

배우자 사별 중년여성의 상호작용적 독서치료 경험에서 나타나는 변화에 대한 질적 단일 사례연구

A Qualitative Single Case Study on Change in Interactive Bibliotherapy Experience with A Middle-aged Widowed Spouse

박 정 애 (Jung-Ae Park)*

이 명 우 (Myng-Woo Lee)**

< 목 차 >

I. 서론	III. 연구결과
II. 연구방법	1. 상호작용적 독서치료에서 나타나는 회기 별 참여자 변화분석
1. 연구 참여자	2. 독서치료 종결 이후 추수 변화 분석
2. 연구의 상호작용적 독서치료 개입 내용	IV. 논의 및 제언
3. 자료수집 방법 및 절차	참고문헌
4. 질적 사례연구와 자료 분석	

초 록

이 연구는 질적 단일 사례연구로, 배우자 사별 경험이 있는 중년여성이 상호작용적 독서치료를 경험하면서 나타나는 변화를 탐색하기 위한 목적으로 수행되었다. 연구 참여자는 배우자 사별 외상 경험이 있는 40대 후반의 중년여성 1명이다. 본 연구에서는 상호작용적 독서치료 진행 중에는 회기 별로 참여자의 경험에서 나타나는 변화를, 상호작용적 독서치료 회기가 종결된 이후에는 참여자의 내적인 그리고 외적인 경험으로 구분하여 변화를 탐색하였다.

연구결과, 상호작용적 독서치료는 참여자의 자작시를 포함한 읽기 자료와 쓰기 기법이 참여자의 반응을 촉진하고 표현하는 역할을 하였다. 또한, 매체를 통하여 촉진된 감정과 자각된 인식은 상담자와의 치료적 상호작용을 통하여 현실에서의 자신을 이해하고 수용하게 하였다. 그리고 이러한 변화는 생활에서 내적, 외적 경험으로 나타났으며 회기 종결 이후에도 지속되었다. 여기에서 연구 참여자에게서 나타난 내적/외적 변화는 독서치료의 효과를 의미하고, 이는 텍스트와 더불어 상담자의 진실한 반응을 통하여 촉진된 결과임을 알 수 있었다.

키워드: 상호작용적 독서치료 경험에서 나타나는 변화, 배우자 사별 중년여성, 질적 단일 사례연구

ABSTRACT

This paper is a qualitative single case study and it was conducted for the purpose to explore change in interactive bibliotherapy experience with a middle-aged widowed spouse. A Middle-aged Widowed Spouse was taken as a research partaker. Through this research, we explored partitively the partaker's experience changes by each session during the commencing of interactive bibliotherapy and the partaker's inner/external experience change after the end of session.

The result, interactive bibliotherapy facilitated and expressed the reaction of a partaker by its writing skills and reading materials including partaker's own poems. Furthermore, facilitated emotion from material and self-awareness made a partaker understand and accept itself through therapeutical interaction. In addition, those kind of changes appeared inner/external experience in life, and lasted after the end of the session. In this regard, the inner/external change appeared from a partaker means the effect of bibliotherapy, and we can notice that it is a result that facilitated through truthful reaction of counselor and texts.

Keywords: Interactive bibliotherapy, Middle-aged widowed spouse, Qualitative single case study

* 평택대학교 일반대학원 상담학과 박사과정 (pbooklover@naver.com) (교신저자)

** 평택대학교 상담대학원 교수 (leemw@ptu.ac.kr) (제1저자)

• 논문접수: 2015년 11월 20일 • 최초심사: 2015년 11월 24일 • 게재확정: 2015년 12월 14일

• 한국도서관·정보학회지 46(4), 299-324, 2015. [http://dx.doi.org/10.16981/kliss.46.201512.299]

I. 서론

사랑하는 사람의 상실은 동서양을 막론하고 가장 많이 경험하게 되는 외상사건이다(서영석 2012). 특히 사랑하는 사람의 사별 이후 경험하는 심리적 과정은 단계 별로 이행되는 것이 아니며 회피와 직면과 재건의 과정이 죽은 배우자를 떠올리는 사건이나 계기를 만나면 심리적 충격이나 회한, 일상의 고통이 환원되는 순환의 체계를 보인다(오경미 2007). 더구나 배우자를 사별한 중년여성은 사회에서 아내라는 신분이 자아개념의 중심에 놓이므로 사회적으로 위축되어(양복순 2002) 어려움을 더 크게 느낄 수 있다. 따라서 사별이라는 외상사건을 경험한 후, 삶의 의미를 새롭게 정립하고 사회적 관계를 재형성 하는 등 실질적인 도움을 주기 위한 치료적 중재의 요구(오경미, 김분한 2007)가 절실한 실정이다.

외상 경험에 관한 선행연구를 살펴보면 PTSD(외상후 스트레스 장애)를 중심으로 양적 연구가 주로 이루어져 왔다(박정애, 이명우 2014). 1990년부터 2014년까지 외상의 치료 개입 형태에 관한 연구는 총 35편으로 예술치료(9편)> 인지행동치료(5편)> 위기개입과 지속노출치료(각 4편)> 심리지원(3편)> 명상치료, 모래치료, EMDR(각 2편) 그리고 예방교육(1편) 순이었다(최태산, 김정환, 이동훈, 2014). 이 중 사례연구는 16편으로 많았으며 특정 치료중재에 의한 외상경험자에 관한 치료적 접근이 이루어진다고보다는 다양한 치료중재의 탐색이 이루어지고 있는 것으로 보였다. 이에 반해, 질적 연구는 회복과 적응을 중심으로 이루어져 왔으며 7편으로 미미한 실정이다. 이렇듯 양적으로 치우친 외상 연구에 관한 양상은 PTSD의 실재가 양적 규명으로 가능하다는 것을 전제로 수행되어 왔으며, 동시에 양적연구에서 규명하지 못하는 한계를 질적 연구에서 보완해야 할 필요가 있음을 역설한다(박정애, 이명우 2015).

외상에 대한 국외 독서치료 선행연구는 총 36편으로, 죽음 경험, 자살, 전쟁 기억 등 외상 경험과 관련된 정신문제의 유형에 관하여 독서치료가 이루어졌다(황금숙 2005). 국내 독서치료는 1990년 이후 본격적으로 소개되어, 2000년 대에 들어서 활발하게 이루어지고 있다. 처음에는 도서관이나 학교의 교육현장을 중심으로 발달적 측면에서 이루어지다가 차츰 독서활동에서 나타나는 상호작용이 가진 심리적 효과에 관한 관심이 확산되었다.

치료의 보조수단으로 읽기자료를 사용하는 독서치료는 의학 뿐 아니라 사회와 교육 영역에서도 광범위하게 사용될 수 있는데(Moody, Limper 1971; 김남식 2003 재인용), 이와 관련하여 최미례(2010)는 상황, 대상, 목적, 치료자와 참여자 간 상호작용의 정도와 환경에 따라 여러 유형으로 구분될 수 있다 하였다. 이는 치료 상황에서 치료자와 참여자의 관계와 텍스트를 어떻게 다루느냐에 따라 다양하게 접근될 수 있음을 시사한다. 이와 관련하여, 상호작용적 독서치료(Hynes, Hynes-Berry 1994)에서는 작품은 치료과정에서 촉매로써 활용되며 읽은 후의 반응을 주요하게 다루는 것이 특징이다. 다시 말하면 상호작용적 독서치료에서 사용

되는 텍스트는 그 자체의 가치와 지식적인 의미보다는 이를 통한 참여자의 반응이 더욱 중요하게 여겨진다.

국내 연구에서는 독서치료의 효과와 관련한 실증연구를 통해 책을 통한 치료적 접근이 효과가 있음을 밝히고 있다. 하지만 실증연구에서 구체적으로 밝혀지지 못한 치료적 개입에서의 현상들이 여전히 존재하고 있으며 이러한 실증적 접근으로는 독서치료에서 참여자의 변화를 설명하는 데는 한계가 있었다(박명희 2014). 이러한 독서치료 실증연구의 한계에 대하여 질적인 접근으로의 요구가 일어나기 시작했는데, 그 요구는 구체적으로 독서치료 장면에서 독서치료 참여자들은 어떤 경험을 하는지(김경선, 성승연 2014) 그 변화가 나타나기까지의 과정이 어떤지(박명희 2014) 등의 연구로 나타나기 시작하였다.

그동안 실증연구에서 밝힌 독서치료 효과의 다양한 스펙트럼에 비하면 지금까지의 질적 연구는 매우 미미한 실정이다. 앞으로 외부자 중심의 실증연구에서 설명하지 못했던 독서치료 효과를 가져온 참여자의 변화에 대해, 실제 참여자 중심의 독서치료 경험의 현상, 독서치료를 받으면서 혹은 받은 후 나타나는 변화의 과정, 변화의 요인 등을 설명하기 위하여 질적 연구가 활발하게 이루어져야 할 것이다.

따라서 본 연구에서는 이러한 독서치료 연구의 질적 요구에 따라, 상호작용적 독서치료 과정에서 나타나는 참여자의 경험, 즉 독서치료 경험에서 나타나는 변화를 탐색해보고자 한다. 이러한 시도는 많은 선행연구에서 밝히고 있는 독서치료 효과가 구체적으로 어떠한 상호작용을 거쳐 나타나는지 근거를 찾을 수 있으며 독서활동을 통하여 나타나는 치료적 변화의 현상을 이해하는 기초자료가 될 수 있을 것이다. 연구 수행을 위한 연구문제는 다음과 같다.

