

로고테라피 프로그램이 ADHD 청소년의 삶의 의미 발견에 미치는 영향에 관한 단일 사례연구

정희정*

[요약]

본 연구는 로고테라피 프로그램이 주의력결핍 과잉행동장애(ADHD) 청소년의 삶의 의미 발견에 미치는 영향을 탐색한 질적 단일 사례연구이다. 연구 참여자는 만 18세 남학생으로, 주의력 결핍과 충동성으로 인해 학업과 대인관계에서 반복적인 실패를 경험하고 고등학교를 자퇴한 후 학교 밖 청소년 지원 센터(꿈드림)에서 대입을 준비하고 있었다. 총 10회기로 구성된 로고테라피 프로그램에 참여한 결과, 참여자는 자퇴와 가족 갈등, 자해 등의 고통스러운 경험을 성장의 자원으로 재해석하고, 부정적 인지 왜곡 및 자동사고가 긍정적 사고로 전환되는 인지적 변화를 보였다. 또한 단절되었던 아버지와의 관계를 회복하고, 변화하기 어려운 상황에서도 스스로 의미 있는 태도를 선택할 수 있는 내적 회복력을 갖추게 되었다. 로고테라피 치료를 통해 자아존중감 향상과 자기통제력 강화가 이루어졌으며, 원치 않는 행동을 억제하고 의미 중심적 행동을 선택하는 자기조절 능력이 증진되었다. 나아가 자신의 가치와 잠재력을 기반으로 심리학과 진학이라는 구체적이고 자기 초월적인 미래 목표를 설정하고 실현하였다. 이러한 결과를 통해 로고테라피 치료는 ADHD 청소년의 단순한 증상 완화를 넘어 삶의 의미 발견을 통한 내적 동기 강화와 근본적 행동 변화를 이끄는 효과적인 치료적 개입임이 확인되었다.

주제어: 로고테라피, ADHD 청소년, 의미치료, 삶의 의미, 철학상담

주제 분류: 사회과학>심리과학

* 재송중학교 교사, 제1저자

논문접수 : 2025년 10월 27일, 논문심사 : 2025년 11월 20일, 게재승인 : 2025년 11월 30일

Copyright © 2025. The Korea Society of Logotherapy. All rights reserved. 

I . 서론

1. 연구의 필요성

1) 로고테라피의 이론적 배경과 ADHD 청소년에 대한 적용 가능성

빅터 프랭클(Viktor Emil 프랭클)이 창시한 로고테라피는 ‘인간이 존재의 의미를 찾아가는 의지’에 초점을 두는 이론이다. 의미치료는 삶의 의미를 찾음으로써 고통을 이겨내고, 내가 겪고 있는 시련 속에서 ‘의미’를 찾음으로써 고통을 이겨낼 수 있는 잠재력을 내면에 가지고 있다고 본다. ‘왜 살아야 하는가’, ‘내 삶의 의미는 무엇인가’ 질문하고 답을 발견하는 노력을 통해 의미를 발견할 수 있다는 것이다. 로고테라피에서는 모든 인간을 ‘영적인 존재’로 본다. 의미치료에서 말하는 ‘영’이란 로고스(Logos), 즉 인간 ‘내면의 밝은 빛’이다. 모든 사람의 마음속에는 ‘순수한 밝은 빛’, 즉 ‘삶의 목적과 고귀한 의미’가 있다. 삶의 의미를 발견함으로써 치유와 성장으로 나아갈 수 있다는 것이 로고테라피의 핵심이다(이시형, 박상미, 2020).

인간을 움직이는 가장 근본적인 동력은 ‘의미를 찾으려는 의지’이며, 삶의 의미는 이미 존재하고 있지만 희미했던 것을 발견하고 자각하는 과정을 통해 얻어진다고 본다. 과거에 얹매이지 않고, 미래의 목표와 의미를 통해 현재의 고통을 극복하는 데 초점을 맞춘다. 인간은 자유로운 존재로서 자신의 삶에 대한 선택과 책임을 지며, 이러한 실존적 자유를 통해 의미를 발견할 수 있다고 강조한다(프랭클, 2010).

로고테라피의 창시자인 빅터 프랭클은 3년간 테레지엔슈타트, 아우슈비츠, 카우펠링, 튀르크하임 수용소에서 유대인 포로로서 고통을 겪었고, 부모님과 아내, 형이 수용소에서 사망했다. 그는 죽음의 고통 속에서도 삶의 의미를 발견하는 방법을 발견하며 그 방법이 삶의 의미를 발견하는 정신 치료법인 로고테라피이다(프랭클, 2021).

프랭클이 말한 “자극과 반응 사이의 공간”은 충동적 행동을 멈추고 대안적 반응을 선택하는 내적 ‘멈춤기능(pause function)’을 활성화한다(프랭클, 2006). 이는 ADHD 청소년의 충동 억제와 직접적인 관련이 있으며, Ameli & Dattilio(2013)는 로고테라피가 충동적 내담자에게 정서 조절과 자기초월적 사고를 촉진하여 행동 조절력을 높일 수 있다고 보고하였다.

청소년기는 삶의 의미, 정체성, 목적을 탐색하는 실존적 과제의 시기이며, 한국의 교육 환경에서는 이러한 내면 탐색을 위한 여유와 상담적 지원이 충분하지 않다. ADHD 청소년은 반복된 실패와 부정적 피드백으로 무력감, 허무감, 자존감 손상을 경험하기 쉽다. 이에 본 연구는 로고테라피를 ADHD 청소년에게 적용하여, 이들이 고통을 어떻게

의미화하고, 삶의 방향성을 어떻게 재구성하는지 탐색하고자 한다.

따라서 로고테라피는 ADHD 청소년의 부정적 사고 전환, 자기조절력 강화, 자아존중감 회복, 미래 목표 설정과 같은 변화를 촉진할 수 있는 실존적·철학적 접근으로서 중요한 개입 가능성을 지닌다.

2) ADHD 청소년의 심리적 어려움과 삶의 의미 탐색의 중요성

주의력결핍 과잉행동장애(ADHD)는 아동기에 발현되어 청소년기까지 지속되는 대표적인 신경발달장애로, 주의력 결핍, 과잉행동, 충동성을 주요 증상으로 한다. 국내 ADHD 진단 환자 수는 2023년 기준 약 20만 명을 넘어 역대 최고치를 기록하였으며(건강보험심사평가원, 2024), 이는 청소년 ADHD의 증가와 함께 이들의 발달적·심리적 특성을 고려한 전문적 개입의 필요성을 시사한다.

ADHD 청소년은 학업 수행의 어려움뿐 아니라 정서적 불안, 또래 관계 문제, 낮은 자존감, 충동적 행동 등 복합적인 심리적 어려움을 경험한다(Barkley, 2015; 하명숙, 2020). 반복된 실패와 부정적 피드백은 죄책감과 무력감을 심화시켜 학습된 무기력과 허무감을 유발하고, 결국 삶의 의미 상실이라는 실존적 공허에 이르게 한다(이선혜, 이지혜, 2023). 이러한 공허감은 단순한 행동 문제를 넘어, 자신이 존재하는 이유와 삶의 목적에 대한 근원적 질문으로 확장되며, 이는 ‘삶의 의미(meaning in life)’ 탐색의 결핍으로 나타난다.

