

77. 자기 도취 Narcissism



수잔(Susan)은 스티브(Steve)와 함께 사역할 것이라는 것을 알았을 때 기대에 들떴다. 스티브는 그녀의 교회에 와서 선교보고를 했었고 교회의 선교위원회는 그를 지원하는데 있어 한 몫을 차지한 것에 아주 감동받았다. 그는 어떻게 혼자서 거의 다섯 개 교회를 개척했는지 설명했다. 그녀가 그 선교기관에 합류했을 때 본부에 있는 사람들도 역시 스티브가 얼마나 뛰어난 지도자며 그와 함께 사역하게 되어 그녀가 얼마나 운이 좋은 사람인지 말해주었다.

그러나 몇 주 사역한 후 그녀는 스티브가 선교사들에 대해서 전혀 그런 사람이 아니란 것을 알게 되었다. 그는 칭찬받는 것을 좋아했지만 다른 사람이 칭찬받는 것을 듣기는 싫어했다. 그는 방문객들에게는 친절했지만 방문객이 없는 자리에서는 선교사들에게 매우 비판적이었다. 그는 자기가 한 일에 대해서는 과장했지만 다른 사람들이 한 일에 대해서는 과소평가했다. 그는 함께 지내기 아주 힘든 사람이었다. 선교사들은 그가 어떤 사람인지 알릴 수 있었겠지만 아무도 그들을 믿어주지 않을 거라고 생각했다. 그에겐 몇가지 자기 도취 증상이 있었다.

자기 도취(narcissism)란 무엇인가?

자기 도취자들은 자신의 중요성에 대한 과장된 인식, 관심과 칭찬에 대한 깊은 욕구, 관계의 어려움, 다른 사람에 대한 공감 부족을 보이는 사람들이다. 그들은 어떤 상황에서는 믿기 힘들 정도로 성품 좋고 재능있게 보이지만 다른 상황에서는 대화를 독점하며 다른 사람들을 알아보기도 한다. 이 단어(narcissism 자기도취)는 나르시시스(Narcissus)가 물에 비친 자기 모습과 사랑에 빠져 헤어나지 못했다는 그리스 신화에서 왔다.

자기 도취자들의 성격적 특징. Here is list of some characteristics.

- 특별한 호의를 기대
- 분노와 멸시로 반응
- 다른 사람을 이용

- 계속적이고 과도한 칭송을 요구
- 사람들이 어떻게 느끼는지 알아채지 못함
- 자기 중요성에 대한 과도한 인식과 우수하다고 인정받기를 기대하며 업적에 대해 과장함
- 한없는 성공과 능력, 탁월함에 대한 환상을 가짐
- 많은 칭찬을 요구
- 자기 목적을 위해 다른 사람을 이용
- 다른 사람을 시기하면서 다른 사람이 자신을 시기한다고 믿음
- 다른 사람의 필요나 감정을 알아채지 못하거나 구별 못함
- 거만하고 오만한 행동이나 태도를 보여줌

물론 아무도 이 모든 증상들을 다 가진 사람은 없다. 어떤 자기도취자들은 위의 리스트에는 없지만 자기 중심적 성향과 같은 다른 특징을 보이기도 한다. 어떤 사람이 몇 가지 이런 특성을 보인다고 해서 그 사람이 자기 도취적 장애를 가졌다는 것을 의미하지는 않는다. 그리고 보통의 경우, 같이 사는 사람이 아닌 다른 많은 사람들에게는 이런 특성들이 눈에 띄지 않는다.

이런 특성 외에, 자기 도취자들은 호감형이고, 유능하고, 매력적이고, 파티의 삶에 더 공개적인 또다른 측면을 갖고 있기도 하다. 그들은 품위가 있고, 유머가 넘치고 함께 있으면 재미가 있는 사람일 수도 있다. 이런 성격들은 관계의 초기 단계에 나타나고 사람들이 잘 사귀지 않을 때는 오래 유지될 수 있다. 그러나 자기 도취자들과 사는 사람들은 그들의 어두운 면을 알고 있다.

성경에 자기도취(narcissism)가 나오는가?

성경에 나오는 자기 도취자의 좋은 예는 에스더서 3-7 장에 나오는 하만이다. 여기 하만이 보여주는 몇가지 특성이 있다.

