

중년후기 한국 여성의 노년기 전환기 경험

Late Middle-aged Women's Life Experiences in Transition to Old Age : How Do They Adapt to "Aging" in Korean Society?

한세대학교 경찰복지학부
전임강사 강 유 진

Division of Police & Social Welfare, Hansei Univ.
Full Time Lecturer : Kang, Yoo Jin

◀ 목 차 ▶

- | | |
|-------------------------|---------|
| I. 문제제기 | IV. 맺는말 |
| II. 연구방법 및 자료수집 | 참고문헌 |
| III. 중년기에서 노년기로의 전환기 경험 | |

< Abstract >

The purpose of this study is to understand how late middle-aged women in our society view and adapt to "aging". This is a crucial step forward linking two stages, the growing young age and the declining old age, which eventually improves the quality of life in old age. This qualitative study used personal narratives extracted from tape-recorded interviews of 20 late middle-aged women in their fifties and analyzed key experiences of late middle-aged women in their transition to old age.

Participants were observed to perceive not only many limitations but also alternative potentialities. First, the major challenges due to the closing young era were 'physical declines', including health problems and wrinkles, and 'leaving children'. Second, the potentialities to start a new era also could be found. Many participants found themselves to be generous enough to assist others in need. In addition, they looked to adapt to new challenges. It was likely that the many adversities that they had faced made them resilient.

These results show that late middle-aged women were actively negotiating with themselves and their surroundings in order to overcome their losses, maintain their potentialities, and, in the process, acknowledge their impending old age for better preparation.

주제어(Key Words): 중년 후기(late middle-aged), 노년기 전환기(transition to old age), 생애경험(life experience), 성공적 노화(successful aging)

Corresponding Author: Kang, Yoo Jin, Division of Police & Social Welfare, Hansei Univ., 604-5, Dangiung-dong, Kunpo-si Kyunggi-do, Korea (Post code 435-742) Tel: 82-31-450-5210 Fax: 82-31-457-6517 E-mail: Yoojin528@hansei.ac.kr

I. 문제제기

이제까지 중년기에 대한 학문적 관심이 인생의 다른 시기들에 비해 상대적으로 부족했던 것이 사실이다. 아동기나 성인기 혹은 노년기에 비해 중년기는 인생에서 짧게 스쳐 가는 인생단계로서 그 중요성이 부각되지 못했다.

이처럼 중년기에 대한 연구가 부족했던 원인으로 첫째로는 중년기의 명확한 시기 규정이 어렵다는 점과, 둘째로는 중년기 연구를 강조할 만한 심리학적, 사회적 동인이 부족하였다는 점을 들 수 있다. 중년기는 아동처럼 사회화와 교육을 위한 투자와 관심이 필요한 시기도 아니며, 노년기처럼 외부의 지원과 부양 등 개인 뿐 아니라 사회적 차원에서 대책과 관심이 요구되는 시기도 아니기 때문이다 (Staudinger & Bluck, 2001: 4-6).

그러나 최근 들어 평균수명의 연장과 함께 중년기 인구가 증가하면서 중년기에 대한 연구와 관심이 높아지고 있다(한경혜, 노영주, 2000). 중년기는 더 이상 개인의 생애에 있어서 '잠시 지나가는 인생단계'로서의 의미를 갖지 않으며, 이에 따라 인생 주기의 중요한 한 단계로서 중년기 특성을 규명하고 이것에 주목하고자 하는 연구들이 이루어지고 있다¹⁾.

또한 발달적 관점에서 볼 때 중년기 연구는 '노인과 노년기에 다가갈 길잡이'의 역할로서 연구의 가치를 지닌다. 젊음과 노인 사이의 건널 수 없는 깊고 큰 강을 이어주는 다리가 바로 중년기이기 때문이다. 이렇게 볼 때 중년세대가 가지는 특수한 개인적, 역사적, 문화적 위치를 파악하는 것은 앞으로 노인인구를 구성할 미래 노년세대의 특성을 미리 예상할 수 있는 좋은 자료가 될 수 있을 것이다. 미래의 잠재적 노년세대로서 중년 세대의 요구를 미리 알아보는 것은 노인복지의 측면에서 중요한 의미 갖는다.

이처럼 개인의 삶을 전 생애로 펼쳐놓았을 때 중년기가 젊음과 노년기의 간극을 이어 주는 인생단계라는 점을 견지할 때, 중년기 연구는 노년기 연구와 연계할 필요성이 있다. 인생의 마지막 단계인 노

년기로 진입하기 직전, 중년기를 어떻게 보내느냐의 문제는 노년기 삶의 질에 중요한 시사점을 줄 수 있기 때문이다(한경혜, 노영주, 2000).

그런데 중년기와 노년기 연구의 연계를 위해서는 중년기를 좀 더 세분화하여 연구할 필요가 있다. 아무래도 중년전기와 중년후기는 생물학적 측면 뿐 아니라, 사회적 측면에서 상이한 조건을 갖기 때문이다. 즉, 중년전기는 중년후기에 비해 더 건강하고 사회적으로 생산적 일을 더욱 왕성히 수행하는 반면, 중년후기는 건강이 급격히 쇠퇴하고 사회적으로 은퇴를 맞이하는 시기로 노년기 진입을 눈앞에 둔 시점이다. 따라서 중년의 발달단계를 중년전기(early-midlife: 40-50yrs.)와 중년후기(late-midlife: 50-60yrs.)로 나누어 각각의 생애과정의 특징과 차이점을 직시하여야 한다고 지적된다(Staudinger & Bluck, 2001: 25).

중년기를 좀더 세분화하여 각각의 생애과정의 특성을 살펴본 대표적인 연구로 레빈슨의 '인생계절론'을 들 수 있다. 레빈슨은 중년기의 마지막을 장식하고 노년기로 진입하는 '성인후기'를 60세에서 65세라고 하고, 이 시기를 '노년기로의 전환기'로 명명하였다(김애순 역, Levinson 1996: 70). '노인' 혹은 '노년기'에 대한 불안과 부정적 인식이 지배하는 한, 노년기로 가까워짐은 개인에게 결코 유쾌한 일이 아니다. 중년기를 지나고 노년기라는 다음 시대를 넘어서야 한다는 것은 젊음과 활력 있는 삶 그 자체를 상실해버리는 것으로 인식될 것이다. 레빈슨은 '젊음과 늙음'의 분열을 극복하고 적절하게 이 둘 사이의 균형을 추구하는 것이 성인후기, 즉 노년기로의 전환기의 중요한 발달과제가 된다고 지적하고 있다. 즉, 적절하게 자신의 젊음을 유지하면

1) 이 연구들은 주로 두 가지 상반된 방향으로 진행되어 왔다. 한 가지는 인생의 위기 단계로서 중년기와 관련된 것이며, 나머지 한 가지는 인생의 황금기로서 중년기에 대한 것이다(박경숙, 김명자, 1991; 왕석순, 서병숙, 1995). 전자의 관점을 취할 경우, 중년기는 상실과 쇠퇴의 시기로 인식하는 반면, 후자의 경우 새로운 자유감을 맛보고 인격적으로 지혜와 포용력 등의 성숙의 시기로서 중년기를 조망한다.

서 이전의 인생구조를 마무리하고 새롭게 직면하는 인생구조, '노년기'에 대한 준비와 적응을 대비해야 한다는 것이다.

아직 중년기를 전기와 후기로 구분하여 이 시기의 차이점이나 각각의 특수성을 규명한 연구는 많지 않은 상태이다. 우리 나라의 경우 최근 한경혜, 노영주(2000), 노영주, 한경혜(2000)의 연구가 40세에서 60세에 이르는 중년기 내에서 40세-50세와 50세-60세의 생애주기적 차이를 보여주고 있다. 이 연구들은 중년기를 '지속적으로 발달하는 과정'으로 조망하고, 발달의 구체적 과정을 이해하기 위해 40대 전환기와 50대 전환기의 차이점을 비교하면서 중년기 발달의 전체적 과정을 이해하기 위한 자료를 제시한다.

본 연구는 50세에서 60세에 이르는 중년 후기 세대를 대상으로 중년기 경험 중에 특히 '노년기 전환기 경험'에 초점을 맞추고자 한다. 특히 중년후기 세대의 경험을 중년 여성들에게 한정시켜서 살펴보고자 한다. 연구대상을 중년 여성들에 한정된 것은 첫째로는 사회인구학적인 이유가 크다. 남녀간 평균수명의 차이를 볼 때²⁾ 노령 사회를 살아가는 사람들 중에 여성들이 수적 우세를 차지할 것이라는 것에는 의문의 여지가 없다. 따라서 미래의 노인문제는 곧 여성의 문제가 될 것이라는 지적도 제기된다(최혜경, 권유경 역, 2001:24).

둘째로는 인생주기의 연구에 있어서 여성의 관점에 대해서는 소홀히 다루어져 왔다는 '연구의 회소성'을 들 수 있겠다(여성을 위한 모임 지음, 1999: 15). 중년기라는 인생단계에 동일하게 있다 하더라도 남성과 여성의 생물학적, 사회적 환경의 차이는 상이한 생애경험과 발달특성을 가져오기 때문에, 분명히 여성의 중년기 경험은 남성과 구분되어 고찰되어야 하지만 여성의 중년기 발달적 특성에 대한 연구는 부족한 상황이다.

따라서 본 연구는 중년 후기 여성들을 대상으로 노년기로의 주관적 전환기 경험을 탐색하고자 한다. 구체적으로 본 연구의 목적은 첫째, 노년기 진입을 앞두고 중년 후기 여성들의 '나이 들'에 대한 생각은 어떠하며 이것에 어떻게 적응해 가는지 살펴보

는데 있다. 둘째, 노년기 전환기 경험을 중년기와 노년기의 연장선상에서 조망할 것이다. 즉, 중년 후기 여성들이 노년기 진입에 앞서 경험한 것들을 토대로 어떻게 미래의 노년기에 대해 기대를 형성해 가는지 탐색하고자 한다.

특히 본 연구의 중요한 목적 중의 하나는 노년기 전환기 경험을 탐색하는데 쇠퇴나 성장, 이 두 가지 중 어느 하나의 방향을 설정하는 것이 아니라 중년 후기 자체가 갖는 독특한 특성을 아우를 수 있는 심층적이고 포괄적인 관점을 취하는데 있다.

우리 사회 중년기 연구 경향을 보면 중년기가 급격한 변화들로 인하여 적응 노력이 필요한 '위기의 시기'라는 점에 인식을 같이 하고, 위기감과 관련된 변수와 이것에 대한 적응양상을 살피는 연구들이 주를 이루고 있음을 알 수 있다(김명자, 박성연, 1989; 김애순, 윤진, 1993; 박경숙, 김명자, 1991; 신기영, 옥선화, 1991, 진미정, 1994). '노인', 혹은 '노년기'에 대한 불안과 부정적 인식이 지배적인 현대 한국 사회에서 중년기를 지나 노년기로 가까워짐은 개인에게 결코 유쾌한 일이 아니기 때문에(김애순 역, Levinson, 1996: 70), 중년기 이후의 삶을 탐색하는데 있어 부정적 측면에 관심을 두는 경향이 강한 듯 하다.

그러나 본 연구는 세월이 흐르면서 관찰할 수 있는 개인의 성숙과 다양한 적응 모습을 견지하면서 나이 든 여성과 그들의 삶에서 간과되어 왔던 잠재적 가능성들에도 주목할 것이다. 이를 위해 본 연구는 생애과정관점을 가지고 중년 후기 여성들의 경험을 분석해 보고자 한다. 생애과정관점은 중년기 역시 다른 생애주기와 마찬가지로 상실과 획득의 양가적 특성이 존재하며, 중년기 개인은 상실과 획득의 상호작용을 통해서 성숙하고 발달해 간다고 주장한다. 이것은 중년기 이후 노화과정의 주로 '쇠퇴'로 특정 지워지는 것에 반대하며 전 생애에 걸

2) 2001년 통계청의 자료에 의하면, 1997년 우리 나라 남성의 평균수명은 70.6세, 여성의 평균수명은 78.1세이며, 2010년에는 평균수명이 남성은 75.5세, 여성은 82.2세로 예상된다(www.nso.go.kr).

