

# 1. 하나님의 형상과 인간의 타락

- 알코올 중독을 중심으로

## 1-1. 말씀 묵상

말씀 창세기 1: 24-31, 3:8-10, 로마서 1:28-32

찬송 79장 '주 하나님 지으신 모든 세계'

### 묵상

1. 하나님께서 지으신 처음 세상은 어떠했습니까?(창 1:31 앞)
2. 사람은 누구의 형상에 따라 지음을 받았습니까?(창 1:27)
3. 죄를 짓고 난 뒤에 하나님이 부르시자 그 소리를 듣고 아담은 어떤 행동을 했습니까?(창 3:8-10)
4. 성경에 의하면 죄로 타락한 인간은 어떤 모습입니까?(롬 1:29-32)
5. 알코올, 마약, 도박에 중독되어 살아가는 사람들이 주변에서 종종 볼 수 있습니다. 이것도 죄로 타락한 모습이라고 보십니까? 왜 그렇게 생각합니까?
6. 디지털시대를 맞이하여 인터넷중독, 게임중독, 모바일중독이 최근 심각한 사회 문제로 새로 나타나고 있습니다. 이 경우도 죄로 타락한 모습이라고 할 수 있을까요? 왜 그렇게 생각합니까?

## 1-2. 중독 이론 (알코올중독의 경우)

### ☛ 예화

이주정씨(남, 38세)는 교회에서 현재 아내를 만나 결혼했다. 그런데 사회생활을 하면서 대인관계와 직장 업무에 어려움을 느껴 직장을 들어갔다가 얼마 있지 못하고 사직을 반복하는 등 사회생활이 순탄치 않았다. 이런 스트레스를 해소하려고 반복해서 술을 마시기 시작했고, 그러자 특하면 결근을 하고, 충동적으로 행동하는 등 직장생활에 악영향을 끼치고 있다. 부부간에도 싸움이 많아지고, 갈등이 심각해지고, 대화를 거의 하지 않고 있다. 그 때마다 또 술을 마시며 괴로움을 잊으려고 한다. 아내는 교회생활을 열심히 하고, 매일 새벽기도를 다니고 있지만, 속으로는 남편과의 갈등 때문에 괴로워하며, 불안하

고 우울증 초기 증상을 보이고 있다.

이주정씨의 아버지도 술을 많이 마셔서 간암으로 돌아가셨다. 어릴 때 교회집사님들이 “네 아버지가 시장에서 야단났다”고 해서 가보면 아버지가 술에 취해서 몸을 가누지 못하고 소리를 지르며 길거리에 누워있거나, 다른 사람들과 싸우는 것을 볼 때마다 창피했다. 어른이 되면 자신은 절대로 그러지 말아야지 하고 결심을 했다.

그런데 자신이 술에 취해 있는 모습을 보면 술취한 아버지의 모습인 것을 보고 깜짝 놀란다. 사회생활에 지장이 있고, 자녀들에게도 죄책감이 들어 술을 끊거나 조금 마시려고 해보지만 잘 되지 않는다. 최근에는 문제가 심각하다는 것을 알고 본격적으로 치료받겠다고 생각했지만 직장 생활이 바빠서 시간내는 것이 어렵다. 가장의 역할을 제대로 하지 못해서 미안하지만 술 마시는 것도 포기가 안 된다. 교회에는 가끔 나가지만 술 마시는 것을 죄로 여기는 분위기기 때문에 누구에게 힘든 처지를 터놓고 말하기 어렵다. 어떻게 해야 할지 모르겠다.

아내는 이런 모습을 결혼 전에는 보지도 못하고, 듣지도 못해서 선뜻 남편에게 상담이나 병원 치료를 받으라고 말을 못하고 ‘내가 열심히 기도하면 남편이 좋아질 것’이라고 막연히 생각하고 있다. 어떻게 해야 할까?

1. 만일 자신이 사례 속의 이주정씨라면 어떻게 해야 할까요?
2. 이주정씨가 술을 끊겠다고 결심했는데도 자꾸 마시게 되는 것은 왜 그럴까요?
3. 만약 교회에서 이런 처지의 아내를 만난다면 어떻게 조언할 수 있을까요?

## ★ 알코올 중독에 관한 이론

### 1. 알코올 중독이란?

- 알코올 중독이란

과도한 음주로 인해 정신적, 신체적, 사회적기능에 문제가 발생하는 단계

- 알코올 의존자 특징

알코올남용은 의존과 중독이 되기 이전단계로 학교나 직장, 자녀양육 등 알코올과 관련하여 본인과 타인의 삶의 행복과 안녕을 해칠 정도의 음주행동을 말한다. 초기에는 쉽게 생각할 수 있으나 차츰 정신적, 신체적, 사회적 기능에 장애가 오고 지속적으로 진행되어 심각해지면 알코올의존 즉 중독에 이를 수도 있다.

- 알코올 의존이란?

알코올남용이 심해진 상태로, 내성이 생기고, 금단증상이 나타나며 조절력이 상실된 단계

- 알코올 의존자 특징

알코올 의존은 진행성 질병으로 누구나 처음부터 의존되지 않는다. 술을 먹다보면 자신도 모르는 사이에 알코올이 삶의 일부분이 된다. 외롭고 우울하고 스트레스를 받고, 술이 없으면 자신감과 의욕이 없어져 어떤 일상생활을 유지하기 힘든 질병이지만 꾸준한 상담과 치료를 하면 회복이 가능한 질병이다.

### 2. 알코올 중독의 신체적 증상

- 알코올 중독과 소화기

술을 마시게 되면 위궤양을 일으키는 물론 술과 함께 담배를 피우면 후두암과 구강암이 발생할 위험률이 상당히 높다. 식도와 위 부위의 암 발생률이 높아지며 식사 부족과 무기질 및 필수비타민 흡수장애로 인한 비타민 결핍증으로 고통을 받게 된다.

- 알코올 중독과 간

간은 우리몸의 화학공장이다. 즉 각종영양분의 대사와 뇌와 신체에 필요한 영향을 공급하고 독성물질을 해독하는 기관이다. 술을 과음하게 되면 알코올성 지방간이 생기고, 심하면 감염과 간경화가 나타나 음주를 지속하면 사망에 이를 수 있다.

- 알코올 중독과 심혈관과 혈액순환

미량의 술은 심혈관이나 혈액순환에 도움이 된다고 하지만 하루에 5잔 이상을 장기간 복용하면 혈액의 응고를 돕는 혈소판의 기능을 떨어뜨리고 면역체계에 영향을 주고, 심근경색과 같은 심혈관질환에 직접적인 영향을 준다.

- 알코올 중독과 뇌

술을 조금마시면 처음에는 중추 및 말초신경이 흥분되고 위산분비가 촉진되며 도파민이라는 신경전달물질이 분비되어 기분이 좋아지게 된다. 그러나 술을 과음하고 폭음하면 뇌의 기능이 억제되고 뇌세포가 영향을 받아 기억력과 행동 등에 영

향을 미친다. 심해지면 치매가 올수도 있다.

### 3. 알코올중독의 정신사회적인 영향

자신의 문제를 계속 술을 마시는 것으로 풀려고 하면 마시는 알코올의 양이 점점 늘어나고 부정심리가 강화된다. 문제 음주를 하는 사람들은 대부분 그렇게 계속 술을 마시는 것이 얼마 심각하지를 알지 못한다. 문제 음주자가 과음, 폭음 등을 계속 하면 자신도 모르는 사이에 알코올 의존으로 가게 된다. 알코올 의존이 되면 술을 조절하는 능력을 상실하게 되어 자제와 조절이 어렵다.

### 4. 알코올이 가족에게 미치는 영향

- 음주문제가 가정생활의 중심이 된다.

- 음주자로 인해 신체, 정신 건강상의 문제가 생긴다.

- 배우자의 경우 불안, 우울, 강박증, 신경성 두통, 화병에 시달리고, 자녀들은 학습장애나 학교생활 부적응 아동이 된다.

- 당뇨, 고혈압 심장질환 등의 신체질환이 악화된다.

- 가정폭력의 피해자가 되기도 한다.

- 음주자의 무능력함을 인해 생활고에 시달린다.

- 소외감, 수치감으로 사람들과 만나는 것을 기피하고 점점 고립된 생활을 하게 된다.

### 5. 가족 중에 알코올 중독자가 있으면 어떻게 해야 하나요?

- ▶ 알코올전문 치료기관이나 전문가의 도움을 받는다.

- ▶ 관련기관이나 자조모임에 참석해본다.

- ▶ 알코올중독 폐해에 대한 정보와 지식을 습득한다. (알아야 치료할 수 있다)

- ▶ 가족의 증상 즉 공동의존이 무엇인지를 알고, 사랑하되 이성적으로 대응한다.

- ▶ 알코올중독을 이해하는 사람들과 이야기를 나눈다.

- ▶ 스스로를 존중하고 스스로에 대한 책임을 진다.

- ▶ 알코올중독환자의 새로운 관심사, 대체활동을 권장한다.

  - 새로운 취미 활동 및 운동, 레저를 적극 권장한다.

- ▶ 알코올환자에게 설교하려고 하거나 가르치려 하지 않는다.

- ▶ 알코올중독자에게 치료를 억지로 강요하지 않는다.

### 6. 알코올 중독자 주변의 이웃들은 이렇게 도울 수 있습니다.

- ▶ 알코올중독자는 도덕적으로 지탄받아야 할 대상이 아니라 고통받는 질환의 피해자이므로 치료받을 수 있도록 돕는다.

