

화병을 가진 중년여성의 일상생활 재편성 경험

The Experience of Reorganization of the Everyday Lives among Middle-aged Women with Hwabyung

박영숙*, 채선옥**, 양진향***
계명대학교 간호대학*, 서라벌대학교 간호과**, 인제대학교 간호학과***

Yeong-Sook Park(ysp615@kmu.ac.kr)*, Sun-Ok Chae(cheso@sorabol.ac.kr)**,
Jinhyang Yang(jhyang@inje.ac.kr)***

요약

본 연구는 화병을 가진 중년여성의 일상생활이 어떠한 양상으로 재편성되는지를 사회문화적 맥락과 연관하여 이들의 시각에서 심층적이고 포괄적으로 이해하고, 나아가 이 과정에서 어떠한 간호중재가 요구되는지를 탐색하고자 시도되었다. 연구참여자들은 7명이며, 문화기술지 연구방법을 적용하여 자료를 수집하고 분석하였다. 화병을 가진 중년여성의 일상생활 재편성은 가족집단에 대한 인식과 위기의식으로부터 출발되었으며, 먼저 자신의 삶에 대한 인식을 재조정하면서 실제적인 재편성이 시작되었다. 이러한 과정에서 참여자들은 가족관계를 정리하고 강화하였으며, 가족 내 자신의 역할을 충실히 감당하고 가장의 빈 역할을 대신할 뿐 아니라 자신의 역량을 강화해 나감으로써 일상생활을 재편성하고 안정적인 정착을 도모해 나갔다. 이 연구 결과는 화병을 가진 중년여성의 일상생활 재편성에 대한 이해를 바탕으로 대상자와 그 가족들에게 실제적 도움이 될 수 있는 간호중재개발의 지침을 제공하였다는 점에서 그 의의를 찾을 수 있다.

■ 중심어 : | 중년여성 | 화병 | 일상생활 재편성 | 문화기술지 |

Abstract

This ethnography was done to understand the daily lives and life values of the experience of middle-aged women with Hwabyung. It also focused on how they reorganized their lives to escape their crisis and how they continued living going forward. The participants were 5 middle-aged women with Hwabyung and 2 family members in K city. Data were collected from iterative fieldwork through in-depth interviews and participant observations. Data were analyzed using text analysis and taxonomic method. The reorganization of the everyday lives of participants with Hwabyung started from the perception of family values and the crisis of those values failing. The participants' everyday lives were reconstructed by changing their perspectives on life, and renewing their family relationships. In addition, middle-aged women with Hwabyung managed to cope with their own roles, fill in for the role of husband, and reinforce their capacities. Their children' attitudes and behaviors were also reshaped due to the rearrangement of family roles. These results may help nurses understand and provide culture specific care for the middle-age women with Hwabyung.

■ Keyword : | Middle-aged Women | Hwabyung | Reorganization of the Everyday Life | Ethnography |

I. 서 론

1. 연구의 필요성

미국정신의학회에서 편찬한 DSM-IV에 의하면 화병은 한국의 민속증후군으로 분노증후군, 즉 분노의 억제로 인해 발생하는 병이다[1]. 화병이 우리문화와 관련이 된다는 점은 여러 선행연구들을 통해 보고되어 왔다[2-4]. 이는 모든 문화집단이 건강이나 질병과 관련된 신념과 행위를 가지며[5], 인간의 건강은 영양, 유전, 식습관 등의 개인적, 생리적 요소뿐만 아니라 경제, 사회구조, 종교 등 문화적 제 요소에 영향을 받기 때문이다[6]. 따라서 문화와 질병 또는 건강 간의 관계는 획문화적인 접근이 필요하다.

중년 여성들은 다양한 심리적, 신체적 스트레스에 노출되는데, 이는 한국의 문화적 특성과 관련하여 화병 증상으로 표출되는 경향이 있다[7]. 화병 유병률은 조사 연구에 따라 다소 차이가 있으나 대체로 전체 인구의 3-7%로 나타나며, 남성보다는 여성, 특히 중년 여성들에게서 많이 발생하는 것으로 보고되고 있다[5]. 화병의 주요 증상들은 불면, 피로, 공황, 임박한 죽음에 대한 두려움, 우울 등의 정신증상과 소화불량, 식욕부진, 호흡 곤란, 빈맥, 전신 통증과 상복부 이물감 등의 신체증상을 포함한다[1][8]. 그러나 화병의 증상을 경험하는 사람들은 그 원인을 알고 스스로 화병으로 진단을 내리므로 병원을 쉽게 찾지 않는 경향이 있어[9], 전문적인 건강관리 영역으로 접근할 수 있도록 이들을 도울 필요가 있다.

화병의 원인은 남편, 시댁과의 관계, 형제 등 가족 내의 갈등문제가 가장 많았으며, 다음으로 사회적인 문제로 생활고, 재정적 손실, 배신 등으로 나타났다[10][11]. 중년기 여성은 전통 사회의 통념이 잔재하고 새로운 가치체계가 정착하지 못한 신·구 가치관이 공존하는 현실 속에서 자아존중감이 저하되고 우울 등 정서적 변화를 경험하는 취약한 시기에 있어, 화병은 중년여성들에게 더 큰 고통을 경험하게 한다[12]. 화병과 관련된 이들의 경험을 이해하고 건강한 삶을 살아가도록 돋기 위해서는 일상생활 속에서 이들이 삶을 꾸려가는 방식이 무엇인가를 탐색해내는 것이 중요하다.

