

Adler의 생활양식 분석과 기독교적 평가

김준수*

국문초록

본 논문에서 필자는 Adler 심리학의 주관적인 세계관을 나타내는 생활양식을 밀도 있게 분석하고 기독교적 평가와 적용점을 찾고자 하였다. 생활양식은 인간의 주관적 세계관을 지칭하는 개념으로서 한 개인이 삶의 과제를 대처할 때 보여주는 반복적인 생각과 감정 그리고 행동적인 패턴을 지칭하는데 이는 그 사람이 인생의 과제들을 대처하는 독특한 태도를 나타낸다. 필자는 생활양식의 이해를 위해서 세계관의 개념 이해와 심리학적 세계관을 표현하는 인지도식을 설명하였다. 그리고 생활양식을 형성하는 과정에서 중추적인 영향력을 주는 두 가지인 열등감과 사회적 관심을 기술하면서 열등감은 인간에게 주어진 환경적인 한계를 극복하고 우월해지려는 욕구를 자극하며 사회적 관심은 관계적인 존재로서의 인간의 기본 욕구를 활성화 시켜서 건강한 생활양식을 발달시킨다고 하였다.

Adler 이론의 기독교적인 적용을 위해서 목적론적이고 능동적이며 통일성을 강조하는 인간관과 기독교의 인간이해를 비교하였다. 그의 이론은 기독교적인 적용점도 많지만 동시에 차이점을 간과할 수 없다는 사실을 강조하였다. 이를 위해서 그의 완벽을 향한 욕구의 투사 대상으로서의 하나님 개념과 성경적 하나님을 비교하였으며 생활양식이 기독교 상담에 적용가능성이 많지만 주관적 세계관의 평가 기준이 되는 기독교세계관에 대한 이해의 필요성을 강조하였다.

중심단어: 아德勒, 세계관, 생활양식, 열등감, 사회적 관심

• 논문 투고일: 2016년 4월 10일

• 논문 수정일: 2016년 5월 4일

• 게재 확정일: 2016년 5월 11일

*아세아연합신학대학교

I. 여는 글

Adler는 심리학계에서 Freud, Jung과 함께 심리학의 거장으로 알려졌지만 한국에서는 Freud나 Jung에 비해서 비교적 잘 알려지지 않은 생소한 심리학자이다. 그러나 최근에 그에 대한 관심이 높아지고 그의 심리 이론을 주제로 쓴 책들이 베스트셀러가 되고 있다. 특히 Adler 심리학을 오랫동안 연구한 기시미 이치로가 쓴 『미움받을 용기』가 큰 인기를 끌면서 『버터내는 용기』, 『아들러심리학을 읽는 밤』 등과 같은 그와 관련된 다른 책들도 덩달아 주목을 받고 있다. 오늘을 사는 많은 한국인들이 Adler의 심리학에 열광하는 이유는 주체적인 삶을 살아가지 못하고 타인의 평가에 연연해하는 우리의 왜곡된 생활양식을 도전하고 있기 때문이다. 현대인들은 행복한 삶을 살고 싶으면서도 정작 행복한 삶이 무엇인지는 알지 못하는데 그 이유는 주체적인 삶을 살지 못하기 때문이다. 현대인들 특히 한국인들은 어릴 때부터 각자 스스로의 삶을 주도적으로 만들어가기 보다는 주위 사람들이 기대하는 역할을 감당하기에 급급하게 살아왔다. 그러기에 이 세상에 하나 밖에 없는 나로서 살지 못하고 타인의 시선에 붙들려서 살아온 것이 사실이다. 그러한 자신이 싫지만 어쩔 수 없다고 핑계를 대면서 살아가는 사람들을 향하여서 Adler는 과감하게 직면하고 바꿀 수 있는 용기를 가지라고 권면한다. 나는 누구이고 무엇을 좋아하며 어떠한 의미를 추구하면서 살아갔을 때 행복한지를 잊어버리고 사회가 강요하는 끊임없는 비교와 경쟁의 쳇바퀴를 돌리면서 살아가는 21세기의 한국인들을 향하여 Adler는 각자 선택한 자신의 인생을 주도적으로 살아갈 것과 다른 사람이 나를 어떻게 보는데 붙들리지 말 것을 호소한다.¹⁾ 또한 그의 글들은 복잡한 심리학적 이론을 나

1) Ichiro Kishimi, *Adler Jinsei Wo Ikinuku Shinri-Gaku*, 박재현 역, 『버터내는 용기』 (서울: 엑스오북스, 2015), 8-9.

열하기보다는 삶의 지혜를 들려주는 것 같은 메시지로 들리기에 많은 사람들이 공감을 하는 것이다.

Adler심리학은 과거에 어떠한 일이 있었는가를 강조하는 원인론이 아니라 앞으로 어떻게 살아갈 것인가 하는 목적론을 강조한다. 즉 인간의 과거 경험이 그 사람을 지배하는 것이 아니라 인간의 미래 목적이 그 사람의 정신세계를 지배하고 삶을 형성하는 핵심적인 에너지라고 보았다. Adler는 자신의 심리학을 개인심리학이라고 하였는데 그 이유는 인간 개개인은 각기 자신만의 독특한 성격을 형성하기 때문이다.²⁾ 개인심리학에서 표현하는 개인은 더 이상 나눌 수 없는 전체적인 개인의 성향을 강조하는 라틴어의 ‘*individuum*’에 어원을 두고 있는데³⁾ 그 이유는 인간을 이해하기 위해서는 인간 전체를 하나의 구분될 수 없는 통합적인 존재로서의 성향을 강조하기 위함이었다. 예를 들어서 Freud가 인간을 원본능, 자아, 초자아로 구분하는 것은 인간을 구분된 영역으로 나누어서 분석함으로써 인간을 통합된 존재가 아닌 비인격적인 존재로 환원시키는 것이라고 보았다.⁴⁾ 그의 개인심리학은 인간의 자기중심성을 강조하는 의미로서의 개인이 아니라 인간 개개인이 가지는 독특성을 강조하기 위함이었다. 즉 인간은 각자가 구별되는 관점으로 세상을 이해하고 만들어가기 때문에 한 사람을 이해하는 열쇠는 개개인의 문맥을 이해하는 것이라고 보았다.⁵⁾ 그 결과로 그는 주관적심리학의 선구자가 되었는데 주관적심리학은 현실에 대한 주관적 지각과 해석을 강조하며 형태치료, 현

2) Daniel A. Briggs, “A Comparative Historical Analysis of Adlerian, Freudian and Theocentric Systems of Psychology” (Ph.D. diss., Walden University, 1994), 8.

3) Alfred Adler, *What Life Could Mean to You*, 장병걸 역, 『그 사람이 나를 괴롭히는 진짜 이유』 (서울: 리베르, 2015), 42-43.

4) Stanton Jones & Richard Butman, *Modern Psychotherapies: A Comprehensive Christian Approach*, 이관직 역, 『현대 심리치료와 기독교적 평가』 (서울: 도서출판 대서, 2009), 311.

5) Ichiro Kishimi, 『버터내는 용기』, 28.

실치료, 합리적정서행동치료, 인지치료, 인간중심치료 등이 이에 해당된다.⁶⁾ 주관적심리학은 개인이 가지고 있는 독특한 인지적 틀을 존중하며 중요하게 여기기 때문에 상담의 과정에서도 개인적인 세계관 이해가 필수적이다.⁷⁾ 이 글에서는 Adler 심리학을 이해하는 핵심 개념 중 하나인 생활양식을 통해서 Adler의 개인심리학이 강조하는 주관적인 세계관을 살펴보고 기독교적이 관점에서 평가하고 적용점을 찾고자 한다.

