creative commons
COMMONS DEED

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

dCollection

석사학위논문

배우자 사별 중년 여성의 심리 사회적 지지 수용 경험

제주대학교 사회교육대학원

심 리 치 료 학 과

고 은 실

2020년 6월

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

배우자 사별 중년 여성의
심리 사회적 지지 수용 경험

지도교수 김 민 호

고 은 실

이 논문을 사회교육학 석사학위 논문으로 제출함

2020년 6월

고은실의 사회교육학 석사학위 논문을 인준함

심사위원장 _____ ㊞

위 원 _____ ㊞

위 원 _____ ㊞

제주대학교 사회교육대학원

2020년 6월

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

Middle-aged Widow's Acceptance Experience on Psychological and Social Support for them

Eun-Sil Ko

(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 Psychotherapy].

2020 . 6 .

This thesis has been examined and approved.

.....

Thesis director, Min Ho Kim, prof. of Psychotherapy

.....

.....

.....

(Name and signature)

.....

Date

Department of Psychotherapy

GRADUATE SCHOOL OF SOCIAL EDUCATION

JEJU NATIONAL UNIVERSITY

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

목 차

Ⅰ. 서론 1
1. 연구의 필요성 및 목적 1
2. 연구 문제 2

Ⅱ. 이론적 배경 3
1. 배우자 사별에 대한 이해 3
가. 배우자 사별의 개념 3
나. 중년 여성의 배우자 사별 현황 7
2. 배우자 사별 중년 여성의 심리 사회적 특성 9
가. 생애주기에 따른 중년 여성의 특성 9
나. 사별 가족의 일반적 애도과정 12
3. 배우자 사별에 대한 심리 사회적 지원 13
가. 국가의 경제적 지원 정책 13
나. 지역사회의 심리 사회적 지원 18

Ⅲ. 연구방법 20
1. 현상학적 연구 20
2. 연구 참여자 24
3. 자료 수집 27
4. 자료 분석 28
5. 연구 과정의 평가 30

Ⅳ. 연구 결과 31
1. 사별한 중년 여성의 심리 사회적 지지 수용 경험의 맥락 31
가. 경제적 상황 35
나. 심리적 상태 38
다. 사회적 관계 43
라. 자신에 대한 이해 49
2. 사별한 중년 여성의 심리 사회적 지지 수용 경험 52
가. 국가의 경제적 지원 55
나. 가족, 친인척, 지인 등의 지원 57

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

다. 기관의 지원.....59
라. 사회활동 참여... 62
3. 사별한 중년 여성의 심리 사회적 지지 수용 경험에 대한 의미 부여.....63
가. 내가 버틸 수 있는 힘.....66
나. 사별의 재정의.....66
다. 미흡한 정부.....67

Ⅴ. 논의 및 결론.....69
1. 논의.....69
2. 결론.....70

참고문헌.....75

ABSTRACT.....80

부록: 연구 동의서.....82

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

표 목 차

<표 Ⅱ-1> 2020년 복지대상자 선정 기준표.....14
<표 Ⅱ-2> 참여자들이 지원받고 있는 국가의 경제적 지원.....16
<표 Ⅱ-3> 2018년 사별로 인한 저소득 한부모 지원여부 현황.....17
<표 Ⅱ-4> 2018년 사별로 인해 필요하다고 느끼는 지원 1순위 현황.....17
<표 Ⅱ-5> 여성관련 유관기관 사이트.....18
<표 Ⅲ-1> 연구 참여자의 기본 인적 사항.....24
<표 Ⅳ-1> 배우자 사별 중년 여성의 사별에 따른 어려움.....31
<표 Ⅳ-2> 사별에 따른 경제 ·심리· 사회적 지지 수용 경험 53
<표 Ⅳ-2> 사별에 따른 경제 ·심리· 사회적 지지 수용 경험에 대한 의미부여.....65

그림 목차

[그림 Ⅱ- 1] 2018년 중년 배우자 사별 통계자료 현황.....8
[그림 Ⅱ- 2] 2015~2018년 남자 사망 원인별 통계자료.....9
[그림 Ⅱ- 3] 제주 성인 심리 지원 서비스 센터 현황.....19
[그림 Ⅳ- 4] 나를 소개해요 피겨 60
[그림 Ⅳ- 5] 나의 선물 봉투안의 피겨.....60
[그림 Ⅳ- 6] 첫번째 모래 상자.....61
[그림 Ⅳ- 7] 집단상담.....61
[그림 Ⅳ- 8] 춤명상.....61
[그림 Ⅳ- 9] 풍물.....62
[그림 Ⅳ-10] 오름동호회에서의 산행.....63

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

국문초록

배우자 사별 중년 여성의 심리 사회적 지지 수용 경험

고 은 실

제주대학교 사회교육 대학원 심리치료전공

지도교수 김민호

이 연구의 목적은 배우자와 사별한 중년 여성이 사별 전,후 그들이 겪은 심리 사회적 지지를 어떻게 받아들이는지를 탐색하는 것이다. 이 연구를 위해 38~62세에 해당하는 중년 여성 3명을 대상으로 심층 면담을 하였다. 수집된 자료는 질적 연구 중 Moustakas의 경험적 현상학 분석 방법을 이용하여 총 131개의 의미 있는 진술, 118개의 구성된 의미와 35개의 주제군 모음을 조직화하였으며, 범주 10개를 도출하였다. 주요 연구 결과는 다음과 같다.

첫째, 배우자 사별 중년 여성들은 남편과 사별 전후 다양한 어려움을 경험하였다. 그 어려움의 맥락을 '경제적 상황', '심리적 상태', '사회적 관계', '자신에 대한 이해'의 측면에서 연구하였다. 둘째, 배우자 사별 중년 여성들이 네가지 맥락을 통해 경험한 어려움은 '국가의 경제적 지원', '가족, 친인척, 지인 등의 지원', '기관의 지원', '사회활동 참여'를 통해 심리 사회적 지지 수용을 경험 하였다. 셋째, 배우자 사별 중년 여성들이 사별 전후 겪는 맥락에 따른 차이가 '내가 버틸 수 있는 힘', '사별의 재정의', '미흡한 정부'로 의미를 부여하였다.

이 연구 결과를 통해 중년 여성이 사별 전 후 겪는 맥락에 따라 심리 사회적 지지 수용 경험에 대한 의미 부여가 다름을 확인 할 수 있었다. 또한 중년 여성이 배우자 사별 후 상실감을 충분히 해소하지 못하는 경우 참여자가 느끼는 스트레스가 신체화로 나타나는 것을 알 수 있었다. 그래서 연구자는 배우자 사별 중년 여성에 대한 심리 상담이나 치료 프로그램 조기 개입의 필요성을 제시한다. 중년 여성이나 성인 자녀들을 위한 취업교육 및 알선, 어린 자녀를 위한 돌봄 지원, 주거지 마련 지원의 필요성을 제시하였다. 결론적으로 이 연구의 의의는

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

배우자 사별 중년 여성을 위한 복지지원 서비스, 심리 상담 및 치료 프로그램 마련에 필요한 기초자료를 제공하는데 있다.

주제어: 배우자 사별, 중년 여성, 심리 사회적 지지, 현상학적 연구

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

Ⅰ. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

대한민국 전체가 코로나 19로 어려움을 이겨내고 있는 시기에 당연하다고 생각하던 것을 누리지 못하는 요즘 절실히 느끼게 되는 “평범한 것이 얼마나 소중한지 벼랑 끝에 서보면 알아요” 노랫말 가사가 더욱 와 닿고 작은 것에도 감사함을 느끼게 되는 요즘이다.

인간은 한 번 태어나면 누구나 반드시 죽기 마련이다. 요즘 100세 시대라고는 하지만, 노인성 질환, 질병, 자연사, 사고사 등 어떤 이유로라도 갑작스럽게 가족 중의 한 사람을 떠나보내야 하는 상실감은 남아 있는 유가족들에게 이루 말할 수 없을 정도의 감당하기 힘들 만큼이나 큰 아픔과 슬픔을 남기게 된다. 인간이 느낄 수 있는 스트레스 중 배우자, 사랑하는 사람 그리고 가족의 상실은 최고 수준으로 평가된다. 그중에서도 배우자가 없는 가정을 홀로 책임져야 하는 한 부모 가정의 입장이라면 더욱 더 그렇다.

이 연구자 또한 논문 주제 선정을 위해 고민하고 있을 즈음 배우자 사별이라는 최고의 스트레스(100)를 직접 경험하게 되고 그 과정에 연구자 또한 스트레스로 인한 질병을 진단받게 되었다. 배우자 사별로 인해 갑자기 한부모 가정이 되어 내몰려진 막막한 현실에 연구자가 체험한 부분들이 각종 매체 또는 정책에서 보고된 것과 달리 배우자 사별 중년 여성들이 체감하는 지원정책들은 상당히 미미한 수준이었다. 각종 국가나 정부에서 만들어진 좋은 여러 가지 제도들이 많은데, 수혜를 받는 입장에서 문턱 높은 제도로만 보일 뿐이다. 논문 준비를 하는 과정에 논문 주제가 바뀔 만큼 중요한 영향을 미쳤다.

선행 연구 논문에서는 남성의 배우자 사별 경험에 관한 연구 (박경복, 김분한, 2004 ; 정은미, 2016), 결혼 이주 여성의 배우자 사별 경험에 관한 연구(송재현, 2018), 중년 여성들의 배우자 사별 경험에 관한 연구(양복순, 2002 ; 강인, 2006 ; 유양숙, 강희영,2006 ; 오경미, 김분한 ; 2007, 김벼리, 신현균, 한규석, 2013 ; 임선희, 이미영, 김정민, 2013 ; 민주홍, 최희정, 2015 ; 박정애, 이명우, 2015 ; 오혜인, 황민영, 2016 ; 하정혜, 김지현, 2016 ; 송재현, 2018 양준석, 2018 ; 김유심,곽지영, 2018)는 많으나 사별 가족에 대한 심리·사회적지지 수용 경험에

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

촛점을 둔 연구는 많지 않았다.(하정혜,김지현, 2016).

이 연구의 목적은 배우자 사별 중년 여성이 겪는 심리 사회적 지지 수용 경험의 의미를 참여자들의 진술을 통해 보다 심층적으로 이해하는 데 있다. 배우자 사별 중년 여성들의 심리 사회적 지지 수용 경험에 관한 현상학적 질적 연구를 통해 그 경험의 본질적 구조와 의미를 이해하고자 했다. 이 연구가 심리치료학과의 특성상 배우자 사별로 인한 어려움을 탐색하고 중년 여성들이 애도과정을 잘 극복할 수 있도록 심리 사회적 지지 수용 경험에 따른 유가족들에게 맞춤형 상담 및 치유프로그램 마련등 제도적으로 개선이 필요한 자료를 제공하는 근거가 될만한 충분한 가치가 있다고 본다.

2. 연구문제

배우자 사별 중년 여성의 심리적, 사회적 지지 수용 경험을 심층적으로 알아보고자 다음의 세 가지 연구문제에 답하고자 한다.

첫째, 사별한 중년 여성은 어떠한 맥락에서 심리 사회적 지지의 수용을 경험했는가?

둘째, 사별한 중년 여성이 경험한 심리 사회적 지지 수용 경험의 내용은 무엇인가?

셋째, 사별한 중년 여성은 심리 사회적 지지 수용 경험에 어떠한 의미를 부여하는가?

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

Ⅱ. 이론적 배경

1. 배우자 사별에 대한 이해

가. 배우자 사별의 개념

배우자(配偶者)란 부부의 한쪽에서 본 다른 쪽. 남편 쪽에서는 아내를, 아내 쪽에서는 남편을 이르는 말이다. 사별(死別)이란 죽어서 이별함(네이버 국어사전 2020. 4. 4).
그러므로 배우자 사별이란 부부중 어느 한쪽이 먼저 죽어서 이별하게 되는 경우를 일컫는 말이다. 배우자 사별은 결혼한 상태에서 배우자 사별의 상태로 바뀌어야 하는 전환적 사건이 된다(Norris & Murrell, 1990). 배우자의 죽음은 성적 대상의 상실, 소득 상실, 지위 상실, 한쪽 부모의 상실 등 많은 수반되는 변화를 발생시키며 부부에서 배우자를 사별한 사람으로의 많은 사고와 행동의 수정을 요구하게 된다(Parkes, 1988).

애착 이론적 관점에서 Bowlby(1980)는 상실에 대한 대처에서 병리적 발달의 주요한 원인을 죽은자와의 관계의 질에 초점을 두고 애착 정도에 따른 개인의 내적인 비애 과정을 강조한다. 또한 대리 애착 관계를 형성함으로써 상실의 영향을 줄일 수 있음을 시사하고 있다. 또한 Weiss(1993)의 애착 이론적 관점은 비애의 회복 과정에 관한 정서적인 측면의 해석에 중점을 두고 있으면서 동시에 구체적인 애착 대상의 질과 상실 회복 과정간의 관계를 밝힘으로써, Bowlby(1980)의 관점보다 한층 더 사별의 경험을 개인간의 문제로 제기하고 있다.
한편 심리 사회적인 전환적 사건의 관점은 애착 이론적 관점보다 사별의 문제를 보다 더 인지적인 관점에서 접근하고 있으며, 사별의 경험을 둘러싼 사회적 상황의 중요성을 보다 더 강조하고 있다. 즉 사별은 애착의 질과 본질에 따라서 경험 정도가 달라질 수 있으며 동시에 상실에서 야기되는 생활 사건 변화의 크기에 의해 결정되므로 두 관점 모두가 사별의 경험을 설명하는데 유용하다고 할 수 있다.

애착 이론적 관점은 일차적 애착 대상의 상실이 배우자 사별 스트레스와 적응에 미치는 영향을 설명해 줄 수 있으며, 심리 사회적인 전환적 사건의 관점은 사별로 인해 수반되는 심

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

리 사회적 스트레스들을 설명해 줄 수 있다. 또한 개인의 구조적 관점은 사별 스트레스와 적응에 있어서 사별한 사람들의 인지적 기제의 역할을 설명해 줄 수 있을 것이다.(강인, 2006) 배우자 사별 스트레스와 적응에 관한 선행연구를 보면 사별을 경험한 사람들과 그렇지 않은 사람들을 대상으로 그들의 건강 상태를 조사했을 때 사별 경험 그 자체는 건강과 관련이 없었으며 사별 이후 사별과 관련된 스트레스 정도가 높을수록 그들의 건강이 더 나빴다. (Norris & Murrell, 1987). 따라서 배우자 상실 경험 그 자체가 사별한 사람들의 적응 과정에 영향을 주기보다는 재정적 어려움, 가족 문제, 돌보아야 할 어린 자녀의 존재, 정서적 외로움과 같이 수반되는 스트레스가 사별한 사람들의 복지와 더 관련이 있다고 할 수 있다. 그러나 사별 이후 어느 영역에서 보다 더 큰 스트레스를 경험하는지는 사별한 사람들의 연령, 성등에 의해 다소 차이가 있다. 따라서 여기에서는 이 연구의 대상인 중년 여성을 대상으로 살펴볼 것이다.

먼저 사별로 인해 수반되는 스트레스로는 자녀 문제가 자주 언급되고 있다. 중년 여성중에 자녀가 어린 경우는 사별 후 자녀 양육의 어려움, 자녀 교육의 어려움, 부모 로서의 역할의 어려움 등 자녀와 관련된 문제를 언급하고 있으며 특히 자녀가 더 어릴수록 사별 여성들의 적응은 더욱 힘든 것으로 나타났다. 이는 특히 성인기 이전의 자녀를 둔 사별 여성의 경우에 직면하게 되는 어려움으로 아버지의 몫까지 혼자 모든 의무와 책임을 도맡아야 하는 부담을 갖게 되어 경험하게 되는 자녀 관련 어려움으로 이해될 수 있다.

중년기 사별 여성들의 재정적인 스트레스는 남편을 상실한 이후 경험하게 되는 일반적인 스트레스이다. 맞벌이 시대인 요즘 둘이 벌다가 혼자 감내해야 하거나 또는 남편에게 경제적인 의존도가 높을 경우 더욱 더 그러할 것이다.

또한 사별 여성들의 가장 일반적이고 힘든 스트레스로 사별한 남편을 향한 정서적 외로움이 있다. 이는 성인기 이후 가장 친밀한 애착 관계인 배우자의 상실 이후 따르는 사별한 배우자에 대한 그리움, 고독으로 대부분 사별 여성들이 직면할 수밖에 없는 어려움으로 생각된다. 특히 이러한 정서적 외로움은 배우자 사별 직후에 사별 여성들의 부적응을 일으키는 가장 결정적인 스트레스였으며 동시에 상당히 오랫동안 계속해서 나타나는 것으로 확인되었다(김선영, 1990). 이외에도 사별 여성들의 사별로 인한 스트레스로는 사회적 관계에서 오는 외로움이 있다. 특히 젊은 사별 여성들은 배우자 상실 이후 사회적 관계의 고립, 긴장 등 대인관계의 어려움을 경험하기 쉬운데 이는 대부분 그들을 둘러싼 관계들이 자주 부부 중심의 관계이며 또한 사별 여성 스스로 다른 사람들이 혼자 살기 때문에 무시하고 얕본다고 생각하거나

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

혹은 타인에 의해 경험하게 되는 상대적 소외감이다(Umberson et al, 1992)

Kübler-Ross, E(2008, 송재현, 2018 재인용)는 'On Death & Dying'에서 사람들은 자신이 받아들여야 할 죽음의 단계를 다섯 단계로 보았다. 첫 단계는 부정(Denial)의 단계로 죽음에 대해 받아들일 수 없어 '나에게 이런 일이 일어날 수 없어, 난 믿을 수 없어.' 등의 생각을 부정하고 불신하는 현상이 발생한다. 이러한 반응은 죽음의 충격에 대한 일시적인 방어기제라고 볼 수 있다. 두 번째 단계는 분노(Anger)의 단계로 죽음의 상황을 더이상 부정할 수 없다는 것을 인식하게 되면 죽음을 부분적으로 수용하면서, 왜 하필 지금 자기 자신에게 이러한 일이 일어나게 되었는지에 대해 분노를 표현하는 단계다. 이러한 분노의 대상은 자기 자신이나 가족, 병원 직원, 친구, 가까운 지인들, 때로는 신에게까지 분노를 직접적으로 표출한다. 세 번째 단계는 타협(Bargaining)으로 죽음에 이르게 한 상황을 어떻게든 연기하거나 지연할 수 있다는 희망을 가지고 신이나 의료진, 운명, 자신과 타협하려고 시도하는 단계이다. 이 단계는 짧지만 환자가 다른 사람에 대해 가장 개방적, 협조적인 시기로, 이성적인 의사소통이 가능하기 때문에 상담자는 환자로 하여금 이 기회에 신변을 정리하고 미해결의 문제를 처리하도록 원조하는 것이 필요하다. 네 번째 단계는 우울(Depression)의 단계로 환자가 자신의 병을 더 부인하지 못하게 되고 증상이 더 악화되어 쇠약해지면 죽음의 상황을 확실히 이해하기 시작하고 극도의 상실감을 겪게 되면서 심한 우울 상태에 빠지게 된다. 이러한 상태에서 슬퍼하지 말라고 격려하는 것은 금물이다. 중요한 것은 주위 사람이 가능한 한 환자의 곁을 떠나지 않고 옆에 앉아서 손을 잡아준다든지 슬픔을 함께 나누며 환자에게 위로를 주는 것이다. 슬픔, 후회, 두려움, 불확실성의 감정을 느끼기 시작한다. 다섯 번째는 수용(Acceptance)[1] 이며 이시기의 환자들은 대개 지치고 쇠약해지며 감정의 공백기를 갖게 된다. 환자는 자신이 피할 수 없는 죽음이라고 하는 운명을 평온하게 받아들이는 단계로 긴 여행을 떠나기 전 가족이나 주변 사람들에게 잘못했던 일을 사과하거나 마지막 휴식과 같은 평온한 상태에 이른다. 이것은 절망으로부터 오는 체념과는 다른 것으로, 해야 할 일을 마쳤을 때 얻게 되는 휴식의 시간이라고 할 수 있다. 환자는 주위에 대해 무관심하게 되며, 환자보다는 그들의 가족이 좀 더 많은 원조를 필요로 하는 시기라고 할 수 있다. 위의 다섯 단계는 사별로 인한 상실의 아픔과 슬픔을 겪는 과정에도 적용할 수 있다. 자신의 죽음을 앞두고 일어나는 정서적

1) 수용(acceptance) : 비판적인 태도를 지니고 자신의 생각, 감정, 신체적 감각 등의 경험을 능동적으로 껴안는 것이다. 수용은 경험을 없애거나 통제하거나 회피하지 않고 있는 그대로를 기꺼이 경험하는 것이다 (권석만, 2017).

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

반응들이 가족의 죽음에 대해 경험하게 되는 정서적 반응들과 유사하게 발생하기 때문이다.

사람들이 죽음을 수용하는 단계까지 가기 위해서는 한 번의 과정이 아닌 여러 번 반복의 과정을 겪을 수 있다. 가족을 사별한 사람들이 가족의 죽음을 수용하는 과정도 자신이 죽음을 수용하는 과정과 같이 여러 번 반복해서 일어난다. 이 과정은 특정 순서로 발생하지 않을 수 있으며 때로는 함께 발생할 수도 있다. 또한 모든 사람들이 이러한 모든 감정을 경험하지 않을 수도 있다.

사별에 대한 정서적인 반응은 다양하게 나타난다. 그중 일반적인 반응은 슬픔이다.
사별 슬픔은 정서적, 신체적, 사회적 반응으로 나타날 수 있다. 정서적 반응에는 분노, 죄책감, 불안, 슬픔, 절망 등이 나타나고, 신체적 반응에는 수면장애, 식욕변화, 신체적 문제 및 질병이 생길 수 있으며, 사회적 반응에는 가족이나 친구들과의 만남이나 직장생활에 대한 두려움이 있을 수 있다. Lindemann(1944)은 사별 슬픔에 대한 기간을 6-8주에서 2년 또는 그 이상이 될 수도 있다고 하여 사별가족에 대한 돌봄의 필요성을 제기하였다.

배우자의 죽음은 스트레스 지수가 가장 높은 생활 사건[2]이다. 배우자 사별은 부부간에 강하고 오래된 유대 관계를 가졌던 경우라면 더 큰 슬픔으로 다가온다.(이호선, 2019)
배우자의 죽음에 대한 슬픔은 오랜 시간이 지나도 극복하기 힘든 것으로 느끼고 있었다(이의정, 2004). 사별이라는 스트레스가 젊은 성인의 경우에 더 큰지 노인들의 경우에 더 큰지는 확실하지 않다. 언제 배우자를 잃느냐와는 상관없이 슬픈 것은 슬픈 것이다. 대개 처음에는 젊은 성인이 더 강렬한 비탄 반응을 보이지만 1년 반 정도가 지나면 반대가 된다.
(Kastenbaum, 2007).

배우자와의 사별은 남겨진 배우자의 행복감을 저하시킬 뿐 아니라 사망의 가능성도 증가시킨다(Hansson et al., 1993). 사랑하는 사람을 잃게 될 때 우리는 사별, 비탄, 애도의 경험을 하게 된다. 사별은 객관적으로 상실 그리고 유족의 신분상의 변화를 뜻한다. 예를들면, 아내에서 미망인으로, 자녀에서 고아로의 변화를 말한다. 비탄은 사별에 대한 정서적 반응으로서 충격, 무감각, 분노, 우울, 공허함 등으로 다양하게 표현될 수 있다. 애도는 사회문화적·종교적 관습에 의해 유가족들이 슬픔을 표현하는 행위를 말한다. 예를들면, 상복을 입고, 장례식에 참여하고, 삼우제 또는 49재 등의 애도 기간을 지키는 등의 장례관습이 애도 행위다. 비탄과 애도의 차이는 죽음에 따르는 정서적 반응이고, 애도는 문화적으로 승인된 행동적 표현이

2) 생활사건(生活事件)- 개인의 일상생활에서 일어나는 사건, 이 가운데서 특정한 사건은 스트레스를 일으키는 인자로 작용한다 (Daum-국어사전, 2020년 5월 13일).

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

라는 것이다(이호선, 2019).

노인집단에서 배우자 사별 스트레스와 우울의 관계를 살펴본 연구(김승연,고선규,권정혜 2007)에서 배우자 사별 노인들은 상실감과 경제적 문제로 인한 어려움을 강하게 경험하고 있으며, 사회적 지지가 높을수록 우울 정도는 낮은 것으로 나타났다.

사람이든 사물이든 사랑하는 대상이 우리 곁을 떠나거나 우리를 거부한다면 그것이 바로 상실인 것이다. 어떤 종류의 상실이든 그것을 치유하는 과정에서 나타나는 유일한 차이점은 상실의 강도와 치유의 기간일 뿐이다. 상실이 클수록 회복 단계에서 느끼는 강도는 더 커질 것이며, 각 단계를 거쳐가는데 더 많은 시간이 필요할 것이다. 사소한 상실일 경우 세가지 회복 단계를 단 몇 분만에라도 끝낼 수 있지만 심각한 상실일 경우에는 몇 년이 걸릴 수도 있다.(Harold H. Bloomfield외 2010) Holmes 등(1967)은 '스트레스'라는 막연한 개념에 '생활변화(life change)'라는 개념을 도입 시켰다. 이러한 관점에서 스트레스를 '생활변화에 의해 깨어진 정신 생리적 안정을 되찾아 본래의 안정된 상태로 돌아가는데 필요한 시간과 노력의 양으로 정의했다. 생활 변화에 대한 개인의 평균적 지각에 근거를 두고 이를 정량화한 척도인 사회 재적응 평가 척도[3](Social Readjustment Rating Scale)를 만들어 질병 발생과 생활 변화의 관계를 규명하고 시도하였다. 국내에서는 사회 재적응 평가 척도의 43개 생활변화 문항 중 '크리스마스' 관련 문항을 제외한 문항을 전부 포함시켜 한국 실정에 적합한 문항들을 확정하여 소개하였다.(김병수·김정현, 2013) 여기에서 배우자 사별과 자식의 죽음이 평가치 평균에서 최고로 높게 나타났다. 이와 같이 생활변화로 인한 스트레스중에서도 최고인 배우자 사별을 자연스럽게 받아들여 상처받지 말고 건강하게 사회에 나올 수 있기를 연구자는 바란다.

나. 중년 여성의 배우자 사별 현황

신체적으로, 정서적으로 그리고 심리적으로 안정된 상태에 있는 중년들을 인생의 황금기라고도 하고 오늘날에는 한국의 중년 세대를 일컬어 '샌드위치세대'라고 한다.(정옥분,2016)

연령에 의한 중년기를 헤비거스트(Havighurst)의 발달과업에서는 30세에서 60세로, 클라인

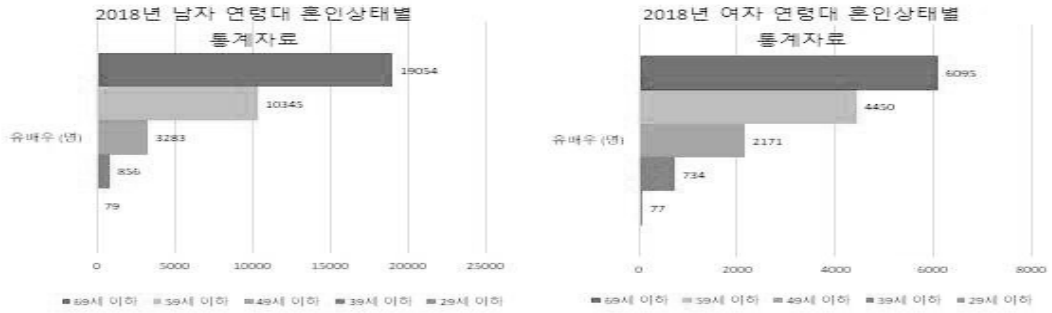
3) 사회재적응평가척도(社會再適應評價尺度) 한 개인이 받는 스트레스의 지표가 될 수 있는 여러 가지 상황을 계량하기 위한 척도. 예를 들어 배우자 사별에 100이라는 점수를 주었을 경우 은퇴에는 45라는 점수를 부여 하는 식이다. 약 40여 가지의 서로 다른 항목들에 대한 총합 점수가 어느 수준 이상일 경우 조만간 질병이 발생할 확률이 높음을 의미한다.(김병수, 김정현, 2013)

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

벨은 40세에서 65세로 정의하고 있으며, 발달단계와 가족주기로 본 중년은 청년기와 노년기의 중간시기로 보고 있다. 중년여성을 우리나라 국립국어원에서는 마흔 살 안팎의 나이인 여성. 때로 50대까지 포함 하는 경우도 있다.라고 정의하고 있다.

최근 몇 년간 사별 통계자료를 검토한 결과, 연령대별 80대 이후 중 80~89세가 사별로는 가장 비율이 높았고, 그중 남자는 80~84세, 여자는 85~89세가 가장 높았다. 이 결과 노인 인구층이 현저히 많다는 것을 알 수 있었다.

혼인 상태[4] 가 사별인 경우 중 [그림1]. 2018년 중년 배우자 사별 통계자료 현황 비교에 따르면 남자, 여자 모두 60대, 50대, 40대, 30대 순으로 사별 비율이 높았다. 그중 중년층 남자 사망이 60대, 50대, 40대, 30대 순으로 모두 여자 사망보다 높아 배우자 사별로 인한 여성의 비율이 2~3배 가까이 높음을 확인 할 수 있었다. 그래서 각종 상담이나 심리 치료지원 또는 사회복지분야에 배우자 사별한 중년 여성들을 위한 지원의 필요성을 한 눈에 알 수 있다.



