

[발표 3]

인생의 보람과 후회 - 성공적 노화여부에 따른 비교 -

윤현숙(한림대)

유희정(한림성심대학)

I. 연구목적

노년기는 인생을 회고하고, 자신의 과거의 성공과 실패에 대해 주관적으로 평가하는 시기이다(Erikson, 1968). 본 논문은 노인들이 자신들의 인생을 돌아보면서 느낀 인생의 보람과 행복, 그리고 후회의 내용과 그 의미를 알아보려고 한다. 특히 성공적 노화를 기준으로 성공적 노화노인과 실패노인 두 집단의 경험과 그 의미를 분석해 보고자 한다. 이러한 작업을 통해서 성공적 노화를 전 생애에 걸쳐 폭넓게 이해하는데 기여하고, 성공적 노화여부에 따른 사회적 지원방법을 모색하기 위한 기초자료를 제공하는 데 본 논문의 의의가 있다.

II. 선행연구 고찰

인생에 대한 회고는 노년기의 일반적인 경험이고, 생활만족도에 긍정적인 영향을 미친다(Butler, 1963). 인생회고의 방식은 성공적 노화와 관련이 있어서 성공적 노화노인은 과거를 수용하고 갈등을 해결하는 통합적 회상이나, 과거의 목적 성취와 관련된 수단적 회상을 많이 하는 반면, 실패노인은 과거에 대한 죄의식 속에서 절망적이고 강박적인 회상을 많이 한다고 보고되고 있다(Wong & Watt, 1991). 또한 Bauer, McAdams & Sakaeda(2005)는 성숙하고 행복한 사람은 그렇지 않은 사람보다 생애회고시 성장과 관련된 기억(growth memory)를 한다고 보고하고 있다. 즉 돈, 사회적 지위, 외모와 같은 외재적, 물질적 관심보다는 개인의 성장, 관계의 조성, 사회에의 기여 등 내재적 가치에 근거해서 삶을 해석한다고 보고하고 있다. 이렇게 볼 때 성공적 노화여부에 따라 인생회고방식이 상이할 것으로 예상된다.

심리적 well-being에는 hedonic 측면과 eudaimonic 측면이 있다(Ryan & Deci, 2000). 전자는 즐거움이 크고, 고통이 없는 상태를, 후자는 개인의 성장, 인생의 의미, 잠재력 실현과 관련된 긍정적 정서를 강조한다. 성공적 노화의 개념정의에 있어서도 인생에 대한 행복감과 만족감을 강조하는 학자(Havighurst, 1963)이 있는가 하면, 이를 넘어서서 보다 고차원적으로 성공적 노화를 보는 학자도 있다. Ryff(1989)는 성공적 노화를 단순히 생활만족도를 넘어서는 것으로 보고, 자아수용, 인생의 목적, 개인성장, 타인과의 긍정적 관계, 자율성, 환경에의 숙달 등을 제시하고 있다. Fisher(1995)는 노인들은 성공적 노화를 사회에 기여하고, 타인을 돕고, 성장하는 등 인생에 대한 목적의식과 관련하여 인식하고 있음을 보여줌으로써, Ryff의 이론을 경험적으로 증명하였다. 본

연구에서는 인생의 보람과 행복에 대한 질문을 하고 있는데, 보람과 행복은 이런 면에서 차이가 난다고도 볼 수 있다. 보람은 개인의 자아를 넘어서서 목적과 사람, 인생의 의미에 연결된 개념이라면, 행복은 즐거움이 크고, 고통이 없는 상태를 말한다. 따라서 성공적 노화를 한 노인은 그렇지 않은 노인보다 인생의 성공을 회고할 때 행복보다는 보람을 더 많이 언급할 수도 있다.

