

세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모의 내적 경험에 관한 질적 연구: 심리정서, 신체, 인지, 행동적 차원을 중심으로

이 동 훈 이 춘 화 신 지 영[†] 강 민 수 전 지 열 이 화 정 김 미 정

성균관대학교 안산시청소년상담복지센터

본 연구는 세월호 재난 이후 2년이 지난 시점에서 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모의 내적 경험을 탐색하고자 수행되었다. 자료수집은 자녀를 잃은 부모 17명을 대상으로 개별 심층면담을 통해 이루어졌다. 수집된 심층면담 자료는 Krippendorff(2004)가 제안한 내용분석 절차에 따라 분석되었다. 연구결과는 4가지 차원(‘심리정서적 차원’, ‘신체적 차원’, ‘인지적 차원’, ‘행동적 차원’), 25개 범주, 94개의 의미내용이 도출되었다. 심리 정서적 차원은 ‘무기력한 일상생활’, ‘우울의 늪에 빠짐’, ‘분노와 원망 삭히기’, ‘공황증상’, ‘자살충동에 휩싸임’, ‘예민해지고 의심이 많아짐’, ‘쉽게 짜증과 화를 내며 신경질적이게 됨’, ‘사회적 공감능력의 상실’ 8가지 범주, 신체적 차원은 ‘시력, 청력 문제’, ‘신경성 두통 및 팔, 다리, 허리 통증’, ‘소화기 계통 이상 증상’, ‘불면’, ‘면역력, 체력 저하’, ‘여성 질환’, ‘갑상선 이상’, ‘혈압 문제’, ‘치과 문제’, ‘퀘장염’ 10가지 범주, 인지적 차원은 ‘기억력 감퇴’, ‘집중력 저하’, ‘죽음에 대한 의미 변화’, ‘내 삶의 의미에 대한 변화’ 4가지 범주, 행동적 차원은 ‘불규칙한 식습관’, ‘흡연량의 증가’, ‘음주에 관한 절제력 상실’ 3가지 범주가 도출되었다. 본 연구결과를 바탕으로 논의와 시사점을 제시하였다.

주요어 : 세월호 재난, 자녀를 잃은 부모, 내용분석, 질적연구, 내적 경험

[†] 교신저자 : 신지영(辛知英, Ji Young Shin), 성균관대학교 교육학과, 외상심리건강연구소 연구원, (110-743) 서울시 종로구 성균관로 25-2(명륜3가) 호암관 204호
Tel : 02-760-1984, E-mail : psyche2flow@naver.com

2014년 4월 16일 전라남도 진도 앞바다에서 발생한 세월호 재난은 탑승인원 476명 중 295명이 사망하고 9명이 실종된 사건이다. 세월호에 승선했던 승객 중에는 수학여행을 위해 탑승한 325명의 단원과 학생이 포함되어 있었으며, 이들 중 250명이 사망하거나 실종되었고 75명만이 생존하였다(세월호 특별조사위원회, 2016). 세월호 참사로부터 2년이 흐른 시점까지 100여명의 유가족들은 세월호 재난의 진상규명을 통해 자녀의 죽음에 대한 원인을 밝히고자 서명 캠페인과 대학 간담회, 촛불집회 등에 참여하고 있다. 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모들은 참사 당시 자녀가 간혀있는 배가 바다에 서서히 가라앉는 장면을 종일 뉴스를 통해 지켜볼 수밖에 없었고 사건으로부터 2년이 흐른 시점까지도 세월호 침몰의 이유가 명확히 알려지지 않았으며, 여전히 미인양된 상태로 아직 가족의 품으로 돌아오지 못한 미수습자들이 있을 뿐만 아니라, 세월호 재난이 국가의 재난대응 시스템 부재 등 사회적, 정치적 관심사 주제들과 연결되어 언론에 지속적으로 보도가 되고 있는 상황이므로 부모들은 세월호라는 외상사건에 지속적으로 노출되어 있을 수밖에 없다. 사건으로부터 2년이라는 시간이 흐른 시점까지 세월호 유가족들의 56%가 '외상 후 스트레스 장애'에 시달리고 있는 것으로 알려져 있으며(노컷뉴스, 2016. 7. 20), "사고 난 지 2년이 흘렀지만 여전히 제 마음속에 아들을 묻고 삽니다"(조선일보닷컴, 2016. 4. 4)라는 유가족의 언급처럼 세월호 재난은 자녀를 잃은 부모들에게 여전히 심리적 외상으로 남아있다.

재난 또는 사고로 가족구성원을 잃은 유가족들은 삶의 여러 영역에서 변화를 경험하는 것으로 알려져 있다(이선영, 2011; Alam,

Barrera, D'Agostino, Nicholas, & Shineiderman, 2012). 유가족들은 의미 있는 타인(significant others)의 죽음이라는 상실경험으로 인해 분노, 죄책감, 우울, 불안, 무력감, 외로움, 외상 후 스트레스 등으로 고통스러워하며, 대인관계, 직장생활 등의 삶의 전반적인 영역에서 위기를 경험하는 것으로 알려져 있다(조선휘, 강영신, 2015; Rogers, Floyd, Seltzer, Greenberg, & Hong, 2008; Worden, 2002).

Rando(1997, 2000)는 가족구성원의 죽음이 갑작스럽게 발생하였고, 아동의 죽음과 연관되어 있으며, 죽음을 예방할 수 있는 가능성이 존재하였고, 신체적인 폭력의 징후가 있는 경우 이를 외상적 사별(Traumatic Bereavement) 경험이라고 정의하였다. Bowlby(1980)는 가족구성원의 전혀 예측하지 못한 죽음을 맞이하게 되었을 때 유가족들은 사망한 대상과의 애착관계를 갑작스레 상실하게 됨에 따라 특히 무기력함을 경험할 수 있다고 하였다. 또한 여러 선행연구들에서는 전혀 예기치 못한 가족구성원의 죽음을 경험할 때 사별을 애도하는 것이 더욱 어렵고, 남겨진 유가족들은 갑작스러운 죽음으로 인한 충격으로 인해 복합비애(Complicated Grief)와 외상 후 스트레스 장애를 경험할 가능성이 높다고 보고한다(Kaltman & Bonanno, 2003; Nakajima, Ito, Shirai, & Konishi, 2012). 특히 사고, 자살, 살인과 같은 가족구성원의 갑작스럽고도 폭력적인 죽음을 경험한 유가족의 경우, 만성적인 질병으로 인해 가족의 죽음을 경험한 사람에 비해 부정적인 정신건강 문제를 경험하게 될 위험성이 더 높고(Dyregrov, Dyregrov, & Kristensen, 2015), 더 잦은 자살사고를 경험하는 것으로 보고된다(Murphy, Tapper, Johnson, & Lohan, 2003).

가족구성원의 예측하지 못한 죽음으로 인한

상실은 사망한 가족 구성원이 심리적으로는 여전히 현존하지만, 갑작스럽게 생겨난 물리적 빈자리로 인해 남겨진 가족들에게는 ‘모호한 상실(ambiguous loss)’을 경험하게 하며 (Boss, 2006), 이러한 상실경험은 강력한 스트레스인자로 작용하여 한 개인의 애도과정이 이루어지는 것을 방해할(frozen) 수 있다(Boss & Mulligan, 2003). ‘모호한 상실’은 한 개인이 상실 경험에 대한 명확한 이해를 얻지 못하고 상실에 관한 이유를 끊임없이 찾으며 애도과정에 어려움을 겪는 것을 말한다. 갑작스럽게 사별경험을 경험한 개인이 사별 대상에 대하여 심리적으로는 여전히 존재한다고 느끼지만 물리적인 부재에 혼란스러워하며 정상적인 애도과정이 이루어지지 못하는 얼어붙은 슬픔(frozen grief)이 이러한 ‘모호한 상실’ 경험의 유형에 해당한다.

특히 사별 대상이 자녀인 경우 부모는 일상이 뒤바뀔 만큼의 삶의 큰 변화를 겪는다. 자녀를 잃은 부모는 자녀의 죽음 이후로 심리적, 신체적 상태의 변화, 삶의 관점과 의미 변화, 직업생활, 영성적 신념, 타인과의 관계 등의 삶의 다양한 영역에서 변화를 경험하는 것으로 알려져 있다(Gilmer et al., 2012). 선행연구에 따르면 부모의 자녀 상실 경험은 원가족이나 배우자 등 다른 가족구성원의 죽음에 비해 충격과 고통이 크고 더 오랜 시간동안 지속되는 것으로 알려져 있으며(Cleiren, 1993), 특히 자녀의 죽음은 다른 종류의 상실 경험보다 더욱 강력하고 지속적인 비애반응을 야기하며 정신건강에 부정적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 유가족들이 슬픔으로 인한 부정적인 영향으로부터 장기간 회복되지 못할 수 있다고 보고하였다(Abbott, 2009).

더욱이 부모가 자녀의 죽음에 대하여 충분

히 납득하지 못하는 경우 더욱 심각한 비탄 반응을 경험하고, 삶의 적응에서 어려움을 겪는 것으로 보고되고 있다(Keesee, Currier, & Neimeyer, 2008). 이처럼 예기치 않은 사고로 인해 자녀를 잃은 부모의 슬픔은 고통스러운 심리적 외상을 남기며, 부모로서의 정체성에 대한 혼란을 줄 뿐만 아니라(Rossetto, 2015), 잃은 자녀에게 살아생전에 엄격하게 대했던 것에 죄책감을 갖게 하고 부모로서의 결점을 생각하며 스스로를 비난하기 때문에 ‘열린 상처(open wound)’에 비유되기도 한다(Abbott, 2009; Cain, Fast, & Erickson, 1964).

유가족들의 사별 경험은 심리적 변화뿐만 아니라 신체적 건강에 대한 위협요인으로도 작용한다(Stroebe, Schut, & Stroebe, 2007). 자녀를 잃은 부모의 심리적 외상은 신체 건강의 악화로 나타날 수 있으며(Boscarino, 2008), 죽음을 접한 이후 가슴이 답답하거나 숨이 막히고, 에너지 부족이나 근육이 약해지는 등의 생리적 현상을 동반하는 격렬한 비애반응을 신체적으로도 경험한다(Parkes, 1996), 이러한 반응은 곧 불면증이나 지속적인 악몽, 때로는 환각 등을 경험하는 정신과적 증상으로 이어지기도 한다(Li, Laursen, Precht, Olsen, & Mortensen, 2005). 또한 자녀의 죽음을 경험한 부모의 경우 알코올 섭취량과 흡연량이 증가하고, 식습관 패턴이 변화하는 등 건강상의 문제로 이어지게 될 가능성이 높은 것으로 나타났다(Li, Precht, Mortensen, & Olsen, 2003). 이처럼 갑작스러운 자녀의 죽음은 장기적으로도 생존 부모의 건강을 위협하며, 부모의 높은 사망률과 관련되는 것으로 보고된다(Sanders, 1988).

사별 경험이 폭력적이고 예기치 않은 특성을 가질수록 사건이 유가족의 개인적인 믿음

체계에 주는 영향력이 크다는 점(Malkinson, 2007), 죽음을 둘러싼 상황적 요인들이 외상 디스트레스 수준(traumatic distress)에 영향을 준다는 점(Dyregrov et al., 2015), 자녀의 죽음에 대한 분명히 실재하는 근거가 부족할 때 부모의 애도과정이 이루어지지 않는다는 점(Doka, 2001), 이로 인해 자녀의 죽음에 대한 의미를 찾는 작업에 어려움을 겪고 지속적으로 죽음이 발생한 맥락과 이유에 머무르게 된다는 점(Armour, 2007) 선행 연구결과들을 고려할 때, 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모들은 슬픔과 비애로 애도작업이 미해결된 과제로 남아 있을 가능성이 크다.

선행연구에 따르면 재난을 경험한 피해자들이 재난으로 급성 스트레스 장애(Acute Stress Disorder)를 경험한 이후 재난 유형에 따라 3개월(Carty, O donnell, & Creamer, 2006), 6개월(Kaniasty & Norris, 2008), 12개월(Simeon, Greenberg, Nelson, Schmeidler, & Hollander, 2005)의 시간이 흐른 뒤에도 삶의 질 손상과 PTSD의 주요 증상인 해리, 스트레스, 우울, 불안과 같은 문제를 보고하며, 심지어 이러한 증상들이 수년 이상 지속되는 것으로 보고한다(Ho, Paultre, & Mosca, 2002; Ozer, Best, Lipsey, & Weiss, 2003). 또한 자녀의 죽음으로 인해 외상을 경험한 부모들은 2년여의 시간이 지나도 PTSD의 주요 증상을 경험하며(Murphy et al., 1999), 그들의 삶에서 자녀의 죽음 그 자체를 수용하는 데 3~4년의 시간이 소요되는 것으로 보고된다(Murphy, Johnson, Wu, Fan, & Lohan, 2003).

세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모들의 심리적 외상에 대한 심리지원 개입을 마련하기 위해서는 먼저 그들의 고유한 경험을 이해하는 것이 선행되어야 하지만 아직까지 심층적

인 탐색을 시도한 연구는 부족한 실정이다. 재난 피해자의 외상 반응에서 '사건 이후의 경과(time since event)'는 중요한 고려사항이다(Pennebaker & Harber, 1993). 세월호 재난 이후 1년이 흐른 시점에서 세월호 희생자 부모의 생활 실태를 조사한 국내 연구(박기목, 2015)에서도 세월호 유가족들은 여전히 일상으로 회복하지 못하고 있는 것으로 보고되고 있다. 따라서 본 연구에서는 세월호 재난 이후 2년이 경과된 현재의 시점에서 자녀를 잃은 부모의 내적 경험을 심층적으로 탐색하고자 하였다. 본 연구를 통하여 세월호 희생자 부모들이 자녀와의 사별 이후 2년이 지난 시점에서 어떠한 내적 경험을 하고 있는지에 관한 이해를 바탕으로 재난이후 심리적 외상에 대하여 시점을 고려한(time-sensitive) 적절한 심리치료 개입을 마련하는 기초자료를 제공하고자 한다. 이를 위해 본 연구에서는 심층면담을 수행하고 면담자료에 대한 질적 분석을 실시하였다. 연구 질문은 '세월호 재난 발생 이후 2년이 흐른 현 시점에서의 자녀를 잃은 부모의 내적 경험은 어떠한가?'이다.

방 법

연구대상 및 자료수집

본 연구에서는 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모 17명을 연구참여자로 선정하였다. 연구참여자들의 성별은 남자 7명, 여자 10명이며, 이 중 5쌍은 부부 참여자이다. 연구참여자들 모두 제주도 수학여행에 다녀오는 길에 세월호 참사로 목숨을 잃은 단원고 학생들의 부모들이며 현재 경기도 안산시에 거주하고 있

다. 세월호 재난 이전에는 사무직, 부동산업, 자영업, 운수업 등의 직업을 가지고 있었던 연구참여자들은 12명이었으나, 이 중 2명만이 현재 직장생활을 지속하고 있는 것으로 나타났다. 연구참여자 중 16명(부부 5쌍)은 남겨진 자녀를 양육하고 있으며, 1명은 외동자녀를 세월호 재난으로 잃게 되어 현재 자녀가 없다. 연구참여자 17명 가운데 1명을 제외하고는 모두 세월호 재난 이후 유가족협의회에 소속되어 활동 중에 있으며, 국가에서 제공하는 보상금 지급을 거부하고, 국가를 상대로 민사소송을 제기한 상태이다.

연구참여자 선정을 위해 첫 번째 단계에서는 의도적 표집방법(purposive sampling)을 활용하였다. 연구자들은 2016년 3월부터 4월까지 수도권 대학 8곳에서 열린 세월호 재난 희생자 유가족 간담회에 참석하였다. 연구자들은 세월호 유가족 간담회에서 세월호 재난 희생자 유가족이 세월호 재난 당시의 상황, 세월호 재난의 수습과정의 여러 가지 문제들, 자녀를 잃은 부모로서의 삶 등에 관하여 자유롭게 발화하는 내용을 경청하였다. 간담회가 종료된 직후 연구자들은 8차례의 간담회에 참석한 10명의 유가족을 직접 대면하여 본 연구의 취지와 목적에 대하여 설명하고 연구 참여를 요청하였다. 그 중 연구참여에 동의하고 심층면담을 수락한 유가족은 총 9명(부부 3쌍)이었으며 1명이 참여 불가능 의사를 나타냈다.

