

## 중년여성의 배우자 사별 상실 경험에 대한 기독교 상담 사례연구

우 영 미\*

### 국문초록

본 연구는 기독교 중년여성의 배우자 사별 경험을 탐구하는 질적 사례연구로, 이들의 경험을 기독교 관점에서 심층적으로 고찰하고자 한다. 연구의 목적은 기독교 중년여성의 배우자 사별 경험과 회복 과정을 살펴봄으로써 기독교 상담 현장에 실천적 통찰을 제공하고, 교회 내 기독교적 돌봄의 효과적인 방안을 모색하는데 기여하는 것이다.

이 연구를 위해 배우자 사별 경험이 있는 기독교 중년여성 9명을 연구 참여자로 선정하여 심층 면담을 진행하였고, Creswell(2013)의 질적 사례연구 방법론을 적용하여 사례 분석을 하였다. 분석 결과, 개인의 고유한 상실 경험, 상실의 적응과 수용 과정, 신앙을 통한 회복 과정의 의미를 담은 86개의 주제, 25개의 하위범주, 7개의 상위범주가 도출되었다. 7개의 상위범주는 ‘참담함 속에 떠나보냄’, ‘주체하지 못하는 감정’, ‘무너져 내리는 삶’, ‘살아내기 위한 몸부림’, ‘고통 중에 함께한 고마운 손길’, ‘하나님을 의지하며 나아가는 삶’, ‘하나님 안에서의 소망과 비전’이다.

연구 결과 첫째, 사별 유형과 기간에 따른 후속 연구의 필요성, 둘째, 기독교 상담에서 기독교 세계관적 관점을 반영한 지원 방안, 셋째, 교회 내 사별자 모임의 활성화와 목회자 및 성도를 대상으로 한 애도 교육 프로그램의 필요성을 제안한다.

**주제어:** 배우자 사별 상실, 기독교 중년여성, 기독교 상담, 고통, 애도

---

\* 피스메이커상담센터 상담사

## I. 여는 글

인간이 경험하는 여러 심리적 문제 중 하나는 사랑하는 사람의 죽음으로 인한 사별 상실 경험이다(김희선, 2017). 사랑하는 사람을 잃는 것은 인간이 겪을 수 있는 가장 고통스러운 사건 중 하나로(DeSpelder & Strickland, 1999), 죽음도 삶의 일부로서 역할과 관계의 상실을 가져온다. 그러므로 신체적, 정서적, 사회적, 정신적 그리고 영적 측면에서 다양한 변화를 일으키는 요인이 된다(오순자, 2001). 가족의 죽음을 경험한 사별자는 삶의 방향성을 잃어버리기도 하고 자신에 대한 존재감을 상실하기도 한다(김희선, 2017). 이러한 상실은 시간이 지나면 회복되기도 하지만 슬픔과 상실을 억압하고 지연시키면 그 감정은 부정적 에너지로 남아(한동우, 2015) 감정과 체계 혼란의 결과 등 다양한 문제를 일으키기도 한다(임선희, 이미영, 김정민, 2013). 과거에는 사별 경험이 주로 노년기의 문제로 인식되었으나 현대 사회에서는 스트레스, 질병, 교통사고, 자살 등 다양한 요인으로 노년기 이전에도 배우자나 자녀, 부모의 죽음을 경험할 가능성이 커지고 있다.

중년기는 자녀의 독립 준비 시기이며, 배우자와의 관계를 재정립하고 부모 부양 등 신체적, 심리적, 가족적인 변화를 겪는 시기이다. 중년기는 기존에 살아왔던 삶의 형태와 다른 삶의 방식이 요구되고, 살아온 삶을 다시 평가하며, 내면의 요소들을 통합하는 자기실현의 시기가 되기도 한다(양준석, 2017). 중년기 여성에게 배우자나 자녀, 부모 등 애착이 강한 대상과의 사별은 삶의 기반을 흔드는 고통과 위기를 경험하게 한다. 친밀감의 단절로 인한 고통뿐 아니라, 가족사별 이후 일상생활 재적응 과정에서 큰 스트레스를 불러일으킨다(Weiss, 1988). 중년여성의 사별 상실은 중년기라는 발달과정 위기와 사별 경험이라는 두 가지 전환기적 사건을 경험하게 하므로, 다양한 심리사회적인 문제를 일으키게 한다(양준석, 2017). 따라서 사별 경험은 단순히 억압한다고 해결되는 것이 아니기에 회복과 적응, 성장을 위한 폭넓은 연구가 이루어져야 한다(이윤주, 조계화, 이현지, 2007; 차유림, 2014).

신앙이 있는 사람이라 하더라도 사별의 상실 앞에서는 심리적 갈등과 깊은 고통을 경험한다. 하나님께서 왜 사랑하는 이의 죽음을 허락하셨는지에 대한 의문과 함께 삶에 대한 회의, 분노, 세상에 대한 억울함을 느끼기도 한다. 사별로 인한 상실은 삶을 송두리째 바꾸어 놓는 고통과 아픔이기에 성경에서도 “멸망 받을 원수”라고 표현한다(고전 15:26). 그 과정은 마치 “사망의 음침한 골짜기”(시 23:4)를 걷는 것(안경승, 2014)에 비유된다. 기독교 상담에서 상실과 관련된 연구를 보면, 최재락(2010)은 깊은 신앙을 가진 사람은 슬퍼하지 않는다는 왜곡된 견해가 존재하며, 사별자들이 자신

의 감정을 마주하며 어려움을 극복한다는 것이 쉽지 않다고 언급했다. 전요섭(2000)은 죽음의 문제에서 신앙적 자원이 힘이 될 수 있다는 것을 확인하고, 이를 상담에 적용할 필요성을 제시했다. 홍구화(2010)는 사별자의 슬픔을 효과적으로 위로하기 위해 한국 사회의 가족주의적 집단주의, 권위주의의 문화적 특성을 고려한 접근의 필요를 강조하고, 위로에 대한 성경적 이해와 사별자에 대한 공감, 그리고 상실과 슬픔의 역동을 이해하는 것이 위로 사역의 핵심임을 강조했다. 박재표(2012)는 사별 가족 돌봄을 위해 기독교 공동체가 치료적 프로그램의 체계적 접근이 필요함을 제시했다. 이창규(2017)는 기독교인 사별 여성의 회복을 돕기 위해, 신앙공동체는 상담과 돌봄이 이행되는 가장 적합한 환경으로서 기능해야 할 것을 강조했다. 사별로 인한 슬픔과 고통은 신앙의 유무와 관계없이 누구나 겪게 되는 문제이다. 특히, 배우자의 죽음은 단순한 관계 상실을 넘어, 남겨진 이의 실존적 정체성을 흔드는 중대한 사건이다(이인혜, 2013). 이러한 맥락에서 기독교 상담영역에서도 사별 상실에 대한 기독교 상담과 돌봄의 중요성이 지속적으로 강조되고 있다.

본 연구는 기독교적 관점에서 참여자들의 배우자 사별 상실 경험을 이해하고, 하나님과 관계 속에서 그 의미를 탐구하고자 한다. 이를 위해 질적 사례연구방법을 사용한다. 질적 사례연구방법은 참여자 대부분이 직접적이고 다양한 경험을 통해 자신의 이해에 도달한다는 점에서 유용성을 지닌다(강진숙, 2016). 경험적 연구는 참여자가 사건을 통해 지향하는 것, 그 경험이 지니는 의미, 감정, 사고, 그리고 가치관 등을 드러낸다. 이에 본 연구에서는 배우자를 사별한 기독교 중년여성이 상실 이후 하나님과의 관계와 정체성, 그리고 삶의 목적에 어떠한 변화를 경험하였는지 사례를 통해 고찰한다. 이를 통해 기독교 상담 현장에서 배우자 사별 경험을 한 중년여성을 돕기 위한 통찰과, 교회 내 사별자 돌봄을 위한 기초 자료를 제공하고자 한다. 이 연구는 2020년 박사학위 논문을 요약, 재구성하여 분석한 연구임을 밝히는 바이다.

## II. 펴는 글

### 1. 이론적 배경

#### 1) 사별 상실 이해

사별(bereavement)은 여러 형태의 상실 중에서도 가장 고통스럽고 헤어 나오기 어려운 경험으로, 가족이나 친구, 사랑하는 사람 등 의미 있는 대상을 죽음으로 잃고,

죽음 후 삶에 적응하며 살아가는 과정을 포함하는 포괄적인 개념이다(Parkes, 1988). 개인에게 의미 있는 사람의 죽음으로 인한 영원한 이별의 경험은 큰 슬픔과 고통을 가져온다(Christ, Bonanno, Malkinson, & Rubin, 2003). 삶과 죽음의 연속성 안에서 사별은 끊임없이 발생하므로, 상실의 고통은 누구나 마주하게 되는 생애 주요 과제이다. 사별이 가져오는 후유증은 단순히 시간이 흐르고 나이가 든다고 해서 쉽사리 해소되는 것이 아니라서, 개인의 남은 삶에 계속해서 영향을 끼친다(최예주, 2014). 사랑하는 가족을 떠나보내면, 남겨진 이들은 항상 죽음을 내면화하며 살아가게 된다. 특히, 일생에서 가장 견고하고 친밀한 정서적 유대관계인 배우자와의 사별은, 삶을 지탱하던 근간이 흔들리는 일로서 생활 전반에 심대한 어려움을 가져온다. 사별을 경험한 사람에게 회복은 상실 자체를 현실로 받아들이고, 일상생활로 돌아오는 것을 의미한다. 그러나, 예기치 못한 갑작스러운 상실 경험에서는 적절한 대처가 어려워 회피적인 방법을 선택할 수 있다. 사별자는 상실 경험으로 삶의 의미를 잃어버리거나 가치관의 변화를 겪게 되고, 삶의 우선순위가 바뀌기도 한다(김희선, 2017). 많은 경우 상실을 체험하는 사람들은 슬픔을 어떻게 처리해야 할지 몰라서 가중되는 괴로움을 겪는다(강용원, 2009). 그러므로 애도 과정에서 핵심적인 것은 슬픔에서 비롯된 상실의 고통을 표현하면서, 현실에 적응해 가는 것이다.

### (1) 사별 상실의 애도 과정

‘애도’(mourning)는 놀라고, 울며, 애통해하고 슬퍼하는 것이다. 비애(grief), 애도하기(grieving)로서 ‘박탈’, ‘상실’에 대한 정서적 고통 반응이다(Switzer, 1996). 애도는 사별자가 사별 대상에 관한 슬픔과 그리움, 충격과 고통 등을 겪어 나가면서 사별을 수용하고, 다시 새로운 삶으로 재적응해 가는 과정이다(Anderson & Mitchell, 2004). 애도 기간에 대해 여러 견해가 있다. 충분한 애도를 위해서는 1년 또는 3년이 지나야 완성된다고 보기도 하고(김진영, 2010), 사별자가 어떤 상실을 경험했는지, 그리고 상실을 어떻게 바라보고 있는지에 따라 1년에서 2년이 필요하다는 견해도 있다. 사별 경험은 사별자가 죽음 앞에 서기까지 평생 함께할 삶의 또 다른 동반자이다. 애도 기간은 개인이 경험한 사별의 독특성과 강도에 따라 달라질 수 있으므로, 사별을 관조(觀照)할 수 있기까지의 시간을 애도의 기간으로 보기도 한다(최예주, 2014).

Worden(2016)은 애도 과정이 단순히 애착 대상의 상실로 인한 반응이 아닌, 분리된 대상과의 관계를 재정립하는 과정(Bowlby, 1980)이라는 사실에 주목했다. 그는 사별자가 상실의 아픔을 잘 견어내고, 고인 없는 삶에 적응할 수 있도록 네 가지 과제 수행을 제시했다. 높은 단계로 넘어가기 위해 낮은 단계의 과제 완수는 필수적이다. 첫 번째로 해야 할 과제 수행은 ‘상실의 현실을 받아들임’으로, 고인의 죽음을 인정하

고 현실에서는 다시 마주할 수 없다는 것을 감정적으로 수용하는 것이다. 두 번째 과제는 ‘슬픔의 고통을 경험하며 애도 작업 수행하기’이다. 정서적 고통과 상실로 인한 신체적, 행동적인 어려움을 부인하거나 회피하지 않고 충분히 겪어내는 것을 수반한다. 세 번째 과제의 수행은 ‘고인을 잃은 환경에 적응하기’로 외부적·내적·영적 적응을 포함한다. 네 번째 과제는 ‘고인의 감정적 재배치와 삶을 함께 살아가기’이다. 이것은 세상에서 고인과의 관계를 끊고 단념하는 것이 아니라, 삶 속에서 고인을 위한 내적 공간을 마련하고 지속적으로 고인과 연결감을 유지하는 것을 의미한다(Klass, Silverman, & Nickman, 1996). 고인에 대한 기억과 생각을 간직하는 것은 새로운 관계와 변화된 삶의 형태에 능동적으로 적응하도록 돕는 것이다.

