

마약중독회복요인에 대한 초이론적 모델의 유형 고찰 : 국내 질적 연구의 내용 분석

장혜량
삼육대학교 중독과학과
박사과정

서경선
삼육대학교 중독과학과
박사과정

김나미[†]
삼육대학교 중독과학과
교수

본 연구는 마약중독회복과정의 단계별 특성을 초이론적 모델을 통해 살펴보기 위해 최근 발표된 국내 마약중독회복 질적 연구들을 대상으로 내용 분석을 실시하였다. 2010-2021년 국내 학술지 논문과, 석사·박사 학위 논문에 발표된 국내 마약중독회복 관련 논문들을 검색하고 체계적인 검토를 통해 최종 16편의 질적 연구를 선정하였다. 그리고 16편의 질적 연구들에서 나타나는 회복단계별 요인들을 초이론적 모델 기반으로 분류하고 공통으로 나타나는 특징들을 분석하였다. 그 결과, 첫째, 초이론적 모델 5단계인 전숙고부터 유지단계에서 공통적으로 나타나는 회복 요인들은 내적 요인, 환경 요인, 관계 요인으로 나타났다. 숙고단계부터 유지단계 4단계에서는 영적 요인과 긍정적·희망에 대한 요인이 공통적으로 도출되었다. 둘째, 내용 분석을 통해 초이론적 모델의 각 단계에서 나타나는 회복들이 점진적이고 나선형으로 성장한다는 특징을 확인하였다. 셋째, 단계별 고유한 특징으로는 전숙고 단계는 왜곡된 만족과 유혹·호기심, 쾌락 몰입으로 숙고 단계는 인정과 수용, 바닥 경험, 격리·성찰로 도출되었다. 준비 단계는 사고의 전환, 행동 단계는 생활습관 회복, 유지 단계는 봉사로 나타났다. 본 연구는 마약중독 회복의 단계별 특징을 초이론적 모델을 통해 통찰해봄으로써 회복을 지원하는 상담과 프로그램 개발의 이론적 근거를 제공하는 데 의의가 있다.

주요어: 중독회복, 마약중독회복, 질적 연구, 초이론적 모델

[†] 교신저자(Corresponding author): 김나미(01795) 서울특별시 노원구 화랑로 815 삼육대학교 대학원 중독과학과 교수, Tel: 02-3399-1877 E-mail: kimnami75@syu.ac.kr

최근 마약중독과 관련된 사건·사고들이 증가하면서 마약중독에 대한 심각성이 높아지고 있다. 마약 구매 방법도 과거와 다르다. 누구든 마음만 먹으면 SNS를 통해 쉽게 마약에 접근할 수 있다. 날로 교묘해지는 수법과 변화로 마약 통제는 갈수록 어려워져 심각한 사회문제로 부상하고 있다. '2020년 마약류 범죄백서'에 의하면, 지난해 마약류 사범은 1만8050명으로 작년(1만6044명) 대비 12.5% 증가했다. 이 가운데 공급 사범은 4793명으로 13.4% 늘었다. 마약류 사범의 연령별 자료에서 2015년부터 2018년까지 가장 많은 비중을 차지하는 연령층은 40대이며, 2019년에는 30대였던 것으로 나타났다. 20대와 30대 마약류 사범은 2015년 35.1%, 2017년 41.0%, 2019년 47.7%로 젊은 층의 마약류 범죄가 점점 증가하여 최근에는 50%에 근접할 정도에 이르렀다. 특히, 19세 이하의 마약류 사범은 2017년까지는 120명 수준이었으나, 2019년에 239명으로 증가하였다(대검찰청, 2020). 이와 같이 마약류 사범은 계속 증가하고 있으나 이 범죄 통계는 암수율을 고려하지 않았다. 박성수와 백민석(2019)은 마약류 범죄의 암수율을 알아보기 위해 전문가 및 마약 범죄자에 대한 설문 조사를 시행한 결과 국내 마약류 범죄 암수율을 28.57배로 예상하였다. 이는 대검찰청을 중심으로 정부 기관에서 간주한 마약류 범죄 암수율의 10배보다 거의 3배 높은 수치이다. 암수율을 고려한다면 우리나라도 마약의 심각성에 대처할 다양한 방안이 필요하다.

마약중독은 단약을 다짐해도 본인의 결단과 의지만으로 끊을 수 없고 재발이 빈번하게 발생하는 질병이다(한부식, 황인옥, 2017). 또한, 심리적, 신체적 금단증상과 내성이 강하게 나타난다. 특히

법적, 심리적, 신체적, 관계적, 직업적으로 많은 부정적인 결과가 초래된다. 중독자가 마약 사용을 일시 중단할 경우 심한 금단증상을 경험한다. 하지만 마약중독자가 전문적 치료를 받거나 단약을 유지하게 되면 대부분은 금단증상은 점차 사라지지만, 그들 중 상당 비율은 다시 마약을 사용하여 치료 이전의 상태로 되돌아가는 것이 현실이다(Beck, Liese, Newman, & Wright, 1993). 중독자는 자신의 문제를 알아차리고, 단약을 결심해도 혼자서 쉽게 끊을 수 없고 잦은 재발로 치료나 재활에 성공하는 경향이 높지 않다.

국내 마약류 중독자 치료 보호 규정에 따르면 검찰이나 본인의 의지에 따라 마약류 중독자를 치료할 수 있는 전문병원에서 치료를 받을 수 있다. 전국 22개 전문병원이 지정되어 있으며 마약 환자의 입원, 외래 치료를 국가가 무료로 지원해주는 치료 보호 기관들이 존재한다(김주은, 2020). 하지만 한 해 평균 투약자로 5,000-6,000명 정도 검거된 것에 비하면 2015년 191명에서 2018년 267명으로 증가하고 있으나 이용률이 여전히 낮다(박성수, 백민석, 2019). 재정상의 관리 문제 및 지정 기관과 검찰의 의지 부족으로 이 제도의 활용은 저조하여 실제 치료 보호 기관에서 서비스를 받는 사람은 267명에 불과하다(대검찰청, 2020). 이러한 현상은 치료보다는 형벌을 부과하고 치료에 대한 인식이 부족한 수사기관과 치료에 대한 저항이나 의지 부족과 같은 개인적인 요인과 마약 중독의 이해 부족, 치료 및 재활, 교육 관련 프로그램 부족 등이 치료보호제도의 어려움으로 보인다(강준혁, 이혁구, 2019).

현재까지는 마약중독의 심각성에 대한 인식 부족과 정부 지원의 부족 등으로 국내 마약중독의 치

료방법이 국내에서 활발히 연구되기 어려운 환경이었다. 이로 인해 개입 형태가 소수의 회복자와 전문가의 경험과 지식에 의존하여 유지되어 온 것이 사실이다(김주은, 2020). 또한, 마약류 사범 관련하여 과거 연구들은 치료나 교육을 통해 이들이 마약류에서 벗어날 수 있도록 하는 것이 근본적인 해결 방법으로 모색하였다(강경래, 2013; 강은영, 신성만, 2012; 김은경, 2005; 박성수, 김우준, 2012; 안상원, 2019; 차진경, 2007). 이러한 치료나 교육 프로그램의 연구는 진행되지만, 회복 요인과 효과 검증에 관한 연구는 미비하다(김주은, 2020).

