

요한복음을 중심으로 한 예수님의 상담모델
- 분리와 개별화 사례연구 -

Jesus' Counseling Model in the Gospel of John: A Case Study on
Separation and Individuation

Evangel Christian University of America Asia

유서진 ph.D.

1. 연구배경 및 목적

현대 사회에서 가족 및 부부 관계는 지속적으로 변화하고 있으며, 특히 한국 사회의 가족 중심 문화는 개인의 심리적 독립과 정체성 형성에 중요한 영향을 미친다. 부모와 자녀 간의 강한 정서적 유대는 성인이 된 이후에도 지속되는 경우가 많으며, 이는 새로운 가족 체계 형성과 건강한 심리적 독립에 어려움을 초래할 수 있다. 부모는 자녀의 분리와 개별화를 거리감이나 불효로 받아들이고, 자녀는 죄책감과 내적 갈등을 경험하게 된다. 이러한 정서적 얽힘은 부부 관계보다 원가족 중심의 정서적 유대를 강화시키며, 고부 갈등이나 부부 갈등과 같은 가족 문제로 이어질 수 있다.

분리와 개별화는 단순한 개인의 독립이 아니라, 가족 구조와 문화 속에서 이루어지는 복합적인 심리적·관계적 과제이다. 이 과정이 지연될 경우 성인기에도 정서적 의존 상태가 지속되어 가족 갈등과 심리적 미성숙으로 연결될 수 있다. 상담 현장에서 성인 내담자가 여전히 원가족 중심으로 자신의 삶을 이해하거나, 과거 부모와의 관계에 정서적으로 고착되어 있는 모습을 자주 발견할 수 있다. 진정한 성장은 원가족의 역할과 이상화를 내려놓고, 하나님 앞에서 자기 정체성을 새롭게 형성하는 과정과 관련된다.

성경 또한 분리와 개별화의 중요성을 보여준다. 하나님께서 아브라함에게 “본토 친척 아비 집을 떠나 내가 네게 지시할 땅으로 가라”(창 12:1)고 명령하신 사건은, 기존의 관계와 정체성의 기반을 떠나 하나님의 부르심 안에서 새로운 삶으로 나아가는 분리의 출발을 보여준다. 또한 예수님께서 “사람이 그 아비와, 딸이 어미와, 며느리가 시어머니와 불화하게 하려 함이니”(마 10:34-37)라고 말씀하신 것은, 하나님 중심의 정체성 형성이 기존 가족 관계와의 긴장을 수반할 수 있음을 드러낸다. 이는 관계의 해체가 아니라, 신앙 안에서 새로운 정체성을 형성하기 위해 필요한 심리적·정서적 분리로 이해될 수 있다.

따라서 성경적 분리와 개별화는 하나님 앞에서 독립된 존재로 서는 동시에, 보다 성숙한 관계로 나아가기 위한 필수적인 과정이다. 본 연구는 현대 사회와 상담 현장에서 나타나는 분리의 어려움을 조명하고, 요한복음에 나타난 예수님의 상담 방식이 건강한 분리와 개별화에 어떠한 통찰을 제공하는지를 탐색하고자 한다.

본 연구의 목적은 예수님의 상담 사례를 마가렛 말러(Margaret Mahler)의 분리-개별화 이론과 연계하여, 개인의 건강한 정체성과 관계 회복이 어떻게 이루어질 수 있는지를 고찰하는 데 있다. 특히 요한복음에 나타난 사마리아 여인과 베드로의 만남을 중심으로, 예수님의 상담 방식이 내담자의 정체성 회복과 관계 변화에 미치는 의미를 분석한다. 또한 예수와 어머니 마리아의 관계, 마리아의 원가족으로부터의 분리, 성경 속 인물들의 분리와 개별화 사례를 함께 살펴봄으로써, 성경적 상담의 이론적·실천적 가능성을 제시하고자 한다.

본 연구의 구체적 목표는 첫째, 어머니 마리아의 원가족으로부터의 분리와 개별

화를 탐구하는 것이다. 둘째, 예수와 마리아의 상호작용 속에서 나타나는 심리적 거리 형성과 정서적 독립의 과정을 분석하여 예수님의 정체성 확립 과정을 고찰한다. 셋째, 요한복음에 나타난 사마리아 여인과 베드로의 상담 사례를 통해 분리·개별화 과정을 성경적으로 구체화한다. 넷째, 예수님의 상담 모델을 실제 상담 현장에 적용하여 건강한 분리와 개별화를 위한 상담 방안을 제시한다.