친 발달의 특성을 다방향적이고 수정 가능한 탄력적인 것으로 간주할 것을 강조하는 관점이다 (staudinger & Bluk, 2001: 16-32). 다시 말하면 개인이 나이가 들어가면서 잃어 가는 부분 뿐 아니라 그러한 상실에 대해 개인이 보여주는 다양한 반응들과 극복과정을 주목하려 하며, 이 때 상실을 극복할 수 있는 개인의 적응능력 뿐 아니라 이것에 영향을 미치는 외부 환경의 힘과 역할을 강조한다.

본 연구는 생애과정관점을 자료 분석의 중요한 틀로써 사용하고자 한다. 따라서 중년 후기 여성들의 노년기 전환기 경험을 쇠퇴와 성장의 연계 속에서 분석할 것이다. 즉, 중년 후기 여성들의 상실과 성장을 위한 노력이 어떠하며, 또한 상실과 성장을 위한 노력의 상호작용 속에서 노년기 전환기 경험의 특성은 어떻게 나타나는지 심층적으로 살펴보는 데 연구의 중요한 목적이 있다. 이러한 연구목적을 달성하기 위해 중년 후기 여성들의 삶을 심층면접을 통한 질적 연구방법을 사용하여 탐색할 것이다.

미래 노년기와의 연장선상에서 볼 때, 본 연구의 자료 및 분석은 노년기를 대비하여 개인이 구체적으로 어떤 마음가짐을 가지고 어떠한 준비들을 해야 하는 것인지에 관한 유용한 가이드라인을 제시할 수 있을 것이라 기대한다. 또한 사회적 차원에서 볼 때, 중년 후기 개인의 잠재력을 인정하고 이러한 개인의 잠재력을 이끌어 내면서 성공적인 노년기를 만들어 낼 수 있도록 적극적인 적응 프로그램과 정책들을 개발하기 위한 기초 자료로서 유용성을 갖는다 하겠다.

정리하면, 본 연구는 궁극적으로 중년기와 노년기를 연결하여 인생의 후반기에 대한 보다 깊은 성찰의 자료를 제시할 수 있다는 의의를 갖는다. 더 나아가 '어떻게 잘 늙을 수 있을까'의 노년기 삶의 질에 관한 개인적·사회적 함의를 제시하고 우리 사회의 장·노년기 복지정책을 위한 유용한 자료를 제시하는데 연구의 가장 큰 의의와 목적을 둔다고 하겠다.

II. 연구방법 및 자료수집

1. 연구방법

본 연구는 심층면접을 통한 질적 연구방법을 사용하였다. 이 연구는 중년 후기 여성들이 주관적으로 경험하는 노년기 전환기로의 경험을 쇠퇴 혹은 성장의 일방향이 아닌 포괄적 관점에서 탐색한다는 점에서 "연구대상자들의 시각으로부터 통찰과 이해에 초점을 두는"(최영신, 1999) 질적 연구 방법이 유용하다³⁾. 질적 연구 방법은 연구 참여자들의 목소리를 구체적으로 보여준다는 점에서 중년 후기 여성들의 시각과 사고의 틀을 존중할 수 있다. 뿐만 아니라 이러한 연구방법은 다양한 상황 속에서 노년

- 3) 질적 연구방법이란 연구자가 '질적 관점'을 가지고 연구를 수행하는 것으로서, 조용환(1998)은 이러한 '질적 관점'의 특징으로 다음의 다섯 가지를 제시한 바 있다. 첫째, 질적 관점은 연구의 단순화와 한계설정을 최소화하고 현상의 복잡성을 최대한 "있는 그대로" 파악할 수 있다. 둘째, 양적 연구 절차에서 연구자는 개입을 최소화하고 조사 절차를 최대한 표준화하려고 하며, 방법 상 연구대상 보다는 연구자가 우위에 있기 마련이다. 반면 질적 연구는 연구자와 연구대상을 "서로 다른 지평을 가진 대등한 존재"로 간주한다. 이러한 이유로 "연구대상"이라는 용어보다는 '제보자'(informants), '참여자'(participants) 등의 용어를 선호한다. 셋째, 질적 관점은 '주관성'을 강조한다. 주관성의 강조는 연구 과정 전반의 '객관성'을 강조하는 양적 연구와 달리 연구에 속한 '사람의 눈'을 중시하는 것이다. 그리고 주관적인 사람의 눈은 '타인의 눈'과의 상호작용을 통해 형성되기 때문에, '개인적'인 말과 구분된다. 넷째, 질적 관점은 소수의 사례들을 심층적으로 연구하기 때문에 일견 연구의 '일반화'에 문제가 있는 듯 하다. 그러나 일상 생활 세계 속에서 현상의 이해를 목표로 연구가 수행되는 질적 연구는 일상생활 밖의 통제된 상황을 상징하는 양적 연구와 본질적으로 상이한 연구패러다임을 가질 수밖에 없다. 따라서 일반화를 위한 신뢰성, 사실성, 대표성, 검증 가능성 등의 과학적 유효성 등은 연구참여자의 주관적 경험에 대한 이해를 이야기하는데 부적절한 개념으로 받아들여진다(윤형숙, 1995). 다섯째 연구결과의 '설득'이 아닌 '이해'를 목적으로 하는 질적 관점은 '검증을 위한 가설'을 미리 설정하지 않는다. 다시 말하면 연구자가 최대한 자신의 지식과 관점을 유보한 채, 무지의 상태에서 미지의 세계를 탐색하는 것과 같다.

기로 진입해 가는 노화 과정을 생생히 그려볼 수 있기 때문에, 중년 후기 여성들의 주관적 전환기 경험을 여성 자신의 통찰과 유리시키지 않은 채 다양한 맥락 속에서 살아가는 역동적인 개인의 노화과정을 보여줄 수 있다는 장점을 갖는다.

따라서 본 연구는 연구대상인 중년 후기 여성을 연구자와 대등한 존재로서 연구의 중심에 두고 이들의 '눈'을 가장 중요한 분석의 기준으로 삼을 것이다. 중년 후기 여성들이 점차 노년기에 가까워짐을 인식하면서 경험하는 변화와 그 변화에 대한 주관적 해석은 어떠한지 살펴볼 것이다. 이것은 다양한 운명의 질곡에 적응해 가는 이들의 삶에 대한 적응능력까지 포함한 것으로, 부정적으로 비추어진 '중년 후기'에 대한 선입관을 배제하고 이 시기에 대한 이해의 폭을 넓히기 위함이다.

2. 자료 수집 및 분석 절차

이 연구의 자료는 2002년 9월부터 2003년 8월까지 수집한 50세에서 60세에 이르는 20명의 중년후기 여성의 심층인터뷰 자료이다. 질적 표본 추출은 양적 연구와 달리 표본이 대표성을 가지고 있는가 보다, 얼마나 깊이 있고 풍부한 자료를 제공할 수 있는가에 주된 관심이 있다(패짓, 유태균 역, 2001: 103). 따라서 본 연구자는 제보자의 선정에서부터 최종 자료 수집에 이르는 과정을 '얼마나 내용이 깊이 있고 풍부한가'의 기준에 따라 수행하였다. 자료는 본 연구자가 직접 인터뷰한 것과 '노년학'을 수강하는 학생들을 통해 서울과 경기 지역에서 수집된 것들이다⁴⁾.

이 연구의 제보자들의 특성은 다음의 <표 1>에 제시하였다. 여기서 제보자의 이름은 모두 가명을 사용한 것이다.

면접은 크게 네 가지로 구성된 질문목록에 준하여 수행되었다. 이 질문들은 첫째, 과거에서 현재까지 전반적 인생과정에 관한 물음, 둘째, 노년기 전환기 경험에 관한 것으로 제보자가 지각하는 '변화'에 관한 것들이다. 셋째로는 '잘 늙은 노인', 혹은 '성공적 노년'에 관한 제보자들의 조망에 관한 질

문이며, 네 번째 질문목록은 기본적인 사회인구학적 배경과 관련된 것이다.

이 연구의 자료는 토대이론⁵⁾에 근거하여 분석되었다. 구체적으로 사용된 자료분석 방법은 지속적 비교분석 방법(constant comparative analysis)이다. 지속적 비교분석 방법이란 자료를 읽으면서 나타나는 중심주제를 찾으면, 다시 이 주제를 견지하면서 자료들을 재검토하고, 이렇게 재검토하는 과정에서 새롭게 나타나는 하위 주제들을 발견하면서 자료 속에서 도출되는 중심 개념과 주제들을 정교하게 다듬어 가는 방법이다(패짓, 유태균 역, 2001: 154).

이에 따라 본 연구자는 제보자들로부터 수집된 인터뷰 자료를 정독하면서 자료들 속에서 반복적으로 나타나는 주제들을 찾아내면서 자료를 분류하였다. 이렇게 분류된 자료들을 다시 정독하면서 각각의 내용을 포괄하는 보다 상위의 주제들로 나누는 방식으로 자료를 심층적으로 정리, 분석해 나갔다. 연구자는 여러 번의 수정과 보완 작업을 통해 내용의 중심적 '주제'를 도출하고 이것을 해석하는 과정을 거쳤다.

III. 중년기에서 노년기로의 전환기 경험

최근 우리 사회의 중년 여성의 노화 체험을 현상

4) 인터뷰 자료를 수집한 학생들은 자신들의 전공강의인 '노년학' 강좌를 통해 사전에 중년기 발달 및 노년기 발달에 대한 기본적 지식 및 주요 이론들을 숙지하였으며, 자료 수집을 위해 사전에 조사 개요 및 목적, 그리고 면접 방법과 관련된 구체적 교육을 받은 학생들이다. 특히 실제적 면접 기술 이외에도 이 연구의 목적 및 의의에 대해 학생들이 충분히 이해하고 공감한 상태에서 면접을 수행하는 것이 면접의 질과 자료의 깊이를 좌우할 것이라고 판단하여, 이러한 측면의 사전교육에 연구자의 노력을 다하였다.

5) 토대이론접근법(grounded theory)은 미리 설정한 연구가설을 검증하는 것이 아니라, 자료에서 도출되는 중요한 주제들을 범주화하고 개념화하는 과정을 통해 연구목적에 대한 결론을 귀납적으로 밝히는 방식이다(Strauss & Corbin, 1990).

