

韓國老年學研究會

Korean Journal of Research in Gerontology

1996, Vol. 5, 51-70

노인을 위한 가족생활교육 프로그램 개발

Development of Family Life Education

Program for the Elderly

김 경 신

목 차

I. 서 론

II. 가족생활교육 프로그램 구성을 위한 이론적 탐색

III. 노인을 위한 가족 생활 교육 프로그램 구성

IV. 제 언

참고문헌

이 논문에 관한 일체의 서신왕래는 (우) 500-757 광주광역시 북구 용봉동 300번지 전남대학교 가정대학 가정관리학과 김 경 신 교수 앞으로 하시기 바랍니다.

I. 서 론

노인은 가족내에서 명확한 위치를 차지해야 함에도 불구하고 핵가족화, 세대변화 등으로 인하여 가족내 지위를 인정받지 못하고 있다. 이러한 노인 개인과 그를 둘러싼 환경의 변화는 전반적으로 노인의 복지를 위협하고 있는데, 물리적 복지는 자원의 재분배와 재창출로 해결될 수 있지만 정신적 복지는 교육이나 상담 등을 통한 정신적 자원 확보로 이루어져야만 한다.

인간은 발달의 전 과정에 걸쳐 지속적인 교육의 경험을 쌓게 된다. 그러나 정규 학교교육 이외에는 교육의 강제성이 없기 때문에 스스로 학습하려는 욕구와 의지에 의해 교육기회가 만들어지게 된다. 특히 고령화사회에 대비하여 변화하는 사회속에서 질 높은 삶을 영위하기 위한 노인세대의 노력은 교육받고자 하는 욕구로 연결되고 있는데, 그런 의미에서 노인을 위한 사회교육의 필요성이 강조된다.

우리의 한국사회는 서구사회와 달리 가족윤리가 강력하게 지지받아 왔기 때문에 가족이라는 단위가 개인에게 미치는 영향이 컸다. 그러나 최근 가족내외의 변화는 노인들의 가족형태, 가족관계 등을 변화시켜 가족에 관련된 새로운 적응 지식과 기술을 요구하고 있다. 따라서 가족이라는 조직과 어떻게 융합하여 살아갈 것인가와 관련된 노년기 교육이 필요하다.

급변하는 현대사회 속에서 지식과 기술, 환경조건의 변화는 앞선 세대의 교육의 효과를 무력화시킴으로써 가족 내에서도 구성원의 긴장을 증가시키고 있다 (Arcus, Schvaneveldt, & Moss, 1993). 따라서 가족내 세대전달력의 약화, 가족해체 증가, 부모자녀간 갈등 증가, 가족역할 변화 등 가족에게 일어나는 다양한 문제점들을 해결하기 위해서는 가족을 강화시키는 방법이 모색되어야 하며, 이러한 조직적인 노력의 일환으로 가족원의 잠재능력을 개발하기 위한 가족생활교육이 등장하게 되었다 (Kerckhoff, 1964). 가정의 제문제를 해결하고 현명하게 대처하며 예방하기 위해서는 끊임없는 재사회화 교육이 평생교육의 차원에서 계획적이고 실천적으로 시행되어야 한다 (유영주·오윤

자, 1990).

더우기 노년기에는 사회활동이 축소되면서 가정생활에 의존하는 비율이 증가하므로, 노년기의 적응적이고 풍요로운 삶을 위해서는 가족생활교육이 매우 중요하다. 물론 노인들은 가족생활에 관하여 오랜 경험으로 누적된 풍요한 지식체계를 갖추고 있지만 변화에 적응하는 능력은 취약하므로, 새로운 세대와의 적응 측면과 생활변화를 중심으로 교육이 이루어져야 한다. 그러나 기존의 노인교육 실태를 보면 교육담당기관의 전문적인 인적 자원의 부족, 물적 지원체계의 미흡 및 프로그램의 형성과 시설 미비로 노인들의 학습욕구를 충족시키기 어려운 형편에 있다 (백창현, 1988). 특히 전반적인 가족생활교육은 전체 사회교육의 일부분으로 비체계적으로 구성되어 있고, 매우 한시적이며 가변적인 경우가 많아 소기의 효과를 거두기 어려운 실정이다. 이에 본 연구는 노년기 가족생활의 중요성을 인식하고 개인과 가족의 변화에 능동적으로 적응하기 위한 방법으로서 노인을 위한 가족생활교육의 필요성과 내용을 검토하고자 하며, 이를 기초로 시험적인 가족생활교육 프로그램을 구성하여 제시하고자 한다.

II. 가족생활교육 프로그램 구성을 위한 이론적 탐색

노인을 위한 가족생활교육의 구성 내용을 탐색하기 위해서는 이론적 배경의 검토가 선행되어야 한다. 먼저 노인의 가족생활 적응에 관련된 개인과 가족집단의 특성과 대안, 그리고 가족생활교육의 개념에 적절한 체계적 틀을 형성해야 한다.

1. 노년기 가족생활과 적응

노년기의 가족생활은 가족원 개인의 변화, 가족형태나 가족관계 등의 가족조직의 변화 및 가족문제의 발생이라는 세가지 측면에서 적응적 대안을 모색해 보아야 하며 이를 교육에 응용하여야 한다.

1) 개인의 변화와 가족적응

(1) 노화와 적응

노화는 크게 신체의 구조와 기능의 퇴화를 강조하는 생물학적 입장과 주어진 환경에 대한 적응능력의 상실을 강조하는 심리학적 입장의 두가지로 접근된다. 이러한 노화의 과정을 자연스럽게 받아들이고 적응하기 위해서는 노화를 대비하는 자세가 필요하고, 이는 교육에 의해 형성될 수 있다.

