

알코올 중독자 자녀에 대한 개입 방안 고찰: 심리적 문제를 중심으로

Exploring Interventions and Treatments for the Children of Alcoholics:
Focusing on Psychological Aspects

박미숙[†]

Mi-Sook Park[†]

Abstract

Alcohol abuse negatively affects the individual alcoholics and their families, including children. This paper investigates interventions that help children of alcoholics psychosocially and psychopathologically. We investigated domestic and international literature by searching the related databases and reviewing articles. Inclusion criteria were studies on psychological interventions for children of alcoholics (CoAs) or both CoAs and parents. Results suggest that the interventions help CoAs reduce their emotional and behavioral problems. After the review, the research results were discussed, and suggested further effective interventions. The study is valuable because it reviewed the studies that improved CoAs' psychological problems and suggested future directions

Key words: Alcoholism, Children of Alcoholics, Interventions, Psychosocial, Psychopathological

요약

알코올 중독은 알코올을 사용하는 개인뿐만 아니라 가족 시스템에도 부정적인 영향을 미친다. 가족은 아동의 사회화 과정에서 가장 중요한 요소이다. 이러한 관점에서, 알코올 중독은 자녀에게 심리사회적 및 정신병리적으로 영향을 미친다. 그러나, 현재까지 알코올 중독 분야에서 자녀들은 연구 대상에서 제외되어왔다. 본 연구는 알코올 중독자 자녀들의 심리적 문제에 대해 개입하고 그 효과성을 확인한 문헌들을 개관하고자 하였다. 국내외 연구를 조사하기 위하여 관련 데이터 베이스 및 개관 논문을 활용하였으며, 연구 대상은 알코올 중독자 자녀 또는 자녀와 부모를 대상으로 개입한 연구로 하였다. 연구 결과, 개인 및 가족을 대상으로 한 개입이 자녀의 심리사회적 또는 정신병리적 문제의 감소에 효과가 있었다. 결과를 종합적으로 정리하고, 추가 논의를 통해 추후 효과적인 개입 방안에 대해 논의하였다.

주제어: 알코올 중독, 알코올 중독자 자녀, 개입, 심리사회적, 정신병리적

※ 이 논문은 2021학년도 서울한영대학교 학술연구비 지원에 의하여 이루어진 것임.

† (교신저자) 박미숙: 서울한영대학교 재활상담심리학과 교수 / E-mail: <mailto:mspark@hytu.ac.kr> / TEL: 02-2669-2468

1. 서론

알코올 문제는 사람들을 심각한 위협에 빠뜨리며 음주자의 40%가 간헐적으로 과음한다(World Health Organization, 2019). 알코올 중독은 잦은 그리고 극심한 음주와 연관되며, 알코올 중독자들은 술에 대한 통제력을 잃은 과음자들이다. 이들은 주변 사람들에게 피해를 주면서도 술 이외에 다른 것은 생각하지 못한다(American Psychiatric Association, 2013). 알코올 문제는 신체적으로 심혈관 질환, 암, 간경화와 같은 장애를 유발한다. 알코올 중독으로 인한 사망률은 전체 사망자의 약 5%인 300만 명이다. 알코올은 인지 및 정서에도 부정적인 영향을 미쳐 기억력, 주의력, 추론 능력, 의사 결정 능력 및 정서 기능을 저해한다(Donadon & de Lima Osório, 2014; Park, 2018). 알코올 문제가 있는 사람에게는 대부분 정신 장애도 같이 발병하는데 반사회적 행동과 우울증이 가장 흔하게 나타나는 장애이다(Eiden et al., 2009). 외현적으로 그들은 공격적으로 행동하고 폭력을 행사하는 경향이 더 높다. 따라서 알코올 중독은 개인에게 피해를 끼칠 뿐만 아니라 다른 사람과 사회 전반에 해를 끼친다(World Health Organization, 2019).

그러나 알코올 중독이 가장 큰 피해 주는 곳은 가정이다. 알코올 중독자 가정에는 여러 가지 문제가 나타난다. 알코올 중독자 부모가 자신의 역할과 책임을 다하지 못하기 때문에 가정환경은 무질서하다. 이로 인해 다른 가족 구성원이 훨씬 더 많은 역할과 책임을 맡게 된다. 그들은 대부분 사회경제적 조건이 낮은 환경에서 살고 있으며, 알코올 중독자 부모는 비알코올 중독 부모와 비교해서 교육 수준이 낮다(Erdim, 2019; Park & Schepp, 2015). 가족 갈등은 알코올 중독자가 사는 집에서 흔하게 찾아 볼 수 있다(Hung, 2009). 알코올 중독자 어머니보다 알코올 중독자 아버지가 더 많기 때문에 알코올 중독자 아버지가 사는 가정환경에서 폭력과 공격성이 더 많이 발생한다. 이러한 가정에서는 언어적, 신체적, 정서적 학대가 높아 가족 구성원은 외상을 입게 된다(Erdim, 2019; Park & Schepp, 2015). 즉, 알코올 중독자가 있는 가정은 알코올 중독자만 피해를 입는 것이 아니라 가장 가까운 가족들도 피해를 입는다(Erdim, 2019). 알코올 중독은 가족 구성원 간 의사소통에도 부정적인 영향을 미치는데(Haverfield et al., 2016),

결과적으로, 가족 구성원 간 긍정적인 상호작용이 부재하여 가족 결속력이 좋지 못하다. 결론적으로, 알코올 중독자 부모가 초래하는 이러한 가정환경에서 볼 수 있듯이 알코올 중독은 실제로 가족 문제이다.

