

# 알코올 의존자 배우자의 용서치료 경험과정

김희경<sup>1</sup> · 이은진<sup>2</sup>

인하대학교 대학원<sup>1</sup>, 인하대학교 간호학과<sup>2</sup>

## A Qualitative Study on Forgiveness Experience by Wives of Alcohol Abusers

Kim, Hee Kyung<sup>1</sup> · Lee, Eun Jin<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Graduated School, Inha University, Incheon

<sup>2</sup>Department of Nursing, Inha University, Incheon, Korea

**Purpose:** This study was done to describe the forgiveness experience following participation in forgiveness therapy of wives of men who abuse alcohol. **Methods:** A qualitative research method was used to describe the lived experiences of the participants in forgiveness therapy. Sixteen wives of alcoholic men were purposefully sampled from two alcohol counseling centers located in South Korea. Forgiveness therapy consisted of 120-minutes sessions once weekly. The data were collected from four groups. Conversations in forgiveness therapy were recorded and dictated. Data were analyzed using the Fullilove's problem-oriented analysis method. **Results:** The experience of wives of alcohol abusing husbands can be described as "Resistant," "Self-understanding," "Understanding her spouse," and "Growth" following forgiveness therapy. **Conclusion:** The results indicate that wives of men who abuse alcohol experienced recovery through forgiveness. Therefore forgiveness therapy can be used as an useful nursing intervention for inner healing and growth.

**Key Words:** Alcoholics, Forgiveness, Qualitative research

### 서론

#### 1. 연구의 필요성

우리는 살아가면서 수많은 사람을 만나고 다양한 형태의 관계를 맺고 있으며, 그 관계 속에는 기쁨과 행복이 있을 수도 있지만 배신과 상처, 갈등도 존재한다. 그리고 그러한 관계 속에서 발생하는 갈등과 상처에 어떻게 대처하고 해결하는가 하는

문제는 현재뿐만 아니라 미래까지 영향을 미치게 된다. 최근 이러한 대인관계로 인한 상처와 분노를 해결하고 관계를 회복하는 전략으로써 용서에 대한 관심이 증가하고 있고[1], 특히 부부관계에서 발생하는 갈등의 치유와 내적 성장을 위해 용서의 활용이 부각되고 있다[2,3].

용서는 모든 인간관계에서 발생하는 갈등과 상처를 건강하게 극복하는 심리과정으로[4,5], 대인관계의 회복을 목표로 하는 것이 아니고 대인관계로 인해 상처받은 개인의 치료 및 성장,

**주요어:** 알코올 의존자, 용서, 질적 연구

**Corresponding author:** Lee, Eun Jin

Department of Nursing, Inha University, 100 Inha-ro, Nam-gu, Incheon 402-751, Korea.  
Tel: +82-10-9318-4730, Fax: +82-32-874-5880, E-mail: [peace-peace@hanmail.net](mailto:peace-peace@hanmail.net)

- This manuscript is based on the first author's doctoral dissertation from Inha University.  
- This work was supported by Inha University Research Grant.

Received: Feb 17, 2014 | Revised: Apr 22, 2014 | Accepted: May 13, 2014

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

발달을 목표로 개인의 내적 자아에 초점을 맞추고 있다[4,6].

Enright와 동료들[7]은 용서를 가해자에 대한 부정적인 사고와 감정, 행동을 긍정적인 것으로 변화시키는 과정으로 정의하였고, McCullough, Fincham과 Tsang[8]는 가해자를 이해하기 위한 동기를 발전시키고 부정적인 동기의 방향을 전환시키는 것으로 정의하였다. 이러한 맥락에서 용서는 인간관계의 문제를 해결하고 개인의 성장, 발달을 도울 수 있으며[1], 특히 가해자와의 화해가 이루어지지 않더라도 개인 내적으로 이루어질 수 있는 독립적인 행위이다[9]. 따라서 이러한 용서는 알코올 의존인 남편의 변화와 무관하게 삶의 의욕을 상실하고 분노와 우울 등의 심리적 고통을 겪는 알코올 의존자의 배우자들[10]이 남편에 대한 미움과 원망에서 벗어나도록 도와줄 수 있을 것이다.

알코올 의존은 의존자뿐만 아니라 함께 사는 배우자와 자녀 등 가족 구성원 모두에게 영향을 미치고 결국은 가족체계를 흔들어놓게 되는 가족병으로, 알코올 의존자의 술 문제는 자녀와 배우자를 포함한 가족 구성원의 심리, 정서적 손상을 초래한다. 특히, 가장 직접적이고 심각한 영향을 받게 되는 배우자들은 남편의 술 문제로 인해 해결할 수 없는 분노와 우울, 원망, 미움, 증오 등의 다양한 심리적 고통을 경험하게 된다. 또한 이들은 오랜 기간 남편의 술 문제에 초점을 맞추어 살다보니 자신의 삶을 온전히 독립적으로 자유롭게 살기보다 남편의 필요와 요구에만 민감하게 반응하게 되는 병리적 현상인 공동 의존을 겪게 된다[11,12].

대부분의 경우 사람들은 대인관계에서 갈등이나 상처를 경험했을 때 해결전략으로 용서를 고려하지 않을 뿐 아니라 쉽게 용서하지 못한다[13]. 따라서 용서를 어떤 갈등과 상처에 대한 해결책으로 선택하기까지는 오랫동안 심리적 고통을 겪게 되고, 용서하기로 선택한 이후에도 용서의 과정이 완성되기까지는 오랜 시간이 소요된다[6,13]. 용서는 용서하고자 하는 사람의 자유로운 선택이지만, 용서하기로 선택하고 결정하는 순간부터 내가 피해자임에도 불구하고 가해자인 상대방을 용서하기 위한 과정을 경험하게 된다[6]. Enright와 동료들은 용서과정모형을 통해 용서가 진행되는 변화의 방향과 특성을 보여주고 있으며, 용서가 이루어지기 위해 필요한 심리적 과정과 용서할 때 사람들이 거치게 되는 일반적 경로에 관해 추정하고 있다[7]. 그러나 이러한 경로는 모든 사람에게 일률적으로 적용된다기보다는 개인마다 차이가 있을 것이며[14], 사람들은 가해자를 용서하는 과정 속에서 시간이 걸리고 고통스럽긴 하지만 치유와 회복을 경험할 수 있을 것이다. 회복이란 원래의 상태로 돌리기거나 원래의 상태를 되찾는 것이라는 의

미도 있으나[15], 단순히 되돌아가는 것이 아닌 스트레스나 질병상태를 유발시키는 외부 자극이 제거된 후 새롭게 적절하고 균형 잡힌 상태로 전환되는 것을 의미한다[16,17].

지난 20여 년간 국내외에서 용서치료에 대한 경험과학적 연구를 통해 용서치료의 효과성에 대한 연구들이 보고되었다[3,5,6,18,19]. 또한 지금까지 국내에서는 용서에 대한 개념분석과 용서경험이 있는 성인들의 용서과정에 대한 질적 연구와 용서치유 프로그램에 참여한 범죄피해자들의 용서체험에 대한 질적 연구가 이루어졌으나[20,21], 간호의 영역에서 구체적인 대상자에게 적용하여 용서치료의 경험과정에 대해 밝힌 연구는 보고되지 않았다. 또한 알코올 의존자 부인들은 폭언, 폭력, 경제적 어려움 등 부부관계에서 경험할 수 있는 대부분의 고통을 모두 겪게 되고, 이러한 부정적인 영향력은 환경이 변화되더라도 오랜 기간 지속되므로[22], 동일한 용서치료를 경험한다고 하더라도 용서가 일어날 수 있는 조건이나 과정이 다를 것이다[5].