- ▶ 알코올 문제가 있는 가정을 접했을 때 고통을 호소하는 사람부터 도움을 받도록 배려하고 권고한다.

- ▶ 알코올중독자 스스로 술을 끊고자 하는 의지 없으면 누구도 끊게 할 수 없으

므로 스스로 술을 끊고자 하는 마음이 생기도록 이해하고 도와주어야 한다.

- ▶ 알코올중독자가 도움을 받을 수 있는 상담기관(중독관리통합지원센터, 중독관련병원, 자조모임 등)을 알아보고, 안내해 준다.
- ▶ 경제적으로 직접 돕는 것보다 자립할 수 있는 정보를 주는 것이 도움이 된다. (의료보호, 생활보호, 사회복지제도 안내 등)
- ▶ 알코올중독자가 단주하는 동안에도 지속적인 회복과 성숙이 필요하므로 주위에서 같이 단주를 하면서 생활에 잘 적응할 수 있도록 도와주어야 한다.
- ▶ 단지 술을 끊어야 한다고 강요하기보다 술을 마시지 않고도 잘 생활 할 수 있도록 많은 용기를 주어야 한다.
- ▶ 알코올중독자와 가족을 돕는데 최선을 다하는 것이 중요하다. 그들을 평가하거나 그들에게 무엇을 하라고 강요해서는 안 된다는 것을 항상 주의해야 한다.
- ▶ 알코올중독자를 돕는 것은 나의 영적 성숙에 도움을 준다.

### 1-3. 질문과 토론

1. 이주정씨나 그 아버지가 술을 마시고, 다른 사람들과 싸우거나 가정 폭력을 하는 경우에 주변에서 ‘믿음으로 기도하면’ 좋아질까요? 그렇다고 하면 왜 그렇다고 생각합니까? 아니라면 어떻게 해야 합니까?
2. 우리 주변 공원이나 해수욕장 혹은 시장골목 등에서 늘 술에 취해 말썽을 일으키는 사람들이 있습니다. 우리 사회는 이 사람들을 어떻게 해야한다고 생각합니까?
3. 우리 사회 청소년들이 알코올에 중독되지 않도록 해야 하는 일이 무엇이 있다고 생각합니까?
4. 우리 교회가 혹은 한국교회가 힘을 모아 알코올 중독자들을 도울 수 있는 방법은 무엇이 있을까요?

## 2. 인간의 죄와 고통

### - 도박 중독을 중심으로

#### 2-1. 말씀 묵상

**말씀** 전도서 1:1-14, 요한복음 4:3-19

함께 읽을 말씀 디모데후서 3:1-5, 로마서 1:32, 에베소서 5:15-18

**찬송** 450장 ‘내 평생 소원 이것 뿐’

#### 묵상

1. 전도서 저자가 해 아래에서 행하는 모든 일이 ‘헛되다’고 고백한 이유가 무엇인가요? 또한 중독을 ‘바람’에 비유한다면 일어나는 현상은 무엇이라고 생각하십니까?
2. ‘족함도 없고 가득차지 않는다’(전 1:8)는 표현은 인간에게 발생하는 각종 중독현상의 최종결과가 어떻게 될 것임을 설명하는 것일까요?
3. 수가성의 여인이 찾고 있던 물과 예수님께서 주고자 했던 물에는 어떤 차이가 있습니까? 또한 그 물은 어떤 힘을 가지고 있습니까?(요 4:13-14)
4. 중독의 근본 원인을 인간의 죄인 됨에서 찾을 수 있는데, 이 경우에 중독의 근원적인 해결 방법은 무엇이라고 생각하십니까?(엡 5:18)
5. 우리 일상생활 가운데 사람들을 중독되게 만드는 물질이나 행위가 있다고 생각하십니까? 있다고 하면 무엇입니까?
6. 가족이나 친구들과 화투나 트럼프를 치거나 경마장이나 카지노에 가서 즐겨본 적이 있으십니까? 이렇게 오락으로 즐기는 것과 도박 중독의 차이는 무엇이라고 생각하십니까?

#### 2-2. 중독 이론 (도박중독의 경우)

##### ✧ 예화

김도중씨(남, 43세)는 10년 전에만 해도 결혼하여 아내와 두 자녀를 두고 직장에서 인정받는 직원으로 행복한 가장이었다. 그런데 7년 전에 가까운 친구와 함께 경마장에 놀러가서 하루 종일 자신이 마권을 산 말을 응원하고, 소리 지르고 재미있게 즐겼다. 스트레스가 쌓였던 속이 다 시원해졌는데 그 날 마

권을 사고, 승리하고, 잃고 하면서 쓴 돈을 계산해보니까 3만 원 정도이었다. 그 뒤로 친구와 함께, 또는 혼자서 여러 번 경마장을 찾았고, 대개 큰 돈은 아니지만 돈을 잃었다. 그러나 몇 십만 원을 따는 날도 있었고, 그 짜릿함에 또 경마장을 찾았다. '내가 잘 하면 경마장에서 돈을 벌 수 있겠다'는 생각이 들어 1년 뒤부터는 돈을 벌어 보겠다고 경마장에 가기 시작했다. 그러다 경마보다 경륜, 경정이 승률이 높다고 하여 종목을 바꾸어 승부를 걸었다.

결국 4년 전부터 내국인용 카지노장인 강원랜드에 계속 출입하기 시작했고, 집에 돈이 될 만한 것은 다 팔아서 도박을 했다. 도박에 빠져 직장에서 불성실하게 근무하게 되자 몇 년 전에 해고되었고, 지금은 아내를 비롯해서 부모님, 형제들이 김도중씨가 도박 중독인 것을 다 알고 있다. 도박 자금을 마련하기 위해서 그동안 가족은 물론 친구나 사업 상 아는 사람 등 가까운 사람들에게 이 핑계, 저 핑계로 돈을 빌려서 빚더미에 앉았고, 모두 연락을 끊고 살고 있다. 이래서는 안 되겠다는 생각으로 취업을 했지만 한 달도 안 되서 '이 쥐꼬리만한 월급으로 언제 부채를 다 갚겠나?'는 생각이 들어 그만두고 또 부모님 통장에 몰래 손을 대서 도박자금을 만들어 카지노에 왔지만 하루 밤새 다 날리고 상담센터에 찾아왔다. 이제 가정도 파괴 직전이고, 경제적, 사회적인 기반도 다 무너지고, 더 이상 삶의 의욕이 없어서 자살하고 싶다고 한다.

1. 김도중씨는 건전한 레저를 즐기려고 경마를 시작했는데 왜 도박중독까지 가게 된 것이라고 생각하십니까?
2. 김도중씨가 중독을 끊고 새로 삶을 시작하기 위해서 무엇보다 해야 할까요?
3. 김도중씨의 회복을 위해 가족이 할 수 있는 일이 무엇이 있다고 생각하니까?

❖ 도박 중독에 관한 이론

1. 도박이란?

도박은 돈이나 다른 가치가 있는 것을 걸고 더 많은 돈, 재물을 따기 위해서 내기를 하는 행위이며, 그 결과는 언제나 불확실하고 확률로 보면 손실이 더 크다.

2. 도박의 종류

놀이도구를 사용하는 도박인 화투, 장기, 바둑, 골패, 주사위, 트럼프, 마작 등이

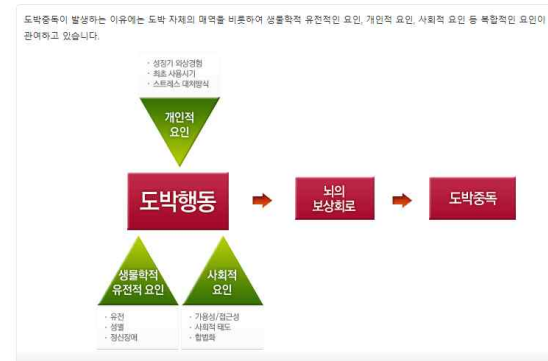
있고, 기계를 사용하는 도박인 카지노(슬롯머신, 비디오게임 등), 경품오락, 전자오락(바다이야기, 스크린경마, 파친코)가 있다. 추첨방식 도박은 복권과 로또, 스포츠 경기 형태 도박인 경마, 경륜, 경정, 토토, 프로토가 있다. 또 소싸움, 투견, 투계 등 동물 경기 도박과 인터넷을 사용하는 사행성 PC방, 인터넷 도박이 있다.

3. 도박의 동기

도박의 동기로는 쉽게 큰 돈을 따고자 하는 욕구충족의 기회 및 간헐적으로 큰 돈을 따는 경험을 제공 금전동기, 도박을 하는 동안 스릴과 흥분, 짜릿함, 쾌감과 즐거움을 느끼게 되는 흥분동기가 있다. 또 도박을 하면서 현실의 우울감, 스트레스를 잊기 위한 회피동기, 동료들과 놀이 및 친목을 위한 사교동기도 있다. 도박이 거둬지면 이미 많은 돈, 시간과 노력을 투자했기 때문에 본전을 회복하겠다는 투자와 보상 심리가 생기며, 게임에서 이길 수 있다는 비합리적 기대와 환상을 갖게 된다.

4. 도박중독의 정의

스트레스를 풀기위하거나 성장기의 외상 경험과 같은 개인적인 요인 때문에, 또 생물학적, 유전적인 요인, 사회적인 요인 때문에 도박행동을 시작, 반복하게 되고 이것이 뇌의 보상회로에 입력하여 자신을 자발적으로 통제할 수 있는 능력을 결여하거나 상실한 상태를 말한다.



