

## 성경적 자아상 회복을 위한 프로그램 개발 연구 - 청년기 이후 기독교인을 대상으로 - \*

A study on program development for the recovery of the biblical self-image  
- For Christians after adolescence -

이정미 (Jeongmi Lee)\*\*

박희숙 (Heesook Park)\*\*\*

이호진 (Hyojin Lee)\*\*\*\*

황동한 (Donghan Hwahng)(교신저자/corresponding author)\*\*\*\*\*

### ABSTRACT

The purpose of this study was to develop a recovery program of the biblical self-image for Christians after adolescence. The research was conducted as a formative research method, prior research and literature review, as well as in-depth interview. Request surveys were conducted with pastors and church members in Busan and Gyeongsangnam-do. A program draft was developed by deriving the program contents and design principles. After applying it to 14 believers in Busan, the final program was developed by modifying and supplementing the program through the evaluation of participants and experts. The biblical self-image restoration program aimed to help the members lead a healthy life of faith and to restore their relationships with God, themselves, and their neighbors. The design principle of the program was set as 'love, grace, and truth', and it had a cyclical structure of 'praise-bible exposition-lecture-prayer meeting-small group meeting'. The contents of the program consisted of self-image formation and role in

\* 2021년 11월 15일 접수, 12월 11일 최종수정, 12월 12일 게재확정

\*\* 대동대학교(Daedong College) 교양교육혁신센터 센터장, 부산시 금정구 동부곡로 27번길 88, jeong720@daedong.ac.kr

\*\*\* (사)십대의벗청소년교육센터(The Teenage Friends Youth Education Center) 간사/한국멘탈헬스하우스(Korea Mental Health House) 대표, 부산시 중구 대영로 242번길 1, kenosis444@daum.net

\*\*\*\* (사)십대의벗청소년교육센터(The Teenage Friends Youth Education Center) 간사, 부산시 중구 대영로 242번길 1, sea3725@hanmail.net

\*\*\*\*\* (사)십대의벗청소년교육센터(The Teenage Friends Youth Education Center) 원장/함께하는 교회(Together Church) 담임목사, 부산광역시 금정구 체육공원로 122 (구서동), hdosa31@hanmail.net

understanding self-image, and recovery of self-image through confession and repentance. The operation method was divided into whole activities and small group activities, and consisted of accommodation for 2 nights and 3 days. As a result of the program proposal, firstly, they were able to discover their wounded self in the past life, secondly, they were able to go to the place of repentance while feeling the God of love and forgiveness, thirdly, they presented their problems in front of God and people and proclaimed the God who could have a personal relationship and who would recover. It suggested that the restoration of the biblical self-image couldn't be achieved in a single event, but should be offered as a worship of life along with the process of sanctification.

**Key words : self-image, biblical self-image, self-image recovery program, image of God, relationship restoration**

## I. 서론

웨스트민스터 신앙고백의 소요리 문답 제1장 1조는 인간의 제 일 되는 목적이 ‘하나님을 영화롭게 하며 그를 영원토록 즐거워하는 것’이라 한다. 이는 인간이 신앙생활을 통해 하나님께 영광을 돌려야 하는 존재이며, 하나님께서 공급하시는 것을 통하여 삶의 행복과 안녕을 누리고, 하나님을 즐거워하는 삶을 살아가는 것이 그리스도인에게 가장 중요한 것임과 동시에 최고의 목적임을 나타내고 있는 것이다(강연정, 2007). 궁극적으로 그리스도인이 건강한 신앙생활을 하며 최고의 안녕을 누리기 위해서는 하나님과의 관계 맺음으로 시작되고 또한 그 관계가 유지되어 창조 목적대로 살아가는 것이다. 따라서 그리스도인의 건강한 신앙생활은 영과 육의 통합체인 인간이 하나님과 전인격적으로 관계를 맺고 자신의 실제적인 삶 속에서 하나님의 이끄심을 따라 살아가는 삶의 모든 과정이라고 할 수 있다(강희천, 1999; 권택조, 1999; 왕미려, 1986).

하나님과 인격적인 관계를 맺고 그 분의 이끄심을 따라 살아가는 삶의 과정에서 인간은 하나님과 더욱 친밀한 관계를 형성하는데, 이 때 하나님과 친밀한 관계를 형성한다는 것은 하나님 나라를 알아가고 하나님 나라를 만들어가는 것이다. 그러나 이러한 관계형성을 방해하거나 그렇게 되지 못하게 하는 ‘어그러진 하나님의 상’과 ‘비성경적 자아상’이라는 걸림돌이 있다. 특히 기독교청년들은 어린 시절 경험하는 부모와의 관계를 기반으로 형성된 하나님에 대한 상이 개인의 상을 형성하는 것과 새롭게 주어지는 취업이나 결혼 등의 사회적 요구와 책임을 감당하는 것에도 영향을 미치고 있으므로 이들로부터 시작하여 살펴볼 필요가 있다(황동한, 2011).

청년기는 자신의 정체성을 확립해야 하는 시기이면서도 타인과의 관계 속에서 성숙하며 자신의 삶 속에서 기독교적 세계관과 가치관을 살아내야 하는 시기(김초록, 백은령, 2019)이므로 청년기 이후의 건강한 자아상 확립은 신앙 성숙과 사회생활의 중요한 고리가 될 수 있다. Arnett(2000)은 청년기 이후를 2차 심리적 독립의 시기로 취업, 결혼 외에도 청소년기 유예되었던 자신이 누구인지에 대한 정체감 확립과 개인의 상을 재정립하는 과업을 달성해야 한다고 하였다. 또한 신앙의 자기화 과정을 겪는 시기로 유아, 청소년 시절 암묵적으로 이루어졌던 신앙에서 청년기에 사회와 현실에서 직면하게 되는 가치들 사이에서 발생하는 갈등으로 인해 재조정기를 거쳐야 할 필요가 있다. 이러한 과정은 하나님의 상이 왜곡되지 않은 건강한 그리스도인으로써 청년기 이후 즉, 성인기의 삶을 살아가는데 영향을 미치지 때문이다(김민경, 2013; 이민형, 2019; 황동한, 2011).

재조정기를 거쳐 하나님의 상이 좋게 형성된 청년들은 개인의 상에 대해 스스로 내리는 평가가 긍정적이고 심리적으로 안정되어 있으며 나아가 성숙한 개인으로서의 삶을 충실히 살아가고, 삶의 어려움에 직면하였을 때 자신을 지탱해주는 힘이 있다(황동한, 2011; Rizzuto, 1979; Seamands, 2005). 반면, 하나님의 상이 나쁘게 형성된 청년들은 자기 자신에 대해서도 부정적인 상을 지니고

있으며 자신을 수용하지 못하고 거부하는 자아상을 지니게 되어 자신에 대해 스스로 내리는 평가가 낮다고 하였다(김사훈, 2007; 황동한, 2011; Jones, 1991). 이렇듯 하나님의 상이 건강하지 못한 청년들은 신앙생활에서도 어려움을 경험할 수밖에 없다. 특히 하나님의 상을 인간의 관계성에서 찾으며(송정아, 2004), 인간은 하나님과 이웃과의 관계 속에서 살아가야 할 존재로 창조되었고 자신의 내면에 내재화된 하나님의 상은 사람과의 관계성 안에서 표출된다(김균진, 1993)고 하였을 때, 하나님의 상이 건강하지 못한 청년들은 낮은 신앙성숙도를 보이고 이를 토대로 관계하는 교회 공동체 생활 속에서 긍정적인 대인관계를 하는데 어려움을 경험하고 있다(황동한, 2011). 이렇듯 어린 시절 부모를 비롯한 중요한 타인들의 양육경험은 하나님의 상 뿐만 아니라 개인의 자기개념 즉, 자아상의 형성에도 영향을 미친다(황동한, 2011). 결국 하나님의 상은 개인의 자아상과 밀접한 관계가 있는 것이다.

자아상이 건강하다는 것은 긍정적, 부정적이라는 의미를 극복하는 것으로 온전한 그리스도인의 자아상을 가진다고 하는 것은 기독교 신앙에 있어서 매우 중요한 의미를 내포하고 있다. 따라서 하나님을 믿는 그리스도인이 궁극적으로 회복되기를 추구해야하는 건강한 자아상은 ‘성경적 자아상’이라 할 수 있다(황동한, 박희숙, 2021). 목회자들의 말씀 선포와 복음 전함이 삶에 영향을 미치지 못하여 변화되지 않는 그리스도인, 마음 발이 옥토밭 또는 돌짜밭으로 말씀을 튕겨 내거나 또는 자기 나름대로의 경험과 틀로 말씀을 왜곡하여 이해하는 그리스도인들이 있는데 이는 그들 개개인이 가지고 있는 건강하지 못한 자아상이 걸림돌로 작용하기 때문이다(정태기, 2005). 결국 개인의 자아상은 신앙생활, 특히 하나님과 이웃(타인)과의 관계에 영향을 미치고 있다는 것이다.

건강한 자아상 즉, 성경적 자아상을 지닌 그리스도인은 자신의 삶 속에서 기량을 다 발휘하고 잘 성장하여 좋은 열매를 맺으며 살아간다. 자신이 다른 사람과 다르다는 비교의식을 가지지 않고 자신의 존재가 하나님의 형상으로 지음 받은 특별한 존재임을 인정하고 받아들이는 삶을 살아간다. 건강하지 못한 자아상은 신앙생활에서 그리스도인들을 소극적이게 만들며 교회에서 열심을 다하여 봉사, 헌신하고자 하여도 항상 되풀이 되듯 자신을 괴롭히는 무엇으로 인하여 신앙의 의미를 잃어버리거나 지쳐서 무기력하게 만든다. 또한 하나님의 존재에 대해 끊임없이 의심하고 불신하게 하여 기복신앙으로 향하게 하고 말씀에 대한 불신과 죄에 대해 무감각하게 만들며 불순종의 삶을 살아가게 하는 것으로 하나님과의 관계를 단절시키기까지 한다(강현선, 2009; 김한기, 2000). 황성신(2014)은 거짓 자아상과 우울증에 관한 연구에서 거짓 자아상은 내면의 문제를 숨기기 위해서 만들어 낸 것이며 거짓 자아상 뒤에는 부정적인 자아상과 부적절한 자존감의 문제가 있음을 밝혔다. 이러한 부정적 자아상은 그리스도인이 되었으면서도 잔존할 수 있으며 성경적인 건강한 자아상을 확립할 때 근본적인 해결이 될 수 있다고 하였다.

자아상 회복과 관련하여 선행연구를 살펴보면, 건강한 자아상 회복을 위한 내적치유 연구(한평실, 2006), 내적 치유와 그리스도인의 성화 문제(정희현, 2016), 내적치유를 통한 신앙회복과 성장에 관한 연구(강현선, 2009), 내적치유상담을 통한 영적회복과 사례연구(최상우, 2019) 등이 있으나 대부분 내적치유라는 단어를 중점적으로 사용하여 신앙회복을 목표로 연구되었다. 물론 개인의 쓴뿌리를 치유하면 신앙을 회복할 수는 있을 것이다. 그러나 신앙회복 단계까지의 과정이 더 세분화될 필요성에 대한 부분이 아쉽다. 자아상 회복 프로그램과 관련된 연구를 살펴보면, 청년들을 대상으로 자아상 회복 집단상담 효과성 연구(황동한, 박희숙, 2021), 대학생들을 대상으로 한 자존감 향상 성서교육 프로그램(윤덕규, 2021), 내적치유와 기독교 가치관 확립을 위한 프로그램 교재 연구(전승호, 2020), 말씀 묵상을 통한 내적치유 프로그램 개발(김영근, 2003) 등이 있다. 이상의 연구들 외에 연구결과로 발표된 경험은 없으나 일선에서 실시하는 프로그램들의 사례를 보면 대부분의 프로그램이 대규모 집회 형식으로 진행되는 것을 알 수 있는데 이는 본 프로그램에서 소그룹을 강조하는 부분과 방법적인 면에서 차이가 있다. 특히 참여자들의 마음 열기는 중요한 단계로 은혜, 사랑, 진리를 바탕으로 공동체(그룹) 안에서의 관계 경험이 중요하다. 따라서 대그룹 집회 형식보다 소그룹 공동체 형식으로 접근하는 것이 프로그램의 효과, 즉 성경적 자아상의 회복을 돕는데 필요할 것이라 여겨진다.

이에 본 연구는 Crabb(1997)의 이론에 근거하여 청년기 이후 기독교인을 대상으로 소그룹을 통해 사랑과 격려, 위로를 표현하며 심리학에서 말하는 가족에 대한 이론을 차용하여 초기 자아상 형성 과정을 이해하고 하나님의 상을 왜곡시키고 있는 실체가 무엇인지 프로그램을 통해 자신의 모습을 조명할 수 있도록 하며, 성경적 자아상으로의 회복을 통해 그리스도인들이 하나님의 상을 올바르게 정립하고 하나님과의 관계가 회복되어 건강한 삶을 영위할 수 있도록 성경적 자아상 회복 프로그램을 개발하고자 한다. 이러한 연구 목적에 따른 연구 내용은 다음과 같다.

첫째, 선행연구와 문헌고찰, 요구조사를 바탕으로 기독교 자아상 회복 프로그램의 목적과 목표, 내용과 방법을 조직하여 프로그램(안)을 구성한다.

둘째, 기독교 자아상 회복 프로그램(안)을 적용하고 평가한다.

셋째, 기독교 자아상 회복 프로그램 최종안을 도출한다.

## II. 이론적 배경

### 1. 하나님 상

하나님은 막연한 어떤 영적인 영역이나 인간이 가지고 있는 의식 속에만 있는 존재가 아니다. 또한 현재라는 시간대에서 인간의 육적인 감각을 통하여 인식될 수도 없고 세속적인 종교에서 나타나는 보편적인 존재로 볼 수도 없다(Barrs & Macaulay, 1998). 그럼에도 하나님 이미지는 실제로 존재하고 살아 있으며, 대상관계적 관점에서 개인과 서로 상호작용하는 하나님에 대한 느낌(김난예, 2002a)으로 표현할 수 있다. 신앙을 가진 사람은 비록 하나님을 실제로 본다든지 만진다든지 할 수는 없지만 하나님과의 관계를 통해 사랑을 주고받으며 하나님의 존재를 인식한다(김난예, 2002b). 하나님과의 관계는 기독교인에게 가장 중요한 것으로 모든 관계의 원형이 되며 하나님과의 관계의 핵심에는 하나님에 대한 개인의 표상인 하나님 이미지가 있다(조남희, 2010). 긍정적인 하나님 이미지는 개인의 행복감과 생활만족감의 증대에 기여(황혜리, 김미경, 2004)하며, 심리 및 정신적 상태나 신앙행동에 많은 영향을 미치는 핵심적인 요인이 된다(강희천, 2000; 이은실, 2000).