최근 국내 연구들은 ADHD 청소년의 심리적 고통을 다루는 데 있어 단순한 증상 관리에서 벗어나 ‘의미 기반 접근’의 필요성을 강조하고 있다(이지혜, 이선혜, 2024). 이들은 ADHD 청소년이 겪는 가족관계의 긴장, 낮은 자기 수용, 정서적 회복력 부족이 단순히 주의력 문제를 넘어 실존적 위기와 연결되어 있음을 보고하였다. 이에 따라 ADHD 청소년의 발달적 특성과 실존적 과제를 통합적으로 이해하고, 그들의 내면에 존재하는 의미 추구 의지를 회복시키는 접근이 필요하다.

청소년기는 자아정체성을 형성하고, 삶의 가치와 목적을 탐색하는 중요한 과도기로서 철학적·심리적 성찰이 절실히 요구되는 시기이다. 철학상담은 논리적 사유와 대화를 통해 개인이 자신의 삶을 성찰하고 존재의 의미를 재발견하도록 돋는 과정으로, 청소년의 실존적 질문에 유의미한 해답을 제시할 수 있다(박상미, 이은주, 2025).

삶의 의미는 청소년의 심리적 안정, 스트레스 대처력, 회복탄력성과 밀접히 관련된 핵심 심리자원이다(이은주·박상미, 2025). 따라서 ADHD 청소년이 자신의 삶 속에서 의미를 발견하고 내적 동기를 회복할 수 있도록 지원하는 것은 단순한 심리치료를 넘어 인간적 성장과 자아실현을 촉진하는 필수적 개입이다.

최근 연구들은 삶의 의미가 정서 조절, 자기통제, 충동억제 등 자기조절 기능과 밀접한 관련이 있음을 보고하고 있다(Steger, 2009; King et al., 2006). 특히 의미 탐색 경험은 주의 집중을 촉진하고, 미래지향적 목표 설정을 가능하게 하여 ADHD 청소년의 무기력감과 회피 행동을 완화한다고 제안된다(Wong, 2012). 이러한 관점에서 로고테라피는 ADHD 청소년의 핵심 어려움인 주의력 문제, 충동성, 정서적 불안정성을 ‘의미 기반 자기조절 시스템’으로 보완할 수 있는 잠재적 치료 전략으로 주목받는다.

3) ADHD 청소년 대상 로고테라피 프로그램 연구의 부족 및 단일 사례연구의 필요성

기존 ADHD 중재 연구는 약물치료, 행동치료, 인지행동치료(CBT) 중심으로 이루어졌으며(Evans et al., 2018; 하명숙, 2020), 주로 증상 완화와 행동 관리 효과를 검증하는데 초점이 맞춰져 있다. 그러나 이러한 접근은 청소년기의 실존적 고민, 자아정체성 혼란, 삶의 무의미감과 같은 내면의 문제를 다루는 데 한계가 있다.

최근 연구들은 의미치료와 철학상담을 접목한 통합적 접근이 ADHD 청소년의 정서 안정과 자기 인식 향상에 긍정적 영향을 준다고 보고한다(이은주·박상미, 2024; 주혜연, 2022). 그러나 ADHD 청소년을 대상으로 한 로고테라피 기반 사례연구는 국내에서 매우 제한적이다.

이에 본 연구는 로고테라피 프로그램이 ADHD 청소년의 삶의 의미 발견 과정에 미치는 영향을 단일 사례연구(Single-Case Study)를 통해 심층적으로 탐색하고자 한다. 실존적-인간 중심적 접근인 로고테라피 프로그램을 통해 ADHD 청소년의 내적 동기와 긍정적 심리 자원을 강화하는 새로운 개입 방안을 모색한다. 단일 사례연구는 특정 개인의 변화를 시간의 흐름에 따라 세밀히 추적하여 현상의 본질적 의미를 드러내는 데 적합하다(Stake, 1995).

본 연구는 ADHD 청소년의 내면적 변화, 관계 개선, 의미 재구성 과정을 구체적으로 기술함으로써, 향후 로고테라피 프로그램이 교육적 임상적 적용 가능성을 제시하고, ADHD 청소년의 긍정적 성장과 삶의 의미 증진을 위한 상담 전략 수립에 기여하고자 한다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 로고테라피 프로그램이 주의력결핍 과잉행동장애(ADHD) 청소년의 삶의 의미 발견 과정에 미치는 영향을 심층적으로 탐색하는 데 있다. ADHD 청소년은 주의력 결핍, 충동성, 과잉행동 등으로 인해 학업 부진과 대인관계의 어려움을 경험하

며, 반복되는 실패와 부정적 피드백으로 자존감 저하, 무력감, 그리고 삶의 의미 상실과 같은 실존적 공허감을 겪는 경우가 많다. 이러한 심리적 공허와 혼란은 단순한 행동 문제를 넘어 존재적 차원의 어려움으로 확장되며, 이 시기의 청소년에게는 자신의 삶을 성찰하고 의미를 재발견할 수 있는 실존적·철학적 접근이 필요하다.

로고테라피는 인간이 어떠한 환경 속에서도 삶의 의미를 발견하고자 하는 의지(will to meaning)를 지닌 존재임을 전제로 하며, 개인이 창조가치·체험가치·태도가치를 통해 고통의 의미를 재해석하고 자기 초월적 성장으로 나아가도록 돋는다(프랭클, 2006). 본 연구는 이러한 로고테라피의 핵심 개념을 ADHD 청소년의 심리적 특성과 발달적 과제에 맞게 적용하여, 그 효과를 단일 사례를 통해 구체적으로 살펴보고자 한다.

특히 본 연구는 로고테라피가 ADHD 청소년의 부정적 자동사고를 긍정적으로 전환시키고, 가족관계 회복과 자아정체성 확립, 그리고 삶의 의미와 미래 목표 설계를 촉진하는 과정을 질적으로 탐색함으로써, 기존의 행동 중심 치료가 다루지 못한 실존적·인간 중심적 치료의 가능성을 제시하고자 한다. 이를 통해 향후 ADHD 청소년의 심리치료, 상담, 교육 현장에서 로고테라피를 활용한 통합적 개입 모델을 개발하는 데 기초 자료를 제공하고자 한다.

3. 연구문제

본 연구는 로고테라피 프로그램이 ADHD 청소년의 삶의 의미 발견 과정에 미치는 영향을 탐색하기 위한 단일 사례연구이다. 이러한 연구 목적을 달성하기 위해 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

첫째, 로고테라피 프로그램은 ADHD 청소년이 경험하는 심리적 고통과 부정적 자동사고에 어떠한 변화를 가져오는가?

둘째, 로고테라피 프로그램은 ADHD 청소년의 가족관계 및 자아 정체성 형성에 어떤 영향을 미치는가?

셋째, 로고테라피 프로그램은 ADHD 청소년의 삶의 의미 발견과 미래 목표 설계를 어떻게 촉진하는가?

