

내담자가 지각한 성경적상담의 효과 요인에 관한 단일 사례 연구

박 안 나*

국문초록

본 연구는 내담자가 지각한 성경적상담의 효과를 분석하는데 그 목적이 있다. 이를 위해 먼저 상담성과 공통요인과 내담자가 지각하는 상담효과에 관한 선행연구 및 Whitman의 성경적상담과정을 검토하고, 성경적상담 이전에 다른 접근의 상담을 최소 3회 이상 경험한 후 성경적상담에서 높은 만족도를 나타낸 내담자의 사례를 질적으로 분석하였다. 연구 결과 내담자는 자신의 불안을 성경적 인간관과 하나님과의 관계 관점에서 분석한 '진단과 처방', 이에 대한 자세한 '설명적 가르침', 내담자의 속도를 존중하는 '인격적인 관계', 현실을 놓치지 않게 하는 '생활 속 실천'을 효과 요인으로 지각하였다. 이 네 가지 효과 요인은 각각 내적참조 틀 탐색, 설명의 제공, 상담자의 전문성 인정, 새로운 행동 습득이라는 공통요인에 대응되어 설명 가능하며, 이는 성경이 상담에 대한 설명, 권면, 적용을 제공한다는 성경의 충분성이 상담현장에서 사례개념화, 상담방법, 상담관계 영역에서 적용되어 상담효과를 가져오고 있음을 실증한다. 본 연구는 성경적상담 상담자에게 효과적인 상담 개입에 대한 실제적인 정보를 제공하고 성경적상담의 상담효과를 객관적으로 설명할 수 있는 기초를 제공했다는 데 의의가 있으나 단일사례연구인 본 연구 결과를 일반화하는 데에는 한계가 있음을 밝힌다.

주제어: 성경적상담, 상담성과, 내담자 지각, 공통요인, 성경의 충분성

* 헤세드상담센터 실장

I. 여는 글

상담의 성과를 입증하는 것은 상담학의 학문적 기반 구축을 위해 필수적이므로 상담 이론에 근거한 개입이 효과가 있음을 증명하는 학문적 노력이 꾸준히 지속되어 왔다(고홍월, 2021: 46). 최근 상담성과 연구는 두 가지 특징을 보이고 있는데, 하나는 특정 상담 이론에 근거한 개입이나 기술을 상담성으로 보는 특수요인(specific factor)보다는 여러 상담 이론들이 공통적으로 갖고 있는 공통요인(common factor)에 대한 주장이 더욱 지지되면서 이에 대한 연구가 활발해졌다는 것이다(Wampold & Imel, 2015, 김동민, 2021에서 재인용). 다른 하나는 '내담자가 지각하는' 상담효과를 분석하는 연구, 즉 내담자가 주관적으로 느끼는 변화와 그 요인 등 내담자 입장에서 본 상담효과가 주목받게 된 것이다(김창대 외, 2009; 고홍월, 2021에서 재인용).

이러한 흐름에 따라 국내에서도 상담에 성과를 가져오는 공통요인들, 예를 들면 공감이나 상담관계 등을 '내담자 입장'에서 분석한 연구가 활발히 수행되었다. 상담효과 연구에서 내담자가 중요해진 이유는 같은 상담 장면이라도 상담과정에 대한 지각이 상담자와 내담자 간 차이가 있다고 주장하는 연구가 다수 등장하였고, 전문가의 도움을 받는 수동적인 존재로서 인식되던 내담자가 점차 변화를 이끌어내는 능동적인 존재로, 내담자에 대한 인식 또한 변화했기 때문이다(김창대 외, 2009; 조민경, 장유진, 2018에서 재인용; 이옥주, 이윤주, 2020).

내담자의 주관적 경험은 그 자체로 가치 있는 상담의 자료이며, 특히 상담과정에서 내담자에게 일어나는 지각은 상담성과에 대한 유용한 자료로 충분히 탐색할 가치가 있어(이옥주, 2021) 상담에서 개입의 효과를 살펴보기 위해서는 내담자 입장에서 상담과정과 성과를 탐색하고 검증하는 노력이 반드시 필요하다(이옥주, 이윤주, 2020). 김동민(2021)은 내담자가 상담성이나 그 요인을 무엇으로 생각하는가는 상담자에게 실무적으로 의미 있는 정보를 제공해 주기 때문에 상담 현장에서 실시되고 있는 다양한 접근에 대한 상담효과 연구가 더욱 필요하다고 주장하고 특히 국내에는 개인 상담의 효과를 검증하는 질적 연구가 매우 드물다고 지적하였다. 내담자 개인이 주관적으로 느끼는 변화나 삶의 질 개선 등을 분석한 결과를 상담성으로 제시하는 연구가 적지 않음에도 불구하고(김계현, 2000; 고홍월, 2021에서 재인용) 아직 성경적상담 영역에서 상담성과를 주제로 한 연구는 시도되지 않았는데, 성경적상담 역시 상담 현장에서 활발하게 실시되는 접근으로서 내담자 입장에 근거를 둔 상담효과에 관한 연구가 요구되는 것은 자명하다.

이에 본 연구는 내담자가 지각한 성경적상담의 상담효과와 그 요인을 분석하고자 한다. 연구방법은 기독교 세계관 기반의 연구에 적합한 '사례연구'로 수행하며(박안나, 2022), '사례'는 성경적상담을 접하기 전 다양한 접근의 상담을 경험한 내담자의 상담 사례를 채택, 무엇이 성경적상담의 성과를 내는지를 알려주는 존재로서 내담자의 순수 반응을 살펴보기 위해 '질적 방법'으로 접근하고자 한다. 또한 성경적상담의 효과요인을 다룬 연구가 없는 상황이므로 현상을 하나의 사례로 관찰 및 분석하여 새로운 정보를 획득하고 이를 향후 체계적인 반복 연구의 기반으로 제공해 보다 완성된 연구를 수행하도록 하는, 조사 되지 않았던 영역의 초기 연구에 유용한 단일사례연구가 적합할 것으로 사료된다(Yin, 2016; 정승혜, 2017).

상담효과를 일으키는 상담의 개입은 그 기제에 대한 설명을 제공하는 이론에 기반을 두고 있어야 한다(고홍월, 2021; 김동민, 2021). 성경적상담은 인간 존재에 대한 진리와 원리를 담고 있는 성경의 권위를 최우선으로 하는 상담이므로 내담자가 지각하는 성경적상담의 효과는 성경의 관점과 원리로 설명 될 것이다. 따라서 성경적상담으로 접근한 개인 상담의 효과를 질적으로 분석하는 본 연구는 성경적상담 상담자의 효과적인 상담 개입에 대한 실제적인 정보를 제공할 뿐 아니라 이와 관련된 연구를 위한 기초자료로서의 의의가 있다. 또한 성경적상담 상담효과 요인을 공통요인으로 설명할 때 다른 상담 접근과의 비교되는 성경적상담만의 요인에 대한 명확한 이해로 성경적상담의 정체성에 대한 통찰 또한 제공할 것이며, 공통요인으로서의 설명은 다른 상담 접근과 소통할 수 있는 근거를 마련한다는 의의도 있으리라 기대한다.

본 연구는 내담자가 지각한 성경적상담의 효과를 분석하는데 그 목적이 있다. 이를 위해 먼저 여러 상담 이론들의 공통요인을 간단히 확인하고, 내담자의 지각에 관한 상담 연구들을 검토해 본 후 성경적상담의 상담과정을 Whitman이 제안한 과정을 중심으로 살펴본다. 다음으로, 다양한 상담 후 성경적상담을 경험한 실제 상담 사례를 분석한 내용과 결과를 제시한 후 결과를 통해 밝혀진 성경적상담의 상담효과가 실무적으로 또 학문적으로 어떠한 의미가 있는지 고찰한다.

본 연구에서 상담'성과'와 상담'효과'를 혼용하여 사용할 것이나 내담자 측면을 강조하기 위하여 되도록 상담'효과'라는 용어를 사용하고자 하며, 그 정의는 내담자가 느끼는 사소한 감정의 변화부터 내적 욕구의 충족, 도식의 변화, 행동의 변화까지를 모두 지칭하는 포괄적 개념임을 밝힌다(고홍월, 2021: 49).

II. 펴는 글

1. 내담자 지각하는 상담효과와 성격적상담과정

먼저 대부분의 상담 이론이나 접근이 가지고 있는 상담성과 공통요인은 무엇인지 살펴보자. 그동안 상담효과의 공통요인이 무엇인지 또 어떻게 분류할 수 있는지 몇 가지 제안과 모델이 제시 되어왔다. 그 중에서 상담성과 연구 초기에 공통요인들의 공통성을 내담자요인, 상담자요인, 변화의 과정, 처치구조, 치료관계라는 다섯 가지 범주로 분류의 틀을 제시한 한 Grencavage와 Norcross(1990)의 분류와 공통요인들이 상담효과에 연결되는 개념을 설명하기 위해 지지-학습-행위로 이어지는 상담 순서에 따라 분류한 Lambert(2013)의 모델을 교차, 통합하면 공통요인의 대략을 파악할 수 있다. 아래 <표 1>에 그 내용을 제시하였다.

<표 1> 상담성과 공통요인과 그 분류

지지 요인	[내담자 요인] 적극적으로 도움을 요청함, 내담자의 긍정적 기대/ 희망 또는 믿음 [상담자 요인] 상담자의 전문성 인정, 상담자의 따뜻함, 존중, 공감, 수용, 진실함 [변화의 과정] 정화/감정의 방출, 긴장감소, 치료사와 동일시 [치료관계] 치료동맹
학습 요인	[변화의 과정] 조언, 정서적 재경험, 정서/대인학습. 인지적 학습, 문제경험 수용, 교정적 정서 경험, 피드백, 통찰, 설명, 내적 참조를 탐색, 자신의 유능성에 대한 기대를 변화시킴, 자기 지각 재구조화 함 [처치구조] 이론고수, 의사소통, 내부에 초점을 둠/ 정서문제 탐색
행위 요인	[변화의 과정] 두려움을 직면, 새로운 행동 습득, 위험 감수, 둔감하게 함, 모델링, 성공경험, 훈습, 행동 조절 [처치구조] 연습/실천, 치유장면

(Grencavage & Norcross, 1990, Lambert, 2013, 김동민, 2021: 64, 65에서
재인용)

위 표의 공통요인들은 다양한 연구를 통해 도출된 전형적인 공통요인들이며 특히 내담자 요인, 상담자 요인은 관계를 중요시 하는 우리나라에서 상담성과 연구에 대한 대표 주제로 손꼽힌다. 또한 다양한 공통요인을 상담과정의 각 국면에 따라 분류한 Lambert(2013)의 국면 모델(phase model)은 공통요인들이 어떻게 상담효과로 이어

지는지 입체적으로 볼 수 있게 해 보다 실제적인 관점을 제공한다. 이제 이러한 공통 요인에 대한 ‘내담자의 입장’을 분석한 연구들을 살펴보자.

1) 내담자가 지각하는 상담효과와 상담과정

내담자가 지각하는 상담효과에 관한 연구는 상담과정을 면밀히 분석하는 방법이 주로 활용된다. 따라서 내담자 입장의 연구를 ‘상담효과’ 자체에 초점을 둔 연구와 ‘상담과정’에 초점을 둔 연구 두 가지로 나누어 확인해본다.

