

온라인 게임 과다 사용자의 실존적 공허감 치료를 위한 기독교 상담적 연구: 빅터 프랭클의 의미요법을 중심으로*

**A Study of Christian Counseling Study for Intervening Existential
Emptiness of On-line Game Overusers:
based on V. Frankl's Logotherapy**

심정연 (Jung Yeon Shim)**

ABSTRACT

The purpose of this research is to explore existential emptiness of online game overusers and suggest Christian counseling therapeutic ideas to Christian counseling based on V. Frankl's logotherapy. First, this study focuses on emptiness of online game overusers, and uniqueness of V. Frankl's logotherapy. The study explored the causes and healing processes of emptiness from a biblical point of view based on Ecclesiastes.

The results of this research are as follows. The existential emptiness of online game overusers is a key emotion that triggers a vicious cycle of addiction. Online game overusers who experience emptiness live as false identities in virtual worlds that grow the gap between virtual and real worlds. The emptiness of online game overusers is caused by depravity and idolatry, and will be restored by fear and obedience of God, understanding the biblical reality and discovering the meaning of life in Christ. Based on this biblical view, people can create some meaning in the pursuit of creation, love and attitude values, but ultimately, it is inevitable to create a new meaning in Christ because depravity prevents people from forming a whole meaning. At the same time, there is a limit to self-transcendence, and the self-transcendence of Christians is possible not by their own power, but by the power of God and the Holy Spirit. Finally, this study proposes to form meaning within the God of creating meaning, to do creative work as the image of God, to embrace emptiness, to repent idolatry connected to emptiness, to avoid self-concentration and excessive reflection, and to restore the identity of the Christian from the false self.

Key words : Online game overuse, Frankl's logotherapy, Ecclesiastes, Christian counseling, Emptiness.

* 2019년 01월 31일 접수, 05월 18일 최종수정, 05월 24일 게재확정

** 안양대학교(Anyang University) 교수, 경기도 안양시 만안구 삼덕로 37번길 22, jungyeonshim@gmail.com.

1. 서론

온라인 게임 과다 사용은 전체 인구의 30% 가까이 되는 스마트폰 중독의 하나이자, 7%가 되는 인터넷 중독의 하나로,² 온라인 게임 과다 사용자의 과도한 가상세계 몰입으로 인해 현실 감각을 상실하고, 학교생활과 대인관계에 문제가 발생하는 등의 일상생활 장애가 나타난다(권정혜 2005; 윤미선·이영옥, 2005; 김현우·백지숙, 2011).

온라인 게임 과다 사용과 긴밀하게 연관된 정서들로 공허감, 외로움, 우울 등이 주목받고 있다(박부환, 김병영, 장은정, 2013:88; Lemmens et al., 2011; Ceyhan & Ceyhan, 2008). 특히 온라인 게임 과다 사용자가 경험하는 무의미, 공허감은 게임 몰입을 촉진한다(박부환 등, 2013; Chiu et al., 2004). 공허한 개인은 공허감을 잊기 위해 온라인 게임에 몰입 하지만, 게임 후 다시 공허해진다. 공허함을 잊기 위해 게임에 다시 몰입하여 악순환이 된다(박부환 등, 2013).

지금까지 온라인 게임 과다 사용 치료를 위해 인지 행동 치료, 이야기 치료, 가족치료 등이 실행되어 왔지만(이형초·안창일, 2002; Graham, 2014; Han et al., 2012; King et al., 2010), 게임 과다 사용자의 핵심 감정 중 하나인 공허감을 전문적으로 다루고 해결하기에는 너무나 부족했다. 공허감을 치유하기 위해서는 증상에 대한 치료를 넘어 공허감의 근본 원인인 의미의 결핍을 다루어야 하기 때문이다(Frankl, 1967). 의미 결핍을 다루기 위해 기존의 연구들은 의미 형성에 주목했다. 개인은 자신들의 경험의 인과관계를 고찰하면서, 사건과 관계들이 연결될 때 의미를 발견한다(Baumeister, 1991; Taylor, 1983). 형성된 의미는 삶의 주요 해석 틀로서 작용한다. 동시에 의미는 중요한 가치를 실현하고, 문제의 몰입에서 벗어날 때 형성된다(Frankl, 1967).

약물, 알코올과 같은 타 중독자들은 의미 형성을 통해 공허감의 회복과 더불어 중독 회복을 경험했다(Somov, 2007; Thompson, 2012). 그 중 의미 형성 촉진의 대표적 기법인 의미요법을 통해 중독자들은 삶의 의미를 찾아 중독에서 벗어나게 되었다(오세근, 2002; Suwanphahu, Tuicomepee, Kaemkate, 2016; Wadsworth, 1992). 중독자의 공허감 회복에 의미 형성을 촉진하는 의미요법의 효과가 확인되는 대도 불구하고, 온라인 게임 과다 사용자의 공허감에 대한 의미요법 개입 연구는 부재하다. 더 나아가 기독교 상담 관점에서 공허감을 개입할 때, 온라인 게임 과다 사용자들의 독특한 공허감을 성경적으로 이해하고, 동시에 의미 형성에 대한 성경적 관점을 고찰하여 공허함에 대한 기독교 상담 방안을 고안할 필요가 있다. 기존에 알코올 중독에 기독교 의미요법을 실행하여 알코올 중독 회복을 확인한 연구는 있었지만(오세근, 2002), 온라인 게임 과다 사용의 특징을 고려하고, 무엇보다 성경적 관점에서 의미요법을 평가하여 개입한 연구는 없었다.

2) 박호수 외.(2013). 2013년 인터넷 중독 실태조사. 미래창조과학부, 한국정보화진흥원.; 최두진 외. (2018). 2017년 스마트폰 과의존 실태조사. 과학기술정보통신부, 한국정보화진흥원.

이에 본 연구는 온라인 게임 과다 사용자의 공허감 치료를 위한 기독교 상담 개입을 위해, 온라인 게임 과다 사용자가 지니는 공허감을 성경적으로 이해하고, 공허감 치료에 대표적인 의미요법을 기독교 상담적 관점에서 고찰하고자 한다. 본 연구는 추후 온라인 게임 과다 사용자의 의미 형성을 돕는 기독교 상담 개발에 중요한 기반 자료가 될 것이다.

이를 위해 먼저 온라인 게임 과다 사용의 원인으로 공허감을 언급한다. 그리고 온라인 게임 과다 사용자의 공허감과 의미 상실에 대한 프랭클의 의미요법 이론을 고찰한 후, 성경적 관점으로 게임 과다 사용자의 공허감과 의미 형성에 대해 고찰한다. 이를 기반으로 프랭클의 이론에 대한 기독교적 평가를 실행한다. 마지막으로 온라인 게임 과다 사용자의 공허감 치료를 위한 기독교 상담의 접근 방안을 제시하고자 한다.

II. 온라인 게임 과다 사용의 원인으로 공허감

온라인 게임 과다 사용은 온라인 게임에 대한 강박적인 집착, 게임을 끊을 경우 분노나 불안을 경험하는 금단, 예전보다 현저히 많은 시간을 해야 같은 자극을 경험하는 내성이 특징이다(Young & Abreu, 2013). 또한 게임 과다 사용자는 부정적 정서를 회피하고, 현실의 어려움에서 도피하기 위해 게임을 하는데, 결국 과다하게 게임을 하여 통제력을 상실한다.³ 게임 참여자들은 게임을 통해 성취감을 경험하고, 관계 만족과 몰입의 욕구를 충족하길 원한다. 이는 과도한 게임 몰두로 연결된다. 이들은 게임 안에서 레벨을 높이거나, 게임 안의 팀 활동에 참여하며, 현금과 같이 쓰일 수 있는 아이템을 획득함으로써 성취를 경험한다. 또한 자신을 반영하고 대표하는 아바타를 선정하고, 아바타를 통해 새로운 자아를 형성한다. 이들은 새로운 가상의 자아로 의사소통하면서 가상세계 안에서의 관계에 몰입한다(Yee, 2006a; Yee, 2006b; Young & Abreu, 2013).

게임 과다 사용자는 가상세계에 몰두할 때, 현실과 점점 멀어진다. 이들은 현실 과업에 몰입하고 성취하는데서 오는 삶의 의미를 경험할 기회를 상실해가고, 궁극적으로는 삶의 공허감을 겪는다(Frankl, 1967). 인간은 자신의 삶의 주요 가치와 의미를 상실할 때 자아의 존재가 위협받는다라고 인식하여 공허감을 경험하기 때문이다(May, 2009).

공허감은 알코올과 약물 중독 등 다양한 중독의 촉진요인으로 확인되는데(Frankl, 2006; Wadsworth, 1992), 그 중 온라인 게임의 과다사용을 촉진하는 핵심 감정으로 확인되어 왔다. 박부환

3) 인터넷 게임 중독은 공식 진단명으로 확정되지는 않았지만, 미국 심리학회(APA; American Psychiatric Association)가 추가 연구를 통해 병명으로 결정할지 여부를 고려하고 있는 증상이다. 본 연구는 온라인 게임 과다 사용자라고 명명하였다; American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 5th edition, VA: American Psychiatric Publishing.

