



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

碩士學位論文

제주지역 알아년(AI-Anon)
참여자들의 치유과정 연구

제주대학교 사회교육대학원

心理治療學科

朴 後 男

2020年 02月

제주지역 알아년(A1 - Anon) 참여자들의 치유과정 연구

指導教授 金 民 浩

朴 後 男

이 논문을 사회교육학 석사학위 논문으로 제출함

2019年 12月

박후남의 사회교육학 석사학위논문을 인준함

심사위원장 (印)

위 원 (印)

위 원 (印)

제주대학교 사회교육대학원

2019年 12月

A Study on the Healing Process
of the Attending Jeju Al-Anon

Hoo Nam Park
(Supervised by Professor Min Ho Kim)

A thesis submitted in partial fulfillment of the requirement
for the degree of Master of Social Education [Master of
Psychohealing].

2019. 12.

This thesis has been examined and approved.

.....
Thesis director, Min Ho Kim, Prof. of Psychohealing

.....
.....
.....
(Name and signature)

.....
Date

Department of Psychohealing
GRADUATE SCHOOL OF SOCIAL EDUCATION
JEJU NATIONAL UNIVERSITY

목 차

I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구 문제	6
II. 이론적 배경	7
1. 알코올사용장애 배우자의 알아낸 참여	7
1) 알아낸(AI-Anon, 알코올사용장애 가족 자조모임)에 대한 이해 ...	7
2) 알코올사용장애 및 알코올사용장애 배우자에 대한 이해	10
3) 알코올사용장애 배우자의 알아낸 참여의 효과에 대한 이해	13
2. 제주도의 권당문화에 대한 이해	14
3. 게슈탈트 치료에 대한 이해	16
III. 연구방법	18
1. 근거이론	18
2. 연구 참여자	21
3. 자료수집	25
4. 자료분석	28
5. 연구과정의 평가	29
IV. 연구 결과	32
1. 알아낸 참여자들의 치유과정 구조	32
2. 알아낸 참여자들의 치유과정 패러다임 모형 및 분석	37
3. 제주지역 알아낸의 특수성과 맥락	72
4. ‘제주시 알아낸’ 참여자들의 치유과정 단계 분석	75
5. 핵심범주와 이야기 윤곽의 전개	79

V. 논의 및 결론	84
1. 논의	84
2. 결론	87
1) 결론	87
2) 제언	90
참고문헌	92
ABSTRACT	97
부록: 연구 동의서	100

표 목 차

<표 1> 연구 참여자의 기본 인적사항	22
<표 2> 근거자료에서 도출한 개념 및 범주	32
<표 3> 핵심범주의 속성과 차원	80

그림 목차

[그림 1] 연구 진행 과정	20
[그림 2] 파랑새를 이용한 분석과정	31
[그림 3] 알아넌에 참여하는 알코올사용장애 배우자의 치유과정에 대한 패러다임 모형	38
[그림 4] 2016년 자아성장을 위한 여정 작업지	49
[그림 5] 2019년 자아성장을 위한 여정 만족도 조사	59
[그림 6] ‘제주시 알아넌’ 참여자들의 치유과정 통합모형	83

국문 초록

이 연구는 ‘제주시 알아넌’에 참여하는 알코올사용장애 배우자의 치유과정을 근거이론을 통해 유형화하고자 했다. 특히 제주지역의 특수성에 대해 심층 탐색하여 ‘제주시 알아넌’에 참여하는 알코올사용장애 배우자의 치유과정에 대한 실체이론을 구축하고자 했다. 이를 위한 핵심 연구 문제는 ‘알아넌 참여자들의 치유과정은 어떠한가?’와 ‘제주시 알아넌의 특수성과 그 맥락은 무엇인가?’, 그리고 ‘제주시 알아넌 참여자의 치유과정을 어떻게 유형화 할 수 있는가?’이다.

이 연구를 위하여 대상은 ‘제주시 알아넌’에 참여하고 있는 알코올사용장애 배우자 8명을 대상으로 이론 표출하였다. 연구방법은 Strauss와 Corbin(1998/2001)이 제시한 근거이론 연구방법을 적용하여 연구 참여자들과의 심층 면담을 통해 수집한 자료를 질적 분석하였다. 분석 결과 개방코딩으로 132개의 개념을 생성하였고, 개념을 추상화하여 41개의 하위범주를 얻었으며 최종 16개의 범주를 도출하였다. 주요 내용은 다음과 같다.

첫째, 인과적 조건은 ‘배우자의 음주 악화’, ‘고통에 짓눌림’, ‘가족의 위기’, ‘간섭과 통제’로 나타났다. 중심현상은 ‘고통과 난관 속에서도 삶을 행복하게 살아내고 싶다.’라고 나타났다. 맥락적 조건은 ‘사용장애에 대한 인식’이 있었다. 그리고 제주지역의 맥락적 특성으로 ‘교회를 찾아가서 상담을 함’과 ‘권당 문화로 인해 알아넌 참여가 어려움’으로 나타났다. 중재적 조건은 우선 ‘내적 자원 활용’과 ‘알아넌 운영의 도움’이 있었다. 다음으로 ‘제주지역 중재적 특성’으로 ‘동일한 신앙 그룹’, ‘정기적인 교육 및 프로그램’, ‘지속적 상담’으로 나타났다. 작용·상호작용 전략은 ‘자신의 변화에 집중’, ‘효율적인 대처’, ‘긍정적인 변화 나타남’으로 나타났다. 이러한 작용·상호작용 전략의 결과로 ‘건강한 개체로 살아가기’, ‘관계 회복’으로 나왔다. 그리고 ‘제주지역 결과의 특수성’으로 ‘알아넌이라는 새로운 권당 형성-익명성의 특수한 적용’, ‘신앙으로 내면이 강해짐’으로 나타났다.

둘째, 제주지역의 특수성과 시간의 흐름에 따른 변화를 감안했을 때 ‘제주시 알아넌’에 참여하는 참여자들의 치유과정은 5단계로 도출되었다. 1단계는 ‘한계 상황 도달 단계’이다. 참여자들이 배우자의 음주 상황에 절망적인 상태에서 자신

의 한계에 부딪히게 되는 단계이다. 2단계는 ‘권당 문화와 알아년의 충돌 단계’이다. 참여자들이 알코올사용장애가 병임을 인식하고 도움이 필요함을 느끼게 된다. 그러나 ‘권당’으로 얽여 있는 제주지역 안에서 알아년에 오지 못하고 방황하는 단계이다. 3단계는 ‘신앙과 알아년의 원리 적용 단계’이다. 참여자들이 신부님과 상담 수녀님의 격려에 힘입어 알아년에 참석하게 되는 단계이다. 이 단계에서 참여자들은 알아년의 원리를 삶에 적용하면서 변화가 일어나게 된다. 다음은 ‘동일한 신앙그룹 및 새로운 권당 형성의 단계’인 4단계이다. 참여자들은 동일한 신앙에 의한 신뢰감으로 알아년 모임에 장기적으로 참여하게 된다. 이 단계 즈음에 새로운 ‘권당’이 형성된다. 5단계인 ‘삶의 질의 변화 단계’에서는 참여자들이 배우자와 자녀 및 자신을 수용하게 된다. 모든 상황에 감사하며 자신의 고통스러운 삶 안에서 신의 뜻을 찾으려 한다. 참여자들은 봉사의 삶을 살아가게 된다.

또한, 연구의 결과로 ‘고통의 승화’라는 핵심범주가 상정되었다. 핵심범주의 의미는 참여자들이 음주로 인한 배우자의 폭행과 가정의 위기 속에서 고통스럽게 살았으나 사용장애가 병임을 인식하고 신께 자신의 고통을 맡기면서 자신의 한계를 넘어서 자신과 가족의 행복을 추구하며 살게 되는 치유 과정의 결과를 찾아냈다는 것이다.

이 연구에서 ‘제주시 알아년’의 특수한 맥락의 실제이론을 개발함으로써 알아년이 통일된 구조 안에서 지역마다 특색적으로 적용될 수도 있다는 점을 밝힌 것은 의미가 있다. 사용장애가 반복적이고 지속적인 것이므로 해결되지 못한 심리적 과제들을 배우자들은 갖게 된다. ‘제주시 알아년’은 ‘동일한 신앙 집단’이라는 것과 ‘권당’이라는 특수한 맥락 안에서 강력한 지지체계가 형성된다. 이 구조가 미해결과제의 치료에 대해서 효과적인 장을 마련하고 있다는 것을 밝힌 것도 연구의 가치라고 보겠다. 이 연구의 의의는 알코올사용장애 배우자의 상담개입을 위한 실제적이며 구체적인 근거자료를 밝혀냈다는 것이다.

주제어: Al-Anon(알코올사용장애 가족 친목 모임), 알코올사용장애 배우자,
제주시 알아년, 권당 문화, 고통의 승화, 치유과정, 질적 연구, 근거이론

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

우리나라는 음주에 대해서 관대한 문화이다. 또한, 술에 대해 접근하기가 용이하다. 그래서 알코올에 의한 피해가 크다. 최근, 대한 사회적 인식이 높아져 지난 1년 동안 주 1회 이상 술을 마신 사람 중 절주나 금주를 시도한 사람은 27.3%(통계청, 2018) 임에도 불구하고 알코올사용장애자의 수는 줄어들지 않고 있다. 우리나라의 알코올사용장애 추정 인구는 139만 명으로 전체 성인의 12.25%(십만 명 단위)가 평생에 한 번 이상 알코올사용장애를 경험하는 것으로 나타났다(보건복지부, 2016). 19세 이상 인구의 65.2%가 음주를 하며(통계청, 2018) 고위험 음주율은 19.2%에 해당한다. 특히 제주도는 이 고위험 음주율이 19.7%로 2016년 통계인 21.9%보다는 약간 낮아졌다고는 하나 전국보다 높은 수준이다(질병관리본부, 2018). 더구나 우리나라는 음주에 대해 허용적인 분위기로 인해 심각성을 깨닫지 못한다. 음주에 대한 인식조사결과를 보면 ‘다소 문제가 있지만, 개선을 위해 인위적인 노력을 할 필요는 없다.’가 45.9%나 차지한다(한국음주문화연구센터, 2010). 그러므로 알코올사용장애에 대한 치료 또한 용이하지 않다. 알코올사용장애가 만성화되어 치료가 거의 불가능하고 가족들이 심리적-정서적으로 심한 상처를 받고, 그것이 겉으로 나타날 때야 비로써 치료에 대해 인식하게 된다. 그래서 치료가 거의 불가능한 것은 물론이고 치료를 받은 후에도 60~80%가 3개월 이내에 다시 재발한다는 보고가 있다(박애란, 2008).

알코올사용장애는 세계보건기구(WHO, 2010)가 규정하고 있듯이 개인의 건강에 악영향을 미치는 주요요인이다. 알코올사용장애는 한 개인을 심각한 질병이나 죽음으로 몰고 가기도 한다. 알코올사용장애가 더 위험한 이유는 배우자와 자녀, 가족 전체에 역기능적인 영향을 준다는 데에 있다(최송식, 이슬지, 2012). 음주문제로 인한 가족피해는 부부갈등, 자녀가 부모의 음주 행동학습, 가족의 역기능과 자녀와의 갈등, 자녀들의 심리적 부적응 등으로 나타난다. 부부갈등의 피해 경우 음주벽이나 알코올사용장애를 가진 사람은 배우자와 이혼·별거를 할 가능

성도 훨씬 크고 실제로 이들 중 33-40%가 불안한 부부관계, 가족관계를 가지는 것으로 나타났다(김상대 외, 2001:2). 자녀의 부모 음주 행동에 대한 학습에 대해서는 조덕임(2013)은 부모의 문제음주가 자녀에게 미치는 요인을 설명하면서 음주하는 부모의 자녀는 그렇지 않은 자녀에 비해 음주 남용자가 될 확률이 4-5배가 된다고 밝히고 있다. 가족의 역기능과 자녀와의 갈등의 경우 문제음주자의 행동으로 문제음주자의 가족들은 예측할 수 없는 상황에 혼돈과 긴장, 실망감 등 정서적 학대를 경험하며 말다툼, 폭력, 정신적 위협을 경험하게 된다. 장수미(2001)는 부부갈등(72.8%), 가정폭력(47.7%), 자녀와의 갈등(34.9%) 등 음주로 인한 가정문제가 심각하다고 밝히고 있다.

알코올사용장애의 문제는 이렇듯 단지 개인에 국한된 질병인 것뿐만 아니라 가족관계에 큰 해를 끼치고 가족 구성원에게도 신체적으로, 심리적으로 상당한 손상을 입히므로 가족 병이라고 할 수 있다(박우관, 2016). 가족 구성원들은 상호 의존적 관계에서 생활하고 있기 때문에 가족 성원 중의 한 사람인 알코올사용장애자로 인해 전체 가족체계에 심한 스트레스가 가해져 단계적이고 점진적으로 가족의 체계에 변화가 일어난다(김기태, 안영식, 최송식, 이은희, 2005). 알코올사용장애 가정은 빈번한 언쟁과 자녀와 배우자 학대 및 폭력 등의 문제로 인해 가족의 위기가 상승하면서 가족체계의 구조와 기능이 손상되며 가족 각 구성원은 심리적 상처를 입게 된다.

특히 알코올사용장애 배우자는 사용장애자와 밀접한 관계를 맺고 생활함으로써 인해 많은 영향을 받는다. 사용장애자의 음주 문제가 심각해지면서 가족 역동의 구조적 측면에 결함이 생겨 가족 성원의 역할이 재분배됨에 따라 배우자는 많은 역할을 부담하게 되고 배우자의 음주 문제와 관련된 불안과 긴장으로 인해 신체적, 심리적 문제를 갖게 된다(한미라, 2003). 알코올사용장애 배우자는 음주 상황에서 언어적·신체적 폭력에 지속적으로 노출되면서 심각한 외상 상태에 놓인다.

알코올사용장애 배우자는 정서체계와 지적체계 사이의 균형이 와해하여 혼란을 겪으며, 심한 수치심 속에 삶이 위축되고 고립된다. 알코올사용장애 배우자는 사용장애자의 음주 문제가 삶의 중심이 되며 배우자의 음주 조절을 위해 여러가지 시도를 거듭하지만 음주 문제를 해결할 수 없을뿐더러 도리어 부정적인 결과를 낳는다. 알코올사용장애자와 지속적인 관계를 맺고 살면서 자신의 삶을 통제

할 수 없는 상황에 이른다. 이러한 상태를 설명하는 개념이 공동의존으로 알코올 사용장애 배우자에 대한 이해 및 개입 전략에서 가장 폭넓게 사용되는 개념이다 (이경옥, 2006). 알코올사용장애가 만성적이며 진행적인 질병으로 평생에 걸친 치료와 치유과정이 필요한 것처럼 알코올사용장애 배우자의 공동의존 역시 지속적으로 다루어져야 할 필요가 있다. 알코올사용장애 배우자는 알코올사용장애자의 회복을 위한 매개체의 역할을 넘어서 직접적인 치료가 필요한 대상으로 치료적 개입이 필요하다(박영순, 2018).

알코올사용장애 배우자들은 AA(Alcoholic Anonymous, 익명의 알코올사용장애자들의 모임)를 통해 많은 알코올사용장애자들이 회복되는 것을 보고, 자신들의 문제도 AA와 동일한 원리를 적용함으로써 해결될 수 있다는 믿음으로 알아낸(AI-Anon, 알코올사용장애자의 가족, 친척 및 친구들의 모임)을 결성하였다. 자신들이 알코올사용장애자와의 삶으로 인해 영향을 받았음을 인식하고 공통된 경험과 힘과 희망을 나누다 보니 알아낸 모임이 미국 전역을 넘어 전 세계로 확산되었다. 세계적으로 130여 개국에 30,000여 개의 그룹이 있다. 우리나라는 1970년대부터 알아낸 모임이 소개되었으며, 1982년 12월 AA 모임 시작과 더불어 그 가족 2-3명이 알아낸 가족 모임을 시작했다. 2018년 현재 전국에 50여 개의 알아낸 모임이 진행되고 있다(한국 알아낸 연합회, 2018).

알코올사용장애 배우자의 회복에 있어서 알아낸 참여가 미치는 영향에 관한 선행연구들은 주로 양적 연구방법으로 이루어져 왔다. 알아낸 참여 기간이 길수록 공동의존이 낮아졌으며(최송식, 1995; 김희성, 1997; 최한숙, 2006), 자기 비난과 자존감의 수준을 개선하고 스트레스, 우울, 적대감과 죄책감을 감소시켰으며(황윤주, 2006; Barber & Gilbertson, 1997; Kingree, 2000; 김창훈, 2012), 사회적 지지가 높아지고 관계 맺는 기술이 향상되었다(Roth & Tan, 2007). 알아낸 참여를 통한 알코올사용장애에 관한 질병 관점과 영적 체험과 영성의 증가가 알코올 사용장애 배우자의 새로운 희망과 문제 해결로 이어졌다(한미라, 2003; 이경옥, 2006). 또한, 알아낸 모임에 매주 정기적으로 참여하는 것이 대처능력을 강화시키는 것으로 나타났다(Sell & Margor-Blatch, 2016). 이러한 연구 결과들은 주로 양적 연구에 의한 것이어서 심리적으로 심층적인 연구는 이루어지지 않았다고 보아야 한다.

제주도에서 알코올사용장애 배우자들을 위한 모임인 알아넌은 ‘연강병원 알코올 치료자 가족들을 위한 모임’이란 이름으로 2003년부터 시작되었다고 한다. 이는 근거로 남아 있는 서류는 없고 담당자들의 증언에 의한 것이다. 그리고 ‘제주시 알아넌’ 모임은 첫 모임이 2004년 7월 15일이라고 알아넌 일지에 기록되어 있다. 거의 같은 시기에 모임이 시작되었으나 ‘제주시 알아넌’만 남아 있다.

연구자는 2015년 2월부터 ‘제주시 알아넌’ 모임에 참관자로서, 그리고 프로그램 진행 시는 진행자로서 함께 하고 있다. 2016년도는 연 1회 개최되는 알아넌 전국 모임인 컨벤션에도 제주시 알아넌 회원과 함께 다녀왔다. 평상시 모임에서도 느낀 것이지만 전국 모임에서 ‘제주시 알아넌’ 모임이 다른 지역에서 이루어지는 알아넌 모임이 다른 것을 확인할 수 있었다. 이 차이점을 풀기 위해서는 다음과 같은 연구가 필요하다고 본다.

첫째, ‘제주시 알아넌’ 모임의 경우 알코올사용장애자가 사망하여도 그 미망인이 알아넌 모임에 계속 나오는 이유가 궁금했다. 앞서서도 언급했듯이 알코올사용장애가 만성적이며 진행적인 질병으로 평생에 걸친 치료가 필요한 것처럼 알코올사용장애 배우자 역시 평생에 걸친 치료가 필요하다고 볼 수 있을 것이다. 알코올사용장애자 미망인이 알아넌 모임에 참여하는 것이 미망인 평생에 걸친 개인의 심리 내적 치유과정과는 어떤 관계가 있는가, 또는 참여의 의미는 무엇인가에 대한 고찰이 필요하다고 본다.

사별은 인생에서 보편적이고 피할 수 없는 사건이며, 가족에게 매우 고통스러운 경험을 초래하며 가족 구성원의 죽음은 모든 가족이 직면하게 되는 매우 스트레스가 큰 사건이고 당면한 위기이다(박경복, 김분한, 2004). 사별은 관계를 맺어 오던 사람과 죽음으로 이별을 의미하는 것으로 남은 사람에게는 홀로 되는 외로움과 애통감을 남기는 것이며 인생에서 발생하는 피할 수 없는 사건이다. 특히 이 이별에 따른 애통과 강도는 누구를 사별하느냐에 따라 다르다(Weiss, 1988). 알코올사용장애 미망인들이 겪는 사별의 고통은 일반적인 배우자 사별과는 차이가 있을 것이다. 그런데도 알아넌에 참석하는 알코올사용장애 미망인들에 관한 연구는 없다고 볼 수 있다.

특히 알아넌 모임에 나오던 대부분의 미망인들이 계속해서 알아넌 모임에 오는 것이 ‘제주시 알아넌’의 특징으로 보이기도 한다. 그러면 ‘제주시 알아넌’ 모임

에서는 제주도의 어떠한 지역적 특색이 알아년 모임에 작용하고 있는지 살펴보아야 할 것이다.

둘째, ‘제주시 알아년’의 경우 다른 지역 알아년 모임과는 달리 참여자들의 익명성이 색다르게 나타나고 있다. 일반적으로 알아년 12 전통에 의해 회원들은 익명성의 규칙을 지킨다. ‘제주시 알아년’ 회원들은 대외적으로는 익명성이 지켜지지만, 회원들 안에서는 가족과 같은 친밀감으로 엮여 있다. 집안의 대소사를 같이 하고 식구들끼리도 소개한다. 이러한 현상의 이유는 무엇일까. 제주의 문화적 특징 중 하나가 가까운 사람들끼리 친밀감으로 묶여 있는 ‘권당 문화’라는 것이 있다. 제주는 지역이 한정적이어서 한 다리 건너면 모두 친척이라는 말이 있듯이 서로에게서 벗어나 있지 않다. 이러한 것들이 오히려 익명성의 규칙을 강화할 것으로 예상하는데 실제로는 그 반대라는 것이다. 과연 이 맥락은 어떤 의미인가. 연구자는 이것에 대해 계속 의문을 가지게 되었다.

셋째, 거의 같은 시기에 시작한 두 개의 모임에서 ‘제주시 알아년’만 유지되고 있는 이유가 궁금했다. 외연적인 모임의 형태로 보아서는 신앙과 관련이 있는 것으로 보이나 “과연 그러한가?”라는 질문을 던지지 않을 수 없다. 또한, 제주시 알아년에서만 보이는 일련의 프로그램 운영과는 관계가 없는지 이러한 문제들에 대해 ‘제주시 알아년’ 회원들과 그리고 중독통합관리센터와의 대화를 통하여 이 맥락도 찾아보고자 한다.

따라서 이 논문의 연구 목적을 정리하면 다음과 같다. 첫째, ‘제주시 알아년’에 참여하는 알코올사용장애 배우자의 치유과정을 질적 연구 방법을 통해 살펴보고자 한다. 알코올사용장애 배우자의 심리 및 회복에 관한 선행연구들은 주로 양적 연구방법으로 이루어져 왔다. 따라서 심리적으로 심층적인 연구가 이루어지지 않았다. 연구자는 질적 연구를 통하여 알코올사용장애 배우자들의 상처 입은 심리에 대한 치유과정을 보다 심도 있게 탐색할 필요가 있다고 본다. 따라서 연구에서 근거이론 질적 연구 방법을 통해 심층적으로 탐색해 보고자 한다. 둘째, 제주지역 알아년의 특수성이 무엇이며 그 맥락은 무엇인지 살펴보고자 한다. 알코올사용장애자가 사망하였음에도 불구하고 그 배우자들이 알아년에 계속 참여하는 의미는 무엇인지, 알아년은 강력한 규칙체계 하에 움직이는 모임인데 제주에서만 12 전통의 규칙 즉 ‘익명성’이 다르게 작용하는 이유는 무엇인지, 그리고

‘제주시 알아넌’만이 참여자들이 초기부터 계속해서 모임을 이어가고 있는 상황에는 어떤 의미가 있는 것인지를 찾아보고자 하는 것이다. 셋째, 이러한 일련의 과정들의 해석을 통해 알코올사용장애 배우자들이 ‘제주시 알아넌’에 참여하는 과정을 단계별로 유형화하고 제주시 알아넌 참여자들의 치유과정에 대한 실제이론을 형성하고자 한다.

이 연구가 미망인을 포함한 넓은 의미에서 알아넌에 참석하는 알코올사용장애 배우자들의 치유과정에 대해 새로운 정보를 제공해 줄 수 있을 것이다. 그리하여 알코올사용장애 배우자 및 가족의 지속적인 상담과 교육을 위한 자료로도 활용될 수 있을 것이다.

2. 연구 문제

첫째, 알아넌 참여자들의 치유과정은 어떠한가?

둘째, ‘제주시 알아넌’의 특수성과 그 맥락은 무엇인가?

셋째, ‘제주시 알아넌’ 참여자들의 치유과정은 어떻게 유형화할 수 있는가?

II. 이론적 배경

알코올사용장애 배우자들이 알아넌에 참여하면서 치유되어 가는 과정을 알아보는 과정에서 기본적인 이론의 배경을 기술하고자 한다. 우선 알아넌에 대해서 그리고 알코올사용장애자들과 그 배우자들의 심리 및 정신적 특성을 이해하기 위해 그 특성들을 서술했다. 그리고 제주의 권당 문화가 제주시 알아넌에 어떠한 영향을 주는가를 살펴보기 위해 제주의 특수한 문화인 권당 문화에 대해서도 살펴보았다. 마지막으로 알코올사용장애 배우자들의 반복되는 고통에 의한 심층 심리에 대한 이해를 위해 게슈탈트 치료 이론을 적용했다.

1. 알코올사용장애 배우자의 알아넌 참여

1) 알아넌(AI-Anon, 알코올사용장애 가족 자조 모임)에 대한 이해

알아넌(AI -Anon)은 알코올사용장애자의 가족과 친척이 모여 공통의 문제를 함께 해결하기 위해 경험과 희망을 나누는 일종의 자조 자임이라고 볼 수 있다.

알코올사용장애자 가족 친목 모임인 알아넌은 주식중개자인 'Bill'과 알코올사용장애자이면서 외과 의사인 'Bob'에 의해 1935년 시도된 단주친목모임이 그 유래가 되었다. 단주친목모임(AA)이 다수의 알코올사용장애자들을 회복시키게 되자, 1940년대 후반 알코올사용장애자의 가족과 친척들도 그들의 문제를 단주친목모임과 동일한 원칙과 기준을 적용함으로써 해결될 수 있다는 것을 깨닫게 되면서부터 시작되었고, 이것이 가족 친목 모임의 시초가 되었다(서규동, 1995). 몇 명의 부인들은 Bill의 제안으로 1951년, 이미 존재해 있던 87개 가족집단을 통합하여 자원자문 위원회를 구성하고 뉴욕 시내에 사무실을 열어 '가족집단 정보교환소(Family Group Clearing House)라고 이름 붙였다. 현재 알아넌에서 멤버들의 생활지침으로 사용하고 있는 단주 친목의 12 단계를 이때 채택했으며, 그 이후 집단 운영의 틀로 12 전통을 받아들였다. 그리고 이 조직은 비영리법인 조직이다(김혜신, 2002). 이후 가족 친목 모임은 점차, 전 세계적으로 퍼져나가 1957

년에 시작된 알코올사용장애자의 자녀들을 돕기 위해 만들어진 알라틴(Alateen)을 포함하여 오늘날에는 28,000개 이상이 존재하는 것으로 추정되며, 그 수도 매년 증가 추세에 있다고 보여진다(Cermak, 1989; 서규동, 1994).

우리나라에서는 가족 친목 모임(AI-Anon)의 시작과 진행을 증명해 줄 만한 자료는 없으나 참가자의 증언을 빌리면 1984년 9월에 아일랜드 신부로 단주친목(A.A.)을 한국에 정착시킨 안성도 신부에 의해 서울 상계동 천주교회에서 시작되었다는 것(김혜신, 2002)과 1983년 3월 단주친목모임 가족들이 반포 H 아트에서 시작한 가족 친목 모임이 그 효시(김창연, 1988)라는 2가지 증언이 있다. 한국은 1997년 10월에야 비로소 정식회원국으로 등록하였다(김창훈, 2012).

위에서도 언급했듯이 알아년은 비영리 조직이며 모임 모임구성원들의 기부금으로 이루어지며, 약 1시간-1시간 반 정도로 운영된다(심정은, 2016). 알아년 모임에서 참여자들은 비밀 유지 하에 각자의 경험을 나누며 희망을 발견해 나간다. 모임의 순서는 시작단계, 나누기, 마무리 단계로 크게 세 부분으로 구성되며 사회자가 시작을 알리는 종을 울리면, 모임의 구성원들은 자신이 왜 이 자리에 오게 되었는지 명상하는 시간을 갖는다. 명상이 끝나면 사회자는 구성원 중 1인에게 알아년의 제안된 서론과 12단계와 12 전통을 읽는 것으로 시작한다. 유인물을 함께 읽고 난 후에 사회자가 관련된 주제로 이야기를 나누거나, 그동안 있었던 이야기를 자유롭게 나누게 된다. 참여자들은 발언할 것을 강요받지 않으며, 발언할 때는 직접적인 충고나 질문, 끼어들 없이 자신의 경험을 나눈다. 모임의 끝에 전통바구니를 돌리며 자발적으로 기부하는 시간을 갖는다. Rein hold Niebuhr의 평온함을 청하는 기도로 모임을 마친다(박영순, 2018). ‘평온함을 청하는 기도’는 ‘어쩔 수 없는 것을 받아들이는 평온함을 주시고, 어쩔 수 있는 것을 바꾸는 용기를 주시고, 이를 구별하는 지혜를 주소서.’라는 문구로 알코올사용장애자를 변화시킬 수 없음을 깨닫고 이로부터 초연할 수 있는 마음가짐을 갖도록 권하는 내용을 담고 있다(김현진, 2006).

알아년의 12단계는 알코올사용장애 가족의 회복을 위한 새로운 삶의 방식이다(AI-Anon Family Groups, 1981/2016). 12단계는 크게 세 수준으로 나눈다. 제1수준은 1-3단계의 자기인식 단계, 2수준은 4-11단계로 알아차림에 의한 방법과 실천, 3수준은 12단계로 봉사의 단계이다(Mary E. Mortz, 1994: 윤운성, 김은아,

2012). 좀 더 세부적으로 설명하자면 1-3단계는 인간적인 자원인 지혜, 지식, 힘과 희망이 우리의 문제를 해결하기에 충분하지 못하며, 우리의 생각과 행동을 이끌어줄 위대하신 힘의 도움을 받아들이 것을 제시한다. 4-7단계는 문제의 원인이 된 개인적인 결점을 극복하는 방법을 보여준다. 8-9단계는 죄의식과 혼란에서 벗어나기 위해 잘못을 구체적으로 바로잡도록 요구한다. 10단계는 결점을 찾아내어 지속해서 없애는 작업을 한다. 11단계는 기도와 명상을 통해 위대하신 힘과 의식적으로 접촉을 하도록 한다. 12단계는 우리의 모든 문제에 이 원칙들을 실천하고 다른 사람과 우리의 영적 성장을 나눌 필요성에 대해 말한다. 각 단계를 수용하고 실천함에 따라 점차 삶의 변화를 가져오게 된다(회복의 길, 2001). 알아년의 멤버들은 단주 친목 12단계를 반복적으로 실천함으로써 스스로의 변화를 통하여 각 개인의 성장을 북돋우며, 서로를 돕고 위로하며 알코올사용장애자가 있는 가정에서 가족들이 지혜롭게 대처하며 사는 방법을 배운다(김혜신, 2002).

알아년은 12 단계뿐만 아니라 알아년 모임의 운영의 틀인 12 전통이 있다. 이 전통은 지도력, 협심자의 자격, 돈, 재산, 사회적 관계, 익명에 대한 지침으로 구성되어 있고 전 세계 알아년의 일치로 도모한다(회복의 길, 2001). 그중에서도 12 번째 전통은 알아년의 익명성에 대한 전통이다. 익명의 원리를 실천함으로써 모임의 핵심이 위대하신 분이라는 영적 원리의 기초를 다지며, 개인의 익명성이 보호됨으로 모임에서 어떤 이야기든 나눌 수 있고, 공개되지 않는다는 보호를 받는다. 다양한 종교를 가진 사람들뿐 아니라 종교가 없는 사람도 타인의 음주로 인해 어려움을 겪고 있는 사람이라면 누구든지 모임에 참석하여 도움을 받을 수 있다(Al-Anon Family Group Head Quarters, 1997/2001).