① 신체적 변화

노년기의 신체적 조건은 개인의 유전요소, 생활양식 및 환경요인 등의 복합적인 요소에 의해 좌우된다. 신체의 구조가 서로 의존적이듯이 신체기관의 노화 증상도 매우 복잡하다. 전반적인 신체의 노화로 인하여 개인은 가족내에서 의존적인 존재로 변화하여 가족 생활에 장애를 초래한다. 또 감각능력 감퇴는 가족간 접촉을 감소시키며 정서적 불안 등을 유발시켜 가족 상호관계에 장애를 초래할 수 있다 (장인협 · 최성재, 1987). 따라서 가족 적응을 위해서는 이러한 신체적 기능 장애에 대한 수용력을 발달시켜 가족간 갈등을 감소시켜야 한다.

② 사회적 행동 변화

노인은 신체기능의 점진적인 퇴화로 가정 및 사회에서의 위치 변화와 직업생활에서의 은퇴 등 사회 생활의 변화를 경험한다. 또 노화로 사회적 기술이나 능력이 떨어질 뿐만 아니라 동기의 위축 및 취업 기회도 감소된다. 연령에 따르는 생산력의 감퇴는 45세부터 나타나서 60대 후반에 이르면 심하게 떨어진다 (김성순, 1990). 고령에 의한 실직은 취업할 당시보다 지적인 열등감이나 의욕 상실감이 커져 더욱 일찍 노화를 가속화시킨다. 노년기의 전반적인 행동 변화는 곧 가족관계에 영향을 미치게 되고 이러한 변화에 대한 이해가 노인의 적응을 위해 필요하다.

③ 성격 변화

노년기의 성격은 젊은 시절과 비교하여 질적인 면에서는 차이가 없으나 양적인 면에서는 크게 달라진다. 이러한 성격 변화는 주로 신체적 변화에서 기인한다. 노인은 신체적인 노쇠를 느끼면서 생의 종말감과 건강을 되찾을 수 없으리라는 절망감을 경험한다. 사회적 역할 박탈에 따른 무능력감과 무료함도 노인 불안이나 조급함을 유발

한다. 또, 사회에서 노인을 어떻게 보느냐에 따라 자신의 연령에 대한 태도가 달라지며, 자아에 대한 개념이나 성격의 변화가 초래된다. 노인들에게는 보편적으로 보수성, 자아경시, 내향성, 무감각, 불안, 순교적 정신, 과잉의존성 등의 성격 특성이 나타난다.

노화의 과정에 잘 적응하기 위해서는 자신과 자신을 둘러싼 다양한 변화에 안정적이고 융통성있게 대처해야 한다. 특히 세대격차를 수용하면서 가족관계를 원만히 이끌어가기 위해서는 노인의 이해력과 포용력이 요구되고 있다. 그러므로 교육을 통하여 노인들에게 인간관계 기술을 습득시킨다면 새로운 세대와의 간격을 좁히고 의사소통의 기회를 촉진시킬 수 있다.

(2) 은퇴와 적응

은퇴는 신체적 쇠약과 사회적 능력 감퇴를 실감나게 해주며 현실적으로도 생활수준의 감소를 초래한다는 의미에서 노년기 시작의 상징이며 가장 뚜렷한 위기라 할 수 있다. 은퇴는 궁극적으로 재정 및 자아존중감의 상실을 초래한다. 또 직업에 관련하여 유지되어 왔던 다양한 사회적 접촉을 감소시키고, 과업수행의 감각을 저하시키거나, 관련된 인적관계를 축소시키는 역할을 한다. 그러므로 은퇴에 대해 얼마나 잘 적응하느냐가 노년기 적응의 성공도를 판단해주는 기준이 될 수 있다.

은퇴후 성공적인 적응은 가정내 역할에 어느 정도 참여하며 부부간의 동료관계를 얼마나 잘 유지하느냐에도 달려 있다. 남편의 은퇴에 부부 모두의 새로운 적응이 필요하며, 이를 위하여 노인 자신의 준비와 적응뿐만 아니라 배우자의 협조적인 태도가 더욱 요구된다고 할 수 있다. 이처럼 은퇴에 관련된 여러 자원의 변화는 다양한 측면에서 발생하므로, 장기적인 대비와 적절한 대처자원의 개발이 이루어졌을 때 은퇴에 따른 적절한 적응이 이루어 질 수 있다. 따라서 은퇴에 대한 적응 교육은 가족 모두에게 이루어져야 한다.

2) 가족의 변화와 적응

(1) 가족의 형태변화

노인들의 가족형태를 살펴 보면, 전체 고령자 가구중 노인이 혼자

사는 단독가구는 매년 증가하는 추세이다. 이러한 상황은 농촌지역 일수록 더욱 두드러지고 있다. 또한 자녀와 동거하지 않는 노인 부부로만 이루어진 가구도 매년 증가하고 있다 (통계청, 1990). 이처럼 핵가족화, 노인단독가구화 현상은 전반적인 가족관계의 변화를 초래하고 있으므로 노년기의 새로운 가족형태에 적응할 수 있도록 적절한 교육이 이루어져야 한다.

(2) 가족관계 특성과 변화

① 부부관계

중년을 넘어서는 사람들의 대부분에게 배우자의 역할은 여생동안 동반자로서 서로를 지지해 줄 수 있는 매우 중요한 의미를 지닌다. 말년에 활력있고 보람있는 관계를 유지한 사람일수록 결혼생활을 긍정적으로 평가하며, 또 서로 지지해 주는 관계를 보인 부부는 은퇴에 대한 적응도 역시 높은 편이다. 자녀가 모두 독립하면서 빈둥우리 시기를 맞이한 부부는 부모로서의 역할에 몰두하면서 소원해졌던 부부간의 친밀감을 회복하는 방법을 각자 개발하고 학습하여야만 한다. 따라서 부부간에 역할과 취미를 공유하면서 적절한 상호작용 방식을 재수립하는 것이 필요하다.

