

# 서울시 일 지역 주민의 인생회고 및 죽음준비 인식

강경아 · 이경순 · 박강원\* · 김용호 · 장미자 · 이 은

삼육대학교 간호학과, \*서울 노원구 보건소

## Community Dwellers' Perception of Past Life Recollection and Preparation for Death

Kyung Ah Kang, Ph.D., Kyung Soon Lee, Ph.D., Gang Won Park, M.D.\*,  
Yong Ho Kim, Deputy Director, Mi Ja Jang, R.N. and Eun Lee, R.N.

Department of Nursing, Sahmyook University, Seoul, \*Nowon Public Health Center, Seoul, Korea

**Purpose:** This study is to understand how community members perceive past life recollection and preparation for death. **Methods:** Using a questionnaire, we surveyed 160 adult residents of one of the districts (*gu*) in Seoul, Korea. Descriptive statistics were used. **Results:** Participants chose their 30s and 40s as the most difficult time in their lives. The most painful experience was “an illness of a family member”, followed by “trouble with a spouse”, and “trouble with children”. As for the most difficult social experience, “sense of loss in life” was ranked the highest. Personally, the happiest time was “accomplishment of a goal”, while it was “happiness through children” in family relationship and “contribution to society through my career” in social life. As for the most regrettable experience, personally “having lived without purpose” was the highest, “not meeting my parents’ expectation more” in family relationship; “not providing sufficient education” in relationship with children; “not having an occupation that I wanted” in work life, and “lack of social skills” in social life. More than 87% of the surveyed showed a positive attitude about the system of the do not resuscitate (DNS) order. For a situation where participants were supposed to have an incurable disease, “I want to be notified of the true condition” and “I want to write a will and advanced directives” ranked high, receiving more than 3.1 points out of 4. **Conclusion:** These results demonstrate the need for death education to provide people with an opportunity to accept their regrettable experiences in the past as part of their life. Also, this study suggests the importance of writing advanced directives for people to prepare for “death with dignity” how it can help their decision to be better respected. (Korean J Hosp Palliat Care 2011;14:81-90)

**Key Words:** Life, Death, Education

### 서 론

우리나라는 2000년에 65세 이상 노인인구가 전 인구

의 7%를 넘어서는 고령화 사회에 진입한 이후, 2007년 노인인구 비율이 9.9%에 달하고 있고 2008년 기준 국민 평균 수명이 78.63세(남 75.14세, 여 81.89세)로서 빠른 고령화가 진행되고 있다. 반면, 노년기 자살률의 증가로 노인의 불행한 죽음이 급증하고 있는(1) 현상은 현재 우리나라 노인인구의 고령화와 삶의 질은 반비례하고 있는 현실을 보여주고 있다.

수명만 연장된 노년기가 아니라 은퇴 후 임종까지의 기간을 건강하고 행복하게 보내기 위해서는 새로운 노년기의 삶에 적응하기 위한 준비가 필요하다. 특히 사

접수일: 2010년 11월 5일, 수정일: 2011년 1월 17일

승인일: 2011년 1월 18일

교신저자: 강경아

Tel: 02-3399-1585, Fax: 02-3399-1594

E-mail: kangka@syu.ac.kr

이 논문은 2010년도 삼육대학교 학술연구비 지원에 의하여 쓰인 것임.

망률 특성을 보면, 남자는 60대, 여자는 70대에서 사망률이 큰 폭으로 증가하고 있어(1) 중년기 이후부터 삶의 의미와 가치발견을 통해 자신의 죽음을 삶의 마지막 한 부분으로 받아들일 수 있는 적극적인 교육이 요구된다.

Erikson은 노년기에 이루어야 할 발달적 특성으로 ‘자아의 통합성’을 제시하였다. 자아통합은 지나온 삶을 회고하고 나름대로 정리하며 생을 마무리 짓는 과업을 말하는 것으로, 자신이 지나온 인생을 정리해 봄으로써 삶에 의미를 부여하고 지나온 삶의 갈등과 죄책감을 해결할 수 있다고 하였고 죽음에 대한 태도 또한 살아온 발달사적 경험에 따라 달라진다고 하였다(2). 이러한 자아의 통합이 이루어질 때 노년을 잘 보낼 수 있고 죽음에 대해 두려움 없이 잘 대처할 수 있으며, 자아통합에 실패하면 자신에 대한 실망과 절망감을 느끼며 다가오는 죽음을 공포로 경험하게 된다고 하였다(3). 특히, 말기질환으로 죽음을 어쩔 수 없이 수용해야만 하는 환자의 경우 지나온 삶을 만족스럽게 회고한다면 다가올 죽음을 잘 준비할 수 있으나 분노와 후회를 가지고 과거를 회상하게 될 경우 임종이라는 사건이 매우 두렵고 피하고 싶은 사건 일 수 있다. 지나온 삶에 대한 회고는 한 개인의 죽음을 준비하는 정도에 중요한 영향을 미치므로(2), 중·노년층들이 자신의 살아온 인생에 대해 어떠한 인식을 갖고 있는지 파악하는 것은 매우 필요한 부분이다.

한편, 죽음에 대한 올바른 이해는 인간을 성장하게 하고 죽음을 긍정적으로 바라보게 하여 남은 삶을 긍정적으로 살 수 있게 한다. 즉, 노년기에 죽음의 의미를 직시함으로써 죽음과 관련하여 나타나는 변화에 적극적으로 대처할 수 있기 때문에 노인의 정신건강과 삶의 만족도에도 매우 긍정적인 영향을 미치게 된다(4,5). 또한 죽음을 수용한다는 것은 자신의 삶이 끝난다는 것을 이해하고 인정하며 적극적으로 생산적으로 죽음을 준비하는 것이다(6). 이를 위해서는 노년기에는 대부분 만성질환 및 불치의 질환을 가지게 되므로 질병에 관련하여 발생될 수 있는 연명치료, 사전의료지향서 등 임종직전 준비할 내용 등에 대한 구체적인 내용을 다룸으로써 노인의 죽음에 대한 공포를 완화시키고 다가올 죽음을 존엄하게 준비하여 노년기의 삶이 안정되고 통합적인 태도로 삶을 마무리 할 수 있도록 도와야 한다. 노년기의 죽음과 관련된 발달위기를 어떻게 극복하느냐 하는 것은 노년기의 삶의 질을 결정하는 아주 중요한 요인이기 때문이다.

