

제주특별자치도에서 노인 심리상담의 방향

오창홍¹, 박윤희², 박정환^{2*}

¹제주행복드림상담센터, ²제주대학교 교육학과

A Study of Elderly Psychological Counseling Vision in Jeju Special Self-Governing Province

Chang-Hong Oh¹, Yun-Hee Park², Jung-Hwan Park^{2*}

¹Center for Jeju Happiness Dream Counseling

²Department of Education, Jeju National University

요약 본 연구의 목적은 제주도 노인의 실태와 제주도 노인의 특성을 고찰하고 제주 노인의 특성에 맞는 상담전략을 모색하는 데 있다. 제주도 노인은 2023년 현재 총인구 대비 18.4%로 고령사회에 살고 있으며, 2025년도에는 20.6%로 초고령 사회에 진입한다. 고령화와 장수에 따르는 다양한 문제들과 노화에 따른 신체적 변화, 정서 및 성격 측면의 심리적 변화, 그리고 경제적 빈곤과 역할 상실 및 고독이 수반되는 사회적 변화 등에 대응하는 정책과 시책이 강화되어야 할 것이다. 이와 같은 문제를 합리적으로 대처하며 자아통합을 이루고, 건강하고 건전한 노후를 보내는 것이 중요하데 이를 위한 하나의 수단으로 상담이 효과적이라고 보았다. 이를 구현하기 위하여 제주도 노인의 특성을 분석하고 자아통합을 실현할 수 있는 상담전략을 제시하였다. 이 연구에서 제시된 제주도 노인의 특성은 상담, 복지, 사회교육 등 다양한 분야에서 기초자료와 자아통합 및 젊음과 지혜를 나누는 세대통합 프로그램의 기초자료로 활용할 수 있을 것이다.

Abstract The purpose of this study was to examine the characteristics of the elderly in the Jeju Special Self-Governing Province and to seek counseling strategies suited to their characteristics. As of 2023, the elderly in Jeju were living in an aged society and accounted for 18.4% of the total population. By 2025, this will be transformed into a super-aged society with 20.6% elderly folk. Policies and measures should be strengthened to respond to the various problems that accompany aging and longevity, the physical changes due to aging, the psychological changes in emotions and personality, and the social changes accompanied by economic poverty, loss of roles, and loneliness. It is important to deal with such problems rationally, achieve self-integration, to lead a healthy and sound retired life. Counseling is considered an effective means of achieving this. Hence, the characteristics of the elderly in Jeju were analyzed, and a counseling strategy to realize self-integration was presented. The characteristics presented in this study can be used as basic data for developing integration programs that share self-integration, youth, and wisdom across various fields such as counseling, welfare, and social education.

Keywords : Elderly, Psychological Counseling, Jeju, Longevity, Self-Integration

이 논문은 2023학년도 제주대학교 교육·연구 및 학생지도비 지원에 의해서 연구되었음

*Corresponding Author : Jung-Hwan Park(Jeju National Univ.)

email: edu114@jejunu.ac.kr

Received January 2, 2024

Accepted February 6, 2024

Revised February 5, 2024

Published February 29, 2024

1. 서론

우리나라 헌법 제10조는 “모든 국민은 인간으로서의 존엄과 가치를 가지며, 행복을 추구할 권리를 가진다.”, “국가는 개인이 가지는 불가침의 기본적 인권을 확인하고 이를 보장할 의무를 가진다.”[1]라고 명시하여 존엄성과 행복 추구권을 보장해야 한다고 천명하고 있다. 따라서 국가에서는 이와 같은 인간의 존엄성과 행복 추구권을 보장하기 위한 각종 시책을 수립 시행하고 있으며, 급속한 경제 성장과 의료 및 과학, 통신 기술의 발달 등으로 풍요로운 삶과 더불어 평균 수명도 100세 시대에 도래하고 있다.

그러나 이와 같이 급속히 발전하는 격변의 시대 현상은 생활환경과 의식구조 및 가치관의 변화를 초래하여 물질만능주의와 이기주의 및 향락주의를 파생하여 우리의 정신문화 측면에서 많은 문제들이 초래되고 있다. 또한 다문화 및 핵가족의 증가, 출산율 저하와 1인 가구 증가 등의 다양한 형태의 가족구조는 세대 간 소통부재 현상으로 나타나고 있다. 또한 급속한 고령화 사회로의 진입은 상대적 박탈감, 무직과 소득감소 및 질병, 외로움, 우울, 은둔형 외톨이로 인한 사회단절, 고독사 등 노인들에 대한 사회병리를 유발하고 있다.

특히 우리나라는 고령화 사회를 넘어 고령사회에 살고 있다. 고령사회란 전체 인구에서 65세 인구가 총인구 대비 14% 이상의 사회를 말하는데 2023년 10월 현재 우리나라 인구는 총 51,354,226명이며, 이 중 65세 이상 인구는 9,652,413명으로서 총인구 대비 18.4%로 고령사회인 14%를 상회하고 있으며, 2025년도에는 20.6%로 초고령 사회를 목전에 두고 있다[2].

인간으로서의 존엄과 가치를 가지며 건강하게 행복을 누리며 장수(長壽)하는 것이 인간의 소망이지만, 고령화와 장수(長壽)에 따르는 유병장수(有病長壽), 무전장수(無錢長壽), 무업장수(無業長壽), 독거장수(獨居長壽), 무취장수(無趣長壽) 등에 따른 다양한 문제들과 노화에 따른 신체적 변화, 정서 및 성격 측면의 심리적 변화, 그리고 경제적 빈곤과 역할 상실 및 고독이 수반되는 사회적 변화 등에 대응하는 정책과 시책이 강화되어야 할 것이다.