(1) 내담자가 지각하는 상담효과

먼저 내담자가 지각하는 ‘상담효과’ 관련 연구이다. 홍수미와 김희정(2017)은 내담자가 지각한 상담성가에 영향을 미치는 ‘내담자 요인’을 밝히는 질적 연구를 수행했다. 연구자들은 상담성가를 일으키는 내담자 요인을 ‘상담 장면에서의 적극적인 참여’, ‘반성적 사고를 통한 자각 확장’, ‘문제해결과 변화에 대한 강한 욕구’, ‘상담 밖에서의 상담 내용 적용’, ‘상담에 대한 긍정적 인식’ 으로 밝혀내고 이를 개념도 방법으로 그 중요도를 분석하여 내담자가 상담과정에 몰입하고 긍정적으로 참여하는 것이 상담효과에 매우 중요한 영향을 미친다는, 내담자의 참여 요인을 상담효과의 핵심으로 보는 결론을 내려 상담 현장에서 상담자가 내담자로 하여금 상담이 상담자 혼자 이끌어가는 것이 아니라 내담자가 문제해결의 주체인 것을 알게 하고 또 그렇게 이끄는 전략이 중요하다고 강조하였다.

반면 이옥희와 이윤주(2020)는 내담자의 입장에 근거한 상담성가를 ‘상담자 요인’에 중점을 두고 탐색했는데, 치료적 관계를 기반으로 자기개방과 이해의 과정을 거쳐 수용과 변화의 단계로 이어지는 상담과정에서 내담자는 상담자의 친절성과 목적의식을 가장 중요하게 지각하고, 특히 상담자의 첫인상이나 따뜻함, 친절함 등에서 상담에 대한 기대와 호감을 느꼈고, 명료한 상담 구조화를 통해 상담자의 전문성을 확인하고 신뢰한다고 보았다. 이는 상담성가가 낮은 내담자들의 상담 경험을 분석한 연구에서 낮은 성과 요인이 상담자와의 관계에서 솔직하거나 자연스럽게 없음, 상담자의 진정성에 대한 의심, 상담자의 전문성에 대한 아쉬움 등이 도출된 것과 맥을 같이 하며 상담성 과정에서 상담자 요인의 중요성을 실증하였다(권경인 외, 2011).

상담자가 상담에서 치료적인 도구 그 자체이며 상담에서 상담자의 역할이 핵심적이라는 주장과 관련하여 내담자가 지각하는 상담자에 대한 연구를 조금 더 살펴보자(김영근, 2013). 조민경과 장유진(2018)은 내담자가 상담자를 지각하는 차원을 호감도, 전문성, 신뢰성의 3가지 차원으로 보고 내담자가 이 3가지를 높게 지각하면 작업동맹

형성에 긍정적이라고 주장했다. 특히 경력이 많은 상담자라도 내담자가 상담자의 '전문성'을 지각하지 못하면 상담성과를 내기 어려울 수 있다고 보아 내담자가 지각하는 상담자의 전문성 및 상담자 성장의 중요성을 강조하였다. 정지애와 강혜영(2016)은 상담자의 소명이라는 독특한 주제와 관련한 내담자의 지각을 연구했는데, 연구 결과 상담자의 전문성이나 신뢰성, 호감도가 객관적으로 어떠하든지 이러한 특성을 내담자가 어떻게 지각하는지가 상담관계나 성과에 결정적이었다. 또한 상담자가 상담자라는 직업에 남다른 의미 즉, 소명으로 여기고 상담할 때 이 자체가 내담자에게도 의식적·무의식적으로 인식되어 내담자가 상담자를 전문적, 신뢰적, 호감 있게 지각한다고 보고해 인간으로서의 상담자와 내담자를 다시 생각하는 계기를 연구결과로서 제공하였다(정지애, 강혜영, 2016).

김영근(2013)은 상담자에 대한 내담자의 인식 구조를 현상학적으로 탐색했는데, 내담자들은 자신의 문제를 해결하는 과정, 변화하는 과정을 함께 하는 존재로 상담자를 인식했고, 치료적 요인으로서 상담자의 태도를 '존중하는 태도'와 '수용하는 태도'로 세분화해 중요하게 지각하였다. 즉, 내담자의 마음을 그대로 받아들이며 하나의 인격체로 존중해 주는 상담자의 자세는 내담자의 상담자에 대한 지각을 결정하는 주요 요인으로 작용한다(조민경, 장유진, 2018).

(2) 내담자가 지각하는 상담과정

내담자가 지각하는 '상담과정'에 대한 연구들은 공통요인 중 '공감'과 '작업 동맹'에 대한 주제가 주를 이룬다. 먼저 '공감'은, 내담자가 지각한 공감과 상담자가 지각하는 공감이 서로 다르다는 것이 연구초기부터 확인되어 '내담자 지각'에 대한 관심을 불러일으킨 대표적인 주제였다. 상담자가 내담자에게 반응적 공감을 제공했더라도 내담자가 공감을 받았다고 지각할 수도 있고 그렇지 않을 수도 있으며, 상담효과는 내담자가 지각하는 공감이 상담자가 지각한 공감보다 더 잘 예측하는 것으로 다수의 연구에서 나타났던 것이다(Elliott, Bohart, Watson, & Greenberg, 2011; 오예현, 장재홍, 2015에서 재인용).

이정미와 이윤주(2013)는 상담의 시작부터 종결까지 매 회기 상담이 끝난 직후 면담한 자료의 분석을 통해 상담자의 공감 형태와 상담 후의 변화까지를 생생하게 확인하였는데 그 결과 내담자가 지각한 상담자의 공감은 '적극적으로 경청해 줌', '태도에 진심이 담김', '온 몸으로 받아주는 따뜻함', '나보다 더 내 감정을 알아줌', '내 내면의 감정을 정리해줌' 등으로 나타나 특히 비언어적인 공감을 구체적인 형태로 밝혔으며, 상담자의 공감 행동 이후 내담자들이 변화하려는 의지를 보인다는 점에서 공감 경

힘이 변화라는 효과를 일으키는 요인임을 확인하였다. 유사한 주제를 청소년 내담자들을 대상으로 하여 수행한 연구에서 경청과 태도는 성인과 공통적이었으나 성인과 달리 청소년은 상담자가 문제해결 방법을 알려줄 것이라는 기대가 반영된 '문제 해결을 위한 노력'까지도 공감적으로 응답하는 것이라고 지각한다고 보았다(오예현, 장재홍, 2015).

김한별(2019)은 공감 전달에서 비언어적 표현의 중요성에 주목하여 상담자의 비언어적 표현이 내담자에게 공감으로 지각되는 과정을 탐색하였다. 특히 상담자가 비언어적 공명 형식을 취할 때 내담자가 지각하는 공감과 내담자의 정서 변화를 실험적으로 입증하였는데, 여기서 공명이란 상대방의 경험이 자연스럽게 내면에 울리는 현상으로 상담자가 상담자 초점의 정서적 각성상태로 들어가는 것이 아니라 내담자 초점을 유지한 상태로 의식 차원에서 내담자의 정서를 깊이 있게 느끼고 있는 적극적인 상태를 의미한다. 이 연구 결과 상담자가 비언어적 공명을 사용할 때 내담자가 지각하는 공감이 더 높아졌고 내담자의 부적정서의 강도는 더 감소하였다. 즉, 단순히 듣고 그에 따른 특정한 표정이나 자세를 취하는 것보다 상담자가 내담자의 이야기를 상담자 안으로 가져와 비추어보고 그들이 정서를 느끼며 이를 일치되게 비언어적으로 표현할 때 내담자는 상담자가 공감하고자 하는 의도를 갖추고 있고 자신의 상황과 마음을 충분히 안다고 지각하며 이 지각을 기반으로 내담자 자신과 경험을 있는 그대로 보게 되며 부적정서가 낮춰지는 것으로 해석된다.

작업동맹 또한 내담자가 지각하는 상담과정에서 주요한 연구 주제이다. 김성은과 김동민(2014)은 내담자가 작업동맹을 높게 지각하는 사례와 낮게 지각하는 사례의 상담자-내담자 간 언어 상호작용 특성을 비교하였는데, 상담자와 내담자 간의 협력적 관계의 와해를 의미하는 작업동맹 결렬 상황에서 상담성과와 관련된 것은 작업동맹 결렬 자체가 아닌 상담자가 결렬을 어떻게 '담아내는가'라고 주장하였다. 즉 내담자가 결렬하더라도 상담자가 내담자 마음에 지속적으로 집중하는 방식, 구체적으로는 정서제시, 타당화, 구체적 단서 제공, 구체적 상황 제시, 공감, 명료화 등의 개입은 작업 동맹과 강력한 상관을 갖는다는 것이다.

조민경과 장유진(2018)은 내담자가 지각한 상담자에 대한 특성과 작업동맹과의 관계를 분석하였는데, 이 연구에서는 내담자가 상담자의 전문성을 높게 지각하는 경우 상담자의 상담경력이 높을수록 내담자가 지각하는 작업동맹의 수준이 높고, 내담자가 상담자의 전문성을 낮게 지각하면 상담자의 상담경력이 높을수록 오히려 작업동맹 수준이 낮아졌다. 즉, 상담자가 전문가로서의 역량과 태도를 내담자에게 보여주지 못하

면 상담경력이 많다는 점이 오히려 내담자와 작업동맹을 형성하는 데 방해가 될 수 있다는 점에서 치료적 도구로서 상담자의 성장이 얼마나 중요한지를 보여주었다(조민경, 장유진, 2018).

홍정순(2017)이 수행한 상담자의 진정성과 내담자가 보고한 작업동맹과의 관계에 관한 연구는 상담자 진정성은 내담자의 상담자 지각을 매개로 작업동맹에 정적인 영향을 미친다는 것을 보여주었는데, 상담자의 진정성이란 일치성, 비편향적인 자각, 진심어린 태도로 이루어진 개념으로 상담관계에서 내담자가 상담자의 진정성을 어떻게 느끼고 경험하는지에 따라 작업동맹 증진에 영향을 준다는 것을 입증했다.

2) Whitman의 성경적상담과정

성경적상담은 '복음중심의 상담'을 주장하는 운동(movement)으로 기독교상담 영역에서 관심을 받아왔으며, 상담에서 내담자 문제의 이해와 해결에 '성경적 관점'을 적극적으로 적용하는 상담으로 발전해왔다. 내담자 문제를 성경적 관점으로 이해하고 해결한다는 것은 결국 성경적 세계관과 인간관을 토대로 예수 그리스도를 통한 구원이라는 복음적 관점에서 현재 직면한 문제를 이해하고 해결해 나가는 것이다(전형준, 2012; 김준, 2016; 김규보, 2019; 김준, 2021).

이를 구체적으로 상담과정에 적용하는 상담방법과 관련하여서는 초기부터 관계형성과 가르침이라는 핵심 원리가 강조되었고(Lambert, 2015: 135) Paul Tripp의 변화모델을 적용한 Love-Know-Speak-Do(Tripp, 2007; 황규명, 2012), Powlison의 나무변화모델을 적용한 하나님 관점의 이야기(김준, 2021) 등이 제안되어 왔다. 본 연구에서는 성경적상담 운동의 본산지인 CCEF(Christian Counseling and Educational Foundation)의 교수 Lauren Whitman이 최신 저서인 'A Biblical counseling process'에서 제시한 성경적상담의 과정을 소개하며 이를 중심으로 살펴보고자 한다.

이 책은 성경적상담과정의 실재를 사례를 들어 설명하고 있는데 Jay Adams로 시작한 성경적상담의 근간이 되는 기본 원리 뿐 아니라 Edward Welch와 David Powlison에 의해 임상적, 이론적으로 발전한 내용 또한 기반으로 해, 앞에 제시한 성경적상담방법 모델들이 반영된 실제적인 성경적상담'과정'을 집중적으로 설명한 최신 내용이라는 점이 현재 상담 현장에 이루어지는 실제 사례에 적용하기에 적절하다고 있다고 판단된다.

Whitman은 성경적상담과정은 매우 개인적이며 또한 맞춤형이라는 점을 강조하며

상담과정을 초기, 중기, 종결기로 나누어 설명했다(2021).