연구자들은 연구참여에 동의한 유가족들을 대상으로 연락을 여러 차례 주고받으며 연구 목적과 심층면담에 대한 전반적인 설명을 하였다. 연구자들은 심층면담에 각자의 배우자와 함께 참석이 가능한지를 타진하였고, 연구참여자 및 배우자의 일정을 최대한 고려하여 인터뷰 일정을 결정하였다. 결과적으로 4쌍의

부부가 면담에 참석하였고 배우자의 건강상의 이유 등으로 2명은 배우자를 동반하지 않고 참석하여 최종적으로 자료수집의 첫 단계에서는 총 10명(부부 4쌍)이 심층면담에 참여하였다.

두 번째 단계에서는 본 인터뷰에 참여한 응답자들을 통하여 동일한 경험을 한 다른 사람을 소개하도록 하는 눈덩이표집(snowball sampling)방법을 활용하였다. 심층면담에 참여한 참여자들에게 면담 종료 후 본 연구에 참여 가능한 다른 유가족들을 추천가능한지 의사를 타진하였고, 동의하신 분들이 다른 유가족분들에게 연락을 해서 연구참여 의사를 타진하였다. 연구참여자들에게 심층면담 참여의사를 밝힌 분들의 연락처를 받은 이후 연구자들은 해당 유가족들에게 직접 전화 연락을 하여 본 연구의 목적과 면담에 대한 충분한 설명을 제공하고 연구 참여 의사를 타진하였다. 추천받은 연구참여자들은 총 7명이었으나, 결과적으로 그 중 5명만이 연구참여에 동의하였고 다시 새로운 연구참여자들로부터 추후에 1명을 더 추천 받았다. 또한 지역 상담기관으로부터 1명을 추천받아 연구참여에 대한 동의를 받았다. 이렇게 하여 자료수집의 두 번째 단계에서는 총 7명의 연구참여자가 추가선정되었다. 최종적으로 본 연구에서 연구참여에 동의하고 심층면담에 참여한 전체 인원은 17명(부부 5쌍)이었다.

심층면담은 2016년 5월부터 2016년 8월까지 4개월 동안 수행되었다. 연구자들은 세월호 인양 문제, 교실 존치 문제 등 세월호 유가족들이 당면한 여러 상황을 고려하여 인터뷰 참여 및 인터뷰에 대한 집중이 불가하다고 판단하였을 때는 일정기간 인터뷰를 중단하였다. 면담시간은 120분~180분 동안 이루어졌으

며, 면담장소는 연구참여자의 자택, 해당 지역의 상담시설, 세월호 유가족 분향소 중 연구참여자가 선호하는 장소에서 심층면담을 진행하였다.

심층면담을 진행하기 전에 연구자들은 연구 질문을 개발하기 위해 외상 및 재난으로 가족을 잃은 유가족들을 대상으로 연구된 기존 국, 내외 문헌들을 충분히 고찰하였다. 면담은 상담 전공 교수 1인이 직접 실시하였으며, 면담을 실시할 때마다 상담전공 교수 1인과 상담전공 석사과정 2인으로 구성된 본 연구자들이 참석하는 것을 원칙으로 하였다. 상담전공 교수 1인이 연구참여자들에게 질문한 후, 질문에 대한 답변이 충분히 이루어지지 않았다고 판단되면 참석한 상담전공 석사과정 2인이 부가적인 질문을 하였다. 상담과정 석사과정 2인은 연구참여자의 언어적, 비언어적 표현과 면담 당시의 분위기, 연구자가 중요하다고 판단한 연구참여자의 주요발화를 메모하여 현장기록(field note)을 작성하였다. “세월호 재난으로부터 2년이 흐른 현 시점에서의 개인 경험과 삶은 어떠한지를 말씀해주십시오”라는 일반적인 질문으로 면담을 시작하고, 추가적으로 사건 이후의 구체적인 내적 경험에 대해 질문하였다. 사건 이후의 경험에 대한 질문은 심리적 상태, 신체적 건강, 성격의 변화, 삶을 바라보는 관점의 변화 등의 내용을 포함하였다. 면담을 진행하는 동안 연구참여자가 긴장하지 않고 편안한 마음으로 면담에 참여할 수 있도록 하였고 연구자의 질문에 충분히 답변이 되지 않았을 시에는 부가적인 질문을 덧붙이는 식으로 면담을 진행하였다. 심층면담 내용은 현장녹음 후 1주일 내로 전사하여 문서화하였다.

자료 분석

본 연구에서는 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모들의 개인 내적 경험세계를 탐색하기 위하여 Krippendorff(2004)가 제시한 내용분석(content analysis) 절차에 따라 면담자, 상담전공 박사과정 1인, 석사과정 2인이 자료를 분석하였다. 개인의 내적경험에 대한 깊은 이해는 수량화, 계량화를 통한 양적연구로는 한계가 있기 때문에 내용분석 절차에 따른 질적 연구 분석 방법이 적합할 것으로 생각되었다. 면담자이자 본 연구를 기획한 상담전공 교수 1인은 재난 및 외상 관련 연구 주제로 다수의 심층인터뷰 진행경험 및 질적연구논문 출판 경험이 있다.

Krippendorff(2004) 내용분석 방법은 사회과학 분야의 여러 주제에서 널리 사용되고 있는 융통성 있는 질적연구 방법으로 내용을 차원에 따라 분류할 수 있는 장점이 있다. 연구자들은 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모들의 삶의 다양한 영역에서의 경험을 탐색하는데 차원분류가 적합할 것으로 판단하여 Krippendorff(2004)의 4단계 절차를 따랐다. Krippendorff의 내용분석 절차의 첫 단계는 텍스트 전체에 대한 연구자의 이해과정이다. 연구자들은 심층면담 축어록을 반복하여 읽으면서 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모들의 내적 경험들이 어떤 차원으로 나뉠 수 있는지를 검토하였다. 두 번째 단계는 의미있는 진술 찾기이다. 연구자들은 연구참여자가 구술한 내용을 문장으로 만들었고 이 문장이나 어구들 중에서도 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모들의 심리정서, 신체, 인지, 행동 특성 등과 관련된 의미 있는 진술들을 도출하여 의미를 구성하였다. 세 번째 단계에서는 범주화 단계이다. 연구자

들은 의미진술을 개념화한 후 이 개념들 중 서로 유관하거나 유사한 것들을 결집하여 범주화했다. 네 번째 단계에서는 이러한 범주를 심리정서적 차원, 신체적 차원, 인지적 차원, 행동적 차원으로 나누어 범주를 차원에 적합하도록 재배열했다. 연구자들은 각 단계에서 자료수집과 분석에 있어 충분성과 적절성을 염두에 두었다.

본 연구에서는 연구결과의 신뢰성과 타당성을 확보하기 위하여 Lincoln과 Guba(1985)의 4가지 평가기준을 적용하였다. 첫째, 사실적 가치(truth value)는 연구참여자들이 처한 맥락에서 얼마나 신빙성 있는 사실을 발견했는지를 의미한다. 사실적 가치를 확보하기 위해 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모들을 연구참여자로 선정하였다. 연구참여자들의 심층면담 구술 내용을 바탕으로 의미내용과 범주, 차원이 적절히 추출되고 분류되었는지를 점검하였고, 연구결과가 신빙성 있는 사실을 나타내지 못한다고 판단할 때면 즉시 연구에 참여한 연구참여자 17명을 직접 대면하거나 메일, 전화상으로 분석결과에 대한 검토를 받는 것을 원칙으로 하였다. 또한 자료수집의 첫 번째 단계에서 면담을 진행한 10명의 연구참여자들로부터 얻은 구술자료의 분석결과를 자료수집의 두 번째 단계에서 면담을 진행한 7명의 연구참여자들에게 구술로 확인받음으로써 분석결과가 충분히 신빙성 있는 사실인지, 연구참여자들이 처한 맥락에서 경험하는 보편적인 현상을 적절하게 대변하고 있는지 점검하였고 분석 결과 중 한 개인의 특수한 경험이라고 판단될 때는 결과 기술 시 명시하였다. 둘째, 적용성(applicability)은 연구에 참여한 대상과 연구가 진행된 맥락 이외에도 본 연구의 결과를 적용할 수 있는지를 의미한다. 적용성을 확보

하기 위해 2015년 9월부터 2016년 6월까지 '4.16 세월호참사 특별조사위원회'가 세월호 피해자들을 대상으로 심리, 경제적 상태, 건강 상태 등을 조사한 '4.16 세월호 참사 피해자 지원 실태조사'(2016)의 내용을 검토하였다. 그 실태조사는 단원고 희생자의 유가족 외에도 생존자와 그 가족, 일반인 피해자들까지 포함하여 조사가 이루어졌다면 본 연구는 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모들의 독특하고 특수한 경험을 바탕으로 상담 및 심리치료 분야에 이론적, 실천적 함의를 제시하고자 하였다. 셋째, 일관성(consistency)을 확보하기 위해 다수의 질적연구 논문을 게재하였고 질적연구방법론에 관한 전문 워크숍을 진행하고 있는 질적연구방법론 전문가 1인에게 연구결과에 대한 지속적인 자문과 감수를 받았다. 넷째, 중립성(confirmability)을 확보하기 위해 본 연구의 심층면담 내용과 세월호 유가족 간담회 발화 내용, 세월호 유가족들의 구술을 포함한 <금요일엔 돌아오렴>(고은채 외, 2015), <다시 봄이 올 거예요>(416세월호참사 작가기록단, 2016), <세월호. 그날의 기록>(진실의 힘 세월호 기록팀, 2016), <416 단원고 약전>(경기도교육청 약전작가단, 2016) 등의 서적들, 세월호 특별조사위원회 보고서 등을 비교함으로써 연구의 방법과 분석에서 연구자의 주관적인 편견을 배제하였으며, 연구자의 독단적인 해석을 지양하기 위해 분석결과에 관하여 연구자 간 교차검증 작업을 수행하고 동료집단으로부터 검토 및 감수작업을 받았다.

연구의 윤리적 문제 및 엄격성

본 연구는 연구참여자들의 권리와 안전을 보호하기 위해 연구자 소속기관의 기관생명윤

리위원회(IRB)로부터 연구윤리에 대한 사전승인을 받아 진행되었다(No. 2016-05-007). 연구자는 첫 면담을 시작하기 전에 연구자의 소속, 연락처, 연구목적과 방법, 연구 참여의 자발성, 참여 의사 철회 가능, 인터뷰 녹음, 개인 정보의 보호, 추후 자료의 폐기와 같은 내용이 담긴 연구동의서에 대하여 설명한 이후 '연구 참여 동의서'에 연구참여자의 서명을 받았다. 또한 심층면담 진행과정에서 연구참여자가 심리적, 신체적 불편감을 느낄 경우 지역의 심리상담 및 정신건강기관과 연계하여 정신건강 서비스를 제공하며, 연구참여자의 상태가 심층면담이 불가하다고 판단될 때는 면담을 중지하여 연구참여자의 안전과 위기관리를 최우선적으로 고려하는 것을 원칙으로 하였다.

본 연구 시작 전 연구참여자에게 심층면담 녹음과 축어록 내용이 연구목적 이외에는 어떤 목적으로도 사용되지 않을 것임을 전달하였으며, 연구참여자의 이름은 익명으로 표기된다는 사실을 알렸다. 연구참여자가 인터뷰 중에 또는 인터뷰를 마치고 언제라도 연구에 대한 참여를 철회할 수 있음을 연구 시작 전 고지하였다. 또한 연구참여자들의 자발성을 유지하기 위해 연구에 대한 권유나 회유는 하지 않았다.

본 연구는 질적연구의 엄격성과 윤리적 측면을 고려하기 위해 Padgett(1998)가 제안한 절차를 따라 연구참여자와 라포를 형성하였으며, 연구를 통해 도출하고자 하는 의미를 심층적으로 이해하고자 유가족이나 자녀를 잃은 부모의 애도경험에 관한 이론과 모델, 유관 주제로 국내외에서 출판된 학술지 논문, 외상경험 피해자를 대상으로 하는 상담 및 심리치료 이론, 세월호 재난 관련 신문 기사와 보도 자료, 세월호 유가족의 구술이 기록된 서적, 동

료연구자의 의견 등을 종합하여 활용하는 다원화(triangulation) 전략을 활용하였다. 특히 연구자들은 여러 출처에서 얻은 자료를 활용하는 자료출처의 다원화 전략에 따라 본 연구의 심층면담 자료를 주 자료로 활용하고, 연구참여자들이 대학 간담회에 참석하여 구술한 자료를 보조자료로 활용하여 자료를 분석하였으며, 연구참여자들에게 본 연구에서 간담회 자료를 참고하겠다는 것을 사전에 알렸다. 연구자들은 2016년 9월부터 2017년 2월까지 6개월간 수차례의 논의를 통해 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모들의 개인내적 경험구성요소를 추출하였다. 또한 분석과정에서 연구참여자의 구술 중 모호한 점이나 의문점이 생기면 즉시 연구참여자에게 연구분석 결과를 확인받아 왜곡된 기술이 없도록 구성원 점검(member-checking) 과정을 거쳤다. 또한 삼각검증을 거쳐 연구의 중립성을 유지하였다. 사회복지분야의 질적연구방법론 전문가(박사) 1인에게 감수를 받아 분석의 일관성을 유지하고자 하였다. 감수자는 자료로부터 의미내용들이 적절하게 추출되고 기술되었는지 검토하고 의견을 주었으며, 연구팀은 감수자의 의견을 토대로 수정보완 작업을 수개월 간 진행하였다. 연구참여자들의 권리를 침해하는 윤리적 문제가 발생하지 않도록 연구참여자 선정 단계부터 본 논문을 기술하는 단계까지 동료 전문가들의 조언을 받았다.

결 과

본 연구는 세월호 재난 발생 후 2년의 시간이 흐른 시점에서 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모의 경험에 대해 살펴보았다. 표 1에서

표 1. 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모의 경험에 대한 범주 및 의미내용

차원	범주	의미내용
무기력한 일상생활		나의 삶의 큰 부분을 차지한 자녀가 떠나고 나니 매사에 의욕이 상실되어 무기력한 일상을 보냄
		죽음과 사투를 벌이고 있는 현장에서도 아빠에게 메시지를 남긴 자녀에게 아빠로서 아무 것도 해줄 수 있는 게 없다고 생각하여 무기력을 느낌
		나라가 유가족들의 목표를 좌절시키는데서 비롯되는 무기력함과 공허함으로 마음이 피폐해짐
		세월호 재난에 대한 진상규명을 국가에 촉구하기 위해 단식을 하고 난 뒤 전반적인 근육의 양이 줄어 몸에 힘이 없고 무기력을 느낌
우울의 늪에 빠짐		의욕이 없어 다니던 직장까지 그만 두게 되었지만 집에서 할 일이 없어 더욱 무기력해짐
		자주 우울감에 빠지고 자녀에 대한 그리움에 사무침
		더운 여름날임에도 불구하고 가슴이 썩할 만큼 우울해지는 때면 자녀와의 좋았던 시간들을 한참 생각 하면서 스스로 추스르곤 함
심리 정서적 차원		사건 직후 자녀의 장례를 치를 때까지는 현실이 믿어지지 않아 눈물이 나오지 않고 차분한 마음이었지만, 자녀를 보내고 나서부터는 자녀의 죽음이 실감나서 집에서 혼자 울고 웃기를 반복함
		자녀를 지켜주지 못한 국가를 향한 분노가 극심함
		세월호 재난에 소극적으로 대처하는 자녀의 학교와 교사들에게 분노하게 됨
		교회에 열심히 다니던 아이를 사고에서 구해주지 않은 신을 원망함
		나의 희망이었던 아이가 갑자기 사라져 마음 안에 분노가 가득함
		세월호 재난에 대해서 지겹다는 소리를 하거나 비난하는 주변 사람들을 대하면 화가 머리 끝까지 남
		아무 일도 없었다는 듯이 평범하게 사는 주변 사람들을 보면 분통이 터지고 극심한 스트레스를 받음
		누군가 시비를 조금이라도 걸면 쉽게 화가 나서 죽자고 덤비는 식으로 대처하게 됨
		속에 분노가 차있어 쉽게 욕을 하거나 울분을 표출하는 것이 제어가 잘 되지 않고, 감정 조절이 되지 않아 인터뷰를 할 때도 분노 섞인 말을 많이 하게 됨
		외부에서는 세월호와 관련된 이야기를 함부로 하는 사람들을 마주쳐서 화가 나고 감정을 조절하기 어려워서 집에서만 술을 마시게 됨
분노와 원망 삭히기		분노를 표현할 수 있는 방법도 없고, 술로도 풀 수가 없어 쌓아두기만 하다 보니 답답한 마음에 새벽에 소리를 지르기도 함
		세월호 재난이 제대로 진상규명되지 않고 있는 것에 대해 분노가 있지만, 몸이 불편해서 활동할 수 없는 현실 때문에 그저 분노를 억압하게 됨
		아이를 기억하고 그리워하는 시간보다는 분노로 채워진 일상을 살아감
		사건 이후 TV나 전등을 꺼버리면, 마치 방 안에 산소가 하나도 없는 것처럼 숨이 안 쉬어지는 증세가 나타남
공황증상		밤마다 잠이 오지 않고 숙도 잘 쉬어지지 않아 밖으로 나가서 한참을 서성이다가 집으로 들어옴

