

정신건강과 한인 커뮤니티: LA 와 OC 내에서의 정신건강 발전을 위한 제언

한인가정상담소와 코리안 복지 센터 주최
정신건강 심포지움 리포트*

개요

2010년 3월 8일 한인가정상담소(KAFSC)와 코리안 복지 센터(KCS)는 «정신건강과 한인 커뮤니티: LA 와 OC 내에서의 정신건강 발전을 위한 제언» 심포지움을 나성영락교회에서 개최했습니다. 160여명 이상의 정신건강 전문가, 종교 지도자, 사회 단체, 종사자들 및 일반인들이 참석한 이번 행사의 취지는 미주 한인사회가 직면한 정신건강 서비스 이용과 치료 시스템의 개선을 위해 필수적인 대책 등 현재의 문제점들을 논의하기 위한 것이었습니다

PART I: 발제

세명의 저명한 정신건강 분야의 전문가들이 LA와 오렌지 카운티의 정신건강 시스템의 전반적인 운영과 상황 및 현 한인사회내의 정신건강 전망에 대해 발표해 주셨습니다. 각각의 발표들은 현재 정신건강 분야의 발전을 고려하여 한인들이 이용 가능한 자원과 충족되지 않은 요구 사이에 존재하는 큰 격차에 대해 한인사회가 취할 수 있는 대응 방법에 관해 참석자들의 활발한 대답을 이끌어 내는 도화선이 되었습니다.

LA 카운티 정신건강국의 글래디스 리는 2004년 제정된 정신건강 서비스 법 (Mental Health Services Act ;MHSA)에 따른 캘리포니아 공중 정신건강 시스템의 진화에 대한 배경을 설명했습니다. 정신건강 서비스 법은 정신건강 시스템을 소비자, 가족, 사회의 협력을 통해 정신건강의 회복과 증진을 촉진하는 문화적으로 적합한 모델로 전환시키는 새로운 기회를 창출했습니다. 글래디스는 현재의 악화된 경제상황과 정부의 재정 축소의 상황에서 충분한 혜택을 받지 못한 민족들이 지역 사회의 MHSA 재정지원을 지켜내기 위해서는 정신건강과 관련된 모든 지역사회 단체 및 구성원들간의 긴밀한 결속과 협조, 옹호 등의 활동이 중요하다는 것을 강조했습니다.

OC 보건국의 클레이튼 차우 박사는 앞으로의 공공 정신건강 서비스에 대해 발표했습니다. 차우 박사는 소외된 지역사회에서 정신적 질병이 사회적, 육체적 건강 관리와 정신 건강, 마약 및 알콜 서비스의 통합을 포함한 양질의 전인적인 건강보호 서비스를 제공하는 것이 중요하며, 소수 민족 사회와 다른 기관들이 MHSA 프로그램을 보호하고 의료 혜택의 격차를 줄이기 위한 공동체적인 협력을 해야 한다는 것을 강조했습니다.

*행사를 주관한 한인가정상담소와 코리안 복지센터 스태프들, 행사를 후원해 준 영락교회 및 YNOT 재단, 간식을 협찬해 준 파리 바게트와 심포지움에 도움을 준 많은 연사들과, 진행자들, 통역을 담당한 조안 정을 비롯해 심포지움 기록을 도와준 USC 사회복지대학원 교수 및 학생들에게 특별한 감사를 드립니다.

Kaiser Permanente 병원의 수잔 정 박사는 미주 한인 사이에서 주목할 만한 정신건강 필요성에 대해 한인사회의 관점을 대변하여 발표했습니다. 정박사는 진단되지 않거나 치유되지 않은 정신 질환, 특히 문화적으로 깊이 뿌리 박힌 패턴과 이민자들의 스트레스가 교차됨으로써 이는 가정 전체에 악영향을 미치는 가정 폭력이나 약물 남용같은 행동 장애를 유발한다고 지적했습니다. 특히 정박사는 현재의 제한된 자원에서 우리 한인사회의 서비스 제공자들과 사회 단체 및 종교 단체들, 학교, 정부 기관들이 어떻게 협력하여 정신건강 관련 문제들로 어려움을 겪고 있는 사람들을 지원하고 치료할 수 있는지에 대한 의견을 제시했습니다.

PART II: 소그룹 토론 - 자유토론

심포지움의 두번째 프로그램은 참석자들을 5 개의 소그룹으로 나눠 한인사회의 정신건강 상태에 대해 보다 심도깊은 의견을 나눌 수 있도록 하였습니다. 각각의 그룹 토론은 3 가지의 한인사회 관련 질문을 기본으로 하여 이루어졌습니다.