마약중독자의 단약과 회복 과정은 매우 복잡하고 다양한 회복 요인으로 나타나며 변화는 단계적으로 이뤄진다. 마약중독자의 회복과정은 문제 인식, 자기 존재의 새로운 인식 및 변화 노력으로 변화 과정을 나타내며, 회복 경험이 다양하고, 주로 단계적이며 점진적으로 나타나는 것을 보여준다(강선경, 양동현, 문진영, 2016; 백형의, 한인영, 2014; 윤현준, 2013; Rumpf, Bischof, & Hapke, 2002; Laudet, Morgen, & White, 2006). 유채영(2002)의 연구에 따르면 중독의 변화 동기는 효과적인 치료 및 재활에 반드시 필요한 요인으로 간주하였다. 또한, 변화 동기를 강화하는 것은 중독자의 재활과 회복의 요인이 될 수 있고, 변화결과를 예측하게 하는 좋은 지표가 된다(Miller & Rollnick, 2006). 위 선행연구들이 시사하는 바처럼 변화에는 단계적 동기가 필요하고 중독자가 회복을 위해서는 변화단계별 적절한 동기를 내, 외적으로 제공되어야 한다. 이를 설명하는 모델은 초이론적 모델이 대표적이다. Prochaska, Diclement와 Norcross(1992)의 초이론적 모델은 중독회복 과정에서 나타나는 행동 변화의 개입과 이해를

위한 통합적 틀을 제공하고 중독 행동에서 변화 과정을 5단계로 설명한다. 변화 동기와 행동 변화에 문제의식이 없다가(전숙고, precontemplation), 문제의식과 함께 변화에 대해 조금씩 생각하고(숙고, contemplation), 변화를 결심하며 계획하고(준비, preparation), 변화를 행동(action)한다. 또한, 지속적 변화 유지(maintenance) 또는 재발(relapse)한다고 주장한다(Diclemente et al., 1991). 그러므로 마약중독 회복을 지원하기 위해서는 단계별 회복 요인에 대한 분석과 이를 활용한 적기 개입이 필수적이다. 특히 마약중독은 1년 안에 80% 이상 재발 위험이 있으므로, 시기를 놓치지 않고 지속적인 성장을 하도록 적절한 지원을 제공하는 것이 중요하다.

최근 국내에서 중독 회복에 대한 주제로 한 연구물이 발간되고 있으나(김나미, 박경은, 장세은, 2018; 김용환, 최금주, 김승돈, 2009; 차유림, 2017), 많은 연구가 연구 동향을 개괄하였고, 마약중독회복 경험 과정에 대한 연구(강선경, 양동현, 문진영, 2016; 강선경, 최미경, 2020; 김남희, 2008; 김진숙, 2020; 박애란, 2008; 윤현준, 2013)와 회복과정에서 직면하게 되는 영성 체험에 초점을 둔 연구(심수현, 2017; 임혜영, 김학주, 2018; 최은미, 2011)들이 주를 이루고 있다. 하지만 선행연구들에서 나타난 회복의 개념과 주제를 통합적으로 분석하여 회복 요인의 단계별 특징을 찾아내어 회복 동기별 맞춤형 프로그램을 제공할 수 있는 이론적 근거에 관한 연구는 찾아볼 수 없었다. 이에 본 연구의 목적은 다음과 같다.

첫째, 변화 동기에 초점을 둔 초이론적 모델을 기반으로 중독회복 요인의 단계적 특성을 도출한다.

둘째, 중독회복 요인이 나선형이고 점진적으로

성장하는 것을 발견하고 회복 요인 성장의 변화를 확인한다.

방 법

연구 대상 및 자료 조사 방법

국내 마약중독의 회복단계별 특성을 살펴보기

위해 2010부터 2021년 현재까지 국내에 발표된 마약중독회복에 대한 학술지와 학위 논문의 질적 연구를 분석하였다. 이는 2010년 이전에는 마약중독 회복에 관한 질적 연구가 거의 실행되지 않았고, 2010년 이후 마약중독 회복과 관련된 질적 연구들이 꾸준히 증가하는 추세를 보여 마약중독 회복 요인의 분석이 필요한 것으로 판단되기 때문이다. 먼저 인터넷 학술정보 검색 사이트 학술

표 1. 국내 약물중독 회복과정에 관한 질적 연구자료

번호	저자명	연도	연구 방법	연구 대상	연구 제목
1	이근무	2012	현상학 연구	남성 1명 여성 1명	약물 의존자의 빠져 있음(Be Fallen)의 구조와 본질에 관한 현상학적 연구
2	윤현준	2013	현상학 연구	남성 7명 여성 1명	약물 의존자 회복 체험 연구 인간 되어감 방법론을 적용하여
3	백형의 외	2014	현상학 연구	남성 6명 여성 1명	약물 중독자의 지역사회 내 회복 경험 세상에서의 되살이 경험
4	강선경 외	2016	사례연구	남성 4명 여성 1명	마약중독에서 탈출한 회복자들의 자기 삶 재건에 대한 연구
5	한부식 외	2017	사례연구	남성 5명 여성 2명	약물 중독자의 회복 및 사회 복귀에 관한 사례연구 -서울·부산지역 NA 모임을 중심으로
6	임해영 외	2018	현상학 연구	남성 5명	회복기 마약중독자의 영성 체험에 관한 연구 -기독교·가톨릭인 회복자를 중심으로
7	강선경 외	2018	현상학 연구	남성 2명 여성 3명	약물 중독자의 회복 경험에 관한 현상학적 연구 -피해의식에서 책임의식으로의 성장
8	임해영 외	2018	현상학/사례연구	남성 4명	회복기 마약중독자의 직업 활동 경험에 관한 연구
9	김재환	2019	생애사 연구	남성 1명	메스암페타민 중독 남성의 회복과정에 관한 생애사 연구
10	강선경 외	2019	사례연구	남성 1명	실존적 자기 이해 개념을 통해 본 마약중독자의 생애 사건과 투약·단약·재발·회복 과정 연구
11	강선경 외	2020	사례연구	남성 1명	남성 마약중독자의 회복활동가로의 생애연구
12	유숙경 외	2020	현상학 연구	9명 (성별구분 없음)	장애인의 마약류 중독과 회복과정에 관한 현상학적 연구
13	김진숙	2020	현상학 연구	여성 10명	여성 마약중독자의 회복과 재발 경험에 관한 연구
14	유숙경	2020	근거이론 연구	남성 10명	교정시설에 수감 중인 남성 마약류 중독자들의 마약 사용 경험 연구
15	유숙경 외	2020	현상학 연구	남성 9명	남성 마약 사용자들의 교정시설 생활 체험에 관한 현상학적 연구
16	윤현준 외	2021	현상학 연구	여성 3명	여성 마약중독자의 회복 체험에 관한 연구

연구정보서비스, 국회 전자도서관, 한국학술정보, 스콜라, 디비피아와 같은 전자 데이터베이스를 이용하였다. 1차 검색은 약물중독, 마약(필로폰, 암페타민, 아편 등 마약 관련 이름), 마약 회복을 주제로 239편의 연구 논문들을 검색하였다. 2차 검색은 1차 검색에서 양적 연구를 제외하고 질적 연구 중 초록과 제목을 통해 회복과 관련된 31편이 확인되었다. 3차 검색은 2차 검색에서 동일한 저자가 동일한 연구 대상으로 여러 개의 논문을 작성한 것 중 회복과 관련된 논문 하나만 선정하고, 중독회복과 관련성이 없는 논문을 제거하였다. 선정된 논문들의 참고문헌을 검토하여 연구 목적에 합당하다고 판단되는 연구물을 추가하였다. 그 결과 최종적으로 16편의 연구들이 선정되었다. 본 연구에서 선정한 16편의 연구는 표 1에서 확인할 수 있다.

