

## 교통사고 생존자인 중년 부부의 외상 후 삶에 대한 내러티브 탐구

김정옥\* 김미경\*\*

### 국문초록

본 연구는 교통사고 생존자인 중년 부부의 외상 후 삶에 대한 내러티브 탐구를 통하여 그들의 경험과 삶의 의미를 탐색하고자 수행되었다. 연구참여자는 교통사고를 경험하고 외상 후 스트레스 진단을 받은 중년 부부이다. 자료수집 기간은 2020년 3월부터 2021년 10월까지이며, 심층면접을 통한 자료수집은 총 14회로 회당 1~3시간 동안 실시되었으며, 연구 절차는 Clandinin과 Connelly(2018)의 내러티브 탐구 방법의 다섯 단계의 순환과정으로 진행되었다.

자료 분석은 Clandinin과 Connelly(2018)가 제시한 내러티브 3차원적 탐구공간에서 4가지 방향성을 기준으로, 연구자의 관점을 통해 '참여자들의 이야기된 삶'의 의미를 분석하였다. 교통사고 생존경험에 대한 트라우마 이야기를 통해 도출된 중년 부부의 삶의 의미는 '삶이 흔적으로 뒤덮임', '멍울진 목은 상처가 덩굴처럼 올라옴', '올라온 멍울이 풀어져서 유연해짐', '아픔의 결정으로 엮어가는 진주목걸이', '빛에 이끌려 빛이 되려 함'과 같이 구성되었다. 이러한 연구 결과를 바탕으로 교통사고에서 생존한 중년 부부의 외상 후 삶의 의미를 논의하였고 심리적 상담 현장에 교통사고 외상 경험자들에 대한 이해와 후속 연구 및 심리적 지지와 상담적 개입 방안을 제언하였다.

**주제어:** 중년 부부, 교통사고 생존자, 외상, 외상 후 삶의 의미, 내러티브 탐구

\* 김정옥심리상담연구소 소장, 제1저자

\*\* 서울한영대학교 상담심리학과 부교수, 교신저자

• 이 연구는 서울한영대학교 김정옥의 박사학위 논문(2022년 2월, 지도교수: 김미경)을 일부 발췌하여 재구성한 논문임.

## I. 여는 글

실존적 존재로서의 인간은 살아가면서 다양한 사건들을 경험하게 된다. 건강하고 행복하게 살고 싶어 하는 공통적인 염원과 달리 예기치 못한 뜻밖의 사건들을 접하게 되면 ‘왜 나에게 이런 일이 일어난 것일까’라는 의문과 함께 고통이 뒤따르게 된다. 삶의 지축을 흔들 수 있는 심각한 교통사고의 경험은 신체적 손상으로 인한 후유장애 뿐 아니라 심각한 정신적 외상(trauma)을 겪게 한다. 이는 단 한 번이 아닌, 인생을 살아가며 계속해서 반복적으로 겪어야 하는 고통의 과정이 될 수도 있다. 이러한 외상 경험에 관하여 DSM-5-TR(2022)에서는 자신이나 타인에게 닥친 실제적이고 위협적인 죽음이나 심각한 상해 또는 신체적 안녕에 위협이 되는 사건을 목격, 직면 또는 경험하고 극심한 두려움, 무력감 또는 공포와 같은 반응을 일으키는 사건을 외상사건(trauma case)이라고 정의했다. 그리고 이러한 사건 경험은 재경험, 회피, 과각성 등의 증상이 나타나고 1개월 이상 지속되며 이로 인해, 다른 기능적 영역에 심각한 고통이나 손상을 입힌다고 보았다(APA, 2022).

이러한 근거는 교통사고 경험자의 외상에 대한 심리적 지원을 위한 연구의 필요성을 시사한다. 교통사고 경험자에 관한 선행연구를 고찰한 결과 신체적 외상을 중심으로 한 연구들이 주로 이루어져 왔다. 교통사고 환자의 치료 효과를 검증하는 연구(황지혜, 정철, 2021)와 국내 교통사고 환자의 후유증에 대한 임상연구(조희진, 민수권, 김정환, 조대현, 최지은, 2016; 이문인, 박상학, 김상훈, 김재민, 김학력, 2004), 그 외 다수의 심리적 외상에 관한 연구(김규식, 2018; 이문인 외, 2004; 이선미, 김동인, 2000; 이선미, 김정희, 2002; 차혜지, 방설영, 2019)들이 있다.

이 중 질적 연구로는 김규식(2018)의 외상 후 스트레스 증상(PTSD)을 겪는 내담자의 상담치료 과정과 변화를 담은 사례연구와 교통사고로 배우자와 사별한 중년 여성의 외상 후 성장 과정을 이해하는 내러티브 연구(박정애, 이명우, 2015)가 있을 뿐이다. 위와 같이 살펴본 바에 의하면, 교통사고로 인한 외상 연구가 양적연구 위주로 이루어져 양적인 규명에 그치고 있음을 볼 수 있다. 이처럼 외부자적 관점의 양적연구로 이루어졌던 교통사고 외상에 관한 연구 추세에 반해 내부자적 관점의 이해를 위한 질적 연구를 실시하는 것은 의미가 있다. 즉, 교통사고 외상에 관해 양적연구가 설명하지 못하는 부분과 한계를 질적 연구를 통해 구체적으로 규명할 필요가 있다. 내러티브 탐구방법은 질적인 연구방법 중 가장 내부자 중심의 연구라 할 수 있다. 교통사고 외상 경험자의 고통을 객관적으로 측정하고, 상관관계를 밝히고 찾으며 일반화하는 양적

인 연구와 달리, 교통사고 외상에 대한 실제적인 경험의 결과를 밝히는 것이 의미가 있을 것이다.

이에 본 연구는 내러티브 탐구방법의 3차원적 공간에서 중년 부부인 참여자들이 교통사고 생존자로서 경험한 외상의 회복과정과 살아가는 이야기를 통해 그 의미를 발견하고자 한다. 즉, 중년이라는 인생의 관문을 통과하는 위기의 시점에서 발생한 교통사고라는 중대한 생활사건이 중년 부부에게 어떤 의미로 재구성되어 삶의 전환점을 이루어 가는지를 발견하고자 한다.

이러한 탐구의 결과는 교통사고와 같은 외상 사건의 경험으로 인해 심리적 고통을 받는 내담자를 이해하고 심리적인 지지와 상담적인 개입의 기초자료가 될 수 있을 것이다. 아울러 연구 참여자들은 자신의 경험 이야기를 말하고, 다시 말하는 과정에서 진정한 자기와의 만남이 이루어져서 내면적 성장을 이루게 될 것이다. 교통사고 생존자의 이야기 속으로 가지고 들어가는 연구퍼즐은 ‘교통사고에서 생존한 부부의 트라우마 이야기는 각각 어떠한가’와 ‘교통사고에서 생존한 중년 부부의 외상 후 삶의 의미는 어떻게 구성되는가’이다.

## II. 펴는 글

### 1. 이론적 배경

#### 1) 중년기 발달

중년기 특징에 대한 다양한 견해는 ‘중년의 시기’와 ‘중년의 의미’에 대한 것으로 크게 두 가지로 나누어 볼 수 있다. 먼저 ‘중년의 시기’에 대해 밝힌 이론은 대표적으로 40-60세(Levinson, 2004), 35-50세(Erikson, 1988)로 보는 것이다. 중년기의 의미에 대해서는 지금까지의 주된 이론은 위기 이론으로 중년기를 ‘상실의 시기’라고 보았지만, 최근에는 ‘성숙의 시기’라고 보는 성인발달 학자들의 견해가 우세하다. 이는 중년기의 20여 년 동안에 이루어지는 대내외적인 활동이 전체 생애 중 가장 왕성하다는 이유에서다. 또한 인간의 수명연장으로 인해 중년기 이후에 살아갈 긴 시간을 행복하게 살기 위해 지속적인 성장이 강조되는 시기라고 보기 때문이다(정석환, 2002).

이러한 중년기를 이해하려면 Carl G. Jung의 이론인 페르조나(persona)와 아니마(anama)와 아니무스(animus)를 이해하는 것이 중요하다. 페르조나는 사회에 속한 사

람들이 자신을 포장해서 남들의 기대에 부응하는 역할을 하게 되면서 인간 본연의 진실한 자기(the self)를 감추게 한다. 하지만 중년에 이르면 참된 모습인 '자기(self)'를 만나고 싶어 하며 '나는 누구인가?'라는 질문에 대한 답을 찾게 된다(윤저작번역위원회, 2021). 아니마와 아니무스의 이론에 의하면 아니마는 남성 속에 감춰져 있는 여성적 원형이고 아니무스는 여성 속에 감춰져 있는 남성적 원형이다. 이러한 아니마와 아니무스는 영유아기 부모와의 관계를 통해 형성되어 사회가 요구하는 남성성 혹은 여성성에 집착하여 살아간다. 중년기는 억눌렸던 아니마와 아니무스가 부각되는 시기로 이를 조화시키는 것이 중년기 발달 과제를 깨닫는 것이 매우 중요하다(이부영, 2001).

Erikson에 의하면, 중년기의 발달이 지연되거나 원활하게 이루어지지 않는 개인에게는 이기적으로 자신의 삶을 생각하는 인격발달의 침체성(stagnation)에 빠지기 쉽다. 중년기란 개인의 환경이 요구하는 성숙성(generativity)이 발달의 과제로 나타나는 시점이다. 성숙성을 이루면 삶의 다양한 방면에서 안정을 이루어, 자기의 번영뿐 아니라 다음 세대로 물려줄 더 나은 세상을 창조해 나간다. 이 단계에서 중년의 덕목은 개인보다는 타인, 다음 세대를 위한 관심과 돌봄의 책임성이다(Erikson, 1988).

현대 사회를 살아가는 중년의 삶에 관한 연구를 살펴보면, 다양한 삶의 장면에서 많은 변화와 갈등으로 인하여 위기를 경험하는 특징을 갖는다. 또한 지나가 버린 과거와 불확실한 미래 사이에서 남겨진 인생의 과제와 당면하게 되어, 인생의 의미와 진정한 자기를 찾는 다양한 의문을 가지게 된다. 종합하자면 중년기는 고통과 상실을 겪어가면서 끝과 시작의 중간에서 잠재력을 실현할 수 있는 제2의 기회이자 새로운 가능성의 시기라고 볼 수 있다(김미영, 2014).

## 2) 생활사건 스트레스

일상생활은 긴장의 연속이며 긴장이 적절한 수준을 넘어설 때 스트레스(stress)를 겪는다고 말한다. 스트레스란 개인이 적응하기 어려운 상황에 처할 때 느끼는 심리적 신체적 긴장 상태를 말한다(Lazarus & Folkman, 1984). 또한, 스트레스는 개인이 환경적 자극과 상호작용하는 복잡하고 역동적인 심리적 과정에서 일어나며, 이때 나타나는 신체의 화학적 변화와 인지적이며 행동적인 변화를 포함한다. 스트레스는 개인과 환경 간의 특정한 관계에서 개인의 안녕을 위협하는 것으로 이러한 스트레스와 적응의 개념은 심리적 발달과정에서 중요하다고 볼 수 있다(정윤주, 2016).