결혼만족도는 가족의 확대기에는 감소하다가 후기에 가서 증가하는 경향이 일반적이므로 노부부는 은퇴후 다시 신혼단계를 경험한다고 할 수 있다. 그러나 노년기에서의 역할 변화는 긴장을 유발시키므로 은퇴후 부부의 만족도에 영향을 준다. 특히 남성의 경우 가사노동에의 급작스런 전환은 적응의 문제를 야기시킨다 (Brubaker & Hennon, 1982). 또한 노년기 건강상태의 변화도 부부 만족도나 상호작용에 영향을 미치는데, 건강 악화로 인하여 노부부는 서로에게 보호자 및 간병인이 될 수 있다. 그러나 배우자를 보호해야 하는 경우 여성이 남성에 비해 우울과 부담감을 더 심하게 경험하는 편이다 (Johnson, 1985).

노년기는 다른 시기와 달리, 언젠가 배우자 일방이 먼저 죽음을 맞이하면 이에 대해 남아있는 사람이 적응해 나가야 한다는 또다른 특성을 안고 있다. 통계적으로 여성이 남성보다 수명이 더 길기 때문에 배우자를 먼저 사별하게 될 확률이 높은데, 배우자 사망에 대한

적응도 교육에 의해 극복해 나갈 수 있다. 이혼한 경우에도 역시 사회적으로 고립하게 될 가능성이 있다. 이혼한 노인의 36%가 친구와 접촉하지 않는 것으로 나타나고 있으며, 그 경우 남자가 더욱 고립되는 경향이 있다 (Keith, 1985). 따라서 교육을 통해 부부관계의 유지나 종결에 대한 새로운 개념을 증가시킬 필요가 있다.

② 부모와 성인 자녀의 관계

부모는 자녀를 양육하는 동안 많은 희생과 투자가 필요하지만, 자녀는 부모의 말년에 사회적 고립을 막아주는 울타리가 된다. 대부분의 연구에서 자녀들은 부모와의 관계가 친밀하든 그렇지 않든 부모를 만족시켜 줄 의무가 있는 것으로 지각하고 있다 (Cicirelli, 1983).

자녀의 직접적인 부양 행위가 노년기 부모에게 실질적인 도움이 되지만 핵가족화가 진행되면서 이러한 경향은 점차 사라지고 있다. 노년기의 부모와 자녀의 관계에서 노인의 생활만족도에 영향을 미치는 요인은 경제적 부양보다 정서적 부양이나 동반의식이었다 (Brody, 1981),

즉, 노부모와 성인 자녀간의 상호작용에 긍정적 영향을 주는 요인은 그들간의 정서적 유대감이다 (Atkinson Kivett, & Campbell, 1986; Krause, 1987; Mercier, Paulson, & Norris, 1988). 또한 자녀와의 동거여부가 노인의 생활만족도에 영향을 미치기 보다는 가족내 역할과 자녀와의 유대관계가 더 영향을 미친다 (조병은, 1990). 따라서 노년기에는 자녀와의 동거 여부를 떠나 부모와 성인 자녀간의 새로운 관계를 수립할 필요가 있고, 이에 대한 이해가 요구된다. 이를 위해서는 노인에 대한 교육과 자녀에 대한 교육을 병행해 나가는 것이 바람직하리라 본다.

③ 조부모와 손자녀의 관계

조부모의 역할은 자발적으로 선택되는 것은 아니지만 대부분의 조부모는 부모의 역할보다 조부모 역할에 더 쉽게 적응하므로 손자녀와의 관계에 만족하고 있다 (Brubaker, 1985). 부모에 비해 손자녀에 대해 책임이 없고 비교적 순수하게 애정으로만 감싸줄 수 있기 때문에 조부모의 역할에 쉽게 적응하는데, 특히 조모의 경우 조부보다 손자녀관계에 더 적응적이다. 또 비교적 나이가 젊은 조부모가 손

자녀에 대한 책임을 더 느끼는 것으로 알려지고 있는데, 나이가 들면서 심신이 쇠약해지면 손자녀를 상대하는 것이 귀찮아지는 등 부담을 느끼게 되기 때문이다 (Thomas, 1986).

조부모는 가족의 관습과 가치를 안정적, 영속적으로 지켜나가는 역할을 하게 된다. 또한 자녀 세대의 육아를 돕고 가족의 비상사나 위기시 정서적 지지와 격려를 통해 가족을 선도해 나가는 필수적인 구성원이 된다. 좋은 조부모란 일반적으로 사랑을 표현해주고, 좋은 모델이 되어주며, 친절히 질문에 응해주고, 부모의 양육을 방해하거나 응석만을 받아주지 않는 역할자가 되어야 한다. 그런 의미에서 과잉보호적인 조부모 역할은 바람직하지 않다. 간혹 조부모로서의 지나친 책임감이 주어졌거나 조부모 역할이 너무 빨리 주어졌을 때 스트레스를 받을 수도 있다.

또한 노년기에 조부모가 되면 부모로서의 활동과 관심을 공유하기 때문에 성인자녀와의 관계가 강화되기도 한다 (Fisher, 1981). 그러나 부모와 성인 자녀간의 갈등에 손자녀를 끌어들이는 경우 손자녀들의 성격 형성에 장애를 가져오는 경우도 있다. 따라서 조부모와 손자녀의 긍정적 관계를 수립하고 세대간 격차를 수용하려는 노력이 필요하며, 특히 손자녀 세대와의 연령차가 크다는 점에서 새로운 세대를 이해하기 위한 다양한 교육내용이 필요하다.