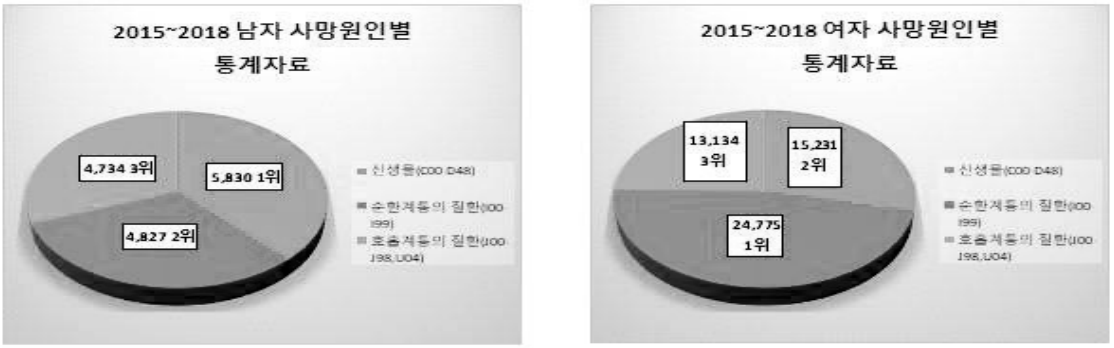
[그림 Ⅱ-1] 2018년 중년 배우자 사별 통계자료 현황

출처: 국가통계포털 KOSIS(2020), 통계정보시스템

[그림 Ⅱ-2] 2015~2018년 최근 남,여 사망 원인별 통계자료 현황에 따르면. 남자 사망 원인 1위가 신생물 (C00-D48)로 압도적으로 많았고, 그다음 순환계통의 질환(I00-I99), 호흡계통의 질환(J00-J98,U04) 순이었다. 여자 사망 원인 1위가 순환계통의 질환(I00-I99)이 사망 원인으로 압도적으로 많았고, 그다음 신생물(C00-D48), 호흡 계통의 질환 (J00-J98,U04)순이었다.

4) 혼인상태(婚姻상태, Marital status)- 가족관계등록부와는 관계없이 사망자가 사망 당시에 사실상 어떠한 혼인 상태에 있었는가를 말함. 미혼(한 번도 혼인한 경험이 없었던 사람), 유배우(초혼 또는 재혼에 관계없이 배우자가 있는 경우. 또는 사실혼 관계이거나 배우자가 2명 이상인 경우), 사별(혼인을 한 사람으로서 배우자의 한 쪽이 먼저 사망하여 독신으로 있었던 사람(배우자의 생사를 알 수 없는 경우도 포함), 이혼(혼인 관계가 해소되어 독신으로 있었던 사람(별거상태포함). 국가통계포털 KOSIS, 통계정보시스템 「인구동향조사」 통계정보보고서, 2020년 5월 13일).

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY



[그림Ⅱ-2] 2015~2018년 최근 남,여 사망 원인별 통계자료 현황

출처: 국가통계포털 KOSIS(2020), 통계정보시스템

[그림 Ⅱ-2] 2015~2018년 최근 남,여 사망 원인별 통계자료 현황비교해보면 알 수 있듯이 사망원인 1위가 남성은 신생물(C00-D48), 여성은 순환기 계통의 질환(I00-I99)인 것으로 보아 건강을 유지하는데 있어 참조가 될 듯 하다.

2. 배우자 사별 중년 여성의 심리 사회적 특성

가. 생애주기에 따른 중년 여성의 특성

인간 발달의 단계는 대체로 태내기(수태~출생), 영아기(0~2세), 유아기(2~6세), 아동기(6~11세), 청년기(11~20세), 성년기(20~40세), 중년기(40~65세), 노년기(65세 이후)로 나누는데, 그 대략적인 연령범위는 상당히 융통성 있는 것이다(Papalia, D, E, & Olds, S, W, 1998).

인간의 발달은 연속적 변화의 과정으로 환경적·심리적 요인의 복합적 상호 작용에 의해 이루어지므로 중년기에 대한 명확한 구분은 쉽지 않아 학자마다 그 견해를 달리하나, 대부분의 연구자들이 40~50대를 인생 단계에 있어서 결정적 전환의 시기, 혹은 변동의 시기로 본다. 특히 가족주기 단계로서의 중년기는 생물학적·문화적 변동의 복합적·자율적 존재로서의

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

자아의 욕구, 필요, 성장 발달에 관심이 증대되는 시기이다.

볼란드(Borland, 1978)는 가족주기를 기준으로 연령과는 관계없이 막내 자녀가 독립하기 시작하는 시기로부터 직업 생활에서 은퇴하는 시기까지를 중년기로 구분하였으며, 보통 진수기(launching stage), 빈 보금자리기(empty-nest period), 탈부모기(post parental period)등 중년기를 3가지 관점에서 설명하고 있다. 연구자에 따라 35세에서 70세까지의 어느 시기를 각각 중년기로 보고 있으나, 미국 인구 통계국에서 설정한 중년기 범위는 45세~64세이다.

평균수명이 괄목하게 늘어난 오늘날에는 과거 노인이라고 여겼던 연령층이 중년층에 속하게 된다. 이러한 맥락에서 시이(1995)는 최근의 저서에서 20년전에 비해 중년기가 10년정도 늦춰졌다고 지적한바 있다.

헤비그허스트(Havighurst, 1972), 김종서외 3인(1982), 서봉여· 유안진(1983), 김애순(1993)은 35세~60세의 나이로 중년기를 구분하고 있다. 헤비그허스트는 중년기를 대략 30~60세에 해당되는 시기로 보았고, 이시기의 발달과업을 요약하면 다음과 같다.

성인으로서의 시민적 ·사회적 책임을 다하는 것, 만족할 만한 경제적 생활 수준을 이룩하고 유지하는 것, 10대 자녀들을 책임 있는 성인이 되도록 돕는 것, 여가 활동을 개발하는 것. 배우자와 한 인간으로서 관계를 맺는 것, 중년기의 사회 심리적 변화에 대해 적응· 수용하는 것, 노부모에게 적응하는 것이다.

중년기의 신체변화, 인지변화, 직업발달과 직업 전환, 성격과 사회성 발달, 가족생활에 관해 살펴보고자 한다. 중년기의 외적변화는 대부분의 사람들이 자신이 늙어가고 있다는 사실을 신체의 변화를 통해 처음으로 깨닫기 시작하는 때이다. 신체적으로는 피부의 탄력성이 떨어지고 눈 가장자리와 이마에 주름이 생기며 눈 바로 아래에 볼록한 주머니 같은 것이 나타나기 시작한다. 노화 반점도 이 때에 나타나기 시작한다. 중년기의 신체 기능과 건강은 성년기의 절정의 수준은 아니지만 대체로 좋은 편이다. 감각기능의 변화도 나타나 시력의 감퇴는 중년기에 일어나는 눈에 띄는 변화 중의 하나이다. 중년기에는 자극에 반응하는데 걸리는 시간을 반응시간(reaction time)이라고 하는데, 중년기에는 반응 속도가 매우 느려진다. 생식 및 성적 능력의 변화도 나타나는데, 여성의 신체가 폐경을 가져오는 다양한 생리적 변화를 겪는 2년에서 5년까지의 기간을 전문 용어로 갱년기라고 한다. 폐경이 나타나고 여성호르몬의 감소로 몸전체가 달아오르는 갑작스러운 열반응으로 주로 얼굴이나 상체에 갑자기 열이나고 땀이나는 번열증(hot flashes)현상을 경험한다. 폐경 여성 1/4 정도가 골다공증을 경험하는 등 심리적으로는 중년기 위기를 경험하게 된다. 중년들에게는 건강과 질병중 비만, 고혈압, 동맥

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

경화, 심장질환, 당뇨병, 암등 서서히 발병하는 시기로 건강 상태가 주요 관심사이다.

인지변화에서 추상적인 문제해결 능력은 성년 초기에 감소하지만 현실적이고 실제적인 문제해결능력은 중년기에 절정에 달한다. 과학분야나 예술분야의 뛰어난 창의적 업적은 주로 20대에 이루어졌기 때문에 창의성은 중년기에 감소하는 것으로 믿어져 왔으나 모든 과학 분야에서 가장 훌륭한 업적을 이룬 평균 연령은 40세경인 것으로 나타났고, Simonton은 가장 뛰어난 업적을 40세경에 이루는 것은 이 때가 생산성이 가장 왕성할 때여서 훌륭한 업적이 나올 수 있다고 설명하였다. 중년기에는 자신의 직업에서 절정에 이르고, 좀 더 많은 돈을 벌며, 보다 많은 영향력을 행사하고, 다른 어떤 시기보다 더 존경을 받는다.

직무수행 능력(job performance)은 중년기에 매우 높은 편이다. 중년기에는 직업의 자율성, 개인적 도전과 성숙의 기회, 성취감, 자신이 하는 일이 사회에 얼마나 기여할 수 있는지등에 관심이 많다(Clausen, 1981). 중년기 후반에 직업만족도가 감소하는 것은 이제 더 이상 승진할 가능성이 낮고, 자신의 꿈을 실현시킬 기회가 없다는 자각 때문이다. 중년기에 실직하면 새로운 직업을 구할 기회가 매우 드물다(Barnes-Farrell, 1983). 특히 40세 이후에는 새 직장을 구한다 해도 이전보다 봉급이 적은데 55세 이후에는 더욱 그러하다. 실직은 불안, 우울증[5], 공허감, 신체적 건강쇠퇴, 알코올 중독, 심지어 자살에 까지 이르게 한다(DeFrank& Ivancevich,1986). 실직의 영향은 당사자뿐만 아니라 부부관계, 자녀관계에도 영향을 미친다(Mclotd, 1989). 중년기의 여가 활동은 격렬한 운동이나 스포츠보다는 클럽이나 조직에 가입해서 사회문화적 활동이나 다른 사람들과 교제하는데 시간을 더 많이 보낸다. 자기 방식대로 재미있고 즐거운 여가 활동을 선택하게 된다. 결혼 만족도는 가족 생활 주기에 따라 다르지만 일반적으로 U자형의 곡선을 그리는 것으로 보인다. 즉, 결혼초기에는 결혼만족도가 높고, 자녀 양육기에는 만족도가 낮아지며, 자녀가 독립한 이후에는 다시 높아진다.

전통적가족 문화와 현대적 가족 문화의 중간에 끼어있는 샌드위치 세대인 중년기에는 부부 모두 결혼 만족도가 비교적 낮은 편이지만, 남편과 아내의 약간의 차이가 있다.(Turner, 1982). 남편들은 이 시기를 비교적 긍정적인 시기로 보는 반면, 아내들은 그렇지 못하다. 중년기 여성들은 친구나 성장한 자녀를 주된 의논상대로 여기는 반면, 남성들은 연령이 증가하면서 배우자를 더욱 중요하게 인식한다. 중년기의 결혼생활이 얼마나 원만한가는 주로 지금

5) 우울증은 상실로 인한 분노를 자신에게 내향화 한 것이다. 사랑하는 사람의 죽음과 같은 상실 경험은 자신의 중요한 일부를 잃었다는 슬픔 뿐만아니라 자신을 두고 떠나간 사람에 대한 원망과 분노를 유발한다. 그러한 원망과 분노는 그 표출 대상이 사라진 상태에서 자기 자신에게 향해져 자책감, 죄책감, 자기비하, 열등감, 자해나 자살과 같은 자기파괴적 행동으로 나타나게 된다.(권석만, 2017)

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

까지의 결혼 생활의 질에 달려 있다. 중년기의 성욕 감퇴는 단조로운 성생활에서 오는 권태, 정신적 또는 육체적 피로, 과음이나 과식, 본인이나 배우자의 육체적·정신적 질환, 성관계의 실패에 대한 두려움 등으로 인해 발생할 수도 있다.(Masters & Johnson, 1966). 청년 자녀교육비 등으로 경제적 부담 또한 가장 무거운 시기이다. 중년기 부모들이 극복해야 할 또 다른 문제는 있는 그대로의 자녀(부모가 희망하고 꿈꾸는 모습이 아닌)를 인정하는 것이다.

국내의 연구를 보면 중년기 부부의 가장 큰 관심사와 당면 문제는 자녀의 진로 문제, 대학진학 문제, 자녀의 앞날에 대한 염려(김명자, 1991)로 나타났고, 이로 인한 스트레스도 컸다(한미선,1992). 특히 우리나라는 자녀가 고3이 되면 어머니 역시 '고3 증후군'에 걸리는 '입시 시집살이'라는 것이 있다.(김명자, 1994) 중년기 후반이 되면 자녀가 청년에서 성년으로 성장함에 따라 자녀의 취업, 결혼, 자녀의 배우자, 손자녀와의 새로운 관계로 인해 새로운 부모 역할이 요구된다. 자녀가 모두 성장해서 집을 떠나고 두 부부만 남게 되는 시기를 '빈둥지 시기(empty nest stage)'라고한다. 빈둥지 시기에 도달했을 때 고독감을 견디지 못하고 우울증에 빠지게 되는데, 이를 '빈 둥지 증후군(empty nest syndrome)'이라고한다. 무미건조해진 결혼생활에 활력을 불어넣기위해 전보다 더 여류로워진 시간과 에너지, 경제적 자원을 부부관계에 투자해야한다.(Lamanna & Riedmann, 1991).

이시기는 부모 세대가 신체적으로 노화나 질병 등으로 어려움을 경험하고, 경제적으로나 심리적으로 의존적인 시기이므로 이들에 대한 부양자로서의 역할이 강조된다.

나. 사별 가족의 일반적 애도과정

애도과정(mourning process)이란 대상을 죽음으로 상실한 후에 나타나는 슬픔과 회복의 과정을 말한다. 이와 같이 애도는 상실에 대한 자연적이고 필연적인 반응이자 과정이다. 사별 후 고인이 계속 존재할 것 같고, 계속 연결되어 있다는 느낌을 '지속적인 유대감(continuing bonds)'이라고 하는데, 이러한 심리적 부적응은 예기치 못한 죽음인 경우에 높게 나타나며, 시간이 지나도 우울감이 높은 상태를 유지하게 된다(Stroebe et al., 2012). 상실을 겪고 있는 중이거나 겪고 난 후에는 다양한 상실의 증상들을 경험하게 된다. 그러나 이것은 신체의 자연스러운 치유과정이다. 그러므로 이러한 변화 들을 자연스럽게 받아들여야 하며 애써 이겨내려고 해서는 안 된다.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

회복의 첫 번째 단계는 충격, 거부, 망연자실이다. 자신에게 닥칠 일을 믿을 수 없고 이해할 수도 없다. 마음 속으로는 줄곧 상실을 부정한다. 상실에 대한 이야기를 처음 들었을 때 주로 내뱉는 첫마디는 “뭐라구?” 혹은 “그럴리 없어”이다. 상실했다는 것을 잊고 있다가 다시 기억이 날 때마다 충격을 받는다. (특히 잠에서 갓 깨어났을 때가 그렇다). 이러한 일들을 겪는 동안, 극심한 아픔(충격과 망연자실)에 대한 우리 몸이 자연스러운 보호 작용이 시작된다.

회복의 두 번째 단계는 두려움, 울화, 침울이다. 두려움, 울화, 침울은 상실과 관련해 가장 흔하게 겪게 되는 감정이며 반응이다.

회복의 세 번째 단계는 이해, 받아들임, 계속 살아가기이다. 이제 다시 살아났다. 몸은 치유의 과정에 잘 적응하고 있다. 마음은 잃어버린 ‘그것’ 없이도 살아갈 수 있다는 것을 받아들인다. 새로운 인생을 향해 걸어 나간다(Harold H. Bloomfield외 2010).

3. 배우자 사별 중년 여성에 대한 심리 사회적 지원

가. 국가의 경제적 지원 정책

국가에서 경제적으로 지원하는 정책인 경우는 아래의 표와 같이 매해마다 복지 대상자 선정 기준표에 의한 맞춤형급여로 기준 중위소득에 따라 지원하고 있으며 배우자가 사망하면 다니던 직장에서 가입한 연금법에 따른 근무 연수에 따라 차등되게 유족 연금으로 지원하고 있다. 사망전 직장에서 가입했던 연금에 따라 국민연금에서 유족연금이, 때론 공무원 연금에서 유족연금이 지원되고 있다. 미성년자인 자녀가 있는 경우는 성인이 되는 해 생일 있는 달까지는 1인당 15,000정도 자녀수당이 추가되어 지급되는 금액을 받고 있다. 퇴직하게 되는 경우 해당 연금의 종류에 상관없이 모자란 근무 연수만큼 국민연금으로 추가 가입하여 유족연금으로 받을 수는 있다. 복지대상자 선정 기준에 해당 되지 않아 지원 거의 못 받은 것과는 달리 모든 참여자들이 유족[6]연금을 생각보다 적다고 느끼고는 있으나 매달

6) “유족”이란 연계노령유족연금의 경우에는 「국민연금법」 제 73조에 따른 유족을 말하고, 연계 퇴직 유족연금의 경우에는 각 직역연금법 (직역연금법에 따라 합산한 경우에는 연금가입자가 맨 나중에 가입한 연금에 관한 직역 연금법을 말한다)에 따른 유족을 말한다.(법제처, 국가법령정보센터, 2020, 1,16)

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

들어오는 유족 연금은 받을 수 있어서 다행이라며 도움이 많이 된다고 심리적으로 고맙고 든든하다는 공통된 진술이 있었다.

<표 Ⅱ- 1> 2020년 복지 대상자 선정 기준표에 따르면 맞춤형급여로 기준 중위소득에 따라 생계급여, 의료급여, 주거급여(부양의무자 조사안함), 교육급여(부양의무자 조사안함)항목으로 나뉘어져 있다. 복지대상자 선정 기준에는 주거급여, 제3자의 사적이전 소득산정시 공제액, 보장기관 확인 소득, 재산의 소득 환산율, 긴급생계급여, 차상위계층(자활, 장애, 본인부담경감,차상위확인)부양의무자 부양능력 판정 소득액 기준표, 수급(권)자 기준(2020년 완화),부양의무자 기준(2020년 완화), 한부모 가족, 희망키움 통장 Ⅰ,Ⅱ(근로, 사업소득), 긴급복지, 기초연금, 장애인연금, 정부양곡, 교육급여, 해산 장제급여 항목이 있다.

이 연구를 통하여 연구 참여자가 신청하고자 하는 부분들은 대부분이 생계, 의료, 주거급여 수급자만 신청 가능하게 되어 있었다. 다양한 제도가 있음에도 불구하고 문턱 높은 제도로 인해 수혜를 받을 수 없는 현실을 실감하고 있었다. 실제로 지원 받는 한 부모 가정이 많도록 좀 더 완화될 필요성이 있다고 느끼는 바이다.

<표 Ⅱ- 1> 2020년 복지대상자 선정기준표

(금액단위 : 원)

구분	적용	비율	1인가구	2인가구	3인가구	4인가구	5인가구	6인가구	7인가구
맞춤형급여	기준중위소득	100%	1,757,194	2,991,980	3,870,577	4,749,174	5,627,771	6,506,368	7,389,715
	생계급여	30%	527,158	897,594	1,161,173	1,424,752	1,688,331	1,951,910	2,216,915
	의료급여	40%	702,878	1,196,792	1,548,231	1,899,670	2,251,108	2,602,547	2,955,886
	주거급여 부양의무자 조사안함	45%	790,737	1,346,391	1,741,760	2,137,128	2,532,497	2,927,866	3,325,372
	교육급여 부양의무자 조사안함	50%	878,597	1,495,990	1,935,289	2,374,587	2,813,886	3,253,184	3,694,858
	주거급여	4급지기준임대료	158,000	174,000	209,000	239,000	249,000	291,000	291,000
		기준임대료(60%)대가유,조사중, 개인운영시	94,800	104,400	125,400	143,400	149,400	174,600	174,600

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

복지대상자 선정기준	주거급여	부양의무자 전체	94,800	104,400	125,400	143,400	149,400	174,600	174,600
		부양의무자 부분 제3자전체	73,944	81,432	97,812	111,852	116,532	136,188	136,188
		제3자 부분	18,960	20,880	25,080	28,680	29,880	34,920	34,920
		보증금이 있다면 보증금환차액을(보증금 * 0.04 / 12)을 실제임차료에 합산 * 소득인정액<생계급여기준 : 실제임차료 전부 지원 *소득인정액 ≥생계급여기준 : 기준임대료(또는 실제임차료)–자기부담분[=Y(소득인정액-생계급여선정기준) x K(자기부담율 30%]							
	제3자의사적이전소득산정시공제액	중위소득 10%	175,719	299,198	387,058	474,917	562,777	650,637	738,972
	보장기관확인소득	(1일/8시간) 68,720원*근로일수15일 = 1,030,800원 * 최저임금: 시급8,590원							
	재산의소득환산율	환산율1.04%(주거용) / 일반재산: 4.17% / 금융재산: 6.26%							
	긴급생계급여	중위소득15 %	**263,579**	**448,797**	**580,587**	**712,376**	**844,166**	**975,955**	**1,108,457**
	차상위계층 (자활,장애,본인부담경감, 차상위확인)	중위소득 50%	878,597	1,495,990	1,935,289	2,374,587	2,813,886	3,253,184	3,694,858
	부양의무자 부양능력 판정소득액 기준표 (수급자1인 기준p.214)	없음	1,757,194	2,991,980	3,870,577	4,749,174	5,627,771		
		있음(일반)	2,460,072	3,694,858	4,573,455	5,452,052	6,330,649		
		있음 (취약계층)	2,600,647	3,694,858	4,573,455	5,452,052	6,330,649		
	수급(권)자 기준 (2020년 완화)	* 25~64세에 근로·사업소득 공제 30% 신규적용(기존 30%이상 공제대상은 현행 기준 유지) *기본재산액공제액확대 - 4,200만원(중소도시-생계,주거,교육)/ 의료급여는 현행 기준 유지(3,400만원) *주거용재산한도액확대 - 9,000만원(중소도시-생계·주거 ·교육)/ 의료급여는 현행 기준 유지(6,800만원)							
	부양의무자 기준 (2020년 완화)	* 부양능력미약자 부양비 부과율 완화(30%,15% → 10% 완화) *수급권자가구에장애정도가심한장애인이있는경우(단독):생계급여부양의무자적용기준제외(소득834만원이하,재산9억원이하) *부양의무자양육비소득공제도입 *부양의무자가구원수산정시포함자녀연령상향(30세미만→34세이하)							
	한부모가족	중위소득 52%(급여)		1,555,830	2,012,700	2,469,570	2,926,441	3,383,311	3,842,652
		중위소득 60% (증명서)		1,795,188	2,322,346	2,849,504	3,376,663	3,903,821	4,433,829
		중위소득 70%(청소년한부모)		2,154,226	2,786,815	3,419,405	4,051,995	4,684,585	5,320,595
		부양의무자 조사안함	* 22세이상기혼자녀 : 보장, 조사가구원제외 * 22세이상미혼자녀 : 보장가구원에선제외/ 조사가구원포함(소득, 재산은포함)						
	희망키움통장Ⅰ,Ⅱ (근로,사업소득)	Ⅰ소득하한(40%)중위소득40%의 60%(생계, 의료급여)	421,727	718,075	928,938	1,139,802	1,350,665	1,561,528	1,773,532
		Ⅱ중위소득 50%이하 (주거,교육, 차상위)	878,597	1,495,990	1,935,289	2,374,587	2,813,886	3,253,184	3,694,858
		근로소득장려금=【가구총소득- (최저생계비×0.6)】× 0.85(장려율)							
	긴급복지	중위소득75 %	1,317,896	2,243,985	2,902,933	3,561,881	4,220,828	4,879,776	5,542,286

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

복지대상자선정기준	기초연금, 장애인연금	부양의무자 조사안함	* 소득인정액기준①노인단독148만원②노인부부236.8만원/장애인연금①단독122만원②부부195.2만원 * 공제: 기본재산8,500만원/금융자산2,000만원 근로소득(기초연금 96만원, 장애연금 77만원+ 추가30% 공제) ※소득인정액=실제소득+재산소득환산액(4%/12) * 4000만원이상또는3000cc이상고급승용차(차령10년이하) 보유자 골프,콘도등고가회원권보유자 ▶기본재산공제제외, 월100%환산율적용	
	정부양곡	1포기준 (2019년산)	* 20Kg : 생계·의료급여10,100원, 주거·교육급여등차상위: 20,000원 * 10Kg : 생계·의료급여 2,000원, 주거·교육급여등차상위: 4,000원 ▶생계급여수급자만자동공제	
	교육급여	고등학생	입학금, 수업료지원(연도별급지별) * 교과서비 : 해당학년의 정규과목에 편성된 교과목 전체(연1회) *부교재비:1인339,200원(연1회)	* 학용품비: 1인당83,000원(연1회)
		중학생	* 부교재비: 1인212,000원(연1회)	
		초등학생	* 부교재비: 1인134,000원(연1회)	* 학용품비: 1인당72,000원(연1회)
	해산·장제급여	해산급여: 1인당700,000원 (쌍둥이출산시1,400,000원), 장제급여: 1구당800,000원 * 생계,의료, 주거급여수급자만신청가능		

출처: 제주시 오라동 주민자치센터 주민복지과(2020)

<표 Ⅱ-2> 연구 참여자들이 현재 지원 받고 있는 국가의 경제적 현황에 따르면 유족연금이 공통적으로 적다고 느끼지만 그래도 지원 받을 수 있어 숨통이 트인다며 너무 감사하게 여기고 있다. 유족 연금을 빼고는 그다지 많이 지원을 받고 있지 않음을 알 수 있었다.

<표 Ⅱ-2> 연구 참여자들이 지원 받고 있는 국가의 경제적 지원

참여자	나이	유족연금	아동수당	다자녀혜택
M씨	38세	46만원정도	10만원정도 (만7세까지) (미취학아동 막내만해당)	방과후무료(2명) 전기세 다자녀할인(만 몇천원정도)
K씨	50세	75만원정도		국가장학금(20년도 1학기 해당)
B씨	62세	100만원정도		

* 배우자의 나이는 심층 면담 시점인 2019년 기준임

<표 Ⅱ- 3> 2018년 사별로 인한 저소득 한부모 지원 여부 현황에 따르면 현재 지원 받고 있는 가구는 30%도 안되었다. 65.7%가 제도를 모르거나 지원 받은 적 없다는 것을 확인 할 수 있다. 사별로 인해 한부모 가정에 놓이면서 경제적인 어려움을 많이 호소하는데도 실제적

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

으로 연구에 참여한 참여자들뿐만 아니라 한부모 가정 지원의 사각지대에 놓이면서 경제적으로 지원이 절실히 필요하였음에도 지원을 거의 받지 못했다. 배우자 사별 가정에 실제적으로 도움이 될 수 있도록 다양한 제도들의 홍보와 문턱을 조금 낮출 필요성이 있다고 보여지며 보다 다양하고 완화된 지원방안이 필요하다고 본다.

<표 Ⅱ-3> 2018년 사별로 인한 저소득 한부모 지원여부 현황

특성별(1)	특성별(2)	2018 사례수(가구)	현재지원받고 있음(%)	현재지원받지 않으나 받은 적 있음(%)	제도를 알고 있으나 지원 받은 적 없음(%)	제도를 알지 못함(%)
한부모 연령별	30대 이하	725	29.1	5.2	45.1	20.7
	40대	1,363	23.5	6.1	48.6	21.8
	50대 이상	412	25.1	4.4	43.1	27.4
가구 구성별	모자	1,290	32.2	5.8	42.9	19.1
	부자	526	16.0	5.0	51.9	27.0

출처: 국가통계포털 KOSIS(2020), 통계정보시스템

<표 Ⅱ-4> 2018년 사별로 인해 필요하다고 느끼는 지원 1순위 현황에 따르면 한부모 가정 지원의 문턱이 높아 경제적으로 지원이 절실히 필요하였음에도 지원을 거의 받지 못했다. 실제적으로 연구에 참여한 참여자들 중 30대 후반 어린 자녀들이 있는 경우는 돌봄의 필요성을 강하게 느끼고 있었다. 보호자나 자녀들이 저학년 위주의 학교의 돌봄교실이나 지역 아동 센터의 서비스를 기피하거나 받지 않고 있는 경우다. 시댁과 위 아래층 살고 있으며 시댁 가족의 돌봄 지지를 원하고 있으나 지지를 못 받고 있는 경우였다. 실제적으로 도움이 될 수 있도록 다양한 방법으로 돌봄 지원방안이 필요하다고 본다.

<표 Ⅱ-4> 2018년 사별로 인해 필요하다고 느끼는 지원 1순위 현황

특성별(1)	특성별(2)	2018 사례수(가구)	생계비/ 양육비등 현금지원(%)	시설/ 임대주택등 주거지원(%)	아이돌봄 관련서비스 지원(%)	건강을 위한 의료지원(%)
한부모 연령별	30대 이하	725	68.3	9.3	7.6	6.0
	40대	1,363	64.9	10.3	5.6	6.5
	50대 이상	412	66.1	11.9	2.3	7.9

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

가구 구성별	모자	1,290	70.6	10.1	3.7	6.1
	부자	526	59.9	13.1	5.5	7.9

출처: 국가통계포털 KOSIS(2020), 통계정보시스템

나. 지역사회의 심리·사회적 지원

대부분 상담 기관이 성폭력, 가정폭력, 성매매 위주로 전문 상담이 이루어지고 있다. 배우자 사별 가족만을 위한 전문 상담 기관이나 프로그램을 운영하는 곳은 거의 전무하다. 일반 상담소에서 상담 의뢰가 있을 때 이루어지고 있다. 사별 직후 한 1년 내의 기간이 가장 힘든 시기라고 여겨진다. 그 기간 동안 반드시 상담 프로그램에 참여할 수 있도록 제도적으로 마련되어 배우자 사별 유가족 모두가 심리 사회적 지지 수용 경험에 도움이 되길 간절히 바란다.

<표 Ⅱ-5> 여성관련 유관기관 사이트에 따르면 사별이든 어떠한 형태로든 한부모 가정이 된 여성분들에게 도움이 될만한 기관들로 참고할 수 있으리라 여겨진다.

