

## 사이버 과의존 기독교 청소년을 위한 목회적 돌봄

박기영\*

### 국문초록

본 논문의 목적은 사이버 과의존 기독교 청소년들을 위한 목회적 돌봄의 방안을 제시 하는데 있다. 이를 위해 연구자는 여는 글에서 청소년의 사이버 과의존 문제에 대한 연구의 필요성 및 연구의 목적을 제시하였다. 펴는 글에서 연구자는 이론적 배경을 고찰했는데, 먼저 용어의 정의와 사이버 공간의 개념 및 사이버 공간의 긍정적 기능과 부정적 기능을 살펴보았다. 이어서 연구자는 사이버 과의존의 개념과 사이버 과의존과 관련된 다양한 선행연구를 고찰하였다. 또한 연구자는 사이버 과의존의 문제를 기독교적인 시각으로 고찰해 보았으며, 청소년의 발달적 이해와 기독교 청소년의 특징을 살펴보았다. 결론부에서 연구자는 사이버 기독교 청소년을 위한 세 가지 목회적 돌봄을 위한 실천적 방안을 제안했다. 첫째, 목회자는 청소년이 사이버 과의존에 빠지지 않도록 영적 안녕감을 증진시키는 실천적 목회 돌봄 프로그램을 운영해야 한다. 둘째, 목회자는 소외감을 느끼는 청소년들이 사이버 과의존에 빠지지 않도록 그들을 품어주는 신앙공동체를 조성하는 목회돌봄을 해야 한다. 셋째, 목회자는 청소년을 위한 사이버 과의존 예방 및 치유프로그램을 운영하는 목회적 돌봄을 해야 한다. 목회자들의 이러한 목회적 돌봄은 기독교 청소년들로 하여금 사이버 과의존에 빠지지 않도록 하는데 기여할 수 있을 것으로 기대한다.

**주제어:** 사이버 과의존, 기독교 청소년, 목회적 돌봄, 영적 안녕감, 자아 정체성

---

\* 성결대학교 프라임대학원 상담학과 조교수

• 이 논문은 2022년도 성결대학교 학술연구비의 지원을 받아 연구되었음.

## I. 여는 글

오늘날 현대인은 시간과 장소에 구애를 받지 않고 어떤 상황에서도 사이버 공간에 접속하여 소통하는 세대이다. 이 세대는 Mashall McLuhan이 주장했던 ‘지구촌’(global village)의 모습으로 들어섰으며, 과거에 확실하게 구분되던 국가, 문화, 가치관의 경계선이 점차 불분명해 지고 있으며 이런 경향은 점점 더 가속되고 있다(정기목, 2011). 4차산업혁명으로 인한 메타버스 시대에 청소년일수록 현실 세계보다는 사이버 공간에서 게임과 거래 및 취미생활뿐 아니라 공연도 관람하는 등 자기들만의 세계를 구축해 나가고 있다. 이와 같이 인간의 삶이 머무르는 공간의 변화는 사고방식과 인간관계, 그리고 가치관 삶의 패턴 변화를 초래하면서 사이버 공간의 과의존으로 인한 부정적인 현상들도 발생하고 있다. 사이버 공간에서 이루어지는 익명적 인간관계는 부정적 상호작용을 하게 하고, 더 나아가 정체감의 혼돈으로 인간성의 상실을 초래하기도 한다. 인간관계를 맺는 이러한 방식의 변화는 새로운 형태의 범죄와 일탈을 가져와서 현대사회에 매우 심각한 사회문제를 일으키기도 한다(장준호, 2003). 특히 많은 청소년들이 시간과 공간의 제약을 받지 않고 사이버 공간에 접속하게 되면서 사이버 과의존의 위험도 점점 높아지고 있다. 사이버 과의존이란 사용자가 인터넷의 사용에 집착한 나머지 일상생활에서 심각할 정도로 신체적으로나 정신적으로 또한 경제적으로나 직업적으로 사회에 적응하는데 기능적 손상을 가져오며, 인터넷 증후군, 사이버중독, 컴퓨터 중독, 병리적 인터넷 사용 등의 용어로도 사용된다(이정운, 이상희, 2004). 본 연구에서는 사이버 과의존과 인터넷 중독이라는 용어를 같은 의미로 사용하고자 한다.

과학기술정보통신부(2021)의 ‘스마트폰 과의존 실태조사’에 의하면, ‘21년 우리나라 스마트폰 이용자 중 과의존위험군(고위험군+잠재적위험군)의 비율은 24.2%로 전년(23.3%)대비 0.9% 증가하였다. 연령대별로 살펴보면, 유아동(만3-9세)의 과의존위험군 비율은 28.4%(+1.1%p)로 나타났고, 청소년(만10-19세)은 37.0%(+1.2%), 성인(만20-59세)은 23.3%(+1.1%p), 60대는 17.5%(+0.7%p)로 조사되었다. 이와 같이 사이버 과의존의 현상은 지속적으로 확산되고 있는 실정이다. 사이버 과의존의 결과로 나타나는 심리적 특징은 사회적 고립과 위축, 우울증이나 불안감 등이 있다. 이밖에 낮은 자존감, 거절에 대한 두려움, 인정받고 싶은 욕구 등의 스트레스를 사이버 공간에서 해소하려고 하면서 사이버 과의존의 형태로 발전하고 있다(이석범 외, 2001). 이러한 현상은 기독교 청소년들에게도 예외가 아니어서 크리스천 가정에서도 사이버 과의존 문제로 인한 갈등이 발생하고 있고 신앙생활에도 부정적인 영향을 끼치고 있다. 이에 연구

자는 본 연구에서 사이버 과의존의 현상이 점점 더 증가하고 있는 이러한 시대적 흐름 속에서 기독교 청소년의 사이버 과의존 문제를 목회돌봄의 차원에서 어떻게 대처해야 할 것인가에 대한 대안을 제시하고자 한다.

## II. 펴는 글

### 1. 이론적 배경

#### 1) 용어의 정의

##### (1) 사이버 과의존

사이버 과의존의 하위유형은 인터넷 중독, 정보 과부하, 네트워크 강박증, 사이버 섹스 중독이나 사이버 관계 중독으로 분류되며(Young, 1999), 이는 '사회적 형태'와 '비사회적 형태'로 구분되기도 한다(Suer, 1996). 연구자는 본 연구에서 사이버 과의존이란 개체가 사이버 공간을 접촉하는 수준이 과도해서 자신의 일상생활에 해(害)를 끼칠 정도로 집착하는 중독 증상이라고 정의한다.

##### 2) 사이버 공간의 개념

본래 사이버(cyber)란 용어는 캐나다의 공상과학소설가인 윌리엄 김슨의 소설 Neuro-mancer에서 처음 사용된 용어로서 '가상', '공상' 등의 의미로 사용되었는데, 정보통신망의 발달과 보급 확산으로 인하여 네트워크 속의 세상을 사이버 혹은 사이버공간(cyberspace)라고 부른다(최경진, 2008). 이 용어는 John P. Barlow가 의사전달공간(Communication Space)이라는 개념으로 사용하면서부터 보편화 되었다. 사이버 공간에 대한 다른 정의에 의하면 "사이버 공간은 장소나 물질에 근거한 현실 세계와는 달리 컴퓨터의 네트워크 안에 있는 가상 공간"으로 인터넷이 매우 빠르게 발달하는 현대사회에서 기존의 물리적 공간을 대체하는 대안적 접촉 공간이라고 할 수 있다(김승원 외, 2002). 사이버 공간은 컴퓨터라는 네트워크를 통해 만들어진 가상적인 공간이지만, 실제로 이용하는 사람에게는 시각이나 청각 혹은 촉각 등의 자료들을 제공한다(이재현, 2000). 사이버 공간은 보편적으로 생체 전자적인 환경이라고 할 수 있으며, 이 환경은 전자 형태로 존재하며, 이러한 지식은 대부분 일시적으로 존재한다(홍성태, 1997). 이러한 사이버 공간은 인터넷과 스마트폰을 통해서 언제나 접속이 가능

하며 사이버 대학교, 사이버 은행, 사이버 건물, 사이버 기업, 사이버 놀이터, 심지어 사이버 교회 등의 형태로 점점 확장되어 가고 있다.

사이버 공간의 특성은 다음과 같이 네 가지로 볼 수 있다(박창호, 2001). 첫째, 사이버 공간은 0과 1이라는 비트 조합으로 구성된 부호들로 만들어진 물리적 공간이다. 둘째, 사이버 공간은 현실 세계라는 물리적 공간의 한계라고 할 수 있는 시간과 거리, 국경, 인종, 지위 등의 경계를 초월한 공간이다. 셋째, 사이버 공간은 특정한 구조와 질서의 체계를 전제하지 않는 탈 구조화 된 공간이다. 넷째, 사이버 공간은 신체를 매개로 하여 사람이 상호작용하는 공간이 아니다. 사이버 공간이 현실 생활에 미치는 영향에는 긍정적인 면과 부정적인 면이 모두 다 있다. 이와 같이 인간이 만들어낸 인위적 환경이 삶의 편리성을 증대시키기도 하지만, 통제의 대상이 되었던 것들이 통제의 주체가 되어 인간을 소외시키거나 심지어 죽음에 이르게 하기도 한다. 문제는 이러한 긍정적인 면과 부정적인 면 가운데서 둘 중에 하나를 선택할 수 있는 것이 아니라, 이런 두 가지를 동시에 접해야 한다는 데 있다(장준오, 2003).