최근 웰빙(well-being)문화와 더불어 웰다잉(well-dying)

에 대한 관심이 증가하면서, 노인을 대상으로 한 죽음준비 교육이 복지관, 교육기관, 관공서 등 다양한 교육장소에서 이루어지고 있다. 그러나 보다 효과적인 교육이 수행되기 위해서는 특히, 노인의 발달적 특성 및 대부분의 노인들이 겪고 있는 만성 및 불치의 질병으로 인해 발생하는 문제를 어떻게 인식하고 있는지에 관한 특성을 조사할 필요가 있다. 그리고 2008년 2월 무의미한 연명치료 논쟁에 관심을 끌게 된 S병원의 사건 이후 2009년 7월 존엄사를 무의미한 연명치료 중단으로 용어가 통일되었으며, 당해년도 10월 연명치료중단에 관한 지침이 발표되는(7) 등 연명치료에 대한 사회적 합의가 이루어지고 있으므로 연명치료에 대한 인식을 포함하여 품위있는 죽음에 대한 일반 국민들의 인식정도를 파악할 필요가 있다.

노인의 죽음인식 및 죽음준비교육에 관한 연구결과를 보면, 노인의 죽음인식과 태도(4,5,8-11), 죽음불안에 영향을 미치는 요인(12), 죽음준비교육 프로그램개발을 위한 기초조사연구(13,14), 죽음준비교육의 효과측정연구(6,15-17) 등이 수행되었다. 이러한 연구결과에서는 공통적으로 ‘죽음의 의미와 삶의 가치’, ‘의미 있는 여생의 준비’, ‘지나온 삶의 회고와 정리’ 등의 철학적·영성적 인식의 내용들과 ‘돌연사의 의학적 예방’ 등의 건강·의학적 내용과 ‘노년기의 특성’, ‘호스피스 교육’ 등의 심리적·실질적인 내용들이 죽음준비교육에서 우선적으로 다루어져야 한다는 방향을 제시하고 있을 뿐 세부 주제에 대해 교육 대상자가 어떠한 인식을 갖고 있는지 파악한 연구는 수행되지 않았다.

따라서 본 연구에서는 서울시 일 지역 주민을 대상으로 자신의 지나온 삶을 어떻게 인식하고 있는지 조사하고, 연명치료, 사전의료지향서, 유언장 등 준비된 죽음을 위해 어떠한 생각을 가지고 있는지 파악함으로써 다가올 죽음에 대해 준비하며, 노년기의 불행한 죽음을 예방하고, 존엄한 죽음에 대한 인식을 갖도록 하는 죽음준비교육 프로그램 운영에 필요한 기초자료를 제공하고자 한다.

## 대상 및 방법

### 1. 연구설계

본 연구는 서울시 노원구 주민을 대상으로 자신의 인생회고 및 죽음준비에 대한 인식을 파악하고자 시도된 서술적 조사연구이다.

## 2. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 2010년 3월 1일부터 3월 29일까지 서울시 노원구에 거주하는 40대 이상 성인을 대상으로 본 연구의 목적과 내용을 설명하고 설문에 참여할 것을 서면동의한 대상자를 중심으로 실시하였다. 서면동의하기 전에 설문은 무기명으로 실시되고 연구결과는 본 연구를 위한 목적에만 사용될 것임과 연구참여 또는 설문거부는 설문 참여자의 자발적 의사에 의해 이루어짐을 설명하였다. 설문지는 총 200부 배포되었으나 참여거부 및 응답이 누락된 40부를 제외한 총 160부를 최종 결과분석에 활용하였다.

## 3. 연구도구

성인이 인식하는 자신의 지나온 인생에 대한 생각과 죽음준비에 대한 인식을 조사하기 위하여 본 연구팀이 설문지를 개발하였으며, 본 연구팀은 간호학 교수 2명, 보건소에 근무하는 의사 1명, 간호사 2명, 행정직 공무원 1명으로 구성되었다. 개발된 본 설문지는 내용타당도 검증절차를 거쳤으며 내용타당도 검증에 참여한 자문위원은 의사 2명, 치매센터 근무 직원 2명, 간호사 6명, 사회복지사 1명, 행정직 공무원 3명으로 총 14명이었다. 내용타당도 검증절차를 통해 일부 문항이 수정되었으며, 최종 각 문항별 CVI (content validity index) 계수는 모두 80% 이상이었다. 설문내용은 대상자의 일반적 특성(8문항), 나의 인생고비(3문항), 보람된 삶(5문항), 후회하는 삶(6문항), 임종과 죽음준비(6문항)의 총 28문항으로 구성되었다.

설문문항에 대한 내용은 다음과 같다. 대상자의 일반적 특성 조사내용(Table 1)과 나의 인생고비는 가장 힘들었던 기간, 개인적으로 가장 힘들었던 점, 사회관계에서 가장 힘들었던 점을 묻는 중복응답 문항으로 구성되었으며 각 문항에 대한 항목은 Table 2에 제시하였다. 보람된 삶은 5문항으로, 가장 행복했던 기간, 개인적/가족관계/사회적으로 가장 보람되었다고 생각되는 것의 중복응답 4문항이었고 각 문항에 대한 항목은 Table 3에 제시하였다. 마지막 문항은 보람된 삶을 위하여 가장 하고 싶은 일을 묻는 개방형 질문 1개로 구성되었다. 후회하는 삶 6문항은 개인적, 친구관계, 건강유지, 직장생활, 부모 및 형제, 자녀와의 관계에서 가장 후회되는 일을 묻는 중복응답 문항으로 각 문항에 대한 항목은 Table 4에 제시하였다. 임종과 죽음준비 6문항은 본인 및 가족의 무의미한 연명치료에 대한 생각, 불치의 질

병 진단 시 치료 및 죽음준비에 대한 생각의 3개 문항과 중복응답 문항으로 구성된 죽음을 두려워하는 이유, 종교관, 사후세계에 대한 생각을 묻는 3문항의 총 6문항으로 구성되었고 각 문항에 대한 항목은 Table 5에 제시하였다.

