Journal of Counseling and Gospel
「복음과 상담」 제34권 3호(2026): 141-170

http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2026.34.3.141

성경적 정체성 회복에 기반한 기독 대학생의 알코올 남용 회복의 단일 사례연구

심 정 연*

국문초록

본 연구의 목적은 기독 대학생의 알코올 남용으로부터의 회복 과정을 신앙적 관점에서 탐색하는 것이다. 이를 위해 알코올 남용 문제로 8회기의 성경적 상담을 받은 한 기독 대학생을 대상으로 단일 사례 연구를 수행하였으며, 상담 축어록과 면담 자료, 상담과제자료를 Yin의 사례분석방법을 기반으로 분석하였다. 연구 결과는 다음과 같다. 참여자는 '모든 것을 완벽하게 해야 하지만 늘 부족한 나', '저 애보다 못한 나', '하나님 앞에서 부끄러운 나'라는 부정적 자기상에 기반한 낮은 자존감을 지니고 있었다. 참여자의 회복은 성경적 정체성을 기반으로 자존감이 회복되는 과정과 함께 나타났다. 이 과정은 칭의에 대한 깨달음에서 시작되어, 칭의에 기반한 성경적 하나님 이미지의 형성과 하나님의 자녀라는 존재적 정체성에 대한 영적 지식의 강화로 이어졌다. 또한 참여자는 하나님으로 채워지기를 바라는 영적 갈망을 경험하였으며, 기도와 말씀 묵상, 신앙 공동체 안에서 이를 채워 갔다. 존재적 정체성에 대한 깨달음을 토대로 참여자의 자아 정체성이 회복되고 자존감이 증진되고, 영적 갈망과 감각이 회복되어 가면서 참여자는 알코올 과의존에서 벗어날 수 있었다. 본 연구는 기독교인의 중독 회복에서 복음에 근거한 존재적 정체성이 자존감 회복의 토대가 될 수 있음을 경험적으로 보여 주며, 성경적 정체성에 기반한 중독 상담의 상담적 함의를 제시한다는 데 의의가 있다.

주제어: 알코올 남용, 성경적 상담, 성경적 정체성, 칭의, 성경적 심리학

---

* 칼빈대학교 대우교수

www.kci.go.kr

Ⅰ. 여는 글

오늘날 대학생의 알코올 남용은 심각한 문제이다. 2019년 전국 조사(SAMHSA, 2019)에 따르면 대학생(18~22세)의 9%가 알코올 사용 장애(AUD)를 가지고 있다. 알코올 중독자는 자신의 행동이 대인관계와 학업 성취에 부정적인 영향을 미친다는 것을 알면서도 계속해서 알코올을 섭취하는 경우가 많다(Aertgeerts & Buntinx, 2002; Berkowitz & Perkins, 1986). 이들은 일상의 의무와 책임을 다하는 데 어려움을 겪으며, 알코올 남용을 위해 주요 활동을 희생한다. 내성, 금단, 일상생활의 장애는 알코올 사용 장애의 주요 지표이다(American Psychiatric Association, 2013). 알코올 남용에서 회복하기 위해서 중독 치료는 중독의 핵심 요소에 초점을 맞출 필요가 있다. 알코올 남용에는 개인의 자존감을 비롯하여 다양한 촉진 요인이 있다. 여러 요인이 알코올 남용을 촉진하지만, 그중에서도 낮은 자존감은 알코올 남용과 밀접하게 관련되어 있다.(허만세, 2012; Tomaka et al., 2013; Zhai et al., 2015; Zeigler-Hill et al., 2013).

자존감이란 개인이 자기 자신을 얼마나 좋아하고 자신의 능력을 얼마나 신뢰하는지에 기반한 자기 존중감이다(Brown, 1998). 자존감이 높은 사람은 자신의 가치를 평가하고, 자신의 능력을 인정하며, 자신을 신뢰한다(Branden, 2006). 개인은 현실보다는 자기 지각에 근거하여 자존감을 경험한다(Zeigler-Hill, 2013). 사람들은 자신의 전체적인 자기를 수용하고 존중할 때 자존감을 경험한다. 자존감이 높은 사람은 이상적인 기준에 따라 자신을 평가하기보다 자신의 단점, 장점, 성장 가능성을 종합적으로 평가함으로써 자신감을 얻는다(Rosenberg, 1965). 낮은 자존감은 알코올 남용의 핵심 촉진 요인 중 하나이다. 두 변수 간의 관계를 분석하는 잠재 차이 점수(Latent Difference Score) 모형을 사용하여 음주 문제와 자존감 간의 인과 관계를 분석하였다(허만세, 2012). 분석 결과, 복지패널 1차 연도와 2차 연도 사이에 낮은 자존감이 음주 문제 변화의 원인 변수인 것으로 나타났다. 낮은 자존감과 음주 문제 간의 이러한 인과 관계는 1차 연도와 5차 연도 사이에서도 유지되었다. 전반적 자존감은 알코올 관련 문제와 부적 상관을 보이며, 이 관계는 스트레스와 부적응적 대처에 의해 매개된다(Tomaka et al., 2013). 낮은 자존감은 문제성 알코올 사용과 관련이 있다(Zhai et al., 2015). 따라서 불안정한 자존감은 높은 알코올 섭취와 연결된다(Zeigler-Hill et al., 2013). 그러므로 개인이 자존감을 유지하도록 돕는 것은 알코올 중독에서의 회복에 매우 중요하다. 특히 자존감은 한 개인의 정체성에 토대로 형성된

www.kci.go.kr

다((Erikson, 1994). 기존의 연구들은 알코올 과의존에서 정체성 회복의 중요성을 확인했지만, 기독교인의 정체성의 회복에 초점을 맞추는데는 한계가 있었다(김혜자, 정혜숙, 2016; 정수미, 2016). 특히 성경적 정체성의 다차원성, 곧 존재적 정체성과 자아 정체성을 함께 고려하여 그 변화 양상을 살펴본 연구는 드물다. 이에 본 연구는 알코올 남용 문제로 성경적 상담을 받은 참여자가 복음에 대한 깨달음을 바탕으로 존재적 정체성과 자아 정체성이 어떻게 변화하였으며, 이러한 변화가 회복과 어떻게 연관되었는지를 탐색하고자 한다.

Ⅱ. 펴는 글

중독으로부터의 회복은 단지 음주 행동을 멈추는 것이 아니라 자신이 누구인지에 대한 이해가 새로워지는 정체성의 전환 과정으로 이해되어 왔다(Best et al., 2016; Dingle et al., 2015). 국내 연구에서도 알코올 남용을 경험한 사람의 회복 과정에서 정체성의 재구성이 중요한 요소로 확인되었다(김혜자, 정혜숙, 2016; 정수미, 2016). 성경적 상담의 관점에서도 중독은 하나님이 아닌 대상에게서 자신의 가치와 위로를 찾으려는 정체성과 예배의 문제로 이해된다(Welch, 2001). 이러한 논의는 알코올 남용으로부터의 회복을 이해하는 데 정체성, 특히 기독교인에게는 성경적 정체성의 관점이 필요함을 보여 준다.

1. 성경적 정체성과 자존감

앞서 언급한 바와 같이 자존감은 개인의 자기 자신에 대한 평가이다. 그런데 이러한 평가는 '나는 누구인가'에 대한 인식, 곧 정체성을 바탕으로 이루어진다. 정체성은 '나는 누구인가'에 관한 정보 전체에 대한 인식으로(Erikson, 1994), 개인이 자신이 누구이며, 어떤 요소로 구성되어 있고, 어떤 역할을 하는지 인식하는 앎을 바탕으로 형성된다(Erikson, 1994; Marcia, 1988; 심정연, 2019a). 정체성은 자신에 대한 통합적이고 일관된 감각과 함께, 자신에 관한 정보가 결합되고 연결되어 조직되는 내적 구조이다(Masterson, 1988). 따라서 자존감을 구성하는 자기 가치감과 자기 효능감은 자기 자신의 정체성, 그리고 사회적 관계 속에서 경험하는 정체성과 연결될 수 있다(Stets & Burke, 2014).

www.kci.go.kr

본 연구는 자존감을 성경적 관점의 정체성을 기반으로 이해하고자 한다. 성경적 관점에서 인간이 자신을 이해하는 것은 하나님과의 관계 안에서 하나님에 대한 지식을 기반으로 형성된다(Calvin, 2008). Calvin은『기독교 강요』를 하나님에 대한 지식과 자기 자신에 대한 지식이라는 두 축으로 시작하면서, 두 지식이 서로 긴밀히 얽혀 있어 어느 하나만을 따로 떼어 이해할 수 없다고 보았다. 특히 그는 인간이 자기 안을 들여다보는 것만으로는 자신을 바르게 알 수 없으며, 하나님을 먼저 아는 데서 출발할 때 비로소 자신에 대한 참된 이해에 이를 수 있다고 강조하였다.

본 연구는 기독교인의 정체성을 성경적 심리학의 관점에서 이해하고자 한다. 성경적 심리학은 성경에 근거하여 마음의 구조와 기능에 주목하는 접근으로(Bavinck, 2018, 2024; 심정연, 2026), 이 관점에서 성경적 정체성은 다양한 차원을 지닌다. 본 연구는 그 가운데 자신의 존재에 대한 성경적 이해에 기반한 정체성, 곧 존재적 정체성에 주목한다(심정연, 2019a). 성경적 관점에서 인간 존재의 정체성은 인간이 스스로 쌓아 올리거나 사회가 부여하는 것이 아니라, 인간을 창조하신 하나님에 의해 주어지고 선포되는 것이기 때문이다. 성경은 인간이 하나님의 형상으로 창조된 존재이며(창 1:26-27), 타락하여 죄인이 되었으나 예수 그리스도의 대속을 통해 하나님의 자녀로 입양되고(요 1:12; 갈 4:4-7; 엡 1:5) 의롭다 하심을 받은 존재라고 말한다(롬 3:24; 고후 5:21). 이 정체성은 개인의 자격이나 성취로 얻는 것이 아니라 은혜로 주어진 것이며(갈 3:26), 하나님의 언약에 근거하므로 변하지 않는다(Hoekema, 1986). 칼빈(2008) 역시 그리스도인이 더 이상 자기 자신에게 속하지 않고 하나님께 속한 존재라고 보았으며, 이를 통해 그리스도인의 정체성을 하나님께 속함이라는 관계적 규정으로 제시하였다. 이처럼 존재적 정체성은 하나님의 부르심 안에서 주어지는 개인의 '존재' 자체에 관한 것으로(Guinness, 2018), 창조주 하나님과의 관계 안에서 확증된다.

