

은둔형 외톨이 청소년을 위한 기독교 상담 활성화 방안 연구

오 윤 선*

국문초록

본 연구의 목적은 기독교 상담학적 접근을 통하여 은둔형 외톨이 청소년들의 정·사회문제를 해결하고, 원만한 사회생활을 유지할 수 있도록 돕기 위한 기반을 마련하는데 있다. 은둔형 외톨이 청소년들은 사회에서 받은 심리·정신적인 상처로 인해 자아를 상실하고, 방어를 위한 수단으로 소통을 단절한 채 방안에 틀어박혀 지내는 자들로, 폐쇄적이며 사회에서 바라보는 시각 또한 부정적이다.

우리나라에서의 은둔형 외톨이에 대한 공식적인 연구는 삼성사회정신건강연구원에서 시작되었다. 2000년 1월부터 2003년 5월까지 강북삼성병원에 방문한 환자를 대상으로 조사연구한 결과 전체 조사 대상자 2409명 중 은둔형 외톨이가 31명에 달했다.

본 연구는 사례 연구로써 17세 은둔형 외톨이 청소년을 대상으로 하였다. 상담은 주 1회 50분씩 총 17회로 진행되었고, 기독교 상담을 통하여 우울과 대인공포를 감소시키는데 주력하였다. 내담자를 위한 우울척도와 부정 및 자동적 사고 그리고 대인 공포의 감소를 알아보기 위해서 MMPI 척도가 적용되었고, 인지행동변화를 알아보기 위해서 BGT검사가 실시되었다. 상담을 통한 결과는 긍정적으로 나타나서 내담자의 심리적인 문제가 많이 호전되고, 신앙도 회복되었으며 학교로 다시 돌아 갈 수 있게 되었다.

본 연구를 통해서 기독교 상담접근으로 은둔형 외톨이 청소년들을 집 밖으로 이끌어내고 사회 적응에 도움이 될 수 있음을 확인할 수 있었고, 기독교 상담의 활성화를 위한 기초자료를 마련할 수 있게 되었다.

중심단어 : 은둔형 외톨이 청소년, 기독교 상담, 우울, 대인공포, MMPI검사

• 논문 투고일: 2010년 09월 27일

• 게재 확정일: 2010년 11월 11일

* 한국성서대학교

• 논문 수정일: 2010년 10월 20일

I. 여는 글

최근 들어 사회생활에 적응하지 못하고 외부세계와 단절된 채 시간적 개념이 뒤바뀐 상태로 방안에만 틀어박혀 있는 청소년들이 늘어나고 있는 것을 볼 수 있다. 2005년 청소년위원회(현 보건복지가족부 아동청소년정책실) 조사에 의하면, 학교에 가지 않고 방에 틀어박혀 컴퓨터만 상대하며, 밤낮이 바뀐 생활을 하는 등 사회 부적응 현상을 보일 위험이 높은 ‘은둔형 외톨이 위험군’의 고교생 수가 4만 3천 여명에 달하는 것으로 나타났다.¹⁾ 또한 2009년 말 한국청소년상담원에서 전국의 청소년 약 3천명을 대상으로 조사를 실시한 결과 은둔형 외톨이 청소년으로 파악되는 수치가 초등학교 2.1%, 중학생 3.3%, 인문계 고등학생 6.0%, 실업계 고등학생 8.7%, 학교를 중도에 그만 둔 청소년이 12.9%로 조사됐다. 이는 학령이 높아질수록 은둔형 외톨이 청소년이 증가하고 있음을 보여주고 있는 것이다.²⁾

일본의 경우 히키코모리 즉, 은둔형 외톨이의 수가 무려 70만 명에 달하는데, 은둔형 외톨이가 될 가능성이 높은 ‘위험군’ 또한 155만 명에 이르는 것으로 밝혀졌다.³⁾ 특히 대도시로 갈수록 은둔형 외톨이가 많아져 도쿄의 경우 인구 1천 2백 80만 명 중 청소년층만 2만 5천 명으로 조사되었다.⁴⁾

우리나라에서의 은둔형 외톨이는 90년대 초까지만 해도 찾아볼 수 없는 현상이었는데 IMF사태를 겪으면서 급격히 증가하게 되었다. 결국, 은둔형 외톨이가 사회적인 문제로 대두되면서 우리나라에서는 2003년 삼성사회정신건강연구소(소장 이시형)와 동남신경정신과(원장 여인중 박사)연구팀에서 은둔형

1) 황순길 외, “은둔형 외톨이 등 사회부적응 청소년 지원방안”, 청소년위원회, 「청소년」 (2005):18-40.

2) 「한국일보」, 2010.09.25. <http://www.hankooki.com>

3) 「서울신문」, 2010.09.26. <http://www.seoul.co.kr>. 일본 내각부가 지난 2010년 2월 전국 15~39세 남녀 3287명을 대상으로 실시한 실태조사 결과를 전체 인구에 대비해 추산한 내용을 요미우리신문이 2010.7.24에 발표 함.

4) NHK 복지 네트워크 히키코모리 정보.

<<http://www.nhk.or.jp/fnet/hikikomori/index.html>>

외톨이에 대한 연구를 시작하게 되었다.⁵⁾ 그리고 2004년에는 한일 정신과 전문의와 민간 활동가들이 히키코모리 공동회의를 주최 하였으며, 2005년 이후부터 책과 논문이 발간되었다. 은둔형 외톨이들을 위한 치료적 대안 마련을 위해서 다각적으로 노력을 기울이게 된 것이다.