## 4. 자료분석 방법

수집된 자료는 SPSS WIN ver. 13.0 (SPSS Inc., Chicago, IL, USA)을 이용하여 전산처리하였고, 연구대상자의 일반적 특성 및 연구변수의 특성은 빈도와 백분율, 평균과 표준편차 등 서술적 통계방법을 이용하여 분석하였다. 중복응답 문항인 경우 각 항목의 N 수는 참여대상자 수가 아닌 중복응답수(N)를 100%로 하여 환산한 백분율로 제시하였다(Table 1~5).

Table 1. Characteristics of Participants (N=160).

Characteristics	Categories	N (%)
Gender	Male	43 (26.9)
	Female	117 (73.1)
Age	40~49	40 (25.0)
	50~59	48 (30.0)
	60~69	52 (32.5)
	70≤	20 (12.5)
Religion	Protestant	57 (35.6)
	Catholic	35 (21.9)
	Buddhist	37 (23.1)
	None or etc.	31 (19.4)
Marital status	Married	123 (76.9)
	Widowed	23 (14.4)
	Divorced	9 (5.6)
	Single	5 (3.1)
Job (or Job before retirement)	Housewife	52 (32.5)
	Public official	30 (18.8)
	Company worker	23 (14.4)
	Self-employed	20 (12.5)
	Etc	35 (21.8)
Economic state	High	4 (2.5)
	Moderate	99 (61.9)
	Moderate-low	40 (25.0)
Source of income (N=177)*	Low	17 (10.6)
	Salary	59 (33.3)
	Pension	35 (19.8)
	Pocket money from children	26 (14.7)
	Business	21 (11.9)
	Profit	12 (6.8)
	Etc	24 (13.5)
Health status	Very good	10 (6.3)
	Good	64 (40.0)
	Fair	55 (34.4)
	Not so good	31 (19.3)

\*Subjects may select more than one item.

**Table 2.** Adversity in Own Life.

Items	Categories	N (%)
The most difficult terms (N=174)*	< 30	15 (8.6)
	30 ~ 39	51 (29.3)
	40 ~ 49	56 (32.2)
	50 ~ 59	37 (21.3)
	60 ~ 69	12 (6.9)
	≥ 70	3 (1.7)
The most painful experience (N=280)*	Illness of a family member	59 (21.1)
	Trouble between spouses	56 (20.0)
	Trouble with my children	51 (18.2)
	Death of a parent	35 (12.4)
	Unemployment	28 (10.0)
	Death of a spouse	22 (7.9)
	Death of a son/daughter	10 (3.6)
	Divorce	9 (3.2)
	Other	10 (3.6)
	The most tough social experience (N=222)*	Experience of forfeiture in life
Failure		48 (21.6)
etrayal of a relative/friend		44 (19.8)
Unacknowledgment of capability		35 (15.8)
Inadaptability to social life		23 (10.4)
Other		14 (6.3)

\*Subjects may select more than one item.

또한 삶을 위하여 가장 하고 싶은 일을 묻는 1개의 개방형 질문은 내용분석을 통하여 빈도와 백분율을 산출하였다. 내용분석에서의 신뢰도는 내용분석방법에서 연구자들이 연구내용을 동일 주제로 집계하고 분석자들 간의 일치도를 측정하는 Holsti 방법(18)에 의해 3인의 연구자가 계산하였다.

$$\text{신뢰도 계수} = \frac{3M}{N_1 + N_2 + N_3}$$

(N<sub>1</sub> + N<sub>2</sub> + N<sub>3</sub>: 연구자가 코딩한 전체 수, M: 연구자간의 일치한 코딩 수)

내용분석에서 Holsti 공식을 이용할 경우, 신뢰도 계수는 약 90%면 적당하다고 보는데(19), 본 연구에서의 신뢰도는 평균 95%로 높은 일치도를 보였다. 이는 5%의 표집오차를 고려할 때 93%가 포함될 수 있어 요구되는 기준 이상으로 판단되었다.

내용분석에서의 타당도가 의미를 지닐 수 있는 기준

**Table 3.** Fruitful Experience in Life.

Items	Categories	N (%)
The happiest times (N=182)*	< 30	40 (22.0)
	30 ~ 39	52 (28.6)
	40 ~ 49	34 (18.6)
	50 ~ 59	29 (16.0)
	60 ~ 69	18 (9.8)
	≥ 70	9 (5.0)
The most fruitful event (N=253)*	Accomplishment of a goal	87 (34.3)
	Overcoming hardship	75 (29.7)
	Visit to a favorite place	52 (20.6)
	Wedding with the current spouse	34 (13.4)
	Other	5 (2.0)
The most worth while moment in family relationship (N=249)*	Pleasure by own children	121 (48.5)
	Helping a relative at his/her hard time	42 (16.9)
	Devotion from son/daughter	39 (15.7)
	Devotion to parents	38 (15.2)
	Other	9 (3.7)
The most memorable incident in social life (N=202)*	Contribution through my career	68 (33.7)
	Volunteer work	55 (27.2)
	Diligent religious life	54 (26.8)
	Donation to society	20 (9.9)
	Other	5 (2.4)
What you want to do for a rewarding life (content analysis)	Service/volunteer	60 (34.1)
	Travel	50 (28.4)
	Maintain good health	28 (15.9)
	Work for self growth	24 (13.7)
	Assist my son/daughter for his/her success	14 (7.9)

\*Subjects may select more than one item.

Table 4. Regretting Life.

Items	Categories	N (%)
The most regretful thing done that I personally think of (N=245)*	Having lived life without any purpose	85 (34.6)
	Not having more leisure time for myself (travel, time with friends, reading book)	57 (23.2)
	Not having an occupation that I wanted	51 (21.0)
	Not having true love	44 (18.0)
	Other	8 (3.2)
The most regretful thing done in family relationship (N=271)*	Not observing my parents' wishes more carefully	89 (33.0)
	Not visiting my parents more often	80 (29.5)
	Having a bad relationship with siblings	52 (19.1)
	Not helping my parents financially	46 (17.0)
	Other	4 (1.4)
The most regretful thing done in relationship with children (N=182)*	Not educating them properly	64 (35.1)
	Not giving them more love	59 (32.4)
	Not bringing them up more healthily	22 (12.0)
	Not getting them wedded	21 (11.5)
	Other	16 (9.0)
The most regretful thing done in work life (N=162)*	Not having an occupation I wanted	68 (42.0)
	Not having confidence in my occupation	37 (23.0)
	Putting work first than coworkers	33 (20.3)
	Thinking of only benefit and promotion	10 (6.1)
	Other	14 (8.6)
The most regretful thing done in social life (N=234)*	Lack of social skill (not expressing thanks, not controlling emotion, etc)	69 (29.4)
	Not having more get-together outside of work	60 (25.6)
	Not giving hand when needed	58 (25.0)
	Not helping others due to selfishness	44 (18.8)
	Other	3 (1.2)
The most regretful thing done regarding my health (N=212)*	Not exercising enough	87 (41.0)
	Not thinking of health more importantly	62 (29.2)
	Eating food not good for health	36 (16.9)
	Smoking and drinking	18 (8.7)
	Other	9 (4.2)

\*Subjects may select more than one item.