표 1. 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모의 경험에 대한 범주 및 의미내용

(계속 1)

차원	범주	의미내용
심리 정서적 차원	자살충동에 휩싸임	사고 직후 자녀를 지켜주지 못해 미안하고 세상이 싫어져 바로 따라 죽으려고 시도함
		삶의 의미와 낙이 사라져버렸고 앞으로 가치 있는 삶을 살 수 있다는 명제를 던져주는 사람이 아무도 없기 때문에 죽고 싶은 마음이 들
		세월호 유가족을 향한 반감이 있는 자리나 장소에 가면 죽고 싶은 마음이 많아짐
	에민해지고 의심이 많아짐	참사 100일 이후로는 정말 죽고 싶어 밤낮으로 술을 마셨으나 기독교에서 자살을 하면 안 된다고 해서 분향소 내의 기독교 모임을 나가기 시작함
		주변사람들에게 실망과 배신감을 느끼고 가까운 사람들도 못 믿고 의심하게 됨
		낯선 사람이 다가오면 의심부터 하고 나의 의견에 동조하지 않으면 적처럼 느껴짐
		사람들이 자신을 '세월호 유가족'이라는 것을 알고 주목하는 시선이 신경 쓰이기 때문에 직장이나 사회생활에서도 자유롭게 행동하지 못함
		외부에 나갈 때 자신이 세월호 유가족이라는 것을 다른 사람들이 아는지 항상 의식하면서 조심함
		가족끼리 즐거운 시간을 보내며 소소한 행복을 누리기도 싶어도 자신은 '유가족'이라서 웃으면 안 된다는 강박관념이 생김
	쉽게 짜증과 화를 내며 신경질적이게 됨	계속해서 친목 모임에 참여하라는 외부 사람들의 권유가 있지만 모임에 가서 실수를 하면 유가족에게 폐를 입힐까봐 선뜻 나갈 엄두가 나지 않음
		다른 사람들과 어울릴 때 예전의 활기차고 당당한 모습이 아니라 누가 해코지 할까봐 불안감을 가지고 있는 자신의 모습이 낯설어 지인들과의 교류를 거의 하지 않게 됨
		사소한 일에도 쉽게 신경질을 내곤 함
이전에는 온화하고 상냥한 말투였지만 지금은 툭툭 쓰고 신경질적인 말투로 변함		
나도 모르게 짜증을 내거나 욕설이나 극단적인 표현을 사용함		
세월호 재난 이후 성격이 급해져 말이 빨라 지다보니 발음이 명확하지 않아 사람들과의 대화에서 의사 전달이 잘 되지 않음		
사회적 공감능력의 상실	옛날에는 부당한 일을 당해도 혼자 삭히며 참았지만, 지금은 화가 나면 소리를 지르며 성급히 분노를 표출해버리거나 사나운 태도로 돌변하는 성격으로 바뀜	
	구의역이나 지하철 사고처럼 큰 재난이나 사고가 터졌다는 뉴스를 듣더라도 나도 세월호 참사를 겪었는데 저런 일이 대수야 하는 식으로 넘기게 됨	
	자녀에 비해 어머니는 살만큼 사시고 돌아가셨다고 생각하며 내가 겪은 일이 제일 큰 아픔이라고 생각하여 어머니의 죽음에 대한 감흥이 없음	
신체적 차원	자신의 실수나 행동에 반성하지 않고 부끄러움을 모르게 됨	
	세월호 재난 이후 시력이 저하됨	
	세월호 재난 이후 작은 글씨를 알아볼 수 없을 정도로 시력이 나빠져 돋보기를 착용함	
	세월호 재난 이후 청력이 약해짐	
		세월호 재난 이후 말할 때 귀에서 소리가 계속 울림

표 1. 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모의 경험에 대한 범주 및 의미내용 (계속 2)

차원	범주	의미내용	
신체적 차원	신경성 두통 및 팔, 다리, 허리 통증	계속되는 두통으로 신경계통 약을 먹고 있음	
		자녀의 장례를 치르고 난 후 갑자기 허리통증이 심해져 잠을 이루지 못함	
		1년여 간 진상규명 활동으로 인한 지속된 노숙으로 골반이 틀어져 허리가 아프다가 다리에 마비가 옴	
		원래 앓고 있던 허리 디스크 질환이 심화되어 자살을 생각할 정도로 통증이 극심해짐	
	소화기 계통 이상 증상	팔이 잘 올라가지 않고, 온 몸이 아픔. 자고 있으면 다리가 저려 잠을 잘 수 없을 정도로 고통을 겪음	
		다리에 염증이 심각해서 수술을 받음	
	면역력, 체력 저하	계속되는 진상규명활동으로 제대로 된 식사를 하지 못해서 영양부족, 소화 불량에 생김	
		늦은 밤까지 잠을 이루지 못하다보니 불규칙한 생활로 인해 위궤양이 응급실에 실려 갈 정도로 심해짐	
		불면	잠에 잘 들지 못하고, 들더라도 3시간 이상 깊은 숙면을 취하지 못함
		면역력, 체력 저하	밥을 잘 먹지 못하고 잠을 잘 자지 못해서 살이 계속해서 빠짐
면역력, 체력 저하		예전 같으면 3~4일이면 감기를 앓더라도 다 나았을 텐데 면역력이 떨어져 이제는 열흘, 보름씩 앓곤 함	
면역력, 체력 저하		사건 이전 좋지 않았던 몸 상태가 사건의 부정적인 영향으로 인해 더욱 악화됨	
여성 질환	면역력, 체력 저하	입맛이 없어 먹지 않고 술을 많이 마셔 영양결핍에 걸림	
	면역력, 체력 저하	진상규명활동을 하면서 체력이 많이 떨어지는 것을 느낌	
	여성 질환	세월호 재난 직후부터 생리불순이 시작되어 현재까지 지속됨	
		검사 상으로는 아무 이상이 없으나 스트레스로 인해 부인과 질환이 심해짐	
		자녀의 죽음 이후 슬픔을 풀 데가 없어 혼자 삭히다 보니 자궁이 굳어지고 종양이 생기는 등의 문제가 생겨서 자궁 적출을 하게 됨	
	갑상선 이상	스트레스로 갑상선에 혹이 생겼다가 사라짐	
		갑상선에 이상이 생겨 조금만 활동해도 쉽게 피곤해짐	
혈압 문제	세월호 재난 이후 혈압 약을 먹어야 할 정도로 혈압이 오름		
치과문제	스트레스로 잇몸이 망가져 치아가 빠짐		
인지적 차원	취장염	세월호 청문회 활동으로 노숙을 하면서 술을 마시다 취장염에 걸려 마약성 진통제를 맞아 야 할 정도로 고통을 느낌	
		세월호 재난 이후 방금 들었던 말도 돌아서면 기억이 나지 않고 무슨 말을 하려고 해도 단어가 떠오르지 않는 등 머리가 새하얘지는 느낌을 받음	
	기억력 감퇴	직장에서 영업일을 하면서 세월호 재난 이전에는 물품의 개수나 발주 시기, 내용에 대해 다 암기하고 있었는데 지금은 업무 관련 대화를 하면서 메모를 하지 않으면 바로 잊어버림	
		이전에는 일 관련해서 전화번호를 150-200개씩 외웠지만 지금은 전화번호를 하나도 외우지 못함	
집중력 저하	세월호 재난에 온 마음이 집중을 하다 보니 다른 사람의 말에 엉뚱하게 반응하는 등 일상 생활에 집중이 어려움		

표 1. 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모의 경험에 대한 범주 및 의미내용

(계속 3)

차원	범주	의미내용
인지적 차원	죽음에 대한 의미 변화	삶의 희망이었던 자녀가 죽고 난 후 자신도 죽어도 그만이라는 생각을 하게 됨
		죽으면 오히려 죽은 아이를 빨리 볼 수 있다는 생각을 하며 죽음에 대한 공포를 느끼지 않음
	내 삶의 의미에 대한 변화	내일에 대한 희망을 전혀 두지 않고, 삶을 마무리 하고 싶다고까지 느낌
		자녀를 만날 수 있다는 생각에 돌아가신 유가족 이야기를 듣고 그분들을 부러워하며 죽으면 행복한 것이라는 생각을 함
행동적 차원	불규칙한 식습관	내가 살아있는 이유는 자녀의 죽음에 대한 진상 규명을 하는 것이므로 죽을 각오로 임함
		일할 에너지는 없지만 먼저 간 아이를 위해서 꼭 진실을 밝혀야 한다고 생각하여 소송과 진상규명활동에 참여
	흡연량의 증가	세월호 관련 활동의 경우에 움직이는 것 말고는 분향소에서 대부분의 시간을 보냄
		보낸 자녀를 위해 살아있는 부모가 할 수 있는 일은 다시는 세월호 재난 같은 일이 생기지 않도록 하는 것이라고 생각함
	음주에 관한 절제력 상실	세월호 재난 이전에는 친척 행사에 참여하고 챙겼지만 이제는 죽은 내 자녀와 내가 해야 하는 진상규명만 생각하면서 살고 싶음
		식욕이 저하되고 먹는 것이 귀찮아서 식사를 자주 거르거나 아예 먹지 못함
		술을 즐기지 않던 과거와 달리 지금은 거의 매일 술을 마심
		술을 계속해서 마시다보니 주량이 많이 늘음
		자녀를 잃은 슬픔과 진상규명이 되지 않는 상황에 대한 답답한 마음을 풀 곳이 없어 유가족들과 함께 술을 마시게 됨
		밤마다 자녀의 빈자리를 채우기 위해 부부가 함께 술잔을 기울임
자녀를 잃고 힘들어 하거나, 죽은 자녀에 대한 마음을 밖으로 표출하지 않고 혼자 술로 삭힘		
술을 많이 마시고 난 뒤에도 술 덕분에 하루를 버텼다는 마음에 술 많이 마신 것을 후회하지 않음		
외부에서 술을 마시게 되면 세월호와 관련된 이야기를 함부로 하는 사람들을 마주쳐서 화가 나므로 집에서만 술을 마시게 됨		
유가족들 때문에 장사가 안 된다는 술집 주인의 말과 주변의 수군거림에 울화가 치밀고 감정조절이 어려워 오로지 집에서만 술을 마심		
맨 정신으로는 잠에 들 수 없어서 항상 술을 마심		
불면증을 해소하고자 술을 마심		
입맛이 없어 먹지 않고 술을 많이 마셔 영양결핍에 걸림		

연구참여자들이 보고한 의미 구성 내용을 범주별로 제시하였다. 심층 면담자료를 분석한 결과, 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모들의 경험의 주요 특성은 ‘심리 정서적 차원’, ‘신체적 차원’, ‘인지적 차원’, ‘행동적 차원’의 25개 범주, 94개의 의미내용이 도출되었다.

심리 정서적 차원

무기력한 일상생활

연구참여자들은 세월호 재난 이후 2년이 흐른 현재의 시점에서조차 자녀의 죽음으로 인한 크나큰 상실감을 경험하고 있다고 보고하였다. 연구참여자들은 때로는 나 자신의 존재보다도 더 중요하게 여겼던 자녀가 갑자기 사라지게 되어 삶에 대한 의욕을 상실하게 되었다. 연구참여자들은 자녀와 함께하지 못하는 ‘비극적인 일상’(연구참여자 12)을 무기력하게 버티 나갈 뿐이라고 구술하였으며, 한 연구참여자 는 현장에서 휴대폰으로 마지막 메시지를 남긴 자녀에게 아빠로서 아무것도 해줄 수 있는 게 없다고 생각해서 무력함과 미안함을 느꼈다고 진술하였다.

연구참여자들은 국가를 향해 세월호 재난에 대한 철저한 진상규명을 요구했지만 아무것도 해결되지 않는 상황으로 인해 공허함과 무기력함을 동시에 느꼈다고 구술하였다. 연구참여자들은 지난 2년동안 자녀들의 죽음을 의미 있게 기억하고자 진상규명을 외치고 교실을 존치할 것을 주장하거나 분향소 철거를 반대하는 활동을 지속했지만, 유가족들의 의견이 계속 좌절되는 현실에 의해 목표의식이 점차 사라지게 되었다고 진술하였다. 연구참여자들은 세월호 재난에 대한 진상규명을 촉구하기 위해 단식을 강행하게 되면서 신체 건강이 약

해졌고, 신체 건강의 악화가 곧 심리적 소진이나 무기력 등의 부정적인 감정변화로 이어지는 과정을 겪고 있다고 진술하였다.

연구참여자들은 자녀를 잃고 삶에 대한 의욕을 잃게 되어 직장까지 그만두게 되었다고 구술하였다. 직장을 그만두고 집에서 칩거하며 지내다 보니 갈수록 점점 의욕이 감퇴되었고 집에 가만히 앉아 할 수 있는 것이 없어서 멍하니 있는 일상이 반복되면서 연구참여자들은 회사를 그만둔 것을 후회하기도 하였다.

“필요한 것들이요? 지금 현재 필요하니까? 00이의 빈자리? 좀 공허하게 들릴 수도 있지만 애기가 없으니까. 집이 너무 뭉개도 신나는 것도 없고 집에 와도 얘기할 것도 없고... 만약에 진짜 우리가 행복해지려고 한다면 당연히 진상규명은 돼야 되는 거죠. 그래야만 다시 행복해지고 필요한 건 바로 그거라고 생각해요.” (연구참여자 6)

“나는 진상규명을 해야 하고 교실을 지켜야 하고 분향소를 지켜야하고. 이런 목표가 있다가 그 목표가 저와는 상관없이 이 나라에 의해서 다 없어지잖아요. 그 때 오는 공허함 무기력함... 내가 뭘 해야 하는데 목표가 없어지잖아요. 그 목표의식 자체가 없어지면 일반사람들도 목표의식이 없으면 삶 자체가 평탄한 삶을 살진 않잖아요.” (연구참여자 2)

우울의 늪에 빠짐

연구참여자들은 자녀에 대한 과거의 기억을 지속적으로 회상하면서 자녀를 향한 그리움에 사무치는 모습을 보였으며, 자녀를 향한 깊은

그리움은 잦은 우울감으로 이어지게 된다고 보고하였다. 연구참여자들은 이따금씩 “가슴이 쉼할만큼” 우울감에 빠져 자녀와의 좋았던 시간들을 회상한다고 보고하였다. 일부 연구참여자들은 정신보건기관이나 병원에 통원치료를 받고 있을 정도로 심각한 우울증세를 보고하였다. 한 연구참여자는 세월호 재난 당시에는 자녀를 잃은 현실이 믿어지지 않아 슬픔을 잘 표현할 수 없었지만, 자녀의 장례를 치른 이후에서야 비로소 자녀의 죽음이 실감나 격렬한 슬픔을 경험했다고 보고하였다. 세월호 재난 이후 자녀를 잃은 상실감으로 인해 우울증을 앓게 된 배우자를 지켜본 한 연구참여자는 “잠시라도 혼자 두면 안 될 것 같은” 불안감을 경험하며 덩달아 우울해지는 양상을 경험하게 되었다고 진술하였다. 한 연구참여자는 손자를 잃은 슬픔으로 친정어머니 등 가족구성원들도 함께 우울증을 경험하고 있다고 보고하였으나, 장기간 병원에서 신경안정제와 더불어 우울증 약까지 처방받아서 복용하고 있음에도 불구하고 직계가족이 아니기 때문에 국가로부터 제대로 된 지원을 받지 못하는 실정이라고 진술하였다.

