

자살 및 재난 유가족의 심리적 위기와 적응

일 시 | 2019년 11월 16일(토) 13:00~17:00

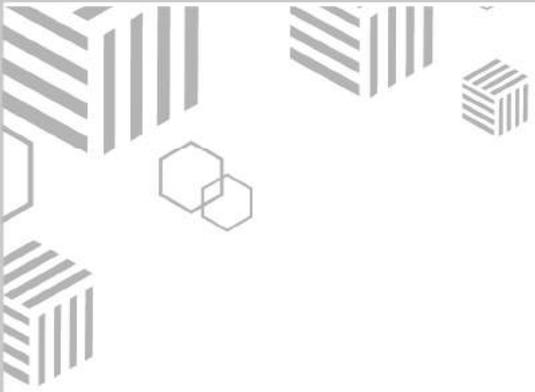
장 소 | 한신대학교(서울캠퍼스) 컨벤션홀(1층)

주최및후원 | 한국문화및사회문제심리학회 한국심리학회

- 정신건강임상심리사(수련생) 학술활동 2시간 50분
- 한국임상심리학회 임상심리전문가 교육수련 1시간
- 상담심리전문가 학회 심포지엄 1회 인정
- 한국건강심리학회 건강심리사 교육수련 1시간 20분
- 한국사회및성격심리학회 범죄심리사 학회참여 2시간
- 한국코칭심리학회 코칭심리사 교육수련 2시간



한국문화및사회문제심리학회
www.kpcsi.or.kr



모시는 글

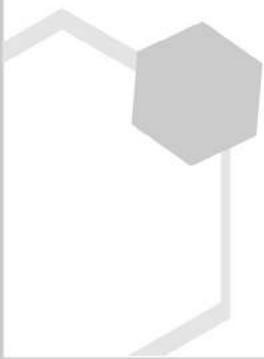
존경하는 한국문화및사회문제 심리학회 회원 여러분,

2019년도 추계학술대회와 함께 하시는 회원 여러분을 환영합니다.

한 여름의 뜨거운 시련 속에서 열정을 불태우고 난 성숙과 성취의 모습인 듯 세상은 온통 꽃빛 여물고 난 고운 단풍 빛으로 가득합니다. 세상을 만드는 아름다운 힘'을 연구하는 저희 학회는 올 한 해에도 우리 사회의 당면 문제와 미래적 과제에 주목하고 노력하는 우리 회원님들의 열정과 땀을 기억합니다. 심리학의 여러 영역에서 회원님들의 다채로운 학술지 논문 발표가 있었고 지난 여름에는 모학회인 한국심리학회 연차 학술대회를 통하여 디지털시대의 현대인의 삶을 재 조명하기 위한 접근을 시도하였습니다.

이번 추계 학술대회에서는 늘 우리 사회의 중요 이슈 중 하나인 자살 및 재난 관련 하여 예방 및 심리적 대처를 모색하기 위한 장으로 마련하였습니다. 우리는 이러한 연구 활동으로 우리의 연구가 학문적 영역을 넘어 우리 사회의 발전에 기여할 수 있기를 기원합니다. 이러한 목적에서 내년, 2020년 춘계 학술대회에서는 세계적인 저명 석학을 모시고 우리 사회의 소외된 계층(교육 빈곤층 및 노숙자 등)에 주목하고 더불어 함께 모두가 진정으로 행복한 삶의 조건을 논의하는 장을 마련하기로 하였습니다. 이와 함께 우리 학회는 심리학을 통하여 개인과 사회의 발전에 기원하고자 하는 회원님들의 끊임 없는 관심을 요청 드립니다.

이번 추계 학술대회도 회원님들의 연구와 일에 많은 영감이 주어지고 서로 격려와 위로가 되는 참 좋은 만남과 토론의 장이 되기를 기원합니다.



한국문화및사회문제심리학회장
오현숙 배상



학술대회 진행 일정

▶ 주 제 : 자살 및 재난 유가족의 심리적 위기와 적응

▶ 일 정

사회 : 구훈정(한국문화및사회문제심리학회 학술위원장)

시 간	일 정	진 행
12:40-13:10	등록 및 접수	
	기념품 증정	
13:10-13:20	개회사	오현숙(한국문화및사회문제심리학회 회장)
13:20-14:00	논문 구두발표	사회: 정일환(한국문화및사회문제심리학회 이사)
한국문화 및 사회문제 심리학회 심포지엄		사회: 이종선(강원대학교)
14:00-14:30	강의 1. 자살 유가족의 심리적 위기와 적응	김정호(조선대병원 임상심리전문가 /미안해 고마워 사랑해 대표)
14:30-15:00	강의 2. 자살 유가족의 심리적 개입	이구상(중앙심리부검센터 부센터장)
15:00-15:20	토론	육성필(용문상담심리대학원대학교)
15:20-15:30	휴식	
15:30-16:00	강의 3. 재난 유가족의 심리적 위기와 적응	이동훈(성균관대학교/외상심리건강연구소)
16:00-16:30	강의 4. 재난 유가족의 심리적 개입	오은혜(국립정신건강센터 국가트라우마사업부)
16:30-16:50	토론	조용래(한림대학교)
16:50-17:00	선물 추첨	김동심(한국문화및사회문제심리학회 총무이사)
16:50-17:30	총회	오현숙(한국문화및사회문제심리학회 회장)

차 례

▶▶ 자살 유가족의 심리적 위기와 적응	1
김정호(조선대병원 임상심리전문가 / 미안해 고마워 사랑해 대표)	
▶▶ 자살 유가족의 심리적 개입	11
이구상(중앙심리부검센터 부센터장)	
▶▶ 자살 유가족의 심리적 위기와 적응 자살 유가족의 심리적 개입	27
육성필(용문상담심리대학원대학교 교수)	
▶▶ 재난 유가족의 심리적 위기와 적응	31
이동훈(성균관대학교/외상심리건강연구소)	
▶▶ 재난 유가족의 심리적 개입	47
오은혜(국립정신건강센터 국가트라우마사업부)	
▶▶ 재난 유가족의 심리적 위기와 적응 재난 유가족의 심리적 개입	59
조용래(한림대학교 교수)	
▶▶ 논문 초록	63
재난과 사고 발생 시 신고와 구조 활동에 필요한 적정 시민 규모 추정 방안 모색	65
채정민(서울사이버대학교 상담심리학과 교수)	
ADHD 아동, 청소년의 가족 지원에 관한 국내연구 분석	67
-1998년에서 2018년까지 국내연구 중심으로 김진선(인하대학교 일반대학원 인문융합치료학전공 박사과정)	

SNS 내 상향비교 경험이 정서적 섭식행동에 미치는 영향 : 상대적 박탈감의 매개효과와 정서적 섭식행동의 조절효과	69
박선주, 오현숙(한신대학교 정신분석대학원)	
고등학생이 경험하는 내신제도와 상대평가에 대한 현상학적 연구	71
전희정(부경대학교 교수)	
학교폭력 피해 청소년의 트라우마 회복경험에 관한 현상학적 연구	73
배상철*, 주경필(한국방송통신대학교 대학원 청소년교육학과)	
반려동물 상실로 인한 애도와 심리적 부적응과의 관계	75
: 성인애착으로 조절된 부정적 비애인지의 매개효과	
전문희, 구훈정(한신대학교 정신분석대학원)	

01

자살 유가족의 심리적 위기와 적응

김 정 호

조선대병원 임상심리전문가 / 미안해 고마워 사랑해 대표

자살생존자의 심리적 위기와 적응

조선대병원 정신건강의학과 임상심리전문가
미안하다 고맙다 사랑한다 자살생존자 모임
카페지기 김정호

미안하다 고맙다 사랑한다 - 자살사별자 모임(미고사) 소개

- 연혁
 - 2010년 11월 인터넷 카페 개설
 - <http://cafe.daum.net/suicidesurvivor>
 - 설립 목적
 - 사회적 편견과 선입견으로 인한 고립 예방
 - 고통 완화 및 공감적 이해
 - 자살생존자들의 자발적인 모임 참여
- **∴일상으로의 복귀 및 궁극적인 자살예방**
- 수상 : 2013년 9월 보건복지부 장관 표창

- 개요

- 약 1,600명의 자살생존자 회원(2019. 9)
- 비영리단체 등록 : 공식적인 국가지원을 위해
- 활동
 - 온라인상의 지지체계 구축
 - 매달 해피브레드 자조모임 & 1박2일 전국모임
 - 자살생존자와 도움 기관과의 연결
 - Gatekeeper & 또래상담자 자원 개발
- 공적 지원
 - 2015년 이후 : 보건복지부 & 중앙자살예방센터에서 재정, 장소, 도서 등.
 - 2017년 천주교 한마음한몸 자살예방센터
 - 해피브레드 자조모임 장소 지원 : 명동성당 가톨릭회관

자살로 인해

- 혼란스러운 감정

- 상실감 및 우울감
- 분노 감정
- 사회적 낙인 : 수치심과 고립
- 죄책감 및 후회
- Helpless & hopeless

⇒ 또 다른 자살로... (비생존자군에 비해 약 8배 더 높음!)

- 사고의 붕괴
 - 왜 죽었을까?
 - 살기 싫어서 vs 고통을 끝내려고 : 고통의 축적
 - 책임 소재의 불분명성 & 유서에 집착
 - If ~~~, then ~~~.
 - 비관주의
- 후유증
 - 평생 지속
 - But, 똑같은 수준으로 유지되는 것은 아니다
 - 인정과 수용
 - 고통스러운 기억 vs 행복했던 추억

시기별 특징

- 급성기 (~ 약1년까지)
 - 1주 이내의 자살가능성이 가장 높음
 - 구급대원, 응급실 의사, 장례식장 직원, 경찰, 사회복지사, 유관기관 실무자 등의 초기 접촉이 중요
 - “왜?”에 대한 집착 & 과도한 의미 부여(모든 것이 다 첫번째)
 - 가족체계의 붕괴
 - 극심한 부정적 감정상태 & 탈진의 반복

⇒ 정상 애도가 불가능할 정도로 압도당하는 시기

Ajdacic-Gross et al.(2008). Suicide after bereavement: An overlooked problem. Psychological Medicine, 38(5):673-676

-> (질병, 사고, 자살 상관없이) 배우자 사별 이후에 남성은 941명/10만명, 여성은 207명/10만명이 자살로 사망

- 급성기에서의 대응(응급조치 관점)

- 전문가의 도움

- 심리 & 실제(법, 재정, 직업, 관계 등) 문제에 대해
- 유관기관에 대한 정보 공유
- 더 오래, 생산적으로, 덜 고통받으며 살 수 있도록

- With other survivor(s) & support group(s)

- 수용하기

- Normality & Universality
- “비정상적인 경험을 한 정상인”
- Individual process speed
- 고통스러운 기억 vs 행복했던 추억
⇒ 표현하고, 공유하고, 수용하라...

- 적응기

- 1~3년까지 (三年喪)

- 급성기 및 만성기 특징이 공존하기도...

- 현실을 깨닫고 그로 인한 고통을 생생하게 경험

- 정체성의 재형성

- 과거로 돌아갈 수 없음
- Survivor로써 살아가기

- 대응

- 타인과 공유하기
- 내가 건강하고 행복해야 남도 건강하고 행복하게 해줄 수 있다
- 자기 안으로의 통합
- 회귀 vs 회복
- Establish healing ritual(s)

- 만성기

- 대개 3년 이후 (언제까지?)

- 재형성된 정체성의 유지기

- Hypersensitive & Hypervigilant -> fact!

- 지금껏 살아내고, 위기를 잘 극복해온 것 -> fact!

- 대응

- 지지집단예의 참여
- Care taker로서의 역할
- 긍정심리학의 적용

자살생존자와의 만남

- 공감과 수용, 그리고 충분한 이해를 바탕으로

- 자살 생존자들을 어떻게 바라볼 것인가?

Survivor로서!!!

- 망자에 대한 태도는?

- 주변의 또 다른 자살 생존자들 및 관련된 제3자들에 대해서?

생존자들의 혼란스러운 감정과 생각들을 인정하고, 선불리 망자에게 모든 책임을 전가하지 말것!

치유의 과정으로 스스로 받아들일 수 있도록 돕는 것이 낫다.

개입의 목적

- Trauma 이전의 보통의 삶으로...
 - 정상인이 겪은 비정상적인 경험
- 더 올바른 방향으로 삶의 가치관 변화
- 심리적 및 신체적 회복
- 또 다른 자살생존자에 대한 care taker

자살생존자의 요구

- 급성기
 - 자살 직후 유가족을 위한 처리방안의 매뉴얼화
 - 경찰 조사 : 용의자 취급 -> 피해자로 대우
 - 망자에 대한 후속 조치
 - 사설응급차 후송시 흰천 20만원, 안치실 비용 70만원 등
 - 시신 검안서 25만원(현금) vs 사망진단서 2만원
 - 합리적인 비용으로의 표준화!
 - 현실적 도움 제공
 - 장례 절차
 - 공적 지원 : 무료 법률 서비스, 재정적 문제 처리, 유관 기관 정보 제공 등
 - 생존자를 위한 의학적 & 심리학적 응급조치
 - 애도기간 보장 : (비공개) 휴직제 및 구직활동에 대한 보조금 제공

- 적응기 이후

- Bio-psycho-social support system

- 정신과 약물치료 & 심리학적 서비스 제공
 - 재원 확보 : 현 최대 3백만원 지원
 - 자살유가족 발굴 : 민간단체(미고사 등)와의 협력
 - 지역사회내 편견 & 선입견 관련
 - 타지역 유관기관 이용 가능
 - 의식 개선을 위한 캠페인, 공익광고, 강연회 등
 - » 비난(혹은 책임)이 아닌 보호받을 대상으로
 - 종교에서의 자살 해석 : 생존자를 위한 방향으로...