병은 문화적으로 정의되고 의미가 부여되며, 이에 근거하여 건강관행이 실천된다[13]. 지금까지 화병에 관한 선행연구는 원인, 증상, 삶의 질 등의 조사연구이거나[7][11] 화병이라는 질환에 초점을 두고 임상적 특성[14][15]이나 진단 및 관리[10][16]에 관한 탐구가 주류를 이루어 왔다. 질적 연구로는 근거이론방법으로 중년 여성의 화병과 관련하여 문제해결 과정을 탐구한 연구[9]가 이루어졌다. 그러나 인간의 행위는 가치, 신념, 의식구조, 생활양식 등을 토대로 사회문화적으로 구성된다는 점을 감안할 때[17], 사회문화적 맥락을 고려하지 않은 탐구결과는 문제의 근원을 해결하기에는 부족하다. 한편 중년여성의 화병과 관련하여 문화적 맥락에서 가족붕괴 경험을 탐구한 연구[12]가 이루어졌는데, 이는 화병과 관련된 가족붕괴가 어떠한 맥락에서 이루어졌는지를 이해하는 데 상당부분 기여하였다. 이러한 선행연구결과를 토대로 화병을 가진 중년여성의 일상생활이 어떠한 양상으로 재편성되는지를 이해하고 이 과정에서 어떠한 간호중재가 요구되는지를 탐색하는 것이 필요하다.

따라서 본 연구에서는 문화기술지 연구방법을 통해 화병을 가진 중년여성이 일상생활을 어떠한 사회문화적 맥락에서 재편성해나가는지를 탐구하고자 한다. 이러한 연구는 간호의 기본 이념에 충실한 간호연구를 실천하는데 유익한 길잡이가 될 수 있을 것으로 본다.

2. 연구 목적

본 연구의 목적은 화병을 가진 중년여성의 일상생활 재편성 경험을 사회문화적 맥락과 연관하여 이들의 시각에서 심층적이고 포괄적으로 이해하고자 하는 것이다.

II. 연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 “화병을 가진 중년여성들은 지금의 상태를 어떻게 인식하고 있는가?”, “화병을 가진 중년여성들은 일상생활 붕괴 후 지금까지 어떠한 변화를 겪어왔는

가?”, “이러한 경험은 어떤 사회문화적 맥락에서 구성되는가?” 등의 연구문제를 탐색하고자 하는 문화기술지 연구이다.

2. 참여자 선정

본 연구의 참여자는 자신을 화병환자로 인식하고 있고, 화병으로 고생하고 있음을 주변사람들로부터 인지된 바 있는 중년여성들이다. 참여자 선정은 처음에 K시 소재 사회복지관 등 지역사회 기관을 통해 해당 중년여성들을 알게 되었고, 이들을 통해서 연구목적에 부합하면서 배경적 특성이 다양한 중년여성들을 소개받는 식의 눈덩이 굴리기 추출방식으로 진행되었다. 1차 조사에서 화병 진단을 위한 설문지 도구[18]를 사용하여 기준에 충족하는 중년여성들을 선별하였고 이들 중 연구 참여에 동의한 대상자 5명을 연구 참여자로 선정하였다. 또한 영역분석 과정에서 참여자들의 자녀가 유의한 자료를 줄 수 있을 것으로 판단하여 연구 참여에 동의한 자녀 2명을 참여자로 포함하여 최종 연구 참여자는 7명이었다. 중년여성 참여자의 연령은 40대가 4명, 50대가 1명이었으며, 종교는 불교 2명, 기독교 2명, 무교 1명이었다. 결혼 상태로는 사별 2명, 이혼 2명, 사별 후 재혼 1명이었다. 참여자 자녀 2명은 미혼인 성인자녀로서 아들과 딸 각 1명이었다.

화병의 주된 원인은 남편과 관련된 문제로 남편의 질병 수발이나 학대로 인한 고통, 그리고 이혼이나 사망에 따른 생활고 등이었다.

3. 자료 수집

자료 수집은 2015년 1월부터 2016년 4월까지 참여자와의 심층면담과 참여 관찰을 통하여 이루어졌고, 분석과 순환적으로 실시하면서 진행하였다. 참여자들과는 1년 이상 지속적인 만남을 통해 신뢰관계를 유지해왔기 때문에 면담과 참여관찰은 원활하게 이루어졌다. 면담은 참여자에 따라 2~5회에 걸쳐 심층적으로 이루어졌으며, 면담 장소는 참여자가 원하는 식당, 휴게실 그들의 가정 또는 직장에서 실시하였다. 일회 면담 시간은 1시간 30분에서 3시간 정도까지 소요되었다. 면담을 진행하면서 참여자들의 어투, 비언어적표현 등을 주시하-

여 기록하였으며, 면담 중에 질문사항과 중요한 내용들은 따로 정리하였다. 연구 참여자들의 면담 내용은 참여자들의 동의를 얻어 모두 녹음하였으며 참여자들의 표현 언어를 그대로 필사하였다. 참여관찰은 참여자의 가정이나 직장, 기타 면담 장소에서 주변 환경과 사람들과의 상호작용 등을 관찰하면서 이루어졌는데, 주로 참여자로서 관찰자(observer-as-participant) 수준에서 진행하였다. 참여자의 집에서는 가족과의 일상생활을 중심으로 관찰하였고, 직장이나 기타 면담 장소에서는 활동의 양상, 동료나 외부인을 대하는 모습이나 관계 등을 관찰하였다.

4. 자료 분석과 타당성 확립

자료는 화병환자들의 일상생활 재편성 경험에 대한 미시적 현상을 사회문화적 맥락과의 연관성 속에서 분석하였다. 분석을 위한 자료는 면담 필사자료와 참여자의 자연스러운 대화와 행동에 대한 참여관찰 내용을 토대로 작성하였다. 녹음한 내용을 반복적으로 들으면서 필사하였고 메모형식의 관찰 자료를 현장노트로 작성한 후 두 자료를 비교 검토하였다.