- 그는 모르드개가 그에게 무릎 꿇지도 않고 절하지도 아니함을 보고 매우 노했다(3:5).
- 그는 모르드개뿐 아니라 모든 유대인을 멸절할 방법을 찾았다(3:6).
- 그는 자기의 영광과 자녀가 많은 것과 왕이 자기를 들어 왕의 모든 지방관이나 신하들보다 높은 것을 자랑했다(5:11).
- 그는 왕후 에스더가 베푼 잔치에 왕과 함께 오기를 허락 받은 자는 그 밖에 없었고 왕후가 그 다음 날도 자기를 초대했다는 사실을 말했다(5:12).
- 모르드개가 대궐 문에 앉은 것을 보는 동안에는 이 모든 일이 만족스럽지 못했다(5:13).
- 친구들의 제안에 따라 그는 다음날 잔치 전에 모르드개를 매달 교수대를 세웠다(5:14).
- 하만이 왕에게 모르드개를 매달기를 구하고자 하여 이르렀을 때, 왕은 하만에게 존귀하게 하기를 원하는 사람에게 어떻게 하여야 하겠느냐고 물었다. 하만은 자신이 존귀하게 될 사람이라 생각하고 왕복을 입히고 왕의 말을 태워서 거리로 다니면서 높이라고 말했다(6:4-6).

많은 자기도취자들이 하만이 그랬던 것처럼 지도자의 위치로 올라간다. 아하수어로 왕은 하만을 존귀하게 하고 지위를 높여 함께 있는 모든 대신 위에 두었다. 대궐 문에 있는 왕의 모든 신하들이 다 하만에게 꿇어 절했다(에스더 3:1-2).

마찬가지로 자기 도취적인 성격을 가진 선교사들도 지도자의 위치에 오를 수 있다. 그런 선교사들은 기금 조성이나, 프로젝트를 완성하는 일, 성경을 가르치는 일, 선교단체를 대신해 연설하는 일에 아주 성공적일 수 있다. 그러나 자기 도취적인 성격을 가진 선교사들과 함께 지내는 선교사들은 환멸을 느끼거나, 그만 두거나, 선교사역을 떠나게 될 수 있다.

그런 자기 도취자는 선교사의 숫자가 감소하는 데 대한 비난을 받아들이지 않을 것이다. 오히려 실력없는 선교사를 현지에 보냈다고 본부를 비난할 것이다. 그 “실력 있는” 선교사는 현지 지도자(field director)나 한 지역의 지도자, 혹은 선교 단체 본부에 자리를 잡아 진급할지도 모른다. 다른 지도자들이 그나 그녀가 어떤 사람인지 발견할 수 있다면 그것도 좋은 일일 것이다.

나는 무엇을 해야만 할까? What should I do?

에스더와 함께 시작하는 것이 좋은 출발점이 될 것 같다. 에스더는 4 장과 5 장에서 좋은 본보기를 보여주는 어른이 된 제 3 문화자녀다.

- 그녀는 모르드개에게 고민이 있는 것을 눈치챘고 이유를 알아냈다(4:1-9).
- 심히 주저했지만 그녀는 마침내 그의 충고를 받아들이기로 한다(4:9-13).
- 그후에 그녀는 하만에게 그녀와 그녀의 남편과 함께 식사를 하자고 초대했다(5:1-5).

다른 사람들이 심란해 할 때, 왜 그런지 묻고, 현명한 충고를 받아들여서, 사람들에게 금식하고 기도하게 하고, 그 자기 도취자를 식사에 초대하는 것으로 좋은 시작을 한 것을 보라. 다른 제안들도 있다.

- 자기 도취자들은 자신들이 “완벽”하며 언제나 옳다고 믿는다는 것을 기억하고 그들과 대화할 때 낮은 목소리를 유지하라. 목소리를 높이면 논쟁으로 갈 수도 있다.
- 경고를 주는 그들의 몸짓을 조심하라.
- 그들은 잘 안 바뀐다는 것을 기억하라.
- 당신의 독립성을 지키라.
- 자기 도취자들은 화내고 나가서는 비판이나 질문을 갖고 돌아올 가능성이 높다는 것을 기억하라.
- 그들은 당신의 생각을 바꾸려고 하고 당신이 거부한다면, 그들은 화낼지 모른다.

무엇을 하지 말아야 할까? What should I not do?

에스더가 하지 않은 것은 무엇일까?