II. 펴는 글

1. Adler의 심리이론 이해

Adler는 1870년에 비엔나에서 헝가리계 유대인으로 4남 2녀 중 둘째로 출생하였다. 그는 어린 시절 몸이 허약해서 여러 가지 병치레를 하였으며 폐렴으로 죽을 고비를 넘기기도 하였다. 그는 병치레를 많이 하면서 부모의 과잉보호와 관심을 받았지만 나중에 태어난 동생들에게 어머니의 관심이 급격하게 옮겨가는 경험을 하면서 깊은 상실감을 느꼈다. 그는 자신이 죽음의 위협에 직면하기도 하였지만 어린 시절 한 침대를 쓰던 동생이 밤사이 죽는 것을 보고 큰 충격을 받았다. 형제 관계에 있어서는 재능이 뛰어난 두 살 위인 큰형 Sigmund와 사이가 좋지 않았으며 늘 모범적인 형의 그늘에 가려져 있다고 생각하고 질투의 대상으로 여겼다.⁸⁾ 그는 구루병을 앓아서 약한 몸으로 인한 신체적인 열

6) Gerald Corey, *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, 조현춘 · 조현재 공역, 『심리상담과 치료의 이론과 실제』(서울: 시그마프레스, 2008), 146.

7) Heinz L. Ansbacher & Rowena R. Ansbacher, eds., *The Individual Psychology of Alfred Adler* (New York: Basic Books, 1956), 8-9.

8) Ichiro Kishimi, *Adler Shinrigaku Nyumon*, 박재현 역, 『Adler 심리학을 읽는 밤』(서울: 살림출판사, 2015), 184.

등감을 가지게 되었는데 이러한 경험들이 인간을 성장하게 하는 힘으로서의 열등감과 열등감을 극복하는 인간의 용기와 도전에 관심을 가지게 되었다.

Adler의 이론을 심리치료에서 따로 구별하기가 쉽지 않은데 그 이유는 그의 이론이 심리치료의 독자적인 영역이 되어서 영향을 미치기도 하였지만 동시에 다른 심리치료 이론들의 발전에도 많은 기여를 하였기 때문이다. Adler는 초기에 Freud의 『꿈의 해석』을 읽고 정신의학에 흥미를 가지게 되었으며 1910년에는 정신분석학회의 회장이 되었기 때문에 그의 이론의 뿌리에는 정신역동이 자리를 잡고 있다고 볼 수 있다.⁹⁾ 그러나 이듬해인 1911년에 학설적인 대립으로 인하여 Freud와 결별을 하고 1912년에 ‘개인심리학회’를 설립하면서 Freud와는 달리 아동기 경험이 우리를 만드는 것이 아니라 우리 스스로가 자신을 만들어가는 존재이며 과거의 경험보다 미래의 목적이 더 큰 영향을 준다는 점을 강조하였다.¹⁰⁾ 그 결과로 그의 이론은 심리역동에서 시작하였지만 Freud와 결별 후에는 심리역동보다는 인본주의 심리학이나 인지행동심리학으로 구분하는 경우가 많다. Adler 이론은 인간의 문제가 어릴 때 경험 특히 생후 첫 5년의 경험이 세상을 보는 독특한 관점을 형성하면서 삶의 주요한 목표가 결정된다는 측면에서 심리역동으로 분리 할 수 있다. 이 때 형성된 독특한 인생의 목적은 이 후의 삶에 주도적인 영향을 주는 해석의 틀을 형성하며 어른이 되어서도 이러한 세상을 이해하는 공식은 대부분 변하지 않고 고착된다. 인간이 성인이 되어서 표출되는 표현은 달라질 수 있지만 목표지향적인 정신생활을 이끌어가는 근본 토대나 목표는 쉽게 변하지 않는다고 보았다.¹¹⁾

9) Ichiro Kishimi, 『Adler 심리학을 읽는 밤』, 188-189.

10) Corey, 『심리상담과 치료의 이론과 실제』, 121.

11) Alfred Adler, *Menschenkenntnis*, 라영균 역, 『인간이해』 (서울: 도서출판 일빛, 2015), 15-16.

또한 Adler는 최초의 인본주의 심리학자였다.¹²⁾ Adler를 최초의 인본주의 심리학자라고 부르는 이유는 그가 Freud의 결정론적인 인간관을 거부하고 인간이 외부의 힘에 의해서 끌려가는 존재가 아니라 인간 내면의 주관적인 해석의 힘과 열등감을 극복하고 완벽을 향하여 나아가는 존재로서의 인간 내면의 힘을 강조하였기 때문이다. 그는 인간에 대한 상대적이고 주관적인 이해를 강조하였으며 인간은 각자가 삶에 대한 의미를 부여하는 것이지 절대적이고 객관적인 의미는 없다고 보았다. 즉 인간 개개인이 스스로 선택한 목적대로 행동하고 추구하는 주관적인 측면을 강조한다. Jones는 Adler의 이론을 인지행동심리학의 한 부류로 구분하는데 그 이유는 Adler가 인지의 중요성과 선택을 강조하고 있기 때문이다.¹³⁾ Adler를 가리켜서 인지행동치료를 이미 50년 전에 시작한 사람이라고 말할 정도로 개인심리학과 인지행동심리학 사이에는 공통점이 많이 있는데 특히 인간의 세계관이 주관적이라는 사실을 강조하면서 객관적인 사실이 중요한 것이 아니라 사물에 대한 해석의 중요성을 강조한 점이다.¹⁴⁾ Ellise도 자신의 인지행동치료 이론이 Adler의 주장과 매우 흡사한 면이 있음을 강조하는데 인지행동치료가 내담자의 비합리적인 믿음이나 태도가 불편한 정서를 만들고 심리적 고통을 야기한다고 보았다면 개인심리학은 왜곡된 삶의 목표가 심리적 왜곡을 야기한다고 주장한다고 하였다. 그러나 비합리적 믿음이나 왜곡된 삶의 목표가 모두 인간의 인지에서 발생한다는 공통분모를 가지고 있다고 하였다.¹⁵⁾

12) Briggs, "A Comparative Historical Analysis of Adlerian, Freudian and Theocentric Systems of Psychology," 6.

13) Jones & Butman, 『현대 심리치료와 기독교적 평가』, 307.

14) Albert Ellis, "Rational Psychotherapy and Individual Psychology," *Journal of Individual Psychology* 13(1957): 38.

15) Ellis, "Rational Psychotherapy and Individual Psychology," 39-40.