3) 노년기 가족문제

(1) 부양문제

노인부양은 크게 공적 부양과 사적 부양으로 나누고, 또 사적부양은 다시 자기부양과 가족부양의 두가지로 분류된다 (서병숙, 1991). 가족부양은 자녀와 동거하면서 부양받는 형태, 독립세대 혹은 시설에 수용되어 자녀로부터 지원받는 형태로 나타난다. 노인이 신체적 서비스를 필요로 하더라도 기혼여성의 취업률 증가와 같이 부양을 불가능하게 하는 요인이 증가하고 있으므로 부양방법에 관한 적절한 대안이 모색되어야 한다. 또한 부양내용 및 상호관계에 관하여 기존의 사고방식을 변화시켜야 하며, 노인 스스로가 부양문제에 어떻게 대처해야 할 것인지를 학습해야 한다.

일찍부터 개인주의적 가치관이 발달한 서구사회와 달리 한국인은 아직까지 전통적인 가족주의나 집단주의 가치관이 남아 있다. 이러한 이유로 오늘날의 노년 세대들은 독립적인 삶에 대한 가치관을 확고히 수립하지 못하고 있다. 결국 유료 양로원이나 노인 홈 등이 아직도 일반화되지 못한 실정이며, 노인정책도 역시 일관성을 보이지 못한다. 그러나 21세기 이후에 노년기에 진입하는 세대들은 스스로가 자신의 삶을 책임져야 할 것이다.

이러한 문제점을 해결하기 위한 방안으로, 특히 사회복지정책이 취약한 우리나라의 경우 노인연금제도나 보험제도 등을 통하여 노후생활의 준비를 스스로 하도록 권장하는 추세이며, 실제로 호응도가 높은 편이다. 편안한 노후생활을 보장해 주는 일차적인 조건이 경제적인 안정이며, 노후를 위해 장기적인 경제적 전략을 수립하는 일은 필수적인 일이다. 동시에 전반적인 생활설계를 통하여 주거문제나 일상생활의 형태 역시 노후를 예상하여 준비하고 서서히 변화시키는 자세도 필요하다. 노년기에 대한 이해와 수용을 기반으로 이러한 생활 자세가 갖추어진다는 점에서 노인교육의 필요성이 절대적으로 강조된다.

(2) 세대간의 갈등 문제

사회가 급변할수록 세대간의 격차는 증가하고 있다. 결국 노년기의 가족생활이 점차 고립된다는 점에서 다른 세대와의 교류는 특히 중요하다. 그러나 실제로 의식은 쉽게 변하지 않으므로 노인들의 전통적 의식과 신세대의 진보적 의식간에 갈등을 야기시킬 수 있다. 전통적 의식 중에서 특히 부모가 자녀에게 갖는 '효에 대한 기대감'은 갈등의 요인이 된다. 부모의 요구가 높으면 세대간의 갈등과 긴장을 유발하고 가족의 전체적인 만족도를 떨어뜨린다. 특히 아들에 대한 기대감은 며느리와의 갈등을 초래하여 고부 갈등이 심각해진다. 따라서 전통사회의 변화가 부모와 자녀와의 관계에 어떤 영향을 미치고 있으며, 이에 대해 어떻게 적응해야 하는가를 노인들은 학습해야 한다.

2. 노인을 위한 가족생활교육

우리나라에서 가정생활에 관련된 교육의 개념은 법적인 측면에서 먼저 찾아볼 수 있다. 즉 사회교육법 제2조에 사회교육 및 평생교육의 정의가 내려졌으며, 동법 시행령(대통령령 11230호, 1983. 9. 10 공포)에서 가족생활교육 영역이 10개의 사회교육의 영역중 4번째로 명시되어 있다. 사회교육의 10개 영역이란 국민생활에 필요한 기초교육과 교양교육, 직업기술 및 전문교육, 건강 및 보건교육, 가족생활교육, 지역 사회교육 및 새마을교육, 여가교육, 국제이해교육, 국민독서교육, 전통 문화이해교육, 기타 학교교육 등인데 가정생활에 관련된 교육 내용이 가족생활교육에만 한정되지 않고 여타의 교육 분야에도 적용된다는 점을 짐작할 수 있다.

가족생활교육이란 가족생활을 질적으로 극대화시키기 위하여 가족원에게 필요한 자원, 정보, 기술 등을 제공하고 지도하는 과정을 말한다. 또 가족생활에 관련된 개념이나 원리에 대한 지식을 습득시켜 개인적인 태도나 가치를 개발하며, 역시 타인의 가치와 태도를 이해시키고 이를 수용하면서 가족복지에 기여하는 대인기술을 학습하는 과정을 말한다 (Arcus, 1987).

또, 가족생활교육의 목적이란 가족이 어떻게 학습해야 하며 가족생활 교육에 대한 현상학적인 측면들을 어떻게 강조할 것인가에 관한 정보를 실행하는 것이며, 개인과 가족으로 하여금 현재와 미래의 가족원으로서의 능력을 개발시켜 가족생활에 대한 그들의 욕구를 충족시키도록 도와주는 것이다 (Arcus, 1990). 이처럼 가족생활교육의 목적은 기본적으로는 가족생활을 풍부하게 강화시키기 위한 것이지만, 가족문제와 연계된 사회문제가 계속 주목을 끌면서 단순한 가정생활교육 이상의 것으로 확대되고 있다.

