

## 애도 개념개발\* - 배우자 사별과정을 중심으로 -

이 미 라<sup>1)</sup>

1) 대전보건대학 간호과 전임강사

## Concept Development of Grief-Focusing on the Process of Spousal Bereavement\*

Lee, Mi-Ra<sup>1)</sup>

1) Lecturer, Department of Nursing, Daejeon Health Sciences College

### Abstract

**Purpose:** This study was done to develop the concept of grief focusing on the process of spousal bereavement in Korea. **Methods:** The Hybrid model was used for analysis according to the 3 phases. An extensive literature review was done for the Theoretical phase. In-depth interviews were conducted with 15 participants whose spouses died within the past 3 years in the Field phase. In the Final analytic phase, the results in the Theoretical and the Field phases were compared, analyzed, and integrated according to the process of grief. **Results:** The antecedent of the concept of spousal grief was spousal death. The dimensions of grief were classified to inner dimensions related to oneself, relational dimensions related to family and others, and existential dimensions related to the meaning of being. The attributes of grief were physical suffering, decline of cognitive ability, heartbreaking sorrow, expectations and conflicts of a

new life, social stigma, dependence on or resentment towards God, etc. The empirical referent of grief was physical, psychological, social, and spiritual health status. The grieving progressed through 3 phases-shock-emancipation, suffering, and integration. **Conclusion:** Nurses should recognize the importance of their unique position as supporters for griever, and try to assess individual characteristics and to provide tailored nursing interventions.

Key words : Grief, Spouse

### 서론

#### 연구의 필요성

죽음은 인간 누구나가 보편적으로 경험하게 되는 회피할 수 없는 사건이며, 사별(死別)을 야기한다. 죽음과 달리 사별

주요어 : 애도, 배우자

\* 2005년 8월 연세대학교 간호대학 박사학위 논문의 일부임.

투고일: 2007년 10월 19일 심사완료일: 2007년 11월 5일

• Address reprint requests to : Lee, Mi-Ra

Department of Nursing, Daejeon Health Sciences College

77-3 Gayang2-Dong, Dong-Gu, Daejeon 300-711, Korea

Tel: 82-42-670-9375 C.P.: 82-11-9804-8727 Fax: 82-42-533-6400 E-mail: mrlee@hit.ac.kr

은 ‘남아있는 자의 사건’이라고 말할 수 있으며 남겨진 사람들은 사별을 경험하면서 독특한 반응을 보이게 된다. 사별 후 반응은 신체·정신·영적 건강에 큰 영향을 주고 많은 고통과 연관되므로 사별에 효과적으로 적응하는 것은 매우 중요하지만(Parkes, 1998; Sanders, 1989; Stroebe, Stroebe, & Hansson, 1993), 바쁜 현대사회에서는 자연스럽게 적응하며 고인을 기릴 수 있는 여유가 없다.

특히, 부부관계의 중요성이 크게 부각되어 가고 있는 현대사회에서 배우자 사망은 일생일대의 사건이며, 가장 큰 스트레스원이다. 배우자와의 사별은 암, 심근경색, 및 지병의 악화 등의 신체적 문제가 될 뿐 아니라 우울, 자살 충동, 및 정신 질환 이환률을 증가시키고, 사회적 고립감이나 위축을 야기하며 결국, 사망률을 증가시킬 수 있는 중대한 사건이다(Charlton, Sheahan, Smith, & Campbell, 2001; Martikainen & Vakonen, 1996; Nahm, 2001). 그러나 사별 후 과정동안 각 대상자들이 경험하는 과정 및 반응에 따른 적절한 돌봄과 적극적인 지지가 이루어진다면 정상적인 생활로의 회복 뿐 아니라, 더욱 성숙된 모습으로 변화될 수 있다(Hogan & Schmidt, 2002).

이러한 중요성에 대한 인식으로, 국외에서는 많은 관심과 이에 대한 연구가 진행되고 있지만 사별 후 반응이 문화나 시대에 따라 다양한 양식으로 표현되는 복합적인 현상임을 밝히고 있으므로(Robert, 2001), 한국인에서의 사별 후 반응은 국외 연구결과와는 차이가 있을 것으로 사료된다.

사별 후 반응에 관한 선행된 몇 편의 국내연구(Lee, Lee, Kim, & Kang, 2005; Nahm, 2001; Shin, 1996)가 있지만 배우자 사별의 기본적인 개념에 대한 이해가 부족하다는 한계가 있다. 이러한 현 상황에서 한국인의 배우자 사별 후 경험에 대한 개념을 명확함으로써 사별 간호에 대한 기초를 확립하고 궁극적으로는 생존한 배우자의 건강을 증진할 수 있는 사별 후 반응에 대한 연구가 절실히 요구된다.

따라서, 본 연구는 Hybrid model을 이용하여 사별 후 반응인 ‘애도’ 개념을 배우자 사별 대상자를 중심으로 개발·분석하여 개념적 틀을 형성하고자 한다. 한국적 상황에서의 배우자 애도 개념을 개발·분석하여 배우자 애도의 선행요인, 차원, 속성, 경험적 지표 및 결과, 영향요인과 애도 과정을 정확하게 제시함으로써 사별자를 위한 효과적인 간호 사정·측정·중재를 제공하는데 기여하고자 한다.

## 연구 방법

### 연구 설계

배우자 애도 개념을 개발하기 위해 개념분석 방법을 이용

한 서술적 연구로서, Hybrid model을 이용하여 진행되었다. 이 방법은 Schwartz-Barcott와 Kim(1986)에 의해 제시되었으며 이론적 분석과 실증적 관찰을 동시에 사용하는 것이다.

### 연구 대상자

연구를 위한 현장작업단계의 현장관찰 및 심층면담에 참여한 대상은 배우자 사별 후 애도 개념을 가장 잘 반영할 수 있는 자로서 15명이었다. 이론적 단계에서 제시된 정의와 측정을 근간으로 하여 다음의 조건에 부합되는 자로 하였다. ① 배우자 사망 후 3년 이내의 남성(1개월-1년 이내 4명, 1년-3년 이내 4명)과 여성(1개월-1년 이내 4명, 1년-3년 이내 3명), ② 정신과적 치료를 받고 있지 않은 자, ③ 연구에 참여하기로 동의한 자, ④ 자신의 감정이나 경험을 말로 표현할 수 있는 자

### 연구 절차 및 자료 수집

본 연구를 시작하기 전, 연구의 가능성과 연구 문제의 범위를 탐색하기 위하여 2003년 10월부터 11월 말까지 남편과 사별한 여성 3명을 대상으로 예비조사를 실시하였다. 이 과정을 통하여 시간의 경과에 따라 경험의 차이가 있으며, 특히 사별 후 1년과 3년이 애도 과정에 있어서 변화의 시점이 될 수 있음을 확인하였다.

본 연구는 Hybrid model에서 제시하는 3단계로 이루어졌다. 첫 단계인 이론적 단계는 애도에 관한 문헌 조사 기간으로서 2003년 10월 이후 꾸준히 지속되었으며, 2004년 3월부터 2004년 9월 동안 집중적으로 이루어졌고, 현장작업 단계에서도 문헌고찰은 계속되었다. 문헌 조사의 범위는 애도에 관한 사전적 정의, 문학, 종교학, 사회학, 심리학, 의학, 간호학에서의 애도에 관한 연구 내용을 포함하고자 하였다. 국내외의 학위 논문과 Pub-Med 검색 뿐 아니라, 국내외 저널에 실린 논문에 대한 광범위한 문헌고찰을 통하여 애도의 속성과 결과를 분석하고 애도에 관한 작업적 정의를 제시하였다.

현장작업 단계는 2004년 9월 1일부터 2005년 4월까지 집중적으로 이루어졌으며, 이론적 단계에서의 분석 내용을 기반으로 배우자와 사별한 여성과 남성으로 구분하여 내용이 포화될 때까지 심층 면접과 현장관찰을 하였다. 참여자들은 연구자로부터 연구에 대한 설명을 듣고 참여할 것에 서면으로 동의하였으며, 면담 내용은 연구 이외에는 사용되지 않을 것이라는 설명을 듣고 심층면접에 임하였다. 현장에서의 면접은 ‘고인(남편이나 아내)과 사별한 후 당신의 경험이나 생활의 변화에 대해 말씀해 주세요’로 시작하였으며, 애도를 잘 반영하는 지표와 애도가 진행되는 과정임을 나타내는 근거가 무엇인지, 어떤 상황에서 진행되는지를 파악하려 노력하였다.

