

어머니와 단절하고 있는 중년기 딸의 삶의 경험

박 정 원

서 미 아[†]

단국대학교 상담학과

본 연구는 어머니와 단절하고 있는 중년기 딸의 삶의 경험과 그 의미를 파악하기 위하여 수행되었다. 이를 위하여 각 참여자들의 개별적인 삶의 맥락 속에서 어머니와의 단절을 선택하게 되는 과정과 삶의 경험 및 의미를 내러티브 탐구 방법을 활용하여 파악하였다. 연구 참여자는 자신의 어머니와 단절을 선택하고 삶을 살아가는 중년기 딸 자녀 총 3인이었다. 자료수집 및 분석은 Clandinin과 Connelly의 내러티브 탐구 방법을 적용하여 '현장으로 들어가기', '현장에서 텍스트로 이동하기', '현장 텍스트 구성하기', '현장 텍스트에서 연구 텍스트로', '연구 텍스트 구성하기'의 총 5단계 과정을 거쳤다. 이를 통해 참여자들의 삶속에 깃들인 의미는 <분노로 선택한 단절>, <'나-너'와 '나-그것' 사이의 슬픔>, <내가 만드는 인생 클럽>, <실존적 존재로 살아가기>, <내 안에 존재하는 어머니와 함께 살아감>으로 나타났다. 본 연구의 결과는 어머니와 중년의 딸 자녀 간 단절 경험을 이해함으로써 어머니-딸을 대상으로 한 가족 상담에서 좀 더 효율적인 개입을 위한 자료로 활용될 것이다.

주요어 : 기혼 딸 자녀, 어머니, 어머니-딸 단절, 내러티브 탐구

[†] 교신저자: 서미아, 단국대학교 상담학과, 경기도 용인시 수지구 죽전로 152, E-mail: miaseo@dankook.ac.kr

서 론

우리는 모두 어머니의 몸에서 생물학적인 인간의 모습을 갖추어 나가고 어머니의 몸을 통해서 세상 밖으로 나오게 된다. 세상에 태어난 유아에게 어머니는 세상 그 자체이며 어머니의 지대한 영향력을 받으며 이후의 발달 과정을 겪어 나가게 된다. 이에 어머니는 인간이 형성하는 최초의 관계이자 가장 밀접한 영향력을 주고받으며 신체적으로 심리적으로 강하게 연결되어 있는 존재라 할 수 있다.

어머니와 자녀 관계의 초기 중요성은 애착 이론과 대상관계 이론을 통해 잘 나타나고 있다. Bowlby(1988)에 의해 제시된 애착 이론은 유아와 초기 양육자 간에 형성되는 초기의 애착형성이 인간 본성의 가장 중요한 기본이 되고, 애착 관계의 특징에 따라 이후 아동의 심리적 특징과 정신 건강 및 중요한 사람과의 관계 방식이 달라진다고 하였다. Hazan과 Diamond(2000)는 애착관계에서 반드시 필요한 네 가지 요인으로 어머니가 아동이 보이는 거리에 있어야 하는 근접성(proximity), 정서적으로 불안할 때 위로를 받을 수 있는 안식처(safe haven), 어머니와 분리될 때 경험하는 정서적 고통(separation pain), 세상을 탐험하고 도전하는 안전 기지(secure base)라고 하였다. 이러한 요소들은 유아의 정서적 안정에 어머니의 영향력은 아무리 강조해도 지나치지 않은 것이라 할 수 있다. 같은 맥락에서 생애 초기 즉, 36개월 이전에 경험한 주 양육자인 어머니와의 관계에 중점을 두는 대상관계이론도 어머니는 아동이 경험하는 첫 대상으로서 깊은 관계를 맺게 되기에 아동의 자아 형성에 큰 영향을 미친다고 하였다. 이에 Winnicott(1971)은 '아동이 거울보다 먼저 보는 것은 어머니의

얼굴'이라고 하며 아동의 성격 형성에 미치는 어머니의 영향력을 강조하였다. 이처럼 어머니와 자녀의 관계는 서로를 분신으로 여기듯 밀접한 상호의존적인 관계 속에 있는데 Troll과 Fingerma(1996)는 어머니-딸 간의 관계는 그 어떤 관계보다도 더 깊은 정서적 유대감을 가진다고 하였다.

중년기는 위로는 자신의 노부모에 대한 돌봄을 제공하고 아래로는 자신의 자녀들을 돌봐야 하는 시기이다(Newman & Newman, 2015). 중년기 자녀와 노년기에 들어서는 부모의 관계는 이전과 달리 역 의존적 관계로 변화하게 되어 그간 부모와 맺어왔던 관계 방식이나 태도가 달라질 수 있다(전금정, 2016). 중년기에 있는 딸은 자신의 자녀를 양육하면서 자신을 낳고 길러준 어머니의 마음을 생각하게 된다. 이러한 과정에서 같은 여성으로서, 자신을 낳고 애정으로 길러준 자신의 어머니에 대한 애함과 애정을 더 깊게 느끼게 되기도 한다.

어머니-딸 관계의 특징은 다양한 측면에서 생각해 볼 수 있다. 생물학적인 측면에서 같은 여성으로서 어머니-딸은 서로 동질성을 가질 수 있고 유사한 신체적 변화나 특성을 가지게 되어 어머니는 딸을 자신의 '분신'처럼 여길 수 있고 상호 간에 '동일사'를 하기도 한다. 아울러 어머니-딸은 정서적 애정적으로 높은 친밀도를 유지하고(조성원, 1996), 어머니는 딸이 성장해 나가는 과정에서 여성으로서, 딸로서, 아내로서, 어머니로서의 정체성 형성에 밀접한 영향을 미치게 된다(Sholomskas & Axelrod, 1986). 사회적 측면에서는 가족원에 대한 돌봄과 가사는 물론 양육과 관련된 성 역할과 대인관계를 형성하는 데 영향을 미치게 된다(Caplan, 1993, Gilligan, 1982). 이에 어머니-딸 간의 밀접한 관계는 다른 관계에서는

찾아보기 어려울 정도로 가까운 관계를 형성할 수 있다. 결혼이나 출산의 과정에서 어머니가 걸어온 삶의 길을 걷는 딸 들은 자신을 낳고 양육한 어머니의 애정과 헌신 등을 깨달으며 어머니와 더욱 친밀한 관계를 유지할 수 있다. 어머니에게 딸은 선물이자 성취감을 주며 외로움을 견디게 하는 존재로서의 의미를 갖는다(황은경, 2015).

가장 깊은 정서적 유대감을 형성하는 관계에서 단절을 선택하기란 매우 어려운 일이다. 가족 간의 친밀한 관계에서의 정서적 단절을 설명하는 이론으로 Bowen(1976)의 분화 개념과 Bowlby(1988)의 애착 이론을 들 수 있다.

Bowen은 정서적 단절을 분화의 측면에서 설명하였다. 분화란 개인이 대인관계에서 적절한 거리를 유지하는 개별화 능력이자, 자신의 감정과 사고를 분리하여 감정적 투사 대신 이성적 사고를 할 수 있는 능력이다(정문자, 정혜정, 이선혜, 전영주, 2018). 분화 수준이 높은 사람은 상호 간의 적절한 거리 속에서 정서적 안정을 유지해가는 반면, 분화 수준이 낮은 사람은 상호 간의 거리가 너무 가까운 융합이나 너무 먼 소원한 관계 속에서 정서적 불안을 유지하며 감정 반사를 하게 된다. 이에 중요한 대상과 정서적 단절을 하는 것은 분화 수준이 낮은 사람이 상대방에 대한 부정적 감정을 반사하는 행동으로 여겨진다. 어머니-딸 간의 갈등을 해결하기 위한 방식으로 ‘단절’을 선택하는 경우, 보웬의 관점에서는 분화 수준이 낮은 사람이 보이는 행동 특성으로 이해된다.

Bowlby는 인간은 출생에서 죽음에 이르기까지 애착 대상으로 필요로 한다고 하였다. 인간이 공통적으로 가지고 있는 애착 욕구는 애착의 대상으로부터 거부당하지 않고 인정받고,

사랑받고, 소중한 존재로 수용되기를 바라는 욕구이다. 이는 선천적으로 타고나는 욕구로 간주된다(Bowlby, 2005). 자녀가 부모로부터 애착 욕구가 충족되지 못하고 거부당하거나 버려짐에 대한 위협을 느끼는 것은 부모에 대한 신뢰와 안전감의 기반을 약화시킨다(Sayre, McCollum, & Spring, 2010). 애착 욕구의 측면에서 자녀가 부모와의 단절을 선택하는 것은 애착 욕구가 충족되지 못하여 자신이 어머니로부터 이해받지 못하거나 수용 받지 못한다고 느끼기 때문이다(Carr, Holman, Abetz, Kellas, & Vagnoni, 2015).

이론적 설명과 아울러 문화적 특성이나 사회적, 개인적 특성도 모녀간 단절에 영향을 미치는 요인일 수 있다.

문화적 특성으로서 우리 문화에서 대표적으로 꼽을 수 있는 것이 남아 선호 사상에 의한 차별이다. 노년기 부모들은 딸보다 아들을 더 중요하게 여기는 전통적인 남성 중심적인 사고와 가부장적 태도를 보일 수 있다. 남아를 선호하는 가족에서 성장한 여성들의 경험을 다룬 김병영(2012)의 연구에서 여성 참여자들은 남아 선호 사상 속에서 딸이었던 자신들은 스스로를 ‘태어날 필요조차 없었던 생명’, ‘쓸모없음’과 같은 부정적인 존재로 취급되었다고 보고하였다. 이들은 성인이 된 이후에도 대인관계에서 ‘무시’나 ‘거절’에 취약하게 되며, 자신의 딸과 융합된 관계를 형성하는 등 삶의 어려움을 가지게 되는 것으로 나타났다. 이러한 관계에서 자칫 딸 자녀가 어머니와 심리적 거리를 두거나 관계를 소홀히 하면 이것은 어머니를 충분히 공경하지 못하는 것으로 인식되어 스스로 죄책감을 느끼는 요인이 될 수 있고, 특히 어머니가 노년기에 접어드는 경우에 충분한 돌봄을 제공하

지 못하는 것은 딸 자녀가 부모를 돌보지 못하는 죄책감이 더 커지게 되는 일이 되는 것이었다.

사회적 영향으로는 미디어의 영향을 들 수 있다. 최근 드라마나 SNS 상에서 부모의 의견에 반하고 자기 방식대로 삶을 살아가는 내용을 심심치 않게 볼 수 있다. 이는 그동안 '효(孝)'라는 이름 하에 자신의 목소리를 억압해 온 여성들이 점점 자신들의 목소리를 내면서 자녀 차별에 대한 불만의 목소리를 내고 있기 때문이다. 이러한 딸 자녀의 목소리는 어머니들의 의식구조를 개선하는 데 영향을 미칠 것으로 생각되나 다른 한편으로는 어머니에게 불효를 저지르고 있다는 비난으로 인하여 심리적 건강이 저해될 수 있는 위험성도 가지고 있다. 즉, 어머니로부터의 고통을 회피하기 위한 수단으로 단절을 선택하였지만 이는 온전한 안정감을 주는 것도 아니고 온전한 불안정감을 주는 것도 아닌 이중적이고 양가적인 상태로 남도록 할 수 있다.

개인적인 측면으로는 자신의 부정적 정서를 효율적으로 표현하지 못하고 억압해 온 결과로서 단절을 선택하는 것을 들 수 있다. 어머니-딸 간의 단절을 선택하는 것은 그만큼 오랜 시간 동안 거부당함과 원망감, 분노 등의 깊은 정서적 고통을 경험해왔기 때문으로 생각할 수 있다. 따라서 어머니-딸 간의 단절은 갑작스럽게 이루어지는 것이라기보다는 오랜 시간 속에서 쌓인 부정적 감정이 해소되지 못한 것이며, 어머니에 대한 부정적 정서가 누적되어 있을수록 갈등과 불화가 깊어질 수 있다(Hunter & Sundel, 1994). 허준규(2019)는 가족 관계에서 소원함을 느끼는 것은 개인의 충동적인 행동 때문이 아니라 오랜 기간 갈등이 누적된 결과로 이들은 가족에 대하여 배신감

이나 소외감을 경험하는 반면, 가족에 대한 책임감과 의무감은 짐스러워 한다고 하였다. 어머니-딸 간의 긴장이 오래되고 고조될수록 갈등과 불화가 일어날 수 있고 불쾌한 부정적 정서를 회피하기 위해 이 관계를 회피하거나 단절할 수 있다는 것이다(Lazarus & Folkman, 1984).

한편, 어머니에 대한 단절을 선택하는 것의 실존적인 측면도 생각해 볼 수 있다. 이는 자녀들이 더 이상 어머니에게 통제를 당하지 않고 자신만의 자율성을 가지기 위한 노력으로도 볼 수 있는 것이다. 어머니-딸 간의 분리 과정은 처음에는 고통스러울 수 있으나 결국 어머니와의 좋은 관계로의 변화를 위한 과정이자 보다 건강한 자아정체감이 자리 잡을 수 있는 기회가 될 수 있으며(전금정, 2016), 의존되어 있던 대상으로부터 분리되어 개성화와 자기실현에 이르는 방법으로 보다 통합적이고 객관적으로 자신의 어머니를 바라볼 수 있게 되는 방법이기도 하다는 관점이다(다카하시 리에, 2018).