개인의 일생에 걸쳐 영향을 미치는 스트레스에 대하여 '생활사건 스트레스(life

event stress)'라고 한다. 생활사건이란 일상생활에서 누구나 보편적으로 경험할 수 있는 긍정적이거나 부정적인 모든 사건이라고 할 수 있다. 즉, 생활의 변화와 적응이 요구되는 사건을 말하며 이러한 생활사건이 개인이 감당할 만한 능력을 넘어설 때 생활사건 스트레스가 된다. 생활사건은 그 빈도와 중요도를 기준으로 중대한 생활사건과 일상적 생활사건으로 구분한다. 중대한 생활사건이란 본인이나 가족, 가까운 사람들이 질병이나 죽음, 사랑하는 사람과의 이별, 이혼, 그리고 직장에서의 해고 등 흔치 않은 일들이다(Holmes & Rahe, 1967). 이는 당사자에게 심리적 변화를 일으켜서 삶의 양상을 변화시킨다.

### (1) 이혼과 재혼

이혼과 재혼은 이를 겪어내며 경험하는 심리적 부담과 생활환경의 큰 변화를 야기하기에 중대한 생활사건에 속한다고 볼 수 있다. 재혼은 초혼에 비해 불안한 현실을 인식하고 행복하고자 하는 마음에서 갖게 된 좋은 배우자에 대한 비현실적인 기대로 인해 무력감을 자주 경험한다(김연옥, 2012). 실제로 재혼가족이 많은 미국의 경우를 살펴보면 1950년대 수행된 연구에서부터 근래 연구에 이르기까지 초혼의 이혼율보다 재혼의 이혼율이 높다는 사실이 확인되고 있다(Felker, Fromme, Arnaut, & Stoll, 2002). 이는 재혼 부부의 관계는 초혼 부부에 비해 경제적인 문제, 높은 부정적인 감정, 미숙한 문제해결 기술, 심한 의견 차이 등을 이유로 부부간의 갈등이 더 자주 발생하고 있다고 보는 견해와 맥을 같이한다(전춘애, 유계숙, 천혜정, 1998).

재혼은 그 시작부터 복잡하고 불안한 요소를 가지고 있으며 이혼의 부정적인 경험이 재혼으로 이루어진 가족관계에 전이를 일으킬 위험도 크게 존재한다(변복수, 박승민, 2015). 이와 같은 이유로 재혼은 초혼보다 더 많은 인내와 다양한 갈등을 해결할 힘과 기술을 필요로 한다.

### (2) 교통사고 외상 경험

교통사고와 같은 중대 사건은 개인의 발달 주기로 보나 가족 주기로 보아도 전혀 예상할 수 없는 한순간에 겪는 외상 사건으로, 지속적인 스트레스 상황에 놓이게 한다. 교통사고 부상자들의 진료 실태를 살펴보면 정신의학적 증상들이 신체적인 증상에 비해 상대적으로 소홀히 취급되고 있는 경향이 있다. 그 예로 교통사고 환자에 관한 연구는 치료 효과 검증과 같은 신체적 외상과 관련된 연구가 주로 이루어졌다(황지혜, 정철, 2021). 반면 교통사고 환자가 겪는 후유증에 대해 신체적인 증상 이외에도 사고 당시의 충격에 대한 놀람반응, 불안, 분노, 우울감, 사고의 반복 경험, 집중력의 저하, 불면, 피로감, 성기능 저하, 식욕의 변화, 체중의 변화, 무력감, 절망감 등의 정신적

측면과 관련된 증상을 자주 호소한다고 보고했다(조희진 외, 2016).

이러한 보고는 교통사고로 인한 외상 후 스트레스 증상이 다양하며 고통 수준이 심각하다는 것을 보여준다. 국외 연구에서도 교통사고의 외상과 관련된 정신과적 진단으로 불안장애, 우울장애, 급성 스트레스장애, 외상 후 스트레스장애, 적응장애, 공포증, 물질의 남용, 동통장애, 드물게 정신증 상태를 보이거나 인격의 변화나 인지기능의 변화가 나타났음을 밝히고 있다(Christoper, 2002). 이와 관련하여 임상 현장에서 교통사고 피해자의 신체적 외상의 심각도와 정신과적인 증상들 사이의 상호관련성을 살펴본 연구 결과에 의하면, 의외의 결과로 교통사고로 인한 신체적 손상이 심각하다고 생각되지 않는 대상에서 오히려 유의한 자살 시도, 우울, 히스테리, 강박증, 반사회성 수준이 증가하는 것으로 나타났다(이문인 외, 2004). 반면 교통사고 환자의 외상 후 스트레스의 위험 정도가 크면 클수록 외상 후 성장에 긍정적인 영향을 미친다는 연구 결과도 있다(차혜지, 방설영, 2019). 또한 이 연구에서는 교통사고 환자가 외상 후 스트레스 장애를 극복하고 외상 후 성장에 이르게 되는 결정적 요인은 사회적 관계망과 회복탄력성이라고 밝히고 있다.

교통사고의 심리적 외에 관한 김규식(2018)의 질적 연구에서는 의학적으로 가벼운 교통사고를 겪은 중년 남성의 외상 후 스트레스를 치료하기 위한 심리상담 과정을 통해 교통사고 환자의 외상이 이전 경험과 관계가 있음을 설명했다. 교통사고를 겪은 후 호소하는 불안, 우울, 신체화 등의 다양한 증상은 교통사고를 포함한 다양한 과거의 사건들과의 상호작용의 결과라는 것이다. 이와 같이 교통사고로 인한 외상경험이 신체적 장애는 물론 다양한 심리적인 문제를 야기하고 단 한 번이 아닌, 살아가며 계속해서 반복적으로 겪어야 하는 고통의 과정인 것이다. 나아가 교통사고의 경험은 당사자 뿐만 아니라 가족과 지인들에게까지 부정적인 영향을 주며 직업을 잃거나 길고 짧은 휴직으로 인한 경력 단절 및 사회적 고립을 겪게 되기도 하여 생활 전반에 걸쳐서 다양하고 심각한 부정적인 영향을 미친다고 할 수 있다(전병주, 이상주, 2018).

### 3) 외상 후 성장과 영적 성장

#### (1) 외상 후 성장

외상(trauma)에 관한 연구는 1980년대 외상 후 스트레스 장애(PTSD)가 DSM-III에 포함되면서 다양한 측면에서의 연구가 이루어져 왔다(안현의, 2005). DSM-5-TR에서는 자신이나 타인의 실제적이거나 위협적인 죽음이나 심각한 상해 또는 신체적 안녕에 위협이 되는 사건을 목격, 직면 또는 경험하고 극심한 두려움, 무력감 또는 공

포와 같은 반응에 해당하는 사건을 외상 사건이라고 정의했다(APA, 2022). 그리고 이러한 사건 경험은 재경험, 회피, 증가된 각성 증상이 나타나고 1개월 이상 지속되며 이로 인해 다른 기능적 영역에 심각한 고통이나 손상을 입힌다고 보았다.

아울러 DSM-5-TR(APA, 2022)에서는 죽음, 심각한 부상, 성폭행 등에 자신이 직접 실제로 노출되거나 위협을 받는 것 외에도 다른 사람에게 발생한 사건을 목격하는 것, 그리고 자신과 가까운 가족 또는 친구에게 외상 사건이 발생했다는 것을 알게 되는 것, 외상 사건의 혐오적인 부분에 반복적 또는 극단적으로 노출되는 경우까지 포함하여 더 광범위하게 외상을 정의하고 있다. 외상 사건의 간접적인 경험도 극심한 공포, 무력감, 두려움 등의 감정을 유발하면서 외상 후 스트레스 장애를 발생시킨다는 것이다. 이러한 외상 후 스트레스 장애는 극복하기 힘들 정도의 심리적 손상을 경험하게 하여 극심한 스트레스 및 고통을 유발하고, 개인의 가치와 신념체계를 변화시키며 고통을 겪게 한다(배상정, 양난미, 2014).

그러나 이러한 외상 이후에 찾아오는 긍정적인 결과도 있다. 충격적인 사건으로 인해 받는 다양한 충격과 고통을 겪은 후에 긍정적인 변화가 일어나는 경험적인 연구를 통해 외상이 성장과 관련이 있음을 보여주고 있다(Shane, 2017). 외상 사건은 그 당시에는 삶의 지축을 흔들 정도로 충격적이며 비일상적이지만 미래에 경험할 또 다른 도전 거리에 더욱 탄력적으로 대처할 수 있게 된다(김미경, 2011). 외상 사건은 개인의 신념과 목표, 가치관을 흔들 수 있다. 그러나 한편으로는 더 높은 목표와 믿음을 갖게 되고 정서적 고통에 도전하게 하여 자타 모두에게 긍정적인 변화를 가져오는 계기가 되기도 한다. 이러한 변화는 위협적 사건에 직면했을 때 손상된 신념을 회복하기 위해 외상 사건의 의미를 재구성하거나, 사건의 발생을 이해하기 위해 노력하며 이루어진다(Armour, 2003). 이러한 현상을 외상 후 성장(posttraumatic growth)이라고 한다.

외상 후 성장이란 외상 사건과 투쟁한 결과로 얻어지며 개인이 주관적으로 경험하는 긍정적인 심리적 변화를 말한다(Zoellner & Maercker, 2006). 여기서 성장이 가지는 의미는 기존에 개인이 가지고 있던 적응 수준 및 심리적 기능 혹은 삶에 대한 인식 수준을 넘어서는 발달을 의미한다(Tedeschi & Calhoun, 1996). 이러한 외상 후 성장에 이르는 과정에 대한 모델에 따르면, 외상사건은 기존에 가지고 있던 개인의 가치, 삶의 목표, 신념 체계를 뒤흔들고 부정 정서를 유발하여 외상 경험에 대해 끊임 없이 떠올리고 되새김질하듯 반복하여 생각하게 되는 자동적이고 침습적인 반추(invasive rumination)가 일어난다. 이후 정서적 고통을 감소시킬 만한 전략을 적극

적으로 사용하면서 단순히 사건 자체를 떠올리는 침습적 반추에서 사건의 원인이나 의미, 자신의 삶에 미친 영향 등을 생각해보는 의도적 반추(intentional rumination)로 전환된다. 이를 통해 외상 전후의 삶이 통합되고 개인의 신념과 가치관, 정체성, 삶에 대한 서사와 지혜가 새롭게 형성되어 이전의 기능 수준을 뛰어넘는 외상 후 성장에 이르게 된다.

침습적 반추 상태에 있을 때의 글쓰기, 대화, 기도, 경건의 시간 같은 자기 노출과 신앙 또는 사회·문화적 요소의 공급을 포함한 사회적 지지는 의도적 반추를 촉진시키며 내러티브를 재구성하는 것이 외상 후 성장을 촉진시켰다는 연구(Calhoun & Tedeschi, 2015)결과도 있다. 결론적으로 외상으로 인한 부정적인 반응인 슬픔과 실망, 고통이 삶에서 불가피한 일이며, 외상 후 성장은 외상 후 스트레스가 없음을 의미하는 것이 아니라, 스트레스를 함께 겪어내면서 나아가는 것이다(Joseph et al., 2012).

## (2) 영적 성장

영적 성장을 간단하게 정의하면 하나님과의 관계 속에서 성령의 인도하심을 받아 예수 그리스도를 닮아가는 점진적인 과정으로 신앙, 사고, 정서, 행동의 전인격이 균형을 이루며 발달하는 것을 의미한다(오윤선, 2020). 그리스도인들이 고통을 견디고 수용할 수 있는 고통 감내력은 영적 성장과 정신건강을 위해서 필요하다. 고통 감내력(distress tolerance)은 ‘고통(distress)’과 ‘감내력(tolerance)’을 포괄하는 개념이다. 고통은 유기체의 부정적인 경험과 스트레스 사이에서 깊은 관련이 있고, 감내력은 불쾌한 무엇인가를 견디는 능력을 의미한다. 이 두 개념으로 구성된 고통 감내력은 주관적 혐오감을 유발하거나 위협으로 다가오는 상태를 견디는 능력(Zvolensky et al., 2010)이라고 넓게 정의할 수 있다.