화병을 가진 중년여성들의 일상생활 재편성에 관한 양상과 구조를 파악하기 위해 Spradley[19]의 분류분석틀을 적용하였다. 분석의 전 과정에서 행간분석과 초점분석을 반복해 나가면서 영역분석, 분류분석, 성분분석, 주제 분석의 순으로 탐색하였다. 첫 단계로 텍스트를 반복적으로 읽으면서 전체적인 내용을 파악하고 사건별 자료를 행간분석하며 영역을 나누어 분류하였다. 두 번째 단계로 분류된 영역별로 유사성과 상이점을, 사건별, 개인별, 가족별 특성 등을 고려하여 분석틀을 작성하였다. 세 번째 단계로 분석틀에 따른 개별 자료를 바탕으로 가족상호간의 관계, 사건의 의미 등을 작성하였다. 네 번째 단계로 영역과 영역의 관계, 문화 범주들 간의 관계, 영역과 문화 범주들의 공통점을 검토하면서 참여자들이 일상생활을 재편성하는 과정에서 어떠한 양상을 보이고 각 양상들이 어떤 구조를 가지는지를 분석하였다.

질적 연구 수행과 관련된 민감성 확보를 위하여 연구자들은 질적 연구로 박사학위 논문을 작성하였고, 문화

기술지 연구를 비롯한 수편의 질적 연구를 수행하여 학회지에 게재한 바 있다. 또한 해마다 여러 질적 연구 학회나 콜로키움에 참석하여 질적 연구 수행의 질을 높이기 위해 꾸준히 노력하고 있다.

본 연구의 타당성을 확보하기 위하여 문화기술지 연구방법에 따라 자료수집과 분석절차를 진행하였다. 또한 다양한 실제 경험 자료를 확보하고 주요 참여자들과 함께 면담내용을 확인하는 과정을 거쳤다. 연구자들은 면담자료를 각자 분석하여 분석결과가 참여자의 경험 내용과 일치하는지를 검토하였으며 수차례의 토의과정을 거쳐 합의에 도달하였다. 연구에 대한 가정과 편견 등을 배제하기 위해 개인일지에 기술하였으며, 분석내용을 상호비교하고 구분할 수 있도록 현장일지와 메모, 개인일지를 비교하면서 기술하는 작업을 지속하였다. 자료 분석을 다단계에 걸쳐 순환적으로 실시하였고 분석결과를 질적 연구에 풍부한 경험을 가진 간호학 교수 2인의 검토를 받음으로써 타당성을 확립하고자 하였다.

5. 윤리적인 고려

현지조사에서 참여자들이 자율적으로 참여하도록 연구 목적과 과정, 보고서 작성 상의 익명보장, 그리고 면담 내용의 녹음 등에 관해 설명하고 참여자들과 가족에게 협조를 구하였고, 연구 참여에 동의한 참여자들은 서면 동의서를 작성하였다. 참여자에게 불편을 초래하거나 위험을 가하지 않도록 면담과 관찰에서 대상자가 동의한 사건이나 내용에 한하여 자료를 수집하였고 수집된 자료는 연구 목적으로만 사용됨을 알렸다. 면담 시 참여자는 면담이나 녹음기 사용을 언제든지 거부할 수 있음을 알린 후 면담을 시행하였다.

III. 연구 결과

참여자들의 일상생활 재편성은 먼저 자신의 삶에 대한 인식을 재조정하면서 실제적인 재편성이 시작되었다. 이러한 과정에서 참여자들은 가족관계를 정리하고 강화하였으며, 가족 내 자신의 역할을 충실히 감당하고 가장의 빈자리를 대신할 뿐 아니라 자신의 역량을 강화

해나감으로써 일상생활을 재편성하고 안정적인 정착을 도모하였다[표 1].

표 1. 화병을 가진 중년여성의 일상생활 재편성 경험

범주	하위범주
삶의 인식 재조정	1) 인식의 전환 2) 자녀를 통해 살아갈 희망 찾기
2. 가족관계의 정상화	1) 가족관계의 정리 2) 가족관계의 강화
3. 가족역할의 회복	1) 제 역할 감당하기 2) 빈자리 대신하기 3) 역량 강화하기

1. 삶의 인식 재조정

1.1 인식의 전환

참여자들은 현실의 어려움들을 겪으면서 결국 변화된 현실을 살아내야만 한다는 인식이 점차 증가하게 되었다. 참여자 2는 성격이 좋고 돈을 잘 버는 남편덕분에 윤택한 삶을 살았다. 그러나 남편이 암으로 사망하자 남편과 함께 모든 것이 사라지고 나락으로 떨어졌다. 하지만 자녀들과 삶을 살아내야 하기에 자신이 처한 현실을 받아들이고 현재의 단칸방에 만족하며 살고 있었다.

화장실도 재래식이고 마당 맨 끝에... 문도 미닫이 문이고 농도 안들어가고. 화장실도 이만큼 채이갖고 구더기가 벽에 이만큼 돌아다니고... 바퀴벌레도 말도 못하고... 그래도 나는 누울 곳이 있سي이(있으니). (참여자2)

참여자 1의 남편에게는 지병이 있었고 자연스럽게 이혼을 하게 되었는데, 딸의 양육비를 벌기위해 일을 하였지만 회사사정으로 일찍 그만두게 되었다. 이후 생계 수단으로 시작한 주택사업이 동업자들의 배신으로 부도가 나면서 참여자는 절망 속에 빠지게 되었다. 힘든 가운데 아이들과 살아야 했기에 비교적 생활비가 적게 든다는 지금의 도시로 이주해서 제 2의 인생을 시작하게 되었다. 참여자 1은 남편이 병을 얻기 전까지 평화롭고 경제적으로 여유롭게 살았으나 지난 수년 간 엄청난 경제적 궁핍과 심리적 고통을 겪었다. 하지만 지금의

현실상황을 직시하면서 이렇게라도 살아갈 수 있겠다는 마음이 들게 되었다.

정말로 경제적으로 타격이 딱 오니까 그담에는 제가 마음에서 화가 치미는 것을 느끼겠고, 현실적으로가 안되니까 (중략) 여관에서 하루를 자고 그 이튿날 동네를 돌아봤어요. 전봇대위에 10달 사글세 방 50만 원짜리도 있고 100만 원짜리도 있고... 자 여기서 한번 시작을 해 보면 어떨까 싶은 생각이 들었어요. (참여자1)

한편 참여자들은 표현하기 힘든 현실적 고통을 ‘내 팔자’나 ‘내 뒷’으로 돌리고, 바꾸기 힘든 현실에 대해서 수용함으로써 자신의 책임을 다하고자 하였다. 참여자 5는 고통스러운 현실의 책임을 스스로에게 돌리고 주어진 환경을 긍정적으로 생각하고 수용함으로써 사회의 일원이 되고 있었다.

