

불안·우울·초조감 지속... 반사회적 행동 자초

病的 도박 - 절망적인 쾌락 탐닉

33세 된 K씨는 회사에서 일도 잘하고 인간관계도 원만해서 상사들로부터 능력을 인정받던 대기업의 엘리트 과장이다. 원래 대학시절부터 포커, 당구, 바둑 등의 각종 놀이를 좋아했지만 회사생활을 시작하면서 그런 놀이들을 즐길 여유가 별로 없었다. 그러던 중 K씨는 몇달 전부터 우연히 거래처 관계로 알게 된 자영업자 몇 사람들과 어울려 포커 도박을 시작하게 되었다.

처음에는 그저 한달에 두세번씩 재미로 시작한 도박이었지만 점차 규모가 커지면서 판돈도 한판에 수백만원이 왔다 갔다 할 정도로 커지게 되었다. 도박을 처음 시작할 무렵에는 K씨가 주로 따는 입장이었지만 판의 규모가 커지면서 점차 잃는 경우가 더 많아졌고 도박자금도 모자라 빚을 지기 시작했다. K씨는 1주일이면 서너번씩 집에 안 들어오고 호텔 방에서 도박을 하면서 밤을 새곤 하였다.

당연히 회사에서도 일의 능률이 떨어져 상사로부터 자주 질책을 듣곤 했지만 이런저런 핑계를 대면서 도박 사실을 감춰왔다. 결국 K씨의 행적을 눈치챈 아내의 추궁에 이미 수천만원의 빚을 지고 있음을 실토하였다. K씨는 부모님들과 친지들의 도움으로 일단 도박 빚을 전부 갚은 뒤 다시는 도박을 하지 않겠다는 약속과 함께 도박을

그만두었다. 하지만 도박을 중단한지 채 1주일도 안돼서 웬지 마음이 불안하고 울적하며 초조한 느낌으로 괴로운 날들이 계속되었다. 회사에서도 일이 손에 잡히지 않고 머릿속에는 계속 도박판의 장면들만이 반복해서 떠올라 잠을 이룰 수 없을 정도였다. 급기야 K씨는 아내 몰래 다시 도박을 시작하게 되었고 한달만에 천만원 이상의 빚을 진 채로 발각되었다

불안·우울·초조감에 빠져

K씨는 반복되는 도박 문제를 심각하게 생각한 가족들의 권유로 아내와 함께 정신과 의사를 찾게 되었다. 진찰 결과 K씨는 '병적 도박'으로 진단되어 치료를 위해 입원을 권유받았고 그 후 3개월간의 장기 입원치료 및 1년 이상 동안 외래에서 약물 및 심리치료를 꾸준히 받고나서야 간신히 도박의 유혹으로부터 해방될 수 있었다.

병적 도박(pathological gambling)이란 지속적으로 여러 가지 사회적으로 부적절한 행동을 무릅쓰면서도 도박에만 몰두하는 병적 행동을 반복하는 것을 말한다. 여기서 말하는 부적절한 행동이란 도박에만 강박적으로 집착하고, 도박판에서 점차 판돈의 규모를 올려가면서 스릴을 느끼며, 도박을 중단하려는 노력을 하지만 거듭 실패하게 되는 것을 말한다. 또한 주위

사람들에게 자신의 심각한 도박사실을 마치 대수롭지 않은 일처럼 감추며, 도박자금 마련을 위해 불법적인 행동을 하거나 주위 사람들로부터 자꾸 빚을 지거나 가까운 친지들과의 인간관계에 금이 가는 행동까지 서슴지 않고 한다. 미국의 경우 이런 병적 도박을 보이는 환자들은 전 인구의 1~3%에 이르는 것으로 조사되고 있다. 우리나라의 경우 병적 도박환자가 어느 정도나 되는지 아직까지 정확한 통계는 없다.

하지만 가벼운 도박에 대해 비교적 관대한 사회문화적 분위기와 고스톱이 범국민적 스포츠라는 농담이 별다른 저항없이 받아들여지는 것을 보면 이와 비슷하거나 오히려 더 많을 것으로 추정된다. 요즘도 길거리를 가다보면 전자오락실에서 한낮에도 많은 사람들이 전자도박에 몰두하고 있는 모습을 흔히 보게 되는데 우리나라에서 도박 중독이 얼마나 심각한지를 보여주는 좋은 실례라고 생각된다.

병적 도박을 하는 환자들은 흔히 돈이 모든 문제의 원인이자 해결책이라는 생각을 갖기 쉽다. 또 개인적으로 매우 심각한 스트레스 상황에서도 지나치게 활동적이고 자신만만해 하거나 돈을 몰 쓰듯하는 경향이 있다. 게다가 돈을 저축하거나 규모있게 쓰려는 노력은 아예 하지 않으며 도박자금을

도박을 하지 않으면 심한 불안감과 우울·초조함이 지속되며

도박을 할 때 자신의 책무나 도덕심마저 모두 잊어버리고 들뜨고 흥분된 상태를 유지하게 되면

‘병적 도박’으로 진단받게 된다. 도박자금을 벌릴 수 없게 되면 횡령이나 사기 등 반사회적 행동을 하게 되며 결국 직장도 잃고 가족들로부터 버림을 받게 된다.