사회의 변동은 가족에 대한 규범과 가치관을 변화시키므로 가족원의 역할도 과거의 위치나 자세에서 크게 전환될 필요가 있다. 오랫동안 우리는 가족 구성원이 산업화와 도시화로 인한 빠른 변화에 대처할 수 있으며, 또 대처하게 될 것이라고 가정해 왔다. 그러나 오늘날 급속하게 변모하는 사회에 대처할 수 없게 된 수많은 가족의 긴장과

불안정의 증거를 무시할 수 없는 실정이다. 부부의 갈등 문제, 가정교육 기능의 약화, 노인문제, 문화전달의 단절 등 여러 가지 가정의 문제들이 부각되고 있으며, 이혼률도 역시 해마다 증가되어 결손가정의 문제를 초래하고 있다. 이러한 가정의 문제들을 예방하거나 현명하게 대처하기 위해서는 끊임없는 재사회화 교육이 시행되어야 한다. 따라서 가족생활교육은 가족생활을 향상시키는 기능 및 가족과 관련된 사회문제를 감소시키는 기능을 가져야 한다.

가족생활 교육의 내용은 세부적으로 여러 가지 주제를 포함하고 있지만, 크게는 가족학, 인간발달, 그리고 가족자원관리 분야들에 관련된 교육내용으로 범주화 되고 있다. 가족생활 교육의 영역 및 그 내용은 시대적 흐름에 따라 변하고 있는데, 전통적으로 대인관계 기술, 의사결정 기술, 가족 상호작용, 자녀양육 및 지도, 가족자원 관리, 결혼, 가족원의 역할 및 책임 등에 치중하고 있다 (Harriman, 1986). 오늘날에는 생태학적으로 접근하여 정치, 사회, 직업교육 등에 이르기까지 건강한 가족으로 이끌어 가기 위한 보다 더 융통성있는 주제들이 포함되고 있다 (Darling, 1987; Natural Council on Family Relations, 1984).

특히 노인 사회교육 과정에 포함되어 실시되고 있는 가족생활교육의 내용은 노화의 특성, 성인부모와 자녀와의 관계, 조부모와 손자녀의 관계, 노인부양, 노인복지, 노인건강, 세대전달 등이다 (오윤자, 1992; 유영주, 1991). 서병숙(1991)은 특히 노인의 가족관계를 중시하여 자녀세대와의 동거문제, 노인의 역할, 가정교육 등도 학습할 필요가 있다고 하였다. 가족구조의 변화가 노인의 가족내 지위 변화를 가져오고 노인부양문제가 대두되고 있는 상황에서 가족생활교육에 자주 참여한 노인일수록 생활만족도가 더 높다고 하였다 (김재인, 1986). 우리나라의 노인교육은 1972년 이래로 전국 각지에 노인학교가 설립되어 운영되고 있으며, 그 수는 667개에 이르고 있다 (백창현, 1988). 그러나 실제로 노인학교에서 가족생활에 대한 체계적 교육이 이루어지는 곳은 많지 않으므로 효과있는 교육이 이루어지기 위해서는 전문적인 내용을 토대로 한 프로그램이 구성되어야 한다.

Ⅲ. 노인을 위한 가족생활교육 프로그램 구성

노년기에 풍요로운 가족생활을 하기 위해서는 개인이나 가족집단 모두 변화에 잘 적응해야 한다. 특히 노인의 적응여부는 노인복지에 기여하는 정도를 좌우할 수 있다. 지금까지의 이론적인 검토를 기초로 가족생활교육의 프로그램을 네 가지 영역의 교육내용으로 구성하였으며 네 차례의 교육으로 실시되는 프로그램의 구체적인 내용은 다음과 같다.

* 프로그램 유형: 시리즈형 노인교육 프로그램

제1회 : 노년기 가족의 정신·신체적 건강 영역

주제 : “즐게 사는 노년기 가족생활”

제2회 : 노년기 가족의 은퇴에 대한 적응 영역

주제 : “새로이 시작하는 노년기 가족생활”

제3회 : 노년기 가족의 가족관계 영역

주제 : “행복한 노년기 가족생활”

제4회 : 노년기 가족의 가족문제 영역

주제 : “더불어 사는 노년기 가족생활”

* 교육집단 성격 및 규모: 60세 이상 노인 30-35명

* 학습방법: 강의 - 설명 및 발표, 토론, 질의 응답

활동 - 집단상담, 편지쓰기, 체육활동, 레크레이션 등

* 수업시간 및 횟수: 60분 강의 - 10분 휴식 - 40분 활동.

총 4회 수업 (1주 1회로 1개월 단위임)

* 교육내용 지침:

(1) 주제와 내용이 일관적이고 문제해결로 이끌어갈 수 있어야 한다.

(2) 구체적이고 일상적인 사례를 중심으로 설명한다.

(3) 실제적인 활용방법을 제시해 준다.

(4) 교육대상자의 수준과 요구에 부응할 수 있는 내용이어야 한다.

* 학습 진행방법:

노인을 위한 가족생활교육 프로그램 개발

- (1) 수업은 크게 도입, 전개, 마무리의 순으로 진행한다.
- (2) 도입단계에서 문제를 생각해볼 수 있는 계기를 제공한다.
- (3) 의견제시를 격려하되 다수의 참여를 유도한다.
- (4) 주 내용을 지침, 활동목록 등으로 요약화시켜 제시한다.
- (5) 마무리 단계에서는 강의내용을 요약해 주고 실천 항목들을 정리해 주면서 후속 학습을 동기화시킨다.

