



경로당 이용 여성노인의 건강생활에 관한 문화기술지

김은하¹ · 양진향²

¹문경대학교 간호과, ²인제대학교 간호학과·건강과학연구소

An Ethnography on the Healthy Life of the Aged Women Participating the Senior Centers

Kim, Eunha¹ · Yang, Jinhyang²

¹Department of Nursing, Mungyeong College, Mungyeong

²Department of Nursing · Institute of Health Science, Inje University, Busan, Korea

Purpose: This ethnography was performed to explore patterns and meanings of healthy life among aged women using senior centers. **Methods:** The informants were 21 individuals aged 65 years and older at 2 community-based senior centers. Data were collected from iterative fieldwork through in-depth interviews and participant observations and analyzed using text analysis and taxonomic methods developed by Spradley. Field notes were used with follow-up interviews and dialogue between authors to enhance interpretation. **Results:** Patterns of healthy life among aged women using senior centers were categorized by age groups within the context of the four cultural elements of taking care of the body, relationality, temporality, and spatiality: active and passive control, maintenance of interdependence and individuality, expansion and maintenance of the daily routine, unity of peer relations and sustenance of family relations, spending time productively and tediously, and complementary and alternative space of the family relations. **Conclusion:** The informants in this study demonstrated healthy life by maintaining and strengthening continuous relationships developed in the senior centers without being isolated from the family and society. Patterns of their healthy life differed across age groups within the socio-cultural context. Therefore, interventions should be tailored to address age groups and community needs.

Key words: Qualitative Research; Senior Centers; Aged; Healthy Lifestyle; Women's Health

서론

1. 연구의 필요성

현재 우리나라는 노령화가 빠르게 이루어지고 있고 이로 인해 노인의 건강관리는 의료적 차원뿐 아니라 사회적 차원에서도 주요문제로 자리 잡게 되었다. 65세 이상 노인인구의 비중은 2000년 7.2%로 고령화 사회에 진입하였고 2017년 13.8%로 나타나 곧 고령사회로

진입할 것으로 전망하고 있어[1] 우리나라의 노령화 문제는 심각한 수준이다. 노인은 연령증가와 더불어 신체적, 인지적 기능이 저하될 뿐만 아니라 가족과 친구의 상실로 사회적, 심리적 위축을 경험하게 되므로 이들에 대한 돌봄이 필요하다[2]. 우리나라의 전통적인 노인 부양 책임은 가족 내 자녀가 지고 있었으나 핵가족화로 인해 자녀동거가구는 감소하고 노인부부가구 및 노인독거가구가 증가하면서 노인 스스로 돌보는 비중이 커짐에 따라[3], 과거 가족을 대신하여 노

주요어: 질적연구, 경로당, 노인, 건강생활, 여성건강

* 이 논문은 제1저자 김은하의 박사학위논문의 일부를 발췌한 것임.

* This manuscript is based on a part of the first author's doctoral dissertation from Inje University.

Address reprint requests to : Yang, Jinhyang

Department of Nursing · Institute of Health Science, Inje University, 75 Bokji-ro, Busanjin-gu, Busan 47392, Korea

Tel: +82-51-890-6839 Fax: +82-51-896-9840 E-mail: jhyang@inje.ac.kr

Received: March 28, 2018 Revised: June 4, 2018 Accepted: June 5, 2018

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution NoDerivs License. (<http://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0>)

If the original work is properly cited and retained without any modification or reproduction, it can be used and re-distributed in any format and medium.

인 돌봄을 해결할 만한 시설이나 대안적 장소가 지역사회 내에 필요한 실정이다.

가족의 기능을 대신할 만한 대안적 장소로서 노인복지법에서는 노인여가복지시설, 즉 노인복지관, 경로당, 노인교실 등이 있다. 2016년 경로당이 65,044개(97.4%), 노인복지관이 350개(0.5%), 노인교실이 1,393개(2.1%) 있다[4]. 이중 경로당은 노인들이 도보로 갈 수 있는 거리에 위치하여 접근성이 용이하고 인지도가 높으며[5], 지역사회에 많이 분포하여 이용률이 높으므로 노인 돌봄을 대신할 수 있을 뿐 아니라 노인들이 건강생활을 해나가기에 적절한 장소가 되고 있다.

경로당은 우리나라에만 있는 고유한 노인복지문화로, 전략적으로 활성화할 경우 고령화 사회에 대응할 수 있는 유용한 방안이 될 수 있다[6]. 최근 국회 보건복지위원회에서는 경로당 활성화 방안 및 바람직한 변화모형 모색이라는 주제로 토론회를 개최하였으며, 이미 일부 경로당에서는 북카페나 독거노인 그룹 홈, 공동작업장 등으로 변화를 시도하였다[6,7]. 일례로 전북 김제시에서 2개의 경로당을 그룹 홈으로 시범 운영한 이후 154개의 경로당을 노인 공동생활시설로 전환하였다[7]. 이처럼 경로당 시설은 노인과 사회의 요구에 부응하여 다양한 기능을 수행할 수 있는 장소로 제공될 수 있다.

노인들은 경로당을 주로 친목도모와 시간보내기 좋은 장소로 인식하면서도, 건강관련 프로그램이나 운동시설 확대에 대한 요구가 높은 것으로 나타났다[3]. 노년기는 다른 생애 주기보다 건강에 대한 관심이 높은 시기로 이러한 관심이 높을수록 건강행위 수행정도가 높아지는 것으로 보고되었다[8]. 그러나 경로당 이용 노인에 대한 건강실태조사에 따르면 건강관심도는 높은 편이나 실제 건강행위는 잘 이루어지지 않고 있으며, 우울, 스트레스 등 정신심리적 건강상태가 양호하지 않은 것으로 나타났다[5,9]. 특히 여성노인은 남성노인보다 경로당 이용률이 훨씬 높았으므로[5] 경로당을 이용하는 여성노인의 전반적인 건강생활이 어떠한 사회문화적 맥락에서 이루어지고 있으며, 어떠한 의미를 내포하고 있는지를 심층적으로 탐색하는 것이 필요하다.

대상자의 건강생활은 가치, 신념, 의식구조 등을 바탕으로 사회문화적으로 구성된다는 점을 고려할 때 행위의 근본바탕과 사회문화적 맥락에 대한 이해가 전제되어야 한다. 그러나 지금까지 경로당 이용 노인의 건강관련 연구는 대부분 양적연구로 경로당 이용실태 및 활성화방안[5], 심리사회적 요인[10], 신체활동[11], 건강행위[12], 건강프로그램 효과검정[13] 등이었다. 한편 질적 연구로는 국내의 경우 경로당 여성노인의 여가복지 생활경험[14]과 화투놀이 시간체험[15]에 관한 현상학적 연구, 국외의 경우 주제 분석으로 시니어센터 이용 노인의 사회적지지 경험[16]과 노인돌봄센터 이용 노인의 노쇠경험[17] 및 지역사회센터 이용 노인의 운동관련 인식[18]에 대한 문화기술지 연구가 있다. 이러한 연구들은 경로당 이용 노인의 건강관련 특

정 행위나 일부 경험을 이해하는데 상당부분 도움을 주었다. 그러나 이들이 경로당에서 건강생활과 관련하여 어떠한 양상을 가지며 그것은 어떠한 사회문화적 맥락에서 구성되며 그 의미는 무엇인지, 연령대별로 어떠한 차이가 있는지 등을 이해하고 적절한 전략을 구상하기에는 충분하지 못하다. 이에 문화기술지 연구를 통하여 해당 문화현상과 의미체계가 무엇이며 어떠한 맥락에서 이루어지는지를 행위자의 관점에서 탐색하는 연구가 필요하다.

노인의 문화를 이해하기 위해서는 노인들을 해결해야 할 문제의 대상으로 간주하기보다 특정시기의 사회구조 속에서 역동적으로 형성되는 집단으로 바라보는 시각이 필요하다[19]. 경로당은 노인들이 일상생활의 대부분을 보내는 노인여가복지시설로서 가족기능의 변화와 건강요구의 증대로 인해 그 기능이 변화하고 있다. 본 연구에서 건강생활이라 함은 의료전문가의 생의학적 관점이 아닌 통합적 관점, 즉 노인들이 가족 및 경로당을 비롯한 지역사회 환경과의 상호작용을 통해 건강한 삶을 유지해가는 과정에서 나타나는 고유한 양상을 말한다. 다시 말해 경로당 이용 노인의 건강생활은 단순히 질병의 부재 또는 질병을 예방하고 관리하는 행위가 아니라 건강한 삶을 구성해 가는 고유한 양상이며, 시공간적으로 의식수준이 확장되어가는 과정[20]으로 보는 간호의 통합적 관점에서 탐색하고자 한다.

본 연구에서는 문화기술지 연구를 통하여 경로당 이용 여성노인의 건강생활에서 나타나는 양상과 이를 형성하는 사회문화적 맥락을 구체적으로 탐색하여 이들의 건강생활에 대한 이해를 돕고자 하였다. 이를 토대로 관련된 간호요구를 파악하여 건강생활을 돕기 위한 간호 중재 프로그램을 개발하는데 기초자료를 마련하고자 하였다.