은 학계 동료들로부터 중요성이 가치를 인정받는 것으로, 본 연구에서는 분류된 범주화에 대한 타당도 검증은 간호학 교수 3인과 대학원생 3인에 의해 이루어졌다.

## 결 과

### 1. 대상자 특성

본 연구의 대상자는 73.1%가 여성이었고 연령은 60대 52명(32.5%), 50대 48명(30.0%), 40대 40명(25.0%), 70대 20명(12.5%) 순이었다. 종교는 기독교 35.6%, 불교 23.1%, 가톨릭 21.9% 이었고, 결혼상태는 76.9%가 기혼이었다. 대상자의 직업 또는 은퇴 전 직업은 주부 32.5%, 공무원 18.8%, 회사원 14.4%, 자영업 12.5%, 전문직을 포함한 기타 직업이 21.8% 이었다. 경제수준은 상 2.5%, 중 61.9%, 중하 25.0%, 하 10.6%이었으며, 현재 소득원(중복응답)은 봉급 33.3%, 연금 19.8%, 자녀용돈 14.7%, 사

업 11.9%, 임대수익 6.8% 순이었고 건강상태는 건강한 편 40.0%, 보통 34.4%, 건강하지 않음 19.3%, 매우 건강함이 6.3%이었다(Table 1).

### 2. 대상자가 경험한 인생고비

대상자가 이제까지 인생을 살아오면서 개인적으로 가장 힘들었던 경험에 대하여 인식하고 있는 정도를 중복응답으로 파악한 결과, 가장 힘들었던 기간은 40대 32.2%(56명), 30대 29.3%(51명)로 가장 많았고, 그 다음은 50대 21.3%(37명), 30대 이하 8.6%(15명), 60대 6.9%(12명), 70대 이상은 1.7%(3명)이었다. 개인적으로 가장 힘들었던 사건으로 '가족이 질병으로 건강을 잃었을 때'가 21.1%(59명), 그 다음 '부부갈등' 20.0%(56명), '자녀갈등' 18.2%(51명) 등이 높은 빈도를 보였고, 그 다음 '부모사별' 12.4%(35명), '실직' 10.0%(28명), '부부사별' 7.9%(22명), '자녀사별' 3.6%(10명), '이혼' 3.2%(9명) 순이었다. 기타 부분에서는 고부갈등, 경제적인 어려움 등이

Table 5. Death and Preparation for Death (N=160).

Items	Categories	N (%) or M±SD
Thoughts on unnecessary treatments to lengthen my life (N=160)	Natural death by stopping all unnecessary treatments to lengthen life	140 (87.5)
	Lengthen life with active treatments	12 (7.5)
	Other	8 (5.0)
Thoughts on treatments to lengthen my family's life (N=160)	Natural death by stopping all unnecessary treatments to lengthen life	139 (86.9)
	Lengthen life with active treatments	16 (10.0)
	Other	5 (3.1)
Thoughts on treatments to lengthen life when with incurable disease (N=160)	Fear for death	2.54±0.75
	Think of my death that will come eventually	2.98±0.51
	When I have an incurable disease, I want the doctor to tell me first	3.28±0.54
	When I have an incurable disease, I want my family to tell me first	3.23±0.56
	When I have an incurable disease, I don't want to know till the end	1.77±0.75
	When my one of my family has an incurable disease, I would tell the person of his/her condition	3.06±0.58
	When my one of my family has an incurable disease, I would not tell the person of his/her condition	1.97±0.76
	I would like to fill out 'Advance care planning' while I am healthy	3.08±0.67
	I would like to write my will while I am healthy	3.17±0.56
	Reason for fearing death (N=170)*	Separation with loved ones
Reluctance to give up life		42 (25.0)
Fear of total disappearance of my existence		29 (17.0)
Fear of religious judgement		20 (11.7)
Other		19 (11.1)
Faith in religion (N=158)*	I totally believe in my religion	50 (31.6)
	I believe in my religion but often don't attend its ritual	44 (27.8)
	I sometimes have doubts and unbelief toward my religion	36 (23.0)
	I only attend ritual and not really believe in my religion	12 (7.5)
	Other	16 (10.1)
My thoughts what happens to a person after death (N=164)*	Return to nature	62 (38.0)
	Go to heaven or hell	57 (34.7)
	Reborn	21 (12.8)
	Do not know	18 (10.9)
	Other	6 (3.6)

\*Subjects may select more than one item.

있었다. 가장 힘들었던 사회관계는 '삶에 대한 상실감 경험' 이 26.1%(58명)로 가장 높았으며, '실패' 21.6%(48명), '친척이나 친구의 배신' 19.8%(44명), '능력을 인정 받지 못함' 15.8%(35명), '사회생활 부적응'이 10.4%(23명)이었다(Table 2).