(1) 1회 교육 : 노년기 가족의 정신·신체적 건강 영역

강 의 주 제 : “ 젊게 사는 노년기 가족생활 ”

목표	노화의 개념과 그 과정,성별 특성 등을 이해하게 한다. 노년기 가족생활 습관을 검토해 보고 적절한 생활방식으로 개선하도록 이끌어 준다. 노년기의 건강한 삶을 위한 대처방법을 가족생활을 중심으로 모색해 보게 한다.
도입	노인의 연령적 기준은 몇세인지 질문하고 응답하게 한다. 신체적으로 노화를 느낄 수 있는 증상은 무엇인지 질문하고 응답하게 한다. 이러한 노화 증상의 원인과 실태에 대해 설명해 준다. 신체적인 노화가 개인과 가족생활에 미치는 영향은 무엇인지, 가족관계에서 생기는 문제점, 가족 생활 유지의 어려움 등을 중심으로 질문하고 응답하게 한다. 신체적인 한계를 수용하고 가족간에 대화로 이해를 증진시켜야 함을 강조한다. 식생활 유의점, 질병 예방법 등을 소개한다. 정신적으로 노화를 느낄 수 있는 증상은 무엇인지 질문하고 응답하게 한다.
전개	이러한 정신적 노화의 원인은 무엇이고 일반적인 증상들은 무엇인지 설명한다. 노년기 성격의 5가지 유형을 제시하고 건강한 성격 특성을 강조하며, 이를위해 어떻게 노력해야 할지 설명한다. 가족관계, 가족생활을 정신적으로 원만히 이끌어가기 위한 대안을 제시한다. 행동변화, 일상생활 기능의 쇠퇴를 줄일 수 있는 구체적인 방법 (대용도구, 주거시설 변화 등)을 소개해 준다. 정신신체적 노화를 극복한 개인, 가족적 사례를 발표시키고 격려한다.
마무리	노년기 정신신체적 변화를 어떻게 수용해 나가느냐가 개인 및 가족 전체의 행복도와 직결됨을 강조하고, 이를 위한 지속적 노력을 격려하며 종결한다.

활 동	성격평가 : 5가지 성격 평가지를 제시해주고 응답하게 한다. 자신의 성격유형이 무엇인지 평가하게 한다.
	식단짜기 : 평소의 식단을 적어보게 한 후 표준영양식단과 비교하게 한다. 식습관에서 교정되어야 할 점을 요목표로 작성하게 한다.
동	신체활동 : 가정에서 할 수 있는 간단한 건강체조를 연습한다.
	가족끼리 할 수 있는 운동, 게임 등을 소개한다.
준비물	필기도구, 교육용 도구, 성격 평가지, 표준 영양 식단표, 개인 응답지

(2) 2회 교육 : 노년기 가족의 은퇴에 대한 적응 영역

강 의 주 제 : “새로이 시작하는 노년기 가족생활 ”

목표	은퇴의 개념과 올바른 수용과정의 중요성을 인식하게 한다. 은퇴가 개인과 가족에게 미치는 영향을 최소화하는 대안을 수립하게 한다. 은퇴기의 건강한 삶을 위한 능력개발 방법을 습득하고 활용할 수 있도록 한다.
도입	각자의 은퇴의 시기가 언제인지 질의 응답하게 하고 전체적인 실태를 제시한다. 은퇴시에 느꼈던 개인적 감정을 질문하고 응답하게 한다. 은퇴가 각자의 가족생활에 미치는 영향에 대해 질문하고 응답하게 한다. 은퇴기 적응의 7단계를 설명하고 원만한 적응과정을 제시한다. 은퇴가 가족생활에 미치는 영향을 경제적, 정서적, 역할 면으로 검토해 본다. 은퇴에 대한 대책으로 개인과 가족이 수행해야 할 과제를 제시한다.
전개	역할의 양성화, 가족생활주기의 조절, 새로운 인간관계 형성 등을 강조한다. 가족원 각자가 은퇴에 대응하여 노력하여야 할 부분이 무엇인지 설명한다. 은퇴 후 여가생활을 어떻게 보내고 있는지 질문하고 응답하게 한다. 노년기의 바람직한 여가생활은 무엇인지 설명하고, 장애요인에 대해 질문하고, 응답하게 한다. 바람직한 여가생활의 한 예로서 자조그룹 자원봉사 활동을 예시해준다. - 시청각 자료를 통하여 바람직한 활동 모습을 소개해 준다. - 시청각 자료의 시청 후 간단히 감상을 이야기하게 한다. 은퇴를 슬기롭게 극복해나간 개인, 가족적 사례를 발표시키고 격려한다.
마무리	은퇴기 이후의 생활이 인생에 있어 어느 정도 비중을 차지하게 되는지 설명하고,

노인을 위한 가족생활교육 프로그램 개발

	원만한 가족생활이 이루어지도록 노력해야 함을 강조하며 종결한다.
활동	자원봉자의 요건 : 노년기에 할 수 있는 자조그룹 자언본사활동에 필요한 실천적 기술을 습득하게 한다 (휠체어 조정법, 수화법 등). 여가활동 : 건진가요, 간단한 에어로빅 등을 연습한다. 간단한 여가활동으로 할 수 있는 운동, 게임 등을 소개한다.
준비물	필기도구, 교육용 도구, 시청각 자료 및 기기, 개인 응답지

(3) 3회 교육 : 노년기 가족의 가족관계 영역

강 의 주 제 : “ 행복한 노년기 가족생활 ”

목표	가족의 진정한 개념을 알고 원만한 가족관계의 중요성을 깨닫게 한다. 노년기의 가족관계를 위협하는 요인이 무엇인지, 또 이것을 어떻게 대처 할지를 학습하고 실천할 수 있게 한다. 가족간의 상호작용에 관련된 구체적 기술을 습득하게 한다.
도입	가족의 진정한 개념과 중요성,역할에 대해 질문하고 응답하게 한다. 현대사회의 가족의 변화에 대해 설명하고 각자 느끼는 변화 양상은 무엇인지 질문하고 응답하게 한다. 이러한 가족의 변화를 어떻게 받아들이고 적응하여야 할지 적절한 방안을 제시해 준다. 부부관계의 중요성을 설명하고 어려움은 무엇인지 질문하고 응답하게 한다. 부부갈등의 발생시 해소방법은 무엇인지 제시해 준다.
전개	부부갈등 해소방법의 하나로써 의사소통의 중요성을 설명하고 바람직한 방법을 제시한다 평소에 사용하는 의사소통 방법과 비교하고 감상을 이야기하게 한다. 긍정적 의사소통과 부정적 의사소통의 예를 보여주고 그 이유를 설명해준다. 피교육자 중에 선택하여 긍정적 및 부정적 의사소통 방법을 실연해 보도록 하고 그 소감을 발표시킨다. 부모와 자녀 관계에 있어 어려움은 무엇인지 질문하고 응답하게 한다. 부모와 자녀 관계의 갈등요인과 다양한 예를 설명해 준다. 특히 고부갈등에 관하여 어떻게 느끼고 있는지 질문하고 응답하게 한다. 고부갈등의 원인과 해소방법에 대해 설명하고 구체적 예를 제시한다. 고부갈등을 극복해나간 개인, 가족적 사례를 발표시키고 격려한다.