〈표 1〉 세보지의 특성

이름	연령(교육정도)	취업여부	가족관계	가정형편
홍지영	59세(고졸)	결혼 전 경찰서 사무직 현재는 주부	남편(60세) 1남 3녀	남편이 은퇴 후 재취업을 하였으나 월급이 그리 많지 않음. 빠듯이 살고 있음.
강성숙	57세(대졸)	학원운영	남편과 12년전 사별 2남 1녀	학원운영으로 월 600만원 이상의 소득을 올림. 그 외에도 약간의 예금과 두 채의 아파트 소유.
이영자	58세(고졸)	종교단체 부흥강사	남편과 7년전 사별 1남 1녀	사업실패 및 보증으로 많은빚. 종교단체에서 나오는 약간의 사례금과 간호사인 딸의 월급으로 빠듯이 생활.
황윤숙	55세	주부	남편과 20년전 사별 1남 2녀(큰딸만결혼)	막내아들이 3살에 남편과 사별한 후 청소일, 식당 일 등 안해 본 일이 없음. 현재는 모아놓은 돈으로 어느 정도살만한 상태. 현재 일은 하지 않고 종교단체 봉사로 소일하고 있음.
김원희	57세	식당일	남편(61세) 1남 5녀 (세 딸은 결혼하고 현재 미혼의 두 딸과 거주. 아들은 서울에서 자취)	남편이 일찍 명예퇴직한 후 슈퍼마켓 운영. 그러나 가게가 어렵게 되자 식당운영. 남편은 회사의 수위로 재취업. 식당을 운영하면서 어느 정도 먹고 살만 하다.
박민자	57세(고졸)	건강사업	남편 2남(결혼한 큰 아들과 동거하며 손주를 봐주고 있음)	25년간 한복집 운영. IMF 이후 부도의 충격으로 남편이 쓰러짐. 그 후 건강사업 시작.
한금희	56세(고졸)	은행→결혼 후 전업주부	남편(회사) 1남 1녀(모두 미혼)	결혼 후 전업주부로서 남편과 아이의 뒷바라지를 성공적으로 수행했다고 만족. 현재 뒤늦게 대학에 입학하여 공부시작. 경제적 안정.
최순자	53세(고졸)	공인중개사 자격시험 준비	남편 1남 1녀(모두 미혼)	현재 아들은 미국거주. 땅조금과 건물 소유. 어느 정도 먹고 살만 하다.
전지현	52세(고졸)	얼마 전 10년넘게 다니던 직장을 그만두고 현재는 종교활동에 몰입	남편 2녀(모두 미혼, 대학을 다니기 때문에 떨어져 산다)	경제적으로 넉넉하지 않지만, 노후 보험을 많이 들어 놓았기 때문에 앞으로 경제적 걱정 안 함. 오로지 자식들 취직 걱정 뿐이다.
이은영	58세	2001년부터 남편과 함께 부동산	남편 1남 1녀(모두 기혼)	먹고 살만 하지만 부동산을 시작하면서 수입이 불규칙한 것에 대해 불안해 함. 특히 요즘 경제상황이 악화가 되어 장사가 안되기 때문에 노후를 걱정.
김명옥	59세(중졸)	젊은 시절 회사→부업 →현재는 주부	남편(기술직) 2남 1녀(모두 출가, 아들들은 미국 거주)	젊은 시절, 가정 형편이 좋지 않아서 맞벌이를 함. 회사의 강사로 나가다가 집에서 부업 하며 아이들 뒷바라지 함. 남편이 외국에 돈벌러 나간 후 직장생활을 그만 두고 집에서 아이 키우는데 전념. 세 자녀 모두 명문대 대학원을 졸업함.
손명순	58세(고졸)	주부로 지내다가 7년 전 부터 보험 설계사 시작	남편과 별거 중 1남(군복무중), 1녀(기혼, 해외거주)	보험설계사를 하면서 혼자살기 때문에 경제적 어려움이 없다. 본인 명의의 집도 있다.
심순자	57세(초졸)	농사→서울 상경후 식당일→현재는 가사일만	남편(59세, 건축설비업), 3남 1녀(모두 미혼)	가난과 아버지 때문에 교육을 제대로 못 받은 것에 대한 아쉬움이 많다. 농촌에서 시댁식구와 대가족을 이루고 살다가 아이들이 중학교 입학할 무렵 서울로 상경하여 식당일을 하며 살아왔다. 빠듯하게 살고 있다.

<표 1> 계속

이름	연령(교육정도)	취업여부	가족관계	가정형편
양혜경	58세(고졸)	가게 운영	남편 1남 1녀(모두 미혼)	젊은 시절 사업 실패, 식당일 하고 남편은 버스 운전하며 빚 갚음. 남편의 교통사고 후 조그만 가게 운영. 다시 남편이 발병하여 현재 경제적 상황 어려움.
박철이	52세	주부	남편 1남 2녀(모두 미혼)	조그만 장사를 하며 월 2-3백의 수입 올림. 살아가는데 지장이 없이 살고 있으나 3년 전 남편의 암 발병 후, 치료 때문에 돈 걱정.
최정옥	52세(고졸)	여경→주부→문방구 운영	남편 사별 1남 1녀(모두 미혼)	남편과 7년 전 사별. 조그만 문방구 운영. 아이들 뒷바라지 할 정도는 됨.
박은영	57세	주부	남편 1남 1녀(미혼)	IMF이후 남편의 사업이 기울어 모아둔 돈을 많이 씀. 현재 풍족하지는 않지만 자식도 모두 대학에 들어가고 가계지출이 많이 줄어든 까닭에 풍족하지는 않지만 경제적으로 안정이 됨.
최수경	58세(초졸)	주부	남편(61세, 트럭운전) 1남 2녀(모두 미혼)	남편의 나이 때문에 보수가 넉넉하지 않지만, 성장한 자녀들이 취직하여 부모의 도움을 필요로 하지 않기 때문에 남편의 월급만으로도 먹고 살만 하다.
김용순	57세	슈퍼운영	남편(59세, 무직) 1남 1녀(모두 미혼)	자녀가 초등학교 들어가면서부터 장사. 물건을 파는 것이 천직으로 느껴질 만큼 이 생활에 만족. 경제적으로도 어느 정도 케도에 올랐다고 자평함.
정순자	56세(중졸)	전업주부	남편(상업) 1남 2녀(모두 미혼)	경제적으로 안정. 평생을 남편과 자식 뒷바라지에 바침. 그러나 권위적 남편으로부터 대접받지 못하고 살았다고 생각.

학적 관점에서 논의한 심경립 외(2002)의 연구를 보면 “갑자기 도둑같이 다가온 늙음의 징표”들로 인해 고단한 몸과 마음이 고단하다는 것과 “그럼에도 불구하고 얻는 것이 더 많은 시기”라는 양가적 주제가 도출되고 있음을 보고한다. 중년기 후기의 여성들의 삶에 젊음의 시대를 마무리해야 하는 것에서 오는 상실감과 동시에 나이가 들어 얻게 되는 마음의 여유, 성숙함이 공존한다는 연구 결과들은 중년기를 분석하는데 있어서 ‘위기의 시기인가?’ 혹은 ‘성숙의 시기인가?’ 등 일방향적 시각에서 출발하는 것이 논의의 한계를 가져올 수 있다는 점을 보여준다.

본 연구는 중년 후기 여성들의 노년기 전환기 경험을 상실과 쇠퇴의 경험이 상호작용하며 개인이 발달해 간다는 생애과정관점의 큰 틀 속에서 분석하고자 하였다. 그 결과, 본 연구 제보자들의 전환기

경험에는 익숙한 것과의 이별, 반면 새로운 과제를 향한 기대가 공존하면서 양자의 균형감을 잃지 않으려는 긴장감이 존재하고 있음을 알 수 있다. 또한 이러한 긴장감 속에서 제보자들은 성공적 노년기를 위한 최선의 것이 무엇인지 인식하고 그것을 준비하고 있는 것으로 나타났다.

1. 젊음의 마무리

45세이든, 50세이든, 혹은 55세이든지 간에, 예상치 못했던 상황으로 인해 중년은 휘청거리며 중심을 잃고 자신의 삶의 터전을 위협받게 될 것이다. 아무리 신중하고 성공적으로 자신의 삶을 계획하였다 하더라도, 이러한 위기는 찾아온다(Sheehy, 1995: 159).

1) “예전 같지 않은 몸”

우리 사회 중년세대의 ‘몸’에 대한 체험을 문학 작품들을 통해 분석한 조범숙(2000)에 의하면, 중년의 건강을 “삶의 등불”로써 언급하고 있다. 경제적으로 궁핍한 한국 사회를 살아온 중년 세대에게 건강은 생존을 위한 원천이라는 점에서 이들의 ‘건강’에 대한 인식은 남다르다는 것이다.

그런데 서구의 연구들에 따르면 중년기는 신체건강의 급격한 변화를 겪게 되는 중요한 전환점인 동시에, 생애 전반기부터 누적된 인생살이의 다양성으로 인해 신체적 건강수준의 편차가 커지기 시작하는 시점이라고 한다. 또한 50세를 지나면서 대부분의 경우 육체적 쇠퇴가 급격히 이루어진다고 보고된다(차승은, 한경혜, 2003).

특히 여성들이 평균수명은 남성보다 더 길지만, 일상생활에서 건강상의 어려움을 남성들에 비해 더 많이 호소하는 것으로 나타난다(차승은, 한경혜, 2003). 특히 45세부터 60세경까지 지속되는 ‘갱년기’로 인해 중년여성들은 폐경을 경험하면서 자신의 몸과 건강관리에 대한 ‘위기’를 직감한다. ‘여성을 위한 모임’의 조사에 의하면, 30대 후반에서 40대 초반까지의 여성들의 신체에 대한 인식이 비슷하지만, 45세 이후부터는 늙었다는 느낌이 강하게 지배되는 것으로 나타났다(여성을 위한 모임, 1999: 180).

다시 말해서 중년기 중반 이후 객관적으로 신체적인 쇠퇴가 명백해지며, 특히 중년 여성들은 남성들에 비해 자신의 신체적 변화로서 노화 현상에 매우 민감해진다고 하겠다. 이 연구의 제보자들에게서도 이러한 현상을 엿볼 수 있다. 거의 모든 제보자들이 ‘늙어감’을 “건강의 악화”로써 표현하였다.

그런데 건강의 악화는 제보자들에게 두 가지 상이한 차원의 의미를 내포한다. 건강의 두 가지 차원이란 첫째, 제보자 개인적 차원의 영향과 둘째, 개인적 차원을 넘어서는 관계적 차원의 영향을 의미한다. 전자의 경우 건강 악화가 제보자 개인의 신체적 기능이 쇠퇴하는 것에 국한된 의미가 있는 반면, 후자의 경우는 ‘자식과 연결되는 몸의 쇠퇴’의 의미로

서 건강의 악화로 인해 자식들에게까지 영향을 미치는 세대초월의 의미이다.

(1) 몸과 마음의 불편함

대부분의 제보자들은 젊었을 때와 비교해서 예전과 달리 확연히 신체적 활동이 예전 같지 않음을 깨닫는다. 이러한 신체적 쇠퇴는 먼 훗날의 일인 것 같았던 ‘나이 들’이 이제 남의 일이 아닌 ‘자신의 일’임을 받아들여야 하는 시점에 다다랐음을 일깨워주는 역할을 하고 있다. 아래의 제보자들의 이야기를 들어보자.

젊었을 때와 비교해서 달라진 점이 많지. 피로감을 쉽게 느끼고 같은 일을 하더라도 피로감 때문인지 능률도 저하되는 것 같고 그래(박은영, 57세).

나이가 드니까 몸이 아주 저기 뭐야... 몸이 무거워지고 젊었을 땐 몸이 가벼워서 날렵한데 나이가 드니까 몸이 무거워지고 아픈 데가 많이 지고 그제 나쁜 점이고 그거지. 주름이 생기고. 그러니까 늙어가는 게 가장 나쁜 거고, 육체적으로 마음대로 활동을 잘 못하는 것이 아쉬운 거지(이은영, 58세).

그리고 요새는 머리랑 허리가 아파서 잠을 제대로 못 자. 우리 딸이 진통제를 놔주기는 하는데 매일 맞으면 몸에도 안 좋으니깐 자제하는 편이야...(중략)무엇보다도 몸 상태가 예전 같지 않을 때 제일 그런 생각이 많이 들지. 특히 버스나 전철을 탈 때는 팬시리 앞에 앉은 젊은이가 일어나 주었으면 하는 생각도 든단다. 그럴 때 문득 ‘에이, 이영자도 이제 할머니구나’ 하는 생각을 해. 그러다가 우리 아이들이 결혼이라도 해서 손주라도 데려오면 더 하겠지(이영자, 58세).