2. 세계관과 생활양식

1) 세계관과 인지도식의 이해

세계관이란 무엇인가? 인간은 사물을 객관적인 실체로 인식하기보다는 주관적인 해석을 통해서 이해한다. 즉 인간의 행동과 사고는 삶과 인생에 대한 특정한 전제나 믿음에 의해서 많은 영향을 받게 된다. 세계관은 현실을 이해하는 인지적 틀이라고 볼 수 있는데 인생의 궁극적인 질문인 인간 존재의 의미나 하나님의 실존에 관한 질문에서부터 일상의 다양한 선택을 위한 가치기준에 이르기까지 개인의 내면에 각인된 세계관의 영향을 받게 된다. 세계관은 원래 독일어 “Weltanschauung”에서 온 것으로서 두 단어 “Welt(world)”와 “Anschauung(view 또는 outlook)”의 합성어로서 세계를 보는 시각 또는 안목을 의미한다.¹⁶⁾ 세계관은 철학, 심리학, 문화인류학 등에서 각기 다른 단어들로 사용되고 있는데 그 예를 들면 “삶의 철학” “세상을 보는 전제들” “세상을 보는 관점들” “현실에 대한 비전” “자신과 세계를 구성하는 시스템” “문화적 성향” “의미의 무의식적 구조” 등과 같은 표현들을 사용한다.¹⁷⁾

세계관은 타문화상담에서도 많이 활용되어지는 개념이다. 모든 상담은 근본적으로 타문화적인 요소를 포함하고 있는데 그 이유는 모든 사람은 각기 다른 경험을 가지고 있으며 각자의 독특한 관점을 형성하기 때문이다. 상담자가 내담자의 독특한 세계관을 이해하지 못한다면 상담이 이루어질 수 없다. 타문화상담 연구도 초기에는 서로 다른 문화적인 집단이 가지고 있는 세계관의 차이에 중점을 두고 연구를 하였으나 최근의 동향은 그룹 안에서 각각의 개인이 가지고 있는 독특한 세계관의 차이에

16) 전광식, “세계관과 기독교 세계관”, 고신대학교 기독교사상연구소, 「기독교 사상연구」 창간호(1992): 11.

17) Mark E. Koltko-Rivera, “The Psychology of Worldviews,” *Review of General Psychology* 8, no. 1(2004): 4.

대한 이해로 발전하고 있다.¹⁸⁾ 타문화 상담을 포함한 모든 종류의 상담에서 세계관은 변화의 가장 중요한 매개체가 된다.

심리도식은 개개인이 사물을 해석하는 틀로서 주관적인 세계관을 나타낸다. 도식이라는 개념은 원래 여러 학문에서 사용되어져 왔다. 원래 헬라어의 의미는 윤곽 또는 계획이라는 뜻을 가지고 있으며 Kant 철학에서는 구성원 모두에게 공통적으로 해당되는 개념을 의미한다.¹⁹⁾ 심리도식(schema)이란 개념을 Frederic C. Bartlett에 의해서 처음으로 사용되었으며 그는 인간의 새로운 기억은 과거에 가지고 있었던 심리도식에 연상 작용을 일으킨다는 사실을 실험실 연구를 통해서 발견하였다.²⁰⁾ Allport는 심리도식을 한 사람의 가치추구에 기여하는 개념으로 보았는데 비록 모든 사람이 자신의 심리도식의 가치에 일관성 있게 행동하지 않는다 할지라도 삶의 다양한 선택에 미치는 영향이 크다고 하였다.²¹⁾ 그 이후 이 개념은 거의 사용되지 않고 있다가 60년대에 인지심리학의 발달과 함께 다시 활발하게 사용되기 시작하였다. 인지심리학에서 사용하는 인지도식은 경험에 의해서 축적된 특정한 패턴을 의미하는데 일상 생활에서의 경험에 구체적인 의미를 부여하는 기능을 한다. Aaron Beck은 그의 인지치료 이론에서 인지의 구조를 핵심믿음, 중간믿음 그리고 자동적 사고로 구분하였는데 그중에서 핵심믿음을 인지도식이라고 불렀다. 그러나 그는 인지도식과 핵심믿음을 동일한 것으로 보지는 않았으며 인지도식을 마음에 있는 인지적인 구조라고 설명하고 핵심믿음은 인지 구조 안에 있는 구체적인 내용이라고 설명하였다.²²⁾ 그러나 많은 학자

18) Jane G. Trevino, "Worldview and Change in Cross-Cultural Counseling," *The Counseling Psychology* 24, no. 2(1996): 199.

19) Jeffrey E. Young, Janet S. Klosko & Marjorie E. Weishaar, *Schema Therapy*, 권석만 외 공역, 『심리도식치료』 (서울: 학지사, 2011), 21.

20) Koltko-Rivera, "The Psychology of Worldviews," 25.

21) Gordon W. Allport, *Becoming* (New Haven, CT.: Yale University Press, 1955), 75-78.

22) Judith S. Beck, *Cognitive Therapy* (New York: Guilford Press, 1995), 166.

들은 인지도식과 핵심믿음을 구분하지 않고 같은 개념으로 이해한다.²³⁾ 긍정적이거나 부정적인 인지적 구조와 핵심믿음은 어릴 시절 본인에게 중요한 대상들과의 관계와 다양한 성장과정의 경험들을 통해서 형성되는데 그 이유는 사람은 어릴 때부터 자기 주변 환경에 적응하고 반응하기 위해서 자신에게 일어나는 일들을 이해하고 설명하려는 시도를 하기 때문이다. 그 결과로 사람들은 세상이나 타인들과의 교류를 통해서 특정한 인지 도식을 습득하게 되는데 이 도식은 긍정적이거나 부정적이다.²⁴⁾ 이 도식은 대부분 생애 초기에 형성되는데 성장하는 과정에서 좀 더 분명해지고 정교해지는 과정을 거치지만 기본적인 틀은 성인이 된 후에도 지속적으로 유지되는 경향이 있는데 그 이유는 비록 인지도식이 부정확하다고 할지라도 인지적 시각을 바꾸기보다는 이미 고착된 관점을 지속적으로 유지하려는 욕구가 있기 때문이다.²⁵⁾

2) 생활양식(life style)의 이해

Adler는 인간 개개인의 세계관을 지칭하는 개념으로 '생활양식'을 사용하였는데 이 개념은 인지도식과 매우 흡사하다. 인지도식과 같이 생활양식도 '삶에 대한 개인의 기본적인 틀'이며 한 사람을 다른 사람과 구별하는 한 개인의 독특한 성격이라고 말할 수 있다.²⁶⁾ 그는 인지도식이라는 표현과 같은 개념으로 '통각도식(schema of apperception)'²⁷⁾을 사용하였는데 이는 좀 더 종합적인 인지적 관점을 표현하는 의미이다. 통각은 자신과 세상을 종합적으로 이해하는 관점을 의미하는데 통각도식이라는 주관적인 틀 안에는 개인의 사고나 감정 그리고 가치관 등이 포

23) Beck, *Cognitive Therapy*, 166.

24) Beck, *Cognitive Therapy*, 16.

25) Young, *Klosko & Weishaar*, 『심리도식치료』, 22.

26) Corey, 『심리상담과 치료의 이론과 실제』, 123.

27) Ansbacher & Ansbacher, eds., *The Individual Psychology of Alfred Adler*, 182.

함된다. 그는 인간이 자신의 통각도식을 통해서 세상을 보려고 하며 각자가 주관적으로 해석해서 이해하는 삶이 객관적인 삶보다 더 중요하다고 보았다. 생활양식은 내면의 통각도식이 행동을 통해서 보여 지는 측면을 지칭하는 것이지만 일반적으로 생활양식은 내면의 통각도식을 포함하고 있는 개념이라고 할 수 있다.

생활양식의 기초가 되는 인생의 중심철학을 사적논리(private logic)²⁸⁾라고 하는데 이 개념은 Aaron Beck의 핵심믿음에 해당한다. 사적논리는 스스로 의식하지 못하지만 자기, 타인, 세상을 형성하는 원초적인 개념을 형성하면서 옳고 그름이나 좋고 나쁨을 평가하고 판단하는 기능을 한다. 생후 몇 년 동안 유아는 부모나 형제들과의 관계나 일상의 경험을 통해서 자신과 타인 그리고 주위 환경(세상)에 대한 옳고 나쁨의 평가를 하게 된다. 이러한 개인적인 인식은 내가 누구이고 타인은 어떤 존재이며 세상은 어떠한 곳인가에 대한 독특한 인식을 뿌리내리게 하며 자신의 성격을 다른 사람과 구분되도록 만드는 밑거름이 된다.²⁹⁾ 인간의 많은 행동들은 스스로는 인식하지 못하지만 사적논리에 기초한 인지적인 과정을 통해서 이루어지며 사적 논리가 일반적인 사회문화적인 논리와 맞지 않을 때 심리문제가 발생한다.