II. 연구방법

1. 연구 설계

본 연구는 로고테라피 프로그램이 주의력결핍 과잉행동장애(ADHD) 청소년의 삶의 의미 발견 과정에 미치는 영향을 심층적으로 탐색하기 위해 질적 단일사례연구 방법을 적용하였다. 단일사례연구는 특정 개인이 경험한 심리·정서·관계적 변화를 맥락 속에서 기술할 수 있으며, 참여자의 주관적 의미 형성 과정을 탐색하는 데 적합하다는 점에서 본 연구 목적과 부합한다.

본 연구는 Stake(1995)의 내재적 사례연구 관점을 주요 이론적 기반으로 삼았다. Stake는 하나의 사례가 지닌 고유성과 복잡성을 그 자체로 탐구할 때 단일사례연구가 적합하다고 보았으며, 본 연구 또한 특정 ADHD 청소년의 의미 발견 과정을 독립된 사례로 간주하여 심층적으로 기술하고자 하였다.

또한 Yin(2014)이 제시한 사례연구의 기준인 “현상이 맥락과 밀접하게 얹혀 있고, 연구자가 그 맥락을 통제할 수 없는 상황에서 ‘어떻게(how)와 ‘왜(why)’에 대한 질문을 탐구하는 연구 설계”라는 점에서, 단일사례연구 설계가 타당하다. ADHD 청소년의 삶의 의미 발견 과정은 개인의 가족관계, 학교 경험, 심리적 상태 등 여러 맥락과 분리될 수 없으므로 단일사례연구 설계가 타당하다.

더불어 Creswell(2013)이 정리한 질적 사례연구의 공통 요소(경계가 있는 사례 선정, 다각적 자료 수집, 두꺼운 서술, 주제 도출)에 따라, 본 연구는 한 명의 참여자를 명확한 경계를 지닌 사례로 설정하고 면담, 상담일지, 활동 자료, 과제물, 관찰 기록 등 다양한 자료원을 수집하여 분석하였다. 이를 통해 ADHD 청소년이 경험한 실존적 변화 과정을 보다 깊이있고 맥락적으로 이해하고자 하였다.

로고테라피의 핵심 이론인 ‘의미를 찾고자 하는 의지’와 ‘자기 초월’을 분석의 틀로 삼아, 참여자가 자신의 고통스러운 경험을 어떠한 방식으로 재해석하고 삶의 의미 구조를 재구성하는지를 탐색하였다. 이를 위해 연구자는 총 10회기의 로고테라피 프로그램을 직접 진행하며, 참여자의 언어적·비언어적 표현, 정서 변화, 관계 변화, 자기 보고 등을 종합적으로 관찰하였다.

본 연구는 다음의 연구 설계 원칙에 따라 수행되었다.

- 심층적 이해: 참여자의 경험을 시간적·맥락적 흐름 속에서 이해한다.
- 자기 서사 중심: 참여자가 자신의 경험을 언어화하고 해석하는 과정을 중시한다.
- 의미 중심 분석: 단순한 행동 변화보다는 의미 재구성, 인식 전환, 실족적 성찰의 과정을 핵심 분석 단위로 삼는다.

또한 면담 전사 자료를 원자료 발화 → 의미 단위 → 초기 코드 → 하위 주제 → 상위 주제의 절차에 따라 코딩하였으며, 그 예시는 다음 <표 1>과 같다.

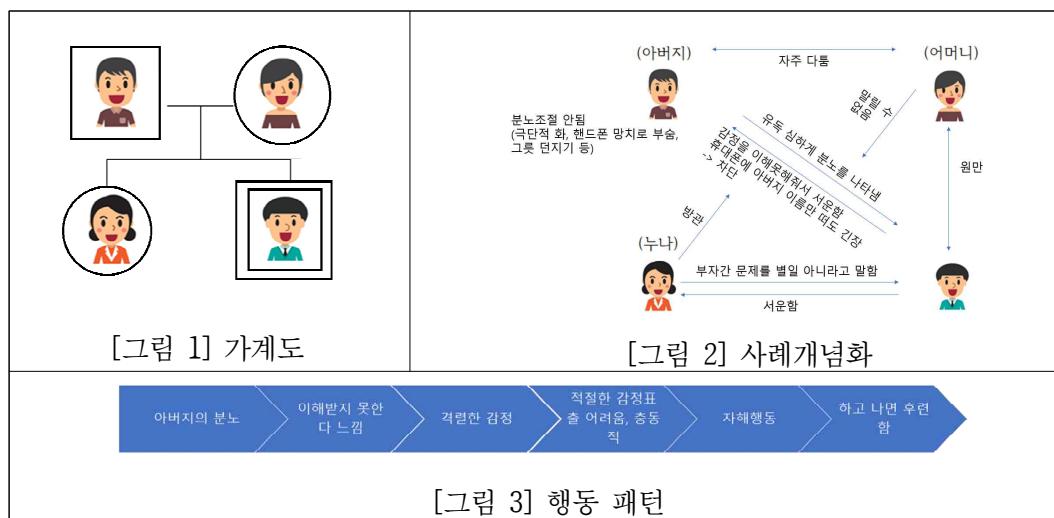
〈표 1〉 5회기 면담 코딩

원자료 발화(발췌)	의미 단위	초기 코드	하위 주제	상위 주제
아버지가 반찬 그릇을 던졌을 때, 예전 같으면 바로 난리 쳤을 텐데, 이번에는 경찰을 부르지 않고 참았다. 그게 나도 좀 신기했다	폭력적 상황에서의 감정 조절 경험	분노를 자신에 대한 놀라움	자기 통제 경험 인식	관계 회복과 감정 조절
아빠가 싫기만 한 건 아니고, 나를 어떻게든 제대로 키우고 싶은 마음이 있는 것 같기도 하다.	아버지에 대한 양가적 인식	아버지 마음 이해 시도	아버지에 대한 재해석	고통의 의미화
이 경험이 나중에 상담사가 되면, 비슷한 애들 이해하는 데 도움이 될 수도 있을 것 같다.	현재 경험을 미래 직업과 연결	고통을 진로 자원으로 보기	고통의 재해석	자기 초월과 미래 설계

2. 연구 대상자

1) 주요 배경 및 임상적 특성

연구 참여자는 만 18세 남학생으로, 7세에 ADHD 진단을 받았으며 주의력 결핍, 과잉 행동, 충동성 증상을 지속적으로 보였다. 고등학교 1학년 시절, 학업 부진과 또래 갈등으로 인해 자퇴 후, 학교 밖 청소년 지원센터(꿈드림 센터)에 등록하였다. 현재는 대학 진학을 준비 중이며, 충동적 정서 반응과 낮은 자기 효능감, 가족(특히 아버지)과의 단절로 인해 심리적 어려움을 호소하고 있었다. 가계도는 [그림 1]과 같다.



2) 호소 문제 및 심리적 어려움

참여자는 자퇴 이후 “무엇을 위해 살아야 하는지 모르겠다”는 실존적 혼무감을 자주 표현하였다. 자신의 과거 행동에 대한 죄책감, 반복된 실패 경험으로 인한 학습된 무기력, 부정적 자동사고(예: “나는 항상 실패한다”)가 두드러졌다. 또한 분노 조절의 어려움과 낮은 자기 수용 수준으로 인해 대인관계 유지에 어려움을 겪고 있었다. 참여자의 사례 개념화는 [그림 2]와 같으며, 행동패턴은 [그림 3]과 같다.

