

은퇴 간호사의 초기 경험

이미숙¹⁾ · 은 영²⁾ · 전미양³⁾

서론

연구의 필요성

의료기술의 발달과 생활수준의 향상으로 2017년 현재 평균 수명이 82.7세(남성 79.7세, 여성 85.7세)로 길어지면서[1] 은퇴 이후의 노년기 또한 길어지고 있다. 은퇴자는 ‘직위에서 물러나거나 사회활동에서 손을 떼고 한가하게 지내는 사람’이라고 사전적으로 정의되며[2], 은퇴는 은퇴자가 새로운 역할을 수행하기 위하여 준비하는 단계에서부터 은퇴 후 적응까지의 과정을 포함한다[3]. 은퇴는 사회구조적 속성에 따라 개인이 거스를 수 없는 불가피한 상황이며[4] 은퇴에 대한 인식은 각 개인이 처한 가정에서의 지위와 역할, 사회적 배경에 따라서 각각 다르게 전개될 수 있다[5]. 최근 은퇴를 경험하는 사람들은 이전 노인세대와는 다르게 가교일자리를 찾거나 사회봉사를 원하는 등 은퇴 후에도 역할과 활동을 유지하고자 하므로[6] 은퇴 후의 삶에 대한 관심이 증가하고 있다.

은퇴는 생활양식에 커다란 변화를 가져오기 때문에 신체적 건강, 정서적 건강, 또는 삶의 질에 영향을 줄 가능성이 높다[7]. 대부분의 은퇴자는 은퇴에 대해 막연하게 상상하며 걱정은 하지만 자신의 노후에 대해 구체적이고 현실적인 준비를 실천하기란 쉬운 일은 아니며, 노후 준비가 철저하게 되지 못했을 경우 수명 연장으로 인해 증가된 노년기의 삶이 부담으로 작용하여 삶의 질을 저하시킬 수도 있다[8]. 특히 현 여성 퇴직자들은 우리나라 산업화 초창기, 여성의 취업이 보편화되

지 않았을 시대에 남성들과 경쟁하면서 퇴직에 이른 사람들로 퇴직 후 직업생활과 연결되는 활동이나 개인적인 욕구를 충족하는 활동에 주력하는 것으로 보고되고 있다[9].

간호사는 1920년대 간호교육의 시작으로 현재까지 배출되고 있으며 1960년 제 1회 간호사 국가고시를 시작으로 2019년 현재 20,615명의 간호사가 매년 양성되고 있다[10]. 등록된 간호사의 수는 2006년 223,781명에서 2017년 355,772명으로 증가하였으나 현재 의료기관에 근무하고 있는 간호사는 185,853명으로[10] 이미 많은 간호사들이 은퇴하였거나 은퇴를 앞두고 있을 것으로 예상된다. 간호사는 보건의료시스템의 최전방위에 있는 가장 중요한 전문 인력이며, 국민의 건강을 옹호하고 안전하고 효과적인 의료서비스를 제공하는 핵심인력이다[11]. 이와 같은 직업적 특성 때문에 초기에는 타 직종에 비해 높은 스트레스로 이직 갈등을 끊임없이 경험한다[12]. 그러나 경력이 쌓일수록 전문인으로서의 자부심, 자아실현을 향한 열정, 직무수행에서의 만족감, 근무환경에 대한 감사함, 정서적 친밀감, 여가를 통한 즐거움 등으로 높은 행복감을 경험한다[13]. 간호사의 은퇴는 20년 이상 근무한 병원이라는 특수한 환경에서 벗어나 일상생활을 수행해야 하는 일생의 중요한 전환점이 된다. 그러므로 은퇴 후에는 다양한 생활 영역과의 연계가 중요하다[14].

은퇴로 인한 역할의 전환(transition)이 어려울수록 변화에 대한 적응이 어렵고 어떤 목표를 달성하는 것도 어렵다[15]. 은퇴를 생애주기의 한 과정이며, 거쳐야 하는 사건으로 인식한다면 긍정적 영향을 미칠 수도 있으나 은퇴를 역할상실로

주요어 : 간호사, 은퇴, 경험

- 1) 진주보건대학교 간호학과 조교수 (<https://orcid.org/0000-002-8369-1008>)
 - 2) 경상대학교 간호대학·건강과학연구원 교수 (<https://orcid.org/0000-002-3497-8192>)
 - 3) 경상대학교 간호대학·건강과학연구원 부교수(교신저자 E-mail: myjeon68@gnu.ac.kr) (<https://orcid.org/0000-002-5058-9912>)
- 투고일: 2019년 5월 1일 수정일: 2019년 5월 16일 게재확정일: 2019년 5월 23일

인식할 경우는 부정적인 요인으로 작용한다[14]. 그러므로 은퇴 후 삶에 긍정적으로 적응하기 위해서는 초기의 적응이 중요하며[4] 초기 적응을 돕기 위해서는 은퇴초기의 경험에 대해 이해하는 것이 중요하다.

간호사를 대상으로 한 은퇴 관련 선행연구는 간호사의 성공적 노후인식[16], 노후 생활준비에 대한 의식조사[17], 퇴직 준비과정과 교육욕구[18] 등으로 대부분은 은퇴 전의 간호사를 대상으로 한 연구이었다. 그러나 간호사들이 은퇴 후의 생활에 성공적으로 적응할 수 있도록 돕기 위해서는 간호사들이 은퇴 후에 어떤 경험을 하는지 통합적으로 이해하는 것이 필요함에도 불구하고 이와 관련된 연구는 검색되지 않았다. 이에 본 연구에서는 은퇴 초기 단계에 있는 간호사들의 경험(lived experience)을 탐색하고 그 경험의 의미와 본질을 심층적으로 이해하고자 하며, 이런 이해를 기반으로 간호사들이 은퇴 후 새로운 삶에 잘 적응하도록 돕기 위한 프로그램을 개발하는데 근거자료로 제공하고자 한다.

연구 목적

본 연구의 목적은 은퇴 간호사들의 초기의 경험을 탐색하고 그 경험의 의미와 본질을 심층적으로 이해하고자 하는 것이다. 따라서 연구문제는 ‘은퇴한 간호사들의 은퇴 후 초기 삶의 경험은 어떠한가?’ 이다.

연구 방법

연구 설계

본 연구는 은퇴한 간호사의 은퇴 후 초기 삶의 경험의 의미와 본질을 탐색하고자 Colaizzi [19]의 현상학적 연구방법을 이용한 질적 연구이다. Colaizzi [19]의 현상학적 방법은 전체

연구 대상자의 공통적인 속성을 도출해 내는 데 초점을 맞춘 방법으로써, 경험의 진술을 재 진술해가며 공통된 경험의 본질적 구조를 기술하기 때문에 본 연구자가 파악하고자 하는 은퇴한 간호사의 은퇴 초기 경험의 의미와 본질을 총체적으로 이해하는데 적합하다고 생각한다. 본 연구에서는 Colaizzi [19]가 제시한 현상학적 방법을 적용하여 은퇴한 간호사의 은퇴 후 초기 삶의 경험의 의미와 본질을 기술하였다.