2. 연구 목적

본 연구의 목적은 경로당 이용 여성노인의 건강생활을 사회문화적 맥락과 관련하여 이들의 시각에서 심층적이고 포괄적으로 이해하는 것이다. 이 목적을 달성하기 위하여 “경로당 이용 여성노인은 건강을 위해 어떻게 생활해 왔으며, 그 의미는 무엇인가?”, “어떠한 사회문화적 맥락에서 이들 행위가 구성되며, 연령대별로 어떤 차이가 있는가?” 등의 질문에 답을 구하고자 하였다.

연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 경로당 이용 여성노인이 다양한 사회문화적 맥락 안에서 경험하게 되는 건강생활과 그 의미를 이해하고 기술하기 위해 문화기술지를 적용하여 탐구하는 질적 연구이다.

2. 연구 제보자

본 연구의 주제보자는 B시 J구의 공동주택 내에 위치한 A아파트 경로당과 G구의 단독주택 내에 위치한 B마을 경로당을 1년 이상 이용하고 있는 65세 이상 여성노인들이다. 경로당은 주로 공동주택(아파트)과 단독주택 내에 위치하고 있어, 주거지 형태별로 각 1개 경로당을 선정하게 되었다. A아파트 경로당은 시내 중심지에 위치한 대단지 아파트 내에 있으며 큰 방 두 개와 거실, 부엌, 화장실 등이 갖춰져 있다. B마을 경로당은 시 외곽지에 위치한 주택가에 있으며 큰 방 한 개와 부엌을 겸한 다용도 방, 운동기구 방, 화장실 등으로 이루어져 있다. 두 곳 모두 정부로부터 운영비와 양곡 등을 지원받고 있으며, 관리사무소나 주민센터로부터 일정액을 보조받고 있다. 주제보자 외에 구청직원, 주민센터직원, 복지관 직원, 프로그램 진행 강사, 마을주민, 가족 등이 일반제보자로 포함되었다. 일반제보자의 경우 연구자가 미리 방문하여 사전에 협조를 구하였고 경로당 첫 방문 시 동행하여 경로당 이용 노인들에게 연구자를 소개하면서 잘 부탁드린다는 인사말을 해주었다. 이후에도 연구자가 궁금해 하는 정보나 본인이 알고 있는 정보 등을 제공하며 조언해 주었다. 제보자 선정은 이처럼 일반제보자의 도움을 받아 A아파트 경로당의 경우 회장노인을 중심으로, B마을 경로당의 경우 지역 토박이 노인을 중심으로 경로당에 대한 상세한 안내를 받고 다른 노인들을 개별적으로 소개받았다.

최종적으로 선정된 주제보자는 의사소통이 가능하고 사고 장애가 없으며 판단이 명료한 만 65세 이상 여성노인들로, 본 연구 목적을 이해하고 자발적으로 참여에 동의하였다. 주제보자는 총 21명으로, 연구자의 질문에 연구주제와 관련된 구체적인 정보를 제공하였고, 응답 도중 진술내용이 연구와 관련성이 있는지를 연구자에게 확인하는 등 성실히 협조하였다.

3. 윤리적 고려

연구제보자의 윤리적 고려를 위하여 대학교 생명윤리위원회의 승인(2-1041024-AB-N-01- 20160219-HR-360)을 받은 후 연구 목적과 방법에 대해 설명하고 연구참여에 대한 동의서를 받았으며, 연구 참여에 대한 동의 설명문과 동의서 사본을 제보자가 보관하도록 하여 필요시 언제든지 연구자에게 질문할 수 있도록 하였다. 제보자의 자율적 참여를 보장하기 위하여 면담 내용이 녹음됨과 함께 모든 자료는 익명으로 처리되고 잠금장치로 보안이 유지됨을 설명하였으며, 연구과정 중 언제라도 참여를 원하지 않을 시에는 철회할 수 있음을 알렸다. 면담을 하는 도중에 힘이 들거나 피로해 하면 면담을 종료하였다.

4. 자료 수집

자료 수집이 구체적으로 이루어지기 전 약 4개월 간 현장에 대한 접근성과 실제 연구진행 가능성을 조사하였다. 현지조사는 연구자 2명에 의해 이루어졌는데 주 연구자가 전반적인 참여관찰과 심층면담을 담당하였고, 자료의 보완이나 타당성 검토가 필요할 경우 공동연구자가 함께 현지조사에 임하였다. 이때 경로당을 제보자들이 편안하게 사용하고 있는 공간인 점을 고려하여 외부인인 연구자가 이들의 생활리듬에 방해가 되지 않을 정도로 머물며 자주 방문하는 형식을 취하였다. 현지조사가 진행되는 동안 주요 관찰사항이나 질문의 방향 등을 결정하는데 도움이 될 만한 내용들, 그리고 제보자의 태도나 표정, 주변상황 등을 자세히 기록하였다. 이러한 자료 수집 활동이 원활히 이루어질 수 있도록 연구자들은 문화기술지연구를 주제로 한 질적연구 콜로키움에 꾸준히 참석하면서 연구방법을 익혔으며, 본 연구의 현장 접근성과 연구진행 가능성을 조사하는 동안 문화기술지 연구 전문가인 교수님으로부터 현지조사와 관련된 실제적인 과정에 대해 지도를 받았다.

제보자별 면담 횟수는 1~5회였고, 1회 면담에 소요된 시간은 40분에서 1시간 30분 정도였으며, 면담장소는 방해받지 않는 곳으로 주로 경로당 내 거실이나 주방에서 이루어졌다. 면담은 비구조화된 개방 질문으로 시작하였으며, 제보자가 자신의 건강생활에 대한 경험을 자유롭게 이야기 할 수 있도록 기술적 질문, 구조적 질문, 대조적 질문을 적절히 사용하였다. 기술적 질문으로는 “경로당을 얼마나 오랫동안 이용하셨습니까?”, “경로당에 오셔서 어떻게 지내십니까?” 등이었고, 구조적 질문으로는 “경로당에서 동료들과 잘 지내시기 위해서 어떻게 하십니까?”, “건강을 위해 경로당에서 어떤 활동을 하십니까?” 등이었다. 대조적 질문으로는 “상 노인방 어르신들은 아침부터 나오시는데, 젊은 노인방 어르신들은 점심시간 이후에 나오시는 이유가 무엇입니까?”, “젊은 노인방 어르신들은 잘 어울려 지내시는데, 상 노인방 어르신들은 함께 어울려 지내시지 않는 이유가 무엇입니까?” 등이었다.

참여관찰은 관찰자로서 참여자 수준과 참여자로서 관찰자 수준에서 진행하였다. 관찰자로서 참여자 수준은 연구자가 직접 경로당에서 건강운동프로그램에 참여하여 같이 운동을 하거나, 점심 식사를 같이 준비하면서, 또는 참여자들이 화투놀이를 할 때 같이 참여하여 연구 자료를 수집하였다. 참여자로서 관찰자 수준은 참여자들 간의 일상적인 대화나 경로당에서 주로 하는 일상적인 활동의 양상, 참여자들 간의 관계, 경로당을 방문하는 외부인을 대하는 모습이나 관계 등을 관찰하는 방식으로 진행하였다.

5. 자료 분석

녹음한 내용을 반복해서 들으면서 그대로 필사한 면담 자료와 현장일지에 메모형식으로 작성해 둔 관찰 자료를 비교 검토하면서 자료를 분석하였다. 경로당 이용 여성노인의 건강생활과 그 의미를 파악하기 위해 Spradley [21]가 참여관찰법에서 제시한 영역분석, 분류분석, 성분분석 및 주제분석을 적용하였다. 영역분석은 비구조적 질문과 참여관찰을 통해서 문화적 장면에 관한 자료를 얻은 후에 시작하였고 기술적 질문에 근거하여 진행하였다. 영역분석을 위해 '행위자', '활동', '물건', '행동', '시간', '공간', '사건' 등의 요소들과 이 요소들의 의미론적 관계를 '포함관계', '원인-결과', '기능', '순서' 등으로 분류틀을 구성하여 파악하였다. 이 틀에 면담 자료와 관찰 자료를 대입하면서 영역을 분류하였고, 이 과정에서 건강생활과 관련되는 4가지 문화요소 즉 몸 돌봄, 관계성, 시간성, 그리고 공간성을 선정하였다.