### 3) 사이버 공간의 기능

#### (1) 사이버 공간의 긍정적 기능

첫째 사이버 공간은 중요한 정보를 공유하는 방식을 향상시킨다(최종인, 2022). 이는 온라인상에 존재하는 데이터베이스(database)의 역할을 의미한다. 이전에는 수직적이고 폐쇄적이었던 정보 흐름이 사이버 공간에서는 수평적이고 개방적이기 때문에 누구든지 정보의 생산자가 될 수도 있고 동시에 정보의 소비자가 될 수도 있다. 누구라도 마음만 먹으면 사이버 공간을 통해서 세계의 다양한 정보를 언제든지 획득하여 사용할 수가 있고, 자신이 정보의 생산자가 되어 많은 사람들에게 정보를 제공할 수가 있다. 둘째, 사이버 공간은 평등한 관계에서 상호작용을 하게 한다(정숙경, 2002). 기존의 대면적인 접촉이 사회의 위계구조와 관련된 요인들에 의해 상호작용방식을 결정했던 반면에, 사이버 공간에서는 심리적으로 좀 더 자유로울 수 있는 정서적 안정감을 부여함으로써 성별에 관계없이 보다 평등한 관계에서 상호작용이 가능하다. 셋째, 사이버 공간은 새로운 형태의 만남을 가능하게 한다(최숙영, 2014). 평소에 알지 못하던 사람들이 사이버 공간을 통해 소통이 가능하고 성(性)과 인종 및 국경을 뛰어넘어 사람들을 한곳에서 만나서 소통할 수 있다. 더 나아가 관심 분야가 같은 사람들끼리 만나서 커뮤니티를 만들어 활동할 수 있다. 넷째, 사이버 공간은 사회적 문제에 참여하는 역할의 기능을 한다(최숙영, 2014). 사이버 공간에 참여하는 사람들은 자신의 의견을 적극

적으로 표현하면서 사회적 이슈에 참여하게 된다. 사이버 공간에서는 정보가 개방적이고 누구나 참여가 가능하기 때문에 능동성과 자율성을 바탕으로 새로운 규범과 가치를 생성하는 기능을 할 수 있다.

## (2) 사이버 공간의 부정적 기능

첫째, 청소년의 자아정체감 형성에 부정적 영향을 끼칠 수 있다. 청소년기는 자아정체감을 형성하는 시기인데(William & Merten, 2008), 사이버 과의존은 자아정체감 형성 과정에 부정적인 영향을 미칠 가능성이 높다(박명준, 신성만, 2014). 사이버 과의존은 건강한 정서의 발달과 인격 형성 등 인생의 중요한 자아 개발을 제한할 수 있다(이지영, 2008). 특히 사이버 공간의 특성이라고 할 수 있는 익명성에 청소년들이 빠져들게 되면, 그들은 현실 세계에서 느끼는 실제 자신과 또 다른 정체성을 만들어내서 현실 세계와 가상 세계의 구분이 모호해질 수 있다(Young, 1998). 둘째, 사이버 과의존 중에서도 사이버섹스 과의존은 태도와 성의식에 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 음란물에 접촉한 청소년들은 성(性)에 대해서 부정적인 정서를 갖게 되거나 왜곡된 태도를 취하게 된다(Longo, Brown, & Deborah, 2002). 또한 이들은 여성에 대해서 반감을 갖게 되기도 하고, 공격적인 성행위에 대하여 점차 둔감해지면서 결국 허용적인 태도로 바뀔 수 있다(Paul & Linz, 2008). 셋째, 사회규범에 어긋나는 일탈 행동과 폭력 행위를 모방하여 따라 할 위험성이 있다. 사이버 과의존 청소년들은 게임 등의 가상 세계에서 사회적으로 수용되지 않는 폭력적 행위에 쉽게 노출되기 때문에 그러한 행동은 현실 세계에서도 그대로 따라 하게 될 위험성이 높다(Chou & Ting, 2003). 사회규범 해체적 일탈 중에서 가장 빈번하게 발생하는 것은 '채팅 중 폭언, 욕설, 헐박' 등으로 전체 응답자의 32.5%가 경험한 바가 있다고 보고했다(장준호, 2003). 그 다음으로 인터넷 도박으로 전체 응답자의 23.4%가 경험한 바가 있다. 넷째, 현실사회로부터의 단절이 가속화될 수 있다. 사이버 과의존에 빠진 사람들의 특성 중의 하나는 심리 정서적으로 외로운 감정을 사이버 공간에서 해결하고자 하는 경향이 있다. 즉 현실에서 적절한 대인관계를 갖지 못한 결과 외로움을 느낀 사람들이나 청소년들이 사이버 공간에서 다양한 모습으로 관계를 가지려는 충동으로 채팅을 하거나 사이버 관계 중독에 빠져들게 된다. 결과적으로 이들은 자기통제력의 상실, 일상생활의 부족, 감정조절능력의 감소, 대인관계 장애 등이 나타난다. 다섯째, 가족 간의 갈등을 비롯해서 다양한 과의존으로 이어질 가능성이 높다. 경기도 소비자정보센터 자료에 의하면 사이버 과의존으로 인한 갈등으로는 인터넷 게임 시간 과다가 39.3%, 게임을 먼저 하려는 형제들간의 다툼이 26% 등 인터넷 게임을 하는 시간문제로 가족 간에 발

생하는 갈등이 65%를 넘고 있다. 핸드폰의 과다 요금 발생으로 인한 갈등이 58.8%에 이르며, 그 결과 가정의 비극을 불러오기도 한다. 도박 중독이나 알콜 중독 등으로 가정이 파괴되고 생명의 위협을 받는 것 만큼이나 인터넷 게임 과의존에서도 유사한 위협이 발생하고 있다(권장희, 2007).

#### 4) 사이버 중독(과의존)의 개념

사이버 중독은 이용자들의 사이버 의존행태와 밀접한 관련이 있는 것으로 나타나고 있다(주정민, 2006). 현재 ‘중독’과 ‘과의존’에 대한 개념 정의가 명확하게 이루어진 것은 아니지만 청소년의 경우 스마트폰이나 인터넷 등 사이버 공간에 대한과의존이 SNS중독이나 게임중독으로 이어지는 경우가 많다는 점에 주목할 필요가 있다(경승구, 김진욱, 2019). 최근에는 전통적으로 사용되었던 ‘중독’이라는 용어가 내담자(환자)에게 낙인효과를 준다는 부정적 인식 때문에, 정부나 의학계에서도과의존이라는 용어를 선호하거나 중독과 혼용하여 사용하는 추세에 있다. 본 연구에서 연구자는 중독을과의존의 의미로 혼용하여 사용하고자 한다.

1994년 세계보건기구(WHO)의 정의에 의하면 중독(addiction)은 자연적으로나 혹은 인공적인 약물을 반복적으로 사용하게 되면서 야기되는 일시적이거나 혹은 만성적으로 중독(intoxication)상태인 경우를 말한다. 중독은 의학적으로 볼 때 물질사용으로 인하여 내성, 금단현상 및 생리적 의존성이 나타나고, 사회적으로 혹은 직업적인 기능 손상이 나타나며, 이런 생리적인 의존성은 약물 이외에 도박이나 도박 혹은 성행위와 같은 특정한 행동에도 적용될 수 있다(Griffith & Hunt, 1998).

1996년은 Young, Brenner, Egger, Thomson 등의 심리학자들이 인터넷 중독에 대한 연구결과를 발표하기 시작하였던 원년이라고 할 수 있는데 그 내용은 다음과 같다(Young, 1997). 병적인 인터넷 사용으로 분류된 사람들은 주당 평균 38시간을 학업과 직장업무와 관계없이 인터넷을 사용하거나, 성적불량, 부부사이의 불화, 업무능력 저하와 같은 문제점을 나타낸다(Young, 1996). 현대원과 김명준(2001)은 Suler(2000)의 정의를 인용하여 컴퓨터 또는 인터넷 중독에 대한 개념 정의에는 다음과 같은 다양한 요소들이 포함되어 있다고 했다. 첫째, 이 행동으로 인해 중요한 일들을 게을리하고 있는가? 둘째, 이 행동이 중요한 타인과의 관계를 훼손하고 있는가? 셋째, 이 행동으로 인해 주위의 중요한 사람들이 나에게 실망하거나 화를 내는가? 넷째, 주위 사람들이 나의 행동에 지적하거나 비난할 때 나의 행동을 방어하거나 짜증을 내는가? 다섯째, 자신의 이런 행동에 죄의식을 느끼거나 걱정하는가? 여섯째, 이런 행동

은 은폐하여 비밀리에 하고자 하는 자신의 모습이 있는가? 일곱째. 이런 행동을 줄이려고 시도하다가 실패한 적이 있는가? 여덟째, 스스로에게 정직하다면 이런 행동을 유발하는 또다른 숨겨진 욕구가 있는가? 이를 종합해 볼 때 사이버 과의존은 사람들이 사이버 공간에서 이루어지는 다양한 활동으로 인하여 불안하거나 또는 직업적, 학업적, 사회적, 가족적, 경제적, 심리적, 육체적 역할 또는 기능들의 축소를 유발하는 것이라고 할 수 있다.

## 2. 선행연구

### 1) 사이버 과의존의 원인에 관한 연구

사이버 과의존의 원인은 생물학적, 심리적, 사회적, 그리고 도덕적, 영적 요인들이 복합적으로 작용하여 나타난다고 볼 수 있다. Walther(1994)는 사이버 과의존의 원인을 근본적인 의사소통의 장애라고 했으며, King(1996)은 사이버 과의존의 원인을 4가지 차원으로 설명했는데, 즉, 익명성, 컴퓨터를 통한 사회적 지지, 새로운 페르소나의 창출, 게임을 통한 성취감과 자신감을 느낄 수 있기 때문에 사이버 과의존이 초래된다고 했다(김용택, 이진우, 양지혜, 2008에서 재인용). 현대사회는 사람의 기본 욕구를 충족시켜 주지 못하고 좌절감을 안겨 주는 반면, 사이버 공간에서는 가상적 자기실현이 가능할 뿐 아니라, 현실 세계보다 개인의 기본적 욕구를 더 잘 충족시켜준다(Suler, 1996). 사이버 공간은 사용자에게 상당한 강화물을 제공함으로써 계속하여 사이버 공간에 접속하게 된다(Griffiths, 1999).

