

성인아이 부모의 부모역할 수행을 위한 이해와 치유

김영희*

국문초록

역기능 가정에서 자란 성인아이가 부모가 되었을 때, 성인아이인 부모는 원 가족에서의 해결되지 않은 과제와 얽힌 감정과 낮은 자존감과 자신에 대한 수치심, 해소되지 않은 분노 등으로, 부모로서의 자신의 역할을 감당하기 힘든 모습을 자주 보인다. 따라서 성인아이 부모는 자신의 삶을 돌아보고, 자신의 문제에 대한 통찰을 얻어 치유가 선행되어야 하고, 자신의 부모로서의 정체성을 회복하고 부모역할을 수행하는 일이 필요하다. 이를 위해 성인아이 부모의 과거의 상처가 자녀양육방식을 통해 자녀의 인성형성에 부정적인 영향을 미치고 가정의 역기능이 되물림되는 모습을 살펴본다. 또한, 성인아이 부모는 비난과 낙인, 경직된 삶의 태도와 상처 속에서 부모역할을 수용하려는 동기부여가 부족하다. 따라서, 자발적으로 창의력을 발휘하도록 예술과 놀이, 사이코드라마, 독서치료, storytelling 등을 활용하여 과거의 상처를 이해하고 치유하여 삶의 기쁨도 누리고, 상처가 치유될 수 있는 방법을 살펴 보았다. 특히, 복음을 통한 구원의 기쁨과 그리스도 안에서 자신의 지위에 대한 인식을 통해 위축된 자아상이 회복되고, 신앙의 성숙을 통해 세상과 문제와 다른 사람을 보는 관점이 넓고 깊어질 수 있음을 보았다. 또한, 이들이 상담과 부모교육을 통해 실생활에서 바른 부모역할을 수행하도록 신앙공동체와 지역사회가 서로 도와야 할 것을 제안하였다.

중심단어: 역기능가정, 성인아이, 자녀양육방식, 부모치유, 사회적지지

• 논문 투고일: 2015년 4월 16일

• 논문 수정일: 2015년 5월 8일

• 게재 확정일: 2015년 5월 14일

*아세아연합신학대학교

I. 여는 글

우리 나라는 급격한 산업화와 그에 따른 사회구조의 변화와 가치관의 변화를 겪으면서 압축성장의 부작용을 드러내는 가운데, 가정이 직접 혹은 간접적인 영향을 받아 가정의 기능 및 역할이 약화되고 있다. 가족원들은 다른 곳에 흩어져 살면서 바쁜 삶에 자주 왕래나 대화도 하지 못하고, 노년세대와 장년세대 그리고 청소년 세대간의 세대차, 즉 가치관의 격차가 심한 가운데, 세대간 갈등이 심해졌고 자녀들은 정체성 혼돈과 사회부적응 모습을 보이고 있다. 부모 또한, 부모역할에의 부적응 모습을 종종 보인다. 그런데, 이 부모들을 자세히 살펴보면, 자신의 부모에게서 부모의 역할의 바른 모범(role model)을 보지 못하였고, 자신도 준비되지 못한 채 부모 역할이 부과되면서 부모역할에 대해 잘 모르고, 부모역할을 할 마음의 여유가 없고, 실제적인 방법도 잘 몰라 혼돈과 좌절을 느끼고 있었다. 즉, 그들의 가정은 경직된 가족규칙으로 변화에 대한 적응력도 없고, 바쁜 삶 속에서 가족이 효과적으로 살아갈 역할분담도 되지 않고, 문제가 생길 때 대화로 풀어나갈 의사소통 방법도 모르고, 감정적인 밀착 속에서 남탕 하며 가족 갈등이 증폭되고 있었다. 그런 가운데 이들 부모들은 자녀들을 어떻게 양육할 줄 모르고 방치해 두었거나 과도하게 체벌로 통제하려고 하였고, 자녀들은 반감과 섭섭함, 정체성 혼돈으로 더욱 이탈행동에 노출되어 있었다. 대부분의 부모들은 자녀를 위해 헌신적인 삶을 살면서 아동이라는 의존적인 존재에게 희생적 사랑을 다한다. 그런데, 때로 부모가 자신의 문제나 상처에 사로잡혀있어서 부모 역할을 감당하지 못하는 가운데 아동의 문제가 가족의 위기로 증폭되는 경우가 종종 있다. 특히 2014년 4월에 22세 청년 아빠가 PC방에 가려는데 28개월 된 아들이 자지 않는다는 이유로 살해한 사건이 일어나 한국사회에 큰 충격을 주었다.¹⁾

1) 하지현, "게임 중독 비극의 이면", 하지현의 마음과 세상, 「중앙 Sunday」 (2014년 4월 20일); 2015년 3월 1일 접속, 해당사이트: <http://sunday.joins.com/article/view.asp?aid=3>.

한국 아동과 가족의 건강한 발달과 행복을 위해 역기능가정 부모에 대한 지원과 상담과 교육이 시급하다.

역기능가정에 대한 박사학위 이상의 선행연구에서는 역기능 가정의 자녀들, 특히 아동, 청소년, 대학생의 적응과 삶에 미치는 우울, 공격성, 자존감, 중독 등의 영향에 관한 연구들이 있고, 역기능 가정의 성인아이 자녀의 치유를 위한 독서와 드라마를 활용한 프로그램의 개발에 대한 연구 등이 있다. 이처럼 성인아이 자녀들 자체에 대한 연구와 이들에 대한 역기능 가정의 영향에 대한 연구가 주를 이루고 있고, 여기에 성인아이와 역기능 가정의 관계와 교사들의 돌봄에 대한 연구가 있다. 성인아이 부모에 대한 연구는 성인아이 중년 여성의 분노의 문제를 다루는 연구가 있다. 그런데 성인아이가 부모가 되었을 때의 부모 역할이나 그 가정의 회복을 위한 총체적이고도 구체적인 연구는 별로 없는 실정이다.

역기능 가정에서 자란 성인아이가 부모가 되었을 때, 성인아이인 부모는 이미 얽혀버린 삶의 문제로 부모로서의 자신의 역할을 수용할 마음의 여유가 없다. 따라서 성인아이 부모는 자신의 삶을 돌아보고, 자신의 문제에 대한 통찰을 얻어 치유가 선행되어야 한다. 이 논문에서는 성인아이 부모에 초점을 맞추어 이들이 어떻게 자녀에게 상처를 주는지 살펴본다. 또한, 성인아이 부모의 상처가 어떻게 치유될 수 있는지 살펴서, 오늘날 부모로서의 자신의 정체성을 확립하고 부모의 역할을 바로 수행하게 돕는다. 이 연구에서는 성인아이 부모를 역기능가정에서 자란 사람으로 범위를 제한하여, 문헌연구를 기초로 한 이론적 방법론으로 접근하며, 다양한 매체를 통해, 자신을 이해하고, 삶의 기쁨도 누리고 치유와 바른 양육으로 나아가게 할 방법을 소개한다.

II. 펴는 글

1. 가정과 부모에 대한 이해

1) 가정의 의미와 역할:

가정은 “인간생활의 기본적 단위로 인간이 안주할 수 있는 공간적 장소만이 아니라, 그 안에서 의식주를 공동으로 영위하는 온정이나 사랑을 기반으로 하여 정서적 유대와 소속감을 느끼는 연대의식을 가진 공동체”²⁾로 결혼, 출산, 입양에 의해 성립된다. 가정은 아동의 출산과 양육을 담당하는 곳이며 경제활동의 중심이 되는 인간의 삶의 터전이다. 또한, 자녀들의 성장발달이 이루어지며, 인성의 핵심부분을 형성하는 인간관계의 기초가 되며, 사회화의 과정을 통해 문화와 가치를 전달하는 곳이고, 신앙의 건강한 토대를 제공하며, 사회와 국가의 기초가 된다.

건강한 가정이란 안정된 가정 구조를 갖추고 가족원들의 기본적 필요가 충족되며, “부부관계가 건강하고 전반적으로 행복감이 있고 긍정적인 방식으로 작동한다...그런 부부는 함께 잘 지내고 일하여 결혼생활이 열정적이고 열린 관계 속에 있다. 그들은 서로 관계를 잘 맺고 여러 다양한 감정들을 표현하고, 명확히 의사소통하며 서로 동등하고 상호지원적이다”³⁾. 또한 “건강한 정체성이 있고, 각각의 가족원들은 이러한 통전성에 헌신되어 있다”⁴⁾. 가정은 자녀들에게 의식주의 기본적인 욕구를 충족시켜주며 “안정감과 친밀감을 느껴 소속감을 발전 시킬수 있고, 이런 대접을 받을 수 있는 자신에 대한 가치를 느끼게 하며 자신이 어떤 존재

2) 성영혜·김광웅·이재연·서영숙·이소희, 『현대사회와 부모』 (서울: 숙명여자대학교 출판부, 1996), 2.

3) S. T. Gladding, *Family Therapy*, 김영희·장보철 역, 『가족치료』 (서울: CLC, 2015), 83.

4) B. Ritchfield & N. Ritchfield, *Christian Counselling & Family Therapy*, 정동섭·정성준 역, 『기독교 상담과 가족치료』 제3권(서울: 예수전도단, 2002), 111.

이며, 어떻게 살아갈 것인지를 찾는 자아정체성을 확립하게 한다”⁵⁾. 건강하게 되려면 자녀는 부모에게서 “무조건적인 사랑, 더 바람직한 대화, 더 많은 상호작용 시간, 존중, 삶의 목적을 찾도록 조력, 자녀의 친구들에 대해 더 많이 수용, 더 많은 정서적 친근성, 더 많은 인내, 더 적은 재정적 스트레스, 신체적 안전”⁶⁾을 필요로 한다.