후회는 개인이 이루기를 바랐던, 그러나 얻을 수 없었던 목표 혹은 과거의 의도에 대한 회상을 말한다(Lecci, Okun & Karoly, 1994). 후회는 실제의 결과와 “다를 수도 있었다고” 상상하는 대안적 결과를 대조하는 데서 나오는 부정적인 정서이다(Gilovich & Medvec, 1995). 이런 면에서 후회는 심리적 적응, 삶의 만족도, 우울증에 영향을 준다(Landman & Mannis, 1992). 후회는 개인의 성향 뿐만이 아니라 그 사회의 문화적 신념(Alexander, Rubinstein, Goodman & Luborsky, 1992)에 의해 영향을 받는다. 또한 성, 인종, 계층 등 사회구조적 제약에 의해 영향을 받는다(DeGenova, 1996; Shieman, Pearlin, & Nguyen, 2005). 미국에서는 모든 연령의 사람들이 교육에 대해서 가장 많은 후회를 하는데, 노인의 경우에도 예외는 아니다(Roese & Summerville, 2005; DeGenova, 1996).

Ⅲ. 연구방법

본 연구는 2006년 한림대 고령사회연구소에서 수행한 “성공적 노화에 관한 질적 연구” 자료 중 일부를 분석하였다. 서울과 춘천에 거주하는 노인 1405명 중 성공적 노화여부에 대한 엄격한 기준을 적용하여 선별된 노인 중 면접이 이루어진 80명이 본 연구의 조사 대상이다. 이중 성공적 노화 노인은 44명이고, 실패노화노인은 36명이다. 이들을 대상으로 “지금까지 살아오면서 가장 보람되고 행복한 일이 무엇입니까?”, 그리고 “지금까지 살아오면서 가장 후회스러운 일이 무엇입니까?” 라는 질문에 대해서 자유응답을 받았다. 조사는 2006년 8월 26일에서 9월 15일 사이에 이루어졌으며, 17명의 노련한 조사원에 의해 실시되었다. 수집된 자료에 대한 분석은 내용분석법을 사용하였다. 즉 개방형 질문에 대한 인터뷰내용을 몇 개의 범주로 분류하고, 범주내의 응답의 의미를 가장 잘 나타내는 개념을 추출하였다. 여기서 범주별로 빈도분석을 함으로써, 성공노인과 실패노인의 경험을 양적으로 분석하였다. 동시에 응답의 의미를 분석함으로써, 질적인 분석을 시도하였다.

Ⅳ. 연구결과

1. 면접 참여자의 특성

면접 참여노인을 성공노인과 실패노인으로 구분하여 볼 때, 두 집단 간에는 인구, 사회적인 특성이 뚜렷하게 대조되었다. 성공노인들은 65세에서 69세 사이가 50%로 연령이 낮고, 남성의 비율이 높았다. 또한 중졸이상의 고학력자가 많았으며, 매달 용돈이 20만원 이상인 사람이 절반이나 되어, 사회경제적 지위가 높은 편이다. 가족관계에서는 배우자가 있는 경우가 82%로 대다수였다. 반면 실패노인은 75세 이상 고연령층이 42%나 되고, 여성의 비율이 높았다. 학력에서는 무학이, 용돈은 10만원미만이 가장 많아서 사회경제적 지위는 낮은 편이다. 가족관계에 있어서도 약 2/3 가 배우자가 없는 노인이었다.

2. 살면서 가장 보람되고 행복했던 일

1) 삶의 영역별로 가장 보람되고 행복했던 일의 빈도

우선 살면서 가장 보람되고 행복했던 일에 대해서 '없다'는 응답은 성공집단에 비해 실패집단이 훨씬 더 많았다(9.1% 대 22.2%). 둘째, 성공집단이나 실패집단이나 모두 가족영역을 가장 많이 언급하고 있어(52.3% 대 52.8%)로 노후에 있어 인생의 보람과 행복을 결정하는 가장 중요한 핵심적 삶의 영역은 가족임을 알 수 있다. 셋째, 살면서 가장 보람되고 행복한 일에 대해서 실패집단에서는 가족과 직업에 관한 영역만이 언급되고 있다. 반면 성공집단에서는 가족, 직업 외에도 이웃, 인생전반 등 다양하게 영역이 언급되고 있다.