면담은 외부의 방해가 없는 참여자의 집이나 사무실에서, 참여자가 편리한 시간에 1시간 30분에서 3시간 동안 이루어졌으며 면담 횟수는 1-3회였다.

최종분석 단계에서는 이론적 단계에서의 결과와 현장작업 단계에서의 관찰된 내용을 비교하여 애도의 차원, 속성, 경험적 지표, 및 애도의 과정에 대한 차이점과 일치되는 결과를 분석하여 배우자 애도의 최종적인 정의와 과정을 제시하였다.

## 자료 분석

본 연구의 현장작업 단계에 참여한 대상자의 일반적 특성은 서술 통계를 이용하여 분석하였다. 현장단계에서 관찰된 자료에 대한 분석은 자료 수집과 동시에 진행되었으며, 현장 관찰과 녹음을 통해 수집된 원자료를 반복 청취한 후 연구자가 직접 컴퓨터에 옮기면서 참여자의 언어적 표현 뿐 아니라 비언어적 표현을 생생하게 전달하려고 노력하였으며, 심층 면담 자료는 내용 분석(content analysis)하였다. 이 과정에서 Schatzman와 Strauss(1973)가 제시한 관찰기록, 이론적 기록, 및 방법론적 기록 체계를 이용하여 현장 노트를 작성·비교·분석하였다.

최종분석 단계에서는 이론적 단계 결과와 현장단계에서의 자료를 통합하여, 간호학 교수 4인, 및 정신과 의사 1인의 분석 및 검토를 거쳐 배우자 사별 후 애도의 선행요인, 차원, 속성, 경험적 지표, 및 과정을 제시하였다.

## 연구 결과

### 이론적 단계 결과

#### 애도(grief)의 정의

##### ● 사전적 정의

영어의 'Grief'는 'burden'을 의미하는 라틴어에서 기인되었으며, '특정한 사랑하는 사람의 죽음이 원인이 되어 표현되는 강한 슬픔'으로 정의된다. 그러나, 한글로는 애도, 비통, 및 슬픔이 혼용되어 사용되고 있는 실정이다(Dong-A English-Korean dictionary, 2005).

##### ● 문학에 나타난 의미

문학에서 표현되는 애도는 '그 어떤 누구도 말해 주지 않았고, 그 어떤 괴로움과도 비교할 수 없으며, 한 개인의 삶의 전반을 압도하지만 그 과정을 통해 영혼의 성장을 가져다 줄 수 있는 고통'으로 표현되고 있다(Lewis, 2004; Sittser, 2003).

##### ● 종교에 따른 죽음관의 의미

사별 후 반응과 종교에 따른 죽음관은 상관성이 매우 높다. 한국에서는 무속신앙에 기반된 유교·불교·기독교가 공존하기 때문에 이에 따른 생사관을 가지며, 죽음은 이승과 저승을 분리하여 공포, 슬픔, 허무와 무상감을 갖게도 하지만 저승을 이승의 연장선상에서 파악하는 경향(Lee, 2000)이 있으므로 사별 후 반응에도 이러한 경향이 반영된다.

##### ● 사회·심리·신학·의학·간호학적 선행연구

선행연구에서 정의된 애도는 '사별에 대한 긍정적 적응을 위한 필수적이고 자연적인 반응 에너지로서, 분노·죄책감·신체적 문제와 질병·절망감·슬픔 등으로 표현되는 힘겹고도 많은 시간을 요하는 것'으로서 애도의 의미 및 반응, 애도에 영향을 미치는 요인 및 애도 과정에 대한 연구로 구분해 볼 수 있다.

##### ● 애도의 의미 및 반응

애도(grief)는 사별에 대한 자연적이고 정상적인 반응으로서 사별로 인한 정서적 고통에서 오는 반응이며, 사별에 대한 효과적이고 성공적인 적응을 위하여 필수적이다(Hogan & Schmidt, 2002). 애도는 유가족의 생각과 감정이 문화적으로 유형지어진 것으로서 보편적인 경험이지만 이것을 가치 있는 것으로 표현한 시대나 문화는 없었으며 문화나 시대에 따라서 애도에 대한 표현 방식도 다양하다(Robert, 2001). Freud(1957) 보고서에 의하면, 애도의 기본 목적은 죽음의 현실을 받아들이는 것이고 상실 대상에 대한 강한 애착으로부터 자유로워지는 것이다. 애도는 상실의 현실과 지속적으로 직면하면서 수행되며, 이러한 과정은 애착을 그대로 내버려두려는 생존자의 저항 때문에 복잡적이다. Martin과 Doka (2000)는 사별 이전의 가상적 세계를 유지하고, 사별로 야기된 새로운 현실에 적응하며, 새로운 가상적 세계로 새로운 현실을 통합하려는 각 개인의 강한 마음의 에너지로 애도를 정의하였다.

##### ● 애도에 영향을 미치는 요인 및 과정

애도에 영향을 미치는 요인은 과거의 대처 양상·성별·개인의 성격·건강·공존하는 위기 상황 유무·연령·자녀 유무·경제력·가족의 강인성·가족의 관리자원·신앙심과 같은 유가족의 특성, 고인과의 관계·시신 확인 및 장례식 참여부·사망 유형이나 죽음의 질과 같은 사별의 특성, 사회적 지지망·직업 등의 역할 정도와 수·사회적 규범이나 편견 등과 같은 사회 문화적 특성으로 보고되었다. 애도 과정은 초기에는 충격, 무감각, 회피, 및 부정 등의 혼돈의 시기를 경험하게 되고, 사별 후 시간이 지나면서 사별에 직면함으로써 죄책감, 그리움, 우울, 외로움의 과정을 거치게 된다. 그 후, 사

별한 자신의 상태를 수용·적응하며 새로운 현실감과 새로운 자신만의 정체성을 재정립하면서 삶을 재정비하게 된다 (Martin & Doka 2000; Parkes, 1998; Robert, 2001; Sanders, 1989; Stroebe, Stroebe, & Hansson, 1993).

## 관련 개념

선행연구에서는 사별 후 반응을 표현함에 있어서 grief와 mourning을 유사어처럼 혼용하고 있다. 그러나, 'grief'는 사별 후의 다양한 반응을 포함하는 용어로 인지·정서·신체·행위적 증상과 다차원적 과정으로 구성되고, 사회·문화적 맥락 속에서 이해될 수 있는 상실 경험 과정인 반면, 'mourning'은 'grief'에 대해 사회·문화적으로 정의되어 공식적으로 표현하는 의식(rituals)과 실천이다. 또한, 'bereavement'는 '특별한 사람의 죽음을 경험하는 객관적인 상태' 즉, '사별' 자체를 의미한다(Parkes, 1998; Robert, 2001).

## 작업적 정의(Working definition)

### ● 애도의 선행요인, 속성, 경험적 지표 및 결과

이론적 단계에서 파악된 애도의 선행요인은 '사랑하는 사람의 죽음으로 인한 상실'이며, 속성은 '역동적인 단계, 신체·정신·정서·영·사회적인 전반적인 증상을 보임, 개인에 따라 다양하고 독특한 경험, 문화 또는 사회적 규범에 따라 정상적 애도인지의 여부가 규정됨, 슬퍼하는 것과 살아가는 방법을 학습하는 과정'이다. 애도의 경험적 지표는 주로 정서적 고통이며, 깊은 슬픔, 일종의 통증, 그리움, 절망감, 무기력감, 신에 대한 의문과 의심 또는 영적 강인성이다.

### ● 배우자 애도의 작업적 정의(Working definition)

이상의 이론적 단계를 통하여 도출된 배우자 애도의 작업적 정의는 다음과 같다.

‘배우자 사별 후의 신체·정서·인지·사회·영적 증상으로 표현되는 다양한 반응으로서, 유가족 특성·사별 특성·사회문화적 맥락 속에서 이해될 수 있는 각 개인의 배우자 상실 경험 과정’이다.

## 현장작업 단계 결과

### ● 연구 참여자의 일반적 특성

본 연구에 참여한 대상자는 남성8명, 여성7명이었으며, 연령 분포는 33세-79세였다. 참여자의 67%가 40-50대였고, 교육 정도는 고졸이 7명으로 가장 많았으며, 직업은 무직 7명, 자영업 3명, 전문직 2명, 회사원 3명이었다. 참여자들의 평균

결혼 지속기간은 26년이었고, 분만시 갑작스런 사망 사례를 제외한 14명의 평균 투병기간은 22개월이었다. 사별의 원인은 암으로 인한 경우가 11명으로 대부분이었다. 참여자들의 자녀 수는 2명인 경우가 9명으로 가장 많았다.

