



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

석사학위논문

죽음주제 뭉치이 곳을 통한  
노인의 경험에 대한 실행연구

The logo of Jeju National University is a large, stylized letter 'J' composed of three curved, flame-like shapes in blue, green, and grey. In the center of the 'J' is a smaller logo featuring an open book and the text 'JEJU 1952'. The words 'JEJU NATIONAL UNIVERSITY 1952' are written in a circular path around the 'J' logo, and '제주대학교' is written in Korean below it.

제주대학교 교육대학원

상담심리전공

김희숙

2010년 8월

# 죽음 주제 뭉놀이 곳을 통한 노인의 경험에 대한 실행연구

지도교수 박정환

김희숙

이 논문을 교육학 석사학위 논문으로 제출함.

2010년 8월

김희숙의 교육학 석사학위 논문을 인준함.

심사위원장 \_\_\_\_\_ (인)

위 원 \_\_\_\_\_ (인)

위 원 \_\_\_\_\_ (인)

제주대학교 교육대학원

2010년 8월

<국문초록>

## 죽음주제 뭉놀이 곳을 통한 노인의 경험에 대한 실행연구

김 희 숙

제주대학교 교육대학원 상담심리 전공

지도교수 박 정 환

본 연구\*는 죽음주제 뭉놀이 곳을 통한 노인의 경험을 위해 질적 연구방법 중 실행연구(action research)의 방법으로 진행되었다. 노인들과의 만남에 대하여 상호간에 고민하고, 노인복지 현장의 질적인 변화를 위한 목적을 갖고 연구문제를 다음과 같이 설정하였다.

첫째, 뭉놀이 곳 적용 집단에서 노인들이 경험한 것은 무엇인가?

둘째, 노인들의 죽음 주제는 어떻게 전개되는가?

셋째, 뭉놀이 곳 적용과 연구진행에서 노인들의 반응과 연구자의 반성적 실천은 어떻게 전개되는가?

위의 연구문제를 해결하기 위해 제주시 K읍 D복지관 노인대상 '하늘 소풍 준비하기'프로그램 중 8회기 진행된 죽음 주제 집단에 뭉놀이 곳을 활용하여 실시하였다. 연구 참여자는 프로그램에 참여한 20명 중에 출석률이 높은 15명이다. 연구 참여자들은 K읍에 거주하고 있는 노인들로, 연구 참여자의 특성은 대부분이 경노당과 노인회 임원들로 이루어졌고, 남자노인 13명과 여성노인 2명이다.

본 연구는 죽음주제 집단에 뭉놀이 곳을 활용하는 과정을 기술하고, 참여한 노인들의 경험을 기술하고 분석한 실행연구이며, 자료 수집은 참여관찰, 연구보조자 서술형 관찰일지, 면담, 진행자일지, 비디오 촬영자료, 연구보조자 이메일 답변, 결과물 들여다보기 등을 통하여 이루어졌다. 그리고 자료 분석은 전사 및 메모작업, 코딩하기, 주제정하기로 이루어졌다. 타당성 확보와 윤리문제는 트라이앵글레이션(Triangulation), 연구현장 구성원에 의한 연구결과의 평가, 참조자료의 사용, 자기반성의 과정을 거쳤고, 연구절차는 뭉놀이 곳 적용 계획, 1차 뭉놀이 곳 적용 활동, 1차 활동에 대한 되돌아보기 및 2차 활동계획, 2차 뭉놀이 곳 적용 활동, 1,2차 활동에 대한 되돌아보기 및 면담 계획, 심층면담, 총체적

\* 본 논문은 2010년 8월 제주대학교 교육대학원위원회에 제출된 교육학 석사학위 논문임.

인 해석 및 평가의 과정을 거쳐 논문쓰기로 종결되었다.

이상의 연구를 통해 얻어진 결론은 다음과 같다.

첫째, 죽음주제 집단에 뭍놀이 곳 활용은 노인들에게 특별한 경험(만남)과 받아들여짐(수용), 어루만짐(상호작용), 묵은 걸 풀어내기(감정정화), 새롭기 바라보기(관점의 변화)의 의미로 받아들여졌다.

둘째, 뭍놀이 곳 집단을 통하여 죽음에 대하여 깊이 생각해 볼 수 있는 기회와 봉사활동 등을 하면서 바르게 사는 것이 죽음에 대한 준비라고 받아들였다.

셋째, 뭍놀이 곳 활용하기의 연구진행은 실행연구를 통한 연구자의 자기반성과 실천의장이 되었고, 연구에 대한 확신과 전문성 신장의 기회가 되었다.

이상의 결론은 활동적이면서도 심리적인 접근 형식인 뭍놀이 곳이 노인에게 특별한 경험과 변화를 제공하였으며, 죽음에 대하여 깊이 생각해 볼 수 있는 기회를 제공하였음을 알 수 있다. 또한 연구자 자신도 이러한 과정에서 자기반성과 확신을 획득하였음을 알 수 있다. 즉, 이러한 실행연구 결론은 참여자인 노인과 연구자 모두에게 의미가 있다는 사실을 시사한다. 아울러 진행연구자로서 준비한 결과들이 더 많은 진행연구자들을 만들어 현장의 질적인 변화가 이루어지길 기대한다.

## 목 차

I. 서론 .....	1
1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구 문제 .....	4
3. 용어의 정의 .....	4
4. 연구의 제한점 .....	6
II. 이론적 배경 .....	7
1. 노년기와 죽음 .....	7
2. 땀놀이 곳 .....	14
3. 땀놀이 곳과 노인 .....	17
4. 실험연구 .....	25
III. 연구방법 및 절차 .....	27
1. 연구 참여자 .....	27
2. 연구 방법 .....	28
3. 자료 수집 방법 .....	31
4. 자료 분석 .....	34
5. 연구의 타당성 확보와 윤리 .....	38
6. 연구절차 .....	45
IV. 연구결과 .....	52
1. 땀놀이 곳 적용의 반응과 반성 .....	52
2. 땀놀이 곳의 경험 .....	72
3. 죽음에 대한 인식의 변화 .....	83
V. 결론 및 제언 .....	90
참고문헌 .....	94
<Abstract> .....	99
부록 .....	102

## 표 목 차

<표 II-1> 전통적인 연구와 교사에 의한 실험연구의 비교 .....	25
<표 III-1> 연구 참여자의 일반적 사항 .....	27
<표 III-2> 면담 사례자의 관찰모습 .....	28
<표 III-3> 자료수집표 .....	31
<표 III-4> 트라이앵글레이션 내용 .....	40
<표 III-5> 연구참여자에 의한 연구 결과 평가 내용 .....	41
<표 III-6> 연구진행절차 .....	45
<표 IV-1> 1회기 진행내용 .....	53
<표 IV-2> 2회기 진행내용 .....	55
<표 IV-3> 3회기 진행내용 .....	58
<표 IV-4> 4회기 진행내용 .....	61
<표 IV-5> 5회기 진행내용 .....	63
<표 IV-6> 6회기 진행내용 .....	66
<표 IV-7> 7회기 진행내용 .....	67
<표 IV-8> 8회기 진행내용 .....	69

## 그림 차례

[그림III-1] Lewin의 실험연구 순환과정에 대한 설명 .....	30
[그림III-2] 변증법적 나선형 실험연구 .....	30
[그림III-3] 메모작업 .....	35
[그림III-4] 주제도출 .....	38
[그림III-5] 연구과정 .....	51
[그림IV-1] 빈의자기법 .....	62
[그림IV-2] 함께 하는 빈의자기법 .....	62
[그림IV-3] 뭉놀이 곳의 긍정적인 요소 관계 모형 .....	73

## 사진차례

[사진Ⅳ-1] 인생그래프 .....	60
[사진Ⅳ-2] 마무리지지 .....	60
[사진Ⅳ-3] 인생은 칠십부터 .....	62
[사진Ⅳ-4] 함께 하는 빈의자기법 .....	62
[사진Ⅳ-5] 몸풀기 .....	64
[사진Ⅳ-6] 미안하다 딸아 .....	64
[사진Ⅳ-7] 자서전 꾸미기 .....	66
[사진Ⅳ-8] 흥겨운 춤 .....	66

## 부록차례

<부록 1> 연구 참여 안내문 및 동의서 .....	102
<부록 2> 연구 참여자 질문지 .....	104
<부록 3> 연구보조자 E메일 질문지 .....	106
<부록 4> E메일 답변내용 .....	107
<부록 5> 회기별 내용 .....	113
<부록 6> 인생그래프 .....	115
<부록 7> 나의 사망기 .....	116
<부록 8> ‘하늘 소풍 준비하기’(자서전 일부) .....	117
<부록 9> 나에게 삶이 한 달 남았다면 .....	119
<부록 10> 나의 유언장 .....	121
<부록 11> 우리들의 인생은 일흔 살부터 .....	123
<부록 12> 건강박수 .....	124
<부록 13> 죽음 준비 유인물 내용 .....	126

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

사람이 무엇인가를 깊이 알려면 사람의 사이를 들여다보아야 한다(마르틴 부버, 1992). 이가옥·강희섭·이지영(2004)은 예전에 우리 노인들은 함께 자라고 함께 생활해온 마을 공동체에서 서로 격려와 위안이 가능하였다고 말한다. 이미 익숙하고 비슷한 연배의 노인들과 느티나무 밑이나 정자에 걸터앉아 “옛날에 우리 참 많이 고생했었지, 그런데 그땐 그게 고생인 줄도 몰랐어. 세상 참 좋아졌어” 하면서 자연스럽게 과거 경험을 이야기하면서 위안과 격려를 받은 것이다. 그러나 현대 산업사회의 빠른 변화는 노인들로 하여금 여러 가지 변화에 따른 심리적인 어려움을 제공했고, 상호간 소통의 기회는 축소되었다.

한국의 노인세대는 급격한 사회변동을 겪으면서 전통사회의 가치관과 산업사회의 개인주의적, 능률위주의 합리주의적 가치관이 혼재해 있는 과도기적 단계에 처한 실정으로 인해 많은 문제들이 야기되고 있다(배연숙, 1993. 이가옥·강희섭·이지영, 2004, 재인용). 즉 우리나라 노인의 경우 고유한 전통과 유교의 영향 하에서 그들이 누리던 사회적, 가정적 지위가 높았던 까닭에 산업화, 도시화, 핵가족화 되어 가는 현대 산업사회 속에서 한 가정의 가장 혹은 연장자로서 군림 하던 노인들의 위치가 흔들리고 권위와 영향권을 상실하게 되자, 더욱 적응하기 어렵게 되었다는 것이다.

우리나라는 이미 2005년 고령화 사회가 되어 65세 이상 노인인구가 430여만 명으로 전체인구의 9%를 상회하고 있다(이장호·김영경, 2007:83). 그리고 지속적으로 노인 인구 점유율은 높아질 예정이며, 그러한 결과는 전반적인 사회의 변화를 예고한다. 이러한 예측을 뒷받침하듯이 피터 G. 피터슨(2002:37)은 고령화 사회는 지금까지 한 번도 생각해본 적이 없는 질문으로 고민하게 될 것이며, 고령화의 진행은 점차적으로 사회 구석구석까지 영향을 미치게 될 것이라고 주장하였다.

최현진(2003)에 의하면 노인들은 한편의 살아있는 역사책이다. 즉, 생생한 삶의 증언들과 파란만장한 인생의 영고성쇠를 겪어 온 인간으로써 활력이 감소하고 신체기능이 전 같지 못해도 마음만은 젊고, 많은 보람과 후회가 엇갈리고 해결하지 못한 문제들을 갖고 있으며, 죽음 앞의 문제를 갖고 있는 것이다. 이러한 이유로 이가옥·강희섭·이지영(2004)에 의하면 대부분의 노인들은 의식적으로나 무의식적으로 자신의 과거를 돌아본다. 그러므로 혼자 우두커니 앉아 지난 삶을 돌이켜 볼 때, 자칫 지난 인생을 후회하고 현재 상황에 분노를 느끼는 등의 심리적 어려움을 겪게 될 수도 있어서 차분하게 이야기를 나누면서 자신의 과거를 재정립할 기회를 갖는 것이 필요하다.

인간의 발달단계 중 Kaplan & Sadock(2000, 현은민, 2005, 재인용)의 주장처럼 죽음에 가장 근접해 있는 노인들은 다른 연령층보다 신체적·정신적 질환의 발생이 가속화되고, 특히 노년기에는 친구, 배우자, 친지 등의 죽음을 경험하게 되면서 죽음불안을 경험하게 된다. 그럼에도 불구하고 고승덕·김은주·김영규(1999, 현은민, 2005, 재인용)가 진술하고 있듯이, 대부분의 노인들은 죽음을 두려워하고 금기시하여 거론조차 하지 않으려고 한다. 또한 인생을 정리하고 죽음을 준비해야 한다는 의식이 희박하다(현은민, 2005).

이러한 이유로 인생을 정리하고 죽음을 준비할 수 있도록 최근의 연구 손덕순(2005); 손덕순·이홍직(2006); 장우심·이재모(2006)는 심리적인 접근이 필요하다고 했으며, 이가옥·강희섭·이지영(2004, 오진탁·김춘길, 2009, 재인용)은 죽음에 대한 인식이나 그 의미부여에 따라 삶의 방식이 달라질 수 있기 때문에 과거를 재정립할 수 있고 심리적인 접근과 죽음을 올바르게 수용할 수 있도록 사회적인 개입이 필요하다고 하였다. 따라서 이러한 필요성을 감지한 노인복지현장에서 다양한 프로그램들이 시도되고 있다.

최근의 심리적인 접근에 대한 노인관련 선행연구들을 살펴보면 노년기 가족관계향상을 위한 프로그램 개발 및 평가(유민지·이기숙, 2002), 현실요법 집단상담 활용 방안(서석희·박예선, 2007), 죽음준비교육(오진탁·김춘길, 2009), 노인교육 참여를 통한 방안(이진희·김옥, 2008), 심리적 안녕감 요인에 대한 연구(손덕순, 2005), 운동참여와 주관적 건강인지와의 관계(허정식, 2003), 자원봉사 참여 방안을 통한 접근(조윤주, 2008) 등이 연구가 수행되었다. 그럼에도 불구하고 유민

지·이기숙(2002)연구가 지적하고 있듯이 전문적인 인적자원의 부족과 물적 지원체계 및 시설이 미비하여 노인들의 발달과업에 맞지 않는 프로그램 구성으로 단순히 시간 보내기 식으로 운영되고 있고, 현장은 전문적인 인적자원과 질적인 변화를 필요로 하고 있다.

뽕놀이 곳을 하나의 전형적인 형식으로 모델화해서 문제를 해결해 보고자하는 시도는 오래전부터 있어 왔다. 최현진(2006)에 의하면 뽕놀이 곳은 어려운 문제로부터의 해방과 자유, 그러한 문제들에 내포된 사건, 상황, 요인들로부터의 자유, 보다 확장된 자기 이해, 타인 이해 그리고 세계에 대한 이해를 목표로 진행되고 있다. 뽕놀이 곳은 활동적이면서 심리적인 접근이 용이하고 놀이와 밀접한 관계가 있는데, 신혜원(2009)은 놀이는 삶의 기본적인 형태로서 기쁨과 창조적인 힘을 가지고 있으며, 내재된 치료적인 요소들로 자신의 삶에 대한 가치와 보람을 느낄 수 있도록 참여자들을 도울 수 있다고 진술하였다.

위와 같이 연구들과 방법, 필요성이 제기되어 왔음에도 불구하고 노인집단에 대한 축적된 정보가 없기 때문에, 현장 실무자들은 실행과정에서 많은 어려움을 겪고 있다. 또한 프로그램을 구성하기 위해서는 수요자인 노인들의 욕구를 파악할 수 있어야함에도 불구하고 노인들의 프로그램 참여 경험에 대한 자료는 구하기가 쉽지 않다. 따라서 이러한 필요성에 의하여 놀이성을 활용한 심리적인 접근 방법과 참여노인의 경험에 대한 기술의 필요성이 제기된다. 이러한 이유로 본 연구는 죽음을 눈앞에 둔 존재로서, 상호간에 격려와 위로가 될 수 있고, 과거를 회상하며 마음을 나눌 수 있도록 노인을 대상으로 뽕놀이 곳을 활용하고자 하는 목적을 갖고 있다. 그리고 실행과정에 일어나는 일에 대하여 기술하고, 참여했던 노인들의 경험을 기술하여 동료연구자들과 공유하고자 한다.

따라서 본 연구는 죽음을 주제로 하여 활동적이면서 심리적인 접근이 가능한 '뽕놀이 곳'을 활용하여 노인을 대상으로 집단을 운영하고 그들의 참여 경험을 기술하는 연구가 될 것이다. 이러한 이유는 노인들과의 만남을 어떻게 지속시켜 나갈지 상호간에 고민하고, 노인복지 현장의 질적인 변화가 오기를 기대하기 때문이다.

## 2. 연구 문제

연구자는 다음과 같은 연구 문제를 설정하였다.

첫째, 뭉돌이 굿 적용 집단에서 노인들이 경험한 것은 무엇인가?

둘째, 노인들의 죽음 주제는 어떻게 전개되는가?

셋째, 뭉돌이 굿 적용과 연구진행에서 노인들의 반응과 연구자의 반성적 실천은 어떻게 전개되는가?

## 3. 용어의 정의

본 연구에 사용된 주된 용어를 정의하면 다음과 같다.

### 1) 노인

노인의 사전적 의미는 '나이가 들어 늙은 사람'이다. 권중돈(2004:16~17)에 의하면,

'노인이라는 용어는 '나이가 들어 제반 기능이 저하된 사람'을 의미하는데, 노인을 호칭하는 우리말은 노년, 고령자, 할아버지, 할머니 등 다양한 용어들이 있다. 또한 우리의 옛글에서는 '아주 큰 아버지와 같은 존재'라는 존경의 의미를 지닌 '한아버'라는 용어가 사용되었으며, 최근 노인복지실천현장에서는 '어르신'이라는 용어를 사용하고 있다. 노인을 의미하는 용어들은 긍정-중립-부정의 세 가지 의미로 나누어 지는데, 객관성과 중립성을 요구하는 노인 관련 학문분야나 연구에서는 중립적 의미를 지닌 용어를 사용하는 것이 옳다. 따라서 학술적 논의를 위해서 부정적 의미가 없는 것은 아니지만, 나이든 사람에 대한 일반적 호칭으로 가장 널리 사용되고 있는 '노인'이라는 용어를 연구대상자를 지칭할 때 사용하는 것이 좋다.'라고 말한다.

그리하여 본 연구에서는 노인이라는 용어를 나이가 들어 제반 기능이 저하된

사람으로 정의하고 자신의 삶을 열심히 살아온 것에 대한 존경의 의미로 연구결과를 논의하는 부분에서는 ‘어르신’과 혼용하여 사용하려고 한다.

## 2) 죽음 주제

인간은 누구나 필연적으로 죽음을 맞이하게 된다. 고길란·이영숙(2008)은 죽음의 정의를 종합하여, 죽음(death)은 살아있는 상태의 종결을 의미하는 것으로 죽어가는 과정(dying)이 끝나는 것을 의미한다고 하였고, 이길홍(1970, 안황란, 1999, 재인용)은 죽음이란 심장과 폐기능의 불가역적 정지, 또는 뇌간을 포함한 전뇌기능의 불가역적 소실상태라고 정의를 내렸다. 주제란 ‘대화나 연구 따위에서 중심이 되는 문제(국어사전)’를 의미한다. 따라서 본 연구에서 죽음 주제는 살아있는 상태의 종결을 의미하는 죽음이라는 의미를 참여 노인들과 대화와 글쓰기, 뭍놀이 곳 적인 접근에서 주제로 삼는 의미로 본다.

## 3) 뭍놀이 곳(body-mind drama)

Moreno는 사이코드라마(Psychodrama)를 진실의 연극이라고 정의하였고, Zerka Moreno는 ‘자발적·극적·즉흥적 방법으로 주인공의 진실을 탐구하는 학문’으로 정의하였다. 이러한 사이코드라마를 우리나라에서는 ‘심리극’이라고 부르는 사람이 많다. 따라서 최현진(2003:21-23)은 본래의 의미가 축소됨을 염려하였고, 우리말로 부름에 있어 합당한 단어를 찾기 위하여 고민하였다. 그 결과 사이코드라마를 우리말로 하였을 때 몸-마음 곳, 줄여서 ‘뭍곳’으로 하는 것이 그 본래의 뜻에 가장 적절한 용어라고 하였다. 이어 2007년 ‘뭍곳’을 개인문제 중심일 경우는 ‘뭍풀이 곳’, 집단문제 중심인 경우는 ‘뭍놀이 곳’으로 나누어 용어를 정의해 놓았다. 따라서 본 연구에서는 최현진의 주장을 지지하며, 사이코드라마를 뭍놀이 곳으로 바꾸어 사용하려고 한다. 그리고 뭍놀이 곳의 정의는 몸과 마음을 활용하여 자발적이며 극적이고 즉흥적인 방법으로 진실을 탐구하는 학문으로 본다.

## 4) 실행연구

제프리 E. 밀스(2007:48-50)에 의하면 실행연구는 학교 운영 방식, 교사의 교수법, 학생들의 학습법에 관한 정보를 수집하기 위해-나아가 개선하기 위해-교사

(혹은 교수·학습 환경 내의 다른 사람)에 의해 이루어지는 체계적 탐구라고 하였다. 그리고 이용숙 외(2006:20-22)는 미국에서 발행된 「실행연구 핸드북」서문에 제시된 정의 ‘실행연구는 우리가 역사의 현 시점에서 발현하고 있다고 믿는 참여적 세계관을 기반으로 하여, 인간에게 가치 있는 목적을 추구하는 데 필요한 실천적 지식을 획득해 가는 참여적이고 민주적인 과정이다’를 따른다고 하였다.

이를 바탕으로 본 연구에서는 실행연구를 프로그램이 진행되고 있는 현장의 질적인 변화와 연구자 자신의 진행방식에 대한 반성과 전문성 신장을 위하여 진행자인 연구자에 의해 이루어지는 체계적인 탐구로 본다.

#### 4. 연구의 제한점

본 연구의 제한점은 다음과 같다.

첫째, 연구 실행 시간과 기간이 짧다는 한계와 참여자들의 경험을 면담하는 횟수가 적다는 한계가 있다. 뭍놀이 곳의 실행의 효과를 명확하게 검증하기 위해서는 적당한 시간이 필요하다. 그러나 본 연구는 회기 당 시간이 2시간이라는 한계와 프로그램 실행 8회기로 단기로 진행이 되었다. 그리하여 뭍놀이 곳을 활용함에 있어서 ‘워밍업(warming up)단계’ 또는 ‘한 장면’정도의 접근을 할 수밖에 없었다. 면담 역시 연구기간의 제한 때문에 1회의 면담만 이루어져 대상자의 반응과 효과를 자세히 관찰하기에는 역부족이었다.

둘째, 뭍놀이 곳 프로그램이 노인의 욕구를 명확하게 반영하지 못한 한계가 있다. 프로그램 진행을 위해서는 실행 대상자인 노인의 욕구를 자세하게 파악하고 욕구에 맞추어 진행해야함에도 불구하고 ‘죽음 주제’에 맞추다보니 노인들의 욕구를 상세하게 반영하기 어려웠다.

셋째, 대상자의 수가 적고 남성 노인을 중심으로 이루어진 한계가 있다. 실험 대상자는 주로 남성이어서 전체 노인에게 일반화하기에는 한계가 있다. 그리고 연구대상자도 비교적 건강하고 표집지역도 K읍 지역 한 곳에서만 이루어져 연구 결과를 전체 노인으로 일반화하기에는 한계가 있다.

## II. 이론적 배경

본 연구는 노인을 대상으로 뭉돌이 곳을 적용한 죽음 주제 집단을 진행한 연구로서, 본 장에서는 이에 대한 이론적 기초로 노년기와 죽음, 뭉돌이 곳, 뭉돌이 곳과 노인, 실행연구를 선행연구를 바탕으로 고찰해보고자 한다.

### 1. 노년기와 죽음

#### 1) 노년기의 개념

노년기를 한 단계로 다룬 학자들이 많은 데, 이인정·최해경(2001:125-126)은 노년기를 건강하고 자주적인 활동이 가능한 노년기 전기(60~75세)와 신체적으로 더욱 약화되어 일상생활에서 타인에 의존적이 되기 쉬운 노년기 후기(75세 이후)로 구분하였다. 그 이유는 평균수명의 연장에 따른 75세 이상 노인들의 급격한 증가로 많은 나라들이 '고령화 사회'로 접어든 현실에서 노년기를 세분할 필요가 있기 때문이라고 밝혔다. 노인들을 하나로 묶어 간주하는 것은 노인복지에서 고려해야 할 연령대에 따른 차이(cohort difference)를 간과하게 만들 수 있고, 건강이나 생활에서의 다양성을 고려하여 노년기를 세분하여 접근하는 것이 한 집단으로 다룰 때보다 노인인구를 정확하게 이해하고 서비스와 효율성을 높이는 데 훨씬 유용하기 때문이라고 했다.

노년기에 대한 개념과 그에 대한 설명은 다양하다. Erikson(1963, 이장호·김영경, 2007, 재인용)의 심리사회 발달단계 이론에 의하면 개인의 심리 내적 요인이 대인관계의 사회적 접촉을 가짐에 따라 단계적으로 발전되고, 긍정적인 성격형성과 부정적인 성격형성이 있게 되는데, 마지막 단계인 제8단계의 긍정적인 성격특성을 자아통합으로 보고, 자아통합이 이루어지지 못할 경우 절망의 태도가 형성된다고 언급하고 있다. 즉, 이호선(2009:36)이 밝히고 있는 것처럼 노년기에 접어

들면서 노인은 자신이 지금까지 살아온 생애를 돌아보면서 자신의 생애가 가치 있는 삶이었는지를 탐색해 보게 되는데 자신의 삶이 무의미한 것이었다고 느끼게 되면서 절망감에 빠지게 된다. 그러나 이러한 절망 가운데에서도 그 당시에는 그럴 수밖에 없었다고 느끼게 되면 인생에 대한 참다운 지혜를 획득할 수 있게 된다는 것이다.

김종서 등(1982. 이장호·김영경, 2007:9, 재인용)은 한국인의 생의 주기를 7단계로 나누고 아래와 같이 발달과업을 제시했다. ①세대차와 사회변화를 이해하기, ②은퇴생활에 필요한 지식과 생활배우기, ③최신동향 알기, ④건강증진을 위한 폭넓은 지식을 찾기, ⑤일하고 생활하려는 태도를 유지하기, ⑥취미를 계속 살리기, ⑦수입 감소에 적응하기, ⑧배우자 사망 후 생활에 적응하기, ⑨죽음에 대하여 심리적으로 준비하기, ⑩친교 유지하기, ⑪일과 책임을 합당하게 물려주기, ⑫어른 구실하기, ⑬손자들과 원만한 관계를 유지하기, ⑭건강에 적응하기, ⑮간단한 운동을 규칙적으로 하기, ⑯알맞은 섭생하기, ⑰지병이나 쇠약에 대한 바른 처방을 하기이다.

세 가지 이슈를 중심으로 제시한 학자도 있다.

Peck(1968, 이인정·최해경, 2001:126, 재인용)은 노년기의 발달과업에 대하여 아래와 같이 제시하고 있다.

첫째, 자아 분화 대 직업역할에 대한 몰두로 은퇴의 영향에 관한 것인데, 오랫동안 종사해 온 직업에서 떠나 새롭게 시작하는 활동들에서 만족을 얻을 수 있도록 개인적인 가치가 재평가되고 재정의 되어야 하며, 직업역할 이후의 활동들에서 자신의 가치를 느끼는 것은 은퇴라는 상실로 고통스러워하는 대신에 지속적으로 활기 있는 삶을 확립하기 위해 매우 중요하며 성공적인 노화에 필수적이라는 것이다.

둘째, 신체 초월 대 신체 몰두로 은퇴시기가 되면 대부분의 사람은 신체적 약화를 경험하는데 삶의 안락을 신체적 건강과 동일시해 온 사람들은 건강의 쇠퇴를 큰 충격으로 받아들인다. 그러나 쇠퇴하는 건강에도 불구하고 삶을 즐기는 사람들도 있다. 이들은 만족스러운 인간관계나 창조적인 정신능력에서 행복을 정의하는 것을 배운 것으로 보인다. 즉 이들의 가치체계에서는 삶의 만족에 대한 사회적, 정신적 요소들이 신체적 요소를 초월했다고 볼 수 있다는 것이다.

셋째, 자아 초월 대 자아 몰두로 노년기에 자신이 죽을 것이라는 사실을 이해하고 받아들여야 한다. 이러한 적응은 소극적인 후퇴나 자아의 부정이 아니며, 오히려 후손을 위하여 자신의 삶을 좀 더 의미 있는 것으로 만들고자 하는 적극적인 노력이다. 그러므로 성공적으로 노화하는 사람은 자아를 초월하여 인간의 문화를 영속화하고자 열심히 활동하는 사람이며, 또한 이렇게 함으로써 자신의 생활에서 의미있고 적극적인 참여가 가능한 것이다.

이외에도 공자(孔子), Sigmund Freud, Heinz Kohut, Daniel Levinson, Robert N. Butler, Ger Vaillant, William Masters & Virginia Johnson 등의 인생주기에 대한 이론(이호선, 2009:34-41)들이 소개되고 있다.

노년기의 특징은 사회적 활동의 감소라고 볼 수 있는데, 이인정·최해경(2001:127)에 의하면 아래와 같이 대조적으로 분리이론과 활동이론을 제시하였다.

즉, 분리이론에 의하면 노인의 사회적 후퇴는 사회의 요구에 반응하는 것이라기보다는 본질적이고 발달적인 속성을 지니는데 감소된 사회적 상호작용은 사회와 노인이 서로 후퇴하는 일종의 상호적 과정으로 노인은 사회적 활동의 축소에 대해 수용적이고 나아가서 그것을 소망하는 것으로 본다. 다시 말해서 사회적 후퇴는 자신에 대한 몰두의 증가, 환경에 존재하는 대상에 대한 정서적 관심의 감소와 같은 노년기의 발달적 성향에 동반하거나 뒤따라 일어난다는 것이다. 이러한 설명에 따르면 노인의 사회적 활동으로부터의 분리는 사회에 의해서 강요된 관점이라기보다는 자연스러운 현상이다. 그러므로 심리적으로 만족을 느끼는 노인은 주위 사람들로 부터 증가된 심리적 거리, 감소된 사회적 상호작용을 특징으로 하는 새로운 심리적 균형에 도달한 사람인 것이다.

반면에 활동이론은 노인이 생물학적인 측면과 건강상의 불가피한 변화를 제외하고는 장년기의 사람들과 똑같은 심리적, 사회적 욕구를 가진 사람들이라고 본다. 따라서 노년기의 특징인 사회적 상호작용의 감소는 사회가 노인으로부터 후퇴하기 때문에 일어나며, 이것은 사회적 활동에 계속 참여하고 싶어 하는 노인의 소망에 상반되게 진행되는 것으로 간주한다. 그러므로 최적의 상태로 노화하는 노인은 계속해서 활동적으로 남아 있으며, 그의 사회적 세계는 축소되지 않는다. 즉, 장년기에 하던 활동들을 가능한 한 유지하고, 그러한 활동을 그만둘 수밖에 없게 되면, 그것에 대한 대체 활동을 찾는 것이 성공적으로 노화하는 노인이라는 것이다.

사회적 지지에 대한 이론도 있다. Cobb(1979. 이인정·최해경, 2001:142, 재인용)는 사회적 지지는 노년기의 건강과 삶의 만족에 매우 중요한데, 자신이 관심과 보호를 받고 있으며, 가치 있는 존재로 평가받고, 대화와 상호 작용의 관계망에 속한다고 믿게 되는 것이다. 그리하여 사회적 지지는 삶의 모든 단계에서 필요하지만 특히 노년기 후기에 심리적 만족을 유지하고 신체적 한계를 극복하는데 중요한 역할을 한다. House(1985. 이인정·최해경, 2001:142, 재인용)는 사회적 지지는 세 가지 방식을 통하여 노인의 건강과 삶의 만족에 이바지하는데, 첫째, 의미 있는 관계를 지속시켜 줌으로써 고립을 막아주며 둘째, 친근한 사람들이 존재는 노인의 실제적인 일상생활에 도움이 되며 셋째, 사회적 지지의 존재는 건강에 미치는 스트레스의 부정적 영향을 완화해주며 심각한 질병의 결과로부터 노인들을 보호해주는 역할을 한다고 했다.

본 연구에서 노년기는 은퇴를 비롯한 사회적 역할 축소와 신체적 약화를 경험하며 자신의 죽음을 앞두고 있는 시기를 의미한다. 따라서 사회적인 지지가 필요한 시기에 놓여있다. 그러나 이 시기의 노인은 그럼에도 불구하고 사회적 활동에 계속 참여하고 싶어 하며, 사회적 역할이 축소되는 것을 원하지 않는다고 본다. 그리고 자신이 지금까지 살아온 생애를 돌아보면서 자신의 생애가 가치 있는 삶이었는지를 탐색해 보는 과정을 통하여 심리적 균형을 얻어 성공적인 노화를 이룬 상태를 건강한 노년기로 본다.

## 2) 죽음의 의미와 죽음 준비

인간은 태어나서 자라며 발전하고, 성숙하며 노화하여 죽는다고 말한 안황란(1999)은 태어남과 죽음은 모든 인간이 경험해야 할 운명이며 정상적인 궤도이고, 이러한 과정을 거치면서 일상적인 생활사를 통해 많은 사건들을 경험하지만 죽음은 되풀이 될 수 없는 것이라고 하였다. 따라서 죽음은 인간에게 일회적이며 경험의 세계를 초월하고, 대부분의 사람들은 죽음을 자신과 무관한 것으로 생각하거나 두려워 할 뿐 아니라 불행한 일이며 금기시 한다고 말한다.

Pincus(1974. 권중돈, 2004, 재인용) 역시 인간은 죽음의 문제를 회피하고 죽음에 대해서는 생각하기조차 싫어하는 경향이 있다고 밝히고 있다. 죽음의 문제는 '반금기영역(semi-taboo)'으로 간주되고 있다고 하면서 권중돈(2004)은 특히, 효의

식이 강한 우리나라에서는 노인의 죽음문제를 언급하는 것 자체가 불경(不敬)으로 간주되어 왔다고 했다. 이렇듯 인간은 죽음에 대하여 논하기를 피하며 죽음을 위협으로 인식하거나 자신의 의지를 벗어난 어떤 현상으로 인식한다.

그리고 죽음에 대한 태도는 삶의 방식이나 내용에 따라 매우 다양하다. 안황란(1999)은 삶의 내용이 그대로 죽음에 반영되며, 인간에게 죽음이 없다면 삶은 무의미하게 된다고 했다. 이지현(2009, 24) 역시 '내가 어떻게 죽길 바라는 것'은 '내가 어떻게 살길 바라는 것'과 동일한 문제이고, 죽음을 받아들이는 태도에 따라 인생의 명암이 결정된다고 말한다. 이러한 이유는 자신이 살아가기 위해 존재의 의미를 찾고 죽음의 상황에서 살아남을 수 있는 힘은 '삶의 의미'를 발견하는 과정에서 생기기 때문이고 죽음은 삶의 일부이기 때문이라는 것이다.

죽음에 대한 의미를 살펴보면, 국어사전에는 '죽는 일. 생물의 생명이 없어지는 현상을 이른다'라고 표현하고 있고, 브리태니커사전<sup>1)</sup>은 '예전에는 심장의 정지와 함께 일어나는 호흡, 안구 운동 등 여러 가지 생명활동의 정지가 죽음의 특징으로 여겨져 왔으나, 의학이 발전하면서 죽음의 구체적인 생물학적 정의를 내리는 일은 상당히 어려워지고 있다'라고 했다. Kastenbaum(1996, 권중돈, 2004, 재인용)도 죽는다는 것의 의미는 문화와 연령, 건강, 인지능력, 개인의 발달특성과 생활상황 등에 따라 달라질 수 있기 때문에 죽음을 한마디로 정의하는 것은 쉬운 일이 아니라고 말한다.

또한 Corr(2000, 이호선, 2009:319, 재인용)은 죽음의 상태나 상황뿐만 아니라 죽음의 과정, 죽음이 미치는 영향 등을 모두 포함하여, 죽음(death)은 살아 있는 상태의 종결을 의미하는 것으로 죽어 가는 과정(dying)이 끝나는 것을 의미한다고 했다. 그리고 유권중(2008)은 죽음과 관련된 문제 영역은 육체적 영역, 사회적 영역, 정신적 영역, 영적 영역의 네 가지로 구분시켜 이 네 가지가 두루 충족되어야 웰다잉(well dying)이 될 수 있다고 하면서 아무런 대비 없이 죽음을 맞이하는 사람보다는 죽음을 자각적으로 대비하는 사람에게 죽음은 유의미한 삶의 조건으로서 다가온다는 것을 가르치는 것이 웰다잉이며, 어의상 잘 죽는다는 의미라고 하였다. 따라서 죽음의 정의는 한 마디로 정의 내리기는 쉽지 않은 일이며, 다양한 기준에 따라 이루어진다.

인간은 누구나 죽는다. 그러나 노년기만큼 죽음의 문제가 일상적인 삶과 직접

적으로 연관된 시기는 없기 때문에 노년기에는 인생에 대한 재평가와 함께 죽음에 대한 대비를 해야 할 필요가 있다. 왜냐면 죽음에 대한 태도와 대처방안은 노년기의 삶 전체를 좌우할 수 있는 중요한 요인이기 때문이다. 그리고 김선숙<sup>2)</sup>은 ‘우리의 삶은 준비의 연속이라고 할 수 있으며, 철저한 출산 준비 속에서 태어나는 것부터 시작해서 결혼준비는 물론이고 입학준비, 시험준비, 진학준비, 취직준비, 여행준비, 이사준비, 외출준비 등 심지어는 일생에 한번 일어나지 않을 수도 있는 방공예행 연습이나 화재 방지연습 등 모든 것에 대해서 준비를 하면서, 하물며 가까운 곳을 외출하는 것도 아니고, 영원히 돌아올 수 없는 곳으로 떠나기 위한 죽음을 준비하는 것은 당연한 일’이라고 하였다.

‘어떻게 죽느냐는 삶을 의미 있게 완성하는 중요한 과제’라고 말한 Elizabeth Kubler-Ross는 이지현(2009:121-123) 연구에서 ‘...삶이라고 부르는 이 기간 동안 우리 모두에게 배워야 할 것들이 있습니다. 죽음을 눈앞에 둔 사람들과 대화를 나누다 보면 그것은 더욱 분명해집니다.... 내가 죽지 않은 것은 삶으로부터 배워야 할 것이 아직 남아 있기 때문입니다. 삶에서 얻는 배움이란 미완성의 일들을 완성한다는 뜻입니다. 미완성의 일은 죽음이 아니라 삶에 관한 것입니다’라며 인간에게 죽음이 피할 수 없는 것이라면 죽음을 두려움 속에서 맞을 것이 아니라 오히려 적극적으로 만나야 한다고 했다.

이장호·김영경(2007:42-49)은 사람들은 죽음, 죽는다는 것 자체보다는 죽는 과정에 대하여 두려움을 갖고 있으며, 죽는다는 것을 인지하고 죽기까지 어떤 단계를 밟게 되는지를 알게 되면 죽음에 대한 두려움이 덜할 것이라고 하였다. 또한 우리나라에서는 아직 보편화되지 않았으나, 남은 가족을 위해 사후처리, 재산관계 등을 밝히는 유언장을 미리 써 놓는 것도 나쁘지 않으리라고 본다고 진술하고 있다. 이호선(2009)은 노년기의 중요한 과업 중의 하나가 ‘좋은’ 죽음을 준비하는 것인데, 노인들은 앞으로 닥칠 죽음을 인식하고 자신의 삶을 어떻게 살아왔나 평가에 따라서 ‘좋은’ 죽음을 수용하게도 되고 절망의 태도로 바뀌기도 한다는 점에서 죽음에 대한 접근이 필요함을 주장하였다.

또한 이지현(2009:163)은 노년기란 인생의 하양길이 아니라 인격의 통합을 이루는 절정의 시기로 보아야 하며, 특히 이 시기는 창작활동이 왕성한 시기로 오히려 중년기보다 원숙한 재능을 발휘할 수 있다고 하였다. 또한 노년기는 단순히

들뜸을 받아야 하는 시기가 아니라 이들의 잠재적인 능력을 통해 사회 통합과 가정의 행복을 이끌어내야 하는 중요한 시기임을 밝혔다.

노인에게 사회적 지지는 노년기의 건강과 삶의 만족에 매우 중요하다. Cobb(1979. 이인정·최해경, 2001:142, 재인용)는 사회적 지지는 자신이 관심과 보호를 받고 있으며, 가치 있는 존재로 평가받고 대화와 상호작용이 관계망에 속한다고 믿게 한다고 했다. 그리고 사회적 지지는 삶의 모든 단계에서 필요하지만 특히 노년기 후기에 심리적 만족을 유지하고 신체적 한계를 극복하는 데 중요한 역할을 하기 때문에 죽음의 문제가 일상적인 삶과 직접적으로 연관된 시기인 노년기에 사회적인 지지의 일환으로 죽음에 대한 준비교육을 시킨다는 것은 의미 있는 일이라고 했다.

노인을 대상으로 한 죽음관련 연구물들을 살펴보면, 최외선(2007)은 자신이나 삶에 대한 부정적 평가는 노년기 발달과업인 자아통합감 형성에 장애가 될 수 있을 뿐만 아니라 앞으로 맞이할 죽음을 어떻게 수용할 것인지에 영향을 미치며, 삶에 대한 태도가 긍정적일수록, 과거·현재 수용을 많이 할수록, 교육수준이 높을수록, 종교가 있는 노인이 없는 노인보다 죽음불안이 낮다고 하였고, 현은민(2005)은 죽음준비교육 프로그램에 참여한 노인들의 죽음불안 수준이 낮아졌고, 삶의 의미 수준은 높아졌으며, 죽음준비교육은 노인들에게 심리적으로뿐 아니라 실제적으로 죽음준비 필요성을 인식시키는 결과를 가져왔다고 했다.