본 연구는 예수님의 상담 모델을 말리의 분리-개별화 이론과 통합하여 고찰함으로써, 성경적 상담의 이론적 확장과 실제 상담 현장에서의 적용 가능성을 제시한다. 이를 통해 성경적 상담이 단순한 위로나 조언을 넘어, 내담자의 정체성 회복과 관계 변화, 나아가 삶의 방향 회복을 돕는 통합적 상담 모델이 될 수 있음을 밝히고자 한다.

2. 이론적 배경

성경적 상담은 인간의 문제를 성경의 관점에서 이해하고, 그 해결을 하나님의 말씀 안에서 찾고자 하는 상담적 접근이다. 성경적 상담의 본질은 예수님의 상담에서 찾을 수 있다. 예수님은 고통 가운데 있는 사람들을 직접 찾아가 만나셨고, 그들의 삶의 자리에서 필요를 돌보셨으며, 직면하게 하시되 사랑으로 회복시키셨다. 이러한 상담 방식은 오늘날 상담 현장에서도 중요한 모델이 된다.

성경적 인간 이해에 따르면, 인간은 하나님의 형상대로 창조되었으나 죄로 인해 하나님과의 관계, 타인과의 관계, 자기 자신과의 관계에서 단절을 경험하게 되었다. 이로 인해 인간은 영적·정서적 고통 가운데 살아가게 되었으며, 하나님과의 관계 회복이 필요하다. 성경적 상담은 이러한 인간의 상태를 성경의 진리 안에서 이해하고, 피상담자가 하나님과의 관계를 회복하며 영적으로 성장하도록 돕는 과정이다. 이러한 관점은 성경적 상담을 성령의 사역으로 이해한 제이 E. 아담스와, 상담의 목표를 성숙으로 제시한 로랜스 크랩의 이론에서도 확인된다.

또한 이러한 흐름은 한국의 성경적 상담학자들에 의해서도 이어져 왔으며, 정정숙은 성경적 상담을 한국 교회 안에 소개하고 정착시키는 데 기여하였고, 김순초는 예수님의 상담 모델을 중심으로 성경적 상담에 대한 이해를 심화시켰다.

본 연구는 성경적 상담의 궁극적 모델을 예수 그리스도에게서 찾는다. 예수님의 상담은 내담자를 향한 깊은 수용과 회복을 이끄는 독특한 사랑에 기초한다. 특히 예수님은 고통받는 인간을 정죄하기보다 찾아가셨고, 그들의 결핍과 상처를 외면하지 않으셨으며, 진실을 직면하게 하심으로 새로운 삶으로 이끄셨다. 진정한 변화는 단순한 상담 기술의 결과가 아니라 성령의 역사와 하나님의 은혜 안에서 이루어진다.

심리학 이론과 관련하여 본 연구는 말리의 분리-개별화 이론을 중심으로 프로이트, 볼비, 위니콧의 정신역동 이론을 통합적으로 활용하였다. 말리의 이론에서 분리는 유아가 주양육자와의 심리적 융합에서 벗어나 자기와 대상을 구분하고 경계를 형성해 가는 과정이며, 개별화는 내적 자율성과 독자적인 자아 정체성을 발달시켜 가는 과정

이다.

말러는 인간의 심리적 탄생을 분리-개별화 과정으로 설명하였다. 생물학적 출생은 명확한 사건이지만, 심리적 탄생은 어머니와의 관계 속에서 점진적으로 이루어지는 정신 내적 과정이다. 이 과정은 생애 전반에 걸쳐 지속되며, 안정된 자기감과 타인과 관계 맺는 능력을 형성하는 데 중요하다. 말러의 분리-개별화 과정은 분화, 연습기, 재접근기, 대상항상성의 단계로 전개된다. 본 연구는 이러한 과정을 성경 속 인물들이 새로운 정체성과 사명을 형성해 가는 영적·심리적 성장 과정과 연결하여 이해한다.

또한 프로이트의 무의식 이론은 인간 내면을 이해하는 데 중요한 틀을 제공한다. 그러나 본 연구는 무의식을 억압된 충동의 저장소로만 보지 않고, 성경적 상담이 말하는 속사람의 변화와 연결하여 이해한다. 요한복음 21장의 베드로 회복 장면은 예수님께서 베드로의 억눌린 죄책감과 감정을 직면하게 하시고 사명을 회복시키신 사례로 볼 수 있다. 볼비는 애착 관계의 안정성이 정서와 대인관계 발달에 영향을 미친다고 보았고, 위니콧은 어머니의 충분한 환경 제공을 통해 자기 형성과 관계 발달이 이루어진다고 설명하였다.