성경에는 하나님을 천지만물을 창조하신 전지전능하신 분, 자비롭고 사랑이 많으며 신실하시고 치유와 회복의 하나님 등의 이미지로 표현하고 있다. 하나님에 대한 이미지는 개인이 직접 경험해서 형성했다고 하기보다 삶에서 주변의 사람들과의 관계와 경험, 기억, 느낌, 하나님에 대해 배운 것 등을 종합하여 만들어진 것이라고 할 수 있다(김난예, 2002a; Lawrence, 1997; Rizzuto, 1979). Clair(1994)는 하나님의 상이 어린 시절의 상(image), 감정 및 기억들로 이루어지는 것으로 의식적인 것이라기보다는 정서적으로 이루어진 상(image)으로 보았다. 이러한 하나님 이미지를 형성하는 요인은 생애 초기의 부모와 관련되어 일어났던 관계양상과 사건들이 개인의 하나님 이미지에 많은 영향을 미친다. 부모와의 관계경험과 관계형성 가운데 가졌던 지배적인 감정은 사적인 하나님 이미지를 형성하는데 있어 근원적인 구성요소가 된다(유영권, 1996; Rizzuto, 1979). 애정 어린 보살핌을 주는 부모와의 관계를 경험한 사람들은 하나님을 정답고, 수용적이며, 용서해주는 존재로 보는 경향이 있고 그에 반해 부정적 경험을 한 사람은 통제하고 엄격하게 대하는 하나님 이미지에 갇혀 있을 수 있다(Benson & Spilka, 1973). 부모와의 대상관계를 기반으로 형성된 내적인 하나님에 대한 표상은 또래관계, 이성관계 및 다양한 사회적 관계를 통해 재구성 되는데 이러한 맥락에서 모든 이에게 객관적인 하나님과 한 개인이 경험하는 하나님 이미지 사이에는 차이가 생기게 된다(권수영, 2005).

하나님 이미지의 중요한 심리적 기능은 주요 대상들과의 친밀한 관계를 통해 자신을 돌보아 주는 하나님으로 인식하여 삶에 대한 안정감을 느끼고 유지시켜 주는데 있다(Rizzuto, 1979). 반면 하나

님에 대해 죄책감과 공포를 느끼는 사람과 소외된 감정을 느끼는 사람은 하나님을 멀리 있는 존재로 상상하고 따뜻한 하나님에 대한 소망을 갖게 된다. 하나님을 향한 개인의 신앙과 종교에 대한 심리학적 연구는 심리학적 환원주의라는 한계를 지니지만 개인이 소유하고 있는 하나님과의 관계를 올바르게 정립시켜 주는 일에 대한 많은 이해와 시사점을 제공하고 성숙한 신앙에 관해 이론적인 기초를 제공한다(황혜리, 류수정, 2006).

자신의 삶에서 무엇을 느끼고 경험했느냐에 따라 하나님의 이미지는 개인마다 다르게 형성되며 본래 하나님의 모습과 거리가 있을 수 있다. 하나님 이미지는 개인의 자아상과 연관되어 있으며 부정적 자아상을 가진 사람의 경우 사랑하고 용납하는 하나님을 생각하기 어렵다. 옛 습성과 쓴 뿌리로 인하여 왜곡되어진 하나님의 상은 하나님과의 관계를 오해하고 신앙적으로 정착하기 힘들게 한다. 하지만 올바른 하나님 상은 삶의 어려움에 직면했을 때, 각 개인이 갖는 하나님과의 관계에서 자신을 지탱해 주고 심리적 갈등을 막을 뿐 아니라 긍정적 자아상과 원만한 대인관계를 형성할 수 있도록 한다(전요섭·배은주, 2005; 황동한, 2011).

## 2. 자아상

### (1) 자아상의 이해

자아상(self-image)은 개인이 자신의 능력과 가치에 대해 지니고 있는 생각, 판단, 태도, 감정 등을 포함하는 개념으로서 자아존중(self-respect), 자아개념(self-concept), 자아지각(self-perception), 자아평가(self-evaluation), 자아가치감(self-worth) 등으로 다양하게 지칭되어 오고 있다(김백준, 2002). Rosenberg(1965)는 자아상에 대해 자신에 대한 부정적 혹은 긍정적 평가와 관련된 것으로서 자기 존경의 정도와 자신을 가치 있는 사람으로 생각하는 정도를 의미한다고 하였으며 Branden(1969)은 자기신뢰와 자기존중의 융화로써 자기 자신에 대해 갖는 가치와 유능성에 대한 확신이라고 하였다. Coopersmith(1967)는 개인이 평소에 자신에 대해 내리는 평가를 뜻하며, 이것은 자신을 능력 있고 의미 있으며 가치 있는 존재로 믿는 정도를 나타낸다고 하였다. 신학자 Hoekema(1975)는 자아상이라는 말을 자아존중감이라는 심리적인 용어가 가리키는 것과 실제적으로 유사한 어떤 것이라고 표현하였으며, 타락 후 인간의 자아상은 변질이 일어나 자신에 대해 너무 높은 평가를 하거나 자신을 경멸하며 심지어 그 자신을 미워하는 경향을 갖는다고 하였다(Hoekema, 1996). 그러므로 자아상이라는 표현 속에는 인간이 자기 자신을 들여다보고 깨닫게 되는 자기 가치에 관한 개념이 담겨져 있다고 할 수 있다.

이러한 자아상은 그리스도인의 신앙생활에 매우 중요한 부분으로 온전한 그리스도인의 자아상을 가진다고 하는 것은 기독교 신앙에 있어서 매우 중요한 의미를 내포하고 있다. 하나님을 믿는다

는 것은 하나님의 자녀로 새롭게 거듭남을 받아들이는 것인데 그리스도 안에 있는 새로운 피조물로서의 자기 자신을 수용하지 못한다는 것은 자기의 신앙을 부정하는 것과 같기 때문이다(Hoekema, 1996). 부정적 자아상을 가진 사람들은 불만족과 열등감, 파괴적이고 공격적이거나 어긋난 대인관계로 폐쇄적인 삶을 사는 경우가 많다. 그러나 성경적 자아상을 가진 사람들은 그리스도의 사랑을 기준으로 살아내기에 하나님으로부터 오는 감사와 기쁨으로 삶의 궤도를 바로 잡아 갈 수 있다(황동한, 2011). 하나님과의 관계에서도 부정적 자아상을 갖고 있을 경우, 하나님을 왜곡되게 인식하여 하나님의 무조건적인 은혜와 용서를 받았음에도 불구하고 그것을 받아들이지 못하거나 하나님을 실수와 잘못을 용납하지 않으시는 분으로 인식할 수 있다. 그러므로 자아상은 하나님 상과 연관되어 있으며 어떤 자아상을 갖고 있느냐에 따라 하나님과의 친밀한 관계 형성에 영향을 미친다고 할 수 있다.

Adams(1986)는 성경적 자아상을 하나님 사랑과 이웃 사랑을 통하여 형성되는 새로운 자아상에서 우리나라의 거룩한 피조물로서의 자기평가라고 하였으며 Crabb(1997)은 예수 그리스도를 내 구주로 믿고 영접한 후 지속되는 성화의 삶 속에서 성령의 도우심을 받아 하나님을 끝까지 순종할 수 있는 삶을 추구해 나갈 때에 성경적 자아상을 가질 수 있다고 하였다. McDowell(1993)은 성경적 자아상은 ‘하나님이 당신을 보듯 더하지도 덜하지도 않게’ 당신 자신을 바라보는 것이라고 하면서 성경에 나타난 대로 하나님의 관점에서 있는 그대로의 우리 자신을 바라보는 것을 의미한다고 하였다. Carlson(1995)은 “나는 있는 그대로의 나이며, 하나님의 형상으로 지음 받은 사람, 하나님의 은혜로 구원받은 죄인, 그리고 그리스도의 몸의 중요한 부분”으로 성경적 자아상을 설명하였으며 하나님의 말씀과 그분의 관점, 그분의 느낌, 그분의 행위에 근거를 둔 자아상이 긍정적이며 성경적이라고 하였다.

또한 Carlson(1995)은 심리학에서 말하는 자아상과 성경적 자아상은 관점이 다르다고 말하면서, 성경적 자아상의 특징을 다음과 같이 설명하였다. 첫째, 성경적 자아상은 겸손하며 굴욕적이지 않다. 그에 의하면 겸손은 하나님의 지음을 받은 자로서 자신이 누구인지를 인식하는 것이다. 또한 자신의 존재를 인식할지라도 사랑 받으며 가치 있는 존재임을 인정하고 자신의 모습에 만족하며 자신을 하나님의 자녀, 즉 길을 잃고 방황하지 않는 것이다. 또한 겸손이란 다른 사람의 현재 모습을 인식하고 인정하는 동시에 자신의 현재 모습을 알고 용납하며 사랑하고 나누는 경험이다. 자신의 장점뿐만 아니라 약점까지도 수용하는 것이다. 이와 반대로 굴욕이란 수치감과 당혹감이다. 이것은 현재 자신의 모습에 만족하지 못한다는 것이며, 자신의 모습이 싫다고 느끼게 하는 끔찍한 경험, 즉 무가치한 느낌을 말한다. 성경은 자신을 남보다 낫다고 여기는 교만을 죄로 여기지만 자신을 열등하고 무능하거나 불안정하게 여기라고도 하지 않았다. 다시 말해 겸손은 굴욕과 다르게 성경적 자아상의 기준이 되는 것이다.

둘째로, 자신을 부인하는 것이다. 자기부인(self-denial)은 자기비하와는 다른 의미이다. 자기부인은 자신을 무시하며 아무 것도 아닌, 아무 사람도 아닌, 비존재적인 사람이 되는 것을 의미하지 않는다. 그것은 그리스도께서 나의 삶 속으로 들어오셔서 내가 그의 구속과 은혜를 나타낼 수 있도록 능력을 부여하기를 원하시는 것을 의미하는 것으로 본다. 셋째로, 자격이 없음(unworthy)을 깨닫고 인정하는 것이다. 자격이 없음은 무가치함과 구별된다. 자격이 없다는 것은 하나님의 사랑과 자비와 은혜를 받을 자격이 없음을 말하는 것이지 무가치함을 말하는 것이 아니다. 성경은 우리가 하나님에게 무한한 중요성과 가치를 지닌 자라고 분명하게 가르치고 있다. 그 분은 우리를 구원하시기 위해 아들을 기꺼이 희생시키셨던 분이시다. 넷째로 자기를 사랑하는 것이다. 자기사랑은 분명히 이기심과 구별된다. 이기심이 상대방을 희생해서 나의 필요를 먼저 챙기는 태도와 행동이라면 자기 사랑은 상대방과 상대방의 필요를 나의 것만큼 중요하게 생각하는 태도이자 행동이며 나의 필요와 느낌들이 상대방의 것만큼 중요하다는 것이다.

다섯째로, 자기를 긍정적으로 인정하는 것이며 과대평가를 의미하는 것은 아니다. ‘나는 할 수 있어’는 자기 긍정이지만 ‘나는 굉장한 사람이야’는 자기 과대평가이다. 그리스도인들에게는 그리스도의 몸에 참여한 자들이므로 능력과 은사가 주어졌다. 따라서 자신에게 주어진 능력과 은사를 과소평가하거나 활용하기를 거절하는 것은 그리스도께서 주신 유익들을 빼앗는 것이다. 여섯째로, 자기 가치와 자기 숭배를 구분한다. 하나님의 피조물로서 개인의 가치를 창조하셨고 구속하신 분 때문에 내가 소중한 것이지, 나의 나뉘고 내가 행하는 것 때문에 소중한 것이 아니라는 것이다. 그러기에 나의 중요성을 과장함으로써 나를 숭배하지 않는 것이다.

이처럼 성경적 자아상은 그리스도로 말미암은 ‘믿음’에서 출발한다. 죄로 충만했던 과거의 옛 사람은 그리스도와 함께 십자가에 못 박히고 자기 안에 그리스도께서 사신 것을 깨닫게 되는 믿음으로 사는 삶을 고백하고 있는 바울처럼 새로운 자라고 느끼고 사는 사람이 그리스도인이다. 그리스도인의 성경적 자아상은 하나님의 말씀과 성령의 통치를 받는 삶 속에서 형성되며 그 분 안에서 자신의 모습을 볼 때 하나님과의 친밀한 교제가 가능하고 그리스도인의 건강한 삶을 누릴 수 있다.

## (2) 자아상 형성의 요인

앞에서 성경적 자아상에 대해 살펴보았으며 성경적 자아상의 회복은 기독교의 본질이라고 할 수 있다. 타락 후 인간에게 은혜로 주어진 성경적 자아상은 변질되었으나 하나님의 일반은총 아래 가정과 주변 환경을 통해서 초기 자아상을 형성할 수 있도록 하셨다. 하나님을 인격적으로 만나기 전 형성된 초기 자아상은 하나님의 이미지를 형성하는데 결정적 요인이 되며 이는 신앙생활과도 연결되어 하나님과의 관계에서 중요한 역할을 한다. 이러한 초기 자아상을 형성하는데 주된 영향을 미

치는 요인을 정리하면 다음 3가지로 요약할 수 있다. 첫째, 신체적 요인이다. 일반적으로 어떤 개인의 신체 및 신체적 능력이 그 사회의 정상성에서 벗어나게 되면 부정적 자아상을 형성하기 쉽다. 인종의 차이에 관계없이 신체장애아는 신체정상아보다 부정적인 자아상을 가진다(Richardson et al., 1964).

둘째, 부모를 비롯한 중요한 타인의 영향이다. 어린아이는 주위의 중요한 사람을 모방함으로써 구체적인 행동을 학습한다. 모방에 의한 학습은 아동 주위의 중요한 사람이 아동의 자아상 발달에 중요한 영향력을 가진다는 것을 암시한다. 특히 중요한 타인에 의한 강화와 시범은 자아존중의 학습에 있어서 중요한 요인이 되며 자아상이 형성되는 유아기에 어머니와 유아 사이에 형성되는 애착 관계와 부모의 역할은 자아상 형성에 결정적 역할을 한다. 부모와 만족스러운 정서적 관계를 형성한 유아들은 자기 자신을 사랑 받을 수 있는 존재라고 지각하지만 어린 시절 부모의 완전주의적인 양육방식과 방치, 거절, 학대 등의 경험은 유아의 무의식 속에 깊이 기억되어 성인이 되어서도 부정적 자아상을 갖게 하는 주요 원인이 된다(박노권, 2002). 쉼터 청소년의 자아상 연구(류은주, 2019)에서도 가정환경 및 부모와의 관계가 자아상을 형성하는데 중요한 요인임을 뒷받침하였다. 부모는 한 개인의 거의 전 생애에 걸쳐 중요한 타인이며, 어린이는 자기의 삶에서 중요하다고 생각되는 사람들이 자기를 보는 그대로 자신을 보기 때문이다. 셋째, 또래집단의 영향이다. 또래집단은 자아개념 발달과 자존감을 위한 중요한 활동무대가 되며 타인의 관점에서 자기 자신을 보게 한다(Papalia, 1995). 자신의 매력, 능력, 인기들을 스스로 평가하고 다른 사람과 비교하면서 자의식을 형성해 나가며 그 속에서 정서적 안정감을 느낀다. 하지만 또래 집단의 소외는 자아상 형성에 부정적 영향을 미친다.