배우자 사별 중년여성이 상호작용적 독서치료를 경험하면서 나타나는 변화는 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구 참여자

연구 참여자는 40대 후반의 중년여성으로, 201*년에 발생한 *** 재난사건 이후 불안이 올라오는 등 심리적 어려움이 나타난 것을 계기로 당시 상담자였던 본 연구자에게 8회기의 개인독서치료를 받았던 내담자이다(상담에 대한 설명에서는 내담자로 명명하였고, 이후 독서치료 사례를 바탕으로 연구에 대한 설명을 할 때는 참여자로 명명하였다). 과도한 불안, 대인관계가 점점 어려워짐, 쉬지 않고 반복되는 생각과 끊임없는 자기분석의 고달픔을 호소하였던 내담자는 ** 년 전 사고로 배우자를 사별한 경험이 있었다. 내담자에게는 책읽기와 글쓰기가

삶의 한 부분이었는데, 독서치료를 하는 과정에서도 자발적으로 매 회기 후 글을 쓰고 그것을 다음 회기에 가져오는 등 독서물을 중심으로 읽고 반응하며 그 내용을 상담자와 나누는 상호작용이 매우 활발하게 나타났다.

내담자와의 독서치료 과정에서, 텍스트가 참여자에게 어떤 의미로 전달되었으며 그 의미가 내담자의 생활에 어떻게 연결되어 변화로 이어졌는지, 그 종체적인 독서치료의 치료적 상호작용에 함께 할 수 있었고 그 경험은 매우 특별하였다. 따라서 당시 상담자였던 본 연구자는 독서치료를 종결한 후에, 내담자에게 연구의 목적을 설명하고 연구 참여자가 되어줄 것을 요청하였다. 내담자는 연구자의 요청을 동의하였고, 연구 참여 동의서에 서명을 받아 연구를 수행하였다.

2. 연구의 상호작용적 독서치료 개입 내용

본 상호작용적 독서치료는 프로그램의 형태로 구조화하여 진행하지 않고 해당 회기 내 참여자의 반응과 주로 다루어지는 주제를 따라 비구조화로 진행하였다. Hynes & Hynes-Berry(1994)가 제시한 상호작용적 독서치료 접근을 중심으로 하였으며 매 회기 60분 간 진행하였다. 그리고 종결 후 1회의 추수 면담을 포함하여 총 8회로 진행되었다. 본 사례에서 매체의 접근 관점은 촉진적 역할로의 매체 사용하였다. 전체 진행에 있어서도, 내담자의 이야기를 있는 그대로 충분히 들어주며 자료를 매개로 하여 치료적 상호작용을 촉진할 것이다. 이러한 진행은 PTSD 증상으로 보여지는 호소문제의 감소를 위함이다.

도입 부분은 참여자¹⁾와 진행자의 면담으로 시작되었다. 2회기에서는 詩 ‘슬픔의 돌(작자 미상)’과 ‘방문객(정현중)’을 상담자와 참여자 사이의 감정을 표현하는 도구로 사용하였다. 3회기에서는 과각성으로 힘든 참여자의 심정을 풀어내는 도구로 ‘떠오르는 대로 글쓰기’ 기법을 사용하였으며 ‘이전에 쓴 일기’를 통해 참여자가 글 속 감정을 거리 두기하여 보게 되었다. 4회기는 ‘배우자에게 편지쓰기’ 를 하고 편지를 쓴 후 직접 소리 내어 읽도록 하였다. 5회기는 상담자가 작업한 자작시를 자료로 하여 치료적 상호작용이 이루어졌다. 6회기에 참여자는 신체화 증상 및 심리적 증상이 이전 외상경험 상태와 유사하게 나타나는 재경험 상태였으므로, 자료를 사용하여 개입하는 대신 치료자의 현재 상태와 감정을 중심으로 상호작용하였다. 7회기에는 참여자가 가지고 온 개작시를 소리 내어 읽기를 하였는데, 이전 시에서의 변화를 중심으로 치료적 상호작용이 이루어졌다. 7회기 이후 한 주를 쉬 후, 8회기에서는 그동안 참여자가 스스로 느낀 변화 그리고 종결에 관한 감정이나 생각 등을 다루면서 종결하였다.

1) 독서치료 장면에서는 내담자를 참여자로도 부른다.

본 연구에서는 동일한 인물을 사례연구에서의 ‘참여자’와 치료 장면에서의 ‘내담자’라는 용어의 혼동을 막기 위하여, 이후의 기술에서는 ‘참여자’라는 용어로 통일하여 사용하였다.

〈표 1〉 상호작용적 독서치료 회기 별 주요 진행 요약

회기	단계	자료	주요 개입내용
1	인식		-접수면접, 참여자가 하는 말들을 주로 들으면서 참여자로부터 전해지는 느낌과 생각들을 내담자에게 언어로 돌려주는 상호작용이 이루어짐
2	인식→고찰→병치	詩 ‘슬픔의 돌/작자미상’, ‘방문객/정현중’	-시(詩) 읽기 -시(詩)를 매개로, 시에서 전해지는 상담자와 참여자 간의 느낌과 감정, 생각을 서로 나누고 돌려 줌(이후, 이처럼 자료를 매개로 한 상담자와 참여자 사이에 이루어지는 느낌/감정/생각 등의 상호작용을 ‘치료적 상호작용’이라 함)
결	독서치료 당일 오전, 참여자가 상담을 못할 것 같다는 문자를 받음		
3	고찰→병치	- (참여자가) 전에 쓴 일기	-떠오르는 대로 글쓰기 -(과각성으로) 힘든 자신의 마음을 글로 표현하기 -(일기) 소리 내어 읽기 -치료적 상호작용하기
4		- 배우자에게 쓴 편지	-배우자에게 편지 쓰기 -편지 소리 내어 읽기 -시(詩)와 관련하여 치료적 상호작용
5		자작詩 ‘얼굴’	-참여자가 가져 온 자작시 ‘얼굴’을 상담자가 읽기 -치료적 상호작용
6	병치→자기이해		-생활에서 나타나는 신체, 심리적 변화에 대한 치료적 상호작용
7		-개작詩 ‘선물’ -(상담 당일) 참여자가 쓴 글	-시(詩) 소리 내어 읽기 -치료적 상호작용 (詩의 변화, 현실에서의 자기와 배우자에 대한 인식의 변화를 중심)
중결을 준비하면서 한 주를 쉬고 만나기로 함			
8	자기적용		-(생활, 인식, 신체 증상 등) 이전과 달라진 변화 나누기 -중결을 맞이하는 느낌

3. 자료수집 방법 및 절차

연구 자료의 수집은 본 연구의 해석에 대해 신뢰를 높이기 위하여 방법론적 삼각 측정 (methodological triangulation)을 시도하였다(Danzin 1984; Stake 1995 재인용). 본 연구자가 당시 상담자로 진행하였던 상호작용적 독서치료는 2014년 11월부터 시작하였으며 총 8 회기로 종결되었다. 그리고 1회기를 제외한 매 회기의 진행내용을 참여자에게 동의를 받아 녹음하였다.

2) 치료적 상호작용: 자료를 매개로 상담자와 참여자 사이에, 혹은 자료는 매개하지 않지만 상담자와 참여자 사이에 이루어지는 느낌/감정/생각 등의 상호작용을 치료적 상호작용이라고 한다

본 연구의 분석 자료로 사용되는 자료들은 모두 참여자의 동의 후에 사용하였다. 상호작용적 독서치료 전체회기 축어록과 회기 내에서 다루었던 참여자의 글, 종결 6개월 후 실시하였던 인터뷰 녹음기록, 인터뷰 이후 비정기적으로 일상에서 참여자와의 대화를 나누며 적은 메모, 참여자가 쓴 시와 글 등 다양한 자료를 수집하였다. 특히, 인터뷰 이후 비정기적으로 일상에서 대화하는 내용 또한 참여자에게 연구에 추가 자료로 사용하는 것을 허락을 구한 후 자료로써 사용하였다. 이 외에도 독서치료 과정에서 보고 있는 것들이 다른 상황에서도 동일하게 보여지고 동일하게 의미를 가지고 있는지 보기 위하여 자료원에 대한 삼각측정(data source triangulation)을 하였다. 즉 독서치료 회기가 진행되는 동안, 회기가 종결된 이후, 6개월이 지난 후 인터뷰를 실시하는 등 다른 시간과 장소에서 자료를 수집하였다.

이러한 시도들은 본 사례가 질적 연구이나 사례를 통하여 도출되는 결과에 대하여 신뢰를 높이기 위한 노력의 일환이다. 또한, 자료수집 과정에서 자료분석에 이르기까지, 연구자가 자료의 내용을 이해하는 데 있어서 질적 연구를 하고 있는 박사과정에 재학 중인 동료지지가 1명과 지속적으로 피드백을 나누었다. 그리고 서로 분석내용이 합의되지 않거나 여전히 이해가 가지 않는 부분에 있어서는, 참여자를 직접 방문하여 묻거나 이-메일(e-mail)을 통하여 답변을 받아 이해를 명료하게 하였다.

4. 질적 사례연구와 자료 분석

가. 질적 사례연구

사례연구에서는 하나의 사건, 과정, 프로그램, 개인이나 여러 사람 등을 분석단위로 한다(Stake 1995). 사례연구에서는 사례를 통해서 쟁점이 되는 질문을 발견하고 상세한 묘사를 통해서 독자에게 경험 그 자체가 시사하는 것이 무엇인지를 감정이입하여 전하고자 한다. 질적 사례연구는 현상 안에서 고유한 속성을 파악하고자 하는 목적에 근거한다(Patton 1980; 고미영 2009 재인용). Yin(2003)에 따르면, 사례연구 중 탐색적 연구는 보다 개방적인 경향이 있으며 연구 주제가 많이 알려지지 않은 상황일 경우에 이루어진다.

본 연구제목에서 말하는 사례는 ‘상담 사례’가 아닌 질적 연구방법론으로써의 사례이며 상호작용적 독서치료를 경험한 ‘참여자의 변화’를 분석 단위로 한다. 본 연구에서는 상호작용적 독서치료를 어떻게 운영했는지에 대해 안내하지만 이는 본 연구의 초점이 아니다. 본 연구에서는 참여자가 8회기의 독서치료를 받으면서 경험하는 변화를 중심으로 탐색해보고자 하는데, 이것이 본 연구에서 지향하는 바이다. 이러한 지향은 독서치료에 관한 선행연구들에서 주로 독서치료가 주는 효과에 관하여 실증적 접근이 이루어져왔으나 실증적 접근에서는 알 수 없는 참여자의 경험에서 나타나는 변화에 관하여 질적으로 살펴보기 위함이다.