5. 도박중독의 증상

- 1) 지속적으로 도박과 관련된 생각과 말을 한다.
- 2) 자신이 쓸 수 있는 것 보다 더 많은 시간과 돈을 도박에 사용한다.
- 3) 도박을 통제하는 것에 어려움이 있거나 비합리적인 신념으로 도박을 한다.
- 4) 도박을 하지 않을 때 상실감이나 공허감을 느낀다.
- 5) 현재의 재정적인 문제나 잃은 돈을 도박을 통해 회복할 수 있다고 생각한다.

- 6) 도박 자금 마련을 위해 범죄행위, 주변 물건을 팔거나 돈을 빌린다.
- 7) 빈번히 돈을 다 잃을 때까지 도박을 한다.
- 8) 동일한 흥분을 느끼기 위해서 계속 시간과 돈을 도박하는데 사용한다.
- 9) 부정적 감정, 분노, 불안, 우울함, 당면 문제에서 벗어나기 위해 도박을 한다.
- 10) 도박 때문에 가족이나 가정의 책임을 포기하거나 거부한다.

## 6. 도박중독의 치료방법

- 1) 약물치료: 도박에 대한 충동이 강하거나 금단증상이 심할 경우 입원 또는 약물 치료가 필요하다. 가장 흔히 쓰이는 것은 항갈망제이며, 도박 욕구를 감소시킨다.
- 2) 인지행동치료: 자신의 심리내적 상태 또는 신체 상태를 깨닫는 것에 익숙해져서 도박 관련 사고와 행동의 변화를 도모한다.
- 3) 대안치료: 도박을 대체할 수 있는 적합한 활동을 찾아 건전한 정서함양과 치유를 도모하고, 도박문제 극복을 위한 바람직한 대처방식을 배운다.
- 4) 단도박 자조모임: 도박중독자들이 익명으로 모여서 도박중독 후유증 극복을 위해 중독자 자신들이 스스로 문제 해결 방안을 찾고, 다른 사람들을 돕는 모임이다.

## 7. 도박충동이 생길 때 대처하는 방법

- 1) 주의 분산시키기: 즉각 할 수 있는 일, 계획을 짤 필요가 없는 일, 다른 사람에게 의지할 필요가 없는 일 등에 집중하여 도박충동을 약화시킨다.
- 2) 결정미루기: 도박충동이 일어나는 순간, 최소 15분 동안 도박충동에 대해서 어떻게 할 것인지 생각하며 기다려 보면 그동안에 도박충동이 사라지거나 약화된다.
- 3) 상상하기: 과거에 도박을 하면서 어려웠던 생활을 떠올리고 변화하려는 이유를 되새기거나, 도박을 하지 않고도 얼마나 잘 지내왔는가를 생각해본다.
- 4) 스스로에게 말하기: ‘이 도박으로 나와 내 가족이 치를 대가가 너무 크다’, ‘내가 성공하지 못했지만 도박은 해결책이 아니다.’식으로 도박을 부정하는 말을 한다.

## 8. 가족과 주변사람들의 대처 방법

- 1) 도박중독자가 변화에 관심이 없고, 도박 포기를 받아들이지 않는 단계  
도박이 가족에게 미치는 부정적인 영향에 대해 말하고, 도박을 직·간접적으로 인정하고 도왔던 행동을 중단한다. 재산을 손대지 못하게 조치하고, 도박중독에 대해 배우고 도박자에게 도박으로 인한 결과의 심각성을 알린다. 비난이나 싸움은 도움이 안 되고, 상담을 받고 자조모임에 참여하고, 필요하면 법률 및 재정상담을 받는다.

- 2) 도박중독자가 변화에 관심은 있으나 변화에 확신이 없는 단계

도박자가 도움 받을 수 있는 방법을 찾아 도움받게 하며, 도박자가 상담을 받는 것을 거부하면 우선년부터 상담이나 교육을 받는다. 도박자가 변화를 원하면 칭찬하고, 즉시 실행할 수 있도록 격려하며, 도박 상황을 피하게 한다. 만약 계속 도박을 하면 가족으로서 취할 행동을 말해주고, 한계를 명확히 설정한다.

- 3) 도박중독자가 변화를 준비하는 단계

도박자의 결단을 지지하고, 도박 전문 상담가의 도움을 받도록 격려한다. 도박자의 자금 관리를 제안하고, 도박을 대체할 수 있는 대안활동에 함께 참여한다.

- 4) 도박중독자가 도박포기 행동을 실행하는 단계

도박을 대신할 새로운 활동에 참여하게 하고, 상담 받는 것을 지지한다. 의사소통 및 신뢰를 개선하기 위해 부부 상담이나 가족상담을 받고, 재정문제를 지속적으로 관리한다. 도중에 도박을 하게 되더라도 비난하거나 포기하지 않고 중독자의 변화 의지와 노력에 대해 신뢰를 보여준다.

- 5) 도박중독자가 변화를 유지하는 단계

삶의 균형을 되찾고 변화를 유지하기 위해 노력하는 도박자를 격려하고, 가족간의 의사소통 기술을 향상시키기 위해 노력한다. 당분간 도박자의 재정관리를 도와주고, 도박을 유발하는 위험상황을 확인하고 피할 수 있게 돕는다. 도박자와 가족 모두가 그동안의 변화노력을 보상하며, 재발방지 대책을 전문가와 함께 상의한다.

## 2-3. 질문과 토론

1. 유명연예인들이 인터넷 스포츠 도박, 해외 카지노 도박으로 사회적 물의를 일으키고, 처벌받는 사건이 자주 있습니다. 명예와 재물에 부족함이 없는 것처럼 보이는데 이 사람들이 왜 도박에 빠진다고 생각합니까?
2. 경마, 경륜, 경정, 카지노 등과 같이 도박중독의 위험성을 큰 사업들을 왜 정부가 완전금지 하지 않고, 직접 경영하거나 허용합니까?
3. 건전한 레저 활동 산업과 도박 산업의 차이는 무엇입니까?
4. 교회가 도박중독자들을 위해서 할 수 있는 일이 무엇이 있다고 생각합니까?

### 3. 전인적인 치유와 구원

#### - 약물 중독을 중심으로

#### 3-1. 말씀 묵상

**말씀** 마 8:1-15, 9:1-8, 9:20-22, 10:1 / 함께 읽을 말씀 사 58:11, 눅 15:7

**찬송** 272장 고통의 멍에 벗으려고

#### 묵상

1. 예수님은 수많은 병자와 모든 병과 약한 것을 고치셨습니다. 주님이 지금도 우리를 모든 질병에서 고칠 수 있는 분임을 믿습니까? 우리 믿음은 왜 필요합니까?
2. 12년을 혈루증을 앓았던 여인은 주님의 옷을 만지기만 해도 나으리라는 겸손하고 순수한 믿음으로 고침을 받았습니다. 나의 병과 습관을 고치기 위하여 지금 그 마음으로 주님께 나가겠습니까? 주님으로부터 치유 약속의 말씀을 듣기 원합니까?
3. 구약시대의 금식은 어떤 목적을 위하여 행했나요? (출 24:18, 왕상 19:8, 삼상 1:6-8, 대하 20:3, 예 4:15-16, 시 35:13, 69:10, 사 58:6-8, 은 3:5-10)
4. 예수님의 40일간 금식(마 4:1-10)에서 우리는 어떤 교훈을 얻을 수 있습니까?
5. 중독과 같이 우리들의 잘못된 삶의 습관에서 벗어나고 치유 받으려면 땅 아래 것에 대한 집착을 벗어나야 합니다(골3:2-3). 이 땅의 것, 세속적인 것에 대한 집착과 중독 즉 매여서 사는 삶을 계속 하면서는 무엇을 할 수 없습니까?
6. 마약의 종류에 대해서 아는 대로 그 이름을 적어보시기 바랍니다. 또 마약 투약을 할 경우에 겪는 어려움에는 무엇이 있는지 생각나는 대로 적어보시기 바랍니다.

### 3-2. 중독 이론 (약물중독의 경우)

#### ✧ 예화

고등학교 중퇴자 19살인 김중독군은 중학교 2학년 때부터 본드를 흡입하였다. 부모는 처음 그 사실을 알았을 때 매우 당황하였다. '본드를 하지 않으면 네가 원하는 것을 다 들어 주겠노라'고 회유하고, 동시에 함께 본드를 같이 흡입한 친구들과 놀지 말라고 하였다. 그러나 김중독군은 계속 본드를 흡입하였고, 증상이 심각해지자 결국 정신병원에 입원하여 격리, 치료를 받았고, 학교를 중퇴하게 되었다. 현재 김중독군은 조현병(정신분열증) 진단을 받은 상태이다. 그의 부모는 본드 흡입 문제를 처음에 적극적으로 다루지 못한 것에 대해 괴로워하며, 죄책감을 가지고 있다. 김중독군은 청소년기에 남용한 유해화학물질로 말미암아 생긴 신체적, 심리적, 사회적 피해 때문에 하루하루를 병원과 시설을 전전하며 생활하고 있다. 지능지수 또한 낮은 상태로 스스로 동기부여하기도 힘든 상황이다.