### (3) 자아상 회복의 방법

타락한 상태의 인간이 예수 그리스도를 만나 회복의 길에 들어섰지만 단번에 하나님의 형상을 회복하거나 성경적 자아상으로 탈바꿈되는 것은 아니다. 로마서 7장 21절 “그러므로 내가 한 법을 깨달았노니 곧 선을 행하기 원하는 나에게 악이 함께 있는 것이로다.” 그리스도의 종 바울의 고백을 통해 하나님을 내 구주로 믿고 고백하여 구원 받는 존재가 되었다 하더라도 내 안에는 여전히 선과 악이 공존하고 있으며 두 마음이 싸우고 있음을 알 수 있다. 자아상을 회복하기 원하는 사람들 또한 하나님께 더 깊이 나아가고자 하는 마음과 내가 알고 싶어 하지 않는 민낯이 드러날까 두려워하는 마음이 공존한다. 하나님은 그래서 문을 두드리시고(계 3:20) 기다리고 계신다. 주님의 음성을 듣고 문을 열어야만 주님이 들어와 역사하신다. 성경적 자아상은 하나님과 대화하는 영적인 삶을 기초로 하여 뿌리를 내리기 때문이다. 하지만 주님의 부르심에도 쉽게 마음 문을 열지 않는다. 이것이

Adams(1986)가 말한 타락한 인간의 감정이다.

이에 본 연구에서는 자아상 회복을 위해 그들의 마음 문을 열고 주님과 인격적으로 만날 수 있도록 예배 중심의 영성훈련과 Crabb(1997)의 성경적 상담이론을 혼합하였다. 프로그램의 전체적인 방향은 찬양과 말씀을 통해 측량할 수 없는 하나님의 은혜와 그분의 구속하심과 용납하심, 새로운 피조물로서의 거듭남을 느끼고 깨달아 성경적 자아상을 회복하는 것으로 하였으며 이는 Hoekema(1996)가 말한 타락으로 인해 변질되어 버린 인간의 자아상이 구속의 과정을 통해 새롭게 되어짐을 근거로 하고 있다. 이와 함께 Crabb(1987)이 강조한 사랑, 위로, 격려의 상담 요소를 적용하였다. Crabb(1997)은 성경을 모든 문제해결의 모체로 하되 성경적인 관점에서 벗어나지 않는 심리학의 이론들도 수용한다는 입장을 취하고 있으며 그의 이론적 특징을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 성서와 심리학의 경계선을 해체시키고 두 영역에 조화를 도모했다. 둘째, 교회를 예수 그리스도의 지체이며 격려하는 공동체라고 하는 차원에서 이해하면서 격려를 통한 상담을 강조했다. 셋째, 모든 문제의 해결은 절대적으로 심리학적 방법에만 있지 않으며 오직 예수 그리스도께서 해결을 위한 열쇠를 가지고 있다. 넷째, 상담은 전문가만 하는 것이 아니라 좀 더 폭을 넓혀서 일반 평신도들도 할 수 있다. 다섯째, 부정적 감정들을 성경적 차원의 감정으로 선하게 변화시켜줄 수 있다. 이러한 이론에 근거하여 소그룹을 통해 사랑과 격려, 위로를 표현하며 심리학에서 말하는 가족에 대한 이론을 차용하여 초기 자아상 형성 과정을 이해하고 하나님의 상을 왜곡시키고 있는 실체가 무엇인지 기도회를 통해 자신의 모습을 조명할 수 있도록 하였다.

### 3. 성경적 자아상

#### (1) 창조의 자아상

창세기에 보면 하나님께서 인간을 창조하시고 그들에게 복을 주시는 장면을 볼 수 있다(창 1:27-28). 인간은 다른 피조물들과 달리 유일하게 하나님의 형상(the image of God)대로 창조된 특별한 피조물이다. 인간이 하나님의 형상을 지녔다는 것은 하나님의 도덕적 성품을 소유한 존재가 되어 하나님과 교제를 나눌 수 있는 피조물이 되었음을 말한다(도한호, 1993). 최초의 인간인 아담과 하와는 하나님과 개인적으로 대화(창 3:10)할 수 있었으며 하나님의 은혜와 사랑 안에서 온 세상을 다스릴 수 있는 권세를 부여받았다. 아담과 하와는 주변의 동물들을 살펴보고 그들의 이름을 지어 불렀으며(창 2:19) 이를 통해 인간에게 하나님의 주신 창조성과 만물의 아름다움을 느낄 수 있는 심미성이 있었음을 알 수 있다.

인간은 하나님의 사랑과 말씀에 순종하는 관계였으며 이를 위해 하나님의 말씀을 들을 수 있는 영적인 기능을 인간에게 주셨다. 인간이 가지고 있는 단순히 자연의 소리를 듣고 즐기는데 그치는

것이 아니라 하나님의 말씀을 들을 수 있도록 창조된 것이었다. 많은 피조물들 중에서 오직 인간만이 하나님의 말씀을 듣고 깨달음으로 말미암아 미래를 준비하며 하나님의 뜻에 합당한 삶을 살아갈 수 있다. 또한 아담은 하와를 보고 기쁜 마음을 자신의 신체를 비유하여 뼈와 살로 표현(창 2:23)함으로써 자기 자신을 사랑하는 마음을 갖고 있었음을 알 수 있다. 즉 태초의 인간은 하나님과 소통할 수 있는 존재였으며 자신과 자연을 사랑하는 마음을 갖고 있었다. 이처럼 태초에 하나님이 주신 성경적 자아상은 천지만물의 창조주이시고 권위자이신 하나님과 자유롭게 교제할 수 있는 사랑과 순종이 전제되어 있었으며 하나님이 만드신 인간인 자신을 포함하여 천지만물을 있는 그대로 수용하고 사랑하는 마음과 주님이 주신 은사와 사명을 기쁨과 감사로 담당하는 마음이 있었음을 알 수 있다.

## (2) 타락한 자아상

아담과 하와의 불순종으로 말미암아 모든 인간이 하나님의 형상을 상실하고 죄인이 되고 말았다(롬 3:23). 죄로 인하여 에덴동산에서 누리던 모든 특권들을 박탈당하고 하나님 앞으로 담대하게 나갈 수 있는 순수한 마음이 소멸되었으며 두려움이 가득한 죄의식에 사로잡힌 비참한 존재로 전락되었다. 하나님이 주신 온전한 성경적 자아상을 상실하고 죄로 오염된 자아상에 이끌림을 받는 존재로 변질되었으며 죄의 통로인 부정적 사고로 인해 하나님과 이웃 그리고 자신에 대해서도 부정하고 왜곡시키는 부정적 자아상을 갖게 되었다. 하나님을 떠난 사람들은 결국 자기의 온갖 욕망을 추종하는 노예가 되어 온통 파괴와 상처뿐인 고통스러운 삶을 살며 하나님 대신에 세속적인 욕망과 향락을 이상화하고 하나님을 배척하는 삶을 추구하다가 마침내 파멸에 이르게 된다. 그들의 내면세계에는 하나님을 닮아가도록 그들의 인격을 이끌어 주는 성경적 자아상이 없기 때문이다.

성경적 자아상이 상실된 사람들의 대표적인 예를 성경에서 찾아보면 다음과 같다. 창세기 4장 8-9절 말씀을 보면 아담과 하와의 첫 아들로 태어난 가인의 부정적 자아상을 엿볼 수 있다. 그는 죄악이 가득한 시기심으로 인하여 동생 아벨을 쳐 죽이고 오히려 하나님께 분을 내었다. 하나님께서 가인에게 “네 아우가 어디에 있느냐”고 물으셨을 때 가인은 “내가 알지 못하나이다. 내가 아우를 지키는 자니이까”라고 거짓 대답을 했다. 하나님의 책망을 순수하게 받아들이지 못하고 오히려 회피하고 반항했던 가인은 결국 유리하는 자가 되어(창 4:12) 여호와 앞을 떠나 에덴 동편 낫 땅에 거하게(창 4:16) 되었다. 성경적 자아상의 상실은 하나님과 분리된 삶을 가져오게 하였다.

또 한 예로 사무엘상 16장에 보면 하나님의 영이 떠난 사울 왕의 고통이 기록되어 있다. “여호와 의 신이 사울에게서 떠나고 여호와와 분리된 악신이 그를 번뇌케 한지라”(삼상 16:14). 하나님의 영이 떠남으로 말미암아 사울은 성경적인 자아상이 소멸되고 악신에게 놀림 받아 고통을 당하는 부정

적 자아상에 빠지고 말았다. 불안감 때문에 마음의 균형이 깨어진 사울은 평안하게 잠을 잘 수 없었다. 사울도 처음에는 성경적 자아상을 회복한 선한 모습으로 살았으나 이스라엘의 왕이 된 이후에는 교만한 마음이 생기게 되었고 그 후의 사울은 하나님을 대적하는 부정적인 삶을 살았다. 그의 심령 안에 있었던 성경적 자아상은 모두 사라지고 그는 악신이 요구하는 공격적이고 비인격적인 자아상의 노예가 되고 말았다. 성경적 자아상을 상실한 사울은 과거와는 달리 시기심으로 가득한 파괴적인 사람으로 그의 성품이 변질되었던 것이다.

아담 이후 인간은 사울처럼 성경적 자아상을 회복하지 못하고 죄인의 형상을 지닌 채 온갖 죄와 불안 속에서 여전히 하나님을 등진 삶을 살아가고 있다. 하나님이 은혜로 주셨던 성경적 자아상은 파괴되고 죄로 얼룩진 타락한 성품이 표출되었으며 하나님의 형상이 파괴된 부정적인 마음으로 말미암아 하나님과의 관계는 회복이 불가능한 단절된 상태가 되었다. 인간은 죄 때문에 마지막 날에 하나님의 심판을 받을 수밖에 없게 되었다.

### (3) 회복의 자아상

하나님과 단절된 관계를 회복하고 인간의 파괴된 삶에 생명과 치유의 길을 열어주기 위하여 하나님이 독생자 예수를 보내주셨다. 세상 죄를 지고 가는 하나님의 어린양(요 1:29)으로 오신 예수 그리스도께서 십자가에 못 박혀 죽으심으로 말미암아 인간들은 다시 구원 받을 수 있는 길을 얻게 된 것이다(사 53:5). 온갖 죄로 더럽혀진 인간이라 할지라도 십자가에 죽으신 예수 그리스도를 믿고 영접할 때 하나님의 자녀로 회복되어 거듭나게 된다. “영접하는 자 곧 그 이름을 믿는 자들에게는 하나님의 자녀가 되는 권세를 주셨으니 이는 혈통으로나 육정으로나 사람의 뜻으로 나지 아니하고 오직 하나님께서 난 자들이니라”(요 1:12-13). 이것은 예수 그리스도를 영접하고 믿을 때 하나님의 형상이 회복될 수 있으며 하나님과 다시 관계할 수 있음을 말하고 있다.

성경적인 구원은 예수 그리스도를 닮아가 하나님의 형상이 회복되어 더욱 하나님을 가까이 할 수 있는 하나님의 자녀로 성장하는 것을 말한다. 그 결과 구원을 받은 인간은 하나님의 통치가 이루어지는 에덴동산을 마음속에 다시 회복할 수 있게 된다. 이렇듯 회복된 자아상이란 신앙을 뿌리로 하여 하나님께 초점이 맞추어진 성경적이며 긍정적인 자아상을 말한다. 고린도 전서에 보면 하나님의 은혜로 새로운 존재가 된 바울의 신앙고백을 볼 수 있다. “나는 사도 중에 지극히 작은 자라 내가 하나님의 교회를 핍박하였으므로 사도라 칭함을 받기에 감당치 못할 자로라 그러나 나의 나 된 것은 하나님의 은혜로 된 것이니 내게 주신 그의 은혜가 헛되지 아니하여 내가 모든 사도보다 더 많이 수고하였으나 내가 아니요 오직 나와 함께 하신 하나님의 은혜로라”(고전 15:9-10). 바울은 자기가 그리스도를 알지 못했을 때, 교회를 심히 핍박했던 것을 깊이 뉘우치며 후회했다. 그러면서 그는 긍정

적인 자아상을 주장했는데 이는 회개하고 돌아오는 자들을 받아주시는 하나님의 은혜를 믿기 때문이었다(Hoekema, 1996). 그리스도인이란 자기의 죄를 사하여 주시고 거듭나게 하시는 하나님의 은혜 속에서 살아가는 선택받은 존재이다. 하나님의 형상을 잃어버렸던 과거에는 성경적 자아상은 존재할 수 없었으나 하나님께 죄 사함을 받고 하나님의 말씀대로 순종하는 인간은 성경적 자아상이 점진적으로 회복된다.

예수 그리스도를 통해 하나님과 다시 교제하게 된 그리스도인은 단번에 하나님의 형상으로 변화되는 것이 아니라 그에 따른 신앙의 의지가 지속적으로 마음속에 충만할 때 비로소 성경적 자아상이 표면화될 수 있다. 하나님과의 만남이 다시 회복되고 계속적으로 성화되어 갈 때 성경적 자아상이 형성될 수 있는 것이다. 하나님의 사랑을 받고 사는 존재로서의 확신이 생기면 다른 사람에게도 사랑을 줄 수 있는 복된 통로가 될 수 있으며 가치관에 있어서도 놀랄만한 변화를 일으키게 된다. 과거에는 자기 욕망을 따르는 세상적인 가치관에 사로 잡혀 있었으나 성경적 자아상을 회복하고 난 뒤에는 하나님의 나라를 위하여 드러지는 삶을 선택하게 된다. 대인관계도 과거와는 달리 원만해지는데 그것은 자신이 하나님의 사랑을 받고 새롭게 된 것과 같이 타인도 하나님의 형상으로 지음 받은 존귀한 존재임을 받아들이기 때문이다.

이러한 변화에 힘입어 그리스도인들은 하나님의 성품인 거룩함과 의와 사랑과 선으로 채워지는 삶을 시작할 수 있다. 회복된 성경적 자아상은 하나님과의 관계를 돈독히 하고 하나님의 자녀로서의 삶을 적극적으로 추구해나갈 수 있도록 그리스도인의 삶을 이끌어 준다. 이에 본 프로그램에서는 그리스도인들이 성화되어 가는 삶의 과정 속에서 부딪히는 여러 가지 어려움, 하나님과의 관계 속에서 해결되지 않는 부분 등 그리스도인들이 자신의 있는 모습 그대로를 가지고 하나님 앞으로 더 나아갈 수 있도록 돕고자 한다.