이에 본 연구에서는 가족체계 안에서 갈등을 겪고 미움과 원망, 분노 등을 경험하게 되는 알코올 의존자의 배우자들의 심리, 정서적 손상과 고통이 ‘용서’를 통해 어떻게 회복되는지, 그들이 용서치료를 통해 어떤 용서과정을 겪는지 체험적 현상에 대한 의미와 구조를 밝혀 알코올 의존자의 배우자들의 심리적 갈등 해결, 정서적 고통 완화 및 성장을 위한 간호중재 개발의 기초자료를 제공하고자 한다.

## 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 알코올 상담센터에서 용서치료에 참여한 대상자들의 용서치료 경험과정을 탐색하고 그 과정에서 체험적 현상에 대한 의미와 구조를 파악하기 위한 질적 연구로 문제중심 분석방법(Problem-Oriented Analysis)을 사용하였고, 용서치료가 진행되는 12회기 동안 녹음하고 기록한 자료를 분석하는 2차 분석방법을 이용하였다.

### 2. 연구대상

본 연구의 대상자는 I시와 S시에 소재한 2개의 알코올 상담센터를 이용하는 알코올 의존자의 배우자를 대상으로 모집 고고를 이용하여 센터 내부의 홍보를 통해 자발적으로 참여를 원하는 대상자를 모집하고 연구목적과 취지를 설명한 후 연구

참여에 동의한 20세 이상의 배우자 16명이다. 대상자 선정의 구체적인 기준은 다음과 같다.

- 현재 또는 과거에 남편이 알코올 의존으로 병원에 입·퇴원 했던 경험이 있거나 남편의 알코올 의존으로 알코올 상담센터에서 상담한 경험이 있는 배우자
- 의사소통이 가능한 자
- 용서치료 12회기 중 10회기 이상 출석이 가능한 자

### 3. 자료수집

연구자는 2012년 3월 9일부터 2012년 5월 25일(12회기)와 2013년 2월 2일부터 2013년 4월 27일(12회기)에 걸쳐 진행된 용서치료에서 자료를 수집하였다. I병원 연구윤리심의위원회의 승인을 받은 후 모집공고를 통해 자발적인 참여자를 모집하였고, 연구자가 직접 중재를 진행하였다. 본 연구의 용서치료는 Enright와 동료들[7]의 용서과정 모형에 근거하여 Kim[13]이 개발한 용서 프로그램을 기본으로 하였으나, 적극적인 자기 개방이 용서작업을 촉진시킨다는 문헌[14]에 따라 노출단계에서 가계도와 외상도(trauma egg)를 추가하여 수정·보완하였다. 알코올 의존이 가족병이기도 하고 세대전수의 가능성을 가지고 있으므로 가계도를 통해 원가족부터 자신의 가족을 체계적으로 살펴볼 수 있도록 하였고, 외상도를 그리면서 자신의 상처를 하나하나 살펴보고 직면하도록 하였다. 또한 기존의 프로그램이 충분한 작업과 상호작용을 하기에는 부족하였다는 제언[14]에 따라 시간과 회기수를 증가시켜 주 1회, 120분, 12회기로 구성하였다. 그러나 실제적으로는 매회기마다 대상자의 반응에 따라 대략 120분에서 240분정도 소요되었다. 용서치료의 특성상 민감한 개인정보가 노출될 수 있으므로, 대상자들이 비밀보장에 대한 신뢰감과 공감과 존중을 기본으로 하는 상호작용을 할 수 있는 안전한 환경에서의 자기개방을 촉진하기 위해 폐쇄집단으로 운영하였고, 집단원은 5명 이하로 제한하였다. 또한 용서치료 과정에 참여하는 대상자와 치료자를 돕기 위해 Kim[14]이 개발한 용서 프로그램을 수정·보완한 내용으로 매뉴얼을 만들어 사용하였으며, 프로그램 일지 작성을 위해 프로그램을 진행하고 있는 것이 녹음되는 것에 대해 대상자들에게 사전 동의를 받았다. 본 연구에서 자료는 녹음된 내용을 녹취한 자료, 프로그램 진행 당시 작성한 프로그램 일지, 프로그램이 끝난 후 개별적으로 작성한 평가서와 연구자가 프로그램을 진행하며 메모한 내용을 모두 포함하였다. 본 연구에서 진행한 용서치료의 구체적인 내용은 Table 1과 같다.

### 1) 연구대상자 보호 및 윤리적 고려

1차 I병원 연구윤리위원회 심사에서는 용서치료의 양적 연구에 대해 승인을 받은 후 대상자들에게 서면동의서를 받았다. 2차 I병원 연구윤리위원회 심사에서는 용서치료를 진행하면서 대상자들의 용서치료 과정을 녹취하고 기록한 내용을 2차 분석하는 것에 대해 참여자의 추가적인 서면동의서 없이 진행할 수 있도록 승인을 받았다(IUH IRB 13-2458). 용서치료 과정을 녹음하는 부분에 대해서는 대상자들에게 녹취된 자료는 익명성이 보장되고 원하면 언제든지 연구참여를 중단할 수 있음과 프로그램이 종료된 이후에라도 원하지 않을 경우 자료분석에서 제외할 것을 충분히 설명한 후 대상자 전원의 구두동의를 받았다.

### 2) 연구자 준비

질적 연구 수행을 위한 도구로서 연구자는 박사학위과정 중 질적 연구방법론 교과목을 수강하였고, 질적 연구방법론 관련 문헌을 2년 동안 읽으면서 질적 연구방법론 관련 학회 및 세미나에 참석하였다. 또한 지역사회 현장에서 4년간 알코올 의존자 부인들을 위한 프로그램과 면담을 진행하였다.

### 4. 자료분석

12회기의 용서치료를 진행하면서 대상자들의 경험을 파악하기 위해 각 회기에서 다루어진 집단 상담 내용을 Fullilove [23]가 제시한 문제중심 분석방법(Problem-Oriented Analysis)으로 다음과 같이 5단계로 분석하였다. Fullilove의 문제중심 분석방법은 지역사회 보건영역에서 시작된 방법으로 특히, 지역사회에서 개인면담, 집단상담, 기존의 자료에 나타난 대상자의 문제를 분석하고 문제로 드러난 영역에 개입하기 위한 목적으로 쓰이고 있다[23]. 이 분석방법은 내용분석방법으로 시작하지만, 자료수집당시 목표로 설정하였던 문제를 중심으로 개념적 지도(conceptual mapping)를 그려서 개념들 간의 위계와 관계를 배열하고 파악하도록 한다.

#### 1) 1단계: 목록을 작성 - 수집된 자료의 개요

수집된 자료를 주의 깊게 고찰하여 각 문항의 명확한 목록을 요약하여 작성하였고, 이를 주요범주로 분류하였다.

