Journal of Counseling and Gospel
「복음과 상담」 제27권 2호(2019): 257-295

http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2019.27.2.257

사이버폭력 경험자들의 불안심리를 중심으로 한 단일사례연구: 기독교 상담적 접근

정 혜 연* 김 준**

국문초록

본 연구의 목적은 사이버폭력 경험자들의 불안심리에 대한 기독교 상담의 한 가지 방법으로서 성경적 변화과정을 고찰하는 것이다. 이를 위해 본 연구는 먼저 사이버폭력의 특징, 개념, 종류에 대해 자세히 살펴본 후 빠르게 진화하는 사이버폭력의 심각성을 지적한다. 이어서 선행연구 고찰을 통해 사이버폭력 경험과 불안심리와의 인과관계를 서술하고 불안에 대한 성경적 관점을 함께 제시한 뒤 기독교적 사고의 필요성을 주장한다. 본 연구는 사이버폭력에 대한 기독교상담의 접근을 시도할 때 단일사례연구를 통한 질적 연구방법론을 사용한다. 구체적으로, 사이버폭력 경험자의 인지구조에 접근하기 위해 Beck의 인지모형으로 부정적 사고를 파악한 후 Powlison의 나무모델을 기초로 김준이 체계화 시킨 성경적 변화모델을 적용하여 살펴본다. 단일사례분석은 성경적 변화가 동기, 사고, 감정, 반응, 열매의 다섯 부분으로 구성되어 있고, 더 깊은 마음속의 왜곡된 사고와 동기의 변화가 진정한 성경적 변화를 가져온다는 것을 보여준다. 마지막으로 본 연구는 비참한 상황에 놓여 있던 사이버폭력 피해자들의 성경적 인지 재구조화 과정을 기술한다. 또한 본 연구는 단일사례연구로서의 한계를 가지고 있으므로 사이버폭력에 대한 더 많은 후속연구를 촉구한다.

주제어: 사이버폭력, 불안, 성경적 변화, 인지치료, 기독교상담

• 논문 투고일: 2019년 10월 2일
• 논문 수정일: 2019년 10월 26일
• 게재 확정일: 2019년 11월 1일

* 그레이스상담연구소 연구원
** 총신대학교 상담대학원 부교수

www.kci.go.kr

I. 여는 글

2018년 경찰청 사이버테러 대응센터 자료에 의하면 2001년 사이버폭력 신고건수는 1054건에 불과했으나, 2018년에는 149,604건으로 크게 증가했으며(서울경찰청 사이버 안전국, 2019), 방송통신위원회가 실시한 2018년 사이버 폭력 실태조사 결과에도 전체 사이버폭력 경험률이 32.8%, 성인의 경험 비율은 43.1%에 달해 2017년 대비 13.3%의 큰 폭으로 상승한 것을 알 수 있다(한국인터넷진흥원, 2016). 사이버 폭력 경험자들은 피해 이후에 50% 이상이 불안, 우울, 심한 스트레스를 느꼈으며, 자살, 자해를 하고 싶은 생각이 들었다는 비율도 45% 이상에 달한다. 불안한 마음에 가해자에게 똑같이 복수하고 싶었다는 비율도 58% 이상이고, 성인 20대~50대 사이버폭력 가해경험자 중 73.2%가 사이버 폭력 피해경험이 있으며, 피해 경험자의 48%가 가해 경험이 있어서 피해자들에 대한 각별한 관심이 요구된다(한국인터넷진흥원, 2016).

Juvoven과 Gross(2008)의 연구는 사이버폭력 경험으로 인해 사회적 불안이 상승하고 그 불안으로 인해 일상생활에 지장을 초래한다는 것을 보여주며(Juvoven & Gross, 2008) 김보라(2016)의 연구도 사이버폭력 피해경험이 사회불안을 유의미하게 상승시키고 부정적 정서를 강화함을 보여주었다(김보라, 2016). Kokkinos(2014)의 연구는 사이버폭력 피해자들이 불안, 적대감이 상승하며 관계, 소통의 문제등 심각한 어려움을 호소함을 보여주었다(Kokkions, 2014). 이처럼 사이버폭력 피해는 심각한 불안심리를 경험하게 하고 일상생활에 지장을 초래하며 또 다른 부정정서를 촉발하고 복수심까지 강화한다. 하지만 사이버폭력은 형법, 정보통신망법등에 의해 처벌 가능한 범죄행위로서 고소 고발, 재판에 의한 가해자 검거에 주력하느라 지금까지는 피해자들을 위한 구체적 상담 체계나 지원체계도 부족하고 사이버폭력 경험자들 관점에서의 연구도 매

www.kci.go.kr

우 미진한 상황이다(곽승현, 2018; Kim & Smith, 1993; Raskauskas, 2007; Vandebosch & Cleemput, 2008). 또한 사이버폭력은 21세기 4차 산업혁명 시대의 새로운 폭력의 종류로서 점점 더 과격해지고 다양한 양상으로 진화하고 있어서 기독교인들 중에도 사이버폭력의 피해자들이 늘고 있다. 그러나 사이버폭력에 대한 기독교적 관점의 연구는 매우 부족한 상태이기에 본 연구는 현시점에서 반드시 필요하다. 기독교인들은 사이버폭력 경험 후에 고통스럽게 수반되는 심리 · 정서적 장애 이외에도 영적 관계적 경제적으로 실패했다는 불안심리로 인해 예배 불출석, 하나님과의 관계 단절 등과 같은 신앙적 어려움을 겪을 수 있다. 따라서 사이버폭력의 위험 앞에 노출되어 있는 기독교인들을 보호할 수 있는 상담법의 모색이 시급하다.

이 연구의 목적은 사이버 폭력 경험자들의 불안문제에 대한 기독교 상담의 한 가지 방법으로서 성경적 변화과정을 고찰하는 것이다. 본 연구는 단일사례연구방법을 사용하여 사이버 폭력 경험으로 인해 심각한 불안을 호소하는 내담자를 기독교적 접근으로 어떻게 변화시킬 수 있는지 깊이 있게 살펴보고자 한다. 이를 위해 먼저 사이버 폭력의 개념과 종류, 사례에 대한 선행연구를 자세히 살펴본다. 두 번째로 사이버 폭력과 불안의 인과관계를 서술하고 성경적 관점을 제시한다. 마지막으로 단일 상담 사례를 통하여 사이버 폭력 경험자의 불안심리가 성경적 변화모델을 통해서 인지 재구조화 되고 하나님에 대한 전적인 신뢰와 의존으로 나아가는 과정을 살펴본다. 또한 사이버 폭력 경험자들을 위한 더 다양한 후속연구를 촉구한다.

www.kci.go.kr

Ⅱ. 펴는 글

1. 사이버폭력과 불안심리

1) 사이버폭력에 대한 이해

① 사이버공간의 특징

사이버공간은 과학기술의 발달로 생겨난 공간으로서 다양한 정보통신 서비스를 주축으로 하는 공간이다(이승현, 2015). 기독교인들에게는 사이버공간의 존재이유 역시 하나님의 영광을 위한 것이며, 사이버공간에서 가능한 표현과 행위는 이웃을 사랑하고 존중하며 복음의 능력이 선포되는 방향이어야 한다. 이러한 사이버공간은 비대면성, 익명성, 영구성, 무경계성, 기술지배성, 빠른 전파성, 집단성, 2차 피해의 가능성, 이렇게 8가지의 특징을 가지고 있다(이원상, 2019; Kim & Smith, 1993; Runions, 2013).

② 사이버폭력의 개념

사이버 폭력은 사이버 공간에서 일어나는 모든 종류의 폭력행위를 통칭한다. 사이버 공간에서는 물리적인 힘을 행사하는 것이 불가능하기 때문에 주로 언어, 이미지, 음향, 영상 등을 통하여 폭행을 가하게 되며, 과학기술의 발달로 생겨난 정보통신망을 사용하게 된다. (이승현, 2015). Ybarra와 Mitchell(2004: 1308)은 사이버 폭력을 "다른 사람을 괴롭히고 수치심을 주겠다는 목적으로 온라인 상에서 의도적으로 공격하는 행위"로 정의하였으며, 남재성과 장정현(2011: 104)은 "사이버공간에서 다른 사람을 욕하거나 명예를 훼손하고 괴롭히며 피해를 입히는 다양한 형태의 폭력행위들"이라고 규정하였다. 김경은과 윤혜미(2012: 216)는 사이버폭력에 대해 "사이버 공간에서 허위사실, 무고, 위협, 욕설, 배제 등의 공격행위를 가하여 마음에 상처를 입히고 심리적 피해를 발생시키

www.kci.go.kr

는 행동"으로 규정하여 정서적인 피해에 집중하는 모습을 보여주었으나 정완(2005: 339)과 정한라(2013: 32)는 사이버폭력을 "정보통신망 상에서 다른 사람에게 음성, 글, 영상 등으로 부정적인 감정을 계속적으로 표현하여 재산상의 피해를 입히는 행위들"로 정의하여 사이버폭력으로 인한 물질적 손해와 손실에도 사이버폭력의 영역을 확장하고 있다. 이처럼 사이버 폭력 속에는 부호, 음향, 화상, 글 등을 통해 타인에게 피해를 입히고 손해를 끼치는 음란, 욕설, 허위사실, 비난, 욕설, 협박, 강요 등의 내용이 포함되어 있으며, 친구 간의 단순한 장난부터 피해자의 삶을 완전히 파괴하고, 심지어 자살로 이어지게까지 하는 매우 심각한 경우도 포함될 수 있다.

기독교적 입장에서 사이버폭력은 하나님의 사랑이 선포되고 복음의 능력이 전해져야 할 사이버공간에서 타인에게 피해를 입히고, 권익을 침해하며 공포감을 느끼게 한다는 측면에서 서로 사랑하라는 예수 그리스도의 가르침에 정면으로 위배되며, 자신을 죽이기까지 사람을 아끼신 희생의 마음을 무의미하게 만드는 죄 된 행동으로 볼 수 있다. 그러므로 기독교인들에게 사이버폭력은 "인터넷 정보통신망에서 문자, 이미지, 부호, 영상 등을 사용하여 전달, 게시, 배포, 전송 등의 방법으로 타인에게 적대적인 내용을 공포하여 하나님이 허락하신 사이버공간의 원래 존재 목적을 오염시키고 변질시키며 정신적, 물질적, 신체적 피해를 발생시키는 죄악 된 행위들"로 정의할 수 있다.