우리나라는 노인과 관련하여 중앙 및 지방자치단체에서 관련 부서를 두고 업무를 처리하고 있으며 노인복지법[3]도 제정하여 시행하고 있다. 노인복지법 제1조(목적)에서는 “이 법은 노인의 질환을 사전 예방 또는 조기 발견하고 질환 상태에 따른 적절한 치료, 요양으로 심신의 건강을 유지하고, 노후의 생활 안정을 위하여 필요한

조치를 강구함으로써 노인의 보건복지 증진에 기여함을 목적으로 한다.”라고 되어있다. 그리고 동법 제28조(상담, 입소 등의 조치)에는 “65세 이상의 자 또는 그를 보호하고 있는 자를 관계공무원 또는 노인복지상담원으로 하여금 상담, 지도하게 하는 것”, “65세 이상의 자로서 신체적, 정신적, 경제적 이유로 거택에서 보호받기가 곤란한 자를 노인주거복지시설 또는 재가노인복지시설에 입소시키거나 입소를 위탁하는 것” 등의 조치를 관계공무원이나 노인복지상담원이 개입하도록 하고 있다. 동법 시행령 제12조(4)(노인복지상담원 임용)에는 노인복지상담원은 사회복지사 3급 이상의 자격증을 소지한 자를 공무원으로 임용하여, “노인 및 그 가족 또는 관계인에 대한 상담 및 지도, 노인복지에 필요한 가정환경 및 생활 실태에 관한 조사, 노인주거시설 또는 재가노인복지시설에 입소시키거나 위탁, 노인의 단체활동 및 취업 상담, 기타 노인의 복지 증진에 관한 사항”의 직무를 수행하도록 되어 있으며[4], 이에 따라 사회복지사가 노인, 가족, 관계인에 대한 상담, 가정환경 및 생활실태조사, 단체활동, 취업 상담 등 전반적인 직무를 수행하고 있으나 사회복지사와 전문상담사의 상담영역은 다르다고 볼 수 있다.

통계청[1] 장래 기대수명에 의하면 2022년도에는 84.1세(남자 81.2세, 여자 87.0세), 2023년도에는 84.3세(남자 81.4세, 여자 87.2세), 2024년에는 84.5세(남자 81.7세, 여자 87.4세)로 해마다 늘어나고 있다. 이와 같이 평균 수명이 증가하는 것은 축복될 일이지만 긴 여가시간, 수입감소, 건강 약화, 우울, 불안, 노인학대, 수면장애, 고독, 성문제, 자살, 소외, 역할상실, 좌절 등 신체적, 사회적, 심리적 문제를 예방하고 합리적으로 대처하며 자아통합을 이루고 건강하고 건전한 노후를 보내는 것이 중요한데, 이를 위한 하나의 수단으로 노인상담이 효과적이라고 본다.

상담의 정의를 김창대 외[5]는 상담이란 “도움을 필요로 하는 사람이 전문적인 훈련을 받은 사람과의 관계에서 생활 과제의 해결과 사고, 행동, 감정 측면의 인간적 성장을 위해 노력하는 학습과정”이라 했다. 이는 상담전문가와 상담을 통해 인지, 정서, 행동의 문제를 해결하고 변화를 가져오으로써 성장을 도와주는 예방과 치료적 과정 및 활동이라 할 수 있다. 따라서 전문상담사는 국가와 관련학회에서 상담의 전문성을 담보하기 위한 엄격한 자격규정과 수련과 임상을 통하여 전문상담사 자격을 취득하게 하고 있다. 전문상담사들은 자신이 취득한 자격종류 및 등급에 따라 심리검사, 아동, 청소년, 학교, 진로 직업, 학습코칭, 가족, 부부, 노인, 다문화상담 등을 개인

상담, 집단상담 방법으로 실시하고 있는데 노인상담을 전문적으로 하는 상담사나 상담센터는 상대적으로 적은 편이고 아동이나 청소년, 중장년층에 비해 노인상담에 대한 경험은 낮은 편이다[6]. 그 이유는 노인상담의 특수성에서 기인한다고 볼 수 있다. 노인상담의 목적은 노년기의 발달과업인 자아통합을 이룰 수 있도록 조력하는 데 있다. 따라서 노인상담은 성공적인 노화와 즐거움이 있는 노년기의 삶을 위하여 내담자인 노인과 효과적인 상담(작업)동맹을 맺을 수 있어야 한다. 상담을 통하여 배우자 등 의미있는 타인과의 관계, 주거에 대한 생활욕구, 지역사회에서 새로운 역할 수행, 가족과 친인척 등과의 인간관계, 심신의 건강과 정서적 지원 등을 회상기법, 희망상담 등을 통하여 삶의 통제력을 얻도록 하는 데 있는데 노인들의 이중 메시지, 고착화된 사고, 저항, 새로운 삶에 대한 변화욕구 둔화, 상담사들은 대부분 내담자인 노인보다 연령, 경륜적 차이 등이 상담에 걸림돌로 작용되고 있다.

노인상담은 상담자와 참 만남을 통하여 소외에 직면할 힘을 얻고[7], 세상과의 관계를 재정립할 수 있으며[8], 건강한 인지적, 정서적 상호작용 방식을 찾을 수 있고[9], 배우자나 주변인의 사망, 관계적 상실에 따른 정서 표현[10], 자기관리 능력 재고[11], 노인들도 상담에 대한 필요성을 느끼고 있으며[12], 노인들은 상담의 범위를 기존의 상담 영역보다 더 넓게 생각하고 있는[13] 등 노인 상담은 노인들이 겪고 있는 다양한 문제를 예방하고 해결하는데 매우 효과적이라고 보고되고 있다.

이와 같이 노인상담은 표출되지 못한 욕구를 표현하게 하여 문제의 원인을 파악할 수 있고, 소외된 노인에게 1차적 사회관계망 역할을 해주며, 노인들의 욕구를 이해하고 욕구 충족을 위한 가족적, 사회적, 노력을 기울이고 실천할 수 있다. 또한 문화적 정체감을 느끼는 노인에게 변화하는 사회에 적극적으로 대처할 수 있도록 정보를 제공하고, 문제를 가지고 있는 가족과 노인의 욕구를 파악하여 적절한 대처로 정서적 지지를 해줄 수 있는 역할이 될 수 있다.