분석절차

최종 선택된 질적 연구 논문 16편에 대한 자료 분석은 Elo와 Kyngas(2008)의 질적 내용 분석으로 실시하였다. 내용 분석은 지식, 새로운 통찰력, 사실의 표현 및 실천적 행동 지침을 제공하기 위해 자료를 분석하여 현상을 설명하는 개념이나 범주들을 결과물로 끌어내는 연구 방법이다(Krippendorff, 2004). 내용 분석은 분석과정이 유연하여 질적 연구의 2차 자료들을 분석하기에는 유용하다. 하지만 자료 분석을 위한 규칙이 체계적이지 않다는 어려움을 가지고 있다(Elo & Kyngas, 2008). 이런 부분을 보완하기 위하여, 본 연구는 범주화 작업에서 Prochaska, Diclement와 Norcross(1992)의 초이론적 모델을 적용하였다.

초이론적 모델은 의도적인 행동 변화의 개입과 이해를 위한 전반적인 틀을 제공한다. 초이론적 모델은 문제행동들에 관한 기존의 치료적 접근법들을 통합하기 위해 개발되었다. 이에 다양한 치료 이론들이 통합된 모델이다. 초이론적 모델은 전숙고, 숙고, 준비, 실행, 유지, 5단계로 구성되어 있어 단계별 변화 과정의 요인을 알 수 있다.

내용 분석은 준비(Preparation), 조직화(Organising), 보고(Reporting)의 3단계로 나뉘어 연역적 접근과 귀납적 접근으로 분류하여 분석한다(Elo & Kyngas, 2008). 사전지식이 부족할 때 귀납적 접근을 하며, 사전지식이 충분하면 가설검증을 위해 연역적 접근을 사용한다. 또한, 귀납적 접근법은 구체적 부분에서 일반적 부분으로 움직이며, 특정한 사례일 경우 더 포괄적이고 일반적인 상황으로 통합이 된다(Chinn & Kramer, 1999). 반대로 연역적 접근법은 기존의 모델이나 이론으로부터 출발하므로 일반적인 부분에서 구체적인 부분으로 진행된다(최성호, 정정훈, 정상원, 2016).

본 연구에서 자료 분석과정은 다음과 같다. 첫 번째 준비단계는 마약·약물 중독회복이라는 주제로 선정한 논문들의 제목과 초록을 수차례 확인함으로써 논문의 내용을 전반적으로 이해하였다. 두 번째 조직화 단계에서는 귀납적 방법과 연역적 방법을 같이 사용했다. 연역적 접근법은 기존의 이론이나 모델로부터 출발하여 일반적인 것에서 구체적인 것으로 진행된다(최성호 외, 2016). 이에 초이론적 모델의 5단계인 전숙고, 숙고, 준비, 행동, 유지단계를 기준 삼아 범주화 작업을 수행했다. 주요범주를 명확하게 정립한 후 귀납적 접근을 통해 분석대상 논문들의 원문을 통해 하위 범주를 도출하고 하위 범주들은 다시 상위 범

주로 정리했다. 범주화 작업이 정리되었을 때, 회복 변화단계에 따라 이론적 검토를 통해 나타난 주요범주들이 회복변화 단계의 특징을 드러내는지 확인하고, 분석결과를 회복단계별로 나열하였다. 이러한 자료 분석과정은 지속적으로 나선형 자료 분석으로 진행된다(조홍식, 정선욱, 김진숙, 권지성, 2010). 보고 단계에서는 연구결과를 선형-나선형 모형으로 구성하였다. 선형-나선형 모형에서는 중독의 회복과정을 변화이론모델의 5단계로 구분하여 시각화했다.

연구의 신뢰성과 엄격성

질적 연구의 신뢰성과 엄격성은 ‘연구결과를 얼마나 신뢰할 방법으로 연구 주제를 반영하여 분석하고 단순화하여 범주를 형성했는가’이다. 연구의 신뢰성을 위해서 데이터와 분석결과 간의 연관성을 입증해야 한다(Elo & Kyngas, 2008). 또한, 엄격성 확보를 위해 Padgett(2005)가 제안한 ‘동료집단의 조언 및 지지’를 통해 검증한다.

본 연구에서는 신뢰성 확보를 위하여 분석절차를 구체적으로 기록하였다. 연구결과에서 범주들의 수렴 과정을 초이론적 모델에 따라 자세히 기술하였다. 또한, 연구의 엄격성을 위해 동료집단을 중독분야 교수 1인, 질적 연구 전문가 1인, 중독회

복 전문가 1인, 현장경험이 많은 심리상담사이며 중독분야 박사과정 1인으로 구성했다. 본 연구를 위해 동료집단 구성원들은 8개월 동안 일주일에 한 번씩 지속적인 만남을 통해 연구 논문 선정부터 데이터 과정, 범주화 과정과 분석결과에 대한 자문과 피드백을 공유하였다. 또한, 연구자는 연구 대상 논문의 저자들에게 연구 취지와 목적, 분석결과를 공유하여 자료 분석에 대하여 점검하는 과정을 가졌다.

결 과

본 연구에서는 2010년에서 2021년 출간된 마약 중독회복에 관한 질적 연구 논문 16편을 대상으로 초이론적 모델에 따른 단계별 특징과 경향을 알아보기 위해 문헌 분석하였다. 연구결과, 중독의 회복과정은 초이론적 모델 5단계의 전속고, 숙고, 준비, 행동, 유지단계 주요범주 안에 32가지 상위 범주로 재구성하였다. 구체적인 내용은 다음과 같다. 본 연구에서 도출된 하위 범주, 상위 범주, 주요범주의 수렴 과정은 표 2부터 표 6을 통해 범주 목록들을 확인할 수 있다. 또한, 표 2부터 표 6 하위 범주의 번호는 표 1 연구자료의 번호와 동일하다.

표 2. 전속고 단계: 변화 동기 없는 단계

하위 범주	상위 범주	주요 범주
축적된 마음의 상처를 치유하는 마법의 약 ^⑫ , 불에 덴 낙인의 상처 소독제 ^⑫ , 마음의 상처를 치료할 방법이 없음 ^⑫ , 세월이 가도 잊히지 않는 낙인의 상처 ^⑫ , 자신의 처지가 한스러움 ^⑫ , 저주받은 운명에 대한 자기의 선물 투약 ^⑫ , 답답한 현실에서 벗어나기 위한 탈출구 투약 ^⑬ , 존재론적 무력감 스스로 부여한 낙인 ^⑬	내적 상처	전속고단계 : 변화 동기 없는 단계

유학비 마약으로 당진⑤, 약쟁이로 주변 환경 변화⑦, 마약을 쉽게 접할 수 있는 유흥업소 일⑧, 노숙 생활⑧, 마약을 쉽게 구할 수 있는 불량형과 어울림⑧, 판매상 복역⑧, 일본 유학 시절 업소 아르바이트⑧, 지역사회 이방인의 억눌림⑫, 교묘한 수법 학습⑬, 교정시설에서 우정이 마약 세계로의 진입 통로⑮	마약 환경에 노출	
아버지에 대한 반발심 불량학생과 어울림⑧, 부모에게 기댄 삶⑧, 수감생활 아내에 대한 원망⑪, 낙인은 태산과도 같아 깔려 숨조차 쉬기 어려움⑫, 이방인으로 몰리다 구석에서 선택한 마약⑫, 범죄자와 마약 사용자라는 이중의 낙인⑮	관계적 상처	
마약 판매자로 모든 걸 누렸던 삶⑨, 거울 앞에 서면 내가 봐도 미남⑫, 지킬 박사에서 하이드 씨가 되지만 만족⑫, 세상은 보상이 없지만, 마약은 보상을 줌⑫, 마약마저 없으면 의미 없는 세상⑫, 장애인이 보상받을 수 있는 곳⑫	왜곡된 만족	
시작은 순간의 호기심③, 찰나의 유희/호기심⑦, 지인의 권유 호기심⑧, 호기심⑭	유희과 호기심	
일상생활 불가능⑦, 가족 친구 필요 없음, 오직 약⑦, 천국과 지옥을 넘나드는 악순환 경험/쾌락 좇아⑦, 약물 없이 삶의 의미 없음⑦, 메스암페타민과 변태적 성행동에 중독됨⑨, 인간이 만들 수 없는 가장 황홀한 세계가 나의 것⑫, 별나라 여행하는 듯한 체험⑫, 가짜임을 알지만, 가짜의 세계로 빠져들어 감⑫, 환각의 세계에서 현실의 고통은 사라짐⑫, 눈으로 볼 수 없는 세계를 보여주는 만화경⑫, 모기의 숨소리도 들을 수 있는 과 각성 상태의 흥분⑫, 마음의 귀가 열림⑫, 고통을 상회하는 쾌락⑫, 환각의 세계에 압도됨⑬, 쾌락 지향성⑭	쾌락 몰입	