은둔형 외톨이 문제는 기독교인에게 있어서도 예외는 아니다. 그럼에도 불구하고 기독교 공동체 지도자들의 이해부족과 전문가의 부족으로 실제적이고도 구체적인 해결책을 제시하지 못하고 있는 실정이다. 그러므로 은둔형 외톨이에 대한 원인규명과 더불어 기독교적인 관점에서의 치료적 대안마련을 위한 연구가 절실하다.⁶⁾ 특히 은둔형 외톨이는 대인관계에 어려움이 있기에 기독교 위기 상담학적인 접근을 통해서 구체적이고 효율적인 대안 마련을 위한 연구가 필요하다고 하겠다. 본 연구의 목적은 은둔형 외톨이 청소년에 대한 실제적 이해와 더불어 기독교 상담학 활성화 방안을 모색하는데 있다. 이러한 연구목적에 위한 구체적인 목표로는 첫째, 은둔형 외톨이의 개념 및 특성을 이해한다. 둘째, 은둔형 외톨이 청소년들의 사회적, 개인적 그리고 심리적 원인을 분석한다. 셋째, 은둔형 외톨이 청소년에 대한 개인 상담사례를 분석한다. 넷째, 은둔형 외톨이 청소년에 대한 기독교 상담 활성화 방안을 제시한다.

II. 펴는 글

1. 은둔형 외톨이의 개념이해

일반적으로 우리나라에서는 대인관계가 원만치 않으며 3개월 이상 사회참

-
- 5) 2000년 1월~2002년 5월까지 한 정신과 의원에서 치료받은 외래환자 2409명 중 36%인 31명이 은둔형 외톨이로 나타났다. 나머지 54%는 활동형 외톨이로 분류되었다고 한다.
 - 6) 성서에서 외톨이에 관한 내용은 전도서 4장 8절과 잠언 18장 1절에서 볼 수 있으나 이 내용들을 은둔형 외톨이라고 국한하기에는 다소 무리가 있고 활동형 외톨이를 포함한 포괄적 용어라고 할 수 있다.

여를 하지 않는 사람, 친구가 전혀 없거나 한 명밖에 없는 사람을 은둔형 외톨이로 정의한다. 유사한 의미로 일본에는 히키코모리(引き籠もり), Social withdrawal)라는 말이 있는데 이는 3-6개월 이상을 방이나 집 등의 특정 공간에서 나가지 못하거나 나가지 않는 사람과 그러한 현상 모두를 일컫는 일본의 신조어이다.⁷⁾ 도지코모리(閉じこもり)라고도 하며, 일본 인터넷 사이트에서는 ‘히키(ヒッキー)라고 줄여 부르기도 하는데 이 현상은 일본에서 1970년대 입시과열로 인한 청소년들의 등교 거부에서 시작되었다. 당시 일부 청소년들은 학교에 가지 않고 은둔해 있다가 저녁때가 되어서야 밖으로 나왔는데, 일각에서는 이를 정신병으로 간주해 치료를 시도했으나 대부분의 학자들은 일부 불량 청소년들의 단순한 등교거부 썸으로 해석했다. 그러다 90년대 중반부터는 학생들이 밤에 거리로 나와 행인을 폭행, 살인하는 등 점차 과격한 행동을 보였는데, 비슷한 시기 은둔하는 성인들도 나타나면서 히키코모리는 사회문제로 비화했다. 그리고 일본경제가 침체의 늪에 빠져들기 시작할 무렵, 일자리를 잃거나 취업전선에서 낙방한 젊은이들이 자신의 처지를 비판해 사회생활을 거부한 채 아예 집안으로 잠적하면서 지금의 히키코모리들이 양산되었다.

히키코모리라는 개념이 일반화 된 것은 2005년 일본의 정신과 의사 사이트 다마키(齋藤環)가 자신의 저서를 통해 소개하면서부터인데, 그는 히키코모리는 일본에서 발생하는 문화의존증후군에 의한 증상 중 하나로 질병이나 장애가 아니며, 다양한 개인적·사회적 요인으로부터 비롯된 상태로 보았다.⁸⁾

일본에서 히키코모리와 비슷한 용어로 오타쿠(オタク)가 사용되고 있는데, 오타쿠는 특정 문화 분야나 취미에 집착하는 사람을 일컫는다.⁹⁾ 오타쿠가 자

7) 김종진, 『달팽이 껍질 속으로 숨은 외톨이』 (서울: 해피아워, 2006), 18.

8) 齋藤環, 博士の奇妙な思春期, 김영진 역 『황금가지폐인과 동년녀의 정신분석』 (서울: 황금가지, 2005), 23-78. 사이트 다마키는 일본의 소후카이 사사키 병원 정신과 의사이며 히키코모리 분야의 권위자이고 평론가이다.

9) 오타쿠는 1983년에 생겨났지만, 주간 요미우리(1989.9.10)가 ‘오타쿠 족’이라는 기사를 내면서 “애니메이션이나 PC, 비디오 등에 몰두하며, 같은 취미의 동호인 회에서도 상대방과 거리를 두기 위해 서로를 이름이 아니라 ‘오타 쿠’ 라는 이인칭 대명사로 부르는 청소년들을 말한다”고 해설하였다. 이후 오타쿠족은 ‘연애나 패션에 관심이 없는 어둡고 음습한 분위기의 청소년’으로 묘사되기 시작했다.