### ● 사례 진술

배우자 애도의 차원별 속성을 서술하였으며, 지면상의 제약으로 일부 사례만을 기술하였다.

#### • 내면적 차원의 애도

##### - 신체로 표현되는 고통

신체적 고통은 대체적으로 사별 후 6개월 내에 심하게 발현되며, 주로 전신쇠약, 수면양상의 변화, 식욕부진·소화불량·체중감소, 지병의 악화, 및 가슴이 답답함 등의 증상으로서 표현되었으며 참여자 모두에게서 관찰되었다.

“처음 일년은 너무 힘들었어요 건강 밸런스가 깨져서 체중도 줄고 잠도 못자겠고 소화불량 등등 진단 받고 일년 동안 병원에서 병간호하고 하면서 너무 힘들었고 집사람이 간 직 후에는 몸이 정말 말이 아니었어요 몸이 완전히 망가졌어요”(남성, 사례 2)

##### - 인지적 능력 저하

인지적 능력 저하는 집중력과 기억력의 감소, 신경이 예민해지는 증상으로 나타났으며 집중력 감소는 모든 참여자들이 공통적으로 경험하는 증상이었다. 이러한 증상은 시간이 지남에 따라 점차 좋아진다고 느끼지만, 그 진전 속도는 각 개인마다 차이가 있었다.

“가장 안 좋아진 변화는 첫째로 집중력, 기억력이 너무 나빠졌어요 집중을 못해요 2년이 지난 요즘에 조금씩 좋아지고 있는 것 같아요”(남성, 사례 3)

##### - 마음의 슬픔(傷心)

배우자 사별 후 경험하게 되는 증상이나 경험 중 많은 부분을 차지하는 정서적 고통의 표현인 마음의 슬픔은 남성과 여성 모두에게서 여러 형태로 표현됨을 관찰할 수 있었다.

##### • 고인에 대한 지속적인 생각

부인의 잔소리가 없는 것을 심히 안타까워하기도 하고, 남편의 자상한 음성이 들리는 듯도 하다. 특히, 혼자 있을 때나 자신의 건강이 좋지 않을 때 고인에 대한 그리움은 더욱 커지고 가슴이 아프다.

“나한테 잘해 줬던 것만 자꾸 생각이 나고 그래요 ... 어딜 가도 먹을 것을 봐도 생각이 자꾸 나고 ... 가장 힘든 것은, 안 잊어버려지고 자꾸만 생각이 나니까.. 집에 딱 들어가면 집에 앉아있을 것 같고 문 열고 들어올 것 같고 문소리만 나면 올 것 같아서 뛰어나가 내다보게 되고”(여성, 사례 5).

##### • 외로움

순간순간 밀려오는 외로움을 감당하기 어려우며, 이러한 외로움이 시간이 지나도 해결되지 않을 것 같아 불안하고, 이 세상에 자신만 홀로 남겨진 듯하고 외톨이가 된 것 같아 더욱 가중된다.

“외로워서 힘들지. 외롭다는 게 다른게 아니야. 이 세상에서 이제 짝이 없고 ‘나 하나다’ 하는 생각이 들어 힘든거지. 아들도 있고 며느리도 있는데, 아무도 없고 혼자인 것만 같아. ... 짝 잃은 외기러기라 하더니 웬수니 악수(惡獸)니 해도 싸움을 했어도 없으니까 나 혼자지.”(여성, 사례 7).

· 죄책감

배우자 죽음의 원인을 자신이 제공한 것은 아닌지에 대해 생각하며 자책한다. 특히, 암으로 배우자가 사망한 경우에는 자신으로 인해 암이 발생된 것은 아닌가 생각하기도 하고 조기에 발견하지 못한 것에 대해 죄책감을 갖기도 한다.

“혹시 내가 그 사람에게 암이 발생하도록 동기를 제공한 것이 아닐까 하는 생각도 하고, 경제적 부분이나 삶의 어떤 부분이든 ... 어쨌든 미리 알지 못했을까?”(남성, 사례 6).

· 성적 욕구로 인한 갈등

성적 욕구로 인한 문제는 부인과의 사별 후 남성이 겪게 되는 고통의 많은 부분을 차지하였다.

“여자보다 남자 혼자 사는 외로움이 더 큰 것일지 몰라요. 그것의 반 이상이 될지도 모를 만큼 어려운 일이 그런 문제(성적욕구)일지도 몰라요. 밥이야 사먹으면 되고, 갈증나면 물 마시면 되지만. 그렇지 못한 면이 더 힘든 거예요.”(남성, 사례 6).

자신의 성적 욕구를 충족시키기 위해 여러 가지 방법을 동원해 보기도 한다. 재혼을 생각해 보기도 하고 운동에 전념하기도 하며, 매춘 장소에 가거나 자위를 통해 해소하기도 한다.

“남자들은 정말 힘들어요. 좀 그렇지만 남자들의 재혼에 큰 영향을 미친다고 할 수 있죠. 시간적으로 보면 헛수가 몇 년씩 연계되기 때문에 ... 저 같은 경우에도 뭐 비밀스러운 얘기지만, 초반에는 어떻게 해결을 하긴 해야 하는데, 쉽게 해결할 수 있는 현실적인 방법들(매춘여성)이 있어요. 육체적으로는 해결이 되지만 마음은 피폐해져요. 마음 한구석은 계속 명들어 가요.”(남성, 사례 2).

이에 반해, 여성의 경우에는 성적 욕구로 인한 큰 어려움이 없거나 스스로 조절이 가능한 것으로 파악된다.

“성적인 문제가 아주 없는 것은 아니고 좀 있기는 있죠. 밤에 잠이 안 올 때, 가끔 몇 번은 있었지만 큰 어려움은 없어요.”(여성, 사례 3).

· 새로운 삶에 대한 기대와 갈등

· 잊고 극복하고자 애씀

자꾸만 하게 되는 고인에 대한 생각과 이미지를 지우려고 노력하지만 잘 되지 않으며, 자신이 살아있는 동안에는 잊혀

질 것 같지 않다고 생각하게 된다. 그렇지만, 나름대로는 고인을 잊고 새로운 현실을 수용해 보려고 고인이 연상되는 장소에 가지 않거나, 유품을 정리하거나, 이사를 하거나 하는 모습이 관찰되었다.

“전에는 대덕 연구단지도 한 달에도 5번 정도 갔는데, 한 2년 동안 그곳엔 안갔어요. 그곳에 가면 같이 살던 동네라서 애 엄마에 대한 회상이 자꾸 돼서.”(남성, 사례 1).

또한, 사별 후 어려움을 극복하고자 운동이나 취미활동을 시작해 보기도 하고, 흡연·음주 등의 나름대로의 여러 극복을 위한 방법들을 동원해 보기도 하고, 생활의 전반적인 모든 면에서 완전한 변화를 시도해 보기도 한다. 이렇게 고인을 잊으려고 노력하는 자신의 모습에서 죄책감을 갖기도 한다.

· 새로운 배우자에 대한 기대와 두려움

재혼과 관련된 사별자들의 어려움과 고통은 남성에서 더욱 두드러졌으며, 연구에 참여한 남성 대상자 중 대부분이 재혼을 구체적으로 계획하고 있었다. 재혼을 계획하지 않는 남성 참여자는 사례 7과 8로서, 자유분방한 삶의 방식을 원하는 경우와 재혼을 절실하게 원하지만 79세라는 자신의 나이 때문에 포기한 경우 뿐이다. 그러나, 재혼에 대해서 긍정적인 기대 뿐 아니라 자녀와의 갈등이나 새로운 결혼생활에 대한 염려와 두려움도 관찰되었다.

· 관계적 차원의 애도

- 사회적 낙인

· 회피와 위축

사별 후 사람들과 마주치는 것이 싫어서 될 수 있으면 외출을 자제하게 되고, 사람들을 회피하게 되는 경우를 볼 수 있었다. 이러한 양상은 여성에게서 특징적으로 나타났다.

“내가 뭐 잘못된 것 같고... 이 동네에서 오래 살아서 다 아는데, 사람들이 나 쳐다보고 내 얘기하는 것 같아서. 그래서 일부러 사람들이 적은 길로 돌아서 집에 돌아오기도 했죠.”(여성, 사례 1).