지독한 외로움에 내면의 빈자리를 채워줄 어떤 것을 갈구 하던 박중독씨, 우연히 대마초를 접하게 되었고, 그것은 사막의 오아시스 같은 것이었다. 법이 금지하고 있지만 대마초를 흡입하는 그 순간은 영원히 끝나지 않을 것만 같은 희열과 자유를 맛보게 해주었다. 그러나 시간이 지날수록 더 강한 약물을 찾게 되었고 급기야 코카인까지 손을 대게 되었다. 결국 몇 차례 구속되고, 법에 의해 처벌을 받기까지 하였다. 대마초에 손을 댔던 것은 더 심각한 마약에 빠지는 문을 들어가는 것이었다. 20년을 여러 마약 약물과 함께 살아온 박중독씨, 마약에 의한 쾌락이 끝나는 순간부터 모두가 허상이 되고 그동안 쾌락은 몸과 정신의 피폐, 가족, 친구, 동료등과 관계 단절, 여러 고통과 좌절, 불행이 되어 돌아왔다. 마약에 의존하고 중독된 사람들에게 특별한 치료약이 없다고 한다. 수술로도 고칠 수 없는 것은 분명하다. 그렇다고 이대로 마약에 취해서 남은 평생을 살아가야만 하나? 박중독씨는 '아니다! 중독도 질병의 하나인데 왜 치료되지 않겠나?' 생각하며 회복 방안을 찾으며 하루하루를 어렵게 살아가고 있다.

1. 김중독군의 부모처럼 자녀가 본드를 흡입한다는 사실을 알았을 때 가장 먼저 해야 하는 일이 무엇일까요?
2. 박중독씨 가정의 부부관계, 자녀, 경제생활이 어떻게 되었다고 생각하십니까?
3. 마약 중독에서 쉽게 회복되지 못하는 것이 중독자의 의지부족 때문일까요? 아니면 다른 이유가 있다고 생각하십니까? 있다면 무슨 이유입니까?

## ◆ 약물 중독에 관한 이론

### 1. 약물중독의 실제

현대사회에서 중독은 누구나 겪을 수 있는 정신건강 문제가 되었다. 왜 인간은 어떤 물질이나 행위에 중독이 될까? 중독의 어원은 라틴어의 'addicene'인데, '노예화'시키는 힘을 가진 행동을 뜻한다. 그 중독에 이르게 하는 행동이 가져다주는 긍정적인 보상효과 때문에 '노예화'가 된다. 알코올, 카페인, 니코틴, 마약, 약물 등의 물질을 취(取)하고, 또 도박, 게임, 쇼핑 등의 행위를 하면 우리 뇌의 쾌락중추가 자극되어 긍정적인 기분에 취하게 된다. 이것이 중독의 시발점이다. 긍정적인 보상을 경험한 우리의 뇌는 지속적으로 그 행동을 되풀이한다. 그 과정에서 내성이 생겨 점차 많은 양을 사용하게 되고, 이러한 자극에 지속적으로 빠져들게 된다.

누구든지 심리적, 정신적으로 결핍이 생기면 중독에 빠질 수 있다. 중독물질이나 중독행위에 따른 자극이 중단되면 결핍감을 충족코자하는 강렬한 신체, 심리적 반응이 오는데 이것이 금단현상이다. 이러한 금단현상 때문에 다시 그 행동을 하게 되고, 역기능을 초래하고, 이를 조절하지 못해 만성적인 중독에 이르게 된다. 이러한 중독으로 말미암아 개인의 삶은 물론 사회전체가 병들게 된다.

술을 많이 마셔서 알코올 중독이 되었다고 법으로 처벌받지 않는다. 그러나 약물 중독의 경우는 다른 중독과 달리 사용 즉시 법적인 처벌을 받는다. 그래서 아직도 약물중독을 다른 중독과 달리 사회복지차원에서 논의하지 않고 있다. 이들을 위한 개입은 법적인 처벌이 전부이다. 우리나라의 경우 마약류 사범으로 매년 단속, 검거되는 수는 대략 만 명 정도인데, 실제 마약류 중독자의 수는 그 10배인 10만 명으로 추산한다. 이것은 해당범죄가 실제로 발생했지만 수사기관에 인지되지 않거나, 수사기관에 인지되어도 용의자 신원 미파악 등으로 공식적인 범죄통계에 집계되지 않은 범죄인 암수(暗數)범죄 개념에 따른 추산이다. 마찬가지로 의료·복지적 비용, 생산성 손실비용을 합한 손실비용은 34억 정도이지만 암수율(暗數率)을 감안하여 추산하면 최대 4,600억 원의 손실비용이 마약류 중독으로 발생한다고 본다.

### 2. 약물의 종류와 특징

중독성 약물은 마약류, 흡입제, 기타 물질로 분류할 수 있다. 마약류에는 마약(아편, 헤로인, 코카인), 향정신성의약품(필로폰, 엑스터시, 신경안정제), 대마(대마초, 헤시시, 헤시시오일)가 있다. 흡입제로는 본드, 신나, 부탄가스, 가솔린, 라이터기

름, 스프레이 페인트, 헤어스프레이, 매니큐어 리무버, 아교 등이 있다.

청소년들이 쉽게 접하는 흡입제는 정신을 왜곡시켜 환각에 빠지게 하는데, 중독이 심할 경우 환청, 환시, 기타 지각장애, 망상 등을 보인다. 흡입제는 휘발성 물질이기 때문에 뇌손상에 직접적인 손상을 일으키며 한번 손상된 뇌세포는 원상회복이 불가능하다. 특히 흡입제는 골수조직에 손상을 주어 재생불량빈혈이나 백혈병이 생길 수 있으며 심장질환의 원인이 되기도 한다. 대마초는 중앙신경조직을 느슨하게 하여 어지러움과 혼돈감을 초래한다. 필로폰은 중추신경을 각성시켜 피곤을 줄이고 행복감을 느끼게 하는 물질로 체중 감소, 환각상태 경험, 불면증이 되어 거의 사회생활을 하기 힘들게 만든다. 이러한 약물을 남용하고 중독이 되면 신경전달물질이 변화되어 뇌질환이 야기된다. 약물 중독 후유증인 뇌신경 장애 및 뇌질환에는 조현병(정신분열증), 우울증, 자폐증, ADHD(주의력결핍장애), 강박증, 치매 등이 있다.

### 3. 약물중독 예방을 위해 우리가 무엇을 할 수 있나?

약물중독은 약물이 주는 일시적인 즐거움과 관련되어있다. 그래서 중독을 효과적으로 치료하기 위해서는 약물에서 얻는 즐거움을 대체할 수 있는 즐거움을 확대해야 한다. 따뜻한 가족관계, 배려, 칭찬, 취미활동, 적절한 운동, 건강한 식이요법 등을 통해서 일상생활에서 자연스럽게 즐거움을 누릴 수 있어야 한다. 어떤 즐거움이든지 모두 중뇌변연계 도파민체계를 활성화시킨다. 일상생활에서 경험하는 즐거움이 현저하게 부족하게 되면 중독으로 말미암은 치명적인 부작용에도 불구하고 약물남용 등 여러 중독에 빠져들게 된다. 그래서 어려서부터 자연적인 즐거움을 경험할 수 있는 능력을 키워주고, 이러한 즐거움을 같이 나눌 수 있는 사회적 환경을 만드는 것이 중요하다.

흡입제(유해화학물질)에 중독된 청소년의 부모님들은 자녀들이 본드, 신나 및 다양한 물질을 흡입하는 상황을 목격하고 많은 충격들을 받는다. 대부분 친구들을 정리하면 해결되리라고 생각하지만 부모가 알게 된 때는 이미 6개월에서 1년 이상 된 경우이다. 사실을 알고 난 뒤에는 즉시 전문기관을 찾아 도움을 청해야 한다. 청소년의 약물사용의 경우는 그 사용 자체 문제보다 숨겨진 내면의 여러 가지 감정들을 다루어야 한다. 특히 청소년기의 흡연 및 음주는 다른 약물사용을 용이하게 하는 통로라고 할 수 있기 때문에 유의해야 한다.

마약류의 경우 법적으로 그 사용을 금지하는 엄벌주의 정책을 취하는데, 이는 오히려 실제 문제의 심각성을 제대로 알리지 못하고, 오히려 치료 효과와 필요성에 대한 인식을 낮게 만든다. 최근 프로포폴 사용자 증가에서 볼 수 있는 것처럼 처

벌위주의 대처만으로는 새로운 마약성 약물의 출현과 확산을 막고, 기존 마약사범의 재범으로 인한 사회 경제적 폐해를 줄이기에는 역부족이다. 외국정책사례에서 볼 수 있는 '집근성 제한 정책'을 도입하여 중독조장환경에 대한 노출을 줄여 중독성 질환 발생을 원천적으로 낮추어야 한다. 또한 예방활동을 강화하여 마약류 중독 폐해에 대한 인식 수준을 높이고, 스스로 약물중독에 대해 책임있는 선택을 할 수 있도록 도와야 한다. 마약류 중독자의 조기 발견과 중독 치료 연계의 활성화를 위하여 중독 개입 기관의 구축 체계를 세워야 한다.

더욱 중요한 것은 약물 중독은 치유될 수 있다는 믿음이다. 치유를 위해서 먼저 해야 할 일은 회복모임의 참여이다. 비슷한 문제를 가지고 있는 사람을 만나 다른 구성원들이 무엇을 경험하는지를 알면 자신감이 생긴다. 다른 사람들을 도와주게 되면 자기 자신을 더욱 돕게 되는 점들이 모임의 효과성이다.

중독 재발에 대한 바른 이해도 중요하다. 약물남용의 재발은 당뇨병, 고혈압, 천식과 같은 만성질환과 비슷한 재발률을 보인다. 약물 중독자에게 재발은 치유를 위해 조정이 필요하거나 대안치료가 필요함을 뜻하는 것이라고 폭넓게 이해하여야 한다. 마지막으로 중독은 혼자 회복할 수 없는 길로서 가족·친구의 치료 프로그램 참여가 필수적이다.

