대학원생 상담/02/

중년기 여성의 우울증 회복을 위한 기독교영화치료
- '갓 블레스 더 브로큰 로드'(2018) 와 '브레이크스루'(2019)를 중심으로 -

고선옥(고신대학교 상담대학원 박사수료)

I.서론-중년여성의 심각한 우울증을 생각하다

'영화치료(Cinema Therapy)'란 말이 낯설지 않게 들리는 오늘날 상담전문가들의 영화 활용은 점점 증가추세에 있으며, 자가 치료(self-treatment)의 성격으로 치료를 위한 영화를 스스로 선택하여 관람하는 사람들도 적지 않다. 영화가 인간의 삶을 조명하며 관객의 심리에 영향을 줄 수 있는 예술치료의 역할을 할 수 있음이 밝혀지면서 영화는 위로와 휴식을 제공하며 스트레스가 많은 사회에서 힐링(healing)의 역할을 수행할 수 있다고 보는 것이다. [1)]

그렇다면 영화치료는 기독교인 중년기 여성의 어려움을 덜어주는데도 긍정적인 역할을 할 수 있을까? 우울증을 포함한 심리적 어려움을 극복하는데 영화치료가 효과를 보이고 있다는 결과가 있는 만큼 중년기 여성이 겪기 쉬운 우울증을 완화 혹은 치료하는데도 도움이 될 수 있을 것으로 기대할 수 있다.

문제는 일반 중년여성이 아닌 기독교인이면서 중년의 시간 속에 있는 여성이라는 비교적 구체화된 대상을 향한 영화치료란 점에서 주의를 기울일 필요가 있다. 여기에는 두 가지의 어려움이 예상될 수 있기 때문이다. 첫째는 기독교 신앙이 있는 중년 여성이 우울증에 걸릴 수 있다는 사실에 대한 부정적 인식을 가질 수 있다는 점이며, 다른 하나는 기독교 중년 여성의 가치관에 부합하는 적절한 기독교 영화의 선택의 폭이 넓지 않다는 사실이다. 비기독교인들과 마찬가지로 기독교인들 또한 우울증에 걸릴 수 있으며, 그것이 당사자의 신앙을 평가 절하하는 결과로 이어져서는 곤란하다. 기독교인들 또한 영적인 문제를 포함하여 다양한 이유로 우울증을 겪을 수 있으며 이에 대한 치유방법으로 신앙적 상담을 포함 다양한 과학적이며 상담적인 접근을 통해 치유에 이를 수 있다.

기독교 중년여성의 우울증을 개선하기 위한 영화치료로서 적절한 영화를 선택하는 문제는 보다 더 어렵다. 영화예술이 갖는 치료 효과의 상당부분은 어떤 영화를 선택하여 어떻게 보는 것이 회복을 위해 바람직한지를 아는 정보와 지식에 달려있기 때문이다. 적지 않은 수의 다양하고 새로운 영화들이 매주 쏟아져 나오는 현실이지만 우울증 증상에 도움이 되는 영화를 선택해야 하며, 특히 기독교 중년여성임을 감안하여 기독교영화를 선택하여 영화치료를 한다는 것은 보다 전문적인 이해가 촉구될 수 있기 때문이다.

따라서 본 논문은 중년여성이 겪기 쉬운 우울증과 같은 정신기능이 저하된 상태에 대한 정서적 판단과 더불어 이에 대한 성경적 이해를 도모하며, 우울증을 완화 치료하기 위한 방법으로 영화치료가 어떻게 활용될 수 있는지를 제안하는데 그 목적이 있다. 이를 위해 가장 최근에 나온 기독교 영화인 해롤드 크론크(Harold Cronk)감독의 <갓 블레스 더 브로큰 로

---

1) 기독교영화치료를 위한 힐링 영화의 이해. p 3

드>(God Bless the Broken Road, 2018)와 록산느 더우손(Roxann Dawson)감독의 <브레이크스루>(Breakthrough, 2019)를 활용한 영화치료 방법이 제시될 수 있다.

이를 통해 기독교 중년 여성들은 시각적 이미지 인 영화 속의 다양한 우울증증상에 대해 안전한 거리에서 새롭게 자신의 증상을 지각하고 우울증의 의미에 대한 통찰을 얻을 수 있으며 새로운 자아와 하나님 중심으로 삶을 회복하는 효과를 기대할 수 있을 것이다.

II.중년 여성 우울증의 현실과 성경적 접근

2017년 국민건강보험공단 통계에 따르면 우울증으로 병원을 찾은 사람은 2012년 58만 8000명에서 2017년 68만1000명으로 15.8%증가한 것으로 나타났다. 그중 여성은 40만 8191명으로 약 66%를 차지하며 특히 중년여성의 비율이 32%인 13만여 명에 이르러 중년여성에게서 우울증 증세가 심한 것으로 판명되었다. 중년기(middle age)는 인생의 전반에서 후반으로 넘어가는 전환기이며, 심리적, 신체적, 인지적, 정서적으로 다양하게 변화하는 시기로 생의 발달주기와 가족생활 주기의 변화에 적응하고, 자신의 인생을 재평가하는 시점이다. 인생의 전반에서 후반으로 바뀌어가는 전환점으로 성숙기 혹은 갱년기로 불리기도 하지만, 이 시기에 대한 정의는 규정하는 폭이 다양하여 학자들마다 일치된 의견이 없으나 우선 중년기에 대한 연령적 구분이 가장 일반적인 분류이다. 우드와 미첼(Wood, N. F. & Mitchel, E, S.)은 중년기를 35세에서부터 55세까지로 보았고, 칼 구스타프 융(Carl Gustav Jung)은 35-40세 이후를 중년기로 정의하였다. 또 예일대학교 대니엘 레빈슨(Daniel Levinon)은 중년기를 40세에서 60세로 보고 있다. [2)]

현대 사회에 들어와서 '중년기의 위기(mid-life crisis)' 현상은 이전 시대에 비해서 더욱더 많은 사람의 삶에 커다란 문제를 불러일으키고 있다. 그래서 중년의 나이에 들어서서 갑자기 삶의 무료함을 느끼거나, 권태와 허무의 늪에 빠져서 헤어 나오지 못하는 사람들을 종종 보게 되는데, 그런 사람들은 흔히 불안이나 우울증을 호소한다.[3)] Jung은 중년기의 위기를 극복하기 위하여 개인이 당면한 문제를 해결하고 인생 후반기의 잠재력을 개발하려면 지금까지 가지고 있었던 삶의 가치나 의미를 수정하여야만 하고 자기실현을 통해 인생 후반기의 심리기능을 개발시키는 것이 필요하다고 하였다.