따라서 노인상담은 모든 지역의 노인들에게 필요하지만, 본 연구에서는 선행연구에서 입증된 노인상담을 고령화가 가속화되고 있고, 태평양전쟁, 6.25한국전쟁, 제주4.3사건 등에 직간접적으로 연관되어 트라우마의 상흔이 베어있는 제주도 노인들에게 상담의 필요성과 상담전략에 대하여 고찰하고자 한다. 이를 위해 제주대학교에 소장되어 있는 문헌, 연구자 개인이 보관하고 있는 자료, 인터넷 상에 있는 자료 등 39개의 자료를 참고문헌으로

사용하였다. 연구자들은 연구문제를 설정하고 이를 해결하기 위해 문헌과 자료 속에 내용을 검토하여 토론하고 결과들을 연구결과에 제시하였다.

본 연구의 연구목적을 달성하기 위해 설정한 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 제주도 노인 실태는 어떠한가?

둘째, 제주도 노인들의 특성은 어떠한가?

셋째, 제주도 노인들의 상담전략은 어떻게 할 것인가?

2. 본론

2.1 노인의 개념

본 연구에서의 연구 대상은 제주도 노인이다. 노인 문제를 다루기 위해서 노인에 대한 이해가 선결되어야 한다. 현재 노인을 65세로 정한 것은 1981년에 제정된 노인복지법이다[14]. 그 당시 우리나라 기대수명은 66세였으며, 65세 이상 고령인구도 전체인구의 약 4%에 불과했었다. 그러나 2023년 10월 65세 이상 고령인구 구성비는 18.8%이며, 합계 출산율은 0.81명, 기대수명은 84.3세로서[2], 100세 시대가 도래했다. 따라서 전 세계적으로 노인연령 상향 조정 문제가 제기되고 있으며, 우리나라에서도 수년 전부터 활발히 논의되고 있지만 파생될 여러 문제들로 인하여 뜨거운 감자의 딜레마에 머물고 있다.

노인이라 일반적으로 “나이가 많은 사람”, “늙은 사람”이라고 할 수 있지만, 노인에 대한 정의는 사회적, 정치적, 문화적, 경제적, 개인적, 지역적 특성에 따라 다를 수 있을 것이다. 노인에 대한 개념은 1951년 제2회 국제노년학회에서 “인간의 노령화 과정에서 나타나는 생리적, 심리적, 환경적 변화 및 행동의 변화가 상호작용하는 복합 형태의 과정에 있는 사람”이라고 규정하였는데[15] 이는 사회적 역할과 생물학적 쇠퇴에 초점을 둔 것으로 볼 수 있다.

노인에 대한 정의와 개념들은 국제기구를 포함한 많은 국가에서는 인구를 나이에 따라 통상적으로 다음과 같이 3가지 그룹으로 분류하고 있다. 유소년 그룹은 0~14세로서 경제적 측면에서 노동력을 제공하기 어려운 사람, 15~64세는 생산가능 그룹인데 가장 충추적으로 경제, 생산활동을 활발하게 하는 사람, 65세 이상을 고령인구에 속하는 사람으로 분류하고 있다[15].

또한 UN에서는[16](nanuwiki) 65세 이상을 고령인

구로 분류하고 있다. 세계 여러 국가에서는 UN에서 제시한 분류기준을 준용하여 고령사회를 다음과 같이 분류하고 있는데 이렇게 하는 이유는 자국의 상황과 다른 여러 나라의 상황 비교가 쉽기 때문이다. 고령화 사회(高齡化社會, Aging Society)는 65세 이상 인구가 총 인구의 7% 이상을, 고령사회(高齡社會, aged society)는 65세 이상 인구가 총 인구의 14% 이상을 그리고 초고령화 사회(超高齡社會, super-aged society)는 65세 이상 인구가 20%이상인 사회를 말한다.

국가통계표본 통계지표[2]에 의하면 2022년 65세 이상 구성비율은 17.5%이고, 노령화 지수는 152.0 이며, 2023년에는 65세 이상 구성비율은 18.4%이고 노령화지수는 167.1, 2025년에는 65세 이상 구성비율은 20.6%이고 노령화지수는 201.5이다, 10년 후인 2043년에는 65세 이상 구성비율은 36.1%이고 노령화지수는 398.6, 20년 후인 2053년에는 65세 이상 구성비율은 41.0%이고 노령화지수는 482.9로서 노인 문제의 심각성과 상담의 필요성이 요구된다. 노령화 지수란 (老齡化指數, aging index) 0~14세의 유소년 인구에 대한 65세 이상 노인 인구의 배분 비로 유소년 인구 100명당 노인 인구가 몇 명인지를 나타낸다. 즉 노령화 지수는 65세 이상 인구와 14세 이하 인구의 비로 바로 고령화 정도를 나타내는 대표적 지표이다.