이처럼 생활양식은 한 개인이 삶의 과제를 대처할 때 보여주는 반복적인 생각과 감정 그리고 행동적인 패턴을 지칭하는데 이는 그 사람이 인생의 과제들을 대처하는 독특한 태도를 나타낸다. 생활양식은 인간의 모든 행동이 목적 지향적이고 일관성이 있으며 단순하게 주위의 자극에 반응하는 존재가 아닌 자신만의 일관성 있는 세계관을 통해서 해석하고 주도적으로 행동하는 주체로서의 인간관을 표현하는 개념이다.³⁰⁾ 인간

28) Don C. Dinkmeyer, W. L. Pew & Don C. Dinkmeyer, Jr., *Adlerian Counseling and Psychotherapy* (Belmont, CA.: Wadsworth Publishing Company, 1979), 27.

29) Dinkmeyer, Pew & Dinkmeyer, Jr., *Adlerian Counseling and Psychotherapy*, 30.

30) Ansbacher & Ansbacher, eds., *The Individual Psychology of Alfred Adler*, 181-183.

보일 수 있어도 모순으로 보여 지는 행동들의 이면에는 통일된 목표가 있다. 이처럼 한 개인의 생각과 감정과 행동도 일관성을 가지고 있기 때문에 그 사람의 성격과 삶의 양식을 이해 할 수 있다. Adler는 인간이 삶의 중요한 과제인 인간관계, 사랑 그리고 직장의 영역에서 독특하고 통일적인 반응을 보이게 되며 이러한 행동양식은 도전받지 않는 한 일평생 지속된다고 보았다.³⁴⁾ 통일된 생활양식은 수동적으로 환경에 의해서 만들어지는 것이 아니고 인간 개개인이 가지고 있는 창조적인 힘으로 각기 독특하게 만들어진다고 보았다. 인간이 사회적이고 문화적인 영향을 받으면서 성장을 하지만 단순하게 주위의 자극에 의해서 주조되는 것이 아니라 자극에 창조적으로 반응하고 자신의 구별된 스타일을 형성하게 된다. 예를 들어서 아이가 자신이 속한 문화권의 언어를 습득하고 글쓰기를 배우지만 아이들은 각기 다른 필기체를 만드는 것과 같이 인간은 환경을 자신의 방식으로 대처하고 스스로의 창조적인 삶을 만들어가는 존재이다. 생활양식은 이러한 Adler의 미래 지향적이고 목표 중심적이며 개개인의 독특한 가치를 중시하는 개인심리학을 잘 대변하고 있다. 그리고 마지막으로 생활양식은 기능적이고 행위적인 측면을 강조하는데 생활양식은 개념이 아니라 행동으로 표출된다는 의미이다. 한 사람의 생활양식은 독특한 목표를 세우게 만들며 그 목표를 추구하는 다양하지만 통일성이 있는 행동들을 하도록 한다.

한 개인의 생활양식을 엿볼 수 있는 단서는 꿈과 초기기억이다. Freud와 마찬가지로 Adler도 인간의 무의식이 자신이 인식하고 있는 세계를 드러낸다고 보았다. 특히 내담자가 꾸는 꿈은 내담자의 어린 시절 초기 기억과 함께 그 사람의 삶의 목표와 생활양식을 드러내는 중요한 도구라고 보았다. Freud는 꿈의 목적이 현실에서 성취될 수 없는 욕망을 충족시키는 것이라고 보았지만 Adler는 꿈을 생활양식의 산물이며 생활양식을

34) Adler, 『인간이해』, 85.

강화하는데 도움이 되는 도구라고 보았다.³⁵⁾ 또한 개인의 초기 기억이 그 사람의 세계관을 말해주는 계시적인 정보가 된다고 보았다. 그는 사람들의 초기 기억들 가운데 ‘우연한 기억’은 존재하지 않는다고 하였는데 그 이유는 인간의 모든 기억이 우연히 생각나는 것은 없고 모두가 기억하기로 선택한 것들이라고 본다.³⁶⁾ 즉 자신의 세계관에 부합하는 기억들을 선별적으로 선택하기 때문에 기억이 정확한지는 중요하지 않으며 기억이 무엇을 상징하는가와 초기 경험을 어떻게 해석했느냐가 중요하다. 초기 기억의 핵심은 나는 어릴 때 세상을 이렇게 보았다는 인생관을 보여주는 정보이며 현재 자신이 세상과 자신을 보는 관점을 이해할 수 있는 정보가 된다. 그러기에 만일 개인의 생활양식이 달라지면 그 사람의 초기 기억도 바뀌게 된다.³⁷⁾

3) 생활양식과 열등감

개인의 독특한 생활양식은 두 가지 요소에 의해서 발달하는데 첫째는 우월욕구 또는 권력욕구이며 둘째는 공동체감 또는 사회적 관심이다.³⁸⁾ 우월욕구는 인간의 열등감에서부터 오는데 열등감을 극복하기 위해서 인간은 우월해지고 싶고 권력을 가지려고 하는 욕구가 나타나게 된다. 즉 우월성을 추구하고 권력을 쟁취하려는 인생의 목표가 그 사람의 특정한 행동 패턴을 형성하고 인지적인 패턴이나 감정의 표현을 특정한 방향으로 만들어 간다. 그리고 공동체감 또는 사회적 관심은 인간이 사회적 존재로 살아가야 하기 때문에 필연적인 요소이다. 인간 개개인은 결국 공동체의 관점에서 평가되기에 공동체의 요구는 개인의 삶을 형성하

35) Alfred Adler, *What Life Could Mean to You*, 장병걸 역, 『그 사람이 나를 괴롭히는 진짜 이유』, 143-149.

36) Adler, 『그 사람이 나를 괴롭히는 진짜 이유』, 112.

37) Adler, 『그 사람이 나를 괴롭히는 진짜 이유』, 108.

38) Adler, 『인간이해』, 161-166.

는 뿌리가 된다. 그러기에 공동체감을 키우고 발전시키는 사회적 관심이 결여된 사람은 진정한 인격적 성숙을 이룰 수 없다.

Adler는 인간의 세계관을 이해하기 위해서는 그 사람의 신체적 정신적 가족적 성별적 결함을 볼 수 있어야 한다고 하였다.³⁹⁾ 그 이유는 성장과정의 다양한 결함은 열등감을 고조시키고 우월감에 대한 욕구를 더욱 강하게 만들어서 자신과 타인 그리고 세상을 보는 관점에 절대적인 영향력을 주기 때문이다. 그러나 이러한 결함들 자체가 한 사람의 생활양식을 형성하는 절대적이고 객관적인 뿌리가 되는 것은 아니며 이러한 결함들을 어떻게 이해하고 받아들이느냐에 따라서 개인의 세계관은 달라질 수 있다.