등(2013)은 온라인 게임 중독과정에 대한 현상학적 연구에서, 공허감이 온라인 게임 중독의 과정을 촉진시키는 주요 감정임을 확인했다. 온라인 게임 중독이 높은 그룹은 정상 그룹에 비해 공허감을 높게 경험하고 있었다(Chiu, Lee & Huang, 2004). 또한 온라인 게임 중독이 심할수록 중독자가 느끼는 삶의 의미는 감소한다(김종재·강순화, 2012).

이런 중독자들의 공허감은 의미 결핍에 기인하기에(Frankl, 1967), 기존 연구들은 치료를 위해 중독자의 의미 형성을 촉진시켜왔고, 그 중 대표적인 치료가 의미요법이다(Frankl, 2006). 웨드워스(Wadsworth, 1992)는 의미요법을 약물 중독 사람들에게 적용하여, 내적인 공허감과 고통을 완화시키는 중독 회복을 제시했다. 의미요법은 자기 수용과 이해, 성공적인 회복에 대한 소망적인 기대를 증진시키고, 실제 자신의 신념과 사고, 행동에 대해 책임 지는 과정을 촉진시킨다. 수완파우 등(Suwanphahu et al., 2016)은 약물 중독이 있는 비행청소년들을 대상으로 의미요법을 시행하여 효과성을 검증했다. 이들은 몸과 마음, 사회적 영적 균형을 이루는 행복감과 삶의 만족감을 기반으로 효과성을 측정하였다. 90분간 세션을 8주 진행하고, 1주, 4주, 8주, 12주의 그룹을 비교한 결과, 의미요법을 시행한 후에 집단의 행복감, 삶의 만족감이 증진되었다. 약물 중독이 있는 비행 청소년들은 의미요법 기간 동안 그들의 삶에서 일어나는 일들을 수용하고, 그 안에서 가치와 의미를 발견했다. 궁극적으로 그들은 약물 사용 없이 스스로의 가치를 발견했기에, 약물을 사용하지 않을 계획을 수립하고, 실행할 수 있었다. 오세근(2002)은 의미치료를 목회 상담 차원에서 알코올 중독 내담자들에게 적용하여 진행하였고, 알코올 중독자의 알코올 남용 정도가 줄었음을 확인했다.

이렇게 의미요법이 중독자의 행복감과 삶의 만족감 증진을 통해 공허감을 치료하여, 중독에서 벗어나는데 기여하는데도 불구하고, 온라인 게임 중독자의 공허감의 독특성을 고려하고, 성경적 관점에서 공허감을 이해하여 적용한 의미요법 고찰 연구는 부재하다. 이에 본 연구는 온라인 게임 과다 사용자가 지닌 독특한 의미상실로 인한 공허감을 탐색하고, 공허감 치료를 위한 기독교 상담에의 적용점을 고찰하고자 한다.

III. 온라인 게임 과다 사용자의 의미 상실에 대한 빅터 프랭클(V. Frankl) 이론의 고찰

온라인 게임 과다 사용자의 특징인 공허감을 극복하기 위해 프랭클의 의미요법을 살펴보기에 앞서, 먼저 의미의 정의에 대해 살펴보고자 한다. 의미는 사물과 사건, 원인과 결과들의 관계가 새로 재편되어 인지적으로 연결될 때 형성된다(Baumeister, 1991). 한 개인은 일상의 사건들과 삶의 주제들을 이해하기 위해 사건의 원인에 대해 질문하고, 사건이 삶에 어떤 의미를 갖는지 고민하는데, 이 과정에서

‘의미’가 형성된다(Taylor, 1983). 이런 삶의 질문들과 답을 찾아가는 과정에서 얻어지는 의미는 개인이 자신의 존재와 삶을 해석하고 이해하는 틀이 된다. 이런 해석 틀로서 의미를 발견하고 형성하는데 실패한 개인은 공허감을 경험할 수 있다. 앞서 언급한 것처럼, 이런 공허감 치료를 위한 의미 형성을 주목하는 프랭클의 의미 요법 이론을 살펴본다.

1. 삶의 동기로서의 의미 추구

프랭클은 ‘의미에의 의지(Will to Meaning)’가 삶의 가장 근본적인 동기라고 설명한다. 인간은 자신이 처한 상황과 에피소드들에서 끊임없이 의미를 찾아가는 존재라는 것이다. 인간은 의미를 추구할 때, 인간 실존의 핵심인 자기 초월을 경험하며 자기를 실현한다(Frankl, 1967). 그에게 자기실현은 쾌락이나 권력을 추구하면서 얻어지는 것이 아니라, 인생의 의미 즉 자신을 초월한 위대한 사상이나 명분에 자신을 동일시할 때 이뤄진 결과물이다.

프랭클은 의지에의 자유(Freedom of will), 즉 상황과 상관 없이 태도를 취할 수 있는 자유를 강조했다. 인간은 다양한 환경과 상황 가운데서, 자신의 태도를 선택할 수 있는 자유를 갖는다. 그러므로 프랭클(Frankl, 2006)은 인간이 자신에게 거리를 두고 자신을 살필 수 있는 자기 이탈 능력을 통해 상황과 무관한 태도를 취하는 자유를 갖길 권면한다. 자기 이탈 능력은 앞으로 살펴볼 의미요법의 핵심 중 하나인 역설적 의도 기법과 연계되어 그의 이론에서 핵심적으로 다뤄진다.

2. 공허감의 원인

프랭클이 주목했던 실존적 공허(existential vacuum)는 정신적 공허감으로 무의미감을 포함한다. 프랭클(1967)은 실존적 공허의 원인을 세 가지로 정리하였다. 첫째, 실존적 공허는 의미를 추구하는 욕구가 좌절된 실존적 욕구 불만(existential frustration)에서 기인된다. 인간은 의미를 추구하는 존재이기 때문에 삶의 의미를 상실할 경우, 존재론적인 허무감을 경험한다. 예를 들어 질병에 걸린 사람이 자신의 고통스러운 상황에 대한 ‘의미’를 찾지 못할 때 육체적 고통 뿐 아니라 실존적 공허를 경험한다. 사람들은 흔히 ‘이런 상황이 나에게 왜 일어났을까?’라는 의문을 가지며 지속적으로 ‘왜’의 질문을 따라가고 자신만의 ‘의미’를 찾고자한다. 하지만 그 의미를 찾지 못할 때, 혼란과 공허감에 빠진다. 둘째, 방향성을 상실할 때, 실존적 공허를 경험한다. 본능과 전통을 기반으로 삶의 방향성을 찾아온 개인은 본능과 전통이 혼란스러워져 방향성을 상실했을 때, 공허감을 겪는다. 즉 기존의 자신이 삶의 목표와 방향으로 여겼던 기준들이 흔들릴 때, 공허감을 겪는 것이다. 공허감을 겪는 개인은 주체성을 상실하고, 타인에게 의존적이 되며, 타인의 의사를 맹목적으로 따라가는 성향을 보이기도 한다. 마지막으로 건강한 긴장이 결여될 때, 실존적 공허가 발생한다. 무기력함을 포함하는 실존적 공허감은 약물 중독, 자살, 우울증과도 깊은 관련이 있다. 삶의 의미를 추구하고자 하는 욕구가 충족되지 않고, 방향

성을 상실하며, 무기력한 모습은 온라인 게임 중독자들에게 흔히 보이는 현상들이다(박부환 등, 2013; Chiu et al., 2004).

실존적 공허감을 극복하기 위해 개인은 재물, 권력 등으로 자신을 채우며, 거짓자아에 몰두하여 자기를 위장한다. 재물, 권력 뿐 아니라 현실이 아닌 약물의 환각상태 안에서 의미를 추구하는 것은 현실의 진정한 자아를 찾고, 의미를 발견하는 것을 방해한다(Frankl, 1975). 자기 위장을 한 개인의 모습들은 익명성과 비밀이 보장되고 거짓자아를 표현할 수 있는 온라인 상에서 자주 보고되며, 이들은 궁극적으로는 공허감을 경험한다(Didelot et al., 2012). 게임 참여자는 가상 세계 안에서 아바타를 통해 자신을 표현한다. 이들은 아바타로 새로운 자아를 만들어 타인과 관계를 맺는다(Yee, 2006a: 772-774; Yee, 2006b; Billieux, 2013; Hsu et al., 2009). 이런 아바타를 통해 개인은 가상세계에서 자신의 이상적 자아의 모습을 구현하기 때문에, 실제 현실 자아와 괴리가 나타난다. 디들로 등(Didelot et al., 2012)은 중독자가 자신이 원하는 모습으로 가상 캐릭터를 꾸미지만 현실의 자신에게는 무관심하고 꾸미지 않는다는 것을 밝혔다. 자신의 내면이 공허하거나, 자기 자신이 수치스럽다고 느낄수록, 중독자들은 현실의 자신으로부터 도피하여 가상세계의 자아에 몰입한다. 이는 현실의 나와 가상세계의 이상적인 나 사이의 괴리를 지속적으로 증가시켜 공허감을 경험하는 악순환으로 이어진다.