고통 감내력과 관련된 다양한 학자들의 개념을 정리하여 종합하면, 고통 감내력이란 불확실한 상황에서 보이는 적응 도전과 신체·심리·정서적 불편감을 초래하는 상황에서 인내하는 개인의 심리적 능력이라고 할 수 있다(오윤선, 김진태, 2021). 즉, 고통은 누구에게나 찾아오지만 고통에 대한 반응은 사람마다 다르기 때문에 고통을 대하는 태도에 따라서 고통이 절감되거나 더 큰 고통을 겪게 되기도 한다(정지현, 2015). 따라서 고통에 대한 반응과 관련한 고통 감내력이 다양한 정신장애의 예방과 치료에 있어서 중요한 연구 주제로 다루어지게 되었다(서장원, 권석만, 2015). 고통 감내력의 수준에 따라 우울을 감소시키거나 예방할 가능성이 높고(윤여주, 김지영, 2020), 고통을 수용하고 견디며 고통 감내력을 증진시킨 사람은 긍정 정서가 증가하고 부정 정서는



감소하는 것으로 나타났다(정지현, 2015). 고통 감내력에 대한 기독교적 관점은 하나님의 섭리 속에서 하나님과 연합해 가는 여정이라고 보는 것이다(조인효, 2014).

## 2. 연구 방법

### 1) 내러티브 탐구의 특징

내러티브 탐구란 캐나다의 Clandinin과 Connelly(2016)의 연구로 시작된 질적연구 방법이다. 시간, 사회, 장소의 3차원 공간에서 내적 지향과 외적 지향, 과거지향과 미래 지향의 네 가지 방향에서 동시에 상호작용을 경험하는 것이며, 각 방향을 향해 질문을 던지는 것이다(염지숙, 2001). 내러티브 탐구의 과정을 편의상 다음 다섯 단계로 나누어 설명하고 있지만, 이러한 단계들은 명확히 구분되지 않고 서로 중복되기도 하며 유기적으로 연결되어 있다(Clandinin & Connelly, 2016). 그 이유는 경험에 대한 의미를 구성하는 과정이 반복적이고 순환적인 과정이며, 자료를 수집하고, 분석하고, 연구 결과를 내기까지의 과정 또한 순환적으로 이루어지기 때문이다(Clandinin, 2015). 구체적으로 살펴보면 연구자는 참여자의 개인적·사회적 삶을 구성하는 경험의 이야기 안으로 들어가 그들의 경험에 살고, 말하고, 다시 말하고, 다시 사는 현장을 함께 하게 된다. 이는 살아온 경험을 존중하면서 삶의 경험을 이해하는 방법론으로서 경험을 해석하고 재해석하는 방법까지 포함한다(염지숙, 2001).

위에서 살펴본 내러티브 탐구 방법의 특성은 누구도 꺾어보지 못한 개인적이고 특별한 경험을 이해하고자 하는 본 연구에 적합하다. 참여자가 겪은 개인적인 경험은 실증적 방법인 양적인 연구 방법으로는 도저히 밝힐 수 없는 삶의 이야기들을 품고 있기 때문이다. 단일 사례인 본 연구 참여자 부부의 외상 후 삶에 관한 경험의 깊고 광범위한 이야기를 촘촘하게 분석하고 그 의미를 이해하고 풀어냄에 있어서 내러티브 탐구방법이 가장 적절한 연구 방법이라고 할 수 있다.

### 2) 연구절차

#### (1) 현장으로 들어가기: 연구 참여자 선정

본 연구의 참여자들은 7명의 사상자를 낸 교통사고에서 생존한 중년 부부로 교통사고의 외상으로 인한 충격으로 정신과적 진료를 받은 경험이 있고 외상 후 스트레스 장애(PTSD)의 주요증상인 재경험, 과각성, 회피 등의 심리적 증상을 보였다. 연구 참여자들의 사회 인구학적 특성은 <표 1>과 같다.

〈표 1〉 연구 참여자의 사회 인구학적 특성

구분	연령	학력	출생 순위	결혼 형태	직업	종교	가족 사항	결혼 기간
아내	48	석사 졸업	3녀1남 중 2녀	재혼	주부	기독교	부부와 아들	3년
남편	37	대학 졸업	1녀1남 중 막내	초혼	공무원	기독교		

## (2) 현장에서 현장텍스트로

2020년 3월부터 면접을 시작하여 2021년 10월까지 진행되었으며 각각 아내 8회, 남편 6회, 합 14회를 실시하였고 면접시간은 1시간 30분에서 3시간이 소요되었다. 면접 회기 중 2회기는 부부가 함께 대화를 통해 서로를 바라보는 시간으로 할애하였고 부부가 서로의 이야기를 경청하며 나누는데 도움이 되었다.

모든 면접 내용은 참여자의 동의하에 녹음되어 전사되었고 면접 장소는 참여자의 건강상태를 고려하여 아내의 면접은 주로 참여자의 집에서, 남편은 연구자의 상담실에서 면접을 실시했다. 연구 참여자의 다른 가족구성원의 이야기를 참고하기 위해 아들의 서면보고를 받아서 보조 자료로 사용하였다.

## (3) 현장텍스트 구성하기

본 연구에서 수집된 현장 텍스트로는 이야기, 진단 서류, 큐티 자료, 현장 노트, 가족의 서면보고서, SNS자료 등이다. 주된 텍스트는 녹음에 의해 전사된 면접 내용이다. 면접 과정에서 표현된 이야기에 대해 궁금한 점, 이해한 부분에 대한 확인을 위해 전화나 SNS로 되물어 연구 참여자의 피드백을 받았다.

## (4) 현장텍스트에서 연구텍스트로

연구 과정 중 실제로 신체적 외상과 심리적 외상 외에 부부를 중심으로 한 핵가족 문제와 원가족 문제들이 갑자기 튀어 오르기도 했다. 이러한 상황은 외상 후 성장이라는 단순한 연구 관점에서 점진적으로 가족의 갈등과 변화, 원가족, 나아가 사회적 관계까지 담아내며 깊고 다양하게 변화되었다. 이러한 것을 모두 포함하며 해석의 순환적 과정을 통해 경험에 대한 의미구성은 지속해서 열어놓았다.

## (5) 연구텍스트 작성하기

참여자의 내러티브를 관통하는 주제를 찾아 분류하여 분석하고 해석하기 위한 작업을 실시했다. 참여자의 이야기 중 의미 있는 열개(이야기 뼈대)를 찾아내어 그 의미가 전체를 포괄하는지 확인하고 열개를 상징하는 모듬(이야기 모음)을 열개 안의 작은 주

머니로 삼았다. 녹음자료를 전사한 텍스트를 작은 조각(이야기 조각)으로 나누어 분석하여 공통된 맥락을 상징하는 모듬에 포함시켰다. 연구텍스트 과정에 사용한 열개, 모듬, 조각이라는 세 용어는 내러티브 탐구의 특성에 적합하여 본 연구에서 처음 채택하였고 <표 2>, <표 3>, <표 4>에 각각 제시하였다.

### 3. 연구 결과

-교통사고에서 생존한 중년 부부의 경험 이야기-

#### A. 아내의 이야기

##### 1) 교통사고 외상의 잔인한 고통 흔적들

(1) **중환자실의 기억:** 맨 처음 떠올린 것은 사고 후 처음 의식이 돌아온 순간인 중환자실에서의 경험이었다. 아들을 떠올리며 삶의 의욕을 추스르고자 했다.

(2) **언어기능을 상실함:** 사고를 당한 후 말이 나오질 않아 아들이 스케치북에 자음과 모음을 적었고 아들이 짙은 자음과 모음을 보다가 해당하는 글씨에 눈을 깜박여 표현한 첫 말이 기도, 아파, 목사님이었다.

(3) **끔찍한 사고의 기억들이 뇌리에서 떠나지 않음:** 갑자기 불빛이 보이고 큰 소리가 나면서 불빛이 회전하며 차가 도는 것이 느껴졌다. 그리고 거의 동시에 유리창이 깨지고 에어백이 터져 몸이 마구 흔들리다가 그곳에 박혔다.

(4) **말로 표현 못하는 고통:** 갑작스러운 위기의 순간에 안전벨트를 풀고 문을 밀고 나가려고 하는데 말로 표현할 수 없는 고통이 느껴졌고 몸이 조금도 움직이지 않았다.

(5) **마약성 진통제를 끊고 고통을 감내함:** 2주 넘게 중환자실에 있는 동안 밤마다 환청을 경험하고 정신과 의사와의 면담을 통해 진통제의 부작용임을 알게 되었고 고통스럽더라도 마약성 진통제를 참아보기로 결심했다.

(6) **오히려 빠른 회복:** 진통제를 끊어낸 후 의료진들도 놀랄 만큼 빠른 회복을 보였는데 진통제를 끊는 강한 의지가 빠른 회복상황을 이끌었던 것 같다.

(7) **요관을 잇는 마지막 수술:** 방광하고 신장을 연결하는 요관이 칼로 자른 것처럼 끊어져서 소변 팩을 몸에 달고 살아야 했다. 매일 몇 번씩 정해진 시간마다 팩을 비워주고 소독해야 하는 일로 지쳐가던 중 요관을 잇는 마지막 수술을 했다.

(8) **신장을 기증함:** 신장과 요관을 연결하며 신장 하나를 떼어내어 다른 사람에게 기증하며 “신장아, 나에게처럼 다른 사람에게 좋은 일을 해.”라며 이별했다.

## 2) 생사의 갈림길에서 떠오른 가족

(1) **아버지로 인한 상처:** 중환자실에서 50대 딸을 잃고 슬퍼하던 노인의 울음소리를 들으며 아버지를 떠올렸으나 어머니의 죽음과 내 유산을 동생에게 준 상처들이 떠올랐다.

(2) **어머니와의 용해 관계:** 어머니로부터는 아낌없는 사랑을 받았는데 필요할 때마다 말하지 않아도 아셨고 스물이 넘도록 머리부터 발끝까지 어머니가 원하는 대로 꾸며졌고 이런 것들이 나의 성장을 막고 있었음을 나중에서야 알게 되었다.

(3) **어머니의 죽음이 남긴 상처:** 어머니가 돌아가셨을 때 절대적 믿음의 대상이었던 하나님을 원망하며 따라 죽으려고 단식하며 생사의 갈림길을 오갔다.

(4) **용해관계를 아들에게 전수함:** 내 삶을 이끄는 것은 아들에 대한 사랑과 과도한 책임감이며 이러한 용해는 어머니와 맺었던 관계의 재현임을 깨닫게 되었다.

(5) **아들이 느낀 결핍:** 아들의 “나는 샌드위치와 같애, 어, 빵 없는 샌드위치 알아 엄마? 우리는 ‘속’인데 우리를 감싸주는 빵이 없어.”라는 말을 듣고 미안했다.

## 3) 고통의 이유를 남편에게 투사함

(1) **남편의 네 가지 실책:** 사고 이후 남편을 원망했는데 남편이 약속 시간 보다 늦게 퇴근해서, 남편이 핸들을 잘못 틀어서, 2차로가 아닌 1차로로 운행해서, 남편이 나보다 덜 다쳤다는 네 가지 이유다.

(2) **어머니에 대한 외상을 환기시킨 남편:** 재혼 생각이 없었는데 목숨을 담보로 한 남편의 청혼은 생명을 잃을 뻔한 위험한 상황으로 이어져 친정어머니의 죽음에 얽힌 외상을 불러일으켰다. 엄마를 지키지 못한 죄책감으로 이 사람이라도 살리겠다는 의무감으로 남편과의 재혼을 결심했다.

