

# 노년기 교육프로그램 개발의 현황과 과제

## A Study on the Research Trends and Tasks in the Development of the Education Programs for the Elderly

백석대학교 사회복지학부

조 교 수 송 현 애\*

Division of Social Welfare, Baekseok Univ.

Assistant Professor : Song, Hyun-Ae

---

### <Abstract>

Korean society with low fertility rate and high aging rate crisis has been tried very hard to find out alternatives to solve these social problems. These efforts resulted in increasing the development of education programs for the elderly. The education for the elderly have been development in various different academic fields. Therefore, this is the time to establish database for education programs which developed so far.

The purpose of this study is to examine research trend in the field of education programs for the elderly in Korea. For this purpose, 62 education programs for the elderly which developed so far were analyzed. The results of this study were as followed.

The topics of education programs for the elderly were divided into the following : a marriage enrichment programs for the elderly married couples, leisure programs, death education programs, health education programs, economic education programs, education programs for grandparents raising their grandchildren, etc. Based on the results of this analysis, the tasks of future research about education programs for the elderly were presented.

---

▲주요어(Key Words) : 연구동향분석(analysis of the research trends), 노년기 교육프로그램(the education programs for the elderly), 노년기 부부관계향상 교육프로그램(marriage enrichment program for the elderly married couples), 건강 교육프로그램 (health education program), 죽음 교육프로그램(death education program)

### I. 연구의 필요성 및 연구목적

우리나라의 경우 평균 기대수명이 80세에 이르고, 전체인구에서 65세 이상의 노인이 차지하는 비율이 11.3%에 달하며(통계청, 2011), 앞으로 5년 후인 2016년이 되면 65세 이상의 노인 인구가 0-14세 사이의 유소년인구를 앞지르는 인구역전 현상이 나타날 것으로 전망되는 등 OECD 국가 중에서 고령화

속도가 가장 빠르게 진행되고 있다. 이에 따라 이러한 급속한 고령화의 흐름이 경제, 복지, 노동시장, 의료, 교육 등 사회전반에 미칠 영향에 대한 분석과 그에 대한 대책에 관한 연구들이 활발하게 전개되고 있다(한정란, 2008b). 고령화에 따른 문제를 해결하기 위해서는 지금까지와 같이 노인들을 의존적인 피부양인구로서 다루는 보호위주의 정책으로는 급증하는 노인층의 복지에 대한 수요를 감당할 수 없을 뿐만 아니라 베이비붐 세대 등 새롭게 등장하는 노년층의 요구에도 적절히 대응할 수 없기 때문에 전반적인 노인정책의 변화가 요구(김태식 등,

---

\* 주저자 · 교신저자 : 송현애 (E-mail : shyuna@bu.ac.kr)

2007)되고 있다. 즉 생활비를 보전해주고, 수당을 지급하고, 급식을 실시하고, 숙소와 치료를 제공하는 소극적인 의미의 복지만으로는 이제 고령화사회에서의 복지가 완성될 수 없으므로 적극적이고 예방적인 방법을 찾아내야 하며(한정란, 1998) 그 한 방법으로 주목되고 있는 것이 노인교육이다.

우리나라보다 인구고령화를 일찍이 경험한 서구사회에서는 노인정책의 기본방향을 노인의 성공적인 사회적 적응에 역점을 두고, 예방복지대책의 일환으로서의 사회교육적인 접근방법을 근본적이고 효율적인 방법으로 보고 있다(이순희, 2001). 이들 나라에서는 퇴직이후 건강하게 지내는 연장된 노령기를 제3기 인생(the third age)이라 하여 자기성취의 시기로 개념화하고 있으며 노년기에도 계속적 학습을 통해 자기성취의 삶을 사는 것을 바람직한 노년기 생활상으로 여겨 이들을 대상으로 하는 교육프로그램이 체계화되고 있다(박상철, 2009). 우리나라에서도 최근 고령자의 자립능력을 강조하는 사회적 분위기가 확산되고 노인들의 교육수준, 생활수준의 향상으로 노인들 스스로 학습에 대한 욕구가 증가하면서 노년기 교육의 중요성이 그 어느 때보다 강조되고 있다. 1990년대 이후 국가의 경제발전에 힘입어 개인과 가족의 삶의 질에 대한 인식이 높아지면서 노년기에 일어나는 여러 가지 문제들을 예방하여 성공적인 노화를 이루기 위한 효과적인 방법 중의 하나로 노년기 교육에 대한 관심이 높아지고 있다. 이에 따라 매년 꾸준히 노인을 대상으로 하는 교육프로그램이나 노부부를 대상으로 하는 교육프로그램, 그리고 노년기준비교육 프로그램이나 노인부양가족을 대상으로 하는 교육프로그램 등이 개발되어오고 있다.

노년기 교육을 보다 활성화시키기 위해서는 개발된 교육프로그램을 지속적으로 실행할 수 있어야 하지만 현재의 노년기 교육프로그램들은 개발자들이 그 효과성을 측정하기 위해 실시한 경우를 제외하면 지속적으로 실행되고 있는 것이 거의 없는 실정이다(조희선·성혜영, 2002). 그래서 상당수의 교육프로그램들이 연구자들의 많은 시간과 노력으로 개발되어졌음에도 불구하고 적재적소에서 활용되지 못한 채 사장되고 있다. 현재 전국의 건강가정지원센터에서 주요사업 중의 하나로 가족교육사업을 시행하고 있으며 생애주기별 교육의 일환으로 노년기 가족생활교육을 실시하고 있으나 이를 제외한 노인복지관 등 노년기 교육을 실시할 수 있는 대부분의 노인기관이나 시설 등 일선현장에서의 활용도는 그리 높지 않은 실정이다. 이는 현재 어떠한 주제와 내용의 노년기 교육프로그램이 개발되어 있으며 그 프로그램들을 노인들에게 시행하였을 경우 노년기의 어떠한 측면에 효과가 있는지 등에 대해 체계적으로 정리된 자료가 없기 때문이라 할 수 있다. 따라서 본 연구는 우리나라 노년기 교육프로그램에 대한 정확한 현황 조사가 전혀 이루어져 있지 않은 현 상황에서(정미자 등, 2009: 169) 지금까지 우리나라에서 개발된 노년기 교육프로그램들

을 찾아 체계적으로 분석해 봄으로써 급속한 고령화 문제 해결의 핵심으로 부각되고 있는 노년기 교육을 활성화시키는 계기를 마련해 보고자 한다.

본 연구는 베이비붐 세대라는 거대한 집단이 서서히 퇴직을 시작하며 대거 노년층으로 유입되기 시작하는 현 상황에서 매우 의미있는 작업이 될 것이며, 노인교육을 실시하고자 하는 기관이나 노인교육을 담당하는 노인전담교육기관 및 노인복지관 등 일선 현장에서 그들이 원하는 노년기 교육프로그램에의 접근을 용이하게 하고, 새로운 프로그램을 기획하는 데에도 도움을 줄 수 있을 것이다. 뿐만 아니라 본 연구의 결과는 향후 개발이 요구되는 노년기 교육프로그램의 방향을 제시하고, 앞으로의 성장과 도약을 위해 어떤 과제가 선행되어야 하는지에 대해서도 유용한 자료를 제공할 수 있을 것이다.

## II. 연구방법

### 1. 조사대상

학술데이터베이스 정보사이트인 KISS, 학술연구정보서비스 RISS, 국가과학기술정보센터 NDSL, 국가지식포털, 국회전자도서관 검색 등에서 '노인 / 교육프로그램', '노년기 / 교육프로그램'이라는 검색어를 입력하여 제시된 자료 중 한국노년학회지, 한국가정관리학회지 등 여러 학문분야의 학술지에 게재된 논문 중 연구자들에 의해 개발된 노년기 교육프로그램들을 본 연구의 대상으로 하였다. 이들 노년기 프로그램들은 크게 '노인을 위한 교육(education for older people)'과 '노인에 관한 교육(education about older people)', '노인에 의한 교육(education by older people)' 등 세 영역의 프로그램으로 나누어 볼 수 있는데, 본 연구에서는 노인학습자들을 대상으로 하는 '노인을 위한' 교육프로그램 전체에 대한 분석에 초점을 두었다. 다만 '노인에 관한 교육' 중 노년기준비 교육프로그램은 노년기를 앞둔 예비노인층뿐 아니라 노년층을 대상으로도 행해지는 경우가 많아서 본 조사대상에 포함시켰다. 그러나 선택된 개발 프로그램 중에서도 종교적인 배경 하에 만들어져 신앙적인 내용이 주가 되고 있는 노년기 교육프로그램들은 분석대상에서 제외하였다.

### 2. 조사내용

수집된 노년기 교육프로그램들이 어떠한 주제와 내용을 중심으로 하여 구성되어있는지에 주목해서 정독하였으며, 주제와 내용별로 유사한 프로그램끼리 분리하였다. 그 결과 다음 <표 1>에서 보는 바와 같이 노년기준비교육, 노후생활전반에 대한 내용을 다루는 노년기 적응 및 향상 교육, 노후생활전반이

<표 1> 시기별 및 주제별 노년기 교육프로그램

연도	주제	노년기 준비교육*	노년기 적응 및 향상 교육							계	
			노후생활 전반교육	부부관계 향상교육***	여가교육	죽음교육	건강교육	경제교육	조손관계 향상교육		기타교육
1992						1				1	
1993		1								1	
1994										0	
1995										0	
1996						1				1	
1997						1				1	
1998		5**	1							6	
1999						1				1	
1990년대 합계		6	1			2	2			11	
2000		1	1							2	
2001		1								1	
2002			1				1			2	
2003				1	1		1			3	
2004			2	1			3		1	7	
2005		1			1	1	1	2	2	8	
2006			1	1		1		1	1	5	
2007							1		4**	5	
2008			2		1				1	4	
2009		1	1	2	1	2	2		1	10	
2010								1	1	2	4
2000년대 합계		4	8	5	4	4	9	2	3	12	51
노년기 교육프로그램 총계		10	9	5	4	6	11	2	3	12	62

\* 노년기 준비교육프로그램에는 퇴직준비교육프로그램이 포함됨

\*\* 하나의 연구에서 2가지 이상의 프로그램이 제시된 경우 별개의 프로그램으로 집계함

\*\*\* 부부관계향상교육프로그램에는 성교육프로그램이, 건강교육프로그램에는 영양교육프로그램이 포함되어 집계됨

아닌 특정 주제 중심의 노년기 적응 및 향상 교육(부부관계향상 교육, 여가교육, 죽음준비교육, 건강교육, 경제교육, 조손관계 향상교육, 치료요법 등을 활용한 교육이나 정보화의 흐름에 따라 개발된 웹기반 교육 등 기타교육) 프로그램 등으로 구분되었다. 그 각각의 프로그램은 개발자와 프로그램명, 주제나 내용 등 구성, 교수 방법과 기간, 대상 등을 중심으로 고찰하여 표로 제시하였으며, 또한 개별연구자들이 자신들이 개발한 프로그램을 시행하고 난 후 면접 등 질적 평가나 설문지를 이용한 양적 평가 혹은 이 두 가지를 혼합한 평가를 하고 밝힌 결과를 '효과성 분석'란에 제시하였다(<표 2>~<표 10> 참조).

### III. 노년기 교육프로그램 개발 동향

지금까지 개발된 노년기 교육프로그램들에 대한 동향을 살펴본 결과는 <표 1>과 같다. 이들 프로그램들은 크게 노인 및 예비노인층을 대상으로 하여 노후생활에 적절히 대처할 수 있도록 하는 노년기 준비교육 프로그램과 개별 노인이나 노부부를 대상으로 하여 노후생활을 원만히 영위할 수 있도록 하는 노년기 적응 및 향상 교육프로그램으로 나뉘며, 이 중

후자 즉 노년기 적응 및 향상 교육프로그램들은 다시 가족생활 전반에 대한 내용을 회기별로 다양하게 다루고 있는 교육프로그램들과 주제를 특화시켜 노년기 부부관계향상, 여가, 죽음, 건강, 경제, 조손관계향상 및 기타의 내용에 초점을 두고 개발된 교육프로그램들로 구분되고 있다.

노년기 교육프로그램은 1992년도에 처음으로 죽음교육프로그램의 개발을 시작으로 2000년대에 들어서면서 프로그램의 주제가 점차 다양해지고 있다. 지금까지 학회지에 발표된 개발 프로그램은 총 62편으로, 노년기준비 교육프로그램이 10편, 노후생활전반을 다루는 노년기 적응 및 향상교육프로그램이 9편을 차지하고 있으며, 특정주제중심 프로그램 중에서는 노년층은 건강교육을 절대적으로 중시한다는 점(한정란, 2008a)을 반영하듯 건강 교육프로그램이 11편으로 가장 많고 이어서 죽음준비 교육프로그램이 6편으로 타 주제의 교육프로그램보다 상대적으로 많이 개발되고 있음을 알 수 있다.

#### 1. 시기별 노년기 교육프로그램 개발 동향

우리나라 노년기 교육프로그램 개발동향을 전체인구 중에서 65세 이상의 노인인구가 7%를 넘어서면서 본격적으로 고령

화사회에 진입한 2000년을 기준으로 구분해 볼 때(<표 1> 참조), 1990년대에 11편이던 노년기 교육프로그램이 2000년대에는 51편으로 대폭 증가했음을 볼 수 있다. 1990년대와 2000년대의 두드러진 차이는 노년기 준비교육프로그램 개발 분야에서 찾아볼 수 있다. 노년기 준비교육프로그램이 1990년대에는 고령화사회를 대비하여 주로 조직에 속해 있는 직장인들을 대상으로 퇴직준비 교육프로그램이라는 이름으로 개발되었으나 2000년대에 들어서면서부터는 일반인들을 대상으로 하는 노년기 준비교육프로그램들이 개발되기 시작하고(<표 2> 참조) 이후 일정한 간격을 두고 새로운 노년기 준비교육프로그램들이 개발되고 있다. 한편 노년기 교육프로그램의 주제도 1990년대에는 건강과 죽음 일변도의 프로그램들이었으나, 2000년대에 들어서면서 서서히 그 주제가 다양화되어 경제, 여가, 가족관계 등으로 영역이 확대되고 있다. 이러한 경향은 모두 고령화 사회의 진행에 따라 노인 및 노년기에 대한 관심이 확산되고 있음을 반영한 결과라고 볼 수 있다.

2000년도 이후에 개발된 프로그램들을 보면 건강관련 교육 프로그램이 여전히 노년기 교육프로그램의 주된 개발 분야가 되고 있어 건강이 노인들에게 가장 큰 관심분야임을 재차 확인할 수 있다. 2003년부터는 노인 일방이 아닌 노년기 부부 모두를 대상으로 하는 부부관계향상 교육프로그램이 개발되기 시작하고, 평균수명의 연장으로 길어진 노년기의 여가가 주목을 받으면서 이를 유용하게 보내기 위한 노년기 여가 교육프로그램이 등장한다. 1990년대 이후 한동안 주춤하던 죽음 교육프로그램은 웰빙에 이어 웰다잉에 주목하는 사회의 분위기와 맞물려 2005년도부터 다시 개발되기 시작한다.