2) 사회구조의 변화로 인한 가정의 변화: 역기능 가정의 양산 과정

그런데 한국사회가 다변화, 다문화, 초현대주의의 영향 속에서 산업화, 도시화되면서, 개인주의나 물질주의 같은 사회적, 경제적, 정치적, 문화적, 영적 가치관과 전통에 대한 변화가 생겼다. 결과적으로 이것은 가족관계에도 영향을 미쳐, 가족구조의 변화를 초래하여, 부부 두 사람이 기초가 된 핵가족에서 벗어나 이혼가족, 혼합(재혼)가족, 다문화가족, 한부모가정, 무자녀가정, 미혼독신가정, 노인단독(독거노인)가정, 동성애가족, 동거가족 등 다양한 형태의 가족이 나타났다.

또한 전통적 가정의 교육적 역할이 어린이집, 학교, 종교기관, 지역사회, 국가의 전문기관에 이양되면서 가정의 기능과 역할과 윤리 또한 약화되었다. 인간관계도 개인주의로 흐르면서 대인관계가 빈약해졌고, 과학기술의 발달에 따라 영적인 가치 또한 감소하면서 가족 내의 애정결핍과 대화단절로 인한 갈등이 점점 커지게 되었다. 이에 따라 가출한 청소년과 이혼과 별거가 많아지면서 정서적, 경제적 필요에 따라 동거형태의 “그룹홈(group family)”이라는 새로운 형태의 가족도 나타나게 되었다. 정의상 혈연관계로 결합된 가정의 정의가 흔들리며 경제적, 사회적, 심리적 필요에 의해 가족의 정의도 희미해지고 있다.

한편, 현대 한국사회 안에는 유교 전통적 사고방식에 익숙한 노년세

5) 노용찬, “편부모 가정의 문제와 자녀교육”, 한국가정사역연구소, 「가정과 상담」 제10권 (1998): 16.

6) Ritchfield & Ritchfield, *Christian Counselling & Family Therapy*, 54.

대와 산업화의 과정을 겪느라 힘든 삶을 보낸 중년세대와 후기산업사회 즉, 초현대주의 사회의 실상을 그대로 반영하는 청소년세대들이 섞여 살고 있다. 세 가지 다른 가치관을 가지고 사는 세 가지 다른 세대들이 서로의 다른 점을 알려고 하기보다는 서로 이해 받지 못한다는 소외감 속에 살면서, 세대간 가치관의 차이를 포함한 세대차는 더욱 커져 결국 대화단절과 갈등을 야기하기에 이르렀다. 전통적인 가족기능을 경제적 생산기능, 교육기능, 종교기능, 오락기능, 의료기능으로 볼 때, 현대사회에서 “가족의 기능은 대부분 상실되었으며, 가족구성원에게 애정과 이해를 제공하는 기능만이 가족의 기능으로 남아있다”⁷⁾. 또한 삶은 풍족해졌지만, 역기능 가정이 양산되면서, 집안에 어른이 없어지고 부모가 역할을 제대로 하지 못하면서, 부모의 권위가 떨어지며, 부모에 의한 가정교육의 부재로 인해 가족의 부적응은 더 많아지고 있다. 특히 가족 간의 의사소통이 원활치 못함은, 사회에서 받은 스트레스를 가중시키고 가족 속에서 조차 이해나 용납되지 못한 답답함과 섭섭함과 억울함과 분노마저 느끼게 한다. Gergen이 “제도로서의 가족은 아마도 관계의 붕괴 (fractionalization)로 가장 고통받을 것이다”⁸⁾라고 말한 우려가 현실이 되는 듯 보인다.

3) 역기능 가정의 성인아이에 대한 이해

(1) 역기능가정

역기능가정이란 가정의 구조, 역할, 기능면에서 제 역할을 하지 못하는 가정으로 부모가 부모역할을 제대로 하지 못하여 자녀 중 일부가 부모역할을 해야하는 소년 소녀 가장 가정, 결손 가정, 중독적이거나 강박

7) Bert Adams, *The Family-A Sociological Interpretation*, 4th ed.(San Diego, CA.: H A Jovanovich, 1986), 99.

8) K. J. Gergen, *The Saturated Self: Dilemmas of Identity in Contemporary life* (New York: Basic Books, 1991), 179.

적 성향을 가진 가족원이 있는 가족, 즉 알콜 및 각종 중독현상을 보이거나, 심각한 장애나 질환, 심각한 문제가 있는 가정, 폭력이나 완벽주의 같은 강박성을 보이는 가족을 한정하여 말한다. 정동섭은 일중독을 포함한 각종 중독증상을 가진 가정과, 외도 문제가 있는 가정, 이혼에 의한 부모가정, 재혼한 가정, 만성질환 등 중병을 앓는 가족원을 가진 가정, 의부증 혹은 의처증을 가진 사람의 가정, 폭력이 있는 가정까지 포함한다⁹⁾. 이런 가정은 이전 세대들로부터 비롯된 심리정서적 문제들이 현재 가정에 계속해서 영향을 미쳐, 결혼관계가 불안하여 가족원간의 관계와 의사소통이 빈약하고, 가족원들이 수치감에 묶여있고 감정적 표현이 제한된다. 개인은 분화되지 않아 개별성이 부인되고 개인의 경계선이 침범당하고, 가족원 간의 병리적인 의존성을 보이기도 한다. 또한, 가족규칙은 엄격하고, 자녀에 대한 기대가 지나치게 높아서 상대적으로 성취도가 낮은 완벽주의적 강박 성향을 가진 가정이 포함된다.

(2) 성인아이

성인아이란 “역기능 가정에서 자라난 모든 사람들”을 일컫는 말로서, 부모에게 사랑받지 못한 사랑의 욕구불만을 성인이 되어 충족시키고자 하는 사람이다. 즉, 성인아이란 성인이 되어서는, 자신을 성인으로 받아들여가기가 힘든, 해소되지 않은 어린 시절의 문제를 가지고 있는 성인이다. 그런데 아이였을 때에는, 이와 반대로 성인들이 해결해야 할 어려운 문제를 어린 나이에 직면해야 했던 아이로서, 변명, 핑계, 다른 사람에 대한 비난 등으로 그 순간을 모면하려했거나, 위협적인 상황에서 성인의 역할을 떠맡아 아이답지 않게 자신의 욕구와 필요는 무시한 채, 어른처럼 행동하며 남을 돌보는 역할을 감당하느라 두렵지만 말 못하고, 힘들지만 감내하고 생존에 급급했다. 이들은 그 상황에서 버텼지만, 그 가운데 느꼈던 무력감과 죄책감과 수치심으로 인해 자신을 쓸모없는 사람

9) 정동섭, 『어떻게 사람은 변화할 수 있는가』 (서울: 요단출판사, 2002), 105-108.

으로 보게 되었다. 따라서, 성장 과정에서 겪은 경험은 성인이 되어 사는 삶에, 가정과 직장 동료와 친구관계와 지역사회 및 공동체 생활에 많은 부정적인 영향을 미친다. 특별히 적절한 돌봄을 받지 못했거나 방치되어 학대를 당하는 등, 양육적이지 못한 환경에서 부정적인 경험을 하면서도, 생존을 위해 어쩔수 없이 분노를 억제했던 문제가 있다. 따라서, 성인이 되어서도 그 비슷한 상황이 되면, 자신의 생각이나 감정을 제대로 표현 혹은 해소하지 못해 인간관계에서 불만이 쌓여 폭발함으로써 미성숙함을 드러내기도 한다. 특히 대인관계에서 남에게 상처를 주는 행동과 말을 서슴치 않으면서도 자신도 쉽게 상처를 받아, 자신과 타인에게 신체적 심리적 고통을 주거나 친밀한 관계를 파괴하기도 한다. 그 결과 대인관계에서 위축되거나, 수치심이나 열등감을 형성하여 자기패배적 사고를 하며, 상황에 따른 선택과 선택에 따른 책임있는 역할을 할 수 없어, 자신을 어른으로 받아들이기 어렵게 된다. 또한, 죄책감을 불러일으켜 영적인 면에서도 미약한 모습을 보이고 남의 인정을 받는 일에 과도하게 집착하거나, 반대로 아주 무책임한 모습을 보이면서 현실에 우울증, 불면증, 신경증 등으로 적응이 힘든 경우가 있다.

이처럼 여러 면에서 성장기에 받은 고통과 상처는 현실 적응과 건강한 어른이 되는데 부정적인 영향을 미치는 것을 볼 수 있다. 따라서 성인이라는 몸은 성인이 되었지만, “아직도 해결되지 않은 어린 시절의 문제들을 가지고 있는 사람”으로서 여전히 “어린 시절의 고통 속에 갇혀 있고 그것의 지배를 받는다”¹⁰⁾ 사람을 일컫는다. 그러므로 성인이 되었지만 성인으로서의 역할과 책임을 감당할 여유가 없는 성인이고, 어렸을 때 아이다움을 누리지 못했고, 문제 속에서 나이가 들면서 준비없이 성인기에 떠밀려 돌입함으로써, 부모역할에 따른 책임을 감당할 수 없는 성인이 되었다.

10) T. Sledge, *Making Peace with Your Past*, 정동섭 역, 『가족치유 마음치유』 (서울: 요단, 1996), 144.