신이 좋아하는 세계에 몰입하면서 고립된 것이라면, 은둔형 외톨이와 히키코모리는 세상과 담을 쌓고 병적으로 은둔하는 외톨이다. 오타쿠는 서양의 '코쿤(cocoon)' 과 비교되는데, 누에고치에 빚댄 코쿤족은 취미생활에서 다른 사람과의 접촉을 피하고 나홀로 즐기는 사람을 의미한다. 코쿤족이 의도적으로 혼자만의 취미생활을 즐기는데 비해, 오타쿠들은 취미생활만 같다면 덜 배타적인 것이 다르다. 그러나 코쿤족은 오타쿠처럼 취미생활 분야에 광적으로 빠지지 않는으며, 히키코모리처럼 극도의 사회성 결여를 수반하지도 않는다. 코쿤은 취미생활 이외의 업무에 관해서는 정상적인 사회성을 유지한다. 은둔형 외톨이나 히키코모리는 오타쿠나 코쿤과 달리 엄청난 사회문제를 일으킬 소지가 많다는 것에 심각성이 있다.¹⁰⁾

우리말 다듬기에서는 히키코모리를 '폐쇄은둔족(閉鎖隱遁族)'이라는 말로 다듬어 사용하였으나, 보통 은둔형 외톨이(隱遁型)라는 단어가 더 많이 사용되고 있다. 이 외에도 1990년대 말부터 '방콕족(방안에 틀어박혀 사는 사람들)', 최근에는 '귀차니즘(어떤 일에도 다 귀찮아 함)'이라는 신조어가 생겨났다. '히키코모리'와 '방콕족'은 스스로 사회와 담을 쌓고 외부세계와 단절된 채 생활한다는 공통점이 있는데 사람에 따라 3-4년, 심하게는 10년 이상을 방안에 갇혀 지내는 경우도 있다.¹¹⁾

은둔형 외톨이는 집안 식구들을 비롯해 누구하고도 대화를 하지 않으며, 대부분 우울증, 대인기피증, 폭력성, 자기혐오, 상실감, 공격적 성향을 드러낸다. 이는 고립으로 인해 발생하는 여러 특성들이다. 특히 은둔형 외톨이는 사회적 고립상태에 있기 때문에 다른 사람들의 고통과 아픔에 대해 무감각하고, 그 결과 아무렇지 않게 다른 사람들에게 고통을 주거나 그들의 생명을 빼앗는 행위를 자행하게 될 위험성을 가지고 있다. 그리하여 자신의 분노를 누그러뜨리지 못해 '묻지마 살인' 같은 범행을 저지르는 경우가 많이 나타난다.

은둔형 외톨이의 유형으로는 기본적인 사회활동을 하는 '활동형'과 기본적

10) 오윤선, 『청소년 세대진단과 이상행동 치료』 (서울: 예영B&P, 2010), 67-69.

11) 여인중, 『은둔형 외톨이 히키코모리』 (서울: 프리징 아카데미, 2005), 47.

인 사회활동조차 거부하고 집안에만 틀어박혀 지내는 ‘은둔형’으로 분류한다.

2. 은둔형 외톨이 청소년의 원인분석

1) 사회적 원인

(1) 가정적 배경

은둔형 외톨이 청소년들의 사례를 보면, 가족관계의 어려움이나 부적절한 양육방식에 기인되어 유약한 성격에서 비롯되는 은둔형 외톨이들이 많이 나타나고 있음을 볼 수 있다.

점점 자녀수의 감소로 인해 부모는 과잉보호, 과잉통제, 모자밀착 등 자녀들이 건강한 문제해결 능력을 기르기에는 부적절한 양육태도를 보이는 경우가 많으며, 그에 따라 아이들 역시 의존적이고, 미성숙하며, 자성력을 가지지 못한다. 또한 그러한 아이들이 문제에 직면했을 때에는 문제 상황에 적절히 대처할 수 없었던 자신에 대한 좌절감을 부모의 부적절한 양육방식으로 문제의 근본원인을 투사하고 귀결시키는 경향이 있다.¹²⁾

청소년들이 가족들과의 관계에서 발생한 트라우마(trauma)나 가족들의 지나친 간섭으로 인해 자신감을 갖지 못하고 성장한 경우와 가족체계가 역기능적일 때 이러한 문제가 허다하게 나타난다. 그리고 청소년들이 가족이라는 체계 내에서 부모에게 정서적인 지지와 사랑을 받지 못한다고 느끼고 좌절하며, 학교에서 또래관계도 적응하지 못할 때 은둔형 외톨이가 되는 경우가 많다. 이러한 청소년들에게 부모가 등교를 강요하거나 일관성이 없는 행동을 하면 부모와의 관계도 더 어려워하고 더 깊이 자기의 세계 속으로 숨어버리는 현상이 나타난다.

(2) 학력지상주의와 경쟁사회

우리나라에서 매년 중고등학교에서만 7만 여명의 중도탈락자가 생기고 있다. 학력지상주의와 입시교육 위주인 현재의 학교에 적응하지 못하는 청소년

12) 황순길 외, “은둔형 외톨이 등 사회부적응 청소년 지원방안”, 15-16.

들이 경쟁사회에서 도태되면서 스스로를 방어하기 위해서 외부와의 단절을 피하는 경우가 있다.¹³⁾ 이밖에 대학입시에서 탈락되거나 학력지상주의 때문에 스트레스를 받는 수많은 학생들도 이에 해당된다. 이와 같은 교육에 관련된 병리현상은 사회와 개인의 통합과 안정을 위협하는 요인이 되며, 교육풍토나 사회풍토 전체로써의 사회적 구조문제는 은둔형 외톨이가 되는 원인이 된다. 실제로 우리나라에 버금하는 학력지상주의 국가인 일본에서도 히키코모리의 원인에서 이러한 점들이 대두되고 있다.