2000년대 중반이후에는 점차 자식과 별거하는 노인가구의 증가, 노인 스스로 자신의 노후를 책임져야 한다는 인식의 확산, 그리고 고령친화산업의 발달로 노인관련 상품과 서비스가 증가하고 이에 따라 노인소비자 피해도 증가하면서 단일주제로서 상대적으로 주목을 받지 못하던 노년기의 경제관련 교육프로그램들이 등장하고 있다. 한편 여성의 사회참가율이 높아지면서 맞벌이 가정이 증가하고 이에 따라 조부모가 자녀 양육의 역할을 대신하는 가정이 많아지고, 높은 이혼율로 가족 해체현상이 두드러지면서 조손가족이 자녀양육 문제의 대안으로 주목을 받으면서 조손관계향상 교육이 새로운 노년기 교육프로그램의 주제로 등장하고 있다.

이외에도 기타 다양한 주제의 노년기 교육프로그램들이 개발되고 있는데(<표 10> 참조) 2000년대 중반 이후 향기요법이나 미술치료와 같은 각종 치료요법을 활용한 노인교육프로그램들이 개발되고, 정보화 시대의 흐름에 따라 휴대전화 교육프로그램이나 웹기반 수업을 활용하거나 신문을 이용한 교육프로그램들도 개발되고 있다. 그리고 양성평등 환경이라는 사회적 흐름을 노년층에 접목해서 개발한 노년기 양성평등 교육이나 꾸준히 증가하고 있는 노인학대를 예방하기 위한 교육과

같은 새로운 주제의 교육프로그램들도 등장하고 있는 추세이다.

## 2. 주제별 노년기 교육프로그램 개발 동향

노년기 교육프로그램들을 주제별로 나누어 좀 더 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

### 1) 노년기 준비교육 프로그램

노년기에 접어들면서 겪게 되는 다양한 변화에 적절하게 대응하기 위해서는 이에 대한 준비의 필요성이 더욱 요구되고 있다. 은퇴 후 노후생활기간이 길어지면서 이 시간을 보다 만족스럽고 건강하게 보낼 수 있도록 하는데 도움을 줄 수 있는 교육프로그램의 개발에 관심이 높아져 노인을 대상으로 하는 노후준비 교육프로그램들이 개발되고 있다(손주영, 2006). 노후생활이 시작되는 하나의 출발점이 되고 있는 정년 퇴직을 기점으로 지금까지의 생활과는 다른 역할과 지위의 변화, 수입의 변화, 환경의 변화, 사회적 관계의 변화 등이 초래되므로 본격적으로 노년기에 접어들기 전에 노년기를 미리 준비하는 것이 중요한 과제로 인식되면서 노년기 준비교육의 일환으로 퇴직준비 교육프로그램들이 개발되고 있다.

본 연구에 의하면 우리나라의 노년기 준비교육 프로그램은 초창기에는 대부분 직장인들을 대상으로 은퇴준비 프로그램에 치중되어 개발되어 오다가 노후생활 전반에 걸친 통합적 시각에서의 노년준비교육 프로그램이 요구되면서 새 천년 이후 속속 통합적 시각에서의 노년기 준비교육 프로그램들이 등장하고 있으며, 중·노년기 이외의 연령층을 대상으로도 노년기 준비교육을 위한 요구도 조사와 프로그램이 개발되고 있다.

퇴직준비 교육프로그램은 김미혜(1993)의 연구를 시작으로 한정란(1998), 허정무(1998)의 연구 등 총 3편에서 볼 수 있는데, 은퇴준비 프로그램들은 그 내용이 매우 제한적이며 단편적인 지식이나 정보 제공에 그치고 있다(김병숙 등, 2005; 최보아·지영숙, 2004)는 선행연구들의 지적과는 달리 <표 2>에서 보는 바와 같이 재정관리에서부터 부부관계 등 인간관계 측면에 이르기까지 광범위한 내용들이 다루어지고 있음을 엿볼 수 있다. 김미혜(1993)는 실질적이고 체계적인 퇴직준비교육을 제공하기 위해 노년기의 변화와 성공적 퇴직생활에 영향을 미치는 요인들, 그리고 현재의 퇴직준비교육과 연구결과들을 고려하여 다양한 정보로 구성되어 있는 퇴직준비교육모형을 개발하였으며, 이는 당시 국내에 생소했던 퇴직준비교육을 소개했다는 점에서 의의가 있다(한정란, 2008a)고 하겠다. 이어서 한정란(1998)과 허정무(1998)는 동년에 퇴직준비교육모형을 제시하였는데 특히 한정란(1998)은 퇴직준비교육의 대상자를 구분하여 40세 이상 혹은 퇴직을 5년 이상 앞둔 근로자, 3년 내에 퇴직예정자, 최소한 퇴직을 1년 이상 앞둔 퇴직예정자

<표 2> 노년기 준비교육 프로그램(퇴직준비교육 포함)

개발자(연도) 프로그램명	구성(주제 및 내용)	교수 방법 및 기간	대상	효과성 분석
김미혜(1993) 퇴직준비교육	재정, 건강, 인간관계, 여가활동, 정보, 사회참여, 퇴직과 노령에 대한 태도, 주택, 법률적 지식, 노인복지서비스	-상담, 강의, 토의, 현장 견학 및 실습, 워크숍 -장기간: 매주 1회씩 3개월/ 단기간:2주간 연속	퇴직 전 1~2년인 퇴직예정자(퇴직 직전에 실시하게 되는 경우에는 부부가 함께 참여)	*모형만 제시
생활설계 프로그램	인간발달에 관한 내용, 일의 의미, 퇴직의 의미와 과정, 건강관리, 여가와 취미, 재정관리, 시간관리, 학습 및 자기개발, 퇴직자 사례 소개, 퇴직제도와 퇴직시 혜택에 대한 소개, 생애설계		-40세 이상 혹은 퇴직을 5년이상 앞둔 근로자, 30인 이내	
한정란(1998) 퇴직준비교육	발달과 노화, 일과 퇴직의 의미, 퇴직 후의 변화, 건강관리 계획, 여가와 취미 계획, 재정관리 계획, 시간관리 계획, 학습 및 자기개발 계획, 주거계획, 퇴직제도와 법적 문제, 가족과 사회관계, 퇴직자 사례 소개, 퇴직 후의 일, 생애개발과 퇴직계획서 작성	-2, 3일 집중적 실시	-3년내 퇴직예정자	*모형만 제시
부부퇴직준비 프로그램	발달과 노화, 일과 퇴직의 의미, 퇴직 후의 변화, 건강관리 계획, 여가와 취미 계획, 재정관리 계획, 시간관리 계획, 학습 및 자기개발 계획, 주거계획, 퇴직제도와 법적 문제, 가족과 사회관계, 퇴직자사례 소개, 퇴직 후의 일, 부부생애개발과 부부퇴직계획서 작성		-최소한 퇴직을 1년 이상 앞둔 퇴직예정자 부부, 15쌍정도의 소집단	
허정무(1998) 퇴직준비교육	프로그램 I ; 정년퇴직후의 여유있는 인생설계 프로그램 1. 우리인생과 노년기/노년기의 특징과 과제 2. 나의 건강계획 3. 나의 경제계획 4. 나의 평생학습 5. 선택 코스 1) 예술감상입문 2) 자원봉사 입문 3) 자립생활입문 4) 컴퓨터입문 프로그램 II ; 부부가 공동으로 참여하는 정년퇴직후의 인생설계 프로그램 1. 개강식/기념강연 2. 자신의 생활양식 설계 3. 고령화사회 속에서의 노인의 역할 4. 식생활과 건강 5. 스포츠와 건강 6. 안정된 경제생활 I 7. 안정된 경제생활II 8. 지역사회활동 참여 9. 자원봉사활동 10. 심포지움/폐강식	-강의, 실습, 현장체험 등 -각 2.5시간	-50세 이상의 직장인	*모형만 제시
전길양 · 송현애 · 고선주 · 김일명(2000) 노년기준비교육프로그램: '풍요로운 노후가꾸기'	1. 노년기와 건강 2. 노년기의 가족관계 3. 노년기의 경제준비 4. 노년기의 여가(여가디자인)	-강의, 활동 -4회기(8회기로 연장 가능), 120분/회	-50대 (40대, 60세 이상도 참여가능)	-노후생활준비를 위한 태도와 행동의 계획 등에서 의식 향상
이순희(2001) 노인교육 프로그램	정신적 건강(6시간) 지적 건강(2시간) 신체적 건강(10시간) 사회적 건강(8시간)	-주로 전문가의 강의, 시범 및 상담 병용 -주 1회 2시간씩 15주	-평생교육원에서 교육을 받고 있는 60세 이상의 노인	-노후생활을 자주적으로 영위하는데 도움이 될 수 있는 지식 향상
김병숙 · 양옥남 · 강 인 · 한은주 · 원미희(2005) 노년준비 프로그램: '성공적인 노년으로 자리매김하기'	생애단계와 노인의 전반적 이해(6시간) 경제적 준비(7시간) 직업(14시간) 건강증진 및 유지(8시간) 죽음과 사별 대비(7시간) 심리적 관리(8시간) 자기완성의 추구(7시간) 노년기의 사회참여(9시간) 원만한 가족관계(8시간) 노인주거(6시간)	-강의, 실습, 토론, 사례발표, 현장탐방 등	-20대(강남대 1학년 76명), 60세 이상(42명)	-노년에 대한 이해, 경제준비, 직업, 건강증진 및 유지, 죽음 대비, 심리적 안정, 사회적 활동, 평생교육, 가족관계, 노인주거의 다양성 등에 대한 이해 증가(단 60세 이상의 경우, 심리적 안정에 대한 이해와 사회적 활동에 대한 이해는 교육 전후 차이없음)
정영미(2009) 웹기반 노년기 준비프로그램	신체적 영역 정신심리적 영역 사회환경적 영역	-웹기반 교육 -각 주제당 1주일에 1개씩 10주	-40~59세의 중 · 장년층	-노인에 대한 지식과 태도, 노년기 생활설계 점수 향상

부부로 구분하여 각각의 상황에 보다 적합한 세 가지 프로그램을 제시하고 있다. 마찬가지로 허정무(1998) 역시 노년기 생활 만족도에 영향을 미치는 관련변인들과 정년퇴직준비교육 프로그램 개발의 일반적인 원리들에 기초하여 50세 이상의 직장인, 퇴직을 결정한 직장인 부부 및 정년퇴직후의 부부 각각을 대상으로 하는 두 가지 퇴직준비교육 프로그램을 제시하고 있으며, 이를 현장에서 적용하여 운영할 경우 상황에 따라 독자적으로 보완 발전시켜서 적용할 필요가 있음을 언급하고 있다. 하지만 이들 두 프로그램들은 아쉽게도 모두 교육프로그램 모형만 제시하고 있을 뿐 실행 및 평가과정을 거치지 않아 프로그램의 효과여부는 알 수 없다는 공통점을 가지고 있다.

전길양 등(2000)의 연구를 기점으로 본격적으로 노년기 준비교육이라는 이름으로 교육프로그램이 개발되기 시작하는데, 노후에 직면하는 현실적인 문제인 사중고(四重苦)에 적극적으로 대처하도록 하기 위해서는 보다 통합적인 노년기 준비교육이 필요하다는 인식하에 노년학 분야의 선행연구들에서 노년기 준비교육에서 고려되어야 할 분야로 지적되고 있는 건강, 가족관계, 경제, 여가 등 네 영역에 초점을 맞추어 개발되어 '풍요로운 노후가꾸기'라는 이름으로 실행한 후 평가를 하였다. 그 결과 교육에 참여한 노인들의 '노후생활준비를 위한 태도와 행동의 계획' 등에서 상당부분 의식이 향상된 것으로 나타났다. 이어서 이순희(2001)는 정신적 건강, 지적 건강, 신체적 건강, 사회적 건강이라는 영역을 중심으로 15회기의 교육 프로그램을 개발하여 비교적 교육수준이 높은 60세 이상의 노인들에게 교육을 실시하였으며 그 결과 '노후생활을 지속적으로 영위하는데 도움이 될 수 있는 지식'이 향상되었다. 김병숙 등(2005)은 청년기부터 진로와 직업에 대한 계획과 더불어 노년기의 생애를 계획하고 준비함으로써 성공적인 노년을 위한 장기적인 계획이 필요하다는 점을 강조하며 노년기 대처방안에 대한 준비교육을 다양한 연령층을 대상으로 제공하는 것이 요구된다고 하였다. 이에 따라 20대와 60세 이상의 두 집단을 대상으로 노년기 준비교육 프로그램을 개발하여 실행하였으며 평가결과 '노년에 대한 이해, 경제준비, 직업, 건강증진 및 유지, 죽음대비, 심리적 안정, 사회적 활동, 평생교육, 가족관계, 노인주거의 다양성 등에 대한 이해가 증가'하는 효과가 있었다.

한편 정보화시대의 흐름에 걸맞게 노년기 교육에도 컴퓨터를 활용한 프로그램이 개발되었다. 정영미(2009)는 노년기 준비교육은 단회성이 아니라 신체적, 정신심리적, 사회적 각 영역에서 통합적 교육이 장기간 시행되어야 하지만 중년층 대부분이 가정경제를 책임지기 위해 사회적, 직업적 삶에 투자해야 하기 때문에 출석중심의 교육방법은 학습자의 교육참여를 낮추는 결과를 초래할 수 있다는 점을 강조하며 시·공간 제약없이 가정에서도 노년기 준비교육을 받을 수 있도록 4, 50대의 중년층을 대상으로 웹기반 노년기 준비교육프로그램을 개발

하여 실시하였으며 그 결과 '노인에 대한 지식과 태도, 노년기 생활설계 점수'가 향상되는 것으로 나타났다.

## 2) 노년기 적응 및 향상 교육프로그램

### (1) 노후생활전반에 대한 노년기적응 교육프로그램

노년기에는 고독과 소외, 노화로 인한 질병 및 경제적인 어려움 속에서 자칫 지루하고 무료하게 시간을 보낼 수 있다. 따라서 점차 길어지고 있는 노년기에 잘 적응하면서 삶의 질을 향상시키기 위해서는 노년기에 직면하는 건강, 경제, 가족관계 등 각종 변화에 잘 적응할 수 있도록 하는 교육의 필요성이 요구되고 있다.

<표 3>에서 보는 바와 같이 노년기 생활전반에 대한 적응을 다룬 최초의 노인대상 가족생활교육프로그램은 김경신(1998)의 연구에서 볼 수 있다. 그는 이론적인 검토를 기초로 건강, 은퇴에의 적응, 원만한 가족관계, 가족문제 해결 등 4가지 영역의 교육내용으로 프로그램을 구성하여 실제 노인교육 현장에서 활용할 수 있도록 하였다. 이어서 김양희(2000)는 특별히 은퇴한 남성노인들을 대상으로 한 가족생활교육프로그램을 개발하였다. 은퇴한 남성들은 지금까지와는 다른 삶의 방식을 선택해야 함에도 불구하고 은퇴에 대한 적절한 대비를 하지 못하기 때문에 문제를 일으키게 된다고 보고, 초기 노년기에 해당되는 퇴직 남성 노인을 대상으로 그들의 개인 및 가족생활의 질을 향상시키기 위한 교육프로그램을 개발함으로써 퇴직 남성들의 노후생활 적응을 돕고자 하였다. 그러나 아쉽게도 이들 두 연구 모두 프로그램 모형 제시에 그쳤을 뿐 노인들을 대상으로 한 프로그램의 실행으로 연결되지는 않아 이 교육을 받은 노인들이 어떠한 측면에서 어느 정도 향상을 보였는지 그 효과에 대한 평가는 이루어지지 않고 있다.