중년여성 우울증은 안면홍조나 두통, 어지러움, 가슴이 답답하거나 감소된 흥미, 또는 즐거움, 식이요법을 하지 않는 중에 체중감량과 증가, 불면 또는 과수면, 정신흥분 또는 지체, 피로 또는 에너지 상실, 빈번한 두근거림 같은 신체적 증상을 동반하거나 건망증이나 치매에 대한 걱정으로 우울증증상(depressive symptoms)이 일어나기도 한다. 그리고 우울증의 주 증세는 어머니의 역할로부터 해방과 출산능력의 상실 및 노년기의 시작을 의미하는 폐경을 경험함으로써 기분장애(mood disorders) 혹은 감정장애로써 기분(감정)의 변조(變調)에 의해 고통을 느끼거나 일상생활에 지장을 초래하는 상태를 발생시킨다.

이 시기에 흔히 볼 수 있는 분노 또한 우울증증상의 하나로 화가 많아지고 충동적이 된다. 물론 하나님도 약자와 소수민족이 불의하게 억압을 당할 때 분노하셨다. 하나님의 분노는 약자들에 대한 하나님의 긍휼하심으로부터 비롯된 것이지만 중년기 여성의 우울증 증상에서 오는 분노는 폭력적으로 되기도 하는데 이 시기에는 외형적 변화 뿐 아니라 시상하부- 뇌하수체- 성선축(hypothalamic-pituitary-gonadal axis, HPG axis)의 변화에서 오는 호

2) 중년기 교회 여성의 우울증에 대한 기독교 교육적 접근에 관한연구. p 23
3) 분석심리학과 기독교. p 161

르몬 영향이라고 할 수 있다.[4)]

중년기 여성은 자신의 정신력이나 건강이 실제적으로 서서히 감퇴하고 있다는 사실을 인식하는 시기이다. 뿐만 아니라 부모, 남편 등 주위 친지의 죽음 등을 통하여 삶의 유한성을 느끼게 됨으로 심리적으로 우울한 기분, 절망감, 무기력감, 무가치함, 집중력과 기억력이 떨어져서 건망증이 심해지는 등 인지지능의 감소를 일으켜서 사고과정이 느려져 하루 종일 멍하게 만들기도 하고, 반복적인 죽음에 대한 생각, 자살에 대한 사고, 또는 자살시도나 구체적인 자살계획 등의 우울증상으로 구성된다. 또는 죄와 과도하고 부적절한 죄책감이 우울증을 유발하는 이유에 대해서는 이해가기가 쉽다. 사람이 실패 했거나 무엇인가를 잘못했다고 느낄 때, 보통 죄책감과 우울증은 어떤 것이 먼저 발생해서 다른 것을 유발시키는지 구별하기 어려울 정도로 함께 일어난다. 죄책감은 우울을 일으키고 우울은 죄책감을 일으키는 악순환이 자주 나타나며, 이러한 순환은 지속된다.[5)]

그러나 우울증은 수치스러운 심리적 장애는 아니다. 우울증은 3천년 이상 인간사회의 일반적인 문제로 인식되어 왔다. 또한 우울증은 유아를 포함하여 모든 연령대의 사람들에게 영향을 미치는 보편적인 현상이다. 그렇다고 우울증이 고통스럽지 않다고 할 수 없으나 우울증을 유발하는 모든 문제는 항상 나쁜 것만은 아니다. 때때로 문제들은 유용한 목적을 위해 도움이 되기도 한다. 예를 들면, 우리가 신체적으로 아플 때 업무를 면제 받을 수도 있고, 사람들이 아픈 사람에게 관심과 동정을 보여주기도 하며, 다른 사람들이 우리의 책임을 일시적으로 떠맡아주기도 한다.

그리고 때때로 우리는 휴식과 여유의 시간을 즐길 수도 있다. 물론 모든 우울증을 예방할 수 있다고 가정하는 것은 비현실적이다. 생물학적으로 발생하는 많은 우울증을 예방할 수 있는 증거는 없다. 마찬가지로 질병으로부터 오는 우울증도 항상 예방 할 수 있는 것이 아니다. 인생의 무거운 짐들이 우리로 하여금 우울증까지는 아닐지라도 깊은 슬픔으로 빠져들도록 만들 때가 있다. 상실, 거부, 실패는 모든 사람에게 일어나며 불행과 낙담의 시간들로 우리를 밀어 넣는다. 비록 그렇다 할지라도 우리는 우울증의 습격을 예방하거나 완화시킬 수 있는 방법들을 가지고 있다.[6)]

성경에서 제시하는 인간은 죄로 인해서 타락한 존재다. 따라서 죄의 정의. 기원, 상태 그리고 결과는 인간의 존재를 밝히는 중요한 개념이다. 죄는 개인적 행위, 태도, 힘, 상태로 정의한다. 개인적 행위로서 죄는 하나님께 반항하거나 하나님의 법을 일탈하는 행위를 말한다[7)]. 그러나 Jones의 말처럼 우울증의 문제는 심리적인 문제보다 영적인 것이라고 할 수 있다. 영화 속 주인공 또한 죄로 인해서 타락한 존재로서 영적 우울증으로 하나님과 멀어져 부정적인 사고나 부정적인 심리가 나타난다고 하겠다.

III.우울증 회복을 위한 기독교 영화치료의 선택

영화치료는 예술 치료의 한 영역으로 영화를 보면서 심리 상태와 억압과 방어를 낮추는 장점 때문에 최근 상담현장에서 치료도구로 활용되고 있다. 영화 관람은 치료적 기능으로 작용하여 감정뿐만 아니라 인지, 정서, 행동을 자극하고 교정적 정서의 재경험을 가능하게

4) 성별에 따른 우울증 양상과 신경전달물질의 차이. p 6.
5) 뉴 크리스천 카운슬링. p 148.
6) 위의 책. p 158.
7) 통합의 관점에서 본 기독교 상담학. p 308.