③ 사이버폭력의 종류

서경원(2006)은 사이버폭력을 사이버 모욕, 사이버 명예훼손, 사이버 성폭력, 사이버 스토킹으로 분류하였고, 성동규 외(2006)는 앞의 네 유형에 신상정보유포, 프라이버시 침해를 더하였다. 2006년에 행해진 두 사람의 연구는 사이버폭력의 양상이 지금처럼 다양하고 과격하지 않음을 보여준다. 그러나 정한호(2012)의 연구에서는 사이버폭력을 사이버

www.kci.go.kr

욕설, 사이버 모욕, 사이버 명예훼손, 사이버 위장, 사이버 폭로, 사이버 배제, 사이버 스토킹 등으로 확대하였고, 신나민과 안화실(2013)의 연구에서는 매체 유형에 따라 이메일형, 소셜 네크워크 서비스형, 문자메시지형, 스마트폰 채팅형, 온라인 게임형으로, 가해와 피해 유형에 따라서 놀림, 무시, 욕설, 협박, 허위사실, 소문유포, 신상정보, 사생활 유출, 몰래 촬영한 동영상, 합성사진 유포로 다양화 하였다. 현재는 아래 〈표1〉에서 보여지는, 안성진 외(2015)의 연구에서 분류한 13가지 유형의 사이버폭력을 가장 일반적인 형태로 받아들이고 있다. 이 13가지의 유형들은 사이버폭력이 다양하고 정서, 폭력, 범죄와 연관되어 지는 심각성을 보여주고 있다, 이승현 외(2015)의 연구에서는 요즘 새롭게 등장한 사이버폭력 유형도 추가하였다. 〈표2〉에 나타난 사이버폭력의 유형들은 사이버폭력이 일상의 삶과 연관된 스마트폰 프로그램의 세부 기능을 활용하여 교묘하게 진화하는 폭력양상을 보여 준다. 이는 폭력적 의도를 가지면 얼마든지 피해자를 만들어 낼 수 있는 사이버 폭력의 확장성을 경고한다.

〈표1〉 안성진 외의 사이버 폭력의 종류

	유 형	정 의
1	사이버 스토킹	다른 사람이 원하지 않는 연결과 사이버 공간에서의 만남을 지속적으로 시도하거나 모욕, 강요 등의 내용이 담긴 메일, 문자 등을 반복적으로 보내는 것
2	사이버 명예훼손	다른 사람의 명예를 실추시킬 수 있는 내용의 영상, 문자 등을 유포하거나 올리는 것
3	해피 슬래핑	피해자에게 폭행을 가하거나 곤란한 상황에 밀어 넣은 뒤 억지로 사진촬영을 하여 온라인 상 에 게시하는 것
4	ID 도용	ID를 공유하거나 허락 없이 다른 사람의 아이디를 사용하는 것
5	사진변조	다른 사람의 사진을 허락 없이 합성, 변조, 공유하는 것, 수치심을 가지게 하는 행위

www.kci.go.kr

6	사이버 갈취	사이버 공간에서 가치 있는 재화를 갈취하거나 갈취하기 위해 강압적인 문자, 글 등을 보내는 것
7	사이버 성폭력	다른 사람이 원하지 않는 성적인 글, 영상 등을 허락 없이 보내는 것, 성적 수치심으로 심각한 심리적 손상을 가져올 수 있는 것
8	카톡 감옥	카카오톡 단체 대화방에 강제로 불러내어 욕설, 비난 등을 퍼붓는 것, 퇴장하면 불이익을 받을 것으로 협박함
9	사이버차단	사이버공간에서 특정한 사람을 제외, 거부, 배제하는 것
10	플레이밍	사이버공간에서 인신공격하고 모욕적이고 강압적인 비난을 계속하는 것
11	사이버명령	사이버공간에서 다른 사람이 원하지 않는 명령을 내리는 것
12	안티카페	특정한 개인을 싫어하는 사람들이 함께 모여 그 특정대상에 대해 위의 행동 중 한 가지 또는 몇 가지를 하는 것
13	사이버왕따놀이	사이버공간에서 한명을 왕따로 정하고 다양한 방법으로 괴롭히는 것

〈표2〉 이승현 외의 신종 사이버폭력

	유형	정의
1	카따	카카오톡에서 여러 명이 한 명을 따돌리는 것
2	따카	여러 명이 한 명에게 집중적으로 욕을 하는 것
3	방폭	대화방에서 모두 초대한 뒤 한명만 남기고 모두 방을 나가는것
4	카톡감옥	카카오톡 단체방에서 한 명에게 비난, 욕설을 퍼붓고 못나가게 하는 것
5	와이파이 셔틀	스마프폰 테더링 기능을 사용하여 한 명의 휴대폰을 와이파이 공유기처럼 이용하는 것
6	하트 셔틀	애니팡 하트 아이템을 뺏는 것
7	게임 셔틀	게임을 대신 해주거나 가치있는 아이템을 뺏는 것

이처럼 사이버폭력은 계속 변화하고 다양해지고 있으며 사이버공간

www.kci.go.kr

의 확산 속도에 맞추어 더 심각한 양상으로 바뀌고 있다.

④ 사이버폭력의 사례들

a. 배우 최진실 자살사건(2008. 10. 2)

최진실은 인터넷 상에 떠도는 여러 악성 댓글로 인해 심각한 상처를 입고 자살한 것으로 알려졌다. 생전 가깝게 지내던 기자에게 인터넷 상에서 사람들이 자신을 사채업자, 최가식이라고 부른다며 아이들 학교에도 갈 수가 없다. 너무 괴롭다. 억울한 누명과 오해를 풀 방법이 없어서 더 많이 힘들고 아이들에게 너무 미안하고 부끄럽다는 말을 남긴 것으로 전해졌다. 최초 유포자 검거에는 실패하였다.

b. 가수 타블로 학력위조논란, 아버지 사망(2012. 10. 15.)

미국 명문 사립대를 졸업한 가수 타블로의 학력에 의혹을 품은 네티즌들이 안티카페를 만들고 가수와 가족들의 신상정보를 파헤치며 거짓정보, 왜곡된 과거사를 유포함으로써 가수 활동에 치명적인 타격을 입힌 사건이다. 타블로의 학력에 대한 정확한 증거가 제시되었음에도 이 논란은 3년이 넘게 계속되었고 타블로는 심각한 불안과 우울에 시달렸으며, 타블로의 아버지는 스트레스로 재판 중 사망한 것으로 알려졌다. 가해자는 징역형을 선고받았다.

c. 배우 김영애 사망사건(2017. 4. 9)

여성용 화장품 회사를 경영하던 김영애는 자신이 만든 제품 속에 중금속이 들어있다는 KBS 소비자 고발 프로그램의 잘못된 보도로 인해 사업에 큰 위기를 맞았고 결국 회사 문을 닫았다. 이후 허위보도로 판명되어 1억 원의 배상판결을 받았지만 고의성이 없고 의심할만한 이유가 없었음으로 인해 형사상은 무죄 판결이 내려졌다. 억울함을 호소하던 김영애는 이혼도 하게 되고 그 후유증 때문에 췌장암에 걸려 65세에 사망한 것으로 아들을 통해 전해졌다.

⑤ 민간차원의 노력과 법률적 대응방법

www.kci.go.kr

기술이 지배하는 사이버공간의 특성으로 인해 다수의 가해자들이 존재하고 가해 진원지 추적도 쉽지 않은(Melissa 외, 2013) 사이버폭력은 범죄 발생 후의 처벌과 구제, 배상도 중요하지만, 범죄 자체의 발생을 막기 위한 예방 노력도 반드시 필요하다. 초기에는 일반 시민들이 연합하여 불건전 인터넷 사이트 모니터링 및 학부모 교육활동을 하였고(정한라, 2013), 2007년부터는 선플 운동본부를 통한 인터넷 선플 달기 운동을 진행하고 있다(선플재단, 2007). 2010년에는 한국 인터넷진흥원과 방송통신 위원회의 협력으로 8개 부처 69개 회원단체가 "아름다운 인터넷 세상 범국민 협의회"를 시작하였으며, 정부차원에서는 각계 전문가 19명으로 구성된 인터넷문화 정책자문위원회가 출범하였다(정한라, 2013). 또한 언론중재위원회에서도 억울한 방송보도로 인하여 정신적 · 물질적 손해를 입은 피해자들을 보호하고 구제하기 위한 다양한 대책들(언론중재위원회)을 마련해 놓고 있으며, 대한법률구조공단(국번 없이 132, www.klac.or.kr), 대한변협법률구조재단(02-3476-6515, www.legalaid.or.kr), 한국성폭력위기센터(02-883-9284, www.rape119.or.kr) 등에서는 무료법률 서비스를 제공하고 있다(한국 사이버성폭력 대응센터). 또한 사이버폭력은 형법, 정보통신망법, 성폭력처벌법에 의해 범죄를 구성할 수 있으며, 구체적으로는 성적인 불법촬영(성폭력처벌법 제14조 1항), 성적불법 촬영물 유포(성폭력처벌법 제14조 1,2,3항), 재유포(정보통신망법 제44조의 7), 유포협박(형법 제30장 협박죄), 유통(정보통신망법 제42조, 제44조의 7), 사이버 공간 내 성적 괴롭힘(정보통신망법 제70호, 성폭력처벌법 제13조, 형법명예훼손죄 제310조, 형법모욕죄 제311조), 음란행위(성폭력처벌법 제13조), 비방목적 명예훼손(정보통신망법 명예훼손죄 제70조, 형법상 명예훼손죄 제310조), 모욕(형법상 모욕죄 제311조) 등으로 처벌받을 수 있다.

www.kci.go.kr

2) 사이버폭력의 불안에 대한 이해

불안이란 새로운 환경이나 예측할 수 없는 미래에 대해 편안하지 않게 느끼는 감정이다(김준, 2014). 불안은 안정감이 없는 상태로서 대상이 명확하지 않을 때, 두려움과 공포는 특정한 대상이 있을 때 사용하기도 하지만, 대부분의 경우에 불안, 두려움, 공포는 혼용되고 있다.

사이버폭력을 경험하면 불안, 분노, 우울, 심한 스트레스, 자살충동 등 다양한 종류의 부정정서가 강화되지만, 특별히 다수의 피해자들이 공통적으로 호소하는 정서가 불안이다(김보라, 2016; 방송통신위원회, 2018; Juvoven & Gross, 2008; Kokkinos, 2014; Wilk, 2018). 구체적으로 사이버폭력 경험자들의 불안은 다음의 네 가지 요인으로 구체화 된다.

