

노인의 연령기준 상승과 그 효과

A Social Psychological Perspective on the Current Chronological Definition for Old Age

정 태 연*
중앙대학교 심리학과
Taeyun Jung
Chung-Ang University

오늘날 우리나라에서는 65세를 기준으로 한 노인의 수와 비율이 크게 증가하고 있다. 1990년 220만 미만이던 노인의 수가 2015년 현재 660만 이상으로 늘었다. 이들이 전체 인구에서 차지하는 비율도 1990년도에 5.1%에서 2015년도에는 13.1%로 늘었다. 이런 현상은 우리나라 사람들의 기대수명 증가와 관련성이 크다. 1970년 여성 65.6세, 남성 58.7세이던 기대수명은 2015년도에는 여성 85.1세, 남성 78.5세로 늘었다. 이처럼 노인인구비율과 기대수명의 증가는 심리학이라는 학문분야에 적잖은 영향을 미치고 있다. 또 이러한 상황에서 노년기의 기준을 현재 65세에서 상향조정했을 때 그것이 머지않은 장래에 노인이 될 사람들의 심리에도 영향을 미칠 수 있다. 이에 본 소고에서는 이 두 측면을 간단히 살펴

본 다음, 결론적으로 현재의 노년기 기준을 상향조정하는 것이 바람직하다는 의견을 피력하고자 한다.

I. 노년인구의 증가가 심리학 분야에 미치는 영향

지금까지 발달심리학 연구는 주로 아동과 청소년을 중심으로 이루어졌던 반면, 노인을 대상으로 한 연구는 상대적으로 빈약했다. 여기에는 많은 이유가 있다. 예를 들면, 발달이 청년기까지 완성되어 성인·노년기에는 더 이상 이루어지지 않는다는 인식이 적어도 과거에는 매우 강력했기 때문이다. 또한 성인·노인 발달은 아동발달에 비해 매우 복잡하기 때

* 교신저자: 중앙대학교 심리학과 정태연 교수 (e-mail: tjung@cau.ac.kr)

문에 연구하기 어렵다는 생각도 적지 않았다. 노인의 발달을 이해하기 위해서는 고려해야 할 변인들이 너무 많다는 생각이 노년기 연구를 방해하는 요인으로 작동해 왔다. 그 뿐만이 아니라 우리 사회의 가정은 노인보다는 아동에게 더 많은 투자를 하는데, 학술적인 연구 역시 이러한 추세를 반영하지 않을 수 없다.

그러나 노년인구의 증가 그리고 노년기의 연장과 함께 노인에 대한 심리학적 관심은 여러 모로 증가할 것으로 보인다. 전국적으로 2000년대 이후에 설립된 학부나 대학원의 심리학과가 30여 개 정도인데, 이들 학과는 대부분 복지 중심이었다. 물론 스포츠, 요양, 산업 중심의 학과들도 소수 있었지만, 노인심리를 전문으로 하는 학과는 없었다. 이들 학과에서는 노인심리상담이나 노인심리를 다루는 과목을 개설하고 있었다. 앞으로 노년인구가 증가하더라도 노인심리만을 전문적으로 다루는 학과가 등장하기는 쉽지 않아 보이고, 다만 기존과 유사한 학과들이 증가하면서 그 교과과정에 노인심리를 다루는 과목들이 포함될 것으로 보인다.

지금도 마찬가지지만, 노년인구와 기대수명의 증가는 노인들과 관련된 여러 가지 사회적 이거나 개인적인 문제나 현안들을 초래할 수 밖에 없다. 더군다나 이것들을 다룰 때 노년기의 심리적 특성을 고려하지 않을 수 없다는 점에서 이러한 학과에서 노년심리학을 개설할 여지는 매우 크다. 역시 기존의 심리학과에서도 노인심리를 다루는 경우가 증가할 것으로 보인다. 이미 다수의 학교에서는 노인심리학 강좌를 개설하고 있는데, 앞으로 이러한 추세

는 더 강해질 것으로 보인다. 게다가 노년심리학에서 다루는 연구주제도 다양해질 것으로 보인다. 전통적으로 성인·노인심리학에서는 신체적 노화, 인지와 정서의 변화, 성격변화, 가족이나 친구 간 대인관계 등과 같은 주제를 다루어 왔다. 한편에서 보면, 이러한 주제는 아동·청소년심리학에서 주로 다룬 주제들의 연장선상에 있는 것들이다. 동시에 이러한 주제는 개인 내적인 특성에 국한하거나 그러한 특성을 강하게 반영하고 있다. 그래서 이러한 연구들이 실제 노년기에 겪는 다양한 영역에서의 삶의 변화, 특히 문제를 이해하고 대처할 때 필요한 것들을 제대로 제공해준다고 보기 어렵다.