한다.

역사적으로 영화치료는 1990년대 초 미국에서 사회복지, 간호, 임상심리학의 전문가들이 집단 상담이나 부부상담 등에 영화를 활용하는 방법을 모색하면서부터 영화치료가 시작되었다. 대표적인 영화치료 주창자 중 한 명으로 꼽는 미국 노스리지 병원(Nothridge Hospital)의 월터 제이콥스(Walter E. Jacobson)박사는 영화치료를 통해 환자들이 영화 속 인물과 자신을 동일시하면서 비슷한 상황을 이해하고 극복하는데 도움을 받았다고 주장하였고, 이후 영화 속 주제를 하나의 메타포(metaphor)로 삼아 여러 심리치료적인 관점에서 상담에 응용하기 시작 했다.[8)]

'갓 블레스 더 브로큰 로드'는 군복무중 사망한 남편을 잃은 아내가 겪는 상실의 아픔과 혼자서 딸과 살아가면서 겪게 되는 생활의 어려움 때문에 힘들어 우울증증상을 보이는 영화이다. 여주인공인 찬양사역자 앰버 힐의 남편은 101 공수 부대 전문하사로 아프가니스탄으로 파견복무 중 팀이랑 순찰 중 마이크 넬슨을 구하려다 현지군인의 공격으로 전사를 하게 된다. 앰버는 남편의 사망 2년이 지난 후에도 남편을 잃은 슬픔에서 벗어나지 못하고 상실에서 오는 무기력으로 인해 딸 브리안 힐조차도 돌볼 수 없는 심한 우울의 상태를 보여주며 교회를 떠나는 모습이 있다.

'브레이크스루'는 '획기적인', '돌파구'의 뜻으로 어떤 것을 깨서 그것을 통과한다는 실화를 바탕을 둔 사실적인 영화이다.

세인트루이스 얼음 호수에 빠지게 된 존 스미스는 극적으로 구조해서 병원을 옮겨졌으나 의사는 심폐소생술 전까지 적어도 20분간 산소가 고갈되었기 때문에 그를 소생시킬 수 없다고 한다. 이때 조이스는 아들을 잃는 다는 슬픔에 극도로 우울한 우울증상을 보인다. 상실의 각 유형은 그 나름대로의 고통과 반응을 보여준다. 성인의 삶에서 부모의 죽음은 가장 흔히 있는 사별의 유형이며, 그 상실감은 잘 극복되는데 특히 부모가 연로했을 때는 더욱 그렇다. 형제의 죽음은 개인적으로 유협을 느끼게 하며, 애도를 좀 더 통렬하고 어렵게 만드는데, 특히 형제가 젊었을 때는 더욱 그렇다. 아마 아내와 남편의 죽음은 훨씬 더 어려울 것이다. 이전에 함께 나누었던 기쁨, 도전, 그리고 삶의 짐들을 이제는 홀로 감당해야 하며, 그것은 매우 스트레스가 많은 일이다. 종종 이것은 남아 있는 사람들이 외로움과 불안, 그리고 이전에 같이 했던 일상적인 일들(청구서를 지불하는 것, 요리하는 것, 그리고 쓰레기 처리하는 것 등)을 이제는 혼자 결정하고 행해야 할 필요를 느끼며 홀로 사는 방법을 배워나가는 것을 포함한다. 아이의 죽음은 훨씬 어렵다. 부모는 자주 자신들이 아이를 죽음으로부터 방어하지 못했기 때문에 죄의식, 분노, 우울감, 자책감 그리고 무기력해짐을 느끼는데 이것은 부모가 할 수 있는 일이 아무것도 없을 때에도 마찬가지이다.

기독교 중년 여성의 우울증 치료를 위해 선택된 영화 '갓 블레스 더 브로큰 로드'와 '블레이크스루'로 두 편 모두 기독교 영화다. '갓 블레스 더 브로큰 로드'는 2017년 북미에서 개봉하여 5.1 평점으로 많은 사랑을 받지 못하였으나 '브레이크스루'는 미국 박스오피스 순위 8위를 차지했다. 상영관이 1,000개 가까이 줄었음에도 34%라는 안정적인 드랍률을 선보인 영화의 주말 성적은 250만 달러, 북미 성적은 3,720만 달러다. 이는 기독교 영화 흥행 순위 15위에 해당하는 금액으로, '아이 캔 온리 이매진'이 북미 8,300만 달러로 해당 랭킹 6위 다음으로 기독교영화로 사랑을 받았다.

한국의 교회 또한 육체와 정신뿐만 아니라 영혼의 위로와 돌봄까지도 의미하는 치료를 필요로 하는 이 시대에 교회가 결코 놓쳐서는 안되는 중요한 사역으로 인식하고 있어야 한다.

---

8) 영화치료의 기초: 이해와 활용. p 5

교회가 세상으로부터 상처 입은 성도들과 세상을 치유하려는 생각은 매우 성경적이다(마 9:35). 그런데 교회와 교회 속 그리스도인 또한 교회로부터 상처입고 치유가 필요한 사람들이기도 하다. 기독교는 삶은 하나님 중심의 체계이다. 하나님은 기독교 영혼치료에서 대화 파트너 이다. 그리고 우리는 항상 역사 한가운데 위치해 있고, 인간이 대화하는 구조 속에 살고 있다. 그 가운데 하나가 상담자와 내담자 구조이다.[9)]

기독교의 영혼돌봄은 공감적 경청과 정서적 인식의 장려, 당황한 내담자를 진정시키는 것, 그리스도 안에서 창조된 자기의 느낌과 하나님, 자기와 이웃에 대한 느낌의 표현의 확증하기, 내담자가 방어적 패턴과 건강하지고 부적절하고 또는 죄가 되는 느낌을 알아내도록 돕고 그리스도의 십자가에 그러한 느낌을 내어놓도록 격려하기 그리고 이웃에 대한 사랑과 하나님께 대한 사랑, 경외 그리고 감사의 느낌을 부추기기이다. 영화는 신속하고 광범위한 보급수단이라든가 대중을 끄는 흡인력 등으로 쉽고, 더 많은 사람들에게 접근할 수 있으므로 그 어떤 매체보다도 사회적으로 중요한 역할을 하고 있으며, 특히 마음속의 심리적 상태를 묘사하는 데 적합하다.