### 3. 보람된 삶의 경험

대상자가 지각하고 있는 보람된 삶의 경험에 대한 회고내용을 분석한 결과(중복응답), 가장 행복(만족)했던 기간은 30대 28.6%(52명)으로 가장 높았고, 30대 이하 22.0%(40명), 40대 18.6%(34명), 50대 16.0%(29명), 60대 9.8%(18명), 70대 이상 5.0%(9명)이었다. 가장 보람되었다고 생각하고 있는 사건으로는 '목표성취(대학입학, 입사, 승진 등)'가 34.3%(87명)으로 가장 높았고, '인생의 역경을 극복한 일' 29.7%(75명), '가장 좋아하는 곳 여행

한 일' 20.6%(52명), '현재 배우자와 결혼한 일' 13.4%(34명) 순으로 나타났으며 기타 내용으로는 자녀에게 좋은 일이 있을 때, 마지막 직장에서 정년퇴직 했을 때 등이 있었다. 가족관계에서 가장 보람되었던 사건으로는 '자녀로 인한 즐거움'이 48.5%(121명)으로 월등히 높았으며, '친척을 도와줌' 16.9%(42명), '자녀에게 효도받음' 15.7%(39명), '부모님께 효도' 15.2%(38명)의 항목이 비슷한 결과를 보였고 기타내용으로는 아내의 사랑, 가정을 이루었을 때 등의 응답이 있었다. 사회관계에서 가장 보람되었던 사건으로는 '직업을 통한 사회공헌'이 33.7%(68명), '사회봉사활동' 27.2%(55명), '성실한 종교생활' 26.8%(54명), '사회에 기부활동' 9.9%(20명)이었고 기타내용으로 해외선교 및 봉사활동이 있었다. 보람된 삶을 위해 가장 하고 싶은 일을 서술한 내용을 분석한 결과 빈도수가 많은 순서대로 봉사, 여행, 건강유지, 자

기발전활동, 자녀의 성공담기 등이 있었다(Table 3).

#### 4. 후회하는 삶의 경험

대상자의 자신의 지나온 삶에 대해 후회하고 있는 경험을 분석한 결과(중복응답)는 다음과 같다. 개인적으로 가장 후회되는 일은 ‘목적 없이 바쁘게만 살아온 것’ 34.6%(85명), ‘여유 있는 시간을 갖지 못한 것’ 23.2%(57명), ‘원하는 직업을 갖지 못한 것’ 21.0%(51명), ‘진실된 사랑을 하지 못한 것’ 18.0%(44명)이었고, 부모형제 관계에서 가장 후회되는 일은 ‘부모님 마음(뜻)을 잘 살피지 못한 것’ 33.0%(89명), ‘부모님을 자주 찾아뵙지 못한 것’ 29.5%(80명)가 비슷한 분포를 보였고, 그 다음으로는 ‘형제들과 불화’ 19.1%(52명), ‘부모님께 경제적 도움 드리지 못한 것’ 17.0%(46명)이었다. 자녀와의 관계에서 가장 후회되는 일에서는 ‘올바로 훈육하지 못한 것’ 35.1%(64명), ‘사랑을 많이 주지 못한 것’ 32.4%(59명), ‘건강하게 키우지 못한 것’ 12.0%(22명), ‘결혼시키지 못한 것’ 11.5%(21명)이었다.

직장관계에서 가장 후회되는 일로는 ‘원하는 직업을 갖지 못한 것’이 42.0%(68명)로 가장 높았으며 그 다음으로는 ‘직업에 대한 자긍심을 갖지 못한 것’ 23.0%(37명), ‘동료와의 관계보다는 일 중심으로 살아온 것’ 20.3%(33명) 등의 내용이 비슷한 분포를 보였고, 사회관계에서 가장 후회되는 일로는 ‘대인관계 기술부족으로 타인을 배려하지 못한 것’ 29.4%(69명), ‘찾은 만남을 갖지 못한 것’ 25.6%(60명), ‘필요할 때 도움을 주지 못한 것’ 25.0%(58명) 순이었다. 건강에 관해 가장 후회되는 일로는 ‘운동하지 않음’이 41.0%(87명), ‘건강이 소중하다는 생각을 하지 않은 것’ 29.2%(62명), ‘건강에 좋지 않은 음식을 주로 먹은 것’ 16.9%(36명), ‘흡연/음주’ 8.7%(18명) 순이었다(Table 4).

#### 5. 임종과 죽음준비 인식

대상자가 인식하는 임종과 존엄한 죽음에 대한 인식을 살펴본 결과, 자신의 무의미한 연명치료에 대한 생각은 대상자의 87.5%(140명)에서 ‘무의미한 연명치료 중단으로 자연스러운 임종을 맞이하겠다’는 의견을 가지고 있었고, 가족의 경우에서도 86.9%(139명)의 대상자에서 위와 동일한 의견을 가지고 있었다.

불치의 질병 진단 시 치료 및 죽음준비에 대한 생각은 4점 척도로 구성된 9개의 항목으로 조사하였다. 가장 높은 평균 점수를 보인 항목순으로 살펴보면, ‘내가 불치의 질병일 때 의료인이 먼저 말해주기 원함’ 항목

이 평균 3.28점(±0.54)으로 가장 높았으며, ‘내가 불치의 질병일 때, 가족이 먼저 말해주기 원함’은 평균 3.23점(±0.56)이었고, ‘건강할 때 유언장을 작성하기 원한다’는 평균 3.17점(±0.56), ‘건강할 때 사전의료의향서를 작성하기 원한다’가 평균 3.08점(±0.67)이었으며, ‘가족이 불치의 질병일 때 본인에게 알려줬다’가 평균 3.06점(±0.58)으로 모두 4점 척도에서 3점 이상의 평균치를 보였다. ‘언젠가 다가올 자신의 죽음에 대해 생각해 본 적이 있다’는 평균 2.98점(±0.51)이었고, ‘죽음에 대한 두려움’은 평균 2.54점(±0.75)으로 보통 이상의 점수를 보였다. ‘가족이 불치의 질병일 때 본인에게 알리지 않겠다’는 평균 1.97점(±0.76), ‘내가 불치의 질병일 때 끝까지 알리고 싶지 않음’은 평균 1.77점(±0.75)을 보였다.

죽음을 두려워하는 이유로 ‘사랑하는 사람과의 이별’이 35.2%(60명)로 가장 높게 나타났으며, ‘삶에 대한 미련’이 25.0%(42명), ‘내 존재의 완전한 소멸에 대한 두려움’이 17.0%(29명), ‘종교적 심판에 대한 두려움’이 11.7%(20명)이었다. 종교에 대한 믿음 항목에서는 ‘나의 종교를 철저히 믿는다’가 31.6%(50명), ‘종교는 믿고 있으나, 의식에는 잘 나가지 않는다’가 27.8%(44명), ‘나의 종교에 대해 가끔 의심과 불신이 들 때가 있다’가 23.0%(36명), ‘의식에만 나갈 뿐 잘 믿지 않는다’가 7.5%(12명)이었으며, 내세에 대한 생각 항목에서는 ‘자연으로 돌아간다’가 38.0%(62명), ‘천국이나 지옥에 간다’가 34.7%(57명), ‘다시 태어난다’가 12.8%(21명), ‘잘 모르겠다’가 10.9%(18명)의 순이었다(Table 5).