그런데 이러한 건강의 상실은 단순히 신체의 물리적 활동성을 상실하는데 국한되지 않는다. 노화의 증거인 “예전 같지 않은 몸”으로 인해 제보자들이 인생의 후반부를 인식하면서 이들은 “예전 같지 않은 마음”을 갖는 계기가 된다. 아래의 박은영씨의 짧은 언급 속에서 신체의 활력을 잃는다는 것은 단지 육체적 차원의 문제가 아니라, 개인의 심리적 자신감과 연결된다는 점, 그리고 이러한 이유로 자신의 인생이 “앞으로 살아온 날보다 살아갈 날이 더 짧은 것”을 직감하면서 “죽음”이 다가왔음에 우울

함을 느끼는 것을 알 수 있다.

(나이가 들면서 달라지는 것은 무엇인가요?)
아직까지 마음은 내가 젊은 시절 그대로라고 생각 하지만 체력이나 몸 상태는 확실히 그 때보다 많이 약해지고 나빠졌지. 나이 먹어 노인이 된다는 것은 체력이 약해지고 그럼 자연히 마음까지 초조하고 우울해지기 마련이라고 생각하거든. 자신감도 예전에 비해서 많이 떨어지는 것 같고...(중략) 사람이 나이를 먹으면 죽기 마련이지만 젊었을 때야 미래만 생각하고 살기 바빴으니까 죽음이란 건 나와 먼 것만 같았는데 이제 살아온 날보다 앞으로 살아갈 날이 더 짧다는 생각을 하면 자연스럽게 죽음을 생각하게 되는 것 같아. 그리고 죽을 때 죽더라도 건강하게 살다가 죽으면 좋겠다는 생각도 자연스럽게 하게 되고, 죽기 전에도 이런 저런 병으로 아파서 고생하면 자식들도 고생이고, 물론 본인도 고생이고 할 테니까 나이를 먹을 수록 죽음과 건강에 대해서 더 가깝게 느껴지고 그런 것들이 물론 두렵게 느껴지는 부분이라고 생각해(박은영, 57세).

결국 무력해지는 육체로 인한 자신감의 상실은 '노화'가 단순히 생물학적 측면만을 의미하지 않고 사회적, 심리적으로 복합적인 의미를 가지고 있음을 보여준다.

(2) 세대초월 문제로서 건강악화

제보자들의 신체적 쇠퇴는 개인적 차원에서 일상 활동의 기능과 심리적 노화에만 국한된 문제가 아니다. 개인의 건강상의 문제는 자식과의 관계로까지 확장되는 '세대초월'의 문제가 된다. 건강을 상실하면 불가피하게 자식에게 의존을 해야 하며, 그렇게 된다면 부모로서 자식들에게 짐스러운 존재가 될 수 있다는 이유 때문에 건강 상실은 중년 후기의 삶에서 더욱 중요한 의미를 가질 수밖에 없다. 다음의 사례는 이 같은 내용을 잘 표현하고 있다.

내가 현재 아프니까 건강의 중요성에 대해서는 누구보다도 많이 생각합니다. 나도 나지만 내가 아프면 자식한테 좋은 소리 못 들읍니다. 나도 겪어 봐서 알지만 부모가 아프다는 소리 들으면 마음 불편하거든요. 무엇보다도 자식에게 그런 모습 안 보여주고 곱게 늙고 싶은 것이 바램이죠(전지현, 52세)

내가 아프면 불가피하게 애들한테 의지하게 되고

또 피해를 주게 되니까. 또 죽는 거야 뭐 아무리 그 래도 두려운 건 어쩔 수 없는 거겠지...(중략) 주변 사람들에게 특히, 자식들한테 폐가 되지 않게 죽는 거 (강성숙, 57세)

특히 제보자들이 우려하는 측면은 자신의 건강 악화가 단순히 자식들에게 '불편함'을 끼치는 것에만 있는 것이 아니다. 위의 박민자씨의 "무엇보다도 자식에게 그런 모습 안 보여주고 곱게 늙고 싶은 것이 바램이죠"라는 말에서처럼, 자식에 대한 의존의 문제는 좀 더 본질적으로는 부모로서의 품위, 즉 '부모노릇을 잘 하고 있는가'와 연결되어 있는 문제이기 때문이다.

따라서 건강 상실로 인한 몸의 불편은 단순히 신체적 차원을 넘어서 부모로서 '마음의 불편함'으로 확장되고 있음을 볼 수 있다. 부모로서 자식에게 의존하지 않으면서 일평생 자식에 대한 부모의 자리를 지키는 것이야말로, 제보자들이 노년기까지 바라는 가장 큰 소망인 것이다. 이러한 맥락에서 '건강악화'에 대비한 '독립성의 유지'는 미래 노년기의 조망, '어떻게 잘 늙을 것인가'와 직접적으로 연결되는 중요한 삶의 좌표로서 역할을 하고 있음이 분명하다.

2) "주름살": 할머니 티

연령증가와 더불어 생물학적 노화과정으로서 외모의 변화는 자연스러운 현상이다. 그러나 '주름살'의 의미는 개인적 신체의 변화의 범위를 넘어서 사회·문화적으로 확대된 의미를 갖는다는 점에서 중년 후기 여성들의 삶에 더욱 중요한 역할을 하고 있음을 주목해야 한다.

"여자 나이 사십이면 사그라지고, 오십이면 오그라진다.", "여자는 얼굴이 늙고 남자는 마음이 늙는다", 등 우리나라 속담에서 알 수 있듯이 우리 사회는 전통적으로 여성의 가치를 출산 능력이나 외적 아름다움과 관련지으려는 경향이 있다(여성을 위한 모임 지음, 1999: 171). 이로 인해 여성들은 남성에 비해 사회적으로 '젊음'과 '아름다움'에 대한 강화를 많이 받는 것이 사실이다(윤진, 1988).

여성의 외모에 대한 사회적 가치관과 편견은 급속히 빨라지는 노화과정으로 인해 아름다움과 젊음으로 표현되는 여성적 매력을 상실할 수밖에 없는 중년 후기 여성들의 충격을 더욱 가중시키는 역할을 하고 있음이 분명하다. 아래의 홍지영씨(59세)는 “할머니 티”가 완전한 자신의 모습 때문에 느끼는 서글픔을 이야기하고 있다.

(이제 60으로 접어들면서 어떤 생각이 드시는데요?)

한 일 없이 나이만 먹었다는 서글픔도 들어. 인생은 60부터라고 하지만, 말이 그렇지. ‘여자가 60이다’ 하면 벌써 걸모습부터 할머니 티가 딱 나는데, 참 허무하다는 생각이 들어. 옛날 생각하면(홍지영, 59세).

위의 제보자의 말은 생물학적 노화현상의 한 가지로서 외모의 변화, ‘주름살’로 인해 제보자들이 ‘나에게 찾아올 것 같지 않았던 그 미래’인 ‘노년기’를 바로 직시하는 전환기를 맞이하게 됨을 보여준다. 마찬가지로 아래의 황윤숙씨의 이야기를 들어 보자.

(언제 늙었구나 생각이 드는데요?)

지금도 느끼지요. 많이 느끼고 있어요. 화장하다가도 내가 거울을 봐요. 그러면 주름이 조글조글 너무 많이 늙은 거야. 옛날에 보셨던 어른들이 ‘많이 늙었네’ 그러시더라고요. 이제 많이 늙었네 그러시더라고요. 그렇죠. 우리 애들이 그전에 보시던 분들이 우리 애들 어렸을 때 보신 거죠. 옛날에 내가 야매로 파마도 했었거든요. 그 때 우리 집에 파마하러 오셨는데 우리 애들 다 조그맣았으니까. 방 한 칸짜리에서 살 때... 그러니까 이제 많이 늙었다고 하시는 거죠. 많이 늙었지... 이제는 갈 데는 한 곳 밖에 없구나 하는 생각하지...(황윤숙, 55세)

결국 중년 후기 제보자들의 삶 속에 노년은 다른 어느 때보다 가까이 와 있다. 마음은 그렇지 않다고 하더라도 자신의 얼굴과 몸에서 확인하는 노화의 증거로써 “할머니 티”는 젊음이 지나가고 거부하고 싶었던 노인의 모습을 수용해야 하는 시점에 도달하였음을 제보자들에게 명백히 확인시켜 주는 계기가 된다.

3) “내 맘대로 안 되는 자식”

중년 후기, 노년기로의 전환기에 제보자들이 직면하는 중요한 변화는 가족 안에서도 일어난다. 가족 주기 상으로 볼 때 중년기 후기의 제보자들은 ‘빈둥우리 시기’에 서 있다. 성인으로 자란 자식들이 결혼, 취업, 학업 등 각자의 인생을 위해 부모 곁을 떠나는 시기인 것이다. 따라서 이 시기의 중년 세대는 부모로서 성인자녀와의 관계를 새로 정립해야 하는 큰 전환기를 맞게 된다.

미성년자녀와 성인자녀는 분명 상이한 발달단계에 있기 때문에, 상호작용에 있어서도 서로 다른 속성을 갖기 마련이다. 그러나 부모의 눈에는 다 자란 자식도 ‘보호를 받아야 하는 자식’으로만 보일 수밖에 없기 때문에, 부모는 자녀들과의 상호작용에 있어서 발달적으로 변화한 자녀들의 요구만큼 변화에 적응적일 수 없으며, 이로 인해 자녀의 성장에 따른 중요한 전환기 때마다 부모-자녀는 갈등을 경험할 가능성이 높다.

이 연구의 중년 후기 여성 제보자들 중에는 자녀를 모두 출가시키고 부부 혹은 홀로 남은 경우도 있지만, 아직 직장 혹은 학교를 다니는 자녀들과 동거하는 경우도 있었다. 어떤 경우이든 이들과의 인터뷰를 통해 중년 후기 여성들은 자식으로부터 홀로 서기를 위해 노력하는 것을 볼 수 있다. 이러한 부모로서의 홀로 서기는 품안의 자식으로 키웠던 부모자녀관계를 종결하고 새로운 관계 설정을 요구하는 전환기 과제가 된다.

제보자들이 홀로 서기에 대해 느끼는 감정은 “내 맘대로 안 되는 자식”이라는 제보자들의 표현에 잘 나타나 있다. 여기에는 부모로서 할 일을 다 했다는 뿌듯함도 있지만, 솔직히 물리적, 심리적으로 자신의 품을 떠나는 자식들에 대한 서운하고 슬픈 감정이 내포된 듯 하다. 이러한 제보자들의 심정은 다음의 두 가지 내용으로 요약해 볼 수 있다.

(1) 경제적 딜레마

우선 자식들의 장래문제가 내 맘 같지 않다. 최근 젊은 세대의 초혼연령이 증가하면서 결혼 적령기의 개념이 변화하고 있다. 최근 통계청의 조사에 의하

면 평균수명과 젊은이들의 결혼적령기가 점차 증가하면서 부모자녀간의 동거기간도 늘어나고 있다고 한다. 2002년도 평균 초혼연령의 경우 남자는 29.8세, 여자는 27세로 1995년도의 평균 초혼연령인 남자 28.4세, 여자 25.4세와 비교할 때 점차 증가하고 있음을 알 수 있다(www.nso.go.kr). 이에 따라 가족 내 세대간 공유기간이 크게 증가하였다. 이처럼 부모 자녀간에 함께 하는 기간이 양적으로 증가하였다는 것은 부모-자녀 관계의 질적 측면에서 긍정적 측면과 부정적 측면을 모두 포함할 수 있다(한경혜, 1997:169). 긍정적 측면이라고 한다면 부모로 하여금 자식을 키우고 떠나보내는 제 인생과정 속에서 만족감과 성취감을 맞출 수 있다는 점이며, 부정적 측면은 세대간 공유기간이 증가하면서 그만큼 갈등이 심화될 기회가 증가한다는 점이다.