나. 자료 분석

질적 사례 연구에서는 확립된 분석의 구체적인 공식과 전략이 명료하게 명시되어있지 않는 한계를 안고 있다. 이에 대한 대안으로 연구자의 엄밀한 사고와 구체적인 근거 제시, 대안적 해석에 대한 고찰을 통해 분석할 수 있다(Yin 1994; 김효순 2007 재인용). 질적 연구에서, 자료 분석 과정은 자료의 다원적 탐색을 통한 조직화의 단계, 범주 간 비교 또는 범주합산, 중요패턴 발견을 통한 추상화 단계 그리고 이를 토대로 한 사례에 대한 통찰과 추론의 단계를 거친다(Stake 2005; 송남영 2013 재인용). 또는 질적 연구 자료를 정리하는 데 있어, 개방 코딩, 카테고리 형성, 추상화를 거친다(Elo, Kyngas 2008). 이에 따라, 본 연구에서는 수집된 자료를 분석하는 과정에서 모두 조직화를 통하여 자료를 분석하였다. 특히, 본 연구의 목적이 배우자 사별 중년여성이 상호작용적 독서치료를 경험하면서 나타나는 변화에 대한 탐색이므로, 참여자의 독서치료와 관련된 경험을 구체적으로 인과관계를 밝히는 것이 중요하다고 판단되었다.

따라서 본 연구에서는 독서치료 회기 내에서는 참여자의 경험에서 나타나는 변화를 탐색하였으며 회기 별 순서로 기술하였다. 그리고 독서치료를 종결한 이후에는 ‘변화’를 분석 단위로 하여 내적 변화와 외적 변화를 분석하였다.

분석 결과에서 최대한 참여자의 관점에서 보기 위하여, 자료를 분석하는 과정에서 자료분석의 단계가 끝날 때마다 참여자에게 보여주었다. 분석결과 중 일부, 참여자가 다르게 느끼는 부분에 관하여는 참여자의 의견을 충분히 듣고자 하였으며 이러한 피드백 내용을 수렴하여 결과에 반영하였다. 그리고 자료 분석과정에서 범주와 추상화 과정 전반에 박사과정에 재학 중이면서 질적 연구 경험이 있는 1인과 삼각 측정을 통해, 분석의 결과가 연구자만의 관점으로 치우쳐지지 않도록 하였다.

Ⅲ. 연구결과

본 연구에서 상호작용적 독서치료 사례를 분석하여 살펴 본 결과, Hynes & Hynes-Berry(1994)가 제시한 상호작용적 독서치료 과정인 ‘인식-고찰-병치-자기적용’의 4단계는 각각의 독립된 과정으로 나타나지 않았다. 따라서 Hynes & Hynes-Berry(1994)의 4단계 과정에 따르는 참여자의 경험에서 나타나는 변화를 보는 대신 각 회기 별로 참여자 경험에서 나타나는 변화를 분석하였다. 본 연구에서 상호작용적 독서치료를 경험하면서 나타나는 참여자의 변화는 다음과 같이 나타났다.

1. 상호작용적 독서치료에서 나타나는 회기 별 참여자 변화분석

본 상호작용적 독서치료 과정에서 나타난 참여자의 변화는 독서치료의 네 가지 목표, 즉 참여자가 독서치료를 위한 자료와 자신의 삶에 대하여 반응하는 능력을 향상시키고, 자신에 대한 이해를 증진시킬 뿐 아니라 자신의 개인적인 대인관계를 명료화하고, 현실을 보는 견해를 넓혀준다(Hynes, Hynes-Berry 1994; 최미례 2010 재인용)는 내용과 일치한다. 또한, 본 연구에서는 선행연구에서 독서치료의 효과라고 말해오던 참여자의 변화의 실재를 확인할 수 있었다. 상호작용적 독서치료 과정에서 상담자가 진실된 모습으로 솔직하고 있는 그대로 느낌과 생각을 참여자에게 하는 반응을 통해 참여자의 자각을 촉진하고, 이는 다시 텍스트의 변화, 즉 참여자의 생각과 관점의 변화로 이어졌으며 결국 참여자의 행동과 삶의 변화로까지 이어진 것이다. 독서치료의 효과를 가져 오는 여러 가지 요인 중에서 텍스트와 더불어 상담자의 민감하고 진실된 반응이 참여자의 변화를 이끌어내는 데 중요한 역할을 하였던 것이다.

가. 회기 별 참여자의 변화 분석

(1) 1회기

(* 1회기에 참여자는 상담자와의 상담을 녹음하는 것에 동의하지 않았다. 한 주 더 생각해 보기로 하였고 녹음은 2회기부터 이루어졌다. 따라서 1회기의 내용은 상담자의 기록에 의존하여 작성되었다.)

첫 회기가 시작하자, 참여자는 할 얘기가 없다는 말을 꺼냈다. 할 이야기가 없다는 내담자에게 상담자는 참여자가 호소했던 문제를 이야기해주었다. 참여자는 환기가 된 듯 보였고 원 가족 사이에 있었던 어린 시절 기억을 꺼내기 시작했다. 상담자는 참여자의 이야기가 본 상담에서 중요하다고 판단되었기에, 참여자의 이야기를 끊지 않고 들었다. 이야기를 듣는 과정에서도, 상담자에게 느껴지거나 궁금한 것들을 참여자에게 표현하였다.

(2) 2회기

이상하게도 1회기를 마치고 나서 며칠 동안 상담자는 특별한 이유 없이 몸이 무겁고 슬픈 상태를 경험하였다. 그래서 2회기 상담에서 상담자가 경험한 슬픔의 상태를 참여자에게 알려주었다. 상담자의 이야기를 듣고 참여자 역시 상담자와 같은 심신의 아픈 상태와 같았음을 알 수 있었다. 2회기를 준비하는 동안 상담자는 참여자를 떠올리자 생각난 시 자료 ‘방문객/정현중’과 ‘슬픔의 돌/작자 미상’을 자료로 가져왔으며 두 편의 시를 매개로 상담자의 감정과 참여자의 감정을 서로 표현하게 되었다.

① 상담자와의 공명 상태를 경험함

상: 여기서 (중략) ‘그 사람의 일생이 오기 때문이다’ 이 구절이 올라오는 거예요. 그래서 저의 며칠 전 그 상태가 이해가 되는 거예요. 얘기를 듣고서 ‘아.. 뭘 할 수 있을까, 내가?’, 그 찰나에 들었던 생각이 ‘뭘 할 수 있을까?’ ...

참: ...

상: 음... 지난 시간에 듣고... 함께 .. 있는 것 말고는 ..

참: (침묵) ... 함께 (상, 참 침묵)

상: (중략) 어제 이 시 한 구절이 떠오르면서 이 만나는 시간의 의미가 달라지더라고요. 그래서.. 예전에 만났던 것은 선생님이 보여줬던 그 어린 아이의 그것이 많아 와서 많이 아팠고..(중략)

참: 저도 그랬어요. 지난 주에...

② 이전과 달라진 자신의 모습을 인식함

참여자는 두 번째 텍스트인 ‘슬픔의 돌’을 보며 이전과 달라진 자신의 모습을 인식하였다. 시 ‘슬픔의 돌’은 현재의 참여자의 모습을 참여자에게 보여주는 역할을 하였다. 참여자 자신의 정서적 상태를 인식하는 매개물이 되었다.

참: 딱 나네.(웃음) 내 주머니 속의 돌맹이 같네... (침묵)

상: 시에서 눈길 가는 부분이 어떤 부분이에요?

참: (잠시 침묵) 그니까 앞부분은 나의 과거를 말하는 것 같고 마지막에는 지금 나의 현재를 말하는 거 같아요. 요즘의 나를 보는 것 같은 느낌이 들어요. ‘주머니 속에 넣어둔 뽀족한 돌맹이’라는 거 하고 그 다음에 ... 그니까 그 ‘돌맹이를 꺼내는 것이 더 쉬워지리라’ 하는 거 하고 모서리가 둥글어졌을 테니까 둥글게 만드는 그 과도기라는 생각이 들어요. 옛날에는 아예 그냥 넣어놓기만 하고 꺼낼 수가 없었잖아요?

(3) 3회기

지난 시간, 상담 직전에 못 할 것 같다는 문자를 보내고 상담을 취소한 일에 대하여 이야기를 나누는 것으로 시작하였다. 참여자는 상담에 대해 양가감정을 가지고 있었고 이것을 솔직하게 다루면서 갈등이 줄어들고 독서치료를 받고자 했던 본래의 의도대로 집중할 수 있었다. 구체적인 활동으로는 ‘5분 동안 자유롭게 글쓰기’를 매개로 생각을 멈출 수 없는 데 설 수 없는 참여자의 고달픔을 나누는 치료적 상호작용이 이루어졌다.

① 생각의 홍수 속에서 정말 하고 싶은 말을 포착함

상담자는 참여자의 말에서 느껴지고 이해되는 바를 명료화하여 반영하였다. 3회기에서 ‘소리 내어 읽기’는 참여자가 다른 생각과 느낌 속으로 빠지지 않고 지금 여기를 의식하도록 잡아주는 역할을 하는 듯 하였다.

② 상담자 반응을 통해 자신을 자각함

참여자는 상담자가 하는 말을 통해서, 착한 사람이 되기 위해 항상 다른 사람에게 도움이 되는 방식으로 여전히 행동하고 살아오고 있었던 자신을 다시 자각하게 되었다.

참: 아까도 얘기하셨잖아요. 상대방을 배려한다고 내가. 근데 아까 그 얘기를 듣는 순간 내가 그렇게 하지 않으면 이기적인 사람이고 착한사람이 아닌 거잖아요. 그게 무의식중에 자꾸 나를 그렇게 만드는데 하는 게 아닌가. 그런 생각이 들어서 그거에서 많이 해방됐다 생각을 했는데 선생님이 그게 보이느냐. 형태를 달리하고 있어서 그렇지 내가 끊임없이 그렇게 하고 있구나. 그게 보이네요.