알아년 멤버들은 일상생활에서 ‘바꿀 수 있는 용기’, ‘하루하루에 살자’ 등과 같은 알아년의 책자를 매일 읽음으로써 평온함을 유지한다. 또한 ‘한을 버리고 신께 맡기자’, ‘여유 있게 하자’, ‘나도 살고 남도 살게 하자’, ‘먼저 할 일을 먼저 하자’, ‘하루하루에 살자’, ‘단순하게 하자’, ‘생각하자’, ‘듣고 배우자’ 등과 같은 알아년의 구호를 매일 매일의 삶에서 적용하고 실천하면서 도움을 받고, 위기상황에 대처한다(한국 알아년 연합회, 2017). 이러한 훈련은 알아년의 멤버들이 혼란스러운 삶에서 평온함을 되찾고 고통스러운 삶을 인내하도록 이끌어준다.

2) 알코올사용장애 및 알코올사용장애 배우자에 대한 이해

(1) 알코올사용장애의 개념 및 특성

알코올사용장애는 습관성 음주로 인해 음주에 대한 조절 능력을 상실함으로써 대인관계나 일상생활, 직업 기능 및 수행능력이 손상되는 만성적인 질환이다(Royce, 1981). 알코올사용장애는 그동안 도덕적인 관점에서 사용장애자 개인의 선택과 책임의 문제로 탓을 돌렸으나 최근에는 질병의 관점에서 이해한다(박영순, 2018). 이러한 관점에서 알코올사용장애는 자신의 신체 및 정신건강은 물론 가족, 직장, 사회생활의 전반에 걸쳐 심각한 문제를 일으키는 일종의 질병이라고 말한다(김기태, 안영실, 최송식, 이은희, 2009). 이처럼 알코올사용장애는 지속적이고 만성적이라는 면에서 치명적이다. 이 치명적인 면은 가족 기능에 손상을 주고 가족 구성원 각자에게 영향을 미치므로 알코올사용장애는 가족 병이다(다사랑 사용장애 연구소, 2007).

알코올사용장애에 대한 정의를 살펴보면 WHO(World Health Organization, 1955)에 의하면 알코올사용장애는 ‘전통적 음주 습관의 영역을 넘거나 혹은 그 사회에서 인정하는 범위보다 지나치게 많이 음주하고 사회와 가정에 지장을 초래하는 것’이라고 정의한다. 알코올의 영향으로 신체적·심리적·사회적 문제가 발생하며 악화할 가능성이 크다는 것을 알면서도 계속 알코올을 사용한다. 내성과 금단 증상이 있어 알코올 사용량이 점점 늘어나며 금단 증상을 피하고자 알코올을 섭취하는 악순환이 계속된다(박영순, 2018).

알코올사용장애자는 내면의 혼돈 상태에서 벗어나기 위해 부정적 요소와 현상을 부인하는 방어기제를 갖고 있다. 부인, 합리화, 탓, 최소화, 선택적 회상, 기분 좋은 회상, 억압 등의 방어기제를 사용한다(김준, 백소진, 박훈정, 2014). 사용장애자의 방어기제는 사용장애자 특유의 심리·행동적 특성과 관련된다. 사용장애자는 사회적으로 고립되고 현실에서 도피하는 태도가 증가하며 반사회적·부정적 태도가 빈번해지고 폭력적 행동 또한 두드러진다(윤성모, 2014). 사용장애자의 내면은 수치심과 죄책감, 분노, 불안과 두려움으로 가득하다. 그들은 양가감정과 우유부단한 태도로 인해 단주를 결심하고 실패하기를 반복한다. 그러면서도 알코올

사용장애자는 자신이 언제나 마음만 먹으면 술을 끊을 수 있다고 술 문제를 부정한다(박영순, 2018).

알코올사용장애의 명확한 원인은 아직 밝혀지지 않았으나 심리적 측면 사회적 측면, 유전적 측면 등의 복합적인 요인이 작용하는 질환으로, 그 과정은 의존의 전 단계, 초기 의존 단계, 결정적 단계, 만성 의존 단계로 진행된다. 특히 알코올사용장애는 뇌에도 좋지 않은 영향을 미쳐 판단 능력과 관련되는 대뇌 피질 세포를 파괴하여 알코올성 치매를 일으킬 수 있으며 중추신경계에도 영향을 미쳐 사고력, 주의 집중력, 판단력, 기억력 등에도 장애를 유발한다(이혜경, 2010). 이로 인해 교통사고나 구타, 성폭행 및 살인 등의 범죄는 알코올 문제와 관련되어 증가 추세를 보인다. 또한, 가정에서는 자녀 학대, 노인학대, 아내 학대 등의 가정폭력, 그리고 직장에서는 싸움, 지각, 결석 등의 문제를 유발하는 것으로 나타났다(박상규, 2006). 알코올사용장애자의 70~80%가 우울증을 경험하며 현재 상황에 부적응하거나 극심한 불안장애를 보인다. 또한, 자신감을 상실하고 의존성, 충동성, 반사회성이 증가하여 대인관계에 어려움을 겪으며 부정직성, 미숙함, 수동성과 과민성이 증가하여 대인관계를 피하게 된다(박영순, 2018).

(2) 알코올사용장애 배우자에 대한 이해

알코올사용장애자와 밀접한 관계에서 생활함으로써 신체적·정신적·사회적 문제에 노출되는 사람은 알코올사용장애 배우자이다. 불안, 스트레스 등의 부정적인 정서, 배우자의 알코올사용장애로 인한 입원 및 치료 예후에 대한 불확실성, 가정경제의 책임자가 되어야 하는 상황과 경제적 압박, 여가생활의 부족, 성생활의 불만족 및 미래에 대한 불안감, 자녀 양육, 자녀의 장래 문제와 가족을 지지해주는 사람의 부족으로 인해 많은 스트레스를 받는다. 하지만 자신들의 부정적인 정서 경험을 완화할 방법이 결여되어 있다(이종숙, 2004).

김혜신(2002)에 의하면 알코올사용장애자의 배우자는 알코올사용장애자의 음주를 집중적으로 통제함과 동시에 음주를 돕는 경향을 보여서 알코올 문제를 벗어나기 어렵게 한다고 하였다. 또한, 배우자 본인은 친밀감, 감정표현, 자기를 돌보는 것, 주체성의 영역에서 어려움을 느끼며 자기비판을 하고, 과도하게 책임감을

느끼고 소진하며 경계선에 문제를 갖게 되는 등 알코올사용장애에서 벗어나기 어렵게 하는데 이러한 양상을 공동의존이라 하였다(윤명숙, 2001).

알코올사용장애자의 배우자는 알코올사용장애자 관계에서 남편의 음주를 조절하는 동시에 음주를 돕는 성향인 공동의존을 가질 뿐만 아니라 알코올사용장애자인 남편이 나타내는 정서적 증상과 성격적 특성을 함께 겪고 있는 것으로 보고되고 있다. 즉, 낮은 자존감이나 심한 우울증, 충동성, 완벽주의 그리고 스트레스와 연관된 질병 등으로 고통을 받는다는 것이다. 특히 알코올사용장애와 관련한 배우자들의 부정적인 반응들은 알코올사용장애자에게 부정적인 태도를 취하게 하며 그 결과가 가족에게 다시 되돌아오는 악순환이 계속되면서 가족 질병으로 심화되어 가는데 이러한 현상은 부인 뿐 아니라 자녀들에게도 심각한 영향을 미치게 된다(강은실, 1995).

공동의존자는 자신이 사용장애자의 행동을 변화시킬 수 있다는 왜곡된 신념을 갖고 사용장애자의 감정과 행동을 조절하려고 끊임없이 노력하면서 자신의 삶을 잃고 고통스러운 생활을 한다. 비난과 원망, 위협을 일삼으며 자신들의 문제와 감정, 생각을 이야기하지 않고 권리 주장을 어려워한다. 이러한 억압된 생활 태도 때문에 일반 가족보다 스트레스 관련 질환 비율이 높다(이종숙, 2004). 공동의존인 사람은 자신의 욕구가 외부로부터 충족되기를 바라며 부적절한 정체감이나 정체감 상실, 자기 자신의 방치 및 낮은 자존감을 느끼고 있다(Capuzzi & Stauffer, 2008/2012). 자신의 욕구를 희생해서라도 다른 사람을 구제하고 가족에게 집착하며 자신이나 배우자가 생존하려면 관계가 유지되어야 한다고 믿으므로 배우자가 사용장애 문제가 있음에도 불구하고 관계를 떠나지 않는다.

이처럼 알코올사용장애는 가족 병으로, 알코올사용장애자 부부는 서로에게 긍정적, 부정적 영향을 주고받는다. 공동의존으로부터의 회복은 알코올사용장애자와 함께 생활하는 동안 맺었던 자기 파괴적이고 강박적 행동 및 문제점을 인식하고 수용하여 변화가 일어나는 통합적인 과정으로 사용장애자와의 삶을 통해 익숙해진 역기능적 삶 전체를 단계적 인식과 수용의 과정을 통해 변화시키는 것을 말한다(최송식, 1995). 공동의존의 회복은 전문가의 도움을 구하는 것, 알아낸 과 같은 자조 집단에 참석하는 것, 그리고 자신보다 더 위대하신 힘의 도움을 바라는 것이 포함된다(Beattie, 1986/2013). 알아낸 모임의 프로그램에 참여한 사람

들 대부분 회복이 촉진되어 긍정적인 변화와 문제의 개선을 가져온다(Cermark, 1989; 고병인, 2003).

알코올사용장애는 다사랑사용장애연구소에서 2007년에 발표했듯이 만성적이며 진행성이고 특히 가족 기능에 손상을 주고 가족 구성원 각자에게 영향을 미치는 가족 병이다. 공동 의존적 관계에 있는 배우자에게는 신체적·정서적·정신적으로 더 큰 고통에 노출되어 있다고 보아야 할 것이다. 그 고통이 장기적으로 심한 것이었다면 배우자는 그 상처에서 쉽게 빠져나올 수 없을 뿐만 아니라 알코올사용장애자가 사망을 한다고 하더라도 사라지는 것은 아닐 것이다. 사망에 따른 불안과 생존 시 이해하지 못한 것에 대한 죄책감, 가족에게도 말할 수 없는 수치심 등이 다시 마음의 심연에서 전경(권석만, 2017)으로 떠오를 가능성이 있다. 이러한 미망인에 대한 정서적·행동적 특성도 재고해 보아야 하겠다.

3) 알코올사용장애 배우자의 알아낸 참여의 효과에 대한 선행연구

알코올사용장애 배우자에 관해 현상학적으로 연구한 안희진(2011)은 알코올사용장애자 아내의 결혼생활 경험의 본질적 주제로 ‘알코올사용장애자로 인한 견딜 수 없는 고통에 놓임; 자아가 고통 속에 함몰됨, 꺼지지 않고 불타는 지옥 같은 고통에 허덕임; 타들어 가듯 자아가 상실되어감, 죽음보다 더 큰 고통 앞에서 대처방안을 찾아봄; 자아를 추슬러봄, 약하고 병든 고통스러운 자아의 결혼 유지 결정; 거짓 자아 속에 주저앉음, 여전한 고통 속에 자아의식이 변화 증진함; 참자아를 찾아 비상함’으로 밝혔다(박영순, 2018 재인용).

알아낸 참여에 관한 연구를 살펴보면 주로 효과성에 관한 연구가 이루어져 왔다. 황윤주(2006)는 알코올사용장애 배우자가 알아낸에 참여하며 참여 기간이 길수록 자존감과 사회적 지지도가 높아지며, 공동의존 수준이 낮아진다고 밝혔다. 또한, 알아낸에 참여함으로 알코올사용장애 배우자는 우울감, 불안감, 스트레스 반응이 낮아짐이 밝혀졌다(김창훈, 2012).

김한나(2001)의 알아낸 참여가 본인 및 배우자와 가족에게 미치는 영향에 관한 연구 때문에 알코올사용장애 배우자가 알아낸에 참여함으로 사용장애자의 음

주 행동에 효과적으로 대처할 수 있는 기능을 습득하고 음주조절 행동을 감소시키며, 그에 따라 부부관계 회복에도 긍정적인 영향을 끼침이 밝혀졌다. 그뿐만 아니라 알아낸은 알코올사용장애 배우자의 일상생활에서 정서적인 문제뿐만 아니라 전체 가족과 배우자에게도 긍정적인 영향을 미쳐 알코올사용장애자 치료 및 재활을 도울 수 있는 가족 지지 및 치료 프로그램임이 밝혀졌다(김혜신, 2003).

가장 최근에 박영순(2018)은 ‘알아낸에 참여하는 알코올사용장애배우자의 회복 경험 연구’를 통해서 알코올사용장애 배우자의 치유과정을 한계 상황 도달 단계, 인식 전환 단계, 알아낸 원리 적용 단계, 적절한 대처 단계, 회복 확장 단계로 5단계로 구분했다. 참여자들은 또한 알아낸 참여를 통해 자신과 알코올사용장애자 본인이 모두 회복되는 상생형, 자신은 회복되나 배우자는 계속 음주를 지속하여 고통 속에서도 기꺼이 가족에게 봉사하면서 함께 더불어 살아가고 있는 공생형, 알코올사용장애자인 배우자와 자신을 분화를 통해 자신의 삶은 성장했으나 배우자의 계속되는 음주와 사망 등으로 고통을 감내하면서 알아낸에 계속 참여하는 자생형의 형태로 성장과 치유과정의 유형이 있다고 밝혔다.

2. 제주도의 권당 문화에 대한 이해

제주 어디에서나 볼 수 있는 현무암 권담은 밑받침이 되는 권돌을 놓고 하나씩 붙여나가며 만들어진다. 받담은 받 소유자의 경계를 표시하고 바람을 막아주는 자연의 연결망이다. 또한, 돌과 돌 사이에는 서로 돌의 수눌음(Stone Cooperation)이 있으면서 바람 창이 있기 때문에 태풍이 불어와도 담은 끄떡없이 지켜진다. 그 이유는 돌 각자가 제자리를 지키면서 돌이 이웃과 의지하면서 서로 버티기 때문이다. 이렇듯 제주에서 돌담은 권담(Stone Network)으로 연결되고 권담의 관습상 발음이 권당으로 변했다(이문호, 2017). 따라서 권당은 제주에서 친족(Family Network)이라는 의미로 쓰인다.

제주에서는 촌락내촌 중심의 통혼권에 의해 같은 마을이나 이웃 마을에 혈족과 인척의 중첩을 가져오게 된다. 권당은 이러한 통혼권으로 지연과 혈연에 중복

이 생기면서 모두가 친척이라는 의미이다(이문호, 2017). 그러다 보니 제주는 “마을 내에 매놈(완전한 남)이 없다”라는 말이 있을 정도로 동네 사람들이 모두 친척 관계로 얽혀 있다. 이 때문에 동네 어른 모두를 ‘삼촌’으로 부르는 관행이 정착했다. 심지어 전혀 친인척 관계가 없는 사람일지라도 삼촌으로 부르는 등 부계 혈연의식이 아니라 폭넓은 권당 관계가 맺어짐으로써 문중 중심이기보다는 마을 공동체 의식을 형성하게 되는 것이다. 권당은 제주지역만의 독특한 문화이다(김혜숙, 1993/1999). 친족 간의 결속력으로 맺어지는 ‘권당 문화’는 제주가 혈연공동체가 아니라 지연공동체적 특징이 있음을 보여준다(한석지·염미경, 2006).

권당 없는 제주는 생각할 수 없다. 제주의 문화 형성에는 권당이 영향을 끼친다. 정치에도 미치고 교육에도 미친다(이문호, 2017). 제주에서의 권당은 단순히 혈통과 혼인 망만이 아니라 정치적 연대를 위한 자원의 역할을 하기도 한다(한석지·염미경, 2006). 또한, 권당 문화는 사회적 자본 구성요소까지도 영향을 준다(김수병·양수경, 2017).

제주 사람들이 권당에 집착하는 이유는 무엇일까? 제주는 고립된 섬이라는 여건으로 인해 한국문화권 내에서도 다른 형태의 문화적 현상이 생겼다. 그뿐만 아니라 육지와는 다른 사회경제 구조를 취할 수밖에 없었다(김혜숙, 1999). 그만큼 척박한 환경에서 살아내야 했다. 외부로부터의 온갖 위협들을 이겨내기 위해서도 함께 연대할 수밖에 없었기 때문이기도 하다(이문호, 2017). 조선 정조 때 출국 금지령이 200년간(1629-1823) 이어졌고, 몽골 원나라 제주 지배가 100년간(1273-1373), 1948년 4·3 사건 등이다. 따라서 의지하고 돕는 ‘권당 문화’에 집착할 수밖에 없었을 것을 쉽게 짐작할 수 있다(이문호, 2017).

이 권당에 대해서는 공동체 문화로 보는 긍정적인 의식과 제주도만이 가지는 파벌의식, 혹은 인정 주의, 제주도 연고주의 등 부정적인 의식의 두 가지 해석이 있다. 권당 문화가 긍정적인 면으로 작용하기 위해서는 서로 간의 신뢰를 바탕으로 하는 공동선을 추구하도록 하는 제도적·정책적으로 주민 참여의 다양한 방법을 마련할 필요가 있다(황경수, 2015).

최근에는 통혼권의 확산, 교통통신의 발달, 이주민의 확산, 인터넷의 발달 등으로 인해 이 ‘권당 문화’가 친척 사이의 결속감과 비슷한 의미를 지니며 가깝게 지내는 이웃이나 조직, 집단의 문화라는 의미로 확장되고 있다(황경수, 2015)고

하겠다. 이러한 의미에서 현재 제주 사회에서 ‘권당 문화’가 어떻게 작용하고 있는지를 논의할 필요가 있을 것이다.

3. 게슈탈트 치료에 대한 이해

필스는 삶이란 끊임없이 흘러가는 것이고 미해결된 게슈탈트들이라고 보았다(이영이, 2013). 게슈탈트란 ‘개체에 의해 지각된 자신의 행동 동기, 즉 크고 작은 행동들을 유발하는 동기’이다(김정규, 1996). 어느 한순간에 가장 중요한 욕구나 감정이 관심의 초점이 되는 부분을 전경이라 하고, 그것이 관심 밖으로 되는 부분은 배경이라고 한다. 전경으로 떠올랐던 게슈탈트가 해소되면 배경으로 사라지고, 그다음 관심 가는 것이 전경으로 떠오르게 된다(이윤진·장현아, 2015). 따라서 개체가 게슈탈트를 형성하는 이유는 자신의 욕구나 감정을 환경과의 접촉을 통해 해소하기 위함이다. 건강한 삶을 위해서는 분명하고 강한 게슈탈트를 형성하는 능력이 중요하다(권석만, 2017).

전경과 배경은 자신의 욕구에 따라 쉽게 교환될 수 있어야 하는데(이영이, 2013) 건강하지 못한 개체는 전경을 배경으로부터 명확히 구분하지 못하고 완결되지 못한 게슈탈트로 남겨두게 된다. 이렇게 해결되지 못한 게슈탈트들을 ‘미해결 게슈탈트’ 혹은 ‘미해결과제’라고 한다. 미해결과제가 많을수록 개체는 자신의 욕구를 효과적으로 해결하지 못하게 되고 심리적·신체적 장애를 갖게 된다(이윤진·장현아, 2015).

게슈탈트 치료에서는 이렇게 미해결과제를 많이 갖고 있는 개체들은 자기 자신을 잘 접촉하지 못하고 있다고 본다. 이러한 사람들은 자기 존재와 단절되어 있고, 습관적이고 방어적인 행동 패턴에 묶여 있어 삶의 생동감과 활력을 잃어버리게 된다. 이들은 몸과 마음이 모두 질병에 취약한 상태에 놓이게 된다(김정규, 2012).

게슈탈트 치료는 궁극적으로 알아차림과 자신과의 접촉을 회복함으로써 건강한 상태로 돌아갈 수 있게 하는 것이다. 필스는 “알아차림 그 자체가 바로 치료적일 수 있다”라고 하였다(Perls et al, 1951). 알아차림이란 지금 여기에서 환경

과의 작용·상호작용을 통해 일어나는 현상들을 현재 순간에 지각하는 것으로 항상 현재적이며 직접적인 체험이며, 무엇을 볼 것인지를 미리 정하지 않고 개방시켜 놓는 것이다(이윤진·장현아, 2015). 즉, 개체가 자신의 욕구나 감정, 신체상태, 타인을 포함한 외부환경을 있는 그대로 알아차리게 하는 것이다(김정규, 2012).

계슈탈트 치료에서는 알아차림 회복을 도와주기 위해서 세 가지의 방법을 제안한다. 첫째, ‘지금 이 순간’ 자신의 내면에서 혹은 외부에서 어떤 일이 벌어지고 있는지를 깨닫도록 해 주어야 한다(김정규, 1995; Yontef, 1993). 둘째, 현재에 투사되어 미래를 부정적으로 예상하게 만드는 과거의 상처 즉, 미해결과제를 알아차리도록 한다(김정규, 1995; Perls et al, 1951, Clarkson, 1989). 이러한 알아차림은 많은 고통을 주므로 회피하고 싶지만 직면해야만 배경으로 사라지게 하고 현재에 충실할 수 있게 만든다(김정규, 2015). 셋째, ‘접촉경계 혼란’ 행동에 대해서 알아차리도록 도와야 한다(김정규, 2012). 접촉이란 ‘궁극적인 현실’이다(Perls et al, 1951). 건강한 개체는 접촉-경계에서 자유로워 자신에게 필요한 것은 경계를 열어 받아들이고, 해로운 것들에 대해서는 경계를 단음으로써 자신을 보호한다. 그러나 경계에 문제가 생기면 환경과 자신과의 접촉에 문제가 생기고 심리적·생리적 혼란이 생기게 되는 이것을 ‘접촉경계 혼란’이라고 한다(이윤진·장현아, 2015). 접촉경계 혼란은 개체와 환경 간의 경계가 너무 단단하거나 불분명해질 때 혹은 경계가 상실될 때 생긴다. 이렇게 되면 미해결과제가 쌓이게 되어 환경에 적응하는 데 실패하게 된다(Perls et al, 1951; Levitsky & Perls, 1970). ‘접촉경계 혼란’ 행동을 알아차릴 수 있게 되면, 그 행동을 멈추고 온전한 현실을 알아차릴 수 있게 된다(김정규, 2012).

계슈탈트 치료는 자신의 욕구를 알아차리고 자신이 처한 상황을 직면하면서 대처할 수 있게 되는 자기를 알아가는 과정이다(김정규, 2012). 자신의 본성을 회복하고 집착과 회피에서 벗어나 배경을 재구성하여 온전히 지금-여기에 나 자신을 두게 함으로 건강한 개체로 살아갈 수 있게 하는 것이다(이윤진·장현아, 2015).

III. 연구방법

알코올사용장애자와 밀접한 관계를 맺으며 살아가는 알코올사용배우자들이 그들이 받은 심리적으로 겪는 어려움을 알아년에 참여하는 과정에서 어떻게 치유하여 가는가에 대해 본 연구에서 알아보려고 했다. 또한, 제주지역이라는 특수 상황이 어떻게 작용하는가에 대해서도 살펴보고자 했다. 이러한 과정과 작용들을 심층적으로 탐색하기 위해 Strauss와 Corbin(1998/2001)의 근거이론 방법을 적용하였다.

1. 근거이론

질적 연구방법은 다양하고 복잡한 경험과 행동에 관한 자료를 수집하고 분석하여 수집한 자료와 분석을 근거로 일반적인 주장을 끌어내는 형태의 연구이다(유기웅, 정종원, 김영석 외, 2012). 질적 연구방법의 하나인 근거이론(Grounded Theory)은 1967년 두 명의 사회학자인 Barney Glaser와 Anselm Strauss에 의해 개발되었다. Strauss에 의하면 근거이론은 실용주의와 작용·상호작용이론에 근거한다고 한다. 그러면서 다음과 같은 전제를 바탕으로 두고 있다고 말한다. 1) 실제로 진행되고 있는 것을 발견하기 위하여 현장으로 나가야 한다. 2) 이론이 학문의 발전 및 사회적 활동의 기초가 되기 위해서는 자료에 근거해야만 한다. 3) 현상 및 인간행동은 복잡하다. 4) 개인은 문제가 있는 상황에 대응하여 적극적 역할을 배운다. 5) 개인은 의미를 기초로 행동한다. 6) 의미는 작용·상호작용을 통해 정의되고 재정의된다. 7) 사건(과정)이 발견하고 전개되는 본질을 민감하게 알아채야 한다. 8) 조건(구조)과 행동(과정), 결과는 작용·상호작용을 한다(Strauss, A. & Corbin, J. 1998/2001).

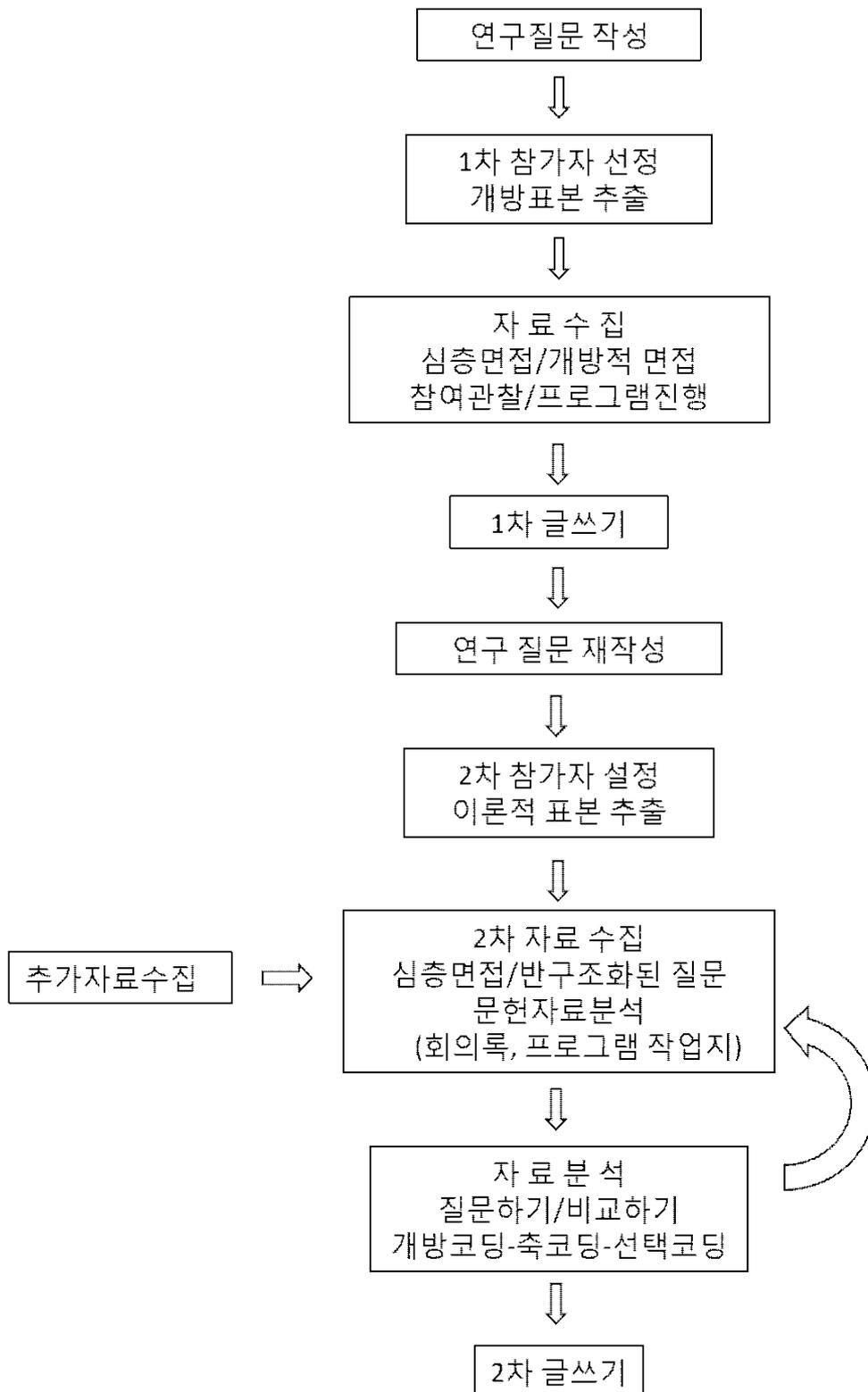
말하자면 근거이론은 인간의 삶과 행동 그리고 다양한 작용·상호작용의 현상과 과정으로부터 얻을 수 있는 자료에 근거하여 인간의 경험세계를 보다 심층적으로 이해하기 위한 연구라고 할 수 있다(유기웅 외, 2012). 근거이론의 연구자는 하나의 현상에 관한 여러 가지 다양한 유형을 발견하고 그 발견을 통하여 이

론을 유출해 내게 된다. 따라서 근거이론은 유형적 이론(pattern theory)을 따른다고 할 수 있다. 유형적 이론은 특수한 맥락과 관계가 있으므로 다른 유형에 비해 매우 뚜렷하지만 일반적이지 않은 유형을 설명하는 데 유용하다(이경옥, 2006).

자료를 수집하고 분석하는 과정에서 패턴에 관심을 가지고 사건과 사건, 사건과 범주, 혹은 개념과 개념을 비교하면서 차이점과 유사점을 찾아내고 구분하는 비교방법을 쓰게 된다(박영순, 2018). 근거이론의 주된 분석 방법은 바로 지속적 비교방법인데, 비교의 분석과정은 개방코딩과 축 코딩, 선택 코딩으로 이루어진다. 지속적 비교방법은 수집된 근거자료를 지속적으로 체계적으로 비교하고 대조하여 분류하는 작업을 말한다. 지속적 비교방법의 목적은 이론적 개념의 생성으로 실제적 코드, 범주, 범주의 속성 및 차원과 함께 가능한 많은 행동적 변이를 설명하는 이론을 생성하는 것이다(신경림 외, 2004).

코딩(coding)은 참여자의 지각 현상에 대한 ‘의미’를 찾기 위해 자료를 분석하고 개념화하고 지속적인 비교로 이론을 형성하도록 통합시키는 분석과정이라고 말할 수 있다. 개방코딩은 가장 기본단위의 의미 도출이고, 축 코딩은 개방코딩에서 발견한 한 범주의 축을 중심으로 새로운 방식으로 자료가 조합되어 가는 절차이다. 선택코딩은 코딩의 마지막 단계로서 연구의 주제인 핵심범주를 만들어 가는 과정이다(Strauss & Corbin, 1998/2001).

근거이론은 다른 질적 연구방법보다 체계적인 절차를 규정하고 있으므로 연구자의 주관적 판단을 민감하게 알아차리고, 자료에 더욱 충실할 수 있도록 한다(이경옥, 2006). 따라서 근거이론의 장점은 연구자가 점차 분석을 진행할 수 있도록 과정을 안내해주며, 자료 분석과정에서 스스로 바로잡을 수 있게 해 주고, 이론을 지향하면서도 맥락에서 벗어나지 않도록 하고, 비교방법을 강조하는 것이다(이경옥, 2006). 연구 진행 과정을 표시하면 [그림1]과 같다.



