3절 가족관계 변화와 노인 부양

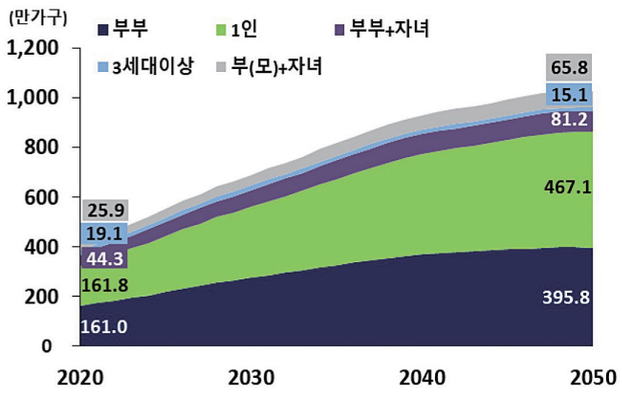
노인은 신체적 능력이 쇠약해지면서 일상생활에서 가족과의 관계에 변화가 나타난다. 은퇴 등으로 사회적으로 역할이 상실되고, 자녀가 출가하면서 심리적으로 소외, 고독 등을 느끼기 쉽다. 이러한 만큼 가족관계를 긍정적으로 유지할수록 의미 있는 노년을 보낼 수 있다.

노인 가족
노부부끼리 살거나 노인이 포함된 가족 (출처: 국립국어원 누리집)

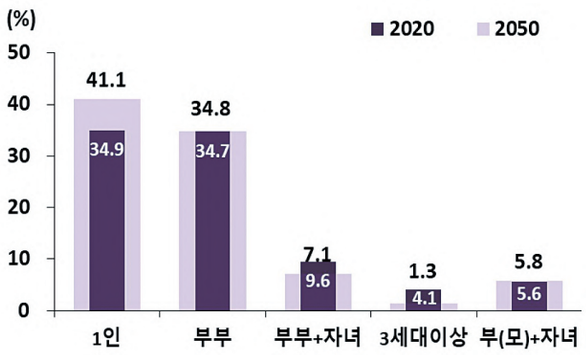
1. 노인 가구 형태의 변화

현대 사회에서 가족구조와 가족관계, 가족기능, 가족생활주기에 큰 변화가 일어났다. 전반적으로 기혼 자녀와의 동거는 줄어든 반면, 혼자 살거나 노부부만 사는 세대가 늘어나는 추세이다.

2020년 기준 65세 이상 고령자 가구 중 부부가구는 34.7%이고, 1인 가구는 34.9%에 이른다(통계청. 2022).



[65세 이상 가구유형별 가구 규모, 2020~2050]



[65세 이상 가구유형별 구성비 변화, 2020, 2050]

2. 가족관계의 변화

가. 부부관계

자녀가 독립해 나가면서 빈 둥지 시기가 되면, 소원해졌던 부부관계와 친밀감을 회복하기 위해 노력해야 한다. 노년기는 배우자 혹은 쌍방이 은퇴한 후 대부분의 시간을 함께 보내게 되며 건강 악화에 따른 재적응이 필요하다. 생활습관을 수정하고, 병든 배우자를 돌보고, 배우자의 상실에 대해서도 준비해야 한다.

1) 역할 변화에의 적응

퇴직으로 배우자의 역할이 사회에서 가정으로 돌아옴에 따라 부부간의 관계가 동반자로 전환된다. 따라서 융통성 있게 가정일을 분담하는 것이 바람직하다. 노년기 부부관계를 긍정적으로 유지하기 위해 적극적으로 대화하고 부부 공통의 화제나 취미생활을 만들 필요가 있다.

2) 성적 적응

노년기 부부관계에서 또 한 가지 관심사는 성적 적응이다. 우리 사회는 노인이 성적 관심을 보이는 것을 점잖지 않다고 간주해 왔다. 그러나 결혼 생활에서 성은 자연스러운 일이고, 인간 본능의 차원이며, 노년기 부부에서도 예외가 아니다. 노인 스스로나 사회적으로 노인의 성적 관심과 욕구 충족을 금기시하는 태도를 바꾸어야 한다. 활기찬 노년을 위해 활발한 성생활을 유지하는 것도 필요하다.

3) 배우자 사별에 대한 적응

노인은 젊은 사람보다 죽음에 대해 더 많이 생각한다. 가족이나 친한 친구의 죽음으로 스트레스를 받게 된다. 수십 년 동안 결혼 생활을 한 사람에게 배우자의 상실은 가장 적응하기 어려운 사건이다. 배우자나 친구와 사별하는 경우 막연히 느끼던 죽음이 현실화되면서 심한 허무감, 절망감, 고독감을 느낀다.

보통 여성의 수명이 남성보다 더 길기 때문에 대략 70%의 여성이 남편보다 오래 산다. 노인이 혼자된 삶에 잘 적응하기 위해서는 가족이나 자녀의 지지, 자아존중감 향상 등이 필요하다.