알코올 중독자 부모의 양육은 아이에게 필요한 양육과 정반대이다. 그들은 자녀에게 따뜻하고 민감하게 접근하지 않는다(Eiden et al., 2009). 부모들은 아이들을 지원하지 않으며 어린이의 필요에 관심이 없다(Pisinger et al., 2016). 알코올 중독자 부모는 자녀를 방치하며 거부한다. 알코올 중독이 아닌 배우자 또한 종종 자녀를 과잉 통제하거나 아니면 방치하는 등 일관성 없는 양육태도를 보인다. 알코올 중독이 아닌 부모 또한 심리사회적 문제를 보이기도 하는데 이 경우 술에 취한 부모와 술을 마시지 않는 배우자 모두에게 문제가 있어 부모 역할을 다하지 못하기 때문에 이것은 자녀들에게 부정적인 환경을 더욱 예측 불가능하고 혼란스럽게 만들 수 있다.

알코올 중독자 부모가 있고 알코올 중독자로 인한 열악한 가정환경에서 생활하는 것은 자녀의 전반적인 웰빙에 부정적인 영향을 미친다. 아동기부터 성인기에 이르기까지 자녀의 웰빙에 대한 부정적인 영향은 지속적으로 증가한다. 심리적인 측면에서 볼 때 자녀에게 미치는 가장 두드러진 영향은 심리사회적 및 정신병리학적인 측면이다(McGovern et al., 2021). 어릴 때부터 이러한 부정적인 경험을 한 아이들이 성장해서 치료를 받는 경우 문제가 더 커진다(Park & Schepp, 2015; Raitasalo et al., 2018). 행동 문제는 주로 아동기 초기에 나타나지만, 나이가 들면서 범죄 행동 및 자살과 같은 더 심각한 문제로 이어질 수 있다(Erdim, 2019; Park & Schepp, 2015). 이러한 이유로 알코올 중독자 자녀(Children of Alcoholics; CoAs)에 대한 개입은 중요하다. 이러한 시급성과 위험성에도 불구하고 알코올 중독자 자녀들에 대한 개입 연구는 드물게 진행되었으며, 결과들 또한 일관적이지 않다. 본 연구에서는 알코올 중독자 자녀들을 대상으로 어떻게 개입이 진행되어 왔는지와 그 개입의 효과성을 개관하고자 한다. 문헌을 고찰함에 있어 개입의 초점이 가족 또는 배우자보다는 자녀의 심리사회적 문제 또는 정신병리적 측면을 다룬 연구를 검토하고자 하였다. 본 조사를 통해 알코올 중독자 자녀들에 대한 개입의 현황과 효과적인 개입법을 파악하여 추후 개입의 방향을 모색할 수 있을 것으로 생각된다.

2. 이론적 배경

2.1. 심리사회적 영향

가족은 아동의 사회-정서 발달에 중요하다. 알코올 문제가 있는 부모가 있는 경우 자녀의 전반적인 발달에 부정적인 영향을 미친다(Singh, 2017). 아동의 정체성, 적응 행동, 사회적 기술, 자아와 타인에 대한 감각, 행동과 감정의 조절은 가정에서 발달하기 시작한다. 알코올 중독자 자녀들은 보호자의 안전, 지원, 따뜻한 느낌이 없이 혼자 성장하는 것과 같다. 알코올 중독자 부모가 자신의 역할과 책임을 다하지 못하게 됨으로써 아이들이 그 역할과 책임을 떠맡게 되는 것이다(Kelley et al., 2007b). 그들은 훨씬 더 많은 책임을 져야 하고 가정의 경제적 상황이 나빠 일을 해야 할 수도 있다. 즉, 가정에서 가사 일을 하며 돈을 벌고 형제자매와 알코올 중독자 부모를 돌본다. 이런 경우, 자신의 감정적, 육체적 욕구는 뒤로한 채 부모화(parentification)와 같은 성인 역할을 하는 것이다. 알코올 중독자 자녀들은 가족 역할에서 몇 가지 일반적인 유형을 나타내며 조력자, 영웅, 잊혀진 아이, 희생양 및 마스코트 역할을 한다(Verdiano, 1987).

알코올 중독자 자녀들은 지원적이고 긍정적인 역할 모델이 없기 때문에 사회적 기술을 개발할 기회가 없다. 그들은 자신의 감정을 이해하고 감정을 조절하는데 어려움을 겪는다(Erdim, 2019; Park & Schepp, 2015). 앞서 말한 바와 같이 알코올 중독자 자녀들은 가정 내에서 부모를 돌보는 역할을 맡을 수 있으며 대신에 자신의 욕구나 감정을 돌보고, 조절하고 표현할 수 있는 학습의 기회는 갖지 못한다(Şen-Aslan, 2021). 이러한 능력의 결핍은 여러 상황에서 대처를 잘 못하는 결과를 초래한다. 실제로, 알코올 중독자 자녀는 문제 해결 중심적 대처보다는 회피적 대처를 많이 사용하고 있는 것으로 드러났다(Kim & Ko, 2019). 이상에서 유추해 볼 때, CoAs의 또래 관계 또한 적응적이지 않을 것으로 보인다. 즉, 그들은 친구 관계에서 회피적이고 불안정한 것으로 보인다. 알코올 중독 가정의 2~3세 아동은 알코올 중독의 직접적인 영향과 지지적이지 않고 덜 따뜻한 양육으로 인해 비알코올 중독자 자녀보다 자기 조절에서 더 어려움을 겪는다. 아이들이 유치원에 입학했을 때 CoAs는 자기 조절 부족으로 다른 아이들보다 낮은 사회적 능력을 보인다. 그들은 또래보다 덜 협조적이고 자율성이

떨어지며 덜 행복한 것으로 보고된다(Eiden et al., 2009). 그들은 문제 해결 및 사회적 기술에서 또래들보다 뒤처질 수 있으며(Guttmanova et al., 2017), 학교에서 적응 문제를 보이며 학업 성취도도 낮을 수 있다.

2.2. 정신병리적 영향

알코올 중독자를 부모로 둔 영아는 비알코올 부모의 자녀보다 반응성과 신경증 수준이 높은 등의 어려운 기질을 가지고 있다. 부모의 알코올 문제는 중독자가 청소년기 초기 시기부터 발달하는 경우가 많아 자녀들은 인생 초기부터 부모의 알코올 중독에 직면하게 된다(Guttmanova et al., 2017).