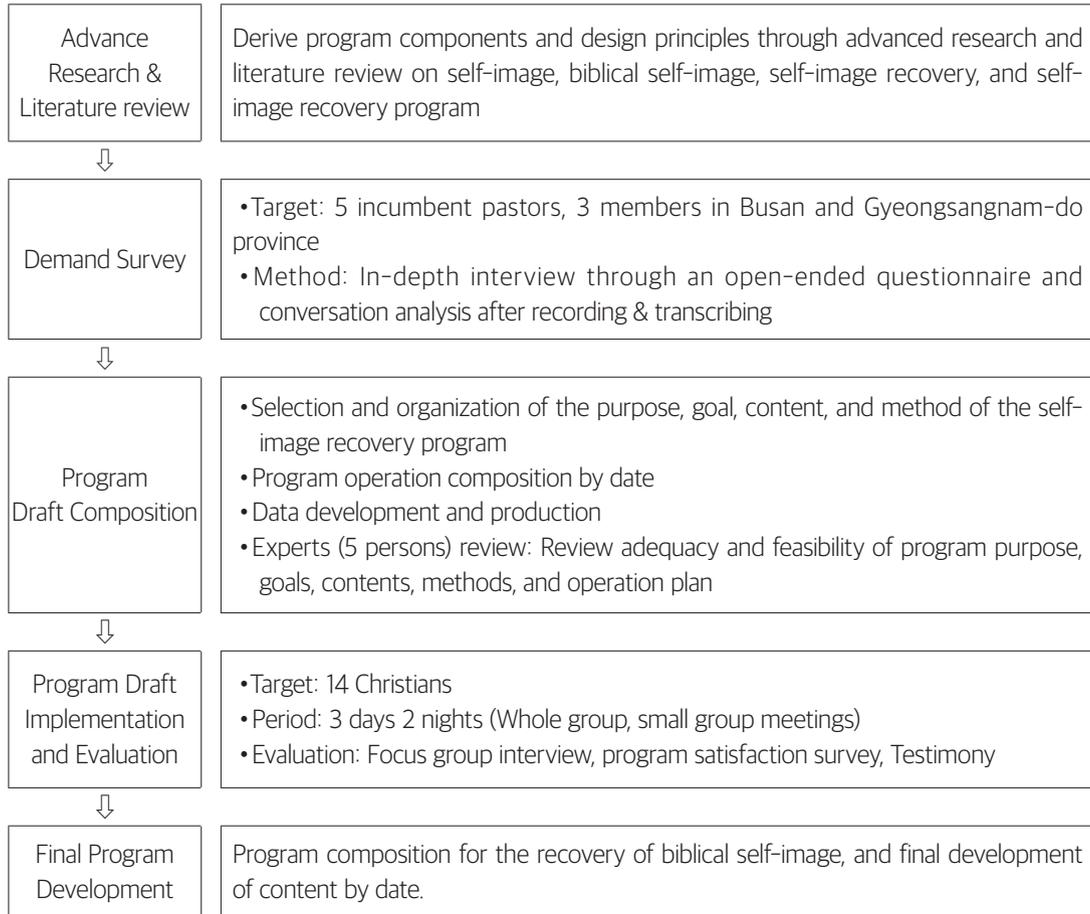
### III. 성경적 자아상 회복을 위한 프로그램 개발

#### 1. 프로그램 개발 절차

본 연구는 새로운 지식을 생성하고 기존 실천들을 타당화 하는데 목적(Richey & Klein, 2005)을 둔 설계·개발 연구방법론을 사용하였다. 설계·개발 연구방법론은 새로운 모형을 개발할 때 먼저 이론에 근거한 모형의 원형을 개발한 후 이를 실제 프로그램에 적용하여 투입하여 보고 참여자의 반응을 통해 모형의 개선점을 발견하여 수정하고 보완하는 방법이다. 이러한 적용과 수정, 보완을 반복하면서 모형을 타당화 하게 된다(임철일, 1998; 정재삼, 1997; 한수민, 임병노, 2016). 이에 본 연

구에서는 질적 연구방법을 중심으로 연구를 진행하였으며 전체적인 연구 진행과정을 도식화하면 다음 Figure 1과 같다.

Figure 1. Biblical self-image recovery program development process



### (1) 선행연구 및 문헌고찰

연구목적을 달성하기 위해 일차적으로 관련 선행연구 및 문헌을 수집하고 분석하였다. 주제 범위에 따른 조사로 ‘자아상’, ‘성경적 자아상’, ‘부정적 자아상’, ‘자아상 회복’ 등을 키워드로 하여 학술연구정보서비스(RISS), 한국학술정보(KISS) 등에서 2010년 이후에 발표된 학위논문 및 학술지 등 재 후보지 이상의 논문 총 38편을 분석하였으며, 이를 반영하여 프로그램의 목적 및 목표, 내용과 방법 등을 구성하였다.

Table 1 Results of demand survey through in-depth interview

section	Name	Gender	Age	Career	Content
Pastor	A	Male	44	20 years	"I am in charge of the youth department, and some young people tend to interpret and accept the gospel in their own way as well as the church life, which is not smooth due to emotional and cognitive distortions. These young people need a channel to solve their emotional problems."
	B	Male	55	35 years	"No matter how much they say who God is through sermons, there are believers who say that they feel that God is a scary and terrifying being, or that God does not touch their hearts. I hope that such believers can fully feel God's love and grace without distorting God's reward."
	C	Male	43	20 years	"It is a pity to see the believers worshiping with a religious habit. Most people think that they come to church with the gospel when they lead a religious life. However, in order for those people to know the true gospel, they need to break it down but when breaking it down, they would be beaten. I have a lot of trouble because I can't do it because of my faith and conscience to just pass it on."
	D	Male	51	28 years	"Young people who have been hurt at home show difficulties in their spiritual state or relationships. Young people who are not emotionally supplied mainly complain that they do not feel God's love, and their motivation for life is weak. I wish there was a program where we could experience God's love and restore it."
	E	Male	60	32 years	"There are members who live the church life and there are members who live by faith. It makes me pitiful to see a church member who has been living a religious life for decades, but cannot throw away one's frame and is buried beneath one's own thoughts. I wish they had a chance to see themselves."
Believers	F	Male	45	5 years	"It is believed that there is a God, but the word of worship does not come in unless the situation in real life is well resolved. There is no part where I have met God or feel him, but I do not have the desire to meet God eagerly. Whether or not there is someone in the church community whom I can share my heart with greatly affects my life of faith."
	G	Females	49	49 years	"When I am busy, I cannot focus on prayer and meditation well. When feeling stuffy like being blocked and feeling the pressure to dedicate more but I couldn't follow those things, I feel that I do not lead a religious life well."
	H	Females	44	16 years	"I habitually meditate, worship, and pray, but it is recognized that literally I do it habitually and mechanically. When I can't feel that the relationship with God, will, and heart, I consider whether or not I live the religious life properly."

## (2) 요구조사

요구조사에서는 성도들이 신앙생활에서 겪는 내면적 어려움, 성도 개인이 가진 자아상이 기독교 신앙생활에 미치는 영향에 대해 알아보기 위한 것으로 심층면담을 통해 요구조사를 실시하였다. 요구조사의 대상은 기독교 자아상 회복 프로그램의 연구 목적, 조사 방법과 절차에 동의한 기독교인으로서, 부산, 경남 지역의 교회에서 사역을 담당하고 있는 목회자 5명과 성도 3명이다. 대상자 선정을 위해 연구자가 직접 또는 지인을 통해 부탁하거나, 관련 선교단체를 통해 연구 목적과 참여 방법을 전달받고 이에 대해 자발적으로 지원한 목회자와 성도들을 대상으로 하였다. 요구조사를 위한 심층면담은 2019년 5월 3일부터 5월 31일까지 부산, 경남 지역의 목회자와 성도를 방문하여 비구조화 된 질문 형식으로 개별적으로 이루어졌으며, 면담 내용을 녹취 및 전사하여 대화분석을 통해 프로그램의 설계 원리 및 방향을 설정하는데 반영하였다.

## (3) 프로그램 시안 구성

선행연구와 문헌고찰, 요구조사 결과를 바탕으로 성경적 자아상 회복 프로그램의 목적 및 목표, 내용, 방법, 운영안을 선정, 조직하여 시안을 구성하였다.

### ① 목적 및 목표

성경적 자아상 회복 프로그램의 목적은 성도들이 성경적 자아상으로의 회복을 통해 하나님의 상을 올바르게 정립하고 하나님과의 관계가 회복되어 건강한 삶을 영위할 수 있도록 하는데 있다. 그리스도인의 건강한 삶이란 하나님과 전인격적으로 관계를 맺고 자신의 실제적인 삶 속에서 하나님의 이끄심을 따라 살아가는 삶으로써 하나님과의 친밀감뿐만 아니라 이웃과의 관계로까지 확장된다. 즉, 하나님과의 바른 관계는 자신의 새로운 정체성을 찾게 하고 더 나아가 이웃과의 관계에서 자연스럽게 섬김으로 드러나게 한다. 이러한 목적을 달성하기 위해 프로그램의 목표를 하나님과의 관계, 자신과의 관계, 이웃과의 관계의 세 차원으로 구분하였으며, 이는 기독교 영성의 요소인 초월자와의 관계, 초월의 경험, 초월의 현장화(권택조, 1999; 오성춘, 1989; Hoekema, 1996; Holt, 1980; Nouwen, 2001)를 자아상 회복의 특징인 ‘관계성’으로 재해석하였다. 본 연구의 프로그램 목표는 다음 Table 2와 같다.

Table 2 Goals and sub-goals of the biblical self-image restoration program (draft)

Goal	Sub-Goal
Relationship recovery with God	<ul style="list-style-type: none"> <li>• You can know the love of God.</li> <li>• We can properly establish the image of God.</li> <li>• You can have an identity as a child of God.</li> </ul>
Relationship recovery with oneself	<ul style="list-style-type: none"> <li>• You can discover your distorted self-image.</li> <li>• You can value yourself with a biblical self-image.</li> </ul>
Relationship recovery with neighborhood	<ul style="list-style-type: none"> <li>• I can forgive my neighbor (family) who made it hard for me.</li> <li>• We can build healthy relationships with our neighbors in Christ.</li> </ul>

## ② 설계 원리

문헌고찰 및 선행연구, 요구조사를 통해 자아상 회복을 위한 프로그램 설계 원리로 ‘사랑’, ‘은혜’, ‘진리’를 도출하였으며 그리스도 안에서 사랑과 은혜, 진리를 체험할 때 진정한 치유와 회복이 이루어질 수 있다고 보았다. 이에 본 프로그램에서는 이를 구현하기 하기 위해 ‘사랑’은 그리스도의 무조건적인 수용으로, ‘은혜’는 하나님의 베풀어주심에 대한 감사와 기쁨으로, ‘진리’는 항상 참이며 변함없는 주님의 말씀을 선포함으로 규정하고 이 3가지 요소가 복합적 및 순환·반복적으로 이루어질 수 있도록 프로그램을 구성하였다. 구체적으로 프로그램의 내용 및 형태와 관련하여 ‘사랑’은 하나님이 만드신 가정, 십자가 사건, 소그룹 공동체를 통해, ‘은혜’는 찬양과 경배, 기도회를 통해, ‘진리’는 말씀과 강의, 나눔 등을 통해 느낄 수 있도록 하였다. 둘째, 프로그램의 핵심은 성도들이 하나님을 알아가고 만나는 것이므로 찬양과 말씀 속에서 프로그램이 운영되도록 하였다. 강의를 시작은 찬양과 경배로, 끝은 자기성찰과 내면화를 통한 소그룹 모임을 하는 것으로 ‘찬양-성경강해-강의-기도회-소그룹모임’이 반복되는 구조로 전체 프로그램을 설정하였다. 셋째, 참여자의 감성, 지성, 영성이 자연스럽게 열릴 수 있도록 감성열기를 위한 아이스브레이크, 나눔과 수용의 소그룹 모임, 그룹별 식사 시간 등을 설정하여 친목과 교제가 충분히 이루어질 수 있도록 하였다. 이러한 설계원리를 반영하여 프로그램의 전체적인 흐름은 ‘감성을 통한 마음 문 열기, 지성으로 자신의 자아상 알아가기, 하나님의 사랑 받아들이기, 하나님의 사랑 안에서 내 모습 보기, 감사와 회개, 새 삶의 다짐’의 순서로 구성하였다.

## ③ 내용 구성

성경적 자아상 회복 프로그램의 내용 흐름은 자아상이란 무엇인가에서 출발하여 성경적으로 건강한 삶으로 가기 위한 여정을 담았다. ‘자아상의 이해’에서는 자아상의 개념과 자아상의 형태들을

살펴보며, ‘자아상의 형성과 역할’에서는 자아상이 어떻게 만들어지고 형성된 자아상이 하나님과의 관계에 어떤 영향을 미치는지를 알아본다. ‘자아상의 회복’에서는 왜곡된 자아상으로 인한 상처와 죄, 고백과 회개 그리고 그리스도의 십자가를 통한 자아상 회복을 다루며, ‘건강한 삶’에서는 하나님 나라와 변화된 삶의 방향을 제시하였다. 선정된 주제와 내용의 조직은 다음 Table 3과 같다.

Table 3 Lecture contents of the self-image recovery program (draft)

Subject	Sub subject	Details
Understanding of self-image	What is self-image	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Meaning of self-image</li> <li>• Distorted self-image</li> <li>• Biblical self-image</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Household created by God</li> <li>• Principles of Biblical household</li> </ul>
Formation and role of self-image	biblical household	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Household created by God</li> <li>• Principles of Biblical household</li> </ul>
	The Function of the Biblical household	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Functional household</li> <li>• Dysfunctional household</li> </ul>
	Family system and self-image formation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Understanding the family system</li> <li>• Self-image formation through the family system</li> </ul>
	Child rearing & God's image	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Parent type</li> <li>• Parent's parenting style and relationship with God</li> </ul>
Recovery of self-image	The place where God left	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Broken emotions and roots of sin</li> <li>• Corrupted life</li> </ul>
	Confession and Repentance	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Countermeasures against sin - Jesus Christ</li> <li>• Confession of sin and repentance</li> </ul>
	Self-image restoration through the cross	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crucifixion</li> <li>• My self changed at the cross</li> </ul>
	Self-image restoration through forgiveness	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Meaning of forgiveness</li> <li>• Method for forgiveness</li> <li>• Inner change through forgiveness</li> </ul>
	Healthy Life	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gospel power</li> <li>• Life Direction - Kingdom of God</li> </ul>

#### ④ 운영 방법

성경적 자아상 회복 프로그램의 운영 방법은 2박 3일 합숙의 형태로 참여자들이 일상생활에서 벗어나 프로그램에 집중할 수 있게 하며 장소는 도심 외곽 지역의 전원적 분위기의 수련시설을 섭외하여 참여자의 심신을 여유로운 상태로 만들고자 하였다. 물리적 환경의 수용적 분위기를 통한 다감각적 경험은 몸과 마음의 유기적 소통을 가능하게 하고 영적 존재와 영성적 삶을 구체화시켜

감각적으로 느낄 수 있게 하므로(양금희, 2013) 참여자 자신의 모습을 자연스럽게 드러낼 수 있는 계기가 될 것으로 보았다.

프로그램의 세부 운영 방법은 Palmer(1993)가 CTT 프로그램에서 제안한 대그룹, 소그룹의 형태를 참고하여 참여자 전체를 대상으로 하는 전체 프로그램과 강의 내용을 자신의 것으로 내면화할 수 있는 소그룹 프로그램으로 구분하였다. 소그룹은 강의와 기도회를 통해 깨닫고 느낀 것들을 바로 나누고 공동체 수용을 통한 사랑을 느낄 수 있도록 매 강의 종료 후에 배치하였으며 이는 소그룹 나눔에 대한 성도들의 요구를 반영한 결과이기도 하다. 소그룹별 인원은 4~5명으로 9~10개의 그룹을 운영하여, 최대 50명으로 구성한다. 세부운영 방법에 대한 내용은 다음 Table 4와 같다.