심정연(2019a)은 이러한 존재적 정체성을 핵심으로 하여, 성경적 정체성을 가장 안쪽의 존재적 정체성, 그다음 층위의 자아 정체성, 가장 바깥 층위의 역할 정체성으로 이루어진 다층적 구조로 제시하였다. 자아 정체성과 역할 정체성은 삶의 상황과 수행에 따라 변화할 수 있지만, 존재적 정체성은 그리스도의 사역에 근거하므로 영원하고 불변하다. 따라서 존재적 정체성은 다른 정체성들보다 앞서며 그 근간이 된다.

이 구조에서 존재적 정체성 다음의 층위는 자아 정체성이다. 자아 정체성은 개인의 성격, 능력, 적성, 흥미, 경험 등에 대한 일관되고 축적된 자기 이해를 바탕으로 형성된다. 성경은 하나님께서 각 사람을 고유하게 지으셨으며(시 139:13-16), 서로 다른 은사와 기능을 지닌 지체로 부르셨다고 말한다(롬 12:3-8; 고전 12:12-27). 칼빈

www.kci.go.kr

(2008) 또한 인간이 지닌 재능과 능력을 하나님께서 주신 선물로 보았다. 성경적 정체성의 관점에서 자아 정체성은 하나님이 각 사람에게 주신 다양한 특성을 인식하고, 이를 존재적 정체성 위에서 해석하고 통합하는 과정으로 이해된다. 이렇게 형성된 자아 정체성은 주어진 역할을 수행하거나 새로운 역할을 탐색하고 발견하는 기반이 되어, 다음 층위인 역할 정체성으로 이어진다.

가장 바깥의 정체성은 역할 정체성이다. 역할 정체성은 사회적 역할과 관계적 역할을 포함한 다양한 역할을 바탕으로 구성된다. 사람의 자아 정체성과 역할 정체성은 하나님께서 인간에게 주신 문화 명령에 순종하는 가운데 확립되는 정체성이다(Guinness, 2018). 개인은 문화적 질서에 따라 하나님께서 정하신 대로 자신의 자아 정체성 요소(예: 성격, 재능, 흥미, 경험 등)를 계발하고, 위임받은 역할 정체성에 충실하게 된다(심정연, 2019a). 성경적 정체성의 이 세 가지 차원은 성도가 자신을 이해하고 자존감을 형성하는 토대가 된다.

2. 존재적 정체성에 대한 영적 지식의 형성

자신의 존재 가치를 아는 자존감을 경험하기 위해서는 자기 평가가 아니라 하나님의 평가를 받아들여야 한다. 인간은 타락으로 인해 자신의 가치를 과대평가하거나 과소평가하는 방식으로 왜곡하기 때문에(Hoekema, 1986), 스스로 존재적 정체성을 세울 수 없다. 바울이 "나는 나도 나를 판단하지 아니하노니… 다만 나를 심판하실 이는 주시니라"(고전 4:3-4)고 고백한 것처럼, 인간을 온전히 아시고 판단하시는 분은 하나님이시다(시 139:1; Powlison, 2010). 따라서 한 사람의 존재 가치는 자신의 판단이 아니라 하나님의 판단에 근거한다.

존재적 정체성이란 하나님께서 창조와 구속을 통해 인간에게 부여하신 정체성을 말한다(심정연, 2019a). 존재적 정체성은 두 측면을 지닌다. 첫째, 모든 인간은 하나님의 형상대로 창조된 존재로서의 존엄을 지닌다(창 1:26-27). 이 형상은 타락으로 부패했으나 완전히 소멸되지는 않았다(Calvin, 2008; Hoekema, 1986).

둘째, 성도는 예수 그리스도의 십자가 사역을 통해 의롭다 하심을 받고 하나님의 자녀로 입양되는 새로운 신분을 얻는다. 칭의는 하나님께서 그리스도의 의를 성도에게 전가하시어 죄인을 의롭다고 선언하시는 법정적 선언이며(롬 3:24; 5:1; 고후 5:21), 양자 됨은 이 칭의를 토대로 하나님의 자녀로 받아들여지는 은혜이다(요 1:12; 롬 8:15-17; 갈 4:4-7). 이 신분은 성도의 노력이나 행위가 아니라 오직 은혜로 주어지

www.kci.go.kr

고 믿음으로 받는 것이며(엡 2:8-9), 그 근거가 성도 자신이 아니라 그리스도께서 이루신 사역에 있으므로 성도의 상태가 변하더라도 흔들리지 않는다.

성도는 성령의 증언과 확증을 통해 이를 자신의 정체성으로 알고 받아들이게 된다(롬 8:16). 그러므로 존재적 정체성에 대한 앎은 자기 성찰을 통해 얻는 자의식이 아니라 성령께서 주시는 영적 지식이며, 이에 대한 이해와 확신은 복음에 기반한 자기 이해를 통해 자란다. 복음의 핵심 교리인 칭의는 자기 이해와 하나님에 대한 이해를 함께 새롭게 하므로, 복음을 이해하는 사람은 하나님을 의로우시면서 동시에 자신의 죄를 용서하시는 분으로 보게 된다(McGrath & McGrath, 2001; 심정연, 2016).

따라서 기독교인의 자존감은 자신의 성취, 능력, 조건에 근거한 자기 이해가 아니라, 하나님께서 부여하신 존재적 가치를 복음 안에서 이해하는 데 근거한다(Hoekema, 1986; McGrath & McGrath, 2001). 이 자존감은 그리스도를 통해 주어진 의, 곧 하나님과의 올바른 관계에 기반하며, 자기 가치에 관한 이 성경적 진리를 믿음으로 받아들일 때 개인은 올바르고 안정된 자존감을 형성할 수 있다.

또한 복음 안에서 주어지는 하나님에 대한 지식(Calvin, 2008)은 개인이 지닌 하나님 이미지를 교정한다(심정연, 2016). 복음을 이해함으로써 개인은 의로우시면서도 은혜로우신 하나님에 대한 균형 잡힌 이미지를 갖게 되며, 이는 다시 하나님 앞에서 자신을 바라보는 시각을 변화시킨다.

3. 자아 정체성의 확립

자아 정체성을 확립하기 위해서는 성격, 흥미, 적성, 경험과 같은 자신의 자원을 발견하고 수용할 필요가 있다(심정연, 2019a). 또한 자신의 성격, 흥미, 경험을 균형 있게 이해하고 성찰하는 것은 자아 정체성을 형성하는 핵심 능력이다. 자아 정체성은 자신의 고유한 특성과 자원, 능력에 관한 생각과 정보를 제공하므로, 성도 역시 자아 정체성의 차원에서 자신의 능력이나 특성을 통해 자신을 긍정적으로 경험할 수 있다. 다만 이러한 평가가 존재적 정체성을 대신하여 자기 가치의 근거가 될 때, 자존감은 조건적이 되어 쉽게 흔들린다. 현실적이고 균형 잡힌 자아 정체성을 구축하는 과정에서는 다양한 자기상을 수용하고 통합하는 능력, 자신의 정서를 받아들이고 깊이 경험하며 고통을 완화하는 능력, 자신의 꿈이나 소망을 주장하는 능력(Masterson, 1988), 그리고 자신을 균형 있고 객관적으로 바라보는 능력(Beck, 1979)이 모두 중요한 역할을 한다.

www.kci.go.kr

Masterson(1988)은 자기를 회복하는 여러 역량에 주목하였다. 그에 따르면 이러한 기능을 지닌 개인은 과거에 어려움을 극복했던 경험을 기억하며, 자신이 문제와 위기를 긍정적이고 창의적이며 효과적인 방식으로 다루어 왔음을 확인하고 인정할 수 있다. 또한 주어진 상황에 맞게 다양한 정서를 깊이 경험하는 능력은 자기를 확립하는 데 필요하다. 여기에는 분노, 실망, 우울을 느끼고 인식하며 수용하는 능력과, 고통스러운 정서를 직면하고 달래는 능력이 포함된다. 이러한 능력을 지닌 사람은 타인과 건강한 거리를 유지하고 적절한 태도를 취함으로써 타인의 비난에 지나치게 휘둘리지 않으며, 더 건강한 자존감을 형성하는 경향이 있다. 이는 다시 개인이 알코올 남용 문제에 맞서는 데 도움이 될 수 있다. 성경적 정체성의 관점에서 이러한 능력은 하나님께서 주신 일반 은총의 자원으로 이해될 수 있으며(Calvin, 2008), 복음 안에서 존재적 정체성 위에서 작동할 때 자기 의존이 아니라 건강한 자기 이해로 기능한다.

이상의 논의를 종합하면, 알코올 남용으로부터의 회복은 단지 음주 행동을 멈추는 데 그치지 않고 자신이 누구인가에 대한 이해가 새로워지는 과정이며, 기독교인에게 이는 성경적 정체성의 문제와 맞닿아 있다. 성경적 정체성은 복음에 근거하여 하나님의 자녀이자 의롭다 하심을 받은 자로서 주어지는 존재적 정체성과, 이를 토대로 자신을 이해하고 평가하는 자아 정체성을 아우르며, 자존감은 이러한 정체성 위에서 형성된다. 그러나 이 다차원적 정체성이 복음에 대한 깨달음을 통해 어떻게 변화하고, 그 변화가 알코올 남용으로부터의 회복과 어떻게 연관되는지를 구체적인 상담 경험 속에서 살펴본 연구는 드물다. 이에 본 연구는 위의 이해를 바탕으로 알코올 남용 문제로 성경적 상담을 받은 기독교인 대학생의 회복 과정을 성경적 정체성의 관점에서 탐색하고자 한다.

