

웰다잉을 어떻게 준비하고 있는가: 노인을 대상으로

임효남¹, 김광환^{2*}

¹건양대학교 간호대학, ²건양대학교 병원경영학과

A Study on How Elderly People are Preparing for Dying Well

HyoNam Lim¹, Kwang-Hwan Kim^{2*}

¹College of Nursing, Konyang University

²Department of Hospital Management, Konyang University

요약 본 연구는 웰다잉을 어떻게 준비하고 있는가에 대한 질문을 통해 노인들이 생각하는 웰다잉을 위한 준비의 의미를 알아보기 위해 시도된 질적 연구이다. 경기도 B시의 노인복지관을 방문하는 65세 이상의 노인 10명을 대상으로 포커스그룹 인터뷰를 진행하였으며, 5명의 대상자를 한 그룹으로 하여 총 2그룹을 인터뷰 하였다. 연구결과 노인들은 신체적, 심리적, 사회적, 영적 준비 영역 4개 차원에서 웰다잉을 준비하고 있었고, 각 차원에서 총 8개의 주제가 도출되었다. 신체적 준비에서는 '건강 관리하기', '하고 싶은 것 하기'가 도출되었고, 심리적 준비에서는 '후회하지 않는 마음 갖기', '주변 사람에게 베풀기'가 도출되었다. 사회적 준비에서는 '재산 정리하기', '희망하는 죽음의 장소 정하기', '사전 연명의료 의향서 작성하기'가 도출되었으며, 영적인 준비에서는 '종교에 의지하기'가 도출되었다. 노인들은 웰다잉을 위해 하나의 측면이 아닌 신체적, 심리적, 사회적, 영적의 다양한 측면에서 웰다잉의 준비를 하고 있었다. 따라서 웰다잉을 위한 프로그램 개발 시 다양한 측면에서 실제적인 죽음 준비가 이루어지도록 프로그램이 기획되어야 할 것이다.

Abstract This study was a qualitative study that attempted to find out the meaning of preparation for dying well that the elderly think through a question of how to prepare for dying well. The focus group interview was conducted on 10 elderly people aged 65 or older who visited the elderly welfare center in B city, Gyeonggi-do, and a total of two groups were interviewed with five subjects as one group. As a result, eight themes were drawn from four dimensions of physical, psychological, social, and spiritual aspects. In physical preparation, 'health management' and 'doing what you want to do' were derived. In psychological preparation, 'not regretting' and 'giving to others' were derived, and in social preparation, 'organizing property', 'determining a place of death you wish', and 'writing a letter of advance life sustaining care directives' were derived. In spiritual preparation, 'relying on religion' was derived. The elderly were preparing for well-being in various aspects, and when developing a program for well-being, the program should be planned to prepare for actual death in various aspects.

Keywords : Dying Well, Good Death, Elderly, Preparing for Dying Well, Advance Healthcare Directive

1. 서론

인간의 죽음은 피할 수 없는 과제이며 어느 누구에게

나 일어나는 현상이지만 최근 고령사회로의 진입에 따라 어느 때보다 깊은 성찰이 요구되고 있다. 다른 세대보다 죽음에 대해 압박하게 실감하는 노인세대에게는 죽음 자

*This work was supported by the Ministry of Education of the Republic of the Korea and National Research Foundation of Korea(NRF-2017S1A5B6066807)

*Corresponding Author : Kwang-Hwan Kim(Konyang Univ.)
email: kkh@konyang.ac.kr

Received July 9, 2019

Revised August 1, 2019

Accepted September 6, 2019

Published September 30, 2019

체보다는 어떻게 죽느냐 하는 문제가 더 중요하다[1]. 잘 죽는다는 것은 얼마나 잘 살아왔는지 또는 어떻게 죽음을 잘 준비하였는지와 관련지어 생각할 수 있기 때문에 죽음에 대해 준비하는 것이 필요하다[2]. 죽음에 대한 준비를 하는 것이 노년기의 주요발달과업이므로, 죽음을 잘 수용하는 것은 노년기 발달과업을 이루는 것이며 자아통합성을 달성하는 것이기도 하다[3]. 이에 따라 '품위 있는 죽음', '좋은 죽음'을 의미하는 '웰다잉'에 대한 관심이 높아지고 있으며[4], 노년기에 웰다잉을 준비하는 것은 성공적인 노화의 필수조건이 된다[5].