2.2 제주도 노인의 실태

제주지역 총인구는 2023년 10월 기준으로 676,119 명이며, 65세이상 노인인구는 120,264명으로 전체 인구에서 65세 이상 노인 인구가 차지하는 비율은 17.8%로 고령사회로 진입되었으며 85세 이상 장수 노인은 14,244명으로 12.56%이다[2]. 고령화 추이는 제주시는 2025년 17.2% (89,651명), 2030년 21.2% (115,490명), 2035년 25.5% (143,363명), 2037년에는 27.5% (155,524명)이고, 서귀포시는 2025년 21.9% (42,535명), 2030년 26% (53,489명), 2037년에는 32.5% (69,973명), 추자면 36.6%, 일도 일동 29.38%, 서귀포시 중앙동 28.14% 등 지역에 따라 초고령 사회에 살고 있으며 2030년에는 제주노인 인구가 평균적으로 22.5% 제주 전체가 초고령 사회가 되는데 지금 제주도는 고령화와 저출산 시대의 중심에 있다[17]. 노인 문제의 심각성에 대해서 수년 전부터 각종 매스컴에서 노인문제가 제기되었다. ‘제주지역 노인 3명 중 한 명이 홀몸[18], 외롭고 쓸쓸한 죽음 고독사 급증[19], 혼자 사는 노인 사회적 고립 위험[20], ‘제주 65세 이상 14% 고령화 사회 진

입, 빨리 늙는 제주, 마침내 고령화 사회 진입[21]’, 65세 이상 인구 9만 300명 전체의 14.7%[22]’ ‘제주지역 1인 가구 32.7% 달해(2022.12.8., 제주일보), ‘제주지역 인구절벽 현상가속’[23], 제주지역 합계출산율 0.95명[24], ‘벌써 초고령 사회로 진입했다’[25]. 10가구 중 3가구는 나 홀로 가구, 최근 제주지역 3년간 확대 피해 노인 441명[26], 젊은층이 줄면서 늘어가는 제주[27] 등 저출산과 노인 관련 기사가 쉴 없이 보도되고 있는데 이는 제주의 고령화에 따른 문제를 정책적으로 시급히 해결해야 할 문제이며 관심사라 할 수 있다.

2.3 제주도 노인의 특성

그 지역 사람들을 이해하기 위해서는 그 지역사회의 역사와 문화를 알아야 한다. 특히 제주지역은 다른 지역에 비하여 독특한 문화와 역사성을 갖고 있다. 또한 프로그램을 개발할 때 사회, 문화적 배경은 프로그램의 목표 설정과 내용 선정, 방법 채택 등에 직·간접적으로 영향을 주며[28], 학습자의 분석은 학습자의 일반적인 특성, 출발점 능력, 학습양식에 대한 분석을 포함하며[29], 사회 교육 대상자의 심리적 특성을 파악[30]해야 하는데 제주도 노인상담과 프로그램을 개발하고 적용하기 위해서는 제주도 노인들의 특성을 알고 반영하는 것이 중요하다.

가. 인고의 삶으로 제주사회를 지켜내신 분들이다.

우리는 흔히 지난(至難)한 삶의 여정을 산전수전 다 겪었다고 하는데 제주노인들은 산전(山戰), 수전(水戰), 공중전(空中戰)을 다 겪으신 분들이다. 돌이켜 보면 제주도 노인분들은 직접적으로는 일제 치하에서의 창씨개명, 태평양전쟁에 강제 징용과 참전 그리고 부역과 공출, 1945년 제주도에서 일제가 준비했던 일본 본토 방어작전인 결7호작전 준비에 동원[31,32], 제주 4.3사건, 6.25한국전쟁, 1962년부터 실시된 제주 경제개발에 따른 주역 등으로 인고의 삶을 이겨내고 제주사회를 지켜내신 분들이기에 자긍심을 느낄 수 있는 전략이 필요하다.

나. 천형(天刑)의 땅을 천혜(天惠)의 보물로 바꾸신 분들이다.

이제는 빈도가 많이 줄긴 했지만 제주도 외의 외지인들을 ‘육지 사람들’이란 배타적인 말을 한다. 모든 것에 근원이 있다. 제주도는 고려 시대인 1,273년에 항파두리에서 삼별초와 여몽연합군의 치열했던 마지막 격전로 형용할 수 없는 전란에 휩싸였고, 그 후 몽고에서는

탐라총관부를 설치하여 직접 100년 동안 통치하는 동안 목호의 횡포와 수탈로 인한 수난의 기간이었으며, 1374년에는 몽골인 잔당 토벌을 위해 제주도 전역에 벌인 전투 또한 잔혹했다. 조선시대 때는 절해고도(絶海孤島)의 귀향지, 특히 진상품으로 인한 고역, 200년 동안 이어진 출육금지령(出陸禁止令)과 월해금법(越海禁法)[33]에 인한 고립과 억압, 핍박 등은 지금의 노인들은 직접 겪지 않았지만, 원형(元型)의 무의식과 선대부터의 대물림의 구전은 부지불식(不知不識)간에 많은 영향을 주었으며, 이러한 가혹한 환경과 삶을 슬기롭게 극복하여 국제자유도시, 세계의 평화 섬, 그리고 유네스코 3관왕이란 세계인이 부러워하는 오늘의 제주도를 가꾸신 분들이기에 제주인의 자아정체성을 함양할 수 있는 상담전략이 요구된다.

다. 한(恨)과 환(歡)의 공존된 삶의 증인들이다.

1947년 3월1일부터 1954년까지 무려 7년 7개월간 이어진 제주 4.3사건과 6.25한국전쟁, 그리고 전후 복구와 재건은 오롯이 지금의 노인들의 몫이었기에 삶의 힘든 노정이었다. 특히 제주도는 태풍의 길목이라서 겨울에는 시베리아에서 발달한 북서풍의 모진 풍설을 겪어야만 했고, 여름에는 태평양에서 발생한 태풍에 견디어야만 했다. 한라산을 중심으로 우산처럼 펼쳐진 땅덩어리가 척박한 화산토의 겹고 다공질(多孔質)의 현무암 돌맹이, 계곡이 깊고 큰 강이 없어서 조금만 비가 와도 홍수의 피해를 입고, 반면 조금만 가물어도 가뭄을 타는 홍수와 한해(寒害)가 번갈아 괴롭혔다. 노인들은 농경사회에서 이런 열악한 환경과 역경에 순응하고 극복하면서 가혹한 자연환경에서 삼무정신(三無精神)과 근면, 신뢰, 자조, 자립, 협동의 정신으로 주야(晝夜)를 불문하고 쉼 없는 피와 땀으로 오늘날 세계의 보물섬인 풍요로운 제주를 만든 자랑스런 주역들이다. 이들의 한(恨)을 위무하고 환(歡)을 체감할 수 있는 프로그램이 필요하다.