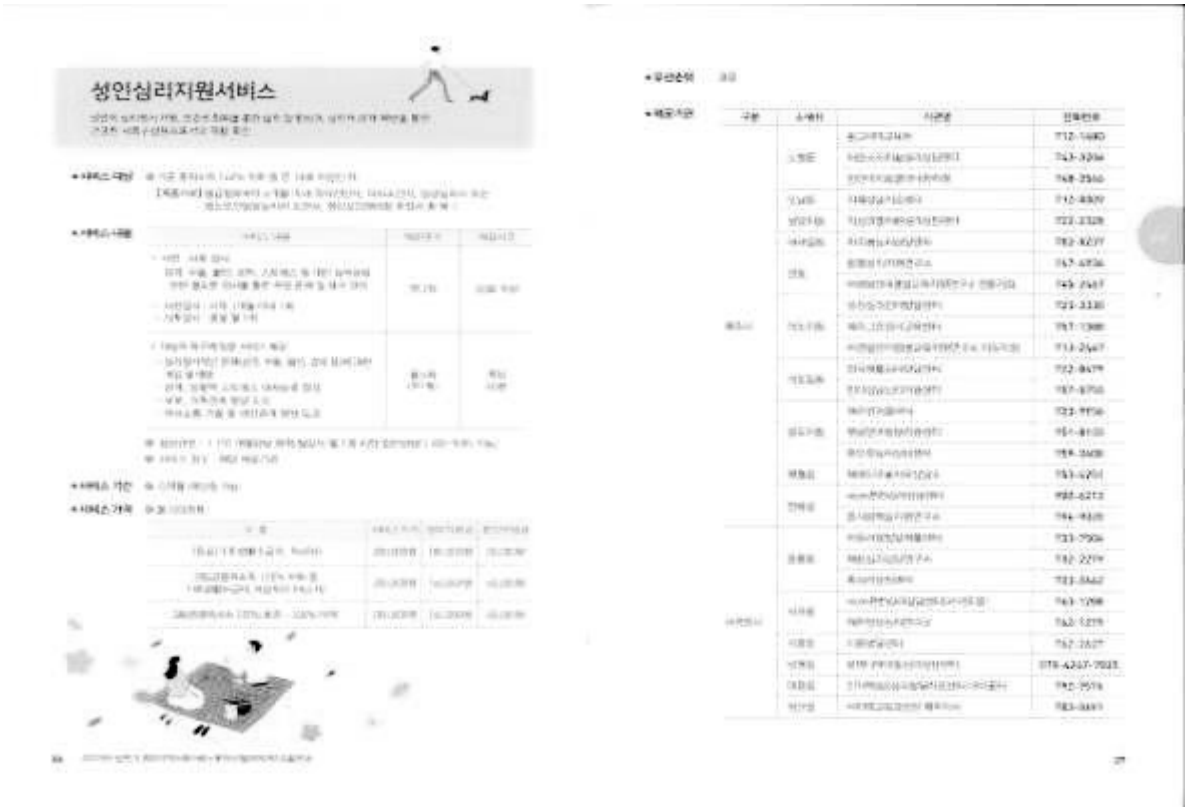
<표 Ⅱ-5> 여성관련 유관기관 사이트

여성	여성가족부 설문대여성문화센터 제주여성가족연구원
일자리	제주여성인력개발센터 제주YWCA 서귀포YWCA 여성새로 일하기센터 제주고용센터
가족	제주시건강가정지원센터 서귀포시건강가정지원센터 제주시다문화가족지원센터 서귀포시다문화가족지원센터
육아(보육)	제주특별자치도 육아종합지원센터 출산육아용품대여센터 아이돌봄서비스
아동복지 전문기관	제주특별자치도아동보호전문기관 서귀포시아동보호전문기관 제주가정위탁지원센터
안전	여성긴급전화중앙지원단 여성긴급전화제주센터 안전Dream 아동·여성·장애인 경찰지원센터

출처: 제주특별자치도(2020) 홈페이지

[그림 Ⅱ-3] 성인 심리 지원 서비스와 같이 도내 상담 기관은 있으나 배우자 사별 가족을 위한 프로그램은 그리 많지 않다. 비록 바우처로 운용되고 있지만 가까운 동주민센터에 가서 신청 시기에 맞춰 신청 후 나에게 맞는 심리 사회적 지지 수용 경험에 도움이 되길 바란다.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY



[그림 Ⅱ-3] 성인 심리 지원 서비스

출처: 제주특별자치도 제주연구원 (2020)

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

Ⅲ. 연구방법

1. 현상학적 연구

현상학적 연구(phenomenological research)는 하나의 개념이나 현상에 대한 여러 개인들의 경험(experience), 그중에서도 체험(lived experience)의 공통적 의미를 기술한다. 현상학자들은 모든 연구참여자들이 현상을 경험하면서 공통적으로 갖게 된 것을 기술하는데 초점을 둔다 (예를들어, 애도는 보편적으로 경험하는 것이다). 현상학의 기본적인 목적은 현상에 대한 개인의 경험들을 보편적 본질에 대한 기술("사물의 바로 그 본성을 포착하는 것";van Manen, 1994)로 축소하는 것이다. 이러한 목적을 달성하기 위하여, 질적 연구자들은 현상을 확인한다.(인간 경험의 '대상':van Manen, 1994). 이 인간 경험은 불면증, 남겨지는 것, 분노, 애도, 관상동맥우회술과 같은 현상이 될 수 있다(Moustakas,1994). 이어서 연구자는 현상을 경험한 사람들로.부터 자료를 수집하고 모든 개인들에게 나타나는 경험의 본질에 대한 복합적인 기술을 전개하게 된다. 이러한 기술은 그들이 무엇을 경험했는지와 그것을 어떻게 경험했는지로 구성된다(Moustakas, 1994).

현상학적 연구는 질적 연구 방법으로써 다양한 학문 분야에서 인간 경험을 탐구하는 접근으로 폭넓게 사용되고 있는데, 사회과학과 보건학, 특히 사회학, 심리학(Giorgi, 1985, 2009;, 간호학과 보건학, 교육학 등에서 인기가 있다. 특히, 간호학, 심리학, 교육학 분야를 중심으로 하여 그 이론적 논의(Giorgi, 1985, 2009)와 실제 연구가 활발히 이루어 지고 있다.

이남인(2005)에 따르면 경험적 판단 중지 및 환원의 구체적인 내용은 학문 분야가 다름에 따라 다른 모습을 보일 수도 있으며 또 동일한 학문 분야의 경우에도 연구 대상인 체험이 다름에 따라 다른 모습을 보일 수도 있다.

현상학은 풍부하고 기술적인 자료를 도출하기 위해 '생소함(newness)'을 갖고 체험에 접근하고자 한다. 괄호치기는 연구자의 신념, 감정을 제쳐놓아 지각이 현상에 더욱 개방적이고 충실 할 수 있도록 하는 과정이다(Colaizzi, 1978).

첫째, 현상학적 질적 연구는 인간의 체험(lived experience)을 탐구한다. 이때 인간의 체험이

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

란 경험(experience)과는 다르다. 따라서 이러한 체험은 경험의 그 순간에는 포착할 수 없고 시간이 흐른 뒤 그 경험에 대한 반성적 사고를 통해 접근할 수 있는 것이다. 즉, 체험(lived experience)이란 지금 우리의 기억속에 남아 있는 변형되고 해석된 경험이 아니라 그 경험을 하고 있는 바로 그 순간의 경험을 말한다.

둘째, 현상학적 질적 연구는 우리의 의식에 드러나는 바로 그대로의 현상을 해명한다. 즉, 우리의 의식에 드러나는 체험은 모든 것이 현상학적 질적 연구의 대상이 될 수 있다. 그러한 체험은 신체적인 체험일 수도 있고, 인지적 혹은 감정적인 체험일 수도 있으며, 혹은 꿈이나 환상, 심령체험처럼 현실 세계에서는 존재하지 않고 의식에만 존재하는 체험일 수도 있다.

셋째, 현상학적 질적 연구는 체험의 본질과 그 구조를 연구한다. 따라서 현상학적 질적연구는 단순히 경험을 기술하는 것이 아니라 그 체험을 구성하고 있는 본질적 요소, 즉 그 체험을 그것이라 부를 수 있는 요소를 탐구한다.

넷째, 현상학적 질적 연구는 체험의 의미를 우리가 겪은 그대로 기술한다. 체험에 접근함에 있어서 통계적 방법을 통해 그것의 일반화를 추구하거나 그것을 설명하는 법칙이나 이론을 추구하는 것이 아닌, 체험에 대해 기술적으로 접근하여 그것을 풍부하게 기술하고 해석하려는데 초점을 맞춘다는 것을 의미한다. 현상학적 질적연구는 경험을 변형하지 않고 있는 그대로의 경험에 기술적으로 접근하여 그것에 대한 깊고 풍부한 이해를 도출하고자 한다.

다섯째, 현상학적 질적 연구는 현상에 대한 인간 과학적 연구이다. 이는 현상학적 질적 연구가 철학적 현상학과 같은 관념적, 철학적 연구가 아닌 과학적 절차와 방법을 통해 이루어지는 인간 과학적, 경험적 연구임을 분명히 하고 있는 것이다. 이러한 질적 연구의 인간 과학적 측면은 크게 세가지 측면에서 분명히 드러난다고 할 수 있는데, 첫째 과학적 연구 도구의 측면이다. 현상학적 질적 연구는 질문, 반성, 주의집중, 직관 등 특별한 연구 방법을 통해 이루어지는 연구로서 과학적 연구의 특징을 지닌다. 둘째, 자기 비판적 측면이다. 연구 성과로의 접근에 있어서 그것을 계속적으로 검토하고 수정, 발전시킨다는 측면에서 자기 비판적인 과학적 성격을 가지고 있다고 할 수 있다. 셋째, 결과의 타당성 측면에서 현상학적 질적연구는 기술된 현상의 정당화의 측면에서 타인의 경험을 수집하고 이에 대한 타당성을 검증한다는 측면에서 과학적 연구의 성격을 가진다.

현상학적 질적 연구의 방법론적 논의에 등장하는 주요한 개념을 중심으로 살펴보고자 한다. 현상학적 질적 분석의 목적은 체험(lived experience)의 본질적인(essential) 의미구조를 밝히는 것이다.(Creswell, 2017; Moustakas, 1994; Giorgi, 2009). 이러한 현상학적 질적 분석

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

의 대상으로서 체험의 본질적인 의미구조를 위해서는 그것을 세가지 측면에서 살펴볼 필요가 있다. 그것은 첫째, 체험의 측면. 둘째, 본질적인 요소의 측면. 셋째, 의미구조의 측면이다.

체험은 경험의 한 유형으로 반성 이전의 경험, 그것이 경험되는 그 순간의 경험을 의미한다. 둘째로, 체험의 본질적 요소란 그 체험을 바로 그것이라 부를 수 있게 하는 요소를 의미한다. 현상학적 질적 분석의 '본질적 요소'의 의미는 시공간을 초월하여 불변하는 의미가 아닌 다양한 속에서도 변하지 않는 체험의 요소로 해석되어야 할 것이다.

'essence'는 우리말로 두가지로 번역될 수 있는데 하나는 본질, 다른 하나는 '정수' 혹은 '핵심'이다. 앞선 학자들의 논의를 종합하면 현상학적 질적 분석에서 본질적 요소는 오히려 '정수' 혹은 '핵심'에 더 가까운 의미를 가진다 할 수 있다. 셋째로, 현상학적 질적 분석은 체험의 구조(structure)를 탐구한다(Moustakas,1994; Giorgi, 2009). 현상학적 질적연구에서의 환원(reduction)은 넓은 의미로는 체험의 본질적 구조를 찾아가는 일련의 과정 전부를 의미하는 것으로, 좁은 의미로는 체험의 본질을 탐구하는 것을 방해하는 일체의 선입견이나 선이해에 대한 배제라고 이해할 수 있다.

Husserl은 현상의 본질을 찾는 일련의 방법으로서 다양한 유형의 환원에 대해 논의하고 있다.(이남인, 2004). 그는 현상학에서의 방법적 개념으로 'epoche', '판단중지', '괄호치기', '본질직관'등의 개념과 함께 다양한 유형의 환원에 대해 논의한바 있다. 라틴어'reductio'에서 유래하였는데, 'reductio'는 라틴어'reducere'의 명사형이며, 이는 어떤 것을 원래의 그것으로 돌려놓는다는 의미를 가진다(이남인, 2004). 따라서 환원이란 넓은 의미에서 현상 바로 그 자체로 돌아가기 위한 일체의 방법론적 개념이라 할 수 있다.

좁은 의미에서의 환원은 체험의 본질적 요소를 탐구하는 우리의 연구 혹은 분석의 과정에서 우리에게 영향을 미칠 수 있는 일체의 선이해, 선입견을 배제하는 것을 의미한다.

우리가 현상학적 질적 연구에서 환원에 대해 언급할 때는 보통 이러한 좁은 의미로 통용된다. 그렇다면, 에포케, 판단중지, 괄호치기, 현상학적 환원의 개념에 대해 살펴보면서 환원의 좁은 의미에 대해 좀 더 살펴보도록 하자.

에포케(epoche)는 Husserl이 가정으로부터의 해방, 판단정지의 개념을 나타내기 위해 사용한 그리스어로 '멀리 떨어뜨려 놓음' 혹은'억누름'을 의미한다(이남인, 2004). 이는 말 그대로 탐구의 과정에서 우리의 의식에 영향을 끼칠 수 있는 다양한 지식, 선이해, 선입견 등을 우리의 의식으로부터 멀리 떨어뜨려 놓음으로써 그것이 우리의 의식에 영향을 미칠 수 없게 하는 것이다(Moustakas, 1994).

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

판단중지는 어떠한 지식이나 선이해, 선입견이 옳은지 혹은 그른지에 대한 일체의 판단을 유보하는 것이다(이남인, 2004).

협소한 분석 단위(예를 들어, 중요한 진술)로부터 더 넓은 분석단위(예를들어, 의미 단위)까지 그리고 개인들이 무엇을 경험했는지와 '어떻게' 경험했는지를 요약한 상세한 기술에 이르기까지 진행되는 체계적인 절차를 따르는 자료분석이(Moustakas, 1994).

현상학은 개인들이 '무엇'을 경험했는지와 '어떻게' 경험했는지를 통합하여 개인들의 경험의 본질을 논의하는 기술적인 구절로 끝이 난다. '본질'은 현상학적 연구의 궁극적 측면이다.

moustakas(1994)의 초월론적 또는 심리학적 현상학은 연구자의 해석에 대해서는 덜 초점을 두는 반면에, 연구참여자의 경험에 대한 기술에 더 초점을 두고 있다. 또한 Moustakas는 Husserl의 개념인 판단중지(epoche 또는 괄호치기)에 초점을 두는데, 여기에서 연구자는 연구 중인 현상에 대한 신선한 관점을 갖기 위해 가능한 한 많이 자신의 경험을 가둔다. 따라서 '초월론적'이라는 말은 "모든 것이 마치 처음인 것처럼 신선하게 인지되는" 것을 의미한다(Moustakas, 1994: 34). Moustakas는 이러한 상태가 좀처럼 완벽하게 성취되지 않으리라는 것을 인정한다. 그러나 나는 다른 사람들의 경험을 갖고 연구를 진행하기에 앞서 현상에 대한 자신의 경험을 기술하고 관점들을 괄호치기함으로써, 이러한 생각을 반영하는 연구자들을 보게 된다. 괄호치기와 함께, 경험적, 초월론적 현상학은 심리학에서 이루어진 연구들 (예를 들어, Giorgi, 1985, 2009)과 Colaizzi(1978)의 자료분석 절차들에 의존하고 있다.

Moustakas(1994)가 제시한 절차는 연구할 현상 확인하기, 자신의 경험 괄호치기하기, 현상을 경험해 온 여러 사람들로 부터 자료 수집하기 등으로 구성된다. 그러고 나서 연구참여자들이 현상을 어떻게 경험하는가에 대한 이해를 제공하는 '의미 있는 진술'이나 문장, 인용문을 강조한다. Moustakas(1994)는 이러한 단계를 수평화(horizonalization)라고 부른다. 연구자는 정보들을 의미있는 진술이나 인용문들로 줄임으로써 자료를 분석하고 이러한 진술들을 주제로 결합한다. 이러한 절차를 따르면서 연구자는 사람들의 경험에 대한 조직적 기술(textural description, 연구참여자들이 경험한 것)과 그들의 경험에 대한 구조적 기술(structural description, 그들이 조건, 상황 또는 맥락에 따라 그것을 경험한 방법) 그리고 경험의 전반적인 본질을 전달하기 위한 조직적, 구조적 기술의 결합을 전개한다.

현상학에는 특히 Moustakas(1994)에 의해 발전된 구체적이고 구조화된 방법이 있다.

가장 실천적이고 유용한 접근을 제공하는 것으로 Stevick-Colaizzi-keen 방법을 Moustakas(1994)가 수정한 것을 살펴보겠다. 첫째, 먼저 연구 중인 현상에 대한 개인적인 경험을 기술

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

하라. 둘째, 의미 있는 진술의 목록을 만들어 보라. 셋째, 의미 있는 진술들을 선정하고 나서, 그것들을 '의미단위' 또는 주제라고 부르는 정보의 더 큰 제시한 절차 단위로 묶는다. 넷째, 연구 참여자들이 현상에 대해 경험한 '무엇'에 대해 기술하라. 이를 경험-무슨 일이 발생했는지의'조직적 기술(textual description)'이라고 부르며 녹음된 예를 포함한다.

다섯째, 그 경험이 '어떻게 ' 일어난 것인지에 대해 기술하라. 이를 '구조적 기술(structural description)'이라고 하며, 조사자는 경험된 현상의 상황과 맥락을 반영한다. 여섯째, 현상에 대해 조직적 기술과 구조적 기술 모두를 통합한 기술을 하라. 이것이 경험의 '본질'이며 현상학적 연구의 궁극적 측면을 보여준다. 이는 전형적으로 현상에 대해 연구 참여자가' 무엇'을 경험하였고, '어떻게' 경험하였는지(예를들면, 맥락)를 독자에게 말해주는 긴 문단이다. Moustakas(1994)는 심리학자이며, 그에게 '본질'은 대체로 애도나 상실과 같은 심리학의 현상이다. Giorgi(2009)도 심리학자이며, 그는 Stevick-Colaizzi-Keen의 접근과 유사한 분석 접근을 제공한다.

2. 연구참여자

<표 Ⅲ- 1> 연구 참여자의 기본 인적사항

참여자	성별	나이	학력	종교	직업	자녀수 (나이)	사망 원인	사별 시기	사별 후 기간
M씨	여	38	대졸	천주교	삼성 FC	아들2 (7,12) 딸1(10)	위암	18. 6.17	약 10개월
K씨	여	50	대학원 수료	불교	인권& 도박문제 예방강사	아들2 (20,19)	간암	18.12.30	약 4개월
B씨	여	62	중졸	불교	요양원 조리사	딸3 (35,33,30) 아들1(27)	뇌출혈	15.12.6	약 3년 4개월

* 사례 참여자와 자녀의 나이 & 사별 후 기간은 (심층 면담 시작했던) 2019년 4월 기준임.

참여자 K씨

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

이 연구에서 K씨는 6남 1녀중 여섯 번째로 태어나 외동딸로 자랐으며 간암으로 배우자를 사별하였다. 유아교육을 전공하고 대학원에서 심리치료학과를 수료한 50세 미망인이다. 직접 연구에 참여한 연구자로서 인권 교육 & 도박 문제 예방 강사로 활동 중이며 20살 대학생과 19살 고등학교 3학년인 두 아들의 엄마이다. 마냥 슬퍼만 하고 이유 없이 우울하고 무기력해지는 마음을 그냥 둘 수가 없어 지금은 제주 국제 명상 센터에서 다시 시작하게 된 명상 프로그램과 전문 상담사 준비 인턴과정에 참여해 잘 이겨내고 있는 중이다. 이 연구자는 애도기간을 아무리 적어도 3년~4년 정도로 본다면 처음 사별 후 1년간은 하늘이 무너져 내렸다는 표현을 하는 슬픔이 제일 큰 시기로 가까운 지인등 주변에서 많이 찾아가 위로와 지지등 격려가 제일 많이 필요한 시기인 것 같고, 2년째, 3년째는 망자에 대한 미안한 마음에서 빨리 벗어나 애도 기간을 잘 극복 하는 과정에서 상처받는 일이 없도록 남은 유족들과 이 세상을 잘 살아갈 수 있는 든든한 힘을 길러 다시 세상에 나아가 잘 살 수 있기를 바란다.

이 연구자가 느끼는 사별 이후의 어려움은 MBTI 성격 유형 검사에서 ENFJ 유형인 관계중심형이어서 그런지는 모르지만 밝게 지내려고 하며 애써 이겨내고 있는 사람에게 위로와 격려는 못할망정 “저 사람 남편 죽은 것 맞아”라는 수군거림 식의 이야기를 들으며 상처받기도 하였다. 배우자 사별 후 주변 지인들로부터 신신당부하며 건강 조심하라던 말이 무색할 정도로 배우자와 사별하며 받은 극심한 스트레스 때문인지 양성 뇌종양과 파열되지 않은 대뇌 동맥류를 진단받아 건강에 이상소견이 있으면서 건강에 대한 두려움이 매우 커졌다. 집을 건축하며 대출받은 빚을 오롯이 혼자서 상환해야 하는 경제적 어려움과 건강 유지에 대한 걱정이 제일 크다. 사별 이후 자녀들과의 관계는 아빠를 호스피스 병동으로 옮길 때 아주 소원했던 관계가 지금은 많이 해소되어 아빠가 아프면서 만들어 사용하던 카톡방에서 서울에서 대학을 다니는 큰 아들과도 몸은 떨어져 있지만 서로의 근황을 주고받으며 사랑한다는 말로 표현도 자주 하고 더욱 끈끈하고 애틋해지기는 했다.

연구자가 고등학교 2학년에서 3학년으로 올라가는 해의 눈이 펑펑 내린 몹시 추운 겨울방학의 어느 날 친정아버지가 돌아가셨는데, 본의 아니게 둘째 아들에게도 똑같은 경험을 물려주게 되었다. 그래서 내 인생의 가장 추운 날은 배우자와 사별한 날과 아버지가 돌아가신 날로 기억이 될 것이다.

두통으로 시작된 안 좋은 건강 상태를 진단 받은 후 내 자신의 삶을 돌아보는 기회가 더욱 많아졌다. 어느 강연에서 강연자가 한 말이 확 와 닿았다. ‘내일이 올지 다음 생이 올지 아무도 모른다’. 마치 내일이 없는 사람처럼 조금은 나를 위해 즐기며 살기로 마음먹었다. 예를

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

들면 건강한 삶을 위해 주말마다 오름 걷기등 적어도 1시간 이상 나에게 투자하기, 여행하며 힐링하기, 뇌를 쉬게 하는데 최고인 명상하기, 날마다 긍정적인 생각이나 감사의 글쓰기, 사람들과 소통하기 등이 있다.

참여자 M씨

이 연구의 참여자 M씨 (가명)는 1남 2녀 중 두 번째로 태어난 둘째 딸로 자랐으며 위암으로 배우자를 사별하였다. 대학에서 트럼펫 악기를 전공한 37세 미망인이다. 삼성생명 FC (Financial Consultant)이며 12살, 7살 두 아들과 10살 딸 한 명을 키우는 세 아이의 엄마이다. 사별 이전엔 자녀들이 어리기도 했으나 배우자의 만류로 전업주부로만 있다가 사별 후 어린아이들과 살아가기 위해서는 직장을 가져야 했기에 어린아이들을 케어하는데 좀 더 자유로운 삼성생명 보험 일로 직장생활을 시작하였다.

사별 이전의 어려움으로 남편과의 관계에서 내겐 미운 사람, 날 되게 힘들게 하는 사람으로 표현할 정도로 한 달이면 거의 보름을 술을 마셔서 술만 먹으면 택시를 타거나 대리 운전사를 부르면 꼭 시비가 붙어 싸우기 일쑤였다. 항상 새벽에 전화가 와서 전화 안 받으면 안 받았다고 뭐라 하고 만삭인 상태에서도 깊은 잠을 못 자고 자는 갓난아기와 두 아이들을 데리고 술 취한 아빠를 데리러 가야했으며 만취 후 귀가하면 잠자는 큰 아들을 깨워 “아빠가 없으면 엄마와 동생들은 누가 지켜야 해”라고 훈계하는 등 가족들 모두가 늘 긴장하며 살았다. 사별 전에는 생활비는 주나 사채까지 쓸 정도로 항상 마이너스인 상태로 생활을 해야 해서인지 사별 전과 후의 변화를 묻는데. “오히려 사별하고 정신적으로는 정말 행복해요.” 라는 표현을 하였다. 남편은 나에게 어떤 의미였는지 사별 전 부부관계에 대해 회상하는 부분에서는 평소에는 심각한 얘기를 한 번도 안 하다가 할 수 있어서 오히려 아팠을 때 관계가 더 좋았다.라고 진술하였다.

죽은 남편에게 주기로 했던 땅을 딸 집 짓는데 사용해 버려 배우자 사별 후 시댁과의 관계는 썩 좋은 편은 아니고 사망 보험금 나온 것으로는 빚을 청산하는데 사용하여 돈이 전혀 없는 상태라 시부모님과 관계가 악화되어 같이 살다 나가라고 하면 언제 길거리에 나 앉아야될지 모른다며 불안해 하고 있음을 알 수 있었다.

어린 자녀 양육과정에서 아빠 빈자리의 어려움은 한 건물에 위 아래층으로 함께 살긴 하지만 시부모의 손자녀 돌봄이 전혀 이루어지지 않고 있음에 대한 서운함이 컸다.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

참여자 B씨

이 연구에 참여한 B씨는 3남 3녀중 다섯 번째로 태어나 셋째딸로 자랐으며 어느 날 갑자기 뇌출혈로 쓰러지면서 골든 타임을 놓쳐 배우자를 사별하여 아무 말도 들을 수가 없었다며 큰 충격이라던 중학교 졸업한 59세 미망인이다. 현재 요양원에서 조리사로 근무하고 있으며 시집간 35세 딸, 33세 딸, 30세 딸, 27세 아들 4명의 자녀를 둔 엄마이다. 남편과 사별 후 죽음의 의미는 인생 끝이로구나. 삶의 의미는 자녀 출가할 때까지는 열심히 살아야지 하는 책임감으로 살고 있으며 사별 후 세상에 대한 인식은 사람들이 무시하는 것 같고 상난 곳 가서 함부로 말하던 사람이 죽음을 맞이하는 것을 보고 필요 없는 말은 진짜로 하지 말아야 돼 절대 말 함부로 하지 말아야지 다짐을 하게 되었다. 남편의 빈자리에 대한 느낌은 블루베리 농사하며 많이 느꼈지만 진짜 잘하나 못하나 사람 하나가 크긴 큰거다. 퇴직 연금도 연령이 연장되면서 몇 개월 모자라 연금을 못 받을 뻔 했다가 그나마 받을 수 있었다고 진술하였다. 배우자 사별 이후 남편 없이 혼자 사는 내 처지가 초라하고 사람들이 좀 무시하는 것 같고 아무래도 자신감이 없다는 생각을 가지고 있었다. 주변 이웃의 도움은 고맙게 도움 받으며 살아도 죽고나면 다 빚이라고 생각하고 있으며, 동 주민자치 프로그램인 요가, 풍물, 민요등 프로그램에 참여하여 잘 이겨 내가고 있다. 남편과의 사별 후 자녀와의 관계중 변화는 가족끼리 단톡방 만들어 서로 챙기고 장성한 자녀에게서 크고 작은 일을 의논하라고 요구받고 있으며, 자식들 출가를 제일 걱정하고 있고 종교가 없던 두 딸이 성당을 다니기 시작하였다.

사별 후 애도 기간을 극복하는 동안 심리 사회적 지지는 주로 자식들이 힘이 되었으며, 사별 선 경험이 있는 아는 지인인 언니의 위로와 함께 봉사하며 많은 위안이 되고, 극복하는데 많은 도움이 되었다. 남편과 사별했을 때는 어떻게 지났는지 모르겠지만 건강하던 막내 시아주버님의 사망 후 충격으로 남편과의 사별 경험이 재현되어 친하게 지내던 언니와도 멀리하게 되고 자녀들이 모두 걱정할 만큼 두 달 동안 집 밖을 전혀 나가지 못했다. 갑상선 암을 가지고 있던 참여자는 배우자 사별 후 정기적인 진료과정에 목을 촬영하는 치료 과정에서 뇌에 큰 파리가 함께 촬영되어 머리를 수술하는 일도 발생하였다.

3. 자료 수집

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

가. 연구 참여자 선정에 대한 윤리적 고려

임의추출방식, 눈덩이 표본 추출 방식(snowball sampling)을 활용하였다. 참여자 선정 기준은 제주도 내에 거주하는 3년 내외의 배우자 사별한 중년 여성들로 모집하였다. 통상적인 애도기간을 고려하여 3년~4년 내외의 기간을 기준으로 선정하여 신뢰성을 높이기 위함이다. 배우자 사별 중년 여성이 사별전·후 결혼 생활 경험에 따라 참여자 나이대별로 느끼는 심리·사회적 지지 수용 경험의 확연한 차이를 얻을 수 있었다.

나. 자료수집

Creswell이 소개한 현상학적 연구방법 (심층면담, 참여관찰을 통한 현장노트, 사진, 전자메일등의 문헌 분석등)을 이용하여 2019년 4월 ~ 2020년 4월간 2~3회의 심층 인터뷰, 2월 추가로 전화 인터뷰가 이루어졌다. 연구자는 연구 참여자와 1~2시간 인터뷰 진행이 이루어졌고, 새로운 주제가 드러나지 않을 때까지 진행되었다. 연구 자료는 가장 기본적으로 대면 인터뷰, 전화 인터뷰, 문자, 사진 등 모두 연구 참여자의 동의를 얻어 녹음하고 녹음 내용 전체를 전사하였으며, 전사 내용에 연구자의 실제 현장 노트, 관찰 내용, 연구자의 직접 경험등을 통해 연구의 신뢰도를 높이려 노력하였다. 논문 참여자가 주제나 지역적으로 원거리여서 중간에 위치한 연구자의 자택에서 참여자의 동의를 얻어 편안한 시간에 1~2시간 심층 면접이 이루어졌다. 임의추출방식, 눈덩이 표본 추출방식(Snowball sampling)을 활용하였다. 고지된 동의를 얻은 후에 각 참여자들에게 반구조화 질문을 하였다.