Table 4 Detailed operation method of the biblical self-image restoration program (draft)

Section	Operation Method	Utilization Medium
Whole Group	Praise, worship, bible exposition, lecture, discussion, prayer meeting, workshop	Musical instruments, PPT, video, material book
Small Group	Sharing(consolation, encouragement), Q&A	Textbook, thread, pencil

### ⑤ 일자별 시안 구성

성경적 자아상 회복 프로그램은 개회예배를 시작으로 ‘찬양-성경강해-강의-기도회-소그룹모임’이 마디별로 반복되며 3일간의 여정이 자연스럽게 이어질 수 있도록 시간과 순서를 안배하였다. 첫째 날은 점심식사 후 2시부터 시작하여 직장인들이나 장거리에서 오는 성도들이 참석할 수 있도록 하였으며, 시작 전 간단한 아이스브레이크를 통해 참석자들의 마음 문을 열도록 하였다. 둘째 날에는 십자가와 소그룹 모임을 통해 사랑을 체험하며 셋째 날에는 하나님과 공동체로부터 받은 사랑을 적극적 용서와 삶의 방향으로 나타내도록 하였다. 자세한 진행방법과 소요시간은 다음 Table 5와 같다.

### ⑥ 전문가 검토

성경적 자아상 회복 프로그램 시안에 대하여 내용과 구성의 적절성, 실행 가능성을 검증받기 위해 기독교인이며 해당 부문 전문가인 5인(목사 4인, 프로그램 전문가 1인)의 검토과정을 거쳤으며, 이를 통해 프로그램 시안 참가 인원의 설정, 소그룹 모임에서의 조장의 역할, 예배의 적절성, 십자가 강의에 대한 영상 등에 대한 피드백을 받아 이를 반영하였다.

Table 5 Proposal composition by date of the self-image recovery program (draft)

Date	Time	Subject	Content	Type	Activity	POC
Day 1	14:00~15:00	Understanding of self-image	Opening worship	Whole	Praise, Sermon, Prayer	MC
	15:00~16:50		What is self-image	Whole	Lecture and Discussion	Lecturer
	17:00~17:40		Small group meeting①	Small	Sharing, Q&A	Group Leader
	17:40~19:00		Dinner	Small	Fellowship	
	19:00~20:00	Formation and role of self-image①	Praise and worship	Whole	Praise, Sermon, Prayer	MC
	20:00~21:30		Biblical Household	Whole	Lecture and Discussion	Lecturer
	21:30~23:00		The Function of the Biblical Household	Whole	Lecture and Discussion	Lecturer
	23:00~23:40		Small group meeting②	Small	Sharing, Q&A	Group Leader
07:30~08:50			Breakfast	Whole	Fellowship	
Day 2	09:00~10:00	Formation and role of self-image②	Praise and worship	Whole	Praise, Sermon, Prayer	MC
	10:00~11:40		Family system and self-image formation	Whole	Lecture and Discussion & Drawing the family system	Lecturer
	11:40~12:20		Small group meeting③	Small	Sharing, Q&A	Group Leader
	12:20~13:50		Lunch	Small	Fellowship	
	13:50~15:30		Child rearing & God's image	Whole	Lecture and Discussion	Lecturer
	15:40~17:30		The place where God left	Whole	Lecture and Discussion	Lecturer
	17:30~18:10		Small group meeting④	Small	Sharing, Q&A	Group Leader
	18:10~19:30		Dinner	Small	Fellowship	
	19:30~20:00		Praise and Worship	Whole	Praise, Sermon, Prayer	MC
	20:00~21:30		Confession and Repentance	Whole	Praise, Prayer meeting	Lecturer
Day 3	21:30~23:00	Recovery of self-image①	Self-image restoration through the cross	Whole	Lecture, Watching video, Prayer Meeting	Lecturer
	23:00~23:40		Small group meeting⑤	Small	Sharing, Q&A	Group Leader
	07:30~08:50		Breakfast	Whole	Fellowship	
	09:00~10:00	Recovery of self-image②	Praise and worship	Whole	Praise, Sermon, Prayer	MC
	10:00~12:00		Self-image recovery through forgiveness	Whole	Lecture and Discussion	Lecturer
	12:00~13:00		Lunch	Small	Fellowship	
	13:00~13:40		Small group meeting⑥	Small	Sharing, Q&A	Group Leader
	13:40~15:00	Healthy Life	Changed life, New life	Whole	Lecture, testimony writing and presentation	Lecturer
15:00~15:30	Closing Worship		Whole	Praise, Sermon, Prayer	MC	

## 2. 프로그램 시안 실행 및 평가

### (1) 연구 참여자

성경적 자아상 회복 프로그램 연구 참여자 선정기준은 자아상 회복에 관심을 가지고 성경적 자아상 회복 프로그램 개발 필요성에 동의하는 청년기 이후 기독교인을 대상으로 2박 3일에 과정에 온전히 참여할 수 있는 자로 하였다. 연구 참여자 모집은 교회와 선교단체 등에 연구 목적과 내용, 참여 방법 등을 설명하고 안내문을 배포하여 참여자 모집에 대한 지원 요청을 하였다. 목회자의 제의, 성도의 자발적 지원과 이미 지원한 성도들이 다른 성도를 추천하는 눈덩이 표집(Seidman, 2002) 등을 통해 14명의 참여자를 최종 선정하였다.

### (2) 프로그램 시안 실행

성경적 자아상 회복 프로그램 시안 실행은 전체와 소그룹으로 구분하여, 2019년 12월 5(목)일부터 12월 7일(토)까지 2박 3일 동안 양산시 원동면 M연수원에서 14명의 기독교 성도들을 대상으로 진행하였다. 구체적인 프로그램 진행 내용 예시는 다음 Table 6과 같다.

Table 6 Example of the progress of the biblical self-image restoration program (draft) (Day 1)

Goal	Restoration for the relationship with yourself	
Sub Goal	They know the concept of self-image and are able to check your self-image.	
Subject	Understanding of self-image	
Contents	Opening worship (60 mins)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praise: 'Jacob's Blessing', 'The Love of the Cross', etc.</li> <li>• Sermon, Prayer: Preachment of the Sermon for self-image restoration under the theme of 'The abundant life that the Lord gives'</li> </ul>
	Lecture (110 mins)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bible exposition: Galatians 2:20</li> <li>• Meaning of self-image                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Definition of self-image, types of self-image</li> </ul> </li> <li>• Distorted self-image                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- The impact of self-image on life</li> <li>- Self-image and relationship with God</li> </ul> </li> <li>• Biblical self-image                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Existence of 'I' proclaimed in the Bible</li> </ul> </li> </ul>
	Small group (60 mins)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Small group activity guide</li> <li>• Announcement of small group roster</li> <li>• Move to meeting place by small group</li> </ul>
Medium	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Worship : PPT, musical instruments(synthesizer, guitar)</li> <li>• Lecture : PPT, lecture materials</li> </ul>	

Assessment	Sharing what I learned, realized, and felt through small group meetings
Environment	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrance: banner ("Welcome to the self-image recovery program.")</li> <li>• Place Welcoming greetings and facility guides, and assign name tags</li> <li>• Snacks: tea, coffee, sweets, etc. /background music(CCM: Contemporary Christian Music)</li> <li>• Create a warm and receptive atmosphere where people can experience hospitality</li> </ul>

### (3) 자료수집 및 분석

성경적 자아상 회복 프로그램(안)을 시작하기 전에 온라인으로 참여자의 일반적인 배경과 자아상 회복 프로그램에 관한 사전 인터뷰를 진행하였고, 프로그램 시안의 적용 과정과 내용을 파악하기 위해 진행 과정을 촬영 또는 녹음하였으며, 진행 PPT, 강의 자료집 등을 수집하였다. 프로그램이 끝난 후에는 프로그램 만족도 조사와 간증문 작성, 소그룹 집단면담을 실시하였으며, 집단면담은 60분 정도 소요되었다. 자료는 이용숙과 김영천(1998)의 전사, 영역분석, 자료범주화, 의미해석의 절차에 따라 분석하였고, 이를 바탕으로 프로그램의 수정 및 보완사항을 정리하였다. 프로그램 만족도 조사는 5점 척도 문항으로 항목별 평균값을 산출하였고, 개방형 질문에 대해서는 질문별로 구분하여 전사하고 내용 분석을 실시하였다. 간증문과 집단면담 전사본은 Seidman(2002)의 제안에 따라 전사본을 읽으며 관심 있는 부분에 범주명을 부여하고 관련성을 찾아 분류 체계를 만들어 분석하고 해석하였다.

### (4) 윤리적 고려

연구의 윤리성 확보를 위해 심층면담 시 연구에 대한 목적과 내용을 구체적으로 설명하였으며 녹음파일과 전사 자료 등 수집한 자료들은 학문에 바탕을 두고 사용될 것을 알렸다. 모든 자료는 익명으로 처리하며, 연구가 마친 뒤 영구 폐기 될 것을 덧붙여 설명하였다. 프로그램 시안 실행과 관련해서도 자발적 참여자를 대상으로 하였으며 개인정보동의를 얻어 간증문 및 집단면담 자료를 수집하였다. 소그룹 모임 중에 나눈 내용에 대해서는 조장 및 부조장의 윤리서약서를 받았으며 참여자에 대해서는 상담 동의서를 받아 참여자의 개인적인 부분이 유출되지 않도록 하였다. 또한 참여자의 의사에 따라 중도 철회 할 수 있고 동의서를 수정할 수 있음을 알리고 서면으로 동의를 받았다.

### (5) 신뢰도 및 타당도 확보

본 연구는 개발연구로서 타당성을 확보하기 위해 삼각검증법(Triangulation), 구성원 검토의 방법을 적용하였다. 첫째, 삼각검증법이란 자료의 수집과 분석과정에서 단일 연구, 단일 자료, 단일 연구자로 인해 생기는 질적 연구의 편견을 방지하기 위해 다양한 자료 수집 방법, 다양한 원천의 자

료, 둘 이상의 연구진을 구성하는 방법 등을 말한다(이용숙·김영천, 1998). 선행연구 및 문헌고찰에서 기존 성경적 자아상 관련 논문, 자아상 회복 프로그램, 하나님 이미지와 관련된 자료 뿐만 아니라 사례와 관련된 동영상, 사진, 홈페이지, 심층면담을 통한 요구조사 등 다양한 자원의 출처를 사용하여 내용을 분석하였다. 둘째, 전문가 검토 후 참여한 전문가들에게 연구자가 정리한 인터뷰 결과를 메일로 발송하여 연구자의 질적 분석 및 해석에 대한 관점과 조언, 평가를 구하는 구성원 검토를 통해 연구자 개인이 가지는 오류를 최소한으로 하고자 하였다.

#### (6) 프로그램 시안 실행 결과

성경적 자아상 회복프로그램(안) 참여 전, 후 인식 비교에서는 프로그램 필요성에 대한 인식은 더 높아졌고, 필요한 이유에 대해서는 ‘하나님과의 관계 회복’과 ‘공동체(교회, 직장 등) 생활의 어려움을 극복하기 위해서’라고 나타났다. 프로그램 만족도조사에서는 전체 평균이 4.7점(5점)으로 높게 나타났고, 프로그램에 사용된 교재와 장소 및 시설, 소그룹 모임에 대한 만족도 점수가 가장 높게 나타났다. 수적 통계의 한계를 보완하기 위해 만족도 조사의 개방형 문항과 간증문, 소그룹 집단면담의 내용을 통해서도 프로그램의 타당성 및 적절성을 확인할 수 있었다.

첫째, 참여자들은 어린 시절 가정에서 소외되고 불안했던 마음과 억누르고 지내왔던 원망과 분노, 왜곡된 자신의 역할, 영적인 고아와 같은 모습, 직장의 동료와 친구로부터 왕따 당한 경험 등 자신이 미처 잊고 있었던 과거의 사건과 경험들을 떠올렸으며 그 속에서 상처받은 자신의 모습을 발견할 수 있었다.

초등학교 때부터 고등학교 때까지 부모님 계모임, 학원, 학교 모든 공동체 가운데서 나에 대해 험담을 하고 따돌림을 주동하던 아이가 있었다. 부모님끼리 아직까지도 친하고 그때도 그래서 늘 붙어있었는데 그 아이가 그렇게 했다는 걸 고 2때 다른 아이를 통해 듣게 됐다. 본인의 마음의 짐을 덜고 싶었는지 최근에 다른 친구를 통해 보자는 연락이 왔었는데 그냥 무시하면 되지 라는 생각을 했다. 하나님은 내 돌 무더기 발 깊숙이 10년 동안 묻어뒀던 짱돌 같은 이 사건을 기억나게 하셨고, 내 인생에서 이 사건이 너무나도 많은 내적 영향을 주고 있었음을 깨닫게 하셨다. (참여자 C, 간증문)

혼란스럽고 인정하기 싫은 나의 외적 내적 상태가 밝혀지기 시작했다. 외면하고 있었던 내 가계도에서 나오는 나, 내 가족들 속에 나는 어떤 모습으로 자라왔는지 잘 몰랐고 반은 외면하고 있었던 내 모습이 보였다. 우월하다고 느꼈던 형제들 간의 나는 어디에 맘을 뒤야할지 모르는 심리적, 영적 고아였다. (참여자 A, 간증문)

프로그램을 하는 동안 하나님께서 보여주시던 기억의 조각들을 통해, 내가 육신의 아버지를 다가서기 전 존재로 인식하듯 하나님께도 무의식적으로 그렇게 바라보고 있음을 깊이 깨달았습니다. 그리스도인으로서 어떤 모습으로 가야할지 보다 어떻게 해야 하나님의 모습을 왜곡 없이 볼 수 있을지를 먼저 생각하라는 뜻에 정말 감사했습니다. (참여자 F, 집단면담)

어릴 적 할아버지, 할머니 손에 맡겨질 수밖에 없었던 상황들이 생각났습니다. 나는 엄마, 아빠로부터 사랑받고 싶었던 마음을 누르고 있었고 그 안에 원망은 숨겨둔 채 그저 관찮은 엄마였고 나도 관찮은 엄마가 될 수 있다고 생각했습니다. 하지만 외로움은 끝이 없었고 그래도 함께 살았다면 지금 내 아이들과 이렇게 힘겨워 해가며 살진 않았겠지... 사람들과 있을 때도 종종 숨어버리는 나를 발견했습니다. 그때 하나님은 나를 왜 그런 상황에 내버려뒀는지 원망과 함께 내 안의 하나님 상이 왜곡되었고 늘 거짓으로 하나님께 잘 보이려고만 했던 내 모습을 알게 되었습니다. (참여자 I, 집단면담)

둘째, 십자가 강의와 기도회를 통해 고통스러웠던 순간에 함께하신 하나님, 상처 나고 응어리진 마음을 위로하시고 용서하시고 사랑으로 덮으시는 하나님의 임재를 느끼며 회개의 자리로 나아갈 수 있었다.

