

노년기의 분노에 대한 성경적 상담 방안

전 형 준*

국문초록

본 논문은 고령사회를 눈앞에 두고 현대사회에서 소외집단으로 부각되고 있는 노인의 분노의 문제에 대한 기독교상담 방안을 모색함에 있어 심리학적 이론에 근거한 상담방안이 아닌, 개혁신학에 바탕을 둔 성경적 상담 방안을 제시하고자 하였다.

이를 위하여 먼저 노년기에 대한 이해에서 노인이 누구인가에 관한 것과 노년기의 특성을 살펴보았다. 노년기에는 우울증 경향이 증가하고 내향성과 수동성이 증가하며, 성역할 지각이 변화되고 경직성과 조심성이 증가하는 것을 보았다. 특히 노년기 분노의 원인으로 건강의 문제와 경제적 문제, 그리고 사회적 부적응의 문제로 인한 분노가 나타나게 되며, 분노의 개념적 이해를 고찰하였다.

노년기 분노에 대한 성경적 상담 방안을 제시하기 위하여 먼저 성경적 상담의 신학적 이해를 살핀 후, 성경에 나타난 분노와 성경적 상담 방안을 제시하였다. 첫째, 쓴 뿌리를 제거하라. 둘째, 분노의 시간제한이 있음을 보게 하라. 셋째 분노로부터 마음을 지키라. 넷째, 벗어나 할 것이 있음을 말하라. 다섯째, 분노를 극복하는 길은 용서임을 알게 하라. 이러한 변화는 하나님 말씀인 성경과 성령의 역사로 이루어지게 된다는 점을 강조하였다.

중심단어 : 노년기, 분노, 성경, 신학적 이해, 성경적 상담

• 논문 투고일: 2012년 4월 12일

• 논문 수정일: 2012년 5월 3일

• 게재 확정일: 2012년 5월 15일

*백석대학교

www.kci.go.kr

I. 여는 글

최근 우리나라는 급격히 고령화 사회로 진입하고 있다. 경제적 발전과 의학의 발전에 따라 국민들의 생활수준이 크게 향상됨에 따라서 평균수명이 연장되어 고령인구가 더욱 증가하고 있다. 전국경제인연합회의 전망에 따르면 2020년에는 노인의 인구가 현재의 2배가 될 것이 예상되고 2026년에는 전체 인구의 20%가 넘을 것이 예상되고 있다. 이것은 우리나라도 고령 사회를 넘어 초 고령사회로 진입하게 될 것 이라는 것이다.¹⁾ 통계청의 발표 자료에 의하면 우리나라 인구의 평균 수명은 1997년에 남녀 모두 70세를 넘어섰으며, 노인 인구의 비율도 1960년에 2.9%, 1995년에 5.9%, 2000년에는 7.2%로 고령화 사회로 진입했으며, 2004년에는 8.7%에 이르렀고, 2019년에는 14.4%를 넘어 고령사회로 들어설 것으로 전망 했다.²⁾ 이것은 우리나라가 매우 빠른 속도로 고령화 되어 가고 있음을 보여주는 것이다.

최근 한국사회에서 노인의 자살률이 급격히 증가하고 있다. 1990년에는 301명으로 자살자의 노인비율이 5.1%에서 2003년에는 8.7%로 2760명이 자살하였고 해마다 증가하는 추세를 보이고 있다. 노인우울증 환자의 수도 2000년 6만366명에 비하여 2003년 11만 340명으로 증가하였고 계속 증가하는 추세를 보이고 있다.³⁾ 특히 노년기에 나타나는 분노의 문제는 심각하다. 분노는 인간이 경험하는 여러 정서 가운데 파괴적인 힘을 가진 매우 강력한 부정적인 감정 가운데 하나이다. 이러한 분노의 정서는 인간의 생애 주기에 따라 경험하게 되는 원인과 표현하는 방식에 차이가 있다. 특히, 노년기에 나타나는 분노의 문제는 노인 당사자뿐 아니라 가족과 주변 사람들

1) UN의 발표에 의하면, 고령화 사회(Aging Society)는 65세 이상 노인이 전체 인구의 7% 이상이 될 경우, 고령사회(Aged Society)는 14% 이상, 전체 인구의 21% 이상이 면 초 고령화 사회로 규정하고 있다.

2) 통계청, 『장래 인구 추계』(서울: 통계청, 2004).

3) 최광현, “노인상담과 기독교복지: 고령화속에서의 한국교회의 위기와 대응”, 한국기독교상담심리치료학회, 『한국기독교상담학회지』 제10호(2005): 282.

에게 부정적인 영향을 주어 정서적 불안과 고통을 일으키는 원인이 된다. 이러한 노인들의 분노 현상이 해결되지 못한 상태에 머물게 된다면 노인들에게 건강과 정서 그리고 영적인 위기로 이어질 수 있다. 따라서 노년기 분노에 대한 기독교상담 방안을 제시하는 것은 매우 중요하다. 특히, 성경적 상담학 관점에서 노년기 분노에 대한 상담 방안을 제시하는 것은 노인에 대한 기독교상담 분야의 발전에 공헌 할 수 있을 것이다.

이를 위하여 본 논문에서는 먼저, 노년기에 대한 일반적 이해와 노년기의 분노의 원인과 분노의 개념적 이해를 고찰한 후, 노년기 분노에 대한 성경적 상담 방안을 제시하고자 한다.

II. 펴는 글

1. 노년기에 대한 이해

1) 노년기 및 노년기 분노에 관한 선행연구

노년기 심리 및 노년기 분노에 관한 선행연구들은 살펴보면 다음과 같다. 최광현은 “노년기 분노 현상과 노인상담⁴⁾에서 노년기 분노해결을 위한 노인상담의 사례분석을 통하여 계슈탈트노인상담을 제안하였다. 또한, “노인상담과 기독교 복지: 고령화 사회 속에서의 한국교회의 위기와 대응”⁵⁾에서 한국교회가 전문적인 도움을 제공 할 수 있도록 기독교복지와 노인상담의 의미와 이들의 상호관계성에 대하여 논하였다.

임경수는 “노년기의 심리와 상담”⁶⁾에서 Erik Erickson의 여덟 단계의

4) 최광현, “노년기 분노현상과 노인상담”, 한국기독교상담심리치료학회, 「한국기독교 상담학회지」 제11호 (2006): 169-189.

5) 최광현, “노인상담과 기독교복지”, 278-302.

6) 임경수, “노년기의 심리와 상담”, 한국복지상담학회, 「복지상담학연구」 제3권 1호 (2008): 41-53.

심리사회적 인간발달단계 가운데 노년기의 자아통합과 절망의 단계를 다루면서 노년기의 신앙상담방안에 대하여 다루었다.

이기양은 “노인 목회와 상담: 임종 노인과 돌보는 가족의 문제점”⁷⁾에서 노인을 돌보는 가족의 중요한 역할과 교육의 필요성, 그리고 돌보는 사람이 직면하는 무거운 부담과 갈등과 문제점들을 살피면서 목회상담자는 환자 또는 노인, 노인을 돌보는 사람을 위해 예수 그리스도를 영접하고 신앙심을 사용하도록 격려해야 하며, 하나님과의 관계가 성숙되도록 돕는 것은 가장 가치로운 일이라고 강조하였다.

이상복은 “총체적 복음사역에 근거한 노인 목회상담”⁸⁾에서 노인 목회상담에 대한 총체적 접근을 시도하면서 지원적 목회상담과 공감적인 이해, 해결 중심의 단기 상담을 제안하였다.

이정우와 이수용은 “독일노인복지상담의 현황과 전망”⁹⁾에서 독일의 사회복지는 기독교의 역할이 컸으며 기독교를 포함한 민간복지의 공공복지로서 민·관 협조 체제가 잘 이루어지고 있으며, 기본법에 의한 고령자 케어서설 정책이 수립되어 있음을 소개하였다. 노인들의 특성상 상담과 지원 등에 있어서 특별히 전문성이 요구되고 있기 때문에 지속적인 교육과 더불어 전문적인 전공지식을 갖추어야 할 것을 제안하였다.

방기연은 Robert D. Enright의 *Helping Clients Forgive*을 『용서심리학: 내담자의 분노 해결하기』¹⁰⁾로 번역 출간하였는데, 이 책에서는 용서와 용서 치료에 대하여 배우는 이유가 무엇이며, 용서치료의 개념은 어떤 것인가

7) 이기양, “노인 목회와 상담: 임종 노인과 돌보는 가족의 문제점”, 웨스트민스터신학대학원대학교, 『개혁신학』 제17집 (2005): 259-282.

8) 이상복, “총체적 복음사역에 근거한 노인 목회상담”, 총체적 복음사역연구소, 『총체적 복음사역의 신학과 실천』 제3호 (2006): 35-77.

9) 이정우 · 이수용, “독일노인복지상담의 현황과 전망”, 한국복지상담학회, 『복지상담학연구』 제3권 1호 (2008): 89-99.

10) Robert D. Enright & Richard P. Fitzgibbons, *Helping Clients Forgive*, 방기연 역, 『용서심리학: 내담자의 분노 해결하기』 (서울: 시그마프레스, 2011).