웰다잉에 대한 개념은 개인의 가치관과 삶에 대한 태도 및 시대적 맥락에 따라 다르게 정의될 수 있다[6]. 최근 여러 분야의 학문에서 웰다잉에 대한 연구가 이루어지고 있으며, 웰다잉이란 좋은 죽음, 존엄한 죽음, 평화로운 죽음, 적절한 죽음, 예견된 죽음 등의 다양한 용어로 사용되고 있다[7]. 웰다잉을 위해서는 적절한 준비, 증상의 조절, 사회적 지지체계의 유지 및 영적 안녕이 필요하며[8] 그 중에서도 적절한 준비로 인한 준비된 죽음이 중요하다고 하였다[6].

우리나라에서는 이러한 사회적 요구에 부응하여 여러 학문분야에서 다양한 웰다잉 프로그램인 죽음준비 교육 프로그램이 시행되었고, 교육프로그램을 통해 정서적 불안이 감소되고 인지적인 수용이 증가하였으며, 긍정적인 행동적 반응도 나타났다고 보고하였다[9,10].

지금까지의 연구는 웰다잉에 대한 개념, 인식, 태도 등에 대한 연구가 시행되었으나, 노인들이 실제로 웰다잉을 어떻게 준비하고 있는지에 대한 연구는 미흡한 실정이다. 그러므로 노인인구가 급증하고 있는 현재 시점에서 웰다잉을 준비하는 노인들에게 질 높은 교육프로그램을 제공하기 위하여 노인들이 어떻게 죽음을 준비하고 있는지에 대해 파악하고 그 의미를 규명하는 것이 필요하다.

이에 본 연구는 65세 이상의 노인을 대상으로 웰다잉을 어떻게 준비하고 있는가에 대한 질문을 통해 웰다잉을 위한 준비의 의미를 확인하여 죽음준비 교육프로그램을 계획하는데 기초자료를 제공하고자 시도되었다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 노인을 대상으로 웰다잉을 어떻게 준비하고 있는지에 대한 의미를 알아보기 위해 포커스그룹 인터뷰를 시행한 질적 연구이다.

2.2 연구대상

본 연구의 대상자는 경기도에 위치한 B 노인복지관을 방문하는 65세 이상 노인 중 연구 참여에 동의한 10명으로 하였다. 본 연구의 대상자 선정을 위해 해당 노인복지관의 사회복지사가 본 연구에 참여 가능한 대상자를 편의 추출하였다. 인지장애가 의심되거나 치매가 있는 대상자는 연구 대상자에서 제외하였다.

Table 1. General characteristics of the participants

Category	N	(%)
Gender		
Male	5	(50.0)
Female	5	(50.0)
Age		
70~79	5	(50.0)
Over 80	5	(50.0)
Highest level of education		
Elementary school graduation	3	(30.0)
Middle School graduation	1	(10.0)
High school graduation	5	(50.0)
Above university graduation	1	(10.0)
Religion		
Christianity	2	(20.0)
Catholics	1	(10.0)
Buddhism	4	(40.0)
Atheism	3	(30.0)
Marital status		
Married	6	(60.0)
Bereavement	4	(40.0)
living arrangement		
Live alone	4	(40.0)
Not live alone	6	(60.0)
Job		
Yes	1	(10.0)
No	9	(90.0)
Subjective health status		
Healthy	6	(60.0)
Not healthy	4	(40.0)
Experienced Death of Family Member(Within the last 1 year)		
Yes	7	(70.0)
No	3	(30.0)
Presence of disease		
Yes	7	(70.0)
No	3	(30.0)
Total	10	(100.0)

연구대상자의 일반적 특성은 Table 1과 같다. 성별은 남자 50.0%와 여자 50.0%, 연령은 70~79세가 50.0%, 80세 이상이 50.0%로 같은 분포를 보였다. 최종학력은 고졸이 50.0%로 가장 많았으며, 대졸과 중졸이 10.0%였다. 종교는 불교가 40.0%로 가장 많았고, 기독교가 20.0%였으며, 천주교가 10.0%로 가장 적었다. 결혼 상태로는 기혼이 60.0%로 사별 40.0%보다 더 많은 분포를

보였다. 거주 형태는 함께 거주하는 경우가 60.0%로 혼자 거주하는 경우보다 더 많은 분포를 보였다. 직업은 없다고 응답한 대상자가 90.0%였다. 주관적 건강상태는 '건강하다'가 60.0%로 '건강하지 않다'의 40.0%보다 더 많은 분포를 보였다. 최근 1년 이내에 가족 또는 친지의 죽음을 경험 여부는 '있다'고 응답한 응답자가 70.0%로 '없다'고 응답한 응답자 40.0%보다 많았다. 질병의 유무는 '있다'고 응답한 응답자가 70.0%로 '없다'고 응답한 응답자 30.0%보다 더 많았다.