(3) **기대가 실망으로 바뀜:** 사랑한다고 목숨을 걸고 청혼을 한 것 치고는 나의 아픔을 제대로 돌보지 못하고 잘 공감하지도 못하는 남편에게 실망했다.

## 4) 사랑하는 가족을 다시 찾은 사고 후 첫 생일

(1) **아버지의 사랑을 확인함:** 충격으로 정신과 치료까지 받으시며 딸의 회복을 위해 애쓰는 모습을 보고 아버지의 사랑을 확인할 수 있었다. 존재만으로도 감사한 아버지의 사랑은 하나님을 닮아있었다.

(2) **새롭게 짚트는 부녀의 사랑:** 사고 후 처음 맞는 생일날 아버지가 초를 하나와 케이크를 사 오셔서 새로운 삶을 살라고 말씀하셨고 그 첫 생일은 따뜻한 부녀관계

가 새롭게 싹튼 날이다.

(3) **남편도 소중한 하나의 진주:** 하나님께서 남편을 통해 더 큰 사랑을 깨닫도록 도와주신다고 생각했고 그로 인해 고통을 겪을수록 크고 빛나는 나의 진주처럼 남편의 삶도 고통으로 응고되어가는 진주 같이 여겨졌다.

5) 정서적 지원을 아끼지 않은 고마운 사람들

(1) **기도로 도운 사람들:** 아들이 엄마의 사고 소식을 듣고 인터넷 관계망을 통해 엄마의 사고 소식을 알려 기도를 요청했다. 그 결과 가족, 가까운 지인들, 치료해 준 전문가들을 포함해 알지 못하는 사람들까지 한마음으로 나의 회복을 기도하고 응원했다.

(2) **사랑과 관심으로 치료한 의료진:** 주치의는 어렵고 큰 수술을 여러 번 감당함으로써 생명을 구해준 후에도 지속적으로 환자에게 관심을 보여주었다. 치료라는 의무적인 일을 넘어서 환자인 나에게 보여 준 사랑과 관심이 고마웠다.

(3) **5분의 기적을 만든 사람들:** 사고 신고를 한 분과 헬기보다 먼저 응급외상센터에 도착할 수 있도록 최선을 다한 119 구조대원들이 5분만 늦었어도 나는 살 수 없었을 것이다.

(4) **지인들의 관심이 빚어낸 선물들:** 미리 예정되었던 것처럼 생각하지도 못했던 많은 사람들로부터 도움과 사랑을 받았다는 사실이 너무 감사했다.

6) 신앙에 의지하여 다시 사는 삶

(1) **꼬마가 처음 만난 하나님:** 일곱 살 꼬마가 교회에서 예쁜 성탄 장식 하나를 주머니에 넣고 집에 돌아와 죄책감에 시달리다가 꿈속에서 만난 예수님이 더러운 손도 괜찮다며 빵을 주셨다.

(2) **빛이 되신 하나님:** 사춘기를 보내던 중학생 때 새벽기도 중, 창문을 가린 커튼을 뚫고 들어오는 따스한 빛은 삶의 고비마다 나타나 도우셨고 교통사고로 생사를 헤맬 때 그 빛으로 안내하셨다.

(3) **어머니같이 따뜻한 하나님의 사랑:** 하나님은 나의 기도에 바로 응답해 주셨으므로 딸을 헌신적으로 돌보며 필요를 즉각 공급했던 어머니의 사랑과 닮아있었다.

(4) **그리스도의 고통에 한 걸음 더:** 병상 중에서도 말씀 묵상과 기도를 통해 교통사고로 인한 고통의 의미를 깨달았고 육체적 고통을 통해 그리스도의 고통에 한 걸음 가까이 갔다고 느꼈다.

(5) **고통을 통해 정금 같이 연단 됨:** 처음에는 이런 왜 고통을 주셨는지 원망했으나 기도를 통해 고통을 통해 정금 같이 하나님께 나아간다는 희망을 갖게 되었다.

(6) **소중하게 여겨진 고통:** 아직은 갈 길이 멀다지만 하나님의 임재의 시간이 삶 속에서 길고 깊어져 모든 순간에 사람들이 소중하고 교통사고 이전의 삶으로 돌아가고 싶지 않다.

### 7) 고통을 싸며 살아가는 삶

(1) **단장증후군:** 고통은 아직 끝나지 않았고 짧아진 소장으로 인해 다양한 대사이상을 겪는 단장증후군이라는 장애를 가지게 되었다.

(2) **장애인으로의 새 인생:** 장애인으로 잘 살아가려는 각오를 단단히 하며 기관장을 포기하고 장애인으로서 당당하게 살아 선한 영향력을 미치고자 마음먹었다.

(3) **편견이라는 장애물:** 장애인으로 살아가는 걸음에 대해 '가난하고 불쌍한 장애인들의 일을 뺏지 말라'고 말하는 사회적 편견과 맞서 싸우려면 정말 마음을 단단히 먹어야겠다.

(4) **고통과 동행하며 살아가는 삶:** 각오를 아무리 단단히 해도 염증 악화로 인해 몸이 많이 아파지면 마음이 다시 약해져서 '죽는 게 낫겠다'고 생각한다.

(5) **지금 여기도 소중한 삶:** 산봉우리만 산이 아니다. 지금 여기 내가 있는 동산도 산이다. 산봉우리만 삶이 아니다. 지금 여기도 삶이다. 지금 이 삶을 살아라.

〈표 2〉 아내의 이야기 분석

열거	모듬	조각
교통사고 외상	교통사고 외상의 잔인한 고통의 흔적들	중환자실의 기억
		언어기능을 상실함
		끔찍한 사고의 기억들이 뇌리에서 떠나지 않음
		말 못할 고통
		마약성 진통제를 끊고 고통을 감내함
		오히려 빠른 회복
		요관을 잇는 마지막 수술
		신장을 기증함

열개	모듬	조각
원가족 문제	생사의 갈림길에서 떠오른 가족	아버지로 인한 상처
		어머니와의 용해 관계
		어머니의 죽음이 남긴 상처
		용해관계가 아들에게 전수됨
투사	고통의 이유를 남편에게 투사함	아들이 느낀 결핍
		남편의 네 가지 실책
		어머니에 대한 외상을 환기시킨 남편
가족 회복	사랑하는 가족을 다시 찾은 사고 후 첫 생일	기대가 실망으로 바뀜
		아버지의 사랑을 확인함
		새롭게 짚트는 부녀의 사랑
사회적 지지체계	정서적 지원을 아끼지 않은 고마운 사람들	남편도 소중한 하나의 진주
		기도로 도운 사람들
		사랑과 관심으로 치료한 의료진
		5분의 기적을 만든 사람들
영적 성장	신앙에 의지하여 다시 사는 삶	지인들의 관심이 빛어낸 선물들
		꼬마가 처음 만난 하나님
		빛이 되신 하나님
		어머니같이 따뜻한 하나님 사랑
		그리스도의 고통에 한걸음 더
고통을 통해 정금같이 연단 됨		
남겨진 과제	고통을 싸매며 살아가는 삶	소중하게 여겨지는 고통
		단장증후군
		장애인으로의 새 인생
		편견이라는 장애물
		고통과 동행하며 살아가는 삶
		지금 여기도 소중한 삶

**B. 남편의 경험 이야기**

**1) 내 아픔을 뒤로한 채 아내에 대한 사랑**

(1) 아내의 고통을 나에게: 아내 먼저 살려달라고 부탁했고 또 구급차가 왔을 때도 아내가 너무 걱정되어 내 부상에는 관심도 없었다.

(2) 어린 어깨에 지워진 부양의 의무 : 내가 아내를 먼저 구급차로 보내고 차 안

에 있던 물건들을 빠짐없이 수습하고 본인 차의 블랙박스과 도로의 감시카메라의 확보를 부탁하는 전화까지 일사천리로 처리한 내 행동이 아내에 대한 책임감으로 힘을 낸 것 같다.

(3) **나의 고통을 말하지 못함:** 신체적 고통을 말할 수 없는 이유는 나 때문에 사고가 났다고 생각하는 죄책감 때문이었다.

(4) **하나님을 원망함:** 아내는 중환자실에서 수술한 자리를 봉합조차 하지 못한 상태로 몇 회인지 모르는 수술을 이어가며 의식이 없어서 하나님을 많이 원망했다.

(5) **나보다 아내를 사랑함:** 아내와 같은 병원에 입원해 있는 동안에는 휠체어를 타고 달려가 만나는 잠깐의 시간이 소중했지만, 못 볼 상황이 올까 두려웠다.

## 2) 원가족과 연을 이어 더해진 고통

(1) **어린 시절의 감시자였던 할아버지:** 불화가 심했던 부모가 나를 외가에 맡기고 모두 떠났다. 할아버지는 움짱달짝 못 하게 나를 집안에 붙들어 놓고 감시했다.

(2) **어린 어깨에 지워진 부양의 의무:** 사람들이 할아버지와 할머니를 잘 모시라는 말을 자주 했기에 일찍 인생의 짐을 진 채로 너무 일찍 철이 들어가고 있었다.

(3) **유일한 내 편이었던 할머니:** 가족에 대한 좋은 기억이 없고 딱히 할머니가 구체적으로 잘해준 것은 없었지만 할아버지보다 두렵지 않았기에 유일한 내 편이라고 생각했던 것 같다.

(4) **일과 공부를 병행함:** 어려서부터 집안의 농사와 소소한 일거리를 도우며 자랐다. 고3이 되자 바로 취업을 했고 이어 야간대학에 진학하여 주경야독의 생활을 하게 되었다.

(5) **운명처럼 느껴진 공무원 합격:** 경제적인 불안 때문에 다양한 일을 겸업하던 중 운명처럼 공무원 시험에 합격하게 되고 그 일로 아내를 만나게 되었다.

(6) **불같은 성품의 어머니를 닮음:** 어머니에 대한 감정이 좋지 않았는데 아무리 변하려고 노력해도 바뀌지 않는 다혈질적인 모습을 내가 닮아서 화가 났다.

(7) **어머니가 가져온 감정의 소용돌이:** 부정적 감정이 너무 강하고 그것에 흔들리기 싫어서(가족과) 거리를 두고 살아왔다. 교통사고를 당하면서 어머니의 간병을 받아야 했고 다시 그 복잡한 감정의 소용돌이 속으로 들어갈 수밖에 없었다.

## 3) 내 탓이라 여기면서도 자꾸 상처를 줌

(1) **표현하지 않는 습관:** 큰 사고를 겪은 아내가 예민한 것을 이해하려 했지만 아



내 불평에 자주 화가 났고 큰 싸움이 될까 두려워 입을 닫았다.

(2) **차라리 내가 없다면:** 교통사고를 통해 사람의 생명이 얼마나 소중한지 알았지만, 나도 모르게 ‘차라리 내가 없다면 아내가 더 편하지 않을까?’ 생각한다.

(3) **서로 주고받는 상처:** 아내가 상처를 잘 입는 것 같았고 자신도 상처를 잘 받다 보니 싸움이 잦아졌다. 참아보려 하다가 결국은 쌓인 감정이 폭발하고 했다.

(4) **싸움이 잦았던 부모:** 부모님이 싸우는 것을 많이 봤고, 그로 인한 상처도 많이 받았기 때문에 사고가 없어도 부부싸움은 잦았을 것이다.

(5) **모든 것이 내 탓:** 아내와의 갈등이 모두 나의 잘못이라고 생각했다. 나 아닌 다른 사람을 만났다면 교통사고도 나지 않았을 것이다.