## 2) 사별 상실에 대한 성경적 관점

### (1) 상실 경험에 대한 성경적 이해

하나님과 친밀한 관계 속에서 살던 인간은 하나님의 명령에 불순종하여 죄를 짓고 타락하게 되었다(창 3장). 타락한 인간 안에 있던 하나님의 형상은 죄로 인해 파괴되었다. 죄로 인해 인간의 본성은 변질되어 하나님과 동료, 자연과 관계가 깨지고 단절되는 고통을 경험한다. 상실의 고통은 인간의 타락에서 비롯되었다. 그러나 인간이 타락하였어도 모든 관계가 없어진 것은 아니다(Hoekema, 1999).

인간은 상실 속에서 슬픔과 고통을 겪는다. 사랑하는 사람을 잃고 슬픔과 고통을 겪는 여러 이야기가 성경에 기록되어 있다. 아브라함은 아내 사라가 세상을 떠났을 때, “사라를 위하여 슬퍼하며 애통”(창 23:2)하였다. 야곱은 요셉을 잃었다고 믿었을 때 “내가 슬퍼하며 스올로 내려가 아들에게로 가리라”(창 37:35)하며 비탄과 괴로움을 표현한다. 요셉은 아버지 야곱이 세상을 떠났을 때 “그의 아버지 얼굴에 구푸려 울며 입 맞추고”(창 50:1) 애통했다. 모세가 죽었을 때 이스라엘의 백성들은 “모압 평지에서 모세를 위하여 애곡하는 기간이 끝나도록 모세를 위하여 삼십 일을 애곡”(신 34:8)하였다. 하나님이 인간에게 슬픔을 표현할 수 있도록 주신 눈물은 깊은 마음의 감정을 외부로 표출하는 가장 보편적인 자기표현 방식이다. 예수님도 나사로의 죽음 앞에서 눈물을 흘리셨다(요 11:35). 이것은 사랑하는 사람의 죽음 앞에서 슬퍼하는 자연스러운 감정의 표현이다. 슬픔은 절제되어야 하지만, 그 자체가 믿음 없음이나 부끄러움으로 여겨질 필요는 없다.

탄식 시(詩)는 시편에서 가장 높은 빈도를 차지한다. 시편 기자는 시를 통해 자신이 직면한 고통의 상황을 탄식하고 슬퍼했다. 시편에서 탄식 시는 약 67편에 달하는데, 이것은 시편의 약 44%가 고통과 슬픔에 관한 내용이라는 의미이다(Tripp, 2019). 탄

식은 인간이 경험하는 죽음의 고통이나, 슬픔, 질병 가운데 하나님께 드리는 영혼의 자연스러운 기도 형식이다. 사랑하는 사람의 죽음은 그 사람 자체의 상실뿐 아니라, 그와 더불어 가질 수 있는 희망까지 잃는 것이다. 죽음은 개인의 삶을 송두리째 바꾸어 놓는 아픔이기에, “별망 받을 원수”라고 표현하고 있다(고전 15:26). 사별 상실 후 남겨진 사람들의 회복과 적응은 쉽지 않다. 마치 그 과정은 “사망의 음침한 골짜기”(시 23:4)를 지나는 것과 같다(안경승, 2014). 하나님은 아들을 잃는 비극을 경험한 분이기에, 죽음을 통한 상실의 고통을 잘 아신다. 그 하나님이 수고하고 무거운 짐 진 자들이 하나님 앞에 나아와 마음의 짐을 연게 하신다(마 11:28-29). 상실의 고통을 겪는 이들은 하나님 안에서 위로와 안식을 찾을 수 있고, 하나님과의 관계 속에서 회복을 경험할 수 있다.

## (2) 상실에 대한 성경적 관점

사랑하는 사람의 죽음은 인간이 겪는 가장 고통스러운 사건 중 하나이다(DeSpelder & Strickland, 1999). 성경에 나오는 인물들도 사랑하는 사람의 죽음 앞에서 상실의 슬픔을 경험했다. 고난과 고통은 모든 인간에게 주어진 현실이다(Tripp, 2002). 이는 죄로 인해 하나님과의 관계가 단절된 인간이 받게 된 실존적 결과이다. 그러므로 인간이 겪는 고난과 고통의 문제를 하나님 안에서 재해석하고, 해결하고자 하는 것은 문제 해결을 위한 핵심적인 전제이다. 성경은 고난받는 자에 대한 하나님의 상담과 인도로 가득 차 있다. 기독교 상담학자들도 상실이 가져오는 슬픔과 고통에 대해 고찰하였다(김준, 2014; 안경승, 2014; 최재락, 2010; Tripp, 2018). 사랑하는 사람을 죽음으로 잃어버린 상실자는 자신이 원하던지, 원하지 않던지 가야 하는 여정으로 떠밀리다(Sittser, 1996). 그 길에서 개인이 직면하는 고통은 외로움과 불안, 분노를 비롯하여 죄책감과 두려움, 수치심 등에 이르기까지 다양한 정서적 감정이 발현될 수 있다.

### ① 상실의 슬픔과 우울

사별은 흔히 깊은 슬픔과 우울을 동반한다. 배우자 사별의 경우 두려움, 아쉬움, 그리움, 외로움, 원망, 분노, 초라함 등 여러 감정에서 비롯된 우울은 많은 슬픔 경험에서 형성된 것이다(김희선, 2017). Welch(2015)는 우울을 고난 속에서 하나님을 주목하도록 이끄는 기회로 이해했다. 성경에는 사울, 다윗, 예레미야, 요나, 엘리야 등 고난과 절망에 처한 사람들이 많이 있다. 성경은 고난 중에 있는 사람에게 깨달음을 주고, 어떻게 가야 하는지 방향을 제시하며 소망을 준다(약 1:2-4). Welch(2015)는 우울은 고난의 끝이 아니며, 고통 가운데 하나님께 주목하도록 훈련받는 과정임을 강조한다. 고난의 원인이 무엇이든, 고통 가운데 겪는 우울증은 삶의 본질적인 질문에 대

한 해답을 모색하게 한다. 즉, 하나님을 향한 신뢰와 예배의 자리를 회복하게 되는 것이다,

### ② 상실로 인해 경험하는 불안

중년여성이 배우자를 잃고 경험하는 불안은 관계 상실뿐 아니라, 홀로 마주하게 되는 삶에 대한 두려움을 수반한다. 신앙인들 가운데 많은 사람들도 고난 속에서 하나님과 심리적 거리감을 느끼고, 그 결과 고통은 더욱 가중된다. 그러나 성경은 '두려워하지 말라'고 반복해서 권면한다(신 3:22, 7:21, 31:8; 수1:9; 시 23:4, 118:6; 사 41:10, 43:1). 구약에서 하나님은 함께 하시는 하나님, 도와주시는 하나님, 힘을 주시는 하나님이라는 약속의 말씀을 주셨다(사 41:9-10). 신약에서 예수님은 더 구체적으로 하나님께서 모든 필요를 채우시므로 염려하지 말 것과(마 6장), 세상이 줄 수 없는 평안을 약속하시고, 불안에 매여 살지 말 것을(요 14:27) 권면하셨다(김준, 2014).

Powlison(2009)은 '엑스레이 질문들'을 통해 하나님과 관계의 맥락에서 불안의 본질을 파악할 수 있다고 제안한다. ⑤ 당신은 무엇을 두려워하는가? 당신이 습관적으로 걱정하는 것은 무엇인가? ⑩ 어디에서 피난처, 안전, 위안, 도피, 즐거움, 보호를 찾아가?, 무엇 혹은 누구를 신뢰하는가? ③⑤ 어디에서 당신의 정체성을 찾아가? 이와 같은 질문들은 불안이 본질적으로 하나님과의 관계 속에서 발생하는 정체성의 문제임을 시사한다. 따라서 불안의 궁극적인 해결은 하나님 나라의 약속과 그분의 돌보심을 신뢰하는 데 있다.

### ③ 상실의 고난과 고통에 대한 성경적 관점

고난에 대해 Tripp(2019)은 하나님의 주권적 계획 안에서 인간의 삶에 나타나는 필연적 과정이라고 규명한다. 이러한 관점에서, 고통 가운데에도 하나님의 주권을 신뢰한다면 고통에 매몰되지 않는 변화된 경험을 할 수 있는 것이다. 다윗은 고통 중에도 "여호와께는 내 빛이요 나의 구원이시니"(시 27:1)라고 고백했다. 하나님은 '궁극적인 임재자' 이시므로 고난 속에서도 하나님의 임재를 붙드는 훈련이 필요하다. 인간의 정체성은 수평적 조건이 아닌, 수직적인 차원에서 찾도록 만들어졌다. 시련과 고통 중에 기억해야 할 것은 하나님의 자녀라는 자신의 정체성과 삶의 목적이다. 그렇지 않으면, 고난이 스스로를 규정하기 때문이다.

배우자 사별은 삶을 함께 나누며 살아온 대상과의 관계 단절을 의미한다. 배우자 사별이 가족 발달 단계 중 어느 단계에 발생하였는가 하는 것은 사별자가 경험하는 애통과 회복 과정에 영향을 미치는 핵심적 요인이 된다(Lewis, 2004).

### 3) 중년여성의 배우자 사별 상실 이해

### (1) 중년여성의 배우자 사별

사별자들이 이전의 건강과 안녕 상태로 회복하기 위해서는 상실이라는 현실을 직면하고, 슬픔에서 비롯된 아픔을 경험하며, 상실의 결과를 수용하고, 사별 이후 환경에 적응해 가는 과정을 지나게 된다(Bowlby, 1980; Worden, 1991). 이러한 애도 과정은 가변적이며, 반드시 순차적으로 이행되지는 않는다는 것이 공통적 견해이다(Stroebe & Schut, 2010). 사별 상실의 경험은 개인에 따라 다르기 때문이다. 사별 후 정상적인 상태에서는 사별자 대부분이 사별의 아픔과 슬픔에 스스로 대처할 수 있는 능력을 지니고 있으나, 사별자 가운데 20% 정도는 전문적 도움이 필요하다(안영란 2006). 이들은 홀로 일어설 동력을 상실했으므로, 전문적 지원 없이는 사별의 충격에서 벗어나는 데 어려움이 있다. 배우자 사별 경험은 한 개인이 경험하는 가장 큰 스트레스를 동반하는 사건이다(Stroebe & Stroebe, 1987). 부부 관계가 생애 전반에 가장 안정적이고 친밀한 정서적 지지체계인 것을 고려하면, 배우자 상실은 남은 배우자의 삶 전반에 심각한 부정적 영향을 초래하는 근원적인 요인이 된다. 배우자의 상실은 남겨진 자들의 실존적 정체감을 상실하게 하는 사건이기 때문이다(이인혜, 2013). 특히, 중년기의 배우자 사별 경험은 다양한 종류의 상실을 유발한다(Kubler-Ross & Kessler, 2005). 단순히 인적 자원의 상실을 넘어서 경제적 수입 구조의 와해와 정서적 지지 기반 상실, 그리고 사회적 관계 상실 등 복합적인 위기로 작용한다. 이에 따라 자녀 양육 책임의 가중과 사회 경제적 부담이 수반되는 변화를 발생시키며, 미래의 삶의 패턴을 수정하게 한다(양준석, 2017). 여성의 경우, 배우자 사별을 '자기 일부의 상실'로 여기므로 자존감이 저하되고 깊은 우울감이 나타나는 경향을 보였다(Stroebe & Stroebe, 1987). 남성과 비교했을 때, 여성 배우자는 사별 후 삶의 의미에 대한 상실감을 더 많이 느끼고, 사별로 인한 충격으로부터 회복되는 속도가 더딘 것으로 보고 되었다(양복순, 2002).