그리고 오진탁·김춘길(2009)은 노인이 죽음에 대해 긍정적인 태도를 가지게 되면 그들의 삶의 질이 좋아지고 편안한 죽음을 맞이할 수 있다고 보고, 일정기간 동안 규칙적으로 죽음준비교육 프로그램을 실시할 수 있다면 죽음에 대한 노인들의 태도를 긍정적으로 변화시킬 수 있음을 입증했다. 그리고 이러한 연구결과를 바탕으로 죽음단계에 근접한 노인에게 삶의 질 증진은 물론 죽음을 자연스럽게 받아들일 수 있도록 죽음이해와 준비를 가능할 수 있게 죽음준비교육의 필요하다고 했다.

그러나 지금까지 접근에 대하여 제언점을 살펴보면 안황란(1999)은 고령화 사회에서 죽음준비교육 프로그램은 전문적이고 체계적인 노인교육프로그램에 통합할 필요가 있다고 했으며, 고승덕 외(1999. 현은민, 2005, 재인용)는 인간의 죽음에 대한 태도는 매우 복잡한 영역이기에 개념화하거나 적절히 측정하기가 쉽지

않으므로 죽음준비교육의 효과를 보다 명확하게 평가할 수 있는 심층적이고 포괄적인 질적 연구와 개입이 이루어져야 한다고 했다. 또한 오진탁·김춘길(2009)은 노인의 죽음관은 현세 지향적으로 현실적인 경향을 나타내고 있기 때문에 죽음준비교육에서 죽음 자체에 대한 내용은 물론 현 삶의 중요성이나 고귀함도 강조할 필요가 있다고 했다.

최외선(2007) 역시 죽음불안과 관련된 후속연구에서는 양적 연구방법과 사례분석, 심층면접 등 질적 연구 방법을 통해 죽음불안과 관련된 복합적인 심리적 문제를 보다 구체적으로 파악해야 할 것이라고 하면서, 노인들이 소외감과 상실감을 극복하여 죽음을 수용할 수 있도록 노인관련기관들은 적극적인 의지를 가지고 죽음준비교육 및 심리적지지 프로그램을 통한 정서적 서비스를 제공하여야 할 것이라고 했다. 또한 이지현(2009)에 의하면 심리학자들은 노년기의 발달과업으로 죽음에 앞서 타인과의 화해를 중요한 요소로 꼽는다. 따라서 마음이 아팠던 일들, 자신에게 상처를 준 사람들에게 화해를 청하라고 했다. 살아오면서 마음속에 쌓인 부정적인 감정들과 화해하고 용서해야 통합적 발전을 이룰 수 있다는 것이다.

따라서 본 연구에서는 죽음의 의미는 살아 있는 상태의 종결을 의미하며, 인간에게 죽음이 피할 수 없는 것이라면 죽음을 두려움 속에서 맞을 것이 아니라 오히려 적극적으로 만날 필요가 있고, 그러기 위해서 죽음에 대하여 깊이 생각해 볼 기회를 제공하였다. 그리고 심리적인 접근 방법에 대해 심층면접 등 질적 연구와 개입이 이루어졌다.

## 2. 뭉놀이 곳

### 1) 사이코드라마의 개념

사이코드라마는 1900년 초에 J. L. Moreno(1894-1987)에 의해서 만들어졌다. 그 최초의 형태는 비엔나 공원에서 아이들과의 놀이이다. 나무 등걸에 걸터앉아 있는 청년 Moreno를 중심으로 동심원을 그리며 앉아서 그의 동화를 듣고 있는 아이들, 그 아이들 머리 위로 끝없이 펼쳐진 푸른 하늘, 마치 동화 속에 모두가

빨려 들어가는 것만 같은, 아니 현실을 벗어나 동화세계에 들어온 것만 같은 착각, 환상의 시간과 공간.... 그것이 사이코드라마 최초의 형태라고 이야기되고 있다(최헌진, 2003:73).

최헌진(2003:23~27)에 의하면 Moreno는 사이코드라마를 진실의 연극이라는 말 이외에도 행위과학(science of action), 자기해방(self liberation) 혹은 정신의 완전한 실현화(full psychic realization)라는 용어로 정의하였고, Zerka Moreno는 ‘자발적·극적·즉흥적 방법으로 주인공의 진실을 탐구하는 학문’으로 정의하였다. 그러다가 1960년 들어서면서부터 ‘사이코드라마는 모레노의 이론, 철학, 방법에 초점을 둔 행위방법을 사용하는 집단치료법(Fine, L. J: Keiieman, 1992)’, ‘환자가 자신의 문제를 해결하도록 돕는 행위를 사용하는 정신치료 형식(Starr. A.. 1977)’, ‘극화, 역할놀이, 연극적 자아표현을 통해 주인공의 행위를 지속, 완료케 고취하는 정신치료 방법(Kellermann, P. F.. 1992)’, ‘환자 삶 속의 의미 있는 사건을 말로서가 아니라 행위화하는 정신치료 방법(Blatner. A., 2000)’, ‘행위기법을 사용하는 집단정신치료의 형식(Holmes, P., 1992)’ 등으로 정의하였다.

또한 인간의 확장을 추구하고, 현실의 경계를 확장하고 인간의 한계와 능력의 확대를 도모하는 사이코드라마가 언어화되어 가고 축소되어가는 현실에 대하여 안타까워하던 최헌진<sup>3)</sup>이 ‘사이코드라마는 생존을 위해 인간의 자발성과 창조성을 탐구하고 개발하여 인간 확장을 지향하는 총체적·실천적 학문이다(최헌진, 2003:27).’라고 정의를 내렸다. 여기서 ‘자발성’이란 우주 만물의 변화와 운동의 근원적인 힘이고 약동하는 생명력, 혹은 인간의 타고난 원초적인 힘이다. 그리고 ‘창조성’이란 최상의 자발성을 말한다. ‘인간 확장’이란 기능 면에서 자발성을 토대로 적극적으로 삶을 긍정하고 자신의 잠재성을 극한까지 행위화 시켜 나아감을 의미한다. ‘총체적’이란 세 가지 의미를 갖는다. 하나는 몸과 마음을 분리하지 않는, 전인적인 접근(holistic approach) 혹은 연구 경향을 뜻한다. 두 번째는 어느 특정 인간이 아니라 모든 인류(whole persons)를 대상으로 삼는다는 의미이다. 세 번째는 다양한 학문 영역을 아우르고 있다는 뜻이다. ‘실천적’이란 언어의 벽을 넘어서서 구체적인 행위 중심의 진실한 삶을 실행한다는 의미이다. 마지막으로 ‘학문’이란, 일정한 체계가 서 있는 지식의 의미이며 그 내용은 신학, 철학, 예술, 인류학 그리고 과학(심리학, 사회학, 정신의학)이다.

따라서 본 연구에서 사이코드라마에 대한 개념은 ‘특정 대상에 상관없이 언어의 벽을 넘어서서 구체적인 행위를 중심으로 몸과 마음을 분리하지 않고, 자발적이고 창조적인 연극적 방법으로 삶 속의 의미 있는 사건을 말로서가 아닌 행위화하는 학문’이라고 본다.

## 2) 뭍놀이 곳의 의미

사이코드라마를 ‘심리극’이라고 부르는 사람이 많다. 최윤미(1996)는 ‘자신의 갈등 상황을 단순히 말로 설명하는 대신 그 상황을 연기로 표현함으로써 자신이 가지고 있는 문제의 심리적 차원을 탐구하는 방법’으로 사이코드라마를 심리극으로 소개하고 있으며, 김광운·박희석(2005)은 ‘모레노는 집단 심리치료와 사회측정학 그리고 즉흥극을 바탕으로 심리극을 창조하였다’라고 사이코드라마를 표현하였다. 그러나 최현진(2003)은 ‘심리극이라는 말은 영화, TV, 연극 등에서 주로 인간의 심리를 다루는 작품을 일컫는 말로서 서부극, 가정극, 모험극 등과 같은 범주에 속하는 용어이다’라고 그 의미가 축소됨을 염려했다.

우리는 흔히 인간의 마음을 생각할 때 심리라는 말을 먼저 떠올린다. 그러나 최현진(2003)은 심리(心理, 마음의 작용상태)는 물리(物理), 수리(數理), 생리(生理), 지리(地理) 등과 같이 마음의 이치, 이해의 방법을 드러내는 인위적 용어이며, 그것은 심성(心性, 마음의 성질), 심상(心想, 마음속의 생각), 심력(心力, 마음의 힘) 등 마음에 접근하는 다양한 방식 중의 하나일 뿐이라고 주장하였다. 이러한 차원에서 보면 심리극이라는 말은 그 뜻이 마음에 한정 지워짐을 알 수 있다.

따라서 최현진(2003)은 사이코드라마는 정신뿐만 아니라 몸과 행위를 중요시하며, 이성, 이론, 언어보다는 행위에 토대를 둔다고 밝혔다. 그리고 psychodrama라는 명칭은 정신-신체(psycho-physical)드라마, 혹은 몸-마음(body-mind)드라마가 더 적절하다고 생각할 수 있으며, 아니면 존재행위(act of existence)드라마, 실존(existential)드라마가 우리의 존재와 삶 전체를 포괄하는 명칭이 될 수도 있다고 하였다. 이러한 이유로 사이코드라마를 우리말로 하였을 때 다양한 논의의 여지는 있지만 ‘뭍놀이 곳’이 합당하다(최현진, 2007)고 했다.

본 연구에서 뭍놀이 곳은 심리에 한정적이지 않고, 몸과 마음과 행위를 중요시하여 자발적이며 극적이고 즉흥적인 방법으로 진실을 탐구하는 학문으로 본다.

### 3. 뽀뽀이 곳과 노인

최현진(2003)에 의하면, 뽀뽀이 곳은 기본적으로 긍정의 철학이다. 인간에 관한 그 모든 것을 수용하고 긍정하는데, 그렇다고 긍정은 무조건적인 수용이 아니며, 그것은 회의와 부정을 통한 긍정이며 모든 인간 존재의 차이에 대한 존중이라는 것이다. 서로 차이 나는 너와 나의 만남, 그래서 뽀뽀이 곳은 만남의 철학이 되는데, 만남은 언어를 넘어서고, 언어 이전에 몸이 있었다. 그래서 뽀뽀이 곳은 몸철학이며 행위철학을 토대로 한다고 했다.

뽀뽀이 곳은 기존의 예술과는 다른, 참가자 자신이 예술가, 공동창조자가 되는 자발적 예술세계로, 최현진(2003:58~60)에 의하면, 기초 이론에서 아래와 같이 밝히고 있다.

뽀뽀이 곳은 현실로부터의 일탈로 시작된다. 그것은 온갖 삶의 질곡에서 벗어나 새로운 잉여현실, 그 창조적 세계로의 진입을 위해서이다. 마음가짐이 불충분할 때는 워밍업(warming up)을 통해 현실적 자신과 심적인 거리를 두게 하고 자발성을 증진시킨다. 일탈의식에 이어서 관계의 역전이 발생하는데 내 앞의 너, 나 중심의 너가 여기서는 너 앞의 나, 너 중심의 위치로 시각변동이 일어난다. 그동안 무관심했던, 무의미한 것 들이 의미 있게 다가오며, 또 한 번의 현실적 가치기준과 관념의 전복이 일어나야 한다. 마침내 자신의 벽들을 부수고 창조의 씨앗들을 뿌리는데, 그것은 자신의 몸에서 상상의 세계로부터 깊숙이 감추어 두었던 잉여현실로부터 쏟아져 나온다. 다음 단계에서 그것들은 하나의 다양한 예술품을 빚어내는데, 삶의 고뇌와 같은 숨겨진 진실인 절박한 삶의 스토리이며 연속되는 갈등과의 만남이다. 화해와 재생, 만남과 이별 등으로 상상 속의 진리가 현존적 진리로 바뀌는 체험이다.

형식면에서 예술이 그러하듯 감정을 드러낸다. 감정을 모으다가 훌쩍리거나 압축해서 폭발시키고 극적으로 표현하게 만든다. 또한 감정의 순간적 변화를 초래한다. 침묵 속의 뼈를 녹이는 듯한 오열이 어느 한 순간 폭소로 변한다. 정적과 혼돈이 뒤섞이고 처참함과 환희가 교체된다. 장면들은 지금 이 순간의 시간에 맞추어 지워지고 오려지고 덧붙여지거나 순서가 뒤바뀐다. 또 하나 중요한 사실은

뭉툭이 낫 적 창조가 집단적으로 이루어진다는 것이다. 개인적인 사고, 감정, 환상일지라도 집단에 의해 표현되고 느낄 수 없는 것은 아무 것도 없다. 현실에서 개별화되었던 삶, 그 하나하나가 집단의 창조적 세계로 전환되고 공동으로 체험된다. 그래서 리드(1955, 최현진, 2003, 재인용)는 뭉툭이 낫은 인간적인 것의 본질 그 자체로서 인간의 경험과 열망을 구현하며, 그것은 무대 위의 행위를 통해 매순간 체험되고 직접적이고 집단적으로 실현되며, 그것은 일상의 상식과 논리를 넘어서 일상관계의 초월이라고 말한다.

이러한 뭉툭이 낫은 주인공과 보조자, 관객, 무대가 있고 집단의 일원이면서 촉매자인 디렉터가 진행을 한다. 그리고 워밍업단계, 행위단계, 나누기과정을 거치며 진행이 된다. 다시 말해서 최현진(2005)에 의하면, 하나의 행위는 만남을 기점으로 생성, 변화, 창조 과정을 통해 진행된다. 물론 창조가 마지막 과정이라고 말할 수 없으며 또 반드시 창조 과정이 수반되어야 한다는 의미도 아니라고 말하며, 또한 위의 순서대로 논리정연하게 진행되는 것도 아니라고 말한다. 만남의 순간이 곧 생성과 변화의 순간일 수도 있으며 생성의 순간에 창조의 행위가 나타날 수도 있다는 의미라고 주장한다. 즉, 뭉툭이 낫은 한 인간의 행위 자체를 유의미하게 설명할 수 있어야 함을 강조하였다.

인간생활의 특징을 살펴보면 이호선(2009:97-100)은 매슬로(Abraham Maslow, 1965)의 연구를 인용하여, 인간은 근본적으로 선하고 존경받을 만하며 만일 환경조건이 적당하다면 자신의 잠재력을 실현해 나가려 하며, 또한 인간의 행동은 개개인의 삶을 의미 있고 가치 있게 만들며 개인적인 목표를 추구하려 한다고 했다. 거의 언제나 무엇인가를 갈망하고 있는 것이 인간으로, 인간을 '부족을 느끼는 동물(wanting animal)'로 묘사하면서, 하나의 욕구가 만족되면 다른 욕구가 대기상태에서 충족되기를 기다리는 특징이 있음을 밝혔다.

이러한 인간의 특징을 본 연구의 대상인 노인과 연결시켜, 노인을 대상으로 상담자/진행자는 내담자/참여자의 구체적인 욕구가 어떤 차원의 것이며, 그 욕구가 어느 수준에서 충족될 수 있을지를 살펴볼 필요가 있다. 이호선(2009:100)에 의하면, 매슬로의 욕구이론은 노인들의 욕구 또한 반영한다. 특히 노인들은 다섯 가지 욕구<sup>4)</sup>가 동시에 결핍되기 쉽다. 경제적인 어려움은 노인들의 생리적인 욕구와 안전의 욕구를 심각하게 위협하며, 또한 신체적인 노화와 각종 장애들도 생리

적인 욕구와 안전의 욕구를 위협한다. 따라서 자녀의 독립과 사회생활에서의 은퇴는 노인들의 소속감의 욕구, 존경의 욕구 그리고 자아성취의 욕구를 위협한다. 그리하여 노인들은 욕구의 결핍이 지속되면서 개인으로서, 사회인으로서 실존적인 위기에 직면한다는 것이다.

이러한 노인을 대상으로 심리적인 접근을 위해서는 노년기에 대한 개념과 발달과업을 이해하는 것도 중요하지만 이호선(2009:104)에 의하면, 의사소통 방식에 대하여 이해할 필요가 있다는 것이다. 즉 노인들에게 있어 언어적인 소통 못지않게 비언어적 의사소통의 사용은 무엇보다 중요한데, 비언어적 의사소통 방식을 통해 노인 내담자/참여자가 가지고 있는 자기 자신, 처해 있는 문제 상황 및 상담/진행과정에 대한 이해를 갖춰야 한다. 즉, 상담자/진행자는 내담자/참여자의 의미 있는 다양한 신호와 행동을 파악하고 이를 해석하여야 하며, 다양한 비언어적 의사소통 형태를 통합하는 능력을 가지고 있어야 한다는 것이다.

이러한 측면에서 뭉놀이 굿은 행위로 표현하는 형식을 띄고 있기 때문에 비언어적인 접근은 일상적인 일이다. 최현진(2003)은 뭉놀이 굿은 ‘내 마음, 내 정신 속에, 나의 의식, 무의식속에 들어있는 것은 무엇이든 겉으로, 몸을 통해서 드러나게 하는 일, 나의 느낌, 생각뿐 만아니라 나의 상상-이미지, 꿈, 이상, 욕구 등, 지금 이 순간 내안에 존재하는, 나의 내면 깊숙이 흐르고 있는 온갖 정신요소들, 감각들을 가감 없이, 취사선택함이 없이 있는 그대로 표현하는 것’이라고 했다. 즉 자신의 목소리로, 자신의 몸으로 자신을 드러내고, 움켜쥐고 억누르고 참기보다는, 드러내고 비우는 행위인 것이며, 이러한 행위는 언어와 함께, 비언어적인 몸이 말하는 것들을 표현하고 경험하는 것을 말하는 것이다.

그러면 이러한 뭉놀이 굿을 어떻게 시작되는 것인지 살펴보자. 이호선(2009)은 ‘상담자/진행자는 내담자/참여자가 관중석에 있을 때 미리 내담자의 문제에 대해서 질문과 대화를 나누어 워밍업을 한다. 이를 위해서 상담자/진행자는 의자를 옮기거나 다양한 화젯거리로 집단과 이야기를 나누고, 언제까지 할 것인지, 어떻게 할 것인지에 대해 얘기해 보는 등 적극성을 보여야 한다. 그 후 주연기자/주인공을 무대에 불러내어 자발적으로 대사를 결정하도록 하여 자기 스스로 연기하게끔 한다. 이렇게 주인공이 선택된 후에 내담자/참여자가 ‘그 문제가 나를 괴롭히고 있어요’라고 말하며 뭉놀이 굿(저자표현 : 심리극) 이 시작됨을 제시하였다.

이러한 접근에 앞서 최현진(2003)은 시작의 시점에서 만남을 강조하고 있다. 무엇보다도 중요한 것은 상호 만남임을 강조하면서, 의사소통이 되고 상호간에 마음을 나눌 수 있는 관계가 형성되지 않는 한 진전이 되지 않는다고 했다. 이러한 관점에 대하여 이호선(2009)도 지지하며, 노인상담에 있어 라포(rapport)형성은 다른 발달단계에 있는 성인들과의 상담에서 보이는 라포형성과는 다를 수 있으니 신중해야한다고 했다. 즉, 연령차에서 오는 라포형성의 어려움, 비슷한 연령일 경우라도 내담자/참여자의 발달단계에 따른 다양한 경험의 차이에서 오는 상담자/진행자에 대한 반감, 성격에 따른 고집스러움, 지시하려는 특성, 상담에 대한 방관적인 태도 등 노인상담에서 나타나는 특정한 저항이 있음을 밝히고 있는 것이다.

따라서 마음을 열고 충분히 자기에 대해서 이야기하고 타인의 이야기를 들을 수 있도록 하는 것이 노인집단 위명업의 목표라고 최현진(2003)은 주장하고 있다. 이호선(2009)에 의하면 노인들은 자신의 내면에 있는 감정을 잘 드러내려 하지 않으려 하고, 내면의 감정을 드러내는 일을 부끄러운 일로 여기고 있기 때문에, 내면 속에 있는 문제나 가족이 연루된 문제에 대해서 함구하려 하고, 표현하지 않는 문화 속에서, 이러한 것을 미덕이라 하며 수용하는 사회에 익숙하거나 자신을 거기에 맞추기 때문에 노인의 감정을 저지하거나 교정하려는 의도를 버리고 노인이 자신의 문제를 솔직하고 분명하게 이야기할 수 있도록 해야 한다는 것이다.

결과적으로 노인들 상호간에 같이 늙어가며 더불어 죽음을 눈앞에 둔 존재라는 공동의식과 공통감정이 형성되도록 하면서, 상호간에 조금씩 알아가는 과정이 필요하며, 구태여 주인공을 선정하지 않더라도 빈의자 하나만 놓고라도 지금의 마음상태나 느낌을 표현하도록 하는 것이 위명업이라고 최현진(2003)은 말하는 것이다. 이러한 과정을 지나 행위단계와 나누기과정을 하는 것, 그래서 서로가 서로에게 위로가 되고 도움이 되며 마음을 나눌 수 있는 동료의식이 발아하도록 하는 것, 함께 과거를 회상할 수 있고 함께 나무를 심거나 칼국수라도 함께 나누어 먹을 수 있는 사람들이라는 것, 자식들이나 젊은이 들 앞에서는 수치감을 느낄 수 있는 이야기나 행위도 여기서는 서로 이해되고 수용될 수 있으리라는 믿음을 갖도록 하는 것이 중요하다고 그는 주장하고 있다. 시간이 지나고 어떻게 하는가를 모두가 충분히 이해한 다음에는 언제라도 주인공이 등장할 수 있기 때

문이다.

이러한 과정에서 노인은 자신과의 만남을 통해 자신의 삶을 돌아보고, 자신을 이해하고 수용하게 될 것이다. 이 경험은 타인을 이해하는 행위로 확장되며, 타인과의 만남을 시도하게 될 것이다. 이러한 일련의 행위는 자신의 삶으로 돌아가 스스로 만족하고 행복한 삶을 살 수 있게 하는 변화의 시작을 제공할 것이다. 그러므로 노인들에게 자신과 타인을 만날 수 있는 다양한 기회를 제공하며 이해와 변화의 길을 모색할 수 있는 뽀놀이 곳의 활용은 의미 있는 일이다.

뽀놀이 곳은 통상적으로 한 회기(session)로 시작되고 끝난다. 마치 한편의 연극이나 영화가 평균 1시간 반에서 3시간에 걸쳐 진행되는 것과 같다. 한 회기는 집단이 한번 모였다가 헤어지는 것을 기준으로 한다. 시간적으로는 평균 1시간에서 3시간으로, 집단의 상황에 따라 더 짧아지거나 길어진다. 주인공을 기준으로 이야기할 경우, 한 주인공이 워밍업을 통해 등장해서 자신의 뽀놀이 곳을 끝내고 집단과정이 마무리되는 것을 한 회기로 간주한다. 물론 한 회기 내에 두 명, 세 명의 주인공이 자신의 드라마를 실연할 수도 있다. 그러나 그것은 예외적인 경우이다. 흔히 정기적으로 모이는 집단, 주말집단, 특수집단에서는 집단의 수에 따라 10회기, 15회기 등 연속적으로 회기가 진행된다. 그러나 이 경우에도 한 주인공이 매 회기마다 주인공이 되는 것이 아니기 때문에 그 역시 1회기의 과정이다(최현진, 2003:459).

앞에서도 언급했듯이 뽀놀이 곳은 주인공과 보조자, 관객, 무대가 있고 집단의 일원이면서 촉매자인 디렉터/진행자가 진행을 한다. 그리고 워밍업단계, 행위단계, 나누기과정을 거치며 진행이 된다. 그러나 최현진(2003:474)은 실제의 뽀놀이 곳 과정은 결코 정확히 구분되는 세 단계만을 거치지 않는 매우 복잡한 과정으로 그 자체가 비선형적·전체적·비환원론적·다수준적 과정이기 때문에 워밍업이 생략·축소되거나 마무리 단계에서 나누기만으로 마무리되는 회기가 있을 수도 있으며, 행위화단계 또한 다양한 형태로 변형·축소되어 진행될 수 있다고 했다.

가장 이상적인 뽀놀이 곳 집단은 상황에 따라 다르게 평가하나 통상 10~15명 혹은 8~20명 내지 30명을 평균 집단으로 간주한다. 집단이 4~5명인 경우 상호 친밀도, 신뢰도, 집중력, 결속력이 강하다는 장점이 있지만 바로 그 장점이 뽀놀이 곳의 진행을 오히려 방해할 수 있는 조건이 되기도 한다. 뽀놀이 곳은 사람이

모인 곳이면 어느 곳이든지 이루어질 수 있다. 그러나 실제로 뭍놀이 곳에 의식적으로 참석하는 사람과 그렇지 못한 사람과의 차이 때문에 대부분은 일정한 공간을 사용하게 된다. 그리고 무대보다는 집단이 편히 앉을 수 있고 해위할 수 있는 약간의 여유공간만 있으면 사람의 숫자에 관계없이 행위화가 가능할 수 있다.

우리는 흔히 밥을 먹기 전에 손을 씻고 밥상 앞에 앉아 눈으로 차려진 음식들을 보면서 밥을 먹는다는 주행위를 위해 몸과 마음을 위밍업시킨다. 잠을 자기 전, 누군가를 만나기 직전, 연구자가 연구를 시작하기 전, 그리고 자동차를 출발시키기 전에 엔진을 위밍업 시키듯 우리는 의식적·무의식적으로 우리 자신을 준비시킨다. 뭍놀이 곳을 시작하기전, 그러니깐, 주인공이 등장해서 자신의 마음의 극장을 해위화하기 이전에 주인공, 디렉터/진행자, 그리고 관객 모두가 그에 대한 준비작업, 위밍업을 하게 되는 것은 필수적이고 또 그만큼 중요한 과정이라고 하다. 따라서 뭍놀이 곳의 위밍업은 한미디로 참여자 모두의 자발성을 고취시키고 나아가서 기꺼이 극에 참여하고자 하는 마음을 불러일으키는데 목표를 둔다(최헌진, 2003:490-493).

위밍업은 다음과 같은 점이 고려 돼야 한다.

- 위밍업은 뭍놀이 곳에 대한 충분한 이해가 이루어지도록 해야 한다.
- 집단의 특성에 맞게 이루어져야 한다.
- 항상 지금 이 순간에 적절한 방법으로 진행되어야 한다.
- 집단의 역동-힘, 내지는 응집력을 촉진하는 방향으로 나아가야 한다.
- 모든 것이 비판 없이 수용될 수 있는 분위기가 형성되어야 한다.

이상과 같이 위밍업은 주변에서 중심으로 들어가도록 하며, 집단의 특성에 맞게, 신뢰감과 자발성을 높여가는 방향으로 실시해야 한다. 그리고 집단이 준비도가 갖추어지면 심화된 기법을 사용할 수가 있는데 심층 위밍업기법은 그것 자체만으로 정식 뭍놀이 곳은 아니지만 뭍놀이 곳적 장면만들기가 가능하다.

집단이 준비되고 주인공이 뿔히면 행위화로 나아갈 수 있는데, 행위화 단계는 디렉터5)라고 부르는 한 개인이 집단과의 만남인 위밍업 단계를 지나서 주인공이라고 부르는 한 개인, 인간을 만나는 과정이다. 한 인간을 만나서 디렉터로서 자신이 아는 방식으로 그 사람의 진실을 함께 나누고 탐구해 가는 과정이다.

마무리 장면은 행위화 단계에서 마지막 장면 직후에 오기도 하고 마무리 단계

에서 역할 벗기, 나누기 직후나 피드백 직후에 오기도 한다. 그것은 주인공의 행위화 단계를 마무리하는 장면이거나, 마지막 장면에서 아직 충족되지 못한 행위갈증이나 결여된 부분을 보충하기 위한 장면이다. 마무리 장면, 역할 벗기, 나누기, 피드백, 마무리 리추얼, 리뷰 등이 과정으로 이루어진다.

본 연구에서는 아래와 같은 기법을 사용하였다. 실제적인 적용에서는 현장의 상황과 참여자들의 욕구는 늘 변화가 있고 수정이 가해질 수밖에 없다.

- 분광기법: 집단원의 여러 가지 특성을 알아보고 상호 간의 차이를 감소시키고 극 소화하는 방법-다양하게 집단을 소집단화해서 상호 대화를 나누게 한다.
- 몸풀기: 한 줄로 서거나 앉아서 앞사람의 어깨 주무르기, 등 안마, 발바닥 마사지 등
- 따라하기: 한 사람이 어떤 행위(발구르거나, 춤 등)를 하면 모두가 따라서 한다.
- 집단 노래와 춤: 오직 이순간의 느낌을 언어가 아닌 소리나 움직임으로 표현.
- 시와 노래, 보조도구(천)를 이용한 워밍업
- 집단원들은 여행을 같이 가고 싶은 사람을 만나서 이야기하기
- 음악과 함께 춤을: 우리 전통 민요를 선택하여 전체 집단원이 참여하도록 한다.
- 눈 감고 상상하기: 이 순간 가장 만나고 싶은 사람, 방금 전 워밍업 동안에 떠올랐던 사람이나 사진, 감정, 아직도 해결이 안 된 내 마음의 문제 혹은 만나서 해결을 짓지 않으면 안 되는 사건들.
- 사자(死者)와의 만남: 죽음에 관한 이야기가 선행된 후, 이 세상을 떠났지만 아직도 지금 내 마음 속에 강한 느낌으로 남아 있는 사람과의 만남.
- 빈의자기법: 무대 위에 하나의 빈의자(또는 방석)가 놓인다. 누가 앉아 있는가? 어떤 사람이 가장 먼저 떠오르는가? 그의 표정은? 그는 당신에게 무어라고 말하는가? 당신은 그에게 무어라고 말하고 싶은가?
- 땅 파고, 억압하는 모든 것을 버리고 파묻기(액션을 확실하게).
- ‘우리가 앞으로 한 달 후에 죽는다면 어떻게 남은 시간을 보낼 것인가? 혹은 무엇을 제일 하고 싶은가?’
- 개입기법: 접촉법(디렉터나 보조자가 주인공에게 다가가서 지지적인 신체접촉을 함으로써 주인공의 감정 상태를 격려하거나 완화시키는 방법),

자발적 이중자(주인공에 의해서 보조자가 선택되는 것이 아니라, 상황에 따라서는 집단 중에 누구나, 주인공의 등장인물의 이중자가 될 수 있다. 물론 주인공이나 디렉터의 허락을 받고 개입)

- 역할놀이: 뽀놀이 굿적 개념에 기초를 둔 개념인데, 인간은 곧 행위자이며 역할 자라는 의미이다. 화가가 그림으로 자신을 드러내고 정신치료가 언어를 통해서 인간을 탐구해 들어가듯이 뽀놀이 굿은 행위적 역할을 통해서 인간을 탐구한다. 그것이 역할 놀이이다.
- 역할교대: 역할교대는 통상적인, 상대방과의 막힘현상이 일어났을 경우, 제 3자의 입장으로 빠져나가서 그 상황을 객관화시킬 필요가 있을 때 주로 실행된다. 예컨대 그 장면엔 없는 사람과의 역할 교대를 통해 막힘현상의 의미를 찾아 보게 된다.
- 이중자기법: 이중자는 한 대상에게 있어서 숨겨지고, 접혀지고, 드러나지 않는 상적인 측면이 드러나도록 한다. 또한 긍정하는 자, 지지하는 자, 동반자이기도 하다. 때로 그와 맞서서 싸우거나 그를 반대함으로써 그의 적대자적인 역할을 맡기도 한다.
- 마무리기법
  - 마지막 지지법: 모두가 원을 만들어 주인공을 둘러싸고 기쁨이나 사랑의 느낌을 말과 몸으로 표현한다.
  - 마지막 선물법: 주인공에게 의미 있는 상징적 선물을 주는 방법(진행과정에서 필요한 선물이어야함).

본 연구에서는 노인들 상호간에 같이 늙어가며 더불어 죽음을 눈앞에 둔 존재라는 공동의식과 공통감정이 형성되도록 하고, 상호간에 조금씩 알아가는 과정이 필요하여 함께 과거를 회상하고, 서로가 서로에게 위로가 되고 도움이 되며 마음을 나눌 수 있는 동료의식이 받아들일 수 있도록 목표를 세웠다. 따라서 최현진(2003:490-590)을 참고하여, 처음 시도하는 입장과 시간적인 한계, 물리적인 환경을 고려하여 노인에게 활용이 용이한 뽀놀이 굿 기법을 사용하여 진행하였다.

#### 4. 실행연구

이용숙 외 5인(2006:22)은 ‘실행연구란 우리가 역사의 현 시점에서 발현하고 있다고 믿는 참여적 세계관을 기반으로 하여, 인간에게 가치 있는 목적을 추구하는데 필요한 실천적 지식(practical knowledge)을 획득해 가는 참여적이고 민주적인 과정이다’라고 미국에서 발행된 「실행연구 핸드북」의 서문에서 밝힌 Reason와 Bradbury(2001:1)의 잠정적인 정의를 제시하고 있다. 또한 제프리 E. Mills(2007)는 실행연구에 대해 교수-학습 상황에서 관련자들이 교육실천을 개선하기 위한 통찰력과 자기 성찰을 얻기 위해 행하는 체계적 연구라고 정의하면서 전통적인 연구와 구별하여 <표Ⅱ-1>과 같이 보여주고 있다.

<표Ⅱ-1> 전통적인 연구와 교사에 의한 실행연구의 비교

무엇을?	전통적 교육 연구	실행연구
누가?	대학 교수, 학자, 그리고 대학원생이 실험집단과 통제 집단을 대상으로	교사(진행자)와 교장이 자신이 맡고 있는 학생을 대상으로
어디서?	변인을 통제할 수 있는 환경에서	학교와 교실(현장)에서
어떻게?	미리 정해 놓은 통계적 유의성에 의거하여 변인 간의 인과 관계를 밝히기 위해 양적인 방법을 사용	무슨 일이 일어나고 있는지를 기술하고 교육적 개입의 효과를 이해하기 위해 질적인 방법을 사용
왜?	보다 더 큰 집단에 일반화할 수 있는 결론을 보고하고 출판하기 위해	연구가 이루어진 바로 그 학교(장소) 환경에서 실행하고 긍정적인 교육적 변화를 도모하기 위해

출처: 제프리 E. 밀스(2007:29), 교사를 위한 실행연구, 서울: 우리교육

그리고 제프리 E. 밀스(2007:30-35)는 실행연구의 이론적 토대를 아래와 같이 분류하여 제시하고 있다.

첫째, 비판적 실행연구이다. 비판적 실행연구는 지식축적을 통한 해방을 목적으로 하기 때문에 해방적 실행연구라고도 알려졌다. 비판적 실행연구라는 용어는 비판이론에서 연유된 것으로 그 이론적 근거를 인문·사회과학에서의 비판이론과 포스트모더니즘 이론에 두고 있다. 즉 계몽, 해방, 개혁이라는 면에서의 비판

이론과 진리란 상대적, 조건적, 상황적이며, 지식은 항상 이전 경험의 파생물일 따름이라고 주장하는 포스트모더니즘 논리를 따르고 있다. 이러한 비판적 실험 연구는 ①참여적이고 민주적이다. ②사회적 변화에 대응하며 이루어진다. ③교사 연구자가 업무를 수행하는 일상적이고 당연시되던 방법을 검토하도록 돕는다. ④ 연구를 통해 얻는 지식은 학생, 교사, 행정가의 부담을 덜어 주고 교수·학습과 정책을 개선하는 데 도움이 된다.

둘째, 실천적 실험연구이다. 실험연구과정에 대한 방법적 접근을 강조하는 것으로 다음을 가정하고 있다. ①교사 개인이나 교사집단을 자율적이며 수행할 연구의 성격을 결정할 수 있다. ②교사연구자는 전문성 신장과 학교 개선에 전념하면서 자신의 실천에 대해 체계적으로 검토하기를 원한다. ③실천적 실험연구 관점에서 교사 연구자는 의사 결정자로서 초점 영역을 선택하고 자료 수집 기법을 결정하며, 자신의 자료를 분석하고 해석하며, 그 결과에 기초하여 실험 계획을 개발한다.

여기에 안경찬(2005)이 다음과 같이 정리하여 추가하였다.

셋째, 실험연구의 정당화이다. 실험연구의 정당화를 위해 ①교사 자신이 자료를 수집함으로써 자료 자체의 신빙성을 높이고 스스로 대책을 찾음으로써 신뢰성을 높인다. ②현장에 적용할 경우 결과 예측성이 높으므로 현장 유관성을 들 수 있다. ③ 교사 스스로 한 것이므로 즉각 반영되는 접근 용이성을 들 수 있다. ④유행성과 교육체제보수성에 대한 도전을 들 수 있다.

넷째, 일상교수행위의 일부로서의 실험연구이다. 실험 연구라는 특정 연구행위를 떠지만 시간과 정력의 투자로서 열정을 가진 교수행위는 모두 통찰과정으로 볼 수 있다. 일상이나 직업생활과 병행하여 여러 동료로부터의 도움을 받을 수 있다.

따라서 평생교육현장에서 이루어진 본 연구에서는 실험연구를 실천적인 자세로 사회의 변화에 대응하기 위하여 진행자인 연구자가 직접 참여하여 일상적이고 당연시되는 방법을 동료들의 도움을 받으며 연구자 스스로 통찰의 과정과 연구과정에 대해서 검토하도록 돕고, 연구를 통해 얻은 지식은 현장의 개선과 진행자의 전문성 신장을 위해 활용된다는 목표를 갖고 있는 연구로 정의한다.

### III. 연구방법 및 절차

#### 1. 연구 참여자

본 프로그램은 제주시 K읍에 거주하고 D복지관 노인대상 ‘하늘 소풍 준비하기’에서 전체15회기 중 4회기부터 11회기까지, 8회기 진행된 집단 중에 진행되었던 죽음주제 뭉치 놀이 곳 활용에 대한 프로그램이다. 그리고 연구 참여자는 프로그램에 참여한 20명 중에 출석률이 높은 15명이다. 면담은 참여에 적극적이었던 다섯 명을 선정하여 이루어졌다. <표Ⅲ-1>는 연구 참여자의 일반적 사항을 나타낸 것이다. 참여자들은 K읍에 거주하고 있는 어르신들로 K읍에 소재해 있는 D복지관 평생교육프로그램에 참여한 노인들이다. 참여자의 특성은 대부분이 경노당과 노인회 임원들로 이루어졌고, 남자노인 13명과 여성노인 2명이다.

한 명의 어르신 외에는 전부 글을 쓰고 읽을 수 있었으나 일부는 표현이 더디었고, 진행도우미들의 손길이 필요하였다. 그러나 회기가 진행되며 활동적인 행위들이 첨가되고 신뢰감이 생기자 어르신들은 적극적인 움직임으로 자신들을 표현하였다.

<표Ⅲ-1> 연구 참여자의 일반적 사항

	항목	사례수	특이점
나이	70~74세	5	70대와 80대가 주를 이루었으나 적극적
	75~79세	5	
	80~84세	5	
학력	무학	5	한두 노인 빼고는 읽기, 쓰기 가능
	초등	4	
	중·고등	5	
	대학	1	
건강수준	건강하지 못하다	2	전체적으로 활동적
	건강하다	11	
	매우 건강하다	2	
평균용돈	10만원 이하	3	경제적으로는 여유로운 편
	10만원~20만원	6	
	20만원~40만원 이상	6	
가족구성원	부부	10	
	사별	5	

연구 참여자 중 면담을 실시한 노인은 <표Ⅲ-2>과 같이 프로그램에 적극적으로 참여한 다섯 명을 선정하여 면담이 실시되었다.

<표Ⅲ-2 > 면담 사례자의 관찰모습

구분	관찰을 통한 모습
사례자1	프로그램에 대한 기대는 높고, 적극적. 복지관 활동에 신뢰가 높음. 임종시 말을 나누지 못하고 가신 어머니에 대한 아쉬움회고, 보조자 역할 수행. 주인공경험. 집중을 잘 함. 다시 한다면 아버지를 만나고 싶다고 표현함.
사례자2	어머니가 4살에 돌아가셔서 매우 고생했다고 함. 사업으로 성공했으나 사별하고 고향이 그리워 제주로 옴. 프로그램 통해서 마음표현 날아갈 것 같다고 함.
사례자3	2회기부터 참석. 참석한 첫 회기부터 주인공 자칭. 군대 가서 죽은 아들을 만남. 인생사에 있어 어려운 일 겪으며 살았는데, 참여하며 새삼 고마움도 느끼고 아쉬움도 느낀다고 함. 건강한 몸으로 사는 게 행복 같다고 소감 표현.
사례자4	항상 강사에게 집중, 발표도 잘함. 이해도도 높고 전체적 진행에 영향력 있음. 호불호 표현이 솔직함. 그러나 일대일 짝과의 시간에는 멧쩍어함. 중반부에 들어가면서 편안한 모습. 밝고 웃는 모습 자주보임. ‘생각을 달리 먹어야 되겠다’는 소감 밝힘.
사례자5	‘죽음보다는 젊어지는 비결을 알려 달라’라고 표현. 발표도 적극적. 회의참석으로 결석했다 나와도 편안하게 참여하는 모습. 회상과 ‘빈의자기법’을 통하여 어머니와의 만남, 은인과의 만남을 의미 있어 함.

## 2. 연구 방법

실행연구는 실천현장에 있는 행위 당사자가 스스로 주체가 되어서 개인적·사회적 삶을 탐구해 계속적으로 개선하려는 과정 지향적 연구이다(이혁규, 2009).

최근에 교육연구에 대한 움직임이 양적 연구 접근에서 자연적 탐구의 방향으로 움직여 감으로서 많은 새롭고 흥미 있는 형태의 연구가 등장하였다. 이들 형태의 연구들은 장미남(2006)은 교사연구, 실행연구, 반성적 실제, 실천가 연구, 상황-중심 연구, 실행과학, 해방적 실천 등으로 불리고 있으며, 이들은 탐구로서의

실제를 강조한다고 했다. 따라서 탐구로서 실제를 강조한다는 것은 실체의 복잡성을 통제하려고 하기보다는 인정하고 수용하고자 한다고 진술하고 있다.