내러티브 탐구는 인간의 경험을 존재론적이고 관계적이며 지속적인 과정(김필성, 2015)으로, 연구자와 참여자의 관계 맥락 속에서 그 의미를 탐구하게 된다(홍영숙, 2019). 본 연구자들은 상담자로서 자신을 낳아주고 길러준 어머니와 관계를 단절하고 한편에는 죄책감과 다른 한편에는 애정을 가지고 삶을 살아가는 내담자들을 만날 수 있었다. 선행연구를 통하여 나타나는 어머니-딸 간의 단절에 대한 부정적, 긍정적 특성에 더하여 딸 자녀들은 어머니와의 단절에 어떠한 실존적 의미를 가지고 있고, 어떠한 의미를 부여하고 있는지에 대한 질문을 가지게 되었다. 아울러 기존의 이론이나 관점들은 한 가지 현상에만 초점을

맞추어 단절을 설명하고 있기에 자신의 어머니와 단절하며 살아가고 있는 딸 자녀들의 총체적인 삶의 경험을 이해하는 데에는 한계가 있다. 이에 본 연구는 어머니와 단절하고 살아가는 딸의 구체적인 삶의 경험과 그 경험의 의미를 어느 하나의 관점이나 이론이 아닌 총체적 관점에서 파악함으로써 이들에 대한 깊이 있는 이해를 돕기 위하여 수행되었다. 연구 방법으로는 어머니와의 단절에 대한 삶의 경험을 보다 심층적으로 이해하고, 참여자들의 삶의 이야기를 그들의 목소리로 잘 드러내는 동시에 연구자들과의 관계적 맥락 속에서의 성찰과 의미를 탐구하기에 적합한 내러티브 탐구 방법을 적용하였다.

본 연구를 위한 연구 질문은 첫째, 어머니와 단절하고 있는 중년기 딸들의 내러티브 속에 담긴 단절 경험은 무엇인가? 둘째, 어머니와 단절한 이후 그들은 삶에서 어떠한 경험을 하는가? 셋째, 어머니와의 단절이 가지는 의미는 무엇이며 어떠한 내러티브로 다시 말하여지는가?이다.

본 연구의 결과는 어머니와 단절을 선택하고 삶을 살아가는 중년의 딸 자녀들의 삶의 경험과 그 의미에 대한 이해를 제공하고 나아가 어머니와 단절을 경험하는 딸과 어머니-딸 관계를 회복하기 위한 가족 상담 프로그램 개발이나 구체적인 개입 전략을 마련하는데 기초 자료로 활용될 것이다.

연구방법

연구 설계

본 연구는 자신의 어머니와 단절하고 있는

중년 딸 자녀의 삶의 경험과 그 의미를 이해하기 위하여 수행된 내러티브 탐구이다. 참여자의 경험을 총체적으로 이해하기 위한 목적을 지니고 있는 내러티브 탐구는 하나의 연구 방법이자 그 자체가 연구 현상이라 할 수 있다(Clandinin, 2013). Clandinin과 Connelly(2000)는 Dewey(1939)의 경험에 관한 철학적 관점을 가장 중요하게 받아들이고 있으며, 경험은 개인적이고 사회적인 것으로 사회적 맥락 속에서 이해되어야 한다고 보았다. 동시에 Clandinin과 Connelly(2000)는 내러티브 탐구에서 연구자와 참여자의 관계를 중요시하고 이들 간의 공동작업이 탐구의 일부가 되는 관계적 탐구(relational research)의 중요성을 제시하였다. 즉 연구자와 참여자는 상호 간 경험을 탐구하며 ‘우리가 누구’이고 ‘무엇이 되어가는지’에 대한 성찰을 해나가게 되는데, 내러티브 탐구는 내러티브를 단순하게 나열하고 기억하는 것에서 나아가 연구자와 참여자의 관계 맥락 속에서 그 의미를 탐구할 수 있도록 하는 것이다(홍영숙, 2019). 이에 본 연구에서는 참여자의 삶의 맥락 속에서 어머니와 단절을 결심하게 되는 과정과 단절 이후 경험하는 다양한 삶의 가치와 의미를 찾아나가는 데 참여자의 내러티브를 활용하였다. 이 과정에서 연구자들 또한 딸로서 지니고 있던 어머니와의 경험과 그 의미를 새롭게 바라볼 수 있었다. 즉 중년 딸 자녀의 어머니와의 단절 경험을 이해하고 그 의미를 성찰해 나갈 수 있는 것은 물론 연구자들과의 상호 교환되는 경험에 대한 탐구를 위해 본 연구에서는 내러티브 탐구 방법을 적용하는 것이 적절하다고 판단하였으며, 탐구의 절차는 다음과 같다.

연구 참여자

본 연구의 참여자는 자신의 어머니와 단절하고 있는 총 3명의 중년 여성이다. 연구 참여자는 의도적 표집(purposive sample)으로 연구에 적합한 대상자 모집을 위해 중년기 여성들을 위한 온라인 카페에 모집 관련 게시물을 통해 이루어졌다. 연구 참여자 선정 기준은 첫째, 현재 친정어머니와 2년 이상 단절 중인 자 둘째, 41세~49세까지의 중년 여성 셋째, 자신의 자녀를 양육하고 있는 자 넷째, 본 연구 목적을 이해하고 연구 참여에 동의한 자 다섯째, 연구 주제와 관련된 자신의 이야기를 풍부하게 기술할 수 있는 자로 하였다.

연구 절차

본 연구에서는 Clandinin과 Connelly(2000)가 제안한 ‘현장으로 들어가기’, ‘현장에서 텍스트로 이동하기’, ‘현장 텍스트 구성하기’, ‘현장 텍스트에서 연구 텍스트로’, ‘연구 텍스트 구성하기’로 총 5단계의 탐구과정과 절차를 거쳤다.

현장으로 들어가기

이 단계에서는 연구에 대한 동기와 목적을 인식하고 이에 적절한 현장에 들어가 연구 참여자들과 연구에 관련되어 있는 사람들을 만나게 된다. 본 연구자들은 중년의 기혼 여성이자 자녀들을 양육하고 있는 어머니이며, 10년~25년 이상 상담 현장에서 상담을 해오고 있다. 상담 현장에서 본 연구자들은 자신의 어머니와 갈등을 겪고 있거나 단절하고 있는 여성 내담자들을 만날 수 있었다. 어머니와 단절한 내담자들의 이야기를 듣고 그들의 고

통을 보면서 이들의 경험을 보다 충분히 이해하고 그 의미를 보다 깊이 경험하고 있는가에 대해 질문하였을 때 만족스러움 대신 부족감을 느끼게 되었다. 이에 본 연구자들은 먼저 자신의 어머니와의 긍정적, 부정적인 내적 경험에 대해 스스로 질문하고 답하는 과정을 가졌다. 이를 토대로 본 연구를 계획하였고 어머니와 단절하고 있는 중년의 딸 자녀들을 연구 참여자로 선정하였다.

현장에서 텍스트로

이 단계에서 연구자는 현장에 들어가 자료를 수집하고 다음 단계인 현장 텍스트 작성을 계획하게 된다. 연구를 수행하기 전 연구 참여자에 대한 윤리적 사항을 충분히 고려하기 위하여 기관생명윤리 위원회의 승인(DKU2020-09-020-001)을 받았다. 연구 참여자 모집을 위하여 40대 중년 여성들의 온라인 카페 모임의 게시판에 연구의 목적과 의미, 소요 시간, 녹음, 비밀 보장, 원할 때 연구 참여를 중단할 수 있는 연구 참여자 권리 등의 윤리적 사항에 대하여 안내하고 서면 동의를 얻었다. 참여자 면담 전에 어떠한 질문을 할 것인가에 대한 대략적인 질문과 수집해야 하는 자료에 대하여 연구팀에서 논의를 진행하였고 그 후 본 연구의 제1 연구자에 의하여 면담이 진행되었다. 면담 내용은 2021년 3월에서 7월까지 약 5개월간 수집된 자료로, 참여자가 거주하는 지역의 조용한 스터디 룸에서 각각 2회씩 진행되었으며 1회당 90분-120분간 면담하였다. 면담 전 연구에 활용할 자신의 가명은 각자 선정하도록 안내하여, 본 연구의 참여자들 이름은 참여자가 선택해 준 가명을 사용하였다. 면담 말미에는 이후 추가적인 면담 요청이나 연구자의 확인이 필요한 부분이 전화 및 이메일

일 등 직, 간접적인 방식으로 요청할 수 있음을 안내하였고 이에 참여자들은 흔쾌히 수락하였다. 면담 이후에는 참여자들에게 소정의 선물을 제공하고 연구 참여에 대한 감사를 표현하였다.

내러티브 탐구의 궁극적인 목표는 개별적인 인간에 대한 이해에 있기에 연구 참여자들의 공통적인 경험이나 차이에 대해 논하거나 일반화하기보다 어머니와 단절을 경험하고 있는 참여자의 이야기에 초점을 두고자 하였다. 따라서 사전에 작성된 질문지 없이 참여자가 스스로 자연스럽게 자신의 삶에 대해 이야기할 수 있도록 하였고 인터뷰 내용은 참여자의 언어적 비언어적 표현들을 보다 생생하게 담아내기 위해 당일 전사하였다. 전사한 텍스트를 반복적으로 읽으면서 이 과정에서 느끼는 개인적 경험과 느낌에 주목하며 자료 수집과 분석이 순환적으로 이루어질 수 있도록 하였다. 내러티브 탐구에서 자료의 분석은 다른 질적 연구와는 달리 수집된 자료를 코딩하거나 주요 의미를 추출하여 결과를 제시하는 것이 아니다. 내러티브 탐구에서 자료는 자료의 수집과 분석의 순환적 과정을 통해 적절한 질문을 발견하고 참여자들의 경험을 심층적으로 이해하기 위한 하나의 징검다리로 활용되는 것이다(김필성, 2015). 이에 본 연구에서도 수집된 자료의 분석 절차나 과정이 존재하지 않고 주어진 텍스트 속에서 연구자의 관심이 변화하고 주제가 확장되어 연구자의 질문과 참여자의 이야기가 순환적으로 이루어지는 과정을 따랐다.

현장 텍스트 구성하기

현장 텍스트는 현장에서의 경험이 참여자와 연구자에 의해 창조되는 것을 의미한다. 이

과정에서는 어머니와 단절을 경험 중인 딸의 이야기 속에서 이러한 경험이 시간의 연속선상에서 어떻게 형성되어 왔으며, 과거의 경험이 현재에 어떠한 영향을 주고 있는지, 그리고 현재 어떤 경험을 하는지에 대하여 탐구하였다. 현장 텍스트 구성 시에는 면담 자료와 연구 일지 등 수집한 자료와 연구자의 텍스트를 반복하여 읽어나가면서 참여자의 이야기를 어떻게 기술할 것인지 고민하였고, 이후 참여자들의 이야기를 어떻게 다시 이야기할 수 있을지에 대해 반성적 태도를 유지하며 텍스트를 구성해 나갔다.

현장 텍스트에서 연구 텍스트로

이 단계는 연구 참여자들 이야기를 분석한 후 이것을 이해할 수 있도록 '다시 이야기'하는 과정으로 경험에 대한 의미가 만들어지는 과정이다. 이를 위해 본 연구자들이 함께 반복적으로 원자료를 읽으며 이들의 경험의 중요한 부분을 이해하고, 그 경험이 가진 의미를 구성하여 나갔다.

연구 텍스트 구성하기

연구 텍스트를 작성할 때에는 현장에서의 시각을 잃기가 쉬우므로 연구자와 연구 참여자 간 긴장을 가져야 한다. 이에 연구자는 참여자 본래의 이야기를 연구자의 주관이나 해석에 의하여 오염되지 않도록 주의를 기울였다. 연구자가 이해하지 못하거나 경험의 의미가 명료하게 드러나지 않는 이야기에 대해서는 참여자에게 질문하고 확인하는 과정을 반복하며 연구 텍스트를 구성하였다. 이를 통해 연구자의 목소리와 연구 참여자들의 다양한 목소리 간 균형을 유지하며, 연구 참여자의 삶이 단편적으로 드러나지 않도록 주의하였다.

또한 어머니와 단절 중인 중년 여성들의 경험이 개인적 차원에 그치지 않고 사회적 차원에서는 어떠한 가치를 지니게 되는지에 대한 탐구를 위해 관련한 사회, 문화 언론 보도 기사 및 우리나라 사회 문화적 시선에서 바라보는 여성을 다룬 기존의 연구들을 참고하였다. 또한 본 연구의 독자를 고려하여 연구 참여자의 언어를 그대로 사용하고자 하였고, 그 언어가 상징하고 있는 의미가 적절한 것인지 해당 연구 참여자에게 다시 한번 확인하는 과정을 반복하며 연구 텍스트를 작성하였다.