그런가 하면 Hart(2008)는 모든 과의존(중독)은 영적인 문제에 그 뿌리를 두고 있으며, 영적인 결과로 나타나기 때문에, 과의존의 문제를 다룰 때 단지 의학적, 심리치료적 접근만으로는 한계가 있다고 보았다. 영적인 측면에서 볼 때 인간이 죄를 지음으로 하나님과의 관계가 단절되면서 느끼게 되는 불안과 공허를 해결하기 위해 어떤 과의존의 대상에 빠져들게 된다고 볼 수 있다. 인간은 죄로 인해서 타락했기 때문에 그로 인한 탐욕과 죄의 본성은 자신이 원치 않는 악을 행하도록 하게 하며, 그 결과 인간은 자신의 악한 의지로 과의존에 빠져들게 된다(안경승, 2010). 이와 같이 과의존(중독)은 하나님과의 관계 단절에서 오는 실존적 불안과 공허함에서 오기 때문에 이에 대한 해결도 하나님과의 관계 회복이라는 영적인 차원에서 접근해야 할 것이다. 특히 죄의 문제는 영적인 문제로서 인간 스스로의 의지만으로 해결할 수 없기 때문에 인간의 본래 자리인 하나님의 품 안으로 돌아올 때 과의존의 문제에서 자유로울 수 있다(안경승,

2010). 선행연구를 통해서 밝혀진 사이버 과의존의 구체적인 원인은 다음과 같다.

첫째, 개인 특성요인으로 주로 우울과 낮은 자긍심 및 낮은 자기 통제력(혹은 충동성)이라고 할 수 있다(이성식, 강은영, 최수형, 2015). 또한 사이버 과의존은 우울이나 외로움과 같은 개인의 특정 증상의 결과로 보기도 하지만, 사이버 공간은 새로운 네트워크라는 환경에 우울증이 있는 청소년이 의존하게 되는 도피처 이자 안식처가 될 수 있으므로 사이버 과의존 가능성이 높아질 수 있다.(Davis, 2001; 이정윤, 2005). Young과 Rogers(1998)는 자존감이 낮을수록 사이버 과의존에 더 빠지게 된다고 했고, Parker와 Benson(2004) 역시 인터넷 중독의 수준은 자존감의 수준에 따라 반비례한다고 했다.

둘째, 사회환경적인 요인으로써 이는 주로 부모 자녀의 갈등이나 학교 성적에서 오는 스트레스, 선행 연구에서는 부모와의 갈등과 역기능적 의사소통 때문에 발생하는 스트레스를 해소하는 방안 중의 하나로 인터넷에 빠져들기도 하며(조운주, 2011; 배성만 등, 2012), 또한 학교에서 성적이 부진하거나 학교 친구들과의 관계에서 오는 스트레스를 해소하기 위해서 또한 현실 도피적인 이유로 사이버 과의존에 중독되게 된다(남영옥, 2005; 아영아, 정원철, 2010). 일부 연구에서는 청소년의 학업성적이 사이버 과의존에 영향을 미치는 요인으로 나타났는데, 학업능력이 떨어지는 학생이 사이버 과의존에 쉽게 노출되는 것으로 보고했다(Ahn, 2003).

셋째, 생물학적 혹은 도덕적 요인도 사이버 과의존에 영향을 미친다. 생물학적 요인 가운데 성(gender)은 인터넷 중독에 의미 있는 영향을 미치는 중요한 요인 중에 하나인데, 남성이 여성보다 인터넷 중독에 빠질 가능성이 더 높게 나타났다(Han, 2001; Kim, 2002; Jeon & Seo, 2006). 나이 역시 인터넷 중독에 관련된 유의미한 요인 중의 하나로 나타났다(Kim, 2002; Han, 2001). 또한 청소년의 도덕성은 일반적으로 부모의 가치관이나 종교적 영향을 받게 된다. 특히 기독교 신앙을 가지고 있는 부모는 자녀들에게 도덕적이고 윤리적으로 좀 더 억압하고 통제를 하는 경향이 있다(성금옥, 2007). 그 결과 Kim(2001)과 Lee & Choe(2002)는 부모의 통제가 높을수록 사이버 과의존에 빠지는 경향이 높다고 했다.

넷째, 인터넷 사용 행태 요인과 사이버 과의존 간에는 유의미한 관계가 있다는 연구들이 있다(Young, 1998, Choi, 2001; 고영삼, 엄나래, 2007). Young(1998)은 일주일 39시간씩 인터넷을 사용하는 자는 의존적이 된 반면에 5시간 정도 사용하는 사람은 인터넷에 전혀 의존적이지 되지 않는다고 관찰했다. 반면에 Choi(2001)는 인터넷 사용 시간과 사이버 과의존 간에는 유의미한 차이가 있다는 것을 발견하지 못했다. 이는 단순히 인터넷을 사용하는 시간이 많아진다고 해서 그들이 과의존의 가능성이 높

아진다고 말하기가 어렵다는 것을 의미한다. 심지어 청소년들이 인터넷 사용에 많은 시간을 할애한다고 하더라도 그들이 학교 숙제나 공부를 위해서 사용했을 때는 사이버 과의존에 빠지는 것과 거리가 멀기 때문이다. 이는 인터넷을 사용하는 목적이나 동기의 여부가 사이버 과의존에 영향을 미치는 것이라는 것을 보여준다. 그러므로 청소년을 사이버 과의존에서 보호하고 치료하기 위해서는 청소년들에게 인터넷의 특성과 본질에 대한 올바른 인식 교육을 통해 인터넷을 바람직한 목적으로 사용할 수 있도록 해야 한다.

## 2) 사이버 과의존이 미치는 영향에 관한 연구

사이버 과의존이 가져오는 병리적 현상들에 대한 연구들이 다수 진행되었는데, 사이버 과의존의 정도가 심할수록 공격성이 있어서 공격적인 행동을 많이 한다고 보고되고 있으며(권정혜 외, 2008; 김진화, 유귀옥, 2008), 인터넷을 사용하는 빈도가 높을수록 자연스럽게 사이버 과의존의 의존도가 높아질 뿐 아니라, 자기통제력도 낮아져서 현실 세계에서 대인관계를 하는데 영향을 준다(최현석, 하정철, 2011). 사이버 과의존은 현실 세계에서의 대인관계뿐 아니라, 사이버 공간에서 '사이버불링(cyberbullying)'이라는 형태로 부정적인 영향을 주고 있다. 사이버불링은 이메일이나 메신저, 휴대전화의 이미지나 문자, 웹페이지, 블로그, 채팅방, 온라인 게임들의 다양한 커뮤니케이션을 이용하여 동료들을 지속적으로 괴롭히는 행위이다(Patchin & Hinduja, 2011). 코로나19 이후 청소년의 온라인 활동이 늘어나면서 2020년도 청소년의 사이버불링 가해 경험은 9.5%로 나타났으며, 이 중에서 중학생의 사이버불링 가해경험은 9.3%로 고등학생 6.3%보다 높게 나타났다(한국지능정보화진흥원, 2020). 이처럼 사이버 공간에 머무는 시간이 많아지면서 사이버불링은 청소년과 가정, 학교, 지역사회 등 사회 전반에 심각한 영향을 미치고 있다(김신아, 방은혜, 한윤신, 2017).

또한 사이버 과의존은 심리 정서적으로도 부정적인 영향을 끼치기도 한다. 예를 들자면, 사이버 과의존자는 불안이나 우울 등으로 정서적으로 혼란이 있거나, 대인관계에 문제가 있고, 학업이나 직무를 수행하는데 어려움, 현실과 사이버 세계의 혼동, 그리고 비행이나 다양한 범죄를 저지르기도 한다(Griffiths, 1999). 정신과 전문의나 청소년 전문가에 의하면 사이버 과의존은 슬프고 우울한 기분, 수면 부족, 체력 저하와 대인관계 경향을 초래하며, 또한 고립감이나 낮은 자존감으로 좌절에 대한 내성을 저하시켜서 비교적 가벼운 증상에서부터 강박이나 우울증, 사회공포증과 충동조절장애 등과 같은 심한 정신질환을 초래하기도 한다(Iftene & Roberts, 2004). 특히 청소년기는 신체적,

심리 정서적 발달 과정에서 정체성을 형성해 나가는 중요한 시기이므로 사이버 과의존으로 인한 병리적 증상이 성인들보다 더욱 심각한 결과를 초래하기도 한다.

### 3. 사이버 과의존의 기독교적 이해

사이버 공간에서 이루어지는 사이버 문화에 대한 기독교의 반응은 크게 두 가지로 나눌 수 있다. 첫째는 사이버 문화에 대한 부정적 견해로 “사이버 문화는 사이버 공간에서 크리스천과 불신자 모두를 음란물이나 사탄주의, 뉴에이즈, 사이버 종교 등에 노출시키고 현실을 왜곡하게 함으로 하나님과 인간의 영적 관계를 마비시키고 선교에 치명적이다”라고 본다(강영안 외, 1980). 비록 신앙을 가진 크리스천이라도 하더라도 사이버 공간에 자주 접하다 보면 반기독교적인 해로운 콘텐츠에 쉽게 노출되어 결과적으로 정신건강과 신앙생활에 부정적인 영향을 받게 된다는 입장이다. 다른 한편은 사이버 문화를 목회와 선교에 적극적으로 활용할 것을 역설하면서 사이버 문화의 긍정적인 면을 강조하는 입장이다. 이들은 첨단 문화의 발전을 기독교인들이 수용하면서 이를 신앙의 성장과 선교에 적극적으로 활용할 것을 주장한다(이성재, 2004).

성경에서 문자적으로 게임 중독과 같은 사이버 과의존의 문제를 언급하고 있는 구절을 찾아볼 수는 없다. 그러나 성경 곳곳에서는 사람이 쾌락을 추구하고 절제하지 못하고 과도한 자기 욕망에 사로잡힌 마음에 대해서는 경고하는 말씀들이 있다(딤후 3:1-4; 요일 2:15). 이 성경의 말씀에 의하면 ‘사이버 과의존’은 ‘이 세상의 것에 집착하여 쾌락을 즐기는 것이며, 하나님보다 세상의 것을 더 사랑하는 것’이라고 할 수 있다. 사이버 과의존은 사이버 세계에 집착하는 강박적 사고와 행동으로 나타나며, 결과적으로 자신의 행동을 정당화하기 위해 거짓말하고, 변명하며 타인이나 환경을 탓하면서 책임을 전가하는 특성이 있다(Abraham & Twerski, 2009). 이러한 과의존적인 모습은 죄의 특성과 밀접하게 연결되어 있다. 즉, 인간의 죄성은 자기 사랑에서 나오는 것으로서 하나님께서 금하신 것을 갈망하는 속성이다(Tripp, 2004). 사이버 과의존을 기독교적인 시각에서 다음과 같이 이해할 수 있다.