- 또 다른 자살을 막기 위해

- 자살 고위험군으로서의 관리에 대한 홍보
 - 지속적이고 일관된 서비스 제공 : 신뢰 증진 & 정신건강 회복

- 예방을 위해

- 자살생존자의 Gatekeeper 육성

- 적극적인 자살예방 활동
 - Care taker 역할 : 먼저 아픔을 극복한 생존자가 아픈 생존자를 도울 수 있도록

- 우울증 환자에 대한 지지체계 확립

- 비상연락망(significant other) 확보
 - 자살 이후 담당 치료전문의의 책임소재 강조 : 자살예방에 대한 책임감 부여

- 현실 문제에 대한 대응

- 재정 곤란 : 국민연금 담보대출에 대한 예외규정 등
 - 정신과 치료 및 심리학적 서비스에 대한 사회적 편견 제거 : 도움 요청 및 제공 가능

- 언론보도지침의 준수

- 선정적인 태도에서 벗어날 것!!!
 - 자살자 & 자살생존자 모두에 대한 인식 개선을 위해

02

자살 유가족의 심리적 개입

이 구 상

중앙심리부검센터 부센터장

자살유족의 심리적 개입

-자살 유족 사후관리 프로토콜을 중심으로-

중앙심리부검센터 이구상
(sw2940@daum.net)

자살이 유족에게 미치는 영향 1

- 세계보건기구는 자살이 1건 발생하면 최소 5명에서 10명의 유족에게 심각한 영향을 미친다고 봄(2008년~2017년: 약 70만명~140만 명의 유족 발생)
- 정상혁(2006), 의료이용경험 사망 전 14.7%, 사망 후 57.47%(4배 증가), 정신과적 질환 경험률 0.37%→1.69%(4.6배 증가),
- 홍현숙(2007), 기분장애 3.5배, 신경증적, 스트레스와 연관된 신체형 장애 2배
- Hedstrm 등(2008), 자살 유족은 자살위험이 일반인 대비 남성 8.3배 여성 9배

자살이 유족에게 미치는 영향 2

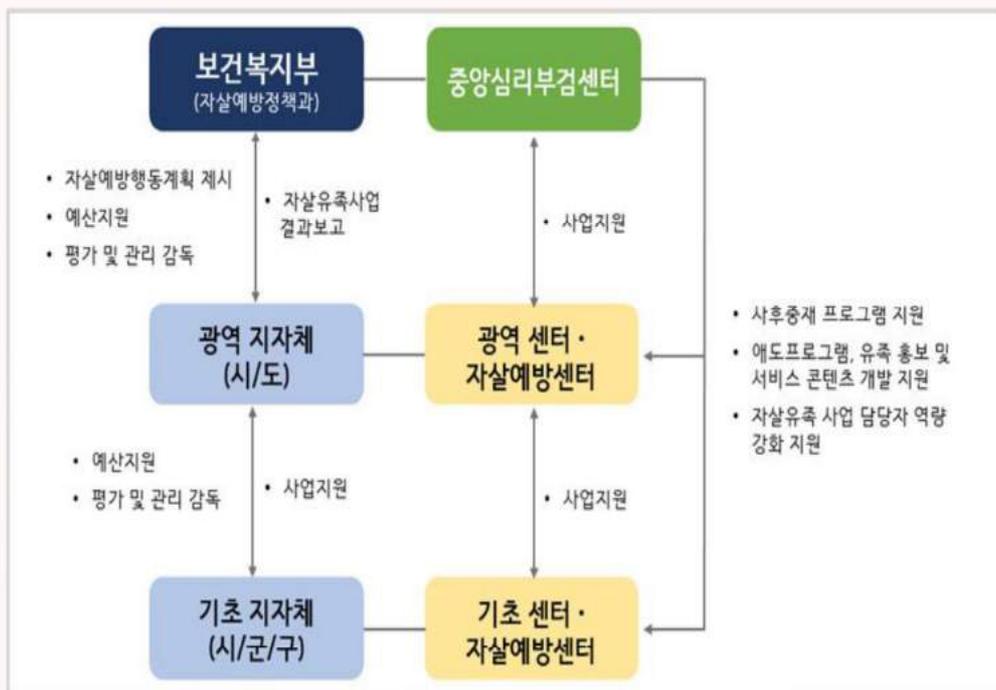
- 전홍진 등(2018) 유족과 일반인 교차비
 - 우울 수준 **18.25배**(95% CI 13.87~24.01)
 - 유족의 자살 생각 진지 경험 **6.48배**(95% CI 5.04~8.33)
 - 유족의 자살 계획 경험 **8.64배**(95% CI 6.21~12.03)
 - 유족의 자살 시도 경험 **7.64배**(95% CI 5.46~10.69)

자살유족
사후관리

자살유족 서비스 목적

- 자살 유족의 2차적 자살파급 예방
- 자살 유족의 정신건강 증진도모 및 삶의 질 향상
- 지역사회 자원연계로 서비스 만족도 제고
- 일상기능회복과 새 삶으로의 복귀 촉진

자살유족 사후관리 운영체계



자살유족 서비스 제공 과정



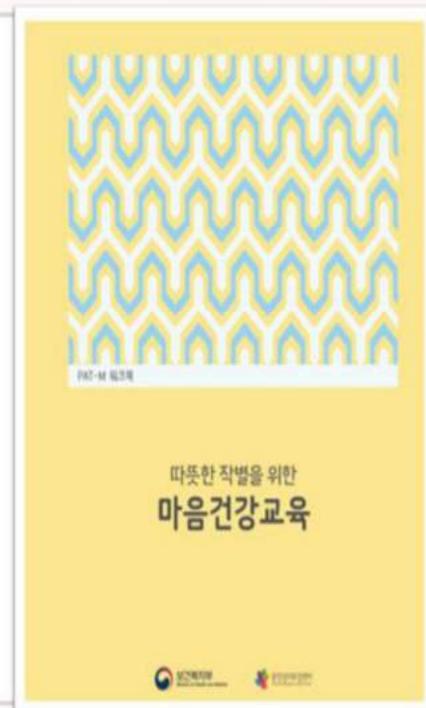
마음건강교육
사회기술향상프로그램

마음건강교육

회기	내용	세부내용
1회기	자살에 대해 이해하기	<ul style="list-style-type: none"> 교육에 대한 소개 및 서약, 규칙 정하기 자살에 대한 현황 및 자살 이해하기
2회기	정신건강과 자살	<ul style="list-style-type: none"> 자살의 정신과적 요인에 대해 이해하기 자살과 관련이 높은 정신과적 질병 알아보기
3회기	자살을 선택한 이유	<ul style="list-style-type: none"> 고인의 심리에 대해서 이해하기 자살자의 일반적인 심리 이해하고 나누기
4회기	유족의 슬픔과 애도에 대하여	<ul style="list-style-type: none"> 자살유족 이해하기 유족의 애도 반응 알아보기
5회기	트라우마와 그 후	<ul style="list-style-type: none"> 트라우마에 대해 이해하기 트라우마로부터 회복하는 방법 알아보기
6회기	회복을 돕는 방법	<ul style="list-style-type: none"> 건강하게 회복하는 방법 알아보기 정신건강 문제 확인하고 대처하기

마음건강교육의 과정

- 나눔의 시간(과제 점검하기)
- 교육의 목적
- 교육 목표 설정하기
- 교육 실행(동영상 시청 포함)
- 참여소감 나누기
- 과제
- 종료

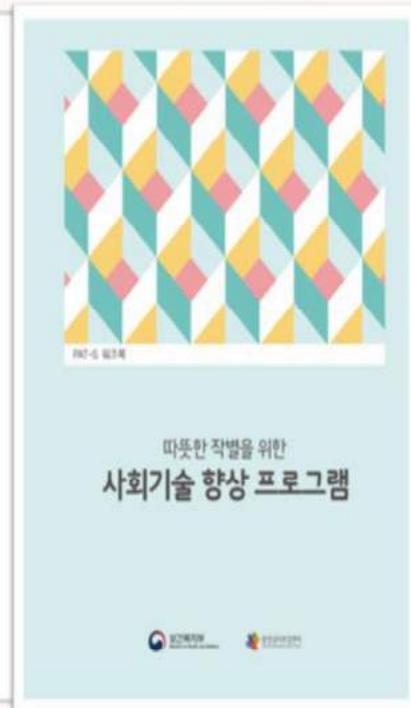


사회기술 향상 프로그램

회기	내용	세부내용
1회기	나의 생활 스캔하기	<ul style="list-style-type: none"> 교육에 대한 소개 및 서약, 규칙 정하기 일상생활에서의 문제와 고민거리 이야기하기
2회기	마음 풀어내기	<ul style="list-style-type: none"> 무엇이, 어떻게 힘든지 전달하기 언어적, 비언어적 표현 연습하기
3회기	고인 이야기하기	<ul style="list-style-type: none"> 자살이라고 인정하기 고인에 대해 질문할 때 대답하는 훈련하기
4회기	우선순위 정하고, 처리하기	<ul style="list-style-type: none"> 시급히 해결해야 할 문제들 점검하기 문제 상황 처리방안 모색하기
5회기	가족의 애도 반응 이해하기	<ul style="list-style-type: none"> 가족 간 갈등 점검하기, 서로 다른 애도 반응 이해하기 요청과 요구에 대해 훈련하기
6회기	일상생활 변화 주기	<ul style="list-style-type: none"> 유족과의 친밀감을 도모하기 변화된 환경을 통해 기분전환 해보기

마음건강교육의 과정

- 나눔의 시간
- 프로그램 의미와 필요성 점검
- 프로그램 목표
- 교육 실행(과제 점검, 연습하기 포함)
- 나눔의 시간
- 과제
- 종료

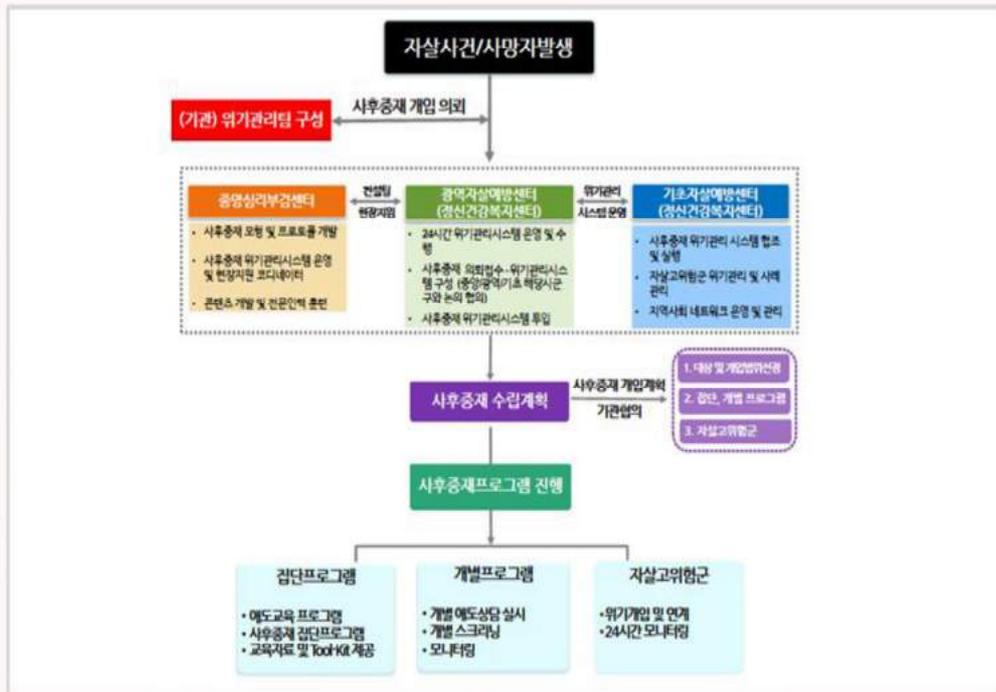


지역기반 자살 사후중재

의미 및 필요성

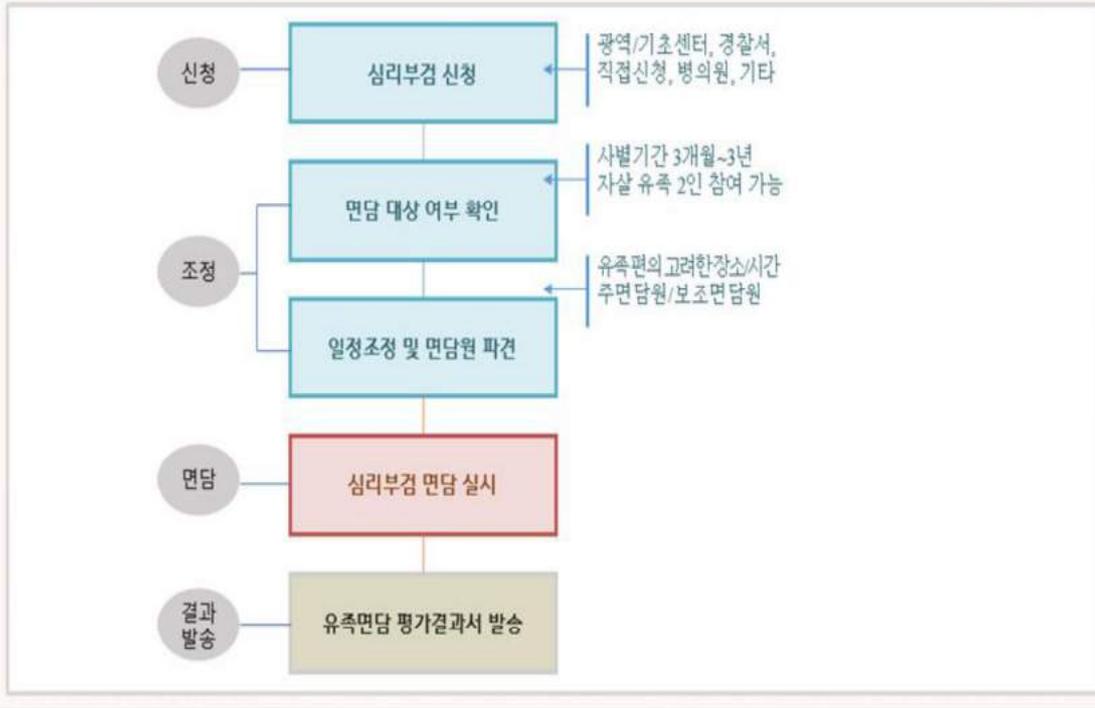
기관, 학교, 사업장 등에서 발생한
자살 사건에 대한 조직, 지역, 집단 등의 부정적 영향을 최소화하기 위해
지역기반 자살 사후중재가 필요하다.

지역기반 자살 사후중재



심리부검

심리부검면담 과정



면담 대상자

- 만 19세 이상의 성인
- 대상자(고인)의 배우자, 부모, 형제, 자녀 등의 가족
- 대상자(고인)의 동거인, 연인, 직장동료, 친구 등
 - : 정보제공자 2인 중 1인은 가족이어야 함
 - : 고인의 사망 직전 6개월간 근황을 보고할 수 있어야 함
- 사별 기간이 3개월 이후부터 3년 이내인 자

진료비 지원사업

자살 유가족 치료비 지원 안내

중앙심리부검센터는 생명보험사회공헌재단과 보건복지부의 협력 지원을 받아 유가족이 고인을 건강하게 애도할 수 있도록 돕고자 합니다.



| 지원 대상 | 자살 유가족 (자살자의 가족 및 친인척) *가족 및 친인척 관계를 증명할 수 있는 자는 누구나 가능

| 신청 방법 | 중앙심리부검센터 / 문의 02)555-1095~6
(거주지역 정신건강복지센터 및 자살예방센터 추천을 받아 신청 가능)

| 지원 서비스 |

치료비 지원

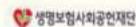
- 병 의원(정신건강의학과) 외래 및 입원치료비
- 1인 1회 심리상담비
- 심리상담비 (개인, 집단)
- 치료 프로그램비

• 중복 지원 가능 •

심리부검 지원

- 고인의 사망에 영향을 미쳤을 다양한 요인들을 분석하여 국가적 자살 예방 정책 수립에 근거 마련
- 대상 : 사망 기간이 3개월 이상, 3년 이내인 유가족
- 참여 혜택 : 애도지원금 10만 원 지원

| 지원 금액 | 1인당 140만 원 (필요에 따라 최대 300만 원 지원)



운영체계



자살유족 서비스
 혁신을 위한
 새로운 도전
원스톱서비스

미국 로스팀(L.O.S.S TEAM(Local Outreach to Survivors of Suicide))

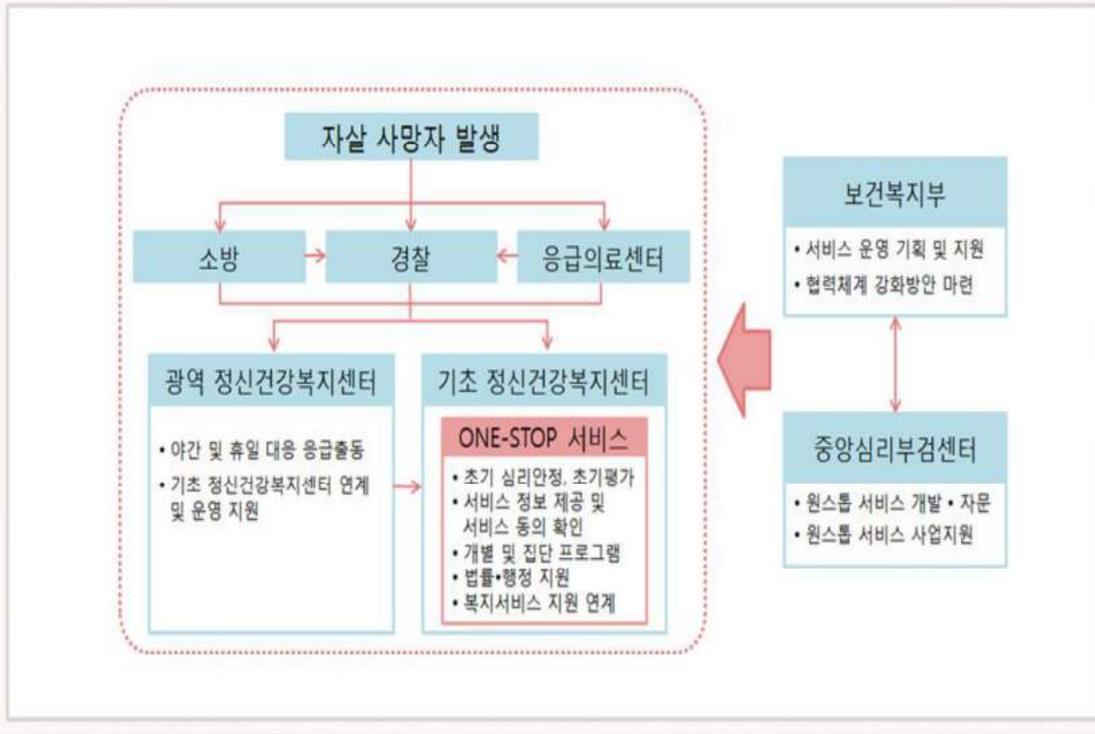


원스톱 서비스

애기해도, 기억해도, 함께해도 괜찮아요.
자살 유족을 위한 원스톱 서비스

자살 유족 원스톱 서비스는, 고인을 떠나보낸 유족에게 24시간 내 원스톱서비스팀이 응급출동하여 도움을 제공하는 서비스입니다.