### 3-3. 질문과 토론

1. 약물남용을 하는 청소년을 발견했을 때 어떻게 이들을 도울 수 있을까요?
2. 남미지역은 마약 산업이 광범위하게 퍼져 있어서 정부가 마약과의 전쟁을 선포하기도 합니다. 최근 중국에서 마약 반입, 보관, 운송, 거래했다는 이유로 한국인들이 사형 집행을 당해 목숨을 잃기까지 했습니다. 마약에 관련된 일이 불법이고, 다른 사람의 건강과 삶에 폐해를 주고, 심지어 이렇게 자신의 생명을 잃을 정도로 위험합니다 그런데 왜 이 일을 직업삼아 하는 사람들이 있다고 생각합니까?
3. 중독으로부터의 회복은 어떤 것이라고 생각합니까? 특히 마약류의 약물중독자들이 회복할 수 있도록 어떻게 도울 수 있을까요?
4. 교회가 할 수 있는 일은 무엇이 있을까요?

## 4. 중독치유와 교회의 선교적 사명 - 인터넷게임 중독을 중심으로

### 4-1. 말씀 묵상

**말씀** 누가복음 10:25-37

함께 읽을 말씀 누가복음 4:18-19, 로마서 15:1-2, 갈라디야 5:1

**찬송** 96장 '예수님은 누구신가'

### 묵상

1. 선한 사마리아 사람에 나오는 강도 만난 자의 현재 처지는 어떠하며, 오늘날 어떠한 형편에 있는 자들로 이해됩니까? (눅 10:30)
2. 강도 만난 후 그에게 가까이 다가가지 않고 아무런 도움도 주지 못하고 지나쳐 가버린 제사장과 레위인의 잘못은 무엇이라고 생각하십니까? (눅 10:31-32)
3. 영생을 얻는 길은 무엇입니까? (눅 10:27)
4. 사마리아인이 가까이 다가가서 응급처치를 하고 주막에 데려다가 돌보아준 행위는 어떠한 의미와 가치가 있는 행위입니까? (눅 10:33-35)
5. 강도를 만난 사람에게 자비를 베푸는 사람은 어떤 관계입니까? (눅 10:29)
6. "가서 너도 이와같이 하라"는 말씀을 중독증세에 얽매어 의존적으로 사는 약자들을 위하여 우리들에게 주시는 사명과 책임으로 연결시켜서 생각한다면 우리들은 어떠한 사명과 책임을 생각할 수 있겠습니까?

### 4-2. 중독 이론 (인터넷게임 중독의 경우)

#### ★ 사례

주말 부부의 큰 아들인 영훈이는 어려서 주위의 귀여움과 사랑을 많이 받으며 자랐다. 그런데 중학생이 되면서 어려서부터 즐겨 하던 인터넷 게임에 깊이 빠지면서 학교성적은 점차 떨어졌다. 학교에 갔다 오면 컴퓨터만 붙들고 식사도 제대로 하지 않고 계속 게임을 했다. 시험 때도 공부한다고 방에 들어가 있어 엄마가 문을 열면 소리를 지르고, 게임을 하다가 화면을 바꾸거나 침



대에 누워서 스마트폰 게임을 했다. 밤에는 자는 척하다가 어느새 일어나서 정신없이 스마트폰이나 인터넷으로 게임을 하고 있었다. 집에서 계속 야단을 치자 아예 PC방에 가서 게임을 하기 시작했고, 나중에는 거기서 밤을 새우고, 돈을 없으면 PC방에서 외상을 하거나 가방이나 신발, 핸드폰을 맡기거나, 집에 있는 물건을 들고 나가 팔아서 게임을 했다. 부모님이 뭐라고 얘기를 하면 화를 내고 물건을 던지고 집을 나가는 행동이 반복되고 있다. 현재 학교도 가지 않고, 친구도 점점 줄어들어 이제는 게임 상에서 만나는 사람들과 게임 관련 이야기를 나누는 정도이다. 현재 영훈이의 하루 일과는 PC방에서 게임을 하고 집에 와서 12시간씩 자고 늦게 일어나 밥 먹고, 스마트폰을 만지다가 다시 PC방에 가는 식이고, 집에 있는 경우에는 게임을 하다가 밤을 새우고 늦게까지 잠을 자는 생활이 반복되고 있다. 전에 재미있게 하던 운동이나 다른 놀이도 거의 하지 않고 게임방을 가는 것 외에는 외출을 거의하지 않는다.

가족관계는 더 이상 어떻게 해볼 도리가 없을 정도로 나빠져 있다. 영훈이 아버지가 야단이라도 치면 대들고, 방문을 발로 차서 구명을 내는 등 폭력행동을 거침없이 하여 아버지도 어떻게 할 수 없다고 그냥 내버려두고 있다. 아내가 아들에 대한 얘기를 하면 불같이 화를 낸다. 영훈 엄마는 아들이 집에 있으면 시한폭탄 같아서 가슴이 두근두근 뛰고 불안하고, 무엇을 잘못해서 아들이 저렇게 되었을까 자책하거나 남편에 대한 원망으로 가득 차 있고, 멍하게 있거나 우는 날이 많아지고 있다. 영훈이에게 정신과 치료나 상담받게 하는 것도 생각만하고 시도하지 못하고 있다. 학교에서 가족 상담을 추천했으나 아버지가 거부해서 한 번도 받지 않았다. 영훈이를 어떻게 해야 할지 걱정은 깊어진다.

1. 영훈이가 인터넷 게임에 빠지게 된 이유가 무엇일까요? 인터넷게임에 중독되어 게임에 빠져 살 때 나타나는 가장 심각한 결과가 무엇이라고 생각합니까?
2. 영훈이처럼 게임을 못하게 하는 부모에게 대들 때 어떻게 대응해야 할까요?
3. 우리 가정이나 우리 주변에는 영훈이가 없는지요?

## ◆ 인터넷게임 중독에 관한 이론

### 1. 인터넷게임 중독 진단기준

인터넷 게임사용으로 12개월 동안 아래 9가지 태도 중에서 5가지에 해당된다면 인터넷 게임 사용으로 심각한 문제가 있어 치료를 필요로 하는 상태이다.

- ① 인터넷 게임이 일상에서 가장 중심이 되는 활동이다.
  - ② 인터넷 게임을 줄이거나 그만두려고 하면 안절부절 못하고 과민한 정서적인 급단 증상을 보인다.
  - ③ 인터넷 게임하는 시간이 점차 늘어난다.
  - ④ 인터넷 게임을 조절하거나 그만두려고 마음을 먹지만 계속 실패한다.
  - ⑤ 인터넷 게임을 하느라 이전에 하던 활동을 하지 않고 흥미가 감소되었다.
  - ⑥ 인터넷 게임으로 심리사회적 문제가 발생하는 것을 알면서도 게임을 계속한다.
  - ⑦ 인터넷 게임하는 것을 가족이나 주변사람들에게 숨기고 거짓말을 한다.
  - ⑧ 부정적인 기분에서 벗어나기 위해 인터넷게임을 한다.
  - ⑨ 인터넷 게임으로 인해 중요한 대인관계, 일, 교육, 직업의 기회를 잃어버렸다.
- => 위 사례의 영훈이 경우를 보면 12개월 동안 위의 준거에 5개 이상 해당되어 인터넷 게임으로 분명한 문제가 발생하고 있는 인터넷 게임 장애에 해당된다.

### 2. 인터넷게임 중독의 문제점

게임은 아동이나 청소년이라면 누구나 할 정도로 일반화되어 있으며 성인들도 게임을 좋아한다. 그러나 게임이 생활의 중심이 되어 자신을 잃어버리게 되고, 게임이 나의 자녀를 통제하여 게임을 하기 위해 내 자녀의 생활이 마비되면 심각한 문제이다. 게임의 노예가 되는 상황은 아닌지 확인해 볼 필요가 있다. 특히 우리 자녀가 게임으로 얼마나 소중한 것을 잃어버리고 있는지 살펴봐야 한다. 아래 9가지 상태가 얼마나 생기는지를 점검해보면 심각성을 확인할 수 있다.

- ① 정서적 인식 및 공감능력이 둔화되어 대인관계가 줄어들거나 갈등이 발생된다.
  - ② 좌절을 참는 힘이 낮아지고 충동성이 증가된다.
  - ③ 사고기능이 떨어져 학업이나 집중을 요하는 문제 해결 능력이 감소된다.
  - ④ 스트레스에 취약하고 대처능력이 부족하다.
  - ⑤ 메시에 귀찮아서 행동으로 옮기는 것이 늦어진다.
  - ⑥ 자신에 대한 인식의 기회가 줄어들고, 점차 자신감이 저하된다.
  - ⑦ 시간 관리 및 생활의 계획 능력이 점차 작아진다.
  - ⑧ 불규칙적인 식사나 수면으로 인하여 건강에 문제가 발생된다.
  - ⑨ 게임으로 인한 경제적인 문제가 발생된다.
- => 위 사례의 영훈이는 모든 항목에 문제가 발생되고 있다.