3. 의미 형성을 위한 세 가지 기본 가치

이와 같은 실존적 공허감을 회복시키기 위해 프랭클(Frankl, 1986)은 삶의 의미를 구성하는 세 가지 기본 가치를 제시하며, 이 가치들의 실현을 통해 삶의 의미를 형성할 수 있다고 설명한다. 첫 번째는 창조적 가치로, 개인은 창조활동을 할 때 삶의 의미를 형성한다. 이 과정에서는 창조 활동의 내용 즉 무엇을 하는가 보다, 활동의 태도 즉 실제 어떻게 그 일을 하고 있는가가 중요하다. 창조 활동 자체의 가치를 인식하고, 사명으로서의 창조 활동을 이해하는 것이 필요하다. 두 번째는 경험에서 나오는 체험가치이다. 자연의 아름다움을 경험하거나, 누군가를 만나 사랑하고, 대인 관계에서의 즐거움을 체험할 때, 삶의 의미를 발견한다. 사람들은 아름다운 음악을 듣고, 자연 환경을 바라보면서 생애 의미를 찾기도 한다.

마지막은 태도 가치이다. 이 가치는 개인이 비록 자신의 생명이 유한함을 알면서도 삶에 대해 취하는 태도를 선택할 수 있는 자유를 의미한다. 인간은 창조적 가치와 체험 가치를 상실해도, 삶에 대한 태도의 자유를 갖기에, 태도 가치는 악조건에서도 의미를 형성하는 주요 요소이다. 인간 실존은 어떤 상황에서도 삶의 의미를 발견하고 조성할 수 있다. 인생의 각 상황은 개인에게 자신의 가치, 즉 창조, 체험, 태도 가치를 실현할 수 있는 기회를 제공하기에, 개인은 모든 상황에서 의미를 발견하고 추구할 수 있다(Frankl, 2002; 2006).

4. 의미 회복을 위한 기법들

프랭클이 언급한 실존적 공허와 의미 형성을 위한 주요 가치들의 실현은 온라인 게임 과다 사용자의 회복을 위한 아이디어를 제공한다. 동시에 프랭클이 언급한 두 가지 치료법을 고찰해본다. 의미요법은 역설적 의도(paradoxical intention)와 반성찰법(dereflection)의 치료법이 있다(Frankl, 2006). 역설적 의도는 공포증이나 강박증 내담자들이 자신의 공포와 고통에 대해 관찰자 입장으로 유머 있게 이해하도록 하는 방법이다. 유머스럽게 고통을 인식하는 것은 개인이 고통을 겪는 자신과 분리되도록 돕는다. 특히 특정 공포 상황을 두려워하는 사람에게 특정 공포상황을 과도하게 상상하도록 하여 특정 행동에 대한 두려움을 감소시켜 주는 것이다. 또한 개인의 유머감각은 자신과 거리를 둘 수 있게 만들기 때문에 자기 초월을 가능하게 한다. 즉 근경에 처한 자신과 거리를 두고 이해하게 된다(Frankl, 1967). 두 번째 반성찰법은 과도한 반성(hyper-reflection)에서 벗어나는 것이다(Frankl, 1975). 반성의 제거를 통해 불필요한 반성을 방지해 주고, 자기 몰입에서 벗어나게 돕는다. 웰터는 프랭클의 반성찰법의 중요성을 강조하면서, 지금까지 과도하게 몰입한 자기 성찰로 인해 내담자는 자신의 '문제'에만 초점을 맞출 위험이 있다고 경고한다(Welter, 2002). 상담자는 고통을 호소하는 내담자에게 집중하고 공감해야 하지만, 궁극적으로 계속 문제에만 몰입하지 않고, 내담자가 자기 자신의 문제와 '거리 두기'를 하는 '탈성찰 과정'으로 이끌어야 한다.

Welter는 반성찰법에서 벗어나는 예시로 매일 2-3시간 과거의 일을 회상하고, 프랑스어 회화를 배우지 못했던 것을 후회하며 우울해지는 여성의 예를 들었다. 그녀는 상담자의 제안으로 프랑스어 회화를 다시 배우기 시작했는데, 상담자는 그녀가 회화 공부의 집중력이 떨어질 때, 지속적으로 과거에 있었던 일들에 대해 과도하게 몰입하여 우울해지는 것을 발견했다. 상담자는 그녀가 프랑스어 회화 테이프를 사서 연습하는 현재의 의미 있는 활동에 집중하도록 도움으로써, 과거로의 과도한 성찰에서 벗어나도록 도왔다. 그녀는 오랫동안 원했던 프랑스어 회화 연습을 하였기에 깊은 성취감을 느꼈으며, 가치 있다고 여기는 일에 집중함으로써 자신의 과거를 회상하여 우울해지는 집착을 버리고 과도한 자기 몰입에서 벗어날 수 있었다. 이뿐 아니라, 자기 몰입이 아닌 타인에게 집중할 때, 자기 몰입에서 벗어나 현재를 경험하고 즐길 수 있다는 것을 발견하였다.

IV. 의미요법에 대한 성경적 관점

이와 같이 프랭클의 의미요법은 온라인 게임 과다 사용자의 게임 몰입이 의미 상실과 연관되며, 창조적, 경험적, 태도적 가치를 통해 다양하게 의미 구현이 될 수 있다는 아이디어를 제공한다. 또한 가

상세계에서의 몰입과 아바타(가상세계의 자신)와의 동일시가 공허감을 증가시키는 과정에 대한 통찰을 제공한다. 그러나 그에 반해 기독교적인 의미 치료를 구축하기 위해 궁극적인 이론의 전제와 내용에서 성경적인 고찰이 필요하다. 이를 위해 성경에서 말하는 공허감의 원인과 치료 과정에 대해 살펴본다.

1. 프랭클의 실존적 공허감에 대한 성경적 이해

프랭클(Frankl, 1967)은 인간의 공허감이 의미에의 의지가 좌절되었기 때문에 발생한다고 본다. 그러나 성경적 관점에서 온라인 게임 과다 사용자의 공허감은 궁극적으로 타락과 이상숭배의 결과로 일어난다.

(1) 공허감의 원인

첫 번째로 온라인 게임 과다 사용자의 공허감은 타락한 인간이 겪는 실존의 문제이다. 전도서는 타락으로 인한 인간의 비극적인 현실로서 공허감을 강조한다. 전도서 1장 2절에서 ‘헛되도다’에 해당하는 히브리어 ‘헤벨’(הבל)은 ‘호흡’, ‘바람’을 의미하는 명사로, 가치 없고 호흡과 바람과 같이 잡을 수 없는 헛됨을 의미한다. 공허감은 죽음이라는 비극을 맞이하는 유한한 인간의 존재와 미래에 대해 알지 못하는 인간 지식의 한계에서 기인한다(강병도, 2014). 전도서는 인간의 지혜와 지식, 즐거움, 소유, 성취, 수고의 인간의 총체적인 삶의 허무와 공허감을 언급하고 있다(전 2:1, 11, 17, 15-16). 이것은 프랭클이 언급한 창조 활동에서의 의미, 체험에서 얻는 의미, 고통에서 찾는 태도 의미 등이 궁극적으로 그 자체만으로는 온전하고 완전한 의미를 갖기 어렵다는 것을 명시한다.

두 번째로 온라인 게임 과다 사용자의 공허감은 죄의 본질인 이상숭배로 인해 가중된다. 타락 이후 인간은 의도적으로 하나님ی 아닌 우상을 예배해왔으며, 자신의 내면의 욕구를 이상시하여 예배해왔다(Welch, 2001). 이상 숭배자는 궁극적으로 열매 없는 공허감을 경험한다. 왜냐하면 우상은 생명이 없으며, 생명의 근원이신 하나님의 임재와 분리될 때, 생명력을 상실한 인간은 공허하기 때문이다(Beale, 2014). “여호와와 의 율례와 여호와께서 그 열조로 더불어 세우신 언약과 경계하신 말씀을 버리고 허무한 것을 좇아 허망하며 또 여호와께서 명하시 본받지 말라 하신 사면 이방 사람을 본받아”(왕하 17:15)와 같이 헛된 우상에 절대적인 삶의 의미를 부여하고 자신의 충성을 바칠 때, 인간은 공허하고 허망해진다(Keller, 2012). 이상 숭배는 하나님과의 관계 안에서 경험하는 깊은 만족과 안정감을 상실하게 만들며 심층적인 공허감을 경험하게 하기에, 프랭클이 언급한 의미 형성만으로 타락과 이상 숭배로 인한 공허감을 온전하게 채울 수 없다. 이것은 창조주 하나님과의 올바른 관계 회복만이 채울 수 있는 영역이기 때문이다. 그레이다누스(Greidanus, 2012)는 하나님을 제외한 인간의 모든 수고는

헛되다는 전도서의 입장과 예수님이 세상의 소유를 목적으로 하는 모든 인간의 일들이 무익하다고 언급하신 것을 연결시킨다. 예수님은 보물을 땅에 쌓아두지 말고, 재물을 우상시하지 말며, 썩을 양식이 아닌 영생하도록 하는 양식을 위해 일하라고 하신다. 그 양식은 예수 그리스도를 통해서만 인간에게 온다(마 6:19-24; 요 6:27).