잠정적으로 분류된 영역 중에서 '경로당을 이용하는 여성노인들의 종류', '경로당 이용 여성노인들이 관계하는 사람들의 종류', '건강생활을 위한 행위의 종류', '건강생활을 위해 사용하는 물건의 종류', '경로당을 이용하게 된 이유나 동기', '경로당에서 공간을 활용하는 방식', '경로당에서 시간을 활용하는 방식', '건강인식 정도' 등을 선정하여 분류분석을 실시하였다. 분류분석에서 영역에 포함된 각각의 요소들이 어떻게 다르고 같은가를 검토하면서 잠정적으로 분류표를 작성하였고, 분류관계를 설명하고 새로운 용어를 알아내기 위해 구조적 질문을 사용하였다. 다음으로 분류분석에서 찾아낸 문화범주들을 '주행위자', '구체적 행동들', '사용언어', '사용물건' 등의 차원으로 대조하면서 성분분석을 실시하였다. 성분분석에서는 분석을 위해 영역을 정하고 난 뒤에 현장일지를 보면서 대조점을 확인하고, 누락된 속성과 새 대조차원을 끌어내기 위해 "경로당 이용 여성노인들은 가족 등 주변사람들에 대한 의존성이나 통제권에 있어 연령대별로 어떤 차이가 있는가?" 등의 대조질문을 사용하였다. 주제 분석에서는 영역과 영역의 관계, 문화범주들 간의 관계, 그리고 영역과 문화범주들의 공통점을 검토하면서 경로당 이용 여성노인들이 건강생활을 해나감에 있어 어떠한 양상을 보이며 그 의미가 무엇인지를 탐색하였다.

이 과정에서 경로당 이용 여성노인들의 건강생활은 두 집단, 즉 '젊은 노인방'과 '상 노인방'으로 나뉘어 그 양상과 의미에 차이가 있음을 알게 되었다. A아파트 경로당의 경우 '젊은 노인방' 사용 노인의 연령범위는 67~78세, '상 노인방' 사용 노인의 연령범위는 80~93세였으며, B마을 경로당의 경우 별도의 방으로 나뉘었지는 않으나 원룸형태의 큰 방에서 영역을 구분하여 사용하고 있었으며 연령범위는 각각 67~76세, 79~88세였다. 노인의 연령대를 고려할 때 흔히

75세를 중심으로 전기와 후기로 구분하기도 하나[2], 본 연구에서는 '젊은 노인방' 집단을 전기노인으로, '상 노인방' 집단을 후기노인으로 분류하여 기술하였다.

6. 연구 결과의 타당성 확립

연구의 타당성을 확립하기 위하여 Meadow와 Morse [22]가 제시한 검증(verification), 확인(validation) 및 타당도(validity)의 측면에서 검토하였다. 검증기준은 연구 방법에서 제시한 자료 수집과 분석 절차를 따라 진행함으로써 충족되었다. 자료 수집과 분석은 심층면담, 다양한 수준의 참여관찰, 기록물과 문서 등 다양한 출처를 통해 이루어졌으며, 현장일지, 경로당 관련 기록 및 문서, 메모, 연구관련 일지 등을 비교하면서 기술하는 작업을 연구가 완결될 때까지 계속하였다. 확인기준은 다양한 실제 경험 자료를 확보하고, 분석과정에서 면담질문과 내용, 분류항목과 해당 자료의 의미에 대해 현장일지나 기록물, 일반제보자 등을 통해 확인하였을 뿐 아니라 문화기술지 연구 전문가 1인과 문화기술지 연구 수 편을 수행한 경험이 있는 교수 2인의 비교 검토를 통해 이루어졌다. 타당도기준은 제보자 구성을 다양하게 하고, 자료 수집 및 분석을 다단계에 걸쳐 순환적으로 실시하였으며 실제 제보자들의 면담내용과 연구자의 관찰내용을 인용함으로써 연구현상을 풍부하게 기술함으로써 이루어졌다. 또한 연구기간 내내 면담자료와 현장일지, 문헌내용, 연구자들의 분석내용 등을 상호비교하고 구분함으로써 타당도를 높이고자 노력하였다.

연구 결과

본 연구제보자의 연령대는 60대에서 90대였으며, 전기노인은 12명, 후기노인은 9명으로 평균 연령은 76.7세였다. 학력은 무학이 12명, 초졸이 8명, 중졸 1명이었으며, 종교는 있는 경우가 17명, 없는 경우가 4명이었다. 가구형태는 독거가구가 8명, 부부가구가 7명, 자녀동거가구가 6명이었다(Table 1). 본 연구에서 경로당 이용 여성노인의 건강생활은 전기노인과 후기노인에 따라 몸 돌봄, 관계성, 시간성, 공간성 등 네 가지 문화요소에 차이가 있었다(Table 2).

1. 몸 돌봄

1) 신체적 몸 돌봄: 능동적 다스림과 수동적 다스림

전기노인 제보자들은 스스로의 건강에 대하여 자신감을 가지고 있으며 주도적으로 건강을 관리하고 있었다. 이들이 비교적 적극적으로 건강을 관리하는 이유는 스스로 건강을 챙길 만큼 활동력이 좋고 경제력도 있으며 주변의 도움 없이도 독립적인 건강생활을 해낼 수 있기 때문이다. 이러한 건강생활은 후기노인 제보자들과는 다른 양상으로 정기성과 규칙성을 가지고 이루어졌다. 전기노인 제보

Table 1. Informants' Demographic Characteristics

Informants	Senior center in A apartment				Informants	Senior center in B town			
	Age groups	Education	Religion	Residence status		Age groups	Education	Religion	Residence status
1	Old-old	Elementary school	No	With children	13	Old-old	No formal education	Yes	Alone
2	Young-old	Elementary school	Yes	Alone	14	Old-old	No formal education	No	Alone
3	Young-old	Middle school	Yes	With spouse	15	Old-old	No formal education	Yes	With children
4	Young-old	No formal education	Yes	With children	16	Old-old	No formal education	Yes	With spouse
5	Young-old	Elementary school	No	With spouse	17	Old-old	No formal education	Yes	Alone
6	Young-old	No formal education	Yes	With spouse	18	Old-old	Elementary school	Yes	Alone
7	Young-old	Elementary school	Yes	With spouse	19	Young-old	No formal education	Yes	Alone
8	Young-old	Elementary school	Yes	With spouse	20	Young-old	No formal education	Yes	Alone
9	Young-old	Elementary school	Yes	With spouse	21	Young-old	No formal education	Yes	Alone
10	Young-old	Elementary school	Yes	With children					
11	Old-old	No formal education	Yes	With children					
12	Old-old	No formal education	No	With children					

Table 2. Healthy Life of Aged Women Using Senior Centers

Cultural isolates	Patterns and meanings	
	Young-old	Old-old
Taking care of the body		
Physical	Active control	Passive control
Psychological	Maintenance of interdependence	Maintenance of individuality
Social	Expansion of the daily routine	Maintenance of the daily routine
Relationality	Unity of peer relations · Building up group identity · Having a sense of belonging	Sustenance of family relations · Lightening the burden of children · Lessening the tension of family relations
Temporality	Spending time productively · Doing meaningful activities · Sharing time for social relations	Spending time tediously · Having a monotonous daily life · Bringing back a painful memories
Spatiality	Complementary space of the family relations · Independent space from children · Supportive space with peer	Alternative space of the family relations · Space like second home · Psychological space

자들의 능동적 다스림은 주로 일정하게 움직이고, 음식으로 다스리며, 자신의 몸에 아낌없이 투자하는 형태로 나타났다. 제보자 10의 경우 현재 특정한 질병은 없었으나 먹는 것을 즐기고 사람들과 어울

리는 것을 좋아해서 경로당 건강프로그램에 꾸준히 참여하였고 이것이 건강에 도움이 된다고 긍정적인 평가를 하였다. 실제로 백세운동이 진행되는 한 시간 동안 이 제보자는 맨손체조, 요가, 춤, 소도

구를 이용한 동작 등을 강사를 따라 쉬지 않고 열심히 따라하였다.

프로그램을 하는 날은 될 수 있으므로 안 빠질라고 하지. 운동이니까... 꼭 볼일이 있으면 어쩔 수 없지만, 볼일이 없으면 꼭 될 수 있으므로 볼일이 있어도 이거를 할려고 노력합니다. 운동이(건강에) 도움이 됩니다. 아 운동이 도움이 되지요. 좋아요. 몸에 땀이 나고... 운동을 하니깐, 신나고 친구들하고 하니깐 좋지요.(제보자 10)

평소 건강에 관심이 많아서 운동과 더불어 먹는 음식에도 신경을 많이 쓰는 제보자 3의 경우 몸에 피로를 느끼거나 몸이 허약하다고 느낄 때 보양식이나 보약 등으로 몸을 보양하고 있었으며, 자연에서 직접 채취한 재료를 가지고 만든 음식을 섭취하여 몸의 기운을 정한다고 하였다. 또한 제보자 20은 치매예방약을 몇 년째 복용하고 있을 정도로 건강에 관심이 많은데, 특이한 증상이 없어도 건강을 관리하기 위하여 CT나 MRI 등 고가의 검사를 정기적으로 시행하고 있었다.