원스톱 서비스 모형



주요 환경 및 경제 지원 서비스

- 일시주거 비용 지원(가구당 75만원)
- 법률 및 행정처리 비용 지원(가구당 70만원)
- 학자금 지원(자녀 1인당 140만원)

시범사업 대상 지역

- 모형1【광역-기초센터연계형】인천광역시: 남동구, 미추홀구, 부평구, 연수구
- 모형2【광역-직접서비스형】광주광역시: 동구, 서구, 남구, 북구, 광산구
- 모형3【거점센터형】강원도 원주시: 원주시, 영월군, 평창군, 횡성군

03

자살 유가족의 심리적 위기와 적응 자살 유가족의 심리적 개입

육성필
용문상담심리대학원 교수



MEMO

A series of horizontal dashed lines extending across the page, providing a template for writing a memo.



MEMO

A series of horizontal dashed lines extending across the page, providing a template for writing a memo.

04

재난 유가족의 심리적 위기와 적응

이 동 훈

성균관대학교/외상심리건강연구소

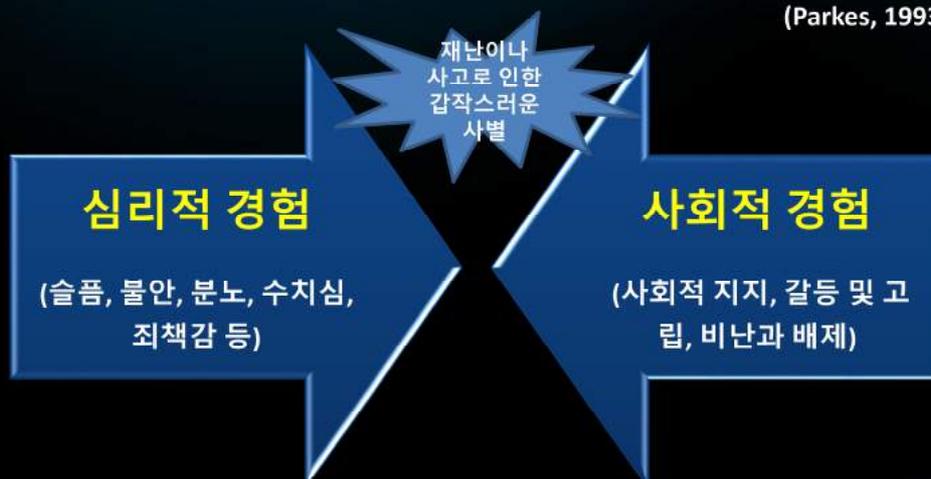
재난 유가족의 심리적 위기와 적응

성균관대학교 이동훈

1
fppt.com

심리사회적 전환모델 psychosocial transition model

(Parkes, 1993)



사별로 인해 애도를 경험하는 유가족들은 개인 내적인 차원 뿐만 아니라, 사회적 차원(대인관계, 직장, 종교모임, 지역사회 등)에서도 변화를 경험함(Parkes, 1988)

2
fppt.com

세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모의 내적 경험에 관한 질적 연구

한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 29(2), 255-291.

✓ 유가족들은 자녀 사별 경험으로부터 회복되지 못한 채 **우울, 무기력, 분노 등의 심리적 문제** 뿐만 아니라, **불면이나 신체 부위의 통증 등의 신체적 문제**까지 경험하고 있는 것으로 나타남(이동훈 등, 2017)

심리/정서	신체	인지	행동
<ul style="list-style-type: none"> • 무기력한 일상생활 • 우울의 늪에 빠짐 • 분노와 원망 삭히기 • 공황증상 • 자살충동에 휩싸임 • 예민해지고 의심이 많아짐 • 쉽게 짜증과 화를 내며 신경질적이게 됨 • 사회적 공감능력의 상실 	<ul style="list-style-type: none"> • 시력, 청력 문제 • 신경성 두통 및 팔, 다리, 허리 통증 • 소화기 계통 이상 증상, 불면 • 면역력, 체력 저하 • 여성 질환 • 갑상선 이상 • 혈압 문제 • 치과문제 • 취약염 	<ul style="list-style-type: none"> • 기억력 감퇴 • 집중력 저하 • 죽음에 대한 의미 변화 • 내 삶의 의미에 대한 변화 	<ul style="list-style-type: none"> • 불규칙한 식습관 • 흡연량의 증가 • 음주에 관한 절제력 상실

fppt.com

세월호 유가족의 사회적 경험

사회적 지지

- 개인이 사회적 관계망으로부터 실제적인 조력을 제공하는 사회적 상호작용을 의미함(Hobfoll & Strokes, 1988)
- 사회적 지지를 강하게 지각할 수록 갑작스러운 사별 경험으로 인한 심리적 증상에 효과적으로 대처할 수 있음(Cook & Bickman, 1990)
- 낮은 사회적 지지는 사별 슬픔을 심화시킴(Cvinar, 2005)
- 사회적 지지는 사별을 경험한 개인의 욕구에 적절하게 부합할 때 발현됨(Vachon & Stylianos, 1988)

사회적 갈등 및 고립

- 재난으로 가족구성원을 잃은 유가족들은 재난 이후 주변 사람들에게 사회적 지지를 받지 못할 경우, 관계에서 사회적, 정서적 철수양상을 보임(Calhoun & Allen, 1991)
- 유가족들은 사회 구성원들로부터 공감을 받지 못하면, 사회적 냉대로부터 스스로를 보호하기 위해 다른 사람들과의 소통을 제한하는 악순환에 처하게 됨(Toller, 2005)
- 유가족들은 주변으로부터 갑작스럽게 동정심의 대상이 되고, 자녀를 사별한 부모라는 낙인찍힌 사회적 지위를 얻게 되면서 스스로를 사회적 능력을 상실한 존재로 지각하게 됨(Riches & Dawson, 1996)
- 재난 피해자이거나 유가족들은 정부기관이나 언론에 의해 반사회적이거나, 일탈적인 모습으로 비취짐에 따라 사회적으로 배제되는 경험을 할 수 있음(Garfield, 2007)
- 이러한 사회적 갈등과 고립은 유가족들이 자녀를 잃은 슬픔을 이해 받지 못하고 있다고 느끼게 하며, 심리적 고통을 가중시키게 됨

fppt.com

유가족의 사회적 지지 경험

(1) 근린 차원

<p>걸을 지키며 버텨주는 친척과 지인들</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 친정과 시댁이 함께 진상규명활동을 해줌 • 지인들이 분향소나 단원고에 함께 동행함 • 친척들과 지인이 신앙생활을 함께 해줌
<p>‘사회적 가족’ 이 된 유가족</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 250명이나 되는 유가족 부모들의 존재가 힘을 주기 때문에 죽지 않고 버텨나감 • 유가족들끼리 사별한 자녀의 이름으로 서로를 부르고, 자녀와 관련된 기억을 자주 이야기 하며 슬픈 마음을 공유함 • 공방에서 함께 울고 웃으며 활동하기 때문에 그나마 답답하고 슬픈 마음을 해소할 수 있음 • 공동체 안에서 며칠씩 보이지 않거나 건강이 악화된 유가족이 있으면 역할을 대신해주기도 하고 다독여주는 등 서로를 챙김 • 유가족끼리 분향소에 모여 예배를 드리고 기도를 하는 것이 큰 위안이 됨 • 가족이나 친구모임에 거의 나가지 않고, 유가족들끼리만 얘기를 나누고 술을 마시는 생활을 지속함

5

fppt.com

유가족의 사회적 지지 경험

(2) 직장 차원

<p>직장에 복귀할 수 있도록 동료들이 도움을 줌</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 외부활동을 전혀 하지 않고 집에 칩거하는 자신을 걱정하며, 다시 직장에 복귀할 것을 권유하고 도와주는 직장동료들 덕분에 두려움을 극복함 • 자녀의 장례를 치르고 난 후 함께 일하던 사람들이 다시 일하자고 권유하여 마음을 다잡음
<p>유가족 활동을 위해 근무시간 조정을 배려해줌</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 근무 시간 중에 분향소에 수시로 다녀올 수 있도록 배려해주는 직장 상사 • 세월호 재난 발생 후 1년의 휴직기간을 주고, 원할 때 언제든지 다시 출근할 수 있도록 배려해주는 회사

6

fppt.com

유가족의 사회적 지지 경험

(3) 지역 차원

지역의 심리적, 물질적 후원자들	<ul style="list-style-type: none"> • 교회의 지원으로 유가족들끼리 식사할 수 있는 분향소 내 식당이 생겨서 편리함을 느낌 • 외부에서 농성할 때 의사들이 의료지원을 와서 건강을 점검해주기 때문에 활동을 지속할 수 있음 • 유가족 형제자매들을 위하여 고통을 해소할 수 있는 프로그램을 마련하고, 학업을 도와주는 등의 도움을 주는 사람들
사별 자녀의 친구와 학부모가 보내는 관심과 지지	<ul style="list-style-type: none"> • 장례식장에 방문하여 함께 슬퍼하는 사별한 자녀의 친구들 • 장례식장을 다니고 유가족 집회에 참석하느라 집에 늦게 귀가하는 자녀들을 이해해주는 학부모들

7

fppt.com

유가족의 사회적 지지 경험

(4) 국가 및 사회 차원

나와 사람들을 연결해주는 노란리본의 힘	<ul style="list-style-type: none"> • 노란 리본과 배지를 달고 다니며 무언의 격려를 보내주는 사람들이 고마움 • 노란 리본을 달고 다니는 사람을 보면 나와 함께해준다는 느낌이 듦 • 사람들이 자신도 붙이고 다닐 것이라며 세월호 배지나 고리, 스티커를 요청할 때면 큰 공감을 얻은 것 같음
집회와 간담회 에 참석하는 사람들의 존재 로 힘과 지지를 얻음	<ul style="list-style-type: none"> • 유가족 간담회나 연설에서 유가족의 목소리에 귀 기울여 주는 시민들 덕분에 힘이 남 • 세월호 2주기 추모를 위해 광화문 거리를 가득 메운 시민들을 향한 고마움 • 간담회에서 유가족으로서의 억울함을 사람들에게 이야기함으로써 치유를 경험함

8

fppt.com

유가족의 사회적 지지 경험

(4) 국가 및 사회 차원

진상규명활동에 동참해주는 사람들의 소중함	<ul style="list-style-type: none"> • 사건을 겪은 당사자가 아님에도 발벗고 나서서 함께 활동해주는 사람들이 존경스러움 • 유가족을 위한 법안 발의와 배포를 해주는 국회의원에게 감사함
비슷한 사별 경험을 한 사람들의 공감과 지지	<ul style="list-style-type: none"> • 유가족들을 보며 눈물을 흘리는 광주시민과 가슴기 살균 피해자를 보며 피해자들끼리만 이해할 수 있는 마음을 알게 됨 • 진도 팽목항에 방문한 자원봉사자의 다수가 과거에 비슷한 사고를 겪었던 피해자임을 알게 됨 • 과거 재난 사건의 피해자로부터 아픔을 공감 받고, 세월호 이후 또 다른 사고 피해자들의 아픔을 공감하게 되면서 같은 아픔을 경험한 사람들의 마음을 이해하게 됨

9

fppt.com

유가족의 사회적 갈등 및 고립 경험

(1) 근린 차원

지인들로부터 괴리감을 경험하고 교류를 단절함	<ul style="list-style-type: none"> • 모임에서 지인들이 자녀이야기를 할 때 할 말이 없고 마음이 아프기 때문에 더 이상 외부모임에 나가지 않음 • 지인들과의 모임에서 나를 동정하는 눈길로 보거나 세월호 재난에 대해서 먼저 이야기를 꺼냈을 때 감정을 제어하지 못할까봐 걱정됨 • 친구들에게 국가가 세월호 재난 대응에 대해서 어떠한 잘못을 했는지에 관한 이야기를 들려주고 싶지만, 사람들이 고통스러운 이야기를 듣고 싶지 않아하는 느낌을 받음 • 주변사람들이 친목모임에 계속 나오라고 하지만, 사람들과 대인관계를 맺다가 유가족에 대해 오해하는 일이 생길까봐 선뜻 나갈 수 없음
자녀 잃은 부모의 마음을 공감하지 못하는 사람들로 부터 상처받음	<ul style="list-style-type: none"> • 사건이 정리되었으면 다시 모임을 하자는 친한 친구의 말에 분노함 • “자식 죽는 바람에 엄마아빠가 스타가 됐네”라는 말을 건네며 자녀 잃은 깊은 아픔을 공감하지 못하는 태도에 분노함 • ‘산 사람은 살아야 한다’며 걱정해주는 지인들의 마음이 이해는 가지만, 진상규명활동을 그만하라는 의미로 느껴져서 상처를 받음 • ‘그만 아이들을 잊어야’한다는 말이 아프게 다가옴

10

fppt.com

유가족의 사회적 갈등 및 고립 경험

(1) 근린 차원

<p>유가족의 진상규명활동을 비난하는 지인들</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 지인들이 세월호 재난에 대해서 함부로 말하는 것을 듣고 상처를 받아서 '자식 잃어보면 저렇게 생각하지 못할 것'이라고 원망함 • 친한 사람들이 왜곡된 언론보도만을 믿는 것을 보고 더 이상 그들과 만나지 않음 • 가깝게 지내던 사람들이 '국가를 상대로 이길 수 있겠냐' '되지도 않을 싸움은 하지 말라'고 이야기 할 때면 굳게 결심한 마음도 무너짐 • 지인이 앞장서서 유가족 활동을 반대하는 것을 보고 충격을 받아 한동안 외출하지 못함
<p>보상금에 관심 갖는 친지와 의 갈등</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 보상금을 두고 '로또 맞았다'고 하는 주변사람들에게 상처받음 • 보상문제가 언론에 보도되자 가깝게 지내지 않았던 친척들이 연락을 하고 찾아옴 • 가까운 친구와 친척이 보상금을 얼마나 받았는지만 궁금해하는 느낌이 들어서 보상금 이야기를 하는 사람에게 '너도 죽으면 돈 나온다'고 화를 냄 • 돈을 얼마 받았는지, 그 돈을 어떻게 쓰는지 묻거나, 돈도 많은데 술 한잔 사라고 하는 사람들의 말에 분노함

