

“호스피스 환자를 위한 영적 돌봄”

정 무 근 신부 (예수회)

가톨릭대학교 성빈센트병원 임상사목교육센터장



- I. 호스피스 환자에 대한 이해
 - 1. 호스피스 환자는 누구인가?
 - 2. 호스피스 환자들이 공통적으로 가지는 심리
 - 3. 예수님이 만났던 호스피스 환자와 그 가족들
- II. 영적 돌봄(Spiritual Care)
 - 1. 영성(Spirituality)의 개념
 - 2. 영적 돌봄(Spiritual Care)의 개념
- III. 영적 돌봄이 절실한 호스피스 환자들
 - 1. 영혼의 정의
- 2. 연령별로 이해하는 영적인 상태
- 3. 고통과 관련된 다양한 영혼의 요소들
- IV. 대화를 통한 영적 돌봄
 - 1. 영적 체험에 관련된 영적 돌봄을 위한 주제
 - 2. 계속된 영적 돌봄인 기도
 - 3. 사례를 통해 바라본 영적 돌봄을 위한 대화

I. 호스피스 환자에 대한 이해

1. 호스피스 환자는 누구인가?

일상적인 생활을 하던 한 개인에게 닥쳐온 영혼과 육체의 조화가 깨어져 버린 상태에서 오는 영혼의 파괴 상태를 지닌 사람들을 우리가 일반 환자라고 한다면 호스피스 환자는 그 이상의 영혼의 파괴 상태에 놓인 사람들 일 것이다. 이러한 최악의 영혼의 파괴 상태에 있는 호스피스 환자가 가지는 죽음에 대한 정서적 반응은 개인에 따라 다양하며 또한 복잡한 양태를 보인다.

(1) 불안

본질적으로 방향이 없고 무슨 이유인지 모르는

것으로서 어느 정도 존재론적이며 실존적인 것으로 존재의 무, 비존재에 대한 두려움으로 임종환자가 갖는 자연스러운 반응이다.

- (a) 미지에 대한 두려움
- (b) 외로움에 대한 두려움
- (c) 가족과 친구의 상실에 대한 두려움
- (d) 자기조절능력 상실에 대한 두려움
- (e) 육체의 상실과 무력감에 대한 두려움
- (f) 고통과 괴로움에 대한 두려움
- (g) 정체성 상실에 대한 두려움
- (h) 슬픔에 대한 두려움
- (i) 퇴행에 대한 두려움
- (j) 절단, 부패, 매장에 대한 두려움

(2) 우울, 의기소침

우울은 죽음에 직면한 환자의 또 다른 정서적 반

응이며 임종환자의 슬픔의 한 부분으로서 즉각적인 상실을 인식하는 자연스런 반응이다.

(3) 분노와 적개심

흔히 호스피스 환자들은 '내가 왜?' 라는 질문을 스스로 던지면서 분노를 가지게 되며 죽음 직전 그들은 이러한 감정을 다른 이에게 전이시킨다.

(4) 죄의식과 수치심

죄의식과 수치심은 자신을 비하시키는 것이며 별에 대한 공포와 관련된 느낌으로 호스피스 환자들이 가지는 정서이다.

2. 호스피스 환자들이 공통적으로 가지는 심리(Alden Sproull)

- (1) “암진단을 받거나 재발했을 경우, 또는 치료를 받을 동안에는 자신에게 너무 많은 것을 기대하지 말자. 오로지 생존하기 위해 할 수 있는 모든 것을 하도록 하자.”
- (2) “가족으로서 우리는 과거의 위기에 대처할 수 있는 방법들을 발전시켰고 또 우리가 그러한 방법들을 사용할 것임을 기억하자. 좋은 싫든 이것이 우리가 현재의 문제에 대처할 수 있는 방법이다. 우리 가족이나 나 자신을 너무 심각하게 고려하지 말자.”
- (3) “많은 사람들은 우리의 질병에 어떤 책임감을 느낀다. 우리는 그것이 비논리적임을 알지만, 여전히 그것을 느낀다. 우리에게 그것에 관해 말하려고 너무 서두르지 말았으면 좋겠다.”
- (4) “우리는 우리가 필요한 것이나 당신에게 원하는 바를 분명히 알고 있다. 우리는 당신이 성직자임을 안다. 그러나 때때로 그 점이 방해가 된다. 그 까닭은 당신이라는 존재는 우리가 죽어 가고 있음을 상기시키기 때문이다. 가끔 우리가 현실에서 벗어나기를 원하듯 이 때때로 우리는 당신에게서 벗어나고 싶다.”