화가 여기까지 올라 오거던예. 응급실에도 몇 번이나 갔어예. (중략) 하루를 살아도 마음 편히 자유롭게 살아봤으면 싶지예. 이게 다 내 팔자려니 생각하고... 아침에 일하러 가면 이 속에 맺혔던 게 확 내려가는 것 같애요. (참여자 5)

1.2 자녀를 통해 살아갈 희망 찾기

참여자들은 공통적으로 자녀들로부터 희망을 발견하였다. 자녀들이 착하게 자라거나 학교에서 상을 받거나 장학금을 받기 위해 열심히 공부하는 모습을 볼 때 살아가는 힘을 얻었으며, 친구들에게 자신을 당당하게 부모로 인사시키거나 엄마를 극진히 위하는 모습을 볼 때 큰 위로를 얻었다. 참여자 3은 자녀들에 대해 ‘아직 모르지요’라고 말은 하지만 희망과 자신감을 보였으며, 면담 도중 공부하러 가는 딸을 보자, 얼른 간식과 용돈을 챙겨주고 격려를 아끼지 않는 모습을 보였다. 아들은 다소 불성실한 면이 있어서 신경을 좀 쓰게 하지만 딸은 누가 보더라도 착하고 성실한 학생이었기 때문이다. 참여자들에게는 이처럼 믿을만한 자녀를 두는 것이 무엇보다도 큰 힘이 되었다.

아이들 잘 키는 게 젤 목표라. 내가 마 또 힘들어도 착하고 이라니까 절대 거짓은 없고 내보는 눈에는 밖에서는 어떻게 행동하는지 몰라도 아직까지는 마 90, 90점은 된다싶어. (참여자 3)

참여자 5는 초라한 엄마를 친구 앞에서 당당하게 소개하는 자녀들에게 고마워하였다. 이유 없이 폭력을 휘두르는 급하고 상식을 벗어난 남편과의 생활에서 그나마 희망과 자존감을 회복하는 순간이 되었다. 그리고 ‘엄마는 저런 아빠 같은 사람 만내(만나) 가지고 이 같이 고생하고 저런 아빠하고 이혼해라...'라고 엄마의 고생을 알아주는 딸의 말 한마디가 큰 위로가 되었다. 그리고 어려운 살림살이로 인해 뒷바라지를 제대로 해주지 못했으나 상을 받아오거나 열심히 공부하는 모습 등은 삶에 지친 참여자에게 큰 힘이 되고 사는 목적이 되었다.

그라고 인자 왜 엄마 아빠가 시청에 청소한다거나 막 일 하면 요새 애들 철이 없어가 엄마가 가면 지(자기) 친구한테 쟁피해가 숨어가고 그러잖아 그지예 우리아이들은 너무너무 자랑스러워하고 그거 참 고맙고... 가가(그 아이가) 중앙시장 상가 축제에서 상 탔데이. (참여자 5)

2. 가족관계의 정상화

2.1 가족관계의 정리

참여자 5명 중 4명은 이혼 또는 사별로 가장의 역할을 해줄 남편이 없으며, 나머지 1명은 재혼하여 남편이 있으나 폭력, 외도 등으로 가장의 역할을 거의 하지 못하여 이혼을 고려하고 있는 상태이다. 참여자들은 현재의 상황에서 도움이 되지 않거나 위해가 되는 가족관계를 심리적 또는 물리적 단절을 함으로써 일상생활의 안정을 도모하였다. 대부분의 참여자들은 남편의 자리가 비어있어 현실의 어려움에 직면해있지만 고통스러웠던 시절을 떠올리며 면담 도중 긴 한숨을 내쉬면서 현재의 삶에 안도하는 모습을 보였다.

킬로씩 빠졌어요. 그때는 귀 고막도 나가고 마이 그랬어요. 그때를 생각하면 내한테는 없는 게 낫고 (중략) 지금도 뭐하면 있었으면 시푸지만(싫지만) 패던(때리던) 기억 떠올리며 적응하고. (참여자 3)

참여자 5의 경우 남편은 상식이 통하지 않고 이유가 없는 폭력을 행사하여 살아있거나 옆에 있는 것이 오히려 짐이 되고 고통스러울 때가 더 많았다. 따라서 참여자 5는 일상생활에서 남편이 가장으로서 적절한 역할을 하지 못하고 오히려 더 큰 고통을 안겨주므로 차라리 남편이 없다고 생각하는 것이 편하다고 마음으로부터 단절을 하였다.

나는 세상에서 제일 무서운게 아들 아무지라예. 대화가 안되니까 좋은 말로 대화를 하고 싶어도 아무 때나 하면 안되거든. 그런 사람들은 성질이 급하니까 1초도 못 참아요. 마 없는 셈치고. (참여자 5)

또한 참여자들은 결혼과 함께 가족으로 형성된 시댁식구들과 편치 않는 관계임을 경험하였다. 남편으로 인해 그토록 힘든 과정을 겪을 때에도 아픔과 상처를 싸매어 주기보다 오히려 끊임없이 시험하고 감시하여 괴로움을 줄 때가 더 많았기 때문이다. 따라서 참여자들은 위로나 도움을 주지 않는 못한 가족에 대해 관계를 끊고, 차라리 가까운 이웃을 아픔과 기쁨을 나누는 가족으로 받아들이고자 하였다. 참여자들이 가족관계를 끊는 것은 시집 식구 뿐만은 아니었다. 이들은 자신이 가진 아픔이 커기 때문에 친정식구들의 말 한마디에도 크게 상처를 받았고 발걸음을 하지 않을 정도로 버겁고 힘든 삶을 살았다.