4) 성인아이 부모의 자녀 양육방식을 통한 역기능의 대물림

역기능 가정엔 역기능의 원인이 되는 사람이 있고, 역기능이 드러나지 않도록, 주로 배우자들이 역기능의 부작용을 매꾸느라 혼자 짊짊때면서 무력감을 느낀다. 자녀들 가운데는 편애나 차별 같은 열악한 환경이 주는 모든 압박감 속에서 돌봄을 받지 못한 분노와 반항으로 삶의 문제를 일으키는 사람도 있는 반면, 집안의 많은 문제 속에 부모의 정서에 의존된 삶을 살다보니, 자신의 욕구를 드러내지 못하고 무시한 채 숨죽이며 자라면서 소외감이나 분노를 홀로 삭이며 견디는 사람도 있다. 이들은 사람을 신뢰하기 힘들고, 소속감도 느끼지 못하고 늘 반항하거나 항변하면서 분노에 가득 차 관계를 끊으려 하기도 한다. 한편, 어색한 웃음이라도 자아내어 가정의 무거운 분위기를 완화시켜 가정의 안정과 안전을 추구하는 가족원도 있다. 또한, 아이면서도 집안일을 다 떠맡거나 동생들의 안전을 책임지거나 경제력을 책임지는 등 부모의 역할을 감당하면서 어른처럼 행동하며 두렵지만 말 못하고, 힘들지만 감내하고 버티는 사람도 있다. 이들은 그런 가족에 대한 수치심으로 외적인 성취를 이루어 가족을 문제로부터 건져내려고 온갖 책임과 수고를 홀로 지고 힘들게 살면서 일과 공부에 심취해 멋진 성취를 이루어 내기도 한다. 그러나 이들의 내면은 너무도 힘들고 쓸쓸하여 자학적으로 일에 몰두하여 일중독자¹¹⁾가 되기도 한다.

그런데, 아동과 청소년 시절의 삶을 통한 고통과 상처는 “잠복기를 거쳐 청소년 후기 내지 성인초기가 되면 서서히 밖으로 고개를 내밀기 시작하여 일생동안 갈 수 있으며, 그것이 심할 경우 우울증, 강박장애, 알코올중독, 충동억제장애, 편집성장애, 자기애성 장애 등 다양한 장애현상으로까지 이어질 수도 있다.”¹²⁾

건강한 어른이란 자신의 정체감을 갖고 자신에게 부모나 상관 등의 역

11) 강수돌, 『일중독 벗어나기』 (서울: 메이데이, 2007), 34.

12) 김정근, “책임기와 정신치료”, 『체험적 독서치료』 (서울: 학지사, 2007), 20-21.

할을 부과하여 책임을 감당할 수 있어야 한다. 부모역할은 “무조건적 희생으로 수행되고, 24시간 실제상황이고, 부모역할은 자녀의 발달단계에 따라 변화를 요구하고 중도에 포기할 수 없다”¹³⁾. 그런데, 성인아이 부모는 어린 시절에 불안정한 환경, 특히 빈곤한 환경에서 벗어나야겠다는 처절한 압박감으로 감내해야했던 고통 때문에, 세상과 인간에 대한 가치관과 인생관이 왜곡된 채로 형성되었고, 과거의 고통이 현재에도 지속된다. 한편, 역기능 속에서 자라난 성인아이들은 수치심과 낮은 자존감과 죄책감 등으로 인해, 쉽게 상처를 입고, 분노의 문제가 많아서, 이들이 부모로서 힘을 가진 위치에 있게 되면, 자신이 받은 그대로의 압박과 분노를 무의식적으로 자녀들에게 쏟아붓는 경우가 많다. 따라서 헌신하고 희생하고 세워주고 훈육하는 부모역할을 하기 어렵다. 이와 같은 방식으로 역기능가정은 중독이나 가학증, 난폭한 성격이나 병든 마음 등의 문제를 지닌 사람들에게서 시작되고 역기능 가정에서 자란 사람은 다시 역기능 가정을 이루기 쉽고¹⁴⁾ 역기능가정은 세대를 거쳐 전수¹⁵⁾되는 경우가 많다. 성인아이가 부모가 되었다는 것은 이제는 자신이 주도하고 주관하는 시스템을 만들었다는 것이다. 책임을 감당할 여유는 없지만, 자신에게 힘이 생겼음을 인식하고 남에게 압박을 받는 것은 싫어하면서, 자녀와 가족들에게 자신의 방식대로 할 것을 강요하거나, 낙오될 것을 두려워하여 완벽해야 한다고 강조하며 모든 것을 통제하려는 부모가 되기 쉽다. D. Baumrind는 부모의 양육방식¹⁶⁾을 통제와 허용의 강도에 따라 독재형(authoritarian), 권위형(authoritative), 허용형(permissive)으로 나누었다. 그런데 세월이 흐름에 따라, 본 연구자는 역기능가정들을 상담하면서 통제에만 집착하는 독재형부모, 그 중에는 분노를 폭발하거나, 통제실패시

13) 성영혜·김광웅·이재연·서영숙·이소희, 『현대사회와 부모』, 44.

14) C. M. Sell, *Family Ministry* (Grand Rapids: Zondervan, 1995), 46.

15) J. Bradshaw, *Family*, 오재은 역, 『가족』 (서울: 학지사, 2006), 8.

16) D. Baumrind, “Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior,” *Child Development* 37, no. 4(1966): 889.

좌절하거나, 통제하지만 폭발하지 않고 완벽하여 치밀하게 통제하는 부모를 보았다. 허용형 중에는 위험하거나 힘든 일은 막아주는 과보호형, 좋은 것은 다 공급하는 무절제형, 자신의 삶의 위기로 자녀를 돌볼 여유 없이 버려두는 방치형, 중독된 자녀에게 심리적으로 과도하게 의존하는 동반의존형 부모도 보면서 양육방식을 좀더 세분화하였다.

(1) 과잉통제형(독재형) 부모

과잉통제형(독재형) 부모는 자녀에게 막강한 힘을 휘두르며 통제를 하지만 애정이나 지원은 잘 하지 않는다. 통제하고 지시하지만 규칙과 규범을 자세히 설명하지 않고 부모의 말이나 행위가 곧 법이며, 자녀를 위한 최선의 것임을 주장한다. 이들은 늘 꾸짖고 위협하며, 복종을 요구한다. 그런데, 부모의 규율이나 규율준수 방식에 기준이나 일관성이 없다. 따라서 자녀는 부모를 두려워해서 순종하지만 부모자녀 사이에 사랑이나 친밀감이 없고 오히려 적대감이 있거나 분노와 반항심이 쌓이면서, 도덕규범을 배척하거나 반사회적 성향을 지니며 일탈행동과 가출을 반복하게 만든다. “가족의 일원이 감정과 충동을 부인하고 억압할 때 그들은 인격의 순수성, 즉 참된 친밀감과 믿을 만한 진정성이 없는 것을 경험”¹⁷⁾하기 때문이다. 한편, 부모는 점검하고 확인하지만, 통제되지 않는 듯한 상황에서는 불안해지고 통제가 좌절되면 무섭게 분노를 폭발하거나, 무력감으로 심각한 우울에 빠지기도 한다. 따라서 독재형부모는 자녀의 자율성을 빼앗고 상처를 많이 주어 인성형성과 정체성 확립에 방해가 될 수 있다.

(2) 완벽주의형 부모

성인아이 부모 중에는 아동이었을 때, 미래가 불확실한 속에서 생존하였고, 놀라운 성취를 이루어야만 그 상황에서 벗어남이 가능하였기에 탁월한 성취에 관심을 쏟았던 사람들이 있다. 이들은 스스로 엄격한 규

17) Mark. A. Yarhouse & James N. Sells, *Family Therapies: A Comprehensive Christian Appraisal*, 전요섭 외 역, 『기독교 가족치료』 (서울: CLC, 2010), 261.

칙을 만들어 놓고 그것으로 자신과 사건, 그리고 다른 사람을 통제하려고 한다. 이런 부모는 “완벽해야만 사랑받을 수 있고”, “자신에게 중요한 사람은 자신을 실망시켜서는 안된다”고 생각하며, 목표지향적, 성취지향적이어서 실패에 대한 두려움과 실수를 한 것에 대한 정신적 고통이 있거나¹⁸⁾, 비록 사회적으로 성공했을지라도 심각한 우울과 죄책감 및 자기혐오에 시달리기도 한다. 이들은 그 과정에서 주변사람들에게 상처를 많이 주어, 인간관계가 좋지 않다. 그런데 이런 유형의 부모가 교회안의 삶이 반듯하고 신앙이 좋다는 성도들 속에서 종종 보인다. 완벽주의형 부모는 분노폭발은 잘 하지 않지만, 기대수준은 너무 높고, 자녀의 과제수행이 완벽하지 못하면 사랑을 철회하거나 관계를 거부하는 수동공격적 방식을 사용하여, 자녀는 늘 자신의 존재가 거부되는 것과 좌절을 경험한다¹⁹⁾. 이들의 자녀들은 처음엔 판단받을 결과가 두려워 과제를 끝내지 못하고 미루고 핑계를 대다가, 나중에는 일을 시작하지도 못하면서 마음에 심각한 좌절을 느껴 자신의 은사와 재능에도 불구하고 자신을 비하하고 수치심을 느낌을 보였다.

(3) 분노폭발형 부모

분노폭발형 부모는 매사에 자신이 원하는 대로 되지 않을 때는 과거 실패로 생존의 기로에 내몰렸던 시기의 공포감에 눌려 분노를 폭발하여 호된 꾸지람과 모진 매질을 하는 부모인데 이런 양육방식은 자녀로 하여금 성취에 대한 동기유발보다는 자신은 나쁘고 쓸모없다고 느끼게 하고, 자녀로 하여금 무력감, 공포심이나 보복심, 죄책감을 품게한다. 혹은, 부모에게 인정과 사랑을 받으려고 착한 아이 역할을 하려고 필사적인 노력을 하게 만들지만 늘 실패를 경험하게 한다. 자녀들은 어른이 되면서 독선적인 사람, 사소한 일에도 내재된 분노를 폭발하는 보복적인 사람이

18) G. L. Flett & P. L. Hewitt, *Perfectionism*, 박현주 외 역, 『완벽주의』 (서울: 학지사, 2013), 31.

19) Flett & Hewitt, *Perfectionism*, 174.

될 수 있다. 분노폭발형 부모는 자녀에게 감정의 극단을 느끼게 하여 충동적인 사람, 혹은 공격적인 사람이 되게하고 나아가 반사회적 성향의 사람이 되게 하기도 한다.