4. 자료 분석

이 연구자는 Creswell(2018)의 질적 연구방법론 다섯가지 접근에서 현상학적 방법을 사용하여 참여자들의 경험에 대한 조직적 기술(textural description, 연구 참여자들이 경험한 것과 그들의 경험에 대한 구조적 기술(structural description, 그들이 조건, 상황 또는 맥락에 따라 그것을 경험한 방법) 그리고 경험의 전반적인 본질을 전달하기 위한 조직적, 구조적 기술의 결합을 전개하여 참여자들의 전사자료를 분석하였다. 전반적인 느낌을 얻을 때까지 서면화된 모든 전사자료를 여러 차례 반복적으로 읽었다. 개별 전사자료로부터 배우자 사별에

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

대한 경험과 직접적으로 관련된 유의미한 어구 혹은 문장을 확인하였다. 그리고 반복하여 읽으며 의미있는 진술과 어구로부터 의미를 명확히 하려고 노력했다. 이렇게 만들어진 의미는 모든 참여자의 전사자료에서 공통적으로 나타나는 주제 혹은 의미 단위로 묶어 냈다. 그러고 난 후, 결과는 현상에 대한 심층적이고 철저한 기술로 통합했다. 일단 기술과 주제가 형성된 후, 최종단계에서 연구자는 결과물의 정당성을 입증하기 위해 참여자를 다시 접촉하였다. 관련 자료가 새롭게 나타날 경우 이것들도 최종적 기술에 포함한다.

방법론적 엄격성은 검증, 타당성, 타당도를 통해 달성한다.(Meadows & Morse, 2001). 검증은 연구 설계의 타당성을 입증하기 위한 첫 번째 조치다. 이 기준은 문헌 검색, 현상학적 방법의 준수, 과거 경험 괄호치기, 현장 노트 기록, 충분한 표본 활용, 반대 사례(negative case)의 발견, 자료가 포화될 때까지 면접하기 등을 통해 충족된다.(Frankel, 1999; Meadows & Morse, 2001). 프로젝트 평가의 범위에서, 타당성은 다양한 자료수집 방법(관찰, 면접, 사진), 숙련된 연구자에 의한 자료수집과 코딩, 참여자와 주요 정보제공자의 검토, 감사자료 남기기(audit trail)를 통해 달성된다. 타당도는 연구의 결과목표로서 진실성(trustworthiness)과 외부 평가에 바탕을 둔다. 감정 이입과 대처 상태 평가를 통해 임상적 적용을 제안하였다. (Kearney, 2001).

전사자료로부터 총 131개의 의미있는 진술, 118개의 구성된 의미, 35개의 주제군이 도출되었으며 10개의 범주로 함축하여 의미 분석표를 정리하였다.

연구 참여자 별로 배우자 사별 원인이나 과정 등은 모두 다르지만 배우자 사별이라는 특수한 경험과 사별 후 애도 과정에 대한 본질은 크게 다르지 않을 것이라는 전제하에 배우자 사별 중년 여성들이 공통적으로 지닌 맥락내에서 연구자가 참여 관찰하며 직접 경험한 현상의 본질을 기술하고 그 경험의 의미를 알아보고자 질적 연구 방법을 사용하였다.

다양한 질적 연구 방법 중 한 가지 현상에 대해 여러 개인들의 공통된 또는 공유된 경험을 이해 하는 것이 중요할 때 사용할 수 있는 Moustakas(1994)의 현상학적 연구 방법(Creswell, 2015에서 재인용)을 선택하여 연구 진행하였다.

심층 면담 후 전사한 전사자료를 계속 반복적으로 읽으며 의미있는 구절에 대해 자료를 분석하는 일반적인 지침을 따르고 해당하는 의미를 발전시키며, 그것들을 주제로 묶어 내고 현상에 대한 완전한 기술을 제시하는 방법인 Moustakas(1994)의 분석 방법(Creswell, 2015에서 재인용)을 사용 하여 전사자료를 분석하였다..

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

5. 연구 과정의 평가

이 연구자는 연구자인 동시에 연구 주제의 대상자에 해당되어 참여관찰자로 연구에 참여하였다. 연구 참여자들을 다각적으로 이해하고 편견을 최대한 배제한 채로 연구에 필요한 자료들을 포화 상태가 될 때까지 수집하고 분석하려고 노력하였다. 연구의 신뢰도를 높이기 위해 연구 참여자들에게 동의를 얻어 면담한 자료 전사 내용이나 논문의 결과와 해석에 대한 참여자의 피드백 받는 연구 참여자 확인(member check)과정을 거쳤다. 또한 동료와 함께 연구 결과 점검(peer checking)을 2차례 가졌으며, 가치 판단 오류를 줄이기 위해 연구 과정, 연구 결과의 일치성 및 잠정적 해석에 관한 질적 연구 전문가 교수의 정기적인 지도로 검증하는 방법을 사용하였다. 또한 배우자 사별 애도 과정 기간 중이라 힘든 연구 주제임에도 현장에서 참여자를 만나며 '괄호치기'하면서 참여자들의 배우자 사별에 대한 심리·사회적 지지에 대한 주관적인 경험의 본질을 이해하고자 하였다. 참여자의 인터뷰에서 보완이 필요한 부분은 참여자의 동의를 얻어 통화 가능한 시간을 파악 후 전화 인터뷰로 보충하려고 노력하였다.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

Ⅳ. 연구 결과

1. 사별한 중년 여성의 심리 사회적 지지의 맥락

이 연구에서 연구자는 Moustakas(1994)의 현상학적 질적연구를 통하여 사별 후 남겨진 배우자들이 겪는 어려움들을 분석 방법을 적용하여 탐색하고 이해할 수 있었다. 그중에서도 경제적인 어려움을 제일 크게 호소하는 것을 알 수 있었다. 연구결과 전사자료로부터 76개의 구성된 의미있는 진술과 72개의 구성된 의미있는 단위 도출과 20개의 주제로 4개의 범주들로 함축하여 분석결과를 경제적상황, 심리적상태, 사회적관계, 자신에 대한 이해로 <표Ⅳ-1> 배우자 사별 중년 여성의 사별에 따른 어려움과 같이 의미 분석표를 정리하였다.

<표 Ⅳ-1> 배우자 사별 중년 여성의 사별에 따른 어려움

구성된 의미있는 진술	구성된 의미	주제	주제군	범주
(1)집을 건축하며 생긴 대출 빚 상환에 대한 약간의 부담감은 있으나 배우자와 함께 꾸준히 상환 (2)항상 마이너스 생활로 약관 대출과 20% 대 사채빚으로 생활비를 충당했어요. (3)빚은 없지만, 어렵긴 어렵지. 민*이가 돈을 펑펑 쓰진 않지만 직장도 안 다니고 몇 년 째 공부하느라 뒷바라지가.....	1)대출 빚 상환에 약간의 부담감은 있으나 꾸준히 상환함. 2)약관 대출과 사채 빚으로 생활비를 충당함. 3)빚은 없어도 오랜기간 공무원 준비 하는 아들 뒷바라지가 힘듦.	1-1. 경제적으로 부담되는 삶	1. 대출빚	가. 경제적 상황
(4)대출 빚 이자 상환과 생활비 걱정에 잠이 안 와요 (5)내가 신용불량이라 보증보험도 가입을 못해서 월급도 많지가 않아요.	4)대출 빚 이자 상환과 생활비 걱정에 잠이 안 옴. 5)신용불량인데다 월급도 적어요.	1-2. 사별후 대출빚 상환과 생활고		
(6)대출빚은 자녀들에게 물려주기 싫어요 (7)빚이 늘어나는 것도 걱정이지만 비자금 돈이 다 없어지니까 무서워요.	6)자녀들에게 빚 물려주기 싫음. 7)늘어나는 빚과 비자금 줄어들어 무서움.	1-3. 빚 없이 살고 싶어요.		
(8)일하니까 좋은데, 썩 많이 버는 게 아니라 힘들어요 (9)인권 강사중 상반기 인권 강의를 제일 많이 뛰었어요. (10)머리 수술 후 한 달 반 만에 일 다녔어요.	8)많이 버는 게 아니라 힘듦. 9)상반기 인권 강의를 제일 많이 함. 10)수술 후 한 달 반 만에 일 다녔어요	2-1. 악착같이 돈을 벌어야 해요.	2. 생활비	

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

구성된 의미있는 진술	구성된 의미	주제	주 제 군	범주
(11)솔직히 말하면.....남편이 있을 때가 오히려 더 힘들었던 것 같아요. 생활비는 주는데 항상 마이너스였으니까 (12)생활비가 많이 들 때 걱정이 많아져요	11)생활비는 주는데 항상 마이너스 12)수입보다 지출이 많을 때 걱정이 많아짐.	2-2. 항상 마이너스 생활이예요.	2. 생활비	가. 경제적 상황
(13)진단 후엔 생활비가 없으니까 약관 대출을 받았어요. 그것으로 생활비 쓰고..... (14)힘들어서 난생 처음으로 올해 마이너스 통장 대출을 받았어요.	13) 약관 대출을 받았어요 14) 마이너스 통장 대출을 받았어요.	2-3. 대출 받았어요.		
(15)나는 일을 하고 싶은데 남편이 있을 때는 자기보다 많이 벌 자신 없으면 일 다니지 말고 애들이나 잘 키우래요. (16)대출빚과 이자, 생활비등 혼자 감당하려니까 힘들어 대리운전이라도 하고 싶었어요. (17)지금도 일만 있으면 쉬는 날도 대학이나 장례식장 식당에 아르바이트 다녀요.	15) 나는 일을 하고 싶어요 16) 대리운전이라도 하고 싶었어요 17) 쉬는 날도 아르바이트다님.	3-1. 일자리가 필요했어요.	3. 일자리	
(18)밤에 잠을 깊게 자 본 적이 없어. 술 먹으러 나가면 항상 새벽에 전화 오니까 늘 긴장하고 살았어요. (19)우리 아방 술 먹으민 핸드폰이나 지갑 분실 & 길에 쓰러진 경험도 있어요.	18)밤에 잠을 깊게 자 본 적이 없어. 19)핸드폰, 지갑 분실 & 길에 쓰러진 경험	4-1. 남편의 주사 및 폭력성	4. 긴장된 삶	나. 심리적 상태
(20)술만 먹으면 우리 애들도 긴장을 하는 거예요. 아빠 술 먹으러 갔냐고. 특히 우리 큰 애.	20)아빠 술 먹으러 갔어요?			
(21)난 새벽에 한 번 씩 깨기는 하는데 일부러 눈 감고 있어요. 무서워 막 새벽에 눈 뜨는 게. 불 꺼진 것 싫어. 그래서 난 거.실에서 불 다 켜놓고 자. (22)처음에는 집에 어떵 들어갈까했어. 근데 들어오면 편안해. (23)한동안 불 꺼진 집에 혼자 들어가기 무서웠어요.	21)불 꺼진 것 싫어서 거실에서 불 다 켜놓고 자요. 22)처음에는 집에 어떵 들어갈까했어. 23)불 꺼진 집에 혼자 들어가기 무서웠어요	5-1. 불꺼진 집이 싫어요.	5. 두려움	
(24)고등학교 3학년으로 올라가는 겨울방학에 친정아버지가 돌아가셨는데, 둘째 아들에게도 똑같은 경험을 물려주게 되었어요. (25)지금 우리 큰 애가 화낼 때 보면 말투나 행동이 아빠랑 똑같애요. 동생들한테 화내는 것 봐도 똑 같애.	24)둘째 아들에게 아빠의 부재 경험을 물려줌. 25)큰 애가 화낼 때 말투나 행동이 아빠랑 똑같애요.	5-2. 안 좋은 대물림에 대한 걱정		
(26)집 짓고 좋아했었는데 함께 누리지도 못하고 남편의 건강을 못 챙겨 보내게 돼서 정말 미안했어요. (27)남편 보낸 것은 힘들었는데 그 나머지 것은 좋았어요. 아무래도 제일 힘들게 하던 남편이 없으니까.....	26)함께 누리지도 못하고 건강 못챙겨 미안함. 27)남편 보낸 것은 힘들었지만 남편이 없으니까 좋았어요.	6-1. 남편에 대한 마음의 짐	6. 죄책감	
(28)사랑을 못 받고 자란 남편이 되게 싫으면서도 막상 아프다고 하니 불쌍하더라고요. (29)남편도 가는 병원마다 너무 늦게 알게 돼서 무척 안타깝다고 그랬어요. 우리도 (에휴) 불쌍하지.	28)남편이 싫으면서도 불쌍하게 느껴짐. 29)너무 늦게 알게 돼서 무척 안타까움.	7-1. 아프니까 불쌍해요.	7. 불쌍함.	
(30)죽음 관련 이야기, 남편 이야기만 해도, 기분이 다운돼 내 의지와 상관없이 무기력 해 (31)아방 죽은 때 이후로 밖을 돌아 다니당 막내 시아주버님 죽은 이후론 밖을 영 안 나갔주게	30)죽음에 관련된 이야기, 남편 이야기만 해도 무기력해 31)밖을 영 안 나갔주게 나가고 싶지도 안하고	8-1. 사별경험이 재현될 때 힘들어요.	8. 무기력 함	

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

구성된 의미있는 진술	구성된 의미	주제	주제군	범주
(32)사별전에는 다 놓고 산 것 같아요. 거의 바닥. 제일 우울하고 힘들었어요. 그냥 다 포기하고 산거지. 뭐 아무것도 없었어요.	32)제일 우울하고 힘들었어요.	9-1. 모든 걸 포기한 우울한 삶	9. 우울함	나. 심리적 상태
(33)애기들은 커가고 어쨌든 우린 집이 없는 거잖아요. 너 나가 해버리면 나는 길바닥에 나 앉아야되는데.....지인 언니는 재산 일억이 줄어드는 게 불안한 거지. 나는 언니의 반의 반도 없었는데 그 돈이 줄어드니까 불안해 죽겠는데 (34)나 겁이나요. 내가 잘못되면 또 애들한테 너무 큰 충격을 줄거니까 막 건강에만 초예민해가지고.....	33) 내 집이 없는 것과 있는 돈이 줄어드니까 불안함. 34)내 건강에 대한 불안함.	10-1. 나에게 없으니까 불안해요	10. 불안한 삶	
(35)암 걸린 남편 계속 병간호하고 있는데 시부모님이 게으르다고 해요. (36)연명 의료 중단 의향서에 남편이 직접 싸인하고 호스피스 병동으로 옮길 때 두 아들의 말이나 행동이 섭섭했어요.	35)남편 간호하는데 게으르다고 해요. 36)호스피스 병동에 보내기 싫은 두 아들과의 관계가 힘듦	11-1. 배려없는 말이나 행동들이 섭섭해요	11. 섭섭함	
(37)친정 식구들도 그렇고 시댁 식구들도 그렇고 섭섭해요. 남편이 없잖아 나는....만나면 그런 걸 신경쓰면서 행동을 했으면 좋겠는데 그건 내 욕심인거죠.	37)남편이 없는데 잊어버리고 행동할 때가 있어. 그게 내가 섭섭한거고.			
(38)집안에서 뭐 아무것도 안 한 사람은 아니구나 이런 생각이 들더라구요. 혼자 사니까. 손이 많이 갔더라구요. (39)블루베리하면서도 잘도 많이 느꼈져. 사람 하나가 잘하나 못하나 크긴 큰 거라. (40)고 3 자녀의 대학 진학을 고민할 때 남편이 있었으면 어떤 결정을 했을까?	38)남편의 손길이 닿았던 집안 일을 할 때 남편과 함께 했던 시간이 생각나요.	12-1. 남편의 빈자리	12. 그리움	
(41)아방도 죽고게 그 충격으로 모든 병의 원인이 스트레스로 오는데 오지 안허크냐? (42)두통으로 병원갔더니 양성 뇌종양과 대뇌동맥류가 발견되어 뇌종양은 시술했어요.	39)사별 충격 스트레스로 많이 아프게 됐어요.	13-1. 건강의 적신호	13. 스트레스	
(43)아내와 두 아들을 자랑스러워하며 작은 것도 의논하던 마음따뜻한 지지자였어요. (44)아방이 말도 없고 아기들한테 따뜻하게 한 번 안 허난 우리 민*인 아빠에 대한 기억이 하나도 안난다고 해 (45)사회성은 좋지만 술만 먹으면 날 힘들게 하는 사람 내겐 미운 상대였어요.	40)서로의논하던 따뜻한지지자 41)말수 없고 고지식한 사람 42)사회성은 좋지만 술만 먹으면 날 힘들게 하는 사람	14-1. 남편과의 관계	14. 진단전	다. 사회적 관계
(46)두 아들에겐 형 같은 아빠였어요. (47)술만 먹으면 아빠 술 먹으러 갔냐고 긴장을 해요 (48)아들이 아빠에 대한 기억이 하나도 없다고 해요.	43)형 같은 아빠였음. 44)아빠가 술 먹으면 긴장함. 45)아빠에 대한 기억 없음.	14-2. 자녀와의 관계		
(49)체중감소로 큰병원가니 간암으로 두 달 시한부 판정을 받았어요 (50)피 토해서 병원 갔더니 위암 4기 진단 받았어요. (51)심폐소생술하며 119로 병원에 이송했어요	46)간암 두달 시한부판정 받음. 47)위암 4기 진단 받음 48)심폐소생하며 119로 병원이송 함.	15-1. 충격적인 남편의 진단	15. 진단	

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

(52)육지 큰 병원 가도 수술 및 항암치료까지 아무것도 할 수 있는 상황이 아니래요. (53)항암 한 번 받고 난 후에 (울먹이며 목메인 목소리로)거기서 일 년 이야기한 거지. (54)며칠 전 건강 검진 받았던 건강검진 결과가 사망 후 혈압 재검진으로 나왔어요.	49)수술 및 항암치료 할 수 있는 상황이 아니래요 50)항암 한 번 후 시한부 판정 받음. 51)사망 후 혈압 재검진 나옴	15-2. 기대했던 좋은 의술에 대한 절망	15. 진단	다. 사회적 관계
(55)수능 준비 하는 아들에게 아빠의 진단 소식을 늦게야 알렸어요. (56)위아래 살면서. 봐줄 것 같은데 절대 안 봐줘	52)수능 준비 아들에게 아빠 진단소식 늦게 알림. 53)위아래층 살며 손주들을 안봐줘요.	15-3. 아빠진단 소식늦게 알림. 돌봄필요		
(57)큰 병원 다니며 항암치료만 4번받았어요. (58)아무것도 병원에서 해줄게 없다고 하니까 우리 한방으로 최대한 고쳐보자. (59)심폐 호흡 막 시키멍...뿌득뿌득 소리낭게마는 119로 병원에 도착 전에 이미.....	54)항암치료만 4번 받음. 55)한방으로 최대한 고쳐보자. 56)뿌득뿌득 소리낭게마는 도착 전에 이미.....	16-1. 내가 할 수 있는게 아무것도 없어요.	16. 간병	
(60)다 잊어버려 아프니까 아빠가 다 사과했다고.	57)아프니까 아빠가 사과함.	16-2.자녀에게 사과		
(61)임종을 두 아들과 시댁 식구들이 함께 지켰어요. (62)일 끝나고 와서 혼자 쓰러져 있는 남편을 봤어요.	58)임종을 두 아들과 시댁 식구들이 함께 지켰어요. 59)남편 사망할 때 혼자 있었어요	16-3. 남편의 마지막 모습		
(63)내가 잘못되면 두 아들만 남겨질까봐 죽음에 대한 두려움이 제일 커요 (64)아빠 없는 것도 애들한테는 상처일 텐데 혹시 내가 잘못 되었을 때 애기들만 남겨지게 될까봐 죽음에 대한 두려움이 제일 크죠. (65)죽음이라는 게 인생의 끝이로구나하며 인생의 허무함을 느껴요	60)내가 잘못되면 자녀들만 남겨질까봐 죽음에 대한 두려움이제일 커요. 61)죽으면 인생 끝.	17-1. 죽으면 인생 끝	17. 죽음에 대한 인식	라. 자신에 대한 이해
(66)배우자는 운동 좋아하고 어른 공경할 줄 아는 선하고 마음 따뜻한 시골사람 (67)나쁜 건 다하고 다녀. 술, 담배, 아마 여자도 엄청 만나러 다녔을 거예요. 그렇게 술먹으러 다니면서...근데 나는 기분이 나쁘지 않았어요. 10년 동안 살면서 내가 너무 (허 깊은 한 숨). 나는 아예 입을 딱 다물고 살았었고 결혼생활이 난 좋진 않았어요.	62)어른 공경할 줄 아는 선하고 마음 따뜻한 시골사람 63)결혼 생활이 난 좋진 않았어요	18-1. 사별전 결혼생활	18. 과거 삶에 대한 인식	
(68)왜 하늘은 꼭 착한 사람을 먼저 데려가는지 (69)심성 좋으면 나도 잘 살 줄 알았져. 마음 좋으면 나도 살아지카부덴 많이 생각했거든. 진짜 마음 좋고 헌 걸로도 안 감저게. 고맙게 도움 받으멍 살아도 죽엉 가민 다 빚인디. 어시민 어신대로 살아야주	64)왜 하늘은 꼭 착한 사람을 먼저 데려가는지.....	19-1. 세상에 대한 원망	19. 현재 삶에 대한 인식	
(70)사랑하는 사람을 보낼 때가 있을 텐데 토닥토닥 위로나 격려는 못할 망정 애써 밝게 지내려고 노력하는 사람에게 '쟤 남편 죽은 아이 맞아'하며 수군거림 식의 이야기가 내 귀에 돌아올 때 엄청 상처 받았어요. (71)사람들이 무시하는 것 같다.	65)수군거림 식의 이야기가 내 귀에 돌아올 때 엄청 상처 받았어요. 66)사람들이 무시하는 것 같다	19-2. 타인에 대한 시선		

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

(72)시댁 고모부가 애인은 만들지 말래요. (73)이혼해줄테니까" 애들 놔두고 나보고 가라 하더라구요. "됐다고. 내가 미쳤냐고 이제까지 내가 왜 참았는데" 우리 애들 불쌍한 애들 만들 일 있냐고 말했어요.	67)시댁에서 애인은 만들지 않길 원함. 68)우리 애들 불쌍한 애들 만들일 있냐고 말했어요.	20-1. 새출발에 대한 부정적 인식	20. 미래에 대한 인식	라. 자신에 대한 이해
(74)상담전문가가 되어 힘들어하는 사람들을 도우며 존경받는 엄마로 건강하게 살고 싶어요. (75)친정 부모님과 땅이라도 작은 것 하나 사서 집 지어 같이 살고 싶어요. (76)건강하게 살당 자식들 모두 출가하는 것 보는 게 소원이예요.	69)상담전문가가 되어 존경받는 엄마로 건강하게 살고 싶음. 70)내집 마련이 소원이예요 71)건강하게 살다 자식 출가보는 게 소원임	20-2. 꿈은 이루어진다.		
(77)간 사람만 불쌍하지 산 사람들은 힘들든 안 힘들든 어떻게든 살아요. (76)잊고 살아야지요.	72) 산사람들은 어떻게든 살아요. 잊고 살아야지요.	20-3. 세상에 나아가기		

가. 경제적 상황

연구 참여자들의 경제적 맥락에서 17개의 의미 있는 진술이 도출되었고, 7개의 주제를 통해 3개의 주제군으로 유목화 할 수 있었다. 연구참여자들이 사별 전부터 빚이 있어 경제적 어려움을 호소하는 경우와 빚은 없으나 경제적으로 어려움을 호소하는 경우로 정도의 차이는 있으나 모든 참여자들이 경제적인 어려움을 호소하는 것은 공통된 진술이었다.

KOSIS 국가포털 통계자료에서도 알 수 있듯이 2018년 사별로 인한 한부모 가정 2500 가구에서 필요하다고 느끼는 지원을 순서대로 보면 생계비와 양육비등 현금지원(66.1%), 시설, 임대 주택등 주거지원(10.3%) 건강을 위한 의료지원(6.6%), 아이돌봄관련 서비스지원(5.7%), 사회적인식, 차별 개선(4.5%), 직업 훈련, 취업, 학업 계속 지원(3.4%)순인 것을 보면 사별로 인한 한 부모 가정이 얼마나 생계비와 양육비에서 어려움을 호소하는지 알 수 있다. 단기적인 일정 기간만이라도 일어설 수 있도록 경제적으로 어려움을 해결할 수 있는 다양한 지원방안 모색의 필요성을 제기한다. 대출빚, 생활비, 일자리 3개의 주제군에 대해 살펴보고자 한다.

1) 대출 빚

사별전 K씨는 약간의 부담감은 있으나 꾸준히 대출 이자와 함께 원금을 남편과 의논하며 상환하고 있었고 M씨는 남편이 벌어오고 일을 안 하고 있으나 실질적인 가장 노릇을 하며 약관 대출, 비싼 사채 사용 등 생활하는 모든 부분을 힘겹게 삶을 겨우 버티며 살아가고 있었다. B씨는 대출빚은 없지만 대학교 졸업 후 직장 생활하지 않고 몇 년째 지속 되는 공무원

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

시험 준비하는 아들 뒷바라지하느라 어렵다고 호소했다

.

> 지금은 비록 대출이 있지만, 조금씩 갚아나갈 계획을 남편과 의논하며 집 준공되고 나서 두 아들과 함께 사는 동안 남편은 엄청 뿌듯해하고 행복해했어요. 딱 1년 살고 남편이 갑자기 아파서 하늘나라로 가기 전까지는요.(참여자 K씨).

K씨는 집을 지으며 받은 대출금과 이자를 혼자 상환하며 생활을 해야 하는 상황에서 겪는 부담감을, M씨는 대출 빚이 기존에 있어서 경제적으로 부담스러워하고 있으며 B씨는 빚은 없지만 어려워하기는 마찬가지다. K씨는 대출 빚이 있으나 남편과 의논하며 꾸준히 대출금과 이자를 상환하고 있고. M씨는 약관 대출과 비싼 이자의 사채까지 쓸 정도로 경제고에 시달리고 있었다. B씨는 대출빚은 없지만 대학교 졸업 후 몇 년째 지속되는 공무원 시험 준비하는 아들 뒷바라지하느라 어렵다고 호소했다.

> 나는 약관 대출 이자 4.몇%가 비싸다는 생각이 안들어 왜냐하면(흐) 남편 있을 때는 20. 몇% 짜리 이자 있는 돈도 빌려서 써 봤거든요 그게 다 빚으로 있었어요. 남편 가기 전까지는. (참여자 M씨).

K씨와 M씨는 심적으로 크게 부담을 느끼고 있다. K씨는 온전히 혼자서 감당해야 할 빚 때문에 평생 빚 없이 살다 집 지으며 생긴 빚 상환 걱정에 잠이 안 올 정도로 중압감에 시달리고 있었으며, M씨는 남편과 본인 명의의 빚이 있었기 때문에 남편이 아프면서 1년간 연체에 연체를 거듭하며 신용불량자가 되어 사별 후 다니는 직장에서 보증 보험도 가입되지 않아 더욱 많지 않은 월급을 받아야만 했다.

> 남편 돌아가시고 사망보험금 탈 때 어(머뭇거리며).....이것 저것 빚 갚고하니까 퇴직금도 받긴 받았는데 전에 남편과 내 이름으로 빚이 있었기 때문에..... 일 년 동안 못 내면서 연체되고 연체되고 한게 불어났으니까..... 내가 신용불량이라서 보증보험도 가입을 못해서 월급 도 많지 않아요.(참여자 M씨).

K씨는 건물이 거의 완공 되어 갈 즈음 남편의 이름으로 신용대출 받은 것이 있었는데, 1년 가까이 상환 기간이 남기도 했고 사망시 신용대출은 승계 안 된다고 해도 남편 이름으로 빚을 남겨두기 싫어 퇴직금과 보험금으로 모두 일시불로 상환해버렸다.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

M씨는 사금융, 이금융, 개인적으로 빌린 것 등을 남편의 퇴직금으로 모두 갚았으나 다시 늘어나는 빚과 비자금이 줄어드는 것에 대한 불안함이 무서움으로 다가오고 있었음.

> 사 금융도 있었고 이 금융도 있었고 뭐 개인적으로 빌린 것도 있었고 막 이러니까.....퇴직금은 일억 받았거든요. 그게 다 나갔다고 생각하면 되니까 빚이 1억 있었다고 생각하면 될거예요. 그래서 그것을 다 갚았다는 거지. 다시 빚이 늘어나는 것도 걱정이지만 비자금 돈이 다 없어지니까 그게 무서워요. (참여자 M씨)

건물 짓기 전까지 빚 없이 살던 K씨는 어린 자녀들에게 빚은 물려주지 않겠다는 생각이 있어 대출 빚 상환 걱정에 잠을 못 이루고 있다. 건물 완공 시점에 신용대출금을 은행에서는 승계되지 않는다고 했는데도 남편 명의로 받은 빚을 청산하고 싶어 직장에서 나온 퇴직금과 사망보험금으로 모두 상환하였다. M씨는 실질적인 가장 노릇을 하며 동분 서주 여기 저기 빌린 돈을 남편 퇴직금과 사망 보험금 나온 것으로 사채 빚 모두 상환하여 일시적으로 편안해졌으나 다시 늘어나는 생활 빚과 이천오백만원 정도 조금 남겨 두었던 돈이 점점 없어지니 무섭다고 어려움을 호소하였다.

2) 생활비

사별 후 혼자 남겨진 세상에서 자녀들과 살아가야 하기에 참여자 모두 악착같이 돈을 벌어야 했고 썩 많이 버는 게 아니라 힘들기도 하고 애도기간은 충분히 가져야 한다고는 하는데 바로 생활비를 벌기위해 참여자 모두 일을 해야 했다.

> 올해 인권 강사들 강의 중 상반기 인권 강의는 제가 제일 많이 뛰었어요. (참여자 K씨).

참여자 모두 경제적 어려움을 혼자서 감내 해야 하는 상황에서 어떻게 하든 최선을 다해서 해결하며 살려고 노력하는 모습을 볼 수 있었다. K씨는 수입을 늘리기 위해 상반기 강의한 인권 강사 중 강의를 제일 많이 강의하였고, B씨는 요양원의 조리사로 일하면서도 쉬는 날 아르바이트를 하기도 하는 등 강한 생활력을 볼 수 있었다..