[그림 1] 연구진행 과정

2. 연구 참여자

1) 연구 참여자의 선정

‘제주시 알아년’은 2004년부터 시작되었다. 본 연구 참여자는 알코올사용장애자의 배우자로서 기본적으로 5년 이상 알아년에 참석한 자로 하였으나, 특수한 경우인 미망인 및 조선족은 4년 참여 하였으나 본 연구 대상자로 했다. 참여자는 배우자의 단주 여부에 상관없이 선정하였다. 그리고 미망인에 대한 치유과정을 살펴보고자 배우자의 사망에도 불구하고 알아년에 참석하는 자도 선정하였다. 따라서 진행 중인 배우자와 미망인 비율을 50대 50으로 하였다. 비율을 맞추기 위하여 1차, 2차로 선정하였다.

주 연구 참여자들은 제주지역 거주자나 1명은 다른 지역과 비교를 위하여 대구에서 잠시 제주에 와서 거주하면서 제주 알아년에 참여하는 자도 포함시켰다. 주 연구 참여자는 여자 8명이며, 나이는 40대 후반에서 60대 후반으로 40대가 1명, 50대가 2명, 60대가 5명으로 구성되었다. 알아년 참여 기간은 4년 이상부터 15년 사이로 평균 9년이다. 학력은 고졸 4명, 초대졸 2명, 대졸 1명, 대학원수료 1명이다. 종교는 천주교 7명, 개신교 1명이다. 배우자의 음주상태는 현재 병으로 인하여 단주 상태 1명, 조절 음주 2명, 습관성 음주 1명, 습관성 음주로 사망 2명, 조절 음주를 하였으나 질병으로 사망 1명, 단주하였으나 질병으로 인한 사망이 1명이다. 자녀는 평균 2명이다. 자녀들은 대부분 음주를 하지 않고 있으며, 음주로 인해 걱정되는 자녀가 2명이다. 참여자들 대부분 시댁이나 친정에 알코올사용장애에 관한 가족력이 있다. 그리고 제주시의 다른 알아년 모임과도 비교하기 위해 제주사용장애통합관리센터 팀장과도 면담을 1차 실시했다. 또한 개인 면담은 하지 않았으나 ‘제주시 알아년’의 정기 모임에서 참여하여 나눔을 함께 한 참여자 1명에게도 연구 참여 동의서를 받았다.

주 연구 참여자의 기본 인적사항은 다음 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구 참여자의 기본 인적사항

구분 연구 참여자	성 별	나 이	학력	직업	종교	결혼 상태	자녀	알아는 참여 기간	배우자 상태	가족력
A	여	53	초급 대학 졸	서비스	천주교	기혼	1녀 1남	10년	조절 음주	*시댁 작 은아버지 * 친정 고모부 * 형부 시댁 고조 증조부
B	여	65	대학원 수료	어린이집 원장	개신교	기혼	1녀 1남	5년 (대구거주)	음주	고조 증조부
C	여	48	대졸	사무	천주교	사별	2남	4년	음주	
D	여	60 대	고졸	일용	천주교	사별	1남 1녀	9년	조절 음주	친부
E	여	50	고졸	보육 교사	천주교	기혼	2녀	알라틴 12년	단주 -병이후	친부
F	여	61	고졸	건물 미화	천주교	기혼	1녀 1남	13년	조절 음주	친부
G	여	69	고졸 조선족	자원봉 사	천주교	사별	없음	4년	음주	
H	여	60	초대졸	아이 돌봄	천주교	사별	1녀 1남	15년	단주 -병이후	

2) 연구 참여자의 배경

* **참여자 A:** 50대 초반으로 알아낸 참여 기간은 10년 정도이다. 본당 신부님과 면담 중 배우자의 알코올사용장애에 대해 대화를 나누게 되었고 신부님께서 알아낸을 추천해서 참석하게 되었다. 참석 후 참여자의 행동 변화 때문에 배우자도 성당에 다시 나오게 되었다. 배우자가 절제하려고 노력하는 것이 보이기는 하나 한 번씩 많이 마시면 갈등이 생긴다. 그러나 배우자가 직장생활을 계속하고 있어서 가정경제에 대한 책임은 지고 있다. 배우자와 아들의 갈등이 아들이 군대

에 다녀오면서 약간 갈등이 줄어들어 드는 듯했으나 다시 갈등이 심해지고 있다. 참여자는 배우자의 주사에 대해 효율적으로 대처할 수 있게 되었으나 아들은 오히려 반감이 커지고 있는 것 같다. 가까운 친척 중에 시댁 작은아버지, 형부, 친정 고모부가 알코올사용장애자이다.

*** 참여자 B:** 60대 중반으로 대구에 거주하고 있다. 자녀 중에 큰딸이 제주 사람과 결혼해서 제주도에 살고 있는데, 딸이 직장을 다녀서 손자들을 봐주러 제주도에 왔다. 장기간 기거하게 되면서 스스로 제주도에 있는 알아낸 모임을 찾아서 참여하기 시작했다. 대구에서는 20년 정도 지역 사회복지 센터에서 교육을 받다가 직접 알아낸에 참여한 기간은 5년이다. 배우자의 알코올사용장애가 심해서 지역 사회복지센터의 도움을 받았고 참여자 본인이 알코올사용장애에 대한 교육을 받으러 다녔다. 어린이집을 운영했었다. 지금은 특별한 직업을 갖고 있지는 않다. 남편 집이 목사 집안인데 어떻게 술을 마시게 되었는지 의아하다고 했다. 배우자는 중학교 때부터 몰래 술을 마셨다고 한다. 좋은 직장에 다녔으나 알코올 때문에 문제가 생겨서 그만두고, 그 이후 가정경제는 참가자가 책임을 지고 있다. 아들이 아버지에 대한 반감이 아주 크다. 현재는 분가해서 살고 있는데 아버지와는 연락을 거부한다. 작은딸과도 긴장 관계이다. 알라틴에 참석시키고 싶었으나 참가자가 처음부터 대처하지 못했다. 처음부터 대처를 잘못된 이유는 부부 모두 고학력과 자신들의 사회적 위치 때문에 주위의 시선에서 벗어나지 못했기 때문이다. 제주와 다른 지역의 알아낸 모임에 대해서 비교할 수 있는 자료를 제공해 주고 있다.

*** 참여자 C:** 40대 후반으로 알아낸 참여 기간은 4년이다. 성당에 수녀님과 면담 하던 중 상담을 권유받았고 상담을 하면서 알아낸에 대해 소개 받았다. 상담과 알아낸 모임을 동시에 하게 되었다. 사실 참여자는 남편과의 관계보다도 큰아들과의 관계가 원만하지 못했다. 배우자는 알코올사용장애가 심각하여 병원에 입원과 퇴원을 반복하고 있는 상태였다. 2018년 남편이 자신의 삶을 포기하고 의도적으로 술을 집중적으로 마시면서 발작적 합병증 증세를 보이면서 사망하게 되었다. 사망한 후에도 사망 당시의 황당한 상황에 대한 슬픔과 배우자에게 잘 해

주지 못한 것에 대한 죄책감이 남아 있는 것을 본인 스스로 인식하고 알아낸 모임에 계속 나오고 있다.

*** 참여자 D:** 60대 후반으로 알아낸 참여 기간은 8년이다. 사별한 지 3년 정도 되었다. 살아 있을 때 음주로 인한 폭행이 아주 심했다. 공포 속에서 살았다고 한다. 참여자는 이혼하려고 몇 번이나 시도했으나 자녀들 때문에 포기하고 살았다. 배우자는 병에 걸리고 단주를 시작했으나 끊지는 못했다. 배우자가 알코올 사용장애의 합병증이 심해지고 50대에 사망했다. 참여자는 배우자가 사망하고 처음은 오히려 편하다고 생각했으나 시간이 지나면서 그동안 눌러왔던 분노가 올라와서 한동안 많이 힘들었다. 지금은 안정이 되었으나 상처 입은 자녀의 문제가 이제야 대두되면서 삶의 힘겨움은 계속되고 있다. 친부가 알코올사용장애였다.

*** 참여자 E:** 50대 후반으로 아버지의 사용장애로 인하여 알라틴 모임부터 참석했다. 참여자는 결혼하기 전에 술을 마시지 않는 남자면 괜찮다고 생각하고 결혼을 했는데 결국 남편도 술을 마시는 사람이었고 알코올사용장애자가 되었다. 배우자가 현재 알코올사용장애로 인한 중병에 걸린 상태이고 시한부 삶을 선고 받았다. 왜 이렇게 대를 이어서 삶이 이어지는지 한탄해 하고 있다. 자녀들에게 미치는 영향 때문에 자신이 많이 예민한 상태이고 남편의 병수발을 함에 있어 한번씩 끓어오르는 분노를 참기 어려워 한다.

*** 참여자 F:** 60대 초반이고 알아낸 참여 기간은 13년이다. 친부가 알코올사용장애자였다. 배우자가 사회적 직업은 안정적이어서 경제적인 어려움은 없었으나 사용장애로 인해 친지 안에서나 사회적 모임에서 수치스러운 일이 자주 발생하곤 해서 가족 모임이나 사회모임에 나가는 것을 피하게 되었다. 특히 가정 안에서 자녀들의 불만이 커져서 가족불화가 있다. 최근에 퇴임하면서 음주조절을 하려고 하나 한 번씩 주체하지 못하는 모습을 보게 되면 분노하게 된다. 오랜 시간 누적된 감정 때문에 현재의 남편을 제대로 보지 못하는 경우가 있다. 알아낸 모임을 일 순위로 생각하며 자신과 같은 어려움을 가진 사람에게 도움이 되고자 지속해서 참석하고 있다. ‘제주시 알아낸’이 계속 유지되는 데 큰 역할을 했고 하

고 있다.

* **참여자 G:** 60대 초반으로 알아낸 참여 기간은 6년이다. 조선족으로 남편을 거의 모르는 상태에서 결혼하고 제주도에 왔다. 참여자는 배우자의 알코올사용장애에 의한 폭력만이 아니라 의치증과 일상생활 안에서 자행되는 심한 폭력으로 두려움 속에서 살았다. 배우자가 사망한 후에도 그 후유증으로 심리적인 고통 속에서 살았다. 그러나 참여자가 알아낸에 다니면서 자신이 치유되고 삶에 대한 자세가 달라지는 자신을 보면서 새로운 세상을 만난 것 같았다. 지금은 각종 모임에 열심히 참석하게 되면서 제주에서의 삶에 적응하기 시작했다. 자신은 많이 회복된 상태이지만 알코올사용장애로 인해 힘든 가족에게 도움이 되고자 지속적으로 참석하고 있다. 또한 자신도 특별히 소속된 곳이 없어서 알아낸 멤버들이 가족 같은 느낌이 들어 함께 하고 있다.

* **참여자 H:** 60대 초반으로 알아낸 참여 기간은 15년이다. 결혼 초에 배우자가 입원한 알코올 전문 병원에서 가족교육과 AA 및 알아낸을 병행하여 참석하였다. 참여자는 자녀에 대한 걱정 때문에 심리학을 공부하기도 했다. 배우자는 알코올사용장애에 의한 병으로 투병을 하다가 세상을 떠났다. 병으로 인해 배우자는 금주를 하게 되었고 사별하기 전까지 가족 안에서 화해가 이루어졌다. 현재는 자녀들 모두 사회생활과 가정생활을 원만하게 하고 있다. 알아낸을 통해 모든 가족이 회복된 것에 보답하고 고통받는 다른 가족에게 도움이 되고자 지속적으로 참석하고 있다. 제주시 알아낸의 가장 초기 멤버로써 현재까지 알아낸이 지속된 데 많은 공헌을 했다.

3. 자료수집

1) 연구 참여자 선정 과정

참여자 선정에서 다음 세 가지를 고려하였다. 첫째, 알코올사용장애 배우자로

서 알코올사용장애자가 생존한 경우에는 알아넌에 10년 이상 참여하고 있는 자로 하였다. 둘째, ‘제주시 알아넌’의 특징으로 보이는 사별 후에도 계속 모임에 나오는 원인을 찾기 위하여 사별한 배우자를 참여자로 선정, 이 경우는 참여 기간에 굳이 제한을 두지 않았다. 셋째, 타 지역과의 비교를 위하여 다른 지역에서 모임에 오는 대상자 또한 참여 기간에 제한을 두지 않았다. 연구자는 이미 2015년부터 제주시 알아넌 모임에 관찰자로서 참여하고 있었기에 연구를 시작할 때 2018년 초에 알아넌 모임에서 연구에 대해 언급을 했고 참여자로 부탁하게 될 것이라는 것을 알렸다. 1박2일 연수를 하고 있는데 2018년 연수 때 정식으로 연구의 취지를 다시 설명한 후 자발적 참여 의사를 확인하였다. 연구의 취지에 맞추어 기혼과 사별의 참여자 수를 5:5로 했다. 4년간 모임을 통하여 참여 의사를 밝히는 참여자 중에 연구에 적합한 대상자 8명에게 연구 목적과 절차를 상세히 밝히고 동의서를 작성하였다. 연구 진행 중 객관적 진술이 필요해서 제주중독통합관리센터 팀장도 포함했다. 알아넌 정기 모임의 자료도 첨부되어서 참여자 중 한 명에게 따로 동의서를 받았다. 연구에 참여한 연구대상자들은 면담을 통해 자신의 삶을 되돌아보며 자신의 삶에 대한 의미를 다시 발견하게 되었다는 반응을 하였다. 또한, 연구 참여 과정에 대해 많은 관심을 보였고 본 연구가 ‘제주시 알아넌’ 모임의 새로운 변화와 성장에 도움이 되기를 바랐다.

2) 자료수집

연구자는 참여관찰자로서 과정 기록지 및 프로그램 작업 결과 자료, 그리고 연구 참여자의 면담을 통한 자료를 연구 자료로 수집하였다. 연구자는 2015년 2월부터 제주시 알아넌 모임에 참여관찰자로서 참석하였다. 연구 과제를 설명하고 연구 동의서를 받은 것은 2018년 11월 21일이다. 따라서 참여관찰자로서의 모임 과정 기록지를 자료로 선택한 것은 2018년 11월 25일부터 2019년 7월 28일까지로 한다. 제주시 알아넌은 1년에 한 번씩 1박 2일의 연수를 한다. 2015년 10월 17-18일, 2018년 10월 20-21일에 시행한 연수에서는 본 연구자가 진행자로서 연수를 했다. 연구 참여자들에게 동의를 구하고 이때의 자료도 연구 자료로 수집하

였다.

면담은 참여자마다 1-2차례에 걸쳐 진행되었으며, 평균 1시간 30분 정도 소요되었다. 참여자에 따라 추가 질문이 필요한 경우에는 전화로 추가 질문하거나 문자로 보완하였다. 면담 장소는 참여자가 편하게 생각하며 면담이 쉬운 장소로 정했다. 즉, 알아낸 모임 장소인 건강가정지원센터 상담실, 연구자의 집 응접실 등에서 실시하였다.

1차 면담은 3, 4월에 진행하였다. 참여자 기본 인적사항에 대해서는 오랫동안 모임을 하면서 기본적으로는 알고 있었으나 가족력 등에 대해서는 추가 조사함으로써 파악하였다. 1차 면담 후 면담내용을 필사 후 1차 글쓰기를 거치면서 추가 질문에 대한 필요성을 인식하고 3명의 참여자에 대해 2차 면담을 진행하였다. 제주에서 이루어진 다른 알아낸 모임과도 비교가 필요함을 인식하고 제주시 알아낸 모임보다 먼저 알아낸 모임을 했던 중독통합관리센터 팀장님과도 면담을 진행하였다. 또한, 월 모임에서 2-3차례 집단면담 형식으로도 진행하였다. 면담내용은 연구 참여자의 동의하에 휴대용 녹음기와 핸드폰 녹음기를 사용하여 이중으로 녹취한 후 연구자의 USB에 복사하여 자료를 보관하였다. 8명의 참여자 전원의 면담내용과 집단형식의 면담내용에 대한 녹취 내용을 반복해서 듣고, PC를 사용하여 대화 내용을 입력하였다. 녹음된 자료를 필사하면서 면담 중에 했던 생각이나 느낌, 그리고 참여자의 감정적 반응도 기록하였다.

2차 자료수집에서는 과정 기록지와 프로그램 작업지 분석을 했다. 이와 같은 자료수집과 분석은 참여자 정보에 대한 이해를 위해서 또한 면담 자료에 대한 지속적 비교분석과정을 위한 비교자료로 활용하였다. 필사한 자료와 기록한 메모 등의 자료를 주의 깊게 반복하여 읽은 후 분석과정에서의 일관성과 타당도를 높이기 위해 ‘파랑새’를 이용하여 코딩 작업을 시행하였다. 이러한 일련의 과정을 통하여 연구의 사실적 가치, 적용 가능성, 일관성, 중립성(박영순, 2018)을 높이고자 노력하였다. 연구 핵심 질문인 ‘제주시 알아낸 참여자들의 치유과정은 어떠한가?’에 대한 반구조화된 면접 질문은 다음과 같다.

<1단계 질문>

- 알아낸에 참여하게 된 동기는 무엇입니까?

- 알아낸 참여 과정에서 배우자와의 관계는 어떻게 변해왔습니까?
- 알아낸 참여 과정에서 자녀와의 관계는 어떻게 변해왔습니까?
- 알아낸 참여 과정에서 자신의 삶이 어떻게 변해왔습니까?
- 알아낸 참여 경험이 삶의 변화에 어떤 영향을 미쳤습니까?
- 알아낸 모임에 천주교 제주교구의 지원은 어떤 영향을 주었습니까?
- 알아낸에 지속해서 참여하는 이유는 무엇입니까?

<2단계 질문>

- 동질의 신앙 집단이 알아낸 모임에 어떤 영향을 주었습니까?
- 특히 알코올사용장애자인 배우자가 사망한 이후에도 모임에 계속 오는 이유는 무엇이라고 생각합니까?
- 제주시 알아낸에서 참여자 간의 익명성이 지켜지지 않은 이유는 무엇이라고 생각합니까?

연구 동의서는 2018년 연수 마지막 날인 10월 21일 연구의 취지와 목적을 설명하고 이전의 자료도 사용할 수 있다는 것을 밝힌 후 연구 동의서에 서명을 받았다.

4. 자료 분석

본 연구의 자료 분석은 근거이론 연구방법론에서 Strauss와 Corbin(1998/2001)의 개방코딩, 축 코딩, 선택코딩의 3단계 코딩 방법에 따라 수행되는 체계적 절차 접근법을 사용하였다(Creswell, John W. 2013). 자료수집에 의한 정보들을 가지고 지속적인 비교(constant comparative)와 질문하기를 반복하여 범주화시키는 과정을 거쳤다. 개방코딩(open coding)은 원자료를 잘게 쪼개어 줄 단위로 분석하고 쪼개진 자료를 잘 반영하여 개념화하는 과정이다. 개념화된 자료의 공통 속성에 의해 떠오르는 의미를 추상적인 수준으로 발전시켜 ‘하위 범주’로 묶는 과정을 거친 후 범주화 작업을 하였다(박영숙, 2018). 참여자들과의

면담내용에서 생성된 개념들을 검토, 분류, 비교하는 과정을 거쳐서 총 132개의 개념과 41개의 하위범주를 생성하였다. 축코딩(Axial coding)은 한 범주의 축을 중심으로 다른 하위범주들을 연결하는 과정이다. 본 연구에서는 지금까지 개방코딩 되었던 것을 인과적 조건, 중심현상, 맥락적조건, 중재적 조건, 작용/작용·상호작용전략, 결과 범주들 간의 관계를 패러다임 구조를 통해 정렬하여 현상에 대해 함축적으로 설명해 줄 수 있도록 조직화해 나갔다(박영숙, 2018). 범주와 범주 간의 현상과 관련된 상황, 이유, 사건, 그것에 따른 생각, 느낌, 질문 등을 메모하면서 또한 알아낸 모임을 통하여 지속적이고 탐색적으로 사고하며 중심현상을 발견하였다. 과정분석은 한 가지 현상과 관련하여 시간의 흐름에 따라 발전하는 작용/작용·상호작용 전략의 순차적 과정을 나타내기 위한 분석으로 중재적 조건에 의해 영향을 받아 어떻게 변화하는지를 보여주려 하였다.

또 각각의 단계로 구성되어 있는지에 대하여 구조와 과정을 역동적으로 통합 시킴으로써 사건이 전개되는 본질을 파악할 수 있도록 하였다. 개방코딩을 통해 생성된 개념과 범주 간의 관계를 근거로 속성과 차원의 수준에서 범주와 연결하여 작업한 결과 16개의 범주를 통해 패러다임 모형을 완성하였다. 선택코딩(selective coding)은 중심현상과 핵심범주를 발견하여 범주를 통합시키는 과정이며 분석의 차원을 통하여 이론으로 발전시키는 과정이다(Strauss & Corbin, 1988/2001). 본 연구에서는 오랜 시간 동안 자료와의 지속적인 작용·상호작용을 통하여 중심현상과 핵심범주를 발견하였다. 중심현상을 토대로 핵심범주 간 관계를 가장 적합하게 표현하기 위해 여러 차례 관계 모형을 수정·보완하였다. 최종적으로 [그림 5]와 같이 핵심범주 간의 관계를 구성하여 ‘제주시 알아낸’ 참여자들의 치유과정의 실체이론을 제시하였다.

5. 연구과정의 평가

질적 연구에서 평가는 연구의 적용 능력을 높이고 질을 결정하는 마지막 과정이다. 이 과정은 연구자의 주관적인 통찰, 발견, 해석에 중점을 둔다. 따라서 질적 연구 평가에 적합한 기준을 적용하여 평가해야 한다(신경림 외, 2004). 본

연구에서는 Guba와 Lincoln(1994)이 제시한 사실적 가치(truth value), 적용성(applicability), 일관성(consistency), 중립성(neutrality)의 4가지 기준을 평가 기준으로 제시하였다. ‘사실적 가치’란 연구의 타당성과 신빙성에 관한 것이다. 연구의 발견이 얼마나 실재를 정확하게 반영하였는가. 또한, 현상을 생생하고 충실하게 서술하고 해석하였는가를 의미한다. 즉, 연구자의 서술과 해석이 연구 참여자들에게 얼마나 자신의 경험으로 받아들여지고 믿을 수 있는지에 대해 측정하는 것이다. 본 연구에서는 사실적 가치를 높이기 위해 원자료를 반복적으로 읽으면서 의미에 관한 확인과 수정, 보완의 절차를 거쳤다. 또한, 참여자들과의 후속 인터뷰 및 전화로 참여자들의 경험을 충실하고 정확하게 기술하며 해석하고 있는지를 확인한 후에 다시 수정하고 보완하는 과정을 거쳤다.

‘적용 가능성’은 외적 타당도를 높이기 위한 것으로 ‘적합성’의 개념으로도 설명된다. 즉, 연구 결과의 일반화라고 볼 수 있다. 연구 결과가 다른 상황에도 적용 가능한 것인지 그리고 독자들의 경험에 비추어 보았을 때 의미 있고 적용이 가능한 것인지를 확인해보는 것이다. 본 연구에서는 적용 가능성 기준 충족을 위하여 연구 참여자들의 진술이 포화상태에 이를 때까지 과정 기록지 및 기록물들까지 자료를 찾아내어 자료를 수집하였다. ‘일관성’이란 신뢰도를 높이기 위한 것으로 연구 결과의 일관성의 여부를 평가하는 것이다. 다른 연구자들 또한 본 연구자가 사용한 연구 과정을 따라갈 수 있으며, 전혀 다르지 않은 비슷한 결론에도 도달할 때 일관성이 높다고 할 수 있다. ‘일관성’ 기준 충족을 위하여 사용장애통합관리센터 팀장과의 인터뷰와 공동으로 프로그램을 운영하기도 했다. ‘중립성’이란 연구 과정과 결과에서 연구자의 편견이 배제되어야 함을 의미한다. ‘중립성’은 ‘확인 가능성’이라고도 하며 앞의 사실적 가치, 적용 가능성, 일관성이 확립될 때 획득된다. ‘중립성’의 충족을 위해 연구자의 편견적 시각을 배제하고자 근거이론 방법에 따른 절차와 분석과정에 충실하고자 노력하였다. 나아가 참여자들의 실제 경험을 잘 반영하여 경험한 내용을 충분히 드러내고자 자료에 집중하며 연구의 중립성을 위해 의식적인 노력을 기울였다. 의식적인 노력의 한 방법으로 아래의 [그림 2]과 같이 ‘파랑새’를 이용하여 자료들을 반복해서 분석하고 코딩하는 작업을 하였다.

제주지역 알이년(AI - Anon) 참여자들의 치유 과정 연구 프로젝트

전사 및 자료입력 | 코딩지정 | **코딩구조** | 주제생성 | 주제목록 | 코딩목록 | 글쓰기 | 코딩빈도

TIP 코딩은 다중 선택 후 추가가 가능합니다.
코딩 하위에는 카테고리 혹은 코딩을 추가할 수 없습니다.

카테고리

전체확장 | 전체축소

추가 수정 삭제 비모 새로고침

- 주사에 시달림
 - 배우자가 죽었으면 하는 마음
 - 음주 후 뒤치닥거리에 힘이 듦
 - 술에 취해 자는 자녀들을 두고 폭행
 - 술 마시면서 잠을 못 자게 함
 - 음주 후 물건을 부숴버림
- 폭력에 대한 공포
 - 폭력에 대한 공포
 - 지녀들에게 폭력을 휘두를 것 같은 두려움
 - 술 취한 배우자의 광포한 행동에 대한 두려움과 긴장
- 새 카테고리

코딩목록

전체선택 | 선택해제

- 교회를 찾아가
- 수녀님과 상담을 함
- 관당문화-모임 거부
- 지속적 상담
- 자존감 떨어지는 자녀
- 자신이 변화하려고 노력함
- 마음의 전환
- 우리 마음에 와 닿아요.
- 공감과 치유
- 공생의 과제 수행
- 해결되지 않은 상처가 있음을 알아차림

[그림 2] 파랑새를 이용한 분석과정

IV. 연구 결과

연구에서는 ‘제주시 알아년’에 참여하고 있는 알코올사용장애배우자 8명의 치유·회복 경험을 심층 면담한 자료와 기타 문헌 자료를 근거이론으로 분석함으로써 알아년에 참여하는 알코올 사용장애배우자의 치유과정의 실제이론을 세우는 것을 목적으로 하였다. 알아년에 참여하는 알코올사용장애배우자들이 치유되어 가는 과정에서 회복을 촉진하는 요인은 무엇이며, 어떠한 작용·상호작용을 거쳐서 치유되어 가는지, 어떠한 회복 결과를 초래하는지, 그리고 ‘제주시 알아년’에서만 보이는 특수한 상황들은 어떠한 것인지에 대해 연구 질문을 중심으로 자료를 분석하였다. 분석한 결과 모든 범주를 통합할 수 있는 중심현상으로서 알아년에 참여하는 알코올사용장애 배우자들의 치유과정에 대한 핵심범주는 ‘모든 고통과 난관 속에서도 삶을 행복하게 살아내고 싶다’로 통합되었다.

1. 알아년 참여자들의 치유과정 구조

제주시 알아년에 참여하는 알코올사용장애배우자가 치유되는 과정에서 경험하는 경험 내용의 구조는 심층 면담 자료를 개방코딩, 축 코딩으로 개념화하고 범주화하는 과정에서 도출되었다. <표 2>에서 제시한 바와 같이 개방코딩으로 생성된 개념은 총 132였으며, 이 개념을 추상화하여 41개의 하위범주와 최종 16개의 범주를 도출하였다.