노년기에 적합한 프로그램을 개발하여 실제 노인들에게 교육을 행하고 그 프로그램의 효과를 평가함으로써 노년기 교육의 실질적 기준을 마련하고자 한 것은 유민지와 이기숙(2002)의 연구이다. 그들은 세대 간의 단절과 고부간의 갈등과 같은 어려움을 해결하고 가족관계에서 능동적으로 적응하기 위한 방법으로서 노년기 교육 프로그램을 제안하였으며, 이 교육을 받은 노인들은 '배우자, 성인자녀, 손자녀와의 관계 등 노년기 가족관계가 향상'되는 것으로 나타났다. 한편 최보아·지영숙(2004)은 종래 은퇴교육이 은퇴준비교육으로써만 이루어졌던 점을 보완하여 실제 퇴직 후 여러 생활 문제를 경험하고 있는 은퇴생활자들에게 필요한 은퇴교육프로그램을 개발하였다. 특히 이 교육프로그램은 은퇴 이전에 실시하는 예방적 성격의 교육이라기보다는 은퇴 이후 생활에 재적응하는 시기를 은퇴기로 보고, 이 시기의 보다 나은 생활에 도움을 주고 그 이후의 노년기에 대해 긍정적인 방향을 설정하도록 하고 있다. 은퇴를 경험한지 5년 이내의 노인들을 대상으로 이 프로그램을 실시하고 평가한 결과 생활설계와 자원관리에 대한 이해, 신체·심리

<표 3> 노후생활전반에 대한 노년기적응 교육프로그램

개발자(연도) 프로그램명	구성 (주제 및 내용)	교수 방법 및 기간	대상	효과성 분석
김경신(1998) 노인을 위한 가족생활교육프로그램	1. 젊게 사는 노년기 가족생활 2. 새로이 시작하는 노년기 가족생활 3. 행복한 노년기 가족생활 4. 더불어 사는 노년기 가족생활	-강의, 활동 -주 1회로 총 4회기, 60분강의 10분휴식 40분활동	-60세이상 노인 30-35명	*모형만 제시
김양희(2000) 노인기 적응프로그램	1. 나의 모습은 어떻게 달라졌는가? 2. 나는 지금 어떤 모습으로 달라졌는가? 3. 나의 부부관계는? 4. 나와 성인자녀 및 손자녀와의 관계는? 5. 나의 형제자매 및 친구들과의 관계는? 6. 은퇴 후 나는 어떻게 살 것인가?	-강의, 활동 -총 6회, 90분/회	-은퇴 후 1년 이내로서 55세~60세 이하의 남성노인, 10명이내의 소집단	*모형만 제시
유민지·이기숙(2002) 노년기 가족관계향상을 위한 교육프로그램: '은빛 노후를 위한 우리들의 이야기'	1. 오리엔테이션 2. 결혼생활 및 배우자관계 3. 성인자녀 관계 4. 손자녀 관계 5. 종강식	-강의, 토론, 비디오시청, 글쓰기 등 -매회 120분	-문자해독 가능한 노인 일반	-배우자, 성인자녀, 손자녀와의 관계 향상
이가옥·이현송(2004) 노년기 자아통합 집단프로그램	준비모임 오리엔테이션 친밀감 형성기 1. 나는 누구인가 2. 기억에 남는 것, 기억에 남는 사람들 심화된 경험 공유기 3. 나의 인생곡선 4. 노인으로 살아가기 5. 자식들에게 하고 싶은 말 6. 노인으로 잘 사는 것이란? 종결평가 7. 나에게 중요한 것, 사람들에게 바라는 것	-참가자가 주도적으로 이야기하는 방식 -7회모임, 주1회, 1시간 30분~2시간/주	-자아성취욕구가 강한 노인 5-8명	-자아통합감 및 친밀감 증진
최보아·지영숙(2004) 은퇴자 생활설계 프로그램: '성숙한 노년으로 자리하기'	1. 나의 미래 스스로 만들기 2. 건강한 생활 한껏 누리기 3. 사랑하는 마음 나누기 4. 성숙한 노년으로 자리하기	-강의, 활동, 토론 - 총 4회기, 120분/회	-1936~45년생 남녀로서 은퇴를 경험한지 5년 이내의 사람	-은퇴 후 생활에 대한 이해도(생활설계기초 ~노년상 정립 영역 능력) 증진
박공주·김양희 ·박정윤(2006) 농촌노인 가정생활교육 프로그램	1. 경제생활;인생설계, 안정된 노후 2. 가족관계; 화목한 가족, 행복한 나 3. 건강관리; 건강한 몸, 활력있는 생활 4. 여가활동; 은빛 여가, 활기찬 노후	-강의, 실습, 사례발표, 토의 -4회, 120분/회	-65세이상 농촌노인 5-6명씩 성비 고려한 소그룹	-가정생활에 대한 태도, 지식 향상
신복기·성향숙 ·김수영(2006) 성공적 노화를 위한 교육프로그램	노년기의 건강관리 노년기의 심리사회적 변화와 적응 노인의 성, 재혼 노인복지정책 전통문화 기타(지역사회정보) 정보화교육	-특강중심의 강의와 전산교육 -4개월, 강의는 주 2회, 90분/회, 전산교육은 주 3시간	-글을 읽을 수 있는 60세 이상의 노인	-생활만족도 향상, 우울 감소, 노인태도의 변화
홍숙자·이영은(2008) 미술치료를 활용한 노인자아존중감 증진 교육프로그램	초기 1. 나는 누구인가? 2. 유년기, 청소년기의 나와 꿈 3. 성인기(전기) 결혼과 가족의 의미 중기 4. 성인기(후기) 삶의 애환의 고난 극복 5. 노년기의 노화발달과정 수용 및 적응 6. 노년기의 새로운 계획과 도전 7. 인간관계 매듭 풀기 종결 8. 생의 통합과 긍정적 자아로 통합하기	-강의, 활동 -8회기 120분씩/회	-60세 이상 노인	-자아존중감 향상

<표 3> 계속

개발자(연도) 프로그램명	구성 (주제 및 내용)	교수 방법 및 기간	대상	효과성 분석
홍숙자·이영은(2008) 치료레크레이션을 활용한 노인자아통합 교육프로그램	1. 나는 누구인가? 2. 유년기, 청소년기의 나와 꿈 3. 성인기의 결혼과 가족의 의미 4. 노년기의 자신과 인생 5. 용서와 감사의 경험나누기 6. 생애통합과 새로운 삶 계획	-강의, 활동 -총6회기, 100~120분/회	-60세 이상의 노인	-자아통합감 향상
박상철(2009) 한국형 노후생활설계 교육프로그램	건강한 삶을 위한 교육 여유있는 삶을 위한 교육 보람있는 삶을 위한 교육 당당한 삶을 위한 교육	-각 영역별 10회로 회당 90분 강의와 30분 토론	-50대 이상	*모형만 제시
중앙건강가정 지원센터(2009)	프로그램: 마음을 여는 대화 1. 노인의 이해 2. 마음을 여는 대화법 3. 생산적 가족관계만들기 4. 성공적 노년을 위한 실천방법	-강의, 활동 -각 주제별 각 4회기로 60분~85분/회	-65~75세 이하 남녀 노인부부 및 개인	*전국의 건강가정 지원센터에서는 중앙건강가정지원센 터에서 마련한 매뉴얼에 따라 교육 실시 후 각 센터별로 교육참여자들을 대상으로 효과성 평가
	프로그램: 아름다운 마무리 1. 이별을 준비해야 하는 까닭 2. 용서와 화해와 감사 3. 존엄한 죽음을 위하여 4. 남기고 싶은 이야기			
노년기 가족생활교육 프로그램	프로그램: 노년기의 건강생활 1. 나는야 모범영양사 2. 남몰래 몸짱되기 3. 스스로 챙기는 건강 4. 남기고 싶은 이야기			
	프로그램: 노년기의 소비생활 1. 이런 경험 처음이세요? 2. 나도 알만큼 알아요 3. 께찮은 사람들 피하는 법 4. 세련된 실버세대의 노련한 쇼핑법			

발달에 대한 이해, 가족관계·의사소통의 향상, 긍정적인 노년 상 정립 등 '은퇴 후 생활에 대한 이해도가 증진'되는 효과가 있는 것으로 나타났다.

이후 노년기에 접어든 노인 개인의 자아통합감이나 자아존중감을 향상시켜 노년기 생활에 잘 적응하도록 하는 교육프로그램들이 등장하게 된다. 노인들의 삶의 질을 결정하는 중요한 요인으로 여겨지고 있는 자아통합감을 향상시키기 위한 프로그램은 이가옥과 이현송(2004), 홍숙자와 이영은(2008a)에 의해 개발된다. 이가옥과 이현송(2004)은 자아성취욕구가 강한 노인들로 소그룹을 결성하여 참가자들이 스스로 주도적으로 이야기를 해나가면서 자아통합감 향상이 이루어지게 하고, 홍숙자와 이영은(2008a)은 인생회고기법과 즐겁고 적극적인 활동을 통하여 장애와 질병을 치료하는 치료레크레이션 기법을 활용하여 노인의 자아통합감 증진 교육프로그램을 개발하고 그 효과성을 검증하였다. 유년기부터 노년기에 이르기까지 전생애 회고를 통해 긍정적 삶의 태도를 가질 수 있게 하여 현재와 미래의 삶을 주도적으로 설계할 수 있도록 준비시키는 과정으로 교육을 실시한 결과 노인의 '자아통합감이 증진'되는 것으로 나타났다. 또한 홍숙자와 이영은(2008b)은 자아존중감

이 가장 낮을 수 있는 시기에 놓여 있는 노인들에게 자아존중감을 증진시켜 노년기 삶의 질을 향상시키고자 미술치료와 회상기법을 활용하여 교육프로그램을 개발하여 그 효과를 검증하였다.

농촌노인들은 도시노인과 비교해 볼 때, 특히 사회교육적 프로그램을 접할 기회가 제한되어 있어서 교육의 사각지대에 놓여있음에도 불구하고 이들에 대한 교육프로그램이 거의 없는 것이 사실이다. 따라서 주목해 보아야 할 것은 박공주 등(2006)의 연구에서 제시된 프로그램이다. 공동체적 문화와 영농활동에 익숙한 농촌노인들에게는 도시노인과는 차별화된, 농촌노인들에게 적합한 교육프로그램이 제공되어야 하지만 지금까지 농촌노인을 대상으로 사회교육적 욕구들을 파악하여 그 욕구에 기초한 프로그램이 매우 적은 실정이므로 농촌노인의 요구도를 분석하여 농촌노인의 노년기 삶의 질 향상을 위해 도움이 될 수 있는 내용으로 교육프로그램을 개발한 것이다. 농촌노인들에게 경제생활, 가족관계, 건강관리, 여가활동 등 가정생활 영역의 프로그램을 실시한 결과 '가정생활에 대한 태도와 지식이 향상'되는 효과가 있는 것으로 나타났다.

한편 비교적 장기간 교육이 진행되고 내용면에서도 방대한



규모의 교육프로그램들이 등장하고 있다. 신복기 등(2006)은 성공적 노화와 관련된 요인들을 주된 내용으로 한 강의에 전산 교육을 접목시켜 4개월간의 노인교육프로그램을 개발하여 교육에 참가한 노인들의 변화를 살펴봄으로써 대학 평생교육원에서 이루어지는 노인교육프로그램의 효과성을 검증하였다. 그 결과 노인들의 '생활만족도가 향상되고, 우울감이 감소되며, 노인들의 태도가 변화되는 효과가 나타났다. 박상철(2009)은 50대 이상의 예비노년층뿐 아니라 65세 이상의 노년기에 이미 도달한 사람들까지를 대상으로 하여 건강한 삶, 여유있는 삶, 보람있는 삶, 당당한 삶이라는 4가지 영역과 각 영역별로 10개의 내용을 구성하여 소위 한국형 노후생활설계 교육 모형을 제시하여 노년기 여생을 설계하는데 도움을 주고자 하였다.

이 외에도 다른 노년기 교육프로그램들과는 달리 현장에서 지역사회 노인들을 위해 실행되고 있는 프로그램이 있는데 이는 중앙건강가정지원센터(2009)의 노년기 가족생활교육 프로그램이다. 이는 마음을 여는 대화, 아름다운 마무리, 건강생활, 소비생활 등 4가지 대주제를 중심으로 각각 4회기로 내용이 구성되어 있으며 65~75세 이하 남녀 노인부부 및 개인을 대상으로 전국의 건강가정지원센터에서 가족교육사업의 일환으로 시행되고 있다.

## (2) 특정주제를 중심으로 한 노년기 적응 및 향상 교육프로그램

다음의 노년기 부부관계향상교육, 여가교육, 죽음준비교육, 건강교육, 경제교육, 조손관계향상교육 및 기타 측면에서의 교육 프로그램들은 그 자체가 노년기 교육프로그램으로 실행 가능할 뿐 아니라 몇 가지 주제들이 함께 다루어지면서 노후생활 전반에 대한 적응 및 향상을 위한 교육프로그램을 구성하는 주된 내용이 되기도 한다.

### ① 노년기 부부관계향상 교육프로그램

고령화사회로 진입하면서 노년기 부부중심의 가족형태가 점차 확산되고 노년기 부부가 함께 보내는 기간이 양적으로 늘어나고 있지만 급격한 사회 변화 속에서 부부의 기능이 약화되거나 불안정한 상태(박성희, 2006)가 되면서 황혼이혼이 매년 증가추세를 보이고 있다. 노년기 부부는 인생 후반기를 통하여 가장 가까운 관계이자 동반자로 퇴직 후의 변화에 함께 준비하고 대응하는 것이 매우 중요하다(한정란, 1998). 노년기 부부관계를 향상시키기 위한 효과적인 접근방법중의 하나로 부부교육을 들 수 있는데(김순옥, 2001) 부부관계에 대한 교육은 가족관계나 가족생활과 관련된 교육프로그램의 한 부분으로 다루어질 뿐(유민지, 2000) 노년기 부부를 대상으로 부부관계에 초점을 둔 가족생활교육프로그램의 개발 및 보급이 미흡하였다. 이선미의 연구(2003)를 시작으로 노년기 부부를 대상으로 노년기 부부간의 적응을 돕고, 관계 향상을 통해 행복한

노년기 가족관계를 유지하도록 하는 프로그램들이 개발되고 있다(<표 4> 참조).