알코올 중독자 자녀가 가정 폭력, 부모의 공격성, 가족 갈등과 같은 부정적인 경험을 하게 되면 정신 건강 문제가 발생하고 정신질환이 발병할 수 있다. 연구에 따르면 CoAs에게 가장 빈번하게 발생하는 정신 건강 문제는 외현화 및 내재화이다. 알코올 중독자 자녀와 비알코올 부모의 자녀를 연구를 통해 비교해 볼 때 CoAs가 반사회적이고 공격적인 행동을 할 가능성이 더 높다. 그들은 다른 사람들에게 적대적인 경향이 있어 규칙을 어기는 행동을 한다(Finan et al., 2015). 그들은 품행 문제가 있고 범죄 행동을 나타낼 수 있다. 예견되는 것처럼, 그들은 부모와 비슷한 길을 따를 가능성이 있다. 주의력 결핍 및 과잉 행동 장애(ADHD) 또한 흔하게 나타난다(Park & Schepp, 2015; Kendler et al., 2013; Eiden et al., 2009). 일반적으로 외현화 장애에 있어서는 알코올 중독자 어머니의 영향이 아들과 딸의 증상에 동일하게 영향을 미치는 반면 알코올 중독자 아버지는 아들의 증상에 훨씬 더 많은 영향을 미친다(Long et al., 2018). 자녀의 행동 문제에 대한 성별 요인을 조사한 결과 알코올 중독자 부모의 아들에서 알코올 중독자 딸에게 있어서 보다 외현화 장애가 더 많이 발생했다. 이러한 결과는 외현화 행동이 여성보다 남성에게 더 드러난다는 성 역할을 설명해 준다. 반대로 알코올 중독자의 딸은 아들보다 훨씬 더 많은 내면화 증상을 보고한다(Pisinger et al., 2016; Serec et al., 2012). 이는 여아의 경우 말수가 적고 감정적일 수 있으며 알코올 중독 가정에서 여아는 가정과 가족의 정서적 필요를 돌봐야 하는 책임을 더 많이 지기 때문일 수 있다(Kelley et al., 2007).

예상할 수 있는 것처럼, 알코올 중독자 부모의 자녀에게 비알코올 중독자 자녀에게서 보다 우울증, 불안과 같

은 내면화 장애가 더 많이 발생한다. 이러한 행동은 유아기부터 청소년기까지 일관적으로 나타나는 심각한 문제이다. 알코올 중독인 부모에게 우울증과 반사회적 행동이 있는 경우 내면화 증상은 더 심하다(Hussong et al., 2008). 알코올 중독자 부모의 청소년 자녀들의 정서적 증상에 대한 연구에 따르면 알코올 중독자인 친부모와 계부모의 청소년 자녀에게서 알코올 중독 문제가 없는 친부모와 계부모 자녀에게서 보다 우울증, 외로움, 과민성, 신경질과 같은 정서적 증상이 더 많이 나타났다(Hussong et al., 2008). 아동의 외현화 및 내재화 문제에 대한 중단 연구에서 알코올 중독자 부모의 정신병리, 재정 문제 및 교육 수준을 통제된 연구를 통해 알코올 중독자 부모가 아동의 신체형 장애, 학습 장애 및 언어 문제는 물론 우울증, 불안, ADHD 및 품행을 겪을 가능성을 더 높인다는 사실을 밝혔다. 부모의 정신병리와 경제적 어려움이 통제되고 있음에도 불구하고 여전히 알코올 중독자 부모는 자녀의 문제에 매우 해로운 영향을 미친다는 사실을 알 수 있다. 외상 경험이 알코올 중독자 부모의 자녀들에게서 더 높았고 이는 개인의 깊은 내면에 부정적인 영향을 미치기 때문인 것으로 보인다.

3. 연구방법 및 절차

3.1. 자료수집

본 연구는 알코올 중독 가정의 자녀를 위한 개입 연구를 조사하기 위하여 국내 검색엔진으로는 한국교육학술정보원에서 제공하는 학술연구 정보서비스(Research Information Sharing Service, RISS)를 사용하였다. RISS에서 주요어를 ‘알코올 중독자 자녀’로 입력하였고 국내학술논문 86편이 추출되었다. 학술 대회 발표, 학위 논문은 검토 대상에서 제외하였다. 검색된 논문 중 연구자가 제목을 검토하여 알코올 중독자 자녀 또는 자녀와 부모를 대상으로 프로그램을 시행하고 실험 설계(통제 또는 비교 집단 사전·사후 연구)를 통해 효과성을 검증한 연구를 검토 대상에 포함하였다. 사례 연구, 질적 연구, 고찰 연구, 변인 간 관계 연구는 제외하였다. 선정된 논문 중 제목 및 초록을 검토하여 중복된 논문을 제외한 후 최종 6편의 논문을 선정하였다.

해외 검색엔진은 google scholar를 사용하였고 주요어를 ‘Children of Alcoholics Intervention’로 하였다. 연구자가 제

목을 검토하여 알코올 중독자 자녀를 대상으로 개입하고 효과성을 실험적으로 검증한 연구를 선정 대상으로 하였다. 선정 조건에 해당하는 논문이 드물어, 연구 목적에 맞는 대상 논문을 포함하기 위하여 알코올 중독자 가족 치료에 대해 체계적으로 고찰한 개관 논문을 활용하였다(O’Farrell & Clements, 2012; McGovern et al., 2021). O’Farrell & Clements(2012)는 알코올 중독자 가족을 대상으로 개입 치료를 수행한 연구를 치료 기법별로 개관하였다. McGovern 등(2021)는 알코올 또는 약물의 영향을 받은 가족에 대한 치료 개입 연구를 체계적으로 개관하였다. 논문에 포함된 65편의 논문을 검토하여 약물 중독 중 알코올 중독 문제에 초점을 맞추기 위해서 알코올 이외에 부모의 다른 약물 문제(예, 마리화나, 코카인 등)를 다룬 연구는 제외하고, 순수하게 알코올 중독 문제가 있는 가정의 자녀 또는 자녀와 부모를 대상으로 개입한 연구를 검토 대상으로 하였다. 즉, 검토 대상을 직접적으로 자녀에게 초점을 둔 경우로 한정하였으며, 알코올 중독자 당사자, 배우자, 자녀 이외의 가족을 대상으로 한 연구는 검토 대상에서 제외하였다. 개관에 포함된 해외 연구는 총 8여 편이었으며 국내 논문과 합산하여 최종 14편이 연구 대상으로 선정되었다.