<표 2> 근거자료에서 도출한 개념 및 범주

개념	하위범주	범주	축
(1) 술에 취해 들어 와 자는 자녀들을 깨우고 폭행 (2) 배우자가 술에 취해 널브러진 치참한 광경을 봄 (3) 음주 후 물건들을 부숨 (4) 사용장애 배우자가 죽었으면 하는 마음 (5) 술 마시면서 잠을 못 자게 함	1) 주사에 시달림	1. 배우자 음주 악화	

<p>(6) 술 취한 배우자의 신체적 폭력에 대한 공포 (7) 술 취한 배우자의 언어폭력 (8) 자녀들에게 폭력을 행사할 것 같은 두려움 (9) 술 취한 배우자의 광폭한 행동에 대한 두려움과 긴장의 연속 (10) 폭력에 대한 트라우마</p>	<p>2) 폭력에 대한 공포</p>		
<p>(11) 배우자의 음주로 정상적인 경제활동이 되지 않음 (12) 경제적으로 뒤처리를 해야 함 (13) 생활의 어려움 (14) 가정생활 전반에 책임져야 함 (15) 사용장애인 배우자를 대신하여 가정의 경제를 책임져야 함 (16) 사용장애인 배우자가 가정경제를 회피하고 떠맡김</p>	<p>3) 경제적 압박</p>		인
<p>(17) 배우자가 음주로 인하여 중병에 걸림 (18) 반복되는 입원과 퇴원 (19) 법적으로 도움을 받지 못함 (20) 사용장애인 배우자의 의처증 증세로 힘겨움 (21) 불안과 두려움에 죽고 싶다는 생각을 하게 됨</p>	<p>5) 좌절감</p>	<p>2. 고통에 짓눌림</p>	적
<p>(22) 스트레스로 참여자 머리카락이 다 빠져버림 (23) 주사의 뒤처리고 주위 사람들에게 부끄러움 (24) 자녀들에게 부모로서 부끄러움</p>	<p>6) 수치심</p>		조
<p>(25) 관계단절로 심한 고립감 (26) 누구에게도 의지할 수 없음에서 오는 외로움</p>	<p>7) 외로움</p>		건
<p>(27) 대화 단절 (28) 성생활이 원만하게 되지 않음</p>	<p>8) 부부관계 악화</p>		
<p>(29) 공포스런 환경에서 자라는 자녀의 심리상태 걱정됨 (30) 부모의 싸움에 계속 끼어들게 됨 (31) 자신의 감정을 자녀에게 투사시킴</p>	<p>9) 자녀의 양육에 문제가 생감</p>	<p>3. 가족의 위기</p>	

(32) 자존감이 떨어지는 자녀 (33) 학교와 사회에 적응하지 못하는 자녀에 대한 걱정 (34) 자녀에게 사용장애가 대물림 될까 봐 두려움	10) 대물림에 대한 불안		
(35) 자녀들이 이혼하라고 함 (36) 이혼을 생각함 (37) 이혼서류 제출 그리고 포기 (38) 자녀에 대한 책임감으로 인내하기	11) 이혼의 갈등 속에서 인내하는 삶		
(39) 배우자를 강제로 병원에 입원시킴 (40) 사용장애 배우자에게 금주만 요구함 (41) 배우자에게만 변화 요구	12) 배우자 간섭 및 통제	4. 간섭과 통제	
(42) 자녀를 믿지 못함 (43) 자녀들에게 짐작	13) 자녀 간섭 및 통제		
(44) 고통을 직면하면서 가정을 지키려함 <나무그림> (45) 행복을 추구하게 됨	14) 고통과 직면하고 삶을 살아내려 함	5. 고통과 난관 속에서도 삶을 행복하게 살아내고 싶다.	중심현상
(46) 자신의 무력함을 신앙으로 이겨냄 (47) 신앙에 의지하며 도움을 받음 (48) 배우자의 술 문제도 신에게 맡김 (49) 부정적인 것을 신께 맡김 (50) 자녀의 문제도 신께 맡김	15) 신앙에 의지함		
(51) 배우자의 술을 끊게 할 수 없음을 깨달음 (52) 사용장애가 병임을 받아들임	16) 사용장애에 대한 인식 전환	6. 사용장애에 대한 인식	맥락적 조건
(53) 본당 소식을 찾아봄 (54) 신부님·수녀님이 알아년을 추천하심 (55) 상담소 수녀님과 상담함	17) 교회를 찾아가서 상담을 함	7. 제주지역 맥락의 특수성	
(56) 제주도 특성상 모두 쥘여 있어 사람들과 나누기 싫음 (57) 자신이 알려지는 게 두려워 알아년 모임을 거부 (58) 권당문화와 익명성의 충돌-알아년 거부	18) 권당 문화로 인해 알아년 참여가 어려움		
(59) 마음의 변화	19) 자신에 대한	8. 내적	

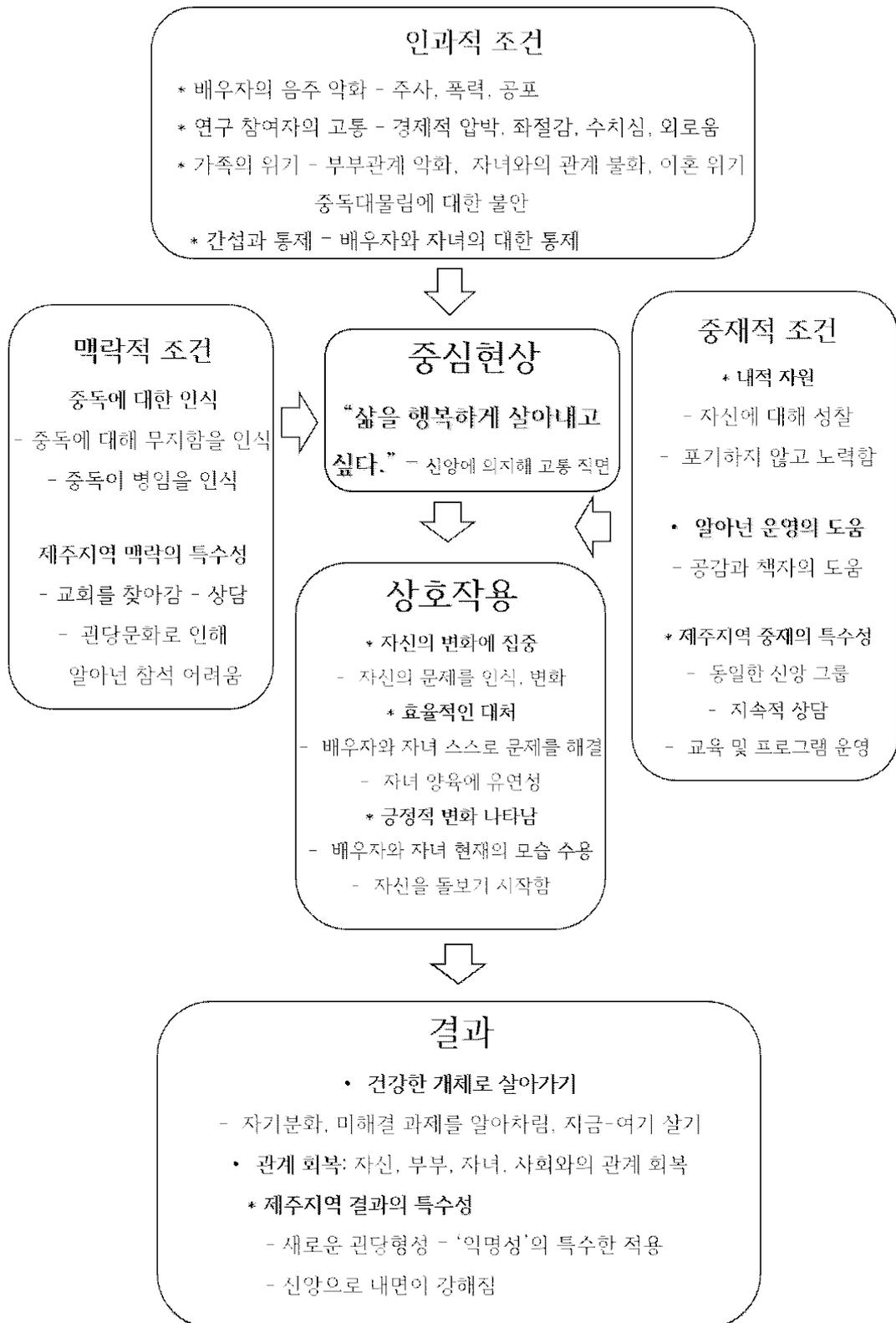
(60) 대처를 잘못했음을 알게 됨 (61) 한 번 더 생각함 (62) 자신의 행동에 대해 성찰함	성찰		중 재 적 조 건
(63) 끊임없는 훈련이 필요함을 인식 (64) 평생의 과제임을 수용 (65) 장기로 모임에 올 수밖에 없음 (66) 빠지지 않고 모임에 출석	20) 포기하지 않고 노력함	자원 활용	
(67) 같은 고통에 서로 공감하면서 치유됨 (68) 함께 울면서 치유됨 (69) 동병상련을 체험함 (70) 알아년에서 위로를 받고 살아갈 힘을 얻음 (71) 알아년 그 자체가 도움이 됨	21) 알아년에서 공감받고 치유됨	9. 알아년 운영의 도움	
(72) 교체에서 나오는 글들-우리 마음에 와닿 아요. (73) '하루하루에 살자' 및 교제의 도움	22) 알아년 책자의 활용		
(74) 동일한 신앙, 일치감 조성 (75) 동일한 신앙, 신뢰감 빨리 형성 (76) 동일한 신앙, 신뢰가 깊어짐 (77) 성직자·수도자들에 대한 믿음	23) 동일한 신앙 그룹		
(78) 연수와 프로그램에서 도움을 받음 (79) 교육을 통해서 사용장애에 대해 이해하게 되고 자신을 보게 됨 (80) 대구 모임과는 다름 (84) 기관의 도움을 배제하지 않음 (84) 외부 도움의 손길을 받아들임	24) 정기적인 교육 및 프로그램	10. 제주지역 중재의 특수성	
(85) 상담과 면담을 통해 권당의 두려움을 이 겨내고 모임에 참석함 (86) 지속적 상담으로 신뢰성 회복 (87) 상담으로 마음 자세가 달라짐	25) 지속적인 상담		
(88) 자신의 문제도 있음을 인식 (89) 배우자의 마음을 이해해 주지 못함을 알 게 됨	26) 자신에게도 문제가 있음을 인식함	11. 자신의 변화에 집중	
(90) 변화는 나로부터 시작됨을 받아들임	27) 자신이		

(91) 자신이 먼저 변화되어야 함을 깨달음	변화하려고 노력함		작용 / 상호 작용
(92) 사용장애 배우자의 연약한 마음 알아주기 (93) 사용장애 배우자가 스스로 하게 함 (94) 금전적으로 뒷수습해 주지 않음	28) 사용장애자 스스로 자신의 행동을 책임지게 함	12. 효율적 대처	
(95) 자녀들을 위쪽으로 해 줌 (96) 자녀들의 심리적 안정을 위해 노력함	29) 자녀들 향한 마음의 변화		
(97) 알라틴 공부를 함	30) 자녀들에게 적절한 도움		
(98) 배우자의 마음을 이해하려함 (99) 배우자의 편을 들어 줌	31) 배우자 수용	13. 긍정적 변화 나타남	
(100) 자녀에게 관대하게 됨 (101) 자녀와의 발전적 대화가 이루어짐 (102) 자녀에게 부드럽게 다가감	32) 자녀들에 대한 태도가 바뀜		
(103) 자신을 보듬어 줌 (104) 자신의 욕구도 중요함을 인식	32) 자신을 돌보기 시작함		
(105) 나를 조절하면서 자녀를 대함(투사 멈춤) (106) 배우자와 상황에서 자기를 분화시킴 (107) '내가 아니면 안 된다'에서 자유로워 짐	33) 자기분화		
(108) 해결되지 않은 상처가 있음을 알게 됨 (109) 후회만 남아 있음을 바라봄 (110) 자녀들의 문제가 남아 있음 (111) 남아 있는 상처를 알아차림 (112) 사별 후에도 여전히 문제가 남아 있음	34) 미해결과제에 대한 알아차림	14. 건강한 개체로 살아가기	
(113) '지금처럼만'이라는 자신감 놓치지 않기	35) 지금-여기		
(114) 자신을 믿어줌 (115) 여유를 가지게 됨	36) 자신과의 관계 회복	15. 관계 회복	결과
(116) 사용장애인 배우자의 태도가 온화하게 바뀜 (117) 함께 극복하려함 (118) 서로에게 고마운 것도 있음을 발견함	37) 부부관계가 회복됨		

(119) 사용장애인 배우자를 보살펴 줌			
(120) 서로 대화를 하게 됨 (121) 자녀가 사회의 일원으로 잘 성장함 (122) 자녀로부터 신뢰와 존경을 받음	38) 자녀와의 관계 회복		
(123) 알코올사용장애에 대한 지역 연구에 동참 (124) 참여자들에게 도움을 주려 함 (125) 사용장애 배우자들을 알아닌으로 인도함	39) 사회에 되돌려 줌		
(126) 멤버들과 식구가 됨 (127) 장기간 모임으로 자연스럽게 권당 형성 (128) 친가족보다 더 가까운 가족이 됨 (129) 알아닌이 새로운 가족 공동체로 다가옴 (130) 새로운 권당 형성으로 알아닌에 장기적으로 참석하게 됨 (132) 경조사를 함께 함 (131) 권당 형성으로 익명성이 의미가 없어짐	40) 알아닌이라는 새로운 권당 형성 - 12전통의 익명성이 특수하게 적용	16. 제주지역 결과의 특수성	
(131) 피정을 통하여 현실을 이겨냄 (132) 피정을 통하여 지금-여기를 인식함	41) 신앙으로 내면이 강해짐		

2. 알아닌 참여자들의 치유과정 패러다임 모형 및 분석

치유과정 구조에서 보인 범주들은 실체이론의 근거를 형성한다. 연구자는 분석된 자료를 근거로 하여 범주와 범주들의 연결 구조를 탐색하여 [그림3]과 같이 패러다임 모형으로 나타냈다.



[그림 3] 알아낸에 참여하는 알코올사용장애 배우자의 치유과정 패러다임 모형

A. 인과적 조건

중심현상이 일어나도록 영향을 미치는 사건이나 일들이 인과적 조건이다 (Strauss & Corbin, 1998/2001). 연구에서 인과적 조건은 ‘배우자 음주 악화’, ‘고통에 짓눌림’, ‘가족의 위기’, ‘간섭과 통제’로 범주화하였다.

1) 배우자 음주 악화

참여자들은 배우자의 음주 행태가 점점 악화하거나 절주와 음주가 반복되는 가운데 심리적으로 무력감을 느꼈다. 참여자들은 배우자의 신체적 폭력과 상습적 집안의 물건들을 부수는 폭행으로 인한 공포와 언어폭력으로 인한 모욕감에 시달렸다. 심할 때는 일시적 도피를 하여 위기를 모면하였다. 술 먹고 널브러진 처참한 광경을 목격하기 일쑤였으며 특히 취중에 자녀들에게 주사하는 모습은 참기가 어려웠다. 음주 만성화로 인해 일상생활을 유지하지 못하고 중병에 걸려 죽음을 향해 가는 배우자를 뒷바라지하며 좌절했다. ‘배우자 음주 악화’의 하위범주는 ‘주사에 시달림’, ‘폭력의 공포’로 나타났다.

(1) 심각한 주사에 시달림

참여자들은 술에 취해 널브러져 자는 처참한 모습을 보거나 집을 난장판으로 해놓고 있는 배우자를 보며 망연자실했다. 술에 취한 상태에서 벌어진 일을 뒷수습해야 하고, 술에 취해 들어 와서 잠자는 자녀들을 깨우고 가족들이 잠을 못 자게 계속 술주정을 하는 모습에 배우자가 죽어버렸으면 하는 생각이 들었다.

말도 못 하지, 하루 내내 일하고 10시에 들어오면, 아니지 11시 다 되어 들어오지, 그때는 12시간 서고 일하던 때니까, 그렇게 이리 들어오면 술 사와~~~ 이렇게 하고서는 마시면서 얘기하는데 두세 시가 없어요, 그냥 아침까지 그냥 못 자게 만들어요.

(참여자 G)

제가 진짜 최근 몇 년 전만 해도 지금 살고 있는 집에 이사 온 지 햇수로 4년째인데 진짜 처음 이사 왔을 때도 진짜 생명의 위협까지 느낄 그렇게 위협을 많이 당했어요. 그냥 막, 남편이 아프기 전인데도 술 먹고 와가지고..., 가정폭력도 심하다고 했잖아요. 술 먹고 와서 그냥 특하면 전화해서 다 자는 시간에 와가지고 막 행패부리고 하다못해 제 목도 막 이렇게(조르고)했었어요. 막 죽이려고 그냥, 그래서 그냥 뭐라 그래야 되나, 집이 난리가 났었죠. 애들, 작은아이, 큰아이 다 보고, 그러면서, 나를 막.. 솔직히 자기 엄마를 그렇게 하면은, 아빠가 그렇게 하면은문: 그렇지,,답: 그게 진짜 아빠라고 할 수 있겠어요? 그게 진짜 아 들한테 큰 상처잖아요. 그렇게 목숨의 위협까지 느꼈던 상황까지 갔었거든요. (참여자 E)

여기 서로 나누다 보면 그럴 수도 있겠구나, 그럴 수도 있구나, 내가 좀 빨리 깨달을 텐 데 나 혼자만 '저놈이 죽어야 내가 편히 살지,, '언제 죽을 건가,' 저놈만 맨날 죽으라고 하다 보니까 안 죽고 (참여자 D)

(2) 폭력에 대한 공포

참여자들은 배우자로부터 술에 취해 칼로 위협을 받거나 신체에 직접 폭력을 당하므로 생명의 위협을 느꼈다. 참여자 자신뿐만 아니라 자녀들에게 휘둘러지는 폭력 때문에 심리적으로 더욱 심한 고통을 겪어야 했다. 폭력에 노출되어 있어서 폭력의 상황이 아님에도 불구하고 약간의 자극에도 두려움을 느끼는 폭력에 대한 트라우마 생기기도 했다.

칼... 하다못해 쇠고챙이 숟가락 젓가락도 다 감춰야 돼. 연장들... 을 시간 쯤 되면은 그런 것들 다 감춰야 돼, 다 때려 부수니까 방바닥에 유리가 널려있으니까 바닥에 피가 마를 날이 없었어요, 바닥에, 발바닥.. 그러니까 잠을 못 자죠, 맨날, 막 술 먹고 뭐 하다가 잠깐 잠들.. 긴장을, 잠깐 잠들다가 눈 떠 보면은 칼 들고 내 머리 밑에 딱 서, 칼 여 기 대고, 목에다 대고 서있어. (참여자 D)

아이구, 나도 그때 생각하면 뭐라 그래야 되나 위기감도 많아. 엄청 막 불안하고 그런 것도 아직도 있어요. 아직도 다 들여다보진 못하는데, 자꾸 보려고는 노력하는데 쉽지는 않더라고요. 그런, 남편의 위급상황, 막 폭력 쓰고 이럴 때는 나도 참 생명의 위협 느끼

면서 불안하죠, 트라우마 돼가지고 저도 막 들여다보면 그런 상황이 오면 막 긴장돼요,
(참여자 E)

그때 내가 마지막에 10년 되어서, 마지막에 얼굴을 다 맞아서 새까맣게 되어
가지고 나는 살아야 되겠다, 내 여서 죽게 되면은 동생이 아까워서 울지, 내 죽은 줄 아
무도 모르잖아, 그래서 우리 양반 너무 날 때리니까 거기서 막으려고 해도 손이 들어오
는 것 못 막으니까 입이 다 비뚤어졌어요, 그래서 이렇게 우리 양반이 술 마시고 날 때
리면 맥이 없으니까, 대자로 누워 자더라구요, 이제는 날 뛰어야겠다, 나는 이제 살기 위
해서 가야겠다, 하고 아무것도 없이 뛰었어요, 뛰는데, 뭐이가 제일 무서운가 하면, 여기
는 소식이 빠르잖아요, 소식이 빠르잖아요, 인터넷도 있고, 그게 무서웠어요, 우리 양반이
너무 민감한 게 빠르잖아요, (참여자 G)

2) 고통에 짓눌림

참여자들은 음주로 인해 정상적인 경제활동을 할 수 없으므로 인해 가정경제
를 책임져야 했다. 또한, 참여자들은 음주로 인해 배우자가 중병에 걸려 치료해
야 하는 이중고를 겪어야 했다. 이러한 이중고로 스트레스가 심해지고 우울증과
신경증을 호소했으며 죽고 싶다는 생각을 했다. 사용장애인의 아내로 살아가는
삶이 수치스러워 주변 사람과의 관계가 단절되었고 외로움을 겪어야 했다. ‘고통
에 짓눌림’의 하위범주는 ‘경제적 압박’, ‘좌절감’, ‘수치심’, ‘외로움’으로 나타났다.

(1) 경제적 압박

참여자들은 배우자가 경제적 활동을 제대로 하지 못하므로 가정생활을 전반
적으로 책임져야 했다. 배우자가 음주로 인해 재산을 탕진하는 것에 대해 뒤처리
를 하느라 힘이 들었다. 더군다나 배우자가 알코올사용장애로 중병에 걸리면서
병원비뿐만 아니라 시댁의 경제까지도 책임지게 되어서 엄청난 스트레스 속에서
살았다.

먹는 거는 뭐 어떻게 해야 잘 먹을건가 생각조차도 못하고, 동문 시장 안에서 사니까

배추 시래기 같은 거 주워다가 삶아서 된장에 주물러가지고 멸치, 썬 거 디포리 그런 거 사다가 국 끓여서... (참여자 D)

지금 딱 상황이 오니까 아픈 남편도 남편이지만 이제 제가 경제적으로 책임져야 되잖아요, 벌어야 되니까.. 그래서 부담감이, 엄청.. 많이 줌 다가 와가지고, 게다가 상황이 겹쳐서 시댁에 줌 시어머니께서도 고령이신데, 아흔이 넘으셨어요, 고령이시긴 한데 치매 초기진단 받으셔가지고 앞전에 촌에서 사시다가 혼자 못사시게 된 상황이어가지고 어쨌든 지금은 큰 아들네 집에 와 계시긴 상황이긴 한데, 어쨌든 지금 시어머니도 모셔야 되는 상황이 올수도 있을 것 같고.. 그래서 그 문제까지 복합적으로 역이다 보니까 아, 그냥 갑자기 제가 스트레스가.. (참여자 E)

시어머니 돌아가시고 남편은 IMF 때 직장에서 쫓겨나고 해서 대구로 왔죠, 그때 대구에 있는 알코올사용장애센터에 나가게 된 거구요, IMF가 와 가지고, 돈이 없어 가지고 애네들을 월세 방에 살게 했는데, 옥탑 방에 살게 하고 엄청 고생했거든요, 남편 속새가지, IMF 때문에 힘들지, 경제적으로 너무 힘들어서 길에서 굶도 주워 먹고 막 그랬어요, 우리가 4억이라는 빚을 냈어요, (참여자 B)

(2) 좌절감

참여자들은 배우자의 만성화된 음주로 일상생활을 제대로 못 하며 중병에 걸려 시한부 선고를 받거나 사망하는 것을 지켜보며 좌절했다. 배우자가 의치증으로 집 밖을 나가지 못하게 하고 사람을 만나지 못하게 하기도 했다. 심한 불안과 두려움이 쌓여 우울증에 걸리기도 하고 죽고 싶다는 생각도 했다. 경찰에 신고해도 안전을 보장받지 못하는 상황이 참여자들에게 좌절감을 주기도 했다.

남편이 입원을 하기로 했는데, 마지막 순간에 입원하지 않고 있어 보겠다해서 그러라고 했어요, 어쨌든 죽지 않고 살아있더라구요, 그런데 그 때 알코올사용장애가 오래됐으니 뇌에 병이 많이 와서 불안, 불면, 강박, 우울 뭐 공황장애 기타 등등 해가지고 병원에서 약을, 입원은 하지 않고 통원으로, 입원을 해야 되는데 본인이 안하겠다 하니.... 본인이 싫어하니 강제로 입원시킬 방법도 있지만 굳이 그렇게 하지 않고... (참여자 B)

우리 양반이 또 뭐가 있는가 하면, 경찰이라서 알아서 그러는지 나를 남의 집에 일시키면 그 사장이 나를 잡아먹을까 봐 남의 집에 일하러 안 보내는 거예요. <중략>

의처증이지 의처증! 그때는 내가 의처증인 줄 몰랐는데 마지막에 돌아가시기 그때에, 몇 달 전에 우리 모임에 있는 분이 형님이 딱 형수님을 때리는 걸 보면 얼굴만 딱 때리는 거 보면은 의처증이 있는 것 같으면서, 형님이 저 버릇을 먼저 형수님이 있을 때부터 잘 아니까... <중략> 그래서 아무데서나 탁 뛰어 내리고 싶다는 생각이 들었어요. 내 죽으면 이 사람이 안 그러겠지 하면서 항상 그랬거든요. (참여자 G)

(3) 수치심

길에 널브러져 있는 배우자를 데리러 갔을 때 사람들의 시선, 그리고 집안 행사에 갔을 때 술에 취해 주사를 심하게 하는 것을 보면 수치스럽기만 했다. 스트레스로 머리가 다 빠져도 참여자들은 사람에게 이유를 말할 수도 없고 부끄럽기만 했다.

계속, 계속 머리 다 빠지고...미장원에 가면 항상 두 사람 치를 내라 했거든요. 머리 막 빠지고 하니까 우리 양반이 머리 빠진다면 자꾸 소리 질러대지.... (참여자 G)

(4) 외로움

참여자들은 배우자의 주사로 인한 수치스러움으로 외부와의 관계가 단절되었다. 가족들은 물론 누구와도 얘기할 수 없어서 혼자 외로웠다.

우리 양반이 있을 때는 어디 가서 말도 못했어요. 그 안덕 택시는 왜 자꾸 미워하냐면은 하도 답답해서 좀 말이라도 해서 이 사람 어째 좀 말이라도 해줬으면 좋겠는데 그 분이 내 말한 고대로 우리 양반에게 딱 말했는데, 저녁에 들어와서 니 얹아라 하는 게, 니가 아무리 이 사람과 저 사람과 말을 해도 대한민국 사람을 다 내 편이지 니 편인 사람이 하나도 없다 이러는거라, 그게 무슨 소린가 하는데 니가 어떤 사람과 말을 해도 그게 다 내한테로 돌아온다 이러더라고, 집에 말은 그 누기하고도 하면 안된데요, 누워서 침 뱉기라 하면서... 말은커녕 어디가.... 거 맞고서 새까맣게 되

어도 파운데이션 이렇게 바르고 항상 사람들한테는 웃으면서 하고 오면은 욕상에 가 앉아서 울고 바다보고 달보고 울고, 지금도 그게, 근데 그 말을 못하니까... (참여자 G)

3) 가족의 위기

참여자들은 배우자가 일상에서도 취해있는 상태여서 대화를 할 수 없었다. 부모의 위기 관계가 자녀들에게 투사되면서 자녀들은 자존감이 떨어지고 불안한 생활을 하게 되었다. 이러한 사용장애가 자녀에게 대물림되지는 않을까 하는 두려움을 안고 참여자들은 생활했다. 그래서 이혼을 수없이 생각하기도 했으나 자녀들에 대한 책임감 때문에 자신의 감정은 억압하면서 살아야 했다. 가족의 위기의 하위범주는 ‘부부관계 악화’, ‘자녀의 양육에 문제가 생김’, ‘대물림에 대한 불안’, ‘이혼의 갈등 속에서 인내하는 삶’으로 나타났다.

(1) 부부관계 악화

배우자의 음주 상태의 지속으로 대화가 단절되어 생활했다. 성적으로 만족스러운 생활은 포기하며 살았다. 참여자들은 마음속으로 가끔 배우자가 죽었으면 하는 생각도 하였다.

저는 또 이제, 아 내가 너무 한 것도 같더라는 생각이 들어서, 그 전에는 이제 아이 아버지가 자꾸 밤에 깨니까 나도 잠 못 잔다고밖에 따로 잤거든요, 근데 퇴원하게 되니까 큰애 침대를 바꿔놨었어요, 큰 거 하고, 작은애한테 ‘너가 이쪽 방에서 자라, 엄마하고 아빠하고 잘 지내볼거니까 여기서 자겠다.’ 했는데 이제 내가 남편한테 관계를 하자는 사인을 던지시 보냈어요, 너무 오래고 하니까, 잘 지내보려고 저도 그렇게 했는데 안하더라고요, 그러니까 자기 마음에 그런 게 있었던건지, 딱, 내가 이제 잔치 끝나고 잘 지내 보자고 해서 막 옆에 가고 그래도,, 감기 걸려서 오긴 했더라고요, 감기 옮긴다고, 오지 말라고 막 하고, 관계도 전혀 안 하고 그러더라고요, 거부한거 같은 느낌.. (참여자 C)

원수죠, 내가 그래서 남편 죽었다고 하면 ‘참, 넌 복도 많다.’ 내가,, 그리고 산 사람이에요, (참여자 D)

(2) 자녀의 양육에 문제가 생김

배우자의 폭력과 주사로 자녀들은 불안한 환경에서 성장하게 되고 자존감이 떨어지며 자녀들 역시 불안과 우울을 겪게 되어 같이 정신과 치료를 받기도 했다. 또한, 참여자의 불안한 정서가 자녀들에게 투사되기도 했다.

그때까지도 아바한테 화난 걸 애한테 화풀이를 했지요, (참여자 C)

그 하다가 이제 너무 우울증이 심하고 하니까 수녀님이 또 다 그 병원으로 치료를 다 냈어요, 우울증 치료, 계속하다 보니까 저도 나도 가고 서방은 못 데려가니까 딸 아들 다 데려가서 다 우울증약을 한 1, 2년 다 먹었어요, (참여자 F)

내가 어릴 때 딸을 많이 팼어, 남편같이 생긴 거 같으니 엄청 양손으로 엉덩이를 많이 때렸다? 왜냐하면 본풀이를 딸한테 한 거야, (참여자 G)

(3) 대물림에 대한 불안

참여자들은 가정의 불안으로 자존감이 떨어지는 자녀가 사회에 적응하지 못할 것 같은 걱정을 안고 살았다. 자녀들 또한 사용장애에 노출되어 있어서 대물림되지 않을까 두려워했다.

아빠가 술 마시러 간다든지 전화 오면 그다음부터 내가 불안해지는 거라... 그러면 분위기가 싸해지고.. 내가 아이들한테 큰소리 안내도 침울해 버리니까.. 그 정적... 애네들이 그게 조심스러운거예요, 긴장하게 되고.. 그런 내가 가만히 생각해보니까 그런 우리 집의 낮은 침묵, 정적이 짝 깔렸던 거 같아요, 애들이 활달하지 못해요, 지금도, 엄마 눈치 많이 보고.. 그게 좀 안타깝긴 해요.. (참여자 A)

정말 마음고생을 많이 하시지요, 대구도 말도 못 하게 고생하시는 분들의 얘기를 듣게 되지요, 아버지가 알코올사용장애인데 또 아들이 알코올사용장애가 되고, 대물림이 되는 그런 고통... (참여자 B)

그래도 신랑 문제도 신랑 문제지만 애들한테 그게 대물림 될까 봐 그런 게 제일 컸거든요. 그게 지금 이 상황까지 오면 신랑은 어쩔 수 없는 상황이다, 그렇게 내려놓기까지는 했는데 이 아버지를 보면서 애들이 그럴까 봐, 또 주변에서 애들이 촌에 살면은, 어느 집 아들은 아버지가 그랬는데, 저 자식은 술 안 먹을 줄 알았는데 먹는다 그런 얘기 들으면서,, 그런 게 제일 컸어요, 신랑은 어쩔 수 없다, 그런데 애들이 그걸 따라 할까 봐, 그렇게 제일 컸어요. (참여자 C)

(4) 이혼의 갈등 속에서 인내하는 삶

참여자들은 자신과 자녀들의 고통을 보면서 이혼을 끊임없이 생각했다. 그러나 자녀들에 대한 책임감으로 어떻게든 가정을 지켜야 한다고 생각하고 이혼하지 않고 지금까지 살아오고 있다.

그냥 죽으면 말고 우리 애들 때문에 살았지, 근데 우리 아이들이, '날만 새 봐라, 내가 저놈을 그냥 봐두고,, 나가버려야지,' 하고 있으면 우리 아이들이 세 명이 와가지고, 초등학교 때, "엄마, 아빠 버리지 마세요, 아빠 버리지 않으면 우리들이 훌륭한 사람은 안 돼도 엄마 속은 안 썩일 거니까 엄마가 아빠 버리면 아빠 죽을 것 같은데," 그러는 거라, 그러면은, "엄마 괜찮아, 얼른 가서 자," 그러면은 애들이 들어가고,, 그러면은 그것들 때문에 보따리를 못 싣지. (참여자 D)

내가 스무 번 이혼하려고 했는데 친정어머니가 '애야, 아이들 잘 커가는 게 보인다' 는 거지, 그런데 내가 나가면 아무리 부자고 좋은 사람 만나서 간다고 해도 아이들 눈에 밝혀서 못살고, 이 아이가 똑바로 안 커서 강패 된다는 거야, 무조건 내가 나가면, 강패, 하도 그렇게 강조해버리니까 네 인생은 이 아이로 인해서 없는 걸로 생각해서 살아야 된다, 이제까지 애 다섯 살이지? 이 다섯 살까지 키워놓은 게 없어져버린다는 거지,

아~~~ 옛날 같았으면 도망가 버렸지, 너 이 새끼야 술 먹고 2, 3시까지 돌아다니면 너 언젠간 아파~~~아프면 너 그땐 끝이야, 발로 차 버리고 나 도망가 버릴 거야, 이랬는데 정말 딱 아프니까 그 전에는 비치고 별로 생각지도 않던 애들이 우리 아빠 아빠 하면서 아들이 제주도 와서 운동시킨다 하지, 직장도 그만두고 자녀들이 우리 아빠 어떻게 살릴까 하면서 막 제대병원 갔다 오고 자료 빼고 딸이 막,,애들이 그러는 거 보니까 내가 도망 갈 수가 없더라고, 솔직히 말해 자식들이 아빠에 대한 애착, 더 살리고 싶은 마음, 그

땀에, 내가 속으로 아프면 도망갈라 했는데 이 놈의 새끼들 땀에 도망 못 가겠네,

(참여자 G)

4) 간섭과 통제

참여자들은 배우자의 사용장애 문제를 자신의 힘으로 해결해보고자 배우자를 통제하고 간섭하였다. 배우자만 변하면 된다는 생각으로 병원에 강제로 입원시키기도 했다. 참여자들은 불안한 마음이 증가하면서 자녀들도 믿지 못했다. 자녀들의 모든 생각과 마음까지도 자신이 조절하고 통제해야 한다고 생각하면서 살았다.

(1) 배우자 간섭 및 통제

참여자들은 배우자의 의지가 부족하므로 술을 조절하지 못한다고 생각했다. 배우자의 의지 부족 탓만 하고 배우자를 강제적으로 병원에 입원시키기도 했다. 배우자가 술만 끊으면 모든 것이 해결된다는 것에 집착해서 배우자의 모든 행동을 통제했다.