(6) **변하고 싶은 나:** 아내와 행복하게 살기 위해서 아내가 기대고 의지할 수 있는 안정적인 사람이 되고 싶다. 문제는 항상 나라고 생각한다.

#### 4) 아내를 바라보는 삶

(1) **아내가 우선:** 아내를 정말로 사랑하고 그녀와 함께 있으면 안정감을 느꼈다. 아내는 하나님과 같았고 나의 모든 것의 우선순위는 항상 아내였다.

(2) **아내가 무사하면 만족:** 나에게서는 생명을 위협할 만한 어려움이 없으나 아내는 늘 건강으로 위협을 받고 있기 아내만 무사하다면 만족한다.

(3) **내가 겪는 고통:** 아내의 욕구를 들어주고 돌봄에 집중하느라 나를 돌보는 일을 잊는다. 24시간 느끼는 통증이지만 나의 고통을 생각한다는 것이 사치 같다.

#### 5) 지인들의 따뜻한 도움

(1) **작은 믿음으로 기도를 부탁함:** 믿음이 약한 나의 기도로는 아내에게 도움이 되지 않을 것 같아 신앙생활을 오래한 사람들에게 기도를 부탁했다.

(2) **지인들의 기도에 감사함:** 믿음이 좋은 지인들의 기도 덕을 보았다고 생각한다. 믿음이 약한 내가 할 수 없는 일을 믿음이 좋은 지인들이 대신해 주었다.

(3) **친구들과 직장 동료들:** 어린 시절부터 같이 자란 친구들은 사고난 나의 차를 알아보고 먼저 병원에 도착해서 기다렸고 동료들은 자기 일처럼 걱정하며 크고 작은 일들을 나누어 도와주었기에 고마움이 크다.

#### 6) 신앙 깊은 가정으로 성장하기

(1) **신앙의 성숙:** 아내와 함께 경건의 시간을 가지면서 신앙이 깊어지고 말씀 묵

상을 하면서 자살 생각을 덜 하게 되었다. 그리고 감정을 드러내기 전 예수님처럼 생각해보고 행동하고 싶어졌다.

(2) **아들에게 하는 당부:** 부부가 함께 큰 사고를 경험하고 보니 건강에 대한 걱정이 많아져서 아들에게 단 하나 바라는 게 있다면 다치지 않는 것이다.

(3) **좋은 아버지가 되고픈:** 어려서 놀아주는 사람이 아무도 없어서 느꼈던 외로움 때문에 자녀와는 실컷 놀아주고 싶었으나 결혼을 통해 스물한 살의 아들을 만났다.

7) **불안을 다스리며 사는 삶**

(1) **반복되는 두려움:** 사고에 대한 외상의 부정적인 영향은 매일의 일상에 지장을 주지만 특히 자동차로 이동할 때 극명하게 나타났다. 사고 당시 운전을 했던 나는 같은 사고가 날까 긴장하고 아내는 불안 때문에 잔소리를 많이 한다.

(2) **아내의 새 출발을 응원함:** 아내가 장애인으로서 살아가는 삶에 발을 딛는 것을 보니 안도가 됐다. 심각한 외상을 입은 사람은 우울증에 걸리기 쉽다고 생각했지만 의외로 새로운 상황에 잘 적응하는 아내를 응원했다.

(3) **절반의 수입:** 아내의 퇴직으로 인한 경제적인 어려움도 가장으로서 지속적으로 감당해 나가야 하는 큰 문제이다. 갑자기 닥친 사고로 둘이 별다가 한쪽만 수입이 있으니 절반의 수입으로 살아야 하지만 알뜰한 아내를 믿는다.

〈표 3〉 남편의 이야기 분석

일개	모듬	조각
교통사고 외상	내 아픔을 뒤로한 채 아내에 대한 사랑	아내의 고통을 나에게
		어린 어깨에 지워진 부양의 의무
		고통을 말하지 못함
		하나님을 원망함
		나보다 아내를 사랑함
원가족 문제	원가족과 연을 이어 더해진 고통	어린 시절의 감시자였던 할아버지
		어린 어깨에 지워진 부양의 의무
		유일한 내 편이었던 할머니
		일과 공부를 병행함
		운명처럼 느껴진 공무원 합격
		불같은 성품의 어머니를 닮음
어머니가 가져온 감정의 소용돌이		

열개	모듬	조각
내사	내 탓이라 여기면서도 상처를 줌	표현하지 않는 습관
		차라리 내가 없다면
		서로 주고받는 상처
		싸움이 잦았던 부모
		모든 것이 내 탓
가족 회복	아내를 바라보는 삶	변하고 싶은 나
		아내가 우선
		아내가 무사하면 만족
사회적 지지체계	지인들의 따뜻한 도움	내가 겪는 고통
		작은 믿음으로 기도를 부탁함
		지인들의 기도에 감사함
영적 성장	신앙 깊은 가정으로 성장하기	친구들과 직장 동료들
		신앙의 성숙
		아들에게 하는 당부
남겨진 과제	불안을 다스리며 사는 삶	좋은 아버지가 되고픈
		반복되는 두려움
		아내의 새출발을 응원함
		절반의 수입

- 중년 부부가 교통사고에서 생존한 경험의 의미 -

### 1. 삶이 흔적으로 뒤덮임

교통사고는 부부 모두에게 다양한 흔적을 남겼다. 신체적 흔적이 다양한 양상으로 남겨졌으며 심리적 외상의 흔적들은 갈등을 반복적으로 유발하는 공동의 흔적으로 남겨졌다.

1) 아내에게 남은 흔적: 아내는 400여 장의 치료 내역서가 증명하듯 여러 번의 수술로 인한 흉터와 잘려 나간 장기들로 인한 위험이 남아있다. 그중에 소장의 절제로 인한 단장증후군은 아내의 삶에서 많은 것을 앗아갔다. 식사를 제한하고 매일 10회가 넘는 배변통, 면역결핍으로 인한 피부질환 등의 다양한 양상으로 나타나 평생을 다스

리며 살아나가야 한다. 부서진 척추와 발목 부상으로 지팡이를 짚어야 하고 회복의 과정이 아닌 적응의 과정으로만 설명될 수 있다. 교통사고의 생존 경험이 아내에게 신체적인 외상과 심리적 외상을 남겨 장애인이라는 새로운 위치에 서게 하여 다른 사람의 고통을 이해하게 했다.

**2) 남편에게 남은 흔적:** 남편 또한 얼굴, 갈비뼈, 다리가 골절되는 외상을 입었고 심각한 후유장애는 없지만 고관절과 다리에서 느끼는 심각한 통증을 남겼다. 앉았다 일어설 때마다 느끼는 통증을 줄이기 위해 허벅지 부분을 세게 쳐야 한다. 이러한 온몸이 쭈시는 고통을 매일 24시간 느껴야 하며 회복하는 것이 아니기에 평생을 적응하며 살아가야 한다.

**3) 부부 모두에게 남은 흔적:** 부부는 부위별 각종 진통제와 소염제를 벗 삼는 일상이 남겨졌다. 두 사람의 육체는 온갖 고통의 흔적들로 뒤덮이고 그 흔적들은 일상의 고통으로 이어지고 있다. 교통사고의 심리적 외상도 흔적이 되어 자주 불안에 휩싸이고 교통사고 재경험의 불안은 서로를 향해 투사와 내사를 반복하며 서로를 통제하려 한다. 아내는 사고가 났던 1차로를 피해서 지속적으로 운행해야 한다고 주장하고 남편은 차가 자주 끼어들지 않는 1차로로 빨리 목적지에 도착해서 몸이 약한 아내를 쉬게 하고 싶다고 한다. 교통사고가 부부 모두에게 남긴 흔적은 통증과 두려움으로 야기되는 갈등이라고 볼 수 있다.

## 2. 명을진 묶은 상처가 덩굴처럼 올라옴

교통사고는 깊이 묻혀있던 명을진 상처를 끌어 올린 것처럼 드러났고 덩굴처럼 다양한 문제들이 따라 올라왔다.

**1) 원가족의 기억과 함께 달려 올라온 부정적 정서:** 아내는 중환자실에서 아버지를 회상했고 아버지에 대한 원망도 따라서 올라왔다. 남편은 교통사고를 계기로 단절했던 어머니와 관계를 재개했고 할아버지와 할머니로부터 양육되었던 성장기의 애착외상들이 드러나 괴로웠다.

**2) 아내에게 떠 올려진 상실감과 좌절:** 아내는 교통사고의 책임을 남편에게 돌리고

청혼에 얽힌 상처도 떠올라 힘들었다. 남편의 끈질긴 청혼만 아니었더라면, 남편이 죽으려는 시도를 하지 않았다면, 엄마가 자살하지 않았더라면 하는 안타까운 마음이 팔려 올라왔다. 교통사고는 아내에게 어머니를 잃은 상실감과 죄책감을 깊은 마음속에서 퍼 올렸다.

**3) 남편에게는 죄책감에 억울함이 더해짐 :** 남편은 자신 때문에 아내가 고통받는다는 생각으로 사고의 책임을 자신에게 함입시키며 내사했다. ‘나만 아니었으면’, ‘내가 없었으면’이라는 부적절감은 자기 파괴적인 생각으로 이어졌다. 사고로 인한 죄책감도 감당하기 힘든데 단절했던 어머니와 연이 이어져 억울함을 더해 죽고 싶은 마음을 안겨 주었다.

**4) 든든한 배우자가 되어주지 못하는 자괴감:** 교통사고 이후 건강을 잃은 아내는 남편에게 좋은 배우자가 되지 못할 수도 있다는 불안과 아쉬움을 갖게 됐다. 남편의 경제력에 의존해서 살아가려면 감당해야 할 전업주부의 역할이 부담된다. 남편은 미더운 존재로 의지가 되고 싶지만, 아내에게 걱정과 상처만 주는 사람이라는 자괴감을 갖게 되었다.

### 3. 올라온 명물이 풀어져서 유연해짐

연구에 참여하며 부부가 개별적으로 들려준 경험 이야기에서 두 사람의 이야기가 진심을 파악하지 못하고 겉돌았다. 이러한 부부 각각의 진심이 서로에게 이해되는 이야기가 되도록 서로 자신의 경험 이야기를 들려줄 수 있는 시간을 가졌다.

**1) 남편의 성장기를 경청함 :** 아내는 남편의 성장이야기를 통해 그의 잦은 감정반사 행동이 이해되었다. 남편은 자신의 의견이나 생각은 전혀 반영되지 않는 환경에서 어른들의 훈계를 일방적으로 들어야 했던 어린 시절을 이야기하며 울었다. 이를 본 아내는 불우한 아이들처럼 어두운 곳에 웅크리고 울고 있는 어린 남편이 보였다.

**2) 아내의 성장기를 경청함:** 아내는 부유한 가정에서 어머니의 헌신적인 돌봄과 사랑을 누리며 자랐다. 아내는 말하지 않아도 필요한 것들을 공급하며 돌보아 주던 어머니의 그 모습이 사랑이라고 생각했다. 아내의 성장기 이야기를 들은 남편은 아내의 말

이 요청이지 자신을 비난하거나 공격한 것이 아님을 인지했다.

**3) 이해가 반영되는 정서적 소통:** 부부는 서로의 성장기를 이해하고 사랑이라는 마음을 표현하는 방식이 달랐음을 인지했다. 오해라는 뭉쳐진 명물이 풀어지니 서로의 언어를 이해할 수 있는 유연성이 생겼다. 부부 서로가 교통사고 생존의 외상에서 회복의 과정이라는 어두운 터널을 함께하는 동지임을 깨달았다.