- 정신건강 서비스를 받는데 직면한 어려움은 무엇인가?
- 우리가 발전시켜야 하는 자원은 무엇인가?
- 정신건강 서비스의 질을 향상시키기 위해 우리가 취해야 하는 행동은 무엇인가?

PART III: 토론 내용 발표와 결론

소그룹 토론 이후, 참석자들은 한자리에 모여 각각의 그룹에서 논의된 의견들과 중점 사안을 발표하며 의견을 나누었습니다.

A. 지역사회단체 및 수요자 (어린이 및 청소년)

진행자: 여명미 교수, Family Practitioner

1. 문제점

- 높은 진단 비용 및 치료비용
- 적합한 서비스 제공 기관과 필요한 정신건강 시스템을 찾기 위한 정보 부족
- 서비스 제공자의 문화적.언어적 이해 부족으로 인해 의사소통이 어려워 좋은 결과를 얻기 어려움.
- 한국어 구사자와 이중 문화를 가진 실무자의 부족
- 문화적.언어적 역량 부족으로 필요한 자원과 사람을 효과적으로 연결시켜주는 소개 및 연계 서비스 부족.

2. 제안

- 저렴한 비용의 치료 서비스를 위한 지역사회 내부 및 외부의 지원 확보
- 한국인 고객들이 이용할 수 있는 가정폭력 발생 대처법, 정신 질환 초기 증세 및 진단 등에 관한 지침이 들어있는 정신건강관련 한국어 자료책 개발.
- 학교, 약국, 병원은 물론 지역사회 안내서, 뉴스레터와 웹사이트 등을 이용한 광범위한 정신건강 자료 제공
- 한국인 소비자와 가족들을 위한 NAMI 와 같은 지역적인 정신건강 서포트 그룹 형성

- 정신 질환과 행동 장애를 가진 자녀들의 부모를 위한 질높은 교육과 지원 제공
- 공공 정신건강 종사자들과 사회 구성원들간의 의견차이 및 정신건강 시스템들 사이의 격차를 없애기 위해 KAFSC, KCS 를 비롯한 지역 사회 단체들의 노력 필요
- 합리적인 정신건강 서비스와 소비자를 위한 지원 서비스를 보장하기 위해 종교, 지역사회 서비스 제공자, 훈련받은 자원 봉사자들이 네트워크 형성을 할 수 있도록 돕는 지역사회의 기반시설 개발 필요

•
B. 지역사회와 소비자 II (성인과 노인)

진행자: 1) 김고미경 교수, CSUF
 2) 이상진, Sunny Hills ADHC

1. 문제점

- 한국인이 이용 가능한 정신건강 치료 프로그램의 부족
- 한국어 구사 가능한 정신건강 전문가 부족
- 사회복지 기과, 지역사회 서비스 제공자 및 자원 봉사자들의 문화적 이해와 정신건강 관련 문제에 대한 이해 부족
- 한인사회의 인식부족으로 인해 우울증과 같은 정신 질환의 조기 발견이 어려움
- 노인들의 정신건강 필요성에 대한 지역사회의 관심 부족

2. 제안

- 정신건강 분야의 정책을 제안하고 결정할 수 있는데 기여할 수 있는 한인 정신건강 전문가 그룹 리더 발굴 및 지원
- 정기적인 신문 사설과 지역사회 워크숍을 통해 정신건강에 대한 지역사회 인식 증진
- 한인사회내의 저소득층이나 노인들을 위해 적합한 정신건강 서비스를 제공하고 카운티 지원을 받는 클리닉에 한국어 구사 가능한 서비스 제공자를 더 많이 배치할 수 있도록 하는 옹호활동 필요
- 미주 한인 80%이상이 종교활동을 한다는 사실에 기인하여 종교와 정신건강 서비스 제공자들의 긴밀한 파트너쉽 증진은 필수적
- 영적인 부분과 정신건강 사이의 연결관계를 인식하고 성직자들을 위한 알맞은 훈련 제공
- 정신건강 분야에서 이중언어 사용 가능한 전문가 양성 장려

C. 정신건강 전문가 (Korean speaking)

진행자: 1) 오정열 박사, 심리학자
 2) 그레이스 정, KCS

1. 문제점

- 정신질환 및 문제에 대한 조기 중재의 어려움과 적합한 치료에 장애가 되는 문화적 두려움과 수치감
- 사회 구성원들내에서 정신건강의 필요성에 대한 인식 부족
- 정신건강 서비스를 받는데 장애가 되는 고비용 부담
- 전문가들에게 조차 부족한 기존의 한국어 서비스와 자원에 관한 정보