본능적으로 열심히 살아왔던 나는 참 헛된 것을 이상삼아 살아왔고 내 내면 깊은 곳의 죄성이 시키는 대로 세상을 쫓으며 살아오고 있었던 내 모습을 보았다. 그 속에서 예수님은 나의 곁에서 안타깝게 함께 하고 계셨던 것이다. 내가 깨닫지 못하고 힘들어 할 때 모든 방법으로 나를 인도하셨던 것이다. (참여자 K, 간증문)

십자가 영상을 통해 내가 혼자 해결하려고 하던 그러나 실패한 모든 것을 이미 다 이루어 놓으시고 기다리시는 예수님을 만나게 되었다. (참여자 J, 간증문)

십자가 앞에서 내 불안을 예수님께 고백하고 그 가운데 초청했습니다. 나에게 드러났던 문제들 보다 영적 고아처럼 내 삶에 하나님이 없는 것처럼 하나님을 찾지 않았던 무지와 불신, 내 고집을 회개했습니다. (참여자 A, 집단면담)

십자가 영상을 보고 기도회를 하는데 가슴속에 무언가 묵직한 돌덩이 같은 것을 토해내는 느낌이 들었고 끊임없이 눈물이 났습니다. 그 순간 나를 만져주시고 안아주시는 주님을 느꼈고 또 나에게 상처 준 사

람을 용서해야겠다는 마음도 들었습니다. (참여자 B, 집단면담)

셋째, 하나님과 사람 앞에서 자신의 문제와 감정을 내어놓고 소통하는 인격적인 관계를 형성하였으며, 해결자이신 예수님을 믿고 의지함으로 지속적으로 회복해 가실 하나님을 선포하였다.

지금까지 느끼고 알게 된 것이 전부라고 생각하지 않는다. 아직도 남아있는 것들이 많다고 여겨진다. 그래서 자아상이 끝난 이후에도 실제 나의 삶속에서 회복과 치유를 경험하게 하시는 하나님을 믿고 의지하려 한다. (참여자 E, 간증문)

내가 살아온 방법은 성경적인 것도 아니고 바로 내가 주인이 되어서 해온 세속적 방법과 동일함을 인정하게 되었다. 하나님을 무시하고 살아온 내 삶의 모습에 성령님 초청하고 회개의 영을 부어주시기를 기도하며 내 삶에 초청하는 연습을 해야겠다. (참여자 C, 간증문)

강의를 들으며 내가 이해한 것이 맞는지 나만 이렇게 생각하고 있는 건 아닌지 그런 생각이 들 때가 많았는데 소그룹 모임을 통해 내 생각과 느낀 점들을 자유롭게 이야기할 수 있어서 좋았다. 또 다른 사람들이 이야기 하는 것을 들으며 각자 사람마다 다르게 일하시는 성령님을 느낄 수 있어서 신기했고 소그룹 시간이 짧아서 아쉬웠다. (참여자 F, 간증문)

이 사라지지 않고 찻찻함이 남아 있는 감정이 당연한 거라고 한 번에 뺏히고 풀리지도 해결되지 않는다 고 목사님께서 말씀하셨고 저는 이 문제를 두고 기도해볼 예정입니다!! 언젠가 그들을 용서하고 축복기도를 할 수 있겠죠?? (참여자 N, 집단면담)

하나님이 얘기하자고 부르셨구나 그런 생각이 들었습니다. 앞으로 생각안하는 양철대가리처럼 습관적, 행동적으로만 하는 것이 아니라 하기 싫으면 하기 싫다 화나면 화난다는 감정적 소통을 하나님과 해야 할 것 같습니다. 혼란스럽고 당황스러운 것도 이렇게 흘림으로 끝나는 것이 아니라 기도로 물어보려고 합니다. (참여자 I, 집단면담)

아직까진 부모님 앞에서, 하나님 앞에서 내가 어떻게 행해야 할지 정리가 안 되지만, 인정하고 인식하게 해주신 만큼 은혜를 사모하며 기도로 나아가겠습니다. (참여자 M, 집단면담)

이 사건에 대해 속 시원한 감정은 없습니다. 깊숙이 묻어뒀던 문제가 드러났고 이 사건 가운데서 충분히 하나님 안에서 제가 해 나갈 문제들이 있는 것 같아 계속해서 물어보면서 나가려고 합니다. 이제 개인

의 문제에서 벗어나 공동체를 볼 수 있게 해 달라고 기도했는데, 사건에 매여서 빠져 있는 것이 아니라 회복해 놓으신 예수님을 기대하고 나가겠습니다. (참여자 H, 집단면담)

### 3. 성경적 자아상 회복 프로그램 최종(안)

프로그램 시안을 실행한 후 평가 결과를 토대로 수정, 보완하여 성경적 자아상 회복 프로그램을 최종 개발하였다. 프로그램을 2박 3일간 집중적으로 운영하고자 첫째 날, 둘째 날 프로그램 마감시간을 자정12시로 설정하였으나 실질적으로 참여자의 피로도가 과하여 다음날 오전 프로그램에 집중력이 떨어지는 등 일정에 영향을 미쳐 마감시간을 23시로 변경하였다. 소그룹 나눔 시간이 짧았다는 의견이 많아 기존 40분에서 50분으로 변경하였으며, 프로그램 내용 또한 흐름이 자연스럽게 이어질 수 있도록 진행하였는데 둘째 날 자아상의 회복에서 하나님께서 떠난 자리에 죄가 들어오고 예수님의 십자가로 회복하는 순서가 자연스럽게 연결되어 ‘고백과 회개’는 십자가 강의 뒤로 재배치하였다. 성경적 자아상 회복 프로그램의 최종(안)은 다음 Table 7과 같다.

Table 7 Biblical self-image restoration program final (Plan)

Subject	Through the restoration of the biblical self-image, the image of God is properly established, and the relationship with God is restored to lead a healthy life.	
Gogal	1. relationship recovery with God	<ul style="list-style-type: none"> <li>• You can know the love of God.</li> <li>• We can properly establish the image of God.</li> <li>• You can have an identity as a child of God.</li> </ul>
	2. relationship recovery with oneself	<ul style="list-style-type: none"> <li>• You can discover your distorted self-image.</li> <li>• You can value yourself with a biblical self-image.</li> </ul>
	3. relationship recovery with neighborhood	<ul style="list-style-type: none"> <li>• I can forgive my neighbor (family) who made it hard for me.</li> <li>• We can build healthy relationships with our neighbors in Christ.</li> </ul>
Target	Christians after adolescence, 36-50 participants (9-10 groups, each group consists of 4-5 people)	
Period	2 nights 3 days	
Lecturer	(Common) People having the confession of faith. Those who have practical experience of living life with a Christian worldview - MC(Master of Ceremonies): Pastor, people with experience in the self-image recovery program, Christian program operation expert - Lecturer: Pastor, Christian counseling psychologist, professional knowledge and practical experience on the subject - Small group (deputy) leader: Those who have experienced self-image recovery program, and those who have completed 3 years of training for assistant administrator at the mission center	

Date	Time	Subject	Content	Type	Activity	POC
Day 1	14:00~15:00	Understanding of self-image	Opening worship	Whole	Praise, Sermon, Prayer	MC
	15:00~16:30		What is self-image	Whole	Lecture and Discussion	Lecturer
	16:30~17:30		Small group meeting①	Small	Sharing, Q&A	Group Leader
	17:30~18:30		Dinner	Small	Fellowship	
	18:30~19:00	Formation and role of self-image①	Praise and worship	Whole	Praise, Sermon, Prayer	MC
	19:00~20:30		Biblical Household	Whole	Lecture and Discussion	Lecturer
	20:30~22:00		The Function of the Biblical Household	Whole	Lecture and Discussion	Lecturer
	22:00~23:00		Small group meeting②	Small	Sharing, Q&A	Group Leader
07:30~08:30	Formation and role of self-image②		Breakfast	Whole	Fellowship	
08:30~09:30		Praise and worship	Whole	Praise, Sermon, Prayer	MC	
09:30~11:00		Family system and self-image formation	Whole	Lecture and Discussion & Drawing the family system	Lecturer	
11:00~12:00		Small group meeting③	Small	Sharing, Q&A	Group Leader	
12:00~13:00		Lunch	Small	Fellowship		
13:00~14:30		Child rearing & God's image	Whole	Lecture and Discussion	Lecturer	
14:30~16:30		The place where God left	Whole	Lecture and Discussion	Lecturer	
16:30~17:30		Small group meeting④	Small	Sharing, Q&A	Group Leader	
Day 2	17:30~18:30		Dinner	Small	Fellowship	
	18:30~19:00	Recovery of self-image①	Praise and Worship	Whole	Praise, Sermon, Prayer	MC
	19:00~20:30		Self-image restoration through the cross	Whole	Praise, Prayer meeting	Lecturer
	20:30~22:00		Confession and Repentance	Whole	Lecture, Watching video, Prayer Meeting	Lecturer
	22:00~23:00		Small group meeting⑤	Small	Sharing, Q&A	Group Leader
	07:30~08:30		Recovery of self-image②	Breakfast	Whole	Fellowship
08:30~09:30	Praise and worship	Whole		Praise, Sermon, Prayer	MC	
09:30~11:30	Self-image recovery through forgiveness	Whole		Lecture and Discussion	Lecturer	
11:30~12:30	Lunch	Small		Fellowship		
12:30~13:30	Small group meeting⑥	Small		Sharing, Q&A	Group Leader	
Day 3	13:30~14:30	Healthy Life	Changed life, New life	Whole	Lecture, testimony writing and presentation	Lecturer
	14:30~15:00		Closing Worship	Whole	Praise, Sermon, Prayer	MC

## IV. 결론 및 제언

본 연구는 청년기 이후 기독교인을 대상으로 성경적 자아상 회복을 위한 프로그램을 개발하는데 목적이 있다. 이를 위하여 선행연구 및 문헌 고찰과 현직 목회자 및 성도 8명을 대상으로 심층면담을 통한 요구조사를 실시하였으며 그 결과들을 토대로 프로그램 시안을 도출하였다. 프로그램 시안을 기독교 성도 14명에게 적용 및 평가하였으며, 프로그램 진행 과정과 진행 후의 수정, 보완 사항들을 반영하여 최종 프로그램을 개발하였다. 개발된 최종 프로그램의 목적과 목표, 내용 및 방법은 다음과 같다.

첫째, 성경적 자아상 회복 프로그램의 목적은 성경적 자아상 회복을 통해 하나님의 상을 올바르게 정립하고 하나님과의 관계가 회복되어 건강한 삶을 영위하는 것이다. 이는 하나님이 당신을 보듯 더하지도 덜하지도 않게 자기 자신을 바라보는 것을 의미(McDowell, 1993)하며 하나님의 관점에서 있는 그대로의 자신을 바라볼 때 성경적 자아상이 회복되어져 하나님과 친밀한 관계를 맺을 수 있다. 또한 하나님을 만난 성도는 마음과 삶을 새롭게 변화시키는 성화의 과정을 통해 하나님의 상을 더 분명하게 알게 되고 지속적으로 성경적 자아상을 회복해 간다. 이러한 성경적 자아상의 회복은 자신에 대한 집착에서 바깥으로 시선을 돌리게 함으로써 하나님과의 관계 회복은 물론 자신과의 관계 회복, 이웃과의 관계 회복으로 나아가며 이를 프로그램의 목표로 설정하였다.

이 목적은 기독교 영성프로그램의 목적이 하나님과의 합일이라고 한 연구들(권택조, 1999; Willard, 1988)과 일치하며, 모든 훈련의 목적은 자유와 기쁨을 누리기 위함(Foster, 1978)이라는 의미와 맥을 같이 한다. 또한 하나님과의 관계가 이웃 사랑의 삶으로 나타나야 한다고 한 연구(강희천, 1999; 권택조, 1999; 오성춘, 1989)와 기독교 영성이 하나님의 임재를 실천하는 삶이라고 정의한 연구(McGrath, 1999)와도 같은 맥락이다. 이는 하나님과의 관계를 기본으로 자신의 삶을 성찰하고 그 분의 사랑을 깨닫고 아는 것에서 그치는 것이 아니라 마음으로 내려와 삶으로 살아내는 그리스도인의 삶을 지향하는 것이다. 또한 성경적 자아상 회복 프로그램은 자아상 회복을 통해 성도 자신의 존재 자체를 새롭게 인식하는 것에 관심을 두고 있는데, 이는 성도가 주님께 부름 받은 새로운 피조물(고후 5:17)으로써 나의 죄가 바다 깊숙이 던져 버려졌음을 받아들일 때 성경적 자아상은 출발하기 때문이다(Hoekema, 1975).

둘째, 프로그램의 내용은 자아상 회복을 위한 과정을 담은 것으로, 선행연구와 요구조사 결과를 바탕으로 선정하였고, 프로그램(안) 적용과 평가를 통해 적절성을 확인, 보완하였다. ‘자아상의 이해’에서는 자아상의 개념과 자아상의 형태들을 살펴보고, ‘자아상의 형성과 역할’에서는 자아상이 어떻게 만들어지고, 형성된 자아상이 하나님과의 관계에 어떤 영향을 미치는지를 알아본다. ‘자아

상의 회복'에서는 왜곡된 자아상으로 인한 상처와 죄, 고백과 회개 그리고 그리스도의 십자가를 통한 자아상 회복을 다루며, '건강한 삶'에서는 하나님 나라와 변화된 삶의 방향을 제시하였다.

셋째, 프로그램 방법은 크게 전체와 소그룹모임으로 구분하였고, 전체는 대그룹 형태의 찬양과 성경강해 및 강의, 소그룹 형태의 나눔, 질의응답으로 구성하였다. 소그룹 모임은 예배와 말씀에서 깨달은 것을 나누고 풀리지 않는 의문들을 공유하면서 공동체를 통해 위로와 격려, 사랑을 느끼고 이를 다시 말씀의 자리로 나아올 수 있는 홈베이스와 같은 역할을 한다. 이것은 Crabb(1997)의 성경적 상담이론과 류삼준(2016)의 기독교 영성 프로그램의 원리를 반영하여 기존의 영성 프로그램이 대그룹 형태의 말씀강의 중심으로 이루어진 것을 보완한 것이다. 넷째, 프로그램 운영은 2박 3일 합숙의 형태로 참여자들이 일상생활에서 벗어나 프로그램에 집중할 수 있도록 도심 외곽 지역의 전원적 분위기의 수련시설을 섭외하여 참여자의 심신을 여유로운 상태로 만들고자 하였다. 이는 프로그램 시안의 실행 결과, 프로그램 만족도 조사를 통해서도 확인할 수 있었으며 물리적 환경의 수용적 분위기를 통해 참여자들이 자신의 모습을 자연스럽게 드러내는 계기를 마련하였다.

프로그램 시안의 시행 결과는 첫째, 지나온 삶 속에서 상처받은 자신의 모습을 발견할 수 있었으며 둘째, 사랑과 용서의 하나님을 느끼고 회개의 자리로 나아갈 수 있었다. 셋째, 하나님과 사람 앞에 자신의 문제를 내어놓고 인격적으로 관계할 수 있으며 회복해 가실 하나님을 선포하였다. 성경적 자아상 회복 프로그램을 통해 성도들의 내면이 비춰지고 하나님과의 관계, 대인과의 관계에서 문제가 되었던 원인들을 알게 되었지만 그것이 단회성 프로그램으로 변화되어지는 것이 아니다. 프로그램의 마지막은 십자가의 예수님을 만남으로써 그 분의 사랑과 은혜에 힘입어 상처 준 타인을 용서하는 단계로까지 나아가도록 설정하였으나 실제로는 문제에서 벗어나지 못하고 여전히 갈등과 염려를 하고 있는 사람, 주님의 이끄심과 간섭하심이 깨달아지기는 하나 상처 준 사람을 용서하기는 힘들다고 하는 사람, 무거운 짐을 벗은 듯 후련하고 주님의 은혜 속에 용서를 결단하고 새 삶으로 살겠다고 하는 사람 등 참여자의 변화의 정도는 각자 다름을 알 수 있었다. 이를 통해 프로그램에 참여함으로써 성경적 자아상으로의 발걸음은 내디뎠으나 단회의 프로그램 참여로 성경적 자아상이 형성될 수 있는 것은 아니며 그리스도인의 성화의 과정과 함께 삶이 예배로 드러질 때 성경적 자아상이 형성됨을 시사한다.