연구 대상자

본 연구의 대상자는 K도와 J도에 거주하고 있는 간호사 중 은퇴 한지 2년 이내의 간호사 10명이었다. 대상자는 은퇴자의 소개를 통해 눈덩이 굴리기 표집방법으로 모집하였다. 연구대상자들은 대학병원에서 수간호사로 정년퇴직한 5명, 지방 공공 의료원에서 간호과장으로 정년퇴직한 1명과 수간호사로 정년퇴직한 3명, 그리고 근로복지공단에서 간호부장으로 퇴직한 1명이었으며 평균 나이는 59.0세였고, 근무경력은 28년~39년이며, 58세와 60세에 각 5명씩 정년퇴직하였다(Table 1). 대상자 중 4명은 은퇴 후 요양병원간호사로, 1명은 간호대학에 시간강사로, 1명은 정신병원 간호사로 재취업한 상태이다.

윤리적 고려

본 연구는 생명윤리 심사위원회의 승인(IRB No: GIRB-A17-Y-0037)을 받은 후 연구를 진행하였다. 연구자는 면담 시작 전 대상자들에게 연구의 목적, 면담의 진행 과정, 면담 시 주요 질문, 면담시간 등에 관해 설명하였으며, 대상자가 이를 충분히 이해한 후 자발적으로 참여할 것을 결정하면 서면 동의서를 받았다. 연구자는 대상자에게 익명성과 비밀보장에 대해 설명하였으며, 수집한 자료는 본 연구만을 위해 이용할 것과 연구 참여를 결정한 후에도 언제든지 연구 참여를 중단할

<Table 1> General Characteristics of Participants

Participant	Age	Retirement age	Work experience (years)	Final work place	Position of retired
N1	60	58	30	Regional Public Hospital	Head Nurse
N2	60	58	28	Regional Public Hospital	Head Nurse
N3	62	60	38	University Hospital	Head Nurse
N4	62	60	37	University Hospital	Head Nurse
N5	62	60	38	University Hospital	Head Nurse
N6	61	60	39	University Hospital	Head Nurse
N7	60	58	35	Regional Public Hospital	Head Nurse
N8	60	58	28	Regional Public Hospital	Nurse Manager
N9	60	58	30	Korea Labor Welfare Corporation	Nurse Manager
N10	61	60	37	University Hospital	Head Nurse

수 있으며 연구 참여를 중단하여도 어떠한 불이익이 없음을 설명하였다. 대상자에게 면담 내용을 녹음하고 녹음된 파일과 기록은 본 연구팀만 볼 것이며, 개인정보 보호를 위해 녹음된 내용과 필사본은 연구팀의 외장 하드에 비밀번호를 사용하여 저장하고 3년간 보관한 후 폐기할 것임을 설명하였다. 또한 대상자와 인터뷰한 내용이 학회지에 게재될 것임을 설명하였다.

자료 수집 방법

본 연구의 자료는 2017년 9월1일부터 12월31일까지 대상자와 개별 면담을 통해 수집하였다. 면담에서는 대상자가 자신의 언어로 자신의 경험을 이야기하도록 개방형으로 질문하였다. 면담의 주요 질문은 ‘은퇴 후 경험은 어떠합니까?’이며, 구체적으로 ‘은퇴 후에 삶이 변화된 것 또는 달라진 것은 무엇입니까?’로 은퇴 후 초기 삶의 경험에 대한 진술을 수집하였다.

연구자는 은퇴 후 초기 삶의 경험에 대한 선 가정이나 판단을 중지하고 대상자의 진술에 의견을 제시하지 않았으며 다만 대상자의 진술이 진행되도록 경청하였다. 은퇴 간호사와의 일대일 면담은 대상자들이 원하는 편한 시간에 카페, 대상자의 집, 대상자의 현 근무지의 휴게실에서 이루어졌으며 면담횟수는 1~3회 정도였고, 1회 면담 시간은 최소 60분에서 최대 180분이었다. 대상자와 면담할 때, 연구자는 대상자의 감정의 변화, 억양, 표정, 행동 등을 주의 깊게 관찰하면서 면담노트(jotted journal)에 기록하였다. 1차 면담 후 면담 내용을 분석하여 도출된 주제에 대한 개념을 깊이 있게 파악하고 모호한 내용에 대한 추가적인 의미를 확인하기 위해 전화를 이용하여 2차 면담을 실시하였다. 자료 수집은 주제가 포화될 때까지 대상자를 추가하며 면담을 실시하였다.

면담내용은 대상자의 동의를 받은 후 스마트 폰으로 녹음하였다. 면담을 마친 후 면담을 실시한 연구자(Lee MS)가 녹음된 파일을 반복하여 여러 번 들으면서 대상자의 진술을 표현 그대로 필사하여 자료의 신뢰성을 확보하고자 하였다.

연구자의 준비

본 연구의 연구자 중 면담과 필사를 실시한 연구자(Lee MS)는 17년 동안 병원에서 근무한 간호사로 주변의 간호사들이 특별한 준비 없이 은퇴하고 각기 다른 모습으로 살아가는 것을 지켜보면서 간호사들은 은퇴 후 어떤 경험을 하는지, 또 은퇴에 성공적으로 적응할 수 있도록 돕기 위해서는 어떤 도움이 필요한지에 관심을 가지게 되었다. 은퇴 후 간호사들의 경험에 대해 관심을 가지면서 질적 연구의 필요성을 인식하고 박사과정 중에 세미나를 통해 질적 연구 방법론에 대해

체계적으로 학습하였으며 대한질적연구학회 회원으로 학술대회, 워크숍 등에 참석하여 질적 연구 방법론 및 질적 연구에 대한 최신지견 등에 대한 지식과 이해를 확장하였다. 또한 본 연구의 연구자들은 Colaizzi [19]의 현상학적 방법으로 연구를 수행한 경험을 가지고 있으며, 정기적인 연구 모임을 통해 질적 연구와 은퇴자와 관련된 연구를 검토하고 논의하면서 질적 연구에 대한 이해의 폭을 넓혀왔다.