> 솔직히 말하면.....남편이 있을 때가 오히려 더 힘들었던 것 같아요. 생활비는 주는데 항상 마이너스였으니까 그걸 또 내가 메꾸어야하고 생활도 해야하고 공과금 같은 것도 내야 하고.....애들도

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

어린데, 계속 돈을 어디 가서 빌려올 순 없잖아요. 내가 10년 동안 살며 친구들에게 돈 빌리며 빚이 이만큼 되고 펑크 나지 않게 내가 다 메우고 했는데 일을 하는 사람도 아니고.....(참여자 M씨)

10년 동안 살며 애들도 어린데, 계속 친구들에게 돈 빌리거나 대출을 받는 등 빚이 펑크 나지 않게 다 커버하며 살기는 했는데 항상 마이너스 생활로 남편이 있을 때가 오히려 더 힘들었다고 의외의 대답을 들을 수 있었다. 어떤 사람이든 지출이 많아져 가면 당연히 걱정은 많으나 평소에 공과금 한 번 연체 안 하던 K씨는 통장에서 지출로 빠져 나가야 되는 날 전에는 더욱 근심과 걱정으로 잠을 못 자고 있는 상황이었다.

힘들어서 난생 처음으로 올해 마이너스 통장 대출을 받았어요. (참여자 K씨)

3) 일자리

생활비가 모자라 힘들어서 결국 참여자 M씨는 약관 대출을 참여자 K씨는 마이너스 통장을 만들어 해결하고 있었다.

사별 후 혼자 대출 빚과 생활비를 벌기 위해 투잡 이라도 하고 싶을 정도로 간절히 일자리가 필요했고 쉬는 날도 아르바이트 할 정도로 경제적 어려움을 해결하고 있었다.

지금도 일만 있으면 쉬는 날도 대학교나 장례식장 식당에 아르바이트 다녀요.(참여자 B씨)

참여자 K씨는 혼자 감당하기에 버거운 지출로 인해 무섭지만 않다면 대리운전이라도 하고 싶다고 진술하였고, 참여자 B씨는 일주일에 하루 쉬는 날도 일만 있으면 쉬지 않고 꾸준히 현재도 다니고 있었다. 참여자M씨는 결혼생활 10년동안 남편의 만류로 한 번도 직장 생활을 해보지 않아서 일을 하고 싶은 갈망이 아주 높았다. 참여자 모두 경제적 어려움을 해결하기 위해 일에 대한 갈망이 아주 높았다.

나. 심리적 상태

연구 참여자들의 심리적 상태에서 25개의 의미 있는 진술이 도출되었고, 11개의 주제를 통해 10개의 주제군으로 유목화 할 수 있었다. 연구 참여자들이 사별 전후 겪는 긴장됨, 두려움, 죄책감, 불쌍함, 무기력함, 우울함, 불안함, 그리움, 섭섭함등 다양한 상실의 감정들을 그대로

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

경험하고 있는 것을 알 수 있었다.

4) 긴장된 삶

M씨는 사별 전의 배우자가 술을 마시면 주사가 심해 술 마실 때마다 긴장하며 살았다고 이야기하였고 B씨또한 배우자가 핸드폰이나 지갑 분실 등 길에 만취에 쓰러진 경험이 있어 불안해 하기는 마찬가지 였다. M씨 배우자는 자녀와의 관계에서도 술만 마시면 애기 때부터 앉혀서 자는 아이 깨워 훈육 시키거나 폭력을 사용하여 자녀들이 긴장해 하였다.

> 우리 아방 술만 먹으민 핸드폰이나 지갑 잃어버리고 길에 쓰러진 경험도 있어.(참여자 B씨)

> 우리 애들도 마찬가지 술 먹고 오면 깨우니까. 술만 먹으면 우리 애들도 긴장을 하는 거예요. 아빠 술 먹으러 갔냐고. 특히 우리 큰 애. 그 어린애에게 아빠 없으면 누가 제일 어른이야? 이 집에서 엄마는 누가 지켜야 되고, 동생들 누가 지켜야 돼? 술 먹고 앉아서 애기 때부터 그렇게 시켰던거예요.(참여자 M씨)

자신에 대한 심리적인 상태로 두려움, 무기력, 우울, 불안함과 남편에 대한 마음의 짐 죄책감 등을 경험하고 있었다.

5) 두려움

배우자 사별 후 익숙한 집인데도 참여자 모두 공통적인 이야기가 혼자 불 꺼진 집을 들어가기가 무서웠다고 공통적으로 진술하였다.

> 난 새벽에 한 번 씩 깨기는 하는데 일부러 눈 감고 있어요. 무서워 막 새벽에 눈 뜨는 게. 불 꺼진 것 싫어. 그래서 난 거실에서 불 다 켜놓고 자.(참여자 M씨.)

참여자 모두 사별후 불 꺼진 집에 들어가기 두려워했으며 일정 기간이 지난 후에야 들어오면 편안함을 느낄 수 있었다는 공통적인 의견 진술이 있었다.

술버릇, 질병등 안 좋은 것을 대물림하게 될까봐 참여자들이 걱정을 하고 있었다. 참여자K씨는 둘째 아들에게도 엄마와 똑같은 시기에 아빠의 부재 경험을 물려준 것 같아 마음이 아팠

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

고 참여자 M씨는 동생들 한테 화내는 큰 아이의 말투나 행동 모습이 아빠랑 똑같아 두려워 하고 있었다.

> 난 항상 걱정하며 살았거든요. 분명히 아들 둘 중 하나는 아빠랑 똑같이 살텐데.....우리 큰 애가 화낼 때 보면 말투나 행동이 아빠랑 똑같애요. 동생들한테 화내는 것 봐도 똑 같애. 여자나 남자나 그 부모를 닮는다고 하잖아요. 그게 제일 두려운 거지요. 싫어하면서도 꼭 그런 사람을 만난다고 하잖아요. 남편의 사회성은 닮았으면 좋겠어. 난 어렸을 때부터 애들한테 "너희들 어른 되면 술 먹고 담배 필 생각 죽어도 하지마라 이건 안 좋은 거다" 항상 얘기했던 것 같애(참여자 M씨).

6) 죄책감

미안함이긴 하나 K씨는 좋은 집 짓고 1년만 살고 함께 오래 누리지 못하고 너무 짧은 생을 살게 했다는 죄책감이 정말 컸고, M씨는 남편 보낸 것은 힘들었지만 힘들게 하던 남편이 없으니까 산 사람의 입장에서 살아야 하니까 오히려 미안한 마음이 들 정도이다.

> 요즘 같은 백세 시대에 평생을 함께 하지 못하고 배우자에게 너무 짧은 생을 마감하게 했다는 마음에 죄책감이 컸어요. 집 짓고 좋아했었는데 1년만 살고 함께 누리지도 못하고 보내게 돼서 정말 미안했어요.(참여자 K씨)

> 남편 보내놓고 어떻게 생각하면 진짜 미안하지만, 나도 살아야 되니까. 남편 보낸 것은 힘들었는데 그 나머지 것은 좋았어요. 아무래도 제일 힘들게 하던 남편이 없으니까.....(참여자 M씨)

7) 불쌍함

참여자 M씨는 평소 남편이 사랑을 못 받고 자라서 되게 싫었는데 그것과는 상관없이 막상 아프니까 불쌍하다는 연민이 느껴졌으며 K씨는 겉으로 멀쩡한데 너무 늦게 와서 손을 쓸 수 없음에 큰 병원 의사들이 모두 안타까워하고 연구자 역시 불쌍하고 속상해 하였다.

> 그 전에는 야 너 이렇게 해서 남편 아프면 병 수발해야지 하니까 내가 미쳤냐? 병수발하게. 사랑을 못 받고 자란 남편이 되게 싫으면서도 미운 정이 무서운 거라고 막상 아프다고 하니까 불쌍하더라고요. 간 사람만 불쌍하지 산 사람들은 힘들든 안 힘들든 어떻게든 살아요.참여자 M씨.)

> 우리 남편도 가는 병원마다 (황달도 없고 복수도 하나도 안 찼는데) 너무 늦게 알게 돼서 무척 안타깝다고 그랬어요. 우리도 (에휴) 불쌍하지.(참여자 K씨)

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

8) 무기력함

참여자 모두 사별 선 경험이 재현될 때 몹시 힘들어 하였다. 특히나 B씨인 경우는 가까운 친인척이 돌아가셨을 때 실제로 두 달 동안 칩거하며 집 밖을 나오질 못했다. 가까운 사람일수록 상실감이 커 더욱 힘들어함을 알 수 있었다. 인터뷰 끝 말미에는 M씨도 노출하는 것을 꺼려하며 불편감을 호소하였다.

> 나가 아방 죽은 때 이후로 밖을 돌아 다니당 막내 시아주버님 죽은 이후론 밖을 영 안 나갔주게 나가고 싶지도 안하고 봉사 같이 다니던 언니하고도 그전에는 친 언니보다 더친해전게마는 멀리해져 불고 영 밖에를 안 나가져 나가 완전 쳐져 난 아방 죽은 때도 사람들은 백일 동안은 조심허라 조심허라 하더라고 어디도 가지 말고(쯧) .아방 죽은 때는 어떵행 넘은지 모르크라이. 근데 이번 삼촌 죽은 때는 12월 30날 죽었네 그러니까 1,2월달은 나가 밖엘 영 안 나갔어. 요가도 한 번도 안 간. 안 가졍게. 풍물도.....(참여자 B씨)

9) 우울함

배우자와 사별하기 전부터 모든 것을 포기하고 살아서 제일 우울하고 힘들었다고 이야기 할 만큼 정말 힘들었겠구나 하는 생각이 든다.

> 사별 전에는 다 놓고 산 것 같아요. 거의 바닥. 제일 우울하고 힘들었어요. 그냥 다 포기하고 산거지. 뭐 아무것도 없었어요. 남편일 가고 애들 어린이집 보내고 나면 나 혼자만의 그 시간이 제일.....멍 때려요.(참여자 M씨.)

10) 불안함

M씨는 남편 사망하면서 나온 돈으로 빚도 다 갚고 남은 돈이 없는데 시댁과의 관계가 악화되어 지금 살고 있는 집에서 혹여나 나가라고 하면 어쩌나 하는 불안감과 지금 비자금처럼 남겨둔 돈이 점점 줄어드니까 몹시 불안하게 여기고 있는 상태이다. K씨는 사별 후 두통으로 찾아간 병원에서 의뢰서를 써 줄테니 큰 병원에 가보라는 이야기를 듣고 양성 뇌종양 시술을 한 경험이 있어 혹여나 자녀들만 남게 될까봐 겁이 나고 두렵다는 생각을 하고 있다.

> 애기들은 커가고 어쨌든 우린 집이 없는 거잖아요. 시부모님 집이지. 우리 어머님네가 언제 기분 나빠 가지고 너 나가 해버리면 나는 길바닥에 나 앉아야 되는데.....(참여자 M씨). 나는 일억 있는 지인 언니의 반의 반도 없고 또 그 돈이 줄어드니까 불안해 죽겠는데.....(헤헤헤헤) (참여자 M씨)

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

가까운 지인의 슬픔일수록 느끼는 강도가 더욱 힘들다고 하는데 B씨 역시 배우자 사별하고는 다르게 친하게 지내던 친인척의 배우자 사별에는 너무 힘들어하는 것을 이 연구를 통해 알 수 있었다.

11) 섭섭함.

아들의 병간호를 하는 과정에서 며느리는 아들이 원하는대로 열심히 간호하고 있는데 시아버지께서 아주 게으르다는 소리에 몹시 섭섭함을 느껴 잊을 수가 없다고 하였다..

> 주전자 한 통 끓인 여주 물 다 먹으니까 입에서 안 받는다고 안 끓였는데 아버님 전화와서 여주 물 먹냐고 아니 못 먹겠다고 해서 안 끓였다고 하니까 너 잘도 간새한 아이 여이 이말을 하는 거예요. 나 그 말을 잊을 수가 없어. 어떻게 자기 아들 암 걸려 내가 옆에서 계속 병 간호하고 있는데 간새한다는 소리가 어디서 나오냐고.....난 지금도 잊을 수가 없어.(참여자 M씨)

12) 그리움

참여자들은 남편이 있을 때는 잘 몰랐는데 평소에 남편과 함께 하던 일이나 집안 곳곳에 남편이 해주던 일들을 혼자 해내야 하는 상황에서 필요할 때 남편의 손길이 닿았었구나하며 남편의 빈자리가 더욱 크게 느껴져 그리워하고 있었다.

> 그리움. 그게 제일 크긴해요. 있을 땐 몰랐는데 없으니까 그래도 있는 게 나은 것 같애 (허허허허) 내가 집 안에서도 뭘 보면 아! 우리 남편이 집안에서 뭐 아무것도 안 한 사람은 아니구나 이런 생각이 들더라구요. 혼자 사니까. 손이 많이 갔더라구요.(참여자 M씨)

> 사람 하나가 큰 거라 사람 하나가 음과 양의 조화가 이루어지는데 나 블루베리하면서도 잘도 많이 느꼈져. 사람 하나가 진짜 잘하나 못하나 크긴 큰 거라.
> (참여자 B씨)

참여자 모두 남편과 함께 하던 일을 하게 되거나 남편의 손길이 닿았던 것들을 보면 혹은 좋아하던 음식이나 장소등 연관이 있는 경우 더욱 생각나고 그리움이 더욱 커지는 순간 순간을 경험하였다.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

13) 스트레스

모든 병의 원인은 스트레스라는 것을 알 수 있듯이 건강의 적신호가 사별 후 나타났다. 참여자들은 배우자 사별 후 충분히 슬퍼할 여유도 없이 생계를 책임져야 하는 것으로 나타났다. 이미라(2007) 배우자 사별로 인해 경험하는 상실감은 심리 내적인 고통으로 상실의 문제를 오랜 시간 정리하지 못하거나 감정을 표현하지 못하고 억압하는 경우 우울감 및 신체적 증상이 함께 나타난다고 밝히고 있다. 이 연구의 참여자 B씨와 K씨 또한 신체적으로 증상이 머리로 나타나 뇌수술과 감마나이프 시술을 시행하였다.

> 새벽에도 잠을 깰 만큼 계속되는 두통으로 병원갔더니 의뢰서 써주며 큰 병원가서 머리 찍어보라고 해서 결국 양성 뇌종양과 대뇌 동맥류가 발견되어 뇌종양은 시술했어요.(참여자 K씨)
> 아무래도 마음의 충격을 몇 번 받아부니까.....아방도 죽고게 그 충격으로 모든 병의 원인이 스트레스로 오는데 오지 안허크냐? 재수좋게 발견하긴한거. 갑상선인 목을 찍어야 할 건데 실수로 머리찍은거야. 꽈리를 발견행 수술을 강 해신디..... 모를뻔 했지. 이거는 발견하기가 어렵댄 허지게. 머릿속이난. 낼이든 모래든 아무 때라도 터지면 시한 폭탄이라.(참여자 B씨)

B씨는 갑상선 수술을 받은 적이 있는데 정기적으로 검사 받으러 갔다가 우연히 뇌에 이상소견이 보여 수술을 하게 되었고, K씨는 배우자 사별로 인한 스트레스인지는 모르나 새벽에 잠을 깰 만큼 계속되는 두통으로 병원갔더니 양성 뇌종양과 대뇌 동맥류가 발견되어 뇌종양은 시술한 상태이다. 이게 바로 신체화[7]라고 하여 신체에 이상소견이 나타나는 것이 아닌가 라는 생각이 들었다.

다) 사회적 관계

연구 참여자들은 사회적 관계에서 20개의 의미 있는 진술이 도출되었고, 8개의 주제를 통해 3개의 주제군으로 유목화 할 수 있었다. 연구참여자들이 사별 전 후를 진단전과 진단, 간병으로 나누어 살펴보았다.

K씨는 작은 것 하나도 서로 의논하고 지지하던 동반자 B씨는 말수 없고 다정다감하지 못한 고지식한 사람 M씨는 남편의 주사와 폭력성으로 인해 내겐 미운상대. 날 힘들게 하는 사람

7) 신체화: 정신분석적 입장에서는 신체화 증상을 억압된 감정의 신체적 표현이라고 본다. Freud는 억압된 감정이 신체적 통로를 통해 표출 된 것이 신체화(Somatization)증상이라고 보았다(권석만,2017).

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

이라고 아프기전 배우자의 모습을 회상하였다.

14) 진단전

K씨는 늦게 결혼해 아내와 아들을 자랑스럽게 여기며 작은 것 하나도 의논하던 마음 따뜻한 지지자로 B씨는 .말수 없고 다정다감하지 못한 고지식한 사람으로 M씨는 사회성은 좋지만 술만 먹으면 날 힘들게 하는 사람으로 배우자들을 회상하고 있었다..

> 네겐 미운 상대였어요. 미운 사람. 날 되게 힘들게 하는 사람. 난 남편 있을 때 잠도 제대로 못 잤어요. 밤에 잠을 깊게 자본 적이 없어. 30일이라면 보름을 깊게 잠을 못 자봤어요. 또 돈도 없는데 술을 먹으면 나한테 돈을 갖고 오라고 하는 거지. 난 정말 싫었어요. 나는 태워다 주는 게 중요한 게 아니고 택시를 타거나 대리를 부르면 항상 시비가 붙거나 아니면 꼭 나를 불러. 어차피 그냥 내가 데리러 가는게 편하니까 셋째 만삭 때 애들 하나씩 하나씩 차에 태운 다음 그 만삭 때 운전하고 새벽에 태우고 오고 그랬었어요. 근데 중요한 건 또 비싼 술 밖에 안 먹어. 나쁜 건 다 하고 다녀. 담배도 있고, 아마 여자도 엄청 만나러 다녔을 거예요.(참여자 M씨)

참여자 모두 자녀들을 이뻐하는데도 표현하는 방식이 다를 뿐 참여자 K씨는 스포츠를 좋아하는 아빠 닮은 아이들이라 그런지 함께 축구장을 관람가고 자녀에게도 축구 동호회에서 축구교실에 참가 하는 등 형같이 지내는 아빠였다. 참여자 M씨는 술 먹고 훈계가 되어버리고 참여자 B씨는 다정다감하지 못하다고 자녀와의 관계를 회상하며 진술하였다.

사별전 배우자가 영화나 스포츠를 좋아하는 형 같은 아빠이기도 하고 평소는 이뻐하다가도 술만 마시면 훈육을 하느라고 아이들이 긴장을 하기도하고 아빠에 대한 기억이 없다고 할 정도로 생활하는 데 바빴던 아빠로 회상되기도 하였다.

> 아이들을 이뻐하는데 술만 먹으면 아이들이 긴장을 해요. 아빠 술 마시고 온대하면 (큰애가) 휴~하고 한숨부터 쉬어요. 우리 애들은 아빠 술 먹고 와서 이유 없이 맞은 적도 있어요. 큰 애는 뭐 때문에 자기가 혼나는지도 몰라. 자다가 비몽사몽 애는 무슨 말인지도 모르고 대답 안 한다고 혼나거나 맞고 그랬으니까. 그 어린애에게 아빠 없으면 누가 제일 어른이야? 이 집에서 엄마는 누가 지켜야 되고, 동생들 누가 지켜야 돼? 술 먹고 애기 때부터 그렇게 시켰던거예요.(참여자 M씨)

연구자는 나중에 자녀들에게 어떤 모습으로 회상이 될지 궁금해지기도 한다.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

B씨의 배우자는 핸드폰, 지갑 분실 경험과 함께 쓰러진 경험이 있다고 진술하였다. K씨의 배우자는 술은 좋아하지만 아무리 마셔도 얌전히 잔다. M씨의 배우자는 큰 아들을 이뻐하면서도 항상 엄마와 동생들을 챙겨야 한다는 책임감을 심어준다고 어릴 때부터 자는 아이를 깨워 훈계하고 때론 때리기도 하는 등 폭력을 행사하기도 하였다.

> 술 마시면 몇 번씩 핸드폰이나 지갑 분실하거나 길에 쓰러진 경험도 있어요.(참여자 B씨)

공통적으로 사별 전 배우자들이 술을 좋아하여 얌전히 자는 경우도 있지만 조절을 못하고 많이 마시는 경우 물건 분실이나 큰 아들에게 책임감을 심어주는 훈계등 가족들에게 술은 기분 좋게 마시는 것이 아니라 약간의 부정적으로 인식되어 가족들이 불편을 겪고 있었다.

15) 진단

아무런 증상없이 건강하게 지내던 남편이 갑자기 충격적인 진단을 받게 되어 해머로 한 대씩 얻어맞은 느낌의 큰 충격이었다. 참여자 B씨는 쓰러진 모습을 보고 119와 연락해서 오는 동안 심폐소생술을 시행하며 병원으로 이송했으나 끝내 운명을 달리하게 되어 모두가 충격의 깊은 늪에 빠지게 되었다는게 공통적인 진술이었다.

> 갑자기 살이 빠져서 큰 병원 갔더니 간암으로 두 달 시한부 판정을 받았어요. 다리에 힘이 풀려 도저히 걸을 수가 없어 그냥 바닥에 주저 앉았어요.(참여자 K씨)

M씨의 배우자는 위암4기 진단 받고 K씨의 배우자는 간암으로 두 달 시한부 판정을 B씨의 배우자는 뇌출혈 진단 받았다. 아니 아무리 침묵의 장기라 하지만 이렇게 자각 증상 없이 시한 부 판정을 받을 수 있는지도 의아했고 참여자들에게는 사망 못지않게 큰 충격이었다. .

없는 정신 붙들어 조금이라도 희망이 있다면 큰 병원에서 진료받아 보고 싶은 마음에 큰 병원을 몇 차례 오고 갔다. 참여자 K씨의 배우자는 수술은 커녕 항암 치료도 안되는 상황으로 두 달 시한부 판정받고 가족과 함께 하는 시간 갖으라고 하였고, 참여자 M씨의 배우자는 큰 병원에서 수술하려 했으나 수술하는 과정에서 너무 전이가 많이 되어 결국 수술 못하고 항암치료만 4번 받았다. 너무 절망적이었다. 참여자 B씨의 배우자는 며칠 전 받은 건강검진 결과가 사망 후 혈압 재검진으로 나와 그 사실 또한 놀라웠다.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

제주** 병원에서 육안으로 봤을 때 조직검사해봐야 알겠지만 2~3기 정도 된다고 했었거든요. 수술 날짜 잡으라고 하니까 육지 세브**병원 알아보고 날짜 잡고 가서 열어보니까 다른데 전이 돼가지고 수술 못하고 그냥 닫고 왔지. 항암 한 번 받고 난 후에 (울먹이며 목메인 목소리로) 일 년 이야기한 거지. (참여자 M씨)

요즘 같은 100세 인생 시대에 좋은 의술에 대한 기대와는 달리 증상을 인지하지 못하다가 손도 쓰지 못할 지경으로 시한부 선고를 받고 살아있을 날이 얼마 안 남았다고 한다면 본인 뿐만 아니라 가족 이외의 아는 모든 사람 중 어느 누가 황망하지 않을 것인가?

K씨의 배우자는 살이 많이 빠지며 제*대학 병원가서 처음 만난 의사에게 진단 받아 내심 오진이길 바랐다. 조금의 희망이라도 있다면 큰 병원 의사 선생님께 장기기증 서약한 내가 꼭 수술할 수 있도록 해야겠다는 마음 하나만 갖고 제일 빨리 예약된 서울 삼*병원에 갔더니 너무 늦게 왔다며 항암 치료도 안 되는 상황을 들을 수 있었다. 정말 작아지는 느낌이었다.

민*아빠 일단 잘 먹으면서 간을 회복시키자 그래야 수술을 하든 항암치료를 하든 하지 그리고 지금 아무것도 병원에서 해줄게 없다고 하니까 우리 한방으로 최대한 고쳐보자. (참여자 K씨)

마지막으로 아*병원을 가서 똑같은 상황을 진료의사에게 듣고는 내려와 제주에 있는 한의원에 모든 것을 맡겨 고농도 비타민 주사를 맞으며 간을 회복하기 위한 다양한 민간 요법을 사용하며 힘들게 버텨 왔다. 몇 번의 고비가 올 때마다 응급실을 가서 결국 호스피스병동에서 6일 지냈다.

16) 간병

참여자 M씨는 배우자가 아프고 더 사이가 좋아졌다고 진술하였다. 평소에는 이런 저런 심각한 이야기를 못하다가 오롯이 남편 간호 하는 동안 옆에 있으면서 많은 이야기를 할 수 있었다고 하였다. 얼마 남지 않은 기간 동안 많은 이야기를 통해 서로에게 당부의 말과 살아오는 동안 잘못한 것에 대한 사과도 있었다. 참여자 K씨의 남편도 건강에 대해 신경을 못써서 정말 미안하다고 하였다.

오히려 아프고 더 사이가 좋아졌던 것 같아요. 우린. 본인이 아프고.....본인이 이제 자기가 어떻게

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

잘못했고, 그게 다 되돌아 봐지는 것 같아요. 엄마 이제 괜찮아 아빠가 아프니까 미안하다고 사과했어요.(참여자 M씨)

참여자 B씨는 자녀들이 성년이어서 자녀들의 출가에 대한 걱정이 많았고 참여자 M씨와 K씨는 어린 자녀들에 대한 책임감이 더욱 컸다.

어느날 엄마 죽을 만큼 힘들어 하고 이야기 했더니 엄마 그렇게 말하지 마 우리도 너무 힘들어 이야기하며 두 아들과 펑펑 울었어요. 그 후론 나만 힘든 게 아니구나 하고 아들들 앞에서 힘든 내색 안 하고 전혀 울지 않겠다고 다짐했어요.. (참여자 K씨)

참여자 K씨는 나만 힘든 줄 알았어요. 아이들 앞에서 힘들다고 내색도 못해요.라는 말을 할 정도로 속으로 아픔을 삼키고 있었다. M씨는 남편이 이혼해줄 테니 새출발 하라고 하자 불쌍한 애들 만들 일 있냐고 자녀에 대학 책임감과 애착이 고스란히 묻어났다. B씨는 시집 장가 보내는게 제일 큰 소원이라고 할 정도로 자녀들의 결혼에 대한 걱정이 컸다.

의식은 뚜렷한데 한 번씩 고비가 와서 안 좋아지고 있을 때 의사 선생님의 설명을 듣고 사전연명의료의향서[8]에 남편이 직접 싸인해서 응급실에서 다인실은 안되고 일인실로 옮겨야 한다며 급박하게 돌아가는 상황이 되어 호스피스 병동으로 옮기기로 결정했을 때 자녀들이 싫어하며 너무 섭섭하게 이야기할 때 상처받았어요.

. 호스피스 병동에서 좀 더 편안하고 온전하게 가족과 함께 지내도록 하고 싶었어요. 간호사님들이 아들들에게 잘못 생각하고 있다고 이야기할 정도로 그 기간 동안 두 아들과의 관계가 너무 힘들었어요. 엄마는 산 사람을 다 죽어가는 사람 취급한다며 '아빠 그냥 집에 가자'라고 이야기할 때 나의 마음을 몰라주는 것 같아 너무 섭섭했어요 또한 호스피스 병동에서 심한 고통과 씨름하면서도 의식이 또렷하니까 두 아들에게 추한 모습을 안 보이고 좋은 모습으로만 보이려고 노력하는 남편의 모습을 보며 마음 한 켠이 짠했어요. (참여자 K씨)

자녀 독립 때까지 무거운 부담감과 책임감. 남부럽지 않게 자랑스럽게 두 아들을 건강하게

8) "사전연명의료의향서"란 19세 이상인 사람이 자신의 연명 의료 중단등 결정 및 호스피스에 관한 의사를 직접 문서(전자문서를 포함한다)로 작성한 것을 말한다.
(법제처,국가법령정보센터, 호스피스, 완화의료 및 임종과정에 있는 환자의 연명 의료결정에 관한 법률[시행규칙2020,4,7일부 개정])

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

키워내야겠다는 책임감을 갖고 시댁이나 친정 식구들에게 짐이 되지 않도록 살아가는 것.

(흥분되어 울먹거리는 큰 소리로) 안 봐줘. 위아래 살면서. 봐줄 것 같은데 절대 안 봐줘요.나 애기들 맡겨본 적이 없어요. 애들 끼리 놀고 있는 거예요. 안봐줘. 그러니까 굳이 거기 살 필요가 없는 거지. 힘들어도 보험일 하는 것은 애들을 케어할 수 있게 시간이 자유로워서....(참여자 M씨).

남편의 시한부 판정 진단 소식 잠시 미뤘어요. 컨디션 조절 잘하고 있는 큰 아들에게 다음주 수능 시험 일주일 남겨놓고 차마 아빠의 간암 두 달 시한부 판정 소식을 알릴 수가 없었어요. 혹여나 동생인 둘째 아들에게도 형에게는 시험 끝나고 알릴테니 이야기하지 말고 있으라고 신신 당부해놨어요.

다음주 수능 시험 보는 아들에게는 차마 아빠의 진단을 알릴 수가 없어 쉬쉬해야 하는 상황이었어요. (참여자 K씨)

우리나라 입시는 1년을 준비하여 수능일 하루에 좋은 결과를 발휘해야 원하는 대학에 갈 수 있는 상황이어서 차마 일주일 남겨놓고 컨디션 유지 잘하고 있는 지금은 서울 시립대 도시공학과 다니는 큰 아들에게 미안했지만 아빠의 시한부 판정 소식을 뒤늦게 알려야 했어요

시댁과의 관계에서 M씨는 남편이 치료받으러 다닐 때 시댁의 지지가 큰힘이 됐으며, K씨 또한 건강에 좋은 음식들을 시댁과 친정에서 지속적으로 공급 받았으며 B씨도 시댁과의 사이는 좋은 편이라고 이야기하였다.

시댁 아주버님, 형님, 고모들이 돌아가면서 건강에 좋은 전복, 낙지, 장어, 죽염, 김치등 좀 먹이라고 만들어서 보내주시고, 친정에서도 간 회복에 좋다는 굼벵이즙부터 영지버섯, 홍삼, 강황, 노니가루등 끊이지 않게 보내주셨어요.(참여자 K씨)

시댁에서 남편 살아있을 때는 안 주고 사는 집을 담보로 딸에게 집짓게 내어줘서 무척 섭섭해 하였다.