3. 프로그램의 구성 및 진행절차

로고테라피 프로그램은 총 10회기, 주 1회, 회기당 60분으로 구성되었으며, 프랭클(V. 프랭클)의 의미치료 이론과 박상미(2025)의 국내 적용 사례를 기반으로 하여 ADHD 청소년의 발달 특성에 맞게 수정·보완하였다. 프로그램의 주요 목적은 참여자가 자신의 고통을 의미화하고, 삶의 가치·목표·관계를 새롭게 재구성하도록 돋는 데 있다.

1) 프로그램 단계별 전략

프로그램은 목적에 따라 3단계 전략으로 나누어 진행되었다. 프로그램을 통한 참여자의 상담전략 전체 내용은 로고테라피 상담의 핵심 내용을 적용하였고 초기 1단계 전략, 중기 2단계 전략, 종료 3단계 전략으로 나누어져 있다. 각 프로그램 단계별의 목표와 활동내용은 <표 1>과 같다.

(1) 초기 1단계 전략(1~4회기)은 자기 탐색 및 긍정적 자원탐색이다. 자신의 성향을 파악하고 힘든 점을 충분히 호소하여 오랜 시간 해결되지 않은 마음속에 어려움을 쏟아낼 수 있도록 들어주는 것에 주력하였다. 또한 자신의 성향과 감정을 탐색하여 긍정적인 자원을 찾고, 칭찬과 감사 훈련을 하였다.

(2) 2단계(5~6회기)는 관계 개선으로 주로 아버지에 대한 어려움과 고통을 눈물로 호소하였고, 상담이 진행되며 강도가 약해졌다. 하지만 계속 새로운 사건과 스트레스 상황을 부정적 자동사고로 인지하였다. 이에 갈등 상황과 감정을 구체적으로 탐색하고 주변 인과의 관계도 점검하여 긍정 사고로 전환할 수 있도록 주력하였다.

(3) 3단계 전략(7~10회기)은 긍정적인 미래 설계로 구성하였다. 내 삶의 의미를 찾기 위해 창조가치, 체험가치, 태도가치에 대해 생각해보게 하고 호흡, 칭찬, 감사를 실천할 수 있도록 하였다. 나를 믿어주는 사람이 있다는 것과 내가 나를 키워 스스로가 지지 자원이 될 수 있음을 안내하였다.

<표 2> 프로그램 내용

회기	전략	목표	활동내용	도구
사전		내담자 탐색	- 상담 소개, 동의서 작성 - 초기 면접지 작성, 주호소 내용 파악	- 동의서 - 초기 면접지
1		라포형성 성향파악	- 아버지, 누나 관계 호소 - 하루일과 점검 / 불규칙한 잠의 패턴 찾기 = 오감 중 내가 좋아하는 것 찾기 · 잠패턴 기록	- 성향심리 카드 - 청소년 행복 지수검사
2	자기 탐색 및 긍정 적 자원 탐색	감정탐색 일과점검	- 감정 상태 나누기 / 울음으로 호소 - 불규칙한 생활 패턴 인지, 아버지 분노 시 감정조절 호소 = 호흡연습 · 잠시간 기록, 칭찬, 오감 중 좋아하는 것 찾기	- 힘들어요 카드
3		상황탐색 건강체크 칭찬 감사	- 사랑니를 빼서 힘들었던 상황 호소 - 건강 이슈, 약물치료 권유, 자기비난 = 칭찬 감사 안내 · 칭찬 감사	- 힘들어요 카드
4		일상탐색 자동사고 감사 칭찬	- 코로나 걸리고 가족 갈등 호소 - 일상에서 감사 칭찬 적용 = 부정사고 긍정사고 전환 · 칭찬 감사 습관	- MBTI 검사
5	관계	자기수용 자기자비 자기존중	- 아버지의 극단적 화로 공황, 자해 시도 호소 = 자존감 안내하고 아버지 마음 이해 = 나 자신 위로하고 사랑하기 · 머리 쓰다듬기, 나비 포옹	- 감정 카드 - 사랑의 언어 탐색
6	개선	자기인식 자해해방 죄책감해방	- 정신건강검사를 통해 해결되지 않은 감정 호소 = 단점찾기->장점찾기, 죄책감 벗어나기, 성장, 대학 입시 기대 · 장점 50개 쓰기, 잠시간 기록, 칭찬 감사	- 감정 카드
7	긍정 적인 미래 설계	창조가치 루틴습관화	- 아버지, 청운위 초기화 일상의 압박감 호소 = 긍정 끌어당김, 칭찬, 감사 훈련, 호흡 습관 · 자기소개서, 칭찬 감사 호흡 습관	- 감정 카드 - 핵심감정 탐색
8		체험가치 인지행동	- 대학 수시 준비 어려움 호소 = 상담심리, 치료학과, 사회복지 탐색 = 자극과 반응사이 공간, 인지행동치료 안내 · 원해요 카드에서 고른 단어로 글쓰기, 감사칭찬호흡	- 원해요 카드

9	태도가치 원하는 삶 관리위원	- 불안, 공포, 강박 / 불안의 근원 찾기 = 삶을 태도가치로 바라보기 • 주제 글쓰기: 청소년 참정권에 대한 의견서 및 선거 - 원해요 카드 으로 투표의 필요성, 칭찬감사호흡
		- 면접을 잘 마무리하고 대학 합격 소식을 알림 = 회복탄력성 안내, 칭찬 감사 호흡 중요성 강조 = 긍정적 자동사고 습관 형성
10	대학생활 미래기대	- 면접을 잘 마무리하고 대학 합격 소식을 알림 = 회복탄력성 안내, 칭찬 감사 호흡 중요성 강조 = 긍정적 자동사고 습관 형성

2) 프로그램 진행 및 치료적 전략

로고테라피의 핵심 내용(예: 로고 힌트)을 활용하여, 참여자가 호소하는 고통을 의미 있게 저장하도록 제시함으로써 인지 왜곡된 부정적인 자동 사고를 긍정적 사고로 전환 할 수 있도록 안내하였다.

매 회기 간이 검사 도구 및 카드를 활용하여 내담자의 자기 인식을 도왔다. 또한, 호흡, 칭찬, 감사 훈련을 통해 감정 조절 기술을 습득하고 일상생활에 적용하도록 지도하였다. 프로그램에서 다룬 삶의 의미 발견 내용을 숙제로 제공하여 매일 꾸준히 실천하도록 독려함으로써, 새로운 행동 패턴 및 습관 형성을 유도하였다.

4. 자료 수집 및 분석 방법

1) 자료 수집 방법

본 연구는 7월부터 12월까지 총 5개월간 진행되었으며, 다음의 방법으로 자료를 수집하였다.

(1) 심층 면담: 사전 1회, 회기별 간이 면담 10회, 사후 1회의 총 12회 면담을 진행하였다. 반구조화된 질문지를 기반으로 ‘삶의 의미 인식’, ‘자기 개념’, ‘관계 경험’, ‘미래 목표’를 중심으로 탐색하였다. 모든 면담은 참여자의 동의를 얻어 녹음 후 전사하였다.