부부 동반 모임 등을 정리하게 되는데 이것은 배우자 없이 혼자 모임에 나갈 경우, 상대방에서도 불편해 하게 되고 자기 스스로도 서먹해서 관계를 정리한다.

“엇그제도 초상집이 있었는데, 서먹서먹하고 얘기가 잘 안 되더라고요. 내가 거기에 끼지를 못하더라고요. 그래서 얘기도 안하고 그냥 살그머니 나와 버렸어요. 혼자 이 생각 저 생각하면서 한참을 걸어 나왔어요.”(여성, 사례 2).

“그전에는 아무렇지도 않게 지내던 분들과도 이제는... 마누라 없다고 이상하게 눈짓을 하고 한다고 느낄까봐 오히려 스스로 더 웃기를 여미게 되죠.”(남성, 사례 6).

· 대화할 대상을 찾는

부인과 사별한 남성의 경우에서만 도출된 개념으로서, 남성

들은 자기 내면, 자녀, 및 일상에 대해 부인과만 대화해 오다가 사별 후 그럴 대상자가 없음에 괴로워하게 된다. 생전의 부인처럼 자신의 이야기를 공유해 줄만한 사람이 아무도 없음에 절망한다.

“어려운 점이야 하나 두개 열거하기가 힘들 정도지요 경험하지 못한 사람은 알 수 없는 말을 해야 하는데 대상이 없는 거예요 그나마 아플 때는 애기라도 할 수 있었는데...”(남성, 사례 2).

평소에 자신의 감정을 표현하는데 서툰 남성 사별자들은 도움이 절실하다고 느끼고 있지만 그 누구에게도 표현하지 못하고 있다.

“힘들 때는 정말 많이 힘들었는데요 세월로만 치부하기에는 너무 위험하죠 그 누구도 대신 해결해 줄 수 없죠 스스로 해결해야 하는 문제이긴 한데, 주위에서 도움을 좀 줘야 하고 ... 정말 도움이 필요하다고 확신해요”(남성, 사례 2).

#### · 서러움

배우자와 사별한 여성은 특히, 사회에서 자신을 보는 시선에서 깔보는 느낌과 쉽게 보는 느낌을 받으며 이로 인해 서러움과 서글픔의 고통을 뼈저리게 경험하게 된다.

“그렇죠 병들어 누워 있어도 있는 게 낫지. 주위 사람들도 날 깔보는 것 같고.. 내 생각이지만 아무래도 없는 것보단 있는 게 낫지.”(여성, 사례 1).

#### · 은폐

여성 사별자들은 배우자와 사별한 사실을 대외적으로 나타내지 않으려고 노력하는 모습이다. 이것은 사별한 사실이 알려질 경우 도움을 받기보다는 오히려 자신의 약점으로 이용되기 쉽다는 의식에서 기인되며 미망인으로 낙인하는 사회로부터 자신을 보호하기 위한 하나의 방어수단으로 보인다.

“남편 돌아가시고 아파트 사는 사람들에게도 돌아가셨다고 안하고 시골에 가계시다고 했어요”(여성, 사례 3).

이에 반해, 남성의 경우에는 자신이 사별자임을 당당하게 노출하고, 자신감 있게 행동하기도 한다.

“여자와는 다르죠 여자가 혼자되면 남자들이 추근대고 하니까 숨기게 되겠지만 남자들은 그런거 없어요 저는 주변 사람들 때에는는 문제없어요 거짓말도 안해요 당당하게 얘기하죠”(남성, 사례 5).

#### · 유가족간의 사랑과 갈등

##### · 자녀에 대한 부담과 책임감

자녀에 대한 문제는 사별자들이 공통적으로 경험하게 되는 심각한 문제로서 교육열이 남다른 한국의 특성상 중요한 문제가 아닐 수 없다. 배우자 사별 후, 남성은 자녀에 대한 책임도 물론 있지만 하나의 부담으로 여겨지기도 하는 반면, 여성은 자녀를 어떻게 잘 양육하고 교육할 수 있을지에 모든 관심을 집중하는 양상을 보이는 차이가 확인되었다.

“애들도 나름대로 힘들어하고 있죠 그런 부분에서 아빠인 내가 좀 도와줘야 하는데, 내가 너무 힘들어 죽겠는데요, 그 또한 짐이잖아요 ‘아빠도 이렇게 힘들니까 니네 아픔은 니네들이 좀 해결해라’라고 대 놓고는 말 못하지만.”(남성, 사례 2).

사별한 여성들은 자녀들의 양육에 최우선 순위를 두었고, 아빠 없이 자라가야 할 자녀들을 안타깝게 생각하면서 어떻게 책임질 수 있을 것인지에 삶의 초점을 두고 자신의 삶을 뒤로 한 채 자식들을 위해 살게 되는 것으로 보인다.

“늘, 아이들에 대한 생각이 많죠 내가 갑자기 어떻게 되더라도 하면 어쩌나 하는 생각도 들고...”(여성, 사례 2).

그러나, 자녀가 모두 장성한 경우에는 남성과 여성 모두가 자녀에 대한 부담이나 책임감을 느끼기보다는 오히려 자신이 자식에게 짐이 되지 않고 독립적으로 생활했으면 하는 바람을 보였다.

“이것저것 다 정리해서, 아들한테 의지도 안하고 짐도 안되고 그렇게 살고 싶어요”(남성, 사례 4).

#### · 가족의 소중함 재인식

결혼 생활동안 부부가 함께 지향하던 부부의 공동 과업 완성을 위한 노력하는 과정에서 남성들도 부담스러웠던 자녀에 대한 관심이 증가되기도 하고 자녀가 잘 자라준 것을 큰 보람으로 느끼게 되며, 남은 가족의 소중함을 새롭게 인식하게 된다.

“때로는 힘들고 슬프지만 즐거워요 우리끼리 잘 살아가요”(여성, 사례 4).

#### · 이웃 사랑

배우자의 투병과 사별이라는 일생일대의 어려운 상황을 견디는 과정에서 타인의 어려움과 아픔에 공감하게 되고 배려하는 마음이 더 생겨 남을 돕고자 노력하게 된다.

“한 두 달 쯤 지나면 좀 나아져요 후원금도 내고 도움을 필요로 하는 사람들도 돕고 싶고... 이전에는 이런 생각을 하지 않았었는데 제가 일을 당하고 또 도움을 받고 나니까 그런 마음이 들어요”(남성, 사례 6).

#### · 실존적 차원의 애도

##### · 삶의 의미상실

사별 후 더 이상 살아갈 의미의 상실로 자살 충동을 느끼기도 하고, 신앙인이자 자살할 생각은 차마 할 수 없어 죽게 해 달라는 기도를 하기도 한다.

“사실 작년(1년 6개월)까지만 해도 살기가 싫었어요 하나 남게 빨리 데려가 달라는 기도는 했는데 안 데려가시네요(웃으며). 크리스찬이라서 자살할 생각은 못했어요 그래서 운전을 거칠게 하죠 그 시기에 배웠기 때문에.”(남성, 사례 3).

그러나, 자녀가 어린 여성 사별자의 경우는 자신의 삶의 의미를 추구하기보다는 남겨진 자녀에 대한 책임감으로 살기

때문에 이러한 양상이 관찰되지 않았다.

· 절대자에 대한 원망

배우자를 먼저 데려간 절대자에 대한 기대가 무너져 마음의 문이 닫히거나 신앙을 포기하기도 한다.

“하나님에 대한 기대가 너무 컸었나 하는 생각도 들었었구요 그 일 후에 교회에서 더 자주 오시곤 했었는데 내 스스로 ‘집사람을 어떻게 데려갈 수 있는자?’에 대해 생각하고 있었기 때문에 교회의 도움은 전혀 안 되었어요 그 당시에는 괜히 하나님을 원망한 거죠”(남성, 사례 2).

· 고통과 존재 의미의 추구

자신이 고통을 당해야 하는 이유가 무엇인지와 존재 의미에 대해 구체적인 답을 찾고자 노력한다.

“내 존재의 의미가 무엇인지 많이 생각해요 내가 왜 살까 누구를 위해서? 나 혼자 사는 건가(울먹이며) 지금까지 죽 같이 살아왔는데 ...그냥 시간 되면 일어나고 일하고 밥 먹고 자고 하는 생활이 때론 공포로 엄습해 와요 그래서 시간을 보내기 위해 무언가를 해야 한다는 생각이.”(남성, 사례 6).