2.3 연구 진행 절차 및 자료수집 방법

본 연구는 연구 시작 전 K 대학교의 연구윤리심의위원회 심의를 받은 후 진행하였다(IRB No. KYU-2019-231-01). 연구를 위한 포커스그룹 인터뷰는 2019년 5월 9일 수행되었으며 연구 진행 전 경기도 B 노인복지관 사회복지사를 만나 연구와 관련하여 기관의 승인을 받았다. 전반적인 포커스그룹 인터뷰의 절차와 대상자 선정은 Krueger와 Casey (2000)[10]가 제시한 가이드라인에 따라 진행하였으며, 5명의 대상자를 한 그룹으로 하여 총 2그룹을 인터뷰 하였다. 포커스그룹 인터뷰는 그룹 당 약 50분 정도의 시간이 소요되었으며, 연구 대상자에게 동의를 얻어 인터뷰 내용을 녹취하였다. 연구에 참여한 대상자는 본인이 원하는 경우 언제든지 그만둘 수 있음을 설명하고 연구에 거부하여도 전혀 불이익이 없음을 알렸다.

포커스그룹 인터뷰는 '죽음에 대하여 생각해보신 적이 있으신가요?', '죽음에 대해 생각하면 어떤 마음이 드시나요?'의 도입질문으로 시작하였다. 도입질문 이후에는 본격적으로 '좋은 죽음을 위해서 무엇을 준비해야 한다고 생각하시나요?', '좋은 죽음을 위해서 준비하고 계신 것이 있나요?'의 주요 질문을 진행하였다. 마무리 질문으로는 '오늘 면담을 통해서 느끼신 것은 무엇인가요?', '연구자에게 더 하고 싶은 말씀이 있으신가요?'로 인터뷰를 마무리 하였다.

포커스그룹 인터뷰 시행 전 연구대상자들과 면담의 날짜를 결정하였고, 면담의 장소는 참여도를 높이기 위해 대상자들이 이용하는 복지관의 프로그램실에서 진행하였다. 연구 대상자에게 연구의 목적 및 방법에 대해 설명을 하고 서면으로 동의를 받았다. 인터뷰 시 진술된 내용에 대해서는 익명성과 비밀유지가 됨을 알리고, 연구 목적 이외의 다른 용도로 사용되지 않음을 설명하였다.

연구 참여자의 동의를 받아 인터뷰가 진행되는 동안

면담 내용을 녹음하였으며 연구자가 주요 내용을 현장기록지에 간단히 메모하였다. 연구자는 대상자가 면담의 질문을 제대로 이해하였는지 확인하고 모호하거나 이해되지 않은 내용에 대해서는 추가로 설명을 하였다. 대상자로부터 새로운 자료가 발견되지 않으며 중복 및 반복 등이 나타나지 않는 이론적 포화시점에서 인터뷰를 마무리 하였다.

2.4 자료분석방법

자료 분석을 위해 연구자는 녹음된 면담내용을 반복해서 들으며 필사하고, 인터뷰 진행 중에 작성한 메모들을 검토하였다. 또한 필사한 내용을 수차례 읽으면서 의미가 있다고 판단되는 내용을 추출하였다.

3. 연구결과

노인을 대상으로 웰다잉을 어떻게 준비하고 있는지에 대해 포커스그룹 인터뷰 내용을 분석한 결과 신체적, 심리적, 사회적 및 영적 측면의 4가지 차원에서 8개의 주제가 도출되었다(Table 2).

Table 2. Subject composition of research results

Dimension	Subject
Physical preparation	Health management
	Doing what you want to do
Psychological preparation	Not regretting
	Giving to others
Social preparation	Organizing property
	Determining a place of death you wish
	Writing a letter of advance life sustaining care directives
Spiritual preparation	Relying on religion

주제는 '건강 관리하기', '하고 싶은 것 하기', '후회하지 않는 마음 갖기', '주변사람에게 베풀기', '재산 정리하기', '희망하는 죽음의 장소 정하기', '사전 연명의료 의향서 작성하기', '종교에 의지하기'가 있었으며, 이를 신체적, 심리적, 사회적 및 영적 차원으로 구분하였다.

2.1 신체적 준비

신체적 준비에서는 '건강관리하기', '하고 싶은 것 하

기가 도출되었다.