2) 인생의 보람과 행복한 일에 대한 주관적인 의미

(1) 부모 책임을 다한 보람 vs 자녀를 키우는 재미

성공집단에서는 살면서 가장 보람되고 행복한 일로서 가장 많이 언급된 것이 자녀를 결혼 시킨 것, 손주를 본 것, 자녀가 가정을 가지고, 무난히 잘 살아가는 것을 들고 있다. 이들은 후대를 이어가는 것, 혹은 자녀를 잘 키워서 자기 갈 길로 보내는 것이 인생의 중요한 목적적이고 의미이라고 생각하며, 여기서 보람을 느낀다.

이와는 대조적으로 실패노인들은 살면서 가장 보람되고 행복한 일로서 “자녀를 키우는 재미”를 가장 많이 언급하고 있다. 이들은 젊어서 한창 자녀를 키울 때가 가장 좋았고 행복했다고 응답을 하고 있다. 그리고 애들이 재롱 떠는 게 보고 좋고, 그냥 예쁘기 때문에, 크는 재미로, 돈 벌어서 학교 보내는 재미를 이야기 하고 있다. 이는 실패집단의 경우 장성한 자녀로부터 보람과 만족을 느끼는 경우가 상대적으로 드물다는 것을 보여준다고 하겠다.

(2) 직업을 통한 자기 성장 vs 일하고 돈버는 재미

성공 집단에서는 직업을 통해서 의미있는 관계를 형성하고, 사회에 기여하며, 사람들을 돕고, 열심히 일을 하고, 경제적 자립을 이루고, 오랫동안 직장생활을 대과없이 마친 것에서 가장 인생의 보람을 느꼈다고 보고 있다. 즉 성공노인들은 직업을 통해서 자신이 성장되었다고 느낄 때 살면서 가장 큰 보람을 느낀다는 것이다.

반면 실패한 노인들에게 있어 직업의 의미는 돈을 벌수 있고, 내 마음대로 쓸 수 있었다는 경제적 능력과 이로 인한 경제적 자립을 의미하고 있다. 결국 일할 때가 좋았다는 응답은 이들이 신체적으로 뿐만 아니라 경제적으로도 타인에게 의존해야 하는 현재의 상황에 대한 의식과 깊은 관련이 있다고 하겠다.

(3) 이웃을 돕는 보람

성공노인들은 이웃을 위해서 봉사하고, 물질적으로 나누어주면서 도울 때가 살아오면서 가장 보람과 행복을 느꼈다고 응답하고 있다. 그리고 이처럼 이웃을 돕는 것은 과거의 일일 뿐 아니라, 현재도 진행되고 있으며, 미래에도 하고자 하는 일이다.

(4) 인생 전반에 대한 수용

성공한 노인들의 일부는 자신이 가정생활과 직장생활에 큰 탈 없이 무난하고 조화롭고 평범하게 살아온 사실에서 보람과 행복을 느낀다고 회고하고 있다. 돈이나 사회적 지위, 명예 등 외적인 성공에 큰 가치를 두기 보다는 소박하고 순탄하게 살아온 자신의 인생 전반에 의미를 부여하면서, 자신의 삶과 자아를 있는 그대로 긍정적으로 수용하는 태도를 보여준다고 하겠다.

3. 살면서 가장 후회스러운 일

1) 삶의 영역별로 가장 후회스러운 일의 빈도

성공집단에서는 후회스러운 일이 ‘없다’는 응답이 43.2%인 반면, 실패집단에서는 27.8%이다. 이는 실패한 노인들이 성공한 노인들보다 인생에 대한 후회를 더 많이 경험하고 있음을 보여준다. 두 집단의 차이 중 가장 두드러진 것은 가족 영역에서이다. 성공집단에 비해 실패집단이 가족과 관련된 후회를 더 많이 하고 있다(13.6% 대 33.3%). 성공집단에서는 내면적 도덕이나 가치기준에 미흡한 삶에 대한 후회가 15.9%나 되었다면, 실패집단에서는 5.6%에 불과하였다. 건강관련 후회는 실패집단에서만 나왔다.