표 2 하위범주 번호는 표1 연구자료 번호와 동일

표 3. 숙고단계: 변화 동기 인식 단계

하위 범주	상위 범주	주요 범주
타인의 자살로 자신을 돌아봄 ①, 절대적 고독과 불안과 단약 수행②, 마약 의존에서 벗어나기 위한 독립심④, 단죄하는 존재⑥, 마약의 달인에서 단약의 달인으로⑫, 장애는 나의 극히 작은 부분⑫, 삼류인생으로 전락한 것에 대한 자괴감⑬, 피폐해진 마약 사용자들의 현재를 보고 자신의 삶을 반성함⑮, 마약은 자신의 시간을 낭비하게 만듦⑮	내적 자각	숙고 단계 : 변화 동기 인식 단계
평범한 사람으로 살고자 하는 욕망①, 집으로 돌아가고 싶음③, 직장 잃음⑤, 주변에 아무도 없음⑤, 부모 다툼 친구가 사라짐⑤, 가족 고통⑤, 타자화되었던 주변인들의 삶이 내 시선 속에 들어옴⑥, 청보리 같은 아름다운 시절을 복구하려는 의지⑫, 처음으로 느껴본 가정의 안락함⑯	안정적 환경의 소망	
노숙자의 도움⑧, 교소도 복역 중 만난 수녀님⑧, 수강명령 강사 과거 강패였던 아는 형⑧, 아내의 면회⑪, 가족을 외면했으나 정기적인 면회를 통해 자신의 무책임을 반성함⑮	사회적 관계 지지 경험	
어두움까지 온전히 수용하고 인정함①, 있는 그대로 바라보기③, 죄책감과 두려움을 갖게 하는 존재⑥, 존재성에 대한 질문⑥, 자기 위선 인식하기⑥, 중독자임을 인정⑪, 장애와 마약의 이중 구속⑫, 정신을 차리자 온몸이 묶여 있음⑫, 몽달귀신으로 죽을 수는 없기에 단약⑫, 장애인은 받아들여도 마약중독자 딱지는 떼어야함⑫, 마약은 나를 속였지만, 장애는 속이지 않았음⑫, 극복할 수 없다면 현실을 인정하자⑫, 중독자임을 인정⑭, 쾌락 후의 허무감⑭	인정과 수용	
6년 동안 가톨릭 공부⑧, 중독자 돕는 치료자가 되고자 하는 꿈 키움⑧	희망 발견	
기대하지 않았던 압도적인 영적 경험과 하나님과 만남⑨, 신앙의 도움을 갈구하고 기독교인들의 조력을 받음⑨	영적 만남	
죽음과 만남, 밑바닥까지 몰아가서 깨닫게 하는 존재⑥, 부모폭력 후 자신 혐오스러움 느낌⑧, 자신과 주변인들에 대한 환멸감 ⑩, 식구 같은 친구의 배신으로 삶에 바닥 치기⑩	바닥 경험	
정신병원 입원 후 나를 돌아봄⑤, 여러 번 교도소 수감⑧, 마약 충동이 일어나도 사용할 수 없	격리와 성찰	

기에 긍정적 생각을 할 기회⑮, 감혀있지만, 몸에서 자연스럽게 마약 기운이 빠져나감⑮, 멘탈 신으로 돌아올 수 있는 최소한 기간확보⑮, 지속적인 마약에 대한 갈망이 끊어짐⑮, 격리된 곳 에서 자신의 과거를 반성하며 성찰할 기회⑮		
---	--	--

표 3 하위범주 번호는 표1 연구자료 번호와 동일

표 4. 준비단계: 회복 활동의 시작 단계

하위 범주	상위 범주	주요 범주
내가 변하니 도움이 기다리고 있음⑫, 열등감을 벗어 새로운 옷이 준비됨⑫, 사회가 변하기 전 에 내가 먼저 변함⑫, 공짜가 없는 인생⑮	내적 성장	준비 단계 : 회복 활동의 시작 단계
기도원 훈증 치료 환경①, 낮은 자리에서 시작하기④, 삶의 균형 찾아가기⑥, 이전의 일상으로 돌아가고픈⑦, 스스로 정신병원 입원⑧, 재활센터 입소⑧	치유적 환경 구축	
가족과의 재결합과 새로운 공동체와 유대감①, 딸과 함께 살기 위한 목표 설정⑧, 지지를 통해 자신들에게도 희망이 있음을 확신함⑮	상호적 관계 형성	
대박 환상에서 벗어나 현실 속에서 작은 것 성취하기④, 스스로 도움 요청 ⑤, 생각이 바뀌면서 할 일도 서서히 보임⑥, 존재 이유 찾기⑥, 중독에 위험한 요인으로부터 자신을 분리하기⑦, 중독으로 인한 신체 증상 인정 변화⑧	사과의 전환	
갈망을 이길 수 있는 대처기술개발④, 마약 투약과 변태적 성생활을 중단⑨, 30년 삶을 객관화 로 새로운 결의⑩, 중독에 관해 체계적 공부 하고 싶어 함⑭,남을 배려하는 학습의 기회⑮, 질 약의 정신을 배움⑮, 상대를 예우하는 말과 예절 배움⑮	긍정적 대안 모색	
절대자에게 대들기도 함⑥, 마음을 다잡기 위해 간절히 기도함⑥	영적 도움	

표 4 하위범주 번호는 표1 연구자료 번호와 동일

표 5. 행동단계: 회복 활동 실행단계

하위 범주	상위 범주	주요 범주
매일 매일의 새로운 실존 수행 삶의 가치 부여①, 허무의 자리에서 이루어진 책임 있 는 주체로의 재탄생②, 책임 있는 존재로 거듭나기④, 용서와 화해로서 자기 존재 드 러내기④ 있는 존재를 받아들임으로써 흠 없는 존재로 재탄생④, 죄의식과 자기연민에 서 벗어나기 위한 적극적 자기 계발④, 통찰력의 강화(회복 중 방어기제를 간파 후 일 상생활)⑥, 지속적인 단약⑨, 자기 이해⑩, 외부로 향해 치달았던 시선을 내부로 거둬 들임⑫, 삶의 폭우를 삶의 단비로 바꾸기⑫, 긍정적 단약 의지 강화⑭, 억압적인 죄책 감에서 벗어나 부끄러움이 책임감으로 바뀜⑮	내적 성숙	행동 단계 : 회복 활동 실행 단계
모자 장수와 여왕을 떠남 (관계와 환경 바꿈)③, 비뚤어진 삶을 복원하는 장⑥, 유혹을 끊어내는 결단(일상생활)⑥, 마약환경과 단절⑦, 명절 전 정신병원 일부러 입원⑧, 이 전 삶에서 벗어나고자 함⑨	새로운 환경 구축	
치료자와의 상호작용①, 치료공동체 참여⑤, 남편 아버지 역할 노력⑤, 이혼한 아내와 아들과 재결합⑨, 마약중독전문 기관 방문⑩, 새로운 사회관계 형성⑩, 회복의 비밀을 찾아 일본 다르크 연수⑪, 정서적 버팀목⑬, 단약 지지기반 구축⑭, 공동생활은 나눔의 지혜를 배우는 기회⑮, 자신의 의지를 통해 마약을 끊겠다는 교만을 버리고 도움을 청	상호적 관계 성장	

