

# 기독교 세계관으로 본 상담심리학

◎ 전요섭(성결대 교수, 기독교문연구회 상담심리분과장)



## 상담심리학이란

상담심리학은 전문적으로 훈련받은 상담자가 내담자의 문제를 잘 드러내어 바로 볼 수 있게 하고, 해결해주는 치료적 대화 기법과 이론을 연구하는 학문이라고 할 수 있다.

“인간 심리의 역사는 길지만 심리학의 역사는 짧다”는 말이 있다. 현대 과학으로서의 심리학은 1879년 독일의 생리학자 빌헬름 분트에 의해 최초로 학문화된 이후, 수많은 논란을 거듭하며 오늘날에 이르게 되었다. 상담심리학은 정신분석학, 행동주의 심리학, ‘제3의 심리학’이라고도 하는 인본(실존)주의 심리학 등의 큰 지류를 형성하며 발전하였는데, 이들은 다시 점점 더 세분화되어 다양한 분파, 성향, 접근 방법 등으로 나뉘게 되었다. 심리학자 리추락의 분석에 의하면 1980년대의 상담 심리 치료 이론 및 기법은 대략 200여 개 정도이다. 1985년 데이비드 벤너는 약 250개로 분석하였고, 7년 후 실시한 재조사에서는 300개 정도로 수정하였다. 카라사는 약 400여 개, 아이안 존스는 약 500개, 게리 콜린스는 심지어 대략 1만 개가 넘는다고 분석한 바 있다.

## 치료사? 상담사?

상담심리학은 학문상 심리학과 교육학 분야에서 다루어진다. 심리학에서는 보통 병원 상황에서, 임상을 중심으로 정신 질환, 심리적 장애 등에 초점이 맞춰지지만, 교육학에서는 일반적으로 학교 상황 및 생활지도, 적응 또는 진로 등에 초점이 맞춰져 연구된다. 이처럼 두 학문 모두 상담심리학을 다루지만, 교육학에서는 임상적 상담심리학이 인간을 지나치게 병리적으로 본다는 점을, 심리학 편에서는 교육학적 상담심리학은 임상 및 병리적 관심이 너무 부족하다는 점을 지적하고 있다. 이러한 갈등은 문제를 가진 사람을 ‘환자’로 볼 것인지 ‘내담자’로 볼 것인지, ‘심리치료’를 하는 것인지 ‘상담’하는 것인지, 스스로를 ‘치료사’로 인식하는지 ‘상담사’로 인지하는지 등 각자의 정체성을 드러내는 과정에서 자신의 학문이 상대 학문과 상이하다는 입장으로 발전하기도 했다. 예를 들어 치료가 장기적인 것이고 비정상(이상)에 초점을 맞추고 있다면, 상담은 단기적인 것이며 정상에서 성

장하는 것에 초점을 맞추고 있다고 볼 수 있으며, 또 치료가 심리적인 것, 무의식, 환자의 현재와 과거의 문제에 관심을 기울이고 있다면, 상담은 환경적이고 의식적인 문제를 다루며 내담자의 현재와 미래에 관심을 두고 있다고 볼 수 있다.

요는 상담심리학은 매우 세분화되어 있고 상담 대상 및 인간발달에 따른 심리이해를 기반으로, 아동 상담, 청소년 상담, 장년 상담, 노인 상담, 여성 상담, 부부 상담 등으로 나눌 수 있다는 것이다. 또 그 기법에 따라서는 단기 상담, 장기 상담, 이야기 상담, 코칭 상담, 격려 상담, 증상을 중심으로는 우울증 상담, 불안증 상담, 공포증 상담, 강박증 상담, 공격성 상담, 상담 주제를 중심으로는 진로 상담, 다문화 상담, 신앙 상담, 결혼 상담, 이혼 상담, 위기 상담, 죽음 상담, 성 상담 등으로 나눌 수 있는데, 상담심리학은 이처럼 셀 수 없이 많은 분야로 세분화되어 있다.

## 오늘날의 상담심리학 진단

근래에는 전혀 새로운 기법들이 활용, 개발되면서 신조어 성격의 상담 심리기법들이 난무(?)하고 있다는 느낌이 들 정도로 세분화되고 있다. 이를테면 긍정 심리 치료, 감사치료, 의미치료, 명상치료, 놀이치료, 음악치료, 미술치료, 이야기치료, 소망치료, 심지어 고통을 지르면서 내면의 억압과 불만을 드러내어 치료한다는 이른바 ‘고함(screaming)치료’에 이르기까지, 상담 및 심리치료 앞에 붙을 수 있는 서술적 용어의 한계가 없어진 것처럼 보인다. 심지어 모든 것을 치료의 방편으로 활용할 수 있을 것같이 보인다.

이것이 의미하는 바는 무엇일까. 상담학 입지가 점점 좁아지고 있다는 것이다. 상담심리학에서는 이 모든 것—근래 개발되고 있는 다양한 치료적 접근법—을 상담의 범주에 포함시키려 하고 있지만, 사실상의 상담(相談)—서로 마주 앉아서 치료적 대화를 나누는 것—은 다양한 치료, 개선, 치유, 회복의 방법 가운데 하나로 전락한 것이다.