“베란다나 대문을 열고 나가서 우두커니 서있는 시간이 많아진 것 같아요. 어딜 가더라도, 병원에 갔다 오더라도 막 가슴이 쉼한 것이. 더운 여름날임에도 불구하고 겨울인 것 같은. 가을의 분위기를 확 느낄 때가 있어요. 그럴 때면 그냥 주저앉아야 돼요. 앉아가지고 한참 그냥 옛날에 아들하고 좋았던 생각을 좀 한창 하고나면 이제 집을 올라올 수 있지.” (연구참여자 16)

“(아내가) 우울증 (치료를) 받아봤는데 약을 안 먹고. 내면적인 게 걸으려는 자기가 아닌 것처럼 행동하는데 저는 30년을 같이 살았으니까 그게 나타나더라고요. 혼자 집에 놔두면 안 될 것 같은 생각도 많이 들고, 굉장히 사람이 좀 신경질적으로 바뀌었어요. 신경질적으로 바뀌고 지금은 집에 가면 거실에 텔레비전 밑에 보면 애 사진이 있거든요? 저녁만 되면 앉아 가지고 우니까.” (연구참여자 15)

분노와 원망 삭히기

모든 연구참여자들은 공통적으로 자녀를 잃은 것에 대한 분노가 국가를 향해 있었다. 국가가 내 아이와 가족의 안전을 지켜줄 것이라고 믿었던 연구참여자들은 속수무책으로 자녀를 잃게 되어 국민으로서 국가에 대한 배신감을 느끼고 있었다. 연구참여자들은 나의 희망이었던 아이가 사라진 “극한 상황” 때문에 희망은 사라지고 분노만이 잔존한다고 진술하였다. 세월호 재난 당시에 구조활동이 미비하게 이루어졌다는 점, 현재까지 진상규명이 제대로 되지 않고 있는 점, 세월호가 아직 인양되지 않았다는 점, 아직도 미수습자가 배안에 있다는 점 등은 국가가 세월호 재난의 수습을 제대로 하지 않고 있다는 느낌을 주었고 유가족들에게 피해자들에 대한 존중이 부족하다는 인상을 심어주었다고 하였다. 자녀를 속수무책으로 잃게 된 연구참여자들의 분노와 원망의 대상은 학교이기도 하였다. 연구참여자들은 세월호 재난 이후 자녀의 학교 교사들이 교실존치 문제나 학생들의 제적처리에 대한 문제를 해결하는 데 유가족들의 의사를 고려 해주지 않는 모습을 보고 분노를 느꼈다고 구

술하였다.

연구참여자들은 유가족들을 향한 주변의 비난의 화살이 연구참여자들의 분노의 또 다른 원인으로 작용한다고 보고하였는데, 주변 사람들이 세월호 재난에 대해서 지겹다는 이야기를 꺼낼 때면 참을 수 없이 큰 분노를 느끼고 그 사람들을 원망하게 된다고 진술하였다. 또한 연구참여자들은 산 사람은 살아야 하니 진상규명활동을 그만둘 것을 권유하는 지인들의 모습에 큰 상처를 입게 되었다고 구술하였다. 또한 연구참여자들은 세월호 재난의 영향으로 경기가 나빠져 장사가 되지 않는다며 비난섞인 이야기를 하는 사람들의 말이 들려올 때면 음식을 채 먹지 못할 정도로 화가 난다고 하였으며 세월호 재난에 대해서 잘못 알고 있는 사람들에게 매번 잘못된 상황을 설명해야 하는 상황 때문에 힘들다고 구술하였다.

연구참여자들은 자신과 내 가족을 제외한 주변의 다른 사람들과 사회 구성원들이 세월호 재난으로 인한 분노와 슬픔으로 점철된 자신의 삶과는 달리 너무나도 평범하게 잘 지내는 모습을 보면서 “울화통이 터질 만큼” 극심한 분노를 느끼고 높은 수준의 스트레스를 경험하는 것으로 보고하였다. 교회를 열심히 다니던 아이를 사고에서 구해주지 않은 신을 원망하며 교회와 교회를 다니는 사람들에게 “하나님이 어디 있느냐”며 자신의 원망스러운 마음을 표출하는 연구참여자도 있었다.

“불신이 가득한 사람으로 대한민국 정부에 불신이 가득한 사람으로 점점 그런 사람이 되어가고 있고, 저는 대한민국은 너무 부조리도 많고요, 선박 부분에 대해서 수명 20년에서 30년으로 뭐 늘어났던 부분 증축했던 부분, 그런 부분이 다 부

조리로 이루어져 있는 거잖아요 그런 부분을 제가 접하면 접할수록 정말 대한민국 정부가 이정도로... 저는 모르겠어요, 제가 태어난 곳이 대한민국이고 살고 있는 곳이 대한민국이기 때문에 살기는 하는데 저는 대한민국은 힘 있고 권력 있고 돈 있고 그런 사람들이 살기 좋은 나라일 뿐이지 그 외에 우리 같은 사람은 살 수가 없는 곳이거나 참 살기 힘들구나, 특히 이런 억울한 일을 당했을 때, 정부가 알아서 해줘야 할 부분이잖아요.” (연구참여자 9)

“원망 되는 거예요. 분명히 00이가 막 하나님도 찾고 엄청 그랬을 텐데 엄마도 찾고 했을 텐데, 손을 안 잡아 준 거에 대해서 너무 분노가 차서.. 참사 이후에도 교회 다니는 엄마들, 좀 가깝게 지내는 엄마들한테, 막 원망을 퍼부었어요. 하나님이 어디 있는데 교회를 다니냐고 막 이러면서” (연구참여자 14)

“안산사람들은 세월호 때문에 경제가 죽었다고 하잖아요. 그런 식으로 보니까 장사하는 사람들은 (우리 유가족을) 싫어 하죠. 알고나 싫어하면 이해는 가지 못하고 싫어하고 배제하잖아요. 알지도 못하고 남의 말만 듣고 그런 식으로 하니까. 아예 관심이 없는 사람에게 한번 이야기 하면 믿어줄 것 같아요? 옆에서 자꾸 (이야기를) 해줘야 되는데 그게 힘들죠.” (연구참여자 3)

분노로 짙어 차 있는 연구참여자들은 외부 자극에 민감하게 반응하게 되었다고 하였다. 특

히 운전을 하다가 누군가 앞에 끼어드는 사소한 일에도 굉장히 화가 나고 시비라도 붙게 되면 죽자는 식으로 덤비며 대처하게 된다고 하였다. 연구참여자들은 마음속에서 분노가 치밀고 표출되는 울분을 조절하는데 어려움을 느낀다고 보고하였다. 특히 다른 사람들과의 대화에서 자신도 모르게 격앙된 어조로 말하고 때때로 화가 나는 상황이 있으면 소리를 지르며 분노를 표출하는 자신의 모습이 무척 낯설게 느껴지기도 했다고 구술하였다. 연구참여자들은 분노에 대처하는 방법이나 분노를 안전하게 표출할 수 있는 방법을 알지 못해 술로 푸는 경우가 많았고 쌓인 분노를 해소하기 위해 새벽에 소리를 지르는 등 돌출행동을 하기도 했다고 진술하였다. 세월호 재난이 제대로 진상규명되지 않는 것에 대해서 극심한 분노를 느끼고 있으면서도 극도로 악화된 자신의 건강 때문에 유가족들의 활동에 적극적으로 참여하지 못하고 그저 분노를 억누르는 대처방식을 반복하고 있다는 연구참여자도 있었다. 이렇게 연구참여자들은 자신의 일상이 분노로 점철됨에 따라 정작 잃은 자녀를 추억하고 그리워하는 시간은 충분히 갖지 못하게 되었다고 진술하였으며, 여전히 분노에 머무르고 있는 연구참여자들은 미처 “울 시간도 없이”(연구참여자 12) 진상규명 활동에 매진하고 있다고 하였다.

“개와 나와의 추억의 시간이 너무 많은데 그걸 기억하고 그리워하고 아름답게 재생산하고 싶은데... 해결이 안 되어서 이걸로 못 옮겨가고 있는 상황이잖아. 왜 죽었나부터 모르니까. 난 이거부터 해결하고 난 그렇게 살거야 했는데... 이거부터 해결하는 사이에 나는 자꾸 이거를

잊어버리고 있는 나 자신을 발견한 거죠. 미안한거죠 애한테. 애가 원하는 건 분명히 이렇게 사는 거 아니잖아.” (연구참여자 2)

공황증상

일부 연구참여자는 심리적 공황 상태라는 구체적인 경험을 보고하였다. 자녀의 죽음 이후 방의 전등을 꺼버리게 되면 마치 방 안에 산소가 하나도 없는 것처럼 숨이 쉬어지지 않는다고 보고하였다. 밤마다 잠이 오지 않고 숨도 잘 쉬어지지 않아서 늦은 시간까지 잠을 이루지 못하곤 한다고 진술하였다.

“TV 불을 꺼버리면 숨이 안 쉬어져서. 애를 보내고 난 후로부터는 항상 불을 켜고 자는 습관이 생긴 것 같아요. 불을 끄면 숨이 안 쉬어져요.” (연구참여자 16)

자살충동에 휩싸임

일부 연구참여자들은 세월호 재난 이후 부모로서 자녀를 지켜주지 못한 것에 대한 미안함과 세상에 대한 염증으로 인해 자살시도를 하기도 했다고 구술하였다. 연구참여자들은 사회에서 세월호 유가족들의 삶에 관심을 가지지 않아 유가족들이 소외됨에 따라 삶의 의미를 잃고 자살생각을 하게 된다고 구술하였다. 또한 연구참여자들은 세월호 유가족들을 향한 반감이 느껴지는 자리에 가면 죽고 싶은 마음이 들 정도로 속상한 마음이 든다고 보고하였다. 그러나 유가족들이 모일 때는 유일하게 함께 어울려 웃고 더 이상 자살생각을 하지 않을 수 있다고 진술하였다. 일부 연구참여자들은 한동안 자살사고에 시달렸으나 자녀가 살아생전 믿던 종교를 찾게 되면서 신앙생

활로 인해 자살사고를 멈추게 되었다고도 진술하였다.

“결국은 아무도 관심이 없을 때 한 사람씩 죽어가고 있을 것이라는 거죠. 00이 아빠 그 얘기 하잖아요. 정말로 죽고 싶은 마음이 너무 많다고. 아, 괜찮아. 너는 이것 외에도 가치 있는 삶을 살 수 있어. 이게 있어야 하는데, 그 명제를 던져주는 사람이 아무도 없다는...” (연구참여자 2)

“왜 이런 사고가 있어서 우리를 이렇게 힘들게 하나 하는 반감 아닌 반감도 많이 있고 속상하고. 어떨 때는 진짜로 그런 곳에 가면 죽고 싶은 마음이 많아요. 이러다 가면 죽는 게 아닌가. 그런 생각에서 탈피하기 위해서... 혼자 있으면 그 생각을 많이 하게 되거든요. 근데 이런데 나오면 웃고 하다 보면 그런 생각은 사라지잖아요. 그래서 자꾸 여럿이 모이는 데를 자꾸 오게 되고. 그런 거 같아요.” (연구참여자 12)

예민해지고 의심이 많아짐

연구참여자들은 세월호 재난 이후 주변 환경의 자극에 대하여 예민한 반응을 보이고 의심이 많아졌다고 진술하였다. 자녀를 지켜주지 않은 국가의 무능에 실망한 이후로 국가기관과 학교로 이어진 배신감과 실망은 곧 가까운 사람들을 향한 의심과 불신으로 이어졌다고 보고하였다. 지인 뿐 만 아니라 낯선 사람이 다가와 나의 의견에 동의하지 않으면 동조하지 않으려는 태도를 갖게 되었다고 진술하였다.

연구참여자들은 외부에 나갈 때면 누군가

나를 세월호 유가족이라고 알게 되지 않을까, 누군가 나에게 해를 입히지 않을까 염려하며 불안감을 경험한다고 보고하였다. 이러한 불안은 곧 연구참여자들끼리 다른 사람과 어울릴 때조차 타인의 시선을 신경 쓰는 태도로 이어지게 된다고 보고하였다. 연구참여자들은 지인들과의 교류뿐만 아니라 직장이나 사회생활에서도 주변의 시선에 신경을 쓰느라 자유로이 행동하지 못한다고 보고하였다. 연구참여자들은 주변사람들의 시선을 의식하는 것에서 비롯된 행동의 제약 때문에 강아지를 산책시키는 일과 같은 지극히 일상적인 일을 하는 것에 대해서도 스스로를 마치 ‘죄 짓고 있는 죄인’처럼 느끼고 있었으며, 가족과 소소한 행복을 누리고 싶은 마음이 있음에도 불구하고 2년이 지난 시점에서 유가족이라는 신분 때문에 웃으면 안 된다는 강박관념을 경험하기도 했다. 한 연구참여자는 예전에는 친목 모임도 많이 참석하고 사람들과 자주 어울렸지만 세월호 재난 이후로 사람들 앞에서 혹시나 실수를 해서 유가족에게 해를 입힐까봐 사회적 교류를 자제하고 있다고 보고하였다.

“일단 남을 의심을 잘하게 되고 안 믿어요. 예전 같은 경우에는 그런가보다, 그럴 수 있어. 근데 지금은 그 사람을 의심부터 하게 되더라고요. 못된 버릇이잖아요. 살려면 그러면 안 되잖아요. 근데 의심하고 그 사람이랑은 동조를 안 하려고 하고 다 적 인거죠. 이게 참 무서운 건데.” (연구참여자 12)

쉽게 짜증과 화를 내며 신경질적이게 됨

세월호 재난 이후 연구참여자들은 사소한 일에도 쉽게 짜증과 화를 내고 신경질이 늘었

으며, 이러한 부정적인 정서표출은 주로 배우자나 자녀를 향하게 되었다고 하였다. 이전에는 온화하고 상냥한 말투였지만, 사건 이후로는 상대방을 비난하는 말투를 사용하게 되었으며, 자신도 모르게 짜증을 내고 꾸짖거나 욕설, 극단적인 표현을 사용하는 횟수도 증가하였다고 보고하였다. 연구참여자들은 급해진 성격에 덩달아 말까지 급해져서 사람들과의 의사소통에서 어려움을 겪기도 하였고 한 연구참여자는 발음이 안 좋아지고 말이 급해진 이유를 스트레스를 받아 자신의 뇌가 손상되었기 때문이라고 해석하기도 하였다. 연구참여자들은 세월호 재난 이전에는 부당한 일을 경험하거나 타인과의 마찰이 있어도 혼자 삭히며 참았지만, 지금은 화가 나면 성급히 분노를 표출하는 성격으로 변화함에 따라 사납게 소리 지르는 자신의 모습에 스스로 놀랄 때가 많다고 보고하였다.

“저는 성격 자체가 바뀌었어요. 옛날에는 어디 가서 말도 잘 못했는데, 이제는 화도 잘 내고 성질이 좀 약간.. 안 좋게 변했다고 할까요? 급해지고 사나워지고 나도 모르게 막 소리 지르고 아닌 거는 막 옛날 같은 경우에는 참았는데, 거의 참고 지냈죠. 막 욕할 수 없고 그냥 혼자 삭히고 그랬는데 지금 같은 경우는 여기에 담아두지를 못해요. 내 스스로를 보면 놀랄 때가 많아요. 내가 바뀌었다는게.”
(연구참여자 12)

사회적 공감능력의 상실

연구참여자들은 자녀를 잃은 자신의 아픔이 너무나도 크기 때문에 다른 사람들의 아픔을 돌볼 마음의 여유가 없어졌다고 보고하였다.

특히 세월호 재난 이후 구의역 사건이나 지하철에서 발생한 사고나 다른 재난에 관련된 뉴스를 듣더라도 자신은 세월호 재난을 겪은 피해자이기 때문에 나의 아픔이 너무 큰 나머지 다른 사고들을 대수롭지 않게 넘기게 된다고 보고하였다. 이러한 연구참여자들의 편향적 태도는 가까운 가족, 주변부 타인에게도 적용되었으며, 한 연구참여자는 친정어머니의 죽음을 겪었음에도 불구하고 자녀의 죽음에 비해 상대적으로 감흥이 없었다고 진술하였다. 한편 연구참여자들은 사건 이전에는 타인에게 폐를 끼칠까 염려하며 살아왔지만 사건 이후에는 스스로 저지른 자신의 실수나 행동에 반성하지 않고 부끄러움을 느끼지 않게 되었다고 보고하였다.

“구의역도 그렇고 며칠 전에 지하철사고 난 것도 그렇고 사고 터지면요 감흥이 없어요, 어 사고났네 사람 죽었네 몇명? 아이 네 명 가지고 뭘 그래 우리 아이들은 250명이나 죽었는데, 이게 너무 큰일을 겪다보니까 그런 작은... 모르겠어요 유가족들한테 정말 죄송한 이야기인데, 각자 하나하나로 놓고 보면 다 똑같은 부분이기는 한데 그냥 아 뭐 저 정도 일가지고, 그니까 아무 일, 사람이 죽고 이러면 옛날처럼 아 안됐다, 마음 아프다 이런 마음이 없어요.” (연구참여자 9)

신체적 차원

시력, 청력 문제

세월호 재난 이후 세월호 유가족들은 시력과 청력이 급격하게 저하되었다. 시력은 작은 글씨를 알아볼 수 없을 정도로 악화되었으며,

청력은 다른 사람들이 무슨 말을 하더라도 단박에 알아듣지 못할 정도로 손상되었다. 일부 연구참여자들은 세월호 재난 이후 귀에서 소리가 계속 울리는 이명 증상을 보고하였다. 연구참여자들은 시력과 청력문제를 실감하면서도 병원을 찾지 않고 자신의 건강은 돌보지 않는 상태라고 구술하였다.