#### 2) 2단계: 주요 주제를 확인

주요 주제를 확인하여 범주와 특성을 통합하였고 주요 주제를 코드화하였다. 모든 범주를 도표로 작성하고 범주들 사이

**Table 1.** Contents of Forgiveness Therapy

Session	Stage	Topic	Description
1	Introduction	Coming in	· Introduction of forgiveness therapy & Informed consent · Make a Group program rule · Self introduction & expectation about forgiveness therapy · Pre test
2			· Watch a video 'forgive you' & sharing' · Review my relationship
3	Uncovering	Self awareness & Expression	· Drawing family tree & Sharing
Homework			· Hatred, hurt list
4	Uncovering	Self awareness & Expression	· Hatred, hurt list sharing & drawing trauma eggs · Examination of psychological defenses · Evaluation my coping method
Homework			· Thinking about forgiveness
5	Decision	Understanding & Consideration	· Forgiveness education · Sharing the thoughts & experience on forgiveness
6			Choice & Decision
7	Work	Cognitive aspect	· Fact · Check my thoughts (unreasonable thinking) · Thoughts conversion
8			· View new perspective · Write a letter to me
9			Affective aspect
10			· Grow compassion · Awareness my fault · Plan the demander pardon
11			Behavioral aspect
12	Discover	Finish	· Check my change · Group members encourage each other · Write a letter to me, · Evaluation & Post test · Notice F/U test & promise

의 연계(linkage)로 통합하면서 다양한 위계질서로 모든 범주를 배열하였고, 구성이 변화될 때까지 이 작업을 반복하였다.

### 3) 3단계: 주제에 대한 토의

주요 주제를 확인한 후 주제들 간의 상호작용과 영향을 고려하여 개념적 지도(conceptual mapping)를 만들었다. 개

념적 지도는 각 주제들간의 관계를 잘 보여주었다.

### 4) 4단계: 결론

결론은 가능한 정확하게 표현하기 위해 노력했으며, 주제들 간의 상호 작용과 집단 안에서 토의된 내용을 설명하였다.

5) 5단계: 원자료로 돌아가기

결과를 작성한 후 원자료로 돌아가 녹음된 내용을 다시 들으면서 녹취록과 필드 노트를 재검토하였다. 이 과정에서 일차 분석의 흐름과 약점을 찾아내어 명확하게 정련하였다.

5. 연구의 질 확보

연구의 질 확보를 위하여 외부감수자 1인의 질적 연구전문가에게 원자료 녹취록과 분석노트, 연구자가 작성한 개인노트, 주제 도출과정과 도출된 주제를 보여주고 동의하는지 검토하여 확실성(confirmability)을 높이고자 하였다. 또한 의존성(dependability)을 높이기 위해 연구과정 각 단계에서 수집된 모든 자료를 보관하였고 외부감수자 4인의 간호학 교수가 연구 과정과 결과가 일관적으로 진행되었는지 검토하였다. 연구결과의 신빙성(credibility) 검증을 위해 용서치료에 참여했던 대상자들에게 연구결과를 제공한 후 피드백을 받았으며, 전이성(transferability)을 높이기 위해 용서치료를 위한 매뉴얼을 제작하여 사용하였고, 모든 대상자가 동일한 매뉴얼을 이용하여 중재를 제공받고 매뉴얼의 내용과 질문 등을 통해 상호작용 하도록 하였다.

연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

본 연구에 참여한 대상자들의 일반적 특성은 Table 2와 같다. 12회기씩 두 차례에 걸쳐 4그룹으로 진행된 용서치료에 참여한 대상자는 모두 17명이었으나 1명이 중도 탈락하여 최종 참여자는 16명이었다. 대상자들의 평균 연령은 54.0±8.34세였고, 결혼 상태는 기혼이 14명으로 대부분을 차지하였다. 종교는 가톨릭이 8명(50.0%)으로 가장 많았고, 이들 중 14명(87.5%)은 알코올 의존자 가족의 자조모임인 알라넌(Al-anon)에 참석하고 있었으며, 알라넌 참석 기간은 평균 3.9±3.07년이었다. 대상자들이 남편의 음주문제로 인해 느끼는 스트레스는 10점 척도로 측정하였으며 점수가 높을수록 스트레스가 심한 것으로, 대상자들의 스트레스 정도는 평균 7.5±2.42점이었다.

2. 알코올 의존자 배우자들의 용서치료 경험과정

용서치료에 참석한 대상자들은 각 회기마다 주어진 작업들

Table 2. General Characteristics (N=16)

Variables	Categories	n (%) or M±SD
Religion	Christianity	6 (37.5)
	Catholic	8 (50.0)
	None	2 (12.5)
Marital state	Married	14 (87.6)
	Separated	1 (6.2)
	Widowed	1 (6.2)
Subjective economic status	Slightly above	8 (50.0)
	Moderate	5 (31.3)
	Poor	3 (18.7)
Hospitalization of alcoholic	Yes	10 (62.5)
	None	6 (37.5)
Alcoholic's diagnostic period (year)		12.1±9.32
Age (year)		54.0±8.34
Attendance Al-anon	Attendance	14 (87.5)
	No	2 (12.5)
Attendance period of Al-anon (year)		3.9±3.07
Stress due to spouses's alcohol problems		7.5±2.42

을 통해 상처받은 내면을 살펴보면서 아파했지만, 결국은 자신이 겪은 고통을 성장을 위한 원동력으로 변화시키는 회복과정을 경험할 수 있었고, 대상자들이 보고한 용서치료의 회복과정은 저항, 자기이해, 남편이해, 성장의 4단계를 거쳤다. 또한 회복에 이르기까지 각 과정마다 4개의 또 다른 과정으로 진행되었다(Figure 1).

용서치료 경험과정의 분석과정을 살펴보면, 1단계에서 167개의 의미 있는 진술을 도출하였고, 이를 감추거나 잊고 싶다, 양가감정, 용서하고 싶지 않은 마음, 참고 견디기, 낮은 자존감, 남편을 있는 그대로 수용, 경직된 사고, 평안함, 성장, 행복, 남편의 상처 인정, 남편을 이해, 자유로움, 부정적 감정, 나의 잘못 인정, 나 자신을 사랑, 감정의 변화, 분노해결, 나 자신을 이해, 영성, 나의 감정표현, 서로를 이해하고 상처를 공유, 회복되어 가는 과정, 책임감, 타인의 인정에 의존, 과거의 감정해소라는 26개의 범주로 분류하였다. 2단계에서 26개의 범주를 범주들 사이의 연계와 위계를 배열하고 통합하는 작업을 반복하여 저항, 과거를 통해 현재의 자신을 이해, 자신을 이해함으로써 남편을 이해, 성장, 남편에 대한 감정의 변화, 회복과정의 6개로 통합하였다. 3단계에서 통합된 6개의 주제로 개념적 지도를 만들었으며, 개념적 지도를 구성하는 과정에서 회복과정이라는 개념 아래 나머지 5개의 개념을 배열하였고, 남편에 대한 감정의 변화는 남편을 이해하는 주제에 통합하였