.

죽은 남편 있을 때는 안 주고, 지금 사는 집을 담보로 딸이 집 지을 때 땅을 집 짓게 내줌.
(참여자 M씨)

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

사별 후 참여자를 걱정해주는 친구들이 주변에 있어 상당히 고마워 하고 있었다.

내가 무슨 일 있으면 제일 먼저 달려오는 친구가 있어요.(참여자 M씨)

K씨는 양성 뇌종양 때문인지 비가 오거나 기압이 낮은 흐린 날씨가 되면 2~3일 전부터 머리가 묵직해지고 아파서 시술은 했지만 꼭 안부 전화를 물어오는 지인이 있고 M씨 역시 제주에 살지는 않지만 무슨 일이 있으면 가장 먼저 달려와 주는 중학교 때 동창친구와 매일 통화하며 안부 묻는 지인 언니가 있다고 하여 위안이 된다. B씨도 동창 친구들이 잘 챙겨줘서 고맙다고 하였다.

4) 주민센터활동 및 프로그램 참여

참여자 B씨와 K씨는 사별 이전부터 주민센터 활동과 프로그램 참여를 한 경우이고 M씨는 애들 케어하고 돈을 벌어야 해서 아무것도 못 해본 경우에 속한다.

아방 있을 때도 풍물하러 안가면 무사 안가맨 안가맨 경해나니까 아방 죽으난 나 다접으캔 해서 윗 동서는 접지말라 접지말라 행 그냥 나가신디.....(참여자 B씨)

주민자치 위원 활동을 이사오기 전부터 다른 곳에서 활동했었어요.
주민센터 프로그램도 아랑** 장구를 신명나게 하기도 했었지요.(참여자 K씨)

B씨는 기존에 주민센터 활동이나 프로그램 참여했었지만 배우자 사별 후 한 동안 안하려고 했으나 주변 지인이 지속적으로 하라고 격려해서 계속하게 되었고 K씨 또한 이사 오기 전 다른 곳에서 주민자치 위원 활동하다 사별 후 다시 주민자치 활동과 동 주민 센터 프로그램 아랑** 장구를 시작하게 되었다.

라. 자신에 대한 이해

연구 참여자들은 자신에 대한 이해에서 14개의 의미 있는 진술이 도출되었고, 7개의 주제를 통해 4개의 주제군으로 유목화 할 수 있었다. 연구참여자들은 죽음에 대한 인식과 과거, 현재, 미래 삶에 대한 인식으로 나누어 살펴보았다.

1) 죽음에 대한 인식

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

참여자 M씨와 K씨는 배우자를 질병으로 진단 받으며 사별했기 때문에 참여자 본인이 잘못 되면 어린 자녀들만 남겨질까봐 죽음에 대한 두려움을 제일 크게 여기고 있으며 B씨는 갑자기 사별하게 된 남편을 보내고 죽음이라는 게 인생의 끝이로구나하며 인생의 허무함을 느꼈다.

> 아빠 없는 것도 애들한테는 상처일 텐데 혹시 내가 잘못 되었을 때 애기들만 남겨지게 될까봐 죽음에 대한 두려움이 제일 크죠. (참여자 M씨)

2) 과거의 삶에 대한 인식

> 나쁜 건 다하고 다녀. 술, 담배, 아마 여자도 엄청 만나러 다녔을 거예요. 그렇게 술먹으러 다니면서..... 근데 나는 기분이 나쁘지 않았어요. 10년 동안 살면서 내가 너무 (허 깊은 한 숨) 뭐라고 해야지. 나는 아예 입을 딱 다물고 살았었고 결혼생활이 난 좋진 않았어요. (참여자 M씨) .

참여자 K씨의 배우자는 운동 좋아하고 어른 공경할 줄 아는 선하고 마음 따뜻한 시골사람으로 참여자 M씨는 사별 전 배우자와의 평탄하지 않은 결혼생활을 했으리라 짐작 할 수 있으나 아무런 이야기도 못하고 숨죽여 결혼 생활 10년 동안 견뎌내 왔음을 추측할 수 있다.

3) 현재 자신의 삶에 대한 인식

- 참여자 모두 사별 이후 달라진 삶은 귀가 시간의 자유로움이나 집안 일에 얽매이지 않고 수월하고 편안해졌다고 공통적으로 진술하지만 M씨는 자녀들도 편안해지고 본인도 인상이 밝아졌다고 할 만큼 신랑을 보낸 것 외에는 정신적으로는 정말 행복해요. 라는 표현으로 진술하였다.

> 솔직히 말하면.....정신적으로는 정말 행복해요. 사별 직후가 남편 보낸 것은 힘들었는데 그 나머지 것은 좋았어요. 아무래도 제일 힘들게 하던 남편이 없으니까.....마음이 너무 편해요 그래서 사무실에서 사람들이 나한테 얼굴 (인상이) 되게 좋아졌대요. 되게 밝아졌다고 하잖아요. 애들도 더 편안해졌어요. 우리는 지금이 더 편해요(참여자 M씨)

통상적인 배우자 사별 후 갖는 심리적 표현과는 다르게 배우자 사별 전 결혼 생활 만족도에 따라 심리 사회적 지지 수용 경험에 대한 의미 부여가 아주 달라질 수 있음을 M씨 참여자의 진술을 통해 알 수 있는 부분이다.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

원망하는 삶 세상에 대한 인식 도움의 손길조차 나중에는 모두 갚아야 할 빚으로 생각하고 있었다.

> 마음 좋으면 나도 살아지카부덴 많이 생각했거든. 진짜 마음 좋고 헌 걸로도 안 감져게.
> 고맙게 도움 받으멍 살아도 죽엉 가민 다 빚인디. 어시민 어신대로 살아야주 (참여자 B씨).

타인들이 보는 시선을 불편하게 여기며 배우자가 없음을 신경써서 행동이나 말을 했으면 좋겠다 괜히 초라하고 무시당하는 것 같고 말조심해야 된다고 느낄 만큼 아무렇지 않게 툭툭 내뱉는 말이나 행동들로 인해 자신감도 없어지고 상처 받는다는 참여자들의 공통된 진술이 있었다.

> 본인도 언젠가 사랑하는 사람을 보낼 때가 있을 텐데 토닥토닥 위로나 격려는 못할 망정 애써 밝게 지내려고 노력하는 사람에게 '쟤 남편 죽은 아이 맞아'하며 수군거림 식의 이야기가 내 귀에 돌아올 때 엄청 상처 받았어요.(참여자 K씨)

4) 미래에 대한 인식

요즘은 많이 풍속도가 달라졌다 해도 혼인 상태별로 볼 때 결혼, 사별, 이혼 등 다양하게 있지만 아직 까지는 재가해서 새 출발해서 사는 것에 대한 부정적인 견해가 있음을 단적으로 보여주는 예이다.

> 나중에 진통 오고 이러니까 나한테 "갈래?" 이러길래 내가 "어딜가?" 애들 놔두고 나보고 가라 하더라구요. "이혼해줄테니까" "됐다고. 내가 미쳤냐고 이제까지 내가 왜 참았는데"(참여자 M씨)

> 시댁 고모부가 "민재 어멍아 애인이랑 만들지 말라이"라고 했어요(참여자 K씨).

참여자 M씨는 이제 까지 애들 때문에 참으며 견뎌왔다고 이혼하면 애들이 불쌍하게 된다고 재가에 대한 생각이 없고, K씨는 고모부가 건물에 대한 재산 때문인지 재가는
커녕 애인도 만들지 말라고 반대하는 입장이다.

배우자 사별 후 더욱 예민해서 인지는 몰라도 주변에서 하는 말들이 따뜻한 위로나 지지가 되어야 하는데 참여자들에게는 오히려 상처가 되어 섭섭하게 느껴지고 무시하는 것 같은 인상이 들 때가 종종 있어서 주변의 친인척이나 지인들은 행동이나 말을 좀 더 신경 써 주기를

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

바란다.

나의 미래에 대한 소망이 어떤 것이 있느냐는 질문에 참여자 K씨와 B씨는 자기 집이 있지만, 시댁에 함께 살며 집이 없는 M씨는 집 있는 사람이 부럽다며 자녀들도 어린데 남편이 집까지 해결해 주고 갔었으면 하는 자기 집에 대한 바램을 갖고 있었다. 잠시나마 건강하지 못했던 K씨는 지금 하고 있는 일들을 하며 두 아들에게 존경받으며 건강하게 오래 사는 것을 B씨는 지금의 이 생활 들을 참고 나가는 것이라고 진술 하였다.

.

> 건강 유지하기 위해 숲을 걷기와 명상을 틈틈이 꾸준히 하고. 인권과 도박문제예방, 원예치료 강의 열심히 하면서 대학원 논문도 잘 통과해서 석사학위 받고 상담 분야에서 일하며 조금씩 빚 갚으며 두 아들에게 든든한 울타리가 되어 자랑스럽고 존경 받는 엄마로 건강하게 오래 사는 것
> (참여자 K씨)

미래에 대한 소망을 각자의 위치에서 조금씩 바람은 다를 수 있지만 자신에게 조금은 부족한 아쉬운 부분들을 염원하고 있었다.. 모두의 소망이 이루어지길 바란다.

2. 사별한 중년 여성의 심리 사회적 지지 수용 경험

이 연구에서 연구자는 현상학적 질적연구를 통하여 사별한 중년 여성의 심리사회적 지지수용 경험들을 Moustakas(1994)의 분석 방법을 적용하여 탐색하고 이해할 수 있었다. 그중에서도 참여자들 모두 공통적으로 적다고 체감하기는 하나 유족연금이 국가나 정부로부터 받는 가장 경제적인 도움이라고 하는 것을 알 수 있었다. 연구결과 전사자료로부터 37개로 된 의미있는 진술과 34의 구성된 의미있는 단위 도출과 11개의 주제로 4개의 범주들로 함축하여 분석결과를 국가의 경제적지원, 가족,친인척,지인들의 지원, 기관의 지원, 사회활동 참여로 의미 분석표를 정리하였다.

<표 Ⅳ-2> 사별에 따른 경제 ·심리· 사회적 지지 수용 경험

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

구성된 의미있는 진술	구성된 의미	주제	주제군	범주
(1)빚은 많아도 일정 소득이 있으면 유족연금 3년만 나온대요. (2)그나마 유족 연금이 있어 숨통이 트여요. (3)연금도 나이 연장되니까 겨우 받았어요.	1)소득이 많으면 유족연금 3년만 나옴. 2)유족 연금이 있어 숨통 트임. 3)연금 겨우 받게 됨.	1-1. 유족연금 많이 도움돼요.	1. 유족 연금	가. 국가의 경제적 지지
(4)나는 애들이 어리니까 학교 졸업할 때까지 한부모 가정 지원 받고 싶은데.....학교 안 다니는 막둥이만 아동수당 10만원 나와요. . (5)대출 빚이 많아도 집을 지어서인지 고3 자녀는 혜택 못 받다가 대학교 들어가면서 1학기 국가장학금 한명당 삼십삼만원 정도 나온대요.	4)어린 자녀들이 학교 졸업할 때 까지 한부모 가정 지원 받고 싶어요..	2-1. 한부모 가정 지원 받고 싶어요.	2. 한부모 가정 지원	
(6)빚은 많아도 일정 소득 이상 있으니 유족연금 3년만 준대요 고3아들 교육 급여라도 줬으면해요. (7)연금과 막둥이만 10만원 아동 수당 나오는 것 뿐이예요. 다 다자녀로 받는 거예요. (8)애기커부난 나 신청해보지도 안했져게	5)고3아들 교육 급여라도 줬으면 해요. 6).유족 연금과 막둥이 10만원 아동 수당 나오는 것 뿐이요. 7)애기커부난 나 신청해보지도 안했져게	3-1. 자녀들 교육 지원 받고 싶어요.	3. 문턱 높은 지원 제도	
(9)두 아들이 없었다면 나는 상상하기 싫어요 (10)애들보고 힘내서 살죠 혼자 같으면 지금까지 버티며 살았을까? (11)자식 때문에 사는 거 아닌가?	8)자녀들 보면서 힘내고 살아요	4-1.자녀는 내 삶의 원동력	4. 가족의 지지	나. 가족 친인척 지인들의 지원
(12)남편이 자랑스럽게 여기는 두 아들 잘 키우겠다고 다짐했어요. (13)이제와서 우리 애들 뭐 불쌍한 애 만들 일 있냐고 했어요. (14)공무원 준비하는 아들 뒷바라지와 시집 안 간 딸들 걱정돼요.	9)두 아들 잘 키우겠다고 다짐함 10)우리 애들 불쌍한 애 만들 일 있냐고 함 11)공무원 준비하는 아들 뒷바라지와 시집 안 간 딸들 걱정.	4-2. 자녀양육에 대한 책임감.		
(15)가족이 있어 버틸 수 있었어요. (16)친정엄마가 조언을 많이 해주는 편이예요. (17)아이들이 뭐든지 의논하래요.	12)가족이 있어 버틸 수 있었음. 13)친정 엄마가 조언 많이 해요 14)아이들이 뭐든지 의논하래요.	4-3. 의지가 되는든든한 버팀목.		
(18)병원 갈 때 보태라고 200만원과 간 회복에 좋은 것 끊이지 않게 보내주셨어요. (19)꾸준하게 지원 받는 것은 없어요 큰애 학원비 시어머니가 영어, 수학, 합기도 학원비로 월 45만원 지원해줘요..	15)병원 갈 때 보태라고 돈과 간 회복에 도움되는 것 보내줌. 16)꾸준하게 지원 받는 것은 없어요 큰애 학원비 시어머니가 영어, 수학, 합기도 학원비로 월 45만원 지원해줘요..	5-1. 친정의 아낌없는 지원든든	5. 친인척의 지지	
(20)시댁 식구들이 돌아가면서 건강에 좋은 식재료들 좀 먹이라고 만들어서 보내주셨어요 남편 아플때와 제가 아플 때 항상 곁에는 시댁과 친정식구들이 있어 큰 힘이 됐어요.	17)건강에 좋은 식재료들 좀 먹이라고 만들어서 보내줌. 아플 때 항상 곁에는 시댁과 친정식구들이 있어 큰 힘이 됨.	5-2.친정/시댁의 지지가큰 힘이됐어요.		

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

구성된 의미있는 진술	구성된 의미	주제	주제군	범주
(21)서울 병원 갈 때 시부모님이 다 해줬고, 제주도에서 병원에 있을 때도 밤에 교대해주고 했어요.	18)서울 병원 갈 때 시부모님이 다 해줬고, 제주도에선 밤에 교대해줌.	5-2.친정/시댁의 지지가 큰힘이됐어요.	5. 친인척의 지지	나. 가족 친인척 지인들의 지원
(22)간에 좋은 음식과 주의사항등 많은 정보 지인들이 알려주었어요. (23)병원에서 만난 같은 질병 지인에게 지속적인 조언 구했어요.	19)간에 좋은 정보 지인들이 알려줌 20)병원에서 만난 지인에게 지속적인 조언 구함.	6-1. 지인들의 지속적인 조언	6. 지인의 지지	
(24)우울해진다며 집에만 있지 말고 밖에 나와 사람들 만나래요. (25)요즘 직장동료들이 나한테 얼굴 (인상이) 밝아졌다고 해요. (26)동창 친구들이 탄산 온천에 가자고 해서 함께 다녀왔어요.	21)밖으로 나와 사람들 만나라고 함. 22)직장동료들이 얼굴 밝아졌다고 함. 23)친구들이랑 탄산 온천에 다녀옴.	6-2. 동료들이 세상밖으로 나가길 권해요.		
(27)남편을 기억해 찾아와 주셔서 감사했어요. (28)지금도 밀양사는 친구가 필요할 때 제일 먼저 와주는 친구예요. (29)고맙게 도움 받으면서 살아도 다 갚아야 할 빚이예요.	24)남편을 기억해 찾아와 주셔서 감사함. 25)필요할 때 먼저 와주는 친구가 있음. 26)도움도 갚아야 할 빚으로 생각함.	6-3. 타인의지지감사한 손길		
(30)모래 놀이 치료를 배우는 동안 나의 심리 상태를 무의식적으로 모래 상자에 있는 피겨를 통해 그대로 반영하였다. 많은 이야기를 쏟아내며 치유되는 좋은 시간이었다.	27)나의 심리 상태를 모래 상자에 있는 피겨를 통해 그대로 반영하였다. 많은 이야기를 쏟아내며 치유되기도 하였다.	7-1.임상모래놀이학회 제주지부 자격과정 참여	7. 상담기관의 지원	다. 기관의 지원
(31)주말에는 제주국제명상센터에서 명상에 참여하고 매일 아침 눈을 뜨면 혜민 스님의 코끼리 명상호흡법으로 하루를 열기 시작하며 많이 편안해졌어요.(참여자K씨)	28)주말에는 제주국제명상센터에서 다양한 프로그램에 참여	7-2.제주국제명상센터 프로그램참여		
(32)동주민센터에서 고전, 풍물하고 주민자치 프로그램으로. 그외 요가, 민요, 제주어가 스트레스 해소에 도움 되었죠. (33)오라동 주민센터 프로그램중 하나인 아랑고*장구를 통해 일주일에 한 번 땀으로 흠뻑 옷이 젖을 만큼 스트레스를 많이 해소하는 계기가 되었어요	29)동주민센터에서 요가, 고전, 풍물, 민요, 제주어가 스트레스 해소에 도움됨. 30)주민센터 프로그램중 아랑고*장구가 스트레스를 많이 해소하는 계기가 되었어요.	8-1. 동주민센터 프로그램 참여	8.공공기관의 프로그램참여	
(34)매일 아침 새벽 동네에 있는 절 법당에 가서 아픈 남편 회복되기만을 정말 간절하게 기도했어요. 사별 후에는 아는 주지 스님이 잦은 안부 전화와 차 마시러 오라고 종종 연락와서 힘이 되는 이야기로 많이 지지해 주셨어요. (35)세례만 받고 다니지는 못하고 있어요.	31)매일 절에 가서 간절히 기도하고 스님의 안부전화와 만남으로 힘이 됨. 32)천주교에서 세례만 받고 다니지 못하고 있음.	9-1. 편안한 종교가 있어 다행이예요.	9. 종교기관의 지지	

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

(36) 주민자치위원 활동을 총 6년째 해오고 있는데, 다양한 봉사활동 및 요즘 코로나로 정기적인 방역 소독하고 있다. 봉사를 통해 오히려 내가 위로받고 긍정적인 에너지를 얻으며 감사함을 얻게 한다.	33)주민자치위원 활동하며 봉사를 통해 오히려 내가 위로받고 긍정적인 에너지를 얻으며 감사함을 얻게한다.	10-1. 주민자치위원회 활동	10. 주민자치위원회 활동	라. 사회활동 참여
(37) 건강을 위해 제일 신경 쓰는 동호회 활동 중 하나가 토요일마다 즐거운 산악회의 오름동호회 지인들과 오전에 새로운 오름들을 다니며 자연이 내게 주는 아름다운 풍경들을 보며 온전히 몸으로 치유의 시간을 느끼며 매사에 감사함을 느껴요	34)오름동호회 지인들과 오름들을 다니며 자연이 내게 주는 아름다운 풍경들을 보며 온전히 몸으로 치유의 시간을 느끼며 매사에 감사함을 느껴요	11-1. 동호회 활동	11. 동호회 활동	

가. 국가의 경제적 지원

이 연구에서 참여자들이 국가나 정부로부터 가장 도움을 받은 경제적 지원이 유족 연금이었다. 하지만 모든 참여자가 생각보다 적다고 체감하는 의견이 공통된 진술이었다.
참여자들이 각기 다른 상황이지만 맞벌이도 힘든 요즘 상황에 둘이 벌다 갑자기 한부모 가정으로 바뀌면서 경제적인 어려움을 제일 크게 호소하였다. 그럼에도 불구하고 이런 저런 이유로 지원제도들의 사각지대에 놓여 이 연구의 참여자 모두 지원 받는 부분이 아주 미미하였다. 가끔씩 생활고를 견디지 못해 각종 미디어나 뉴스를 통해 화제거리로 오르내리는 사례들을 접하곤 한다. 한동안 떠들썩 했던 송파 세모녀 사건 같은 비극이 다시는 일어나지 않도록 턱없이 높은 지원제도로 체감하며 그림의 떡으로만 생각하는 지원 정책들이 아닌 지원제도의 문턱을 낮추었으면 한다. 소 잃고 외양간 고치지 말고 배우자 사별 유가족들에게 조금씩이라도 수혜 받는 기회가 제공 되어지길 이 연구를 통해 절실히 바란다.

1) 유족연금 많이 도움돼요.

사별 후 경제적으로 힘든데 유일하게 참여자 모두 지원받는 부분이여서 작지만 유족연금이 매달 지원되어 나오는 것에 대한 고마움과 함께 다행이라고 여기고 있다..

> 그나마 유족 연금이 있어 숨통이 트여요(참여자 M씨).

K씨는 현재 집을 지어 대출 빚은 많이 있으나, 어느 정도의 일정한 소득이 있다는 이유로 유

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

족 연금 또한 3년만 지원된다. (만25세 미만 자녀가 있을 경우 해제 사유가 된다고함.), K씨와 M씨는 본인이 60세(69년생 이후 출생자에 한함.)시점에 연금 받게 됐을 때 유족 연금과 내 연금 중 어느 쪽이 많은지 선택해서 유족 연금을 받게 되면 나의 연금은 포기해야하고, 나의 연금을 신청하여 받는 경우 유족연금의 30%가 지원된다고 한다.

2) 한부모 가정 지원 받고 싶어요.

지원의 사각지대 없게 해주세요. 10년 이상된 자동차나 1600CC 이하라야 되는데 9년 넘은 고장이 잦은 차가 있고 아이들 케어하기 위해 출퇴근이 좀 여유롭지만 수입이 일정치 않은 보험을 다니는데 어린 자녀가 셋이나 되는데도 지원을 제대로 못 받고 있어 안타까웠다.

> 나는 애들이 어리니까 학교 졸업할 때까지 한부모 가정 지원 받고 싶은데..... 10년 안된 차가 있고 보험하면 한 부모 가정 신청도 힘들어요. 다자녀로 방과후 지원, 전기세 할인외에 한부모로 받는 것 하나도 없어요.(참여자 M씨).

K씨 또한 한부모 가정인데 서울에 사는 대학생 아들과 제주에 있는 아들 두 명이 동시에 대학생이 되자 국가 장학금 1인당 33만원정도 나온다라고 하였다. B씨는 자녀들이 모두 성년이 되자 유족연금만 지원을 받고 있었다.

3) 문턱 높은 지원제도

문턱 높은 지원제도에 때론 화가 날 정도로 한부모 가정이 되면서 지원제도의 턱이 조금만 완화되어 혜택을 볼 수 있다면 좋을 텐데.... 차상위계층도 해당이 안되었다며 속상해하는 M씨에게 내가 어떻게 해줄 수 있는게 아니라 그냥 공감, 경청하는게 최선일 뿐이었다.

> 유족 연금과 막둥이만 10만원 아동 수당 나오는 것 뿐이예요. 다 다자녀로 받는 거예요. 나는 차도 2010년식인데 10년 이상 된 차들만 타야 돼? 차를. 자녀장려금도 안되고 근로장려금도 안돼서.....전기세 다자녀 할인 1만 몇천원정도, 방과후 지원 받는데 방과후는 별 의미가 없어요 애들이 안하면 혜택받은게 아니니까. 방과 후를 잘 안하려고 하니까 학교에서 놀다가 하나씩은 하니까. 지역아동센터는 저도 싫고 애들도 싫어해요. (복지 대상자선정) 기준 상한선도 올렸으면 좋겠어요. 4인가족 이것도 230이 되려고 하면 월급도 150씩 받아야 하고 어디 아르바이트나 해야 하는데 아르바이트 해서 생활이 되냐고.(참여자 M씨)

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

배우자 사별 시 사망 신고하러 동주민센터(공공기관)에 가면 그 때 담당 직원의 도움이나 안내가 있다면 좋겠는데 모든 분들이 알고 신청을 못 한 것과 모르고 신청 못 한 것은 하늘과 땅 차이라 여겨진다.

나. 가족, 친인척, 지인 등의 지원

이 연구에서 연구자의 입장에서 볼 때 애도 기간을 잘 이겨 낼 수 있었던 가장 큰 힘은 무엇보다도 상담에서 “원가족”이라고 표현하는 가족 덕분이었다. 물론 가까운 지인 한 두 명도 있다. 언제나 잘 지내고 있는지 안부 물어주고 자주 찾아와 함께 아파해주고 잘 극복하여 이겨 낼 수 있도록 아주 든든한 힘이 되어 주었다. 가족의 든든한 울타리가 나를 지금까지 버티게 해 준 일등 공신이라 생각한다. 참여자 K씨는 삼성서울병원 갈 때 쓰라고 200만원도 모아서 형제들이 보내주었다고 진술했다. 만약 연구자가 친정 식구들의 아낌없는 격려와 시댁 식구들의 지지가 없거나 가족이 없고 혼자였다면 상상도 하기 싫은 결과가 나왔을지 모른다. 그래서 친정이나 시댁에 많은 가족이 있음에 감사하였다.

> 꾸준하게 지원 받는 것은 없어요 큰애 학원비 시어머니가 영어, 수학, 합기도 학원비로 월 45만원 지원해줘요. 안 다닐려고 하는데 억지로 보내요. 공부는 해야되니까. 아빠가 돌아가시고 약 1년 반을 지원해주셨어요. 친정 어머니는 말벗이나 조언해주시고 어쨌든 벌어야 사니까. 남편 보내고 나서 정신적으로는 엄청 편하죠 (참여자 M씨) ㄴ

참여자 모두 친정이나 시댁에서 경제적으로 도움을 받았었기도했고 지금도 시댁에서 큰 아이 한 명 학원비는 지속적으로 지원 받고 있다. 이 또한 도움이 많이 된다고 고마워하였다.

> 배우자 사별 후 남은 자녀들과 카톡이나 정보 공유 등으로 연락하며 오히려 더욱 사별 전 보다 잘 챙기고 지지하며 돈독해지고 있음을 알 수 있었고, 자녀들이 어린 M씨는 큰 아이에게 더욱 의지해진다고 진술하였다.

> 두 아들이 없었다면.....상상하기 싫어요. 서울에서 대학 다니는 큰 아들이 아빠 아프면서 가족 카톡방 만들기 시작하며 매일 안부도 서로 전하고 소소한 일상도 함께 공유해요.(참여자 K씨)

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

어쨌든 두 아들과 살 집을 마련해주고 돌아가신거랑 치료한다고 전 재산 탕진하는 수도 있는데 호스피스 병동에 응급실 포함하여 6일만 입원하고 간 것은 감사한 거라며 주변에서 자주 이야기들 많이 한다. 몹시 고통스러운데도 마약성 진통제의 양을 늘리지 않고 끝까지 참아가며 덜 먹으려 했던 모습들을 보며 손 꼭 잡고 안 아픈 세상에서 건강하게 지내고 있어 나 애들 잘 키우고 때가 되면 갈게 하고 이야기하던 모습이 생각난다.

.

> 내가 남편을 하늘나라 보내고 아픈 이후로는 건강은 괜찮은지, 자주 안부 물어오는 친정 오빠나 올캐 언니들과 시댁 고모와 아주버님, 형님들이 내가 전화만 못 받아도 걱정하시고 수목원이나 생태숲, 도두봉, 절물 휴양림등 함께 옆에서 걸어주며 여러 가지 이야기를 해주는 등 걱정해주겨서 큰 힘이되고 든든했어요.(참여자 K씨)

이 연구에서 참여자들이 심리 사회적 지지 수용 경험을 통해 친인척과 가족의 지지는 든든하게 여기면서 친구나 동료등 지인들의 지지는 감사하게 여기고 있었다. 그 중 참여자 B씨는 고마운 도움의 손길이 언젠가는 갚아야 할 빚으로 인식하고 있었다. 참여자 M씨는 친정 엄마의 많은 조언이 도움이 되었다고 했다.

> 연* 대 세브**병원에서 나랑 같은 처지의 언니를 알게 되었어요. 그분 남편도 위암이었거든요. 남편보다 한 3개월 먼저 돌아가셨어요. 그때 전화 통화하면서 친해졌어요. 나한테 돈은 안 돼도 바쁘게 출근도 하고 돌아다니는 게 부럽대요. 이 언니한테도 굉장히 많은 위안을 받고 이 언니도 나한테 어쨌든 동병상련이지. 이 언니는 남편하고 되게 애틋해서 많이 힘들어해요. 지금도. 언니랑 나랑 다른 게 나는 남편과 애틋하고 그런 게 없었고.....(참여자 M씨.)

참여자 K씨는 전국 각지 멀리에서 병문안 온다고 왔는데 갑자기 조문이 되어버렸지만 남편을 기억해 찾아와 주신 분들과 갑작스런 비보소식에 학생 때 도움 많이 받았다며 산소까지 찾아와준 분들 이 자리를 빌어 모두 감사하다고 전하고 싶어요. 그리고 내가 머리 아픈 후로 내일처럼 항상 옆에서 챙겨주시던 김O녀 원장님, 비가 오면 생각난다며 비싼 비타민제들 선물해주신 김O희 원장님 모두 감사하다. M씨는 필요할 때 먼저 달려와 준다는 밀양에 사는 중학교 친구, B씨는 사별 선 경험이 있는 양*자 언니로부터 민요 배우러 같이 가고 항상 챙겨줘서 큰 위로와 지지가 되었다.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

문병 왔는데 조문이 되어 버렸다며 함께 슬퍼해 주시고, 1월 1일 날 발인이었는데도 새해 첫날 상난 곳 가는 것을 기피하는 제주도의 풍습과는 달리 100여명이 넘는 지인들이 와주어 국화꽃을 여러 번 다시 재사용하게 되었다며 상조회사 직원이 생전에 참 잘사셨던 분 같다고 이야기해줘서 고마웠어요. 학교 다닐 때 도움 많이 받았던 학생들이었다며 갑작스러운 비보에 참석 못했다고 가끔씩 남편이 묻혀 있는 산소 위치를 물어보며 멀리서 비행기 타고 찾아와 주시는 분들도 너무 감사했어요. OOO 어린이집 원장님과 비가 오면 내가 생각난다며 각종 비타민등 챙겨주던 김OO님 모두 감사해요(참여자K씨)

K씨나 M씨는 지인의 지지를 감사하게 여기는 한편 B씨는 지지나 도움도 나중에는 모두 갚아야 할 빚으로 받아들이고 있었다.