배우자 사별은 신체 건강에도 부정적 영향을 미치는데, 사별 후 지병 악화, 질병 유발, 식욕 상실, 부신 피질 활동 증가, 면역 체계 손상과 같은 신체적 기능 저하가 나타나고(Kato & Mann, 1999), 불면, 두근거림, 식욕 상실, 피로, 기억력 감퇴, 집중력 저하, 공복감 등의 증세도 보였다(양준석, 2017). 특히 40~49세 여성에게서 신체 증상이 가장 높게 나타났다(Cummings, 2002). 또한, 경제적 부담, 자녀 양육, 부모 부양 등과 맞물리는 상황에서는 불면증, 두근거림, 소화 불량, 모호한 신체적 통증 등의 순으로 신체적 증상이 더욱 두드러졌다(Mcnally, 2003). 중년기는 생애 주기상 노화에 접어드는 시기로, 중년기의 신체적 변화를 고려할 때 사별 경험은 신체적 손실을 초래하는 원인이 된다. 기혼 중년여성은 가족 중심의 정체성을 형성해 왔으므로, 배우

자의 죽음은 '아내'라는 역할 상실로 이어지게 되어 자아 개념과 정체성에 큰 혼란을 초래한다(최희정, 1997). 배우자 사별 후에는 자아정체성의 혼란과 새로운 가치관의 정립, 그리고 인간관계와 생활양식의 변화에 적응해야 하는 어려움을 겪게 되고(강인, 1998), 자기 비난과 죄책감, 미래에 대한 부정적 예견으로 자기 가치를 떨어뜨리기도 한다(Parkes, 1997). 특히 경제적 어려움, 재취업의 제약, 사회적 관계망의 축소 등은 사회적 고립을 심화시키는 요인이다(전미영, 2000).

사별의 고통은 자발적인 의지로 쉽게 없어지지 않고, 고통의 수준도 개별적으로 편차를 보인다. 이 시기에 배우자 상실 경험은 개인에게 중대한 위기로 인식된다. 또한 사별 경험의 의미와 대처하는 방식은 개인마다 다르고, 상실을 극복하는 과정도 개인의 내적·외적 자원에 따라 차이가 나타날 수 있다. 이에 본 연구는 기독교인 중년여성의 배우자 상실 경험을 사별자 개인의 관점에서 심층적으로 탐구하고자 한다.

## 2. 연구 방법론

### 1) 연구 방법

질적 사례연구는 시간의 경과에 따라 '하나의 경계를 가진 체계' 또는 '경계를 가진 여러 체계'를 탐색하는 방법으로, 다양한 정보 원천을 활용하여 상세하고 심층적인 자료를 수집하며, 사례 기술과 주제 분석을 보고한다(Creswell, 2013). 본 연구는 배우자 사별의 경험적 범주를 하나의 경계 지어진 체계(사례)로 설정하고, 사례 내 분석 및 사례 간 공통적 양상을 분석하기 위해 Creswell(2013)이 제시한 '질적사례연구 접근법'을 적용하였다. 본 연구의 목적은 기독교 중년여성의 배우자 사별 상실 경험을 심층적으로 이해하고, 상실 과정에서 하나님과의 관계, 정체성, 그리고 삶의 목적에는 어떠한 변화를 경험하였는지 고찰한다. 이 목적을 이루기 위한 연구 질문은 첫째, 연구 대상자들이 경험한 배우자 상실 경험은 어떠한가? 둘째, 연구 대상자들이 애도 과정 중에 경험하는 하나님과의 관계는 어떠한가? 셋째, 연구 대상자들이 배우자 상실 이후 정체성과 삶의 목적에 어떠한 변화를 경험하였는가? 이다.

본 연구의 자료 수집은 2019년 7월부터 6개월에 걸쳐 연구 참여자별로 2-3회 진행되었고, 연구 참여자에 따라 1회에 1시간 30분-2시간 실시했다. 인터뷰는 개방형 질문을 중심으로 연구 참여자들의 경험을 충분히 유도하였으며, 녹취 내용은 철저한 전사 과정을 거쳐 분석용 원자료(raw data)로 구성하였다. 인터뷰 중 관찰된 비언어적 자료는 별도 노트에 기록하여 녹취록에 첨부하였다. 자료 분석 단계에서는 전사본을 단어와 단락 단위로 분석하며 의미 있는 명칭을 부여하는 개방 코딩을 활용하고,

방대한 자료를 정의하기 위해 수집한 원자료는 정렬과 종합, 통합과 조직화 과정을 거쳤다. 연구의 윤리적 측면을 고려하여 참여자들에게 연구목적과 과정을 상세히 설명하고 비밀 보장, 익명성 처리 및 자유로운 참여 철회권을 안내하였다. 연구의 신뢰도와 타당성 확보를 위해 지도교수의 피드백을 반영하고, 질적 연구 경험이 풍부한 동료들의 검토를 통해 해석의 객관성을 유지하였다. 질적 연구자는 연구의 전 과정을 수행하는 핵심적인 도구이다. 연구자는 성경적 상담 전공자로서 교회 현장에서의 수년간 상담 경험이 연구 참여자와의 깊은 라포(Rapport)형성을 하는데 기여하였고, 효과적인 심층 인터뷰 진행에 중요한 자원이 되었다. 그러나 연구자 또한 동일한 성별 및 생애 주기를 공유하는 중년여성으로서, 주관적 편견이 개입되지 않도록 연구 과정에서 지속적인 자기 성찰을 병행하였다.

## 2) 연구 대상

본 연구 대상은 첫째, 기독교인으로서 40세에서 64세의 중년여성으로 배우자를 사별한 경험이 있고, 둘째, 자녀는 있고 재혼 경험이 없으며, 셋째, 사별 기간과 신앙연수의 제한은 두지 않았다. 이 세 조건을 모두 충족하는 범위 안에서 대상자를 선정하였다. 연구 참여자 모집을 위해 연구자가 소속된 교회의 사별자 모임 및 상담사, 그리고 주변 지인들에게 연구의 취지를 설명하고 추천을 의뢰하였다. 총 12명의 대상자를 추천받아, 본 연구 목적과 부합하고 자발적 참여 의사가 있는 10명을 참여자로 선정하고 인터뷰했다. 연구 진행 과정 중에 1명은 참여 철회를 요청하여 연구에서 제외하였고, 9명의 연구 참여자를 대상으로 본 연구를 수행하였다. 다음의 <표 1>은 본 연구 참여자들의 정보이다.

<표 1> 연구 참여자의 인구 사회학적 특성

참여자	연령	교육 정도	직업	신앙연수	자녀 수, 결혼 여부	사별 기간	배우자 사망 원인
1	58세	대학원졸	인쇄소 운영	36년	3, 미혼	13년	질병
2	63세	대학원졸	전직 교사	모태신앙	2, 기혼	4년	질병
3	59세	대학졸	의류점 운영	43년	2, 기혼	19년	사고사
4	43세	대학원졸	사무직	모태신앙	1, 미혼	3년	질병
5	60세	대학원졸	전도사	51년	2, 기혼,미혼	3년	질병
6	50세	대학졸	선교사	40년	2, 미혼	7년	사고사
7	57세	중졸	요양보호사	35년	2, 미혼	8년	질병
8	62세	대학졸	미용실 운영	4년	1, 기혼	3년	질병
9	58세	고졸	분식점 운영	36년	2, 미혼	25년	사고사

### 3. 연구결과

#### 1) 사례별 분석

본 연구의 사례별 분석은 사별 초기 경험, 사별 수용과 적응 경험, 사별 후 경험되는 하나님과의 관계, 삶의 의미 변화와 적응 경험 주제를 따라가며 분석하였다. 다음은 연구 참여자들의 개인별 사례 분석 내용이다. 연구 참여자들의 인터뷰 내용을 중심으로 세밀하고 조심스럽게 다루며, 분석하고 기술하였다.

##### (1) 연구 참여자 1

연구 참여자 1은 사별한 지 13년 된, 58세 여성이다. 사별 당시 세 자녀는 대학생, 고등학생, 중학생이었다. 신앙생활을 열심히 했던 남편은 42세에 위암 진단을 받고 항암치료를 받으며 6년을 살았다. 남편은 항암치료 후 교회 내에 전도실을 만들었으나, 얼마 지나 암이 재발하여 사망했다. 연구 참여자 1은 사별 후 1년은 하나님께서 왜 남편을 데려가셨는지 이해되지 않아 제정신이 아닌 듯이 살았다. 자녀들을 보면 어떻게든 살아야 한다는 생각에 우울하고 슬픈 감정을 무시하려고 했지만, 한계를 느꼈다. 사별 전에는 남자 집사들과 격의 없이 지냈는데, 사별 초기에 남자 집사 옆에서 교역자 기도를 받는 것도 오해의 소지가 되는 것을 경험하고 난 후, 비참한 마음에 사회적 관계를 모두 단절했다. 남편이 하던 인쇄업 운영을 해 가는 것이 힘들었지만, 아이들에 대한 책임감으로 자신에게 엄격함을 요구했다. 하나님을 원망했지만, 교회의 모든 예배는 참석했다. 예배는 비비고 일어설 힘이 되었고, 가까운 교인들이 함께 기도하며 도와준 것이 큰 힘이 되었다.

사별 후 2-3년 지나며 연구 참여자 1은 왜 남편을 데려가셨는지 이해시켜 달라는 생각에서, 의지할 분은 하나님 한 분뿐이라는 생각으로 차츰 바뀌기 시작했다. 상황은 괴로운데도 하나님을 바라보면 평안을 느꼈고, 또다시 고통스럽게 견디는 것을 반복하면서, 하나님의 주권을 받아들이기 시작했다. 그리고 생명 되시는 하나님을 통해 남편을 만날 수 있어서 감사하며, 더욱 천국 소망을 붙잡게 되었다. 연구 참여자 1은 8년이 지나서야 크게 요동하는 슬픔에서 벗어날 수 있었다. 그러나 울타리였던 남편이 죽고 난 후 정체성을 잃어버려, 삶의 의미와 목표를 찾지 못하는 것이 늘 답답했다.

연구 참여자 1은 몇 년 전부터 교회 내 호스피스 선교회에서 사별자들을 만났다. 사별자들은 교회 돌봄을 받지 못한 아쉬움과 사별의 어려움을 공유하고, 교회에 사별자 모임의 필요성을 제안했다. 1년 전 사별자 모임이 만들어졌고, 연구 참여자 1이 리더로서 모임을 이끌고 있다. 사별자들은 사별 후 처음으로 '내 편'이 생겼으며 서로의 존재에서 위로를 얻는다. 연구 참여자 1은 사별 당시 목회 대학원을 어렵게 졸업했는

데, 하나님께서 자신을 준비시키신 것 같다. 이제는 정체성을 잃어버린 자가 아니라, 사별의 아픔을 당한 사람들의 위로자로서 삶의 의미와 목표가 보이는 것 같다.

### (2) 연구 참여자 2

연구 참여자 2는 사별한 지 4년 된 63세 여성으로, 사별할 때 큰딸은 기혼, 작은 딸은 미혼이었다. 부부는 교사로 평생 재직했는데, 남편은 퇴직을 3개월 남겨놓고 암 진단을 받았다. 남편은 투병 생활 7개월 만에 사망했다. 사별 초기에 참여자 2는 생전에 남편이 보였던 전조증상에 소극적으로 대처했다는 자책감과 죄의식을 느꼈다. 참담한 마음에 교회 외에는 남편과 공유했던 관계를 피하고 단절했다. 노후의 모든 계획은 남편과 함께였는데, 무너진 삶이 절망스러웠다. 신앙이 없었다면 자살했을 텐데, 자살하는 것은 하나님 뜻에 반하는 것이기에 자신을 지탱하고자 노력했다. 우울감과 수면이 힘들 때 형제들과 두 딸, 그리고 40년 지기 오랜 친구들이 곁에서 의지가 되었다. 연구 참여자 2는 남편의 부재로 세상살이에 대한 자신감이 크게 떨어졌다. 두렵고 불안해서 큰 손실을 감수하고도 황급히 재산을 처분해 딸들에게 나누어 준 후에야 안심했다. 교회에 가면 남편과 늘 함께 앉던 자리가 있지만, 사별 초기에는 앉을 자리를 찾지 못하여 허둥댔다. 교인들의 위로를 받으면 고마우면서도 참담했다. 사별의 슬픔으로 교회 내에 사별자 모임의 필요성을 느꼈으나, 소규모 교회에서 사적 모임으로 보일 것 같아 실행이 어려웠다. 자신에게 남편 없는 삶은 알맹이 없는 껍질만 사는 삶인 것 같다. 남편의 죽음에 하나님의 뜻이 있을 것을 생각하고 원망하지 않았지만, 시간이 지나도 하나님 뜻을 이해하기 어렵다.