자료 분석 방법

본 연구에서는 간호사들의 은퇴 후 초기 삶의 경험의 의미와 본질을 심층적으로 이해하고 분석하기 위하여 현상학적 방법 중 하나인 Colaizzi [19]의 현상학적 분석 방법을 이용하였다. 구체적인 절차는 다음과 같다. 첫째는 필사된 내용을 반복적으로 읽으면서 전체적인 의미를 파악하였다. 둘째는 대상자의 진술에서 은퇴간호사의 경험과 관련이 있는 의미 있는 진술(significant statement)을 추출하였다. 셋째는 의미 있는 문장이나 구를 주의 깊게 보면서 중복되는 표현은 서로 통합하고 일반적이고 추상적인 형태로 재 진술한 다음 265개의 의미를 구성(formulating meaning)하였다. 이 단계에서 대상자가 말하고자 하는 의미를 도출하기 위해 지속적으로 원 자료로 다시 돌아가 확인하였다. 넷째는 구성된 의미로부터 14개의 하위주제와 5개의 주제를 구성하였다. 이를 위해 연구팀은 함께 256개의 진술문을 읽으면서 유사한 의미를 가진 진술문을 구분하고 진술문의 의미로부터 하위주제와 주제를 도출하였다. 다섯째 단계에서는 분석된 주제에 따라 간호사의 은퇴 후 초기 삶의 경험을 총체적으로 기술하였다.

연구의 신뢰성 확보

본 연구의 신뢰성을 확보하기 위해 Sandelowski [20]의 질적 연구 평가 기준인 신뢰성(credibility), 감사가능성(auditability), 적합성(fittingness), 그리고 확인가능성(conformability)을 고려하였다. 대상자와의 신뢰성을 확립하기 위해서 대상자와 60분~180분 정도의 충분한 면담 시간을 가졌고, 자료의 신뢰성을 확보하기 위해서는 모든 면담내용을 녹음하고 진술 그대로를 필사하였으며, 필사 후 필사내용과 녹음내용을 비교하였다. 분석의 신뢰성을 위해서는 자료로부터 추출된 결과를 시간을 두고 반복적으로 분석하여 재확인하는 과정을 거쳤다. 또한 연구팀이 함께 모여서 분석된 자료에 대한 합의를 도출하여 신뢰성을 높이고자 하였다. 감사가능성을 확보하기 위해 수행한 모든 연구의 절차를 자세하게 기술하고 도출된 주제들과 실제 자료간의 관련성을 확인할 수 있도록 연구결과에 대상자의 진술을 적절한 범주 속에 삽입하기 위해 256개의 진술

문을 한 문장씩 잘라서 유사한 문장끼리 묶은 후 다시 읽으면서 적절한 범주에 분류되어 있는지 확인하였다. 또한 적합성을 높이기 위하여 현상에 대한 다양성을 제공하고 이를 심층적으로 기술하였으며, 이를 통하여 상황의 다양성, 제한점의 유사성, 현상의 보편성이나 깊이를 확인할 수 있었다. 그리고 확인가능성은 면담에 참여한 3명의 대상자에게 분석 결과를 보여 동의함을 확인하여 확보하였다.

연구 결과

본 연구의 대상자들은 은퇴 전 병원에서 최소 28년에서 최대 39년간 근무하고 간호관리자(수간호사, 간호과장, 간호부장)로 은퇴하였으며, 대상자 중 6명은 주직장에서 은퇴 후 재취업(요양병원, 시간강사, 정신병원)하였다. 은퇴한 간호사들의 은퇴 후 초기 삶의 경험을 분석하여 총 256개의 초기 코딩에서 14개의 하위주제(Category of sub-theme)와, 5개의 주제(Category of theme)를 도출하였다. 5개의 주제는 ‘막연하게 시작된 은퇴 준비’, ‘수입은 감소하고 지출은 늘어남’, ‘그리움과 낯섦이 교차됨’, ‘여유로움 속에서 아쉬움’, ‘또 다른 시작으로 나아감’이었다(Table 2).

첫 번째 범주: 막연하게 시작된 은퇴 준비

‘막연하게 시작된 은퇴 준비’는 ‘새로운 수입을 위한 준비’, ‘옛 직장 동료와 관계유지를 위해 지갑열기’, ‘예전의 나를 내러놓기 위한 마음의 준비’의 3가지 하위주제로 이루어졌다.

- 새로운 수입을 위한 준비

외부의 압력이나 상황변화에 의한 은퇴가 아니라 법적으로 규정되어져 있는 은퇴이다 보니 정년을 예상하고 있었고 은퇴를 하면 감소한 수입으로 살아야 하는 것을 알고 있었으나 구체적인 준비를 하지는 못하였고 우연히 농장을 구입하거나 요리를 배우는 것 등으로 새로운 수입을 위한 일을 준비를 하였다.

남편은 직장에서 긴 시간 동안 일을 하다 10년 전 먼저 은퇴했다. 내성적인 분이라 친구도 없고 집에 가만있으면 우울해 할까 봐서. 둘 중 하나는 하고 싶은 걸 하고 살자 하면서 우연히 농장을 구입하여 시작했는데 그게 준비 아닌 준비가 됐더라(사례2).

할 말이 많다. 내 생애 처음 맞이한 은퇴니까. 은퇴 4~5년 전부터 아니 10년 전부터. 50대에 젊을 때. 은퇴 준비라고 요리를 배우러 갔다. 퇴직 후 이런 거나할까? 하면서. 그때는 젊었으니까. 그런데 지금 가만히 보니 너무 힘들겠더라. 그때는 꿈이 아무것도.(사례5).

- 옛 직장 동료와 관계유지를 위해 지갑열기

은퇴한 간호사들은 은퇴와 함께 직장인으로서 가졌던 모임에서 빠지게 되고, 옛 직장 동료들과 만남을 지속하는 것이 어렵다는 것을 알고 옛 직장 동료들의 모임에 참석하여 지갑을 열면서 관계 유지를 위해 노력하고 있었다.

은퇴하기 5~6년 전부터 남편이 봉투에 ‘커피값’ 이라고 쓰고 5~6만원씩을 주면서 스스로 지갑을 열어 자꾸 모임의 기회를 가지라고 말 하더라. 지금도 모임을 한다. 몇 개의 모임이 있어 총무가 연락 오면 모임에 가서 차 값도 내고 한다. 퇴직 후 아쉬운 게 회식자리에 못 가는 거라 하던데 나는 아

<Table 2> Retired nurses' early experiences

Category of theme	Category of sub theme
Vaguely initiated retirement preparation	Prepare for new income
	Open wallet to maintain relationships with former colleagues
	Prepare one's mind to put one down in the past
Decreased income and increased spending	Reduced benefit as former employees
	Reduction in one's money
	Need to keep spending money
Mixture of longing and unfamiliarity	Longing for the past
	Unfamiliar with the new
The comforts left regret	Regret about the change in role
	Unaccustomed relaxation
Go to another start another beginning	Only planning for volunteer activities
	Build on attitude to learn again
	Striving to adapt
	Joviality coming from new work

직 모임을 계속 한다. 한 달에 한번씩. (사례4).

● 예전의 나를 내려놓기 위한 마음의 준비

은퇴한 간호사들은 한 직장에서 30여년을 근무하였고 능력을 인정받아 간호관리자의 역할을 수행하다 정년퇴직을 하였다. 은퇴와 함께 그동안 직장에서 누렸던 직위와 관계를 내려놓기 위해 마음의 준비를 하였다.