결론적으로 본 연구는 말러의 분리-개별화 이론을 중심으로 프로이트의 무의식, 볼비의 애착, 위니콧의 자기 발달 이론을 함께 고찰함으로써, 인간의 내면과 관계 형성 과정을 이해하고 성경적 상담과 통합할 수 있는 이론적 토대를 마련하고자 한다.

3. 상담자 예수

예수는 완성된 성인으로 창조된 존재가 아니라, 동정녀 마리아의 몸을 통해 성령으로 잉태되어 인간과 동일한 출생과 성장 과정을 거쳐 이 땅에 오셨다. 이는 창조주께서 인간의 삶 속으로 들어오신 사건이며, 구속을 위한 낮아지심이자 인간을 향한 깊은 사랑의 표현이다. 예수의 성육신은 인간의 죄를 대속하기 위해 오신 사건이며, 하나님과 인간 사이의 장벽을 허무신 구속사의 중심이다.

예수의 출생은 정치적 억압과 고난의 역사 안에서 이루어졌다. 마태의 족보는 예수가 상처와 죄가 깃든 인간의 역사 속으로 오셨음을 보여준다. 이는 예수가 인간의 연약함과 수치의 현실 안으로 철저히 들어오신 분임을 드러낸다. 예수는 인간의 연약함과 고통, 상실과 내적 갈등을 경험하셨으며, 이러한 삶은 그분이 인간의 고통에 깊이 공감하는 참된 상담자이심을 보여준다.

본 연구는 예수의 인격 형성과 사명 수행을 어머니 마리아와의 관계 안에서 조명한다. 말러의 분리-개별화 이론에 따르면, 안정적인 애착과 공생 관계는 자녀가 자율적이고 독립적인 존재로 성장하는 데 중요한 토대가 된다. 예수와 마리아의 관계는 단순한 생물학적 모자 관계를 넘어, 신앙과 소명을 중심으로 재구성된 영적 동반자 관계로 발전하였다.

마리아는 수태고지 사건에서 하나님의 뜻을 자율적이고 주체적으로 수용하였다. 당시 처녀의 임신은 큰 충격과 혼란을 줄 수 있는 사건이었으나, 마리아는 “주의 여종이오니 말씀대로 내게 이루어지이다”라고 고백하며 자신의 삶을 하나님께 드렸다. 이후 엘리사벳을 찾아가 신앙적 지지를 얻고 자신의 사명을 확인하였다. 이는 마리아가 정서적으로 성숙한 분화를 이루고 있었음을 보여준다.

예수의 출생은 역사적·사회적 고난 속에서 이루어졌다. 만삭의 마리아는 요셉과 함께 베들레헴으로 향했고, 여관에 자리가 없어 말구유에서 예수를 낳았다. 이 가난한 출산 환경은 예수의 삶이 가장 낮은 자리에서 시작되었음을 상징한다. 목동들이 가장 먼저 구원의 소식을 듣고 응답한 사건은 예수의 탄생이 온 인류를 위한 사건이며, 훗날 예수의 사역이 가난하고 소외된 이들을 향하게 될 것을 예고한다. 마리아가 이 모든 일을 마음에 새기고 생각했다는 것은 그녀가 사건의 의미를 내면화하고 성찰하는 인격적 존재였음을 보여준다.

예수와 마리아의 분리-개별화 과정은 성경의 여러 장면에서 나타난다. 먼저 12세 성전 사건에서 예수는 “내가 내 아버지 집에 있어야 할 줄을 알지 못하셨나이까”라고 말하며 자신의 존재 중심이 부모가 아닌 하나님께 있음을 드러낸다. 이는 예수의 초기 정체성 형성과 원가족으로부터의 심리적 분리-개별화를 보여준다.

가나의 혼인잔치에서는 예수가 마리아에게 “여자여, 나와 무슨 상관이 있나이까? 내 때가 아직 이르지 아니하였나이다”라고 응답한다. 이는 예수가 자신의 신적 사명과 정체성을 자각한 독립된 인격체로서 어머니와 심리적 거리를 설정하고 있음을 보여준다. 그러나 마리아는 “그가 시키는 대로 하라”고 말하며 예수의 뜻을 존중한다. 이는 마리아가 어머니의 자리에서 예수의 사역을 신뢰하고 협력하는 제자의 자리로 전환되고 있음을 의미한다.

