

## Bereavement Care

천주교서울대교구 사목상담연구원

매리암 신부

1 호스피스 개념이 두 가지 봉사를 포함한다. 1) 말기 암환자는 인간의 존엄성을 지키고 편안하게 세상을 떠날 수 있겠끔 도와주는 것과 2) 남아있는 사별 가족들을 고인과의 작별을 긍정적으로 받아들이고 갈등으로부터 치유와 해방을 체험할 수 있도록 보살피는 것이다. 하지만 병원 호스피스에는 환자를 위한 돌봄이 잘 되지만 사후에 슬퍼하고 있는 유가족들을 위한 소위 “사별 돌봄” (BEREAVEMENT CARE)이 미약하다.

2. 성경 말씀에 이런 내용이 기록되어 있다. “헛되고 헛되다 세상만사 헛되다. 한 세대가 가면 또 한 세대가 온다.” 또 “무엇이나 다 정한 때가 있다. 날 때가 있으면 죽을 때가 있다.” 그렇다면 인간으로서 죽음이라는 사건이 왜 큰 문제가 되는가? 남의 죽음으로 인하여 왜 슬퍼하고 애도하는가? 역사를 보면 조상들이 죽고 난 뒤 시간이 지나면 그들의 이름도 기억하지 못한다. 사람의 기억력은 짧다. 하지만 호스피스 봉사에 있어서는 사별로 인하여 생긴 슬픔을 다루고 치유하는 것이 참 중요하다. 우리와 가깝고 친한 사람이 우리 곁을 떠나면 우리 마음에 공간이 남아있어 그 공간 채우기 위하여 남들의 위안과 격려가 꼭 필요하다. 환자의 죽는 날을 기다리고 있는 가족들의 마음의 고통이 크다. 보호자들이 가망이 없다는 사실을 분명히 알고 있으면서도 심적으로 허락하는 것이 매우 어렵다. 그래서 사별지도를 하고자 하는 사람이 봉사의 범위를 세 가지로 나누어야 한다. 이 세 가지는 ① 환자가 숨지기 전 ② 장례기간 ③ 장례식 후 라고 말할 수 있다. 또한 BEREAVEMENT CARE가 임종 전부터 시작해야 한다는 사실을 인정해야 한다.

### 1. 환자가 숨지기 전

환자는 물론 생명에 대한 애착심을 가지고 또 오래 살기를 원하므로 가족들은 지속적인 치료를 마련하느라고 다가오는 사망에 대하여 깊이 생각할 여유가 없다. 값비싼 약물치료나 수술을 해주느라 정신적, 육체적으로 바쁘니까 환자가 죽는다는 사실을 믿지 못한다. 이런 경우에 호스피스 봉사자가 좌절을 많이 느낀다. 환자와 가족들의 무의식 속에 있는 슬픔과 두려움에 대하여 대화를 이끌어 주고 싶어 하지만 분위기가 허락되지 못한다. 이렇수록 모든 접근의 기회를 활용하면서 간접적으로라도 유가족이 곧 될 사람들의 마음의 근심을 토로하도록 해야 한다.

### 2. 장례기간

임종 후에 가족들은 슬픔과 다양한 감정을 느끼고 표현한다. 병실 앞에서나 영안실에서 통곡하는 가족들의 소리를 듣는 것은 아주 안타까운 일이다. 그러나 남들이 바라보고 있기에 참 힘들고 비참한 광경이지만 가족들에게는 쌓인 슬픔을 표현하는 것은 정서적으로 꼭 필요하고 이때에 봉사자가 들어주는 자세로 잠재되어있는 긴장을 해소시켜 주는 것이다. 오히려 반응이 없고 무감각한 표정을 가지고 있는 사람이 훨씬 더 많은 마음의 고통을 지닐 가능성이 있다. 첫 번 슬픔의 표현이 지나간 후에 장례식 등을 준비하느라고 정서적으로 바쁘기 때문에 이야기를 들어주고 같이 있어주고 가족들이 사망자의 과거에 대하여 나누는 것을 들어주는 일 즉 사망자가 고생했던 것 즐거워했던 것 또 속상한 일에 대하여 대화를 나누는 것이 순 간적으로 위

안이 된다. 또한 풍습대로 친척들과 친구들의 밤새도록 화투를 치며 술을 마시며 같이 있는 것도 위로가 된다.

### 3. 장례식 후

지금부터는 제일 큰 슬픔의 과정과 본격적인 비탄이 시작된다. 애도의 뜻을 전한자들이 돌아간 후에 가족들끼리 남게 되고 가슴 아픈 작업을 해야한다. 이것은 바로 사망자가 입었던 옷과 썼던 물 건과 유산을 정리하는 일이다. 사별가족들이 사랑했던 사람이 평상시에 사용했던 것을 볼 때 옛날 추억과 그리움이 떠오른다. 이런 작업에 있어서 호스피스 봉사자가 구체적인 도움을 마련할 수 있다. 그 뿐 아니라 죽은 사람에 여겨진 대한 분노, 원망, 미움을 표현하는 것을 감수성과 동정심으로 들어주어야 한다. "왜 건강 관리를 잘 안 했었는가?" "왜 가족들에 대한 관심을 가지지 않았는가?" "왜 불성실한 행동을 했는가?" "우리가 앞으로 어떻게 살 것인가?" 다양한 감정의 표현이 나온다. 이런 과정에 있어서 봉사자가 가만히 들어주는 것만 아니라 마음의 아픔을 털어놓도록 해야한다.