“아파도 병원 안가고 둘 다. 병원 안 가구요. 그냥 뭐 둘 다 시력도 안 좋고 귀 안 들리는. 귀 안 들리는 건 똑같은 것 같아요. 유가족들이 귀가 다 안 들려요. 무슨 말을 해도 못 들어요.” (연구참여자 6)

신경성 두통 및 팔, 다리, 허리 통증

연구참여자는 세월호 재난 이후 일상에서 지속적으로 두통을 경험하게 됨에 따라 신경계통의 약을 처방받아 주기적으로 복용하고 있는 것으로 보고하였다. 연구참여자들은 신체의 팔, 다리, 허리 등의 다양한 부분에서 통증을 호소하고 있었다. 자녀의 장례를 치른 이후 갑자기 허리 통증이 심해져서 밤에 잠을 이루지 못하는 연구참여자들도 있었고, 진상규명활동으로 인해 장기간 노숙을 하게 됨에 따라 허리가 아프다가 다리에 마비가 온 연구참여자도 있었다. 한 연구참여자는 다리에 생긴 염증으로 인한 마비로 수술을 받기도 하였으며 원래 허리디스크 질환을 갖고 있었던 연구참여자는 세월호 재난 이후 자살을 생각할 정도로 허리통증이 악화되었다고 보고하였다.

“00이 장례 치르고 난 그 날부터 없었던 증상이... 허리 통증이 심해서 잠을 못 잤었어요. 그럼에도 불구하고 병원을 못

가겠더라고요. 누가 뭐라 해서가 아니고 제 스스로가 00이 이렇게 보내놓고 나 살겠다고 아프다고 병원가서 치료 받는 게 00이한테 미안하고 죄스럽더라고요.” (연구참여자 9)

소화기 계통 이상 증상

세월호 재난 이후 연구참여자들은 2년이라는 긴 시간동안 진상규명활동을 지속함에 따라 거의 외부에서 시간을 보내게 되는 진상규명활동의 특성상 제대로 된 식사를 하지 못하고 특하면 식사를 거르기 일쑤였다고 하였다. 식사를 자주 하지 못하기 때문에 영양소 부족과 소화불량에 시달리고 있었으며, 위궤양이 생겨 응급실에 실려 갈 정도로 소화기 계통의 이상증상이 악화되기도 했다고 보고하였다. 연구참여자들은 입맛이 없어 삼시세끼를 대충 챙겨먹고 식사를 대신하여 자주 술로 끼니를 때우곤 한다고 보고하였다.

“우리 같은 경우는 그냥 따뜻한 밥 먹고 원만한 영양소를 섭취한 것도 아니고 팽목항에서부터 계속 있으면 먹고 없으면 안 먹고 그리고 거의 인스턴트. 아니면 가게에서 사 먹는 밥이 그렇게 영양소가 안 좋잖아요. <중략> 거기 가서 점심을 먹어야 되는데 거기 식당 음식을 먹고 오면 토하거나 아니면 속이 미식 거려서 속에서 안받아주는 거죠.” (연구참여자 12)

불면

연구참여자들이 공통적으로 경험하고 있는 증상은 불면이었다. 연구참여자들은 밤마다 잠을 이룰 수 없고 잠에 들더라도 3시간 이상

의 깊은 숙면은 취하지 못한다고 보고하였다. 세월호 재난 당시 현장에서 밤을 지새우며 자녀의 소식을 기다렸던 연구참여자는 2년이 흐른 현재까지도 그 때의 기억이 떠올라 잠을 이루지 못한다고 진술하였다. 일부 연구참여자들은 잠을 자기 위한 수단으로 음주를 택하고 있었으며, 술을 먹지 않으면 아예 잠이 오지 않을 만큼 술에 의존하게 되는 행동적 양상을 보고하였다. 이 때문에 대부분의 연구참여자들은 배우자와 함께 공동으로 술에 의존하고 있었고, 마시는 음주량이 점점 증가하고 있었다. 또한 진상규명활동으로 인해 장기간 노숙을 하게 되면서 지속적으로 수면 박탈을 경험하기도 했다고 보고하였다. 연구참여자들을 비롯한 세월호 유가족들은 공통적으로 불면증상을 겪고 있기 때문에 잠을 이루지 못하는 새벽에도 누군가 SNS에 접속하면 그 때부터 잠을 못 이루는 대부분의 유가족들이 접속해서 늦은 새벽까지 서로 대화한다고 보고하였다. 연구참여자들은 새벽에 SNS를 통해 다른 유가족들과 대화하면서 이러한 증상을 “나만 겪는 것이 아님”을 알게 되었다고 진술하였다.

“5시까지의 잠을 못 자요. 잠을 못 자는 이유는. 그러니까 그게 계속 이어진 것 같아요.. 아무래도 팽목항에서 아이를 기다리는 그 새벽 2~3시에 나가도.. 아이의 시체라도 보려고 했던 엄마의 마음이 계속 있었기 때문에.. 그때 당시에 진짜 현장까지 보고 왔었거든요. 우리 아이가 아닌가 싶어서. 용모가 조금만 비슷해도..” (연구참여자 11)

“일단 잠을 못자니까. 근데 술 먹고 나

면 일단 잠을 자잖아요. 안 그러면 안 먹으면 자다 깨고 왔다갔다하고 술을 안 먹으면 잠을 많이 못 자는거 같아요 <중략> 잠을 안자고 그러니까 새벽에 잠이 안와서 00이 방 청소하고 그랬거든요 술 먹으면 바로 자니까 자면 아침 5시 6시까지 자니까.” (연구참여자 4)

면역력, 체력 저하

연구참여자들은 평소에 식사를 자주 거르고 잠을 잘 자지 못해서 체중이 감소하고 체력이 저하되었다고 보고하였다. 뿐만 아니라 예전 같으면 3~4일 안에 감기가 다 나았지만 이제는 면역력이 떨어져서 열흘이나 보름씩 앓게 된다고 하였다. 사건 이전에도 여러 질병으로 인해 몸 상태가 좋지 않았던 연구참여자들은 자녀를 잃은 충격으로 인해 기존에 경험하고 있던 증상들이 악화되는 모습을 보였다. 지난 2년간 식사를 자주 거르고 대신 술을 마시다 보니 영양결핍을 경험하는 연구참여자도 있었다. 연구참여자들은 진상규명활동을 하면서 체력이 많이 떨어지는 것을 느낄 정도로 체력이 악화되었고, 심신이 지쳐 버렸다고 보고하였다. 진상규명활동에 참여하고 집에 돌아오면 아무것도 하지 못한 채 “반기질 상태”로 늘어지게 된다고 진술하였다.

“하루 종일 피곤한 거예요. 그러면 오후 되면 조금씩 나른해지는 거죠. 힘들어지는 거죠. 잠을 제대로 못자니까. 원래 마른 사람인데 점점 살도 계속 빠지고... 사람들이 보면 그러죠 왜그러냐고 얼굴이.. 나는 내 얼굴이니까 잘 몰랐는데 다른 사람들은 알더라구요. 살이 너무 빠졌다고..” (연구참여자 5)

여성 질환

한편 여성 연구참여자들은 세월호 재난 이후로부터 여러 부인과 질환을 경험하고 있다고 보고하였다. 세월호 재난 직후부터 생리불순이 시작되어 현재까지 지속된 연구참여자도 있었고, 굉장히 고통스러워서 병원을 찾더라도 검사 상으로는 아무 이상이 없으나 극심한 스트레스로 인한 증상일 수 있다는 소견을 들은 연구참여자도 있었다. 한 연구참여자는 자녀의 죽음 이후 자궁 안에 종양이 생기고 급기야 자궁이 굳어지는 등의 문제를 겪게 되어 자궁적출수술을 받았다고 보고하였다.

“저 같은 경우는 00이 사고가 일어나고 다음 날부터 저 같은 경우는 생리불순부터 오기 시작해서 몇 개월 동안 없다고 있다가 없다고 있다가. 그런 증상이 바로 5월 달부터 나타났고요.” (연구참여자 9)

갑상선 이상

일부 연구참여자들은 갑상선에 문제가 생겨서 병원을 찾게 되었다고 보고하였다. 연구참여자들은 병원에서 갑자기 생겨난 갑상선 이상의 원인은 스트레스 때문이라고 진단을 받았으며, 갑상선에 문제가 생겨서 조금만 활동을 해도 쉽게 피로해지고 일상의 불편을 느낀다고 보고하였다. 이러한 이상증상이 나타남에도 불구하고 연구참여자들은 하루도 쉬지 않고 진상규명 활동을 강행하고 있다고 보고하였다.

“몸이 쉽게 피곤해져요 갑상선이 있어서. 그래서 사실은 막 활동을 오랫동안 하고 그러면 몸이 방전이 돼버리니까. 근

데 이 이후로 하루도 안 쉬고 계속 몸을 혹사시켜요.” (연구참여자 7)

혈압 문제

세월호 재난 이후 혈압의 수치가 증가하여 혈압문제를 경험하고 있는 연구참여자들도 있었다. 일부 연구참여자들은 병원에서 혈압약을 지속적으로 처방받아 복용하고 있다고 보고하였다.

“제가 굉장히 건강했던 사람인데. 지금 약을 먹고 있습니다. 혈압약을 먹고 있습니다.” (연구참여자 1)

치과 문제

대부분의 연구참여자들은 사건 이후 치과문제를 가장 많이 그리고 가장 심각하게 경험하고 있었다. 연구참여자들은 극심한 스트레스가 장기화됨에 따라 잇몸이 망가져 치아가 저절로 빠져버리게 되었다고 보고하였다. 연구참여자들은 치아가 매우 약해져서 흔들리거나 아프기 때문에 결국 식사를 마음껏 하지 못하고 이러한 식사 문제가 곧 영양결핍으로 이어지는 악순환을 낳게 된다고 보고하였다.

“스트레스를 많이 받았잖아요? 제일 먼저 증상이 오는 게 알게 모르게 치아예요. 치아에서 문제가 와요. 그걸 늦게 깨달아서 그래요. 스트레스 받으면 소화도 안 되고 이걸 금방 올라오는 증상이잖아요. 치아가 점점 그래요. 치아가 다 흔들리고 음식도 제대로 씹지도 못하고...” (연구참여자 5)

“치아는 저희가 원래 친정쪽이 건치라

그나마 저는 버티고 있는데 대부분의 가족들은 (치아가) 안 좋았어요. 임플란트 한 사람들이 굉장히 많아요. 처음에는 ‘왜, 임플란트 하지 이 와중에’ 라는 생각을 했는데. 치아 쪽으로 많이 그러니까. 심각해요. 이게 다 내려 앉아가지고. 전체를 다 하신 분도 있고. 부분적으로 하신 분도 있고.” (연구참여자 8)

취장염

연구참여자들은 진상규명활동이 외부에서 진행되면서 극한의 추위를 등지고 노숙생활을 반복하기도 하였다. 추운 곳에서 수면을 제대로 취하지 못하게 되니 취장염으로 이어진 연구참여자도 있었다. 취장염으로 인한 고통이 너무나도 극심해서 취장염 처방약과 더불어 1년째 진통제를 복용해오고 있다고 하였다.

“세월호 청문회 올라가서 이제 연설할 때, 그때 추운데서 자면서 밤에 잠이 안 오니까 가끔 한 번 씹 몇 번 술을 먹었더니 취장염이 걸린것 같아요. 병원 가서 이제.. 약 먹고. 지금까지 이제 약을 먹고 있는데요. 한번 취장염 걸리니까 속상해서 막걸리 한잔 먹으면 막.. 취장염 걸리면 얼마나 아픈지 몰라요.” (연구참여자 10)

인지적 차원

기억력 감퇴

세월호 재난 이후 대부분의 연구참여자들이 공통적으로 경험하는 인지기능의 변화는 기억력 감퇴였다. 연구참여자들은 세월호 재난 이후 2년 동안 기억력이 매우 저하된 상태로 지

내 왔다고 보고하였다. 연구참여자들은 방금 어떤 말을 듣더라도 돌아서면 까맣게 잊어버리는 현상을 경험하고 있었으며, 어떤 말을 하고자 하지만 단어가 떠오르지 않아 말을 이어 나가지 못하는 설단현상을 경험하는 연구참여자도 있었다.

이러한 기억력 감퇴는 곧 직장생활에서의 기능 저하로 이어졌다. 직장에서 영업 일하는 연구참여자의 경우 예전에는 업무 내용에 대하여 모두 암기하고 있었지만, 지금은 모든 업무에 관하여 세부적인 메모를 하지 않으면 안 될 정도로 기억력이 저하 되었다고 보고하였다. 기억력이 떨어지다 보니 직장생활에서도 어떤 업무가 주어지면 “내 일이 아니었으면 좋겠다”고 생각하며 회피하기도 한다고 보고하였다.

“내 기능이 옛날 세 가지 기능이었던 한 가지 기능밖에 안 되는 거죠. 그래도 요즘에는 운전 중에 전화가 오다보니까 메모가 또 안 되잖아요. 이걸 하고 하니 녹음 장치를 이제 해놓고 할 때도 있는데, 어느 땐 이걸 녹음장치를 또 잊어버려요.” (연구참여자 13)

집중력 저하

연구참여자들은 기억력 감퇴뿐만 아니라 집중력의 저하로 인한 어려움을 보고하였다. 특히 연구참여자들은 다른 사람들과의 대화에서 상대방의 말에 집중하지 못하는 경우가 많고 특히 대화에서 중요한 대목을 놓치는 경우가 빈번하다고 보고하였다. 대화에 집중을 하지 못하다 보니 말실수를 하게 되는 경우도 있다고 보고하였다. 연구참여자는 스스로가 상대방의 말에 집중을 못하는 이유는 온 몸의 신

경이 모두 세월호 재난에 쏠려있기 때문이라고 진술하였다.

“심리적인 거겠죠. 한 곳에 집중하다 보니까 집중을 못하는 거예요. <중략> 항상 머릿속에 잡고 있으니깐 누군가에 사람들이 얘기하는 거에 집중을 못하는 거예요. 단적으로 생각해 보면 누군가랑 이야기를 하면 하는데 나 혼자 있다 그러면 그냥 혼자서 멍.. 다른 생각을 할 수도 있지만 혼자 있을 때는 무조건 그게 계속 떠오르는 거예요. 이게 안 지워지니까 상대방이 얘기해도 남아 있다 보니까 집중을 못하는 거예요. 내가 보기에 는 그래.. 기억력도 그렇고...” (연구참여자 5)

죽음에 대한 의미 변화

연구참여자들은 자녀의 죽음을 경험하게 되면서 죽음에 대한 인식이 변화되었다고 보고하였다. 연구참여자들은 죽음에 대한 두려움이 없어지고, ‘죽어도 그만’이라는 소극적 자살의 태도를 지니고 있었으며 ‘오늘 죽으나 내일 죽으나 똑같은 마음’이라고 진술하였다. 죽음에 대한 두려움이 없어진 이유는 죽으면 오히려 죽은 아이를 더 빨리 만날 수 있을 것이라는 기대감이 있기 때문에 죽음에 대한 공포를 느끼지 않는 것이라고 보고한 연구참여자도 있었다. 연구참여자들은 자녀의 죽음으로 인해 미래에 대한 희망을 상실하게 되어 삶을 마무리 하고 싶다고 보고하기도 했으며, 오히려 죽으면 자녀와 만날 수 있다는 생각에 고인이 된 사람들을 부러워하며 죽음을 동경하게 되었다고 보고하였다.

“죽음에 대한 공포라던가 죽음에 대한 어떤 두려움이라든가. 아니 죽으면 마는 거지 뭐 그러니까. 가장 좋게 생각하는 게 뭐냐면 죽으면 우리 애들 보러 빨리 가는 거 아니냐. 다 이렇게 똑같은 생각 갖고 있는 거예요. 미래적으로 뭐 생각하고 앞으로 이렇게 산다든가 이런 건 없어요. 저희는.” (연구참여자 15)

내 삶의 의미에 대한 변화

연구참여자들이 세월호 재난 이후 2년이 흐른 시점에서 자신이 존재하는 이유이자, 삶의 의미로 진상규명활동을 꼽았다. 연구참여자들은 비록 마음과 몸의 고통으로 무기력할지언정 잃은 자녀를 위해 자신이 살아 있는 동안 할 수 있는 일은 자녀의 죽음에 대한 진실을 밝히고 다시는 이런 참사가 벌어지지 않도록 하는 것이라는 사명감을 지니고 있다고 보고하였다. 이러한 사명감으로 인해 연구참여자들은 하루도 빠짐없이 세월호 유가족 분향소로 나가서 다른 유가족들과 함께 진상규명활동에 대한 계획을 짜고 간담회, 집회 등의 활동을 결코 거르지 않으면서 “죽을 각오”로 투쟁하고 있다고 보고하였다. 연구참여자들의 하루 일상은 오로지 진상규명활동이나 유가족들과 분향소에서의 교류 및 공방에서의 활동으로 점철되어 있다고 보고하였다.