4. 연구방법

본 연구의 연구 문제는 “기독교인 대학생은 신앙의 변화에 기반한 알코올 중독 회복 과정에서 무엇을 경험하였는가?”이다. 이를 위해 연구자는 치료적 변화를 측정하는 데 적합한 사례 연구의 형태로 상담 개입(총 8회기)에서의 회복 경험을 탐색하였다. 상담은 총 8회기로 진행되었다. 1-3회기에서는 알코올 남용을 촉진하는 환경을 탐색하고, 그러한 환경에서 알코올에 대한 갈망이 올라올 때 나타나는 감정과 사고를 사고기록지에 기록하여 스스로 알아차리도록 도왔다. 이 과정에서 내담자의 사고에 공통적으로 나타나는 부정적인 자기 이미지와 하나님 이미지를 확인하였다. 4-8회기에서는

www.kci.go.kr

복음의 핵심인 칭의를 나누고, 복음 안에서 자기와 하나님을 새롭게 이해하도록 하였다. 동시에 알코올에 대한 갈망이 생길 때 할 수 있는 다양한 대체활동을 구체적으로 찾고 실천하도록 하였다. 여러 연구에서 단일 사례 연구 방법을 통해 상담의 효과를 검증하였으며, 내담자의 변화 과정을 생생하게 드러내었다(조민아, 2009; Park, 2017; 양정선, 황영아, 2018).

〈표 1〉 8회기 진행 상담

회기	주제	내용
1	라포 형성 및 상담 구조화	알코올 과의존 진단(AUDIT-K), 일상생활에 미치는 영향 탐색, 상담 목표·구조 안내, 사고기록지 작성법 설명
2	알코올 사용 패턴 및 촉발요인 탐색	알코올 남용 이력과 패턴 탐색, 고위험 상황(환경·정서) 파악, 알코올 남용 전후 사고·감정 연결, 변화 동기 탐색
3	자아상과 하나님 이미지 탐색	반복되는 자동적 사고와 핵심신념 탐색, 수치심·죄책감 및 자아상 탐색, 하나님 이미지 탐색과 알코올 남용과의 연관성 정리
4	칭의의 이해와 하나님 이미지 연결	칭의의 의미 이해(롬 3:24, 8:1; 스가랴 3:1-6), 왜곡된 하나님 이미지 확인, 하나님 이미지 재구성
5	칭의와 자기 이미지 연결	칭의에 근거한 새로운 정체성 탐색, 수치심과 죄책감 구분, 부정적 핵심신념을 대안적 신념으로 전환(고후 5:17)
6	알코올 과의존과 연결된 사고 재구성 및 재발 방지	알코올 남용 허용적 사고 파악 및 재구성, 갈망 대처 기법 연습, 실수와 재발 구분, 고위험 상황 대처 계획 수립
7	대체활동의 탐색과 실천	알코올 남용의 기능 확인, 대체활동(취미·기도·묵상) 탐색, 지지체계(교회 소그룹·자조모임) 연결, 주간 실천 계획
8	상담 회기 마무리	상담 과정 및 변화 점검, 재발 방지 계획 정리, 종결 감정 나눔.

1) 연구 참여자

본 연구의 참여자는 23세 여자 대학생이다. 참여자의 AUDIT-K(한국판 알코올 사용 장애 선별 검사; Lee et al., 2000) 점수는 21점으로, 임상적으로 유의미한 점수인 12점을 초과하였다. 참여자는 오전 수업을 많이 듣고 있었는데, 과도한 알코올 사용으로 일상 기능이 손상되어 자주 지각하였다. 참여자는 혼자 술을 마시는 습관 때문에 죄책감과 공허함을 느끼며 자존감이 낮다고 보고하였다. 초기 상담 회기에서 참여자는 자신에 대한 확고한 부정적 신념을 보였으며, 자신의 성격과 행동에 대한 상담자의 긍정적 반영조차 받아들이기 어려워하였다.

www.kci.go.kr

참여자는 선교사 목회자의 장녀였다. 참여자는 다른 사람들에게 신앙의 좋은 본이 되어야 한다는 말을 자주 들으며 자랐다. 참여자는 8회기의 상담에 모두 성실히 참석하였으며, 혼자 술을 마시는 습관을 없애고 자존감을 높였다. 상담 초기와 비교하여 자신의 생각과 감정을 말로 표현하는 빈도가 증가하였고, 얼굴 표정도 더 밝아졌다. 상담 초기에 지속적으로 보고하던 우울한 기분도 상당히 감소하였다.

2) 자료 수집

질적 연구 자료는 면담과 관찰, 상담 회기 축어록, 개입 전 평가를 통해 수집되었다. 본 사례 연구는 상담 회기 기록부, 내담자의 과제, 면담 자료를 통해 변화 과정을 기록하였다(조민아, 2009; 김종수, 장덕선, 2014; 양정선, 황영아, 2018). 상담 회기가 끝난 후 연구자는 내담자에게 연구의 목적과 과정을 충분히 설명하고 연구에 참여할 의사가 있는지 물었다. 이후 내담자는 연구 동의서에 서명하였으며, 언제든지 연구 참여를 거부하거나 철회할 권리가 있음을 인지하고, 연구에서 녹음된 자료가 연구 목적으로만 사용된다는 것을 이해하였다. 연구자는 또한 연구 결과가 공개되지만 익명으로 처리될 것이며, 상담 및 면담 자료의 요약본이 연구에 사용될 것임을 설명하였다.

3) 타당성 검증

연구자는 연구의 타당성을 높이기 위해 삼각검증법을 사용하였다. 삼각검증법은 다수의 연구자, 자료 유형, 방법론을 통해 결과를 검증하는 방법이다(Merriam, 1988). 본 연구는 자기 보고, 상담 회기 축어록, 상담 과제 내용 등 여러 유형의 자료를 수집하고 분석함으로써 내용 타당도를 높였다. 동시에 본 연구의 연구자는 다양한 질적 연구 방법론의 활용에 관한 훈련을 받았다. 또한 연구자는 수년간 여러 대학에서 석사 및 박사 과정 학생들을 대상으로 상담의 양적·질적 연구 방법을 강의해 왔다.

4) 자료 분석

사례 연구는 변화가 어떤 방식으로, 또 어떤 이유로 일어나는지를 규명하는 데 적합한 방법이다(Yin, 2011). 특히 단일 사례 연구는 한 사례 안에 얽힌 여러 층위의 역동을 깊이 있게 살펴볼 수 있다는 장점이 있다. 이에 연구자는 Yin(2011)의 사례 분석 방법을 따라 참여자의 변화 과정과 변화를 이끈 요인에 초점을 두고 현상을 개념화하여 범주를 도출하였다.

www.kci.go.kr

분석은 본 연구의 연구 문제인 ‘기독교인 대학생은 신앙의 변화에 기반한 알코올 중독 회복 과정에서 무엇을 경험하였는가?’를 기준으로 이루어졌다. 연구자는 이 연구 문제의 범위 안에서 중독의 회복과 신앙의 변화에 주목하였다.

Yin(2011)은 분석 시 두 가지 관점을 함께 취할 것을 제안한다. 먼저 연구자는 이론적 명제를 토대로 분석을 진행해야 하며, 이는 선행 연구의 전제에 비추어 분석의 타당성을 점검하는 것을 뜻한다. 다음으로 연구자는 수집된 자료 자체가 지닌 의미에 주목해야 하는데, 이것이 귀납적 접근이다. 사례 연구 경험이 풍부한 연구자는 귀납적 전략에 익숙하여 연구 주제와 긴밀히 연결된 핵심 개념을 이끌어 낼 수 있다. 본 연구는 중독 회복 과정에서의 신앙과 자존감 변화를 다룬 선행 연구의 이론적 명제에 기반하는 한편, 이번 자료에서 드러난 고유한 의미도 함께 탐색하였다.

5. 연구 결과

참여자의 회복 과정은 상담 초기의 부정적 자기 이미지에서 시작하여, 칭의에 대한 깨달음, 성경적 하나님 이미지의 변화, 존재적 정체성의 변화로 이어졌다. 먼저 상담 초기에 참여자는 알코올 남용을 촉진하는 부정적 자기 이미지를 지니고 있었으며, 이는 ‘모든 것을 완벽하게 해야 하지만 늘 부족한 나’, ‘저 애보다 못한 나’, ‘하나님 앞에서 부끄러운 나’의 세 가지로 나타났다.

1) 알코올 남용을 촉진하는 부정적 자기 이미지

(1) 모든 것을 완벽하게 해야 하지만 늘 부족한 나

참여자는 자신에게 비현실적으로 높은 기준을 적용한 데서 비롯된 것으로 보이는 우울과 스트레스를 경험하고 있었다. 다시 말해, 참여자는 완벽주의를 보였다. 완벽주의는 개인이 스스로 만든 완벽한 이상적 기준에 도달하지 못할 때 자기비판, 우울, 불안, 정서 조절 능력 저하와 같은 문제와 관련되는 것으로 알려져 있다(Aldea & Rice, 2006). 또한 완벽주의는 알코올 섭취 문제를 유발하는데(Rice & Van Arsdale, 2010), 이는 정서를 조절하기 위해 중독성 물질을 사용할 수 있기 때문이다. 본 연구에서 참여자는 우울과 스트레스를 회피하기 위한 전략으로 알코올을 사용해 왔다.

> 제가 예전에 일할 때는, 일뿐만이 아니라, 나에게 주어진 일을 할 때 진짜 기준이 높았어요. 완벽하게 해내야 되고, 근데 당연히 완벽하게 못한다는 것을

www.kci.go.kr

> 알면서도, 완벽해야 한다는 생각이 충돌하면서 엄청 스트레스를 많이 받고, 결국 결과적으로는 스스로에게 능력 같은 것을 낮게 봤죠, 무능하게.