2.1.1 건강관리하기

연구 대상자들은 웰다잉을 고통 없이 편안히 죽음을 맞이하는 것, 죽는 순간까지 인지기능에 장애가 없는 것이라고 표현하면서, 좋은 죽음을 맞이하기 위해서는 건강관리를 꾸준히 해야 한다고 하였다. 건강관리를 위해서는 주기적으로 건강상태를 체크하고, 운동 및 균형 있는 영양섭취를 한다고 하였다.

“큰 병에 걸리면 너무 고통스럽고 힘들잖아요. 그러지 않기 위해서는 질병이 작을 때 얼른 발견해서 치료하는 게 제일 중요하다고 생각해요. 국가에서 검진하라고 연락 올 때 빠짐없이 검진하고, 내가 당뇨가 있는데 혈당 체크도 자주 하고, 매달 병원에서 진료 보면서 내 상태에 대해 잘 알고 있어요.”

“죽음을 위해서 준비하고 있는 건 어떻게든지 사는 동안 덜 아프고 고통이 없게끔 하려고 건강을 지키려 노력해요. 가벼운 운동이라도 운동은 꼭 하려고 해요. 복지관에 와서 운동하고 노래하고 체조도 하고. 자꾸 몸을 움직여야 살 동안에 건강하게 살지.”

“건강을 지키기 위해서 음식도 영양이 있는 것으로 골고루 먹으려고 해요”

2.1.2 하고 싶은 것 하기

연구대상자들은 웰다잉을 위해 평소 하고 싶었던 일들을 하나씩 시행하고 있었다. 생전에 해보고 싶었던 어학 공부 및 취미생활들을 하면서 일생을 즐기고 죽음을 맞이하는 것이 후회 없는 웰다잉을 위한 준비과정이라고 하였다.

“써먹을 데가 없어도 영어를 구청에서 배워요. 그냥 열심히 배우는 거예요. 내가 하고 싶었던 거니까. 그렇게 활동적이게 하다보면 배우는 즐거움이 있거든. 예전에는 자식들 돌보랴, 직장 생활하랴 바빠서 미루어 두었던 하고 싶었던 것들을 후회 없이 해보고 싶어요.”

“갈 수 있을 때 구경도 많이 하고 여행도 하려고 해요. 복지관에 오니까 여기 있는 사람들과 놀러도 가고 너무 좋아요. 해볼 수 있는 것은 다 해보고 죽어야지.”

2.2 심리적 준비

심리적 준비에서는 ‘후회하지 않는 마음 갖기’, ‘주변 사람에게 베풀기’가 도출되었다.

2.2.1 후회하지 않는 마음 갖기

노인들은 웰다잉을 위해 과거의 일에 대해서는 가능한 후회하는 마음을 버리고, 앞으로의 인생에서 후회하지 않는 마음을 갖기 위해 노력한다고 하였다.

“저도 후회되는 게 많죠. 억울했던 일도 많고... 재산 같은 것도 남겨줄 만큼 준비를 못했기 때문에 젊었을 시절에 대해 후회되는 것이 많아요. 그렇지만 그런 마음을 갖고 죽는다면 자식들 마음도 편하지 않겠죠.”

“지난날에 대해 후회하는 마음을 갖는 게 제일 안좋은 것 같아요. 후회해서 뭘해. 우물하기만 하지. 과거는 접어두고 앞으로의 인생에 후회를 남기지 않기 위해서 하루하루 즐겁게 살아보려고 합니다.”

2.2.2 주변 사람에게 베풀기

연구대상자들은 웰다잉을 맞이하기 위한 준비로 자신이 가지고 있는 것을 주변 사람들에게 베푸는 삶을 사는 것을 중요하게 생각했다. 살아있는 동안에는 가족 및 주변 사람들에게 베풀면서 살고자 했고, 죽었을 때는 자신의 신체를 의과대학에 기증하고자 했다.

“저는 오늘 하루를 인생의 마지막 날이라고 생각하고 행복한 마음을 가지면서 내가 가지고 있는 것을 다른 사람에게 베풀면서 살려고 노력해요. 그렇게 살면서 노환으로 자연스럽게 갔으면 좋겠어요.”

“제가 너무 늦게 깨달았는데 있을 때 베풀려고 해요. 예전에는 잘 몰랐어요. 그게 성공하는 거였는데, 지금부터라도 해야죠.”

“다른 사람 입장에서 배려하는 마음을 갖고 사는 게 제일 중요해. 그렇게 살면 내가 죽었을 때 사람들이 나를 베풀다 간 사람으로 기억하지 않을까.”

2.3 사회적 준비

연구대상자들은 사회적 준비에서 ‘재산 정리하기’, ‘희망하는 죽음의 장소 정하기’, ‘사전 연명의료 의향서 작성하기’ 등의 구체적인 준비를 하고 있었다.