(4) 4회기

배우자에게 편지를 쓴 후 쓴 편지를 다시 읽도록 하였다. 왜냐하면 쓰는 행위는 표출이라면 읽는 행위는 그것을 다시 의식적으로 받아들이는 행위이기 때문이다. 편지쓰기는 참여자가 즐겨하던 글쓰기의 하나로, 배우자 사별 이후 애칭을 붙여 가상의 공간 속에서 배우자와 만나는 도구였다.

4회기에서 ‘배우자에게 편지쓰기’를 하고 쓴 편지를 소리 내어 읽는 활동을 하였는데, 결국 이러한 활동으로 상담자와 함께 있는 공간, 즉 현실에서 내담자는 그동안 혼자 상상 속의 공간에서만 만났던 배우자를 만나는 내적 경험을 하게 되었다. 자신이 은밀하게 상상의 공간에서 글을 매개로 만나왔다는 것을 자각하였으나 이것은 바로 참여자에게 받아들여지지 않았다.

① 현실에서 상상 속 배우자를 만남

현실의 공간(치료 장면)에서 편지쓰기 작업을 상담자와 함께 함으로써 자신이 현실과 분리된 세상에서 편지쓰기(글)을 매개로 배우자를 만나왔음을 인식하게 되었다.

참: (중략) 그래서 우리 신랑하고도 편지를 썼었거든요. (중략) 편지에다가 *형이라고 쓰고. 그거는 어떻게 보면 나의 분리된 세상인거죠. 근데 만나서는 그냥 친구로 지내고 편지는 별개로 놔두는 거예요. 그러고 있다가 결혼을 하고나서도 예전에 *형이라는 이름으로 편지를 주고받는 그 친구는 여전히 나한테 남아있어요. (중략) 항상 그런 상상속의 인물을……. 근데 이제 정말 못 오게 됐으니

까 상상속의 인물이 된 거죠. 그 속에서 항상 살고 있었던 것 같아요. 그런 나의 습관들이 그쪽에다 잡아놓고 있지 않았었나? 그런 생각이 들어요.

② 상담자와의 상호작용을 하면서 배우자를 보내고 싶어 하지 않는 자신을 만남

배우자에게 편지를 쓴 후, 이전 사고 당시의 고통스런 경험을 이야기하는 참여자에게 상담자는 참여자가 쓴 편지에서의 느낌을 솔직히 표현했다. 참여자는 상담자와의 상호작용을 하면서 그동안 배우자를 보내고 싶어 하지 않는 자신의 모습을 만났으며 그동안 배우자를 보내지 않고 마음속에서 잡고 있었다는 것을 자각하게 되었다. 이때의 자각 이후 참여자는 내적 외적인 변화를 경험하게 되었다.

상: 내가 그렇게 만들어놓은 가상의 ... 얘기를 듣고 보니... '보내야 되나?' 그런 생각이 들기도 하고..
참: 나는 항상 나무한테도 그렇고(웃음) 얘기를 하는 대상이 있기 때문에 그런 대상으로 그냥 남아있는 게 아닌가?

③ 배우자에 대해 여러 가지 느낌이 교차함

참: 진짜 보내는 느낌?

참: 여전히 인정을 안했던 것 같은 느낌도 들고요.

참: 그녀가 인정한다고 말은 했었는데 결국은 내 마음속에 잡고 있었다는 생각이 드네요. 어느 날 문득 울지도 모른다는 바람을 가지고 있었던 것 같고..... 근데 그 낙엽 떨어지는 것을 보면서 그런 생각이 들었던 것 같아요. 그렇게 보내야 되는가?

(5) 5회기

영화 '인터스텔라'를 보면서 시공을 초월하는 영화 속 내용을 통해, 이전 배우자의 49제 무렵에 경험했던 독특한 경험을 떠올린 후 작업한 자작시를 5회기에 가져왔다. 참여자가 가져온 시 자료를 매개로, 치료적 상호작용이 이루어졌다. (그리고 이 때 작업한 시는 2-3주에 걸쳐 두 번 수정을 거치는데, 수정을 거칠 때마다 시 속에 담긴 감정과 상태는 이전 처음 시에서 충격과 혼돈 그리고 슬픔에서 차츰 안정과 희망 그리고 그리움으로 바뀌었다.)

① 이전에 자신이 가졌던 마음을 거리를 두고 바라 봄

영화에서 촉발이 되어 배우자의 49제 때의 독특한 경험을 담은 자작시를 읽으면서, 참여자는 시(詩) 속에 담긴 당시의 자신의 감정과 상태를 다시 바라보게 되었다.

12 한국도서관정보학회지(제46권 제4호)

참: 그 전체적인, 그 제가 생각하고 있던 거를 그대로 옮겼다는 느낌이 들어요. (중략) 근데 내 주위에서 맴돈다 (한숨) 그 맴돈다는 말이... 정확하게 표현하지 못하겠네요.

② 현재 자신이 가지는 인식이 과거 경험으로부터 왔음을 의식하게 됨

참: (웃음) 옛날부터 그게 어떻게 보면 습관처럼 내가 누군가한테 필요하면, 위로가 필요할 때 항상 자연 속에서 그런 거를 봤었거든요. 그니까 마찬가지로 감당하기 힘든 상황에서... 가족들조차 어떻게 못해주는 그런 상황이잖아요. 그래서 자연스럽게 그렇게 된 거 같은. (중략) 그 때도 그랬지만 존재는 보이지 않지만 그런 식으로 간접적으로나마 이렇게 만날 수 있다. 그런 거? '어디에 있다' 그러면 위안이 되잖아요. 그런 역할을 해줬던 것 같아요. 자연이. (중략)

(6) 6회기

참여자는 신체화 증상을 비롯하여 이전과 다른 감정 반응으로 힘든 상태를 호소하였다. 어떤 자료를 통한 개입은 없었으며 참여자와 대화로 진행하였다. 4회기부터 매우 역동적인 반응과 변화가 일어난 이후 참여자에게 나타난 신체화 증상은 참여자의 외상기억과 연관되었을 것으로 판단되었다. 참여자가 경험한 한 주 간 변화는 다음과 같다.

① 신체화 증상이 나타남

참: 특별하게 마음이 신체적인 그런 몸살이 있었던 게 아닌데 몸살 하듯이 아팠거든요. 기운도 없고 밥맛도 없고... 신체화까지 같이 오니까 더 힘든 것 같아요.

② 배우자 사별로 힘든 시간 후에, 다시 세상으로 나왔을 때와 같은 신체적, 내적 경험을 함

참: 오늘 아침에 글을 쓰면서 내가 세상에 나올 때 꼭 그날 같았거든요. 집에서 토요일 내내 폐인처럼 누워 있다가 나왔던 것도 그 힘으로 비슷한 것 같고

③ 재경험을 통해 회복하는 기회로 삼음

참: 내가 똑같은 시간을 다시 가지면서 여기서 이제 10년 전에 못했던 애도를 한다거나 아니면 그 감정에서 헤어 나오면 회복할 수도 있겠다. 그런 기회가 될 수도 있겠다... 힘들지만 그 감정에 빠져 들고 나오는 연습을 한번 해보자.

④ 사람들에게 시(詩)를 읽어주고 있음

참: 내가 왜 자꾸 그 시(詩)를 사람들에게 읽어주고 있어요. 왜 그런지는 모르겠어요. 왜 자꾸 읽지 그 생각이 들면서도 내가 뭔가를 이겨내고 있다는 것을 여주고 싶은 건가 그런 생각도 들고..

(7) 7회기

4회기에 배우자에게 편지를 쓰는 작업을 한 이후로, 참여자에게 일어나는 역동이 커지고 반응이 촉진되었다. 4회기 이후 참여자가 개인적으로 작업했던 시 ‘얼굴’은 독서치료 과정이 종결될 때까지 3주에 걸쳐 3번의 변화과정을 거쳐 3편의 시(詩)로 작성되었다. 시(詩) 개작 작업은 본 회기에서는 다루지지 않았으며 회기가 끝나고 개인적으로 작업하였고 회기 내에서는 그 작업물, 즉 시(詩)와 관련된 내담자의 경험, 감정, 생각이 주로 다루어졌다.

① 내면의 변화에 따라 시(詩)를 수정하여 가지고 옴

처음에 작업한 시 ‘얼굴’을 비롯하여 이후 참여자가 점진적으로 개작한 ‘얼굴2’, ‘얼굴3(이후 제목을 다시 ‘선물’로 바꿈)’을 7회기에 가져온 것은 매우 상징적이다. 이는 참여자가 시 속에 담긴 감정에 대하여 처리가 되었음, 즉 수용하게 된 것으로 보여졌다.

② 처리되지 않던 감정이 처리됨

참여자는 시(詩) ‘선물’을 포함한 몇 편의 글을 상담자에게 보여주었다. 상담자는 참여자에게 읽기를 요청했으며 참여자는 순서대로 시(詩)를 읽어주었다. 시 한 편을 읽고 나면 그와 관련된 참여자의 이야기를 듣고 다음 시(詩)를 읽는 식으로 진행했다. 그리고 시(詩)를 읽고 나서, 참여자는 이전과는 다르게 더 이상 감정이 격하게 올라오지 않고 덤덤해졌음을 보고하였다.

③ 죽음이 편안하게 느껴짐

배우자 사별 이후로 죽음과 관련된 것들을 가까이 할 수 없었으나 비로소 죽음에 대해서 편안해지고 타인의 장례식에도 갈 수 있게 되었다.

참: 죽음이 되게 편안해졌어요. 죽음에 대해서.

참: 그래서 거기도 갈 수 있었던 것 같아요. 죽음을 또다시 맞이하는 사람이잖아요. 그니까 자꾸 그런 두려움. 그때 내 두려움을 아니까 그런 게 자꾸 나를 못 가게 막았던 것 같아요. 어떻게 하지 어떻게 만 하고 있었던 것 같아요..

④ 나 자신을 수용하게 됨

항상 다른 사람에게 도움이 되고자 애쓰며 살아왔으나 이제는 있는 그대로 모습의 자신을 수용하게 되었다.