이선미(2003)는 부부관계는 어느 일방에 의해 형성되는 관계가 아니기 때문에 부부 모두를 대상으로 하는 것이 효과적이라고 보고 처음으로 노년기 부부를 대상으로 하는 노년기 부부관계 향상을 위한 가족생활교육프로그램을 개발하여 실시하고 그 효과를 검증하였다. 60세 이상의 노부부를 대상으로 교육을 실시한 결과 그들의 '자이존중감이 향상되고, 친밀감이 향상되었으며, 합리적 갈등대처 능력과 결혼만족도가 향상되는 것으로 나타났다. 박성희(2006), 권오균과 강금희(2009) 역시 부부관계 향상을 위한 프로그램을 개발하는데 프로그램 내용면에서는 이선미(2003)와 유사하여 부부간의 갈등, 의사소통 등에 바탕을 두고 있지만 교육방법에 있어서 박성희(2006)는 노인 학습자의 특성을 살리는 내러티브 학습을 바탕으로 그리고 권오균과 강금희(2009)는 노인들이 레크리에이션이 가미된 교육을 선호한다는 사전조사 결과를 바탕으로 이를 강의에 접목시킨 프로그램을 개발하여 실행하였다. 그 결과 전자는 '노인자신의 성숙과 부부관계의 성장'이 이루어진 것으로 나타났으며, 후자는 '의사소통효율성, 부부합의도, 부부만족도, 부부일체감 등에서 향상'을 보였다. 이어서 심창교(2009)는 특히 초기노년기에 초점을 두고 노년기 부부관계 향상프로그램을 개발하였다. 그는 부부사이의 의사소통과 친밀감 등을 개선하여 부부관계를 증진시키고자 하였으며 프로그램을 실시한 결과 '자아통합감과 의사소통 수준이 향상되고, 친밀감 수준이 향상'되는 것으로 나타났다.

한편 현대의 가족유형이 부부중심의 가정으로 변화되어가면서 부부생활도 '안정성'보다는 '만족추구'를 중요시하고, 부부관계의 만족추구생활 가운데 부부의 성생활이 차지하는 부분이 매우 크게 부각됨에 따라 노년기 성교육프로그램이 등장하게 되었다. 김홍란과 김윤정(2004)은 성교육프로그램에 대한 필요성은 강조되지만 노년의 성에 관한 구체적인 교육이 제공되지 못하는 현실을 반영하여 노인들이 실생활에서 경험하는 문제와 그 대처방법에 관한 정보를 제공하는 노년기 성적 적응 교육프로그램을 개발하여 실시하였으며 그 결과 '성에 대한 부정적 태도가 감소하고, 생활만족도가 향상'되는 효과가 나타났다.

### ② 노년기 여가 교육프로그램

평균수명의 연장으로 노년기 여가시간이 길어지면서 노년기 여가에 대한 교육의 중요성이 강조되고 있지만 경로당 등 노인여가시설의 프로그램들이 오락위주로 매우 단순하게 이루어져 노인들의 여가선용에는 크게 기여하지 못하고 있는 실정이다. 노인들이 여가에 대한 중요성을 인식하고 여가활동을 즐기는 생활습관을 기르지 못하면 노년기의 삶의 질이 저하될 수 있으므로 노인들이 여가에 대한 올바른 인식을 갖고

<표 4> 노년기 부부관계향상 교육프로그램

개발자(연도) 프로그램명	구성 (주제 및 내용)	교수 방법 및 기간	대상	효과성 분석	
이선미(2003) 노년기 부부관계 향상을 위한 가족생활교육프로그램	1. 만나서 반가워요 2. 서로를 이해해요 3. 이렇게 대화해요 4. 부부싸움, 이렇게 풀어봐요 5. 여가, 함께 보내요 6. 여보, 고마워요	-강의, 활동 -1박 2일 동안 6가지 주제로 진행, 1시간 30분/회	-60세 이상의 노부부	-자아존중감, 친밀감, 합리적 갈등대처, 결혼만족도 향상	
김홍란 · 김윤정(2004) 노부부의 성적 적응 교육프로그램	1. 노인의 성태도 개선 2. 노부부의 성적 갈등 원인 파악, 노년기 부부의 정서적 관계 향상 3. 노부부의 성적갈등 유형 파악 및 대처전략수립 4. 노인들 자신이 겪는 성적갈등에 대한 대처, 노년기 성에 대한 세대간 공감 형성 5. 노년기의 성과 관련된 비노기 지식 습득, 부부간 성적 적응 향상	-강의, 토론, 발표, 미술치료 등 -5회기 3시간/회	-노년기 부부	-성에 대한 부정적 태도 감소, 생활만족도 향상	
박성희(2006) 부부관계 향상을 위한 교육 프로그램	관계형성과 프로그램이해	우리는 하나	-내러티브 교육방법 -매주 2회씩 60분/ 회로 4주간 실시	-노년기 부부	-부부관계 향상(자신의 성숙과 부부관계의 성장)
	자아존중감과 자기인식	나는 누구인가?			
	부부에 대한 이해	바람직한 부부상			
	행복한 부부	부부의 의미			
	갈등관리	행복한 부부 I			
	의사소통법	행복한 부부II			
배우자에게 마음을 표현하기	행복한 노년을 위하여				
행복한 부부가 될 것을 약속	또 만나요				
권오균 · 강금희(2009) 노년기 부부관계향상 프로그램 : '애니타임 투게더'	1. 오리엔테이션	우리 함께 차차차	-강의, 활동 (문화체험, 캠프, 음식만들기 등) -10회기 1시간 30분/회	-60세 이상의 노부부	-의사소통효율성, 부부합의도, 부부만족도, 부부일체감 향상
	2-4. 자아인식과 배우자에 대한 이해 증진	나와 너를 찾아가는 여행 몸으로 말해요 이해를 넘어 수용으로			
	5-7. 부부 의사소통기술 향상 및 친밀감 형성	부부대화 그대없이 못살아! 추억여행			
	8-10. 배우자 이해증진/ 결혼생활 대처능력 향상	자조모임 사랑의 미래설계 부부캠프			
	준비모임	오리엔테이션			
	자아통합(심리사회이 론과 교류분석)	1. 회상하기 2. 나와 배우자 이해하기			
의사소통(교류분석)	3. 듣기 4. 공감하기 5. 표현하기				
친밀감(심리사회이론 과 교류분석)	6. 친밀감증진 7. 친밀한 부부의 성 8. 부부가 하나되기 평가 및 수료식				
심창교(2009) 초기 노년기 부부성숙 프로그램		-강의, 활동 -10회기 150분/회	-비교적 건강한 60세 이상의 노부부	-자아통합감, 의사소통 수준 향상, 친밀감 수준 향상	

<표 5> 노년기 여가 교육프로그램

개발자(연도) 프로그램명	구성 (주제 및 내용)	교수 방법 및 기간	대상	효과성 분석
김동건·손정아(2003) 노년여가교육프로그램	여가에 대한 인식 여가참여에 대한 평가 여가활동 참여 여가활동 장애요인과 문제해결 여가자원 미래를 위한 계획	-토론식 -주 2회씩 8주, 1시간/회	-여가관련 교육프로그램이나 상담에 참여 경험이 없으며, 심신장애가 없는 65세 이상 재택노인	-여가활동참여에 긍정적 영향(참여 빈도와 시간 증가)
이종호·이용인· 김동건·조민행(2005) 능동적 노화대처 전략을 위한 여가교육 프로그램	개념화단계 능동적 노화 대처 기술습득 단계 능동적 여가활동을 위한 지역자원의 활용 기술 습득 단계	-강의, 활동 -주 2회, 4-50분/회씩 8주간	-65세 이상의 노인	-여가통제감, 여가능력감, 여가권태감, 생활만족도에 긍정적인 효과
전영숙(2008) 노년여가교육프로그램	1. 여가에 대한 이해 2-3. 자기 이해: 나는 누구, 나의 여가스타일 4-5. 여가대안과 자원 6. 여가욕구와 여가목표 7. 여가박람회 8. 여가에 대한 의사결정	-강의, 활동 -8회기, 90분/회	-60세 이상의 노인	-여가유능감, 여가태도의 긍정적 변화
전영숙·양희택(2009) 노인 부부의 여가인식 제고를 위한 교육프로그램	여가이해활동과 여가검사 여가시간관리와 여가의 이점 부부여가 설계 및 평가	여가 찾기 나의 여가꿀은? 우리부부는 이렇게 지내요, 내가 고른 여가 최고! 부부 여가 컨설팅, 우리부부 여가 자랑	-참여형 활동 -6회기, 주 2회	-60세 이상의 노인부부 -여가인식과 부부공동의 여가에의 참여 의지 향상

노년기의 여가를 유용하게 보낼 수 있도록 하는 노년기 여가 교육프로그램의 개발이 요구된다고 할 수 있다.

<표 5>에서 보는 바와 같이 김동건과 손정아(2003)는 여가 교육프로그램이 노인의 권태감, 고독감, 그리고 우울증 감소 등에 상당히 기여를 함에도 불구하고 교육프로그램 개발이 미흡하다고 여겨 여가에 대한 인식, 여가활동 참여 및 장애요인과 문제해결, 여가자원, 미래의 여가계획 등을 내용으로 하는 여가교육프로그램을 개발하여 여가관련 교육이나 상담에 참여한 경험이 없는 노인들을 대상으로 실시하였으며 그 결과 '여가에의 참여 빈도와 시간이 증가하는 등 여가활동참여에 긍정적 영향을 보이는 것으로 나타났다. 이종호 등(2006)은 성공적 노화, 생산적 노화, 활동적 노화를 위한 하나의 수단으로 사용될 수 있는 능동적인 노화대처 전략으로서의 여가교육 프로그램을 개발하였으며, 이 교육프로그램을 실시한 결과 노년기의 '여가통제감, 여가능력감, 여가권태감, 생활만족도에 긍정적인 효과'가 나타났다. 전영숙(2008)은 앞서 개발된 선행연구들의 프로그램 구성요소를 참조하여 노인들이 자신의 여가스타일을 이해하고 여가 대안과 자원에 대한 정보를 알고 여가목표를 세워 적합한 여가생활에 대한 의사결정을 할 수 있도록 하는 내용으로 프로그램을 재구성하여 이를 실시한 결과 '여가유능감, 여가태도에서 긍정적인 변화'를 볼 수 있었다.

한편 노년기에 부부가 여가활동을 함께 하면 부부간의 관계가 향상되고 노년기 적응에도 도움이 되므로 부부가 함께 하는 노년기 여가교육이 필요하다는 인식에서 교육프로그램이 개발된다. 전영숙과 양희택(2009)은 노인의 여가에 대한 인식을 높이고 부부공동의 여가를 개발하고자 참여형 활동방식 위주로 노인 여가교육 프로그램을 구성하고 검증하였다. 그 결과 '노인의 여가인식이 향상되고 부부공동의 여가 참여의지가 향상되는 것으로 나타났다. 이 프로그램은 노년기 부부가 함께 참여하도록 개발된 여가 교육프로그램이라는 점에서 그 의의가 있다고 하겠다.

### ③ 죽음준비 교육프로그램

노년기는 인간발달의 마지막 단계로 죽음에 대한 대비는 노년기의 주요 발달과업 중의 하나이다. 특히 인생의 마지막 단계에 놓여있는 노인들의 경우에는 자신의 삶을 마무리하고 인간적인 죽음을 맞이할 준비를 하는 것이 노년기의 바람직한 적응과 삶의 질 향상을 위한 필수 과제라고 할 수 있다(이이정, 2006). 그러므로 노인으로 하여금 죽음을 편안하게 맞이하도록 이끌어줄 뿐만 아니라 현재의 삶을 더욱 건강하고 가치있게 영위하도록 지식과 정보를 제공하는 죽음준비교육이 활발하게 이루어져 일생을 잘 마무리할 수 있도록 해야 할 것이다.

단순히 외국의 죽음준비교육을 모방할 것이 아니라 죽음

<표 6> 죽음준비 교육프로그램

개발자(연도) 프로그램명	구성 (주제 및 내용)	교수 방법 및 기간	대상	효과성 분석
서혜경(1992) 죽음을 준비하는 건강교육 프로그램	1. 노년기에 대한 포괄적 이해, 한국인구의 구조 이해, 현대화현상이 노인사회에 미치는 현상, 노인에 대한 편견이나 오해의 극복방법, 노화관련이론 2. 노인, 노화, 빈사와 죽음의 개념 및 정의, 죽음에 관한 소개 3. 죽음의 형태와 과정, 뇌사설과 호흡정지설, 죽음과 빈사의 범위 4. 죽음에 대한 태도 및 그에 관련된 요인, 죽음에 대한 노인들의 태도와 여기에 영향을 미치는 요인 5. 생명의 연장과 포기, 생의 의지, 안락사, 자살 6. 임종간호 및 유서, 법과 죽음, 장기기증 7. 장의사초빙, 장례식, 전통장례에 대한 선택, 죽음에 관련된 비디오 시청과 토론, 한국인의 장례의식, 한국인의 전통적인 죽음의 해석 8. 슬픔과 애도, 슬픔의 단계, 배우자사별 시 극복하는 방법, 사회적인 지지집단의 탐색, 위한, 위로편지, 전화, 방문, 홀로 남은 자의 적응	-주 1회 2시간씩 8주	-노인대학과 할머니교실에 다니는 노인	-죽음 불안 감소, 죽음과 관련된 지식과 이해 향상
고승덕·김은주· 김영규(1999) 노인 죽음준비교육프로그램	1. 사전조사-노인들의 특성과 죽음의 태도 2. 노년기-영광의 면류관입니다 3. 죽음-끝이 아닙니다 4. 바람직한 애도 5. 어떻게 죽음을 맞이할 것인가? 6. 비디오상영 (생로병사의 비밀)후 사후조사	-교육, 비디오시청 등 -총 6회기	-60세 이상의 노인	-노인들의 죽음불안 감소
현은민(2005) 죽음준비교육프로그램 '지상에서 영원으로'	1. 지상에서 영원으로 가는 길: 죽음준비교육의 초대 2. 영원의 세계 산책: 죽음에 대한 탐색 3. 사랑하는 사람과의 이별과 홀로서기: 사별과 적응 4. 버리고 떠나는 준비: 장례준비 5. 품위있는 죽음: 죽음에 대한 논쟁 6. 내 삶의 여백·멋진 마무리: 삶의 의미 발견하기	-강의, 비디오시청, 사례분석, 활동 -주 1회 2시간 30분~3시간/회 로 총 6회기	-65세 이상의 노인	-죽음불안 감소, 삶의 의미 수준 증가, 죽음준비의 필요성 인식
임찬란·이기숙(2006) 죽음준비교육프로그램	1. 용기있는 탐험 2. 죽음 앞의 인간 3. 나의 인생 훑어보기 4. 축복의 죽음 5. 소망이 있는 내일 6. 햇불을 건네줄게!	-강의, 활동 (4인1조의 소집단활동 등) -120~150분/회 로 총 6회기	-65세 이상 문해노인	-죽음불안 감소, 생활만족도 향상
박지은(2009) 노인의 죽음준비교육프로그램	모집/개강 1. 예비소집 2. 오리엔테이션 1단계; 나 알기 3. 노년기 삶 이해 4-5. 자서전쓰기 2단계; 죽음 알기 6. 죽음과 임종 7. 존엄한 죽음 8. 상실의 치유 9. 법적 준비 10. 장례준비 3단계; 인생 알기 11. 관계회복하기 12. 영상으로 본 죽음 story 13. 미래 계획하기 14. 유언장 쓰기 4단계; 나눔 알기 15. 장기기증교육 16. 老老메아리 17. "함께 해요"수료식	-강의, 활동 등 -17회, 주3회씩 2시간/회	-만 60세 이상의 노인	-정서적 불안정도 감소, 인지적 수용 정도 증가, 긍정적인 행동적 반응
오진탁·김춘길(2009) 노인을 위한 죽음준비교육: '웰다잉, 아름다운 마침표'	1. 죽음준비교육이 필요하다 2. 존엄한 죽음을 위한 3가지 대안 3. 죽음 끝이 아니다 I 4. 죽음 끝이 아니다 II 5. 호스피스 I 6. 호스피스 II 7. 죽음의 9가지 유형 I 8. 죽음의 9가지 유형 II 9. 죽음의 9가지 유형 III 10. 죽음을 알면 자살하지 않는다	-강의, 질의응답 -주 1회씩 10주간, 110분/회	-60세 이상의 노인	-죽음에 대한 태도 긍정적으로 변화, 통계적으로 유의미한 차이는 없으나 우울정도 감소

프로그램을 우리의 전통에 맞게 개발하자는 취지에서 죽음준비 교육프로그램을 제시한 서혜경(1992)의 연구를 시작으로 고승덕 등(1999)은 죽음에 대한 이해와 노인들의 죽음에 대한 태도를 바탕으로 하는 교육프로그램을 개발하고 교육을 실시

한 후 교육 전후의 변화를 측정하여 죽음을 준비하는 교육이 노인의 죽음에 대한 태도에 어떤 영향을 미칠 것인지를 규명하였으며, 현은민(2005)은 노인들의 죽음불안을 감소하고 삶의 의미를 발견하게 하여 죽음을 심리적, 실제적으로 준비하게

하는데 초점을 둔 죽음준비교육 프로그램을 개발하였다. 임찬관과 이기숙(2006)은 노인들이 죽음에 대해 올바른 이해와 태도를 가질 수 있도록 교훈중심과 경험중심의 통합적 교육프로그램을 개발하여 죽음에 대한 간접적인 경험과 학습을 통해 실제적으로 죽음에 대해 준비하고 심리적으로도 죽음불안을 완화하여 자신의 죽음에 대한 설계와 남은 가족을 배려하도록 하여 자아통합의 발달과업을 성취함으로써 전반적인 생활만족도를 향상시키고자 하였다. 이상의 연구자들에 의해 개발되어 실행된 죽음준비 교육프로그램들은 공통적으로 노인들의 '죽음불안을 감소'시키는 효과가 있는 것으로 나타났다.