라. 하고픈 말은 많지만 속으로 삭히는 소극적인 의사소통에 익숙한 분들이다.

자신의 마음을 자신도 확실히 잘 모를 때나 자신의 진심을 표현하는 것이 부적절하다고 생각하는 경우에 사람들은 이중구속(double bind)를 구사한다. 어느 지역에서나 '모난돌이 정 맞는다'는 말이 있지만, 특히 제주지역에서는 앞서 살펴본 여러 가지 역사적인 배경에서 '나서는 놈이 망한다'는 관념, 즉 자기주장이 강한 사람은 잘난체하는 사람, 나서는 사람으로 낙인찍혀서, 자기표현을 확실히 하는 사람이 당한다는 생각에서 '요망진 사

람', '빨라진 사람' 보다는 그렇다고 몰명하지도 않은 두루뭉술한 사람이 무난하다는 관념에서 어디를 나갈 때 부모님들은 함부로 나서지 말고, 사람 많은데 가지 말고, 남들에게 구설수에 오르내리는 행동을 하지 말라고 당부한다. 그래서 적극적인 의사표현을 주저하고 속마음을 잘 표출하지 않는 경향이 많으신 분들이라 할 수 있다. 따라서 억압된 마음의 감정을 밖으로 꺼내서 마음의 힘을 키울 수 있도록 돕는 상담자의 역할이 필요하다.

마. 노인들은 역할 상실과 각종 사회편견의 사각지대에 살고 있다.

노인기는 신체의 노화, 정년퇴직에 의한 경제적 기반 저하, 삶의 목표점 소실, 핵가족화에 의한 가족 간의 연결의 미약 등으로 노인들은 심리적으로 무력감, 고독감, 우울증 등 각종 스트레스에 접하게 된다. 또한 신체 이미지, 성적 욕망, 역할상실, 가족 간 갈등, 과거 회상, 분노, 원망, 불안, 정서적 퇴행, 무기력과 죄책감 등 다양한 요인에 의해 자살, 절도, 폭력 등 각종 사건 사고가 유발되고 있는 실태이다. 특히 2022년 자살백서[34] 의하면 자살 동기는 10~20대는 정신적 어려움, 30~50대는 경제적 어려움, 60대 이상은 육체적 어려움에 기인하고 있으며, 65세 이상 노인 3,392명이 극단적 선택을 했다. 극단적 선택의 이유는 건강, 사회적 역할축소, 경제적 어려움, 배우자 사망 등인데 노인자살, 생계형 범죄, 고독사는 상담에서 다루어야 할 중요 부분이라 생각한다.

바. 경로효친과 전통적인 윤리관 속에서 생활해온 분들이다.

1982년 3월 25일에 채택한 노인강령에는[35] 경로효친의 윤리관과 전통적 가족 제도가 유지 발전되도록 힘쓴다는 조항이 있듯이 지금의 노인들은 삼강오륜(三綱五倫)을 기본으로 윤리도덕과 경로효친 사상을 실천하며, 학교 교훈이나 급훈에 빠짐없이 등장하는 근면, 성실과 표창장 및 우등상장에도 '품행이 방정하고'란 문구가 있듯이 모범과 숭선수범을 바탕으로 책임 의식을 갖고 생활 해오신 분이다. 따라서 본인들의 살아온 삶의 궤적을 기준으로 세상을 바라보며 자신들에게도 그렇게 해주기를 원하는 경향이 있다. 이런 관점에서 볼 때 요즘 신세대들의 개인주의 성향에 대해 불편을 느끼며 '나 때는 말이야'를 되내이며 못마땅하고 불평해 한다. 과거는 잊으려고 하지만 지워지지는 않기에 더욱 그렇다. 따라서 젊음과 지혜를 융합할 수 있는 개인 및 집단상담이 필요하다.

사. 제주 4.3사건은 상담에 걸림돌로 작용할 수 있는 아픔이다.

어떤 모임에서나 금기시하는 것 중에 대표적인 것이 종교이야기, 정치 이야기이다. 그 이유는 각자가 갖고 있는 종교관, 정치관이 다르기에 가볍게 시작해서 언쟁으로 발전하기에 일수다. 이에 더해 제주에서는 4.3사건이 그렇다. 4.3사건을 2002년 1월 24일에 “제주4.3사건 진상규명 및 희생자 명예 회복에 관한 특별법”이 제정되고 대통령이 2003년 10월 31일에 국가권력의 잘못에 대해 공식 사과를 했고 지금도 명예회복을 위한 재판과 배보상이 이루어지고 있다. 제주의 4.3은 지금 노인분들께서 직접 경험하신 당사자이거나 친인척 및 목격하신 분들이라서 4.3평화공원까지 설립되어 있지만 지금도 끝나지 않는 진행형이기에 상담 시 이와 관련되는 내용에 개입은 자칫 화(禍)를 불러올 수도 있을 것이기에 중립적인 입장에서 소통과 공감의 연결이 이루어지도록 해야 할 것이다.

아. 삼촌 조계의 랜당문화는 상담에 불신을 초래할 수도 있다.

제주도는 都市와 農村이 혼재하고 있고, 노인분들의 거주지역에 따라 학력, 경력 등도 다양하기에 상담에 임하는 태도가 확연하게 다르다. 또한 상담을 꺼리는 주된 이유 중 하나는 지역적인 특성이 있다. 제주도에서는 친척이 아니라도 이웃 간에도 삼촌조계라하면서 가근하게 지내고, 조금만 시야를 넓혀보면 지연, 학연, 혈연으로 연결된다. 좁은 지역이다 보니 상담내용이 노출 우려로 상담을 기피하는 경향이 있다. 그리고 이와 같은 학연, 지연, 삼촌조계의 현상은 내가 왜 그 사람에게 상담을 받아야 하느냐는 상담사를 불신하거나 기피하는 단초가 될 수 있음을 유념할 필요가 있다.