그 반면 자신이 아이였을 때 통제당한 것이 싫어서, 혹은 강압적 부모 밑에서 유약한 성격의 사람이 되어 자녀에게 허용적인 태도를 취하는 부모도 있다. 허용적 양육태도는 일반적으로, 자녀에 대한 통제는 낮은 반면 지지는 높아서, 자녀에게 훈육을 잘하지 않는다.

(4) 과잉보호형 부모

과잉보호형 부모는 사랑한다는 이유로 안전제일주의를 택하여 위협으로부터 보호하고 책임을 맡기지도 않고 자녀들이 안전하고 편안한 길가기를 원한다. 이들은 입시에서 뇌물로 부정행위나 군대에서 빼주는 등의 행동도 불사하며, 성장에 장애요소가 생기면 부모가 해결한다. 자녀들은 사회적 책임감이 적고 배려가 없는 자기중심적인 경향이 많은 반면, 무절제하고 실수와 오류가 많으면서 인간관계도 원만하지 못하게 된다. 또한 책임을 맡아 실행에 옮긴 적이 없어 무기력하고 의존적이고 소극적이고 무책임하고, 성인이 되어서도 유아적인 성향의 사람이 되어 미성숙하고, 충동적이 된다. 또한, 자녀들은 사회적으로 인정되는 한계에 대한 명확한 개념도 없고 상황에 맞는 행동이나 사고도 하지 못하며 자존감도 낮다. 이들은 삶의 어려움이 닥치면 회피하거나 도피하는 무능한 사람이 되기도 하며 “부모에게 정서적인 지지와 사랑을 받지못한다고 느끼고 좌절하며 학교에서 또래관계도 적응하지 못할 때 은둔형 외톨이가 되기도 한다.”²⁰⁾

(5) 과잉공급의 무절제형 부모

과잉공급의 무절제형 부모는 자녀가 원하는 것은 무엇이든, 혹은 원하지 않아도 필요하리라 생각하여, 혹은 대리만족을 느끼려고 일반적으로 지나

20) 오윤선, “은둔형 외톨이 청소년을 위한 기독교 상담 활성화 방안연구”, 한국복음주의기독교상담학회, 『복음과 상담』 15권(2010): 207.

치게 채워주어, 자녀는 과도한 공급으로 사물에 싫증을 잘 내고 감사가 없고 무감각하며, 독창성이나 자발적인 동기유발이 없이 무기력해진다.²¹⁾ 이들 부모는 돌보지 못한 죄책감을 상쇄하려, 혹은 물질을 제공하는 것이 사랑의 표현방식이라고 잘못 생각하여, 공급하기에 바쁘다보니, 정서적 지원은 별로 없다. 따라서, 자녀로 하여금 사물에 대한 가치나 소중함, 노동의 기쁨과 보람을 모르고, 인내심이나 참을성이 없고, 감사할 줄 모르게 만든다. 오히려 애정결핍으로 텅빈 가슴을 명품이나 물건으로 채우려는 낭비벽이 많거나 매사에 쉽게 싫증내는 습관을 키우게 만든다. 최근의 가정문제에선 자녀들이 절제를 못하고 카드를 마구 긁으며 쇼핑중독에 빠지거나 심한 낭비벽으로 가정경제가 파탄에 이르는 경우가 많아지고 있다.

(6) 방치형 부모

방치형 부모는 통제나 체벌도 없지만 지지나 후원도 없는 부모로 중독에 빠져 있거나 만성적 질환이 있어 부모역할에 무능력하거나, 자신의 문제나 다른 일에 몰두해 있어서 자녀의 성장발달 단계에 관심을 기울이지 못하는 무책임한 부모이다. 이렇게 방치되거나 유기되었던 자녀들은 사랑에 굶주려있지만 다른 사람과 친밀한 관계를 맺지 못하고, 감정의 기복이 심하고 안정감이 없고, 원한이나 적개심을 품기도 하며, 다른 사람들을 착취하거나 이용하려는 경향 속에서 죄책감도 없다. 이들은 “다른 사람으로부터 관심과 동정을 이끌어 내는 법과 남을 조종할 줄 알고, 애정이나 물질적 정서적 후원을 끊임없이 얻어낼 줄 알아, 성인이 되면 비양심적이 되기도 한다. 또한, 이렇게 양육된 자녀들은 재능있고 일에 몰두하여 성공을 얻기도 하지만, 마음은 황량한 고독감, 불안전감, 무언가 부족하다는 고통스러운 감정으로 심하게 고통받”²²⁾게 된다.

21) N. Wright, *Making Peace with Your Past*, 송헌복·백인숙 역, 『당신의 과거와 화해하라』 (서울: 죠이선교회, 2008), 106.

22) H. Misildain, *Your Inner Child of the Past*, 이석규·이종범 역, 『몸에 밴 어린시절』 (서울: 카톨릭출판사, 2005), 283.

(7) 동반의존형 부모

동반의존형 부모는 성인아이의 특징을 갖추어, 감정표출이 어렵고, 자신의 요구나 필요를 돌아볼 여유가 없으며, 감정을 부인하고, 미성숙한 강박적인 사고가 많다보니 남에게 의존적인 삶을 살아온 경우가 많다. 또한 이들은 친밀한 관계형성이 어렵고, 과도한 책임을 지면서 살다 보니 죄책감과 낮은 자존감이 형성되어 가족 중에 중독증상을 보이는 사람에게, 마치 중독이 자기 잘못인양 생각하여 정서적으로 심리적으로 매어있다. 즉, 혼란스런 마음으로 타인의 요구나 행동을 중요시하여 중독자가 원하거나 원한다고 여기는 것을 과다하게 해주지만, 실제로는 중독자에게 전혀 도움이 되지 않고, 중독증상이 지속되게 만들 뿐이다. 동반의존이란 “자신의 안전이나 자기가치감과 정체성을 확보하려는 시도 속에서 강박적 행동이나 다른 사람의 인정을 얻는데 고통스럽게 의존하는 형태”²³⁾이다. 중독자와 함께 생활하는 가족들이 자신을 위한 삶보다는 중독자의 가치와 기준에 맞추어 살아가는 삶의 형태를 말하는데, 부모로서 자녀의 훈육이나 가치관형성에 전혀 기여할 수 없게 된다.

이처럼, 아버지와 어머니의 관계, 부모의 가치관과 태도, 행동양식이 자녀의 자아개념과 인격형성을 좌우하는 핵심요인이 되고 여기서 경험한 정서는 평생을 좌우한다. 또한 갈등이나 문제가 생기면 대화를 통해서 해결하는 건설적인 의사소통 방식도 몰라 가족간에 상처를 주고받으며 관계를 단절하거나, 문제에 대해 서로 남탓하는 가족투사과정을 통해 세대를 거쳐 전수되기도 한다. 자녀양육방식을 통한 역기능의 대물림을 끊어야 할 책임이 부모에게 있음을 성인아이 부모들이 인식해야 하겠다.

23) S. W. Wegscheider-Cruse & J. Cruse, *Codependency*, 김영희 역, 『중독의 뗏 이해하기』 (서울: 이레, 2008), 27.

2. 성인아이 부모의 치유와 회복

1) 원가족 관계 속에서의 자신에 대한 통찰력 얻기: 자아분화 이루기

따라서 역기능가정에서 자란 성인아이가 스스로의 삶에 대한 선택과 선택에 따른 책임을 질 줄 아는 건강한 성인으로 자라고 훌륭한 부모가 되기 위해서는, 부모가 되기 전에 원가족의 관계 속에서 자신을 분화시켜 독립된 성인으로 설 수 있어야 한다. 역기능가정에서 성장한 성인아이는 부모가 되면 가족의 깨어짐에 대한 두려움이 있고 가족에 대한 헌신은 응집력에서 나온다고 생각하여, 원가족에서 처럼 자신과 배우자와 자녀들을 하나로 묶어 감정적으로 밀착되게 만들고, 배우자나 가족에게 자신과 똑같이 행동하기를 강요한다. 이런 감정적 밀착은 아이들을 삼각관계로 몰아넣거나 가족문제의 희생양으로 만들어, 오히려 자녀들이 가정으로부터 이탈되게 만들뿐이다. 따라서 성인아이 부모는, 가족은 살아 있는 유기체와 같이 한 부분이 느끼는 것은 몸의 전체와 각 부분에 상호 영향을 미치는 것을 인식하고, 원가족의 역기능 속에서 체득한 건강하지 못한 생존역할이 자신의 성격형성과 인간관계에 미친 부정적인 영향에 대한 직면과 통찰을 가져야 한다. 즉, 역기능 가정의 성인아이는, 가족 모두를 하나로 묶는 짜증스런 감정적 밀착에서 벗어나, “자신과 자신의 가족체계 속에 있는 사람들과 경계를 긋고”²⁴⁾, 자신 나름대로의 삶의 목표와 가치를 세우고, 자신의 삶과 감정에 자신이 최대로 책임을 질 수 있는 태도를 확립해야 한다. 또한 원가족의 형편을 객관적으로 보고, 빈곤하고 열악한 환경에서 생존하기 위해 어쩔수 없이 행했던 삶의 모습에 대해 이해하며, 독립된 성인으로서 심리, 정서, 의지와 경계면에서 홀로 설 수 있어야 한다. 이런 면에서 “자아분화는 감정적 성숙도의 중요한 표시”²⁵⁾라

24) Yarhouse & Sells, *Family Therapies*, 93.

25) Yarhouse & Sells, *Family Therapies*, 103.

고 할 수 있다. 이렇게 되면 이들은 “융통성이 있고, 적응할 수 있고, 자족할 수 있”²⁶⁾는 독립된 성인으로서 자신과 다른 배경을 가진 성인을 만나 둘이 하나되어 안정되고 새로운 가정을 이루고, 역기능의 대물림을 끊고, 헌신과 희생하는 부모의 역할을 수용할 수 있게 된다.

2) 성인아이임을 인정하고 내면에 억압된 분노해소하기.