사별 후 3년 지나 연구 참여자 2는 교회에서 장로 직분을 받고, 남편이 못다 한 일들을 대신한다는 사명감을 느낀다. 어려운 일을 만날 때는 하나님께 기도하며 해결해 가지만, 남편에게도 도움을 청하면서 남편과 사역을 공유하는 마음이다. 그러나 남편이 있을 때는 남편을 '돕는 자'로서의 자신의 존재감을 나타내고자 했다면, 이제는 하나님의 '보조자'가 되어 남편이 못다 한 하나님의 사역을 이어가는 데 의미를 두고 있다.

### (3) 연구 참여자 3

연구 참여자 3은 사별한 지 19년 된 59세 여성이다. 사별 당시 딸은 중학생, 아들은 초등학생이었다. 남편은 40세에 심장마비로 사망했는데, 남편의 죽음이 현실이 아닌 것 같아 장례 기간 내내 눈물조차 나지 않았다. 결혼 전에 친정엄마가 가장 역할 하시는 것을 보았기에, 사별 직후 슬픔보다도 '가장'의 무게가 무겁게 다가왔다. 사별 후 정서적으로 불안한 상태에서, 남편이 생전에 사업 대출금 받은 것을 알게 된 후 불안은 가중됐다. 3개월을 교회도 가지 않았고, 하나님을 원망했다.

연구 참여자 3은 사별 후 6개월이 지날 무렵, 가까운 지인들 권유로 분식집을 시작했다. 이후 식료품 판매원으로도 일했는데, 남들에게 무시당할까 봐 남편이 없는 것을 말하지 않았다. 사별 후 3년을 지나며 차츰 가장 역할이 익숙해졌다. 연구 참여자 3은 남편 생전에 유방암을 앓았었다. 이후 늘 재발에 대한 두려움이 있었지만, 사별 후에는 아이들만 남게 될까 봐 불안이 심해졌다. 사별 당시 사춘기였던 큰딸과도 갈등이 많았다. 큰딸은 엄마의 따뜻한 마음을 원했으나, 가장의 무게에 눌려 딸의 마음을 알지 못했다. 연구 참여자 3은 하나님만 의지했으나, 불안하면 원망과 우울감이 심해지고, 다시 하나님을 붙잡는 것을 반복했다. 그리고 과부를 안타깝게 보시는 하나님이 환경을 통해 위로 주시는 것을 경험했다. 4년 전 두 자녀가 모두 결혼한 후에 책임을 완수했다는 안도감을 느꼈다. 그러나 나이가 들어 변해버린 자기 모습에 우울감이 심해졌었다.

연구 참여자 3은 구역원들의 기도에 큰 위로를 받고 낙심하지 않을 수 있었으나, 때로는 사별자를 이해하지 못해 상처를 받기도 했다. 큰 규모의 교회에 출석하는데, 사별자를 위한 모임이 없어 몹시 아쉬웠다. 그런 마음에 이제는 사별자를 보면 먼저 다가간다. 그리고, 이제는 남편의 부재를 밝히는 것이 두렵거나 창피하지 않다. 가장의 책임을 다 마친 후, 마음의 여유가 생긴 것이 기쁘다. 최근에는 하나님을 더 깊이 알아가도록 공부하고 싶은 소망이 생겨 교회 내 성경 대학에 입학하여 공부하고 있다.

#### (4) 연구 참여자 4

연구 참여자 4는 사별한 지 3년 된 43세 중년여성이다. 사별 당시 딸은 중학생이었다. 남편은 암 발견 3개월 만에 사망했다. 병원의 선고가 있었지만, 남편이 그토록 빨리 떠날 것을 예상하지 못해서 남편이 삶을 정리하고 가족과 이별할 수 있는 시간을 마련해주지 못한 것이 미안하고 몹시 안타까웠다. 사별 후 2달이 채 안 되었을 때, 우울로 인해 신체적 기능이 많이 저하되어 치료가 필요했으나 병원에 갈 수 있는 에너지도 없었다. 사별 후 1개월 지나 직장에 복귀했지만, 남편 사망과 관련된 법적 절차들도 놓칠 정도로 멍한 상태로 지냈다. 스스로 자신의 슬픈 감정들을 보지 않으려고 회피했다. 가까운 지인들이 안타까운 모습으로 자신을 바라볼 때는 상대에게 자신이 매우 슬픈 존재가 되었다는 것이 느껴져 숨고 싶을 만큼 참담했다.

사별 초기에는 하나님이 왜 이렇게 하셨는지 대답해 주시지 않는 것이 견디기 힘들 때마다 예배와 기도회를 찾았다. 기능이 떨어져 말씀이 들리지 않고, 기도가 아닌 믿음만 나왔으나, 그저 그 자리를 찾았다. 그리고, 시간이 지나며 매일의 일용할 양식을 주시는 하나님을 경험하고는 하나님과 관계 맺는 법을 다시 배워갔다.

연구 참여자 4는 사별 후 1년 반쯤 되었을 때, 예배드리던 중에 결혼 당시에 하나

님의 영광을 위해 살겠다고 했던 기억이 떠올랐고, 삶의 방향성에 대해 생각하게 되었다. 신앙은 힘든 과정을 지나는 모든 순간에 영향을 주었으며, 다시 일어나게 하는 동기가 되었다. 연구 참여자 4는 결혼 전부터 전문직으로 일했으나, 결혼 후 아내와 엄마로서의 정체성은 중요한 위치였다. 그런데, 사별 후 2년이 지나면서 자신이 결혼 전에는 독립적인 삶을 살았었는데, 결혼 후에는 남편에게 기대어 자신을 잊고 살았다는 것을 깨달았다. 그리고 결혼 후 남편에게 기대어 하나님의 뜻을 들었었다면, 이제는 다시 주체적으로 하나님의 뜻을 듣고자 귀 기울이면서 하나님과 관계를 맺어가고 있다.

##### (5) 연구 참여자 5

연구 참여자 5는 사별한 지 2년 된 62세 여성이다. 사별 당시 큰딸과 둘째 아들은 30대 후반으로 미혼이었다. 연구 참여자 5는 남편이 뇌경색으로 8년간 투병 생활 하다 사망했는데, 희망을 놓지 않았고 치료에 최선을 다했었다. 장례를 준비하며 이 땅에서 헤어짐에 아쉬움이 있었지만, 슬픔보다는 8년 동안 느껴보지 못했던 하나님이 주시는 평안과 위로를 경험했다. 연구 참여자 5는 하나님께 남편을 살려달라는 기도를 많이 했었다. 전도사로 20년째 사역 중인데, 남편 혼자 지낸 시간이 많아서 은퇴 후 남편을 휠체어에 태우고 다니며 소소한 일상을 살고 싶었다. 하나님이 소원을 들어주시지 않아 아쉽기는 했으나, 자신과 하나님의 뜻은 다를 수 있기에 원망하지는 않았다. 남편의 병원비는 친정 동생과 두 자녀가 부담했는데 투병이 길어져 동생에게 미안하고, 서른이 넘어도 결혼할 엄두를 내지 못하는 딸들이 몹시 안쓰러웠다. 사별 후 큰 딸이 결혼했다. 자녀들이 홀로 된 엄마의 건강을 챙기려고 애쓰는 모습을 보면서, 남편처럼 아이들에게 짐이 되어서는 안 된다고 생각하고 더 열심히 자신을 돌보게 된다.

연구 참여자 5는 10여 년째 전도사로 사역하고 있는 교회에 남편의 투병 생활을 모르게 했었다. 사별 후, 동료가 상처 되는 말을 할 때도 있지만, 하나님의 자녀라는 확고한 정체성은 주변인과의 관계에서도 자유 할 수 있게 한다. 삶의 모든 주권자는 하나님이시므로 하나님 앞에 성실로 먹을거리로 삼는 자(시 37: 3)로 자신을 더 세워간다.

##### (6) 연구 참여자 6

연구 참여자 6은 사별한 지 7년 된 50세 여성이다. 사별 당시, 아들은 중학생, 딸은 초등학생이었다. 결혼 전 선교단체에서 만나 결혼한 부부는 함께 캠퍼스 선교사로 활발하게 사역했었다. 7년 전, 남편은 교통사고로 갑작스럽게 사망했다. 연구 참여자 6은 남편의 죽음을 이해할 수 없었지만, 기도하지 않으면 자신이 정말 죽을 수도 있겠다는 생각에 하나님을 붙잡아야만 했다. 그리고 남편의 죽음에 하나님의 뜻과 계획

이 있으실 것이라는 신앙적 가치관으로 바라보려고 노력했다.

사별 후 연구 참여자 6은 남편이 운영하던 사역 공동체의 대표가 되었다. 동역자들에게는 걱정을 끼치지 않아야 한다는 생각에 최선을 다했고, 아이들에게는 아빠 잃은 상실감 외에 또 다른 혼란을 주면 안 된다는 생각에 막중한 책임을 느꼈다. 사별 전에는 남편의 그늘에서 사역자와 여자로서의 삶을 살았다면, 사별 후에는 여전사로서 살아야 했다. 연구 참여자 6은 결혼 후 10년간 가정과 사역을 병행하며 심신이 나약해지고 심하게 우울증을 앓았던 경험이 있어서, 사별 후에는 그런 환경이 만들어지지 않도록 주의했다. 그러나 사별 후 3-4년 지나면서 사역의 무게로 에너지가 소진되었고, 긴장하면서 억제하고 돌보지 않았던 마음이 우울감에 빠져 있다는 것을 깨닫게 되었다.

연구 참여자 6은 사별 전과 후 모두 자신의 정체성은 '그리스도인'이며, 삶의 목적은 '하나님의 자녀'로서 하나님을 영화롭게 하고 순종하며 살아가는 것이다. 사별 전에는 남편 그늘에서 자신의 존재감을 발견했다면, 사별 후에는 하나님과 일대 일 관계에서 존재감을 발견하며 사역하고 있다. 그러나 나이 들어가는 것에 점점 한계를 느끼며, 하나님과 공동체에 쓸모없는 존재가 될까 두려워 과도하게 사역하려고 하는 자신을 돌아본다. 이제는 하나님과의 관계 속에서 사역과 아이들에 대한 책임을 다해야 하기에 하나님의 뜻을 묻고 또 물으며 나아가고자 한다.

#### (7) 연구 참여자 7

연구 참여자 7은 사별한 지 8년 된 57세 여성이다. 사별 당시 두 딸은 대학생, 중학생이었다. 남편은 8년 전 교회에서 주일 예배를 마친 후 뇌출혈로 쓰러져 80일 만에 사망했다. 남편이 중환자실에 의식 없이 누워있는 동안 연구 참여자 7이 유방암 진단을 받아 급하게 수술을 받았다. 남편은 연구 참여자가 2차 항암치료를 받던 날 사망했다. 큰일이 겹쳐 슬픔인지 뭉치 모를 정도로 정신이 없었지만, 시어머니와 아이들에 대한 책임감으로 하나님을 붙잡고 지탱했다. 5년간 항암치료 중에도 경제적인 어려움으로 직장을 쉴 수가 없었다. 남편이 자녀 교육과 진로 문제를 도왔었는데, 중학교를 졸업한 자신은 도와줄 수 없는 것이 안타까웠다.

연구 참여자 7은 남편 없는 삶에 익숙해지면서 울적한 감정도 커졌으나, 교회에서 누구도 자신을 이해할 수 없을 것 같아 마음의 문을 닫았다. 교회에서 목회자의 관심과 위로를 받지 못하는 것도 아쉬웠다. 그래도 오랫동안 신앙의 동역자인 교인들이 자신을 위해 기도하고 있다는 것을 느낄 때는 큰 힘이 되었다. 외로움에 지쳐 기도할 때면 하나님께서 위로를 주셨다. 연구 참여자 7은 남편이 중환자실에 있을 때 아이들과 시어머니를 책임지겠다고 약속했지만, 이제는 자신의 건강이 염려된다. 불안이 밀려오

면 성경 필사를 하며 불안을 이기고자 한다. 몇 개월 전, 연구 참여자 7은 갑상선암 초기 진단을 받았다. 항암치료를 받아야 하기에 직장을 그만두고, 요양보호사로 체력이 허락하는 만큼만 일하고 있다. 아직 가장 역할을 해야 한다는 해결되지 않은 답답함이 있었는데, 자신의 과도한 책임감에 대해 깨닫게 되고 난 후 하나님께 맡기고 감당할 수 있는 것만 하려고 한다. 사별 후 아쉬움은 있었으나, 하나님을 향한 서운함이나 원망은 없었다. 하나님께서 지금까지 지켜주신 것처럼, 끝까지 지켜주실 것이라는 믿음과 신뢰가 있다.