(3) 네트워크 사회의 구축

오늘날 사회는 인터넷을 통로로 사람들을 만나고 사회를 접하며 문화를 만들어가는 시대이다. 특히 우리나라는 세계최고 수준의 초고속망 보급율로 인터넷만 가지고도 의식주를 모두 해결할 수 있는 나라이다. 이러한 편리가 귀차니즘을 낳는 원인이 되기도 했는데, 결국 이것이 은둔형 외톨이 청소년을 양산시키는 환경으로도 작용한다. 실제로 우리나라는 인터넷 대국답게 인터넷 중독자와 사이버폐인이 상당히 많은데, 이들의 라이프스타일을 보면 히키코모리와 유사성이 높다.¹⁴⁾ 특히 청소년의 2/3 가량이 인터넷 중독자라고 추정되고 있을 정도로 심각한 상태이다. 인터넷 중독은 개인의 사회 부적응과 심리적 불안 등을 부추겨 결국 사회적으로 소외시킨다. 그 중에서도 한 번 빠지면 스스로 헤어나오기 어려운 게임중독 증상을 그대로 방치하면 은둔형 외톨이 증세로 악화될 위험성이 크다고 할 수 있다.

2) 개인적 · 심리적 원인

(1) 신체 및 정신장애와 성격적 요인

일반적으로 감기는 바이러스가 원인이지만 면역력이 강한 사람은 감기에 잘 걸리지 않는 것처럼 은둔형 외톨이도 좌절에 대해 면역력이 약한 사람들이 많다. 은둔형 외톨이는 선천적인 신체 질병으로 인한 경우도 있지만 대부분

13) 오윤선, 『청소년! 이젠 이해할 수 있다』 (서울: 예영 B&P, 2010), 118-122.

14) 손은수, “청소년 은둔형 외톨이에 관한 연구”(석사학위논문, 광운대학교 정보복지대학원, 2005), 18-19.

개인의 정신 장애와 성격적 요인이 더 많다. 은둔형 외톨이 증세가 정신증의 초기 증상과 유사한 부분이 있기에 은둔형 외톨이의 범위에 정신증을 포함시켜야 하는지와 그렇지 않은지에 대해서는 아직까지 일본과 우리나라에서 논란이 적지 않다. 분명한 것은 은둔형 외톨이 증상 가운데 우울증과 대인 공포증 증세가 많이 나타난다. 특히 은둔형 외톨이들에게 나타난 우울증상은 비정형성우울증(atypical depression)으로 무력감, 의욕저하, 과수면, 폭식 등이다. 은둔형 외톨이 청소년들은 의욕저하와 무력감으로 방안에서 이불만 돌돌 말고 지내는 경우가 많은데, 이는 대인 공포증과도 밀접한 연관이 있다.¹⁵⁾ 이는 은둔형 외톨이가 사회 공포증, 범 불안장애, 강박 장애, 공황장애, 외상 후 스트레스 장애와 같은 불안장애와 관련이 깊음을 의미한다. 그리고 인격이나 성격장애가 은둔형 외톨이의 원인이 되는데, 회피성 성격장애와 경계성 성격장애를 가진 청소년들 가운데 이러한 현상이 두드러진 것을 볼 수 있다. 회피성 성격장애자들은 사회적 배척과 모욕의 가능성에 대해서 매우 민감하기에 바깥에 나가면 사람들이 이상하게 본다는 생각이 들기 때문에 방안에 틀어박히는 경향이 있다. 그리고 경계성 성격장애자들의 특징 중 하나인 자해와 정서적 불안정, 폭력 등 예측 불가능한 증상이 은둔형 외톨이에게 유사하게 나타나는 데, 은둔형 외톨이가 방에 틀어박히는 것은 양극적인 면이 많기 때문이다.

(2) 미숙한 대인관계

은둔형 외톨이 청소년들은 혼자만의 단방향적 커뮤니케이션을 하기에 대인관계가 미숙하다. 그들은 외부와 단절된 상태로 한 분야에 몰두하게 되면 자신만의 세계에 깊이 빠져든다. 은둔형 외톨이 청소년들은 마음이 여리고 대인기피증 증세를 가지고 방안에 틀어박혀 있는 자들이기 때문에 그들이 주위의 도움을 받지 못하고 계속 사회로부터 격리되어 지낼 수밖에 없다.¹⁶⁾

15) 박근호, “은둔형 외톨이의 사회적 문제와 분석에 관한 연구”(석사학위논문, 동국대학교 행정대학원, 2005), 13-15.

16) 여인중, 『은둔형 외톨이』(서울: 지혜문학, 2005), 102-103.

3. 은둔형 외톨이 청소년의 상담사례 분석

1) 내담자 인적사항 및 가족관계

내담자	이름: 김00, 성별: 여, 나이: 17세, 학력: 인문계고등학교 1학년 내담자는 유아 때부터 교회를 다녔으나 최근 집에 머무는 동안 교회를 나가지 않았다. 외모는 보통 키에 다소 왜소해 보이고, 혈색이 없었으며 눈 맞춤이 적고 말하는 도중에 얼굴을 두 손으로 여러 차례 비볐다. 전반적으로 얼굴 표정이 어두웠으며 가끔씩 입술을 깨물었다.
부	나이: 48세, 학력: 대졸, 직업: 사업, 중소기업에서 중역으로 근무하다가 5년 전에 직장 내 동료의 빚보증을 잘못 서는 바람에 심한 부채에 시달리다 명퇴를 하면서 받은 퇴직금으로 빚을 정리하고, 사업을 시작함. 하지만 사업에 실패하여 퇴직금 뿐만 아니라 집을 날리고 많은 빚을 지게 됨. 결혼 초기부터 외도가 끊이지 않았고, 낭비벽이 심하고 가족에게는 무책임 함. 부모세대부터 신앙생활을 하였고, 고등학교 때는 학생회장도 하였으나 대학진학 이후부터 신앙생활이 소홀하게 됨.
모	나이: 47세, 학력: 고졸, 직업: 가사, 결혼 후 어렵게 임신하게 된 큰 아이에 대한 애착이 유달리 강함. 병약하게 태어난 큰 아이의 병치레 때문에 중학교 1학년 1학기까지 등·하교를 같이 하고, 하루 종일 아이에 대한 불안과 걱정에서 벗어날 수 없는 생활이 지속됨. 아이 때문에 친구를 만나거나 개인적인 생활을 전혀 누리지 못함. 강박적 일만큼 결박증이 심했고, 경제적으로 어려움이 심하여도 감히 일거리를 구할 엄두를 내지 못함. 기독교 가정에서 자랐기에 신앙생활은 어려서부터 하였으나 신앙심이 깊지는 못함.
동생	나이: 15세, 성별: 여, 학력: 중2, 밖에서는 잘 웃고 지내다가도 집에만 돌아오면 짜증을 내고 투덜거리는 편임. 동생은 어머니가 다니는 교회에 주일만 출석함.