① 사회적 고립감

고립이란 한 사회의 구성원으로서의 역할을 하지 못하고 다른 사람과 완전히 분리된 것처럼 살아가는 상태, 공허한 마음을 느끼는 상태라고 할 수 있다(김상인, 2014). 이것은 좋은 일이나 즐거운 일이 있어도 함께 나눌 사람이 없는 것을 뜻하며, 어려운 일이나 문제 상황을 만나도 도와주거나 협력할 수 있는 사람이 아무도 없는 상황을 의미한다. 자신이 고립되어 있으며, 주변에 자신을 위로해주고, 감정적 교류를 나눌 사람이 아무도 없다고 생각하면 불안한 마음이 생긴다(정은이, 2015). 더구나 사이버폭력과 같은 범죄피해를 입으면 심각한 고립감을 경험하게 되고, 사회적 관계 맺기에 어려움을 겪게 된다(김계환 외, 2012). 이것은 범죄피해로 인한 두려움, 고립감, 소외감, 공포 때문이다(전요섭, 2018).

사이버폭력을 당해도 아무도 도와주지 않고, 오히려 가해자의 수가 점점 더 늘어나며 자신을 믿어주고 지지해주는 사람이 아무도 없다고 느낄 때 피해자는 세상과 완전히 단절된 듯한 느낌에서 벗어날 수가 없다(서희원, 조윤오, 2013; Wilk, 2018). 다수의 가해자가 존재하는 경우가 많고 그들은 가장 힘 있는 가해자 중심의 집단을 형성한다. 사회적, 신체

www.kci.go.kr

적, 정신적 통제력을 소유하고 있는 가해자의 타겟이 되는 것, 그것이 곧 고립이고 완벽하게 소외된 피해자는 불안과 두려움에서 벗어날 대안이 없다(Wilk, 2018).

또한 때때로 사이버폭력 피해자들은 스스로를 고립시키기도 한다. 사건으로 인한 여러 부정 정서들을 감당하는 것이 너무 어렵기 때문이다. 당황스러움, 억울함, 공포심은 가정 먼저 일상생활과 대인관계의 어려움을 초래하고 그 일들이 실제로 일어난 일인지 아닌지, 혼란스러운 상황이 되며 비현실감, 이인감등을 경험하기도 한다(두경희, 2015). 자신에 대한 사실이든 허위 사실이든, 개인적인 일들이 인터넷상에, 공동체의 게시판에 폭력적 사건으로 올라가게 되면, 모두에 대한 불신으로 인해 스스로를 고립시키고 이웃, 친구, 가족으로부터 철수하는 것을 선택하게 된다. 이 같은 행동은 소수 지지그룹의 또 다른 비난과 거절을 불러일으킬 수 있으며, 고립, 불안의 악순환으로 이어질 수 있다(Laurence, 2015).

② 낮은 자존감

자존감은 자신을 가치 있게 여기고 사랑하는 마음으로서 자신이 할 수 있는 일과 할 수 없는 일을 정확히 알고 다른 사람과 건강하고 유연한 관계를 맺을 수 있는 힘이다(김상인, 2014). 자존감은 가까운 사람들과의 관계성에 의해서 결정되며 부모, 형제, 선생님, 친구들과의 관계의 질에 의해 좌우되는 경우가 많다. 가까운 사람들, 주변인들과의 긍정적인 친밀한 관계는 균형 잡힌 자존감 형성에 도움이 되지만, 믿고 신뢰하던 동료, 가족들로 부터의 거절, 배신, 부정적 피드백은 지나치게 낮은 자존감의 원인이 될 수 있다(McGrath, 2013). 자존감이 낮은 사람들은 두려움과 걱정이 많다. 늘 부족하고 불안한 상태이며, 다른 사람들이 자신을 공격해도 침묵하고 부당한 압력에도 굴복한다(김병오, 2013).

사이버폭력을 경험하게 되면 불안심리가 상승하게 되는데, 그것은 자존감의 하락에서 기인한다.(Wilk, 2018). 다수의 가해자가 존재하고 24

www.kci.go.kr

시간 공격이 가능한 사이버폭력은 피해자의 심리상태를 황폐하게 만들어 자신을 무가치하게 느끼도록 만들기 때문이다. 가해자가 많다는 것은 한 두 사람을 특정하기 어렵다는 것이고 대항할 방법이 없음을 의미한다. 아무것도 할 수 없는 피해자는 자신의 무능함을 절감하게 되고 반복적으로 자신의 무능함을 인지하게 되면 자존감은 바닥으로 곤두박질치게 된다(Sincek, Duvnjak, Milic, 2017). 어떤 종류의 폭력이든 폭력을 경험하게 되면, 불신, 배신감, 모욕감 등의 다양한 부정 정서가 피해자를 고통스럽게 하고, 자존감에 심각한 손상을 입게 된다. 이는 폭력행위의 발생을 예상하기 어렵기 때문이기도 하며, 세상에 대한 기본적인 신뢰가 깨져 감당하기 힘든 불안이 찾아오기 때문이다. 폭력 피해는 자존감에 깊은 상처를 남기고 이는 불안을 초래한다(Avni, 2015). Aoyama 등(2010)의 연구에서도 사이버폭력 피해경험은 낮은 자존감에서 기인하는 높은 수준의 불안과의 관련성을 보여주고 있으며, Hinduja와 Patchin(2010)의 연구에서도 사이버폭력으로 인한 자존감 하락, 그로 인한 불안의 증가를 경험하는 피해자들을 위한 다양한 보호책의 강구를 촉구하였다. 또한 사이버폭력 경험으로 인한 낮은 자존감은 자신의 한계를 시험하고 과시해보고 싶은 또 다른 공격욕구를 자극한다. 자신이 무능하고 무가치하게 느껴지는 상황을 견디기가 어려운 까닭이다(이성식, 2008). 자존감의 하락은 사이버폭력의 피해자들이 쉽게 가해자가 되고 다시 또 피해자가 되는 악순환의 주된 원인이다.

③ 수치심 증가

수치심은 자기 자신을 스스로 부끄럽게 생각하는 마음으로서 타인에게 조종당하고 거부당하며 가장 기본적인 존중조차 받지 못하는 생각이 드는 정서 상태를 가리키는 것이다. 수치심의 발생은 원하지 않았던 모욕, 거절, 불명예스러운 경험이 중요하게 작용하며, 불안, 두려움의 지각으로 표현될 수 있다(류설영, 1998). 수치심은 대외적으로 보여 지는 자

www.kci.go.kr

신의 가치에 대한 평가로서 자신의 손상, 결핍 등에 관한 견디기 힘든 정서 상태이다(강희천, 2000). 또한 수치심은 즐거움과 행복을 기대했던 상황이 갑자기 역전되어 실패와 좌절의 상황으로 바뀔 때 불안과 두려움으로 전이되는 정서이기도 하다(Lewis, 1987). 수치심의 가장 중요한 요인 중의 하나는 자신에 대한 다른 사람의 평가이다. 다른 사람이 자신을 어떤 존재로 인지하고, 대우하고, 관계를 맺느냐가 매우 중요하며 다른 사람이 자신을 부인하고 나아가 비난하고 모욕하는 것으로 인식할 때 느낄 수 있다. 수치심은 마음속 깊숙이 내면화된 부정 정서가 다양한 사회적 상황과 맞물리며 불안을 상승시키고, 자신을 매우 무가치하고 쓸모없는 존재로 완전히 규정하게 하며 삶의 전반을 흔들고 위태롭게 한다(김민경, 2008).

사이버폭력을 경험하면 수치심이 상승하고, 사이버폭력의 빠른 전파성은 피해자를 더 위축되게 하며, 주변인들이 자신을 피하고 조종하며 하찮게 대하는 것을 경험하게 된다(Avni, 2015; Ayoama 외, 2011; Jessica, 2014). 사이버폭력의 피해자는 주변의 모두가 피해자를 비난하고 욕하고 조롱하며 자신을 손가락질 하는 것처럼 느끼게 된다. 그것은 소리 없는 시선과 얼굴표정 만으로도 가능하며 자신이 악취를 풍기는 쓰레기가 된 듯한 착각을 하게도 한다. 수치심으로 인해 자신의 존재가 부인된다고 느끼는 순간 피해자들은 격렬한 불안을 경험하게 되고(Sincek, Duvnjak, Milic, 2017) 달리 해결할 방법을 찾지 못한 피해자는 불안한 마음속에 갇히게 된다. 세상은 자주, 무고한 범죄 피해자들을 심각한 전염병 환자 보다 더 무자비하게 대우하곤 한다. 성공과 성취 지향적 물질만능주의 현대 사회에서 피해자들이 마치 실패자의 전형적 모델처럼 간주되기 때문이다.

사람들은 범죄 피해가 특별한 사람들, 어떤 문제가 있는 사람들에게서만 발생한다고 믿고 싶어 한다. 피해자는 항상 문제 있고 악한 사람이

www.kci.go.kr

라고 간주하여 그러한 피해자의 나쁜 기운을 절대로 나눠 갖지 않겠다는 신념을 갖는다. 이와 같은 불안은 범죄 피해자에 대한 또 다른 2차 가해의 원인이 되기도 하고, 피해자의 수치심과 모멸감을 더 더욱 강화시켜서 불안심리를 상승하게 한다(Laurence, 2015).

④ 또 다른 범죄 피해의 두려움

사이버폭력과 같은 범죄 피해를 경험한 사람들은 자신이 경험한 끔찍한 사건에 근거해서 또 다시 나쁜 일이 발생할 수 있다는 공포와 두려움에 반복적으로 사로잡히게 된다(Laurence, 2015). 사이버폭력은 사이버 공간의 특성상 한 번의 경험으로 끝나지 않으며 끊임없이 재생산되고, 가해자의 수도 기하급수적으로 증가하여, 영향력과 파급력은 시간적으로 제한하기가 어렵다. 사이버폭력 피해자들은 늘 과잉경계, 과잉긴장 등 지나치게 예민한 상태를 유지하게 되며, 그 모습이 때론 주변 사람들을 지치고 피곤하게 할 수 있다. 그러나 사이버폭력의 피해사실은 가해자 뿐 만 아니라 피해자 역시 실시간으로 확인이 가능하며 무한대로 확대되는 것을 반복적으로 지켜봐야 하는 경우가 많아서 매우 고통스럽다. 그렇기 때문에 언제든지 또 다른 사이버 폭력의 피해를 다시 입을 수 있다는 불안에서 벗어나기가 어렵고 그 불안한 마음은 끊임없이 강화 된다(박종렬, 2012).