참: 내가 괜찮다고 생각했었거든요. 그런데 그것도 어떻게 보면 무의식중에 그걸 누르고 괜찮을 거야. 나 괜찮아. 주입식으로 물어놓은 게 많이 있었구나. 그걸 많이 느꼈어요. 초기에 내가 저항하고 이런 것도 보이고 그래서……. 그런데 그거를 하나 넘으니깐 막혔던 것들이 풀려서 나오는 느낌. 그래서 오히려 그게 나를 안정되게해주는 느낌.

(8) 8 회기

8회기는 종결에 대한 준비로 2주 후 진행되었는데, 이 때 참여자는 맑아진 모습으로 현재 생활에서 나타나고 변화를 보고하였다. 가장 대표적인 변화는 배우자의 죽음을 대하는 참여자의 반응과 대인관계의 변화로 나타났다.

① 배우자 죽음에 대한 참여자의 인식이 달라짐

참여자 삶의 중심이 배우자였기에, 배우자 사별 이후 큰 충격을 받았고 스스로 혼자라 느끼면서 관계로부터 멀어져 살아왔다. 그러나 이제 배우자는 없지만 나는 여기에 있으며 내 옆에 다른 사람들이 있음을 받아들이게 되었다.

참: 존재감 자체가……. 신랑이 없어서 이 세상에 나는 혼자다. 그런 생각을 했는데 신랑 말고도 이제 나를 아는 사람들…….혹은 내가 아는 사람들이 여기저기 있다는 게 참 좋은 것 같아요. 든든하다는 느낌이 처음 들었어요.

② 배우자 죽음 이후 그동안 만나지 않던 친구들과 교류를 다시 시작함

독서치료가 진행되던 과정에서 배우자 추도식을 앞두고, 배우자와 함께 알던 고향 친구의 연락을 받게 되었는데, 이전과 다르게 대하는 자신을 보았다. 그리고 이제는 그들 또한 아픔이 있다는 것을 이해하고 함께 만났다.

참: 개네들도 얘기를 들어보면 아픔이 있는 거예요. 생각을 하면. 그래서 내가 이제 나도 개네들을 보면 그런걸 아니까 더 연락을 못했던 건데 그날은 내가 커피마시면서 할 얘기 다하고 추모공원 가서 추도식하고 제가 썼던 시들을 읽어주고 왔어요.

〈표 2〉 상호작용적 독서치료 회기 별 변화 요약

회기	구분	내용
2회기	사용 자료	시 자료(방문객/정현중, 슬픔의 돌/작자 미상)
	주요 개입	시 자료를 매개로 상담자와 참여자 간 감정을 서로 표현하는 등 치료적 상호작용
	참여자 변화	-상담자와의 공명 상태를 경험함 -이전과 달라진 자신의 모습을 인식함
3회기	사용 자료	-(참여자가) 전에 쓴 일기
	주요 개입	-떠오르는 대로 글쓰기 -전에 썼던 일기 한 편 소리 내어 읽기 -일기를 매개로 치료적 상호작용
	참여자변화	-생각의 홍수 속에서 하고 싶은 말을 포함함 -상담자 반응을 통해 자신을 자각함
4회기	사용 자료	배우자에게 쓴 편지
	주요 개입	-배우자에게 편지쓰기/소리내어 읽기 -시를 매개로 치료적 상호작용
	참여자변화	-현실에서 상상 속 배우자를 만남 -배우자를 보내고 싶어 하지 않는 자신을 만남 -배우자에 대해 여러 가지 느낌이 교차함
5회기	사용 자료	자작詩 ‘얼굴’
	주요 개입	-참여자가 가져 온 ‘얼굴’ 시를 상담자가 읽기 -시를 매개로 치료적 상호작용
	참여자변화	-이전에 자신이 가졌던 마음을 거리를 두고 바라 봄 -현재 자신이 가지는 인식이 과거 경험으로부터 왔음을 의식하게 됨
6회기	사용 자료	없음
	주요 개입	-대화를 통한 치료적 상호작용
	참여자 변화	-신체화증상이 나타남 -배우자 사별로 힘든 시간 후에, 다시 세상으로 나왔을 때와 같은 신체적, 내적 경험을 함 -사람들에게 시를 읽어주기 시작함 -지금을 재경험의 기회로 삼음
7회기	사용 자료	자작詩 ‘선물’ (‘선물’은 참여자가 쓴 ‘얼굴’ 시를 부분적으로 개작한 시) -(상담 당일) 참여자가 쓴 글
	주요 개입	-(참여자) 시 소리 내어 읽기 -치료적 상호작용(시의 변화, 현실에서의 자기와 배우자에 대한 인식의 변화를 중심)
	참여자 변화	-내면의 변화에 따라 시를 수정하여 가지고 옴 -처리되지 않던 감정이 처리됨 ③ 죽음이 편안하게 느껴짐 ④ 나 자신을 수용하게 됨
8회기	사용 자료	없음
	주요 개입	-치료적 상호작용 (생활, 인식, 신체 증상 등 달라진 변화) -종결을 맞이하는 느낌 나누기
	참여자 변화	-배우자 죽음에 대한 참여자의 인식이 달라짐 -배우자 죽음 이후 그동안 만나지 않던 친구들과 교류를 다시 시작함

2. 독서치료 종결 이후 추수 변화 분석

본 상호작용적 독서치료 종결 6개월 후, 연구자는 참여자와 인터뷰를 실시하였다. 그리고 연구 수행 과정에서, 회기 종결 후 이루어진 몇 차례 면담에서 참여자에게 허락을 구하고 참여자의 변화에 관한 메모를 분석 자료로 포함시켰다. 이렇게 인터뷰 자료와 메모 등 자료를 분석하여, 독서치료 종결 3개월 이후에 참여자가 여전히 경험하고 있는 변화를 탐색하였다. 독서치료 종결 후 경험을 모두 '내적 변화'와 '외적 변화'의 범주로 나누고 시간의 흐름에 따라 탐색하고 기술하였다. 분석결과에서 나타난 참여자의 변화는 다음과 같다.

가. 내적 변화

(1) 현실을 받아들이고 나서 트라우마가 재해석되어 이해됨

죽음에 대한 두려움을 대면하여 극복하고자 하였고, 배우자 없는 현실을 받아들이면서 죽음을 다르게 받아들이게 되었다. 이를 통해, 트라우마가 재해석되어 이해되었다. 배우자 죽음 당시의 심리적 고통을 재경험할 때마다 이를 자각하고 극복하고자 하는 노력이 이어졌으며 두 번째 장례식에 참석하는 경험을 통해 마음이 편안해짐을 자각하였다. 이전보다 죽음에 대한 두려움이 줄어들었으며 죽음에 대한 생각이 달라졌다. 따라서 이전에 겪었던 배우자 죽음과 관련된 사고가 재구성되어 새롭게 이해가 되었다.

참: 그러면서 죽음에 대해서 이전에 갖고 있던 공포감, 불안감 이런 걸 조금 극복했다는 느낌이 들었어요.

(2) 감정을 다룰 수 있고 진실되게 표현하게 됨

불안을 자각하고 다루게 되었으며 내면에서 느끼는 감정을 그대로 표현하였다. 이따금 올라오는 불안과 같은 감정에 대해서 자각하고, 감정이 올라오면 할 수 있는 만큼만 하자고 생각하는 등 감정을 다룰 수 있게 된 것이다. 그리고 점차 느끼는 감정을 솔직히 표현하여 시원함도 느끼며 진실하게 표현하게 되었다.

참: 또 내가 불안이 올라오는구나. 그래서 왜 불안이 올라오는지를 계속 생각을 했죠.

(3) 삶을 바라보는 관점이 바뀌면서 관심과 욕구가 변화됨

이전과 다른 관점으로 삶을 바라보게 되었다. 그리고 문제가 해결되니 관심사가 내부에서 외부로 옮겨갔으며 생활에서의 욕구도 달라졌다. 자녀를 바라볼 때도 자녀 입장에서 이해하게 되었으며 쉬거나 놀고 싶고 학문의 열정이 줄어드는 등 욕구가 변화되었다.

참: 자꾸 애가 뭐라고 얘기하면 그 존재로서 하고자 하는 게 있는 건지를 자꾸 보거든요. 그게 정말 애가 원하는 거라고 하면 그게 다른 사람이 보기에 잘못 됐더라도 애가 옳다고 나는 그래주고...

(4) 에너지의 변화를 자각함

온전히 에너지가 자신에게 집중되는 것을 느꼈고 스스로 에너지를 조절 할 수 있다고 느꼈다.

참: 에너지를 내가 조절할 수 있구나 그런 느낌?

(5) 있는 그대로의 삶과 존재를 수용하게 되고 감사가 많아짐

자신을 인정하고 수용하게 되었고, 삶과 존재를 새롭게 느끼며 감사가 많아졌다. 자신의 상황에서 최선을 다한 자신을 인정하고 스스로 아끼게 되었으며 자신에 대한 믿음이 생겼다. 무엇보다 온전히 자신으로 살아가 노력하게 되었으며 삶을 감사하게 되었다.

참: 내가 필요해서, 내가 원하고 온전한 내 삶을 살고 싶은 거지. 나로 살아야 할 것 같은 생각, 그래야 죽어도 ... 내가 나와서 내 삶을 살다가 가야지.

(6) 이전 사고로 인한 아픔이 남아있음

회기가 종결된 이후 참여자는 새로운 사람을 만나게 되었다. 그런데, 상대가 '나중에'라는 말을 들으면서, 문득 사별한 배우자가 살아있을 때 바쁜 일상으로 '나중에'라며 산책을 미루다가 결국 함께 산책하지 못했던 기억을 떠올렸다. 이전의 상처가 떠오르면서 지금 만나는 사람이 나중에 라며 미루는 일도 이루어지지 못할 공허한 약속처럼 느껴졌다.

나. 외적 변화

(1) 글 쓰는 과정을 통해 감정이 전환되는 것이 포착됨

글쓰기로 자신의 감정을 다루어가는 과정에서, 이전감정이 다 나온 듯 글이 써지지 않다가, 이후 새로운 이성을 만나면서 이전과는 다른 새로운 글이 나오는 경험을 하였다. 글 속에 담긴 감정이 전환되는 상황을 포착하였다.