2) 상담신청경위 및 호소문제

• 상담신청경위: 본 상담은 내담자의 어머니가 청소년상담지원센터에 상담을 요청하여 상담자가 내방하여 방문 상담과 부모 면담으로 상담이 실시된 것이다.

• 내담자의 호소문제: 내담자는 3개월간 학교를 가지 않고 집에 머물면서 대부분의 시간을 인터넷과 T.V 시청을 하면서 보내고 있는데, 그는 자신에게 친구가 한 명도 없어서 학교 다니는 것이 너무나 고통스럽다고 한다. 그리고 늘 불안한 마음과 초조감, 우울 감정 때문에 괴롭다고 한다.

• 내담자의 어머니: 어렵게 얻은 자식이 심장병과 천식이 심해 어려서부터 바깥출입을 거의 시키지 않아서 딸이 초등학교 때부터 친구를 거의 사귀지 못해 5, 6학년 때는 급우들의 따돌림 때문에 힘들어했고, 중학생이 되어서도 친구를 사귀지 못해 늘 혼자 지냈다고 한다. 지금은 학교를 가지 않고 집에만 머물고 있는 딸을 보면 죄의식과 더불어 자신의 무력감 때문에 힘들다고 한다. 그리고 남편을 보면 원망과 분노가 치밀어 올라오고 경제적인 어려움 때문에 살아가기가 너무나 힘들다고 한다.

3) 내담자의 문제이해

결혼초기부터 줄곧 있었던 남편의 외도로 마음 둘 곳이 없었던 엄마에게 있어서 30대 중반에 태어난 내담자는 마음의 안식처였다. 하지만 병치레가 많았던 내담자였기에 엄마가 일일이 챙겨주다 보니까 발달과정에서 내담자 스스로 해야 할 일들을 엄마가 대신해 주는 방식이 고정화 되었다. 엄마는 내담자에 대한 자신의 불안을 감당하지 못해 중학교 1학년 때까지 등·하교를 같이 함으로써 내담자를 철저하게 무기력한 아이로 만들었고, 이러한 행동이 또래 아이들에게 따돌림의 대상이었다. 내담자는 이러한 스트레스를 감당하지 못하고 최근에는 학교가기를 거부하고 집에만 있게 되었다. 엄마 또한 사회관계가 거의 없었고 적절한 사회적 기술이 없었지만 내담자에게 조연도 해주고 나름대로 또래들과의 관계 진전을 위해 애를 썼지만 큰 효과를 보지 못했던 것 같다. 가족들이 현재 신앙생활을 하고는 있지만 인격적으로 하나님을 만나지 못한 것으로 파악되고 모든 문제를 비신앙인과 똑같은 방법으로 해결하려는 경향을 가지고 있다.

4) 상담목표

성장과정에서 의존욕구가 증폭되어 있고, 대인관계 커뮤니케이션 문제와 더 깊이 자기의 세계 속으로 숨어버린 내담자에게 1차적으로 얼어붙은 마음 열기 작업을 거쳐서 약한 자아를 세워주고, 2차적으로 하나님 형상회복과 대인관계 기술을 습득하여 전반적인 생활기능 수준을 올려서 친구 사귀기와 학

업진행을 수행하게 한다.

5) 심리검사 결과

현재 내담자의 상태를 정확히 분석하기 위해 K-WAIS, MMPI-A, BGT 검사를 실시하였다.

(1) K-WAIS 검사를 실시한 결과, 전체 지능이 95(언어성 지능 92, 동작성 지능 100)로 평균 수준에 해당되며 안정성이 높은 검사(상식문제)를 통해 추정해 본 지적 잠재력은 108로 평균 수준이다. 하지만 각각의 하위 영역에서 주의 집중이 낮고 처리 속도가 떨어져서 학습에 있어서 자신감을 갖기 어려울 것으로 보인다.

(2) MMPI-A 검사 결과, 타당도 척도에서 TRIN이 70F로 나타났는데 이는 심리적인 문제를 인정하지 않으려는 태도를 지니고 있는 것으로 보인다. 따라서 임상척도는 좀 더 상승할 수 있다고 생각된다. 임상척도 2번(D), 7번(Pt), 0번(Si)의 점수 비율이 70점 이상으로 매우 높게 나타나 우울증, 강박증, 사회적 내향성에 있어서 심각성이 우려된다.

(3) BGT의 검사 결과, A도형을 중앙에 그렸는데 이는 자기중심적인 태도가 있는 것으로 볼 수 있겠다. 모사 단계에서 2번의 일탈이 있고, 1, 2번 도형은 사선으로 그렸고, 변형 단계에서 3번의 일탈이 있었던 것으로 보아 계획성이 부족하고 충동적인 경향이 있는 것으로 보인다. 변형 단계에서 말하기 싫다고 하는 것으로 보아 방어적인 경향이 있는 것으로 추측된다. 그리고 '힘들다'는 얘기를 계속해서 검사에 대한 불안이 있는 것으로 생각된다.