IV.우울증 치료효과를 기대하는 기독교영화의 접근

세계보건기구(WHO)는 '2017년 세계보건의 날'의 슬로건을 "Depression, Let's talk(우울증을 숨기지 말고 터놓고 얘기하자는 뜻)"라고 정할 정도로 가장 흔한 질병이지만 밖으로 얘기하지 못하는 바람에 악화시키는 경향을 갖고 있다. 거기다 WHO는 2030년에는 우울증이 가장 질병 부담이 높은 질환이 될 것이라고 내다볼 만큼 예후도 좋지 않다. 우울증은 가장 흔한 심리적 문제 중 하나로 부정적인 기분을 유발하고, 의욕과 동기를 떨어뜨리는 우울증의 치료방법으로 약물치료, 전기 충격치료, 광선치료 등 여러 가지 물리적 수단이 사용되어 왔다.

심리학자 칼 구스타프 융(Carl Gustav Jung)은 중년기에 필요한 심리적 건강을 유지하는 비결은 인생의 영적 의미와 공동체(Gemeinschaft)에 관심을 가지고 살아가는 것이라고 하며 기독교적 신앙이 중년의 문제를 해결하는데 매우 중요한 역할을 한다고 하였다.[10)]

정서적 위기에 처한 중년 여성의 경우처럼 '갓 블레스 더 브로큰 로드'의 주인공 앰버는 남편을 잃은 슬픔과 남편 없이 혼자서 딸을 키워야 하는 불안과 두려움, 그리고 무기력함에서 오는 좌절로 인해 영적 혼란을 겪는다. 거기다 자신이 살고 있는 집을 지키고 싶었으나 마음과 달리 대출금을 못 갚고 작은집으로 이사를 하게 되며, 남편 집안 대대로 물려받으며 나중에 딸에게 줄 결혼반지마저 전당포에 맡기는 상황까지 가는 경제적 어려운 상황에 처하게 된다.

앰버는 불안으로 인한 대인관계와 일상생활에 어려움을 유발하게 되고 이에 따른 결과로 딸과의 부정적 관계에 놓이게 된다. 앰버는 딸에게 비난과 공격을 일삼고 딸 또한 엄마를 미워하는 가운데 아빠 대신 엄마가 죽었어야 한다는 공격성 발언을 서슴치 않는다. 모녀사이에 지속적인 부정적 사고패턴이 유발되고 악순환의 고리(downward spiral)가 되어 서로 감정을 상하게 하고 기분을 저하시키면서 부정적 사고는 더욱 깊어져 간 결과 딸 브리는 할머니와 살겠다고 한다. 두 모녀는 깨어진 관계 속에서 억압된 공포와 분노, 질투, 불안, 소외감등의 고통을 겪으며 주인공 앰버는 자신을 파괴하고 우울한 상태에 이르게 된다.

---

9) 기독교 상담학. p 15 ~ 19.
10) 중년기 여성 우울증극복을 위한 기독교 상담:Carl G. Jung의 개성화 이론을 중심으로. p 1.

또 다른 영화 '브레이크스루'에서 엄마 조이스 또한 14살인 아들 존이 호수에 빠진 후 27번의 심폐소생술에도 불구하고 깨어나지 못하고 혼수상태에 있자 근심과 걱정에 휩싸이기 시작한다. 조이스는 정신적으로 또는 신체적으로 침울하고 무기력, 긴장, 초조감으로 인해 안절부절 하기도 하며 단절(cut off)되는 느낌을 받는다. 모든 것과 단절된 느낌을 받을 때 남는 것은 의미 없는 자기, 정체성 없는 자기만 남을 뿐임을 영화는 보여준다. 인간은 관계적 존재이다. 인간이 하나님의 형상으로 지어졌다는 것은 무엇보다도 인간이 하나님과의 관계 속에서 지어졌다는 것을 의미하며, 인간이 남자와 여자로 창조되었고 자식을 낳으며 사회를 이루며 살아가도록 지어진 것은 자신 스스로와의 관계를 포함하여 타인과의 관계, 그리고 세상과의 관계 등 인간이 관계를 통해 자신을 인식하고 건강한 삶을 유지하는 것이 중요함을 의미한다. 그러나 다른 어떠한 관계보다 하나님과의 관계가 중요하며 관계에 어려움을 느낄 때 이를 개선하기 위해서는 무엇보다 하나님과의 관계회복이 중요하다.

무서운 공포와 불안과 우울증이 깊어지면 성경을 읽거나 기도를 해도 아무 소용이 없는 듯 하고, 찬양하는 능력도 상실되는 것을 느낄 수 있다. 하나님과의 관계에 문제가 있음을 보여주는 장면들이다. '갓 블레스 더 브로큰 로드'의 앰버 또한 자신의 감정은 원망과 증오와 불신앙으로 뒤덮여 있음을 알 수 있다. 성경적 의미에서 치료의 시작은 하나님과의 관계 복원으로부터 시작한다. 우울증은 심리적이거나 다른 요인도 발병이 될 수 있듯 상실 에서 오는 왜곡된 부정적인 사고(negative thinking)로 인하여 심리적인 괴로움을 겪게 되는데 시련과 시련을 통해 말씀하시는 하나님을 인식하고 감사했을 때 그것은 치료의 광선으로 변하기 시작한다. 진정한 인간회복은 근본적으로 하나님과의 관계의 회복이며, 하나님과의 관계 회복은 자신과의 관계, 타인과의 관계, 그리고 세상과의 관계와 필연적으로 내적인 연관성을 지닌다.