열등감의 보상은 Adler 심리학을 이해하는 중요한 개념 중 하나이다. 인간은 태어날 때부터 부모의 주의를 끌고 관심을 받으려는 인정욕구가 있는데 이러한 욕구는 자연스럽게 자신의 열등감을 극복하고 더욱 우월해지려는 노력을 하도록 만들게 된다. 이처럼 각 사람은 우월성을 추구하고자 하는 목적을 가지는데 이는 열등감을 극복하고자 하는 목표에서 기인하며 본질적인 열등감에서 오는 무력감을 극복하기 위해서 우월하고자 하는 욕구를 가지게 된다.⁴⁰⁾ 성장하는 과정에서의 경험에 따라서 차이는 있을 수 있지만 모든 아이들은 어른들과 자신을 비교하면서 스스로를 작고 열등한 사람이라는 판단을 하고 그 결과로 열등감을 가지고 성장하게 되며 이러한 열등감은 아이들이 더 우월해지려는 목표를 세우도록 만든다.⁴¹⁾ Adler는 열등감이 모든 사람들이 경험하는 보편적인 경험이며 이상한 현상이거나 부정적인 기능이 아니라 오히려 자신의 장애나 부족함을 극복하고 더욱 완전을 향해 발전하는 동기부여의 원천으로 보았다.⁴²⁾

39) Adler, 『인간이해』, 81.

40) Adler, 『그 사람이 나를 괴롭히는 진짜 이유』, 88.

41) Adler, 『인간이해』, 73-76.

42) Corey, 『심리상담과 치료의 이론과 실제』, 122.

그러나 열등감이 자신의 상황을 개선시켜 가기 위한 노력으로 나타나기 위해서 절대적으로 필요한 요소가 용기이다. 용기는 현재 직면한 어려움을 회피하거나 부인하지 않고 직면하는 힘이며 삶에 대응하는 행동을 계속하는 것이다.⁴³⁾ 인생의 다양한 과제들 앞에서 도망하거나 핑계대지 않고 행동으로 반응할 수 있는 힘이 있는 사람은 궁극적으로 성장하고 완벽하지는 않을지라도 자신의 과업을 이루어 갈 수 있다. 책임이라는 영어 표현인 'responsibility'는 'respond'와 'ability'의 합성어로서 그 의미는 응답하는 능력이라는 뜻인데 용기 있는 사람은 인생의 과업에 책임을 지는 사람 즉 인생의 과업에 응답할 수 있는 능력이 있는 사람이라는 것이다.⁴⁴⁾ 그러나 용기를 잃은 사람은 현실적인 노력을 하면 상황을 개선시킬 수 있다는 믿음을 갖지 못하게 되고 시간이 흐를수록 열등감은 더욱 강해진다. 열등감의 압박이 너무 심해지면 개인은 자신에게 문제를 해결 할 수 있는 능력이 없다고 확신하게 되는데 이럴 때 열등콤플렉스가 나타난다. 열등콤플렉스에 갇힌 사람은 인생의 다양한 과제들을 만날 때에 직면해서 책임지기 보다는 인생의 과제를 피할 수밖에 없는 구실을 만들고 타인들에게 자신을 포장하려한다. 즉 열등콤플렉스는 인생의 과제를 회피하기 위한 구실을 만들기 위해서 고안해내는 심리적인 방어기제인데 Adler는 이것을 '인생의 거짓말'이라고 불렀다.⁴⁵⁾ 열등감이 인간의 우월해지고 싶은 욕구를 자극해서 삶의 과제를 직면하는 일에 에너지를 집중시킨다면 열등콤플렉스는 열등감을 느끼게 하는 인생의 과제를 회피하고 자신을 보호하는 일에 에너지가 집중된다. 그 결과로 열등콤플렉스를 가진 사람은 성공을 위한 노력보다는 실패를 회피하려는 노력을 기울이게 된다. 열등콤플렉스는 부정적인 생활양식을 발전시키는 모판의 기능을 한다.

43) Jones & Butman, 『현대 심리치료와 기독교적 평가』, 314.

44) Ichiro Kishimi, 『Adler 심리학을 읽는 밤』, 40.

45) Ichiro Kishimi, 『Adler 심리학을 읽는 밤』, 223.

4) 생활양식과 사회적 관심

Adler는 사회적 존재로서의 인간을 강조하였으며 그 결과로 사회적 관심(Social Interest)⁴⁶⁾을 건강한 생활양식의 필수적인 조건으로 보았다. 그는 “모든 인간은 태어날 때부터 타고난 사회적 관심을 가지고 있는데 이는 개인이 가지고 있는 창조적 힘을 잘 이끌어주는 양육을 통해서 개발되어야 한다”고 하였다.⁴⁷⁾ 인간은 태어날 때부터 공동체라는 사회적인 환경에서 살아가야 하기 때문에 공동체에 대한 관심이나 태도는 그 사람의 행동양식을 결정하게 된다. 인간의 사회적 관심이 건강한 양육을 통해서 잘 발달되면 사회에 건설적으로 기여하는 삶을 살 수 있지만 그 반대로 사회적 관심이 발달하지 못하면 사회에 적대적인 태도를 가지거나 회피하는 파괴적인 삶으로 발달할 수도 있다. 즉 인간의 가장 원초적인 애정욕구가 잘 발달되면 건강한 대인관계와 공동체감각을 발전시키게 되고 사회적으로 유용하고 공헌하는 개인으로 성장할 수 있다. 그러나 애정욕구가 사회적 관심으로 발전하지 못하면 인간은 자신에게 집중하는 이기적인 존재가 되고 인간관계의 어려움을 겪을 뿐 아니라 자아의 감각적인 욕구충족에 모든 에너지가 투입된다.⁴⁸⁾ 사회적 관심의 결여는 다양한 삶의 문제를 야기 할 수 있는데 범죄자들이나 비행 청소년, 신경증 환자들에게서 공통적으로 나타난다. 이들은 사회에 긍정적으로 기여하고자 하는 상호의존성이 결여되어 있고 필요한 용기가 부족해서 사회에 기여하는 삶의 양식을 형성하기보다는 사회에 해를 주고 결과

46) 사회적관심(Social Interest)는 Adler가 사용한 *Gemeinschaftsgefuehl*을 번역한 것인데 그 의미는 공동체감 또는 사회에 대한 책임이라는 해석에 가깝다. 이 개념은 현실을 극복하거나 적응하기 위해서 인간이 주위 환경에 적절하고 반응하는 정도를 나타내는데 사회 환경에 대한 적응은 사회적인 관심에 의해서 좌우된다는 것이다. Arththur G. Nikelly, “Social Interest: A Paradigm for Mental Education,” *The Journal of Individual Psychology* 18, no. 2(1962): 149.

47) Alfred Adler, “*Superiority and Social Interest*,” eds. H. L. Ansbacher & R. R. Ansbacher (Evanston, IL.: Northwestern University Press, 1964), 40.

48) Ichiro Kishimi, 『버터내는 용기』, 24-25.

적으로는 스스로를 파괴하는 생활양식에 고착된다.

생활양식은 개인의 사회적 관심에 따라서 크게 4가지로 구분되는데 첫째는 사회적 유용형 둘째는 지배형 셋째는 기생형 그리고 마지막으로 회피형이다. 사회적 유용형은 개인적인 우월성을 만들 강조하고 추구하기보다는 자신의 문제를 자신 뿐 아니라 타인에게도 유익이 되는 방법으로 해결하려고 노력한다. 이에 비해서 지배형은 타인을 지배함으로써 자신의 우월성을 증명하려고 하는 경향이 강하며 기생형은 타인에게 의존하려고 하며 자신의 노력 없이 원하는 것을 얻으려고 한다. 마지막으로 회피형은 모든 선택이나 시도를 하지 않으며 매사에 부정적이거나 소극적인 태도를 가질 뿐 아니라 타인에 대한 관심도 별로 없다.⁴⁹⁾

Adler는 사회적 관심의 발달을 방해하는 요소들이 신체적 결함이나 부모의 양육태도라고 보았다.⁵⁰⁾ 아이들의 신체적 결함은 삶의 문제를 해결하는데 어려움을 주게 되며 그 결과로 주위 환경에 관심을 갖기보다는 자신의 세계에 함몰되거나 주위 환경을 적대적으로 여기게 된다. 그리고 애정이 없는 부모나 과도한 애정을 주는 부모도 친밀한 관계를 기피하거나 응석받이를 만들어서 공동체감 발달을 어렵게 한다. 이들은 자신이 세상의 중심이 되고 다른 사람들이 나를 위해서 존재한다고 여기게 되며 자신에게 모든 관심이 집중되기 때문에 열등콤플렉스나 우월콤플렉스에 빠질 가능성이 많으며 자신에게 집착하게 된다.