### 3. 인터넷게임 중독의 예방법

아동과 청소년들의 게임을 즐기는 여가활동을 완전히 차단할 수 없지만, 그렇다고 반드시 모든 것을 허용해야 생활이 가능한 것도 아니다. 게임을 안 한다고 친구를

못 사귀는 것도 아니고, 스마트폰이 없다고 연락이 안 되는 것도 아니고, 컴퓨터가 없다고 공부를 못하는 것도 아니다. 자녀들이 인터넷 게임 중독에 빠지지 않도록 아래 예방법을 실행하는 것도 필요하다.

- ① 미디어 관련 교육과 가족 공동실천을 한다.
  - 인터넷을 사용할 수 있는 컴퓨터는 공동의 공간에 둔다.
  - 가족들의 컴퓨터 사용 계획표를 작성한다.
  - 컴퓨터 옆에 알람시계를 두고 정해진 시간이 되면 울리도록 한다.
  - 사용시간을 기록하는 일지를 작성한다.
  - 일주일에 주일과 평일 하루 적어도 2일은 TV, 게임 및 스마트폰 등을 금하는 미디어 금식일로 정하고 온 가족이 지킨다.
- ② 자녀에게 스마트폰을 사줄 때는 유해차단 및 스마트폰 사용 확인 앱과 부모가 자녀의 스마트폰 사용을 확인할 수 있는 앱을 설치하여 구매한다.
- ③ 가정에서 미디어 사용 시간을 정하여 부모부터 지킨다.
- ④ 스마트폰은 공동의 공간에 함께 보관하여 취침 때는 스마트폰을 침대로 가져가지 않도록 한다.
- ⑤ 자녀가 하는 게임이 연령에 맞는 게임인지 또는 온라인 결제를 필요로 하는 게임인지를 확인한다.
- ⑥ 자녀가 받고 있는 스트레스에 관심을 갖고 스트레스 해소를 위해 지속적으로 노력해야 한다.
- ⑦ 식사나 대화 중에는 미디어를 사용하지 않는다.
- ⑧ 미디어가 다양한 놀이 중에 하나가 될 수 있도록 여러 여가활동을 경험하도록 한다.
- ⑨ 초등학교는 컴퓨터 및 미디어를 부모의 관리 없이 사용하지 않도록 한다.

#### 4. 인터넷게임 중독 자녀를 돕는 방법

부모가 인터넷 사용에 대해 교육을 하고 노력을 하지 못했거나, 혹은 노력했음에도 불구하고 자녀가 게임 중독에 빠지는 경우가 있다. 이 때 자녀를 야단치기 전에 왜 이런 문제가 발생되었는지 생각해 보아야 한다. 부부가 서로 상대방 탓을 하고 원망하기보다는 지금 우리 가정에 무엇이 문제인지 고민하고, 아래와 같은 노력을 기울여야 한다.

- ① 게임 중독을 자녀 혼자만의 문제가 아니라 우리 가족 전체의 문제로 인식한다.
- ② 자녀가 게임에 지나치게 집착하는 이유가 무엇이고 게임이 주는 만족감이 무엇인지 대화를 통하여 알도록 노력한다.
- ③ 게임으로 인한 도벽, 가출, 폭력행동 등 부적응적인 행동이 발생하면 이러한 행동을 줄일 수 있는 방법을 적극적으로 찾고 공격행동을 늘리는 자극을 차단한

- 다.
- ④ 자녀가 주로 받는 스트레스를 확인하기 위해 깊은 대화를 시도한다.
- ⑤ 중독행동은 혼자서 해결할 수 없다. 가족들이 돕는 방법을 생각하면서 게임을 많이 하는 자녀에게 필요한 도움을 무엇인지 질문하고, 요청에 맞추려고 애쓴다.
- ⑥ 가족들이 도움을 주려고 애써도 게임으로 인해 같은 문제가 계속 생기면 치료가 필요하다는 것을 인정하고 전문적 치료기관에서 진료 받도록 자녀를 설득한다.
- ⑦ 가족들이 함께 기분 좋은 시간을 보내기 위한 노력을 한다.
- ⑧ 부모가 자녀의 마음을 이해하기 위해 끊임없이 노력하여 마음을 열고 대화할 수 있는 분위기를 만든다.
- ⑨ 게임을 하지 않는 것이 목표가 아니라 자기조절능력을 키우는 것이 목표라는 것을 기억한다.
- ⑩ 부모와 자녀가 서로 신뢰할 수 있는 좋은 관계를 유지하도록 노력한다.

#### 4-3. 질문과 토론

1. 갓난아기를 방치하고 PC방에서 며칠 동안 게임을 하다가 그 자녀를 죽게 만든 부부에 관한 보도가 있었습니다. 이런 극단적인 사건이 아니라도 최근 가정이나 주변에서 보고, 들은 인터넷게임 중독의 구체적인 경우가 있습니까?
2. 인터넷이 연결된 컴퓨터나 모바일에 게임을 하거나 그 외 사용을 하면서 중독 예방을 위하여 우선 실천해야 하는 것을 두 가지만 적어 보십시오.
3. 청소년 자녀가 인터넷게임 중독 증상을 보인다면 부모로서 도울 수 있는 방법을 두 가지만 적어 보십시오.
4. 우리 교회가 영혼이와 그 가정을 도울 수 있는 방법은 무엇이라고 생각합니까?

## 부 록

### ■ 4대 중독자 수와 사회적 비용(추정)

구분	알코올중독	마약중독	도박중독	인터넷중독
중독자수	155만명	10만명	220만명	233만명
사회적비용	23조 4천억원	2조 5천억원	78조 2천억원	5조 4천억원

〈자료:가톨릭대학교 의과대학 이해국, 중독문제 개입의 현황, 2013년〉

### ■ 사회 안전을 위협하고 신체·정신적 질환을 일으키는 중독 실태

알코올중독	-폭행·강간·살인 등 강력범죄의 30% 이상이 음주상태에서 벌어짐 ·살인범죄자의 44.9%가 음주상태에서 범행 ·가정폭력 남성의 34.2%가 음주상태에서 폭행 ·사회적·법적 문제를 야기하는 알콜중독자는 연간 100만명 규모
마약중독	-마약류의 고카페인음료, 프로포플 등 중독성 약물 문제 증가 ·마약류 중독자 중 41.3%가 심각하게 자살 고려
도박중독	-강원랜드 개방 후 강원도와 정선군 자살율 급증 ·강원도 자살율: 인구 10만명당 31.6(2006년)→45.2명(2011년) ·정선군 자살율: 인구 10만명당 55.45명(2011년)
인터넷·게임중독	-현실과 가상세계를 구분 못하고 살인·폭력 등으로 이어지는 사건발생 ·2010년 12월 게임 중독 20대 여성이 두 살 아들 살해 ·2012년 10월 게임 중독 40대 남성이 60대 식당 여종업원 살해 ·인터넷 중독 청소년 상당수는 정신과 질환을 함께 앓고 있음 ·주의력 결핍과 행동장애 31.3%, 우울증 28.7%, 기분장애 13.9%

〈자료:국민일보, 2014년 4월 14일〉

### ■ 4대 중독 자가 체크 리스트

#### 알코올 중독

- ① 술을 즐기거나 끊어야겠다고 생각한 적이 있습니다.
  - ② 술로 인해 비난받은 적이 있습니다.
  - ③ 술로 인해 죄책감을 느낀 적이 있습니다.
  - ④ 술 마신 다음 날 아침 해장술을 마신 적이 있습니다.
- ※ 4항목 중 2개 이상 '예'라고 답하면 전문의 찾아야 합니다.

#### 도박 중독

- ① 도박 사실을 숨기려 가족 등에게 거짓말을 한 적이 있습니다.
  - ② 도박에 점점 더 많은 액수를 걸고자 하는 욕구를 경험한 적이 있습니다.
- ※ 2항목 중 1항목이라도 '네'라고 답하면 정밀 검진 필요합니다.

#### 인터넷 중독

- ① 게임에 지나친 시간을 쓰고, 이를 조절하는데 실패한 적이 있습니다.
  - ② 게임 때문에 수업이나 출근에 문제가 생겼지만 줄이지 못하고 있습니다.
  - ③ 게임으로 가족이나 동료 사이 문제가 생긴 적이 있습니다.
- ※ 3항목 중 1항목이라도 '네'라고 답하면 정밀 검진 필요합니다.