6) 상담과정 요약

상담은 2010. 2. 4 ~ 2010. 6. 3 기간에 총 17회가 진행되었다. 마지막 17회기에 1차 상담을 종료하고 추후상담이 필요할 때는 다시 재기할 것을 협의하였다.

• 1회기(2010. 2. 4) 관계설정애 어려움이 있는 내담자이기에 상담자가 내방하여 상담하게 된 이유를 어머니가 내담자에게 설명하게 하고 조심스럽게 접촉점을 형성함.

• 2회기(2010. 2. 18) 불안함과 초조감으로 경색되어 있는 내담자를 격려와 공감기법으로 지지하고 심리적으로 안아주는 환경을 조성해 나감.

• 3회기(2010. 2. 25) 내담자의 생활 장면에 대해서 척도질문을 통해 탐색하고, 부정적 감정과 사고를 성격적 감정과 사고로 전환할 수 있도록 환기시켜 나감.

• 4회기(2010. 3. 4) 친구들의 거부에 대한 두려움, 상처에 대해서 자신의 감정을 쏟게 하고 내담자의 상한 감정을 살피고, K-WAIS 검사를 실시함.

• 5회기(2010. 3. 11) 내담자가 할 수 있는 일들에 대해서 함께 생각하고 계획하게 하며, 성경읽기와 묵상에 대해서 과제를 부여 함.

• 6회기(2010. 3. 18) MMPI-A와 BGT 검사 실시함.

• 7회기(2010. 3. 25) 내담자의 문제를 직면시키고 통합적인 치료방안을 모색 함.

• 8회기(2010. 4. 1) 내담자의 몸이 몹시 아파서 상담할 수 있는 여건이 되지 않아서 내담자를 위해서 기도하고 말씀으로 권면 함.

• 9회기(2010. 4. 8), 10회기(2010. 4. 15), 11회기(2010. 4. 22), 12회기(2010. 4. 29), 13회기(2010. 5. 6) 내담자의 어그러진 자아를 세워가고, 미숙한 방어기제를 좀 더 성숙한 방어기제로 바꾸도록 하면서 서서히 핵심문제를 직면시키고 성격적 사고, 성격적 감정, 성격적 행동을 통하여 문제해결을 모색하도록 함. 그리고 내담자를 다시 세상으로 나오게 하기 위해서 지지그룹을 결성하여 교회와 주위에서 내담자의 친구가 되어 줄 학생들을 정기적으로 방문하게 하고, 내담자의 학습을 도와 줄 대학생 도우미를 통해서 지속적인 도움을 주도록 함.

• 14회기(2010. 5. 13) 내담자가 과거에 비하여 상당히 회복되었으나 아직까지 대화의 기술이 부족하기에 의사소통기술에 대해서 훈련하고, 미래의 비전에 대해서 성격적 세계관으로 계획하게 함.

• 15회기(2010. 5. 20) 내담자가 상담과 주위의 협조로 친구를 비롯한 대인관계 문제에 대해서 자신감을 가지게 되었고, 금번 주일에는 교회에 출석하겠다고 하였으며, 대학입학자격 검정고시를 준비하기 위해서 학원에 등록하

기로 함.

• 16회기(2010. 5. 27) 교회 출석과 더불어 대인불안증에 대해서 어느 정도 회복되었다고 판단되어 다가오는 17회기에 1차 상담을 종료하고 필요할 때는 추후상담을 다시 재기할 것을 협의 함.

7) 상담을 통한 성과

신앙을 회복하고 세상으로 다시 나올 수 있게 되었고, 친구가 생겼으며 기본적인 생활관리 능력이 생겼고 대화능력이 향상되었다.

8) 남아있는 주제

엄마와의 개인상담 시도와 내담자의 대인관계 탐색, 사회 적응능력 향상을 점검해야 할 것이다.

4. 은둔형 외톨이 청소년을 위한 기독교 상담 활성화 방안

1) 은둔형 외톨이 청소년을 위한 기독교 상담학적 접근을 통한 사이버 상담이 활성화되도록 해야 한다.

한국 은둔형 외톨이 청소년들은 일본 히키코모리들 보다 인터넷 사용자 비율이 높다. 그러므로 접근이 용이하지 않은 은둔형 외톨이를 접촉하기 위해서는 off-line보다는 on-line을 이용하는 것이 바람직할 것이다. Daum¹⁷⁾, Freechal, Naver 등 인터넷 사이트에서 은둔형 외톨이 카페를 찾는 것은 어렵지 않다. 은둔형 외톨이 카페를 살펴보면 회원이 수십 명에서 몇 천 명에 이르기까지 규모가 다양하다. 회원 가입을 하고 카페에 들어가면 은둔형 외톨이와 채팅으로 만날 수 있기 때문에 훈련받은 기독교 청소년 상담자들이 그들과 채팅을 통한 면담시도가 가능하다. 이러한 사역은 잃어버린 한 마리 양을 찾기 위해서 많은 수고와 희생을 아끼지 않으신 주님처럼 이 시대에 우리에게 주어

17) <http://cafe.daum.net/hikikomorihome/> <http://cafe.daum.net/nannakana/> <http://cafe.daum.net/hikico>

진 사역이라고 할 수 있다. 또한 1388 청소년 상담이나 생명의 전화 등에서 청소년 상담이 많이 이루어지고 있지만 영적이고 실존적인 문제에 직면해 있는 은둔형 외톨이 청소년들에게 기독교 상담기관에서 전문교육을 받고 영적 준비를 한 전문상담자가 전화 상담을 통해서 그들을 돕게 된다면 더 좋은 성과를 거둘 수 있을 것이다. 전화 상담이 부담스러운 은둔형 외톨이 청소년들을 위해서는 전문 사이트를 개설하여 e-mail 상담을 통해서도 구체적이고 실제적인 도움을 줄 수 있을 것이다.