팔은 안으로 굽는다고 동서들도, 시집식구들도 내가 혹시나 해가지고 간다는 생각을 마이 갖고 있지. (참여자 2)

친정 오빠가 무심결에 동생이 이런 처지인 걸 몰라노이 마 과부가 하면서, 아파 그서 마 완전히 사람이 그저 헷가닥 가뿌겠대(화가 굉장히 나서 주체하기 힘들었

다). (참여자3)

2.2 가족관계의 강화

하지만 시간이 흐르면서 참여자들을 감시하고 정죄하던 시집의 식구들이 참여자들의 옹호자가 되기도 했다. 시어머니와 시누이가 비판자와 판단자의 입장에 있다가 이제는 돋고 위로하는 사람이 되어 가족관계가 새롭게 강화되었다. 이것은 오랜 세월동안 참여자가 자녀와 가정을 혼신적으로 돌보아왔기 때문에 가능한 일이었다.

니(며느리)가 죽고 우리 아들이 살았으면 우리집안이 영 엉망이 됐을낀데. 자기네 들이 그라는 거라. 시누이도 다 내가 잘살아 놓으까네. 시누이도 내가 살아 있으니 좋다고. (참여자 3)

한편 대부분의 참여자들은 ‘좋은 친구가 꾀붙이 보다 낫다’고 하였으며 참여자가 어려울 때 실제적으로 친구로부터 도움과 위로를 받을 때가 많았다. 이러한 친구는 단순한 친밀 관계가 아니라 참여자와 같은 아픔을 가진 사람으로서, 수시로 참여자를 방문하여 반찬이나 과일 등을 쟁겨주고 균형을 나누는 등 친자매 이상으로 가족과 같은 관계를 유지하고 있음을 볼 수 있었다.

3. 가족 역할의 회복

3.1 제 역할 감당하기

참여자들은 극한 상황에 내몰리자 처음에는 도를 넘는 고통과 막막한 앞날, 그리고 ‘안 아픈 데가 없는’ 정도로 몸 상태가 악화되어 자신의 역할을 제대로 해낼 수가 없었다. 정상적인 일상생활이 이루어지지 않는 힘든 시간을 보냈지만 참여자들은 자녀와 함께 현실을 살아내야 했기에 어떤 일이든 해야 했다. 한 사람의 여성으로 살아가기보다 강한 엄마, 억척스러운 생활인으로서 살아가야했다. 사회에서 흔히 듣게 되는 “엄마가 거름이 되어야지”, “여성은 약하지만 엄마는 강하다”라는 말이 일상생활에서 실감이 되었다. 이 모든 것이 자녀와 가정을 지키기 위한 참여자들의 희생이며 자녀들을 강하게 키우기 위한 노력이었다. 참여자 5는 아이들 교

육을 위해 엄마로서 어떤 일도 할 수 있다고 생각하였고 현재 구두 닦는 일을 하고 있는데, 추운 겨울에 고된 작업을 하면서도 힘들거나 싫은 내색이 없이 손님들에게 친절하게 대하는 모습을 보였다.

참는 거는 이력이 났어. 겨울에는 구두약이 굳어가지고 일이 안돼. 한 시간에 열 개 할 거를 겨울에는 다섯 개도 안 된다 그만큼 시간도 오래 걸리고, 일이 열마나... 사람도 떨고... 약이 마 솔질을 하면은 좁쌀처럼 가루가 돼서 널찐다(떨어진다). 추우면 계단으로 자꾸 올라가는기라. 인제 뚝이라도 펴라카마 퍼지예. (참여자 5)

3.2 빈자리 대신하기

참여자들은 가장이 부재하거나 부재나 다름없는 현실에서 엄마로서의 역할 뿐 아니라 가장으로서의 역할을 다하였다. 언젠가부터 “남편을 대신해야 된다”는 생각은 자연스럽게 참여자의 행동 저변에 자리 잡고 있었기 때문에 위험하거나 부끄러운 일도 마다하지 않았다. 참여자 4는 이전에 남편이 하던 일이었지만 아이들을 위해서 가축 잡고 내다 파는 일도 서슴지 않고 해낼 수 있었다.

남편이 그 여자한테 가고나마... 아 들은 돈 달라 카마 돼지 병든 거 그냥 놔두면 죽거든요 그런 거 내가 잡아요. 거기서 간이 커졌지요. 간이 커져가 돼지 잡는 거는 보통으로 여기고 잡아가 팔아요. 돼지를 각을 떠가 빼는 빼대로 발가(발라)내고, 당하이(당하니) 다해요. (참여자 4)

참여자들의 자녀 또한 아버지가 부재한 또는 부재나 다름없는 상황에서 어머니의 집을 덜기 위해서나 나름대로 살아남기 위해 노력하는 모습을 보였다. 자녀들은 자신의 역할을 다할 뿐 아니라 아버지의 빈자리를 대신 해야 한다는 책임감을 가지고 있었다. 이러한 책임감으로 인해 형제 자매간에 서로가 학업에 도움을 주거나 아르바이트를 하여 번 돈으로 용돈을 나눠 쓰기도 하였다. 한 참여자의 딸은 아버지 대신 동생의 일상생활을

지도하였고 어머니에 대한 부양에 대해서도 적극적이었다.