중년 후기 여성들을 인터뷰한 결과 가족 내 성인 자녀와 부모간의 갈등 양상은 결혼·취직 등 자녀의 장래 문제를 둘러싸고 나타날 수 있으며, 이러한 갈등은 단지 감정적 차원의 고민거리로 그치지 않고 그 가족이 속한 가계 전체의 경제적 문제로 연결이 됨을 알 수 있다. 다음의 사례들을 통해 보다 자세히 살펴보기로 하자.

아직 자녀들의 결혼문제를 마무리짓지 못한 상태의 제보자들은 “부모로서 할 일을 못하고 있다”는 말로써 자신들의 불안한 심경을 토로하기도 하였다. 아래의 제보자들의 이야기에서 이러한 고민이 구체적으로 잘 나타나 있다. 결혼을 앞 둔 자식을 둔 제보자들은 자녀의 배우자선택과 결혼문제를 마무리 짓는 것에 신경을 곤두세우고 있다.

(요즘 가장 힘든 점이 뭐가요?)

애들 배우자 선택... 둘 다 시집 갈 때가 다 되니 그 생각하면 밤에 가끔씩 잠도 안 오더라구(강성숙, 57세)

현재 관심사는 애가 둘인데 하나는 장가를 가고 다른 하나는 못 갔거든. 큰애가 못 간 거야. 개가 얼른 좋은 배필을 만나서 좋은 가정을 이루었으면 좋겠구. 나중의 관심사는 개네들이 후손을 보고 가정 생활을 잘 이루어지는 게 관심사겠지(박민자, 57세).

(요즘 가장 걱정이 되는 것은 뭐가요?)

자식들! 엄마가 나이가 먹어가니까, 태어날 때는 다 알지만 죽을 땐 누가 먼저 언제 죽을지 모르잖아. 자식들이 좋은 사람 만나 잘 사는 것 못보고 죽을까봐 걱정되지. 자식들 좋은 사람 만나 행복하게 살았으면 하는 게 소원이이지(홍지영, 59세).

그러나 자녀의 장래문제는 현실적으로 중년 세대의 현재와 미래의 생계와 연결되는 ‘경제적 고민덩어리’로 연결될 수 있다. 부모로서 성인으로 독립하는 자녀를 뒷바라지해야 하지만, 동시에 중년세대 자신의 노후를 대비하기 위해 경제적 저축이 필요한 시점에서, 이 두 가지의 동시다발적인 경제적 과제를 어떻게 풀어 나가야 하는 것인가?

내 친구 자식들 결혼시키는데, 집 줄여 가면서... 나는 넷이나 되는데 나중에 부모는 뭐 먹고살아? 과연 중요한 게 뭐냐고 해서 정말 잘 결혼해야지. 요새 애들은 부모한테 다 의존하려 들어. 부모가 최대한 몇 평짜리 집 해줘야 한다. 대학 보내 대학원 보내 유학 보내. 부모가 어떻게 그런 걸 다 해줘? 물론 부모는 다 해주고 싶어. 그렇지만 그게 쉬운 게 아니잖아. 자기 분수에 맞게 살아야지. 하지만 요즘엔 너도 나도 연수 보내 줘, 캐나다 보내줘, 하지만 사실 부모는 그렇게 돈이 많은 게 아닌데. (중략). 요새 젊은이는 고생 하나도 안 하고 고생해서 번 부모 돈 가지려고... 휴...(홍지영, 59세)

지금 사는 게 만족하니까 애들 다 막내까지 결혼해서 자리 잡고 살 때까지 이대로 살면 좋을 것 같애. 근데 자식이 살아가다 보면 사업이 안 될 적도 있고, 그러다 보면 (부모)돈이 우선 많이 필요하잖아 요. 어느 부모가 그거 보고, 자식 못 사는 거 보고 가만 못 있잖아요. 그러다 보면 자식 자꾸 주게 되다 보면 내가 살아가는 게 힘들어지잖아요. 그게 걱정되죠. 우리 아들이 제대하고 온다니까 벌써 그게 걱정되더라구요(황윤숙, 55세).

“내 친구 자식들 결혼시키는데, 집 줄여 가면서... 나는 넷이나 되는데 나중에 부모는 뭐 먹고살아?”라는 홍지영씨 말과 “자식 자꾸 주게 되다 보면 내가 살아가는 게 힘들어지잖아요. 그게 걱정되죠.”라는 황윤숙씨의 말처럼 물질적으로 언제까지 부모로서 자식을 뒷바라지 해야하는 것인지, 어디까지 부모가 자녀의 장래를 책임져야 하는지 등 경제적인

측면에서 부모노릇에 대한 고민은 결국 자기 자신의 노년기의 경제적 준비에 대한 걱정으로 수렴되고 있다. 제보자들은 곧 다가 올 노년기를 위해 경제적으로 저축을 해야 하지만, 이제 막 결혼과 취직 등 새로운 인생전기를 맞는 성인자녀의 뒷바라지를 위한 비용을 만만치 않게 부담해야 하는 경제적 딜레마를 극복해야 하는 것이다.

(2) 자식으로부터 '홀로 서기'

더 이상 자식의 맘이 내 맘 같지 않다. 세월이 흘러서 어느새 자기 앞가림을 하는 성장한 자식을 보면 뿌듯한 마음이 들기도 하지만, 또 한편으로는 다 자라서 더 이상 자신의 보호가 필요하지 않고 독립적인 '품을 떠난 자식'이라는 생각에 쓸쓸함이 크다.

특히 전통적으로 가족 이외의 다른 사회적 장에서 역할과 지위를 얻기 어려웠던 한국 여성들에게 자식의 의미는 더욱 특별하다. 평생 동안 부모자녀간의 유대관계와 그것의 강화를 통해 개인의 존재기반을 확인 받았던 여성들에게 자녀의 독립은 새로운 정체감과 역할을 확립해야 하는 '도전'의 의미가 강할 수밖에 없을 것이다.

아무래도 자식들과 관계가 달라져. 예전에는 그 놈들 먹여 살리느라, 뒤통다거리 하느라 정신이 없었는데 그것들도 다 컸다고 자기 앞가림 할 줄도 알고 어쩔 때는 우습다니까. 이제는 ○○이가 우리 가족 먹여 살려. 병원 다니면서 마음도 잡은 것 같고. 그저 △△이나 얼른 공부 끝마치고 취직이나 하면 좋으련만 그게 내 맘대로 안 돼. 역시 나이를 먹은 거지. 세월이 흘러서 이제 내 품의 자식이 아니니깐(이영자, 58세).

최근 50대 우리 사회의 중년 여성의 모성경험을 질적 연구 방법을 통해 논의한 노영주, 한경혜(2000)의 연구의 제보자들도 일단 막내자녀가 대학에 들어가면서부터 자녀들과 멀어지는 자신들의 모습에 상실감과 갈등을 보고하였다. 이 연구에서 전지현(52세)씨는 변화한 자식과의 관계를 받아들이고 그것에 적응해야 함을 느끼지만, "자식들에게 마음을 떠나야 하는 것"이 얼마나 어려운 것인지를 다음에서와 같이 이야기하고 있다.

자식들이 보고 싶을 때 전화하면 바쁘다는 핑계로 관심 안 둘 때 너무 서운해서 눈물이 쏟아진다. 자꾸 나이가 들었다는 것은 마음이 약해지고 자식들이 보고 싶은 것 같다. 삶의 낙이 자식들인데 소식 전하는 전화 왔을 때, 엄마 걱정하는 말 들어줄 때 보람되지만 엄마 말 무시하고 나름대로 행동했을 때 서운함이 들고 자식들에게 마음을 떠나야겠다고 생각하면서도 그게 안 되는 것이 마음에 좋지 않다(전지현, 52세).

그러나 "내 맘대로 안 되는 자식"을 통해 자신이 나이가 들었으며 이제 자식을 떠나 보내야 하는 시점, 즉 인생의 후반기에 도달하였음을 간파하게 된다. 성인 자녀와의 관계 속에서 달라진 자신의 위상을 발견하며 새로운 인생단계로의 '전환기'에 왔음을 수용하는 경험을 하는 것이다. 이 과정에서 제보자들은 물리적, 심리적으로 부모의 품을 떠난 성인 자녀로부터 느끼는 상실감에 적응하는 방법을 터득해간다. 예를 들어 박지현씨의 경우 자식에 대한 허전한 마음을 신앙을 토대로 봉사 활동으로써 위안을 받는다.

이처럼 부모로부터 멀어져 가는 성인 자녀들을 마음으로 수용하고 받아들이며 자식으로부터 '받겠다'는 심리적 기대감을 포기한다는 것이 대다수 제보자들의 지배적인 심정인 것으로 나타났다. 그리고 대부분의 제보자들은 심리적, 경제적으로 자식들로부터 독립적인 노년기를 꿈꾸거나, 혹은 앞으로 자식들과 독립적인 삶에 적응해야 한다는 것을 예상하고 이것에 준비하는 등 노년기에 '자식이 없이도 어떻게 잘 살 것인가'를 고민해 보는 경험을 하게 된다. 결국 중년 후기의 자식으로부터 '홀로 서기'의 노력은 노년기에 자식 없이 살아야 하는 '독립적인 삶'을 위한 준비하는 것으로 연결됨을 알 수 있다.

2. 성숙의 시기

공자는 50세를 '지천명'(知天命)이라 말한바 있다(윤진, 1998: 52). '지천명'이란 하늘이 인간에게 명한 사명을 알고 분수에 만족하는 상태를 의미한다. 이것은 50세 이후가 부귀와 명예를 향해 달려던 젊은 시절을 접고 하늘의 뜻을 알아 가는 원숙함의

시기임을 암시하는 것이라 하겠다⁶⁾.

제보자들은 인터뷰를 통해 나이가 들면서 잃어 가는 것과 동시에 '얻을 수 있는 것'을 분명히 말하고 있다. 그렇다면 보자들은 '나이 들'으로 인해 상실하는 것들을 무엇으로 만회하면서 삶의 의미를 찾아가고 있는가? 여기서는 바로 '나이가 들면서 얻을 수 있는 것들'에 대한 이야기를 하고자 한다. 이것은 중년기 발달에 있어서 중년 세대의 탄력적 적응능력을 보여줌과 동시에 성공적 노년기를 위한 유용한 시사점을 제공하는 것이다.

1) “너그러움”과 “베짱”의 시기

레빈슨은 '인생계절론'을 통해 세월이 흐르면서 신체적 감퇴와 그로 인한 공허감이 증가함에도 불구하고 개인이 보다 원숙함에 도달할 수 있는 시기는 바로 중년기 이후부터라는 점을 밝힌 바 있다 (김애순 역, 레빈슨, 1996: 48).

중년기의 긍정적 측면으로서 '원숙함'의 모습은 이 연구의 제보자들의 목소리에서 확인할 수 있다. 아래의 박민자씨(57세)는 나이가 들면서 젊었을 때와 달리 세상을 보는 이해의 폭이 넓어짐을 경험하였다고 고백한다.

(젊었을 때와 달라진 점이 있다면요?)

아무래도 상대를 이해할 수 있고, 이해하는 폭이 넓어지는 것 같아. 내가 젊었을 때 생각하면 이렇게 좀 상대를 잘 이해하게 되고, 그 폭이 넓어지는 것 같아요...(중략) 나이 들어 좋은 점은 모든 생각하는 것을 넓게 사랑으로...어... 긍정적으로 보는 그런, 뭐라 그래야 되나, 그런 생활 마음가짐이 좋은 거고, 그리고 자녀들, 다 저기 결혼 시켜서 그런게 다 할 일을 했다는 생각이 들어서 좋은 거고(박민자, 57세).