다. 기관의 지원

이 연구자는 서귀포시 건강가정지원센터에서 임상 모래 놀이 학회 제주지부 자격과정 프로그램에 참석해서 수련 감독님과 동료 선생님들께 많은 이야기를 쏟아내는 동안 받은 심리 사회적 지지 수용 경험이 긍정적인 영향으로 치유되는데 많은 도움이 되었다.

1) 상담기관 프로그램 참여 경험

가) 임상 모래 놀이 학회 제주지부 자격 과정 참여

처음엔 내가 상담자가 되어 상담할 때 도움이 되었으면 좋겠다는 생각으로 고가임에도 제주시에 있는 건강 가정 지원센터에서 하는 모래놀이 치료 자격과정인줄 알고 신청했는데 장소가 서귀포 건강 가정 지원센터였다. 당황스럽긴 했지만 매주 서귀포를 한 시간씩 운전해가며 모래 놀이 치료를 배우는 동안 나의 심리 상태를 무의식적으로 모래 상자에 있는 피겨를 통해 그대로 반영하였다. 많은 이야기를 쏟아내며 치유되기도 하고 다른 상담 선생님들의 사례도 공유하며 배울 수 있는 좋은 시간이었다. 2019년 연수 중 초기 일부를 발췌하였다.

2019.2.9.토요일 1시~7시나를 소개해요 (피규어 3개를 골라서 가지고 와 나를 소개하는 시간)
첫째,. 나를 상징하거나 대변하는 피규어는 책을 읽는 동자스님을 가져왔다.
: 1년에 한 번 사월 초파일 엄마 따라 절에 가다 요즘은 49제 동안 매주 토요일 마다 남편이 좋은 곳에 갈 수 있도록 매일 기도하고 논문 준비해서 써야 한다는 생각에 책을 들고 있는 동자 스님을 선택하였다.
둘째, 이유 없이 싫은 피규어는 목발을 짚고 있는 아픈 남자를 가져왔다. 간암 말기로 두 달 시한부 선고 받

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

고 남편을 간호하는 과정부터 한달 20일 만에 하늘나라로 보낼 때 까지 아픔이 그대로 전해져 아프지도 말아야겠고 아프다는 거 자체가 그냥 싫다. 셋째, 보기만해도 행복해지고 너무 좋은 피규어는 어린 아기에게 젖을 물리고 있는 엄마가져왔다.: 젖 먹여 모유로 7남매를 키워 주신 어머니가 어려운 상황에서도 나를 대학 보내줘 지금 이 위치에 있을 수 있도록 해준 커다란 지원자, 든든한 울타리 같아 늘 고맙고 지금은 나이 들어 요양원에 계셔 내가 잘해야지 라는 생각에 오래 살아계시기만을 바라며 엄마라는 단어만 들어도 좋고 살아 계서 더욱 감사하다.

[그림 Ⅳ-4] 나를 소개해요 피겨

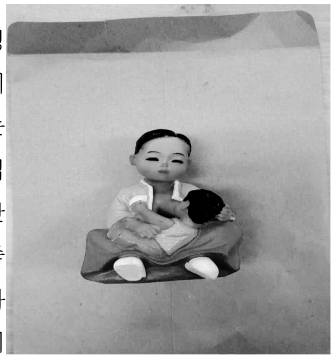
2019.2.10. AM 06:00

경험, 꿈 나누기 : 꿈: 내면의 self가 나에게 편지를 보내는 것. 꿈은 진행형

세탁기에 맑은 물은 가득 차 있고 돌리려는데 안 돌아가 봤더니 세탁기 부속 부품들이 잠겨져 있지 않고 다 풀려 조립이 안 되어 있고 부속품들에는 이슬이 방울 방울 맺혀 있고 주변에 많은 사람들이 둥글게 둘러 쌓여 나를 쳐다보고 있는 상황(현재진행형으로 읽어 주세요) 물은 정화, 슬픔, 심판의 의미지로 꿈을 해석하자면 세탁기의 역할은 탈수, 물을 빼는 역할인데 가득 고인 물을 빼야 하는 세탁기의 모든 부속 부품들이 조립이 안 되어 다 풀려 있는 상태가 K씨의 지금 무기력한 심리 상태를 그대로 반영한 것이라고 하셨다. 방울 방울 맺힌 이슬은 눈물을 의미하고 세탁기에 가득 고인 물은 슬픔을 의미한다고 해석하시어 그 슬픔을 밖으로 다 내어 놓아야 할 것이라며 무조건 애써 참으려 하지 말고 울고 싶으면 울고 슬프면 슬프다 화나면 화난다 그 슬픔을 마음껏 표현해 내라고 하셨다.

2019.2.17. 일요일 10시~5시

첫째, 내가 피겨 포장을 벗겨 냈을 때 내가 알아차린 신체 감각은 무엇인가?(편안하고 너무 좋았다 가슴이 참 따뜻했다). 둘째, 내가 가진 최초의 감정은? (따뜻하고 푸근함).셋째, 내가 한 개인적 연상들은 무엇인가? (요양원에 계신 엄마가 생각나고 아! 좋다).넷째, 나의 연상 이후 무슨 생각이 뒤따라 들었는가?(엄마 찌찌 만지며 엄마의 젖을 먹는 아가는 행복하겠다).다섯째, 피겨를 집어 들었을 때 초기의 어떤 기억들이 떠올랐는가?(첫 번째 시간에 그냥 보기만 해도 기분 좋아하는 피겨 골라오라고 했을 때 피겨랑 똑같아서 너무 반갑고 좋았다. 내가 두 아들을 모유 먹여 키웠던 생각이 떠오름). 여섯째, 나의 피겨와 관련된 신화와 동화(민담, 동요등)는 무엇인가? (해님 달님) 일곱째, 이 경험에서 나에게 놀라운 일은 무엇 이었는 가? (희생적인 엄마, 자녀에게 한없이 주고픈 엄마의 이미지가 떠올랐고 그냥 좋다).



[그림 Ⅳ-5] 나의 선물봉투 안의 피겨

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

2019.2.24. 일요일 10시~5시 피겨로 들려주는 옛날이야기 꾸미기

옛날 옛날에 엄마오리와 아기 오리 두 마리가 초록 잔디 깔린 예쁜 집 마당에서 수영하고 있었어요. 늘 예쁜 옷을 만들어 주시던 할머니는 재봉틀로 무엇이든 뚝딱 뚝딱 뚝딱 만들어 주던 요술쟁이 같았어요. 마당 넓은 집에는 맛있는 과일이 주렁주렁 달린 나무와 초록 잔디가 넓게 펼쳐져 시원함을 주는 기분 좋은 곳이었어요. 가끔씩은 아들과 함께 공부하던 엄마는 파라솔 의자에 앉아 도란 도란 아들과 이야기도 많이 했어요. 하늘을 쳐다봤을 때 비행기가 하늘을 지날 때면 서울 간 큰 아들이 생각나기도 했답니다.

[그림Ⅳ-6] 첫 번째 모래 상자

나) 제주국제명상센터 프로그램 참여

처음에는 스스로 찾아가 프로그램에 참여하는데 너무 눈물이 나와 앉아 있을 수가 없어 몇 개월 동안 쉬는데 '뇌를 쉬게 하는 것은 명상이 최고'라고 지인이 권유하며 다시 다양한 명상 프로그램을 접하면서 많이 편안하게 안정을 찾아가며 치유되는 소중한 시간들이었다.

> 주말에는 제주국제명상센터에서 명상에 참여하고 매일 아침 눈을 뜨면 혜민 스님의 코끼리 명상호흡법으로 하루를 열기 시작하며 많이 편안해졌어요.(참여자K씨)

[그림 Ⅳ-7] 집단 상담은 제주 국제 명상센터 전문 상담사 준비 인턴과정의 하나로 박** 교수님의 30시간 비구조화 집단상담 프로그램에 동기들과 참여하여 느낌 나누기 하는 모습이다. 개인상담 못지 않게 집단 상담의 구성원으로 참여하여 역동이 일어나는 것 또한 아주 중요한 참여 경험 중의 하나였다.

[그림 Ⅳ-8] 춤 명상은 특강 프로그램 이외에는 보통 매주 일요일마다 진행되는 명상 중의 하나로 다양한 음악에 맞춰 내 몸과 마음이 가는 대로 움직임이 이루어지는데 참여자들이 시간을 짧게 느끼며 아쉬워하고 좋아하는 명상 중의 하나이다.

[그림 Ⅳ-7] 집단 상담

[그림 Ⅳ-8] 춤 명상

다) 공공기관(동주민센터) 프로그램 참여

동주민센터에서는 동 주민들을 위해서 주민자치위원회의 승인을 통해 매 해마다 다양한

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

프로그램을 접수받아 상하반기 실시한다.

오라동 주민센터 프로그램중 하나인 아랑고*장구를 통해 일주일에 한 번 땀으로 흠뻑 옷이 젖을 만큼 스트레스를 많이 해소하는 계기가되었어요(참여자K씨).

동주민센터에서 고전, 풍물하고 주민자치 프로그램으로 그 외 한림보건소로 넘어간 요가도 오래 됐지 민요랑 제주어만 최근 했지 요가, 민요, 제주어가 스트레스 해소에 도움 되었죠(참여자B씨).

[그림 Ⅳ-9] 풍물

라. 종교기관의 지원

힘들 일을 겪고 있을 때 의지가 되고 슬기롭게 극복하는데 도움을 받을 수 있는 것 중의 하나가 종교라는 생각이 든다. 본인이 편안하게 느끼는 종교이면 어떠한 종교이든 상관없이 누구든 편하게 여기는 종교를 하나쯤 갖고 있는 사람이라면 든든한 마음의 안식처와 같이 세상의 힘듦으로부터 안전하게 쳐진 울타리 안이라는 편안함이 분명 있을 것이라 믿는다.

매일 아침 새벽 동네에 있는 절 법당에 가서 아픈 남편 회복되기만을 정말 간절하게 기도했어요. 사별 후에는 아는 주지 스님이 잦은 안부 전화와 차 마시러 오라고 종종 연락와요. (참여자 K씨)

K씨는 오래전 원* 유치원 교사 생활을 하면서 불교 활동을 하는 계기가 되었고, 남편 49재를 동네 월*사에서 할 정도로 편안함을 느끼게 되어 지금까지 지속되고 있다. 또한 최근에는 관**사에서 합창 단원으로 활동하기도 한다. 우연히 형님 덕분에 인연이 되어 알게 된 비구니 주지 스님으로 부터 잦은 안부전화와 함께 재일 있을 때라도 와서 기도 많이 하고 차 마시며 얼굴 보고 건강에 대한 좋은 이야기도 많이 하자고 종종 연락 주셔서 감사해하고 있으며 B씨는 지금도 굉장히 열심히 절에 다니는데 절에서 천도제 하고 얼마 지나지 않아 배우자가 사별하자 아빠 돌아가시라고 굿한 것 밖에 더 되느냐며 부정적인 시각을 가지고 배우자 사별 후 두 딸이 성당으로 종교를 개종하였다. K씨, B씨와는 달리 M씨는 천주교 세례만 받고 지금은 여건상 다니지는 못 하고 있는 상황이다.

라. 사회 활동 참여

참여자 K씨와 B씨는 꾸준히 사회단체 활동을 해왔으며 배우자 사별 후에도 지속적인 사회활

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

동을 함으로써 다양한 사람들과의 관계 속에서 심리 사회적 지지를 경험하고 있으나 M씨는 결혼 생활 10년 동안 가정내에서 어린 자녀들 키우느라 모임이 하나도 없다고 이야기 할 정도로 전혀 직장 외에는 활동하는 게 없었다.

가) 주민자치 위원회 활동

이 연구자는 주민자치위원 활동을 총 6년째 해오고 있는 요즘 코로나로 인해 정기적으로 사람의 이동이 많은 버스정류장을 소독하고 있다. 봉사를 통해 다른 사람과 함께 어울리며 이 세상은 나 혼자가 아니라 좋은 분들과 좋은 관계를 맺어가며 위로가 되고 긍정적인 에너지를 얻으며 감사함을 얻게 하는 좋은 활동이라 생각한다. 오라동 주민자치위원회 활동도 하고, 다솜 헌혈 봉사회에 소속되어 헌혈 캠페인 봉사도 해요.

> 주민자치위원 활동을 총 6년째 해오고 있는데, 다양한 봉사활동 및 요즘 코로나로 정기적인 방역 소독 하고 있다. 봉사를 통해 오히려 내가 위로받고 긍정적인 에너지를 얻으며 감사함을 얻게 한다.(참여자K씨).

나) 동호회 활동

> 건강을 위해 제일 신경 쓰는 동호회 활동 중 하나가 토요일마다 즐거운 산악회의 오름동호회 지인들과 새로운 오름들을 다니며 자연이 내게 주는 아름다운 풍경들을 보며 온전히 몸으로 치유의 시간을 느끼며 매사에 감사함을 느껴요 (참여자K씨).

[그림 Ⅳ-10] 오름동호회에서의 산행

3. 사별한 중년 여성의 심리 사회적 지지 수용 경험에 대한 의미 부여

이 연구에서 연구자는 현상학적 질적연구를 통하여 사별 후 남겨진 배우자들이 겪는 어려움들을 Moustakas(1994)의 분석 방법을 적용하여 탐색하고 이해할 수 있었다. 그중에서도 경제적인 어려움을 제일 크게 호소하는 것을 알 수 있었다. 연구결과 전사자료로 20개의 구성된 의미있는 진술과 17개의 구성된 의미있는 단위 도출과 9개의 주제로 3개의 범주들로 함축하여 분석결과를 버틸 수 있는 힘, 사별의 재정의, 미흡한 정부로 의미 분석표를 정리하였다. 이 연구에서 참여자들은 자녀와 원가족에서 애도과정을 자연스럽게 극복할 수 있도록 긍정적

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

인 힘을 얻거나, 주로 친인척이나 지인 중에서도 본인이 친밀하고 편하게 여기는 사람과의 관계에서 소통이 더 자주 일어나고 있었다. 주로 K씨는 남편이 아팠을 때는 일대일로 딱 붙어서 케어하다 보니까 밖에 외출이 안되어 시댁 고모들이 김치도 자주 담아오고 장어나 몸에 좋은 음식들도 형님들이 가지고 오는 등 얼굴 들여다보고 자꾸 걱정되어 찾아오는 경우 점점 고통스러운 모습을 보이기 싫어 잦은 방문을 배우자가 불편해하였다. 나중에는 카톡이나 문자로 지금은 괜찮은지. 밥은 잘 먹고 있는지 물으며 안부나 근황을 물어보는 등 물심양면 시댁 쪽 지원이 많았고 친정 쪽에서는 걱정하면서도 조금이라도 신경 쓰이게 할까봐 무척 조심스러워 하는게 고스란히 느껴졌다고 진술했다. M씨도 마찬가지로 여주 물 먹는 것부터 밥은 잘 먹고 있는지 자꾸 점검하고 애들이 어려 서울 항암치료 받으러 갈때는 계속 시부모님과 고모부님이 돌아가며 병원 가주시고 도움을 주셨다. 아파서 간병 할 때는 간섭이든 뭐든 했으나 지금은 무슨 일이 있을 때만 연락을 한다고 진술하였다. .

사별 후는 친정쪽에서는 친정 엄마나 형제들이 전화나 카톡, 문자로 연락하며 걱정 많이 해주시고 자꾸 연락해서 나오라고 해서 이런 저런 도움이 되는 이야기 많이 해주는 등 사별 전 과 후 친정과 시댁에 대한 관계의 지지를 좀 다르게 인식하고 있었다. 시댁과의 관계가 워낙 좋은 경우는 이런 인식의 차이가 크게 차이 나지는 않았으나 공통적으로는 점차 약간의 소원한 관계로 이어지고 있었다. 참여자 M씨는 조심성 없게 말로나 행동으로 표현하는게 자신의 마음을 이해받지 못해 너무 섭섭해하였다. K씨는 시댁에서도 사별 후 갑자기 아프면서 뇌종양 시술 후 전화를 못 받아도 걱정을 하며 가족들이 달려오기도 하고. 고모와는 지금도 전화로 안부 자주 묻고 운동도 같이 다니는 정도이다.

사별전 배우자와 관계가 좋았던 사람이거나 평소 가까운 사람이 사망시 배우자 사별이 재현 되어 상실의 아픔이 더 배가 되어 힘들다는 것을 M씨의 친한 지인의 사례와 B씨의 아주버님 사망을 통해 알 수 있었다. B씨는 “남편 죽었을때는 어떻게 지났는지는 모르지만 삼촌 돌아가셨을 때는 두 달 동안 집 밖엘 영 안 나갔져. 아는 지인과도 멀어지고 아이들이 충격도 크고 막 걱정했져”.참여자중 M씨는 “남편은 나를 되게 힘들게 하는 사람이라고 표현 했잖아요. 정신적으로는 너무 행복해요”라고 표현하며 본인이 느끼는 스트레스가 확 감소하는 것을 보며 사별전 관계도 중요한 것을 이 연구를 통해 알 수 있었다.

<표 Ⅳ-3> 사별에 따른 경제 ·심리· 사회적 지지 수용 경험에 대한 의미부여

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

구성된 의미있는 진술	구성된 의미	주제	주제군	범주
(1)두 아들이 없었다면 나는 상상하기 싫어요 (2)애들보고 힘내서 살죠 혼자 같으면 지금까지 버티며 살았을까? (3)자식 때문에 사는거지	1)자녀들 보면서 힘내고 살아요	1-1. 자녀는 내 삶의 힘	1. 자녀의 지지	가. 버틸 수 있는 힘
(4)남편이 자랑스럽게 여기는 두 아들 잘 키우겠다고 다짐했어요. (5)우리 애들 불쌍한 애 만들 일 있냐고 했죠. (6)공무원 준비하는 아들 뒷바라지와 시집 안 간 딸들 걱정돼요.	2)두 아들 잘 키우겠다고 다짐함 3)공무원 준비하는 아들 뒷바라지와 시집 안 간 딸들 걱정됨.	1-2. 자녀 양육에 대한 책임감.		
(7)가족이 있어 버틸 수 있었어요. (8)친정엄마가 조언을 많이 해주는 편이예요. (9)아이들이 뭐든지 의논하래요.	4)가족이 있어 버틸 수 있었죠 5)친정 엄마가 조언 많이 해요 6)아이들이 뭐든지 의논하래요	1-3. 든든한 버팀목.		
(10)“힘들게 하는 남편이 없으니까.오히려 사별하고 정신적으로는 정말 행복해요. ”남편을 보낸 것은 힘들었지만 마음이 너무 편해요 애들도 더 편안해졌어요. (11)내 삶의 우선 순위가 바뀌었고, 작고 소소한 일상의 가치에 모든게 감사하고 소중함을 느끼게 돼요..	7)사별하고 오히려 정신적으로는 정말 행복해졌어요. 8)소소한 일상의 가치에 감사함과 소중함을 느껴요.	2-1. 오히려 행복 해졌어요.	2. 인지적 맥락	나. 사별의 재정의
(12)한부모 가정으로 도움 받게 해주세요 (13)다자녀할인, 막내 아동 수당 10만원, 유족연금뿐이예요. (14)유족연금외에 도움 받는게 하나도 없어요.	9)한부모가정 지원 받기 원함. 10)다자녀할인, 막내 아동 수당, 유족연금뿐임. 11)유족연금외 도움 안 받아요.	3-1.지원의 사각지대 없게 해주세요	3.문턱 높은 지원 제도	다. 미흡한 정부
(15)복지 대상자 선정시 이혼한 사람들하고 사별한 사람들하고 따로 지원해야 한다고 생각해요. (16)학교 다니는 동안 교육급여라도 지원해줬으면 좋겠어요. (17)아이들이 커서 신청조차 안했어요.	12)이혼한 사람과 사별한 사람 따로 지원해야 한다고 생각함 13)학교 다니는 동안 교육급여라도 지원해줬으면 함. 14)아이들이 커서 신청조차 안함.	4-1. 한 부모 가정 지원 신청도 힘들어요	4.한부모 가정 지원의 어려움	
(18)직장 오래 다니면 유족연금은 계속 받잖아요. 본인의 나이 60세 될 때까지. 그때 되면 선택을 하래요. 이 유족연금을 받을지 아니면 이걸 포기하고 내 것이 높으면 내 연금을 받을지 난 그것도 웃기는 것 같애. 똑같은 돈인데 왜 내 것을 받으면 이걸(유족연금) 못 받냐고, 그것도 웃긴거지.	15)본인의 나이 60세 될 때 유족연금을 받을지 내 연금을 받을지 선택하래요.	5-1. 유족연금 계속 받을 수 있었으면 해요	5. 사회적 불편감	

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

(19)남편 이름의 빚 상환 이나 보험 청구시 본인 인증하는 과정이 너무 힘들어요.	16)남편 이름의 빚 을 갚으려 해도 힘들어요	5-2.남편이름의 빚 상환이 힘들어요	5. 사 회 적 불 편 감	다. 미 흡 한 정 부
(20)사망 신고 시점부터 상속자가 되어 모든 상속인이 함께 서류 처리 및 대출금 상환, 통장 이체 변경 까지 너무 복잡해요. 좀 더 간소화 되었으면 해요	17)사망 신고 시점부터 모든 상속인이 함께 서류 처리 및 대출금 상환, 통장 이체 변경 까지 너무 복잡해요. 좀 더 간소화 되었으면 해요.	5-3.좀 더 간소화 되었으면 해요		

가. 내가 버틸 수 있는 힘

연구 참여자들이 내가 버틸 수 있는 힘에서 9개의 구성된 의미있는 진술과 6개의 구성된 의미있는 단위 도출과 3개의 주제로 유목화 하고 함축하여 의미 분석표를 정리하였다. 든든한 버팀목이 되어 준 가족이 있어 버틸 수 있었어요. 내가 버틸 수 있는 힘은 가족이 있기 때문이예요. 시댁과의 관계나 친정과의 관계에서 관계가 사별 전부터 좋았든 좋지 않았든 친인척들이 사별 전과 직후에는 많은 관심을 가지고 격려와 위로 지지가 이루어지고 있으나 점점 일이 있을 때만 만나거나 연락을 하는 관계로 점차 약간의 소원한 관계로 유지되어 가고 있다. 특히 배우자 사별 전부터 시댁과의 관계에서 소원한 경우는 특히 더욱 더 그렇게 느끼고 있다. 참여자 모두 신체의 자연스러운 치유과정으로 나타나는 상실의 증상들을 자연스럽게 극복 할 수 있는 힘은 자녀와 원가족이 주는 든든함이 내 삶의 원동력이자 살아가야 하는 이유가 된다고 공통 진술하였다. 배우자 사별 후 남은 자녀들과 카톡이나 SNS등 정보 공유로 연락하며 오히려 더욱 더 사별 전 보다 잘 챙기고 지지하며 돈독해지고 있음을 알 수 있었다.

> 두 아들이 없었다면.....상상하기 싫어요. 서울에서 대학 다니는 큰 아들이 아빠 아프면서 가족 카톡방 만들기 시작하며 매일 안부도 서로 전하고 소소한 일상도 함께 공유해요.(참여자 K씨)

> 애들보고 힘내서 살고, 애들 때문에라도 돈을 벌어야 하고 나 혼자 같으면 지금까지 버티며 살았을까? 큰애한테 제일 많이 의지하는 것 같아요(참여자 M씨).

나. 사별에 대한 재정의.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

남편은 나에게 어떤 의미였는지 사별 전 부부관계에 대해 회상하는 부분에서는 사별전에는 다 놓고 산 것 같아요. 거의 바닥. 제일 우울하고 힘들었어요. 그냥 다 포기하고 산거지. 심각한 애기를 한 번도 안 하다가 할 수 있어서 아팠을 때 관계가 더 좋았다. “오히려 사별하고 정신적으로는 정말 행복해요.” 라고 회상하였다. 이처럼 배우자와 사별 전 결혼 생활 질의 여부에 따라 배우자 사별에 대한 재정의가 필요하다.

“ 오히려 사별하고 정신적으로는 정말 행복해요. ”남편을 보낸 것은 힘들었지만 그 나머지 것은 좋았어요. 마음이 너무 편해요 애들도 더 편안해졌어요. 우리는 지금이 더 편해요 그래서 사무실에서 사람들이 나한테 얼굴 (인상이) 되게 좋아졌대요. 되게 밝아졌다고 하잖아요(참여자 M씨).

다. 미흡한 정부

배우자 사별 중년 여성들과 그의 가족들을 위해 한 두 달은 거의 사망 관련 서류와 유품 정리, 재산이나 상속 관련 법적인 문제해결 등으로 유가족 모두 함께 각종 관공서를 전전하며 해결하느라 제대로 일을 할 수가 없는 상황이었다. 남편 이름의 통장이체 변경과 힘들게 병마와 싸우며 본인과 통화해 위임한다고 까지 했음에도 빚을 갚으려고 하니 본인이 아니면 상환 금액과 계좌를 알려줄 수가 없다며 너무 힘들었다는 공통된 진술이 있었다. 경제적인 어려움 뿐만 아니라 원스톱으로 도움을 받을 수 있도록 상담 및 치유 프로그램이 각 지자체 동주민센터에 아주 절실히 필요하다고 본다.

나는 이것을 신청하면서 느낀 거지만 이혼한 사람들하고 사별한 사람들하고 따로 지원해야 한다고 생각하거든요. 이혼한 사람들은 어쨌든 양육비를 받잖아요. 그리고 위장이혼 한 사람들도 되게 많다던데, 이것 받을려고..... (참여자 M씨)

직장 오래 다니면 유족연금은 계속 받잖아요. 본인의 나이 60세 될 때까지. 그때 되면 선택을 하래요. 이 유족연금을 받을지 아니면 이걸 포기하고 내 것이 높으면 내 연금을 받을지 난 그것도 웃기는 것 같애. 똑같은 돈인데 왜 내 것을 받으면 이걸(유족연금) 못 받냐고, 그것도 웃긴거지. (참여자 M씨.)

저도 교원*제회에서 비슷한 일을 경험하면서 남편이 막바지에 고통과 싸울 때 연락처 주소 상환에

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

관한 모든 것을 나에게 위임한다고 본인과 통화 했음에도 사망 후 상환할 잔액 금액과 계좌를 본인이 아니니까 알려줄 수 없다고 하더라고요 아주 큰 상처가 됐어요. 빚을 상환하겠다는데 얼마나 많은 다른 유족들이 이런 상처를 받았겠냐고 유족들에게 다 이렇게 했을 것 아니냐고 아무리 형식상이라지만 입장 바꿔 생각해 보라고 사람을 몇 번 죽이는 거냐고 위임한다는 남편과 통화한 녹취록 있을 것 아니냐며 그럼 나 못 갚겠다 망자에게 받던가 앞으로는 나에게 아무런 연락도 하지 말라고..... 펑펑 울며 꼭 개선하라고 말했어요. (참여자 K씨)

막상 남편이 사망하고 나니 의사의 사망진단서를 첨부하고 동 주민센터에 사망 신고를 한 후 처리해야 할 서류가 너무 복잡하였다. 가족관계증명서, 인감증명서, 기본증명서등 서류를 얼마나 많이 발급 받았는지 모른다. 사망 신고 후 자동으로 나와 두 아들이 상속인이 되어 같이 다녀야만 했다. 유품 정리와 서류 마무리가 거의 두 달은 족히 걸렸다. 사망시 모든 서류가 간소화되고 일원화되었으면 좋겠다.

사망 신고 시점부터 상속자가 되어 모든 상속인이 함께 서류 처리 및 대출금 상환, 통장 이체 이동 까지 너무 복잡해요. 좀 더 간소화 되었으면 해요(참여자 K씨).

남편 명의의 통장에서 스쿨 뱅킹이나 공과금등 자동이체 되던 것을 나의 통장으로 이체계좌를 바꾸는 일도 쉽지가 않아 일괄 이체 신청은 은행 가서 해도 통장에 이체 신청했던 모든 이력이 떠서 일일이 전화하여 이체 신청이 되었는지 확인을 해야 했다. 적금이나 보험도 매건 마다 두 아들의 동의와 각종 서류가 있어야 하나씩 처리가 되었다. 좀 더 간소화되길 바란다.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

V. 논의 및 결론

1. 논의

이 연구의 목적은 배우자 사별 중년 여성이 겪는 어려움의 맥락에 따라 심리 사회적 지지 수용 경험을 참여자들의 진술을 통해 보다 심층적으로 이해하는 데 있다.

이 연구자는 사별 전후 겪는 어려움의 맥락에 따라 배우자를 사별한 중년 여성이 심리 사회적 지지 수용 경험은 무엇을 경험하였는지, 어떻게 경험하였는지(경험에 영향을 준 맥락이나 상황은 무엇인지) 이해 할 수 있었다.

첫째. 남인숙(2000), 송재현 (2018)의 연구에서 '나이가 젊으며 결혼 기간이 짧거나 남편 몫으로 상속 받을 재산이 많을수록 시집 식구들의 냉대나 소외가 더 많고 노골적이었다' 라고 서술하였다. 시댁 식구들의 냉대, 부부 중심 문화에서 오는 차별, '결손가정'이라는 낙인에 시달리면서 시집 식구보다 친정 식구로부터 지원을 더 받았다는 부분에서는 상반되었다고 진술하였다 하지만 이 연구자의 연구에서는 참여자들의 배우자가 남긴 재산이 없고 오히려 빚이 많은 경우에도 사별 전 진단 후 간병 하는 치료 과정 중에 자녀가 어린 참여자는 서울 항암치료 받으러 갈 때 계속 시부모님과 고모부님이 돌아가며 병원 동행해주고 도움을 주셨다.