#### 마약 중독

- ① 한 차례라고 마약류를 경험한 적이 있으면 전문의 찾아야 합니다.
- 〈자료:국민일보, 2012년 12월 12일〉

### ■ 중독 상담기관

#### 1) 알코올 중독 상담기관

지역	기관명	전화번호	홈페이지
서울	강북구중독관리통합지원센터	02-989-9224	http://www.gbachol.co.kr
	구로중독관리통합지원센터	02-26799353	http://www.gracc.or.kr
	도봉중독관리통합지원센터	02-6082-6793	http://www.bdalcohol.or.kr
부산	부산중독관리통합지원센터	051-246-7574	http://www.busanacc.org
	해운대중독관리통합지원센터	051-545-1172	http://www.haeundaeeacc.com
	부산북구중독관리통합지원센터	051-362-5482	http://www.bukgu2011.or.kr
	사상구중독관리통합지원센터	051-988-1191	http://www.sasangacc.com
대구	달구중독관리통합지원센터	053-957-8817	http://www.alcohol21.net
	대구중독관리통합지원센터	053-638-8778	http://www.alcoholcenter.or.kr
인천	계양구중독관리통합지원센터	032-555-8765	http://www.goacc.co.kr
	부평구중독관리통합지원센터	032-507-3404	http://www.bpalcohol.or.kr
	연수구중독관리통합지원센터	032-236-9477	http://www.ickosacc.com

지역	기관명	전화번호	홈페이지
인천	동구중독관리통합지원센터	032-764-1183	http://www.icdacc.or.kr
광주	광주서구중독관리센터	062-654-3802	http://www.dsracc.or.kr
	광주북구중독관리센터	062-526-3370	http://www.yohanacc.or.kr
	광주동구중독관리센터	062-222-5666	http://www.inalcohol.com
	광주남구중독관리센터	062-412-1461	http://www.namguacc.or.kr
대전	대전대덕구중독관리통합지원센터	042-635-8275	http://www.ddgacc.or.kr
	대전서구중독관리통합지원센터	042-527-9125	http://www.djalcohol.or.kr
	대전동구중독관리통합지원센터	042-286-8275	http://www.lifeacc.or.kr
울산	울산남구중독관리통합지원센터	052-275-1117	http://www.ulsanalcohol.or.kr
	울산중구중독관리통합지원센터	052-245-9007	http://www.alcsolution.or.kr
경기	성남시중독관리통합지원센터	031-751-2768	http://www.snacc.or.kr
	수원시중독관리통합지원센터	031-256-9478	http://www.kosacc.or.kr
	안산시중독관리통합지원센터	031-411-8445	http://www.ansanacc.or.kr
	의정부시중독관리통합지원센터	031-829-5001	http://www.kuacc.kr
	파주시중독관리통합지원센터	031-948-8004	http://www.alcoholcenter.org
강원	원주시중독관리통합지원센터	033-748-5119	http://www.alja.yonsei.ac.kr
	춘천중독관리통합지원센터	033-255-3482	http://www.alcoholfree.or.kr
충북	청주중독관리통합지원센터	043-272-0067	http://www.cjacc.or.kr
충남	천안시중독관리통합지원센터	041-577-8097	http://www.cheonanacc.or.kr
전북	군산중독관리통합지원센터	063-464-0061	http://www.gunsanacc.org
	전주시중독관리통합지원센터	063-223-4567	http://www.jalcohol.org
전남	목포중독관리통합지원센터	061-284-9694	http://www.mokpocity.com
경북	구미중독관리통합지원센터	054-474-9791	http://www.gmalcohol.or.kr
경남	김해중독관리통합지원센터	055-314-0317	http://www.ghacc.co.kr
	마산중독관리통합지원센터	055-247-6994	http://www.masanacc.or.kr
	진주중독관리통합지원센터	055-758-7801	http://www.jinjuacc.org
	창원중독관리통합지원센터	055-261-5011	http://www.cwacc.or.kr
제주	제주중독관리통합지원센터	064-759-0911	http://www.jejualcohol.org

## 2) 도박 중독 상담기관

기관명	전화번호	홈페이지
한국도박문제관리센터	1336	http://www.kcgp.or.kr
유헤센터	080-815-1190	http://ucancenter.kra.co.kr
강원랜드중독관리센터	080-757-5535	http://klacc.high1.com
경륜경정클리닉	080-413-3112	http://www.c-mclinic.or.kr
한국 단도박 모임	02-888-8320	http://www.dandobak.or.kr
한국 도박중독자 가족모임	02-855-5004	http://www.dandobak.or.kr

## 3) 마약중독 상담기관

○ 한국마약퇴치운동본부 마약류·약물중독 상담기관 [http://drugfree.or.kr]

지역	전화번호	지역	전화번호
대표전화	1899-0893	대전	080-202-5115
중앙본부	02-2677-2245	경기	080-257-5115
서울	080-022-5115	강원	033-251-6115
부산	080-522-5115	충남	041-572-2345
대구	053-764-1207	전북	080-232-5112
인천	080-031-5115	경북	053-742-5165
광주·전남	080-767-5115	경남	055-287-9993

4) 인터넷 중독 상담기관

○ 한국정보화진흥원 인터넷 중독 상담기관 [http://www.iapc.or.kr]

지역	전화번호	지역	전화번호
대표전화	1599-0075	세종	044-300-2471
서울	02-3660-2580	강원	033-249-3075
부산	051-744-7755	충북	043-211-8275
대구	053-768-7978	충남	041-635-5834
대전	042-270-3224	전북	063-282-2031
광주	062-613-5790	전남	061-642-1971
경기북부	031-8008-8057	경남	055-281-7333
경기남부	031-899-9151	제주	064-723-2670

○ 서울시 아이윌센터 인터넷 중독 상담기관

기관명	전화번호	홈페이지
창동Iwill센터	02-950-9670	http://www.cdiwill.or.kr
강북Iwill센터	02-912-6410	http://www.gbiwill.or.kr
명지Iwill센터	02-300-3962	http://www.mjiwill.or.kr
강서Iwill센터	02-2698-8275	http://www.gsiwill.or.kr
광진Iwill센터	02-2204-3180	http://www.gjiwill.or.kr
보라매Iwill센터	02-836-1385	http://www.brmiwill.or.kr

성경묵상 인도자용

1과 하나님의 형상과 인간의 타락

1. 하나님께서 지으신 처음 세상은 어떠했습니까?(창 1:31 앞)  
 - 하나님께서는 창조 첫날부터 여섯째 날까지 세상을 창조한 뒤, 그 창조된 모든 것을 보시니 하나님 보시기에 매우 좋았습니다.

2. 사람은 누구의 형상에 따라 지음을 받았습니까?(창 1:27)  
 - 하나님께서는 자기 형상, 곧 하나님의 형상대로 사람을 창조하셨고, 이렇게 사람은 하나님의 형상을 따라 지음을 받은 소중한 존재입니다.

3. 죄를 짓고 난 뒤에 하나님께서 부르시자 그 소리를 듣고 아담은 어떤 행동을 했습니까?(창 3:8-10)  
 - 하나님께서 자신들이 있는 동산을 거니시는 소리를 듣고 동산의 나무 사이에 몸을 숨겼습니다. 그 이유는 죄를 짓고 나서 하나님께서 두려워지기 시작했기 때문입니다.

4. 성경에 의하면 죄로 타락한 인간은 어떤 모습입니까?(롬 1:29-32)  
 - 곧 모든 불의, 추악, 탐욕, 악의가 가득한 자요, 시기, 살인, 분쟁, 사기, 악독이 가득한 자요 수군수군하는 자요, 비방하는 자요, 하나님께서 미워하시는 자요, 능욕하는 자요, 교만한 자요, 자랑하는 자요, 악을 도모하는 자요, 부모를 거역하는 자요, 우매한 자요, 배약하는 자요, 무정한 자요, 무자비한 자입니다.

5. 알코올, 마약, 도박에 중독되어 살아가는 사람들이 주변에서 종종 볼 수 있습니다. 이것도 죄로 타락한 모습이라고 보십니까? 왜 그렇게 생각합니까?  
 - 중독에 빠져 창조받은 자신을 파괴하고 있기 때문입니다. 결국 중독으로 자신 속에 있는 하나님의 형상을 파괴하고, 인간으로서 존엄성을 포기하고 살아갑니다. 결국 자신과 이웃의 생활을 망쳐 놓기 때문에 그렇습니다.

6. 디지털시대를 맞이하여 인터넷중독, 게임중독, 모바일중독이 최근 심각한 사회 문제로 새로 나타나고 있습니다. 이 경우도 죄로 타락한 모습이라고 할 수 있을까요? 왜 그렇게 생각합니까?

- 네 죄로 타락한 모습이라고 생각합니다. 디지털 시대에 새롭게 등장하는 인터넷게임중독 등은 알코올, 마약, 도박 중독과 무엇에 중독되었느냐만 다를 뿐이지 그 결과는 똑같기 때문에 그렇습니다.

## 2과 인간의 죄와 고통

1. 전도서 저자가 해 아래에서 행하는 모든 일이 '헛되다'고 고백한 이유가 무엇인가요? 또한 중독을 '바람'에 비유한다면 일어나는 현상은 무엇이라고 생각하십니까?

- 인생에서 인간에게 잠시의 기쁨과 즐거움을 주는 요소들이 많으나 진정한 만족을 주는 기쁨과 즐거움은 존재하지 않다는 것을 전도서 기자는 헛되다고 표현하고 있습니다. 중독은 인간이 기쁨을 추구하는 과정 가운데 일어나는 병리적 현상입니다. 잠깐의 기쁨과 즐거움은 바람과 같습니다. 어디로 와서 어디로 가는지 제대로 인식하지도 못한 채 잠시 머물다 스쳐지나가는 바람과 같이 중독도 잠시 기쁨을 주지만 이내 사라집니다. 이렇게 중독에 빠지는 것은 바람을 쫓는 일이고 헛된 일입니다.

2. '족함도 없고 가득차지 않는다'(전 1:8)는 표현은 인간에게 발생하는 각종 중독현상의 최종결과가 어떻게 될 것임을 설명하는 것일까요?

- 세상에 있는 기쁨과 즐거움은 인간에게 진정한 만족이 되지 못합니다. 하나님은 인간을 만드신 창조주이기 때문에 하나님만이 오직 유일하게 인간에게 참 만족을 주실 수 있는 존재이십니다. 물고기가 물을 떠나서 살수 없듯이 인간은 하나님을 떠나서는 살수 없습니다. 하나님이 없는 각종 중독은 인간에게 어떠한 참된 기쁨도 즐거움도 줄 수 없고, 그저 공허하고 허탈한 뿐입니다.