연구의 엄격성

질적연구를 수행하는 연구자는 질적연구에 대한 충분한 이해를 가지고 충분하고도 생생한 자료를 수집하고, 연구자가 가진 편견과 선입견의 배제, 자료가 가진 중요한 주제와 의미들을 분석할 수 있어야 한다. 본 연구자들은 박사학위 과정에서 질적 연구를 두 학기 이상 수강하고 다양한 질적 연구 워크숍에 참여하며 질적 연구에 대한 이해를 증진해 온 제1 연구자와 대학원 과정에서 수년 동안 질적연구를 강의하며 다수의 질적 연구를 수행한 제2 연구자로 구성되었다. 본 연구에서 연구의 엄격성을 위하여 김영천(2016)이 제시한 ‘충분한 증거’, ‘논리적 결말’, ‘연구 참여자에 의한 연구결과의 평가 작업’의 세 가지 기준을 적용하였다.

‘충분한 증거’란 연구에서의 주장을 지지해주는 현장 자료가 충분히 있어야 함을 의미한다. 원자료가 충분히 수집되고 제시될 수 있어야 주제나 의미가 어떻게 생성되었는지 이해할 수 있다. 본 연구자들은 충분한 증거를 얻기 위하여 어머니와의 단절 경험에 대한 생

생한 이야기를 담아내고자 참여자의 언어는 물론 비언어적 표현을 당일 전사하였다. 또한 면담 과정에서 그 순간 느끼는 연구자의 경험과 이에 대한 생각을 메모한 기록지를 번갈아 정독해 읽으며 연구자의 선입견이나 주관적인 가치 판단이 최대한 배제될 수 있도록 노력하였다. 또한 연구자는 참여자들의 경험과 의미가 훼손되지 않도록 그들의 언어는 물론 비언어적인 측면까지 있는 그대로 기술하고 이를 여러 번 반복해 읽으며 그 의미를 탐구하고 참여자들과 상호작용하였다.

‘논리적 결말’이란 논리적 전개와 논리적 연구 절차, 과정, 판단을 통해 연구 결론이 도출되었음을 의미한다. 본 연구는 Clandinin과 Connelly(2000)가 제시한 연구 절차에 따라 수행되었다. 이를 통해 어머니와 단절 중인 참여자들의 삶의 경험과 의미를 재구성하였고 본 연구가 기존의 연구에 어떠한 기여를 할 것인지에 대해 고민하였다. 동시에 1차 면담 이후 질적 연구를 수행한 경험이 있는 박사 1인에게 참여자들의 내러티브가 의미하고 있는 바에 대한 검수를 받았다. 이후 참여자들과의 모든 면담 자료와 연구결과에 대해 상담학 교수 2인에게 감수를 받는 2차 검수 과정을 거쳤다.

‘연구 참여자에 의한 연구 결과의 평가’ 작업은 연구자가 가질 수 있는 판단의 오류나 잘못된 해석을 줄이고 연구 참여자와의 상호작용을 통해 보다 질충적이고 보완된 연구 결과를 도출될 수 있도록 하는 부분이다. 이에 기술된 내용들이 참여자들의 이야기와 경험들을 적절하게 반영하고 있는지를 보여주고 직접 만남과 전화 및 이메일을 통해 확인 받았다.

참여자들의 이야기: 어머니와의 단절 및 단절 그 이후의 삶의 경험

수연의 이야기

수연은 현재 42세로 남편, 초등학교 1학년 아들과 함께 살고 있다. 수연은 남매 중 맏딸로 태어났으며 남동생과 두 살 차이가 난다. 수연이 중학교 때 부모님은 이혼하였고 그 이후 수연은 부모님의 무관심 속에 외로움과 쓸쓸함을 느끼며 성장하였다. 어머니는 수연에게 늘 냉담하였고 오직 아들만 가까이하였다. 수연이 무엇을 해도 어머니에게 그것은 잘못된 것이었다. 어머니의 따뜻한 관심과 애정을 바랐으나 그것은 헛된 바람일 뿐이었다. 대학 졸업 이후 갖은 일을 하는 과정에서 지금의 남편을 만나게 되었고 계획에 없는 임신하게 되어 결혼을 하였다. 혼전임신과 결혼에 대한 소식을 들은 어머니는 수연을 심하게 비난하며 결혼을 반대했다. 이 과정에서 수연은 자신의 결혼을 거세게 반대하는 어머니에 대한 원망과 분노가 극에 달했다.

“결혼 이야기를 들은 엄마가 엄청난 욕설과 함께 그냥 서울로 올라가라고 하고는 집에서 나가버렸어요. 그래서 집에서 자지도 못하고 호텔에서 자고 서울로 올라왔어요.”

결혼식에도 오지 않겠다고 반대하던 어머니는 수연의 반복적인 애원과 부탁에 마지못해 결혼식에 참석하였다. 수연은 그런 어머니가 고마웠고 그간의 원망과 분노는 잊어버리기로 하였다. 출산 이후 남편이 직장을 그만두게 되면서 수연이 경제활동을 해야만 했다. 어쩔

수 없이 어머니에게 아이를 맡겼는데 어머니는 아이를 채 하루도 돌보지 못하고 데려가라 하였다. 그러한 어머니에게 어떤 감정을 느꼈는지 질문하자 수연은 어머니가 원망스러웠고 남들과 달리 자신이 어머니로부터 진심 어린 지지와 위로조차 받지 못한다고 생각하니 서러웠다고 하였다. 결국 일하다 말고 나와 어머니의 집에서 아이를 데리고 나왔다.

어머니와 단절하게 된 특별한 촉발 사건이 있었는지에 대해서 수연은 단절하게 된 직접적인 계기는 일하고 있는 시간에 전화를 걸어 아이를 데려가라는 말에 더 이상 참을 수가 없었다고 하였다. 순간의 분노에 의해 단절하게 되었는지 묻는 연구자의 질문에 수연은 어머니와의 단절은 하루아침에 갑자기 생긴 일이 아닌 오랜 시간 쌓이고 쌓인 감정이 터져버린 것, 언젠가는 일어날 일이 일어난 것이라고 하였다.

“제가 직장에서 일하고 있는데 전화를 하신거예요. 니 애 데려가라고. 당신은 힘들어서 못 본다고... 순간 정말 더 이상은 아니구나. 내 엄마 맞나? 그런 생각이 들면서 너무 섭섭한 거예요. 그래서 일하다 말고 나와서 아이를 데려왔지요.”

어머니와의 단절 이후 어떤 마음이었는지에 대한 질문에 수연은 마음이 허전하기 그지없었으나 남편이 자신과 아들을 소중하게 여기며 돌보아주는 모습이 그나마 위로가 되었다고 하였다. 그러나 시간이 흐르면서 다시 어머니가 그리워지기 시작하였고 다른 사람들처럼 어머니와 여행도 가고, 맛있는 음식도 먹으며 좋은 시간을 가지고 싶어져 다시 어머니를 만나게 되었다. 그러나 어머니는 수연과

아이에게 관심을 주고 안부를 묻기보다는 미신과 부적을 맹신하면서 말도 안 되는 걱정과 푸념을 늘어놓았고 수연은 그러한 어머니의 모습에 다시 분노가 폭발하였다.

수연은 더 이상 어머니와 좋은 사이로 지내기 어렵다는 것을 느끼며 그날 이후 현재까지 약 4년 동안 단절된 채로 살아오고 있다.

“그래도 저는 엄마 다시 만났을 때 기대를 했죠. 엄마랑 놀러 다니고 맛난 것 먹고, 근데 뭐 그런 이상한 소리... 어딜 가면 안 좋고 그렇게 하면 안 되고 와.. 진짜 엄마 안되겠구나. 딸을 만나서 하는 소리가 그런 거 밖에 없냐고... 어이가 없어서 더 이상 이야기도 안 하고 싶더라고요.”

어머니와의 단절 이후의 삶이 어떠하였는지에 대해서 수연은 자녀의 또래 엄마들과 이야기를 하다가 자연스럽게 나오는 친정 엄마에 대한 이야기는 슬픔, 죄책감과 함께 그리움을 느끼게 한다고 하였다. 그러면서도 어머니에게 느끼는 복잡한 심경과 불편감은 누구에게도 드러낼 수 없는데 그 이유는 자신의 상황을 이야기한다 한들 누구도 이해하지 못할 것이라 여겨졌기 때문이라 하였다. 그러한 자신의 모습이 어떻게 느껴지는가에 대한 연구자의 질문에 수연은 홀로 있는 것만 같은 자신이 안쓰럽고 슬프다고 하였다. 이러한 자신의 서러운 처지와 어머니를 향한 참담한 심경을 극복할 수 있는 방법은 오로지 경제적으로 부유해지는 것이라는 생각으로 이어졌다. 수연이 선택했던 것들을 보란 듯이 펼쳐 보여야 어머니가 반대했던 결혼은 물론 어머니와 단절하고 있는 자신을 바라보는 타인의 부정적

인 시선 앞에서도 당당해질 수 있을 것이라 믿었다.

자녀들을 키우면서 같은 어머니로서 어떤 생각을 하는지 질문하자 자신의 자녀가 자신을 닮아서 훗날 단절을 하면 어떻게 하나라는 불안감이 든다고 하였다. 그래서 자신은 어머니가 했던 것처럼 아이를 힘들게 하지 않으려고 노력하기도 하고, 어머니를 닮아 결벽증처럼 손을 깨끗이 씻어야만 마음이 놓이거나 피곤해도 청소를 해야만 하는 모습을 내려놓으려고 애쓰고 있다고 하였다.

“근데 나도 너무 웃기죠? 우리 엄마가 미친 듯이 그렇게 쓸고 닦고 하는 게 이해가 안 갔는데 어느 날 보니 저도 그러고 있는거예요. 아이한테 손 씻으라고 야단치고 있고요. 그래서 그러지 않으려고 노력해요.”

어머니와의 단절 이후 삶에서 변화한 것에 대하여 수연은 더욱 활발하게 경제활동을 하고 있다고 하였다. 어머니로 인하여 마음 힘들어하는 일이 없어지니 자신의 일에 더 집중할 수 있게 되었다. 남편 또한 이런 수연을 이해하며 더 수용해 주고 있어서 전반적으로 삶이 만족스럽게 느껴지게 되었다. 자신을 있는 그대로 조건 없이 이해하고 지지해 주는 가족들로 인한 만족감이었다. 이러한 삶이 자신이 진정으로 원하는 삶인지에 대한 질문에서 어머니를 단절된 것은 잘한 일은 아니지만 더 이상 가능하지 않은 어머니의 인정에 집착하기보다는 그것을 내려놓고 자유롭게 사는 삶이 편안하고 만족스럽다고 하였다. 단절한 어머니와 언제쯤 다시 연결이 될 것 같은지에 대해서는 어떤 면에서는 어머니로부터 온전히

분리된 듯하다가도 때로는 늘 마음 안에 어머니가 존재하는 듯싶기도 한 이중의 마음이 있다고 하였다. 그러면서 수연은 언젠가는 자신이 어머니에게 연락할 것이라고 생각한다고 하였다. 왜 연락을 해야 하는지 구체적인 이유는 잘 모르겠지만 “그냥, 엄마니까” 연락을 하게 될 수밖에 없다고 하였다.

희연의 이야기

희연은 현재 49세로 남편, 17살, 10살의 두 자녀와 함께 살고 있다. 3녀 1남 중 둘째 딸인 희연에게 어머니를 보아주지 않는 아버지와 그런 아버지를 끊임없이 바라보고 기다리는 어머니의 모습은 안쓰럽기 그지없었다. 희연은 어머니를 위로하고 싶었고 동시에 어머니로부터의 관심과 인정을 받기를 원했다. 때문에 공부를 잘하기 위해 노력하였고 반장 후보에도 매 학기마다 올랐다. 그럼에도 어머니의 관심은 늘 아버지와 남동생에게 가 있었다. 임원임에도 어머니가 학교에 오시지 않는다는 이유로 선생님께 혼나는 일이 많아 학교에서 집에 돌아가는 길은 늘 서러웠다. 초등학교 다니는 동안 큰 이모가 집에서 잘라준 바가지 머리, 사촌으로부터 물려받은 남자 옷만 입고 학교에 다닌 일, 친구들과 사이에서 늘 위축되고 작아져 지내던 일, 함께 살았던 외사촌 오빠가 희연을 성적으로 범하려고 했던 일들 속에서조차 희연은 어머니로부터 돌봄과 보호를 받은 기억이 없다. 그러한 어린 시절 속에서 어린 희연에게 비추어진 어머니는 어떤 분인가라는 연구자의 질문에 희연은 어머니는 자신은 눈에 보이지 않고, 관심도 없는 분, 오직 남동생만 애지중지하는 분이었다고 하였다.

성인이 되자마자 희연은 쉬지 않고 아르바

이트를 하며 본가에서 독립했고 결혼과 출산을 하면서 자신의 삶을 살아가기 위하여 노력했다. 그런데 유일한 아들이었던 남동생은 아버지를 폭행하고, 자신의 가게 일에 도움을 주지 않는 누나들을 원망하며 헐박하였다. 언니 및 여동생과는 달리 희연은 남동생의 횡포와 헐박에 맞섰고 이에 분노한 남동생은 희연과 희연의 남편 및 자녀들까지 괴롭혔다. 이 과정에서 희연은 어머니에게 남동생을 막아줄 것을 요구했지만 어머니는 도리어 남동생 편을 들었고 희연은 그러한 어머니의 모습에 오래 참아왔던 서러움과 분노를 터트리게 되었다.