이러한 타인에 대한 너그러운 마음은 자신이 가진 것을 남에게 베푸는 삶으로 연결되었다. McAdams(1985, 1993)는 미국 사회의 중년세대의 인생이야기에서 '과거에 내가 다른 사람들에게서 받은 만큼 이제 내가 가족과 주변 사람들 혹은 사회에 그것을 돌려주어야 한다'는 것이 공통적인 주제로 도출되고 있음을 보고한 바 있다(McAdams,

2001: 429). 비슷하게 이 연구에서도 제보자들의 인터뷰 과정에서 '베짱'과 '배려'의 중년 후기 세대의 특징을 빈번히 확인 할 수 있다. 아래의 박민자씨(57세)의 인터뷰는 그 좋은 예이다.

(나이 드는 것이란 무엇인 것 같아요?)

뭐, 그건 인간의 순리이고, 또 나이가 들면 사람이 베꿀어야 한다고 생각해. 물론 젊었을 때에도 베꿀어야 하지만, 나이가 들면 들수록 더 베꿀어야 하고, 나도 이제 머느리를 봤는데, 뭐 이제 머느리 본지 석 달밖에 안됐지만, 고부간의 갈등은 위에서 베꿀어야 해...(중략) 옛말에 불이 위에서부터 흐르지 밑에서부터 흐를 수는 없어. 그렇듯이 나이 들면서, 사랑은 내리사랑이라고... 베꿀어야 하고 또 젊은 사람을 보듬어주어야지. 그래야 이 나라가 되는데, 그게 안되네. 그지? (중략) 근데 갑자기 그러니까... 참... 사람은 육십을 내일, 모레 바라보는데 '참, 내가 한 게 없다' 그런 생각이 드네. 내가 만약에 주어진다던 좀 더 남한테 베꿀고 싶고, 잘 늙었다는 건... 첫째, 남을 잘 이해하고, 나보다 못한 사람한테 도움을 줄 수 있는 거 같거나 아. 근데, 그게 지금 형편으로서는 잘 안되거든. 근데 내 자신을 바라볼 때, 그게 나이 들은 거라는 생각이 들어. 마스크에서 보면 절대로 있는 사람이 남 돕는 사람이 없더라고, 김밥 장사를 몇 십 년 해가지고 어떤 학교에 기증하고, 난 왜 그렇게 못할까. 그래도 난 좀 낫게 사는데, 어서 그런 일을 했으면 좋겠구. 우리도 00사업을 하고 있어서, 나 혼자 하기는 좀 힘들잖아? 그래서 여러 사람이 모여서 지금 작은 일을 하려고 노력하고 있어요.

(뭐 계획하고 계시는 거 있으세요?)

그러니까, 지역 노인들을 돕거나 독거 노인을 돕는 다든지, 어린애들한테 뭐 좀 할 수 있다든지, 생각은 하고 있는데 지금은 좀 그래. 나 혼자만 힘드니까 사람들을 모아서 작은 것부터 시작하려고 하는데 그게 안되기도 하네(박민자, 57세).

6) 여자의 나이는 여자를 만들어가고 인간을 만들어 가는 은밀한 힘이다. 여자는 나이와 함께 아름다워지는 것이다. 보라, 세계는 나이를 인간의 에너지를 활용하는 성숙한 여성의 것으로 움직이고 있다. 보라, 모든 창조의 정점은 나이를 너그럽게 수용한 인생의 후반기에 번뜩이지 않은가. 나이를 초월하여 살아가는 성숙한 여자의 아침은 활기차며 안정된 리듬이 있기 마련이다(신달자, <여자는 나이와 함께 아름다워진다>에서, 1993)

제보자들의 너그러움과 배려의 마음은 단지 자기 가족에게 국한되지 않고 가족의 범위를 넘어서 보다 넓은 사회의 범위로 확장되어 우리 사회의 다음 세대 및 가족 밖에서 도움이 필요로 하는 사람들에게까지 미치고 있다. 예를 들면, 제보자들 중에서 중년기 후기에 들어서 자녀들이 출가하거나 성장하여 본인의 여가시간이 많아지면서, 자식에게 쏟던 에너지가 자기 자신이 아닌 가족을 포함한 다른 사람들을 위해 '생산적으로' 쓰여지고 있는 경우를 찾을 수 있었다.

황윤숙(55세)씨는 남편이 일찍 세상을 떠나는 바람에 젊은 시절부터 혼자서 세 자녀들을 뒷바라지하기 위해 청소일이며 식당일, 집에서 파마하는 일 등, 안 해본 일이 없을 정도로 고생을 하였다. 그러나 그렇게 고생한 덕택에 현재는 어느 정도 경제적 기반을 잡아서 특별히 하는 일 없이도 여가생활을 즐기면서 살아가고 있다.

그런데 그녀는 현재의 삶에서 가장 행복하고 즐거운 순간을 "남을 위해 봉사할 때"라고 말한다. 한 달에 두 번씩 성당 사람들과 노숙자들 밥을 해 주는 봉사활동을 통해 "나도 남편한테 도움을 줄 수 있다"는 생각이 얼마나 많은 보람을 주는지 모른다는 것이다. 그리고 자식들에게도 살아 있는 한 도와줄 수 있는 만큼 뒷바라지를 하고 싶은 것이 그녀의 가장 큰 바람이기도 하다.

(언제 가장 즐겁고 행복하세요?)

저기 봉사하고 올 때 그 때 즐겁지요. 봉사하고 올 때면 '아, 나도 내가 무언가 남편한테 조금이나마(도움이 되는구나)' 그래요. 나 혼자 하는 것은 아니지만요, 여럿이 같이 하는데요, 밥하고 음식 만들어 놓고 가서 그러면 즐거워요. 재밌기...(중략) 앞으로 착하게 살구 남편한테 피해 주지 않고 그렇게 살기를 바래요. 자식들한테도 내가 도와줄 수만 있으면 도와주지 자식들한테 의존하고 자식들이 나를 어떻게 해주겠지 이러구 싶지 않아요. 해산 뒷바라지도 내가 뭐 바라고 해주는 것도 아니거든요. 또 친정 엄마가 해 줘야 편안하대요. 해산바라지 해주는 것도 부모 된 도리니까(황윤숙, 55세).

이것은 김명옥(59세)씨도 마찬가지이다. 2남 1녀의 자녀들을 모두 결혼시킨 김명옥씨는 "막상 남아

도는 시간을 자기 자신을 위해 쓰지 못하겠더라"고 말하고 있다. 젊은 시절에 박봉의 남편 월급으로 시어머니를 모시면서 자녀 셋을 뒷바라지하느라 자신을 위한 시간과 여유를 가져본 적이 없다. 그러나 자녀들이 잘 성장하여 대학을 나오고 어느 정도 생활이 안정된 현재, 김명옥씨는 여전히 자신을 위한 투자보다는 다른 사람들을 위하여 시간과 노력을 쓰는데 더 편안함을 느끼는 듯 하다.

나이를 먹고 아이들 결혼시켜서 내보내니깐 시간이 많아서 영어나 문화센터에 갈까 했는데 선 듯 나가 지 못하겠더라고요. 나는 기독교 생활을 하니까 일주일에 두 세 번 정도 요보호 가정이나 병원에 아픈 사람들 있는 곳을 방문하는 것이지요. (중략) 아이들 삼남매 대학공부 시켜서 결혼시켜도 아직은 나한테는 마음뿐이지 투자가 안되더라고요(김명옥, 59세).

이상에서 살펴본 바와 같이 중년 후기에 도달한 제보자들에게 노화는 '인간의 자연스러운 순리', '받아들여야 하는' 당연한 과제이다. 이러한 자연스러운 인생 과제 앞에서 제보자들은 세상을 보는 자신들의 마음가짐의 변화를 경험한다. 그리고 좀 더 너그러워지는 마음의 변화가 남에게 베풀고 봉사하는 행동의 변화로 이어지면서 중년기 후기의 삶은 나름대로의 가치를 찾게 되며, 그 진가를 발휘하게 된다.

결국 제보자들이 노년기로의 전환기에 경험하는 '너그러움'과 '배움'의 마음은 중년 후기가 '다음 세대에 대한 책임감' 혹은 '이들에 대한 배려감'을 발달시키며 한층 성숙할 수 있는 '새로운 가능성'의 시기라는 긍정적 특성을 포함하고 있음을 보여주는 것이라 하겠다.

더욱 중요한 것은 이러한 중년 후기 세대의 '가능성'이 젊음을 마감하고 앞으로 어떻게 살 것인가라는 미래지향과 연결된다는 점이다. 이러한 남에게 베푸는 마음과 행동의 여유는 쇠퇴와 상실로 우울할 것만 같았던 인생 후반부 삶에 대한 희망과 가치를 찾을 수 있는 통로로서의 역할을 하고 있는 것이다.

2) 적응유연성(resiliency)

‘세월이 약이다’라는 말이 있다. 일찍이 심리학자 Jung은 세월 속에서 자연스럽게 고통을 치유하는 ‘인간의 잠재적 적응력’을 인정하면서, 이것이 중년 이후에 찾아오는 미덕임을 지적한 바 있다. 즉 나이를 들어감에 따라 지속적으로 발달할 뿐 아니라, 그럼으로써 자신에 대해 더욱 잘 알게 된다는 가능성을 언급하였던 것이다(여성한국사회연구소 역, 2003: 23). 일본의 소노 아야코는 <중년이후>라는 수필집에서 중년기에 경험하는 이러한 심정을 다음과 같이 표현하고 있다.

우리들은 누구나 어릴 때 또는 청년 시절에 불행이나 탈선 등의 영향으로 상처받으며 성장하게 되지만, 그러한 아픈 상처를 스스로 없애 버리고, 자신의 본연으로 돌아가는 것이 가능한 때가 바로 중년이다(중략). 그 당시는 최악의 비극이었다고 느낀 일이 시간과 거리를 두고 바라보게 되면 그리 심각한 것도 아니었다. 오히려 이 세상에 흔히 있을 수 있는 일이었다는 생각마저 들기도 한다(오경순 역, 소노 아야코, 2002: 30).

그러나 시간이 지나면서 자신이 겪었던 고통과 불행의 경험들에 대해 좀 더 초연해지고 객관적 판단을 할 수 있는 능력은 흘러가는 세월 속에서 저절로 얻어지는 것이 아니다. 이것은 인생의 살아오면서 경험한 수많은 시행착오와 역경을 극복하기 위한 개인적 노력의 결과이며 연륜을 통해 얻을 수 있는 깨달음의 결과인 것이다.

이처럼 위험과 역경에 대한 개인의 반응을 잘 보여주는 개념이 ‘적응유연성’(resiliency)이다. 적응유연성은 사전적으로 ‘되 튼는 힘’, ‘탄성’, ‘금방 다시 일어나는 기력’ 등으로 정의된다. 즉 위험상황에 직면하였을 때 이것을 극복하고 다시 되 튼어 올라오는 과정, 능력을 말하는 것이라 하겠다. 따라서 적응유연성이 높은 사람이란 위기로 인한 부정적 결과를 단순히 피하는 것이 아니라, 이것에 직면해서 극복해 내고, 심지어 위험상황에 노출되지 않았을 때 보다 더 나은 결과를 보이면서 어려움에 잘 적응해 나가는 사람이라고 할 수 있다(Cowan, Cowan, Shulz, 1996: 14).

중년기 이후, 노년 세대의 적응유연성이 중요한 이유는 인생후반부로 갈수록 다른 시기에 비해 건강의 쇠퇴 및 경제적, 사회적 자원의 상실에 직면해야 하는 불리한 현실에도 불구하고 그것을 극복해 내고 그것에 적응하였다는 점에서 적응유연성의 진정한 역할모델로서 가치가 있기 때문이라고 지적된다(Gutheil & Congress, 2000).