우리 신랑이 술만 끊으면 되는 데 문제가 없는데 왜 술을 못 끊냐 그 시기였거든요, 나한테 아무 잘못이 없고 신랑만, 술만 끊으면 되는데, 그 생각만 했었거든요, 근데 그게,, 제 잘못은 하나도 없다고 생각해서 저기, 술만 끊으면 가정이 다 편안할 건데 안한다고만 생각해서, <중략> 그렇게 해서 이제 제가 강제로 입원을 시키고 하던 차, 대형차 운전해서 그만하고, 주변, 우리 오빠네가 그거 운전하면 큰일 난다, 대형사고 난다고 그래서 이제 반강제적으로 이제 제가 처분을 했거든요, 처분을 하니까 신랑은 더 괴심하지, 와이프가 강제로 입원시키니까, 그때는 이제 이렇게 하면 더 이상 못산다, (참여자 C)

그리고 그 사람만 막 변하라고 했었거든요, 너만 술 안 먹으면... 집안이 다 편할 건데, 왜 그렇게 날마다 술 먹고 와서 그러냐고 했는데, (참여자 D)

(2) 자녀 간섭 및 통제

참여자들은 남편에 대한 불만과 불안을 자녀들에게 투사시키며 자녀들의 미래의 삶에 집착했다. 자녀들의 모든 행동과 심지어 남자친구 사귀는 것까지도 통제하고 간섭했다.

저도 남자친구가 그런 성격일까봐 걱정은 하는데, 조금 얌전하게는 보이는데 아직까지는.. (참여자 E)

남편이 그렇기 때문에 아이들을 키우면서 내가 굉장히 아이들에게 집착한 거예요, 애들의 사교육이라든가, 남편은 뭐 술 먹고 난리 치니까 일단 제껴놓고, 저 사람은 어떻게 할 수 없으니까, 우리 아들한테 너 SKY캐슬 봤니 하니까, 자기는 대치동에서 너무 경험을 했으니까 볼 필요가 없다고... 제가 그걸 30년 전에 30대 때 했다는 거 아니에요, 제가 어떤든 오직 집중할 것은 아이들 밖에 없는 거예요, 그런데 아들이 또 공부를 잘한 거예요, 전국 일등도 하니까, 남편은 제껴놓고 아이들한테 올인한 거예요, 그런데 아들이 고도비만이 된거예요, 이 때 우리 너무 힘들었어요, (참여자 B)

B. 중심현상

‘지금 여기서 무엇이 일어나고 있는가’를 나타내는 것이 중심현상이다. 중심현상에서 보이는 중심 생각이나 사건은 작용·상호작용 때문에 조절된다(Strauss & Corbin, 1998/2001). 이 연구에서 중심현상은 ‘고통과 난관 속에서도 삶을 행복하게 살아내고 싶다.’로 나타났다.

5) 고통과 난관 속에서도 삶을 행복하게 살아내고 싶다

참여자들은 자신들의 무력함을 받아들였다. 그리고 이 모든 고통과 고난 속에서 신의 뜻을 찾으려 하면서 지금-여기서 찾을 수 있는 행복을 살아보려고 했다. 하위 범주는 ‘고통과 직면하고 삶을 살아내려 함’과 ‘신앙에 의지함’으로 나타났다.

(1) 고통과 직면하고 삶을 살아내려 함

참여자들은 자신에게 오는 모든 난관과 고통을 직면해야 함을 알게 되었다. 자신의 의지와 인내로 이 고통을 마주하고 살아내야 한다는 것을 스스로 각인시키며 살았다.



(참여자 H)



(참여자 A)



(참여자 E)

[그림 4] 2016년 자아 성장을 위한 여정 작업지

<그림 해석> 구멍과 낙엽: 삶의 고난과 힘겨움

강인한 뿌리 & 굵은 나무줄기: 직면, 삶에 대한 강인한 의지

밝은색(주황, 하늘, 연두 등등): 삶에 대한 희망

우리 자매님들 보고 나무그림 보면서, 야, 이 고통 속에서,, 난 몰라 이 얘긴 잘 모르는데, 이 고통 속에서 이렇게 곳곳하게, 고통아 오녀라 나는 간다. 진짜 그림이 다 그랬거든요, 진짜 **씨 그림이 다 그랬거든요, 낙엽 떨어지면서 이렇게 했을 때, 즐기는 단단한데 구멍은 뽕뽕 뚫려있고 낙엽이 떨어지는데도 불구하고 절대 쓰러져보이지 않는,

(참여자 E)

나를 위해서 살아야겠다, 가족들 돌보는 것도 우선이지만 날 좀 보듬어야겠다, 요즘엔

잘 안 아프는 것 같아요. 행복하게 살고 싶은 마음뿐이에요. (18년 11월 모임, 참여자 D)

힘든 과정을 너무 많이 거쳤기 때문에 이제 어떤 일이 닥쳐도 헤쳐 나갈 것 같애, 그동안 너무 많이 힘들었어요. 나도 행복해, 같이 행복해져... (18년 11월 모임, 참여자 G)

어제는 남편하고 얘기하면서 남편에게 고맙고 미안하다 했어요. 아들에게도 일찍 왔길래 밥 먹으면서 우리 이왕 이렇게 사는 거 행복하게 살자, 남들도 그렇게 사는데... 그랬더니 '엄마, 행복이 뭐~~~, 우리 행복하잖아?' 그러는 거예요, 요즘엔 아들도 많이 좋아진 것 같고.... 동생(사용장애자)은 한두 달 완전히 낫은 것 같고.....

(18년 11월 모임, 참여자 I)

(2) 신앙에 의지함

참여자들은 자신들의 무력함을 신에게 맡겼다. 끊임없는 기도 속에서 안정을 찾고 새로운 힘을 키우면서 삶을 이어 나갔다.

신앙심이 굉장히 도움을 줬죠. 알아낸 모임을 하면 '위대한 힘' 이라는 게 나오잖아요. 신앙심이 없는 사람은 그게 뭔지 막연하지만 저는 그게 뭔지 확실히 알죠. 저희 어머니, 아버님이 또 목사셨어요. (참여자 B)

문 : 어쨌든 ***씨는 이게 알코올사용장애자인 남편하고 이렇게 버틸 수 있었던 게

답 : 신앙이죠. (참여자 D)

그래서 이제 어떻게 해야 되지 성당 가서도 기도하면서 마음속으로 풀어내려고 많이 막 기도는 하긴 하는데...헉헉거리기만 하고, 성당 가면 조용히 나 혼자 있는 시간이니까 그래도 기도, 미사하면서, 지향기도 하면서 눈물이 죽 나오고 잠깐 5분, 10분이라도 안정되고 나오고 (참여자 E)

제 힘든 부분을 좀 누구한테 말할 수도 부탁할 수도 없는 일이잖아요 이런 거는, 그래서 기도하면서 해주십시오, 하고 그래서인지 몰라도, 이 부정적인 상황을, '부정적으로' 이게 없었으면 진짜 우울증 빠지고 난리 났을거예요. (참여자 E)

C. 맥락적 조건

맥락적 조건은 사람들이 작용/상호작용을 통해 반응해야 하는 상황이나 문제들을 만들어 내는 특수한 조건이다. 즉 어떤 현상에 대응하고 반응하기 위해 취해지는 구체적인 조건이다(Strauss & Corbin, 1998/2001). 이 연구에서 맥락적 조건의 하위범주는 ‘사용장애에 대한 인식’과 ‘제주지역 맥락의 특수성’으로 나타났다.

6) 사용장애에 대한 인식

참여자들은 배우자의 사용장애가 만성적이면서 점진적인 상황에서 자신이 배우자를 통제할 수 없음을 깨닫게 되었다. 또한, 사용장애는 단순히 의지의 문제가 아니라 병임을 인식하게 되었다.

(1) 사용장애에 대한 인식 전환

참여자들은 사용장애가 병임을 인식하고 혼자서 해결할 수 없음을 받아들이면서 알아년에 참여하게 되었다.

대구 와서 내가 심장병에 걸려서 죽을 것 같으니까 사용장애센터에 가서 알코올사용장애에 대해서 알게 되었고, 밍기만 했고 화났고 그랬는데 이게 병이구나, 죽일 놈, 미칠 놈 이렇게 할 것이 아니구나, 좀 멀리 두고 봐야하는구나를 알게 되면서 남편을 바라보게 되고, 그러면서 알아년에 가게 되었고... (참여자 B)

맨 처음에 남편을 바꿔야지 하는 마음으로 왔다가 (웃음) 이 원수 같은 남편을 바꿔야지 하는 마음으로 왔다가 내가 살겠다는 마음으로 왔었는데 오니까 처음 오자마자, “안 바꿉니다” “안됩니다” 그 소리 딱 듣는 순간 절망이, 진짜..

이걸 어떻게 바꾸나.. 이렇게 하다가 옆에 분들도 다 얘기하는 것 들어보면 “그렇게 해서는 절대 안 바꿉니다, 병이니까...” 그렇게 다 공감하고.. (참여자 E)

7) 제주지역 맥락의 특수성

‘제주시 알아년’의 특수성이 있다. 맥락적 조건 또한 제주만의 특수한 면이 나타났다. 참여자들은 삶의 힘겨움으로 신앙에 매달리게 되는데, 특히 성당의 신부님과 상담소의 수녀님과의 면담 혹은 상담을 하게 된다. 참여자들은 이것을 통하여 도움을 받아야 함을 받아들였다. 그러나 제주의 ‘권당’이라는 공동체 문화로 서로 엮여 있어 자신의 가족사가 다른 사람에게 알려질까 두려움을 벗어나기 힘들어했다.

(1) 교회를 찾아가서 상담을 함

‘제주시 알아년’의 참여자들은 힘겨울 때 거의 모두가 성당 신부님과 고해성사나 면담을 하고 상담 수녀님과 상담을 하게 되었다. 그 대화를 통하여 참여자들은 알아년 참석을 지속적으로 권유받으면서 알아년에 참석할 수 있는 용기를 가지게 되었다.

문: 비씨는 여기 알아년에 오게 된 동기가 뭐예요?

답: 상담하고 왔어요. 신부님하고.. 상담 아니고.. 상담면접 식으로? 하면서 얘기 나누면서 어려운 일 얘기하다 보니까 자연스럽게.. 이런 문제가 얘기됐고, 신부님 계실 때..신부님이 추천했어요. <중략> 처음에는 제가 참여를 안했고, 알아년 생긴 후에 처음에는 제가 수녀님 계실 때 갔어요. 네 수녀님이 상담을 10회기 정도 했어요. 그러니까 이제 다른 알아년하고 봤을 때 여기는 보면 어떻든 수녀님의 상담을 통해서 들어오는 분도 많고 신부님의 고해성사를 통해서 들어오는 분도 많고... 이렇게 되니까 이미 여기서 형성된 신뢰감, 그 다음에 또 이렇게 상담적인 것, 고해성사라는 신앙적인 것이 여 안에 스며져 있는 것 같아요. (참여자 A)

그래서 이제 신부님한테, 고 *** 수녀님 연결해달라고 해서 연락처 달라고 해서, 주셨어요. 그런데 선뜻 전화를 못 했어요, 제가. 통화할 용기가 없더라고요. 수녀님이 전화가 오신 거예요. 수녀님이 전화가 오셔서 관광대 쪽에 커피숍에서 한번 만났어요. 만나서 이제 제 얘기를 자꾸 하니깐 수녀님이 ‘무조건 여기 나가라,’ ‘무조건 나가라,’ 그,

요일에 상관없이 직장보다도 이게 우선이라고 무조건 나가라고 해서 제가 처음에 수요일 날 나오고 수녀님이랑 상담했었잖아요, 그렇게 해서 그렇게 된 거예요, (참여자 C)

제일 처음에, 수녀님이랑 상담을 하니깐 수녀님이 "아, 제주도 왔더니 술 문화가 너무 난해하고... H씨, 우리, 모임을 하나.. 서울에는 있어요," 육지는 다 있는데 여기는 모임이 없대, 술 먹는 사람 대상자 부인들이 한이 너무 많으니까 우리 모임을 할 건데 같이 하자고 하셔서.... (참여자 G)

(2) 편당 문화로 인해 알아낸 참여가 어려움

제주도에는 특수한 문화가 있다. 이웃사촌이 하나의 공동체로 엮여지는 '편당 문화'이다. 참여자들은 이러한 문화 속에서 자신의 수치스러운 가족사가 알려질까 두려워 도움이 필요함을 알면서도 알아낸 모임에 참석하기가 쉽지 않았다.

네 제가 왜.. 내가 왜 같은 문제를 가지고 있는 사람들이랑 울고 짜고 막 그렇게 이야기 나누는 게 싫었어요, 제주도 특성상.... 그룹 들어가면 누군가 알고.. 다 엮여져 있을 거 같다는 생각도 강하고 남의 눈을 의식을 했던 거 같아요, (참여자 A)

제주시에 우리랑 저 중독장애통합센터 거기서 이제 그 알코올 치료받는 분들의 부인들이 자조 모임이 있었는데 여기는 없어졌고요, 여기서는 그게 안 되더라는 거죠, 여기 제주도는 편당 문화라서 바로바로 알게 돼 있어요, 그래서 여기서는 이 익명성이 지켜지지 않아 끝났거든요, (통합센터)

처음에는 그 편당 문화 때문에 이게 오히려 꺼려해서 안 오려 했어요, (참여자 F)

D. 중재적 조건

중재적 조건은 작용/상호작용 전략에 필요한 현상과 관련된 구조상의 조건이다. 특정한 맥락 안에서 취해지는 전략을 촉진하거나 억제하는 방향으로 적용하는 범주를 의미한다(Strauss & Corbin, 1998/2001). 이 연구에서 중재적 조건은

‘내적 자원 활용’, ‘알아낸 운영의 도움’과 ‘제주지역의 중재적 특수성’으로 나타났다.

8) 내적 자원 활용

참여자들은 자신의 내면을 먼저 보게 되었다. 자신이 먼저 변화되어야 함을 인식하게 되었다. 배우자의 음주 상황이 만성적이고 지속적이기 때문에 내면에 미해결과제를 안고 있다는 것도 깨달았다. 그러한 상황에 대처하기 위해서는 끊임없이 자신을 훈련해야 한다는 것도 알게 되었다. 즉, 참여자들은 이러한 훈련이 평생의 과제임을 깨달았고 더 나아가 배우자가 사망하여도 자신의 행복을 위해서는 이 모임에 나와야 함을 받아들였다.

(1) 자신에 대한 성찰

참여자들은 배우자의 음주 상황에 제대로 대처하지 못한 자신을 보았다. 자신의 변화가 우선 이루어져야 한다는 것을 알았다. 자신의 행동에 대해서 성찰하게 되었다.

어느 날 문득 남편에 대한 태도가 내가 잘못했던 부분, 이 사람이 술을 먹고 한 행동에 내가 잘못 대처했던 부분 때문에 이 사람이 더 술을 먹게 되는구나.. (참여자 B)

알아낸에 장기로 나왔으면 어떻게 대처해야 되는지도 알고 내가 일단 변해야 된다는 것도 알았으면 좀 좋은 대처를 했을 건데, 교육 같은 거를 처음 받은 거죠 이번에, 그때는 잠깐 마무리 할 때 그때 들어가버려서, 지금은 그 생각 해요, 내가 그때 꾸준히 다녔으면 이 지경까지 안오지 않았을까, 그런 생각 해요, <중략> 예전에는 소리만 지르잖아요, 그랬던게 이제는 한 번 더 생각도 하고,.. 내가 잘 감사주고 이해해주면 변하지 않았을까, 지금 돌이켜서 보면, 그런 생각이 들더라고요, 소리만 지르고, 성질만 내고... (참여자 C)

내가 못 봤던 어떤 나.. 나는 우리 신랑 자체가 알코올 그렇게 해도 아이들은 괜찮기

를 바란 거죠, 신랑은 그렇다 치고,, 아이들만이라도 거기에 상처 안 받고 그랬으면 좋겠다 했는데,, 이미 아이들도 상처 받죠,, 상담을 통해서 안 내용 중에 내가 너무 놀란 것이 있었어요, 그,, 상처는 아빠한테 받은 게 아니고 나한테 받은거라는거,, (참여자 A)

(2) 포기하지 않고 노력함

사용장애의 현상이 진행형이고 만성적이어서 참여자들은 자기훈련이 평생의 과제임을 받아들였다. 자신의 내면을 강화해 나가야 함을 깨달아 모임에 지속해서 나와야 한다는 것을 알았다.

나도 변화되고, 변화를 강화시키고, 또 듣고, 그래서 알아넌은 장기로 올 수 밖에 없다는 거잖아요, 정말 이걸 평생을 가야 할 것 같아요, 죽을 때까지, 내가 죽을 때까지,,, (참여자 B)

저도 매일매일 빠지지 않으니까 한 지침서에서 매일매일 새로운 내용을 듣고 가니까 들어가서 깜빡 잊어버릴 수는 있지만 그래도 이따금씩 생각나니까 (참여자 E)

9) 알아넌 운영의 도움

참여자들은 혼자 고통을 안고 삶을 한탄하며 살았다. 알아넌 모임에 오면서 같은 고통을 안고 있는 사람들과 공감대가 형성되면서 서서히 치유되기 시작했다. 모임에서 치유를 받고 그 힘으로 삶을 이어갈 수 있었다. 알아넌의 책자를 함께 읽으면서 서로의 마음을 나누면서 힘을 얻기도 했다. 알아넌 모임 자체가 위안이 되었다.

(1) 알아넌에서 공감받고 치유됨

참여자들은 알아넌 모임에 오기 전에는 아무에게도 자신의 고통을 얘기할 수 없었다. 수치스럽기도 했고 이야기를 해도 위안을 받을 수 없다는 것을 알았기

때문이었다. 알아낸 모임에서는 모두가 한 마음으로 서로를 위로할 수 있었다. 그 고통이 어떠한지를 다 알기 때문이었다. 그리고 서로 아픔을 이해 하기에 수 치스러움이 없어서 모든 것을 얘기할 수 있었다. 모임 그 자체가 위안이었다.

H: 모임을 와서 책을 읽으니 비밀이 보장된다고 하고 믿음을 가진 사람들이기 때문에 작용을 한 거, 나는 여기만 와도 뭔가 견져가는 느낌이야, 그냥, 말을 안 하고 그냥 놀다가 가도 이거만 읽고 가도 뭔가 이익 보고 가는 느낌 있잖아, 그래서 자주 와지더라고,

D: 우리가 겪은 걸 다 말을 하잖아. (19년 7월 알아낸 모임에서)

문: 어떤 게 **씨 마음을 편하게 했을까요? 이 모임이?

답: 아, 뭐라고 해야 되나, 딱 얘기하면 저 혼자만 힘든 게 아니고 이런 분들이 많다는 그런 게 또 위로가 되었어요. (참여자 C)

나는 막, 이 속에서 부글부글 끓어도 그 사람 마음 뜻을 받아주고 나는 알아낸에 와서 풀고 그러니까 고통을 나누니까 다 똑같은 사람들,, 우리 처음에 왔을 때는 이 화장지 한통씩 없어졌었어요, 처음에 시작했을 다 와서 울면 다 울고,, 나 왔을 때가 제일 많이 울었어, 우는 걸로 치유를 한거예요. (참여자 D)

(2) 알아낸 책자의 활용

알아낸에는 교제와 같은 책들이 있다. ‘하루하루에 살자’라든가 ‘회복의 길’, 그리고 ‘바꿀 수 있는 용기’이다. 참여자들은 모임에 와서 이 책자를 함께 읽기도 하고 집에서 매일매일 ‘하루하루에 살자’를 읽기도 했다. 이 책자에서 나오는 글들에 참여자들은 많은 도움을 받았다.

너무 심오해요, 철학이 다 담겨 있잖아요, 무슨 상담심리학도 모르지만..., 들춰보면 그 안에 다,,, 축약되었어요, 나중에 내가 그런데 관심 있어서 심리학책도 보고 철학 책도 보는데,, 우리 내용들 있잖아요,, 거기 다 요약되었어요, 알아낸 그 책자 안에, 그래서 야 정말 왜냐면 그 사람들이,, 전문가들이 그렇게 만든거예요, 고대로 가져와서 하는 것 뿐인데, 우리가 좀 과소평가 하는 거 같아요, 프로그램을,, 그 프로그램을 어떻게 하는 건지

모르고 그냥 접하기만 했잖아요, 누군가 거기서 했던 사람들이 이렇게 저렇게 하라 가르쳐준 게 아니고 했던 거 그대로 읽기만 하고,, 이런 식으로 했기 때문에 몰라서 그렇지,, 그 안에 내용들은,, 내용들은 정말 완벽한 거 같아요. (참여자 A)

집안이 다 편할 건데, 왜 그렇게 날마다 술 먹고 와서 그러냐고 했는데, 그 책, 뭐야 날마다 매일매일,, 하루하루에 살자, 그걸 읽으니까 내가 먼저 변하자고 하더라고, (참여자 D)

도움 된 게, 알아년에 지침서 같은 거 있잖아요, 그걸 보면서, 아, 이게 핵심 되는 말들을 좀 쓱쓱 나한테 들어오더라고요, 아 어떤 상황이 닥치더라도 아, 어떤 핵심 되는 말들을 도움이 많이 되긴 하더라고요, 그래서 맨 처음에 그 '하루하루 살자' 인가? 그것도 한 3년 동안 계속 읽었어요, 그 책을 매일매일 그냥 출퇴근하면서 버스에서도 읽고, 읽고 출근하고 그냥 그렇게 하다 보니까는 그게 좀 절실하더라고요, <중략> '아, 이럴 땐 이렇게 하라고 이런 지침서가 그게 좀 효율적으로 효과적으로 실천을 하니까 그게 좀 적용되는 일이 많아져요. (참여자 E)

10) 제주지역 중재의 특수성

‘제주시 알아년’의 중재적 특수성으로 ‘동일한 신앙 그룹’, ‘정기적인 교육 및 프로그램’, ‘지속적인 상담’이 나타났다.

(1) 동일한 신앙그룹

‘제주시 알아년’ 참여자들은 시작할 때부터 종교적인 도움을 받았다. 그러다 보니 동일한 신앙집단이 되었다. 심리적인 것뿐만 아니라 영적 나눔도 함께 하면서 서로에 대한 신뢰감과 일치감이 깊어졌다. 이러한 현상이 내면의 상처 치유과정에서 큰 영향을 미쳤다.

그래서 제가 보니까 거의 다 성당 다니시는 분이더라구요, 근데 이게 신앙이라는 게 하나로 또 묶어 주는 게 있는, 신뢰를 형성하는데 무시 못 하죠, 신앙이라는 거 정말 무

시 못 하죠, <중략> 신앙으로 모인 거죠... 고해성사하면 여길 찾아가라 하면 오는 거, 그래서 신뢰 형성이 빨리 깊게 된 게 아닌가, (참여자 F)

신뢰성이 있는 거죠, 그거는 왜냐면 수녀님하고 저희가 상담을 하잖아요, 그 신앙 안에서 하는, 그제 제일 중요하죠, 우리가 다른 센터에 가서 그렇게 막 신뢰감 있지는 않을 거, 수녀님한테 그렇게 털어놓는 거고 또 신앙 안에서 생활하는 사람들이니까 거기에 대해서는 저희도 확실한 믿음이 있죠, 그렇게 신뢰성 같은 것도 그렇고, 그걸 누가 얘기하지 말라 하라 그런 말 전혀 해 본 적이 없어요, 그렇지만 어디 가든지 뭐 모임에 가서 결혼식 참석 하든지 전혀 뭐 괜찮아진 거, (참여자 A)

H: 거지는 들어 온 사람이 수녀님하고 상담을 끝내고 들어왔을 거예요,

E: 아무래도 그렇죠, 수녀님이나 신부님을 더 믿으니까, 우리 흥금자 씨 같은 경우는 친구가 어 이렇게 하니까 거기에서 벌써 신뢰가 형성되었고

(19년 7월 알아년 모임에서)

(2) 정기적인 교육 및 프로그램

‘제주시 알아년’은 다른 지역 알아년과 다르게 기관의 도움을 받고 있다. 기관에서 교육과 프로그램을 진행하고 있는데 이것을 통해서 내면적인 치유를 받는데 많은 도움을 받고 있다. 자조 모임에서의 부족한 부분을 프로그램과 교육으로 채우면서 깊이 있는 치유의 과정을 밟고 있다.

우리 모임과 프로그램이 함께 하는 게 많은 도움이 된다는 얘기지요, 강의는 진짜 도움이 많이 돼요, 피정은 힐링.... 나눔 하는 것에서 끝나는 게 아니고 왜 필요한가, 우리라 강의와 심리적 힐링과 어떤 검증의 공유, 상황의 공유, 이런 것들이 알아년에 함께 있을 수 있는 전체 프로그램이 이겨나가는 데 도움이 되는.... (참여자 C)

문: 그럼 대구에는 이런 특별한 프로그램이

답: 없어요, 다른 지역은 모르겠는데 서울도 없더라고요, 교육이나 이게 필요에 의해서 왔다 갔다 하니까 이게 회복능력이 좋은 거예요, 근데 이렇게 센터 교육과 상담도 하고 이런 것들이 회복능력 그게 더 좋은 거 같아요, 알아년도 좋지만 자조모임만 하는 경

우는 회복이 굉장히 느려요, 그때 12단계 하셨잖아요, 저는 12단계를 그렇게 오래 다녔는데도 이렇게 뭐가 뭔지 몰랐는데 그때 인제 좀 확실히 알게 되었어요, (참여자 B)

만족도 조사

'자아성장을 위한 여정' 프로그램에 참여해 주신 여러분께 진심으로 감사드립니다.
여러분의 의견을 조사하여 더 나은 프로그램으로 발전시키기 위해 몇 가지 질문을 하오니 바쁘시더라도 성의껏 답해주시기를 부탁드립니다.

2018. 10. 20-21. 제주시건강가정지원센터 상담팀

✧ 다음 문항을 읽고 자신의 생각과 가장 가까운 곳에 V표 해주세요.

문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그저 그렇다	그렇다	매우 그렇다
1. 프로그램(교육)을 통해 에니어그램과 12단계에 대한 이해를 할 수 있었다.					✓
2. 프로그램(교육)을 통해 스트레스 해소에 도움을 받았다.					✓
3. 프로그램을 내용은 가족 구성원들과의 실제 생활에 도움이 되었다.					✓
4. 프로그램 진행 환경은 만족스러웠다.					✓
5. 프로그램 진행 시간은 참여하기에 적절하였다.					✓
6. 프로그램 진행 과정은 전반적으로 만족스러웠다.					✓
7. 기회가 된다면, 또 참여하고 싶다.					✓
8. 다른 사람들에게 본 프로그램 이용을 권하고 싶다.					✓

✧ 다음 란에 V표 하거나, 여러분의 주관적 의견을 적어 주세요.

성별	<input checked="" type="checkbox"/> 여 <input type="checkbox"/> 남	연령	만 (62)세
혼인여부	<input type="checkbox"/> 미혼 <input checked="" type="checkbox"/> 기혼 (자녀수 3 명)		
도움이 되었던 점	자기의 단점은 흠이 될터다 볼수 있는 좋은기회이며 앞으로는 180도 틀린 내가 될것 같은 느낌.		
개선점			

✧ 끝까지 답변해 주셔서 진심으로 감사드립니다. ✧

[그림 5] 2019년 자아 성장을 위한 여정 만족도 조사

(3) 지속적인 상담

참여자들은 상담을 받고 알아낸을 시작하는 것과 바로 모임을 시작하는 것과는 차이가 있다고 여겼다. 어느 정도 자신에 대해 생각하는 기회를 얻고 시작하는 것이 효과적이었다. 또한, 문제가 심각해질 때 상담이 다시 개입하는 것도 치유과정에서 도움이 되었다.

상담 끝날 때쯤에 여기 와서 관련하시는 모임이 있다.. 하나까 얘기도 해보고 도움이 될 거다 그렇게 말씀하시가지고 그래서 좀 주저주저는 했었어요, 그래서 주저주저하다가 '에이 그래, 그냥 뭐 알아보는 사람 없겠지' 하고 그냥 오긴 왔거든요, 죽을 것 같으니까! (참여자 E)

수녀님께 상담 그 부분에 대해서 끝나고 들어온 거 하고 그냥 들어온 거는 그 본인 오는 사람 입장이 차이가 있거든요, 그냥 그냥 가서 부르고 들어가서 같이 하라 하면 너무 도움이 안 될 거라고 생각을 하는데 일단 상담 거쳐서 들어오게 되면 그분도 좀 다르고 처음부터 내가 뭐 변할 수 있다는 것도 생각하고, (참여자 A)

E. 작용 · 상호작용

작용 · 상호작용은 중심현상이나 작용 · 상호작용으로 사람들이 마주치게 되는 상황, 문제, 쟁점 등을 풀기 위해서 취해지는 의도적이고 고의적인 행위를 말한다(Strauss & Corbin, 1998/2001). 이 연구에서 나타나는 작용 · 상호작용은 '자신의 변화에 집중함', '효율적 대처', '긍정적 변화 나타남' 이다.

11) 자신의 변화에 집중

참여자들은 자신에게도 문제가 있음을 인식하고 자신이 먼저 변화하려고 노력했다.

(1) 자신에게도 문제가 있음을 인식함

참여자들은 알아년에 오기 전에는 술을 마시는 배우자 탓만 했다. 그러나 모임에서 책을 통하여, 그리고 자기 성찰을 통하여 배우자만이 문제가 있는 것이 아니라는 것을 깨달았다.

어느 날 문득 남편에 대한 태도가 내가 잘못했던 부분, 이 사람이 술을 먹고 한 행동에 내가 잘못 대처했던 부분 때문에 이 사람이 더 술을 먹게 되는구나.. (참여자 B)

위로가 되기도 했었고 잘은 모르지만, 신랑 문제만이 아닌 거를 교육 한 번씩 들으면서 신랑 문제만이 아니구나... 너만 술만 끊으면 다 편안한데 그거를 왜 못하나.. 그랬었거든요. 저도, 끝나고 보고, 그다음에 강의 한번씩 들을 때 보면은 아 나도 잘못하고 있는 거를 상대방 입장을 생각을 안하고 (참여자 C)

(2) 자신이 변화하려고 노력함

참여자들은 자신의 문제를 알게 되면서 우선 자신이 변화되어야 함을 절실하게 깨달았다. 자신의 변화에 주력하게 되었다.

나도 나를 달라져야겠구나. 그런 생각 한 거죠.. 신랑 달라지게 하려고 하기보다.. 책자에 그런 내용도 보면.. 다 나로부터 변화가 시작된다고 나오잖아요. 그걸 인정하기까지 너무... 어렵죠.. (참여자 A)

그러니까요, 내가 **한테도 "그거, 외로워서 표현을 못 하니까, 외로워서 그러는 거니까 뭐 조금 해놓으면 잘했다고 칭찬해주고 뭐 하면은 알았다고 고맙다고 해주고 자꾸 마음을 알아주라," 라고 내가 말을 하죠, 근데 그건 내 말이지 그 상황에서 그 말을 받아들이지도 않아, 자기가 그걸 스스로 깨닫기 전에는, 깨달아야 돼요, 엄청 오래 걸렸죠, 30 몇 년 걸렸죠. (참여자 D)

(모임에 와서) 막 확 바뀌었다거나 그런 건 아닌데, 내가 좀 여기 와서 많이 배우고

공부하고 알아가니까 아 나도, 내 자신도 좀 바뀌어야겠구나 라는 생각도 많이 하고, 그 생각이 많이 들더라고요. 맨 처음에 남편을 바꿔야지 하는 마음으로 왔다가 (웃음) 이 원수 같은 남편을 바꿔야지 하는 마음으로 왔다가 내가 살겠다는 마음으로.. (참여자 E)

12) 효율적 대처

참여자들은 자신이 변화하면서 사용장애인 배우자의 행동에 대처함에 효율적인 방법을 터득해 나갔다. 배우자 스스로 책임지게 하고 자녀들을 믿으려고 애쓰면서 자녀들에게 적절한 도움을 주게 되었다.