(2) 공허감의 회복

인간의 진정한 삶의 의미는 인간이 생성하는 것으로는 한계가 있지만, 하나님의 계시를 깨닫고, 그분을 경외하며 사는 삶 안에서 찾을 수 있다(전 12:13). 전도서 기자는 인생의 공허감을 언급하지만, 궁극적으로 하나님의 통치와 하나님 안에서 삶의 의미를 역설적으로 강조한다(전 12:13). 이것은 바울이 로마서 8장에 ‘헛됨’에 굴복하는 현실에 대해 언급 한 뒤, 하나님께서 성도의 고난과 일상 생활의 고통도 모든 것을 합력하여 선을 이루신다는 확신과 같은 맥락이다(롬 8:17-39). 일상의 삶에서 하나님의 주권을 인정하고 경외하며, 자녀로서 순종하는 삶이 의미 있는 성도의 삶이다(김영진, 2008). 이 과정에서 창조주이시고 구속주이신 하나님의 성품과 능능하심에 대한 깨달음은 필연적으로 요구된다.

두 번째, 성경은 우리의 삶을 ‘이미 그리고 아직 아닌(already and not yet)’의 성경적 현실 관점으로 바라볼 것을 강조한다. 이는 바울이 현재의 고난과 비교되지 않는 내세의 영광의 소망에 대한 권고와도 같다(롬 5:1-4; 강병도, 2014). 현재의 유익에만 몰두하지 않고, 하나님 앞에서 살아가는 영생의 삶의 실천이다. 하나님이 주인 되시며 우리의 의미를 만들어 가시는 분의심을 신뢰할 때, 온전한 삶의 의미를 발견할 수 있다.

세 번째로 구속하시는 예수 그리스도 안에서 새로운 피조물이 된 성도는 새롭게 삶의 의미를 발견하고 열매 맺는다. 전도서의 모든 것이 헛되다는 것에 바울은 예수님 안에서 형제들의 수고가 헛되지 않다고 강조한다(고전 15:58). 동시에 새로운 것이 없다는 전도서의 주장에 “그런즉 누구든지 그리스도 안에 있으면 새로운 피조물이라. 이전 것은 지나갔으니 보라 새것이 되었도다.” 라고 언급한다(고후 5:17). 예수님 또한 성도가 예수님 안에 거하면 열매를 많이 맺는다고 하시고(요 15:5), 수고의 상에 대해서도 언급하신다(마 10:41-42: Greidanus, 2012). 예수님 안에 있으면 성도는 새로운 피조물이 된다. 이는 의미 형성의 새로운 가능성이 있다는 것이다. 성도는 지금 현재 삶의 의미가 다 이해되지 않아도, 예수님이 구속하시고 그 구속을 완성해 가시는 삶 안에서 새롭게 창출되어 갈 삶의 의미를 기대할 수 있다. 예수님 안에 거하면 열매 맺는다(요 15:1-12). 그러므로 온라인 게임 과다 사용자의 회복을 위해 그들이 자신들의 삶에 의미를 추구하는 것에 지나치게 몰두하기보다, 온전한 삶의 의미가 되시는 예수님께 집중하도록 도울 필요가 있다. 삶의 의미를 성취하여서 공허감을 극복하는 것이 아니라, 공허한 인간의 삶에 들어오셔서 그 공허감의 짐을 지시고 죽으신 예수 그리스도의 사랑으로 인해,

그들의 공허감이 치유되기 때문이다. 이 사랑에 대한 경험과 인식은 자기 자신의 존재의 가치를 깨닫는 것과 더불어, 삶의 의미를 새롭게 한다.

2. 프랭클의 의미 요법에 대한 성경적 평가

위의 의미 요법과 공허감에 대한 성경적 관점을 기반으로 프랭클의 의미요법에 대한 평가를 하고자 한다.

(1) 프랭클의 의미를 형성하는 주요 세 가지 가치에 대한 성경적 고찰

프랭클(Frankl, 1986)은 창조적인 일, 사랑과 자연을 경험하는 체험, 극한 상황에서의 태도 선택의 자유라는 삶의 가치를 통해 인간의 의미가 구축될 수 있다고 하였다. 그의 세 가지 삶의 가치 실현을 통한 의미 형성은 다음과 같이 평가될 수 있다.

첫째, 창조적 가치는 창조주 인간이 하나님의 형상으로서 창조성을 반영할 때 의미를 형성할 수 있지만, 과도하게 몰입할 경우 왜곡된 동기로 창조 경험을 이상시할 수 있다. 창조성은 하나님의 성품으로, 인간은 창조활동을 통해 하나님의 형상을 반영한다(창 1장). 동시에 창조 활동은 인간이 문화명령으로서 부여받은 특권이며 소명이다(Hoekma, 2012). 하나님과 이웃을 사랑하는 과정에서 인간은 하나님이 당신의 나라를 창조해 가시는 일에 동참한다. 온라인 게임 과다 사용자는 하나님의 형상으로서 그분의 창조성을 반영하여 피조세계를 돌보는 자로 자신을 인식할 필요가 있다. 특히 창조 활동의 결과뿐 아니라, 창조주 하나님을 인식하고 하나님의 사역에 참여하는 소명 안에서 창조과정에 동참할 때, 삶의 의미를 구현할 수 있다. 더 나아가 상담자는 온라인 게임 과다 사용자가 가상세계에서의 창조 활동이 아닌 현실세계에서의 창조 활동을 통해 매일의 삶의 의미를 발견하도록 독려할 수 있다.

그러나 실제 창조 활동은 불멸의 도구로 이상시 될 수 있는 위험도 존재하기에, 창조 활동을 누리되, 그것을 가능케 하시는 하나님께 주목할 필요가 있다. 창조 활동과 일은 만족과 공허가 동시에 존재한다. 전도서는 일이 삶의 기쁨을 주지만 동시에 슬픔과 허무함을 부여한다고 언급한다(전 2:10, 18, 24). 타락으로 인해 인간은 일의 의미를 상실하였고, 인간은 일을 지나치게 이상시하거나 가치절하 함으로서 문제를 양산시켰다(Keller & Alsdorf, 2013). 또한 인간은 영원한 자아를 추구하고자 하는 왜곡된 동기로 창조적 행위에 몰입할 수 있다. 메이는 궁극적으로 인간이 자신을 영원히 세상에 삼기고 싶은 불멸의 욕구로 창조에 몰입한다고 설명했다(May, 1994).

반면, 성도는 스스로 창조를 통해 영생을 추구하는 자가 아니라, 영원한 하나님 안에서 영생을 얻은 자녀로서, 하나님의 창조 활동에 동참한다. 즉 창조 행위는 예수 그리스도로 인해 이미 영원한 생명을 얻은 자로서 성도가 하나님의 문화 명령에 순종하고, 아버지 하나님을 반영하는 행위이다. 온라인 게임 과다 사용자는 창조주 하나님의 형상으로서 자신의 창조성을 발휘하고 경험하며 삶의 의미를 경

험하되, 학업과 일 자체에서 의미를 찾는 것보다 좀 더 근원적으로 그 일을 허락하신 하나님의 성품과, 통치와 섭리 안에서 창조 활동을 이해하고 실천하는 것이 필요하다(Keller & Alsdorf, 2013).

둘째, 사랑, 자연을 경험하는 등의 체험가치는 중요하지만, 과도하게 몰입할 때, 이상화되며, 온전하고 불변하는 삶의 의미의 성취가 불가하다. 예를 들어 사랑도 인간에게 이상으로 작용할 수 있다. 켈러는 야곱과 레아의 모습을 통해 사랑을 이상화할 때의 허무함을 설명한다. 사랑에 모든 것을 걸었던 야곱은 라헬 안에서 하나님만이 주실 수 있는 구원을 갈망했다. 그러나 결국 그는 얻지 못했다. 야곱을 통해 자신의 행복을 원했던 레아 또한 야곱 안에서 구원을 찾지 못했다. 사랑을 이상시할 때, 사랑의 경험은 인간에게 온전한 의미를 부여하지 못한다(Keller, 2012).