2.3.1 재산 정리하기

노인들은 웰다잉을 위해 죽음을 맞이하기 전에 가지고 있는 재산을 정리하여 자식들에게 유산을 상속하고 싶어 했다.

“저도 이제 좀 정리해야겠다는 생각이 드네요. 1년 내에

자식들한테 재산 줄 수 있는 거 정리해서 주고 우리 그냥 쓸 거 조금 남겨놓고 편하게 살려고 다짐을 하게 되었어요.”

“아이들에게 재산을 상속한다는 것이 어떻게 해야 잘하는 건지 잘 모르겠지만, 그렇게 많이는 아니어도 나 살아있을 때 남겨주고 싶어요. 아직도 애들이 다 잘하니까 고마워서라도 먼저 주고 싶어요.”

2.3.2 희망하는 죽음의 장소 정하기

노인들은 죽음을 맞이하기 전 준비사항으로 죽음을 희망하는 장소를 미리 정해야 한다고 하였다. 가족과 함께 집에서 죽음을 맞이하고 싶거나, 남아있는 가족에게 폐를 끼치지 않기 위해 병원이나 요양원에서 죽음을 맞이하고 싶어 하는 경우 등 다양한 답변을 하면서 죽음을 맞이하기 원하는 장소를 정해야 한다는 것을 진술했다.

“저는 5남매 중 막내인데요, 우리 형제가 모두 집에서 죽었어요. 저도 그냥 가족들이 있는 집에서 편안하게 갔으면 좋겠어요.”

“저는 자식들한테 의지 하지 않고 차라리 호스피스에 가서 편안하게 지내다 가고 싶어요. 자식들 절대 고생시키고 싶지 않네요.”

2.3.3 사전 연명의료 의향서 작성하기

본 연구대상자 중에는 웰다잉 프로그램을 이미 이수한 대상자가 포함되어 있었다. 웰다잉 프로그램을 이수했던 대상자들은 프로그램을 진행하면서 사전 연명의료 의향서의 필요성에 대해 알게 되었고 이것이 웰다잉을 위한 준비에 도움이 되었다고 표현하였다.

“저는 평상시에 연명치료 하지 말라고 애들한테 얘기해요. 주변 사람들 죽을 때 보면 연명치료가 아무 소용도 없더라고...”

“죽음에 대해서는 사전 연명의료 의향서는 다 써봤으니까요. 그걸 자식한테 보여줬구요.”

2.4 영적 준비

영적 준비에서는 ‘종교에 의지하기’가 도출되었다.

2.4.1 종교에 의지하기

연구대상자들은 자신이 가지고 있는 종교에 의지하면서 웰다잉을 준비하고 있었다.

“저는 불교신자거든요. 집에서 항상 새벽에 기도를 해요. 그 정신으로 견디면 죽음에 대한 다른 고민은 없을 것 같아요.”

“저는 기독교 신자로서 주님을 믿고 의지하며 살아요. 이제까지 살게 하신 것도 하나님의 은혜이기 때문에 언제 하늘에 가게 되더라도 아쉽지 않다는 마음을 갖고 있어요.”

3. 논의

본 연구는 노인들을 대상으로 웰다잉을 어떻게 준비하고 있는지에 대해 알아보고 이에 대한 의미를 파악함으로써 죽음준비 교육프로그램을 개발하고 진행하는데 기초자료를 제공하고자 시행되었다. 연구결과 총 8개의 주제가 도출되었으며 이는 신체적, 심리적, 사회적 및 영적인 4개의 차원으로 구분되었다.

신체적 준비로는 ‘건강관리하기’와 ‘하고 싶은 것 하기’의 주제가 도출되었다. 노인들은 웰다잉을 위해서 정기적인 건강검진, 운동, 영양섭취 등을 통해 건강관리를 하였으며, 남아 있는 인생을 즐기며 평소 하고 싶었던 일들의 목록이었던 버킷리스트를 실행하고 있다고 답변하였다. 웰다잉이라는 것은 단순히 좋은 죽음을 의미하는 것뿐만 아니라 죽음 전의 현재의 삶을 의미 있게 살아가는 것을 포함하기 때문에[12,13] 신체적 준비는 매우 중요한 일이라고 할 수 있다. 남은 생애를 건강하고 즐겁게 보낼 수 있도록 여가활동 및 사회문화 활동에 참여하는 것은 삶의 만족감과 행복감 등을 느끼게 할 수 있기 때문에 노인들이 쉽게 접근할 수 있는 주민센터나 지역사회의 복지관 등에서 노인들의 다양한 요구에 기반한 프로그램을 개발하고 운영하는 것이 필요하다[14].