역기능 가정은 양육적인 환경이 아니므로 아동을 가혹한 상황 속으로 몰아넣는다. 이때, 정서적인 고통을 덜 느끼기 위해 감정을 억압 혹은 무시하거나, 탄식하고 한숨을 쉬거나, 육체적인 다른 일에 몰두하여 잊으려 하기도 하고, 의미를 축소 혹은 부인하거나, 자신만의 세계로 숨거나 혼자 상상의 세계를 만들어내기도 한다. Wegscheider-Cruse는 이 과정의 시작이 사건과 감정을 분리하는 “부정”²⁷⁾이며 여기서 인지왜곡이 시작된다고 말한다. 결국 현실에서 도피하고 문제를 회피하여 잊으려 할 뿐, 해결하지는 못하여 문제가 쌓이고 증폭되어 위기로 발전될 수 있다. 또한 이들은 생존을 위해 자신의 감정은 감추고 남의 감정에 초점을 맞춘다. 그런데, 억압된 감정은 보상받고 싶어지면서 예상 밖의 행동으로 나타나 가족폭력 혹은 알코올, 약물 등의 충동적 행동으로 이어질 수 있다. 따라서 성인아이 부모는 자신에게 완벽주의나 분노폭발 같은 강박적 사고나 행동이 있었고, 정서표현이 어렵고, 그로 인해 인간관계와 삶에서 문제와 아픔과 상처가 많았음을 인식하고 인정할 필요가 있다. 특히, 문제가 생기면 늘 괜찮다고 말하거나, 무조건 항변하고 반항하려거나, 회피하려거나, 의지가 약한 등의 성격적 특성이 역기능 가정에서 찾아낸 생존역할의 부산물임을 인식할 필요가 있다. 또한, 부모의 삶의 태도, 문제, 정서적 밀착, 가정의 비밀, 학대와 부모들의 좌절감에서 나오는 비하

26) D. S. Becvar & R. J. Becvar, *Family Therapy: A Systemic Integration*, 6th ed. (Boston: Allyn & Bacon, 2006), 147.

27) Wegscheider-Cruse & Cruse, *Codependency*, 52-54.

적인 말(언어폭력)과 평가 및 위협적 행동을 통해 수치심이 형성되었고, 자신에게 부과된 과도한 책임으로 죄책감이 형성되었음을 깨달아야 한다. 또한, 스스로 자존감이 낮아져 자신을 숨기려고 했다는 것과 타인의 인정과 용납에 굶주려 인정받으려고 바둥거렸고, 옛 상처에 대해 변명하고 회피하느라 다른 사람과 가까워지지 못했고, 용납받기위해 열등적인 관계도 받아들이면서 감정을 부인하면서 내면에 잠재되고 억압된 분노가 많음을 인정해야한다.

분노는 인간이 일상 속에서 흔히 경험하는 보편적인 정서로서 위협적인 상황에서 인간의 생존을 도와주는 적응적인 경험으로서, 개인의 가치, 본능적인 욕구, 그리고 기본적인 신념들을 보존하려는 의지의 수단²⁸⁾이며, 자신의 의사를 표출하려는 의사소통의 수단이 되기도 한다. 또한 인간의 삶을 풍요롭게 하고 정의로운 사회건설이나 개인의 신앙을 수호하기 위해서 표출되어지는 요긴한 감정이지만, 격렬한 분노경험이나 부적절한 분노 표현은 통찰력을 훼손하고 화병이나 불면증, 우울증 등으로 자신이나 타인을 고통스럽게하고, 자존감을 손상시킨다. 더욱이 분노는 가정폭력, 이혼 별거와 같은 인간관계에 파괴적인 결과로 이어지거나 심혈관계 질환에 영향을 미칠수 있다. 최일림은 한국 중년여성의 분노정도와 분노표현 유형을 “몰래표출형(38%), 인내조절형(17.1%), 억제표출형(8.6%), 표현저항형(36.1%)”²⁹⁾으로 분류하였고, 화내는 것을 잘못으로 여기는 한국문화를 반영하는 중년여성의 독특한 분노표현 유형을 “몰래표출형”이라고 말하였다. 이처럼 분노는 훈육이나, 정서표현에도 덧입혀져 친밀한 관계를 힘들게 할 수 있다. 성인아이 부모 중에는 내면의 분노가 대인관계에 전이되어 분노감정이 촉발되고 공격충동을 느끼는 경

28) B. Carter & J. Miniirth, *The Anger Trap: Free Yourself from the Frustrations that Sabotage Your Life* (New York: Jossey-Bass, 2003), 6.

29) 최일림, “중년여성의 분노표현 유형과 정신건강”(박사학위논문, 고려대학교대학원, 2006), 13.

우³⁰⁾가 많이 생긴다. 특히, (1) 외모나 태도가 확대하던 부모와 비슷한 사람이거나 상황이 되거나, (2)누군가 자신의 일에 간섭하거나 자신의 영역을 침범하거나, (3)자신의 욕구가 좌절되거나 남에게 인정받지 못하거나, (4)수치심이나 죄책감을 느끼거나 자신에 대해 부정적인 평가를 경험하게 되면, 또, (5)미해결된 어린 시절의 상처가 자극받으면, (6)대인관계나 친밀한 관계에서 친밀감을 잘 표현하지 못할 때, 스스로에게 초차분노를 느끼게 된다. 이들의 분노 경험은 무엇보다도 “지난 삶에 대한 후회와 탄식이 많고 미래에도 희망이 없을 것 같은 절망감”³¹⁾에서 비롯된 것으로 여겨진다.

성인아이는 자신이 아동이었을 때 부정적 정서를 경험하고 이를 억압하고 지낸 것을 회상할 때, 강한 분노를 경험하는데, 원가족에서 정서적인 돌봄이 없는 상황에서, “부정적인 감정에 대한 표현이 제한되어”³²⁾ 감정을 억압하게 된 때문이다. 그런데, 부정적 감정을 억압하려하니, 현실에 일어난 일과 느낌 사이의 분리가 일어나야 한다. 즉 현실을 왜곡해야 하고, 느끼는 느낌을 부인해야 한다.³³⁾ 역기능 가정에서는 본 것과 느낀 것을 말할 수 없으니 “즐거운 표정을 보이고, 행복한 얼굴을”³⁴⁾ 보인 것이다. 이렇게 내면에 억압된 부정적인 감정은 어떤 감정이었는지 분별이 안되면서 분노만이 표면에 표출되면서 신체화 증상을 동반하기도 하고, 감정이 퇴화된 듯 자신의 진정한 느낌을 가지지 못한 채, 자녀들에게도 사랑하는 마음을 전하지 못한다. 또한, 억압된 감정은 전혀 예상치 못했던 엉뚱한 장소와 시간과 상황에서 엉뚱한 방식으로 폭발하게 되어있

30) 이순자·한재희, “역기능 가정에서 성장한 중년 크리스천 여성의 분노경험 연구”, 한국기독교상담 심리치료학회, 『한국기독교 상담학회지』 제23권 3호(2010): 185.

31) 김병오, 『중독을 치유하는 영성』 (서울: 이레서원 2003), 186-187.

32) Sledge, *Making Peace with your Past*, 15.

33) Wegschieider-Cruse & Cruse, *Codependency*, 55.

34) Bryan E. Robinson, *Workholism*, 박정숙 역, 『워커홀리즘』 (서울: 북스넷, 2009), 213.

어, 돌보고 사랑해야하는 가족이나 자녀에게 자신이 받은 그대로의 분노를 퍼붓게 된다. 이런 분풀이 식의 반응을 하고 나면 자신이 더욱 수치스러워지고 자괴감이 심해져 우울과 무기력감을 느끼면서 심리적 영적으로 침체되어 신앙생활도 시들해지는 경험³⁵⁾을 한다. 자신의 삶과 존재 배후에 있다고 느끼는 하나님에 대한 분노가 내면 깊숙이 자리잡아, 하나님이 자신을 이런 아픈 상황 속에 버려두었다고 여기며 섭섭해하기 때문이다. 크리스천 중독자 가정의 성인아이들이 가지고 있는 하나님의 품성에 대한 공통된 왜곡을 보면 “잔인하며 변덕스러운 하나님, 지나친 요구를 하며 용서하지 않는 하나님, 편애하며 불공평한 하나님, 함께하지 않는 하나님”³⁶⁾ 등이다. 그런데 만약 상황을 감내하라는 동료 교인들이나 목회자들이 있다면 분노를 느낀다. 이처럼 역기능 가정에서 경험한 감정은 가족원들의 인격형성에 부정적인 영향을 미치고, 이들이 부모가 되었을 때 사랑하고 인정하고 격려하는 부모역할을 감당할 수 없게 만든다.

그러나, 성인아이 부모들은, 이제는 자신이 선택하고 계획한 삶을 살 수 있는 독립된 성인이 되었음을 인식하고, 과거의 힘든 삶의 경험이 현재와 미래의 삶의 발목을 잡지 않도록, 벗어날 결단을 해야한다. 이것을 위해 적극적 경청이나 공감에 있는 상담을 통하여 자신에 대해 말하고 고백함으로써 털어놓으면 수치심과 죄책감과 자기비하나 무가치함을 느끼는 것에서 해방될 수 있다. 또한, 분노 관련 세미나를 들으면 분노에 대한 새로운 시각이 열리고, 또 비슷한 경험을 한 사람들 속에서 자신의 이야기를 하고 남의 경험을 듣게되면, 삶의 문제와 인간에 대한 이해의 지평이 넓어지면서 마음의 여유가 생긴다.

35) 이순자·한재희, “역기능 가정에서 성장한 중년 크리스천 여성의 분노경험 연구”, 187.

36) 고병인, 『중독자 가정의 가족치료』 (서울: 학지사, 2003), 143.