반면, 자기중심적인 형태의 사랑에서 하나님과 타인을 향한 사랑으로 나아갈 때, 온전한 의미를 발견할 수 있다. 하나님과의 올바른 관계에서 벗어날 때, 사랑은 자기중심적인 형태를 띤다. 반면, 하나님의 명령에 순종하는 기독교적 사랑은 자기중심적인 자아실현과 자아도취, 자아충족을 위해서가 아니라, 하나님과 타인을 향한 실천이다(마 22:37-40). 동시에 사랑은 단순히 감정이 아니라, 사랑의 명령에 대한 순종이다(Keller & Alsdorf, 2013).

셋째, 고통에서 태도를 선택할 수 있는 자유는 개인이 의미를 찾도록 도울 수 있지만, 의미를 이해하지 못하는 상황에서는 삶의 의미 형성이 불가하다. 프랭클의 의미 구현은 인간이 모든 의미를 발견하고 이해할 수 있다고 전제한다. 그러나 전도서는 ‘우리가 현재 상황과 삶의 모든 의미를 다 알 수 있는가’에 대해 알 수 없다고 말한다. 인간의 현재 고통과 삶의 의미를 모두 알지 못하며, 다만 삶의 의미와 목적은 하나님을 신뢰함으로써 얻어지는 결과일 뿐이다. “또 내가 하나님의 모든 행사를 살펴보니 해 아래에서 행해지는 일을 사람이 능히 알아낼 수 없도다 사람이 아무리 애써 알아보려고 할지라도 능히 알지 못하니 비록 지혜자가 아노라 할지라도 능히 알아내지 못하리로다(전 8:17).” 인간은 모든 삶의 상황들의 의미를 이해할 수 없다. 하나님의 주권 안에서 인생의 일들이 이뤄지고, 인간의 이해를 초월한 하나님의 뜻이 있기 때문이다.

(2) 프랭클의 자아초월에 대한 성경적 해석

프랭클은 의미에의 자유를 설명하면서 자기초월을 주장한다. 자기 초월은 고통의 상황에서도 태도를 선택할 수 있는 자유, 영적인 차원의 자유이다(Frankl, 1883). 이것은 성경적 자기초월적 태도와는 대조된다. 왜냐하면 성도는 고통에 대한 자기초월적 태도로 인해 고통을 극복하는 것보다, 고통 가운데 자신을 구원하시는 하나님의 초월적인 도우심으로 인해 고통이 극복되며, 성령의 능력으로 고통 가운데서 살 수 있는 힘을 얻기 때문이다(엡 3:16-21). 이것은 자기 능력에 기인한 자기초월이 아닌 하나님의 초월적 능력으로 인해 인간이 자신의 한계를 넘는 초월적인 경험을 하게 된다는 것을 의미한다.

욥은 고통의 한 가운데, 창조주이자 통치자이신 하나님을 만나고, 이해할 수 없는 삶의 고통의 의미 안에서 하나님을 경외한다(욥 42:5-6). 욥은 가족과 재물, 건강을 잃고(욥 1-2장) 타인들의 정죄로 인해 정서적인 고립감을 경험하고, 자신이 이해되지 않는 고통에 의문을 갖게 되었다. 그는 공의로우신 하나님이 의로운 자신에게 고통을 주시는 이유에 대해 질문하였다. 욥은 자신의 생일을 저주할 만큼 고통스러워한다. 하나님은 고통 안에 있는 욥에게 먼저 “내가 땅의 기초를 놓을 때에 네가 어디 있었느냐”(욥 38:4)로 물으신다. 이것은 하나님의 전능하심과 인간의 무능을 대조시킨 것이다(강병도, 2011). 하나님은 피조물인 인간이 창조주이신 하나님께 돌아오길 기다리고 계신다. 또한 하나님의 섭리는 인간의 지식과 지혜로 다 이해할 수 없다. 하나님은 인간의 생각을 뛰어넘는 초월자이시기 때문이다(강병도, 2011). 하나님의 창조주 되심과 그분의 초월적인 섭리에 대한 이해는 온라인 게임 과다 사용자의 공허감의 고통이 현재에 다 이해되지 않는다고 해도, 그분을 신뢰함으로 인내할 수 있도록 돕는다. 온라인 게임 과다 사용자들은 이들의 삶을 새롭게 창조하실 하나님을 기대하며 소망을 가질 수 있다(고후 5:17). 인간의 공허감은 자신의 피조물에 대한 인식과 함께 창조주를 만날 때 회복될 수 있기 때문이다. 하나님만이 인간에게 온전한 삶의 의미와 목적을 찾아주실 수 있다.

두 번째로 하나님은 자신의 완전한 공의를 언급하시면서 통치의 완전성을 말하신다. 하나님은 욥이 자신의 옳음을 강조하기 위해 하나님을 불의하다고 한 것에 대해 책망하신다(욥 40:8). 이것은 욥이 갖고 있는 의가 자신의 능력으로 획득되는 것이 아니라는 것을 설명한다. 인간이 하나님 앞에서 가질 수 있는 의는 오직 하나님이 주실 때 가능하기 때문이다. 하나님은 인간에게 피조세계를 경작하고 다스릴 권리를 부여하셨다(욥 38:39-41). 그렇기 때문에 인간이 다스리는 피조세계도 하나님의 통치에서 벗어나는 영역은 없다. 또한 인간의 이해 여부와 관계없이 하나님의 창조세계는 질서와 공의의 성품에 맞게 운행 된다(강병도, 2011). 이와 같은 창조주 되신 하나님의 선하시고 공의로운 통치를 깨닫고 신뢰할 때 온라인 게임 과다 사용자는 공허감의 고통을 직면하고 수용할 수 있다. 동시에 가상세계 안에서 예배하고 집착하였던 자신의 우상인 욕구들을 발견하고, 하나님께 회개할 수 있다.

V. 의미요법을 기반으로 하는 온라인 게임 과다 사용 회복을 위한 기독교 상담 방안

프랭클의 의미 요법을 앞서 성경적 관점에서 살펴보았다. 이제 그의 의미 요법을 기독교 상담에 적용할 수 있는 방안을 다음과 같이 제시하고자 한다.

1. 의미를 성취하시는 하나님 안에서의 의미 형성

온라인 게임 과다 사용자의 공허감에 대한 개입을 위해, 상담자는 온라인 게임 과다 사용자가 의미를 성취하시는 하나님과의 바른 관계 안에서 삶의 의미를 이해하고, 형성하도록 도울 수 있다. 온라인 게임 과다 사용자의 온전한 의미는 하나님과의 바른 관계 안에서 형성될 수 있다(안경승, 2014). 성경적 관점에서 삶의 의미는 하나님께 경외하는 삶이 회복되고, 우상숭배를 회개하며, 예수 그리스도의 구속하심을 신뢰하여 그 분이 만들어 가실 의미에 대한 소망이 회복될 때 가능하다. 전도서에서 언급했듯이, 인간이 하나님의 뜻과 주권을 인정하지 않고 하나님을 경외하지 않고서는, 참된 지혜에도 이를 수 없으며, 세상의 성취와 부요에도 타락으로 인한 공허감에서 벗어날 수 없기 때문이다. 동시에 타락으로 인해 공허한 세상에 예수 그리스도께서 오셔서 이룬 구속은 현재의 삶에서 영원한 의미를 추구할 수 있는 가능성을 열어준다.

동시에 온라인 게임 과다 사용자가 현재의 의미가 없다고 느낄지라도, 하나님께서 의미를 만들어 가시며 궁극적으로 성취하시는 분이심을 기억하도록 도울 필요가 있다. 그 분 안에서 수고하는 것은 하나님 안에서 새롭게 의미를 갖게 되기 때문이다. 더 나아가 삶의 의미 자체를 추구하는 몰입에서 벗어나, 예수님 자체가 이미 삶의 의미이자 그 분을 영화롭게 하는 것이 인생의 목적임을 새롭게 알도록 도울 수 있다. 온라인 게임 과다 사용자는 이런 신앙의 성장 안에서, 자신의 공허감을 직면하고 이해하며, 변화의 소망을 가질 수 있다.

2. 하나님 형상을 닮은 창조성 발휘

온라인 게임 과다 사용자는 학업과 직업뿐 아니라 창조성이 포함된 일들을 실행하면서 창조적 가치의 의미를 경험할 수 있다. 왜냐하면 어떤 일이든지 창조적 가치를 실현할 수 있는 기회를 제공하기 때문이다(Frankl, 1986). 프랭클이 강조했듯이 실제 학업이나 직업과 직접적인 연계가 되지 않더라도 창조적인 일들을 실현함으로써 현실에서의 성취감을 경험할 수 있다. 예를 들어 실업 상태에서도 직업 이외의 창조적인 일 자체를 통해 의미를 구현할 수 있다. 실업 상태에 있는 개인은 자신의 삶에 무의미를 느끼고 자신의 존재 가치에 대해 무용하다고 생각할 수 있다. 그러나 같은 실업의 상태라도 좀 더 능동적인 태도로 다른 활동을 통해 자신의 시간을 알차게 보낼 경우 실업의 상태를 무의미하게 보내지 않을 수 있다(Frankl, 1986). 그러므로 온라인 게임 과다 사용자는 공허감을 느끼는 상황에서도 자신의 일상생활 안에서 창조적인 일을 하고, 생활의 반경 안에서 다양한 창조적 일들을 확장하여 실천할 수 있다.