11

fppt.com

유가족의 사회적 갈등 및 고립 경험

(2) 직장 차원

<p>직장과 일에 대한 동기와 의미의 상실</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 힘들어서 일을 그만두고 싶지만 진상규명활동을 지속하는 배우자를 위해 직장을 계속 다님 • 예전에는 자녀를 부양하기 위해 악착같이 한 푼이라도 더 벌고자 했지만, 돈을 벌어야 하는 목표와 의미가 없어져서 직장을 그만두게 됨 • 직장을 그만두고 싶다가도 세상과 소통을 끊고 고립되는 것 같아서 직장을 그만두지 않고 버팀
<p>직장동료들로부터의 고립</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 함께 웃고 이야기를 나누던 동료들과 업무이야기를 제외하고는 더 이상 대화하지 않음 • 세월호 이야기를 빼고 나면 동료들과는 할 말이 없어서 대화가 단절됨 • 보상금을 많이 받은 것으로 오해하여 보상금을 받았는데도 왜 회사를 다니냐고 수군대는 동료들에게 상처받음 • • 사람들과 협력해야 하는 회사 일에 어려움을 느낌 • 직장에서 웃으면 아이를 잃었는데 웃고 있다고 사람들이 수군댈 것 같고, 울면 저 사람 때문에 분위기를 망친다고 할까봐 울 수도, 웃을 수도 없음

12

fppt.com

유가족의 사회적 갈등 및 고립 경험

(2) 직장 차원

직장생활의 중단으로 인한 사회적 고립	<ul style="list-style-type: none"> • 안산에서 개인사업을 운영했지만 세월호 재난 이후 정신상태가 너무 피폐해져서 폐업함 • 세월호 재난 이후 1년이 흐른 후 직장에 복귀하고자 시도하거나 새로운 일자리를 찾아 보았지만 마음이 너무 힘들어서 이내 다시 그만두게 됨 • 예전처럼 일을 할 수 있을지 자신이 없고 두려움을 느낌 • 직장 때문에 진상규명활동을 원활하게 하지 못할까봐 직장을 그만 둠 • 사고 때문에 폐업하게 되면서 갑자기 직업이 없어져 버리니 열심히 살아온 삶이 온데 간데 없어진 것 같아서 허탈함
경력단절로 인한 재취업의 좌절	<ul style="list-style-type: none"> • 진상규명 활동을 하고자 직장을 그만두는 바람에 경력이 단절되어버린 것에 대한 우울감을 느낌 • 세월호 이후 직장을 그만두었던 유가족들은 다시 취업하고자 해도 4~50대의 연령 때문에 재취업에 어려움을 겪음 • 직장에 복귀하지 못하는 스스로가 무능하게 느껴짐

13

fppt.com

유가족의 사회적 갈등 및 고립 경험

(3) 지역 차원

안산지역의 냉대어린 분위기	<ul style="list-style-type: none"> • 안산시는 아이들이 살았던 곳이고 아이들이 다녔던 학교가 있는 곳임에도 불구하고, 다른 지역에 비해서 오히려 관심이 많지 않음 • 유가족을 제외한 모든 안산 시민이 반대편으로 느껴질 정도로 그들이 세월호 재난에 대해 부정적이라고 느낌 • 세월호 재난으로 인해 안산이 다른 지역보다 더욱 분노할 줄 알았으나 유가족들을 안산으로부터 그만 좀 하라는 생한 눈길만 받음 • 안산 지역 자체가 각자 다른 지역으로부터는 지역이어서 지역 주민들끼리 동질 의식의 별로 없다고 느껴짐
주민들의 부정적인 시선으로 인한 사회적 위축	<ul style="list-style-type: none"> • 세월호 때문에 안산 경제가 안 좋아졌다고 생각하는 사람들이 많아서 외부에 나가기 눈치보임 • 유가족에 대한 부정적인 시선 때문에 외부로 나갔을 때 사람들을 만나는 것조차 조심스러워짐 • 밖에서 지역 주민들이 세월호 재난을 두고 부정적인 이야기를 하는 것을 듣더라도 유가족 전체에 피해가 없어야 하기 때문에 집에서 나오는 걸 꺼리게 됨

14

fppt.com

유가족의 사회적 갈등 및 고립 경험

(3) 지역 차원

지역사회 구성원들의 비난과 외면에 부딪힘	<ul style="list-style-type: none"> • 세월호 현수막을 철거해달라는 민원을 넣거나, 세월호 유가족의 간담회를 제지하는 안산시민들의 모습에 상처를 받음 • 지역사회구성원들로부터 “대한민국경제가 안 좋아진 이유는 세월호 재난 때문”이라는 말을 종종 듣게 됨 • 세월호 분향소 주변의 음식점들이 분향소 때문에 장사가 잘 되지 않는 다며 불평하는 모습에 발길을 끊게 됨 • ‘지겨워죽겠다, ‘네 자식만 억울하게 죽었나’ 등의 폭언을 듣고 분노함 • 단원과 재학생의 학부모들이 세월호와 관련된 팻말을 보고 비난하는 모습을 보며 ‘나만 아니면 된다’는 사람들의 의식이 팽배하다는 것을 실감함
학교에 대한 실망과 분노	<ul style="list-style-type: none"> • 진상규명, 세월호 인양, 추모공원 설립이 되지 않은 상태에서 아이들이 지내던 교실을 정리하려고만 하는 학교의 모습에 분노를 느낌 • 참사를 기억할 수 있는 의미 있는 장소로서 학교가 기억되기를 바랐으나, 학교 내부가 리모델링된 것을 보고 참사를 기억하기 위한 성찰이나 고민이 부족함을 느낌 • 유가족들에게 알리지 않고 희생자들을 학교에서 제적처리를 해버린 학교를 향한 분노가 극심함 • 생존 자녀나 세월호 재난으로 친구를 잃은 학생들의 트라우마 케어를 할 수 있는 상담실조차 마련해두지 않은 현실에 통탄함

fppt.com

유가족의 사회적 갈등 및 고립 경험

(4) 국가 및 사회 차원

사회적 안전망이 부재한 국가에 대한 불신이 생겨남	<ul style="list-style-type: none"> • 참사를 겪으면서 내 가정의 안전을 지켜주지 못한 사회가 앞으로 그 누구도 지켜주지 못할 것이라고 느낌 • 아이들을 구조할 수 있었음에도 구조하지 못한 우리나라의 모습에 과거의 살기 좋은 나라라는 인식은 깨지고 실망스러운 마음만 남음 • 국가가 국민을 생각하고 포용하며 살피는 기능을 한다는 기존의 생각이 좌절됨 • 피해자들을 돌보지 않는 국가의 모습을 보면서 세금을 국민들에게 쓰지 않는 국가에 세금을 내는 것이 아깝다고 느낌
내 가족의 슬픔이 사회로부터 수용되지 않는다는 생각에 울분이 생김	<ul style="list-style-type: none"> • 참사 처리 과정에서 국가와 사회가 피해자들이 갖고 있는 시각과 입장은 중요치 않다고 여기는 느낌을 받음 • 세월호 인양, 추모공원 건립 등에 대해 기약 없는 약속만 하고, 실행에 옮기지 않는 정부의 모습에 답답하고 화가 남 • 세월호 재난 이전의 다른 사건처럼 벌써 세월호를 다 잊어버린 사회에 대해 섭섭함과 쓸쓸함을 느낌

16

fppt.com

유가족의 사회적 갈등 및 고립 경험

(4) 국가 및 사회 차원

<p>도처에서 경험하는 유가족을 향한 비난</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 유가족들이 시체 장사한다는 한 공인의 글을 보고 응원해 주지 못할망정 피해자들에게 상처를 겪어서는 안 된다고 하며 분노함 • 세월호 집회 때문에 장사가 방해된다는 말을 듣고 상처 받음 • 시위에 참석하러 가는 길에 유가족을 두고 '빨갱이'라고 욕하는 말을 듣고 화가 남 • 세금을 유가족에게 보상금으로 제공하는 것처럼 잘못 알려져 '세금 값아 먹는 사람들'이라는 비난을 받게 됨 • 사고 이후 생각했던 것처럼 세상이 서로를 생각하고 포용하는 것이 아니라, 세상이 자기 이득을 챙기는 것임을 알게 됨 • 국가가 유가족의 삶을 돌보고 보호해 줘야 함에도 불구하고 오히려 유가족을 위해 마련되어 있는 트라우마 센터의 예산이 삭감됨
<p>국가의 피해자 지원의 축소와 중단</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 유가족의 심리치료지원이 미비하게 이루어지고 있다고 생각함 • 생존한 학생들을 대상으로 실시되는 상담프로그램과 치료 지원이 서서히 중단됨 • 유가족들이 사회적 시선을 의식하지 않고 일을 할 수 있도록 국가와 사회가 지원에 주어야 함에도 불구하고 방관하는 것처럼 느낌

fppt.com

논의 및 시사점

- ✓ 분향소나 학교 등을 방문하며 유가족과 **함께 애도하는 주변 사람들의 행동은 유가족들로 하여금 유대감을 체감**하도록 함
- ✓ **유가족 공동체 내 상호작용은 유가족들이 자녀를 사별한 아픔을 견디고 부정적인 감정을 해소**할 수 있도록 돕는 역할을 함
 - 자신과 동일한 경험을 한 다른 사람들과 접촉하고, 함께 사별한 자녀에 관한 기억을 공유하는 과정에서 정서적 지지를 체감
 - 유가족들과의 상호작용을 통해 자녀 사별로 인한 슬픔과 분노를 표출하게 되면서 부정적 정서를 해소하고 환기함
- ✓ 추모의 의미를 담은 노란리본이나 풍선 등 **외현화된 상징은 유가족에게 큰 지지 경험**으로 작용하며, 심리적 회복을 도움
- ✓ 지역사회로부터의 **물리적 지원(의료 지원, 추모 공간 지원 등)와 정서적 지지가 제공될 때 유가족들은 사회에 소속감**을 느끼고 치유를 경험함

18

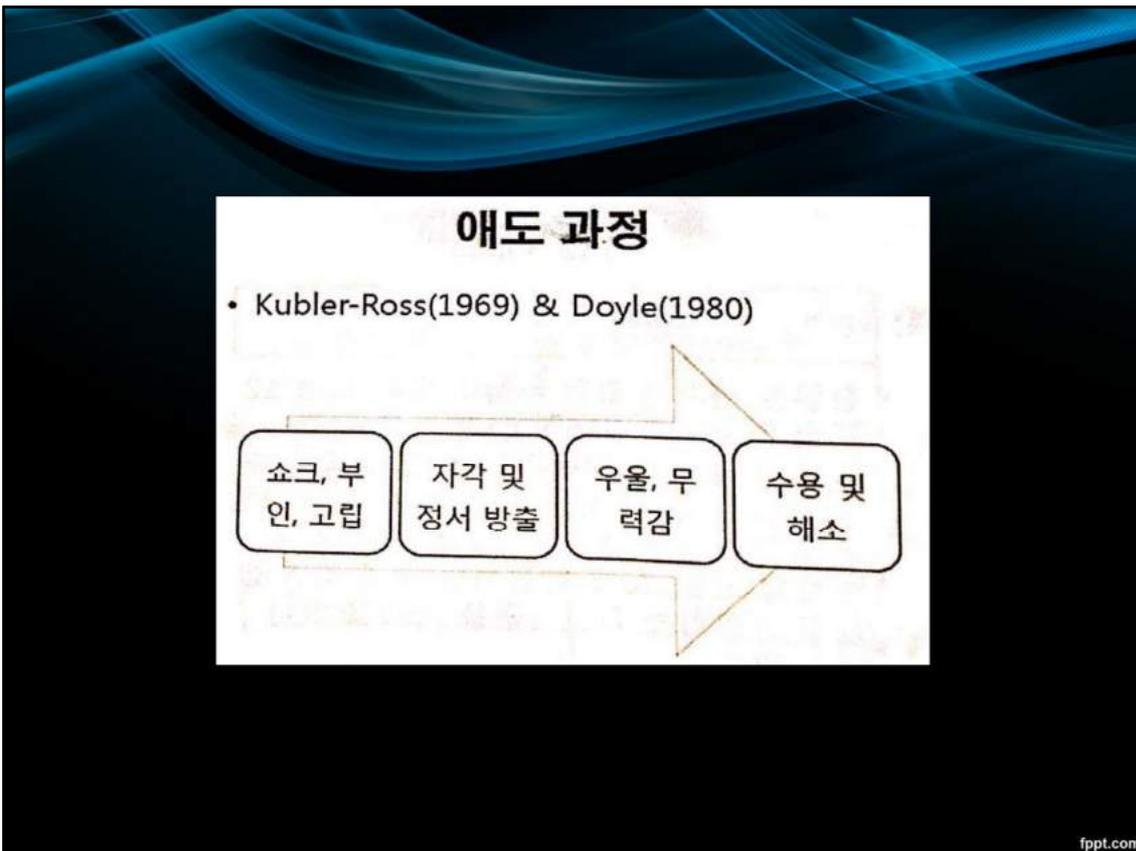
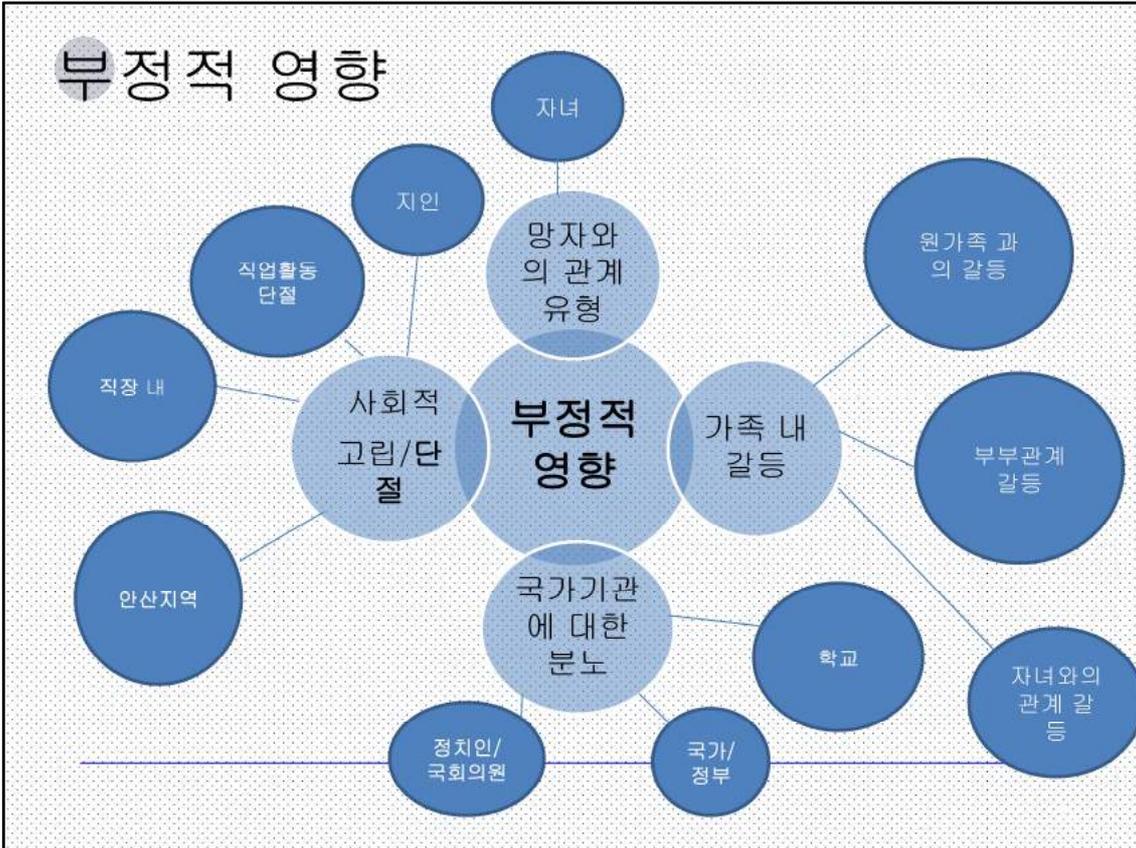
fppt.com