본 연구의 한계점과 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 개발된 프로그램은 2박 3일간의 과정으로 구성되었다. 이는 대그룹 뿐만 아니라 소그룹 모임 시간까지도 포함하는 것으로써 자아상 회복이 전 생애에 걸쳐 계속되는 과정이라고 볼 때 충분한 기간이라고 보기 어렵다. 프로그램 시안의 실행 결과에서도 알 수 있듯이 개개인에 따른 변화와 성숙의 정도가 다르기 때문에 단계별 심화과정을 추가하거나 분기별로 반복하는 등의 방안을 모색할 필요가 있다. 둘째, 본 연

구의 프로그램은 말씀과 강의로 깨달은 것들을 소그룹 모임을 통해 나눔으로써 자기성찰의 시간을 갖는다. 소그룹 모임은 참가자들이 정서적으로 의지하는 작은 공동체가 되고 참여자들은 그곳에서의 나눔을 통해 또 다른 깨달음을 얻기도 한다. 이러한 소그룹을 운영하는 조장 및 부조장의 영성에 따라 참여자가 느끼는 부분도 달라질 수 있어 소그룹 리더에 대한 훈련이 매뉴얼화 될 필요가 있다.

셋째, 본 연구를 위해 심층면담을 통한 요구조사를 목회자 및 성도 8명을 대상으로 실시하였다. 연구의 특성 상 성도들의 개인적인 신앙의 상태나 목회자의 주관적 관점이 반영되기에 설문지 조사를 실시하기에는 한계가 있어 소수의 인원으로 심층면담을 실시하게 되었다. 향후 프로그램 수정·보완 시 심층면담과 함께 원격 면담을 활용하는 등 보다 많은 사람의 요구를 수용할 수 있는 방법을 모색할 필요가 있다. 넷째, 본 연구는 선행연구와 문헌분석 및 목회자와 성도들의 요구를 분석하여 프로그램 시안을 구성하고 적용 및 평가, 수정, 보완 과정을 거쳐 최종 프로그램을 개발하였다. 후속 연구에서는 최종 프로그램을 실행하고 프로그램이 성경적 자아상 형성에 미치는 효과를 검증하는 연구가 이루어져야 할 것이다. 다섯째, 본 연구의 프로그램은 청년기 이후 기독교인을 대상으로 한 것으로 장년기와 노년기의 기독교인을 포함하고 있다. ‘자아상 회복’이라는 키워드로 세대를 넘어 일반화 할 수 있는 프로그램으로 개발하였지만 향후에는 대상을 세대별로 세분화하여 역동적이고 활발한 참여가 가능한 청년기의 특성을 고려한 프로그램을 개발할 필요가 있다. 조원들의 스토리가 담긴 역할극이나 성경 속의 참된 자아상을 찾은 인물 각본 만들기 등 청년 세대의 특성에 맞는 공감을 높일 수 있는 프로그램들이 개발되기를 제안한다.

마지막으로 프로그램의 내용 중 가정의 체계와 부모 양육 등 심리학적 이론을 가져와서 자아상이 형성되는 과정을 설명하였다. 이는 성경에서 성소의 금촛대를 아몬드가 아닌 우리가 잘 아는 살구꽃 형상으로 비유한 것과 같이 우리의 부정적 자아상의 핵심에 있는 죄를 알게 하기 위해 심리학적 이론을 차용한 것이다. 이러한 일반 지식의 활용은 죄의 근본 개념과는 거리가 있으나 죄 된 모습의 일부를 가정을 예로 들어 설명함으로써 성도들이 자신의 모습을 보는데 쉽게 접근할 수 있었다.

본 연구는 기독교 성도들의 성경적 자아상 회복에 대한 필요성에서 시작되었다. 하나님을 믿는다고 고백하고 주님을 내 삶의 주인으로 시인한 성도들이 실제 하나님의 복음을 잘 받아들이지 못하고 그 복음 속에서 누리지 못하는 모습을 보면서 안타까운 마음이 들었다. 그들 안에 하나님을 알고자 하는 열망이 있고 문제를 해결 받고자 하는 갈망이 있음에도 불구하고 하나님과 소통되지 못하는 것은 무엇인가를 고민하였으며 그 원인들 중 하나로 성장하면서 만들어진 왜곡된 자아상이 하나님의 상까지 왜곡하고 있음을 발견하게 되었다. 하나님에 대하여 성도는 어떠한 존재인지, 성도를 어떻게 바라보고 계신지를 아무리 얘기해도 문자적인 해석으로만 받아들이는 그들에게 실제적으로 운용하시는 하나님을 경험하기 원하며 그 바람으로 프로그램을 개발하게 되었다. 이 프로그램을

통해 하나님이 소설책이나 영화에 나오는 비현실적 존재가 아니라 나와 동행하시고 나의 모든 것을 있는 그대로 사랑하시는 주님을 체험하며 온전한 눈길로 주님을 바라볼 수 있는 성령의 역사가 일어나기를 기대한다.

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

## 참 고 문 헌

- 강연정 (2007). 영적 안녕과 전인건강증진을 위한 기독교 집단상담 프로그램의 개발 및 효과. **한국 기독교상담학회지**, 13, 13-43.
- [Kang, Y. J. (2007). Development and Effect of Christian Group Counseling Program for the Enhancement of Spiritual Well-being and Wellness. *Korean Journal of Christian Counseling*, 13, 13-43.]
- 강현선 (2009). **내적 치유를 통한 신앙 회복과 성장에 관한 연구**. 석사학위논문. 한영신학대학교 대학원.
- [Kang, H. S. (2009). *A Study on the Religious Recovery and the Growth Through Inner Healing*. Masters Dissertation. Graduate School of Hanyoung University, Seoul, Korea.]
- 강희천 (1999). **기독교교육의 비판적 성찰**. 서울: 대한기독교서회.
- [Kang, H. C. (1999). *Critical reflection on Christian education*. Seoul: The Christian Literature society of korea.]
- 강희천 (2000). 신앙과 기독교 교육. **신학논단**, 28, 207-251.
- [Kang, H. C. (2000). Faith and Christian Education. *Theological Forum*, 28, 207-251.]
- 권달천 역. (1986). **영적 훈련과 성장**. Foster, R. J. (1978). Celebration of discipline. 서울: 생명의 말씀사.
- [Kwon, D. C. (1986). Celebration of discipline. Seoul: Word of Life. Trans. Foster, R. J. (1978). *Celebration of discipline*. HarperCollins Publishers, Inc.]
- 권수영 (2005). 치유상담과 영성. **연세 목회전문화 세미나**, 7, 39-41.
- [Kwon, S. Y. (2005). Healing counseling and spirituality. *Yonsei Ministry Specialized Seminar*, 7, 39-41.]
- 권택조 (1999). **영성발달**. 서울: 예찬사.
- [Kwon, T. J. (1999). *Spiritual development*. Seoul: Yechansa.]
- 김균진 (1993). **기독교조직신학**. 서울: 연세대학교출판부.
- [Kim, G. J. (1993). *Christian Systematic Theology*. Seoul: Yonsei University Press.]
- 김난예 (2002a). 기독교와 가톨릭 학생들의 하나님 이미지에 관한 연구. **복음과 실천**, 30, 275-305.

- [Kim, N, Y. (2002a). A Study on the Image of God in Christian and Catholic Students. *Journal of Evangelical Practical*, 30, 275-305.]
- 김난예 (2002b). 하나님 표상 측정도구 개발에 관한 연구. *교육학연구*, 40(4), 47-69.
- [Kim, N, Y. (2002b). A study on the god image assesment instrument. *Korean Journal of Educational Research*, 40(4), 47-69.]
- 김덕천 역. (2006). **기독교 영성 베이직**. McGrath, A. E. (1999). Christian spirituality: An introduction. 서울: 기독교서회.
- [Kim, D. C. (2006). Christian spirituality: An introduction. Seoul: Christian book. Trans. McGrath, A. E. (1999). *Christian spirituality: An introduction*. Oxford, UK: Blackwell Publishers.]
- 김명희 역. (2020a). **이는 내 사랑하는 자요**. Nouwen, Henri J. M. (1992). Life of the Beloved: Spiritual Living in a Secular World. 서울: 한국기독교학생회 출판부.
- [Kim, M. H. (2020a). Life of the Beloved. Seoul: IVP. Trans. Nouwen, Henri J. M. (1992). *Life of the Beloved: Spiritual Living in a Secular World*. The Crossroad Publishing Company.]
- 김명희 역. (2002b). **영성에의 길**. Nouwen, H. J. M. (2001). Finding My Way Home: Pathways to Life and the Spirit. 서울: 한국기독교학생회 출판부.
- [Kim, M. H. (2002b). Finding my way home. Seoul: IVP. Trans. Nouwen, H. J. M. (2001). *Finding My Way Home: Pathways to Life and the Spirit*. The Crossroad Publishing Company.]
- 김민경 (2013). 대학생의 취업스트레스 및 문제음주가 자살생각에 미치는 영향 :회복탄력성의 조절 효과. *청소년시설환경*, 11(2), 29-38.
- [Kim, M. K. (2013). Influence on University Students' Suicide Ideation of Job Preparing Stress and Problem Drinking-Moderating Effect of Resilience. *Korea Institute of Youth Facility & Environment*. 11(2), 29-38.]
- 김백준 (2002). **성경적 자아상 이해와 회복에 관한 연구**. 석사학위논문. 아세아연합신학대학교.
- [Kim, B. J. (2002). *A Biblical Understanding of Self-Image and Renewing Self-Image Through Pastoral Counseling*. Masters Dissertation. Asian Center for Theological Studies and Mission, Gyeonggi-do, Korea.]

- 김사훈 (2007). **내면화과정과 하나님 이미지 형성간의 관계연구**. 박사학위논문. 계명대학교.
- [Kim, S. H. (2007). *A study on the relationship between the internalization process and the formation of the image of God*. Doctoral Dissertation. Keimyung University, Dae-gu, Korea.]
- 김영근 (2003). 말씀 묵상을 통한 내적 치유 프로그램 개발. **복음과 상담**, 1, 207-234.
- [Kim, Y, K. (2003). Development of an inner healing program through meditation on the Word. *Journal of Counseling and Gospel*, 1, 207-234.]
- 김초록·백은령 (2019). 기독 청년의 개별성-관계성이 심리·사회적 적응에 미치는 영향. **신앙과 학문**, 24(3), 61-85.
- [Kim, C. L. & Paik, E. R. (2019). The Effect of Christian Youth's Individuality and Relatedness on Psychological and Social Adaptation. *Faith & Scholarship*, 24(3), 61-85.]
- 김한기 (2000). **건강한 신앙과 영성회복 능력 있는 그리스도인**. 서울: 엘맨.
- [Kim, H. G. (2000). *A Christian with healthy faith and the ability to recover spiritually*. Seoul: Elman.]
- 도한호 (1993). 생태계 위기와 창조 신학의 재정립. **복음과 실천**, 16(1), 67-85.
- [Do, H. H. (1993). Ecosystem Crisis and Re-establishment of Creation Theology. *Journal of Evangelical Practical*, 16(1), 67-85.]
- 류삼준 (2016). 기독교 영성교육에 있어서 교수학습과정의 원리에 대한 고찰. **기독교교육정보**, 50, 81-117.
- [Ryu, S. J. (2016). A Study on the Principles of the Teaching-Learning Process in Christian Spirituality Education. *Christian Education and Information Technology*, 50, 81-117.]
- 류은주 (2019). 가정폭력을 경험한 청소년의 자아상에 관한 연구. **청소년학 연구**, 26(5), 55-84.
- [Ryu, E, J. (2019). A Study on the Self-image of Adolescents with Domestic Violence. *Korean Journal of Youth Studies*, 26(5), 55-84.]
- 류호준 역. (2012). **개혁주의 인간론**. Antony A. Hoekema. (1996). *Created in God's Image*. 서울: 기독교문서선교회.
- [Ryu, H. J. (2012). Reformist anthropology. Seoul: Christian Literature Center. Trans. Antony A. Hoekema. (1996). *Created in God's Image*. William B Eerdmans Publishing.]

- 박노권 (2002). 낮은 자존감이 신앙에 미치는 영향과 치유 방안. **신학과 실천**, 4, 107-124.
- [Park, N. K. (2002). Influence of Low Self-Esteem to Faith. *Theology and Praxis*, 4, 107-124.]
- 박성연 역. (1996). **인간발달**. Papalia, D. E. and Olds, S. W. (1995). Human Development. 서울: 교육과학사.
- [Park, S. Y. (1996). Human Development. Seoul: Kyoyookbook. Trans. Papalia, D. E. & Olds, S. W. (1995). *Human Development*. New York: McGraw-Hill.]
- 박혜준·이승연 역. (2009). **질적 연구방법으로서의 면담**. Seidman, I. (2002). Interviewing as qualitative research. 서울: 학지사.
- [Park, H. J. & Lee, S. Y. (2009). Interview as qualitative research. Seoul: Hakjisa. Trans. Seidman, I. (2002). *Interviewing as qualitative research*. Teachers College Press.]
- 송정아 (2004). 대상관계가 인간의 하나님 형상 발달에 미치는 영향. **한국기독교상담학회지**, 8, 117-139.
- [Song, J. A. (2004). Effect of Object Relations on Human Development of God Image. *Korean Journal of Christian Counseling*, 8, 117-139.]
- 양금희 (2013). 어린이영성, 감성 그리고 감각의 관계를 통해서 본 어린이 영성형성교육의 방향. **기독교교육논총**, 34, 31-63.
- [Yang, K. H. (2013). The Orientation of the Children's Spiritual Education through the Perspective of the Relationship of Children' Spirituality and Emotion and Sense. *Journal of Christian Education in Korea*, 34, 31-63.]
- 엄성옥 역. (1993). **영성훈련**. Willard, D. (1988). The spirit of the Disciplines. 서울: 은성.
- [Eom, S. O. (1993). The spirit of the Disciplines. Seoul: Eunseong. Trans. Willard, D. (1988). *The spirit of the Disciplines*. San Francisco: HarperCollins.]
- 엄성옥 역. (2002). **기독교 영성사**. Holt, Bradley P. (1980). Thirsty for God: A brief history of Christian spirituality. 서울: 은성.
- [Eom, S. O. (2002). Thirsty for God. Seoul: Eunseong. Trans. Holt, Bradley P. (1980). *Thirsty for God: A brief history of Christian spirituality*. Augsburg Fortress Publishers.]
- 오성춘 (1989). **영성과 목회**. 서울: 장로회신학대학교출판부.
- [Oh, S. C. (1989). *Spirituality and ministry*. Seoul: Presbyterian University and Theological

Seminary Press.]

왕미려 (1986). 교회교육 지도자들을 위한 전문지/제안: 영적 성장의 길. **교육교회**, 120, 203-210.

[Wang, M. R. (1986). Journal for Church Education Leaders/Suggestion: The Path to Spiritual Growth. *Christian Education Research Institute*, 120, 203-210.]