그 인제 저 종합검사를 했거든. 종합검사를 하인게네... 특별한 기 없대. 그 인자 MRI까지 찍었거든. MRI도 찍은 지가 3년째더라고. 내가 인자 가게부를 보니까네. MRI는 왜 찍었노 하모 요즘 위낙 우리 나이에 치매하고 뇌졸중 이런 거 생긴다 아이가.(제보자 20)

한편 후기노인 제보자들의 신체적 몸 돌봄 양상은 수동적인 편이었는데, 이들은 고령이고 대체로 허약한 편이어서 건강문제에 비교적 소극적으로 대처하였다. 병이나 건강문제는 나이가 들면 누구나 생기는 것으로 어쩔 수 없다고 보기 때문에 이들은 통증이나 불편감을 완화하고 현재의 건강상태를 유지하는 데 초점을 두었다. 특히 이들은 팔, 다리, 무릎 등 관절질환은 일명 '드러나는 병'으로 기능유지를 중요하게 인식하였다. 관절질환이 심각하게 진행될 경우 일상생활이 어려워 남에게 의지할 수밖에 없는 상황이 되기 때문이다. 하지만 당뇨병, 고혈압과 함께 위장병은 '속병'이라 칭하여 크게 개의치 않는 경향을 보였는데, 이는 질병의 속성이 밖으로 드러나지 않는 병'으로 독립적인 생활을 하는데 크게 문제가 되지 않는다고 인식하기 때문이다. 후기노인 제보자들의 수동적 다스림의 양상은 자신의 몸에 맞추어 움직이고 먹으며, 가능한 힘을 보전하면서 자신의 한계를 받아들이는 것이었다. 실제로 경로당에서는 연령대를 고려한 차별화된 프로그램이나 설비는 갖추어져 있지 않았고, 백세운동이 진행되는 동안 몇몇 후기노인이 맨손체조 중 일부 동작을 따라할 뿐 대부분은 전기노인들이 하는 모습을 바라보거나 상 노인방에서 나

오지 않았다. 건강상태가 비교적 양호한 편인 후기노인 제보자 12의 경우는 심각한 질병은 없지만 이동할 때나 몇 가지 가벼운 운동동작에도 쉽게 피로한 모습을 보였다. 따라서 백세운동 같은 프로그램에 참여하는 것보다 발마사지 같은 수기요법을 받는 것을 선호하여 연구자에게 해당 요일과 시간을 확인하기도 하였다. 이 제보자는 스스로 일상생활의 범위를 자신의 몸에 맞게 줄이고 몸의 기능상태를 적절하게 조절하고 있었다.

지금 현재로는 크게 아픈 데는 없어. 근데 시계 걷고 많이 움직이는 못하지. 그러면 많이 피곤하고 힘들어. 좀 일을 하다가 마내가 좀 피곤하면 쉬었다가 다시 하지. (중략) 내가 인자 이런 날자에 맞춰 가지고, 내 힘에 맞춰 가지고 그래 하지.(제보자 12)

대부분의 후기노인 제보자들은 먹고 사느라 바빠서 건강관리라는 말도 몰랐고, 아파도 병원이나 약국을 제대로 가지 못했으며, 민간요법이나 대중요법으로 건강을 조절하며 살아왔다고 하였다. 또한 이들은 건강을 지키려고 애를 써도 타고난 건강 복이 없으면 큰 병이 온다고 인식하였다. 제보자 11의 경우 혼자서 건강검진을 받으러 가서 거쳐할 과정을 어려워하였고, 적극적으로 건강검진을 챙겨 받는 것에 대해 타인의 시선을 부담스러워하기도 하였다.

보험공단에서 하러 오라더만, 하러 가도 안한다. 가도 안하고. 건강검진 오라고 쪼가리는 날라 오는데 있다... 어떻게 할란가 싶고. 넘 보기도, 이 나이에. 그거 받으면 뭐 하겠노 싶으기도 하고. 서글프다.(제보자 11)

2) 심리적 몸 돌봄: 상호의존성 유지와 개별성 유지

전기노인들은 오후에 서너 시간 정도 경로당을 이용하는데, 주로 경로당 동료들과 화투놀이 등을 하면서 웃고 즐기는 가운데 긴장을 풀고 마음을 나누었다. 따라서 이들에게 화투놀이는 단순한 놀이가 아니라 동료 간의 소통을 이루는 매개체가 되는 것이다. 화투놀이를 하는 동안 이들은 재빠른 손놀림과 함께 끊임없이 대화를 이어갔고 마칠 때 까지 내내 웃고 즐기는 모습을 보였다. 이처럼 전기노인 제보자들은 함께 어울려 지내면서 서로 의지하고 위안을 얻으며 지냈다. 제보자 4의 경우 오래 전부터 같은 아파트 단지 안에서 경로당의 동료들을 알고 지내 왔으며 경로당이라는 부담없는 장소를 매개로 언제든지 편하게 친구들과 만나서 어울리며 마음을 나누고 있다고 하였다.

경로당을 이용하면 좋아요. 시간 있을 때 잠깐 쉬다오고, 말 몇 마디하고 얼굴 보러 가고. 한 두 시간씩 보내고... 언니들 얼굴도

보고 고민도 털어놓고... 말하자면 우리의 쉽터지. 경로당이 참 좋아요. 모두한테.(제보자 4)

또한 전기노인 제보자들은 경로당을 이용하면서도 대부분 종교 활동을 유지하고 있었다. 신앙생활은 새로운 인간관계를 맺게 하고 종교적 신념을 공유함으로써 유대관계를 강화하고 마음의 위안과 의지를 주기 때문이다. 제보자 2의 경우 경로당 동료들도 좋지만 교회 사람들도 가족이상으로 신경을 써 주기 때문에 많이 의지가 되는 친구들이라고 하였다.

첫째 친절해서 좋고, 우리 곁이 외로운 사람, 응 외로운 사람한테 친절해서 좋고. 마 모든 면에서. 그래 뭐 좀 불안한 기 있으며, 마 부목사님한테라도 기도 좀 해달라고 부탁하고...편하지. 첫째 마음이 편하지.(제보자 2)

한편 후기노인 제보자들은 전기노인 제보자들과 달리 경로당에 나오면 각자 자기자리를 찾아서 누워 지내는 경우가 대부분이며, 가끔 대화를 나누거나 화투놀이를 잠시 할 뿐이었다. 또한 경로당 동료들 간에는 긴장이나 갈등이 초래되지 않도록 되도록 관심을 보이지 않거나 양보하는 모습을 보였다. 제보자 1은 딸 가족과 살고 있어 딸에게 도움이 되도록 예전에는 많은 노력을 기울였지만 이제는 자기가 하고 싶은 만큼만 일을 하고 쉬고 싶으면 쉬는 등 자신을 중심으로 변화하였다. 이처럼 후기노인 제보자들은 가족과 주변 사람들의 일에 점차 관심이 줄어들면서 자기중심의 심리체계로 전환되는 경향을 보였다.

인자는 전에 카면 더 사람이 마 태평이 되고... 지미 지애비 있는데 내가 신경 써봤자 여기서 뗏이 되는 것가... 났 대로 되겠지 카고 마 인자... 사람이 마음이 너그러워지고 그런 데 신경이 안 써 진다. 이상하게... 어느 순간에 이리 났어. 인자 포기할 거는 포기 가 돼지고.(제보자 1)

또한 대부분의 후기노인 제보자들은 삶이란 각자 타고난 복대로 살다가 가는 것이기 때문에 남은 삶을 잘 받아들이고 순응하는 것이 제대로 마치는 삶이라고 보았다. 제보자 16의 경우 주어진 삶이 내 복이고 내 운명이라 생각하면서 힘들고 어려운 시절을 살아왔고, 이제 죽음이 가까운 나이가 되어서 마지막 삶의 과정을 잘 받아들이는 것이 중요하다고 보았다.

내 복이고 내 운명이다. 그렇지 안하고 이래 머시 뜻대로 잘 되 가지고 재산도 다 가지고 잘 되었으면 또 무슨 일이 있어도 있을

거 아이가? 내가 만족을 느껴야 된다. 내 복이 그 뿐이다. 모든 것이 내 운명이다. 그래 내가 죽는다 죽는다캐사도 죽을 때가 돼야 죽는 거다.(제보자 16)

3) 사회적 몸 돌봄: 일상성 확장과 일상성 유지

전기노인 제보자들은 ‘젊은 노인방’ 노인들로서 건강상태가 비교적 양호하며 경제력도 갖추고 있는 편이다. 이들은 일상생활 중에 흔히 ‘바쁘다’는 표현을 자주 사용했는데, 하루 중 집안일에는 시간을 최소화하고 경로당 방문, 저녁 운동이나 새벽 등산 등에 많은 시간을 할애하고 있었다. 뿐만 아니라 이들은 경로당은 물론 복지관, 노인대학, 계모임 등에 이르기까지 사회적 관계를 확대하고 유지하였다. 제보자 10의 경우 스스로를 젊다고 표현하며 후기노인과는 구분지어 다른 세대로 규정짓고, 자신의 발전을 위해 무언가를 배우러 다니며 새로운 사회적 관계를 확대하고 유지하는 것을 당연한 것으로 받아들이고 있었다.