한편 박지은(2009)은 죽음에 대한 태도를 정서적인 감정의 하나인 불안, 인지적 측면이라고 할 수 있는 신념과 사고(죽음에 대한 수용), 인간이 취하여 나타나는 행동인 죽음에 대한 반응의 세 가지로 구분하여 죽음준비학교를 통해 개발한 죽음준비교육을 실시하였으며 그 결과 노인의 '죽음에 대한 태도' 전반에 긍정적인 효과가 있는 것으로 나타났다. 오진탁과 김춘길(2009)은 노인이 죽음을 올바르게 수용하여 자신의 삶을 긍정적으로 영위하도록 하기 위해 교육내용에 호스피스, 그리고 선행연구들과는 달리 입사체험이나 죽음의 유형 등과 같은 내용을 부가하여 '웰다잉, 아름다운 마침표'라는 교육프로그램을 개발하여 실시하였으며 그 결과 '죽음에 대한 태도가 긍정적으로 변화되고, 우울감도 다소 감소'되는 것으로 나타났다(<표 6> 참조).

#### ④ 노년기 건강 교육프로그램

노년기는 어느 연령층보다 자신의 건강을 유지하고 증진하기 위한 노력이 절실히 요구되는 시기로, 신체적인 노화현상과 더불어 노인성 질환을 관리해야 하는 과제를 가지고 있다. 노인들의 교육욕구에 대한 조사결과들을 살펴보면 건강 및 보건교육에 대한 욕구가 가장 높게 나타나고 있다(김원진, 2005). 이에 상응하여 본 조사결과에서도 노인을 위한 교육프로그램 중 가장 많은 11개의 프로그램이 개발되어 있는 분야이다. 노인을 위한 건강증진행위는 질병예방과 건강상태의 개선을 통하여 노인이 건강하게 생활할 수 있는 기간을 연장시키고 기능장애의 기간을 줄이며, 독립적이고 의미있는 일에 참여할 수 있게 함으로써 삶의 질을 높일 수 있으므로(전미영, 2003) 노년기 건강관리에 대한 교육의 필요성은 어느 계층보다도 절실하다고 할 수 있다.

한편 노년기는 노화의 진행에 따른 신체적인 변화와 함께 식욕의 감퇴, 외로움, 사회에서의 소외감, 경제수준의 저하 등 심리적, 사회적 요인에 의해 적절한 영양공급이 이루어지기 어려워 영양위험요인이 증가하는 시기이다(강남이 · 이정윤, 2005). 그러므로 건강한 노년기를 위해서는 영양에 대한 교육이 필요하다고 하겠다. 영양교육프로그램은 의료나 운동분야보다 지역사회로의 접근이 용이하며, 많은 장비와 시설이 필요하지 않고, 이미 고질적인 만성질환을 갖고 있거나 신체능

력이 많이 저하된 노인들에게도 적용 가능하므로, 노인의 건강 및 삶의 질 향상을 위한 매우 효과적인 방법이라 할 수 있다(최윤정 등, 2007).

<표 7>에서 보는 바와 같이 건강증진 교육프로그램이 처음으로 제시된 것은 어성연과 신상옥(1996)의 연구에서이다. 그들은 신체적 독립의 기본이 되는 건강을 향상시키기 위하여 운동과 영양, 균형있는 식사계획 등을 내용으로 하는 교육프로그램을 개발하였으나 실행과 평가로 이어지지 않아 이쉽게도 그 효과는 검증되지 못하였다.

우리나라의 경우 예방적 차원의 건강증진을 위한 영양사업이 매우 취약한 실정이라는 배경 하에 임경숙 등(1997)은 노인을 위한 영양 상담과 교육을 병행하는 프로그램을 개발하여 실행하였으며 그 결과 노인들의 '식생활태도와 식습관에서 긍정적 변화'가 나타났다. 이후 신은미 등(2004)은 노년층에 특히 취약한 심혈관계 기능 관리를 위한 영양교육프로그램을 개발하여 중·노년층에게 교육을 실시하여 '영양지식이 향상되고, 식행동이 변화되고, 신체계측치가 변화'되는 등 긍정적 효과가 나타났다. 한편 강남이와 이정윤(2005)은 노인정을 이용하는 노인들을 대상으로 다양한 매체를 이용하여 노년기의 영양에 대한 교육을 실시하였으며 그 결과 노인들의 '식생활태도가 향상되고, 식습관이 개선'되었다. 이어서 최윤정 등(2007)은 노인의 식생활 및 신체적 활동 능력 개선에 대한 인식을 긍정적으로 변화시키고, 노인이 스스로 건강을 유지하고 증진시킬 수 있도록 하는 영양교육프로그램을 개발하였다.

이상에서 살펴본 영양교육 프로그램 외에도 노인들에게 취약한 대표적인 질병 중의 하나인 당뇨병에 초점을 둔 교육프로그램이 개발되는데, 송미순 등(2002)은 일반적으로 당뇨병환자에게 지식전달 위주의 당뇨교육이 시행되고 있어서 자가간호의 지속에 많은 제한점이 있으므로, 자가간호를 증진시키기 위해서 노인의 특성을 고려하면서 자기효능을 증진시킬 수 있는 프로그램을 개발하였으며 실시 결과 그 효과가 입증되었다. 이어서 전미영(2003)은 능동적 관철운동과 스트레칭 위주의 체조로 구성된 저항도 운동프로그램과 건강교육 및 개별 건강상담, 그리고 레크리에이션 활동으로 구성된 통합적 건강관리프로그램을 개발·실행하여 '신체적, 심리사회적으로 노인들의 건강이 증진'되는 효과를 보았다. 서순림 등(2004)이 건강교육과 상담을 병행하여 개발한 건강증진 교육프로그램은 노인들의 '자기효능감과 운동을 유지·증진'시키는데 기여하고, 스트레스관리가 향상 되는 것으로 나타났다. 최근 손영주 등(2009)은 기존의 지식전달 중심 교수법의 한계와 단점을 보완하기 위한 학습법으로 학습자의 적극적인 참여와 체험을 강조하면서 실제 사례를 중심으로 문제중심 학습을 적용한 보건교육프로그램을 개발·실시하였으며 그 결과 '노인의 건강에 대한 인식, 건강행위, 건강관련 삶의 질이 증가' 하는 것으로 나타났다.

<표 7> 노년기 건강 교육프로그램

개발자(연도) 프로그램명	구성 (주제 및 내용)	교수방법 및 기간	대상	효과성 분석
어성연·신상옥(1996) 건강에 관심이 많으시나요	1. 만나서 반갑습니다 2. 활력있는 생활 3. 건강을 유지하는 지혜 4. 즐거운 식사계획 5. 보약인가? 독약인가?	-강의, 토의, 시청각교육 등 -60분씩 5단위	-55~75세의 성인남녀 15-20명	*모형만 제시
임경숙·민영희· 이태영(1997)  노인을 위한 영양 상담/ 교육 프로그램	영양상담 (개인별)  영양교육 (단체)  -개인별 영양 섭취량 및 식습관에 대한 분석 자료 제공 -신체계측 및 체지방률 조사에 의한 신체체격지수, 식습관 및 만성질환에 대한 식생활 상담  1. 바람직한 식생활과 건강한 노년생활 2. 5대 영양소와 기초식품군 3. 칼로리를 알자 4. 지방식품은 질과 양을 고려해서 먹자 5. 칼슘이 많은 식품을 먹자 6. 싱겁게 먹자	-상담, 강의, 포스터 등 시청각자료 활용 -1, 2주 간격으로 상담 1회, 교육 6회기	-노인	-식생활태도, 식습관 긍정적 변화
송미순·구미옥· 류세양·김명숙(2002) 당뇨노인을 위한 자가간호 교육프로그램	1. 당뇨병 이해 2. 식이요법 3. 운동 4. 약물요법 5. 스트레스관리 6. 발관리	-강의, 토론, 시범-주 1회씩 6주간, 2시간/회	-노인당뇨환자 15명이내의 소집단	-자기효능, 자가간호 증진
전미영(2003)  통합적 건강관리 프로그램	건강교육 및 상담 저강도 운동 레크레이션 활동	-8주, 주 3회 실시	-심신장애가 없는 65세이상 지역사회 재가노인	-신체적, 심리사회적 건강증진(수축기혈압 감소, 유연성 근력 증가, 지각된 건강상태 향상, 우울감소, 생활만족도 향상)
서순림·김미란· 김종여(2004).  노인의 건강증진을 위한 교육프로그램	건강교육(노화에 따른 운동과 활동 등/4,50분)-시범과 비디오(50분)-전문가에 의한 지지(건강교육 후 2,30분씩 건강교육 주제와 관련된 질문, 어려운 점에 대한 정보제공, 정서적 지지 제공)-건강상담	-4주간 실시 *전화상담; 4주간의 프로그램 후 매주 1회 5-10분 정도의 전화로 운동, 식이, 건강 증진에 관한 지도	-ADL에 불편이 없으며 문자해독 가능 노인	-자기효능감과 운동을 유지 증진시키는데 기여, 스트레스관리 향상
신경림·김정선· 신수진(2004)  안전사고 예방교육 프로그램	안전사고 예방을 위한 교육과 운동	-교육, 운동 -40분/회, 주 1회 교육을 6주 실시	-65세 이상의 저소득 여성노인	-안전사고에 대한 지식, 태도(유익성, 자아효능감) 증가, 안전사고예방행위 증가
신은미·강현주· 김경원(2004) 노인용 심혈관계질환 관리 영양교육프로그램	1. 심혈관계 질환 2. 영양관리 3. 체중관리 4. 생활습관(흡연, 음주, 운동)	-교육, 소책자 등 -총 4회기	-노인과 50세이상의 중년층	-영양지식의 향상, 식행동 변화, 신체계측치 변화 등 긍정적 효과
강남이·이정윤(2005) 노인 영양교육프로그램	식품구성탐에 의한 균형식 영양교육 어르신 식생활 지침 영양지식을 포함한 올바른 식생활 태도	-강의, 게임 등 -1일 1회, 3시간/회	-노인정 이용 65세 이상의 노인	-식생활태도 향상, 식습관 개선효과
최윤정·김찬· 박유신(2007)  영양교육프로그램	1. 영양교육프로그램 소개, 중요성과 목적 2. '건강한 식습관'이란 무엇? 3. 비만, 당뇨병, 심혈관질환(고혈압, 동맥경화 등) 4. 골다공증 5. 낙상	-이론과 실습으로 구성 -주 1회씩 5주, 강의 20-30분, 실습 및 게임 20-40분	-60세 이상의 노인	-IADL과 영양지식점수, 인지도, 정확도 향상

<표 7> 계속

개발자(연도) 프로그램명	구성 (주제 및 내용)	교수방법 및 기간	대상	효과성 분석
손영주·최은영· 송영아(2009) 문제중심학습을 적용한 노인보건교육프로그램	1. 오리엔테이션 2. 건강의 개념과 식생활 3. 스트레스관리 4. 운동 5. 운동 시범 및 마무리	-토론 후 강의 -5회기, 주 1회 100~120분/회	-5명씩의 소그룹	-노인의 건강 상식, 건강행위, 건강관련 삶의 질 증가
오숙희·선정주(2009) 노인을 위한 알코올 교육 프로그램	1. 오리엔테이션 2. 음주에 대한 올바른 이해와 찬반양론 3. 나는 음주에 대해서 어떻게 생각하는가? 4. 음주에 대한 신체적 영향 5. 음주의 정신적 사회적 영향 6. 어떻게 음주를 효과적으로 거부할 것인가? 7. 음주를 대신하는 여러 가지방법 발견하기 8. 재검토와 종결	-교육, 역할극 등 -4주간 2회/주씩 총 8회기	-음주문제를 가진 60세 이상의 노인	-음주에 대한 지식과 음주행동 변화과정 향상

한편 자신들이 당면한 문제를 알코올에 의존해서 해결하려는 노인들이 많고, 이러한 알코올의 만성적인 사용으로 인한 질병의 발생이 노년기 삶의 질을 저하시키고 가족에게도 경제적, 정신적인 부양 부담을 증가시키므로 이에 대한 적극적 관리의 필요성을 강조하면서 오숙희와 선정주(2009)는 알코올 관리 프로그램을 개발·실시하여 음주문제를 가진 노인들의 '음주에 대한 지식과 음주행동 변화과정'이 향상되는 효과를 보았다. 신경림 등(2004)은 노인들은 낙상에 의한 사고사가 많고, 남성보다는 여성들에게 많이 일어난다는 점에 착안하여 저소득 여성노인들을 대상으로 낙상을 포함한 안전사고 예방 교육 및 운동으로 구성된 안전사고 예방 프로그램을 개발하여 실시하였으며, 그 결과 '안전사고에 대한 지식, 태도 및 예방행위의 변화' 등 교육의 효과를 확인하였다.