3) 자신의 부모 정체성 회복과 영적성숙: 새롭게 살기로의 결단

“역기능가정의 자녀들은 부모의 무관심과 거부적이고 통제적인 양육 태도로 인해 자율성보다는 수치심을 자기정체감으로 발달시켜서 자신이 없는 삶을 살게”³⁷⁾되었기에, 자신에 대한 수치심과 자기 존재에 대한 비하와 부정적인 자기평가를 했던 것을 인식해야 한다. 따라서 역기능 가정 속에서 소외되고 단절된 느낌으로 소속감을 느끼지 못하여, 정체성 확립의 과제가 주요 과업인 청소년기에 삶의 이유와 목적을 찾지 못하고 삶의 의미를 상실한 채 정체성 혼돈³⁸⁾에 빠졌던 것을 인식해야 한다. 성인아이 부모는 역기능 가정의 수치심과 피해의식, 분노 등을 가지고 원가족에게서 벗어나기에 급급하여 떠밀리듯 부모가 되어, 부모의 의미도 몰랐음을 인식해야 한다. 따라서, 정상적인 부모역할이 힘든 현실을 인정하고 새롭게 살려는 결단이 부모의 정체성을 확립하는데 결정적인 역할을 한다. 변화는 내담자가 “객관적 현실감을 갖고 변하고자 하는 결단을 할 때, 성령의 역사로 일어나기”³⁹⁾ 때문이고, 성장과 성숙으로의 변화를 위해서는 세 가지 자원이 활용될 수 있기 때문이다: “첫째, 인간은 성숙하기 위해서 마음이 변해야 한다. 둘째, 인간은 관계를 통해서 성장한다. 셋째, 인간은 과거에 경험했던 상처의 치유를 통해서 성장한다.”⁴⁰⁾ 현실인정과 오류의 용납은 회복과 치유의 첫걸음이 된다. 이처럼 이전과는 다르게 미래를 살수 있다는 소망을 느끼면서, 자신은 이만하면 제법 괜찮은 존재이고, 과거의 아픔과 상처를 딛고 다시 한번 살아볼만하다는 용기가 생기게 된다. 이런 면에서 영성을 추구하는 신앙의 성숙은 위기

37) 김용태, 『가족치료 이론』 (서울: 학지사, 2002), 257.

38) 김용태, 『통합의 관점에서 본 기독교 상담학: 배경, 내용 그리고 모델들』 (서울: 학지사, 2006.), 312.

39) 김영희, “21세기 목회상담에서의 변화의 역동성에 관한 연구”, 한국복음주의기독교상담학회, 『복음과 상담』 제3권 (2004): 75-76.

40) 안경승, “변화를 위한 기독교 상담의 세 가지 자원”, 한국복음주의기독교상담학회, 『복음과 상담』 제3권 (2004): 97.

와 고통 속에 새 힘을 줄 수 있다⁴¹⁾. 특히 기독교 복음에는 비록 자신은 약하고 오류 많은 인간으로 과거의 삶에서 많은 아픔과 상처를 받았지만, 자신을 귀히 보시고 죄사함을 주시는 주 예수 그리스도를 믿고 의지하면, 자신의 죄를 용서하시고 눈물을 씻기시며, 성령의 은사와 능력을 주셔서 살아갈 용기와 소망을 주심이 나타나기에, 복음의 능력에 의지하여 변화된 새 삶을 살기를 소망하고 기대할 수 있다.

한편, 역기능 가정의 성인아이가 복음의 은혜를 접하면 정체성을 회복하여 새 삶을 살아가지만, 때로 과거의 아픔의 상처와 학대나 유린당한 때의 기억이 섬광처럼 스치면서 현재의 삶을 힘들게 하는 경우가 있다. Tim Sledge는 “고통스러운 기억도 치유받아야 한다”⁴²⁾고 말한다. 그는 과거 아동이었을 때, 생존하느라 아동으로서 자신을 돌보지 못했던 잃어버린 부분들을 돌아보라고 말한다. 하고 싶었던 일이나 재미있는 일로 여가 선용도 하고, 어린 시절 살던 곳으로 직접 혹은 시간 여행을 하여, 좋은 친구와 선생님 그리고 추억이 깃든 장소들을 거닐면서 어린 시절에 대한 긍정적인 기억도 되살려 볼수있다. 열악한 환경에서 마음껏 웃거나 떠들지도 못했던 것들을 기억하여 천진하게 깔깔 웃기도 하고, 그때의 좋은 친구들을 만나보며 경직된 삶의 태도를 털어버리는 일도 필요하다.

또 복음을 통해 알게된 신앙 생활로 한날의 걱정과 염려에서 벗어나 하나님을 신뢰하여 미래를 맡기고 평안한 맘으로 하루하루를 사는 것도 좋은 방법이다. 특히, 자신에게 상처를 주거나 학대한 부모, 어른, 새어머니, 친척 등에 대한 용서는 과거의 상처로부터의 완전한 의미의 치유가 된다. 본 연구자는 상담을 통하여 과거의 학대나 왕따나 차별적 대우를 받았던 사람들을 상담하면서, 학대나 왕따를 당한 기억에 메여 있는

41) 신성만 외, “청소년의 실존적 영적 안녕감과 인터넷 중독의 관계: 자아존중감과 우울의 매개효과”, 한국상담학회, 「상담학연구」 12권 5호(2011): 1613-1628.

42) Sledge, *Making Peace with your Past*, 187.

사람들은 잠을 잘 수도, 밥을 먹을 수도, 특히 건설적인 삶을 계획할 수도 없음을 많이 보았다. 학대한 사람은 오히려 잊어버리고 잘 살고 있는데, 유린당했으면서도 유린당한 기억이 다시 현재의 행복의 발목을 잡아, 불면증, 피해망상, 위경련, 우울증 등으로 고통받는 것을 많이 목격하였다. 이들은 자신을 학대한 사람들이 죄값을 치르게 하겠다고, 그들을 곱씹어 비난하며, 잊지 않으려고 발버둥을 치며, 학대의 경험에 집착하고 있었다. 이 불행한 기억의 줄을 끊어내어, 기억 속의 학대자가 다시 현재의 자신을 괴롭히지 않도록 연결고리를 끊어내는 일이 필요하다. 즉, 인간사에 대한 심판은 창조주이며, 역사의 주관자요 심판주이신 하나님의 뜻을 인정하고, 학대자들에게 집착된 생각과 감정을 끊어버리고, 그동안 돌보지 못한 자신을 돌보고, 지금 주변의 귀중한 사람과 관계들을 돌보고, 자신의 인생에 꼭 필요한 하나님과 예수님, 성령님과의 즐거운 교제를 잃지 않아야 한다. 또한, 삶의 위기 속에서 예수 그리스도를 만나게 되었고, 주님의 자녀가 되어 영생을 받았고, 영원한 기업의 후사가 되었음에 감사와 감격으로, 하나님의 임재가 주시는 평안함을 누리면서 찬양하고 기뻐하는 일이 필요하다. 이 행복이 새로 이룬 가정의 자녀들에게 전수될 수 있도록 올바른 부모역할을 감당할 필요가 있다. 즉, 하나님이 주실 축복에 초점을 맞추고, 그와 동행하며 사는 삶이 즐겁고 행복함을 인식하여 과거에 메인 삶에서 축복과 소망이 가득한 미래의 삶을 향해 씩씩하게 나아갈 필요가 있다. 특히 신앙공동체에서 비슷한 경험을 한 사람들과 소그룹으로 모여 내면치유 기도모임⁴³⁾을 하면서 과거를 애도하고, 서로 위로와 격려를 하며, 성령님의 위로와 임재하심을 체험하면서, 인생과 인간에 대한 좀더 넓고 깊은 견해를 가져 타인을 품고 배려하는 태도와 신앙의 성숙을 이루어 나가야 하겠다.

43) Theodore E. Dobson, *How to Pray for Spiritual Growth*, 윤종석 역, 『내면을 치유하는 기도』 (서울: 두란노, 2002), 184-187.

4) 성인아이 부모를 위한 치유의 구체적 방법

그런데, 성인아이 특유의 특징인 수치심과 죄책감 그리고 경직된 삶의 태도로 인해, 성인아이 부모들이 올바른 부모역할을 알게되어도, 감당할 진지한 의도와 의지가 부족하다. 이미 부모역할을 하지 못한다는 주변의 낙인 속에서 무력감에 빠져, 변화에 대한 의지와 동기를 상실한 상태인 것이다. 성인아이 부모들이 삶의 경직된 태도를 벗어나 상처를 넘어, 올바른 부모역할을 감당하기 위해서는, 즐거움과 행복감을 느껴 보아야 한다. 따라서 예술과 놀이, 독서와 심리극 등을 해보면서 행복감, 삶의 기쁨을 회복하고, 자신을 치유하고 자신을 돌보아야 한다. 이때, “이제는 다르게 살겠다”고 선택하고 결단하는 일이 가능해진다. 변화는 현실을 객관적으로 볼 수있을 때⁴⁴⁾ 즉 있는 그대로 편견없이 받아들이고, 순전하게 분별할 때, 창의력과 상상력을 동원해서 변화를 일으킬 수 있기 때문이다. 또한, 변화는 현실을 그대로 받아들여, 잘못을 인정해도 비난이나 온갖 책임을 다 떠안으라는 압박이 없는 “안전한 분위기”⁴⁵⁾를 마련해 주어야 변화가 일어날 수 있다. 따라서, 상담사는, 역기능적 패턴을 사이코드라마나 예술, 놀이, 독서토론 등과 같은 “혁신적, 조정적, 극적, 비인습적인”⁴⁶⁾ 방법 등을 통해 직면하고 변화시키는 일이 필요하다. 성인아이 부모의 치유를 위한 실제적인 방법 몇 가지를 소개해 본다.

(1) 예술과 게임 및 놀이를 통한 감정이입, 공감, 감정해소 및 예술작품으로 승화
예술과 게임이나 놀이는 현실이 아니기에 그곳에서 일어난 일에 대한 책임이 없다. 따라서, 현실의 사실에 대한 인정보다 한결 안전하고 책임을 느낄 필요가 없다. 특히, 그림을 통해, 논리적이고 합리적으로 설명이

44) J. Firet, *Dynamics in Pastoring*, trans. John Vriend(Grand Rapids: Eerdmans, 1986), 209.