3.2. 자료분석

연구자가 논문의 제목, 초록을 검토하여 알코올 중독 가정의 자녀를 초점으로 개입을 하고 실험 설계를 통해 효과성을 검증한 연구를 최종 선정하고 분석하였다. McGovern 등(2021)의 방법에 따라 저자(년도), 참가자, 개입법, 비교방법, 간략한 연구 요약, 효과를 포함하고 효과 크기를 제시하였다. 개관 시 개입의 초점이 알코올 중독자 가정의 자녀에게 문제가 되는 심리사회적 또는 정신병리적(외현화와/또는 내면화) 측면 중 어디에 맞추었는지를 명시하여 분석 결과에 효과크기와 함께 제시하였다(Table 1, 2).

4. 연구 결과

4.1. 선정된 문헌의 일반적 특성

알코올 중독자 가정의 자녀를 대상으로 개입하고 개입의 효과성을 살펴본 논문은 총 14편(국내 6편, 국외 8편)이었다. 본 연구에 포함된 논문은 상당히 적었는데

Table 1. Psychological interventions for the psychosocial impacts of children of alcoholics

No.	Authors, year, Country	Participants (Mean age/ sample size)	Intervention	Comparison	Outcome	Results: effect size
1	Kweon & Choi (2015) S. Korea	n=23; CoAs, aged 6~8 years	Emotional expression improvement program using picture book	Usual program	Significant improvement of stress coping and emotional expression	<ul style="list-style-type: none"> Stress coping: 0.74 Emotional expression: 1.14
2	Hansson ^a (2006) Sweden	n = 82; adult children of parents with alcohol problems; mean age 25.6 years	(1) Coping only (based on a cognitive behavior therapy(CBT)); (2) Coping and alcohol intervention	Alcohol intervention focusing upon the adult child's drinking only	Not significant on Symptom Checklist-90 item(SCL-90), significant on questionnaire coping with parents' abuse at 12 months follow-up	<ul style="list-style-type: none"> Cop.+ comb. versus alc. SCL-90: 0.03 Coping with parental abuse questionnaire: 2.36
3	Lee et al. (2004) S. Korea	n=36 and 41; CoAs aged 15 years	Middle-School Drinking-Prevention Program	No intervention	A significant improvement in coping strategies, emotional/behavior problem	<ul style="list-style-type: none"> Coping strategies: 0.51 Emotional/behavior problem <ul style="list-style-type: none"> - Internalizing Problem: 0.34 - Externalizing Problem: 0.39
4	Na & Jang ^b (2017) S. Korea	n=15; CoAs, aged 10~13 years	Sand play therapy	No intervention	Significant reduction of the internalized shame and improvement of self-expression	<ul style="list-style-type: none"> Internalized shame: 1.49 Self-expression: 1.51
5	Yang & Lee (2005) S. Korea	n=10; CoAs, aged 13~18 years	Stress Management Program	No intervention	A significant improvement in SCL-90-R, active coping, positive cognitive restructuring in the experimental group than the control group	<ul style="list-style-type: none"> Mental health: 2.04 Coping behavior: 0.94

^a Alc., alcohol intervention group; Cop., coping intervention group; and Comb., combination group. Changes within each group were tested with the Wilcoxon signed rank test and changes between groups, with and without alcohol and coping intervention, respectively, with the Mann-Whitney U-test. Changes 0 - 1 measurements.

^b Estimating Effect Size from the Pretest-Posttest-Control Design(Morris, 2008) is defined as the difference between the standardized mean change for the treatment and control groups.

알코올 중독 분야에서 자녀를 대상으로 직접적으로 개입하고 효과성을 확인한 연구가 드물다는 것을 확인할 수 있었다. 또한 본 연구는 통제 또는 비교 집단을 포함하여 효과성을 검증한 엄격히 통제된 연구만을 검토 대상으로 하였던 기 때문이다. 대부분 부모의 알코올 중독 선별을 위해서는 알코올중독자 자녀 선별검사(The Children of Alcoholics Screening Test; CAST-K)를 사용하고 있었으며 참가자는 아동부터 성인 자녀까지를 포함하였다. 사례수 또한 9~114명까지 다양하였다. 개입의 방법은 다양하여 인지행동에 근거한 개입 2편, 스트레스 관리 및 대처 기술 3편, 자조 모임 2편, 부모 기술 교육 및 가족 치료 2편, 그 외에 기타 집단 교육 및 치료가 5편이었다.

4.2. 심리사회적 문제의 감소

본 연구에서는 알코올 중독자 자녀의 심리적 문제를 심리사회적 문제와 정신병리적 문제로 구분하고 개입이

어떤 측면에 영향을 미치는지 살펴보았다. 알코올 중독자 자녀는 부모화, 낮은 자존감, 외부 세계에 대한 두려움 등으로 자신의 욕구 표현에 서툴다. 또한 대인 관계에서 문제 발생 시 해결 중심적 대처 보다는 회피적 또는 정서적 대처를 사용하는 경향이 있다(Şen-Aslan, 2021). 이는 자녀들의 대인 및 사회적 관계를 더욱 어렵게 할 수 있다. 알코올 중독자 자녀의 심리사회적 문제에 개입한 연구들은 Table 1에 제시하였다. 본 연구 결과, 그림책을 이용한 자기표현 향상 프로그램(Kweon & Choi, 2015), 인지행동 기법(Hansson, 2006), 음주예방프로그램(Lee et al., 2004), 모래 놀이 치료(Na & Jang, 2017) 등을 통해 자녀들의 자기 표현력 또는 대처 전략을 향상 시키려는 노력들이 있었다. 특히, 스트레스 관리 프로그램을 통해 간이정신진단검사(Symptom Checklist-90- Revision, SCL - 90 - R) 상의 정신 건강 문제와 적극적 대처 그리고 긍정적 인지 재구성이 유의하게 향상되었음을 확인하였다(Yang & Lee, 2005). 본 연구에서