⑤ 노년기 경제 교육프로그램

노후생활을 자녀에게 의존할 것이 아니라 본인이 스스로 해결해야 한다는 사회적 인식이 확산되면서 노년기의 경제생활을 독립적으로 영위해야 하는 상황이 되었다. 따라서 노년기에 안정적인 경제생활을 위해 재무교육의 필요성이 대두되고 있다. 또한 최근 경제적으로 여유가 있는 노년층이 증가하면서 소비자로서 이들의 기능과 역할이 점차 중요시되고 있어서 고령자가 경제활동의 주체로서의 역할을 할 것이라는 긍정적인 기대가 확대되고 있으나 다른 한편으로는 이들 연령층과 관련한 소비자문제 또는 소비자피해가 계속적으로 증가하면서 이에 대한 대책마련이 시급히(권정원 등, 2003) 요구되고 있다. 따라서 노인소비자교육은 노인들의 소비자피해에 대한 예방은 물론 고령사회에 대한 설계와 대응이라는 의미에서도 그 중요성과 필요성이 제기되고 있다.

<표 8>에서 보는 바와 같이 손주영(2006)은 노인가정의 경제적 특성에 기초하여 경제적으로 안정된 노후생활을 보내기 위한 재무교육프로그램을 개발하였다. 노인가정으로 하여금 자신들의 노후생활의 경제적 상황을 재인식하고, 자신들의

재무설계와 그에 대한 적극적인 관리를 할 수 있게 하며, 나아가 노후를 준비해야 하는 비노인가정에게 노후준비교육의 자료를 제공하고자 하는 취지하에 노후생활에 대한 이해, 소득을 늘이는 방안과 안전한 자산증식 방안에 대한 내용 등으로 프로그램을 구성하여 노인들에게 교육을 실시하였으며 그 결과 '노후생활 및 재무관리인식 정도'가 향상된 것으로 나타났다. 한편 이운정(2010)은 노인들의 소비생활에 대한 상담이 증가하고 있는 현 시점에서 노인소비자교육의 필요성을 느끼고 소비생활교육프로그램을 개발하였으며, 이 교육 프로그램은 앞서 제시한(<표 2> 참조) 건강가정지원센터의 노년기 가족생활 교육 프로그램을 구성하는 대주제 중의 하나로 활용되고 있다.

⑥ 조손관계향상 교육프로그램

최근 우리나라에서도 가족 구조와 기능의 변화, 가족해체의 증가, 가부장적 친족관계 유지, 평균수명 증가 등 복합적인 요인들이 서로 맞물려 조손가족이 다양한 가족유형의 하나로 주목되고 있으며(박미자·이창식, 2008) 앞으로도 지속적으로 증가할 것으로 예상되고 있다. 또한 기혼여성들의 사회참여율이 증가하면서 맞벌이가족의 필요에 의해 손자녀를 양육하는 조부모들이 늘고 있다. 이 두 경우 모두 조부모들은 손자녀를 양육하는데 많은 어려움을 토로하고 있으므로 이들에게 도움을 줄 수 있는 교육프로그램의 개발이 요구되고 있다.

<표 9>에서 보는 바와 같이 서혜석(2005)은 가출, 이혼, 사망 및 실직 등으로 부모역할을 수행할 수 없는 성인자녀를 대신하여 자녀를 양육하고 있는 조부모를 대상으로 부모교육 프로그램을 개발하여 실시하였으며 이는 조부모들의 '삶의 질을 향상시키는 것으로 나타났다. 또한 최근 서홍란과 김양호(2010)는 전자의 연구에서 초점을 둔 의사소통과 갈등해결 외에 조손가족이 이용할 수 있는 여러 가지 서비스에 대한 정보를 제공하는 내용을 보완하여 전적으로 손자녀를 양육하는 조부모를 대상으로 강점기반 집단교육프로그램을 개발해서 교육을 실시하였으며 그 결과 '자아통제감이 향상되고, 삶과

<표 8> 노년기 경제 교육프로그램

개발자(연도) 프로그램명	구성 (주제 및 목적)	교수 방법 및 기간	대상	효과성 분석
손주영(2006) 노인가정을 위한 재무교육프로그램	1. 나의 노후생활 2. 나만의 소득 두 배 늘리기 3. 나만의 안전한 자산증식	-강의, 활동 -매주 1회씩 3회기 80분/회	-55세이상의 노인	-노후생활 및 재무관리인식 정도 향상
이윤정(2010) 노인소비자를 위한 소비생활교육프로그램	1. 이런 경험 처음이세요?<노인소비자 피해 예방 교육> 2. 나두 알만큼 알아유~<올바른 소비자 상거래 방법> 3. 쾌찍한 념들을 피하는 법<상조업 피해사례를 통한 소비자 상거래 방법> 4. 세련된 실버세대의 노련한 쇼핑법<소비자 권리와 책임, 의무, 구매의사결정과정>	-강의, 토론, 발표 -4회기 75분/회	-노인	*건강가정지원센터의 노년기 교육프로그램의 구성요인 중의 하나로 활용

<표 9> 조손관계향상 교육프로그램

개발자(연도) 프로그램명	구성 (주제 및 내용)	교수 방법 및 기간	대상	효과성 분석
서혜석(2005) 조부모를 대상으로 한 부모교육프로그램	오리엔테이션 단계	1-2. 자아정체성 및 인간관계 훈련	-가족해체로 인해 손자녀를 양육하고 있는 노인	-주관적 삶의 질 향상
	탐색과 시험 단계	3. 자녀양육행동의 이해 4. 부모역할이해 5. 의사소통의 이해 및 기술훈련 향상		
	문제해결 단계	6-7. 욕구갈등의 이해 및 의사소통기술 훈련향상		
	종결단계	8. 가치관의 이해 및 정리		
정미경(2005) 조모교육 프로그램	조부모됨의 의미(3회)	-강의, 사례중심토론, 워크숍 -24회기	-손자녀의 부모가 모두 취업하고 있으며 아동기 까지의 손자녀를 두고 있는 조모	-가정교육자 역할, 정서적지지자 역할, 모성적 역할, 가족통합자 역할 인식에 긍정적 변화
	손자녀발달의 이해와 지도(14회)			
	가족의 역할(3회)			
	성인자녀관계(2회)			
서홍란 · 김양호(2010) 조손가족 조부모를 위한 강점기반 집단교육 프로그램	1. 프로그램 내용 및 목적 소개 2. 조부모 자신, 가족의 강점 찾기 3. 조손가족 대상 공적/사적 서비스 및 프로그램에 대한 이해 4. 아동, 청소년기의 특징 이해하기 5. 성인자녀와의 관계 회복하기 6. 효율적인 대화법 배우기 I 7. 효율적인 대화법 배우기 II 8. 효율적인 대화법 배우기 /프로그램 평가	-강의, 토론, 역할극 등 -8회, 90-120분/회	-전적으로 손자녀를 양육하는 조부모	-자아통제감 향상, 삶과 관계에 대한 조부모의 태도 변화

관계에 대한 조부모의 태도가 변화 되는 효과를 볼 수 있었다.

한편 증가추세에 있는 맞벌이 부부의 경우, 자녀양육의 부담이 출산을 저하로 이어지기도 하는데 시부모나 친정부모가 양육역할을 분담하여 주면 취업과 육아를 병행하는 경우가 많아서(서지원 · 이기영, 1997) 손자녀 양육을 담당하고 있는 조부모는 출산을 저하의 문제를 해결할 수 있는 하나의 방안으로 제시될 정도로 매우 큰 역할을 한다. 이에 따라 정미경(2005)은 맞벌이 자녀세대를 대신하여 손자녀를 양육하고 있는 조모를 대상으로 교육프로그램을 개발하여 실시하였으며 그 결과 조모의 '가정교육자 역할, 정서적 지지자 역할, 모성적 역할,

가족통합자 역할 인식'에 긍정적 변화가 나타났다.

⑦ 기타 노인 교육프로그램

이상에서 살펴본 노년기 교육프로그램이외에도 다음과 같은 새로운 주제의 교육프로그램들도 등장하고 있는 추세이다 (<표 10> 참조). 이가옥 등(2006)은 노인세대의 휴대전화 정보 격차 해소를 목적으로 노인 휴대전화 교육프로그램을 개발하여 노인종합복지관을 이용하는 노인들을 대상으로 교육을 실시하였으며 그 결과 휴대전화 기능 습득 정도가 높아지고 이로 인해 노인의 배우자, 자녀, 손자녀와의 관계 등 '가족관계가



<표 10> 기타 노인 교육프로그램

개발자(연도) 프로그램명	구성 (주제 및 내용)	교수 방법 및 기간	대상	효과성 분석
김경현·이자영(2004) 웹 기반 노인교육	예술문화: 사이버갤러리 방문, 사이버박물관탐방			
	뉴스정보: 인터넷으로 신문보기, 인터넷으로 TV뉴스보기		-6개월 이상 윈도우, 워드, 인터넷 등 기초과정 교육을 받은 60세 이상 노인	-생활만족도 향상, 가족관계 향상, 필요한 정보 스스로 획득, 자신감과 만족감 습득
	보건의료정보: 노년기 건강정보	-8회기, 90분/회		
	금융정보: 노후생활 재테크, 인터넷 बैं킹			
	생활편의정보: 인터넷 쇼핑, 인터넷으로 음악듣기, 인터넷으로 전화걸기, 교통정보, 전자정부사이트 방문			
안정숙(2005) 은빛 신문활용교육프로그램	1. 오리엔테이션 2. 세대차이와 사회변화 3. 기후와 의식주 4. 가족 안의 역할 탐색 5. 노인들의 따돌림 6. 노년기 건강 7. 나의 역사 신문 만들기 8. 종강과 전시-교육 중 스크랩 자료 전시	-강의, 개인 및 집단활동, 토론 -총 8회기, 90분/회	-글을 읽거나 쓸 수 있는 65세 이상의 노인	-우울성향의 감소와 생활만족도, 자이존증감 향상
정여주(2005) 노인 미술치료 프로그램	-오리엔테이션 단계로서 치료사와 참가자들 간의 신뢰관계 형성과 초기 적용: 1. 과수원을 다녀와서 2. 자연에서 만나는 만다라 3. 우리의 꽃밭			
	-자기개방과 자기수용과 문제해결을 위한 적극적 활동단계: 4. 고향을 찾아서 5. 물과 색의 만남 6. 우연한 발견 7. 만다라 그리기 8. 나의 숨씨 9. 아끼던 물건 10. 유년의 기억 11. 행복했던 시간들	-14회기 60~90분/회	-일반 노인	-건강하거나 병이 있는 노인집단 모두에게 심리적, 신체적으로 유용
	-미술치료의 목표가 이루어지며, 문제해결능력과 적응능력이 높아지는 단계: 12. 내가 사랑에 빠진 다면... 13. 주고싶은 선물, 받고싶은 선물 14. 유산			
이가옥·이미진·이 지영(2006) 노인 휴대전화 교육프로그램	1. 오리엔테이션/ 전화걸기 2. 전화걸기/ 음성 듣기, 남기기/ 문자남기기 3. 문자남기기/ 휴대전화의 메뉴구성/사진찍기 4. 휴대전화의 다양한 기능/전체복습/종결	-일대일 교육 -4회기, 90~120분/회	-만 60세 이상의 10~15명의 소집단 노인	-휴대전화기능습득을 통해 가족관계( 배우자, 자녀, 손자녀)의 질 향상
곽삼근·박성희· 박소연(2007) 노인기 양성평등의식 교육프로그램	종합특강 양성평등으로 더 행복한 노인기를!	-강의, 활동-110분	-인원 제한없음	
	전체노인대 상프로그램	1. 오리엔테이션 2. 양성평등의식으로 마음과 몸의 건강을... 3. 노인기 신체와 성! 4. 나의 귀남이! 나의 후남이! 5. 고정관념-가족행사 6. 고정관념-언어 7. 양성평등 사회참여 8. 과정 마무리	-강의, 활동(내러티브= 생애사학습법) -110분/회기, 총 8회기	-노인 20명
	1. 만나서 반갑습니다 2. 유년기 이야기하기 3. 청소년기 이야기하기 4. 결혼기 이야기하기 5. 중년기 이야기하기 6. 노인기를 이야기하자 7. 내가 만들어가는 행복한 노인기 8. 우리 또 만나요!	-강의, 활동(내러티브= 생애사학습법) -90분/회기, 8회기	-여성노인 12~15명	*모형만 제시
	1. Okay, 양성평등 세대공감! (노인-청소년) 2. Okay, 양성평등 고부공감!(1)(기본편/노인-장년) 3. Okay, 양성평등 고부공감!(2)(실습편/노인-장년)	-강의, 활동 -110분	-노인과 청소년20~30명 -고부 20~30명	

<표 10> 계속

개발자(연도) 프로그램명	구성 (주제 및 내용)	교수 방법 및 기간	대상	효과성 분석
김보경·박천만· 도종두(2008) 여성노인에 대한 미용교육프로그램	교육 및 실습; 1. 손 관리 2. 두피 및 모발 관리 3. 피부 관리 4. 헤어셋팅 5. 화장 6. 염색 7. 미용, 건강 체조 8. 발 관리	-8주, 60분(이론15분, 실기 45분)/회	-65세 이상 여성노인	-삶의 질(우울, 자아존중감, 생활만족도) 향상
정은숙·이난희(2009) 향기요법 교육프로그램	향기요법을 이용한 교육 및 실습; 얼굴 마사지, 비누만들기, 손관리, 스킨만들기, 발관리, 헤어젤 만들기	-강의, 실습 -6회기 60분/회	-60세이상의 여성노인	-스트레스 감소, 자아존중감 향상
윤현숙·이희운· 박은수·윤지영· 권종희·박금화· 남 룬·강성보(2010) 노인학대 예방 및 대처 교육프로그램	1부. 노인학대 개념 / 유형 / 관련법 2부. 노인학대 유형별 가상 시나리오 / 노인보호전문기관 지원 서비스	-강의, 토론 -120분	-노인학대 예방교육을 받은 60-80세 노인	-노인학대에 대한 인식변화, 노인학대의 심각성 인식변화, 도움요청 태도 증가
이화정·정은숙(2010) 향기요법 피부미용교육프로그램	향기요법 얼굴마사지, 스킨만들기, 손관리, 비누만들기, 발관리, 향기요법 교육총정리	-교육, 실습 -6주간교육	-60세 이상의 여성노인	-심박동수에 효과

긍정적으로 변화된 것으로 나타났다. 김경현과 이자영(2004)은 노인교육을 위한 웹기반 수업의 활용방안에 대해 연구하였다. 노인을 위한 웹 기반 수업의 교육적 의의 및 효과를 검증하기 위하여 실제 수업 모형을 개발하여 노인학습자를 대상으로 교육을 실시하고 그들의 일상생활 변화를 관찰해 본 결과 노인의 '생활만족도와 가족관계가 향상되고, 필요한 정보를 스스로 획득할 수 있으며, 자신감과 만족감이 습득'되는 것으로 나타났다. 안정숙(2005)은 노년기 교육방법의 하나로 신문을 이용한 교육(NIE)을 실시한다면 교육비 지출의 경감과 정보 욕구의 충족, 그리고 현 세대를 이해하는데 도움이 되고 여가와 건강에 대한 지식과 정보를 얻을 수 있을 것이라 생각하였다. 그래서 '노인들을 위한 은빛 신문활용 교육프로그램'을 개발하여 실시하였으며 그 결과 노인들의 '우울성향이 감소되고 생활만족도와 자아존중감이 향상'되는 것으로 나타났다.