· 새로운 정체성 확립

· 존재 및 고통의 의미 발견과 영적 회복

사별 후 자신의 존재와 고통의 의미 발견하기 위해 몸부림치는 과정을 통해 의미를 발견하게 된다. 더 성숙시키기 위한 과정, 또는 절대자와의 관계 정립을 위한 기회로 여기기도 한다. 이러한 의미 부여와 함께 영적 회복과 종교적 실천이 증가되거나 영적 성숙을 경험하게 된다.

“저를 성숙시킬려고 이런 어려움을 주셨나봐요”(남성, 사례 3).

반면, 사별의 어려움을 통해 오히려 삶의 우선순위에서 신앙생활이 제외되고 더 현실적인 문제에 중점을 두는 경우도 있었다.

“지금은 교회에 가고 싶은 생각이 없어요 가게하고 집하고

가 잘 되야지 다니고 싶지, 지금은 정신이 없어요 아이들과 가게가 제일 문제지 종교는 나중예요”(여성, 사례 2).

· 내적 성숙과 새로운 각오

배우자 사별이라는 최대의 스트레스 상황을 통해 오히려 많은 것을 배울 수 있는 시기였다고 회고하기도 한다. 또한 덤으로 주어진 삶에 대한 기대와 더 나은 미래에 대한 소망으로 새롭게 시작하려는 각오와 다짐을 해본다.

“참 큰 아픔이기는 한데 참 많은 것을 배웠어요 많이 성숙해진 것 같고 ... 제가 많이 변한 것 같아요 세상을 더 넓게 볼 수 있게 되고 그 이전으로 돌아가고 싶지 않기도 하고 돌아갈 수도 없다는 생각도 해요 ... 이제 다시 시작해야죠”(남성, 사례 3).

● 현장작업 단계에서 파악된 배우자 애도 개념

· 배우자 애도의 차원 및 속성

현장작업단계에서 파악된 배우자 애도의 차원, 속성, 및 관련 개념과 경험적 지표는 <Table 1>과 같다.

· 현장작업 단계에서 파악된 배우자 애도의 정의

현장작업 단계에서의 사례 관찰을 통해 파악된 배우자 애도의 정의는 다음과 같다.

‘배우자 사별로 인해 경험하게 되는 내면적 차원, 관계적 차원, 및 실존적 차원과 관련되는 신체로 표현되는 고통, 인지기능 저하, 마음의 슬픔(傷心), 사회적 낙인, 유가족간의 사랑과 갈등, 절대자 의지 및 원망 등의 고통 속에서 새로운 배우자 기대, 이웃사랑, 의미 추구, 및 새로운 정체성을 확립해 가는 각 개인의 독특한 양상’이다.

## 논 의

<Table 1> The dimensions, attributes, related concepts and indicators of spousal grief in the field phase

차원	속성	관련 개념 및 경험적 지표
내면적 애도	신체로 표현되는 고통	전신 쇠약, 수면양상의 변화, 식욕부진, 소화불량, 체중감소, 지병악화, 가슴이 답답함, 피곤과 기운 없음, 두통과 몸살
	인지 능력 저하	집중력과 기억력 감소, 신경 예민
	마음의 슬픔(傷心)	고인에 대한 지속적인 생각, 공허함과 허전함, 외로움, 두려움, 조절할 수 없는 복받침과 눈물, 아쉬움과 후회, 죄책감, 원망, 자존감 저하, 혼자만의 고통, 성적 욕구로 인한 갈등, 이완과 해방감
	새로운 삶에 대한 기대와 갈등	잇고 극복하고자 애씀, 재혼에 대한 기대와 두려움(재혼 준비, 자녀와의 갈등, 재혼 상대자 선택기준 설정)
관계적 애도	사회적 낙인	대인관계의 불편감, 회피와 위축, 대화할 대상 찾음, 주변 시선 의식, 소외와 고립감, 서러움, 은폐
	유가족간의 사랑과 갈등	자녀에 대한 부담과 책임감, 자녀와 대화 회피 및 단절, 가족의 소중함 재인식
	이웃 사랑	타인에 대한 공감대, 돕고 싶음(이타심)
실존적 애도	삶의 의미 상실	삶의 의미상실, 자살 충동
	절대자에 대한 원망	절대자에 대한 원망, 종교 활동 중단
	고통과 존재의 의미의 추구	고통과 존재 의미 추구, 절대자에게 매달림, 종교 활동 증가
	새로운 정체성 확립	존재 및 고통의 의미발견과 영적 회복, 새로운 각오와 희망, 내적 성숙

본 장은 Hybrid model의 최종분석 단계에 해당되며, 이 단계에서는 이론적 단계 결과와 현장작업 단계를 통해 파악된 결과를 연계하여 분석하고자 한다.

### 배우자 애도 과정에 따른 애도의 속성

본 연구의 결과로 파악된 배우자 애도 과정은 충격 또는 해방기, 고통기, 및 통합기의 3단계였다. 따라서 각 과정에 따른 배우자 애도의 차원과 속성을 제시·분석하고자 한다.

#### ● 충격-해방기

이론적 단계에서 초기 충격 단계로 제시된 이 시기에서는 현장작업 단계에서 두 가지 상반된 양상이 관찰되었다.

이론적 단계에서 무감각한 충격 시기로서만 제시된 이 시기에는 삶의 전반적 측면을 사별이 압도함으로써 낮이 나간 듯 하고 실감이 나지 않으며 판단력이 저하되고, 알 수 없는 분노로 휩싸이기도 한다. 남성에 비해 여성이, 노인에 비해 중년이 더 멍하고 믿을 수 없음과 우울이 유의하게 높았지만 노인 사별자들은 기간이 지나도 약화되지 않으며 특히, 남성 노인 사별자는 더 높은 분리 불안을 경험하였다(Bowlby, 1980; Deeken, 2002; Sanders, 1989). 이러한 양상은 79세의 남성 사례 8의 경우에서도 뚜렷하게 관찰되었다.

그러나, 이 시기의 현장작업 단계에서 관찰된 또 하나의 양상은 사별 후에 겪는 해방감이었다. 배우자 사별로 인한 홀가분함과 이완의 경험은 만성질환으로 투병기간이 길었고, 참여자가 중간병인으로서의 역할을 힘겹게 감당한 경우에서 관찰되었다. 이러한 양상은 고인의 투병기간 뿐 아니라, 여성 사례 2와 남성 사례 7이 젊은 나이이고 경제 활동을 지속적으로 해 왔다는 것과 관련지어 설명할 수 있을 것이다. 실제로, 배우자의 투병기간이 길었다 할지라도, 남성 사례 8에서와 같이 사별 후 혼자 남게 되는 노인 남성의 경우에는 해방이 아닌 충격의 시기를 경험하게 되는 것으로 보인다. 또한, 사별 전 결혼생활이 원만할수록 애도 과정이 빠른 것으로 보고한 Sanders(1989), 및 Nahm(2001)의 연구결과와는 달리, 삶에 있어 방해자나 악연의 관계라고 여기는 경우에는 사별 직후에 스트레스원 중 한 요인이 줄었다고 생각하며 해방감과 이완감을 경험하는 것이 현장단계에서 관찰되었다. 따라서, 배우자의 사망 직후 충격기 또는 해방기 경험의 영향요인은 투병기간 뿐 아니라, 부부 관계의 질, 및 연령과 연관된다고 볼 수 있다.

이 시기에 경험하게 되는 배우자 애도의 차원에 따른 속성은, 배우자 애도의 세 차원에서의 모든 속성을 포함하지만, 실제적으로 사별자들이 느끼는 속성은 인지적 기능의 저하뿐인 것으로 관찰되었다.

#### ● 고통기

충격이나 해방감을 경험했던 모든 배우자 사별자들이 온갖 고통에 직면하는 시기이다. 따라서, 애도의 세 차원 모두에서 영적 고통과 신체적 증상, 정서적 고통, 및 사회적 고통을 경험하게 되므로 애도 기간 중 가장 심한 아픔의 시기이다.

#### • 고인, 절대자에 대한 의지 및 원망

사별은 영적 변화의 계기이다. 그러나, 애도 과정 동안의 영적 변화는 고인의 상실에 초점을 두는 것과 살아가기 위한 변화에 초점을 두는 양쪽 모두의 시간을 보냈을 때만 가능하다(Balk, 1999).