(1) 성경적상담 상담과정의 초기

상담 초기 내담자와 상담관계를 세워가는 것은 공감(empathy)의 성경적 의미로부터 출발한다. 하나님께서 그분의 긍휼하심으로 우리를 아셨고 우리를 아심으로 우리의 모습으로 오셨던 것에서 우리는 내담자의 세상에 거하는 것을 목표로, 예수님의 우리의 세계로 겸손하게 들어오신 것을 반영하는 겸허함으로 그 일을 이루어야 한다. 긍휼의 마음으로 다가갈 때 내담자는 상담자 안에 신뢰를 두게 된다. 이 과정은 우리와 함께 하시는 하나님에 대한 이미지를 위한 기회가 되어 '내가 너와 함께 한다'는 예수님의 말씀을 반영하는 일이다. 긍휼의 마음은 신뢰를 만들고 신뢰는 관계를 세워, 견고한 관계는 상담에서 하나님께서 그의 자녀들을 거룩하게 하시는 수단이 된다. 관계가 세워지면 성경적상담은 내담자들을 날마다 예수 안에서 성장하게 하는 길이 될 수 있는 것이다(Whitman, 2021: 13).

공식은 아니지만 Whitman은 상담 초기를 두 번의 회기로 보고 각 회기를 설명한다. 상담관계를 세운다는 맥락에서 1회기는 상담실에 오기까지 많은 고민을 했을 내담자의 입장에 서보려는 상담사의 마음이 중요하다(Whitman, 2021: 18). 상담사는 겸손하게 모든 집중을 다할 준비를 하고 내담자가 상담실을 찾게 된 이유를 듣기 시작하는데, 여기에서 기억해야 할 6가지가 있다. 첫째, 내담자의 말을 정기적으로 요약하여 반영하며 잘 따라가는 것이 좋다. 내담자를 이해하려는 마음으로 집중하면 요약은 내담자 문제에 대한 체계를 잡게 하고 내담자는 신뢰를 갖게 된다. 둘째, 내담자가 이후 상담 회기에서 원하는 것이 무엇인지를 분명히 하여 내담자의 목적을 이해하기를 시작해야 한다. 셋째, 주의 깊게 듣고 있고 내담자의 문제에 참여하고 있다는 비언어적인 표현을 읽매이지 않고 하는 것이 좋다. 넷째, 그 순간에 올라오는 감정에 대하여 작업을 하며 듣되 내담자의 페이스를 따라간다. 다섯째, 내담자의 해석과 해석의 의미를 듣는다. 여섯째, 잠재적으로 심각한 문제 - 자살이나 학대 등을 탐색한다.

이렇게 내담자가 상담실을 찾아오게 된 이유를 탐색한 후에는 이전 상담 경험을 살펴봐 이번 상담의 방향성에 도움을 받고 이 상담의 목표를 설정하는 방향으로 대화를 이끈다. 상담은 내담자의 협력이 꼭 필요하기 때문에 상담목표에 대해 내담자와 나누는 것은 중요한데 1회기에서는 상담 후 결과 그 자체보다는 내담자가 상담에서 원하는 것을 생각해보게 하는데 의미가 있다(Whitman, 2021: 29). 상담목표는 내담자와 상담을 해 가면서 수정되어가기 때문이다.

2회기에 대한 계획을 나누고 이 상담을 향하신 하나님의 계획을 신뢰하는 말로서

내담자를 격려한 후 내담자에게 질문할 기회를 주고, 기도로서 회기를 마무리 한다. Whitman은 1회기에 상담자에게 몇 가지 특별한 팁을 제공한다. 첫째, 1회기에 이루어지는 구조화 문서 작업 후에 상담자가 성경적인 관점에서 상담하는 것을 밝히는 좋은 시점 일 수 있다고 제안한다. 둘째, 1회기를 마치면서 상담자는 스스로에게, 1회기에서 무엇을 했고 그 접근이 어떤 장단점이 있으며, 이 사역 세팅에 대해 어떤 조정을 고려하는지 등을 묻고 생각해볼 필요가 있다. 셋째, 1회기 마친 후 2회기를 준비하며 상담에 도움이 될 내담자 문제에 대한 자료를 찾는 것이 필요하다.

2회기에는 내담자와의 상담관계를 통해 목표를 향해 조금 더 앞으로 나아갈 수 있도록 한다. 먼저 1회기에 대한 소감을 나눈 후 내담자의 더 깊은 이야기를 듣기 시작하는데 내담자가 무엇을 중요시 하는지 무엇이 이 사람에게 의미가 있는지를 배우는 자세로 듣는다. 이 때 내담자의 신앙 또는 믿음에 대한 주제를 자연스럽게 이끌어내기에 좋은 시점이 될 수 있다. 그들의 믿음이 이 문제 가운데 어떠한 역할을 하고 있는지, 하나님의 인도하심에 대해 어떠한 생각을 갖고 있는지 등이 적절히 질문되어지면 그것은 이 상담의 목적에 딱 들어맞을 수 있다. 이 후 내담자의 주호소 문제에 대해 더 들어가는데 상담자는 상담자 자신이 예수님의 대사로서 듣고 반응해야 함을 기억해야 한다. 하나님의 임재 안에서 우리가 안전함을 느끼듯 내담자에게도 상담자로 인한 안전을 경험하게 하며 어떤 말이든 할 수 있도록 하는 것이 좋다. 듣고 반응하는 것은 예수 그리스도의 지체가 되는 일이다.

이렇게 초기를 마치면 상담자는 상담자 자신을 상담실로 데려오는 마음으로 상담자의 생각-가정, 관점, 편견, 경향, 예측 -을 상담목표에 맞추어 어떻게 내담자를 섬길 것인가를 고려하여 점검해야 한다.

(2) 성경적상담 상담과정의 중기

상담 중기는 내담자가 자신의 문제를 성경적 관점에서 보고 새로운 관점으로 행동할 수 있도록 돕는데 초점이 맞추어져야 한다. 회기수는 정해져있지 않지만 상담 중기의 과업은 크게 두 가지, 즉 문제에 대한 성경적인 해석 그리고 새로운 길로 나아가는 것이다.

먼저 성경적인 해석을 위해서는 무슨 일이 일어났는지를 정확히 파악을 해야 하며 이 일에 대한 정확한 해석은 오직 하나님이 기준이시라는 것을 인정해야 한다. Whitman은 사례개념화를 ‘해석’이라고 부르며, 성경적상담 상담사에게 이는 기술이라기보다는 성경에 보다 명확하게 ‘연결’되는 과정이라고 본다(Whitman, 2021: 56). Whitman은 여기에서 다시한번 공감의 내담자의 해석에 대한 동의가 아니라 내담자

의 고난을 깊이 공감하며 문제를 초기화하는 개념으로 준비해야 한다고 조언한다. 성급히 결론을 내지 않도록 아주 천천히, 겸손함으로 내담자의 마음을 살핀 후 하나님의 관점과 성경의 우선순위를 탐색해볼 수 있는 질문으로 접근할 수 있다. 그리고 나서 상담사는 내담자로 하여금 우리의 '마음'에 대한 이해를 도울 수 있다. 우리 존재의 핵심이면서도 유혹받기 쉬운 우리의 '마음' 말이다. 여기까지 인도되는 과정이 순조로우면 하나님의 말씀이 내담자의 생각을 꿰뚫곤 한다. 성경적상담 상담자는 성경적인 해석을 위해 '성경적 근거'를 다수 가지고 있어야 하는데, 예를 들면 우리는 하나님의 말씀을 기준으로 삼기에는 다른 기준을 갖기 쉬운 존재이나 하나님은 우리를 서로 섬기라는 부르심 안에 자라가는 존재로 두셨고 이 사실을 깨닫고 우리는 회개함으로 새롭게 나아갈 수 있다는 것 등이다.

다음으로 새로운 길로 나아가는 과정이다. 이렇게 될 수 있는 이유는 우리가 회개하면 용서를 받도록 예수님이 그 길을 열어주셨기 때문이다. 이 방향이 사실상 상담계획이지만 Whitman은 '새로운 방향으로 가는 상상'이라고 말한다. 상상이라고 하는 이유는 눈에 보이는 것 너머의 것을 보는 것, 비전의 의미가 있기 때문이다. 내담자는 궁극적으로 새로운 일을 필요로 하고 있기 때문에 상담자는 하나님이 주신 상담자의 상상력을 사용해야 하며 우리는 이를 예수님을 기억함으로 시작할 수 있다(Whitman, 2021). 그 분의 삶, 자기 백성들을 향한 부르심, 그리고 성령님의 도우심과 같은 주제는 내담자로 하여금 자신의 문제와 성경을 이어지게 하며 결국 내담자의 상상력은 앞으로 나아가는 방향으로 사용되기 시작한다. 이 과정에서 상담자는 내담자의 이야기에서 성경적 원리를 정리해주는 역할을 할 수 있다. 이러한 작업을 통해 비로소 내담자는 변화를 위한 여정을 시작하게 된다.

이처럼 상담 증기는 '성경적 관점의 해석'과 '믿음의 상상'으로 이루어진다. 상담사는 매 회기 이 상담이 내담자가 상담목표로 가는데 도움이 되고 있는지 점검하고 이 상담을 위한 창조적인 방법에 대해 고민해야 한다. Whitman은 상담에서 성경 구절의 사용에 대해서도 조언한다. 성경 본문으로 가기 전에 내담자로 하여금 생각해볼 수 있는 질문을 던지고 성경을 읽고 내담자로 하여금 성경 본문의 인물과 사건에 대하여, 그리고 내담자에게 적용할 수 있는 지점에 대하여 질문을 통해 내담자가 직접 성경과 닿을 수 있도록 인도하되 내담자에 맞추어 적용하는 것이 필요하다.

(3) 성경적상담 상담과정의 종결기

성경적인 관점에서의 해석과 상상은 성경적상담의 상담과정의 핵심이므로 종결기 역시 이 두 작업의 연장선에서 이루어진다. 이는 내담자가 새롭게 가진 관점을 유지하

도록 동기를 제공하는 것과 지속적이고 장기적인 성장을 위한 것이다. 종결기에는 상담 주기를 늘여가는 것을 내담자와 합의하면서 상담이 종결된 이후 내담자가 어떻게 이 변화를 유지할 수 있을지 다양한 관점에서 이야기를 나눈다. 마지막 회기에서 상담을 통해 변화된 것과 주님과 함께 가는 길에 대해 격려 받은 것을 정리하여 나누고 이 일을 온전히 하나님께 영광으로 올려드리며 함께 축하하고 기뻐하는 시간을 갖는다. 또한 이러한 내용과 내담자를 축복하는 기도로 마무리를 한다. CCEF에서는 상담이 종결되면 '종결 편지'를 작성하여 내담자에게 보낸다. 상담에 대한 간단한 요약과 함께 앞으로 어려움이 있을 때 다시 상담 받을 수 있다는 안내를 하며 격려와 축복을 담아 내담자에게 보내게 된다.

상담자는 상담을 종결하면 하나님과 사람에 대해서 무엇을 배운 상담이었는지, 성경의 어떤 관점이 내담자에게 도움이 되었고 그래서 앞으로 어떻게 또 활용할 수 있는지, 또 보완해야 하는 점 등에 대해 정리를 해야 한다.

2. 연구방법과 사례

본 연구는 내담자가 지각한 성경적상담의 효과와 그 요인에 논의를 목적으로 하며, 이를 위해 지금까지 내담자가 지각한 상담효과 및 성경적상담의 상담과정을 살펴보았다. 본 연구의 구체적인 연구문제를 설명하면 다음과 같다.

연구문제 : 성경적상담에 참여한 내담자가 성경적상담 상담과정에서 상담효과 요인으로 지각하는 것은 무엇인가?