45) Z. Shechtman, *Treating Child and Adolescent Aggression Through Bibliotherapy*, 정춘순·문지현 역, 『공격적인 아동과 청소년을 위한 독서치료』(서울: 한국독서치료 연구소, 2014), xii.

46) Ritchfield & Ritchfield, *Christian Counselling & Family Therapy*, 126.

어려운 가상세계나, 마음 속 고민 등을 추상적으로 표현하는 것이 가능하다. 또한, 뭐든 원하는 대로 그리면서, 그리는 동안 눈길을 피하면서 마음 속 생각을 쉽사리 말할 수 있고, 자신의 마음이나 감정 상태를 그림을 통해 추상적으로 단순화시켜 형상화하면서 안전하게 감정을 해소할 수 있다. 마음속의 미래에 대한 기대나 소망, 혹은 그리운 추억, 하나님의 모습 등을 그림으로 표현하면서 상황을 바로 정리하고 해석해서 아름답게 정리된 기억이 보관되면서 마음의 평안을 주고, 이것이 아름답고 애절하고 평안한 예술작품으로 승화될 수 있다. 또한, 게임이나 리듬에 맞춘 움직임을 통해서 경직된 삶의 태도와 현실에서 위축된 두려운 감정을 털고 삶의 활기를 회복할 수 있고, 자녀와 가족과 웃고 떠들면서 재미 있는 시간을 가지며 행복감도 공유하면서 서로를 수용할 수 있게 된다.

(2) 사이코드라마를 통한 자기 표현과 통제력의 연습

현대인의 삶은 한정된 공간에서 바빠 돌아가면서 내면과 관계의 문제들을 발생시킨다. 사이코드라마에선 무엇이든 가능하여 연기자들이나 관객들이 실제 상황에서는 일어나지 않은 일까지 경험할 수 있다. 결국, “인간의 긍정적인 자원인 자발성과 창조성을 통해, 사이코드라마는 내적 이미지들이 외향화, 객관화, 구체화될 수 있도록 작동하는 자유스런 방법으로 삶의 균형을 다시 찾도록”⁴⁷⁾ 도와 줄수 있다. 즉 사이코드라마를 통해서 건강한 자기표현의 기회를 갖고, 억눌린 감정이 정화되는 카타르시스를 경험하면서 삶을 지배했던 무력감을 극복하고 성인으로서 자기통제력을 회복할 수 있다. 특히 성경의 인간관계의 갈등을 다루는 이삭 가정의 편애, 가인의 질투심, 요셉 형제의 갈등 등과 같은 상황을 사이코드라마의 주제로 선정해 실제 그 역할을 담당하면서 자신의 감정을 표현해 보는 것도 좋다. 또한, 감정과 정서가 인간관계에 미치는 영향

47) 이경애, “역기능 가정의 성인아이를 위한 사이코드라마에 대한 질적연구”, 한국사이코드라마학회, 「한국사이코드라마학회지」 제10권 2호(2007): 42.

에 대한 통찰을 얻어 현재의 인간관계에서 자율성을 회복하고, 정서와 행동을 조절하는 능력을 획득하여 현실에서 부모역할의 책임과 과제를 감당할 수 있게 된다.

(3) 독서치료의 활용으로 문제에 대한 통찰과 자기변화와 치유 및 성장

자신의 이야기를 남에게 쉽게 드러내지 못하는 사람은 독서를 통한 자기치유가 가능하다. 이연옥은 “독서를 통해 마음 어딘가에 잠복해 있는 상처의 근원을 인식하고 심리적 정서적 문제를 통찰하도록 하여, 그 상처가 완화되거나 치유되는 경험”을 할 수 있고 공통된 경험, “① 상처에 대한 인식, ② 공감과 동일시, ③ 통찰과 자기 및 타인에 대한 이해, ④ 상처극복에 대한 의지 및 해답의 발견, ⑤ 자기변화와 성장, 상처치유”⁴⁸⁾를 할 수 있었다고 말한다. 또한 같은 책을 읽은 사람들이 그룹으로 모여 마음과 생각을 나누면서, 이 치유경험을 극대화시키는 신앙인들의 자조모임이나 집단 workshop으로 활용할 수 있다.

(4) Storytelling을 통한 자기 이해와 공감과 지원

상처와 아픔으로 위축되어, 자신은 중요한 인물이 아니고 별 의미를 지니지 못했다고 여겼던 성인아이 부모에게 있어서, 개인적 삶의 이야기를 한다는 것은, 그 순간만은 주인공이 되는 것이고, 자신의 삶의 이야기도 중요성을 띠는 것을 의미하는 것이다. 또한, 생애 최초로 자신의 이야기를 해보았고, 누군가 자신의 이야기에 귀기울여 들어주었다는 감정적 해소와 뿌듯함도 얻을 수 있다. 고백을 통한 감정의 정화의 역할은 크다. 이야기란 우리의 체험을 정리할 상상력을 공급해주고, 상황이나 사건에 대해, 새로운 통찰과 영감을 준다. 특히, “해석이 사람의 삶에 강력한 영향을 미치기에”,⁴⁹⁾ 성인이 되어 통제할 수 있는 나이가 되어서, 자신의 혼돈과 두려움 속의 과거 사건에 대한 이야기를 하는 것은, 두려움

48) 이연옥, “역기능 가정 자녀를 위한 독서치료 프로그램에 대한 질적 분석”, 한국도서관정보학회, 『한국도서관 정보학회지』 제40권 1호 (2009): 407.

49) Yarhouse & Sells, *Family Therapies*, 333.

속에서 잘못 이해하고 해석한 지나간 사건이나 상황에 대한 좀더 넓고 객관적인 다른 해석을 할 수 있게 하고, 상황에 대한 건강한 기억을 정립하고 보존할 수 있게 도와준다.

Hyde에 의하면, storytelling에서는 나의 이야기와 너의 이야기가 만나면 충돌하면서 이해의 지평이 넓어지고 새로운 관점이 생겨나면서 서로를 이해하고 행동의 변화를 유발한다. 그러나 철저히 죄로 물든 인간이 새로운 이해가 생겨도 죄성으로 인해 자기의 왜곡된 관점을 철회하지 않으려하지만, 진리인 하나님의 이야기가 더해져 충돌할 때, 인간은 철저히 이기적인 왜곡된 관점을 버릴 수 있다⁵⁰⁾고 한다. 특히 억울함의 극치를 달리면서도 인간에 대한 사랑을 멈추지 않는 희생적인 하나님의 사랑이야기와 만나게 되면, 위기와 학대 속에서 억울함으로 멍친 인간의 마음에 치유력을 발휘하게 된다. 또한, 비슷한 처지의 사람과의 자조모임 혹은 집단모임 속에서 이야기를 통해 자신의 경험과 생각과 느낌을 드러내고, 공감과 동일시의 과정을 거쳐, 다른 사람의 형편과 자신을 객관적으로 볼 수 있는 새로운 시각이 열리면서 분노가 완화되고 해소되는 것을 느낄 수 있다. 더욱이 마음의 여유가 생기면서 긍정적으로 표현하는 것이 가능해지고 대인관계나 삶에서 새로운 변화를 경험하며 영적으로도 온전함을 누릴 수 있게 된다.

결국 성인아이 부모는 위의 여러 방법을 통하여 자신의 상처에 대한 관점이 새로워지고 넓어지면서, 과거와의 화해가 일어나고, 상처나 관계가 회복되어야, 자신이 누구인지 바로 알게 되고, 성인의 삶을 수용하거나 헌신적인 부모역할을 담당할 수 있는 것을 볼 수 있다. 따라서 역기능 가정의 성인아이 부모에 대한, 다양한 방법론을 도입한 신앙공동체나 국가적 차원의 무료 상담이 제공된다면, 또한, 신앙공동체 안에 상

50) J. A. Hyde, *Story Theology and Family Systems Theory: Contributions to Pastoral Counselling with Families* (Ph.D. diss., Southern Baptist Theological Seminary, 1988), 124.

처치유와 회복을 위한 소그룹 활동이 활성화된다면, 역기능 가정의 성인아이 부모의 치유와 부모역할 수행이 좀더 용이하게 이루어질 수 있을 것이다.

III. 닫는 글

“정상적인 가정이란 자율적인 개인으로 잘 자랄 수 있도록 안정감과 자유를 마련해 주는 무조건적인 사랑을 경험할 수 있는 곳”⁵¹⁾이다. 새롭게 살려는 결단이 선 성인아이 부모는 가정의 바른 의미와 부모역할을 배워야한다. 그런데, 남편과 아내의 역할이 바로 수행될 때, 자녀에 대한 부모의 역할을 바로 감당할 수 있기에, 성인아이 부모는 우선 남편과 아내로서의 자신의 위치를 확인할 필요가 있다. 또한, 자녀는 하나님의 선물이고 상급으로, 하나님의 은혜와 축복의 표시다. 따라서 부모는 사랑을 줄 수 있는 최고의 대상으로서의 자녀를 양육하고 가르치고 신앙을 전수하여 경건한 자손을 길러내는 공동의 책임을 위임받았음을 배워야 한다. 부모는 자녀들에게 돌봄을 제공하고, 바른 가치관과 세계관을 가진 건강한 성인으로 자라도록 양육과 가르침을 주는 역할을 할뿐 아니라, 옳지 못한 일을 할 때는 훈육도 하며, 바른 삶의 모범을 보이는 역할 모범(role model)이 되어야 함을 알아야 한다. 무엇보다도 가정에선 무조건적인 사랑이 허락되고, 부모는 올바른 의미의 권위가 있어야 함을 인식해야 한다.