복지관, 나는 C동에 사는데 S동, S복지관도 다녀예. 거기도 저 또래의 사람들이. 우리는 아직까지는 젊으니까, 또 바깥에 불일도 보고. (중략) 마음은 젊은 사람 못지않아요. 좋은 옷도 입고 싶고, 좋은 화장품도 사고 싶고... 점심시간에 우리는 여기에 올 시간이 없고. 우리도 배우러 가기도 하고, 우리도 또 어디 갈 일도 있고, 병원에도 가야하고, 계에도 가야하고.(제보자 10)

한편 후기노인 제보자들은 ‘상 노인방’ 노인들로서 몸이 허약하고 경제적인 여유가 없기 때문에 경로당이 사람들을 만날 수 있는 유일한 곳이다. 다시 말해 경로당은 후기노인들이 걸어서 나올 수 있을 정도로 가까운 거리에 있고 다른 사람들과도 부담 없이 지낼 수 있는 쉽터인 것이다. 이들에게 경로당 방문은 여럿이 어울려 따뜻한 밥 한 끼를 나누며 가정에서의 일상성을 유지할 수 있는 기회를 얻는 것이다. 후기노인들은 혼자 살고 있는지 자녀와 같이 살고 있는지 집에서 지내는 동안 말할 상대가 거의 없고 혼자서 할 수 있는 일이 많지 않다. 특히 가족과 같은 공간에서 생활하는 후기노인들의 경우 하루의 일정시간을 경로당에서 보냄으로써 머느리 등 다른 가족구성원들과의 갈등 촉발을 미연에 방지하기도 한다. 제보자 11의 경우 아들 가족과 살고 있으나 머느리와 갈등을 겪고 있어서 집에서도 자신의 방에서만 조용히 지내고 있는 처지여서 경로당이 유일한 도피처이자 안식처이다. 이처럼 후기노인들이 경로당에서 동료들과 뜻한 점심 한 끼를 나누며 일상생활을 유지하는 것은 건강생활에서 중요한 의미를 가진다.

경로당은 있어야 돼... 그 나많은 사람들 날만 새면 요 쫓아 온

다.. 있어야 되지. 집에 가만히 있는 거 보다 여 나와서 만나서 이야기 하고. 그래도 만나는 기 안 좋겠나... 그렇지 혼자 있으면 가만히 바보같이 있으면 뭐 할끼고? 산(무덤)에 누우나 방에 누우나 똑같다. 안 그렇나? 밖에 나오면 여 뭐 차도 보고 그래도 말이라도 한마디하면... 그 가만히 그 며느리하고 이야기를 할끼가 뭐 할끼고 같이 살면 그렇다고.(제보자11)

2. 관계성: 동료관계 결속과 가족관계 유지

전기노인 제보자들은 건강상태와 경제력이 비교적 양호한 편이어서 자녀들과의 관계에서 독립성을 유지하고 있으며, 경로당 친구들과의 관계를 중심으로 사회적 관계를 강화하고 유지하였다. 이들은 경로당 이용 전부터 같은 동네에서 서로 어울려 지내며 화투놀이를 통해 관계를 유지하던 사이이거나 경로당의 건강프로그램을 이용하게 되면서 꾸준히 관계를 유지하고 있었다. 제보자 10은 '짧은 노인방'에서의 관계에 대해 매우 만족해 하며 이러한 사회적 관계 속에서 동료들끼리 서로가 공감대를 형성하고 있었고 결속력을 강화하는 양상을 보였다. 제보자 9는 건강프로그램과 화투놀이가 매개가 되어 사회적 관계가 형성되었고 경로당에 소속감을 갖게 되었다.

화투도 치고 하나까 엄청 좋아... 매일 오다시피 오지 뭐, 그래 내 볼일 오전에 다 보고 여기는 세 시나 돼서 잠깐 모이니까 매일 오다시피 와요. 여 운동도 좋고, 또 여러 사람 모이가지고 이야기 하는 것도 좋고 또 화투치기 하는 것도 좋고... 서로 서로가 나는 어디 가니 좋더라... 어느 병원에 가야 잘 듣더라... 그런 이야기 서로 주고받고 다 하지.(제보자 9)

한편 후기노인 제보자들은 전기노인과는 달리 경로당이 문을 여는 시간부터 문을 닫는 시간까지 하루 종일 머물며 경로당에서 점심 식사 한 끼를 해결하고 있었다. 후기노인들의 신체허약과 경제적 어려움은 의존성을 증가시켜 함께 살고 있는 자녀들에게 큰 부담으로 작용될 수밖에 없다. 따라서 이들이 하루 한 끼 식사라도 밖에서 해결하고 종일 경로당에서 지내는 것은 자녀들의 돌봄 부담을 줄여줄 뿐 아니라 관계의 긴장을 완화시켜 가족관계를 원활하게 하는 데 도움을 준다. 제보자 1은 현재 딸 가족과 살고 있지만 며느리의 입장을 잘 이해하고 있었다. 노인들이 나이가 들수록 자녀에 대한 의존도가 높아지는 점을 인정하고 경로당을 이용함으로써 자녀 입장에서 이해하고 배려하면서 가족관계를 원활히 유지하고자 함을 볼 수 있다.

(식사를) 챙겨주는 사람도 있고 안 챙겨주는 사람도 있고 그거 꼭 우찌 며느리가 붙어가지고 삼시세끼를 챙겨줄 수가 있나. 여기

이래 와쁘고 나면 며느리는 잊어뵈다 아이가. 저 뭐고 ○○할매는 요양원에 안가고 집에 있다 아이가. 근데 그 며느리가 할 짓이가.(제보자 1)

3. 시간성: 채우는 시간과 때우는 시간

전기노인 제보자들은 노년의 일상을 여러 가지 활동과 의미 있는 일로 채우므로 하루가 바쁘고, 자신과 가족을 위한 개인의 시간과 사회적 관계를 위한 공동의 시간을 가지고 일상을 채워나갔다. 제보자 3의 경우 오전에는 경로당에서 멀지 않은 자신의 텃밭에서 일하고 있는 모습을 보였는데, 오후에는 경로당에 나와서 동료들과 어울릴 뿐 아니라 건강프로그램에도 참여하고 있었다. 이 제보자는 평소 남편과 반려견도 돌보면서 요일마다 다른 프로그램에 참여하느라 하루가 바쁘다고 하였다.

항시 바쁘다. 주로 새벽에 다섯 시 삼십분에. 매일 매일 등산을 갔다 오고, 비가 와도 작게 오면 가고. 친구들이 있지. 여덟 한 삼십분, 텃밭이 조금 있어서 농사도 좀 짓고... 여(경로당)는 뭐 매일 모이가 이야기도 하다가 그거 십 원짜리 고스톱도 치고. 또 우리는 요새 저거 운동해야지, 치매공부 그거 선생 오니까 그것도 해야지. 수요일 금요일, 화요일 목요일은 건강백세운동.(제보자 3)

한편 후기노인 제보자들은 대부분 시간이 '매우 지루하다'거나 '지겹다'는 표현을 자주 사용하였다. 이들은 대체로 시간에 대한 자각 없이 일상을 보내는데, 경로당의 문이 열리는 오전 10시부터 문을 닫는 저녁 5시까지 경로당에서 시간을 보냈다. 이들은 경로당까지 보행이나 지팡이를 이용하여 오거나 매우 천천히 걷는 모습을 보였으며, 경로당에 나와서도 특별한 일들을 하지 않고 지냈다. 또한 청력, 시력 등 감각기능도 약해져 있어 TV시청이나 화투놀이도 거의 하지 않고 대부분 자리에 앉았다 누웠다는 반복하는 양상을 보였다. 제보자 17은 현재의 지루한 시간과 과거의 힘들었던 기억이 반복되어 나타나 지루한 일상에 견디기 힘든 시간의 무게를 부여하고 있었다. 후기노인들이 살아온 시간은 힘들고 배고팠던 시절이라는 공통점을 갖고 있기 때문에 현재의 시간 의미는 과거의 시간과 맞물려 가중된 시간의 의미를 지니고 있다. 따라서 이들이 경로당에 나오면 시간을 활용한다기보다 이러한 힘들고 지겨운 시간을 조금이라도 잊을 수 있는 것이다.

(경로당에 나오면) 저 언니들랑 더러 대화하는 그거... 거기 좋지 뭐... 별 좋은 거는 없어. 그래도 집에 혼자 있으므로 더 우울증이 생긴다. 가만 누워서 아픈 머리도 더 아프고 오만 생각 옛날에 못

살아 허덕거리고 굶고 고생한 거 보리밥도 배를 못 채우고 아들도 무찌밥을 먹이고 그런 거 다 떠오르고 인제 사는 게 너무 지겹다 (탄식).(제보자 17)

4. 공간성: 가족관계의 보완적 공간과 대리적 공간

전기노인 제보자들은 타인의존도가 낮은 편으로 자녀들과의 삶에 적절하게 관여하면서도 독립적으로 생활하고 있다. 이들은 자녀와 함께 살거나 따로 살면서 오전에는 주로 가정에서 집안일이나 개인적인 볼일을 보고 오후에 일정시간동안 경로당에서 지낸다. 경로당은 가족과 독립된 공간이면서 가족 외의 관계에서 삶의 지지와 의지가 되어 주는 보완적 공간인 것이다. 또한 이들은 건강정보를 함께 나누고 가정사에 대해 서로 조언을 아끼지 않으며 떡 등 맛난 음식을 돌아가며 해서 나누어 먹는 등 서로를 충족시켜 주는 사회적 공간으로 경로당을 활용하였다. 제보자 7은 경로당에 오면서 떡과 막걸리를 가지고 왔는데 오늘은 자신이 낼 차례라고 하였다. 이 제보자는 경로당 동료들과 어울리기 시작한 지 오래되지 않았지만 건강프로그램이나 화투놀이에 적극 참여하고 음식을 해서 나눠 먹으면서 관계가 돈독해져 경로당 이용에 만족하였다.