그 동안 가졌던 거. 누렸던 거. 지위라던가 인간관계라던가 이런 걸 다 내려놓아야 한다는 거. 약간의 준비가 되었지만 허무하기도 하였지만 아름답게 내려놓기 위한 마음의 준비를 한 거죠 뭐 주위에서 섭섭하겠다 했지만 내 스스로도 준비를 한 거지. 준비된 은퇴이다 보니 외부의 압력이나 뭐 상황의 변화에 의해 은퇴를 한 게 아니다 보니. 어느 정도 마음의 준비를 했었다. 실감은 약 1년 전부터....(사례6).

두 번째 범주: 수입은 감소하고 지출은 늘어남

‘수입은 감소하고 지출은 늘어남’은 ‘직원으로 누렸던 혜택이 줄어들’, ‘쓸 돈이 줄어들’, ‘돈 쓸 일이 자꾸 생김’의 3가지 하위주제로 이루어졌다.

● 직원으로 누렸던 혜택이 줄어들

은퇴 전에 직장인으로서 받아왔던 무료건강검진의 기회와 병원비 감면 등의 혜택이 줄어들고 은퇴 후에 은퇴자에게 제공되어온 의료비 감면, 일자리 제공 등의 혜택이 감소하여 직원으로 누렸거나 누릴 수 있을 것으로 예상했던 복지 혜택이 줄어들음을 경험하고 있었다.

은퇴를 하니 건강보험이 문제더라. 남편이 먼저 퇴직하여 나한테 왔다가 내가 퇴직하니 둘 다 지역보험으로 가입되더라. 그 금액이 만만치 않더라. 이때까지는 퇴직자와 배우자한테 병원비를 50% 감면 해준다 했었다. 근데 없어졌다. 미리 알았으면 실손 보험을 들어놔졌지. 그게 아쉽더라(사례5).

● 쓸 돈이 줄어들

은퇴한 간호사들은 은퇴 후 연금을 수령하거나 새로운 일을 시작하였지만 은퇴 전 받아 왔던 월수입에 비하면 수입이 감소되어 쓸 돈이 줄어들음을 경험하게 되었다.

제일 아쉬웠던 거는 수입이 연봉의 삼분의 일도 안 되니 그게 가장 아쉽다. 한 달 쓰고 나면 월급 타면 보충이 되었는데. 지금은 그게 안 된다. 경제적으로 아쉽다는 거. 국민연금이 적더라. 아무리 재산이 있다 한들 다달이 벌어서 쓰는 만큼

안 된다. 연금은 사학연금이 되어도 그건 얼마 안 된다. 국민연금은 만61세부터 나온다. 당장 수입이 줄었다.(사례6).

시간이 많은 만큼 돈도 많으면 좋은데. 퇴직 6개월 전부터 임금 피크제로 28% 삭감되고 그리고 퇴직 후는 수입이 줄어 그게 아쉽더라(사례4).

● 돈 쓸 일이 자꾸 생김

은퇴 전에는 시간이 부족하여 미루어 왔던 집안 공사를 하거나, 시간적 여유로 인해 TV시청이 증가하면서 홈쇼핑으로 물건을 많이 구입하게 되고, 병원비 감면 등의 혜택이 줄어들어 의료비 지출이 늘어나는 등 은퇴 전과는 다른 부분에서 지출이 늘어남을 경험하고 있었다.

퇴직하고 난 후 돈이 많이 들더라. 퇴직 후 홈쇼핑을 하게 되더라. 아파트도 수리를 하게 되고 그 동안은 시간이 없어 안 하던 일을. 이불솜도 타고 안 해도 될 일을 하게 되어 돈이 많이 들더라. 병원비도 많이 들어 간호사들에게 미리 미리 보험을 많이 들어라고 말해 주고 싶다. (사례5).

세 번째 범주: 그리움과 낯섦이 교차됨

‘그리움과 낯섦이 교차됨’은 ‘지나간 것에 대한 그리움’, ‘새로운 것에 대한 낯섦’의 2가지 하위주제로 이루어졌다.

● 지나간 것에 대한 그리움

은퇴한 간호사는 오랜 시간동안 생활한 직장과 함께 했던 동료들을 그리워하나 그 시절로 돌아갈 수 없으며, 옛 직장 동료들도 만나면 반갑고 좋지만 대화를 나누다 보면 서로 초점이 다르다는 것을 알고 쉽게 만날 수 없어 은퇴 전의 생활과 동료들에 대한 그리움만 깊어지는 경험을 하고 있었다.

과거로 돌아 갈 수 있다면 가고 싶다. 그때는 너무 힘들어서 도망가고 싶었지만 그 시절이 그립다. 돌아가고 싶다. 그곳이 떠오르고 주어진 시간을 만끽할 걸. 다시 오지 않더라. 회식도 그립고 나는 그리운데. 남아 있는 사람은 과거의 사람이라고 반가위는 하지만 일단은 초점이 달라지니까. 대화를 하면 들어 줄 수는 있지만 함께 할 수 없더라.(사례1).

얼마나 많은 시간을 함께 했는지. 그런데 만날 수 없다는 거. 만날라고 하면 전화해야 하고 만나면 좋다. 하지만 참 잘 안되더라. 쉽지 않더라. 그만 두었는데 연락 하지 않게 되더라. 직장은 딱 끊어지지만. 사람 관계는 딱 끊어지지 않더라. 그게 안 되더라고...(사례8).

● 새로운 것에 대한 낯섦

은퇴한 간호사들은 은퇴 후에 여유로운 시간들을 가지게 되어 예전과는 다른 사회활동을 시작하게 되거나 새로운 직장생활을 하고 있었다. 그러나 새로운 생활이나 업무는 익숙하지 않고, 새롭게 형성된 관계는 아직 서먹하여 모든 것이 낯선 경험을 하고 있었다.

날마다. 아침마다 출근한다고 화장하고 머리하고 그렇게 신경을 쓰다가 딱 출근을 안하니깐. 세수도 안하고 화장품을 바르고 싶지도 않고 밥 먹는 삼시세끼부터 흐트러지더라. 내 자체가 매트리스가 찻찻 쌓여 있다가 와르르 무너지는 느낌. 아 이렇게 살면 안 되겠구나. 30년 여 년 동안 간호를 하던 몸에 베인 게 있어서 안 되는 거여. 익숙하지도 않고 내 마음이 안 따라줘(사례9).

다시 직장을 다니니. 새로운 곳에서 사람을 만나니. 불안감이나 그런 것은 없지만. 아무래도 새로운 사람들과는 만나도 깊이 있는 관계가 되지는 않더라(사례7).

네 번째 범주: 미련이 남은 편안함

‘미련이 남은 편안함’은 ‘역할변화로 인한 아쉬움’, ‘익숙하지 않은 여유로움’의 2가지 하위주제로 이루어졌다.