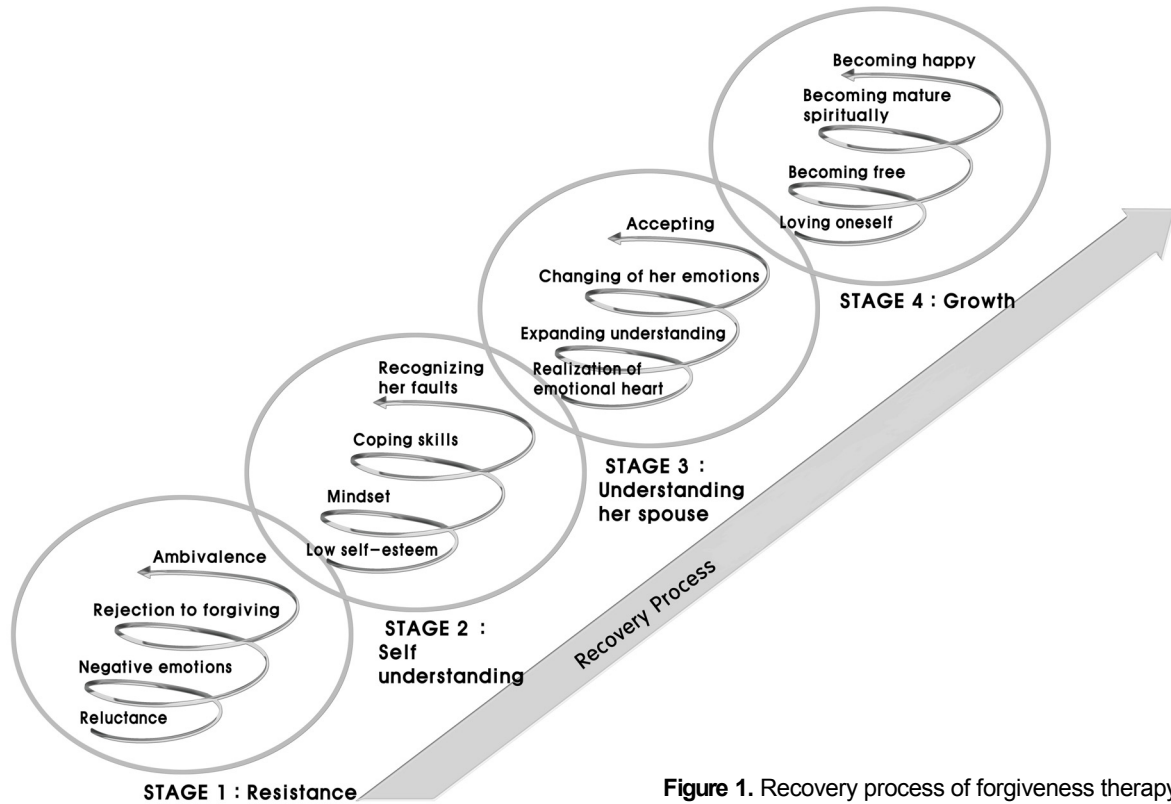


Figure 1. Recovery process of forgiveness therapy.

다. 4단계에서 도출된 주제를 정확하고 명료하게 표현하기 위해 노력하였고, 저항, 자기이해, 남편이해, 성장으로 명명하였다. 5단계에서 녹취록과 일지 등을 통하여 도출된 결과를 검토하였다.

용서치료의 회복과정을 나타낸 Figure 1을 살펴보면, 저항, 자기이해, 남편이해, 성장의 단계를 각각의 원으로 표현하였는데, 각 단계는 순차적으로 진행되기는 하지만, 한 단계가 완전히 끝나고 다음 단계로 이동한다기보다 단계와 단계가 겹쳐지면서 서서히 변화되는 것으로 나타났으므로, 각 단계를 의미하는 원들을 겹쳐지도록 하였다. 이러한 단계간의 오버랩(overlap) 현상은 각 단계 내의 진행과정에서도 동일하였다. 각 단계마다 4개의 또 다른 과정을 거치게 되는데 이 과정도 일직선상으로 진행되는 것이 아니라 각각의 과정이 겹쳐지기도 하고 반복되거나 중복되기도 하여 나선형의 모형으로 나타내었다.

첫 번째 단계인 저항 과정은 과거 삶에 대한 직면 부정/회피, 남편에 대한 부정적 감정, 남편에 대한 용서거부, 용서에 대한 양가감정으로 나타났고, 두 번째 단계인 자기이해는 자신의 낮은 자존감 인식, 자신의 사고체계 인식, 자신의 대처방식(인내/억압) 인식, 자신의 잘못 인정으로 진행되었다. 세 번

째 단계인 남편이해는 남편의 상처 이해, 남편에 대한 이해가 확장됨, 남편에 대한 감정의 변화, 남편을 있는 그대로 수용 순이었고, 마지막 네 번째 단계인 성장은 자신을 사랑하게 됨, 자유로워짐, 영적으로 성숙해짐, 행복해짐이었다.

#### 1) 저항

대상자들이 용서치료를 시작하면서 처음 맞닥뜨린 것은 ‘저항’이었다. 대상자들은 처음에는 과거에 경험했던 사건이나 자신의 삶을 살펴보고 싶지 않은 마음 때문에 가계도나 외상도를 그리는 작업 자체를 거부하기도 하고 사건을 부정하거나 회피하는 모습을 보였다. 가계도를 통해 자신의 원가족을 돌아보고 중독이 대물림 되는 현상, 부모님의 양육 부족, 남편을 선택한 자신의 어리석음 등에 대해 이야기하였고, 외상도를 통해 어린 시절부터 현재까지의 삶에서 경험했던 자신의 상처와 아픔을 하나하나 살펴보고 그 당시의 감정을 느끼게 되었다. 이러한 과정에서 대상자들은 과거를 회상하는 것에 대한 저항을 경험하였고 과거의 상처에 직면하는 것이 불필요하다고 생각하기도 했다. 또한 과거의 상처를 기억하고 들춰내는 작업을 하면서 남편에 대한 부정적인 감정과 용서하고 싶지 않은 마음이 더 강해지기도 하였다. 그러나 자신이 가지

고 있는 부정적인 감정들을 하나하나 살펴보고 충분히 미워하는 시간을 가지면서 용서에 대해 생각해보게 되었고, 점차 용서하고 싶은 마음과 아직은 용서하고 싶지 않은 마음이 뒤섞여 양가감정을 느끼게 되었다.

발표하고 싶지 않았어요. 가계도를 그리는 것도 그리기가 싫었어요.

보고 싶지 않고 들춰내고 싶지 않더라구요.

이거 하면서 남편에 대한 미움이 너무 많이 올라왔어요. 내가 왜 용서해야 하나 싶고...

나는 이제 남편에 대한 미운 마음이 없어진 줄 알았는데, 밑에 가라앉아 있을 뿐이지 용서하고 그런 것은 아닌 것 같아요. 용서하고 싶다가도 막 미워지기도 하고...

## 2) 자기 이해

대상자들은 용서치료를 시작하면서 과거를 회상하는 것에 대해 저항했지만, 회기가 더해질수록 들춰냈던 과거로부터 현재의 자신을 이해하기 시작했고, 자신에 대해 이해하면서 남편을 용서하기에 앞서 자신을 먼저 용서하고 싶다고 하였다. 대상자들은 과거의 상처 사건에서 느꼈던 감정과 대처방법 등을 검토하면서 자신의 낮은 자존감을 인식하고, 왜곡된 사고의 체계를 발견하면서 자신이 인내하거나 억압했던 문제들을 직면하였다. 그리고 직면을 통해 자신의 문제를 인정하고 싶지 않아서 모든 것을 남편 탓으로 돌렸던 것, 늘 자신이 희생하고 있고 참고 인내하며 최선을 다하고 있다고 생각했던 것들이 사실은 문제의 본질을 직면하고 싶지 않아서 무관심해지려고 했고, 무조건 피하기만 했다는 것을 알게 되었고 자신의 잘못을 인정하는 모습을 보였다. 대상자들은 이러한 일련의 과정을 거치면서 자기 자신에 대해 이해하게 되었고, 남편의 잘못과 자신의 잘못을 분리하는 작업을 시작할 수 있었다.

내가 용서를 함으로써 나 자신을 이해하고 나를 용서하고 나 자신을 사랑하기를 바라죠.