유가족의 애도에 영향을 미치는 긍정적/부정적 요인

19

긍정적 영향





외상적 애도

- *Traumatic Grief*
- 트라우마 증상
 - 생각들이 멈추려 해도 계속 떠오름
 - 죽음과 상실 대상에 대한 꿈이나 기억들
 - 상실 대상 혹은 죽음을 떠올릴만한 것들을 회피
 - 정서적 무감각 혹은 정서적 거리를 둠
 - 지나친 각성, 분노, 비탄감

fppt.com

애도 대처의 이중 과정 모델

- Stroebe & Schut(1999, 1996)가 제시함
- 애도 회피가 긍정적, 부정적일 수도 있음
- 감정을 표현하거나 통제하는 것이 중요함



fppt.com

논의 및 제언

- ✓ “산 사람은 살아야 한다”, “이제 그만 보내주어야 한다” 등의 **회복을 독려하는 표현이나 충고는 유가족들을 생각해서 건네는 말이라도 심리적 회복에 도움이 되지 않음**. 오히려 수치심이나 불안 등의 부정적인 정서를 야기하여 고통을 가중시킴
- ✓ 유가족을 향한 **비난과 낙인은 유가족들이 상실 경험을 주변사람들에게 공유하지 못하게 만들며, 이로 인해 사별로 인한 슬픔은 묵살되고 무시될 수 있음**. 이로 인해 유가족들은 자녀의 슬픔에 대해 충분히 애도하지 못하고 있음
- ✓ 유가족들은 “행동하는 피해자”로서 사회에 목소리를 내게 되면서 **사회구성원들로부터 피해자 비난(victim blaming) 현상을 경험하고 있음**
- ✓ 사회구성원의 비난으로 인해 **사회적으로 위축된 유가족들은 직장과 대인관계 측면에서 철수하고 고립되는** 양상을 보이고 있음
- ✓ 유가족 등은 피해자 지원을 제대로 받지 못하는 것으로 지각하고 있음. **트라우마센터의 예산이 삭감되거나 심리지원의 제공이 중단되는 등의 지원단절을 경험하고 있었음**

25

fppt.com

논의 및 제언

- 1) 유가족의 입장에서 심리지원, 의료지원, 생계지원 등의 맞춤지원을 제공하는 피해자 지원이 필요
- 2) 심리상담 장면에서는 유가족들이 분노와 우울, 수치심 등을 환기시킬 수 있고, **자녀를 잃은 슬픔에 대해 공유하고 소통하는** 기회를 마련하는 것이 필요함
- 3) 지역사회에서도 재난으로 자녀를 잃은 부모들의 심리적 치유를 향한 **공동체적인 노력이 필요함**
 - 지역사회 내 치유공동체 마련
 - 유가족 자조집단을 위한 지원
 - 유가족들이 모여서 함께 이야기를 나누고 활동할 수 있는 공방과 같은 공간의 존치
 - 재난을 기억하려는 노력: 추모 집회, 행사를 열어 충분한 기간 동안 사회적 애도 작업을 진행하는 것이 필요
- 4) 재난 피해 유가족들이 **상실감과 트라우마를 극복할 수 있는** **자원을 확보할 수 있도록 지역사회 내에서 장기적인** **재난심리교육 및 재난심리지원서비스를 제공하는** 것이 필요함

26

fppt.com

논의 및 제언

대규모 재난으로 인한 유가족의 애도 과정은 개인 내적인 경험 뿐만 아니라, **사회구성원들이 재난 피해자와 유가족들의 사별 슬픔에 공감하고 동참하는 사회적 애도(social grieving) 과정을 반드시 동반하므로 재난 피해자들을 기억하고 추모하는 노력이 장기적으로 지속되어야 할 것으로 보임**

05

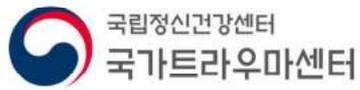
재난 유가족의 심리적 개입

오 은 혜

국립정신건강센터 국가트라우마사업부

재난 유가족의 심리적 개입

국립정신건강센터 국가트라우마사업부
오 은 혜



I. 개요

애도 반응

일반적 애도

- 죽음의 영속성 수용
- 정서적 반응, 정체감 변화에 적응
- 건강한 방식으로 사망자 기억/기념
- 정상적인 발달단계 경험

외상적 애도

- 죽음 수용 어려움
- 사망자 관련한 것 회피
- 사망자에 대한 과동일시
- 모든 기억 억제/부정
- 정상적인 발달단계 지연

애착이론 기반 애도 반응

- Acute grief
 - 상실 초기
 - 불안, 분노, 회한, 죄책감, 수치심, 갈망, 강렬한 슬픔
- Integrate grief
 - 상실에 적응한 결과
 - 상실 관련 생각, 감정, 행동을 일상생활에서 찾을 수 있음
- Complicated grief
 - 상실에 적응 어려움
 - 감정적 고통, 미래를 내다보지 못함

<https://complicatedgrief.columbia.edu/for-the-public/complicated-grief-public/overview/>

SCHMATIC DEPICTION OF ATTACHMENT-BASED
MODEL OF ADAPTIVE GRIEF: SYMPTOM VERSION

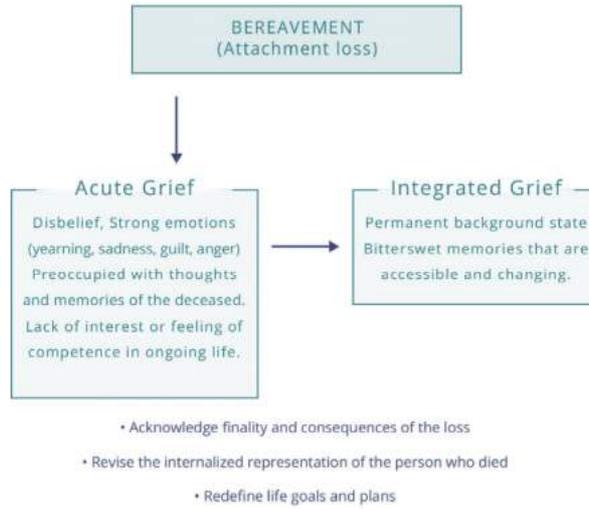


Figure E1

SCHMATIC DEPICTION OF COMPLICATED GRIEF



Figure E2



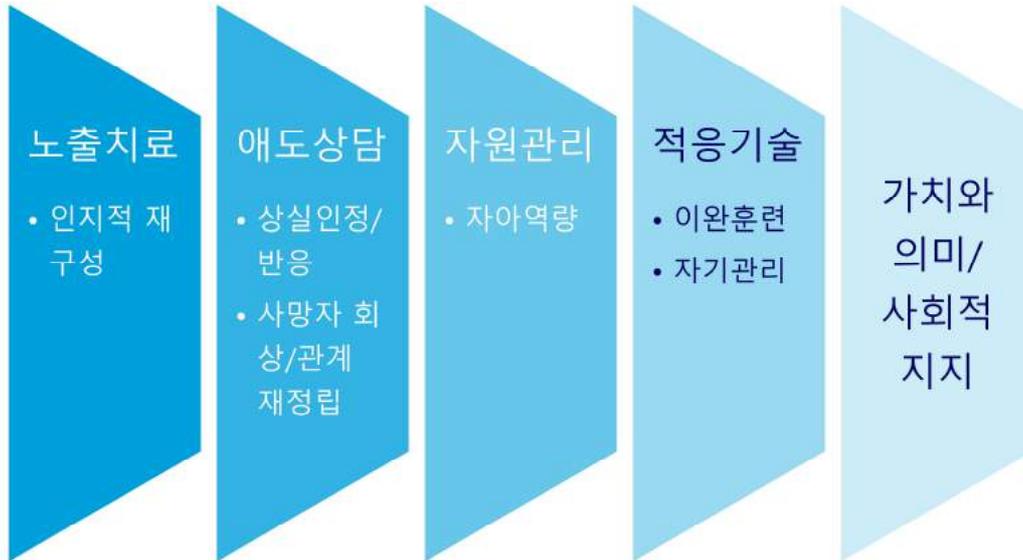
일반적 애도에서의 심리적 개입

- 환기시키는 언어(Evocative Language)
 - 사별과 관련한 주제에 대해 현실감을 제공, 느껴야 할 감정을 자극
(*과거형으로 설명)
- 상징물 사용(Use of Symbols)
 - 유용한 상징물 활용
- 글쓰기(Writing)
 - 사망자에게 하고싶은 말을 기록
- 그리기(Drawing)
 - 어린이에게 효과적

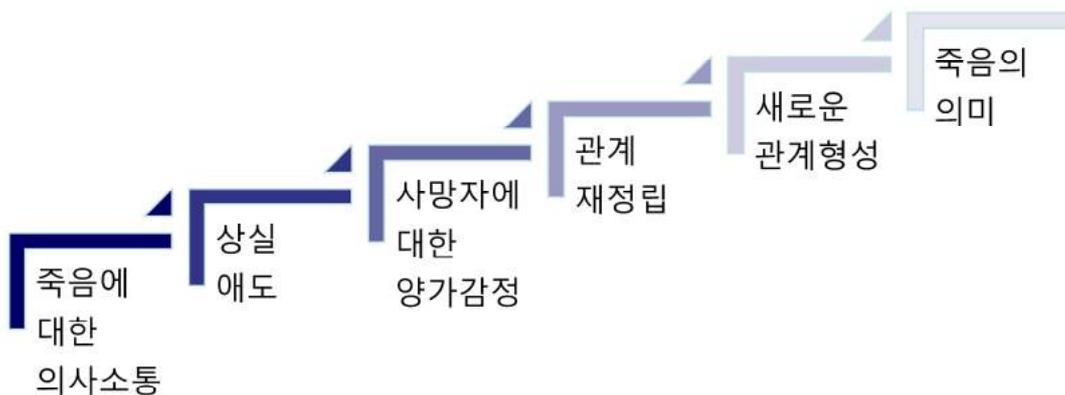
- 역할 연기(Role-Playing)
 - 두려워하거나 어색해하는 상황 연기
- 인지적 재구성(Cognitive Restructuring)
 - 사망자에 대한 비합리적인 생각을 교정
- 회상록(Memory Books)
 - 유가족들이 함께 기록한 것을 모음
- 심상 유도(Directed Imagery)
 - 눈을 감고 빈 의자기법 활용

- 은유(Metaphors)
 - 은유적 표현으로 슬픔과 고통을 완화
- 약물치료(Drugs)
 - 불면, 불안 등의 2차적 증상 경감

외상적 애도의 통합적 접근



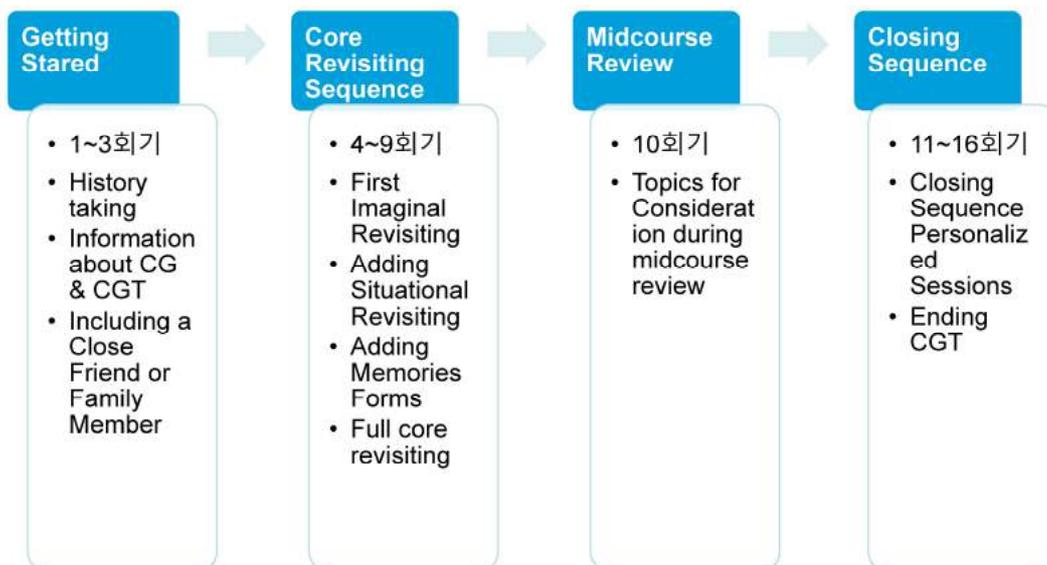
일반적 애도상담과정



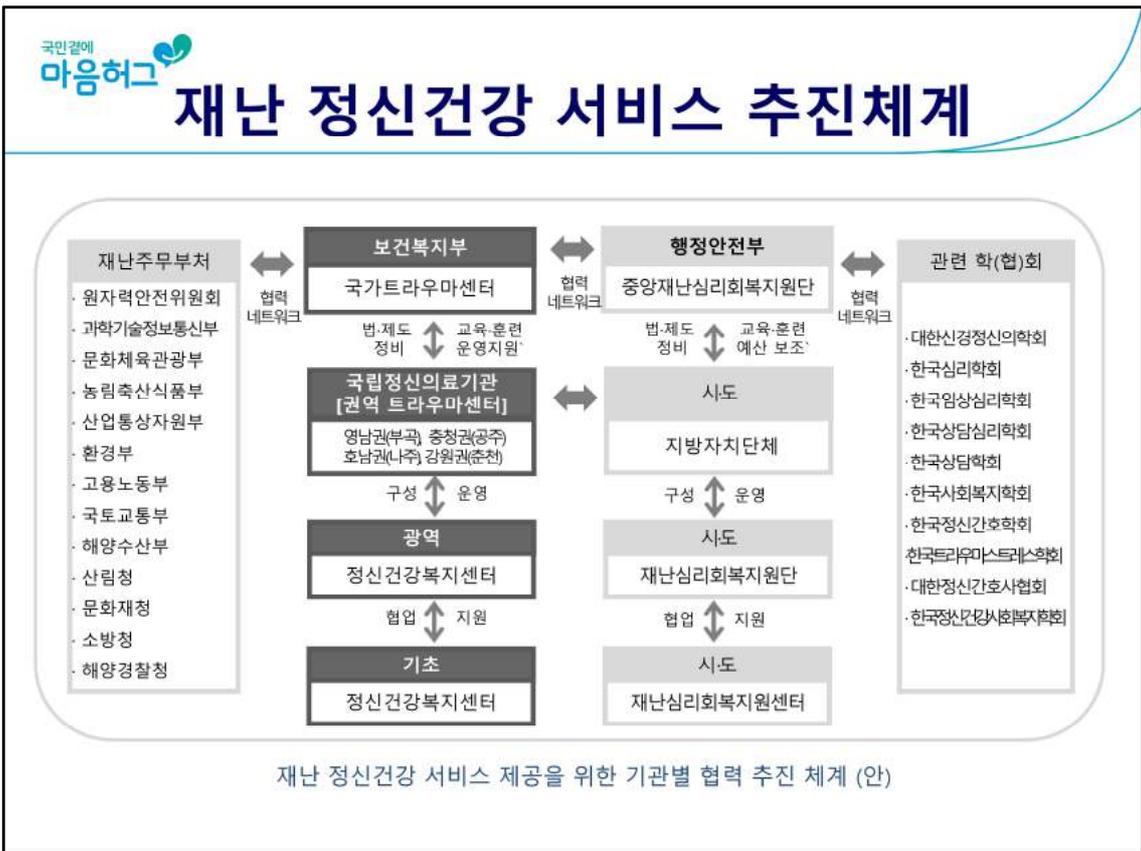
CGT(Complicated Grief Treatment)

- Attachment Theory, Interpersonal Therapy(IPT), Cognitive-Behavioral Therapy(CBT)에 기반
- 주 1회, 총 16회기(단기치료)
- 애도과정에서의 문제점 파악 및 해결, 적응 과정 촉진

CGT 절차



III. 공공 서비스



트라우마 회복 패키지

- 초기평가
 - 마음건강검사·초기상담을 통한 고위험군 선별, HRV(심박변이도) 검사 실시, 맞춤형 트라우마 회복프로그램 계획 수립
- 지원대상
 - 관심군, 고위험군 대상자
 - 정상군 중 추후상담 시 트라우마 회복프로그램 희망자
 - 외부 기관 연계, 직접 내소, 전화로 접수된 대상자
- 지원기간
 - 최대 12개월

트라우마 회복 프로그램



- | | |
|--------------------------------|---|
| <p>I. 마음 프로그램
(4-10회기)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • 안정화기법 • Neuromodulation(tDCS, rTMS) |
| <p>II. 마음+ 프로그램
(10회기)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • 문제해결능력, 대인관계기술, 정서조절, 긍정적 활동 등 • SPR, PM+, inter PAR |
| <p>III. 허그 프로그램
(20회기)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • 트라우마 기억 처리치료 • 지속노출치료(PE), EMDR, 복잡성 애도 상담(CGT) |

참고문헌

- Shear, M. (2015). Complicated Grief Treatment
- 안산정신건강트라우마센터(2014). 애도기반사례관리매뉴얼
- 안산정신건강트라우마센터(2014). 안산 주민 치유와 회복을 위한 애도 상담과 사례관리 심화과정
- 국립정신건강센터(2019) 재난 정신건강 실무자를 위한 표준 매뉴얼(안)

감사합니다

06

재난 유가족의 심리적 위기와 적응 재난 유가족의 심리적 개입

조 용 래
한림대학교 교수



MEMO

A series of horizontal dashed lines for writing, starting from the top right of the 'MEMO' header and extending across the page.