이용숙 외(2006:33)는 앞에서 언급한 「실행연구 핸드북」서문에서 인용한 실행연구의 특징을 다음과 같이 기술하고 있다.

첫째, 실행연구는 사람들의 일상사에 유용한 실천지(practical knowledge)를 산출하는 것을 주요한 목적으로 한다.

둘째, 실행연구는 실천적인 결과를 달성하려고 할 뿐 아니라 새로운 형태의 이해를 창출하려고 한다. 그런 점에서 행위 없는 이론이 의미 없는 것처럼 성찰과 이해 없는 이론은 맹목적이다.

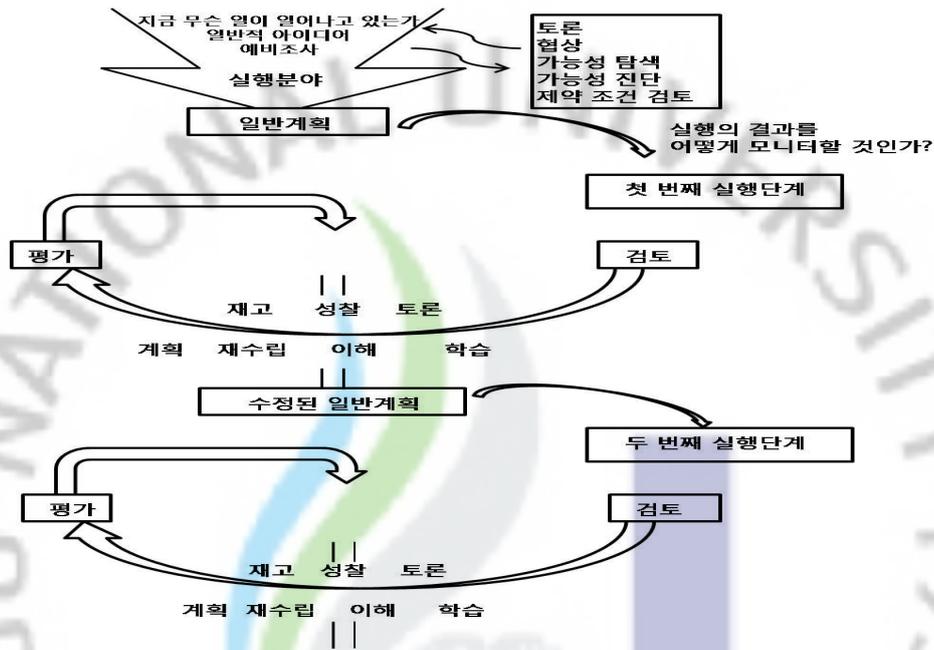
셋째, 사람들의 일상사와 함께하면서 해방적 방식의 앎과 실천지를 추구하기 때문에 실행연구는 참여적 연구(participatory research)의 성격을 가진다. 실행연구는 전문적인 연구자뿐 만 아니라 연구대상이 되는 모든 사람과 함께 그들을 위해 그들에 의해 수행될 때 비로소 의미 있는 연구가 된다.

넷째, 실행연구는 매일의 경험에서 출발하고 체험적 지식의 성장에 관심을 갖기 때문에 탐구의 결과뿐 아니라 탐구의 과정 자체가 매우 중요하다. 그런 점에서 실행연구에서 얻어지는 지식은 완결된 명사형이 아니라 끊임없이 형성되어가는 동사형이다.

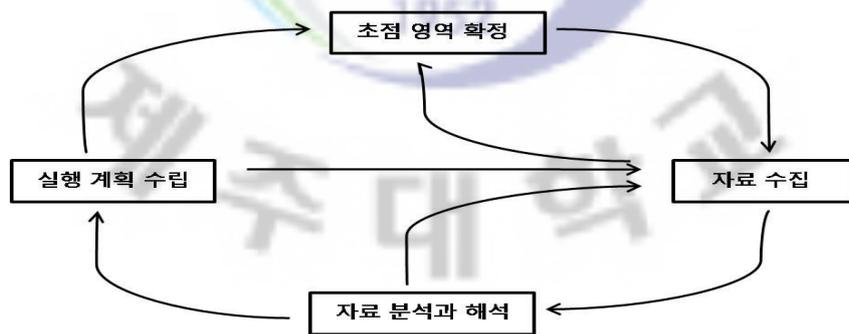
제프리 E. 밀스(2007)에 의하면 일반적인 실행연구의 과정은 초점영역의 확정, 자료수집, 자료 분석과 해석, 실행계획의 네 가지 요소를 포함하여 진행된다. 이 4단계 과정을 변증법적 나선형 실행연구라고 이름 붙이며 [그림Ⅲ-2]에 설명돼 있는데 연구를 어떻게 진행할 것인지를 보여준다. 즉, 실행연구는 교사에 관한 연구가 아니라 교사에 의한, 교사와 학생을 위한 연구모형이며, 그런 만큼 다양한 맥락과 목적에 응용될 수 있는 역동적이고 유연한 모형이라는 것이다.

장미남(2006)은 교사 연구자를 위해 수년간 수많은 지침과 연구 모형이 제시되었고, 이들 모형에 몇 가지 공통점이 있는데, 현장에 대한 문제의 발견과 이에 대한 해결 욕구가 실행연구의 출발점이 된다고 했다. 그리고 해결 욕구에 의해 해결을 위한 실천에 관찰·검토(자료 수집), 관찰·검토 과정에서 얻어진 자료에 대한 분석과 해석하여 문제 해결을 꾀하며 이런 과정에서 또다시 문제가 생기면 반성하고 또 다시 그 과정을 반복하게 된다고 보았다.

이처럼 실행연구는 순환적·반성적·비판적인 탐구의 과정을 거치는데 이를 통해 이해와 행위가 연결되는 실천적 지식을 산출하는 과정을 Stephen Kemmis (1988, 이용숙 외, 2006, 재인용)는 [그림Ⅲ-1] 처럼 나선형의 자기 반성적 연구 사이클 모형으로 나타내었다.



[그림Ⅲ-1] Lewin의 실행연구 순환과정에 대한 설명



[그림Ⅲ-2] 변증법적 나선형 실행연구

출처: 제프리 E. 밀스(2007), 서울:우리교육

따라서 본 연구는 실행연구를 위해 계획을 세우고 실천과 자기평가와 반성 및 공유를 위해 다음과 같은 자료수집 방법과 분석 및 해석의 과정을 거치고, 장미남(2006)의 연구방법을 참고하여 기술하였다.

### 3. 자료 수집 방법

본 연구를 위해 연구자는 참여관찰, 연구보조자 서술형 관찰일지, 면담, 진행자 일지, 비디오 촬영자료, 연구보조자 이메일 답변지, 결과물 들여다보기 등을 통해 <표Ⅲ-3>와 같이 자료를 수집하였다.

<표Ⅲ-3> 자료수집표

날짜	참여자	장소 또는 방법	시간
2009. 9. 11~10. 30	연구참여자 15명 연구자 연구보조자 3명	복지관 결과물 참여관찰서술적일지 비디오촬영자료	매주 2시간 씩
2010. 2. 22	사례자 1	자택, 면담	1시간 30분
2010. 2. 23	사례자 2	자택, 면담	1시간 10분
2010. 2. 24	사례자 3	자택, 면담	1시간
2010. 2. 25	사례자 4	경도당, 면담	1시간 10분
2010. 2. 25	사례자 5	경도당, 면담	1시간 30분
2010. 3. 8	연구보조자 1 연구보조자 2 연구보조자 3	E메일 질문지	
2010. 3. 12	연구보조자 3	답변서	
2010. 3. 14	연구보조자 2	답변서	
2010. 3. 19	연구보조자 1	답변서	
2009. 3. 19~	연구자	연구 진행일지	지도, 과정 및 특이점기록

#### 1) 참여관찰

본 연구자는 뽕놀이 곳을 적용한 집단상담 프로그램을 실행 중 연구 참여자들의 참여 과정을 진행자인 동시에 현장 연구자로서 참여하며 관찰하였다. 그리고

진행하면서 놓칠 수 있는 부분을 보완하기 위하여 3명의 연구보조자를 참여시켜 객관적으로 관찰하도록 하였다. 참여관찰에서 얻은 자료들은 프로그램에 대한 반성적 자료로 연구 참여자들의 면담자료와 함께 자료를 분석하는 과정에서 활용되었다. 그러나 진행자를 포함한 연구보조자들은 관찰자 역할만 하기보다는 직접 프로그램에 참여하는 보조진행자 역할을 맡아 자연스럽게 연구 참여자들과 상호 교류에 충실하였기 때문에 그 과정에서 전체적인 맥락을 놓칠 수가 있었다.

그럼에도 불구하고 어르신들이 결과 부분 사례에서도 진술하고 있듯이 연구보조자들은 프로그램에서 연구 참여자들의 짝이 되는 등 참여자역할을 수행했기 때문에 많은 내용을 관찰일지에 담지는 못하였으나 프로그램 진행과정에서 객관적 관찰자적인 입장으로 떨어져 있기 보다는 적극적인 상호교류를 한 활동 또한 의미 있는 일이었다. 즉 참여자의 역할과 관찰자의 역할을 동시에 수행하였다는 의미이다. 더불어 촬영기사 역할까지 수행하며 찍어두었던 비디오 촬영 자료는 연구과정을 기술하는데 더 없이 중요한 자료가 되었다.

## 2) 심층면담

Corrine Glesne(2008:119-122)는 면담은 언어에 날개를 다는 과정이라고 했다. 연구자가 모르는 것을 아는 응답자로부터 언어적 비행을 자극하는 질문들을 던지고 획득한 자료로 학위논문 등이 나오게 된다고 설명하고 있다. 연구자는 어떤 주제에 관한 사람들의 의견, 인식, 태도를 알아보기 위해 면담을 사용할 수 있는데 연구자가 볼 수 없는 것에 대해 배우고 볼 수 있는 것에 대한 설명을 탐색할 수 있는 것이다. 면담 질문들은 구속력 있는 계약처럼 고정된 것이 아니며, 연구 프로젝트에서 여러 방식으로 나타날 수 있다. 즉, 질문내용 혹은 면담 일정에 유연할 필요가 있으며, 이미 면담을 마쳤다고 생각했던 사람들을 자주 찾아가 타인들과의 면담에서 부상했던 문제들을 다시 물어봐야 한다. 일반적으로 말했을 때, 응답자에게 마지막 인사를 하고 오지 말 것을 조언하고 있다.

프로그램 중에 눈에 보이던 모습과 어르신들의 생각은 다를 수 있었다. 심층면담을 통해서도 질 높은 자료를 얻을 수 있었는데, 어르신들의 속 깊은 감정과 만나고 긍정적인 의미를 확인할 수 있는 기회가 주어줘서 연구자에게 진행자로서 의미 있는 업적을 이룬 것 같은 뿌듯함을 안겨 주었다. 그리고 면담하는 과정

을 통하여 경노당의 분위기와 어르신들의 환경을 확인 할 수 있어서 분석의 과정에서 참고가 되었고, 다섯 명 중 두 명은 그 과정마저도 상호교류의 기회로 삼고 기뻐하는 모습을 보며 그분들의 일상에서 외로움을 겪고 있는 것을 유추할 수 있었고, 관계가 지속되길 바라는 마음을 느끼게 되었다.

본 연구과정에서는 어르신들과는 2-3회 면담 동의를 받았음에도 불구하고 연구기간 등의 한계로 인해 면담을 1회 밖에 할 수 없었다..

### 3) 진행일지

진행일지에는 참여관찰이나 면담과정에서 얻게 되는 유의미한 어르신들의 반응, 진행자로서 가지는 고민, 프로그램 진행과정, 연구과정, 연구자로서의 고민 등을 자유롭게 표현하고자 하였다. 진행일지는 연구물을 완성하는데 활용하기 위하여 워드작업을 통한 기록 자료와 노트를 동시에 활용하였다. 그러나 아쉬운 것은 일지 기술이 다소 체계적이지 못했던 것과 초반의 연구기록을 놓쳤다는 것이다. 초보연구자로서 기록이 습관화되지 않은 연구태도에 대한 반성은 시기를 놓친 했으나 다음 실행을 위한 새로운 시작의 의미를 제공하고, 이 경험 또한 반성의 기회로 연구자에게 제공되었다. 이러한 경험은 연구의 기록은 미약하지만 반성적 결과물이 되어 연구자의 다음 연구물을 풍성하게 하고 그 결과 연구 현장의 프로그램 운영 수준을 높이는데 도움을 줄 것이다.

### 4) 연구보조자의 서술형 관찰일지와 E메일 질문지 답변서

이 연구에서 연구보조자는 다양한 역할을 수행하였다. 연구를 계획하고 프로그램을 수행하기 전에는 사전 계획자, 프로그램을 수행하는 중에는 참여를 통해 상호교류한 어르신들과 상호교류자 역할, 캠코더를 들고 비디오 촬영을 하는 사진 기사, 뭍놀이 곳 장면에서는 보조자 역할, 프로그램 과정과 관련된 회의에서는 보조진행자로서 프로그램 진행과 관련된 수행자, 자료를 수집하고 분석하는 단계에서는 자료분석가의 역할을 수행하였다.

이렇게 다양한 역할을 수행한 연구보조자들의 입장과 연구자의 태도로 인해 프로그램 진행과정에 대한 관찰일지 기술에 놓친 점이 많았다. 기록이 섬세하지 못했던 점을 보완할 필요가 있었다. 그리고 진행의 결과에 대한 의미 분석에서

연구자가 주관적으로 흐르는 것을 방지하고, 객관성을 확보하기 위하여 질문지를 만들고 연구보조자에게 답변을 의뢰하였다. 서로 각자가 바쁘게 현장에서 활동하는 상황이라 E메일을 통하여 <부록 3>과 같은 내용의 질문내용을 발송하고 <부록 4>와 같은 내용의 답변 메일을 받게 되었다. 다양한 역할과 함께 시간을 내어주고 의견을 제시해 준 연구보조자들의 헌신적인 수행은 분석 과정에서 많은 도움이 되었다.

#### 4. 자료 분석

수집된 모든 자료들은 기본적으로 ‘원자료의 전사’→ ‘주제별 코딩’→ ‘주제의 발견’이라는 일반적인 질적연구 분석 단계(김영천, 2010)를 거치고, 또한 실행에 대한 분석을 위하여 면담 전사자료, 참여관찰일지, 연구보조자 질문답변 내용, 진행일지, 비디오 촬영자료, 글쓰기 결과물들을 전사하여 파일에 보관하였다. 연구를 처음 시도하는 연구자는 자료들을 어떻게 처리하고 분석·해석해야 할지 막막하였다. 그러나 지도교수의 지도와 참고문헌들을 참고하는 과정에서 자료를 보다 깨끗하게 정리하여 분석하기 용이하게 할 필요성을 느꼈고 연구에 있어 유의미함을 찾기 위하여 다음과 같은 작업을 하였다.

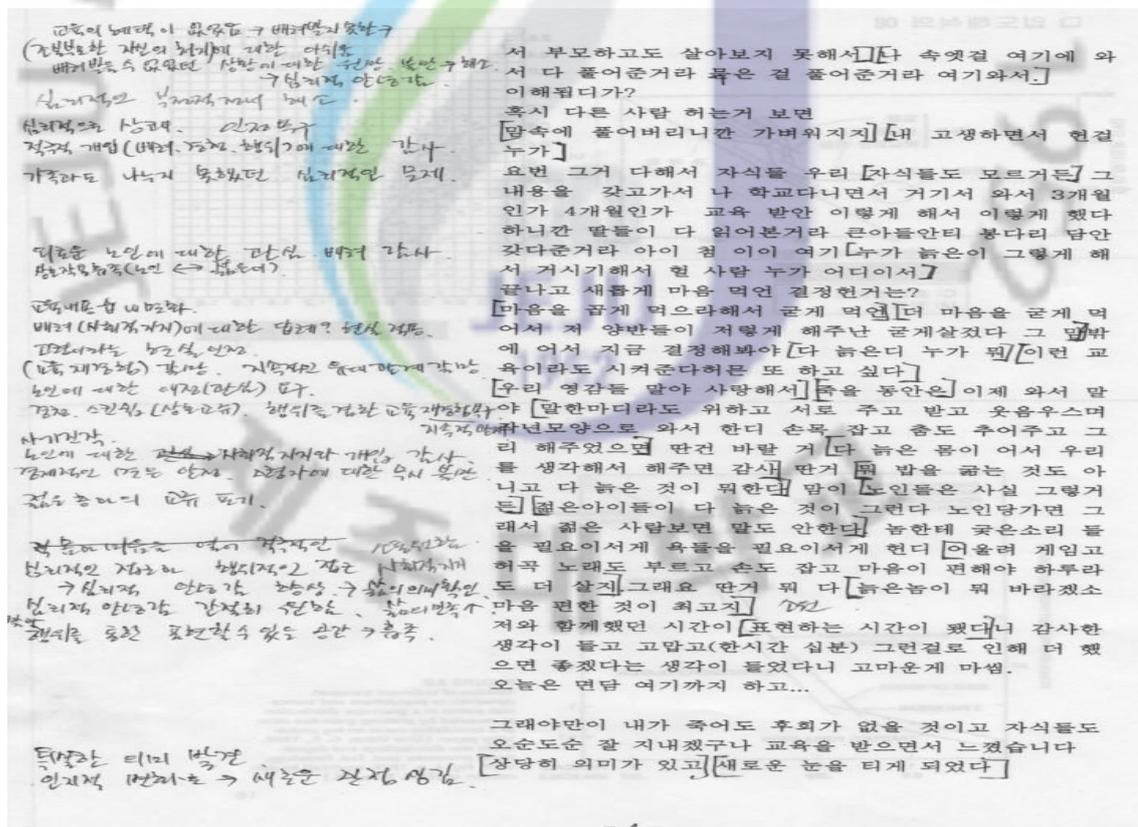
##### 1) 전사 및 메모작업

질적 연구에서 신뢰도를 확보하는 것은 매우 중요하다. 연구자는 연구의 신뢰도 확보를 위해 <미운오리새끼>(김영천·정정훈·이영민, 2006:49)를 참고하여, 다음과 같이 심층적으로 기술(thick description)하기 위해 노력하였다.

자료를 분석하기 위해서는 자료의 모습이 보기 좋게 체계화되어야 한다. 그에 대한 첫 번째 작업으로 현장에서 수집하거나 기록한 자료(손으로 쓴 관찰 내용, 현장자료, 결과물 등)를 잇따른 후속 분석을 위하여 깨끗하고 체계적인 별도의 컴퓨터 파일로 워드 작업하여 보관하였다. 어르신들을 만나며 심층 면담한 경우는 녹음 자료로만 남아 있는 면담자료를 몇 번의 반복청취를 통해 그 내용을 되

도록 그대로 워드 작업을 통해 문자화 했는데, 면담내용을 전사함에 있어서 구체적인 상황의 묘사, 미묘한 심리를 그대로 전하기 위하여 노력하였다. 노인들이 사용하는 언어를 그대로 사용함으로써 읽는 이로 하여금 당시의 상황과 감정을 그대로 느낄 수 있도록 제시하기 위하여 준비되었다.

워드 작업을 통해 만들어진 파일을 프린트 과정을 통해 인쇄물로 만들었고 이 인쇄물 자료에 대해 읽기를 반복하면서 자료로부터 알게 된 점이나 연구자가 떠오르는 생각들을 [그림Ⅲ-3]처럼 여백에 적어 넣었다. 이 작업은 메모작업으로 김영천(2010:467)은 질적 자료 분석에서는 중요한 연구방법으로, 자료에서 발견한 주제나 패턴, 갑자기 떠오른 생각, 더 많은 자료 수집의 필요성, 자료를 구성하는데 필요한 대조 자료, 그 밖의 실질적으로 필요한 것들을 포함한 어떤 것이든 될 수 있으며, 이러한 메모의 특징은 초기에는 보다 추상적이고 연구의 후기에는 보다 주제화되고 구체적이 된다고 진술하고 있다.



[그림Ⅲ-3] 메모작업

## 2) 코딩하기

김영천(2010:467-483)은 코딩(coding)에 대하여 아래와 같이 소개하고 있다.

코딩은 질적자료 분석의 가장 대표적이면서 일반적인 방법으로서 우리나라에서는 주제별 약호화라고 번역되어 사용되고 있다. 코딩은 수집되고 전사된 자료들을 계속 읽으면서 자료 속에 내재된 주제를 찾아내는 과정으로서 텍스트가 담고 있는 메시지와 의도 그리고 의미가 무엇인가를 최초로 개념화시키는 작업으로, 그 내용을 가장 잘 설명해 주는 이름으로 명칭을 부여하는 작업을 말한다. 코드는 대개 한 단어, 어구, 문장, 전 단락과 같이 다양하게 다루어진다. 이러한 코딩은 세그먼트(segment)와 밀접한 관계가 있는데, 연구자는 전사되어진 문서에서 의미 있는 세그먼트를 발견할 때 그 특정한 세그먼트의 의미를 나타내고 밝히기 위해 코드나 범주의 이름을 부여한다.

그리고 코딩에는 다음과 같은 세 가지 역할과 방법이 있다.

첫째, 텍스트를 특정 주제나 이름으로 범주화시켜 하나의 분석단위를 생성함으로써 무수히 많은 자료들 중에서 분석의 대상이 될 자료와 그렇지 않은 자료를 구분시키는 역할을 한다.

둘째, 자료의 내용이나 의미를 개념화시킴으로써 텍스트를 특정한 탐구의 대상으로 승화시켜 준다.

셋째, 코딩은 연구자에게 연구의 결과와 결론을 도출할 수 있는 기초적인 정보를 제공해준다.

이와 함께 코딩의 중요성으로 인하여 이 분야의 연구자들 사이에서 코딩의 사용 방법에 대한 심층적인 연구들이 있어 왔고, 그 결과 다양한 방법이 존재하는데 크게 요약하면 세 가지로 요약할 수 있는데 첫째, 일반적 도식에 의한 코딩 방법, 둘째, 사전 코딩 방법, 셋째, 주제별 코딩방법이 있다고 소개하고 있다.

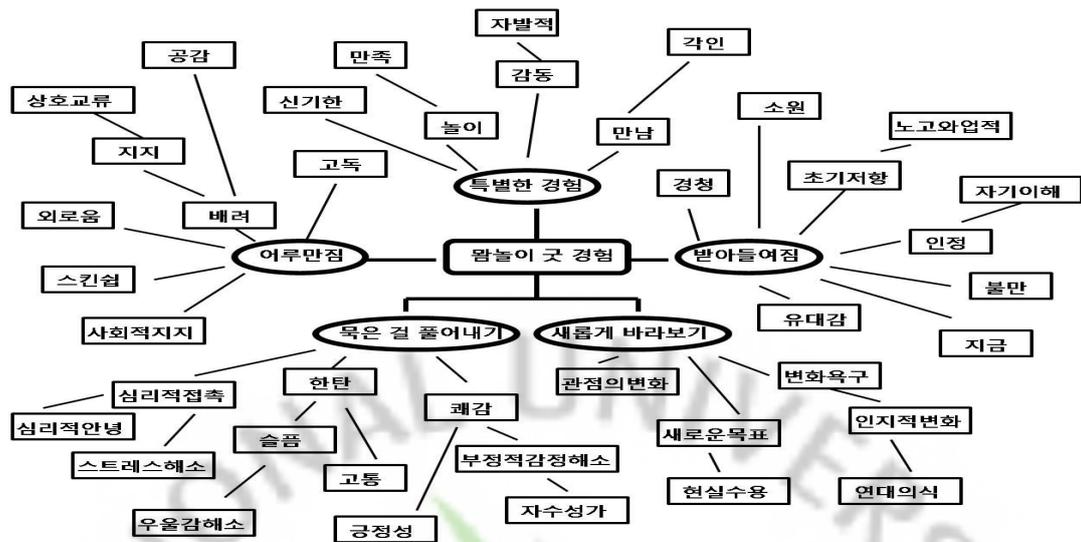
본 연구에서는 주제별 코딩방법을 사용하였는데, 초기 코딩작업을 통해 자료들 중에서 중요한 의미를 부여하고 메시지를 전달하는 자료를 엄선하고 이들 자료에 대해 종합적으로 평가하면서 반복되는 내용이나 의미, 주제에 대해 이름이 부여되었다. 이 과정에서 연구자는 연구대상에 대한 이야기를 풀어가기에 유의미한 용어, 표현, 주제를 발견하거나 떠올렸고, 주관적인 해석과 타당도를 확보하기 위하여 연구보조자를 참여시켰다. 그 다음으로 이어지는 심층코딩에서는 초기 코딩

에서 나온 자료에서 계속적으로 나타나는 코딩들 중에서 정말로 의미 있는 코딩을 선별하여 분석적 범주화시키고 이를 연결하게 된다. 이 과정은 연구자의 원 자료를 보다 정교화하는 역할을 했다. 이 과정에서 46개의 카테고리가 나왔고 타당도와 신뢰도를 확보하기 위하여 지도교수님과 연구보조자와의 논의를 거쳤다.

### 3) 주제정하기

질적자료 분석의 마지막 단계는 주제의 생성이다. 주제는 범주 또는 개념이라고 칭하는데 Cresswell(2005, 김영천, 2010, 재인용)은 데이터베이스에 수집된 모든 자료들 중에서 그 자료들이 나타내려고 하는 주요한 아이디어를 만들어 내기 위하여 연결되거나/응축되는 유사한 코드들의 모임이라고 정의 내렸다. 김영천(2010)에 의하면 개념화된 코드들 중에서 주제를 발견하고 생성하는 작업은 여러 가지 방법들에 의하여 이루어진다. 그리고 분석자는 도출된 코드들 중에서 서로 관련이 있거나 연결이 되는 코드들을 비교하고 대조하고 그 공통점을 찾는 과정을 통하여 코드들 사이에 어떤 관계들(위계관계, 연결관계, 패턴, 반복적 아이디어들 등)이 있는지를 찾아내야 된다고 진술하고 있다.

이 과정에서 연구자는 연구를 위한 이론들, 자료들의 의미, 참여자들이 사용하는 용어, 참여자들의 내부자적 시각, 진행자로서의 연구자 시각, 연구자의 해석, 연구자의 창의성을 적절히 배합하면서 [그림Ⅲ-4] 처럼 46개 카테고리를 5개로 축약, 의미 있는 주제를 생성하게 되었다.



[ 그림Ⅲ-4 ] 주제 도출

이런 과정은 생성된 주제에 대한 해석이나 의미부여 과정을 통해 연구문제와 관련된 것 즉, 프로그램에 대한 노인들의 태도, 프로그램이 갖는 문제점, 프로그램을 통한 관점의 변화 모습, 땀놀이 곳의 효과성 등 연구와 관련된 의미가 제공되었다.

## 5. 연구의 타당성 확보와 윤리

타당도 작업은 연구자가 도출한 결론이 과연 연구하려고 한 내용을 정말로 연구하였는지를 밝히는 과정이다(김영천, 2010:165). 질적연구의 경우 연구의 신뢰성 확보를 위하여 다양한 의견들이 존재하고 있으며(이용숙 외, 2006; 제프리 E. 밀스, 2007; 김영천, 2010), 새롭고 진보적인 타당도 작업의 활동들이 계속적으로 연구되고 있다. 그러나 과학과 비과학의 경계를 구분해야하는 연구의 타당도 확보를 위하여 구체적으로 어떤 활동을 해야 할 것인가에 대하여 어느 정도의 합의가 이루어졌다. 이런 장치로서 Lincoln과 Guba(1985. 이용숙외 5인, 2006:39, 재인용)가 제시한 신뢰도준거(trustworthiness criteria)가 일반적인데 제시한 준거

를 모두 만족시키기에는 시간, 심층적 기술력 부족, 인간관계, 진행자로의 위치 등 연구자가 직면한 다양한 제약으로 인해 불가능하였다. 그래서 본 연구를 위하여 연구자는 이들이 제시한 것 중 ‘트라이앵글레이션’, ‘연구현장 구성원에 의한 연구결과의 평가’, ‘참조자료의 사용’, ‘자기 반성’이라는 준거를 사용하기로 하였다.

### 1) 트라이앵글레이션(Triangulation)

두 가지 이상의 방법을 사용하여 현상을 연구하는 것을 의미하는데, 한 가지 방법의 사용에서 야기될 수 있는 연구 자료 해석의 결점과 판단오류를 보완할 수 있기 때문이다. 이용숙 외(2006)는 상이한 두 가지 이상의 방법들이 동일한 현상에 대하여 동일한 결과를 도출하였을 때 연구자가 내린 결론이 보다 신뢰로운 입장을 지지할 수 있다고 설명하면서, 타당도 평가를 위한 가장 일반적인 방법의 하나라고 진술했다. 이를 위해 본 연구는 참여관찰, 심층면담, 연구보조자 답변 세 가지 자료 수집 방법을 사용하였다. 관찰과 면담은 연구 과정에서 상호 보완적인 기능을 할 수 있었다. 참여관찰을 통해 놓친 것 즉, 연구자가 볼 수 없었던 것 행동이나 생각, 장면들에 대해 진실된 자료를 얻기 위해 ‘면담’이라는 2차장치를 두었다.

프로그램에 적극적으로 참여한 노인들 중에서 다섯 노인을 만나서 면담을 실시하였다. 이러한 면담을 통해 연구자는 연구자가 의도하지 않았던 중요한 이야기나 정보 또한 얻을 수 있었다. 면담이 가지는 한계는 연구보조자의 객관적인 시각인 연구보조자의 답변 내용인 3차장치를 통하여 보완되었다. 면담이라고 하는 것이 연구자가 여유를 가지고 기다려도 연구 참여자는 압박감을 느낄 수 있으며, 자신의 의견을 노출시키고 싶지 않을 때는 묵비권을 행사하거나 거짓을 말할 수도 있다. 그리고 본 연구는 프로그램 진행 후 실시하는 면담이었기 때문에 기억에도 한계가 있다. 이러한 면담의 특수성으로 인해 진실이 가려질 수도 있고 진실이 왜곡되어 드러날 수도 있다. 이를 위해 보조진행자역할을 동시에 수행하는 연구보조자들이 참여하면서 어르신들과 경험한 내용들에 연구보조자 답변이라는 안전장치를 둬으로써 연구자는 훨씬 진실된 자료를 얻을 수 있었다.

다음은 연구 참여자인 어르신들과 연구보조자들에 대한 참여관찰, 심층면담, 질문지 답변 일정이다. 또한 의미 분석의 과정에서도 연구자 주관적인 입장에서

진행되는 것을 방지하기 위하여 <표Ⅲ-4>와 같이 연구자, 연구보조자, 연구 참여자가 서로 상호보완적인 관계를 유지하면서 의미를 도출하고 해석하는 과정을 밟았다. 그리고 지도교수와 박사과정 중인 두 연구 선배와의 논의도 이루어졌다.

<표Ⅲ-4> 트라이앵글레이션 내용

자료수집	참여관찰 - 관찰서술일지, 결과물, 비디오촬영 자료 심층면담 - 다섯 명을 선정 인터뷰. 질문답변 - 연구보조자 이메일 답변자료
자료분석	연구자 - 범주화, 의미도출, 전문가와 논의, 이론과 관련분석 연구보조자 - 범주화, 의미도출 연구참여자 - 의미도출에 대한 확인 지도교수와 선배연구자-범주화와 의미도출에 대한 논의

## 2) 연구현장 구성원에 의한 연구결과의 평가(Member checking)

본 연구는 복지관이라는 공간 속에서 프로그램을 진행하는 연구자와 어르신이라는 연구 참여자에 의해 이루어졌다. 자료수집과 자료분석의 과정에서 연구자는 주체적으로 현상이나 개념에 대하여 해석하고 의미부여를 하여 연구결과가 도출되었다. 이러한 결과가 도출되는 과정에서 연구 참여자들의 행동이나 경험한 것에 대해 연구자가 통제하지 못하는 연구자의 주관에 개입될 수 있어서 참여자들의 의중이 잘못 이해될 수 있는 위험이 있다. 따라서 연구자의 해석이나 의미부여 내용을 연구 참여자와 연구보조자에게 공개하여 이들과 논의의 과정을 거침으로써 보다 타당한 연구결과를 이끌어내고 싶었다. 이런 과정은 자료 해석 시 오류를 줄일 수 있으리라 기대했고, 제언점 제시와 연구에 생기를 불어넣을 수 있으리라 기대했다.

연구 참여자 중에서 전문직종에 근무하다 퇴직한 사례자5와 3년째 노인프로그램에 참여하고 있는 연구보조자2를 구성원에 의한 평가자로 정하여 평가과정이 <표Ⅲ-5>처럼 2단계로 이루어졌다. 이러한 과정 중에 사례자5와의 논의과정에서 자료 해석에 대한 평가연구물의 분량으로 인하여-어르신이라 14급으로 출력했기 때문- 연구물을 전하면서도 심리적인 부담을 제공하지 않을까 염려스런 마음이 생겼다. ‘부드럽게 잘 표현이 되었네요. 잘 된 것 같으니 알아서 써 주시고, 결과물(논문)이 나오면 한권 줄 수 있나요?’라는 물음을 건네 왔다. 사실 섬세한 논의

의 과정을 기대했던 연구자는 스스로 평가 받기를 포기해야만 하였다. 분량이 많음으로 해서 부담을 제공한다는 생각을 지울 수가 없었고, 세밀하게 봐주기를 기대하는 것은 연구자의 욕심이 아닌가하는 생각이 들었기 때문이다. 그럼에도 불구하고 이러한 점은 아쉬움으로 남았다.

이러한 아쉬운 점을 보완하고 객관성 검증과 연구에 대한 타당도와 참여자에 대한 윤리적인 표현 등을 위하여 연구보조자2에게 논문쓰기 전 과정을 공개하고 논의와 평가 받는 과정을 거쳤다.

<표Ⅲ-5> 연구참여자에 의한 연구 결과 평가 내용

	날짜	논의대상	논의를 통해 얻은 것	참여자
연구실행 중	2010. 5. 4	뭍놀이 곳 경험의 의미에 대한 분석	자신들의 의중 잘 파악 확인, 밝은 접근 요구하여 제언점 결정에 도움	사례지5
논문쓰기 중	2010. 7. 12	논문쓰기에서 진행과 연구 참여자에 대하여 객관적인 표현의 적절성 및 전체적인 해석	적절하게 표현되었음을 확인시켜줘서 타당도 확보로 인해 심리적 안정. 이론적 배경에 대한 논의에 의해 보완.	연구 보조자2

### 3) 참조자료의 사용(Referential adequacy materials)

현상으로 생성되었다가 사라져 버리는 사회적 실재를 인간의 오감을 통하여 분석하는 데는 한계가 있다. 이에 테크놀로지 또는 참조체제를 사용하여 그 현상이 사라져 버린 후에도 계속 관찰하여 객관적으로 그리고 일관되게 분석할 수 있다면, 이러한 연구과정에서 도출된 분석 결과는 그렇지 않은 결과에 비하여 훨씬 신뢰할 수 있다고 말할 수 있다(이용숙 외, 2006:41). 그리하여 분석을 위한 참조자료로서 사진, 캠코더테이프, 메모, 문서자료, 연구보조자 답변지, 결과물, 현장기록지(참여관찰일지, 서술적관찰일지) 등을 사용하였다.

### 4) 자기반성(self-reflectivity)

현장조사자는 타인에 관한 자기 해체적 반성을 시도할 수 있는 안목과 실천력을 소유하는 것이 필요하다. Lather(1991)에 따르면 자기반성을 통해 연구의 과

정과 결론에 영향을 끼칠 수 있는 연구자의 잠재적인 편견이나 관점을 연구자가 스스로 인식하고 비판적으로 성찰하게 함으로써 연구를 보다 진실한 것, 과학적인 것으로 승화시키는 역할을 한다고 평가하고 있다(이용숙 외, 2006:82). 따라서 연구자는 본 연구에 영향을 끼쳤을지 모르는 주관적 가정과 신념, 상황을 규명해 봄으로서 본 연구의 객관성을 확보하고자 한다.

그런데 자신에 대해 솔직하게 드러낸다는 것은 용기와 결심이 필요하고, 어떤 점에서는 냉철함이 요구되기도 한다. 그리고 처음으로 연구를 진행하는 입장에서 어떤 형식으로 자기반성이 이루어지는 지도 알기가 어렵다. 그리하여 앞서도 언급했듯이 장미남(2006)을 참고하여 본 연구의 타당도를 위해 자신에 대하여 드러내고자 한다. 막상 드러내려고 하니 다른 사람에게 드러내고 싶지 않은 사적인 이야기를 공개적으로 해야 하는 불편함이 느껴지기도 하고 가장 객관적일 수도 주관적일 수도 있는 자기 자신의 판단을 공개해야 하는 것이 망설여지기도 한다.

하지만 이러한 결심이 질적 연구의 타당도를 높이기 위해서이고 연구자에 대해 솔직 담백하게 밝혀야 하는 것이 연구자로서의 도리인 것 같다. 그래야만 연구를 읽는 독자들이 연구자를 둘러싸고 있는 주관 인자들을 염두에 두고 연구자의 연구 결과를 재해석할 수 있을 것이라 믿기 때문이다. 이에 연구자는 사회적 지위, 가정사, 가치관, 연구 참여자들과의 만남과 관련된 사적인 이야기를 통해 연구자의 주관적 인자를 드러내고자 한다.

연구자의 사회적 지위는 평생교육현장과 상담현장에서 일하고 있는 프리랜서이다. 학생상담봉사자로서 처음 아이들을 만나기 위해 공부하는 과정에서 소통에 문제가 있음을 알게 되었고, 자신에 대한 이해가 우선시 되지 않고는 상담자로서 역할을 할 수 없음을 알게 되었다. 그때부터 시작된 상담공부는 집단상담 참여로 이어지고, 또한 사이코드라마 경험을 집중적으로 하며 자신의 심리적인 문제를 해결하려 노력하게 되었다. 10여년 흐르는 과정 속에서 자신에 대한 이해는 타인에 대한 이해로 자연스럽게 이어졌고, 세상과도 화해(세상은 내편이 아니라고 늘 생각했었다)를 시작하게 되었다. 이러한 경험은 자연스럽게 이 사회를 위해서 무언가 할 수 있을 것 같은 책임감을 불러일으켰다.

집단구성원으로 부담 없이 참여했던 때와는 다르게 집단을 운영해야 되는 입장이 되니 부담감이 느껴지고, 더욱이 진행자로서 현장에 서려하면 매번 떨림과

울렁증이 생긴다. 다행인 것은 10년이 넘게 상담과 관련된 공부를 해왔기에 만나는 참여자/내담자들이 낯설지가 않고 이웃 같고 가족 같다는 사실이다. 그리고 진행자의 일거수일투족이 그들에게 많은 영향을 미친다는 것을 참여 경험을 통해 알고 있고, 수용의 자세로 임하다보면 진실한 만남이 이루어지다는 사실을 알고 있었기에 조급하지 않고 기다릴 수 있는 여유가 스스로 생겨있다는 것이다. 그럼에도 불구하고 이번 연구 집단은 특히 남자어르신들이 주를 이루어 초기에는 긴장한 상태로 집단에 참여했음을 인정한다.

연구자는 어렸을 때 복잡한 가정환경으로 인하여 방치되다시피 키워졌다. 그러한 환경에서 스스로 살아남기 위해 택한 방법으로 인해, 혼자 생각하고 결정하는 독립적인 성격이 만들어졌다. 그러한 선택은 성인이 된 다음에 주변의 관계들 속에서 소통이 잘 이루어지지 않는 상황으로 발전해 있다는 것을 알게 되었다. 긴 시간 이러한 패턴에 대하여 상담을 받아왔고 스스로 달라졌다고 느끼기도 하지만 여전히 혼자 결정하고 나서 후회하는 상황이 발생하기도 한다.

따라서 이러한 연구자의 성향은 이번 연구에서도 어떤 모습으로든 영향을 미쳤을 것이라고 생각이 든다. 예를 들어 복지관 담당자와 사전에 보다 긴밀한 논의의 과정을 거쳤다면 어르신들에게 ‘더 효율적인 접근을 할 수 있지 않았을까’라는 생각과 ‘지도교수와 논의가 잘 이루어지지 않았었구나’라고 생각하게 되었다. 연구를 진행하면서 연구 설계와 연구방법에 대해서 질문을 하고 논의하기보다는 혼자 해석하고 속단한 결과 연구가 잘못 진행돼서 당황했으며, 그 결과 시간을 낭비하여 연구과정이 지루하게 흘러갔다. 그럼에도 불구하고 어려운 환경 속에서도 끈끈하게 자신의 목표를 향하여 매진하였던 특성이 이번 연구에도 나타나, 포기하지 않고 연구물을 출판하는 단계에까지 올 수 있었지 않았나를 생각하면 가정사가 연구자에게 미친 긍정성도 찾아내는 경험을 하게 되었다.

연구자는 ‘열심히 배우고 익혀 사회에 유산을 남기자’라는 실천적인 가치관을 가지고 있다. 그래서 뽕놀이 곳을 경험하면서 좋았던 기억들을 떠올리며 어르신들에게 의미있는 경험이 될 수 있도록 최선을 다했다고 생각한다. 어르신들이 뽕놀이 곳을 특별하게 경험하고, 즐거웠던 추억으로 가슴 속에 기억하고 있다는 내용을 면담을 통해 들었을 때 정말로 기뻐고 벌써 사회에 유산을 남긴 느낌이다.

그러면서도 한편으론 연구결과에 영향을 미치는 부정적인 이야기들이 나올까

봐 조마조마 하기도 했음을 숨길 수가 없다. 분석하는 과정에서도 연구자는 양심적으로 객관성을 유지하려 노력하였으나 연구자 역시 욕심에 나약한 인간인지라 연구결과가 긍정적으로 나오도록 무의식적으로 영향을 끼쳤을 수도 있다. 따라서 연구자는 사회적 지위, 가정사, 가치관 등을 드러냄으로써 연구의 객관성을 보장 받고 연구의 타당도를 보장 받고자 한다.