참: 글로 다 쏟아내고 나서 더 이상 쓸 글이 안 나오는 듯... 평온한 상태...

(2) 진실한 대인관계를 맺음

이전에는 말하지 못했던 부부가 함께 있는 모습에 대해 부러움을 말로 표현하게 되었다.

이후 타인에게 감정을 진실되고 표현하게 되었다. 지금 만나는 사람과는 감정을 누르지 않고 표현하게 되었으며 하고자 하는 일은 미루지 않게 되었다. 이로 인해, 타인과 좋은 에너지를 나누고 자유함을 느끼는 등 편안하고 진실한 대인관계를 맺게 되었다.

(3) 삶의 주체로써 살아감

현실을 주체적으로 살고 죽음을 더 이상 두려워하지 않게 되었다. 힘든 감정이 들면 빠져나와 스스로 위로하고, 아이가 아픈 상황에서도 이성적으로 대처하며 혼자 장례식장에도 갈 수 있게 되었다. 더 이상 다른 사람에 의해서가 아닌 삶의 주체로서 자신의 삶을 살게 되었다.

참: 그게 좀 달라진 거 같아요. 똑같이 불안한 상황이 없는 건 아닌데 그 불안상황을 자꾸 단축시키고 있고 그 상황에서 지금은 나를 위로하는 작업까지 하잖아요.

(4) 자신과 삶을 사랑하게 됨

삶에 대한 감사가 항상 기도로 나오게 되었다. 언젠가부터 자신의 얼굴이 나오는 사진을 찍기 시작하였으며 스스로에게 사랑한다 말을 자주 하게 되었다.

참: 이전엔 안 그랬는데 요즘은 나에게 사랑한다는 표현을 자주 해요.

<표 3> 상호작용적 독서치료 종결 추수 변화 범주

구분	경험 단위	하위 범주	변화 범주	
내적 변화	배우자 죽음 당시 심리적 고통을 재경험할 때마다 이를 자각으로 극복함	죽음에 대한 두려움을 대면하여 극복하려 함	현실을 받아들인 후, 트라우마가 재해석되어 이해됨	
	부음을 피하기보다 가야겠다 생각 들			
	장례식장에 갔다오는 마음이 가벼워짐	배우자 없는 현실을 받아들 이면서 죽음을 다르게 받아 들이게 됨		
	장례식장 가는 것에 편안해짐을 느낌			
	배우자의 빈자리를 인정하고 받아들임			
	죽음에 대한 두려움이 줄어들			
	죽음에 대한 생각이 달라짐	트라우마가 재해석되어 이해됨		
	겪었던 사고가 재구성되어 이해되는 것을 경험			
	불안이 올라오는 것을 자각함	불안을 자각하고 다룸		감정을 다루게 되고 진실되게 표현함
	불안이 올라오면 '할 수 있는 만큼 하자' 생각함			
감정을 솔직히 표현하니 시원함을 느낌	내적 감정을 표면으로 드러 내어 일치시킴			
현실(삶)을 바라보는 관점이 달라짐	이전과 다른 관점으로 삶을 바라봄	삶을 바라보는 관점 이 바뀌면서 관심과		
자녀를 바라보는 관점이 달라짐				

	문제가 해결되니 외부 대상으로 관심과 변화가 생김	관심이 내부에서 외부로 변화함	욕구가 변화됨
	쉬고 싶고 놀고 싶음	생활에서의 욕구가 변화함	
	학문의 열정이 줄어들음		
	온전히 에너지가 나에게 집중됨을 느낌	에너지가 집중되고 조절되 는 것을 느낌	에너지의 변화를 자각함
	에너지를 내가 조절할 수 있다고 느낌	자신을 인정하고 수용하게 됨	있는 그대로의 삶과, 존재로써 자신을 수 용하게 되고 감사가 많아짐
	자신의 상황에 최선을 다했음을 스스로 인정함		
	자신을 스스로 아끼게 됨		
	온전히 나로 살고자 노력함		
	자신에 대한 믿음이 생김		
	존재에 대한 이해가 깊어짐	삶과 존재를 새롭게 느끼고 감사가 많아짐	
	삶에 대한 감사가 많아짐		
	삶을 새롭게 느끼고 경험함		
	새로 만나는 이성이 말하는 단어가 이전 배우자가 자주 말했던 단어임을 기억함	이전 상처가 떠오름	배우자 사별의 아픔 이 여전히 남아있음
외적 변화	글쓰기로 자신의 감정을 다름	글쓰기 과정에서 감정이 변 화됨을 경험함	글 쓰기 과정에서, 감정이 전환됨을 포 착함
	이전처럼 글이 잘 안 써짐		
	새로운 글이 나오기 시작함		
	부부에 대한 부러움을 말로 표현함	타인에게 감정을 진실되게 표현함	진실한 대인관계를 맺음
	새로운 상대에게 있는 그대로 표현함		
	타인과 좋은 에너지를 나누게 됨	대인관계가 편안해지고 진 실해짐	
	대인관계가 이전보다 자유로워짐		
	새로운 이성과 만남을 시작함		
	새로운 이성과 하고 싶은 일을 미루지 않고 그때그때 함께 함		
	힘든 감정이 들면 빠져나와 스스로 위로함	현실을 주체적으로 살게 됨	삶의 주체로써 살아감
	아이가 아픈 상황에서 이성적으로 대처함		
	장례식장에서 친구들에게 반갑게 인사하며 웃음	죽음을 더 이상 두려워하지 않음	
	혼자 장례식장에 감		
	항상 기도를 하게 됨	감사가 기도로 항상 나옴	자신과 삶을 사랑하 게 됨
	자신에게 사랑한다는 말을 자주 함		
내 얼굴이 나오는 사진을 찍기 시작함	자신에 대한 애정이 생김		

상호작용적 독서치료를 경험하면서, 참여자에게는 먼저 배우자 부재의 현실을 받아들이고 한 후 자신이 경험한 트라우마가 재해석되어, 이해되는 변화가 나타났다. 특히, 주목할 만한 것은 배우자의 죽음 이후 ‘죽음’ 자체에 대한 공포나 불안을 극복한 경험 이후에 참여자에게 나타나는 변화이다.

두 번째 지인의 장례식에 가면서 이전과는 다른 편안함과 반가움을 느꼈는데, 이는 단순히 '죽음'에 대해 편안함을 느끼는 것과는 다른 의미로 해석된다. 장례식에 참석한 참여자의 모습은 어느 참석자의 그것과는 다르다. 일반적으로 장례식에 참석하면서 가지는 비통함이나 숙연함과는 다르게 참여자의 모습은 오히려 즐거움으로 보여지는데, 이는 참여자가 상을 당한 친구와 그 가족을 향했다기보다는 죽음의 고통에서 자유로워진 자신을 향하고 있다고 보여진다. 오랜 시간 죽음의 공포나 두려움 속에 머물렀던 참여자의 상황을 생각해보면 더 이상 죽음이 자신을 고통스럽게 하지 않는 것은 축하받을 일이며 기쁨이기 때문이다.

그리고 이전과는 다르게 자신의 감정을 타인에게 표현할 수 있게 되었으며 감정을 조절할 수 있게 되었다. 삶을 바라보는 관점 역시 바뀌면서 관심과 욕구가 변화, 자신 내부의 에너지가 변화하는 것을 자각하고, 현실에서 있는 그대로의 삶과 존재로의 자신을 수용하게 되었다. 내적인 변화를 거치는 동안, 참여자 삶의 표면에서는 진실한 대인관계를 맺게 되었으며 자신이 삶의 주체로써 살아가며 무엇보다 오늘의 현실에 감사하게 되었고 자신과 자신의 삶을 사랑하게 되었다. 이러한 참여자의 변화는 임선영(2013)이 밝힌 사랑하는 사람의 상실을 경험한 후 충격과 고통을 극복하고 높은 성장에 이르는 과정에서 나타나는 핵심적인 현상, 즉 상실을 계기로 지나온 삶을 돌아보고 새로운 삶의 의미와 가치를 발견하게 되는 현상과 일치한다.

하지만 이러한 성장의 변화에도 불구하고 여전히 '이전 사고로 인한 아픔'이 남아있다. 이러한 결과는 대상 상실을 경험하고서 외상 후 성장(posttraumatic growth)에 이른 사람들에게서 외상사건으로 인한 슬픔이 여전히 남아있다(임선영, 2013)는 선행연구결과를 지지한다. 그리고 성장 이후에도 배우자와 함께 했던 기억은 사라지지 않았으며 사별로 인한 슬픔은 남아있음을 의미한다고 볼 수 있다.

IV. 논의 및 제언

본 연구는 배우자 사별 외상 경험이 있는 중년여성이 상호작용적 독서치료를 경험하면서 나타나는 변화를 탐색하기 위해 실제 독서치료 사례를 분석하였다. 연구결과는 상호작용적 독서치료가 진행되는 동안 회기 별 변화 분석과 회기 종결 이후 내적 변화, 외적 변화 분석으로 구분되어 나타났다. 이러한 결과를 바탕으로, 외상경험 중년여성이 상호작용적 독서치료를 경험하면서 나타나는 변화를 논의해보면 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서의 상호작용적 독서치료는 8회기에 걸쳐 이루어졌으며 이 과정에서 참여자, 자료(텍스트) 그리고 상담자 간 치료적 상호작용이 이루어졌다. 그리고 이러한 치료적 상호작용을 통해, 참여자 내면의 역동이 활발해지고 이는 생활과 독서치료 장면에서도 나타났다.