기독교 영화치료(Christian Cinematherapy)의 내담자는 영화 속 다양한 메타포(metaphor)를 이해하고, 영화를 선택할 때 조심스럽게, 분명한 윤리적. 종교적 입장을 가지고 선택하여 보고 읽을 수 있어야 한다. 영화는 감정에 직접적으로 호소하고 인간의 내면까지 침투하여 영혼 깊은 곳을 건드리며 자신을 발견하고 재정립할 수 있도록 돕기 때문이다. 따라서 영화를 볼 때는 치료적 관점뿐만 아니라 분별력도 요구되지만, 감성과 성숙도의 요구에 맞도록 선택해야 한다. 그래서 본 논문에 선택한 영화 '갓 블레스 더 브로큰 로드'와 '브레이크스루'는 신앙의 본질이 무엇인지를 알 수 있도록 하고 우리를 신앙의 깊이를 또한 이해하도록 돕는다는 면에서 의미가 있다. 영화를 통해 우리 자신을 삶을 바라볼 수 있으며 문제의 원인과 치료에 대한 통찰할 수 있도록 의미 있는 이미지와 메시지를 제공받을 수 있다.

기독교 영화치료를 위해 기독교 영화를 활용하는 일은 기독교 신앙이 가정과 교회, 직장 등 삶 전체에 깊이 관여하고 있음을 보다 분명히 보여주기 때문이며 기독교 가치관이 명확히 드러난 영화일수록 내담자의 이해와 공감이 클 수 있는 까닭이다.

'갓 블레스 더 브로큰로드'가 얼마나 철저한 기독교 영화인지는 감독의 면모로부터 먼저 증명이 된다. 이 영화를 연출한 해롤드 크론크 감독은 기독교 변증영화로 널리 알려진 '신은 죽지 않았다'(God's Not Dead, 2015. 1편, 2016. 2편)와 '실버벨'(Silver Bells, 2013)을 통해 현대적이며 대중적인 기독교 영화가 무엇인지를 분명이 드러낸 신앙인이기도 하다.

'갓 블레스 더 브로큰로드' 가 기독교인이면 쉽게 공감할 수 있는 기독교적 가치관을 중심에 놓고 연출된 영화라는 것은 감독의 의도된 연출 속에서 드러난다. 이 영화의 주인공인 아내 앰버의 직업군인인 남편은 아프가니스탄 파견 근무 마감을 몇 주 앞두고 순찰을 하던

중 공격을 받게 된다. 동료인 전우 넬슨을 살리려다 그만 하사인 남편이 죽게 되는 상황이지만 남편은 전사하기 직전 첫 총격 때 파편을 가지고 자신이 만들었던 십자가 목걸이를 주면서 넬슨에게 하나님의 사랑에 대한 유언을 남기고 세상을 떠나가게 된다. 이로 인해 교회를 다니지 않던 넬슨은 하나님을 알게 되고 기독교 신앙을 갖게 된다.

그러나 남편을 기다렸던 앰버는 남편의 죽음에서 오는 상실감에 빠지게 되는데 영화는 관객으로 하여금 그 감정을 거리를 두고 관찰할 수 있도록 해준다. 사랑하는 사람과 헤어지거나 사별할 때, 소중하게 여기던 것을 잃어버릴 때, 건강이나 의욕을 잃을 때, 중년기 여성은 상실에 빠진다. 이러한 심정이 계속되면 우울증 증세가 더욱 심각하게 나타난다. 중요한 것은 남편과의 사별의 슬픔과 경제적인 어려움으로 인해 자신이 우울증에 걸렸다는 사실도 알지 못한 채 혼란스러운 나날을 보내게 된다. 영화는 자신이 미처 깨닫지 못했던 자신의 상태를 깨닫도록 도울 수 있는 것이다.

무기력감은 우울증 증상들 중 하나이다. 대개 무기력은 기분이 가라앉아 아무것도 하지 않으려 하고 자신의 세계에 빠져 있으며, 사회접촉을 꺼린다. 이러한 증상으로 인해 게을러 보이고 자신의 일을 하지 않는 사람으로 비춰지며, 치료나 도움을 받아야 되는 사회 부적응자, 또는 사회의 일탈자라고 생각되기 쉽다. 그러나 우울증에 빠진다는 것은 부정적이고 당혹스럽게 만드는 감정에 빠져들어 감을 뜻한다. 그렇게 하는 것이 잘못인 줄 알면서도 죄의식 때문에 자신을 몰아붙인다.

‘브레이크스루’는 실화를 바탕으로 아내 조이스와 남편 브라이언이 과테말라 선교여행 중 생후 9개월 때 입양한 아들을 사고로 혼수상태에 빠진 뒤 찾아 온 우울증을 신앙 안에서 회복하는 내용을 가지고 있다. 사랑하는 아들을 잃을지 모른다는 절망감 속에서 찾아온 종교적 우울증(영적 우울증)을 겪는 조이스의 면모는 신앙인에게 찾아온 고통을 경험하는 내담자들 자신의 모습을 투사하는 효과를 기대할 수 있다. 즉 이러한 내용들은 비기독교인들에게는 낯설고 이해할 수 없는 것들이지만 기독교 신앙인에게는 익숙하고 공감을 일으키며 무엇보다도 신앙 안에서 바람직한 해결방안을 제시받을 수 있는 유익이 있음을 알 수 있다.

‘갓 블레스 더 브로큰 로드’와 ‘브레이크 스루’를 선택한 이유는 바로 여기에 있다. 현재 한국의 기독교인들 또한 가정과 사회 그리고 교회에서 비롯된 적지 않은 우울과 스트레스로 교회공동체 안에 상처를 안기고 있는 현실을 돌아볼 때 두 영화가 치료적으로 이상적 모델을 제시하고 있기 때문이다.

V. 접근 방법 및 관람 방법

우울증을 치료함에 있어서 무엇보다 중요한 것은 접근 방법이다. 어떤 접근 방법을 취하느냐에 따라 그 치료의 방향과 결론이 달라진다. 특히 기독교 영화치료의 방법은 일반적 접근 방법과 그 방향이 전혀 다르다. 그러나 영화는 어디까지나 영화일 뿐이다. 다만 영화가 담는 세계가 현실성을 획득할 때 비로소 제 기능에 충실할 수 있다. 기독교 영화치료는 기독교인 상담자가 기독교인 내담자에게 기독교세계관 안에서 성장과 치료를 증진시키고 하나님과 관계 안에서 의식 변형에 도움을 줄 수 있는 촉진제로서 기독교 영화를 선정하여 영화를 감상하고, 영화가 갖고 있는 다양한 심리적 속성과 기제를 상담과 심리치료에 적용하는

접근법을 통칭하는 것이다.