07

논문 초록

채정민(서울사이버대학교 상담심리학과 교수)

김진선(인하대학교 일반대학원 인문융합치료학전공 박사과정)

박선주, 오현숙(한신대학교 정신분석대학원)

전희정(부경대학교 교수)

배상철*, 주경필(한국방송통신대학교 대학원 청소년교육학과)

전문희, 구훈정(한신대학교 정신분석대학원)

재난과 사고 발생 시 신고와 구조 활동에 필요한 적정 시민 규모 추정 방안 모색

채정민

서울사이버대학교 상담심리학과 교수

minspin@hanmail.net

본 연구는 서울시에서 실시되고 있는 시민안전과수준정책의 적절한 과수준 수를 실증적으로 파악하는데 목적으로 두고 이루어졌다. 그 결과, 당초 목표로 하고 있던 1,000만명의 시민 중 1%인 10만이 아닌 20만명이 적정 수임이 밝혀졌다.

연구목적

인류는 수많은 크고 작은 위협에 직면할 때마다 이에 대응하면서 살아오고 있다. 개인별로도 안전의식을 갖고 대응하고, 집단차원에서는 군대, 경찰, 소방대 등의 조직을 갖고 대응하고 있다.

하지만 최근 들어 태풍과 전염병과 같은 자연재해뿐만 아니라 9.11테러, 삼풍백화점 붕괴사고, 세월호사고 등 무수히 많은 인명손실과 재산피해를 경험하였다.

이들 재난과 사고에 대해 사전에 잘 대비하는 것도 중요하고 사후에 잘 수습하는 것도 중요하지만 발생 직후에 조기대응을 잘 하는 것이 매우 중요하다. 특히, 기존에는 재난과 사고 시에 시민들이 공황상태, 충격, 수동성만 보일 것이라는 생각과는 달리(Dynes & Quarantelli, 1976; Perry, 1983), 재난관리 당국이 예상하는 것 이상으로 시민들의 관심과 신고협조 의식이 있다(Lindell & Perry, 1992)는 것은 중요한 자산이다. 나아가서 재난 시 시민들이 일종의 '치유적 공동체'를 형성하여 가치와 규범을 재난에 공동대비하는 방식으로 이동시키는 현상을 보이기도 한다(Fritz & Mathewson, 1957)는 것이 밝혀졌다. Lindell와 Perry(1992)는 이러한 현상이 제한된 지역에서 급속도로 빨리 전개되는 재난의 경우에는 유효할 것이라고 주장하였다.

이 관점에서 약 1,000만명의 거대도시 서울에서는 시민안전을 위해서 시민 중 1%만이라도 안전에

대한 의식과 능력을 가지고 있으면 시민들의 안전에 문제가 생겼을 때 최근접 지역에서 즉시적으로 초기대응이 가능하다는 점에서 이 정책이 실시되고 있다.

이 정책의 교육 내용은 총 8시간으로, 위기상황 판단 2시간, 심폐소생술 등 응급처치 3시간, 재난 대응 표준행동요령 3시간으로 구성되어 있다. 이 교육을 이수하고 실제로 사고 시 활동한 성공 사례로 적지 않다.

하지만 과연 시민 수 대비 1%비율이 적정한가 등에 대해서는 아직도 논란이 있다. 그런데, 서울시만 이러한 상황에 있는 것은 아니다. 재난과 사고 시 시민활동 기존 연구는 있지만 도움을 줄 수 있는 시민의 수를 어느 정도로 설정해야 하는가에 대해서는 세계에서 어느 사례도 연구도 없다. 따라서 본 연구는 실증적으로 이 적정 규모를 파악하기 위해 진행되었다.

연구방법

* 연구대상자: 본 연구는 서울시민 중 2015년부터 2018년까지 서울시민안전과수준 교육을 이수한 사람 89,112명(20대부터 60대까지) 중 서울시 25개 구 각각에 대해 25명씩 유층할당표집하여 총 625명에 대해 실시되었다. 이 중 최종 분석 대상은 411명(남성 206명, 여성 205명)이었다. 설문은 2018년 11월 9일부터 16일까지 총 8일간 이루어졌다. 설문에 응한 참가자들에게는 소정의 상품권을 답례로 제공하였다.

* 조사 방법: 조사는 웹(Web)과 앱(App)이 연동되어 조사를 할 수 있는 전문조사 사이트를 이용하여 설문조사법으로 이루어졌다.

* 측정 변인: 인구통계학적 변인, 대처능력(단독구조능력, 신고능력, 구조협조능력), 재난과 사고

시 타인 도움 가능자 수이었다. 대처능력은 ‘... 할 수 있다’는 식의 문항에 대해 각각 1점(전혀 그렇지 않다) ~ 5점(매우 그렇다)의 Likert식으로 응답하게 하였고, 재난과 사고 시 타인 도움 가능자 수는 직접 숫자로 응답할 수 있는 개방형으로 응답하게 하였다.

연구결과

* 대처능력에서는, 단독 구조능력은 평균 3.91점(S.D.=.71)이었고, 신고능력은 4.48점(S.D.=.63)이었으며, 구조협조능력은 3.91점(S.D.=.86)이었다.

* 재난과 사고 시 타인 도움 가능자 수는 47.4명(S.D.=128.3)이었다. 도움 가능한 사람을 좀 더 세부적으로 나누어 보면, 가족은 3.5명, 동료는 16.1명, 친구는 6.3명, 주민은 13.1명, 기타는 8.4명이었다.

논의 및 결론

* 시민안전과수꾼을 이수한 사람은 단독 구조능력, 신고능력, 구조협조능력 모두 무난한 수준으로 가지고 있다고 할 수 있다. 특히, 시민으로서 적극적으로 구조하는 것도 중요하지만 소방서 등에 신고할 수 있는 능력을 많이 가지고 있어서 교육효과가 유의하였다고 볼 수 있다.

또한, 재난과 사고 시 도움 가능자 수는 시민안전과수꾼 1인당 약 50명이어서 각 지역별, 상황별 등의 조건에서 시민안전과수꾼을 도모하는데 상당한 기여를 할 것으로 보인다. 다만, 현재까지 서울 시민안전과수꾼이 10만명 양성을 목표로 하고 있는데, 약 1천만명의 서울시민의 수를 감안해 본다면 약 20만명 수준으로 교육이 더 확대될 필요가 있음을 알 수 있다.

하지만 본 연구는 다음과 같은 한계가 있음을 밝히고 향후 이 분야의 연구가 나아갈 방향을 제시하고 싶다. 첫째는, 본 연구가 보다 정교한 정책 모델과 분석 모델에 기반해서 이루어지지 못한 점이다. 이러한 모델화가 향후 이루어진다면 중요한 변수들을 추가하여 연구가 이루어질 수 있을 것이다. 둘째는, 재난과 사고 시 타인 도움 가능자 수 파악을 도움을 줄 수 있는 사람들의

주관적 판단에만 기초하여 산출했다는 점에서 향후 객관적 분석 방식이 추가되어 종합적으로 산출할 필요가 있다. 셋째, 본 연구는 시민안전과수꾼 교육을 이수한 사람들만을 대상으로 하였는데, 이는 일반 시민과의 비교를 통해 보다 시민안전과수꾼의 객관적 상태를 파악하기에는 부족한 점이 있다. 이를 보완하기 위해서는 향후 일반 시민과의 비교 연구가 필요해 보인다. 마지막으로, 본 연구가 서울시에 국한된 것인데, 다른 지역에서도 시민안전과수꾼의 활약이 필요하므로 다른 지역에서도 이 정책의 도입하고 본 연구와 같은 형식을 발전시킨 연구가 이루어질 필요가 있어 보인다.

참고문헌

- Dynes, R., & Quarantelli, E. L. (1976). The Family and Community Context of Individual Reactions to Disaster. In Parad, H., Resnik, L. and Parad, L. (Eds.), **Emergency and Disaster Management**. The Charles Press, Bowie, MD, 231 - 244.
- Fritz, C., & Mathewson, J. (1957). **Convergence Behaviour in Disasters: A Problem in Social Control**. National Academy of Sciences-National Research Council, Washington, DC.
- Lindell, M. K., & Perry, R. W. (1992). **Behavioral Foundations of Community Emergency Planning**. Hemisphere Publishing, Washington, DC.
- Perry, R. W. (1983). Environmental Hazards and Psychopathology: Linking Natural Disasters with Mental Health. **Environmental Management, Vol. 7**, 543 - 552.

ADHD 아동, 청소년의 가족 지원에 관한 국내연구 분석

-1998년에서 2018년까지 국내연구 중심으로

김진선

인하대학교 일반대학원 인문융합치료학전공 박사과정

gracejo2@naver.com

본 연구는 1998년부터 2018년까지의 31편의 국내 전문학술지 논문을 분석하였다. ADHD 아동, 청소년의 가족 지원 분석을 목적으로 하였다. ADHD 아동, 청소년의 가족 지원에 관한 국내연구 동향은 사례 연구가 가장 많았고 병합치료가 증가하고 있었다. ADHD 특성에 대한 교육과 대처방안에 대한 훈련 지원 요구는 끊임없이 되어왔고, ADHD 아동, 청소년과 함께 그 가족 구성원이 대상인 연구가 주된 형태였다. 프로그램의 내용은 놀이치료, 상담과 훈련이었으며 점차 부모 상담이 중요시되고 있었다. 실시된 결과는 대부분 긍정적인 성과를 나타냈다. 특히 ADHD 아동에 대한 부모 인식의 긍정적 변화와 부모의 양육 효능감 증가가 나타났다. 또한 ADHD 아동, 청소년의 사회적 효능감을 높이며 긍정적인 인간관계 형성에 영향을 미쳤다. 이러한 결과를 통하여 본 연구에서는 ADHD 아동, 청소년의 가족 지원의 국내 연구현황과 그에 따른 연구과제를 논의하였다.

연구목적

본 연구에서는 1998년부터 2018년까지의 31편의 국내 전문학술지 논문을 분석하였다. ADHD 아동, 청소년의 가족 지원 분석을 목적으로 하였다.

연구방법

본 연구는 1998년부터 2018년 ADHD 아동, 청소년의 가족 관련 국내연구들을 분석대상으로 하였다. 본 연구의 분석대상 논문은 인터넷 검색을 통해 수집되었으며 다음과 같은 절차를 따랐다. 먼저 1차 검색 과정으로 'ADHD', '가족 지원', '지지체계', '가족', '주의력결핍', '과잉행동', '가족치료'를 주제로 1998년부터 2018년까지의 국내 학술지를 검색하였다. 자료 검색에 이용한 국내 학술지는 RISS, DBpia, KISS, 국회도서관,

등을 이용하였다. 다음으로 논문의 누락 가능성을 줄이고 타당도를 높여 국내연구 동향 분석을 위해 주제어 검색을 통해 얻은 논문들의 참고문헌에서 본 연구주제와 관련된 논문도 수집하여 재검토 하였다.

연구결과

첫째, ADHD 아동, 청소년의 가족 지원에 관한 국내연구 동향은 사례 연구가 가장 많았고 병합치료가 증가하고 있었다. 둘째, ADHD 아동, 청소년의 가족을 위한 지원요구 동향은 문헌 분석을 통한 치료접근 방법, 중재 방법, 지원 모형 개발 연구였다. 질적 연구를 통한 프로그램 개발, 가족-사회 성장모형 연구도 있었다. ADHD 특성에 대한 교육과 대처방안에 대한 훈련 지원 요구는 끊임없이 되어왔고, 가족 전체의 치료에 대한 지원, 의료지원, 국가의 정책적 지원요구, 심리상담 지원요구, 경제적 지원요구, 진단 평가 지원요구가 있었다, 그리고 지원대상도 가족 전체로 확대 요구하고 있다. 셋째, ADHD 아동, 청소년과 함께 그 가족 모든 구성원이 대상인 연구가 주된 형태였다. 프로그램의 내용은 놀이 치료 상담과 훈련이 주를 이루었으며 점차 부모 상담이 중요시되고 있다. 실시된 ADHD 가족 지원 프로그램의 결과는 모두 긍정적인 성과를 나타냈다. 특히 ADHD 아동에 대한 부모 인식의 긍정적 변화와 부모의 양육 효능감 증가가 나타났다. 또한 ADHD 아동, 청소년의 사회적 효능감을 높이며 긍정적인 인간관계도 형성에 영향을 미쳤다.

논의 및 결론

첫째, ADHD 청소년 가족 대상 연구가 거의

부재하다. ADHD 청소년의 가족 전체에 치료적 개입이 필요하고 이에 따른 연구가 이어져야 할 것이다.

둘째, ADHD 아동, 청소년 가족 지원 연구 시기별 동향을 분석하였을 때 2013년에 연구가 급증하였음을 볼 수 있다. DSM-5에서 가장 큰 변화는 신경 발달장애라는 영역을 새롭게 구분하였다는 것이다(김진호 외, 2013; 추연구, 2014). ADHD는 특성이 아니라 지원을 요구하는 진단으로 사용되어져야 한다는 것이다(추연구, 2014). 따라서 ADHD 가족 지원 연구가 더욱 활발히 이루어져야 한다.

셋째, ADHD 특성에 대한 교육이 끊임없이 요구되고 있다. ADHD 특성에 대한 전반적인 이해와 대처방안 교육이 정책적으로 이루어져서 지역사회에서 가족들을 지원해야 한다.

넷째, ADHD 아동, 청소년 가족 전체를 대상으로 하는 심리적 상담이 중요함을 알 수 있다. ADHD 아동, 청소년은 상담을 통하여 가족의 효능감과 친밀감을 증가시킬 수 있다(고현, 박신영, 김종임, 2017). 그리고 타인과의 상호작용을 학습하며 사회적 효능감을 높이고 긍정적인 인간관계도 형성도 할 수 있다(임혜정, 김혜리, 손정우, 김영랑, 2008; 최고은, 권지성, 2013).

다섯째, ADHD 아동의 효과적이고 긍정적인 치료를 위해서는 ADHD 아동 개인의 약물치료, 인지 치료 등도 필요하지만 더불어 병합치료인 가족치료가 요구된다(박경화, 전영주 2018). ADHD 아동, 청소년 대상자에 대한 단일치료뿐 아니라 부모훈련과 함께 하는 병합치료에 대한 연구가 더욱 활발히 이루어져야 한다.