동생한테 아빠 역할 다하고... 엄마보다 더 무섭게 하고 잘해 줄 때는 잘해 주고... 나중에 엄마도 데꼬가서 살끼다. (참여자 6)

3.3 역량 강화하기

참여자들은 어려운 현실 가운데 지금보다 좀 더 나은 생활이 되도록 새로운 일자리를 찾아 배울 뿐 아니라 건강을 무엇보다 중요한 자산으로 인식하고 꾸준히 관리하였다. 뿐만 아니라 신양생활을 꾸준히 해나거나 필요 시 타인의 도움을 받기도 하여 일상생활을 다시 꾸려나갈 힘을 얻었다. 참여자 1의 경우 빨리 배운 지식을 잘 활용하는 자신의 장점을 살려 무상으로 거주할 수 있는 곳을 찾게 되었으며 시간제 일자리도 얻게 되었다. 참여자 2는 가족의 생계를 책임져야하기에 여러 가지 힘든 일을 하고 있는데, 어려운 현실을 살아내기 위해서는 무엇보다 건강이 중요함을 깨닫고 평소 건강관리를 잘 하고자 하였다. 건강관리를 질함으로써 참여자는 생활의 안정을 위해 더 많은 일을 할 수 있고, 자녀들의 뒷바라지에 최선을 다할 수 있다는 것이다.

내 스스로 동사무소를 찾아가니까 oo를 안내해주더라고요. 거기서 3년을 무상으로 살 수 있다는 기라. 세금 없이. 내가 배운 게 헛되지 않았다는 걸 새삼 느꼈습니다. 그리고 시에서 호적을 전산으로 하는 작업을 했는데 요새 사람들은 한자를 잘 못 읽거던요. 그래서 제가 좋은 아르바이트 자리를... (참여자 1)

하루 저녁에 세 탕 뛰었을 때도 있었어예. 사실은 알바이트 하거든예. (중략) 우선은 내 몸이 건강해야 된다 싶어 몸이 안 좋을 때는 침도 맞고. (참여자 2)

한편 참여자들은 혹독한 현실 앞에서 고통을 견뎌내면서 일상생활을 재편성하는 과정에서 자신의 종교적 믿음과 지역사회 지인들로부터 실제적인 도움을 받았다. 참여자들이 스스로 해결할 수 없는 불가항력적인

일들에 대해서는 종교적 믿음의 대상을 통해 위로와 힘을 얻었다. 참여자 5는 기도로 하나님의 은혜를 구하는가 하면 참여자 1은 '아침저녁으로 집에 마련된 불상 앞에서 기도'하기를 꾸준히 해오면서 믿음의 대상에 의지하고 힘을 구하였다. 또한 직장 동료나 지인, 친구들의 도움도 일상생활을 다시 꾸려나가는 데 큰 도움이 되었다.

이사하는 데 직원들이 점심시간에 나가가 다 옮겨주고... 내가 대접해야 될낀데 오히려 뺑이랑 먹을꺼를 한 보따리 사갖고 와갖고 내가 됐다고 됐다고 해도 다해주고 얼마나 고맙든지. 세상에 좋은 사람들도 많아요. (참여자2)

IV. 논의

화병은 외부적인 스트레스에서 비롯되며, 분노와 같은 특별한 정서가 개입되고 이러한 감정을 풀지 못하는 시기를 지나 화의 양상으로 나타나는 병으로 한국의 문화와 밀접한 관련이 있다[14]. 화병의 구체적인 원인은 전통적인 가족제도, 가부장적인 남녀차별, 전통적 권위주의, 사회 환경, 경제발전에 따른 가진 자와 가지지 못한 자의 문화충돌 등으로 알려져 있다[20]. 특히 한국의 중년여성들이 경험하는 화병은 한국이 가진 문화 즉, 가부장적 담론이 지배하는 혈통중심의 가족집단주의의 산물로 제시된 바 있다[12]. 본 연구에서는 이러한 제 요소가 참여자의 화병 유발에 영향을 준 것으로 확인되었다. 화병을 얻게 된 참여자들은 가족의 구조와 기능이 붕괴되는 고통스런 현실에 직면하여 자녀와 살아남기 위해 일상생활을 재편성해가는 경험을 하였다.

참여자들은 변화된 현실을 자녀와 함께 살아내야 했기에 삶에 대한 인식의 전환이 필요했고 자녀를 통해 살아갈 희망을 발견하고 힘을 얻어야만 했다. 근거이론적 접근을 통한 중년여성의 화병 경험과정 연구[9]에서 핵심범주는 '가시밭을 헤쳐나감'으로 나타났으며, 다양한 전략 중 어려움이 거듭되는 험한 처지에서 속 끓이고 원망하는 일이 소용없는 일임을 깨닫고, 마음을 비

우고 현실을 받아들이며 자녀를 통해 희망을 불어넣는 전략을 사용하는 모습을 보여 본 연구결과와 유사하였다. 또한 화병환자들이 초기에는 타인에게 탓을 돌리지만 시간이 지나면서 자신에게 탓을 돌리는 것으로 나타났는데[21] 본 연구의 참여자들은 이를 통해 현실을 수용하는 기제로 사용하였다. 인간은 극심한 불행 속에서도 살아남기 위해 삶에 대한 인식을 전환하거나 무언가에 대한 희망의 끈을 찾게 된다. 중년여성의 화병 경험은 한국적 맥락을 바탕으로 일어나는 현상이므로 이들을 돋기 위해서는 우선적으로 이들이 처해있는 삶에 대해 깊은 이해와 공감이 필수적으로 요구된다.

자신의 삶에 대한 인식 전환이 이루어지면서 참여자들은 가족관계를 정리하거나 강화함으로써 일상생활의 재편성을 도모하고자 하였다. 사별이나 이혼으로 남편이 부재하거나 남편이 가장으로서 역할을 할 수 없으므로, 먼저 힘든 현실세계를 살아가는데 도움이 되지 않거나 위해가 되는 가족구성원에 대해서는 심리적, 물리적 단절을 시행하였다. 남편의 부재 자체가 현실적 어려움을 초래하는 경우에는 이전의 고통스러웠던 시절을 떠올리며 현재의 삶에 적응하였고, 남편이 있지만 오히려 고통의 근원이 되는 경우 '없는 셈 치고' 살아갔다. 화병환자들은 배우자와의 관계에서 가장 많은 스트레스를 경험하는 것으로 알려져 있다[21]. 하지만 이러한 가운데서도 한국여성들은 아버지-어머니-자녀로 이루어진 소위 '정상 가족'을 유지하고자 하는 것으로 나타나[22] 본 연구에서 참여자들이 남편과 심리적 단절을 하면서도 가족관계를 유지해나가는 상황과 유사하였다. 한편 도움보다 괴로움을 주는 가족구성원에 대해서는 만남을 회피하거나 끊는 등 물리적 단절을 시행하기도 하였는데, 주로 시댁식구들이 해당되었고 친정식구 중 일부가 포함되었다. 중년여성의 화병인식에 관한 연구[11]에 의하면 시댁과의 관계가 화병의 주요 원인들 중 하나로 나타나 본 연구결과를 뒷받침해주고 있다. 한편 참여자들은 가족관계를 강화하기도 하였는데, 이는 힘들게 했던 시댁식구들이 시간이 지나면서 위로하고 용호하는 입장으로 바뀐 경우이거나 주변에서 항상 도움과 위로를 준 친구가 실질적 가족관계로 강화되었다. 이와 같이 지지적 관계의 형성은 화병 관리에서