늘 내 사고안의 틀에서 남편을 이해하기가 힘들었다는 것을 이해하게 되었어요.

내 안의 틀이 참 왜곡되어 있었구나하는 걸 알겠더라고요.

## 3) 남편 이해

대상자들은 자기 자신에 대한 이해를 통해 남편에 대한 이해를 확장시켰고, 용서치료의 생각과 감정을 다루는 작업을

통해 남편에 대한 감정의 변화를 경험할 수 있었다. 자기 자신을 이해하고 남편을 이해하는 과정을 거치면서도 용서를 선택하는 데 방해가 되었던 것은 해결되지 않았던 분노와 자신의 생각과 편견이었다. 또한 과거에 대한 부정적인 기억 자체가 용서를 선택하고자 할 때 망설이게 하였다. 대상자들은 대부분 남편을 용서하려면 남편이 더 이상 같은 잘못을 반복하지 않거나 정식으로 사과하는 것이 선행되어야 한다고 생각하였지만, 용서와 화해의 차이점을 알게 되면서 방향을 수정하려는 노력을 하였다. 지금까지 대상자들은 늘 자신은 피해자이고 남편은 가해자라고만 생각했으나, 남편도 상처받은 사람이었고 피해자이기도 하다는 것을 인정하게 된 것이다. 또한 남편의 술 문제를 이유로 남편을 비난하고 조정하면서 자신도 남편에게 상처를 주었다는 것을 깨닫게 되었다. 남편도 사실은 가족들에게 인정받고 싶었다는 것을 알게 되었고, 남편이 나와 다른 입장, 사고의 틀을 가지고 있다는 것을 인정하게 되면서, 남편에 대한 부정적인 감정이 변화하였다. 그리고 그러한 변화는 더 나아가 남편을 있는 그대로 수용할 수 있게 해주었고, 상대방의 삶을 인정하게 되면서 상대방에게 얽매어 있던 것에서 놓여나는 것 같다고 표현하였다. 과거의 부정적인 사건에서 놓여나는 것을 통해 잔재로 남아있던 남편에 대한 부정적인 감정과 분노를 해결할 수 있었다.

나만 상처가 있고 맨날 나만 피해자라고 생각했는데 상대방도 나름대로 상처가 많더라고요. 그것을 한 번도 헤아려주려고 하지 않고 내가 공격받고 상처받는 것만 무섭고 두려웠던 것 같아요.

그 상황들이 조금 이해가 되고 받아들여지면서 남편도 힘들었겠구나 생각을 해서 내 마음을 보니까 내가 그 상황 속에서 많이 놓여나고 편안해졌어요. 이 프로그램을 하다 보니...

그전에는 부정적인 것이 진짜 많았는데 지금은 좋은 쪽도 돌아보려고 해요. 부정적인 것보다 좀 긍정적인 마음이 증가했어요.

옳고 그름을 따지지 않고 그 사람을 있는 그대로 보아 주는 것인 것 같아요.

## 4) 성장

대상자들이 경험한 용서치료 회복과정의 마지막 단계는 '성장'이었다. 이것은 용서치료의 목표 중 하나인 가해자를 용서하는 과정을 통해 내적 성장을 이루는 것과 일치하였다. 자신을 이해함으로써 남편을 이해하고 수용하는 과정을 통해 용

서를 선택한 대상자들은 남편을 용서하기 위한 작업들을 해나 가면서, 자신에게 가해한 남편을 용서하기에 앞서 자기 자신을 사랑하는 것이 먼저라고 생각했다. 이것은 자기이해 단계에서 자신에 대해 인식하게 된 것에서 한 단계 더 발전한 것으로 상대방을 용서하기 위해서는 자신을 진심으로 사랑해야 한다는 것이다. 자기 자신을 사랑하게 되면서 그동안 애쓰고 힘들었던 자신을 스스로 위로하고 인정할 수 있게 되었고, 더불어 자신과 남편의 한계성을 깨닫게 되었다. 이들은 한계성을 깨닫는 것을 통해 남편에 대한 분노나 증오로부터 자유로워졌고, 영적으로 성숙하게 되었다. 자신의 힘만으로는 남편을 용서하기가 어려울지 모르지만 종교나 절대자의 힘, 그리고 기도 등 영적인 힘이 필요하다고 하였다. 이러한 영적 성숙 또는 영적 각성은 대상자들에게 평안함과 행복함을 느끼게 해주었고, 현재의 행복에 대해 생각해 볼 수 있게 해주었다.

내가 나를 인정하고 사랑할 수 있고 내가 나를 위로할 수 있는 마음이 생겼어요. 그러면서 남편이 나를 상처줄 때도 많지만 나도 이 사람에게 상처줄 때가 많구나... 나도 똑같구나 하는 생각을 했어요.

인간의 한계점을 인정하고 나니까 나도 남도 상처를 줄 수 있는 존재라는 걸 알게 되었고 남편이 그럴 수밖에 없었겠구나 하는 것도 이해가 되요. 이제 좀 편안해졌고 나도 행복이라는 것에 대해서 생각을 하게 되요.

나 자신을 용서하고... 그래도 너 잘 살았다 이런 얘기를 내가 나한테 해요. 그랬더니 이제 남편을 보면서도 편안하고 애들을 봐도 행복해요.

나 혼자 하기는 어려울 것 같아요. 매일 기도하고 신께 감사하는 마음을 갖다보니까 어느 순간 편안해지더라고요. 절대자에게 끊임없이 매달리고 기도해야죠.

## 논 의

용서치료의 경험과정에 대한 연구를 발견하기가 어려워서 결과에 대한 직접적인 비교에는 제한이 있지만, 용서과정이나 용서 개념에 대한 연구, 그리고 본 연구에서 기반으로 한 Enright의 용서과정과 함께 논의하고자 한다.

본 연구에서 알코올 의존자의 배우자들의 용서치료 경험과정이 회복과정으로 나타난 것은 의미 있는 결과인데, 이는 알코올 의존자의 배우자들에게 회복력이 있다는 전제하에 이들의 회복경험과 회복과정을 탐색한 Lee[24]의 연구와 비교하여 살펴볼 수 있다. Lee[24]는 알코올 의존자의 배우자들의 회복

과정의 결과를 ‘나를 찾아가기’로 확인하였고, 나를 중심에 두기, 당당해지기, 삶을 긍정적으로 보기의 하위 범주로 구성하였다[24]. 이중 자신에게 집중하기와 자기를 긍정하기로 구성되어 있는 ‘나를 중심에 두기’는 자신을 중심에 두고 자기 성장과 변화를 위하여 노력하는 것을 의미하는 것으로[24], 본 연구에서 자기 자신을 먼저 이해하고 자신의 성장의 방향으로 나아가는 모습과 유사하다.