한편 최근 각종 치료요법이 활성화되면서 미술치료(정여주, 2005)나 향기요법(정은숙·이난희, 2009; 이화정·정은숙, 2010) 등을 활용한 교육프로그램들이 개발되고 있으며 이들 프로그램들은 노인들의 '스트레스 감소나 삶의 질 향상과 같은 효과가 있는 것으로 나타나고 있다.

이 외에도 노인기 양성평등의식 교육프로그램(곽삼근 등, 2007)은 노인자신 및 노인과 함께 살아가는 사회구성원들이 노인에 대한 기본적인 이해를 바탕으로, 노인들의 삶에 작용하는 양성불평등한 문화에 대하여 인식함으로써 서로의 삶에 대해 이해하고 한 사회의 구성원으로서 성별 및 나이에 따른 편견을 극복하고 행복한 삶을 영위할 수 있도록 한다는 취지에 개발되었다. 이 프로그램의 하위 프로그램 중의 하나인 노인대상 프로그램은 노인 자신이 처해 있는 현실을 직시하고

노년기에 발생할 수 있는 변화에 대해 이해하고 이를 통하여 나타날 수 있는 문제를 해결함으로써 적극적으로 능동적으로 노년기를 영위할 수 있도록 하는 것을 목적으로 하고 있다. 한편 노인학대에 대한 사회적인 경각심과 제도적 기반 구축이 절실히 요구되면서 노인학대를 예방하기 위한 교육의 필요성에 의해 윤현숙 등(2010)은 노인학대 예방 및 대처 교육프로그램을 개발하고 이를 실시하였으며 그 결과 '노인학대에 대한 인식변화, 노인학대의 심각성 인식변화, 도움요청 태도 증가' 등의 효과가 있는 것으로 나타났다.

IV. 결론 및 제언

고령화가 가속화되고 있고, 새롭게 노년층으로 유입되는 노인세대가 이전세대와는 다른 새로운 욕구를 보이고 있는 현 상황에서 노인에 대한 다른 어떤 정책적인 방안보다도 교육적 접근이 비용효율적인 대책이 될 수 있을 것이다. 이에 따라 본 연구에서는 지금까지 개발된 노년기 교육프로그램들의 동향을 점검해보고, 이를 바탕으로 우리나라 노년기 교육프로그램의 방향을 모색해보고자 하였다. 이를 위해 KISS, RISS 등 학술관련 대표적인 검색엔진들에서 학술지를 통해 발표된 노년기 교육프로그램들을 검색하고 그 중에서 노인들을 대상으로 하는 '노인을 위한 교육' 프로그램과 노년기준비 교육프로그램을 전수 조사하여 총 62개의 노년기 교육프로그램들을 분석하였다.

본 조사에서 얻어진 결과를 정리해보고, 향후 노년기 교육프

로그램의 개발 방향을 제시하면 다음과 같다.

첫째, 우리나라의 노년기 교육프로그램은 우리나라가 고령 사회에 진입하는 시점인 2000년을 기점으로 수적으로나 주제면에서 확대되고 있음을 알 수 있다. 1990년대 11편이었던 프로그램이 2000년대에 들어오면서 약 5배 증가하고, 주제도 건강과 죽음이라는 두 가지 주제를 중심으로 개발되어 오다가 2000년대에 들어서면서 경제, 여가, 가족관계, 양성평등, 노인 학대 등 다양한 주제로 확대되고 있다. 이는 노인의 욕구가 점차 다양해지고 있음을 반영하는 결과라 할 수 있을 것이다. 또한 노년기 준비교육이 1990년대에는 주로 직장인 중심의 퇴직 준비교육 위주로 개발되다가 2000년대에 들어서면서 일반 예비노년층이나 노인층 대상의 노년기 준비교육 프로그램 개발로 이어지는데 이는 점점 길어지고 있는 노년기를 성공적으로 맞이하기 위해서는 준비가 필요하다는 의식이 확산되고 있음을 반영하는 결과라 할 것이다. 여기서 특히 퇴직준비 교육프로그램들은 내용상 노후생활 전반을 다루고 있어서 노년기 적응에 유용할 것으로 생각되지만 실행이나 평가로 이어지지 않아 그 효과가 검증되지 못한 반면 2000년도 이후 개발된 노년기 준비교육 프로그램들은 노후생활준비에 대한 태도와 지식 등을 향상시키는 효과가 있음이 검증되고 있다. 따라서 이렇게 효과가 검증된 노년기준비 교육프로그램들을 사장시키지 말고 적절히 보완하여, 자신의 노후를 스스로 유지해 나가고자 하는 욕구가 강한 현재 퇴직 전후에 있는 700만명 이상의 베이비붐세대들에게 활용한다면 효율적인 복지방안이 될 수 있을 것이다.

그리고 본 연구에 의하면 노년층은 물론 20대의 젊은 세대들도 노년기 준비교육을 받은 후 노년에 대한 이해나 노년기 준비에 효과가 있음(김병숙 등, 2005)이 검증되고 있으므로 향후 예비노년층이나 노년층에 한정시키지 말고 연령층을 다양화하여 노년기 준비교육 프로그램을 개발하고 보급할 필요가 있을 것이다. 좀 더 이른 나이에 자신들이 직면하게 될 노년기 문제를 인식하고 그에 대한 대비를 한다면 노령화로 인한 개인적 문제뿐만 아니라 더 나아가 사회적인 문제발생을 최소화시킬 수 있을 것이다. 따라서 아직 미흡하기는 하지만 노년기 준비교육을 제공하고 있는 건강가정지원센터에서는 중, 노년층 대상으로만 노년기 준비교육을 시행할 것이 아니라 대상 연령층을 다양화하여 노년기 준비교육프로그램을 기획하고 제공할 필요가 있다. 아울러 최근 젊은 세대들 사이에서 노인세대에 대한 이해 부족으로 갈등을 빚고 노인 학대와 방임이 사회문제가 되고 있으므로 노인에 관한 교육을 병행하는 것도 고려되어야 할 것이다.

둘째, 노인들을 위한 노년기 적응 및 향상 교육프로그램들은 크게 노후생활 전반에 대한 내용을 다루고 있는 프로그램들과 노년기 부부관계향상, 여가, 죽음, 건강, 경제, 조손관계향상, 기타 등 특정한 주제 중심으로 개발한 프로그램들로 구분된다.

전자는 총 9편이 개발되어 있으며 후자의 프로그램 중에서는 노인들의 주된 관심사인 건강에 초점을 두고 개발된 건강 교육 프로그램이 가장 많고 이어서 죽음 교육프로그램이 그 뒤를 잇고 있다. 죽음관련 교육프로그램들은 노인복지관 등 노인관련 기관이나 시설에서 죽음준비학교가 개설되는 등 죽음관련 교육이 주목을 받으면서 상대적으로 그 활용도가 높아지고 있다.

본 연구에서 보는 바와 같이 노년기 교육프로그램이 점차 다양한 주제로 개발되고 가족관계 향상을 위해 부부관계나 조손관계 향상을 위한 별도의 교육프로그램들도 개발되고 있으나 성인자녀와의 관계향상을 위한 프로그램의 개발은 이루어지지 않고 있음을 볼 수 있다. 평균수명의 연장으로 한 시대 속에 더 많은 세대들이 공존하게 됨으로써 세대 간의 관계가 더 큰 중요성을 갖게 될 것이므로(정미자 등, 2009: 161) 노인의 입장에서 가족 내 다른 세대와의 관계를 어떻게 유지하고 발전시켜 나가야 할 것인지에 대한 교육의 중요성도 증가될 것이다. 물론 노후생활전반을 다루고 있는 노년기 교육프로그램에서 고부관계향상에 대한 내용이 부분적으로 제시되고는 있지만 이미 개발되어 있는 젊은 며느리나 중년 며느리를 대상으로 하는 교육프로그램처럼 노인들을 대상으로 하는 별도의 고부관계향상 교육프로그램의 개발도 의미가 있을 것이다. 또한 최근 딸과의 동거가 증가하면서 장모와 사위 사이의 갈등과 퇴직 후 집에서 주로 생활하는 시아버지와 며느리 사이의 갈등도 증가하고 있고, 그리고 결혼연령이 늦춰지면서 장기간 부모와 함께 생활하는 미혼의 성인자녀들이 부모와 갈등을 빚는 경우도 적지 않음을 감안하여 이들 자녀세대들과의 관계향상에 도움을 줄 수 있는 노인대상의 프로그램, 그리고 나아가 노부모와 자녀가 함께 참여할 수 있는 프로그램의 개발도 고려해 보아야 할 것이다.

셋째, 노년기 부부관계 향상을 위한 교육은 부부 모두를 대상으로 할 때 효과적이라는 점이 강조되면서 노년기 부부를 대상으로 하는 노년기 부부관계향상 교육프로그램들이 개발되고 있으며 이들 프로그램에서는 자아존중감이나 자아통합감, 친밀감, 의사소통, 갈등관리 등이 주요 내용이 되고 있다. 그리고 노년기 부부만의 시기가 증가하면서 노년의 성이 생활의 중요한 부분으로 여겨짐에 따라 노년기 부부간의 성적적응 교육프로그램도 개발되고 있다.

가부장적 사회에서 생활해 온 우리나라의 노부부들은 핵가족화 과정을 통해 외견상으로는 부부애를 중심으로 안정된 부부관계를 유지하려고 하지만 부부관계의 실제에서는 의식을 뒤따르지 못하는 경우가 많이 발생하고 있으므로(김순옥, 2001), 부부관계의 재정립을 통해 노부부간의 적응을 위한 노력의 필요성이 점점 더 강조되고 있다. 노년기 부부간의 관계향상을 위해서는 부부간의 성(sex)적 적응뿐만 아니라 부부간의 성(gender)역할에 대한 부분도 비중있게 다루어져 정년퇴직

후 부부간의 원활한 역할분담이 이루어질 수 있도록 하는 내용도 프로그램 개발 시 고려되어야 할 것이다. 노년기 부부문제에는 본인들의 심리적 스트레스, 건강문제 유발 등으로 이어질 뿐 아니라 자녀들과의 관계에도 부정적인 영향을 주어 자녀들에게 짐이 되고 경제적, 심리적 의존을 더욱 더 가속화시키는 것으로 나타나고 있으므로(심창교, 2009) 노년기의 부부교육이 성인자녀와 좋은 관계를 위해서도 건강을 위해서도 중요하다는 점을 강조하여 노년기 부부관계향상 교육에 적극 참여할 수 있도록 해야 할 것이다.

넷째, 노년기 여가관련교육프로그램은 노년기 여가의 중요성에 대해 이해하고, 여가장애요인을 해결하고 여가자원을 활용하여 노인자신이나 노부부가 여가를 계획할 수 있게 하는 내용들을 중심으로 프로그램이 개발되고 있다. 노인들마다 여행, 운동, 교육, 문화생활 등 여가활용에 대한 욕구에 차이가 있으므로 지역사회에서 활용할 수 있는 여가시설이나 여가유형 등에 대한 구체적인 정보가 노년기여가 교육프로그램에 포함되어야 할 것이다. 뿐만 아니라 점차 경제력있는 노인층이 증가하고 있음을 감안하여 생산적인 노화를 위해 가장 바람직한 방법으로 지적되고 있는 자원봉사활동에 대한 내용이 비중있게 다루어지는 노년기여가 교육프로그램이 개발될 필요가 있을 것이다.

다섯째, 죽음준비 교육프로그램은 주로 노인자신의 죽음과 배우자 죽음 후의 홀로서기 등 죽음에 대한 적응을 다루고 자신의 삶을 돌아볼 수 있는 내용, 그리고 유언장쓰기나 장례절차 등 구체적인 준비사항들이 내용으로 포함되기도 하고, 죽음과 관련하여 이슈로 부각되고 있는 호스피스나 장기기증에 대한 내용 등으로 구성되어 있으며 이들 프로그램들은 공통적으로 노인들의 죽음에 대한 불안감을 감소시키는 효과가 검증되고 있다.

최근 죽음과 관련하여 우리나라에서도 존엄사가 법으로 인정되는 분위기로 가고 있으므로 이와 같은 노인들이 직면할 수 있는 현실적인 문제들에 대해서도 진지하게 생각해볼 수 있는 기회를 마련하는 내용도 죽음준비교육 프로그램 개발 시 고려해 볼 수 있을 것이다.

여섯째, 건강 교육프로그램은 운동, 영양, 그리고 균형있는 식사계획 등의 내용을 모두 담고 있는 포괄적인 내용의 교육프로그램들도 개발되고 있지만, 일반적으로 크게 영양교육프로그램들과 운동증진프로그램들로 구분된다. 이 외에 노년기에 취약한 질병인 당뇨병이나 심혈관계 질환 등 특정질환이 있는 노인들에게 유용한 건강 교육프로그램들, 그리고 낙상 등 안전사고를 예방할 수 있는 교육프로그램에 이르기까지 그 대상을 세분화하여 다양한 주제의 프로그램들이 개발되고 있다. 하지만 노년기 건강은 신체적인 건강 못지않게 정신적인 건강도 중요하다는 점을 감안하여 건강염려증이나 우울증 등 노년기에 취약한 정신건강 관련 내용들도 건강 교육프로그램의 개발

시 비중있게 다루어져야 할 것이다.

일곱째, 노년기 경제 교육프로그램은 노후생활을 위한 재테크를 내용으로 하는 재무교육프로그램과 노인소비자 피해를 방지하기 위한 노인소비자 교육프로그램 등이 개발되고 있다. 특히 후자의 경우 최근 고령친화산업이 발전하면서 그 개발의 필요성이 부각되고 있다.

향후 평균수명의 연장과 건강한 젊은 노년기의 증가, 그리고 노인들이 가장 희망하는 것은 자신의 능력을 발휘할 수 있는 일자리를 갖는 것이라는 노인의식조사결과 등을 감안할 때 노년기에 자신에게 맞는 일자리를 생각해 볼 수 있게 하고 시니어클럽 등 노인일자리와 관련된 정보를 제공하여 독립적으로 안정된 노년기를 이끌어갈 수 있도록 하는 내용도 경제관련 교육프로그램의 개발 시 고려되어야 할 것이다.

여덟째, 이혼이나 재혼의 증가로 인해 늘어나고 있는 조손가족과 맞벌이가족의 증가로 인한 조손가족을 위해 조손관계향상 교육프로그램들이 개발되고 있다. 이들 프로그램들은 손자녀의 발달단계에 대해 이해하고 의사소통 교육 등을 통해 손자녀와의 관계를 향상시키기 위한 내용을 공통적으로 담고 있다. 하지만 이혼 등 가족해체로 인한 조손가족들은 경제적인 측면에서의 양육스트레스를 크게 느끼고 손자녀의 학업지원이나 취업·진로 지도 등에 대한 요구도가 높다는 점을 감안하여 이와 관련된 지역사회의 서비스에 대한 정보를 구체적으로 제공하는 내용이 프로그램 개발 시 비중있게 다루어져야 할 것으로 보인다.