#### 4. 아픔의 결정으로 엮어가는 진주목걸이

교통사고 생존의 경험은 참여자 부부에게 고통을 주었지만 지나온 삶에 새로운 의미를 부여하며 깨어진 관계를 회복하는 의미가 되었다. 아내의 교통사고로 심각한 신체적 외상을 입어 아무것도 할 수 없는 신생아와 같은 존재가 되어 아버지와 형제들에게 돌봄을 받을 기회를 가지게 되었고 전폭적인 지지와 지원을 받았다. 이러한 과정은 아픔의 결정으로 엮어가는 진주목걸이와 같았다.

**1) 원가족 관계에서 깨달은 사랑과 용서:** 퇴원한 후 친정아버지는 농막 하나를 마련하고 답답할 때 화초라도 가꾸며 지내라고 하셨다. 굳이 요청하지 않아도 필요할 것을 예상하고 준비하는 아버지의 모습이 돌아가신 어머니의 모습과 같았다. 남편은 사고로 가족과 연결이 되어 어머니로 인해 고통스러웠지만 원망하는 마음은 없다고 했다. 용서와 수용이 별개라는 것을 깨달았고 부모의 단점을 다 수용할 수는 없지만 용서는 마음의 평화를 가져다주었다.

**2) 성큼성큼 커버린 아들:** 아들은 부모의 사고로 한층 더 성숙해졌다. 그의 서면보고를 통해 담담하게 부모의 아픔과 성장을 바라보는 성숙한 시선을 발견할 수 있다. 부모의 사고로 인해 아들은 오랜 시행착오를 거쳐야 깨달을 수 있는 지혜를 얻었기에 세월을 아낀 셈이다. 부모의 외상을 목격함으로 갖게 된 대리적 외상을 회복하는 과정에서 내면을 탐색했고 진정 행복한 삶을 아는 지혜를 얻었다.

**3) 성숙을 향해 내딛는 걸음 :** 부부관계는 결혼 기간이 짧았기에 전과 후를 비교하기에는 무리가 있다. 부부가 함께 적응해야 하는 결혼 초기에 교통사고가 났고 최소한의 적응 기간인 2년의 대부분을 치료와 재활로 보냈다. 교통사고를 겪고 그로 인한

신체적 외상과 심리적 외상을 회복하는 과정에서 각자에 대한 통찰이 일어나고 서로를 이해하는 안목이 생긴 것이다. 이러한 안목으로 삶은 더 풍요로워지고 많은 사람을 이해하며 보듬을 수 있는 힘이 평온한 가족관계로부터 시작될 것이라고 기대한다.

### 5. 빛에 이끌려 빛이 되려 함

처음에는 하나님이 사고를 막아주지 않고 허락하셨다고 생각하고 고통이 심한 만큼 원망도 컸으나 점차 하나님이 회복시켜 주실 것이라는 희망을 갖게 되었다. 신앙은 부부를 고통에서 건져주고 회복하도록 돕는 빛이 되었다.

1) **빛으로 이끄신 하나님** : 생사를 넘나드는 고통 속에서도 기독교인의 거룩함을 지키려고 노력을 멈추지 않고 마약성분의 진통제의 양을 줄여가며 신앙에 의지하는 고통 감내력을 보여주었다.

2) **빛이 되어 살려 함**: 빛에 이끌려 살아난 아내는 이제 빛으로 살고 싶다고 한다. 이는 영적성장을 의미하며 자신을 다양한 방법으로 지원했던 많은 사람들에게 은혜를 갚으면서 타인의 아픔을 위해 기도하고 축복하는 일을 멈추지 않겠다고 결심했다. '하나님이 나를 살렸어요.'라고 고백하여 생생한 복음을 전하겠다고 한다. 자신의 고통과 회복의 이야기를 다른 고통 받는 사람들에게 들려주어 새로운 희망과 구원의 길을 열어주고 싶어 했다. 남편은 신앙을 갖게 된 지 얼마 되지 않았으므로 신앙의 길로 인도한 아내가 자신의 하나님이라고 고백하는 초보 신자이지만 고통을 이겨내기 위해 기도하며 말씀을 묵상하며 점점 더 감사한 마음을 갖게 되었다.

〈표 4〉 교통사고 생존 경험의 의미 분석

일개	모듬	조각
교통사고의 외상	삶이 흔적으로 뒤덮임	아내에게 남은 흔적
		남편에게 남은 흔적
		부부 모두에게 남은 흔적
원가족 외상	명울진 목은 상처가 텅굴처럼 올라옴	원가족의 기억과 함께 달려 올라온 부정적 정서
		아내에게 떠올려진 상실감과 좌절
		남편에게 죄책감에 억울함이 더해짐
		든든한 배우자가 되지 못하는 자괴감

열개	모듬	조각
가족 회복	올라온 명물이 풀어져서 유연해짐	남편의 성장기를 경청함
		아내의 성장기를 경청함
		이해가 반영되는 정서적 소통
심리적 성장	아픔의 결정으로 엮어가는 진주목걸이	원가족관계에서 깨달은 사랑과 용서
		성큼성큼 커버린 아들
		성숙을 향해 내딛는 걸음
영적 성장	빛에 이끌려 빛이 되려 함	빛으로 이끄신 하나님
		빛이 되어 살려 함

### III. 닫는 글

#### 1. 논의 및 결론

본 연구의 목적은 내러티브 탐구를 통하여, 교통사고에서 생존한 중년 부부의 삶의 모습에 대해 이해하는 것이다. 이를 통하여 교통사고에서 생존한 중년 부부의 트라우마는 각각 어떻게 이야기되었으며, 교통사고에서 생존한 경험이 중년 부부의 삶에서 어떻게 의미를 구성하는지를 살펴보고자 하였다. 즉, 교통사고 생존자인 중년 부부의 삶에 대하여 내러티브 탐구방법을 사용하여 통합적 의미를 살펴본 것이다. 두 개의 연구퍼즐 ‘교통사고에서 생존한 중년 부부의 트라우마 이야기는 각각 어떠한가?’와 ‘교통사고에서 생존한 중년 부부의 외상 후 삶의 의미는 어떻게 구성되는가?’를 찾기 위해 사용한 연구 방법은 Clandinin과 Connelly(2016)가 제시한 내러티브 탐구방법이다.

내러티브 탐구는 경험으로 인한 삶의 이야기의 성장과 변화를 중요시한다. 외상에 대한 기억은 가변적이기 때문에 반복해서 재구성하는 과정을 통해서 새로운 해석과 의미를 부여할 수 있다. 그 결과 외상 후 스트레스는 회복되고(주혜선, 2012) 외상을 경험한 개인은 성장할 수 있다.

본 연구의 목적에 따라 교통사고에서 생존한 중년 부부의 경험이 어떤 이야기로 형성되며, 삶에 어떠한 의미로 구성되는지를 살펴보는 가운데, 연구참여자의 ‘경험된 삶’과 ‘경험을 이야기하기’의 사이에서 순환과정이 실제로 일어났음을 확인할 수 있었다. 연구자에게 들려준 이야기의 관점을 연구 과정을 통해 재구성하고 이를 다시 이야기



하는 과정을 거쳐, 재구성하여 얻어진 관점의 결과가 실제 연구 참여자의 삶에도 나타났다.

교통사고 생존자인 중년 부부의 이야기는 아내의 이야기와 남편의 이야기로 나누어 구성하였다. 아내의 이야기는 7가지로 ‘교통사고 외상의 잔인한 고통의 흔적들’, ‘생사의 갈림길에서 떠오른 가족’, ‘고통의 이유를 남편에게 투사함’, ‘사랑하는 가족을 다시 찾은 사고 후 첫 생일’, ‘정서적 지원을 아끼지 않은 고마운 사람들’, ‘신앙에 의지하여 다시 사는 삶, 고통을 싸며며 살아가는 삶’으로 형성되었다.

남편의 이야기는 7가지로 ‘내 아픔을 뒤로한 채 아내에 대한 사랑’, ‘원가족과 연을 이어 더해진 고통’, ‘내 탓이라 여기면서도 상처를 줌, 아내를 바라보는 삶’, ‘지인들의 따뜻한 도움’, ‘신앙심 깊은 가정으로 성장하기’, ‘불안을 다스리며 사는 삶’으로 형성되었다.

교통사고에서 생존한 중년 부부의 삶의 의미는 5가지로 ‘삶이 흔적으로 뒤덮임’, ‘멍울진 목은 상처가 덩굴처럼 올라옴’, ‘올라온 멍울이 풀어져서 유연해짐’, ‘아픔의 결정으로 엮어가는 진주목걸이’, ‘빛에 이끌려 빛이 되려 함’과 같이 형성되었다. 이러한 경험들은 참여자들의 삶에 단순히 긍정적이었거나 부정적이었다고 단정할 수 없다. 이 경험들이 서로 얽혀 영향을 주고받으며 의미가 형성되었기 때문에 통합적인 차원에서 이해될 필요가 있다. 이에 관해 논의된 결론은 다음과 같다.

### 1) 교통사고 생존자인 중년 부부 각각의 이야기

첫 번째 연구피플인 “교통사고에서 생존한 외상 후 삶에 대해 중년 부부는 각각 어떤 이야기를 형성하는가”를 찾는 과정으로 연구 참여자들은 그동안 말하기 어려웠던 교통사고에서 생존한 외상 후 삶의 경험을 스스로의 해석으로 풀어내는 내러티브를 시작했다. 연구 참여자들은 살아낸 경험을 이야기하고, 다시 이야기하고, 다시 사는 과정에서(Clandinin, 2015), 교통사고 생존의 의미를 구성해 나갔다. 내러티브 탐구를 통해 연구참여자들은 교통사고를 경험하게 된 이유와 의미에 대해 성찰하기 시작하여 삶의 의미에 질문을 던지게 됐다. 그 결과 연구참여자는 인생이 흔들리는 충격적인 외상 사건을 경험했지만, 심리적 외상을 회복하며 감사의 삶을 살아가게 되었다.

반면 고통을 극복하고 성장을 이루어냈다고 하는 승리감의 이면에서 실제의 삶에 여전히 존재하고 있는 해결되지 않는 갈등으로 인한 패배감이 주는 혼란을 경험했다. 외상 이전에 경험한 원가족의 문제를 해결하기 위해 나약한 인간인 가족 구성원에 대한 이해의 이야기를 시작하였다. 그 결과 하나님의 능력과 도우심에 의존하여 사는 중

년 부부의 삶의 이야기가 재구성되었다. 재구성된 이야기는 부부가 원활한 의사소통을 통해 협력하며 다시 살아가는 모습의 실마리를 제공하였고 적응기간이 짧았던 재혼 가정을 든든하게 세워가는 힘을 가지게 되었다.

첫 번째 퍼즐인 '교통사고 경험과 외상 후 삶에 대해 중년 부부는 어떤 이야기를 형성하는가?'의 결론은 다음과 같다.

### (1) 교통사고 경험은 신앙과 사랑의 힘으로 고통 감내력을 지니게 됨

아내 이야기는 중환자실부터 시작되어 생과 사를 넘나들던 그 고통을 '잔인함'이라고 표현했다. 그러나 곧 어려서부터 삶의 고비마다 빛으로 나타나신 하나님의 섭리를 의지하는 고통 감내력으로 놀라운 회복을 이루어냈다. 고통 감내력에 대한 신앙적 관점은 하나님의 섭리 속에서 하나님과 연합해 가는 여정으로 보는 것이다(조인효, 2014). 아내는 자신이 겪는 고통을 하나님께 가까이 나아가는 연단의 과정이라 여기며 고통을 이겨내고 승리하는 모습을 보여주었다.