지를 설명하고 있으며 용서를 통한 분노 해결의 방법을 제안하고 있다.

이상의 선행연구들을 살펴볼 때, 노인의 분노 문제에 대한 성경적 상담 방안에 관한 연구는 없었다. 이에 필자는 본 연구를 통하여 노인의 분노 문제에 관하여 개혁신학에 바탕을 둔 성경적 상담 방안을 제시하고자 한다.

2) 노인은 누구인가?

노인에 대한 정의는 노인이 처한 사회 문화적인 상황 및 개인적 상황에 따라 다양하게 정의될 수 있다. 일반적으로 노인이란, 생리적 신체적 기능의 퇴화와 더불어 심리적인 변화가 일어나서 개인의 자기 유지 기능과 사회적 역할 기능이 약화되고 있는 사람으로 정의될 수 있다.¹¹⁾ James E. Birren은 노인을 가리켜 첫째, 생리적 및 생물학적인 면에서 퇴화기에 있는 사람 둘째, 심리적인 면에서 정신기능과 성격이 변화하고 있는 사람 셋째, 사회적인 면에서 지위와 역할이 상실된 사람으로 정의한다.¹²⁾

노화라는 말은 단순히 나이가 먹는 신체적 변화만을 가리키는 말이 아니다. Birren은 노화가 인간의 정상적인 성장과 발달과정 전체의 한 부분이며 적어도 세 가지 측면에서의 변화 과정을 포함하는 것으로 이해해야 한다고 본다. Birren에 따르면 노화는 먼저, 생리적 노화로 신체의 기관과 체계의 구조 및 기능이 시간의 경과에 따라 변화하는 것을 의미한다. 두 번째로 심리적 노화로 축적된 경험에 의한 행동, 감각, 지각기능, 자아에 대한 인식 등이 시간의 변화에 따라 변화하는 것을 의미한다. 세 번째 사회적 노화로 생활주기를 통하여 일어나는 규범, 기대, 사회적 지위 및 역할의 변화 등을 의미한다.¹³⁾ 이 처럼 노화라는 것은 생리적, 심리적, 사회적 요인들이 복합적으로 연결되어 있는 것으로 이해할 수 있다.

11) 최광현, “노인상담과 기독교복지”, 279.

12) James E. Birren, “Principle of Research on Aging,” in *Handbook of Aging and the Individual*, ed. James E. Birren (Chicago: University of Chicago Press, 1959), 3.

13) Birren, “Principle of Research on Aging,” 13-15.

노인의 일반적 개념은 1951년 7월 미국 세인트루이스에서 열렸던 제2회 국제 노년학회에서 정의한 내용이다. 여기에서는 노인을 첫째, 환경의 변화에 적절히 적응할 수 있는 기능이 감퇴되고 있는 사람 둘째, 생체의 자체 능력이 감퇴되고 있는 사람 셋째, 인체의 기관, 조직, 기능에 쇠퇴현상이 일어나는 시기에 있는 사람 넷째, 생체의 적응 능력이 점차로 결손 되고 있는 사람 다섯째, 조직의 예비능력이 감퇴하여 적응이 제대로 되지 않는 사람으로 규정하고 있다.¹⁴⁾ 국제노인학회의 노인에 대한 정의에서 볼 수 있는 것처럼 노인은 환경변화에 적응능력의 감퇴, 생체의 자체능력 감퇴, 인체의 기능 쇠퇴, 생체의 적응능력 결손, 조직의 예비능력이 감퇴하여 적응이 제대로 되지 않는 사람으로 정의한다.

우리나라 생활보호법(1961)에서는 보호 노인 대상자를 65세 이상으로 노인 복지법에서도 65세 이상을 노인으로 규정하고 있다. 이와 같이 노인의 개념은 다양하게 표현되고 있다. 그러므로 정확하게 노인에 대한 개념을 정리 하기는 어렵다. 향후 인간의 평균수명의 연장, 노인의 근로 능력 향상, 사회적 역할 증대에 따라 노인에 대한 공식적 연령에 대한 규정도 점차 높아질 것으로 예상된다. 그러므로 노인에 대한 정의도 새롭게 조명되어야 할 것이다.

3) 노년기의 특성

노년기는 장년기부터 나타나는 특성 가운데 신체에 대한 민감한 반응, 시간 전망의 변화, 정신생활에 있어서의 내성적인 경향은 점점 더 두드러지게 나타난다.¹⁵⁾

첫째, 우울증의 증가이다. 연령증가에 따른 우울증의 증가는 일반적인 현상이다. 노년기 전반에 걸쳐 증가하는 우울증은 노령에 따른 스트레스에

14) 이상복, “총체적 복음사역에 근거한 노인 목회상담”, 37.

15) 윤진, 『성인 노인심리학』 (서울: 중앙적성출판사, 1992), 181-189.

그 원인이 있는 것으로 분석되고 있다. 즉, 신체적 질병, 배우자의 죽음, 경제사정의 악화, 사회와 가족들로부터의 고립, 일상생활에 대한 자기통제 불가능 그리고 지나온 세월에 대한 회환 등으로 전반적으로 우울증 이 증가한다.¹⁶⁾ 그래서 이러한 노인들은 불면증, 체중감소, 감정적 무감각, 강박 관념, 증오심, 분노 등의 구체적 우울 증세를 나타내기도 한다.

둘째, 내향성 및 수동성의 증가이다. 노화해감에 따라 사람은 사회적 활동이 점차 감소하고 사물의 판단과 활동방향을 외부보다는 내부로 돌리는 행동 양식을 갖게 된다. 특히 신체 및 인지능력의 감퇴와 더불어 자아상이 달라지고 업무처리에 있어 종종 무사하게 지나가려는 경향을 띠기도 한다.¹⁷⁾

셋째, 성역할지각의 변화이다. 투사법(TAT검사)을 사용하여 그 주인공의 성역할 지각상황을 보면 늘어갈수록 남녀의 성역할이 달라지는 것으로 나타나고 있다. 특히 노년기의 피험자들은 남자노인을 더욱 수동적이고 위축되어 가는 것으로 보고 여자노인은 오히려 더 능동적이며 권위적으로 된다고 보고 있다. 즉 노인은 이전과는 달리 일생동안 자기 자신에게 억제되었던 성역할의 방향으로 전환되어 간다는 것이다. 그래서 늘어갈수록 남자는 유친성과 양육동기가 더 증가하고 여자는 공격성, 자기중심성, 그리고 권위적 동기가 더 증가한다는 것이다.¹⁸⁾ 이것은 남녀 모두 만년에 가서 양성화된다고 할 수도 있다.

넷째, 경직성의 증가이다. 경직성이란 융통성에 반대되는 개념으로서 어떤 태도, 의견 그리고 문제해결 장면에서 그 해결 방법이나 행동이 옳지 않

16) L. F. Jarvik, "Aging and Depression: Some Unanswered Question," *Journal of Gerontology* 31(1976): 324-326.

17) Bernice L. Neugarten, Robert J. Havinghurst, & Sheldon, S. Tobin, "Personality and Patterns of Aging," in *Middle Age and Aging*, ed. Bernice L. Neugarten (Chicago: University of Chicago Press, 1968), 173-177.

18) M. F. Lowenthal, "Psychological Variation across the Adult Life Course: Frontiers for Research and Policy," *The Gerontologist* 15 (1975): 6-12.

거나 이득이 없음에도 불구하고 옛날과 마찬가지로 방법을 고집하고 이를 여전히 계속하는 행동 경향을 말한다. 따라서 노인은 동작성 지능검사에서 점수가 낮고 학습능력이 저하 되는데 이것은 노화에 따른 지능의 쇠퇴라기 보다는 경직성의 증가에 따라 학습 및 문제해결능력이 감소하기 때문이라고 볼 수 있다.¹⁹⁾

다섯째, 조심성의 증가이다. 일반적으로 보면 노인이 될수록 행동이 더욱 조심스러워진다. 그 이유는 두 가지가 있다. (1) 노인 스스로의 의지로써 정확성을 더욱 중요시하기 때문에 조심성이 증가한다는 동기가설과 (2) 시각 청각 등 감각능력의 감퇴를 비롯한 신체적, 심리적 메카니즘의 기능이 쇠퇴한 결과 그 부산물로 부득이 조심스러워진다는 결과가설이 있다.²⁰⁾ 이 두 가지 가설 가운데 어떤 것을 채택한다하더라도 노인들의 행동이 청, 장년보다는 훨씬 조심스러워지다는 것은 명백히 드러나 있다.

그 외에도 친근한 사물에 대한 애착심이 증가하고, 의존성이 증가하는 경향이 나타나며, 사후에 이 세상에 다녀갔다는 흔적을 남기려는 욕망이 강하게 나타나는데 이것을 유산을 남기려는 갈망이라고 부른다.²¹⁾ 특히, 노인들은 자주 분노를 나타내게 된다.

2. 노년기의 분노의 원인

1) 건강의 문제

노인들은 나이가 들어감에 따라 노화 과정을 거치면서 신체적, 심리적, 사회적 기능이 떨어지게 되고 이에 여러 가지 건강 문제들을 수반하게 된

19) K. W. Schaie, "Rigidity-Flexibility and Intelligence: A Cross-Sectional Study of the Adult Life Span from 20 to 70 Years," *Psychological Monographs: General and Applied* 72, no. 9 (1958): 1-26.