(1) 중독자 스스로 자신의 행동을 책임지게 함

참여자들은 배우자들이 스스로 수치스러운 상황이나 곤란한 상황을 직면하게 해야 함을 알게 되었다. 스스로 해결하게 지켜보는 것이 필요했다.

하지 말아야 할 것을 막 해버리니까 이제는 남편에게 미안한 감이, 동생(사용장애자)이 자꾸 이렇게 사고를 치고 하니깐 내가 돈으로 마지막에는 다 수습하고, 이런 상황이 되풀이되다 보니깐 결국에 나는 이렇게 돼 버린 것 같아요. 어제는 남편하고 얘기하면서 남편에게 고맙고 미안하다 했어요, 스스로 해결하게 두기로 했어요,

(18년 11월 모임, 참여자 I)

(2) 자녀를 향한 마음의 변화

참여자들이 내면으로 안정되면서 자신들의 감정을 자녀들에게 투사하지 않게 되었다. 자녀들 또한 스스로 자신의 삶을 살아갈 힘이 있음을 인식하려 했다. 그렇게 되면서 자녀를 대하는 태도가 변하게 되었다.

제가 알아년을 하면서 서서히 변해간 거예요, 내 성찰을 하고 내가 변하니까 애한테 굉장히 관대하게 되고 온화하게 되고...(참여자 B),

알아낸 나오면서 지나가는 말로라도, 좀 위로하는 식으로 내가 그냥 툭툭 말이라도 해줄 수 있다는 것에 자신감이 생겼다는 것. 옛날엔 그런 말도 해야 되는 것조차 몰랐거든요. 근데 아이가 그렇게 상처 나는 행동을 하거나 말을 할 때, “재는 왜 저래!!” 예전엔 그랬었는데, 지금은 그 말에 공감해주는 식으로 “네가 그래서 좀 그랬겠구나....” 처음엔 남편이 좀 큰딸하고 막 트러블이 생겨가지고, 막 안 좋았었는데 조그만 일 가지고도 트러블이 생겼어요. 근데 딸은 그 일 가지고 별것도 아닌데 텔레비전 리모컨 하나 가지고 싸우는데, 그거가지고 남편도 섭섭해가지고 ‘저렇게 잘 키워줘봤자 뭐하냐’ 그리고 큰 딸은 ‘나는 가출하고 싶어’ ‘집 나가고 싶어’ 그런 말을 하더라고요, 그래서 내가 옛날에는 “네가 그렇게 하면 되니!!” 하면서 야단칠 건데, 지금은 ‘네가 집나가고 싶을 정도로 기분이 안 좋았어?’ 그 말이 나오더라고요. (참여자 E)

(3) 자녀들에게 적절한 도움

참여자들은 사용장애 대물림에 대한 두려움으로 자녀들의 행동에 간섭이나 통제가 아니라 자녀들을 어떻게 도와주어야 할까를 고민하게 되었다.

처음엔 남편이 워낙 심하니까 자녀들 신경은 쓰지만 일단 남편 불이 급하니까 거기에 대처하느라 정신이 없었지요. 그런데 요즘 와서, 지난주 알아낸 모임에서 그 얘기를 했는데, 알라틴 모임에서 나온 책자를 읽고 있어요. 알라틴 자녀들이 쓴 글을 보고.... 아들은 부산에 있고 딸은 제주에 있으니까 알라틴 그룹에 나갈 시간이나 기회는 없잖아요. 그래서 자녀들과의 관계도 예전보다는 좋아졌어요. (참여자 B)

13) 긍정적 변화 나타남

참여자들은 점차 자신이 변하면서 배우자와 자녀들에 대한 태도가 바뀌게 되었다. 배우자와 자녀를 수용하고 그들을 대하는 태도가 바뀌게 되었다. 무엇보다 자기 자신을 돌보기 시작했다.

(1) 배우자 수용

참여자들은 배우자를 탓하기만 하다가 배우자의 마음을 헤아리려 애쓰기 시작했다. 그리고 배우자의 편을 들어주면서 서로의 상처를 보듬어 안으려 했다.

문 : 아.. 술 먹는 이유를 남 핑계를 대는 거?

답 : 술 먹은 이유가 그렇다는 거라, “아니 그 사람이 뭐, 아무 잘못도 없구만.” 그러면은 그 사람 편드다고.. 그러다가 기도하는데 편드는 것은 아름다운 거짓말이고 가정의 평화를 위해서 하는 거짓말이니까, 네가 그 말 했다고 해서 이 남자가, 네 남편이 수긍하는 것도 아니고, 그냥 무조건 아이고 잘했다, 잘했다 하면서 남편 편을 들어가지고 마음을 가라앉히라고 하더라고요, (참여자 D)

얼마나 외롭고 자기도.. 누가 자기 마음 좀 알아달라고 맨날 술 먹고 그랬는데, 옆에서 그걸 안 알아줬으니깐 얼마나 자기도 외롭고 힘들었나 하는 생각이 들면 참 나도 마음이 속상하지.. (참여자 D)

근데 술 먹는 사람들이 마음이 나빠서가 아니고, 마음이 소심하고 표현을 못 하니깐 술로 의지하는 거예요, (참여자 G)

(2) 자녀들에 대한 태도가 바뀐

참여자들은 자녀들에게 관대해지면서 부드럽게 다가가게 되었다. 자녀와 단절되었던 대화도 하게 되면서 서로를 이해하고 의지하는 관계로 진전되었다.

아까 아이들 얘기도 했는데, 아이들이 알라틴에 갈 수 없다 해도 내가 알아년에 가서 변화된 것, 내가 배운 것을 전수 해주는, 가족들끼리 알아년 비슷한 모임을 해야 되겠다, 이런 얘기를 지난번 알아년 모임에서 했거든요, 아들이 비록 고도 비만이지만 전에 보다는, 음... 내 마음이 편해지고 변했기 때문에 관계가 좋아졌어요, 그래서 제가 요즘은 막 생각만 하면 사랑한다, 축복한다, 문자도 보내고, 아이들에게도 두려움이 있어요, 제가 전화를 하면 또 무슨 일인가 긴장을 하고, 그래서 아무 일 아니래도 전화를 하고, 너 목소리를 듣고 싶어서 했대든가 그런 식으로, 상처가 있잖아요... (참여자 B)

(부모의 싸움에 자녀가 직접 개입한 상황) 이해는 하는데 또 이런 상황이 오면 고모

한테 전화하는 것도 좋지만, 엄마가 전화할 상황이 안 되니까 네가 좀 도와줄래?’ 하면서, ‘그럴 땐 바로 112에 신고를 해줄래? 그렇게 해야, 외부 도움을 받아야 상황이 진정된다, 네가 아빠를 말려도 말리는 상황도 한계가 있지.’ 하면서 “그렇게 해줄 수 있어?” 하니깐 알았다고 하면서, 우리 아빠를 위해서, 엄마를 위해서 자기가 해보겠다고,

(참여자 E)

(3) 자신을 돌보기 시작함

배우자의 음주로 인해 우울과 좌절감을 안고 피폐한 정신으로 참여자들은 살아왔다. 자신을 돌보아 줄 마음의 여력도 없었고 자존감 상실로 자신을 비관적으로 바라보았다. 그러나 자신의 욕구도 중요함을 인식하면서 자기 자신을 정신적으로, 심리적으로 돌보아 주기 시작했다.

오늘 읽은 바꿀 수 있는 용기에서 나온 말 "누군가를 걱정하지 않고 자신에게만 초점을 맞추니까, 그들도 스스로의 회복에 눈을 뜨게 될 만큼 자유로워진 것이다," 정말 맞는 말 같아요. 나를 위해서 살아야겠다. 가족들 돌보는 것도 우선이지만 날 좀 보듬어야겠다. 요즘엔 잘 안 아픈 것 같아요. (18년 11월 모임, 참여자 I)

한 사람의 회복이 온 가족에게 큰 힘을 미친다. 나 자신을 돌보는 것이 생각보다 훨씬 가족병으로 고통을 겪는 가족을 돕는 것인가 보다. (18년 11월 모임, 참여자 A)

F. 결과

결과는 어떤 현상에 대처하거나 그 현상을 다루기 위해 취해진 작용·상호작용 전략의 결과로 나타나는 것이다(Strauss & Corbin, 1998/2001). 이 연구에서는 ‘건강한 개체로 살아가기’, ‘관계 회복’, ‘제주지역 결과의 특수성’으로 나타났다.

14) 건강한 개체로 살아가기

참여자들은 음주 배우자와 자신을 분리함으로 자유로운 존재가 되면서 자존감이 높아졌다. 그리고 자신의 상처가 완전히 치유되는 것이 아니라 미해결과제를 안고 있음을 받아들임으로 좀 더 자신에게 관대해졌다. 내면의 안정으로 자신과 배우자 그리고 자녀와의 관계가 부드러워졌다. 자신과 배우자 그리고 자녀들을 신께 맡기면서 자유로워졌다. 받은 은혜를 사회 즉, 다른 사용 장애 가족들을 도와주는 것으로 되돌려 주려하고 있다.

(1) 자기분화

참여자들은 배우자들의 음주 상황과는 상관없이 자신을 배우자로부터 분화시켜 자기 일에 최선을 다하면서 조금은 편안한 마음으로 살게 되었다. 자신이 모든 것을 해결할 수 없음을 알고 신께 맡기면서 삶에 자유를 느꼈다.

남편이 죽더라도, 만약에 없는 상황이 되더라도 내가 지금 상황하고 달라질 건 없겠구나, 내가 아직 건강은 하나니까, 그렇게 위로해가지고 조금 약간 여유를 찾은 것 같아요,
(참여자 C)

남편이 만약에 어느 순간에 지금 위기 순간이 와서 남편이 드러눕는 순간이 되더라도 '그래,, 지금처럼만, 지금처럼 버틸 수 있으니까,, 할 수 있겠다' 하면서, 좀 자신감을,, 스스로 자신감을 얻은 것 같아요. 많이는 아니라도,, (참여자 E)

한 사람의 회복이 온 가족에게 큰 힘을 미친다. 나 자신을 돌보는 것이 생각보다 훨씬 가족병으로 고통을 겪는 가족을 돕는 것인가 보다. 내가 아니면 안 된다는 그런 과중한 생각이 가족들에게 집착을 하게하고, 나는 그 사람을 돌본다고 생각하는데 그 사람들은 그게 아니었던 것 같애, 내려놓으면 어떨 때는 훨씬 더 나을 때가 있어요. 맞아요,
(18년 11월 모임, 참여자 E)

(2) 미해결과제에 대한 알아차림

참여자들은 배우자의 사용장애문제가 단기간으로 끝나지 않아 만성적인 스트

레스와 심리적 불안을 안고 살았다. 삶의 순간순간을 견뎌내는 상황에서 해결되었다고 생각했던 문제들이 해결되지 못하고 다시 삶의 전면에 떠오르게 되는 것을 경험했다. 참여자들은 배우자와 사별을 한 후에도 후회와 상처가 다시 전면에 떠올랐다. 그래서 참여자들은 자신의 치유가 평생에 걸친 과제라는 것을 인식했다. 자녀들의 상처도 쉽게 치유되는 것이 아니라는 것을 받아들였다.

평생 치료는 안 된다.... 끈을 놓지 말아야 된다고 생각해요.

남편이 그렇게 돌아가 버리면 내 안에 치유가 안 된 채로 돌아갔잖아요? 그러니까 그걸 만져주지 못하니까.. 그게 계속 남아있는 거 같아요. 돌아간다고 그게 만져준 게 아니잖아요, 나도 차라리 나한테 미안하다 정말... 그런 말을 하고 돌아갔으면 모르지만, 그렇지 않은 상태라서.... (참여자 G)

내가 잘 감싸주고 이해해 주면 변하지 않았을까, 지금 돌이켜서 보면, 그런 생각이 들더라고요, 돌아가시고 난 후라도 오면 어쨌든 같이 공유할 수 있어서 그런지 또 남은 아픔들도 얘기할 수 있고 다른 데선 이런 얘기하기도 좀 그렇잖아요. (참여자 C)

얼마나 외롭고 자기도.. 누가 자기 마음 좀 알아달라고 맨날 술 먹고 그랬는데, 옆에서 그걸 안 알아줬으니까 얼마나 자기도 외롭고 힘들었나 하는 생각이 들면 참 나도 마음이 속상하지.. (참여자 D)

남아 있는 찌꺼기들 치우게 되고.....,본인들이 느끼는 거 같아, <중략> 이제 그냥 남편 회사 지금 막 힘든 분들보다 남편이 돌아가신 분들이 더 그런 우울감, 변화가 더 심하더라고요, 우리는 우울하기 이전에 그거 그냥 싸우니라고, 싸우니라고 우울이 없는데.. 없어지고 나면 우울감이 오는 것 같아요. (참여자 A)

(3) 지금-여기 살기

참여자들은 지금 이 순간을 살지 못했다. 평온한 상태에서도 언제 또다시 주사로 인한 폭력과 갈등의 순간이 올 것 같아 늘 불안해하면서 살았다. 그러나 지금-여기에 주어진 상황에 집중하면서 살아야 함을 알게 되었다.

남편이 만약에 어느 순간에 지금 위기 순간이 와서 남편이 드러눕는 순간이 되더라도 그래,, 지금처럼만, 지금처럼 버틸 수 있으니까,, 할 수 있겠다' 하면서, 좀 자신감을.. 스스로 자신감을 얻은 것 같아요. 많이는 아니라도.. (참여자 E)

15) 관계 회복

참여자들은 치유가 이루어지고 있다는 것을 관계 회복을 통해 알 수 있었다. 우선 '자신과의 관계 회복' 그리고 '부부관계 회복', '자녀와의 관계 회복'이 이루어졌다. 이러한 관계 회복을 통해 얻은 치유를 사회에 되돌려 주고자 했다.

(1) 자신과의 관계 회복

가장 중요하고 우선적인 관계 회복은 자신과의 회복이라는 것을 알아낸을 통해 참여자들은 알게 되었다. 이 전에는 자기 자신은 돌보아 주는 존재라는 것을 알지 못했다. 자신의 삶을 한탄하고 원망하기만 했다. 우울과 좌절과 무기력감에 빠져 있었다.

나도 모르겠어요,, 나도 모르지만 어쨌든 이만큼 와서 지켰으니까 앞으로 이만큼 어려운 상황이 올 수도,, 이만큼 어려운 상황이, 오면은 또 어떻게 받아들일까,, 제 마음공부를 많이 하는 것 같아요. '내 인생이 왜이래!' 하면서 좀 부정적으로 우울하게 받아들이다가도, 마음공부 하는 것처럼 나를 돌아보면서 아 그래, 내 인생을 좀 받아들일 수 있게, 좀 성당 가서 기도하면서 좀 많이 돌봐주십시오 하면서 기도하니까,, 힘듭니다 하면서도 내 삶을 좀 받아들일 수 있게 긍정적으로 좀 받아들일 수 있게 많이 도와주십시오, 도와주십시오 하니까,, (참여자 E)

최근까지도 '난 왜 이렇게 살아야 하나' '난 이렇게 살고 싶지 않았어' 하면서, 부정적으로 많이 생각했는데 최근에는 조금씩 여유를 찾으려고 하다보니까 (참여자 E)

(2) 부부관계 회복

사용장애인 배우자를 바라보는 마음의 자세가 바뀌면서 닳을 하는 것이 아니라 진정으로 보살피 주게 되었다. 원망만 했었는데 감사함도 있음을 알게 되었다. 부부가 어려우면서도 함께 극복하고자 하는 관계가 성립되었다.

알아년에 오면은 자꾸 달래라고 하잖아요, 그랬구나, 그랬구나, 아이고 힘들었겠구나, 그러면서 자꾸 그쪽으로 마음을 안아주라는 거지, (참여자 D)

아 쉽지 않아 쉽지 않아 이러면서, 아 뭐라고 해야 되나 요즘은 또 남편이랑 수목원에, 일부러 운동시킨다고 한라수목원에 있잖아요, 집하고 가까우니까 처음에는 주말만 같이 가서 운동을 했거든요, 그래서 남편도 가면서 지팡이를 짚고 갔었어요, 안 할 거라고 생각했는데 본인도 하더라고요, 자기도 좀, 살고 싶다는 욕망이 있는 것 같아요, <중략> 어제도 모임 갔다가 제가 좀 늦게 들어갔어요, 그랬더니 “어 안자네?” 하니까 “그래, 마나님이 안 오셨는데 내가 기다려야지 어떻게 자나,” 그러더라고요, 빈말이라도 그렇게 얘기는 하는데, 지금 그럴 정도로, 좀 많이,, 본인이 못 버니까 항상 미안한 마음이죠, 그런 걸 알긴 아니니까, 그래도 이런 날이 오네요, (참여자 E)

문: 처음에 남편이 알아년 간다는 거 싫어하셨다면요?

답: 내가 뭐 슬퍼데냐? 그러면서

문: 그러면 끝까지 알아년 가는 걸 모르셨어요?

답: 아니지, 알아년 가는 걸 어떻게 알았냐하면, 너 오늘 반찬이 틀려지다? 이렇게 말했어요, 거꾸로 잘해주다 보니까, 어 오늘 반찬이 달라졌네 하니까 “중앙로에 갔다 왔어요,” 하니까 중앙로만 내려가면 반찬이 달라지네, (참여자 G)

(3) 자녀와의 관계 회복

참여자들은 자신과 배우자의 내면의 힘을 믿게 되면서 자녀들 또한 그들 삶을 잘 이끌어 갈 것이라는 믿음이 생겼다. 자녀들 스스로 삶을 이끌어 가도록 지켜보게 되었다. 그러면서 뒤따라오는 것이 자녀들에게서 오는 신뢰와 존경이었다.

그게 베로니카 씨도 계속 나오면 애들한테 어떻게 하는지, 다 그렇게 하거든, 내가 여
기 안 나왔더라면 이 화 때문에 애들한테 더 그렇게(화를 내고 구타하고) 했을 건데 이
모임을 나오면서 내가 나를 조절하면서 애들한테 대하는 태도가 제일 달라졌다고 그렇게
얘기해요. (참여자 C)

그럴 정도로 제가, 상처받은 아이들한테도 빈말, 지나가는 위로해주고, 딸이 그거에 대해
서 공감을 하더라고요, "어우 그러니까, 나 정말 기분 나빠서 아빠한테 나도 이만큼 많이
참았어," "지금껏 살면서.. 못 참겠어," 그 말을 하더라고요, "어이구, 그렇게 많이 힘
들었어?" 하면서 공감을 많이 해주니까 애도 많이 누그러지고 그래서, 나도 내가, 이래서
많이 배운 건지 그런 말을 좀 할 수 있게 되는 생각이 들어서... 이해를 캐치를 못해주지
마는 가끔 그렇게 아이가 기분이 힘들어하는 부분에서 아, 이렇게 해줘야겠다라는 생각
이 들어서 다행이라는 생각도 들고... (참여자 E)

(4) 사회에 되돌려 줌

미망인들의 경우 사용장애 배우자자가 살아 있는 참여자들에게 도움을 주고
자 했고 새로운 사용장애 배우자들을 알아넌으로 인도하기도 했다.

문: 만약에, 지금 그런 남편 때문에 힘들어하는 부인들한테 알아넌 얘기를 했을 때
깨려하는 부인들이 계신단 말이죠, 그런 분들한테 해주고 싶으신 말 혹시 없으세요?

답: 여기 오면은, 아 어떻게 말을 해야 되나, 저도 맨 처음에 그랬었다.. 많이 주저주
저하고 고민 많이 하고 그랬는데 여기 끈을, 여기 온 지 10년이 넘었는데 네 아주 어릴
왔으니까.. 10년 넘게 왔는데요, 그러면서 처음에 그런 마음이었는데요, 여기 한번 와 주
세요, 후회하진 않으실 거예요, 시간만 투자해서 오시면 돼요, 많이 얻어가는 게 있으실
거예요, 그런 식으로 위로해주고 싶어요. (참여자 E)

답: 저는 거진 웬만하면 안 빠지고 시간이 있으면 나오는 이유가 그런 거예요, 예를
들어 지금 나오는 사람이 나이가 다 다를 수 있잖아, 그럼 젊은 사람이 나오면 막 고민
을 해, 그럼 저 때는 어쩔 수 없어요, 나도 저 때는 했어, 다 듣다가 정 뭐하면 우리도
그런 시기가 있었다, 조금 더.. 도움을 주고 싶은, 조금이라도 더 이 사람의 삶이 윤택해
지게 하기 위해서도 나오는 경향도 있지요. (참여자 H)

참여자들은 자신들이 찾은 행복의 길을 나누기를 원했다. 2015년도에 (재)제주여성가족연구원에서 실시한 ‘제주지역 남녀 음주실태와 개선방안’ 연구에 설문지 조사와 의견 반영의 형태로 참여했다. 그리고 2017년도에 제주특별자치도의회 주관으로 ‘제주지역 건전한 음주문화 환경조성을 위한 정책토론회’에 요청받아 ‘제주시 알아넌’의 의견을 제시하기도 했다.

16) 제주지역 결과의 특수성

‘제주시 알아넌’의 결과의 특수성의 범주는 다음과 같다. ‘알아넌이라는 새로운 권당형성-12전통 익명성의 특수성’과 ‘신앙으로 내면이 강해짐’이다.

(1) 알아넌이라는 새로운 권당형성 - 12전통 ‘익명성’의 특수성

제주에서 ‘권당’은 원래는 친족모임 안에서의 깊은 유대관계에 의해 이루어진다. 그러나 제주지역의 특수성에 의해 혈연관계보다 지역 관계로 확장되고 최근에는 의미 관계로 형성되기도 한다. 알아넌이 바로 의미에 의한 ‘권당’이 되었다. 그래서 참여자들이 알아넌 모임에 참여하는 것을 방해했던 요소가 오히려 하나의 새로운 ‘권당’을 형성함으로써 더 끈끈한 모임이 되게 했다. 알아넌에는 지켜야 할 12전통이 있다. 이 중 12전통에서 ‘개인의 이름을 밝히지 않는 것은 우리의 모든 전통의 영적 기본이며, 이는 각 개인보다 항상 알아넌의 원칙을 앞세워야 함을 일깨워주기 위해서이다.’라고 밝히고 있다. 즉 ‘익명성’이다. 그러나 ‘제주시 알아넌’에서는 ‘권당’형성으로 인해 ‘익명성’이 의미가 없어졌다. 익명으로 하지 않을뿐만 아니라 각 가정의 경조사에도 함께 하고 있다.

내가 여기 다니다 보니까 우리 아이들이 왜, 술 먹는 대상도 없는 데 목숨 바치면서 가냐고, 내가 딱 그랬어, ‘여기는 일단 한번 들어가면 내가 이 세상을 떠나기 전에는 여기를 탈퇴를 못 하는 모임이다’ 이러니까 이제는 더 이상 말 안 하더라고, (참여자 G)

이제 다른 지역 알아넌에서는 그냥 "익명성"을 지키기 위해 김 땡, 홍 땡 땡, 똥 땡

땡이라고 하고 그 모임으로 끝이라, 더 이상의 뭐가 없는데 제주도에서는 어쨌든 그래
가서 알아낸 모임입니다, 하지는 않지만 우리는 다 한 모임에 있습니다 하면서 경조사는
다 같이 가주고 이렇게 서로 지지해 주는 그런 게 있다 말이죠, 모임 외에 지지 하는 것
도 있다 이 말이죠, (참여자 A)

D: 있는 그대로 쓰세요, 제주도 지역은 그렇더라, 전혀 본인들이 꺼려하지 않는다...

H: 그 오히려 친척처럼 서로 돌봐줄려고 하고 있다고...

연구: 권당 문화가 서로를 더 어렵게 하는 것이 아니라 도로 연대 관계를 맺었다, 이런..

D: 더 돈독하게...

E: 밥숟가락이 몇 개인지도 다 아니까,

D: 우리끼리도 서로 뭐 일이 있으면 익명을 지키려면 안가야 되잖아, 뭐를 아는 체
하고 가냐? 근데 우리는 다 가잖아, 가서 기뻐해 주고 슬퍼해 주고...

(19년 7월 알아낸 모임)

(2) 신앙으로 내면이 강해짐

‘제주시 알아낸’의 특징적인 면 중의 하나가 동일한 신앙집단이라는 것이다.
그리고 종교재단에서 이 모임에 적극적으로 지지와 도움을 주고 있다. 매년 실행
하는 1박 2일 연수를 교육 프로그램으로 하기도 하지만 신앙적 특색을 살려서
피정(전적인 기도의 시간)을 하기도 한다. 참여자들은 피정을 통하여 심리적으로
만이 아니라 영적으로도 자신을 되돌아보는 시간을 가지면서 내면으로 강해지고
있다. 이것뿐만 아니라 알아낸에서도 신에 대한 그들의 믿음을 공유함으로 실천
적 힘을 얻고 있다.

그런 것들이 제일 크게 크게 작용하는 거 같아요, 우리 나눔 조금 하다 보면 나눔으
로 끝나는 경우가 많고 또 어떨 땐 잡담으로 끝난 경우도 많고 하지만 그런 피정을 통해
서 하나씩 하나씩 또 그 나누었던 것도 정리해 주기도 또 그 안에서 사람들에게도 저 사
람 문제가 더 드러나 보이기도 하고 친해지기도 하고 가서 기도하고 묵상하면서 내 안에
있는 거 끄집어내 갖고 그런 것들이 풀어지기도 하고 피정도 아주 중요한 역할을 하는
것 같아요, 그런 고리가, 그런 것이 없었으면 그냥 맛있게 나오면 사람들이 많이 또 떨

어져 나갔을 거 같아요. (참여자 A)

여러 가지가 1년에 한 번씩은 무조건 피정을 하잖아요, 그런 것들 종교도 있고.. 어디 의지할 곳이 아무데도 없으니까 하느님밖에 매달릴 수밖에 없고, 처음에는 매달리면서 원망도 하고 막 그렇게 진짜 그 주어진 현실에 감사를 잘 못 하잖아요, 나만 왜 그러냐.. 그런데 받아들이죠. (참여자 F)

3. 제주지역 알아년의 특수성과 맥락

이 연구에서 ‘제주시 알아년’ 참여자들의 회복과정에 대해서 분석하고자 했다. 연구자는 ‘제주시 알아년’에 참관자로서 알아년 모임에 함께 참여하고, 또한 서울 컨벤션에도 참여자들과 함께 다녀왔다. 그러는 중에 ‘제주시 알아년’이 다른 지역 알아년과 운영과정이나 형태가 다른 점을 발견하게 되었다. 그래서 연구에서 치유과정뿐만 아니라 제주시 알아년의 특수성과 그 맥락에 대해서도 분석을 했다. 문헌 및 면담의 근거자료에 의해 도출된 개념 및 범주를 통해서 제주지역의 특수한 맥락적 조건과 작용·상호작용에 영향을 미치는 중재적 조건에서 제주지역만의 특수한 결과들이 도출되었다.

1) 종교의 개입

‘제주시 알아년’ 참여자들은 고통 속에서 교회를 찾아갔고 고해성사를 통하여 신부님의 권유가 있었고 수녀님의 상담과 강력한 권유를 통해 알아년에 참여하게 되었다. 더구나 ‘제주시 알아년’은 상담 수녀님에 의해 처음 시작되기도 했다. 알아년이 종교적 모임이 아님에도 불구하고 ‘제주시 알아년’은 동일한 신앙인들의 모임이 되었다. 그러다 보니 참여자들 간에 친교성, 더 나아가 신뢰성이 빠르게 그리고 깊게 형성되었다.

이러한 현상이 결과적으로 내면의 깊은 얘기를 할 수 있게 하고 신앙 안에서 서로가 성장할 수 있게 만들었다. 또한, 동일한 신앙 그룹이다 보니 특수한 기도인 ‘피정’이라는 프로그램을 할 수 있었다. 그 피정을 통하여 참여자들은 깊은 내

면의 치유를 통하여 희망을 찾았고, 삶을 살아내는 힘을 길러 올리게 되었다. 나아가 자신뿐만 아니라 가족이 그러한 고통 속에서도 ‘행복’하고자 하는 의지를 끝까지 지켜나갈 수 있게 하였다. 신앙의 힘이 이혼의 위기에서 가족을 지켜내는 힘이기도 했다.

2) 기관의 개입

알아넌은 사실 자조모임이고 외부의 도움을 거부하는 모임이다. 알아넌 교제인 ‘회복의 길 12전통’에 다음과 같이 명시되어 있다. [제 4 전통 각 그룹은 다른 그룹이나 알아넌 또는 AA 전체에 영향을 끼치는 문제의 경우를 제외하고는 완전히 자율적이어야 한다.] [제 7 전통 모든 알아넌 그룹은 외부의 기부금을 사절하며, 전적으로 자립해 나가야 한다.] 그러나 ‘제주시 알아넌’은 처음 시작부터 종교기관이 개입되었다. 이후 정기적인 프로그램과 지속적인 상담에도 기관이 많이 개입했다. 참여자들은 알아넌 모임만 했다면 치유과정이 더디게 일어났을 것이라고 했다. 그러나 중간 개입이 계속되는 상담과 교육, 1박 2일의 연수 및 피정이 정기적으로 이루어지면서 치유가 빠르게 진행되었다고 했다. 또한 이러한 상담과 프로그램을 통해 참여자 미해결과제와 음주를 조절하지 못하는 배우자에 의한 반복되는 고통에 회피의 억압을 하지 않고 직면할 수 있었다. 참여자들이 과거에 묶여 어두운 삶을 사는 것이 아니라 지금-여기에서 살아내는 힘을 키울 수 있었다.

대구 알아넌 참여자의 면담을 통해서 비교할 수 있었던바, 다른 지역 알아넌은 외부 도움을 거부한다. ‘제주시 알아넌’은 성직자·수도자의 도움으로 처음부터 외부의 도움에 대해서 개방적이었다. 이 점 또한 참여자들이 다른 지역처럼 일시적·비정기적으로 알아넌에 참여하는 것이 아니라 장기적이면서도 정기적으로 알아넌에 참여하게 만드는 계기가 되었다.

3) 권당문화의 영향

알코올사용장애 배우자는 배우자의 심각한 주사와 폭력에 시달릴 뿐만 아니

라 생명의 위협을 느낄 만큼의 공포 속에서 생활하게 된다. 그로 인한 수치심으로 삶이 고립되어 있다(박영순, 2017). 가족에게조차도 이 고통을 말할 수가 없다. 그래서 그들은 더욱 심리적으로 불안할 수밖에 없는 것이다. 이러한 상황에서 ‘알아닌’은 그들을 연대하게 한다. 그들의 수치심도 함께 공유하게 한다. 그들만의 결속력을 갖게 되는 것이다. 이 결속력이 알코올사용장애 배우자들의 정신적·심리적·육체적 치유에 영향을 준다.

제주도는 ‘권당’이라는 특수한 문화가 있다. 제주를 “마을 내에 매남(완전한 남)이 없다.”라는 말이 있을 정도로 동네 사람들이 모두 친인척 관계로 얽혀 있다. 이 때문에 동네 어른 모두를 ‘삼촌’으로 부르는 관행이 정착했다. 심지어 전혀 친인척 관계가 없는 사람일지라도 ‘삼촌’으로 부르는 등 부계혈연의식이 아니라 폭넓은 권당 관계가 맺어짐으로써 문중 중심이기 보다는 마을공동체 중심이다. 권당은 제주지역만의 독특한 문화이다(김혜숙, 1993/1999).