그래도 사람이 여럿이 모이니 동네 방송국 아이가. 이 동네 방송국 히히 이야기, 이야기도 많이 하고 듣고 그러면 좋아. 참 뭐 그거 하면 또 오늘 떡 가오듯이 또 한 사람 또 그거 하면 이리 가 오면 또 나도 그럼 한번 할게, 하기도 하고 서로서로 노나 목기도 하고... 좋아.(제보자 7)

하지만 경로당은 개인 간의 결속력을 강화하고 즐거움이나 친밀감을 충족시키는 공간인 동시에 동료집단의 경계가 분명하여 어떤 노인들에게는 자칫 배타적 공간이 될 수도 있다. 즉 전기노인 제보자들이 공간을 활용하는 방식은 점유하여 소유권을 행사하는 형태여서 처음 온 사람이나 놀이에 적극 참여하지 않는 사람에게는 배타적이 될 수 있다는 것이다. 이러한 사실은 일반제보자들을 통해서 그리고 실제로 경로당에 와서 ‘젊은 노인방’ 입구에 앉아 한동안 바라보다가 돌아가는 일부 노인들을 통해서 확인할 수 있었다.

한편 후기노인 제보자들에게 경로당은 신체기능 약화와 경제적 어려움 등으로 집에서 유일하게 갈 수 있는 곳이다. 하루 종일 부양가족과 대면하고 살면서 생기는 부담을 줄일 수 있고 혼자 사는 경우에도 가족과 같은 공간의 연장으로 활용되고 있는 곳이 경로당인 것이다. 혼자 거주하며 자녀와 멀리 떨어져 살고 있는 제보자 18의 경우 자녀들이 혼자 살고 있는 제보자를 걱정해서 경로당에 나갈 것을 적극 권유하였다. 자녀들은 경로당을 방문할 때마다 맛있는 음식

이나 과일 등을 제공하였으며 다른 노인들에게도 깍듯하게 대하였다. 이러한 점은 제보자와 자녀 모두 경로당을 서로의 끈을 이어주고 유지시켜 주는 가족공간의 연장으로 이용하고 있음을 알 수 있다.

경로당 생기니 참 고맙다... 근데 요(경로당)는 낮으로 누워 있다가 가도 되고 아침 일찍 와도 되고 마 내 집 한가지인데 뭐.. 어 어. 그렇지. 좋다. (집에 혼자 있으면) 쓸쓸하다. 잠도 안 오고. 내가 이리 혼자 살아 되겠다 이라다가 혼자 죽으면 누가 알겠노... 그 생각이 머리에 떠오르지 자꾸... 그래 요 나온 우리 아들도 걱정을 덜 하고.(제보자18)

또한 후기노인 제보자들은 경로당에서 점심 식사로 따뜻한 한 끼를 먹을 수 있어서 좋다고 한다. 이들은 혼자 먹는 밥이 맛없어서 또는 며느리와의 갈등으로 아침밥을 못 먹고 나와서 경로당에서 점심 한 끼로 하루 식사를 대신하는 경우도 있었다. 경로당 전 회장인 제보자 2는 전기노인이지만 후기노인들의 이러한 상황을 누구보다 잘 알고 있어 경로당이 고령노인들에게 기본적인 돌봄을 줄 수 있는 물리적, 심리적 공간의 되고 있음을 강조하였다. 하지만 후기노인 제보자들은 신체적, 인지적 및 감각적 기능이 떨어져 있어 소통이 원활하지 않았고 허리나 어깨 등의 통증으로 오래 앉아 있지 못하였다. 따라서 이들은 전기노인 제보자들과 달리 경로당에 함께 있어도 같이 어울리지 않고 바닥에 깔려 있는 침요들 위에 각자 따로 누워 지내는 모습을 볼 수 있었다.

논 의

본 연구에서 경로당 이용 여성노인들의 건강생활 양상과 의미는 네 가지 문화요소를 중심으로 다양한 맥락 속에서 노년의 시기별로 차이가 있었다. 따라서 제보자들을 전기노인과 후기노인으로 나누어 이들의 건강생활을 사회문화적 맥락과 함께 비교 문화적으로 기술한 결과를 논의하고자 한다.

먼저 몸 돌봄의 문화요소에서 볼 때 신체적 몸 돌봄은 전기노인 제보자들의 경우 건강문제 예방에 초점을 두어 미래지향적이고 비교적 적극적으로 대처하는 반면, 후기노인 제보자들의 경우 현재 건강문제로 인한 불편감을 감소하거나 제거하는 데 초점을 두어 소극적으로 대처하는 양상을 보였다. 노화는 개인이 직접 통제하기 힘든 과정으로서 새로운 삶의 양식들을 요구하게 되는데, 이러한 내외적인 요구에 대해 자발적으로 행할 때 효과적인 결과를 가져오는 것으로 알려져 있다[23]. 전기노인 제보자들은 특히 일정하게 움직이는 것을 건강생활의 우선순위에 두고 선호하였는데, 이는 경로당 이용 여성노인들이 현재 건강상태가 좋을수록 삶의 만족도가 높았으며

[9], 지역사회 노인들이 운동을 노후의 건강생활 유지에 중요하다고 믿고 있다는 결과[18]와 맥을 같이 하고 있다. 또한 가장 쉬우면서도 중요하게 생각하는 건강생활은 음식으로 다스리기였는데, 이는 노인들이 적절한 음식(right foods)을 제 때(right time) 먹는 것[13]과 여성노인들이 '내 몸에 맞게 잘 먹는 것'[24]을 중요한 건강행위로 실천하고 있는 결과와 유사하였다. 이처럼 자신이 중요하다고 인식하고 실천하는 것은 개인이 통제권을 가지고 자율성을 확장해 나감을 의미한다[23]. 한편 후기노인 제보자들의 경우 일상생활을 유지하는데 무리가 되지 않도록 '내 몸에 맞는' 건강생활에 초점을 두었는데, 자신의 몸의 한계 안에서 손상 없이 가능한 독립성을 유지하고자 하는 자기 다스림의 방식으로 볼 수 있다. 하지만 후기노인 제보자 상당수가 자신이 건강하지 않다고 인식하고 건강행위에 있어 소극적인 양상을 보이고 있었다. 후기노인은 전기노인에 비해 활동참여도가 급격히 떨어지고[25], 특히 경로당 이용 여성노인들에게 신체활동을 증가하기 위해서는 인지능력과 영양상태를 증가시켜야 한다는 연구결과[11] 등을 감안할 때, 후기 여성노인들을 위한 차별화된 건강프로그램이나 설비가 필요하다고 생각한다.

심리적 몸 돌봄에서 전기노인 제보자들은 후기노인들에 비해 비교적 경제력과 활동성이 양호하여 사회적 관계 중심의 공동체적 삶속에서 상호의존성을 유지하였는데, 이는 노년기의 삶에 긍정적인 효과를 주고 있음을 알 수 있다. 노인들이 함께 어울려 활동에 적극적으로 참여할 때 삶에 대해 긍정적 인식과 만족도를 높인다는 결과들에 근거하여[25,26], 이러한 전기 여성노인들의 사회참여를 적극적으로 권장하고 배려할 필요가 있다. 한편 후기노인 제보자들은 주변의 일이나 타인과의 관계보다 자기중심적 성향으로 전환되면서 긴장이나 갈등 상황대신 현재의 삶을 받아들이는 모습을 보였다. 이는 경로당 이용 여성노인들은 현실만족도가 높을수록 우울정도가 낮았다는 연구결과[9]와 일맥상통하였다. 또한 후기노인들이 주변에 양보하고 욕심을 내지 않고 내려놓는 등 삶에 순응하는 태도를 보이고 죽음에 대하여 수용적이며 자녀에게 부담을 주지 않음으로써 우리라는 관계 속에서 좋은 죽음을 맞이할 수 있기를 원한다는 연구결과[24,26]와도 맥을 같이 하고 있다. 따라서 후기 여성노인들이 긍정적인 삶의 통합을 통해 자신과 타인에 대한 이해를 높이고 삶의 마지막까지 건강생활을 유지할 수 있도록 보다 체계적인 지지전략이 마련되어야 한다고 본다.