## 5) 연구윤리

실행연구에서 무엇보다 중요한 것은 연구의 윤리일 것이다. 즉, 연구현장을 제공해주고, 그러한 연구 결과를 생산하는데 기여한 연구현장 구성원의 복지를 위하여 연구자는 연구의 시작부터 끝까지 윤리적 의식을 가지고 작업을 해 나가야 한다(이용숙 외, 2006:74). 더욱이 실행연구가 질적인 연구이고 그 과정 또한 그대로 기술되고 연구 참여자들의 생각이나 행동이 그대로 노출되기 때문에, 연구자는 연구의 윤리를 준수하기 위해 다음과 같은 윤리적 장치를 두었다.

첫째, 연구자의 연구는 한 지역의 구성원들로 이루어진 특성이 있어서 연구 참여자들의 사생활보호를 위하여 특히 유의할 필요가 있었다. 이에 연구자는 본 연구 논문에 제시된 연구 참여자들과 연구보조자의 이름을 모두 가명으로 하였다.

둘째, 실행연구를 하기 전 프로그램에 대해 소개를 할 때, 프로그램에 임하는 어르신들의 참여과정과 참여결과물, 비디오 촬영물, 면담한 내용 등이 모두 연구자의 연구에 사용된다는 것을 명시하였고, 이에 대해 어르신들은 동의하였다.

셋째, 면담이나 촬영사진, 프로그램 결과물 등 연구 참여자들로부터 얻은 자료와 정보는 연구 이외의 그 어떤 용도로도 사용하지 않았다.

이상과 같은 윤리적인 이유로 본 연구에서 얻은 자료는 연구자와 연구보조자만이 알고 있는 내용이고 그 어떤 곳에도 누설하지 않음으로서 최소한의 연구윤리를 지키게 되었다.

## 6. 연구절차

본 연구의 목적은 땀놀이 곳을 적용하면서 노인들과 연구자 자신의 변화를 발견하기 위한 것으로 Mills(2007)는 연구과정 중에 멈춰서 분석하고 성찰하는 과정이 필요하다고 하였다. 이에 성찰을 통하여 다시 생각하고 재계획하는 단계를 연구절차에 포함하였다. 그러나 본 연구는 학교교실 현장과는 다르게 재실행의 기회를 잡기가 쉽지 않았다.

현장이란 변화가 심하며 더구나 진행자가 대상을 선택하는 것은 용이하지 않다. 동일한 대상과 동일한 환경에 놓여있는 비교집단을 만나기는 쉽지 않은 일이라서 연구자는 8회기를 진행하는 과정에서 반성과 실천의 자세로 검토하고, 성찰하고, 평가하는 자세로 임하였다. 또한 이를 기술하고 의미 분석한 내용을 토대로 다음 현장에서 만나게 될 노인들을 위하여 땀놀이 곳을 적용할 프로그램의 기초자료로 활용할 계획이다. 이 연구는 다음실행을 위한 자료가 되고 이러한 과정의 반복은 노인상담 현장의 질적인 변화와 연구자 자신의 전문성을 향상시키기 위함이다.

연구를 위해 다음과 같은 7단계의 절차를 진행하였으며 단계별 연구 절차를 나타내면 <표Ⅲ-6>과 같다.

<표Ⅲ-6> 연구진행절차

단계	실행단계	내용	자료분석방법	기간
1단계	땀놀이 곳 적용 계획	땀놀이 곳 적용 계획안 작성	내용 분석	2009. 7. 10~9. 10
2단계	1차 죽음을 주제로 한 땀놀이 곳 적용 활동	매주 2시간씩 총 2회에 걸쳐 실시	자료수집 내용분석	2009. 9. 11~9. 18
3단계	1차 활동에 대한 되돌아 보기 및 2차 활동계획	1차 활동의 반성 및 문제점 분석, 다시 계획	내용분석	2009. 9. 18~9. 24
4단계	2차 죽음을 주제로 한 땀놀이 곳 적용 활동	매주 2시간씩 총 6회기에 걸쳐 실시	자료수집 내용분석	2009. 9. 25~10. 30
5단계	1, 2차 활동에 대한 되돌아보기 및 면담 계획	1, 2차 활동에 대한 반성 및 문제점 분석, 반구조화질문지 작성	내용분석	2009. 11. 1~2. 20

단계	실행단계	내용	자료분석방법	기간
6단계	어르신들의 경험을 기록으로 남기기 위한 전략 모색(심층면담)	심층적인 면담을 위해 인터뷰	사례수집 내용분석	2010. 2. 22~2. 25
7단계	총체적인 해석 및 평가	뫼놀이 곳 활동에 대한 전반적인 해석 이해	내용분석	2010. 2. 22~4. 20

### 1) 1단계: 뫼놀이 곳 적용 계획(2009. 7. 10 ~ 9. 10)

연구자는 900시간이 넘는 뫼놀이 곳 참여경험을 통하여 뫼놀이 곳이 활동적이면서도 심리적인 접근과 놀이적인 요소를 겸비하고 있다는 사실을 알고 있다. 그리고 2007년 ‘자서전쓰기’ 진행팀에서 노인들과 인연을 맺으며 그들의 외로움과 심리적인 고통의 흔적들을 알게 되었다. 그 동안의 경험을 살려 노인을 대상으로 뫼놀이 곳을 적용할 수 있다면 좋겠다는 생각을 하고 있었고, 그 기회는 빨리 찾아왔다.

D복지관에서 8회기 집단상담 의뢰가 들어왔다. 죽음에 대한 교육 총 15회기 중 4회기부터 11회기까지 이루어지는 집단상담시간에 인생을 정리할 수 있게 두 시간씩 8회기를 진행을 요청해 온 것이었다. 위와 같은 내용의 의뢰였고, 연구 집단을 물색하고 있던 연구자는 쉽게 수락하였다.

노인을 대상으로 심리적인 안녕감에 대한 연구물들이 많이 있음에도 불구하고 축적된 정보와 심리적인 접근 방법에 대해서는 자료가 미약한 입장이다. 담당자 역시 죽음과 관련된 주제로 인생을 정리할 수 있는 심리적인 접근을 요청을 하면서 프로그램 구성과 진행은 연구자 몫으로 맡겨주었다. 따라서 노인들과의 경험을 되살리며 그들에게 재미와 의미를 함께 추구할 수 있는 점과 연구문제를 아우르는 뫼놀이 곳을 적용할 계획을 세웠다.

그러나 막상 어르신들을 대상으로 ‘죽음’이라는 주제를 가지고 ‘뫼놀이 곳’을 적용하여 프로그램을 진행할 생각을 하니 심리적인 부담감이 밀려왔다. 죽음과 관련된 자료<sup>6)</sup>들을 보며 프로그램을 재구성하는 과정에 뫼놀이 곳을 적용하려 하니 많은 고민이 되었다. 복지관 입장 또한 ‘죽음준비교육’의 일환으로 진행되고, 타지역의 죽음준비 전문 강사를 초빙하지 못하는 한계를 인정하지만 프로그램은 맞추어주었으면 하는 소망을 제시했다. 뫼놀이 곳 적용이 기관에서 원하는 주제

에 맞추고, 짧은 시간 속에서 가능한 일인가? 구성원이 경노당 임원들이라 대부분의 남자 어르신이라 행위적인 접근에 대하여 저항하면 어떻게 해야 하나? 이미 개발돼 있는 죽음준비교육프로그램이 있는데, 연구 때문에 뭍놀이 곳을 적용하려고 하는건 아닌가? Here & Now에서 구성원들의 욕구를 파악하고 그들의 욕구에 맞게 진행되는 방식인 뭍놀이 곳이 너무 틀 속에 갇히는 건 아닌가? 노인들의 특성 상 신체적인 기능의 약화와 견고한 인지적인 틀로 인하여 변화로 이어지는 행위가 일어날려면 많은 시간이 필요한 데 그러기엔 무리 아닌가?

여러 가지 생각들이 오고갔고 머릿속이 복잡해졌다. 그래도 뭍놀이 곳을 적용하고 싶었다. 왜냐면 보조진행자로 3년간 만나온 어르신들은 강의식으로 진행되던 교육에서 참여식으로 진행되는 방식에 재미있어 했으며 가슴 속에 담아놓은 말과 감정들을 풀어내고 싶어 했다는 판단 때문이다. 처음 접하는 방식에 낯설어하고 쉽게 참여하기를 망설였지만 그들은 기회가 주어지기를 기다리고 있다는 판단이 생겼다.

결심이 행위로 이어지기 위해서는 용기가 필요했고, 연구자 자신의 자원과 놓여진 상황을 이해하는 게 필요했다. 연구자는 앞에서 언급했듯이 뭍놀이 곳 참여 경험을 통하여 심리적인 문제들에서 놓여난 경험이 있으며 사이코드라마지도자 1급과정 중에 있다. 그리고 평생교육사로 참여한 프로그램에서 어르신들의 숨겨진 욕구를 읽게 되었다. 또한 행위적인 접근으로 참여를 유도해온 프로그램을 지금까지 진행해오고 있는데 익숙한 방식을 따르는 것은 당연한 일이라는 확신이 섰다. 그리고 무엇보다 어르신들의 숨겨진 주제를 드러내게 하고 싶었다. 망설임은 늘 우리를 제자리에 맴돌게 한다. 비록 서툴고 실수가 따를 지라도 어르신들의 마음속으로 들어가는 시도를 할 때가 되었다는 판단이 섰다. 앞에서 언급한 것처럼 어르신들은 심리적인 접근을 필요로 하고 있고, 10여년의 뭍놀이 곳 참여 경험이 그 필요를 충족시켜줄 것이라는 확신을 할 필요가 있었다. 선행연구물을 보고 싶었다. 시내 3개 도서관, 대학도서관과 교내 전문도서관, 학술자료 사이트, 주변 선배들, 지도 교수, 상담심리학과 교수들을 만나고 찾아다녔다.

이러한 과정을 통하여 알게 된 사실이 노인을 대상으로 한 뭍놀이 곳 연구물을 국내에서는 찾을 수 없었다는 것이다. 마지막으로 전문도서관을 통하여 외국 논문을 요청하고 번역하여 참고하려고 시도해 보았으나 이미 연구기간이 많이

흘러 있었고 여러 가지 여건 상 포기하고 말았다. 국내에 뽀놀이 곳을 활용한 노인대상 연구물이 없다는 것, 이것은 무엇을 의미하는가? ‘노인을 대상으로 한 뽀놀이 곳을 실시하지 않았다는 말인가?’ 아니면 ‘실시해도 결과물을 남기지 않았다는 말인가?’라는 의문이 생겼고, 처음 시도라 여러 가지로 미숙하겠지만 뽀놀이 곳을 적용하고, 연구결과를 기록으로 남길 방법을 없도록 남기고 싶었다.

그리하여 다음 현장에서 만나게 될 노인을 위하여 뽀놀이 곳 활용을 시도하는 준비단계로 죽음준비교육 매뉴얼을 사용하고 글쓰기 후 나누는 과정에서 뽀놀이 곳의 기법들을 일부 적용하여 참여노인들의 반응과 경험의 의미를 파악하는 연구로 목표를 삼고 연구를 진행하기로 했다. 죽음준비교육관련 연구자들의 매뉴얼과 저서<sup>7)</sup>를 참고하고, 그동안 900시간의 지도자 훈련과정을 통하여 연구자 자신에게 녹아있는 뽀놀이 곳의 철학과 최현진(2003)의 저서를 참고하여 <부록 5>와 같이 8회기 프로그램을 만들었다.

자료를 수집하고 정리하고 프로그램을 구안하는 과정을 돌아보면 프로그램의 가장 큰 아이디어는 노원시립노인복지관(2007)의 ‘죽음준비학교’ 매뉴얼과 각당복지재단(2007)의 ‘웰다잉 매뉴얼’, 유경(2008)의 ‘죽음준비학교’와 최현진의 ‘사이코드라마 이론과 실제’이었고 이를 바탕으로 연구자가 적절하다고 판단되는 프로그램을 첨가하거나 수정하는 등의 개선작업을 통하여 현장에 적용할 수 있는 모습으로 바꾸어 나갔다. 그리고 시작과 중간, 나누기 부분에서는 활동중심적인 뽀놀이 곳 중심으로 프로그램을 재구성하였다.

이러한 아이디어를 가지고 실행연구인 반성적 작업을 위하여 2009년 9월 2일 연구자의 연구를 도와줄 연구보조자 3명과 함께 프로그램에 대한 논의를 하였다. 논의 내용은 주로 프로그램의 문제는 무엇인지, 문제가 있다면 그 대안은 어떤 것인지, 첨가·삭제되어야 할 것은 무엇인지, 새로운 아이디어는 어떤 것인지 등에 관한 것이었다. ‘시간이 짧다는 느낌이 든다’, ‘남자어르신이 대부분인데 심리적인 접근이 용이할까?’, ‘사전회의와 평가의 중요성 인식’등의 이야기들이 오고 갔고, 진행 후 식사시간을 이용하여 평가회의를 하기로 결정하였다.

그러나 이러한 과정을 돌이켜 생각해보면 지도교수와 사이코드라마 전문가와 섬세하게 논의의 과정을 거치지 않은 것을 반성하게 되었다.

## 2) 2단계: 1차 땀놀이 곳 적용 활동(2009. 9. 11~9. 18)

1차 땀놀이 곳 적용하기는 매주 1회, 2회기에 걸쳐 진행되었다. 진행은 연구자가 직접 하였고, 보조진행자/연구보조자 3명, 기관의 복지사가 참여하였다. 복지관 1층에 위치해 있는 다용도실에 카페트를 깔고 원탁탁자를 중심으로 참여한 어르신들이 4~5명씩 나누어 둘러앉고 진행되었다. 프로그램에 대한 안내와 연구에 대한 안내, 노래가사, 건강박수에 대한 유인물을 배포하고 시작되었다. 매 회기는 두 시간씩 진행되었는데, 끝나는 12시에 맞추어 복지관 식당에서 점심이 어르신에게 제공되기 때문에 시간을 맞추어 끝내야 했다. 다행히 앞서 3회기가 죽음에 대한 강의라서 쉽게 죽음에 대하여 대화를 시작할 수가 있었다. 간략한 죽음과 관련된 이야기를 하고, 천을 이용하여 죽음에 대한 느낌을 나누었다. 2회기를 통하여 만남이 시도되었다. 1회기의 화기애애 했던 분위기와는 다르게 2회기에 어르신들은 불편한 심기를 표현하였다. 진행과정은 참여자들의 동의를 받고 캠코더를 사용하여 촬영하였고 결과물 분석을 위한 자료로 수집하였다.

## 3) 3단계: 1차 활동에 대한 되돌아보기 및 2차 활동계획(2009. 9. 18~9. 24)

1차 활동 후 땀놀이 곳 적용에 대한 연구자 노트, 결과물에 대한 자료를 분석하였다. 2회에 걸친 땀놀이 곳 적용에 대하여 되돌아보고 점검하여 총체적인 활동에 대한 평가와 반성을 하였다. 그리고 3명의 연구보조자와 함께 분석회의를 하였다. 생리적인 현상으로 중간에 자리를 이탈하는 행동에 대한 논의와 초기 저항에 대한 논의가 이루어졌다. 집단초기에 있는 자연스런 현상이라고 받아들이는 의견과 당황스럽고 힘들어서 다음 회기가 어떻게 진행될지 염려가 된다는 의견이 있었고, 그러한 과정에 대하여 충분히 논의의 시간을 가졌다. 침착한 진행자의 수용적인 태도에 대하여 긍정적인 반응이 있었고, 어떻게 하는 것이 앞으로 어르신들과 의미 있는 시간을 보낼 지에 대하여 논의하였다. 어르신들의 반응과 진행 방식 등에서 적절성을 판단하며 문제점을 발견한 후, 대안을 세워 2차 활동을 계획하였다.

수정된 내용은 다음과 같다.

첫째, 중간에 휴식시간을 10분간 갖도록 한다.

둘째, 휴식시간 후 원탁탁자를 치우고 활동하기 용이한 환경을 조성한다.

셋째, 활동에 대한 설명을 반복 설명하고, 뭉놀이 곳을 어르신들의 속도에 맞추어 유연하게 적용한다.

#### 4) 4단계: 2차 뭉놀이 곳 적용 활동(2009. 9. 25~10. 30)

1차 활동 논의 결과 노인의 반응 양상과 진행과정에서 나타난 제반 문제점을 보완하였다. 예를 들어 프로그램진행에 대한 자세하고 반복적인 설명과 휴식시간을 가진 점이다. 그리고 휴식시간을 이용하여 차를 권유하는 등 참여자와 상호교류적인 태도를 통하여 편안한 분위기를 유도하였다. 그리고 초반회기에 심리적인 접근이 용이하도록 보조 자료로 음악과 시를 활용하여 감정의 열림과 단함을 도왔다. 복지사의 판단으로 어르신도우미 몇 분이 투입된 것도 집단의 분위기를 변화를 이끌었고, 회기가 진행되면서 어르신들은 집단의 흐름에 몰입되어 적절한 활동을 하였다. 2차 활동은 총 6회기가 진행되었다. 그러한 과정 중에 연구 계획과는 다르게 4회기가 추석을 앞둔 시점이라 ‘나의 사망기’대신 ‘잊을 수 없는 사람’으로 수정하여 실시되었다.

#### 5) 5단계: 1, 2차 활동에 대한 되돌아보기 및 면담 계획(2009. 11. 1~2. 20)

1, 2차 활동에 대하여 전체적인 해석과 평가의 단계이다. 활동에서 나타난 어르신의 반응 양상과 진행자 반성의 의미를 재구성하였다. 그 동안의 활동을 돌아보면 4회기를 수정하여 추석을 앞둔 시점에서 ‘잊을 수 없는 사람’의 시간을 만들어 그리움 해소와 화해의 시간을 갖도록 한 것은 의미 있는 일이었으나, 자서전 만들기 자료수집이 더딘 점과 자서전 만들기가 많은 부분 연구자의 몫으로 넘어온 과정을 돌아보면서 치료제시를 구체적 예를 들어 제시하지 못한 점이 반성되었다.

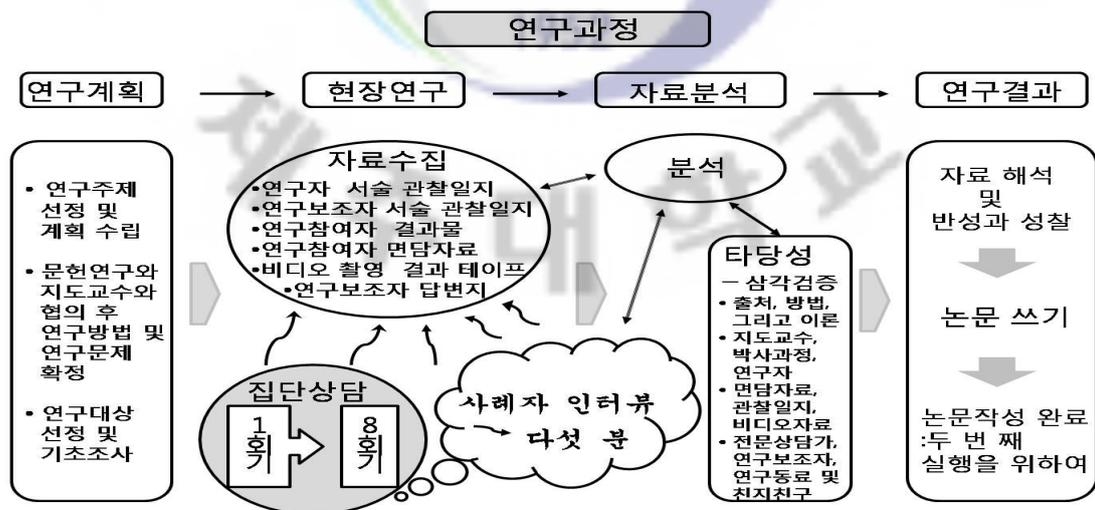
그럼에도 연구자 또한 연구 참여자로서 어르신들과 함께 만들어가는 활동이 되도록 어르신의 양상을 다각적인 관점에서 이해하려 하였고, 연구의 심도 있는 접근을 위하여 지도교수와의 논의를 거쳐 적극적인 참여자 다섯 어르신을 선정하여 면담계획을 세웠다.

6) 6단계: 심층면담(2010. 2. 22~2. 25)

<부록 1>의 연구 참여 안내문과 <부록 2>의 연구 참여자 질문지 내용과 같은 반구조화질문지를 지도교수와 상의하여 만들었다. 면담은 연구 참여자들의 요구에 의해 자택과 경노당에서 편안한 분위기 속에서 이루어졌다. 연구 참여 안내문의 내용을 설명하고 연구 참여 동의서를 받았다. 질문은 어르신들의 이야기 흐름을 방해하지 않고 문항의 차례에 관계없이 자유롭게 진행하였다. 관심표명이 없는 문항은 그대로 넘어가는 유연함을 갖고 실시하였다. 면담은 약 한 시간에서 한 시간 반 정도 진행되었다. 면담의 과정은 어르신들의 경험에 대한 의미를 파악할 수 있는 소중한 기회이기도 했으며, 또한 경노당의 모습과 어르신들 삶을 들여다볼 수 있는 기회가 되었다.

7) 6단계: 총체적인 해석 및 평가(2010. 2. 22~ 4. 20)

앞서 실행한 1차와 2차 활동, 그리고 면담의 전체적인 해석과 평가의 단계이다. 활동과 면담에서 나타난 어르신들의 반응 양상과 진행자 자신의 반성적 의미를 재구성하였다. 어르신들의 양상을 다각적인 관점에서 이해하려 연구보조자와 선배 연구자, 친지와 지도교수의 재평가 과정을 거쳤으며, 연구자의 자기반성 및 내적 변화 과정을 통해 전반적인 해석과 평가를 하였다. 이상과 같은 절차를 거쳐 논문쓰기까지의 연구과정을 도형으로 나타내면 [그림III-5] 과 같다.



[그림III-5] 연구과정

## IV. 연구결과

### 1. 뭉놀이 굿 적용의 반응과 반성

본 연구는 연구자의 석사학위 논문을 위함이기도 하지만 노인들의 뭉놀이 굿 경험을 통하여 자신과 만나고 묵은 감정을 풀어버리고 죽음에 대한 불안을 해소하고 남은 여생을 행복하게 살게 하는 데에도 목적이 있다. 따라서 뭉놀이 굿의 성공적 실행은 연구자뿐만 아니라 노인, 그리고 프로그램을 주관하고 있는 복지관에게 있어서 굉장히 중요한 문제이다. 이에 연구자는 성공적인 실행을 위해 차근차근 계획을 실행해 갔고 실행하는데 필요한 정신적 무장을 비롯하여 보조진행자의 교육, 진행공간의 물리적인 환경조성과 노인들에게 필요한 자료를 준비하는데도 적극적일 수 있었다.

D복지관에서는 죽음준비교육의 일환으로 ‘하늘소풍 준비하기’라는 프로그램을 진행하며 15회기 중에 8회기를 죽음을 주제로 하여, 집단상담 프로그램을 기획하였다. 따라서 프로그램을 의뢰받고 연구자가 직접 시립노원노인종합복지관에서 발행한 ‘죽음준비학교운영의 실제’ 매뉴얼과 최현진의 ‘사이코드라마의 이론과 실제’를 참고하여 프로그램을 재구성하여 지도교수의 지도를 받은 후, 죽음준비교육과 뭉놀이 굿이 가미된 방식으로 진행이 되었다.

예를 들어 죽음에 대한 느낌을 나눌 때도 언어로만 표현하기보다는 천을 활용하여 느낌을 표현한다거나, 쓰기 결과에 대하여 나누는 과정을 행위로 직접 표현해보는 방법을 활용하는 등 뭉놀이 굿적인 접근을 한 것이다. 그리고 지속적인 고민과 함께 연구보조자들과의 협의, 복지관 프로그램 담당자와의 논의, 그리고 지도교수의 조언을 받으며, 프로그램의 완성도를 높이기 위해 애썼다. 이러한 과정은 연구자의 연구에 대한 자신감을 높여 주었으며, 이런 자신감을 갖고 어르신들을 만났다.

### 1) 1차 뽀글이 굿 적용: 긴장과 저항

새로움이란 긴장감을 동반하는지 참여하는 어르신들도, 진행자로 간 연구자 자신도 얼굴표정들이 굳어있음을 감지할 수 있었다. 다소 딱딱한 분위기에서 계획된 프로그램이 진행되었으나 다행히 서로에게 집중하는 모습을 보이며 1회기가 끝나고 2회기가 이어졌다. 그러나 2회기 때 몇몇 어르신이 불편함을 털어놓았다.

#### (1) 실행 1회기

담당 복지사에게서 참여자에 대한 이야기를 들었는데도 불구하고 남자어르신들이 대부분인 공간으로 들어서며 약간은 긴장하는 마음으로 1회기가 시작되었다. 느껴지는 호기심은 관심과 욕구로 파악이 되고, 진행하기에는 최적의 조건이라는 생각이 들었다. 프로그램에 대한 안내와 앞으로의 8회기를 의미 있게 보내자고 하였다.

<표IV-1> 1회기 진행내용

회 기	1회기
소주제	과정 안내와 만남을 위한 몸과 마음열기
목 적	- 프로그램에 대해 알기 - 8주간 과정을 함께 하게 될 구성원 알기 - 느낌을 통한 죽음 인식
준비물	CD, CD플레이어, 검사지, 여러 가지 색갈천
내 용	- 진행자에 대한 소개와 과정에 대한 안내 - 워밍업: 스트레칭, 손풀기(긴장박수) - ‘우리들의 인생은 일흔 살부터’ 노래배우기 - 규칙정하기 - 마음열기(맞춤인사): 눈맞춤-입맞춤-손맞춤-마음맞춤 - 천을 이용한 죽음의 느낌 경험하기 - 나누기

<표IV-1>와 같이 프로그램에 대한 안내와 함께 진행을 도와줄 보조진행자를 소개하며 시작된 1회기는 집중력이 뛰어난 구성원들과 함께 한 회기였다. <부록 11> ‘우리들의 인생은 일흔 살부터’ 노래는 분위기를 활기차고 편안하게 만들었고, 새로 접하는 내용에 공감이가는 듯이 간간히 웃음을 터트렸다. 앞서 3회기를 죽음에 대한 강의를 들었다고 하였다. ‘죽음보다는 어떻게 하면 건강하게 살 수 있는지에 대하여 이야기하여 주십시오.’하며 한 분이 불편한 심기를 드러내었다.

죽음에 대한 주제는 무겁고 불편하다는 마음들을 표현하였다. 앞에서 언급하였듯이 우리 정서에서 죽음에 대하여 논하기를 회피하고 두려워한다는 이론을 입증하는 표현임을 알 수 있다. 우리 모두에게 공평하게 주어지는 죽음을 생각하며 <부록13>을 염두에 두고, 소풍가기 위한 준비를 하듯이 이런 기회에 죽음에 대한 준비도 해보길 권했다.

“소풍가려면 뭘해야 하나요? 말끔한 옷이나 음식도 준비해야 되지만 마음의 준비도 해야 되겠지요? 지금 내가 어떤 생각들을 하고 있는 지 살펴보기도 하고, 떠나기 전에 화해할 사람은 없나 생각도 해보고, 내 생각은 이런거다 가족들에게 남기기도 하는 이런 시간을 가지면서, 내 생각도 정리하고 다른 사람의 이야기도 들어보는 시간을 가지면 될 것 같아요. 어때요? 준비가 잘되면 어떨 것 같으신가요? 마음도 든든하고 여유가 생기겠지요. 그러면 자신도 훨씬 흥분하고 주변 사람들에게도 편안하게 대할 수 있고 남은 시간이 행복할 수 있을 거예요. 전 그래서 여러분 모두가 편안하게 하루하루를 지냈으면 합니다.”(2009년 9월 11일 연구자 진행일지)

서로의 긴장도 풀 겸 신체적인 위명업을 시작하였다. 둘씩 짝을 이루어 먼저 눈인사를 하고, 입으로도 ‘안녕하세요~’인사를 나누고, 손을 맞잡으며 상대방에 대해서 칭찬 한마디씩 하며 인사를 나누라고 하였다. ‘눈인사’는 서로 시선을 피하며 어색해했지만 ‘손인사’로 이어지며 ‘하하’웃음소리가 들리고 공간에 활기가 넘쳤다. 천(보조물)을 나누어드리고 만져보라고 하였다. 어여쁜 색깔을 음미하기도 하고 촉감을 느껴보라고 하였다. 남자어르신이 많아서 천에 익숙하지 않은 듯 하면서도 이리저리 뒤척이고 어떤 분은 어깨에 걸치기도 한다. ‘잘 하시네요!’하였더니 그런 행동을 해도 괜찮다고 느끼셨는지 한결 자연스러워진 태도들을 취한다. 자신들의 생각하는 죽음은 어떤 색깔, 어떤 느낌인지에 대하여 나누었다.

1회기는 노인들에게 프로그램 내용을 소개하고 구성원끼리 인사를 나누고 죽음에 대한 느낌들을 표현하게 하는 것이 목적이었다.

빨간천과 검은천을 들고, ‘사는 동안 정열적으로 살다 흠으로 돌아가고 싶다’

예쁜 여러 색깔천 들고, ‘못 먹고 못 입으시다 돌아가신 부모님 생각’

검은 천 하나들고는, ‘어머니가 천 하나로 치마 만들어 그것만 입다 돌아가서...’

파란색 천 둘을 들고, ‘푸른 색깔 청춘처럼 살다가 하늘과 같이 넓은 맘으로 돌아가고 싶다’

노랑고 초록색 천 들고, ‘죽을 생각하면 편안해서...’

분홍색 천을 들고, ‘아주 어여쁜 젊은이가 생각나서...’(2009년 9월 11일 캡코더자료)

어르신들은 첫 회기인데도 불구하고 자신들의 느낌을 잘 표현하였다. 시작 때와는 달리 한결 활기차고 재미있다는 표정으로 마무리가 되었다.

1회기는 프로그램에 대한 안내와 함께, 구성원에 대한 인사나누기, 자연스럽게 죽음에 대하여 말하기를 목적으로 진행되었다. 서로가 조금씩 알아가도록 하고, 자신의 마음상태, 느낌을 표현할 수 있도록 하는 것이 노인자신과 죽음교육과 뽀놀이 곳의 전체 위밍업이었다.

## (2) 실행 2회기

뽀놀기를 하며 <표IV-2>과 같이 2회기를 시작하였다.

<표IV-2> 2회기 진행내용

회 기	2회기
소주제	나알기
목 적	- 쓰기와 그리기활동을 통한 학창시절회상 기회제공 - 소그룹활동을 통한 구성원 관계 맺기 경험 - 나알기(별칭, 장점, 행복했던 순간, 경험한 죽음)
준비물	CD, CD플레이어, 꽃그림 활동지, 크레파스
내 용	- 노래로 여는 만남 - 위밍업: 제주민요에 맞추어 뽀놀기 - ‘꽃그림그리기(나는 누구인가?)’ - 소그룹활동을 통하여 이야기 나누기 마당 - 행복했던 순간과 슬펐던 순간과의 만남(뽀놀이 곳) - 나누기 마당

‘꽃그림그리기’를 통하여 자신에 대하여 생각하고 색깔로 표현해보도록 프로그램에 대하여 설명하였다. 자신의 별칭과 장점, 행복했던 순간, 죽음에 대한 기억, 프로그램을 통하여 얻고 싶은 것 등을 생각하고 적도록 하였다. 발표를 통하여 ‘돌담 쌓기, 밥할 때 물 잘 맞추기, 민요 잘 부르기, 건국사 잘 이야기하기, 노래 잘 부르기, 정원수 관리 잘하기’등의 장점 들이 있음을 알 수 있었다. 본 프로그램을 통하여 편안한 죽음을 맞이하고 싶다는 표현을 해주는 어르신들이 있었다.

죽음과 관련된 기억은 ‘교통사고의 끔찍함, 모친 장례식 때 내린 우박에 대한 기억, 임종을 지켜본 심정, 고통 없이 죽으신 부친에 대한 기억 군대 가서 죽은 아들 생각에 가슴이 미어짐’ 등 다양한 이야기들이 나왔다. ‘못다 나눈 이야기를 하기 위해 그 분을 만나고 싶은 분이 있으면 나오세요’라는 설명에 한 분이 나와서 주인공으로 선정 되고, 죽은 지 36년이 되었으나 아직도 어머니의 가슴에 강하게 살아있는 큰 아들과의 만남을 가졌다. 보조자로 아들역할을 할 어르신이 앞으로 나오고 ‘착하고 효자였던 내 아들, 보고 싶었다..’라며 눈물을 흘리며 어머니가 말한다. 가슴 속에 묻어두었던 말들이 나오고, 아들 역할로 역할교대 되어 들어간 어머니는 아들이 되어 ‘어머니, 이제랑 저를 잊어버리고, 너무 가슴 아파 하지마세요’라는 말을 한다. 편안하게 살길 비는 아들의 마음 표현이었다.

짧은 장면이었으나 어머니는 아들을 만났고, 가슴 아파하지 말고 편안해지길 비는 아들의 소망을 어머니는 당신의 목소리로 표현했다. 그러나 나누기가 이어지면서 어르신들은 불편한 심기를 드러내었다. ‘마음의 준비를 할 수 있게 보람된 교육을 원하는데 이런 상태로 진행되면 다음에는 오고 싶지 않다’, ‘우리를 초등학교로 아느냐, 그림을 그리라고 했다가 연극을 하라고 했다가!’ ‘경노당에서는 한 자리씩 하는 데 우리가 가서 알려줄게 없다’라는 말들이 이어졌다. 순간 진행자로서 당황되기도 했고 앞에 나왔던 주인공이 염려되기도 하였다. 그러나 한편으로 생각하니 어르신이 느끼는 불편함도 진실이고 자신의 느낌에 충실하고 있는 것이었다. 표현하는 것이 중요했다. 따라서 적극적으로 참여하고 적극적으로 자신의 불편함을 드러낸 2회기였다. 초기집단에서 보이는 저항의 모습이기도 하였다. 다행히 주인공은 상황을 받아들이고 이해하려고 했다.

## 2) 1차 땀놀이 굿 적용 프로그램 되돌아보기

연구자와 기관과 어르신들의 부푼 기대로 시작된 프로그램이었다. 하지만 기대가 큰 만큼 프로그램이 진행될수록 몇몇 분들의 실망으로 얼굴이 어두워져감을 느낄 수 있었다. 실망스러운 모습과 반응을 간간히 목격하고 프로그램에 있어 수정되어야 할 내용 및 활동들이 눈에 띄었다. 어르신들은 ‘국민 학생들을 다루듯이 한다’고 하면서 자신들은 ‘경노당의 임원들이기 때문에 전달할 수 있는 교육을 시켜달라’라고 주문하였다. ‘죽음에 대한 교육보다는 밝고 건강한 내용을 해달라’

라'고 주문하기도 하였다. 뿔놀이 곳이 진행되는 순간에도 '잘 참아온 걸 왜 끄집어내서...'라는 말이 들려왔다. 초기집단의 모습이라고 인정하면서도 연구자도 사람인지라 당황되고 긴장되었다.

그러나 순간의 감정이 진정되면서 다행이라 받아들여지는 것이 참여자인 어르신들은 자신의 생각과 감정을 있는 그대로 표현하고 있었다. 이러할 때 오히려 집단의 응집성과 신뢰 수준은 증가한다(Corey, 2007:227)는 걸 참고하면 이 순간이 진행자가 개방적인 태도로 참여자와 열린 마음으로 교류하고 심리적으로 그들과 함께 할 때라고 생각되었다. Corey(2007:179)는 개인적인 문제를 의미 있게 다루기 위해서 집단원들은 우선 안전함과 신뢰감을 느낄 수 있어야 한다면서, 특히 집단초기에 집단에 대한 신뢰감이 형성되지 못하면 나중에 심각한 문제가 발생할 수 있다고 주장한다. Corey(2007:171-228)는 초기집단에서 참여자들은 집단의 분위기가 어떤지 점검하고 익숙해지는 과정에 있고 이 시기의 주제는 신뢰와 불신이라고 하였다.

솔직하게 자신의 느낌을 표현해준 것에 대한 감사와 앞으로도 불편한 점이 있을 때는 언제든지 어르신들의 생각과 감정을 표현해주길 권하였다. 평가회의에서 연구보조자들이 표현해주었지만 연구자는 연구 참여자들의 모든 이야기를 수용할 수 있었다. 그동안의 경험이 어르신들의 의견을 수용할 수 있었으나 진행 방법에 대하여 숙고할 필요가 있었다. 보다 나은 방법은 없을까라는 생각과 혹여 자신의 전문성 결여로 오는 현상은 아닌지 고민이 되었다. 어르신들이 표현하신 내용들을 유념하여 진행되는 회기에 반영하고, 유연하게 적용하려는 생각을 가다듬는 회기였다. 그리고 긴 호흡으로 위명업을 더 할 필요가 있었다.

그러면서도 어르신들의 불편함이 전해져올 때마다 넘지 못할 산을 마주한 느낌이 들었다. 심리적인 접근을 하기에는 시간이 너무 한정적이라는 사실과 연구기간 또한 제한적이라는 상황이 마음을 불안하게 하였고, 정해진 주제를 다루어야 한다는 사실 또한 부담스러운 게 사실이었다. 이러한 생각들이 참여자들의 욕구를 파악하고 배려하기보다는 계획대로 진행하려는 태도로 경직된 진행을 하지 않았나하는 반성을 하게 되었다. 또한 연구 계획대로 진행되지 않더라도 자세한 설명을 곁들이면서 유연한 진행이 필요시 되었다. 진행팀과 평가회의를 거쳐 참여자의 욕구를 반영하는 진행을 하고 휴식시간을 갖기로 하였다.

### 3) 2차 뽀놀이 곳 적용: 만남 그리고 변화

자신의 진실을 드러낸다는 것은 용기 있는 일이다. 1차 적용에서 참여어르신들은 솔직하였고 자신의 감정에 충실하였다. 연구자 또한 그러한 어르신들을 수용하였고 3회기부터 집단은 신뢰감이 형성된 듯 안정적이었다. 어르신들은 익숙하지 않은 행위적인 접근과 심리적인 개방에 불편하지만 귀기울여주고 행위에 참여하려 애쓰는 모습을 보여주었다. 자신에게 숨겨진 감정들과 만나고 익숙하지 않은 방식과 대면한다는 것은 쉬운 일이 아니다. 더욱이 변화를 두려워하는 노인들의 특성(권중돈, 2004)을 생각한다면 어르신들은 자신들의 에너지를 모아 새로운 도전의 길을 걸어가고 있는 것이다. 쑥스럽지만 자신의 속내를 드러내려 애쓰고, 어색하지만 젊은이가 내민 손을 잡아보고, 힘들지만 자신의 몸을 움직여 행위 속으로 뛰어들고 있는 것이다. 이러한 모습은 최헌진(2005)이 진술하고 있듯이 새로운 것들과의 만남의 자세이며, 이러한 만남은 곧 어르신들을 변화의 길로 안내할 것이다.

#### (1) 실행 3회기

지난 회기에 어르신들의 저항이 있었기 때문에 더욱 유념하여 이번 회기에 대한 준비와 긴장된 마음으로 복지관에 도착하였다. <표IV-3>과 같이 진행하였다.

<표IV-3> 3회기 진행내용

회 기	3회기
소주제	나의 인생그래프와 선물
목 적	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 자신의 인생의 오르막과 내리막과 전환점의 의미 파악</li> <li>- 인생을 돌아보는 경험을 통하여 긍정성향상과 부정성 해소</li> <li>- 후회와 그리움 해소</li> </ul>
준비물	시집, 잔잔한 음악 CD, CD플레이어, 활동지와 색연필, 여러가지 색깔 천
내 용	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ‘당신은 사랑받기 위해 태어난 사람’노래 부르기를 통해 사랑의 충만함 느끼기</li> <li>- ‘보구정현 탐아래초집’ 시 낭송</li> <li>- 작업지를 통하여 인생그래프를 그려보기</li> <li>- 소그룹 활동을 통하여 이야기(행복, 슬픔, 성공, 외로움) 나누기 마당</li> <li>- 노고와 업적을 이룬 당신에게 선물하기(뽀놀이 곳)</li> <li>- 나누기 마당</li> <li>- 6회기 자서전 준비 사진 다음 회기 갖고 오시도록 안내</li> </ul>

인사와 함께 노래로 위밍업을 하였다. ‘사랑 받기 위해 태어난 사람’의 가사를 함께 읽고 노래를 함께 불렀다. 지난 회기가 끝나고 오늘 오기까지 어떤 생각을 하였는지 집단에 질문을 던졌고, 진행자도 많은 생각을 하였다는 말과 함께 제차 프로그램의 목적에 대하여 ‘성격유형’을 예로 들어 설명했다.

‘성격은 크게 ‘벌컥형’과 ‘참아라형’, ‘쓰미야형’이 있는데<sup>8)</sup> 그 여파로 본인도 힘들고 주변에 있는 상대방도 힘들고, 고혈압이나 암이라는 병에 걸릴 수 있고 그런 걸 방지하기 위하여 자신의 말을 경청해 줄 수 있는 누군가와 이야기를 하면서 풀 필요가 있음을 설명하였다. 그런데 현대인들은 바쁘고 주변을 둘러보아도, 심지어 가족들마저도 말상대가 되어줄 시간이 없다. 그래서 이런 상담의 기회가 주어졌을 때 자신의 마음속에 있는 분노나 슬픔, 괴로움을 표현해서 행복해 질 수 있으면 좋겠다’라는 말과 함께 3회기부터 물리적 환경에 대한 수정내용과 휴식시간 갖기에 대한 내용을 알렸다. 그리고 이번 회기에 대한 안내와 나누기 시간에는 뽀놀이 곳을 한다고 반복하여 설명하였다.

고훈식의 ‘보구정헌 탐아래초가집’ 시를 들려주며 ‘인생그래프’를 그리도록 하였다([사진 IV-1]). 휴식시간 후 탁자를 치우고 자신이 좋아하는 사람과 이미지가 같은 사람과 손을 잡고 <부록6>과 같이 그려진 인생그래프를 보면서 ‘살아온 이야기’를 나누도록 하였다. 10여 분이 지난 후 여러 가지 색깔 천을 이용하여 예쁘고 멋지게 꾸며서 ‘열심히 살아온 당신에게 선물합니다’하고 멋진 옷을 선물 하도록 하였다. 제주도 민요를 틀었다. 자신들의 업적에 대한 인정받음과 민요가락에 어깨가 들썩이고 집단은 춤사위와 함께 짝을 지어 흥겨운 모습이다. [사진 IV-2]와 같이 꾸민 짝지를 위한 퍼포먼스, 그들은 서로 껴안고 자발적으로 서로 만남을 갖고 상호교류하고 있다. ‘너무너무 즐겁고 지난 일을 생각해보니 즐겁고 보람되더라’라는 표현을 하는 어르신들이 표정이 밝다고 느껴졌다.