사별자들은 고통기 초기에 원망을 하기 시작한다. 절대자와 주변인에 대한 원망과 심지어는 고인을 담당했던 의료진들을 원망하는 것이 현장에서 관찰되었다. 이러한 결과는 사별 후에 죄책감, 분노 뿐 아니라 고인의 의료체계나 의료인에 대한 불만족을 나타낸다는 Jordan, Baker, Matteis, Rosenthal과 Ware (2005)의 연구 결과와 일치한다. 그러나, 이와는 반대로 사별 후 자신이 감당할 수 없는 아픔이 오히려 절대자에게 더 매달리게 하는 동기가 되는 경우도 여성 사례 4를 통해 볼 수 있었다. 이것은 인간은 자신의 한계나 고통에 직면했을 때 절대자를 찾게 되며 영성이 더 깊어진다는 Lee 등(2005)의 연구 결과와 일치한다.

#### • 신체로 표현되는 고통

사별은 전신쇠약, 수면양상의 변화, 체중변화 등과 같은 신체적 기능 악화를 가져온다고 Balk(1999), Stroebe와 Schut (1999) 등의 많은 연구에서 밝혔다. 현장작업 단계를 통해 이러한 신체적 증상은 남녀의 차이가 없으며, 고인의 투병기간에 따라 그 정도의 차이가 있음이 관찰되었다. 즉, 투병기간이 길어짐에 따라 정상적인 식사나 수면에 영향을 받게 되므로 전신적인 허약증세와 불면이 사별 후 몇 개월 동안 지속되며, 특히 1-12개월 중에 두드러졌다. 그러나, 투병기간이 길었을 경우, 오히려 사별 후에는 간병으로 인한 육체적 활동이 중단됨에 따라 이 고통스런 시기에도 체중이 점차 회복되어 가는 사례도 남성 사례 7이나 여성 사례 5를 통해 확인할 수 있었다.

#### • 마음의 슬픔(傷心)

정서적 고통은 신체적 증상에 비해 더 오랜 기간동안 지속되며 어느 한 시점에서 종료되는 것이 아니라, 평생동안 고인과의 유대가 지속되며 고인의 상실로 인한 외로움은 계속되는 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 상실-중심과 회복-중심의 애도 과정이 한 시점에 머물러 있지 않고 상황이나 스트레스원에 따라 변화된다는 Stroebe와 Schut(1999)의 연구 결과



와 일치한다. 외로움과 같은 마음의 슬픔은 스스로 준비해서 혼자 식사해야 하는 것, 부인의 보살핌 없이 혼자서 자신의 생활을 지탱해 나가야 한다는 것에 있으며 이를 해결하기 위해 재혼에 대한 구체적인 계획을 세우기도 했다. 이에 반해, 사별 여성들은 인생의 동반자를 잃은 슬픔으로 우울에 빠져 있지만 해결 방법은 남성들과는 다르다. 즉, 여성들은 재혼에 대한 계획보다는 자녀에 대한 책임감, 의지와 기대로서 이러한 어려움으로부터 벗어나려고 노력한다. 이 결과는, 여성은 자녀로부터 새로운 힘을 얻으며 자녀를 부양하기 위해 자신을 희생한다는 Nahm(2001)의 연구 결과와 일치한다. Lepore, Silver, Wortman와 Wayment(1996)는 사별 여성은 자녀가 어릴수록 사별 이후 적응이 더 힘들다는 연구 결과를 밝혔으나, 본 연구의 현장작업 단계에서는 자녀가 어려서 사별 여성 스스로 부양해야 할수록 오히려 삶에 적극적임을 관찰할 수 있었다.

고인을 잊고자 하는 양상은 남성에서 주로 관찰되었으며, 여성 사례 2를 제외한 여성 참여자들은 잊고자 애쓰는 모습은 확인되지 않았다. 여성의 경우엔, 잊으려 노력하기보다는 오히려 고인과의 관계를 유지하려는 성향이 더 강한 것으로 보인다. 이러한 결과는 고인이 된 남편에 대한 지속적인 유대와 관련된 현상을 보인다는 Bowlby(1980)의 애착 이론에 부합되나, 재혼 또는 다른 관계에 재투입될 때 대체될 수 있다는 Rando(1991)의 보고와는 일치하지 않는다. 따라서, 여성의 경우에는 유가족이 고인과의 관계를 포기하게 하도록 돕는 것이 아니라, 차라리 정서적인 안정을 위해 고인을 발견할 수 있는 적절한 장소를 찾도록 돕는 것이 사별 상담가의 역할이라고 할 수 있다.

선행연구에서는 주로 사별 후 성욕감퇴가 제시되었으나, 본 연구에서는 부인의 투병기간이 길거나 사별 후 시간이 경과할수록 점차 강해지는 성적 욕구로 인한 갈등, 고통, 및 성적 외로움이 관찰되었다. 이러한 속성은 남성 사례 6에서 두드러졌는데 그 이유는 40-50대의 중년 남성이고 성적 에너지를 운동 등을 통해 분출할 수 있는 경제적 여유가 없기 때문으로 보인다. 사별 남성의 성적 고통이 선행 연구에서 제시되지 않은 것은 대부분의 사별 연구가 60세 이상의 노인 여성을 중심으로 이루어졌다는 데 있으며, 사별 연구에서의 남성 표본은 25%이하인 것이 일반적이라는 연구결과(Li, 1995)와 일맥상통한다. 또한, Sanders(1989)는 사별 여성의 성적욕구는 남편이 고인이 되었을 때 퇴색되며, 관계 자체에 가치를 두는 것이라는 연구 결과와 일치된다.

이론적 단계에서 제시된 바와 같이 정서적 고통을 더욱 가중시키는 요인은 실업, 건강상실, 경제적 부담과 같은 다른 생활 사건이 애도기간 동안에 발생했을 경우였으며, 이외에 사춘기 자녀를 둔 경우에도 더 큰 어려움을 경험하는 것으로

확인되었다.

#### • 사회적 낙인

Stroebe와 Schut(1999)는 성별, 대인관계와 사회문화적 맥락의 측면이 사별 후 적응을 설명하는데 가장 핵심적인 측면이라고 주장하였다. 본 연구의 현장작업 단계에서는 사별자의 성별과 연령이 배우자 사별 후 사회적 측면의 적응에 핵심적인 요인임이 확인되었다. 남성에 대한 사회적 역할기대가 능력 있고, 독립적이며, 감정적이지 않게 보이는 것이 강조되기 때문에 애도를 억누르게 한다는 Parkes(1998)의 연구결과는 본 연구의 모든 남성 사례에서 확인되었다. Nahm(2001)의 연구에서도 같이, 사별 남성에 대한 사회적 시선이 ‘안타까움,’ ‘애처로움’ 등의 긍정적인 측면도 있는 반면에, ‘추파를 떠는 모습’ 등의 부정적이기도 함을 남성 사례를 통해 관찰할 수 있었다. 서구사회의 사별 남성들이 사별 지지그룹·상담가, 또는 배우자 사별자를 위한 네트웍을 찾는다는 Ayers 등(2004)의 연구 결과와는 달리, 본 연구에 참여한 한국 남성들의 경우 외부의 도움 없이 혼자 직면해야만 하므로 고통이 가중될 수밖에 없다.

반면에, 여성의 경우에는 ‘남편을 따라 마땅히 죽어야 할 사람이 죽지 못하고 살아남은’ 미망인(未亡人)으로서 사회에서 기대하는 대로 살아가고 있는 모습이 관찰되었다. 사별한 여성은 사회적 시선에 신경을 쓰게 되며 그로 인해 행동반경이 좁아지게 된다. 이러한 결과는 남편과 사별한 여성에 대한 한국적 시각이 ‘팔자가 드셈,’ ‘주위의 따가운 시선,’ ‘죄인 취급당함’ 등으로 표현된다는 Nahm(2001)의 연구 결과와 일치된다. 특히, 젊은 여성이 남편과 사별했을 경우에는 사회적 시선이 더욱 따갑기만 하다. 여성 사례 3과 4는 40대 초반으로, 형제자매나 친척과의 만남도 불편하다고 호소한다. “같은 형제간인 언니·형부와 만나도, 신랑이 있을 때 같지 않아요. 그렇게 가슴이 아파요. 제가 서른아홉에 혼자가 되었으니까. 제 행동하나하나가 정말 힘들어요. 주위의 시선 같은게 힘들어요(여성, 사례 4).” 이러한 결과는 Shin(1996)이 보고한 남편과 사별한 30대 여성에 대한 보고서의 내용과 일치한다. 즉, 남편과 사별한 젊은 여성들은 자신의 슬픔과 동시에 주위로부터 무언의 힐난에 부딪히게 되며, 스스로의 고통도 감당할 수 없는 상황에서 이 같은 수군거림을 듣는 것이 싫어 사람들과의 관계를 더 회피하게 되고 사별 사실을 은폐하게 하게 된다. 60대 이후의 여성들은 이러한 사회적 시선으로부터 자유로운 것으로 파악되었으나 노인의 경우에는 그들의 애도를 억제해야 할 내·외적인 압력을 받게 되고 노인의 애도 표현은 이상하고 불필요한 것으로 본다는 Moss, Moss와 Hansson(2001)의 연구결과를 본 연구에서도 확인할 수 있었다.