예상하지 못했던 충격적 사건의 경험은 의식하고 인지할 수 있는 사고의 영역으로 깊숙이 침투하며 또 다른 폭력의 피해자가 될 수 있다는 걱정과 불안 속에 피해자를 완전히 가두게 된다(재난정신건강위원회, 2015). 또한 신뢰하고 친밀하게 느끼던 동료들의 공격은 어떤 요인보다 불안을 더욱 상승시킨다. 함께 삶을 공유하던 사람들에 대한 배신감으로 온 세상이 무너진듯한 생각이 들기 때문이다. 친구들의 반복되는 공격도 끊이지 않는 위협도 불안을 상승시키고, 나쁜 일이 계속될 것이라는 두려움도 사람을 고통스럽게 하기 때문에, 사이버폭력의 피해자들은 늘 또

www.kci.go.kr

다른 범죄 피해의 두려움 가운데 있을 수밖에 없다. 특별히 사이버공간은 인터넷만 연결되어 있으면 누구나 쉽게 접근할 수 있고, 문자, 사진, 영상 등의 형태로 피해사실이 남으며 전 세계 어디서든 접속이 가능하기 때문에 피해사실이 너무나 많은 사람에게 알려지고, 심지어 언론을 통하여 보도되는 경우까지 있어서 피해의 내용과 범위는 상상할 수 없을 만큼 매우 크고(정철호, 2009) 이러한 이유로 사이버폭력 피해자들이 느끼는 또 다른 범죄에 대한 두려움이 더 크게 가중되며, 극단적인 선택을 하게 되는 원인이 되기도 한다.

3) 불안에 대한 성경적 이해

일반적으로 불안은 경제적 상황이나 학업문제, 관계적 문제 등 외부적 요인에 기인하는 것으로 여겨지고 있으나 성경은 불안문제의 핵심이 상황을 해석하는 인간의 마음에 있음을 강조하고 있다. 마음은 인간행동의 동기와 생각, 감정을 주도하며 결정하므로(김준, 2018) 성경적인 관점에서 동기, 생각, 감정의 관계성을 살펴보는 것은 사이버폭력 경험자들의 불안심리를 이해하는 중요한 방법이 될 수 있다.

출애굽기 32장에서 이스라엘 백성은 모세의 인도함에 대해 불안을 느끼고 그 불안과 두려움에서 지켜줄 우상을 만들어 섬긴다. 이스라엘 백성이 우상을 만들어 숭배한 동기는 풍요롭고 안전한 삶을 위한 것으로 보이지만, 더 중요한 원인은 하나님과 상황에 대한 잘못된 생각과 오해로 인한 것이었다. 이스라엘 백성은 하나님의 뜻에 무지하고 무관심했으며 모세의 인도함에 대한 정확한 이해가 없었다. 편안함만을 추구하는 동기와 하나님이 보내신 모세로 인하여 위험한 상황에 놓였다는 왜곡된 사고 그렇기 때문에 극도로 불안한 감정을 경험하게 되고 그 불안감정의 해결을 위해 우상숭배를 하게 된 것이다(김준, 2018). 이것은 사이버폭력 경험자들이 자신이 처한 상황에 대해 불안을 느끼고 복수를 계획하여

www.kci.go.kr

실행에 옮기는 것과 유사하다. 사이버폭력 경험자들이 가해자들에 대하여 복수를 감행하는 동기는 안정되고 평안한 생활에 대한 열망인 것으로 보이지만, 사이버폭력을 통한 하나님의 계획과 뜻에 대한 이해가 부족한 까닭이며, 다시 사이버폭력을 당할 것이고 그렇게 되면 자기 인생은 끝이라는 잘못된 사고, 그렇기 때문에 발생되는 심각한 불안감정의 해소를 위해 복수를 감행하게 되는 것이다.

이처럼 사이버폭력 경험자들의 불안심리에 접근함에 있어, 가해자에 대한 복수를 실천하지 않도록 인간행동을 결정하는 마음의 세 영역을 살펴보는 것은 매우 중요하고 불안심리 자체를 구체적으로 드러내는 성경적 목표설정이 반드시 필요하다. 그러므로 본 연구의 단일사례역시 마음의 세 가지 영역인 동기 생각 감정에 주목하여 진행한다.

성경 속 다양한 형태의 불안들은 세상 속에 존재하는 인간의 불안문제에 대한 하나님의 깊은 관심을 잘 나타내 준다(김준, 2014). 죄로 인한 아담과 하와의 불안(창 3:10), 자신의 무능함에 대한 모세의 불안(출 4:13), 고난가운데 평안을 잃어버린 욥의 불안(욥 3:25−26), 하나님에게 버려질 것에 대한 바울의 불안(고전 9:27), 또한 다른 사람에게 생명의 위협을 받는 다윗의 죽음에 대한 불안(시 13:2) 등 불안은 종류도 다양하고 양상도 다양하다. 하지만 성경은 모든 불안을 하나님께 맡기라고 단호하게 말한다. 시편 기자는 “내 영혼아 네가 어찌하여 낙심하며 어찌하여 내 속에서 불안해하는가. 너는 하나님께 소망을 두라. 그가 나타나 도우심으로 말미암아 내가 여전히 찬송하리로다.”(시 42:5)라고 권면하고 있으며 어떤 상황 가운데서도 하나님께서 도우시니 하나님만 의지하고 하나님을 기다려야한다는 것을 강조한다. 이사야 41장 10절도 두려워하지 말고 하나님의 도우심을 기대하며 신뢰할 것을 말하고 있으며 41장 14절에서도 하나님만이 도우실 수 있는 분임을 나타내고 있다.

www.kci.go.kr

이외에도 불안 문제를 하나님께 맡기고 모든 일에 기도와 간구로 하나님께 아뢰라(빌 4:6)는 성경의 다양한 구절들과 인물들의 예는 수를 셀 수가 없을 정도로 많다(창 15:1; 21:7; 26:24; 46:3; 왕 1:15; 대하 20:15; 렘 1:8; 1:17 등). 성경이 이처럼 다양하게 불안에 대해 언급하고 있는 것은 불안 문제가 다루기 어렵고 고통스럽기 때문이며 연약한 존재인 인간의 불안 문제를 해결하고 그 상처를 치료해 줄 수 있는 분이 하나님밖에 없기 때문일 것이다. 사이버폭력은 인생에서 만날 수 있는 큰 고난 중의 하나이며 참으로 어려운 시련이고 통제 불가능한 환란이다. 그렇기 때문에 사이버폭력으로 인한 불안은 사람의 의지와 능력으로는 해결할 수 없으며 사이버폭력으로 인한 상처와 불안도 하나님께 대한 전적인 의존이 아니면 감당할 수 없다.

2. 연구방법론 및 사례소개

1) 연구방법론

단일사례 질적 연구는 실제 생활 속에서 일어나는 사건과 맥락을 포함하여 수집 가능한 정보와 자료들을 심층적으로 분석하여 결과를 도출하는 연구이다. 따라서 이 연구는 단일 사례자에 대한 정보와 자료를 수집하고, 상담일지, 인터뷰 자료 등을 바탕으로 진행되었다. 사례는 관찰, 면접, 상담일지를 중심으로 기술되었으며, “사이버폭력 후 경험한 불안심리”를 집중적으로 서술하고 분석한다(Bogdan, 2015). 사례 연구는 의미 있는 사례를 선정, 정보수집, 서술하는 것으로 시작하며 다양한 정보를 통한 깊이 있는 분석이 가능하고(Creswll, 2016), 사이버폭력의 불안심리라는 특별한 이슈를 가장 잘 이해할 수 있는 연구방법으로 볼 수 있다. 본 연구는 시간의 흐름에 따른 상담 인터뷰 내용으로 자연스럽게 기술되었고, 시청각 자료를 활용한 관찰 내용 역시 포함되었다.

www.kci.go.kr

지금까지 사이버폭력 경험자의 불안 심리에 대해서 기독교 인지치료법으로 접근한 연구는 처음으로서 불안한 마음에서 나오는 비성경적, 비합리적, 역기능적 신념의 성경적 마음 변화과정에 주목하여 진행한다. 이를 위해 먼저 내담자의 불안심리에 의한 부정적 핵심신념을 Beck의 인지모형(Beck, 2011)에 의거하여 중간신념, 상황, 자동적사고, 반응으로 나누어 살펴본다. 다음으로 본 연구는 여러 기독교상담의 모델 중 Powlison의 나무모델(Lane & Tripp, 2009)에 기초한 김준의 성경적 변화모델(김준, 2018)을 적용하여 마음의 변화과정을 살펴본다. 김준(2018)은 성경적 변화의 과정을 동기, 사고, 감정, 반응, 열매의 다섯 부분으로 나누어 접근하였으며, 이는 더 깊은 마음속 왜곡된 사고와 동기를 탐색하여 진정한 성경적 변화를 지향한다(김준, 2018).

본 연구는 단일사례 질적 연구 방법을 통하여 성경적 변화모델을 제안하고 사이버폭력 경험으로 인해 다양한 삶의 불안 문제를 경험하는 내담자를 위로하고 진정한 마음의 변화, 동기의 변화, 인격적 변화로 나아가고자 한다.

다음은 본 사례연구의 연구 질문이다.

첫째, 사이버폭력 경험자는 어떤 불안 심리를 경험하는가?

둘째, 사이버폭력 경험자의 불안 심리를 성경적으로 어떻게 접근할 것인가?

2) 연구대상 및 사례

내담자 A는 허위사실적시 사이버명예훼손의 피해자로서 20년 전 한 대기업 BK에 입사한 후 5년 뒤 이직했다. 10년 후에는 다시 BK로의 복귀를 준비하고 있었다. 그러나 A를 시기하고 질투하던 B는 A가 복귀한다는 소식에 회사 내 각종 게시판, 단톡 방에 A의 명예를 크게 실추시키고 A에 대해 분노감정을 품을 수도 있는 30여 가지 이상의 허위사실(아

www.kci.go.kr

이디어 도둑질, 공금횡령, 거짓말, 폭력성향 등)을 지어내어 게시하였다. 컴퓨터 조작에 능통했던 B는 ID를 바꿔가며 거짓을 사실인 것처럼 본인이 피해자인 것처럼 연기하며 반복적으로 A에 대한 허위정보를 게시하였고 B의 연기에 속은 다른 수백 명의 직원들이 2차가해자로 합세하였다.

A와A의 가족에 대한 허위사실들은 게시판을 통해 전 세계 지사로 빠르게 퍼져 나갔으며 가족의 생존을 위협하는 수준으로까지 확대되었다. A는 BK로의 이직이 불가능해진 상황에 실업자가 되어 모든 사람이 자신을 욕하고 비난하는 것 같아 문 밖에도 못 나가는 답답한 생활을 3개월간 하였다. A에 대한 사이버폭력은 온갖 루머가 더 해져, A는 결국 아주 작은 지방의 중소기업으로 재취업하였고 교회도 옮겼다. 월급은 절반 정도로 줄었고, 하는 일의 종류도 많이 달라졌다. 무엇보다 사람을 만날 때마다 상대방의 표정이 조금만 나빠도, 대답을 조금만 늦게 해도 불안했다. B와 외모나 말투가 비슷한 사람을 봐도 불안하고 게시판, 단톡 이라는 말만 들어도 잠깐씩 얼어붙었으며, 만나는 사람마다 자신이 당한 일을 알고 있지는 않을까하는 생각에 늘 불안했다. 부인은 사이버폭력 후 건강이 악화되어 수술을 받았으며 아이들은 경제적 어려움으로 인해 사교육을 모두 그만두었다. A는 불안 분노 우울정서가 반복되는 고통스런 생활을 하고 있으며 그로인해 불면, 악몽, 폭식, 흉통, 두통, 복통 등의 증상이 있었다. 허위 사실임에도 너무나 많은 사람들이 자신에 대해 큰 오해를 하고 있으니 늘 불안했고 또 현재 다니는 회사와 교회에서도 비슷한 사이버 폭력을 또 경험할까봐 불안했다. 전에 교회 사람들 대부분이 자신이 죄를 지어 벌을 받았다고 수근 거렸다. 너무 기막히고 억울하고 답답해하던 중 상담을 시작하게 되었다.

