적 과정과 관련된 점을 관찰하였다(Hughes, 2010; Smith, 2010). 미국의 놀이에 대한 이러한 새롭고 집중된 초점은 놀이터를 설립하고 놀잇감을 생산하는, 그리고 성인이 아동의 놀이에 관심을 가지고 감독에 노력을 기울이는 등의 실제 활동으로 이어졌다. 놀이를 권장하려는 성인의 이러한 노력에도 불구하고, Chudacoff(2007)가 인용한 1896년 T.R.Crosswell의 확령기 아동 2,000명을 대상으로 한 심리학적 연구에 따르면 직장, 학교 혹은 성인의 감독으로부터 분리된 자유롭고 비체계적인 놀이야말로 아동의 여가시간을 가장 유익하게 활용한 것이라고 결론을 내렸다.

20세기가 도래하면서 아동 발달과 놀이에 대한 관심이 폭발적인 환영을 받았다. 심리학자들은 발달의 심리적, 지적 그리고 교육적 본질과 관련된 세부사항에 관심을 기울였다. 놀이의 활용은 항상 발달에 대한 설명과 긴밀하게 연결되었고, 20세기의 저자들은 이렇게 연관을 짓는 것에 익숙했던 것으로 보인다. 지그문트 프로이트는 아동의 인생을 성적 단계를 통한 성장으로 보았으며, 각각의 단계는 성공적인 해결을 요구하는 것으로 보았다. 아동은 발달 단계를 거치는 동안 불안を 감소시키고 본능적인 부정적 충동을 관리하는 데 놀이를 사용할 수 있다. 존 듀이는 진보적인 교육적 관점을 옹

호하였는데, 이것은 아동의 본성적 상태를 수용하고, 교육의 지표로서 아동의 본능, 활동 및 관심을 도모하고 인정하는 것이었다. 20세기는 인간의 발달 과정에 있어서 아동기의 구조를 독립적이고 독특한 단계로 채택하는 아동중심 시대였다. 아동중심 시대라는 것은(아동중심 놀이치료나 인간중심 이론과는 혼돈하지 않길 바란다.) 아동기를 인정하는 구조, 아동의 경험이 지닌 독특성을 연구하고자 하는 열정, 아동의 경험을 발달의 논리적 설명으로 일반화할 욕구로 특징지어진다. 이러한 맥락에서 놀이의 역할과 목적에 대한 혼란은 계속되었고, 놀이치료에 대한 모든 이론과 입상은 발달하였다.

20세기의 아동중심 시대는 또한 Smith(2010)가 지칭한 ‘놀이 정신(play ethos)’을 탄생시켰다. Smith는 1920년대 이후부터 교육적 사고는 놀이의 중요성이라는 대단히 놀라운 관점에 영향을 받은 것으로 보인다고 지적했다. 그는 놀이 정신이란 “놀이의 기능적 중요성이 강력하고 무자격적으로 주장되는 것으로, 즉 적절한 (인간) 발달에 있어서 본질적인 것”(p. 28)이라 정의했다. 그는 더 나아가 놀이 정신을 수용하는 것에 의문을 제기하였는데, 이것은 실증적 지원의 부족과 정확성에 대한 의구심 때문이었다.

놀이에 대한 역사적 연구에서 주목할 만한 두 가지 논란이 있다. 첫 번째는 도처의 문헌에서 묘사되었던 가장 분명한 것으로, 아동의 본성에 관한 갈등이다. 만약 아동이 본성적으로 긍정적인 것으로, 즉 인간의 선한 본성이 내재되어 태어난 것으로 간주된다면, 놀이는 본능적으로 아동의 성장을 지향하도록 예정된 것으로 아동기의 자기주도적(self-initiated) 요소로서 신뢰를 받아야만 한다. 반면에 아동이 백지 상태로 태어나거나 타락한 본성을 지향하는 경향을 가지고 태어났다면, 아동의 부족한 지식 안에서 무엇이 선행인지, 악행인지가 놀이에서 실행될 것이기 때문에 성인의 관심, 감독 및 지도가 필요해진다. 놀이와 관련된 두 번째 논란은 Chudacoff(2007)의 역사적 논평의 중심 주제로 보인다. 놀이에 대한 성인의 관점, 실행, 중점, 지도, 안내 그리고 감독에도 불구하고 아동은 놀이를 완전히 표현하기 위해 성인의 세계로부터 떠난 자율성에 대한 욕구를 행사할 것이다. Chudacoff(2007)는 1850년에서 1900년까지 다음과 같은 결론을 내렸다(p. 93). “... 성인의 통제가 들어가지 않는 것은 아동 놀이의 중요한 차원을 나타낸다.” 이후 그는 “부모의 통제를 회피하려는 것은 오랫동안 성장하는 과정 중의 일부였으나 20세기 전반기는 그 이전에 존재하지 않았던 자율성을 위한 저항과