구체적으로, 2회기에서 참여자와 상담자가 공통되게 경험한 정서적 공명을 두 편의 시를 통해 상호작용을 하면서 나누었다. 이러한 상호작용으로 참여자와 상담자 간 라포 형성이 이루어지기 시작했다. 그러나 참여자는 상담자와의 만남에 대해 양가감정을 가지고 있었는데, 3회기에서는 이러한 불편함의 밑바닥에 있는 참여자의 마음과 그에 대한 상담자가 느끼는 것을 솔직하게 표현하면서 깊은 라포가 형성되고 참여자의 역동이 활발하게 일어나는 것을 느낄 수 있었다. 이때, 참여자가 무얼 어떻게 말해야 할 지 모르는 불편함을 ‘떠오르는 대로 글쓰기’로 풀어내게 하였는데, 글 속에 담긴 참여자의 마음이 느껴지는 대로 진실되게 이야기하고 상담자의 감정과 생각도 표현하였다. 4회기에서 (다른 사람에게 항상 도움이 되고자 하는) 참여자가 일상에서 친정어머니와의 만남을 통해 항상 누군가에게 무얼 해주지 않아도 괜찮았던 경험했던 이야기를 하였다. 듣고 나서, 상담자는 ‘배우자에게 편지쓰기’를 해보기를 권했다. 참여자는 머뭇거리고 눈물을 흘리고 잠시 있었지만 배우자에게 편지를 썼고 다시 소리 내어 읽었다. 이러한 활동을 하면서, 참여자는 배우자에게 가지고 있었던 자신의 여러 가지로 교차되는 마음을 자각하였다.

특히, 4회기는 참여자의 역동을 증폭시키는 듯 보였는데, 이는 신체화 및 일상에서의 감정적 어려움으로 나타났다. 게다가 ‘인터스텔라’ 영화가 촉매가 되어 참여자가 초현실적 경험을 떠올리게 되고 이러한 환기는 ‘얼굴’ 시로 배우자에 관하여 남아있던 참여자의 기억이 형상화되어 나타났다. 5회기에 참여자는 자작시 ‘얼굴’을 가지고 왔는데, 소리 내어 시를 읽으면서 시 속에 담긴 참여자의 마음을 표현하였다. 5회기에서 6회기는 그리고 이 시기가 배우자의 추도식을 맞이하는 시기이며 신체화와 심리적 재경험을 하고 있었지만 참여자는 이를 기회로 받아들이고 있었다. 7회기에 이르러, 참여자는 내면의 변화가 반영된 ‘선물’ 시를 가지고 왔는데, 직접 소리 내어 읽고 치료적 상호작용을 통해 자신의 인식과 현실에서의 변화를 확인하였다. 그리고 독서치료 회기를 종결해도 될 것 같다는 의견을 말했으며 상담자와의 합의를 통한 주를 걸러 2주 후에 종결하기로 하였다. 8회기에는 종결기이므로 별도의 자료는 사용하지 않았으며 종결을 맞이하는 느낌과 그동안 참여하면서의 변화를 주로 나누었다.

본 상호작용적 독서치료 과정에서, 상담자는 글쓰기를 즐겨하는 참여자에게 친숙한 자료와 기법을 사용하여 가는 것이 적합하다고 판단되어, 글쓰기 기법을 주로 사용하였다. 이러한 자료 선택의 타당함은 또한 독서치료에서 사용하는 자료의 범위가 도서 외에도 시, 참여자가 직접 쓴 글 또한 포함한다는 김현희 외(2004)의 내용에 근거한다.

텍스트 자료를 사용할 때는 먼저 참여자가 텍스트 자료를 처음 접하였을 때 가지는 초기의 느낌과 드는 생각 그리고 연결되는 경험에서 시작하였다. 상담자는 내담자의 말과 작업한 결과물에서 전해지는 느낌을 그대로 참여자에게 돌려주었다. 그러면 참여자는 상담자로부터 전해들은 느낌에 다시 자신의 느낌이나 생각을 전하는 등 치료적 상호작용이 이루어졌다.

텍스트 자료를 매개로 ‘쓰기와 소리 내어 읽기’라는 가장 기본적인 두 가지 기법을 주로 사

용하였다. 특히, ‘편지쓰기’와 ‘소리 내어 읽기’는 참여자가 가지고 있는 사별한 배우자에 대한 마음을 거울에 비추어 보듯 보게 하였고 이후 매우 빠른 변화를 이끌어냈다. 글을 쓰는 작업과 글을 소리 내어 읽는 작업은 구분하였다. 텍스트 자료를 글로 쓸 때와 다 쓴 글을 소리 내어 읽을 때는 서로 다른 경험을 하게 되기 때문이다. 즉 글을 쓰는 행위는 촉발이 된 어떤 단서로부터 시작된 기억이나 올라오는 감정을 표출하는 것을 돕는 역할을 하고, 쓴 글을 소리 내어 읽는 것은 글로 표출했던 내용을 의식적으로 인식하고 받아들이는 기능을 한다고 보았다. 다시 말하면 본 연구에서 작업하거나 사용한 텍스트 자료는 참여자가 눌러놓고 있었던 감정이나 소망 등을 표현하게 하였고 작업한 텍스트 자료를 다시 읽는 것은 표현된 감정이나 소망 등을 의식적으로 받아들이는 과정으로 이어졌다고 볼 수 있다.

한 편, 8회기 동안 진행되었던 상호작용적 독서치료에서, 참여자는 자료를 읽으면서 자신의 경험과 느낌을 환기하고, 동시에 상담자의 반영과 피드백을 통해 자신에게 의미있는 경험에 대한 자각을 하게 되었다. 이러한 자각으로 인한 내면의 변화는 텍스트의 변화로 이어졌다. 또, 참여자에게 글쓰기라는 도구는 이전부터 생각을 정리하고 마음을 쏟아내는 도구로의 역할을 해왔으나 독서치료 과정 이후에는 자신의 감정을 인식하고 그로 인한 영향을 조절하는 데 섬세한 도구와 같은 역할을 하였던 것이다. 이렇게 주어진 자료를 통하여 상담자와 참여자 간 상호작용을 하면서, 참여자가 지나간 경험을 환기하여 자신을 돌아보고 새롭게 자신을 이해하는 식으로 반복되는 패턴은 다른 치료적 개입과는 다른 과정을 거치는 상호작용적 독서치료의 독특한 특성으로 볼 수 있으며 문학작품이나 읽기 자료와 같은 텍스트가 치료 장면에서 주요한 매개체로써 기능하는 증거이다.

둘째, 독서치료 종결 3개월이 지난 후에도 참여자의 변화가 나타났다.

사고로 인한 배우자의 죽음을 수용하는 과정이 독서치료 회기 내에서 나타났다면 종결 이후에는 배우자 죽음을 수용한 이후 내적인 그리고 외적인 변화가 나타났다. 참여자에게서 나타난 변화는 42개의 경험, 19개의 하위범주, 그리고 10개의 변화의 범주로 나타났다. 최종적으로 나타난 변화는 ‘현실을 받아들인 후 트라우마가 재해석되어 이해됨’, ‘감정을 다룰 수 있고 진실되게 표현함’, ‘삶을 바라보는 관점이 바뀌면서 관심과 욕구가 변화함’, ‘에너지의 변화를 자각함’, ‘있는 그대로의 삶과, 존재로써 자신을 수용하게 되고 감사가 많아짐’, ‘배우자 사별의 아픔이 여전히 남아있음’이라는 내적 변화가 나타났으며 외적 변화에서는 ‘글쓰기 과정에서 감정이 전환됨을 포착함’, ‘진실한 대인관계를 맺음’, ‘삶의 주체로써 살아감’ 그리고 ‘자신과 삶을 사랑하게 됨’이라는, 총 10개의 변화의 범주가 나타났다.

이렇게 참여자의 상호작용적 독서치료 경험 안에서 나타난 변화는 곧 최남희와 유정(2010)이 말한 트라우마의 사건을 삶의 전체 맥락의 일부로 편입하여 그 나름의 의미를 찾아내는 과정과 일치하며 트라우마, 즉 외상을 해소하는 일을 의미한다. 특히, 이렇게 다양한

변화가 이어지는 가운데에서도, 이전에 경험한 배우자의 상실로 인한 아픔은 여전히 남아있다는 결과가 나타났는데, 이러한 결과는 외상후 성장(Posttraumatic Growth)에서 외상의 충격적인 경험을 거친 후 이전보다 높은 성장을 이루더라도 외상 경험으로 인한 슬픔은 시간이 경과해도 여전히 지속되는 감정이라는 임선영(2013)의 연구결과와 일치한다.

셋째, 본 연구에서 상호작용적 독서치료 사례를 분석하는 과정에서 살펴 본 상호작용적 독서치료 과정은 Hynes & Hynes-Berry(1994)가 제시한 ‘인식-고찰-병치-자기적용’의 단계가 순차적으로 나타나지 않았다. 오히려 한 회기 내에서는 이러한 단계가 보이기도 했으나 그것이 전체 회기의 단계로 보여지지 않았다. 다시 말하면 개인 인식의 변화는 Hynes & Hynes-Berry(1994)의 단계로 진행되나 이것은 회기 진행에서 나타나는 단계가 아닐 수 있음을 의미한다. 오히려 회기 진행의 단계는 변학수(2006)의 도입-작업-통합-새 방향 설정 단계가 더 적절하다고 본다. Hynes & Hynes-Berry(1994)의 단계는 개인 인식의 변화 단계로 여겨지는데, 개인 인식의 변화는 외부에서 조절하거나 통제할 수 있는 영역이 아니며, 통제하고자 한다고 해서 외부자의 의도 대로 내담자 인식을 이끌어 갈 수 있는 것이 아니다. 이에 반해, 변학수(2006)이 말하는 독서치료의 단계는 외부자, 즉 상담자 입장에서 이끌어 가는 진행의 단계에 가깝다. 따라서 독서치료를 하는 상담자나 독서치료 프로그램을 진행하는 진행자가 의도를 가지고 이끌어 가는 것이 용이하다고 본다.

요컨대 본 연구는 상호작용적 독서치료에서 치료적 상호작용을 통한 참여자의 경험과 구체적으로 나타난 변화를 탐색하여 밝혔으며 이러한 결과는 독서치료에서 실제 자료를 매개로 한 치료적 개입의 기제를 밝히는 시도로써 의의가 있다.