노년인구의 증가와 노년기의 연장은 이에 대한 변화도 가져올 수 있다. 대표적으로 성공적 노화에 대한 연구가 지금보다도 더 많아질 것이다. 노년기가 길어지면서 이 시기 동안 어떻게 잘 적응하면서 보낼 수 있는냐는 노인들의 삶에 절대적으로 중요한 문제이다. 이미 국내에도 성공적 노화를 연구하는 학자들이 여럿 있지만, 앞으로 이 주제에 대하여 관심을 가지는 연구자들은 더 많아질 것이다. 특히 성공적 노화의 기준이 문화권마다 조금씩 다를 수 있다는 점에서 볼 때, 이 주제에 대한 국내의 연구가 더 활발하게 이루어져야 할 당위성도 있다.

이와 함께 죽음에 대한 연구도 더 많이 등장할 것으로 보인다. 죽음에 대한 태도는 노년기 안녕감에 절대적인 영향을 미친다. 그럼에도 불구하고 지금까지 이 주제에 대한 연구는 상당부분 피상적인 수준에 머물러 있었다고 볼 수 있는데, 노인에 대한 심리학적 연구

가 활발해지면 이에 대한 연구가 질적으로나 양적으로 성장할 것으로 보인다. 성공적 노화나 죽음에 대한 태도와 같은 문제들과 모두 관련해서, 노년기 부적응에 대한 연구도 활발해질 것으로 추측한다. 특히 그러한 부적응의 결과 중에서 가장 심각한 것이 자살인데, 이런 문제가 지금보다도 더 심각해질 것으로 보인다. 그것은 노인인구가 증가한 것과 적응하며 살아야 할 노년의 기간이 늘어난 것에도 그 원인이 있다. 따라서 이에 대한 심리학적 연구도 늘어날 수밖에 없다.

II. 노인의 연령기준 상향조정이 갖는 효과

현재 65세라는 노년기 기준을 상향조정하는 것은 이제 갓 60대 중반을 넘어선 사람들에게 그 나이의 영향을 줄 것으로 보인다. 이러한 영향은 크게 긍정적인 측면과 부정적인 측면으로 생각해 볼 수 있다.

우선, 노화는 결코 가치중립적이지 않다. 그래서 이러한 상향조정은 노인과 노화에 대한 부정적인 인식의 대상이 되는 시기가 그만큼 늦어진다는 점에서 이 사람들에게는 긍정적일 수 있다. 서구사회도 그렇고 우리 사회에서도 노인과 노화에 대한 인식이 매우 부정적인 편이다. 나이가 더 들수록 노인과 노화에 대한 부정적인 속성은 더 두드러진다. 나이와 함께 나타나는 심신 기능의 감퇴 및 독립성 상실은 노인들의 자기인식을 위협하므로 노인들은 이러한 위협으로부터 자신을 보호하고 싶어 한다. 실제, 나이든 사람들은 의

도적으로 자신이 나이든 집단에 속하지 않는다고 인식하면서 노화에 따른 부정적인 결과를 회피하고자 하며, 노인과 관련된 부정적인 고정관념을 자신에게는 결부시키지 않으려고 한다(Weiss & Lang, 2012).

나이가 들수록 사람들은 자신의 나이를 실제보다 더 젊게 지각하는 경향을 보인다. 물론 모든 사람들이 이러한 경향성을 보이는 것은 아니다. 때로는 이러한 지각적 특성이 삶에 대한 만족감을 증가시킬 수 있다. 예를 들면, 한국노인들을 대상으로 실제 나이와 주관적으로 지각한 연령 간의 차이는 나이가 들수록 커졌고, 자신의 나이를 젊게 지각한 노인일수록 그들의 삶의 만족도도 증가했다(김원경·윤진, 1991; 서은현·윤가현, 2001). 이러한 결과는 한국 노인들이 나이 드는 것에 대하여 상당히 부정적으로 인식하고 있음을 보여준다.