#### (8) 연구 참여자 8

연구 참여자 8은 사별한 지 3년째인 62세 여성이다. 남편은 신장 질환으로 사망했다. 사별 당시 외동인 아들은 결혼을 앞두고 있었다. 남편은 아내 사랑이 최우선인 사람이어서 사별 후 '내 편'이 없어졌다는 것이 가장 슬펐다. 연구 참여자 8은 30여 년째 미용실을 운영하고 있다. 낮에는 바쁘게 지내지만, 밤에는 홀로 외로움과 공허함에 휩싸인다. 새벽 2-3시에 별떡 눈이 떠지는 날이면 '혼자'라는 생각에 감정이 요동친다. 남편 도움으로 세상에 무서운 것 없이 살았는데, 사별 후 정체성 상실로 삶의 의미를 찾지 못한다.

연구 참여자 8은 남편의 죽음을 보며 '인간이 가진 부요함'이 큰 의미가 없다는 것을 깨달았다. 사별 후, 교회 돌봄을 받지 못해서 스스로 교회 내 호스피스 선교회를 찾았다. 연구 참여자 8은 4년여 교회를 다녔어도 성경을 끝까지 읽어보지 못했는데, 사사기 7장을 읽을 때 하나님께서 300명 용사 쓰시는 것을 보며, 처음으로 하나님과의 관계를 생각해 보게 되었다. 60여 년 굳어진 자신의 여러 모습이 보였고, 하나님의 배려로 지금도 살아가고 있음을 깨달았다. 남편 죽은 후 처음으로 하나님이 살아계심을 알게 된 것이다.

가까운 지인을 통해 연구 참여자 8은 노숙자 사역에 동참하면서, 매주 노숙자들의 식사를 준비하고 그들과 예배드리는 일이 삶의 소중한 일부가 되었다. 1년 전부터는 교회 내 사별자 모임도 참여하고 있다. 모임에서 몸이 불편해 고생하는 사별자가 있으면 찾아가 보살피는데, 서로가 서로에게 위로를 받는다. 사별자들은 서로의 아픔을 공감하면서 존재 자체만으로도 '내 편'을 얻었다는 기쁨을 얻게 된다.

#### (9) 연구 참여자 9

연구 참여자 9는 58세 중년여성으로 사별한 지 25년째이다. 33세 때 사별하였다. 큰아들은 6살, 작은아들은 3살이었다. 남편은 시골 친척 문상을 다녀오던 길에 자동차 사고로 사망했다. 20세 무렵부터 교회를 다녔던 연구 참여자 9는 남편 죽기 전날 하나님이 꿈을 통해 알려주셨는데도, 영적 미숙함으로 남편을 지키지 못했다는 죄책감이

켰다. 남편 시신을 보고 망연자실했던 기억은 있으나, 곁에 있던 아이들에 대한 기억이 전혀 없다. 남편 사망 사흘 후 낫이 나가 있을 때, 남편 영정사진에 있는 꽃이 붉은 십자가가 되어 가슴에 세 번 다가왔던 선명한 기억이 큰 힘이 되어 '하나님의 딸'로 살아가겠다는 용기를 얻었다. 사별 초기, 교회에서 성도들의 인사를 받으면 감사하면서도 힘들고, 모른척하면 무시당하는 것 같아 사람을 피해서 새벽 기도만 갔다. 결국, 1년 후 결혼 전에 다녔던 교회로 옮겼다.

연구 참여자 9는 사별 후 어린아이들만 두고 직장을 가야 했다. 밖에서 문을 잠그고 갔다 돌아오면 아이들의 형편없는 모습에 울음만 나왔다. 작은 김밥집을 할 때는 집 근처로 이사와 함께 교회를 다니며 아이들을 돌봐 준 사촌 언니와 외숙모가 큰 힘이 되었다. 경제적으로는 부족해도 아이들에게 엄마, 아빠의 자리 지켜주는 것을 삶의 목적으로 삼았다. 하나님이 힘이 되었고, 친정엄마가 큰 의지였다. 작은아들에게 수술비가 필요할 때는 돕는 손길을 통해 과부를 돌보시는 하나님의 사랑과 위로에 감격했다. 그러나 자신의 처지가 창피해 전도하지 못했고, 오랜 구역 모임에서도 마음을 열지 못했다. 외롭고 답답한 마음에 교회 밖에 있는 사별자 모임을 찾아가 보기도 했다.

연구 참여자 9는 두 아들 모두 직장에 들어간 후에는 책임을 다했다는 안도감과 함께 공허감도 경험했다. 3년 전 폐경으로 신체적인 변화를 겪을 무렵에 친정어머니를 사별하면서는 심한 우울증세도 나타났다. 의학적으로는 이상 없었으나, 앞이 보이지 않고 몸을 가눌 수 없어서, 1년 넘도록 교회만 겨우 다녔다. 그 과정 가운데 그동안 돌봐 주신 하나님의 사랑을 회상하고 다시 하나님께 주목하게 되었다. 그리고, '하나님의 딸'이라는 정체성을 잊어버리고 자기 모습에만 집중하며, 슬픔에서 헤어나지 못하고 있는 자신을 깨닫게 되었다. 이제는, 하나님께서 사별 후 25년을 지켜주신 것 같이 이후의 삶도 보호해 주실 것이라는 믿음을 붙잡고, 마음도 몸도 조금씩 회복되어 가고 있다.

## 2) 사례 간 주제 분석

본 연구의 분석은 개별 사례에서 규명된 개별적 주제들을 바탕으로 개별적 사례들에 담겨있는 의미를 해석하면서 총 86개의 하위 주제를 일차로 분류하고, 다음은 25개의 하위범주에서 드러난 주제를 다시 7개의 상위범주로 재분류하였다. 7개의 상위범주는 '참담함 속에 떠나보냄', '주체하지 못하는 감정', '무너져 내리는 삶', '살아내기 위한 몸부림', '고통 중에 함께한 고마운 손길', '하나님을 의지하며 나아가는 삶', '하나님 안에서의 소망과 비전'이다. 이를 토대로 나타난 사례 간 주제는 <표 2>와 같다.

〈표 2〉 사례 간 주제 분석

상위범주	하위범주	주제
참담함 속에 떠나보냄	망연자실함	-믿어지지 않는 죽음 -황망하게 떠난 것이 실감 나지 않음 -갑작스러운 죽음에 혼비백산함
	가슴 아픈 이별	-수용은 하지만 이해할 수 없음 -항암치료를 받으며 남편을 떠나보냄 -이별을 준비했으나 그래도 안타깝고 서글픔
	하나님에 대한 원망	-떠나보낼 시간이 주어지지 않음 -교회에 가지 않으며 버틴 김 -생존할 것을 기대했는데 갑작스럽게 떠나감
	자승자박	-전조증상에 지혜롭게 대처하지 못한 죄책감 -이별할 수 있는 환경을 마련해 주지 못한 후회 -영적으로 깨어있지 못했음을 자책함
주체하지 못하는 감정	견디기 힘든 외로움	-광야에 혼자 버려짐 -특별한 우애적 관계를 잃어버림 -정신없는 시간이 지난 후 엄습한 외로움 -버려진 느낌, '혼자'라는 공허함으로 요동치는 감정
	무시로 다가오는 두려움과 불안	-누군가 재산을 빼앗을 것 같아 급히 처분함 -암이 재발병되어 아이들을 책임지지 못할까 봐 두려움 -안전하지 못한 건강으로 불안함
	깊은 수렁의 우울	-무기력으로 치료조차 받으려 가지 못함 -우울감에 빠진 것을 인지하지 못함 -여자의 삶을 포기했으나 노화된 모습이 초라하고 허무함 -폐경과 갱년기로 인해 마주하는 우울감
	홀로 됨의 비참함	-남자 집사 옆에 서 있지만 해도 경계의 존재됨이 슬픔 -교회에서 배우자와 함께 앉던 자리에 앉지 못함 -남편이 없다는 것을 드러내지 않음 -타인에게 슬픈 존재가 됨을 인식함
무너져 내리는 삶	경제적인 무거운 짐	-갑작스럽게 감당해야 하는 가장의 역할 -슬픔보다 먼저 다가온 가장의 무게 -항암치료 중에도 계속해야 하는 직장 생활 -어린이들만 두고 일하러 나가야 하는 현실
	스스로 받은 마음의 상처	-아무에게도 사별의 슬픔을 내색하지 않음 -교회 성도들로부터 스스로 고립함 -사별자에게서 자신의 모습이 보여 사별자를 회피함
	사회적 관계에서의 고립	-남편과 공유한 사회적 관계를 단절함 -관심의 주제가 달라져 친구들과 단절함 -사회적 관계 단절에서 오는 외로움
	숨기고 싶은 약한 모습	-강해져야 하기에 억제하는 슬픈 감정 -리더로서 사별의 슬픔 모습은 믿음의 부족으로 여겨짐 -리더의 역할을 감당하며 사별의 슬픔을 억제함
	무의미하고 방향 없는 삶	-살아가는 것이 아니라 살아내는 삶 -알맹이가 없이 껍질만 사는 것 같은 나날들 -왜 살아가야 하는지 모름

살아내기 위한 몸부림	부담스럽게 감당하는 새로운 역할	-아이들에 대한 책임감으로 자신에게 엄격해짐 -가난해도 부모의 자리를 지켜주어야 한다는 다짐 -아빠와 엄마 역할 모두를 충족 시켜주지 못함 -아이들의 진로지도를 해 주지 못해 미안함
	혼자 견디어야 할 날들	-공유하고 싶었던 미래의 모든 상실로 절망함 -부부 중심의 우애적 관계를 지속하지 못하는 서글픔 -퇴직 후 함께 보낼 노후를 잃어버려 크게 아쉬움
	돌봄과 지지가 필요한 사별자의 삶	-목회자의 돌봄을 받지 못함 -교회 내 사별자 공동체를 찾음 -교회 외부의 사별자 모임을 찾아가감 -사별자 모임이 필요하나 교회가 작아 파벌 짓는 것 같음
고통 중에 함께한 고마운 손길	주변의 관심과 개입	-친지들의 섬세한 돌봄 -40년 지기 친구들의 위로와 관심 -지인들의 적극적인 개입과 위로
	교회 공동체의 돌봄과 위로	-교인들의 끊임없는 중보기도 -가족 같은 구역원들의 기도와 돌봄 -사별자들의 모습을 통해 스스로 지지와 격려 -잃어버렸던 '내 편'을 다시 만남
하나님을 의지하며 나아가는 삶	가려진 나의 모습 발견	-남편의 보조자로 인정받고자 하는 욕구 발견 -쓸모없는 존재가 되는 것에 대한 두려움 -과도한 책임감으로 인한 불안감 -안정과 행복에 대한 욕구 발견
	고난의 의미 발견	-헛되지 않은 남편의 죽음, 그리고 열매 -세상의 '부요함'이 의미 없음을 깨달음 -신앙에만 온전히 의지했던 삶 -하나님의 영광을 위한 삶의 재확인
	다시 세워가는 하나님과의 관계	-결혼 전 주체적으로 하나님과 맺었던 관계를 다시 세워감 -하나님과 일대 일 관계에서 사역자의 삶을 구축함 -하나님 안에서 자신의 존재를 찾음 -'하나님의 딸'이라는 정체성을 다시 확인함
	회복된 관계의 자유로움	-거리낌 없이 과부라는 것을 밝힘 -동료의 말에 상처받지 않음 -힘든 모습이 보여도 괜찮음
하나님 안에서의 소망과 비전	고통 속에도 함께 하실 하나님을 소망함	-큰 슬픔에서 벗어났으나 때때로 엄습하는 우울감 -남편 부재를 체감하며 여전히 고통 중에도 하나님을 의지함 -암 발병의 위기에서 지켜주실 하나님을 의뢰함 -이후의 모든 삶도 보호해주실 하나님을 믿음
	천국에서 재회를 기대함	-하나님을 통해 천국에서 남편 만남을 기대함 -천국에서 남편을 만난다는 소망으로 그리움을 추스름
	새로운 삶으로의 시작과 도전	-위로자가 되는 소망을 가짐 -하나님의 '보조자'로서 남편이 못다 이룬 사역을 이어감 -사별 경험자들을 세심하게 살피고 위로함 -노숙자 섬김을 통해 삶의 의미를 찾아감

### (1) 참담함 속에 떠나보냄

배우자와의 이별은 신앙인 일지라도, 마음 아프고 참담한 경험이다. 남편은 젊고 건강했는데, 어느 날 갑자기 세상을 떠난 것이 믿어지지 않는 연구 참여자 9는 명한 상태로 기억이 끊기는 경험을 했다. 연구 참여자 4는 병원의 선고에도 남편에 대한 희망을 놓을 수 없었다. 남편이 떠난 후에 가족과 이별의 시간을 주지 못했다는 깊은 회한을 경험했다. 연구 참여자 5는 배우자의 투병 생활 내내 희망을 포기하지 않았었다. 가족 모두 최선의 마음으로 이별을 준비했지만, 아쉽고 서글펐다. 연구 참여자 7은 본인이 항암치료를 받던 날 병상에 있던 남편을 떠나보냈다. 사별 초기 경황없던 시간이 지나고 난 후, 복구되는 남편 생각에 가슴이 아프다.