20) J. Botwinick, "Drives, Expectancies, and Emotions," in *Handbook of Aging and the Individual*, 739-768.

21) 윤진, 『성인·노인심리학』, 187-189.

다. 한 연구²²⁾에 의하면 우리나라 65세 이상 인구의 약 90.9%가 한 가지 이상의 만성 질환을 앓고 있는 것으로 나타났다. 남성 노인의 경우 만성질환 유병률은 84.4% 였지만 여성노인의 유병률은 95%로 나타났다. 이러한 통계 결과에서 여성 노인의 건강문제가 더욱 심각하다는 것을 알 수 있다. 특히 노인들에게 높은 유병률을 보이고 있는 만성질환은 관절염 43.1%, 고혈압 40.8%, 요통, 좌골통 30.6%, 신경통 22.1% 등으로 나타났으며, 향후 노인 인구 증가에 따라서 그 비율이 계속 증가할 것으로 보인다.²³⁾ 노인들은 이러한 건강상의 이유로 인하여 분노하게 된다.

2) 경제적 문제

경제적 문제는 세대를 초월해서 경험하게 되는 문제이나 특히 노인들에게는 심각하게 다가오게 된다. 한국사회에서 직장 남성들은 대부분 55세를 전후로 은퇴를 경험하게 되는데 최근에 은퇴 시기는 더욱 빨라지고 비자발적인 경우가 많아졌다. 2004년 한국보건사회연구원의 조사결과에 의하면 수입이 되는 일을 하고 있는 노인의 비율은 전체노인의 30.8%로 나타났다. 이는 1998년의 29.0%와 비교하여 본다면 다소 증가하였지만 취업노인의 수는 적은 수에 불과하다. 성별로 보면 남자 노인의 취업률은 41.8%, 여자 노인의 취업률은 23.8%로 남자 노인의 취업률이 18.0% 높게 나타났다. 또한, 경제 활동에 종사하는 노인 취업자의 대부분이 2004년을 기준으로 농업 종사자의 비율이 53.9%이며, 단순노무 27.8%로 나타나 대부분의 노인들은 농업과 관련되어 있으며 대부분 연령 제한이 없는 단순한 업무가 중심을 이루고 있다.²⁴⁾ 이와 같이 노인들은 노년기에 젊은 시절에 비하여 더욱 심각한 경제적 어려움에 처하게 되고 이러한 요인은 노인들로 하여금

22) 정경희 외, 『2004년도전국 노인 생활 실태 및 복지욕구조사』 (서울: 한국보건사회연구원, 2005).

23) 최광현, “노년기 분노현상과 노인상담”, 171.

24) 정경희 외, 『2004년도전국 노인 생활 실태 및 복지욕구조사』, 36-40.

분노의 감정을 느끼게 하는 원인이 된다.

3) 사회적 부적응의 문제

노인들이 노년기에 접어들어 역할과 지위에 변화가 일어나면서 사회적 부적응의 문제가 발생하게 된다. 이러한 문제로 인하여 사회적 활동이 감소하면서 소외감, 상실감, 무력감 등을 느끼게 된다. 이러한 사회적 특성은 노인들로 하여금 심리적으로는 고독을 느끼게 하고, 사회적으로는 박탈감과 지위 및 역할의 상실을 가져오고, 경제적으로는 빈곤에 빠지게 하고 있다. 이러한 현대사회의 노인문제와 더불어 정보 사회 안에서의 소외라는 이중고는 현대를 살아가는 노인의 위치를 더욱 불안하게 하고 있다.²⁵⁾ 이처럼 노인들의 부적응의 문제는 사회에서 뿐만 아니라, 교회에서도 나타나고 있다고 할 수 있다.

배지연과 김원형, 윤경아는 “노인의 우울 및 자살 생각에 있어서 사회적 지지의 완충효과”라는 연구에서 노인의 역할 상실에 대하여 다음과 같이 말하였다.

노인의 역할상실이란 이전의 과업 지향적인 관계에서 행해지던 역할들을 더 이상 수행할 수 없게 되는 상황을 의미한다. 많은 노인들은 직장에서 은퇴하면서 직업 및 사회적인 역할, 가장의 역할을 상실하게 되고, 생애 주기 상으로도 자녀들의 독립과 양육자의 역할이 줄어들며, 배우자 혹은 주위 가까운 사람들과 사별하는 경우가 많아져 배우자 등의 역할을 상실하게 된다. 이러한 역할 상실은 상호작용의 기회가 줄어들게 하여 자아 상실, 우울, 외로움, 성취감과 자부심의 상실 등 기타 부수적인 문제들을 양산하는 계기가 된다.²⁶⁾

25) 최광현, “노년기 분노현상과 노인상담”, 171-172.

26) 배지연 외, “노인의 우울 및 자살 생각에 있어서 사회적 지지의 완충 효과”, 한국노년학회, 「한국노년학」 제25권 3호 (2005): 60-73.

이처럼 노인들이 현역에서 은퇴하면서 직업을 상실할 뿐만 아니라, 사회적 역할이 상실되고 가장의 역할이 상실되면서 상호작용의 기회가 줄어들게 되어 노년기 우울증의 주요 요인으로 등장하게 되는 것이다. 이러한 현상은 노년기의 분노로 이어지게 되는 것이다.

한 사회의 현대화가 빠르게 진행되면 될수록 노인의 지위와 위치가 더욱 불안해지게 된다.²⁷⁾ 한국 사회는 빠른 현대화로 인하여 더욱 노인의 지위와 위치가 더욱 불안해졌고 이것은 더욱 노인들에게 큰 심리적 스트레스의 요인이 되고 있다. 이처럼 현대사회 속에서 노인들의 불안과 스트레스는 노인들의 사회적 부적응을 야기하고 이것은 노년기 분노의 원인이 되고 있다.

3. 분노의 개념적 이해

1) 분노의 개념

분노는 일정한 행동, 즉 날카로운 목소리, 소리 지름, 긴장된 자세, 낮은 목소리 등을 동반하는 하나의 감정이다. S. Booth-Kewley와 H. S. Friedman은 분노의 개념에 대하여 “어떤 것이 제대로 되지 않거나 잘못 지각되었을 때 유발되는 자율신경계의 각성과 관련된 정서 상태”²⁸⁾로 표현한다. 사람이 분노를 느끼게 되면 상대방에 대하여 공격적인 행동을 하고 싶은 충동이 일어난다. 즉 신체의 자율 신경계의 각성이 이루어져서 눈매가 날카로워지고 이를 깨물고 주먹을 쥐는 등의 공격적인 태도로 나타난다. 종종 신체적인 흥분상태는 분노를 통제하지 못하는 경우에 더욱 활성화된다.

심리적인 측면에서 분노는 인지적, 정서적인 요소의 상호작용을 통해서

27) Donald O. Cowgill, “Aging and Modernization: A Revision of the Theory,” in *Later Life*, ed. J. A. Gubrim (Springfield, IL.: Charles C. Thomas, 1974), 123-146.

28) S. Booth-Kewley & H. S. Friedman, “Psychological Predictors of Heart Disease: A Quantitative Review,” *Psychological Bulletin* 101 (1987): 343-362.

발생된다. 사회문화적인 관점에서 분노는 사회적인 규범, 규칙과의 상호작용 속에서 발생한다. 따라서 분노는 일정한 상황 속에서 유발된 생리적, 심리적 자극과 사회적인 자극을 동반하는 하나의 정서이다.²⁹⁾

Charles D. Spielberger는 분노를 AHA 증후군으로 설명하면서 분노를 정서 상태로 설명하고, 적개심은 적대적인 태도로서, 그리고 공격성을 실제 행동적인 측면으로서 설명하고 있다.³⁰⁾ 이처럼 분노는 자신의 뜻대로 되지 않거나 잘못 지각되었을 때 일어나는 자율신경계의 각성과 관련된 정서 상태이다. 이러한 분노의 정서 상태로 인하여 적개심도 공격성도 나타나게 되는 것이다.

2) Erickson의 노년기 이해와 분노

Erik Erickson은 인간이 평생을 통하여 성격이 발달해간다는 사회 심리적 발달단계를 8단계로 나누어 설명하였다. 노년기는 자아 통합 대 절망(integrity vs. despair)의 단계이다. 이 시기는 더 이상 성장이나 발전이기 보다는 이제껏 살아온 인생을 되돌아보며 이것을 통합하여 볼 수 있는 회상의 시간을 가지면서 또 다른 세계로 진입을 준비하는 시기이기도하다. 보통 고령화 사회라 함은 65세의 인구가 7%에 해당하는 것을 의미하는데 한국은 1995년에 전체 인구의 5.7% 정도가 노년층이 될 것으로 전망하고 있다.³¹⁾

노년층의 증가에 대하여 Erickson은 사회적인 문제를 제기하고 있다. 수명의 연장이 사회의 문제를 만드는 것이 아니라 의미 없는 삶에 대한 절망감에 싸여 있는 노년층이 증가하는 것에 대한 우려를 표명했다.³²⁾ 노년층에 절망감을 가져다줄 수 있는 환경적인 요소는 어떤 것이 있을까? 네 가지

29) 최광현, “노년기 분노현상과 노인상담”, 173-174.