마무리	노년기의 가족관계의 중요성을 다시한번 강조하고 구체적인 갈등 해소 방법을 습득하여 원만한 가족관계가 이루어지도록 노력할 것을 당부한다.
활 동	가족관계 훈련 : '사랑의 협상법' - 갈등해결 훈련 자존감 높이기, 서로 존중하기, 육하원칙으로 이해하기 '가장 해주고 싶은 것' '가장 해주시지 않았으면 하는 것' 신뢰감 형성 - 장남 인도하기, 바윗돌 듣기, 온몸으로 듣기 대화 교실 : 듣기기술 실습 - 적극적 듣기, 온몸으로 듣기 말하기 기술 실습 - '나' 전달법, '지금-여기' 표현법
준비물	필기도구, 차트 혹은 대화 응답지, 대화 평가지, 긍정적 대화법 요약표

(4) 4회 교육 : 노년기 가족의 가족문제 영역

강 의 주 제 : “ 더불어 사는 노년기 가족생활 ”

목표	사회의 변화가 가족에게 미치는 영향을 알고 노년기 가족문제의 양상을 이해하게 한다. 부양문제, 세대갈등 문제 등을 긍정적으로 해결하는 방법을 인지하게 한다. 가족문제 극복을 위한 구체적인 대안, 기술 등을 습득하게 한다.
도입	각자의 지금 현재 부양의 실태를 질문하고 응답하게 한 후 전반적 실태를 제시한다. 노인부양 문제의 원인을 사회적 변화에 맞추어 설명한다. 피교육자 중에서 동거 및 비동거 부양의 사례를 선발하고 장단점을 발표시킨다. 노인부양의 문제를 어떻게 해결해야 할지 우선적으로 가족적 차원에서 논의한다. 제도, 정책적 차원에서 노인부양 문제의 보완점에 관해서도 논의한다. 노후설계에는 어떠한 것이 있는지 소개하고 구체적인 준비방법을 제시한다.
전개	시청각 자료를 통하여 노인주거시설 생활 모습 등을 소개한다. 전통사회와 현대사회에서의 노인의 역할 변화를 비교해 보도록 한다. 전통적 의식과 현대적 의식의 차이를 비교하고 갈등 상황을 예를 들어 설명한다. 노인이 가정 내에서 가정교육의 주체자로 기능하는데 장애요소가 무엇인가를 토의한다. 맞벌이 가족, 수험생 가족, 이혼가족 등 특별한 가족 상황에서 노인의 역할은 무엇인지 설명하고 격려한다. 배우자 상실을 극복하면서 가족 내 위치를 지켜나갈 수 있는 방법을 제시한다. 특별한 어려움을 극복하고 가족의 중심 위치를 견지해 가고 있는 사례를 발표하게 한다.

노인을 위한 가족생활교육 프로그램 개발

마무리	노인은 아직도 가정과 사회의 기여자이며 중심이 되어야 함을 강조하고 이를 위하여 노인들의 수용적 자세가 더욱 필요함을 격려한다. 전반적인 가족생활교육의 중요성을 강조하고 추후 학습을 격려하면서 구체적인 방법 등의 실천을 당부하고 전 과정을 종결한다.
활 동	노후설계평가 : 자신의 노후설계 및 실천사항을 적게 한 후 표준노후설계표와 비교하게 한다. 또 문제점에 대해 평가하게 한다. 가치관 척도 : 자신의 가치관을 평가해 보고 사고방식의 수정이 필요한 부분은 무엇인지 비교해보게 한다. 자기개발훈련 : '인생선' 그려보기, '마음의 창' 실습 자존감 높이기 - 장점 표현법, 상실감 극복 훈련
준비물	필기도구, 시청각 자료 및 기기, 노후설계평가지, 가치관 척도응답지, 기타 응답지

IV. 제 언

노인을 위한 가족생활교육은 그 필요성에도 불구하고 실제로 체계적인 교육이 이루어지고 있지 못한 실정이다. 이와 같은 맥락에서 다음과 같이 세 가지 측면에서 교육 개선방안을 제시하는 바이다.

첫째, 교육대상자 측면에서의 제안이다. 노인들은 일반적으로 교육이란 노인들이 받기는 부적절하다고 생각하고 있고 또 편리하고 편안한 상황이 아닌 경우에는 교육받기를 꺼리는 경향이 있다. 그러나 노년기의 연장과 사회의 다변화를 고려해 볼 때 노인교육의 필요성이 절실해지고 있다. 특히 가족 적응을 위해서는 새로운 가족생활 기술을 습득해야 하므로, 적극적이고 능동적으로 교육에 참여하여야 한다. 또한 교육내용을 실천하려는 의지를 가지고 실생활에 적극적으로 응용하여야 하며, 교육 후 교육제공자에 대해서도 적절한 평가를 통하여 추후교육에 응용하도록 기여해야 한다.