Table 2. Psychological interventions for the psychopathological impacts of children of alcoholics

No.	Authors, year, Country	Participants (Mean age/sample size)	Intervention	Comparison	Outcome	Results: effect size
1	Bennun ^b (1988) UK	n=12 families; alcohol misusing parents and children; mean age 16 years	Milan systems therapy	Problem-solving treatment based on social learning theory	Significant effect on Marital Adjustment Test(MAT) and Family Satisfaction Rating(FS) at 6 months	• MAT: 1.35 • FS: 0.18
2	Choi & Lee (2017) S. Korea	n=9; CoAs, aged 9~18 years	Personal Growth Group Counseling	No intervention	Significant reduction of the depression and aggression	• Depression: 1.81 • Aggression: 0.76
3	Gustafson (2012) USA	n=23; adult children of alcoholic parents, aged 18 years and older; 63% female	(1) CHES (Comprehensive Health Enhancement Support System) only; (2) CHES plus group therapy	Group therapy only	CHES only had the largest effect size on 5 of the 7 measures of psychological health or distress	• Depression: - CHES: 0.32 - CHES plus group therapy: 0.74 • Anxiety: - CHES: 2.53 - CHES plus group therapy: 0.46
4	Kingree & Thompson (2000) USA	n = 114; adult children of alcoholics, mean age 34.5 years	Al-anon(family support groups); 12 meetings	Substance abuse education classes	Improved perceived status benefits(self-constructed questionnaire), depression(CES-D) and substance use at 6 months post treatment	• Perceived status benefits(PSB): 0.70 • Depression: 0.50 • Substance use: 0.52
5	Kuhns (1997) USA	n = 64; adult children of alcoholic parents, mean age 20.4 years	(1) Self-help; (2) Psychotherapy; 8 sessions	No intervention	Both self-help and psychotherapy reduced depression on Centre for Epidemiological Studies Depression Scale(CES-D) 11 weeks post treatment	-
6	Lam et al. ^c (2008) USA	n=30; men entering outpatient alcohol treatment, their female partners, and a custodial child between 8~12 years	Parent Skills with Behavioral Couples Therapy (PSBCT)	Behavioral Couples Therapy(BCT) and Individual-Based Treatment (IBT)	Only PSBCT participants reported significant effects on measures of child externalizing and internalizing behavior	Externalizing behavior: Father – Child Behavior Checklist(CBCL) externalizing - PSBCT vs. IBT: 0.35 - PSBCT vs. BCT: 0.21 • Internalizing behavior: Child – Children's Depression Inventory(CDI) - PSBCT vs. IBT: 0.43 - PSBCT vs. BCT: 0.28
7	Omkarappa et al. (2021) India	n=30; CoAs, aged 14.63 years	CBT sessions	No intervention	Significant reduction in depression and anxiety scores and a significant improvement in self-esteem scores	• Anxiety: 1.32 • Depression: 1.06 • Self-esteem: 0.94
8	Osterndorf ^b (2011) USA	n=12; adult children of alcoholic	Forgiveness therapy; 12 sessions	Conflict resolution; 12 sessions	Significant on Enright Forgiveness Inventory(EFI); Beck Depression Inventory(BDI-II), at 3-month follow-up	• Forgiveness: 0.92 • Depression: 0.52
9	Yang (2005) S. Korea	n=10; CoAs, aged 13~18 years	Stress Management Program	No intervention	A significant decreased depression and anxiety in the experimental group than the control group	• Depression: 1.70 • Anxiety: 1.76

^bEstimating Effect Size from the Pretest-Posttest-Control Design(Morris, 2008) is defined as the difference between the standardized mean change for the treatment and control groups.

^cCohen's(1988) characterizations were used to interpret effect size r: small effect: $r \geq .10$; medium effect: $r \geq .30$; and large effect: $r \geq .50$.

적극적 대처접수가 유의하게 증가하고 정신과적 증상 점수가 유의하게 낮아졌는데, 이는 부모의 음주문제에 대한 부정적 사고를 긍정적으로 재구성하려는 적극적인 노력이 증가하면서 정신과적 증상이 감소한 것으로 보인다 (Easley & Epstein, 1991).

4.3. 정신병리적 문제의 감소

알코올 중독자 자녀의 정신병리적 문제에 개입한 연구들은 Table 2에 제시하였다. 연구 결과, 인지행동 치료, 자조모임, 부모양육 등이 자녀의 우울, 불안 등 내현화 문제와 정서·행동 문제 등 외현화 문제 감소에 중간 이상의 효과가 있는 것으로 나타났다. 심리병리적인 측면에서 자녀의 내현화 또는 외현화 문제에 개입한 연구들은 다음과 같았다. Omkarappa 등(2021)의 연구에서는 인도의 알코올 중독자 가정의 자녀들을 대상으로 인지행동 기법에 기반한 프로그램을 실시하고 우울과 불안은 유의하게 감소하고 자존감은 유의하게 증가하였음을 확인하였다. 자녀의 문제 개입을 위하여 알코올 중독 부모를 포함하여 개입한 연구도 있었다. 알코올 중독자 부모에게 개인 기반 치료(Individual-Based Treatment; IBT)와 함께 양육 기술을 제공하였을 때, 이는 행동적 부부 치료(Behavioral Couples Therapy; BCT)와 함께 양육 기술을 제공하였을 때에 비해 아동의 외현화를 감소시키는데 효과가 있었다(Lam et al., 2008). 기타 프로그램들을 살펴보면, 건강 증진에 초점을 맞춘 컴퓨터 기반 프로그램(Gustafson, 2012), 개인성장 집단 상담(Choi & Lee, 2017), 스트레스 관리 프로그램(Yang, 2005), 용서 치료(Osterndorf, 2011) 등이 우울, 불안 또는 내면화된 수치심 감소에 상당히 효과가 있는 것으로 나타났다.