이런 상황에서 노년기의 연령기준을 상향조정한다면 이러한 기준에 근접해 있는 사람들은 노년집단에 대한 소속을 그만큼 연기할 수 있기 때문에 심리적으로 혜택을 받을 가능성이 크다. 가령, 법적 규정으로 노인으로 분류됨에 따라 일정 부분 스스로 위축될 수밖에 없었던 무력감을 탈피할 수 있다. 그래서 생산적인 활동에 더욱 몰입하려는 동기도 증가할 수 있고, 스스로 노인이라고 생각하지 않으면서 또 신체적으로 무기력하다는 고정관념을 거부하면서 운동과 식이요법 등을 더 적극적으로 실천할 수도 있다. 더군다나, 아직은 사회적으로 피부양자가 아니라 부양자라는 생각, 노인연금이나 지하철 무임승차권과 같은 사회적 지원에 의존하지 않아도 된다는

생각 등이 노인들의 자존감 향상에 기여할 수 있다.

이와 같은 긍정적 기대효과에도 불구하고, 어떤 사람에게는 노년기 연령기준의 상향조정이 부정적인 결과를 초래할 수도 있다. 예를 들면, 사회적으로나 경제적으로 무능해서 생산적인 활동에 종사하기도 어렵고 신체적으로도 매우 쇠약하여 기능을 제대로 유지할 수 없는 사람이 노년기에 속하지 않을 경우 자신의 나이에 대한 사회적 기대와 실제 상태 간의 괴리로 심리적 불편함과 어려움을 겪을 수도 있다. 같은 맥락에서, 노인의 심리적 기준으로 새로운 생활환경의 적응력, 새로운 기술 문명에 대한 두려움 여부, 인지적 기능의 저하 정도를 들 수 있는데(윤가현, 1999), 새로운 연령기준으로 볼 때 노인은 아니면서 이러한 기준을 충족하지 못하는 사람 역시 자신에 대한 평가를 더 부정적으로 할 가능성도 있다.

III. 결 론

노인인구비율과 기대수명의 증가는 노인 관련 학과나 심리학과에서 노인심리학이라는 과목의 개설을 촉진할 것이다. 또 노인에 대한 학술적인 연구의 내용도 성공적 노화나 죽음에 대한 수용과 같은 그들의 적응과 관련된 주제와 함께 자살과 같은 부적응적 문제에 좀 더 초점을 둘 것으로 보인다. 역시 노년기 연령기준의 상향조정은 이러한 변동에 영향을 받는 노인들의 자존감을 높이는데 기여할 수 있다. 물론 때로는 그 반대의 효과를 초래할

수도 있다. 그럼에도 불구하고, 노년기 기준을 현재 65세에서 70세 정도로 높이는 것이 전반적으로는 더 바람직할 것으로 보인다. 그 이유는 오늘날 60대 중반의 사람들이 노인이라는 일반적인 인식이나 고정관념과는 달리 신체적으로 매우 건강할 뿐만 아니라 심리적으로도 젊어서 여러 활동에 참여할 수 있는 동기와 능력을 가지고 있기 때문이다. 이러한 상황에서 노인의 기준을 5년 정도 상향조정으로써 삶에 대한 그들의 인식과 행동을 좀 더 바람직한 방향으로 유도할 수 있을 것이다.

참고문헌

- 김원경 · 윤진 (1991). 성인 노인기의 주관적 연령지각에 따른 심리적 적응 양상. **한국심리학회지: 발달**, 1, 157-168.
- 서은현 · 윤가현 (2001). 여성이 지각하는 주관적 연령: 신체적 · 정신적 차원 비교. **한국심리학회지: 여성**, 6, 61-70.
- 윤가현 (1999). Editorial comment: 노인의 기준. **한국노년학연구**, 8, 3-4.
- Weiss, D., & Lang, F. (2012). "They" are old but "I" feel younger: Age-group dissociation as a self-protective strategy in old age. *Psychology and Aging*, 27, 153-163.
- 원고접수일: 2016. 09. 10.
수정원고접수일: 2016. 09. 20.
원고게재승인일: 2016. 10. 10.