심리적 준비로는 ‘후회하지 않는 마음 갖기’, ‘주변사람에게 베풀기’의 주제가 도출되었다. 연구대상자들은 웰다잉을 위해 과거의 억울했던 마음과 후회하는 마음을 버리고, 앞으로의 인생에서 후회하지 않도록 주변사람들을 배려하고 베풀면서 인생을 살아가기 위해 노력한다고 하였다. 임승희와 신애란(2012)[15]의 연구에서도 품위 있는 죽음의 개념으로 ‘기슴에 담은 한 풀고 죽기’의 주제가 도출된 것과 같은 맥락이라고 할 수 있다. 노인들은 과거에 자신이 가지고 있는 것들을 나누지 못하고 살았던 것에 대해 후회하며, 남을 배려하면서 스스로 가지고 있는 것을 다른 사람에게 베풀며 살아갈 때 자신이 죽은 뒤에 또 사람들이 자신을 그리워할 것이라고 생각했다. 죽음

준비 교육프로그램은 이러한 심리적 준비에 도움이 되었으며 실제로 이후에 죽음에 대한 정서적 불안이 감소되고 인지적 수용이 증가되었으며, 긍정적인 행동적 반응도 나타났다고 하였다[9].

사회적 준비로는 ‘재산 정리하기’, ‘희망하는 죽음의 장소 정하기’, 사전 연명의료 의향서 작성하기’가 도출되었다. 노인들은 죽음을 맞이하기 전에 가지고 있는 재산을 가족들에게 상속하고 싶어 했고, 자신이 죽음을 맞이하기 원하는 장소를 스스로 정하고, 사전 연명의료 의향서를 작성하여 가족들에게 알렸다. 사회적 준비 영역에서는 비교적 구체적인 방법들이 도출되었는데, 이는 연구대상자 중에 이미 웰다잉 프로그램에 참여하여 실제적인 죽음준비 교육을 받은 대상자가 있었기 때문이라고 생각된다. 우리나라에서는 무의미한 생명 연장의 치료중단과 인간으로서의 품위 있고 존엄성 있는 죽음의 필요성이 사회 문제로 대두되어[16] 죽음과 관련한 법률적 제도로 2016년 ‘호스피스·완화의료 및 완화의료 및 임종과정에 있는 환자의 연명의료결정에 관한 법률(웰다잉법)’이 제정되었으며[17] 이후 이러한 내용을 기반으로 죽음준비 교육프로그램이 시행되었다. 연구대상자들 사회적 준비로 스스로 재산을 정리하고 원하는 죽음의 장소를 결정하며, 사전 연명의료 의향서를 작성하였는데, 이러한 행동은 자신의 죽음으로 인해 자녀들에게 간병 및 부양 등으로 인한 사회경제적 부담을 주고 싶지 않은 마음이 기저에 깔려있었다. 이는 우리나라 노인의 삶이 자녀의 삶과 매우 긴밀하게 연결되어 있으며, 그 의미를 중요하게 생각하는 경향이 있기 때문이다[6]. 하지만 임종 직전의 노인은 대부분 의식이 없고 죽음에 대해 사전에 준비하지 못하고 임종을 맞이하는 경우가 많아 임종의 과정이 노인 본인의 의견 보다는 보호자에 의해 선택되는 경우가 많다. 준비된 죽음은 최대한 노인 본인이 자신의 죽음에 대한 의사결정에 주체성을 갖고 결정하는 것이기 때문에, 임종 전 죽음에 대해 스스로 생각해보고 노인 본인의 의견을 존중하여 결정하는 것이 중요하다[12].

영적 준비로는 ‘종교에 의지하기’가 도출되었다. 연구대상자들의 70% 이상이 종교를 가지고 있었고 자신이 가지고 있는 종교에 의지하면서 웰다잉을 준비하고 있었다. 지속적인 종교생활 및 죽음준비 교육은 죽음불안을 완화하고 해소하는 대책이 될 수 있다고 하였는데, 이는 종교가 있는 노인들은 자신이 죽은 뒤 종교적 절차에 따라 자신의 죽음이 잘 다루어질 것이라고 믿었기 때문이다[14]. 선행연구들도 종교생활을 하는 것을 웰다잉을 요소로 보았고[18], 영적 안정이 유지될 때 죽음에 대한 불

안이 줄어든다고 하였다[19]. 노인들은 종교생활을 통해 삶의 의미와 중요성을 느끼고, 종교를 갖는 것은 노인들의 각종 상실감을 수용할 수 있게 하며, 압박한 죽음에 대면하도록 돕는 심리적 기능을 수행한다고 하였다[14]. 종교생활과 더불어 죽음준비교육은 삶의 의미와 목적을 발견하여 남은 삶을 만족스럽고 보람되게 이끌어주며, 죽음불안이나 공포를 감소시켜 죽음을 자연스럽게 수용하게 해준다[14].