하는 용기가 생김⑮, 가족들에게 진정한 용서를 구하자 화해라는 선물이 도달함⑮, 가족을 억지로 피했으나 절박한 상황에서 가족을 만나고 이것이 새로운 희망으로 이어짐⑮		
농업을 생명과 땅을 살리는 긍정적 일로 해석④, 신학 공부 시작⑤, 돈을 갚아나감⑤, 자격증 취득⑤, 경제활동 기초수급 탈출⑤, 1년 동안 치료 프로그램 참여 후 퇴소 후 전단지 일 시작⑧, 신학대학 입학⑧, 교육 강사 활동⑧, 직업훈련 프로그램 참여⑧, 고등 검정고시 준비⑧, 중독 관련 학과 입학⑧, 마약판매를 중단하고 합법적인 새로운 일을 시작함⑨, 직장생활⑩, 새로운 직장(건설현장 새로운 기술 배움)⑩, 가족을 지키기 위해 경제활동 지속⑩, 재활센터를 일으키며⑪, 주차장 관리 10년⑪, 세상의 소란스러움에서 벗어나니 일에 집중함⑫, 장애인으로 할 수 있는 일이 많음⑫, 출소 후 생활을 유지할 수 있는 건전한 직업기술을 배움⑮, 직업훈련을 통해 자신에게도 가능성이 있음을 발견⑮	직업 재활	
열정적인 신앙생활을 함⑨, 지속적인 신앙생활⑨, 영성에 대한 갈구⑬, 종교모임⑭, 절대자 앞에서 낙담해진 자신이 사람 앞에서 겸손할 수 있는 용기로 변함⑮	영적 성장	
규칙적인 생활①, 고군분투(약물로 돌아가지 않기 위한 행동 변화)③, 규칙적 생활습관⑤, 얼굴은 장애인만 신체와 정신은 건강함⑫, 장애인과 회복자로서의 삶의 계획표 구성⑫, 생애기 난 일상 복원⑫	생활습관의 회복	

표 5 하위범주 번호는 표1 연구자료 번호와 동일

표 6. 유지단계: 변화 행동 안정과 재발 방지 단계

하위 범주	상위 범주	주요 범주
어두운 자신을 직면 인정①, 자기와 타자의 어두움까지 온전히 수용①, 세상 속에서 새롭게 성장하기③, 지금 여기를 살아감③, 변화된 '나'로 살아감③, 자기 연민에서 벗어나기④, 자기 개발을 통한 자기 사랑하기④, 반복된 실패 속에서도 포기할 수 없는 회복의 길⑥, 평범하고 정상적인 삶을 향해가는 먼 인생 항해⑥, 라이프 스타일 온전히 바꾸는 어려운 길⑥, 나 자신과 약속 지키기⑦, 인정받고 싶은 자아에 대한 성찰⑪, 인정받고 싶은 자아에 대한 성찰⑬, 약에서 선함을 배움⑫, 마약도 장애 분노도 모두 거수기의 존재 양식⑫, 마약은 소외, 회복은 주인공 자리의 탈환⑫, 자신의 그림자와 마주하기⑬, 교육을 통해 마약이 피해자 없는 범죄라는 인식에서 벗어 남⑮, 마약에 대한 인식 오류의 극복⑮	내적 통찰	유지 단계 : 변화 행동 안정과 재발 방지 단계
동병상련의 소통① 공동존재로서의 삶 추구②, 더불어 살아감③, 평범한 일상에서 내일을 예약함③, 과거와의 악연 끊고 새롭게 시작하기④, 인간관계 회복⑤	확장된 환경 추구	
가족이라는 마중물③, 타인이라는 노둣돌(주변인을 통해 희망/ 도움)③, 변함없이 기다려준 가족⑦, 새로운 배우자와 안정적 관계유지⑨, 외면했던 가족들이 자신이 변화자 희망을 갖고 찾아옴⑮, 부인과 출소 후 생활계획을 세움⑮, 모두가 상처 입은 사람이기에 동병상련(同病相憐)의 정서에서 지지함⑮, 중독자에 대한 편견을 갖지 않는 일반인의 신뢰⑯, 동류의식⑯, 의미 있는 타자의 역할 동일시하기⑯	안정된 관계 지지 체계 구축	
미래의 가능성으로의 자기 기획⑫, 탄력이 붙음(스스로에 대한 믿음)③, 극복 경험의 공유와 적극적 전파④, 새로운 기술로 새로운 직업⑤, 긍정적인 중독으로 여행(일 공부)⑦, 새로운 미래의 삶 기획⑩, 새로운 과업을 주변에 제시⑫, 내 삶의 주인공이 되어야 한다는 자각⑬, 중독된 자신 이해하기 위해 중독재활 전공⑮, 주어진 현재의 삶의 만족하기⑯, 약물에 대한 갈망을 건강하게 처리해 나가는 삶⑯	긍정적 미래 지향	
종교에서 희망을 찾음⑦, 기독교적 삶의 방식이 됨⑨, 종교적 회심 새로운 삶 속에서 생활⑭,	영적	

절대자의 보호와 사랑 안에서 살아가기 ¹⁶	공동체 형성	
삶에 대한 관점의 변화와 의미 부여 ² , 사회적 고립에서 탈피하여 지역 사회봉사 ⁴ , 자기 소유 나누기로 사랑실천 ⁴ , 타자를 돌보는 활동을 통해 자기 돕기 ⁴ , 교회 차량 봉사 ⁵ , 정신 보건복지가 일 ⁵ , 소소한 즐거움의 타인과 공유 ⁵ , 자조 모임 리더 활동 ⁸ , 고향에 치료 공동체를 만들기 위한 꿈 ⁸ , 직업에서의 소명을 발견(노력과 수고가 담긴) ⁹ , 치료공동체 봉사, 세상에 빛깔을 심정으로 살아가기 ¹³	봉사	

표 6 하위범주 번호는 표1 연구자료 번호와 동일

연구결과, 중독회복의 초이론적 모델 5단계에서, 전속고부터 유지단계까지 공통적으로 나타나는 요인은 내적 요인, 환경 요인, 관계 요인이며, 숙고단계부터 유지단계 4단계에서는 영적 요인과 긍정적·희망에 대한 요인이 공통으로 도출되었다. 본 연구에서 발견한 5단계에서 나타나는 가장 두드러진 특징은 회복의 요인이 점진적이고 나선형으로 성장한다는 것이다. 먼저, 전속고 단계의 내적 상처가 점진적인 변화 과정을 통해

내적 자각이 일어나고 내적 성장과 성숙을 거쳐 통찰하는 변화로 나타났다. 두 번째 환경 요인은 마약 환경 노출에서 안정적인 환경 소망을 거쳐, 치유적 환경을 구축하고 새로운 환경을 구축하여 확장된 환경을 추구하는 단계로 변화했다. 세 번째 관계 요인은 관계의 상처가 사회적 관계 지지 경험을 통해 상호적 관계를 형성하고 확장하며, 안정된 관계 지지 체계 구축으로 도출되었다. 또한, 숙고단계에서부터 유지단계까지 공통으