### ● 통합기

고인이 부재한 상태에서 자신의 삶의 의미와 사별로 인한 고통의 의미를 발견하는 시기로, 새로운 자아로 통합되어 가는 과정이다. 여전히 고인에 대한 그리움이나 외로움은 남아 있으나 새로운 정체성과 관계를 형성함으로써 사별 이전보다 더 성숙된 자신의 모습으로 통합될 수 있다.

이 시기에 개인의 영성이나 종교적 신념은 중요한 영향 요인이다. 본 연구에서는 많은 참여자들이 종교를 가지고 있었기 때문에 그들간의 큰 차이를 볼 수는 없으나, 새롭게 신앙 생활을 시작한 여성 4의 사례에서 볼 수 있듯이 사별 후 답답한 자신의 마음을 온전히 내어 놓고 지지를 얻을 수 있다는 면에서 애도에 큰 영향을 미친다고 볼 수 있다.

Balk(1999)는 배우자 사별 고통으로부터 진정한 회복이라는 것은 새로운 삶으로 재정립하는 것을 포함하며, 상실의 고통을 경험하고 인간 실존의 개인적 경험에 대한 의미를 회복하는 것이라고 밝혔다. 그러나, Hogan과 Schmidt(2002)의 연구 결과와 같이 본 연구에서 관찰된 애도 후 결과는 회복이 아닌 통합의 의미였다. 자신의 문제에서 벗어나 주변을 돌아보고 자신이 경험한 어려움을 토대로 타인을 배려할 수 있는 보다 성숙된 한 인간으로서 자라게 되거나 고통의 시기에서 보다 더 우울을 경험하기도 하고 삶의 의미를 상실하기도 한다.

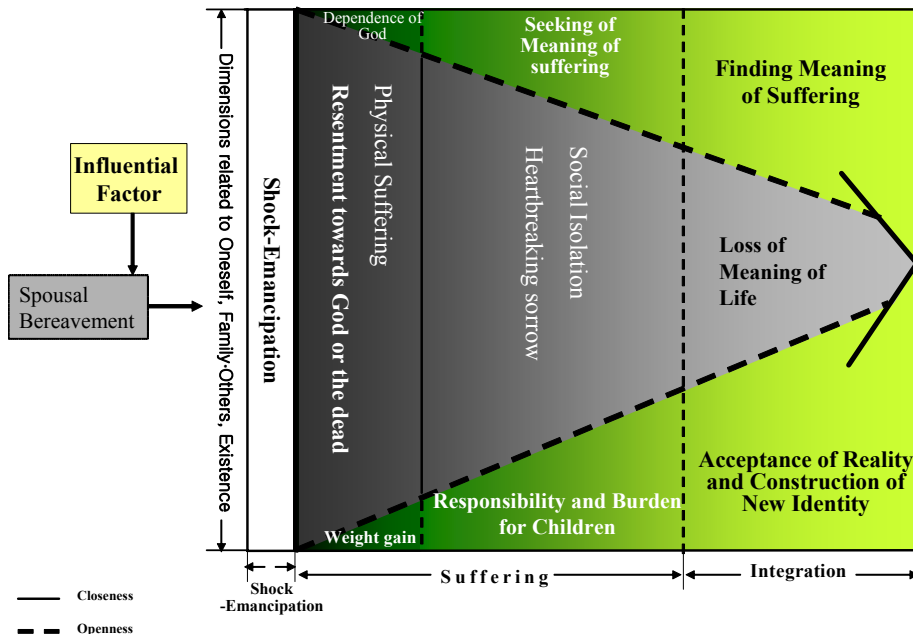
이러한 충격-해방기, 고통기, 및 통합기에 이르는 애도 과정에서의 경험적 지표는 신체적 건강 뿐 아니라, 정신·인지·사회·영적 건강상태를 통해 볼 수 있으며, 긍정적이거나, 또는 부정적일 수도 있다.

Shin(1996)의 연구와 Lee 등(2005)의 연구에서는 애도 과정

의 기간은 각 대상자마다 다양하지만 3년 상(喪)의 의미가 있다고 보았다. 이러한 결과는 본 연구의 현장작업 단계에서도 확인할 수 있었다. 따라서, 배우자 애도의 과정을 거치고 있는 많은 대상자들에게 사별 후 3년 정도의 지속적인 관심과 실제적인 간호가 필요하다. 특히, 노인의 경우엔, 사별 초기에는 애도 강도가 젊은층에 비해 약하지만, 시간이 지나도 완화 속도가 느리다는 Sanders(1993)의 연구 결과와 같이 본 연구에서도 동일한 결과가 도출되었으므로 노인에 대한 지속적인 돌봄이 요구된다.

이상의 결과를 바탕으로 배우자 애도 과정에 따른 애도의 개념적 틀은 <Figure 1>과 같다.

그림의 실선은 폐쇄성 및 일방향성을, 점선은 개방성 및 양방향성을 의미하며 그림의 중앙에 위치한 큰 화살표는 배우자 애도 과정이 전반적으로 진행됨을 표현한다. 그림의 세로 축은 한 개인의 전인적 측면으로서 애도의 모든 차원을 포함하며, 가로면은 배우자 사별 후 여생(餘生)을 의미한다. 사별 초기의 충격-해방기에는 모든 차원에서 사별자를 압도하지만, 실제적인 고통 없이 무감각·혼돈의 시기이므로 흰색으로 표현하였다. 고인/절대자 원망~의미상실에 이르는 내측의 색이 연해지듯이 배우자 사별로 인한 고통이 점차 약화되어 가는 것을 의미하며, 외측 색은 통합기로 향해가면서 경험하는 새로운 자아를 의미한다. 배우자 애도는 여생동안 진행되며 그 강도와 비율이 감소될 뿐이고, 점차 밝아지는 외측 색과 연해지는 내측 색의 조화와 같이 배우자 애도자의 삶도 더욱 풍부하고 독특하게 성숙되어갈 수 있다. 상실에 초점을 둔 개념은 그림의 왼편에서 더 많은 부분을 차지하도록 하고, 통합적



<Figure 1> Grieving process of spousal grief

<Table 2> The antecedent, dimensions, attributes, indicators, and empirical referents of spousal grief in the final phase

선행요인	차원	속성	경험적 지표	결과 및 준거
배우자의 죽음	자신과 관련된 내면적 애도	신체로 표현되는 고통	전신 쇠약, 수면양상변화, 식욕부진, 소화불량, 체중감소, 지병악화, 가슴 답답함, 피곤과 기운 없음, 두통과 몸살	건강(신체, 정신, 영, 사회적)
		인지 능력 저하	집중력 저하, 기억력 감소, 신경 예민, 판단력 저하, 혼란, 무감각	
		마음의 슬픔(傷心)	고인에 대한 지속적인 생각(고인에 대한 애착), 공허함과 허전함, 외로움, 무기력, 두려움, 조절할 수 없는 복받침과 눈물, 아쉬움과 후회, 죄책감, 분노, 원망, 자존감 저하, 혼자만의 고통, 성적 욕구로 인한 갈등, 이완과 해방감, 절망감,	
		새로운 삶에 대한 기대와 갈등	잇고 극복하고자 애쓰, 재혼에 대한 기대·두려움(재혼 준비, 자녀와의 갈등)	
	가족, 타인과 관련된관계적 애도	사회적 낙인	대인관계 어려움, 회피와 위축(물러섬), 대화할 대상 찾음, 주변 시선 의식, 은폐, 서러움, 소외와 고립감	
		존재 의미와 관련된 실존적 애도	자녀에 대한 부담과 책임감, 자녀와 대화 회피 및 단절, 가족의 소중함 재인식	
		이웃 사랑	타인에 대한 공감대, 돕고 싶음(이타심)	
	존재 의미와 관련된 실존적 애도	삶의 의미상실	삶의 의미상실, 자살 충동	
		절대자 원망 또는 의지	절대자에 대한 원망, 종교활동 중단, 종교활동 증가	
		고통과 존재의미의 추구	고통과 존재 의미 추구, 절대자에게 매달림, 종교 활동 증가	
		새로운 정체성 확립	존재 및 고통의 의미발견과 영적 회복, 새로운 각오와 희망, 내적 성숙	

측면은 오른쪽에 두었다. 결론적으로, 최종 분석 단계를 통해 정립된 배우자 애도의 차원, 속성, 및 경험적 지표는 <Table 2>와 같다.