상담은 2018년 11월부터 2019년 6월까지 총 30회기 동안 진행되었다. 내담자는 사이버폭력을 경험한 후에 24시간 불안하여 하루 종일 감

www.kci.go.kr

시당하는 느낌이고 언제 어디서나 확인과 허락을 받아야 할 것 같은 불안심리를 호소하였다. 주변인 모두의 시선과 기분을 살펴야 하는 극심한 사회불안으로 인해, 직장과 교회에서 심각한 대인관계의 어려움을 겪고 있던 내담자의 불안심리에 대한 개입이 본 단일사례연구의 핵심으로써 내담자와 다음의 세 가지 상담목표를 설정하였다.

첫 번째는 일상생활 속 불안 증상들의 완화와 극복이고, 두 번째는 새 직장과 교회에서 대인관계의 어려움 극복하기, 마지막은 하나님의 계획 바라보기였다. 상담의 초기에는 불안증상으로 인한 여러 인지, 정서, 행동의 부조화를 예방하는데 초점을 맞추었다. 이를 위해 깊은 숨 호흡법 연습하기, 근육이완법 사용하기, 자기대화법 사용하기, 부정적 생각 끊어내기, 편안한 자세 취하기 등을 연습하였다. 상담의 중기에는 사이버 폭력을 경험하기 전으로 돌아가 성장과정, 학교생활, 직장생활 초기, 중기 등을 탐색하고 현재 심각한 불안의 원인이 되는 고립감, 낮은 자존감, 수치심, 재범 피해의 두려움 등에 대하여 인지, 정서, 행동의 재구조화를 시도하였다. 상담의 말기에는 체계적 둔감법을 통한 노출훈련을 통하여 불안을 극복하고 대인관계를 개선하며 하나님의 계획을 바라보고자 하였다.

구체적으로 첫 번째, 일상생활 속 불안 증상들의 완화와 극복을 위해 불안으로 인한 부적응 행동들 즉, 머리 감싸 안고 주저앉기, 회피 · 철수하기, 고립시키기, 격노하기 등을 하기 전 근육을 이완시키고 긴장을 풀고 깊은 숨 들이마시기를 연습하였고, 사무실, 차안, 집안 곳곳에 사랑하는 부인, 자녀들의 사진, 동영상 등을 배치하여 불안을 가라앉힐 수 있도록 하였다. 또한 부정적 핵심신념의 변화를 위해 왜곡된 사고 찾기, 기록하기, 스스로 묻고 대답하기, 예수님의 고난 묵상하기, 불안에 대한 성경 속 말씀 찾기, 말씀으로 도전하기 등을 연습하였다. 두 번째, 새 직장과 새 교회에서 대인관계의 어려움을 극복하기 위해서 직장, 교회에서의 성

www.kci.go.kr

장과정을 살펴보고 시기마다의 의존대상을 분석하였으며, 의존하게 된 계기, 상처 등을 돌아보았다. 또한 지금 경험하는 고립감, 낮은 자존감, 수치심, 재범 피해의 두려움 등의 감정을 성경 속 인물들의 사례를 묵상하며 자신의 상황에 대한 새로운 해석을 시도하였고, 하나님이 주시는 새로운 인간관계 맺기를 시도하였다. 마지막으로 하나님의 계획을 바라보기위해 매일 아침 말씀과 기도와 찬양으로 첫 시간을 하나님께 드리기, 불안요소인 게시판과 단톡방과 사람들의 지적에 대해 단계적으로 노출하기, 노출 시 불안사고와 양상을 기록하고 대처방법 연습하기, 자신의 강점 찾기, 사람들과 연합하고 싶은 마음 버리기, 하나님 안에서 수치심 버리고 건강한 자존감 회복하기, 모든 것을 하나님께만 의존하고 맡기기 등을 시도하였다.

3. 연구결과 및 논의

앞서 소개한 내담자 A에 대한 분석 후 김준(2018)의 성경적 변화모델을 중심으로 성경적 변화과정을 살펴보고자 한다.

1) 내담자 A의 불안증상 및 기독교적 관점의 평가

① 사례자의 현재 상황

내담자 A는 가끔 회사와 교회에서 꿈을 꾸고 있는 것 같은 생각이 들 때가 있었으며, 자신은 이직한 회사와 지역에 어울리지 않는 사람이기 때문에 하나님께서 곧 명예회복을 시켜 주실 것이라 믿고 있었다. 이유 없이 분노가 치밀거나 끝을 모르게 불안할 때가 자주 있었고 사이버폭력 경험 전 친밀하게 지내던 친구 동료들의 90%이상이 자신을 비난하고 떠남으로 인해 매우 우울하고 비참한 시간을 보냈다. 기억장애 증상이 간헐적으로 나타났으며, 경제적 어려움 극복을 위해 사력을 다해 일에 집

www.kci.go.kr

중하고 있지만 전보다 훨씬 더 많은 에너지를 필요로 해서 많이 지쳐 있었다. 새로 옮긴 회사에서 프레젠테이션을 하던 중 좋은 아이디어를 냈으나 자세히 설명해 달라는 한마디에, 아이디어를 도둑질 한다고 누명쓴 사실이 생각나서 그대로 자리에 주저앉아 아무것도 못했다. 그 당시에 마음에 든 생각들은 또 다시 사이버폭력을 당할 것 같은 느낌, 심장이 덜컹 떨어져 멈출 것 같은 느낌, 머리를 계속 망치로 얻어맞는 것 같은 느낌, 세상이 전부 무너진 느낌, 화살이 몸 전체에 박힌 채 적진에 버려진 병사의 느낌, 발가벗겨져 똥물을 뒤집어 쓴 느낌 등이었다. 그런 일이 처음이어서 몹시 당황했고 부끄럽고 창피하고 또 불안한 마음이 연속으로 나타났다.

이처럼 사이버폭력 피해로 인하여 심각한 불안을 경험하는 피해자의 자율신경계는 늘 과민, 과잉경계 상태가 된다(Laurance, 2015). 단순질문, 이름호명, 심지어 전화벨 소리에도 놀라서 공포와 불안에 떨 수 있고 폭력 경험과 관련된 아주 작은 단서나 이미지에도 얼어붙거나 절망을 경험할 수 있다. 사이버폭력의 특성 상 피해의 규모와 범위가 반복적, 지속적으로 나타날 수 있다는 것을 아는 피해자는 사건과 자신을 분리시킬 수가 없고, 인지구조의 재편으로 인해 부정적 핵심신념으로 채워진 피해자의 마음속은 작은 질문도 비난으로 해석할 수 있다(Bulman, 1992).

인지치료를 창시한 Aaron Beck(2012: 15−16)은 불안과 같은 정서문제의 핵심은 사고 영역의 왜곡에 기인한다고 보았다. 위의 내담자 A의 경험을 고찰했을 때 인지왜곡이 있음을 보여주고 있기에 Beck의 인지치료에 기초한 분석은 A의 문제를 이해하는데 유익할 것이다. 다음은 Beck(2011)의 인지모형에 의한 내담자 A의 부정적 핵심신념이다 〈표 3〉.

www.kci.go.kr

〈표3〉 Beck의 인지모형에 의한 부정적 핵심신념(Beck, 2011)

핵심신념	나는 무능하고, 가치 없고, 사람들이 싫어한다.
중간신념	실패를 계속하는 것은 끔찍한 일이야 : 태도 새로운 아이디어를 내면 안 돼 : 규칙 내가 아이디어를 내면 또 실패할거니까 피해가야 해 : 가정
스트레스 상황	발표를 해야 하는 상황과 더 자세한 설명을 요구하는 청중의 반응
자동적 사고	이 일은 너무 까다로워. 어려워. 나는 바보 같아 나는 이 일을 절대로 감당할 수 없어 나는 절대로 새로운 직장과 교회에 적응할 수 없어 사람들이 비난할 거야
반응	감정 – 불안, 두려움, 공포 흉통, 두통, 복통, 악몽 – 생리적 행동 – 주저앉음, 멈춤, 얼어붙기, 회사 일을 대충함, 화를 자주 냄

② 상황에 대한 내담자 A의 반응과 현재의 문제(열매)

내담자 A는 사이버폭력 경험 후에 극심한 불안과 공포, 두려움, 여러 신체적 고통(흉통, 복통, 두통) 등으로 인해 산 속으로 들어가 혼자 살고 싶은 마음이었으나, 가족들 때문에 그렇게 할 수가 없었고, 너무 슬프고 억울한 마음에 명예 회복을 꼭 하고 다시 성공하고 싶었다. 그래서 새 직장을 구하고 이사를 하고, 교회를 옮기고 모든 문제를 참고 인내하고 있었으나, 고통의 강도는 점점 더해갔다. 거의 매일 악몽을 꾸거나 불면증에 시달렸고 과도한 폭식을 했으며, 끊임없이 자신을 괴롭히는 사이버폭력 경험의 충격에서 벗어날 수가 없었다. 가장으로서 직장을 다니며 일을 하고, 교회도 다니고 있었지만 자신이 너무 하찮고 무가치하게 느껴지며 끊임없이 사람들에게 배신감을 느꼈고, 사이버폭력 전과 비교해서 자신을 완전히 조롱하고 모욕하는 사람들의 대우를 견디기가 매우 힘들어서 통제할 수 없는 화가 치밀어 오르기도 하였다.

"전에 내가 대기업 고위직에 있을 때는 나한테 말도 못 걸었던 사람들이 내가 이렇게 되니 갑자기 전화를 해서 욕을 하고 비난을 해

www.kci.go.kr

> 요. 그런데 또 사이버폭력을 당할까봐 불안해서 적당히 웃다가 끊었어요. 어찌나 화가 나던지..."