1) 연구방법 및 연구윤리

기독교 세계관 기반으로 하는 본 연구는 질적 사례연구 연구방법으로 수행하였으며 분석단위는 단일사례이다(Creswell, 2015; 박안나, 2022). 사례는 본 연구자가 수행한 24회기의 상담이며, 주 분석 자료는 종결 후 진행한 내담자의 심층면담 녹음자료이며, 회기록과 심리검사지와 같은 상담기록 역시 분석자료로 삼았다. 내담자의 직접적인 보고를 주 자료로 삼은 것은 상담효과의 내담자의 지각이 본 연구에 결정적인 요소이기 때문이다. 앞에서 언급한 바와 같이 상담의 성과나 변화를 이끈 상담과정에 대한 상담자와 내담자 사이의 지각의 불일치가 여러 연구에서 보고되었기에 상담에서 직접 변화를 겪는 내담자가 그 경험을 어떻게 지각하는지 내담자의 보고를 자료로 수집하고 분석하는 것이 필수적이다(김창대 외, 2009). 또한 상담에서 상담효과에 대한

내담자의 관점과 경험을 얻기에 적합한 질적 연구방법을 선택하였다(이정숙, 2013). 상담은 2021년 3월부터 2021년 8월까지, 심층면담은 2021년 10월 진행되었다.

심층면담은 먼저 폭넓은 개방형 질문을 사용하고 점차 구체적 질문으로 탐색해 가 연구참여자가 서서히 자신의 경험세계를 떠올려 구체적인 장면에 들어가면서 생생히 진술하도록 도왔다(한영주, 2010). 연구참여자는 상담을 종결한 내담자 중에서 최소 10회기 이상의 성경적상담의 상담 회기를 경험하고 종결한 사례이면서, 종결 후 상담 만족도 질문지에 호소문제가 해결되었다고 밝히고 상담에 주관적인 만족도가 높다고 응답했으며, 성경적상담 이전에 성경적상담이 아닌 다른 접근의 상담을 최소 3회 이상 경험한 사례로 선정하였다.

연구자는 대학과 연구소에서 질적 연구 교육을 이수하고 성경적상담 전공 박사 학위 논문으로 질적 연구를 수행하였으며 성경적상담을 전문으로 하는 센터의 상담자로, 연구의 윤리성 확보를 위해 주요 학회의 윤리 교육을 매년 이수하고 있다. 본 연구의 연구참여자에 대한 윤리적 고려를 위해 면담 전 연구의 세부 목적과 과정, 녹음과정과 사용한계, 참여 철회 등에 대한 전반적인 사항에 대해 자세히 안내하고 동의를 얻었다. 연구참여자 보호를 위하여 일부 내용을 각색하였음을 밝힌다.

2) 연구참여자의 이전 상담 경험

연구참여자 M은 25세 여성으로, 우울과 불안 증상으로 20대 이후 6번의 상담을 경험 한 후 성경적상담을 접하게 되었다. 연구참여자가 경험한 이전 상담에 대한 간략히 소개하면 다음과 같다. 사례 설명시 연구참여자를 내담자로 표현한 점을 밝힌다.

첫 번째 경험은 대학상담센터로 약 10회기 상담에 참여하였다. 거의 매 회기 심리검사를 한 것처럼 느껴질 만큼 심리검사를 많이 했고 상담자가 질문을 하면 내담자가 생각해 답을 형식이었다. 내담자의 답에 대하여 상담자가 다시 질문을 하고 그러한 꼬리물기식의 대화가 이어졌다. 누군가에게 고민을 말할 수 있다는 것은 좋았으나 길을 몰라 온 사람에게 오히려 그 길에 대해 묻는 것 같아 내담자는 상담에 다녀오면 머리가 아프다는 느낌을 받곤 했다.

두 번째 상담 경험은 정신건강 의학과로 약 3개월 간 약물복용과 함께 진료시마다 의사에게 짧은 상담을 받았다. 내담자가 ‘꿈을 꿔는데 기분이 좋지 않다’라고 하니 의사가 ‘한심하다’라고 해 ‘의사가 나를 이해하지 못하는구나’라는 생각에 실망이 컸다.

세 번째 상담 경험은 한방 정신과로 약 6개월가량 꾸준히 진료를 받았다. 한의사와 상담사 두 사람에게 상담을 받게 되었고 다양한 심리검사뿐 아니라 뇌파검사를 실시

하고 한약도 복용하게 되었다. 상담사보다 한의사와의 상담이 더 좋다고 기억하는데 그 이유는 상담사의 이야기는 추상적으로 느껴졌기 때문이다. 한의사는 상담사보다 표정이 밝았고, 약으로 70%정도는 호전될 수 있거나 30%는 내담자가 노력해야하는 점을 강조하였다. 몇 개월 지난 시점에 '이제 사람들을 만나보라'라는 구체적인 권면을 하기도 해 훨씬 구체적으로 느껴졌다. 내담자는 '한의사가 나의 문제를 다 해결해주지는 못하나 나의 상황은 읽고 있구나'라고 느꼈다. 그러나 높은 비용을 지속적으로 감당하기 어려워 치료를 중단하게 되었다.

네 번째 상담 경험은 국가에서 운영하는 상담센터에서 진행한 12회기의 상담이다. 다시 다양한 심리검사를 실시했으며, 상담사는 내담자에게 어렸을 때부터 도덕적인 관념에 억눌려 있다면서 일탈을 권했다. 잔인한 영화도 보고 새벽까지 음주도 해보는 등 잘 하지 않았던 일탈을 시도해 스트레스가 일시적으로 해소되는 것을 느꼈으나 공허함을 느꼈다. 회기 중 후반에 상담에서 어떤 문제를 이야기하면 상담사는 '문제라고 생각하는 것이 문제'라고 했는데 전혀 와 닿지 않았다.

다섯 번째 상담 경험은 대형병원 정신건강의학과로 다시 다양한 심리검사를 실시했으며 불안 장애로 진단을 받고 약을 복용했다. 오래 기다려 짧은 시간 동안 상담하는데 약의 수치만 올리려는 것처럼 느껴져 다른 정신과를 가게 되었다.

여섯 번째 상담 경험인 정신건강 의학과로 6개월 이상 진료를 받았으나 한 달에 1회 정도 방문하여 의사와 20분 정도 상담하는 형태이다. 이전의 어느 병원보다도 약에 대한 설명을 자세히 해주고 주로 일상을 물어보면서 많이 좋아졌다는 피드백을 받았다. 그러나 약이 잘 맞는 것 같아 꾸준히 내원하고 있을 뿐 심리적 문제 해결에는 미약하다고 느꼈다.

3) 연구참여자의 성경적상담 참여 및 상담과정

총 24회기 진행된 상담으로, 1회기부터 18회기까지 1주에 2회기씩 상담하였고 19~22회는 1주에 1회기로 상담하였으며 마지막 두 회기인 23,24회기는 2주에 1회로 상담하였다. 1,2회기를 상담 초기로, 3~22회기를 상담 중기로, 23회기 및 24회기를 상담 종결기로 구분할 수 있다. 모든 회기에 약 복용 및 병원 내방 상황을 체크하였으며, 전회기 회기별로 상담자와 내담자가 돌아가며 마침 기도를 하였다.

(1) 성경적상담 상담과정의 초기

연구참여자 M은 여섯 번째 상담 경험인 정신건강 의학과에서 약물치료를 받으면서 연구자가 상담을 하고 있는 센터에 방문하게 되었다. 상담을 미리 신청하고 온 것이

아니라 ‘죽고 싶다’는 생각이 들어 누군가에게 소개받은 상담센터를 바로 찾아 왔다. 예약 없는 방문이나 신청 당일 상담은 진행되지 않으나 자살사고가 높은 위기사례로 판단해 즉시 접수면접을 진행하였다. 당시 자살 시도나 계획, 폭력적인 경향은 없었으나 찾길에 뛰어들고 싶은 인지적 충동에 의한 심리적인 어려움이 크다는 점과 약물 복용 현황 - 약물이름과 양, 하루 복용 횟수, 부작용, 병원 진료 주기 등 - 을 체크하고 신청서, 동의서와 함께 자살방지 서약서를 작성하였다. 간단히 현재 사고 내용에 대한 확인 후 임시 응급처치라 할 수 있는 내용들을 설명한 후, 상담 경험에 대한 정보를 간단히 수집하고 며칠 뒤 정식으로 1회기를 시작하기로 합의하였다.

며칠 뒤 1회기에 다시 만난 내담자에게 접수면접이 어떠했는지 묻자 편안했고 다시 상담을 받아보자는 마음이 들었다고 한다. 상담자는 모든 집중을 다한다는 마음과 얼마나 힘들었으면 죽고 싶다는 생각을 했을까 라는 마음으로 내담자에게 그 동안의 일을 묻고 편안히 진술하도록 하고 최소의 요약 반응만 하며 경청하였다(Whitman, 2021).

내담자가 불안에 휩싸이고 또 불안을 유지하게 되었던 계기와 그 증상과 고통을 듣고 내담자가 세상과 인간에 대하여 어떠한 관점을 가지고 있는지 확인하고자 내담자의 신앙에 대한 탐색을 이어갔다. 고등학교까지 하나님과 친밀한 관계였으나 대입 실패 이후 하나님의 존재를 의심하게 되었고 생활의 무너짐과 함께 그동안 갖고 있던 신앙적 관점은 물론 최근 코로나 상황으로 예배나 교제에서 멀어진 상황을 확인했다.

내담자는 상담을 받아보자라는 마음을 갖게 된 이후부터 자살사고가 줄어들었다고 보고했으나 상담자는 당분간 주 2회 상담이 필요하다고 판단해 내담자에게 이를 제안하고 합의를 통해 3~4일에 1회기씩 하는 상담으로 구조화 하는 한편 내담자가 그동안 실시한 심리검사 결과지를 가져오도록 조치하였다. 내담자가 직접적으로 사용하고 있는 ‘불안’이라는 말을 그대로 사용하여 상담목표는 불안의 감소로 합의하고 상담자의 기도로 1회기를 마쳤다.

2회기는 내담자와 상담관계를 가지고 목표를 향해 조금 더 앞으로 나아가기 위해 내담자의 불안을 탐색하고 불안을 가져오는 생각을 구체적인 문장으로 찾아보는 작업을 시도했다. 도출된 문장은 ‘할 수 있을까?’였다. 내담자에게 성경에서 말하는 ‘마음’에 대하여 설명하고 생명의 근원인 마음의 요소 중 ‘생각’의 중요성에 대해 설명하고 한 개념을 설명할 때마다 내담자에게 어떠한 생각이 드는지를 확인하여 수준과 완급을 조절하였다. 내담자가 이번 상담을 모두 종결하면 갖고 싶은 생각은 ‘이제 복학할 수 있을 정도로 나왔다’라는 소망의 생각이었으며 이는 불안의 감소라는 상담목표를

구체화하는데 사용되었다. 또한 이 소망은 믿음으로 이루어지는 것, 믿음을 갖기 위해서는 마음, 특히 생각이 중요하다는 점을 강조하였다. 내담자는 상담 소감을 묻는 질문에 오늘 상담을 통해 자신이 신앙적 접근에 목말라 있었다는 생각이 들었다고 했다. 그 이유를 묻자 자신이 하나님을 부인할 수 없기 때문이라고 하였다. 2회기는 내담자의 기도로 상담을 마무리하였다.

접수면접과 상담 2회기를 진행 한 후 사례개념화 - Whitman은 '해석'이라고 한 - 를 시도하였다. 내담자는 복학에 대한 불안과 만성화된 우울 증상을 호소하며 내방했으며 이 증상은 대입 실패와 대학 생활 초기 부적응으로부터 발생된 것으로 보이며 내담자는 ①자기 절망으로 부정적 자기상을 형성하고 ②미래에 대한 불안한 생각을 반복하며 병원과 상담센터를 전전하게 되었다. 그렇게 반응한 데에는 ①내담자의 인간관 그리고 ②하나님이 없는 미래 즉 하나님을 놓치고 신앙과 현실 사이의 혼란을 해결하지 못하면서 무기력한 생활을 한 것이 원인으로 보인다. 따라서 ①내담자의 인간관에 대한 점검과 수정으로 촉발사건에 대한 재해석을 시도하여 자기 비난을 중지하고 ②무너진 신앙관을 회복하여 하나님과 동행하는 미래에 대한 확신을 갖도록 하며, ③생활의 규모를 잡아 육체적으로도 건강한 생활을 하는 것을 임상목표로 정하였다.