남편은 사랑하는 아내를 더 걱정하며 자신의 고통을 참아냈다. 교통사고 현장에서 안면 부상으로 눈을 다치고 부서진 몸이 차체에 끼인 고통스러운 상황에서 보여준 배려와 순발력은 다친 아내를 사랑하는 마음으로 보여준 초인적인 힘이었다. 입원 생활 중에도 자신을 돌보기를 뒤로하고 아내를 먼저 걱정하고 돌보며 보여준 고통 감내력은 아내에 대한 사랑의 힘으로 가능했다.

### (2) 원가족의 상처와 감정체계에 휘말려 심리적 무력감을 경험함

참여자들의 외상 이전의 요인들은 교통사고 경험과 맞물려 더 큰 고통을 안겨주었다. 외상 사건이 발생하기 이전의 개인의 특성이나 신념은 외상 이전의 요인이라고 한다(Calhoun & Tedeschi, 2015). 외상사건 이전의 요인은 외상적 사건에 반응하는 방식에 영향을 미치는데, 그러한 외상사건 전 요인들은 심각하고 불행한 사건이나 외상 혹은 방임, 정서적 학대, 신체적 학대, 학대를 목격한 경험, 곤경에 처했을 때 도움을 받을 수 있는 사회적 지지의 결여, 정신 질환 병력, 어린 시절에 경험한 분리 경험, 경제적 문제들, 또는 가정 폭력을 포함한 가족의 불안정성 등이 있다(Williams & Poijula, 2002). 아내는 어머니의 죽음과 관련된 충격과 외상을 경험했고 이혼 후 심각한 결핍을 원가족의 지지 없이 견뎌야 했다. 남편은 자신의 의사와 관계없이 부모와 분리되어 조부모에게 양육되며 애착외상을 경험했다. 이러한 교통사고라는 외상 이전의 경험이 원가족과 관계가 있었고 중년 부부에게 외상의 고통을 가중시켰다.

### (3) 사고의 책임에 대한 부부의 엇갈리는 투사와 내사 반응

아내는 사고의 책임을 가장 가까운 대상이며 함께 교통사고를 당했으며 그날 운전

을 담당했던 남편에게 지우며 탓하며 투사하며 원망했다. 남편은 교통사고의 책임자가 사망하고 없는 현실에서 누구의 탓도 할 수 없었기에 아내의 투사를 그대로 내사하여 받아들였다.

Freud의 정신분석 이론에 의하면 이러한 투사와 내사는 건강하지 않은 증상의 무의식적인 방어기제의 형태이며 서로 대칭을 이룬다(김상인, 2008). 투사적 태도가 투사의 대상을 심각하게 왜곡할 때, 혹은 투사되는 것이 자기 것이라고 결코 인정할 수 없는 매우 부정적인 부분들로 구성되어 있을 경우는 다양한 종류의 어려움이 뒤따를 수밖에 없다(Nancy, 2019). 반면 내사는 분노를 느끼는 대상이 분노를 표현할 수 없는 대상일 때 그 대상을 상징적으로 자신의 내부에 함입시켜 자신에게 분노를 집중하게 된다. 그 결과 자기를 비하하게 되고 결국에는 우울을 경험한다(Nancy, 2019). 중년 부부는 교통사고 생존의 경험을 아내는 투사, 남편은 내사의 방어기제로 트라우마 이야기를 형성했다. 즉 아내는 사고의 책임을 남편 탓으로 돌렸고 남편의 자기 탓으로 인정했다.

#### (4) 사회적 지지가 빠른 회복을 촉진함

한 사람이 겪는 외상은 그 사람 하나로 끝나지 않고 가족, 지인, 지역사회에까지 영향을 미친다(박정애, 이명우, 2015). 현대 사회는 사회적 전산망을 통해 그 영향의 범위가 더 넓어지게 되었다. 이렇게 넓어진 사회적 관계에서 광범위하게 형성된 지지체계는 외상 후 성장을 이루는 데 중요한 역할을 한다(조진희, 정문경, 2000) 사회적 지지를 받는 것은 외상 후 성장과 상관성이 높았다(최승미, 2008). 중년 부부의 빠른 회복과 긍정성에는 이러한 사회적 지지가 긍정적인 영향을 주었다. 중년 부부는 교통사고의 생존 경험에서 입은 심리적 외상을 회복하는 과정에 정서적 지지체계가 도움을 주었다고 이야기했다.

#### (5) 다양하게 남겨진 교통사고의 후유증

장애등급을 받은 아내는 물론 남편도 각각 교통사고 외상과 관계된 후유증과 장애를 극복하며 살아가야 한다. 이는 육체적 장애뿐 아니라 심리적 외상을 포함한 것이므로 인해 수입이 감소했고 경제적인 후유증도 갖게 되었다. 교통사고 후유증에 관한 이선미와 김정희(2002)의 연구에서도 교통사고 후 비교적 오래 지속되는 정신과적 증상으로 주로 우울과 불안이 관찰되었다. 이처럼 교통사고 외상은 신체적 외상의 경중과 관계없이 심리적 불안을 계속해서 겪어야 하며 더불어 직업을 잃거나 길고 짧은 휴직으로 인한 경력 단절 및 사회적 고립을 겪고 경제적 어려움을 초래하는 등, 생활 전반에 걸쳐서 다양하고 심각한 부정적인 영향을 미치게 된다고 할 수 있다(이문인

외, 2004).

## 2) 교통사고에서 생존한 부부 경험의 의미

두 번째 연구퍼즐인 ‘교통사고에서 생존한 중년 부부의 외상 후 삶의 의미는 어떻게 구성되는가?’의 답은 부부 공통의 의미로 구성하였다.

참여자들은 교통사고로 인한 외상 경험에 대해 끊임없이 떠올리고 되새김질하듯 반복하여 생각하게 되는 침습적인 반추를 겪었다(Calhoun & Tedeschi, 2015). ‘왜 내가 이런 고통을 겪게 되었을까?’, ‘하나님은 왜 나의 이런 고통을 막아주시지 않았을까?’와 같은 질문과 함께 반복되는 침습적 반추의 시점에서 기도와 말씀 묵상을 통한 하나님과 대화로 의도적 반추를 시작하였고 교통사고 경험의 의미를 재구성하였다(Stephen, 2018; Calhoun & Tedeschi, 2004).

### (1) 외상 후 성장을 이루어 냄

교통사고의 경험은 참여자들을 성장시키는 도구가 되었다. ‘진주가 되어가는 과정’, ‘정금 같은 연단’이라는 의미를 부여하며 가치관이 달라졌고 교통사고 전후의 삶이 통합되었다. 불완전하게 형성되었던 가치관과 정체성을 다시 확립하고 삶에 대한 지혜를 발견하여 외상 후의 삶은 외상 이전의 수준을 뛰어넘는 성장을 이루어냈다. 고통을 통과한 삶의 관점으로 세상을 바라보니 그동안 무관심했던 자연과 이웃에 대한 생각의 변화가 이루어졌다. 고통스러운 경험이 타인의 연약함을 쉽게 공감할 수 있도록 도왔으며 타인을 향해 마음을 열어 더 넓은 대인관계를 형성하도록 긍정적 영향을 미쳤다.

### (2) 교통사고 생존 경험이 영적 성숙을 촉진함

마지막으로 교통사고의 생존 경험은 중년 부부의 영적 성숙을 촉진하였다. 중년 부부가 교통사고를 경험한 초기에는 하나님을 원망하는 마음이 강했다. 육체적인 고통이 너무 잔인했고 가족관계로 오는 고통 또한 괴로웠다. 이러한 고통을 하나님을 의지하는 마음으로 이겨낼 수 있었다. 종교에 의지하여 효과적으로 정서를 조절할 수 있는 세 가지 방법은 교회라는 종교 생활을 통해서 더 큰 사회적 지지를 구할 수 있고, 종교를 통해 다시 주어진 삶의 의미를 더 크게 느끼며, 예배를 통해 삶에서 겪은 중요한 사건을 기념할 수 있게 된다는 것이다(Stephen, 2018). 부부는 고통과 괴로움이 심할수록 더 열심히 기도했고 말씀을 묵상하며 고통 감내력을 발휘했다. 신앙은 두 사람을 새로운 경지로 이끌었고 그것은 고통과 괴로움을 상쇄하기에 충분한 기쁨이 되었다(Tedeschi & Calhoun, 2004).

아내는 생사의 갈림길에서도 성도의 거룩함을 지키려고 애썼고 병상에서도 기도와

말씀 묵상을 이어가며 새로운 힘을 공급받았다. 교통사고 외상이라는 잔인한 고통 예수그리스도의 십자가의 고통에 자신이 한 발 더 다가갈 수 있게 된 축복이라고 고백했다. 이러한 축복을 생각하니 교통사고 이전으로 돌아가고 싶지 않다고 하였다.

신앙생활의 기간이 짧았던 남편은 고통을 극복하기 위해 아내와 함께 기도와 묵상을 진행하며 신앙을 성장시켰다. 아내와 남편은 서로의 성장을 촉진했고 교통사고 이전보다 더 단단한 신앙심을 갖게 되었다. 말씀을 묵상하고 묵상한 것을 나누며 갖게 된 남편의 '예수님이라면 어땠을까?'라는 질문은 하나님의 자녀가 세상을 어떻게 살아야 하는가를 판단하는 정확한 기준이 되었다. 부부는 하나님의 은혜로 다시 부여받은 삶을 어려움을 겪는 타인에게 희망을 주며 사는 삶을 살기로 결심했다. 이러한 결심을 '빛에 이끌려 빛이 되는 삶'이라고 표현했다.

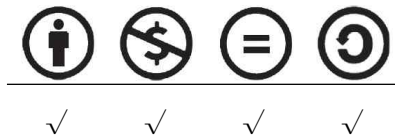
## 2. 의의 및 제언

교통사고에서 생존한 중년 부부의 삶에 대한 내러티브 탐구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 교통사고를 경험한 중년 부부를 대상으로 내러티브 탐구를 실시한 것이다. 내러티브 탐구는 현상에 대한 기술에 머물지 않고, 연구자와 참여자가 함께 만들어가는 공동의 연구로서 존재변화의 가능성을 내포하고 있다(Clandinin & Connelly, 2016). 본 연구는 참여자와 연구자의 상호 간의 자기성찰과 성장이 이루어지는 공간이 되었고(안현의, 주혜선, 2021) 변화를 담아내는 연구가 되었다. 둘째, 신체적 외상의 수준과 심리적 외상의 수준은 다를 수 있다는 것이 실제적으로 관찰되었다. 본 연구에서도 신체적 측면에서 아내에 비해 약한 외상을 입은 남편의 불안과 우울감이 더 표출되는 것을 볼 수 있었다. 이러한 사실은 모든 교통사고 외상환자의 정확한 심리적 진단의 필요성을 강조한 이문인 등(2004)의 연구 결과를 지지했다. 셋째, 교통사고로 인한 심리적 외상의 증상이 다양하고 광범위함을 실제로 드러낸 연구이다. 교통사고의 후유증에 대한 조희진 등의 연구(2016)에서 교통사고의 외상은 신체적인 증상 이외에도 사고 당시의 충격에 대한 놀람반응, 불안, 분노, 우울감, 사고의 반복 경험, 집중력의 저하, 불면, 피로감, 성기능 저하, 식욕의 변화, 체중의 변화, 무력감, 절망감 등의 스트레스 증상이 다양하다. 본 내러티브 탐구를 통해 교통사고 생존자는 실제로 위와 같은 다양한 정신적 문제들을 겪고 있음을 보여주고 있다.