참고문헌

- 고현, 박신영, 김종임 (2017). 통합예술치료 프로그램이 ADHD 아동을 둔 어머니의 효능감 및 대인관계 능력에 미치는 효과. **예술심리치료연구**, 13(2), 251-276.
- 김진호, 박재국, 방명애, 안성우, 유은정, 윤치연, 이효신 (2013). **최신 특수교육 제10판. W. L. Heward의 Exceptional children: An introduction to special education(10th ed.)**. 서울: 시그마프레스.
- 박경화, 전영주 (2018). ADHD 아동, 청소년에 관한 연구 동향 및 가족치료 중재연구 현황분석. **가족과 가족치료**, 26(3), 455-474.
- 임혜정, 김혜리, 손정우, 김영랑 (2008). 학령기 ADHD 아동에 대한 사회기술훈련과 부모훈련의 병합치료 효과. **아동교육**, 17(1), 225-239.
- 최고은, 권지성 (2013). ADHD 성향 아동과 지지체계를 대상으로 한 통합적 지원 프로그램에 대한 평가연구. **한국사회복지학**, 65(3), 207-238.
- 추연구 (2014). DSM-5의 개정에서 본 발달장애의 새로운 진단명과 진단 기준 그리고 ASD의 명칭 도입과 ADHD의 변화. **발달장애연구**, 18(4), 157-177.

SNS 내 상향비교 경험이 정서적 섭식행동에 미치는 영향 : 상대적 박탈감의 매개효과와 정서적 섭식행동의 조절효과

박선주, 오현숙
한신대학교 정신분석대학원
radiant_psy@naver.com

본 연구는 SNS 내 상향비교 경험이 정서적 섭식행동에 미치는 영향을 확인하고, 이들의 관계에서 상대적 박탈감의 매개효과와 감정표현 불능증의 조절효과를 밝히고자 하였다. 이를 검증하기 위해, 2-30대 여성 250명을 대상으로 수집한 온라인 설문조사 결과를 Hayes의 Process Model 4, 15를 사용하여 분석하였으며, 그 결과는 다음과 같다. 첫째, SNS 내 상향비교 경험은 상대적 박탈감과 정서적 섭식행동에 유의한 영향을 미친다. 둘째, 상대적 박탈감은 정서적 섭식행동에 유의한 영향을 미친다. 셋째, 상대적 박탈감은 SNS 내 상향비교 경험과 정서적 섭식행동의 관계를 부분 매개한다. 넷째, 감정표현 불능증은 SNS 내 상향비교 경험이 상대적 박탈감을 거쳐 정서적 섭식행동에 영향을 미치는 간접 경로를 조절하지 못하나, 직접경로에서는 조절효과를 지닌다. 본 연구는 SNS 관계망 속에서 경험하게 되는 상향비교와 그로인한 부정적 감정 및 부적응적 행동의 관계를 검증함으로써 SNS 역기능이 보유하는 특성들이 개인적 차원이 아닌 사회적 차원에서 심각하게 받아들여야 할 문제임을 제시하였다는데 그 의의가 있다.

연구목적

본 연구는 SNS 사용으로 인해 경험하는 상향비교와 정서적 섭식행동의 관계를 확인하고, 상대적 박탈감의 매개효과와 감정표현 불능증의 조절효과를 검증하고자 한다. 섭식장애와의 관련성이 높은 정서적 섭식행동의 요인을 검증함으로써 섭식장애 치료를 위한 기초자료로 본 연구의 결과가 활용될 수 있을 것으로 기대되며, 더 나아가 문제의 배경을 SNS 관계망으로 확장함으로써 SNS 역기능이 보유하는 특성들이 개인적 차원이 아닌 사회적 차원에서 심각하게 받아들여야 할 문제임을 제시하고자 한다.

연구방법

SNS를 사용하는 2-30대 여성 250명을 대상으로 온라인 설문조사를 통해 수집한 자료를 분석하였다. 응답자 및 SNS 특성, 상향비교 척도(김혜민, 2018), 상대적 박탈감 척도(양혜승, 2015), 정서적 섭식행동 척도(배하영, 이민규, 2004), 감정표현 불능증 척도(신현균, 원효택, 1997)를 사용하여 질문지를 구성하였으며, 최종 232명의 자료가 분석에 활용되었다. 모든 척도의 신뢰도는 .80 이상으로 용인할 수 있는 수준이었으며, Hayes Process Model 4, 15를 사용하여 결과를 분석하였다.

연구결과

본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, SNS 내 상향비교 경험은 상대적 박탈감에 유의한 영향을 미친다($p < .001$). 둘째, 상대적 박탈감은 정서적 섭식행동에 유의한 영향을 미친다($p < .01$). 셋째, SNS 내 상향비교 경험은 정서적 섭식행동에 유의한 영향을 미친다($p < .001$). 넷째, 상대적 박탈감은 SNS 내 상향비교 경험과 정서적 섭식행동의 관계를 부분 매개한다(<표 1>, <표 2> 참고). 다섯째, 감정표현 불능증은 SNS 내 상향비교 경험이 상대적 박탈감을 거쳐 정서적 섭식행동에 영향을 미치는 간접경로를 조절하지 못하나, 직접경로에서는 조절효과를 지닌다(<표 3> 참고).

<표 1> 상대적 박탈감의 매개효과 검증

(N = 232)

변인	표준화 계수	S.E.	t	신뢰구간	
				LLCI	ULCI
정서적 섭식행동에 대한 매개효과					
상향비교 경험 →상대적 박탈감	.3144	.0626	5.0229***	.1911	.4377
상대적 박탈감 →정서적 섭식행동	.1968	.0590	3.3344**	.0805	.3132
상향비교 경험 →정서적 섭식행동	.4339	.0590	7.3505***	.3176	.5503

p < .01, *p < .001

<표 2> 매개효과 검증을 위한 부트스트래핑 분석

(N = 232)

변인	효과 계수	Boot S.E.	95% 신뢰구간	
			Boot LLCI	Boot ULCI
상향비교 경험 →정서적 섭식행동	.4339	.0590	.3176	.5503
상향비교 경험 →상대적 박탈감 →정서적 섭식행동	.0619	.0223	.0243	.1132

<표 3> 감정표현 불능증의 조절효과 검증

(N = 232)

예측변인	매개변인: 상대적 박탈감				
	β	S.E.	t	신뢰구간	
				LLCI	ULCI
상향비교 경험	.3144	.0626	5.0229***	.1911	.4377
중속변인: 정서적 섭식행동					
				신뢰구간	
				LLCI	ULCI
상대적 박탈감	.0273	.0457	.5503	-.0627	.1174
상향비교 경험	.2241	.0509	4.4011***	.1238	.3244
감정표현 불능증	.6084	.0547	11.1318***	.5007	.7161
상대적 박탈감 *감정표현 불능증	-.0106	.0415	-.2543	-.0924	.0713
상향비교 경험 *감정표현 불능증	.1573	.0561	2.8050*	.0468	.2679

p < .01, *p < .001

논의 및 결론

SNS 내 상향비교 경험이 상대적 박탈감과 정서적 섭식행동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 이는 다수의 선행연구들을 지지하면서도(박선주, 박준호, 2016; 서미혜, 2017; 윤정민, 심은정, 2019) 이들의 관계를 SNS 관계망으로 확장하여 검증한 결과이다. 감정표현 불능증의 조절효과의 경우 직접경로에서 유의한 것에 반해 간접경로에서는 유의하지 않았는데, 이는 척도의 대표성 문제를 밝힌 개발연구와 맥락을

같이 한다(신현균, 원호택, 1997). 감정표현 불능증이 사회 인구 통계학적 변인의 영향을 받을 수 있는 개념인 것에 반해 비교적 동질적 집단인 대학생들을 중심으로 진행된 연구를 통해 개발된 감정표현 불능증 척도를 본 연구에 활용한 것은 변인을 뚜렷하게 측정하기에 그 한계가 나타나는 것으로 보인다.

참고문헌

- 박선주, 박준호(2016). 자기기준 충족과 사회비교가 섭식행동에 미치는 영향. **한국청소년학회**, 23(10), 479-497.
- 서미혜(2017). SNS 이용이 상대적 박탈감과 객관적 주관적 경제 지위 간 격차를 거쳐 삶의 만족도에 미치는 영향. **한국 언론정보학회**, 83(3), 72-95.
- 신현균, 원호택(1997). 한국판 감정표현 불능증 척도 개발 연구. **한국심리학회지: 임상**, 16(2), 219-231.
- 윤정민, 심은정(2019). 정서적 섭식자의 부정정서와 폭식행동의 관계 : 정서조절곤란의 조절효과. **한국심리학회지:건강**, 24(1), 45-68.
- 이연희(2010). **폭식 행동 결정 요인에 관한 연구**. 석사 학위논문. 중앙대학교 대학원.

고등학생이 경험하는 내신제도와 상대평가에 대한 현상학적 연구

전희정
부경대학교 교수
chun@pknu.ac.kr

본 연구는 고등학생들이 내신과 상대평가 제도에 대해 경험하는 바를 그들의 현상적 장에 근거하여 이해하고자 하였다. 이를 위해 서울, 경기, 부산 지역에 거주하는 고등학교 1, 2학년 학생 15명을 대상으로 하여 심층인터뷰를 실시하였다. 현상학적 연구 방법 중 Giorgi의 방법을 채택하여 인터뷰 자료를 분석하였으며, 그 결과 도출된 의미단위는 370개였고, 이를 공통적 의미에 따라 묶은 의미단위요약은 71개이며, 이를 다시 26개의 하위구성요소와 9개의 구성요소 범주로 나누었다. 본 연구 결과에 대한 이론적 함의를 논하였으며, 연구의 의의와 제한점 및 시사점이 제시 될 것이다.

연구목적

우리나라에서 고등학생이면 누구라도 경험하는 내신과 상대평가에 대하여 알아보하고자 한다. 대입의 중요한 평가 준거인 내신은 상대평가 제도를 채택하여 학교별 내신 9등급제에 따라 학생들의 학업성취를 평가하고 있다. 서열화 된 성적으로 교육적 성취를 확인하는 것으로 교우 간 비교를 통한 내신등급이 인지능력, 성실성, 학습 능력을 대표하는 지표로 대학입시에 사용된다. 대부분의 청소년들은 경쟁을 기반으로 하는 교육 환경에 장시간 노출되어, 경쟁을 통한 성취 혹은 성취 실패를 내면화하는 사회화과정을 겪으며 성장해 나간다. 본 연구는 고등학교 시기동안 학생들이 내신제도와 상대평가를 어떻게 경험 하는지 심층면접을 통하여 알아보았다. 내신 제도와 상대평가에 관한 고등학생들의 실제 경험을 질적 연구방법인 현상학적 방법을 채택 하여 알아보았다.

연구방법

참여자는 고등학교 1, 2학년 학생들로 내신 제도와 상대평가 경험을 한 남학생 6명과 여학생 9명으로 총15명이었다. 이들이 재학 중인 고등학교는 서울에 소재한 자율형 사립 고등학교 1곳, 과천에 소재한 일반고등학교 1곳, 부산에 소재한 일반 고등학교 2곳이었으며, 각 학교들은 지역 사회에서 비교적 학업수행이 우수하다고 알려진 학교들이었다. 본 연구는 고등학생이 상대평가 제도를 체험한 의미를 기술하고 연구 참여자들의 고유한 경험세계의 본질적 구조를 심층적으로 밝히고자 하였다. 현상학적 연구방법론 중 Giorgi (1997)의 방법을 채택하였으며, 4단계 분석방법을 사용하여 자료를 분석하였다.

연구결과

본 연구는 ‘고등학생이 경험하는 내신제도와 상대평가에 대한 체험의 본질은 무엇인가’라는 질문을 토대로 분석하였다. Giorgi의 분석방법을 통해 도출된 의미단위는 370개였고, 이를 공통적인 의미에 따라 묶을 수 있는 반응들로 묶어 71개의 의미단위요약, 26개의 하위구성요소, 9개의 구성요소가 도출되었다. 도출된 하위구성요소와 구성요소는 표1에 제시되어 있다.

<표 1> 구성요소와 하위구성요소

등급확인의 첫 충격
고등학교 첫 성적표를 받고 심한 스트레스를 받음
등급을 확인하고 흥미와 기대를 잃거나 미래에 대해 불안해지고 처참해짐
등급을 확인하고 충격에 신체적 증상까지 경험함
서열경쟁자로 변질된 친구관계
교우가 아닌 경쟁자로서의 학교친구들
교우간 경쟁으로 인해 변질된 친구관계에 대해 느끼는 혼란감과 암담함

내신 등급으로 좌절함
좌절된 학업성취욕구
치열한 경쟁으로 작은 실수가 등급의 차이를 낳음을 경험하며 느끼는 심리적 압박감
학습동기를 잃고 학교교육에 실망함
등급피라미드 속에서 1, 2등급의 념을 수 없는 장벽을 느낌
노력이 통하지 않아 좌절함
등급의 내면화
개성은 사라지고 소고기 등급같은 등급딱지가 생김
내신등급이 인생의 등급이 됨
낮은 등급으로 혹은 비교로 인해 느껴지는 우울감, 낙담, 패배감
남과의 비교로 부정적으로 변화된 자아상
목적이 변질된 학교교육
표준점수 없이 등급으로만 평가되어지면서 공부의 원래 목적은 상실되고 등급만을 구분하는 학교교육
특혜와 차별로 인한 상대적 박탈감과 차별적인 학교교육에 대한 회의감
상대평가제도의 불합리성
최선의 자기조절 노력
현실적으로 나를 바라보게 됨
나의 공부법을 모색함
노력으로 성공경험을 함-자기효능감
상대평가 시스템 속에서 나에게 집중하는 방법을 찾음
역경속에서도 빛나는 자아탄력성
일상화된 경쟁 속에서 희미하게 고개를 드는 내면의 긍정성(희망과 self-care)
부모님과 선생님의 지지가 힘이 되어줌
선생님과 부모님의 이해부족
등급만 강조하는 현실직시적인 고등학교 선생님
등급만 강조하는 부모님
상대평가의 긍정적 측면을 발견함
객관적인 순위제공으로 내 위치를 확인함
학습동기를 자극함께 갈등을 느낌

논의 및 결론

심층인터뷰 자료를 분석한 결과, 고등학생들은 경쟁이 초점이 되는 변질된 친구관계를 경험하며, 과열된 경쟁으로 인해 노력해도 자신이 원하는 등급이 나오지 않아 좌절감을 경험하고 있었다. 등급만으로 평가되면서 나(self)를 상실한 듯 느끼며 내신등급이 인생의 등급인 듯 여겨져 불안한 마음을 경험하였다. 또한 자신이 패배자가 된 듯 여겨져 부정적인 정서를 경험하게 된다. 성적이 좋아도 등급은 낮은 내신 성적, 시험을 위한 공부, 차별적 대우를 경험하면서 변질된 학교교육에 실망하게 된다. 이러한 상대평가로 인한 어려움에도 불구하고 연구참여자들은 적응적인 면을 보이고 있었다. 이들은 현실을 직시하고자 하며, 상대평가 제도 안에서 나에게 집중하고 조절하는

최선의 적응방안을 찾아 나가기 위해 노력하는 모습이였다. 또한 부모님과 선생님의 지지로 힘을 얻으며 희망을 찾아 나가는 모습이였다. 본 연구 결과에 대한 이론적 함의 및 연구의 의의와 제한점 및 시사점이 논의 될 것이다.

참고문헌

- 서미혜(2017). SNS 이용이 상대적 박탈감과 객관적 주관적 경제 지위 간 격차를 거쳐 삶의 만족도에 미치는 영향. **한국언론정보학보**, 83, 72-95.
- 송인섭, 박성운(2000). 목표지향성, 자기조절학습, 학업성취와의 관계 연구. **교육심리연구**, 14(2), 29-64.
- 조규판, 장은영(2009). 고등학생의 사회비교경향성에 따른 학습양식 및 성패귀인양식. **한국교육학연구**, 15(2), 57-78.