(2) 상담 및 활동 기록: 회기별 상담일지, 일기, 과제물, 카드 결과, 관찰 메모를 포함하였다. 연구자는 매 회기 후 참여자의 언어 · 표정 · 태도 · 감정변화를 기술하였다.

2) 자료 분석 방법

수집된 자료는 Braun & Clarke(2006)의 주제분석 절차와 Stake(1995)의 사례기술 접근 을 통합하여 분석하였다. 분석 절차는 다음과 같다.

(1) 자료 숙독: 면담 전사본, 상담일지, 과제물, 관찰 기록을 반복적으로 읽으며, 참여

자의 언어와 정서 흐름에 익숙해졌다.

- (2) 의미 단위 도출: ‘삶의 의미 인식’, ‘자기 개념’, ‘관계 경험’, ‘미래 목표’와 관련된 문장·단락을 중심으로 의미 단위를 구분하고, 각 단위에 초기 코드를 부여하였다.
- (3) 하위 주제 범주화: 유사하거나 반복되는 코드를 묶어 ‘부정적 자동사고’, ‘고통의 재해석’, ‘관계 회복 시도’, ‘자기 통제 경험’ 등 하위 주제로 집산하였다.
- (4) 상위 주제 도출: 하위 주제들 간의 의미 관계를 검토하여 ‘고통의 의미화’, ‘관계 회복과 감정 조절’, ‘자기 초월과 미래 설계’라는 세 가지 상위 주제를 도출하였다.
- (5) 시간적 흐름에 따른 사례 기술: 상위 주제를 중심으로 초기-중기-종결 단계별 변화 과정을 재구성하고, 상담 회기의 시간 순서에 따라 참여자의 변화를 기술하였다.

3) 연구의 윤리적 고려

연구자는 참여자와 보호자에게 연구 목적·방법·자료 활용 범위를 충분히 설명하고, 동의를 받았다. 모든 면담 및 활동 자료는 익명 처리하였다. 본 연구는 질적 연구의 진실성을 확보하기 위해 다음과 같은 절차를 거쳤다.

- (1) 자료 삼각검증: 심층면담, 상담일지, 과제물, 관찰 메모 등 서로 다른 자료원을 사용하여 참여자의 발언과 행동 변화를 교차 검토하였다.
- (2) 동료 검토: 상담 및 질적 연구 경험이 있는 동료 교사 1인과 상담 슈퍼바이저 1인에게 연구 설계와 분석 결과를 공유하고, 코드와 주제 도출 과정에 대한 피드백을 받아 해석의 타당성을 점검하였다.
- (3) 참여자 확인: 주요 해석 내용과 상위 주제에 대해 참여자에게 요약본을 제공하고, “자신의 경험이 왜곡 없이 반영되었다고 느끼는지”를 확인하였다. 참여자는 전반적으로 동의하였으며, 일부 표현에 대해서는 보다 본인의 언어에 가깝게 수정하였다.
- (4) 연구자의 반성적 성찰: 연구자는 평소 학교 현장에서 ADHD 청소년을 지도해 온 교사이자 상담자로서, ‘로고테라피가 도움이 될 것’이라는 긍정적 기대를 가지고 연구에 참여하였다. 이러한 기대가 해석에 영향을 미칠 가능성을 최소화하기 위해, 회기별로 연구일지를 작성하여 자신의 감정 반응과 선이해를 기록하고, 분석 과정에서 “다른 가능한 해석은 없는지”를 반복적으로 검토하였다. 또한, 참여자의 발언을 과도하게 긍정적으로 해석하지 않도록, 변화가 명시적으로 드러나지 않는 발언들은 있는 그대로 제시하며, 해석과 자료 제시는 구분하여 기술하고자 하였다.

III. 연구결과

1. 로고테라피 프로그램 회기별 분석

본 연구에서는 로고테라피 프로그램의 10회기 과정을 통해 참여자의 인식, 정서, 행동 변화를 단계별로 분석하였다. 전체 과정을 초기(1~4회기), 중기(5~6회기), 종결(7~10회기) 단계로 구분하였다. 참여자는 상담 초기에 자존감 저하와 죄책감, 가족관계 단절로 인한 정서 불안을 보였으나, 회기가 진행될수록 자기 인식의 확장, 관계 회복, 미래 설계 등 점진적인 변화를 보였다.

1) 초기 단계(1~4회기): 자기 탐색 및 긍정적 자원 발견

중기 단계에서는 아버지와의 갈등이 심화되며 자해 행동이 재발하는 등 정서적 위기가 나타났지만, 이를 통해 참여자가 인지적 전환과 정서 조절 능력을 획득하는 계기가 마련되었다.

(1) 주요 문제 호소: 참여자는 아버지의 예측 불가능한 분노로 인한 공황 및 패닉 상태를 경험했으며, 불규칙한 수면 패턴과 과도한 카페인 섭취로 인한 피로와 짜증 증가를 호소하며, 심리적 탈진 상태, 무기력감을 호소하였다.

(2) 자기 인식 및 성향 탐색: 성향 카드 분석 결과, 자신을 ‘책임감 있지만 예민하고 불안한 사람’으로 인식했으며, 노력에도 불구하고 인정받지 못하는 현실에 대한 좌절감과 인정욕구를 드러냈다.

(3) 긍정적 자원 탐색: 각각 자원 탐색 활동을 통해 일상에서 자신에게 안정감을 주는 요소를 발견하였다. 청각은 음악, 미각은 마라탕, 후각은 라벤더 등으로 요소를 탐색하여 일상의 긍정 에너지 통로를 확인했다.

(4) 초기 개입: 규칙적인 수면 패턴 기록 숙제를 통해 자기 인식을 높이고, 칭찬과 감사의 예시를 들려주며 긍정적 자동 사고 습관 형성의 필요성을 인식시켰다. 자해 경력을 바탕으로 약물치료 재개를 권유하였고, “사랑받기 위해 태어났다”는 메시지에 감동을 표현하며 긍정적 정서 텡크가 채워지는 경험을 통해 자기 수용 시작이 나타났다.

2) 중기 단계(5~6회기): 관계 갈등 개선 및 인지 전환

이 단계에서는 아버지와의 갈등 상황이 심화되며 자해 행동이 재발하는 등 정서적 위기가 발생했으나, 이를 긍정적 인지 전환의 계기로 삼았다.

(1) 위기 및 정서 반응: 5회기에는 아버지의 분노 폭발(반찬 그릇 투척)에 의해 PTSD

공황 증세가 재현되었고, 손목과 허벅지에 자해 행동이 발생하였다. 그러나 참여자는 사건 직후 “예전 같으면 더 큰 소리를 질렀겠지만, 이번에는 참았다”고 진술하며, 분노를 억제한 자신의 행동에 놀라움을 표현하였다. 이는 자기 통제 경험을 긍정적으로 재인식하는 초기 신호로 해석된다.

(2) 관계 탐색 및 감정 전환: ‘사랑의 언어’ 활동과 정면교사·반면교사 개념을 활용하여, 아버지의 행동을 단순한 외상 경험이 아니라 배움의 기회로 재구조화하도록 개입하였다. 이를 통해 참여자는 아버지에 대한 일방적 원망에서 벗어나 감정과 관계를 새로운 관점으로 바라보는 태도 변화를 보였다.