이상에서 노년기 교육프로그램의 각 주제별 연구결과와 그에 따른 내용상의 제언을 제시해 보았다. 이 외에도 본 연구를 진행하면서 연구자가 느낀 점을 중심으로 제언해 보면 지금까지 개발되고 있는 대부분의 노년기 교육프로그램들이 노인집단별 다원화된 특성이 고려되지 않은 채 개발되고 있어서 노후생활에 필요한 실용적이고 구체적인 교육이 되지 못할 가능성이 있다는 점이다. 따라서 앞으로는 대상노인별 배경이 반영된 세분화되고 전문화된 프로그램의 개발이 필요하다. 즉 도농간, 부유층과 빈곤층, 남녀노인별, 학력별, 건강여부별, 배우자유무별 등 노인의 특성에 따라 차별화된 노년기 교육프로그램의 개발에도 관심을 기울여야 할 것이다. 그래서 노인들 스스로가 자신들의 욕구와 필요에 맞는 교육을 선택해서 참여할 수 있도록 하는 것이 바람직할 것이다. 점차 경제적으로 안정된 고학력의 노인들이 늘어나고 있다는 점을 감안하여 노인의 능력을 새로운 차원으로 개발할 수 있는 질높고 전문화된 내용의 교육프로그램이 요구되며, 강의와 토론 일변도에서 벗어나 교육에 참가한 노인들끼리 인터넷 등 다양한 교육매체를 활용하여 자기주도적으로 자신들에게 필요한 정보를 찾아 활용할 수 있도록 하는 등 새로운 교수방법도 모색해 보아야 할 것이다. 따라서 이러한 작업이 가능해지기 위해서는 노인들의 교육요구를 제대로 파악하고 노년기 교육프로그램에 반영할 수 있는

노인교육전문가의 양성이 적극 이루어져야 할 것이다.

본 연구는 노년기 교육프로그램들에 대한 연구동향을 학술지에 발표된 연구자들의 논문에 한정하여 분석함으로써 석·박사학위논문에서 발표된 노년기 교육프로그램들을 배제시켰다는 점, 그리고 노년기 교육프로그램의 주제별 분석에 치중했다는 점 등 연구결과의 일반화시 고려되어야 하는 몇 가지 문제점을 안고 있다. 그러므로 지면의 한계 상 본 연구에서는 표로만 제시하고 구체적으로 다루지 못한 성별이나 연령별 등 대상자 분석, 소집단중심인지 대집단도 가능한지 등 집단구성 분석, 강의와 활동의 비율이 어떠한지 활동으로서는 어떠한 방법을 활용했는지 등 교수방법 분석, 교육 실시시간과 회기별 소요시간이 노년층에게 적합한지 등 교육기간 및 시간 분석, 그리고 각각의 프로그램 시행 후 나타난 효과가 개인의 주관적인 응답에서 얻은 질적 분석에 의한 것인지 참가자집단의 평균값에 의한 양적 분석인지 등 평가방법 분석 등이 보완되어 후속연구가 이루어져야 할 것이며, 이는 노년기 교육프로그램 개발의 현황을 좀 더 완전하게 이해하는 의미있는 연구가 될 것이다. 하지만 이러한 제한점에도 불구하고 본 조사연구는 우리나라에서 산발적으로 개발되고 있는 노년기 교육프로그램들을 한 자리에 모아 주제별로 일목요연하게 정리하고 각 프로그램의 효과성을 손쉽게 전반적으로 파악할 수 있도록 제시했다는 점에서 그 의의가 있다고 할 수 있다. 본 연구는 노년기교육에 관심이 있는 기관이나 시설 등에서 노년기 교육을 시행하고자 할 때 유용한 자료로 활용될 수 있을 것이며, 이 분야의 연구자들에게 향후 노년기 교육프로그램의 개발 방향을 제시했다는 점에서도 그 의의가 있다고 할 수 있다.

#### 【참 고 문 헌】

강남이 · 이정윤(2005). 성남지역 노인 영양교육 프로그램의 효과 분석. **한국식품영양학회지**, 18(4), 357-366.

고승덕 · 김은주 · 김영규(1999). 노인의 죽음 준비교육이 죽음의 불안도에 미치는 요인분석 연구. **보건교육 · 건강증진학회지**, 16(2), 81-92.

고지희 · 김경태(2005). 고령화사회에 따른 노인교육프로그램의 활성화 방안에 관한 연구. **장안논총**, 25(1), 179-241.

곽삼근 · 박성희 · 박소연(2007). 노인기 양성평등식 교육 프로그램. 여성가족부.

권오균 · 강금희(2009). 노년기 부부관계 향상 프로그램 개발 및 효과성에 관한 연구. **한국가정관리학회지**, 27(5), 137-145.

권정원 · 이기춘 · 김정숙 · 장오준개(2003). 제주지역 고령자의 소비자교육 프로그램의 방향에 관한 연구. **대한가정학**

**회지**, 41(2), 13-29.

김경신(1998). 노인을 위한 가족생활교육프로그램 개발. **한국노년학**, 7(1), 51-70.

김경현 · 이지영(2004). 웹기반 수업 활용방안 연구: 노인교육. **Andragogy Today: Interdisciplinary Journal of Adult & Continuing Education**, 7(3), 1-37.

김동진 · 손정아(2003). 여가교육 프로그램이 재택노인의 여가 활동 참여, 권태감, 고독감 그리고 우울증에 미치는 영향. **충남대학교 체육과학연구지**, 21(1), 81-94.

김미혜(1993). 노년을 위한 퇴직준비교육 모형의 개발. **한국노년학**, 13(2), 15-29.

김보경 · 박천만 · 도종두(2008). 여성노인에 대한 미용교육 프로그램의 효과. **한국미용학회지**, 14(2), 266-273.

김병숙 · 양옥남 · 강 인 · 한은주 · 원미희(2005). 고령사회를 대비한 노년준비교육프로그램에 관한 연구. **한국노년학**, 25(2), 229-244.

김순옥(2001). 부부관계향상을 위한 부부교육의 필요성 및 실태. **성균관대학교 생활과학**, 4, 55-69.

김양희(2000). 노인기 적응프로그램 개발에 관한 연구. **중앙대학교 생활과학논집**, 13, 29-59.

김원진(2005). 노인건강증진을 위한 임상교육프로그램 개발. **한국자치행정학보**, 19(1), 75-94.

김홍란 · 김윤정(2004). 노년기 부부의 성적 적응교육 프로그램. **한국가족관계학회지**, 9(2), 43-69.

박공주 · 김양희 · 박정윤(2004). 농촌노인의 생활영역별 교육 프로그램 개발 연구. **한국지역사회생활과학회지**, 15(4), 17-32.

박상철(2009). 한국형 노후생활설계 교육프로그램 개발 연구. 보건복지부 보고서.

박성희(2006). 노년기부부의 관계향상을 위한 교육프로그램에 참가한 노년기부부의 학습과정에 대한 질적 연구. **노인복지연구**, 31, 161-179.

박지은(2009). 죽음준비교육이 노인의 죽음에 대한 정서, 인지, 행동에 미치는 효과. **사회복지실천**, 8, 79-109.

서순림 · 김미란 · 김종여(2004). 노인의 건강증진을 위한 교육 프로그램의 적응 효과. **노인간호학회지**, 6(1), 107-114.

서지원 · 이기영(1997). 사무직 기혼여성의 출산후 취업지속 결정요인. **한국가정관리학회지**, 15(2), 99-110.

서혜경(1992). 죽음을 준비하는 건강교육 프로그램 개발에 관한 제언. **한국노년학연구**, 1, 11-17.

서혜석(2005). 부모교육 프로그램이 손자녀 양육 조부모의 삶의 질에 미치는 영향. **한국가족복지학**, 10(3), 61-81.

서홍란 · 김양호(2010). 조손가족 조부모를 위한 강점기반 집단 교육 프로그램 개발 및 평가. **노인복지연구**, 47, 161-186.

손영주 · 최은영 · 송영아(2009). 문제중심학습을 적용한 노인

- 보건교육프로그램의 효과. **대한간호학회지**, 39(2), 207-216.
- 손주영(2006). 노인재무교육프로그램의 개발과 실제. **한국가족자원경영학회지**, 12(1), 141-157.
- 송미순 · 구미옥 · 류세양 · 김명숙(2002). 자가간호 교육 프로그램이 지역사회 거주 당노노인의 자기효능, 자가간호 및 당조절에 미치는 효과. **노인간호학회지**, 4(1), 27-37.
- 신경림 · 김정선 · 신수진(2004). 안전사고 예방프로그램이 저소득 여성노인의 안전사고에 대한 지식, 태도 및 예방행위에 미치는 효과. **한국노년학**, 24(4), 53-67.
- 신복기 · 성향숙 · 김수영(2006). 성공적 노화를 위한 교육프로그램의 효과성 연구. **노인복지연구**, 34, 313-336.
- 신은미 · 강현주 · 김경원(2004). 노인용 심혈관계 질환 관리 영양교육 자료 및 프로그램 개발. **대한지역사회영양학회 학술대회 자료집**, 396-397.
- 심창교(2009). **노년기 부부성숙 프로그램 개발: 개입연구 방법의 적용**. 서울여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 안정숙(2005). 신문활용교육(NIE)을 적용한 노인교육프로그램의 개발 및 효과 분석. 신라대학교 가족상담센터(편). **행복가족 레시피**(257-305). 서울:창지사.
- 어성연 · 신상옥(1996). 노인의 가정생활교육에 대한 학습요구도 분석과 교육프로그램 개발-가정학관련 사회교육 프로그램의 개발. **대한가정학회지**, 34(1), 93-105.
- 오숙희 · 선정주(2009). 알코올 교육 프로그램이 음주문제를 가진 노인의 음주관련 지식과 행동에 미치는 효과. **한국보건간호학회지**, 23(1), 17- 26.
- 오진탁 · 김춘길(2009). 죽음준비교육이 노인의 죽음에 대한 태도와 우울에 미치는 효과. **한국노년학**, 29(1), 51-69.
- 유민지(2000). **노년기 가족관계 향상을 위한 교육프로그램 개발 및 평가에 관한 연구**. 신라대학교 대학원 석사학위논문.
- 유민지 · 이기숙(2002). 노년기 가족관계 향상을 위한 프로그램 개발 및 평가. **한국노년학**, 21(3), 91-109.
- 윤현숙 · 이희윤 · 박은수 · 윤지영 · 권종희 · 박금화 · 남 룬 · 강성보(2010). 노인학대 예방 및 대처 교육프로그램 효과. **한국지역사회복지학**, 34, 231-258.
- 이가옥 · 이미진 · 이지영(2006). 노인 휴대전화 교육프로그램 만족도 평가. **한국노년학**, 26(4), 53-73.
- 이가옥 · 이현송(2004). 노년기 자아통합 집단프로그램 개발: "나의 살아온 이야기". **한국노년학**, 24(1), 37-52.
- 이선미(2003). 노년기 부부관계 향상을 위한 가족생활교육 프로그램 개발 및 평가. **한국노년학**, 23(1), 93-112.
- 이순희(2001). 노인교육 프로그램 개발 및 효과분석. **한국노년학**, 21(2), 85-98.
- 이윤정(2010). 노인소비자를 위한 소비생활교육프로그램. **한국콘텐츠학회논문지**, 10(4), 265-273.
- 이이정(2006). 노인학습자를 위한 죽음준비교육프로그램 개발 연구. **Andragogy Today: Interdisciplinary Journal of Adult & Continuing Education**, 9(1), 33-65.
- 이종호 · 이용인 · 김동건 · 조민행(2005). 능동적 노화대처 전략을 위한 여가교육 프로그램 모형 구축. **한국사회체육학회지**, 24, 479-491.
- 이화정 · 정은숙(2010). 향기요법 교육프로그램이 여성노인의 심박동수에 미치는 효과. **한국미용학회지**, 16(2), 348-355.
- 임경숙 · 민영희 · 이태영(1997). 보건소 노인 영양 개선 사업의 효과 평가: 영양 상담 및 영양 교육 프로그램의 효과분석. **대한영양사회학술지**, 3(2), 197-210.
- 임찬란 · 이기숙(2006). 노인대상 죽음교육프로그램. **한국가족관계학회지**, 11(2), 123-150.
- 전길양 · 송현애 · 고선주 · 김일명(2000). 노년기 준비교육 프로그램. **한국노년학**, 20(1), 69-91.
- 전미영(2003). 통합적 건강관리 프로그램이 노인의 건강증진에 미치는 효과. **한국노년학**, 23(3), 1-13.
- 전영숙(2008). 노인여가교육프로그램이 여가태도와 여가유능감에 미치는 영향. **임상사회사업연구**, 5(1), 137-150.
- 전영숙 · 양희택(2009). 노인부부의 공통 여가인식 제고를 위한 교육프로그램 개발과 효과성 연구. **노인복지연구**, 43, 287-303.
- 정미경(2005). 조모 교육프로그램 참여경험이 조모이 역할인식에 미치는 효과. **한국노년학**, 25(3), 155-175.
- 정미자 · 박봉정 · 박근욱(2009). **현대 노인교육 실천방법론**. 도서출판 나누리.
- 정여주(2005). 노인 미술치료프로그램 개발을 위한 기초 연구. **한국노년학**, 25(1), 73-86.
- 정영미(2009). 중년층을 위한 웹기반 노년기 준비프로그램의 학습효과. **한국노년학**, 29(3), 1025-1042.
- 정은숙 · 이난희(2009). 향기요법 교육프로그램이 여성노인의 스트레스 및 자아존중감에 미치는 효과. **한국인체예술학회지**, 10(2), 33-43.
- 조희선 · 성혜영(2002). 노인교육프로그램의 현황과 과제. 성균관대학교 생활과학연구소 **생활과학**, 5, 245-254.
- 중앙건강가정지원센터(2009). **노년기 가족생활교육 프로그램**. 중앙건강가정지원센터.
- 최보아 · 지영숙(2004). 은퇴자의 생활설계를 위한 교육프로그램의 개발. **한국가정관리학회지**, 22(6), 47-61.
- 최윤정 · 김 찬 · 박유신(2007). 영양교육프로그램이 서울지역 노인의 체력, 영양상태, 건강관련 삶의 질에 미치는 영향. **한국영양학회지**, 40(3), 270-280.
- 통계청. 2010 인구주택총조사. [www.nso.go.kr](http://www.nso.go.kr).
- 한정란(1998). 고령화사회에 대비한 퇴직 준비 교육. **연세교육연구**, 11(1), 263-285.

- 한정란(2008a). 한국노년학 30년을 통해 본 노년교육 관련 연구.  
**한국노년학, 28(4), 831-846.**
- 한정란(2008b). 노인을 바라보는 새로운 시각: 노년교육의 관점.  
**한국교육인류학회 학술대회논문집, 1-18.**
- 허정무(1998). 퇴직자의 사회적응에 영향을 미치는 관련변인  
 탐색을 통한 퇴직준비교육프로그램 모델 개발. **한국노  
 년학, 18(3), 1-18.**
- 현은민(2005). 노인 죽음 준비교육 프로그램 개발에 관한 연구.  
**한국가족관계학회지, 10(2), 31-56.**
- 홍숙자 · 이영은(2008a). 치료레크레이션을 활용한 노인자아  
 통합 교육프로그램 개발과 효과에 관한 연구. **한국생활  
 과학회지, 17(4), 623-630.**
- 홍숙자 · 이영은(2008b). 미술치료를 활용한 노인 자아존중감  
 증진 교육프로그램 효과 연구-생애회고기법을 중심으로-.  
**미술치료연구, 15(3), 627-642.**

- 접수일 : 2011년 07월 15일
- 심사일 : 2011년 07월 27일
- 게재확정일 : 2011년 08월 30일