30) Charles D. Spielberger, *State-Trait Anger Expression Inventory: Professional Manual* (Lutz, FL.: Psychological Assessment Resources Inc., 1988), 88-95.

31) 장대숙, 『노인학의 이론과 적용』 (서울: 한국장로교출판사, 1998), 114-122.

32) 임경수, “노년기의 심리와 상담”, 42-53.

로 분류할 수 있다. 첫째는 사회 및 경제적인 문제, 둘째는 나이 들에 대한 심리적 여파, 셋째는 나이와 질병으로 인한 병리적인 현상, 넷째는 일반적으로 느끼는 늙음이다.³³⁾

위의 네 가지 현상은 노년기가 인간의 발달과정에서 이제는 발달을 멈추고 축소되어가고 없어져 가는 생물학적으로 쇠퇴기에 해당하고 이러한 신체적 변화만이 아니라 심리적인 면에서 정신적 기능들이 쇠퇴하여 퇴보하고 있으며, 동시에 사회적인 면에서는 과거의 발달 단계에서 누렸던 사회적 지위와 역할을 상실해 있는 시기라고 정의할 수 있다.³⁴⁾

Erickson은 노년시기의 심리사회적 양식은 살아온 삶의 과정을 통해서 성숙해질 수 있는 것으로 보았고, 긍정적인 결과를 통합으로 보았으며, 부정적인 관계를 절망으로 보았다. 통합이라는 의미는 유아부터 지금까지의 세월을 되돌아보면서 통합적인 관점에서 인생을 관조하고 회상해 보는 것이다.³⁵⁾

심리적으로 건강한 사람은 인생의 모든 조건에 대한 선택과 결과는 자신으로 인한 것이라는 사실을 수용할 수 있다. 건강하지 못한 사람의 경우 문제가 발생하면 자신의 책임 이라기보다는 주위 사람이나 환경을 탓하는 경우가 많이 있다. 이러한 책임의 전가는 타인과의 대인관계에서 문제를 일으키는 요인이 된다.

통합적인 관점에서 자신의 과거를 돌아보는 노년은 두가지점에서 중요한 의미가 있다. 첫째는 이제껏 살아온 생애에 대하여 만족함을 보이는 것이다. 둘째는 이웃들과 타인들이 어떻게 자신을 평가하는 결과에 대한 관심이다. 노년들이 이러한 관점에서 자신들의 생애를 돌아보는 것이기에 고통화되어가는 사회에서 소위 이러한 인정을 받고 통합적인 관점을 가질 수

33) Harold Geist, *The Psychological Aspects of the Aging Process* (New York: Robert E. Krieger Publishing Company, 1981), 4.

34) 임경수, “노년기의 심리와 상담”, 42.

35) 임경수, “노년기의 심리와 상담”, 43.

있는 성공적인 삶이란 더 중요한 이슈가 되었다.³⁶⁾ 통합적인 면에서 자신의 인생을 받아들이는 노년에게 발생하는 미덕은 지혜이다. 통합적인 관점에서 지혜란 생이 마지막이 된다는 사실, 이제 생의 결론을 맺는다는 사실을 수용하는 것이다. 그리고 이러한 지혜에 의하여 자신의 삶을 이해할 수 있는 지혜를 가지는 것이다. 이러한 관점에서 Erickson은 인생은 신뢰 가운데 태어나서 신뢰 가운데 이 세상을 떠나가야 한다고 했다. Erickson은 지혜라는 것은 죽음의 면전에서조차 죽음을 두려워하지 않고 초연한 관심을 삶에 대하여 보이는 것이라 했다.³⁷⁾

통합의 반대는 절망이다. 과거를 회상한다는 것은 모든 인류가 가지는 공통적인 것이다. 이 회상이 통합적인 관점에서는 의미가 있으나 절망에 있는 노년들에게는 좌절과 아픔의 회상을 더하게 한다. 즉 지나온 세월을 돌이켜볼 때 자신의 삶에 대한 자신이 없고, 남은 세월을 헤아려 볼 때 그리 많이 남지 않은 세월 속에서 무엇을 할 수 있을 것인가? 하는 회의감과 두려움을 가지게 되는 것이다. 절망 가운데 있는 노년들에게는 비생산적인 것이며 노년으로 하여금 현실과의 접촉을 회피하게 만들 수 있다.³⁸⁾ 이러한 자신에 대한 평가와 미래에 대한 불확실성은 노년으로 하여금 위기, 불안, 심지어 자살에 대한 결심을 하게 한다.³⁹⁾ 이러한 관점에서 복합적으로 절망에 있는 노년들이 겪게 되는 심리적인 증상이 우울증이다. 노년기에는 가벼운 회상에서는 생을 되돌아보면서 회상에 묻혀서 가벼운 향수에 빠지거나 약한 후회를 하기도 한다. 심한 경우에는 불안, 죄의식, 절망, 그리고 우울증에 놓이게 되는 것이다.⁴⁰⁾

36) Geist, *The Psychological Aspects of the Aging Process*, 40.

37) 임경수, “노년기의 심리와 상담”, 43-44.

38) David F. Hltsch & Fransin Dutsch, *Adulthood and Aging* (New York: McGraw-Hill Book Company, 1981), 317.

39) Bert Hayslip, Jr. & Paul E. Paneck, *Adult Development and Aging* (San Francisco, CA.: Harper Collins College Publishers, 1982), 506.

40) Hltsch & Dutsch, *Adulthood and Aging*, 317.

Erickson의 자아통합감은 자신의 전 삶속에서 중요하였던 사람들이 다른 누구와 대치될 수 없는 중요한 사람이라는 것을 받아들이는 것이다. 즉 부모를 새롭게 받아들이고 사랑하는 것이다. 마음에 품어오던 부모가 다른 사람이었다면, 보다 성공적이고 능력 있는 사람이었다는 생각을 버리는 것이다. 그러면서 자신의 삶과 다른 사람에 대하여 분노하고 탓하는 것이 아닌, 자신의 책임으로 받아들이는 것이다. Kernberg는 이렇게 생성된 자아통합 또는 절망은 임상적으로 분노나 죽음에 대한 무의식적 공포로 나타난다고 하였다.⁴¹⁾ 이러한 분노는 특정 제도권이나 사람들에 대한 혐오감, 염세주의 또는 만성적으로 경멸 섞인 불쾌감을 보이는 것 이면에 감춰져 있다. 즉, 타인을 향한 혐오감과 분노는 그 사람 자신에 대한 경멸과 좌절을 드러내는 것이다.⁴²⁾ 이러한 증상을 보이는 사람은 우울증에 빠져 자신에게 분노하고 타인에게 화를 내면서 절망감과 원망 속에서 노년기를 보내게 될 것이다.

4. 노년기 분노에 대한 성경적 상담 방안

1) 성경적 상담의 신학적 이해

노년기 분노에 대한 성경적 상담 방안을 제시하기 위해서는 먼저 상담의 신학적 근거를 고찰할 필요가 있다. 그것은 왜 노년기의 분노 문제에 대하여 성경적인 대답을 찾아야 하는가에 관한 근거를 얻기 위해서이다. 상담에 관한 기독교적 토대는 성경이다.⁴³⁾ 성경은 상담의 근거이다. 왜냐하면 성경은 인간이 그리스도로 말미암아 구원을 받는다는 사실을 가르쳐 주기

41) Otto F. Kernberg, *Internal World and External Reality*, 이재훈 역, 『내면세계와 외부현실』 (서울: 한국 심리치료연구소, 2001), 125-136.

42) Erik H. Erickson, *Identitaet und Lebenszyklus* (Suhrkamp: Frankfurt, 1979), 211-220.

43) Jay E. Adams, *More Than Redemption: A Theology of Christian Counseling* (Phillipsburg, NJ.: Presbyterian and Reformed Publishing Company, 1979), 13.

때문이다. 성경은 인간을 변화시켜서 그리스도를 닮아 가도록 만든다.⁴⁴⁾

상담은 말씀 사역의 영역에 속하는 것이다. 성경이 기독교 상담의 토대라는 것은 기독교 상담의 본질상 그럴 수밖에 없다. 성경의 가르침을 통하여 인간의 마음, 가치관, 사고, 관계, 성품, 행동 등을 바꿀 수 있으며, 이것으로 인간의 삶을 변화시킨다.⁴⁵⁾

이러한 변화의 필요성을 인식하면서 변화의 방법을 추구하고, 그 변화를 통해서 실질적 열매를 추구하는 기독교 상담은 성경의 원리에 따라서 고찰해야 한다.⁴⁶⁾ 성경에 의하면 인간은 하나님에 의하여 창조된 존재요, 하나님을 의존하며, 하나님의 영광을 위해서 살아가는 존재다(롬 11:36). 그러므로 인간은 자율적 존재가 아니다.⁴⁷⁾

인간에게 있어서 하나님의 말씀은 처음부터 필수적으로 필요한 것이었다. 하나님은 말씀으로 세상을 창조했으며, 말씀으로 세상을 다스리신다. 그러므로 인간은 말씀이 없이 자신의 존재 의미나 삶의 방향을 알 수 없으며, 이 세계를 이해할 수도 없고, 다른 사람과 더불어 사는 방법도 알지 못한다.⁴⁸⁾

하나님의 말씀 없이는 이 세상에서 바른 삶을 영위할 수가 없다. 본래 창조 시에 선한 존재로 지음 받은 인간이 하나님께 불순종하여 타락함으로 그 선함을 상실하고 말았다. 전적으로 타락한 인간은 하나님과의 관계가 깨어져, 그 관계를 회복하는 것이 최대의 명제가 되었고, 죄에서 해방을 추

44) Adams, *More Than Redemption*, 13. 성경이 인간을 변화시키는 근거가 되는 구절은 딤후 3:16-17에서 찾을 수 있다. 하나님은 인간을 변화시키기 위해서 말씀을 도구로 사용하시고, 성령을 통해 변화도록 역사 하신다. 하나님께서 말씀으로 사람을 변화시키는 일을 하나님의 사람들에게 맡기셨다.