- 적합한 정신건강 자원 및 자료에 접근하기 어려움
- 성직자들이 신도들에게 전문적인 치료 서비스를 추천하는 것을 주저함

2. 제안

- 정신건강 서비스에 관한 문화적 장벽 극복을 위해 교회, 지역사회, 한국 미디어 등을 이용하여 지역사회 교육을 확대할 것
- 한인 이민자들을 위한 문화적으로 적합한 정신건강 프로그램 개발
- 정신건강 문제들에 관심이 있는 지역 사회 구성원들을 위한 자원봉사자 훈련과 기회를 제공
- 제공 가능한 서비스, 서비스 전문 분야, 서비스 비용 등 소비자 중심의 자세한 내용이 포함된 정신건강 정보들을 한국어 사용 소비자들이 접하기 용이하도록 이중언어로 출판 및 온라인 개제
- 미주 한인 정신건강 서비스 제공자들의 포괄적인 주소록 개발과 한인 정신건강 전문가들이 서로 네트워크 할 수 있도록 장려할 것
- 정신건강 문제들과 기존 정신건강 서비스에 대한 지역사회 인식 고양을 위해 정신건강 관련 워크숍과 세미나 등에 관한 정보 및 기사가 충분히 다루어 질 수 있도록 한인 미디어들과 긴밀한 협조 필요
- 신도들의 정신건강과 관련된 사역을 하고 있는 종교 지도자들과 직원들에게 법적/공식보고에 관한 의무를 포함한 정신건강 복지에 관한 훈련 실시

D. 전문가 & 소비자(영어사용자)

진행자: 1) 스텔라 김, YNOT Foundation
2) 줄리우스 김, KCS

1. 문제점

- 메디칼 혜택을 받지 못하는 저소득층을 위한 정신건강 서비스의 부재
- 정신 질환과 정신건강 서비스를 둘러싼 문화적 거부감
- 높은 학업성취도에 가려져 있는 미주 한인 학생들의 제대로 치료받지 못하고 있는 정신적 질환 및 문제들
- 목회자 혹은 비공식적인 상담과 전문적인 정신건강 서비스와 구별하지 못하여 정신건강의 가치 인식을 제대로 못함
- 영적인 치유와 정신건강 서비스, 육체적 건강과 정신질환 사이의 관계 인식이 잘못 인식되어 필요한 정신건강 치료를 받는데 장애 발생
- 한가지 접근방법으로는 충족시킬 수 없는 미주 한인사회내 다양한 문화 그룹들의 여러가지 요구들
- 정신건강 재원의 지속적인 삭감에 직면하여 더 많은 서비스들을 위한 옹호
- 지원자격 미달이나 이민 신분의 불안함으로 공공 보조를 신청하지 않아 상대적으로 낮은 한인사회의 메디칼 가입률

2. 제안

- 정신건강 서비스에 대한 거부감을 극복하고 필요한 서비스를 추천할 수 있도록 지역사회 지도자, 종교 지도자와 건강관리 전문가들의 교육과 적극적인 개입 필요
- 정신건강 서비스의 중요성과 정신 질환의 신호와 증상들에 대한 지역사회 교육 필요
- 익숙하지 않은 정신건강 시스템 이용을 개방하고 이민자들은 물론 2 세대의 서비스 이용이 증가할 수 있도록 문화적·언어적으로 적합한 전략적인 방법을 통해 정신건강 서비스 이용에 대한 장려 필요
- 모든 세대가 이용할 수 있도록 소비자를 고려한 이중언어 정신건강 자료 개발
- 정신건강 서비스에서 신앙적인 부분도 포괄적으로 다룰 수 있는 훈련 기회 제공
- 정신건강 서비스 분야의 재정 감축으로 인한 서비스의 격차를 줄이기 위해 서비스 제공자, 지역사회, 정부의 정신건강 관련 기관 사이의 다각도의 공조 체제 형성

E. 종교 지도자:

- 진행자: 1) 사무엘 리 목사, Young Nak Church
 2) 김미선 목사, Sarang Church

1. 문제점

- 정신건강 문제들에 대한 지식과 한국어 구사 소비자들이 이용할 수 있는 자원 부족
- 문화적 요인으로 인한 외부 중재에 대한 거부감
- 정신건강 치료에 대한 이질감과 지역사회 서비스에 대한 불신
- 정신건강 서비스에 대한 자원과 기금 부족
- 교회와 정신건강 서비스 제공자간의 협력 부족

2. 제안

- 교회에서 정신건강의 필요성과 정신건강 치료 과정에 대한 교육 기회 확대
- 정신건강 서비스의 이용과 접근을 촉진하기 위한 교회와의 협조
- 종교 지도자들간의 정보 공유를 위한 네트워킹 구축
- DMH 클리닉에서 더 많은 한국어 서비스를 제공하도록 옹호
- 정신건강 서비스 자원을 극대화하기 위해 지역사회 단체들간의 협력 관계 증진
- 지속적인 정신건강 교육을 위해 추가적인 교육 기회 제공