“엄마는 단 한 번도 제 편이 되어준 적이 없어요 아아. 도저히 안되는구나. 더 이상 이야기를 하지 않는 게 낫겠다. 차라리 엄마가 없다고 생각하는 게 낫겠다. 나는 엄마가 없는 고아구나라고 생각하게 되었어요.”

어머니와 단절하게 된 직접적인 계기에 대한 질문에서 가족 모임에서 희연은 어머니에게 어린 시절 속옷부터 겉옷까지 남의 옷만 입혀 힘들었다는 이야기를 하였다. 이에 어머니는 숨이 넘어갈 듯 화를 내며 희연에게 비난을 쏟아붓기 시작했다. 그러한 어머니의 모습을 낮을 놓고 바라보며 희연은 온몸에 힘이 빠지는 듯 느껴졌다. 온갖 감정이 밀려들었고 자리에서 일어나 아무 말 없이 신발을 신고 그 자리를 나왔다. 뒤에서 들리는 어머니의 욕설이 희미하게 들릴 때까지 입술을 꼭 깨물며 앞으로 계속 걸어갔다. 그 상황에서 어떤 마음이었는지 질문하자 희연은 눈물조차 나지 않고 오히려 침착해지고 결연해지는 마음으로

‘자생하자’, ‘감정은 닫고 이성은 키우고’, ‘정신을 똑바로 차리자’를 마음속으로 외치고 또 외치며 밖으로 나와 그 이후 어머니와 단절하였다고 하였다. 그것은 결코 풀릴 것 같지 않은 분노에 찬 의연함 같은 것이었다.

“저는 서럽고 섭섭해서 말을 한 거였는데. 그래도 한 번쯤은 ‘그랬구나’라고 알아주기를 바라서 말을 한 건데, 오히려 저를 죽일 듯이 쏘아붙이고 소리 지르는 게 과연 엄마가 맞나 하는 생각이 들더라고요. 더 이상은 아니다. 더 이상은 내 엄마가 아니다..... 속으로 되뇌고 또 되뇌면서 그 자리를 나왔어요.”

희연의 이야기를 들으면서 본 연구자는 ‘마음의 고향’이라고 하는 어머니를 단절된 삶이 마치 사막 위에 세워진 집처럼 그 뿌리가 흔들리는 것 같았을 것이라는 생각이 들어 과연 그 삶이 어떠했을까를 질문하였다. 어머니와 단절 이후 희연은 자신의 어머니처럼 하지 않기 위하여 부모교육을 듣고, 양육 관련 도서를 보며 열심히 공부하였다고 하였다. 자녀들을 오직 사랑으로 키우리라 다짐하고, 무슨 일이 생기면 숨기 바빠 보였던 나약한 어머니의 모습과는 달리 아이들의 문제에 적극적으로 개입하면서 더 이상 어머니와 남동생의 보호자가 아닌 자신의 자녀들의 보호자로 살기로 다짐하였다. 그것은 내가 만드는 나의 인생 클럽 속에서 내가 추구하는 가치를 지향하며 사는 실존적 존재로서의 삶을 시작하는 다짐이었다.

“엄마처럼 아이들을 키우지 않으려고 제가 할 수 있는 것들은 다 하고 있어요.

교육도 받고 책도 보고요. 아이들 삼촌 문제도 숨기지 않고 직접적으로 말해주면서 아이들이 이해할 수 있도록 해주고 있어요.”

그러한 가운데 때로는 어머니와의 단절된 관계를 아이들이 배울까 봐 또 자신의 생각과는 달리 아이들이 자신을 나쁜 엄마로 기억할까 봐 두려웠다. 사춘기에 있는 자녀들과 흔히 있을 수 있는 갈등을 겪으면서도 ‘혹시 내가 어머니로부터 느끼는 부정적 감정들을 아이들도 똑같이 느끼고 있는 것은 아닌지’ 하는 생각에 겁이 나기도 하였다.

어머니와의 단절 이후 변화를 질문하였을 때 희연은 가장 큰 변화는 만성적인 두통이 사라졌다는 점이라고 하였다. 더 이상 어머니로부터 이용만 당한다는 피해의식에 사로잡혀 혼자서 분노를 삭이던 과정을 반복하지 않아도 되고, 어머니의 걱정과 불안을 해결해 주어야 한다는 강박적인 생각도 사라졌다고 하였다. 그 덕분에 몸도 가볍고 머리도 맑아졌고, 일에도 더 집중하게 되어서 직장에서 더욱 열성적이고 적극적이라는 평을 듣게 되었다. 어머니로 인해 겪은 아픔과 상처 덕분에 일속에서 만나는 어려운 사람들에게 더 다가가고 더 큰 품으로 끌어안고 있다. 희연의 이야기에서 괴로움의 대상을 분리해 낸 후 자신에게 몰두하는 실존적인 존재로서의 모습이 그려졌다.

“제가 어머니 일에 있어서 만큼은 내 잇속 따지지 않고 뛰어드는 스타일이었는데, 그걸 이용해서 계속 엄마가 저를 이용했던 거죠. 그래서 기분도 나쁘고 계속 머리도 아팠고요. 단절하고 나서는 그렇게

스트레스를 안 받으니 자연히 두통도 없어 지더라고요. 두통이 없으니까 일도 더 잘 하게 되고요.”

마음속 어딘가에 불편함이 있지는 않은지 질문하였을 때 희연은 살기 위해서 어머니와의 단절을 선택했지만 과연 그것이 잘 사는 것인지 답이 나오질 않는다고 하였다. 어머니와의 단절 이후 잘 살기 위해 예전보다 더 애쓰고 더 완벽해지고자 노력하지만 다른 한편으로는 어떻게 해도 불안해하면서 기댈 곳 없이 외로움 속에 있는 자신을 보기도 한다고도 하였다. 따뜻한 어머니를 잃어버린 아기 새의 슬픔이 느껴지는 듯하다는 연구자의 반영에 희연은 흐느끼며 마음 안에 지워지지 않는 슬픔의 그늘이 있다고 하였다.

어머니를 다시 만날 의향이 있는지 질문하자 희연은 여전히 말로 할 수 없을 원망감을 가진 자신을 바라보며 아직은 어머니에게 다가갈 수 없다고 하였다. 다시 어머니를 만나 자신의 자유를 박탈당하고 자신이 원하는 삶을 살아갈 수 없는 점을 생각할 때 슬프기는 하나 아직은 때가 아니라고 하였다. 때로 언니를 통해 들려오는 어머니의 건강 문제는 희연의 발걸음을 무겁게 하였다. 병원에서 치료를 받고 있다거나 입원을 하셨다는 소식들은 뭔가를 해야만 하는데 하지 않는 듯한 죄책감을 가지게 하였다. 그것은 어쩔 수 없는 어머니에 대한 애정과 애뜻함에서 오는 것이었다.

윤희의 이야기

윤희는 46세로 남편, 12세, 16세 딸과 함께 살고 있다. 대대로 부잣집에 최고의 엘리트 코스를 밟아온 윤희의 집안은 남 보기에 더할

나위 없이 유복하고 풍요로웠다. 윤희는 우리나라의 최고 학벌과 부유함을 모두 지닌 아버지와 외모가 화려하고 부잣집 딸인 어머니가 울며 겨자 먹기 식으로 했다는 결혼 스토리를 수없이 들으며 자랐다.

단절 이전의 윤희와 어머니의 관계를 질문했을 때, 윤희는 아들 중심의 가치와 존재감이 없었던 자신에 대해서 이야기를 시작하였다. 비난과 고성인 오가는 부모님의 불화 속에 윤희의 어머니는 남편에 대한 원망과 분노를 늘 윤희와 나누었다. 그러나 정작 부모님의 관심은 장남인 오빠와 수려하고 눈에 띄는 외모의 언니에게로 가 있었다. 부모님의 관심과 애정을 얻기 위해 윤희는 오빠와 언니가 잘하지 못하는 공부만큼은 잘하고 싶었다.

“엄마가 아들 낳았을 때 5대 독자를 낳았으니까 얼마나 좋아했겠어요. 그러다 보니까 오빠만 대우하는 거예요. 저만 낳지 않았어야 하는 자식인 거예요. 언 낳지 말았어야 했어. 너는 안 낳을 걸 낳은 거야. 아들인 줄 알았어. 그 얘기를 맨날 저한테 해요. 이런 말을 평생 듣고 사는 거예요. 저는 태어나지 않았어야 하는 거예요. 그래서 이를 악물고 공부했죠 인정받으려고요.”

학창 시절 공부를 꽤 잘하는 편에 속했음에도 불구하고 윤희의 성적은 우리나라 최고의 대학을 나온 집안 식구들에 비교하면 어머니의 성에 차지 않는 성적일 뿐이었다. 게다가 윤희는 늘 외모를 관리하고 늘씬한 엄마, 언니와는 다르게 고도 비만 수준으로 살이 쪼였었기에 늘 외모에 대한 비난과 공격을 받았다. 그럼에도 남자와 가출을 일삼는 언니 때

문에 매일 술을 드시는 어머니에게 북엇국을 끓여드렸고, 어머니의 바람대로 대학을 들어갈 즈음 독한 마음을 먹고 30킬로씩 감량하였다. 어머니로부터 딸로서 있는 그대로는 인정을 받지 못하고 어머니의 기준에 부합해야만 인정을 받았던 윤희는 그렇게 어머니의 인정을 갈망하며 몸부림을 쳤다.

그러던 중 만난 남편은 8시 통금시간을 꼭 지켜주는 든든한 남자였고 이내 윤희는 결혼을 결심했다. 우리나라 최고의 대학도, 부자도 아니라는 이유로 남편을 반대하는 어머니를 거스르고 윤희는 결혼을 강행하였다. 결국 어머니로부터는 아이를 봐달라고 하거나 경제적 도움을 받지 않겠다는 조건으로 결혼을 허락받았다. 윤희는 만족스러운 결혼 생활을 이어나가며 두 딸을 얻었고, 오랜 직장 생활 속에서 나름 인정도 받았다.

결혼이 어머니의 비난으로부터 멀어지는 계기가 되었는지에 대한 연구자의 질문에서 윤희는 직장맘이라는 것과 윤희의 첫째 딸이 비만이라는 것에 대한 어머니의 비난은 지속적으로 이어졌다고 하였다. 게다가 어머니는 오빠의 자녀들에게 고모로서 역할을 다 할 것을 강요하면서도 정작 손녀인 윤희 딸들의 이름도 몰랐다고 하였다. 윤희는 그런 어머니가 야속하고 원망스러웠지만 어머니가 힘들어할 때면 늘 자신을 찾는 어머니를 찾아가 위로해드리고 안심시켜드렸다. 어떻게 그렇게 할 수 있었는지 질문하자 그것은 딸로서 가지는 의무감이었다고 하였다. 딸로서 자신이 원하는 인정은 받지 못한 채 의무만 있었던 윤희는 가장 사랑을 받고 싶은 어머니에게 반복적으로 거절을 당하는 실존적 공허감 속에서 그나마 의무를 다함으로써 존재감을 찾고자 애쓰는 삶이었다.

“어머니 눈에는 제가 잘 하는 것은 보이지 않고 잘 못하는 것만 보이는 것 같았어요. 젊었을 때는 제가 똥똥하다고 그렇게 저를 공격하더니 이제는 제 아이가 똥똥하다고 저를 비난하는 거예요. 당신이 필요하면 항상 저를 찾고, 조카들에게도 고모 역할을 잘 하라고 하면서 정작 우리 아이들 이름도 몰라요. 어머니에게 저는 있으나 마나 한 존재라는 생각이 들면 너무 섭섭하죠.”

어머니와 단절하게 된 계기가 무엇이었던가 묻자 윤희는 어느 날 가족 모임에서 있었던 일을 이야기하였다. 언제나 그러했듯 그날의 가족 모임에서도 어머니는 윤희 딸의 비만이 모두 윤희가 직장을 다니기 때문이라며 거세게 비난하였다고 한다. 이날 처음 윤희는 어머니에게 분노와 원망을 드러냈다. 윤희의 태도에 어머니는 갑자기 태도를 바꾸며 처음으로 윤희 가족과 여행을 가자고 제안했다. 순간 윤희의 마음은 봄 눈 녹듯이 풀리는가 하였는데 이내 어머니는 직장 생활을 해온 윤희의 노고와 어려움을 껴안으며 ‘넌 아무것도 안 했다’는 식으로 비난했고 윤희 딸의 비만에 대한 지적이 연이어졌다. 윤희는 더 이상 참을 수 없어 밥상 다리를 발로 차듯이 밀어내며 일어나 남편과 딸들의 손을 잡고 뛰쳐나왔다. 어머니의 욕설과 비난에 윤희는 답답함을 넘어 온몸이 차가워지고 오한이 났다. 어떠한 노력을 해도 결코 어머니는 달라지지 않을 것이라는 분노 속에 윤희는 단절을 결심했고 단절 후 3년이 흘렀다.

“어머니가 제게 여행 가자고 했을 때는

정말 울곧이 엄마의 사랑을 받는 것 같아서 너무 행복했어요. 그렇게 여행을 하고 나면 엄마도 달라지겠지 그런 생각도 했어요. 하지만 엄마는 여전하였고 더 이상은 참을 수 없었어요. 제가 어떻게 하더라도 어머니는 바뀌지 않을 거란 걸 확신했죠.”