안타깝게도 내담자 A는 명문대를 나와 성공가도만을 달려옴으로 인해 자신이 다른 사람보다 좀 더 우월하다는 사고를 가지고 있었던 것 같다. 하나님의 인도하심과 도우심이 없이는 어떠한 성취도 이룰 수 없음을 망각하고 내담자는 고립감, 낮은 자존감, 수치심, 또 다른 범죄피해의 두려움으로 인해 늘 불안하고, 사람들의 시선이 부담스럽고 직장에서 발표할 때 또 주저앉을까봐 몹시 불안해했다.

내담자 A는 모든 신체의 감각이 사이버폭력 피해의 영향력과 또 다른 피해에 대한 불안에 맞춰져 있었다. 다른 사람들과 우연히 눈이 마주쳐도 '내 이야기를 알고 쳐다보는 거야', '또 나에게 가해를 할거야' 라는 즉흥적 사고를 하며 조금 나쁜 일만 생겨도 하나님께 벌을 받는다는 생각을 했다. 자신이 통제할 수 없는 상황이 너무 불안하다. 자신의 능력으로 모든 일을 할 수 있을 만큼 유능하고 가치 있고 사람들이 자신을 좋아해야 한다. 모든 것을 자기중심에서 자신의 힘으로 해야 하는데, 그렇게 할 수 없다는 것이 내담자A의 핵심신념이다.

이는 무능한 인간의 하나님에 대한 전적인 의존이라는 기독교의 기본 전제와 많이 배치된다. 모든 능력은 하나님으로부터 나온다. 하나님이 계획하시고, 허락하시고, 인도하신다. 인생의 주인은 하나님이시다.

2) 성경적 변화모델에 의한 사고 도식

내담자 A의 불안에 대한 표면적 동기는 부당한 폭력으로 실추된 명예의 회복이다. 그러나 좀 더 깊은 내면의 동기를 살펴보면, "나는 다른 사람들보다 성공할 수 있고, 그래서 더 나은 대우를 받아야 한다." 는 것이고 이는 곧 자기 자신에 대한 교만과 하나님에 대한 불신으로 이어진다.

www.kci.go.kr

이와 같은 내담자 내면의 문제를 체계적으로 분석하기 위해 앞에서 언급한 김준(2018)의 성경적 변화모델을 사용하였다. 이 모델은 아래의 〈표4〉에서 보여지듯이, 내담자의 왜곡된 신념체계가 내면의 동기와 영적인 영역에 영향을 받고 있음을 보여 준다.

〈표4〉 김준의 성경적 변화모델에 의한 내담자 A의 사고도식

사고도식	내 용
동기	억울함, 명예회복 (하나님에대한 불신–자신의능력 의지)
사고	또 사이버폭력을 당할거야, 내 인생은 끝났어, 실패했어
감정	불안함, 우울, 분노
반응	회피, 재범, 고립
열매	불면, 분노, 복통, 흉통, 주저앉음, 얼어붙음, 폭식

3) 사이버폭력 경험자의 불안심리에 대한 인지재구조화와 성경적 변화과정

내담자 A의 불안심리에 대한 성경적 변화는 〈표5〉에 정리된 상담과정을 통해 이루어졌다. 상담의 과정을 통해 고립감, 낮은 자존감, 수치심, 또 다른 범죄 피해의 두려움으로 인한 불안심리의 표면적 동기는 억울함, 명예회복인 것으로 여겨졌으나, 깊은 탐색의 과정을 통해 다시는 성공하지 못할 것에 대한 걱정에서 온 불안이 내담자의 마음을 지배하고 있는 것으로 드러났다.

이는 곧 반드시 성공해야 한다는 욕구, 자신이 모든 것을 통제하고 싶다는 열망과 이어지며, 하나님에 대한 불신앙의 모습인 것으로 인정하게 되었다. 내담자 A는 먼저 불안심리로 인한 여러 신체증상들을 파악하고 증상들로 인한 불안심리를 예방하는 연습을 하였다. 또한 명예회복이라는 표면적 동기 밑에 숨어있었던 성공에 대한 욕구를 파악하고 모른 척 했던 “자기의”, “높아지고자 했던 욕심”을 회개했다. 자신의 무능함과

www.kci.go.kr

부족함을 인정하고 하나님께 대한 전적인 신뢰와 의존으로 나아가는 결단을 하였다.

〈표5〉 내담자 A의 성경적 변화과정

분류	변화요인	성경적 변화과정
신체증상(열매)	흉통, 복통, 두통, 주저앉음, 불면, 분노, 폭식	신체증상과 불안사고 분리하기
반응	부인, 회피	매일 아침 첫 시간을 하나님께 드림 하나님이 좋으신 분임을 말로 고백함 다른 사람의 말과 행동에 침착하게 대응함
감정	수치심, 불안	하나님안의 평안, 안정
불안심리의 깊은 동기 파악하기(동기)	성공에 대한 갈망 통제욕구 하나님에 대한 불신	자기의 버리기 진실 된 회개의 과정
사이버폭력에 대한 생각(사고)	또 범죄피해를 입을거라는 확신	하나님을 신뢰하기 범죄피해 여부는 하나님 앞에서 중요하지 않으며 하나님의 사랑은 변하지 않음 실패가 아니라 새로운 시작
말씀으로 논박하기 (핵심신념)	나는 유능해야 한다	하나님이 함께 하심으로 주신 사명을 감당할 수 있음
불안심리를 성경적으로 인지재구조화하기	사회적 고립감 → 인간관계의 재편	새 친구들과 하나님의 영광을 위한 교제의 시간을 자주 가짐.
	낮은 자존감 → 인간의 한계를 넘어서는 경험	나의 한계를 넘어 하나님의 일하심을 바라봄.
	수치심→ 하나님의 인도하심에 대한 확신	하나님께 더 가치 있는 존재로 거듭나기 위해 예배와 경건생활에 집중함.
	또 다른 범죄피해의 두려움 → 큰 고난에서 큰 은혜를 깨닫고 담대함을 얻음	정당한 권리를 요청함

① 신체증상과 불안사고 분리하기

내담자 A에게 불안증상이 찾아올 때 가장 두드러지게 나타나는 신체

www.kci.go.kr

증상은 흉통, 복통, 주저앉음 등이었으며, '심장이 완전히 쪼그라드는 느낌', '머리가 산산 조각나는 느낌', '동상처럼 굳어버리는 느낌', '늪에 빠져서 꼼짝을 할 수 없는 느낌', '비현실감' 등이었다. 이렇게 불안한 마음이 들 때 깊은 숨 호흡하기, 근육이완법 사용하기 등을 시도하였으며, 자기대화법과 행복한 가족사진 보기를 통하여 불안심리에 따른 신체증상들을 완화할 수 있었다. 불안사고를 중지하고 분리하기를 연습하였으며 시간에 쫓기지 않도록 일찍 준비하는 습관도 훈련하였다. 시편 23편의 암송은 실제적으로 큰 도움이 되었으며, 불안하지 않을 때도 시편 23편 암송으로 좀 더 편안한 상태를 유지할 수 있었다.

> "가슴이 답답하고 흉통이 찾아올 때마다 깊게 숨을 쉬고 가능한 편안한 자세를 취했어요. 그리고 가족들이 행복하게 웃고 있는 사진을 보면 나도 모르게 따라 웃게 되더라고요. 그러면 마음이 편안해졌어요.",
>
> "다윗이 시편 23편을 쓸 때 상황이 쫓기는 상황이었다는 말씀이 큰 위로가 됐어요. 다윗도 나처럼 많이 힘들었구나 생각하니 좀 더 힘이 나는 것 같았어요."

② 불안심리를 하나님의 관점으로 바라보기

내담자 A는 주변에서 사이버폭력에 대한 이야기를 들을 때마다 그것이 자기를 겨냥한 이야기가 아님에도 불안한 마음이 들었다. 계속 수치스럽고, 그 상황을 모면하고 싶은 마음만 들었다. 그러나 이사야 41장 10절 말씀, 마태복음 27장을 통해 예수 그리스도께서 당하신 고난과 수치를 묵상하였고, '구원'이라는 하나님의 큰 섭리를 바라보게 되면서 하나님의 관점으로 자신의 시선을 전환하고자 노력하게 되었다. 또한 하나님이 베푸신 은혜를 적고 기억하며 나누는 과정을 통해 좋으신 하나님과 친밀한 관계를 회복하게 되었다.

www.kci.go.kr

"나만 당하는 수치가 아니라고 생각하니 조금 마음이 편안하고 불안이 사라지는 것 같아요. 그렇게 오랫동안 신앙생활을 했는데도 예수님에 대해 하나님의 마음에 대해 몰랐던 것 같아요.

"하나님이 함께 하시는 수치라고 생각하니 이겨낼 수 있겠다는 생각이 들었어요. 불안해 할 때마다 더 많이 기도하려고 해요."

③ 불안심리의 깊은 동기 파악하기

내담자 A는 불안심리의 동기에 대해서 허위사실로 인한 누명을 쓴 것이 너무 억울해서 명예회복을 하고 싶기 때문이라고 했다. 다른 사람들이 거짓말을 다 믿음으로 인해 사회적으로 고립되고, 자존감도 낮아지고, 수치심은 높아지고, 또 다시 범죄 피해를 입을까봐 너무 불안하다는 것이었다. 그러나 상담을 진행하며 깊은 탐색의 과정을 거친 후에 자신에게 불신앙, 성공에 대한 강한 욕구, 강박적 당위적 사고가 있었음을 발견하게 되었다.

너무 가난한 어린 시절을 보내면서 재물과 명예를 추구하게 되었고, 돈과 힘이 있는 사람에게 의존하게 되었음을 고백하고 회개하였다. 죽을 힘을 다해 공부하고 명문대를 나와 대기업을 다녀 부를 축적해야 안전하다고 생각하였고, 성실한 신앙생활 역시 좋은 평판을 얻기 위한 방편이었음을 깨닫고 진심으로 회개하였다. 자신이 모든 것을 할 수 있다는 교만, 하나님에 대한 불신에서 벗어나 다시 간절히 하나님을 찾고 그 가운데서 감사와 평안을 누리게 되었다.'

"어릴 때 너무 가난해서 무시를 많이 당했어요. 그래서 돈이 없으면 늘 불안했어요."

"명문대를 나와 대기업에 다니고 큰 교회에서 좋은 장로가 되는 것이 목표였어요. 헌금도 많이 하고 평판도 좋은 그런 장로가 되면 걱정이 없을 것 같았어요."

www.kci.go.kr

④ 사이버폭력에 대해 재정의 하기

내담자 A는 사이버폭력 때문에 자신의 삶이 완전히 파괴되고 끝났다고 생각하고 있었다. 산산조각이 난 유리창 가루가 자신의 인생과 다를 바 없다는 표현을 했었다. 그러나 불안에 대한 깊은 동기를 파악하고 진실 된 회개와 용서받음의 과정을 거친 후에는 사이버폭력을 다른 생각으로 정의할 수 있게 되었다. A는 인간으로서 전적인 무능함과 한계를 경험한 뒤 진심으로 전지전능하신 하나님을 경외하는 마음을 갖게 되었으며 또 다시 사이버폭력 피해자가 될 것이라는 불안에서 벗어나 위기상황 가운데서도 도우시고, 보호하시고, 인도하시는 하나님을 인식하게 되었다. 인간의 끝이 하나님의 시작이며, 그 시작은 이미 약속으로 성취되고 완성된 시작이라는 믿음을 갖게 되었으며 하나님이 주실 새로운 사명에 대한 기대감도 갖게 되었다.