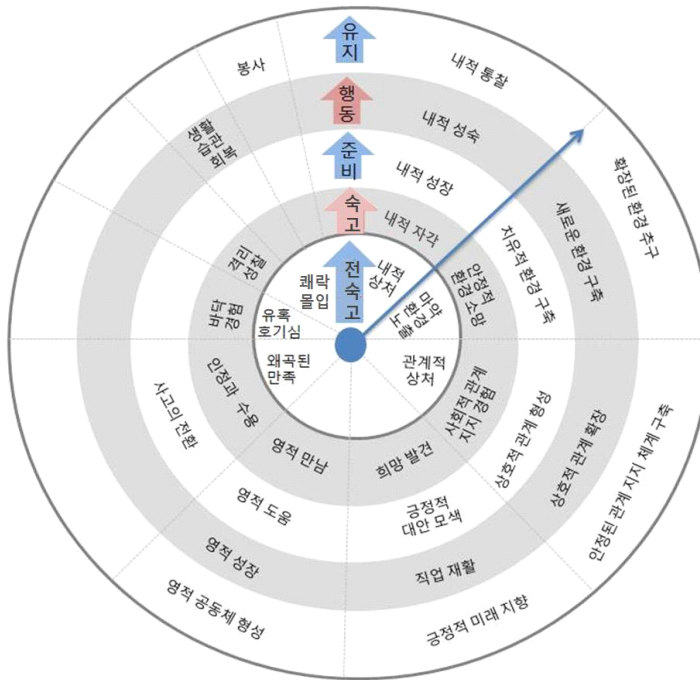


그림 1. 초이론 모델: 선형-나선형 모델

로 나타난 영적 요인은 영적 만남, 영적 도움, 영적 성장, 영적 공동체 형성의 순으로 변화하였다. 긍정적·희망에 대한 요인은 희망 발견, 긍정적 대안 모색, 직업 재활, 긍정적 미래 지향으로 나타났다.

단계별 특징으로 전숙고 단계는 왜곡된 만족과 유혹·호기심, 쾌락 몰입이 구성되었고 숙고단계는 인정과 수용, 바닥 경험, 격리·성찰로 도출되었다. 준비단계는 사고의 전환, 행동단계에서는 생활습관 회복, 유지단계는 봉사료 각각 단독으로 나타났다. 중독의 회복과정을 초이론적 모델로 시각화한 선형-나선형 모형은 그림 1과 같다.

논 의

본 연구의 시작은 내담자 K와의 상담에서 시작되었다. 그는 단약을 잘 유지하다가 올해 1월 초 재발했다. 하지만 다시 일어선고 있는 그와의 상담을 통해 마약중독회복 과정, 회복 요인, 재발 방지 등에 대한 진솔한 이야기를 듣게 되었다.

“중독자에게 재발은 빈번해요. 그런데 마음잡고 회복할 때 가족의 기대, 주변 사람들 시선, 그리고 나 자신에 대한 믿음이 큰 힘입니다. 그런데 재발하게 되면 그 기대의 무게로 인해 좌절감이 너무 큼니다. 이번에 미끄러진 후 제가 바로 설 수 있었던 것은 S병원 원장님, 상담 선생님, NA 동료가 보내준 문자와 ‘괜찮다’라는 응원으로 그래도 빠른 시일 내에 다시 일어설 수 있었습니다. 가족에게 실망감을 줬다는 생각으로 자살까지 생각했지만, 주변 사람들의 지지가 저를 지금까지 있게끔 했습니다”

“회복 중 재발 시 지지 자원과 회복 동기에 따른 도움이 필요해요. 저는 6년째 재발과 단약을 반복하고 있어요. 그런데 다시 재발하면 제 회복 동기에 맞는 도움이 필요해요. 나는 회복을 간절히 원하고 잠시 미끄러진 것뿐인데 회복 동기가 없는 다른 중독자와 함께 교육을 받고 있으면 너무 답답하고 도움이 별로 되지 않아요”

회복자 K의 고백에서 알 수 있듯이 중독회복은 힘들고 어려운 회복과정과 다양한 회복 요인들로 이루어진 복합적인 과정이다. 선행연구들에 따르면 마약중독회복은 문제 인식, 자기 존재의 새로운 인식 및 변화 노력, 주변 사람과 지역 자원의 지지, 관계의 회복, 재발의 위험을 공통적으로 포함하고 있다(강선경, 양동현, 문진영, 2016; 백형의, 한인영, 2014; Laudet et al, 2006; Rumpf, Bischof & Hapke, 2002). 첫 번째 요인은 중독자를 둘러싸고 있는 내·외적인 환경요인(Biernacki, 1986; Dickens, 2011; Kearney, 1996)이다. 개인의 내적 변화, 개인 주변의 자원 및 환경의 상호작용은 마약 중독자들이 회복으로 나아가는 데 영향을 미친다(강선경, 2018). 두 번째 요인은 중독자를 주변의 사회적 지지가 긍정적인 요인으로 나타났다(강선경, 문진영 외, 2016; Alexandre, 2007; Farrell, Marsden & Ling, 2002). 세 번째 요인은 영성이다(Christo & Franey, 1995; Fiorentine & Hillhouse, 2000; Humphreys et al., 2004). 마지막 사회적 재활을 통하여 직업 활동은 일상생활에서 즐거움을 느끼며 살아간다(한부식, 황인옥, 2017). 본 연구에서도 마약중독회복 질적 연구에 대하여 내용 분석을 수행한 결과 회복의 단계에서 공통적으로

나타나는 요인들인 내적 요인, 환경 요인, 관계 요인, 영적 요인과 긍정적·희망에 대한 요인이 각각 상호작용을 하고 있음을 확인하였다. 이는 선행연구들과 맥을 같이 한다.

김재환(2019)은 회복의 과정을 ‘각 단계에 따라 기간의 차이는 있지만, 일시적인 사건에 의한 급작스러운 변화나 각성이기보다는 단계적 과정’이라고 설명하였다. 본 연구에서 발견된 가장 두드러진 특징도 초이론적 모델의 각 단계에서 공통적으로 발견되는 회복 요인들의 나선형의 단계적 성장이었다. 이런 결과는 초이론적 모델의 특징이 숙고단계부터 점차적으로 준비, 회복, 실행, 유지 재발 단계를 동일하게 거치는 나선형의 단계적 회복 과정(Brecht & Herbeck, 2014; Prochaska et al., 1992)이라는 외국의 선행연구와 동일한 패턴을 나타냈다.

본 연구에서 초이론적 모델 5단계인 전숙고부터 유지단계까지 공통적으로 나타나는 요인으로 내적 요인, 환경 요인, 관계 요인이었다. 전숙고 단계의 내적 상처가 숙고단계에서는 내적 자각으로, 준비단계에서는 내적 성장과 실행단계의 내적 성숙이 마지막 유지단계에서는 내적 통찰로 점진적 변화로 연결되는 모습이 관찰되었다. 환경 요인에서는 마약 환경 노출에서 안정적인 환경 소망을 거쳐, 치유적 환경을 구축하고 새로운 환경을 구축하여 확장된 환경을 추구하는 단계로 변화했다. 마지막으로 관계 요인은 관계의 상처가 사회적 관계 지지 경험을 통해 상호적 관계를 형성하고 확장하며, 안정된 관계 지지 체계 구축으로 도출되어 나선형 성장이 단계별로 심화하는 것을 발견하였다.