어머니와의 단절 이후 삶이 어떠하였는지에 대한 질문에 윤희는 남편과 시어머니가 마음의 울타리가 되고 있다고 하였다. 남편과 시어머니는 윤희에게 사랑이 무엇인지를 알게 해주는 중요한 대상이 되고 있었고, 남편은 힘들어하는 윤희에게 어머니로부터는 들어보지 못한 ‘이쁘다’, ‘괜찮다’고 이야기해주며 다독여 주었다. 시어머니 또한 퇴근시간에 비가 오면 우산을 챙겼는지 물으며 전화를 하신다. 이러한 따뜻한 관심과 애정은 윤희가 그토록 바랬던 엄마의 온기를 체험시켜 주는 것이었고 윤희가 만들어가는 인생 클럽이었다.

단절 이후 경험한 어려움이 무엇이었는지 질문하자 윤희는 어머니와 단절한 자신을 남들은 결코 이해하지 못할 것이라 늘 타인의 반응이 신경 쓰였다고 하였다. 또한 자녀들이 외할머니와 왕래하는 것은 반대할 수 없었는데 자녀들에게 외할머니를 빼앗는 듯한 느낌도 들었다. 한편, 노인이 되어 힘없고 도움이 필요하다는 어머니 소식은 윤희 스스로를 자책하게 하는 요인이 되고 있었다.

어머니와의 단절로부터 얻은 것에 대하여 윤희는 어머니를 떠올릴 때마다 드는 답답함과 분노가 사라졌다고 하였다. 윤희는 그간 어머니와의 관계에서 느꼈던 분노와 갈등으로부터의 해방감과 자유를 얻고 있었던 것이다. 어머니에게 다시 다가가는 것은 이러한 해방감과 자유를 포기하는 것이기에 아직은 다가

가고 싶지 않았다. 회사 생활에도 생기가 생겼다. 바쁘게 일하고 있는 가운데 걸려오는 엄마의 편지 섞인 요구와 비난에 일일이 반응하고 걱정하지 않아도 되니 직장에서 주어진 업무의 처리 속도가 빨라졌고, 관심 없었던 직장동료들에게 관심도 생기며, 친밀한 동료들도 하나, 둘 생겨났다. 그렇게 윤희는 자유함 속에서도 죄책감, 자책 속에서도 해방감을 오가면서 자신의 삶을 만들어가고 있었다.

이야기 다시 쓰기: 어머니와의 단절의 의미

본 연구는 어머니와 단절하고 있는 중년기 딸들의 경험과 그 의미를 파악하기 위하여 수행되었다. 참여자들의 단절의 의미는 그들의 경험을 재탐색하고 이면에 내재한 경험들을 재구성하여 참여자와 연구자가 다시 이야기하는 것이다. 참여자들의 단절 경험을 토대로 구성된 삶의 의미는 「분노로 선택한 단절」, 「나-너(I-Thou)와 나-그것(I-It) 사이의 슬픔」, 「내가 만드는 인생 클럽」, 「실존적 공허」에서 ‘실존적 존재’로 살아가기 「내 안에 존재하는 어머니와 함께 살아감」으로 나타났다.

분노로 선택한 단절

참여자들은 살아오는 동안 어머니가 절실히 필요했던 시기에 정작 어머니가 내 편에 있지 않은 어머니의 부재를 반복적으로 경험하였다. 마음이 힘든 일이 있을 때는 어머니에게 위로 받고 싶었고, 새로운 일에 도전할 때는 어머니가 안전 기지가 되어 주기를 기대했었다. 그러나 바램과는 달리 어머니는 어머니의 자

리에 있지 않았고 오히려 다른 사람만도 못할 만큼 비난과 분노로 참여자에게 반응하였다. 그것은 어머니에게 실망하는 연속적인 경험이었고 마음속에 쌓여가게 되었다. 삶에는 어떤 것이든 고통이 있을 수밖에 없고 인간은 살기 위하여 그 고통을 견뎌내야 하는 고통 감내력이 필요하다. 고통 감내력이란 인간이 불쾌하게 여기는 부정적 정서나 신체적 불편감 등의 고통스러운 경험을 견뎌내는 능력을 의미한다 (Leyro, Zvolensky, & Bernstein, 2010). 참여자들은 그렇게 중년에 이르기까지 어머니의 따뜻한 애정과 인정을 받지 못하는 고통을 감내해왔다. 그러나 인간이 고통을 견디는 능력에는 한계가 있을 수밖에 없다. 견딜 수 있는 그 이상의 고통이 지속되는 경우 결국 유기체는 죽음에 이르게 된다. 참여자들이 어머니와의 단절을 선택하기까지 이들은 수많은 고통을 견디며 감내했다. 그러나 어느 시점에 이르자 더 이상은 그 고통을 견딜 수 없게 되었고, 살기 위하여 단절을 결심하게 되었다. 그것은 더 이상은 어머니로부터 고통스러운 영향을 받지 않겠다는 분노에 찬 선택이었다.

수연은 어린 시절부터 단절하기 전까지 사소한 몸짓 하나까지도 어머니의 비난과 부정적 평가를 견뎌내야 했다. 부정적인 감정에 놓인 분노는 인간의 영혼을 황폐시키고 마음의 평화를 앗아간다. 수연은 어머니에 대한 원망감에 점점 지쳐가 더 이상은 어머니의 부정적 비난 공격을 수용할 수 없게 되어 단절을 선택하였다.

희연은 아들만 중시하고 딸은 무시하던 어머니에게 부당한 대우를 받는 것에 지쳐왔다. 아들은 아무리 큰 잘못을 하더라도 한마디 타박을 하지 않고 딸은 만사가 비난의 대상이 되었다. 더 이상 인내할 수 없는 지점에 이르렀

을 때 어머니는 공경해야 할 대상이 아닌 원망과 분노의 대상이 되어 있었다.

윤희는 어린 시절부터 받아 온 어머니의 비난을 견디고 견디어 왔으나 자신의 자녀까지 차별하며 비난하는 어머니를 더는 견딜 수 없어 단절하게 되었다. 단절하던 그 순간은 더 이상 어머니를 수용할 수 없는 분노의 마음이었다.

‘나-너(I-Thou)’와 ‘나-그것(I-It)’ 사이의 슬픔

Burber는 관계성은 ‘나-너(I-Thou)’와 ‘나-그것(I-It)’의 두 가지 형태를 취한다고 하였다(오기성, 2019). ‘나-너’의 관계에서 ‘나’는 ‘너’와 정서적으로 연결되어 있고, 나는 너를 돌보며, 너에게 헌신하면서 활기를 주고받는 관계이다. 너를 수단으로 사용하는 것이 아니라 관계성을 추구하며 너의 자율성과 자유를 존중한다 (Burber, 1970). 반면 ‘나-그것(I-It)’에서 ‘나’는 정서적으로 떨어져 있고 관련되어 있지 않다. 단지 나는 그것을 수단으로 사용할 뿐이다. ‘나-너’와 ‘나-그것’의 차이는 대상에 따른 것이 아니라 ‘나’에 달려있다. 나는 그 어떤 대상과도 ‘너’로서 혹은 ‘그것’으로서 관계를 맺을 수 있다(김홍근, 2007).

참여자들은 ‘I-Thou’의 관계였던 나-어머니 관계를 단절하였다. 단절을 선택하고 어머니를 ‘I-It’의 관계처럼 나오는 상관이 없는 존재로 살아가고 싶었으나 그것은 가능하지 않았다. 어머니는 늘 마음 한편에 놓여 있었고, 늘 마음에 있는 어머니와 연결되지 못하는 슬픔이 있었다. 표면적으로는 어머니-나 사이에 마치 건너지 못할 강이 있는 것처럼 거리가 있고, 단순히 생물학적 어머니라는 ‘그것’으로서 존재하는 듯했으나 이면은 그렇지 않았다. 참

여자들의 표면적인 행동과 이면적인 진실한 속 마음은 달랐다. 표면적으로는 어머니와 단절을 선택하고 어머니와 연결되는 것을 원하지 않고 관계를 끊고자 하지만 내면에서는 외로움 가운데 어머니를 생각하는 'I-Thou'로 연결된 모습이였다. 진정한 욕구는 '나-너(I-Thou)'처럼 살고자 하나 현실에서는 '나-그것(I-It)'으로 사는 삶에는 늘 슬픔이 놓여 있었다.

한 사람으로서, 딸로서 진심 어린 애정과 인정을 받고 싶은 본능적인 욕구를 무시당한 채 인위적으로 자연스러운 관계를 끊어 내는 것은 참여자들에게 큰 상실이었고 그 상실은 곧 마음이 슬픔으로 가득 차는 일이었다. 어머니가 있음에도 불구하고 연락을 할 수 없는 슬픔, 어머니가 있음에도 불구하고 어머니 이야기를 할 수 없는 슬픔, 애착의 대상을 상실하고 세상에 혼자 남겨진 것 같은 슬픔으로 참여자들의 마음속에는 슬픔의 강물이 흐르고 있었다.

수연은 늘 밝고 쾌활하게 행동하였기 때문에 주위 사람들로 부터 씩씩하고 웃음이 많은 동료로 평가받았다. 이러한 수연의 밝음 뒤에는 단절한 '어머니'라는 그늘지고 무거운 마음의 자리가 있었다. 남들과는 달리 마음 편하게 아이를 맡아줄 사람이 없다는 것, 함께 쇼핑하고 여행 갈 수 있는 어머니가 없다는 점, 자신의 자녀에게는 예뻐해 줄 외할머니가 없다는 점은 마음 한켠을 쓸쓸하고 허전하게 만드는 요인이었다.

희연은 어머니와의 단절 이후 직장에서 함께 일하는 동료들에게 허점을 드러내지 않기 위해 열심히 일했다. 그 결과 사람들로 부터 '완벽하다'는 평가를 받게 되었고 희연은 그러한 평가가 만족스러웠다. 그러나 자신의 진실

한 내면은 결코 열어 보일 수 없고 진심으로 기댈 곳이 없다는 느낌이 들고는 하였다. 즉, 'I-Thou'의 친밀한 관계가 없이 모두가 'It(그것)'의 자리에 있는 것이었다. 어머니를 만나러 가는 동료를 보면서 가슴 저편에 놓여 있는 어머니가 떠오르는 슬픔을 안고 삶을 살아 가고 있었다.

윤희는 어머니와의 단절에 대하여 주위 사람들은 물론 가족들조차 알면서도 말하지 못하는 가족 비밀이 되고 있었다. 남들이 알면 '이상한 집'이라고 험담을 할까 봐 두렵고 자녀들은 엄마를 창피하게 여길까 봐 불안하였다. 마음으로는 늘 따뜻한 어머니를 갈망하지만 늘 차갑기만 한 어머니를 'It(그것)'의 자리에 두면서 느끼는 죄책감을 애써 느끼지 않으려고 하면서 어머니가 그리울 때마다 혼자 슬픔의 눈물을 흘리고 있었다.

내가 만드는 인생클럽

이야기 치료의 창시자인 Michael White는 한 개인을 둘러싼 타인을 통해 그 개인의 정체성이 형성된다고 하였다(White, 2007, 이선훈, 정슬기, 허남순 역, 2010). 이야기 치료 기법 중 하나인 '인생 클럽(club of life)'을 위한 '회원 구성하기(re-membering)'는 인생을 회원으로 구성된 클럽으로 보고 개인의 인생에서 중요한 의미를 가진 인물들로 회원을 재구성하는 기법이다. 인생 클럽의 회원을 구성할 때는 자신에게 의미 있는 사람들과 그렇지 못한 사람들에게 대해 이야기하며, 어떤 회원을 제외시키고 어떤 회원을 인생 클럽의 회원으로 포함시킬 것인지 스스로 결정하도록 한다. 이 과정에서 특정 회원을 우대하거나 자격을 정지시키기, 등급을 올리거나 내리기, 특정 의견을

존중하거나 무시하기 등을 통하여 인생 클럽의 회원을 정비할 수 있는 기회를 제공한다. 즉, 자신의 인생 클럽 회원을 구성하는 과정을 통하여 스스로 자신의 삶의 주도권을 가지게 하는 것이다.

참여자들에게 어머니는 단연 인생 클럽의 중요한 회원이었다. 언제나 어머니의 의견을 존중하고자 하였고 어머니와 함께 좋은 관계 속에서 좋은 모습으로 살아가는 것을 기대했다. 그러나 오랜 기간 지속되는 어머니의 비난, 불인정, 편애, 무관심은 더 이상 견디기 어려운 일이 되었다. 어머니의 부정적인 판단과 비난 때문에 참여자들의 서러움과 실망감, 분노가 극에 달하였고 마침내는 분노에 찬 단절을 결심하게 되었다. 그 단절은 곧 어머니의 부정적인 영향력을 끊어 내는 것이었고, 자신의 삶은 자기 스스로 만들어 가겠다는 단호한 결정이었다. 그 이후 참여자들은 자신의 삶의 가치와 의미를 현재 자신의 가족에게 두기 시작하였고, 가정과 직장에서 예전에는 몰랐던 기쁨과 보람을 느끼게 되었다. 삶의 내용이 바뀌면서 인생 클럽의 회원도 자연스럽게 재구성되었다.