첫째, 사이버 과의존은 몸과 마음을 훼손하고 파괴한다. 게임 중독과 같은 다양한 사이버 과의존을 하게 되면 타인에 대한 무관심, 충동성, 혹은 게임을 중단할 때 신체적, 심리적 증상을 나타내는 행위중독이다(Griffiths, 1991). 사이버 과의존자들은 자신들에게 몸과 마음을 훼손시키는 부정적인 결과가 나타남에도 불구하고 반복적으로 의존적 행동을 보임으로써 모든 생활 영역에서도 부정적 영향을 준다(전대양, 신현주,

2014). 사이버 과의존 상태가 되면 자신의 의지와는 관계없이 우울과 불안의 증상이 나타나고 삶의 의욕을 저하시켜 하나님이 주신 몸과 마음을 파괴하는 죄를 짓게 된다. 특히 청소년기의 사이버 과의존은 심리적으로 자기통제력 감소, 양극성 장애, 분노조절의 문제, 강박성 등이 나타날 수 있다(김현수, 2012). 인간의 몸과 마음은 하나님이 창조하시고 성령이 거하는 거룩한 전이다(고전 6:19). 그러므로 크리스천은 몸과 마음을 건강하게 관리하여 세상에 사는 동안 빛과 소금이 되어 하나님이 맡겨주신 청지기의 역할을 해야한다(마 5:13-16). 그러나 사이버 과의존으로 몸과 마음을 훼손시켜서 청지기의 사명을 감당하지 못하게 하는 죄를 짓게 한다. 둘째 사이버 과의존은 청소년의 자아정체성 형성에 부정적 영향을 끼친다. 청소년기는 자아 정체성을 형성하는 시기이며, 이 시기에 청소년은 자신이 주체가 되어 하나님과 타인과의 관계를 새롭게 조망하고 재정립함으로써 의미 있는 삶의 목표를 위해 나아가게 된다(황성신, 손철우, 2020). 그러나, 사이버 과의존에 빠져 있는 청소년은 가상 현실에서 형성된 자아가 기존에 형성되어 있던 현실 속의 자아를 밀어내고 망각하게 하여 현실 속에서 객관적으로 인정될 수 없는 형태로 나타날 수 있다(염기창, 2010). 그러므로 가상 현실에서 오는 왜곡된 정체성의 문제를 해결하기 위해서 기독교 청소년에게 도움을 주는 목회돌봄이 필요하다. 셋째 사이버 과의존은 친밀한 대인관계를 맺지 못하게 한다. 사이버 과의존에 빠지게 되면 가족이나 지인들과 관계적 측면에서 유발시켜서 원만한 대인관계를 하지 못하게 된다. 과의존(중독)의 문제는 현실 세계에서와 다른 사이버 과의존에서도 유사한 증상을 나타낸다. 강경미(2007)는 사이버 과의존으로 인한 부정적인 영향에 대해서 “네 이웃을 네 몸과 같이 사랑하라(막 12:31)”는 성경의 말씀을 위반하는 것이라고 했다. 청소년의 사이버 과의존 모습은 현실 세계를 도피하여 새로운 중간대상을 찾기 위한 시도일 수 있으나, 사이버 공간 안에서 만족하지 못하거나 과도하게 몰입함으로 인해서 실제적으로는 현실 세계에서 친밀한 관계를 맺지 못하게 되는 악순환이 반복될 수 있다. 이는 모든 사람과 더불어 화평하라(롬 12:18; 살전 5:13)는 하나님의 말씀에 어긋나는 모습이다. 넷째, 사이버 과의존은 하나님과의 교제와 영적 성장을 방해한다. 인간은 하나님과의 관계에서 하나님을 전적으로 의존하는 존재로 창조되었고 인간관계 안에서 서로 사랑하며 상호의존하는 존재로 창조되었다(황성신, 손철우, 2020). 그러나 사이버 과의존자는 사이버 과의존적인 생각과 행동에 집착하게 된 나머지 삶의 중요한 가치들을 놓치게 된다(김현수, 2012). 그 결과 현실 세계에서 자신이 감당해야 할 일상생활은 물론이고 하나님을 섬기는 것과 같은 영적인 일은 뒷전으로 물러나게 된다. 또한 사이버 과의존 행위는 자신의 욕구를 채우는

일을 우선 순위로 두기 때문에 일상 생활과 영적인 일에 소홀하게 된다. 그 결과 사이버 과의존 행동은 하나님과의 관계를 손상시키고(Stephen, 2003), 이런 현상이 심각해질 경우 하나님을 더욱 멀리하게 된다. 그런 의미에서 사이버 과의존은 영적인 측면에서 볼 때 하나의 우상이라고 할 수 있다.

#### 4. 청소년의 발달적 이해와 기독교 청소년의 특징

##### 1) 청소년의 발달적 이해

Stanley Hall은 청소년기를 '질풍노도의 시기'로 묘사했는데, 이는 청소년이 성인으로 진입하기 위해 신체적, 생리적, 사회적, 심리적, 신앙적인 측면에서 급속하게 발달하는 시기라고 할 수 있다(강문규, 2021). 청소년기는 아동기와 청년기에 비해 신체, 심리, 사회적 성장의 자체 현상과 정체성 혼란의 문제로 정서적인 불안, 고독, 공허함 등이 나타날 수 있다(강상경, 2011). 더불어 가족 문제나 경제적인 어려움과 또한 입시 위주의 경쟁적이고 강압적인 교육환경 등이 성장기에 있는 청소년의 정신건강에 위협이 될 수 있다. 즉, 청소년기는 신체적, 정신적으로 급격한 변화를 겪는 불안정한 시기를 보내면서 자신의 삶에 행복감이나 만족감이 낮아질 가능성이 있다(구현영 외, 2006). 이러한 과정에서 청소년기의 발달특성에 영향을 주는 가장 큰 요인은 부모의 양육 행동이며, 부모의 양육 행동은 청소년의 자아개념이나 자아존중감, 자아 정체감에 영향을 주는 것으로 나타났다(임정하, 2006). 빈곤으로 인한 주거 환경과 이웃 환경도 청소년 발달에 영향을 미친다고 보고되고 있다(Evans, 2004). 청소년 발달의 각 영역은 개별적으로 분리되어 있는 것이 아니라 서로 밀접하게 관련되어 상호작용을 하며 통합적으로 발달한다(정옥분, 2002). 건전한 발달을 위해서 신체적, 심리적, 사회적, 인지적, 영적 요인 등의 상호작용뿐 아니라, 이러한 각 요인을 청소년 자신이 어떻게 인지하고 수용하느냐가 매우 중요하다. 특히 청소년 발달 요인 중에서 영성은 정신건강의 긍정적 성과를 위한 중요한 자원이 된다(최수영, 김준, 2014). 즉, 종교적 가치에 대한 신념이라고 할 수 있는 영성은 우울성, 범죄, 비행과의 접촉에서 보호 요인의 가능성이 있어서 자기 파괴적이고 반사회적인 행동의 예방에 도움이 된다(천정웅, 이용교, 2007). 이는 청소년들이 심리 정서적으로 안정감을 가질 뿐 아니라 사이버 과의존과 같은 병리적 증상에 빠져들지 않기 위해서 부모나 목회자가 그들의 영성적 성장과 발달에 많은 관심을 가져야 할 것을 시사해 준다.

## 2) 기독 청소년의 특징

청소년은 신체적이고 생리적인 발달이 현저하게 나타나면서 동시에 지성적이고 인지적인 성장으로 인하여 그들은 신앙적인 측면에서도 변화를 경험한다. 청소년은 신앙에 대해서 본인의 발달된 지성으로 의문을 가지면서 하나님의 존재가 자신과 어떤 연관이 있는지, 삶의 진정한 이유가 무엇인지를 신중하게 생각하면서 신앙적인 성숙을 본격적으로 하게 되는 시기이다(Schweitzer, 2002). 기독 청소년은 인지 발달을 포함하여 하나님을 정교하게 인식하고 신앙적 개념이 구체화된다(심정연, 2017; Rizzuto, 1979). 또한 기독 청소년은 자아정체성의 확립을 위해 심리적으로나 신앙적으로 갈등하는 혼란의 과정을 거친다. 그러므로 이러한 혼란의 시기에 성경 중심의 지식교육은 이들의 신앙적 자아 정체성 형성에 중대한 영향을 끼친다(한재동, 2014). 다행히 기독 청소년은 하나님을 경험하고 그리스도의 몸 된 교회를 통하여 영적 돌봄을 받고 있기 때문에 다양한 수준의 가정, 학교, 환경의 역기능적 영향도 잘 극복할 것으로 기대된다(오윤선, 2008). 신앙 활동은 청소년에게 직, 간접 영향을 미쳐 청소년들의 인성을 개발하고 풍부한 정서를 함양시킬 뿐 아니라 인생에 대한 긍정적 태도를 갖게 하고 자신의 생활 만족에 의미 있는 영향을 미치게 된다(이성혜, 전미경, 2006). 백옥경(2010)은 기독교 신앙이 청소년들을 절망 속에서 소망을 가지게 하고 우울하고 불안한 상황 속에서 믿음에 의해 안정적인 심리적 건강성을 유지하는데 유용하다고 했다. 그러므로 기독 청소년의 영성은 사이버 과의존이라는 정신병리를 극복하는데도 의미 있는 치료적 자원이 될 수 있을 것이다. 실제로 긍정적인 하나님 이미지와 관계 경험은 스마트폰 중독을 예방했고(심정연, 2017), 긍정적 하나님 이미지는 중독의 핵심 치료자원이 된다는 보고가 있다(Timmons, 2012).