이러한 미술치료는 그림을 통한 인간 내면의 표현, 그림에 대한 색채 심리학적 접근, 그림의 내용 분석 등 다양한 치료방법 가운데 상담이 하나의 기법을 차지한다고 보는 것이다. 놀이치료나 음악치료 등도 동일한 개념이다.

지금까지는 상담심리학이 이 모든 것들을 각론에 두고 아우르고 있으나, 이제는 감당하기 어려울 정도로 각 분야들이 점점 더 독보적이고 전문화된 모습으로 자리매김을 해가면서 상담심리학에서 독립(?)하려 하고 있다. 그 대표적인 경우가 가족치료이다.

심리상담은 보통 우울, 불안, 공포, 강박, 스트레스, 중독, 정신분열증, 불면, 자살 등을 다루는데, 이런 주제들을 면밀히 분석해 보면 대부분 가족과 관련되어 있다. 또 가족상담(가족치료)에서는 부부, 부모, 자녀, 부자갈등, 부부갈등, 고부갈등, 성, 이혼, 재혼, 가족 강인성, 가족 건강성, 가족 역기능, 가족 투사 등 가족을 중심으로 다루어야 할 주제들이 많다.



북미에서 가족상담학을 전공하면, 가족치료의 이론과 실제, 가족치료의 심리학적 기초, 가족치료의 성격적 기초, 보웬의 가족치료, 전략적 가족치료, 구조주의적 가족치료, 정신역동적 가족치료, 상황적 가족치료, 경험주의적 가족치료, 해결중심적 가족치료, 인지행동적 가족치료, 이야기 가족치료, 통합적 가족치료 그리고 가족상담의 실제에 있어서 가족 위기상담, 결혼과 성상담, 부부치료, 가족정신병리 등의 각론을 배우게 된다. 가족상담에서는 모든 문제가 가족으로부터 시작되며, 모든 상담은 결국은 가족상담으로 통한다고 본다. 상담 현장에서 보면, 실제로 가족과 결부되지 않는 문제는 거의 없으며, 서점가에서도 단순한 상담 도서보다는 “가족상담”, “가족치료” 등의 서적들이 쏟아져 나오고 있다. 또 해외에서 가족치료를 전공하고 들어온 학자들이 많아져 자연스럽게 학회가 결성되고 국내 대학원에서도 관련 전공 및 학과가 개설되는 추세임을 염두에 두고 볼 때, 가족상담은 이미 상담심리학에서 분리, 독립되었을 뿐 아니라 견고한 학문의 위치를 차지했다고 볼 수 있다.

#### 기독교세계관으로 본 상담심리

기독교 세계관에서 볼 때, 상담심리학은 기독교와 과학 사이에서 갈등을 겪고 있다. 과학은 입증 가능한 것만을 연구 대상으로 삼는다. 그런데 과연 하나님, 성경, 신앙 등 기독교의 주제와 상담심리학 간에 일치, 연합, 통합이 가능한 것일까. 기독교 세계관에서 그것은 가능하며, 그것이 가능하도록 연구하는 분야가 기독교 상담심리학이다. 동일하게 상담심리학을 학문의 주제로 삼고 있지만, 일반 상담심리학에서는 기독교를 인정하지 않는 추세이며 기독교 상담심리학에서는 일반 상담심리학을 액면 그대로 받아들이지 않는 갈등관계에 있다.

기독교 세계관에서 상담심리학은 이른바 ‘은혜의 방편’(means of grace)을 통해 심리치료를 모색하는 것이라 볼 수 있다. 은혜의 방편이란 하나님께서 인간에게 은혜를 내리시는 수단이며, 인간 편에서는 하나님께서 내리시는 은혜를 받는 수단을 의미한다. 이것은 특정한 것이 아니라, 기독교의 모든 신앙요소를 의미한다. 즉 예배, 성례전, 말씀, 기도, 찬양, 금식, 심방, 목사, 봉사 등 수없이 많은 기독교 신앙 요소들을 활용하여 치료적 효과를 얻어내는 것이다.

기독교 상담심리학은 인간의 마음을 지으신 이가 하나님(시 33:15)이라는 고백으로부터 출발한다. 일반 상담심리학은 인간학으로써 인간의 문제(근심, 걱정, 염려, 불안, 고민 등)를 심리학을 통해 치료, 개선, 치유, 구원이 가능하다고 보지만, 기독교 상담심리학은 하나님께서 인간을 만드셨으므로 성경이라는 렌즈를 통해 인간의 문제를 이해하고, 문제의 해결점을 모색하고, 하나님을 중심으로 은혜의 방편을 활용하여 인간의 문제를 회복할 수 있다고 믿는다. 따라서 향후 기독교 상담심리학으로 발전해 가도록 더욱더 각고의 노력을 기울여야 할 것이다.



**전요섭** 성결대학교, 총신대학교 신대원 및 대학원에서 기독교교육학을 전공, 연세대학교와 단국대학교에서 상담심리학을 전공하여 석, 박사학위를 마쳤다. 미국 Oral Roberts 대학교(목회상담학전공, 박사)을 졸업하고, 현재 성결대학교대학원 상담심리학 전공주임교수와 신학전문대학원장으로 섬기고 있다. 『생각을 바꾸면 행복이 보인다』, 『기독교상담심리학개론』 등 40여 권의 기독교 상담심리학 분야의 저서 및 역사가 있다.