탐구가 여러 방식으로 변성한 시기였다. ... 1950년대 중반 즈음에는 비구조적 놀이의 성격, 그것이 발생했던 장소, 아동기의 또래 지향적 문화는 다양한 수준으로 자유라고 특징지어진 아동 행동의 유형을 촉진하였다(p. 151). 1950년부터 현재까지 관찰한 것을 바탕으로 그는 “성인이 놀잇감을 사용하고 싶어 했던 방법보다 아동이 스스로 놀잇감을 사용해 왔고, 지금도 계속 사용하고 있는 방식은 아동의 자율적 놀이의 가장 중요한 특성으로 남아 있다. ... 아동이 자기 자신의 목적을 위해 놀잇감을 조작하는 것은 진정한 놀이의 가치를 창조한다.”(pp. 197-198)고 제안하였다. Chudacoff는 미국의 놀이 역사에 관한 최종 결론에서 “그럼에도 불구하고 아동은 여전히 그들의 방식으로 아동이기를 원하고, 일반적으로 기꺼이 성인의 처방을 따르지만, 아동은 또한 스스로 고안해 낸 놀이의 독립적인 문화 속에서 살아간다. 그러므로 아동의 놀이에 있어서 두 가지 중요한 연속성은 자율성의 탐색과 창의성의 발현에 대한 추구이다.”(p. 219)라고 저술하였다.

놀이의 특성과 유형

놀이의 특성

놀이를 정의하는 것은 다양한 특정 유형과 정의가 존재하기 때문에 환상에 불과하다. 단 하나의 정의가 있는 것은 아니지만 이론가들은 놀이를 다른 활동으로부터 구별할 수 있게 해주는 많은 요소가 있다고 주장한다. Garvey(1977)는 놀이의 다섯 가지 특성을 설명하였다. 놀이는 즐거운 것이어야만 하고, 외적인 목적(extrinsic goal)이 없어야 하며, 자발적이고, 자연적이며, 참가자들의 적극적인 참여가 필요하고, 가상의 요소가 포함되어야 한다. 놀이에 대한 이러한 설명이 문헌 속에서 종종 인용되었다 할지라도, 이것은 놀이치료를 이해하는 데는 제한적이다. Brown(2009)은 Garvey의 의견에 동의 하기는 하지만 그가 제시한 요소의 목록에 구체성을 좀 더 제공하였다. Brown은 놀이는 분명 비목적적이고 자발적이며 본질적으로 매력적인 것이고(재미), 시간으로부터의 자유를 제공하고, 자의식을 감소시키며, 즉흥적 잠재성과 지속적 갈망이라고 지적하였다. 이와 같은 놀이에 대한 진술은 놀이란 놀이하는 사람들이 목적을 가지고 있지 않고 즐기는 활동이라는 관점을 표명한다.

경험이 풍부한 놀이치료자는 놀이치료에서 관찰된 놀이가 항상 아동에게 즐거운 것인지 혹은 그것이 자연적이고 자발적으로 보이는지에 대해 질문을 가질 수도 있을 것이다. 많은 아동이 특정 놀이 장면에서 화를 내고 슬퍼하며 당황하는 모습을 보이기도 한다. 때로는 그들에게 고통스러워 보이는 놀이 장면을 수행해야만 하는 것처럼 보인다. 그럼에도 불구하고 그들은 놀이를 계속 지속하며 인식(awareness) 외부의 끝에서 무엇을 찾으려는 듯 보인다. 놀이치료에서의 이러한 행동은 특정한 행동을 구분할 때 놀이로 간주할지, 혹은 놀이를 다르게 정의하는 제안을 따르게 될지에 대한 추가 질문을 하게 한다. 구체적인 예는 놀이치료실에서 아동이 놀잇감 전등을 넘어뜨렸다는 이유로 화가 나서 인형에게 고래고래 소리를 지를 때, 이 아동은 놀이를 하는 것인지 혹은 이러한 활동의 이름을 다르게 붙여야 하는 것인지 하는 점이다. 비고츠키(1966)는 즐거움에 근거한 놀이의 정의는 다음과 같은 두 가지 원인 때문에 맞지 않는다고 주장하였다. (1) 놀이보다 더욱 즐거운 경험을 줄 수 있는 많은 활동이 존재한다(예: 영아가 손을 빠는 것 등). (2) 아동에게 즐거움을 얻지 못하는 게임과 놀이활동이 존재한다(예: 야구 게임에서 졌을 때 등). 이전에 입증된 부분들과 비고츠키의 연구를 고려해 볼 때 아마도 놀이치료에서 놀이를 가장 잘 기술한 부분은 아동이 성인의 지시로부터 자유롭고 적극적으로 활동에 참여하며 자의식에서 자유로운 흐름을 경험하는, 말 그대로 기본적인 것에서부터 현실에 이르기까지 자유롭다는 것이다.