[사진Ⅳ-1] 인생그래프



[사진Ⅳ-2] 마무리 지지

두 시간 안에 죽음에 대한 주제도 다루면서 맘놀이 굿적인 접근을 짧게 진행해야 되는 상황이 매 회기마다 아쉽다. 충분히 시간이 확보되지 못한 현장에는 여러 가지 욕구가 존재한다. 주어진 여건에 맞추어서 프로그램을 진행해주길 원하며, 눈으로 보이는 결과물이 산출되길 원한다. 왜냐하면 주최 측 역시 기관들의 입장이 있기 때문이다. 현장에 있으면서 이러한 입장을 알고 있는 진행자는 담당자와 진행에 대하여 보다 확실한 주장을 해야 됨에도 늘 상황을 이해하고 순응하는 태도로 임할 수밖에 없었다. 그러나 앞으로는 보다 시간확보에 대한 요구와 결과물 보다는 참여자인 어르신들의 욕구중심으로 진행될 수 있도록 담당자를 설득하는 노력도 해야 되겠다는 결심을 하게 되었다.

이번 회기에는 복지관 담당자가 어르신도우미 몇 분을 집단에 참여시켰다. 프로그램에 같이 참여해왔던 담당자는 어르신들을 도와주는 손길이 필요하다는 판단 때문이라고 하였다.

## (2) 실행 4회기

미리와 계신 어르신들이 진행팀을 반갑게 맞아준다. 편안하다. <표Ⅳ-4>와 같이 진행하였다.

<표IV-4> 4회기 진행내용

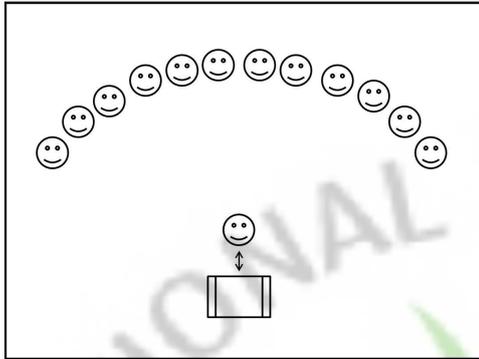
회 기	4회기
소주제	잊을 수 없는 사람
목 적	- 내 인생의 한 사람과의 만남 - 그 만남을 통하여 감정정리 - 지금 이 순간에 집중
준비물	사례, 활동지와 볼펜, CD, CD플레이어,
내 용	- ‘인생은 칠십부터’합창으로 여는 마당 - 건강박수와 간단한 스트레칭 - 용서하기 어려운 사람, 은혜 갚아야 할 사람, 화해하고 싶은 사람 글로 써보기 - 이야기로 풀어보기 - 만남, 빈의자기법(뽀놀이 굿) - 나누기 마당

어르신들도 편안해 보인다. 집단과 진행자에 대한 표현을 자유롭게 하고 편안하게 질문도 한다. 지난 회기에 대한 회상을 조금하고 반복하여 자신들의 감정과 느낌을 표현하는 게 왜 중요한 지 설명을 곁들였다. 그동안의 경험으로 반복하여 프로그램의 목적을 환기시킬 필요가 있다. 보조진행자의 도움을 받으며 활동지 작성을 열심히 하고 있는 어르신들의 모습이 활기차고 보기가 좋다. 짝을 지어 이야기로 이어지고, 진지하게 상대방 이야기를 듣는 모습이다. 진행자 역시 집단에 대하여 편안해진 것을 스스로 느낄 수 있고 ‘회기가 끝날 때까지 잘 진행 되겠구나’라는 생각이 들었다.

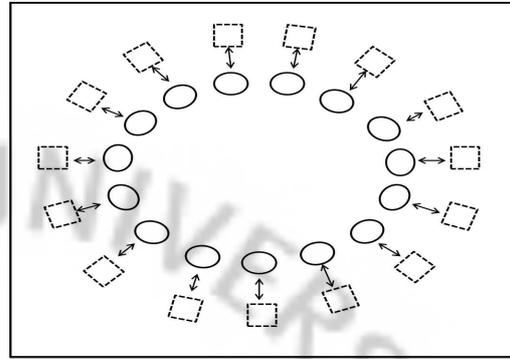
휴식 후 방석을 이용하여 ‘빈의자 기법’을 이용하여 ‘내 인생의 한 사람’을 떠올리도록 하였다. 집단 중간에 방석을 놓고 만나고 싶고, 보고 싶고 이야기 나누고 싶은 사람이 방석에 있다 생각하고 만나는 시간을 갖도록 하였다. 어르신들이 잠시 침묵한다. 그러더니 ‘한 사람씩 하자니 쑥스럽고 어색할 것 같다’, ‘여러 사람이 있으니 쑥스러워서 시늉만 내질 것 같다’, ‘잘하지 못 할 것 같다’라는 말이 이어졌고, 첫 회기부터 적극적으로 자신의 생각을 잘 표현해주었던 한 어르신이 명상을 통하여 각자 마음속으로 하자고 하였다.

어르신들의 의견을 존중하여 [그림IV-1]처럼 하려고 했던 방법을 [그림IV-2]로 변형하여 집단전체가 각자의 앞에 방석이 놓여 있다 생각하라고 하였다. 그 위에 만나고 싶은 사람이 앉아 있다 생각하고, 하고 싶은 얘기를 충분히

하고나서 방석이 있는 자리로 옮겨 이번은 그 사람이 되어 자신에게 무슨 이야기를 하는 지 들어보도록 하였다. 그리고 본인의 자리로 돌아와 마지막 인사를 나누도록 하였다.



[그림Ⅳ-1] 빈의자기법



[그림Ⅳ-2] 함께 하는 빈의자기법



[사진Ⅳ-3] 인생은 칠십부터



[사진Ⅳ-4] 함께 하는 빈의자기법

‘오래전에 죽은 동생을 만나서 한 맺힌 얘기를 할 수 있었습니다’, ‘어려웠던 시절 도움을 주셨던 목사님을 만났어요’, ‘돌아가신 아버지를 만났는데 열심히 살라고 말씀을 해주셨어요’ 등의 소감이 이어졌다. 끝나면 복지관에서 제공하는 점심을 먹는 어르신들을 위하여 제주민요를 틀어 기분전환을 시키고 끝을 맺었다.

경험을 나누는 과정에서 어르신들은 말을 아끼고 자신들의 생각에 잠겨 있었는데 나중에 면담하는 과정에서 일찍 돌아가신 어머니를 만나서 참 좋았다는 분에게 ‘그때는 왜 이런 말씀을 안 하셨나요?’하고 물었더니, ‘어떻게 얘기를 해야 하는지 몰라서 망설이다보니 끝나버렸다’는 이야기를 해 주었다. 그러나 한경혜(2004)연구에 의하면 복지관 활동에서 노인들은 ‘과거’의 이야기는 꺼내지 않는 것이 ‘적당한’ 상호작용의 방식이고 암묵적인 동의라고 한 연구결과도 있어, 경노

당 임원역할들을 맡고 있는 어르신들의 태도를 또 다른 시각에서 이해할 필요가 있었다.

이러한 과정에서 아쉬웠던 것은 4회기는 몰입할 수 있는 분위기 조성이 필요한 데 넓은 창이 많은 복지관 환경은 커튼이 없고, 오전 10시부터 12시여서 전등을 켜는데도 너무 밝았다는 사실이다.

### (3) 실행 5회기

그 사이 추석을 보내고 만나는 회기였다. ‘추석은 어떻게 보내셨나요?’라는 물음에 ‘즐겁게~’라는 대답이 돌아온다. 8회기 중 후반부로 접어들기 시작하여 중간점검 삼아 ‘우리가 벌써 4회기를 보내고 5회기를 맞이하고 있는데, 그 동안 어떠셨나요?’라고 집단에 질문을 던졌다. ‘선생님 하라는 대로 따라했다’, ‘표현하는 게 힘들었다’, ‘배우는 과정이라 생각했다’라는 말들을 하였다. 그 중에 한 어르신이 강한 어조로 얘기했다. “경험 많은 선배들에게 교육을 받고 싶은데 후배에게서 교육 받고, 어린아이 취급하는 것 같아서 마음이 탐탁하지가 않다”라고 하였다. <표IV-5>과 같이 5회기의 시작을 알렸다.

<표IV-5> 5회기 진행내용

회 기	5회기
소주제	미리 써 보는 나의 사망기
목 적	- 3인칭으로 적어보는 부고를 통하여 자신의 삶을 객관적으로 살펴봄 - 미리 경험하는 ‘나의 사망’ - 직면을 통한 인생정리 기회제공
준비물	사례, 활동지와 볼펜, CD, CD플레이어,
내 용	- ‘인생은 칠십부터’합창으로 여는 마당 - 건강박수와 간단한 스트레칭 - 사례를 통해 찾은 ‘미리 써 보는 사망기’느껴보기 - 작업지를 작성하며 자신을 3인칭으로 객관화 - 발표하는 시간(잔잔한 음악)을 통하여 공유와 다름의 인식 - 미해결된 감정과 만남의 시간(땀놀이 곳) - 나누기 마당

휴식시간에 이어 [사진IV-5]처럼 간단한 스트레칭과 몸풀기를 하고 회기가 계속되었다. 이야기<sup>10)</sup>를 들려주고 사람들은 이렇게 삶에 대한 욕망이 강한데, 마음이

우울하고 힘들면 삶이 어떻게 되겠느냐는 물음과 함께 맑고 활기차게 살기 위해서는 물컵의 물을 비우듯이 마음속의 우울한 감정들을 비우는 작업이 필요하다고 하였다. 자신의 삶을 객관적으로 바라보는 경험을 통하여 자신의 생을 정리할 수 있는 시간을 갖도록 하였다. 잔잔한 음악을 들으며 <부록7>과 같은 ‘나의 사망기’를 작성하도록 하였다. 쉬는 시간을 갖고 노래와 <부록12>와 같은 건강박수를 치며 흥을 돋우다가 다가 자연스럽게 한 사람의 행동을 ‘따라하기’를 하였다. 흥겹게 여러 어르신이 자발적으로 움직이는데, 어린아이 취급한다는 어르신이 자발적으로 노래를 부른다. ‘그런 생각이 들었군요’라는 시선을 보내며 이야기를 끝까지 들어주었던 게 생각이 났다.



[사진IV-5] 몸풀기



[사진IV-6] 미안하다 딸아

‘지금 이 기분으로 여행을 같이 가고 싶은 사람과 짝을 지으세요’라고 설명하였다. 짝지와 이야기를 나눈 후 어땠는지 나누기를 시도하였는데 여자 어르신 한 분이 ‘상대방이 잘 들어줘서 참 좋았다. 가정사에 대한 얘기를 했고, 85세까지만 살다가 잠자듯이 죽고 싶다’라고 말하였다. 이어서 몇 분이 자신들이 이야기에 귀 기울여준 사실에 대하여 흐뭇한 마음을 표현하였고, ‘세월이 무상하다’라고 하였다. 그러면서 4·3사건에 대한 이야기와 6·25 전쟁을 치르는 동안 고생했던 이야기를 하면서 자신들의 경험과 역사와는 다른 해석을 하는 요즘 상황에 불편함을 드러내었다. 어르신 한 분이 ‘지난 회기에 용서하라는 시간을 보냈는데 우리는 이제 가해자도 피해자도 용서해야 된다’라고 하였다.

‘나라를 위해 애쓰신 여러분들이 앞으로도 편안하게 살았으면 좋겠다’고 하면서 ‘나의 사망기’를 작성하며 ‘가장 슬퍼할 사람’이나 ‘가장 강하게 남아있는 사람’

이 떠올랐던 분은 앞으로 나오도록 권유하였다. 짝지가 얘기를 들어주니 좋았다고 했던 여자어르신이 큰 딸을 생각하면 가슴이 아프고 미안하다고 하면서 만나고 싶다고 하였다. 어르신이 주인공이 되어 앞으로 나오고, 시간을 절약하기 위해 보조진행자가 딸 역할을 하기로 하였다([사진Ⅳ-6]).

‘내가 공부 못했기 때문에 너는 꼭 공부를 잘 시키고 싶었는데...너 또래들이 교복 입은 걸 보면 너한테 미안했어. 아픈 나대신 집안일을 맡아서...다른 자식들은 다 대학 보내고...’, ‘미안해, 너만 보면 미안해’하며 한참을 그동안 하고 싶었던 말들을 쏟아내었다. 딸 역할로 들어간 어머니가 ‘어머니, 미안해하지 마세요, 전 어머니가 살아계신 것만도 기뻐요. 나 잘 살았 시난(살고 있으니) 어머니 나 생각하지 마시고 잘 삼서(사세요), 맛 조은 거 많이 먹고’라고 역할 상의 딸에게 말한다. ‘네가 늘 날 챙겨줘서 한편으론 든든하고, 한편으론 미안하고...’(어머니), ‘내 뉘으로 내가 좋아서 하는 거난(거니까) 걱정 뉘서(마세요)’(딸), ‘이젠 걱정 안 허켜(한다), 고맙다, 고맙다’(어머니)와 같은 대사들을 하며 딸과 어머니가 한 동안 못다한 말을 나눈다. 어떠셨냐고 물었더니 ‘속이 편안해졌다’고 하면서 흘리던 눈물을 닦으신다.

‘언니 생각이 나요, 야간학교를 다닌 언니를 보며 엄마가 늘 미안해했는데, 보면서 언니 같기도 하고 엄마 같기도 하고...’ ‘살아계신 것만으로도 든든하다는 느낌, 어머니 생각, 늘 우리에게 미안해하는 어머니 보며 부담스러웠는데 이젠 미안해하는 걸 그대로 받아드려야 되겠단 생각을 하게 됐다’라는 보조진행자와 어르신도우미들의 이야기가 이어지는 나누기를 했다. 남자어르신들은 말씀이 없으셨다.

#### (4) 실행 6회기

밑 작업을 해 두었던 자서전 북(재활용 탁상용 달력)을 나누었다. 그리고 꾸미기에 앞서 자서전에 이름을 지어주기 위하여 표결에 부쳤고 ‘하늘 소풍 준비하기’로 정해졌다. <표Ⅳ-6>와 같이 진행하였다.

<표IV-6> 6회기 진행내용

회 기	6회기
소주제	남기고 싶은 진실(자서전)
목 적	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 그 동안의 기록을 정리</li> <li>- 자아의 정체성 확립</li> <li>- 유한한 존재인 인간, 기록으로 자손에게 교훈 승계</li> <li>- 가족을 위한 소중한 유산</li> </ul>
준비물	CD, CD플레이어, 가위, 풀, 재활용 탁상달력, 스캔사진
내 용	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ‘동작치료 음악에 맞추어 몸을 푸는 신체활동</li> <li>- 간단한 자서전 소개</li> <li>- 그 동안 작업지 들과 사진을 정리</li> <li>- 추가하고 싶은 내용 쓰기</li> <li>- 자서전 북(재활용 탁상용 달력)에 꾸미기 작업</li> <li>- 나누기 마당</li> </ul>

그동안의 결과물을 정리하고 앞으로의 결과물과 어르신들의 제출하여준 여러 가지 자료<sup>11)</sup> 들을 모아 자서전을 만들어<sup>12)</sup> 두었다가 수료식 날 전달하려고 하는데 어르신들이 꾸미기 작업과 덧붙이고 싶은 내용을 추가하는 시간을 갖기로 한다고 설명하였다. 몇 분은 빠진 곳을 보조진행자의 도움을 받으며 채우는 작업을 하였다. 여러 가지 색깔과 그림의 그려진 스티커와 색연필, 몇 가지 모양의 그림 도장을 이용하여 빈 여백에 꾸미기 작업이 진행되는 동안 어르신들은 [사진IV-7] 과 같이 너무나 즐거워했고 재미있어 하였다.



[사진IV-7] 자서전 꾸미기



[사진IV-8] 흥겨운 춤

‘딱 재미있었다’고 표현하는 어르신과 함께 결석하여 참여하지 못하여 늦게 ‘인생그래프’를 그리신 한 어르신은 ‘옛날 일을 생각하고 되돌아볼 수 있어서 감회

가 새로웠다'고 하였다. 끝내기 싫어하는 꾸미기 시간을 마무리 시키고 '인생을 칠십부터'와 '건강박수'에 이어 '어깨 주무르기'를 하는데 '이거 자주하자'고 한다. 민요에 맞추어 [사진Ⅳ-8]처럼 춤이 이어지는 어르신들의 표정이 흥겹다. <부록 5>는 수료식 때 전달되었던 '하늘 소풍 준비하기(자서전)' 중의 하나이다.

### (5) 실행 7회기

마무리 회기에 접어들며 그 동안 회기를 진행하며 나누어 설명했던 <부록13>과 같은 내용을 유인물로 만들어 나누어 주고 같이 읽어 내려갔다. '죽기 전에 간절히 원하는 것을 지금 하라. 오늘은 어제 죽어간 사람이 그렇게도 그리던 선물이다. 오늘을 최선을 다해서 사는 연습을 해보자. 바로 죽음연습이다'라는 마지막 부분을 읽으면서 '나에게 삶이 한 달 남았다면' <부록9>이라는 주제로 <표Ⅳ-7>와 같이 진행됨을 알렸다.

<표Ⅳ-7> 7회기 진행내용

회 기	7회기
소주제	내 인생이 한 달 남았다면
목 적	- 버리고 싶은 것과 하고 싶은 것 생각해보기 - 인생의 우선 순위와 가치관 재정립
준비물	CD, CD플레이어, 활동지와 펜, 검은 천과 예쁜 천, 양초
내 용	- '고향의 봄'에 맞추어 몸풀기 - 작업지를 통하여 '버리고 싶은 것'과 '하고 싶은 것'을 나누어 적기 - '버리고 싶은 것'을 쓴 종이는 마구 구겨 검은 천에 모아 전체가 음악에 맞추어 밟으며 떨쳐버리는 행위를 한다. - 정말 떨쳐버리고 싶은 것 마당(뭍놀이 굿). 그런 후 하나씩 꺼내어 소리 내어 읽는다. - 암전 후 촛불을 키고, '하고 싶은 것'을 읽으며 서로에게 기원의 메시지를 보낸다. - 나누기 마당

활동지와 함께 파란 종이 한 장과 하얀 종이 한 장 씩을 별도로 주어 '버리고 싶은 것'과 '간절히 원하는 것'은 별도로 적도록 하였다. 휴식 후 노래와 건강박수로 신체워밍업을 하고 네 명 씩 그룹을 나누어 활동지에 적힌 내용을 이야기 하도록 하였다. '모든 만물에는 시작과 끝이 있다'라는 말과 '가족들과 맛있는 것

도 먹고, 노래방에 가서 노래도 실컷 부르고..’라는 말이 들린다. 다시 동그랗게 모여 앉은 후 어떤 이야기들을 나누었는지 얘기하도록 하였다.

‘마음이 바빠졌다. 아이들, 친척들, 문중일, 인생은 너무 짧다는 생각이 들었다. 이 교육 받기 전에는 항상 청춘인 줄 알았는데’, ‘남아있는 시간 어떻게 치열하게 살 것인가 생각할 수 있었다. 그러나 오히려 맘이 불편해졌다. 정리해야 될 것 같은 생각이 들고 두려운 마음이 든다. 남아있는 시간 의미 있게 보냈으면 좋겠다’라는 말들을 하였다. 미리 가운데 놓아둔 천에다 ‘버리고 싶은 것’을 적은 종이를 버리라고 하였다. 보조진행자를 시켜 그것을 묶어두게 하였다.

그리고는 이런 것을 여러분은 어떻게 처리하고 싶은 지 물어보았다. ‘태워버리고 싶다’, ‘마대에 담아 쓰레기차에 실어버리고 싶다’, ‘이런 건 소각장에 가서 태워버려야해’, ‘봉다리(봉투)에 담아주면 내가 가서 태워버리고 오겠다’, ‘깡통에 담아 태우면 된다’라며 주로 태워버리고 싶어 한다. 진행자가 ‘이곳에서 가능한 방법이어서 할 텐데요’라고 하였다. 그러면서 ‘땅을 파서 묻읍시다’라고 했더니 ‘어떻게요, 필로 묻나요?’라고 한다. ‘삼으로요. 지금부터 여러분의 손에 삼이 한 자루 쥐어줬다고 생각해보세요. 창고에서 꺼내왔든 어디서 꺼내왔든 각자의 손에 삼 한 자루 씩 쥐어져 있는 겁니다. 알겠죠?’라고 하니 모두는 알았다는 표정이다.

진행자가 카페트 귀퉁이를 뒤집으며 ‘땅을 파주세요!’ 했더니 땅을 파는 시늉을 한다. 다시 파고 다시 파고, 모두는 진짜인 것처럼 땅을 열심히 파고 진행자는 ‘저 고얀 것 들이 다시 고개를 내밀지 모르니 더 깊게 파야 됩니다’를 외친다. 깊이를 확인하고 싸둔 포대기를 묻고 카페트를 덮는다. 모두 모다 들어 묻는다. 발로 밟는다. 누가 먼저였을까.“달구~달구~”라는 소리가 이어지고 “어허야 달구!”라며 덩실덩실 어르신들은 어깨춤을 춘다. 어땀인지 나눌 새도 없이 분홍천을 준비하고 ‘간절하게 원하는 것’을 적은 종이를 그 위에 놓게 하였다.

한 사람씩 나와서 읽으면 모두 한 마음으로 ‘이루어져라’를 외쳤다. 봉사하고 싶다, 소식 없는 아들 만나고 싶다, 노래 전수 받을 사람 있었으면, 친구랑 소주 한잔 하고 싶다, 구구 팔팔하게 살고 싶다, 아들 연구 번영하길 빈다...라는 말들이 이어지고 ‘남아있는 날을 위하여’라는 말을 함창하며 회기가 끝났다. 시간이 짧아서 충분한 나누기를 못한 아쉬움이 남는 회기였으나 어르신들이 자발성이 뛰어난 회기였다. 결과 사례에서도 표현했지만 어르신들은 어릴 적 마을민들과

함께 했던 공동체놀이가 생각나게 했다고 하였다.

## (6) 실행 8회기

마지막 회기이다. <표IV-8>과 같이 진행되었다.

<표IV-8> 8회기 진행내용

회 기	8회기
소주제	유언장 쓰기와 마무리
목 적	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 자신의 진실한 욕구와 만나기</li> <li>- 바램과 당부를 구체화</li> <li>- 살아온 인생 정리</li> </ul>
준비물	CD, CD플레이어, 시집, 활동지와 펜
내 용	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ‘즐겁게 춤을 추다가’음악에 맞추어 율동과 몸과 마음풀기</li> <li>- ‘시와 음악’의 시간</li> <li>- 작업지에 살아온 인생을 정리하며, 지금 죽음에 대해 느끼는 생각들, 가족에게 당부하고 싶은 말들, 못다 이룬 꿈들, 후회되는 일, 감사의 말, 작별의 인사 등에 대해 적어보기</li> <li>- 발표의 시간을 통하여 감정의 공유</li> <li>- 작별 리추얼(땀놀이 곳)</li> <li>- 전체마무리 소감</li> </ul>

어떤 기분으로 왔는가에 대한 이야기들이 이어졌고, ‘시원하게 오늘 끝나는구나’ ‘섭섭함과 아쉬운 마음이 들어요’라는 이야기들이 오고 갔다. 지금까지 회기에서 놀이처럼 해오던 여러 가지 활동들을 생각하며 ‘유언장쓰기’도 놀이처럼 가벼운 마음으로 시작하길 권하였다. 8회기 동안 입구에 앉아있던 한 어르신이 깊숙이 공간 안으로 들어와 앉아있는 모습이 보인다. 바라보는 진행자는 깊숙이 프로그램에 들어와 앉아있는 느낌이든다. 미리 안내를 했지만 유언장을 쓸 거라고 하니 재촉하는 마음이 드는 지 ‘재촉하지마세요’라고 말하는 어르신이 있다.

기본형식인 <부록10> 유인물을 나누어드리고 항목별로 읽어 내려가며 설명을 해드리고 자필로 쓰고 도장을 찍으면 법적인 효력도 발생한다고 알렸다. 몰입할 수 있게 ‘김영임’태요<sup>13)</sup>을 틀었다. 소감나누기에서 ‘막상 쓸려고 하니 생각이 잘 정리되지 않아서 쓰기가 힘들었다’와 비슷한 소감들이 오고갔다. 짧은 시간에 무리일 듯하고 양식을 통하여 재산상속에 대한 것뿐이 아니고 가족에게 남기로 싶

은 말, 이웃이나 친지들에게 남기고 싶은 말, 원하는 장례절차에 대한 이야기도 밝힐 수 있음을 알리는 시간으로 만족하게 되었다.

8회기를 마무리하는 시점이 왔다. ‘어땠는지요?’에 대한 물음에 ‘생각이 많아지고, 정리가 안되고...’라는 말과 ‘한편으론 슬퍼지기도 하고 한편으론 편안해지기도 하고...’라는 말이 이어지고 ‘바로 표현은 못하지만 자신의 인생을 정리하는 기회를 통해 남은 시간이 중요하고 잘 살아야 되겠다는 생각이 들었나요?’했더니 모두 ‘예’하고 힘차게 합창한다. 남은 시간 후회하지 않도록 열심히 살기를 서로 약속하며 악수도 하고 안기도 하고 돌아가면서 그동안 함께 했던 마음을 전달하며 8회기의 문을 닫았다.

#### 4) 2차 땀놀이 굿 적용 프로그램 되돌아보기와 면담 계획

앞에서처럼 진행된 3회기부터 8회기까지를 되돌아보려한다. 어르신들은 처음엔 거부감을 나타내던 죽음 주제와 익숙하지도 않고 경험해본 적도 없는 활동 중심적인 땀놀이 굿의 경험을 처음엔 어색해 하고 불편해했으나 점차 적극적으로 참여하였다. 간혹 멧쩍어하기도 하고, 때로는 불편한 모습을 보이며 어르신들은 회기가 거듭될수록 표현이 많아지고 자발적인 행위의 모습을 보였다.

설명이 곁들여진 진행은 어르신들이 좋아했으며 집중을 잘 해주어준 3회기였다. 인생그래프를 통하여 인생의 내리막과 오르막을 회상하며 자신들의 노고와 업적을 찾아낸 어르신들은 자신들의 인생을 되돌아볼 수 있어서 좋았다는 표현을 하여주었고 예쁜 천으로 꾸며준 옷선물을 의미 있어 하며 환하게 웃어주었다. 빈의자(방석)에 의미 있는 한 사람을 앉히고 이야기를 주고받을 수 있었던 경험은 면담사례4의 경우 놀라운 경험이었다고 이야기하였다.

‘미리 경험하는 사망’의 시간은 큰 딸에게 할 말이 있다는 어머니(사례자1)를 주인공으로 등장시켜 ‘어려운 시절 네게 미안했다’라는 말을 하며 묵은 감정을 해소하게 하였다. 어린 학생이 된 듯 도장 찍고, 붙이고, 그리고, 자서전을 꾸미는 시간은 모두가 초등학생이 된 듯 즐거워하였다. 마지막 시간엔 유언장쓰기가 쉽지 않다고 ‘생각을 정리 하여야 되겠다’는 말과 ‘이웃과 친지에게도 남기고 싶은 이야기를 쓸 수 있군요’라는 표현과 ‘아직은 쓰고 싶지 않네요’라는 말로 여러 가지 심정을 추측할 수 있게 하였다.

6회기의 짧은 회기는 어르신들의 속내를 살짝살짝 보여준 시간이었다. 그러나 어르신들은 새로운 시도들을 하고 있었다. 1차 땀놀이 곳 적용 때와는 달리 주인공이 집중하는 동안에 같은 어미입장이 되어 주인공을 이해하려 애썼다. 그리고 ‘버리고 싶은 것’을 땅에 묻을 때는 부드럽고 힘찬 발놀림으로 삼질을 하고 덩실 덩실 춤을 추며 달구노래를 부르는 공동체적인 퍼포먼스를 펼치기도 하였다. 연구자의 진행태도에서도 어르신들이 개인적으로 혼자 나서기에 대한 두려움을 표현하였을 때에 의견을 수렴하여 전부를 참여시킨 ‘함께 하는 빈의자 기법’을 적용했고, 추석을 앞두고 ‘내 인생의 한 사람’을 만나도록 유연성을 발휘하였다.

그러나 돌아보면 어르신들이 ‘아쉬워요’라는 표현을 하였듯 많은 부분이 아쉬움으로 남는다. 몰입할 수 있는 환경조성이 여의치 않았던 점이라든가, 자서전에 대한 설명을 말로만 하여 구체적인 이해를 돕지 못한 점 등이다. 또한 어르신들이 자신들이 경험한 것을 표현하는 것을 주저하는 태도에 진행자로서 이해하기 보다는 연구의 결과에 미칠 영향에 연연하여 조급해하기도 하였다.

이러한 연구결과를 통해서 본 노인들은 한편의 살아있는 역사책이라는 말을 입증하게 만든다. 짧은 시간임에도 불구하고 그들의 쏟아낸 이야기 속에는 인생의 영고성쇠를 겪어온 인간이 그려져 있다. 많은 보람과 후회가 엇갈리고 해결하지 못한 문제들을 가슴에 안고 죄책감과 같은 고통에 시달리고 있음을 알 수 있다. 이는 최현진(2003)의 노인에 대하여 진술한 것과 일치하는 내용이다. 이러한 결과로 본 연구는 지난 인생을 후회하고 심리적 어려움을 겪을 수도 있기 때문에 차분하게 이야기를 나누며 자신의 과거를 재정립할 필요가 있다는 이가옥·강희섭·이지영(2004) 연구를 지지한다.

또한 집단의 흐름을 보면 자신들을 ‘어린아이 취급한다’등과 같은 초기의 저항이 있고 난 다음에 작업단계로 들어감을 알 수 있다. 이는 최현진(2003)과 이호선(2009)의 주장과 일치하는 현상으로 시작의 시점에서 무엇보다 중요한 것이 상호간에 마음을 나눌 수 있는 관계가 형성되지 않는 한 진전이 되지 않는다는 사실을 입증하고 있다. 특히 연령차에서 오는 상담자에 대한 반감, 상담에 대한 방관적인 등이 라포형성을 어렵게 한다는 이호선(2009)의 주장을 지지하는 과정을 잘 보여주고 있다. 따라서 본 연구 역시 노인과 진정한 관계가 시작되기 위해서는 무엇보다 만남이 중요하며, 이는 라포형성이 되고나서야 이루어질 수 있음을

뒷받침해주고 있다.

이러한 결과에도 불구하고 앞에서 언급하였듯이 복지관 참여어르신들의 암묵적인 동의와 감정을 숨기는 것이 미덕이라는 문화에서 살아온 어르신들이 ‘좋았어요’라는 말 속에 숨어 있는 구체적인 내용이 무엇인지 알고 싶었다. 그 내용 속에 숨어있는 진실을 찾는 것이 노인들의 건강한 노후를 위해 사회적인 지원과 관련한 해결방안을 위한 길인 것 같은 생각이 들었기 때문이다. 즉, 죽음 주제 집단에서 뽀놀이 곳을 적용한다는 것이 참여한 어르신에게 어떤 경험이 되었는지 알고 싶었다. 그리하여 지도교수 지도하에 면담질문지를 만들고 면담자를 선정하는 등 면담계획을 세웠다.

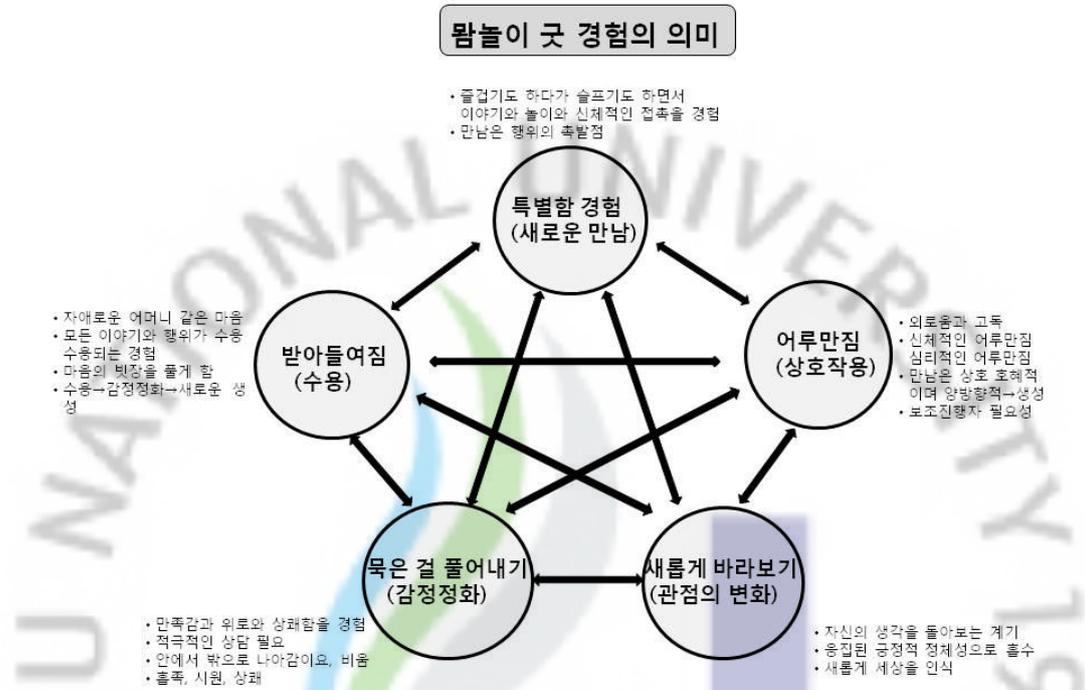
먼저 Corrine Glesne(2008:62-64)의 Lay Summary를 참고하여 <부록1>과 같이 연구에 대한 안내와 동의를 구하는 안내문을 만들고, 질문지는 지도교수와 논의를 거쳐 연구문제과 관련된 질문지를 <부록2>와 같이 구성하였다. 그러나 실제 면담을 하는 과정은 1회의 면담과 연구참여자들의 구술 내용에 적절하게 반응하는 등 질문내용에 연연하지 않고 반구조화된 방식으로 면담이 진행이 되었다.

## 2. 뽀놀이 곳의 경험

이 연구는 노인을 대상으로 한 죽음주제 집단에서 뽀놀이 곳을 적용하는 것이 참여자들에게 어떠한 긍정적인 작용을 하는 지 찾아내는 과정을 통하여 참여자인 노인의 경험의 의미를 파악하고, 또한 이러한 적용 과정상 겪게 되는 대상들과 만남, 갈등, 반성, 화해, 발전의 모습을 객관적으로 소개하는 동시에 이에 대해 내부자(진행자)의 입장에서 해석을 덧붙임으로써 현장에 대한 보다 가치 있는 공감대를 이끌어 내기 위해 전 과정을 기술하고자 실행된 연구이다.

이 장에서는 프로그램에 참여했던 다섯 노인의 면담내용을 기초로 노인들이 경험한 의미를 분석하여 소개하고자 한다. 노인들이 경험한 긍정적인 요소들은 1) 특별한 경험: 새로운 만남, 2) 받아들여짐: 수용, 3) 어루만짐: 상호작용, 4) 묵은 걸 풀어내기: 감정정화, 5) 새롭게 바라보기: 관점의 변화로 [그림IV-3]과 같

이 다섯 가지 주제로 집약되었다. 이러한 의미들은 개인의 이해도에 따라 회기에 상관없이 순차적이기보다는 종종 뒤섞이며 나타났으며 서로 영향을 미치는 경향을 보였다. 그러나 편의상 명료성을 위해 위와 같은 순서로 정리하였다.



[그림 IV-3] 뭍놀이 굿의 긍정적인 요소 관계 모형

### 1) 특별한 경험: 새로운 만남

연구 참여자들은 뭍놀이 굿을 활용한 죽음 주제 집단의 경험을 신기하고 특별한 경험으로 인식하였다. 즐겁기도 하다가 슬프기도 하면서 이야기와 놀이와 신체적인 접촉을 경험하는 과정은 지금까지 경험했던 다른 프로그램과는 상당히 다른 의미이며 특별한 경험이었다고 하였다. 일방적인 강의식으로 이어지던 프로그램은 지루함을 유발시켰고, 활동 중심적인 프로그램은 흥미는 유발시켰으나 끝나면 남는 게 별로 없는 시간 때우기 식으로 인식하여 진지성이 결여됨을 아쉬워하고 있었던 차에 활동을 통한 놀이적인 요소와 심리적인 접근이 가미된 뭍놀이 굿은 재미있고 놀라운 경험이었어서 돈을 내서라도 다시 경험하고 싶다고 하였다.

이렇게 교육시키기는 참(처음)이라. 이렇게는 처음이라. 운동허곡 노래방 노래 부르고 그런 것 뿐이지, 덕이(선생님) 들 모양 와서(처럼 와서) 즐겁기도 하고 얘기 해가든 슬프기도 하

고 그런 건 처음이라. 뱃속에(서) 떨어져서 침(처음)이라. 그 공을 멀로(무얼로) 갚을 거라. 만 사람은 몰라도 나 맘은 오늘이라도 또 허고(하고) 싶고, 돈이라도 얼마내서 허라(하라) 하면 내서라도 하고 싶다. (사례자2 면담자료)

그런 부분이 나올 거라고 생각해 본 적 없습니다. 그런데 프로그램하며 나오니까(회상을 통한 어머니와의 만남), 우리 어머니하고 대화도 하는 것 같은 느낌이 들었고, 은혜 입었던 사람한테 ‘고맙습니다’하고 얼굴에 눈앞에 떠오르도록 하는 것이 좋았고...나만 받을 게 아니고 다른 사람에게도 될 해줘야 되겠구나 하는 (생각이)...다른 마을 사람이 이야기하는데 ‘나도 새해에는 그런 프로그램 있으면 말해줘’(하고)하는 사람이 있었습니다. 상당히 프로그램이 좋았습니다.( 사례자5 면담자료)

프로그램을 하면서 새로운 경험을 했다는 것, 그리고 그 경험이 힘들었지만 하고 나서 긍정적인 변화를 느꼈다는 점에서 의미를 둘 수 있다고 생각한다(새로운 경험 중에는 강사의 진행방식과 프로그램 내용, 그리고 보조선생님 들의 역할 등이 모두 포함된다). (연구보조자2 질문답변내용 중에서)

이러한 연구결과는 많은 연구물(고승덕·조숙행, 1995. 손덕순·이홍직, 2006. 이진희·김옥, 2008)에 의해 노인의 심리적·정신적 변화에 대한 교육, 심도 있는 개별상담과 집단상담, 또는 자신의 주장 및 아픔을 가족에게 적절히 표현하고 위로 받을 수 있게 가족과의 갈등을 다루는 심리적인 접근을 강조하고 있음에도, 여전히 현장에서는 심리적인 접근이 배제되고 있음을 나타낸다. 노인을 대상으로 ‘인생회고’에 대한 연구(장우심·이재모, 2006. 한경혜, 2004) 등이 있어왔고 ‘살아온 이야기’(이가옥·이현송, 2004.), 가족관계 향상(유민지·이기숙, 2002) 프로그램과 같은 유사한 제목으로 프로그램들이 이루어지고 있으나, 아직도 현장에 있는 노인들에게 골고루 접근이 이루어지지 않고 있음을 사례에 등장하는 어르신들의 첫 경험이라는 표현을 통하여 알 수 있다.

특히 대화와 놀이적인 요소, 행위를 통한 심리적인 접근은 그들에게 특별하게 경험되어져, 잊지 않고 가슴 속에 간직하고픈 사연이 됨을 보여준다. 이는 연구자가 노인들이 대화와 놀이적인 요소, 행위를 통한 뭉놀이 굿과의 만남을 경험하고, 그 과정을 통하여 어르신들이 새로운 변화의 길로 나아가기를 바랐던 목적에 부합된 의미이기도 하다.

최현진(2005)은 ‘만남은 행위의 촉발점이다. 모든 행위는 만남을 함축한다. 만

남이 없는 행위 혹은 삶은 상상할 수가 없다. 만남은 곧 삶 자체이다. 만남은 생성으로 연결된다. 그것은 필연이다. 그리고 변화를 가져온다. 그 변화가 한 인간에게 새로운 것이라면 그건 곧 그에게 있어선 하나의 창조이다'라는 글을 통하여 만남을 강조했다. 참여자들이 프로그램을 통하여 땀놀이 곳과 만나고 그 만남은 따뜻한 기억으로 간직하고, 그 기억은 사회적인 지지(만남)로 받아들여짐과 동시에 활기(생성)를 되찾게 된다. 그래서 [그림Ⅳ-3]처럼 순차적이기 보다는 서로 영향을 미치고 때로는 뒤섞여 나타나기도 한다.

그러나 연구보조자의 질문지 답변내용에 나와 있듯이 심리적인 접근이다 보니 충분히 시간과 신뢰감이 확보되지 않은 상태에서 마음을 내보이는 일은 어르신들에게 힘든 경험이었음을 알 수 있다.

## 2) 받아들여짐: 수용

연구 참여자인 어르신들은 초기에 자신들의 기대와 다르게 진행되는 방식과 진행자들에 대한 불만이 있었다고 하였다. 자신들은 지적이고 진지한 강의를 원하고, 초등학생들을 다루듯이 활동이 가미된 진행방식과 어리게 보이는 보조진행자를 포함한 진행팀에 배울 게 없을 것 같다고 생각하였다는 것이다. 그러나 자애로운 어머니 같은 마음으로 자신들의 의견을 수렴하며 진행되는 과정을 경험하면서 점차 마음의 문이 열렸다고 하였다.