이 연구의 중년 후기 여성 제보자와의 인터뷰 중 적응유연성을 잘 보여주는 사례들을 발견할 수 있다. 예를 들면, 박민자씨(57세)는 남편이 IMF 때 부도로 인한 충격으로 쓰러졌던 사건 이후에 부부가 아예 ‘건강관리사업’에 뛰어들면서 ‘제 2의 인생’을 살고 있는 경우이다. 인생 최대의 역경을 통해, 오히려 삶의 새로운 의미를 깨닫게 되었으며, 더 나아가 만족스러운 삶을 만드는 방법을 터득하였다는 것을 알 수 있다.

전에는 한복을 한 25년간 했거든. 한복, 이불, 커튼 이런거... IMF 터지면서 그걸 부모를 맞고 그렇게 하고, 우리 아저씨가 쓰러져 가지고 아주대 병원에 한 열흘 간 입원하고 그랬거든. 그래서 000를 접하게 된거지. 그러다 보니까 첫째는 돈을 못 벌어도 내가 너무 건강해졌다는 것을 알고, 우리 아저씨 같은 경우에도 진짜 그 때는 뇌경색이라고 했는데 지금은 찾아볼 수가 없어. 그리고 아침마다 건강에 대해서 단 30분이라도 공부를 하니까, 아 몸이 이렇게 돌아가는구나... 정말 건강은 젊었을 때 가꿔야 하는 거구나. 그런 걸 다른 사람한테 인식시켜주고 그렇게 해 주다보니까 내가 건강해지고...(중략) 근데 사람이 참 미련한 거 같아. 내가 이 건강 사업을 하면서 건강을 찾은 게 아니고, 건강하지 못하니까 건강해지려고 이 걸 한거야. 우리 아저씨가 쓰러져서 병원에 일주일 입원하게 되고, 나도 고혈압에다 또 뭐? 저기 고지혈증까지 있어가지고 피 색깔이 너무 안 좋고, 퇴행성 관절염까지 와서 내가 아주 어려웠거든. 그런데 운동하면서, 이런 사업을 하게 되고, 진짜 지금 사람들이 나보면 모두 박피수술 했냐고 한다니까, 정말 그런 소리 참 많이 듣거든. 첫째는 영과 육이 다 건강해야지. 영만도 건강해서도 그렇고 육만도 건강해서도 그렇다는 거지.(중략) 개인적으로는, 내 건강을 내가 지킬 수 있도록, 하루 아침에 되는 게 아니잖아. 내가 지병이 있으면 그 병을 통해서 적어도 한 1년을 치료해야 하는데, 그러기

전에 좀 더 내가 내 몸을 관리할 수 있는 거 같아. 아무리 좋은 것들이 있어도 건강이 허락치 않으면 아무 소용이 없는 거니까. 그거는 죽는 사람보다 못한 거야. 골골거리면서 사는 건 사는 게 아니라고 난 생각하거든. 건강하게 살 수 있게, 내가 미리 많은 돈을 투자하는 게 다가 아니라, 내 노력이야. 내가 움직일 수 있을 때 움직이면서 안일하게 앉아서 가만히 있는 게 아니지(박민자, 57세).

이영자씨는 갑자기 사업에 실패하여 그 충격으로 인해 '죽음' 직전까지 직면했던 힘들었던 시기를 신앙으로써 극복했던 경험을 계기로 인생의 역경, 상실에 대처하는 방법을 알게 되었다. "이제는 세상에 목적을 두지 않고 저 하늘에 목표를 두고 달려나가지"라는 그녀의 말처럼 그녀가 믿는 종교의 힘은 현실에서의 아픔을 잊고 세상을 보다 긍정적으로 살아나가게 해주는 중요한 삶의 원동력이 되었다.

과거에는 물론 가난한 어린 시절을 살았기 때문에 돈이 필요했지. 거기에 부모님이 일찍 돌아가셔서 빨리 가정을 만들고 거기에 정착하고 싶었어. 항상 나의 소원은 따뜻한 가정과 넉넉한 재정이었지. 그렇게 뭐가 옳은지 모르고 살다가 물질적인 큰 어려움을 통해 하나님을 만날 수 있었어. 비로소 새 삶을 찾았다고 할 수 있지. 내가 진정으로 추구해야 하는 길을 찾은 거야. 사람들은 이 땅에서 잘 살아야 되는 거지 죽어서 잘 살면 무슨 소용이 있냐고 하지만, 이 세상에서는 고작해야 100년을 사는 곳이고 천국은 죽어서 영원히 사는 곳인데 기왕이면 오래 살 곳에 좋게 사는 것을 준비해야 하지 않겠어? 때문에 이제는 세상에 목적을 두지 않고 저 하늘에 목표를 두고 달려나가지. (노년기에) 특별히 대비하고 있는 것은 없어. 그저 하루하루 하나님께서 만족할 만한 삶을 살아가는 게 목표야. 하지만 하나님을 섬기는 것이 최고의 방안이기도 한 것 같아. 노년기라고 달라질 것은 없다고 봐. 단지 외모가 변하고 사람들이 알아주지 않는 위치에 떨어진다고 해서 하나님께서 나를 달리 보시는 것은 아니거든. 나이를 먹어도 이영자는 이영자야. 내가 해야 할 일은 여전히 하나님의 영광을 위해서 사는 것이고, 그래도 변한 게 있다면 젊은이들보다 하나님께 나아갈 확률이 더 크니까 더욱 열심히 일을 해야겠지. 남은 시간동안 하늘에 상을 쌓으려면 말이야. 덕분에 더욱 더 바쁜 하루가 되고 있어(이영자, 58세).

위의 인터뷰에서 이영자씨가 의지하는 신앙의 힘은 현재의 삶 뿐 아니라 앞으로의 노년기에 예상되는 상실조차 아우르는 역할을 하고 있음을 확인할 수 있다. 신앙의 힘을 통해 자신의 삶에 대해 보다 긍정적이고 적극적인 대처를 할 수 있을 뿐 아니라, 이것은 미래의 삶까지 관통하는 중요한 심리적 자원인 것이다.

최정옥씨(52세)는 7년 전에 남편이 죽은 이후 경제적으로 막막할 때 우연히 문방구 운영을 시작하였지만, 지금은 문방구 운영을 통해 물질적인 것 이상의 새로운 삶의 의미를 발견한다. 경제적 어려움 때문에 시작한 '일'이지만 오히려 이 '일'이 제보자들이 현재와 미래를 살아갈 수 있는 힘이 되어 주고 있음을 알 수 있다.

스스로 생각해보니 이려고 살다가는 내가 아무 것도 못하는 바보가 될까봐 좀 무섭기도 했어. 그래도 예전에 직장을 다닐 때는 아주 밝게 살던 씩씩한 여성이라 생각해 왔는데 지금 나를 보니까 참 인생무상이 무언지 알겠더라구요. 문방구를 차린 것도 경제적 사정이 급하기도 했고 내 생활을 찾고 싶어서 그랬던 거 같아요. 그 후로 조금씩 웃는 여유도 생겼고 내 자신이 예들만 바라보고 사는 게 아니라는 게 다행이라 느꼈어. 지금은 오후에 가게 문 닫고 나면 탁구장에 가서 운동도 하고 공인중개사 시험도 준비하고 있거든. 그래서 내 생활신조가 '시작이 반이다'로 정했지요(최정옥, 52세).

이상에서 언급한 제보자들은 굴곡 진 과거의 삶의 경험을 통해 역설적으로 인생의 위기를 극복하는 방법을 터득했다는 공통점을 갖는다. 역경을 경험하였지만 인생 최대의 역경이 오히려 이들을 강인하고 대범한 새로운 사람으로 다시 태어나게 하는 계기가 되었다. "겨울 한가운데서 나는 마침내 내 안에 정복되지 않는 여름이 있었다는 것을 알게 되었다"는 표현에서 알 수 있듯이, 여러 적응연구들은(Higgins, 1994; Wolin & Wolin, 1993) 개인은 고통과 위기를 통해 그 때까지 알지 못했던 자신의 강점을 발견하면서 더욱 강인한 사람으로 다시 태어날 수 있음을 보고하고 있다. 다시 말해서 적응유연성은 개인에게 가장 불운하고 어려운 시기가 역설

적으로 인생의 최고의 시기가 될 수 있다는 의미를 담는다.

또한 이들은 쇠퇴하고 상실하는 중년기 이후의 삶에 결코 무기력하지 않고 오히려 적극적으로 개인적, 사회적, 문화적 장치들을 사용하여 상실과 역경을 극복하고 이전 보다 더 높은 삶의 만족을 찾으려고 노력하는 모습을 보인다. 이것은 기존의 적응유연성 연구들을 통해 적응유연성이 높은 사람들에게서 찾을 수 있는 자질, 즉 높은 자존감, 낙천적 자신감, 역경을 극복할 수 있다는 확신 등(양옥경, 김미옥, 최명민 역, 프로마월시, 2002: 41)을 증명해 보이는 것이라고 말할 수 있을 것이다.

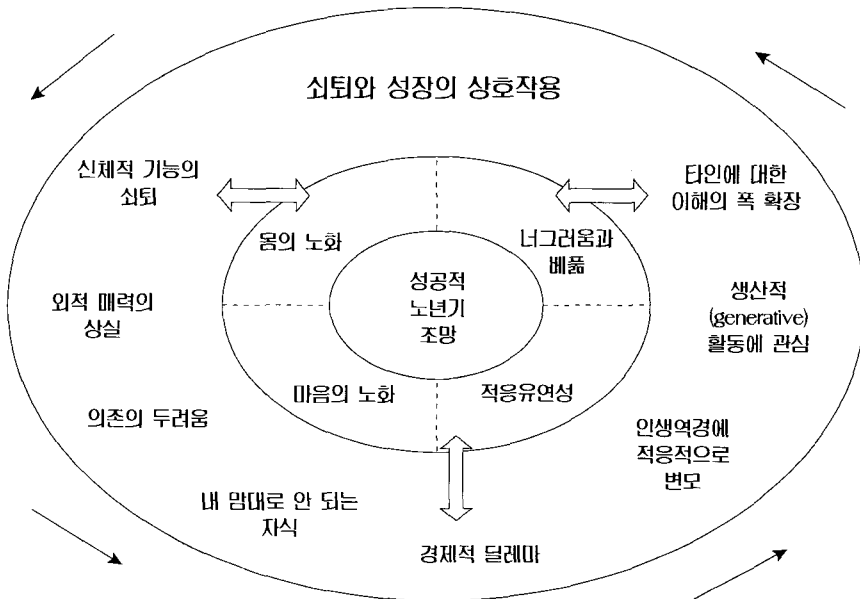
결국 중년기 후기 여성들에게서 찾을 수 있는 적응유연성은 노화시계를 뒤로 돌려서 다시 젊음을 찾겠다는 의미보다는 본질적으로 미래의 노년기를 대비하여 인생 후반부의 삶을 의미 있게 만들 수 있는 잠재력으로서의 의미가 크다는 것을 알 수 있다.

IV. 맺는말

이 연구는 중년기와 노년기를 연장선상에 두고 중년 후기 여성의 생애경험을 노년기 전환기로의 경험에 초점을 맞추어 살펴본 것이다.

노년기 진입을 눈앞에 둔 중년 후기의 제보자들의 이야기는 인생의 중반기를 넘어 후반기의 삶이 '상실'에 국한되는 부정적인 것만이 아니라는 것을 보여주고 있다. 젊음의 시대를 마무리해야 하는 아픔과 함께 중년기 원숙함이 누릴 수 있는 '성숙'의 잠재력이 내포되어 있음이 드러나 있다. 다음의 <그림 1>은 본 연구의 중년 후기 여성이 주관적으로 경험하는 '나이 듦'의 경험을 요약해본 것이다. 이 그림은 노년기 전환기 경험이 쇠퇴와 성장의 상호작용을 통해 형성되고 있으며, 이러한 상호작용을 토대로 미래 노년기의 성공적 적응을 조망하고 있다는 점, 그리고 이러한 모든 경험이 하나의 수레바퀴처럼 맞물려 돌아가고 있음을 보여주는 것이다.