십자가 사건은 예수와 마리아의 분리-개별화가 절정에 이르는 장면이다. 예수는 죽음을 앞두고 어머니를 사랑하는 제자에게 맡기며, 혈연적 관계를 새롭게 재구성하고 자신의 사명을 완성한다. 마리아 역시 고통 속에서도 아들을 붙잡지 않고 하나님의 뜻 안에서 보내는 성숙한 양육자의 모습을 보인다. 이 장면은 예수가 하나님의 아들로써 사명을 완성하고, 마리아가 믿음의 공동체 안에서 새로운 정체성을 받아들이는 양방향의 개별화 사건으로 해석된다.

마리아는 원가족과의 관계 속에서도 정서적 분리와 개별화를 이루어 간 모습을 보여준다. 수태고지에서 그녀는 원가족의 동의나 보호 없이 하나님의 뜻에 응답하였고, 엘리사벳에게로 가는 선택을 통해 물리적·정서적 거리두기를 실천하였다. 요셉과 함께 예수의 탄생을 준비하면서 새로운 가족 단위를 형성하였으며, 이후 예수의 공생애 속에서 생물학적 모성 중심의 정체성에서 벗어나 영적 공동체의 일원으로 변화해 갔다. 사도행전 1장 14절에서 마리아가 초대교회 공동체와 함께 기도하는 장면은 그녀가 신앙 공동체 안에서 새로운 자아를 형성했음을 보여준다.

4. 성경 속 분리와 개별화

마리아와 리브가는 자녀와의 관계에서 서로 다른 방식의 분리와 개별화를 보여준다. 리브가는 하나님의 언약 성취를 위해 야곱의 축복 사건에 적극적으로 개입했으며, 자녀의 개별화보다 언약 성취에 초점을 둔 모성 방식을 보였다. 반면 마리아는 예수의 자율성과 신적 사명을 존중하며 비개입적이고 신앙 중심적인 모성 역할을 수행하였다.

리브가가 강한 신앙과 행동력으로 자녀와의 관계를 이끌었다면, 마리아는 영적 신뢰를 바탕으로 관계를 재조정하며 예수의 분리-개별화를 수용하였다. 두 인물의 비교는 모성이 단순한 양육 기능을 넘어, 신앙과 정체성의 통합을 통해 자녀와의 건강한 분리를 가능하게 함을 보여준다.

성경은 개인과 공동체가 분리와 개별화를 통해 정체성을 형성하고 하나님의 부르심에 응답하는 다양한 사례를 제시한다. 구약에서 아브라함은 고향과 가족을 떠나 하나님의 언약을 따라 새로운 정체성을 형성하였다. 야곱은 떠남과 씨름의 과정을 통해 ‘이스라엘’로 변화되었으며, 요셉과 모세 역시 고난과 분리를 통해 사명을 발견하고 민족을 위한 지도자로 성장하였다. 이스라엘 백성이 애굽을 떠나 광야를 거치는 과정은 공동체적 차원의 분리와 개별화를 보여준다.

신약에서도 분리와 개별화의 과정은 분명하게 나타난다. 예수는 광야 시험을 통해 자신의 사명을 확증하였고, 제자들은 기존의 삶을 떠나 새로운 정체성과 소명을 받아들였다. 베드로의 신앙 고백과 바울의 회심은 개인적 개별화의 전환점을 보여준다. 탕자의 비유는 실패와 회복 속에서도 정체성이 재형성될 수 있음을 드러내며, 초대교회는 유대교의 경계를 넘어 새로운 공동체 정체성을 확립하였다.

이처럼 성경의 분리와 개별화는 단순한 독립이 아니라, 하나님과의 관계 안에서 사명과 정체성을 형성해 가는 영적 여정이다. 이는 인간이 과거의 관계와 제약을 넘어 하나님의 형상으로 회복되어 가는 신앙적 성숙의 과정이라 할 수 있다.

5. 예수님 상담모델 사례연구

본 연구는 요한복음에 나타난 예수님과 사마리아 여인의 만남, 그리고 부활 후 베드로 회복 사건을 중심으로 예수님의 상담모델을 분석한다. 성경 속 인물들은 단순히 과거의 신앙적 인물이 아니라, 현실적 갈등과 정서적 어려움을 경험한 인간적 존재들이다. 따라서 이들의 삶과 예수님과의 만남은 오늘날 상담 현장에도 중요한 통찰을 제공한다.

예수님의 상담은 단순한 기법이 아니라 ‘애틀는 마음’, 곧 스피랑크니조마이(σπλᾱγχνίσματα)에 기초한다. 이는 창자가 끊어질 듯한 깊은 연민을 의미하며, 상처 입고 소외된 인간을 향한 예수님의 근원적 공감이다. 이러한 공감은 단순한 정서적 이해를 넘어, 성육신과 십자가로 이어지는 존재적 사랑이며, 예수님의 상담이 가능해지는 토대가 된다.