긍정적 요인으로 제시되었으므로[10] 이들에게 가족 외에도 지역사회에서 효과적인 지지체계가 형성되어 도움을 줄 수 있도록 정책적인 차원에서 지원이 이루어질 필요가 있다.

가족관계를 정리하고 강화하면서 참여자들은 자신의 역할을 감당하고 가장의 빈자리를 대신할 뿐 아니라 여러 역할을 감당할 수 있는 역량을 강화함으로써 가족역할의 재편성을 시도하였다. 참여자들은 체념하고 주저 앉아 버리는 것이 아니라 주어진 삶을 살아내야 했기에 자신의 역할을 혼신적으로 감당하고 남편의 역할을 대신하였으며 이 과정에서 자녀들도 각자 역할을 다할 뿐 아니라 가장의 빈자리를 채우는 모습을 보여주었다. 이 결과는 알코올 중독자 가족들이 각자 자신의 역할을 강화하거나 남편이나 아버지의 결손 역할을 대신함으로써 가족의 역할과 기능을 재편성해나가는 것[22]과 유사하였다. 이러한 일상생활 재편성 과정에서 자녀들이 효과적인 대처전략을 배울 수 있도록 가족 치료적 접근을 도모하는 것이 필요하며[10], 배우자인 중년여성들이 주요 정서조절인 억압을 과도하게 사용하지 않도록 긍정적 대처기전의 사용을 교육하는 것이 필요하다고 본다[14]. 한편 참여자들이 배우고 도움을 요청함으로써 삶의 역량을 강화하는 모습을 보였는데 이는 종교와 사회관계망이 개인의 환경적응에 지원을 제공하고 적응능력을 향상시킨다는 연구결과[23]와, 화병환자들은 초기에는 참고 또 참는 억제적 대처방식을 자주 사용하지만 후기로 갈수록 종교적 대처 또는 정서적, 문제해결적 지원을 추구하였다는 연구결과[21]에 의해 뒷받침되었다.

우리나라 문화에서 여성은 화나 분노를 억제하고 스트레스를 발산할 기회를 잃어버려 화병에 취약하고 연령이 높아짐에 따라 화병 발생이 높아지는 경향이 있다 [7]. 중년여성의 대표적인 질환으로서 화병은 특히 한국의 사회문화와 관련하여 발병하는 것으로 알려져 있다 [4]. 최근 화병에 대한 중재는 의학적 모델에 기반을 두기보다 개인의 인격, 가족 갈등, 지역사회, 전통적 한국문화 등을 고려한 생태학적 모델에 기반을 둔 접근법이 제시되고 있다[3]. 따라서 화병을 가진 중년여성들의 일상생활 재편성이 효과적으로 이루어지기 위해서는 중

년여성 개인뿐 아니라 가족전체를 간호의 대상으로 삼아야하며, 한국사회의 독특한 문화에 대한 이해를 토대로 구체적인 간호중재방안이 모색되어야 한다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 화병을 가진 중년여성이 삶의 위기에 직면하여 어떻게 일상생활을 재편성해나가는지를 탐구한 문화기술지 연구이다. 참여자는 지역사회 기관을 통해 소개받아 화병 진단도구에서 기준을 충족하고 연구 참여에 동의한 중년여성 5명과 이들의 경험에 유의한 자료를 제공할 수 있다고 판단되는 자녀 2명을 포함하여 총 7명이었다. 이들과의 면담과 참여관찰에서 얻은 자료는 문화기술지 연구의 분류분석 기법을 사용하여 분석하였다.

참여자들의 일상생활 재편성은 가족집단에 대한 인식과 위기의식으로부터 출발되었으며, 우선 이전에 가졌던 삶의 가치, 의미, 목표 등을 재조정하면서 시작되었으며, 화병의 원인이 되는 가족 갈등, 특히 배우자와 관련된 관계 갈등을 해소하기 위해 역기능적인 가족관계는 심리적, 물리적으로 단절하고 도움이 되는 관계를 강화함으로써 가족관계를 재정립하였다. 이러한 구조적 재편성과 함께 가족 내 자신의 역할을 충실히 감당하고 가장의 빈 역할을 채울 뿐 아니라 새롭게 배우고 믿음생활을 하거나 주변의 도움을 적절히 활용하는 등 자신의 역량을 강화해나갔다.