(2) 성경적상담 상담과정의 중기의 흐름

상담 중기는 Whitman의 말처럼 내담자가 자신의 문제를 성경적 관점에서 보고 새로운 관점으로 행동할 수 있도록 돕는데 초점이 맞추어야 한다. 3회기부터는 어떤 사건에 대한 첫 생각에 대한 화두로 상담을 진행했다. 첫 생각은 관점에서 나온다는 것과 우리가 그 옳고 그름에 상관없이 첫 생각을 믿기 쉬운 존재라는 점에 대하여 나누며 내담자가 촉발사건에 대하여 떠오른 첫 생각은 무엇이었으며 어떠한 관점에서 나온 것인지 생각해 보는 한편 이 원리를 내담자가 겪고 있는 생활 사건에도 적용하여 이해하도록 도왔다. 첫 생각에 대한 의심이라는 도전을 받아들인 내담자와 인간관이라는 관점에 대해서 이야기하였고 진리인 성경이 담고 있는 인간관으로 기준을 맞추는 것에 대하여 설명하였을 때 내담자는 깊은 관심을 보이며 따라왔다. 상담자는 신앙서적 한 권을 권하고 매 회기마다 한 챕터씩 읽고 상담과 관련하여 나누자고 권하였고 내담자는 흔쾌히 합의했다. 신앙서적은 성경의 세계관과 인간관을 주제별로 설명하고 있는 총 8장으로 구성된 어렵지 않은 책이었으며 5회기부터 12회기까지 매 회기 빠짐 없이 책을 통해 느낀 점을 나누며 이 내용이 내담자의 삶과 관련되도록 질문으로 유도하여 통찰하도록 하였다. 내담자는 점차 '하나님이 부분적으로 믿어진다'로 시작하여 10회기 때에는 '하나님이 계신다는 생각이 90% 까지 올라왔다'고 스스로 진술하고 그

회복의 이유로 '말씀'을 꼽았다. 상담자는 내담자가 '나는 말씀을 볼 때 회복되는 사람이다'라는 소절을 적어보도록 하고 이것의 의미와 적용을 함께 생각해보도록 이끌었으며 이후 회기에도 이러한 소절들을 덧붙이게 되면서 내담자는 자신이 말씀에 근거하지 않고 경험에 근거한 생각을 해왔다는 것을 통찰하기 시작했다.

매 회기 도서 한 챕터를 읽어오는 것과 더불어 산책을 하는 과제가 있었는데 내담자는 산책을 하며 기도를 다시 시작하는 경험을 하였고 이후 상담 회기에서 기도가 응답되는 에피소드를 스스로 언급하기 시작했고 상담자는 그 경험을 깊이 생각하고 의미를 부여할 수 있도록 도왔다. 또한 내담자는 책의 주제와 관련한 설교를 Youtube를 통해 듣고 느낀 점을 나누거나 주일 예배에 설교 링크를 상담자에게 공유하는 등 능동적인 반응을 보이기 시작하더니 11회기는 내담자가 이 책을 마친 후 계속 해서 이어가고 싶다는 자발적으로 존 스토틀의 책을 선정해왔다. 14회기부터 이 책으로 이어갔으며 상담자도 책을 읽고 매 회기 상담의 흐름에 맞춘 질문과 적용을 준비해가며 내담자의 미래에 대한 생각 수정을 시도하였다.

그러다 15회기에 내담자가 불면을 호소해 수면체크 표를 과제로 주고 잠든 시간과 잠자기 전 및 아침 기상 후에 한 행동과 생각을 적어오도록 했다. 복학이 다가오면서 복학에 대한 불안한 생각을 하고 있는 점이 탐색되었는데, 상담을 통해 찾은 내담자의 강점인 공감 능력을 미래에 적용하도록 도와 타인을 돕고 싶은 소망을 구체적으로 표현하게 하고 복학 학기의 과목이나 학교 영역의 대인 관계와 연결하도록 했다. 더 나아가 은사와 부르심으로 받아들여 하나님의 인도하심에 대한 확신과 마음의 결정을 돕는 가운데 18회기까지 미래에 대한 불안을 다루며 수면 질의 회복을 도왔다.

19회기부터 주 1회로 상담 주기를 늘였고 21회기에 내담자는 휴학이 하나님의 이끄심이었다는 고백을 하게 되었고 그동안 체중이 많이 줄어들어 자신감을 회복하게 되었다. 22회기부터는 복학 시 불안이 올라 올 때 어떻게 대처할 것인가를 말씀에 기반을 둔 생각으로 대처할 수 있는 작업을 시도하고 2주에 1회기로 상담 주기를 늘였다.

(3) 성경적상담 상담과정의 종결기

23회기에 종결에 대해 논의하고 상담을 통해 변화된 것과 유지해야 할 것을 나누었다. 내담자는 '힘들 때도 있을 것이다'라는 현실을 받아들이고 있었지만 휴학이 가치 있었다는 결론과 함께 지난 5년은 나중에 남을 도와주는 사람이 됐을 때 떠올릴만한 시기일 것이라고 진술했다. 종결 회기인 24회기는 내담자의 '다시 빛날 수 있을 것이다'라는 고백과 감사 기도로 마쳤다.

3. 연구 결과 및 논의

1) 성경적상담 상담과정에서 내담자가 지각한 효과 요인

일반적으로 상담효과는 증상의 호전이나 심리 기능의 개선뿐 아니라 삶의 질의 변화를 포함한다(김동민, 2021: 62). 연구참여자는 상담만족도에 ‘하나님과의 관계에 대한 인식이 전환되었고 마음의 안정을 얻었으며 신앙적으로 성숙하게 된 시간이었다. 많은 변화를 이루고 간다.’ 라고 증상의 호전과 마음의 변화, 삶의 질 향상이라는 직접적인 상담효과를 기록하였다. 성경적상담의 결과로 나타난 이러한 변화의 요인은 무엇인지 연구참여자의 심층 면접에 근거하여 분석하였으며 그 결과 성경적상담의 효과 요인은 다음과 같이 4개로 정리하였다.

(1) 문제를 신앙으로 풀어낸 것이 효과 요인이다

연구참여자는 성경적상담 상담과정에서 자신의 문제를 신앙적인 관점에서 분석한 것을 다른 상담과 다른 점이면서도 효과의 핵심이었다고 진술했다. 연구참여자에게 이전 상담 경험과 성경적상담과 무엇이 다르다고 느끼는가 질문했을 때 주제 자체가 달랐다고 분명하게 답했으며, 이전 상담 경험들이 도움이 되었는지에 대해서는 다음과 같이 말했다.

솔직히 말해서 그렇게 도움 된 상담이 없었어요. 여기 상담 말고는요. 이유를 생각해보면, 음.. 계몽주의 때 사람들이 신 중심의 세계에서 인간 중심으로 바꾸니까 자유롭기 보다는 오히려 혼란에 빠졌잖아요? 왜냐면 그 때까지는 나는 신이 만들었고 신의 뜻에 따라 살아야 한다 생각했는데.. 이제 그 기준이 변하고 안 맞으니까 오히려 혼란에 빠졌잖아요. 그 당시에 그런 것처럼 저도 19살까지 하나님을 믿어왔는데 20살부터 하나님이 안 믿어지니까 저한테는 자유가 온 게 아니라 대혼란이 온 것 같아요. 그래서 그 혼란 속에서 정서적으로 불안했던 거구나 라는 것을 여기서 깨닫게 되었어요. 여기서 신앙적인 면을 다루면서요. 그러니까 이때까지의 상담은 어떤 방법의 문제라기보다는 결만 교정을 하려고 했던 것 같아요. 실질적인 문제는 신앙이었는데. 이런 저런 것을 다루기는 했지만 신앙이 결정적이었던 것 같아요.

연구참여자는 기독정신으로 설립된 학교에 속하여 학교 상담실에서 상담 받은 경험을 다시 언급하며 신앙에 대한 부분이 전혀 고려되지 않았다는 것에 의문을 갖기도 하였다. 신앙적인 접근이 연구참여자의 불안과 우울에는 어떠한 영향을 미쳤다고 생각 하는가에 대한 내담자의 답은 다음과 같았다.

신앙적인 것을 이렇게 깊이... 한 사람이랑 내 신앙을 깊이 돌아보았던 것이 컸던 것 같아요. 친구들이랑 이야기한적 있지만 깊이는 못했고 또 가족들하고도 못하는데, 신앙에 대해 남이랑 깊숙하게 얘기한 것은 처음이었고 이런 새로웠던 점이 영향을 미쳤다고 봐요.
하나님에 대한 불확신....그게 정서적인 것에 영향을 많이 미쳤기 때문에 신앙적인 이야기를 전문 상담가 분이랑 깊이 있게 한 것이 결과적으로 정서적으로 도움이 됐다고 생각해요.

연구참여자는 '신앙'이라는 표현을 썼지만 자신의 정서적 문제가 하나님에 대한 불확신에서 비롯된 것임을 인식하게 되었다고 진술했듯이 문제의 원인을 하나님과의 관계에 놓인 성경의 인간관에 기준을 둔 것이 효과적이었다고 판단하고 있다. 자신의 문제를 성경적 관점에서 이해하게 된 것이다.

(2) 코칭과 같은 상담사의 설명이 효과 요인이다

앞에서 내담자는 상담방법의 문제라기보다는 내용이 주 효과였다고 진술했지만 방법에 대해서도 지속적인 진술을 하였다. 상담만족도에 '상담에서 가장 도움 받았던 부분이 어떤 것인가?'라는 질문에 내담자는 '어떤 마음가짐을 가지고 하나님과 좋은 관계를 형성하기 위해 어떤 마음가짐과 행동을 할지에 대해 코칭을 받고 가는 것 같습니다. 이 코칭 받은 내용이 저를 많이 변화 시켰습니다'라고 기록했다. 다음 내담자의 진술을 살펴보자.

다른 사람들은 상담사가 들어주는 것을 좋아한다고 하는데 저는 좀 달랐어요. 상담사가 설명을 해주었으면 했어요. 저는 선생님과 저의... 말하는 비율이 잘 맞았던 것 같아요. 다른 상담에서는 너무 저한테 묻기만 하는 비율이 많았는데. 저나 문제에 대해서 어떠한 관점을 가져야 하는지..또 스스로 어떤 시각을 가지고 살아가야 하나.. 하는 점에서 기준을 설명해주시는 부분이 저에 대한 생각을 바꿔 놓

으셨고 생각의 변화를 주셨거든요. 저는... 명확하게 설명해주시는 비율이 좋았고 잘 맞았다고 봐요.

상담사의 설명이 연구참여자의 생각을 바꿨다고 할 수 있겠는가에 연구참여자는 주저 없이 그렇다고 했다. 가장 기억에 남는 설명에 대해서는 다음과 같이 진술했다.