이어지는 과정 속에서 회상을 통하여 자신들의 노고와 업적에 대한 이야기를 하면서, 자신들의 삶에 의미를 찾아내고 흥겨워져서 자발적인 추임새가 가미된 노래와 춤이 저절로 추어졌다고 회상하였다. 버리고 싶은 것을 땅에 묻을 때는 젊은 시절 마을 주민들과 함께 했던 '달구놀이'가 떠오르며 자발적인 공동체적인 퍼포먼스로 이어졌다고 말하였다. 모든 이야기와 행위가 수용되는 경험은 자신들의 마음의 빗장을 풀게 하였다고 표현했다.

차이가 많이 느껴. 과거 강사들은 일방적으로...(진행했다)요새 우리들의 마음을...(몰라주고) 여러 가지 일들이 질문하면 자세히 답변도 해주고 그러니까 마음이 부드러워지기 시작했지요...(중략) 자애롭게 해주니까 어머니가 자식들에게 베푸는 그런 마음으로 대해주니까 더 마음이 열리고 교육을 받으려는 심리상태가 완전히 받아들여지고 이렇게 마음속으로...(생각)했지요. (사례자4 면담자료)

나이들어도 이런 기회가 있으니 얼마나 행복하고 즐거운지...선생님과 터놓고(얘기하고), 동네사람들 하곡(하고는) 깊은 얘기는 못하여(못한다). (선생님과)말하는 것처럼 할 수 없다. 어떻(어떻게) 살았어(사느냐) 정도는 할 수 있지만 깊은 얘기는 할 수 없다. 노인정에서 말했어(말했다). (집단상담에 참여하니 얼마나 좋으냐), 서로 모여앉아 말도 허곡 얼마나 조으냐. (사례자1 면담내용)

자신의 인생에 있었던 일을 돌아볼 수 있어서 좋았다고 표현하시며, 행복했던 일들이 많았다는 사실을 새롭게 알아내신 듯 표정들이 밝아졌다. '애쓰셨군요, 열심히 사셨군요, 대단하시네요...'라는 말과 함께 이어진 활동에서 어르신들은 자신의 삶에 위로를 받은 듯, 행복한 모습을 떠올린 듯, 흥겹게 춤을 추셨다. (연구자 9월25일 서술형관찰일지)

이러한 연구결과는 인간은 있는 그대로의 모습을 인정받을 때 비로소 안도하고, 위안을 느낀다는 사실을 말해준다. 온전한 수용은 그 자체로도 정서적인 위안과 인정에 대한 욕구를 채워주고 자존감을 향상시키는 결과를 가져온다. 나아가 진정한 수용은 자신과의 깊은 만남을 유도하고 진정한 카타르시스를 허용하며 새로운 생성을 일으킨다. 사례자4의 이야기 '여러 가지 일들이 질문하면 자세히 답변도 해주고 그러니까 마음이 부드러워지기 시작'에서와 같이 누군가에게 수용되는 경험은 굳게 닫았던 마음의 빗장을 열고 카타르시스를 위한 준비를 하며 그 다음 이어지는 단계인 변화와 생성의 길로 첫발을 디딤을 의미한다.

이호선(2009)이 보고했던 노인들의 특성을 돌이켜보면 자신의 내면에 있는 감정을 드러내는 일을 부끄러운 일로 여기고 함구하고 표현하지 않는 문화에 익숙한 노인들이 자신의 속내를 드러내는 일은 쉽지 않으며 두려운 일일 수도 있다. 거기다가 어리다고 생각되는 진행자에 대한 반감을 극복하고 자신의 내면을 드러낼 수 있었음은 진행자의 어머니와 같은 자애로움 때문이라고 표현하고 있다. 이러한 결과는 Cobb(1979, 이인정·최해경, 2001:142, 재인용)의 지지를 받으며, 참여자의 3분의 2가 노년기 후기에 해당하는 본 연구에서 사회적지지 행위는 심리적 만족감을 유지하게 하고 마음의 문을 열기로 결정하는 계기를 마련했음을 입증하고 있다.

최현진(2005)은 하나의 행위는 만남을 기점으로 생성, 변화, 창조 과정으로 진행된다고 하였다. 이러한 이유에서 만남은 시작을 의미한다. 노인들은 또 다른 과정 생성의 길로 접어든 것이다. 여기서의 생성은 최현진(2005)은 자연성의 회

복을 의미한다고 밝히면서, 말 그대로 자연처럼 생명력이 가득차서 성장, 발전하는 성향을 말한다는 것이다. 따라서 자연으로 돌아가자는 의미가 아니라 끊임없이 변화, 생성되어가는 자연의 힘을 되찾자는 의미인 것이다. 비록 어르신들이 생물학적 및 생리적 측면에서 퇴화하고 있지만 심리적·정신적으로는 여전히 살아 숨쉬는 주체라는 맥락에서 보면 뭍놀이 곳은 그들이 주체적인 삶을 영위할 수 있는 초석을 깔고 있는 것이다.

### 3) 어루만짐: 상호작용

연구 참여자들은 다양한 방식으로 하루 시간을 보내고 있었다. 나이가 많음에도 불구하고 독거노인들을 찾아가 말벗이 되어주거나, 주 2~3회씩 정기적인 방문을 통하여 반찬을 마련하고 청소를 하는 등 봉사활동을 하는 어르신도 있었다. 아직도 경제활동의 일환으로 물질/해녀를 하는 분도 있었고, 경노당의 임원 역할을 수행하며 마을을 위해 봉사하는 어르신들도 있었다. 그러나 하루의 대부분을 경노당에서 보내면서 무료해하는 분들도 있었다. 어르신들과 프로그램을 진행하면서, 또는 면담을 위하여 경노당과 집을 방문하는 과정에서 몇 분의 어르신들은 깊은 외로움과 고독한 상태에 놓여 있는 것을 알 수 있었다.

프로그램에 참여하면서 어르신들은 상호작용과 함께 신체적인 어루만짐과 심리적인 어루만짐에 매우 흡족한 반응을 보여주었다. 보조진행자와 이루어지는 진행시간에는 자신들의 이야기에 귀기울여주는 행위에 고마워했으며, 손을 마주잡거나, 등을 두드리거나, 안아주는 행위를 자신들의 일평생에 처음인 만큼으로 표현할 정도로 흡족한 기억으로 가슴에 품고 있었다. 자신들에게 관심을 가져준 것과 접촉을 행복해했고 이러한 프로그램을 통한 만남이 지속적으로 이어지길 원하였다.

나도 살았지만 거시기가 오는구나. 이런 좋은 거시기(기회)가 오는구나. 난 사람이 그리운디 외로운디 그렇게 담은(부족하지만) 두 시간이라도 참 어찌 고마운디(지)...혼디(함께) 직원들이 혼디와서 글도 같이 써주고, 옆에 앉아서. 춤도 추고 손잡고. 누가 와서 이 영감한테 춤추고 혈 거여(할 건가). 택(연구자)이 와서 한 건 나에게 다 좋은 거라. 내 얘기 들어주기도 하고. 누가 와서 그렇게 해 줄거라. 나 맘은 누가 와서 그렇게 해 줄 거라. 다 늙은 사람에게 와서 해 줄 이 없다. 택이 와서 이렇게 해주니 기분이 참 좋은 거라. 누가 늙은 사람(에

게 와서...). 나도 기분이 참 좋은 거라.(사례자2 면담자료)

이런 점 너무 즐거워, 짝지어 말할 때. 그때가 행복시러워(행복했다)...상대방이 나한테 집중해주난.(사례자1 면담자료)

그동안 어르신들이 인생을 열심히 사신 것에 대한 상으로 여러 가지 색깔 천을 이용해 꾸며드리는 시간을 가졌다. 나는 000할아버지께 정말 열심히 사신 것에 대한 선물로 ‘황금망또’를 선물한다고 하면서 멋지게 꾸며 드리자 너무 기뻐하셨고 웃음이 떠나질 않으셨다. (연구보조자3 9월25일 서술형관찰일지 중에서)

이러한 연구결과는 노인들은 소외감과 깊은 외로움 속에 방치돼 있으며, 누군가가 자신들에게 귀기울여주고 관심을 가져주기를 소망하고 있다는 것을 말해주고 있다. 앞에서도 언급했듯이 노인들의 외로움과 소외감은 노인성 우울과 자살 문제로 이어져서, 이미 우리나라는 OECD 국가 중 노인 자살률 1위를 차지하고 있다. 과거의 위치가 흔들리고 권위와 영향력을 상실하게 되고, 현대사회의 빠른 변화는 노인들로 하여금 적응을 더욱 힘들게 만들고 있기 때문이다. 더욱이 최외선(2007)은 노화과정에서 겪게 되는 건강악화로 인한 자신감 결여, 외로움, 경제적 고충, 역할상실로 인한 무력감, 배우자나 친구 등 가까운 사람들의 죽음 등이 노인들의 성공적인 노화를 어렵게 만드는 요인이 되고 있다고 주장한다.

위와 같은 내용을 통하여 사회적 지지에 대한 개입이 중요(손덕순, 2005)하며, “세대간 공동체 프로그램”이 지속적으로 운영되어야 한다(손덕순·이홍직, 2006)는 것을 알 수 있었다. 앞에서 언급한 바 있지만 Cobb(1979. 이인정·최혜경, 2001:142, 재인용) 또한 사회적 지지는 노년기의 건강과 삶의 만족에 매우 중요한데, 자신이 관심과 보호를 받고 있으며, 가치 있는 존재로 평가받고, 대화와 상호 작용의 관계망에 속한다고 믿게 된다는 것이다. 그리하여 사회적 지지는 삶의 모든 단계에서 필요하지만 특히 노년기 후기에 심리적 만족을 유지하고 신체적 한계를 극복하는 데 중요한 역할을 한다는 것이다.

사례에서 보여 지고 있듯이 어르신은 보조진행자의 손길에 너무나 호뭇해했으며, 자식과 후손에게 자신의 노고를 인정받듯이(면담과정에서 알 수 있었음) 보조 진행자가 보조도구로 꾸며주는 손길을 음미했으며, 내민 손을 잡고 기뻐하였다. 신혜원(2009)은 노인놀이교사는 놀이를 즐기며 참여하여야 한다고 하면서, 공

을 서로 주고받는 파트너로서, 손을 잡고 포크댄스를 하는 짝이 되는 등의 역할을 요구하고 있다. 왜냐면 노인들에게 놓이는 노인의 모든 것을 치료할 수 있는 특효법은 아니어도 이미 내재된 치료적 요소들로 노인들 자신의 삶에 대한 가치와 보람을 느낄 수 있도록 그들을 도울 수 있기 때문이라는 것이다.

프로그램에 보조진행자를 적절히 투입하여 세대 간 교류 역할을 시도하는 것도 서로에게 유익할 일이라고 사료되는 이유가 보조진행자들 역시 평가과정에서 자신들도 연구 참여자인 어르신들의 삶속에서 많은 것을 느끼고 배웠다고 보고 하였다. 또한 어르신들 역시 수용적이고 상호 교류하는 만남에 힘입어 자신을 표현하는 행위에 적극적이 되어갔다.

#### 4) 목은 걸 풀어내기: 카타르시스

세 살 때 어머니를 여의신 한 어르신은 어머니가 많이 그리워서 ‘어머니가 사셨다면...’하는 생각에 외사촌들에게 용돈이나 학비를 주며 어머니에게 효도하듯 산다고 하였다. 이번 진행을 통하여 그 분은 회상 장면 속에서 그리워하던 어머니를 만났다. 다 그럴 수 없는 어머니 얼굴이지만 어머니를 만나볼 수 있었다는 것만으로도 흡족해 하였다.

군대 가서 죽은 아들을, 대역을 통해 만난 어머니는 아들에게 ‘그때 지켜주지 못해 미안하다’고 말했고 ‘이제는 잘 지내고 있으니 걱정하지 말라’고 하였다. 역할 속에서 아들이 된 어머니는 자신에게 ‘어머니 너무 슬퍼하지 마세요,’라는 말을 하였다. 그 경험을 통하여 어머니는 ‘아들이 죽어서 하늘나라에 가 있지만 이런 말을 했구나’하며 안타까운 마음이 조금 풀어졌다고 하였다.

어려운 시절 제대로 보살피지 못했던 딸을 만나고 싶어 하는 어머니는 딸에게 그동안 미안하고 안타까웠던 심정을 토로하였고, 그 딸로 근심이 되었는데 말을 해버리니까 시원하고 상쾌하다고 하였다. 목은 걸 풀어낸 것처럼, 보고 싶었던 어머니, 가슴 속에 간직한 채 만나고 싶었던 아들, 못 다한 말을 딸에게 하고 싶었던 어머니는 아쉽기는 하지만 만족감과 위로와 상쾌함을 경험했다고 하였다.

오래도록 만나지 못했던 사람을 명상시간(빈의자기법) 통해 만나니 흡족하죠. 그 다음에 어머니도 어릴 때 얼굴도 모르는데 혹시나 요런 얼굴이나 아닌가 생각도 들고 한번만 봤으면

(했는데) 사진이라도 있었으면 (떠오르기) 좋았을텐데...(그래도)아주 흡족했습니다. (사례자5 면담자료)

모든 걸 활발하게 참여...마음에 것을 풀으니까 마음도 상쾌하고 영광 잘 해졌다 느끼고 있습니다. 말하고 나니 상쾌...기분이 조안, 이 딸로 근심이 되는디(되었는데) 말해부난 시원해전. 시원해전. 말을 해부난 시원해전. (사례자1 면담자료)

오랜 시간 가슴에 담아 놓았던 아픔들이 많으신 어르신들이라 쉽게 꺼내놓는 것이 어렵기는 하나, 땀놀이 곳 시간을 통해 그나마 조금씩 회색시키며 편안해 하시는 것을 보면서 한편으로 늘 참고 인내하며 사셨던 어르신들 삶이 아프게 다가왔으나 그나마 이번 프로그램이 어르신들에게 도움이 되는 것 같아 다행이란 생각이 들었다. (연구보조자3 E메일답변 내용)

이러한 연구결과는 자신의 주장 및 아픔을 가족에게 적절히 표현하고 위로 받을 수 있게 가족과의 갈등 부분에 대해서 표현하는 방법을 습득할 수 있게 할 필요가 있다는 고승덕·조숙행(1995)도 지지하며, 노인들의 삶 속에서 응어리진 한을 풀 수 있도록 적극적인 상담의 필요성을 주장하는 손덕순(2005) 연구 역시 본 연구를 지지하고 있다.

권중돈(2004:450)은 노화과정에서 나타나는 부정적인 영향을 최소화하고, 노년기의 심리적 욕구 충족, 문제 해결 및 노후생활에 대한 적응을 도모하며, 노년기의 삶의 질을 제고하기 위한 전문적 노인 상담이 보다 확대되어야 한다고 하였다. 김태현(권중돈, 2004:450, 재인용) 역시 실제 상담이나 심리치료를 포함한 임상분야에서는 아동, 청년, 성인과 그 가족들이 경험하는 문제에 대한 개입이 주류를 이루었으며, 노인과 그 가족을 위한 상담과 임상적 개입은 거의 이루어지지 않고 있는 실정이라고 하였다. 특히 노인상담은 소외된 노인들에게 일차적 사회적 관계망으로서의 역할을 할 뿐 아니라 노인의 숨겨진 욕구나 문제를 탐색하여 이를 해결할 수 있도록 지원하고, 노후 생활에 필요한 정보와 지지를 제공해 주며, 노인을 부양하는 가족에 대해서도 필요한 지지와 서비스를 제공해 줄 수 있기 때문에 그 필요성은 더욱 크다고 하였다.

이장호(2007:87)는 노인들이 겪는 고통을 흔히 '3고'(병고, 빈고, 독고)로 압축하여 표현하며, 이 3고와 무관하지 않으면서도 상담심리 차원에서 특히 주목되고 강조되어야 할 영역이 노년층의 정서적/심리적 고통일 것이라고 하였다. 이 정서적

고통은 ‘불안-우울-분노’로, 이와 관련된 심리적 고통은 면담자료에서도 나타나고 있듯이 무력감-무망감-소외감(‘2무1소’)으로 집약될지도 모르겠다고 하였다.

최현진(2003:277-279)은 카타르시스<sup>14)</sup>는 심리적·치료적 측면에서 ‘카타르시스’가 모든 사람에게 통용될 수 있도록, “인간의 몸을 통한 제반요인들(물질, 감정, 힘 등)의 강렬한 방출 및 그 순간의 정신 상태를 일컫는다”고 정의하였다. 여기서 방출(expulsion)은, ‘더럽고 깨끗한, 순화며 정화의 구별이 없는 동사이고, 그것은 안에서 밖으로 나아감이요, 비움이다’라고 하였다. 그 내용물은 담, 눈물과 같은 체액, 그리고 에너지 혹은 힘, 다양한 감정들, 생각, 환상들이다. 강렬하다는 의미는 시간적으로 압축되어 일시에 짧은 순간을 의미하며, 정신상태란 ‘개운한, 시원한, 후련한, 기쁜, 만족스러운, 희열의, 쾌감의 상태를 일컫는다’라고 하였다.

앞서도 언급하였듯이 자신이 수용되는 분위기속에서는 새로운 변화를 시도하게 되는데, 그것들 중에 하나가 자신의 묵은 감정과의 만남이다. 뭍놀이 굿적 만남은 최현진(2005)에 의하면, 우선적으로 자기 방기가 선행되어야 한다. 나라고 하는 주체의식, 나라고 하는 고정된 사고규범이나 이미지를 먼저 벗어던지는 일부터 시작해야한다는 것이다. 그래야 삶 적 만남이 가능해지는데, 소위 나를 버리는 만큼 그만큼 더 깊이 만날 수가 있다는 것이다.

어르신들은 뭍놀이 굿 경험을 통하여 사례자1의 표현 ‘이 딸로 근심이 되는데’ 처럼 자신을 짓누르는 감정과 만나고, 사례자4 ‘오래도록 만나지 못했던 사람’의 표현처럼 그리움이란 감정과 만나고, 그 경험은 고정된 사고규범이나 이미지를 벗어던진 만큼 ‘흡족하고, 시원하고, 상쾌하다’ 등과 같은 감정(새로운 생성) 상태로 변화됐음을 의미한다. 자칫 사례1의 경우 이호선(2009)의 연구에서처럼 자녀에 대한 죄책감은 심리적인 우울감을 줄 수 있는데 이 연구를 통하여 사례자의 죄책감을 완화하여 기분이 상쾌한 상태로 만들었다는 의의가 있다.

##### 5) 새롭게 바라보기: 관점의 변화

짧은 회기였음에도 불구하고 어르신들은 자신들의 생각이 잘못이었음을 깨닫고 생각을 바꾸게 되었다는 진술을 하였고, 새롭게 세상을 인식하게 되었다는 이야기도 하였다. 일찍 부모를 잃거나 삶의 무게로 인하여 타인과 교류하기 보다는 자신의 관점을 유지하며 살아온 인생에서 본 프로그램을 통하여 자신의 생각을

들어보는 계기가 되었다고 하였다. ‘나이가 어린 사람에게도 배울 것이 있구나’라고 생각이 달라졌다거나, 사느라 바빠 사회의 흐름을 입을 새도 없이 지내왔는데 이번 경험을 통하여 자신의 관점을 바꾸어서 자식들의 생각도 들어보고 사회에 대한 봉사활동도 지속하여 부끄럼 없는 생활을 유지하다 죽음을 맞이하고 싶다고 하였다.

교육 받으면서 나 많이 깨어서! 이 세상이 어떻게 돌아가는지 몰랐거든. 부모하고도 살아보지 못하고 나 혼자 결혼도 허곡(하고), (아이들)공부도 시켜주고, 뭐 만사람 해주만은(많이 있지만) 나 맘대로(스스로) 된 거거든(이루었거든). 나 혼자 살아서 부모하고도 살아보지 못해서...(사례자2 면담자료)

솔직히 말야 아 이거 안되겠구나 마음을 잡기 시작하니까 진짜 사회에 대해서 양심적인 거 나타나요. 아무리 내가 잘난 척 해도 내가 모든 것이 많이 부족했구나. 새로운 건게 뭔가 활력이랄까. 나도 모르게(모르는 게) 많구나. 반성해야 될 거 많구나. 반성이 뭐냐? 풀어야 될 거...(사례자4 면담자료)

부정적 사건 중심의 부정적 경험의 회고에서 긍정적 사건 중심의 긍정적 경험의 회고로 자신에 대해 긍정적 관점 전환, ‘죽음’을 회피하거나 떠올리지 않았던 부분이었는데, 죽음에 대해서 접근함으로써 삶을 정리하고 ‘죽음’에 대한 새로운 관점 전환. (연구보조자1 이메일 답변내용)

이러한 연구결과는 이론적 배경에서 밝혔듯이 뭉늘이 굿 경험을 통하여 관점의 변화가 일어났음을 보여준다. 변화는 다양하게 일어나는데 인지적인 관점의 변화도 있으나 안색이 변한다든지 눈빛이 변한다든지, 일반적인 태도가 변한다든지 여러 가지 형태로 나타난다. 인간은 근본적으로 현실적 삶으로부터 살아남기 위하여 변화에 대한 욕구가 있는데(최현진, 2005), 어르신들은 세대 간 교류의 필요성을 인지하였고 그를 위하여 자신의 관점을 바꾸기로 결정한 것이다. 인간의 변화는 더디고 느리다. 그럼에도 불구하고 사례자4와 같은 경우 회기가 진행될수록 딱딱하고 굳은 표정에서 눈빛이 부드럽게 변하였으며, 표정이 온화하게 변하는 것을 확연하게 느낄 수 있었다.

노년기의 노인들은 특성상 자신의 관점을 바꾸는 것은 쉽지 않음에도 불구하고 짧은 시간에 이런 변화가 있었다는 것은 의미 있는 일이다. 이가옥·이현송

(2004, 재인용)에 의하면 노년기에는 과거경험을 재음미하고 검토해보며, 그것들을 하나의 응집된 긍정적 정체성으로 흡수하는 과정을 거치게 된다. 짧은 시간과 여러 가지 제한에도 불구하고 뭉돌이 낫 경험을 통하여 자신의 견고한 틀 속에 갇혀 있던 자신과 만나는 과정을 통하여 어르신들은 관점이 변하는 것을 경험하였고, 이러한 경험은 자신의 삶 속으로 돌아가 새로운 변화로 이어지길 기대한다.

### 3. 죽음에 대한 인식의 변화

연구 참여자들은 평균연령이 77세로 6·25동란과 4·3사건을 겪었고, 새마을 사업을 하며 조국근대화를 만든 세대(사례자4의 표현)이다. 이러한 사회적 배경을 가진 참가자들은 삶에서 죽음을 많이 경험한 세대이며, 노년기의 발달과업 상 다양한 심리적인 문제와 죽음불안을 갖고 있다.

그러나 연구 참여자 중 일부는 현재 자신의 삶에 만족하며, 봉사활동을 통하여 주검을 많이 경험하고 있기 때문에 죽음에 대한 주제에 대해 큰 거부감이 없었다(연구보조자2 서술적관찰일지). 그리고 자신이 죽으면 자식들이 당황할 것을 염려하여 미리종교단체에서 운영하는 납골당의 몇 칸을 매입하는 등 사후의 문제를 준비하여 죽음에 대하여 편안한 상태(사례자5)인 노인도 있었다.

그럼에도 불구하고 앞에서 언급하였듯이 노년기의 노인들은 죽음에 대한 불안보다는 죽어가는 과정에 대하여 불안을 갖고 있어서 자신의 죽어가는 과정에서 간호로 인해 발생하는 경제적인 지출이 자식들에게 부담이 되는 것을 염려하였고, 자신의 연금으로 비용을 지출해도 됨을 밝혔다. 그 대신 간호를 해줬으면하는 말을 드러내었다(사례자5).

프로그램에 대하여 기대하는 모습. 죽음에 대한 주제에 대해 큰 거부감 없으셨음...현재 삶에 만족 하셨으며 발표도 잘 하심. 자부심을 갖고 봉사하고 계심. 봉사를 통해 주검을 자주 접함...(연구보조자2 9월 18일 1회기 관찰일지 중)

...가족공동묘지에 대해서 관심도 별로 없었고 이렇게 하다가...내가 갑자기 죽으면 어떻게 하느냐 해가지고... 납골당을... 마련해두었습니다. 하고 나니 마음도 편안하고...간호가 걱정

인데 돈은 걱정하지마라 내가 연금을 타니까... 간호해줄 생각이나 좀 하면 될 것이다...(사례자5 면담내용 중)

또 다른 노인은 장자에게서 장손이 태어나지 못했음을 아쉬워하며 자신이 살아있을 때 조상들의 묘소를 한 곳으로 이묘하고 별초할 때 편리하도록 정리하고 싶은 데 자식들의 자신의 뜻에 따라주지 않아 무거운 마음을 드러내었다(사례자2). 그러면서 ‘우리들의 인생은 칠십부터’라는 노래를 부르며 드는 생각이 마음은 백까지라도 살고 싶은데 마음이 서러운 생각이 든다고 표현하였다.

...아이들 잘 크고 걱정이 어서 나 걱정어서 제일 걱정되는 건 큰 아들에 장손에 아들이 어서...며느리가 딸 생각해서 양제(양아들)도 안단텐(아니 데리다고) 그래서 그게 쥔 걱정인디...딸들이 시집가블민...땅이 이신디(있는데)...가족공동묘지 거기다 모실라고...아이들하고 다 의논해서 할라하니 며느리가 절에 가서 물어보니 피해본다고 하지말라고...초상이 없으면 어떻게 나와...우리 조상 한 자리에 모아노민(모아 놓으면) 자기네가 별초 허래 오민...(사례자2 면담내용 중)

이렇듯이 죽음에 대한 생각들과 준비를 평소에 하고 있던 노인이 있었으나, ‘백년을 살 것 같이 그런 생각을 안 해 보았다(사례자4)’는 노인도 있었다.

...죽음에 대한 연구를 하나도 생각을 안해봤쥬. 안해 보고 절대적으로 내가 뭐 몇 만 년이라도 살 것 같은, 절대적으로 생각을 안해봤지요...(사례자4 면담내용 중).

이렇듯이 일부 노인은 죽음의 문제를 회피하고 죽음에 대해서는 생각하기조차 싫어하는 경향이 있음을 알 수 있다. 즉, 앞에서 언급했듯이 우리 문화는 죽음을 회피하고 싶어 하며, 자신의 죽음에 대하여 언급하기를 싫어한다. 어르신들은 ‘죽음보다는 삶에 대해서 교육을 시켜달라’고 하든지 ‘어떻게 하면 건강하게 살 것이냐’에 대하여 논의하자고 회기 초반에 불편함을 드러내었다. 그리하여 죽음을 통하여 어떻게 살 것인가에 대하여 생각해보는 기회를 갖는 것이 필요하였다. 그 다음 선택은 노인들 몫으로 남겨두는 것이 중요하다. 왜냐면 그들 역시 변화를 필요로 하며 새로운 삶을 생성할 줄 아는 주체이기 때문이다.

죽음은 삶의 거울과 같아서 자신의 삶을 어떻게 살아왔나 평가에 따라서 ‘좋

은'죽음을 수용하게도 되고 절망의 태도로 바뀌기도 하기 때문에, 노년기에는 인생에 대한 재평가와 함께 죽음에 대한 대비를 할 수 있도록 도울 필요가 있다. 즉 죽음을 주제로 하여 자신의 삶을 정리할 수 있는 기회를 제공하고, 삶의 의미를 찾아내도록 할 필요가 있는 것이다. 그리하여 여러 가지 주제를 가지고 회기를 이어나갔다. 살펴본 주제들 중에 '잊을 수 없는 사람'을 통하여 나타난 결과를 보면 다음과 같다.

군에 복무 시 차량사고가 났는데 구해준 생명의 은인, 어릴 때 돌아가신 어머니, 대신 키워 주신 할머니, 젊은 시절에 고락을 나누며 생활하던 친구들이 지금은 저 세상에 갔는데 향시 머리에 떠오름, 병원 생활 7년만에 먼저 간 아내, 아껴주고 많은 도움을 주었던 군인 소령, 어려운 살림만 하다 세상을 먼저 간 아내, 군 병원 입원 시 인생의 참된 말씀을 해 주신 장교, 군에 가서 죽은 아들, 4·3사건시 때렸던 사람(쓰기결과물 중에서).

이상의 결과물의 내용을 보면 지금은 만날 수도 없지만 마음속에 품고 있으면서 고마워하고, 그리워하고, 가슴아파하고, 분노하는 감정을 드러내고 이야기와 상상 속의 만남을 통하여, 어르신들이 겪은 삶의 모습이 그려지면서 다양한 사람들과 다양한 사건들이 등장하는 것을 알 수 있다. D복지관에서 프로그램이 끝난 후 결과물을 출판하였다. '치매예방노인미술교실 및 죽음준비교육'에 실린 사회복지사15)의 평가 글을 통해 어르신들의 반응을 살펴보면 다음과 같다.

사랑하는 부인을 잊지 못해 늘 그림고 외롭다는 한 어르신은 이번 프로그램을 통해 그동안 혼자 지내면서 하고 싶은 말을 하였던 계기가 되었다고 소감을 발표하였다. 또한 용서하기 어려운 사람들 부분에 있어 지금 당장은 어렵지만 시한이 남겨진 죽음 앞에서라면 모든 것을 정리하는 과정이기 때문에 용서하고 용서받는 시간이 필요할 것 같다는 어르신들이 많으셨다. 어떤 이유라도 가족과의 화해와 용서를 준비하는 부분에서 어르신들에게 많은 느낌을 주었던 시간이었던 것 같다.

이상의 평가는 용서와 관련한 부분에 초점을 맞추어 쓰여진 시각이다. 그러나 정리라는 부분에서는 어르신도 복지사도 동의하고 있음을 알 수 있다. 유경(2008:168)은 '...내 앞에 앉아 있는 그 사람에게 그동안 하고 싶었던 이야기, 못 다한 이야기를 하는 거다. 서운하면 서운하다고, 미우면 밉다고, 고마우면 고맙다고 이야기하는 거다. 눈물이 나면 눈물을 흘리고, 미소가 떠오르면 웃음 짓는 거다.

바쁘게 돌아가는 세상사에서 언제 한 번 소중한 사람을 꼼꼼 따올려볼 세나 있었나, 속마음을 차분하게 표현할 틈이나 있었나, 쫓불을 마주한 조용한 시간에 나를 들여다보고 내 소중한 사람을 따올려보는 것, 그래서 사랑하기에도 시간이 모자란다는 것을 가슴으로 느끼는 것, 그 또한 죽음준비다...'라고 이 과정을 표현하였다.

자신의 죽음을 생각해보지 않는 사람은 아마 없을 것이다. 이렇듯이 우리는 '나는 어떻게 죽을까' 또는 '어떤 병으로 언제 죽게 될까'와 같은 생각들을 한다. 그러나 그것은 머릿속으로 생각하다 마는 현상이라서 자신의 죽음을 경험한다는 것은 거의 불가능한 일이다. 그래서 늘 죽음은 우리에게 추상적이고 현실적이지 않는 것인지도 모른다. 간접적이지만 자신의 죽음을 경험하고 객관적으로 바라보는 것 또한 의미 있는 일이 아닐까? 시립노원노인종합복지관 '죽음준비학교 운영의 실제'에 실려 있는 <부록 7> '나의 사망기'를 통하여 자신의 죽음을 객관적으로 경험해보는 기회를 제공하기로 하였다.

현재 나이 84세... 90세에 돌아가신 자신 표현. 자다가 심장마비로 편안히 가시고 싶다고 말씀하셨고, 남들이 자신을 부지런한 사람이라고 표현할 것 같고, 가장 슬퍼할 사람은 딸이고, 남겨진 가족은 3남 3녀 손자 4명이라고 하셨다. 업적으로는 자식에게 남긴 재산이라고 했고, 장례는 집사람 옆에 매장으로 하고 싶고 불교식으로 하고 싶다고 하셨다. (연구보조자3 서술일지 중에서)

이상은 어르신들의 글쓰기를 도와준 연구보조자3의 일지 중의 내용에서 발췌한 것이다. 이상을 말하고 나서 어르신은 '내마음을 표현하고 이야기 할 수 있어서 마음이 편하고 날아갈 것처럼 좋다'고 말을 했다고 한다. 그리고 '내가 양심적으로 살아야 되겠구나. 사회에 하나도 폐를 끼치지 말고 내가 새로운 마음으로 마지막 인생이...충심을 다해서... 이 다음 나에 대해서 좋은 평가를 내릴 수 있게끔...그런 생각이 간절히 들었다'라고 면담과정에서 말해준 어르신(사례자4)도 있었다. 그러나 '여러 가지 정리가 되는 것 같아 좋긴 하나 내가 언제 어떻게 죽을지 모르는 불안감이 생겨 마음이 뭐라 표현 못하게 좀 그렇다'고 불안감을 표현하는 어르신도 있었다.

자신을 객관적으로 바라보는 경험을 통하여 남아 있는 시간을 의미 있게 보낼 수 있고, 자신에게 주어진 시간의 의미를 되새겨보는 기회를 제공하는 것도 죽음

을 앞두고 있는 후기노년기에는 필요한 일이다. 그리하여 ‘나에게 삶이 한 달 남았다면’이라는 프로그램이 제공되었다.

열심히 살며 죽음을 준비한다, 아쉽고 두렵다, 선산관리잘 하고 조카 잘 돌보아라, 해가 뜬 다음 저무는 순이다, 자식들과 부인과 조상이 떠오른다, 어떻게 마감할까, 가족단합모임, 두렵다(삶이 끝난다는 것, 더 이상 이 세상에 내가 존재하지 않는다는 것), 행복하게 살아라 (자식에게 유언), 막막하고 허무하다, 세상이 무상하다, 사람은 잠깐 왔다가 돌아가니 천국, 사는 동안 열심히 살았고 자녀들 건강했으면...(쓰기 결과물)

이상과 같은 글로 어르신들은 표현하였다. 아쉽고, 두렵고, 막막하고, 허무하고, 무상하다는 느낌을 표현하였다. 자식들과 부인과 조상을 떠올리며 가족을 생각하였다. 그러나 해가 떴다가 저무는 순이며, 사람은 잠깐 왔다가 돌아가니 천국이라는 표현을 하였다. 그리고 열심히 살았으니 자녀들 건강하길 빌면서 죽음을 준비하겠다고 하였다. 이러한 표현과 생각을 종합해보면 가족들도 생각나고 두렵고 막막하지만, 열심히 살아온 자신에 만족감을 표시하면서 남은 생 최선을 다하다가 고향에 돌아가는 기분으로 돌아가겠다는 의지를 알 수 있다.

우리는 많은 것들을 가지고 있다. 그것들 중에는 필요한 것들도 있고, 쓰임새가 없는 것도 있다. 노년기의 노인들에게 ‘버리고 싶은 것’들을 적도록 한 결과이다.

너무나 이기적인 성격. 욕심(여러 어르신). 고생스럽게 살았던 자신. 과욕. 성격. 돈도 명예도 버리자. 부끄럼 타는 것. 나의 모든 것 버리자(편안한만 남기고). 마음을 비우자. 악연이 있는 것 버리고 싶다.(쓰기 결과물)

이외로 욕심에 대한 이야기가 많이 나왔다. 여러 어르신이 이기적인 성격과 욕심, 과욕에 대한 욕심을 버리고 싶어 한다는 것을 알 수 있다. 돈도 명예도 다 버리고 다 비우고 마음을 비우자는 바램을 밝히며, 자신의 악연과 부끄러움을 타는 행위마저 버리고 싶다고 표현하였다. 그렇다면 어르신들이 ‘간절히 원하는 것’은 무엇일까?

건강하게 있다 가는 것, 영혼이라도 아내를 만나고 싶다, 내가 잘하는 노래를 연수 받을 사람이 없어서 안타깝다, 외딴 섬을 여행하는 것인데 다른 섬들을 돌아보며 구경도 실컷하고

마음도 정리하고 싶다, 화합하는 일을 자녀들과 하고 싶다. 미국에 살고 있는 둘째 아들과 자부, 손자를 보고 싶다. 따로 사는 자식들과 함께 재미있게 지내며 얘기도 많이 하고 행복하게 지내고 싶다. 큰 아들소식, 옛 전우들, 사후 가족의 안녕과 문중의 번영, 온 가족의 안녕과 어머니 잘 모시라고 전하고 죽을 때까지 봉사하며 사는 삶. 아들이 열심히 살다보면 즐거운 날이 온다. 구구팔팔하게 살다 잡자듯 죽는 것. 행복하게 사랑을 나누면서 살다 죽음을 맞이하고 싶다.(쓰기 결과물)

‘영혼이라도 아내를 만나고 싶다’는 먼저 간 아내에 대한 절절한 그리움을 간절하게 원하는 어르신부터, 자신의 재능을 이어 받을 제자를 간절히 바라는 어르신까지 간절히 원하는 것은 다양했다. 자녀들과의 화합, 자녀들과의 해후, 자녀들과의 행복한 동거, 아들에게 격려의 말을 전하며 자식의 재기를 기원하는 간절함도 있다. 소식을 모르는 아들과 전우들, 사후 가족의 안녕을 비는 간절함도 있다. 그리고 조용하고 외딴 섬을 여행하며 어지러운 마음을 정리하고 싶은 어르신도 있다.

이렇듯이 조용해 보이는 어르신들의 마음과 생각 속에는 다양한 욕구와 감정들이 숨어있음을 알 수 있다. 때로는 안타까움으로 때로는 그리움으로, 때로는 혼란스러움과 불안으로 인한 생각과 감정은 어르신들의 숨겨진 주제가 되어 어르신들의 삶을 무겁게 하고 있는 것이다. 자신의 삶을 어떻게 인식하느냐에 따라 건강한 노년기를 보낼 수도 있고 그렇지 않을 수도 있다는 점을 생각한다면 어르신들의 숨겨진 주제를 밝은 곳으로 끌어올려 드러내는 과정이 필요하다. 이야기하고 동료들과 나누기하는 단순해 보이는 그 과정이 이미 어르신들의 삶을 바꾸고 ‘좋은’죽음을 맞이할 수 있기 때문이다.

마지막 회기에 유서쓰기는 진행이 되었다. ‘막상 쓸려고 하니 생각이 정리되지 않아서 쓰기가 힘들다’와 같은 소감이 오갔으나, 가족에게 남기고 싶은 말이나 이웃이나 친지에게 남기고 싶은 말, 원하는 장례절차에 대하여 밝힐 수 있다는 사실을 의미 있어 하였다. 그러나 소감문을 보면 ‘마음은 청춘인테 하늘나라로 가는 길이 가까워졌음을 느끼고 유언장을 쓰려하니 다 살았다는 느낌이 들어 마음이 아파 앞으로 10년 후에나 쓰겠다’라고 표현한 어르신도 있었다.

이상과 같이 짧은 시간, 짧은 회기임에도 불구하고 어르신들은 소감을 아래와 같이 밝혔다.

죽음이란 세상살이의 연속.

나의 현재의 직책에 만족하며 자식들에게 쫓겨가지 않고 봉사정신으로 일하겠다. 인생사에 있어 어려운 일을 많이 보고 살아왔는데, 죽음교육을 받으며 새삼 고마움도 느끼고 아쉬움도 많음. 이 교육을 받으면서 느낀 게 건강한 몸으로 사는 게 행복이다.

마음이 허전하고 쓸쓸하지만 죽음에 대한 교육을 받아야 하겠다고 생각. 욕심도 버리고 노후대책과 능력이 되면 봉사활동을 하고 건강하게 살아야한다고...

죽음교육보다 살아가는 방법, 재미있게, 올바른 삶을 살아가는 방법을 배웠으면 함.

죽음 준비를 해야 한다는 생각이 들고, 즐겁게 노후생활을 해야겠다고 국가와 사회에 불편 없이 긍정적으로 살아야겠다.

마음은 청춘인데 하늘나라로 가는 길이 가까워졌음을 느끼고 유언장을 쓰려는데 마음이 아프고, 다 살았다는 느낌이 들어 10년 후에나 유언장을 쓰겠다. 앞으로 남을 돕고 지역사회 발전을 위해 마을을 위해 어떤 일을 하든 이름 석자를 남기고 가겠다는 마음으로 일하겠다. 내 삶의 과거와 오늘 이라는 주제, 돌아가신 부모님과 만남, 유언장 쓰기 등...봉사활동한 지 5~6년 됐는데 앞으로 더 열심히 살아야되겠다.(참여소감문)

이상과 같은 소감을 통하여 어르신들은 죽음에 대하여 깊이 생각하고 자신의 생각을 정리하며, 남은 시간을 보람되게 살아야 되겠다는 결론을 내렸음을 알 수 있다. 죽음은 인간의 실존과 밀접한 관계를 맺고 있고 가장 관심 있고 중요하게 다루어져야 할 문제임에도 불구하고 우리 사회에서는 터부시되어 토론의 주제에서 제외되어 왔다. 어르신들의 변화가 확연하게 느껴지지 않는다는 것이다. 그러나 본 연구는 죽음을 주제로 하여 이야기하고 깊이 있는 생각을 해 볼 수 있는 기회를 제공하였다는 의의를 찾아볼 수 있겠다. 이러한 생각의 결과는 자신의 삶을 새롭게 받아들이고, 새로운 변화의 길로 나아가는 기회를 제공할 것이라고 믿기 때문이다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 연구자의 뭍놀이 곳에 대한 여러 가지 고민과 신념에서 출발하였다. 죽음을 맞이한 노인들로 하여금 뭍놀이 곳을 적용한 죽음주제 집단의 경험을 통하여 묵은 감정들을 풀어버리고 해소함으로써 밝은 마음으로 남은여생을 살 수 있도록 기회를 제공하고 싶었다. 또한 노인들의 참여 경험을 기술하여 노인교육 현장의 질적 변화를 꾀하고, 이러한 과정의 반성과 성찰을 통하여 연구자 자신의 전문성 신장을 꾀하고자 하였다. 따라서 노인을 대상으로 죽음 주제 집단에 뭍놀이 곳을 활용한 실험연구의 의미는 다음과 같다.

첫째, 죽음 주제 집단에 뭍놀이 곳 활용은 노인들에게 특별한 경험(만남)과 받아들여짐(수용), 어루만짐(상호작용), 묵은 걸 풀어내기(감정정화), 새롭기 바라보기(관점의 변화)의 의미로 받아들여졌다.