3. Adler 이론의 기독교상담적 평가

Adler는 자신이 유대교에서 기독교로 개종을 했을 뿐 아니라 Freud와는 달리 친기독교적인 입장을 고수하였기 때문에 그의 심리이론은 다른

49) Dinkmeyer, Pew & Dinkmeyer, Jr., *Adlerian Counseling and Psychotherapy*, 33-34.

50) Adler, 『인간이해』, 43-49.

어떠한 심리이론들에 비해서 기독교상담에서 활용하기에 좋은 이론이라고 볼 수 있다.⁵¹⁾ Adler의 인간이해는 기독교 인간이해와 비슷한 측면들이 많이 있는데 예를 들면 인간을 목적론적이고 목표지향적인 존재로 보는 것과 전인적인 존재로서의 인간으로 이해하는 측면 그리고 인간의 공동체성과 사회적 관심을 중요하게 여기는 것들이다. 성경은 인간의 모든 행동이 궁극적으로 하나님의 영광을 드러내는 목적에 맞추어져 있다고 하였으며(고전 10:31) 인간의 죄는 자신의 정욕을 채우는 목적에 맞추어서 살아가는 것이라고 하였다(롬 1:24; 7:5; 13:14). 또한 성경은 인간이 구분될 수 있는 존재가 아니라 통일성 있는 전인적인 존재임을 강조하고 있다.⁵²⁾

Adler 심리치료의 핵심은 어린 시절부터 형성된 역기능적인 생활양식을 인식하고 기능적인 생활양식으로 바꾸어 주는 것이다.⁵³⁾ 결국 심리치료의 목표는 세계관의 변화에 있는데 그 이유는 세계관을 대변하는 생활양식이 내담자의 인생목표와 목표를 이루는 독특한 방법을 포함하고 있을 뿐 아니라 내담자 자신과 타인 그리고 세상을 보는 관점을 이해하는 가장 중요한 자원이기 때문이다. Adler는 인간의 불행과 실패가 결국 사회적 관심의 결여에서 오는 것이기 때문에 상담자는 내담자와의 의미 있는 관계 경험을 통해서 사회적인 관심을 증대시키고 그 결과로 타인에게 나아가도록 도와야 한다고 하였다.⁵⁴⁾ 자기중심적인 세계관에서 이웃과 사회에 대해 관심을 가지는 세계관으로의 변화가 개인의 부정적인 정서와 열등감을 극복하고 궁극적으로는 완벽을 향해서 나아가고자 하는 인간의 근본적인 욕구를 충족시키는 힘이라고 보았다. 이를 위해서는 상담

51) Adler가 Freud와의 결별에 영향을 미친 것들 중 하나가 Adler가 유대교에서 기독교로 개종한 것이라고 보는 견해도 있다. Ichiro Kishimi, 『Adler 심리학을 읽는 밤』, 190.

52) 인간이 영과 육으로 이루어졌다는 이분설과 영, 혼, 육으로 이루어졌다는 삼분설은 인간을 나누기 위한 개념이 아니라 인간의 전인성을 강조하기 위한 것이다.

53) Richard E. Watts, "Biblically Based Christian Spirituality and Adlerian Psychotherapy," *The Journal of Individual Psychology* 56, no. 3(2000): 316.

54) Ansbacher & Ansbacher, eds., *The Individual Psychology of Alfred Adler*, 341.

자는 내담자와의 의미 있는 치료적인 관계를 통해서 사회적인 관심을 강화시켜 나아가야 한다.⁵⁵⁾ 양육과정에서 결핍된 의미 있는 관계경험을 상담자가 대신 제공해 주고 그 결과로 내담자에게 결핍되었던 사회적 관심을 갖도록 함으로 유용한 생활양식의 목표를 세우도록 돕는 것이다. 즉 자신에게 초점을 둔 이기적인 인생목표에서부터 사회적으로 유익하고 공동체에 도움이 되는 이타적인 인생목표로 전환하는 것이다.

Anderson은 Adler의 생활양식에 나타난 왜곡된 관점과 목표를 인식시키고 사회에 유용한 생활양식으로 바꿀 수 있도록 용기를 주는 심리치료가 기독교상담에 활용될 수 있음을 강조한다.⁵⁶⁾ 기독교상담의 현장에서 자신과 세상에 대한 왜곡된 인식으로 말미암아 삶의 다양한 어려움을 호소하는 내담자들을 만나게 된다. 특히 이들 중에는 완벽주의와 실패에 대한 두려움으로 말미암아 공동체에 대한 관심이 결여되어 있고 타인과의 모든 관계를 승패의 관점에서만 보려는 사람들이 있다. 이들의 문제는 인간의 보편적인 정서인 열등감이 공동체감과 사회적 관심을 결여시키고 그 결과로 오직 자기 자신에게만 모든 초점과 관심을 두게 되는 것이다. 이들은 타인에 대한 관심이 부족하고 자신이 타인에게 어떤 인상을 주는지에 과도한 관심을 가지게 된다. 타인은 자신을 끊임없이 판단하는 대상으로 인식하기 때문에 주변 사람들에 대해서 적대적인 생각을 하게 된다. 이들에 대한 기독교 상담적인 접근은 자신에게 모든 관심과 에너지가 집중되어 있는 세계관을 허물고 기독교적인 세계관으로의 전환이다. 성경은 마음의 변화를 중요하게 여기고 있으며(롬 12:2; 고 후 10:5) 마음의 변화는 사물을 이해하는 관점이 새롭게 되어야 한다고 강조한다. 사도바울은 우리의 속사람이 새로워지고 보이지 않는 영원한

55) Hebert Anderson, "Individual Psychology and Pastoral Psychology: Some Common Concerns," *The Journal of Individual Psychology* 27, no. 1(1971): 33.

56) Anderson, "Individual Psychology and Pastoral Psychology: Some Common Concerns," 30.