“나만 살면 된다는 생각이 든다면 저는 진작 쓰러졌을 것 같아요. 그런데 저는 00이한테 어떻게든 부끄럽지 않은 아빠가 되어야겠다는 생각을 참 많이 하거든요. 비록 아이가 있을 때는 내가 아빠로서 해준 게 없지만 그래도 먼저 간 아이를 위해서라도 꼭 진실을 밝혀야 한

다고 생각을 했고.” (연구참여자 1)

“(심리상담이 필요한지) 모르겠는데. 우리는 그거예요. 진실. 진실을 밝혀야 된다는. 엄마들이 다 그거 밖에 생각 안 해요. 죽을 먹든 국수를 먹든 음식이 중요하지는 않아요. 그리고 내 아픔도 중요하지 않아요. <중략> 지금은 돈도 필요 없고, 명예도 필요 없고. 다 필요 없어요. 진실 규명 하는 거 잘 되고 추모관, 우리 애들 다 흠어져 있잖아요. 애들하고 모여서 우리가 보고 싶을 때 보고. 그거 다음에 뭐 다른 게 생각나지. 모두 다 같을 걸요. 다 필요 없어요. (연구참여자 12)

행동적 차원

불규칙한 식습관

연구참여자들은 먹는 것이 귀찮고 식욕이 저하되어 식사를 자주 거르며 음식을 거의 먹지 않는다고 보고하였다. 연구참여자들은 음식을 거의 먹지 못하기 때문에 만성적인 영양결핍에 시달리거나 급격한 체중감소를 경험했다고 보고하였으며, 영양결핍과 아픔을 술로 대신하다 보니 치아가 약해져 결국 음식 섭취에 어려움을 겪게 되는 악순환을 겪고 있다고 진술하였다.

“정말 고통스러워요. 밥 먹는게... 제대로 영양 섭취도 못하고 거의 2년 동안 하루도 안 거르고 술을 먹다보니까. 영양 쪽으로 결핍이 되다 보니까 치아가 그렇게 되더라고요.” (연구참여자 5)

흡연량의 증가

연구참여자들은 자녀의 죽음 이후 흡연량이 급격히 증가했다고 보고하였다. 연구참여자들은 예전에는 두 갑 정도 피던 담배를 하루에 한 갑씩 피우며 자녀를 잃은 상실감으로 버티기 힘든 일상을 술과 담배로 메우게 되었다고 보고하였다. 특히 담배를 피우지 않을 때면 짜증이 치밀어 오르면서 부정적인 정서를 경험하게 된다고 보고하였다.

“그 전에는 담배 같은 경우에도 일주일에 두 갑 정도면 해결이 됐던 부분이 지금은 하루에 한 갑 이틀에 한 갑 씩은 하고 있는 상태고..” (연구참여자 1)

음주에 관한 절제력 상실

연구참여자들은 자녀의 죽음으로 인한 아픔으로부터 도피하기 위하여 술을 도피처로 삼았다고 보고하였다. 대부분의 연구참여자들은 사건 이전에는 술을 즐기지 않고, 한두 잔 정도 마셨던 반면 사건 이후에는 매일 습관적으로 술을 마신다고 보고하였다. 또한 연구참여자들은 자녀의 빈자리를 채우기 위해 집에서 부부끼리 날마다 술잔을 기울이곤 하다 보니 술을 잘 먹지 못했던 아이의 엄마도 주량이 늘게 되었다고 진술하였다. 유가족들과 모여 앉아 잃은 자녀에 대한 이야기를 나누면서 술잔을 기울이는 시간만이 연구참여자들 허심탄회하게 속 이야기를 터놓을 수 있는 유일한 시간이었다. 이처럼 급격히 음주량이 늘어난 연구참여자들의 모습은 배우자나 다른 유가족들과 함께 자녀의 죽음에 대한 아픔을 삭히고자 음주를 택한 것으로 해석된다. 연구참여자들은 외부에서 술을 마시게 되면 세월호와 관련된 이야기들을 함부로 하는 사람들을

마주치거나 유가족들 때문에 장사가 안 된다는 술집 주인의 말을 들으면 분노조절이 어렵기 때문에 항상 집에서만 술을 마시게 된다고 하였다.

불면증을 해소하고자 술을 마시는 연구참여자들도 적지 않았다. 연구참여자들은 새벽까지 잠이 오지 않아 어쩔 수 없이 술을 마셔야 잠을 자게 된다고 진술하였다. 연구참여자들은 매일 술을 마시다 보니 이제는 술이 없으면 금단현상처럼 짜증이 나고, 반복적인 음주 때문에 점점 주량이 늘어서 예전에 비해 마시는 술의 양이 현저하게 증가하였다고 보고하였다.

“저 같은 경우는 (매일) 소주 한 병 넘게 막 먹었던 기간이 있었어요. 지금은 원상태로 돌아와서 그렇게까지는 안 먹는데, 대부분이 그런 것 같아요. 술을 먹지 않으면 잠을 잘 수가 없다고 해서 술을 주로 밤에 일부로 먹고 일삼아 먹는 사람들도 있더라고요. 그렇지 않으면 잠을 잘 수가 없다고..” (연구참여자 9)

“부모들하고 같이 허심탄회하게.. 그 자리만 그래도 유일하게 만날 수 있는 자리잖아요. 그 자리만 그래도 유일하게 만날 수 있는 자리잖아요. 한 달에 한 세 번 정도? 그때 당시 아이들 생각.. 분향소 옆이라 그런지 몰라도, 그런 생각을 하면서 술을 마시게 될 수밖에 없어요.. 평소에도 약간 잠들지 못하면 어쩔 수 없이 찾게 되는 게..” (연구참여자 11)

논 의

본 연구는 세월호 재난 발생 후 2년의 시간이 지난 현재의 시점에서 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모의 내적 경험을 살펴보았다. 심층 면담자료를 분석한 결과, 연구참여자들의 내적 경험은 ‘심리정서적 차원’, ‘신체적 차원’, ‘인지적 차원’, ‘행동적 차원’으로 분류되었고, 총 25개 범주, 94개의 의미내용이 도출되었다. 연구결과는 아래와 같다.

‘심리 정서적 차원’에서는 ‘무기력한 일상생활’, ‘우울의 늪에 빠짐’, ‘분노와 원망 삭히기’, ‘공황증상’, ‘자살충동에 휩싸임’, ‘예민해지고 의심이 많아짐’, ‘쉽게 짜증과 화를 내며 신경질적이게 됨’, ‘사회적 공감능력의 상실’ 8가지 범주가 도출되었다. 연구참여자들은 자신들의 삶의 존재의 이유였던 자녀의 죽음으로 인해 매사에 의욕을 상실하게 되었고, 삶의 의미를 상실하고 무기력함을 경험하고 있었다. 연구참여자들의 무기력은 일상에서의 우울감을 동반하고 있었으며, 자녀에 대한 그리움에 사무쳐 있었다. 연구참여자들이 분노와 원망을 느끼는 대상은 자녀를 안전하게 지켜주지 못한 국가, 자녀를 보호해주지 못하는 학교, 세월호 재난에 대하여 부정적인 말을 하는 주변 사람들, 믿고 의지했던 종교의 신과 같은 초월적인 존재 등으로 다양하였다. 연구참여자들의 분노와 원망의 내용은 왜 자녀가 죽음에 이르게 되었는지 충분히 이해하지 못한다는 점, 세월호 재난 이후 국가가 사고원인 및 책임자 조사, 세월호 인양, 미수습자 대책 등 후속조치들을 신속히 진행하고 있지 않는다는 점, 학교의 수학여행중에 이러한 사고가 일어났는데도 자녀가 다녔던 학교에서 교실존치나 학적 처리 문제에서 희생자 부모

의 마음을 헤아려 주지 못한다는 점, 지인, 친척, 지역사회의 사람들이 충분히 알지 못한 상태에서 언론의 이야기만 믿고 세월호 유가족을 비난하고 자녀를 잃은 부모의 마음을 충분히 공감해주지 못한다는 점이었으며, 그 중에서도 부모로서 자녀를 지켜주지 못한 자기 자신을 향한 자책감과 자괴감이 큰 부분을 차지하고 있었다. 분노와 원망을 그저 억압하는 연구참여자들이 있었던 반면 주변 사람들과 갈등을 빚거나 답답한 마음을 못 이겨 소리를 내지르는 등 행동으로 표출하는 연구참여자들도 있었다. 이는 가족구성원을 잃은 유가족이 우울, 분노, 무기력, 죄책감 등의 다양한 심리적 위기를 경험한다는 선행연구들과도 그 맥을 같이한다(이선영, 2011; Alam et al., 2012; Brent, Melhem, Donohoe, & Walker, 2009). 일부 연구참여자들은 자녀를 잃은 이후 삶의 의미를 상실하게 되면서 '살아서 뭐하나'라는 마음으로 죽음을 생각하는 경우가 많았다고 구술했는데, 이는 사별경험으로 인한 심리적 위기로 인해 유가족들이 자살사고가 증가하거나(Stroebe, Stroebe, & Abakoumkin, 2005), 실제로 자살에 이를 위험이 높다는 선행연구 결과(Qin & Mortenson, 2003)와도 그 맥을 같이한다.

연구참여자들은 주변 환경의 변화에 대해 예민하게 반응하고 의심이 증가하였다고 진술하기도 하였다. 연구참여자들이 주변환경에 예민하게 반응하게 되는 때는 주로 주변 사람들이 세월호 유가족의 슬픔을 충분히 공감하거나 이해하지 못하는 경우, 세월호 재난에 대해서 부정적으로 이야기하는 것을 듣고 가까운 주변 사람들에 대한 불신과 의심이 생겨나는 경우와 '유가족'을 바라보는 타인의 시선에 민감해져서 스스로의 행동을 제약하는 경우로 나뉘었다. 2년이 지난 시점에서도 세월

호 유가족이라는 이유로 공공장소에서 마음 놓고 웃지도 못하고 언행을 조심하는 등 주변의 다른 사람들을 지나치게 의식하며 마음 놓고 행동하지 못하였다. 이는 자녀를 잃은 부모가 주변 사람들과 사회로부터 경험하는 유가족이라는 낙인을 의식하게 되어 자신의 감정을 주변에 충분히 표출하지 못하고 사회적 철수 행동을 보인다는 연구결과(Rando, 1993)와도 일치한다.

연구참여자들은 세월호 재난 이후 성마른 성격으로 변화하거나 신경질이 나는 등 쉽게 짜증과 화를 내는 심리적 특성을 보고하였다. 외상을 경험한 사람들은 성마름과 분노를 느끼며, 외부 자극에 쉽게 동요되거나 외부세계에 대하여 항상 경계태세를 갖추고 있는 긴장 상태를 유지한다는 특성(김순진, 김환, 2000; Stroebe et al., 2007)과도 일치하는 결과이며, 사별을 경험한 이후 공격성과 적대감이 높아진다는 특성(김순진, 김환, 2000; Stroebe et al., 2007)과도 일치하는 결과이다(Moriarty, Carroll, & Cotroneo, 1996). 또한 연구참여자들은 자녀를 잃은 자신의 아픔이 너무 큰 나머지 여타 사회적 문제에 대한 관심과 공감능력이 감소했다고 진술하였다. 반복적이고도 지속적인 외상경험으로 고정적인 성격적 특성마저 변화될 수 있다는 점을 고려하면(안현의, 2007), 연구참여자들의 이러한 특성은 자녀의 죽음 이후 그들의 성격 자체에 변화가 있었을 수 있음을 유추해 볼 수 있다. 한편으로 자녀의 갑작스러운 죽음에 대한 생각에서 벗어나지 못하고 지속적으로 반추를 하게 되면서 우울, 분노, 외로움 등의 상실반응이 매우 강력하게 일어나서 자신의 상실 경험과 무관한 다른 것에 대한 생각을 하지 못하는 것일 수도 있다. 사별을 경험한 사람이 상실과 관련이 없는 행동을 할 수 있을 때 상실이 해

결될 수 있다는 Schneiderr(1984)의 주장을 고려할 때, 여전히 연구참여자들에게는 상실경험이 미해결된 과제로 남아 있음을 알 수 있다.

‘신체적 차원’에서는 ‘시력, 청력문제’, ‘신경성 두통 및 팔, 다리, 허리 통증’, ‘소화기 계통 이상 증상’, ‘불면’, ‘면역력, 체력저하’, ‘여성 질환’, ‘갑상선 이상’, ‘혈압 문제’, ‘치과 문제’, ‘췌장염’ 10가지 범주가 도출되었다. 대부분의 연구참여자들은 시력과 청력의 저하, 소화기 계통 이상 증상, 신경성 두통 및 팔, 다리, 허리 통증, 불면을 매우 빈번하게 경험하고 있었다. 신체적 증상이 구체적인 신체질환으로 발병한 경우도 있었는데, 일부 연구참여자들은 갑상선 이상, 혈압 문제, 치과 문제, 췌장염 등으로 병원에 통원치료를 하거나 약물을 복용하고 있었다. 연구참여자들은 자신이 경험하고 있는 다수의 신체적 증상의 원인을 현재 경험하고 있는 스트레스와 슬픔, 분노 감정으로 귀인하고 있었다. 특히 치과 질환 문제는 모든 연구참여자들이 경험하는 큰 문제였는데, 극심한 스트레스로 인하여 잇몸이 약해져서 치아가 흔들리거나 저절로 빠지는 등의 증상을 거의 대부분 경험 했으며 일부 연구참여자들은 임플란트를 해야 했다고 보고하였다. 연구참여자들은 치아 및 잇몸 통증으로 식사를 제대로 하지 못해서 영양결핍이나 위장문제도 경험하고 있었다. 이는 연구참여자들의 심리적 디스트레스가 심각한 치과 질환 문제를 야기할 수 있음을 보여준다.

이러한 결과는 자녀의 죽음을 접한 이후 슬픔에 빠진 유가족들이 격렬한 비애 반응(grief reaction)을 경험함에 따라 가슴이 답답하거나 숨이 막히고, 에너지가 부족하거나 근육량이 감소하는 등의 신체적 변화를 경험하며, 애도와 관련된 디스트레스의 부정적인 결과로 불

면이나, 환각 등의 신체적 증상과 질환을 경험한다는 선행연구결과와도 일치한다(Chen et al., 1999). 연구참여자들이 경험하는 불면증상은 수면을 취하기 위한 방편으로 지속적이고 습관적인 음주로 빈번하게 이어지고 있었으며, 결과적으로 음주로 인해 수면의 질이 떨어지며, 이는 다시 연구참여자들이 술을 찾게 되는 악순환으로 이어질 수 있다.

‘인지적 차원’에서는 ‘기억력 감퇴’, ‘집중력 저하’, ‘죽음에 대한 의미 변화’, ‘내 삶의 의미에 대한 변화’ 4가지 범주가 도출되었다. 연구참여자들은 세월호 재난 이후 방금 들었던 말도 돌아서면 기억이 나지 않고 무슨 말을 하려고 하면 떠오르지 않을 때가 많다고 보고하였다. 이러한 기억력 감퇴 때문에 직장생활에서도 업무 수행 능력이 감소하는 어려움을 겪고 있었다. 이러한 결과는 심리적 외상을 경험한 사람들이 기억력 감퇴를 경험하고 과제에 집중하는 데 어려움을 느끼는 등 인지 기능이 저하됨에 따라 궁극적으로 과제 수행 수준이 떨어진다는 연구결과(Wilmer, 1982)와도 일치하며, 사별경험 이후 유가족들이 기억력과 집중력 저하를 경험한다는 연구결과(Stroebe et al., 2007)와도 그 맥을 같이한다.

