

노인의 죽음불안에 관한 연구

고길란*, 이영숙

서해대학, 군산대학교생활과학부

A Study on Death Anxiety of the Elderly

GilRan Ko* · YeongSug Yi

School of Human Ecology,

KunsaNat'l Univ.

1. 서론

인간이면 누구나 필연적으로 맞게 되는 죽음은 인간이 겪는 부정적인 사건 중 가장 큰 것이다. 죽음은 필연적이라는 특징 외에도 언제, 어디서, 어떻게 발생할지 모르는 요소를 가지고 있기 때문에 불안이 따른다^[1]. 이와 같은 불안은 각 개인에 따라 다양한 양상으로 나타난다.

삶의 질 향상을 위해서 어떻게 살아야하는지 못지않게 중요한 것이 잘 죽는 것, 즉 죽음이다. 어떠한 자세로 죽음을 맞이해야 하는지에 관한 것은 노년기 발달과업 중 하나로서 노인들에게 죽음에 대한 준비는 다른 연령층보다 훨씬 더 필요하다. 죽음에 대한 아무런 준비 없이 죽음을 대면하게 되었을 때 더 많은 어려움과 고통을 겪거나 자신 뿐 아니라 주위사람들에게도 힘든 과정이 될 수 있고, 죽음에 대한 불안, 두려움, 잘못된 인식 등을 상대적으로 커지게 하기도 하기 때문이다^[2].

이에 본 연구에서는 노인들이 각자의 삶의 배경에서 자신의 죽음에 대해 어떠한 의미를 부여하고, 그에 따른 불안을 어떻게 인식하고 있는지를 알아보고자 한다.

2. 연구방법

본 연구에서는 노인의 죽음에 대한 불안 정도를 알아보기 위해 양적연구와 질적연구를 병행하였다. 양적 조사는 K시에 거주하는 60세 이상의 노인을 대상으로 2007년 7월 16일-8월 27일에 532명을 질문지를 사용하여 조사하였고, 심층면접은 2007년 10월 2일-10월 21일에 10명의 노인을 대상으로 하였다. 조사도구인 질문지는 박은경^[3]이 개발한 도구 중 16문항을 죽음불안 척도로 사

용하였고, 심층면접 질문은 죽음의 의미, 죽음불안 인식계기와 불안 증상 등의 내용으로 자유롭게 질문하였다. 조사결과는 빈도, 백분율, 평균, 요인분석 그리고 내용분석을 하였다.

3. 결과

3.1. 노인의 죽음의 의미

노인들이 인식하는 죽음에 대한 의미는 긍정적인 의미, 중립적의미, 그리고 부정적의미 등 세 유형으로 분류되었다. 이 중에서 긍정적의미를 부여하는 노인보다 중립적의미나 부정적의미를 부여하는 노인이 월등히 많았다. 이는 대부분의 노인이 죽음불안을 5점 만점에 3.12점으로 상당한 정도의 불안을 느낀다는 양적조사 결과와 상응하는 결과이다.

3.2. 노인의 죽음불안

3.2.1. 노인의 죽음불안 유형

노인의 죽음불안은 '소멸불안' '과정불안' '사후불안'이라는 3요인으로 나타났다. 이 중 과정불안을 가장 많이 느끼며, 그 다음에 사후불안, 소멸불안 순으로 나타났다.

3.2.2. 노인의 죽음불안정도

노인이 가진 죽음불안 정도는 5점 만점에 3.12점으로 나타났다. 죽음불안을 유형별로 보면, 소멸불안이 2.72점, 사후불안이 3.12점, 과정불안이 3.44점으로, 소멸불안이나 사후불안보다 과정불안정도가 높음을 알 수 있다.

3.2.3. 노인의 죽음불안 양상

노인의 죽음불안증상은 심리적인증상과 신체적인 증상으로 나타났다.

"(죽음을 생각하면...)한심하고 마음이 답답~하고..."...
(심리적 증상)

"집에 앉아있으면 자꾸 더 몸이 가라앉고 더 거기에 빠져들어서 자기가 생명이 나..."(신체적증상)

죽음불안을 인식하게 되는 계기는 나이가 들어갈 때와 타인의 죽음을 경험할 때, 자신의 몸이 아플 때, 심리적으로 외로울 때 등이었다.