(2) 저 애보다 못한 나

참여자의 낮은 자존감은 이상적 기준을 달성하지 못한 자신을 부끄러워하고, 있는 그대로의 자신을 좋아하지 않으며, 자신의 능력을 신뢰하지 못한다는 보고에서 드러났다. 낮은 자존감을 경험한 사람들 역시 이와 같은 보고를 하였다(Branden, 2006; Brown, 1998). 자존감이 낮은 사람은 대개 자신에 대해 불확실하고 부정적으로 느낀다(Campbell et al., 1996). 참여자는 자신을 객관적으로 평가하지 못하였다. 또한 참여자는 자신의 능력과 기술을 다른 사람과 계속 비교하면서 우울과 초조함을 경험하였다. 이러한 사고 패턴은 우울한 기분을 유발하였고, 이는 과음하거나 혼자 술을 마시는 습관을 촉발하였다.

> 그리고 인간관계에 이어서는 살짝 상대방이 장난을 치거나, 어떤 이야기를 할 때, 자존감이 많이 낮았거든요. 그런 의도로 한 말이 아닌 상황에서도 괜히 혼자 찔려하거나 상처받을 때가 있었고, 나와 다른 상대방을 비교하는, 그 비교하는 의도로 말한 것을 아니지만, 내 앞에서 다른 사람에 대한 좋은 이야기를 했을 때 괜히 내가 거기서 "나는 저렇지 않지. 그럼 이 사람은 나에 대해서 안 좋게 생각하겠지." 했어요. 나는 왜 이럴까. 감정은 짜증도 나고 우울하기도 하고 그냥 허무하기도 하고, 아무리 노력해 봤자 저 친구는 누가 보기에 충분히 이쁜 얼굴이고 공부도 잘하고 일도 잘한다. 근데 나는 그렇지 않은데. 그러면 일은 열심히 하면 되겠지만 다른 타고나는 그런 것들, 얼굴이나 너무나도 밝은 성격이나, 물론 이것도 노력해야 하는 것이긴 하겠지만, 그런 것에 대해서는 쟤는 가지고 태어났는데, 왜 나는 가지고 태어나지 못했다. 그러면은 아무리 노력을 해도 타고난 사람이 노력하는 사람보다 낮지 않을까 하는 생각도 했던 것 같아요.

참여자는 자신을 다른 사람과 비교할 때 부정적인 정서를 느꼈다. 참여자는 알코올을 사용하여 이러한 정서를 회피하고 완화하고자 하였다. 이와 함께 참여자는 자신이 외모, 학업 적성, 경제적 지위에서 평균 이하라고 믿었기 때문에 무력감을 느끼지 않기 위해 알코올을 사용하였다.

www.kci.go.kr

살짝 보통 이하로. 중하. 그냥 일반 사람들이 나를 평가하는 기준이잖아요. 외모적인 부분, 학벌, 경제적인 부분 다 봤을 때 딱히 타고난 게 없다, 특출난 게 없어서 그렇게 생각했던 것 같아요. (이런 건) 생각하면 할수록 아까 말했다시피 답이 없는 것 같아요. 아무리 뭘 해 봐야 타고난 사람들보다 더 할 수 있을까 하는 생각도 있었던 것 같고, 생각하면 할수록 스스로 기분이 안 좋아지니까 생각을 안 하려고 했던 것 같아요. 그래서 술을 마시고 놀러 가고, 음악을 듣거나 다른 것을 하려고 그랬던 것 같아요.

(3) 하나님 앞에서 부끄러운 나

참여자는 반복적으로 술을 마셨고, 알코올 사용 때문에 수업에 계속 지각하였으며, 건강이 악화되어 일상 기능에 어려움을 겪었다. 참여자는 또한 하나님께서 자신을 받아 주실지 의문을 품었고, 하나님께서 자신을 기뻐하지 않으신다고 생각하였다.

그냥 계속 술 때문에 제 생활이 많이 망가졌잖아요. 수업도 안 가고, 해야 할 일도 안 하고, 건강도 안 좋고 하니까. 그게 한두 번이면 다시 일어나겠는데 계속 반복되니까 스스로가 너무 미련하기도 하고... 짜증도 나고... 그리고 하나님 보시기에 이 정도까지 하나님이 받아줄 수 있을까, 더 이상 예배 드리러 나가는 것도 낯 뜨겁다고 해야 하나... 무슨 낯짝으로 하나님 앞에 나아가야 하나, 내가 예배나 찬양을 (어떻게) 드리지? 그런 생각이 들었었어요... 해도 해도 제 스스로가 너무 했다는 생각을 했어요. 이 정도 했으면 정신 차려야 하는데 아직도 이러고 있나. 이런 생각. (하나님이 나를) 별로 기뻐하시지 않을 것 같았어요.

이처럼 참여자의 부정적 자기 이미지는 자신의 수행과 조건에 근거한 것이었으며, 이는 알코올 남용을 촉진하는 요인으로 작용하였다. 이러한 자기 이미지는 상담 과정에서 칭의를 깨달아 가면서 변화하기 시작하였다.

2) 회복의 시작: 칭의 기반의 하나님 이미지의 변화

참여자의 회복은 칭의를 깨닫는 데서 시작되었다. 참여자는 상담 과정과 함께 주일

www.kci.go.kr

예배의 설교, 신앙 공동체 안에서의 대화를 경험하면서, 자신이 행위가 아니라 그리스도께서 입혀 주신 의로 말미암아 은혜로 의롭다 하심을 받은 존재임을 점차 깨닫게 되었다. 특히 주일마다 반복해서 전해진 칭의에 관한 말씀은 참여자에게 사람의 위로와 달리 변하지 않고 언제든 다시 붙들 수 있는 확고한 근거가 되었다. 참여자는 자신이 무언가를 해서 얻은 것이 아니라 모든 것이 은혜로 주어졌다는 것을 깨달으며 자유로워졌다. 이러한 칭의에 대한 깨달음은 참여자가 하나님을 바라보는 방식의 변화로 이어졌다. 자신이 좋은 사람일 때에만 받아 주시는 조건적인 하나님 이미지에서 벗어나, 참여자의 하나님 이미지는 다음과 같이 변화하였다.

(1) 예수 그리스도 안에서 나를 있는 그대로 수용해주시는 하나님

참여자는 칭의를 이해하면서 이전에는 신앙생활이나 관계에서 항상 좋은 본이 되어야 한다고 생각하였고, 자신의 감정을 억누르며 다른 '좋은 사람들'을 닮으려고 애쓰며 살아왔다. 하나님께서 예수 그리스도 안에서 자신을 있는 그대로 받아 주신다는 것을 깨닫게 되자, 참여자는 자신의 감정에 솔직해졌고, 하나님께 사랑받고 인정받기 위해 다른 사람들에게 좋은 본이 되어야 한다는 과도한 의무감에서 자유로워졌다.

칭의를 이해하기 전에 참여자는 자신이 완벽하게 좋은 사람일 때에만 하나님께서 자신을 받아 주실 것이라고 여겼다. 그러나 그리스도를 믿는 자에게 하나님께서 주시는 무조건적인 구원에 대해 알게 되었을 때, 참여자는 하나님의 수용과 인정을 받기 위해 특별한 노력을 할 필요가 없다는 것을 알게 되었다. 참여자는 구원자를 위해 자신의 삶을 살고 싶다고 보고하였다.

> 칭의를 생각 안 했을 때는 내가 완전히 좋은 사람이어야만 하나님이 기뻐하고 받아주시니까 나는 항상 좋은 사람이어야 하는데, 칭의는 내가 어떤 모습이든 나를 이미 받으시는 거고 그냥 예수 그리스도의 옷을 입히는 거잖아요. 물론 내가 예수 그리스도의 옷을 입었으니까 옷에 맞게 행동하는 것은 맞는데, 그게 굳이 나의 감정까지 숨기고 거짓으로 남한테 감정을 표현할 것은 아니라는 것을 알았죠. 이게 착한 것은 아니다라는 것을 알았어요. 이거 하나님이 기뻐하시지 않다는 것도 알았고, 내가 혼자 속상해하면서까지 남에게 배려할 필요가 없다, 이걸 하나님이 기뻐하시지 않을 거다라는 것을 많이 느꼈어요.

(2) 사랑으로 진노하시는 하나님

참여자는 하나님의 진노와 사랑을 연결하여, 하나님께서 죄에 대해 진노하시며, 죄

www.kci.go.kr

가 그분이 사랑하시는 사람들의 자유를 제한하기 때문에 진노하신다는 것을 이해하였다. 이러한 연결을 통해 참여자는 성경적 하나님에 대한 보다 통합된 이미지를 구축하였다.

> 분노라는 게 살짝 사랑이 있기 때문에 화가 나는 것 같아요. 예를 들면, 저희 아빠가 제가 다치면은 "정신 차리지, 왜 그랬냐" 고 화를 내신다 말이에요. 맨 처음에 어릴 때는 항상 울었는데, 엄마가 옆에서 "아빠는 저게 걱정이 돼서 속상하니까 화를 내는 거다." 그게 그런 식으로 생각이 들면서, 너무 사랑하는데 그 사랑 안에서 자유를 누리면서 행복하게 살면 좋겠는데 그러지 못한 부분을 보면 안타까운 마음, 속상한 마음에 화가 날 것 같아요. 그리고 의로운, 공의로우신 분이니까 죄에 대해서 화를 내시는 것도 있고.

칭의를 이해하면서 참여자는 하나님께서 죄에 대해 진노하신다는 것을 깨달았고, 그리하여 하나님에 대한 경외의 두려움을 갖게 되었다. 이 두려움은 죄에 대한 영적 민감성과 연결되었다. 처음에 참여자는 '하나님께 버림받아 구원받지 못할 것'에 대한 두려움을 경험하였다. 그러나 하나님의 사랑에 대해 알게 되자 참여자의 태도는 바뀌었고, 하나님께서 자신을 사랑하시기 때문에 받아들여질 수 있다고 믿게 되었다. 참여자는 성경을 읽고 설교를 들으며, 하나님께서 자신을 사랑하시면서도 죄에 대해서는 진노하신다는 것을 확인하는 신앙적 대화를 나누는 가운데 하나님의 공의에 대한 두려움를 갖는 영적 감각이 더 민감해졌다.