이는 뭍놀이 곳의 심리적인 접근으로 인하여 자신과 타인을 만나는 경험을 하였음을 나타낸다. 그 만남이 수용되고, 자신과 타인이 상호작용하는 과정 속에서 이루어지고 변화가 일어나 묵은 감정을 풀어내도록 하였다. 죽음 주제 집단에 뭍놀이 곳 활용은 노년기를 맞이하여 죽음을 앞 둔 노인이지만 자신의 노고와 업적을 인정받고, 자신의 인생을 정리하는 경험을 통하여 부정적인 감정은 해소하고 긍정성은 더욱 향상시키는 결과를 가져오도록 하는데 효과적임을 알 수 있다.

그러나 충분한 시간을 확보하지 못하고 한정된 시간 내에서 진행되었기 때문에 어르신들이 감정을 노출하는 데 어려워했으며, 또한 노출된 감정을 살피는 데에도 한계가 있었다. 이러한 이유로 뭍놀이 곳 활용은 최소한 3시간의 시간확보와 집중할 수 있는 물리적 환경 조성의 필요함을 제언한다.

둘째, 뭍놀이 곳 집단을 통하여 죽음에 대하여 깊이 생각해 볼 수 있는 기회와 봉사활동 등을 하면서 바르게 사는 것이 죽음에 대한 준비라고 받아들였다.

이는 죽음에 대해서 이야기하기를 회피하고 두려워하는 경향이 있는 우리 문화에서 드러내서 이야기하는 과정만으로도 의미가 있음을 알 수 있다. 깊이 생각

하는 기회를 제공한 사실만으로도 친지와 가족들과 화합의 길을 가겠다는 의지와 봉사활동 등을 하면 보람되게 살고 싶다고 자신의 삶에 변화를 꾀하는 모습을 보였다.

그러나 죽음이라는 주제는 진행자나 참여자 모두를 무겁게 했으며, 노인들의 요구처럼 밝고 건강한 접근에 대하여 많은 고민이 필요하다. 그리고 후기 노년기의 특성에 맞추어 섬세하게 노인들의 이야기를 경청하고 상호교류 할 필요가 있다. 그 자체가 사회적인 지지가 되기 때문이다. 그러하기 위해서는 보조진행자가 필요하며 반드시 프로그램에 대한 전문적인 소양을 갖출 것을 제안한다.

셋째, 뽕놀이 굿 활용하기의 연구진행은 실행연구를 통한 연구자의 자기반성과 실천의 장이 되었고, 연구에 대한 확신과 전문성 신장의 기회가 되었다.

실행연구가 무엇인지도 모르고, 묘한 매력을 느끼며 단순한 생각으로 시작한 연구는 과정이 진행되면서 연구자를 당황하게 만들었으며, 어떻게 진행하는 것과 어떻게 확보한 자료들을 분석하는 게 합당한 방법인지 결정하기 위하여 고통의 시간을 보내야만 했다. 가능한 방법을 찾으며 ‘이 또한 지나가리라’를 되뇌이며 자신을 돌아보는 계기도 여러 번 접하였다. 연구자의 가정사에도 나타났듯이 동료연구자나 지도교수와 논의하기보다는 혼자 결정을 내리는 연구태도는 연구를 지연시키고 질척거리는 결과를 가져왔다. 굳어져 버린 독립적인 성향은 때로는 부정적인 결과를 가져옴을 이 연구를 통해서도 확인할 수 있었던 것이다. 그러나 이러한 고민들 속에서도 ‘포기하지 않고 가다보면 길이 보일거야’라는 평소 신념대로 움직이다 보니 차츰 해결이 되어갔다.

무엇보다도 연구자의 실행연구에서 가장 아쉬웠던 것은 기관의 욕구에 맞추어 프로그램을 진행해야 되는 상황이었다. 주어진 주제와 시간에 맞추어 진행을 해야 되는 점 때문에 어르신들의 욕구에 맞추어 뽕놀이 굿을 펼칠 수 없었다. 그러나 아쉬운 마음은 뽕놀이 굿 활용이 ‘시작을 위한 준비단계’로 생각하기로 했다. 이 연구가 또 다른 실행을 위한 초석이 될 거라는 확신이 생기면서 아쉬운 마음을 가라앉힐 수 있었다. 지속적인 수정과 보완을 목표로 노인들과의 만남을 계획하고, 참여한 어르신들의 욕구에 맞추는 자세로 임하려면 전문성신장에 주력해야 된다는 인식 또한 연구자에게 제공되었다.

돌아보면 노인의 견고한 틀 속으로 들어가는 게 가능하거나 할까 싶어 도망치

고 싶었던 마음이 들었던 적도 있었고. 연구자역할과 노인대상 뽕놀이 곳 진행이 처음이라는 입장이 보여 지지 않는 것에 대한 불안과 자신과 대상자에 대한 신뢰감 결여로 자신감이 떨어지기도 하였다. 그러나 현장에서 어르신을 만난다는 것은 마음만큼이나 철저한 준비<sup>16)</sup>를 하고 대상을 만나야 소정의 목표를 달성할 수 있음을 알아냈다. 더불어 포기하지 않고 최선을 다하는 과정 속에서 어르신들의 변화모습을 느낄 수 있었고, 어르신의 입장에 서서 반성하고 발전하고자하는 연구자 자신의 모습도 발견할 수 있었다. 또한 실행연구라는 방법을 선택하고 연구를 진행해오는 과정을 기술하며 연구과정 하나하나가 섬세하고 예민하며 진실해야 됨을 알게 되었다.

이러한 소득은 현장에서 뽕놀이 곳을 진행하고, 대상자를 만나면서도 부족함을 느끼고 주저하게 하였던 연구자에게 성숙할 수 있는 길을 제공하였다. 연구를 통해 얻은 경험은 귀중한 자산이 될 것이며, 이 연구의 가장 중요한 성과는 일에 대한 확신과 힘을 얻게 되었다는 것이다. 이러한 확신과 자신감이 연구자 자신의 삶에 변화를 꾀하고, 노인상담문화의 질적인 변화에도 기여하게 될 것이라는 기대는 정말 기분을 상쾌하게 만드는 일이다.

- 1) <http://dic.search.naver.com/search.naver>
- 2) 시립노원노인종합복지관에서 발간(2007)한 「죽음준비학교 운영의 실제」에 실린 김선숙의 글
- 3) 약력 : 서울대학교 의과대학 졸업. 순천향의대 정신신경과 전공의. 신경과, 정신과 전문의. 사이코드라마 전문가 (1급 : TEP) . 前) 을지대의 정신과 주임교수, 한국임상예술학회 부회장, 감사. 한국사이코드라마 · 소시오드라마학회 초대회장. 現) 명지대 대학원(예술치료학과), 연세대 신학대학원 출강. 미국 사이코드라마학회(ASGPP) 펠로우. 한국사이코드라마 · 소시오드라마학회 명예회장. 최현진 신경정신과의원 원장
- 4) 생리적 욕구, 안전의 욕구, 소속감의 욕구, 존경의 욕구, 자아실현의 욕구
- 5) 본 연구에서는 죽음 주제 집단을 운영되는 입장과 노인대상이라는 점으로 인하여 편의상 진행자로 일관되게 통일하여 사용하였다.
- 6) 죽음준비교육과 관련된 자료들. 유경의 <죽음준비학교>. 각당복지재단의 '웰다잉 교육메뉴얼'. 노원시립복지관의 '죽음준비학교운영의 실제'
- 7) 죽음준비교육과 관련된 자료들. 유경의 <죽음준비학교>. 각당복지재단의 '웰다잉 교육메뉴얼'. 노원시립복지관의 '죽음준비학교운영의 실제'
- 8) 제주특별자치도 청소년상담지원센터발행(2007), '청소년폭력예방 프로그램', p 169 수록
- 9) 아이디어는 1996, 8, 4-8, 6 대전에서 유성에서 열렸던 켈카 모레노 워샵서 가져옴.
- 10) 한 날 한 시에 교통사고를 당한 세 사람이 죽어 하늘나라에 도착하니 하나님께서 세 사람에게 똑같이 물으시더랍니다. “관 앞에 모인 가족과 친지들에게 어떤 말을 듣고 싶으냐?” 하니 첫 번째 사람이 말했습니다. “저는 유능한 회사원, 성실한 가장, 좋은 아빠였다는 이야기를 듣고 싶습니다” 두 번째 사람이 이어서 말했습니다.“저는 착한 아내, 앞으로 이 나라의 기둥이 될 아이들을 헌신적으로 길러낸 훌륭한 선생님이었다는 소리를 듣고 싶습니다!” 마지막 사람의 말은 이랬다고 합니다. “앗, 저 사람 살아 움직인다!”..... 이렇게 삶을 지속하고 싶은 게 인간의 욕망인데 우리는 언젠가는 죽어야 할 운명이라는 게 현실이지요?
- 11) 편지, 표창장, 사진, 카드, 일기내용 등
- 12) 탁상용 달력을 이용하여 여러 가지 색지를 붙여서 한 권의 책을 만들고 그곳에 결과물을 스캔 받아 붙이거나 사진 등을 붙이는 작업을 여러 차례 진행팀이 별도로 만들었음. 그럼에도 불구하고 세밀한 작업은 연구자가 직접 3M풀을 뿌리며 일일이 완성시킴.
- 13) 부모님께 드리는 김영임의 소리 '효'
- 14) 어원은 그리스어 katharos(pure)에서 카타르마(kathama)와 카타르시스(katharis)가 파생되어 나왔고, 카타르마는 샤머니즘과 매우 유사한 제의적 수술 중에 끄집어내어지는 헤로운 물건, 혹은 희생제에서의 인간 제물을 지칭하며 흔히 종교적인 순화로 번역되어서 카타르시스는 종교적 용법, 샤머니즘 용법 그리고 의학적 용법으로 쓰인다고 하였다. 종교적으로 그것은 일정한 신성한 공간의 정화, 또는 카타르마와 같이 희생제에서의 추방을, 샤머니즘적으로는 입문의식의 지원자가 치투어야 하는 정화(의식)를, 그리고 의학적으로는 여성의 월경, 나쁜 기질이나 물질의 배설, 인간 제물의 운명에 의한 정념의 정화를 의미한다고 하였다. 고대에서부터 현재까지 카타르시스에 대한 다양한 해석과 끝없는 논쟁이 이어지고 있음.
- 15) 전체진행에 참여한 담당복지사
- 16) 진행자 자신의 준비도 있지만 기관과의 협조를 통하여 뭉클이 곳 진행을 위한 시간 확보, 환경조성이 필요하다.

## 참고문헌

- 강선보(2003). **마르틴 부버 「만남」의 교육철학**. 서울: 도서출판 원미사.
- 고길란·이영숙(2008). 노인의 죽음불안에 관한 연구, **한국생활과학회지**, 17(4).
- 고승덕·김은주·김영규(1999). 노인의 죽음준비교육이 죽음의 불안도에 미치는 요인분석 연구. **보건교육. 건강증진학회지**, 16(20), 81-92.
- 고승덕·조숙행(1995). 노인의 삶의 질 향상을 위한 요인 추출, **한국노년학**.
- 권중돈(2001). 노인문제의 양상과 자원봉사활동의 영역. **대전가정봉사원교육원** (편). **가정봉사원 교육교재**. 1-14.
- \_\_\_\_\_ (2004). **노인복지론**, 서울: 학지사.
- 김광운·박희석(2005)역. Karp, M., Holmes, P., & Tauvon, K.B. **심리극의 세계**. 서울: 학지사.
- 김보영(2008). **동화 들려주고 토의하기에 대한 실행연구**, 서울교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김수지·신경림 역(1996), 안젤름 스트라우스·줄리에트 코빈 지음. **근거이론의 이해: 간호학의 질적연구 수행을 위한 방법론**, 서울:한울 아카데미.
- 김영천 편저(2008). **질적연구: 우리나라의 걸작선**, 서울: 문음사.
- 김영천(2010). **질적연구방법론 I**, 서울: 문음사.
- 김영천·정정훈·이영민(2006). **미운오리새끼: 한국초임교사의 일 년 생활**, 서울: 문음사.
- 김옥라(2007). **웰다잉 교육 메뉴얼**, 서울: 사회복지법인 각당복지재단.
- 김은원·이인정·주애란(2003). 노인대학 프로그램이 노인의 일상생활과 건강노화 노력에 미치는 영향, **한국노인복지학회 「노인복지연구」**.
- 김종서 외 3인(1982). 「평생교육의 체제와 사회교육의 실태」(한국정신문화연구원 연구보고서).
- 리드, 허버트(1955). **예술의 의미**, 박용숙 역, 경기: 문예.
- 마르틴 부버(1992). **나와너**. 박문재(역). 서울: 도서출판 인간사.
- 박지은·이영란·한성은·공지훈(편, 2007). **죽음준비학교 운영의 실제**, 서울: 시립노원노인종합복지관.
- 손덕순(2005). 노인의 심리적 안녕감에 영향을 미치는 요인에 관한 연구, **노년학**

- 회지. 25(4). 205~217.
- 서석희·박예선(2007). 현실요법 집단상담 프로그램이 죽음불안과 삶의 의미와 심리적 안녕감에 미치는 효과, **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**. 19(1), 107-130.
- 손덕순·이홍직(2006). 노인의 심리적 안녕감 결정요인에 관한 연구, **한국노인복지학회**.
- 시몬 드 보부아르(1994). **노년**, 홍성희·박혜영(역), 서울: 책세상.
- 신혜원(2009). **노인놀이치료**, 경기: 공동체.
- 아담 브레트너(1997). **사이코드라마의 토대**, 최헌진/한국사이코드라마학회(역). 서울: 중앙문화사.
- 안경찬(2005). 초등학교6학년통합교육과정실행연구, 진주교육대학교교육대학원석사학위논문.
- 안혜균(1990). **정책학원론**. 서울: 다산출판사.
- 안황란(1999). 노인의 죽음에 대한 태도에 영향을 미치는 요인과 죽음 준비 교육 프로그램 개발, **정신간호학회지** 8(1).
- 오진탁·김춘길(2009). 죽음준비교육이 노인의 죽음에 대한 태도와 우울에 미치는 효과, **한국노년학**.
- 우베플릭(2009), 임은미외 역. **질적연구방법**, 경기: 도서출판 한울.
- 유경(2008). **유경의 죽음준비학교**, 서울: 궁리출판.
- 유권중(2008). 한국 문화의 맥락에서 본 웰다잉의 조건과 방식, **동양철학연구** 제55집.
- 유민지·이기숙(2002). 노년기 가족관계 향상을 위한 프로그램 개발 및 평가, **한국노년학**. 21(3). 91~109.
- 윤우상(2007). 사이코드라마에서 놀이의 의미와 특징, **한국사이코드라마학회지**.
- 이가옥·강희섭·이지영(2004). **노인집단프로그램 개발**. 서울: 사회복지 전문출판 나눔의집.
- 이가옥·이현송(2004). 노년기 자아통합 집단 프로그램 개발: “나의 살아온 이야기”, **한국노년학**. 24(1). 37~52.
- 이길홍(1970). 죽음학에 대한 총괄적 고찰-죽음과 임종에 관한 의학적 과제. **한국의 과학**. 12(2). 9-21.

- 이인정·최해경(2001). **인간행동과 사회환경**. 서울: 나남출판.
- 이용숙·김영천·이혁규·김영미·조덕주·조재식 공저(2006). **실행연구방법**, 서울: 학지사.
- 이장호·김영경(2007). **노인상담 경험적 접근**, 서울: 시그마프레스.
- 이지현(2009), **잘 살고 잘 죽는 법**, 서울: 책이있는풍경.
- 이진희·김욱(2008). 노인교육 참여가 노인의 심리적 안녕감에 미치는 영향, **한국노년학**. 28(4). 887~905.
- 이혁규(2009). 교육현장 개선을 위한 실행연구 방법, **교육비평** 25호.
- 이호선(2009). **노인상담**. 서울: 학지사.
- 에모토 마사루(2002). 양역관(역). **물은 답을 알고 있다**. 경기: 나무심는사람.
- 장미남(2006). 초등학교 인성교육으로서의 나눔 프로그램 실행연구, **진주교육대학교 교육대학원 석사학위논문**.
- 장우심·이재모(2006). 집단회상요법이 치매노인의 우울, 삶의 질 및 사회행동에 미치는 효과에 대한 연구, **한국노인복지학회**.
- 정규서(2007). 사회복지와 노년기여가활동 프로그램모형에 관한 연구, **국제지역연구** 제10권 제4호.
- 제프리 E. 밀스(2007), 강성우 외 8인 옮김. **교사를 위한 실행연구**, 서울: 우리교육.
- 조윤주(2008). 자원봉사를 하는 노인의 심리적 안녕감, **한국생활과학회지**. 17(2).
- 최외선(2007). 노인의 자아통합감과 죽음불안에 대한 연구, **한국노년학**.
- 최윤미(1996). **심리극**, 서울: 중앙적성출판사.
- 최현진(1999). 싸이코드라마의 정의, **한국싸이코드라마학회지**, 1~22.
- \_\_\_\_\_ (1999). 싸이코드라마의 변화요인, **한국싸이코드라마학회지**.
- \_\_\_\_\_ (2003). **싸이코드라마 이론과 실제**, 서울: 학지사.
- \_\_\_\_\_ (2005). 싸이코드라마의 과정이론, **한국싸이코드라마학회지**.
- \_\_\_\_\_ (2006). 치유적 싸이코드라마 모델, **한국싸이코드라마학회지**. 9(1). 1~19.
- \_\_\_\_\_ (2007). 뭇곳: 제의적 싸이코드라마, **한국싸이코드라마학회지**, 1~24.
- 키케로(2002), 오홍식 역. **노년에 관하여**, 서울: 궁리.
- 티안 데이튼(2008), 김세준 역. **싸이코드라마와 집단치료매뉴얼**, 경북: 도서출판 비블리오 드라마.
- 피터 G. 피터슨(2002). **노인들의 사회 그 불안한 미래**. 강연희(역). 서울: 에코리

- 브르.
- 한경혜(2004). 생애사 연구를 통한 노년기 삶의 이해, *한국노년학*. 24(4). 87~106.
- 허정식(2003). 노인의 운동참여와 주관적 건강인지에 따른 심리적 안녕감. *한국스포츠심리학회지*. 14(2). 111~127.
- 현은민(2005). 노인 죽음준비교육 프로그램 개발에 관한 연구, *한국가족관계학회지* 제10권 2호, pp. 31-56.
- Corr. C. A. (1995). Death education for adults. In 1. B. Corless. B. B. Germino, & M. A. Pittman (eds), *A challenge for living Dying. death, and bereavement*. Boston: Jones & Bartlett.
- Corrine Glesne(2008), *안혜진 역. 질적연구자되기*, 서울: 아카데미프레스.
- Bengtson, V. L.; Elisabeth, O. B. & Tonya, M. P. (1997). Theory, Explanation, and Third Generation of Theoretical Development in Social Gerontology *Journal of Gerontology, SOCIAL SCIENCES*, 52B(2), 72-88.
- Blatner. A. (2000). *Foundions of psychodrama* (4th Ed). Springer Pub.
- Buber, Martin (1958). *I and Thou*. Translated by Ronald Gregor Smith. N. Y : Charles Scribner's Sons.
- Creswell. W, J. (1998). *Qualitative inquiry and research design*. London:Sage.
- Cumming. E. & Henry.W.(1961). *Growing Old:The Process of Disengagement*(New York:Basic Books.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and Society* (2nd ed). New York: W.W. Norton & Co.
- Fine. L. J. (1979). *Psychodrama*. Current psychotherapies, R. J. Corsini, Peacock, Illinois.
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education* (3rd ed.). New York: David Mckay.
- House. J. S. . *Work Stress and Social Support* (Addison-Wesley, 1981).
- Holmes, P. (1992). *The inner world outside*. Routiedge.
- Kastenbaum, R. (1996). Death and Dying, in Birren, J. E. et al. (eds.). *Encyclopedia of Gerontology* (vol 1). New York: Academic Press,

361-372.

- Kemmis, S., & McTaggart, R. (Eds.). (1998). *The action research reader* (3rd ed.). Geelong, Victoria, Australia: Deakin University Press.
- Kellermann, P. F. (1992). *Focus on psychodrama*. Jessica Kongsley Pub. London & Philadelphia.
- Kubler-Ross, E. (1969). *On Death and Dying*. A Touchstone Book.
- Lather, P. (1991). *Getting smart: Feminist research and pedagogy with/in postmodern*. Routledge.
- Lincoln, Y., & Guba. E. (1985). *Naturalistic inquiry*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Marianne Schneider Corey, Gerald Corey (2007). 김진숙 외 5인(역). 집단상담. 서울: 시그마프레스.
- Maslow, A. H. (1965). A theory of human motivation. In D. E. Hanmach (ed). *The self in growth, teaching and learning*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Peck, R. F. (1968). "Psychological Developments in the Second Half of Life." in B. Neugarten (Ed.). *Middle Age and Aging* (Chicago: University of Chicago Press.).
- Pincus, L. (1974). *Death and the Family*. New York: Random House.
- Starr, A. (1977). *Psychodrama*. Nelson-Hall, Chicago.

<Abstract>

**An Action Research on the Experience of Aged People  
through  
MUAMNORI GUT with the Title of Death**

**Kim, Hui Suk**

Counseling Psychology Major, Graduate School of Education, Jeju  
National University

**Professor Park, Jung Hwan**

This study\* was performed by the method of action research among the qualitative research methods in order to understand the experience of aged people through MUAMNORI GUT(body-mind drama) with the title of death. With the purpose of mutual consideration on the encounters with aged people and accomplishment of qualitative change in the elderly welfare scene, the following study questions have been set up.

First, what are the things that aged people have experience in a group that has applied the MUAMNORI GUT?

Second, how is the title of death by aged people developed?

Third, In the application of MUAMNORI GUT and performance of research, how are the reaction of aged people and reflective practice of researcher developed?

In order to solve the study questions above, the research was performed utilizing the MUAMNORI GUT on a group with the title of death that has performed 8 session in the 'Preparing the Sky Field Trip' targeting the aged people of D welfare center in K town of Jeju-si. The participants of research are 15 people with highest attendance among 10 people who have participated in the program. The research

---

\* This thesis is a master's thesis in education submitted to the Graduate School of Education committee of Jeju National University in August, 2010.

participants are the aged people who are living in K town. The characteristics of research participants are that most of them are staffs of senior citizen center and senior citizen's association with 13 old men and 2 old women.

This study is an action research that has described the process of utilizing MUAMNORI GUT on a group with title of death and analyzed the experience of aged people who have participated. The gathering of data in this study has been accomplished through participated observation, research assistant narration type observation journal, interview, performer's journal, video filming data, e-mail reply sheet of research assistant and looking into the results, etc. The data analysis of this study has been accomplished through transcription and taking notes, coding and deciding the title. In this study, securing the validity and the ethics issue have gone through the processes of triangulation, member checking, referential adequacy materials and self-reflectivity. The research process of this study has gone through the processes of MUAMNORI GUT application plan, primary MUAMNORI GUT application activity, looking back on the primary activity and secondary activity plan, secondary MUAMNORI GUT activity, looking back on primary and secondary activities with interview plan, in-depth interview as well as general interpretation and evaluation to be concluded by writing the thesis.

The conclusion gained through the research above are as follows.

First, the utilization of MUAMNORI GUT on the group with title of death have been accepted by aged people as the significance of special experience (encounter) and acceptance (reception), appeasement (interaction), relieving the old things (emotional purification) and looking at things in a new standpoint (change of perspective)

Second, it has been accepted as an opportunity of changing the perspective that living in a righteous way is the preparation on death through the opportunity to think deeply about death and volunteer activities, etc through the MUAMNORI GUT.

Third, the performance of utilizing the MUAMNORI GUT research became a scene of self-reflection and practice by the researcher through the action research while becoming an opportunity for assurance of research and growth of specialty.

Through the conclusions above, it could be found that the MUAMNORI GUT which is a type of metal approach have provided special experience and change for the aged people while providing the opportunity to think deeply about death. Also, it could be found that the researcher has also gained self reflection and assurance from this process. In other words, it suggests the fact that the process of this action research is meaningful for both the aged people and researcher who are participants. Moreover as a performing researcher, it is expected that a qualitative change of the scene would take place by the prepared results creating more performing researchers.



## 부 록

### <부록 1> 연구 참여 안내문 및 동의서

어르신은 '죽음주제 뽀놀이 곳을 통한 노인의 경험에 대한 실행연구'에 대해 알고자 하는 연구에 초대받았습니다. 이 연구는 제주대학교 교육대학원 상담심리 전공 석사과정인 김희숙이 진행합니다.

제가 어르신께 참여 요청하는 이유는 죽음 주제 집단 프로그램에서 일방적인 강의식 진행보다는 뽀놀이곳을 적용하여 직접 느껴보고, 상황 속으로 들어가 체험하는 과정을 대한 이야기와 경험에 대한 진솔한 이야기를 기록으로 남길 필요가 있겠다는 생각이 들었기 때문입니다. 이 연구를 하면서 어르신이 받을 혜택은 연구자와 진행했던 프로그램을 재 반복하여 경험할 수 있으며, 깊이 있는 대화를 통하여 자신에 대한 이해와 새로운 것들을 배울 수 있을 것입니다. 하지만 물어 들 수 있었던 부정적인 감정이 되살아나는 경험을 할 수도 있다는 위험요소도 있을 수 있습니다.

저는 어르신이 이 연구에 참여하고 있다는 것을 아는 유일한 사람이 될 것입니다. 어르신이 준 정보를 사용할 때마다 저는 언제나 어르신을 가명으로 밝힐 것입니다. 제가 어르신을 면담할 때 면담을 녹음해도 좋겠냐는 허락을 받게 될 것이고 때로는 우리가 이야기했던 것이 무엇이었나를 잘 기억하도록 비디오를 찍거나 사진을 찍거나 노트에 기록할 것입니다. 테이프, 비디오, 기록지를 들고 보는 것은 저 혼자만 될 것이고 제가 사용하지 않을 때는 보관을 잘 할 것입니다. 이 연구를 마친 후에 모든 테이프와 사진, 참여결과물은 파괴될 것입니다. 어르신은 이 연구에 참여하는 동안 사진 찍는 것을 거부할 수 있습니다. 이 동의서의 끝 부분에 저는 어르신이 사진을 찍고 사용하는 것을 허락하는지 여부에 체크하도록 부탁할 것입니다.

이 연구에 참여하는 것의 일부로 저는 어르신과 시간을 보내고 2-3회에 걸쳐 대화를 나누게 될 것입니다. 약 한 시간 정도로 저와 함께 참여하고 진행되었던 '하늘소풍 준비하기'과정에서 일어났던 경험들에 대해서 이야기를 나누게 될 것입니다. 프로그램에 참여하기 전에는 어떤 생각들을 갖고 계셨고, 프로그램을 경험하면서는 어떤 생각들이 들었는지, 그리고 끝나고 나서 일상으로 돌아와서 드는 생각들이 있었다면 어떤 거였는지 대해 이야기를 나눌 것입니다.

이런 이야기들을 나누는 게 면담과정이 될 것이고 이 내용을 기록으로 남겨서 어르신들을 대상으로 한 프로그램의 질적 향상을 위한 기초 자료로 활용할 수 있도록 하는 게 제 연구의 목적입니다.

이 연구에 참여하지 않기로 결정하거나 시작한 이후 어느 시점에서든 그만둘 수 있습니다-이것은 당신의 결정입니다. 이 연구를 그만두겠다고 결정하더라도 당신이 추후 제주대학교와 접촉하는 데에는 아무 상관이 없을 것입니다.

## 동의서

1. 연구 활동을 위하여 녹음하는 것을 동의합니다(      ).
2. 연구 활동을 위하여 사진을 찍는 것을 동의합니다(      ).
3. 연구 활동을 위하여 노트에 기록하는 것을 동의합니다(      ).
4. 연구 활동을 위하여 비디오를 찍는 것을 동의합니다(      ).

\_\_\_\_\_ (서명 날인)

제주대학교 교육대학원 상담심리전공  
김희숙 배상

## <부록 2> 연구 참여자 질문지

### ◆ 프로그램에 참가하기 전

1. 과거에 미해결된 문제로 인하여 불편한 일이 있었다면 어떤 일이었나요?
2. 미해결된 문제로 심리적으로 불편한 일이 있을 때, 드는 생각이나 기분은 어떤 것인가요?
3. 귀하는 과거에 자신에 대해서 어느 만큼 알고 계신다고 생각하시나요?
4. 귀하는 과거에 주변의 사람(가족포함)들과의 관계는 어떠하다고 생각하셨나요?
5. 귀하는 과거에 자신이 자발적이고, 주체적인 사람이라고 생각하십니까, 아니면 그 반대입니까? 그렇다면 그 이유는?
6. 과거에 무언가 자신을 막는다는 생각이 들었다면 어떤 상황이었을 때였나요?

### ◆ 프로그램 진행에 대하여

1. 프로그램을 통해 심리적으로 해결된 게 있다면 무엇인지? 그리고 어떤 요인이 그것을 해결하게 하였는지? 그리고 난 후 기분이나 생각은 어떤 것이었는지요?
2. 평소에 하기 힘들었던 말과 행동을 했다면 어떻게 할 때였나요?(강사의 어떤 방법? 프로그램?)
3. 프로그램을 경험하면서 귀하 자신의 새로운 모습을 발견했다면 어떤 프로그램을 경험했을 때였나요? 그때의 기분은 어떤 것이었으며 어떤 요인이 그런 결과를 가져왔다고 생각하시나요?
4. 프로그램을 통해 자신과 타인과의 관계를 생각해볼 기회가 있었다면 어느 때였는지? 그리고 그 때의 느낌은 어떤 거였고 어떤 요인이 그러하도록 했나요?
5. 귀하 자신이 사회와 공익을 위해서 무언가 하고 싶은 생각이 들었다면 어느 때였고, 어떤 이유 때문이었는지요?
6. 프로그램 진행 중에 자발적으로 움직이고 있는 자신을 느꼈다면 무엇을 할 때였나요? 그때 기분은 어떠셨나요? 그리고 어떤 요인이 그러하도록 하였나요?
7. 가장 흥겨운 경험을 떠올리라면 어느 때였나요?  
어떤 요인이 그런 결과를 가져오도록 하였나요?
8. 프로그램에 참여하면서 귀하를 막는 게 있었다면 어떤 것이었나요? 그것은 귀하의 살아 온 삶과 어떤 연관성이 있나요?
9. 가장 힘들었던 경험은 무엇인지요? 어떤 요인이 그러하도록 하였나요?
10. 프로그램 진행과정에서 진실한 만남을 해서 창조적인 생활을 하려는 계획이 세워졌는지? 또는 그런 생각이 들었는지?

◆ 프로그램이 끝나고 일상으로 돌아와서

1. 예전과 달라진 생각이나 행동이 있다면 어떤 것인가요? 그런 결정이 귀하의 미래에 어떤 영향을 미칠 것이라고 생각하는지요?
2. 다시 예전과 같은 상황이 된다면 귀하는 어떤 선택을 하시려고 하는지요?
3. 지금의 귀하를 자신은 어떻게 생각 하시는지요?
4. 타인(가족)과의 관계가 달라진 것을 느끼신 적이 있다면, 어떤 요인이 그런 상황이 되도록 했는지요?
5. 일상으로 돌아와서 새롭게 결정한 게 있다면 어떤 것이었나요? 어떤 생각이 그렇게 하도록 했나요?
6. 지금 생각해도 가장 인상 깊었거나, 흥겨웠던 장면은? 그리고 어떤 요인이 그런 결과를 만들었다고 생각하십니까?
7. 지금 가장 하고 싶은 일이 있다면, 그것은 무엇입니까? 그것을 이루었을 때 귀하는 어떤 기분이 들 것이라고 생각하십니까?
8. 새롭게 보이는 현상이 있다면 어떤 것?
9. 노인대상 프로그램들이 어떤 식으로 진행되었으면 좋겠는 지 궁금합니다.

◆ 더 하시고 싶은 말씀이나

그 프로그램을 진행했던 제게 하실 말씀이 있으시다면 듣고 싶습니다.

<부록 3> 연구보조자 E메일 질문지

1. 어르신들과 참여하면서 느낀 게 있었다면 어떤 것이었나요?
2. 프로그램 구성에 대하여 좋았다고 생각되는 점은?
3. 프로그램 구성에 대하여 보완했으면 했던 점은?
4. 보조진행자로 참여하면서 하시고 싶었던 말이 있었다면?
5. 선생님이 보시기에 참여하신 어르신들은 어떤 경험을 하셨다고 생각이 드시나요?
6. 참여하신 어르신들이 프로그램을 의미 있게 생각했다면 어떤 요인이 그렇게 만들었다고 생각하시나요(강사 진행방식, 프로그램내용, 주제, 주최 측 배려, 보조 선생님들의 협조 등)?
7. 참여하신 어르신들이 얻은 게 있었다면 어떤 것이었다고 생각하시나요?
8. 참여하신 어르신들은 어떨 때 가장 좋아했었다고 생각하시나요?
9. 참여하신 어르신들을 어렵게 하는 게 있었다면 어떤 것?
10. 프로그램 진행 중 인상 깊었던 점이 있었다면 어떤 것?
11. 강사 진행 방식에서 좋았다고 생각하는 부분은 어떤 것?
12. 강사 진행 방식에서 보완했으면 하는 것이 있다면 어떤 것?
13. 선생님은 노인 프로그램은 어떤 식으로 진행되길 원하십니까?
14. 마지막으로 하시고 싶은 말씀은 어떤 것이라도?

## <부록 4> E메일 답변내용

### ▣ 연구보조자1 답변 내용

#### 1. 어르신들과 참여하면서 느낀 게 있었다면 어떤 것이었나요?

- 참여자들에게 필요한 작업을 프로그램을 통해 경험할 수 있다는 것이 좋음
- 죽음에 대해 새로운 시각을 가지게 됨.
- 나 자신에 대한 삶의 의미 다시 찾게 됨
- 어르신들에 대한 왜곡된 고정관념을 벗을 수 있었음

#### 2. 프로그램 구성에 대하여 좋았다고 생각되는 점은?

- 명상, 심리극, 놀이, 만들기, 인지적 부분 등 다양한 접근방식으로 인해 참여자들의 참여도가 높았고 프로그램이 효과적이었음.
- 건강박수, 시 및 음악의 사용 등 다양한 접근방식이 좋았으며, 특히 매 회기마다 시작할 때 기분 고 양의 시간을 가짐으로서(건강박수, 노래 등) 집단에 활력을 불어넣음

#### 3. 프로그램 구성에 대하여 보완했으면 했던 점은?

- 자원봉사도우미들의 개입 정도가 참여자의 적극성보다 더 높거나, 지적·평가를 해버리는 경향이 있었음. 사전 교육을 따로 하거나 각 회기 전 혹은 회기를 마치고 나서 회기 진행 목표라든지, 개입 방식에 대해 나눌 수 있는 시간이 필요했음
- 자서전을 만들 때 전회기에 자서전에 필요한 것들 설명할 때, 말로만 하는 것이 아니라 실제 샘플을 보여주고 설명하면 더 잘 이해하실 것 같다.(이해가 부족해서 사진 등을 가지고 오지 못해서 다음 회기까지 진행하는데 영향을 미침)...혹은 회기를 2회기로 늘려서 참여자들이 직접 제작할 수 있도록 시간 안배를 하면 어떨까 싶다..(욕구가 가장 높음)
- 자서전 만들고 나서 나누기하는 시간을 가지되 그때는 '소감이 어떤 가'보다 '어떻게 활용할 것인가'를 나누어보면 좋을 듯
- 전체 회기가 끝나고 나서 자원봉사자들과 나누는 시간이 있었으면 좋겠다...무엇을 하는지 모르면서 진행에 참여했던 사람들과 나눔으로서 전체적으로 정리할 수 있는 시간을 가지고 또한 자원봉사자들의 참여하면서 느끼게 되었던 것들을 정리할 수 있는 시간 안배 필요

#### 4. 보조진행자로 참여하면서 하시고 싶었던 말이 있었다면?

- 프로그램 전체 준비, 진행, 평가 과정이 같이 있어서 참으로 좋았으며, 진행하는데 많은 효과적이었지 싶다

#### 5. 선생님이 보시기에 참여하신 어르신들은 어떤 경험을 하셨다고 생각이 드시나요?

- 삶의 정리: 부정적 사건 중심의 부정적 경험의 회고에서 긍정적 사건 중심의 긍정적 경험의 회고로 전환되었다.
- '죽음'에 대한 새로운 관점 전환
- 자신의 생을 정리하는 시간
- 놀이를 통한 가족 간의 화해, 자기이해, 참여자들 간의 이해의 폭이 넓혀졌고, 친밀감 향상
- 명상을 통해 자신, 혹은 가족과의 화해
- 앨범(자서전) 제작을 통해 자신의 업적에 대해 새롭게 인식 및 자긍심(뿌듯해 하심..자녀들과 공유를 희망함)

#### 6. 참여하신 어르신들이 프로그램을 의미 있게 생각했다면 어떤 요인이 그렇게 만들었다고 생각하시나요(강사 진행방식, 프로그램내용, 주제, 주최측 배려, 보조생들의 협조 등)?

- 보조생: 1대1까지는 되지 않았지만, 보조자들이 2:1정도는 되었으므로 집단에서 열외되는 구성원

이 적었다.

- 전문 보조자들이 소집단 안에서 살피는 것이 도움이 됨
- 강사진행방식: 충분한 설명, 빠르지 않은 말투, 사투리의 적절한 사용, 자신의 경험 노출, 설명 중간 중간 쉬는 시간을 주는 것 등이 참여자들의 집중도 높임
- 프로그램내용:
  - 주제: '죽음'을 회피하거나 떠올리지 않았던 부분이었는데, 죽음에 대해서 접근함으로써 삶을 정리할 수 있었다.
  - 각 회기의 소주제: 단계별로 접근하는 방식이 거부감을 줄이면서 접근할 수 있도록 했음
  - 장소: 프로그램을 진행함에 있어서 장소가 적절했음
  - 주최 측 배려: 70% 만족, 30% 부족(자원봉사자의 변경, 진행 중 자리가탈 등)
  - 참여자들이 노인분들이기 때문에 참여자들에게 교통 편의 제공이 필요하다고 보여짐
  - 설명할 때, 칠판 등을 이용한 시각적 효과를 사용하는 것

**7. 참여하신 어르신들이 얻은 게 있었다면 어떤 것이었다고 생각하시나요?**

- 자신에 대해 긍정적 관점 전환
- 보편성을 통한 자기 이해
- 직접적인 참여를 통한 적극성 고취
- 자긍심...가족과 함께 나눌 수 있는 소재가 생김
- '죽음'에 대한 새로운 시각

**8. 참여하신 어르신들은 어떤 때 가장 좋아했었다고 생각하시나요?**

- 앨범(자서전)제작: 동심으로 돌아가기도 하고, 자신을 내세울 수 있었으며, 가족들과 공유 거리가 마련됨
- 놀이: 천을 가지고 놀 때 보다 적극적이었음

**9. 참여하신 어르신들을 어렵게 하는 게 있었다면 어떤 것?**

- 소감에 대한 나누기 시간
- 1인 주인공이 진행하는 역할극에 있어서 이해 부족으로 인한 거부감

**10. 프로그램 진행 중 인상 깊었던 점이 있었다면 어떤 것?**

- 앨범 만들 때(자서전) 참여도가 매우 높았다는 것

**11. 강사 진행 방식에서 좋았다고 생각하는 부분은 어떤 것?**

- 프로그램에 대한 이해가 높았음
- 보조진행자들의 적극적인 활용
- 설명할 때 예시를 드는 것
- 짧게 끊으면서 말을 함으로서 전달력을 높임
- 시간을 철저히 지키
- 준비과정, 진행과정, 각 회기 평가과정까지 보조진행자들을 전체 참여시키는 것

**12. 강사 진행 방식에서 보완했으면 하는 것이 있다면 어떤 것?**

- 설명이 좀 긴 듯한 느낌/ 설명을 과정별로 끊어서 설명→작업→설명→작업 식으로 짧게 잘라서 진행하면 지루한 감이나 다시 소집단에서 설명하는 시간이 줄어들
- 전체적으로 나누는 것에 대한 부담감들이 있는 듯함. 소집단에서 나누기를 실시해도 무방하지 않을까 싶음

**13. 선생님은 노인 프로그램은 어떤 식으로 진행되길 원하십니까?**

(추가 보완하면 좋을 요소)

- 남은 인생에 대해 어떻게 살아갈 것인가에 대한 접근도 필요할 것 같음
- 관체험(차후 복지관 요청으로 이루어지는 프로그램에 대한 의논에 대한 내용)은 매우 자극적이고 강도가 강하지만 보조자아를 통해 자신의 제사 장면을 재현하면서 가족들에게 어떻게 기억되고 싶은지에 대해 체험해보는 것도 좋을 듯 (보조자아가 재현해보고 나서 각자 식구 중 누군가가 되어서 제사상 앞에서 자신에 대해 이야기하는 것..상황극으로 진행)

**14. 마지막으로 하시고 싶은 말씀은 어떤 것이라도?**

- 수고 많으셨습니다.
- 덕분에 좋은 경험을 할 수 있었음

**▣ 연구보조자2 답변 내용**

**1. 어르신들과 참여하면서 느낀 게 있었다면 어떤 것이었나요?**

- 어르신들이 많이 외로워하신다는 것과 관심이 필요하다는 것, 그리고 그분들이 갖고 계신 지혜와 다양한 재능들을 펼칠 장이 없다는 것에 대한 안타까움.

**2. 프로그램 구성에 대하여 좋았다고 생각되는 점은?**

- 진지한 내용만 한 것이 아니라 한번 씩 기분 좋게 뭉뚱기 시간도 갖고 노래도 부르며 오락을 가미했던 것이 긴장을 푸는데 도움이 되었고, 자서전이라는 큰 결과물이 있어서 참가자분들이 보람을 느낄 수 있었다는 것.