중년기 기독교인 여성이 우울증증상이 보일 경우, 또는 우울증에 걸린 사람들은 세상과 자신의 미래를 부정적으로 보기 쉽다. 이들의 부정적인 생각은 왜곡되어 있는 경우가 많기 때문이다. 이를 인지의 왜곡상태라고 하는데, 우울증에 걸린 사람들이 생각하는 편견을 말한다. 이런 생각은 그것이 진실이든 아니든 상관없이 강력한 힘을 발휘한다. 이를 위해 치료적 관점으로 영화를 관람하는 방법을 아는 것은 무엇보다 중요하다고 할 수 있다.

영화는 생동적인 표현력으로 인간의 기쁨과 슬픔을 그리고 시대와 역사를 투영한다. 움직이는 매체(media)를 통해서 인간이 경험하고 상상하는 모든 것을 표현하고자 하는 표현 욕구를 간직해 왔으며 그것이 영화라는 형식으로 실현을 보았다.[11]

그러나 한국교회가 보인 영화에 대한 태도는 대부분 수용자적인 입장에 지나지 않았다. 기독교 신앙의 가치로 평가하여 비판하거나 관람을 권유하는 반응을 보이는 정도에 그쳤을 뿐 교회가 직접 영화를 치료적 접근으로 사용할 생각에는 미치지 못했다. 교회가 영화치료에 직접적인 참여가 많지 않았던 가장 큰 이유는 영화를 감상하고 심리치료에 활용하는 것부터 심리치료의 수단으로 활용하는 치료적 접근방법으로 바라 볼 필요성에 대해 인식하지 못했었다고 봐야 할 것이다.

이러한 영화치료는 관점에 따라 크게 세 가지로 나눌 수 있다. 첫째, 자기조력적 영화치료(Self-help cinema therapy)는 영화치료자의 개입이 없이도 많은 사람들이 영화를 보고 정서적 카타르시스를 경험한다는 점에서 일상적인 영화감상에 가깝다. 상담자의 개입이 없어도 일상에서 많은 사람들이 영화를 보고 정서적 카타르시스를 경험한다. 둘째, 영화만들기 치료(video work cinema therapy)는 영화와 연관된 행위를 입력 혹은 감상하기, 생각하기, 표현하기 등 세 가지 영역으로 나눌 때 표현을 강조하는 것이다. 셋째, 상호작용적 영화치료(interactive cinema therapy)는 영화라는 텍스트를 사이에 두고 영화치료자와 내담자가 서로 의사소통하고 영화를 내담자 삶에 통합시키는 상호작용을 활용하는 것이다. 여기에서는 '어떤 영화를 누구에게 어떻게 보여줄 것인가?'하는 문제를 결정하고 내담자의 문제 해결 능력을 돕고 영화 속의 다양한 메타포(metaphor)를 이해하도록 돕는 영화치료자의 전문적인 능력이 중요하다[12]

영화치료 중 상호작용적 영화치료의 접근방법에는 지시적 접근, 연상적 접근, 정화적 접근이 있다. 상호작용적 영화치료는 상담자와 내담자의 촉진적 관계를 강조한다. 상호작용이라는 개념은 영화라는 텍스트를 사이에 두고 치료자와 내담자가 혹은 내담자와 내담자가 서로 의사소통하고 영화를 내담자의 삶에 통합하는데 도움을 줄 수 있다는 것을 의미한다. 그 가운데서도 지시적 접근(prescriptive way)은 전통적인 상담기법이 적용되는 가운데 내담자의 특성을 고려하여 영화보기와 더불어 내담자의 문제에 대한 인식을 올바르게 함으로써 치유의 효과에 대한 기대가 큰 영화치료 방법이다.[13]

지시적 접근(Prescriptive way)은 비르기트 볼츠(Birgit Woltz)가 영화를 보는 것이 가끔

---

11) 매체(media)라는 용어는 '사이'(between)라는 의미를 가진 라틴어 medius에서 유래된 말로 의사소통을 위해 메시지를 주고받는 송신자와 수신자 사이에서 정보를 전달하는 모든 수단이나 매개물을 말한다. 이태리 시인 필리포마리네티(Filipo Tommaso Marinetti)는 "이 세계에 또 하나의 아름다움이 있다면 그것은 속도의 아름다움이다"라고 했다. 정지되어 있는 것은 모두 침묵시키지만 움직임은 아름다움을 창조한다는 것이다.『영화·애니메이션 시나리오 작가를 위하여』, 영상문학·영상언어. p 36.

12) 영화치료 이론과 실제. p 40~44.

13) 시네마테라피. p 32~37.

유도된 심상과 비슷한 가벼운 최면상태에 빠질 수 있다는 가정을 근거로 한다. 그는 성숙하고 현명한 내면의 부분, 내담자의 문제를 극복하고 긍정적인 특성을 강화하는데 도움이 되는 부분과 접촉하기 위해서는 이러한 접근법이 필요하다고 주장하였다. 이를 위해 영화를 교육적, 지시적 목적으로 사용할 수 있는데 이 접근법에서 영화 보기는 서로 다른 태도와 행동을 선택하고 문제 해결 과정을 학습하는 관찰학습 및 대리학습의 강력한 도구가 될 수 있다. 내담자들은 자신과 유사한 문제가 있는 등장인물들을 지켜봄으로써 좀 더 객관적으로 자신의 문제를 볼 수 있고 실제 상황에 적용할 수 있는 여러 가지 문제해결책을 배운다.

영화를 어떻게 활용할지를 두고 본다면 등장인물의 내면 심리, 등장인물간의 갈등에 초점을 두고 나도 '저 사람처럼 되고싶다' 또는 '저들처럼 노력해 보아야 겠구나' 하는 교육적, 또는 게리 솔로몬(Gary Solomon)의 자기조력적 관점에서 보는 것이 중요하다. 다음은 영화를 볼 때 관심을 두며 관람할 경우 시너지 효과를 낼 수 있는 관람 방법이다.