5. 결론 및 논의

본 연구는 현재까지 알코올 중독자 자녀들의 정신건강 문제에 대해 개입한 문헌들을 검토하고 추후 개입에 대한 방향을 모색하고자 하고자 하였다. 연구 목적에 따라 본 연구는 알코올 중독자 자녀들을 개입의 대상으로 하고 효과성을 확인한 문헌들을 검토하였다.

본 연구 결과 알코올 중독자 자녀의 심리적 측면에 초점을 맞추어 개입한 연구는 부족한 실정임을 알 수 있었다. 개관에 포함된 연구는 국내외를 통틀어 14편 정도였다. 알

코올 중독자 자녀는 비알코올 중독자 자녀보다 자살에 대한 생각과 시도를 더 많이 한다. 또한, 그들은 훨씬 더 많은 자해 행동을 보이며 그 비율은 비알코올 집단보다 두 배나 더 높다. 자녀의 연령이 증가함에 따라 증상의 심각성과 정도는 심해진다(Şen-Aslan, 2021). 이러한 점을 고려할 때, 알코올 중독자 자녀는 가능한 빠른 시기에 개입을 해야 하는 위험 군임에도 불구하고 이들의 문제에 개입한 연구가 부족한 실정임 알 수 있었다. 이는 이들을 위한 효과적인 프로그램이 개발되고 시행되어야 할 필요성이 있음을 시사한다.

개입은 정신병리적 측면 위주로 이루어지고 있었으므로, 심리사회적 측면, 즉 자기 표현, 대처 기술 그리고 자기 조절 등 자녀의 사회성 향상을 위한 프로그램이 활성화되어야 할 필요가 있겠다. 국내 연구에 비해 외국 연구들은 자녀의 문제 개입을 위해 보다 다양한 개입을 하고 있었다. 예를 들면, 자조 모임 방법도 자녀 치료에 활용되고 있었으며, 특히, 부모를 치료의 대상으로 포함하여 가족 및 자녀의 문제를 향상시키는데 초점을 두고 있었다. 추후에는 자녀의 심리적 문제에 개입 할 때 이러한 결과를 토대로 하여 통합적이고 효과적인 개입방법을 모색할 필요가 있겠다.

추가적으로, 아동의 문제에 개입할 때 효과성을 증진시키기 위하여 여러 요인을 고려할 필요가 있다(Park & Schepp, 2015). 위험 요인에도 불구하고, 일부 알코올 중독 가정에서 자란 아이들은 다양하고 유용한 전략을 사용하여 자신의 과거 경험과 현재의 삶의 거리를 잘 유지한다. 그들은 삶에서 위안을 찾고 새로운 삶을 시작하면서 일상생활을 잘 영위한다. 즉, 그들은 열심히 일함으로써 자신을 위해 다른 상황을 만들어 낼 수 있다. 알코올 중독자 자녀가 부모를 보는 시각도 그들의 행동 차이를 만들어 낼 수 있다. 부모를 나쁘게 보는 자녀의 경우 부모가 가족 대신 술을 선택했다고 생각하고 알코올 중독자 부모를 비난하고 분노하지만(Järvinen, 2015), 부모에게 심리적 문제가 있다는 것을 받아들인 이들은 부모의 행동이 고의가 아니며 부모가 통제력을 잃었다는 것을 이해한다. 부모에게 이해심을 보이는 알코올 중독자의 성인 자녀는 부모에게 공감을 하고 부모의 스트레스가 많은 삶을 이해하기도 한다(Park & Schepp, 2017).

이를 통해 볼 때, 비적응적인 자녀들과 달리 적응적인 자녀들이 가진 보호 요인을 탐색하고 개발할 필요가 있겠다. 예를 들어, 부모-자녀 관계, 자존감 및 자기 조절은 알코올 중독자 자녀에게 보호 요인이 될 수 있

다(Sen-Aslan, 2021). 특히, 아동은 가족의 긍정적인 상호작용 안에서 지지, 경청 및 보살핌을 느낄 수 있으므로 가족의 결속력과 가족 내 긍정적인 상호작용은 아동이 알코올 중독자 부모로부터 기인한 문제를 처리하고 외현화 행동을 하지 않도록 돕는 요인이 될 수 있다 (Finan et al., 2015). 알코올 중독자 자녀를 체계적으로 개관한 연구에서도 부부 의사소통에서의 응집력이 개인적 조정변수, 가족 의사소통, 낙인, 초기 양육환경, 부모의 의사소통, 부모화, 사회적 지지, 가족 적응성 및 응집력, 애착이 환경적 조정 변수로 나타났다(Kim & Ko, 2019). 즉, 조정 변수는 노력이나 개입에 의해 변화될 수 있는 변인이라는 것이다. 연구자들은 환경적 조정 변수는 개인을 중재하여 일부 변화시킬 수 있지만, 좀 더 효과적으로는 가족이나 사회적 체계를 변화시킬 수 있는 개입이 필요할 것으로 예상하였다. 추가적으로, 부모 중 알코올 문제가 없는 부모는 아이들에게 완충제가 될 수 있다(Park & Schepp, 2015). 이것은 부모가 둘 다 알코올 중독의 문제가 있을 때와 어느 한쪽 부모만 문제가 있는 경우가 다른 결과를 보여줄 수 있다는 연구 결과(Foran & O'Leary, 2008)와 일치한다.