45) 정정숙, 『기독교 상담학』 (서울: 도서출판 베다니, 2008), 78.

46) 정정숙, 『기독교 상담학』, 78.

47) Carl Rogers 학파에서 추구하는 '자율적 존재'는 성경적 인간관이 아니다. 성경은 인간이 하나님께 의존하는 존재(행 17:28)이며, 하나님을 위하여(계 4:11) 피조된 존재임을 강조 한다. 그러므로 인간이 '자율적 존재'라 주장하며, 그것을 추구하는 것은 하나님에 대한 도전이라 말할 수 있다.

48) 정정숙, 『기독교 상담학』, 78.

구하여야만 한다.⁴⁹⁾

인간은 하나님의 영광을 위한 존재로 지음 받았으나 범죄 함으로 인하여 그 영광을 가리게 되었다. 인간은 본래 하나님이 그의 형상대로 만드신 피조물로서 하나님을 예배하고 이웃을 사랑하며 살아야 했으나 죄로 인해 하나님의 형상을 상실하게 되었으므로 그 형상을 회복하도록 변화시켜야 하는데 이것은 성경 말씀과 성령의 역사를 통해서만 가능한 것이다.⁵⁰⁾ 이러한 근거에서 기독교적 진리를 바탕으로 하는 상담 신학이 필요한 것이다. 비기독교적 원리를 바탕으로 한 학문의 논리적 도전에 대해서 성경적 응전이 절실히 필요하기 때문이다.⁵¹⁾

많은 기독교 상담자들이 신학적 훈련을 받지 못하였거나 자유주의 신학의 영향을 받아, 비기독교적 원리를 무비판적으로 수용하거나 타협하는 경향을 보이고 있는 것이 사실이다. 그러므로 상담 신학의 원리를 분명히 정립할 필요가 있다.

그렇다면 “신학과 상담학은 어떤 관계가 있는가?”를 규명할 필요가 있다. 신학이란 여러 가지 주제에 관해서 성경이 가르치는 것을 조직적으로 이해하는 학문이다. 즉 신학이란 어떤 주어진 교리나 가르침에 관하여 성경이 무엇이라고 말하는 가를 체계화시키는 작업이다.⁵²⁾

49) 정정숙, 『기독교 상담학』, 78.

50) Adams는 이 세상에 두 종류의 상담이 존재하고 있다고 하였다. 하나는 하나님의 상담이며, 다른 하나는 사단의 상담이다. 사단의 상담은 거짓된 상담으로서 진실된 하나님의 상담을 거스른다. 그는 계시적이 아니거나 계시에 근거하지 않는 상담을 거절하였다.

51) 필자는 상담의 신학을 전개함에 있어서 심리학을 무시하거나 주변학문들을 배격하는 것은 아니다. 다만 이러한 학문들이 상담 신학의 원리가 될 수는 없다는 것이다. 상담 신학은 철저히 성경에 근거를 두어야 하는 것이다. 이것이 곧 개혁신학의 관점 이요, 상담 신학도 역시 개혁신학의 관점에서 연구되어야 한다는 점이다. 최근에 개혁신학의 원리가 되는 웨스트민스터신앙고백서의 신학 사상이 성경적 상담의 원리와 일치한다는 것이 논리적으로 입증되었다. 전형준, “웨스트민스터신앙고백서에 나타난 성경적 상담 원리”, 개혁신학회, 『개혁논총』 제14권 (2010): 9-50.

52) Adams, *More Than Redemption*, 11.

성경적 상담학은 실천신학의 한 분야로서, 성경이 인간과 인간이 가지고 있는 문제에 대하여 무엇이라고 교훈하고 있는가를 규명하고, 하나님이 원하시는 인간으로 변화된 삶을 살아가도록 돕는 학문이다. 그러므로 성경적 상담학은 신학을 떠나서는 존재할 수 없다. 성경은 인간들의 사고와 행동 원리를 제시한다. 그러므로 인간의 궁극적 변화를 도모하려는 상담에서 신학적 이해가 선행되어야 하는 것은 두말할 필요 없이 너무도 마땅한 것이다.⁵³⁾

신학과 상담학은 불가분의 관계에 있다. 신학의 틀 안에서 상담학적 적용을 함으로써 성경이 추구하는 그리스도의 장성한 분량에 충만한 데까지 이르게 된다. 이렇게 성경적 상담학은 신학의 원리를 통해서 상담의 원리와 방법을 개발해야 한다.⁵⁴⁾

지금까지 기독교 상담학을 신학과는 연관이 없는 심리학적 영역으로 이해하는 경향들이 많았던 데 비하여, '기독교 상담 신학'이라는 신학과 상담학의 연관성을 시도하는 일련의 연구들이 계속되고 있다는 것은 주목할 만한 일이다.⁵⁵⁾

신학과 상담학의 관계는 유기적 관계이다. 성경적 상담은 신학이 없이는 불가능하며, 신학적 연구는 상담학의 연구를 증진시키는 촉진제 역할을 한다는 것을 기억해야 한다.⁵⁶⁾ 이러한 관점을 가지고 분노에 대한 성경적 상

53) Samuel Southard, *Theology and Therapy: The Wisdom of God in a Context Friendship* (Dallas, TX.: Word Publishing Co., 1989), 11. 상담의 신학적 접근에 대해서는 본 책을 참조하라.

54) 정정숙, 『기독교 상담학』, 80.

55) 정정숙, 『기독교 상담학』, 81. 기독교 상담 신학의 연구는 Jay E. Adams의 일련의 연구들과 Samuel Southard의 연구, 그리고 William T. Kirwan의 *Biblical Concepts for Christian Counseling: A Case for Integrating Psychology and Theology* (Grand Rapids, MI.: Baker Book House, 1984) 등을 참고하라.

56) Adams, *More Than Redemption*, 15. Adams는 이 문제에 대하여 “신학이 없는 상담은 죽은 것이다”라고 하였다. 그의 이러한 표현은 신학과 상담의 관계를 가장 정확하게 묘사하고 있는 것이다.

답방안을 제시하고자 한다.

2) 성경에 나타난 분노와 성경적 상담 방안

분노에 관한 성경말씀은 구약 성경, 특히 지혜서인 잠언(잠 15:1,8; 17:14; 19:11; 21:19; 22:24-25; 25:28; 27:4)에 많이 기록되어 있고, 복음서(마 5:3-11; 5:21-24; 5:29; 5:39; 5:38-42; 5:43-48; 6:12,14; 7:2; 7:3-5; 18:18; 18:21-22; 21:23-34; 막 3:1-5; 10:37-44; 눅 6:27-28; 23:34; 요 2:13-15; 9:1-3; 18:10)에 여러 구절에서 나타나고 있다.⁵⁷⁾

(1) 쓴 뿌리를 제거하라

먼저 히브리서 기자는 인간의 마음을 주장하는 쓴 뿌리에 대하여 말씀하고 있다. 히브리서 12:14-15는 다음과 같이 기록되어 있다.

모든 사람과 더불어 화평함과 거룩함을 따르라 이것이 없이는 아무도 주를 보지 못하리라 너희는 하나님의 은혜에 이르지 못하는 자가 없도록 하고 또 쓴 뿌리가 나서 괴롭게하여 많은 사람이 이로 말미암아 더럽게 되지 않게 하며

이 말씀에서 히브리서 기자는 그리스도인은 모든 사람과 더불어 화평함과 거룩함을 따르라고 말씀하면서 이것이 없이는 아무도 주를 보지 못할 것임을 강조하고 있다. 즉 종말에 주님이 재림하실 때 생명의 부활을 얻어 주님을 뵈을 수 있는 자는 화평함과 거룩함을 따른 사람임을 가르친다(14절). 이것은 하나님의 은혜로 가능하다는 사실을 말씀하면서 그 은혜에 이르지 못하는 자가 없도록 권면하고 있다(15절). 문제는 화평함과 거룩함을 따르지 못하게 하는 요인이 있다는 것이다. 그것이 바로 “쓴 뿌리”이다(15절). 히브리서 기자는 인간의 마음에 쓴 뿌리가 있으면 괴롭게 할 뿐만 아니라 많은 사람이 이로 말미암아 더럽게 될 수 있다고 경고하고 있다. 그러

57) 전형준, “서신서에 나타난 분노에 관한 말씀들”, 『그말씀』(2011, 7): 84.