마지막으로 본 연구에서 가지는 한계와 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 배우자 사별 경험이 있는 중년여성이 상호작용적 독서치료를 경험하면서 나타나는 변화를 내적 경험과 외적 경험의 관점에서 탐색하였다. 후속연구에서는 이를 좀더 구체적으로 외상 경험의 특성에 초점을 맞추어, 사랑하는 대상의 상실, 즉 죽음을 경험한 참여자의 죽음에 관한 인식이 어떻게 변화하는지에 대해서 초점을 맞추어 질적으로 연구하기를 제언한다.

둘째, 본 연구의 상호작용적 독서치료 회기분석 과정에서, 참여자에게서 나타난 개인의 인식 변화가 일어나는 방향은 Hynes & Hynes-Berry(1994)의 단계와 유사하였으나 병치-자기적용으로 바로 진행되기에는 생략된 단계가 있는 것으로 보였다. 그것은 자기이해-자기수용 등의 단계로 추측되는데, 독서치료의 매체와 상담자 간 상호작용을 통해, 현재의 자신을 이해하는 과정을 거쳐 그것이 생활에서 적용되어 실천하는 단계로 가는 것이라 추측한다. 그리고 본 연구에서 Hynes & Hynes-Berry(1994)가 제시한 독서치료의 단계가 회기 별로 순차적으로 진행되지 않은 이유에 관하여, 본 연구자는 인간에게서 나타나는 인식의 변화는 기계적, 단계적으로 일어나지 않으며 순환적이고 연속선상에서 일어나기 때문이라고 추측한다.

다. 하지만 이는 본 연구를 진행하면서 연구자가 가지는 독서치료 과정에 관한 추측이므로, 후속연구에서는 상호작용적 독서치료 경험에서 참여자에게서 나타나는 인식의 변화 과정을 근거이론으로 접근해볼 것을 제언한다. 이는 현재 도서관, 학교, 상담기관을 비롯한 다양한 현장에서 활발하게 이루어지는 독서치료가 임상적인 참여자에게도 좀더 적합하게 접근할 수 있는 기초자료를 제시할 것이라 본다.

독서치료 양적 연구의 포화는 상호작용적 독서치료의 치료적 현상 및 과정 그리고 기제에 대한 질적 연구에 대한 요구로 이어지고 있다. 그리고 이러한 질적 탐구가 활발하게 이루어진다면 독서치료의 3요소, 즉 읽는 이의 마음을 치유하는 도구로서의 ‘자료’와 참여자의 치료적 반응을 촉진하여 돕는 ‘상담자’ 그리고 스스로 변화해가는 되어가는 존재인 ‘참여자’ 사이의 상호작용에서 나타나는 경이로운 현상들의 비밀을 여는 열쇠가 될 것이다.

참고문헌

- 고미영. 2009. 『질적사례연구』. 서울: 청목.
- 고용남. 2011. 독서치료 집단상담 프로그램의 효과에 대한 메타분석. 『상담학연구』, 12(2): 489-504.
- 김경선, 성승연. 2012. 독서치료를 경험한 중년여성의 삶의 인식 변화에 대한 현상학적 연구. 『한국심리학회지』, 17(3): 475-516.
- 김남식. 2003. 독서치료의 이론적 이해. 『상담과 선교』. 가을: 33-70.
- 김현희 외. 2004. 『독서치료』. 서울: 학지사.
- 김현희 외. 2010. 상호작용을 통한 독서치료. 서울: 학지사.
- 김현희. 2004. 표현예술치료로서의 독서치료. 『독서치료연구』. 창간호: 99-117.
- 김효순. 2007. 재혼가족 청소년 자녀의 적응과정에 관한 탐색적 연구. 『인간발달연구』, 14(4): 65-86.
- 박명희. 2014. 근거이론을 통한 집단독서치료 참여경험. 『한국도서관정보학회지』, 45(3):463 -488.
- 박정애, 이명우. 2015. 교통사고로 참여자를 경험한 중년여성의 트라우마 이해-Rosenthal의 내러티브-생애사 인터뷰 분석-. 『특수교육재활과학연구』, 54(2): 227-254.
- 변학수(2006). 『통합적 문학치료』. 서울: 학지사.
- 서영석, 조화진, 안하얀, 이정선. 2012. 한국인이 경험한 외상사건: 종류 및 발생률. 『한국심리학회지 : 상담 및 심리치료』, 24(3): 671-701.
- 송남영. 2013. 『중증 지적장애인의 의사소통 사례연구』. 박사학위 논문, 성공회대학교 사회복지학과.

- 양복순. 2002. 『중년여성의 참여자경험에 관한 연구』. 박사학위 논문, 이화여자대학교 간호학과.
- 오경미. 2007. 중년 여성의 참여자의미에 대한 주관성 연구. 『주관성 연구』, 14: 79-92.
- 이문희, 유성경. 2009. 소암 이동식 선생의 치료개입모형에 대한 질적 사례연구. 『상담학연구』, 10(2): 741-768.
- 임선영. 2013. 외상적 관계상실로부터 성장에 이르는 과정에 대한 질적 연구. 『한국심리학회지: 상담 및 심리치료』, 25(4): 745-772.
- 조민아. 2009. 성_비정형적 행동(gender-atypical behavior)을 보이는 남아 상담의 질적 사례연구. 『상담학연구』, 10(2): 1051-1077.
- 최남희. 2010. 트라우마 내러티브 재구성 과 회복효과. 『피해자학연구』, 18(1): 285-309.
- 최미래. 2010. 독서치료의 현황과 상담에의 적용. 『한국심리치료학회지』, 2(1): 81-98.
- 최태산, 김정한, 이동훈. 2014. 문화적 관점에서 바라본 PTSD 예방을 위한 재난심리지원 프로그램에 대한 체계적 접근. 『문화예술교육연구』, 9(5): 99-118.
- 황금숙. 2005. 외국 독서치료 연구동향 분석연구. 『한국문헌정보학회지』, 39(2): 305-320.
- Danzin, N. 1984. *The Research Act. Englewood Cliffs. NJ: Prentic Hall.*
- Elo, S and Kyngas, H. 2005. "The Qualitative Content Analysis Process." *Journal of Advanced Nursing*, 62(1): 107-115.
- Hynes, A. M. & Hynes-Berry, M. 1994. *Biblio/poetry Therapy-The Interactive Process : A Handbook.* MN : North Star Press of St. Cloud.
- Patton, M. Q. 1980. *Qualitative Research Methods.* Beverly Hills. CA: Sage.
- Palmer, R. E. 2011. 『해석학이란 무엇인가』. 이한우 옮김. 서울: 문예출판사.
- Stake, R. E. 2000. 『질적 사례연구』. 홍용희, 노경주, 심종희 옮김. 서울: 창지사
- Yin, R. K. 2005. 『사례연구방법』. 신경식, 서아영 옮김. 서울: 한경사.

국한문 참고문헌의 영문 표기

(English translation / Romanization of reference originally written in Korean)

- Byeon, Hak-Su. 2006. *Integrative Poetry & Bibliotherapy.* Seoul: Hakjisa.
- Choi, Mi-Rae. 2010. "Current Status of Bibliotherapy and Its Application to Counseling." *The journal of the Korean Association of Psychotherapy*, 2(1): 81-98.
- Choi, Nam-Hee and Ryu, Jung. 2010. "Trauma Narrative Reconstruction and Recovery." *Research of Victimology*, 18(1): 285-309.
- Choi, Tae-San, Kim, Jeong-Han and Lee, Dong-Hun. 2014. "A Systemic Approach about Psycho-Social Interventions Programs on Disasters and Post-traumatic

- Stress Disorder: on Cultural Perspective.” *The Korean Journal of Culture and Art Education Studies*, 9(5): 99–118.
- Hoang, Gum–Soak. 2005. “An Analytical Study on Research Trends of Bibliotherapy in Overseas.” *Journal of the Korean Society for Library and Information Science*, 39(2): 305–320.
- Im, Sun–Young. 2013. “A Qualitative Study on the Process Leading to Posttraumatic Growth after Relational Loss.” *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 25(4): 745–772.
- Kim, Hyun–Hee. et al. 2004. *Bibliotherapy*. Seoul: Hakjisa.
- Kim, Hyun–Hee. et al. 2010. *Bibliotherapy*. Seoul: Hakjisa.
- Kim, Kyong–Sun and Sung, Seoung–Yun. 2012. “A Phenomenological Study on Middle–aged Women's Change in the Understanding Life through Bibliotherapy.” *The Korean Journal of Woman Psychology*, 17(3): 475–516.
- Kim, Nam–Sig. 2003. “Theoretical Understand of Bibliotherapy.” *Counaeling and Mission*, Fall: 33–70.
- Ko, Mi–Young. 2009. *Qualitative Case Study Research*. Seoul: Chungmok.
- Ko, Yong–Nam. 2011. “A Meta–Analysis on the Effectiveness of Group Bibliotherapy.” *Korean Journal of Counseling*, 12(2): 489–504.
- Park, Jung–Ae and Lee and Myung–Woo. 2015. “Understanding Trauma in A Middle Aged Woman had Suffered A Spousal Bereavement by A Traffic Accident.” *Journal of Special Education & Rehabilitation Science*, 54(2): 227–254.
- Park, Myung–Hee. 2014. “A Study of Changes Experienced and Process of the Participants in Gruop Bibliotherapy by Grounded Theory.” *Journal of Korean Library and Information Science Society*, 45(3):463–488.
- Seo, Young–Seok, Cho, Hwa–Jin, An, Ha–Yan and Lee, Jung–Sun. 2012. “Traumatic Events Experienced by South Koreans: Types and Prevalence.” *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 24(3): 671–701.
- Song, Nam–Young. 2013. *A Case Study on Communication of People with Severe Intellectual Disability: Focused on Strategic Contexts and Contents*. Ph.D.Diss., Department of Social Welfare, Graduate School of Sungkongoe University.
- Yang, Bok–Soon. 2002. *Hye–chyu–na–a–gam process of the Middle Aged Widow : a Ground Theory Study*. Ph.D.Diss., Department of Nursing, Graduate School of Ewha University.