- (5) “우리가 당신에게 원하는 것은 우리의 친구가 되는 것이고, 때로는 상담자, 때로는 하느님과 우리를 중재하는 중재자가 되어 달라는 것이다. 우리에게 너무 많은 것을 하려고 애쓰지 말라.”
- (6) “우리는 고유한 종교를 가지고 있다. 우리는 당신이 그 점을 존중해 주기를 바란다. 하지만 우리는 당신이 우리가 처한 상황을 뛰어넘을 수 있도록 적절한 시기에 자극을 주기를 원하다.”
- (7) “우리에게 슬픈 어조로 말하지 말라. 우리가 아프다는 것에 대해 비참하게 느끼도록 하지 말라. 비록 죽어 가고 있을지라도 우리는 당신이 우리를 정상인으로 대해 주기를 바란다. 좀 지나친 기대일는지 모르겠지만, 우리는 자신은 물론 다른 사람들에게도 많은 것을 기대하도록 변해 버렸다.”
- (8) “유연하게 대해 달라. 우리를 마치 또 하나의 다른 암 환자에 불과할 뿐이란 듯이 대하지 말라. 우리는 독특한 필요를 지닌 고유한 인격체이며, 우리만이 가진 고유한 정체성을 가급적 오랫동안 유지할 수 있고 우리의 개성이 존중되기를 원한다.”

3. 예수님이 만났던 호스피스 환자와 그 가족들

(1) 마르 5, 24-34; 하혈하는 부인을 낫게 하시다

〈호스피스 환자와 같은 부인의 정서적 상황〉

(2) 마르 7, 24-30; 시로페니키아 여인의 딸을 낫게 하시다

〈여인의 모습에서 바라본 호스피스환자 가족의 정서적 상황〉

II. 영적 돌봄(Spiritual Care)

1. 영성(Spirituality)의 개념

인간이 삶을 살아가는 개인적인 또는 공동체적인 삶의 형태나 원리 원칙, 즉 인식 방식이나 그에 따른 행동양식을 의미한다. 따라서 모든 개인이나 공동체가 '종교'와는 상관없이 영(Spirituality)을 가지고 살아간다고 할 수 있다. 왜냐하면 우리는 종교를 가지기 이전에 영혼을 가지고 있기 때문이다. 사실, 호스피스 환자들이 죽음이 다가올수록 '더 종교적으로 되어지는 것'이 아니라 '더욱 영적으로 되어지는 것'도 이러한 이유 때문이다.

2. 영적 돌봄(Spiritual Care)의 개념

우리가 환자나 그 가족들을 만날 때 영적인 위기로 말미암아 매일 혼란스럽게 나타나는 그들의 영성의 상태에 대응하는 것.

● '영적 작업 (Spiritual Work)' : 삶과 죽음의 의미, 고통의 의미에 대한 질문, 믿음에 대한 내적 갈등, 신에 대한 내적 갈등, 죄책감 등 환자들의 영적인 위기로 말미암아 혼란스럽게 나타나는 영성의 상태.

● 영적 돌봄 ≠ 종교적 돌봄 : 영적 돌봄 안에 종교적 돌봄이 있다.

(예; 환자방문 시 환자를 위해 그 환자의 종교적 양식으로 기도해 주는 것은 영적 돌봄의 일부인 것이다.)

III. 영적 돌봄이 절실한 호스피스 환자들

1. 영혼의 정의

- 입김, 숨
- 사람이 살아있는 동안 그 몸에 활기를 주고 죽으면 떠나가는 "생명의 원리"
- "정신적 및 신체적인 정서, 동경, 의욕의 중심"
- "영혼은 어떤 내적 실체로서, 혈관, 근육 조직 이상의 무엇이며 희망에 약동하고 절망하면 머리를 숙이고, 기도하고 계획하고 사랑하고 슬퍼하고, 터무니없는 부정에 흥분하고, 긴 여정의 도상에 있는 그러한 사람의 핵심을 구성하고 있는 그 무엇" (웨인 G. 로린즈)