학교폭력 피해 청소년의 트라우마 회복경험에 관한 현상학적 연구

배상철*, 주경필
한국방송통신대학교 대학원 청소년교육학과
bae1651@knou.ac.kr

본 연구의 목적은 학교폭력 피해 청소년이 '해맑음센터'에서 동일한 처지에 있는 청소년들과 공동체생활을 하고 다양한 치유 프로그램을 제공 받으며 긍정적인 변화를 경험하는 과정에서 회복경험의 본질적 의미를 파악하고자 하는 것이다. 연구 참여자는 '해맑음센터' 위탁교육생 34명이고, 이들 중 심층인터뷰 참여자는 위탁교육과정에 있는 청소년 2명과 위탁교육을 수료하고 학교와 사회로 복귀한 청소년 4명이다. 연구방법은 현상학적 연구방법으로 하였으며, 자료수집은 참여관찰, 심층인터뷰를 통하여 이루어졌다. 분석방법은 현상학적 연구방법에서 Giorgi의 5단계 분석방법으로 하였으며, 분석된 연구결과는 '나를 바라보는 시선에 대한 내적 갈등 표출'과 '경계를 허물고 새로운 관계를 형성하는 것'이다.

연구목적

현상학적 연구 측면에서 연구목적은 첫째, 학교폭력 피해 청소년이 해맑음센터에서 동일한 처지에 있는 청소년들과 공동체생활을 하고 다양한 치유 프로그램을 제공 받으며 긍정적인 변화를 경험하는 과정에서 회복경험의 본질적 의미를 현상학적으로 분석하여 심층적으로 해석하고자 하는 것이다. 둘째, 학교폭력 피해 청소년이 해맑음센터 등 다양한 지지체계와 상호작용하는 것이 어떤 의미가 있는지를 파악하여 학교폭력 트라우마를 경험하는 청소년을 위한 조기개입 요소를 찾아내고자 하는 것이다. 셋째, 심각한 트라우마를 경험하는 청소년을 위한 실질적 지원 방향으로 해맑음센터와 같이 언제라도 학교폭력 피해 청소년에게 실질적 도움을 줄 수 있는 중장기 기속형 치유센터의 확대 필요성을 확산하고자 하는 것이다.

연구방법

학교폭력 피해 청소년이 '해맑음센터'라는 공동체 생활공간에서 상담 및 치유 프로그램 등을 통해 경험하는 트라우마 회복 경험의 보편적 본질을 밝히는 현상학적 연구방법을 채택하였으며, Giorgi의 분석방법에 의하였다. 목적중심 표집(purposeful sampling)으로 연구 참여자를 선정하였다. 연구 윤리에 입각하여 인터뷰에 응한 6명에게는 동의서를 받았으며, 법적 미성년자인 2명은 보호자동의서를 받은 후 진행하였다.

연구결과

학교폭력 피해 청소년이 경험하는 내/외적 문제는 '외로움', '두려움', '미래에 대한 불투명' 등이며 회복과정은 1단계 '학교폭력 피해 청소년의 내/외적 문제 인식' → 2단계 '피해 청소년을 바라보는 곱지않은 시선에 대한 내적갈등 표출' → 3단계 '현실 상황에 대한 이해' → 4단계 '경계를 허물고 새로운 관계 형성을 통한 복귀'의 과정을 거친다.

Giorgi의 현상학적 분석방법에 의해 분석한 회복경험의 의미인 일반적 구조적 기술은 '나를 바라보는 시선에 대한 갈등 표출'과 '경계를 허물고 새로운 관계를 형성하는 것'이다. '나를 바라보는 시선에 대한 갈등표출'의 중심의미(focal meaning)는 동정어린 시선에 대한 두려움으로부터의 벗어남, 답답하고 고립된 강박관념으로부터의 탈출이고, '경계를 허물고 새로운 관계를 형성하는 것'의 중심의미는 장난치듯 허물 없는 친근함, 공동체 생활 속에서의 소속감, 자기 성장 추구, 상황에 얽매이지 않는 자유로운 분위기, 다양성을 인정하고 조화롭게 잘 지내는 것이다.

논의 및 결론

학교폭력 피해 청소년은 더 큰 트라우마가 형성되기 전에 즉각적인 개입을 통해 학교폭력 이전의 상태로 돌아갈 수 있도록 하는 회복경험이 매우 중요한 의미가 있다.

‘해맑음센터’는 국내 유일의 중장기 기숙형 치유센터로 이곳에서 학교폭력 피해 청소년들은 오랜 시간을 같은 공간에서 생활하고 활동하는 공동체를 구성하여 결과적으로, 개인의 사회적 기능 향상에 도움이 되는 회복을 경험하며 학교와 사회로 복귀를 지향한다.

‘해맑음센터’에서 이들이 경험하는 회복경험의 본질적 의미는 ‘경계를 허물고 새로운 관계를 형성 하는 것’이다.

연구결과를 통해 학교폭력 피해 청소년들에게는 학교폭력 피해 발생과 동시에 ‘해맑음센터’와 같이 즉각적으로 개입하여 조기 회복경험을 유도할 수 있는 실질적 지지체계가 절실함을 도출하였다. 또한 학교폭력 피해 청소년은 현재 학교폭력 피해 청소년을 위한 제도적 지원의 한계점을 지적하며 제도 개선의 필요성을 제기하였다.

참고문헌

- 고경은. (2014). 청소년의 학교폭력 극복경험에 관한 연구. *학교사회복지*, 29(0) : 639-669
- 김경희. (2014). 트라우마 연구의 방향과 과제. *정신보건과 사회사업*, 42(4), 85-89.
- 박재연, 홍나미 (2014). 학교폭력 피해청소년과 가족 대상 실천적 지원방안 연구. *청소년복지연구*, 16(2) : 81-107
- 신동열, 한상희. 2018. 점토치료를 활용한 학교폭력 피해 청소년의 자아효능감 회복과정의 현상학연구. *인문사회* 21, 9(6) : 413-428
- 이선화. (2014). 트라우마에 노출된 학생들에게 학교시스템은 어떻게 지원할 수 있는가: *한국심리학회 학술발표논문집*, 2014(0) : 94-94
- 이은희, 손정민. (2011). 학교폭력 피해 청소년의 정신건강 영향 요인 연구 - 탄력성 모델을 이용하여-. *청소년복지연구*, 13(2). 149-171

반려동물 상실로 인한 애도와 심리적 부적응과의 관계

: 성인애착으로 조절된 부정적 비애인지의 매개효과

전문희, 구훈정

한신대학교 정신분석대학원

glarlest_mh@naver.com

본 연구의 목적은 반려동물 상실로 인한 애도가 심리적 부적응(지속비애)에 미치는 요인을 탐색하는 데 있다. 이를 위해 반려동물을 상실 경험이 있는 성인 254명(남 29명, 여 225명)을 대상으로 하였으며, 측정도구의 신뢰도는 $\alpha=.83 \sim .97$ 이었다. 분석결과는 다음과 같다. 첫째, 반려동물애도는 심리적 부적응(지속비애)을 예측하였다. 둘째, 반려동물애도는 부정적비애인지를 매개로 하여 지속비애에 의미 있는 영향이 있었다. 셋째, 성인애착은 반려동물애도가 부정적비애인지를 매개로 하여 심리부적응에 미치는 간접경로에서 유의한 조절효과를 보이는 것으로 나타났다.

연구목적

본 연구의 목적은 반려동물 상실로 인한 애도가 심리적부적응(지속비애)에 미치는 영향을 분석하는 데 있다. 이를 위해 지속비애의 인지행동적 모델을 바탕으로 부정적비애인지, 성인애착을 포함하여 경로분석과 효과분석을 하고자 한다. 따라서 지속비애에 영향을 미치는 요인을 파악하여 이를 대처 할 수 있는 방안에 모색을 돕고자한다.

연구방법

분석대상은 반려동물 상실 경험이 있는 성인 254명(남 29명, 여 225명)이었다. 측정도구에는 반려동물애도는 Hunt와 Padilla(2006)가 개발하고 정민지(2018) 번안한 반려동물 애도 척도(Pet Bereavement Questionnaire: PBQ)를 사용하였고, 심리부적응(지속비애)은 Prigerson과 Maciejewski(2008)이 개발하고 강현숙과 이동훈(2017)이 타당화한 지속된 비애 장애 진단척도(Prolonged Grief Disorder: PG-13)와 단축형 간이정신진단검사(Brief Symptoms Inventory-18: BSI-18)를 사용하였다. 부정적비애인지는 Boelen과 Lensvelt-

Mulders(2005)가 개발하고 황선희(2011)가 번안한 부정적 비애 인지 척도(Grief Cognitions Questionnaire: GCQ)를 사용하였고, 성인애착은 Brennan, Clack과 Shaver(1998)이 개발하고 Fraley, Waller와 Brennan(2000)이 개정한 척도를 김성현(2004)이 번안하여 타당화한 친밀관계경험검사 개정판 (Experiences in Close Relationships Questionnaire-Revised: ECR-R)를 사용하였다. 측정도구의 신뢰도는 $\alpha = .83 \sim .97$ 로 양호하였다. Hayes(2013)의 Process 4번, 8번 모델을 사용하여 분석하였다.

연구결과

첫째, 지속비애에 대한 단순매개 효과 검증 결과 반려동물애도는 부정적비애인지($\beta = .6649$, S.E = .0471; $t = 14.1295$, $P < .001$)와 지속비애에($\beta = .3710$, S.E = .0521; $t = 7.1144$, $P < .001$)유의한 영향을 주었다. 매개변인인 부정적비애인지($\beta = .4898$, S.E = .0521; $t = 9.3933$, $P < .001$)는 지속비애에 유의한 영향을 주고 있다.

<표 1>매개효과검증을 위한 부트스트래핑 분석결과

모델	변인		표준회계수	SE	t	p	신뢰구간		
	예측	통속					LLCL	ULCL	
1	반려동물애도	-	부정적 비애인지	6649	0471	14.1295***	.0000	.5712	.7575
	부정적 비애인지	-	지속비애	4898	.0521	9.3933***	.0000	.3671	.5925
2	반려동물애도	-	지속비애	3710	.0521	7.1144***	.0000	.2683	.4737

변인	효과	계수	Boot SE	95% 신뢰구간	
				LLCL	ULCL
반려동물애도	부정적 비애인지	4898	.0454	2352	4127

둘째, 본 연구의 가설을 확인하기 위해 반려동물애도가 부정적비애인지를 매개로 지속비애에 미치는 간접효과가 유의한지 살펴보는 부트스트래핑 결과는 경로의 계수가 95% 신뢰구간의

하한 값과 상한 값이 0을 포함하고 있지 않아 (.2352 .4127) 통계적으로 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다(<표1>참조). 결과적으로, 반려동물애도가 지속비애를 예측하고, 반려동물애도가 지속비애에 미치는 영향의 경로에서 부정적 비애 인지가 매개변인으로 작용하였다.

셋째, 반려동물애도와 지속비애와의 관계에서 부정적비애인지의 매개효과가 성인불안애착에 의해 조절 되는지 알아보았다. Hayes(2013)의 PROCESS 8번 모형에 의거하여 조절된 매개 분석을 시행한 결과는 성인불안애착은($\beta = .0960$, S.E. = .0457; $t = 2.1019$, $p < .05$)은 반려동물애도와 상호작용하여 부정적비애인지에 유의한 영향을 주고 있는 것으로 확인되었고, 반려동물애도가 지속비애에 직접 영향을 미치는 경로에서는 유의한 영향을 주지 않았다. 따라서 반려동물애도가 부정적비애인지로 이르는 간접경로에서 성인애착불안의 조절효과가 유의하였지만, 직접 경로에서는 조절효과를 보이지 않았다(<표2>참조).

대한 인지적 변인이 상실 후의 지속비애 및 우울 증상 수준과 상관이 있다는 선행연구(Boelen et al., 2006)를 지지하며, 부정적 비애 인지가 충격, 정서적 무감각, 분노, 회피와 같은 외상적 고통을 심화시킴으로써 반려동물 상실 후의 애도 반응과 심리부적응에 영향을 미침을 보여준다.

셋째, 본 연구에서는 반려동물애도와 심리부적응과의 관계에서 부정적비애인지의 매개 효과가 성인애착에 의해 조절되는지, 조절된 매개효과를 검증하였다. 그 결과 성인애착 중 성인불안애착과 반려동물애도가 부정적비애인지를 매개하여 지속비애로 가는 간접경로에서 조절효과를 나타냈지만, 반려동물애도에서 지속비애로가는 직접경로에서는 유의한 효과를 나타내지 않았다. 이는 불안애착이 높은 사람들이 반려동물애도를 경험하게 되면 낮은 사람들보다 높은 부정적비애인지를 경험하게 되고 따라서 지속비애를 더 많이 경험할 수 있음을 시사한다.

<표 2>조절된 매개 검증을 위한 부트스트래핑 분석결과

모형	변인	매개	종속	표준회계수	SE	t	p	신뢰구간	
								LLCL	ULCL
1	반려동물 애도	→	부정적 비애인지	6649	0.471	14.1295***	.0000	.5722	.7575
			지속비애	4896	0.521	9.3933***	.0000	.3871	.5925
2	반려동물 애도	→	지속비애	3710	0.521	7.1144***	.0000	.2683	.4737
			부정적 비애인지						

변인	효과	계수	Boot SE	95% 신뢰구간				
				LLCL	ULCL			
반려동물애도	→	부정적 비애인지	→	지속비애	3257	0.454	.2352	.4127

논의 및 결론

첫째, 반려동물 상실 후 반려동물애도가 반려인의 심리적 부적응을 예측하는지 살펴보았다. 그 결과 반려동물애도는 심리부적응을 예측하였다. 이는 반려동물애도척도를 개발한 Hunt와 Padilla, (2006)의 연구와 일치한 결과로, 반려동물애도가 높을수록 지속비애로 발전 될 가능성이 높다고 볼 수 있다.

둘째, 반려동물애도와 심리부적응 관계에서 부정적비애인지의 매개효과를 살펴보았다. 그 결과 부정적비애인지의 부분매개효과가 확인되었다. 이는 결과는 자기, 삶, 미래, 비애 반응에

참고문헌

김영미(2008). 아동의 반려동물 경험과 가족 건강성. 인하대학교 대학원 박사 학위논문.

모호정 (2015). **반려동물의 상실로 인한 슬픔, 펫로스 (Pet Loss) 증후군의 증상과 대처**. 인간·환경·미래연구원, (15), 91-120.

박주은(2013). 여성의 반려견 죽음에 대한 경험. 한양대학교 임상간호정보대학원 석사학위 논문.

이동훈·김시형·신지영(2018) 사별을 경험한 성인의 지각된 사회적 지지와 지속비애 증상의 관계: 정서조절 곤란으로 조절된 외상 후 부정적 인지의 매개효과. **한국심리학회지:상담 및 심리치료**,30(1),143-172

이효원, 박영석(2002). 애원동물. 한국방송통신대학 출판부.

장현아 (2009). 복합비애(Complicated grief)의 개념과 진단. **한국심리학회지: 일반**, 28(2), 303-317.

정민지(2018). 성인의 반려동물 상실 경험과 복합 비애. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.

한상원(2005). 반려동물이 노인의 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구. 국민 대학교 행정대학원 석사학위논문.

Boelen, P. A., Van Den Hout, M. A., & Van Den Bout, J. (2006). A cognitive-behavioral conceptualization of complicated grief. *Clinical Psychology: Science & Practice*, 13(2), 109-128.

Hunt, M., & Padilla, Y. (2006). Development of the Pet Bereavement Questionnaire. *Anthrozoös*, 19(4), 308-324.

학술대회 장소 안내

주소 한신대학교 신학대학원본관(장공기념관) 컨벤션홀(1층)
서울특별시 강북구 인수봉로 159
(지번주소: 서울특별시 강북구 수유동 498-16)

오시는 길

찾아가는길



주변 지하철역 **유이신설** 유이신설선(화계)

지도에서 더보기 >

주변 버스정류장 유진슈퍼 (09-565) | 한신대학교 (09-263) | 유진슈퍼 (09-821) | 한신대신학대학원.화...

지도에서 더보기 >

자살 및 재난 유가족의 심리적 위기와 적응

발 행 2019년 11월 16일

발 행 처 한국문화및사회문제심리학회

이 책의 내용에 대한 일체의 무단복제가 금지되어 있습니다.