놀이의 유형

놀이의 정의와 특징에 대한 합의가 존재하지 않는 것처럼 놀이의 유형도 다수가 있다. 선두적인 아동 심리학자인 David Elkind(2007)는 놀이의 네 가지 유형을 발견하였다. 여기에는 숙달놀이(mastery play), 독창적 놀이(innovative play), 관계적 놀이(kinship play), 치료적 놀이(therapeutic play)가 포함된다. 숙달놀이는 탐색과 반복으로 특징지어진다. 아동은 목표지향적이고 정해진 기술의 능숙함을 지향하여 노력한다. 아동은 기술을 숙달한 이후에야 그 기술을 확장하고 더 정교하게 할 기회를 갖는다. 피아제는 놀이가 오로지 하나의 기술이 숙달된 이후에 발생할 수 있다고 주장하였다(Kohlberg & Fein, 1987). 언어와 운동 기술의 숙달은 독창적인 놀이로 이끄는데, 이것은 놀이의 비언어적·언어적 유형을 확장시킨 것이다. 관계적 놀이는 대체로 자기주도적 게임을 통

해 1명 이상의 아동과 상호작용을 통해 일어난다. 치료적 놀이는 아동이 다른 아동 사이에서 겪게 되는 스트레스, 충동성 혹은 외상을 처리하는 것을 돕는다. 이 놀이는 아동에게 사건과 관련된 고통스러운 반응을 표현하는 창구를 제공한다. Elkind는 모든 아동이 스트레스를 처리하는 방법으로 놀이를 치료적으로 이용한다고 언급했다.

Smith(2010)는 놀이를 문헌에서 공통적으로 나오는 여섯 가지 유형, 즉 사회적 우발성(social contingency), 감각운동(sensorimotor), 대상(object), 언어(language), 신체적 활동(physical activity), 환상(fantasy)으로 요약했다. 사회적 우발성 놀이는 다른 사람과의 상호작용에 근거한 놀이이다. 감각운동놀이는 주로 유아기에 해당되는 놀이로 대상의 감각적 특징에 기초한 활동과 관련이 있다. 아동은 감각운동기를 거쳐 대상과 관련된 활동을 통해 대상놀이를 시작한다. 언어놀이는 단어와 개념을 언어화하는 놀이로 구성된다. 신체적 활동놀이는 대근육 운동 기술이 포함된 놀이가 포함된다. 환상 혹은 가장놀이는 대상, 행동 혹은 언어화를 이용하는 놀이로, 현실주의의 경계로부터 자유로운 상징적으로 표현되는 놀이를 말한다. 놀이치료 양식은 Elkind와 Smith가 주장한 모든 놀이의 유형을 포함하고 있는데, 특히 아동의 자기주도(self-direction)까지 참작하고 있다.

놀이 발달

놀이에 관련된 발달 이론들은 일반적으로 4세까지의 놀이행동을 측정한다. 왜냐하면 이 연령까지 아동은 놀이 구조의 숙달이 진행되고 소통되기 때문이다. 놀이치료 내담자의 대다수가 4세 이상이라 할지라도, 놀이치료자는 놀이 발달에 대한 순서를 이해함으로써 아동 내담자의 발달 지표로 놀이의 역사와 숙달을 추적할 수 있다. 발달과 연관이 있으면서 아동의 놀이에 중요한 저자는 장 피아제(1962)이다. 피아제의 인지 이론을 이해하기 위해서는 그가 제안한 기본적인 두 가지의 개념, 즉 동화(assimilation)와 조절(accommodation)을 충분히 습득하고 있어야 한다. 동화는 현실 세계로부터 새로운 자극을 취하여 이미 형성된 아동의 사고 패턴에 끼워 넣어 맞추도록 하는 것이다. 조절은 구조가 변화되는 것으로, 아동의 사고방식은 환경의 새로운 것에 기초하여 변화한다. 피아제는 “아동은 확립된 도구적 행동의 순서들을 해체하고 새로운 방식으로

재구성할 수 있다.”(Kohlberg & Fein, 1987, p. 396)라는 맥락에서 놀이를 동화에 지배되는 것으로 나타냈다. 이러한 놀이에 대한 이해를 놀이치료로 확장시키는 것은 변화를 위해 동화와 조절의 과정이 어떻게 작용하는지 쉽게 살펴볼 수 있게 한다. 아동은 놀이치료 과정 중에 치료실 외부에서의 경험을 치료실 안에서 자신의 사고방식과 동화하는 과정에 사용하므로 전적으로 자신의 세계를 통제한다. 아동은 놀이치료실에서 숙달, 안전, 그리고 치료자로부터의 공감을 경험해 나감에 따라 조절의 과정을 시작한다. 즉 아동은 놀이치료실에서의 연습을 통해 구조적 패턴을 변화시켜 현실 세계에서 시도해 보게 됨으로써 환경의 요구에 부응하고자 자아를 변화시킨다.