(3) 자기 수용 및 자기 자비 훈련: 낮은 자존감과 죄책감 완화를 위해 자기 수용·자기 자비·자기 존중의 개념을 설명하고, 나비 포옹과 같은 신체 기반 자기 위로 기법을 숙제로 부여하였다. 이를 통해 참여자는 감정 조절 기술을 실제 생활에서 적용하는 경험을 축적하였다.

(4) 인지 전환의 확장: 참여자는 반복되는 가족 갈등으로 인해 악몽과 불안을 경험했으나, 경찰 신고 대신 분노를 조절한 행동을 스스로 칭찬하며 긍정적 자동사고를 형성하였다. 이후 주변 인간관계에서도 부정적 자동사고를 점검하고 긍정적 대안 사고를 생성하려는 노력이 관찰되었으며, 이는 프랭클린 제시한 ‘태도 가치’의 초기 내면화로 볼 수 있다. 이와 같은 회기별 상호작용 구조와 개입-반응 과정은 <표 3>에 제시하였다.

<표 3> 5회기 상담 개입 및 참여자 반응의 상호작용 구조 예시

구분	로고테라피 개입	참여자의 반응·표현	해석 및 변화 지점
상황제기	아버지와의 갈등 상황을 구체적으로 서술하도록 탐색 질문 제시	“아버지가 반찬 그릇을 던졌어요. 숨이 막히고 손이 떨렸어요.”	외상 재경험(PTSD 유사 반응) 및 높은 정서 각성 상태
감정이름	감정 명명(labeling) 기법을 사용하여 감정 인식과 표현을 유도	“무서웠어요. 근데 예전 같으면 소리 질렀을 텐데 이번엔 참았어요.”	최초로 자기 통제 경험을 긍정적으로 인식
관계 재해석	정면교사/반면교사 개념 적용하여 아버지 행동의 의미를 다각도로 탐색	“아빠가 미워요. 그런데… 나를 키우려고 저러는 것 같기도 해요.”	양가감정 인식 → 관계의 다차원적 의미화 시작
인지 재구조화	부정적 자동사고 확인 → 대안사고 생성 훈련	“나는 항상 실패한다” → “그래도 이번엔 참았네.”	부정적 사고 → 긍정적 자동사고로 전환
자기자비	나비 포옹, 자기 위로 문장,	“이런 마음을 누군가 이해해	자기 수용·정서 조절

자기수용	신체적 자기 진정 기술 안내	주는 느낌이었어요.”	능력의 초기 형성
의미화 개입	태도 가치의 선택 가능성 안내(“상황은 바뀌지 않아도 태도는 선택 가능하다”)	“이 힘든 경험이 나중에 상담 할 때 도움 될 수도 있을 것 같아요.”	고통 경험이 ‘체험 가치’로 재구성됨(의미 발견)

3) 종결 단계 (7~10회기): 긍정적인 미래 설계 및 의미 발견

종결 단계에서는 로고테라피의 창조가치, 체험가치, 태도가치를 통합하여 자기 초월적 삶의 목표를 구체화하였다. 이를 통해 삶의 의미를 명료화하고 미래를 설계하는 데 주력했다.

- (1) 창조 가치 및 루틴: 참여자가 약속을 잘 지키는 것, 운영위원회 규칙 준수 등 사소한 일상 활동이 의미있는 창조 가치임을 인식하고 스스로 긍정을 끌어당기려는 마음을 칭찬하기 시작했다. 칭찬, 감사, 호흡 훈련을 루틴 및 습관으로 형성하려는 강한 동기를 부여받았다.
- (2) 체험 가치: 중기까지의 어려운 경험(자퇴, 가족 갈등)이 ‘다양한 경험’이자 ‘다른 사람의 마음을 공감하고 이해할 수 있는 힘’이 됨을 체험 가치로 재해석했다. 자신의 고통이 미래의 진로(상담학과, 범죄심리학 등)와 연결되어 의미 있는 삶을 살 수 있는 스펙이 될 수 있음을 인식했다.
- (3) 태도 가치: 면접과 수시를 앞두고 불안을 느꼈으나, 진학에 대한 의미를 발견하고 의미있는 성장이며 시련을 태도 가치로 바라보는 훈련을 했다.
- (4) 원하는 삶: ‘원해요 카드’를 통해 “자존감이 높고 안정이 되어 있으며 인품을 잘 베풀고 타협까지 잘하는 사람이 되고 싶다”는 구체적이고 자기 초월적인 미래상을 글로 명료화하였다.
- (5) 최종 성과: 상담 초기 어려워했던 칭찬과 감사는 10회기에 이르러 “단점에 대한 연결고리를 찾을 수 있음에 감사” 등 일상에서 구체적이고 심화된 형태로 나타나며 긍정적인 자동 사고 습관이 형성된 것으로 평가되었다. 참여자는 원하는 대학교 심리학과에 합격하며 로고테라피 프로그램을 통해 발견한 의미를 실현하는 결과를 얻었다.

2. 통합 분석 결과

로고테라피 프로그램을 통해 나타난 참여자의 전반적 변화 과정을 분석한 결과, 세 가지 핵심 주제가 도출되었다.

첫째, 고통의 의미화이다. 과거의 자퇴·가족 갈등·자해 경험을 성장의 자원으로 재해석하여 자기비난에서 자기이해로 전환되었다.

둘째, 관계 회복과 감정 조절이다. 아버지에 대한 원망을 이해로 바꾸며 감정 조절 능력이 강화되었고, 외부 통제감에서 내적 통제감으로 변화하였다.

셋째, 자기 초월과 미래 설계이다. 자신을 넘어 타인을 돋는 존재로 성장하려는 목표를 설정하며, 수동적 무기력에서 의미 중심적 행동으로 전환되었다.

이 세 주제는 프랭클(프랭클, 2017)의 세 가지 가치 체계(창조·체험·태도)와 직접적으로 대응하며, 로고테라피 프로그램이 청소년의 실존적 회복 과정을 체계적으로 촉진 했음을 보여준다.

3. 종합 결과 요약

로고테라피 프로그램은 ADHD 청소년의 삶의 의미 발견을 돋는 효과적인 개입으로 작용하였다. 참여자는 다음과 같은 다차원적 변화를 경험하였다.

첫째, 심리적 변화로 부정적 자동사고가 감소하고, 자기 수용과 자기 효능감이 향상되었다.

둘째, 정서적 변화로 불안·분노·죄책감이 완화되며, 감정 조절 능력이 개선되었다.

셋째, 관계적 변화로 가족(특히 아버지)과의 단절 관계가 회복되고, 대인 공감 능력이 향상되었다.

넷째, 실존적 변화: 고통을 의미 있게 재해석하며, 자기 초월적 삶의 목표를 구체적으로 설계하였다.

결국 본 사례는 로고테라피가 ADHD 청소년의 증상 완화를 넘어, 존재적 회복과 삶의 의미 재구성에 실질적 변화를 가져오는 효과적인 치료 접근으로 확인되었다.

이는 행동 중심 치료의 한계를 보완하며, 청소년 상담 및 교육 현장에서 활용 가능한 의미 중심 실존상담 모델로서의 가능성을 제시한다.