사회적 몸 돌봄에서 전기노인 제보자들은 일상생활의 활동영역을 확대해 나가는 모습을 보였는데, 의식 확장으로서의 건강이론[20]에 따르면, 인간은 환경과의 상호작용에서 고유한 양상을 지니며 계속 발전해 나가며, 건강은 의식수준이 확장되어가는 과정으로, 간호는 더 높은 수준의 의식으로 진화하도록 돕는 행위로 본다. 이처럼 전기 여성노인들이 일상성을 확장해 가면서 건강생활을 이루어나가는

과정에서 의식의 수준이 더욱 긍정적으로 확장될 수 있도록 간호전략을 모색할 필요가 있다. 한편 후기노인 제보자들의 경우 경로당 내 한정된 공간에서 가정에서의 일상성을 그대로 유지하였다. 이는 경로당 고령 여성노인들의 생활경험에 관한 연구[14]에서 경로당은 일상생활을 이어나가는 근거지가 되고 있다는 결과와 유사하였다. 후기노인들은 신체적, 인지적 기능이 감소하여 전기노인들과 같은 형태로 일상성을 확장할 때 오히려 안정성과 균형을 잃게 될 가능성이 높다. Cho [19]가 지적했듯이 노인의 일상적인 생활양상은 신체기능이 변화하거나 외적인 사건에 의해 쉽게 교란될 수 있다는 것이다. 후기 여성노인들의 신체기능상태 등을 고려해볼 때 가정에서의 일상성이 경로당을 통해 원활히 유지되도록 하는 한편 지나치게 비활동적인 상태가 되지 않도록 적절한 환경을 조성하는 것이 필요하다.

다음으로 관계성의 문화요소에서 볼 때, 전기노인 제보자들은 경로당 친구들과 주로 화투놀이를 통해 동료관계 결속력을 유지하고 강화하였다. 노인은 노년기 이전에 구축한 비경제활동 분야의 사회적 관계망을 노인이 된 이후에도 지속적으로 잘 유지하는 편으로[27], 지역사회 내에 위치한 경로당은 이러한 관계를 유지하고 형성하기에 적절한 곳이다. 이처럼 노인들은 동료와의 결속에서 친밀감과 위안을 얻을 뿐 아니라 서로 돌보는 과정을 통해 자기존중의 성공적 노화과정을 경험하게 된다[24]. 또한 경로당 이용 여성노인은 화투놀이와 같은 놀이학습을 통해 대인관계를 형성하면서 자신의 고유한 존재방식을 표현한다는 점을 고려할 때[15] 전기 여성노인들이 경로당을 통하여 동료관계를 강화할 수 있도록 지속적인 관심과 다양한 놀이학습 등의 지원이 필요하다고 생각한다. 한편 후기노인 제보자들의 경우 매일 경로당을 방문하여 아침부터 저녁까지 지냄으로써 자녀의 부담을 줄여주고 갈등을 피하여 가족관계를 원활히 유지하고자 하였다. 가족관계가 원활하지 못할 경우 가족과의 동거가 어렵게 되고 이는 곧 거주영역의 이동을 의미하기 때문이다. 특히 후기노인들은 전기노인에 비해 사회적 연결망이 약화되고 사회적 자원이 부족하다[27]. 경로당 이용 노인의 심리적 안녕감에 영향을 미치는 주요 요인들 중의 하나가 가족관계라는 연구결과[10]에 근거해볼 때, 경로당은 노인에 대한 가족의 돌봄 부담을 덜어주고 갈등을 최소화시킴으로써 가족관계를 원활히 유지시키는 데 중요한 역할을 하고 있음을 알 수 있었다.

경로당 이용 여성노인의 건강생활을 시간성 측면에서 살펴볼 때 전기노인 제보자들은 개인의 시간과 공동의 시간을 적절히 분배하여 일상의 시간을 알차게 채워나갔다. 이는 노인의 시간사용에 관한 연구[28]에서 전기노인에 해당하는 은퇴노인들은 하루 생활 중 개인 유지 시간과 공동 여가활동시간에 대부분의 시간을 사용하고, 가사노동 시간과 근로·봉사활동 시간은 매우 적게 사용하고 있다고 하여 본 연구의 전기노인과 유사하였다. 통합적 관점에서 건강은 시간과

공간과 움직임의 상호관계에서 의식의 확장으로 정의된다는 점에서 [20], 전기노인들의 시간은 공간과 움직임의 상호관계에서 자신이 시간의 주체가 되어 채움을 통한 의식의 확장으로 볼 수 있다. 전기노인 제보자들의 시간경험에서 우려되는 점은 경로당에서 건강프로그램 참여 외에 주로 화투놀이로 시간을 보내고 있다는 점이다. 노인의 시간 사용은 노년기의 성공적 적응에 중요한 요인이 되므로 [28] 전기 여성노인들이 경로당에서 시간을 좀 더 유용하게 관리하여 건강한 생활을 이루어나갈 수 있도록 다양하고 체계적인 방안이 필요하다고 생각한다. 한편 노인은 비공식적 시간문화가 우선하는 특징을 가지고 있으며, 시간의 경험은 개인과 주변의 상황에 따라 달라지기 때문에 [29] 전기노인과 후기노인의 시간은 다르게 경험된다. 후기노인 제보자의 경우 길어지고 느려진 시간인식 때문에 시간을 활용하는 측면보다는 하루를 어떻게 보내고 때를 지에 더 관심을 두었다. 시간개념은 필연적으로 공간 및 움직임의 개념과 연관되어 나타난다는 점에서 [20], 후기노인들의 ‘더디다’, ‘지겹다’는 표현은 활동영역의 감소와 관련된 ‘재미없는’ 일상의 심리상태를 반영한 것으로 볼 수 있다 [28]. 따라서 후기 여성노인들이 경로당이라는 공간에서 좀 더 다양한 수준의 움직임을 경험할 수 있도록 적절한 방안을 마련하는 것이 필요하다고 생각한다.

마지막으로 ‘공간성’의 문화요소에서 볼 때 전기노인 제보자들은 경로당을 가족과 독립적 관계를 유지하면서 가족 외의 관계에서 삶의 지지를 얻는 보완적 공간으로 경험하였다. 공간은 단순히 물리적 차원에 그치는 것이 아니라 심리적, 사회적, 영적 등 다양한 차원과 속성을 지니고 있는데, 노인들은 물리적 차원의 형식적 공간에서 자신이 부여한 공간의 의미에 근거하여 생활공간을 선택하고 효율적으로 활용한다 [30]. 전기노인 제보자들의 경로당 활용 방식은 가족과의 독립성을 유지하면서 동료집단의 결속력을 이용하여 완전히 점유하고 소유권을 행사하는 형태인데, 이러한 점은 새로운 구성원의 유입을 어렵게 하고 배타적이 되게 하므로, 개방성을 높일 수 있는 전략이 요구된다. 한편 후기노인 제보자들의 경우 경로당은 자녀와의 연결을 유지시키고 자녀에게 짐이 되는 미안함을 상쇄하면서 마음 편히 쉴 수 있고 밥 한 끼를 해결할 수 있는 가족 돌봄의 연장선에 있는 대리적 공간이다. 실제로 경로당을 이용하는 후기여성들은 기능 감퇴나 다양한 질환을 겪고 있어 경로당에 오지 않으면 병원 외에 달리 갈 곳이 없는 실정이다 [14]. 이처럼 경로당은 노인이 낮 시간동안 편히 지낼 수 있는 가족 공간의 연장이 되는 공간으로 활용될 수 있는 곳이며 [10], 노인에게 점심 한 끼를 제공함으로써 건강유지에 중요한 역할을 하는 공간이기도 하므로 지역사회에서 경로당 이용이 더욱 활성화될 수 있도록 제도적 지원이 지속되고 확대될 필요가 있다. 여기서 한 가지 주목할 점은 후기노인 제보자들에게 경로당은 결속된 집단의 공간이기 보다 각자가 따로 지내는 경향이 있어 동료

간 관계성이 충족되지 않는 공간이었다. 후기노인들은 전반적으로 신체기능이 감퇴되면서 공간 지각과 공간 활용범위에 변화를 초래하는데 [30] 이는 대인관계를 포함한 상호작용에 영향을 미칠 수 있다. 따라서 후기노인 제보자들의 공간 경험에 대한 이해를 토대로 가족 공간의 연장과 음식제공의 긍정적 측면은 더욱 활성화하는 반면, 공간 지각이나 활용범위 변화에 따른 부정적 측면은 최소화하거나 보완할 수 있는 전략이 필요하다고 생각한다.

본 연구에서 경로당을 이용하는 여성노인들의 건강생활 양상은 몸 돌봄, 관계성, 시간성 및 공간성이라는 문화요소를 중심으로 나타났다. 이는 전·후기 연령군에 따라 차이가 있었다. 또한 각 문화요소에 내포된 사회문화적 맥락이 다양하였으며, 전·후기 노인별로도 상이하여 건강생활의 의미에 차이가 있었다. 이러한 결과는 경로당 이용 여성노인의 건강생활의 양상과 의미를 다양한 사회문화적 맥락 속에서 이해하는 것이 필요하며, 전·후기 연령군별 차이에 따른 간호요구를 파악하여 노년의 시기별로 간호중재가 달리 이루어져야 함을 시사한다. 본 연구의 제한점으로는 경로당을 이용하는 여성노인이 이용하지 않는 여성노인에 비해 건강생활에서 어떠한 차이를 보이는지에 대해 좀 더 깊이 탐색하지 못한 부분이 있다.