2) on-line상에서 은둔형 외톨이 청소년을 찾아가는 방문 상담과 신앙공동체의 지지그룹이 활성화되도록 해야 한다.

증세가 심한 은둔형 외톨이 청소년들의 대부분은 바깥출입을 전혀 하려고 하지 않기 때문에 가정 방문을 통한 1:1 상담이 우선 요구된다. 일반적으로 은둔형 외톨이 청소년에 대해서 병원에 의뢰를 하면 주로 사회복지나 청소년학을 전공한 자원봉사 대학생들과 결연을 맺고 대화와 활동을 함께 유도하는 멘토(Mentor: 조력자) 프로그램이 활용되고 있는데, 아직까지 우리나라에서는 은둔형 외톨이만을 집중 대상으로 프로그램을 운영하는 곳은 별로 없다. 게다가 1:1 프로그램을 신청할 경우 비용도 만만치 않아서 중도에 그만두는 경우가 허다하다. 그러므로 기독교 상담기관과 교회공동체가 선교적 사명을 가지고 보다 적극적으로 은둔형 외톨이들을 위해서 방문 상담을 실행할 수 있도록 해야 할 것이다. 예수님께서서는 삭개오(눅 19:1~10), 도마(요 20:24~29), 수가성의 여인(요 4:1~30), 마태(마 9:9~13; 마 2:13~17; 눅 5:27~32) 그리고 세리, 창기, 이방인, 병든 자, 가난한 자, 소외된 자, 박해 받는 자 등 활동형 또는 은둔형 외톨이들을 치유하시려고 팔레스타인 구석구석을 부지런히 돌아다니셨다. 그리고 주님께서 이러한 사역들을 감당하시기 위해서 이 땅에 오셨다고 하였다.¹⁸⁾ 은둔형 외톨이들을 효율적으로 돕기 위해서 방문 상담과

18) “예수께서 들으시고 이르시되 건강한 자에게는 의원이 쓸데 없고 병든 자에게라야 쓸데 있느니라”(마 9:12).

더불어 중보사역팀 및 지지그룹, 자원봉사자 확보를 위해서도 노력을 기울여야 할 것이다.¹⁹⁾

3) 은둔형 외톨이 청소년의 가족지원과 치료가 효율적으로 이루어질 수 있는 여건을 활성화시켜야 한다.

위의 사례에서 살펴보았듯이 은둔형 외톨이가 된 상당수의 청소년들에게 가족문제는 은둔을 시작하는 계기가 된다. 특히 모자가정에 비해 부자가정일 경우 아버지가 직장생활로 늦게 귀가하기 때문에 자녀를 돌볼 시간이 부족해 자녀가 혼자 집에 있는 동안 인터넷 게임에 중독되거나 은둔형 외톨이가 될 가능성이 높다. 그러므로 이들을 현실적으로 돕기 위한 가족 지원체계가 이루어져야 할 것이고, 부모에 대한 신앙적인 지원과 부모역할교육 및 훈련 기회 또한 제공할 수 있도록 해야 할 것이다. 그리고 은둔형 외톨이 청소년이 있는 가정의 가족구성원들에게는 외톨이의 심정 이해와 적극적인 기다림의 필요성을 알게 하고, 무엇보다 그들과 소통하기 위한 대화법(You message가 아닌 I message 사용 등)을 알게 하고, 은둔상태는 본인, 가족, 사회가 만들어낸 체계(system)임을 고려하여 치료나 예방에 있어서도 체계론적 접근이 필요함을 알게 해야 할 것이다.

4) 교회공동체와 지역공동체와의 통합적 연계망 구축이 활성화되어야 한다.

현재 보건복지가족부와 한국청소년상담원 등 정부와 기관에서는 은둔형 외톨이 청소년들을 위한 치료 프로그램을 운영하고 있다. 이 프로그램들을 살펴보면 심리검사와 상담 전문가를 통한 은둔형 외톨이의 위험성 인식, 자기통제감과 사회적 문제해결능력 향상, 진로탐색과 신경정신과 전문의에 의해 제공되는 낙관주의 교육과 분노조절 훈련 프로그램, 레크리에이션 전문가와 함께하는 대안활동으로 구성되어 있다. 하지만 이러한 프로그램에 참여하는 청

19) 전도서 4:9-10에서 외톨이들을 돕기 위한 두 가지 방법을 제안하였는데, 하나는 사람들과 연합하여 돕는 일이고, 또 하나는 친구가 되어 서로 돕는 것이라고 하였다.

소년의 수는 매우 한정적이다. 은둔형 외톨이들에 대한 심리치료 못지않게 중요한 것은 사회적응능력을 개발하는 것이다. 사회적응능력은 일시적인 프로그램을 진행하는 것이나 상담을 받는 것만으로는 길러지지 않는다. 지역사회 속에서 유대관계를 형성하고 그 속에서 자신의 역할을 찾아 그 역할을 담당하게 될 때 그 사회 네트워크 속에 포함될 수 있고, 사회적응능력을 향상시킬 수 있다. 이를 위해서는 지역사회와의 연계를 통해 이들이 지역사회 내에서 유대관계를 형성하고 적응할 수 있는 기반이 조성되어야 할 것이다. 이러한 기반 조성이 효율적으로 이루어지기 위해서는 교파를 초월한 교회연합활동과 지역사회 복지기관을 비롯한 공공단체의 협력을 위한 네트워크와 공조 방안이 요구된다.