### 고 찰

죽음은 누구나 거쳐야 하는 인생의 마지막 과정임에도 불구하고 죽음이 가져오는 막연한 두려움과 공포 때문에 죽음을 회피하려는 본능이 인간 누구에게나 있다(20). 그러나 이러한 죽음의 보편성을 생각해본다면 오히려 죽음을 받아들이고, 진지하게 성찰하며, 적극적으로 준비하는 것이 남은 삶을 보다 성공적으로 영위하는 방법이라고 할 수 있겠다. 그러므로 죽음에 대한 준비교육은 곧 풍요로운 삶을 위한 교육이라 할 수 있다.

죽음준비교육은 주로 말기 환자를 돌보는 호스피스 돌봄을 제공하면서 이루어져왔으나(21), 오늘날 웰빙의 마지막 부분인 웰다잉에 대한 관심이 높아지면서 삶의 질 증진을 위한 복지적인 접근의 죽음준비교육으로 확장되고 있다. 또한 암 및 불치의 질병으로 인한 사망이 급증하면서 죽음준비교육은 삶과 죽음에 대한 이해 뿐

아니라 지나온 삶에 대한 성찰, 관계회복 및 불치의 질병으로 인해 발생하는 자신의 치료 및 죽음에 대한 결정을 하는 데 고려되는 윤리적인 쟁점을 이해하도록 하는 데 까지 확장되었다(14). 따라서 기존의 제공자 중심의 죽음준비교육 프로그램을 구성하기 보다는 최근 대두되고 있는 죽음에 관한 윤리적인 문제 및 삶에 대한 대상자의 인식은 어떠한지 파악함으로써 수요자 중심의 죽음준비교육 프로그램을 운영할 필요가 있다고 생각된다.

본 연구결과를 통해 대상자들이 가장 힘들었다고 회고하는 연령대는 30~40대 이었고 반면 가장 보람되었다고 생각하는 기간도 30~40대 이었다. 이 시기는 결혼과 출산, 직업의 안정과 자녀양육을 위해 노력하는 기간으로(2) 바쁘고 어려운 시간이지만 자신의 목표성취 및 자녀양육으로 인한 보람도 느끼는 기간인 것으로 생각된다.

대상자가 자신의 삶에서 인생고비라고 생각하고 있는 경험을 개인적, 사회관계적인 맥락에서 조사한 결과, 개인적으로는 가족이 건강을 잃었을 때, 부부 및 자녀와의 갈등이 가장 힘들었던 사건으로 회고하고 있었고, 가장 고통스러웠던 사회관계는 삶에 대한 상실감 경험, 실패, 친척 및 친구의 배신감 등이 가장 힘든 경험으로 회고하고 있는 것으로 파악되었다. 죽음준비교육 프로그램개발을 위한 기초조사를 수행한 Yang(14)의 연구결과에 의하면 대상자의 연령에 따라 죽음준비교육 내용의 우선순위가 다르게 파악되었는데, 30대까지의 청·장년층의 경우 교육프로그램은 삶의 보람과 활력을 찾는 내용을 중심으로 구성될 필요가 있으며, 실제적인 죽음준비가 후속되도록 교육내용을 구성하는 것이 필요하다고 하였으며, 중년층과 노년층을 위한 죽음준비교육내용은 중년층의 경우 죽음의 긍정적인 인식과 죽음준비의 필요성, 삶에 대한 회고와 정리, 남은 삶의 의미와 보람 탐구 등 죽음관련 전반적인 내용이 다루어져야 하고, 노년층의 경우 질병과 갑작스러운 죽음 위험이 가장 높은 연령층이므로 가장 실제적인 죽음준비교육 내용이 우선시 되며, 지나온 삶에 대한 회고와 정리, 죽음 의미의 재발견등의 교육내용이 필요시 된다고 하였다. 본 연구 대상자의 연령층은 60대 이상이 45%, 40~50대가 55%로서, 건강상실 및 대인관계에서 나타나는 사건이 가장 힘들었음을 회고하고 있어 Yang의 연구결과 나타난 중·노년층을 위한 죽음준비교육내용에 인생회고 및 삶의 의미와 보람을 느낄 수 있는 대인관계전략, 노화와 질병관련 특성에 대한 내용이 죽음준비

교육에 다루어져야 한다는 근거가 파악되었다고 본다.

가장 보람되었던 사건으로 회고하는 있는 내용으로 개인적인 사건은 목표성취, 인생의 역경극복이었으며, 가족관계에서는 자녀로 인한 즐거움이 월등히 높았고, 사회관계에서는 직업을 통한 사회공헌, 봉사활동, 성실한 종교생활이었다. 인간은 자신의 삶과 죽음에서 의미를 발견할 때 죽음의 두려움도 용기로 맞이할 수 있다고 주장하며 삶의 의미발견의 중요성을 주장한 실존철학자 Frankl(22,23)은 삶의 의미를 발견하는 방법으로 자신이 하고 싶은 일을 찾는 것(창조적 가치), 가치의 체험, 자연의 아름다움과 대인관계 및 신과의 사랑을 경험하는 것(경험적 가치), 어떠한 고통상황에 처하던지 긍정적인 선택을 하는 것(대도적 가치)을 제시하였다. 이러한 점은 본 연구결과에서 파악된 보람을 느끼는 사건과 일치하는 내용이라고 분석되며, 불치의 질병과 힘든 상황 속에서도 각자의 재능과 처한 상황에 맞게 추구하고자 하는 일을 할 수 있도록 돕고, 자녀를 포함한 대인관계의 회복, 타인을 위한 봉사 및 신과의 안정된 관계정립, 긍정적인 자세를 가질 수 있도록 하는 교육내용이 죽음준비교육에서 다루어질 때 노년기의 자아통합을 이룰 수 있도록 돕는 방법이라고 볼 수 있겠다.