연구참여자들은 자녀의 죽음 이후로 죽음에 대한 의미 변화를 경험하였는데, 죽음 그 자체에 초연해지거나 먼저 떠난 자녀가 못내 그리워 자신 또한 죽음을 동경하는 독특한 경험을 보고하였다. 이는 죽은 자녀를 향한 지속적인 그리움과 갈망으로 인해 한 개인의 삶과 죽음을 바라보는 태도가 파국적인 형태로 변화하였음을 나타내며, 부모의 자녀사별 경험은 한 개인이 기존에 지니고 있던 인지도식이 나 삶과 죽음에 대한 가정을 뒤흔들 수 있다는 선행연구결과(Janoff-Bulman, 2010)와도 일치

한다. 또한 연구참여자들은 비록 일상은 무기력하고 우울로 가득 차 있을지라도 자신이 존재하고 살아있는 이유는 잃은 자녀의 억울한 죽음을 규명하는 것이라고 진술하였다. 자녀의 죽음은 부모가 자신의 삶의 의미에 대한 위기를 경험하게 하는 사건이며, 부모는 자녀의 죽음으로 인해 이전에 가지고 있었던 삶의 목표나 가정의 전환을 경험한다는 점(Miles & Crandall, 1983)과 자녀의 죽음으로부터 의미 찾기 과정(searching for meaning)을 통해 죽음에 대처해나간다는 점을 고려해볼 때(Rando, 1986), 본 연구의 연구참여자들이 유가족협의회에 참여하여 진상규명 활동을 하는 이유는 부모로서 자녀의 죽음의 의미를 찾기 위한 과정의 일환일 수 있다.

‘행동적 차원’에서는 ‘불규칙한 식습관’, ‘흡연량의 증가’, ‘음주에 관한 절제력 상실’ 3가지 범주가 도출되었다. 연구참여자들은 세월호 재난 이후 식욕이 없어지고 식사를 자주 거르면서 이러한 불규칙한 식습관 때문에 영양결핍이나 위궤양 등의 건강상의 문제를 경험하고 있었는데, 이는 사별을 경험한 개인이 경험하는 우울이나 무기력과 같은 심리적 문제로 인하여 식욕저하나 질 낮은 식습관과 같은 이차적인 건강문제를 경험한다는 선행연구 결과와도 그 맥을 같이한다(Parkes, 1996). 또한 연구참여자들은 자녀의 죽음 이후 자녀의 빈 자리를 메울 길이 없어 흡연 횟수가 늘고 많은 술을 높은 빈도로 마시는 것으로 진술하였다. 자신의 아픔을 위로 받을 곳이 없어 집에서 부부끼리 술을 마시기도 했고, 자녀를 잃은 아픔으로 “맨 정신으로는 잠을 잘 수 없기 때문에” 잠을 청하기 위한 수단으로 술을 마시기도 했다. 슬픔의 도피처로서 담배를 피거나 술을 마시게 되면서 점점 술이 없으면 잠

을 잘 수 없게 되고, 짜증이 늘게 되었다고 진술한 연구참여자들의 모습은 자녀의 죽음으로 인해 심리적 외상을 경험한 부모들이 알코올 섭취량과 흡연량의 증가, 식습관의 변화로 건강문제를 야기한다는 연구결과(Li et al., 2003)와도 일치한다. 특히 외상을 경험한 개인에게 가장 흔히 나타나는 행동문제 중에 한 가지가 알코올의존 행동이며, 중독행동으로 심화될 가능성이 높다는 점과 자녀를 잃은 부모가 경험할 수 있는 주요한 문제(Cacciatore, Lacasse, Lietz, & McPherson, 2014)라는 점을 고려해볼 때 알코올의존 행동은 연구참여자들의 신체적, 심리적 건강에 크나큰 위협요인으로 작용할 수 있다.

본 연구의 연구참여자들은 2년이라는 시간이 흐른 현재 시점에서 심리정서, 신체, 인지, 행동적 측면 모두에서 심각한 기능의 훼손을 경험하고 있었다. 연구참여자들은 심리적 외상 뿐 만 아니라 신체적 건강의 악화, 기억력이나 집중력과 같은 인지적 능력의 손상, 삶과 죽음을 바라보는 관점과 의미에 대한 전환, 흡연이나 알코올 섭취량의 증가 등을 경험하고 있었다. 세월호 재난으로부터 2년이 흘렀음에도 불구하고 자녀를 잃은 부모들은 그동안 살아온 삶이 한순간에 무력해진 일상 속에서 여전히 고통스럽게 살아가고 있었다. Worden(1983)은 애도의 4가지 과업을 상실 수용하는 것, 슬픔을 다루고 작업하는 것, 사별한 대상이 부재한 환경에 적응해 나가는 것, 삶을 지속해 나가는 것이라고 하였다. 본 연구의 결과에 따르면, 연구참여자들은 세월호 재난으로부터 2년이 흐른 현 시점까지 자녀의 상실을 수용하는데 어려움을 겪고 있으며, 사별 슬픔이 다뤄지지 않은 채 지연된(prolonged) 상태로 있었다. 이는 세월호 재난

으로부터 2년이 흐른 시점까지 사고의 이유가 명확히 밝혀지지 않은데다가 여전히 세월호 재난을 상기시키는 사회적 환경에 연구참여자들이 지속적으로 노출되는 이차적 외상을 경험하게 되면서 여전히 사별한 자녀가 현존하지 않는 환경에 적응하지 못하며 일상적인 삶을 되찾지 못하는 것으로 보여 진다.

세월호 재난의 경우 '외상으로 인한 죽음'에 대한 Rando(1985)의 정의와 같이 갑작스럽게 발생하였고, 어린 자녀가 연관되어 있으며, 예방할 수 있었다는 특성을 지니고 있다. 외상 관련 선행연구에서는 자녀의 죽음에 의문스러운 점이 있고, 죽음을 예방할 수 있는 가능성이 충분했으며(Gamino, Sewell, & Easterling, 2000), 죽음을 전혀 예기치 못했고(Wortman & Silver, 1989), 죽음의 특성이 폭력적일 때(Kaltman & Bonanno, 2003), 유가족의 애도과정에 어려움이 생기며, 심리적 외상의 수준이 심각해진다고 보고한다. Doka(2011)는 가족 구성원의 죽음에 대한 유가족의 애도는 그 죽음의 현실에 대한 인식이나 근거가 존재하기 전까지는 진행될 수 없다고 주장한다. 자녀를 잃은 부모의 경우 자녀 사망의 원인과 이유에 관하여 이해하지 못하고 의문점을 갖게 될 때 더욱 심각한 비탄반응을 경험하고, 적응상의 어려움을 겪을 수 있으며(Keesee et al., 2008), 특히 부모가 자녀의 사망을 둘러싼 맥락이나 사실을 이해할 수 없는 경우 상실경험으로부터 회복되는 것이 어려우며 대처기제를 마련하는 데 어려움을 겪게 된다고 한다(Dyregrov et al., 2015). 이처럼 예기치 않게 자녀를 잃은 부모가 죽음에 대한 명확한 이해를 얻지 못하는 경우 자녀의 죽음은 심리적으로는 여전히 함께 살아가고 있지만 물리적으로는 갑자기 사라져버린 모호한 상실경험(ambiguous loss)으

로 남게 되므로(Boss & Yeats, 2014), 부모는 상실을 수용하고, 슬픔을 다루는 애도과정 자체가 그대로 멈춰선(frozen) 상태에 있게 될 수 있다.

연구참여자들은 세월호 재난으로부터 2년이 흐른 현재의 시점에서 분노와 우울, 무기력으로 가득 찬 심리적 특성을 보이고 있었다. 연구참여자들은 자녀의 죽음으로 인한 심리적 외상 뿐만 아니라 세월호 재난에 대한 답답함과 분노를 경험하고 있는 세월호 유가족들의 마음상태를 고려한 심리지원이 필요하다고 진술하였다. "답이 있든 없든 누군가에게 내 마음을 털어놓는다면 속이 시원해질 것 같다"는 연구참여자 1의 말처럼, 경험보고(debriefing)과정은 유가족들의 심리적 외상을 완화시키고 정서를 환기시키는 역할을 할 수 있을 것이다(Fullerton, Ursano, Vance, & Wang, 2000). 또한 실제로 본 연구참여자들 중에 잦은 자살 사고에 시달리거나 자살시도를 한 적이 있는 참여자들이 있었다는 점을 고려해볼 때, 자살생각을 하거나 실제로 자살시도를 실행한 적이 있는 부모들을 대상으로 위기개입이 필요한 것으로 생각된다.

연구참여자들은 심리적 외상뿐만 아니라 신체적 고통으로 괴로워하고 있음에도 불구하고 스스로의 건강을 전혀 돌보지 않는 태도를 보였다. 연구참여자들은 몸이 아파도 병원을 찾지 않거나 구체적인 건강돌봄행동을 하지 않았는데, 자녀를 잃은 아픔이 너무 크기 때문에 자신의 아픔을 돌볼 겨를이 없는 것은 물론 내 아이가 그렇게 차가운 바다 속에서 고통스럽게 죽었는데 나는 이러한 작은 아픔도 참지 못해서 병원에 가서 치료를 받을 수 없다는 생각을 갖고 있었다. 또한 심리상담을 받게 되면 내 아이의 죽음의 원인을 밝히는게

나의 살아있는 이유임에도 그러한 결심이 무너지고 약해지지 않을까 하는 두려움 때문에 심리상담을 거부한다고 하였다. 이는 유가족이 자녀의 죽음 이후 자신의 건강에 대한 태도가 변화한다는 선행연구(이정섭, 김수지, 1994)와도 일치하는 결과이기도 하지만, 부모의 '살아남은 자로서의 죄책감(survivor guilt)'이 자신의 건강관리행동에 영향을 미치고 궁극적으로는 부정적인 건강 문제를 유발하는 과정을 보여주는 결과일 수 있다. 특히 연구참여자들이 자녀의 죽음에 관한 이유를 납득하지 못하고, 상실을 수용할 수 없는 모호한 상실(ambiguous loss)경험 상황에 있으며, 여전히 해결되지 않은 슬픔으로 자신의 건강을 돌보지 않고 있는 점이 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모들의 심리상담에서 중요하게 고려해야 할 사항이다.

또 다른 문제로 세월호 유가족들은 병원을 찾아 치료를 받으려고 하더라도 세월호 유가족을 위한 의료지원 프로그램이 2년 내로 한정되어 있어 2016년 3월에 종료된 실정이기 때문에 더 이상 의료지원을 받을 수 없는 상태에 있었다. 세월호 재난 초기에 자녀의 죽음으로 인해 받은 극심한 충격과 진상규명활동의 강행군이 2년간 이어지면서 신체적 건강이 매우 악화된 점을 고려하면 유가족들을 위한 의료지원 기간의 연장과 지원범위의 확대가 필요하다.

그러나 무엇보다도 먼저 고려해야 할 것은 피해자의 고유한 시각과 관점이다. 직접 유럽을 방문하여 유럽에 세월호 재난을 알린 연구참여자는 프랑스 정부는 피해자 단체인 FENVAC(Fédération Nationale des Victimes d'Attentats et d'Accidents Collectifs)을 공식협의체로 인정하고 재난, 재해나 테러가 발생할

경우 FENVAC이 공동으로 재난피해지원을 할 수 있도록 법제화한 것을 예로 들며, "재난을 해결하는 데서 가장 빠른 방법은 피해자의 시각, 피해자의 입장에서 그 사고와 사건을 바라보고 그 시각에서 해결책을 만들어가는 것이 가장 정확하다"고 구술하였다. 이러한 연구참여자의 구술처럼 재난 피해자와 유가족들을 위한 개입과 지원이 '피해자의 관점'에서 이루어져야 할 필요가 있다. '재난 피해자의 관점'에서 그들을 지원할 수 있는 컨트롤 타워가 설립되고, 심리지원, 의료지원, 생계지원 등 일상생활의 여러 영역에서 피해자와 유가족을 위한 맞춤 지원을 제공할 필요성이 있다.

한편 본 연구의 연구참여자들에게서 사별 경험 이후 긍정적인 인지 재평가와 대처(Thompson et al., 2011), 의미 재구성하기(Neimeyer, 1998) 과정 등과 같은 내적 삶에서의 회복과 외상 후 성장에 대한 경험 내용은 거의 드러나지 않았다. 이는 본 연구의 연구참여자들이 자녀의 죽음을 수용하고 상실경험을 딛고 나아가 삶의 의미를 재구성해내는 작업단계에 가지 못하고 자녀를 잃은 상실을 수용하는 단계에서부터 어려움을 경험하고 있으며, 슬픔을 다루고 작업하는 것조차 고통스러워하고 있음을 시사한다. 자녀를 잃은 유가족들이 사별경험을 경험하고 극복하는 과정에서 역경이나 부정적인 경험에 관하여 긍정적으로 귀인하고(Wolin & Wolin, 1993), 삶의 문제나 도전에 대처할 수 있는 능력이 더 발전하거나 사회적 참여가 증가하는 등의 외상 후 성장을 경험할 수 있다는 선행연구결과(Parappully, Rosenbau, van den Daele, & Nzewi, 2002)를 고려할 때, 2년이 흐른 현 시점에서 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모들이 여전히 슬픔과 절망 속에 빠져있으며, 자녀 상실을 수용하지

못하는 상태임을 고려할 때, 이들에 대한 전문적인 도움과 심리지원이 반드시 필요할 것으로 생각된다.

본 연구의 제한점과 추후연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모의 내적 경험에 대한 탐색작업이 이루어졌다. 추후 연구에서는 세월호 유가족들에 대한 지원체계 구축을 위해 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모의 사회적 경험에 초점을 맞추어 대인관계, 지역사회, 직업환경 등의 미시체계(Microsystem)적 관점과 국가와 사회와의 상호작용, 세월호 유가족들을 둘러싼 정치적, 사회적 담론 등을 탐색함으로써 사회문화적 맥락을 고려하는 거시체계(Macrosystem)적 관점에서 자녀를 잃은 부모들의 삶과 경험세계를 파악해볼 필요가 있다. 개인의 애도과정은 사회 문화적 특성에 따라 다르게 나타날 수 있다는 점을 고려할 때 (Bonanno, Papa, Lalande, Zhang, & Noll, 2005), 연구참여자들의 슬픔과 비애는 한국사회의 구조적 특성과 불가분의 관계일 것이다.

둘째, 본 연구에서는 내용분석(content analysis) 방법론을 적용함으로써 연구참여자들이 진술한 내용을 있는 그대로 분석하여 보고하는 데 주안점을 두었다. 사건 발생 후 다양한 분야의 전문가들이 다학제적 접근으로 세월호 재난을 기록으로 남기려는 노력을 진행해왔으며 (송주형, 2015), 본 연구 역시 자녀를 잃은 부모들의 외상을 치유하고 삶을 지속해나갈 수 있도록 도울 수 있는 방법을 모색하기 위한 하나의 기록작업이다. 추후에는 의미의 본질을 탐색하는 다양한 연구방법을 적용함으로써 세월호 유가족들의 경험 세계에 대한 심층적인 분석이 필요하다. 이를 통해 우리 사회가 재난 피해자들을 위한 재난 지원 시스템을 구

축하는데 기초자료를 제공해줄 것이다. 그러나 본 연구에서 연구참여자가 진술한 내용 중 어떤 내용이 더 많이 언급되었는지를 결과로 제시하지 못한 한계가 있다.

셋째, 본 연구에서는 현장연구(field research)의 방식을 채택하였다. 현장연구는 연구자가 일정기간동안 발생하는 현상과 연구대상에 관하여 깊은 이해를 도모할 수 있다는 점에서 높은 외적타당도를 얻을 수 있는 장점이 있다. 수량화, 계량화를 통한 양적연구로는 파악하기 어려운 연구참여자들의 내적경험에 최대한 근접하게 접근하여 탐색할 수 있으므로 세월호 재난으로 자녀를 잃은 부모들의 내적경험을 탐색하는 본 연구에 적합한 방법이라고 할 수 있다. 현장연구방법을 통해 세월호 재난과 연구참여자들이 경험하는 주관적인 현상과 맥락을 심층적으로 파악할 수 있었으나, 세월호 재난과 유가족을 둘러싼 대외적인 상황 등을 이유로 자료를 수집할 수 있는 표본수가 상대적으로 제한되었다는 한계점이 있다.

넷째, 본 연구에서는 심리적 외상과 일상생활의 회복에 영향을 미칠 수 있는 요인을 구체적으로 파악하지 못했다는 한계점을 지닌다. 연구참여자들은 아직 2년 전의 세월호 재난과 자녀의 죽음으로부터 결코 회복되지 못하였고, 회복이나 성장으로 한 발자국도 나아가지 못하고 그 시간에 멈춰 버린 듯한 느낌이었다. 아마도 세월호 유가족이 생각하는 완전한 치유의 시작이란 “우리가 행복해지려고 한다면 당연히 우리 아이가 왜 죽었는지에 대한 규명이 되어야 하는 거죠.”라는 연구참여자 6의 말처럼 아이의 죽음에 대한 이해가 첫 단계일 것이다. 그러나 고통으로 점철된 유가족들의 삶에서도 유가족들끼리 서로 의지하며 견뎌나가는 공동체로서의 연대감, 시민들의 지지를

통한 위안과 위로를 찾아볼 수 있었고, 이를 통한 외상 후 성장이나 회복에 대한 가능성을 엿볼 수 있었다. 이는 천안함 유가족을 대상으로 외상 경험 이후 회복 요인을 탐색한 연구(장재현, 이기학, 2013)에서 동질한 경험을 한 유가족들이 집단을 형성하여 경험을 공유함으로써 심리적 위안과 지지를 얻었다는 결과와 상통한다. 추후 연구에서는 이러한 회복 요인에 관한 탐색이 필요하다.