것을 주목할 때에 우리가 낙심하지 않고 용기를 얻을 수 있다고 하였다(고후 4:16-18). 즉 기독교인이 된다는 것은 자신에게 모든 관심과 초점을 두었던 태도를 버리고 하나님과 이웃을 향하여 마음을 열고 나아가는 세계관의 변화를 의미한다. 이러한 공동체성과 사회적 관심은 성경의 가르침과 기독교 영성이 강조하는 하나님과의 수직적인 관계 그리고 이웃과의 수평적인 관계에서 잘 나타난다.⁵⁷⁾ 성경은 공동체 속에서 존재하는 사회적인 존재로서의 인간을 강조하고 있으며 인간의 죄는 공동체성과 관계성을 파괴하는 것이다.⁵⁸⁾

Adler 심리이론이 기독교상담의 관점에서 활용할 수 있는 여지가 다른 어떠한 심리 이론들에 비해서 많은 것은 사실임에도 불구하고 그의 이론에 대한 비판적인 시각이 있는 것도 사실이다. 비록 그가 유대교에서 기독교로 개종을 하였지만 그의 기독교에 대한 믿음은 매우 회의적이었다.⁵⁹⁾ 적어도 그의 신앙은 복음주의적인 기독교가 아니라 자유주의적이고 인본주의적인 측면이 강하였다.⁶⁰⁾ Adler 심리학은 다른 주관주의 심리학과 같이 인간 자신이 모든 진리의 중심이 되는 사상이 이론의 핵심이다. 하나님이 아닌 인간 자신이 예배의 대상이 되며 모든 기준의 척도가 된다. 그가 이해한 하나님은 만물을 창조하시고 심판하시며 구원을 행하시는 성경에 기록된 초월적인 존재로서가 아니라 단순히 인간이 완전해지려는 욕구를 추구하는 대상으로서의 이미지이다.⁶¹⁾ 그는 인간이

57) 구약의 십계명 중 전반부는 하나님과의 관계 그리고 후반부는 이웃과의 관계에 초점이 있으며(출 20:1-17) 신약에서는 예수님이 구약의 모든 계명을 하나님 사랑과 이웃 사랑의 두 계명으로 요약해서 제자들에게 가르쳐 주셨다(마 22:37-40).

58) Jones & Butman, 『현대 심리치료와 기독교적 평가』, 324.

59) Kaufmann은 Adler가 기독교를 믿지 않았다고 하였다. Walter Kaufmann, *Discovering the Mind: Freud versus Adler and Jung*, vol. 3(New York: McGraw-Hill Book Company, 1980), 178-179.

60) Jones & Butman, 『현대 심리치료와 기독교적 평가』, 316.

61) Anderson, "Individual Psychology and Pastoral Psychology: Some Common Concerns," 29.

열등감을 느끼고 열등감을 극복하기 위해서 더욱 우월하고 완벽한 존재로 발전하려는 욕구의 궁극적인 목표가 되는 이상적인 대상이 하나님이라고 하였다.⁶²⁾ 그러기 때문에 신앙생활을 통해서 인간이 하나님과 하나가 되려는 과정은 건강한 생활양식을 형성하는 긍정적인 기능을 한다고 보았다.⁶³⁾ 이 측면에서는 Adler도 Freud와 같이 하나님을 객관적인 대상이 아닌 인간 자신의 심리적 투사물로 이해하였다.

기독교는 인간의 문제가 단지 어린 시절에 주어진 외부 자극과 내면의 왜곡된 의미부여로 인하여 형성된 잘못된 생활양식이라고 하지 않는다. 인간은 범죄 함으로 타락하였고 타락한 본성으로 인하여 잘못된 삶의 틀과 방식을 갖게 되었다. 낙담한 사람은 용기가 필요하지만 죄로 인하여 타락한 사람은 구원이 필요하다. Adler가 신경증을 낙담이라고 부르고 용기가 필요하다고 함으로서 신경증 환자에게 어느 정도 책임감을 부여한 것은 중요하다. 그러나 성경은 인간이 단지 낙담하였기 때문에 가진 자원을 활용하지 못하고 문제를 극복하지 못한다고 말하지 않는다. 그러기에 기독교 상담은 스스로는 구원할 수 없는 인간 존재의 유한성과 하나님으로부터의 구원이 필요한 존재임을 이해하는 노력이 추가되어야 한다.

Arthor Holmes는 기독교세계관이 필요한 이유를 4 가지로 설명하면서 사유와 삶을 통일시키기 위해서, 선한 생활을 정의하고 인생의 희망과 목적을 찾도록 하기 위하여, 사고를 인도하기 위하여 그리고 마지막으로 행동을 인도하기 위하여 라고 한다.⁶⁴⁾ Adler가 주장하는 인간의 주관적인 세계관 즉 각기 다른 생활양식을 가지고 있기에 모든 사람들은

62) Alfred Adler, *Social Interest: a Challenge to Mankind* (New York: Caprion Books, 1964), 96.

63) Zoltan Ambrus, "Theological Aspect of Alfred Adler's Individual Psychology," *European Journal of Science and Theology* 5, no. 3(2009): 44.

64) Arthor Frank Holmes, *Contours of a World View*, 이승구 역, 『기독교세계관』(서울: 도서출판 엠마오, 1989), 13-16.

자신만의 독특한 틀로 세상과 자신을 이해한다는 사실은 모든 상담에서 기억해야 하는 사실이다. 그러나 기독교는 주관적인 세계관을 뛰어 넘는 객관적이고 초월적인 진리가 있다는 사실을 강조한다. 기독교가 계시의 종교인 이유는 하나님께서 인간에게 성경을 통해서 절대 진리를 주셨기 때문이다. 기독교는 개인의 다양한 관점은 인정하지만 상대적인 진리를 인정하지는 않는다. 인간은 각기 자신만의 주관적인 세계관을 통해서 사물을 해석하고 반응한다. 그러나 기독교인들은 주관적인 세계관을 뛰어 넘는 본질적이고 불변하며 모든 사람들에게 절대적인 기준이 되는 성경적 세계관을 이해하여야 한다.⁶⁵⁾ 성경을 통해서 계시된 하나님의 창조와 타락 그리고 구속의 세계관은 인간 개개인의 관점을 형성하는 초월적인 세계관(meta-worldview)이 된다. 기독교 세계관은 내가 사는 세상이 어떠한 곳이며 인간의 본성과 목적은 무엇이고 무엇이 잘못되었고 다시 치유하고 회복할 수 있는 길은 무엇인지를 보여준다.⁶⁶⁾ 그러기에 생활양식의 오류를 판단하고 교정하기 위해서는 개개인의 주관적인 세계관을 뛰어 넘는 초월적인 기독교 세계관이 필요하다.

III. 닫는 글

인간은 똑 같이 일어난 사건이라 할지라도 그 사건에 대한 경험은 각기 다른데 그 이유는 각자가 사건에 대한 해석을 달리 하기 때문이다. 즉 인간은 실제 사건을 경험하는 것이 아니라 자신이 부여한 의미로 해석된

65) 박윤정, “기독교 상담자와 기독교 세계관 정립의 중요성”, 한국복음주의상담학회, 『복음과 상담』 제19권(2012): 167.

66) J. Richard Middleton & Brian J. Walsh, *Truth Is Stranger than It Used to Be: Biblical Faith in a Post-Modern Age* (Downers Grove, IL.: InterVarsity Press, 1995), 11.