므로 인간을 괴롭게 하고 더럽게 할 수 있는 쓴 뿌리를 제거하는 것이 무엇보다 중요하다. 그러나 인간의 마음에 자리 잡고 있는 쓴 뿌리는 인간적인 방법으로 제거할 수가 없다. 그것은 철학이나 심리학으로 제거되는 것도 아니다. 하나님의 도우심이 필요하다. 인간의 마음의 쓴 뿌리를 제거하는 힘은 오직 하나님의 말씀에 있다. 그 말씀이 쓴 뿌리를 가진 사람의 마음에 뿌려질 때, 생명을 주시는 성령님이 개입하신다. 성령께서는 쓴 뿌리로 인하여 괴로워하던 자에게 평화를 주신다. 또한 쓴 뿌리로 인하여 더러워진 자를 예수 그리스도의 십자가의 은총을 믿게 하여 사죄의 확신을 주시고 깨끗한 심령을 허락하여 주신다. 그러므로 상담자는 내담자가 가진 마음의 쓴 뿌리가 무엇인지 살피도록 한 후, 그 쓴 뿌리를 내려놓게 함으로서 죄사함과 구원의 은총에 감사하는 마음으로 변화 받아 그리스도인으로서 복음에 합당한 새로운 삶을 살 것을 권면하여야 한다.

이 말씀에서 말하는 쓴 뿌리는 성경적 변화의 역동적 과정을 나타내는 8단계⁵⁸⁾에서 세 번째 단계인 나쁜 뿌리⁵⁹⁾(Bad Root)에 해당한다. 이처럼 성경적 상담은 말씀과 성령의 역사를 통하여 나쁜 뿌리를 제거하고 선한뿌리로 마음을 변화시켜 선한열매를 거두고 새로운 결과를 가져오게 하는 상담이다.

(2) 분노에는 시간제한이 있음을 보게 하라

바울 사도는 에베소서를 통하여 분노는 그날을 넘기지 않도록 해야 한다는 점을 강조 하였다. 에베소서 4:25-27은 다음과 같이 기록하고 있다.

그런즉 거짓을 버리고 각각 그 이웃과 더불어 참된 것을 말하라 이는 우리가 서로 지체가 됨이라 분을 내어도 죄를 짓지 말며 해가 지도록 분을 품지 말고 마귀에게 틈을 주지 말라

58) Timothy Lane & Paul D. Tripp, *How People Change*, 김준수 외 역, 『사람은 어떻게 변화 되는가』 (서울: 생명의 말씀사, 2009), 190-396. 성경적 변화의 역동적 과정은 1. 어려운 상황, 태양 또는 열, 2. 나쁜 열매, 3. 나쁜 뿌리, 4. 결과, 5. 하나님이 보여주시는 것, 6. 선한 뿌리, 7. 선한 열매, 8. 새로운 결과이다.

59) Lane & Tripp, *How People Change*, 247-280.

이 말씀에서 그리스도인은 서로 지체가 되었으므로 거짓을 버리고 그 이웃에게 참된 것을 말해야 함을 역설한 후에 “분을 내어도 죄를 짓지 말며 해가 지도록 분을 품지 말라”고 말씀하고 있다. 이 말씀은 시편 4:4의 인용으로 역설적 명령이라 할 수 있다. 왜냐하면 본 구절에서는 분을 내는 것을 허용하는 것처럼 오해될 수 있으나 엡 4:27에서 “마귀에게 틈을 주지 말라”는 명령이 나오고 엡 4:31에서 “너희는 모든 악독과 노함과 분냄과 떠드는 것과 비방하는 것을 모든 악의와 함께 버리고”라고 말씀하는 것을 통해서 분노에 대한 금지를 명령하고 있기 때문이다. 그러므로 이 말씀은 ‘노하기를 더디 하라’는 권면(마 5:22; 갈 5:20; 골 3:8; 딤후 2:8; 딤후 1:7; 약 1:19,20)의 말씀으로 해석할 수 있다. 분노는 그릇된 방향으로 변질되어 죄를 범할 수 있는 가능성이 있다. 왜냐하면 마음에 분노를 품으면 공격적인 말을 하게 되고 분노를 표출하는 거친 행동으로 죄를 범할 수 있는 가능성이 높기 때문이다. 더 나아가 “해가지도록 분을 품지 말라” 한 것은 분노를 처리하기 위한 시간제한을 둔 것이다. 즉, 분노에 대한 시간제한을 통해 늦은 밤까지 분을 품고 있지 않도록 함으로서 죄에 빠지는 잘못을 막을 수 있음을 가르쳐 주고 있다.⁶⁰⁾

“마귀로 틈을 타지 못하게 하라”는 말씀은 분노에 대한 금지 명령의 동기가 되는 말씀이다. 분노를 마음에 오래 품고 있으면 마귀에게 틈을 주게 되어 사단이 지배하는 마음이 될 수 있다. 그래서 성경은 분을 품는 행위를 멈추든지 그렇지 않으면 분을 마음에 오래 간직하는 습관을 갖지 말라고 권면한다. 그러므로 그리스도인은 마음이 분노로 가득 채워지기 전에 반드시 적당한 때에 풀어야 하는 것이다.⁶¹⁾

이 말씀을 통하여 상담할 수 있다. 먼저 그리스도인은 서로 지체가 되었음을 강조할 필요가 있다. 지체는 서로가 필요한 존재이며 상호 보완적이다. 지체 관계에 있는 사람들은 거짓을 말하지 않고 참된 것을 말해야 한

60) 전형준, “서신서에 나타난 분노에 관한 말씀들”, 86-87.

61) 전형준, “서신서에 나타난 분노에 관한 말씀들”, 87.

다. 이때 인간에게 있어서 말이 중요한 이유는 그것이 마음을 반영해 주기 때문이다. 인간은 마음에 쌓은 것을 입으로 말하게 된다. 예수께서 누가복음 6:45에서 다음과 같이 말씀 하셨다. “선한 사람은 마음에 쌓은 선에서 선을 내고 악한 자는 그 쌓은 악에서 악을 내나니 이는 마음에 가득한 것을 입으로 말함이니라” 이 말씀을 통해서 선한 사람은 마음에 선을 쌓아 선한 말을 하게 된다는 것을 알 수 있다. 반면, 악한 사람은 마음에 악을 쌓아 악한 말을 낸다는 것도 알 수 있다. 즉 한 사람의 언어는 그 사람의 마음을 반영하는 것이며, 그것이 곧 그의 인격임을 알 수 있는 것이다. 특히, 분노의 마음을 해가지도록 품고 있으면 분노의 말을 하게 되고 그는 분노를 품은 인격의 사람이 되고 만다. 이러한 인간의 모습은 성령에 붙들린 사람의 모습은 아니다. 오히려 마귀에게 틈을 주어 마귀의 지배를 받는 안타까운 결과를 초래할 수 있다. 그러므로 상담자는 내담자에게 현재 품고 있는 분노의 마음을 풀어 버릴 것을 권면하여야 한다. 왜냐하면 그것이 마귀의 지배에서 벗어나는 첩경이기 때문이다. 이처럼 성경적 상담은 인간의 마음의 변화를 통하여 삶의 변화를 가져오는 상담이다.

(3) 분노로부터 마음을 지키도록 상담하라

야고보 사도는 야고보서 1:19-20을 통하여 그리스도인들이 속히 해야 할 것과 더디 해야 할 것을 있음을 가르친다.

내 사랑하는 형제들아 너희가 알지니 사람마다 듣기는 속히 하고 말하기는 더디 하며 성내기도 더디 하라 사람이 성내는 것이 하나님의 의를 이루지 못함이라

이 말씀에서 그리스도인들이 속히 할 것은 듣는 일임을 알 수 있다. 그리고 그리스도인들이 더디 해야 할 일이 있는데 그것은 말하는 것과 성내는 것이다. “말하기는 더디 하며”라는 것은 말을 천천히 하라는 뜻이 아니라, 성급하게 자기의 의견만을 주장하거나 자기의 고집만을 내세우지 말라는

것이다. 그리스도인들은 말하기 전에 겸손히 자기를 살피며 진리를 받아들이는 태도가 필요하다. 특히 성내는 것을 더디 해야 할 이유는 하나님의 의를 이루지 못하기 때문이라고 역설한다. “성내기도 더디 하라”는 것은 분노로부터 자기 자신의 마음을 보존하는 것을 의미한다. 분노의 감정이 마음속에 자리 잡고 있을 때 하나님의 의를 이루지 못한다. 성내는 것은 그리스도인의 마음을 해칠 뿐만 아니라 하나님이 원하는 삶에 부합하지 않는다. “하나님의 의”는 하나님께서 원하시고 인정하시는 그리스도인의 올바른 행위이다.⁶²⁾

이 말씀에서 남의 말을 잘 듣는 경청하는 사람이 되는 것이 중요하다는 점을 강조하고 있다. 이것이 곧 상담이다. 상처입고 화가 난 사람의 말을 잘 들어 주는 것 자체가 곧 좋은 상담이 되는 것이다. 또한, 상담자는 내담자에게 성급한 자기주장만을 할 것이 아니며, 분노로부터 자기 자신의 마음을 보존하는 것이 하나님께서 원하시는 하나님의 의를 이루는 길임을 강조해야 한다. 그리스도인은 하나님 앞에서 마음을 지키고 다스리는 사람이다. 그것이 곧 하나님의 의를 이루는 길이 되기 때문이다. 그러므로 상담자는 내담자가 분노로부터 마음을 지키도록 권면해야 한다. 이처럼 성경적 상담은 인간의 마음에 초점을 맞추는 상담이다.