문애리 박사 “Moving Forward”

문애리 교수는 이 날 진행되었던 토론에서 분명하게 드러난 공통적인 문제들을 정리했습니다. 또한 문교수는 제대로 혜택 받지 못하고 있는 한인사회에 절대적으로 부족한 정신건강 서비스 개선을 위한 대응책으로 참가자들에게 보다 전략적이고 체계적이 될 것을 제안했습니다. 공공 재정이 축소되고 있는 현재의 상황에서 특정 한민족을 위한 그들만의 요구를 충족시킬 수 있는 지역사회 프로그램 운영은 무척 어려운 것이 현실입니다. 따라서 문교수는 미주 한인 소비자들을 위한 프로그램 증대를 위해서는 지역사회와 공공 자원으로부터 지원을 받아 한인사회의 수요조사를 통한 우리만의 정확한 자료를 만들어 공평한 MHSA 재정 지원을 받을 수 있는데 도움이 되는 데이터를 제시할 수 있어야 한다고 강조했습니다. 문교수는 또한 캘리포니아에서 많은 부분 축소 평가되어 있는 미주 한인들의 영향력을 키우고, 한인사회에 타격이 되는

정신건강 서비스의 큰 격차에 대해 강력히 대처할 수 있는 충분한 재정보호를 위한 확실한 자료들을 만들어야 한다고 제안했습니다. 문교수는 우리는 반드시 문화적, 언어적으로 적합하고 오랫동안 소리없이 고통받고 있는 미주 한인사회 구성원들이 이용할 수 있는 서비스들을 옹호하기 위해 하나로 힘을 합쳐야 한다고 주장했습니다.

종합 요약

발표와 소그룹 토론을 통해 분명해진 몇가지 공통적인 문제

1. 문제점

- 이중언어와 이중문화에 익숙한 정신건강 서비스 제공자의 부족
- 높은 서비스 이용료
- 정신건강 문제들과 서비스에 관한 인식 부족 및 문화적 거부감
- 서비스 제공자와 교회, 정부 그리고 지역사회간의 협력 부족
- 영적인 부분과 정신건강, 그리고 종교와 정신건강 서비스의 분리
- 미주 한인들에 대한 서비스를 제공하기 위한 기금 부족

2. 제안

- 정신건강 서비스 제공자들간의 자원 공유와 네트워킹 활성화
- 미주한인 소비자를 위한 이중언어로 된 인쇄 및 온라인 자료 개발
- 병원, 학교 그리고 다른 장소들을 통한 활발한 정신건강 관련 교육과 홍보
- 정신건강 서비스에 대한 인식 고양 및 서비스 이용 장려를 위한 지역사회, 종교 단체, 정부, 그리고 서비스 제공자들간의 협력 체계 구축
- 이민 한인들과 그들의 자녀들에게 필요하고 적합한 정신건강 서비스 확대를 위한 효과적인 옹호
- 정신건강 관련 문제들에 적절히 대처할 수 있고, 기존의 서비스에 연계 시켜줄 수 있도록 지역사회 서비스 제공자, 자원봉사와 종교 지도자들 훈련
- 공공 기금 확보를 위한 강하고 단결된 한인사회의 목소리 피력 및 옹호

결론

이번 심포지움은 다양한 정신건강 관련 종사자들이 한자리에 모여 충족되지 않은 정신건강관련 요구들에 관한 토론과 치료 시스템을 발전 시킬 수 있는 방법에 대한 브레인스톰을 할 수 있었던 좋은 기회였습니다. 불균형적으로 높은 비율의 알콜중독, 우울증, 자살, 가정폭력, 어린이 학대 문제와 이 밖의 정신건강 문제들을 직면하고 있으며 이로 인해 수 많은 문제들을 발생하고 있는 미주 한인사회에서 이런 정신건강 심포지움은 이미 오래전에 개최되었어야 했습니다. 예상외로 많은 참석자 수와 심포지움에 대해 압도적으로 많은 긍정적인 피드백들은 미주 한인사회가 현재 채워지지 않은 정신건강 관련 요구들을 해결하기 위해 애쓰고 있으며, 앞으로의 한인들의 정신건강 증진을 위해 노력할 준비가 되어 있다는 것을 보여주는 자리였습니다. 이번 심포지움과 리포트는 미주

한인 사회만의 특별한 정신건강 요구에 대처하기 위한 첫걸음이라고 할 수 있습니다. 다음 단계를 향해 가기 위해서 우리는 이 리포트에 나와있는 제안들을 현실화해야 할 것입니다. 그리고, 다음 심포지움을 통해 우리의 발전을 평가하고, 개선할 부분을 확인하고, 종사자들간의 네트워크를 더욱 확대해야 할 것입니다.