"나이를 먹으니까 나라는 존재가 뭔가, 누가 나를 거시기(무시) 하는가 하는 생각이 들지... 살았을 때 모든 것을 다 재밌게 살고 해야 되는데 그것이 뜻대로 안 될 때도 있어. 그것이 뜻대로 안되잖아..."(나이 들)

"친구가 죽었다카나 아는 사람이 죽었다카하면 엄청 스트레스를 받아. 우리 인생도 얼마 안 남았다~"(타인의 죽음)

"저번에 다리가 아파서 잘 걷지도 못할 때 죽는 거 생각이 나더라고. 외롭고 힘들고 죽겠더라고. 아플 때, 그때는 이렇게 허망하게 죽는가보다 했어."(신체적 고통)

자주 그런 생각이 들어. 어떨 때? 특히 외롭게 있을 때 그런 마음이 떠올라. 그럴 때는 눈물도 나올 때도 있지."(심리적 외로움)

4. 결 론

본 연구는 노인의 삶의 질 향상에 도움을 주고자 죽음과 관련된 불안에 대해 살펴보고자 하는데 목적을 두고, 60세 이상 노인을 대상으로 조사한 결과를 토대로 결론을 내리면 다음과 같다.

노인이 인식하는 죽음의 의미는 긍정적인 의미와 중립적인 의미, 부정적인 의미로 분류되었으며 이 중 부정적인 의미를 가진 사람이 가장 많았고 긍정적 의미를 가진 사람은 단 한명에 불과했다. 이는 죽음에 대한 불안이 5점 만점에 3.12점을 나타낸 결과와 일맥상통하는 결과이다. 즉 죽음이라는 현상은 대부분의 사람에게 긍정적인 느낌을 주는 것이 아니라는 것을 확인해주는 결과인 것이다. 따라서 죽음이 인간 누구나 필연적으로 맞이하는 점을 고려할 때 죽음을 긍정적으로 받아들일 수 있는 여건을 마련해주는 것이 필요할 것으로 사료된다.

노인이 가진 죽음불안 요인은 소멸불안, 과정불안, 사후불안 등 3요인으로 분류되었고 그 중 과정불안이 가장 높게 나타났다. 이는 노인들이 죽음의 과정에서 나타나는 질병, 고통, 경제적 부담감, 타인에 대한 부정적 영향 등을 특히 힘들게 생각하기 때문에 나타난 결과라고 생각된다. 따라서 이를 감소시키기 위해 죽음과정에서 나타나리라고 예상되는 이러한 어려움에 대한 경제적, 신체적, 심리적 사전 준비를 할 수 있도록 예비노인들부터 교육함이 필요할 것으로 생각된다.

노인의 죽음불안에 대한 양상을 살펴보면 마음속 깊이 진실로 죽음불안을 느끼지 않는 사람은 죽음에 대한 불안 증상이 없으며, 중립적 의미나 부정적 의미를 부여하는 노인들은 불안 증상을 나타냈다. 이를 보면 죽음불안을 느끼지 않는 방안을 일찍부터 준비시키는 것이 필요할 것이다.

죽음을 인식하게 된 계기를 보면 나이듦, 타인의 죽음, 신체적 고통, 심리적 외로움 등으로 나타났는데 이중 일부는 주위 사람의 보살핌으로 완화시키는 것이 가능한 것도 알 수 있다. 따라서 죽음불안을 줄일 수 있도록 주위에서 보살펴줄 방안을 사회적 차원에서 모색해야 할 것이다.

참 고 문 헌

- [1] 박재현, "입원한 노인환자의 자아존중감과 죽음에 대한 공포에 관한 연구" 이화여자대학교 간호대학원 석사학위논문. 1990
- [2] 심민경, "노인의 죽음에 대한 불안과 사회적 지지와의 관계" 부산대학교 사회복지학과 석사학위논문. 2001
- [3] 박은경, "죽음불안 측정 도구개발" 고려대학교 간호학과 석사학위논문. 1995