(4) 벗어나 할 것이 있음을 말하라

바울 사도는 골로새서 3장8절에서 그리스도인들이 벗어 버려야 할 것이 있음을 강조하고 있다. 그 첫째가 분함이요, 둘째가 노여움이다. 그 외에 악의와 비방과 너희 입의 부끄러운 말이다. 이 말씀에 나타난 분함의 원어의 의미는 혐오감이 다소 가라앉은 상태를 의미하고, 노여움의 원어의 의미는 감정이 몹시 격하게 분출된 격노의 의미를 담고 있다. 이 양자 모두 분노를 나타내는 것인데, 이러한 것들은 예수 그리스도의 공동체에 더 이상 나타나서는 안 되는 육체의 일이다(고후 12:20; 갈 5:19,20; 엡 4:31).⁶³⁾

62) 전형준, “서신서에 나타난 분노에 관한 말씀들”, 88.

63) 전형준, “서신서에 나타난 분노에 관한 말씀들”, 89.

성경적 상담방법은 네 단계로 진행된다. 첫째는 사랑하라, 둘째는 알라, 셋째는 말하라, 넷째는 행하라이다.⁶⁴⁾ 사랑하라는 상담자와 내담자와의 수평적 신뢰관계를 조성하고 더 나아가 내담자를 그리스도에게로 인도하는 수직적 소망을 주는 것이다. 알라는 내담자에 대한 정보를 수집하는 단계이며 이때 경청이 매우 중요하다. 그리고 세 번째 단계인 말하라의 단계가 있다. 이것은 사랑 안에서 진리를 말하는 단계인데, 곧 성경적인 직면을 의미하는 것이다. 네 번째 단계는 행하라인데 이것은 상담자가 모델이 되는 것이다.

(5) 분노를 극복하는 길은 용서임을 알게 하라

상담자는 성경을 통해 분노를 극복하는 길을 제시해 주어야 한다. 로마서 12:17-19은 다음과 같이 기록하고 있다.

아무에게도 악을 악으로 갚지 말고 모든 사람 앞에서 선한 일을 도모하라 할 수 있거든 너희로 서는 모든 사람과 더불어 화목하라 내 사랑하는 자들이 너희가 친히 원수를 갚지 말고 하나님의 진노하심에 맡기라 기록되었으되 원수 갚는 것이 내게 있으니 내가 갚으리라고 주께서 말씀 하시니라

이 말씀에 기록한 것처럼 그리스도인은 악을 악으로 갚지 않고 선한 일을 도모하는 사람이다. 모든 사람들과 화목 하는 일이 필요하다. 원수를 갚는 일은 그리스도인 자신이 할 일이 아니라 하나님께 맡겨야 할 일이다. 주께서 친히 갚으실 것이기 때문이다. 이 말씀은 우리가 억울한 일을 당하여 분해하고 있을 때 마음의 평화를 가져오게 하는 말씀이다. 에베소서 4장 31-32절은 그리스도인들이 분노를 버리고 해야 할 일이 있음을 알려준다. “너희는 모든 악독과 노함과 분냄과... 버리고 서로 친절하게 하며 불쌍히

64) Paul D. Tripp, *Instruments in the Redeemer's Hands* (Phillipsburg, NJ.: Presbyterian & Reformed Co., 2002), 110-261.

여기며 서로 용서하기를 하나님이 그리스도 안에서 너희를 용서하심과 같이 하라” 이 말씀에서 보여 주듯이 그리스도인은 분노를 버리고 친절과 불쌍히 여김, 즉 긍휼과 용서를 베풀어야 할 것을 권면하고 있다. 왜냐하면 하나님께서 그리스도 안에서 죄인을 용서하셨기 때문이다. 용서는 분노를 멈추게 한다. 골로새서 3장12-14절에도 그리스도인이 가져야할 성품을 가르쳐 준다. 그것은 “긍휼과 자비와 겸손과 온유와 오래 참음을 옷 입고 누가 누구에게 불만이 있거든 서로 용납하여 피차 용서하되 주께서 너희를 용서하신 것 같이 너희도 그리하고 이 모든 것 위에 사랑을 더하라 이는 온전하게 매는 띠니라” 이 말씀에도 그리스도인은 긍휼과 자비, 겸손과 온유 그리고 인내를 가져야 할 것을 강조한 후, 서로 용납하며 용서할 것을 역설하고 있다. 그리고 이 모든 것 위에 사랑을 더할 것을 가르친다. 사랑은 허다한 죄를 덮는 것이다. 언제나 하나님의 뜻은 항상 기뻐할 것, 쉬지 말고 기도할 것, 범사에 감사할 것을 우리에게 권면하고 있다(살전 5:16-18).⁶⁵⁾ 상담자는 내담자가 이 말씀에 응답하여 분노로 인하여 원수 갚지 말고 용서를 통하여 분노를 멈추고 그리스도의 성품을 실천하는 자가 되어 분노를 극복할 수 있도록 도와야 한다. 이때 성령께서 개입하셔서 내담자의 마음을 새롭게 변화시켜 주실 것이다.

성령의 도우심으로 분노를 버린 후에는 소극적 변화로 버릴 것을 버리게 된다. 예를 들면, 남에게 물질적, 정신적 해를 주던 사람이 그러한 악한 일을 멈추게 될 것이며(엡 4:28), 더러운 말을 입 밖에 내지 않게 될 것이고(엡 4:29), 모든 악독과 노함과 분냄과 떠드는 것과 비방하는 것을 모든 악의와 함께 버리게 될 것이다(엡 4:31).⁶⁶⁾ 더 나아가 심령이 새로워진 사람은 적극적으로 행할 일을 시작하게 될 것이다. 먼저 가난한 자를 구제할 수 있도록 자기 손으로 수고하여 선한 일을 하게 될 것이며(엡 4:28), 언어가 바뀌어 오직 덕을 세우는데 소용 되는대로 선한 말을 하여 듣는 자들에게

65) 전형준, “서신서에 나타난 분노에 관한 말씀들”, 89-90.

66) 전형준, “분노를 극복하는 길”, 「그말씀」(2011, 7): 161.

은혜를 끼치게 될 것이고(엡 4:29), 친절을 베풀고(엡 4:32), 불쌍히 여기며(엡 4:32), 용서를 실천하게 될 것이다(엡 4:32).⁶⁷⁾

인간이 느끼는 분노의 원인은 마음속에 있는 정욕에서 나오는 것이다(약 4:1). 인간은 마음의 문제가 해결되지 않으면 언어와 행동이 변하지 않는다. 그러나 성경은 분노는 극복될 수 있는 것임을 분명하게 가르치고 있다. 하나님께서 인간의 분노하는 마음의 문제를 해결해 주시고 심령을 새롭게 하시면 옛사람을 벗어버리고 새사람이 되어 분노를 버리고 용서를 사랑의 마음으로 실천하는 사람이 될 것이다.

3) 노인의 분노에 대한 성경적 상담의 적용

필자는 분노 문제에 대한 성경적 상담 방안으로 다섯 가지 단계를 제안하였다. 첫째, 쓴 뿌리를 제거하라. 둘째, 분노에는 시간제한이 있음을 보게 하라. 셋째, 분노로부터 마음을 지키도록 상담하라. 넷째, 벗어나야 할 것이 있음을 말하라. 다섯째, 분노를 극복하는 길은 용서임을 알게 하라이다. 이와 같은 성경적 상담 방안을 노년기에 있는 고령자에게 적용하는 것이 필요하다.

먼저, 노년기의 특성 가운데 우울증의 증가, 내향성 및 수동성의 증가, 성 역할 지각의 변화, 경직성의 증가, 조심성의 증가 등이 있었다. 이러한 특성이 나타나게 된 동기에는 스트레스와 사회적 활동의 감소, 문제해결 능력의 감소, 시각이나 청각의 감퇴 등이 원인이 되었다. 또한, 노인의 분노의 원인도 건강의 문제와 경제적 문제, 그리고 사회부적응의 문제가 있었다. 이러한 노인의 특성과 문제들에 대하여 상담자는 노인의 마음의 쓴 뿌리가 무엇인지를 발견하여 그것을 제거하는 일이 필요하다. 그리고 자신의 나이 많아 늙은 상태를 이해하고 받아들임으로서 분노를 해소하도록 돕고, 무엇보다 분노를 느끼게 하는 마음을 새롭게 하여 변화된 마음을 지키

67) 전형준, “분노를 극복하는 길”, 161-162.