인간은 영, 유아기뿐 만 아니라 삶의 전반에 자신에게 관심을 주고 인정해 주는 대상이 필요하며, 이 대상은 삶의 만족은 물론 삶에 수반되는 고통을 덜어내고 자신의 삶을 나아가도록 하는데 필수적이다(Kohut, 1971). 이러한 대상은 개인이 성장함에 따라 부모에서부터 친구나 동료, 배우자와 자녀 등으로 점차 확장되고 이러한 자원을 통해 일상의 스트레스가 경감되고, 행복을 경험하게 된다(이중운, 2019). 참여자들은 비록 어머니를 온전히 잊을 수는 없었지만 새롭게 재구성되는 인생 클럽의 회원들로부터 힘을 얻으며 앞으로 나아가

고 있었다.

수연은 인생 클럽의 가장 중요한 회원으로 남편을 꼽았는데 예전과는 다르게 가족을 위해 헌신하고 노력하는 남편의 모습에 측은함이 느껴져 남편을 더 소중하게 생각하며 남편을 더 존중하고 배려하고 있다.

희연은 자신의 인생 클럽에서 가장 중요한 회원은 단연코 자녀들이었다. 어머니와의 불화 가운데 있는 지난 기간들은 자신이 고단하고 지치는 과정이었기에 자녀들을 돌보기 어려웠다. 그러나 이제는 자녀들을 끌어안고 또 끌어안으며 살아가고 있다. 아무리 노력해도 고마움을 표현하지 않았던 어머니와는 달리 자녀들은 희연의 헌신에 고마워하며 애정을 표현하였다. 이는 희연으로 하여금 삶에 대한 보람과 희망을 주는 요인이 되고 있다.

윤희는 가장 중요한 인생 클럽의 회원으로 시어머니와 남편을 뽑았다. 정작 자신의 어머니에게 받지 못한 관심과 사랑을 시어머니로부터 받고, 아울러 남편의 애정 어린 돌봄을 받으면서 마음의 빈자리를 채워 가고 있었다. 자녀들 또한 소중한 대상으로서 자녀들을 통하여 삶의 의미를 찾아가고 있다.

‘실존적 존재’로 살아가기

Victor Frankle은 실존적 공허란 존재의 의미나 삶의 의미를 찾고자 하는 의지가 없는 상태라고 하였고, Heidegger는 실존적 존재로서의 인간의 본질은 자기 이해이며 진정한 자신이 되는 것이라고 하였다(신문계, 2018). 실존이란 진정한 자신을 찾고 회복하는 것으로 타자와 바꿀 수 없는 개개인의 고유한 삶을 펼쳐가기 위해 자기를 인식하고 자기의 삶을 만들어가는 존재 방식이자 진정한 자기, 본래의 자기

라고 할 수 있다. 따라서 실존적 고통이 왔을 때 고통을 거부하거나 쉽게 다른 것으로 대체하여 잊으려고 하지 않고 고통을 온전히 체험하면서 고통스러운 마음을 들여다보는 것이 중요하다. 이것은 무척 괴로운 일이나 그 시간은 자기 자신과 진정으로 관계하는 시간이고 실존적 만남의 시간이기도 하다(이수경, 오주원, 2019)

참여자들은 어머니로부터 진심 어린 애정을 받지 못하는 가운데에서도 늘 어머니 곁에 남아 있었다. 그것은 ‘왜 그래야 하는가?’라는 질문조차도 가지지 않는 너무나 당연한 것이었다. 딸이기에 당연히 어머니와 연결되어 있어야 했고, 딸이기에 어머니가 원하면 하기 싫은 일이라 할지라도 해야 하며, 딸이기에 어머니가 힘들면 어머니의 고민을 들어주고 해결해 주면서 어머니 곁에 있었다. 그렇게 자신을 내어줌에도 불구하고 어머니의 따듯한 관심과 인정은 없었고 오히려 비난과 책망이 되돌아 오고는 하였다. 그러한 과정의 반복 속에서 마침내 어머니를 돕는 일이 결코 내키지 않는 마지못해 하는 일이 되었다. 그럼에도 불구하고 딸이기에 모른 척할 수 없어서 어머니와의 끈을 이어갔었다. 이 과정에서 참여자들은 자신의 존재가 어머니에게 가지는 의미가 무엇인지, 자신의 삶의 의미는 무엇인지, 진정한 자기란 어떤 모습인지 알 수 없었고 혼란스러웠다. 실존적 공허감 속에서 허우적거리고 있었던 것이다.

어머니와의 단절을 선택한 이후 슬픔과 죄책감 등이 있었지만 이전에는 몰랐던 평화와 자유함도 느끼게 되었다. 더 이상 어머니의 요구에 맞추어서 춤을 추지 않아도 되었다. 더 이상 어머니의 굴레 속에서 자신이 원하지 않는 것들을 할 필요가 없었다. 실존이란 자

신의 존재를 회복하고 자신의 정체성을 형성하면서 진정한 자기를 실현시키는 것이다. 어머니의 굴레로부터 벗어나는 것은 자기 존재를 회복하면서, 자신이 원하는 삶이 어떤 것인지, 어떤 삶을 살아갈 것인지의 자기 정체성을 형성해가는 과정이었다. 진정한 자기를 되찾으면서 타인의 지배가 아닌 자기 존재로서 삶을 사는 ‘실존적 존재’로서 스스로의 삶을 재구성하는 선택이었다.

수연은 일하는 시간에 방해받지 않으면서 마음껏 일에 매진할 수 있는 점, 어머니의 미신이나 부적에 대한 이야기를 들으며 아까운 시간을 소모하지 않아도 되는 점, 주말에 남편과 한가롭게 산책을 할 수 있는 점, 친구들과 어울려 수다를 떨 수 있는 점, 자녀들과 함께 하는 시간들, 이 모든 것들이 소중하게 여겨지는 삶을 살고 있다. 진실한 사랑을 주고 받으며, 있는 존재 자체로 존중받고 사랑받으며 마음의 여유를 느끼는 지금의 삶이 진정으로 원했던 삶이었다.

희연은 어머니로 인해 분노할 일도, 새벽 3시에 일어나 뜯금없이 화가 치미는 일도 없으니 고질병 같던 두통이 사라졌다. 자신이 원하던 엄마로서의 따듯한 관심과 애정과 돌봄의 모습으로 자녀들을 대하면서 편안함과 만족감을 느끼고 있다. 자녀들이 언제든 도움을 요청할 수 있는 나, 동료들의 인정 속에 일하는 나, 일속에서 만나는 사람들의 고마움의 표현, 이 모든 것들은 자신이 진정 살아 있음을 느끼게 하는 것들이었다.

윤희는 친정 식구들에게 무시당하는 가운데 서러움을 느끼지 않아 삶이 가벼워진 경험을 하고 있다. 가족들과 TV를 보며 맛있는 음식을 해먹을 수 있다는 것, 조금 똥똥해도, 허름한 옷을 입어도 자신을 사랑하고 아껴주는 남

편과 자녀들이 있다는 것은 어떤 조건에 의해서 자신이 사랑을 받고 받지 못하는 것이 아닌 어떤 모습이든지 존재 자체로 사랑받을 수 있음을 느끼게 한다. 일상의 가벼움과 만족감은 전에 힘겨워 보이고 무거워 보였던 표정을 변화시켰다. 어머니가 빠지니 주위의 사람들이 보이고 그들로부터 내 존재의 소중함, 살아야 하는 실존적 이유 등을 경험하고 있는 것이었다.

내 안에 존재하는 어머니와 함께 살아감

비록 '나' 자신의 모습으로 내가 원하는 삶을 살아가기 위하여 어머니와 단절을 선택하였지만 어머니라는 존재는 늘 가슴속에 살아 있었다. 그것은 어머니와의 단절이 어머니의 존재 자체를 단절하고 부정한 것이 아니라 어머니의 영향력을 차단한 것이었다. 참여자들 안에는 어느덧 자신도 모르게 어머니를 닮은 모습이 있었고, 그 모습은 어느새 삶에 반영되어 참여자 자신도 모르게 순간순간 놀라는 일이 되었다. 집안에 먼지 한 톨 쌓이는 것을 보지 못하는 나, 입이 거칠어 부드럽게 말을 하지 못하는 나의 모습은 고스란히 어머니를 닮은 모습이었다. 어머니를 닮은 모습이 아니라 하더라도 자녀 교육에 열성을 내는 나, 커리어 우먼으로서 당당하게 살아가고 있는 나, 자녀들에게 미안함을 느낄 줄 아는 나의 모습은 어머니의 모습과는 반대의 모습이었다. 참여자들은 또한 '아들'만 중시하고 편애하는 그늘 속에서 자신의 존재감이 빛나는 순간들을 꿈꾸며 어머니의 인정과 애정을 받기 위하여 열심히 공부하고, 수입을 가지고자 애쓰기도 하며 직장과 가정에서 적극적이고 열성적인 모습으로 살았다. 이러한 특성은 '생활력이 강

한 사람'으로 평가되며 타인들로부터 인정을 받는 계기가 되고 있었다. 자신이 삶을 살아가는 모습이 긍정적인 모습이든 부정적인 모습이든지 그러한 모습은 어머니를 닮은 모습이었다. 설혹, 어머니를 닮은 모습이거나 어머니가 나에게 주지 못한 모습이더라도 그 모든 것들은 어머니로부터 시작되고 있었던 것이다. 즉, 닮은 점도 어머니로부터 시작된 것이었고, 닮지 않은 점도 어머니로부터 시작되는 것이었다.

참여자들은 어머니와의 단절이 영원할 것이라고는 생각하지 않았다. 어쩌면 인생길 가는 도중 잠시 무거운 짐을 내려놓고 쉬듯, 어머니와의 단절 또한 어머니와 이어진 길 위에서 취하는 휴식 같은 것이었다. 즉, 어머니와의 단절은 표면적으로 어머니를 거부하는 것이었다. 그러나 단절 아래에는 어머니와의 더욱 깊은 연결에 대한 바람이 놓여 있었다. 어머니와의 '단절'은 어머니로부터 받기 원했던 애정과 인정 욕구가 좌절되어 나타난 분노였던 것이다. 그 이면은 어머니와 더욱 안정적이고 깊이 있는 관계를 맺으려는 소망을 의미하는 것이었다. 어머니와 단절하는 이유에 대해서 참여자들은 긴 침묵과 눈물로 반응하였다. 그들은 언젠가는 다시 연결될 것이라는 점에 대해서는 '모르겠어요. 그냥.... 어머니이니까요'라는 반응을 보였다. 어머니와의 끈, 그것에는 어떤 설명도, 이유도 필요하지 않은 것이었다. 삶에서 결코 온전히 단절할 수 없고, 온전히 거부할 수 없는 절대적 존재, 그 존재가 어머니였던 것이다.

수연은 매일 10원짜리 동전 하나까지 세웠던 어머니의 모습이 자신에게도 있음을 보면서, 유난스럽게 깔꿈을 떠시던 어머니의 모습에 치를 떨었음에도 자녀의 손이나 옷, 집안

에 먼저 한 톨 쌓이는 것을 지독하게 싫어하는 자신을 보면서, 어머니를 닮아 있는 자기 모습에 놀라고는 한다. 그러면서 늘 어머니를 떠올리고 그리워한다. 어머니는 결코 먼저 수연에게 다가오지 않으리라는 것을 수연은 알고 있다. 그러기에 본인이 먼저 다가가야 함도 알고 있다. 어머니를 온전히 저버리지 못해서 언젠가는 자신이 먼저 어머니에게 손을 내밀 것이다.

희연은 자녀들을 키우면서 단 한 번도 자신의 청을 들어주지 않았던 어머니를 원망하기에 자신의 자녀들에게 원하는 교육을 모두 시켜 주고 있다. 어머니가 자신을 대했듯 자신의 자녀들을 대하지 않기 위하여 부모교육을 받고, 자녀 양육 서적을 보고, 자녀들과 열린 마음으로 대화하며 스스로없는 관계를 만들어가고자 노력하고 있다. 어머니를 통해 경험하였던 바를 토대로 자녀 양육에서 무엇을 어떻게 하여야 하는지를 생각하며 하루도 어머니를 생각하지 않은 날이 없다. 비록 몸은 단절하고 있으나 마음 안에는 늘 어머니가 존재하는 것이었다.

윤희는 자신은 아무렇지 않게 했던 말들이나 태도들이 남편과 자녀들에게는 매우 거칠고 짜증스럽게 표현되고 있음을 보면서 그러한 모습이 어머니를 닮아 있음을 깨닫고는 하였다. 자신이 어머니의 그러한 모습으로부터 받았던 상처를 가족들에게 되돌려주고 싶지 않아서 상담을 받으면서 자신을 변화시키려는 노력을 기울였다. 어머니와 단절을 선택한 이후의 삶을 살아가면서 어머니의 존재는 윤희의 마음에서 사라지지 않고 음으로 양으로 늘 영향을 미치고 있었다.