IV. 결론 및 제언

본 연구는 로고테라피 프로그램이 ADHD 청소년의 삶의 의미 발견 과정에 어떠한 변화를 가져오는지 단일사례연구를 통해 심층적으로 탐색하였다. 연구 참여자인 18세

ADHD 청소년은 자퇴, 가족 폭력, 자해 시도 등 복합적 위기를 경험하며 심리적으로 매우 취약한 상태에 있었으나, 10회기 로고테라피 프로그램을 통해 다음과 같은 변화를 보였다.

첫째, 과거의 고통스러운 사건들을 ‘성장의 자원으로 재해석하며 고통의 의미화가 이루어졌다. 참여자는 반복된 실패와 가족 갈등, 낮은 자존감으로 인한 심리적 고통을 로고테라피적 개입을 통해 ‘의미가 있는 경험’으로 재해석하였다. 이는 프랭클(프랭클, 2006)이 제시한 의미추구 의지가 인간 존재의 핵심 동기라는 이론과 일치하며, 고통의 상황에서도 태도적 선택을 통해 자신의 삶을 재구성할 수 있다는 실존심리학적 관점을 경험적으로 뒷받침한다.

둘째, 변화가 어려운 상황에서도 선택 가능한 태도를 인식하며 태도 가치가 확립되었고, 아버지와의 관계에서도 점진적인 회복이 나타났다. 프로그램 과정에서 참여자는 부정적 자동사고가 감소하고 자기 수용·자기 존중·자기 자비가 강화되면서 정서적 안정과 자기효능감을 회복하였다. 참여자는 아버지와의 갈등에서 보인 감정 폭발·자해 충동을 이전과 다르게 해석하고 조절할 수 있게 되었으며, 변화하기 어려운 환경 속에서도 선택 가능한 태도를 인식하는 과정에서 내적 통제감이 회복되었다. 이는 Ameli & Dattilio(2013)가 제시한 “자기 초월을 통한 충동성 완화”와도 일관된 결과로, 의미 탐색 경험이 행동 조절 능력까지 확장될 수 있음을 본 연구를 통해 확인하였다.

셋째, 체험가치·창조가치·태도가치를 통해 자신의 잠재력과 성장을 바라보는 관점이 강화되었으며, 결과적으로 심리학과 진학이라는 자기 초월적 미래 목표를 실현하였다. 이러한 결과는 로고테라피가 ADHD 청소년의 삶의 의미 발견과 정서·행동 조절을 촉진하는 실질적인 치료적 접근임을 보여준다.

본 연구에 대한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 단일 사례 연구로서 심층적인 통찰을 제공하였으나, 결과의 일반화에는 제한이 있다. 로고테라피 프로그램의 효과를 명확히 입증하기 위해 향후 다양한 배경의 ADHD 청소년을 대상으로 하는 복합 사례 연구 또는 기존 증거 기반 치료(예: 조직화 훈련)와 로고테라피를 비교하는 혼합 연구를 진행할 것을 제언한다.

둘째, ADHD 청소년의 짧은 주의 집중 시간과 충동성 특성을 고려하여, 로고 힌트, 호흡/감사 훈련 등의 로고테라피 기법을 더욱 구조적이고 구체적인 활동 중심으로 구성한 표준화된 프로그램 매뉴얼을 개발하고 그 효과성을 검증할 필요가 있다.

본 연구의 학술적 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 단일 사례 연구로서 심층적인 통찰을 제공하였으나, 결과의 일반화에는 제한이 있다. 로고테라피 프로그램의 효과를 명확히 입증하기 위해 향후 다양한 배경의 ADHD 청소년을 대상으로 하는 복합 사례

연구 또는 기존 증거 기반 치료(예: 조직화 훈련)와 로고테라피를 비교하는 혼합 연구를 진행할 것을 제언한다.

둘째, ADHD 청소년의 짧은 주의 집중 시간과 충동성 특성을 고려하여, 로고 힌트, 호흡/감사 훈련 등의 로고테라피 기법을 더욱 구조적이고 구체적인 활동 중심으로 구성한 표준화된 프로그램 매뉴얼을 개발하고 그 효과성을 검증할 필요가 있다.

본 연구의 임상적 제언은 다음과 같다. 첫째, 연구 대상자가 자해와 극심한 PTSD 증상을 호소했음을 고려할 때, 로고테라피 프로그램을 임상 현장에 적용할 시 약물치료 및 위기 개입 시스템을 갖춘 정신 건강 전문가와의 협력을 통해 통합적으로 접근해야 한다. 행동 관리와 의미치료를 결합한 다차원적 치료 모형 구축이 필요하다.

둘째, 대상자의 주요 고통이 아버지의 분노와 같은 가족 환경 문제에서 비롯되었으므로, 청소년 대상 로고테라피와 함께 부모 대상의 심리 교육 및 가족 치료를 병행이 필요하다.

셋째, 학교 및 지역 상담 기관(대안학교 · 꿈드림 센터 등)에서 의미 탐색 활동, 감사 · 칭찬 훈련, 태도 가치 적용 활동을 지도할 수 있는 프로그램으로 활용 가능하다.

본 연구는 ADHD 청소년의 상담과 교육 현장에서 로고테라피가 적용 가능한 실존적 · 의미중심 상담의 기초 연구로 개인의 주관적 경험을 심층적으로 탐색하는 데 강점이 있으나 한계도 지닌다. 본 연구의 한계점과 후속 연구의 방향을 다음과 같이 제시한다.

첫째, 단일 사례연구의 특성상 연구 결과를 일반화하기 어렵다. 한 명의 참여자 사례를 통해 심층적 변화를 탐색하였으나, 다양한 연령 · 성별 · 가정 배경을 지닌 ADHD 청소년에게 동일한 효과가 나타난다고 단정할 수는 없다. 향후 연구에서는 다수 사례를 통한 비교, 양적 · 질적 혼합 연구, 또는 부모 · 교사 등 다면 평가를 포함한 연구 설계가 필요하다.

둘째, 연구자의 주관적 해석 가능성성이 존재한다. 상담자가 동시에 연구자로 참여하였기에, 무의식적 기대나 상호작용이 자료 해석에 영향을 미쳤을 가능성은 배제할 수 없다. 질적 연구의 특성상 연구자의 관점이 자료 해석 과정에 반영될 수 있으며, 이를 보완하기 위해 상담일지 · 면담자료 · 참여자 확인을 병행하였으나, 완전한 객관성을 확보하기는 어렵다.

셋째, 추적 관찰의 부족으로 인해 장기적 변화의 지속성을 검증하지 못했다는 점이다. 향후 연구에서는 프로그램 종료 후 일정 기간이 지난 뒤의 삶의 의미 유지나 행동 변화 지속 여부를 후속 관찰하는 것이 필요하다.

그럼에도 불구하고 본 연구는 주의력결핍 과잉행동장애(ADHD) 청소년을 대상으로

고테라피 프로그램을 적용하고, 그 효과를 질적 단일 사례연구를 통해 심층적으로 탐색하였다는 점에서 다음과 같은 의의를 지닌다. 첫째, ADHD 청소년의 실존적 어려움에 대한 새로운 접근을 제시했다는 점에서 학문적 의의가 있다. 기존 연구들이 주로 약물치료나 행동치료, 인지행동치료(CBT)에 집중해 왔다면(Evans et al., 2018; 하명숙, 2020), 본 연구는 의미치료라는 실존심리학적 관점을 도입함으로써, ADHD 청소년의 ‘삶의 의미 결핍’이라는 내면적 문제를 조명하였다. 이는 행동 관리 중심의 기존 치료 패러다임을 넘어, 의미 중심 치료의 가능성을 제시했다는 점에서 학문적 확장성을 가진다.