외국의 선행연구에서는 숙고단계부터 유지단

계까지의 나선형 성장을 주목하였다면 본 연구에서는 마약을 시작하게 된 요인이나 전숙고 단계로 마약을 계속 유지하는 요인들이 숙고단계부터 시작되는 회복의 요인과 밀접한 관계가 있다는 것이다. 변화의 동기가 없는 전숙고 단계에서 숙고 단계로의 변화는 회복에서 가장 중요한 전환단계이다. 따라서 숙고단계에서 도출한 요인들인 ‘격리와 성찰, 바닥 경험, 인정과 수용, 영적 만남, 희망 발견, 내적 환경, 관계 요인’ 등을 전숙고 단계 있는 중독자에게 다양한 방법으로 제공함으로써 변화 동기 부여에 도움을 제공할 수 있음을 시사한다.

초이론적 모델에 따른 회복과정 탐색에서 발견한 또 다른 중요한 논점은 각 단계별 주요 회복 요인 파악과 단계별 변화 동기에 따른 적절한 맞춤형 접근의 중요성이다. 본 연구에서 더 주목하고자 한 것은 마약중독회복과정의 변화 동기별 맞춤형 접근의 제공에 관한 내용이었다. 5단계에서 공통적으로 발견되는 요인들도 있었지만 각 단계별로 나타나는 고유한 특징들도 있었다. 전숙고 단계는 왜곡된 만족과 유혹·호기심, 쾌락 몰입이 구성되었고 숙고단계는 인정과 수용, 바닥 경험, 격리·성찰로 도출되었다. 준비단계는 사고의 전환, 행동단계에서는 생활습관 회복, 유지단계는 봉사로 각각 단독으로 나타났다. 따라서 중독자의 회복 동기를 탐색한 후 변화단계 회복 요인에 따른 적절한 치료 접근으로 치료의 시간과 치료 동기를 단축할 필요가 있다.

본 연구에서는 마약중독자가 회복하는 과정에 나타나는 요인들이 어떻게 변화하고 성장하는지 확인하고자 하였다. 이를 통해 회복 요인의 단계별 특징을 찾아내어 회복 동기별 맞춤형 프로그

램을 제공할 수 있는 이론적 근거를 도출하는데 의의가 있다. 중독은 만성적인 동시에 진행적이라는 특성을 보이고 중독에서의 회복은 재발을 없애거나 최소화하는 데에 달려있다(강선경, 문진영, 양동현, 2016). 회복과정은 구체적 경험과 변화 과정 등을 개인 내적 차원인 정서, 심리는 물론 가족관계, 사회·문화적 맥락 속에서 살펴보아야만 한다(신행호, 2014; 이근무, 2012; Witkiewitz & Marlatt, 2004). 위 선행연구들에서 보여주듯이 재발은 빈번하게 발생하며 다양한 요인으로 변화 과정 중 어느 단계에서든 나타날 수 있다. 변화의 어느 단계에서든 재발 되더라도 재발로 인해 중독으로 빠지는 것이 아니라 잠시 미끄러진 것으로 간주하고 다시 회복의 과정으로 진행하도록 도움이 필요하다. 이에 회복의 요인을 파악하고 요인에 따른 개입을 통해 적절한 치료적 접근이 필요하다. 또한 요인별 접근에 따른 매뉴얼을 개발하고 적용할 필요가 있다. 그리고 더 나아가 회복을 위한 심리상담, 동기 강화 및 재활 프로그램 및 교육, 재활 활동을 회복단계별 변화 동기에 맞게 맞춤형으로 제공하는 것이 중요하다.

마지막으로 본 논문은 이미 발간된 논문들을 2차 자료로 삼아 분석하였기에 분석과정에 추가 내용을 더할 수 없고 기존 자료를 토대로 의미를 도출한 점에서 연구의 제한이 있다. 마약중독의 회복과정의 구체적인 모습을 탐색하기 위해서 회복한 개인을 대상으로 한 질적 연구를 넘어 체계적으로 구성된 회복 프로그램을 진행하고 그 결과들을 분석하는 후속연구들이 필요하다.

참 고 문 헌

- 강경래 (2013). 미국의 치료적 사법으로서의 약물 법정. *외접논집*: 37(4), 21-39.
- 강선경, 양동현, 문진영 (2016). 마약중독자 재발 경험에 대한 질적 내용 분석 연구. *교정연구*: 70(1), 89-113.
- 강선경, 문진영, 양동현 (2016). 마약중독에서 탈출한 회복자들의 자기 삶 재건에 관한 연구. *재활복지*: 20(1), 87-111.
- 강선경 (2018). 약물 중독자의 회복 경험에 관한 현상학적 연구. *한국사 회복지 질적 연구*: 12(1), 191-211.
- 강선경, 최윤 (2018). 약물 중독자의 회복 경험에 대한 현상학적 연구. *한국사 회복지 질적 연구*: 12(1), 191-211.
- 강선경, 상종열 (2019). 실존적 자기 이해 개념을 통해 본 마약중독자의 생애 사건과 투약·단약·재발·회복 과정 연구. *한국 중독범죄학회*: 9(3), 69-88.
- 강선경, 최미경 (2020). 남성 마약중독자의 회복활동가로의 생애연구. *한국사 회복지*: 72(2), 231-258.
- 강은영, 신성만 (2012). 마약류 사범 재활센터 치료 재활 교육 프로그램 개발연구. 서울: 한국 형사정책 연구원.
- 강준혁, 이혁구 (2019). 도박중독자의 회복과정과 실존 체험에 관한 연구. *생명연구*, 54(1), 185-219.
- 김나미, 박경은, 장세은 (2018). 중독회복을 위한 긍정 심리학적 개입의 국내 연구 동향분석. *상담학 연구*: 19(1), 113-128.
- 김남희 (2008). 마약류 의존자 치료재활 서비스 이용에 영향을 미치는 개인적 특성에 관한 연구. *사회복지연구*: 39(0), 395-423.
- 김은경 (2005). 마약류 사용 사범에 대한 형사 절차상 치료적 개입방안. 서울: 한국 형사 정책연구원.
- 김용환, 최금주, 김승돈 (2009). 한국에서의 여성 관련 연구 동향분석 및 학문적 합의. *상담학 연구*: 10(2), 813-829.
- 김진숙 (2020). 여성 마약중독자의 회복과 재발 경험에