동화와 조절에 대한 이해를 바탕으로 피아제는 놀이 발달을 4단계로 설명하였다. 피아제는 첫 번째 유형의 놀이는 감각운동놀이(sensorimotor play)로서 유아기에 일어나는 것이라 설명했고, 또한 이것을 연습놀이(practice play)라고 명명하였다. 이는 위에서 언급하였던 Elkind(2007)의 숙달놀이, 즉 아동이 기본적인 운동 기술을 숙달하기 위해 노력하는 놀이를 하기 위한 기초가 되었다. 생의 첫 두 해 동안 상징놀이가 발생하고, 여기에서 아동은 가장놀이를 시작한다. 상징놀이는 아동이 아무것도 들어 있지 않는 컵을 이용하는 등 가장의 제스처를 초기에 발달하도록 허용하고 이것은 인형에게 가장하여 우유를 먹이거나 음식을 먹이는 등의 짧은 이야기로 옮겨 간다. 상징놀이 기간은 혼자놀이(solitary play)로 특징지어진다. 발달의 2~3년 동안 사회극놀이(socio-dramatic play)가 일어난다. 여기서 아동은 놀이의 일부로 타인들과 혹은 가상의 타인들과 관계를 맺는다. 바로 이 시기 동안 아동은 다른 사람인 척할 수 있게 된다. 역할놀이는 놀이의 일부가 된다. 6세가 되면 아동은 내외적 규칙에 의해 영향을 받는 게임에 참여하게 되고, 이 놀이는 종종 상징놀이를 대신한다(Smith, 2010). 그리고 각 단계를 거칠 때마다 언어의 사용과 습득이 증가된다.

Hirsh - Pasek과 Golinkoff(2003)는 놀이 발달의 특징을 다르게 묘사하기는 했지만 여전히 피아제와 유사한 맥락을 갖는다. 아기들은 이미 3~6개월 사이에, 즉 그들이 물건을 움켜쥐는 것을 배울 때부터 놀이를 하기 시작한다. 6~9개월 사이에 영아는 열정적으로 대상을 탐색하기 시작하는데, 이때는 대개 한 번에 한 가지 대상을 탐색하며 그 대상을 오직 의도된 용도로만 사용한다. 2세경에는 놀이에 있어서 중요한 세 가지 변화가 나타난다. 즉 동시에 여러 대상을 이용하는 경우가 증가하고, 적절한 방법으로

대상을 사용하게 되며, 사물이 실존하는 것처럼 할 수 있는 능력을 갖는다(상징주의). 상징주의로 진행된다는 것은 언어, 읽기, 그리고 문제 해결을 익혀 간다는 것을 말한다. 4세경에는 가장놀이가 극적으로 증가된다. 즉 아동은 길어도 길고 몰입될 수 있는 정교한 놀이 장면의 연출자가 되기도 한다. Hirsh-Pasek과 Golinkoff(2003)는 다음과 같은 결론을 내렸다. “가장놀이는 그들의 눈 앞에서 이렇게 되어야 하는 것이 옳은 것이라는 것으로부터 자유로워지는 것을 연습하는 것이다. 가장놀이는 아동에게 상자 외부에 있는 해답을 고려할 수 있게 해준다. 가장놀이는 또한 아동에게 대안적 세계를 고려할 수 있도록 해준다.”(p. 219)

마지막으로 주목할 만한 놀이의 발달 이론은 아동 간 놀이의 진보를 포함한 사회적 참여를 목록화한 것으로, 1932년 Mildred Parten이 관찰한 것을 기초로 Smith(2010)가 저술한 것이다. 사회참여 발달 이론은 놀이환경에서 사회적 상호작용을 향한 아동의 움직임에 대해 다룬다. 첫 번째 단계에서 아동은 관심이 없고(unoccupied) 어떤 활동에도 참여하지 않는다. 두 번째 단계에서 아동은 구경꾼(onlooker)으로 묘사되고 다른 아동을 지켜볼 뿐 참여하지는 않는다. 세 번째 단계, 즉 혼자(solitary) 단계로 아동은 다른 아동으로부터 떨어져서 혼자놀이를 한다. 평행놀이(parallel)는 네 번째 단계에서 일어나며, 이 놀이를 하면서 아동은 동일한 재료를 가지고 다른 아동 근처에서 놀이를 하지만 상호작용은 하지 않는다. 다섯 번째 단계에서 아동은 활동을 할 때 다른 아동과 상호작용 및 유사한 활동을 통해 연합하게(associative) 된다. 결국 아동은 협력놀이(cooperative play)에 참여하여 다른 아동과 상호보완적인 방식으로 상호작용을 한다. 사회참여 발달 이론의 중요성은 아동 내담자가 사회적으로 참여할 때 적용될 수 있다는 점이다. 감정 혹은 행동의 어려움을 겪고 있는 아동은 사회적 참여가 요구되는 발달의 연속성에서 어려움이 도처에서 발견될 수 있는데, 이것은 또한 또래 관계에서도 발견된다. 하지만 Smith(2010)는 어떤 아동은 혼자 노는 것을 선호하기도 하기 때문에 혼자놀이 행동이 필연적으로 미숙한 행동의 지표일수는 없다고 경고하였다.