> 그 대신 생긴 두려움이 있는데요. 그래도 구원받았다고 막 살아가면 그것에 대해서는 벌을 내리신다, 제대로 된 생각이 생긴 것 같아요. 옛날에는 버림받을 것, 구원받지 못할 것에 대한 두려움이었다면, 지금은 그냥 구원은 받았고, 절대적으로 하나님은 나를 사랑하시는 분인데 동시에 잘못된 것이나 어떠한 죄에 대해서는 분노하시는 분이다라는 것이 생긴 것 같아요. 한동안 그 사랑에만 머물러서, 나를 사랑하시니까 어떻게 해도 괜찮다라고 했는데, 그러면은 "너무 나를 사랑하시면 나의 이런 모습도 눈감아 주시겠지?" 했었는데, 이야기해 보니까 절대 그렇게 얘기해 보면 안 되겠더라고요. 오빠 말도 그렇고 설교도 그렇고 성경책에 나와 있는 말씀을 보면 바로 알 수 있는 것이더라고요.

www.kci.go.kr

3) 칭의 기반의 성경적 정체성의 회복

(1) 존재적 정체성에 대한 영적 지식의 형성

칭의에 대한 깨달음은 위의 하나님에 대한 지식을 변화시킬 뿐 아니라, 자신에 대한 지식도 변화시켰다. 특히 알코올 남용 회복의 중요한 기반인 자존감 회복은 성경적 정체성, 특히 그 핵심에 있는 존재적 정체성에 대한 깨달음이 깊어지는 과정과 함께 나타났으며, 이는 신앙의 회복과 긴밀히 연관되어 있었다. 참여자는 하나님께서 예수 그리스도의 십자가를 통해 자신에게 의를 입혀 주셨으므로, 비록 때때로 유혹에 넘어지더라도 자신이 이미 구원받은 하나님의 자녀라는 것을 깨달았다. 참여자는 자신의 의로운 행위나 성취로 구원받는 것이 아님을 깨달았을 때 자유로워졌다고 말하였다. 이러한 깨달음은 하나님께서 자신을 받아 주지 않으시거나 구원하지 않으실 것이라는 두려움에서 참여자를 벗어나게 하였고, 자신을 향한 하나님의 사랑이 크다는 것을 깨닫게 하였다.

> 하나님이 내가 잘하면 나에게 가까이 와서 친근하게 해주신다던가, 잘못하면 아예 등을 돌리신다든가 그게 아니라, 그냥 나만 딱 보면 그 자리에 계속 계신데 저 스스로가 문제인 것 같아요 내가 안보니까 무엇인가 멀어진 것 같고. 그런 존재인 것 같아요
>
> 몇 개월 전에 복음을 들었다고 그랬잖아요 그것이 스스로에게 엄청난 부흥이 되었던게, 하나님께서 그냥 선생님 해주신 설명 있잖아요 옷을 입혀주신 거랑 여러 가지를 봤을 때 결국은 내가 해서 얻은 것은 하나도 없고 결국 은혜로 주신건데..그리고 그걸 누리면서 입고 그렇게 살아가야 하는건데 그냥 그런 생각을 하니까 물론 넘어질 때도 있지만 그래도 이미 구원 받았다라는 생각 때문에 몬가 받아주지 않으실꺼야 도와주지 않을 것이다 구원해주시지 않을 것이다 라는 그런 두려움은 없는데
>
> 칭의가 그냥 진짜 이해할 수 없다고 했잖아요. 완벽하게, 이해할 수 없고 받아들이기 어렵다고 했는데 생각하면 생각할수록 이해할 수 없을 만큼 너무 크다라고 느끼고 있는데 왜 나한테까지, 왜 나한테 하필 이렇게까지 사랑을 주셨을까 하고 생각을 하는데 결국 그만큼 나를 사랑하기 때문에 나에게 주셨다는 생각도 해봤었거든요. 왜 하필 날까 왜 하필 나같은 사람에게 줬지 그런걸 계속 생각하고 칭의라는 것이 나의 어떤 행동이나 잘남이 아니라고 듣고 생각하면서 좀 많이 자유로워 진 것 같아요

www.kci.go.kr

(2) 자아 정체성의 확립

참여자는 자존감의 또 다른 차원의 기반이 되는 자아 정체성을 균형있게 형성하였다. 참여자는 자신을 보다 균형 있게 이해하기 시작하였으며, 이는 알코올 남용으로부터의 회복과 함께 나타났다. 객관적인 자기 이해와 자기 돌봄은 알코올 남용을 부추기던 부정적 정서를 완화하는 데 도움이 되었다. 궁극적으로 참여자는 자존감을 유지할 수 있는 자아 정체성을 구축하는 역량을 발달시켰다. 참여자는 자신에 대한 다른 사람들의 긍정적 피드백을 받아들이고, 자신의 강점을 인정하며, 성취감을 느끼게 되었다. 참여자의 균형 잡힌 자기 인식은 자기 만족 및 자기 수용과 연결되었다.

> 자신을 좀 객관적으로 보는 연습을 했던 것... 나의 장점, 재능도 해 보고, 어떤 것이 내가 뛰어난 것이 있는지, 그것이 도움이 좀 되었던 것 같아요. 나에 대한 객관적인 생각을 하기에...

참여자의 자기상이 점점 더 긍정적으로 변하고 있음이 분명하게 드러났다. 강점을 재발견하면서 참여자는 어린 시절의 밝고 사교적인 모습이 다시 나타나는 것처럼 느꼈다. 자신을 객관적으로 지각하게 되면서 참여자는 이전의 긍정적인 이미지를 현재의 자기상에 통합하게 되었다.

참여자는 균형적이고 객관적으로 자신을 이해할 뿐 아니라 있는 그대로의 자신을 수용하며 좋아하고, 자신의 감정을 달랠 수 있게 되었다. 다른 사람들이 자신을 신뢰하고 소중히 여긴다는 것을 인식하고 받아들이면서 참여자는 자신을 더욱 소중히 여기기 시작하였다. 또한 참여자는 자신에 대한 다른 사람들의 긍정적 피드백을 거부하지 않고 객관적으로 받아들이게 되었다. 상담자와 친구들의 긍정적 피드백을 받아들이면서 참여자는 신뢰할 수 있고 책임감 있는 사람이라는 자기 이미지를 확립하였다. 참여자는 자신의 상황에 대해 비관하고 무력감을 느끼던 이전 상태와는 대조적으로, 자신을 달래고 자신의 성취를 기뻐하는 역량을 발달시켰다. 참여자는 자신의 노고를 스스로 축하하였다.

> 요즈음은 확실히 스스로에 대해서 나름 좋게 생각하는 것 같아요. 성격도 이만하면 밝고 장난도 잘 치고, 그리고 친구들이랑 옆에 있는 사람들이 중요한 얘기와 자기 비밀 이야기들을 해 주는 것은 옛날에는 아무 생각이 없었는데, 선

www.kci.go.kr

생님께서 그러셨잖아요. "그럴 만한 사람이니까 얘기를 한다." 그 사람들이 나를 믿어 준다는 것을 알게 되니까 그만큼 저를 소중하게 생각하고, 그만큼 더 좋은 사람이 되고 싶은 마음이 생겨요. "꽤 많이 괜찮은 사람이다"라는 생각을 했어요.

억지로라도 지금 "잘했다"라고 생각해 보니까 그것이 틀린 말이 아니더라고요. "잘했네, 진짜 잘했네." 그리고 사람들도 모 ppt를 제가 만들어 가면 사람들이 "깔끔하게 잘 만들었네." 이렇게 얘기해 주고, 옛날에는 들으면, "모가 부족한가, 너무 심플한가." 이랬는데, 이제는 "그치, 깔끔하게 잘 만들었지? 다행이다." 그렇게 그냥 생각하죠. 옛날에는 아무리 칭찬을 해도 비꼬는 말처럼 들리고 괜히 혼자 "아, 왜 저렇게 말할까." 했는데, 이제는 칭찬이든 장난이든 좋게 좋게 받아들이는 것 같아요. 진짜 좋아진 것 같아요.

(3) 균형적인 타인상 확립

마지막으로 참여자는 다른 사람들의 인정에 지나치게 의존하기보다 하나님의 관점에서 자신을 이해하기 시작하였다. 이 과정을 통해 균형적인 타인상을 확립하였다. 참여자는 사람들이 겉으로는 서로 다르지만 속은 똑같다는 것을 깨달았다고 말하였다. 인간은 하나님이 아니라 단지 인간일 뿐이며 우리 모두가 똑같은 피조물이라는 것을 깨달으면서, 참여자는 사람에게 지나치게 의존하는 데서 벗어났다.

4) 복음으로 채워지는 영적 갈망

(1) 성경 묵상, 기도, 그리고 일기 쓰기

복음의 메시지를 점점 더 깊이 이해하게 되면서 참여자는 성경을 읽은 후 일기를 쓰기 시작하였고, 날마다 알코올에 대한 필요와 공허함이나 혼란스러움 같은 부정적 정서를 덜 느끼게 되었다. 참여자는 성경을 읽고, 기도하고, 다른 사람들과 신앙을 나눌 때 알코올을 사용할 때보다 더 충만함을 느꼈다고 보고하였다. 참여자는 부정적 정서를 경험할 때 자신을 위로하기 위해 술을 마셨다. 그러나 복음을 이해한 후에는 술을 마시는 것이 오히려 자신을 더 절망적이고 비참하게 만든다는 것을 알게 되었다. 알코올 사용과 관련된 참여자의 내적 질문은 “왜 마시면 안 되지?”에서 “마실 필요가 있을까?”로 바뀌었다. 참여자는 자신을 온전히 채우시고 행복하게 하시는 하나님을 생각하며 변화를 위해 의식적으로 노력하기로 결심하였다.

www.kci.go.kr

> 확실히 회복이 시작되면서 여기저기서 복음을 듣고, 혼자 말씀을 보고 다이어리를 쓰면서 그렇게 기도했을 때는 혼란도 없고 공허함도 없고 술을 마실 필요가 없잖아요. "술을 마실 필요가 있나?"라는 생각이 들었던 것 같아요. 옛날에는 "술을 왜 마시면 안 될까?" 그랬는데, 생각이 바뀌면서 하나님께 좀 붙어 있는 게, 기도하거나, 말씀을 읽거나, 사람들이랑 신앙적인 얘기를 나누거나 하는 게 훨씬 더 기쁨을 주고, 공허함을 채워 준다는 것을 느끼니까 술을 마실 필요를 못 찾았어요.