자. 노인들의 상담에 대한 생각과 느낌들은 상담전략을 구사하는 자산으로 활용해야 한다.

김단비와 주은선[13]에 의하면 노인들의 고민거리에 대한 대처방법들의 빈도 순위는 주어진 책임과 현재에 몰두, 대화, 활동, 참고 버텨, 스스로를 달랠, 운명, 팔자에 대해 순응, 자녀들을 생각하며 견뎌, 고민에 대해 포기, 종교적인 힘을 통한 대처 순으로 보고되었다. 그리고 상담에 대한 느낌이나 생각의 빈도는 대화하는 곳, 심리적인 어려움, 정신적인 질병, 해결할 수 있도록 도움을 줌, 일상생활의 어려움이 있을 때 가는 곳 등을 들었다. 또한 상담에 대한 동기는 외로움, 마음이 괴롭고 편치 않음, 털어놓고 싶음, 건강, 경제적인 어려움, 자녀에 대한

걱정, 부부관계 갈등, 혼자 감당할 수 없다는 느낌, 노후 생활에 대한 대비 등을 들었다. 한편, 상담이 꺼려지는 이유로는 도움이 안 된다는 생각, 비밀 보장에 대한 염려, 치부를 드러냄으로써 생기는 자아손상, 자기노출에 대한 거부감, 다른 사람들의 부정적 인식 등을 들고 있었다.

노인 내담자들의 상담자에 대한 기대는 전문 지식이 많은 상담자, 자신이 하는 말을 경청해 주는 상담자, 경험이 많은 상담자, 비밀유지가 잘 되는 상담자, 친절함 상담자, 따뜻한 상담자, 남을 잘 헤아릴 수 있는 상담자, 가치관이 같은 상담자를 선호하고 원하고 있다. 그리고 상담에 대한 기대는 심리적 안정감, 마음의 후련함, 마음의 위로, 몰랐던 걸 알게 됨, 삶의 희망, 생활상의 도움 등을 들고 있어서 문제해결 방법과 상담에 대한 느낌, 상담동기와 상담사에 대한 기대 그리고 상담을 꺼리는 이유 등을 상담이나 프로그램을 구상할 때 반영해야 할 것이다.

2.4 제주도 노인을 위한 상담전략

지금까지 고찰한 제주도 노인의 실태와 특성 및 노인들의 상담에 대한 욕구를 종합하여 제주도 노인상담 전략을 논해보고자 한다.

프로그램은 최종적으로 인간의 행동, 인지, 정서 등의 변화를 목표로 하고 있는데, 이와 같은 변화에는 일련의 단계와 과정이 있으며, 프로그램을 개발할 때도 인지발달 단계를 염두에 두는 발달이론과 변화동기를 고려한 범이론 모형 그리고 프로그램 대상집단에게 영향을 미칠 수 있는 환경적 맥락을 고려해야 한다고 했다[36]. 아무리 좋은 내용을 가지고 있는 교육이라 할지라도 그 실시방법이 적절하지 못한다면 소기의 교육 목적을 달성할 수가 없다. 따라서 노인교육은 성인교육, 사회교육 차원에서 학습자들이 가장 이상적인 교육과정에서 가장 효과적으로 학습하기 위한 수단과 방법을 모색하여야 한다[30]. 따라서 노인상담의 목적은 노년기의 발달과업인 자아통합으로 성공적인 노화를 이루기 위한 발달과업 수행이 노인상담의 궁극적 목적이라고 할 수 있다. 노인상담에서 상담자는 노년기의 신체적, 정신적, 심리적 변화와 성숙에 대하여 충분히 이해하고 있어야 하며, 병리적 노화, 보편적 노화, 성공적 노화의 차이를 숙지 해야하고, 내담자 호소 문제를 합리적으로 다루어야 한다. 노인상담사는 심리치료사로서의 역할, 중개자로서의 역할, 대변자로서의 역할, 교사로서의 역할 등 다양한 측면에서 상담사의 역할이 요구되고 있다.

이처럼 다방면에서 전문성이 요구되고 있는 노인상담

사 자격 및 연수는 다른 상담영역에 비하여 저조한 편이다. 노인상담사 자격은 국가나 학회 등에서 발급하는 곳은 없으며 대부분 사회교육 기관에서 20여 시간의 교육 과정 등을 이론중심 온라인 수강으로 자격증을 발급하고 있는데[37,38] 수강생에 대한 학력과 경력, 상담경험, 임상 수련 시간 등도 제한이 없고 이론중심의 교육이라서 노인상담사로서의 전문성을 담보하는 데는 한계가 있다고 본다.

제주도에는 양로시설 2개소, 노인요양시설 64개소, 학대피해 전용 노인쉼터 1개소, 재가노인복지시설 22개소, 노인복지관 2개소, 시니어 클럽 2개소, 노인보호전문기관 2개소, 재가 장기요양기관 119개소, 노인복지관 5개소, 노인단체 3개소, 노인회 지회 2개소를 두고 활기찬 노년을 위한 고령친화도시 조성, 제주 적합형 노인 일자리 모델 개발, 건강하고 활기찬 노후를 위한 경로당 운영 활성화, 돌봄서비스 강화로 노인복지 안전망구축, 공공형 치매전담 요양시설 확충을 고령화 사회에 따른 노인복지를 추진 방향을 설정하여 추진하고[39] 있지만, 노인상담만을 전문적으로 하고 있는 센터나 노인전문상담사는 없다. 이와 같이 중요하고 시급한 고령화 사회에 대한 노인상담사의 필요성과 중요성을 감안하여 제주대학에서는 2020년에 50여 시간을 노인상담 이론과 실습위주로 “심리적으로 건강한 100세 시대 노인심리상담사”양성과정을 실시하고 노인들을 대상으로 개인상담을 실시하는 등 이론과 실전에 중점을 둔 노인상담사를 양성하였다[39]. 그리고 2023년 1월부터 제주대학교 노인상담연구회를 구성하여 매주 노인 관련 스터디를 하고 있으며, 제주도의 지원을 받아 9월부터 11월까지 30시간을 “우리동네 심리상담사”양성과정을 개설하여 실시하는 등 노인상담에 대한 지속적인 연구로 질적 담보를 지향하고 있다.