한번은 선생님께서 안 믿어지면 먼저 마음에 문을 열어보라고 하신 적이 있어요. 그 순간에는 와 닿지 않았어요. 안 믿어지는데 어떻게 열라는 거지? 생각했는데, 선생님이 이미 제가 많은 것을 믿고 있고 이미 많은 것을 결정하고 있다고 하셨어요. 그런 기능들이 이미? 있다고. 선생님과 약속을 하면 그 시간에 선생님이 있을꺼라는 것도 믿음이라고... 믿고 있는 것이라고.. 오늘 어딜 가고 뭘 먹을 것인지도 다 결정하고 있는 거라고.. 하나님에 대하여 그것을 해보라고..... 그게 마음 문을 여는 거라고 설명해 주셨어요. 상담 마치고 도서관에서 (상담에서 읽고 나누는) 책을 읽는데... 한번 열어볼까 하는 생각이 들면서.. 열어보자... 했는데.. 책 내용을 보는데 믿어지더라고요. 한 열 몇 번째 상담이었던 것 같아요. 그게 가장 기억이 나요. 그런 생각을 해 본 적이 없었거든요. 왜 안 믿어지지 수동적으로만 생각했는데...

제가 코칭을 받고 간다는 느낌이라고 말씀드렸었는데 이런 게 그렇다는 거구요.. 그러면서 생각이 바뀐 것이 많은 것 같아요.

(3) 나 개인을 위한 맞춤형 방법과 관심이 효과 요인이다

연구참여자는 이전 상담 경험이 많기 때문에 모든 내담자들에게 일률적으로 적용하는 것과 자신에게 특별히 적용하는 것의 차이점에 대해 인식하고 이것을 효과로 지각하고 있었다.

일주일에 두 번씩 상담 받으러 오라고 하셨는데 그것도 효과적이었다고 생각해요. 그리고 심리검사 이야기를 안 하셔서 제가 먼저 심리검사를 많이 받았는데 해야 되나요 하고 물어봤던 것 같아요. 꼭 안 해도 되니 이전에 했던 것들 가져오라고 하셔서... 좋았어요. 이

전에 돈도 많이 들고 시달려서. 한 주 보고 돌려주셔서 선생님은 심리검사에 별로 관심이 없나보다 했는데.. 상담에서 이야기를 하면서 한번 씩 저의 심리검사 결과가 이런 의미가 있다..이런 말을 해주실 때가 몇 번 있었어요. 그럼 그게 그렇게 연결이 되는 거구나 싶고.. 들어도 몰랐던 적도 많은데 이해가 되는 게 ... 훨씬 좋고 안심이 됐어요. 그리고 가끔 선생님이 머릿속으로 뭔가 생각을 하고 계신 것 같은데 말은 안하시네....하는 생각이 들었는데. 그냥.. 저를 인정해주고 저한테 속도 맞춰주고.. 그러는 거 같았어요. 그게 점점 그렇게 생각이 되더라고요.

연구참여자는 자신에게 맞추는 상담자를 인식한 후 자신도 맞춰가는 노력을 보였고 이것 또한 효과적이라고 지각했다.

제가 다음 책을 제안하니까 선생님이 진심으로 좋아하시는게 보이더라고요. 제가 뭔가 능동적일 때 선생님이 진심으로 좋아하시는게 느껴졌는데.. 선생님이 우리 교회 예배 영상으로 보시면 더 티키타카가 될 것 같아서 보내드렸는데 선생님이 그것을 다 보셨다고 하니까 좋았어요. 더 이야기가 잘 되었어요.

(4) 일상의 삶에서 적용하도록 한 것이 효과 요인이다

연구참여자는 상담실을 벗어나 자신의 삶으로 돌아가서도 실천할 수 있었던 일들이 효과적이라고 지각했다.

상담센터 밖으로 나갔을 때 책이 도움이 됐던 이유가.. 제가 20살 때 이성으로서 이해가 안 되니까 신앙이 흔들린 거고 신앙을 잃어버릴 뻔했던 건데 다시 이성으로 신앙을 찾는데 도움이 된 거예요. 과제 책 읽으려고 상담 없는 날에도 집에서 나와서 카페에 가고 ..책도 읽다가 검색도 하고 설교도 듣고 그랬는데 이제 이성적으로.. 신학강의를 듣고 책을 보고 하면서 하나님 말씀이 이런 의미가 있구나 다시 생각하게 됐어요. 또 산책 과제도 제가 다이어트 하는 시작이 됐고요.

실제 내담자는 상담 전과 비교하여 체중이 10Kg 가까이 줄었을 만큼 생활의 규모를 잡게 되었다. 또 실제 생활에서 맞닥뜨릴 일에 대해 상담 시간에 매우 구체적인 정보를 얻으면서 상담 후 일상에서 더 구체적인 정보를 찾아보게 되는 것 등 상담실에서 힌트를 얻고 삶에서 문제를 풀어나가는 식으로 이어졌던 것이 효과적이라고 지각했다.

신앙적인 이야기를 많이 하면서도 (선생님이) 복학 목표를 주기적으로 확인해 주셨어요. 그래서 현실적인 감각 잃지 않은 것 같고요. 제가 하고 싶은 일에 대해 이야기할 때도 굉장히 현실적으로... 기관이나 그 분야 상황을 이야기해주셔서 막연한 것이 벗어지면서 오히려 불안하지 않게 되었다고 할까.. 그래서 집에 가서 검색도 해보게 되었고...딱 과제로 내주신 것은 아닌데 찾아보면 좋겠다라고 말씀도 하시고 저도 그런 생각이 들었기 때문에.. 수강 과목 이야기할 때도 많은 정보를 주시고.. 또 저도 다시 그 과목에 대해 찾아보면서 오히려 이런 것은 안 배우면 안되겠다 하는 생각도 들고... 이게 나한테 필요하겠구나 그렇게 정리하기도 했어요. 몰랐다가 기대와 다르면 실망과 혼란에 빠질 수도 있겠구나 라는 생각이 드는데 제가 막연히 생각했던 것들을 상담에서 명확히 한 것 같아요.

2) 논의

앞에서 도출한 결과인 성경적상담의 효과 요인에 4가지 대하여 어떠한 기제로 상담에 효과를 일으킨 것인지 그 이론적 설명을 위한 논의를 이어가보자.

첫째, 연구참여자가 가장 효과적이었다고 밝힌 것은 자신의 문제를 신앙적인 관점에서 풀어냈다는 것이었다. 연구참여자가 진술했듯이 신앙적인 관점은 겉으로 보이는 증상만 해결하려는 것이 아닌 문제의 진정한 해결책으로 내담자가 지각한 주 효과 요인이 되었다. 연구참여자가 신앙적이라고 표현한 것은 단순히 내담자의 신앙과 주 호소 문제를 연결한 것이 아니라, 상담 사례개념화에서 유발요인과 유지요인에 대한 분석적 진단 작업을 성경적인 관점으로 했다는 것을 의미한다. 이는 성경적인 인간 이해에 기초하는 것으로, 인간의 본질이 영혼이라는 사실과 인간 내면의 중심인 마음의 중요성, 그리고 마음을 동기, 생각, 감정의 영역으로 나누어 내담자의 증상에 대한 진단을 하는 것이다(김준, 2021: 210).

촉발사건이 있었을 때 내담자가 보인 절망적인 반응은 그동안 자신이 이루어온 성과나 자기관리를 신뢰하는 생각에서 나왔다. 영적 존재인 인간은 하나님과 연결될 없는 상태에서 자신이 쌓아온 경험만을 의지하다 그 성과가 조금이라도 흔들리는 것을 경험하게 된다면 곧 절망스러운 생각에 휩싸이는 존재이다. 연구참여자는 하나님의 존재를 전제로 자신의 상황을 해석하지 않고 자신의 상황에 따라 하나님의 존재에 물음을 던졌다. 그리고 그 사고는 불안과 우울이라는 감정의 파도를 몰고 왔다. 불안과 우울을 유발한 원인에 대한 진단이 이리하나 내담자는 그것을 알지 못하고 영적 관점을 다루지 않는 치료를 진전하여 증상과 문제는 더욱 강화되었다. 연구참여자가 가지고 있던 인간관, 그리고 더 나아가 하나님을 중심으로 하지 않는 세계관은 진학 실패와 부적응이라는 상황이 닥쳐왔을 때 상황을 헤쳐 나갈 힘을 주지 못했고, '할 수 있을까'라는 생각으로 가득한 마음은 불안이라는 감정을 불러 일으켰다. 하나님과 연결되지 않은 그의 인간관은 그 대처에 있어서도 전혀 인간인 자기 자신을 이해하지 못한 모습이었다. 진리인 성경에서 말하고 있는 인간관에 기초한 사례개념화는 문제에 대한 유발요인과 유지요인에 대한 보다 정확한 가설적 진단을 가능하게 하며, 인간의 마음에 대한 진단은 관점과 생각의 변화라는 처방을 내리게 한다(박안나, 2021: 217).

성경적 관점의 인간관과 변화이론에 기초한 진단과 처방은 공통요인인 '내적 참조틀 탐색'을 진리로 가능하게 하며 문제의 근원인 인간의 내면 즉 마음을 깊이 들여다보도록 해 '내부에 초점'을 두게 한다. 이처럼 성경적 관점에서의 진단과 처방이 내담자 입장에서는 가장 주요한 효과 요인이었다.

둘째, 연구참여자는 자신과 문제에 대한 설명의 제공이 효과적이었다고 보고하였다. 즉 자신이 왜 이러한 증상을 갖게 되었는지, 회복되려면 어떻게 해야 하는지에 대한 명확한 설명을 들은 것이 효과 요인이었다는 것이다. 공통요인으로 본다면 '설명', '인지적 학습' 등에 해당한다. 내담자가 사용한 코칭이라는 표현은 학문적 의미나 정의를 염두한 것이라기보다 '상담자의 설명'과 동의어로, 설명하는 주체가 내담자 자신보다 상담자에게 그 무게중심이 있었다는 것을 강조하는 것이다.

두 번째 효과 요인인 '설명'은 첫 번째 효과 요인인 성경적 관점의 진단과 처방을 내담자가 이해할 수 있도록 하는 방법적인 것으로, 성경적상담 운동이 변함없이 유지해온 방법론의 한 영역인 '가르침(instruction)의 중요성'과 연결된다. 성경적상담 운동을 시작한 Adams는 내담자의 문제에 대해 직접적인 해답과 방향을 제시하는 지시적인 상담인 '권면적 상담'을 먼저 주장하였다. 물론 이 후 성경적상담이 발전하면서 내담자와의 관계 구축에서 사랑과 희생이 강조되고 상담자 역시 죄인이라는 점이 고

려되면서 보완되어 왔지만, 권면적인 기술을 사용하여 가르침을 제공하는 것은 여전히 성경적상담에서 방법론적으로 매우 중요한 부분이며(Lambert, 2015; 김준, 2021), 본 연구에서도 상담효과를 일으키는 요인으로 밝혀져 이 시대 성경적상담 상담자들에게 성경적인 상담방법을 다시 숙고하는 계기를 제공한다. 성경적상담 초기 당시 Adams는 상담자가 가르치거나 조언을 하는 등의 직접적인 관여를 하지 말아야 한다는 Rogers의 인간중심 치료를 전면적으로 비판하였는데, 현 시대는 이러한 심리학적 가치관이 더욱 일반화 되어 성경적 관점을 설명하는 일이 마치 내담자의 자유를 침해하고 내담자 스스로 치유할 수 있는 힘을 쓰지 못하도록 하는 것과 같이 여겨지는 분위기이다. 그러나 이 사례에서 보듯이 상담자가 현 시대에 대한 비판적 의식 없이 가르침의 영역을 소홀히 한다면 상담효과는 낮아 질 것이다. 물론 바른 말이라도 태도가 중요하다. 그래서 성경적상담의 발전 과정에서도 사랑이 강조되어 온 것이 사실이다. 그러나 본 사례에서 보듯이 권면적 가르침은 간과되어서는 안 되는, 여전히 중요하고 효과적인 방법이다. 성경이 사람의 문제를 푸는 과정에서 가르침이 없어서는 안 되는 것임을 명확히 하기 때문이다(Lambert, 2015에서 재인용). 이 사례의 내담자는 이전 상담 경험에서 내담자 스스로 답을 찾아가도록 하는 방법에 지쳐있었고, 상담자의 설명이 전혀 이해되지 않았을 때 답답했고 또 전혀 효과를 느끼지 못했다. 그러나 성경의 인간관의 원리를 내담자 문제에 적용한 진단과 처방을 '설명'했을 때 깨달음이 있었고 진리로 인한 자유를 느꼈으며 결국 상담효과로 이어졌다.