둘째, 교육운영자 측면에서의 제안이다. 복잡다변화 사회 속에서 교육이 곧 실생활에 응용되기 위해서는 실천적이고 구체적인 교육 방법이 제시될 수 있어야 한다. 문제 중심, 현장중심 교육내용과 더불어

참여학습 등을 통하여 학습과 생활과의 연계성을 강화시켜야 한다. 또한 교육 유형에 있어서도 일회적인 강연 위주의 교육보다는 패키지 프로그램이나 시리즈 프로그램을 통하여 집중적이고 전문적인 교육이 이루어져야 한다. 지금까지의 교육이 교육대상의 저변 확대라는 목적에 치우쳐 왔다면, 이제부터는 교육의 질을 높이고 가족생활교육의 전문성을 제고시킬 필요가 있다.

교육 운영·관리 면에서는 특히 유관 기관과의 연계화가 요망된다. 행정기관이나 교육기관과의 연계가 필요하고, 교육 프로그램의 개발 과정에서는 교육기관 전문가와의 협조가 매우 중요하므로 정부 차원의 사회교육협의체 혹은 자발적인 협의기구가 만들어져야 한다. 또한 교육 담당자는 가족생활교육에 대한 전문적 식견 이외에 이에 대한 철학과 가치관을 함양하여야 한다. 이를 위해서는 타기관에서 실시하는 관련전문교육, 워크숍 등의 기회를 활용하여야 하며 가족생활을 학습이 필요없는 분야로 인식하는 전반적인 사회 분위기도 변화하여야 한다.

세째는 사회정책적 측면에서의 제안이다. 노인교육을 활성화하기 위해서는 우선적으로 시설 및 재원의 확보가 필요하다. 사회복지적 차원에서 정부가 노인교육의 비용을 적극적으로 지원해 주어야 할 것이며, 타 교육시설도 개방하여 노인교육에 응용할 수 있어야 한다. 교육기관의 적극적인 참여 뿐만 아니라 언론기관 등에서도 노인교육 프로그램의 확대에 노력하여야 한다. 또한 정책적 차원의 전문교육기구가 조직화되어 체계적인 교육이 이루어지도록 해야 한다.

참 고 문 헌

- 김성순 (1991). *고령화사회와 복지행정*. 서울: 홍익제.
- 김재인 (1986). 후기성인을 위한 사회교육과 생활만족도 상관연구. *한국노년학*, 6, 139-164.
- 백창현 (1988). 노인교육의 현황과 대책에 관한 연구. *한국노년학*, 8, 30-42.
- 서병숙 (1991). *노인연구*. 서울: 교문사.

- 오윤자 (1992). 가족생활교육 프로그램 개발을 위한 기초연구 (Ⅱ). *한국가정관리학회지*, 10, 209-223.
- 유영주 (1991). 건전가정 육성을 위한 가족복지 프로그램 개발에 관한 연구. *한국가정관리학회지*, 9, 45-63.
- 유영주, 오윤자 (1990). 가족생활교육 프로그램 개발을 위한 기초 연구. *한국가정관리학회지*, 8, 49-68.
- 장인협, 최성재 (1987). 노인복지학. 서울: 서울대학교 출판부.
- 조병은 (1990). 부모자녀간의 결속도와 노부모 인생 만족도. *한국노년학*, 10, 105-124.
- 통계청 (1990). 한국의 고령자 실태분석.
- Arcus, M. (1987). A framework for life-span family education. *Family Relations*, 36, 5-10.
- Arcus, M. (1990). *Family Life Education Curriculum Guidelines*. The National Council on Family Relations.
- Arcus, M., Schvaneveldt, J., & Moss, J. (1993). The nature of family life education. In M. Arcus, J. Schvaneveldt, & J. Moss, (eds.), *Handbook of family life education*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Atkinson, M., Kivett, V., & Campbell, R. (1986). Intergenerational solidarity: An examination of a theoretical model. *Journal of Gerontology*, 41, 408-416.
- Brody, E. (1981). Women in the middle and family help to older people. *The Gerontologist*, 21, 471-480.
- Brubaker, T., & Hennon, C. (1985). Responsibility for household tasks: Comparing dual-earner and dual-retired marriages. In M. Szinovacz (ed.), *Women's retirement: Policy implications of recent research*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Brubaker, T. (1985). *Later life families*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Cicirelli, V. (1983). Adult children's attachment and helping behavior to elderly parents: A path model. *Journal of Marriage and the Family*, 45, 815-825.

- Dalring, C. (1987). Family life education. In M. Sussman & S. St-einmetz (eds.), *Handbook of marriage and the family*. N.Y.: Plenum Press.
- Fisher, L. (1981). Transitions in the mother-daughter relationship. *Journal of Marriage and the Family*, 43, 613-622.
- Harriman, L. (1986). Teaching traditional vs. emerging concepts in family life education. *Family Relations*, 35, 581-586.
- Johnson, C. (1985). The impact of illness on late-life marriage. *Journal of Marriage and the Family*, 47, 165-172.
- Keith, P. (1985). Financial well-being of older divorced/seperated men and women: Findings from a panal study. *Journal of Divorce*, 9, 61-72.
- Kerckhoff, R. (1964). Family life education in America. In H. Christensen (Ed.), *Handbook of marriage and the family*. Rand McNally.
- Krause, N. (1987). Chronic strain, locus of control and distress in older adults. *Psychology and Aging*, 2, 375-382.
- Mercier, J., Paulson, L., & Morris, E. (1988). Rural and urban elderly: Differences in the quality of the parent-child relationships. *Family Relations*, 37, 68-72.
- National Council on Family Relations (1984). *Standard and criteria for the certification of family life educators, college/university curriculum guidelines, and an overview of content in family life education: A framework for planning life span programs*. Minneapolis, MN: Author.
- Thomas, J. (1986). Age and sex differences in perceptions of grandparenting. *Journal of Gerontology*, 41, 417-425.