동시에 온라인 게임 과다 사용자는 일을 통해 문화명령을 수행하는 창조적 사명을 지닌 자로서 삶의 영역에서 다양한 창의적 업무를 수행할 수 있다(창 1:28-29). 창조적 사명을 수행하는 것은 하나님

의 피조물이자, 자녀로서, 하나님의 형상을 반영하는 것이다. 이 과정에서 앞서 언급한 것처럼, 창조 행위 자체의 의미 구현을 넘어, 하나님의 형상을 반영하는 것이기 때문에 일을 대하는 태도가 중요하다(엡 6:6-7). 온라인 게임 과다 사용자는 게임 등의 가상세계 안에서 성취를 경험해왔을 수 있다. 그러나 가상 세계가 아닌 현실 세계에서 창조적인 다양한 일을 할 수 있도록 도움으로서 현실세계에서의 소명과 연계성을 찾도록 도와야 한다. 실제 창조성의 증진은 타 중독에서도 중독 회복의 주요 치료 요소로 작용했다(Wilson, 2000).

3. 공허감의 수용

무엇보다 먼저 공허감을 있는 그대로 인정하고 수용할 필요가 있다. 감정을 있는 그대로 수용하는 것은 타 중독에서도 중요한 회복 요소가 되었다(Hayes, 2004). 온라인 게임 과다 사용자는 공허감의 고통을 회피하지 않고 수용하여 의미를 고찰할 수 있다. 공허감의 고통에서 일시적인 해방과 쾌감을 위해 도피하는 것은 궁극적인 해방이 될 수 없다. 왜냐하면 실제 삶은 현실의 삶을 지향하며 의미를 찾는 싸움이기 때문이다(Frankl, 1986). 프랭클이 언급한 공허감을 도피하기 위해 가상 세계에 고착하려는 성향은 현대의 온라인 게임 몰입에 관한 통찰을 제공한다. 프랭클은 자신의 공허감을 피해 소설로 도피한 예를 든다. 인간은 자신의 공허감을 피하기 위해, 소설로 도피하기도 하는데, 이때 자신을 주인공과 동일시하여 대리만족을 느낀다. 이 과정에서 현실이 아닌 가상 세계에 고착된다. 가상에 자신을 투영하고 몰입할수록 현실과 괴리가 생긴다. 이것은 게임 중독자가 가상세계의 아바타와의 동일시 등을 통해 대리 만족을 하며 중독이 심화되는 과정을 일정 부분 설명해준다. 그러므로 상담자는 온라인 게임 과다 사용자가 공허감의 고통을 도피하지 않고 수용하며, 그 안에서 의미를 찾을 수 있도록 도움 필요가 있다.

4. 공허감과 연결된 이상숭배의 직면

동시에 공허감은 타락의 결과로서 실존적 감정이자, 온라인 게임 과다 사용자의 이상숭배 현상과 긴밀한 연관성이 있을 수 있기에, 공허감이 가지는 이상 숭배적 요소를 직면하여 회개를 촉구할 필요가 있다. Welch(2001)는 중독자의 이상에 대한 회개가 하나님과의 관계 회복 뿐 아니라 중독 치료의 핵심 요소임을 강조한다. 온라인 게임 과다 사용자는 가상세계에서의 몰입과 현실에서의 문화명령을 따르지 않는 불순종의 죄로 인해 공허감을 느낄 수 있다. 구체적으로 온라인 게임 안에서 경험하는 성취, 인정, 안정감이 하나님보다 우선적 가치를 지닐 때 이 가치들은 중독자의 이상으로서 작동한다(심정연, 2015). 온라인 게임 안에서의 자아와 자기 확대가 하나님을 예배하는 것보다 우선시 될 때, 중독으로 이어질 수 있기 때문이다. 이는 하나님보다 온라인 게임이 자신의 공허감을 채울 수 있다고 믿는 신념이며, 자신의 공허감이 자신의 뜻과 방법으로 채워져야 하며, 자신의 뜻 안에서 인생의 의미를 찾

겠다는 자아중심성이다. 동시에 ‘삶의 의미’가 이상시 되어 자신의 공허감에서 구원해줄 수 있다고 믿는 불신앙적인 신념이다. 온라인 게임 과다 사용자는 자신의 공허감과 연결되어 있는 이상승배적 욕구와 사고, 신념 등을 직면하고, 회개하며, 자신의 삶의 주인이신 하나님의 주권에 순종할 때, 치유될 수 있다.

5. 자기 몰입을 벗어나 하나님을 주목하는 반성찰법

프랭클이 제시한 역설적 지향법과 반성찰법은 공허감의 감정과 지나치게 자기 자신에게 몰입하지 않도록 도울 수 있는 방법으로 활용될 수 있다. 실제 역설적 지향법과 반성찰법은 알코올 중독에서도 회복 효과를 확인하고 있다(오세근, 2002). 게임의 몰입에서 벗어나는데 반성찰법은 중요한 단서를 제공한다. 특히 기독교 상담자는 반성찰법을 기반으로 자기 몰입에서 벗어나고, 하나님께 주목하여 자기중심성에서 탈피하도록 도울 수 있다. 공허감이 몰려올 때, 지나치게 몰입하지 않고 자기 자신과 건강한 거리두기를 도모할 수 있다. 웰터는 이 과정에서 내담자가 과성찰로부터 벗어나려는 ‘결단’이 중요하다는 점을 강조했다(Welter, 2002). 무엇보다 자신이 과도하게 몰입하고 있다는 것을 자각하고 결단할 때, 자신과 환경에 대한 새로운 시각을 갖게 되기 때문이다. 그럴 경우 그는 삶에 대해 적극적인 태도를 취하게 되고, 증상이 줄어들거나 사라지며, 궁극적으로 삶의 깊은 의미를 발견한다. 구체적으로 탈성찰을 시도하기 위해, 자신의 삶에서 가치 있다고 여기는 활동들과 일들을 적어 시도해보고, 그때의 감정을 생각하며 현재 특정 생각 등에 고착화되어 반복적으로 경험하는 공허감과 거리를 두도록 도울 수 있다. 더 나아가 자기 자신의 필요에만 몰두하지 않고, 타인의 필요 또한 채우는 활동 계획을 짜고, 그 경험에서 얻을 의미를 떠올리며, 부정적 정서의 몰입에서 벗어날 수 있다. 하나님의 율법에 순종하여 하나님과 타인에게 시선을 돌리고, 섬기려고 집중하는 것이다(요 22:37-40). 구체적으로, 성경 말씀을 읽고, 묵상하며 떠올리고 그 안에서 하나님을 새롭게 만나며, 말씀의 명령에 순종하는 것은 탈성찰의 중요한 역할을 한다. 말씀을 읽고 기도하는 과정은 자신의 현 상황에서 하나님께 시선을 고정하는 것으로, 관심의 초점을 현재의 상황에서 벗어나 하나님께 맞추도록 돕는다(Welter, 2002). 또한 이웃의 필요를 고민하며 사랑하려는 순종의 시도는 자기몰입에서 벗어나도록 도울 뿐 아니라, 타인을 사랑하는 행위로 이어질 수 있다.

6. 예수 그리스도 안에서 정체성 발견

마지막으로, 프랭클이 언급한 실존적 공허의 결과로서 ‘자신의 위장’(Frankl, 1975)은 궁극적으로 온라인 게임 과다 사용자가 갖는 거짓자아의 형성과정에 대한 아이디어를 제공한다. 온라인 게임 과다 사용자의 공허감은 자신을 위장하게 만든다. 이것은 인간의 거짓과 은폐라는 죄성이 공허감이라

는 다른 죄로 전파되는 양상에 대해 이해하도록 돕는다. 온라인 게임이라는 환경은 온라인 게임 과다 사용자의 은폐경향성을 강화시킬 수 있다. 이런 거짓 자아에서 벗어나기 위해 기독 상담 과정에 온라인 게임 과다 사용자가 자신의 본래 정체성을 예수 그리스도 안에서 발견하고 수용하도록 돕는 과정이 필연적으로 요구된다. 이는 예수 그리스도가 온라인 게임 과다 사용자를 있는 그대로 온전하게 수용하시며, 그의 과오와 실패, 죄를 용서하시며, 그의 삶을 새롭게 구속하신다는 사실을 깨달을 때 가능하다. 예수 그리스도 안에서의 새로운 정체성은 가상세계의 거짓자아에 몰입되지 않고, 현실의 자아로서 살아가며, 하나님이 주시는 소명의 삶을 살 수 있는 용기를 부여한다. 왜냐하면 자신을 십자가 안에서 있는 그대로 수용하시는 하나님으로 인해, 참자아로 하나님과 타인을 만날 용기를 얻기 때문이다 (Keller, 2012).