특히 노인들의 일반적인 특성과 제주도 노인들의 특성을 고려하여 긍정적 자아상과 현재의 삶을 동일시함으로써 상실감, 우울, 죄책감 등을 감소시켜 자아를 통합할 수 있고, 또한 젊은 세대와 상호 도움을 주고 받아 세대 통합을 이룰 수 있는 내용의 “젊음과 지혜의 나눔” 프로그램을 개발하였다. 1회기 2시간씩 총 8회기 프로그램이며 대인관계의 역동을 고려하여[36] 초기단계, 중기단계, 종결단계로 전반적인 프로그램 흐름을 구성하였다. 1회기 만남의 기쁨에서는 신뢰형성과 자기 및 타인탐색을, 2회기 추억의 밤상에서는 자아성찰과 의사소통을, 3회기 자랑스런 나의 손에서는 감사의 마음과 느낌, 4회기 내 마음속의 추억은 내면 속의 나 찾기, 5회기 나의 작은 세

상에서는 가족관계와 생명사랑을 그리고 6회기의 스트레스 안녕을 통하여 마음을 정화하고, 7회기 행복한 상상에서는 가치관 정립과 미해결과제 정리, 마지막 8회기는 살아온 세월과 살아갈 세월을 조망해보는 과정으로 구성되었다. 프로그램은 노인과 청장년 및 제주사범대 학생들도 함께 참여하여 멘토와 멘티로 서로 상보할 수 있게 설계되어 있다. 이 프로그램을 통하여 서로를 이해하고 존중하는 풍토를 조성하여, 사회적 고립감을 해소하고 더불어 함께 하는 건강한 사회생활을 영위하고 노인들의 행복한 삶을 도모할 수 있도록 하였다.

3. 결론 및 제언

일반적으로 상담은 대화와는 달리 전문적 훈련을 받은 상담자와 문제를 지닌 내담자 간에 이루어지는 전문적 협력관계라는 특징이 있다. 즉 상담은 일상적인 대화나 인간관계와는 다르며 주로 직접적 대면을 통한 전문적 조력관계이다. 따라서 노인상담이란 도움을 필요로 하는 노인 및 가족과 상담자 간의 전문적 대면 관계를 통하여 일상생활의 부적응 문제를 해결 또는 예방하기 위한 조력 과정이라고 할 수 있다.

따라서 노인들에 대한 상담전략은 노인의 특성과 욕구를 고려하여 편견, 고립, 분노, 우울, 수용, 의사소통, 죽음에 대한 well-dying 등을 노인들이 흥미를 갖고 스스로 적극적으로 참여할 수 있는 상담이나 프로그램이 필요하다. 특히 제주도 노인들은 원형에 뿌리를 둔 인고의 삶과 제주인의 자존심을 향상하고, 지나온 삶을 위무하고, 속마음을 표출하고 공동체적 삼무정신과 제주인의 의식에 제주정신을 고양할 수 있고 4.3의 아픔을 공유할 수 있는 프로그램 또한 필요하다. 프로그램은 노인 내담자의 심신을 고려하여 회상기법, 역할극, 문장완성검사, 숲체험, 원예치료, 푸드치료, 미술치료, 모래놀이 치료, 사진치료, 장기, 바둑이나 오목 등의 매체를 활용한 상담 기법을 개발 적용하는 것이 바람직하다.

제주에서의 노인상담은 성공적인 노화, 노년기의 희망과 의미, 인생 후반기의 보람 있는 삶을 영위 수 있도록 적극적인 상담으로 개인은 물론 건전한 사회구성원과 축적된 경험과 경륜을 사회에 환원할 수 있도록 하는 상담이 필요하다고 본다. 그러나 노인문제에 대한 심각성을 인지하고 있지만 노인상담에 대한 정책은 미흡한 현실이다. “노인 한명이 죽으면 도서관 하나가 사라지는 것과 같다.”라는 아프리카 속담도 있듯이 노인들은 지식과 경

힘과 경륜의 집합체라고 볼 수 있다. 이와 같은 좋은 자원을 잘 활용하기 위해서는 노인들이 건강해야 할 것이다. 건강이란 질병만 없는 상태가 아니라 육체적, 정신적, 사회적으로 안녕한 것을 의미하기에 노인들의 특성을 고려한 맞춤형 상담으로 지역사회와의 나눔을 통해 세대와 통합하고 사회와 통합하고 최종적으로 자아를 통합하여 행복한 노후를 보낼 수 있는 상담전략이 필요하다고 본다. 또한 100세 시대 도래와 함께 노인이 노인을 부양해야 하는 노(老)-노(老) 시대가 되었다. 노인들의 당면하고 있는 유병장수(有病長壽), 무전장수(無錢長壽), 독거장수(獨居長壽) 무업장수(無業長壽), 무취장수(無趣長壽), 무친장수(無親長壽) 등의 리스크에서 인생 후반기를 슬기롭게 보낼 수 있도록 100세 시대에 걸맞는 다양한 상담전문가 양성이 필요하다.

본 연구에서는 문헌을 통한 노인의 실태와 제주도 노인의 특성을 고찰하고 제주 노인 심리상담 전략을 고찰해 보았다. 본 연구는 문헌적으로 또한 제주지역에 한정하였기에 일반화시키기 위해서는 조사연구, 실험설계 연구가 필요하고 이러한 연구는 여러 지역을 대상으로 실시할 필요가 있다.