예수님의 상담은 내담자가 기존의 의존적 관계와 왜곡된 자기 이해에 머물지 않도록 돕고, 하나님과의 관계 안에서 자신을 새롭게 인식하도록 이끈다. 이 과정에서 예수님은 단순한 위로나 수용에 머무르지 않으시고, 내담자가 감당할 수 있는 수준에서 자신의 현실을 직면하도록 하신다. 이러한 경험은 회피가 아닌 성숙으로 나아가게 하는 적절한 좌절로 작용하며, 내담자의 내면을 더욱 단단하게 만드는 계기가 된다.

사마리아 여인은 반복된 관계 실패와 수치심 속에 살아가던 인물이다. 정오에 홀로 우물가에 나온 모습은 그녀의 사회적 고립과 내면의 단절을 보여준다. 예수님은 “물을 좀 달라”(요 4:7)고 요청하시며 그녀의 삶의 자리로 들어가셨고, 이는 깊은 공감에 기초한 접근이었다. 그러나 예수님은 그녀의 상태를 그대로 유지시키지 않으시고, “가서 네 남편을 불러 오라”(요 4:16)는 말씀을 통해 그녀가 피하고 있던 삶의 문제를 마주하게 하셨다.

이 장면은 수치심을 자극하기 위한 것이 아니라, 그녀가 감당할 수 있는 방식으로 자신의 현실을 직면하도록 이끄는 과정이었다. 이러한 경험은 그녀에게 불편함과 긴장을 동반하는 좌절로 작용했지만, 동시에 자기 이해로 나아가는 전환점이 되었다. 이어서 “내가 그다”(요 4:26)라는 계시는 그녀가 외적 관계가 아닌 하나님과의 관계 안에서 자신을 새롭게 이해하도록 하는 결정적 계기가 되었다. 결국 그녀는 물동이를 내려놓고 공동체로 돌아가 복음을 전하는 존재로 변화되었다.

베드로 역시 예수님을 부인한 이후 죄책감과 정체성 혼란 속에서 과거의 삶으로 돌아갔다. 이는 자신의 실패를 감당하기 어려운 상태에서 나타난 심리적 후퇴로 볼 수 있다. 그러나 예수님은 디베랴 호수에서 그를 다시 찾아오셨고, 숯불 곁에서의 식사와 “네가 나를 사랑하느냐”(요 21:15-17)는 질문을 통해 그의 상처를 회피하지 않고 직면하도록 하셨다.

예수님의 질문은 베드로의 과거를 다시 떠올리게 하는 동시에, 그가 감당할 수 있는 방식으로 자신의 실패를 받아들이도록 돕는 역할을 한다. 이는 단순한 반복 질문이 아니라, 죄책감 속에 머물러 있던 베드로가 그 감정을 통과하도록 돕는 적절한 좌절의 과정이었다. 예수님은 정죄하지 않으시면서도 그를 그 자리에 머물게 하지 않으셨고, “내 양을 먹이라”는 사명을 부여하심으로 새로운 방향으로 나아가도록 이끄셨다.

결론적으로 사마리아 여인과 베드로의 사례는 예수님의 상담이 깊은 공감에서 출발하여, 내담자가 자신의 상처와 현실을 직면하도록 돕고, 그 과정에서 경험하는 적절한 좌절을 통해 더욱 성숙한 정체성과 삶의 방향으로 나아가게 함을 보여준다. 이는 예수님의 상담이 단순한 위로나 문제 해결을 넘어, 존재의 변화와 사명으로 이어지는 통합적 상담모델임을 시사한다.

6. 연구자의 분리와 개별화 상담 사례

본 사례는 예수님의 상담 원리를 실제 상담 장면에서 적용한 기록이다. 상담자는 사마리아 여인을 찾아가신 예수님의 태도와 베드로를 회복시키신 사랑을 본받아, 성

령의 도우심 안에서 내담자 곁에 머물고자 하였다. 내담자 김사랑(가명, 45세)은 기독교인으로, 남편과 두 딸이 있으나 원가족, 특히 어머니와 언니와의 정서적 얽힘으로 깊은 불안과 갈등을 경험하고 있었다.

내담자는 어린 시절 어머니의 가출, 아버지의 자살, 언니와 어머니의 지속적인 비난 속에서 버려짐과 소외감을 경험하였다. 이로 인해 자신을 가치 없는 존재로 인식하고, 원가족의 인정과 사랑을 얻기 위해 눈치 보며 살아왔다. 상담에서는 말리의 분리-개별화 이론과 성경적 상담 관점을 통합하여, 내담자가 원가족과의 병리적 밀착에서 벗어나 건강한 심리적 경계와 정체성을 형성하도록 도왔다.