<표1> 영화를 보는 관점의 차이

비교사항 / 관점	오락적 관람	치유적 관람
초점은?	줄거리(Plot)	인물(Person)
왜? 에 대한 대답	액션(Action)	관계(Relation)
무엇을 얻는가?	흥미(Interest)	통찰(Insight)
중요한 관심사	결과(Result)	과정(Process)
누구를 보는가?	배우(Player)	자신(Self)
무엇을 하는가?	긴장(Strain)	분석(Analysis)
동일시 방법	무의식적, 정서적	의식적, 언어학
기독교적(영성)	세계관 확립	경험, 의식화

인간이 창조 때부터 하나님에게 지음받은 초자연적인 것으로 기독교 영성(Christian Spirituality)은 인간의 관계형성능력이며, 그 관계의 대상은 감각현상을 초월하는 존재이며 이 관계는 자신의 노력과는 별개의 것으로 감각세계를 초월하는 확장된 의식을 우리에게 부여하며, 그 관계의 경험은 역사적인 상황 속에서 구체적인 삶의 본질을 찾으며 세계 속에서 창조적인 행위를 결단하여 초월과의 관계경험이 구체적인 행동으로 표현되도록 하는 것이다.[14]

영성(Spirituality)은 일반적으로 어떤 정신이나 가르침을 소유하며, 자신이 참 또는 진리라고 확신하는 일을 좇아서 살아간다는 것을 의미하는데 인간의 영성(Spirituality)은 사랑과 해방의 성령과 더 친밀한 관계를 누리는 것으로 이 관계의 질적 수준이 어떠한 가에 따라 개인의 삶의 원동력인 핵을 발견하고 다른 차원에서 얼마나 활기차고 사랑 넘치게 살아가는가 하는 것이 궁극적인 영향을 받게 된다.[15] 그래서 기독교인에게 영적 영역인 영성은 가장 중요한 부분이다. 그러므로 기존의 영화를 보는 관점의 차이에서 기독교 영화치료의 영화를 보는 관점을 추가하여 자신과 공동체 안에서 기독교 세계관 확립으로 인하여 영적 안녕과 전인적 건강으로 하나님과의 친밀한 관계의 경험을 의식화 하여 자신의 '인지적 틀(cognitive frame)'을 볼 수 있도록 하고, '위로와 심리적 위안(psychological support)'을 주

14) 전인건강과 영성상담. p 25.
15) 영적 안녕과 전인건강을 위한 기독교 집단상담 프로그램의 개발 및 효과. p 22.

며, '문제 해결력(problem solving)'을 할 수 있도록 한다.

이 논문의 현실적 적용은 '갓 블레스 더 브로큰 로드'와 '브레이크 스루' 두 영화를 관람함으로써 주인공의 행동을 자신의 행동과 비교하고 자신의 행동에 대한 반성과 새로운 인지적 해석을 할 수 있다는 데 주목한다. 중년의 우울한 여성은 영화를 관람하면서 자신의 역할에 대해 객관적으로 볼 수 있고, 자신과 비슷하지만 동일하지는 않은 주인공을 보며 자신의 문제에서 충분히 떨어져 있을 수 있다. 특히 기독교 영화치료자가 영화를 함께 보는 우울한 중년여성에게 동일시보다는 탈동일시를 유도하면서 영화를 보고 있다는 자각을 심어줄 때는 이러한 심리적 거리가 쉽게 확보될 것이다. 그러나 영화를 방어기제로 삼아서 영화이야기만을 하도록 내버려 두지 않을 것이 중요 하다.

영화는 참가자에게 그들은 혼자가 아니라는 것을 가르쳐 줄 힘을 가지고 있고, 편한 감각을 제공하여 참가자들을 도울 수 있다. 참가자들은 그들의 지각에 도전 또는 확인하는 방법을 통하여 그들이 갖고 있는 비슷한 문제를 다른 사람들이 해결하는 것을 경험한다. 아울러 영화는 새로운 생각을 부추기고, 부정저거 사고방식을 개선하도록 자극하며, 영화 관객은 극중 인물의 행동을 기준으로 하여 무엇이 되어야 할지와 무엇이 되지 말아야 할지를 배울 수 있게 된다. 즉, 사실적인 관찰이 대안적인 해석과 이를 통한 긍정적인 변화를 촉진하는 것이다.

VI.결론-기독교영화라는 우울증 치료에 대한 기대

많은 사람들이 영화관에서 삶의 의미를 반추하는 일들이 일어나고 있다. 로버트 존스톤(Robert Johnston)는 하나님께서는 영화를 통해서도 말씀하신다고 하였고, 사회학자 조지 바나(George Barna)는 현재 성인의 20%가 미디어와 예술, 문화를 통해 영적 체험을 하고 있으며 2025년경에는 35%로 늘어날 것으로 전망하였다. 어떤 사람들에게는 영화가 일종의 계시 같은 역할을 하고 그들에게 하나님은 계시를 통해, 특별히 성경 말씀을 통해 교회 안에서만 말씀하실 뿐 아니라 영화를 통해서도 말씀하신다. 영화는 하나님께서 만드신 창조질서에 속하는 하나님의 말씀이라고 할 수 있다.

기독교영화치료는 기독교세계관에 입각한 인간이해에 그 기초를 두고 창조와 타락 그리고 구속 이라는 기본적인 성경의 패러다임으로 기독교가치관을 가지고 내담자를 맞이할 수 있는 근본 자세를 갖추어야 한다.[16] 그리고 기독교영화치료자는 기독교적 인간이해와 하나님 중심의 영성을 기초로 하여 내담자의 전인건강과 영성증진을 도모할 수 있는 다양한 측면에서 내담자에게 실제적이고 효과적인 도움을 줄 수 있어야 한다. 그러므로 기독교 영화치료 상담자는 영화선택에 있어서도 일반 상담자와 달리 성경적 의미를 생성시킬 수 있는 영화를 선택할 필요가 있다.

영화치료는 독서치료보다 시간이 절약되고, 더 대중적인 매체이며, 관람하기 쉽다는 면에서 다양한 사람들이 상담에 접근할 수 있게 해준다. 일단 아무리 길어도 2시간이면 관람이 충분하므로 문자 해독력이 약하거나 지능이 낮은 환자나 아동·청소년도 접근하기 쉽다. 그러나 우울증으로 인한 고통과 위기극복을 위한 회복에 관한 기독교영화가 많지도 않거니와 또한 아직은 기독교 영화에 대한 치료적인 학술적 논의와 연구가 이루어지지 못하고 있는

16) 기독교영화치유의 이해와 전망. p 83.