## 5. 사이버 과의존 기독 청소년에 대한 목회 돌봄

현재 사이버 과의존에 대한 대응방안은 대체적으로 정부기관과 민간단체의 운용에 의해서 진행되고 있다. 우리나라의 경우 2002년 정보통신부 내에 '인터넷 중독예방 상담센터'를 설립하였고 이외에 한국정보문화진흥원(KADO)을 통해 상담인력 전문가 양성, 인터넷 중독 연구, 인터넷 중독 상담 및 예방활동, 교육컨텐츠 제작 및 보급, 인터넷 중독 치료 및 재활시스템 운영 등의 대응방안을 모색하였다(김현수, 2012). 그러나 연구자는 본 연구에서 지역사회에 기여해야 하는 신앙공동체로서 교회가 청소년들의 사이버 과의존의 문제에 목회돌봄 차원에서 대처해야 한다고 보았다. 특히 사이버 과의

존으로 인해서 발생하는 다양한 문제는 인간의 죄성과 관련이 있기 때문에 21세기의 교회는 이러한 사이버 과의존의 문제에 관심을 가져야 한다.(정기목, 2010). 이에 연구자는 사이버 과의존 기독교 청소년을 위한 목회돌봄의 유형을 다음과 같이 제안한다.

### 1) 영적 안녕감 증진을 위한 목회돌봄

영적 안녕감(spiritual well-being)은 영적으로 건강한 상태를 나타내는 행동적 표현으로서, 영적인 본성을 최대한 개발시킬 수 있는 능력이다(김수연, 강연정, 2014). 또한 영적 안녕감은 사람들로 하여금 하나님과 자신, 이웃, 환경과의 관계에서 서로 조화된 삶을 영위하게 하는 것으로 내적인 자원이 건강한 상태이다(Carson & Grimm, 1987). 이러한 영적인 힘은 과의존으로 인해 상실된 통제력을 생성하거나 보완할 수 있는 요인으로 증명되었으며(김수연, 강연정, 2014), 영적 안녕감은 사이버 과의존에 대한 유력한 보호 요인 중 하나로 인식된다(김용환, 최금주, 김승돈, 2009). 이밖에도 영적 안녕감은 불안, 우울 등 부정적 정서와 높은 부적 상관관계가 있으며(허현나, 2002), 영적 안녕감이 높은 사람일수록 부정적 상황에서도 자신의 삶에 대해 내적 조화와 평안, 긍정적 태도와 감사와 만족을 가지며, 타인과 지지적 관계를 유지한다(Voughan, 1986; Morberg, 1974).

기독교적 관점에서 영적 안녕감은 '인간의 영적 본성(자원, 측면, 특성, 능력 등)이 최대한 개발될 수 있도록 하여 자신과 이웃, 공동체, 자연 더 나아가 하나님과 바르고 원만한 관계를 유지할 수 있도록 한다. 영적 안녕감은 삶의 조화와 평화 및 통합과 질서를 유지해 가기 때문에 '전인적으로 건강하고 안녕한 상태'라고 할 수 있다(강연정, 2007). 영적 안녕감은 영성(Spiritual)을 최대한으로 실현시켰을 때에 느낄 수 있는 심리적 상태이다(임동현, 2014). 그러므로 영적 안녕감은 자신과 이웃, 환경 및 절대자와의 관계에서 조화된 삶을 영위하여 총체적으로 건강한 상태로서(Seoken & Carson, 1987), 건강 유지에 필수적이다(Hill & Smith, 1985).

목회자가 교회 안에서 기독교 청소년들을 대상으로 영적안녕감을 증진시키기 위한 실천적 방안은 다음과 같다. 첫째, 목회자는 기독교 청소년들에게 하나님이 나를 돌봐주고 있다는 믿음으로 연계 되는 수직적 차원의 '종교적 영적 안녕감(Religious Spiritual Well-being)을 증진시켜야 한다. 이를 위해서 목회자는 무엇보다 기독교 청소년들이 체험적 신앙을 가질 수 있는 다양한 특강이나 영성프로그램을 운영해야 할 것이다. 일부 교회에서는 청소년 대상 영성수련회에 많은 청소년들이 참석할 수 있도록 하기 위해 지나치게 오락위주의 프로그램을 편성하기도 한다. 그러나 이러한 모습

은 청소년의 영적 안녕감 증진에는 큰 도움이 되지 않을 것이다. 둘째, 목회자는 청소년이 자신의 삶에 대한 만족감과 미래에 대한 안정감으로 얻게 되는 수평적 차원의 '실존적 영적 안녕감(Existential Spiritual Well-being)을 증진시켜야 한다. 이를 위해서 목회자는 교회 청소년들의 실존적인 문제에 관심을 가져야 한다. 청소년기는 학업과 진로문제, 이성교제 및 자신의 미래에 대해서 고민하는 시기이다. 그러므로 목회자는 이러한 청소년의 실존적인 문제를 기독교 가치관으로 바라볼 수 있도록 이 분야의 기독교 명사를 초청하여 교회 내 청소년을 대상으로 하는 특강이나 관련 프로그램을 진행할 필요가 있다. 기독교 청소년을 위한 이런 프로그램을 목회자가 직접 운영할 여건이 되지 않으면 교회 간의 연합활동을 통해서도 운영할 수 있을 것이다. 만약 한국교회가 기독교 청소년의 영적 안녕감 증진에 소홀하게 된다면 이들은 영적으로나 심리적으로 불안해 질 수 있다. 그 결과 영적 안녕감이 견고하지 못한 청소년은 사소한 일에도 심리적으로 불안을 느낄 수 있고 자아 존재나 삶 자체에 회의를 느껴서 심각한 경우에는 삶의 기반이 흔들리게 된다(Ellison, 1983). 그렇게 되면 그들은 자신의 심리적 불안과 공허를 채우기 위해서 사이버 공간과 같은 곳에 몰입하여 다양한 콘텐츠의 과의존에 빠질 가능성이 있게 된다.

## 2) '품어주는 환경'으로서의 신앙공동체 조성

사람은 공동체 안에서 태어나 배우고 수많은 관계 속에서 상호작용을 하면서 영향을 주고 받는다. Larry Crabb은 허파가 공기를 필요로 하듯이 우리 영혼은 오직 공동체만 줄 수 있는 어떤 것을 필요로 한다고 했다(Frazer, 2005). Leonard Sweet(2002)은 사이버 공간에서 자주 사용되는 두 개의 단어가 있다면 그것은 '연결(connecting)'과 '공동체(communiting)'라고 지적했다. 사람들이 서로가 연결되는 공동체를 원하는 이유는 공동의 관심사와 문화를 공유하며 나누기를 원하기 때문이다(정기목, 2010). 이러한 것들이 충족되지 않으면 사람은 고립되거나 절망을 경험한다(Frazer, 2005). 이런 이유로 인하여 사이버 공간은 전 지구적인 공동체의 가능성을 보여주었고, 실제로 다양한 목적을 가진 사이버 공동체가 형성되어 소통하고 있다. 하지만 이런 사이버 공간에서 형성된 다양한 공동체가 우리의 삶에 선한 영향력을 끼치는 것만은 아니다. 사이버 공간에서 교회 공동체는 발전된 인터넷 기술을 통해서 위로와 평안과 소망을 주는 선교공동체로 소통할 수도 있지만, 인간의 본성에 근거해서 타락하고 죄를 짓는 공간으로 사용될 수도 있다.

Crabb은 교회의 미래는 목회자가 진정한 신앙공동체를 만들어서 그것을 발전시킬

수 있는가의 여부에 달려 있다고 했다(Fraze, 2005). 특히 외로움과 소외감을 느끼는 청소년들은 이를 해소하기 위해서 자신을 따뜻하게 품어줄 수 있는 공동체에 소속되기를 갈망하는데, 그러한 곳이 사이버 공동체일 수 있다. 그러므로 목회자는 외로움과 소외감을 느끼는 청소년들의 결핍을 채워주고 품어줄 수 있는 신앙공동체를 제공해 줄 수 있어야 한다. 그리고 사이버 공간에서의 신앙 공동체는 반드시 현실의 교회 공동체와 연결되도록 해야 한다. 이라이프(e-life)에서 새롭게 만나게 되는 사이버 친구들은 그들과의 접촉을 통해서 얼굴을 직접 대면하는 현실 세계에서의 공동체에 대한 갈망을 자극한다(Sweet, 2002). 신앙공동체의 가장 중요한 존재 이유는 복음전파와 구원의 문제라고 볼 수 있지만 기독교의 중요한 가르침인 이웃사랑과 평화의 사도로서의 역할로써 이웃, 사회, 국가와 평화를 이루는 기능도 매우 중요하다(가요한, 2015).

기독교 청소년을 대상으로 ‘품어주는 환경’으로서의 신앙공동체 조성을 위한 실천적 방안은 다음과 같다. 첫째, 청소년 담당 목회자는 청소년을 위한 단독방이나 밴드 등을 개설하여 소통하는 등 신앙공동체로서 소속감을 가질 수 있도록 한다. 더 나아가 청소년들에게 익숙한 사이버 공간에서의 공동체 체험 활동을 통하여, 그들이 서로 대면하면서 삶을 나누고 소통하는 신앙공동체로 확장될 수 있도록 한다. 둘째, 현실 세계의 교회 안에서 청소년의 또래에 맞는 소그룹 공동체를 활성화시키고 이들이 사이버 공간의 신앙공동체로 발전할 수 있도록 한다. 이는 온라인과 오프라인을 함께 운영하는 하이브리드 목회라고 할 수 있다(최종인, 2022). 카톡 메시지를 통해 성경 구절이나 말씀 묵상을 보내고, 소규모 모임을 줌(zoom)으로 진행하거나, 유튜브를 통해 예배 실황이나 녹화방송을 중계한다면 이는 이미 하이브리드 목회를 하고 있는 것이다.