상담 과정에서 내담자는 가족관계도를 통해 원가족의 역기능 구조를 인식하고, 억눌린 감정과 욕구를 표현하기 시작하였다. 특히 8회기에는 언니와의 정서적 융합에서 벗어나기 위한 깊은 감정 분출과 애도 작업이 이루어졌다. 이 과정에서 내담자는 “누가 정죄하리요”(롬 8:33), “나도 너를 정죄하지 않는다”(요 8:11)는 복음의 진리 안에서 왜곡된 자기 인식에서 벗어나는 전환을 경험하였다.

이후 내담자는 원가족 중심의 삶에서 남편과 자녀 중심의 현재 가족으로 정서적 중심을 옮기게 되었다. 또한 창세기 2장 24절의 말씀처럼 부모를 떠나 자신의 가정을 세워가는 신앙적 분리를 받아들이게 되었다. 상담 결과 내담자는 자신의 감정과 욕구를 인식하고 표현할 수 있게 되었으며, 어머니와 언니의 평가로부터 정서적 거리를 형성하였다.

또한 내담자는 남편과 자녀의 사랑을 새롭게 받아들이고, 현재의 가족 안에서 자신의 역할과 사명을 회복하였다. 종결 회기에서 내담자는 “평생 무겁게 지고 있던 짐을 내려놓은 느낌”이라고 고백하였다. 이는 원가족의 상처에서 분리되어 하나님 앞에서 새로운 정체성과 삶의 방향을 세워가는 분리-개별화 상담의 열매로 이해된다.

7. 연구 결과

본 연구는 요한복음을 중심으로 예수님의 상담 모델을 정신역동 이론과 말리의 분리-개별화 이론의 관점에서 분석하였다. 연구 결과, 예수님은 어머니 마리아와의 안정적인 애착 관계 안에서 충분한 공생을 경험하셨고, 이후 성전 사건, 가나의 혼인 잔치, 십자가 사건을 거치며 점진적인 분리와 독립, 그리고 관계의 재구성을 이루셨다. 마리아 또한 예수의 정체성과 사명을 수용하며 어머니의 자리에서 제자의 자리로 전환되었다. 이는 안정적인 애착을 기반으로 자녀의 자율성을 존중하는 건강한 모성의 사례로 이해된다.

예수님의 상담은 단순한 기법이나 접근 방식이 아니라, 헬라어 스피랑크니조마이(σπλaxxvνίζoμαι)로 표현되는 애끓는 사랑에 기초한다. 이 사랑은 인간의 고통을 외면하지 않고 깊이 품으며, 내담자의 존재 전체를 향해 다가가는 근원적 동력으로 작용한다. 이러한 기초 위에서 예수님의 상담에는 몇 가지 특징이 나타난다.

첫째, 예수님은 내담자를 먼저 찾아가셨다. 사마리아 여인에게는 우물가로 찾아가셨

고, 베드로에게는 실패 후 디베랴 호수로 찾아가셨다. 둘째, 예수님은 내담자가 무너지지 않도록 감당 가능한 적절한 좌절 속에서 진실을 직면하게 하셨다. 셋째, 예수님은 육체적·정서적·영적 결핍을 채우시는 전인적 돌봄을 보이셨다. 넷째, 예수님은 내담자를 과거의 상처와 왜곡된 관계에서 벗어나게 하여 새로운 관계와 공동체로 이끄셨다. 다섯째, 상담의 결과로 내담자가 복음의 사명을 감당하는 존재로 회복되도록 하셨다.

본 연구자는 이러한 예수님의 상담 원리를 실제 상담 사례에 적용하였다. 상담자는 사마리아 여인을 찾아가신 예수님의 태도를 따라 내담자를 직접 찾아갔으며, 베드로를 위해 식탁을 준비하신 예수님의 모습을 본받아 매 회기 소박한 먹을거리를 나누었다. 또한 모든 상담을 기도로 준비하며, 예수님의 애틍는 사랑이 상담자를 통해 내담자에게 전달되기를 구하였다.

상담 과정에서 내담자는 원가족과의 정서적 얽힘을 인식하고 가족관계도를 통해 관계구조를 객관화하였다. 이후 감당 가능한 좌절과 애도의 과정을 통과하며 원가족으로부터 심리적 거리를 형성하였고, 정서적 중심이 현재의 가족으로 이동하면서 새로운 정체성과 삶의 방향을 회복해 갔다.