본 연구 결과에서 가장 특징적인 배우자 애도의 속성은, 여성 사별자들의 사회적 낙인으로 인한 고통이었으며, 이러한 특성은 국외 선행연구에서 밝혀진 단순한 사회적 소외의 수준을 넘어서 사회적 편견과 속박으로 인한 아픔으로 표현될 수 있다. 또한, 남성에 있어서의 성적 욕구로 인한 갈등의 측면은 기존의 연구에서 제시되지 않았던 속성으로서, 남성의 애도 과정에서 매우 고통스런 문제이며 재혼을 서두르게 되는 원인으로 확인되었다. 이외에, 배우자 사별 노인들의 지지 결여로 인한 외로움과 삶의 의미상실이 크게 대두됨으로써 급격히 고령화되는 현 한국 사회에서 반드시 재고해야 할 문제임이 밝혀졌다.

### 재정의된 배우자 애도의 정의

최종분석 단계에서 재정의된 배우자 애도의 정의는 다음과 같다.

‘배우자 사별로 인해 경험하게 되는 자기 자신, 가족·타인, 및 존재의미와 관련된 차원에서 신체로 표현되는 고통, 인지능력 저하, 마음의 슬픔(傷心), 사회적 낙인, 유가족간의 사랑과 갈등, 절대자 의지 또는 원망 등의 혼돈과 고통 속에서 새로운 통합된 자아로 나아가는 각 개인의 독특한 변화 과정’이다.

### 결론 및 제언

본 연구는 간호현장에서 모호하게 인식되는 사별 후 반응에 관한 개념을 명확히 하고자 ‘애도’개념을 개발·분석한 서술적 연구로서 배우자 사별자를 대상으로 하였다. 본 연구를 통해 최종적으로 확인된 배우자 애도 개념은 자신과 관련된 내면적·가족/타인과 관련된 관계적·존재의미와 관련된 실존적 애도 차원, 신체로 표현되는 고통·인지능력 저하·마음의 슬픔·사회적 낙인·삶의 의미상실·새로운 정체성 확립 등으로 표현되는 속성, 신체·정신·사회·영적 건강상태라는 경험적 준거(결과)로 요약할 수 있다. 배우자 애도는 사별 후 여생동안 진행되며 혼돈과 고통 속에서 새로운 존재로 변화되는 과정이므로 간호사들은 긍정적인 애도 과정을 경험할 수 있도록 시기적절한 간호 중재를 적용할 수 있어야 한다. 본 연구는 애도에 대한 한국적 간호이론 개발·측정도구 개발 연구, 및 각 시기에 맞는 간호중재 개발의 기본 방향을 제시하는데 기여하였다고 볼 수 있다. 특히, 본 연구 결과를 기반으로, 배우자와 사별한 한국 여성에 있어서의 사회적 낙인으로 인한 고통과 남성의 성적 욕구로 인한 갈등을 정확히 측정할 수 있는 도구개발 연구가 필요함을 제언한다.

### References

- Ayers, T., Balk, D., Bolle, J., Bonanno, G. A., Conner, S. R., Cook, A. S. (2004). Report on bereavement and grief research. *Death Studies*, 28, 491-575.
- Balk, D. E. (1999). Bereavement and spiritual change. *Death Studies*, 23, 485-493.
- Bowlby, J. (1980). *Loss: sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Charlton, R., Sheahan, K., Smith, G., & Campbell, I. (2001).

- Spousal bereavement-implications for health. *Family Practice*, 18(6), 614-618.
- Deeken, A. (2002). *How to face with death* (Oh, J. T. Translate). Seoul: Googri.
- Dong-A English-Korean dictionary (2005). Seoul: Doosan Dong-A.
- Freud, S. (1957). *Mourning and melancholia*. Standard Edition (vol. 14). London: Hogarth.
- Hogan, N., & Schmidt, L. (2002). Testing the grief to personal growth model using structural equation modeling. *Death Studies*, 26, 613-634.
- Jordan, J. R., Baker, J., Matteis, M., Rosenthal, S., & Ware, E. S. (2005). The grief evaluation measure (GEM): An initial validation study. *Death Studies*, 29, 301-332.
- Lee, W. H., Lee, M. R., Kim, S., & Kang, K. A. (2005). Characteristics of the grieving process: A study of 10 Korean spouses of patients who passed away from cancer. *Int J Nurs Stud*, 42, 399-408.
- Lee, Y. B. (2000). The study of death and salvation- In literature, philosophy, and religious dimensions. *Korean Literature*, 126, 305-329.
- Lepore, S. J., Silver, R. C., Wortman, C. B., & Wayment, H. A. (1996). Social constraints, intrusive thoughts, and depressive symptoms among bereaved mothers. *J Pers Social Psychology*, 70(2), 271-82.
- Lewis, C. S. (2004). *A grief observed* (Kang, Y. N. Translate). Seoul: Hongsongsu.
- Li, G. (1995). The interaction effect of bereavement and sex on the risk of suicide in the elderly: An historical cohort study. *Social Science & Med*, 40(6), 825-828.
- Maltikainen, P., & Valkanen, T. (1996). Mortality after the death of a spouse: rates and causes of death in a large Finnish cohort. *Am J public Health*, 86(8), 1087-1093.
- Martin, T. L., & Doka, K. J. (2000). *Men don't cry ... women do transcending gender stereotypes of grief*. Philadelphia, PA.: Brunner/Mazel.
- Moss, M. S., Moss, S. Z., & Hansson, R. O. (2001). Bereavement and old age. In Strobe, M., Hansson, R., & Strobe, W., & Schut, H. (Eds.), *Handbook of bereavement research: Consequences, coping, and care* (pp.241-260). Washington, DC: American Psychological Association.
- Nahm, Y. S. (2001). Readjustment process of widow's bereavement and social labeling of widowhood in Korea. *Korean Women's Study*, 16(2), 175-204.
- Parkes, C. M. (1998). Bereavement in adult life. *BMJ*, 316(7161), 856-9.
- Rando, T. A. (1991). *How to go on living when someone you love dies*. New York: Bantam Books.
- Robert, J. K. (2001). *Death, society, & human experience*. Boston: Allyn and Bacon.
- Sanders, C. M. (1989). *Grief: The mourning after dealing with adult bereavement*. New York: A Wiley-Interscience Pub.
- Sanders, C. M. (1993). Risk factors in bereavement outcomes. In M. Stroebe, W. Stroebe, & R. O. Hansson. (1993). (Eds.), *Handbook of bereavement* (pp. 255-267). New York: Cambridge University Press.
- Schatzman, L., & Strauss, A. L. (1973). *Field research: Strategies for a natural sociology*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Schwartz-Barcott, D., & Kim, H. S. (1986). A hybrid model for concept development. In P. L. Chinn (Ed.), *Nursing research methodology: Issues and implementations*. Rockville, MD: Aspen.
- Shin, J. Y. (1996). The report of 30s' widow in Korea. *Monthly Mal*, Jan(115), 194-201.
- Sittser, G. L. (2003). *A grace disguised* (Lee, H. Y. Translate). Seoul: Good seed.
- Stroebe M., Hansson, R., Stroebe, W., & Schut, H. (2002). *Handbook of bereavement research: Consequences, coping, and care*. Washington: American Psychological Association.
- Stroebe, M., Stroebe, W., & Hansson, R. O. (1993). *Handbook of bereavement*. New York: Cambridge University Press.
- Stroebe, W., & Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: Rational and description. *Death Studies*, 23, 197-224.