### 3) 사이버 과의존 예방 및 치유 프로그램 운영

목회자가 기독교 청소년들을 대상으로 사이버 과의존으로 인해서 발생하는 문제를 예방하거나 또는 치유하는 것은 매우 중요한 치유적 목회돌봄이라고 할 수 있다. 오혜정(2021)이 연구한 “한국의 기독교 청소년에 관한 연구 동향: 2001년부터 2020년 발표 논문을 중심으로”에 의하면, 청소년의 심리, 정서적 차원과 행동적 차원에 관한 논문은 23편(16.7%)로 나타났는데, 자아 정체감을 비롯한 자아개념, 삶의 만족도나 행복감 같은 긍정적 정서와 우울, 불안 등의 부정적 정서 등을 포함하고 있다. 이러한 내용 가운데는 스마트폰 중독에서부터 학교폭력, 학업중단, 비행, 가출, 자해, 자살 충동, 성폭력 등의 여러 문제행동과 위기를 다루었다. 그러나, 사이버 과의존 예방 및 치유를

위한 구체적인 프로그램에 관한 연구는 매우 미흡했다. 최근에 심정연(2019)은 “기독교 청소년의 스마트폰 중독 회복을 위한 기독교 12단계 프로그램 효과성 연구”를 검증한 바 있다. 이 프로그램은 중독을 치료하는 AA(Alcoholic Anonymous), NA(Narcotic Anonymous)와 같은 12단계 프로그램을 성경적 관점을 기반으로 적용하여 그 효과성을 검증했다. 기존의 12단계 프로그램은 하나님과의 관계 안에서의 변화보다, 불특정 ‘신(神)’과의 관계에 초점을 맞추었다. 기존의 12단계 프로그램은 크게 세 가지 단계로 구성된다. 1, 2, 3단계는 신(神)과의 관계에 집중되는 단계로 자신이 중독자임을 인정하고, 신(神)의 도움을 확신하여, 자신을 맡기는 단계이다. 4단계에서 10단계는 자신의 인격적인 문제를 인식하고 인정하여 신(神)께 도움을 구하고 변화를 추구한다. 이 과정에서 자신이 피해를 입힌 사람들에게 배상하는 과정이 포함된다. 그 후에 11-12단계는 자신의 사명을 발견하여 다른 중독자들에게 메시지를 전달하는 과정이다 (Alcoholics Anonymous World Services, 2001). 그런데 심정연은 스마트폰 중독의 영적 개입 상담을 위해 기존의 12단계 프로그램의 원리들을 성경적으로 평가하고, 개인 상담으로 개발하여 그 효과성을 확인했다. 그러나 아쉽게도 심정연(2019)의 논문 이외에는 기독교 청소년을 대상으로 하는 사이버 과의존 예방 및 치유를 위한 프로그램에 관한 연구나 프로그램은 지속적으로 연구되고 있음을 알 수 있다(이상열, 2005; 전천운, 2009; 장미경, 2011; 김현수, 2012; 박명철, 2012; 이운배, 2013; 김경호, 2014). 그러므로 사이버 과의존 현상이 점점 더 심화되어가고 있는 이 시대에 기독교 청소년을 대상으로 하는 사이버 과의존 예방 및 치유프로그램이 다양하게 연구하고 개발하여 실제로 교회 안에서 운영될 수 있도록 하는 것은 이 시대에 꼭 필요한 치유적 목회돌봄이라고 할 수 있다.

그러나, 다양한 목회활동으로 바쁜 일정 속에 있는 목회자들이 기독교 청소년의 사이버 과의존 예방 및 치유프로그램을 개발하고 운영하는 데는 한계가 있으므로 다음과 같은 실천적 방안을 제안한다. 첫째, 목회자가 기독교 상담전문가를 정기적으로 교회에 초청하여 사이버 과의존 예방 및 치료 프로그램을 운영하는 것이다. 개 교회별로 운영이 힘들면 인접한 교회 간에 연합하여 운영할 수 있다. 이때 지역사회에 홍보하여 사이버 과의존의 문제로 힘들어 하는 일반 청소년들이나 부모를 초청한다면 그 지역 사회를 위해 기여하는 교회의 이미지를 심어주게 될 것이다. 둘째, 청소년이 사이버 과의존에 빠져드는 요인 중에 부모와의 갈등으로 인한 요인도 있으므로 목회자가 부모교육(자녀양육, 의사소통, 감정조절, 부부관계 등)에 특별히 관심을 갖고 다양한 교

육프로그램을 운영한다. 대부분의 목회자는 설교와 성경 공부, 기도회 및 전도를 하는데 많은 관심을 갖고 있다. 그러나 목회자가 성도의 가정과 청소년의 실제적인 삶의 문제에 관심을 갖고 개입한다면 그러한 교회는 더욱 성숙한 교회가 될 것이다. 셋째, 목회자가 청소년 사역에 헌신할 수 있는 평신도 사역자를 양성하는 것도 하나의 방안이 될 수 있다. 평신도 사역을 양성하는 프로그램은 많은 노력이 필요하므로 이를 위해 전문가의 도움을 받거나, 이 분야에 달란트가 있는 평신도를 선발하여 소정의 교육을 받게 한 후에 교회에 적용하는 것도 하나의 방안이 될 수 있다.

### III. 닫는 글

오늘날의 시대는 IT 기술의 급속한 발전으로 현실 세계보다는 사이버 공간이라는 가상 세계와의 접속을 통하여 사이버 과의존이라는 정신병리 현상이 점점 심각해 지고 있다. 더구나 메타버스 시대를 맞이하여 많은 청소년들이 현실 세계보다는 가상의 사이버 공간에서 게임과 거래와 취미생활을 즐기는 등 사이버 과의존의 가능성이 점점 더 높아지고 있다. 여기에 교회를 다니는 기독교 청소년들도 예외가 아니다. 이에 연구자는 본 연구에서 목회자가 기독교 청소년의 사이버 과의존의 문제에 관심을 가져야 할 필요성을 제기하고, 그들을 위해 어떤 목회돌봄을 해야 할 것인가에 대해서 제안했다. 연구방법은 일차적으로 사이버 과의존의 원인과 영향에 대한 일반적인 선행연구를 분석하여 시사점을 도출하고, 이론적 배경에서는 사이버 공간의 개념 및 기능과 사이버 과의존으로 인한 실태를 고찰했다. 이후에 연구자는 선행연구 및 이론적 배경을 기독교적인 관점으로 이해하고, 현재 사이버 과의존에 빠져있는 기독교 청소년들에 대한 목회돌봄에 대한 방안을 제시하였다.

먼저 사이버 과의존에 대해서 기독교 신앙적인 관점으로 볼 때에 어떤 문제가 있는지 4가지 측면에서 살펴보았다. 첫째로, 사이버 과의존은 하나님께서 우리에게 주신 몸과 마음을 훼손시키고 파괴하는 결과를 낳는데, 이는 성령이 거하시는 우리 몸과 마음을 잘 관리하지 못하는 죄를 짓는 것이다. 둘째로, 사이버 과의존은 청소년이 건강한 자아 정체성을 형성하는데 부정적인 영향을 끼쳐서 의미 있는 삶을 살아가는데 장애물이 된다. 셋째로, 사이버 과의존은 가상 세계의 공간에 몰입한 결과 현실 세계에서 대인관계를 훼손할 수도 있는데, 이는 모든 사람과 화평하라는 하나님의 말씀에 어긋난 삶을 살게 한다. 넷째, 사이버 과의존은 하나님과의 교제와 영적 성장을 방해

한다. 사이버 과의존은 이처럼 다양한 문제점을 야기하여 현실 세계에 부적응할 뿐 아니라 신앙적 성장에도 방해가 된다. 이에 연구자는 목회자가 교회에 출석하는 기독교 청소년들의 사이버 과의존 문제를 대처하기 위한 목회돌봄의 세 가지 측면을 다음과 같이 제시하였다.

첫째, 목회자는 기독교 청소년들에게 영적 안녕감을 증진시킬 수 있는 목회돌봄을 해야 한다. 영적 안녕감은 사이버 과의존자들이 상실된 통제력을 생성하거나 보완할 수 있는 요인으로 증명되었고(신성만, 2011), 다양한 심리적 문제에서 영적 안녕이 사이버 과의존의 유력한 보호요인이 되기 때문이다(김용환, 최금주, 김승돈, 2009).

둘째, 목회자는 청소년들에게 ‘품어주는 환경’으로서의 신앙공동체를 조성하는 목회돌봄을 해야 한다. 외로움과 소외감을 느끼는 청소년들에게 필요한 것은 그들을 따뜻하게 품어줄 수 있는 공동체이다. 소속과 애정의 욕구에 특히 민감한 청소년기에 그들을 품어줄 수 있는 신앙공동체를 경험하지 못한다면 기독교 청소년들 중에는 사이버 공간에서 이루어지는 수많은 사이버 공동체에 빠져들 가능성이 더 크기 때문이다.

셋째, 목회자는 사이버 과의존 예방 및 치유를 위한 프로그램을 운영하는 목회돌봄에 관심을 가져야 한다. 기독교 청소년들이 사이버 과의존에 빠져들지 않도록 하기 위해서는 영적 안녕감을 증진시키고, 건강한 정체성을 형성하고, ‘품어주는 환경’으로서의 공동체를 경험하게 하는 것이 예방적 차원의 목회돌봄이라면, 사이버 과의존 청소년들에게는 치유적 목회돌봄 프로그램이 필요하다.

연구자가 제안한 이와 같은 목회돌봄은 오늘날 기독교 청소년 사이버 과의존의 문제가 점점 심각해져 가는 상황에서 매우 필요하다고 하겠다. 청소년 사이버 과의존의 문제는 기독교 청소년에게만 국한된 것이 아니라 신앙의 유무를 떠나 대부분의 청소년들에게 해당되는 문제이다. 그러므로 이 시대의 목회자가 이 분야와 관련된 목회돌봄에 관심을 갖고 지역 사회에 거주하는 청소년들을 대상으로 이러한 프로그램을 운영할 수 있다면, 한국교회는 자연스럽게 지역 사회 안에서 빛과 소금의 사명을 감당할 수 있을 것이며, 궁극적으로 영혼구원의 사역에도 선한 영향력을 끼칠 수 있을 것이라고 기대된다.

연구자는 본 연구에서 기독교 청소년의 사이버 과의존의 문제를 해결하기 위한 3가지 목회돌봄의 영역을 제시했으나, 몇 가지 제한점을 인정하지 않을 수 없기 때문에, 추가적인 연구를 필요한 주제를 다음과 같이 제안한다.

첫째, 연구자는 사이버 과의존 기독교 청소년에 필요한 목회돌봄의 주제를 제시했으나, 주제별 구체적인 프로그램을 제시하지는 못했다. 예를 들어, 청소년의 영적 안녕감 향상 프로그램, 청소년 정체성 형성 프로그램, 그리고 신앙공동체 조성을 위한 프로그

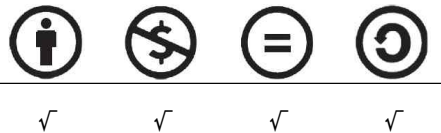
램을 제작하여 임상적으로 적용하는 연구가 이어져야 할 것이다.