이 사람이 삶을 정리하고 가족들이랑 잘 이별할 수 있는 그런 시간을 갖지 못해서 무척 아쉬웠죠. 딸한테도 그런 시간이 별로 주어지지 않았고요. 사실은 남편이 그걸 할 수 있도록 제가 해 주었어야 하는 건데. 미안하고... 떠나고 나니까 그게 너무 힘들었어요. 후회가 많이 됐죠. (연구 참여자 4)

### (2) 주체하지 못하는 감정

배우자 사별로 연구 참여자들은 외로움, 소외감, 불안, 두려움, 우울, 비참함 등을 경험했다. 연구 참여자 1은 울타리였던 남편의 상실로 광야에 혼자 서있는 것 같은 외로움을 경험한다. 연구 참여자 2는 남편 없이 혼자 세상을 직면하는 것이 두렵고 무섭다. 연구 참여자 3은 중년이 되어 노화된 자기 모습에 우울감을 느낀다. 연구 참여자 4는 사별 직후에 우울감이 심했다. 병원조차 가지 못할 정도로 신체적 기능이 저하됐다.

어른들이 그러시잖아요, 남편은 울타리라고.. 그 말이 진리라는 생각이 들어요. 울타리가 없으니까 그냥 광야에 혼자 버려진 것 같았어요. (연구 참여자 1)

### (3) 무너져 내리는 삶

연구 참여자들은 사별 후 경제적 문제의 현실에 직면한다. 관계에서 위축되고 고립되며, 자신의 정체성도 없어졌다는 생각에 삶이 무의미하고 방향을 잃은 것 같다. 연구 참여자 3은 결혼 전 가장 역할을 했던 친정엄마를 보았으므로, 사별 직후 슬픔을

느끼기도 전에 다가온 것이 '가장'에 대한 두려움이었다. 연구 참여자 1은 아빠 없는 아이들을 보며 어떻게든 살아야 한다고 다짐하면서 슬픈 감정을 마주하지 않고 억압했으나, 한계를 느꼈다. 연구 참여자 7은 사별 경험이 없는 사람은 이해하지 못한다고 생각하여 아무에게도 마음의 문을 열지 못한다. 연구 참여자 2는 남편의 부재가 고통스러워 스스로 고립되며, 사회적 소외감이 심화되었다.

기가 막혔지만, 시어머니와 아이들을 돌보려면 제가 살아야겠다는 생각이 먼저 들었어요. 정신 줄을 꼭 잡아야 한다고 생각하고 정신 바짝 차리려고 했죠. 남편 없이 제가 혼자 감당해야 하는 게 두렵기도 했고...저는 항암치료를 받으면서도 일을 못 쉬었어요. 직장을 계속 다녔죠. (연구 참여자 7)

#### (4) 살아내기 위한 몸부림

배우자 사별로 가족 체계는 변화되고 연구 참여자들은 새로운 역할을 감당해야만 했다. 부부가 함께 꿈꾸었던 미래는 혼자 견디어야 할 날들이 되었다. 연구 참여자 1은 자녀에 대한 책임감으로 자신에게 엄격함을 요구했다. 연구 참여자 2는 남편 없는 미래를 상상해 본 경험이 없으므로 더욱 깊은 절망을 경험한다. 연구 참여자 5는 퇴직 후 남편과 함께 소소한 일상의 행복을 꿈꾸었으나, 노후를 함께 지낼 대상이 없다. 연구 참여자 8은 소속된 교회 목회자의 관심과 위로를 받으면 큰 도움이 될 텐데, 받은 경험이 없는 것이 아쉽다. 연구 참여자들은 상처 입은 마음을 위로받고 싶다.

제가 속해있는 교구 목사님이 힘든 마음을 위로해 주거나 관심을 가지고 물어봐 주신다거나 그런 게 전혀 없었어요. 목사님들이 일일이 신경을 못 쓰는 것 같아요. 구역에서도 마찬가지로요. 사별자가 얼마나 힘들고 외로운지 관심이 없어요. 주일에도 그냥 혼자 교회에 왔다가 가고 그랬어요. 그런데 어느 날 교회 로비에서 호스피스 회원을 모집한다는 안내를 봤거든요.. 거기 가면 나 같은 사람들이 있겠다는 생각이 들었죠. 그래서 제 발로 찾아갔어요. (연구 참여자 8)

#### (5) 고통 중에 함께한 고마운 손길

연구 참여자들에게 가까운 지인들의 따뜻한 돌봄이 위로와 지지가 되었고, 구역원, 교인, 공동체 회원들이 함께 기도하며 도와준 것이 큰 위로와 영적인 지지가 되었다.

연구 참여자 2는 교회 리더로서 교회에서는 슬픔을 억제했는데, 오랜 친구들의 위로와 관심이 자신을 살렸다고 생각한다. 연구 참여자 9는 어린아이들과 살길이 막막할 때, 친지의 세밀한 돌봄을 통해 현실적인 도움을 받았고, 심리적인 어려움도 추스를 수 있었다. 연구 참여자 3은 어려운 시기를 지나는데 구역원들의 기도가 큰 위로가 되었다.

오랫동안 같이 신앙생활 했던 권사님들과 집사님들은 제가 혼자되는 걸 다 보신 분들이예요. 그분들이 언니처럼, 동생처럼 저희 가정을 위해 항상 기도해 주세요. 그 기도에 많이 의지했어요. (연구 참여자 3)

#### (6) 하나님을 의지하며 나아가는 삶

연구 참여자들은 하나님과의 관계에서 숨겨진 자신의 발견을 통해 하나님과의 관계를 다시 세워갔다. 연구 참여자 2는 자신의 정체성이 남편을 ‘돕는 자’에 머물러 있었음을 발견했다. 연구 참여자 8은 사별 후 인간의 ‘부요함’에 대한 의미가 변화되었음을 깨달았다. 연구 참여자 3은 사별 직후부터 남편이 없다는 것을 밝히기 꺼렸는데, 이제는 하나님을 더욱 의지하며 남편의 부재를 밝히는 것에 거리낌이 없다. 연구 참여자 5는 완벽해야 한다는 마음에 수평적 관계에 남편의 투병 생활을 밝히지 않았었는데, 사별 후 자신의 정체성을 더욱 확고히 하면서 수평적 관계에서도 자유로움을 느낀다. 연구 참여자들은 하나님과의 관계에서 자신을 재확인하며 수평적 관계에서도 자유로워져 간다.

남편이 8년 병원에 있는 동안 동료들한테 일체 비밀로 했어요. 다른 사람한테 몇몇지 못한 모습 보이는 게 싫죠. 남편이 죽은 후 자격지심이 들까 봐 하나님을 더 꼭 붙잡았어요. 상처받는 말을 듣기도 하지만, 이제는 제가 상처를 받지 않으니까 사람들 대하는 게 이전보다 편하죠. (연구 참여자 5)

#### (7) 하나님 안에서의 소망과 비전

연구 참여자들은 사별의 고통 가운데에도 함께 하실 하나님을 바라보고 소망한다. 연구 참여자 1은 생명의 주인이신 하나님 안에서 천국에서 남편과 재회할 날을 기대하며 산다. 연구 참여자 8은 노숙인들을 섬기는 사역을 통해 잃어버렸던 삶의 의미를 발견하기 시작했다. 연구 참여자 3은 사별자들에게 먼저 다가가 세심하게 살피고 위로

하며 기쁨을 얻는다. 연구 참여자 2는 남편의 조력자에서 하나님의 사명자로 남편이 못다 한 사역을 이루어 간다.

내가 장로가 됐잖아요. 남편이 못다 한 일을 함께 공유한다는 사명감이 있어요. 그러나 이제는 남편의 보조자가 아니죠. 하나님의 보조자로 남편이 못다 한 사역을 함께 해 나가는 것 같아요. (연구 참여자 2)

### III. 닫는 글

#### 1. 논의 및 결론

##### 1) 논의

본 연구 분석을 바탕으로 주제 86개, 하위범주 25개, 상위범주 7개를 도출하였다. 상위범주 7개는 ‘참담함 속에 떠나보냄’, ‘주체하지 못하는 감정’, ‘무너져 내리는 삶’, ‘살아내기 위한 몸부림’, ‘고통 중에 함께한 고마운 손길’, ‘하나님을 의지하며 나아가는 삶’, ‘하나님 안에서의 소망과 비전’으로 분석되었다. 상위범주 7개를 시간의 흐름에 따라 ‘상실 경험’, ‘상실의 적응과 수용 과정’, ‘회복해 가는 삶’으로 분류하였다. 그리고 상실 적응과 수용 과정에 도움이 된 요인을 살펴보았다. 본 연구의 결과를 중심으로 배우자 상실 경험에 관한 논의는 다음과 같다.

##### (1) 상실 경험에 대한 논의

연구 참여자들은 배우자 상실 후 상위 범주 7개 가운데 ‘참담함 속에서 떠나보냄’의 경험을 하며, 다음 네 가지로 구분 지을 수 있다. 첫째, 강하고 짧았던 남편의 갑작스러운 죽음을 경험한 연구 참여자 세 명은 현실감을 상실하고, 멍한 상태에서 기억이 단절되고, 눈물조차 나오지 않는 충격 반응을 보였다. 예측하지 못한 상황에서 직면하는 갑작스러운 사별의 경우에는 죽음 자체가 실감 나지 않고 받아들이기 힘들어서 더욱 충격을 크게 경험하게 된다(김희현, 2016; Anderson & Mitchell, 2004).

둘째, 오랜 세월 부부로 살았던 배우자와의 이별은 신앙을 가진 사람일지라도 가슴 아프고 참담한 경험이다. 암 선고와 긴 투병, 의식 없는 상태 등으로 죽음을 예상할 수 있었으나, 하나님의 뜻을 이해할 수 없는 것이 고통스러웠다. 죽음으로 인한 상실은 예견된 것이던, 아니던 고통스러운 경험이다. 예견된 상실은 상실이 발생하기 전에

또 다른 중요한 슬픔을 수반할 가능성이 있고, 잃어버릴지도 모르는 사람에게 고통을 표현하는 시간이 될 수 있다(Anderson & Mitchell, 2004).

셋째, 연구 참여자들은 극심한 고통 앞에서 신앙적 혼란을 경험했다. 하나님께서 왜 남편의 죽음을 허락하셨는지 이해되지 않아서 하나님을 원망했다. 사랑하는 사람을 상실하면 하나님에 대한 분노, 삶에 대한 회의, 세상을 향한 억울함이 더 많이 나타날 수 있다는 김희선(2017)의 연구와 일치한다. 연구 참여자들은 교회 출석을 중단하기도 했고, 내면의 슬픔과 고통이 하나님을 향한 직접적인 원망으로 분출되는 과정을 경험했다.

넷째, 연구 참여자들은 남편 죽음의 원인을 자신에게 돌리며 깊이 괴로워했다. 인간의 생사회복은 하나님의 주권이라는 신앙의 절대성을 고백하면서도, 스스로 지혜롭지 못했다고 자책한다. 갑작스럽게 남편과 사별한 연구 참여자는 하나님께서 꿈을 통해 알려주셨으나, 하나님의 뜻을 알지 못한 '영적 미숙함'에 대해 자기를 비난하는 양상을 보인다. 이것은 자기 비난, 죄책감, 사별자가 통제할 수 없는 것에 대해 죄의식을 느낄 때 나타나는 것이며, 사별자가 경험하는 슬픔의 정상적인 정서 가운데 하나이다(Graham, 1991). 이들이 경험하는 죄책감은 자신의 슬픔을 제어하지 못한다는 무력감에서 기인한 정서적 반응으로 파악될 수 있다.

## (2) 상실의 적응과 수용 과정에 대한 논의

연구 참여자들이 배우자 상실 경험 가운데 적응하고 수용해 가는 과정은 상위 범주에서 '주체하지 못하는 감정' '무너져 내리는 삶' '살아내기 위한 몸부림' 세 주제로 나타났다. 첫째, 연구 참여자들은 외로움, 불안, 참담함, 죄책감, 우울, 비참함 등 주체하기 힘든 감정을 경험했다. 텅 빈 것 같은 적막감과 공허함, 그리고 '혼자' 남겨졌다는 외로움인데, 외로움은 사별 후 가장 보편적으로 나타나는 정서로서 견디기 힘든 것으로 보고되었다. 중년기는 부부 관계에서 동반자 의식을 강하게 느끼고 친밀감이 증대되는 시기이므로(김선영, 1991; Atchley, 1994), 연구 참여자들에게는 외로움이 더 크게 다가왔다. 또한, 가장의 부재로 가정을 책임져야 한다는 부담은 미래에 대한 걱정과 불안으로 다가왔다(김희선, 2017). 연구 참여자들은 깊은 수렁의 우울을 경험했다. 사별 초기 깊은 우울감으로 신체 기능 저하, 무기력, 일상생활의 어려움을 겪기도 했고, 의식적으로 억압했던 우울은 시간이 지나면서 지연된 사별 슬픔으로 나타나기도 했다(Worden, 1991). Gannon(1998)은 폐경기 여성 가운데 우울증이나 신경과민 증상이 나타나기도 하는데, 이러한 증상 대부분은 다양한 상황적 요인과 밀접한 관련이 있다고 설명했다.

둘째, 남편을 잃은 여성들은 감정적으로만 힘든 것이 아니라, 삶 자체가 크게 흔들

리고 무너지는 경험을 했다. 예견된 죽음이나, 갑작스러운 죽음이나 연구 참여자들은 남편의 빈자리를 감당해야 하는 불안하고 두려운 현실적 상황에 대처해야만 했다. 이것은 배우자 상실 이후 중년기 여성의 불안에 영향을 미치는 것이 경제적 기반, 자녀 양육, 직업 유무 등 현실적인 문제들에 연결되어 있다는 양준석(2017)의 연구와 맥을 같이한다. 연구 참여자들은 스스로 초라해지는 것을 경험하지만, 자신의 약한 모습을 드러내지 않으려고 했다. 이는 여성은 배우자의 죽음을 '자기 존재의 한 부분 상실'로 인식하여 자존감 저하와 심층적 우울감을 보인다는 Stroebe & Stroebe(1987)의 이론적 함의와 맥을 같이 한다. 아내라는 역할 상실은 자신감, 통제감 등에 부정적 영향을 미칠 수 있고, 자아 개념이나 정체감에 변화가 오기도 한다(최희정, 1997). 연구 참여자들은 남편이 죽음으로서 정체성 상실과 삶의 방향을 잃어버리는 경험을 했다.

셋째, 연구 참여자들은 배우자 달라진 환경 속에서 새로운 역할 부담을 감당하며 살아내기 위해 몸부림치는 경험을 했다. 경제적 어려움은 어렵게 해결해 갔지만, 자녀의 정서적 부분이나 남편이 해 주던 기능적 역할을 채워주지 못했다. 이는 배우자 상실이 단순히 특정 가족원의 부재뿐 아니라 경제적, 정서적, 사회적 관계 체계의 상실이 동시에 야기된다는 양준석(2017)의 연구와 시사하는 바가 같다. 특히, 중년여성은 배우자와의 상호작용과 정서적 관계가 삶의 중심이므로, 그 단절은 더 큰 상실로 나타난다(김선영, 1991). 연구 참여자들은 자신의 정체성과 미래의 꿈을 잃어버리고 허탈감과 정신적 고통을 경험했다. 상실은 자신의 정체성과 연관된다. 그러므로 기대와 꿈을 잃고 경험하게 되는 아픔이며 고통의 흔적이다(문종원, 2012).

### (3) 회복해 가는 삶에 대한 논의

연구 대상자들이 애도 과정 중에 경험하는 하나님과의 관계와 배우자 상실 이후 정체성, 삶의 목적에 대한 변화는 '하나님을 의지하며 나아가는 삶', '하나님 안에서의 소망과 비전'의 두 주제로 규명된다. 첫째, 연구 참여자들은 '하나님을 의지하며 나아가는 삶'을 살아갔다. 하나님과의 관계 안에서 자신을 새롭게 직면하고, 고통의 의미를 깨달으며, 정체성을 세워나가고 마음의 동기를 마주했다. 연구 참여자들의 회복 과정에서 경험은 김복순(2023)의 연구와 맥을 같이한다. 연구 참여자들은 배우자의 죽음을 통해 이전의 가치관이 무너지고, 신앙 안에서만 삶의 의미를 발견하게 되었다. 고통 속에서 고난의 의미를 발견하며, 중요하게 여겼던 부요함이 큰 의미가 없다는 것을 깨닫고, 삶의 가치관과 중요도가 변화되었다. 결혼 전에는 주체적으로 자신의 신앙을 가졌었으나, 결혼 후 남편에게 의존했던 것을 생각하게 된 후, 다시 하나님과 직접적인 관계를 세워가고 있다. 사별 직후 '하나님의 딸'이라는 정체성을 붙잡았지만, 어느 순간 정체성이 희미해졌던 참여자는 정체성을 재확인하고 우울 속에서도 조금씩 회복으

로 나아갔다. Tripp(2019)은 고난 중에는 정체성의 혼란을 겪지만, '하나님의 자녀'라는 본질적 정체성의 재정립은 회복의 핵심임을 강조했다. 연구 참여자들은 정체성의 회복으로 수평적 관계에서도 자유로움을 경험하고 있다.

둘째, 연구 참여자들은 '하나님 안에서의 소망과 비전'을 통해 고통 가운데에도 함께 하실 하나님을 소망하며 살아갔다. 그리움과 슬픔은 여전히 남아 있지만, 동행하실 하나님을 의지하고 믿음으로 견디고 있었다. 사랑하는 남편을 천국에서 재회할 수 있다는 소망은 삶을 지탱하는 힘이 되었다. 신국원(2005)에 따르면 '이미'와 '아직'의 시대를 살아가는 성도들은 상실의 아픔 속에서도 그리스도 구속의 은총을 통해 천국 소망의 새로운 비전을 발견하게 된다. 남편 사별 후 장로가 된 연구 참여자는 하나님의 '보조자'로 살아가고 있지만, 어려운 일을 만나면 남편에게도 도움을 청하며 남편이 못다 한 사역을 함께 공유한다. 이것은 세상에서 고인과의 관계를 끊은 것이 아니며, 삶 속에서 고인을 위한 내적 공간을 마련하고 고인과 연결감을 유지하는 것을 의미한다. 이는 Worden(2016)의 애도 과정 마지막 과제인 '고인의 감정적 재배치와 삶을 함께 살아가기'와 일치한다. 또한, 연구 참여자들은 상실 경험을 다른 사별자를 돕는 힘으로 전환하며, 섬김을 통해 소망을 발견하고, 비전의 삶으로 도전해 가고 있다. 사별자들의 경험은 고통이 신앙 안에서 소망과 사명의 삶으로 이어질 수 있음을 보여준다. 이는 기독교 중년여성들이 신앙적 승화를 통해 외로움이 회복되고, 하나님과 이웃을 향해 새로운 소명 중심적인 삶으로 전환된다는 구은희(2018)의 연구 결과와 맥을 같이한다.

#### (4) 상실 적응 및 수용의 도움 요인에 대한 논의

상실 적응 및 수용 과정에 결정적 기여를 한 요인 분석 결과, '주변의 지지와 관심, 교회 공동체의 위로와 돌봄', '소명 의식, 하나님의 위로와 돌보심'으로 도출되었다. 첫째, 주변의 지지와 관심 및 교회 공동체의 위로와 돌봄이 상실의 슬픔과 적응, 수용에 도움이 되었다. 연구 참여자들은 사별 후 지인들의 따뜻하고 세심한 배려로 힘을 얻었다. 특히, 교회 리더로서 슬픔을 억제해야 했던 사별자에게, 오랜 친구들의 관심과 위로는 회복의 결정적 자원이 되었다. 어린 자녀 양육의 막막한 현실에서, 친지들의 구체적인 도움은 현실의 벽을 낮추고, 심리적 어려움을 추스르는데도 크게 기여했다. 연구 참여자들은 사별자 모임을 통해 타인의 모습에서 과거의 자신을 볼 수 있었다. 사별 후 '내 편'을 잃었다는 상실감은, 사별자 모임 내의 공감대를 형성하며 잃어버렸던 서로의 지지자원이 되어주었다. 상실은 혼자서 마주해야 하지만, 또한 공통의 경험이므로 연대감을 형성한다. 이는 연구 참여자들의 경험이 Sittser(2003)가 언급한 상처 입은 자들의 공동체이지만, 또한 회복의 공동체로 기능한다는 것을 시사한다. 박재표(2012)는 사별 가족의 고통은 공동체의 문제라는 견해이며, 교회가 사별자에 대해 보

다 체계적이고 전문적인 관심을 가져야 할 것을 강조했다.

둘째, 소명 의식과 하나님의 위로와 돌보심의 경험이다. 사별자들은 자녀 양육에 대한 책임감으로 중압감을 느꼈으나, 한편으로는 자녀에 대한 소명 의식이 고난을 견뎌 내는 자원이 되었다. 홀로 자녀들을 책임져야 한다는 절박함으로 스스로에게 엄격함을 적용했다. 연구 참여자들은 고난 중에 함께 하시는 하나님을 경험했다. 영적 침체와 신체적 기능 저하로 아무것도 할 수 없고, 남편의 죽음이 이해되지 않아 하나님을 원망하면서도 끊임없이 교회로 발길을 옮기고, 하나님 안에 머물렀다. 그리고 형용할 수 없는 고통 속에서도 하나님을 주시할 때 마음에 주어지는 평안을 경험했고, 일용할 양식을 공급하시는 하나님을 의지하고 매일매일을 견디었다. 김규보(2019)는 고통 중에 부르짖는 애통함을 치료적 부르짖음으로 정의하고, 이것은 하나님 앞에 지극히 신앙적 행위임을 강조했다. 하나님은 연구 참여자들이 갑작스럽게 배우자를 잃고 홀로 남겨진 채 힘든 삶의 고비를 지날 때마다, 주변을 통해 사별자들을 세심하게 돌보시고 위로해 주셨다.

## 2) 결론

본 연구의 분석 결과 주제 86개, 하위범주 25개, 상위범주 7개가 도출되었다. 상위범주 7개는 ‘참담함 속에 떠나보냄’, ‘주체하지 못하는 감정’, ‘무너져 내리는 삶’, ‘살아내기 위한 몸부림’, ‘고통 중에 함께한 고마운 손길’, ‘하나님을 의지하며 나아가는 삶’, 그리고 ‘하나님 안에서의 소망과 비전’으로 분석되었다.

본 연구의 결과를 중심으로 한 논의에서는 상위범주 7개를 시간의 흐름에 따라 ‘상실 경험’, ‘상실의 적응과 수용 과정’, ‘회복해 가는 삶’으로 분류하였다. 상실 적응과 수용 과정에 영향을 미친 요인은 ‘주변의 지지와 관심’, ‘교회 공동체의 위로와 돌봄’으로 정리되었다. 또한, 연구 참여자들은 사별 직후부터 어린 자녀에 대한 책임감으로 중압감을 느끼면서도 자녀에 대한 ‘소명 의식’이 고난의 과정을 견딜 수 있는 큰 자원으로 작용하는 것으로 나타났다. 그리고, 사별의 순간부터 회복의 모든 과정에는 고난 가운데 함께하시며 ‘하나님의 백성’을 긍휼히 여기시는 ‘하나님의 위로와 돌보심’이 있었다.

상실의 슬픔과 고통은 ‘이미’와 ‘아직’의 시대를 살아가는 하나님의 자녀들이 마주할 수밖에 없는 불가피한 삶의 일부분이다. 본 연구의 참여자들에게 상실의 슬픔은 여전히 남아 있으나, 참여자들은 고통에만 함몰되지 않고 개인과 관계 그리고 영적인 전 영역에서 하나님과 이웃을 향한 새로운 소명 중심의 삶으로 변모되어 가는 과정을 나타냈다.

본 연구 결과는 다음과 같은 측면에서 의의가 있다. 첫째, 기존 연구에서 비기독교인 또는 기독교인과 혼합된 연구가 주를 이루었는데, 본 연구는 연구 참여자 9명 모두 기독교인 중년여성으로, 기독교 상담관점에서 배우자 상실 경험을 탐구한 것이다. 둘째, 기독교 중년여성의 구체적 사별 경험을 심층적으로 고찰하여 상담에서 실질적 통찰을 제공하는데 기초 자료가 될 수 있다. 셋째, 연구 참여자들이 상실로 인해 초래되는 고통의 문제를 기독교 세계관적 관점에서 재해석함으로써, 고난 속에서도 상처 입은 치유자로 나아가는 회복의 긍정적인 측면에 주목했다.