용서치료 경험과정의 가장 첫 번째 단계인 저항의 단계에서 대상자들은 가장 먼저 자신이 경험한 사건과 그 사건으로 인한 상처와 정서적 고통을 부정하거나 직면하는 것을 회피하는 모습을 보였다. 그러나 Enright의 용서과정의 첫 단계는 분노를 밖으로 드러내는 것이다[6]. 따라서 과거의 사건에 대한 직면을 부정하고 회피하는 단계의 대상자들은 아직 용서를 시작하기 위한 준비단계라고 생각된다. 그리고 이것은 Enright의 용서과정의 노출단계에서 가장 첫 번째 수준인 자신의 방어기제 찾기에서 공통적인 방어기제로 부정과 억제, 억압 등이 나타나는 것과 일치한다[6]. 저항의 두 번째 단계는 남편에 대한 부정적 감정을 느끼는 것이다. 대상자들은 부정하고 회피하면서 거부하던 단계를 지나 결국 자신의 정서적 고통과 직면하게 되면서 억울함, 분노, 비참함, 두려움, 미움과 증오, 수치심 등 부정적인 감정을 표현하였다. 이것은 Enright의 용서과정의 노출단계에서 두 번째 수준인 분노 등의 부정적 반응에 직면하는 것과 일치하였다[6]. 용서경험이 있는 일반성인의 용서 과정에 대한 Lee[20]의 질적 연구결과에서도 용서과정에서 가해로 입은 상처, 증오, 고통의 단계를 거쳐 부정적 정서 표현의 단계에서 사건에 대한 객관성을 인식하게 되었다고 언급하였다. 또한 범죄피해자의 심리적 외상 이후 용서체험에 대한 연구[21]에서는 대상자들이 범죄피해 상황에 직면하게 되었을 때 삭힐 수 없는 고통으로 몸부림치는 체험을 하였다고 보고하였다. 이러한 부정적 정서는 Lee[25]의 용서경험에 대한 질적 연구에서도 확인되어 용서경험의 첫 번째 의미가 불쾌감, 두 번째 의미가 상처인 것으로 나타났다. 이렇듯 용서치료를 적용하면서 가해자를 용서하는 것은 매우 어려운 일이지만, 한편으로는 이러한 부정적인 감정들을 표현한다는 것이 용서 과정을 시작하는 것이라고 할 수 있다[6,20]. 저항의 세 번째 단계는 남편에 대한 용서를 거부하는 것이다. 사건과 상처에 대한 회상을 통해 자신의 부정적 감정을 인식하고 표현하면서 잊어버렸다고 생각했던 남편에 대한 미움이나 분노 등이 다시 떠오르게 되었고, 그러한 부정적 감정은 남편을 용서하고 싶지 않은 마음을 유발시켰다. 남편과 거리를 두고 싶고 관계를 외면하고 다가서고 싶지 않은 마음, 왜 내가 용서해야 하나 하



는 질문들까지 용서를 거부하는 마음을 갖게 하는데, 이것은 Enright의 용서과정에서는 언급되지 않은 점이다. Enright의 용서과정에서는 분노를 인식하고 나면 바로 자신의 대처방법을 평가하고 용서를 고려하고 결심하게 된다[6]. 그러나 알코올 의존자의 배우자들은 좀더 근본적으로 용서를 할 것인가 말 것인가에 대한 고민을 더 먼저 하였으며, 일차적으로는 용서를 하고 싶지 않은 마음이 훨씬 많았던 것으로 보인다. 이것은 Kim[21]의 연구에서 대상자들이 분노의 감정을 내려놓고 현실을 추스르고자 하지만 왜 가해자를 용서해야 하는가라는 질문을 반복하면서 갈등하게 되는 것과 동일한 선상에 있다. 하지만, 이러한 갈등은 시간이 흐르면서 결국 양가감정으로 발전하게 된다. 이것은 용서하기 위해서는 시간이 필요하다[25]는 것을 보여주는 것이며, 용서과정을 시작할 수 있는 동기가 자신의 고통을 끝내고 싶어서일 수 있다고 Enright[6]가 강조한 바와 일치한다. 왜냐하면 대상자들은 남편을 용서하는 것에 대한 양가감정을 호소하면서 본인의 감정이 일치하지 않는다는 사실에 괴로워했고, 양가감정의 해결을 위해서라도 용서하고 싶다는 표현을 했기 때문이다. 이렇게 첫 번째 단계에서 남편에 대한 부정적인 감정을 인식하고 용서에 대해 고민하는 과정을 거치는 것은 용서치료를 경험하지 않은 알코올 의존자 부인이 고통 속에서 우연히 접하게 된 알라넌(Al-anon)이나 가족교육을 통해 시간의 흐름에 따라 남편의 알코올 의존을 병으로 인식하게 되고 남편을 알코올 의존이라는 병을 가진 환자로 이해하게 되는 것[26]과 다른 점이다. 이들은 남편에 대한 분노나 미움의 감정들을 돌아보고 해결하는 과정 없이 단순히 질병과 증상으로 이해하고 이성적으로 수용하게 되는 것이다[26]. 그러나 용서치료를 경험하는 과정에서는 남편의 술 문제에 대한 이해보다 인간 존재에 대한 깊은 이해와 통찰을 통해 분노나 미움 등의 부정적인 감정을 근본적으로 해결하도록 도와준다.

알코올 의존자 배우자들의 용서치료 경험과정에서 가장 두드러진 특징 중에 하나는 용서치료를 참여하는 동안 대상자들의 초점이 자기 자신에게로 향해 있었다는 점이다. 이들은 가해자인 남편을 용서하기 위한 과정을 시작했으나 남편을 용서하기 이전에 먼저 자기 자신을 이해하고 인정하는 것이 필요했고, 그것은 용서치료 경험과정의 두 번째 단계인 자기 이해로 나타났다. 여기서 말하는 자기 이해는 과거로부터 자신의 모습을 인식하고 이해하면서 현재의 자기 자신을 이해하게 되는 것이다. 자기 이해 단계는 Enright의 용서과정 모형에는 나타나지 않았던 것으로 알코올 의존자 배우자의 용서치료 경험과정에서 특징적으로 나타난 것으로 사료된다. Enright의 용

서과정 모형에서 가해자를 용서하기 위해 가해자를 살펴보고 가해자에 대한 인지, 정서, 행동의 변화를 위해 노력하게 되는 것[6]과 달리 본 연구에 참여한 대상자들은 노출단계를 거치면서 자신의 상처와 대처방법을 살펴보게 되었고 자연스럽게 자기 자신에 대해 먼저 집중하였다. Enright의 용서과정의 결정 단계에서는 대처방법에 대한 평가만을 했다면 알코올 의존자의 배우자들은 그러한 대처방법을 사용하였던 자기 자신에 대해 통찰하였다. 자신이 자존감이 낮아서 스스로에 대한 신뢰가 부족했었고 타인의 시선을 가장 중요하게 여겼으며 자신의 잘못을 인정하지 못했음을 인식하였고, 그로 인해 완벽주의와 교과서 같은 사고의 틀 등 왜곡되고 경직된 자신의 사고체계를 깨달았다. 그리고 그런 이유로 어떤 부당한 상황에서도 무조건 인내하고 억압하게 되었던 자신의 모습을 알아가면서 결국 자신의 잘못을 인정하였다. 이것은 Lee[25]의 연구에서 세 번째 용서경험의 의미가 수용이었던 것과 유사하다. 여기서 수용의 의미는 잘못된 것을 인식하고 이해가 되면 수용할 수 있다는 것이다. Lee[25]의 연구결과에서 수용의 주체와 대상이 명확하지는 않지만, 용서의 과정에서 수용은 중요한 주제인 것이다. 본 연구의 용서치료 경험과정에서 자기 자신에 대한 이해와 통찰이 두드러지게 나타난 것은 기존의 용서치료에는 포함되어 있지 않았던 가계도와 외상도 작업을 노출의 단계에서 추가했기 때문인 것으로 추정된다. 이는 여성노인에게 용서 프로그램을 적용한 Chang[19]의 연구에서도 가계도를 통해 자연스럽게 가족과 관련된 상처와 갈등을 노출시키고 인식하게 한 것과 동일하였으며, 외상도의 경우 개인이 겪은 외상과 관련하여 대상자의 감정을 자극하는 역할을 한다[27]. 이렇게 대상자들의 초점이 상대방보다 자기 자신에게 향해 있다는 것은 용서의 과정에서 나에게 상처를 준 가해자와 상처에 집착하는 것에서 벗어나야 한다고 한 것과 동일한 맥락이다[6]. 용서치료를 경험하지 않은 알코올 의존자 부인의 경우에도 술 먹는 남편이 아닌 자신에게 관심을 두고 집중하는 모습이 나타났다[24,26] 이것은 '정신적 이혼'이라는 표현에서 볼 수 있듯이 남편과 정서적으로 거리를 두거나 관계에서 멀어지는 것을 통해 이루어졌다[24,26]. 그러나 용서치료를 경험하는 과정에서는 남편의 술 문제나 관계의 문제와 별개로 자신의 삶을 통찰하면서 자기 자신을 진정으로 이해하고 용서함으로써 정서적 치유를 경험하고 독립할 수 있었다고 사료된다.