III. 닫는 말

해를 거듭할수록 학교와 친구 등 외부와 접촉을 피하고 자신만의 공간에서 폐쇄적으로 생활하는 ‘은둔형 외톨이’ 들이 늘고 있다. ‘은둔형 외톨이’의 원인은 단순한 한 가지가 아닌 현대의 각박한 경쟁 체제속에서 나타난 복합적인 문제이고, 이러한 문제 요인으로 인해 더 이상 사회적 생활을 지탱하지 못하고 잠적한 현상에서 비롯되었음을 연구를 통해서 살펴보았다. 그리고 은둔형 외톨이 문제가 기독교 청소년들에게도 예외가 아님을 본 사례를 통해서도 구체적으로 알 수 있었다. 본 연구에서 은둔형 외톨이 청소년들을 위한 기독교 상담 활성화 방안을 네 가지로 제시하게 된 동기는 이들을 그대로 방치한다면 더 큰 사회적 비용과 손실이 크다는 것이 자명한 사실이 되기 때문이다. 따라서 본 연구를 통한 결론은 교회와 신앙공동체가 좀 더 예방적 차원에서 은둔형 외톨이에 대한 대안을 마련해야 하는 것과 외톨이 청소년에 대한 기독교 상담이 더욱 활성화 되어야 하는 것이다.

그리고 “대저 하나님께로 난 자마다 세상을 이기느니라 세상을 이긴 이김은 이것이니 우리의 믿음이니라”(요일 5:4)는 성경 말씀처럼 청소년들이 하나

님의 형상대로 지음 받은 가치 있는 존재로 이 세상을 넉넉히 이기고 나갈 수 있는 신앙적 내성을 강화하기 위한 영적훈련이 지속적으로 이루어져야 할 것이다.

【 참고문헌 】

- 김종진. 『달팽이 껍질 속으로 숨은 외톨이』. 서울: 해피아워, 2006.
- 노여진. “일본의 히키코모리와 한국의 은둔형 외톨이의 비교 고찰”. 석사학위논문, 전북대 학교 대학원, 2007.
- 박근호. “은둔형 외톨이의 사회적문제와 분석에 관한 연구”. 석사학위논문, 동국대학교 행정 대학원, 2005.
- 박현숙. “사회적 히키코모리에 관한 연구”. 석사학위논문, 서울여자대학교대학원, 2004.
- 손은수. “청소년 은둔형 외톨이에 관한 연구”. 석사학위논문, 광운대학교 정보복지대학원, 2005.
- 여인중. 『은둔형 외톨이 히키코모리』. 서울 : 프리징 아카데미, 2005.
- 오윤선. 『청소년 세대진단과 이상행동 치료』. 서울: 예영 B&P, 2010.
- 오윤선. 『청소년! 이제 이해할 수 있다』. 서울: 예영 B&P, 2010.
- 이정화. “은둔형 외톨이를 소재로 한 도자조형 연구”. 석사학위논문, 홍익대학교 대학원, 2009.
- 홍현표. “은둔형 외톨이 치유를 위한 개인적 단위공간 계획에 관한 연구”. 석사학위논문, 단국대학교대학원, 2008.
- 황순길 외. “은둔형 외톨이 등 사회부적응 청소년 지원방안”. 청소년위원회, 「청소년」(2005): 18-40.
- 齋藤環. 博士の奇妙な思春期. 김영진 역. 『황금가지페인과 동인녀의 정신분석』. 서울: 황금가지, 2005.
- 「한국일보」. 2010.09.25. <http://www.hankooki.com>
- 「서울신문」. 2010.09.26. <http://www.seoul.co.kr>.
- Asher, Steven. R. & Wheeler, Valerie A. “Children’s Loneliness: A Comparison

of Rejected and Neglected and Peer Status.” *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 53, no. 4 (1985): 500-505.

Collins, Gary R. *Christian Counseling : A Comprehensive Guide*. Dallas, TX.: Word Pub. 1988.

Buber, Martin. *Tales of the Hasidim: Early Masters*. New York: Schocken Books, 1947.

Tillich, Paul. *Love, Power and Justice*. New York: Oxford University Press, 1954.

Oden, Thomas C. *Kerygma and Counseling*. Philadelphia, NJ.: Westminster, 1996.

【 Abstract 】

A Study on the
Christian Counseling for Adolescents in Hikikomori

Yoon Sun Oh

Korean Bible University

The Purpose of this study is to solve adolescence' s mental and social problems on the ground of self seclusion(Hikikomori) through Christian Counseling approach.

In case of adolescent in Hikikomori, they lost themselves due to mental wound gotten from the society and confine themselves in the room cutting off communications as a method for protection.

In Korea, from January of 2000 to May of 2003, Samsung Social and Mental Health Research Institute conducted survey and research on Hikikomori targeting 2409 patients who visited Gangbuk Samsung Hospital.

The subject of case study is 17 years old adolescent in Hikikomori. Therapy was held 17 session 50 minutes for a week based on Christian Counseling Therapy Theory to decrease case studies of depression and anthrophobia.

As method of analysis, Minnesota Multiphasic Personality Inventory were appied to see decline of depression and automatic thoughts questionnaire. Cognitive Behavioral is also analyzed by using BGT picture test to see individual cognitive behavioral changes. According to MMPI and BGT test averages, her result is positive change.

In conclusion, Christian Counseling Therapy helps 'adolescence Hikikomori' and results positive effects on the cognitive behavioral change for social participation.

Key words: Hikikomori adolescence, Christian Counseling, depression, anthrophobia, MMPI