비고츠키와 놀이의 세 가지 기능

현재 우리가 놀이를 이해하는 데 크게 기여한 2명의 영향력 있는 발달 이론가는 장 피

아제와 레오 비고츠키이다. 피아제(1896~1980)는 생의 대부분을 제네바대학교의 장자크 루소 연구소의 책임자로 보냈다. 제네바의 진보적인 환경에서 그의 개념은 탐구되었고 관심의 대상이 되었다. 이러한 환경과 그의 장수, 그리고 아동을 세심하게 관찰하는 접근으로 피아제의 연구는 20세기 중반 가장 널리 알려지고 받아들여졌다. 그가 아동의 인지 발달에 둔 강조점은 아동 놀이의 논의를 전적으로 인지적 특성으로서 제한하였고, 이것은 교육 전문가들과 기관에서 받아들여지고 사용되었다. 피아제의 개념이 번창하는 동안 비고츠키(1896~1934)는 현저히 다른 환경에서 아동에 대한 세심한 연구를 유사하게 수행하였다. 1920년대의 억압적인 러시아 정치 환경에서도 비고츠키는 여러 저작을 통해 연구와 탐구로 대단한 성과를 거두었다. 그러나 비고츠키가 결핵으로 38세의 나이로 작고한 이후 스탈린은 발달심리학을 불법화하였고, 비고츠키의 연구 대부분이 매장되어서 그의 연구에 대한 번역과 보급은 오랫동안 지연되었다. 1960년대 후반에서야 비고츠키의 출판물이 영어로 번역되기 시작했고, 이는 피아제에게 과도하게 집중되었던 인지 연구의 대안을 제공했던 것으로 보인다. 놀이치료자에게 비고츠키의 연구는 인지적 과정은 물론 정서적 과정으로서의 놀이의 관점을 제공하였기 때문에 특별한 활력소가 되었다. 그는 놀이가 학령기 이전의 발달에서 가장 중요한 원천이 되는 것이라고 주장하였다.

비고츠키는 놀이를 통해 아동을 현실의 제약으로부터 자유롭게 하여 그들의 세계로 나아갈 수 있도록 도와주는 것이 인지 발달에 필수라고 하였다. 비고츠키는 일반적으로 아동이 3세경이 되면 정서적으로 더 이상 자신의 욕구와 의도가 현실과 맞지 않을 때 놀이를 만든다고 하였다. 그는 “... 아동이 왜 놀이하는가는 항상 실현 불가능한 욕구에 대한 상상적이고 환상적인 실현으로서 해석되어야 한다.”(pp. 7-8)고 제안하였다. 비고츠키는 놀이의 기능을 세 가지로 인식하였다. 이 세 가지는 아동이 근접 발달 영역(zone of proximal development)을 만드는 것, 아동이 생각과 행위를 분리할 수 있도록 돕는 것, 그리고 마지막으로 자기-규제(self-regulation)를 촉진하는 것이다(Hirsh-Pasek & Golinkoff, 2003). 비고츠키는 ‘근접 발달 영역’의 개념을 아동이 평균 연령 이상의 행동이 놀이에서 발생하는 역동으로서 현실의 제약 없이 발달의 더 높은 수준에 이르게 하는 것이라고 하였다. 놀이의 두 번째 기능은 상상의 상황에서의 활동을 통해 외적인 제약으로부터 자유로워지는 아동의 능력에서 발생되고, 이는 아동의

생각과 행동을 분리해 준다. 자기-규제는 두 과정을 통해 일어난다. 즉 규칙을 준수하기 위해 연습할 때와 혼잣말을 할 때이다. 비고츠키(1966)는 “놀이의 한 가지 역설은 아동은 최대 저항선(line of greatest resistance)을 따르는 법을 배우게 된다는 것이다. 왜냐하면 이는 규칙에 대한 복종과 즉흥적 충동행동의 포기가 놀이의 최대의 즐거움에 이르는 길을 만들기 때문에 아동은 스스로를 규칙에 복종시킴으로써 자신이 원하는 것을 포기한다.”(pp. 13-14)고 하였다. 혼잣말은 비고츠키의 이론이 가진 독특한 개념으로, 그는 혼잣말을 아동이 원하는 것을 얻고 그것에 어떻게 근접해 가야 하는지에 대한 아동의 방법이라고 기록하였다. 혼잣말에 대한 욕구에 기초하여 Hirsh-Pasek과 Golinkoff(2003)는 아동이 놀면서 언어화할 수 있는 환경을 추천했다. 최종적으로 비고츠키가 기여한 개념은 아동이 성장함에 따라 놀이가 내면적 과정으로 전환하여 내면적 언어와 추상적 사고로 이동된다는 것을 관찰한 것이다. 피아제가 자기중심적인 언어는 구체적 사고의 출현으로 사라진다고 주장했던 반면, 비고츠키는 혼잣말과 놀이는 연령이 많은 아동과 성인의 내면적 사고와 상상 속에서 여전히 발생한다고 믿었다.