논 의

본 연구는 어머니와 단절하고 있는 중년기 딸 자녀의 삶의 경험과 그 의미를 파악하기 위하여 수행되었다. 이를 위하여 총 3명의 중년기 여성이 연구에 참여하였으며 그들의 삶의 의미는 「분노로 선택한 단절」, 「나-너(I-Thou)와 '나-그것(I-It)' 사이의 슬픔」, 「내가 만드는 인생 클럽」, 「실존적 존재로 살아가기」 「내 안에 존재하는 어머니와 함께 살아감」으로 나타났다. 이들의 삶의 경험과 의미에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 참여자들이 어머니와 단절을 선택한 것은 더 이상 견디기 어려운 '분노에 찬 선택'이었다. 그것은 어머니로부터 애정과 인정에 대한 욕구는 충족되지 않고 늘 비난과 책망이 돌아오는 것에 대한 자기방어이자 자기보호였다. 김경호(2013)는 분노는 생명의 지속과 안녕을 위한 일이자 존재의 향상성을 위한 활동으로서 자기보존의 운동이라고 하였다. 참여자들의 분노 역시 감정적 폭발로서 끝나는 것이 아닌 자신을 보호하여 더 나은 삶을 살기 위한 선택이라고 할 수 있다.

신경숙(2008)의 소설 '엄마를 부탁해'에 등장하는 어머니는 남편과 시댁의 온갖 박해에도 불구하고 자식을 위해서 어머니의 자리를 지켜내는 존재, 자신을 돌보지 않고 피학적인 삶을 살아가면서도 자식을 위해서라면 희생을 감수하는 존재, 자신의 삶을 잃어버린 채 오직 자식의 삶을 위해 살아가는 존재로서 전통적인 우리 사회의 어머니상을 그리고 있다. 그러나 참여자들이 경험한 어머니는 그러한 전통적인 어머니의 모습이 아니었다. 딸보다는 아들을 편애하는 어머니, 딸들도 자신처럼 남자 형제를 중시할 것을 요구하는 어머니, 자신이 원하는 바가 이루어지지 않으면 바로

육설로 반응하는 어머니들이었다. 중년 자녀와 노부모와의 갈등을 연구한 서수균, 신현희, 안정신과 정영숙(2015)은 노부모와 자녀의 관계 영역에서는 여성이 남성보다 더 많은 갈등을 경험한다고 하였는데, 이는 아들은 우선시하고 딸은 등한시하는 '장남 편애'와 더불어 이미 중년이 된 딸 자녀에 대해서는 관심과 배려가 부족하기 때문인 것으로 나타났다. 딸이든 아들이든 자녀로서 똑같이 사랑받고 존중받고자 하는 것은 인간의 보편적 욕구라 할 수 있다. 기본적인 욕구가 충족되지 못하면 인간은 고통을 겪게 된다. 참여자들은 어머니로부터 당하는 무시감과 비난의 고통을 더 이상 견딜 수 없어 단절을 선택하였다.

한편 결혼 과정을 통해 어머니와 자녀의 관계 변화를 살펴본 연구(최지영, 2009)에서 어머니는 자녀가 결혼을 하여도 자녀로부터 분리되지 못하며 자녀의 결혼 과정을 가족의 확대로 보는 반면, 자녀는 어머니로부터 심리적으로 분리되며 자신의 새로운 가족에 대한 애착을 강하게 느낀다고 하였다. 그러나 본 연구에서 참여자들은 결혼 이후에도 어머니에 대한 마음의 끈을 놓지 못하고 어머니를 공경하고 존중하는 딸이 되고자 애쓰는 모습이었다. 그것은 곧 딸로서의 도리이자 어머니에 대한 애정이었고 그것 때문에 어머니와 늘 연결되고자 하였다.

둘째, 어머니와 단절한 이후 참여자들은 '나-너(I-Thou)'와 '나-그것(I-It) 사이의 슬픔' 속에서 삶을 살아내고 있었다. 영어의 'Thou'는 당신(You)으로서 '오직 한 사람을 의미하는 단어이다. 'I-Thou'는 나와 당신이 연결되어 있음과 그 연결 속에서 당신을 존중하고 있음을 의미한다(burber, 1970). 대상관계 이론의 창시자인 Winnicott(1971)은 일차 양육자로서 안정

감을 주는 어머니는 유아에게 세상의 전부가 되며, 세상을 안전하게 지각하는 토대가 된다고 하였다. 애정과 존중을 토대로 이루어지는 친밀한 관계인 Burber의 'I-Thou' 관계는 Winnicott(1971)이 말한 '유아-좋은 엄마의 관계'와도 일맥상통한다. 이러한 생후 최초의 관계는 곧 자신을 정의하는 토대가 된다. 즉, 일차 양육자인 엄마가 좋은 엄마이면 나도 소중한 가치 있는 존재가 되는 반면, 엄마가 좋은 엄마가 아닌 경우에 세상은 두려운 곳이 되는 것이다. 엄마가 'It(그것)'으로 대상화되는 것은 근원적인 애정의 뿌리를 상실하는 것이자 자기 가치감과 자기 소중함에 대한 상실이기도 하다. 슬픔은 상실에서 오는 감정으로 소중한 관계를 잃는 것은 언제나 슬픔을 가져온다(Kallos-Lilly & Fitzgerald, 2015/2016). 어머니 상실로 인한 슬픔을 이상우(2000)는 '뿌리 뽑힌 삶'이라 하였고 정연희(2016)는 '주체의 위기'라고 표현하였다. 본 연구 참여자들은 어쩔 수 없이 어머니를 상실하게 된 그 슬픔을 직접적으로 표현하기보다는 마음속에 간직한 채 살아가는 모습이었다. 그것은 스스로를 추스르고 잘 살아가기 위한 노력으로서 감정을 마주하고 그 감정을 해결하기 위한 노력보다는 집중해야 할 대상인 배우자와 자녀를 보며 살아가는 모습이었다. 어머니 상실을 발달 단계 중 언제 경험하였는지 또 그것이 자의적 상실인지 타의적 상실인지에 따라서 자녀에게 미치는 영향의 강도와 의미는 다르다고 할 수 있다. 비록 중년이 되어 자신의 어머니를 자의로 단절하였다 할지라도 어머니 상실은 참여자들에게 슬픔을 안겨 주기에 충분한 사건으로 경험되고 있었다.

셋째, 참여자들의 어머니와의 단절의 의미는 '내가 만드는 인생 클럽'으로 나타났다.

White(2007)는 인생 클럽에서 개인의 정체성은 타인과의 관계를 통해 이루어지며 회원 공동으로 생산되는 복합적 성격을 가진다고 하였다. 인생 클럽 내에서 이루어지는 회원 재구성 대화는 주로 어려움에 처한 사람들이 이를 극복하기 위하여 과거의 여러 기억 중에서 의도적으로 그들의 존재 가치를 높여 주거나 정체성을 풍부하게 서술하는 데 도움이 되는 기억들을 떠올린다(고미영, 2016). 회원 재구성 대화에서는 특정 회원을 우대하거나 그 자격을 해지하고 등급을 올리거나 내릴 수 있으며, 자신을 확대하고 방치하며 강압적으로 행동하는 등 자신에게 손상을 입힌 사람에 대해서는 인생 클럽에서 제외시키기를 희망할 수 있다(정문자, 정혜정, 이선혜, 전영주, 2018). 회원 재구성 대화를 중심으로 애도 상담을 진행한 고미영(2019)의 연구에서 연구 참여자들은 회원 재구성 대화를 한 후 과거 경험에 대한 새로운 해석을 하고 자신에 대한 새로운 정체성을 포함한 대안적 이야기를 발전시켜 나갔다. 본 연구 참여자들이 자신의 삶에서 긍정적인 영향을 미치는 회원들로 구성된 인생 클럽에서 바야흐로 현재 주어진 배우자, 가족, 직장 내 동료들에게 에너지를 쏟으면서 삶을 만들어 나가게 되었다. 즉, 자율적 주체로서의 정체성을 가지고 어머니에게 억압당하고 무시당하는 삶 속에서 손상당한 정체성은 재구성된 회원을 통해서 회복될 수 있었다.

넷째, 참여자들의 어머니와의 단절은 실존적 공허에서 '실존적 존재'로 변화하는 의미를 가지고 있었다. 실존치료의 선구자인 Yalom(1980)은 인간의 기본적 관심을 네 가지로 제시하였는데 이는 불가피한 죽음, 자유와 책임, 결국 혼자 남게 되는 실존적 고립, 삶의 의미 상실이라고 하였다. 이 네 가지의 실존적 관

심에 비추어 볼 때 본 연구 참여자들은 어머니의 비난으로부터 자유하지 못하고 인정받지 못하는 삶을 살면서 실존적 고립감을 가졌다. 자유가 없고 실존적 고립감을 가지는 것은 곧 삶의 의미를 상실한 삶으로 볼 수 있다. 장기요양기관에 입원해 있는 노인들을 대상으로 실존적 고립감에 대한 의미를 탐색한 연구(Chung, Olofsson, Wong, & Rämgård, 2020)에서 노인들은 건강의 상실로 인하여 경험되는 공허함과 의미 있는 존재감의 결핍을 조절하여 자신의 경험을 재구성하고 삶에 새로운 의미를 부여하는 것으로 나타났다. 이는 인간은 자기 조직력을 가지고 있기에 자신을 실존적 공허감과 같은 절망감 속에 그대로 두지 않고 삶의 의미와 가치를 찾는 방향으로 움직여 나가는 존재임을 의미한다. 의미치료를 제시한 Victor Frankle은 인간이 느끼는 가장 큰 불안과 스트레스는 실존적 공허 자체라기보다는 의미 상실의 상황과 직면하기를 기피하는 것이며 인간은 주어진 상황과 맞서서 상황에 대한 태도를 선택할 자유를 가진다고 하였다(한미희, 2006).

어머니를 단절한다는 것은 어느 문화에서든 어려운 일이겠으나 부모에 대한 효(孝)를 강조해온 우리 문화에서는 더 어려운 일일 수 있다. 어머니를 단절하는 것, 그것은 곧 부모에 대한 '불효(不孝)'이자 더 나아가 '패륜'이라는 낙인이 찍힐 수 있는 일이기도 하다(이경근, 조용현, 2009). 이에 참여자들은 이 '단절'을 개방하지 못하고 마음속에 숨기고 살게 된다. 그럼에도 불구하고 이들의 단절은 결국 어머니에게 끌려가는 삶을 분리해 내고 실존적 자기를 찾아 강물의 흐름을 바꾸는 것과도 같은 것이었다. 즉 실존적 존재로서의 자유와 삶의 의미를 찾는 것이었다.

다섯째, 참여자들의 어머니와의 단절에 대한 삶의 의미는 어머니의 흔적이 완전히 없어진 것이 아닌 마음 한편에 어머니의 존재와 함께 살아가는 '내 안에 존재하는 어머니와 함께 살아감'으로 나타났다. 참여자들은 어머니에 대한 원망과 섭섭함이 가시질 않는 마음, 어머니를 닮고 싶지 않은 마음, 어머니처럼 내 자녀를 키우고 싶지 않은 마음이 지배적이었다. 그럼에도 불구하고 생명의 근원이자 삶의 뿌리인 어머니를 마음속에서 완전히 지울 수 없는 존재였던 것이다. 대부분의 사람들에게 어머니는 세상에서 첫 번째 맺는 애착의 대상이고(Bowlby, 2005) 세상 그 자체가 되는(Winicott, 1984) 발달 과정을 가진다. 이러한 과정에서 어머니는 그 어떤 타인보다 더 강력한 존재로 내재화되게 된다. Mahler는 어머니가 곁에 있든지 없든지, 자신의 욕구를 충족시키든지 좌절시키든지, 혹은 어머니에게 화가 났거나 얼마 동안 떨어져 있더라도 어머니에 대한 긍정적인 일관된 상을 가지는 대상항상성의 능력을 가진다고 하였다(조희연, 2019). 유아기에 발달한 대상 항상성은 평생 지속될 수 있기에 참여자들은 어머니와 분리되어 단절된 삶을 살아가더라도 어머니에 대한 존재감을 가지고 삶을 살아내고 있었다.

이러한 연구 결과에 대한 논의와 더불어 본 연구에 대한 의의를 Clandinin(2013)이 제시한 '개인적 정당성', '실제적 정당성', '사회적 정당성'의 세 가지 측면에서 살펴보고자 한다.