그리고 상실감에 젖은 가족들은 마음의 중심이 흔들리고 있는 상태이므로 종교적인 말도 큰 도움이 되지 않는다. "지금은 하느님과 함께 있다." "이 세상 고통이 다 끝났다." 슬픔 때문에 마음이 쓰러진 사람들도 평상시에는 그런 믿음을 가지고 있지만 가슴의 아픔이 치유가 될 때까지 그런 말 자체가 큰 위안이 안된다. 무엇보다도 사별가족들이 슬픈 감정을 표현할 수 있는 기회가 필요하다.

또한 치유기간이 짧을 수도 길어질 수도 있다. 많은 사람들이 슬픔과 상실감을 해소하지 못해 일생동안 편안한 생활을 못하고 새로운 상황에 적응이 안되어 우울증이 생기는 경우가 있다.

그런데 사별에 있어서 뚜렷한 위로의 말이 없다. 그렇기 때문에 봉사자의 역할이 참 힘들다. 하지만 필수 불가결한 봉사이다. 유족들의 심리를 이해하면 이해할

수록 봉사자는 더 많은 위안의 기회를 마련 할 수 있다. 위에서 지적한바와 같이 분노, 원망, 죄의식 등이 있을 수 있다. 또, 고독감, 배신감, 소외감, 고립된 마음이 심하다. 특히 부부 중 배우자가 죽은 경우에 남아있는 사람이 많은 외로움을 느낀다. 이 외로움이 정신적, 정서적, 육체적이므로 봉사자가 그 외로운 상태를 집중해야한다. 한사람의 죽음으로 인하여 온 가족들의 변화가 많기 때문에 사별 봉사하는 사람들이 종합적인 문제를 다루어야 한다.

이념대로 호스피스는 모든 종교와 철학을 초월하지만 각자의 종교 의식의 필요성을 인식한다. 따라서 믿음의 과정에 있어서 많은 사람들이 남의 죽음 때문에 신앙의 쇠신을 체험하고 또 어떤 사람들은 하느님에 대한 심한 원망과 거부감을 느낀다. 또한 크리스찬이 아닌 타종교 신도들과 종교가 없는 사람들이 종교 자체에 대하여 새로운 인식을 얻는 경우가 많다. 그렇기 때문에 사별봉사자가 사회문제, 가정문제, 종교문제가 지 지도를 마련해야한다.

사별슬픔이나 사별 후에 적응기간이 길어질 때 봉사자의 짐이 더 무거워진다. 그래서 헌신적인 정성이 꼭 필요하다. 그러나 사별가족들이 봉사자에게 너무 심하게 의존하는 것은 조심해야한다. 지나친 의존이 생긴다면 봉사자가 더 많은 부담을 느끼며 다른 가정문제에 너무 깊게 개입한다면 부작용이 일어날 가능성이 많다. 봉사자의 역할은 유가족들 대신에 책임을 지는 것이 아니고 슬픔의 길로 잠시 동안 동반자로써 같이 걸어 나가는 것이며 동시에 어려움을 극복하기 위하여 자기의 믿음, 관심, 경험들을 나누어주는 것뿐이다.

그렇지만 병원에서 근무는 의사나 간호사가 사별봉사를 하는 것은 쉽지 않다. 환자와 보호자들이 병원에 입원해 있는 동안 의학전문가로서 관계를 맺었지만 사망한 뒤에는 책임이 끝난 길로 생각한다. 예를 들면 의학전문가들이 영안실 방문이나 장례식에 참석하지 않는 것은 당연하게 본다. 하지만 치료과정에서는 환자와 가족들과 제일 가깝고 중요한 역할을 한 전문가들이

임종 즉시 인간관계가 끝난다는 것이 너무 아쉽다. 그러나 이유가 있다. 의료진이 환자와 보호자들과 친밀한 관계를 가진다면 그들로서는 정서적인 손해가 생길 가능성이 많기 때문이다.

끝으로 다시 반복한다면 인간의 죽음은 당연한 것이고 자연적인 결과이지만 우리와 가까운 사람들이 죽게 되면 그 죽음의 아픔을 극복하기 참 어렵다. 언젠가 책

한 권을 읽은 적이 있는데 책제목이 “마지막이라는 말보다 더 슬픈 말은 나는 알지 못합니다.” 라는 글귀였다. 그렇다. 죽음이 “마지막’이지만 그 일을 당할 때에 관심, 이해, 사랑을 베풀어주는 호스피스 봉사자들이 함께 있으면 유가족들은 더 쉽게 사별의 슬픔으로부터 치유와 해방을 체험할 것이다.