참고

노부부가 역할과 취미를 공유하면서 적절한 상호작용 방식을 재수립하면 결혼 생활 만족도를 높일 수 있다.

꼭 알아두기

배우자 사별에 대한 적응 단계

- 1단계 : 상실감의 시기, 우울감과 비탄
- 2단계 : 배우자 없는 생활을 받아들이고, 혼자된 사람으로서의 정체감을 지님
- 3단계 : 혼자 사는 삶을 적극적으로 개척함

빈 둥지 증후군

자녀가 독립하여 집을 떠난 뒤에 부모가 경험하게 되는 슬픔, 외로움과 상실감을 의미함

수정확대가족

노인 부모가 자녀와 근거리에 살면서 자녀의 보살핌을 받는 가족 형태

나. 부모-자녀 관계

부모는 양육기 동안 자녀에게 많이 희생하고 투자하지만 자녀의 결혼으로 부부만 남게 되면서 '빈 둥지 증후군'을 겪게 된다. 이 시기 부부는 노후에 대한 초조와 불안감을 갖게 되며 말년에는 자녀가 자신의 울타리가 되어 주기를 바란다. 그러나 핵가족화가 진행되면서 자녀가 직접 노인 부모를 부양하는 일이 점점 사라지고 있다. 최근에 자녀가 노인부모와 근거리에 살면서 부양을 하는 수정확대가족이 나타났다. 부모와 따로 살지만, 자주 상호작용 하면서 각자의 사생활을 지킬 수 있다는 장점이 있다.

다. 고부 · 장서관계

현대 사회에서는 자녀 세대의 독립으로 예전과는 달리 자녀와의 갈등이 심각하게 나타나지는 않지만 가치관과 세대 차이로 인해 여전히 고부갈등이 존재하며 장모와 사위간의 장서갈등도 늘어나고 있다.

며느리와 시어머니, 사위와 장모 등 가정을 이룬 자녀들과의 역할 관계 재정립과 가치관 공유 등을 통해 바람직한 관계를 유지하도록 노력해야 한다.

노인은 가정을 이룬 자녀에게 과도하게 관심을 가지고 참견하거나 의존하기 보다는 자신의 삶을 활기차게 살아가기 위해 노력해야 한다.

참고

조손가정

부모의 이혼, 가출, 질환, 경제적 이유 등으로 가족이 해체되어 조부모가 손자녀의 양육을 도맡는 가정을 의미함

라. 조부모-손자녀 관계

대부분의 조부모는 손자녀와의 관계에 만족하며 부모 노릇을 할 때보다 역할에 더 쉽게 적응하는 경향이 있다. 조부모는 부모에 비해 손자녀에 대해 비교적 순수하게 애정으로만 감싸 줄 수 있기 때문이다. 손자녀는 노년기에 활기와 탄력을 제공하며, 노인은 손자녀에게 아낌없는 사랑을 쏟을 수 있어 손자녀의 긍정적인 자아 형성에 기여할 수 있다.

마. 형제자매 관계

형제자매는 일생을 통하여 서로에게 많은 영향을 미치고, 상호작용한다. 일반적으로 노년기에 이르면 과거에 존재했던 경쟁심이나 갈등이 줄어들고, 상호이해와 동조성이 강화되는 경향을 보인다.

노년기의 특성상 어린 시절의 생활 경험을 공유하면서 형제자매간 심리적 안정감을 공유한다. 특히 배우자나 자녀 등에 의한 지원이 충분하지 못할 때, 형제자매는 중요한 사회적 지지가 된다.

3. 노인부양 문제와 해결 방안

오늘날 가족의 형태와 기능이 변화하고, 생활 방식이나 가치관도 개인주의적 성향이 강해져서 노인부양이나 노인문제에 대한 접근법도 변화하고 있다. 이에 따라 실질적인 측면에서 노인부양 문제의 해결 방안을 모색해야 한다.

가. 노인부양 문제

노인문제는 어느 사회에서나 누구나 당면하고 복합적으로 연결되어 있다는 특징이 있다.

노인이 되면 나타나는 대표적인 4가지 고통을 흔히 노인의 4고(苦)로 표현하는데 빈곤, 질병, 고독, 무위(역할 상실)가 바로 그것이다. 노인이 되면 수입이 감소하고, 건강이 악화되며, 소외와 고독감에 빠지기 쉽다. 이러한 상황에서 노인은 자신이 무엇을 해야 할지 모르는 역할 상실을 경험하게 된다.

따라서 노인 문제는 재정적, 신체적, 심리적 지원이 필요한 부양의 문제로 연결된다. 노인부양 문제는 개인, 가족의 부담을 넘어 사회적 문제로 인식되어 이를 해결하기 위해 정부에서는 다양한 노인복지 사업을 추진하고 있다.

노부모 부양에 대한 인식 조사에서 가족이 부양해야 한다는 비중은 낮아지고 사회가 부양해야 한다는 비중은 증가한 것으로 보고되었다.