이러한 병적 도박환자들은 먼저 3개월 이상 입원해 심리치료를 받아야 한다.

벌릴 수 있는 사람이 없어지게 되면 횡령이나 사기, 문서위조와 같은 불법적이고 반사회적인 행동까지 쉽게 하게 된다. 결국 이들은 직장도 잃고 가족들로부터도 버림받아 사회적으로 고립된 상태에서도 절망적으로 도박이라는 쾌락에 탐닉한다. 때론 이로 인해 경제적으로 완전히 파산한 뒤 막다른 골목에 몰려 자살을 시도하거나 자의 반 타의반으로 범죄집단과 연계되기도 한다.

결국 직장·가정 모두 잃어

병적 도박은 대개 여자보다 남자에게서 더 흔하며 부모가 병적 도박환자일 경우 그 자식도 도박에 중독될 가능성이 매우 높다. 남자의 경우 청소년기부터 일찍 시작되는 경우가 많지만 여자는 중년 이후에 늦게 시작되는 경우가 더 많다. 대개 도박으로 인한 문제는 심했다 덜했다 하면서 만성적으로 지속되는데 대부분의 환자들은 다음과 같은 3단계 과정을 밟아나간다. 첫번째 과정은 도박을 시작하지 얼마 안된 시기으로써 도박으로 자주 돈을 따는 시기이다.

대개 주변으로부터 도박을 아주 잘 한다는 소리를 들으며, 특히 단 한 차례라도 큰 돈을 벌게 되면 그 맛을 잊지 못해 도박을 계속하게 된다. 두번째 단계는 점차 돈을 따는 것보다는

잃는 횟수가 더 많아지는 시기이다. 이때부터 환자는 점차 무모하게 배팅을 하거나 앞뒤 안 가리고 돈을 벌러거나 직장과 가정까지도 버리는 멍청이로 전락해 간다. 마지막 단계는 모든 일을 제쳐두고 오로지 도박에만 필사적으로 매달리는 시기로 결국엔 얼마 안 가서 사회적 파멸을 맞게 된다. 대개 병적 도박환자들이 마지막 단계에까지 이르는 데는 평균적으로 15년 정도가 걸린다고 하는데 일단 마지막 단계에 도달하면 완전 파멸까지는 1~2년 정도밖에 걸리지 않는다.

병적 도박을 하게 되는 원인으로는 여러 가지가 있을 수 있다. 우선 아이가 15세 이전에 부모가 이혼 또는 별거를 하거나, 부모로부터 버림을 받거나 부모가 죽은 경우에도 나중에 병적 도박행동을 보이게 될 가능성이 높다고 한다.

또한 부모의 잘못된 양육태도(아이들 앞에서 도박을 즐기거나, 평소 지나치게 물질적인 면만을 강조하거나, 저축을 하거나 규모있게 사는 모습을 보여주지 못하는 경우)가 이런 문제를 일으키는 위험요인이 될 수 있다. 그 밖에도 우울증이 있거나 어릴 때 주의력 결핍장애와 같은 질환을 앓았던 경우에도 가능성이 높다. 생물학적인 관점에서는 이 병이 대뇌 내부의 세로토닌계 이상 때문에 발생한다는 주장이

제기되고 있지만 아직 확실한 정설은 없는 실정이다.

3개월 이상 입원치료 해야

병적 도박환자들은 대개 치료를 받으려 자발적으로 병원에 오지 않는다. 미국에서는 1950년대부터 병적 도박환자들의 재활을 위해 자조모임이 구성되었으며 우리나라에서도 환자들의 자조모임인 소위 ‘斷도박’ 모임이 구성되어 활동을 하고 있다. 이런 환자들끼리 서로 돕는 자조모임은 병적 도박을 치료하는데 많은 도움이 될 수 있지만 대부분의 환자들의 경우 우선 자신이 도박중독 환자라는 사실을 인정하지 않기 때문에 치료를 받으려는 의지가 희박하다는 것이 문제이다.

따라서 병적 도박환자들 중 증상이 심각하면 먼저 3개월 이상 동안 장기 입원치료를 통해 도박으로부터 억지로라도 떨어져 있는 것이 가장 중요하다. 입원치료를 통해 자신이 도박에 중독되어 있음을 인정하게 되면 그 다음부터는 심리치료의 일종인 심층 정신치료를 정기적으로 받는 것이 큰 도움이 될 수 있다. 때론 항우울제나 항불안제 등의 약물치료가 큰 역할을 할 수도 있다. ⑤7

柳凡熙

(성균관대의대 교수/삼성서울병원 정신과)