참여자는 특히 주일 예배의 설교 말씀에 깊은 주의를 기울였다. 주일마다 칭의에 관한 말씀이 반복해서 전해지면서 그 메시지가 일주일 동안 참여자의 마음에 쌓였고, 참여자는 이것이 알코올 남용을 극복하는 데 큰 도움이 되었다고 말하였다.

> 주일날 듣는 말씀 한 번이 엄청나게 크게 와 닿고, 일주일 동안 또 주일 말씀이 칭의에 대해 말씀하시는데, 그런 것들이 계속 겹치면서 많이 도움이 되었어요. 친구랑 이야기를 통해서 얻은 위로라면 일시적이기도 하고 사람의 말이니까 그냥 잊을 수도 있는데, 말씀에 나와 있으니까 절대적이기도 하고, 제가 항상 볼 수 있잖아요. 그게 좀 컸던 것 같아요.

참여자는 대개 저녁에 아르바이트를 마치고 집에 돌아오면 공허함이나 우울함을 잊기 위해 술을 마셨다. 그러나 참여자는 일기에 하루 일과를 정리하고, 하나님께 이야기하며, 자기 자신에게 말을 걸기 시작하였다. 이 개인적인 시간은 음주로 이어지던 부정적 정서를 가라앉혔고, 나아가 참여자를 알코올 남용으로부터 지켜 주는 중요한 자원이 되었다.

이러한 시간 가운데 참여자는 성경 말씀을 새롭게 발견하였다. 참여자는 “이렇게 좋은 걸 왜 몰랐을까?”라고 말하며 성경에 다가갔고, 말씀에서 큰 위로를 얻었다. 성경에 크게 감탄한 참여자는 영적 갈망을 채우기 위해 매일 밤 자기 전에 조금씩 읽고 싶어 하였다. 이와 함께 참여자는 슬프고 짜증스러운 정서를 경험할 때 “괜찮아”, “잘했어”와 같은 격려의 말로 자신을 위로하였고, 이러한 자기 위로를 통해 긍정적 정서를 자주 경험하였다.

www.kci.go.kr

하루 마지막에 항상 다이어리 쓸 때, 일상적인 것도 쓰지만 하나님과 얘기하고 마무리하면서 저에게는 대화였고 하나님께 기도한 것이었고, 설교랑 말씀을 반영한 교재를 만들다 보니까, 말씀을 많이 보고, 보고 깜짝 놀랐었던 게, 말씀을 딱 보고 감탄을 했어요. 오랜만에 성경을 본 건데, 제대로. 구절구절 찾고 적고 있는데 말도 안 되게 너무 위로가 되고, 너무 말도 안 되는 거예요. 오랜만에 말씀을 보고 "이렇게 좋은 것을 왜 내가 안 보고 있었지?" 그 네 명한테 "이것 좀 보라고, 말도 안 되는 말이지 않냐?" 이렇게 요즈음에도 궁금한 것 있으면 보거나, 자기 전에 다이어리 쓰고 조금이라도 읽으려고 해요.

그때도 알바 끝나고 집에 와서 다이어리를 쓰는데 한참 상담 받을 때였거든요. 다이어리를 쓰면서, 말을 했죠. "오늘 이래서 슬프고 짜증 났는데 그렇게 했는데." 그러면서 스스로 마음속으로 "괜찮다, 잘했다" 그런 생각도 들고, 그게 하나님이 나에게 주는 위로인 것 같기도 하고, 스스로가 나에게 격려인 것 같기도 하면서 되게 기분이 좋아지는 거예요. "진짜 맞네." 이렇게 인정하다 보니까 기분이 정말 좋았어요. 이런 경험을 여러 번 했던 것 같아요.

(2) 신앙 공동체로의 변화

참여자가 이전에 함께 술을 마시던 친구들과 신앙적인 대화를 나누기 시작하면서 참여자의 친구 모임은 신앙 공동체로 변화되었다. 참여자가 더 이상 술을 마시지 않겠다고 선언하자, 친구들은 참여자가 그 유혹을 피하도록 지지해 주었고 자신들도 술을 끊었다. 그들은 모두가 읽은 성경 구절에 대해 이야기를 나누며 신앙을 나누었다.

맨날 술 같이 마시는 친구들 있다고 했잖아요. 네 명이... 그 사람들에게 제가 말했었잖아요, 술을 안 마시겠다고. 그전부터 속에 있는 얘기를 같이 나누긴 했는데, 술을 안 마시고 나면서부터 좀 더 진솔한 얘기를 나눌 수 있었거든요. 그러면서 힘들면 바로 친구에게 전화해서, 어차피 나 앞에 기숙사니까 앞에서 만나서 이야기하고 그렇게 했죠. 그러다 보니까 많이 풀리기도 했어요.

(신앙을 자주 나누던) 오빠와는 여전히 많이 나누고 있는데, 그 오빠와 신앙적 얘기하는 것은 자연스러웠지만 네 명의 친구들하고는 신앙 얘기를 전혀 안 했었거든요. 낯 간지러워하고, 근데 요즈음은 진짜 많이 얘기하는 것 같아요. 일

www.kci.go.kr

단 저희가 하는 일도 있고, 거기서 연결되는 일이긴 한데, 우리가 이렇게 마음을 모아서 어떤 상품을 만들고, 팔리면, 저희가 주제 말씀이 있거든요. "그 말씀 묵상해야 하지 않겠냐" 하는 얘기가 나오면서, 만날 때 "이 말씀을 듣고 어떤 생각을 했냐" 그냥 진짜 가볍게 가볍게 얘기하는 것처럼 얘기하다 보면은 요즈음 상황도 같이 나누게 되고, 안 그래도 "이 말씀이 어떻게 느껴졌다." 이러면서 다른 얘기로 넘어가면서 교회도 얘기하게 되고 그러더라고요. (신앙 얘기를) 진짜 많이 하는 것 같아요, 예전에 비해서.

Ⅲ. 닫는 글

본 연구는 한 기독 대학생이 신앙의 변화에 기반하여 알코올 남용으로부터 회복해 가는 과정에서 무엇을 경험하였는지를 탐색하였다. 성경적 심리학의 관점에서 볼 때, 참여자의 회복은 칭의에 대한 깨달음에서 시작되었다. 이 깨달음은 하나님 이미지의 변화와 존재적 정체성에 대한 영적 지식의 형성으로 이어졌고, 이러한 영적 지식의 변화는 다시 자아 정체성의 확립과 균형 잡힌 타인상의 형성으로 확장되었다. 이 과정에서 참여자는 하나님을 향한 영적 갈망도 함께 경험하였으며, 이러한 변화와 더불어 자존감이 건강하게 세워지면서 알코올 남용으로부터 회복되어 갔다.

이러한 결과는 성경적 정신병리학의 관점에서도 이해할 수 있다. 성경적 정신병리학은 중독을 마음의 구조와 기능이 왜곡된 상태로 보는데(심정연, 2026), 이 관점에서 알코올 남용으로부터의 회복은 왜곡된 마음의 구조와 기능이 회복되어 가는 과정으로 볼 수 있다. 본 연구에서 참여자의 회복은 마음의 구조 가운데 영적 지식, 곧 존재적 정체성과 하나님에 대한 지식이 새로워지고 영적 갈망이 채워지는 양상으로 해석해 볼 수 있다.

이러한 영적 지식의 변화는 자존감의 회복과도 연결된다. 자존감은 자기 가치감과 자기효능감, 곧 자신의 가치와 능력에 대한 인식에 근거하여 형성되는데(Branden, 2006), 본 연구의 결과는 성경적 정체성의 두 층위, 곧 존재적 정체성과 자아 정체성이 자존감과 연결될 수 있음을 시사한다. 존재적 정체성은 수행과 상관없이 하나님께서 부여하신 가치를 알게 하여 자기 가치감의 토대가 되었고, 자아 정체성은 자신의 특성과 자원을 균형 있게 이해하게 하여 자기 효능감의 토대가 되었다. 상담 이전 참여자의 자기 이미지는 '모든 것을 완벽하게 해야 하지만 늘 부족한 나', '저 애보다 못

www.kci.go.kr

한 나', '하나님 앞에서 부끄러운 나'와 같이 수행과 비교, 수치에 근거한 것이었다. 특히 참여자는 선교사 자녀로서 '본보기'가 되어야 한다는 기대를 내면화하고 있었으며, 이는 자신이 좋은 사람일 때에만 하나님께서 받아 주신다는 율법주의적 사고와 연결되어 있었다. 이를 다층적 정체성의 관점에서 보면, 참여자의 자기 가치가 존재적 정체성보다 역할에 대한 기대에 더 크게 의존하고 있었던 것으로 이해할 수 있다. 또한 선교사의 자녀로서 참여자는 자신이 '좋은 사람'이자 다른 사람들이 따를 '본보기'가 되어야 한다는 관점을 내면화하고 있었다. 이는 자신이 좋은 사람일 때에만 하나님께서 받아 주실 것이라는 조건적 사랑 기반의 율법주의적 사고 왜곡과 연결되어 있었다. 일반 신앙인의 율법주의가 주로 자신의 행위로 하나님의 인정을 얻으려는 개인적 차원에 머문다면, 선교사 자녀의 율법주의는 '선교사 자녀'라는 역할과 결합되어 있다는 점에서 구별된다. 다층적 정체성의 관점에서 보면, 참여자에게는 '본보기가 되어야 하는 선교사 자녀'라는 역할 정체성이 하나님의 자녀라는 존재적 정체성의 자리를 대신하고 있었던 것이다.