유영권 (1996). 목회상담학의 새 모델. **신학사상**, 93, 223-247.

[You, Y. G. (1996). A New Model of Pastoral Counseling. *Theological thought*, 93, 223-247.]

유영권 역. (1999). **현대정신분석학과 종교**. Jones, James W. (1991). Contemporary psychoanalysis and religion : transference and transcendence. 서울: 한국심리치료연구소.

[You, Y. G. (1999). Contemporary psychoanalysis and religion. Seoul: Korea Psychotherapy Research Institute. Trans. Jones, James W. (1991). *Contemporary psychoanalysis and religion : transference and transcendence*. Yale University Press.]

유해무 (1997). **개혁교의학**. 서울: 크리스찬다이제스트.

[You, H. M. (1997). *Reformed Dogmatics*. Seoul: CHBooks.]

윤덕규 (2021). 대학생들의 자존감 향상을 위한 성서교육 프로그램 개발 및 효과. **기독교교육정보**, 68, 103-128.

[Yoon, D. K. (2021). The Development of the Bible Education Program for Enhancing Self-Esteem of College Students and Its Effectiveness. *Christian Education and Information Technology*, 68, 103-128.]

윤종석 역 (2011). **인간이해와 상담**. Rawrrence J. Crabb. (1987). Understanding People: Deep Longings for Relationship. 서울: 도서출판두란노.

[Yoon, J. S. (2011). Human understanding and counseling. Seoul: Duranno Publishing. Trans. Rawrrence J. Crabb. (1987). *Understanding People: Deep Longings for Relationship*. Grand Rapids: Zondenvan Publishing House.]

이관직 역. (2002). **자존감**. David E. Carlson. (1995). Counseling and Self-Esteem. 서울: 도서출판두란노.

[Lee, K. G. (2002). Self-esteem. Seoul: Duranno Publishing. Trans. David E. Carlson. (1995). *Counseling and Self-Esteem*. W Publishing Group.]

이민형 (2019). 성인 진입기 기독교 청년들의 분리-개별화와 불안 간의 관계에서 영적 안녕감의 조절 효과.

석사학위논문, 숭실대학교.

[Lee, M. H. (2019). *A study on Effect of Spiritual well-being on the Relationship between Separation-Individualization and Anxiety among Christian Emerging Adulthood*. Masters Dissertation, Soongsil University, Seoul, Korea.]

이용숙·김영천 (1998). **교육에서의 질적 연구: 방법과 적용**. 서울: 교육과학사.

[Lee, Y. S. & Kim, Y. C. (1998). *Qualitative Research in Education: Methods and Applications*. Seoul: Kyoyookbook.]

이은실 (2000). 학습자의 하나님 개념 이해: 문헌분석. **기독교교육정보**, 1, 188-218.

[Lee, E. S. (2000). A Studies on learners' concept and image of God. *Korea Society for Christian Education & Information Technology*, 1, 188-218.]

이재훈 역. (1998). **인간의 관계 경험과 하나님 경험**. Clair, Michael St. (1994). *Human Relationships and the Experience of God : Object Relations and Religion*. 서울: 한국심리치료연구소.

[Lee, J. H. (1998). *Human Relationships and the Experience of God*. Seoul: Korea Psychotherapy Research Institute. Trans. Clair, Michael St. (1994). *Human Relationships and the Experience of God : Object Relations and Religion*. Paulist Press.]

이재훈 역. (2000). **살아있는 신의 탄생**. Rizzuto, A. M. (1981). *The birth of the living God*. 서울: 한국심리치료연구소.

[Lee, J. H. (2000). *The birth of the living God*. Seoul: Korea Psychotherapy Research Institute. Trans. Rizzuto, A. M. (1981). *The birth of the living God*. University of Chicago Press.]

이종태 역. (2006). **가르침과 배움의 영성**. Palmer, P. J. (1993). *To know as we are known: Education as a spiritual journey*. 서울: IVP.

[Lee, J. T. (2006). *Spirituality of teaching and learning*. Seoul: IVP. Trans. Palmer, P. J. (1993). *To know as we are known: Education as a spiritual journey*. SanFrancisco: HarperOne.]

임철일 (1998). 교수설계이론을 위한 대안적 연구방법론의 탐색. **교육학연구**, 33(3), 207-222.

[Lim, C. I. (1995). Exploration of alternative research methodologies for instructional design theory. *Korean Journal of Educational Research*, 33(3), 207-222.]

전승호 (2020). **내적치유와 기독교 가치관 확립을 위한 뉴인카운터 프로그램 교재 연구 -열방교회 예비 리더를 대상으로-**. 박사학위논문. 장로회신학대학교.

- [Jeon, S. H. (2020). *Study of New Encounter Program Textbooks for Inner Healing and Establishment of Christian Values - For prospective leaders of the Church of the Nations-*. Doctoral Dissertation. Seoul: Presbyterian University and Theological Seminary, Seoul, Korea.]
- 전요섭 역. (2003). **성경적 상담학 개론**. Rawrrence J. Crabb. (1997). *Basic Principles of Biblical Counseling*. 서울: 아가페문화사.
- [Jeon, Y. S. (2003). *Basic Principles of Biblical Counseling*. Seoul: Agape Publishing. Trans. Rawrrence J. Crabb. (1997). *Basic Principles of Biblical Counseling*. HarperCollins Publishers Inc.]
- 전요섭·배은주 (2005). 청소년의 부모인식과 하나님 이미지와의 관계-기독교청소년을 중심으로-. **복음과 상담**, 5, 321-346.
- [Jeon, Y. S. and Bae, E. J. (2005). Relationship between Adolescence's Parents Attitude and God Image - in focus of the Christian Adolescence -. *Journal of Counseling and Gospel*, 5, 321-346.]
- 정재삼 (1999). 결정지향적인 교육공학 연구방법론: 개발연구를 중심으로. **교육공학연구**, 13(2), 339-359.
- [Chung, J. S. (1999). A decision-oriented research methodology for educational technology: focused on developmental research. *Journal of Educational Technology*, 32(4), 867-896.]
- 정정숙 역. (1999). **성경이 가르치는 자아형상**. Antony A. Hoekema. (1975). *The Christian Looks at Himself*. 서울: 총신대학출판부.
- [Chung, C. S. (1999). *The Christian Looks at Himself*. Seoul: Chongshin University Press. Trans. Antony A. Hoekema. (1975). *The Christian Looks at Himself*. William B Eerdmans Publishing.]
- 정정숙 (1994). **기독교 상담학**. 서울: 도서출판 베다니.
- [Chung, C. S. (1994). *Christian Counseling*. Seoul: Bethany Publishing.]
- 정태기 (2005). **숨겨진 상처의 치유**. 서울: 규장.
- [Jung, T. K. (2005). *Healing of hidden wounds*. Seoul: Kyujang.]
- 조남희 (2010). **긍정적 하나님 이미지 형성을 위한 집단 목회상담 프로그램 연구**. 박사학위논문. 서울신학대학교.

- [Jo, N. H. (2010). *A study on a group pastoral counseling program to form a positive image of God*. Doctoral Dissertation. Seoul Theological University, Seoul, Korea.]
- 최상우 (2019). **내적치유상담을 통한 영적회복과 사례연구**. 석사학위논문. 총신대학교.
- [Choi, S. W. (2019). *Spiritual recovery and case study through inner healing counseling*. Masters Dissertation. Chongshin University, Seoul, Korea.]
- 최윤영 (2012). 대학생의 신앙성숙도와 자아정체감에 관한 연구. **신앙과 학문**, 17(3). 293-317.
- [Choi, Y. Y. (2012). A Study on Faith Maturity and Ego- Identity of the Students. *Faith & Scholarship*, 17(3). 293-317.]
- 한국대학생선교회 역. (2004). **주의 형상 나의 형상**. Mcdowell, Josh. (1993). His image, my image. 서울: 순출판사.
- [Korea University Student Mission. (2004). His image, my image. Seoul: Sun publisher. Trans. Mcdowell, Josh. (1993). *His image, my image*. Thomas Nelson Inc.]
- 한수민·임병노 (2016). 실천적 지식 구성을 위한 교수-학습 모형 개발. **교육공학연구**, 32(4), 867-896.
- [Han, S. M., & Lim, B. R. (2016). A study on development of an instructional model for practical knowledge construction. *Journal of Educational Technology*, 32(4), 867-896.]
- 한평실 (2006). **건강한 자아상 회복을 위한 내적치유에 관한 연구**. 석사학위논문. 안양대학교.
- [Han, P. S. (2006). *A study on inner healing for healthy self-image recovery*. Masters Dissertation. Anyang University, Gyeonggi-do, Korea.]
- 홍치모 역. (1999). **인간 하나님의 형상**. Jerram Barrs and Ranald Macaulay. (1998). Being Human: The Nature of Spiritual Experience. 서울: 한국기독교학생회출판부.
- [Hong, C. M. (1999). Being Human: The Nature of Spiritual Experience. Seoul: IVP. Trans. Jerram Barrs and Ranald Macaulay. (1998). *Being Human: The Nature of Spiritual Experience*. InterVarsity Press.]
- 황동한 (2011). **하나님 이미지가 자아존중감과 신앙성숙 및 대인관계에 미치는 영향**. 박사학위논문. 백석대학교.
- [Hwahng, D. H. (2011). *Effect of God Image on Self-Esteem, Faith Maturity, and Interpersonal Relationships*. Doctoral Dissertation. Baekseok University, Chungcheongnam-do, Korea.]

- 황동한·박희숙 (2021). 자아상 회복 집단상담이 성인 진입기 기독교청년들의 영적안녕감과 자아존중감에 미치는 효과. **상담심리교육복지**, 8(2), 175-187.
- [Hwahng, D. H. & Park, H. S. (2021). The effectiveness of self-image recovery group counseling for Spiritual well-being and Self-esteem of Christian youth in Adult entry phase. *The Journal of counseling psychology edication welfare*, 8(2), 175-187.]
- 황성신 (2014). 거짓 자아상으로 인한 우울증에 관한 성경적 상담. **성경과 상담**, 13, 112-129.
- [Hwahng, S. S. (2014). Biblical Counseling for Depression caused by false Self-image. *Journal of biblical counseling*, 13, 112-129.]
- 황혜리·김미경 (2004). 기독교인의 하나님 이미지와 비합리적 신념의 상관관계, **상담학연구**, 4(4), 867-881.
- [Hwahng, H. R. & Kim, M. K. (2004). The Relationship of Christsans' God image between Irrational Beliefs, *Korea Journal of Counseling*, 4(4), 867-881.]
- 황혜리·김경탁 (2005). 기독교대학생의 하나님 이미지와 자존감의 관계-H대학교 학생을 중심으로-, **상담학연구**, 6(1). 275-286.
- [Hwahng, H. R. & Kim, K. T. (2005). The Relationship between Christian College Students' God image and their Self-esteem, *Korea Journal of Counseling*, 23(1), 263-286.]
- 황혜리·류수정 (2006). 기독교 대학생의 하나님 이미지와 우울과의 관계. **한국기독교상담학회지**, 11, 191-212.
- [Hwahng, H. R. & Ryu, S. J. (2006). The relationship between God's image and depression in Christian college students, *Korean Journal of Christian Counseling*, 11, 191-212.]
- 황혜리·김지윤 (2012). 기독교 상담에서 하나님 이미지의 중요성 연구: 기독교 대학생의 하나님 이미지와 영적 안녕, 심리적 안녕과의 관계를 중심으로. **한국기독교상담학회지**, 23(1), 263-286.
- [Hwahng, H. R. & Kim, J, Y. (2012). A study on the importance of God image in Christian counseling: Based on the relationship God's image, spiritual well-being and psychological well-being among Christian college students. *Korean Journal of Christian Counseling*, 23(1), 263-286.]
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.

- Benson, P. and Spilka. (1973). God Image as a Function of Self-Esteem and Locus of Control, *Journal for the Scientific Study of Religion*, 12, 297-310.
- Branden, N. (1969). *The Psychology of Self-Esteem*. New York: Banam Books, Inc.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. Sanfrancisco; Freeman.
- Jay E. Adams. (1986). *The Biblical View of Self-Esteem Self-Love Self-Image*. Eugene : Harvest House Publishers.
- Lawrence, R. T. (1997). Measuring the Image of God: The God Image Inventory and the God Image Scales. *Journal of Psychology and Theology*, 25(2), 214-226.
- Richardson, S. A., Hastorf, A. H. & Dornbusch, S. M. (1964). The effect of physical disability on a child's description of himself. *Child Development*, 35, 893-907.
- Richey, R. and Klein, J. D. (2005). Development research methods: Creating knowledge from instructional design and development practice. *Journal of Computing in Higher Education*, 16(2), 23-48.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-image*. Princeton; Princeton University Press.
- Seamands, Stephen A. (2005). *Ministry in the image of God: the trinitarian shape of christian service*. InterVarsity Press.

# 성경적 자아상 회복을 위한 프로그램 개발 연구 - 청년기 이후 기독교인을 대상으로 - \*

A study on program development for the recovery of the biblical self-image  
- For Christians after adolescence -

이정미 (대동대학교)

박희숙 ((사)십대의벗청소년교육센터)

이호진 ((사)십대의벗청소년교육센터)

황동한 ((사)십대의벗청소년교육센터/교신저자)

## 논문초록

본 연구는 청년기 이후 기독교인을 대상으로 성경적 자아상 회복을 위한 프로그램을 개발하는 것을 목적으로 하였다. 연구는 형성적 연구방법으로 진행하였으며, 선행연구 및 문헌고찰과 부산, 경남 지역 목회자와 성도를 대상으로 심층면담 요구조사를 실시하였다. 이를 바탕으로 프로그램 내용과 설계원리를 도출하여 프로그램 시안을 개발하였으며 부산시 기독교 성도 14명에게 적용한 후, 참여자와 전문가 평가를 통해 프로그램을 수정, 보완하여 최종 프로그램을 개발하였다. 성경적 자아상 회복 프로그램은 성도들의 건강한 신앙생활을 목적으로 하고 하나님, 자신, 이웃과의 관계 회복을 목표로 한다. 프로그램의 설계원리는 '사랑, 은혜, 진리'로 설정하였으며, '찬양-성경강해-강의-기도회-소그룹모임'의 순환반복적인 구조를 이루고 있다. 프로그램의 내용은 자아상의 이해에서 자아상의 형성과 역할, 고백과 회개를 통한 자아상의 회복으로 구성하였으며 운영 방법은 전체 활동과 소그룹 활동으로 나뉘며 2박 3일간의 숙박형태로 이루어진다. 프로그램 시안의 결과는, 첫째, 지나온 삶 속에서 상처받은 자신의 모습을 발견할 수 있었으며 둘째, 사랑과 용서의 하나님을 느끼고 회개의 자리로 나아갈 수 있었다. 셋째, 하나님과 사람 앞에 자신의 문제를 내어놓고 인격적으로 관계할 수 있으며 회복해 가실 하나님을 선포하였다. 성경적 자아상 회복은 단회성으로 이루어질 수 있는 것이 아니며 성화의 과정과 함께 삶의 예배로 드러져야 함을 시사한다.

**주제어:** 자아상, 성경적 자아상, 자아상 회복 프로그램, 하나님 상, 관계 회복