가장 후회하는 삶의 경험을 조사한 결과내용을 요약하면 목적 없는 삶, 사랑의 관계형성, 건강유지에서 운동이 후회하지 않는 인생을 살게 하는 중요한 요소이었다. 노년기 죽음불안모형을 제시한 Jeon(24)의 연구에서는 노인의 죽음불안에 가장 강한 영향을 미치는 변인은 심리적, 가족, 건강, 인구사회학적 요인 순이라고 하였다. 이 결과는 본 연구에서 파악된 가장 후회되는 경험의 내용과 매우 일치하고 있음을 볼 수 있다. Erikson은 통합이란 삶에서 일어나고 있는 사실을 받아들이는 능력과 큰 두려움 없이 죽음을 직면하는 능력이라고 하였으며, 과거 발생한 일에 대해서 후회의 감정 없이 모든 사건을 삶의 한 부분으로 받아들일 때 노년기의 진정한 자아통합이 이루어질 수 있다고 하였다(2). 또한 자아통합을 이룸으로 죽음의 두려움을 극복하는 방법으로 심리적 조절과 지나온 생애에 대한 긍정적인 회고, 종교와 영성이 제시되고 있다. 특히 심리적 조절에는 신체 중시로부터 '신체에 관한 초월', 자기에의 몰두에서 '자기로부터 초월'이 제시되고 있다. 위와 같은 결과를 토대로 볼 때, 중·노년기의 죽음준비교육에서 후회없이 과거 및 현재의 상황을 수용하면서 인생을 긍정적으로 회고하며 자신만의 삶과 신체적 제한에 집중되어 있는 점으로부터 초월하는 자세, 청·장년층과 원만한 관계를

맺고 소통할 수 있는 방법이 중요한 교육주제로 다루어져야 하겠다.

대상자들이 인식하고 있는 임종과 죽음준비에 대한 내용으로, 종교에 대한 믿음항목에서는 약 60%에서 자신의 종교에 대한 강한 믿음을 가지고 있었고, 내세관은 약 50%에서 천국이나 지옥에 간다, 다시 태어난다 등 종교에 따른 내세관을 소유하고 있었다. 이러한 점은 죽음을 준비하기 위해서 종교와 영성 부분이 필수적인 내용으로 다루어져야 하는 근거가 될 수 있다고 본다. 죽음을 두려워하는 이유로는 사랑하는 사람과의 이별, 삶에 대한 미련이 가장 많은 빈도를 보였는데, 노인 가족의 특성에 따라서는 가족관계가 원만할수록 그리고 가족관계망의 지지도가 높을수록 죽음 불안 수준이 높아지며 이는 노년기에 가족에 대한 애착이 증가하기 때문이라는 연구(24)와 비슷한 결과를 보였다.

무의미한 연명치료로 생명을 연장하는 상황에 처했을 경우, 약 87% 이상에서 본인 및 가족에 대해서 무의미한 연명치료 중단 의사 결정을 가지고 있어 연명치료 중단에 대해 매우 긍정적인 태도를 보이고 있었으며, 이는 품위 있는 죽음에 대한 일반국민들의 태도를 조사한 연구결과에서(11) 의학적으로 무의미한 생명연장 치료에 대해서 대상자의 82.3%가 중단하는 것이 좋다고 응답한 결과와 거의 유사한 결과를 보였다.

불치의 질병인 경우 진단을 정확히 말해주기 원함, 유연장 및 사전의료의향서 작성하기 원함이 4점 척도 중 약 3.1 이상으로 높게 나타난 점은 Yun 등(11)의 연구에서 대상자의 80.9%에서 사전의사결정이 필요하다고 응답한 결과와 유사하였다. 이러한 점은 품위 있는 자신의 죽음을 준비하는 데 있어 요구가 높은 내용으로 유연장 작성 및 건강할 때 사전의료의향서를 작성하는 기회가 주어져야 함을 시사한다고 본다. 최근 연명치료 중단 논쟁과 더불어 품위 있는 죽음의 조건으로 편안한 죽음, 관계 안에서의 죽음, 준비된 죽음, 자기결정권이 존중된 죽음이 제시되고 있다(25). 따라서 사전의료의향서 작성을 하도록 하는 것은 자기결정권이 존중되는 죽음을 준비하도록 하는 매우 중요한 부분이라고 생각한다. 또한 자신의 불치의 질병을 의료진이 알려주기 원하는 경우가 평균 3.28점으로 가장 높게 나타난 점은 대상자들이 ‘나쁜 소식 전하는’ 사람으로 의료진을 가장 신뢰하고 있음을 나타내는 결과로서, ‘나쁜 소식 전하기’ 전달의 주체가 의료진이 되는 것이 합리적이라는 근거를 제공하는 매우 의미 있는 결과라고 생각된다.

본 연구를 통해 죽음준비교육에서 지나온 삶에 대한

인생회고의 구체적 내용과 자기결정권이 존중된 죽음을 준비하는 것의 중요성이 확인되었다고 생각되며, 본 연구결과는 서울시 일 지역주민을 대상으로 한 제한된 연구결과 이므로, 지역주민에 따라 특성이 다른 점을 고려하여 추후 다양한 지역군을 대상으로 사례수를 늘려 반복 연구를 함으로 수요자의 요구에 맞는 죽음준비 교육과정이 구성되어야 하겠다.

## 요 약

**목적:** 본 연구는 서울시 노원구 주민을 대상으로 자신의 인생회고 및 품위 있는 죽음에 대한 인식 정도를 파악하고자 수행되었다.

**방법:** 본 연구는 서울시 노원구에 거주하는 40대 이상 성인을 대상으로 설문에 참여할 것을 서면 동의한 160명의 자료가 분석되었다. 본 연구팀에 의해 개발된 설문지는 내용타당도 검증절차를 통해 일부 문항이 수정되었으며, 설문내용은 총 28문항이었다. 수집된 자료는 서술적 통계방법을 이용하여 분석하였다.