2) 인생의 후회에 대한 주관적인 의미

(1) 성공의 기회를 놓침 vs. 한정되고 결핍된 삶

성공한 노인들은 우리 사회에 상대적으로 교육이나 직업면에서 사회적으로 성공할 많은 기회가 있었으며, 이를 선택하지 못한 것을 자신의 책임으로 보는 경향이 있다. 반면 실패한 노인들은 부모가 공부를 시키지 않아서 교육의 기회를 갖지 못하고, 평생동안 살림만 하거나 생존에 급급한 삶을 살아오는 등 지나치게 여유없이, 좁게 살아온 인생, 풍부하지 않은, 결핍된 삶을 살아온 것을 후회하고 있다.

(2) 돈을 못 벌음 vs 돈을 없앴

성공노인이나 실패노인이나 경제적인 안정을 이루지 못한 것을 인생의 가장 큰 후회로 보고 있었다. 그러나 성공노인의 경우는 상대적으로 돈을 벌 기회가 많았는데, 기회를 놓친 것에 대한 후회, 혹은 저축하지 않고 돈을 낭비한 자신의 행동에 대한 후회를 하고 있다. 반면 실패노인은 사업에 실패하거나 사기를 당해서 돈을 없앴 사실만을 강조하는 경향이 있으며, 그 중 일부는 타인의 잘못을 탓하고 있다.

(3) 가족에게 최선을 다하지 못함 vs 순탄치 않은 가정생활

성공한 노인은 사망한 부모나 배우자에게 생전에 좀 더 잘하지 못했다던가, 자녀의 교육과 성공을 더 잘 뒷바라지 하지 못한 것을 후회하고 있었다. 이는 가족에게 최선을 다하지 못했다는 것에 대한 후회로, 가족에 대한 사랑과 좋은 관계를 전제로 하고 있다. 반면 실패한 노인은 배우자, 가족전반, 자녀와 관련하여 후회하고 있는데, 모두 순탄치 않은 가정생활 전반과 관련되며, 현재의 생활에까지 큰 영향을 미치고 있는 것으로 인식된다. 배우자와 관련된 후회는 배우자를 잘못 만나

는 등 대부분이 결혼생활의 실패와 관련된 것이 많다. 자녀, 가족전반에 대해서는 혼자 살게 되고, 아픈 데 돌봐줄 사람이 없는 등 가족관계의 와해나 지지해 줄 가족이 없는 것을 후회하는 내용이 많았다.

(4) 도덕적 기준에 못 미치는 삶 vs 잘못된 생활방식

성공한 노인들은 남을 돕고, 사회봉사를 한다든가, 양심과 신앙에 입각한 삶을 중시하고, 나름대로 그렇게 살아야 한다는 도덕적 기준을 가지고 있다. 그리고 이러한 기준에 따라 살지 못한 자신의 삶에 대해 후회를 하고 있다. 반면 실패한 노인은 자신의 잘못된 생활양식 특히 음주를 후회하고 있으며, 음주가 지금의 빈곤과 질병의 원인이 되었다고 생각하고 있다.

(5) 건강과 현재 삶에 대한 절망

실패한 노인들은 건강하지 못하고, 질병과 장애로 인한 신체적 고통과 사회적 고립으로 인해 현재의 삶에 대한 비판을 후회로써 표현하고 있다. 이들의 삶에 대한 후회는 매우 심하여, 현재 살아 있는 자체를 고통스러워하면서 차라리 죽음이 더 낫다는 절망감을 표현하기까지 한다.

V. 결 론

이러한 노인들의 생애 회고를 통해서 노인들이 추구하는 가치관, 그들 생애의 현실적 제약과 기회에 대한 지각, 생애궤도에서의 성공과 실패에 대한 자기평가 등을 종합해 보면 다음과 같다.

첫째, 노인들에게 가족은 인생을 회고하거나 평가할 때 가장 중요한 영역이다. 이 때 가족은 성공적 노화와 무관하게 모든 노인에게는 가장 인생의 보람과 행복을 주는 영역이었고, 특히 실패한 노인에게는 가장 후회되는 영역으로 나타났다.