둘째, 로고테라피 프로그램의 실제적 적용 모델을 제시했다는 점에서 실천적 의의가 있다. 본 연구는 10회기 로고테라피 프로그램의 구체적 단계, 활동, 상담기법을 제시함으로써, 학교 상담·청소년 지원기관 등 현장에서 ADHD 청소년을 지도할 수 있는 표준화된 상담 프로그램의 기초 자료를 제공하였다. 특히 의미 탐색, 관계 회복, 태도 전환, 자기 초월의 과정을 단계적으로 다룸으로써, 상담자와 교사가 실질적으로 적용할 수 있는 실존적·철학 상담의 현장 모델을 구축했다는 점에서 의의가 있다.

셋째, 교육적 함의를 제시했다는 점에서 확장적 의미가 있다. 로고테라피의 가치(창조·체험·태도)가 ADHD 학생의 자기조절력, 회복탄력성, 자아정체성 형성에 긍정적인 영향을 미쳤음을 확인함으로써, 학교 현장에서의 정서·인성 교육, 특수학급 상담, 진로지도 프로그램 개발에도 적용 가능성을 시사한다.

결과적으로 본 연구를 통해 로고테라피는 ADHD 청소년의 심리적·정서적·관계적 어려움을 단순히 관리하는 수준을 넘어, 고통의 의미화와 내적 동기 회복을 통해 삶의 방향성을 재구성하도록 돋는 유의미한 개입임이 확인되었다. 기존의 ADHD 개입이 주로 행동 조절과 실행 기능 향상에 초점을 두어 왔다는 점(Evans et al., 2018; Barkley, 2015)을 고려할 때, 본 연구는 ADHD 청소년이 경험하는 실존적 공허감과 낮은 자기 수용을 다루기 위해 의미 기반 접근이 필요함을 강조한다. 또한 기존 연구들(박상미, 2025; 김성은, 2022)의 논의를 청소년 발달 단계로 확장한다는 점에서 본 연구는 학술적·임상적 의의를 가진다.

참 고 문 헌

- 건강보험심사평가원(2024). 국민관심질병통계: 주의력결핍 과잉행동장애(ADHD).
- 김성은(2022). 로고테라피를 통한 삶의 의미 회복에 관한 사례연구, *산업융합연구*, 20(7), 155-172.
- 박상미(2024). 마음근육 튼튼한 내가 되는 법. 특별한서재.
- 박상미(2025). 로고테라피를 통한 영적 상담 치유에 대한 실증연구: 상담자 · 내담자 경험을 중심으로, *인문사회과학연구*, 26(2).
- 박상미, 이은주(2025). 미래교육 설계에서 철학상담의 역할과 비전. *열린교육연구*, 33(2), 51-70.
- 이은주, 박상미(2025). 청소년 삶의 만족도 증진을 위한 철학상담의 역할. *한국언어문화*, 86, 51-70.
- 이선혜, 이지혜(2023). 주의력결핍 과잉행동장애(ADHD)가 있는 아동 · 청소년의 부모에 관한 국내 연구동향분석: 2000년~2022년. *가족과 가족치료*, 31(3), 211-242.
- 이지혜, 이선혜(2024). ADHD로 진단받은 자녀를 기르는 어머니들의 삶의 여정. *가족과 치료*, 32(1), 141-179.
- 이시형, 박상미(2020). 내 삶의 의미는 무엇인가. 특별한서재.
- 주혜연(2022). 빅터 프랑클의 실존분석과 로고테라피에 대한 철학적 고찰. *인문사회* 21, 13(5), 3587-3602
- 하명숙(2020). 초등학교 ADHD 아동을 위한 중재적 개입 연구동향 및 질적 지표 분석. 석사학위논문, 인하대학교.
- 프랭클, V. E., (2021). *빅터 프랭클*, 박상미 옮김, 특별한서재. 2021, 125.
- 프랭클, V. E., (2017). *빅터 프랭클의 영혼을 치유하는 의사*, 유영미 옮김, 청아출판사.
- Ameli, M., & Dattilio, F. M. (2013). Logotherapy and existential analysis: A brief review. *Psychology*, 46, 464-469.
- Barkley, R. A. (2015). Etiologies of ADHD: Integrating cognitive, behavioral, and developmental views. In *Attention-deficit hyperactivity disorder*(3-30). Springer.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 32, 77-101.
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches* (3rd ed.). Sage Publications.
- Evans, S. W., Owen, J. S., Wymbs, B. T., & Ray, A. R. (2018). Evidence-based psychosocial treatments for teenagers with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 472, 157-170.
- Frankl, V. E. (2006). *Man's search for meaning*. Beacon Press.
- Frankl, V. E. (2010). *The feeling of meaninglessness: A challenge to psychotherapy and philosophy* (A. Batthyány & A. Tallon, Eds.). Marquette University Press. 10-15.

- Steger, M. F. (2009). Meaning in life. In S. J. Lopez (Ed.), *The Oxford handbook of positive psychology* (2nd ed., pp. 679–687). Oxford University Press.
- Stake, R. E. (1995). *The art of case study research*. Sage Publications.
- Wong, P. T. P. (2012). *From logotherapy to meaning-centered counseling and therapy*. In P. T. P. Wong (Ed.), *The human quest for meaning: Theories, research, and applications* (2nd ed., pp. 619–647). New York, NY: Routledge.
- Yin, R. K. (2014). *Case study research: Design and methods* (5th ed.). Sage Publications.

[Abstract]

A Single-Case Study on the Effects of a Logotherapy Program on the Discovery of Meaning in Life among Adolescents with ADHD

Jung, Heejung*

This study investigated the effects of a logotherapy program on the discovery of meaning in life among an adolescent with attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD) using a qualitative single-case design. The participant was an 18-year-old male who had dropped out of high school due to repeated academic failure, impulsivity, and relationship conflicts, and was preparing for college entrance at a youth support center. Over ten sessions of logotherapy, he reinterpreted painful experiences—such as dropout, family conflict, and self-harm—into resources for growth, resulting in cognitive changes including reduced negative automatic thoughts and enhanced positive thinking. He also restored his relationship with his father and strengthened his internal resilience choosing meaningful attitudes even in difficult situations. Improvements were observed in self-esteem, self-regulation, and the ability to choose desired behaviors over impulsive ones. Ultimately, he established and achieved a self-transcendent future goal by entering a university psychology program. These findings suggest that logotherapy is an effective intervention for adolescents with ADHD, fostering not only symptom alleviation but also intrinsic motivation and meaningful behavioral change through the discovery of life purpose.

Keywords: Logotherapy Program, Adolescents with ADHD, Meaning-Centered Therapy, Meaning in Life, Philosophical Counseling

* Jaesong Middle School, Teacher, First Author. 45745753@daum.net