다섯째, 본 연구에서 1명을 제외한 모든 연구참여자들은 유가족협의회에 소속되어 진상 규명활동에 참여하고 있다. 따라서 본 연구에서 도출된 연구참여자들의 경험이 세월호 피해자 유가족 전체의 경험을 대표하지 않을 수 있다. 실제로 “활동하는 아빠들은 좀 나아요. 그렇지 않고 일도 안하고 집에만 있는 사람들은 대부분이 슬로 보내고... 하루일과가 그래요.”라는 연구참여자 10의 구술처럼, 완전히 외부세계를 차단하고 사회적으로 고립되어 있는 유가족들이 상당히 많은 점으로 미루어보아, 본 연구의 결과가 세월호 재난으로 자녀를 잃은 모든 부모들의 경험을 대표하는 데는 제한적일 것이다. 유가족 협의회에 소속되어 있지 않은 한분이 연구참여자로 선정된 데는 이분 또한 적극적으로 유가족 활동에 참여하고 싶은 의사를 가지고 있었지만, 지병으로 인한 신체적 활동의 제약이 매우 컸기 때문에 참여가 어려웠기 때문이다. 따라서 유가족 협의회에 참여하여 유가족으로 활동을 하고 있지는 않지만, 유가족 활동에 참여하고 있는 다른 연구참여자들과 뜻을 같이 하고 있다고 판단되어 연구참여자에 포함되었다.

참고문헌

- 416세월호참사 작가기록단 (2016). 다시 봄이 올 거예요. 창비.
- 경기도교육청 약전작가단, 경기도교육청 (2016). 416 단원고 약전 세트. 굿플러스북
- 고은채, 김순천, 명숙, 미류, 박현진, 박희정, 배경내, 유해정, 이호연, 정미현, 정주연, 홍은전 (2015). 금요일엔 돌아오렴: 240일 간의 세월호 유가족 육성기록. 창비.
- 김순진, 김 환 (2000). 외상 후 스트레스 장애. 서울: 학지사.
- 노컷뉴스 (2016. 7. 20). “세월호 2년, 단원고 유가족 56% 여전히 트라우마 호소”.
- 세월호 특별조사위원회 (2016), 4.16 세월호 참사 피해자지원 실태조사 결과발표회 자료집.
- 송주형 (2015). 구술을 통한 재난 사고의 기록화. 기록학연구, 44, 155-197.
- 박기묵 (2015). 세월호 참사 희생자 부모들의 심리적 외상에 관한 기술적 접근. 한국콘텐츠학회논문지, 15(9), 134-145.
- 안현의 (2007). 복합외상(complex trauma)의 개념과 경험적 근거. 한국심리학회지: 일반, 26(1), 105-119.
- 이선영 (2011). 대형재난사고 유가족의 생활경험 연구. 한국사회복지교육, 15, 109-144.
- 이정섭, 김수지 (1994). 암으로 자녀를 잃은 가족의 경험에 대한 질적 연구. 대한간호학회지, 24(3), 423, 413-431
- 장재현, 이기학 (2013). 외상경험에 의한 심리적 어려움과 회복요인에 대한 개념도 연구: 천안함 피격사건 생존장병을 중심으로. 상담학연구, 14(2), 1145-1164.
- 조선일보닷컴 (2016. 4. 4). “세월호 일반인 유

- 죽 ‘국민 미움 안 받았으면’
조선화, 강영신 (2015). 애도 회피에 따른 침투적 반추가 심리적 성장에 이르는 과정에서 의도적 반추 및 자기노출의 역할. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 27(3), 641-663.
- 진실의 힘 세월호 기록팀 (2016). 세월호, 그날의 기록. 진실의 힘.
- Abbott, D. A. (2009). Violent death: A qualitative study of israeli and palestinian families. *Journal of Loss and Trauma*, 14(2), 117-128.
- Alam, R., Barrera, M., D'Agostino, N., Nicholas, D. B., & Schneiderman, G. (2012). Bereavement experiences of mothers and fathers over time after the death of a child due to cancer. *Death studies*, 36(1), 1-22.
- Armour, M. (2007). Violent death: Understanding the context of traumatic and stigmatized grief. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 14(4), 53-90.
- Bonanno, G. A., Papa, A., Lalande, K., Zhang, N., & Noll, J. G. (2005). Grief processing and deliberate grief avoidance: A prospective comparison of bereaved spouses and parents in the United States and the People's Republic of China. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(1), 86-98.
- Boscarino, J. A. (2008). Psychobiologic predictors of disease mortality after psychological trauma: implications for research and clinical surveillance. *The Journal of Nervous and Mental disease*, 196(2), 100-107.
- Boss, P. (2006). *Loss, trauma, and resilience: Therapeutic work with ambiguous loss*. WW Norton & Company.
- Boss, P., & Mulligan, C. (2003). *Family stress: Classic and contemporary readings*. Sage.
- Boss, P., & Years, J. R. (2014). Ambiguous loss: A complicated type of grief when loved ones disappear. *Bereavement Care*, 33(2), 63-69.
- Bowlby, J. (1980). *Loss: Sadness and depression (Vol. 3)*. Basic Books.
- Brent, D., Melhem, N., Donohoe, M. B., & Walker, M. (2009). The incidence and course of depression in bereaved youth 21 months after the loss of a parent to suicide, accident, or sudden natural death. *American Journal of Psychiatry*, 166(7), 786-794.
- Cacciatore, J., Lacasse, J. R., Lietz, C. A., & McPherson, J. (2014). A parent's tears: Primary results from the traumatic experiences and resiliency study. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 68(3), 183-205.
- Cain, A. C., Fast, I., & Erickson, M. E. (1964). Children's disturbed reactions to the death of a sibling. *American Journal of Orthopsychiatry*, 34(4), 741-752.
- Carty, J., O'donnell, M. L., & Creamer, M. (2006). Delayed-onset PTSD: A prospective study of injury survivors. *Journal of Affective Disorders*, 90(2), 257-261.
- Chen, J. H., Bierhals, A. J., Prigerson, H. G., Kasl, S. V., Mazure, C. M., & Jacobs, S. (1999). Gender differences in the effects of bereavement-related psychological distress in health outcomes. *Psychological Medicine*, 29(2), 367-380.
- Cleiren, M. P. (1993). *Bereavement and adaptation: A comparative study of the aftermath of death*. Taylor & Francis.

- Doka, K. J. (2001). *Grief, loss and caregiving*. In Kenneth J. Doka and Joyce D. Davidson (Eds), *Caregiving and Loss: Family Needs and Professional Responses* (pp. 215-230). Washington, DC: The Hospice Foundation of America
- Doka, K. J. (2011). *Helping bereaved children: A handbook for practitioners*. N. B. Webb (Ed.). Guilford Press.
- Dyregrov, K., Dyregrov, A., & Kristensen, P. (2015). Traumatic bereavement and terror: The psychosocial impact on parents and siblings 1.5 years after the July 2011 terror killings in Norway. *Journal of Loss and Trauma*, 20(6), 556-576.
- Fullerton, C. S., Ursano, R. J., Vance, K., & Wang, L. (2000). Debriefing following trauma. *Psychiatric Quarterly*, 71(3), 259-276.
- Gamino, Kenneth W. Sewell, Larry W. Easterling, L. (2000). Scott and White Grief Study-Phase 2: Toward an adaptive model of grief. *Death Studies*, 24(7), 633-660.
- Gilmer, M. J., Foster, T. L., Vannatta, K., Barrera, M., Davies, B., Dietrich, M. S., & Gerhardt, C. A. (2012). Changes in parents after the death of a child from cancer. *Journal of Pain and Symptom Management*, 44(4), 572-582.
- Ho, J. E., Paultre, F., & Mosca, L. (2002). Lifestyle changes in new yorkers after september 11, 2001 (data from the post-disaster heart attack prevention program). *The American Journal of Cardiology*, 90(6), 680-682.
- Janoff-Bulman, R. (2010). *Shattered assumptions*. Simon and Schuster.
- Kaltman, S., & Bonanno, G. A. (2003). Trauma and bereavement: Examining the impact of sudden and violent deaths. *Journal of Anxiety Disorders*, 17(2), 131-147.
- Kaniasty, K., & Norris, F. H. (2008). Longitudinal linkages between perceived social support and posttraumatic stress symptoms: Sequential roles of social causation and social selection. *Journal of Traumatic Stress*, 21(3), 274-281.
- Keesee, N. J., Currier, J. M., & Neimeyer, R. A. (2008). Predictors of grief following the death of one's child: The contribution of finding meaning. *Journal of Clinical Psychology*, 64(10), 1145-1163.
- Krippendorff, K. (2004). *Content analysis: An introduction to its methodology*. Sage.
- Li, J., Laursen, T. M., Precht, D. H., Olsen, J., & Mortensen, P. B. (2005). Hospitalization for mental illness among parents after the death of a child. *New England Journal of Medicine*, 352(12), 1190-1196.
- Li, J., Precht, D. H., Mortensen, P. B., & Olsen, J. (2003). Mortality in parents after death of a child in Denmark: a nationwide follow-up study. *The Lancet*, 361(9355), 363-367.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry* (Vol. 75). Sage.
- Malkinson, R. (2007). *Cognitive grief therapy: Constructing a rational meaning to life following loss*. WW Norton & Company.
- Miles, M. S., & Crandall, E. K. B. (1983). *The search for meaning and its potential for affecting growth in bereaved parents*. In *coping with life Crises* (pp. 235-243). Springer US.

- Moriarty, H. J., Carroll, R., & Cotroneo, M. (1996). Differences in bereavement reactions within couples following death of a child. *Research in Nursing & Health, 19*(6), 461-469.
- Murphy, S. A., Braun, T., Tillery, L., Cain, K. C., Johnson, L. C., & Beaton, R. D. (1999). PTSD among bereaved parents following the violent deaths of their 12 to 28 year old children: A longitudinal prospective analysis. *Journal of Traumatic Stress, 12*(2), 273-291.
- Murphy, S. A., Clark Johnson, L., Wu, L., Fan, J. J., & Lohan, J. (2003). Bereaved parents' outcome 4 to 60 months after their children's deaths by accident, suicide, or homicide: A comparative study demonstrating differences. *Death Studies, 27*(1), 39-61.
- Murphy, S. A., Tapper, V. J., Johnson, L. C., & Lohan, J. (2003). Suicide ideation among parents bereaved by the violent deaths of their children. *Issues in Mental Health Nursing, 24*(1), 5-25.
- Nakajima, S., Ito, M., Shirai, A., & Konishi, T. (2012). Complicated grief in those bereaved by violent death: The effects of post-traumatic stress disorder on complicated grief. *Dialogues in Clinical Neuroscience, 14*(2), 210-214.
- Neimeyer, R. A. (1998). Death anxiety research: *The state of the art. Omega-Journal of Death and Dying, 36*(2), 97-120.
- Ozer, E. J., Best, S. R., Lipsey, T. L., & Weiss, D. S. (2003). Predictors of posttraumatic stress disorder and symptoms in adults: A meta-analysis. *Psychological Bulletin, 129*(1), 52-73.
- Padgett, D. K. (1998). *Qualitative methods in social work research: Challenges and rewards. Thousand Oaks, California: Sage.*
- Parappully, J., Rosenbaum, R., & Daele, L. Van Den, & Nzewi, E. (2002). Thriving after trauma: The experience of parents of murdered children. *Journal of Humanistic Psychology, 42*(1), 33-70.
- Parkes, C. M. (1996). *Bereavement. MEDICINE-ABINGDON-UK EDITION, 24, 73-74.*
- Pennebaker, J. W., & Harber, K. D. (1993). A social stage model of collective coping: The Loma Prieta earthquake and the Persian Gulf War. *Journal of Social Issues, 49*(4), 125-145.
- Qin, P., & Mortensen, P. B. (2003). The impact of parental status on the risk of completed suicide. *Archives of General Psychiatry, 60*(8), 797-802.
- Rando, T. A. (1985). Bereaved parents: Particular difficulties, unique factors, and treatment issues. *Social Work, 30*(1), 19-23.
- Rando, T. A. (1986). *The unique issues and impact of the death of a child: Parental loss of a child*, Research Press Champaign, IL
- Rando, T. A. (1993). *Treatment of complicated mourning*. Research Press.
- Rando, T. A. (1997). *Vicarious bereavement. death and the quest for meaning: Essays in honor of Herman Feifel, 257-274.*
- Rando, T. A. (2000). *On the experience of traumatic stress in anticipatory and post-death mourning*. In T. A. Rando (Ed.), *Clinical dimensions of anticipatory mourning: Theory and practice in working with the dying, their loved ones, and their caregivers*. Champaign, Illinois: Research Press.

- Rogers, C. H., Floyd, F. J., Seltzer, M. M., Greenberg, J., & Hong, J. (2008). Long-term effects of the death of a child on parents' adjustment in midlife. *Journal of Family Psychology*, 22(2), 203-211.
- Rossetto, K. R. (2015). Bereaved parents' strategies and reactions when supporting their surviving children. *Western Journal of Communication*, 79(5), 533-554.
- Sanders, C. M. (1988). Risk factors in bereavement outcome. *Journal of Social Issues*, 44(3), 97-111.
- Schneider, J. (1984). *Stress, loss, and grief*. University Park Press.
- Simeon, D., Greenberg, J., Nelson, D., Schmeidler, J., & Hollander, E. (2005). Dissociation and posttraumatic stress 1 year after the world trade center disaster: follow-up of a longitudinal survey. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 66(2), 231-237.
- Stroebe, M., Schut, H., & Stroebe, W. (2007). Health outcomes of bereavement. *The Lancet*, 370(9603), 1960-1973.
- Stroebe, W., Zech, E., Stroebe, M. S., & Abakoumkin, G. (2005). Does social support help in bereavement?. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(7), 1030-1050.
- Thompson, A. L., Miller, K. S., Barrera, M., Davies, B., Foster, T. L., Gilmer, M. J., & Gerhardt, C. A. (2011). A qualitative study of advice from bereaved parents and siblings. *Journal of Social Work in End-of-Life & Palliative Care*, 7(2-3), 153-172.
- Wilmer, H. A. (1982). Vietnam and madness: Dreams of schizophrenic veterans. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*, 10(1), 47-66.
- Wolin, S. J., & Wolin, S. (1993). *The resilient self*. New York: Villard Books.
- Worden, J. (1983). *Grief counselling and grief therapy*. London: Tavistock.
- Worden, J. W. (2002). *Bereavement care: Principles & practice of palliative care & supportive oncology*. 2nd ed. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins, 813-818.
- Wortman, C. B., & Silver, R. C. (1989). The myths of coping with loss. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(3), 349-357.

원 고 접 수 일 : 2016. 12. 31
수정원고접수일 : 2017. 03. 29
게 재 결 정 일 : 2017. 04. 24

A Qualitative Study on the Internal Experiences
of Adolescent Victims' Parents of the Sewol Ferry Disaster:
Focused on Psychological-emotional, Physical,
Cognitive, Behavioral Dimensions

Dong Hun Lee Choon Hwa Lee Ji Young Shin Minsoo Khang Jiyeol Jeon Hwa Jung Lee
Mi Jeong Kim

Sungkyunkwan University Ansancity Youth Counseling & Welfare Center

The current study aimed to explore the internal experiences and lives of the bereaved parents of the Sewol Ferry Disaster. Interview data were collected 2 years after the Sewol Ferry Disaster from 17 parents who lost their adolescent child. The interviews were analyzed using a content analysis, and the results were classified by 4 dimensions ('psychological-emotional', 'physical', 'cognitive' and 'behavioral'), and 25 categories with 94 meaning contents emerged under these dimensions. The psychological-emotional dimension included lethargy, depressive moods, anger suppression, panic symptoms, suicidal thoughts and attempts, increase in sensitiveness and suspicion, irritability, and decline in empathy. The physical one included loss of sight and hearing, chronic pain, amnesia, and other significant physical deterioration. The cognitive one included decline in memory, attention deficit, transition of the meaning of death, and change in the meaning of life. The behavioral one included poor diet, increase in smoking, and self-regulatory failure in alcohol consumption.

Key words : Sewol Ferry Disaster, bereaved parents, content analysis, qualitative study, internal experience