종합적으로, 알코올 중독자 자녀의 개입에 있어서 알코올 중독자 자녀 중심의 치료에 머물렀던 것에서 벗어나 환경적 변수를 변화시킬 수 있는 가족, 자녀-부모 관계 또는 보호 요인 중 중독 문제가 없는 부모 등을 변화시킬 수 있는 프로그램을 고려해 볼 필요가 있겠다. 더 나아가, 가정과 학교 등을 중심으로 문제에 접근할 수 있는 사회적 구조를 만들거나, 알코올 문제가 없는 다른 한 쪽 부모가 역할을 잘 할 수 있도록 돕는 개입법을 개발한다면 자녀들의 심리적 문제 향상에 긍정적 효과가 있을 것으로 생각된다.

본 연구의 제한점은 개관 연구임에도 불구하고 14여 편의 소수의 연구가 포함되었다는 것이다. 그럼에도 불구하고 해당 분야 연구의 결핍과 시급성을 고려하여, 관련 분야의 연구를 검토하고 나아갈 방향을 제안한 점에서 연구의 의의가 있다고 하겠다. 본 연구 결과는 알코올 중독자 자녀들을 위한 개입 프로그램을 개발하는데 기초 자료로 활용될 수 있을 것으로 기대한다. 이는 추후 중독을 예방하고 사회의 정신 건강 문제를 개선하는데 이바지 할 수 있을 것으로 사료된다.

REFERENCES

- American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders(DSM-5). Washington, DC: APA. 2013.
- Choi, M.-Y., & Lee, M.-Y. (2017). The effects of personal growth group counseling on depression and aggression of alcoholic's children. *Journal of Korea Youth Counseling Association*, 2(4), 23-46.
- Cohen, J. (1969). *Statistical power analysis for the behavioral sciences (1st ed.)*. New York, NY: Academic Press.
- Donadon, M. F., & de Lima Osório, F. (2014). Recognition of facial expressions by alcoholic patients: a systematic literature review. *Neuropsychiatric disease and treatment*, 10, 1655. DOI: 10.2147/NDT.S65376
- Easley, M. J., & Epstein, N. (1991). Coping with stress in a family with an alcoholic parent. *Family Relations*, 218-224.
- Foran, H. M., & O'Leary, K. D. (2008). Alcohol and intimate partner violence: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 28(7), 1222-1234. DOI: 10.1016/j.cpr.2008.05.001
- Gustafson, D. H., McTavish, F. M., Schubert, C. J., & Johnson, R. A. (2012). The effect of a computer-based intervention on adult children of alcoholics. *Journal of Addiction Medicine*, 6(1), 24-28. DOI: 10.1097/ADM.0b013e31822b80ca
- Eiden, R. D., Colder, C., Edwards, E. P., & Leonard, K. E. (2009). A longitudinal study of social competence among children of alcoholic and nonalcoholic parents: Role of parental psychopathology, parental warmth, and self-regulation. *Psychology of Addictive Behaviors*, 23(1), 36-46. DOI: 10.1037/a0014839
- Erdim, L. (2019). Alkolizmin aile ve çocuk üzerine etkisi. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*, 6(1), 193-200. DOI: 10.17681/hsp.415645
- Finan, L. J., Schulz, J., Gordon, M. S., & Ohannessian, C. M. (2015). Parental problem drinking and adolescent externalizing behaviors: The mediating role of family functioning. *Journal of Adolescence*, 43, 100-110. DOI: 10.1016/j.adolescence.2015.05.001
- Guttmanova, K., Hill, K. G., Bailey, J. A., Hartigan, L. A., Small, C. M., & Hawkins, J. D. (2017).

- Parental alcohol use, parenting, and child on-time development. *Infant and Child Development*, 26(5), e2013. DOI: 10.1002/icd.2013
- Hansson, H., Rundberg, J., Zetterlind, U., Johnsson, K. O., & Berglund, M. (2006). An intervention program for university students who have parents with alcohol problems: A randomized controlled trial. *Alcohol Alcohol*, 41(6), 655-663. DOI: 10.1093/alcal/agl057
- Haverfield, M. C., Theiss, J. A., & Leustek, J. (2016). Characteristics of communication in families of alcoholics. *Journal of Family Communication*, 16(2), 111-127. DOI: 10.1080/15267431.2016.1146284
- Hung, C. C., Yen, L. L., & Wu, W. C. (2009). Association of parents' alcohol use and family interaction with the initiation of alcohol use by sixth graders: a preliminary study in Taiwan. *BMC Public Health*, 9(1). DOI: 10.1186/1471-2458-9-172
- Hussong, A. M., Flora, D. B., Curran, P. J., Chassin, L. A., & Zucker, R. A. (2008). Defining risk heterogeneity for internalizing symptoms among children of alcoholic parents. *Development and Psychopathology*, 20(1), 165-193. DOI: 10.1017/S0954579408000084
- Järvinen, M. (2015). Understanding addiction: Adult children of alcoholics describing their parents' drinking problems. *Journal of Family Issues*, 36(6), 805-825. DOI: 10.1177/0192513X13513027
- Kelley, M. L., & Fals-Stewart, W. (2007). Treating paternal alcoholism with learning sobriety together: Effects on adolescent versus preadolescents. *Journal of Family Psychology*, 21, 435-444. DOI: 10.1037/0893-3200.21.3.435
- Kelley, M. L., French, A., Bountress, K., Keefe, H. A., Schroeder, V., Steer, K., Fals-Stewart, W., & Gumienny, L. (2007b). Parentification and family responsibility in the family of origin of adult children of alcoholics. *Addictive Behaviors*, 32(4), 675-685. DOI: 10.1016/j.addbeh.2006.06.010
- Kendler, K. S., Gardner, C. O., Edwards, A., Hickman, M., Heron, J., Macleod, J., Lewis, G., & Dick, D. M. (2013). Dimensions of parental alcohol use/problems and offspring temperament, externalizing behaviors, and alcohol use/problems. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 37(12), 2118-2127. DOI: 10.1111/acer.12196
- Kim, H. K., & Ko, Y. (2019). An integrative literature review of resilience in adult children of alcoholics: Focusing on operational definitions and moderators. *Journal of Korean Academy of Psychiatric Mental Health Nursing*, 28(1), 50-63. DOI: 10.12934/jkpmhn.2019.28.1.50
- Kingree, J., & Thompson, M. (2000). Mutual help groups, perceived status benefits, and well-being: A test with adult children of alcoholics with personal substance abuse problems. *American Journal of Community Psychology*, 28(3), 325-342. DOI: 10.1023/A:1005153304710
- Kuhns, M. L. (1997). Treatment outcomes with adult children of alcoholics: Depression. *Advanced Practice Nursing Quarterly*, 3, 64-69.
- Kweon, Y. R., & Choi, B. S. (2015). The effects of emotional expression improvement program using picture book on school-aged children of problem drinkers. *Journal of The Korean Data Analysis Society*, 17(1), 501-513.
- Lam, W. K., Fals-Stewart, W., & Kelley, M. L. (2008). Effects of parent skills training with behavioral couples therapy for alcoholism on children: A randomized clinical pilot trial. *Addictive behaviors*, 33(8), 1076-1080.
- Lee, C. S., Kim, S. J., Kweon, Y. R., Chai, B. S., & Jeong, S. B. (2004). Original articles: The effect of the middle-school drinking-prevention program for children of alcoholics. *Journal of Korean Academy of Psychiatric Mental Health Nursing*, 13(2), 200-212.
- Long, E. C., Lönn, S. L., Sundquist, J., Sundquist, K., & Kendler, K. S. (2018). The role of parent and offspring sex on risk for externalizing psychopathology in offspring with parental alcohol use disorder: A national Swedish study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 53(12), 1381-1389. DOI: 10.1007/s00127-018-1563-5
- Morris, S. B. (2008). Estimating effect sizes from pretest-posttest-control group designs. *Organizational research methods*, 11(2), 364-386. DOI: 10.1177/1094428106291059
- McGovern, R., Smart, D., Alderson, H., Araújo-Soares, V., Brown, J., Buykx, P., Evans, V., Fleming, K., Hickman, M., Macleod, J., Meier, P., & Kaner, E.