둘째, 우리나라의 노년층에서 교육, 직업적 성공의 기회는 한정되어 있는 반면, 돈을 벌 기회는 보다 많았던 것으로 인식되고 있다. 이런 면에서 이들 노인세대는 교육이나 직업면에서 보다는 경제적인 안정을 이루지 못한 것을 후회하는 경향이 컸다. 그리고 돈 벌 기회를 놓친 것에 대한 후회는 성공집단에서 상대적으로 더 크게 나타났다.

셋째, 성공한 노인들은 실패한 노인들에 비해서 인생의 의미와 목적을 타인을 돕고, 사회에 봉사하며, 의미있는 관계를 조성하고, 양심과 신앙에 따라 사는 등 보다 높은 차원의 욕구와 관련하여 인생을 회고하는 사람들의 비율이 상대적으로 더 높았다. 이는 성공한 노인들이 순탄한 가정생활로 안정된 가족의 지지를 받기 때문에 Maslow가 말한 생리적인 욕구나 안전, 소속의 욕구를 넘어선 보다 높은 단계의 욕구인 존경이나 자아실현의 욕구를 가지기 때문일 수도 있다(Fisher, 1995, p. 246). 반면 실패한 노인들의 대다수는 자신의 욕구를 직접적으로 충족시켜줄 수 있는 가족관계나 돈이나 건강 등 현실적인 측면과 관련하여 인생을 회고하고 있음을 알 수 있다. 이는 실패한 노인들은 건강의 상실과 사회적, 심리적 기능이 낮은 상태에서 가족의 지지를 받지 못한 사람들이 많기 때문에 우선적으로 자신의 욕구충족에 보다 많은 관심을 가지게 때문일 수도 있다.

넷째, 성공한 노인들에게는 인생전반과 현재의 삶을 수용하고, 이에 대해 보람과 행복을 많이 느끼고 있고, 실패한 노인들은 인생 전반과 현재의 삶에 대한 후회가 크다고 볼 수 있다. 성공한 노인들은 자신이 살아온 인생 전반에 대해서 보람을 느끼고, 과거 특정 행동을 후회하고 있다면, 실패한 노인은 과거 특정시기에 인생의 행복을 느꼈으며, 현재는 살아온 인생전반에 대해서 후회를

하는 것으로 나타났다.

이처럼 성공적 노화노인과 실패노인은 자신의 인생에 대한 전반적인 평가와 관심영역이 다르기 때문에, 노인들에 대한 사회, 심리적 지원방식도 성공적 노화여부에 달라져야 할 것이다. 성공적 노화노인들은 자신을 넘어선 이웃에 대한 관심과 자원봉사 등에 관심이 많다. 따라서 이들에게 이웃과 사회에 기여하고 보람을 느낄 수 있도록 다양한 자원봉사 프로그램과 노인 일자리 등이 개발되고 이들이 참여하도록 지원할 필요가 있다. 반면 실패노화노인들 중 다수는 순탄치 못한 가정생활에 대한 깊은 후회와 해결되지 않은 가족관계의 문제들로 고통받고 있다. 이들을 대상으로 가족관계로 인한 마음의 상처 등을 이야기하고 치료할 수 있는 새로운 실천방법이 모색되어야 할 것이다. 동시에 그들에게 가족관계를 대신할 수 있는 새로운 관계의 형성 혹은 정서적인 지지를 해주는 것이 필요하다. 다른 한편으로 실패노인 중에는 어릴 때부터 교육의 기회를 가지지 못한 채 한정된 삶을 살도록 강요되거나, 사회구조적 제약으로 인해 다양한 문화적 경험이나 삶의 기회를 갖지 못한 사람들이 많았다. 따라서 이들에게 이러한 상실감을 만회해 줄 수 있는 새로운 학습기회나 사회, 문화적 참여와 활동의 기회가 주어지고, 참여하도록 지원해야 할 것이다. 또한 실패노인의 경우 질병과 장애로 인한 절망감이 크기 때문에 이들에게 건강관리 및 재활, 간병과 요양 서비스 등이 제공되어야 할 것이다.