2. 연령별로 이해하는 영적인 상태(환자들의 나이를 인식하는 것이 중요)

- (1) 18-25세: 인생에 있어서 첫 번째 맞이하는 변환기, 돈을 벌기 위한 직장을 생각하는 시기.
- (2) 30-32세: 연속되는 일상생활에 지루함을 느끼는 시기.
- (3) 32-42세: 위기에 봉착하는 중년의 시기, 다른 인생을 생각하는 시기, 따라서 행로를 바꿔서 새로운 인생을 살고자 하는 시도, 인생 철학도 바뀔 주요한 시기.
- (4) 50-55세: 자신이 가졌던 희망의 공허함을 갖는 시기, 따라서 인생에 있어서 굉장한 영적인 변화를 가짐. "무엇을 할 수 있을까?"
- (5) 60-65세: 주요한 변화들을 그냥 관망하는 태도로 사는 시기.
- (6) 70세 이후: 인생을 함께 했던 주변의 사람들의 죽음을 바라보며 자신의 죽음을 생각하는 시기, 두려움 등을 갖게 됨.

3. 고통과 관련된 다양한 영혼의 요소들

(1) 영적 돌봄이 필요한 10가지 영적 고통 (George Handoz)

죄책감 종교 공동체로부터의 소외감, 믿음과 권유된 의료적 치료 사이에서의 갈등, 종교적 예식의 결핍, 무력감, 죽음과 사후 세계에 관한 두려움, 신념체계에 대한 도전, 신앙의 상실, 인생의 의미 / 목적과 관련된 갈등, 하느님과의 관계에 대한 두려움

(2) 영적 돌봄이 필요한 8가지의 영적인 상처들 (E. Berg)

죄책감, 화/분노, 슬픔, 인생의 의미와 목적 결

핍, 좌절/절망, 하느님에 관한 부당한 이미지 종교적 의심 죽음에 대한 두려움

(3) 부정적인 종교적 인식과 관련된 영적인 요소들(Kenneth I. Pargament)

하느님으로부터 버림받음, 하느님으로부터 벌을 받음, 하느님 존재에 관한 질문, 하느님에게 의지하지 않고 결정하는 것, 신앙그룹에 대한 반감, 자신에게 이러한 일이 일어나도록 내버려 둔 하느님에 대한 분노, 하느님으로부터 돌아서고 싶은 생각

(4) 5가지 영적인 요소(Mark Bartel)

<표 1> 참조

<표 1>

긍정적 영적인 요소	부정적 영적인 요소(영적 고통)
사랑 (공동체, 소속감): - 사랑, 애정, 헌신, 열정 - 관계, 공동체, 소속감, 동료애, 우정, 존중감 - 용서, 은총, 자비, 화해, 신뢰 - 자존감, 자애심, 자존감, 정체성	- 소외감, 외로움, 고립감, 버려짐, - 화, 증오, 분노, 복수심, 쓰라린, 원한, 경멸, 모욕감 - 배반감, 학대, 음탕함 - 이기심, 자기중심적, 무관심 - 불안, 자기혐오, 자기학대, 수치심
신앙 (세계관): - 신앙, 세계관, 개인철학 - 예식, 경이로움, 경외심, 숭배, - 겸손, 절대자에 대한 추구 - 기도, 절대자와의 통교시간	- 의심, 유아론 (자신만 믿음) - 유물론, 신앙을 버림, 하느님을 경멸/ - 하느님 벌에 대한 두려움, 기도를 그만둠, - 자신에게 기도
희망 (전망): - 희망 - 의미와 목적 - 격려, 인내 - 전망, 비전	- 절망, 고뇌 - 우울, 낙심, 실망 - 무의미한 목적이 없는 공허한 방치함, 혼란 - 무력감, 포기, 무저항, 지연, 겁 - 걱정, 비판적, 부정성, 비극
덕 (윤리): - 덕, 정직, 고결, 도덕, 윤리 - 일관성, 인격, 충성심 - 착함, 친절함 - 참을성, 솔직성, 겸손, 지혜, 정의 - 감사	- 거짓, 허위, 겉치레, 진실성 없는, 거만, 자만심, - 신뢰가 없는, 거부, 비난함, 무책임함, 의존적, 무시함 - 정의롭지 못한 - 배은망덕, 질투, 욕심, 짜짜한
미 (회복): - 미, 예술, 음악, 심미안이 있는, 균형, 우아, 자연스러움 - 창조성, 표현, 상상, 호기심, - 탐구 - 회복, 휴식, 침묵, 명상 - 유머, 오락, 재미, 웃음, 기쁨	- 혼란, 무질서 - 피로 지쳐버린, 진저리나는, 과로 - 고갈, 과중한 업무 - 황량한, 지루한 - 반복, 권태로운 - 소음