놀이의 이해에 대한 비고츠키의 공헌은 놀이치료 임상에 있어서 아마도 피아제보다 그 영향력이 훨씬 더 커 보인다. 비고츠키의 연구를 기초로 하였을 때 놀이치료에서 갖는 여러 시사점은 다음과 같다. 첫째, 놀이란 재미욕구에 의해 부득이하게 발생하는 것이 아니다. 오히려 놀이란 아동의 성장하는 내적 욕구들의 합체가 현실세계의 자원들과 만나지 못하는 아동의 무능력으로 기인된 고민의 반응으로서 탄생하는 것으로 보인다. 놀이치료와 관련한 이러한 시사점은 환경으로부터 스트레스를 받는 아동에게 놀이치료가 중요한 이유에 대한 근거를 제공한다. 문제를 지닌 아동에게 있어서 정상 발달은 성장하려는 욕구를 요구하지만, 현실적으로 부모나 다른 성인들의 도움이 많지 않으므로 놀이에 대한 아동의 욕구는 증가하게 된다. 실제로 비고츠키 연구의 한 가지 시사점은 놀이치료가 아동이 환경적 스트레스를 해결하기 위해 놀이를 사용할 때인 3세 이상부터 가장 효과적이라는 사실이다. 놀이치료는 3세 이하의 아동에게도 관계형성, 애착과 같은 다른 원인으로 인해 여전히 유용하다. 근접 발달 영역은 아동이 일상생활을 넘어 자신의 능력을 경험하고 자신감과 자기주도력이 증가된다는 놀이치료 유익에 대한 근거를 제공해 준다. 마지막으로 언어화의 문제는 놀이치료의 핵심이다. 비지시적 놀이치료 형태에서 언어화는 치료적 과업에서 반드시 필수적인 것

은 아니라고 보인다. 그렇지만 비고츠키에 따르면 언어화는 아동이 자신의 놀이를 말할 때 아동을 이해하는 지표가 될 수 있다. 연령이 더 낮은 아동의 경우 이것은 아동의 내적 흐름 과정을 이해하는 데 중요한 통찰력을 제공한다. 경험 있는 놀이치료자는 분명히 상호작용의 특성이 전혀 보이지 않는 놀이 장면을 관찰해 봤을 것이다. 어떤 놀이치료자는 이러한 행동을 전혀 관련이 없거나 분리된 것으로 해석하기도 한다. 현실에서 그와 같은 언어화는 세계를 이해하려는 아동의 내면에서 지속적으로 진술되는 이야기이다. 연령이 높은 아동의 경우 혼잣말의 개념은 놀이치료자가 공유하지 못할지라도 아동이 여전히 이야기를 만들어 내고 있다는 것을 의미한다. 이러한 경우에 놀이치료자는 아동의 내면 세계를 이해하는 방법으로서 아동의 개방된 언어화와 놀이행동에 의해 제한을 받기 마련이지만 조율하고자 한다.

놀이치료의 시작과 발달

아동 놀이를 향한 오랜 양면가치적인 역사, 아동기를 성인기와 분리된 삶의 단계로 인정하는 것, 아동 발달과 놀이 과정에 대한 연구, 심리학과 인간 동기 및 고통에 대해 증가하는 관심의 맥락 안에서 놀이치료 이론들이 부상하였다. 20세기 내내 의학과 심리학계는 놀이의 양식을 사용하여 아동의 특성을 다루려고 시도했다. 대부분의 심리학적 개입에 있어서 놀이치료의 출발은 지그문트 프로이트(1909/1955)로 거슬러 올라가야 한다. 그는 비록 아동을 직접 상담한 적은 없었지만 말에게 물린 것에 대한 두려움 때문에 집 밖에 나가기를 거부한 공포증이 있었던 ‘꼬마 한스’의 사례를 기술하였다. 프로이트는 한스의 아버지에게 한스의 놀이행동을 관찰하여 알려 달라고 했으며, 서신을 통해서 이 소년을 분석하였다. 프로이트는 이 사례가 성적 발달 단계와 관련된 자신의 이론을 부가적으로 확인해 주었다는 결론을 내렸다. 이후 정신분석가들은 놀이의 양식을 이용하여 아동을 분석하였다. 최초의 아동 정신분석가로 여겨지는 Hermine Hug-Hellmuth(1921)는 분석의 수단으로 놀이를 이용하였다. 그녀는 다작의 저자였으며 아동에 대한 연구서도 다수를 출판하였다. 그러나 그녀는 정신분석을 수행할 때 놀이의 중요성을 인용하였지만 치료를 위한 구조적 틀은 제공하지 못했다. Melanie Klein(1975/1932)과 Anna Freud(1946)는 모두 비엔나 출신으로 정신분석을 위