- 그녀는 문제를 바로 말하지 않고 그 다음날 하만을 다시 식사에 초대했다(5:6-8).
- 그 다음날도 하만과 대결하지 않았고 왕에게 말하지도 않았다. 왕이 에스더에게 무엇을 해주기를 원하느냐고 물었을 때 그들은 그저 식사하기 전 음료를 마시고 있었다(7:1-2).
- 여전히 에스더는 하만을 죽여달라고 하지 않았고, 만일 자신이 왕께 은혜를 입었고 어여삐 여기시면 자기 목숨과 민족의 목숨을 구해달라고 요청했다(7:3)
- 그후에 그녀는 왕이 모르는 사실을 알려 주었다.

비록 그녀와 그의 민족이 심각한 위험에 빠졌지만, 에스더는 그가 살고 있는 나라의 풍습을 어기는 일을 하지 않았다. 아래에 피하면 좋을 몇가지 다른 것들이 있다.

- 자기 도취자들이 당신에게 무엇인가 원하는 것이 있지 않는한 당신에게 관심을 보일 것이라고 기대하지 말라.
- 자기 도취자들이 사과를 할 것이라고 전혀 기대하지 말라. 그들은 틀린 적이 없다.
- 자기 도취자들이 농담을 이해할 것이라고 기대하지 말라. 그러나 다른 사람들을 위해 그냥 말하라.
- 자기 도취자들이 당신이 남겨 놓은 일을 치워줄 거라고 기대하지 말라. 그러나 그들은 당신이 그들이 남겨 놓은 것을 치워주기 바랄 것이다.
- 자기 도취자들이 당신을 위해 자기의 시간을 포기할 거라 기대하지 말라. 그러나 그들은 당신에게 많은 시간을 요구할 것이다.
- 자기 도취자들이 자기들의 어린 시절에 있었던 일들을 기억하리라 기대하지 말라.
- 자기 도취자들에게 “인정을 베풀라”는 말을 절대 하지 말라. 일을 더 망치게 될 것이다.
- 자기 도취자들에게 애정을 표현하면 부정적인 반응을 보일 것이다.
- 자기 도취자들이 다른 사람을 비판하는 습관을 배우지 말라.

자기 도취자와 어떻게 함께 살 수 있을까? How can I live with a narcissist?

- 최고의 도움을 https://en.wikiversity.org/wiki/Living_With_a_Narcissist 에서 찾아볼 수 있다. 이 간단한 소책자는 실제로 자기 도취자와 함께 지내본 몇 사람들에게 의해 씌어졌기 때문에 그들이 유용하다고 생각한 것들이다. 그들이 원하는 몇가지가 있다.
 - 당신의 자존감을 잘 지키라.
 - 오직 하나님만이 바꾸실 수 있는 일들이 있다는 것을 받아들이라.
 - 당신의 독립성을 어느 정도 보호하거나 다시 확보하라.
 - 가족들에게 당신이 그들을 사랑한다는 것을 상기시키라. 자기 도취자들에 의해 자주 생기는 균열을 치료하는데 도움이 될 것이다.
 - 자기 도취자를 이해하는 법을 배우라.
 - 다른 사람을 통제하는 행동, 말폭력, 가족이나 친구들로 부터 소외, 그리고 가정 경제를 과도하게 통제하는 등 위험한 전조를 분별하고 기록하는 법을 배우라.
-

자기 도취자들이 변하기는 하는가? Will narcissists ever change?

자기 도취적인 성격은 안정적이고 오래 지속되는 일종의 성격 장애이며 청소년기나 초기 성인기로 거슬러 올라갈 수 있다. 치료를 통해서도 변하기 매우 어렵다. 자기 도취자들은 그들이 그 어느 것도 잘못됐다는 것을 믿지 않는다. 그러니 왜 변해야 한단 말인가? 어차피 그들은 지적이고 성공하며 많은 사람들의 부러움을 산다는 점에서 우월하다. 자기 도취자와 사는 사람들이 가장 고통받는 사람들이고, 그들과 사는 법을 배우고 관련된 모든 사람을 위해 기도하도록 도와줌으로 가장 큰 도움을 줄 수 있다.



† 이 브로셔는 저자 로날드 코테스키 박사의 원문(Ronald Koteskey: www.missionarycare.com)을 저자의 승인 하에 올네이션스선교센터(www.anmcusa.org)에서 번역한 것으로 한국어 판권은 올네이션스선교센터에 있습니다.