● 역할 변화로 인한 아쉬움

은퇴한 간호사들은 은퇴 전에 직장인으로서 가졌던 사회적 책임과 권위를 은퇴와 함께 모두 내려놓아야 하는 역할변화를 경험하게 되고 그로인해 과거의 생활에 대해 아쉬움을 느끼고 있었다.

지금까지 갖고 있던 거. 하루아침에 다 내려놓아야 한다는 거. 많이 아쉽지. 내 의지와는 다르게 어떤 정해진 날짜에 의해서. 아직 더 하라고 해도 더 잘 할 텐데. 저는 시원한 거는 시간의 엇매임에서 벗어났다는 거. 그거 말고 아쉬운 마음이 더 커요. 주위 사람들은 시원하다 하던데 나는 아쉽다는 생각을 더 많이 하게 되고 막상 그때가 닥치니까 또 다 내려놓고 나니까...(사례6).

● 익숙하지 않은 여유로움

은퇴 간호사들은 은퇴 전에는 출퇴근 준비, 직장 업무와 가사를 병행하며 시간에 쫓기고 바쁘게 살았는데 은퇴 후에는 시간적 여유로움으로 행복감을 느끼기도 하지만 이 여유로움이 익숙하지 않아 불안하고 두려운 감정을 경험하고 있었다.

저는요 거짓말 같던데요. 안 믿어지고 직장을 다닐 때는 잠을 싹껏 자고 싶었는데. 자다가도 일어나서 뭔가를 해야지.

직장을 다닐 때는 항상 뭔가를 해야지 하면서 시간에 쫓겨서 빨리 빨리 해야지 하고 살다가. 몇 달은 그렇더라. 아 내가 이렇게 있으면 안 되는데 하는. 나 혼자만 이려고 있나 싶기도 하고 뭔가 불안하고 두렵고 그런 마음이 생기더라. 몇 달 간은(사례10).

처음엔 세상에 이런 세상이 있었나? 길거리를 지나가면서 이런 느낌들. 예전에는 병동의 복잡한 일들. 오늘 집에 가서 반찬은 뭘 할까?. 많은 문젯거리들을 생각했는데. 그런데 이제는 길을 걸어가도 편안히 천천히 걸어도 되고 세상에 이렇게 느려도 되나? 싶을 정도로 새벽에 5시 반에 눈을 뜨더라도 행복하다. 다시 자도 되고 일어나도 되고 너무 좋다. 이런 느낌 너무 소중한구나! 이런 걸 그전엔 몰랐지...(사례5).

다섯 번째 범주: 또 다른 시작으로 나아감

‘또 다른 시작으로 나아감’은 ‘아직은 마음뿐인 봉사활동’, ‘다시 배우는 자세가 됨’, ‘적응하기 위해 노력함’, ‘새로운 일에서 오는 즐거움’의 4가지 하위주제로 이루어졌다.

● 아직은 마음뿐인 봉사활동

은퇴한 간호사들은 은퇴 전에는 은퇴 후에 병원에서 봉사활동을 해야지 하는 생각을 하지만 막상 은퇴를 하면 봉사활동을 해야 할 것 같은 부담감은 가지고 있었지만 싯뜻 봉사활동을 시도하지 못하고 있었다.

병원에 근무하면서 중간에는 못 느꼈고 시간이 지나면서 그동안 받은 만큼 병원에 갚아야 되지 않겠나 생각했었다. 이 병원에 와서 봉사활동을 해야지. 초진환자들을 위해 검사안내나 해야지. 하지만 병원을 나오고 나니 격리가 되더라. 병원을 돌아다니다 보면 이방인이 될 것 같고 봉사활동도 망설여지더라(사례3).

진정한 봉사도 생각하게 되더라. 봉사도 용기가 필요하다. 봉사를 한다면. 한 달에 한번 정도가 마음이 편할 것 같다. 간호사들은 마음에 봉사에 대한 생각들이 깔려 있다. 안하면 못하고 있다는 부담감이 있다. 퇴직하고 나니 지금까지 못했던 봉사를 해야지. 평생 월급 받는 일을 했으니. 이제는 월급을 안 받는 일을 해야 하지 않을까? 생각은 하고 있다(사례8).

● 다시 배우는 자세가 됨

은퇴한 간호사들은 장기간의 병원 경력으로 실무 능력과 간호관리자로 조직을 관리한 능력을 겸비하고 있으나 은퇴 후에 재취업한 병원 또는 일상생활에 적응하기 위해 다시 배우는 자세로 생활하고 있었다.

우리 병동에 나랑 동갑도 있다. 그 병원에서 7~8년 있었다. 치매 환자를 대하는 모습에서 많이 배운다. 돈을 달라하는 치매노인을 다루는 모습을 보고 많이 배운다. 집에 갈려고 하는 치매 노인을 다루는 모습을 보고 저렇게 하는구나. 선생님 참 대단하다. 칭찬하게 되더라(사례6).

● 적응하기 위해 노력함

은퇴한 간호사들은 은퇴를 인생의 전환점으로 긍정적으로 인식하고 미리 공부도 하고 교육을 받으면서 새로운 삶에 적응하기 위해 노력하고 있었다.

6개월 쉬고 요양병원에서 다시 근무를 시작할 때 재미있더라. 업무에 대해서 미리 공부를 했었다. 평가표와 간호협회에 들어가서 치매, 요양병원 실무, 감염관리 과정을 들었다. 교육에 익숙해지고 나서 자료를 들고 근거에 맞춰서 업무를 했다. 급성기 병원에서 배웠던 중간관리자로서의 업무하고 여기서 익혔던 실무하고는 크게 다른 것은 없지만, 요양병원은 나를 특징은 있더라(사례6).

● 새로운 일에서 오는 즐거움

은퇴한 간호사들은 정년퇴직을 하였으나 은퇴 후 새로운 병원에서 간호사로 근무를 하면서 다시 간호사로서 환자를 돌보는 간호업무를 할 수 있다는 즐거움을 경험하고 있었다.

근데 급여가 많고 적고를 떠나서... 일을 할 수 있다는 그 즐거움이 나한테는 굉장히 큰 즐거움이예요. 일할 수 있다는 게 너무 좋아요(사례5).

요양병원에서 일하는 게 좋아요. 환자를 접하는 게 좋고 멀지 않아 내 모습이니. 앞으로도 꾸준히 직장생활을 할 것 같다. 성격상 일탈하지 않을 것이고 그러면서 나이가 들어가겠지. 연금을 타더라도 적게 받더라도 일을 할 것 같다. 건강이 허락한다면(사례1).

● 은퇴 간호사의 은퇴 후 초기 경험에 대한 포괄적인 기술
은퇴한 간호사는 은퇴 후 막연하게 시작된 은퇴에 대한 준비로부터 수입과 지출의 균형이 어긋남에 직면하고 지나간 것에 대한 그리움과 새로운 것에 대한 낯섦을 경험하면서 시간적으로는 여유로우나 역할변화에 대한 아쉬움이 공존하며 서서히 새로운 변화를 받아들이고 다시 시작하는 삶을 경험하고 있었다.