노인의 4고(四苦)

노인의 4가지 고통으로 병고(病苦), 빈고(貧苦), 고독고(孤獨苦), 무위고(無爲苦)를 말한다. 노인은 이러한 고통을 한 가지 만이 아니라 복합적으로 겪게 된다는 의미로, 노인이 가지는 건강과 소득, 안전과 여가의 욕구(필요)로도 연결된다. 지역사회에는 이러한 노인의 문제와 욕구에 대응한 다양한 제도와 사업, 서비스들이 있으며, 이러한 자원을 적절히 연계하여 활용할 수 있도록 지원해야 한다.

노인문제

노인문제는 "노인의 생존과 기본적 욕구를 본인이나 가족의 노력으로 해결, 충족하지 못하여 삶의 불만족스러운 상태가 지속되는 현상"이라고 규정할 수 있다(권중돈, 2001; 2022).

나. 노인부양 해결 방안

1) 사회와 가족의 협력

노인부양을 위해서는 공적 · 사적 부양이 모두 필요하다. 사적 부양은 노인 본인이나 가족이 보살피는 부양이다. 공적 부양은 노인복지서비스와 노인장기요양보험제도 등 국가나 사회가 노인의 생활을 지원하는 것이다.

2) 세대 간의 갈등 조절

현재의 경제 · 사회발전은 과거 부모 세대가 기여한 바가 크다. 따라서 현재의 젊은 세대는 부모 세대에 대한 존경과 감사의 의미로 사회적 부양에 대해 긍정적으로 인식할 필요가 있다. 국민연금, 노인장기요

양보험제도를 통한 세대간 위험의 분산, 소득재분배 등이 바람직한 세대통합 효과이다. 자녀 세대와 부모 세대의 상호 존중, 적극적 의사소통을 통해 실질적인 상호작용과 사회통합을 달성해야 한다.

3) 노인의 개인적 대처

노인은 1차적으로 노년의 삶을 스스로 책임질 수 있도록 노력해야 한다. 이를 위해 경제적으로는 연금과 보험을 이용하고, 사회적으로는 재교육 프로그램을 통해 삶의 변화에 대비하여야 한다.

4) 노인복지정책 강화

국가와 사회는 노인복지정책을 강화해야 한다. 국민연금, 기초연금을 강화하여 노후소득을 보전하고, 노인장기요양보험제도를 통해 장기적인 돌봄서비스를 제공할 필요가 있다. 다양한 노인복지서비스 프로그램을 제공하여 적극적이고 활기찬 여가, 노후생활을 지원해야 한다.

다. 요양보호와 가족의 역할

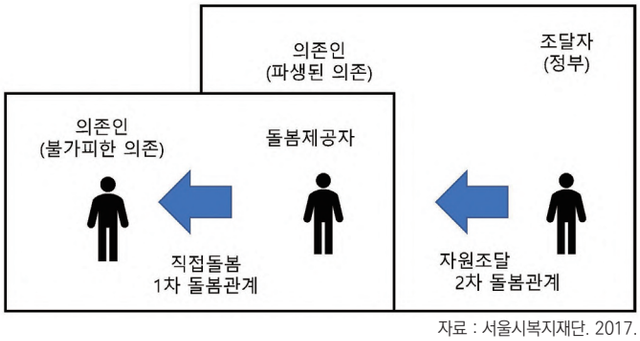
인간은 태어나고 자라고, 활동하고 늙어가고 죽음을 맞이하는 순간까지 누군가에게 돌봄을 받거나 또는 돌봄을 주어야만 하는 존재이다(Eva F Kittay, 2002).

요양보호 과정에는 사회복지사와 간호사, 요양보호사와 같은 공식적 돌봄인력은 물론, 배우자와 자녀, 이웃과 같은 비공식적 돌봄인력도 함께 참여한다. 특히, 재가노인에 대해서는 24시간 모든 서비스를 요양보호사가 담당할 수 없으며, 노인의 심리정서적 안정이나 사회적 관계, 경제적 생활 유지를 위해서는 가족의 역할이 필수적이다.

돌봄을 받는 노인과 돌봄을 주는 자의 관계를 1차적 돌봄관계라고 한다면, 이러한 1차적 돌봄관계가 유지, 지속될 수 있도록 지원하는 역할을 2차적 돌봄 관계라고 할 수 있다. 이처럼 요양보호에 있어 배우자와 자녀 등 가족의 돌봄을 요양보호사가 함께 지원하는 것으로, 가족은 자신의 역할을 요양보호사가 대신하거나 대체하는 것이 아니라 돕는다는 점을 명확히 인식할 필요가 있다.

참고

돌봄인력(careworker)은 특정한 자격을 가지거나 직업으로서 업무를 담당하는 공식적(formal) 인력과 가족이나 이웃과 같은 비공식적(informal) 인력을 모두 포함하며, 이들의 협력적 활동과 참여가 필수적이다.



자료 : 서울시복지재단. 2017.

[1차적 돌봄관계와 2차적 돌봄관계]