본 연구를 통해 확인된 중요한 통찰은, 원가족과의 깊은 상호의존이나 과거의 상처에 머물수록 건강한 분리와 개별화가 어렵다는 점이다. 그러나 예수 그리스도와의 인격적 만남은 내담자가 직면과 적절한 좌절을 견디며 회복의 여정을 걸어가도록 하는 궁극적인 힘이 된다. 예수님의 상담은 내담자를 무너뜨리는 좌절이 아니라, 성장을 가능하게 하는 좌절을 통해 새로운 존재로 세우는 과정이며, 하나님 안에서 참된 정체성과 사명을 발견하도록 이끈다.

따라서 성경적 상담은 단순한 문제 해결이나 위로에 머무르지 않고, 내담자의 존재와 정체성을 근본적으로 회복시키는 통합적 상담 모델이다. 예수님의 상담 원리는 오늘날 상담 현장에서 먼저 찾아가는 태도, 전인적 돌봄, 적절한 좌절을 통한 직면, 원가족으로부터의 건강한 분리, 그리고 새로운 공동체와 사명으로서의 이끄심이라는 실제적 지침을 제공한다. 결국 예수님의 분리-개별화 상담 모델은 현대 상담과 목회 영역 속에서도 적용 가능한 성경적 상담의 중요한 모델이라 할 수 있다.

8. 제언 및 향후 연구 방향

본 연구는 요한복음에 나타난 예수님의 상담 모델을 정신역동 이론과 말리의 분리-개별화 이론의 틀에서 분석함으로써, 성경적 상담이 내담자의 전인적 회복을 위한 실질적 대안이 될 수 있음을 제시하였다. 이를 바탕으로 다음과 같은 제언과 향후 연구 방향을 제시한다.

첫째, 성경적 상담은 단순한 기법을 넘어 인격적 만남과 영적 돌봄에 기초한 상담이다. 그러므로 상담자는 예수님의 인격을 깊이 묵상하고, 그분의 시선으로 내담자를 바라보는 훈련이 필요하다. 이를 위해 상담자는 지속적인 자기 성찰과 영적 성숙을 이

루어야 한다. 예수님의 상담은 기술보다 존재에서 출발하며, 상담자의 인격과 영성이 상담 과정에 중요한 영향을 미친다.

둘째, 성경적 상담의 실제적 적용을 위해 상담자와 교회 리더십 간의 협력적 돌봄 체계가 필요하다. 특히 원가족 관계에서 비롯된 정서적 갈등은 단회적 조언이나 개인 상담만으로 해결되기 어렵기 때문에, 공동체 차원의 지속적인 지원이 요구된다. 상담자는 예수님의 상담 원리를 삶 속에서 실천하며, 내담자와 동행하는 역할을 감당해야 한다.

셋째, 본 연구는 단일 사례에 기반한 질적 분석이므로, 향후에는 다양한 배경의 내담자를 대상으로 한 확장된 사례 연구와 임상 적용이 필요하다. 또한 예수님의 상담에 대한 연구를 성경 전체의 구속사적 흐름 속에서 통합적으로 해석하려는 시도가 요구된다. 요한복음뿐 아니라 구약 인물과 다른 복음서의 사례를 포함하여 분리-개별화 과정과 하나님의 돌보심을 분석한다면, 성경적 상담의 범위는 더욱 확장될 수 있을 것이다.

넷째, 애착 이론과 대상관계 이론 등 다양한 심리학 이론과의 통합적 연구를 통해 성경적 상담의 이론적 깊이와 실천적 적용 가능성을 강화해야 한다. 본 연구는 말리의 분리-개별화 이론을 중심으로 논의를 전개하였지만, 인간의 정서 발달과 관계 형성은 다양한 이론적 관점에서 더욱 풍성하게 이해될 수 있다. 따라서 향후 연구에서는 성경적 인간 이해를 중심에 두되, 심리학 이론과의 비판적이고 통합적인 대화가 필요하다.

다섯째, 실제 상담 현장에 적용 가능한 교육 자료와 훈련 프로그램 개발이 요청된다. 성경적 상담이 실제 현장에서 효과적으로 적용되기 위해서는 상담자가 내담자를 충분히 수용하면서도 건강한 경계를 세울 수 있는 전문성과 영적 성숙을 함께 갖추어야 한다. 특히 원가족과의 정서적 얽힘, 부부 갈등, 자녀의 독립 문제를 다루는 상담 프로그램은 한국 사회의 가족 문제를 이해하고 돕는 데 중요한 도구가 될 수 있다.