IV. 대화를 통한 영적 돌봄

1. 영적 체험에 관련된 영적 돌봄을 위한 주제

(1) 호스피스 환자에게 처음으로 암진단을 받았을 때의 느낌에 대한 질문을 하면서 대화를 시작하라. 그리고 그 당시에 느꼈던 느낌과 현재의 느낌을 비교할 수 있도록 인도하라.

(2) 호스피스 환자에게 자신의 암과 관련하여 어떤 의미나 목적에 관해 이야기 하도록 초대하라. 예를 들면 암 환자가 자신의 암과 관련하여 어떠한 특별한 의미를 두고 있는가?

혹은 투병 생활을 통하여 어떠한 의미나 목적을 발견하였는가?

(3) 호스피스 환자에게 그 동안 하느님이나 절대자의 존재에 대해서 느껴 보거나 생각해 보았는지에 대해 이야기 할 수 있도록 초대하라.

(4) 호스피스 환자에게 자신의 영적인 믿음과 자신에 대한 느낌의 관계에 대해 이야기 할 수 있도록 초대하라.

(5) 호스피스 환자에게 투병생활 동안에 일어났던 영적인 질문이나 좌절감에 대한 이야기를 할 수 있도록 도와주라.

(6) 호스피스 환자에게 투병생활 동안에 자신의 종교적이거나 영적인 믿음에 어떠한 변화가 있었는지에 대해 나눌 수 있도록 초대하라.

(7) 호스피스 환자에게 암진단을 받기 전에 체험했던 하느님과 암진단을 받은 후 투병생활을 하면서 체험했던 하느님에 대해 비교할 수 있도록 초대하라.

(8) 하느님의 이미지에 대한 대화로 주제를 돌리되 암진단을 받기 전에 가졌던 하느님의 이미지 /호칭과 암진단을 받은 후 투병생활을 하면서 가지게 된 하느님의 이미지와 호칭을 비교하도록 초대하라.

(9) 호스피스 환자에게 암진단을 받은 후 지금까지

하였던 자신의 영적인 체험을 나눌 수 있는 기회를 부여하라.

(10) 호스피스 환자에게 그 동안 투병생활을 하면서 일어났던 인간관계에 대한 이슈에 대해 이야기 할 수 있도록 초대하라.

(11) 호스피스 환자에게 그 동안 투병생활을 하면서 영향을 받았던 자신의 외모와 자신의 남성 /여성으로서의 정체성 그리고 하느님의 이미지에 대해 또는 자신의 변화된 몸의 이미지를 극복하는데 도움이 되었던 영적인 체험에 대해 이야기할 수 있도록 초대하라.

(12) 호스피스 환자에게 앞으로 자신의 삶이 어떻게 될 것이라고 생각하는지에 대해 이야기 할 수 있도록 초대하라. 그리고 그 이야기를 나눌 때 미래에 대한 두려움과 희망을 포함시켜 나눌 수 있도록 도와 주라.

2. 계속된 영적 돌봄인 기도

(1) 우선 환자들의 이야기를 듣기: 환자들 이야기의 10%만 경청한다는 놀라운 사실, 나머지는 “나의 경험으로 듣는 것”.

(2) 그 이야기 속의 중심된 요점과 영적인 주제가 무엇인지를 파악

(3) 그 환자가 가지고 있는 느낌과 감정이 무엇인지 파악: 좌절, 분노, 슬픔

(4) 그 환자가 가지고 있는 혹은 가지고 싶어하는 하느님 (신)의 이미지가 무엇인지 파악: 전능, 사랑, 자비 등

(5) 기도 내용의 주어를 3인칭 (환자이름)으로 할 것인가 혹은 1인칭 복수 (우리)로 할 것인가를 판단

3. 사례를 통해 바라본 영적 돌봄을 위한 대화

- 세 가지 종류의 귀를 가지도록 꾸준히 노력할 것