참여자의 변화는 칭의에 대한 깨달음에서 시작되었고, 이는 먼저 하나님 이미지의 변화로 나타났다. 참여자는 자신의 행위에 따라 가까워지기도 하고 등을 돌리기도 하는 조건적인 하나님에서, 예수 그리스도 안에서 자신을 있는 그대로 받아 주시는 사랑의 하나님이시면서 동시에 죄에 대해 진노하시는 의로우신 하나님으로 하나님을 새롭게 이해하게 되었다. Keller(2013)는 하나님의 사랑과 공의에 대한 균형 잡힌 이해가 복음에 대한 이해에서 비롯된다고 하였는데, 참여자의 경험은 이를 잘 보여 준다. 또한 참여자는 하나님께 버림받을지 모른다는 두려움에서 벗어나 의로우신 하나님을 경외하는 두려움을 갖게 되었다. 이는 자녀를 정죄하는 형벌의 두려움이 아니라(요일 4:18) 지혜의 근본이 되는 경외(잠 1:7)로의 변화라고 할 수 있다. 칼빈(2008)은 하나님에 대한 두려움이 경건의 핵심 요소이며, 하나님에 대한 지식에는 하나님의 영광과 편재하심이 포함되므로 이 두려움과 하나님에 대한 지식 사이에는 밀접한 연관이 있다고 설명한다. 경건은 하나님의 거룩하심에 대한 올바른 인식에 기반하므로, 성도는 하나님에 대한 사랑뿐만 아니라 두려움도 경험한다. 경건은 하나님에 대한 신뢰와 경외로 이어진다.

하나님 이미지의 변화는 참여자가 자신을 바라보는 시각의 변화로 이어졌다. 이는 인간이 하나님을 먼저 알 때 비로소 자신을 바르게 알 수 있다는 칼빈(2008)의 논지와 같은 맥락이다. 참여자는 '하나님 앞에서 부끄러운 나'에서 벗어나, 때때로 넘어지더라도 자신이 그리스도 안에서 의롭다 하심을 받은 하나님의 자녀라는 존재적 정체

www.kci.go.kr

성을 영적 지식으로 깨닫게 되었다. 이 깨달음은 반복해서 들은 말씀을 통해 점차 깊어졌다. 이 깨달음은 참여자의 자존감을 떠받치는 가장 중요한 토대가 되었다.

이러한 변화를 상담적 관점에서 살펴보면, 성경적 상담의 고유한 특징이 드러난다. 일반적으로 인지행동치료에서 내담자는 자신의 '해야 한다'는 사고 내용과 그 사고가 형성된 과정의 합리성을 평가하는 법을 배운다(Beck, 1979). 본 연구에서 참여자는 사고의 합리성뿐 아니라 성경적인 영적 사고를 통해 새롭게 자신의 존재가치를 깨닫게 되었다. 참여자는 모범적이고 좋은 사람일 때에만 하나님께 받아들여진다는 율법주의적 신념이 왜곡되어 있음을 칭의에 비추어 깨달았으며, 이것이 하나님 이미지가 변화하는 출발점이 되었다. 칭의를 이해하면서 나타난 이러한 하나님 이미지의 변화는 스마트폰에 중독된 청소년들이 칭의를 이해하며 하나님 이미지가 변화되었다는 심정연(2019b)의 연구 결과와도 일치한다.

존재적 정체성에 대한 깨달음을 토대로 참여자의 자아 정체성도 확립되었다. 참여자는 자신을 객관적으로 이해하고(Beck, 1979), 고통스러운 정서를 수용하며 스스로를 위로하는 능력을 키워 갔다(Masterson, 1988). 이러한 능력은 하나님께서 주신 일반은총의 자원으로서, 존재적 정체성 위에서 작동할 때 자기 의존이 아닌 건강한 자기 이해로 기능하였다. 또한 참여자는 다른 사람과 자신을 비교하며 열등감을 느끼던 데서 벗어나 타인을 균형 있게 바라보게 되었다. 자신의 가치가 비교나 수행이 아니라 하나님께서 부여하신 것임을 깨달으면서, 타인 역시 경쟁과 비교의 대상이 아니라 있는 그대로 바라볼 수 있게 된 것이다.

선행 정신건강 연구들은 자존감을 유지하고 향상시키는 전략의 중요성을 확인하였다(Zeigler-Hill, 2013). 상담 과정을 통해 참여자는 자존감을 인식하고 유지하는 능력을 향상시켰다(Masterson, 1988). 상담 회기 이전에 참여자는 지나치게 이상적인 기준으로 자신을 무능하다고 여겼으며, 다른 사람보다 열등하다고 느끼는 경우가 많았다. 참여자는 자신의 실제 장점에 대한 긍정적 피드백조차 받아들이지 못하고, 오히려 그러한 말을 부정적으로 해석하였다. 그러나 상담 과정을 통해 참여자는 자존감을 인식하고 유지하는 능력을 향상시켰다. 구체적으로, 참여자는 이제 자신의 강점을 받아들이고, 자신을 객관적으로 이해하고 수용하며 좋아하게 되었다.

마지막으로, 참여자는 복음을 알아 가면서 하나님과의 관계 안에서 영적 갈망이 채워지는 경험과 함께 회복되어 갔다. 참여자는 성경 말씀에 대한 갈망과 관심이 커지면서 술에 대한 갈망과 유혹을 느끼던 저녁 시간에 성경을 읽고 기도하며 하나님께 이야기하였고, 말씀을 통해 큰 위로를 얻으며 그 시간을 채워 갔다. 이러한 말씀의 위로

www.kci.go.kr

를 바탕으로 참여자는 스스로에게 건네는 위로의 말도 건강하게 연습할 수 있었으며, 이를 하나님의 위로로도 느꼈다. 또한 함께 술을 마시던 친구들이 신앙을 나누는 공동체로 변화하고 성도의 교제를 경험하면서, 참여자는 술의 유혹에서 벗어날 수 있었다. 이것은 종교성과 알코올 섭취 사이의 관련성을 보고한 선행 연구들과 맥을 같이한다(Baena et al., 2019). 알코올 문제로 응급실 치료를 받은 환자들 가운데 절반 가까이가 기도가 알코올 사용을 줄이는 데 도움이 되었다고 응답한 연구도 있다(Ahn et al., 2020). 본 연구의 참여자 역시 기도가 알코올에 대한 갈망을 이겨 내는 데 중요했다고 보고하였다. 참여자에게 기도는 칭의를 깨달으며 새롭게 알게 된 하나님과 교제하는 관계의 자리였다. 참여자는 갈망이 찾아오던 저녁 시간을 기도와 영적 일기를 통해 하나님 앞에서 자신을 돌아보는 시간으로 채워 갔으며, 이 과정에서 알코올로 채우려 했던 영적 갈망이 하나님과의 관계 안에서 채워지는 경험을 하였다.

복음을 이해한 후 참여자는 술을 마실 때마다 다시 절망감을 느낀다는 사실과, 자신을 채우기 위해 술을 마시는 데에는 아무런 기쁨이 없다는 것을 깨달았다. 참여자는 하나님만이 자신의 마음을 온전히 채우실 수 있는 유일한 분이심을 알게 되었다. 참여자의 하나님과 하나님의 말씀을 향한 갈망인 영적 갈망은 말씀을 통해 채워졌다(심정연, 2023). 참여자는 또한 성경을 읽으며 위로를 얻었고, 다른 친구들과 성경에 대해 이야기하였다. 참여자는 성경 말씀에서 아름다움을 발견하였으며, 상담 회기에서 '이렇게 좋은 걸 왜 전에는 몰랐을까? 말이 안 되지 않아요?'와 같은 말로 이 아름다움을 표현하였다. 이러한 반응은 하나님의 말씀에 대한 깨어남과 반응을 보여 준다. 마음이 겸손하고 옥토와 같을 때 영적 감각은 강화된다(마 13:3-23).

참여자의 영적 감각 또한 회복 과정을 통해 향상되었다. 영적 감각은 성경에 나타난다(시 19:7-8, 34:8; Edwards, 2009). 영적 민감성을 발달시키면서 참여자는 자신의 죄를 인식하였고, 성경의 달콤한 말씀을 읽는 데서 기쁨을 경험하기 시작하였다(시 34:8). 전통적으로 중독 치료에서 영적 감각의 향상은 중요한 치료 요인이 되어 왔다(Cusick, 2012; Welch, 2001). 기독교의 영적 감각은 성경에 계시된 유일하신 하나님과 말씀에 대한 감각이다(심정연, 2019b). 다시 말해, 하나님에 대한 성경적 지식이 새롭고 민감해지는 동시에 중독 물질이나 행동에 대한 민감성도 높아진다(심정연, 2019b).

본 연구는 한 개인을 대상으로 한 단일 사례 연구만을 활용하였으므로 표본 크기가 작다는 한계가 있다. 향후에는 신앙을 통해 알코올 남용에서 회복된 대학생들에 대해 보다 큰 표본을 활용하여 탐색할 필요가 있다.

www.kci.go.kr

임상적으로 볼 때, 회복 과정에서 중독자가 하나님을 새롭게 인식하는 것의 효과를 보여 줌으로써, 성경적 중독 상담은 더 나은 결과를 위해 성경적 정체성에 기반한 자존감의 회복에 초점을 맞출 수 있다. 나아가 이러한 구체적인 변화 기제는 임상적 중독 치료에서 폭넓게 활용될 수 있을 것이다.

•논문 투고일: 2026년 10월 01일
•논문 수정일: 2026년 11월 07일
•게재 확정일: 2026년 11월 12일



√ √ √ √

www.kci.go.kr

【참고문헌】

권석만 (2013). **현대이상심리학.** 학지사.

김종수, & 장덕선. (2014). 인지행동치료 (CBT) 기법을 적용한 근대 5종 선수의 단일 심리상담 사례연구. **코칭능력개발지, 16**(1), 99-111.

김화자 (2013). 하나님 이미지와 수치심이 심리적 기능에 미치는 영향. **복음과 상담, 20**, 94-124.