이 연구를 통하여 초고령 사회로 진입하고 있는 우리나라 및 제주도의 현실을 알 수 있었고, 고찰한 제주 노인들의 특성은 상담 및 프로그램과 복지설계의 자료로 활용할 수 있을 것이다. 또한 “젊음과 지혜의 나눔” 프로그램과 같은 맞춤형 프로그램을 개발하는데 기제로서 중요한 시사점을 제공할 수 있을 것이다.

References

- [1] Constitution of the Republic of Korea.
- [2] Statistics Korea, 2023 National Statistics Portal statistical indicators (<http://www.kostat.go.kr>)
- [3] Elderly Welfare Act, Act No. 18609, December 21, 2021, partially revised.
- [4] Enforcement Decree of the Elderly Welfare Act, Presidential Decree No. 32925, September 27, 2022, partially revised.
- [5] Kim, G, H, et al., Introduction to Counseling, Seoul: Hakjisa. 2011.
- [6] Chung, S, D , Lim J, S, Park Nari3 Factors associated with Expectation about Counseling: Focused on the Users of Senior Welfare Centers, the Korean Society for Old Age, vol.35, no.3, 91호 pp. 609-625, 2015.
- [7] Kim, M, J, Christian consultation for the analysis and overcoming of Alienation, cause of suicide in the elderly, Volume 25, Number 3, pp.9-46, 2014.
- [8] Yun, H, J, Kim, H, J, A Hermeneutic Phenomenological Study of Older Adults' Experiences with Psychological Counseling:Korean Journal Of Counseling And Psychotherap, Vol.32 No.2 639-723, 2020.
- [9] Choi, K, H, Intervention der systemischen Therapie fur Aeltere, Korean Journal of Christian Counseling, Vol.14 No. pp.235-259, 2007.
- [10] Im, S, Y, A Qualitative Study on the Process Leading to Posttraumatic Growth after Relational Loss, vol.25, no.4, pp. 745-772, 2013.
- [11] Jeong, Y, M, Park, J, S, Kim, M, A, Comparison of Need for Counselling between Elders and Professional Staff, J Korean Gerontol Nurs Vol. 12, No. 3, 256-264, December, 2010.
- [12] Taewon Kim, T, W, Study on the desire for counseling of the elderly, Master's thesis, Graduate School of Information Industry, Hanseo University, 2010.
- [13] Kim, D, B, Joo, E, S, Searching for the Elderly's Inner Perception of Elderly Counseling - Using the CQR-M method, Journal of the Korea Contents Association, Volume 20, No. 20, 369 - 384, 2020.
- [14] Lee, M, N et al., Elderly care and counseling for well-being and well-dying, Gyeonggi-do: Community, 2022.
- [15] Seo, H, K, Jeong, S, DI, Choi Gwang-hyeon, Elderly counseling basic skills and process, Seoul: Hakjisa, 2015.
- [16] nanuwiki
- [17] 2023.2.10. JejuIlbo
- [18] 2014,2,10. JejuIlbo
- [19] 2015,4,3, JejuIlbo
- [20] 2015,4,30, JejuIlbo
- [21] 2017.5.29. JejuShinbo Editorial
- [22] 2019,8.30. JejuShinbo
- [23] 2022.10.27. JejuIlbo
- [24] 2022,12,26, JejuIlbo
- [25] 2022.1.10. JejuIlbo
- [26] 2023.2.8., JejuIlbo
- [27] 2023.11.13. JejuIlbo
- [28] Kim, Y, M, Ahn, S, Y, Seo, Y, S, Infant and Toddler Program Development and Evaluation, Gyeonggi-do: Hakjisa, 2011.
- [29] Baek, Y, G, et al. Educational Methods and Educational Technology in the Smart Era, Seoul: Hakjisa, 2016.
- [30] Kwon, G, I, Kim, I, A, Understanding Social Education, Seoul: Yangseowon, 1999.
- [31] namu.wiki

- [32] 2021.9.15. JejuIlbo
- [33] JejuIlbo, 2016.6.20.
- [34] <https://blog.naver.com/choock222/222774488034>
- [35] <https://blog.naver.com/dbsgp535/223082131704>
- [36] Kim, C. D, et al., Development and evaluation of counseling and psychological education programs, Seoul: Hakjisa, 2011.
- [37] <https://www.lei.or.kr>
- [38] <https://www.pqi.kr>
- [39] Jeju National University Graduate School of Education, Textbook for training course for geriatric psychological counselors in the psychologically healthy 100-year-old era, 2020.

박 정 환(Jung-Hwan Park)

[종신회원]



- 1992년 2월 : 원광대학교 교육학과 (문학사)
- 1994년 2월 : 원광대학교 교육학과 (문학석사)
- 2001년 2월 : 한국교원대학교 교육학과 (교육학박사)
- 2004년 9월 ~ 현재 : 제주대학교 교육학과 교수

〈관심분야〉

교육공학, 디지털교육, 인공지능활용교육, 상담공학

오 창 홍(Chang-Hong Oh)

[종신회원]



- 1991년 : 동국대행정대학원 공인 행정학과 (행정학석사)
- 2016년 : 제주대학교 대학원 교육학과 교육학전공 (교육학박사)
- 2017년 ~ 현재 : 제주행복드림상담센터 소장

〈관심분야〉

노인상담, 중독, 학교폭력, 프로그램

박 윤 희(Yun-Hee Park)

[정회원]



- 1989년 : 원광대학교 가정학과(가정 학사)
- 2019년 : 제주대학교 교육대학원 (상담심리 석사)
- 2022년 : 제주대학교 대학원 교육학 박사과정 중

〈관심분야〉

교육공학, 명상, 심리상담, 숲명상