그렇다고 해서 가르침 그 자체가 모든 내담자에게 같은 형식으로 전해져야 한다는 것은 아니다. 현대 성경적상담자들은 Adams가 지나치게 강조했던 '권위와 형식', 이후 성경적상담 2세대가 보완한 '관계와 사랑' 그 사이의 균형을 유지하는 일에 지혜를 발휘해야 한다. 이 균형감을 유지하는 것은 세 번째 효과 요인과 깊은 관련이 있어 뒤에 이어서 논의하겠다. 분명한 것은 성경적상담 상담자가 시대적 분위기에 압도되어 가르침에 있어 위축감이 없어야 하는 것을 이 사례가 말하고 있다는 것이다.

셋째, 연구참여자는 일률적인 방법이 아닌 자신의 속도와 상황에 맞추어 제공된 상담을 효과 요인으로 보았다. 내담자는 상담자가 권위적이지 않고 자신의 속도에 맞추어 동행한다고 느꼈다. 공통요인으로 보면 '상담자의 전문성 인정'과 '치료 동맹'에 해당된다고 할 수 있다. 내담자는 상담자가 자신을 파악하는 정도를 상담자의 전문성으로 인식하였고 또한 상담자가 자신의 속도와 상황에 맞추는 것을 느끼며 자신도 상담관계에 보다 더 적극적으로 반응하였다. 이 두 가지는 모두 상담효과로 이어졌다. 본 사례에서는 구조화나 심리검사를 유연하게 적용한 것, 내담자의 상담 이력을 통해

내담자의 욕구를 찾아낸 것이 내담자가 지각한 효과 요인이 되었고, 내담자가 지각한 맞춤형 상담 제공은 내담자로 하여금 상담관계에 헌신하게 하였다.

내담자의 수준과 속도에 맞추어 상담은 이끄는 것은 결국 내담자를 잘 파악하는 것이며 이는 앞에서 언급한 두 번째 효과 요인인 설명 또는 가르침에서 논한 ‘권위와 형식’, ‘관계와 사랑’ 사이의 균형의 중요한 기준이 된다. 이 기준은 상담 전 회기에 걸쳐 상담자의 섬세한 판단을 요구한다.

성경적상담 상담자가 내담자를 잘 파악하기 위해서는 우선 내담자와의 만남을 주관하신 하나님의 뜻 앞에 겸손히 이 내담자를 가장 잘 알 수 있는 지혜를 주실 것을 믿는 마음이 중요하다. 하나님이 각 사람을 하나의 고유한 인격체로 대하셔서 각자 알아들을 수 있도록 말씀하시는 것과 같이 하나님은 상담자를 대하고 계시며, 상담자 또한 내담자라는 한 사람을 고유한 존재로 대하며 사랑으로 파악해 가는 가운데 내담자에게 가장 좋은 상담방법을 구하여야 한다. 이런 의미에서 성경적상담 2세대들은 관계와 사랑을 보다 강조하였으며 이런 의미로 Whitman도 성경적상담의 상담과정이 지극히 개인적(personal)이며 개인에 따라 맞춤형(adaptable)이라고 한 것이다. 이렇게 볼 때 성경적상담자의 진정한 ‘전문성’은 사랑가운데 내담자를 인격적으로 대하며 이 내담자만의 고유성을 파악하고 보폭을 맞추는 것이며 이것을 내담자가 지각할 때 내담자가 상담에 적극적으로 참여하면서 상담효과로 이어짐을 알 수 있다.

넷째, 연구참여자는 상담실 바깥의 현실에서 상담 내용을 실천할 수 있었던 것을 상담효과 요인으로 인식했다. 독서나 산책, 검색 등 구체적인 행동을 요구하는 과제는 내담자로 하여금 상담에서 나눈 내용들을 다시 생각하게 하고 자신만의 생각으로 정리하는 계기가 되었고 부정적 감정과 함께 무너졌던 생활의 규모도 잡히는 계기가 되었다.

성경적상담은 실제 삶에서의 적용을 일관되게 주장해왔다. 성경적상담은 실제 삶에서 일어나는 변화의 역동성에 관심이 있기 때문에 상담자의 가르침을 통해 내담자가 매일의 삶에서 적용하여 열매 맺기를 강조한다. 심지어 Adams는 행동에 초점을 두고 ‘왜’보다는 ‘무엇’에 강조점을 둔 상담이 가장 성경적이고 실제적인 접근이라고 했다(Lambert, 2015). 2세대 성경적상담 운동에서는 ‘동기’에 대한 성경적인 이해를 강조하였으나 동기나 행동 모두 단지 상담이 말과 통찰로만 끝나는 것이 아니라 삶의 변화를 이끌어내는 것을 목표로 하는 것이다(Lambert, 2015: 137). 따라서 상담목표에는 삶의 변화를 가져오는 구체적인 내용이 포함되어야 하고, 또 상담은 삶의 현장으로 이어지는 훈련과 연습 등이 활용되어야 한다. 공통요인으로 보면 ‘새로운 행동 습득/

격려', '연습/실천' 그리고 '자신의 유능성에 대한 기대를 변화시킴' 등이 해당된다.

더 나아가 이는 성경에서 말하는 구원은 미래의 어느 순간에 이루어지는 제한적인 의미가 아니라 이 땅의 삶에서 겪는 모든 종류의 문제들로부터의 구원을 의미한다는 것과 관련이 있다(Scott & Lambert, 2017: 53). 예수님과 연결되면 그 사람의 생각과 마음과 행동에 변화가 나타나기 시작한다. 복음의 능력은 나중에 우리를 천국으로 인도하는 것 뿐 아니라 지금 우리의 삶에 하나님의 능력이 임하여 지금 우리의 삶을 변화시키고 지금 우리를 절망과 좌절에서 일으키는 능력이다.¹⁾ 그러므로 상담에서 성경의 원리를 알고 삶에서 적용하는 것은 효과 요인이 되는 것이다.

지금까지 본 사례의 연구참여자가 지각한 성경적상담의 4가지 효과 요인에 대하여 고찰해보았으며, 이를 내담자의 지각한 효과 요인과 이에 대한 성경적상담의 효과 요인, 그리고 공통요인으로 정리하면 다음 표와 같다.

〈표 2〉 성경적상담의 상담효과 요인 정리

내담자가 지각한 효과 요인	성경적상담의 효과 요인	공통요인
문제를 신앙으로 풀어낸 것이 효과 요인이다	성경적 관점에서의 진단과 처방이 주 효과 요인이다.	내적 참조 틀 탐색, 내부에 초점, 자기 지각 재구조화 함
코칭과 같은 상담사의 설명이 효과 요인이다	설명적 가르침은 여전히 효과적이다.	설명, 설명의 제공, 인지적 학습
나 개인을 위한 맞춤형 방법과 관심이 효과 요인이다	인격적으로 한 사람을 아는 것은 가장 전문적인 것이며 효과적이다.	상담자의 전문성 인정, 치료 동맹
일상의 삶에서 적용하도록 한 것이 효과 요인이다	일상의 삶을 구원하는 생활 속 실천은 효과적이다.	새로운 행동 습득/격려, 연습/실천, 자신의 유능성에 대한 기대를 변화시킴

지금까지 본 연구목적에 따라 성경적상담의 효과 요인을 내담자 입장에서 분석하였고 더불어 공통요인으로도 설명하여 다른 상담 접근과 비교하거나 타 이론과의 소통에서 성경적상담의 상담효과에 대하여 설명할 수 있는 기반이 되었다. 그러나 무엇보다도 중요한 것은 내담자가 지각한 효과 요인을 통해 상담 현장에서 분명하게 효과를 내고 있는 성경적상담을, 그 정체성과 관련하여 확인할 수 있다는 것이다. 그것은 이

1) 삼일교회 2022년 9월 4일 주일 4부 김선민 목사 설교에서 인용

연구에서 내담자가 지각한 성경적상담의 효과 요인이 모두 성경적상담의 근간인 '성경의 충분성(The Sufficiency of Scripture)'으로부터 나온다는 것으로, 이는 지난 20년간 성경적상담 운동에서 변하지 않은 중요한 영역이다(Lambert, 2015: 218).

성경의 충분성은 디모데후서 3장2)의 말씀에 기초한 것으로, 성경의 말씀은 하나님의 영감으로 된 특별계시로서 구원과 성화를 이루는 데 부족함이 없다는 것이다(김준, 2013). 이 사례 역시 상담 ① 사례개념화(성경적 관점에서의 진단과 처방이 주 효과 요인이다)에서, 또 ② 상담방법(설명적 가르침은 여전히 효과적이다, 일상의 삶을 구원하는 생활 속 실천은 효과적이다)과 ③ 상담관계(인격적으로 한 사람을 아는 것은 가장 전문적인 것이며 효과적이다)에서 성경 그 자체와 성경의 원리가 부족함이 없음을 여실히 보여주어, 성경에는 상담을 위한 일관적이고 포괄적인 안내가 있으며, 성경을 통해 죄와 절망의 문제들의 대한 세세한 부분들까지도 해결해 나갈 수 있는 하나님의 방법에 대한 명확하고 유용한 통찰력을 얻을 수 있다는 것을 실증적으로 보여주었다(Powlison, 2005; Welch, 1997; Lambert, 2015에서 재인용, Scott & Lambert, 2017에서 재인용).

III. 닫는 글

본 연구는 성경적상담을 경험한 내담자가 성경적상담에서 무엇을 상담의 효과로 지각하는지 단일사례연구로 분석을 시도하였다. 이를 위해 실제 상담 현장에서 이루어진 성경적상담 사례를 채택해 내담자의 보고를 토대로 질적 탐색을 시도하여, 성경적 관점에서의 진단과 처방, 설명적 가르침, 인격적인 관계, 생활 속 실천이 효과적이라는 결과를 도출하였다. 내담자가 지각한 이 효과 요인은 성경이 상담에 대한 설명, 권면, 적용으로 가득 차 있음을 보여주고(Powlison, 2005; Lambert, 2015: 201에서 재인용), 더 나아가 성경의 충분성이 상담 현장에서도 효과로 충분히 증명되고 있는 것을 보여주는 결과라 할 수 있다.

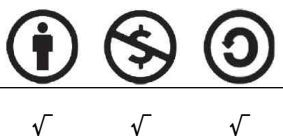
무엇보다도 이 결과는 내담자 입장에서 본 상담효과라는 점에서 상담을 효과적으로

2) 그러나 너는 배우고 확신한 일에 거하라 너는 네가 누구에게서 배운 것을 알며 또 어려서부터 성경을 알았나니 성경은 능히 너로 하여금 그리스도 예수 안에 있는 믿음으로 말미암아 구원에 이르는 지혜가 있게 하느니라 모든 성경은 하나님의 감동으로 된 것으로 교훈과 책망과 바르게 함과 의로 교육하기에 유익하니 이는 하나님의 사람으로 온전하게 하며 모든 선한 일을 행할 능력을 갖추게 하려 함이라 (디모데전서 3:14~17)

이끌어 내담자를 돕고자 하는 성경적상담 상담자들에게 내담자의 입장에서 상담과정과 방법을 생각해보는 계기를 제공한다. 결국 성경적상담의 정체성인 성경의 충분성을 놓치지 않고 상담에 적용할 때 상담효과로 이어진다는 것을 확인하였다. 본 연구자 또한 상담자로서 '상담의 모든 영역에서 성경의 권위를 최고로 놓는' 상담을 하는 훈련과 임상을 하였으며 본 사례에서도 그러하였다. 디모데후서 3장 14~17절 말씀처럼 성경은 ① 지도하고(가르침), ② 문제를 인식하게 하며, ③ 긍정적인 변화를 향하여 나아가는데(변화) 유익하며, 우리 삶에서 발생하는 모든 문제를 다루는 포괄적인 원천인 것이다(Welch, 1997; Scott & Lambert, 2017: 201에서 재인용).