개인적 정당성은 이 연구가 연구자와 참여자들에게 왜 중요한가에 관한 부분이다. 먼저 연구자들에게 있어서 갖는 본 연구의 중요성은 다음과 같다. 본 연구자들은 중년기 발달 과정에 있으며, 기혼자로서 자녀들을 양육하여 오는 과정에서 자신의 자녀들에게는 어머

니라는 위치에 있다. 이에 자녀들과 좋은 관계 속에서 자녀들이 잘 성장하도록 좋은 엄마가 되기 위하여 노력하는 삶을 살고 있고, 위로는 노년이 된 어머니를 돌보고 지지하는 삶을 살아가고 있다. 그러나 상담에서 어머니와 갈등 관계에 있거나 어머니와 단절하고 사는 내담자들을 접할 수 있었고 이들의 내면의 갈등과 삶의 고뇌를 이해하기 위하여 본 연구를 수행하게 되었다. 연구를 수행하면서 표면적으로는 어머니를 단절하더라도 마음속에서만 깊은 진한 그리움을 안고 살아가는 모습에서 숙연함과 숭고함을 느끼고 그것은 곧 연구자의 삶으로 들어왔다. 본 연구 참여자들의 내러티브와 그 내러티브에 담긴 의미들은 모든 사람의 삶의 상황 뒤에는 그럴만한 이유가 있음을 알고 그 어떤 사람의 삶도 선불리 판단할 수 없으며, 각자 자신의 삶의 자유와 의미를 추구하는 실존적 존재로서의 삶을 추구해 나가는 것임을 다시금 함께 깨닫게 되는 과정이 될 수 있었다. 참여자들에게 있어서는 누구에게도 말하지 못하고 삼켜내어야 했던 그들만의 이야기를 내어 보이며, 스스로 삶의 맥락을 되돌아보고 어머니와의 관계 속 스스로 변화 과정을 자유롭게 인식할 수 있었다는 점에서 본 연구의 중요성을 갖는다.

실제적 정당성은 이 연구가 상담의 실제에 있어서 어떤 중요성을 가지는가에 대한 부분이다. 일반적으로 어머니와 성인이 된 딸의 관계는 서로 돌봄을 주고받으며 친밀하게 삶을 살아가는 관계로 이해되고 있다. 이에 선행 연구에서도 어머니와 딸 간의 갈등 관계나 관계의 단절에 대하여 깊이 있게 다루고 있지 못하다. 따라서 본 연구는 어머니-딸 간에 있을 수 있는 갈등과 단절, 그리고 그 이면에 내재한 정서적 경험들을 이해함으로써 상담

현장에서 좀 더 효율적인 상담을 제공할 수 있는 토대를 제공하였다고 할 수 있다.

사회적 정당성은 이 연구가 사회적으로 문화적으로 어떠한 기여를 하고 있는가에 대한 부분이다. 이 연구는 부모에 대한 효(孝)를 중시하고, 타인에게 어려움을 내보이지 않고자 체면을 중시하는 우리나라의 문화에서 자신을 낳아주고 길러준 어머니를 단절하고 사는 딸들의 삶과 그 애환을 드러냄으로써 이들을 부정적 시선이 아닌 이해의 시선으로 바라볼 수 있는 근거를 제공하였다고 할 수 있다. 아울러 본 연구에서 드러나듯이 부모로부터 인정받지 못하고 성장하는 자녀들의 정서적 소외감을 이해하고, 자녀들에 대한 합리적이고 효율적인 양육을 할 수 있도록 부모교육이 좀 더 보편화되어야 할 필요성과 부모-자녀 관계에 어려움을 겪는 가족, 부모, 자녀를 대상으로 한 가족 상담 제공의 필요성을 제시하였다는 점에서 사회적 정당성을 가진다고 할 수 있다.

이러한 정당성과 더불어 본 연구에 대한 한계점과 후속 연구에 대한 의의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 내러티브 탐구 방법으로 연구를 진행하여 참여자들의 어머니와의 단절에 대한 이야기를 듣고 그들의 삶을 이해하는 것이 목적이었다. 따라서 연구 결과로 이들의 삶의 경험과 의미를 제시하였다. 그러나 이들의 삶의 경험을 좀 더 깊이 있게 이해하기 위해서는 단절에 이르는 과정이 어떠한지에 대하여 구체적인 과정을 탐구할 필요가 있다. 이에 추후 연구에서는 어머니-자녀 관계의 단절 과정에 대한 연구를 수행할 것을 제안한다.

둘째, 본 연구 참여자들의 어머니와의 단절 기간은 3년~4년이였다. 어머니-딸의 단절은 그 기간이 얼마나 되었는가에 따라서도 다양

한 정서적 경험과 의미를 가질 수 있을 것으로 생각된다. 이에 추후 연구에서는 더 장기적인 단절을 경험하는 대상을 선정하여 단절에 대한 구체적인 경험과 삶의 의미를 파악할 것을 제안한다.

셋째, 본 연구는 어머니-딸의 단절 경험까지를 탐구하였으나 단절을 선택하였으나 그 후 관계를 회복한 딸들에 대한 연구도 필요할 것으로 생각된다. 이에 추후 연구에서는 어머니-딸 간의 관계 단절과 회복에 이르는 경험 및 과정에 대한 연구를 수행할 것을 제안한다.

참고문헌

- 고미영 (2019). 이야기치료의 애도 상담에 대한 사례 연구: 회원재구성대화를 중심으로. *교육문화연구*, 25(3), 727-747.
- 김경호 (2013). 분노로부터 마음의 평정: 분노의 동역학을 중심으로. *철학탐구*, 34, 37-64.
- 김병영 (2012). 남아선호 가족 내에서 성장한 기혼여성의 가족 관계 경험에 관한 질적사례 연구: 대상관계상담실천적 접근. 대구대학교, 박사학위논문.
- 김영천 (2016). *질적연구방법론 I: Bricoleur*. (3판). 서울: 아카데미플러스.
- 김필성 (2015). 내러티브 탐구 과정과 절차에 대한 고찰. *내러티브와 교육 연구*, 3(2), 103-118.
- 김홍근 (2007). '관계'에 대한 Martin Buber의 관계 신학과 대상관계이론 및 영성 신학적인 조명. *신학사상*, 138, 247-278.
- 서수균, 신현희, 안정신, 정영숙 (2015). 중년자녀가 지각한 노부모와의 갈등에 관한 탐색적 연구. *한국심리학회지: 발달*, 28(2),

- 1-18.
- 신경숙 (2008). 엄마를 부탁해. 파주: 창비.
- 신문께 (2018). 실존적 공허를 극복하기 위한 프랑클의 실존분석적 로고테라피와 철학 상담. *신학과 실천*, 61, 301-329.
- 오기성 (2019). 부버(Martin Buber)의 관계철학의 관점에서 본 통일교육. *교육논총*, 39(2), 317-337.
- 이경근, 조용현 (2009). 자아존중감과 인상관리 행동 간의 관계에서 체면민감도의 매개효과. *조직과 인사관리연구*, 33(2), 77-109.
- 이상우 (2000). 어머니 상실과 뿌리 뽑힌 삶. 손창섭의 <신(神)의 희작(戲作)>에 대하여. *인문과학연구논총*, 22, 7-18.
- 이선훈, 정슬기, 허남순 (2010). 이야기 치료의 지도. 서울: 학지사.
- 이수경, 오주원 (2019). 실존적 자기 인식을 통한 실존적 건강과 삶의 의미에 관한 고찰. *예술인문사회 융합 멀티미디어*, 9(6), 633-643.
- 이종운 (2019). 중년여성의 사회적 지지가 행복감에 미치는 영향-자아존중감의 매개효과. *사회복지상담연구*, 3, 55-72.
- 전금정 (2016). 중년여성의 어머니를 향한 분노: 오토 칸버그의 관점에서. *목회와 상담*, 26, 330-360.
- 정문자, 정혜정, 이선훈, 전영주 (2018). 가족치료 이해 3판. 서울: 학지사.
- 정연희 (2016). 주체의 위기와 어머니 상실의 서사적 대응방식 연구: 은희경의 「열쇠」, 천운영의 「월경」, 김애란의 「스카이 콩콩」을 대상으로. *국제어문*, 71(0), 187-208.
- 조성원 (1996). 어머니와 딸. *한국심리학회지, 여성*, 1(1), 118-127.
- 조희연 (2019). Winnicott과 Mahler 이론을 통해 본 유아의 독립과 어머니 노릇에 대한 고찰. *미래유아교육학회지*, 26(1), 257-276.
- 최지영 (2009). 가족상담 : 결혼과정을 통해서 본 모-자녀 관계변화에 관한 질적 연구: 기독교가정을 중심으로. *상담학연구*, 10(3), 1697-1725.
- 한미희 (2006). 의미요법의 기본가정과 심리치료적 성격. *에니어그램연구*, 3(1), 103-117.
- 허준규 (2019). 가족관계 소원에 대한 현상학적 연구. *고려대학교 박사학위논문*.
- 홍영숙 (2019). '관계적 탐구'로서의 내러티브 탐구. *한국질적탐구학회*, 5(1), 81-107.
- 황은경 (2016). 중년기 딸의 어머니와의 정서적 경험에 관한 내러티브 탐구. *원광대학교 박사학위논문*.
- 高橋リエ/著 (다카하시리에) (2018). 상처주는 엄마와 죄책감없이 헤어지는 법. (최시원 역, 원제: お母さん,私を自由にして! 毒母だった本人が書いた,母親の呪いを解く方法). 서울: 동녘라이프. (원저 2016년 발행).
- Bowen, M. (1976). Theory in the practice of psychotherapy. *Family therapy: Theory and practice*, 4(1), 2-90.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (2005). *A secure base: Clinical applications of attachment theory* (Vol. 393). London: Taylor & Francis.
- Buber, M. (1970). *I and thou*. (W. Kaufman, Trans.). New York : Charles Scribner's Sons.
- Caplan, P. (1993). *The myth of woman's masochism*. Toronto: University of Toronto Press.
- Carr, K., Holman A., Abetz, J. S., Kellas, J. K. & Vagnoni (2015). Giving Voice to the

- Silence of Family Estrangement: Comparing Reasons of Estranged Parents and Adult Children in a Nonmatched Sample. *Journal of Family Communication*, 15(2), 130-140.
- Chung, B. P., Olofsson, J., Wong, F. K. & Rämgård, M. (2020). Overcoming existential loneliness: a cross-cultural study. *BMC Geriatrics*, 20(1), Article ID 347.
- Clandinin, D. J. (2013). *Engaging in narrative inquiry*. CA: Left Coast Press.
- Clandinin, D. J., & Connelly, F. M. (2000). *Narrative inquiry: Experience and story in, CA: Jossey-Bass. A qualitative research*. San Francisco: Jossey Bass Publishers.
- Dewey, J. (1939). *Experience, knowledge and value: A rejoinder*. In P. A. Schilpp (Ed.), *The philosophy of John Dewey*. Evanston, IL: Northwestern University. 517-608.
- Gilligan, C. (1982). *In a Different Voice*, MA: Harvard University Press.
- Hazan, C., & Diamond, L. M. (2000). The place of attachment in human mating. *Review of General Psychology*, 4(2), 186-204.
- Hunter, S. & Sundel, M. (1994). Midlife for women: A new perspective. *Journal of Women & Social Work*, 9(2), 113-128.
- Kallos-Lilly, V., & Fitzgerald, J. (2016). 부부관계 회복을 위한 정서 중심 워크북: 우리 두 사람(서미아 역, 원제: *An emotionally focused workbook for couples*). 서울: 박학사. (원저 2015년 발행).
- Kohut, H. (1971). *The analysis of the self*. New York: International.
- Lazarus RS, Folkman S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Leyro, T. M., Zvolensky, M. J., & Bernstein, A. (2010). Distress tolerance and psychopathological symptoms and disorders: A review of the empirical literature among adults. *Psychological Bulletin*, 136(4), 576-600.
- Newman, B.M. and Newman, Philip. R (2015). *Development through life : a psychosocial approach. 12th ed.* CA: Wadsworth Cengage Learning.
- Sayre, J. B., McCollum, E. E., & Spring, E. L. (2010). An outsider in my own home: Attachment injury in stepcouple relationships. *Journal of marital and family therapy*, 36(4), 403-415.
- Sholomskas, D., & Axelrod, R. (1986). The influence of mother daughter relationships on women's sense of self and current role choices. *Psychology of Women Quarterly*, 10(2), 171-182.
- Troll, L. E., & Fingerman, K. L. (1996). Connections between parents and their adult children. In C. Magai & S. H. McFadden (Eds.), *Handbook of emotion, adult development, and aging*, 185-205. Academic Press.
- White, M. (2007). *Maps of narrative practice*. New York: W.W. Norton.
- Winnicott, D. W. (1971). *Playing and Reality*. London: Penguin Books.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.

1차원고접수 : 2022. 04. 29.

심사통과접수 : 2022. 05. 30.

최종원고접수 : 2022. 06. 30.

Narrative Inquiry of Middle-aged Daughters Who Is Experiencing Emotional Cut-off with Their Mother

Jeongwon Park

Mia Seo

Department of Counseling, Dankook University

This study was conducted to understand the life experience and its meaning of middle-aged daughters' emotional cut-off from their mothers. For this study, a narrative inquiry method was applied as a research method to explore the process of choosing a cut-off from their mothers in the context of each participant's individual life, the life experiences, and their meanings thereafter. Furthermore, a total of three middle-aged married daughters in emotional cut-off from their mothers have participated. Applying data collection and analysis of Clandinin and Connelly's narrative inquiry methods, five inquiry steps were performed: 'being in the field', 'from field to field text', 'composing field text', 'from field text to research text' and 'research text composing'. The meaning of the emotional cut-off from their mothers was 'emotional cut-off chosen by anger', 'sadness between I-Thou and I-it', 'The Life Club made by self', 'living as an existential being' and 'living with one's mother existing inside'. The results of this study can be used for more efficient intervention in family counseling for mothers and daughters by understanding the experiences of emotional cut-off between mothers and middle-aged daughters.

Key words : Middle-aged women, daughters and mothers, emotional cut-off, narrative inquiry.