논 의

본 연구는 은퇴 간호사들의 은퇴 후 초기 경험을 탐색하고

그 경험의 의미와 본질을 심층적으로 이해하여 간호사들이 은퇴 후 삶의 변화에 성공적으로 적응할 수 있도록 도울 수 있는 중재를 개발하는데 기초 자료로 제공하고자 시도되었다. 은퇴 간호사의 은퇴 후 초기 경험은 총 256개의 초기 코딩에서 14개의 하위주제(Category of sub-theme)와, 5개의 주제(Category of theme)를 도출하였다. 5개의 주제는 ‘막연하게 시작된 은퇴 준비’, ‘수입은 감소하고 지출은 늘어남’, ‘그리움과 낯섦이 교차됨’, ‘미련이 남은 편안함’, ‘또 다른 시작으로 나아감’이었다. 이에 대해 논의하고자 한다.

본 연구의 대상자들은 근무 경력이 28년~39년이며 정년퇴직을 한 지 6개월~2년 이내의 간호사이었다. 이는 베이비 붐 세대 은퇴 경험을 연구한 선행연구[4,21]에서 은퇴한지 1년~2년 이내의 은퇴자를 대상으로 한 연구와 대상자가 유사하였다.

본 연구의 대상자는 이미 정년 연령이 정해져 있는 직장에 근무하였기 때문에 은퇴를 예측하고 있었음에도 불구하고 전문직 여성으로서 비교적 안정된 직장에서 근무하였기 때문에 구체적이고 체계적인 준비가 아닌 막연하게 은퇴준비를 시작하였다. 이는 중년남성의 조기퇴직 경험의 연구[22]에서 은퇴 전 비교적 안정된 직업을 가지고 직장생활을 하다 보니 어느 정도 노후 준비가 되어 있을 것으로 생각하고 있다가 막상 퇴직을 하고 보니 노후준비가 전혀 되어 있지 않음을 깨달았다고 보고한 결과와 일치한다. 이는 대부분의 은퇴자들은 은퇴를 소득의 단절로 생각하면서도[23] 은퇴 전에 은퇴 이후의 삶에 대해 구체적으로 계획하지 않고 있다는 것을 의미한다. 따라서 안정적 직업을 가진 은퇴 예정자들에게도 은퇴 전에 스스로 은퇴 준비의 필요성을 인식하고 은퇴에 대해 구체적으로 계획을 세울 수 있도록 교육하는 중재를 제안한다.

본 연구에서 대상자들은 지출에 대해 계획하거나 추가 소득을 위한 준비를 하지 않기 때문에 은퇴 후에 수입은 감소한 반면 지출이 증가하게 되어 수입과 지출의 어긋남을 경험하고 있었다. 선행연구[4,21,22]에서도 수입이 감소함을 경험하는 것으로 보고하였으나 본 연구 대상자들은 은퇴 전에는 지출하지 않았던 집안을 꾸미거나 이불을 관리하는 등에 지출이 증가함을 경험하는 차이가 있었다. 특히 본 연구의 대상자는 간호사로 은퇴 전에 병원에 근무하면서 의료비와 관련된 혜택을 받았으나 은퇴 이후에 의료비 혜택이 없어지면서 의료비가 증가하여 의료비와 관련된 보험의 필요성을 경험하는 것으로 보고하였다. 이는 병원에서 근무한 은퇴 간호사들을 위한 교육 프로그램에서 은퇴 후 재무관리 뿐 아니라 보험설계와 관련된 상담이 필요함을 의미한다.

본 연구 대상자들은 은퇴 후에도 직장 동료들과 관계를 유지하기 위해 은퇴 전부터 동료와의 친목을 위한 지출을 하는 등의 관계유지를 위한 준비를 막연하게나마 하였다. 그러나 막상 은퇴를 한 이후에 과거 직장 동료들을 만나면 관심이

서로 다름을 경험하면서 거리감을 느끼게 되고, 과거 직장 동료들 편하게 만나지 못하고 그리워만 하고 있었다. 이는 중년 남성의 조기퇴직 및 퇴직 경험에 대한 선행 연구[22,23]에서 은퇴 전 직장 내에서 어렵게 쟁취한 직위와 명성은 사라지고 항상 부르며 달려 올 것 같았던 직장동료와 후배들도 웬지 서먹한 사이로 느껴지고 만남의 자리도 점점 멀어져서 소외감을 느끼게 된다고 보고한 결과와 일치하였다. 이는 은퇴자들이 은퇴 후에 사회적 관계에서 멀어지는 거리감이나 소외감을 느끼지 않도록 은퇴 전 관계를 잘 마무리하거나 새로운 관계를 형성할 수 있도록 지원하는 것이 필요하다는 것을 의미한다.

본 연구의 대상자들은 과거 직장 동료들에 대한 그리움과 새로이 형성된 관계에 대한 낯설음에 대해서만 보고하였으나 은퇴한 남성의 삶의 질에 영향을 미치는 요인을 규명한 연구[24]에서는 은퇴 이후 삶에 가장 설명력이 높은 변수를 부부관계의 질로 보고하여 본 연구 결과와 차이가 있었다. 이와 같은 차이는 본 연구의 대상자는 모두 여성이고, 전문직에 종사하였고, 은퇴 후 2년 이내의 초기 은퇴자로 은퇴 후 60%가 새로운 직장에 재취업하고 있기 때문으로 생각한다.

본 연구의 대상자는 과거의 자신을 내려놓기 위해 마음의 준비를 하지만 변화된 역할에 대해 아쉬워하였다. 이는 Kang [3]의 연구에서 은퇴 노인들은 은퇴 전에 명확했던 사회적 지위와 역할을 상실하거나 변화를 경험한다고 보고한 결과와 일치한다. 이는 은퇴자들이 은퇴 후 역할변화에 대해 적응할 수 있는 심리적 지원 프로그램이 필요함을 시사 할 뿐만 아니라 은퇴자 지원 프로그램을 개발할 때 직군에 따른 또는 개인의 특성에 적합한 맞춤형 은퇴 지원 프로그램이 필요하다는 것을 의미한다.