이들의 용서치료 경험과정의 세 번째 단계는 남편 이해이며, 이것은 두 번째 단계에서 자기 자신을 이해함으로써 가능해진 것이다. 즉, 자기 이해 단계의 마지막 과정에서 늘 남편 탓으로만 돌리던 상태에서 벗어나 자신의 잘못을 인정하게 되

면서 남편을 이해하는 단계가 시작될 수 있었다. 이들은 자신의 잘못을 인정하면서 드디어 남편의 상처가 보이기 시작했다고 진술하였다. 남편도 힘들었겠구나, 남편의 마음도 나와 별로 다르지 않겠구나, 그리고 남편도 상처받은 사람이구나 하는 깨달음을 통해 남편에 대한 이해를 확장시킬 수 있었다. 그리고 그러한 이해와 공감은 남편에 대한 부정적인 감정을 변화시켰고, 남편을 있는 그대로 수용할 수 있게 해주었다. 이것은 Enright의 용서과정 중 작업 단계에서 가해자의 상황과 입장을 고려하고 이해하면서 사건과 가해자를 재구조화하는 것과 일치하였다[6]. 또한 용서과정에 대한 Lee[20]의 질적 연구에서 상처를 준 사건에 대한 생각과 감정이 변화하는 것이 사건 재정의라고 한 것과 유사하다. 범죄피해자의 용서 경험에 대한 Kim[21]의 연구에서는 대상자가 가해자의 불행했던 어린 시절을 알게 되고 가해자의 배우자와 자녀들을 만나면서 그들도 고통 받고 있다는 것에 공감하면서 가해자에 대한 인지적 변화를 겪게 되고 '고착된 심리적 외상을 떨치고자 한다'는 것을 확인하였다[21]. 이러한 과정은 모두 인지적, 정서적 변화를 유도하고 있으며, 용서하기로 결심했다고 해서 바로 용서할 수 있는 것이 아니기 때문에 필요한 심리과정이다[4,6].

알코올 의존자의 배우자의 용서치료 경험과정에 대한 본 연구의 결과에서 또 다른 중요한 특징은 성장으로, 본 연구에서 가해자를 용서하는 과정에서 본인의 내적 성장을 목표로 설정하였던 것과 일치하였다. 성장 단계는 자신을 사랑하게 됨, 증오로부터 자유로워짐, 영적으로 성숙해짐, 그리고 행복해짐으로 구성되었다. 대상자들은 저항, 자기 이해, 남편 이해 단계를 거치면서 성장해나가게 되는데 이것은 Lee[25]의 연구에서 용서경험의 일곱 번째 의미로 나타난 성숙과 유사한 의미를 갖고 있다. Lee[25]는 사람들이 용서를 통하여 성숙되기 때문에 자신이 겪은 사건들을 통해 자신의 삶에 대해 새로운 의미를 발견하고 부여할 수 있다고 하였다. 또한 Kim[21]은 대상자들이 힘들게 가해자를 용서하려고 하는 시도를 하는 동안 내적 갈등과 혼란에서 벗어나기 위한 의식적인 노력을 추구한다고 하였으며, 그것을 '자기의 길로 들어서기 위해 에너지를 추구'한다고 표현하였다. 그리고 그러한 의식적 노력을 하는 것이 고통스러운 사실에서도 새롭게 의미를 찾고 미래를 바라보면서 삶의 관점을 변화시키는 내적 에너지라는 것이다[25]. 성장 단계에서 세 번째 수준으로 나타난 영적으로 성숙해짐은 Lee[28]가 밝힌 용서의 속성 중 신앙이 절대적으로 필요하다는 것과 같은 맥락으로 볼 수 있으며, 그 이유에 대해 용서는 신의 성품에 참여하는 경험이기 때문이라고 하였다[28]. Enright의 용서과정에서도 발견단계에 다다르게 되면 삶의 목적을 발

견함으로써 성숙해진다고 하였으며[6], 상처를 통해 성숙해지고 삶의 목적을 발견할 수 있다고 하였다[6]. 이는 알코올 의존자의 배우자들의 회복력에 관한 Lee[24]의 연구에서 회복과정의 결과 중 삶을 긍정적으로 보기 위해서는 영적인 가치를 추구하여 현재의 고난에 압도당하지 않아야 한다고 강조한 것과 일치한다. 그러나 자유로워짐의 경우 Enright의 모형에서는 상대방을 용서함으로써 자유로움을 얻지만[6], 본 연구의 대상자들은 자신을 사랑하게 됨으로써 자유로움을 얻는다는 점이 다른 점이라고 생각된다.

본 연구의 용서치료 경험과정 전반에서 대상자들이 남편보다 오히려 자기 자신의 이해와 성장에 더 초점을 두게 되는 점이 지금까지의 연구결과들과 차별화되는 점이다. 또한 남편에 대한 집중이나 집착에서 벗어나 자기 자신에게 관심을 갖고 집중하게 되는 것은 공동의존의 개선을 추정하게 해준다. 앞서 공동의존은 알코올 의존자 가족의 대표적인 병리적 현상으로 밝혀졌으나[10,29], 용서치료가 공동의존의 개선에 효과성이 있는지에 대해서는 밝혀진 바가 없다. 그러나 공동의존이 자신이 아닌 타인의 행위에 초점을 맞추고 자신의 욕구보다 상대방의 욕구 충족에 중점을 두면서 공생적 관계를 유지하려고 하는 특성을 갖는다[29]는 것을 감안한다면 용서치료 경험 과정에서 알코올 의존자의 배우자들이 보여준 변화는 공동의존성에서 벗어나는 것과 유사하다고 생각된다.

본 연구대상을 살펴보면 이미 남편과 별거하거나 사별하여 현재 자신을 고통스럽게 했던 남편과 동거하지 않는 경우가 2명 있으며, 이들의 용서과정이 현재 남편과 함께 살고 있는 대상자들과 차이가 있지는 않을까 생각할 수 있다. 그러나 용서치료에서 다루는 것은 알코올 의존자의 부인들의 내적고통이며, 이러한 내적고통은 남편이 단주를 하거나 이혼이나 별거를 통해 함께 살지 않더라도 지속되는 것으로 보고되고 있다[22]. 또한 용서치료의 과정에서 현재의 고통만을 다루는 것이 아니라 오히려 아주 어린 시절과 원가족으로부터의 상처를 다루고, 별거를 하거나 사별을 했더라도 해결되지 않은 남편에 대한 분노와 미움 등을 다루기 때문에 큰 차이가 없을 것으로 사료된다.