이러한 권당문화로 한 집 건너 한 집이 다 친인척으로 얽여 있어서 제주에서는 각 개인의 속 깊은 얘기를 할 수 없다. 더구나 사용장애로 인한 가족의 고통과 비참함을 집단모임에서 할 수 없다. 그래서 참여자들은 처음에 알아닌에 오는 것이 필요하다는 것을 알면서도 쉽게 참석할 수가 없었다.

그러나 신부님의 추천과 수녀님과의 상담이 이 벽을 넘어서게 했다. 같은 종교의 신앙인이라는 것이 신뢰성을 빠르게 구축했고 결속력을 강화시켰다. 그러면서 알아닌에 참여하는 것을 방해했던 요인이 오히려 알아닌 가족이라는 의미론적으로 새로운 ‘권당’을 형성하게 만들었다. ‘회복의 길 12전통’ 중 12전통이 ‘개인의 이름을 밝히지 않는 것은 우리의 모든 전통의 영적 기본이며, 이는 각 개인보다 항상 알아닌의 원칙을 앞세워야 함을 일깨워주기 위해서이다.’이다. 즉 ‘익명성’을 지키라는 것이다. 그러나 알아닌으로 새로운 ‘권당’이 형성되면서 이 익명성이 ‘제주시 알아닌’에서는 의미가 없어졌다. 친 가족에게도 말할 수 없는 얘기들을 함께 얘기하면서 공감하고 아파할 수 있는 더 끈끈한 정으로 맺어진 새로운 가족이 되었기 때문이다. ‘알아닌 가족이라는 권당’이 되면서 경조사도 함께 하게 되었다. 각 가족과도 인사하게 되고 그 집안에 손가락이 몇 개인지도 알게 되는 진짜 친척보다도 더 가까운 친척이 된 것이다. 이것은 제주지역만의 특수한 맥락이다.

4. ‘제주시 알아넌’ 참여자들의 치유과정 단계 분석

과정의 분석은 범주 간의 관계를 분석하는 과정에서 도출되는 것으로 상황적 맥락이나 여러 조건에서 작용·상호작용이 어떤 단계로 변화되어 가는가를 분석하는 것이다. 즉 시간의 흐름에 따라 현상에 대한 반응, 대처조절에 관계하는 작용·상호작용의 연속들을 의미한다고 하겠다(Strauss & Corbin, 1998/2001). 이 연구에서는 제주지역의 특수성을 감안하고 시간의 흐름에 따라 ‘제주시 알아넌’에 참여하는 알코올사용장애 배우자의 치유과정을 총 5단계로 도출할 수 있었다. ‘한계 상황 도달 단계’, ‘권당 문화와 알아넌의 충돌 단계’, ‘신앙과 알아넌의 원리 적용 단계’, ‘동일한 신앙그룹 및 새로운 권당 형성 단계’, ‘삶의 질의 변화 단계’이다.

‘한계 상황 도달 단계’는 인과적 조건에 의해 도출되었다. 참여자들이 배우자의 음주 상황 악화로 인해 절망적인 상태에서 자신의 힘으로 해결해보고자 시도하지만 실패하고 한계 상황에 도달함에 근거하였다. ‘권당 문화와 알아넌의 충돌 단계’는 맥락적 조건 의해 도출되었다. 제주지역의 특수한 상황이 작용했다고 볼 수 있다. 참여자들이 알코올사용장애가 병임을 인식하고 도움이 필요함을 느끼기는 하나 제주지역의 권당 문화라는 특수성 때문에 알아넌에 오지 못하고 방황함에 근거하였다. ‘신앙과 알아넌의 원리 적용 단계’는 중심현상과 중재적 조건 및 작용·상호작용에 의해 도출하였다. 참여자들이 방황의 상태에서 교회를 찾아 가게 되고 신부님과 면담하거나 상담 수녀님과 상담을 하면서 알아넌에 참석하게 되는 것에 근거하였다. 이 단계에서 참여자들은 알아넌 지지체계를 통하여 힘을 얻고 알아넌의 원리를 삶에 적용하게 된다. ‘동일한 신앙그룹 및 새로운 권당 형성의 단계’는 결과에 있어서 제주 지역의 특수성에 의해 도출하였다. ‘제주시 알아넌’에서는 동일한 신앙으로 인하여 서로에 대한 신뢰가 빠르고 깊게 형성되어 알아넌 모임을 정기적으로 장기간 참석하게 되는 현상이 일어난다. 그렇게 되면서 알아넌 참석에 방해가 되었던 ‘권당’이 역으로 작용하여 알아넌 가족이라는 새로운 ‘권당’을 형성하게 된다는 것에 근거하였다. ‘삶의 질의 변화 단계’는 일반적 결과에 의해 도출하였다. 참여자들이 알아넌 모임을 통하여 배우자에게 효

울적으로 대처하게 되고 배우자와 자녀 및 자신을 수용하게 된다. 가족이 치유되는 상황에 감사하며 다른 사용장애자 가족의 회복을 위해 봉사를 실천하게 된다. 영적인 힘이 더욱 커지며 치유된 사람으로 편안한 마음으로 자신의 삶에 충실하게 된다..

1) 1단계: 한계 상황 도달 단계

이 단계는 ‘제주시 알아년’만의 특수한 단계는 아니다. 일반적으로 이 단계에서는 참여자들이 배우자의 음주 상황 악화 때문에 실패를 경험하면서 무력감을 느끼고 좌절하는 단계이다. 심지어 참여자들은 죽고 싶을 만큼 신체적으로, 심리적으로 고통을 겪는다. 이 상황에서 참여자들은 배우자가 음주로 인하여 실제적인 경제활동을 못 하므로 경제적 책임까지 져야 하는 이중고를 겪게 된다. 그리고 참여자들은 자신의 불안정한 심리적 상태를 자녀들에게 그대로 투사하게 된다. 이렇게 되므로 자녀들 또한 음주자인 아버지에게서 오는 고통과 더불어 어머니한테서 오는 정서적 투사를 받는 이중의 고통을 견디어 내야 한다. 자녀들은 위축되어 자존감이 떨어지며 눈치를 보게 된다. 참여자들은 이러한 자녀들을 보면서 사회에 적응하지 못하지는 않을까, 그리고 사용장애가 대물림되지는 않을까 노심초사하게 된다, 참여자들은 이혼을 생각하지만, 자녀들에 대한 책임감으로 자신의 욕구와 감정을 죽이면서 살아간다. 참여자들은 결국 자신의 힘과 노력으로 이 악순환을 벗어 날 수 없음을 느끼면서 한계 상황에 도달하게 된다.

2) 2단계: 권당 문화와 알아년 층들의 단계

권당 문화와 알아년 층들의 단계는 제주지역만의 특수한 단계라고 볼 수 있다. 근거리 친인척적이고, 서로 연대하여 운명을 함께 해야 했던 제주지역만의 독특한 문화가 ‘권당’이다. 참여자들은 사용장애가 병임을 인식하고 자신의 한계를 느끼고 도움을 받아야 함을 깨달았지만 ‘권당’으로 얽여 있어 치욕스러운 가족사를 어디에서도 열어 놓을 수 없다. 교회를 찾아가 신부님과 면담하고 수녀님과

상담을 통해 알아낸 모임을 권유 받기도 하나 쉽게 결정하지 못하고 방황을 하는 것이다. 2단계의 기간이 상당히 길다. 배우자들은 절주를 했다 음주가 악화되었다가 하면서 병원에 입원·퇴원을 반복한다. 이러한 과정 속에서 참여자들의 심리적 고통은 더욱 심해지는 단계이다.

3) 3단계: 신앙과 알아낸 원리 적용 단계

참여자들은 방황하다가 죽을 만큼 힘겨운 상황에서 신에게 의지하고 신부님과 수녀님의 권유를 받아들여지게 된다. 그리고 ‘권당’의 벽을 넘어 알아낸에 참여하게 된다. 알아낸에 오면서 참여자들은 어디에서도 할 수 없었던 얘기를 아무런 부끄러움 없이 얘기할 수 있게 된다. 더구나 같은 고통을 나누는 집단 안에서 공감 받을 수 있게 된다. 그리고 알아낸의 책자들, ‘회복의 길’과 ‘바꿀 수 있는 용기’와 ‘하루하루에 살자’를 함께 읽으면서 서로 위로를 받고 일상의 삶을 살아 낼 힘을 얻게 된다. 특히 ‘하루하루에 살자’는 개인으로 구입해서 집에서 계속해서 반복으로 읽으면서 많은 치유를 받게 된다. 자신이 먼저 변화되어야 함을 깨달으면서 스스로 성찰하고 자신의 욕구도 살피게 된다. 이때 참여자들은 고통이 아무리 심해도 행복하게 살고 싶다는 강력한 원의를 갖게 된다.

4) 4단계: 동일한 신앙그룹 및 새로운 권당 형성의 단계

‘제주시 알아낸’은 특수하게 신부님과 수녀님에 의해서 알아낸 모임을 시작하다 보니 동일한 신앙그룹을 형성하게 된다. 이렇게 동일한 신앙그룹으로 인하여 서로에 대한 신뢰가 빠르고 깊게 형성되어 영적으로, 심리적으로 친밀한 관계가 이루어진다. 그렇게 되면서 알아낸 참석에 방해가 되었던 ‘권당’이 역으로 작용하여 알아낸 가족이라는 새로운 ‘권당’을 형성하게 된다. 새로운 ‘권당’ 안에서 알아낸의 12 전통 중의 하나인 익명성이 의미가 없어지게 된다. 즉 ‘제주시 알아낸’에서는 각 가정의 경조사에도 함께 참여하고 가족들끼리도 인사를 한다. 가정에 순가락이 몇 개인지도 알만큼 끈끈한 ‘권당’이 되는 것이다. 심지어 사물장애인 배

우자가 사망하여도 계속해서 알아넌에 참여하게 되는 것이다. 이미 가족이 되었기 때문에 서로 믿고 신뢰하면서 자신의 치부를 드러내는 것을 두려워하지 않게 된 것이다. 참여자들은 배우자의 만성적 음주 상태처럼 자신들의 치유과정 역시 반복적임을 부끄러움 없이 공유한다. 참여자들은 치유과정이 평생의 과제로 인식하면서 알아넌은 자신이 죽어야 끝맺는 모임으로 여기게 된다.

5) 5단계: 삶의 질의 변화 단계

‘삶의 질의 변화 단계’에 이르면 참여자들은 알아넌에서 사용장애자의 음주에 대한 대처 방식을 터득하여 적절하게 대처하게 된다. 참여자들이 배우자와 자녀 및 자신을 수용하게 된다. 참여자들은 자신뿐 아니라 가족과의 관계가 회복되어 자녀에게 사용장애가 대물림되지 않게 효율적으로 대처할 수 있게 된다. 이러한 모든 상황에 감사하며 다른 사용장애자 가족의 회복을 위해 봉사를 실천하게 된다. 지역사회에서 이루어지는 알코올사용장애 예방을 위한 연구에도 참여하게 되고 지역 세미나에도 간접적으로 참여하게 된다. 미망인들은 자신의 경험을 나눔으로써 현재 어려움을 겪고 있는 배우자들에게 도움을 주려고도 한다. 그리고 ‘제주시 알아넌’에서는 피정이라는 종교 프로그램을 통하여 참여자들의 내적 힘이 강화되도록 지속적으로 지원을 받게 된다. 영적인 프로그램과 상담 수녀와의 상담도 계속 이루어지면서 단기간 치유가 아닌 장기간 치유과정이 이루어지게 된다. 이렇게 심리적으로 치유를 받게 되고 영적으로도 깊어져 참여자들의 삶의 질은 더욱 높아지게 된다.

5. 핵심범주와 이야기 윤곽의 전개

1) 핵심범주: “고통의 승화”

이 연구의 목적은 ‘제주시 알아넌’ 참여자들의 치유 구조와 과정에 대한 실제 이론을 구성하는 것이다. 이를 위해 ‘알아넌 참여자들의 치유 과정은 어떠한가?’,

‘제주시 알아년의 특수성과 맥락은 무엇인가?’, ‘제주시 알아는 참여자들의 치유 과정은 어떻게 유형화할 수 있는가?’라는 연구 문제에 따른 원 자료를 토대로 지속적으로 비교하고 분석하였다. 분석한 결과 132개의 개념, 41개의 하위범주, 16개의 범주가 도출되었다. 또한 시간의 흐름에 따른 치유 단계는 5단계로 도출되었다. 이를 통하여 이 연구에서는 ‘제주시 알아년’ 참여자들의 치유 과정의 핵심범주를 ‘고통의 승화’로 상정하였다.

이 연구의 핵심범주인 ‘고통의 승화’의 속성과 차원은 다음과 같다. 강도에 따라 ‘강’, ‘약’으로 나타났고, ‘표출방법’에 따라 ‘대외적’, ‘대내적’으로 나타났다.

<표 3> 핵심범주의 속성과 차원

범주	속성	차원
“고통의 승화”	강도	강 - 약
	표출방법	대외적 - 대내적

2) 이야기 윤곽의 전개

이야기 윤곽의 전개는 연구의 본질을 밝히는 것이다. 이 과정은 연구의 본질을 서술에서 개념화로 가기 위해 연구의 핵심범주를 다른 개념이나 범주에 체계적으로 연관시켜 관련성을 확인해 가는 과정이다. 즉, 이야기 윤곽은 범주를 서술적인 문장으로 기술해 나가는 과정이다(Strauss & Corbin, 1998/2001).

참여자들은 배우자의 음주 상황의 악화로 인해 심각한 폭력과 주사에 시달렸다. 만성적인 음주로 인해 심리적 불안뿐만 아니라 경제생활을 할 수 없어 가정의 경제를 책임져야 하는 이중고를 겪어야 했다. 말로 표현할 수 없을 만큼의 수치스러운 주사로 인해 친족의 모임에 가지 못했고 이웃과의 관계도 친숙하게 할 수 없어 외로움을 겪어야 했다. 자신의 감정은 억압해서 우울증으로 병원치료 받기도 했다. 중독이 자녀에게 대물림될까 두려움에 자녀들을 통제하고 억압했다.

참여자들은 배우자의 알코올사용장애 증상이 보였음에도 불구하고 음주문화에 관대한 제주의 생활환경 속에서 음주에 대해 심각하게 생각하지 않았다. 그

서 ‘이 정도는 괜찮을거야.’라는 생각을 하면서 배우자의 증상을 과소평가 했다. 배우자의 음주 악화로 인하여 참여자들은 자기 자신을 잃었을 뿐만 가족 전체의 삶이 위기에 빠졌다. 처음엔 자신이 해결할 수 있을 것이라 생각하고 배우자의 음주만 타하면서 통제와 억압을 행사했다. 그러나 자신의 힘으로 해결할 수 없음을 알고 무력감에 빠지기도 했다. 한계 상황에서 교회에 가서 사제와 면담을 하고 상담 수녀와 상담을 하면서 사용장애는 병임을 알게 되고 도움이 필요하다는 사실을 깨달았다. 하지만 제주의 독특한 공동체 문화인 ‘권당’으로 인하여 자신들의 수치스러운 가족사가 알려질까 두려워 알아년에 참석할 수 없었다. 참여자들의 심리는 더욱 악화되었고 이혼을 생각했고 우울증과 자살 충동에 시달려야 했다. 이 고통이 언제까지일지 알 수가 없어 더욱 암담한 마음이었다. 이런 상태에서도 참여자들은 행복해지고 싶다는 생각의 끈을 놓을 수 없었다.

계속되는 면담과 상담을 통하여 참여자들은 자신을 성찰하게 되었고 배우자만 탓할 것이 아니라 자신에게도 문제가 있음을 받아들였다. 자신의 감정을 가족들에게 특히 자녀들에게 투사함으로 가족이 더욱 위기에 몰리고 있었다는 사실을 받아들였다. 참여자들은 자신이 먼저 변화되어야 함을 깨달았다. 자신의 한계를 신앙으로 이기려고 했다. ‘권당’의 장벽을 넘어서면서 알아년에 참여하게 되었다. 알아년에서 참여자들은 동일한 고통을 안고 있는 사람들의 대화 자체로 위안을 받을 수 있음을 체험했다. 그리고 알아년의 책자인 ‘회복의 길’, ‘하루하루에 살자’, ‘바꿀 수 있는 용기’ 등을 읽으면서 삶에서 그 내용들을 적용해 나가기 시작했다. 기관의 개입으로 정기적인 프로그램과 피정, 그리고 성직자·수도자의 지속적인 상담으로 고통을 직면하고 적극적인 삶을 살아갈 힘을 얻었다. 고통은 고통으로 끝나는 것이 아닐 수도 있다는 것을 느꼈고 행복할 수도 있겠다는 희망을 안기 시작했다.

참여자들은 자신의 변화에 집중하면서 배우자와 자녀들에게 어떤 행동을 했는지 인식하면서 자신이 변화되어 갔다. 배우자와 자녀를 자신에게서 분리시켜야 함을 알았고 가족들을 있는 그대로 받아들이고 이해하고 신뢰해야 함을 깨닫기 시작했다. 자녀들에 대해서도 유연한 자세를 취하게 되었다. 무엇보다 가장 큰 변화는 자신을 돌보기 시작했다는 것이다. 참여자들은 자신의 욕구와 감정은 무시한 채 배우자와 자녀의 상황에만 몰두하고 있었다는 것을 알았다. 자신을 보호

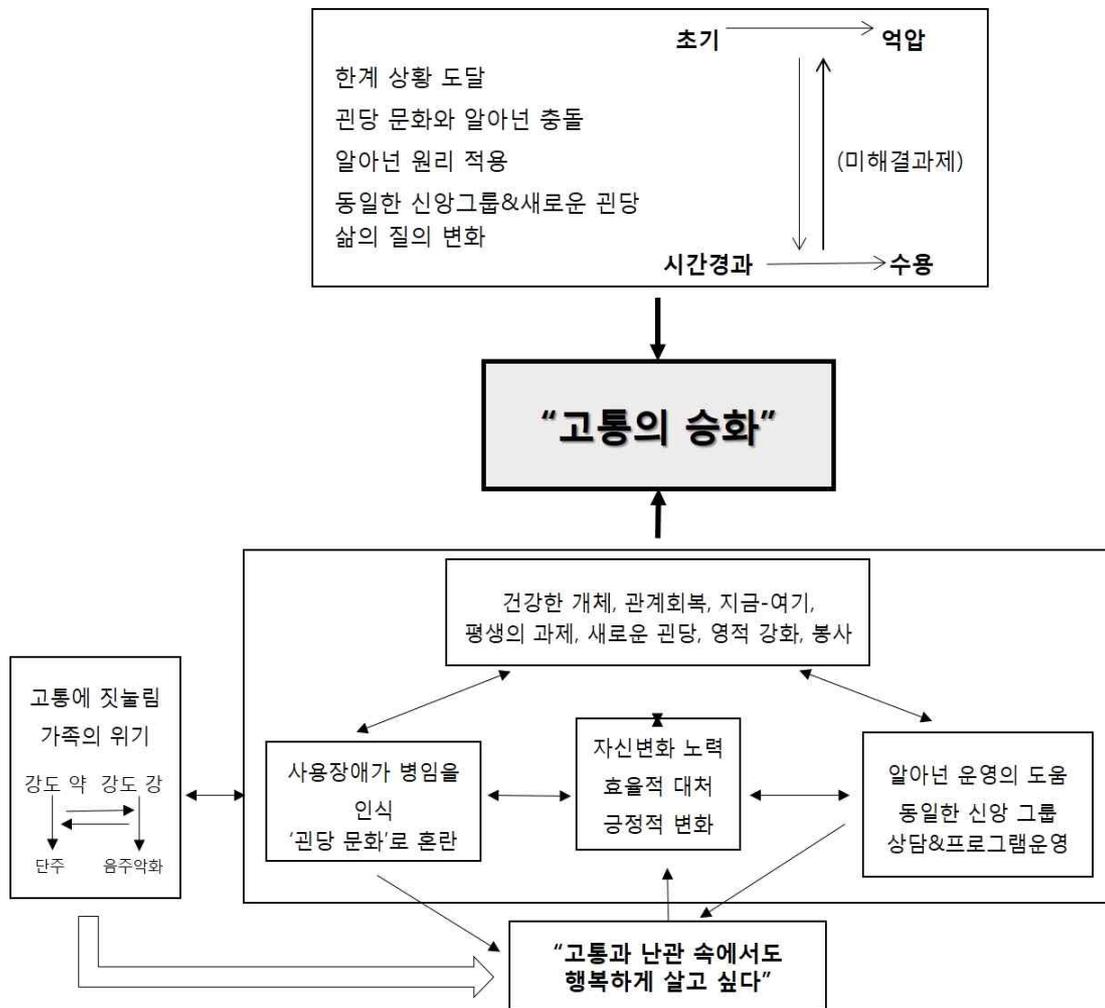
해야 함을 알았다. 참여자들의 자존감이 올라갔다. 배우자들이 음주 상태에서 문제를 일으켰을 때도 자신이 모두 해결하지 않아야 함도 알게 되었다. 배우자가 음주로 폭력이나 폭행을 행사할 때도 피해야 한다는 것을 알았다. 그렇게 되면서 내면의 안정을 찾았고 삶이 변화되어 갔다. 이러한 변화 속에서 참여자들은 신의 뜻 안에서 고통의 의미를 찾으려 했다.

참여자들이 내면의 안정을 찾고 효율적인 대처를 하면서 관계 변화가 일어났다. 자신과의 관계, 부부관계, 자녀들과의 관계, 이웃과의 관계, 나아가 신과의 관계도 변화되었다. 신뢰 안에서 이루어지는 삶의 형태를 경험하게 되었다. 자녀들의 심리도 안정되어 갔다. 최근에는 어머니를 존경한다는 말도 했다. 대부분의 자녀들은 원만하게 사회생활을 하게 되었다. 참여자들은 알아년을 통해서 자신과 가족이 치유되고 삶이 긍정적으로 변화된 것에 감사하고 있다. 이 감사함을 참여자들은 다른 알코올사용장애 가족들과 사회에 환원시키고 싶어 하고 실제로 그런 활동들을 하고 있다.

그럼에도 불구하고 참여자들은 불쑥 불쑥 올라오는 두려움과 우울을 경험하고 당황스러워 했다. 알아년에서, 그리고 상담과 교육을 통해서 자신들의 상처가 완전히 해결되는 것이 아니라 미해결로 남아 있다는 것을 알게 되었다. 여전히 그 상처들이 자신들을 힘들게 하고 지나간 과거와 오지 않은 미래에 두려움을 갖게 한다는 것을 알게 되었다. 또한 배우자들의 음주가 계속되고 있으므로 이러한 상처들은 다시 자신의 삶에 어두운 영향을 미친다는 것을 받아들였다. 미망인들인 경우에는 고통의 대상자가 사라지자 사느라 힘겨워 보지 못했던 자신들의 상처가 다시 떠올라 힘겨워진다는 것을 알았다. 참여자들은 이러한 과정은 평생에 걸쳐 치료되어야 한다는 것을 전적으로 받아들였다. 알아년에 비정기적·단기간으로 오는 것이 아니라 정기적·장기간, 자신이 죽을 때까지 와야 하는 것으로 받아들였다. 현재 ‘제주시 알아년’ 참여자들에는 초기 멤버들도 있다. 동일한 신앙그룹이라는 것과 알아년이라는 새로운 ‘권당’으로 인해 끈끈하게 맺어져 있기 때문이다. 참여자들은 더 이상 자신들에게 오는 ‘고통’에 함몰되어 살지 않는다.

종합하면, 참여자들은 배우자들의 음주 악화로 인해 한계 상황에 도달하였다. 하지만 중독이 병임을 인식하고 알아년에 참석하여 자신의 무력함을 인정하였다. 참여자들은 신앙과 ‘권당’의 공감 안에서 조금씩 치유되었고 자신과의 관계를 포

함한 모든 관계를 회복하고 있다. 참여자들은 자신이 치유 받은 경험을 다른 사용장애 가족들과 나누면서, 또한 사회적인 사용장애 예방을 위한 활동을 하면서 생활하고 있다. 참여자들은 서로의 고통에 공감하면서 ‘고통’에 함몰되는 삶이 아니라 ‘고통’에 의한 자기 성장, 가족의 친화력, 사회 기여, 굳건한 신앙으로 ‘승화’시키는 삶을 살고 있다. 핵심범주에 의한 ‘제주시 알아년’ 참여자들의 치유 과정을 통합모형으로 아래 [그림 6]에 제시했다.



[그림 6] ‘제주시 알아년’ 참여자들의 치유과정 통합모형

V. 논의 및 결론

1. 논의: 지속해서 ‘제주시 알아넌’에 참여하는 참여자들이 심리 현상 분석과 의미

이 연구를 통하여 연구자는 알아넌에 참여하는 참여자들의 치유과정에서 보이는 구조와 과정을 탐색하고자 한다. 덧붙여 연구자는 제주지역 알아넌, 특히 ‘제주시 알아넌’의 특수한 맥락을 탐색해보고자 한다. 이에 ‘제주시 알아넌’ 참여자들이 지속적으로 알아넌에 참여하는 심리 현상을 분석하고 그 의미를 논하고자 한다.

알코올사용장애 배우자들이 알아넌에 지속적으로 나오는 심리안에는 기본적으로 억압과 회피, 투사가 있다. 이렇게 억압, 회피 된 감정들은 내면에 침잠되어 있다가 어느 순간 자녀들에게 혹은 다른 상황에서 폭발적인 투사로써 나타나게 된다. 자신의 내면 감정이나 욕구를 알지 못한 채 혼란스러운 상황에서 삶을 살아가게 된다. 일시적이 아니라 장기적으로, 특히 사용장애가 배우자가 사망을 함에도 불구하고 알아넌 모임에 지속적으로 나오는 이유가 억압되고 회피해버린 감정의 찌꺼기들 때문이 아닌가 여겨진다. 이러한 심리상황을 게슈탈트 이론으로 분석해 보고자 한다.

게슈탈트란 ‘개체에 의해 지각된 자신의 행동 동기, 즉 크고 작은 행동들을 유발하는 동기’이다(김정규, 1996). 어느 한순간에 가장 중요한 욕구나 감정이 관심의 초점이 되는 부분을 전경이라 하고, 그것이 관심 밖으로 되는 부분은 배경이라고 한다. 전경으로 떠올랐던 게슈탈트가 해소되면 배경으로 사라지고, 그다음 관심 가는 것이 전경으로 떠오르게 된다(이윤진·장현아, 2015).

전경과 배경은 자신의 욕구에 따라 쉽게 교환될 수 있어야 하는데(이영이, 2013) 건강하지 못한 개체는 전경을 배경으로부터 명확히 구분하지 못하고 완결되지 못한 게슈탈트로 남겨두게 된다. 이렇게 해결되지 못한 게슈탈트들을 ‘미해결 게슈탈트’ 혹은 ‘미해결과제’라고 한다. 미해결과제가 많을수록 개체는 자신의 욕구를 효과적으로 해결하지 못하게 되고 심리적·신체적 장애를 갖게 된다(이

윤진·장현아, 2015).

계슈탈트 치료에서는 이렇게 미해결과제를 많이 갖고 있는 개체들은 자기 자신을 잘 접촉하지 못하고 있다고 본다. 이러한 사람들은 자기 존재와 단절되어 있고, 습관적이고 방어적인 행동 패턴에 묶여 있어 삶의 생동감과 활력을 잃어버리게 된다. 이들은 몸과 마음이 모두 질병에 취약한 상태에 놓이게 된다(김정규, 2012).

알코올사용장애 배우자들은 이처럼 전경-배경이 자유롭게 교환되지 못하고 미해결과제로 남겨두게 된다. 그러한 미해결과제의 무게로 우울증이나 신경증과 같은 심리적 장애를 갖게 되고 통증을 유발하는 신체적 장애를 갖게 되는 것이다. 그럼에도 불구하고 참여자들은 삶의 고통으로 인해 자신의 내면과 단절되어 있어 자신을 돌보지 못하고 삶의 악순환에 얽혀 있게 되는 것이다.

계슈탈트 치료는 궁극적으로 알아차림과 자신과의 접촉을 회복함으로써 건강한 상태로 돌아갈 수 있게 하는 것이다. 펄스는 “알아차림 그 자체가 바로 치료적일 수 있다”라고 하였다(Perls et al, 1951). 알아차림이란 지금 여기에서 환경과의 작용·상호작용을 통해 일어나는 현상들을 현재 순간에 지각하는 것으로 항상 현재적이며 직접적인 체험이며, 무엇을 볼 것인지를 미리 정하지 않고 개방시켜 놓는 것이다(이윤진·장현아, 2015). 즉, 개체가 자신의 욕구나 감정, 신체상태, 타인을 포함한 외부환경을 있는 그대로 알아차리게 하는 것이다(김정규, 2012).

알코올사용장애 배우자들은 알아낸 모임에 참여함으로써 각자의 감정과 상황에 대해서 알아낸 책자 및 나누기를 통하여 공감 받으면서 자신의 고통의 실체를 알아차리게 된다. 그렇게 됨으로써 내면 깊은 상처를 치유하게 되고 삶을 살아낼 힘과 희망을 찾게 된다. 참여자들은 이러한 공감과 치유를 어디에서도 받을 수 없으므로 알아낸에 참여하게 되고, 사용장애인 배우자가 금주를 하지 못하는 상황에서 고통은 반복되게 되므로 배경이 전경으로 다시 나타나게 된다. 이러한 상황은 반복되므로 알아낸 모임에 지속적으로 나올 수밖에 없는 것이다.

사용장애인 배우자가 사망한 이후에도 그 미망인이 계속해서 알아낸에 오는 이유도 마찬가지이다. 사용장애가 배우자들이 살아 있는 동안에는 그 고통과 싸우느라 자신의 감정과 욕구는 내면 깊은 곳으로 숨겨진다. 고통의 원인이던 배우

자가 사망하면서 감추어져 있던 상처받은 참여자의 감정과 욕구가 전경으로 나타났다는 것이다. 수치스럽고 억울함, 고통에 제대로 직면하지 못한 자신의 행동에 대한 후회들 또한 어디에서도 풀어놓을 수 없다. 지금껏 공감하고 서로 지지했던 알아년에서만 그것들을 풀어놓을 수 있으므로 미망인들은 계속해서 알아년에 참여하게 되는 것이다. 특히 제주지역의 특수성인 동일한 신앙 그룹이라는 것과 오랫동안 참여함으로써 형성된 알아년이라는 새로운 권당에 의한 가족적인 끈끈한 정이 여전히 알아년에 참여할 수 있게 하고 모임 안에서 위로를 받을 수 있게 하는 것이다.

미망인을 포함한 알코올사용장애 배우자들에게 심리적 도움으로 필요한 것은 자신의 감정과 욕구를 알아차리고 과거의 상처에 얽매이지 않고, 또 과거의 상처로 인해 미래를 두려워하지 않게 ‘지금-여기’를 직시하며 살게 하는 것이다. 이러한 치유과정을 제시하는 것이 계슈탈트 치료 이론이다.

계슈탈트 치료에서는 알아차림 회복을 도와주기 위해서 세 가지의 방법을 제안한다. 첫째, ‘지금 이 순간’ 자신의 내면에서 혹은 외부에서 어떤 일이 벌어지고 있는지를 깨닫도록 해 주어야 한다(김정규, 1995; Yontef, 1993). 둘째, 현재에 투사되어 미래를 부정적으로 예상하게 만드는 과거의 상처 즉, 미해결과제를 알아차리도록 해서(김정규, 1995; Perls et al, 1951, Clarkson, 1989) 현재에 충실할 수 있게 만든다(김정규, 2015). 셋째, 접촉경계혼란은 개체와 환경 간의 경계가 너무 단단하거나 불분명해질 때 혹은 경계가 상실될 때 생긴다. 이렇게 되면 미해결과제가 쌓이게 되어 환경에 적응하는데 실패하게 된다(Perls et al, 1951; Levitsky & Perls, 1970). ‘접촉경계혼란’ 행동을 알아차릴 수 있게 되면, 그 행동을 멈추고 온전한 현실을 알아차릴 수 있게 된다(김정규, 2012).