아파서 간병할 때는 간섭이든 뭐든 했으나 지금은 무슨 일이 있을 때만 연락을 한다고 진술하였다. 사별 전에는 시댁 식구들로부터의 경제적 지원이나 건강 관련 음식 지원등 관심이 지속적이었다면 사별 후에는. 친정 엄마나 원가족 들로부터 전화나, 카톡, 문자로 연락하며 걱정 많이 해주시고 이런 저런 도움이 되는 이야기 많이 해주는 등 꾸준한 만남과 지지가 지속 되고 있음을 심층 면접을 통해 알 수 있었다. 위와 같이 사별 전과 후 친정과 시댁에 대한 관계의 지지를 좀 다르게 인식하고 있었다. 시댁과의 관계가 워낙 좋은 경우는 이런 인식의 차이가 크진 않으나 공통적으로는 점차 약간의 소원한 관계로 이어지고 있었다.

둘째, 박경복, 김분한(2004)은 배우자 사별 중년 여성이 경제적인 어려움을 가장 크게 느끼는 반면, 중년 남성은 2~3년이 지나도 자녀의 교육이나 양육, 자녀의 결혼 등을 가장 큰 어

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

려움으로 밝히고 있다. 이 연구의 참여자들도 경제적인 어려움을 가장 크게 느끼고 있으며 자녀가 어린 경우는 돌봄이나 양육에 대한 어려움을, 자녀들이 성년인 경우는 사별전이나 사별후 자녀의 결혼을 가장 걱정하고 있는 동일한 경험을 하였다.

참여자 모두 한 부모 가정임에도 불구하고 국가에서 지정한 까다로운 기준의 지원 제도로 인하여 수혜를 거의 받지 못하고 있었다. 그 중 하나가 자동차가 10년 이상이거나 1600cc이하여야 하는데 대부분 자동차를 소유하면 소득 구간이 차상위 계층에도 해당되지 않거나 자녀의 성장으로 신청 대상 조차 해당되지 않았다. 제도적으로 완화하여 경제적 지원을 받을 수 있도록 할 필요성을 제기하는 바이다.

셋째, 송재현(2018) 의 연구와 동일하게 참여자들은 배우자 사별 후 충분히 슬퍼할 여유도 없이 생계를 책임져야 하는 것으로 나타났다. 또한 이미라(2007) 배우자 사별로 인해 경험하는 상실감은 심리 내적인 고통으로 상실의 문제를 오랜 시간 정리하지 못하거나 감정을 표현하지 못하고 억압하는 경우 우울감 및 신체적 증상이 함께 나타난다고 밝히고 있다. 이 연구의 참여자 B씨와 K씨 또한 신체적으로 증상이 머리로 나타나 뇌수술과 감마나이프 시술을 시행하였다.

통상적으로 배우자 사별 후 생기는 상실감이 크다. 하지만 이 연구에서는 '오히려 자녀들도 편안해지고 정신적으로는 너무 행복해졌다' 라는 표현을 하는 것으로 보아 배우자와 사별 전 결혼 생활 질의 관계에 따라 배우자 사별을 재정의 할 수 있음을 확인하였다.

2. 결론

이 연구의 목적은 배우자 사별 중년 여성이 겪는 어려움의 맥락에 따라 심리 사회적 지지 수용 경험을 참여자들의 진술을 통해 보다 심층적으로 이해하는 데 있다. 이 연구자는 사별 전후 겪는 어려움의 맥락에 따라 배우자를 사별한 중년 여성이 심리 사회적 지지 수용 경험은 무엇을 경험하였는지, 어떻게 경험하였는지(경험에 영향을 준 맥락이나 상황은 무엇인지) 질적 연구 방법 중 현상학적 연구 방법을 이용하여 경험의 본질을 이해하고 탐색할 수 있었다. 이 연구를 통해 사별 후 남겨진 배우자들이 경제적인 어려움을 공통적으로 호소하는 것

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

을 알 수 있었다. 같은 배우자 사별이라 하더라도 경험한 맥락의 차이로 인해 심리 사회적 지지 수용 경험에 대한 의미 부여에 상당한 차이를 확인하였다.

이 연구의 목적을 달성하기 위해 연구자는 자료수집을 2019년 4월~ 2020년 4월간 2~3회의 심층 인터뷰, 2월 추가로 전화 인터뷰 하였다. 이 연구의 참여자는 38~62세에 해당하는 중년 여성 3명의 연구 참여자들에 대해 심층 인터뷰를 통해 얻은 녹음 자료를 Moustakas의 분석 방법을 이용하였다.

이 연구의 결과 배우자 사별에 대한 본질적 의미를 '경제적 상황''심리적 상태''사회적 관계''자신에 대한 이해'로 요약하였다. 이 연구의 주요한 결과는 첫째, 연구 참여자들의 '경제적 상황'은 공통적으로 어려움을 호소하는데도 국가나 정부로부터 문턱 높은 지원 제도의 사각지대에 놓여 지원을 거의 받지 못하면서 더욱 경제적 어려움을 겪고 있다고 진술하였다. 참여자 모두 그나마 적지만 유족연금을 받을 수 있어서 숨통이 트인다며 많이 도움 되고 있음에 감사하게 생각하고 있었다. 사별 전부터 경제적 어려움을 호소하고 있는 경우 사별 후에도 경제적 어려움이 지속되고 있음을 심층 면담을 통해 알 수 있었다.

빚은 많으나, 어느 정도의 일정한 소득이 있다는 이유로 유족 연금 또한 3년만 지원되고 (만25세 미만 자녀가 있을 경우 해제 사유가 된다고함.), 60세 (69년생 이후 출생자에 한함.) 시점에 연금 받게 됐을 때 유족 연금과 내 연금 중 어느 쪽이 많은지 선택해서 유족 연금을 받게 되면 나의 연금은 포기해야 하고, 나의 연금을 신청하여 받는 경우 유족연금의 30%가 지원된다고 하여 온전하게 100%지원이 안 되는 것 또한 참여자들이 불편하게 생각하고 있음을 확인 할 수 있었다. 꼭 개선이 되길 바란다. 배우자 사별 중년 여성들은 사별이후 상실감과 함께 공허함이 있는 반면 해방감이나 자유로움도 있었다.

둘째, '심리적 상태'는 사별 후 통상적으로 나타나는 상실의 증상들이 대부분 표현되었다. 참여자나 친인척은 새 출발에 부정적인 인식을 갖고 있음을 알 수 있었다. 배우자 사별에 대해 사별 후 지금 어떤 느낌인지? 물으니 참여자 M씨는 배우자 사별 후의 변화에 대해 한치의 망설임도 없이 '아이들과 지금이 정신적으로 너무 행복하다'라고 진술하였다. 이 연구를 통해 사별 전 참여자가 경험한 맥락에 따라 심리 사회적 지지 수용 경험에 대한 의미부여가 달라질 수 있다는 것을 보면서 통상적으로 우리가 알고 있는 사별에 대한 인지적 맥락에서 사별의 재정의가 필요함을 이 연구를 통해 알 수 있었다.

셋째, '사회적 관계'는 대부분, 배우자 사별 이후 남아 있는 자녀들에 대한 책임감을 크게 느끼고 있으며 자녀들과 가족이 삶의 원동력이자 내가 살아가는 삶의 이유라고 모든 참여자

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

의 공통된 진술이 있었다. 참여자와 떨어져 있어도 SNS를 이용하여 남아 있는 가족들과의 소통을 통해 서로 결속력과 끈끈함이 더욱 커졌다.

사별전 진단 후 간병하는 치료과정 중에는 시댁 식구들로 부터의 타지 병원 방문 도움 또는 경제적 지원이나 건강 관련 음식 지원등 관심이 지속적이었다면 사별 후에는 오히려 시댁 식구는 어떠한 일이 있을 때 위주로 만남이 이루어졌고 친정식구들로부터는 꾸준한 만남과 지지가 지속되고 있음을 심층 면담을 통해 알 수 있었다. 사별 후는 친정쪽에서는 친정 엄마나 형제들이 전화나 카톡, 문자로 연락하며 걱정 많이 해주시고 자꾸 연락해서 나오라고 해서 이런 저런 도움이 되는 이야기 많이 해주는 등 사별 전과 후 친정과 시댁에 대한 관계의 지지를 좀 다르게 인식하고 있었다. 시댁과의 관계가 워낙 좋은 경우는 이런 인식의 차이가 크게 차이 나지는 않았으나 공통적으로는 점차 약간의 소원한 관계로 이어지고 있었다. 배우자로부터의 안 좋은 기억이 자녀에게 대물림 될 것에 대한 걱정(질병, 술버릇, 폭력성)또한 컸다. 참여자 B씨는 동생들에게 아빠의 모습을 그대로 하고 있는 모습에 깜짝놀랐다. K씨 또한 같은 추억을 본의 아니게 둘째 아들에게 경험하게 한 것도 마찬가지다.

넷째, 종교나 상담기관 또는 동주민센터 기관에 소속된 프로그램 참여나 각종 사회 활동이나 동호회 활동 참여 등을 통해 다양한 사람들과의 관계 맺기를 하면서 긍정적인 다양한 활동 참여로 상실감을 잘 극복을 해 나가는 유형과 1~2명의 지인과 꾸준히 연락을 주고 받으면서 위로와 지지를 받기도 하고 자녀들이 어려 오롯이 혼자만의 멍 때림과 아무것도 방해 받지 않는 차에서 30분이나 1시간씩 앉았다 내릴 때가 가장 좋다는 유형으로 심리 사회적 지지 수용 경험에 대한 의미 부여에도 차이를 보였다. 또한 평소 사별 전부터 다양한 사회 활동이나 각종 프로그램 참여가 있었던 참여자 K씨와 B씨는 사별 이후 자연스럽게 사회 활동이나 프로그램 참여로 이어져 대인 관계를 맺음으로써 애도 기간을 잘 극복해 나가고 있었다.
사별 전부터 육아에만 전념하여 모임이나 직장 생활을 전혀 할 수 없었던 M씨는 배우자 치료과정 병원에서 알게 된 사별 선 경험의 언니와 매일 통화하며 위로를 받고 친구들보다 혼자만의 시간이 더 좋다며 자동차 안에서 일주일에 2~3회정도 30분~1시간씩 앉았다가 내리면 좋다고 진술하였다. 각자 상실을 이겨내는 방법은 다르지만 본인들만의 편안한 방법으로 지지 받고 있음을 확인할 수 있었다.

다섯째, 배우자 사별로 인해 경제적으로 어려움을 호소하다보니 충분히 애도 기간을 가져야 한다고 하나 나의 슬픔을 돌볼 여유도 없이 바로 경제를 해결하기 위해 가장 역할을 하며 일을 해야 하였다. 그러다보니 자녀가 어린 경우엔 돌봄과 양육에 대한 어려움을, 자녀가 성

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

년인 경우 자녀의 결혼에 대한 걱정이 많았다.

여섯째, 사별인 경우 중 [그림1]. 2018년 중년 배우자 사별 통계자료 현황 비교에 따르면 남자, 여자 모두 60대, 50대, 40대, 30대 순으로 사별 비율이 높았다. 그중 중년층 남자 사망이 60대, 50대, 40대, 30대 순으로 모두 여자 사망보다 높아 배우자 사별로 인한 여성의 비율이 2~3배 가까이 높음을 확인 할 수 있었다. 그래서 각종 상담이나 심리 치료지원 또는 사회복지분야에 배우자 사별한 중년 여성들을 위한 지원의 필요성을 알 수 있었다.

가까운 사람의 사망 소식을 접할 때 다시 사별 경험이 재현 되어 배우자 사별은 어떻게 지났는지 모르지만 세상에 대한 원망도 많이 할 만큼 상실감이 보다 더 커서 힘들어하는게 배가 되는 것을 알 수 있었다. 또한 참여자에게는 사별 선 경험이 있는 지인 또한 심리적 지지가 많은 도움이 될 뿐만 아니라 친정이나 시댁 가족, 또는 지인 중 한 두 명의 지지 도움을 받으며 상실을 잘 이겨내고 있었다.

프로그램 참여를 통한 심리 사회적 수용 경험 중 국가에서 지원하는 경우 예를 들어 세월호로 어려움을 겪는 피해자나 유가족들을 위한 트라우마 센터, 4,3 유족들 대상 지원 프로그램 등은 한시적으로 국가에서 재난으로 인정한 경우는 지원 했었지만 배우자 사별로 인한 유가족들에게 국가에서 무료로 운영하지는 않고 있다. 상담센터 대부분의 프로그램은 성폭력, 가정폭력, 성매매 피해 여성들이나 그의 가족들을 위한 지원이었고, 자살 가족을 위한 자조 모임은 간혹 모임이나 프로그램이 이루어지고 있으나 일반 배우자 사별 가족을 위한 자조 모임은 거의 전무하였다. 그나마 바우처 사업의 하나인 지역사회 서비스 투자사업은 저소득 가정을 위주로 해당되는 바우처를 신청할 수는 있으나 이마저도 소득 구간에 맞아야하고 사별 가족을 위한 프로그램은 아니다.

배우자 사별 여성이 보는 관점에서 제도적 개선이 필요하여 다음과 같이 제언한다.

첫째, 연구의 신뢰도를 높이기 위해 연구 참여자들에게 동의를 얻어 면담한 자료 전사 내용이나 논문의 결과와 해석에 대한 참여자의 피드백 받는 연구 참여자 확인(member check)과정을 거쳤다. 또한 동료와 함께 연구 결과 점검(peer checking)을 2차례 가졌으며, 가치 판단 오류를 줄이기 위해 연구 과정, 연구 결과의 일치성 및 잠정적 해석에 관한 질적 연구 전문가 지도 교수의 정기적인 지도로 검증하는 방법을 사용하였다. 이와같이 객관성과 신뢰도를 확보하기 위해 노력하였으나 제주 지역의 소수 인원으로 연구를 진행한 바 배우자 사별 중년 여성 모두에게 일반화하기에는 어려움이 있다.

그래서 다양한 질적 연구 및 혼합 연구, 양적 연구가 앞으로 이루어져야 한다. 자살로 인한

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

어려움을 겪는 자살유가족들을 위한 자조 모임이나 프로그램은 대부분 있으나 애도과정 중 일반 배우자 사별로 인한 미망인을 위한 심리치료 분야의 프로그램은 전무하였다. 이 연구자는 배우자 사망 신고를 동주민센터 가서 할 때 최소한 6개월에서 1년정도 미망인을 대상으로 심리적 치유 프로그램을 운영하여 원스톱으로 상담 및 제도적인 지원체계나 법률상 도움을 받을 수 있도록 제도적 뒷받침이 되면서 사례관리가 된다면 송파 세모녀 같은 안타까운 사연이 언론에 보도되는 일들은 확실히 줄 것이라 여겨진다. 사별 유가족들에게 각종 사회 제도적 서비스 도움 안내 및 많은 유가족들이 수혜를 받을수 있도록 완화된 지원 제도와 다양한 심리치료 프로그램등 맞춤 서비스가 제도적으로 조기에 원스톱으로 제공되어야 할 필요성을 제기한다. 배우자 사별 여성들이 사별 전, 후 경험과 여러 경제적 상황으로 볼 때 복지지원의 사각지대에서 경제적으로 가장 많은 어려움들을 공통으로 겪고 있어 국가나 정부로부터 반드시 해결되어야 할 과제이다. 뿐만 아니라 각 지자체에 전문상담사 배치가 반드시 필요한 기초자료를 제공하는 바이다. 이 연구의 결과를 통하여 연구자는 배우자 사별 경험이 있는 중년 여성들에게 애도 기간 동안 겪는 어려움을 잘 극복하게 도움을 줄 수 있는 방법 중의 하나가 다양한 사회기관에서 각종 프로그램(ex. 심리상담이나 각종법률 상담 프로그램, 각종 치료프로그램, 자조 모임 참여 프로그램, 호흡이나 명상 프로그램, 직업훈련 프로그램, 멘토 멘티 프로그램 안내, 각종 지자체 지원 프로그램 안내 등)을 체계적인 계획수립을 통해 제도적으로 실시하는 것이 배우자 사별 중년여성들과 유가족들에게 프로그램 참여 기회를 제공하여 경제적, 사회적, 심리적으로 골고루 지지받을수 있도록 하는 것이 반드시 필요하다고 이 논문을 통하여 제언한다.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

참 고 문 헌

강 인(2006). **여성의 배우자 사별 스트레스와 적응**. 파주 : 한국학술정보(주).

강희영(2006). 배우자 사별 중년 여성을 위한 사별 중재 프로그램의 효과. 박사학위논문, 서울 가톨릭대학교 대학원.

권석만(2017). **현대이상심리학** (2판). 서울: 학지사.

권석만(2017). **현대 심리치료와 상담 이론**. 서울: 학지사.

김명자(1998). **중년기 발달**. 서울: 교문사.

김소명, 권소희(2018). 암환자 사별 배우자의 복합적 슬픔 영향요인. **Journal of Korean Academy of Nursing, 48**(1), 59-69.

김벼리, 신현균, 한규석(2013). 남편을 자살로 잃은 여성의 경험에 관한 현상학적 연구. **한국 심리학회지. 여성 18**(1). 191-218.

김병수·김정(2013). **스트레스 척도 핸드북.** 서울: 학지사.

김상우(2004). 죽음으로 인한 유가족들의 일상적 삶의 위기와 재편. 박사학위논문, 부산대학교대학원.

김선영(1990). 미망인의 가족 스트레스와 적응 과정에 관한 연구. 석사학위 논문, 연세대학교대학원.

김승연,고선규,권정혜 (2007). 노인집단에서 배우자 사별 스트레스와 우울의 관계, **한국심리학회, 26**(3), 573-596.

김영천·이현철(편)(2017). **질적연구: 열다섯 가지 접근.** 파주 : 아카데미프레스.

김영희(2012). 노인의 사별 경험이 죽음 불안에 미치는 영향 . 석사학위논문, 한북대학교 지식복지대학원.

김유심, 곽지영(2010). 빈곤여성 가장의 생활 사건 스트레스, 사회적 지지, 가족 응집력이 우울에 미치는 영향. **서울도시 연구II**(1), 1161-179.

김은경(2002). 호스피스센터에서 암으로 사별한 가족의 애도와 대처 양상에 관한 연구. 석사학위논문, 이화여자대학교 사회복지대학원.

김은주(2016). 호스피스 병동에서의 사별 가족 경험. 한양대학교 임상간호정보대학원.

김화순(2009). 말기 암 환자 가족의 사별 과정에 관한 문화 기술지 연구. 박사학위논문,

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

평택대학교 대학원.

남인숙(2000). 상배(喪配)여성의 상실 위기 극복과 사회적응 과정. **한국 여성학, 16**(2), 175-204

두현정(2008). 사별가족의 슬픔 적응 경험 : 지역사회 호스피스 간호를 받은 가족을 중심으로. 박사학위논문, 한양대학교 대학원.

민주홍, 최희정(2015). 배우자 사별과 우울감과의 관계에 있어 사회 참여의 매개 효과 : 성차를 중심으로. **한국 가정 관리 학회지 33**(4) 67-82.

박경복, 김분한(2004). 중년 남성의 배우자 사별 경험. **대한 종양 간호학회 4**(2), 143-153.

박순(외)(2016). **상담학 질적 연구 방법론 사례집.** 서울 : 시그마 프레스.

박은혜(2016). 가족미술치료가 사별가족의 애도와 정서 안정에 미치는 효과, 석사학위논문, 조선대학교 일반대학원.

박정애, 이명우(2015). 교통사고로 배우자 사별을 경험한 중년 여성의 트라우마 이해. Rosenthal의 내러티브-생애사 인터뷰 분석. **특수교육재활과학연구** , **54**(2), 227-254.

송재현(2018). 결혼 이주 여성의 배우자 사별 경험에 관한 현상학적 연구. 박사학위논문, 선문대학교 일반대학원.

양복순(2002). 중년여성의 배우자 사별 경험에 관한 연구. 박사학위논문, 이화여자대학교 대학원.

양준석(2018). 사별경험 중년여성의 역경 후 성장과 애도 프로그램 효과. 박사학위논문, 한림대학교 대학원

오경미, 김분한(2007). 중년 여성의 배우자 사별 의미에 대한 주관성 연구. **한국주관성 연구학회**, **14**, 79-92.

오혜인, 황민영(2016). 배우자 사별과 여성 중고령자의 경제적 상태 변화의 상관관계에 대한 종단 연구 - 한국복지패널 자료를 중심으로, **한국보건사회연구원** , **9**(0), .381-398.

유양숙, 강희영(2006). 배우자 사별 중년 여성을 위한 사별중재 프로그램의 효과 **한국간호과학회** , 179179.

이남인(2005). 현상학과 질적 연구 방법. **한국현상학회.24**. 91-122

이명우, 박정애(2015). 배우자 사별 중년여성의 상호작용적 독서치료 경험에서 나타나는 변화에 대한 질적 단일 사례연구. **한국도서관·정보학회지** , **46**(4), 299-324.

이미라(2007). 애도 개념 개발-배우자 사별 과정을 중심으로. **대한 간호 학회지, 37**(7),

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

1119-1130..

이호선(2019). **노인상담** (2판). 서울: 학지사.

임선희, 이미영, 김정민(2013). 중년기 배우자 사별여성을 위한 애도 인지 행동치료 프로그램 개발 및 효과. **인지행동치료**, **13**(2), 173-191.

장창민·최의헌·최지영·홍인숙·정윤성·김경숙공저(2017). 자유함6HA원칙 시리즈1 **자살유가족 매뉴얼**. 서울: 학지사.

장희선(2011). 농촌 여성노인 배우자 사별 후 적응과정. 박사학위논문, 한서대학교 대학원.

제주시 오라동 주민자치센터 주민복지과(2020). 2020년 복지대상자 선정 기준표

전미영(2000). 가족 사별 후의 슬픔 경험, 가족의 강인성 및 관리자원과의 관계. **대한간호학회지**, **30**(6), 1569-1579.

정옥분(2016). **개정판 발달심리학 전생애 인간발달**. 서울: 학지사.

정은미(2016). 사별 남성 한부모의 '홀로하기'에 관한 현상학적연구. 박사학위논문, 경성대학교 대학원.

정혜인(2014). 가족 구성원의 죽음과 극복 과정에 대한 자문화 기술지. 석사학위논문, 제주대학교 사회교육대학원.

제주특별자치도 제주연구원(2020). 2020년 상반기 제주지역 사회서비스 투자사업(바우처) 이용안내. 제주지역사회서비스지원단.

하정혜,김지현(2016). 중년여성 한부모의 성역할 갈등과 외상 후 성장의 관계에서 사회적 지지와 삶의 의미의 매개효과, **한국상담심리학회**, **28**(4), 1023-1046.

해럴드블룸필드외 권혁 옮김(2010) **상실과 치유의 심리학** 서울: 돋을새김.

Bowlby, J. (1980). ***Loss: Sadness & depression. Attachment and loss(vol. 3).*** London: Hogarth Press

Colaizzi, P. F. (1978).Psychological Research as the phenomenologist Views It, In R.s. Valle, and M.King(Eds). ***Existential-phenomenological Alternatives for Psychology,*** New York. Oxford University Press.

Creswell, J. W. (2015). **질적 연구방법론 다섯 가지 접근**. (조흥식· 정선욱· 김진숙· 권지성 공역). 서울: 학지사.(원전 2013 출판)

Giorgi, A. (1985).***Phenomenology and psychological Research.*** Pittsburgh, PA: Duquesne University Press.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

Giorgi, G. (2009). Traumatic truths and the gift of telling. ***Qualitative*** **Inquiry, 15**(1), 149-167

Hansson et al, (1993). Formation of semiconductor interfaces: proceedings of the 4th international Conference, Forschungszentrum Julich, 14-18 June.

Joseph, A. Mexwell(2004). 이명선·김춘미·고문희 옮김. **질적연구설계 상호작용적 접근.** *Qualitative Research Design : An Interactive Approach. 2nd* ed.서울:군자출판사

Kastenbaum, R. J. (2007). ***Death, society, and human expearience(9th ed).*** New York: Allyn & Bacon.

Kübuler-Ross, E. (2008). ***죽음과 죽어감[On Death & Dying].*** (이진 옮김). 고양: 이레. (원전 1969 출판)

Lindemann, E. (1944). Symptomatology and management of acute grief. ***American Journal of Psychiatry, 101***(2), 141-148.

Merriam, S. B, & Tisdell, E. J. (2016). ***Qualitative Research*** *: A Guied to Design and Implementation.* 4th ed. San Francisco:Jossey- Bass A Wiley Brand

Morris, F. H., & Murrell, S. A. (1990). Social support, life events, and stress as modifiers of adjustment to bereavement by older adults. ***Psychology and Aging, 5***(3), 429-436.

Moustakas, Clark. E. (1994). ***Phenomenological research method.*** Thousend Oaks: Sage Publications, Inc. California.

van Manen (1994). *Researching lived experience: Human science foranaction sensitive pedagogy.* New York: State University of New York. 신경림, 안규남역(1994). **체험연구: 해석학적 현상학의 인간과학 연구방법론**. 서울: 동녘.

Parkes, C. M. (1988). Loss and Recovery. ***Journal of Social Issue. 44***(3), 55-65.

Umberson et al, (1992). Relationships between Adult Children and Their Parents: Psychological Consequences for Both Generations. ***Journal of Marrige and the Family,54***(3)

Worden, J. W. (1991). ***Grief counseling and Grief therapy*** 2 th Ed.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

<인터넷 검색 사이트>

국가통계포털 KOSIS, 통계정보시스템

국립국어원

국민연금 관리공단 홈페이지

법제처. 국가 법령정보센터. 국민연금법 시행령·유족연금

국민연금과 직역 연금의 연계에 관한 법률

법제처. 국가 법령정보센터. 한부모 가족 지원법 · 한부모 가족 지원법 시행령·

한부모 가족 지원법 시행규칙

사회복지 용어사전

여성가족부

제주특별자치도청 홈페이지

- https://t.co/IBOERWJ8r1(이상이TV).

송파세모녀, 성북 네모녀, 안타까운 죽음이 계속되는 이유

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

ABSTRACT

Middle-aged Widow's Acceptance Experience on Psychological and Social Support for them.

Eun Sil Ko

Department of Psychotherapy

GRADUATE SCHOOL OF SOCIAL EDUCATION

JEJU NATIONAL UNIVERSITY

Supervised by professor Min-ho Kim

The purpose of this research is exploring how middle aged widows accept social support. For this study, three middle-aged women aged 38~62 were interviewed in-depth. The collected data organized 131 meaningful statements, 118 composed meanings, and 35 subject collections using Moustakas' empirical phenomenological analysis method of the qualitative study, and derived 10 categories. They are as follows.

First, middle-aged women who were separated from their spouses experienced various difficulties before and after their loss. The context of the difficulties was studied in terms of 'economic situation','psychological state','social relations', and 'understanding of oneself'.

Second, the difficulties experienced by middle-aged widows through these four contexts experienced psychosocial support acceptances through 'national economic support', 'support from family, relatives, and acquaintances', 'institution support',and 'participation in social activities'.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

Third, the differences according to the context that middle-aged widows go through before and after their loss have given meaning to 'the power that I can endure', 'redefinition of bereavement', and 'insufficient government'.

The results of this study confirmed that the meaning of psychosocial support acceptance experiences differs depending on the context experienced by middle-aged women before and after bereavement. Furthermore, this study revealed that the stress felt by the participants appears as somatization when the middle-aged women do not sufficiently relieve the feeling of loss after their spouse's bereavement.

Therefore, the researcher suggests the need for early intervention in psychological counseling or treatment programs for them. The necessity of economic support for middle-aged women or adult children, employment education and placement, care support for young children, and support for housing provision were also presented.

This study, when you come down to it, may provide basic data necessary to prepare welfare support services, counseling and psychotherapy programs for middle-aged widows.

Keywords : Bereavement, middle aged women, Psychological and Social support. Phenomenological Research.

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

부록

<연구 참여 동의서>

안녕하십니까?

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

저는 제주대학교 사회교육대학원 심리치료학과에서 석사 학위 과정에 재학 중인 **고은실**입니다.

이 연구자는 귀하에게 [**배우자 사별 중년 여성의 심리 사회적 지지 수용 경험**]에 관한 연구에 참여하시길 요청합니다. 연구를 시작하기에 앞서 연구 참여자에게 다음과 같은 사항을 알려드립니다.

1. **(면담의 비밀보장)** 이 연구를 위해 진행되는 면담은 연구의 목적 이외의 다른 목적으로는 사용되지 않으며, 신원이 드러나는 기본적인 인적 사항은 밝히지 않습니다. 인적 사항과 면담 내용에 대해 연구자는 비밀 보장의 원리를 준수합니다.

2. **(녹음 동의와 원자료 관리)** 연구자는 연구 참여자의 경험과 관련한 질문을 하게 될 것입니다. 연구자와 연구 참여자는 1~3회 혹은 그 이상 면담을 진행할 예정이며, 면담 방법은 얼굴과 얼굴을 마주 보면서 대화를 하는 형식으로 진행됩니다. 면담 시간은 약 1시간~1시간 30분 정도 소요될 것이며, 필요에 의해 추가 면담을 진행할 수 있습니다. 귀하의 모든 면담 내용은 녹음, 사진 촬영될 예정이며, 녹음 및 촬영된 자료는 학술 연구 목적 및 교육용으로 오직 이 연구를 위해서만 추후 익명으로 인용 사용되도록 엄격히 관리될 것입니다.

3. **(참여자의 권리와 의무)** 귀하의 이 연구 참여는 완전히 귀하의 자유의사에 따릅니다. 면담 과정 중 본인이 원하지 않는 내용은 답변을 거부 할 수 있으며, 귀하가 원하지 않을 경우 언제든지 이 연구 참여를 거부할 수 있습니다.
연구 도중 불편한 내용이 있으면 언제든 말씀해 주시면 반영하겠습니다.
나는 이 연구에 대한 위의 내용을 읽고 이해했으며, 이 연구에 연구 참여자로 참여하는 것에 동의합니다.

2019년 ____월 ____일

연구 참여자_____(서명)

연구자 : 고 은 실
제주대학교 사회교육대학원 심리치료학과 석사과정
지도교수 : 김 민 호
제주대학교 사회교육대학원 심리치료학과

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY