

## A. A. 참여자의 경험: 제9단계 실천을 중심으로\*

김 나 래<sup>†</sup>

조 성 희

백석대학교 상담대학원 중독상담학과

본 연구의 목적은 A.A. 12단계를 실천하는 알코올사용장애자의 제9단계 경험의 본질을 살펴보는 것이다. 이를 위해 A.A.에 참여하며 10년 이상 단주를 유지하고 있는 알코올사용장애자 10명을 선정하여 심층 면담으로 자료를 수집하였다. 수집된 자료는 Colaizzi의 현상학적 방법을 이용하여 분석하였으며 190개 의미단위, 55개 주제, 20개 주제군이 도출되었다. 주제군은 '병든 상태로 중독에 빠짐', '살기 위해서 A.A.에 몰입함', 'A.A.에서 사랑과 신뢰와 희망을 경험함', '재발에 대한 두려움과 새로운 삶에 대한 희망으로 보상의 필요성을 느낌', '보상을 해야 한다는 사실에 분노와 두려움을 느끼며 뒤로 미룸', '못 다한 보상으로 인하여 과거에 얽매임', '보상이 모든 문제를 해결하지는 못 함을 깨달음', '제9단계를 실천하며 그릇된 자만심에 빠지지 않도록 경계함', '겸손한 태도로 나의 잘못에만 집중함', '마음을 짓누르고 있던 원한과 죄책감이 걷혀지고, 내면에 빛이 들어 옴', '세상에 융화되어 함께 살아가는 태도로 변화함', '내가 저지른 잘못을 정확하게 알게 됨', '나와 타인에게 떳떳하고 당당해짐', '기도로 간청하는 중에 용서를 체험하고 신을 만남', '나를 먼저 낮춤으로써 역으로 존중받음', '나의 변화를 느낀 가족이 찾아 왔던 고통을 쏟아내는 것을 경험함', '가족과의 사이에 벽이 허물어지며 관계가 깊어짐', '보상은 결코 완료할 수 없음을 느낌', '끊임없이 잘못을 시인하고 수정해 나감', '회복의 깊이만큼 보상이 확장되고 성숙해져 감' 등이다. 본 연구 결과는 제9단계 경험의 본질로서 중독치료 현장에서 내담자를 이해하는데 실제적으로 활용될 수 있는 자료가 된다는 점에 연구의 의의가 있다.

주요어 : 알코올사용장애, 제9단계, 보상, 현상학적 연구

\* 본 논문은 연구자의 석사학위 논문에서 발췌하였음.

†교신저자(Corresponding Author) : 김나래, 백석대학교 대학원 중독상담학과, (06695) 서울시 서초구 방배로9

길 15 E-mail: nrk86@naver.com



Copyright ©2022, The Korean Addiction Psychological Association

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

술을 적당히 마시는 것은 정신을 유쾌하게 하고 긴장을 완화시키는 등 대인 관계를 원활하게 해주는 긍정적인 효과를 가져오기도 하지만, 적정량을 넘어서 사용하게 되면 일시적으로는 돌발적인 행동, 판단력 상실 등의 부적응을 보이고 음주가 장기적으로 지속될 경우 알코올에 의존성이 생겨 중독 상태에 빠지게 된다. 일반적으로 우리 사회에서는 알코올 중독이라는 용어가 익숙하지만, DSM-5에 등재된 알코올 관련 장애의 정식 명칭은 알코올사용장애이며 이는 술로 인해 전반적인 생활을 정상적으로 꾸려 나가지 못 하는 알코올 남용과 알코올에 생리적으로 의존하는 알코올 의존으로 분류된다(American Psychiatric Association, 2013). DSM-5에서는 알코올 중독을 과도하게 알코올을 섭취하여 심하게 취한 상태에서 부적응적 행동을 나타내는 경우를 뜻하는 용어로 사용하고 있다(권석만, 2013).

최근 보건복지부에서 실시한 정신질환실태 역학조사 보고서에 따르면, 알코올사용장애의 평생 유병률은 11.6%로 전체 정신질환군 중 가장 높은 것으로 나타났다(보건복지부, 2022). 알코올사용장애는 만성적인 질환으로 단주와 재발을 반복한다. 국외에서는 치료를 경험한 알코올사용장애자의 50-60%가 3개월 이내 재발한다고 보고되며, 40-70%가 1년 이내 재발한다고 보고된다(Brown et al., 1995; Swift, 1999). 국내 연구에서는 3개월 내 50% 정도가 재발하였고 6개월 이내에 80%, 1년 단주에 성공한 경우는 12~13%에 불과하였다(서유나 등, 2010; 하현주, 2016). 반복되는 재발은 알코올 사용장애자의 신체에 점점 더 치명적인 손상을 입히고 정상적인 사회 활동을 어렵게 하며 정신적으로도 피폐하게 만든다. 더불어 자신을 사랑하고 지지하는 가족과 주변 사람들까

지 정신적으로 지치게 만들어 사회적지지 자원을 잃게 된다(박영순, 조성희, 2018; 조근호 등, 2011, 최송식, 이솔지, 2012).

연구에 의하면 일반인에 비해 알코올사용장애자에게서 불안정 애착의 비율이 높게 나타난다(김세진, 2011). 불안정 애착을 지닌 사람들은 정서 조절 능력이 낮고 부정적 사고를 하는 경향이 있으며 충동성이 높은 편이다(김아리, 2013; 김혜원, 이지연, 2018; 조성일 등, 2010). 이같이 역기능적인 애착 유형은 대인관계에서 만족을 얻는 것을 방해하며, 관계에서 얻지 못한 만족을 중독 물질을 탐닉함으로써 얻으려하기 쉽다(Flores, 2004/2010). 또한 중독 문제가 있는 사람들은 일반인에 비해 자율성이나 연대감이 유의미하게 낮는데 이는 알코올사용장애자가 사회적 지지를 인식하는 능력, 상황대처 능력 및 대인관계 즉, 타인을 수용하거나 공감하는 능력이 일반인보다 떨어진다는 것을 나타낸다(박보서, 2018). 알코올사용장애자는 의사소통에 있어서 자기 표현력이 부족하고 타인에 대한 공감이 결핍되어 있는 특징을 보이며 그로 인해 대인관계에서 다양한 갈등 상황을 겪게 된다(김민규, 김주환, 2008). 이들은 대인관계에서의 갈등을 직면하지 못 하고 술로 회피하는 경향이 있으며 이는 대인관계 능력을 더욱 악화시키는 악순환에 빠져들게 만든다(정나래, 이민규, 2014; Hayes et al., 2013). 알코올사용장애자들이 서로 만족스러운 관계를 맺는 능력을 회복하기 전에는 재발에 취약한 상태로 남게 되므로 중독에서 회복하기 위해서는 건강한 관계를 유지하는 법을 배워야 한다. 병적인 애착 유형의 극복을 위해서는 타인과의 접촉을 꾸준히 유지하며 그 안에서 건강한 애착 관계를 배울 필요가 있다(Flores, 2004/2010; Khantzian, 2001).

최근 ‘알코올성 정신장애’로 인한 진료인원을 파악한 통계에 의하면 2008년 6만 3,821명에서 2015년 7만 6,895명으로 1만3,074명이 늘며 꾸준한 증가 추세를 보였다가, 2016년부터 주춤하기 시작하여 2020년에는 6만5,761명으로 감소하는 모습을 보였다(건강보험공단, 2020). 그러나 국내 알코올사용장애 추정환자수가 약 140만명에 이르는 점을 감안하였을 때 알코올 문제를 정신건강의 문제로 생각하고 전문가와 상의한 경우는 2.6%밖에 되지 않았음을 알 수 있으며 알코올사용장애가 주는 폐해를 생각하면 그 치료율은 여전히 극히 낮다고 볼 수 있다(보건복지부, 2021). 국내에서는 알코올질환의 치료재활서비스 제공 기관으로 49개소의 중독관리통합지원센터를 운영하고 있으며(보건복지부, 2021) 200여개의 정신건강증진센터 일부에서 중독관리 업무를 하고 있고, 지역에 따라 정신의료기관 및 정신질환자사회복지시설, 정신요양시설에서 등의 정신보건시설에서 중독환자를 관리하고 있다. 그러나 설치운영에 관한 법적 근거가 미약하여 예산 확보가 안정적이지 못하며 서비스 제공의 지속성과 안전성을 담보하기 어려운 실정이다(이해국 등, 2007; 전교연 등, 2017; 정진욱 등, 2014). 국내 보건복지부에서 지정한 알코올 전문병원은 2022년 기준 총 9곳이 있으며 인지행동, 동기강화, 재발방지, 12단계프로그램 등으로 알코올사용장애자의 회복을 돕고 있으나(이해국 등, 2007) 그 수가 턱없이 부족하다.

알코올사용장애는 재발하기 쉬운 질환이지만 자조 모임을 통해 장기간 온전히 단주를 이어가고 있는 사람들도 있다. 현재 전 세계적으로 가장 널리 알려진 자조 모임은 A.A. (Alcoholics Anonymous)이다. A.A.는 1935년 미국에서 처음 시작되었으며 A.A.를 통해 회복하

고 있는 알코올사용장애자의 수는 2021년에 196만명을 넘어섰다(A.A. World Services, Inc., www.aa.org). 국내에서도 1982년 공식적인 첫 A.A.모임이 시작되었으며, A.A.한국연합에서 가장 마지막으로 A.A.멤버의 수를 집계한 2015년을 기준으로 약 2,500명의 알코올사용장애자가 A.A.를 통해 회복하고 있다(A.A.한국연합단체, www.aakorea.org). A.A.에서는 서로 같은 아픔을 공유하며 강력한 공동체 의식을 지니고 있으며, A.A.에서 제공하는 안전한 율타리는 사회와 연결되는 통로가 된다(하현주, 2016; Twerski, 1997/2009).

Chappel(1993)의 연구에 의하면, A.A.모임에서 회복하는 알코올사용장애자 중 약 50%는 첫 3개월 내에 탈락한다. 3개월을 넘긴 사람 중 약 35%가 1년 이하의 단주를 유지하고 36% 정도가 1년에서 5년 이내의 단주를 유지하며, 29%가 5년 이상 단주를 유지하는 것으로 밝혀졌다. A.A.에 참여중인 알코올사용장애자의 회복율을 8년간 추적한 조사에서는(Moos & Moos, 2004), 회복의 첫 해에 A.A.에 4개월 이상 참여한 알코올사용장애자가 그렇지 않은 경우보다 단주 유지율이 더 높았다. 또 A.A.에 참여하지 않은 경우보다 A.A.에 비교적 더 빨리, 그리고 오래 참여한 경우 회복율이 더 높았다. A.A.에서의 회복율은 높은 편이지만, 모든 알코올사용장애자가 A.A.에 꾸준히 참석을 이어가지는 못하며, 참여한다고 해서 모두 회복하는 것은 아니다. A.A.에서 장기간 회복하며 단주를 지속하는 알코올사용장애자의 회복 요인은 무엇인지, 그들의 단주 생활의 질은 어떠한지 의문을 가질 필요가 있다.

A.A.의 12단계 프로그램 중 제9단계는 제4단계에서 검토한 내용을 바탕으로 자신이 술을 마시면서 잘못을 했던 사람에게 찾아가 보

상을 하는 단계로, 보상의 방법에는 자신이 해를 끼친 사람의 얼굴을 보면서 하는 직접 보상과, 자신의 행동 양식을 바꿈으로써 더 이상 해를 끼치지 않기 위해 매일의 노력을 하는 간접 보상이 있다(McQ, 2002). 보상은 행동과 실천의 단계이며 인간관계와 관련이 있다(A.A. World Services, 1995).

제9단계를 완료하는 것은 A.A.에 참여중인 알코올사용장애자의 자기연민을 높이고 수치심을 줄임으로써 알코올사용장애와 역으로 상관된 정신 상태에 도달할 수 있도록 도우며(Newcombe, 2015) 제9단계를 수행하지 않는 A.A. 참여자보다 훨씬 더 높은 자기용서 능력을 지니게 되고 타인에 대한 용서 수준도 높아진다(Newcombe, 2015; Seperack, 2012). 또 A.A. 참여자들이 대인관계에서의 갈등을 해결하기 위해 제9단계를 수행하는 것은 그들로부터 금손, 공감, 그리고 새로운 자기 가치를 느끼게 만든다(Moutray, 2020). 회복을 통해 우울 수준이 낮아지고 삶의 질이 올라갈 경우 퇴원 후 알코올사용장애 치료 서비스를 받을 가능성도 높아진다(이수비 등, 2018).

국외에서는 제9단계 경험의 본질을 연구함으로써 효과성을 입증한 연구(Moutray, 2020; Newcombe, 2015; Seperack, 2012), 제9단계를 수행하는 과정 중에 피해자에게 상처를 주지 않도록 주의 하는 방법(Hedblom, 2007), 제9단계 과정에서 겪는 어려움(Bowyer, 2012; Kinney & Close, 1995) 등을 다룬 연구가 있다. 국내의 경우 A.A.모임 및 12단계 프로그램이 알코올 사용 장애자의 단주에 미치는 긍정적 효과에 대한 양적 연구가 다수 존재하며(김영선, 2018; 박성근, 2015; 백형의, 조수민, 김선희, 2021; 엄희순, 2012; 유재순, 2016; 윤명숙 등, 2012; 최은정, 2013), 재발 예방을 위하여 단주 경험

을 한 당사자의 주관적 현상을 탐색하고, 그 과정을 살펴보는 질적 연구가 점차 증가하는 추세이나(김혜자, 정혜숙, 2016; 민병록, 2021; 이명운, 김병석, 2015; 이솔지, 최송식, 2008; 정원이, 2020; 홍미연, 2017, 2018; Sharma, 2015; Vandivier, 2015), 12단계 프로그램 각 단계의 효과에 대한 연구는 찾을 수 없다.

A.A.의 12단계 프로그램 중 제9단계는 대인관계에서 어려움을 겪는 알코올사용장애자들의 사회적 관계를 개선시키는 것에 도움을 줄 수 있을 것으로 기대된다. 따라서 본 연구에서는 A.A.에 참여하며 장기간 단주를 유지하고 있는 알코올사용장애자의 제9단계 경험의 본질을 현상학적 연구방법 중 Colaizzi의 방법을 이용하여 심층적으로 탐구하고자 한다. 제9단계를 수행하려면 회복 중인 사람들의 태도 및 행동 변화가 상당히 필요할 것으로 예상된다. 본 연구에서 드러날, 알코올사용장애자가 제9단계를 수행해 나가며 겪는 과정은 국내 중독 치료 분야에서 일하는 실무자들로 하여금 알코올사용장애자가 사회로 복귀할 때에 겪는 심리사회적 경험을 이해하는데 도움이 될 것이다. 또한 12단계 치료 프로그램을 개발할 때 제9단계에서 발생할 수 있는 일을 미리 예상하여 적용시킬 수 있다. 장기간 단주를 유지하고 있는 참여자들의 제9단계 경험은, 알코올사용장애자가 술에 의지하지 않고 원만한 인간관계를 맺으며 사회에 적응할 수 있는 실마리를 제공할 것으로 기대된다.

본 연구에서 연구하고자 하는 문제는 다음과 같다. 첫째, 제9단계를 시작하기까지 어떤 경험을 하는가? 둘째, 제9단계에서 어떠한 심리사회적 경험을 하는가? 셋째, 제9단계 경험은 회복에 어떤 의미를 가지는가?

## 방 법

### 연구 절차

본 연구는 A.A.에 참여 중인 알코올사용장애자 중 제9단계를 수행한지 10년 이상이 된 사람들을 대상으로 Colaizzi의 현상학적 연구 방법을 활용하여 진행하였다.

현상학은 주어진 현상의 발생적·구성적 근원을 탐구하는 학문으로, 개인이 경험하는 의식 작용에 관심을 둔다. 현상학적 연구는 인간 경험의 기술(description)에 대한 분석을 통해 경험의 의미를 밝히고자 하는 귀납적·기술적 연구 방법으로 살아있는 경험을 지향하며, 그 경험의 의미를 포함한 현상의 본질을 밝히는 것을 목적으로 한다(Omery, 1983). 현상학적 연구 방법은 여러 학자들에 의해 제시되고 있는데, 연구하고자 하는 현상의 경험에 대한 본질에 집중하는 점, 상호주관성을 통하여 본질 구조를 파악하여 발견된 결과에 대해 현상학적으로 기술을 한다는 점에서 서로 유사하다. 그러나 분석 과정에서는 차이가 있다(신경림 등, 2004). Colaizzi는 자료수집 방법을 기술하는데 거의 전체적인 관점에서 공통적 속성을 도출해내는데 초점을 두고 있다. 본 연구에서는 연구 참여자의 경험에서 공통 속성을 추출하여, 추후 다른 알코올 사용 장애자들의 치료에 적용하기 위해 Colaizzi의 방법을 선택하였다.

연구자가 아무리 연구 현상에 대해 많이 알고 있다고 해도 실제 현장에서 구성한 자료는 훨씬 다양하고 복잡하며 모순적인 삶의 모습을 담고 있으며, 이러한 자료는 다양하게 해석될 수 있기 때문에 연구자는 하나의 옳은 해석을 추구하기 보다는 다양한 가능성에 열

린 태도를 보여야 한다(Tracy, 2013). 본 연구에서는 부정적인 사례도 함께 제시하여 연구자의 선 이해와 배치되는 자료를 함께 검토하여 타당도를 높이고 객관적인 연구 결과를 제시 하려고 노력했다(Yin, 2011/2013). 면담 과정에서는 노트를 준비하여 축어록에 담기 어려운 현장의 분위기, 면담 전후의 사정, 각 참여자와 연구자의 관계 등을 메모하였으며, 수집 자료를 분석하는 과정에서는 각 주제 옆에 그러한 판단을 하게 된 이유를 메모하여 신뢰도를 높이고자 하였다(한유리, 2018).

### 연구 참여자

본 연구의 참여자는 A.A. 모임을 통해 10년 이상 회복 중이며, 제9단계를 수행한지 10년이 넘었고, 후원자가 있으며 꾸준히 모임에 참석하고 있는 사람들 중에서 선정하였다. 알코올중독으로부터 완전히 정상적인 생활로 돌아가는데 8-10년의 시기가 걸린다는 보고(De Soto et al, 1989)가 있으며 A.A.모임에 지속적으로 참석하지 않는다면 회복의 근거를 12단계로 보기 힘들 수 있겠다는 연구자의 판단으로 A.A.모임에 주1회 이상 꾸준히 참석하는 사람으로 정하였다. 제3자가 개인의 제9단계 수행 여부를 확인할 수 있는 방법은, 실제 보상을 받은 대상자의 증언을 확보하는 것인데 실질적으로 참여자들이 증언하는 모든 보상 대상자를 확보하기 어려운 점을 감안하여, 본 연구에서는 참여자들의 자기 보고로 제9단계 수행 여부를 확인하였다. A.A. 12단계의 수행은 개인의 자기 정직에 의해 이루어지며, 정직성을 잃을 경우 회복에 어려움을 겪는다. 신뢰성 확보를 위해 연구자가 직접 4년 이상 A.A.에서 지속적으로 활동하며 회복 과정을

지켜본 멤버들 중에서 제9단계 수행 경험을 언급한 적이 있는 사람들로 선정하였다. 참여자의 일반적 특성으로 성별로는 각각 5명이며, 단주기간은 11년부터 34년이고, 연령대로는 30대 1명, 40대 3명, 50대 4명 60대 1명, 70대 1명으로 총 10명이다.

#### 자료 수집

자료는 2021년 2월 말 첫 참여자의 인터뷰를 시작으로 9월초까지 약 6개월 간 개방형 질문지를 가지고 심층 면담을 진행하였다. 개인이 일상적으로 경험하는 대상을 현상학적 심리학적 의미에서 객관적으로 연구할 수 있기 위해서 연구자는 대상에 대한 인과법칙적인 설명을 통해 대상을 통제하려는 관심을 버려야 한다(이남인, 2014). 따라서 본 질문지 작성 시 참여자에게서 특정 결과를 유도하는 의도가 들어가지 않도록 주의를 하였다. 장소는 참여자의 집 혹은 참여자의 집 근처 스튜디오 페로 하였으며 대면이 어려울 경우에는 화상 회의를 이용하였다. 시간은 각 참여자마다 1시간에서 2시간 정도 소요되었으며, 모두 참여자의 동의하에 녹음하여 축어록으로 풀어내었다. 부족한 부분이나 추가 질문에 대한 답은 추후 따로 전화로 수집하였고 이 역시 축어록으로 풀어내었다. 연구자는 자료의 생생함을 살리기 위하여 면담 과정에서 참여자의 시선, 목소리 크기, 의미 있는 침묵 등도 기록하고 억양도 최대한 살리고자 노력하였다. 각 인터뷰 전에는 참여자들에게 인터뷰 내용이 녹음되는 것, 녹음 내용은 연구 목적으로만 사용되며 일부 발췌되어 연구 결과에 수록될 수 있다는 것, 각 내용은 익명으로 처리되고 수록되는 부분을 미리 참여자들에게 보여주어

검토 받는 과정을 거칠 것이라는 점을 인지시켜 주었다. 또 원치 않을 경우 언제든지 연구 참여를 중단할 수 있음을 안내 하였다. 연구 참여자들의 보호를 위해 위 내용을 동의서로 작성하여 각 참여자들에게 보여주고, 동의를 구하며 비상 시 연락할 수 있는 연구자의 연락처를 기재하였다.

#### 자료 분석

본 연구는 Colaizzi의 현상학적 연구방법의 절차에 따라 분석하였다. Colaizzi의 분석 방법은 아래와 같이 여섯 단계로 구성된다.

- 1) 대상자의 기술(protocols)
- 2) 의미있는 진술(significant statement) 도출
- 3) 일반적인 형태로 재진술(general restatement)
- 4) 구성된 의미(formulated meaning) 도출
- 5) 주제(themes), 주제군(themeclusters), 범주(categories)로 조직
- 6) 최종적인 기술(exhaustive description)

자료의 수집 과정이나 해석 과정에 영향을 미칠 수 있는 문헌의 분석은 자료 수집과 분석이 어느 정도 이루어지고 난 후 실시하는 것이 필요하다(신경림 등, 2004). 따라서 본 연구자도 자료 수집 이전에는 연구의 계획을 세우기 위하여 본 연구 주제와 관련된 선행 연구 유무 정도만 파악하였고, 상세한 문헌 분석은 모든 참여자의 인터뷰 및 코딩이 완료된 후 진행하였다. 또 연구의 타당도를 높이기 위해서 자료 수집과 분석 과정에서 연구자의 모든 생각의 출처를 각 참여자의 코딩 자료에 꼼꼼히 메모하였다.

### 연구의 신뢰성과 타당성 확보

본 연구의 평가 기준은 Lincoln과 Guba(1994)의 엄밀성 평가 기준에 따라 사실적 가치, 적용성, 일관성, 중립성의 측면에서 살펴보았다.

첫째, 사실적 가치(truth value)는 양적 연구로 따지면 내적 타당도에 해당하는 것으로, 참여자의 경험의 본질이 퇴색되지 않게 있는 그대로 기술하였는지 평가하는 것이다. 이를 위해 연구자는 축어록을 코딩한 후에 분석 결과를 참여자에게 의미단위, 주제, 주제군, 인용한 축어록, 연구자의 결과 해석과 함께 보여주어 참여자의 경험과 일치하는지 확인하는 작업을 거쳤다.

둘째, 일관성(consistency)은 양적 연구에서의 신뢰도와 같은 의미를 갖고 있다. 자료의 수집에서 분석에 이르기까지 일관성이 있는지 평가하는 것이다. 연구자는 일관성을 확보하기 위해 심층 면담 내용을 축어록으로 옮기고 각 참여자의 경험을 코딩하면서 연구자의 모든 생각을 메모에 남겼다. 또 참여자의 수집 자료가 쌓여갈 때마다 다른 참여자의 경험이 분석에 영향을 미치지 않도록 주의하였다.

셋째, 중립성(neutrality)은 연구의 객관성을 의미하는 것으로 연구 과정과 결과에 있어 연구자의 편견이나 선입견을 배제하는 것을 말한다. 연구자는 중립성의 유지를 위해 미리 자신의 제9단계 경험을 별도로 기술하여, 그것이 자료 수집 및 분석 결과에 영향을 미치지 않도록 주의하였다. 또 코딩 결과와 분석 결과를 A.A. 관련 질적 연구 논문으로 박사 학위를 받은 2인과 공유하여 피드백을 받음으로써 객관성을 유지하고자 노력하였다.

넷째, 적용성(applicability)은 양적 연구로 치면 외적 타당도에 해당하는 것으로, 연구의

결과가 본 연구 상황 밖에서도 적용가능한지를 평가하는 것이다. 연구자는 이를 위해 본 연구 결과를 연구 참여자와 동일한 조건을 갖추었지만 본 연구에 참여하지 않은 A.A. 멤버 2인에게 보여주었고, 자신들만의 특수한 경험에 비추었을 때에도 이 결과가 의미 있고 적용 가능한지 확인하는 작업을 거쳤다.

## 결 과

연구 참여자들이 A.A.를 통해 회복을 하며 제9단계 수행하게 된 경위, 제9단계에서 겪은 심리사회적 경험, 제9단계 경험이 회복에 주는 의미를 탐색한 결과 총 190개 의미단위, 55개 주제, 20개 주제군으로도 출되었다. 주제군은 '병든 상태로 중독에 빠짐', '살기 위해서 A.A.에 몰입함', 'A.A.에서 사랑과 신뢰와 희망을 경험함', '재발에 대한 두려움과 새로운 삶에 대한 희망으로 보상의 필요성을 느낌', '보상을 해야 한다는 사실에 분노와 두려움을 느끼며 뒤로 미룸', '못 다한 보상으로 인하여 과거에 얽매임', '보상이 모든 문제를 해결하지는 못 함을 깨달음', '제9단계를 실천하며 그릇된 자만심에 빠지지 않도록 경계함', '겸손한 태도로 나의 잘못에만 집중함', '마음을 짓누르고 있던 원한과 죄책감이 걷혀 지고, 내면에 빛이 들어옴', '세상에 융화되어 함께 살아가는 태도로 변화함', '내가 저지른 잘못을 정확하게 알게 됨', '나와 타인에게 떳떳하고 당당해짐', '기도로 간청하는 중에 용서를 체험하고 신을 만남', '나를 먼저 낮춤으로써 역으로 존중받음', '나의 변화를 느낀 가족이 참아 왔던 고통을 쏟아내는 것을 경험함', '가족과의 사이에 벽이 허물어지며 관계가 깊어

표 1. 도출된 의미단위, 주제, 주제군

의미단위	주제	주제군
(1) 부모님에게서 싸우는 방법만 배우고 행복하게 사는 방법을 배우지 못 함		
(2) 역기능 가족이라 갈등이 많았음		
(3) 부모로부터 방치되어 자라왔음	1) 가족의 불화로 정서적 돌봄을 받지 못 하고 자람	
(4) 집에 언니, 오빠가 있으면 숨을 잘 쉴 수 없어 밖에서 방황했음		
(5) 아버지와의 사이에 벽이 있었음		
(6) 지우개가 있다면 술을 마시고 저지른 수치스러운 행동을 지워버리고 싶음		
(7) 술 마시고 한 잘못에 대한 죄책감, 수치심으로 사람들을 피해 다님	2) 수치심, 두려움으로 움츠러 지냄	
(8) 소소한 갈등을 해결하지 못해서 망상, 두려움을 갖고 살아옴		
(9) 과거 잘못으로 위축되어 가족 내에서 내 자리에 서질 못 함		
(10) 동생에게 훈육을 이유로 폭력을 가했던 기억으로 항상 짓눌림		1. 병든 상태로 중독에 빠짐
(11) 돌아가신 장모님에 대한 죄책감이 마음에 걸려 있음	3) 내가 끼친 해에 대한 죄책감으로 억눌려 지냄	
(12) 자신에게 호의적이었던 직장을 술로 인해 잡수를 타며 그만 둔 것이 마음에 돌덩이로 남음		
(13) 남 눈치 보기 싫어서 혼자 술을 마심		
(14) 나만 고독하고 외롭다는 느낌을 받음	4) 나를 스스로 외부로부터 고립시킴	
(15) 어디에서도 소속감을 느끼지 못 함		
(16) 스스로 소외감을 만들어 냄		
(17) 심한 우울증으로 술을 마시기 시작함		
(18) 중독 이전부터 예민했던 성격으로 가족들을 힘들게 함		
(19) 감정을 느끼는 상황이나 표현하는 정도가 평범한 사람들과 너무 달랐음	5) 중독 이전부터 심리 상태가 불안정하였음	
(20) 사람과 관계를 할 때 내면에서 경계심이 올라오는 정도가 큼		



표 1. 도출된 의미단위, 주제, 주제군 (계속 1)

의미단위	주제	주제군
(21) 술로 큰 고통을 겪었기에, A.A. 멤버들과 자신이 다르다는 생각을 하지 않음	6) 절망 속에서 A.A.와 12단계를 붙잡음	2. 살기 위해서 A.A.에 몰입함
(22) 완전히 Knock out되어 12단계를 쉽게 받아들임		
(23) 재발 경험으로 A.A.에 더 집중하게 됨		
(24) A.A.를 신적인 존재로 받아들임	7) 단주를 하려면 A.A.를 따라야 한다고 믿음	
(25) 술을 끊기 위해 A.A.가 싫어도 참고 나감		
(26) 회복 중인 멤버들의 제안을 다 따름		
(27) 나만 힘든 게 아니라는 동료 의식을 느낌	8) A.A. 동료들과의 공감대 형성으로 외롭지 않게 됨	
(28) 늘 지니고 살아왔던 외로움을 없애주는 곳이라고 느낌		
(29) 공감대가 형성되며 죄책감, 수치심이 줄어들고 마음이 편안해짐		
(30) 회복자들의 진심어린 도움에 희망을 느낌	9) A.A. 멤버들의 모습에서 회복할 수 있다는 믿음을 가짐	3. A.A.에서 사랑과 신뢰와 희망을 경험함
(31) 밝고 편안해 보이는 A.A. 멤버들의 모습에서 희망을 갖게 됨		
(32) 프로그램을 한 사람에게서 평온함, 심오함, 매력을 느낌		
(33) 프로그램을 하는 사람들에게서 긍정적인 기운을 느낌		
(34) 12단계를 통해 다방면에서 회복하고 있는 사람을 롤 모델로 삼음	10) 변화하지 않으면 재발할 수 있다는 생각에 두려움	
(38) 보상을 통해 관계 회복이 되지 않으면 언젠가 재발할 수 있다고 느낌		
(39) 뭔가 하지 않고 과거 삶으로 돌아가면 100% 재발할 것이라고 느낌		
(35) 술만 끊어서는 상황적으로 나아지는 것이 없음을 느낌	11) 술을 끊는 것에서 나아가 더 나은 삶을 살기를 원함	4. 재발에 대한 두려움과 새로운 삶에 대한 희망으로 보상의 필요성을 느낌
(36) 사고가 자유로워지고 감정을 컨트롤할 수 있게 되어 삶의 질을 높이기를 원함		
(37) 술만 끊는 것은 무의미하다고 생각함		
(40) 학교로 돌아가기 위해 최선을 다해 9단계를 하겠다고 결심	12) 보상을 통해 삶의 질을 향상시키고자 함	
(41) A.A. 약속을 이루고 싶은 마음에 최선을 다함		
(42) 보상의 과정을 뛰어 넘지 않으면 단주 생활의 질이 떨어진다고 느낌		
(43) 관계 회복을 위해 보상 결심을 함		

표 1. 도출된 의미단위, 주제, 주제군

(계속 2)

의미단위	주제	주제군
(44) 머리로는 나의 잘못을 인식해도, 마음으로는 받아들이기 힘들다고 느낌		
(45) 내가 잘못된 일이 아니라고 생각함	13) 나의 잘못을 인정할 수 없음	
(46) 내가 끼친 해를 인정할 수 없음		
(47) 시아버지에 대한 보상을 제안한 후원자에게 분노와 원망을 느낌		
(48) 가족에게는 보상하지 않아도 이해해줄 것이라는 생각을 함	14) 철저한 보상의 필요성을 못 느낌	5. 보상을 해야 한다는 사실에 분노와 두려움을 느끼며 뒤로 미룸
(49) 보상 안 해도 잘 살고 있다고 느낌		
(50) 보상을 해야 한다는 압박이 있지만 일상생활이 더 우선이 됨		
(51) 사람들에게 해 끼친 기억을 들을까봐 걱정됨		
(52) 상대가 사과를 받아주지 않고 욕할 것이 두려움		
(53) 자신을 원망하고 있을 딸들을 마주하는 것이 두려움	15) 피해를 입힌 사람을 직면하여 보상하는 것이 두려움	
(54) 돌아가신 아버지에 대한 죄책감이 너무 커서 친척을 만날 엄두를 못 냄		
(55) 잘못을 고백하는 것이 두렵고 쑥스러움		
(56) 중독이 심해지면서 대부분 친구들과 연락이 끊어짐	16) 보상을 하고 싶어도 연락이 닿지 않음	
(57) 친구가 나의 연락을 회피함		
(58) 과거를 직면하고 청산하지 않으면 앞으로 나아가기 힘들어짐을 느낌	17) 청산하지 못 한 과거가 발목을 잡음	6. 못 다한 보상으로 인하여 과거에 얽매임
(59) 아직 고쳐지지 않은 결점들을 마주할 때 자유롭지 못 함		
(60) 보상을 못 한 사람에 대한 미안함이 마음의 짐으로 남음	18) 사라지지 않은 죄책감에 시달림	
(61) 보상하지 못 한 친구를 떠올릴 때마다 가슴 아프고 심장이 쪼려 음		
(62) 반복된 정중한 보상에도 아들이 마음을 열지 않음		
(63) 완전히 달랐던 서로의 삶에 대한 이해를 좁히지 못 함	19) 깊이 벌어진 관계를 복구하는데 실패함	7. 보상이 모든 문제를 해결하지는 못 함을 깨달음
(64) 10년 넘게 열심히 노력했지만 집사람과 관계 회복이 되지 않음		

표 1. 도출된 의미단위, 주제, 주제군

(계속 3)

의미단위	주제	주제군
(65) 과거의 내 잘못을 용서하지 못 한 아버지가 보상을 듣고 비난을 쏟아 냄	20) 가족이 과거 원한을 떠올리며 비난을 쏟아 냄	
(66) 아내가 나의 보상을 듣고 과거 응어리가 올라와 욱을 퍼부음		
(67) 원한은 없어져도 용서까지는 안 됨	21) 보상을 해도 해결되지 않는 마음의 응어리를 느낌	
(68) 아내에게 보상을 했지만 원한이 남아 있음		
(69) 아버지의 비난에 갈망을 느낌		
(70) 상대로부터 인정과 격려를 받으며 영적인 우월감에 차오름	22) 제9단계의 긍정적 효과에 자신감이 하늘을 찌름	8. 제9단계를 실천하며 그릇된 자만심에 빠지지 않도록 경계함
(71) 12단계를 하고 있는 것을 과시하려고 함		
(72) 9단계를 수행하고 왕이 된 기분에 사로 잡혀 다른 사람을 판단하고 무시하기 시작함		
(73) 9단계를 할 때엔 보상만 하고 바로 헤어짐	23) 회복의 목적에 충실하며 매일 자신을 점검함	
(74) A.A. 모임 안에서 매일 자기 점검을 함으로써 방종을 알아차림		
(75) 충분한 기도로 상대가 욱을 해도 화를 내지 않고 편안하게 있음	24) 상대의 부정적 태도에 반응하지 않음	
(76) 입을 닫고 동생의 비난을 끝까지 들어줌		
(77) 아버지의 부정적 반응에도 다시 찾아 가서 보상함		
(78) 아내의 잘못은 따지지 않고, 고마운 부분만 찾음		9. 겸손한 태도로 나의 잘못에만 집중함
(79) 나도 아버지에게 잘 한 것이 없다고 느낌		
(80) 내가 잘못된 부분에 대해서만 사과를 함	25) 상대 잘못은 뒤로 하고 나의 잘못만 검토함	
(81) 중독 상태에 있는 가족에게 무릎 꿇고 나의 잘못에 대해서만 용서를 구함		
(82) 상대의 잘못이 더 커도 나 자신의 잘못만 검토하여 보상함		
(83) 어머니에게 보상을 하면서 목었던 감정이 녹아내림		10. 마음을 짓누르고 있던 원한과 죄책감이 걷혀 지고, 내면에 빛이 들어 옴
(84) 보상 후 차가운 반응이 돌아 왔음에도 나의 얼어붙어 있던 마음은 녹아내림을 느낌	26) 응어리졌던 원망이 풀어져 나감	
(85) 보상을 준비하는 과정에서 아버지에 대한 원한이 풀어짐		
(86) 9단계 이후 가족에게 혼자 갖고 있던 원한들이 누그러짐		

표 1. 도출된 의미단위, 주제, 주제군

(계속 4)

의미단위	주제	주제군
(87) 아버지에 대한 죄책감이 보상하면서 많이 꺾여 나감		
(88) 장모님을 생각해도 마음이 편안함	27) 죄책감을 덜고 마음이	
(89) 상대를 떠올릴 때 찝찝하고 무거운 마음이 해소가 됨	홀가분해짐	
(90) 죄책감이 줄어들고 관계가 편안해짐		
(91) 문제점을 행동으로 시인했을 때 자유로워짐을 느낌	28) 내 잘못으로부터	
(92) 마음에 걸리는 것이 없어지며 자유로워짐	자유로워지며 편안함을	
(93) 진정한 의미에서 마음의 평온함이 찾아 옴	찾게 됨	
(94) 보상을 하면서 나 자신이 너무 행복해짐		
(95) 시어머니의 마음을 자기 중심으로 오해하고 있었음을 알아차림	29) 상대의 진심을 왜곡하지	
(96) 거부하는 것으로 들렸던 어머니의 목소리가 따뜻하게 들림	않고 있는 그대로	
(97) 가족들이 자신을 진심으로 미워하지 않는다는 것을 알아차림	받아들임	11. 세상에
(98) 사람들의 단점보다는 장점을 보려고 함		융화되어 함께
(99) 주어지는 모든 것에 감사하게 됨	30) 사람들과 어우러져서 사는	살아가는
(100) 대충 가볍게 살던 태도에서 진지하게 바뀜	자세로 변화됨	태도로 변화함
(101) 자기중심주의에서 이타주의로 변화		
(102) 보상을 하면서 가족들의 힘들었을 마음을 느끼게 됨		
(103) 내가 인식했던 딸에게 한 잘못과 딸이 원망하는 부분이 다름을 알게 됨	31) 나의 중독으로 인해	
(104) 부모님이 자신으로 인해 삶에 희망과 의미를 상실했었음을 알게 됨	주변사람들이 받았을	
(105) 상대의 입장을 직접 듣고 내가 어떤 사람인지 알 수 있게 됨	고통을 더 깊이 알게 됨	12. 내가 저지른
(106) 나의 술 마실 때 실태를 알게 됨	32) 나의 모습을 객관적으로	잘못을 정확하게
(107) 사람들과의 관계에서 내 현재 위치와 문제를 정확히 알고 자유로워짐	보게 됨	알게 됨

표 1. 도출된 의미단위, 주제, 주제군 (계속 5)

의미단위	주제	주제군
(108) 불편했던 사람들을 피하지 않아도 되는 경험을 함	33) 피해 다녔던 사람들과 관계를 시작할 용기를 갖게 됨	
(109) 사람들을 아무 거리낌 없이 마주할 수 있게 됨		
(110) 9단계를 통해 두려움을 가졌던 대상들과의 물고를 뜨게 됨		
(111) 스스로를 용서하면서 자존감이 올라감	34) 내면의 두려움이 겹히며 스스로를 있는 그대로 존중하게 됨	13. 나와 타인에게 떳떳하고 당당해짐
(112) 모든 사람에게 인정받으려고 하지 않게 됨		
(113) 두려움을 깨고 관계를 시작할 수 있는 분위기가 만들어짐		
(114) 불필요한 눈치를 보지 않게 됨		
(115) 술을 마심으로 스스로를 죽여 왔던 자신에게 보상해줌		
(116) 상대에게 또 다른 피해를 주지 않는 선에서 정직하려고 노력함	35) 나의 감정과 의도를 숨기지 않고 있는 그대로 드러냄	
(117) 해를 주지 않는 한 감정 표현에 솔직해짐		
(118) 말로 꾸미는 것보다 나를 있는 그대로 보여주는 것이 진정한 보상임을 경험함		
(119) 내 잘못을 시인하는 순간 상대를 용서하게 됨을 느낌	36) 기적적으로 용서하고 용서받는 경험을 함	
(120) 보상하면서 용서받는 경험을 굉장히 많이 함		
(121) 아버지와 서로 용서하고 용서받는 체험을 함.		
(122) 아버지의 독선적 행동을 용서하는데 35년이 걸림		
(123) 용서는 신이 해주시는 것이라고 느낌	37) 용서는 내 힘으로 되는 것이 아니라 신이 해주심을 느낌	14. 기도로 간청하는 중에 용서를 체험하고 신을 만남
(124) 나는 용서를 할 수 있는 사람이 아님		
(125) 나는 용서할 수 없음을 받아들이고 기도로 간청함		
(126) 신께서 아내를 용서하게 해주심을 느낌		
(127) 보상에 대한 용기, 분별력, 타이밍을 기도로 간청함	38) 보상 용의를 얻기 위해 간절하게 기도함	
(128) 기도를 통해 부끄럽고 쑥스러운 것을 극복함		
(129) 어머니에 대한 원한, 미움을 없앨 수 있게 기도로 간청함		
(130) 행동을 할 수 있을 때까지 기도로 자기 암시를 함		
(131) 기도의 힘으로 마음의 결정을 하고 행동으로 옮길 수 있게 됨		

표 1. 도출된 의미단위, 주제, 주제군

(계속 6)

의미단위	주제	주제군	
(132) 내가 배려한 그 이상으로 상대의 배려가 돌아옴 (133) 시덥에 손해를 보지 않으려는 태도를 버리고 사과하니 더 많은 것을 해주시려 함	39) 나를 굶힘으로써 더 큰 것을 돌려받음	15. 나를 먼저 낮춤으로써 역으로 존중받음	
(134) 동생이 오히려 나를 편안하게 해 줌 (135) 동생이 자신의 잘못을 옛날에 잊었다고 말해 줌 (136) 마음의 짐을 오랜 시간 가지고 있으면서 힘들었을 것을 친척이 헤아려 줌	40) 사람들이 용기 내어 사과하는 내 마음을 알고 격려해줌		
(137) 어머니가 보상을 듣고서 처음으로 미안하다는 말을 함 (138) 내 잘못을 먼저 시인했을 때 남편도 자신의 잘못을 시인함 (139) 상대가 도리어 미안해 함 (140) 오빠의 답장에서 사과를 받았다고 느낌	41) 상대도 자신의 잘못을 시인함		
(141) 여동생이 변화된 내 모습에서 과거를 상상할 수 없다고 함 (142) 가족이 완전히 다른 사람이 된 나를 보며 놀람 (143) 가족들이 나에게 대해 천사가 되었다고 함	42) 가족이 나의 변화를 느낌		16. 나의 변화를 느낀 가족이 참아 왔던 고통을 쏟아내는 것을 경험함
(144) 보상을 하려 한다는 말만 듣고도 딸이 눈물을 보임 (145) 남동생이 눈물을 터뜨림 (146) 아버지가 보상을 듣고 눈물을 보임 (147) 동생이 자신의 고통스러웠던 감정을 털어 놓음 (148) 언니가 처음으로 어릴 때 자신 때문에 받았던 고통을 울면서 털어 놓음	43) 가족이 그동안 나로 인해 받았던 고통을 토해 냄		
(149) 다시는 오지 말라 했던 아버지가 자신만 찾게 됨 (150) 자신을 증오하던 딸이 자신을 믿고 기쁨 (151) 세족식을 거부했던 아버지가 자신에게 온전히 받을 말끔 (152) 동생이 자기 이야기를 길게 꺼냄	44) 가족이 나에게 마음을 열기 시작함	17. 가족과의 사이에 벽이 허물어지며 관계가 깊어짐	
(153) 가족을 대하는 행동이 자연스러워짐 (154) 가족에 대해 피해 의식이 완화됨 (155) 아버지로부터 처음으로 이해받는 느낌을 받음	45) 나와 가족 사이에 있던 벽이 낮아짐		

표 1. 도출된 의미단위, 주제, 주제군 (계속 7)

의미단위	주제	주제군
(156) 부모님하고 관계가 좋아지기 시작함		
(157) 자신이 때렸던 동생과 관계를 지속해 옴	46) 가족과의 사이가 더욱	
(158) 가족끼리 안부를 챙기게 됨	끈끈해짐	
(159) 아버지와 진정으로 부너지간이 되었다고 느낌		
(160) 자신의 실수에 대한 수치심이 죄책감으로 변함		
(161) 나와 가족이 생각하는 회복의 정도가 다름을 깨달음	47) 시간이 지나면서 더	
(162) 아버지에게 보상 후 친척들도 피해자라는 사실을 깨달음	많은 잘못을 인지하게	
(163) 술 끊고 남아 있는 성격적 결점들로 가족에게 해를 끼침	됨	18. 보상은 결코
(164) 사과해도 잘못을 반복하게 됨		완료할 수
(165) 시어머니의 말에 꼬박꼬박 말대답을 함	48) 단주 이후에도 새로운	없음을 느낌
	해 끼침을 하게 됨	
(166) 남편을 무시하는 행동을 그때그때 알아차리고 사과함		
(167) 새롭게 느껴지는 잘못에 대해서 구체적 사과를 함	49) 새로운 잘못을 즉시	
(168) 지속적인 행동 수정으로 대인 관계를 유지함	알아차리고 바로 잡음	
(169) 딸에게 3차례에 걸쳐서 보상을 함		
(170) 아버지에게 반복적으로 보상함		19. 끊임없이
(171) 아내에게 수없이 반복적으로 보상을 해 옴	50) 같은 대상에게	잘못을
(172) 가족들에게는 끊임없이 보상을 함	반복적으로 보상함	시인하고
(173) 가족들에게 보상을 전부 다시 함		수정해 나감
(174) 보상은 완료형이 아니라 진행형이라고 느낌		
(175) 끊임없이 행동 수정을 위해 노력해야 한다고 생각함	51) 보상을 회복 생활의	
(176) 보상을 평생 숙제로 생각함	과정으로 받아들임	
(177) 완벽하게 행동 수정을 하려는 것도 교만이라고 느낌		
(178) 과거 잘못된 습성을 반복하지 않으려는 노력을 함		
(179) 태도와 말을 바꿈으로 가족에게 간접 보상을 함		20. 회복의
(180) 어머니의 마음이 불안하지 않도록 위해 밝은 태도를 유지함	52) 주변에 피해를 주던	깊이만큼
(181) 아버지에게 대항하지 않는 것으로 대신 보상함	행동과 태도를 변화시킴	보상이확장되고
(182) 직장에서 태도와 사람 관계가 완전히 변화됨		성숙해져 감

표 1. 도출된 의미단위, 주제, 주제군

(계속 8)

의미단위	주제	주제군
(183) 간접 보상을 위해 해를 끼친 대상뿐만 아니라 다른 사람에게도 같은 잘못을 하지 않으려고 노력함	53) 보상의 대상을 확장시켜 나감	
(184) 주어지는 모든 것을 소중히 대하려고 노력함		
(185) 첫 보상 때 형식적으로 다급하게 진행함	54) 서툴렀던 첫 보상 후 아쉬움에 빠짐	
(186) 효과가 없었던 형식적인 첫 보상		
(187) 보상 이후 충분히 나누지 못 한 아쉬움		
(188) 진정한 회복을 시작한 이후에 제대로 된 보상을 진행함	55) 회복할수록 보상에 깊이가 더해짐	
(189) 인격이 회복되고 성장되면서 배려할 수 있는 폭이 달라짐		
(190) 침묵하고 인내할 수 있는 힘이 생겨 겉으로 화를 표출하지 않음		

짐’, ‘보상은 결코 완료할 수 없음을 느낌’, ‘끊임없이 잘못을 시인하고 수정해 나감’, ‘회복의 깊이만큼 보상이 확장되고 성숙해져 감’ 등이며 세부 내용은 표 1에 제시하였다.

## 논 의

알코올사용장애자인 참여자들은 어린 시절 부터 가정의 불화 속에서 제대로 정서적 돌봄을 받지 못 하고 자랐으며 애착을 안정적으로 형성할 기회를 갖지 못하였다. 이는 알코올사용장애자의 불안정 애착 비율이 안정 애착보다 상대적으로 높다는 연구 결과(김세진, 2011)를 지지한다. 중독 문제를 지닌 사람은 일반인에 비해 사회적 지지를 인식하는 능력, 타인을 수용하거나 공감하는 대인관계 능력이 떨어진다고(박보서, 2018). 본 연구의 참여자들은 예민한 성격, 우울증 등 불안정한 심리 상태로 인해 타인과 원만한 관계를 맺는 것에 어

려움을 겪고 있었다.

참여자들은 A.A. 참여 이후 수년이 지나도 삶의 질이 나아지지 않음을 경험하고 변화의 필요성을 느꼈다. A.A.에 참여하며 회복하는 알코올사용장애자들은 변화를 추구하는 성향이 있으며, 이는 곧 회복의 요인이 된다(박애란, 2008; 정원이, 2020). 중독 물질의 사용을 중단한다고 해서 가족문제 및 다른 문제들이 해결되는 것은 아니며, 중독 물질의 사용 당시에는 무시되었거나 감춰져 있던 새로운 문제들이 중독 물질의 중단과 함께 종종 수면 위로 떠오르게 된다는 것은 익히 알려진 사실이다(Bissell & Royce, 1994). 참여자들은 관계를 회복하고 삶을 변화시키기 위해 제9단계를 실천하기로 결심하는 것으로 드러났다.

본 연구의 참여자들 제9단계를 실천하기 전에 오래된 상처를 다시 여는 것에 대한 두려움, 과거를 들추어 현재 회복이 위태롭게 될 것에 대한 두려움, 다른 사람의 반응에 대한 두려움, 재발할 것에 대한 두려움(Kinney &



Close, 1995) 등 많은 어려움을 겪었다. 하지만 재발에 대한 두려움은 역설적으로 참여자들로 하여금 난관을 이겨내고 보상을 실천하게 도와주는 것으로 드러났다. 참여자들은 상대의 잘못은 검토하지 않고 자신의 잘못만 철저하게 검토함으로써 보상을 실천하는 모습을 보였는데(Lyons et al., 2010; Seperack, 2012), 본 결과는 제9단계가 단주 생활을 유지함에 있어서 자신에 대한 검토만 철저하게 하는 태도를 만들어주는 역할을 함을 의미한다.

본 연구에서 외적인 요소로 인해 보상을 하지 못한 참여자들은 죄책감으로 인해 마음에 짐을 느꼈고, 과거를 청산하지 못 함으로 인해 더 나은 삶을 향해 나아가는데 어려움을 겪고 있었다. 알코올사용장애자에게 있어 과거 미해결 문제는 부정적 자기 인식으로 이어지며, 과거 중독 시절의 사고방식으로 되돌아가게 되면 쉽게 재발로 이어질 수 있다(박차실, 2011). 이는 알코올사용장애자가 과거의 짐을 떨쳐 버리고 새로운 자신으로 살아가기 위해 보상이 필요함을 시사한다.

일부 참여자들은 오랜 기간 반복적으로 보상을 했음에도 여전히 응어리가 풀어지지 않았다. 이는 보상을 한다고 해서 모든 관계가 회복될 수는 없다는 것을 받아들여야 한다는 것과, 관계를 개선하지 못한 경우일지라도 보상 자체가 알코올사용장애자 자신의 회복을 위한 과정이라는 사실(Cornelius, 2016)을 받아들이는 태도가 필요하다는 것을 의미한다.

제9단계가 갖는 회복의 의미는 다음 세 가지로 나눌 수 있다.

첫째, 내면의 변화로서의 의미이다. A.A.에서는 원인을 재발의 가장 큰 요인으로 취급한다(Lyons et al., 2010; Seperack, 2012). 또한 알코올사용장애자는 알코올 중독 상태에서 자신이

행한 일에 대하여 수치심과 죄책감을 경험한다(Newcombe, 2015; Twerski, 1997/2009). 참여자들은 보상을 하면서 상대의 반응과 무관하게 마음 깊이 응어리졌던 한이 풀어지는 경험을 하였고, 죄책감을 덜면서 마음이 가벼워지며 내면의 자유를 체험하였다.

참여자들은 보상을 통해 관계에 대한 두려움을 깨고 인정받는 것에 대해 연연하지 않게 되는 등 자존감이 향상되는 모습을 보였는데, 이는 A.A.참여가 알코올사용장애자의 자아존중감 향상에 정적인 상관을 미친다는 수많은 연구 결과(엄희순, 2012; 유재순, 2016; 백형의 등, 2021)와 맥락을 같이 한다.

중독 문제를 지닌 사람들은 자신을 너무 초라한 사람이라고 생각하기 때문에 다른 사람들이 틀림없이 자기를 거절할 것이라고 믿고 자신을 방어하는 행동을 하게 되는데, 그럴수록 사람들은 실제로 그들을 피하게 되고 그 결과 중독 문제를 지닌 사람들의 자아상은 더 악화된다(Twerski, 1997/2009). 본 연구에서 참여자들은 보상을 통해 타인의 의도를 더 이상 왜곡하지 않는 모습을 보였는데, 이것은 보상이 자신에 대한 자아상을 좋게 만드는데 기여를 한다는 것을 의미한다. 참여자들의 보상을 받은 사람들은 참여자들이 중독 상태에 있는 동안 말하지 못 했던 진심을 털어 놓기도 했는데, 이로 인해 참여자들은 자신의 실체를 정확하게 알 수 있는 기회도 가지게 되었다. 알코올사용장애자는 자기중심성에 기초하여 자신과 외부 세계에 대하여 왜곡된 신념을 가지며, 12단계는 자기중심적 요소를 중화시키는 역할을 한다(박차실, 2011).

용서의 경험은 알코올사용장애자가 살면서 받은 심리적 상처와 역기능적인 삶의 태도를 극복하고 관계를 회복시키며 새로운 삶의 의

미를 경험하게 하는 치유 도구가 될 수 있으며, 대인관계에서의 갈등과 상처로 인한 부정적 정서를 긍정적으로 활용할 수 있도록 기여한다(강순자, 김수진, 2015; 김영호, 2006; Bacci, 2007; Wang, 2006). 참여자들은 보상을 하면서 용서하고 또 용서를 받는 경험을 하였다. 이는 제9단계를 수행한 참가자는 제9단계를 완료하지 않은 참가자보다 수치심이 낮아지고 훨씬 더 높은 자기용서 능력을 가진다(Newcombe, 2015; Slezakova, 2016)는 선행 연구 결과와 맥락을 같이한다.

참여자들은 보상에 대한 용의를 갖기 위해 간절하게 기도하는 모습을 보였다. 기도는 영적인 성장을 위해 인간의 자유 의지에서 나오는 노력 중 한 가지이다(May, 1988/2005). 기도는 자신에게 주도권과 조절이 없다는 사실, 즉 자신이 신이 아니라는 깨달음과 발견에서 오는 반응이다(Kurtz & Ketcham, 1992/2009). 또한 용서를 체험한 참여자들 중 일부는 용서가 자신이 할 수 없었던 것이며 신께서 해주신 것임을 깨달았고, 이를 통해 신을 만나는 경험을 하였다. 본 연구의 결과는 제9단계 수행이 신의 존재를 느끼고 영적으로 더 성장할 수 있는 계기를 제공할 수 있음을 드러냈다.

둘째, 관계의 변화로서의 의미이다. 중독으로부터의 회복은 치료적 환경의 바깥에서 건강하고 친밀한 관계를 형성하고 유지하는 법을 배울 때에만 성취될 수 있으며, 알코올사용장애자는 타인들과의 관계 안에서 자신을 경험해봄으로써 대인관계에서 자신들이 어떤 이유로 어려움을 겪게 되는지 이해할 필요가 있다.

A.A.에 참여하는 것은 알코올사용장애자의 회복율과 정적 상관을 보이는데, 특히 가족의 지지가 높을수록 회복율이 높다(박병선, 2011;

백형의 등, 2021; 유재순, 2016; 윤명숙 등, 2012; 천덕희, 2010). 본 연구 결과 참여자의 가족들은 진심으로 지난날을 반성하며 보상하는 참여자들에게서 변화를 느끼고 마음을 열기 시작하였고, 참여자들 또한 가족들에 대한 경계를 낮추며 제9단계가 가족 관계를 회복시켜 단주를 유지하는데 긍정적 영향을 미친다는 것을 시사하였다.

참여자들은 알코올 중독 상태에서 주변 사람들에게 입힌 피해로 인해 사람들을 피하고 숨어 지냈으나, 그 피해를 보상함으로써 인해 사람들을 거리낌 없이 마주할 수 있게 되는 경험을 하였다. 이는 A.A. 프로그램에 적극적으로 참여한 알코올사용장애자들은 '나 홀로 중독성 사고'를 점차 축소시키며 '더불어 영성적 사고'를 경험하여 사회 구성원들과 어울릴 수 있게 된다(박차실, 2011)는 연구 결과와 맥락을 같이 한다. 참여자들의 보상을 받은 사람들은 참여자들이 진심으로 잘못을 뉘우치고 반성하고 있음을 느끼고 오히려 참여자들을 격려해주고 더 큰 배려를 보여주기도 하였다. 또 알코올중독 상태에서 잃었던 신뢰를 회복하고, 때로는 대립 관계에 있던 사람의 신뢰를 얻기도 하였다. 가해자의 사과와 후회의 표현은 피해자의 분노를 줄이고 용서를 촉진시키며, 특히 가해자가 동정적으로 느껴질 경우 피해자가 가해자에 대해 공감할 가능성이 올라간다(McCullough et al., 2014). 이 결과는 보상이 알코올사용장애자의 대인 관계에 선순환의 시작점이 될 수 있음을 의미한다.

셋째, 변화된 삶의 유지로서의 의미이다. A.A. 회복 프로그램의 참가자들이 처음 보상을 수행할 때에는, 자신이 다른 사람들에게 저지른 잘못이나 책임을 지는 방법을 잘 이해하지 못한다(Moutray, 2020). 참여자들은 처음

진행했던 보상이 다소 형식적인 면이 있었으며, 시간을 두고 기다려서 때가 되었을 때 하는 것이 진짜 보상이라고 느꼈다. A.A.의 원칙들은 회복의 점진적인 과정에 초점을 두며, 12 단계들이 제공하는 영성의 훈련 과정을 통하여 점차적으로 중독을 회복을 하게 된다(김병오, 2009). 본 연구에서는 시간이 지날수록 자신이 저지른 잘못을 인식하는 범위가 확장되며, 그에 따라 더욱 성숙된 보상이 가능해짐이 드러났는데, 회복이 점진적으로 이루어지는 과정임을 증명하는 것이다.

참여자들은 주변에 피해를 주던 행동과 태도를 변화시킴으로써 간접적인 방법으로도 보상하는 모습을 보였다. 보상을 할 때 직접적으로 해를 끼친 부분과 겉으로 드러난 피해에 대한 보상뿐만 아니라 자신이 상대에게 입힌 피해를 깊이 있게 탐색하여 행동과 태도를 수정하려고 노력하는 것으로 드러난 본 연구의 결과는 Cornelius(2016)의 연구 결과와 맥락을 같이 한다. 참여자들은 단주 이후, 특히 보상을 한 이후에도 새로운 해 끼침을 일으키기도 하였다. 중독 행위를 중단하고 있지만 여전히 중독성 인격을 지니고 있는 상태를 마른 주정(dry drunk)이라고 한다. 회복은 중독을 지속적으로 인정하는 과정이며 중독성 인격이 어떤 형태로 나타나든 그것을 지속적으로 감시하는 과정이다(Nakken, 1996). 본 연구의 참여자들은 일상 속에서 자신이 새로 범하는 잘못을 그때 그 때 검토했어야 필요한 경우 사과하는 모습을 보였다. 이는 제9단계에서의 훈련이 회복 생활을 유지하는데 도움이 됨을 의미한다. 제9단계 목록에 있는 사람들에게 보상을 하기까지는 매우 오랜 시간이 걸린다(Kinney & Close, 1995). 본 연구 결과에서도 가족들에게 끼친 해는 오랜 세월이 걸쳐 일어난 것으로

보상하는데 수년이 걸리며, 가장 중요한 것은 회복하면서 가족에게 꾸준한 사랑을 보여주는 것으로 드러났다. 제9단계 보상의 과정은 결코 완수할 수 없는 과정이며 평생에 이어 지속되어야 하는 일로 볼 수 있다.

본 연구는 12단계 중 특정 단계의 경험을 질적으로 연구한 것, 지금까지 피해자의 관점에서 이루어진 다른 용서 연구에 비해 가해자의 입장에서 이루어졌다는 것에 의의가 있다. 또 알코올사용장애자들이 제9단계를 수행하는 과정에서 어떤 경험을 하는지 구체적으로 드러냄으로써 중독치료 현장에서 일하고 있는 실무자들이 12단계 프로그램을 실무에 적용하는데 실질적 도움을 줄 수 있다.

후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 임상 현장에 효과적으로 적용할 수 있게 하고자 단주 10년 이상의 A.A. 참여자들을 대상으로 연구를 실시하였다. 후속 연구에서는 단주를 1년에서 2년 정도 지속한 참여자들과 집단을 나누어 연구함으로써 회복 기간이 짧은 알코올사용장애자의 제9단계 경험과 회복 기간이 긴 알코올사용장애자의 제9단계 경험에 어떤 차이가 있는지 비교 연구를 해볼 수 있다.

둘째, 본 연구에서 수집된 자료는 참여자들의 주관적 관점에서 본 경험이다. 주변 사람들의 증언을 직접적 혹은 간접적 방식으로 수집하면 좀 더 신뢰성있는 자료 확보가 가능할 것이다.

셋째, 참여자들의 경험에서는 제9단계를 통해 신을 만나게 되고 영적 체험을 하는 등 영적인 면에 대한 언급이 다수 있었다. 후속 연구에서는 제9단계 수행이 영적인 면에서의 회복에 미치는 영향에 대해 좀 더 심도 있게 연구해볼 필요가 있다.

### 참고문헌

- 강순자, 김수진 (2015). 용서치료 프로그램이 알코올중독자의 자이존중감, 분노 및 용서에 미치는 효과. *정신간호학회지*, 24(4), 300-309.
- 건강보험공단 (2020). *건강보험통계연보 (2008~2020)*.
- 권석만 (2013). *현대 이상심리학(2판)*. 서울: 학지사.
- 김민규, 김주환 (2008). 커뮤니케이션 능력이 대인불안과 우울증을 매개로 알코올 중독 성향에 미치는 영향. *한국언론학보*, 52(4), 205-222.
- 김병오 (2009). *중독을 치유하는 영성*. 서울: 도서출판 대서.
- 김세진, 박영민, 김민결, 이덕기 등 (2011). 알코올 의존 환자에서 의존의 심각도와 애착유형 및 감정표현불능증과의 관련성. *사회정신의학*, 16(2), 74-79.
- 김아리, 조현주 (2013). 정서 조절 방식이 불안정 애착 성인의 정서 및 자동적 사고에 미치는 영향. *한국심리학회 학술대회 자료집*, 2013(1), 279.
- 김영선 (2018). 12단계 통합 회복 프로그램이 남성 알코올 중독자 회복과 자활의지에 미치는 영향. *한양대학교 임상간호정보대학원 석사학위 청구논문*.
- 김영호 (2006). 알코올중독자 용서집단 프로그램의 효과성 연구. *한국정신건강사회복지학회 학술발표 청구논문집*, 123-155.
- 김혜원, 이지연 (2018). 대학생의 불안정 성인 애착이 정서조절곤란에 미치는 영향: 거부민감성, 부적응적 자기초점주의 및 분노억제의 다중매개효과 검증. *사회과학연구*, 34(2), 233-267.
- 김혜자, 정혜숙 (2016). 여성 알코올중독자의 음주와 회복 경험의 총체적 형상화. *사회과학연구*, 32(1), 191-234.
- 민병록 (2021). A.A.멤버의 마음챙김에 기반한 스트레스 감소(MBSR) 프로그램 참여 경험. *백석대학교 기독교전문대학원 박사학위 논문*.
- 박성근 (2015). 익명의 알코올 중독자들 모임 참여자가 지각하는 사회적 지지와 단주자기효능감 및 분노와의 상관관계 연구. *서울시립대학교 도시과학대학원 석사학위 논문*.
- 박보서 (2018). 중독 유형에 따른 기질 및 성격 특성과 문제행동과의 관련성. *경성대학교 일반대학원 석사학위 논문*.
- 박병선, 진혜민, 허만세 (2011). 남성알코올중독자의 우울과 삶의 만족도의 관계 가족기능과 가족지지의 역할을 중심으로. *정신건강과 사회복지*, 38, 172-204.
- 박애란 (2008). 알코올 의존자의 회복경험 삶의 거듭남. *이화여자대학교 대학원 박사학위 논문*.
- 박영순, 조성희 (2019). 알아년에 참여하는 알코올중독자 배우자의 위기 극복과정에 대한 질적 연구. *상담학연구*, 20(2), 303-327.
- 박차실 (2011). A.A. 프로그램 참여자들의 회복 초기의 중독성 사고에 관한 연구. *백석대학교 기독교전문대학원 박사학위 논문*.
- 백형의, 조수민, 김선희 (2021). 알코올중독자의 A.A.몰입과 회복과의 관계에서 단주 자기효능감의 매개효과: 성별 및 연령의 차이를 중심으로. *한국콘텐츠학회 논문지*, 21(1), 698-709.
- 보건복지부 (2021). *정신건강실태조사 보고서*. 서유나, 정희정, 김성곤, 신성현 등 (2010). 일

- 대학병원에서의 알코올 의존 환자의 외래 추적시 12 개월 추적률. *중독정신의학*, 14 (1), 24-28.
- 신경림, 조명옥, 양진향 (2004). 질적 연구 방법론. 서울: 이화여자대학교 출판문화원.
- 엄희순 (2012). A.A.프로그램의 참여가 입원 알코올중독자의 단주자기효능감과 자아존중감 향상에 미치는 효과. *인제대학교 사회복지대학원 석사학위 논문*.
- 유재순, 이종은, 박우영 (2016). 익명의 알코올 중독자(AA) 모임 참여자의 삶의 질에 영향을 미치는 요인. *대한간호과학회지*, 46 (2), 305-314.
- 윤명숙, 정영철, 이준석, 이분희 등 (2012). 입원한 알코올의존자의 가족지지가 삶의 질에 미치는 영향: 금주 자기효능감의 조절효과. *Journal of Korean Neuropsychiatric Association*, 51, 277-284.
- 이남인 (2014). 현상학과 질적 연구. 과주: 한길사.
- 이명윤, 김병석 (2015). 알코올중독자의 장기간 단주과정에 관한 질적연구. *상담학연구*, 16(5), 23-37.
- 이솔지, 최송식 (2008). 알코올중독자의 회복경험에 관한 질적 연구. *한국정신건강*, 213-244.
- 이수비, 조성은, 정슬기, 이해국 등 (2018). 한국 알코올사용장애 환자의 임상 서비스 유지에 영향을 미치는 요인. *중독정신의학*, 22(2), 64-69.
- 이해국, 이명수, 기선완, 최삼욱 등 (2007). 알코올중독에 대한 포괄적 치료 체계의 개발. *Journal of Korean Association of Social Psychiatry*, 12(2), 57-67
- 전교연, 이루리, 박우리, 황우석 등 (2017). 지역사회 중독관리서비스 현황: 중독관리통합지원센터를 중심으로. *중독정신의학*, 21 (2), 115-123.
- 정나래, 이민규 (2014). 수용 전념 치료(act)가 알코올 의존 환자들의 정신건강에 미치는 효과. *한국심리학회지: 건강*, 19(4), 909-930.
- 정원이 (2020). 알코올중독자의 단주경험에 대한 사례연구. *제주대학교 행정대학원 석사학위 논문*.
- 정진욱, 윤시몬, 채수미, 최지희 (2014). 약물 및 알코올 중독현황과 대응방안. *한국보건사회연구원*.
- 조근호, 권도훈, 김대진, 김선민 등 (2011). 중독 재활 총론. 서울: 학지사.
- 조성일, 이영식, 백형태, 한덕현 등 (2010). 물질 중독 및 인터넷 중독 위험 청소년에서의 불안정한 애착형성과 충동성-주의력 문제. *신경정신의학*, 49(4), 393-400.
- 천덕희 (2010). A.A.를 통해 회복중인 알코올중독자들의 경험에 관한 연구. *숭실대학교 대학원 박사학위 논문*.
- 최송식, 이솔지 (2012). 회복중인 알코올중독자의 배우자로 사는 삶의 경험에 관한 연구. *사회과학연구*, 28(3), 431-462.
- 최은정 (2013). 알코올중독자의 우울과 회복동기의 관계: 사회적 지지와 A.A.몰입의 다중매개효과를 중심으로. *숭실대학교 대학원 박사학위 논문*.
- 하현주 (2016). 알코올 장애: 잊고 싶은 현실, 잃어버린 자아. 서울: 학지사.
- 한유리 (2018). 초보연구자를 위한 질적자료분석 가이드. 서울: 박영스토리.
- 홍미연 (2017). 생애사 연구를 통한 한 여성 알코올중독 회복자의 삶에 대한 이해. *정신건강과 사회복지*, 45(2), 33-59.

- 홍미연, 조미경 (2018). 알코올중독자의 회복경험에 대한 질적 사례연구. *한국사회복지질적연구*, 12(1), 135-162.
- A.A. World Services, Inc. (2022). <https://www.aa.org/estimated-worldwide-aa-individual-and-group-membership> 자료연음.
- A.A. 한국연합단체 (2022). <http://www.aakorea.org/assets.html>
- Alcoholics Anonymous World Services. (1995). *The 12 steps and 12 traditions* (19th ed.). New York: Alcoholics Anonymous World Services, Inc.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders. Fifth edition (DSM-5)*. American Psychiatric Association, 21
- Bacci, G. (2007). *Forgiveness promoted to help addicts' recovery*. CanWest News.
- Bissell, L., & Royce, J. E. (1994). *Ethics for addiction professionals*. 중독전문가 윤리 (2010). 신성만, 유채영, 이미형, 조성희 역. 서울: 학지사.
- Bowyer, A. (2012). An addict makes amends: For alcoholics anonymous members, there are twelve steps on the road to recovery. for alex bowyer, the hardest was the ninth [eire region]. *The Times*.
- Brown, S. A., Vik, P. W., Patterson, T. L., Grant, I., & Schuckit, M. A. (1995). Stress, vulnerability and adult alcohol relapse. *Journal of Studies on Alcohol*, 5(5), 538-545.
- Chappel, J. R. (1993). *Long-term recovery from alcoholism*. Psychiatric Clinics of North America.
- Cornelius, R. (2016). *The effects of forgiveness on sustaining sobriety in 12 step group attendees*. California State University.
- De Soto, C. B., O'Donnell, W. E., & De Soto, J. L. (1989). Long-term recovery in alcoholics. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 13(5), 693-697.
- Flores, P. J. (2004). *Addiction as an attachment disorder*. 애착 장애로서의 중독 (2010). 김갑중, 박춘삼 역. 남양주 : NUN.
- Hayes, S. C., Levin, M. E., Plumb-Villardaga, J., Villatte, J. L., & Pistorello, J. (2013). Acceptance and commitment therapy and contextual behavioral science: Examining the progress of a distinctive model of behavioral and cognitive therapy. *Behavior Therapy*, 44(2), 180-198.
- Hedblom, J. H. (2007). *Last call: Alcoholism and recovery*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Khantzian, E. J. (2001). Reflections on group treatments as corrective experiences for addictive vulnerability. *International Journal of Group Psychotherapy*, 51(1: Special issue), 11-20.
- Kinney, M. G., & Close, L. M. (1995b). Steps eight and nine of alcoholics anonymous. *Journal of Chemical Dependency Treatment*, 5(2), 91-99.
- Kurtz, E., & Ketcham, K. (1992). *The spirituality of imperfection: Storytelling and the search for meaning*. 불완전함의 영성 (2009). 정윤철, 장혜영 역. 파주: 살림출판사.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1994). Competing paradigms in qualitative research. *Handbook of qualitative research*, 2(163-194), 105.
- Lyons, G. C., Deane, F. P., & Kelly, P. J. (2010). Forgiveness and purpose in life as spiritual

- mechanisms of recovery from substance use disorders. *Addiction Research & Theory*, 18(5), 528-543.
- May, G. G. (1988). *Addiction & Grace: Love and Spirituality in the Healing of Addictions*. 중독과 은혜 (2005). 이지영 역. 서울: 한국기독교학 생회출판부(IVP).
- McCullough, M. E., Pedersen, E. J., Tabak, B. A., & Carter, E. C. (2014). Conciliatory gestures promote forgiveness and reduce anger in humans. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 111(30), 11211-11216.
- McQ, J. (2002). *The steps we took: A teacher of the twelve steps shares his experience, strength, and hope with all those recovering from addictions, all who want to recover, and all who love them*. August house.
- Moos, R. H., & Moos, B. S. (2004). Long-term influence of duration and frequency of participation in alcoholics anonymous on individuals with alcohol use disorders. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(1), 81.
- Moutray, C. M. (2020). *Healing, empathy, and conflict resolution: The ninth step amends process in alcoholics anonymous*. California Institute of Integral Studies.
- Nakken, C. (1996). *The Addictive personality* (2nd Ed). Hazelden publishing and education center.
- Newcombe, S. R. (2015). *Shame and self-compassion in members of alcoholics anonymous*. The Wright Institute.
- Omery, A. (1983). Phenomenology: A method for nursing research. *Advances in Nursing Science*, 5(2), 49-64.
- Seperack, A. (2012). *The process of making amends in the alcoholics anonymous program: A qualitative study*. University of Rhode Island.
- Sharma, O. P. (2015). *A narrative analysis of the lived experience of addiction and sobriety in the context of alcoholics anonymous (A.A.) based sponsor/sponsee relationship*. Pacifica Graduate Institute.
- Slezakova, J. (2016). *The effect of shame and guilt on motivation for substance abuse treatment*. Doctoral Dissertation, the Wright Institute.
- Swift, R. M. (1999). Drug therapy for alcohol dependence. *New England Journal of Medicine*, 340(19), 1482-1490.
- Tracy, S. J. (2013). *Qualitative research methods: Collecting evidence, crafting analysis, communicating impact*. John Wiley & Sons.
- Twerski, A. J. (1997). *Addictive Thinking*(2nd ed). 중독성 사고 (2009). 이호영 역. 하나의학사.
- Vandivier, A. M. (2015). *The lived-experience of spiritual awakening for members of alcoholics anonymous with long-term sobriety: A phenomenological study*. Doctoral dissertation, Capella University.
- Wang, A. (2006). *The relationship between self-forgiveness and A.A. treatment variables*. Alliant International University, San Francisco Bay.
- Yin, R. K. (2011). *Qualitative Research From Start To Finish*. 질적 연구: 시작부터 완성까지 (2013). 박지연, 이숙향, 김남희 역. 서울: 학지사.

원고접수일 : 2022. 09. 02.

최종게재결정일 : 2022. 12. 31.

## Experience of A.A. Participants: Focusing on the Practice of the 9<sup>th</sup> Step

**Kim, Na-Rae**

**Cho, Sung-Hee**

Department of Addiction Counseling, Graduate School of Counseling,  
Baekseok University

The objective of this study is to explore the 9<sup>th</sup> step practice experience for A.A. participants with Alcohol Use Disorder. To this objective, 10 subjects participated in the study, who have been attending A.A. and maintaining sobriety over 10 years. Data were collected by use of in-depth interviews. The collected data were analyzed using Colaizzi's phenomenological method, and derived 190 concepts, 55 themes, and 20 theme clusters. The results are 'Addicted by illness', 'Focus on A.A. to live', 'Experiencing love, trust and hope in A.A.', 'Feeling the need for making amends with fear of relapse and hope for a new life', 'Postpone making amends while feeling anger and fear', 'Being stuck in the past due to unfinished amends', 'Realize that making amends don't solve all problems', 'Careful not to fall into pride while practicing the ninth step', 'Focus on only my problems with a humble attitude', 'The resentment and guilt that weighed on my heart was lifted, and the light came inside', 'Attitude toward the world has changed in a positive way', 'Realize what I have done wrong exactly', 'Being proud of myself and others', 'Experiencing forgiveness and encountering God while pleading in prayer', 'Being respected by putting myself first', 'Experiencing the family who felt my change, pouring out the pain they had endured', 'The relationship with family deepens', 'Feeling that the reward can never be completed', 'Constantly practicing making amends', 'As recovery progresses, the amends area expands and matures'. The result is significantly useful in understanding clients in addiction treatment fields.

*Key words* : Alcohol use disorder, 9th step, Make amends, Phenomenological study