한 방법으로서 놀이에 대한 탐구, 저술 및 발표를 통해 놀이치료 확장에 일조한 것으로 인정되었다. 피아제와 비고츠키의 연구가 발간되기 훨씬 이전에 Klein(1975/1932)은 이미 치료에서 놀이의 가치를 다음과 같이 인식했다. 그녀는 “성인분석 과정에서 종종 재구성만 하는 것에 반해 아동분석을 할 때는 아동이 보여 주는 즉각적인 표상이 있기 때문에 우리는 아동의 경험과 고착으로 돌아갈 수 있다.”(p. 9)고 저술하였다. Klein은 놀이가 아동의 자유연상의 형태라고 믿었으며, 놀이에서 발생하는 모든 것은 기저에 상징적 기능이 있다고 해석하였다. 또한 그녀는 만약 치료자가 해석을 한다면 아동이 행동의 의미를 인식하는 데 필요한 통찰력을 갖게 될 것이라고 제안하였다. Anna Freud(1946)는 Klein과는 달리 분석에 필수적인 전이 관계가 없는 아동의 놀이해석은 가치가 없다고 믿었다. 그녀는 아동의 경우 치료자가 분석하기 위해서는 전이 관계 형성을 위한 준비 기간이 필요하다고 제안하였다. A. Freud는 “아동 안에 나를 향한 강한 애착을 형성하도록 또한 실제로 나에게 의존하는 관계로 이끌기 위해 나는 몹시 애썼다.”(p. 31)라고 기술하였다. 접근에 차이가 있음에도 불구하고 두 분석가는 놀이치료에서 놀잇감을 가지고 자유놀이를 할 수 있는 비지시적 접근을 실행하였다. 그러므로 정신분석적 놀이치료는 놀이치료에 대한 최초의 조직화된 접근법을 제공하였고, 이론적 근거와 임상에 대한 서술을 제공하였다. 1940년대 아동중심 놀이치료(CCPT)가 소개되기 전인 20세기 초반에 놀이치료의 주요 형태는 정신분석적 놀이치료였다.

Klein과 A. Freud의 비구조화된 놀이 방법에 대한 대응으로서 1930년대에는 새로운 주류의 놀이치료가 등장하였다. 여기에는 놀이가 목표지향적인 구조화된 접근으로 카타르시스를 위해 놀이를 재연한 것이 포함된다. 구조화된 놀이치료는 아동과 관련하여 여전히 정신분석학적 신념을 가지고 있으나, 치료자에 의해 만들어진 구조를 통하여 목표가 좀 더 순조롭게 달성된다고 믿었다. David Levy(1938)의 이완치료(Release Therapy)에 따르면 그는 특히 정신적 외상을 입은 아동에게 놀잇감을 제공하여 치료를 실시하였는데, 그는 놀잇감이 카타르시스를 통한 해결을 위한 외상 관련 놀이를 촉진하게 된다고 믿었다. Gove Hambridge(1955)는 이완치료를 진일보하도록 만들었다. 그는 자신의 방법론을 구조화된 놀이치료로 명명하였는데, 이는 아동에게 스트레스 사건을 표현하라고 지시한 후 자유로운 놀이를 허용하는 것이었다.