VI. 결론

타락 이후 인간은 피조세계의 공허감과 고통을 겪고 있다. 온라인 게임 과다 사용자가 지닌 공허감에는 타락의 결과와 개인의 이상승배 요소가 복합적으로 작용한다. 하나님과의 분리는 영적 생명의 부재와 함께 영혼의 공허감을 발생시킨다. 이와 같은 공허감을 프랭클은 의미 상실의 문제로 접근했다. 그의 연구는 인간의 의미에 대한 중요성과 창조적 삶과 경험, 고통 가운데 의미를 추구하려는 인간에 대한 이해를 돕는다. 더 나아가 실존적 공허의 결과로 자신을 위장하려는 것이 온라인 게임 과다 사용자의 거짓자아를 형성할 수 있음을 알려준다.

그러나 프랭클의 연구는 성경적 관점에서 고찰할 때, 개인이 모든 상황에 의미를 부여할 수 있으며, 의미를 이해함으로써 초월할 수 있다고 언급하는 오류가 있다. 성경은 인간이 의미를 묻고 씨름하는 모습을 보여주지만, 그 의미 자체가 인간을 구원할 수 없음을 명시한다. 인간의 의미는 창조주이자 구원자이신 하나님 안에서만 온전히 얻을 수 있기 때문이다. 삶의 의미를 이해하는 것은 하나님의 선물이다. 더 나아가 피조물인 인간은 삶의 모든 의미를 다 이해할 수 없다. 다만, 모든 것을 선하게 통치하시는 하나님을 신뢰하며 나아가는 것이다.

이와 같은 고찰과 함께 본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫 째, 성경적 관점을 통한 프랭클 이론의 이해를 통해 온라인 게임 과다 사용자의 공허감을 다각도로 이해하였다. 공허감은 의미 상실로 인해 형성되기도 하지만, 궁극적으로 타락과 이상승배의 결과임을 확인한다. 둘째, 온라인 게임 과다 사용자의 공허감에 대한 치료 방법으로 인간의 의미 형성의 중요성을 확인하였다. 다만, 성경적 관점에서 모든 의미가 형성될 수 없음을 설명하고, 하나님 안에서의 의미회복의 중요성을 강조한다. 무엇보다 성도는 예수 그리스도 안에서 새로운 피조물로서 하나님 안에서 새로운 의미를 발견하고 열매를 맺는

다. 셋 째, 온라인 게임 과다 사용자의 거짓 자아와 공허감의 관련성을 확인한다. 이것은 아바타의 동일시가 온라인 게임 과다 사용의 주요 동기임을 감안할 때(Hsu et al., 2009), 온라인 게임 과다 사용자의 아바타에 대한 애착을 이해하는 중요한 단서가 될 것이다. 향후 성경적 관점에서 온라인 게임 과다 사용자의 공허감과 의미 형성에 대한 현상학적 연구들이 진행되었으면 한다. 또한 온라인 게임 과다 사용자의 공허감을 회복하기 위해 성경을 기반으로 하는 의미 형성 프로그램들이 개발되었으면 한다.

“이 논문은 다른 학술지 또는 간행물에 게재되었거나 게재 신청되지 않았음을 확인함.”

참고문헌

- 강병도 (2011). **카리스 종합주석 제 42권**. 서울: 기독교지혜사.
- [Kang, B. D. (2011). *The Xapις(Caris) Bible Commentary 42*. Seoul: Christ-widsom publishing.]
- 강병도 (2014). **카리스 종합주석 제 51권**. 서울: 기독교지혜사.
- [Kang, B. D. (2014). *The Xapις(Caris) Bible Commentary 51*. Seoul: Christ-widsom publishing.]
- 최두진, 김영식, 엄나래, 김형석. (2018). **2017년 스마트폰 과의존 실태조사 최종보고서**. 과학기술정보통신부, 한국정보화진흥원.
- [Choi, D. J., Kim, Y. S., Eum, N. R., Kim, H. S. (2018). Korea Smartphone overuse in 2017. Ministry Science and ICT & National Information Society Agency.]
- 김영진. (2008). **삶의 의미를 찾아서**. 서울: 이레서원.
- [Kim, Y. J. (2008). *The Book of Ecclesiastes*. Jireh Publishing Co.]
- 김종재·강순화 (2012). 삶의 의미와 게임 중독과의 관계: 자기 효능감과 자기 통제력의 매개효과. **청소년학 연구**, 19(12), 257-274.
- [Kim, J. J. Kang, S. W., (2012). The relationship between the meaning of the life and game addiction: the mediated effects of self-efficacy and self-control. *Research on Youth Studies*, 19(12), 257-274.]
- 김현우·백지숙 (2011). 청소년의 인터넷 게임 중독 수준에 따른 학교생활 적응에 관한 연구. **청소년시 설환경**, 9(1). 27-35.
- [Kim. H. W., Baik, J. S. (2011). A study on school life adjustment according to the level of Internet game addiction among middle school students. *Youth Facilities and Environment*, 9(1), 27-35.]
- 권정혜 (2005). 청소년의 인터넷 게임 중독: 시간에 따른 변화와 이에 영향을 미치는 변인들. **한국심 리학회지 임상**, 24(4). 267-280.
- [Kwon, J. H. (2005). The internet game addiction of adolescents: temporal changes and related psychological variables, *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 24(4), 267-280.]

- 박부환, 김병영, 장은정 (2013). 청소년의 인터넷 중독 과정 경험에 관한 현상학적 연구. **청소년학 연구**, 20(8), 71-95.
- [Park, B. H., Kim, B. Y., Jang, E. J. (2013). A Study on Internet Addiction Experiences in Adolescents -Through A Phenomenological Approach. *Research on Youth Studies*. 20(8). 71-95.]
- 박효수, 전종수, 남길우, 고영삼, 엄나래. (2014). **2013년 인터넷 중독 실태조사**. 미래창조과학부, 한국정보화진흥원.
- [Park, H. S., Kim, J. S., Nam, G. W., Ko, Y. S., Eum, N. R. (2013). *Internet addiction overuse in 2017*. Ministry of Science, ICT and Future Planning & National Information Society Agency.]
- 심정연. (2015). 다중접속역할수행 게임 (MMORPG) 중독자의 외로움에 대한 기독교상담적 접근. **복음과 상담**, 23(1), 191-231.
- [Shim, J.Y. (2015). Christian Counseling Approach to Loneliness of MMORPG Addicts. *Journal of Counseling and Gospel*, 23(1), 191-231.]
- 안경승(2014). 상실로 인한 슬픔 이해하기. **복음과 상담**, 22(2), 9-40.
- [Ahn, K. S. Understanding of Grief caused by Loss. *Journal of Counseling and Gospel*, 22(2), 9-40.]
- 오세근 (2002). **알코올 중독자와 가족을 위한 목회 상담에 있어서 의미요법 적용사례에 관한 연구**. 석사학위논문. 인제대학교.
- [Oh, S. K. *A Study of Logotherapy Applied on Alcoholics and their Families in Christian Counseling*. Master Dissertation. Inje University Press, Gimhae-si, Korea.]
- 윤미선·이영옥 (2005). 남,여 중학생의 사회적지지 지각, 컴퓨터 게임 중독, 학업 성적간 관계 모형비교. **교육방법연구**, 17(2), 183-196.
- [Yoon. M. S., Lee, Y. O. (2005).A structural model of the relationships among perceived social support, computer game addiction, and academic achievement. *The Korea Journal of Education Methodology Studies*, 17(2), 183-196.]
- 이형초, 안창일. (2002). 인터넷 게임중독의 인지행동치료 프로그램 개발 및 효과 검증. **한국심리학회지:건강**, 7(3), 463-486.