이상의 결과를 종합해보면 연구대상자인 노인은 웰다잉을 위해 신체적, 심리적, 사회적 차원 및 영적인 차원에서 좋은 죽음을 준비하고 있었으며, 삶의 다양한 차원에서 완성된 죽음을 위해 준비하고 있다는 것을 알 수 있다.

4. 결론

본 연구는 65세 이상 노인을 대상으로 웰다잉을 어떻게 준비하고 있는지에 대해 파악하고 그 의미를 규명하기 위해 포커스그룹 인터뷰를 시행하였다. 연구결과 신체적, 심리적, 사회적, 영적 측면의 4가지 차원에서 8개의 주제가 도출되었다. 주제는 ‘건강관리하기’, ‘하고 싶은 것하기’, ‘후회하지 않는 마음 갖기’, ‘주변 사람에게 베풀기’, ‘재산 정리하기’, ‘희망하는 죽음의 장소 정하기’, ‘사전 연명의료 의향서 작성하기’, ‘종교에 의지하기’였다. 노인들은 다양한 측면에서 웰다잉을 준비하고 있었기 때문에 죽음준비 교육프로그램을 계획할 때 이러한 측면으로 노인들의 요구를 충족시키는 프로그램이 개발될 필요가 있다.

References

- [1] L. Morin, K. Johnell, L. Van den Block & R. Aubry, "Discussing end-of-life issues in nursing homes: a nationwide study in France", *Age and ageing*, Vol.45, No.3, pp.395-402, 2016.
DOI: <https://doi.org/10.1093/ageing/afw046>
- [2] E. J. Lee, "A study on the program development of death education for the aged", *Andragogy Today: International Journal of Adults & Continuing Education*, Vol.9, No.1, pp.33-65, 2006.
- [3] J. W. Lee, Y. M. Woo, "The Influence of Accepting Attitude toward One's Own Death on Life Satisfaction: the Mediating Effects of Social Support", *The Korean Society For Medical Ethics*, Vol.19, No.2, pp.225-243, 2016.
DOI: <https://doi.org/0.35301/ksme.2016.19.2.225>