> "하나님이 나를 얼마나 사랑하시는 지에 대해서 다시 한 번 생각하게 되었어요. 내가 전에는 참 어리석었다는 생각도 했고요. 세상의 기준으로 하나님을 제한하려 했던 것이 어리석게 느껴져요."
>
> "은혜는 높은 곳에서 낮은 곳으로 흐르는 것이며 낮은 곳에는 더 큰 하나님의 은혜가 임한다는 것을 실감하고 있어요. 나 같은 죄인을 이토록 세밀하게 보호하신다는 것이 놀라워요."

⑤ 말씀으로 도전하기

내담자 A는 자신이 유능해야 한다는 비합리적 신념을 가지고 있었다. 그러나 자기가 모든 것을 할 수 있다는 생각은 교만한 생각이고 하나님에 대한 불신에서 나오는 것이다. 그러므로 시편 16편, 예레미야 33장 3절의 묵상을 통해 연약한 자신에게 부으시는 하나님의 능력을 확신할 수 있도록 도전하였다. 또한 사도행전 9장 말씀을 통해 자신이 정한 목표가 아니라 하나님이 주신 사명을 하나님께서 주시는 지혜와 능력으로 감당

www.kci.go.kr

할 수 있음을 강조하였다. 앞으로는 항상 기도하며 하나님께 대한 전적인 신뢰와 의존을 다짐하였다.

> "나는 항상 유능해야 하고, 내가 모든 것을 통제해야 한다는 생각은 정말 나를 힘들고 피곤하게 했어요. 너무 지치고 쓰러질 것 같은 느낌이었어요. 이젠 하나님께 감사기도가 매일 나와요. 이제야 비로소 내 모습을 찾은 느낌이라 할까요. 하나님이 주시는 지혜와 능력으로 하나님이 주신 사명을 감당하면 된다고 생각하니 기쁘고 감사해요.",
>
> "매일 말씀을 읽고 기도하고 찬양하고 하나님을 매일 느끼고, 내가 무능하니 하나님만 의지하고, 그게 이렇게 자유로운 건지 몰랐어요. 하나님이 늘 도와주실거에요."

⑥ 불안심리에 대한 인지재구조화

사이버폭력 경험으로 인해 파편화되었던 내담자 A의 인지구조와 부정적 핵심신념은 성경적 변화의 과정을 거치면서 성경적 핵심신념으로 재구조화 되었다. 구체적인 예를 들어보면 자신이 사이버폭력 피해자임을 모두가 알 수는 없으며 모두가 비방 글을 믿지는 않는다는 것, 하나님께서 새로운 친구를 보내 주시며 하나님께서 자신과 늘 함께 하신다는 것, 하나님께는 회사의 크고 작음이 중요하지 않으며 작은 회사에 다니는 자신을 하나님께서는 항상 사랑하시고 인도하신다는 것 등이다. 또한 자신은 하나님께 가치 있는 존재이므로 부당한 행동들에 대해 적절한 대응을 할 수 있으며 2차가해 행동에 대해서도 그만둘 것을 정중히 요청할 수 있고 새로운 직장과 교회에서는 다시 사이버폭력을 당하지 않도록 하나님께서 도와주실 것이란 믿음이다. 이처럼 내담자A는 성경적 마음변화 과정을 통해 하나님을 전적으로 신뢰하고 의지하며 자신의 삶이 하나님의 섭리가운데 있음을 확신하게 되었고, 하나님의 인도하심을 기대하

www.kci.go.kr

며 새로운 소망을 품게 되었다. 하나님께서 자신을 얼마나 사랑하시는지 알게 되었으며, 하나님께 받은 그 큰 사랑과 위로를 세상에 나가 전하며 살겠다는 다짐도 하게 되었다.

> "하나님을 바라보는 것, 하나님을 경외하는 것, 그것만이 참 기쁨인 것을 알게 되었어요.",
> "매일 첫 시간을 하나님께 드리고 시작해요. 그러면 하루 종일 하나님과 손잡고 다니는 것 같아요. 새로운 친구들과 운동도 하고, 교회 일도 열심히 하고, 그리고 요즘 조금씩 좋은 일도 생겨요. 하지만 다른 것 안보고, 다 내려놓고 하나님만 볼 것에요. 하나님이 날 사랑하시니까요."

Ⅲ. 닫는 글

본 연구는 사회적으로 급증하고 있는 사이버폭력의 개념과 특징 종류를 알아보고 사이버폭력 경험자들이 호소하는 불안심리에 대해 기독교 인지행동 치료적 관점에서 접근하였다. 기독교 인지행동 치료는 인간중심의 목표설정과 해결방법으로 마무리 되는 일반 인지행동치료와 구별하여 하나님의 관점에서 성경말씀으로 인지재구조화를 시도하고 하나님과의 더 친밀한 관계 회복을 시도하며 궁극적으로는 하나님께 대한 전적인 신뢰와 의존으로 나아가는 것을 의미한다. 본 연구는 허위사실적시 명예훼손 사이버폭력 경험자의 사례를 통하여 불안심리에 대해 기독교적 관점으로 접근하고, 그 회복과정을 통한 성경적 인지 재구조화를 서술함으로서 사이버폭력 경험자들에 대한 기독교 상담적 접근의 가능성을 확인하였다. 또한 본 연구는 사이버폭력 경험자가 호소하는 다양한 정서적 어려움 중에서 불안 문제에 초점을 맞추어 진행한 단일사례 연구

www.kci.go.kr

로서 불안을 일으키는 원인이 되는 부정정서를 성경적 관점에서 조명하였다.

사이버폭력의 발생률은 가파르게 상승하고 있으며, 점점 더 빠르게 증가할 것으로 전망되지만, 사이버폭력에 대한 기독교적 관점의 연구는 매우 부족한 상황이어서 본 연구를 통해 사이버폭력 피해자들이 경험하는 불안심리에 대한 기독교적 이해의 폭이 넓어지고 주의를 환기하는 계기가 되기를 바란다. 또한 본 연구는 단일사례연구로서의 한계성을 가지고 있으므로 사이버폭력 피해자들이 경험하는 또 다른 부정정서인 우울, 자해, 자살욕구 등을 포함하는 다양한 관점에서의 풍성한 사례연구를 통해 사이버폭력 경험자들의 성경적 변화과정이 깊고, 심도 있게 탐색되기를 바라며 이를 위한 후속연구를 촉구한다.

www.kci.go.kr

【 참고문헌 】

강희천 (2000). 수치심과 기독교교육. 연세대학교연합신학대학원 목회자하기 신학세미나 강의집.

공정식 (2014). **범죄와 피해 심리분석기법**. 서울: (사) 한국피해자 지원협회.

곽승현 (2018). 사이버폭력 피해경험이 사이버폭력 가해행동에 미치는 영향: 부부애착과 사이버자신감의 이중매개효과를 중심으로. 경기대학교대학원 석사학위논문.

김경은, 윤혜미 (2012). 청소년 사이버 폭력에 관련된 생태체계 변인의 영향. **청소년복지연구, 14**(1), 213−238.

김계환, 김대근, 김성돈, 김태경, 박기환, 박형민, 안성훈, 윤지영, 윤해영, 이은진, 장응혁, 정근재 (2012). **범죄피해와 보호**. 지원의 이론과 실무 II. 서울: 한국형사정책연구원.

김민경 (2013). 내면화된 수치심이 사회불안에 미치는 영향: 자기제시동기, 자기제시기대, 정서표현 갈등의 매개효과 검증. **한국 심리학회: 임상, 32**(1), 161−176.

김병오 (2013). **자존감 읽기**. 서울: 학지사.

김보라 (2016). 20대 청년의 사이버폭력 피해경험과 사회불안 간의 관계에서 성격의 조절효과. 한신대학교대학원 석사학위논문.

김상인 (2014). **상담심리용어사전**. 서울: 만남과치유

김은경 (2013). 청소년의 사이버 불링에 영향을 미치는 관련 변인 연구. 명지대학교대학원 박사학위논문.

김 준 (2014). 불안과 기독교상담: 성경적 인지행동 접근. **성경과 신학, 71**, 85−109.

남재성, 장정현 (2011). 청소년의 사이버 폭력 피해에 관한 연구. **한국 범죄심리연구, 7**(3), 101−119.

두경희 (2013). 가해자와의 관계가 사이버폭력 피해자의 정서와 인지에 미치는 영향. 서울대학교대학원 박사학위논문.

두경희 (2015). 사이버폭력 피해자의 정서적, 인지적 경험 및 대처행동. **청소년학 연구, 22**(11), 81−109.

류설영 (1998). 대인관계 상황에서의 죄책감, 수치심과 심리적 증상의 관계연구 −일반 청소년과 비행 청소년의 비교를 중심으로. 이화여자대학교대학원 석사학위논문.

www.kci.go.kr

미국정신분석학회 (2002). **정신분석용어사전**(이재훈 역, *Psychoanalytic Terms & Concepts*). 서울: 한국심리치료연구회. (원전 1990 출판).

박대식, 손은정 (2016). 사이버 괴롭힘 행동에 영향을 미치는 요인들: 익명성, 공격성, 사이버 괴롭힘에 대한 태도. **상담학 연구, 17**(4), 313−331.

박종렬 (2012). A Study on Improving Support for victims of Cyber−Violence. **한국컴퓨터정보학회 논문, 17**(1), 227−233.

방송통신 위원회 (2019). 2018년 사이버 폭력실태 조사 결과발표.

서경원 (2006). 사이버 폭력의 실태 및 대응방안. **인하대학교법학연구소 법학연구, 9**(2), 203.

서울경찰청 사이버안전국 (2019). 2018년 사이버폭력 통계자료.

서울경찰청 사이버안전국 (2019). 사이버 폭력 보고서.

서희원, 조윤오 (2013). 사이버불링 피해가 청소년의 자살생각에 미치는 영향. **미래청소년학회지, 10**(4), 111−131.

성동규, 김도희, 이윤석, 임성원 (2006). 청소년의 사이버폭력 유발요인에 관한 연구: 개인성향, 사이버폭력 피해경험, 윤리의식을 중심으로. **사이버커뮤니케이션학보, 19**(19), 79−129.