실정에서 중년기 우울증치료에 기독교 영화를 활용하여 기독교영화치료에 대한 연구는 시기상조인 것처럼 보이기도 한다. 그러나 영화가 세상을 보는 거울이라면 영화치료는 영혼에 놓는 주사라고 스튜어트 피쇼프(Stuart P. Fischoff)가 말한 바 있듯이 21세기 현대사회는 미디어로 둘러싸인 사회이며, 21세기에 기독교영화치료는 새로운 미디어 치료로서 많은 가능성을 갖고 있는 것 또한 사실이다.

많은 기독교인들은 위로하려는 노력 속에서 '신이 그 공허감을 매울 것이다'라도 말한다. 대신 우리는 그 공허감은 결코 메워지지 않지만 신은 그 공허감을 견딜 수 있는 것으로 만들어준다는 것을 발견했다. 에버레트 쿠프(C. Everett Koop)의 가족들은 애도 속에서 어떤 선의를 가진 상담자들이 깨닫지 못한 것을 발견했다. 슬퍼하는 사람들은 말하기 위해 온 사람들로부터 그럴싸한 대답을 기대하지 않는다. 대신 슬픔에 찬 사람들은 이해, 새로운 확신, 그리고 들어줄 수 있는 민감한 사람들과의 만남을 필요로 한다. [17]

인생은 고통과 아픔의 연속이기 때문에 위로를 필요로 하지 않는 사람은 없다. 하나님은 위로의 원천이시고 환난 중에서 위로 하신다. 하나님은 단순히 멀리서 우리를 감사하고 계시는 분이 아니다. 하나님은 우리 곁에 계셔서, 우리와 함께 걸으시고, 동행하시며 우리의 필요를 돌보아주신다, 상담 사역에서 또한 위로의 사역과 무관하지 않다. **위로**(comfort, consolation)는 '괴로움을 씻어주고 마음을 즐겁게 하는 일', '낙심하고 절망한 자를 긍휼히 여기며 그 마음에 새 힘을 주고 격려하는 것'을 뜻한다(대하 32:6). 참된 위로는 위로의 근원이신 하나님께서 친히 제공하신다(욥 15:11; 시 86:17).

'갓 블레스 더 브로큰 로드'와 '브레이크 스루'에서 앰버와 조이스를 하나님께서 친히 위로하신 것처럼 말이다. 기독교인들은 각신자의 삶 속에서 성령이 초자연적인 위로와 평화를 준다고 믿고 있다. 이것은 이전에 신앙으로부터 멀어져갔거나 불가지론자라고 주장하는 사람들에게조차도 사실 일 수 있다. 많은 사람들이 신에 대한 믿음과 신앙 공동체로부터 오는 위로 발견했다. 그러므로 종교적인 믿음이 우울증과 가족들로 하여금 치명적인 질병을 극복하게 하고, 죽음이 유족들에게 안겨준 최초의 고통을 완화시키며, 또한 사람들로 하여금 그들의 상실을 잘 다루고 애도 과정을 촉진시키도록 돕는다는 풍부한 증거들이 있다. 그러므로 우울한 중년기 여성의 기독교인으로 회복을 위해서는 지속적인 영적생활을 위해 끊임없는 기도와 더불어 하나님께 도달함으로써 예수 그리스도의 영 안에서 살아가는 삶이 되어야 한다.

17) 뉴 크리스천 카운슬링. p 520.

참고문헌

강연정(2006). 전인건강과 영성상담. 한국기독교상담학회. 11. p 9-36.

강연정(2007). 영적안녕과 전인건강증진을 위한 기독교 집단상담 프로그램의 개발 및 효과. 한국기독교상담학회. 5. p 13-43.

강진구(2012). 기독교영화치유의 이해와 전망. 제15회 한국기독교심리상담학회 p 77~92.

강진구(2015). 기독교영화치료를 위한 힐링 영화의 이해 -심야식당과 카모메식당을 중심으로. 기독교학문학회 추계학술대회.

강용원(2014).『통전적 기독교교육과 상담사역』. 서울: 기독한교.

김성민(2001).『분석심리학과 기독교』. 서울. 학지사.

김용태(2006).『통합의 관점에서 본 기독교 상담학』. 서울: 학지사.

김은하. 김은지. 방미나. 배정우. 이승수. 조원국. 주순희(2016).『영화치료의 기초: 이해와 활용』. 서울: 박영story.

박권주(2009). 중년기 교회 여성의 우울증에 대한 기독교 교육적 접근에 관한 연구. 장로회신학대학교 석사논문.

박한철·강진구(2002).『감성세대의 영화읽기』. 서울: 예영커뮤니케이션.

심영섭(2011).『영화치료 이론과 실제』. 서울: 학지사.

윤서영. 장성만(2019). 성별에 따른 우울증 양상과 신경전달물질의 차이. 생물치료정신의학 제 25권 제1호. p 5-10.

최재원(2006). 중년기 여성 우울증극복을 위한 기독교 상담:Carl G. Jung의 개성화 이론을 중심으로. 계명대학교 박사논문.

황선길(2009).『영화·애니메이션 시나리오 작가를 위하여 영상문학·영상언어』. 서울: 시그마프레스.

Collins, G. R.(2008). *New Christian Counseling.*『뉴 크리스천 카운슬링』(한국기독교상담 심리치료학회 역). 서울: 두란노.

Eric L. Johnson(2012).『기독교심리학』(전요섭 역). 서울: 기독교문서선교회.

Gerald G. May(2006).『영성 지도와 상담』(노종문 역). 서울: 한국기독교학생회출판부. 서울: IVP.

Johnston R. K(2003). *Reel Spirituality: theology and film in dialogue.*『영화와 영성』(전의우 역). 서울: IVP.

Marsh, C. & Ortiz G. W.(2007). *Exploration in Theology and Film.*『영화관에서 만나는 기독교영성』(김도훈 역). 파주: 살림.

Tatum, W. B.(2004). *Jesus at the Movie A guide to the first hundred years.*『예수영화 100년』(승현민, 김형규, 조준희, 조원희, 정지호 역). 서울: 백림출판사.

Woltz, B.(2006). *E-Motion Picture Magic.*『시네마테라피』(심영섭, 김준형역). 서울: 을유문화사.