- [4] S. Y. Yun, J. Y. Kang, "Preferences for Care near the End of Life according to Chronic Patients' Characteristics", *Korean J Adult Nurs*, Vol.25, No.2, pp.207-218, 2013.
DOI: <http://dx.doi.org/10.7475/kjan.2013.25.1.207>
- [5] S. H. Cho, Y. S. Jung, "A Study on the Effects of Death Education and Death Anxiety in Older Adults: Mediation Effects of Ego-integrity", *Korean Society of Gerontological Social Welfare*, Vol.70, No.0, pp.319-347, 2015.
DOI: <https://doi.org/10.21194/kjgsw..70.201512.319>
- [6] M. H. Kim, K. J. Kwon, Y. O. Lim, "Study on 'Good Death' that Korean Aged People Recognize - Blessed Death - ", *Korean Journal of Social Welfare*, Vol.56, No.2, pp.195-213, 2004.
- [7] K. A. Kehl, "Moving toward peace: an analysis of the concept of a good death", *American Journal of Hospice and Palliative Medicine*, Vol.23, No.4, pp.277-86, 2006.
DOI: <https://doi.org/10.1177/1049909106290380>
- [8] C. Granda-cameron, A. Houlddding, "Concept analysis of good death in terminally ill patients", *American Journal of Hospice and Palliative Medicine*, Vol.29, No.8, pp.632-639, 2012.
DOI: <https://doi.org/10.1177/1049909111434976>
- [9] J. E. Park, *The effects of death education on the emotion, cognition and behavior of the elderly*, Master's thesis, The Department of Social Work Seoul Women's University, Seoul, Korea, pp.79-109, 2009.
- [10] S. H. Ma, H. M. Bae, and B. S. Kim, "Design and Implementation of Context-Aware-based Emergency Detection System with Energy Reduction for Elderly Housing", *Journal of The Institute of Internet, Broadcasting and Communication*, Vol.17, No.1, pp.159-165, 2017.
DOI : <https://doi.org/10.7236/IIBC.2017.17.1.159>
- [11] R. A. Krueger, & M. A. Casey. *Focus Groups: A Practical Guide for Applied Research*. 3rd ed. pp.69-92, Thousand Oaks, CA: Sage Publications. 2000.
- [12] E. J. Han, M. H. Park, "Long-Term Care Providers' Views on Good Death for Their Care Recipients", *Korea Social Policy Review*, vol.23, No.4, pp.177-203, 2016.
DOI: <https://doi.org/10.17000/kspr.23.4.201612.177>
- [13] M. S. Lee, Y. J. Kim, "Good death recognized by the elderly", *The Journal of the Korea Contents Association*, Vol.13, No.6, pp.283-299, 2013.
DOI: <https://doi.org/10.5392/JKCA.2013.13.06.283>
- [14] K. E. Jang, "How do Poor Elderly Females Recognize and Prepare for Death? -With Focus on Attitudes of Elderly Female Beneficiaries Towards Death- ", *Korean Journal of Social Welfare*, Vol.11, No.0, pp.325-347, 2010.
DOI: <https://doi.org/10.20970/kasw.2010.62.4.014>
- [15] S. H. Lim, A. R. Shin, "The Dignified Dying for the Elderly in Geriatric Hospital", *The Social Science Research Institute*, Vol.28, No.4, pp.93-155, 2012.
- [16] K. S. Park, Y. J. Suh, K. J. Ahn, "Dilemma in decision making about life-sustaining treatment and its social context", *Korean Journal of Social Theory*, Vol.26, No.0, pp.255-302, 2015.
- [17] Korea Ministry of Government Legislation, the Hospice, Palliative Care, and Life-sustaining Treatment Decision-making Act[Enforcement March 28, 2019][Law No. 15912, December 11, 2018, some amendments]
- [18] S. M. Kim, Y. J. Lee, S. Y. Kim, "Attributes Considered Important for a Good Death among Elderly and Adults", *Korea Gerontological Society*, Vol.23, No.0, pp.95-110, 2003.
- [19] K. H. Kim, H. J. Kwon, M. H. Choi, Y. J. Park, S. K. Kim, "Psychological and Spiritual Factors Associated with Death Anxiety of Elderly People Living at Home", *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, Vol.19, No.1, pp.96-105, 2010.
DOI: <https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2010.19.1.96>
- [20] T. Balboni, M. Balboni, A. Enzinger, K. Gallivan, M. Paulk, A. Wright, K. Steinhauser, T. Vanderweele & H. Prigerson, "Provision of spiritual support to patients with advanced cancer by religious communities and associations with medical care at the end of life", *Journal of the American Medical Association Internal Medicine*, Vol.173, No.12, pp.1109-1117, 2013.
DOI: <http://doi.org/10.1001/jamainternmed.2013.903>
- [21] H. Haishan, L. Hongjuan, Z. Tieying & P. Xuemei, "Preference of Chinese general public and healthcare providers for a good death", *Nursing Ethics*, Vol.22, No.2, pp.217-227, 2015
DOI: <https://doi.org/10.1177/0969733014524760>
- [22] S. Lee, S. Cheng, Y. Dai, M. Chang & W. Hu, "Cultural perspectives of older nursing home residents regarding signing their own DNR directives in Eastern Taiwan: A qualitative pilot study", *BioMed Central Palliative Care*, Vol.15, No.45, pp.1-10, 2016.
DOI: <https://doi.org/10.1186/s12904-016-0117-4>
- [23] C. Wei, S. Cheong, A. Raj, W. Teo & I. Leong, "End-of-life care preferences of nursing home residents: results of a cross-sectional study", *Palliative Medicine*, Vol.30, No.9, pp. 243-853, 2016.
DOI: <https://doi.org/10.1177/02692163166634242>

임 호 남(HyoNam Lim)

[정회원]



- 2001년 2월 : 건양대학교 간호대학(간호학 학사)
- 2005년 2월 : 이화여자대학교 간호대학(간호학 석사)
- 2017년 2월 : 연세대학교 간호대학(간호학 박사)
- 2015년 3월 ~ 현재 : 건양대학교 간호학과 조교수

<관심분야>

암환자, 노인, 치매, 전문간호사, 삶의 질

김 광 환(Kwang Hwan Kim)

[중신회원]



- 2001년 2월 : 계명대학교 보건학 박사
- 2006년 3월 ~ 현재 : 건양대학교 병원경영학과 교수

<관심분야>

의무기록정보, 보건관리, 웰다잉, 노인, 삶의 질, 치매