끝으로, 본 연구자의 상담 사례는 연구자가 수행한 상담을 바탕으로 내담자의 경험과 진술에 근거하여 구성된 해석임을 밝힌다. 또한 연구에 참여한 내담자에게 깊은 감사를 전한다. 본 연구는 한 개인의 회복 여정을 담은 기록으로서, 성경적 상담이 실제 삶 속에서 치유와 변화의 통로가 될 수 있음을 시사한다.

9. 결론

본 연구는 요한복음을 중심으로 예수님의 상담모델을 말리의 분리-개별화 이론과 정신역동 이론의 관점에서 분석하고, 이를 실제 상담 사례에 적용함으로써 성경적 상담의 이론적·실천적 가능성을 고찰하였다. 연구의 핵심은 예수님의 상담이 단순한 위로나 문제 해결이 아니라, 내담자의 존재와 정체성을 회복시키고 새로운 관계와 사명으로 이끄는 통합적 상담모델이라는 점에 있다.

예수님의 상담은 깊은 사랑과 수용에서 출발한다. 그러나 그 사랑은 내담자를 현

실 회피 속에 머물게 하는 수용이 아니라, 진실을 직면하게 하고 성장으로 이끄는 사랑이다. 사마리아 여인에게 예수님은 수치심 속에 숨겨진 삶의 현실을 마주하게 하였고, 베드로에게는 부인의 상처와 죄책감을 직면하게 하셨다. 그러나 그 과정은 정죄가 아니라 회복을 위한 초대였으며, 내담자가 감당할 수 있는 수준에서 이루어진 적절한 좌절이었다.

말리의 분리-개별화 이론은 이러한 성경적 상담 과정을 이해하는 데 중요한 통찰을 제공한다. 인간은 관계 속에서 자기를 형성하지만, 건강한 성숙을 위해서는 융합적 관계에서 벗어나 독립된 자기로 서는 과정이 필요하다. 본 연구는 이 과정을 단순한 심리적 독립이 아니라, 하나님과의 관계 안에서 새로운 정체성과 사명을 발견하는 신앙적 성숙의 과정으로 이해하였다.

예수와 마리아의 관계는 이러한 분리와 개별화의 중요한 모델을 제공한다. 마리아는 예수의 신적 정체성과 사명을 수용하며, 어머니의 자리에서 제자의 자리로 전환되었다. 예수 또한 부모와의 관계 안에서 성장하셨으나, 궁극적으로 하나님 아버지의 뜻 안에서 자신의 정체성과 사명을 확립하셨다. 이는 건강한 분리와 개별화가 관계의 단절이 아니라, 하나님 안에서 관계를 새롭게 재구성하는 과정임을 보여준다.

또한 연구자의 상담 사례는 예수님의 상담 원리가 실제 상담 현장에서 적용될 수 있음을 보여준다. 내담자는 원가족과의 정서적 융합과 오래된 상처 속에서 불안과 갈등을 경험하였으나, 상담 과정을 통해 원가족의 평가로부터 정서적 거리를 형성하고, 현재 가족 안에서 자신의 역할과 사명을 회복하였다. 이는 성경적 상담이 내담자의 내면 회복뿐 아니라 실제 삶의 관계 변화로 이어질 수 있음을 보여주는 사례이다.

결론적으로 예수님의 상담모델은 현대 한국 사회의 가족 갈등과 정서적 독립의 어려움을 이해하고 돕는 데 중요한 상담적 지침을 제공한다. 이 모델은 먼저 찾아가는 사랑, 깊은 수용, 전인적 돌봄, 적절한 좌절을 통한 직면, 건강한 분리와 개별화, 새로운 공동체와 사명으로의 회복이라는 특징을 가진다. 따라서 성경적 상담은 인간의 고통을 하나님의 구속적 사랑 안에서 이해하고, 내담자가 하나님 앞에서 참된 자기와 삶의 방향을 회복하도록 돕는 통합적 상담으로 발전해 갈 수 있다.

본 연구는 요한복음에 나타난 예수님의 상담을 통해, 성경적 상담이 오늘날 상담 현장에서도 실제적인 치유와 변화의 통로가 될 수 있음을 확인하였다. 또한 분리와 개별화는 단순히 부모로부터 멀어지는 과정이 아니라, 하나님 앞에서 독립된 존재로 서고, 더 성숙한 사랑과 관계로 나아가는 신앙적 여정임을 제시하였다. 이러한 점에서 본 연구는 성경적 상담과 심리학 이론의 통합 가능성을 보여주며, 현대 상담과 목회 현장에 적용 가능한 실천적 방향을 제공한다