**3. 프로그램 구성에 대하여 보완했으면 했던 점은?**

- 회기 앞부분에 뭉뚱기 곳의 “한 장면”이 아직 익숙하지 않은 분들에게 너무 이른 시도를 한 것이 아닌가 하는 생각이 들어서 좀 더 마음을 열고 받아들일 수 있는 시간적 여유를 갖는 것이 원활한 진행에 도움이 될 것으로 보여 졌다 전체적으로 봤을 때 8회기로는 주제를 다 아우르기에 짧았고 그로인해 자서전 만들기도 강사의 몫으로 남아 강사의 부담이 컸다는 것이 아쉬움으로 남는다.

**4. 보조진행자로 참여하면서 하시고 싶었던 말이 있었다면?**

???

**5. 선생님이 보시기에 참여하신 어르신들은 어떤 경험을 하셨다고 생각이 드시나요?**

- 죽음에 대한 주제를 함께 나누면서 금기시하던 죽음을 드러내놓고 말할 수 있는 기회를 갖게 된 것이 죽음에 대해서 현실적인 생각을 하는 동시에 오히려 막연한 두려움에서 벗어나 주체적인 삶을 살 수 있는 준비를 하는 계기가 되었다고 보여 진다.

**6. 참여하신 어르신들이 프로그램을 의미 있게 생각했다면 어떤 요인이 그렇게 만들었다고 생각하시나요(강사 진행방식, 프로그램내용, 주제, 주최 측 배려, 보조생 들의 협조 등)?**

- 프로그램에 참여하면서 새로운 경험을 했다는 것, 그리고 그 경험이 힘들었지만 하고 나서 긍정적인 변화를 느꼈다는 점에서 의미를 둘 수 있다고 생각한다. (새로운 경험 중에는 강사의 진행 방식과 프로그램내용, 그리고 보조 선생님들의 역할 등이 모두 포함된다.)

**7. 참여하신 어르신들이 얻은 게 있었다면 어떤 것이었다고 생각하시나요?**

- 현재의 자신이 별로 할 수 있는 일이 없다고 생각했다가 자신의 업적을 적어보고 지난 삶을 되돌아보며 나 자신과 지금까지 살아온 삶에 대한 애정을 갖게 된 것, 그리고 앞으로 뭔가 의미 있는 일을 찾아보려고 마음먹게 된 것.

**8. 참여하신 어르신들은 어떤 때 가장 좋아했었다고 생각하시나요?**

- 손잡고 다함께 놀이에 참여하거나 1:1 집중해서 대화할 때 그리고 명상을 통해 보고 싶은 사람과 만남을 가졌을 때

**9. 참여하신 어르신들을 어렵게 하는 게 있었다면 어떤 것?**

- 글로 작성해야 하는 질문지를 일부 어렵게 느끼신 분들이 계셨고 여러 사람 앞에서 자신의 사적인 내용을 발표하는 것에 어려움을 느낌. (이유: 남자 어르신들은 남들 앞에서 사적인 이야기를 하거나 감정이 올라오는 것을 보이고 싶어 하지 않아서)

**10. 프로그램 진행 중 인상 깊었던 점이 있었다면 어떤 것?**

- 횡수가 지나가면서 남자어르신들의 참여도가 눈에 띄게 달라졌다는 것이다. 가장 큰 예로 버리고 싶은 것을 적은 종이를 처리하는 문제로 함께 방법을 찾고 땅에 묻자고 했을 때 적극적으로 퍼포먼스를 해 주시던 장면이 인상 깊었다.

**11. 강사 진행 방식에서 좋았다고 생각하는 부분은 어떤 것?**

- 그날의 진행방식과 순서를 충분히 이해할 수 있게 설명해주고 어르신들의 페이스에 맞게 배려해서 진행해준 점, 그리고 한 사람 한 사람 애정을 갖고 따뜻한 스킨십이 오가면서 서로에 대한 신뢰와 애정을 갖게 해준 점. 일방적인 강의식진행이 아니라 몸으로 표현하고 참가자스스로가 주인공이 될 수 있게 해 준 점 등.

**12. 강사 진행 방식에서 보완했으면 하는 것이 있다면 어떤 것?**

- 노래 부를 때 자신감? ㅎㅎㅎ (박자감각 익히기.)

**13. 선생님은 노인 프로그램은 어떤 식으로 진행되길 원하십니까?**

- 그분들을 인정해드리는 것, 그분들께 배우려는 자세로 임해야한다는 것. 말씀을 들어주고 함께 공감하며 그분들의 정서와 문화를 이해하는 것이 우선되어야 할 것이며 너무 우울하거나 분위기가 다운되지 않게 오락을 함께 하고 건강과 관련된 정보 등을 제공.

**14. 마지막으로 하시고 싶은 말씀은 어떤 것이ら도?**

- 진행자의 보조와 학습자의 보조 둘 다 제대로 하지 못한 것에 대한 아쉬움이 있지만 참여할 수 있는 기회를 주셔서 감사했어요. 많이 배웠습니다. 회기가 지나면서 강사의 열정에 참가자의 마음이 움직이는 걸 봤습니다. 그 열정이 계속 돼서 앞으로도 '하늘소풍'을 통해 많은 어르신들이 행복한 여생을 보내실 수 있길 바랍니다.

◆ 연구보조자3 답변 내용

**1. 어르신들과 참여하면서 느낀 게 있었다면 어떤 것이었나요?**

모든 어르신들이 처음에 낯설고 어색하던 모습이 프로그램을 진행하며 서로 관계형성이 깊어지자 참 편안해 지고 행복한 모습이셨네요.

삶도 죽음도 다 하나지만 생을 행복하게 사시다가 죽음을 미리 준비하고 가실 수 있다는 것은 어느 날 갑자기 닥친 소나기가 아닌 미리 일기예보에 맞춰 우산을 준비하는 것과 같다는 생각이 들었다.

태어나서 지금까지의 나를 다시 한 번 돌아보는 시간이 되었고, 어르신들 역시 남길 것들과 버려야할 것들을 정리하고 편안히 가실 수 있는 시간이 되었다는 생각이 들면서 나에게도 나의 삶을 돌아보는 소중한 시간이었네요.

**2. 프로그램 구성에 대하여 좋았다고 생각되는 점은?**

1회기부터 8회기까지 연결되어 이어지는 프로그램이어서 점차 깊이 있게 생을 돌아보고 마무리할 수 있어서 더 의미 있었던 것 같네요.

**3. 프로그램 구성에 대하여 보완했으면 했던 점은?**

1회기나 2회기는 프로그램에 대한 자세한 이해를 할 수 있는 시간이 되었으면 좋겠고, 어르신들과의 관계가 편안해 질 수 있도록 라포 형성위주로 된 프로그램이 많았으면 좋겠네요.

**4. 보조진행자로 참여하면서 하시고 싶었던 말이 있었다면?**

처음 함께한 프로그램이라 부족하여 더 많이 도와드리지 못해서 죄송했네요. 다음에 함께할 기회가 생긴다면 어르신들이 더 많은 것들을 그려내며 의미 있는 시간이 될 수 있도록 도와드릴 수 있을 거 같아요.

**5. 선생님이 보시기에 참여하신 어르신들은 어떤 경험을 하셨다고 생각이 드시나요?**

어르신들이 인생그래프도 그려보며 그동안의 세월을 정립해보고, 미리 써보는 사망기나 죽음이 한 달 남았다면? 프로그램을 통해서 진정 의미 있게 살다가는 것이 무엇인지, 어떻게 정리하고 가야 잘하고 가는 것인지, 진지하게 생을 정리할 수 있는 시간이 되었다고 생각이 드네요.

**6. 참여하신 어르신들이 프로그램을 의미 있게 생각했다면 어떤 요인이 그렇게 만들었다고 생각하시나요(강사 진행방식, 프로그램내용, 주제, 주최 측 배려, 보조생들의 협조 등)?**

일단 강사님의 편안하고 푸근한 인상과 진행이 어르신들을 편안하게 프로그램에 임하도록 한 것 같고, 그에 따른 프로그램이 전체적인 구성이 삶을 의미 있게 돌아보고 정리하는데 많은 도움이 되도록 잘 된 것 같아요. 그에 따른 복지회관 담당자의 관심과 배려가 프로그램을 잘 마무리 할 수 있게 한 것 같네요.

**7. 참여하신 어르신들이 얻은 게 있었다면 어떤 것이었다고 생각하시나요?**

어르신들이 가장 크게 얻은 것은 그동안 가슴 안에 한으로 아픔으로 무언지모를 아쉬움으로 자리했던 것들을 풀어놓을 수 있고, 의미 있고 소중한 사람들에게 자서전을 만들면서 생을 마감하시기전에 자신들의 생을 돌아보고 정리할 수 있었던 게 아니었나 생각이 드네요.

**8. 참여하신 어르신들은 어떤 때 가장 좋아했었다고 생각하시나요?**

지금은 볼 수 없고 만날 수 없는 의미 있는(돌아가신 어머니나, 멀리 있는 아들, 십수년간 볼 수 없는 아들, 군에 가서 죽은 아들 등) 이들을 뵈놀이 곳이나 내 인생이 한 달 남았다면 꼭 만나고 싶은 사람 등 프로그램을 통해 만날 수 있도록 해주었을 때 가장 좋아하신 거 같네요.

**9. 참여하신 어르신들을 어렵게 하는 게 있었다면 어떤 것?**

처음에 라포가 깊게 형성되지 않은 상태로 내면의 아픔을 꺼냈을 때 전체 구성원들의 반응에서 신뢰도가 덜 형성된 느낌이었고, 그로인해 반감(?)도 조금 생기셨던 거 같다. 깊은 신뢰감을 먼저 형성하고 프로그램을 진행했다라면 더 좋지 않았을까 아쉬움이 남네요.

**10. 프로그램 진행 중 인상 깊었던 점이 있었다면 어떤 것?**

회기마다 뵈놀이 곳 시간을 통해 어르신들이 그동안 맘 안에 아픔으로 자리한 것들을 풀어내는 시간이 가장 인상 깊은 시간이었다. 처음엔 낯설어 하고 어색해 하셨으나 시간이 흐르면서 점차 내면의 자신을 꺼내놓으며 하나씩 풀어나가는 어르신들을 보면서 조금씩 하지 않고 기다려주고 잘 들어주면서 함께 하는 것이 얼마나 중요한가 하는 생각이 들었고, 오랜 시간 가슴에 담아 놓았던 아픔들이 많으신 어르신들이라 쉽게 꺼내놓는 것이 어렵기 하나, 뵈놀이 곳 시간을 통해 그나마 조금씩 회석 시키며 편안해 하시는 것을 보면서 한편으로 늘 참고 인내하며 사셨던 어르신들 삶이 아프게 다가왔으나 그나마 “하늘소풍” 프로그램이 어르신들에게 도움이 되는 것 같아 다행이란 생각이 들었네요.

**11. 강사 진행 방식에서 좋았다고 생각하는 부분은 어떤 것?**

어르신들이 프로그램에 대한 부족한 이해를 돕기 위해 자세한 설명을 곁들여 인용한 “별컹형” “참아라형”은 어르신들을 이해하고 프로그램에 적극적으로 참여하도록 하는데 큰 도움이 된 것 같았다. 매 회기마다 어르신들의 마음을 이해하고 수용하면서 한마음이 되어 진행되는 모습에서 진정한 어르신들에 대한 사랑이 엿보여 보는 이 또한 행복했네요.

**12. 강사 진행 방식에서 보완했으면 하는 것이 있다면 어떤 것?**

너무나 열심히 최선을 다해서 어르신들을 배려하고 함께하신 선생님을 뵈면서 그저 감사한 맘 뿐이네요.. 덕분에 저도 정말 좋은 경험을 하였고 뜻 깊은 시간이었습니다.

**13. 선생님은 노인 프로그램은 어떤 식으로 진행되길 원하십니까?**

어르신들이 직접 체험하고 함께하며 가슴으로 느낄 수 있는 프로그램이길 바랍니다. (하늘소풍 처럼^^)

**14. 마지막으로 하시고 싶은 말씀은 어떤 것이라도?**

프로그램에 함께하면서 어르신들의 그동안의 삶을 더 깊이 이해하고 수용하는 시간이 되었다. 아주 큰 어른으로 위엄을 갖추었지만 그 안에 있는 어린아이 같은 여린 마음과 상처 들 또한 우리들이 함께 하며 풀어 나가야 할 숙제처럼 느껴졌고, 나보단 자식을 위해 모든 것을 희생하신 어르신들의 크고 깊은 마음을 보면서 다시한번 깊은 감사와 격려의 박수를 보내드리고 싶네요.

<부록 5> 회기별 내용

회 기	1회기
소주제	과정 안내와 만남을 위한 몸과 마음열기
목 적	- 프로그램에 대해 알기 - 8주간 과정을 함께 하게 될 구성원 알기 - 느낌을 통한 죽음 인식
준비물	CD, CD플레이어, 여러 가지 색깔천
내 용	- 진행자에 대한 소개와 과정에 대한 안내 - 워밍업: 스트레칭, 손풀기(건강박수) - ‘우리들의 인생은 일흔 살부터’ 노래배우기 - 규칙정하기 - 마음열기(맞춤인사): 눈맞춤- 입맞춤- 손맞춤- 마음맞춤 - 천을 이용한 죽음의 느낌 경험하기 - 나누기
회 기	2회기
소주제	나알기
목 적	- 쓰기와 그리기 활동을 통한 어르신 절회상 기회제공 - 소그룹 활동을 통한 구성원 관계 맺기 경험 - 나알기(별칭, 장점, 행복했던 순간, 경험한 죽음)
준비물	CD, CD플레이어, 꽃그림 활동지, 크레파스
내 용	- 노래로 여는 만남 - 워밍업: 제주민요에 맞추어 몸풀기 - ‘꽃그림그리기(나는 누구인가?)’ - 소그룹 활동을 통하여 이야기 나누기 마당 - 행복했던 순간과 슬펐던 순간과의 만남(뽀놀이 굿) - 나누기 마당
3회기	3회기
소주제	나의 인생그래프와 선물
목 적	- 자신의 인생의 오르막과 내리막과 전환점의 의미 파악 - 삶의 영광 재경험을 통한 긍정적 정서향상 - 후회와 그리움 해소
준비물	시집, 잔잔한 음악 CD, CD플레이어, 활동지와 색연필, 여러가지 색깔 천
내 용	- ‘당신은 사랑받기 위해 태어난 사람’ 노래 부르기를 통해 사랑의 충만함 느끼기 - ‘보구정현 탐아래초집’ 시 낭송 - 작업지를 통하여 인생그래프를 그려보기 - 소그룹 활동을 통하여 이야기(행복, 슬픔, 성공, 외로움) 나누기 마당 - 노고와 업적을 이룬 당신에게 선물하기(뽀놀이 굿) - 나누기 마당 - 6회기 자서전 준비 사진 다음 회기 갖고 오시도록 안내
회 기	4회기
소주제	잊을 수 없는 사람
목 적	- 내 인생의 한 사람과의 만남 - 그 만남을 통하여 감정정리 - 지금 이 순간에 집중하기
준비물	사레, 활동지와 볼펜, CD, CD플레이어,
내 용	- ‘인생은 칠십부터’ 합창으로 여는 마당 - 건강박수와 간단한 스트레칭 - 용서하기 어려운 사람, 은혜 갚아야 할 사람, 화해하고 싶은 사람 글로 써보기 - 이야기로 풀어보기 - 만남, 빈의자 기법(뽀놀이 굿) - 나누기 마당

회기	5회기
소주제	미리 써 보는 나의 사망기
목 적	- 3인칭으로 적어보는 부고를 통하여 자신의 삶을 객관적으로 살펴봄 - 미리 경험하는 '나의 사망' - 직면을 통한 인생정리 기회제공
준비물	CD, CD플레이어, 활동지와 펜,
내 용	- '인생은 칠십부터'함창으로 여는 마당 - 건강박수와 간단한 스트레칭 - 사례를 통해 찾은 '미리 써 보는 사망기'느껴보기 - 작업지를 작성하며 자신을 3인칭으로 객관화 - 발표하는 시간(잔잔한 음악)을 통하여 공유와 다름의 인식 - 미해결된 감정과 만남의 시간(뽕놀이 굿) - 나누기 마당
회기	6회기
소주제	남기고 싶은 진실(자서전)
목 적	- 그 동안의 기록을 정리 - 자아의 정체성 확립 - 유한한 존재인 인간, 기록으로 자손에게 교훈 승계 - 가족을 위한 소중한 유산
준비물	CD, CD플레이어, 가위, 풀, 재활용 탁상달력, 스캔사진
내 용	- '동작치료 음악에 맞추어 몸을 푸는 신체활동 - 간단한 자서전 소개 - 그 동안 작업지 들과 사진을 정리 - 추가하고 싶은 내용 쓰기 - 자서전 북(재활용 탁상용 달력)에 꾸미기 작업 - 나누기 마당
회기	7회기
소주제	내 인생이 한 달 남았다면
목 적	- 버리고 싶은 것과 하고 싶은 것 생각해보기 - 인생의 우선 순위와 가치관 재정립
준비물	CD, CD플레이어, 시집, 활동지와 펜, 검은 천과 예쁜 천, 양초
내 용	- '고향의 봄'에 맞추어 몸풀기 - 작업지를 통하여 '버리고 싶은 것'과 '간절히 원하는 것'을 나누어 적기 - '버리고 싶은 것'은 쓴 종이는 마구 구겨 검은 천에 모아 전체가 음악에 맞추어 밟으며 떨쳐버리는 행위를 한다(뽕놀이 굿). - 암전 후 촛불을 켜고, '간절히 원하는 것'을 직접 읽으며 서로에게 기원의 메시지를 보낸다. - 나누기 마당
회기	8회기
소주제	유언장 쓰기와 마무리
목 적	- 자신의 진실한 욕구와 만나기 - 바람과 당부를 구체화 - 살아온 인생 정리
준비물	CD, CD플레이어, 시집, 활동지와 펜
내 용	- '인생은 칠십부터'함창으로 회기 열기 - '시와 음악'의 시간 - 작업지에 인생을 정리하며 지금 죽음에 대해 느끼는 생각들, 가족에게 당부하고 싶은 말들, 못다 이룬 꿈들, 후회되는 일, 감사의 말, 작별의 인사 등에 대해 적어보기 - 발표의 시간을 통하여 감정의 공유 - 작별 리추얼(뽕놀이 굿) - 전체 마무리 소감 나누기



<부록 7> 나의 사망기

나의 사망기

나의 사망기는 자신을 3인칭으로 하여 부고를 써봄으로써 자신의 삶을 객관적으로 돌아보는 죽음준비교육의 한 과정입니다.

1. \_\_\_\_\_는(은) 어제 \_\_\_\_\_세를 일기로 세상을 떠났다.
2. 그의 사망원인은 \_\_\_\_\_이었다.
3. 그의 남은 가족은 \_\_\_\_\_이며, 그는 \_\_\_\_\_의 구성원이었다.
4. 그는 사망한 그대에 \_\_\_\_\_를(을) 하고 있었다.
5. 그를 아는 사람들은 그를 \_\_\_\_\_한(했던) 사람이었다고 기억할 것이다.
6. 그의 죽음을 가장 슬퍼할 사람은 \_\_\_\_\_일 것이다.
7. 그가 세상에 남긴 업적은 \_\_\_\_\_이다.
8. 그의 시신은 \_\_\_\_\_처리될 것이며, 장례식은 그의 유언에 따라 \_\_\_\_\_식으로 진행될 것이다.

<부록 8> '하늘 소풍 준비하기'(자서전 일부)



"우리들의 인생은 일본 살부터"

- 1절 우리들의 인생은 일본 살부터 마음도 맑습니다.  
침실에 우리들을 모시러 오면 지금은 안 간다고 전해주세요.
- 2절 우리들의 인생은 일본 살부터 언제나 생활생을 웃고 삽니다.  
침실에 우리들을 모시러 오면 아직은 바쁘다고 전해주세요.
- 3절 우리들의 인생은 일본 살부터 아무것도 볼만은 없이 삽니다.  
침실에 우리들을 모시러 오면 재촉하지 말라고 전해주세요.
- 4절 우리들의 인생은 일본 살부터 언제나 감사하며 살아갑니다.  
침실에 우리들을 모시러 오면 서서히 간다고 전해주세요.

### 나의 인생그래프

소학교시절  
부모님이 동거하였으나,  
해방이 되어 결혼도 해서 기분이 좋았다.  
일본유학도 다녀오고,  
결혼도 하고  
6·25전쟁이 이어졌다.

1955년 해체하고  
무난한 삶에 힘든 부분이 없었다.  
자책도 관경하고  
면사구소에 근무도 하였다.

공무원생활로  
안정된 생활과 지식도  
여럿 태어나고 기분이 좋았다.  
처음으로 초가인 주택도 구입했다.  
셋째딸의 탄생과 시멘트집으로 새로 집을 신축하였다.  
장남이 결혼하고  
차남이 태어나고  
이 시기가 인생에서 제일 행복한 시기였다.

그러나 아버지와 어머니의 별세로  
힘든 시기가 찾아왔고,  
공무원생활퇴직으로 이어졌다.

차남이 결혼하고, 아이들도 훌륭하게 자랐고,  
지금 현재는 건강하고 걱정이 별로 없는  
행복한 생활을 하고 있다.



### 꽃그림 활동지

나의 별칭은 '셋늬' 이다.

내가 가장  
자신 있는 일은  
정원수를 관리하는 것이다.

아버지의 안정한 별칭은  
내 가슴속에 깊이 남아있는 죽음의 기억이다.

내가 가장 행복했던 순간은  
장손의 결혼식 때였다.

'하늘소풍 준비하기'를 통하여  
안정한 죽음을  
맞이할 수 있는  
마음의 준비를 하고 싶다.



### 나에게 삶이 한 달 남았다면 (떠오르는 단어)!

너무 당연한 것  
(모든 일에 시작이 있으면 끝이 있고,  
백이 뜨면 또한 백이 진다. 모든 인간에 담하는 일이다)

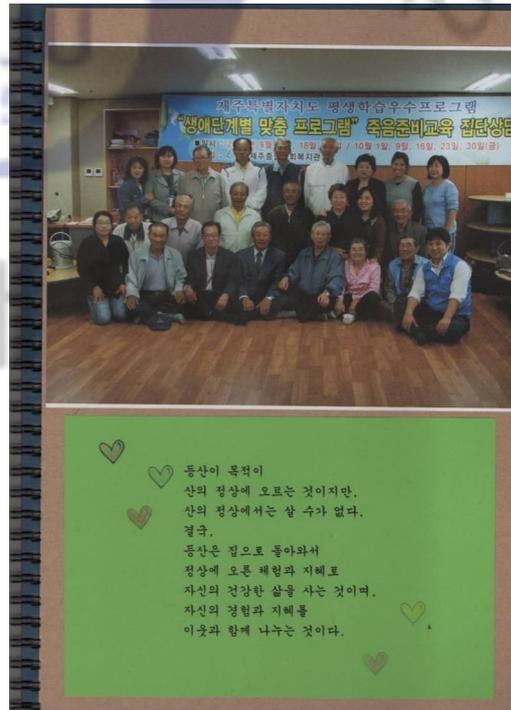
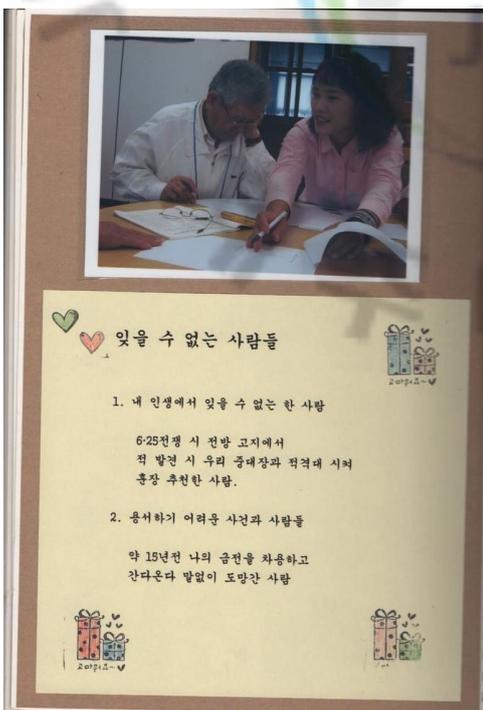
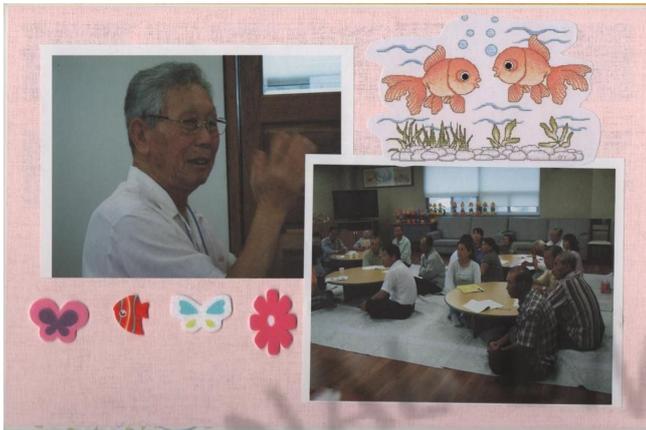
자녀 간의 화목  
(재산유산이 없어 자녀에게 미안하며 화목하기 바란다)

버리고 싶은 것

과욕  
(사람은 돈을 좇아다니면 죽는다. 돈이 사람을 찾아야 한다)

간절히 원하는 것

미국에 살고 있는 둘째 아들  
(생명공한연구소에서 아들부부가 근무하고 있음).  
자부, 손자, 손녀 보고 싶다.  
지금 손자 고, 손녀 고, 고통학생이다.



<부록 9> 나에게 삶이 한 달 남았다면

**나에게 삶이 한 달 남았다면!**

1. 떠오르는 단어와 그 이유?

떠오르는 단어	이유
1)	
2)	
3)	

2. 간절히 원하는 것과 그 이유?

(보고 싶은 사람, 가고 싶은 곳, 하고 싶은 것 등)

간절히 원하는 것	이유
1)	
2)	
3)	

3. 버리고 싶은 것과 그 이유?

버리고 싶은 것	이 유
1)	
2)	
3)	



<부록 10> 나의 유언장

## 나의 유언장

이것은 미리 쓰는 유언장의 기본 형식입니다.

이외에도 자유롭게 기록하고 남기고 싶은 이야기를 쓰면 됩니다.

반드시 자필로 기록하고 도장을 찍어야 법적으로도 유효합니다. 성명, 주민등록번호, 주소, 작성연월일, 장소는 필수 기입 사항입니다.

성명: (도장)  
주민등록번호: (생년월일: )  
주소:  
작성일:       년       월       일  
작성 장소:

사랑하는 사람들에게

1. 배우자에게

2. 자녀들에게

3. 친구, 친지들에게

## 내가 떠난 후에

### 1. 나의 장례식

매장, 화장, 납골, 수목장, 시신 기증 등에 대한 생각을 밝힙니다.

장례식 장소, 부르고 싶은 사람들, 불러주었으면 좋을 노래들, 장례식에서 거절하고 싶은 사람 등을 기록합니다.

### 2. 사후 유산 처리문제

기증, 분배, 남은 가족에게 처리 부탁 등을 합니다.

**“우리들의 인생은 일흔 살부터”**

1절 우리들의 인생은 일흔 살부터 마음도 몸도 왕성합니다.  
칠십에 우리들을 모시러 오면 지금은 안 간다고 전해주세요.

2절 우리들의 인생은 일흔 살부터 언제나 생글생글 웃고 삽니다.  
팔십에 우리들을 모시러 오면 아직은 빠르다고 전해주세요.

3절 우리들의 인생은 일흔 살부터 아무것도 불만은 없이 삽니다.  
구십에 우리들을 모시러 오면 재촉하지 말라고 전해주세요.

4절 우리들의 인생은 일흔 살부터 언제나 감사하며 살아갑니다.  
백세에 우리들을 모시러 오면 서서히 간다고 전해주세요.

## 건강박수 8 가지

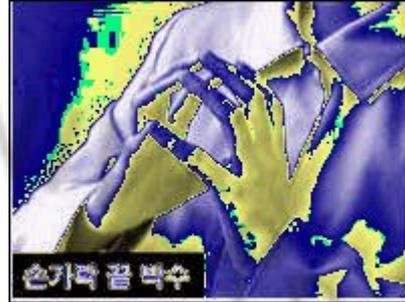
### 1. 합장박수



열 손가락을 마주 대고 양손을 힘차게 부딪친다.

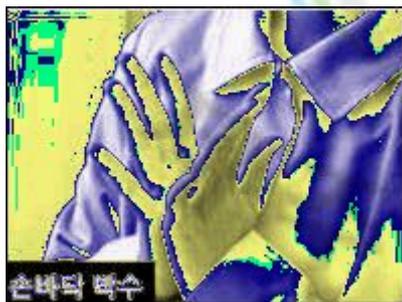
이 때 생기는 마찰 진동으로 손바닥의 모든 경혈이 자극을 받아 혈액순환이 좋아진다. 특히 혈액순환 장애로 생기는 손발 저림과 신경통에 효과적이다.

### 2. 손가락 끝 박수



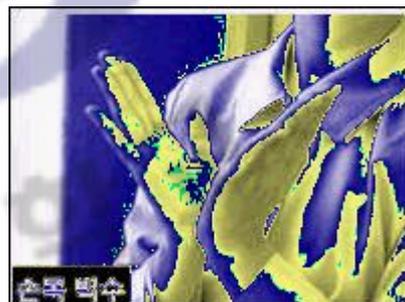
양손의 손가락 끝 부위만 댄 채로 치는 박수, 시력이 나쁜 사람, 만성 비염과 코감기에 자주 걸리거나 코피가 자주 나는 사람에게 아주 좋다

### 3. 손바닥 박수



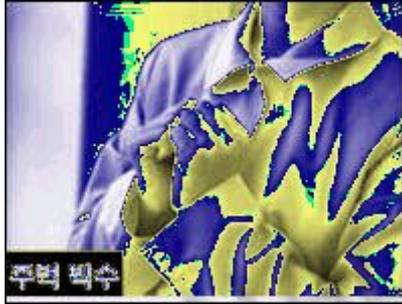
손가락을 꺾 펴고 약간 뒤로 젖힌 다음 손목은 서로 붙인 채 손바닥만으로 치는 박수, 손바닥만 부딪쳐서 치면 전반적인 내장 기능이 강화된다.

### 4. 손목 박수



손목과 연결된 손바닥의 끝부분만 마주치는 박수, 이 부분은 방광과 연결되어 있어서 방광을 자극해 생식기 기능과 정력을 좋아지게 한다. 정말이다.

### 5. 주먹 박수



주먹을 쥐 후 양손을 맞대고 손가락이 닿는 부분끼리 박수를 친다. 처음엔 손가락 뼈마디가 조금 아프지만 점차 묵탁소리 비슷한 소리가 나면서 통증이 없어진다. 두통이나 어깨 부위의 통증을 치료하는 데 좋다.

### 6. 손가락 박수



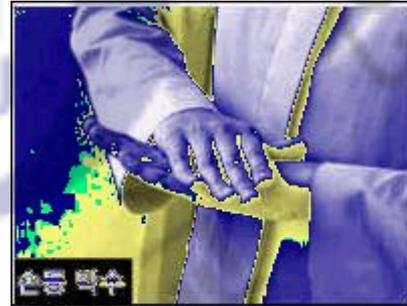
두 손을 마주 본 상태에서 손바닥 끝부분과 손가락은 붙이고 손바닥 부분만 살짝 떼고 다음 손가락끼리 부딪친다. 심장과 기관지 자극, 이와 관련된 질병을 예방·치료한다.

### 7. 목 뒤 박수



양손을 목 뒤로 돌려서 힘차게 박수를 친다. 어깨 부위의 피로를 푸는 데 효과적이며 어깨나 팔뚝의 굳살을 빼는 데 도움이 된다. 몸이 뻣뻣한 사람들이 처음 하면 불편할 수 있다.

### 8. 손등 박수



손등을 다른 한 손으로 때리듯이 번갈아 친다. 허리와 등, 척추의 건강에 좋다. 아무튼 좋다. 특히 요통이 심한 사람들이 꾸준히 해주면 좋다.

## 죽음 준비

우리의 삶은 준비의 연속이라고 할 수 있다. 우리는 이 세상에 태어나는 것부터 철저한 준비 속에서 태어난다. 만약 준비 없이 출산을 한다면 어떻게 되겠는가? 그 외 결혼 준비는 물론이고 입학준비, 시험준비, 진학준비, 취직준비, 여행준비, 이사준비, 외출준비는 물론이고 일생에 한번 일어나지 않을 수도 있는 방공예행 연습이나 화재 방지연습 등 모든 것에 준비가 필요하다. 유비무환이라는 말이 있듯이 준비를 하지 않으면 어려움이 따른다. 그런데 하물며 가까운 곳을 외출하는 것도 아니고, 영원히 돌아올 수 없는 곳으로 떠나기 위한 죽음을 준비하는 것은 당연한 일이다. 파스칼은 인간이 자신의 죽음을 미리 생각할 수 있다는 점에서 동물보다 우월하다고 말한다. 자신의 죽음을 알고 있다는 사실, 이것이 바로 인간의 위대함이라고 할 수 있다. 죽기 위해서는 삶을 정리하고 떠날 준비를 해야 한다.

인간은 육체적·정서적·사회적·영적인 존재로서 전인적이며 총체적이다. 나이가 들면서 육체적으로 노화가 되는 것은 자연스러운 것이지만 영적으로는 성숙한 삶을 살아야 한다. 죽음을 육체적인 측면에서만 초점을 맞추고 영적인 측면을 고려하지 않는다면 매우 애석한 일이다. 그리하여 죽을 때에도 이 네 가지 면에서 준비를 해야 한다.

육체적인 죽음에 초점을 두고 죽음준비를 한 사례를 한 가지 들어보겠다. “1년 시한부 인생”이라는 의사의 진단을 받고 가산을 탕진한 사람이 있었다. 그는 직장을 그만 둔 것은 물론이고 재산을 모두 정리한 후 그 돈으로 남은 인생을 실컷 즐겼다. 그러나 그는 말기암이라는 의사의 진단이 ‘오진’으로 밝혀져서 인생이 엉망진창이 되었다며 분노를 표시하고 병원을 상대로 손해배상을 청구할 계획이라고 하였다. 그는 육체가 죽는다면 모든 것이 끝이라고 생각하고 재산을 정리하고 엉망으로 살았기에 누구를 탓할 입장이 못 된다.

죽음을 위해서는 육체만이 아니라 정서적·사회적·영적으로 철저한 준비를 하지 않는다면 매우 심각한 상황에 처하게 될 것이다. 임종자는 물론이고 남은 유가족도 매우 안타까운 상황에 처하게 될 것이다. 그러므로 죽음이 가까이 오기 전에 미리 죽음을 준비하고 연습을 한다면 보다 편안하게 죽음을 맞이할 수 있을 것이다.

죽음을 앞두고 준비를 해야 할 것을 소개하면 다음과 같다.

첫째, 죽음에 대한 바른 이해를 해야 한다. 죽음은 끝이 아니고 단지 새로운 세계로의 시작일 뿐이며 영원한 삶이 있다는 것을 유념하면서 살아야 한다. 또한 죽을 때는 눈에 보이는 그 어떤 것도 가지고 갈 수 없고 오직 빈손으로만 간다는 것을 유념해야 한다. 가진 재능, 지식, 지혜, 재물, 심지어 우리 몸까지도 다 내어주고 가야 한다. 심지어 죽음의 과정이 삶의 마지막 성장이 될 수 있도록 준비해야 한다.

둘째, 삶에 대한 바른 이해가 필요하다. 지나온 삶을 되돌아보고 후회와 회한보다는 긍정적으로 사고할 수 있어야 한다.

셋째, 영적인 죽음준비를 해야 한다. 영적인 준비는 물론 죽음이후의 사후세계에 대한 참 소망을 갖는 것까지 포함한다. 티베트 불교에서는 영적 준비는 '탐착과 증오를 버리라. 마음을 비우라. 붓다의 지혜로운 마음과 그대의 마음이 하나가 되게 하라' 소개하고 있다. 기독교에서의 영적준비는 가장 중요한 것은 하나님을 믿는 믿음이다. 종교를 초월하고 영적인 성숙을 위한 가장 중요한 덕목은 사랑과 관심, 화해와 용서, 감사 그리고 버려야 할 것(분노, 죄책감, 욕심, 원망, 미움 등) 그리고 의미 있는 삶이라고 볼 수 있다.

죽을 때 보이는 것은 사실 아무 것도 가지고 갈 수 없다. 영혼만이 육체를 벗고 떠나는 것이다. 마지막 죽는 순간까지 영적인 성숙을 할 수 있어야 한다. 죽음은 언제·어디서·누가·어떻게 죽을지 아무도 모른다. 그래서 죽음준비가 필요한 것이다. 삶이 유한하기 때문에 죽음이 임박하기 전에 죽음을 사색하며 그 삶이 마지막인 것처럼 최선을 다해서 살아야 할 텐데 삶은 그렇지 못하다. 가장 후회스런 말 중의 하나는 “.....했어야 했는데”이다. 죽음의 순간에 가장 중요한 일은 더 많은 돈을 갖고자 하는 것도 아니고, 더 많은 명예도 아니고 학식은 물론 아니다. 삶에서 가장 중요한 것은 바로 사랑과 용서와 감사 그리고 소망 있는 삶이라고 할 수 있다.

퀴블러 로스는 인생수업에서 “죽기 전에 간절히 원하는 것을 지금 하라”고 하였다. 오늘은 어제 죽어간 사람이 그렇게도 그리던 선물이다. 오늘을 최선을 다해서 사는 연습을 해보자. 바로 죽음연습이다.

(시립노원노인종합복지관 「죽음준비학교」에 실린 김선숙의 글)

## 감 사 문

이 글을 적기까지 긴 시간이 필요했다.  
처음 실행하는 연구는 많은 고통과 인내를 강요했으며,  
자신의 한계를 시험당하는 기분이 들기도 하였다. 그래서 미흡하지만 지금 이 순간이 더욱 감동스럽다.  
돌아보면 이 결과는 혼자 만들어낸 것이 아니다. 그래서 이 지면을 빌어 감사의 마음을 전하고자 한다.  
먼저 이 연구를 기꺼이 허락해준 D복지관의 고근호 복지사에게 감사드린다. 그분의 허락이 없었다면 나는 연구기간을 더 허비할 수밖에 없는 상황이었음을 고백한다.  
그리고 내 연구에 최선을 다해 참여해주신 어르신들께 진심을 바쳐 감사함을 표한다.  
쉽지 않은 주제와 생소한 낱말이 곳에 마음을 열어주지 않았다면  
본 결과물은 탄생하지 못했을 것임을 알기 때문이다.  
그리고 지도교수님, 본 대학 상담심리전공 역사에 처음이라는 질적연구방법을 수용해주시고,  
맨 마지막까지 논문쓰기의 한계에 부딪힌 저를 지도해주신 점 깊이 감사드립니다.  
박사과정 정은희, 문창배 선생님.  
어려운 시간을 할애하며 질적연구에 대한 지지와 논문쓰기에 대한 조언 감사합니다.  
저를 상담의 길로 입문시켜주신 양정국 선생님,  
사이코드라마지도자 선배로서 늘 지지를 보내는 고강호선생님,  
바쁜 와중에도 관심과 지원을 보내주고 보조진행자역할까지 수행해준 허순임 선생,  
분석과 해석의 과정에서 혼란과 고민에 휩싸였을 때 당신들은 진정 든든한 후원자였습니다.  
늘 찾아갈 곳이 있다는 것 자체가 저에게 위안이 됐기 때문입니다. 감사합니다.  
그리고 보조진행자와 연구보조자 역할을 수행해준 탁선옥선생, 강현순선생,  
자서전 꾸미기 보조진행자 역할을 수행해준 나선화선생. 감사합니다.  
세명의 선생은 그 외에도 많은 역할을 수행하며 언제라도 오케이할 듯 몸과 마음을 다해  
저와 제 연구를 도왔음을 알고 있습니다.  
그리고 제주도서관에 근무하는 중학교 동창 문정희, '고맙다'  
늦게 공부하는 친구에게 도움 줄 거라고 책 대출을 위해 모든 편리를 제공한 사실이 정말 흐뭇했어.  
그리고 원우인 오현주.  
마지막까지 논문쓰기 동행자로서 지도받기에 함께 했으며, 고민을 나누어줬으며, 영문초록까지 수정해준 점 '감사하다~!' 또 다시 말하지만 인쇄마감 후에도 논문쓰기가 외롭지 않았던 것은  
'너와 함께 할 수 있었기 때문'이야.  
그리고...내 가족들(이 부분에선 감정이 올라와 눈물이 난다), 정말 긴 시간 잘 참고 지켜봐준 내 남편, 40대 후반에 시작한 학부시절부터 지금까지 복사, 자료지원, 컴퓨터 활용, 집안일도와주기... 심지어 의미분석까지. '당신이 있었기에 그동안의 모든 일이 가능했는데, 이 논문도 그렇다우~'  
나래! 내딸로서, 선배연구자로서 이 연구에 깊이 관여하여 지켜봐주고 힘이 돼 준 점 '고맙다~!'.  
자신의 연구기간에는 엄마의 지원은 기대도 못한 억울함이 있음에도 불구하고 어려워 손 내밀 때마다 해결사역할을 자청해준 점이 성숙해보였고, 늘 든든한 백을 가진 기분이었다.  
그리고 아들 승빈, '넌 항상 네 일을 충실히 잘하고 있는 거 같아 그것만으로도 힘이 되고 고마웠어'.  
마지막으로 최현진선생님,  
저에게 '사이코드라마와의 만남'을 가능하게 했으며, 또 다른 삶의 길을 열어주신 선생님, '감사합니다'  
연구의 길에서도 제 마음의 든든한 후원자 역할로 큰 힘이 되었답니다.  
늘 논문쓰기를 통하여 선생님과 만나며 행복했고 또한 두려웠습니다.  
사이코드라마의 철학을 잘 이해나 하고 있는지가  
연구기간 동안 늘 저를 따라다니는 화두였기 때문입니다.  
그 외에 단절되었던 소통의 재개를 꿈꾸며 참고기다려준 친구, 친지, 지인들 감사합니다.

2010. 7.  
김희숙 올림