둘째, 기독교 청소년이 사이버 과의존에 빠지지 않도록 하는 예방 차원의 영성프로그램이나 이미 사이버 과의존에 빠진 기독교 청소년을 위한 치유프로그램에 대한 추가적인 연구가 이루어질 수 있기를 바란다. 심정연(2019)이 이러한 주제로 논문을 쓴 바 있지만 아직 이 부분에 대한 연구가 미흡한 실정이다.

셋째, 사이버 과의존 기독교 청소년을 위한 목회돌봄을 하기 위해서는 청소년의 정신건강의 문제에 관심을 가지고 이를 목회현장에서 적용할 수 있는 목회자의 전문성이 필요하다. 이를 위해서는 근본적으로 목회자를 양성하는 신학대학이나 교단의 총회에서 목회자 평생교육 차원에서 이와 관련된 교육이 이루어져야 할 것이다.

끝으로 한국교회의 현실은 과거와는 달리 기독교 청소년의 숫자가 점점 더 줄어들고 있는 실정이다. 그러므로 한국교회 목회자들이 청소년의 특성과 그들의 관심사에 초점을 둔 목회돌봄이 필요하다. 만약 현재 교회 내 주류를 이루고 있는 장년층과 노년층을 대상으로 하는 목회돌봄에만 만족한다면 한국교회의 미래는 어두울 수밖에 없을 것이다. 현재 한국 교회의 외부적 환경은 매우 급격하게 변화하고 있으며, 특히 기독교 청소년들은 점점 더 과도하게 사이버 공간에 노출될 수 밖에 없는 상황이다. 그러므로 이러한 시대적 흐름에 따라 사이버 공간에 점점 더 많은 노출이 될 수밖에 없는 기독교 청소년들이 사이버 과의존에 빠져들지 않도록 예방하고 치유하는 목회돌봄이 그 어느 때보다 시급하다고 하겠다.

- 논문 투고일: 2022년 05월 20일
- 논문 수정일: 2022년 06월 30일
- 게재 확정일: 2022년 07월 07일



## 【참고문헌】

- 가요한 (2015). 개신교 신앙공동체의 평화와 성숙을 위한 목회상담: 상담적 직면과 신학적 성찰의 필요성. **신학과 실천**, 43, 337-376. <http://dx.doi.org/10.14387/jkspth.2015.43.337>
- 강경미 (2007). 지식 정보화 시대의 스트레스가 인터넷 중독 현상에 미치는 영향과 기독교상담의 역할. **복음과 상담**, 8, 9-30. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2007.8.9>
- 강문규 (2021). 현대 한국교회 청소년의 기독교 신앙 자아정체성을 위한 기독교 교육적 책임. **신학과 실천**, 74, 665-701. <http://dx.doi.org/10.14387/jkspth.2021.74.665>
- 강상경 (2011). **인간행동과 사회환경**. 서울: 나남.
- 강연정 (2007). 영적 안녕과 전인건강 증진을 위한 기독교 집단상담 프로그램의 개발 및 효과. **한국기독교상담학회지**, 13, 13-43.
- 강영안 외 (1980). **대중문화 더 이상 침묵할 수 없다**. 서울: 예영커뮤니케이션.
- 경승구, 김진욱 (2019). 청소년의 스마트폰 중독에 관한 연구: 스마트폰 과의존, 게임중독, SNS중독 영향요인의 비교를 중심으로. **서강대학교문화연구소**, 52, 179-200.
- 고영삼, 엄나래 (2007). 청소년 인터넷중독 특성 분석: KADO 내담자를 중심으로. **KADO이슈리포트**, 4(8): 1-48.
- 고용수 (1966). 신앙공동체 이론에 기초한 부모교육. **교육교회**, 233, 3.
- 구현영, 박현숙, 장은희 (2006). 고등학교 청소년의 삶의 만족도와 영향 요인. **대한간호학회지**, 36(1), 151-158.
- 권유진 (2009). 기독교 기관의 부모교육프로그램 교제를 통해 본 부모역할기에 관한 연구. **충신대학교 일반대학원 박사학위논문**.
- 권장희 (2007). 특강: 사이버 공간의 인간소외(중독) 현상. **相談과 指導**, 42, 49-63.
- 권정혜, 이정, 안은경 (2007). 게임 폭력성, 게임중독성과 공격특성이 공격 행동에 미치는 영향, 182-183. **2007 한국심리학회 연차학술대회논문집**.
- 김경호 (2014). 부모의 양육 태도가 초중등생의 사이버 비행에 미치는 영향=학업 스트레스의 매개 효과와 학교급의 조절 효과. **청소년학연구**, 21(2), 27-54.
- 김신아, 방은혜, 한윤선 (2017). 청소년 사이버불링 가해 행동 예측요인 탐색을 위한 국내연구 메타분석. **한국콘텐츠학회논문지**, 17(5), 18-33. <http://dx.doi.org/10.14387/jkspth.2017.17.5.18>

0.5392/JKCA.2017.17.05.018

- 김용택, 이진우, 양지예 (2008). 청소년의 생활환경이 인터넷 중독에 미치는 영향. **복지행정논총**, 18(2), 29-55.
- 김용환, 최금주, 김승돈 (2009). 한국에서의 영성관련 연구동향 분석 및 학문적 함의. **상담학연구**, 10(2), 813-829. <http://dx.doi.org/10.15703/kjc.10.2.200906.813>
- 김진화, 유귀옥 (2008). 청소년의 온라인 게임 중독과 공격성과의 관계연구. **청소년문화 포럼**, 17, 34-59.
- 김현수 (2012). 청소년의 인터넷 중독과 해결방안에 관한 고찰. **한국중독범죄학회보**, 2(1), 73-86.
- 남영옥 (2005). 중학생의 인터넷중독, 게임중독, 음란물중독의 심리사회적 특성 비교. **청소년학연구**, 12(3), 363-388.
- 박기영, 송진영 (2021). 팬데믹 상황에서의 목회돌봄 패러다임 연구. **신학과 실천**, 73, 503-530. <http://dx.doi.org/10.14387/jkspth.2021.73.503>
- 박명철 (2012). 청소년 인터넷 중독의 접근 모델에 관한 고찰. **한국중독범죄학회보**, 2(1), 334-245.
- 성금옥 (2007). 기독교 가정의 가족갈등 처리방식이 청소년의 자기효능감에 미치는 영향: 의논, 폭언, 폭력을 중심으로. 성결대학교 신학대학원 석사학위논문.
- 신성만, 김주은, 오중현, 구충성 (2011). 청소년의 실존적 영적 안녕감과 인터넷 중독의 관계: 자아존중감과 우울의 매개효과. **상담학연구**, 12(5), 1613-1628. <http://dx.doi.org/10.15703/kjc.12.5.201110.1613>
- 심정연 (2017). 기독교 청소년의 스마트폰 중독에 영향을 미치는 기독교 영성의 역동성: 한국판 단축형 하나님 이미지 척도를 기반으로. 총신대학교 박사학위논문.
- 심정연 (2019). 기독교 청소년의 스마트폰 중독회복을 위한 기독교 12단계 프로그램 효과성 연구. **신앙과 학문**, 24(2), 5-32. <http://dx.doi.org/10.30806/fs.24.201906.5>
- 안경승 (2010). 중독과 신앙공동체. **복음과상담**, 15, 105-113. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2010.15..105>
- 염기창 (2010). 청소년 인터넷 중독에 관한 기독교 윤리적 고찰. 협성대학교 신학대학원 석사학위논문.
- 오윤선 (2008). 청소년 발달특성 문제에 관한 기독교 영성과 상담심리의 통합적 접근.

- 복음과 상담**, 11, 209-236. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2008.11..209>
- 오혜정 (2021). 한국의 기독교 청소년에 관한 연구 동향: 2001년부터 2020년 발표 논문을 중심으로. **신앙과 학문**, 26(1), 137-163. <http://dx.doi.org/10.30806/fs.26.1.202103.137>
- 이상열 (2005). 인터넷 중독이 청소년 정서 및 교육에 미치는 영향과 예방에 관한 연구. **한국유럽행정학회보**, 2(1), 122-146.
- 이석범, 이경구, 백기청, 김현우, 신수경 (2001). 중, 고교 학생들의 인터넷 중독과 불안, 우울, 자기효능감의 연관성. **신경정신의학회지**, 40(12), 1174-84.
- 이성식, 강은영, 최수형 (2015). 청소년의 스마트폰중독이 사이버비행에 미치는 영향. **한국범죄학**, 9(2), 69-102.
- 이성재 (2004). 청소년 인터넷 중독 예방을 위한 기독교 상담의 원리. 한일장신대학교 아시아태평양국제신학대학원 석사학위논문.
- 이윤배 (2013). 인터넷 역기능 예방을 위한 인터넷 윤리 교육 개선 방안. **한국정보통신학회논문지**, 17(6), 1432-1440. <http://dx.doi.org/10.6109/jkiice.2013.17.6.1432>
- 이정운, 이상희 (2004). 사이버관계중독 청소년의 심리적 특성. **상담학연구**, 5(4), 1191-1202.
- 이정운 (2005). 인터넷중독 하위유형에 따른 심리적 특성 차이. **청소년학연구**, 12(1), 43-61.
- 이지영 (2008). 청소년의 인터넷 게임 과다행동 관련요인 탐색. 서울대학교 박사학위논문.
- 임동현 (2014). 노인의 영적 안녕감이 죽음 불안에 미치는 영향에 관한 연구. 남부대학교 대학원 박사학위논문.
- 임정하 (2006). 한국적 부모양육행동과 청소년의 발달특성과의 관계: 청소년의 자아 존중감과 사회적 책임감을 중심으로. **인간발달연구**, 13(1), 135-151.
- 장미경 (2011). 청소년 게임중독 예방을 위한 부모교육프로그램의 개발 및 교화검증. **한국심리학회지 상담 및 심리치료**, 23(2), 277-297.
- 장준호 (2003). 사이버상의 청소년 일탈에 관한 연구. **형사정책연구원 연구총서**, 12, 13-184.
- 전대양, 신현주 (2014). 온라인게임 중독 규제에 대한 이슈와 자율규제 방안에 관한 연구. **경찰학논총**, 9(2), 151-175. <http://dx.doi.org/10.16961/polips.2014.9.2.151>
- 전천운 (2009). 인터넷중독 예방을 위한 제도적 방안에 관한 연구. **한국비교정보학부**, 13(2), 3030-322. <http://dx.doi.org/10.18397/kcgr.2009.13.2.303>
- 정기묵 (2011). 사이버공간과 선교: 사도행전 27장의 상황을 중심으로. **선교와 신학**, 27, 279-307.