이처럼 화병을 가진 중년여성들은 일상생활이 봉괴되어가는 고통스러운 현실에 직면하였지만 자녀를 중심으로 가족의 구조와 기능을 재정립함으로써 가족의 일상생활을 재편성해가는 모습을 보였다. 참여자들은 화병이 발생하고 일상생활이 어려워지기까지 ‘참고 또 참는’ 억압의 기전을 많이 사용하므로, 긍정적인 정서조절이 일어나서 삶에 대한 인식 재조정이 이루어지도록 실질적인 지지체계를 형성하는 중재가 필요하다고 본다. 이해와 공감에 토대를 둔 이러한 중재는 화병환자들의 일상생활 재편성이 일어날 수 있는 출발점이 되기 때문이다. 또한 가족관계를 재정립하고 가족역할의 재

편성이 원활히 이루어지기 위해서는 화병을 가진 중년 여성은 물론 자녀들도 효과적인 대처 역량을 가질 수 있도록 가족 치료적 접근이 요구된다. 나아가 이들에게 도움이 될 수 있는 종교적 믿음생활과 사회관계망이 활성화될 수 있는 지역사회 지원체계가 구축될 필요가 있다고 본다. 추후 연구에서 화병 대상자에 대한 좀 더 포괄적이고 독특한 경험을 이해하기 위해 사회문화적 배경이 다양한 대상을 충분히 포함하여 일상생활 재편성의 과정에 좀 더 초점을 두는 연구가 필요하다고 본다. 또한 이러한 연구결과를 토대로 화병환자에 대한 간호중재개발이 이루어질 필요가 있다.

참 고 문 헌

- [1] American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition Text Revision (DSM-IVTR)*, American Psychiatric Association, 2000.
- [2] N. Kristi, "Hwa-Byung," In S. Loue and M. Sajatovic (Ed), *Encyclopedia of Immigrant Health*, Springer, 2015.
- [3] J. Lee, A. Wachholtz, and K. Choi, "A Review of the Korean Cultural Syndrome Hwa-Byung: Suggestions for Theory and Intervention," *Asia Taepyongyang Sangdam Yongu*, Vol.4, No.1, pp.49-65, 2014.
- [4] K. M. Sung, S. Suh, and K. Song, "Symptoms to Use for Diagnostic Criteria of Hwa-Byung, an Anger Syndrome," *Psychiatry Investigation*, Vol.6, No.1, pp.7-12, 2009.
- [5] 박영주, "중년여성과 화병," *의학행동과학*, 제3권, 제1호, pp.74-81, 2004.
- [6] C. G. N. Mascie-Taylor, *The Anthropology of Disease*, Oxford University, 1993.
- [7] 박선정, 최은영, "중년여성의 화병과 우울 및 삶의 질과의 관계," *아시아여성연구*, 제53권, 제2호, pp.167-188, 2014.
- [8] 유승연, 김미리혜, 김정호, "마음챙김 명상이 중년 여성의 화병 증상, 우울, 불안 및 스트레스에 미치는 효과," *한국심리학회지*, 제19권, 제1호, pp.83-98, 2014.
- [9] Y. Choi, K. Y. Pang, and S. Kim, "A Transcultural Model of Hwa-Byung: A Grounded Theory," *J of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, Vol.15, No.4, pp.508-512, 2006.
- [10] 김종우, "화병의 이해와 관리," *스트레스연구*, 제13권, 제2호, pp.43-47, 2005.
- [11] 박선정, 최은영, "중년여성의 화병 인식에 관한 내용분석," *한국산학기술학회논문지*, 제16권, 제2호, pp.1304-1317, 2015.
- [12] 채선옥, 박영숙, "화병 환자의 가족붕괴 경험," *성인간호학회지*, 제19권, 제3호, pp.470-482, 2007.
- [13] M. O. Loustaunau and E. J. Sobo, *The Cultural Context of Health, Illness, and Medicine*, J. S. Kim, Trans., Hanul Academy, 2002.
- [14] 김종우, 정선용, 서현숙, 정인철, 이승기, 김보경, 김근우, 이재혁, 김낙형, 김태현, 강형원, 김세현, "화병역학연구 자료를 기반으로 한 화병 환자의 특성," *동의신경정신과학회지*, 제21권, 제2호, pp.157-169, 2010.
- [15] 이우진, 백경원, 김하경, 연규월, 임원정, "화병클리닉을 방문한 환자들의 임상증상과 MMPI 상의 성격 특징에 대한 연구," *정신신체의학*, 제16권, 제2호, pp.120-124, 2008.
- [16] 김종우, "화병의 진단," *스트레스연구*, 제12권, 제31호, pp.51-55, 2004.
- [17] D. Lupton, *Medicine as culture: Illness, disease and the body in Western societies*, J. S. Kim, Trans., Hanul Academy, 2009.
- [18] 박지환, 민성길, 이만홍, "화병에 대한 진단적 연구," *신경정신의학*, 제36권, 제3호, pp.496-502, 1997.
- [19] J. P. Spradley, *Participant Observation*, J. Y. Shin, Trans., Sigmapress, 2006.

- [20] 민성길, “화병-한국 문화와의 관련성과 그 너머,” 의학행동과학, 제3권, 제1호, pp.97-102, 2004.
- [21] 전경구, 김종우, 박훈기, “화병 환자와 일반 주부의 생활 스트레스와 대처 방식,” 대한심신스트레스학회지, 제6권, 제1호, pp.9-23, 1998.
- [22] 김형희, 알코올 중독자 가족의 일상성 봉괴와 재편성, 부산대학교, 박사학위논문, 2005.
- [23] 김희숙, 신동수, 전성주, 이성희, “중년기 기혼 성인의 가족건강 구조모형,” 성인간호학회지, 제20권, 제4호, pp.641-651, 2008.

양 진 향(Jinhyang Yang)

정회원



- 2001년 2월 : 이화여자대학교 대학원 간호학과(간호학박사)
- 2001년 9월 ~ 현재 : 인제대학교 간호학과 교수

<관심분야> : 만성질환자간호, 노인간호, 질적연구

저 자 소 개

박 영 숙(Yeong-Sook Park)

정회원



- 1999년 2월 : 경북대학교 대학원 간호학과(간호학박사)
- 1992년 3월 ~ 현재 : 계명대학교 간호학과 교수

<관심분야> : 만성질환자간호, 재활간호, 노인간호

채 선 옥(Sun-Ok Chae)

정회원



- 2003년 2월 : 계명대학교 대학원 간호학과(간호학박사)
- 1996년 3월 ~ 현재 : 서라벌대학교 간호과 교수

<관심분야> : 만성질환자간호, 성인간호, 질적연구