본 연구의 대상자들은 직장생활 은퇴 후 역할변화로 인해 시간적 여유가 생기면서 편안함을 느끼지만 직장생활에 대해 아쉬움을 느끼고 있었다. 이는 Chung [25]의 은퇴전환기 경험 연구에서 대상자들이 일시적으로 ‘일의 압박으로부터 벗어난 해방감’과 ‘역할의 단절로 인한 정서적 흔들림’을 동시에 느끼는 양가적 경험을 하게 된다는 연구 결과와 Oliver [26]의 연구에서 은퇴자들이 은퇴 후 직업으로부터 해방으로 기쁨과 자유로움을 느끼는 동시에 상실감과 같은 감정도 함께 느낀다는 연구결과와도 일치하였다. 이는 은퇴는 시간적 여유와 더불어 새로운 인간관계를 형성하는 등의 긍정적인 경험도 하지만[27], 은퇴가 정서적 건강에 부정적인 영향을 주어 은퇴 후 노년기의 삶의 질이 저하될 수도 있으므로[7] 은퇴를 준비할 때는 건강, 가족관계, 그리고 사회참여활동, 여가활동, 대인관계, 자기통제 등에 대한 고려가 필요하다는 연구[28] 결과를 지지하였다. 따라서 가능하다면 은퇴 전 신체적, 정신적 건강 상태를 고려하여 은퇴를 계획하고, 은퇴 후의 목표를

명확히 하고, 은퇴 후 재정적 상태와 활동 수준을 계획하여야 은퇴 후 삶이 향상될 수 있으므로[29] 이러한 측면을 고려한 전략이 필요하다.

은퇴한 간호사들은 은퇴라는 상황으로 인해 경제적, 대인관계적 변화에 직면하고 심리적 혼란을 겪기도 하지만 또 다른 삶을 시작하였다. 이는 중장년 퇴직자들은 충격으로 다가왔던 주된 일자리 퇴직 이후의 삶에 적응하는 방법을 터득하거나 자신이 이전에 하지 않았던 새로운 영역의 활동 등을 경험하면서 퇴직 이후의 삶에 서서히 적응하게 된다고 보고한 선행연구[3] 결과로 설명할 수 있다.

본 연구의 대상자들도 은퇴 후 은퇴 이전에 누려왔던 직위와 대우에 비하면 직위도 낮아지고, 급여도 적지만 요양병원 등에 간호사로 재취업하여 즐거움을 느끼고 은퇴 후 변화된 직업적 역할과 상황에 적응하기 위해 다시 배우는 자세로 노력하고 있었다. 이는 Park [30]의 전문직 은퇴자는 은퇴 후 자신의 역량을 사회적으로 활용하기를 매우 희망하며, 건강이 허락하는 한 일(직업)을 계속 하기를 요구한다는 연구 결과와 유사하였다. 이러한 결과는 베이비 붐 세대 은퇴 경험 연구[4]에서 은퇴한지 2년 이내의 대상자들은 ‘일’이 곧 삶이고 삶의 이정표이며 무엇보다 ‘일’을 토대로 자신의 존재를 세우고자 하는 것으로 보고한 결과와 일치하며, 여성 베이비부머 은퇴자를 유형화 연구[21]에서 은퇴한지 1년 이내의 대상자들이 주된 일자리를 퇴직한 후에 즉각적인 재취업, 자신의 전문성에 맞는 분야로의 구직 등을 하는 것으로 보고한 결과와도 일치하였다. 이는 최근 은퇴를 경험하는 사람들은 고학력의 전문직 은퇴자들이 많기 때문에 가교일자리를 찾거나 사회봉사를 원하는 등 은퇴 후에도 역할과 활동을 유지하기를 희망하기[6] 때문으로 설명할 수 있다. 이는 본 연구의 대상자들과 같이 전문직 은퇴자들은 은퇴 후에 직업적 역할과 사회적 활동을 유지할 수 있도록 교육하는 것이 필요함을 시사한다. 은퇴 후 은퇴자의 전문 역량의 활용은 역할 상실감을 극복하고 의미 있는 삶이 가능하도록 하며 사회적 가치를 창출하거나 사회에 공헌함으로써 개인적으로 자기효능감과 자부심이 높아짐으로 삶의 의미와 보람을 느끼게 된다[29]. 은퇴한 간호사들은 비록 은퇴는 하였지만 전문적인 지식과 기술을 갖춘 전문 인력이므로 그들의 인적자원을 사회적으로 활용할 수 있는 사회적 제도를 마련하는 것이 필요하다.

본 연구는 간호사들의 은퇴 후 초기 경험에 대한 심층적 이해를 위하여 현상학적 연구방법으로 은퇴 간호사의 은퇴 후 초기 삶의 경험을 분석하였다. 그러나 본 연구는 병원에서 근무한 후 은퇴한지 6개월에서 2년 이내의 간호사를 대상으로 연구를 실시하기 때문에 간호사들의 은퇴 후 삶의 적응 과정을 이해하는데 제한점이 있다. 그러므로 향후 간호사의 은퇴 후 삶에 대해 총체적으로 이해하기 위해서는 은퇴 초기

간호사뿐 아니라 은퇴를 준비하거나 은퇴 후 2년 이상 된 간호사들과 병원뿐만 아니라 지역사회 기관, 학교 등에서 은퇴한 간호사를 포함하는 연구를 제안한다.

결론 및 제언

본 연구는 은퇴 간호사가 경험하는 은퇴 후 초기 경험을 심층적으로 이해하기 위하여 Colaizzi [19]가 제시한 현상학적 연구방법을 적용하여 시도된 연구이다. 은퇴 간호사들은 은퇴 전 구체적인 준비가 아닌 막연하게 은퇴 준비를 시작하며 경제적으로 수입은 감소하나 지출은 늘어나며, 지나간 것을 그리워하고 새로운 것은 낯설어 하며, 심리적으로 역할변화에 대해 미련이 남아 있지만 시간적 여유로움에 편안함을 경험하고 있었다. 그러나 은퇴 후 역할과 상황의 변화 속에서도 또 다른 시작을 위해 나서고 있었다. 본 연구의 결과를 근거로 은퇴 간호사가 은퇴 후 새로운 삶에 적응할 수 있도록 전문적 역량과 경제적, 대인 관계적 및 심리적 변화의 특성을 고려한 은퇴 전 교육 프로그램을 개발하고 제공함으로써 간호사의 은퇴 후 삶의 적응을 도울 것을 제안한다.

Conflicts of Interest

The authors declared no conflict of interest.