- 정숙경 (2002). 사이버 공간에서의 집합행동과 소통윤리. **사이버커뮤니케이션학보**, 10, 75-104.
- 정속희, 전명희 (2009). 한동대학교 공동체 리더십 훈련의 치료적 요인에 관한 연구. **한동저널**, 8, 111-129.
- 정옥분 (2002). **아동발달의 이해**. 서울: 학지사.
- 주정민 (2006). 인터넷 의존유형과 인터넷 중독과의 관련성 연구. **한국언론학보**, 50(3), 476-524.
- 천정웅, 이용교 (2007). **아동청소년복지**. 서울: 인간과 복지.
- 최경진 (2008). 사이버공간에서의 소통과 관련한 법학연구동향. **사이버커뮤니케이션학보**, 25(1), 351-386,
- 최수영, 김준 (2014). 기독교 청소년의 영성, 종교성, 정신건강의 연관성과 기독교 상담에의 함축성. **복음과 상담**, 22(2), 371-409. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2014.22.2.371>
- 최숙영 (2014). 사이버공간의 사회학적/심리학적 특징과 개인적 요인 측면에서 본 정보화 역기능의 고찰. **건지인문학**, 12, 345-363.
- 최윤미, 이지연, 양난미 (2008). 범죄자들의 영적 안녕 수준이 공격성에 미치는 영향: 부정적 기분조절 기대치의 매개 효과를 중심으로. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 20(2), 537-551.
- 최종인 (2022). **church@ 메타버스: 메타버스 안의 교회**. 경기: 청우.
- 최현석, 하정철 (2011). 대학생의 인터넷 중독 유발 요인에 관한 연구. **한국데이터정보과학회지**, 22(3), 437-448.
- 한재등 (2014). 구원 실재에 참여로서의 세계의 회복문제. **신학과 실천** 41, 7-44. <http://dx.doi.org/10.14387/jkspth.2014.41.7>
- 현대원, 김명준 (2001). 인터넷 중독의 사회적 중요성 연구. **사이버커뮤니케이션학보**, 11, 155-180.
- 황성신, 손철우 (2020). 학교 밖 청소년의 인터넷 게임중독 경험연구: 성경적 상담의 함의. **복음과 상담**, 28(2), 223-266. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2020.28.2.223>
- 허현나 (2002). 종교적 지향성과 영성적 안녕 및 심리적 안녕간의 관계. 카톨릭대학교 석사학위논문.
- 홍성태 (1997). **사이버 공간, 사이버 문화**. 서울: 문화과학사.

- Ahn, B. M. (2003). *The influence of internet addiction on the school and home life of teenagers*. Daejeon: Daejeon University.
- Alcoholics Anonymous world services. (2001). *Alcoholics anonymous: The story of how many thousands of men and women have recovered from alcoholism* (4th ed.) New York, NY: Alcoholics Anonymous World Services Inc.
- Carson, V., Soeken, K. L., & Grimm, P. M. (1988). Hope and Its relationship to spiritual well-being. *Journal of Psychology and Theology, 16*(2), 159-167.
- Choi, Y. J. (2001). *Investigating Koreans' internet use patterns and motivations, and exploring vulnerability of internet dependency* (Unpublished doctoral dissertation). University of Southern Mississippi.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet Use. *Computers in Human Behavior, 17*, 187-195.
- Ellison, C. W. (1983). Spirituality well-being: Conceptualization and measurement. *Journal of Psychology and Theology, 11*(4), 43-49.
- Evans, G. W. (2004). The environment of childhood poverty. *American Psychologist, 59*(2), 77-92.
- Fraze, R. (2005). **21세기 교회 연구: 공동체**(차성구 역, *Connecting church*). 서울: 좋은 씨앗. (원전 2003 출판).
- Griffiths, M. D. (1999). Internet addiction. *The Psychologist, 12*(5), 246-255.
- Han, B. H. (2001). *A study on psychosocial disfunction of adolescents with internet addiction* (Unpublished master's thesis). Hannam University.
- Archibal D. (2008). **참을 수 없는 중독**(온누리회복사역본부 역, *Healing life's hidden addictions*). 서울: 두란노. (원전 1990 출판).
- Hill, L., & Smith, N. (1985). *Self care nursing promotion of health*. New York: Appleton & Lange.
- Iftene, F., & Roberts, N. (2004). Internet use in adolescents: Hobby or avoidance. *Canadian Journal of Psychiatry, 49*(11), 789-790.
- Jeon, Y. J., & Seo, M. Y. (2006). High-school students' internet addiction

- and related variables. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 44(3), 13-25.
- Jung, C. G. (1987). The Bill W. Carl Jung Letters. *Revision*, 10(2), 21.
- Kim, H. W. (2001). Analysis on the characteristics of internet use and internet addiction among adolescence. *Korean Journal of Youth Studies*, 8(2), 91-117.
- Kim, Y. H., & Jun, Y. S. (2005). Parent-child communication, peer relationship and internet addiction in children. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 43(10), 103-114.
- Longo, R. E., Brown, S. M., & Deborah, P. O. (2002). Effects of internet sexuality on children and adolescents. In A. Cooper (Ed.), *Sex and the internet: A guide book for clinicians* (pp. 87-107). New York: Brunner-Routledge.
- Parker, J. S., & Benson, M. (2004). Parent-adolescent relations and adolescent functioning: self-esteem, substance abuse and delinquency. *Adolescence*, 39, 519-530.
- Paul, B., & Linz, D. G. (2008). The effects of exposure to virtual child pornography on viewer cognitions and attitudes toward deviant sexual behavior. *Communication Research*, 35(3), 3-38.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2006). Bullies move beyond the schoolyard: A preliminary look at cyberbullying. *Youth Violence and Juvenile Justice*, 4(2), 148-169.
- Rizzuto, A. M. (1979). *The birth of the living God: A psychoanalytic study*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Suler, J. R. (1996). An interview by Morris Jones from internet Australasia magazine. John Suler's The Psychology of Cyberspace. Retrieved January 20, 2022, from [Http://www.rider.edu/users/suler/psycyber/psycyber.html](http://www.rider.edu/users/suler/psycyber/psycyber.html).
- Suler, J. R. (2000) Psychotherapy in cyberspace: 5-Dimensional model of online and computer-mediated psychotherapy. *CyberPsychology & Behavior*, 3(2), 151-160.
- Sweet, L. (2002). **영성과 감성을 하나로 묶는 미래**(김영래 역, *Postmodern*

- pilgrims*). 서울: 좋은 씨앗. (원전 2000 출판).
- Timmons, S. M. (2012). A Christian faith-based recovery theory: Understanding God as sponsor. *Journal of Religion and Health, 51*(4), 1152-1164.
- Tripp, P. (2004). **위기의 십대 기회의 십대**(황규명 역, *Age of opportunity*). 서울: 디모데. (원전 2001 출판).
- Voughan, F. (1986). *The inward arc: Healing and wholeness in psychotherapy and spirituality*. Boston: New Science Library.
- William, A. L., & Merten, M. J. (2008). A review of online social networking profiles by adolescents: implications for future research and intervention. *Adolescence, 43*(170), 253-274.
- Young, K. S. (1996). *Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder*. *CyberPsychology & Behavior, 1*, 237-244.
- Young, K. S. (1997, August). *What makes the internet addictive: Potential explanations for pathological internet use*. Paper presented at the 105<sup>th</sup> Annual Convention of the American Psychology Association, Chicago.
- Young, K. S. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery*. New York: John Wiley & Sons.
- Young, K. S., & Rogers, R. C. (1998). The relationship between depression and internet addiction. *CyberPsychology & Behavior, 1*(1), 25-28.
- Young, K. S. (1999). Internet addiction: Symptoms, evaluation and treatment. In L. VandeCreek & T. Jackson (Eds.), *Innovations in Clinical Practice: A Source Book* (Vol. 17, pp. 19-31). Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- 박술 (2022.3.24). 2021년 디지털 격차 등 실태조사 결과발표. 과학기술정보통신부. 웹사이트 <https://www.msit.go.kr/bbs/view.do?sCode=user&mId=113&%20mPid%20=112&bbsSeqNo=94&nttSeqNo=3181550>에서 2022년 5월 3일 인출

[Abstract]

## Pastoral Care for Christian Adolescents with Cyber Overdependence

Park, Ki Young\*

The objective of this study is to present the concrete measures of pastoral care for Christian adolescents with cyber overdependence. In the opening, the necessity and purpose of research on the issue of cyber dependence among adolescents are presented, and in the main body, The researcher examined the theoretical background, and looked at the definition of terms, the concept of cyberspace, and the positive and negative functions of cyberspace. The researcher reviewed the concept of cyber overdependence and previous studies related to cyber overdependence. In addition, the researcher examined the problem of cyber dependence from a Christian perspective, and examined the developmental understanding of adolescents and the characteristics of Christian adolescents. Thus, the researcher suggested total five kinds of pastoral care for cyber Christian adolescents. First, a pastor should provide the pastoral care that could enhance the spiritual well-being for the prevention of cyber overdependence. Second, a pastor should be able to build a faith community that embraces the adolescents who feel alienated, so they do not fall into cyber overdependence. Third, a pastor should provide the pastoral care that prevents the cyber overdependence and also operates a healing program.

**Key words:** cyber overdependence, Christian adolescents, pastoral care, spiritual well-being, self-identity

---

\* Sungkyul University, Prime Graduate school, Department of Counseling / Assistant Professor