세 번째로 가장 영향력이 큰 놀이치료의 물결은 Carl Rogers(1942)의 인간중심 상담

접근법을 확장하여 놀이치료에 도입한 것이다. Rogers(1902~1987)는 미국 역사상 가장 영향력 있는 상담자이자 심리치료자로 인용된다(Kirschenbaum, 2004). Rogers의 학생이자 동료였던 Virginia Axline(1947)은 아동을 상담하면서 자신의 연구에 인간중심 이론의 철학과 개념을 전적으로 적용하였다. Axline은 아동에게 의사소통의 자연스러운 방법이 되는 환경을 제공함으로써 인간중심 이론을 발달적으로 반응하는 방식으로 아동에게 사용하였다. 이러한 환경은 특정한 놀잇감을 갖춘 놀이치료실로 구성되어 있으며, 이 놀잇감은 아동이 놀이를 통해 자신의 내적 자아를 표현하도록 해주었다. 놀이치료실에서의 관계 발달은 아동에게 자신을 언어적으로 또한 비언어적으로 표현할 수 있는 안전한 환경을 제공하였다. Axline이 특별히 큰 영향을 미친 이유가 몇 가지 있다. 첫째, 그녀는 자신의 치료의 방법을 광범위하게 조사하여 연구를 통해서 효율성을 입증한 첫 번째 놀이치료자였다. 둘째, 그녀는 자신의 저작인 놀이치료(*Paly Therapy*, 1947)에서 놀이치료의 이론과 임상에 대한 구조를 제공하였다. 셋째, 그녀의 책, *딤스 : 자아를 찾아서(Dibs : In Search of Self*, 1964)의 출판은 아마도 이러한 접근의 대중화에 가장 큰 기초가 되었을 것이다. *딤스*는 놀이치료 영역에서 필독서로 알려져 있다. 이 책에서 Axline은 1년간 놀이치료에 임했던 한 소년의 사례를 소개하였는데, 오늘날의 기준에 따르면 그는 자폐적으로 묘사되고 있다. Axline은 놀이치료의 기법과 근거를 소개하면서 독자들을 한 소년의 승리에 대한 정서적 이야기에 참여시킨다. Axline은 자신의 놀이치료 접근법을 비지시적인 것으로 분류하였고, 무조건적 긍정적 존중(unconditional positive regard), 공감적 이해(empathic understanding) 및 일치(congruence)를 인간중심 치료자의 조건으로 강조하였다. Guerney(2001)와 Landreth(2002)의 연구를 통해 인간중심, 비지시적 접근법이 지속적으로 소개되었고, 현재 이러한 놀이치료 접근법은 아동중심 놀이치료(CCPT)로 알려져 있다. 이 책의 제 3~5장에서 CCPT의 이론과 실재를 광범위하게 다룬다.

비록 CCPT가 놀이치료를 정의한 접근으로 부상하기는 하였지만 관계를 기반으로 한 놀이치료가 정의와 임상에 지대한 공헌을 하였다. Clark Moustakas(1959)는 관계 놀이치료의 필수 조건을 소개하였는데, 여기에는 아동의 독특성에 대한 존중, 현재 삶의 경험중심, 아동에 대한 치료자의 공감과 무조건적인 수용, 아동의 표현의 자유 등이 포함된다. Haim Ginott(1959) 또한 치료자/아동 관계에서 모든 언어적이고 상징적인

감정 표현을 용납하는 허용성을 제안하면서 놀이치료의 관계에 중점을 두는 데 기여하였다.

20세기 후반 놀이치료의 양식은 심리학에서 다양한 이론적 접근법을 통해 지원을 받았다. 아동 놀이치료자들은 아들러, 융, 게슈탈트, 정신역동, 인지행동 및 애착 이론 등의 이론적 체계를 바탕으로 치료를 했으며, 적용한 이론의 원리에 따라 놀이치료 양식을 정의하였다. 이러한 접근법은 이 책의 제3장에서 자세히 다루었다. 놀이치료의 성장은 놀이가 치료적 치유(therapeutic healing)에서 전문적이고 중요한 의사소통 수단으로 수용되었다는 데 있다.

결론 및 놀이치료의 시사점

이 장은 놀이와 관련된 상당량의 내용(놀이의 역사, 놀이의 특징과 유형, 놀이의 목적, 놀이와 관련된 발달 이론, 치료에서 놀이의 역사적 활용 등)을 다루었다. 광범위함에도 불구하고 통합되어 사용되었을 경우 이러한 내용은 놀이치료 임상의 종합적인 시사점을 갖는다. 놀이에 관련된 정보나 내용을 살펴볼 때 숙련된 놀이치료자는 놀이치료에서 놀이의 역할에 대한 질문을 해야 한다. 다음은 필자에게 떠오르는 몇 가지 질문이다. 필자는 이 질문에 대한 해답을 제시하려는 것이 아니다. 다만 논의점을 제공하고자 한다.

1. 만약 즐거움이 놀이를 정의하는 필수 요소라면 놀이치료에서 대부분의 아동이 하는 것은 놀이라고 간주할 수 있는가?
2. 놀이치료에서 아동은 실제로 자유로운가? 비고츠키의 관점에 따르면 아동은 놀이에 내포된 규칙에 의해 항상 제약을 받는다. 이들은 이러한 내적인 규칙에 의해 구속되고, 얼마만큼의 자유를 경험하는가?
3. 놀이는 항상 자발적이고 비목적지향적인가? 이것이 만약 사실이라면 불편하고 부정적인 정서를 가진 아동의 놀이 장면은 내면적 목적 없이 자발적이라고 할 수 있는가? 놀이치료자로서 필자는 고통스러워 보이는 심리적 외상의 장면을 재연하는 아동의 자발적이고 비목적지향적인 본성에 대해 의문이 있다. 그러나 아동