부모교육이란 학습자와 교육자의 입장에서 생각해 볼 수 있는데, 부모로 하여금 자녀교육의 책임을 인식케하고 주어진 책임을 수행하는데

51) D. Stoop & J. Masteller, *Forgiving Our Parents, Forgiving Ourselves*, 정성준 역, 『부모를 용서하기, 나를 용서하기』(서울: 예수전도단 2001), 45.

필요한 지식과 기능을 학습자의 입장에서 습득하여, 부모에게 요구되는 기본적인 태도를 갖도록 하기 위하여 의도적으로 주어지는 교육의 과정이다. 이를 위해 공교육에서 청소년들에게 가정과 부모역할에 대한 지식과 이해가 있도록, 예비부모교육이 교과과정에 충분히 포함되어야 한다. 또한 유아교육 기관에서 유아의 교육에 교육자의 입장에서 부모참여를 늘려서, 부모가 가족생활에 영향을 주는 특정프로그램의 구성 및 운영에 직접 참가하는 것을 격려해야 한다. 더욱이 부모들은 더 나은 부모, 교육기관의 지원자, 효율적인 교사, 정책수립자에 이르기까지 발전되도록 격려와 지원을 받아야 한다. 또한 이런 운동이 더 많이 개발되고, 확산될 수 있게 국가적, 신앙공동체적 차원의 지원이 필요하다. 특히, 교회는 가정의 중요성을 잘 알기에, 가정의 회복을 위한 사역에 더욱 힘을 써야 하겠다. 특별히, 역기능 가정의 성인아이 부모에 대한 관심을 불러일으켜 가정과 지역사회, 국가기관, 신앙공동체 등이 네트워크를 형성해서 서로 정보를 제공하고 나누며 돕는 사역이 필요하다. 이런 총체적인 사역을 통하여, 전환과 위기의 시기에 한국 가정이 회복되어 건강한 사회와 나라가 후세대들에게 물려지기를 기대한다.

【 참고문헌 】

- 강수돌. 『일중독 벗어나기』. 서울: 메이데이, 2007.
- 고병인. 『중독자 가정의 가족치료』. 서울: 학지사, 2003.
- 김병오. 『중독을 치유하는 영성』. 서울: 이레서원, 2003.
- 김용태. 『가족치료 이론』. 서울: 학지사, 2002.
- 김용태. 『통합의 관점에서 본 기독교 상담학: 배경, 내용 그리고 모델들』. 서울: 학지사, 2006.
- 김영희. “21세기 목회상담에서의 변화의 역동성에 관한 연구”. 한국복음주의 기독교상담학회. 『복음과 상담』 제3권(2004): 65-90.
- 김정근. “책임기와 정신치료”. 『체험적 독서치료』. 서울: 학지사, 2007.
- 김홍운. “성인아이의 분노조절을 위한 집단상담 프로그램의 개발과 적용”. 박사학위논문, 충남대학교대학원, 1999.
- 노용찬. “편부모 가정의 문제와 자녀교육”. 한국가정사역연구소. 『가정과 상담』 제10권(1998): 4-29.
- 성영혜·김광웅·이재연·서영숙·이소희. 『현대사회와 부모』. 서울: 숙명여자대학교 출판부, 1996.
- 신성만 외. “청소년의 실존적 영적 안녕감과 인터넷 중독의 관계: 자아존중감과 우울의 매개효과”. 한국상담학회. 『상담학연구』 제12권 5호(2011): 1613-1628.
- 안경승. “변화를 위한 기독교 상담의 세 가지 자원”. 한국복음주의기독교상담학회. 『복음과 상담』 제3권(2004): 91-114.
- 안순영·김희진·윤성혜·천성문. “중학생이 지각한 역기능가정이 인터넷 중독에 미치는 영향: 우울과 자아 존중감을 매개로”. 한국동서정신과학회. 『한국동서정신과학회지』 제12권 2호(2009): 33-46.
- 오윤선. “역기능 가정 청소년의 우울 및 공격 성향 분석에 따른 기독교상담연구”. 한국복음주의기독교상담학회. 『복음과 상담』 제7권 (2006): 9-37.
- 오윤선. “은둔형 외톨이 청소년을 위한 기독교 상담 활성화 방안연구”. 한국복음주의기독교상담학회. 『복음과 상담』 제15권 (2010): 202-220.
- 이경애. “역기능 가정의 성인아이를 위한 사이코드라마에 대한 질적연구”. 한국사이코드라마학회. 『한국사이코드라마학회지』 제10권 2호(2007):

49-72.

이순자·한재희. “역기능 가정에서 성장한 중년 크리스천 여성의 분노경험 연구”. 한국기독교상담 심리치료학회. 『한국기독교 상담학회지』 제23권 3호(2012): 175-201.

이연옥. “역기능 가정 자녀를 위한 독서치료 프로그램에 대한 질적 분석”. 한국도서관정보학회. 『한국도서관정보학회지』 제40권 1호 (2009): 405-431.

전요섭·이진영. “부모의 기독교 신앙과 권위유형에 따른 청소년의 자아존중감 차이”. 한국복음주의기독교상담학회. 『복음과 상담』 제3권 (2004): 152-177.

정동섭. 『어떻게 사람은 변화할 수 있는가』. 서울: 요단, 2002.

최일립. “중년여성의 분노표현유형과 정신건강”. 박사학위논문, 고려대학교대학원, 2006.

Adams, Bert N. *The Family—A Sociological Interpretation*. 4th ed. San Diego, CA.: Harcourt Brace Jovanovich Pub, 1986.

Baumrind, D. “Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior.” *Child Development* 37, no. 4(1966): 874-893.

Becvar, D. S. & R. J. Becvar. *Family Therapy: A Systemic Integration*. 6th ed. Boston: Allyn & Bacon, 2006.

Bradshaw, John. *Family*. 오제은 역. 『가족』. 서울: 학지사, 2006.

Carter, B. & J. Minerth. *The Anger Trap: Free Yourself from the Frustrations that Sabotage Your Life*. New York: Jossey-Bass, 2003.

Dobson, Theodore E. *How To Pray for Spiritual Growth*. 윤종석 역. 『내면을 치유하는 기도』. 서울: 두란노, 2002.

Firet, J. *Dynamics in Pastoring*. Trans. John Vriend. Grand Rapids: Eerdmans, 1986.

Flett, Gordon L. & Paul L. Hewitt. *Perfectionism*. 박현주 외 역. 『완벽주의』. 서울: 학지사, 2013.

Gergen, K. J. *The Saturated Self: Dilemmas of Identity in Contemporary life*. New York: Basic Books, 1991.

Gladding, Samuel T. *Family Therapy*. 김영희 · 장보철역. 『가족치료』. 서울: CLC, 2015.

Hyde, J. A. “Story Theology and Family Systems Theory: Contributions to

- Pastoral Counselling with Families.” Ph. D. diss., Southern Baptist Theological Seminary, 1988.
- Misildain, H. *Your Inner Child of the Past*. 이석규 · 이종범 역. 『몸에 밴 어린 시절』. 서울: 카톨릭출판사, 2005.
- Olsen, D. C. *Integrative Family Therapy*. Minneapolis, MN.: Fortress, 1993.
- Ritchfield, B. & N. Ritchfield. *Christian Counseling & Family Therapy*. 정동섭 · 정성준 역. 『기독교 상담과 가족치료 전6권』. 서울: 예수전도단, 2002.
- Robinson, Bryan E. *Workholism*. 박정숙 역. 『위커홀리즘』. 서울: 북스넷, 2009.
- Sell, C. M. *Family Ministry*. Grand Rapids: Zondervan, 1995.
- Shechtman, Zipora. *Treating Child and Adolescent Aggression Through Bibliotherapy*. 정춘순 · 문지현 역. 『공격적인 아동과 청소년을 위한 독서치료』. 서울: 한국독서치료연구소, 2014.
- Sledge, T. *Making Peace with Your Past*. 정동섭 역. 『가족치유 마음치유』. 서울: 요단, 1996.
- Stoop, D. & J. Masteler. *Forgiving Our Parents, Forgiving Ourselves*. 정성준 역. 『부모를 용서하기, 나를 용서하기』. 서울: 예수전도단, 2001.
- Wegscheider-Cruse, S. & J. Cruser. *Codependency*. 김영희 역. 『중독의 덫 이해하기』. 서울: 이레, 2008.
- Wright, N. *Making Peace with Your Past*. 송헌복 · 백인숙 역. 『당신의 과거와 화해하라』. 서울: 조이선교회, 2008.
- Yarhouse, Mark. A. & James N. Sells. *Family Therapies*. 전요섭 외 역. 『기독교 가족치료』. 서울: CLC, 2010.

【 Abstract 】

A Study on Healing of Adult-child Parent for Parental Role-fulfillment

Young Hee Kim Shim

Asia United Theological University

Korea has been getting through drastic social change and value system change, as she accomplished industrialization during a very short time span. Now, Korea is suffering from the minimalized function and role of family as side effects of quick industrial development and economic wealth achieved. An “adult-child” parent who grew up from a dysfunctional family, is not ready and hard to accept her/his role as a parent, because of unsolved problems and unidentified emotions from the dysfunction of the family of origin. As a result, first of all, an adult-child parent needs to get some understanding, insights, and healing on her/his life problems as she/he looks over the past pain stricken life. Then, she/he is required to establish a proper identity of parent. For this, the meaning and dynamics of dysfunctional family and adult-child were examined. Inefficient parenting styles of adult-child parent as hindering ways of establishing their children’s self-identity were depicted.

Adult-child parent is needed voluntary self-motivation to exert their creativity to accomplish their parental role-fulfillment. Therefore, practical methods of healing of adult-child, such as art, game, psychodrama, bibliotherapy, and storytelling were suggested. And the ideals of family and parent were presented. The establishment of social networks of parent education and counseling system was suggested for the synergy effect of social care systems for the adult-child parent from dysfunctional family.

Key words: dysfunctional family, adult-child, parenting style, healing, social support