-
- [Lee, H. S. Ahn, C. Y. (2002). A study on the development and effectiveness of cognitive-behavioral therapy for internet game addiction. *The Korean Journal of Health Psychology*, 7(3), 463-486.]
- 이용중 역. (2012). **개혁주의 인간론**. Hoekma, A. A. Created by God's Image. 서울: 부흥과 개혁사.
- [Lee, Y. J. (2012). *Created by God's Image*. Seoul: Revival and Reformation. Trans. Hoekma, A. A. (1986). Created by God's Image. Grand Rapids, MI: Eerdmans Publishing Co.]
- 정태기 역. (2002). **기독교 상담과 의미요법**. Welter, P. R. (1987). Counseling and the search for meaning. 서울: 두란노.
- [Jeong, T. K. (2002). *Counseling and the search for meaning*. Seoul: Duranno. Trans. Welter, P. R. (1987). Counseling and the search for meaning. Nashville, TN: Word Books Publisher.]
- 이미정 역. (2012). **거짓 신들의 세상**. Keller, T. (2009). The Counterfeit Gods. 서울: 베가북스.
- [Lee, M. J. (2012). *The Counterfeit Gods*. Seoul: Vega Books. Trans. Keller, T. (2009). The Counterfeit Gods. NY: McCormick & Williams.]
- 전의우 역. (2012). **전도서의 그리스도 어떻게 설교할 것인가**. Greidanus, S. (2010). Preaching Christ from Ecclesiastes. 서울: 포에미아.
- [Jeon, W. W. (2012). *Preaching Christ from Ecclesiastes*. Seoul: Poemia. Trans. Greidanus, S. (2010). Preaching Christ from Ecclesiastes. Grand Rapids, MI: Eerdmans Publishing Co.]
- 최종훈 역. (2013). **일과 영성**. Keller, T., Alsdorf, K. L. (2012). *Every Good Endeavor: Connecting Your Work to God's Work*. 서울: 두란노.
- [Choi, J. H. (2013). *Every Good Endeavor: Connecting Your Work to God's Work*. Seoul: Duranno. Trans. Keller, T., Alsdorf, K.L. (2012). *Every Good Endeavor: Connecting Your Work to God's Work*. NY: Penguin Books.]
- 신성만, 고윤순, 송원영, 이수진, 이형초, 전영민, 정여주 공역. **인터넷 중독: 평가와 치료를 위한 지침서**. Young, K. S. Abreu, C. N. (2011). *Internet Addiction: a Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*. 서울: 시그마프레스, 2013.
- [Shin, S. M. Ko, Y. S., Song, W. Y., Lee, S. J. Lee, H. C. Jeon, Y., M., Jeong, Y, J. (2013). *Internet Addiction: a Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*. Seoul: Sigma Press. Trans. Young, K. S. Abreu, C. N.. (2011). *Internet Addiction: a Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.]

- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 5th edition*. VA: American Psychiatric Publishing.
- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings in life*. New York, NY: Guilford.
- Billieux, J., Van der Linden, M., Achab, S., Khazaal, Y., Paraskevopoulos, L., Zullino, D., Thorens, G. (2013). Why do you play world of warcraft? an In-depth exploration of self-reported motivations to play online and in-game behaviours in the virtual world of azeroth. *Computers in Human Behavior*, 29, 103-109.
- Ceyhan, A. A. & Ceyhan, E. (2008). Loneliness, depression, and computer self-efficacy as predictors of problematic internet use. *Cyber Psychology & Behavior*, 11(6), 600-701.
- Chiu, S. I., Lee, J. Z., & Huang, D. H. (2004). Video game addiction in children and teenagers in Taiwan. *CyberPsychology & behavior*, 7(5), 571-581.
- Didelot, M. J., Hollingsworth, L., & Buckenmeyer, J. A. (2012). Internet addiction: a logotherapeutic approach. *Journal of Addictions & Offender Counseling*, 33(1), 18-33.
- Frankl, Victor E. (1986). *Doctor and the Soul*. London: Vintage.
- Frankl, Victor E. (2006). *Man's Search for Meaning*. Boston: Beacon Press, 2006.
- Frankl, Victor E. (1967). *Psychotherapy and Existentialism*. New York, NY: Simon and Schuster.
- Frankl, Victor E. (1975). *The Unconscious God: Psychotherapy and Theology*. New York, NY: Simon and Schuster.
- Gamez-Guadix, M., Calvete, E., Orue, I, Hayas C. L. (2015). Problematic internet use and alcohol use from the cognitive-behavioral model: A longitudinal study among adolescents. *Addictive Behaviors*, 40, 109-114.
- Graham, J. M. (2014). Narrative therapy for treating video game addiction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 12(6), 701-707.
- Han, D. H., Kim, S. M., Lee, Y. S., & Renshaw, P. F. (2012). The effect of family therapy on the changes in the severity of on-line game play and brain activity in adolescents with on-line game addiction. *Psychiatry Research: Neuroimaging*, 202(2), 126-131.
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Bissett, R., Piasecki, M., Batten, S. V., Byrd, M., Cregg,

- J. (2004). A preliminary trial of twelve-step facilitation and acceptance and commitment therapy with polysubstance-abusing methadone-maintained opiate addicts. *Behavior Therapy*, 35(4), 667-688.
- Hsu S. H., Wen M. H., Wu M. C. (2009). Exploring User Experiences as Predictors of MMORP G addiction. *Computers & Education*, 53, 990-999.
- King, D. L., Delfabbro, P. H., & Griffiths, M. D. (2010). Cognitive behavioral therapy for problematic video game players: Conceptual considerations and practice issues. *Journal of CyberTherapy & Rehabilitation*, 3(3), 261-273.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., Peter, J. (2011). Psychosocial Causes and Consequences of Pathological Gaming. *Computers in Human Behavior* 27, 144-152.
- May. R. (1994). *Courage to Create*. NY: New York, W. W. Norton & Company.
- May. R. (2009). *Man's Search for Himself*. NY: New York, W. W. Norton & Company.
- “Korea Smartphone overuse in 2017”, Ministry Science and ICT, National Information Society Agency(2018). Retrieved from <http://www.msit.go.kr/web/msipContents/contentsView.do?cateId=mssw11241&artId=1384077>
- Odaci, H. & Celik, C. (2013). Who are problematic internet users? An investigation of the correlations between problematic internet use and shyness, loneliness, narcissism, aggression and self-perception. *Computer in Human Behavior*, 29, 2382-2387.
- Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: an integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, 136 (2), 257-301.
- Somov, P. G. (2007). Meaning of life group: group application of logotherapy for substance use treatment. *The Journal for Specialists in Group Work*, 32(4), 316-345.
- Suwanphahu, B., Tuicomepee, A., Kaemkate, W. (2016). Applying logotherapy to enhance the wellness of young delinquents with drug abuse. *Journal of Health Research*, 30(4), 275-279.
- Thompson, G. (2012). A meaning-centered therapy for addictions. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10(3), 428-440.
- Wadsworth, T. M. (1992). Logotherapy and 12 step programs in the treatment of substance

abuse. *International Forum of Logotherapy*, 15(1), 13-21.

Welch, E. T. (2001). *Addictions, a Banquet in the Grave: Finding Hope in the Power of the Gospel, Resources for Changing Lives*. Phillipsburg, NJ: Presbyterian & Reformed.

Wilson, M. (2000). Creativity and shame reduction in sex addiction treatment. *Sexual Addiction & Compulsivity: The Journal of Treatment and Prevention* 7(4), 229-248.

Yee, N. (2006). Motivations for play in online games. *Cyber Psychology & Behavior* 9(6), 772-775.

Yee, N. (2006). The psychology of massively multi-user online role-playing games: motivations, emotional investment, relationships and problematic usage in R. Schroeder & A. Axelsson. (Ed.) (2006). *Avatars at Work and Play: Collaboration and Interaction in Shared Virtual Environments*. Dordrecht, Netherlands: Springer.

온라인 게임 과다 사용자의 실존적 공허감 치료를 위한 기독교 상담적 연구: 빅터 프랭클의 의미요법을 중심으로

A Study of Christian Counseling Study for Intervening Existential
Emptiness of On-line Game Overusers:
based on V. Frankl's Logotherapy

심정연 (안양대학교)

논문초록

본 연구의 목적은 온라인 게임 과다 사용자의 실존적 공허감의 치료를 위한 기독교 상담의 치료 과정을 모색하기 위해, 프랭클의 의미요법 이론을 기독교 상담적 관점으로 고찰하는 것이다. 먼저, 온라인 게임 과다 사용자의 공허감과 프랭클의 의미요법을 살펴보고, 성경에서 언급하는 공허감의 원인과 공허감의 치유 과정에 대해서 전도서를 기반으로 탐색해보았다. 이를 기반으로 기독교 상담 관점에서 프랭클의 의미요법을 고찰한 뒤, 기독교 상담 방안을 확인하였다.

실존적 공허감은 온라인 게임 과다 사용자의 중독의 악순환을 일으키는 중요한 정서이며, 거짓 자아를 증진시켜 현실과의 괴리를 촉진시킨다. 성경적 관점에서 공허감은 타락과 우상숭배에 기인하며, 하나님을 경외하고 순종하며, 성경적인 현실을 이해하고, 구속하시는 예수 그리스도 안에서 삶의 의미를 발견할 때 회복된다. 프랭클의 의미요법은 창조와 경험 가치와 더불어 어떤 상황에서도 태도를 선택할 수 있는 가치 추구를 통해 의미를 창출할 수는 있으나 온전한 의미 추구에 한계가 있으며, 프랭클이 강조한 자기초월은 인간의 능력으로 한계가 있다. 성도의 자기초월은 창조주이자 통치자이신 하나님을 경외하고 신뢰할 때, 성령의 능력으로 가능케 된다. 마지막으로 하나님 안에서의 의미형성, 하나님의 형상을 닮은 창조성 발휘, 공허감의 수용, 공허감과 연결된 우상숭배의 직면, 자기 몰입을 벗어나 하나님께 주목하는 반성찰법, 거짓 거짓자아로부터 벗어나 참자기를 찾는 예수 그리스도 안에서의 정체성 회복을 방안으로 제시한다.

주제어 : 온라인 게임 과다 사용, 프랭클의 의미요법, 전도서, 기독교 상담, 공허감