- 대한 연구. 한국콘텐츠학회논문지: 20(4), 673-685.
- 김재환 (2019). 메스암페타민 중독 남성의 회복과정에 관한 생애사 연구. 한국기독교 상담학회지: 30(1), 43-81.
- 김주은 (2020). 마약중독의 근거기반치료. 한국심리학회: 39(2), 186-201.
- 대검찰청 (2020). 마약류 범죄백서. 서울: 법무부.
- 박성수, 백민석 (2019). 마약류 범죄의 암수울 측정에 관한 질적 연구. 한국 경찰연구: 18(1), 151-170.
- 박애란 (2008). 알코올 의존자의 회복경험 삶의 거듭남. 이화여자대학교, 박사학위청구논문.
- 백형의, 한인영 (2014). 약물 중독자의 지역사회 내 회복 경험. 정신보건과 사회사업: 42(3), 151-177.
- 심수현 (2017). 도박중독의 회복과정에서 영성체험에 대한 현상학적 연구. 연세대학교 박사학위청구논문.
- 신행호 (2014). 남성도박중독자의 재발 경험: 죽음의 심연 속으로 추락함. 이화여자대학교 박사학위청구논문.
- 안상원 (2019). 마약류 사범의 동향 및 통제 전략에 관한 고찰. 한국 중독범죄학회: 9(4), 87-108.
- 이근무 (2012). 약물 의존자의 빠져 있음(Be Fallen)의 구조와 본질에 관한 현상학적 연구. 성균관대학교 대학원 박사학위청구논문.
- 임해영, 김학주 (2018). 회복기 마약중독자의 영성 체험에 관한 연구. 한국콘텐츠학회논문지: 18(11), 98-112.
- 임해영, 김학주, 윤현준 (2018). 회복기 마약중독자의 직업 활동 경험에 관한 연구. 생명연구: 48(1), 207-265.
- 유숙경 (2020). 교정시설에 수감 중인 남성 마약류 중독자들의 마약사용 경험 연구. 조선대학교 대학원 박사학위청구논문.
- 유숙경, 김용섭 (2020). 장애인의 마약류 중독과 회복 과정에 대한 현상학적 연구. 교정연구, 30(2), 127-162.
- 유숙경, 이경원, 류진선 (2020). 남성 마약 사용자들의 교정시설 생활 체험에 대한 현상학적연구. 교정연구: 30(1), 117-150.
- 유채영 (2000). 문제음주자의 변화 동기에 관한 연구: 변화전략 수립을 위한 동기유형 분석을 중심으로. 서울대학교 대학원 박사학위청구논문.
- 윤현준 (2013). 약물 의존자 회복 체험 연구 인간 되어 감 방법론을 적용하여. 성균관대학교 박사학위청구논문.
- 윤현준, 임해영, 이남경 (2021). 여성 마약중독자의 회복 체험에 관한 연구. 한국사 회복지 질적 연구: 15(1), 99-131.
- 조홍식, 정선옥, 김진숙, 권지성 (2010). 질적 연구방법론, 다섯 가지 접근. 서울: 학지사.
- 차유림(2017). 사회복지학에서의 영성에 관한 연구 경향. 복지상담교육연구, 6(2), 229-252.
- 차진경 (2007). 치료공동체 프로그램이 알코올의존자의 회복과정 변화단계 및 혈청 코르티솔 농도에 미치는 효과. 가톨릭대학교 대학원 박사학위청구논문.
- 최성호, 정정훈, 정상원 (2016). 질적 내용 분석의 개념과 절차. 질적 탐구: 2(1), 127-155.
- 최은미 (2011). N.A 자조 모임을 통한 마약 의존자의 회복 경험 탐색. 평택대학교 대학원 석사학위청구논문.
- 한부식, 황인옥 (2017). 약물 중독자의 회복 및 사회 복귀에 관한 사례연구. 사회과학 담론과 정책: 10(1), 91-116.
- Alexandre, B. L. (2007). What does recovery mean to you Lessons from the recovery experience for research and practice. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 33(3), 243-256.
- Beck, A. T., Wright, F. W., Newman, C. F., & Liese, B. (1993). *Cognitive therapy of substance abuse*. New York: Guilford Press.
- Biemacki, P. (1986). *Pathways from heroin addiction: Recovery without treatment*. Philadelphia: Temple University Press.
- Brecht, M. L., & Herbeck, D. (2014). Time to relapse following treatment for meth-amphetamine use: A long-term perspective

- on patterns and predictors. *Drug and Alcohol Dependence*, 139(1), 18-25.
- Chinn, P. L., & Kramer, M. K. (1999). *Theory and nursing a systematic approach*. St. Louis, MO: C. V. Mosby.
- Christo, G., & Franey, C. (1995). Drug user's spiritual beliefs, locus of control and the disease concept in relation to Narcotics Anonymous attendance and six-month outcomes. *Drug and Alcohol Dependence*, 38(1), 51-56.
- Diclemente, C. C., Prochaska, J. O., Fairhurst, S. K., Velicer, W. F., Velasquez, M. M., & Rossi, J. S. (1991). The process of smoking cessation. An analysis of precontemplation, contemplation, and preparation stages of change. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59(2), 295-304.
- Dickens, J. R. (2011). *The experience of recovery from alcohol/drug(AOD)*. Doctoral dissertation, Capella University, Minnesota, United States.
- Elo, S., & Kyngäs, H. (2008). The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing*, 62(1), 107-115.
- Farrell, M., Marsden, J., Ali, R., & Ling, W. (2002). Methamphetamine: drug use and psychoses becomes a major public health issue in the Asia Pacific region. *AdDictio*, 9(7), 771-772.
- Fiorentine, R., & Hillhouse, M. (2000). Drug treatment and 12-step program participation The additive effects of integrated recovery activities. *Journal of substance Abuse Treatment*, 18(1), 65-74.
- Humphreys, K., Wing, S., McCarty, B., Chappel, J., Gallant, L., Haberle, B., & Weiss, R. (2004). Self-help organization for alcohol and drug problems Toward evidence-based practice and policy. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 28(3), 151-158.
- Kearney, M. (1996). Reclaiming normal life Mother's stages of recovery from drug use. *Journal of Obstetric Gynecologic and Neonatal Nursing*, 23(9), 761-768.
- Krippendorff, K. (2004). *Content Analysis: An Introduction to Its Methodology* (2nd Ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications, Inc.
- Laudet, A., Morgen, K., & White, W. (2006). The role of social supports, spirituality, religiousness, life meaning and affiliation with 12 step fellowships in quality of life satisfaction among individuals in recovery from alcohol and drug problems. *Alcohol Treatment*, 24(1-2), 33-73.
- Miller, W. R., & Rollnick, S. (2006). *Motivational interviewing: Preparing people to change addictive behavior*. (신성만, 권정옥, 손명자 역). 서울: 시그마프레스.
- Prochaska, J. O., Diclemente, C. C., & Norcross, J. C. (1992). In search of how people change: Application to addictive behaviors. *American Psychologist*, 47(9), 671-696.
- Rumpf, J., Bischof, G., & Hapke, U. (2002). The role of family and partnership in recovery from alcohol dependence: comparison of individuals remitting without formal help and with and without formal help. *European Addiction Research*, 8(3), 122-127.
- Witkiewitz, K., & Marlatt, G. A. (2004). Relapse prevention for alcohol and drug problems. *American Psychologist*, 59(4), 224-235.

원고접수일: 2022년 1월 14일

논문심사일: 2022년 1월 21일

게재결정일: 2022년 3월 2일

Transtheoretical Models for Drug Addiction Recovery: A Content Analysis of Domestic Qualitative Studies

Jang Hye Ryang Seo Kyung Sun Kim Na Mi
Department of Eubiotics, Sahmyook University

This study used a content analysis on the recently published qualitative studies on drug addiction recovery in Korea to examine the characteristics of the step-by-step drug addiction recovery process based on the transtheoretical model. The final 16 qualitative studies were selected through a systematic review and search for papers related to the recovery of domestic drug addiction published in domestic academic journals and master's and doctorate papers from 2010 to 2021. Additionally, the factors of each recovery stage in the 16 qualitative studies were classified based on the transtheoretical model, and common features were analyzed. From the findings, first, the recovery factors common in the precontemplation and maintenance stages, the five stages of the hyper-theoretical model, were internal environmental and relational factors. Second in the fourth stage from the deliberation stage to the maintenance stage, the spiritual factors and the positive and hope factors were derived in common. Third, as a unique feature of each stage, the precontemplation stage was derived as distorted satisfaction, temptation, and curiosity, pleasure immersion, and the contemplation stage were derived as recognition and acceptance, floor experience, isolation, and reflection. The preparation stage was a change of thinking, The action stage was lifestyle restoration, and the maintenance stage was service. This study is meaningful as well as significant as it provides a theoretical basis for counseling and program development to support recovery using the step-by-step characteristics of drug addiction recovery through the transtheoretical model.

Keywords: Addiction recovery; Drug addiction recovery; Qualitative studies; Transtheoretical model