- (2021). Psychosocial Interventions to improve psychological, social and physical wellbeing in family members affected by an adult relative's substance use: A systematic search and review of the evidence, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1793. DOI: 10.3390/ijerph18041793
- Na, G. H., & Jang, M. (2017). The Effects of sand play therapy on internalized shame and self-expression of children of alcoholics. *Journal of Symbols & Sandplay Therapy*, 8(1), 33-48.
- O'Farrell, T. J., & Clements, K. (2012). Review of outcome research on marital and family therapy in treatment for alcoholism. *Journal of Marital and Family Therapy*, 38(1), 122-144. DOI: 10.1111/j.1752-0606.2011.00242.x
- Osterndorf, C. L., Enright, R. D., Holter, A. C., & Klatt, J. S. (2011). Treating adult children of alcoholics through forgiveness therapy. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 29(3), 274-292. DOI: 10.1080/07347324.2011.586285
- Omkarappa, D. B., Rentala, S., & Nattala, P. (2021). Psychiatric nurse delivered group-cognitive-behavioral therapy for internalizing behavior problems among children of parents with alcohol use disorders. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 34(4), 259-267. DOI: 10.1111/jcap.12329
- Park, M.-S. (2018). Anterior cingulate cortex and amygdala dysfunction among patients with alcohol dependency during exposure to negative emotional stimuli. *Korean Journal of the Science of Emotion & Sensibility*, 21(4), 103-112. DOI: 10.14695/KJSOS.2018.21.4.103
- Park, S., & Schepp, K. G. (2015). A systematic review of research on children of alcoholics: Their inherent resilience and vulnerability. *Journal of Child and Family Studies*, 24(5), 1222-1231. DOI: 10.1007/s10826-014-9930-7
- Park, S., & Schepp, K. G. (2017). The patterns of adaptation while growing up under parental alcoholism: A grounded theory. *Journal of Child and Family Studies*, 26(7), 1875-1887.
- Pisinger, V. S., Bloomfield, K., & Tolstrup, J. S. (2016). Perceived parental alcohol problems, internalizing problems and impaired parent-child relationships among 71 988 young people in Denmark, *Addiction*, 111(11), 1966-1974. DOI: 10.1111/add.13508
- Raitasalo, K., Holmila, M., Jääskeläinen, M., & Santalahti, P. (2018). The effect of the severity of parental alcohol abuse on mental and behavioural disorders in children. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 28(7), 1-10. DOI: 10.1007/s00787-018-1253-6
- Şen-Aslan, H. (2021). A family problem: The effects of parental alcohol on children. *Nesne*, 9(19), 127-138. DOI: 10.7816/nesne-09-19-10
- Serec, M., Švab, I., Kolšek, M., Švab, V., Moesgen, D., & Klein, M. (2012). Health-related lifestyle, physical and mental health in children of alcoholic parents. *Drug and Alcohol Review*, 31(7), 861-870. DOI: 10.1111/j.1465-3362.2012.00424.x
- Singh, A. (2017). Self-efficacy and well-being in adolescent children of alcoholic parents. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 8(7), 619-621. DOI: 10.1016/j.addbeh.2008.04.002
- Yang, S. H., & Lee, P. S. (2005). The effects of a stress management program on mental health and the coping behavior for the children of alcoholics. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 35(1), 77-86. DOI: 10.4040/jkan.2005.35.1.77
- Yang, S. H. (2005). The effects of stress management program on depression, anxiety and self-esteem for the children of alcoholics. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 14(2), 203-211. DOI: 10.4040/jkan.2005.35.1.77
- Verdiano, D. L. (1987). *Family roles: An integration of theory, research, and practice*. Dissertation Abstracts International, 47(10-B), 4132-4133.
- World Health Organization. Global status report on alcohol and health 2018. World Health Organization. 2019.

원고접수: 2022.01.11

수정접수: 2022.02.09

게재확정: 2022.02.10.