‘제주시 알아년’에서 이루어지고 있는 지속적인 상담이나 정기적인 프로그램의 개입이 이러한 치료가 가능하도록 이끌어주고 있다고 본다. 물론 이 과정에서 알아년의 12 전통 중 4 전통, 7 전통이 지켜지지 않는다. 4 전통은 ‘각 그룹은 다른 그룹이나 알아년 또는 AA전체에 영향을 끼치는 문제의 경우를 제외하고는 완전히 자율적이어야 한다.’이다. 7 전통은 ‘모든 알아년 그룹은 외부의 기부금을 사절하며, 전적으로 자립해 나가야 한다.’이다. ‘제주시 알아년’은 초기부터 종교기관인 제주교구 상담팀의 도움으로 시작되었다. 지금은 건강가정지원센터 상담

팀의 자조모임으로 소속되어 있다. 그래서 지속적인 상담과 프로그램이 가능한 것이다. 또 하나는 12전통이 지켜지지 않고 있다. 12전통은 ‘개인의 이름을 밝히지 않는 것은 우리의 모든 전통의 영적 기본이며, 이는 각 개인보다 항상 알아년의 원칙을 앞세워야 함을 일깨워주기 위해서이다.’이다. 하지만 제주지역에서는 동일한 사람이 지속적으로 알아년에 참여함으로 수눌음(서로 연대하여 의지하며 생활함) 기능을 지닌 ‘권당’이 형성된다. ‘권당’이 형성되면서 12전통인 익명성이 ‘제주시 알아년’ 안에서해는 의미가 없어진다. 그만큼 ‘제주시 알아년’ 참여자들은 깊은 내면의 어둠까지도 공유하게 된다. 참여자들은 배우자로부터 받은 상처는 평생을 통해 치유해 가게 되는 것이다. 타 지역 알아년에 참여하는 알코올사용장애 배우자들은 단기적으로 참여하는 반면에 ‘제주시 알아년’에 참여하는 알코올사용장애 배우자들은 이렇게 지속적으로 참여함으로서 자신의 참 행복을 찾아나 가게 되는 것이다. 따라서 ‘제주시 알아년’ 운영구조와 타 지역 알아년 운영구조를 비교분석 해 보는 것은 앞으로 알아년 참여자들의 심리적 치유에 더 효과적인 알아년 운영체제를 설정하는 것에 도움을 줄 수 있지 않을까 여긴다.

2. 결론

1) 결론

연구의 목적은 다음과 같다. 첫 번째, ‘제주시 알아년’에 참여하는 알코올사용장애 배우자의 전반적인 심리적 현상과 치유과정을 알아보고자 한다. 그리고 권당 문화와 관련된 제주지역의 특수성이 ‘제주시 알아년’에 어떠한 영향을 미치는가에 대한 심층적인 탐색하고자 한다. 근거이론에 기반을 둔 연구를 통해 실체이론을 개발하고자 한다. 이러한 연구가 제주지역에 있는 알코올사용장애 배우자의 치유과정에 효과적으로 적용되기를 바란다.

연구의 참여 대상자 중 7명은 제주지역 거주자이다. 다른 지역과의 비교를 위하여 대구에서 제주로 와서 잠시 거주하면서 ‘제주시 알아년’에 참여하는 자 1명도 포함했다. 여자 8명이며, 나이는 40대 후반에서 60대 후반으로 40대가 1명, 50

대가 2명, 60대가 5명으로 구성되었다. 알아낸 참여 기간은 4년 이상부터 15년 사이로 평균 9년이다. 학력은 고졸 4명, 초급대학 졸 2명, 대졸 1명, 대학원수로 1명이다. 종교는 천주교 7명, 개신교 1명이다. 배우자의 음주 상태는 현재 병으로 인하여 단주 상태 1명, 조절 음주 2명, 습관성 음주 1명, 습관성 음주로 사망 2명, 조절 음주를 하였으나 질병으로 사망 1명, 단주하였으나 질병으로 인한 사망이 1명이다. 자녀는 평균 2명이다. 자녀들은 대부분 음주를 하지 않고 있으며, 음주로 인해 걱정되는 자녀가 2명이다. 참여자들 대부분 시댁이나 친정에 알코올사용장애에 관한 가족력이 있다.

연구의 자료수집 기간은 2015년 10월부터 2019년 7월까지였다. 이 기간 내에 1차면담과 2차면담을 실시하였고, 이메일과 전화를 통하여 추가 면담을 진행하였다. 면담 시간은 100분에서 120분 정도가 소요되었다. 휴대용 녹음기로 참여자들의 면담내용을 녹음하였으며 녹음된 자료를 필사하였다. 또한, 그 기간 내에 이루어진 알아낸 과정 기록지와 연수 및 프로그램의 기록물을 자료로 채택하였다.

참여자들과의 심층 면담과 과정 기록지와 프로그램 기록물을 통해 수집된 자료를 Strauss 와 Corbin(1998/2001)의 근거이론 연구방법을 적용하여 분석한 결과 132개의 개념, 41개의 하위범주, 16개의 범주가 도출되었다.

첫째, 패러다임 모형에 의하여 도출한 범주의 구성은 다음과 같다. 중심현상은 ‘고통과 난관 속에서도 삶을 행복하게 살아내고 싶다.’라고 나타났다. 중심현상의 원인이 되거나 전개를 촉발하는 인과적 조건은 ‘배우자의 음주 악화’, ‘고통에 짓눌림’, ‘가족의 위기’, ‘간섭과 통제’로 나타났다. 맥락적 조건은 ‘사용장애에 대한 인식’과 제주지역의 맥락적 특성으로 ‘교회를 찾아가서 상담을 함’, ‘권당 문화로 인해 알아낸 참여가 어려움’으로 나타났다. 중심현상에 변화를 주거나 작용·작용·상호작용 전략을 조장하거나 저해하는 중재적 조건은 ‘내적 자원 활용’, ‘알아낸 운영의 도움’, ‘제주지역 중재적 특성’으로 ‘동일한 신앙그룹’, ‘정기적인 교육 및 프로그램’, ‘지속적 상담’으로 나타났다. 현상에 대처하거나 이를 조절하기 위해 취해지는 구체적 행위를 의미하는 작용·작용·상호작용 전략은 ‘자신의 변화에 집중’, ‘효율적인 대처’, ‘긍정적인 변화 나타남’으로 나타났다. 이러한 작용·작용·상호작용 전략의 결과로 ‘건강한 개체로 살아가기’, ‘관계 회복’, ‘제주지역 결과의 특수성’으로 ‘알아낸이라는 새로운 권당 형성-익명성의 특수한 적용’, ‘신앙

으로 내면이 강해짐'으로 나타났다.

둘째, 제주지역의 특수성을 고려한 제주시 알아년에 참여하는 알코올사용장애 배우자의 치유과정은 총 5단계로 나타났다. '한계 상황 도달 단계', '권당 문화와 알아년의 충돌 단계', '신앙과 알아년의 원리 적용 단계', '동일한 신앙그룹 및 새로운 권당 형성 단계', '삶의 질의 변화 단계'이다. '한계 상황 도달 단계'는 참여자들이 배우자의 음주 상황 악화로 인해 절망적인 상태에서 자신의 힘으로 문제를 해결해보고자 시도하지만 실패하고 한계 상황에 도달하는 단계이다. '권당 문화와 알아년의 충돌 단계'는 참여자들이 알코올사용장애가 병임을 인식하고 도움이 필요함을 느끼기는 하나 제주지역의 권당 문화라는 특수성 때문에 알아년에 오지 못하고 방황하는 단계이다. '신앙과 알아년의 원리 적용 단계'는 방황의 상태에서 신부님과 의 면담을 통해서 그리고 상담 수녀님과 의 상담을 통해서 알아년에 참석하게 되는 단계이다. 이 단계에서 알아년 지지체계를 통하여 힘을 얻고 알아년의 원리를 삶에 적용하게 된다. '동일한 신앙그룹 및 새로운 권당 형성의 단계'에서는 동일한 신앙으로 인하여 서로에 대한 신뢰가 빠르고 깊게 형성되어 알아년 모임을 장기간 참석하게 되는 현상이 일어난다. 그렇게 되면서 알아년 참석에 방해가 되었던 '권당'이 역으로 작용하여 알아년 가족이라는 새로운 '권당'을 형성된다. 새로운 '권당' 안에서 알아년의 12 전통 중의 하나인 익명성이 의미가 없어지게 된다. 즉 알아년 참여자들의 각 가정의 경조사에도 함께 참여하게 되고, 사용장애자인 배우자가 사망하여도 계속적으로 알아년에 참여하게 되는 것이다. '삶의 질의 변화 단계'는 참여자들이 알아년에서 사용장애자와의 삶에 대한 대처방식을 터득하여 적절하게 대처하며 배우자와 자녀 및 자신을 수용하는 단계이다. 참여자들이 알아년을 통해 자신뿐 아니라 가족이 회복되어 자녀에게 사용장애가 대물림되지 않게 되는 것이다. 이러한 모든 상황에 감사하며 다른 사용장애자 가족의 회복을 위해 봉사를 실천하게 된다. 더 나아가 피정이라는 종교적 프로그램을 통하여 내적으로 강해지는 단계이다.

셋째: 도출된 범주들과 참여자들의 경험세계를 아우르는 중심 주제인 핵심범주는 '고통의 승화'로 상정하였다. 참여자들은 배우자의 음주악화로 폭력의 공포속에서 고통에 짓눌려 살았다. 배우자가 만성적이고 지속적인 음주로 경제생활을 하지 못해 가정의 경제도 책임져야 하는 이중고를 겪었다. 자신이 배우자의 음주

문제를 해결 할 수 없음을 알고 무기력과 우울에 빠지기도 했다. 사용장애가 병임을 알고 알아넌에 참여하게 되었다. 알아넌에 참여하면서 자신의 변화를 추구했고 가족으로부터 분리되어 자신을 포함한 가족을 신뢰하려고 노력했다. 알아넌의 책자의 도움을 받았고 참여자들 간의 공통된 고통에 대한 공감으로 치유를 받았다. 자신이 치유를 받으면서 내적 안정을 찾았고 자신을 포함한 가족, 주위 사람들과의 관계가 회복 되었다. 참여자들은 긍정적 에너지를 가족 안에서 실천하고자 했고 다른 사용장애 가족들에게도 전해주고자 봉사적 삶을 살고 있다. 미해결과제가 자신에게 다시 부각되더라도 직면하면서 살아가 수 있을 것이라고 자신을 믿고 있다. 자신의 삶을 신께 위탁하면서, 알아넌이라는 ‘권당’과 연대하면서 고통이 반복되더라도 고통의 의미를 찾고자 했다. 참여자들은 고통에 함몰된 삶이 아니라 고통을 승화시켜 행복한 삶을 살아가려고 하고 있다.

이 연구를 결론적으로 요약하면 다음과 같다. 참여자들은 배우자의 음주 상황 악화로 인해 한계 상황에 도달하게 된다. 또한, 참여자들은 사용장애가 병임을 인식하게 된다. 사용장애의 대처에 있어 각 개인으로는 무력함을 인정하고 ‘권당 문화’에서 오는 평가적 시선에서 벗어나 알아넌에 참여하게 된다. 알아넌의 원리를 삶에 적용하며 적절하게 대처하여 우선 건강한 개체로 자신을 성장시키는 것에 주력하게 된다. 나아가 가족의 회복을 이루어 나가게 된다. 그리고 자신의 한계를 신께 맡기며 내적으로 강화된 모습을 보이게 된다. 점차 회복되어 가는 자신의 체험을 다른 사용장애자 가족의 회복과 알코올 문화의 개선을 위하여 사회에 기여하며 ‘고통을 승화’시키는 삶으로 나아가게 된다. 특히 제주지역 알아넌은 새로운 ‘권당’ 형성으로 각 가족의 연대와 지지 안에서 치유의 과정은 죽을 때까지의 과제로 받아들이며 지속적으로 모임에 나오게 된다. 또한 동일한 신앙으로 영적 체험도 함께 나누면서 ‘고통의 승화’를 통하여 행복한 삶을 이루어 나가고자 한다.

2) 제언

연구는 알아넌에 참여하는 알코올사용장애 배우자의 치유과정에 대한 심층적

인 이해를 기반으로 결과를 도출하였다. 연구 결과와 논의를 바탕으로 후속 연구를 위하여 다음과 같이 제안한다.

첫째, 알아넌에 참여하고 있는 알코올사용장애 배우자를 연구 대상으로 하였다. 하지만 알아넌은 알코올사용장애 배우자뿐 아니라 가족이나 친척, 친구들의 모임이다. 실제 모임에서도 이들의 참여가 이루어지고 있다. 그러나 국내에는 사용장애자의 배우자와 자녀 이외 친척에 관한 연구가 아직 이루어지지 않고 있다. 이들도 알코올사용장애자에 의해 삶에 많은 영향을 받고 있으므로 이들을 대상으로 한 연구가 이루어져야 할 것으로 본다. 이러한 연구로 알코올사용장애에 의해 피해를 받고 있는 더 많은 대상에 대해 효과적인 치료가 이루어져야 할 것이다. 이에 사용장애자의 배우자와 자녀 이외 친척 및 친구에 관한 심층적인 연구를 제안한다.

둘째, 알아넌에 참여하고 있는 알코올사용장애 배우자들은 대부분 심리적으로 장애를 입고 생활하고 있다. 연구자가 연구하기 위해 선행연구 논문을 찾아보니 대부분 사회복지학과나 간호학과에서 연구한 논문들이었다. 이 연구에서도 알코올사용장애 배우자들의 심리적인 분석을 하려고 시도는 했으나 많이 미흡하다. 앞으로 심리학과나 심리치료학과에서 알아넌 및 알코올사용장애 배우자들에 대한 심리적인 심층 분석 연구가 이루어지기를 제안한다.

셋째, 알코올사용장애 배우자의 회복에 있어서 알아넌 장기 참여가 유의미한 영향을 끼침이 여러 논문에서 밝혀졌다. 박영숙(2018)의 ‘알아넌에 참여하는 알코올사용장애 배우자의 회복 경험 연구’에 의하면 모임 참여자의 대부분은 중도에 모임을 그만두는 것으로 밝혀졌다. 그러나 ‘제주시 알아넌’의 연구에서는 대부분의 참여자들, 특히 미망인까지도 지속적으로 참여하는 것으로 나타났다. 이 연구에서는 제주지역 참여자 7과 대구지역 참여자 1명으로만 비교했으나 좀 더 구체적이고 심도 있는 비교 분석을 위하여 다른 지역 참여자들도 참여하는 연구가 필요함을 제안한다.

참고논문 및 도서

- 강은실 (1995). 근거이론 접근 방법을 적용한 알코올사용장애자 부인의 경험. 박사학위논문. 부산대학교.
- 강연우 (2012). 알코올의존자 가족의 공동의존 12단계 촉진치료에 대한 효과성 연구. 인하대학교 정책대학원.
- 고병인 (2003). **사용장애자 가정의 가족치료**. 서울: 학지사.
- 권석만 (2017). **현대 심리치료와 상담 이론**(pp341-373). 서울: 학지사.
- 김기태, 안영실, 최송식, 이은희 (2005). **알코올사용장애의 이해**. 서울: 양서원.
- 김수병, 양덕순 (2017). 지방정부의 사회적 자본 형성 결정요인에 관한 연구: 제주특별자치도 공무원을 중심으로. 국정관리연구 제12권 제1호.
- 김정규 (2012). 나를 알아가는 과정, 계슈탈트 심리치료. 성신여자대학교 심리학과.
- 김정규 (2015). **계슈탈트 심리치료 창조적 삶과 성장**. 서울: 학지사.
- 김준, 백소진, 박훈정 (2014). 알코올사용장애 상담과 재활. 서울: 충신대학교출판부.
- 김창훈 (2012). 알코올의존환자의 부인의 알아년(AI-Anon) 참여 효과성에 관한 연구: 불안, 우울, 스트레스 반응을 중심으로. 숭실대학교 사회복지 대학원.
- 김창연 (1988). “알코올사용장애자부인의 집단경험이 정서 문제에 미치는 영향”, 석사학위논문. 대구학교 대학원 사회복지학과.
- 김한나 (2001). 알코올사용장애자 부인을 위한 가족친목모임(AI-Anon)에 관한 탐색적 연구. 석사학위논문. 숭실대학교.
- 김형희 (2005). 알코올사용장애자 가족의 일상성 붕괴와 재편성. 박사학위논문. 부산대학교.
- 김혜숙 (1999). 제주도 가족과 켄당(pp449-459). 제주대학교 출판부.
- 김혜신 (2002). 알코올사용장애자 가족을 위한 가족 친목 모임에 관한 연구. 석사학위 논문. 명지대 사회복지학과.
- 김현진 (2006). 알코올사용장애 가족친목모임을 통한 단주성공 가족에 대한 사례 연구 . 석사학위 논문. 명지대학교 대학원.

- 김희성 (1997). 알코올사용장애자 부인의 공동의존에 관한 연구 : 사회적 지지를 중심으로. 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원 사회사업학과.
- 다사랑 사용장애 연구소 (2007). **알코올의존 환자와 가족을 위한 회복교실**. 서울: 하나의학사.
- 박경복, 김분한(2004). 중년남성의 배우자 사별경험. 양간호학회지. 4(2). 143' 151.
- 박상규 (2006). **정신재활의 이론과 실제**. 학지사.
- 박상규, 강성군, 김교현, 서경현, 신성만, 이형초, 정영민 (2009). **사용장애의 이해와 상담실제**. 서울: 학지사.
- 박영순 (2018). 알아년에 참여하는 알코올사용장애 배우자의 회복 경험 연구. 박사학위논문. 백석대학교 기독교전문 대학원.
- 박애란 (2008). 알코올 의존자의 회복경험. : 삶의 거듭남. 박사학위논문. 이화여자대학교.
- 박우관 (2016). **음주공화국**. 서울: 좋은 땅.
- 서규동 (1994). 알코올사용장애자 가족친목모임(Al-Anon Family Group)이 알코올사용장애장애자 부인에게 미치는 영향에 관한연구. 석사학위논문. 숭실대학교 사회복지 대학원.
- 신경림, 조명옥, 양진향 (2004). **질적 연구방법론**. 서울: 이화여자 대학교 출판부.
- 심정은 (2016). 가족친목모임을 이용하는 알코올사용장애자의 배우자의 삶의 경험. 석사학위논문. 한양대학교 간호 대학원.
- 안희진 (2011). 알코올사용장애자 아내의 결혼생활 경험. 박사학위논문. 백석대학교
- 윤명숙 (2001). 퇴원한 지역사회 알코올사용장애자의 음주 및 단주 관련 특성과 음주 위험상황, **한국알코올학회지**, 2(2), 13-15.
- 윤성모 (2014). 사용장애자 가정, 어떻게 돌볼까?(1) 사용장애현상과 원인, 진단 기준. **목회와 신학**, 301, 94-97.
- 이경옥 (2006) 문제음주자 부인의 회복력에 관한 연구. 박사학위논문. 한림대학교 대학원.
- 이경옥 (2008). 알코올사용장애자 부인의 사회적지지 경험 연구. **한국사회복지 질적연구**, 2(1). 7-31.

- 이길순 (2012) 국가유공자와 사별한 미망인의 경험. 석사학위논문. 한양대학교
임상간호정보 대학원.
- 이문호 (2017). 제주 권담-권당에 대한 4차산업혁명의 사회·물리적 초연결층.
한국인터넷방송통신학회 논문지 제17권 제 3호.
- 이종숙 (2004). 알코올사용장애의 의미 있는 가족원을 위한 대처기술향상 프
로그램 개발과 효과에 관한 연구. 박사학위논문. 이화여자대학교.
- 이옥선 (2014). 알코올사용장애여성의 관계에 관한 현상학적 연구. 박사학위
논문. 건국대학교 대학원.
- 이영이 (2013). 자서전을 통해 본 인간 Fritz Perls와 게슈탈트 인생관. 한국심
리건강센터.
- 이영이 (2013). 게슈탈트 상담. 양명숙 외 다수(공저), **상담이론과 실제**
(pp.229-270). 서울: 학지사.
- 이윤진, 정현아 (2015). 불교의 깨달음과 게슈탈트 상담의 알아차림 비교. 대전
대학교 아동교육상담학과.
- 이혜경 (2010). 집단미술치료가 알코올사용장애자의 자기효능감과 변화 동기(변
화 준비도) 에 미치는 영향. 한국예술치료학회지 NO.1, 53-76.
- 이창원 (2015). 알코올사용장애자 가족의 영속적 위기 요인에 관한 연구. 박
사학위논문. 대구대학교 대학원 사회복지학과.
- 유기웅, 정종원, 김영석, 김한별 (2012). 질적 연구방법의 이해. 서울: 박영사.
- 장수미 (2001). 알코올중독자 가족의 가족적응유연성 증진을 위한 개입모형 개
발 : 알코올사용장애의 세 개간 전이를 예방하는 시작에서. **정신보건과
사회사업**, 11, 53-77.
- 제주특별자치도의회 (2017). 제주지역 건전한 음주문화와 환경조성을 위한 정책
토론회
- 최송식 (1995). 알코올사용장애 가정의 공동의존증에 대한 사정과 개입 전략. 박
사학위논문. 부산대학교.
- 최송식, 이솔지 (2012). 회복중인 알코올사용장애자의 배우자로 사는 삶의 경험에
관한 연구. **사회과학연구**, 28(3), 431-462.
- 한국알아년연합회 (2018). 후원자관계에 관하여. 서울: 한국 Al-Anon 본부.

- 한국음주문화연구센터 (2010). **알코올 백과**. 서울: 한국음주문화연구센터.
- 한미라 (2003). 알코올사용장애자 부인의 극복력과 사회적지지, 영성. 석사학위논문. 연세대학교.
- 한석지, 염미경 (2006). 권당문화와 지방선거. 지역사회학 제8권 제1호, p211-236.
- 현혜순 (2015). 제주지역 남녀 음주실태와 개선방안. (재)제주여성가족연구원
- 황경수 (2015). 사회적 자본이 제주지역 공동체 문화인 권당문화와 지역발전에 미치는 영향. 제주대학교 행정학과.
- 황윤주 (2006). 가족친목모임(AI-Anon) 참여에 대한 효과성 연구. 석사학위논문. 서울여자대학교 대학원 사회사업학과.
- Al-Anon Family Group Head Quaters (1968). *One day at a time in Al-Anon*. **알아년에서 하루하루에 살자**. 한국 알아년본부 역 (1989). 서울: 한국알아년연합회.
- Al-Anon Family Group Head Quaters (1981). *Al-Anon's twelve steps & twelve traditions*. **알아년의 12단계와 12전통**. 한국 알아년 본부 역 (2016). 서울: 한국알아년연합회.
- Al-Anon Family Group Head Quaters (1992). *Courage to change: One day at a time in Al-Anon II*. **바꿀 수 있는 용기**. 한국 알아년 본부 역 (2004). 서울: 한국알아년연합회
- Al-Anon Family Group Head Quaters (1997). *Paths to recovery Al-Anon's steps, traditions and conceps*. **회복의 길-알아년의 단계 전통 개념**. 한국 알아년 본부 역. (2001). 서울: 한국알아년연합회
- Beattie, M. (1986). *Codependent no more*. **공동의존자 더 이상은 없다**. 김혜선 역. (2013). 서울: 학지사.
- Clarkson, P. (1989). *Gestalt Counselling in Action*. London: Sage pub
- Capuzzi, D. & Stauffer, M. D. (2008). *Foundations of addictions counseling*. **사용장애 상담**. 신성만, 김성재, 서경현, 전영민, 권정옥, 이은경, 박상규, 김원호, 박지훈, 손슬기 공역. (2012). 서울: 박학사.
- Cermack, T. L. (1989). Al-Anon and recovery. *Recent Develpoment* in

Alcoholism, 7, 165-182

- Mary E. Mortz (1994), *Overcoming Our Compulsions: Using the Twelve Steps and the Enneagram As Spiritual Tools for Life* 에니어그램과 12단계-강박의 극복: 삶을 위한 영적도구 윤운성, 김은아 역 (2012). 에니어그램
- Perls, F. S. Hefferline, F. E., & Goodman, P. (1951). *Gestalt healing. Excitement and Growth in the Human Personality*. New York: Gelta.
- Royce, J. E. (1981). *Alcohol problems and alcoholism; A comprehensive survey*. New York: The Free Press-A Division of Macmillan, Inc.
- Sell, M., & Margor-Blatch, L. E. (2016). Assessment of coping in Al-Anon attending family members of problems drinking relatives, *Journal of Groups in Addictions & Recovery*, 11(3), 205-219
- Strauss, A., & Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research*, 2nd Ed. 근거 이론의 단계. 김수지, 신경림 역 (2001). 서울: 현문사.
- Yontef, G. M. (1993). *Awareness Dialogue & Process*. New York: The Gestalt Journal Press, Inc
- Weiss, R. S. (1988). Loss and Recovery. *Journal of social* Issue 44(3) ; 3752.

국민건강보험공단 (<http://www.nhis.or.kr>)

보건복지부(<http://health.mohw.go.kr>)

질병관리본부(<http://health.cdc.go.kr>)

통계청(<http://kostat.go.kr>)

한국알아년연합회 (<http://www.alanonkorea.or.kr/>)

ABSTRACT

A Study on the Healing Process of the Attending Jeju Al-Anon

Hoo Nam Park

Department of Psychohealing

GRADUATE SCHOOL OF SOCIAL EDUCATION

JEJU NATIONAL UNIVERSITY

This study sought to categorize the healing process of alcohol-related disabled spouses attending in "Jeju City Al-Anon" through the grounded theory. In particular, the company wanted to establish a substantial theory on the healing process of alcohol-impaired spouses attending in Jeju Al -Anon by exploring the special nature of Jeju Island. A key research issue to this end is 'How is the healing process of Al-Anon attenders?', 'What is the specificity and context of Jeju Al-Anon' and 'How can typify the healing process of Jeju Al-Anon attenders?'

For the purpose of this study, the target was presented in theory to eight alcohol-impaired spouses who participated in 'Jeju City Al-Anon.' The research method was qualitatively analyzed through in-depth interviews with study attenders by applying the evidence theory research method presented by Strauss and Corbin (1998/2001). The analysis result produced 132 concepts with open coding, and abstracted the concept to obtain 41 subcategories, and the final 16 categories were derived. The main contents of the analysis are as follows.

First, causative conditions were found to be "deteriorating spouse's drinking," "compressed by pain," "family crisis" and "interference and control." The central phenomenon was 'I want to live my life happily In the midst of pain and difficulty.'

The contextual condition was 'awareness of addiction'. Also, the Jeju area's contextual characteristics results showed that 'visit the church to consult' and 'It is difficult to participate because of the Gwendang culture.' The arbitration terms were first 'internal resource utilization' and 'assistance to the operation of Al-Anon'. Next, Jeju's 'intermediated characteristics' were 'the same faith group,' 'regular education and programs,' and 'continuous counseling.' Action and interaction strategies were found to be 'focusing on one's own changes,' 'efficiency in response' and 'positive changes presented'. As a result of these action and interaction strategies, 'living as a healthy entity,' 'relationship recovery.' And 'speciality of Jeju results' was found to be 'the formation of a new Gwendang called Al-Anon-specific application of anonymity' and 'the inner strength by faith.'

Second, considering the specificity of Jeju area and the change over time, the healing process for attenders in Jeju Al-Anon was derived in five stages. Stage 1 is 'the phase of reaching the limit'. It is a phase in which attenders face their limits in despair over their spouse's drinking situation. Stage 2 is the 'Step of Conflict between Gwendang Culture and the Al-Anon.' Participants of Al-Anon become aware that disability is a disease and feel they need help. However, it is in the process of wandering in the Jeju area, which is composed of "Gwendang," unable to come to Al-Anon. Stage 3 is the 'Step of application of the principles of faith and Al-Anon'. This is the stage in which participants will attend Al-Anon thanks to the encouragement of the priest and the counselor sister. At this stage, changes take place as participants apply Al-Anon's principles to life. The following are steps 4, which are 'the same faith group and the steps to form a new Gwendang'. Participants will participate in long-term meetings recognized by the same faith-based trust. Around this stage, a new 'Gwendang' is formed. In the fifth phase of 'the quality of life change phase', participants will embrace their spouses, children and themselves. Thank you for everything and try to find God's will in his painful life. Participants will live a life of service.

In addition, as a result of the study, a core category of 'sublimation of pain' was introduced. The meaning of the core category is that the participants have found the outcome of a healing process in which they live in pursuit of their own and family happiness beyond their own limits, recognizing that they are ill and leaving their own suffering to God, even though they have been suffering from alcohol-related assaults and family crises.

It is meaningful that by developing a theory of substance in the special context of 'Jeju City Al-Anon ' in this study, Al-Anon may be applied to different regions in a unified structure. Because use-disorder is repetitive and persistent, spouses have psychological challenges that cannot be solved. A strong support system is formed within the special context of 'the same faith group' and 'Gwendang'. It is also worth the research to reveal that this structure is providing an effective stage for the treatment of unsolved challenges. The significance of this study is that it has uncovered actual and concrete grounds data for counseling interventions of alcohol use disorder spouses.

Key words: Al-Anon (Alcoholic Disabled Family Friendly association),
Alcohol use disorder spouse, Jeju City Al-Anon,
Gwendang Culture(community culture of Jeju),
Sublimation of pain, Healing Process,
Qualitative Research, Grounded Theory

<연구 참여 동의서>

안녕하십니까?

바쁘신 중에도 귀한 시간을 내시어 연구에 참여해 주심에 깊은 감사를 드립니다.

저는 제주대학교 사회교육대학원 심리치료학과에서 석사 학위 과정에 재학 중인 **박후남**입니다. 본 연구자는 귀하에게 [**알아년에 참여하는 알코올사용장애배우자의 회복 경험 연구**]에 관한 연구에 참여하시길 요청합니다. 연구를 시작하기에 앞서 연구 참여자에게 다음과 같은 사항을 알려드립니다.

1. 귀하의 본 연구 참여는 완전히 귀하의 자유의사에 따릅니다.
2. 귀하는 언제라도 질문에 답변을 거부할 수 있으며, 이 연구 참여를 거부할 수 있습니다.
3. 인터뷰는 1~3회 혹은 그 이상 진행될 예정입니다. 인터뷰 시간은 1~2시간 정도 걸릴 것입니다.
4. 귀하의 인터뷰는 녹음, 사진 촬영, 비디오 녹화될 예정이며, 본 자료는 학술 연구목적 및 교육용으로만 사용되며, 오직 이 연구를 위해서만 사용되도록 엄격히 관리될 것입니다.
5. 인터뷰 내용 중 일부는 논문에 인용될 수 있으며, 어떠한 경우에도 귀하의 이름이나 기타 특징이 노출되는 사항은 포함되지 않을 것입니다.
6. 연구 도중 불편한 내용이 있으면 언제든지 말씀해 주시면 반영하겠습니다.

나는 이 연구에 대한 위의 내용을 읽고 이해했으며, 본 연구에 연구 참여자로 참여하는 것에 동의합니다.

연구 참여자:_____ (서명)

날 짜:_____년 _____월 _____일

연구자: 박후남

제주대학교 사회교육대학원 심리치료학과 석사과정

지도교수: 김민호

제주대학교 사회교육대학원 심리치료학과