사건을 경험하는 것인데 같은 사건에 각자가 다른 의미를 부여하는 이유는 개개인이 가지고 있는 세계관이 다르기 때문이다. 그러기에 상담에서 내담자의 세계관의 이해는 내담자의 문제를 파악하기 위한 필수조건이라고 볼 수 있다. 내담자가 왜 그런 행동이나 사고를 하며 특정한 감정을 가지고 나타내는 이유를 알기 위해서는 그의 관점 또는 세계관을 이해하여야 한다. Adler는 인간이 각자의 삶에 부여하는 독특한 의미체계를 가지고 있으며 이들이 특정하게 행동하고 사고하며 느끼는 것들은 자신이 가지고 있는 생활양식이라는 틀에 의해서 결정된다고 보았다.⁶⁷⁾ 인간이 각자 삶에 부여하는 의미는 헤아릴 수 없을 정도로 많을 뿐 아니라 모두가 정확하지도 않고 완전하지도 않지만 각자는 그것이 불변하는 진리인 것처럼 착각하면서 산다. 그러기에 인간은 누구나 어느 정도는 착각의 세계에 산다고 볼 수 있다. 상담자는 내담자가 특정한 사건에 부여하는 의미를 통해서 근본적인 삶의 의미를 파악할 수 있으며 내담자가 인식하지 못하는 의미를 객관화 시킬 필요가 있다. 이러한 과정을 통해서 내담자가 자신과 세상에 대해서 좀 더 적절한 해석을 할 수 있도록 도와주면 내담자는 양질의 삶을 누릴 수 있을 것이다. Adler는 양질의 삶을 누리기를 위한 좋은 세계관의 특징이 자신에게 초점이 맞추어지는 것이 아니라 이웃과 공동체에 초점을 맞추는 것이라고 하였다.⁶⁸⁾ 즉 자신의 세계에만 머물기보다는 타인의 세계에 관심을 가지는 것이 더욱 건강한 의미를 추구하는 길이라고 하였다. 정신건강을 향상시키고 삶의 문제를 극복하는 힘은 타인에 관한 관심을 높여서 자신이 혼자가 아니라 더 큰 사회 공동체의 일원임을 경험하는 것이다. 이기적인 세계관에서 벗어나 이타적인 세계관으로의 전환이 인간 행복의 열쇠라고 보았다. 최근에 그의 심리이론에 대한 새로운 평가와 관심이 많아지는 이유 중 하나는 바로

67) Adler, 『그 사람이 나를 괴롭히는 진짜 이유』, 11.

68) Adler, 『그 사람이 나를 괴롭히는 진짜 이유』, 37.

Adler의 이러한 메시지에 많은 사람들이 공감하는 것이다. 날로 극단적인 이기주의로 치닫는 현대사회에서 자신에게만 고정된 시선을 이웃에게로 돌리는 것이 결국은 자신을 행복하게 하는 지름길이라는 메시지를 던지고 있기 때문이다. 나의 채워지지 않은 욕구와 필요에 붙들려서 다른 사람들을 탓하고 책임을 전가하는 피해자 의식에서 벗어나서 스스로의 삶에 책임지는 용기를 가지고 타인의 필요와 욕구에도 관심을 가질 때 인생의 문제를 극복할 수 있다는 그의 목소리에 귀를 기울일 필요가 있다.

【 참고문헌 】

- 박윤정. “기독교 상담자와 기독교 세계관 정립의 중요성”. 한국복음주의상담학회. 「복음과 상담」. 제19권(2012): 157-187.
- 전광식. “세계관과 기독교 세계관”. 고신대학교 기독교사상연구소. 「기독교 사상연구」. 창간호(1992): 7-43.
- Adler, Alfred. *The Individual Psychology of Alfred Adler*. Eds. Heinz L. Ansbacher & Rowena R. Ansbacher. New York: Basic Books, 1956.
- Adler, Alfred. *Social Interest: a Challenge to Mankind*. New York: Caprion Books, 1964.
- Adler, Alfred. *Superiority and Social Interest*. Eds. H. L. Ansbacher & R. R. Ansbacher. Evanston, IL.: Northwestern University Press, 1964.
- Adler, Alfred. *Menschenkenntnis*. 라영균 역. 『인간이해』. 서울: 도서출판 일빛, 2015.
- Adler, Alfred. *What Life Could Mean to You*. 장병걸 역. 『그 사람이 나를 괴롭히는 진짜 이유』. 서울: 리베르, 2015.
- Allport, Gordon W. *Becoming*. New Haven, CT.: Yale University Press, 1955.
- Ambrus, Zoltan. “Theological Aspect of Alfred Adler’s Individual Psychology.” *European Journal of Science and Theology* 5, no. 3(2009): 37-58.
- Anderson, Hebert. “Individual Psychology and Pastoral Psychology: Some Common Concerns.” *The Journal of Individual Psychology* 27, no. 1 (1971): 25-35.
- Ansbacher, Heinz L. “Life Style: A History and Systematic Review.” *Journal of Individual Psychology* 23, no. 2(1967): 191-212.
- Ansbacher, Heinz L. & Rowena R. Ansbacher, Eds. *The Individual Psychology of Alfred Adler*. New York: Basic Books, 1956.
- Beck, Judith S. *Cognitive Therapy*. New York: Guilford Press, 1995.
- Briggs, Daniel A. “A Comparative Historical Analysis of Adlerian, Freudian and Theocentric Systems of Psychology.” Ph.D. diss., Walden

University, 1994.

Corey, Gerald. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. 조현춘 · 조현재 공역. 『심리상담과 치료의 이론과 실제』. 서울: 시그마프레스, 2008.

Dinkmeyer Don C., W. L. Pew & Don C. Dinkmeyer, Jr. *Adlerian Counseling and Psychotherapy*. Belmont, CA.: Wadsworth Publishing Company, 1979.

Ellis, Albert. "Rational Psychotherapy and Individual Psychology." *Journal of Individual Psychology* 13(1957): 38-44.

Holmes, Arthur Frank. *Contours of a World View*. 이승구 역. 『기독교세계관』. 서울: 도서출판 엠마오, 1989.

Jones, Stanton & Butman, Richard. *Modern Psychotherapies: A Comprehensive Christian Approach*. 이관직 역. 『현대 심리치료와 기독교적 평가』. 서울: 도서출판 대서, 2009.

Kaufmann, Walter. *Discovering the Mind: Freud versus Adler and Jung*. Vol. 3. New York: McGraw-Hill Book Company, 1980.

Kishimi, Ichiro. *Adler Shinrigaku Nyumon*. 박재현 역. 『Adler 심리학을 읽는 밤』. 서울: 살림출판사, 2015.

Kishimi, Ichiro. *Adler Jinsei Woikinu Shinri-Gaku*. 박재현 역. 『버터내는 용기』. 서울: 엑스오북스, 2015.

Middleton, J. Richard & Brian J. Walsh. *Truth Is Stranger than It Used to Be: Biblical Faith in a Post-Modern Age*. Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 1995.

Nikelly, Arththur G. "Social Interest: A Paradigm for Mental Education." *The Journal of Individual Psychology* 18, no. 2(1962): 147-150.

Trevino, Jane G. "Worldview and Change in Cross-Cultural Counseling." *The Counseling Psychology* 24, no. 2(1996): 198-215.

Young, Jeffrey E., Janet S. Klosko & Marjorie E. Weishaar. *Schema Therapy*. 권석만 외 공역. 『심리도식치료』. 서울: 학지사, 2011.

Watts, Richard E. "Biblically Based Christian Spirituality and Adlerian Psychotherapy." *The Journal of Individual Psychology* 56, no. 3(2000): 316-328.

【 Abstract 】

An Analysis of the Adlerian Psychology's Life Style and Its Christian Appraisal

Jun Soo Kim

Asia United Theological University

This article focuses on in depth analysis and evaluation of the Adlerian psychology's life style from the christian counseling perspective.

The term life style refers to a person's basic orientation toward life. It is more or less equivalent to terms such as personality, world-view and core belief. The life style is powered by the search for significance and the social concern. The search for significance occurs when a person experience the inferiority feelings and then engages in various attempts to compensate. Social concern is tone of the basic premises of the Adlerian approach. We are primarily social beings and that their behaviors can be understood only in terms of a social context. So each human being is born with the capacity to develop social interest.

There is more compatibility between Christianity and Adlerian concepts than with most of the other systems of psychotherapy. There is an parallel between the Adlerian drives of superiority and social interest and the dominion and relational motives in the Christian creation story. However, the idea of God, as a mere projection of our psyches, is far from the biblical understanding revealed in the Scripture. We, also, need to understand the biblical world-view which is the objective guideline of our subjective world-view.

Key words: Adler, world view, life style, inferiority feeling, social interest