김혜자, 정혜숙 (2016). 여성 알코올중독자의 음주와 회복 경험의 총체적 형상화. **사회과학연구논총, 3**2(1), 191-234.

박윤정 (2017). 사회적 위축과 공격성 감소를 위한 ADHD 아동의 미술치료 단일사례 연구. **복음과 상담, 25**(1), 65-116. http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2017.25.1.65

심정연 (2016). Rizzuto 의 하나님 이미지 이론에 대한 기독교 상담적 고찰과 적용 방안 연구-하나님 이미지 변화 상담 모델 구축을 위한 예비 연구. **복음과 상담, 24**(2), 183-219. http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2016.24.2.183.

심정연 (2019a). 기독 청소년의 정체성 형성에 대한 기독교교육과 상담에의 고찰: James E. Loder 의 영의 논리와 정체성 형성의 다섯 축을 기반으로. **기독교교육정보, 60**, 179-210.

심정연 (2019b). 기독 청소년의 스마트폰 중독 회복을 위한 기독교 12단계 프로그램 효과성 연구. **신앙과 학문, 24**(2), 5-32. https://doi.org/10.30806/fs.24.2.201906.5.

심정연 (2020). 하나님 이미지 형성에 대한 기독교교육과 상담에의 고찰: 조나단 에드워즈의 영적 감각을 기반으로. **기독교교육정보, 65**, 121-144.

심정연 (2023). 기독교인들의 영적 갈망에 대한 연구: 현상학적 연구를 기반으로. **신학과 실천, (84)**, 223-250. http://dx.doi.org/10.14387/jkspth.2023.84.223

심정연 (2026). 성경적 정신병리학의 체계 연구: 성경적 심리학을 기반으로. **ACTS 신학저널, 67**, 233-263. https://doi.org/10.19114/atj.67.7

양정선, & 황영아. (2018). 공황장애 파국적 사고를 중심으로 한 단일사례연구: 기독교상담적 접근. **복음과 상담, 26**(2), 119-154. http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2018.26.2.119.

www.kci.go.kr

오유경, 김은정 (2014). 개인기준 완벽주의와 평가염려 완벽주의가 삶의 만족도에 미치는 영향. **한국심리학회지: 건강, 19**(4), 1167-1187. http://dx.doi.org/10.17315/kjhp.2014.19.4.015

정남운, 유은영 (2015). 내면화된 수치심의 임상적 타당성: 자기통제력, 공격성 및 중독가능성과의 상관을 중심으로 **한국심리학회지: 문화 및 사회문제 21**(3), 481-496.

정수미 (2016). 생애사 분석과 인간중심 미술치료를 통한 알코올중독 중년 남성의 자아정체성 변화에 대한 사례연구. 건신대학원대학교 박사학위논문.

조근호, 권도훈, 김대진, 김선민, 김한오, 노성원, 박애란, 서정석, 신성만, 신재정, 유채영, 윤명숙, 이계성, 이해국, 전영민, 전용준, 차진경, 채숙희, 최삼욱, 한우상 (2011). **중독재활총론**. 학지사.

조민아. (2009). 성-비정형적 행동 (gender-atypical behavior) 을 보이는 남아 상담의 질적 사례연구. **상담학연구, 10**(2), 1051-1077. http://dx.doi.org/10.15703/kjc.10.2.200906.1051.

한승희, 정소희, 문경숙 (2014). 수치심감소 모자집단상담 프로그램의 효과: 스마트폰 중독 청소년을 대상으로. **청소년 문화포럼. 39.** 143-175. http://dx.doi.org/10.17854/ffyc.2014.07.39.143

허만세 (2012). 중년 여성의 음주문제와 자아존중감 사이의 인과관계 분석. **보건사회연구, 32**(1), 201-227. http://dx.doi.org/10.15709/hswr.2012.32.1.201.

Aldea, M. A., & Rice, K. G. (2006). The role of emotional dysregulation in perfectionism and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology*, *53*(4), 498 –510. https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.4.498

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Stastistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). American Psychiatric Association.

Beck, A. (1979). *Cognitive therapy of depression*. The Guilford Press.

Bavinck, H.(2018). Foundations of psychology (J. Bolt, Ed.; J. V. Born, N. D. Kloosterman, & J. Bolt, Trans.). *The Bavinck Review*, *9*, 1–244.

Bavinck, H. (2024). *Biblical and religious psychology*. Reformed Free Publishing Association.

Branden, N. (2006). *The psychology of self-esteem*. Bantam Books.

www.kci.go.kr

Calvin, J. (2008). *Institutes of the Christian religion*. Hendrickson Publishers, Inc.

Campbell, J. D., Trapnell, P. D., Heine, S. J., Katz, I. M., Lavallee, L. F., & Lehman, D. R. (1996). Self-concept clarity: Measurement, personality correlates, and cultural boundaries. *Journal of Personality and Social Psychology*, *70*(1), 141. https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.1.141.

Chung, M. S. (2009). The relations of self-esteem, practical performance, and practical satisfaction in nursing students. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, *18*(1), 60-68. https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2009.18.1.60.

Cusick, M. J. (2012). *Surfing for God: Discovering the divine desire beneath sexual struggle*. Thomas Nelson.

Edwards, J. (2009). *Religious affections.* Yale University Press.

Guinness, O. (2018). *The call: Finding and fulfilling the central purpose of your life.* Word Publishing.

Hoekema, A. (1986). *Created in God's image.* W. B. Eerdmans Publishing Co.

Johnson, E. L. (Ed.). (2010). *Psychology and Christianity: Five views* (2nd ed.). InterVarsity Press.

Keller, T. (2013). *Walking with God through pain and suffering*. Hodder & Stoughton.

Kernis, M. H., Grannemann, B. D., & Mathis, L. C. (1991). Stability of self-esteem as a moderator of the relation between level of self-esteem and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, *61*(1), 80–84. https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.1.80.

LaRose, R., Lin, C. A., & Eastin, M. S. (2003). Unregulated Internet usage: Addiction, habit, or deficient self-regulation? *Media Psychology*, *5*(3), 225-253. https://doi.org/10.1207/s1532785xmep0503_01.

Lee, B. O., Lee, C. H., Lee, P. G., Choi, M. J., & Namkoong, K. (2000). Development of Korean version of alcohol use disorders identification test (AUDIT-K): Its reliability and validity. *Journal of*

www.kci.go.kr

Korean Academy Addiction Psychiatry, *4*(2), 83-92.

Masterson, J. F. (1988). The search for the real self: Unmasking the personality disorders of our age. The Free Press.

McGrath, A. & McGrath, J (2001). *Self-Esteem: The cross and Christian confidence*. Inter-Varsity Press.

Merriam, S. B. (1988). *Case study research in education: A qualitative approach*. Jossey-Bass.

Ministry of Health and Welfare (2016). *A survey on mental illness*. Retrived from http://www.index.go.kr/potal/main/EachDtlPageDetail.do?idx_cd=1441.

Moos, R. H., & Moos, B. S. (2006). Participation in treatment and Alcoholics Anonymous: A 16-year follow-up of initially untreated individuals. *Journal of Clinical Psychology, 62*(6), 735-750. https://doi.org/10.1002/jclp.20259.

Orth, U., Robins, R. W., & Roberts, B. W. (2008). Low self-esteem prospectively predicts depression in adolescence and young adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(3), 695-708. https://doi.org/10.1037/0022-3514.95.3.695.

Powlison, D. (2010). A biblical counseling view. In E. L. Johnson (Ed.), *Psychology and Christianity: Five view*s (2nd ed.). InterVarsity Press.

Rice, K. G., & Van Arsdale, A. C. (2010). Perfectionism, perceived stress, drinking to cope, and alcohol-related problems among college students. *Journal of Counseling Psychology*, 57(4), 439-450. https://doi.org/10.1037/a0020221.

Substance Abuse and Mental Health Service Administration. 2019 National Survey on Drug Use and Health. Retrieved from https://www.samhsa.gov/data/sites/default/files/reports/rpt29394/NSDUHDetailedTabs2019/NSDUHDetTabsSect6pe2019.htm#tab6-21b.%20Accessed%209/15/20.

Tomaka, J., Morales-Monks, S., & Shamaley, A. G. (2013). Stress and coping mediate relationships between contingent and global self-

www.kci.go.kr

esteem and alcohol-related problems among college drinkers. *Stress and Health*, *29*(3), 205-213. https://doi.org/10.1002/smi.2448.

Welch, E. T. (2001). *Addictions: A Banquet in the grave: Finding hope in the power*. P & R Publishing

Yin, R. K. (2011). *Qualitative research from start to finish*. The Guilford Press.

Zeigler-Hill, V. (2013). The importance of self-esteem. In V. Zeigler-Hill (Ed.), *Self-esteem* (p. 1–20). Psychology Press.

www.kci.go.kr

【Abstract】

Recovery from Alcohol Abuse through the Restoration of Biblical Identity: A Single Case Study of a Christian College Student

Shim, Jung Yeon*

This study explores, from a faith-based perspective, the process of recovery from alcohol misuse in a Christian university student. Counseling transcripts, interview data, and homework materials from a Christian university student who received eight sessions of biblical counseling for alcohol misuse were analyzed using Yin's (2011) case analysis method. At the beginning of counseling, the participant had low self-esteem based on negative self-images: "I who must do everything perfectly yet am always inadequate," "I who am no better than her," and "I who am ashamed before God." Her recovery began with an awakening to justification, which led to a biblical image of God grounded in justification and stronger spiritual knowledge of her existential identity as a child of God. She also fulfilled her spiritual longing to be filled with God through prayer, Scripture meditation, and a faith community. As her ego identity and self-esteem were restored through this realization of existential identity, and her spiritual longing and sensitivity were renewed, she was able to move away from alcohol misuse. This study empirically shows that gospel-grounded existential identity can serve as the foundation for restoring self-esteem in Christians' addiction recovery, and it offers implications for addiction counseling based on biblical identity.

Key words: Alcohol abuse, biblical counseling, biblical identity, justification, biblical psychology

---

* Calvin University / Adjunct Professor

www.kci.go.kr