References

1. Statistics Korea. Life expectancy [Internet]. Seoul: Korean Statistical Information Service; 2018 [cited 2019 May 13]. Available from: http://kosis.kr/statisticsList/statisticsListIndex.do?menuId=M_01_01&vwcd=MT_ZTITLE&parmTabId=M_01_01&statId=1994042&themaId=A#SelectStatsBoxDiv
2. National Institute of Korean Language. Retirement [Internet]. Seoul: National Institute of Korean Language; 1999 [cited 2017 Mar 2]. Available from: <https://stdict.korean.go.kr/search/searchResult.do?pageSize=10&searchKeyword=%EC%9D%80%ED%87%B4>
3. Kang JS. Grounded theory approach on the adaptation process related to retirement for elderly. *Korea Gerontological Society*. 2008;28(3):477-496.
4. Yang UJ, Jo ES, Ko ES, Ha JA. Hermeneutic phenomenology study on the retirement experience of the baby boom generation. *Korean Employment & Career Association*. 2016;7(3):63-89.
5. Lim BW, Lee OJ, Roh YS. After the retirement of the baby boomer educated men changing experience on the psychological characteristics of qualitative research. *Korean Journal of Care Work*. 2013;18:97-132.
6. Nobahar N, Ahmadi F, Alhani F, Khoshknab MF. Work or retirement: exploration of the experiences of Iranian retired nurses. *Work (WORK)*. 2015;51(4):807-816. <https://doi.org/10.3233/WOR-141943>
7. Dave D, Rashadn I, Spasojevic J. The effects of retirement on physical and mental health outcomes. *Southern Economic Journal*. 2008;75(2):479-523. <https://doi.org/10.3386/w12123>
8. Kwon JD. The theory of senior welfare. Seoul: Hakjisa; 2010. p. 83-103.
9. Sung MA, Ok SW. Qualitative research on women's post-retirement lives. *Korean Family Studies Association*. 2004;16(2):55-91.
10. Korean Nurses Association. Nursing Statistics [Internet]. Seoul: Korean Nurses Association; 2018 [cited 2019 May 13]. Available from: <http://www.koreanurse.or.kr/resources/statistics.php>
11. Lee TH, Kang KH, Ko YK, Jo SH, Kim EY. Issues and challenges of nurse workforce policy: a critical review and implication. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*. 2014;20(1):106-116. <https://doi.org/10.1111/jkana.2014.20.1.106>
12. Kang HS, Lee ES. Path analysis of work-family conflict, burnout, and turnover intention among married women nurses. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation society*. 2017;18(2):206-217. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.2.206>
13. Lee KW, Suh YO. A phenomenological study on happiness experienced by career nurses. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*. 2014;20(5):492-504. <http://dx.doi.org/10.1111/jkana.2014.20.5.492>
14. Han GH. Gender difference in retirement experience-a life course model. *Korean Journal of Sociology*. 2008;42(3):86-118.
15. Szinovacz ME, Davey A. Predictors of perceptions of involuntary retirement. *The Gerontologist*. 2005;45(1):36-47. <https://doi.org/10.1093/geront/45.1.36>
16. Huh HJ, Kwon YC. A study on the successful perception of deterioration, moving attitudes and deterioration measures of nurses in small and medium hospitals. *Journal of Digital Convergence*. 2015;13(8): 337-344. <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2015.13.8.337>
17. Lim MJ. A survey research on attitudes of Korean nurses regarding provision for old age [master's thesis]. Seoul: Kyung Hee University; 2006.
18. Oh SJ. A Study on Nurses' Preparation for Retirement and Need for Education [master's thesis]. Daejeon: Daejeon University; 2001.
19. Colaizzi PF. Psychological research as the phenomenologist views it. In: Valle RS, King M, editors. *Existential phenomenological alternatives for psychology*. New York: Plenum; 1978. p. 48-71.
20. Sandelowski M. The problem of rigor in qualitative research. *Advances in Nursing Science*. 1986;8(3):27-37. <http://dx.doi.org/10.1097/00012272-198604000-00005>
21. Shim WJ, Kim ES, Ha JY. Exploring female baby boomers' retirement experiences in South Korea. *Korea Lifelong*

- Education. 2016;12(3):1-29. <http://dx.doi.org/10.35637/klehrd.2016.12.3.001>
22. Yoo JR, Lim SH. A qualitative study on the experiences of the early retired middle-aged men-focusing on retirees in the financial institutions. *Social Science Studies*. 2014;38(3): 190-217. <https://doi.org/10.33071/ssricb.38.3.201412.189>
 23. Han KH. Preparation for the third age after retirement: the state of middle age in Korea. *Management World*. 2013; 403:58-59. https://www.kefplaza.com/labor/manage/econo_view.jsp?nodeid=289&idx=12140
 24. Kwon EB, Lee JH. The determinants of life satisfaction in male retirees: focus on retirement-related variables and marital quality. *Journal of Family Relations*. 2011;15(4): 73-92.
 25. Chung CI. A study of retirement experience in transitional retirement period of men. *Korean Journal of Christian Counseling*. 2010;20:265-298.
 26. Robinson OC, Demetre JD, Corney RH. The variable experiences of becoming retired and seeking retirement guidance: a qualitative thematic analysis. *British Journal of Guidance & Counselling*. 2011;39(3):239-258. <https://doi.org/10.1080/03069885.2011.562484>
 27. Bauger L, Bongaardt R. The lived experience of well-being in retirement: a phenomenological study. *International Journal of Qualitative Studies on Health & Well-Being*. 2016;11:1-11. <https://doi.org/10.3402/qhw.v11.33110>
 28. Kim KC. A model on perception successful aging of retired teachers. *The Korean Association For Comparative Government*. 2014;18(3):143-160. <https://doi.org/10.18397/kcgr.2014.18.3.143>
 29. Keele SF. Retirement and the registered nurse: the SAVER study. [dissertation]. Las Vegas: University of Nevada; 2014. p. 1-120. <https://digitalscholarship.unlv.edu/thesesdissertations/2106>
 30. Park SB. (The) analysis of needs for successful aging in professional retirees: focused on their competencies, learning and social activities [dissertation]. Busan: Kyungsoong University; 2010. p. 1-193.

Early Experiences of Retired Nurses

Lee, Mi Suk¹⁾ · Eun, Young²⁾ · Jeon, Mi Yang³⁾

1) Assistant Professor, Department of Nursing, Jinju Health College, Jinju

2) Professor, College of Nursing, Institute of Health Sciences, Gyeongsang National University, Jinju

3) Associate Professor, College of Nursing, Institute of Health Sciences, Gyeongsang National University, Jinju

Purpose: This study aimed to understand the meaning and nature of the early experiences of retired nurses. **Methods:** This qualitative study adopted Colaizzi's phenomenological method. Study participants were 10 nurses who had retired within the previous two years. Data were collected through in-depth individual interviews with the participants from September to December 2017, which were conducted until recurring themes emerged. **Results:** Early experiences of retired nurses in 14 sub-themes and 5 themes from the total of 256 initial codes. The five themes were 'vaguely initiated retirement preparation,' 'decreased income and increased spending,' 'mixture of longing and unfamiliarity,' 'the comforts left regret,' and 'go to another start another beginning.' **Conclusion:** Based on the results of this study, we suggest pre-retirement education that considers economic, interpersonal, and psychological changes to help nurses adapt to their new lives after retirement. We propose the development of education programs based on an understanding of lifestyle changes experienced by retired nurses, and further study to measure the effectiveness of these programs.

Key words : Nurse, Retirement, Experience

• Address reprint requests to : Jeon, Mi Yang,

College of Nursing-Institute of Health Science, Gyeongsang National University
816-15, Jinju-daero, Jinju, Gyeongnam, Republic of Korea, 52727
Tel: 82-55-772-8261 Fax: 82-55-772-8209 E-mail: myjeon68@gnu.ac.kr