송지연 (2016). 전통적 사이버 괴롭힘 상황에서 주변인의 방어성향에 영향을 미치는 요인. 이화여자대학교대학원 박사학위논문.

승장래 (2014). 군범죄피해자에 대한 치료적 개입에 관한 연구. 광운대학교대학원 박사학위논문.

신나민, 안화실 (2013). 청소년 사이버폭력 현황 및 피해, 가해 변인에 관한 연구. **교육문제연구, 26**(4), 1−21.

안성진, 이창호, 조윤오, 오인수, 김봉섭 (2015). **사이버 불링의 이해와 대책**, 서울: 교육과학사.

오세연, 곽영길 (2013). 사이버 불링을 통한 학교폭력의 실태와 대응방안 연구. **한국치안행정학회지**, 65−88.

오태균 (2006). 청소년 인터넷 중독위기 극복을 위한 교회교육적 과제. **기독교교육연구 16**(1), 170.

이성식 (2008). 사이버범죄 의도에 대한 공식처벌의 억제효과. **형사정책, 20**(11), 187−206.

이성식 (2011). **사이버 범죄학**. 경기도: 그린.

이승현, 강지현, 이원상 (2015). 청소년 사이버폭력의 유형분석 및 대응방안 연구. **한국형사정책연구원**, 24−26.

www.kci.go.kr

이원상 (2008). 사이버개념을 통한 사이버모욕죄의 고찰과 대안. **형사정책, 20**(22), 255−256.

이원상 (2019). **사이버 범죄론**. 서울: 박영사.

재난정신건강위원회 (2015). **재난과 정신건강**. 서울: 학지사.

전요섭 (2018). 심리적 외상으로서 친밀관계 폭력에 대한 기독교 상담적 대응 방안. **복음과 상담, 26**(1), 201−236.

정 완 (2005). 사이버폭력의 피해실태와 대응방안. **피해자학 연구, 13**(2), 329−359.

정은이 (2015). 현대인의 일상적인 고독과 불안. 공주대학교대학원 석사학위 논문.

정철호 (2009). 인터넷상의 명예훼손에 관한 소고. **스포츠와 법, 12**(4), 367−394.

정한라 (2013). 국내외 사이버 폭력 사례 및 각국의 대응방안. Internet & Security Focus **10**, 32.

정한호 (2012). 학교 현장에서 발생하는 사이버폭력 실태와 대처방안에 대한 고찰. **한국소년정책학회 소년보호연구, 20**, 205−241.

한국 사이버 성폭력 대응센터 (2017). 사이버 성폭력 피해와 지원을 위한 안내서. **서울특별시**, 89.

한국인터넷진흥원 (2016). 2015년 사이버폭력 실태조사.

Aoyama, I., Saxon, T., & Fearon, D. (2010). Internalizing problems among cyberbullying victims and moderator effects of friendship quality. *Multicultural Education & Technology Journal. 5*(2), 92−105.

Beck, J. S. (2011). *Cognitive Behavior Therapy−Basics and Beyond*(2nd ed). New York London: The Guilford Press.

Bogdan, R. (2015). **교육의 초보연구자를 위한 질적 연구방법론의 기초**(조정수 역, Qualitative Research for Education: An Introduction to Theories and Methods, 5Ed). 서울: 경문사. (원전 2007 출판).

Creswell, J. W. (2010). **질적 연구 방법론: 다섯 가지 접근**(조흥식, 정선욱, 김진숙 역, *Qualitative Inquiry and Research Design*). 서울: 학지사. (원전 1997 출판).

David, A. C., & Aaron, T. B. (2012). *Anxiety and worry workbook.* New York: The Guilford Press.

Fritz, R. (2007). **불안의 심리**(전영애 역, *Grundformen der Anst. Eine*

www.kci.go.kr

tiefenpsychologische Studie). 서울: 문예출판사. (원전 2006 출판).

Hinduja, S., & Patchin, J. (2013). Social Influences on Cyberbullying Behaviors Among Middle and High school students. *J Youth Adolescence 42*(5), 711−722.

Jessica, W. (2014). Cyber−Violence may against Woman, Practicum student univesity of British Columbia Bachelor of Social Work. *Battered Woman's support services*, 15−16.

John, S. (2004). The Online Disinhibition Effect. *Cyber Psychology & Behavior, 7*(3), 321−326.

Juvoven, J., & Gross, E. (2008). Bullying experience in cyberspace, *The Journal of school health. 78*(9). 496−505.

Kim, S. H., & Smith, R. H. (1993). Revenge and Conflict Escalation. *Negotiation Journal, 9*, 37−43.

Kokkinos, M., Angelos M., & Nafsika A. (2014). Cyber−bullying: an investigation of the psychological profile of university student participants. *Journal of upplied developmental psychology, 25*, 204−214.

Laurence, M. (2015). **범죄피해자와 상담**(김태경 역, *Counseling Crime Victims*). 서울: 학지사. (원전 2015 출판).

Lewis, H. B. (1987). *The Role of shame in symptom formation.* Erlbaum: Hillsdale, N. J.

Marisa, L. B., Deborah, B., & Cris, M. S. (2010). The Impact of resource constraints on the Psychological Well−being of Survivors of intimate Partner, Violence over time, *Journal of Community Psychology, 38*(8), 950−952.

McGrath, A. (2013). **자존감**(윤종석 역, *Self−Esteem*). 서울: IVP. (원전 2001 출판).

Melissa, P. S., Duhita, M., & Richard, A. BIII. (2013). The Role of Dominance, Cyber Aggression Perpetration, and Gender or Emerging Adults, Perpetration of Intimate Partner Violence. *Psychology of Violence, 3*(1), 70−83.

Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2011). Traditional and Non traditional Bullying Among Youth: A Test of General Strain Theory. *Youth & Society*, 727−751.

www.kci.go.kr

Raskauskas, J., & Stoltz, A. (2007). Involvement in traditional and electronic bullying among adolescents, *Developmental psychology, 43*(3), 564−575.

Rebecka, L., & Avni, A. (2015). Addressing Intimate Partner Violence and Sexual Violence among Adolescents: Emerging Evidence of Effectiveness. *Journal of Adolescent Health, 56*, 42−50.

Runions, K., Shapka, J. D., Dooley, J., & Modechi, K. (2013). Cyber−Aggression and Victimization and Social Information Processing: Integrating the Medium and the Message. *Psychology of Violence, 3*(1), 9−26.

Rylan, M. H., Mark, S. N., & Kendrick, J. S. (2019). Before You Send That: comparing the outcomes of Face−to−Face and Cyber Incivility. *The Psychologist−Manager Journal 22*(1), 1−23.

Sincek, P., Duvnjak, I., & Milic, M. (2017). Psychological outcomes of cyber−violence on victims, perpetrators and perpetrators victims. *Hrvatska vevija za rehabilitacijska istrazivajai, 53*(2), 98−110.

Timothy, S. L., & Paul, D. T. (2009). **사람은 어떻게 변화되는가?**(김준수, 윤홍식, 김영희, 오윤선, 안경승, 김준, 김태수, 이은규, 박행렬, 강병문, 심수명, 정요섭 역, *How People Change*). 서울: 생명의 말씀사. (원전 2006 출판).

Vandebosch, H., & Cleemput. K. V. (2008). Defining Cyber bullying : A Qualitative Research into the perceptions of Youngsters. *Cyber Psychology & Behavior, 11*(4), 499−503.

Wolak, J., Mitchell, K., & Finkelhor, D. (2007). Does Online Harassment Constitute Bulling? An Exploration of Online Harassment by known peers and Online−Only contacts. *Journal of Adolescent Health, 41*, 51−58.

Ybarra, M. L., & Mitchell, K. J. (2004). Online aggressor/targets, aggressors, and targets: a comparison of associated youth characteristics. *Journal of child Psychology and Psychiatry, 45*(7), 1308−1316.

Ybarra, M. L., & Mitchell, K. J. (2007). Prevalence and Frequency of Internet Harassment Instigation: Implications for Adolescent Health. *Journal of Adolescent, Health*, 191−194.

www.kci.go.kr

Zahn, R., Kelythe, J., & Gethin, S. G. (2015). The Role of self−blame and worthlessness in the psychopathology of major depressive disorder. *Journal of Affective Disorder*, 337−339.

언론중재위원회 인터넷 홈페이지(http://www.pac.or.kr)

선플운동본부 인터넷 홈페이지(https://www.sunfull.or.kr)

http://news.chosun.com/site/data/html_dir/2018/10/14/2018101400424.html, 2019년 9월 10일 접속

https://play.google.com/store/apps/details?id=com.alpha.CyberBullying&hl=k

Cyber violence and hate speech online against women. European Parliament's committee. (2018). http://www.europarl.europa.eu/supp oorting−analyses. 1−80. 2019년 9월 28일 인출.

Wilk, A. (2018). *Mapping study on cyber violence.* Cyber crime convention committee. http://www.coe.int/cybercrime 2018.7.9. 1−151. 2019년 9월 27일 인출.

http://m.hankooki.com/m_sp_view.php?WM=sp&FILE_NO=c3AyMDA4MTAwMzEzNDMyNDk2MDEwLmh0bQ==&ref=m.search.naver.com&isNv=Y. 2019년 9월 24일 인출.

http://new.tvreport.co.kr/main.php?cmd=news/news_view&idx=54852. 2019년 9월 24일 인출.

http://m.wowtv.co.kr/NewsCenter/News/Read?articleld=A20180116054#_enliple. 2019년 9월 24일 인출.

www.kci.go.kr

【 Abstract 】

Intervening Anxiety of Cyber Violence Victims: A single case study in christian perspective

Chung, Heyoun & Kim, Jun
Grace Counseling Institute & Chongshin University

The purpose of this study is to investigate Biblical change process as a Christian counseling approach to anxiety in the victims of cyber violence. To achieve this objective, this study first characteristics, related concepts, and types of cyber violence, and points out the severity of cyber violence as a rapidly expanding phenomena. It then describes the causal relationship between the experiences of cyber violence and anxiety, and claims the necessity of Christian approach to anxiety problems of the victims. This research employs a single case study of qualitative method in conducting a Christian approach. Specifically, to understand the cognitive process of cyber violence victims, it reveals negative thoughts of the victims and applied these finding to Jun Kim's biblical change mode, which is based on David Powlison's tree model. The analysis of the single case shows that biblical change consists of five aspects of motive, thoughts, emotions, response, and fruits, and the change of distorted thoughts and deep motives bring real change in the victim's life. Finally, this study reaffirms that serious situations of cyber violence and disastrous effects on the victims, and points of weakness of a single case study and suggests the direction of future study that investigates more cases related cyber violence.

Key words: cyber violence, anxiety, biblical change, cognitive therapy, christian counseling.

www.kci.go.kr