젊음의 시대를 마감하고 노년기로의 진입을 눈앞에 둔 중년 후기 여성이 인식하는 아픈은 신체적



<그림 1> 중년 후기 여성의 노년기 전환기 경험의 수레바퀴

노화와 자식과의 관계에서의 노화의 두 가지 측면으로 나타난다. '몸의 노화'는 신체적 쇠퇴와 외적의 아름다움의 상실로써 표현될 수 있다. 또한 다자란 성인자녀와의 관계 맺음에서 '마음의 노화'를 경험한다. 평생을 자식과 가족의 뒷바라지에 헌신한 제보자들은 독립적인 성인이 되어 자신의 품을 떠나는 자식과의 관계에서 상실의 슬픔은 배가된다.

그러나 제보자들의 주관적 경험 세계 속에서 세월이 흐르면서 터득한 "거울 앞의 누나"와 같은 원숙함도 발견할 수 있다. 이것은 중년 후기의 '새로운 가능성'을 형성한다. 중년을 경계로 젊음을 끝내고 노년과 죽음을 맞이해야 한다는 인생의 시나리오를 이미 결정된 것으로 개인이 되돌리거나 변화시킬 수 없는 것이다. 제보자들의 원숙함은 바로 운명을 받아들이고 여기에 순응하는 것에서부터 시작한다.

운명에 대한 순응은 남에게 베푸는 너그러운 마음가짐으로 구체화되고 있다. 특히 가족을 보살피는 역할을 담당해 온 제보자들에게 다른 사람을 돌보고자 하는 배움의 미덕은 가족의 범위를 넘어서 사회의 테두리 안에서 자원봉사 활동을 통해 실현되기도 한다. 또한 중년기 후기의 제보자들은 전 생애를 통해 굴곡 진 인생과정을 겪으며 역경을 극복하는 방법을 터득하였다. 실패와 좌절과 성공을 반복했던 질풍노도의 시기를 통해 위기에 대해 보다 '적응적'(resilient)인 개인으로 변모한 것이다.

결국 중년 후기에 급격히 진행되는 노화과정에서 제보자들이 경험하는 중심적인 전환기 경험은 신체의 건강의 상실과 정신과 마음의 성숙함이라는 불협화음의 균형을 유지하는 것으로 요약할 수 있겠다. 이러한 정신과 신체의 "불협화음"은 노년기로의 전환기에 제보자들이 극복해야 중심적인 삶의 딜레마이다.

그런데 여기서 주목할 만한 것은 이러한 전환기 경험이 자연스럽게 미래의 노년기를 계획하는 의식세계를 형성하도록 하고 있다는 점이다. 전환기에 겪게 되는 불협화음의 긴장감 속에서 제보자들은 '노인'을 자신과 동떨어진 미래의 먼 존재가 아니라, 바로 내 눈앞에 닥친 내 자신의 모습으로 직시

하게 되는 것이다. <그림 1>은 중년 후기 여성들의 전환기 경험이 노년기까지 끌어안고 있음을 보여주는 것이라 하겠다. 즉, 제보자들은 중년 후기 경험을 통해 "어떻게 잘 늙을 것인가"를 계획하였음을 알 수 있다. 이것은 '건강', '자식으로부터의 홀로 서기', '새로운 삶의 방식 마련' 등의 세 가지로 나타난다.

첫째, 성공적 노후를 위하여 건강에 대한 남다른 노력과 관심을 표명하였다. 특히 사회의 노후복지 체계가 미흡한 우리나라에서 노년기 건강은 노년기에 진입한 세대만의 문제가 아니다. 노인부양의 책임의 대부분이 특히 자녀에게 있는 우리 사회에서 의존성으로 인한 '부양'의 문제는 노인 자신 뿐 아니라, 그 가족에게까지 많은 심리적, 경제적 부담을 안겨주고 있기 때문이다. 이러한 상황에서 건강의 악화는 중년 후기 여성들에게 단순히 몸의 쇠퇴에 국한되지 않고 늙어서까지 자식에게 당당한 '부모 노릇'을 수행할 수 있는가하는 보다 본질적 존재의 의미를 담고 있다는 점에서 이들의 삶에서 건강을 유지하는 노력은 매우 중요하다.

둘째, 잘 늙기 위해서 자식으로부터 홀로 서기를 준비한다. 현재 한국 사회의 중년후기세대는 "전통적 가족문화와 현대적 가족문화의 중간에 낀 샌드위치 세대"로서, 자신들의 노후를 자녀들로부터 기대하지 않고, 노년기를 대비해 독립적인 삶을 개척해야 함을 강하게 인식하는 첫 세대라고 지적 받아왔다(장경섭, 2001). 제보자들은 자신의 품안을 떠나가는 자식으로부터 서운함을 느끼지만, 이것을 통해 자신들의 '나이 들'을 인정하고 앞으로 자식이 없이 어떻게 살아야 하는가를 준비하고 계획하기 시작하였다.

셋째, '사회봉사'나 '신앙', '일' 등을 통해 새로운 삶의 의미의 원천을 찾고자 한다. 이제까지 중년 후기 제보자들은 가족과 자식에게 집중하며 살아왔으나, 이제부터 새로운 삶을 모색하기 시작한다. 이들은 자식들의 독립과 변화된 사회에 대한 인식, 나이가 들면서 얻게 된 스스로의 잠재력을 통해 현재와 미래의 삶의 지평을 넓혀나가는 노력을 하고 있는 것이다.

정리하면, 본 연구의 결과는 중년 후기가 상실의 시기임과 동시에 성공적 노후를 위한 기회의 시기가 된다는 점을 보여주는 것이라 하겠다. 이것은 노년기 복지를 위한 다음 세 가지 시사점을 제공하고 있다. 첫째로는, 인생 후반부의 삶에서 찾을 수 있는 잠재력과 긍정적 가능성에 주목할 필요가 있다는 점이다. 중년 후기 제보자들에게서 발견할 수 있는 '적응유연성'은 그 좋은 예이다. 둘째로는, 잘 늙기 위해서는 '나이 들'에 대한 인식과 준비가 노년기 이전에 이루어질 수 있어야 하겠다. 특히 중년 후기는 성공적인 노후를 보내기 위한 가장 중요한 시기가 될 수 있다. 셋째로는, 중년 후기가 상실을 만회하기 위한 적극적 노력이 이루어지는 시기라는 점을 감안할 때 사회적으로 중년 세대를 대상으로 하는 적절한 '노화적응프로그램'이 마련될 필요가 있다. 이러한 사회적 차원에서의 다양한 프로그램과 서비스 제공은 개인적 차원에서 적응하기 힘든 장애에 대한 극복능력을 촉진시킬 수 있다는 점에서 개인에게 매우 유용하지 않을 수 없다.

결국 성공적인 노년을 맞이하기 위해서는 노화를 인식하고 준비하는 것이 노인세대에 국한된 것이 아니라 더 넓은 연령대로 확대되어야 하며, 노후 준비를 위한 노력은 개인적 차원을 넘어서 사회적 차원의 지원과 병행될 수 있어야 하겠다.

■ 참고문헌

김명자, 박성연(1989). 중년기 위기감 및 그 관련 변인에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 7(1), 97-117.
 김애순, 윤 진(1993). 중년기 위기감(1): 그 시기 확인 및 사회경제적 변인들이 중년기 위기감에 미치는 영향. 한국노년학, 13(1), 1-16.
 김애순(1993). 중년기 위기감(3): 개방성향과 직업, 결혼, 자녀관계가 중년기 위기감에 미치는 영향. 한국노년학, 13(2), 1-14.
 김애순 역(1996). 남자가 겪는 인생의 사계절. 서울: 이화여대출판부.
 김애순 역(2000). 여자가 겪는 인생의 사계절. 서울:

세종연구원.
 노영주, 한경혜(2000). 50대 중년 여성의 모성경험에 관한 질적 연구. 한국가족관계학회지, 5(1), 1-22.
 박경숙, 김명자(1991). 중년기 여성의 적응에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 9(1), 65-79.
 신경림 역(1997). 질적 간호 연구 방법. 서울: 이화여자대학교 출판부.
 신경림 외(2002). 중년 여성의 노화 체험. 대한간호학회지, 32(6), 878-886.
 신기영, 옥선화(1991). 중년기 주부의 위기감과 사회관계망 지원에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 9(1), 161-178.
 신달자(1993). 여자는 나이와 함께 아름다워진다. 서울: 자유문학사.
 왕석순, 서병숙(1995). 중년기 적응 연구에 대한 문헌고찰. 한국노년학, 15(1), 54-73.
 여성을 위한 모임 지음(1999). 제 3의 성: 중년여성 바로보기. 서울: 현암 사.
 여성한국사회연구소 역(2003). 여성의 나이 들에 대한 이해. 서울: 경문사.
 오경순 역(2003). 중년이후. 서울: 리수.
 유태균 역(2001). 사회복지 질적 연구 방법론. 서울: 나남출판.
 윤 진(1985). 성인·노인 심리학. 서울: 중앙적성출판사.
 윤형숙(1995). 여성생애사 연구방법론. 여성연구, 3, 99-115.
 장경섭(2001). 압축적 근대성과 노인문제의 재인식: '신세대'로서의 노인. 가족과 문화, 13(1), 1-29.
 조범숙(2000). 중년 남성의 몸의 변화에 대한 체험 연구. 질적 연구, 1(1), 131-149.
 조용환(1998). 질적 연구와 양적 연구. 1998년 교육인류학연구회 춘계 학술 대회 논문집, 3-24.
 진미정(1994). 중년기 여성의 어머니역할 수행과 심리적 복지. 대한가정학회지, 32(5), 33-60.
 차승은, 한경혜(2003). 직업, 가족 그리고 중년기 신체적 건강-남녀 차이를 중심으로-. 가족과 문

- 화, 15(2), 33-60.
- 최영신(1999). 질적 자료의 수집: 생애사 연구 사례를 중심으로. *교육인류학연구*, 2(2), 1-12.
- 최혜경, 권유경 역(2001). *성공적 노화*. 서울: 학지사.
- 한경혜(1997). 인구변동과 가족생활. *한국사회학회* 편. *인구변화와 삶의 질*. 서울: 일신사.
- 한경혜, 노영주(2000). 중년 여성의 40대 전환기 변화 경험과 대응에 대한 질적 연구. *가족과 문화*, 12(1), 67-91.
- 통계청 홈페이지 www.nso.go.kr
- Cowan, P. A., Cowan, C. P., & Schulz, M. S. (1996). Thinking about risk and resilience in families in E. M. Hetherington & E. A. Blechman(eds.) *Stress, coping, and resiliency in children and families*(pp. 1-38). NY: Lawrancw Erlbaum Associates.
- Gutheil, I. A, and Congress, E. (2000). Resiliency in old people. in E. Norman(ed.). *Resiliency enhancement* (pp.40-54). NY: Columbia University Press.
- Higgins, G. O. (1994). *Resilient adults: overcoming a cruel past*. San Francisco: Jossey-Bass.
- McAdams, D. P. (2001). Generativity in midlife. in M. E. Lachman(ed.). *handbook of midlife development*. NY: John Wiley & Sons.
- Sheehy, G. (1995). *New passages: mapping your life across the time*. NY: Ballantain books.
- Staudinger, U. M. & S. Bluck (2001). A view on midlife development from life-span theory. in M. E. Lachman(ed.). *handbook of midlife development*. NY: John Wiley & Sons.
- Strauss & Corbin (1990). *Basics of qualitative research*. Newbury Park: Sage.
- Wolin, S., & Wolin, S. (1993). *The resilient self: how survivors of troubled families rise above adversity*. NY: Villard.

(2004년 1월 31일 접수, 2004년 6월 1일 채택)