본 연구는 이와 같은 의의가 있으나, 사별 기간이 3-25년으로 범위가 넓었고, 연구 참여자 3명은 갑작스러운 사별을 경험한 사례였다. 이에 본 연구가 내포하고 있는 한계점, 연구 결과, 논의를 바탕으로 하여 다음과 같이 제언한다.

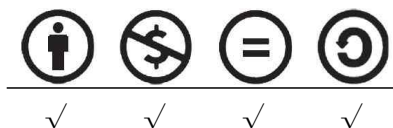
## 2. 제언

첫째, 본 연구는 참여자의 사별 기간에 한계를 두지 않아 경험의 다양성은 확보하였으나, 사별 기간이 긴 경우 회고적 기억에 의존하거나 중년기 관점에서 재해석이 개입될 가능성이 있다. 또한, 예견된 상실과 예견되지 못한 상실에서 기인하는 고통의 문제를 통합적으로 고찰함으로써, 경험의 차이를 정교하게 반영하지 못한 한계가 있다. 따라서, 사별 유형과 기간을 구체적으로 세분화한 심층적인 후속 연구를 제언한다. 둘째, 본 연구에서는 사별자가 고통 속에서 정체성을 재확인하고 하나님과의 수직적 관계 및 이웃과의 수평적 관계를 회복하는 과정을 확인하였다. 이러한 결과를 바탕으로, 기독교 상담 현장에서는 사별자가 자신의 고통을 하나님 나라의 이야기 안에서 재구성할 수 있도록 기독교 세계관적 상담 개입 전략을 수립할 필요가 있다. 셋째, 연구 참여자들은 교회 내 돌봄 체계의 부재를 호소했다. 이를 개선하기 위해 교회 내 사별자 모임의 활성화 방안 마련과 목회자 및 성도를 대상으로 한 애도 교육 프로그램의 필요성을 제언한다.

•논문 투고일: 2026년 02월 06일

•논문 수정일: 2026년 03월 05일

•게재 확정일: 2026년 03월 11일



## 【참고문헌】

- 강용원 (2009). 통전적 기독교죽음상담을 위한 시론. **복음과 상담**, 12, 9-39. <https://doi.org/10.17841/jocag.2009.12..9>
- 강인 (1998). 중년기 여성이 경험하는 배우자 사별 스트레스와 적응. 이화여자대학교 박사학위논문.
- 구은희 (2018). 사별 기독교 여성의 외로움 경험에 관한 내러티브 탐구. 평택대학교 박사학위논문.
- 김규보 (2019). 트라우마 치유를 위한 그리스도 닮음의 실천적 함의. **성경과 신학**, 90, 99-139. <https://doi.org/10.17156/BT.90.04>
- 김복순 (2023). 기독교 중년 여성의 배우자 사별 위기 경험. 아신대학교 박사학위논문.
- 김선영 (1991). 미망인의 가족 스트레스와 적응과정에 관한 연구. 연세대학교 박사학위논문.
- 김준 (2014). 불안과 기독교 상담: 성경적 인지행동 접근. **성경과 신학**, 71, 85-109.
- 김진영 (2010). 애도 과정의 목회상담적 이해. **목회와 상담**, 15, 122-149. <http://doi.org/10.23905/kspcc.15..201011.005>
- 김희선 (2017). 배우자 사별 상실에 대한 심리적 변화와 기독교 상담 방안. 성결대학교 박사학위논문.
- 김희현 (2016). 갑작스러운 사별을 경험한 가족원의 적응과정. 인제대학교 박사학위논문.
- 문종원 (2012). **상실과 슬픔의 치유**. 성바오로딸수도회.
- 박재표 (2012). 로렘나무 전인 치유 학교를 통한 사별 가족 돌봄. 장로신학대학교 박사학위논문.
- 신국원 (2005). **니고데모의 안경**. IVP.
- 안경승 (2014). 상실로 인한 슬픔 이해하기. **복음과 상담**, 22(2), 9-40. <https://doi.org/10.17841/jocag.2014.22.2.9>
- 안영란 (2006). 배우자 사별 여성을 위한 개별적 사별 중재 프로그램의 개발과 효과. 카톨릭대학교 박사학위논문.
- 양준석 (2017). 중년여성의 역경 후 성장과 애도프로그램 효과. 한림대학교 박사학위논문.
- 오순자 (2001). 사별 당한 자를 위한 목회적 돌봄에 관한 연구. 한남대학교 석사학위논문.

- 우영미 (2020). *기독교 중년여성의 상실 경험에 관한 질적 사례연구: 기독교 상담 접근*. 충신대학교 박사학위논문.
- 이윤주, 조계화, 이현지 (2007). 사별에 관한 최근 연구 동향 분석. *상담학연구*, 8(3), 839-857. <https://doi.org/10.15703/kjc.8.3.200709.839>
- 이인혜 (2013). *배우자를 사별하고 홀로 살아가는 남성 노인의 경험과 노후에 대한 인식*. 서울기독교대학교 박사학위논문.
- 이창규 (2017). 사별의 슬픔에 대한 현상학적 이해와 신앙공동체를 통한 목회 돌봄과 상담. *신학과 실천* 53, 305-336. <http://dx.doi.org/10.14387/jkspth.2017.53.305>
- 임선희, 이미영, 김정민 (2013). 중년기 배우자 사별 여성을 위한 애도 인지행동치료 프로그램 개발 및 효과. *인지행동치료*, 13, 173-191.
- 전미영 (2000). 가족사별 후 슬픔 경험, 가족의 강인성 및 관리 차원과의 관계. *대한간호학회지*, 30(6), 1569-1579. <https://doi.org/10.4040/jkan.2000.30.6.1569>
- 차유림 (2014). 사별 가족 연구 동향 분석: 1994년부터 2013년 상반기까지. *한국호스피스·완화의료학회지*, 17(3), 134-141. <https://doi.org/10.14475/kjhpc.2014.17.3.134>
- 최예주 (2014). *사별을 경험하는 사람들을 위한 기독교상담자의 역할*. 계명대학교 석사학위논문.
- 최희정 (1997). *배우자와의 사별로 인한 스트레스 및 사회적 지지가 우울감에 미치는 영향: 성년 및 중년기 여성을 중심으로*. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 한동우 (2015). *사별 상실 경험자들을 위한 목회 돌봄과 죽음준비 교육에 관한 연구*. 호남신학대학교 박사학위논문.
- 홍구화 (2010). 상실로 인한 슬픔에 대한 효과적인 위로 사역. *한국기독교 신학논총*, 67, 319-341.
- Anderson, H., & Mitchell, K. R. (2004). *상실과 슬픔의 치유* (김형준, 윤혜원 역, *All our losses all our griefs*). 상담과 치유. (원전 1983 출판).
- Atchley, R. C. (1994). *Social forces & aging: An introduction to social gerontology* (7th ed.). Wadsworth.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss, sadness and depression*. Basic Books.
- Creswell, J. W. (2013). *질적 연구방법론: 다섯 가지 접근* (3판) (조홍식, 정선옥, 김

- 진숙, 권지성 역, *Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches*). 학지사. (원전 2013 출판).
- Cummings, S. H. (2002). Predictors of psychological well-being among assisted living residents. *Health and Social Work, 27*(4), 293-302. <https://doi.org/10.1093/hsw/27.4.293>
- DeSpelder, L. A., & Strickland, A. L. (1999). *The last dance: Encountering death and dying* (5th ed.). Mayfield.
- Gannon, L. (1998). Menopause. In H. S. Friedman (Ed.), *Encyclopedia of mental health* (Vol. 2, pp. 635-645). Academic Press.
- Goheen, M. W., & Bartholomew, C. G. (2011). **세계관은 이야기다** (윤종석 역, *Living at the crossroads*). IVP. (원전 2008 출판).
- Graham, B. (1987). **죽음 그 이후** (지상우 역, *Facing death and the life after*). 크리스천 다이제스트. (원전 1987 출판).
- Hoekema, A. A. (1999). **개혁주의 인간론** (류호준 역, *Created in God's image*). 기독교문서선교회. (원전 1982 출판).
- Kato, P. N., & Mann, T. A. (1999). A synthesis of psychological interventions for the bereaved. *Clinical Psychology Review, 19*(3), 275-296. [https://doi.org/10.1016/S0272-7358\(98\)00064-6](https://doi.org/10.1016/S0272-7358(98)00064-6)
- Klass, D., Silverman, P. R., & Nickman, S. L. (Eds.) (1996). *Continuing bonds: New understandings of grief*. Taylor & Francis.
- Kübler-Ross, E., & Kessler, D. (2008). **상실수업** (김소향 역, *On grief and grieving*). 이레. (원전 2005 출판).
- Lewis, C. S. (2004). **헤아려본 슬픔** (강유나 역, *A grief observed*). 흥성사. (원전 1961 출판).
- McNally, J. W. (2003). Health, widowhood, and family support in the North and South Pacific: A comparative study. *Journal of Women & Aging, 15*(2-3), 29-47. [https://doi.org/10.1300/J074v15n02\\_04](https://doi.org/10.1300/J074v15n02_04)
- Parkes, C. M. (1997). Bereavement: What most people should know. In J. D. Morgan (Ed.), *Readings in thanatology* (pp. 165-175). Baywood.
- Powlison, D. (2009). **성경적 관점으로 본 상담과 사람** (김준 역, *Seeing with New Eyes*). 그리심. (원전 2003 출판).
- Sittser, G. L. (2003). **하나님 앞에서 울다** (이현우 역, *A grace disguised*). 좋은씨

- 앗. (원전 1996 출판).
- Stroebe, W., & Stroebe, M. S. (1987). *Bereavement and health: The psychological and physical consequences of partner loss*. Cambridge University Press.
- Stroebe, M. S., & Stroebe, W., & Schut, H. (2010). The dual process model of coping with bereavement: A decade on. *Omega: Journal of Death and Dying, 61*(4), 273-289. <https://doi.org/10.2190/OM.61.4.b>
- Switzer, K. D. (2011). **모든 상실에 대한 치유, 애도** (최혜란 역, *The dynamics of grief*). 학지사. (원전 1970 출판).
- Tripp, P. D. (2002). **영혼을 살리는 말 영혼을 죽이는 말** (윤홍식 역, *The war of words*). 디모테. (원전 1996 출판).
- Tripp, P. D. (2019). **고난** (조계광 역, *Suffering*). 생명의말씀사. (원전 2018 출판).
- Weiss, R. S. (1988). Loss and recovery. *Journal of Social Issues, 44*(3), 37-52. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1988.tb02075.x>
- Welch, E. T. (2015). **우울증: 하나님 대체 어디 계세요?** (지영옥, 김은덕 역, *Depression: A stubborn darkness-Light for the path*). 두란노. (원전 2004 출판).
- Worden, W. J. (1991). *Grief counseling and grief therapy. A handbook for the mental health practitioner* (2nd ed.). Springer.
- Worden, W. J. (2016). **유족의 사별 애도 상담과 치료** (이범수 역, *Grief counseling and grief therapy*). 해조음. (원전 2002 출판).

**[Abstract]**

## **A Christian Counseling Case Study on the Spousal Bereavement Experience of Middle-Aged Women's**

**Woo, Young Mi\***

This qualitative case study explores the spousal bereavement experiences of Christian middle-aged women from a Christian perspective. The purpose of this study is to provide practical insights for the field of Christian counseling by profoundly investigating the processes of spousal loss and subsequent recovery. Furthermore, it seeks to contribute to developing effective measures for Christian care within the church community. For this study, nine Christian middle-aged women who had experienced the loss of a spouse were selected as participants for in-depth interviews. Data were analyzed using Creswell's (2013) qualitative case study methodology. The analysis yielded 86 themes, 25 sub-categories and 7 upper-categories reflecting the meanings of individual loss, adaptation, and faith-based recovery. The seven upper-categories include: 'Parting in misery', 'Uncontrollable emotions', 'A crumbling life', 'Struggling to survive', 'Grateful hands amidst suffering', 'A life moving forward by relying on God', and 'Hope and vision in God.' Based on these findings, the study suggests: first, the necessity of follow-up research based on bereavement types and durations, second, support measures in Christian counseling reflecting a Christian worldview, and third, the activation of bereavement support groups within the church and the need for grief education programs for pastors and congregants.

**Key words:** Spousal bereavement, Christian middle-aged women, Christian counseling, Suffering, Mourning

---

\* Peacemaker Counseling Center / Counselor