결 론

본 연구는 건강생활을 질병의 부재 또는 질병의 예방 및 관리를 중심으로 하는 생의학적 관점과는 달리, 환경과의 상호작용을 통해 건강한 삶을 유지해가는 과정에서 나타나는 고유한 양상으로 보는 간호의 통합적 관점에서 출발하였다. 경로당 이용 여성노인의 건강생활에서 몸 돌봄의 양상은 신체적, 심리적, 사회적 차원에서 이루어졌는데 자율성, 상호성 그리고 일상성의 측면에서 전기노인과 후기노인 간에 차이를 보였다. 따라서 이러한 다양한 양상의 몸 돌봄과 노년의 시기별 차이를 고려하여 전기노인에게서는 자율성을 확장하고 후기노인에게서는 활동참여를 높일 수 있는 전략이 필요하였다. 관계성의 양상은 경로당 동료 관계와 가족 관계 측면에서 전·후기 노인 간에 차이가 있었는데, 전기노인에게서는 경로당 동료들을 중심으로, 후기노인에게서는 가족을 중심으로 관계성을 유지하고 강화하는 방안을 모색하는 것이 필요하다. 시간성의 양상은 시간의 생산적 측면에서 전·후기 노인 간에 차이를 보였는데, 전기노인에게서는 시간관리가 좀 더 유용하게 이루어지도록 다양한 학습프로그램이, 후기노인에게서는 시간의 흐름과 인식 간에 균형이 이루어지도록 중재프로그램이 제공되어야 할 것이다. 공간성의 양상은 이들이 부여한 공간의 의미에 따라 전·후기 노인 간에 차이가 있었는데, 전기노인에게서는 좀 더 개방적이고 조화로운 분위기를 조성할 수 있도록, 후기노인에게서는 공간 지각 및 활용범위에 변화를 줄 수 있도록 연령군별 맞춤형 프로그램

이나 놀이학습 등이 필요하였다.

본 연구는 경로당 이용 여성노인의 건강생활에 대한 사회문화적 맥락에서 그 양상과 의미를 살펴봄으로써, 이와 관련된 간호요구를 파악하여 효과적인 건강생활을 정착할 수 있는 간호중재 개발의 기초를 제공하였다는데 의의가 있다. 추후연구에서는 본 연구결과를 토대로 경로당 이용 여성노인의 건강생활을 향상시키기 위해 전기노인과 후기노인 별로 맞춤형 건강프로그램을 개발하고 그 효과를 검정할 필요가 있다. 또한 시설이나 재가 등 다양한 상황에 있는 노인들과 경로당을 이용하는 남성노인들의 건강생활에 대한 질적 연구가 필요하다.

CONFLICTS OF INTEREST

The authors declared no conflict of interest.

REFERENCES

1. Statistics Korea. Population census [Internet]. Daejeon: Statistics Korea; c2017 [cited 2018 Feb 5]. Available from: http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/2/1/index.board?b-mode=read&bSeq=&aSeq=363362&pageNo=1&rowNum=10&navCount=10&currPg=&sTarget=title&sTxt=.
2. Kim EK. The risk factors of suicidal ideation by age groups among the elderly in Korea. *Korean Journal of Health Promotion*. 2015;15(2):54-62. <https://doi.org/10.15384/kjhp.2015.15.2.54>
3. Korea Institute for Health and Social Affairs. 2014 National survey data of the actual living condition of the elderly. Sejong: Ministry of Health and Welfare; 2015 Dec. Report No.: 11-1352000-001426-12.
4. Korean Statistical Information Service. Number of facilities for the aged welfare and life status [Internet]. Daejeon: Statistics Korea; c2017 [cited 2018 Feb 5]. Available from: http://kosis.kr/statisticsList/statisticsListIndex.do?menuId=M_01_01&vw-cd=MT_ZTI_TLE&parmTabId=M_01_01#SelectStatsBoxDiv.
5. Yoo SH. Characteristics of the older Koreans by their patterns of using senior centers and kyungrodang and policy implications. *National Assembly Research Service*. 2017;9(2):247-273.
6. Park SK, Kim DH. Exploring ways toward vitalizations of senior centers in Gwangju city. *The Korea Local Administration Review*. 2014;520:1-148.
7. Cho SJ. The changing senior citizen centers [Internet]. Jeonju: The Jeonbuk Ilbo; c2016 [cited 2018 Feb 6]. Available from: <http://www.jjan.kr/news/articleView.html?idxno=1105191>.
8. Kim MI, Kim SJ, Kim JP. A study for health promotion behaviors and depression of pre and old age group. *Journal of Institute for Social Sciences*. 2017;28(3):285-307. <https://doi.org/10.16881/jss.2017.07.28.3.285>
9. Ko GS, Lee YC. Study on the life satisfaction and depression in female users of senior citizen centers. *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*. 2017;7(8):963-972. <https://doi.org/10.14257/ajmahs.2017.08.20>
10. Kang HS, Jung SS. The effect of the traits of elderly people in senior citizen center on psychological well-being: Focusing on the mediating effect of depression. *Journal of Social Welfare Management*. 2017;4(1):21-45.
11. Seo KH, Eun Y. Factors influencing physical activity in elderly women at senior citizen centers. *Journal of Muscle and Joint Health*. 2015;22(3):236-244. <https://doi.org/10.5953/JMJH.2015.22.3.236>
12. Lee KI, Eun Y. The relationship between health belief and exercise compliance among elderly adults at senior centers. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*. 2015;26(2):79-88. <https://doi.org/10.12799/jkachn.2015.26.2.79>
13. Turk MT, Elci OU, Resick LK, Kalarchian MA. Wise choices: Nutrition and exercise for older adults: A community-based health promotion intervention. *Family & Community Health*. 2016;39(4):263-272. <https://doi.org/10.1097/FCH.0000000000000116>
14. Kim JS. Experiences on welfare leisure living of old age women. *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*. 2017;7(11):681-688. <https://doi.org/10.14257/ajmahs.2017.11.90>
15. Im KM. Phenomenological study on time experience of the elder while playing Hwatu in senior citizen center. *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*. 2018;8(1):279-287.
16. Yoo S. The context of perceived and desired social support among Korean older adults. *Psychology, Health & Medicine*. 2013;18(1):47-55. <https://doi.org/10.1080/13548506.2012.672751>
17. Schoenborn NL, Van Pilsum Rasmussen SE, Xue QL, Walston JD, McAdams-Demarco MA, Segev DL, et al. Older adults' perceptions and informational needs regarding frailty. *BMC Geriatrics*. 2018;18(1):46. <https://doi.org/10.1186/s12877-018-0741-3>
18. Graham LJ, Connelly DM. "Any movement at all is exercise": A focused ethnography of rural community-dwelling older adults' perceptions and experiences of exercise as self-care. *Physiotherapy Canada*. 2013;65(4):333-341. <https://doi.org/10.3138/ptc.2012-31>
19. Cho MO. A comparative ethnography on health belief of aged between urban and rural residents. *Journal of Qualitative Re-*

- search. 2011;12(2):100-114.
<https://doi.org/10.22284/qr.2011.12.2.100>
20. McEwen M, Wills EM. Margaret Newman: Health as expanding consciousness. In: McEwen M, Wills EM, editors. *Theoretical Basis for Nursing*. 4th Engl. Ed. Koh CK, translator. Seoul: Soomoonsa; c2016. p. 245-250.
21. Spradley JP. Participant observation. 1st Engl. Ed. Shin JY, translator. Melbourne: Cengage Learning; c2009. p. 48-212.
22. Meadow LM, Morse JM. Constructing evidence within the qualitative project. In: Morse JM, Swanson JM, Kuzel AJ, editors. *The Nature of Evidence in Qualitative Inquiry*. Thousand Oak (CA): Sage; 2001. p. 187-200.
23. Reichstadt J, Sengupta G, Depp CA, Palinkas LA, Jeste DV. Older adults' perspectives on successful aging: Qualitative interviews. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*. 2010; 18(7):567-575.
<https://doi.org/10.1097/JGP.0b013e3181e040bb>
24. Yang JH, Yang BS. Alternative view of health behavior: The experience of older Korean women. *Qualitative Health Research*. 2011;21(3):324-332.
<https://doi.org/10.1177/1049732310379238>
25. Ihle A, Jopp DS, Oris M, Fagot D, Kliegel M. Investigating discontinuity of age relations in cognitive functioning, general health status, activity participation, and life satisfaction between young-old and old-old age. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2016;13(11):E1092.
<https://doi.org/10.3390/ijerph13111092>
26. Lee MS, Kim YJ. Good death recognized by the elderly. *The Journal of the Korea Contents Association*. 2013;13(6):283-299. <https://doi.org/10.5392/JKCA.2013.13.06.283>
27. Park YR, Park KS. Social support network and welfare of the elderly in Korea: Research trends and future tasks. *Journal of Welfare for the Aged*. 2013;60:323-352.
28. Lee SS. A study on the time usage of the retired elderly. *Korean Journal of Human Ecology*. 2011;20(2):311-325.
<https://doi.org/10.5934/KJHE.2011.20.2.311>
29. Cho MO. Aging and temporality of aged in a clan. *Korean Journal of Adult Nursing*. 2008;20(2):95-110.
30. Cho MO, Yim HS. Aging and proxemics in a Korean clan. *Journal of Qualitative Research*. 2017;18(2):160-179.
<https://doi.org/10.22284/qr.2017.18.2.160>