본 연구를 마치며 다음과 같이 본 연구의 제한점과 함께 후속 연구를 위한 제언을 하고자 한다. 첫째, 본 연구는 기독교인 중년 부부 한 쌍을 대상으로 이루어진 교통사

고의 경험에 대한 내러티브 탐구라는 제한점을 가지고 있다. 후속 연구를 통해 비기독교인을 포함한 다양한 영역에서 외상 후 스트레스 진단을 받은 부부를 대상으로 하는 질적 연구로의 확장을 제안한다. 둘째, 본 논문의 참여자가 적응기간이 짧은 재혼 부부의 특성을 담았기에 초혼 또는 재혼 기간을 오래 유지한 부부의 연구를 통해 비교해 보기를 바란다. 셋째, 기독교인의 외상 상담은 복음을 통한 상담을 실시할 것을 제안한다. 본 연구에서 기독교인인 참여자가 신앙적인 고백을 하고 그 고백에 대한 공감을 받을 때 큰 힘을 얻어 긍정적 성장을 이루는 것을 볼 수 있었다. 기독교인들은 하나님의 뜻을 알기를 원하며 그 앞이 확실할 때 고통을 감내하는 특성을 가지고 있다. 성도는 '하나님이 태초부터 나를 아셨고 언제나 함께 하셨으며 미래에도 놀라운 계획으로 함께 하신다'라는 사실에 안도하게 된다.

- 논문 투고일: 2024년 05월 30일
- 논문 수정일: 2024년 07월 05일
- 게재 확정일: 2024년 07월 11일



## 【참고문헌】

- 김경선, 성승연 (2012). 독서치료를 경험한 중년 여성의 삶의 인식변화에 대한 현상학적 연구. **한국 심리학회지: 여성**, 17(3), 475-516. <https://dx.doi.org/10.18205/kpa.2012.17.3.009>
- 김규식 (2018). 교통사고로 인해 트라우마를 겪는 내담자의 심리상담사례 연구. **신학과 목회**, 49(5), 295-318.
- 김미경 (2011). 외상후성장(PTG) 모델로서 이삭, 요셉 이야기. **신앙과 학문**, 16(4), 7-31.
- 김미영 (2014). 중년기 여성의 대인애착, 내현적 자기에 및 배우자 지지가 심리적 안녕감에 미치는 영향. 가톨릭대학교 박사학위논문.
- 김상인 (2008). **방어기제와 정신건강**. 서울: 한국전인교육개발원.
- 김연옥 (2012). 재혼가족의 가족경계보호성과 가족기능에 관한 연구. **한국사회복지학**, 64(3), 183-202. <https://doi.org/10.20970/KASW.2012.64.3.008>
- 박정애, 이명우 (2015). 교통사고로 배우자의 사별을 경험한 중년여성의 트라우마 이해. **특수교육재활과학연구**, 54(2), 227-254.
- 배상정, 양난미 (2014). 영성, 희망, 외상 후 성장과 삶의 만족의 관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 26(3), 597-616.
- 변복수, 박승민 (2015). 재혼가정 성인 자녀들의 적응과정. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 27(3), 721-749.
- 서장원, 권석만 (2015). 고통을 견디는 과정에 대한 이론적 고찰: 정동적 판단모델의 개발. **한국심리학회지: 일반**, 34(3), 641-666. <http://dx.doi.org/10.22257/kjp.2015.09.34.3.641>
- 안현의, 주혜선 (2011). 단순 및 복합 외상 유형에 따른 PTSD의 증상 구조. **한국심리학회지: 일반**, 30(3), 89-887.
- 염지숙 (2001). 내러티브 탐구(Narrative Inquiry): 그 방법과 적용. **질적연구학회**, 12, 37-45.
- 오윤선 (2020). 기독교중년 남성을 위한 행복증진 집단상담프로그램이 영적성숙도, 주관적 행복감 대인관계에 미치는 효과. **복음과 상담**, 28(2), 135-162. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2020.28.2.135>
- 오윤선, 김진태 (2021). 기독교인의 고통 감내력과 실존적 안녕감과의 관계에서

- 회복탄력성과 초월자기의 매개효과. **복음과 상담**, 29(1), 173-210. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2021.29.1.173>
- 윤여주, 김지영 (2020). 청소년의 고통감 내력과 우울 및 행복의 관계에서 사회적 지지의 조절효과. **청소년학연구**, 27(6), 1-21. <http://dx.doi.org/10.21509/KJYS.2020.06.27.6.1>
- 윤 저작 번역위원회 편 (2001). **정신요법의 기본문제**. 서울: 솔.
- 이문인, 박상학, 김상훈, 김재민, 김학렬 (2004). 교통사고 후 외상 심각도와 정신과적 증상의 관계. **정신신체의학**, 12(1), 66-75.
- 이부영 (2001). **아니마와 아니무스: 남성속의 여성, 여성속의 남성**. 경기도: 한길사.
- 이선미, 김동인 (2000). 교통사고 후 신체 손상 환자의 만성 외상 후 스트레스 장애 발생빈도, 증상 변화, 예측인자에 대한 전향적 연구. **신경정신의학**, 39(5), 797-808.
- 이선미, 김정희 (2002). 버스사고 피해자의 심리적 특성 및 외상 후 스트레스 장애 발병 관련 변인. **한국심리학회지: 임상**, 21(3), 547-563.
- 전병주, 이상주 (2018). 고령 택시기사의 교통사고 외상과 안전의식 관계에서 외상 후 성장의 매개효과. **한국웰니스학회지**, 13(3), 467-478.
- 전춘애, 유계숙, 천혜정 (1998). 재혼가족에 대한 실태연구. **한국가족상담교육연구소 개소 5주년기념학술대회자료집**, 3-66.
- 정석환 (2002). **목회상담학연구**. 경기도: 한국학술정보.
- 정성경, 김정희 (2004). Bowen이론을 활용한 가족관계 증진 집단상담이 자기분화와 불안에 미치는 영향. **상담연구**, 5(3), 823-838.
- 정윤주 (2016). 생활사건 스트레스가 중년기 위기감에 미치는 영향: 심리사회 성숙성의 조절효과를 중심으로. **성산효대학원대학교 박사학위논문**.
- 정지현 (2015). 고통 감내력과 정신건강과의 관계: 주관적, 행동적 고통 감내력이 우울 및 불안에 미치는 영향. **서울대학교 박사학위논문**.
- 조인효 (2014). 십자가의 요한이 본 영적 성장의 고난의 의미: 목회상담학적 고찰. **복음과 상담**, 22(2), 340-370. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2014.22.2.340>
- 조진희, 정문경 (2020). 관계상실을 경험한 중년여성의 외상 후 성장에 대한 내러티브 탐구. **한국심리학회지: 상담및심리치료**, 32(3), 1225-1261. <http://dx.doi.org/10.23844/kjcp.2020.08.32.3.1225>



- 조희진, 민수권, 김정환, 조대현, 최지은, 한지선, 이승민, 이상훈, 남상수 (2016). 국내 교통사고 후유증 환자의 평가도구에 대한 임상연구 실태 조사. *The Acupuncture*, 33(4), 15-31.
- 차혜지, 방설영 (2019). 교통사고 환자의 외상후성장 영향요인. *한국산학기술학회*, 20(12), 154-264.
- 최승미, 김지연 (2016). 중년기 기혼 남녀의 스트레스와 정신적 웰빙과의 관계에서 결혼만족도의 조절효과. *한국심리학회지: 여성*, 21(4), 683-702.
- 황지혜, 정 철 (2021) 단일 한의원 교통사고 환자 258 명에 대한 한방치료 효과 후향적 연구. *동의병리학회지*, 33(3), 181-190.
- American Psychiatric Association (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed. text rev.). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Armour, M. (2003). Meaning making in the aftermath of homicide. *Death Studies*, 27(6), 519-540.
- Calhoun, L. G., Cann, A., & Tedeschi, R. G. (2015). **외상 후 성장: 상담 및 심리상담 치료에의 적용** (강연신 외 역, *Posttraumatic growth in clinical practice*). 서울: 학지사. (원전 2013 출판).
- Christopher, S. T. (2002). Psychological consequences of traumatic injury. *British Journal Psychiatry*, 180(5), 392-393.
- Clandinin, D. J. (2015). **내러티브탐구의 이해와 실천** (염지숙 외 역, *Engaging in narrative inquiry*). 경기도: 교육과학사. (원전 2013 출판).
- Clandinin, D. J., & Connelly, F. M. (2016). **내러티브 탐구: 교육에서의 질적 연구의 경험과 사례**. (소경희 외 역, *Narrative inquiry experience and story in qualitative research*). 경기도: 교육과학사. (원전 2007 출판).
- Erikson, E. (1997). **아동기와 사회** (윤진, 김인경 역, *Childhood and society*). 서울: 중앙적성출판사. (원전 1963 출판).
- Felker, J. A., Fromme, D. K., Arnaut, G. L., & Stoll, B. M. (2002). A qualitative analysis of stepfamilies: The stepparent. *Journal of Divorce and Remarriage*, 38, 125-142.
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research, 11*, 213-218.
- Joseph, S., Murphy, D., & Regel, S. (2012). An affective-cognitive processing model of post-traumatic growth. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 19*(4), 316-325.
- Joseph, S. (2018). **외상 후 성장의 과학** (임선영, 김지영 역. *What doesn't kill us*). 서울: 학지사. (원전 2013 출판).
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer publishing company.
- Levinson, D. J. (2004). **여자가 겪는 인생의 사계절** (김애순 역, *The season of a woman's life*). 서울: 이화여자대학교출판부. (원전 1996 출판).
- Lopez, S. J. (2017). **역경을 통해 성장하기**(권석만, 박선영, 하현주 역, *Positive psychology*). 서울: 학지사. (원전 2008 출판).
- McWilliams, N. (2019). **정신분석적 진단: 성격구조의 이해** (이기련 역, *Psychoanalytic diagnosis*, 2nd. ed.). 서울: 학지사. (원전 2011 출판).
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). Posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress, 9*(3). 455-471.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry, 15*(1), 1-18.
- Williams, M. B., & Poijula, S. (2009). **외상 후 스트레스 장애 워크북** (오수성 외 역, *The PTSD workbook*). 서울: 학지사. (원전 2002 출판).
- Zvolensky, M. J., Vujanovic, A. A., Bemstein, A., & Leyro, T. (2010). Distress tolerance: Theory, measurement, and relations to psychopathology, *Current Directions in Psychological Science, 19*(6), 406-410.

**[Abstract]**

**A Narrative Inquiry of the Lives of Middle-aged Couples  
Who Survived Traffic Accidents**

**Kim, Jeong Ok\* Kim, Mi Kyung\*\***

This study was conducted to narratively inquire into the lives of middle-aged couples who are traffic accident survivors, thereby exploring their experiences and meaning of life. The participants were middle-aged couples who had experienced traffic accidents and had been diagnosed with post-traumatic stress disorder. The data were collected from March 2020 to October 2021, and a total of 14 in-depth interviews were performed with one to three hours per session. The study procedure followed Clandinin and Connelly's(2018) narrative inquiry method with the five-step cycle and the analysis was performed based on the three-dimensional inquiry space and the four types of directivity that Clandinin and Connelly presented. Also, the author analyzed the meaning of the 'life told by the participants' from their own perspectives. Through the story of surviving a traffic accident, the meaning of life of a middle-aged couple was derived into five, and this was discussed. Finally, understanding and follow-up studies of clients who suffered trauma in traffic accidents, psychological support, and counseling intervention were suggested.

**Key words:** middle-aged couples, traffic accident survivors, trauma,  
meaning of life after trauma, narrative inquiry

---

\* Kim Jeong-ok Psychological Counseling Institute / Director

\*\* Seoul Hanyoung University, Department of Counseling Psychology /  
Associate Professor