도록 상담해야 한다. 더 나아가서는 분노를 벗어 버려야 한다는 성경의 메시지를 사랑 안에서 말해줌으로써 마음의 변화를 꾀하고, 용서와 이해를 통하여 마음에 자유와 평화가 임하도록 상담해야 한다. 이러한 과정에서 성경적 상담법의 네 단계를 적용하여 상담한다. 사랑하라, 알라, 말하라, 행하라. 즉, 상담자가 내담자를 사랑하여 신뢰를 얻고 그리스도에게 소망을 두게 하며, 내담자를 알기 위하여 노인의 말을 주의하여 경청하며, 사랑 안에서 진리를 말해주며, 분노의 문제를 극복하는 일에 상담자가 모범을 보여 주어야 한다. 이러한 성경적 상담을 통하여 노인들은 분노를 극복하게 될 것이다. 성경적 상담자의 상담 과정 가운데 성령께서 노인들의 마음을 변화시킬 것이기 때문이다.

III. 닫는 글

본 논문은 고령사회를 눈앞에 두고 현대사회에서 소외집단으로 부각되고 있는 노인의 분노의 문제에 대한 기독교상담 방안을 모색함에 있어 심리학적 이론에 근거한 상담방안이 아닌, 개혁신학에 바탕을 둔 성경적 상담 방안을 제시하고자 하였다.

이를 위하여 먼저 노년기에 대한 이해에서 노인이 누구인가에 관한 것과 노년기의 특성을 살펴보았다. 노년기에는 우울증 경향이 증가하고 내향성과 수동성이 증가하며, 성역할 지각이 변화되고 경직성과 조심성이 증가하는 것을 보았다. 특히 노년기 분노의 원인으로 건강의 문제와 경제적 문제, 그리고 사회적 부적응의 문제로 인한 분노가 나타나게 되며, 분노의 개념적 이해를 고찰하였다.

노년기 분노에 대한 성경적 상담 방안을 제시하기 위하여 먼저 성경적 상담의 신학적 이해를 살핀 후, 성경에 나타난 분노와 성경적 상담 방안을 제시하였다. 첫째, 쓴 뿌리를 제거하라. 둘째, 분노의 시간제한이 있음을

보게 하라. 셋째 분노로부터 마음을 지키라. 넷째, 벗어나 할 것이 있음을 말하라. 다섯째, 분노를 극복하는 길은 용서임을 알게 하라. 이러한 변화는 하나님 말씀인 성경과 성령의 역사로 이루어지게 된다는 점을 강조하였다.

한국 노인들의 생애 가운데 분노가 긍휼과 용서와 사랑으로 변하는 역사가 계속해서 일어나서 한국사회가 건강해지고 하나님 나라가 확장되는 일이 계속해서 일어나길 소망한다.

【 참고문헌 】

- 배지연 외. “노인의 우울 및 자살 생각에 있어서 사회적 지지의 완충 효과”. 한국노년학회. 『한국노년학』 제25 3호(2005): 60-73.
- 윤 진. 『성인 노인심리학』. 서울: 중앙적성출판사, 1992.
- 이기양. “노인 목회와 상담: 임종 노인과 돌보는 가족의 문제점”. 웨스트민스터 대학원대학교. 『개혁신학』 제17집(2005): 259-282.
- 이상복. “총체적 복음사역에 근거한 노인 목회상담”. 총체적 복음사역연구소. 『총체적 복음사역의신학과 실천』 제3호(2004): 35-77.
- 이정우 · 이수용. “독일노인복지상담의 현황과 전망”. 한국복지상담학회. 『복지상담학연구』 제3권 1호(2008): 89-99.
- 임경수. “노년기의 심리와 상담”. 한국복지상담학회. 『복지상담학연구』 제3권 1호 (2008): 41-53.
- 정정숙. 『기독교 상담학』. 서울: 도서출판 베다니, 2008.
- 장대숙. 『노인학의 이론과 적용』. 서울: 한국장로교출판사, 1998.
- 전형준. “서신서에 나타난 분노에 관한 말씀들”. 『그말씀』 (2011, 7).
- 전형준. “분노를 극복하는 길”. 『그말씀』 (2011, 7).
- 정경희 외. 『2004년도전국 노인 생활 실태 및 복지욕구조사』. 서울: 한국보건사회연구원, 2005.
- 최광현. “노인상담과 기독교복지: 고령화속에서의 한국교회의 위기와 대응”. 한국기독교상담심리치료학회. 『한국기독교상담학회지』 제10호 (2005): 278-302.
- 최광현. “노년기 분노현상과 노인상담”. 한국기독교상담심리치료학회. 『한국기독교상담학회지』 제 11호(2006): 169-189.
- 통계청. 『장래 인구 추계』. 서울: 통계청, 2004.
- Adams, Jay E. *More Than Redemption: A Theology of Christian Counseling*. Phillipsburg, NJ.: Presbyterian and Reformed Publishing Company, 1979.
- Birren, James E. ed. *Handbook of Aging and the Individual*. Chicago: University of Chicago Press, 1959.
- Booth-Kewley, S. & H. S. Friedman. “Psychological Predictors of Heart

- Disease: A Quantitative Review.” *Psychological Bulletin* 101(1987): 343-362.
- Botwinick, J. “Drives, Expectancies, and Emotions.” In *Handbook of Aging and the Individual*, ed. James E. Birren. Chicago: University of Chicago Press, 1959.
- Cowgill, Donald O. “Aging and Modernization: A Revision of the Theory.” In *Later Life*. ed. J. A. Gubrim. Springfield, IL.: Charles C. Thomas, 1974.
- Enright, Robert D. & Richard P. Fitzgibbons. *Helping Clients Forgive*. 방기연 역. 『용서심리학: 내담자의 분노 해결하기』. 서울: 시그마프레스, 2011.
- Erickson, Erik H. *Identitaet und Lebenszyklus*. Suhrkamp: Frankfurt, 1979.
- Geist, Harold. *The Psychological Aspects of the Aging Process*. New York: Robert E. Krieger Publishing Company, 1981.
- Hayslip, Bert Jr. & Paul E. Paneck. *Adult development and Aging*. San Francisco, CA.: Harper Collins College Publishers, 1982.
- Hltsch, David F. & Fransin Dutisch. *Adulthood and Aging*. New York: McGraw-Hill Book Company, 1981.
- Jarvik, L. F. “Aging and Depression: Some Unanswered Question.” *Journal of Gerontology* 31(1982): 324-326.
- Kernberg, Otto F. *Internal World and External Reality*. 이재훈 역. 『내면세계와 외부현실』. 서울: 한국심리치료연구소, 2001.
- Kirwan, William T. *Biblical Concepts for Christian Counseling: A Case for Integrating Psychology and Theology*. Grand Rapids, MI.: Baker Book House, 1984.
- Lane, Timothy & Paul D. Tripp. *How People Change*. 김준수 외 역. 『사람은 어떻게 변화 되는가』. 서울: 생명의 말씀사, 2009.
- Lowenthal, M. F. “Psychological Variation across the Adult Life Course: Frontiers for Research and Policy.” *The Gerontologist* 15(1982): 6-12.
- Neugarten, Bernice L., Robert J. Havighurst, & Sheldon S. Tobin. “Personality and Patterns of Aging.” In *Middle Age and Aging*. ed. Bernice L. Neugarten. Chicago: University of Chicago Press, 1968):

173-177.

- Schaie, K. W. "Rigidity-Flexibility and Intelligence: A Cross-Sectional Study of the Adult Life Span from 20 to 70 Years." *Psychological Monographs: General and Applied* 72, no. 9(462): 1-26.
- Southard, Samuel. *Theology and Therapy: The Wisdom of God in a Context of Friendship*. Dallas, TX.: Word Publishing Co., 1989.
- Spielberger, Charles D. *State-Trait Anger Expression Inventory: Professional Manual*. Lutz, FL.: Psychological Assessment Resources Inc., 1988.
- Tripp, Paul D. *Instruments in the Redeemer's Hands*. Phillipsburg, NJ.: Presbyterian & Reformed Co., 2002.

【 Abstract 】

Biblical Counseling Methods for Anger in the Elderly

Hyung Joon Jun

Baekseok University

The aim of this study is to propose Biblical counseling methods based on Reformed theology, rather than counseling methods based on psychological theories, as Christian counseling methods for problems regarding anger in the elderly, who are emerging as neglected populations in modern society at a time of an imminent aged society.

Toward this end, the definition and the characteristics of the elderly were examined above all. An increase in tendencies for depression, introversion, and passivity, changes in perceptions of gender roles, and a rise in rigidity and cautiousness were observed in the elderly. The causes of anger in the elderly, in particular, included problems regarding health, financial conditions, and social maladjustment, and a conceptual understanding of anger was examined.

To propose Biblical counseling methods for anger in the elderly, a theological understanding of Biblical counseling was looked into first, and then Biblical counseling methods and anger presented in the Bible were suggested. First, get rid of bitterness. Second, let yourselves witness the time limits of anger. Third, protect your mind from anger. Fourth, tell yourselves that there are things that you must rid yourselves of. Fifth, let yourselves know that forgiveness is the way to overcome your anger. It was highlighted that such changes can be made within the history of the Bible, which is the word of God, and the Holy Spirit.

Key words: the elderly, anger, the Bible, theological understanding, Biblical counseling