본 연구는 성경적상담으로 접근한 개인 상담의 효과를 질적으로 분석하여 내담자 입장에서 성경적상담의 효과 요인을 밝혀내 성경적상담 상담자의 효과적인 상담 개입에 대한 실제적인 정보를 제공하였고, 이와 관련된 연구를 위한 기초자료로서의 의의가 있다. 더불어 이 효과 요인을 공통요인으로도 설명하며 성경적상담의 상담효과를 객관적으로 설명할 수 있는 기초가 되었으며 다른 상담 접근과도 구체적인 비교가 가능하게 되었다는데 그 의의가 있다. 그러나 단일사례연구의 결과를 일반화하여 해석하는데에는 한계가 있으므로 향후 성경적상담의 상담효과라는 중요한 주제에 관한 연구가 보다 체계적으로 수행될 필요가 있다. 따라서 후속연구로 다중사례연구나 양적연구가 수행되길 기대하며 이는 성경적상담의 학문적 발전에 크게 기여하게 될 것이다.

- 논문 투고일: 2022년 09월 22일
- 논문 수정일: 2022년 11월 03일
- 게재 확정일: 2022년 11월 10일



【참고문헌】

- 고홍월 (2021). 상담의 성과는 무엇이고, 무엇으로 평가하는가?. **상담학연구**, 22(5), 45-57. <https://doi.org/10.15703/kjc.22.5.202110.45>
- 권경인, 양정연 (2015). 회피애착형 상담자가 지각한 상담관계경험에 대한 질적연구. **상담학연구**, 16(3), 25-49. <https://doi.org/10.15703/kjc.16.3.201506.25>
- 권경인, 하영주, 김창대, 유성경 (2017). 상담성도가 낮은 내담자들의 상담경험에 대한 질적 분석. **상담학연구**, 12(6), 1977-2005. <https://doi.org/10.15703/kjc.12.6.201112.1977>
- 김규보 (2019). 한국 성경적 상담 운동의 현재와 미래를 위한 과제. **복음과 상담**, 27(2), 35-75. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2018.26.1.7>
- 김계현 (2000). **상담심리학 연구: 주제론과 방법론**. 서울: 학지사.
- 김동민 (2021). 무엇이 상담 효과를 산출하는가?: 상담의 효과성에 관한 경험적 증거의 함의. **상담학연구**, 22(5), 59-75. <https://doi.org/10.15703/kjc.22.5.202110.59>
- 김성은, 김동민 (2014). 대학생 내담자의 작업동맹 지각과 상담자-내담자 언어 상호작용 특성. **청소년상담연구**, 22(2), 135-155. <https://doi.org/10.35151/kyci.2014.22.2.006>
- 김영근 (2013). 치료적 요인으로서의 상담자 요인에 대한 내담자의 인식 차원. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 25(2), 203-226.
- 김준 (2013). 기독교 상담과 성경: 성경적 상담 관점에서. **개혁논총**, 27, 161-188.
- 김준 (2016). 미국 복음주의 내 성경적 상담의 확장과 '신칼빈주의'. **복음과 상담**, 24(1), 45-72. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2016.24.1.45>
- 김준 (2021). **성경적 상담과 하나님 관점의 이야기**. 서울: 도서출판 그리스심.
- 김지민, 임영식 (2018). 상담초기 청소년내담자의 상담기대, 지각한 공감과 부정적 정서가 작업 동맹에 미치는 영향. **청소년학연구**, 25(12), 281-304. <http://dx.doi.org/10.21509/KJYS.2018.12.25.12.281>
- 김창대, 권경인, 한영주, 손난희 (2008). 상담성도를 가져오는 한국적 상담자 요인. **상담학연구**, 9(3), 961-986. <https://doi.org/10.15703/kjc.9.3.200809.961>
- 김창대 (2009). 인간변화를 촉진하는 다섯 가지 조건에 관한 가설: 상담이론의 관점에서. **인간 이해**, 30(2), 21-43.

- 김창대, 권경인, 한영주, 손난희 (2009). 상담전공 내담자가 지각한 효과적인 상담자 요인. **상담학연구**, 10(1), 83-107. <https://doi.org/10.15703/kjc.10.1.200903.83>
- 김한별 (2019). 상담자의 비언어적 공명에 따른 내담자가 지각한 공감과 정서강도의 차이. 한국교원대학교 박사학위논문.
- 김현숙 (2014). 상담자에 대한 내담자의 부정적 지각 및 감정과 상담자의 역전이 행동 간의 관계. **아시아교육연구**, 15(1), 115-136. <http://doi.org/10.15753/aje.2014.15.1.006>
- 박안나 (2021). 성경적 상담의 사례개념화에 대한 고찰: Sperry의 모형을 중심으로. **복음과 상담**, 29(2), 109-136. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2021.29.2.109>
- 박안나 (2022). 기독교 세계관 관점에 기초한 상담 연구 방법에 관한 고찰. **신앙과 학문**, 27(1), 143-164. <https://doi.org/10.30806/fs.27.1.202203.143>
- 손유미 (2005). 초심상담자와 내담자의 조기종결 경험에 관한 질적 분석. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 17(3), 523-545.
- 오예현, 장재홍 (2015). 상담자의 공감을 지각하는 청소년 내담자의 경험에 대한 현상학적 연구. **청소년상담연구**, 23(2), 299-319.
- 오충광, 정남운 (2007). 정서표현갈등과 상담자 지각이 작업동맹에 미치는 영향. **한국심리학회지: 문화 및 사회문제**, 13(1), 115-136.
- 이정미, 이윤주 (2013). 내담자가 지각한 공감 경험에 관한 질적 연구. **상담학연구**, 14(4), 2027-2048. <https://doi.org/10.15703/kjc.14.4.201308.2027>
- 이옥희, 이윤주 (2020). 내담자가 지각한 상담 성과와 상담자-내담자 성격강점 요인에 대한 질적 연구. **상담학연구**, 21(5), 1-26. <https://doi.org/10.15703/kjc.21.5.202010.1>
- 이옥희 (2021). 내담자가 지각한 상담 경험과 상담자의 성격강점. 영남대학교 박사학위논문.
- 이윤주 (2022). 상담의 상대적 효과성 연구에서 충성도의 문제. **상담학연구**, 23(1), 27-42. <https://doi.org/10.15703/kjc.23.1.202202.27>
- 이정숙 (2013). 계슈탈트 심리 상담에서 효과적인 빈의자 대화에 대해 내담자가 지각하는 변화촉진요인. **상담학연구**, 14(1), 265-284. <https://doi.org/10.15703/kjc.14.1.201302.265>

- 전형준 (2012). 한국교회와 성경적 상담의 이해와 과제. **복음과 상담**, 19, 9-46.
<http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2012.19..9>
- 정승혜 (2017). 국내 광고학 분야의 사례 연구 방법론에 대한 고찰. **광고연구**, 112, 107-133. <http://dx.doi.org/10.16914/ar.2017.112.107>
- 정지애, 강혜영 (2016). 대학취업센터 상담자의 소명, 내담자의 상담자 지각, 작업동맹 간의 관계. **실천공학교육논문지**, 8(1), 49-56.
- 조민경, 장유진 (2018). 상담자의 상담경력이 작업동맹에 미치는 영향: 내담자가 지각한 상담자 특성의 조절효과. **상담학연구**. 19(6), 129-153. <http://dx.doi.org/10.15703/kjc.19.6.201812.129>
- 최금순 (2019). 기독교단기상담에서 경험중심접근의 효용성: 단일사례연구를 중심으로. **복음과 상담**, 27(1), 247-291. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2019.27.1.247>
- 한영주 (2010). 내담자가 경험하는 상담의 치료적 전환점: 근거이론을 적용하여. 이화여자대학교 박사학위논문.
- 황규명 (2008). **성경적 상담의 원리와 방법**. 서울: 바이블리더스.
- 홍수미, 김희정 (2017). 내담자가 지각한 상담성가에 영향을 미치는 내담자 요인에 대한 개념도 연구. **인간이해**, 2, 33-54.
- 정찬석, 이은경, 김현주 (2004). 청소년 내담자가 지각하는 상담의 도움경험 분석. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 16(1), 21-35.
- 홍정순 (2017). 상담자의 진정성과 내담자가 보고한 작업동맹과의 관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 29(3), 577-605. <https://doi.org/10.23844/kjcp.2017.08.29.3.577>
- Creswell, J. W. (2015). **질적 연구방법론-다섯 가지 접근**-(조흥식, 정선옥, 김진숙, 권지성 역, *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. 3rd ed.). 서울: 학지사. (원전 2013 출판).
- Lambert, H. (2015). **성경적 상담의 핵심개념** (김준 역, *The biblical counseling movement after Adams*). 서울: 국제제자훈련원. (원전 2012 출판).
- Lambert, M. J. (2013). The effectiveness of psychotherapy. In M. J. Lambert (Ed.), *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (6th ed.)(pp. 169-218). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.

- Lane, T. S., & Tripp, P. D. (2009). **사람은 어떻게 변화되는가**(김준수 외 역, *How people change*). 서울: 생명의 말씀사. (원전 2006 출판).
- Powlison, D. (2005). The sufficiency of Scripture to diagnose and cure souls. *Journal of Biblical Counseling*, 23(2), 2-14.
- Scott, S., & Lambert. H. (2017). **성경으로 상담하라**(장보철 역, *Counseling the hard cases*). 서울: 요단. (원전 2012 출판).
- Tripp, D. P. (2007). **치유와 회복의 동반자** (황규명 역, *Instruments in the redeemer's hands*). 서울: 디모데. (원전 2002 출판).
- Wampold, B. E., & Imel, Z. E. (2015). *The great psychotherapy debate: The evidence for what makes psychotherapy work*. New York, NY: Routledge.
- Welch. E. (1997). What is biblical counseling anyway?. *Journal of Biblical Counseling*. 16(1). 2-6.
- Whitman, L. (2021). *A biblical counseling process*. Greensboro, NC: New Growth Press.
- Yin, R. K. (2016). **사례연구방법** (신경신, 서아영, 송민채 역, *Case study research: Design and methods*). 서울: 한경사. (원전 2013 출판).

[Abstract]

A Single Case Study on the Effect Factors of Biblical Counseling As Perceived by the Counselee

Park, Anna*

The purpose of this study is to analyze the effect of biblical counseling as perceived by the counselee. To achieve this, previously published studies were reviewed in two major sections. The first section is; what are common factors in counseling performance? The second section is; what are the counsees perceived as counseling outcomes? Then the case of a counselee who experienced joining various counseling as well as biblical counseling was analyzed qualitatively. Analysis of depth interview shows that the counselee perceived four effect factors, which are diagnosis and prescription from a biblical perspective, explanatory instruction, personal relationship, and daily practice in life. Each of these four factors corresponds to the following common factors, exploring the internal reference frame, providing explanations, recognizing the counselor's expertise, and acquiring new behaviors. This result proves that the sufficiency of the Bible, which provides explanations, recommendations, and applications for counseling, acts in case conceptualization, counseling methods, and counseling relationships in actual counseling and produces counseling effects. This study provided practical information on the effective counseling intervention for biblical counseling. Additionally, this paper contributed to providing a basis for objectively explaining the counseling effects of biblical counseling. But there is a limit to generalizing the results of this single case study.

Key words: biblical counseling, counseling outcomes, counselee's
Perception, common factors, the sufficiency of Scripture

* Hessed Counseling Center / Senior Counselor