**결과:** 대상자들이 가장 힘들었다고 회고하는 연령대는 30~40대였고 반면 가장 보람되었다고 생각하는 기간도 30~40대였다. 가장 힘든 인생고비경험에서, 개인적으로는 가족이 건강을 잃었을 때, 부부 및 자녀와의 갈등이 가장 힘들었던 사건으로 회고하고 있었고, 가장 힘들었던 사회관계는 삶에 대한 상실감 경험, 실패, 친척 및 친구의 배신 등 이었으며, 가장 보람되었다고 회고하는 내용에서, 개인적 사건은 목표성취, 인생의 역경 극복이었고, 가족관계에서는 자녀로 인한 즐거움이 월등히 높았고, 사회관계에서는 직업을 통한 사회공헌, 봉사활동, 성실한 종교생활이었다. 가장 후회하는 삶의 경험에는, 자신의 삶에서는 목적 없이 바쁘게만 살아온 것, 여유 있는 시간을 갖지 못한 것이었고, 부모형제관계에서는 부모의 뜻을 잘 살피지 못하고 많은 시간을 갖지 못한 것과 형제들과 불화이었으며, 자녀와의 관계에서는 올바르게 훈육하지 못한 것과, 사랑을 많이 주지 못한 것이었다. 직장 및 사회관계에서는 원하는 직업을 갖지 못한 것과 관계보다는 일 중심으로 살아온 것과 대인관계 기술부족이 두드러진 회고내용이었으며 건강에 관해서는 운동이 부족한 점 등이었다.

대상자들이 인식하고 있는 임종과 죽음준비에 대한 내용으로, 약 60%에서 자신의 종교에 대한 강한 믿음을 가지고 있었고, 약 50%에서 종교에 따른 내세관을 소유하고 있었다. 무의미한 연명치료로 생명을 연장하는 상

황에 처했을 경우, 약 87% 이상에서 본인 및 가족의 경우 모두 무의미한 연명치료 중단 의사를 가지고 있었으며, 불치의 질병인 경우 진단을 정확히 말해 주기 원함, 유언장 및 사전의료의향서 작성하기 원함이 4점 척도 중 약 3.1점 이상으로 높게 나타났다.

**결론:** 본 연구결과를 토대로 중·노년층을 위한 죽음준비교육 내용 중 인생회고 시간에서는 과거의 경험을 후회하는 사건이 아닌 일어난 사실 그대로 받아들이며 자신의 삶으로 통합하도록 돕는 기회가 주어져야 하며, 사전의료의향서를 작성함으로써 연명치료 중단, 심폐소생술 금지, 임종 장소 등 자기결정권이 부여되는 품위 있는 죽음을 준비할 수 있도록 하는 수요자 중심의 죽음준비교육을 제공해야 하겠다.

**중심단어:** 삶, 죽음, 교육

### 참 고 문 헌

1. Korea National Statistical Office. 2008 Annual report on the cause of death statistics. Seoul:Korea National Statistical Office; 2009.
2. Erikson EH. Childhood and society. 2nd ed. New York:Norton; 1964.
3. Lee KH. Human behavior and the social environment. Goyang: Compub;2006.
4. Kim HM. A study on the recognition and attitudes for the death among the aged [master's thesis]. Yongin: Kangnam Univ.; 2001. Korean.
5. Hattori K, McCubbin MA, Ishida DN. Concept analysis of good death in the Japanese community. J Nurs Scholarsh 2006;38(2): 165-70.
6. Kang YS. A study of pastoral care for the elderly anxiety and death education [dissertation]. Yangpyoung: ACTS; 2008. Korean.
7. Park JN. Advanced directives: consideration in palliative medicine. The annual meeting of the Korean Hospice & Palliative Nurses Association; 2010 Jan 29; Seoul, Korea. Daegu: Korean Hospice & Palliative Nurses Association; 2010.
8. Kim J, Kang Y, Ryu K, Rie J. Predictors of ego-integrity in the concept of successful aging among the elders. Korean J Soc Pers Psychol 2009;23(4):115-30.
9. Han YR, Kim IH. Attitude toward death and recognition of hospice of community dwellers. J Korean Acad Pub Health Nurs 2008;22(1):49-61.
10. Han NY, Yoon HJ, Park EW, Cheong YS, Yoo SM. Perception of a good death in the elderly. J Korean Acad Fam Med 2002;23(6):769-77.
11. Yun YH, Rhee YS, Nam SY, Chae YM, Heo DS, Lee SW, et al. Public attitudes toward dying with dignity and hospice · palliative care. Korean J Hosp Palliat Care 2004;7(1):17-28.
12. Lehto RH, Stein KF. Death anxiety: an analysis of an evolving concept. Res Theory Nurs Pract 2009;23(1):23-41.
13. Kim YS. A study about the requirement difference of death preparation education pursuant to distiction of sex [master's thesis]. Seoul: Ewha Women's Univ.; 2007. Korean.
14. Yang KS. A study on the program development of death education: centering on institute of continuing education [master's thesis]. Seoul: Yonsei Univ.; 2009. Korean.
15. Choi BH. A study for the elderly's attitude toward death and the future life readiness education [master's thesis]. Cheonan: Hoseo Univ.; 2002. Korean.
16. Oh CT, Kim CG. Effects of death education on attitude toward death and depression in older adults. J Korean Gerontol Soc 2009;29(1):51-69.
17. Park JE. The effects of death education on the emotion, cognition and behavior of the elderly [master's thesis]. Seoul: Seoul Women's Univ.; 2009. Korean.
18. Krippendorff K. Content analysis: an introduction to its methodology. 2nd ed. Thousand Oaks, Calif.:Sage;2004.
19. Wimmer RD, Diminick JR. Mass media research. Kim DK, Yu JC, translator. Seoul:Nanam;2005.
20. Kubler-Ross E. On death and dying. Lee J, translator. Paju:Ire; 2008.
21. Warren WG. Death education and research: critical perspectives. New York:Haworth Press;1989.
22. Frankl VE. Man's search for meaning: an introduction to logotherapy. New York:Washington Square Press;1963.
23. Frankl VE. The will to meaning: foundations and applications of logotherapy. Expanded ed. NewYork:New American Library;1988.
24. Jeon YG. A study of factors influencing the death anxiety in the old age [master's thesis]. Daejeon: Mokwon Univ.; 2000.
25. Park MH. Dying with dignity and palliative nursing care. The annual meeting of the Korean Hospice & Palliative Nurses Association; 2010 Jan 29; Seoul, Korea. Daegu: Korean Hospice & Palliative Nurses Association; 2010.