3. 수가성의 여인이 찾고 있던 물과 예수님께서 주고자 했던 물에는 어떤 차이가 있습니까? 또한 그 물은 어떤 힘을 가지고 있습니까?(요 4:13-14)

- 수가성 여인이 찾던 물은 물을 마시더라도 다시 목마르게 되는 일시적인 만족을 주는 물입니다. 그러나 예수님께서 주시고자 했던 물은 영원히 목마르지 않는 생수이며 곧 자신이 그 물에 비유하였습니다. 예수님만이 인간에게 참된 만족을 줄 수 있습니다. 예수님께서 주시는 물은 인간에게 참 만족을 주며, 영원히 목마르지 않는 영생의 힘을 가지고 있습니다.

4. 중독의 근본 원인을 인간의 죄인 됨에서 찾을 수 있는데, 이 경우에 중독의 근원적인 해결 방법은 무엇이라고 생각하십니까?(엡 5:18)

- 인간은 하나님을 떠나서는 살 수없는데, 중독은 하나님 없이 무엇인가를 해보겠다는 마음, 하나님 대신 무엇인가를 채우려는 시도에서 발생하는 현상 중에 하나입니다. 따라서 중독은 하나님 없이 살수 있다는 인간의 죄의 속성에서 시작된 것이므로 모든 죄악에서 우리를 구원하신 예수 그리스도의 십자가의 보혈로서 치유가 가능합니다. 중독의 진정한 해결 방법은 예수 그리스도를 나의 구주, 나의 하나님으로 영접하고 성령 안에서 그의 뜻대로 살기를 다짐하는 결단에서 시작됩니다.

니다. 모든 인간은 성령 충만을 통해 모든 중독으로부터 자유로워질 수 있습니다.

5. 우리 일상생활 가운데 사람들을 중독되게 만드는 물질이나 행위가 있다고 생각하십니까? 있다고 하면 무엇입니까?

- 있습니다. 그것도 우리가 접근하기 아주 쉽습니다. 중독 물질로는 알코올, 여러 마약류, 담배가 있고, 중독을 유발하는 행위로는 여러 형태의 도박, 인터넷게임 등입니다.

6. 가족이나 친구들이 화투나 트럼프를 치며 놀거나 가끔 경마장이나 카지노에 가서 즐겨 본 적이 있으십니까? 이렇게 오락으로 즐기는 것과 도박 중독의 차이는 무엇이라고 생각하십니까?

- 네 그런 적이 있습니다. 오락은 그 행위를 자신이 조절, 통제가 가능한 경우인데 마음을 먹으면 언제나 그만두거나 아예 하지 않을 수도 있습니다. 내가 그 행위의 주체자입니다. 그러나 도박 중독은 똑같은 행위를 하더라도 더 이상 자신이 그것을 조절하거나 통제하지 못합니다. 중독자가 되면 재산을 다 날리고, 가정에 파탄이 오고, 정상적인 사회생활을 하지 못하는 결과가 예견되는데도 무슨 짓을 해서라도 도박을 다시 하게 됩니다.

## 3과 전인적 치유와 구원

1. 예수님은 수많은 병자와 모든 병과 약한 것을 고치셨습니다. 주님이 지금도 우리를 모든 질병에서 고칠 수 있는 분임을 믿습니까? 우리 믿음은 왜 필요합니까?

- 네. 믿습니다. 치유에 있어서 우리들의 믿음을 보시기 때문입니다.

2. 12년을 혈루증을 앓았던 여인은 주님의 옷을 만지기만 해도 나으리라는 겸손하고 순수한 믿음으로 고침을 받았습시다. 나의 병과 습관을 고치기 위하여 지금 그 마음으로 주님께 나가겠습니까? 주님으로부터 치유와 약속의 말씀을 듣기 원하십니까?

- 네, 나의 병과 습관을 치유하기 위하여 12년 혈루증을 앓았던 여인의 마음으로 주님께 나가겠습니다. 그리고, '아들아, 딸아 안심하라 네 믿음이 너를 구원하였다'는 말씀을 듣고 그 말씀대로 역사가 일어나리라 소원하고, 믿습니다.

3. 구약시대의 금식은 어떤 목적을 위하여 행했나요? (출 24:18, 왕상 19:8, 삼상 1:6-8, 대하 20:3, 예 4:15-16, 시 35:13, 69:10, 사 58:6-8, 욥 3:5-10)

- 하나님의 영광을 보기 위해, 하나님의 음성을 듣기 위해, 이스라엘을 이끌기

위해, 성을 지키기 위해, 유대인을 구하기 위해, 마음을 강하게 하기 위해, 사명의 재확인을 위해 구약시대에 금식이 행해졌습니다.

4. 예수님의 40일간 금식(마 4:1-10)에서 우리는 어떤 교훈을 얻을 수 있습니까?

- 금식은 우리들에게 영적 능력을 더하여 주므로 시험을 이기는 승리를 가져다 줄 수 있습니다. 금식은 하나님께 의존을 강화하며, 성령의 감동에 민감하게 반응할 수 있게 해줍니다.

5. 중독과 같이 우리들의 잘못된 삶의 습관에서 벗어나고 치유 받으려면 땅 아래 것에 대한 집착을 벗어나야 합니다(골3:2-3). 이 땅의 것, 세속적인 것에 대한 집착과 중독 즉 매여서 사는 삶을 계속 하면서는 무엇을 할 수 없습니까?

- 위의 것 즉 하나님의 뜻을 이해할 수 없거나 하나님의 음성을 들을 수가 없습니다. 그래서 하나님 뜻대로 살 수 없으며, 중독의 증세에서 벗어날 수 없습니다.

6. 마약의 종류에 대해서 아는 대로 그 이름을 적어보시기 바랍니다. 또 마약 투약을 할 경우에 겪는 어려움에는 무엇이 있는지 생각나는 대로 적어보시기 바랍니다.

- 교재 내용 중 중독이론 부분의 '중독성 약물의 종류와 특징'을 참고하십시오.

#### 4과 중독치유와 교회의 선교적 사명

1. 선한 사마리아 사람에 나오는 강도 만난 자의 현재 처지는 어떠하며, 오늘날 어떠한 형편에 있는 자들로 이해됩니까? (눅 10:30)

- 강도들에게 모든 것을 빼앗기고 맞아 거의 죽은 자와 같이 버려져 있는 처지입니다. 오늘 날로 보면 불우한 이웃, 사회적인 약자, 자립적이지 못한 사람, 남의 도움이 필요한 사람들입니다.

2. 강도 만난 후 그에게 가까이 다가가지 않고 아무런 도움도 주지 못하고 지나쳐 가버린 제사장과 레위인의 잘못은 무엇이라고 생각하십니까? (눅 10:31-32)

- 제사장과 레위인은 고통받는 사람들에 대한 무관심과 도움이 필요한 사람에 대한 외면, 한 생명의 소중함을 존중해주지 않음, 합리적인 핑계를 대며 자기 일에만 최우선권을 둬, 자기변명의 합리화입니다. (말씀에는 기록되어 있지 않지만 제사장이나 성전을 섬기는 레위인은 성결해야 하고, 부정을 타는 시신을 가까이 하거나 만져서는 안 된다는 율법에 따라 행동한 것이라고 볼 수 있습니다. 그러나

사랑은 그 모든 율법을 뛰어넘는 하나님의 사랑의 법입니다.)

3. 영생을 얻는 길은 무엇입니까? (눅 10:27)

- 하나님 사랑과 이웃사랑에 최선을 다하며 사랑하고 섬기는 삶입니다. 하나님을 사랑하는 것만이 아니라 이웃을 사랑하는 것도 영생을 얻는 길에 속합니다.

4. 사마리아인이 가까이 다가가서 응급처치를 하고 주막에 데려다가 돌보아준 행위는 어떠한 의미와 가치가 있는 행위입니까? (눅 10:33-35)

- 그것은 생명을 살리는 일, 영생을 얻는 일입니다. 재난과 재해를 만난 자에게 일단 응급으로 처리하여 생명을 살리려고 노력하고, 다시 전문가에게 맡겨 그 생명을 확실하게 살리려고 한 태도로 신앙인의 책임성을 보여줍니다. 신앙인은 도움이 필요한 자에게 도움을 주는 선한 이웃이 되어 개인적 차원을 넘어서는 전문성의 영역에서까지 도움을 줄 필요가 있습니다.

5. 강도를 만난 사람에게 자비를 베푸 사람은 어떤 관계입니까? (눅 10:29)

- 선한 섬김으로 이웃이 되어준 사람입니다. 이웃의 주체성이 중요하며, 순수한 박애주의의 정신만을 가지고 있더라도 이기주의를 극복하고 어려움에 처해있는 자들을 도울 수 있습니다.

6. "가서 너도 이와같이 하라"는 말씀을 중독증세에 얽매어 의존적으로 사는 약자들을 위하여 우리들에게 주시는 사명과 책임으로 연결시켜서 생각한다면 우리들은 어떠한 사명과 책임을 생각할 수 있겠습니까?

- 오늘 날 신앙인 개인과 기독교 단체, 교회 등이 예외없이 섬김의 사명과 책임을 부여받은 것입니다. 우리는 관심을 가지고 상대방의 처지를 살피며, 어떤 도움이 필요한지를 알아보고, 위로, 격려, 치유적 방법과 삶의 안내자로서 그리스도의 사랑을 가지고 돕는 역할을 감당해야 합니다. 중독자들을 소외시키거나 외면하거나 비방과 조롱을 하지 않아야 합니다. 또한 그들을 위하여 중보의 기도를 아끼지 않고 가족들을 격려하며 함께 더불어 섬길 수 있는 기회를 만들어 가야 합니다.