최근 대인관계뿐만 아니라 부부관계 갈등의 해결전략으로써 용서와 용서치료에 대한 관심이 증가하고 있으나, 용서치료를 경험한 개인의 생각과 의미를 구체적으로 탐색하는 연구는 드물었다. 그러나 본 연구에서는 용서치료를 통해 대상자들이 어떻게 가해자를 용서할 수 있게 되는지 개인의 독특한 경험을 살펴볼 수 있었다. 또한 용서과정 모형에 근거한 용서치료에서 실제적으로 대상자들이 어떤 과정을 거치고 경험하는지 탐색

하여 알코올 의존자의 배우자들의 정서적 치유와 성장을 위해 각 과정에서 대상자들의 용서를 촉진시킬 수 있는 중재 개발의 기초자료를 마련했다는 점에서 학문적 의의가 있다.

## 결론

본 연구는 알코올 의존자인 남편으로 인해 정서적, 신체적 고통을 경험하는 알코올 의존자의 배우자들이 경험한 용서치료의 경험을 분석하였으며, 알코올 의존자의 배우자의 용서치료의 경험과정은 회복과정인 것으로 확인되었다. 용서치료를 통해 알코올 의존자의 배우자는 가해자인 남편보다 자기 자신에게 초점을 맞추면서, 자기 자신과 남편을 이해하고 성장할 수 있는 회복과정을 경험하게 되므로 용서가 이들의 치유와 성장을 위한 간호중재방법이 될 것으로 기대한다.

본 연구결과와 논의를 바탕으로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 알코올 의존자 배우자가 용서치료에 참석하면서 경험하는 용서과정을 확인하였으므로, 이들의 용서를 촉진시키는 요인이나 용서과정에 영향을 미치는 요인에 대한 연구를 제언한다.

둘째, 본 연구대상자들의 종교가 대부분 기독교이고 알라닌에 참여하고 있어 용서치료를 경험할 때 영성 등 종교적인 영향을 받았을 것으로 추정할 수 있다. 따라서 종교의 유무가 미치는 영향에 대한 연구를 제언한다.

셋째, 알코올 의존자의 자녀들을 위해 용서치료를 실시한 후 용서경험 과정에 관한 질적 연구를 제언한다.

넷째, 현재 알코올 의존인 남편과 함께 살면서 지속적으로 남편의 알코올을 문제로 부딪히고 있는 경우, 사별한 경우, 이혼하였으나 남편에 대한 분노와 미움이 남아있는 경우 등 결혼 상태 유지여부에 따라 용서치료에 대한 경험이 다른지에 대한 연구를 제언한다.

## REFERENCES

- Kim KS. The development and the effects of program for forgiveness. *Korean J Youth Couns.* 2002;10(1):165-91.
- Bae MJ. The relationship between marital conflict coping behavior, forgiveness and marital satisfaction[*master's thesis*]. [Jeonju]: Jeonju University; 2003. 65 p.
- Enright RD, Fitzgibbons RP. *Helping clients forgive: an empirical guide for resolving anger and restoring hope.* Washington D.C.: American Psychological Association; 2000. 376 p.
- Park JH. A review of forgiveness psychological theory and education program. *Korean J Hum Dev.* 2006;13(1):117-34.
- Kim KS. Reflective injury on empirical-scientific studies of forgiveness and suggestion for following forgiveness studies. *Korean J Educ Psychol.* 2004;18(4):33-49.
- Enright RD. *Forgiveness is a choice: a step-by-step process for resolving anger and restoring hope.* Washington, DC: American Psychological Association; 2001. 299 p.
- Enright RD, Human Development Study Group. *The moral development of forgiveness.* Hillsdale NJ.: Lawrence Erlbaum Associates; 1991. 123 p. (Kurtines WM, Gewirtz JL, editors. *Handbook of moral behavior and development* Vol. 1).
- McCullough ME, Fincham FD, Tsang JA. Forgiveness, forbearance, and time: the temporal unfolding of transgression-related interpersonal motivations. *J Pers Soc Psychol.* 2003; 84(3):540-57.  
<http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.84.3.540>
- Suh SH, Choi YS. A study on forgiveness among married men and women: focusing forgiveness process related variables. *J Korean Home Manag Assoc.* 2009;27(4):81-101.
- Lee KW. The processes of life experiences that wives of alcoholic husbands have. *Korean Acad Psychiatr Ment Health Nurs.* 2001;10(3):406-20.
- Copello A, Orford J, Velleman R, Templeton L, Krishnan M. Methods for reducing alcohol and drug related family harm in non-specialist settings. *JMH.* 2000;9(3):329-43.  
<http://dx.doi.org/10.1080/jmh.9.3.329.343>
- Lee MH. Effects of group therapy on the mental health for alcoholic families. *J Korean Acad Psychiatr Ment Health Nurs.* 2000;9(3):315-21.
- Kim KS. Development of education program for forgiveness [dissertation]. [Seoul]: Seoul University; 1999. 257 p.
- Kim KS. Forgiveness psychological and education program. Gyeonggi-do: Korean Studies Information; 2007. 249 p.
- The Society of Korean Language and Literature (Ed.). *Korean Dictionary.* Kyounggi: Minjung; 2001.
- Pickett J. *The american heritage dictionary of the English language* (4th ed.). Boston: Houghton Mifflin; 2000.
- Yeu KD, Song KS, Lee MH. Recovery of people living with mental illness: a concept analysis. *J Korean Acad Soc Home Care Nurs.* 2012;19(1):46-54.
- Coyle CT, Enright RD. Forgiveness intervention with post-abortion men. *J Consult Clin Psychol.* 1997;65(6):1042-6.  
<http://dx.doi.org/10.1037/0022-006X.65.6.1042>
- Chang WS. The effect of the group forgiveness program on anger, anxiety and depression for female elders. *Hanguk Nonnyonhak.* 2010;30(1):109-26.
- Lee KS. A qualitative research on the processes of forgiveness. *Korean J Health Psychology.* 2008;13(1):237-52.
- Kim HK. Lived experience of forgiveness for the victim of

- crime with psychological trauma. *Korean J Qual Res Soc Welfare*. 2011;5(1):59-85.
22. Park YS. The intervention for self-differentiation improvement of alcoholic spouses: using Bowen's family systems theory [master's thesis]. [Seoul]: Seoul Theological University; 2007. 88 p.
23. Fullilove MT. *The little handbook*. New York: Columbia University; 2001. 50 p.
24. Lee KW. The resilience of problem drinkers' wives [dissertation]. [Seoul]: Hallym University; 2006. 253 p.
25. Lee KS. Forgiveness: phenomenological approach. *J Korean Acad Psychiatr Ment Health Nurs*. 2002;11(3):388-97.
26. Choi SS, Lee SJ. A study on the life experiences of a recovering alcoholic's spouse. *Social Science Research Review Kyung-sung University*. 2012;28(3):431-62.
27. Ko BI. *Self care*. Seoul: Korean Recovery Ministry Institute; 2006. 70 p.
28. Lee KS. Concept analysis of forgiveness. *J Korean Acad Psychiatr Ment Health Nurs*. 1998;7(1):325-32.
29. Yang S, Lee SY, Cha JK. Effects of imago psychotherapy on co-dependency and mental health in wives of alcoholics. *J Korean Acad Psychiatr Ment Health Nurs*. 2005;14(3):313-22.