

백세사회 건강노인의 생활설계 상담 영역 탐색

이 현 아
(한국방송통신대학교)

목차

-
1. 연구목적
 2. 연구방법
 3. 연구결과
 4. 논의 및 결론
-

1. 연구 목적

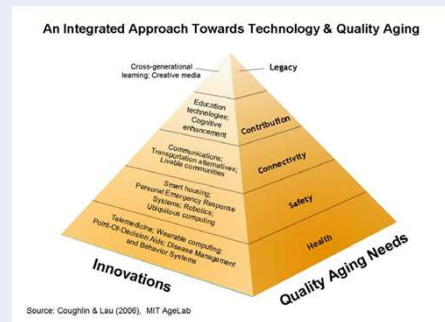
- 2025년에 65세 이상 인구가 20%를 넘는 초고령사회의 진입을 앞두고 백세사회가 현실화
→ 백세사회 고령화에 대한 대책 우리사회 지속가능성과 관련된 문제로 중요한 국가적 과제
- 특히 베이비붐 세대의 은퇴를 시작으로 고령화 정책의 방향이 '건강노인'을 대상으로 확대 전환
- 건강노인은 건강한 노화(healthy ageing), 활동적 노화(active ageing)로 개념화
- ✓ WHO의 "Active Ageing: A Policy Framework"에서는 활동적 노화를 고령자의 인권을 인정하면서 자립, 참여, 존엄성, 돌봄과 자아성취를 포함하는 것으로 정의.
- ✓ 활동적 노화의 기본 요인으로는 ①건강유지와 증진, ②사회참여, ③물질과 안전의 보장 등
- 활동적 노화 관점에서 보면 건강노인의 생활설계가 무엇보다 중요
→ 이에 본 연구는 건강노인을 위한 생활설계상담 영역을 탐색해보고자 함

2. 연구 방법

- 본 연구에서는 '건강 노인'을 노인 자신 또는 배우자와 함께 지역사회 내에 거주하면서 일상 생활 기능 유지-자기돌봄 가능-를 통해 독립적 생활을 영위하고 사회참여가 가능한 노인으로 개념화하고,
- 건강노인을 위한 생활설계 연구와 프로그램에 대한 고찰을 통해 건강노인의 생활설계상담 영역을 탐색해보고자 함

3. 연구 결과

- 기존의 삶의 질 제고에 영향을 미치는 요소를 토대로 고령자들의 삶의 질을 결정하는 요인을 살펴보면 건강요소, 사회관계적 요소, 경제적 요소, 안전요소로 구분 가능(조항희 외, 2007).
- 한편, 건강한 노화의 기준은 신체적 건강, 인지·정서적 건강, 사회적·지식 건강의 세 가지로 범주화(고대선, 2009).
- Coughlin JF 등(2006)은 Maslow 욕구단계를 응용하여, 건강(health), 안전(safety), 사회적 관계(connectivity), 기여(contribution), 상속(legacy)의 5차원에서 고령자의 욕구체계와 기술에 대한 통합적 접근



3. 연구 결과

- 국민연금 노후준비서비스에서는 재무, 건강, 여가활동, 대인관계의 4가지 영역에서 노후준비 종합진단
- 서울시 50플러스재단에서 운영하는 생애설계 자가진단서비스에서는 일, 활동, 관계, 재무의 4대 영역에서 인생후반설계를 위한 진단



50+생애설계 자가진단은?

50+생애설계는 인생의 절반에서 지금까지의 삶을 돌아보며 점검과 진단을 통해 인생후반전환을 새롭게 설계해 보고 노후를 준비해보는 과정입니다.

오십 이후의 생애설계를 위해 중요한 4대 영역(일, 활동, 관계, 재무)을 스스로 점검할 수 있는 체크리스트 형태의 진단지표, 진단 후 영역별 준비도 결과를 제공합니다.



3. 연구 결과

- 경기도 노후생활설계사 양성사업에서는 건강관리, 재정관리, 가족관계/인간관계, 일자리관리, 여가 관리의 5가지 영역을 주요 교육과정으로 하고 있고 (경기복지재단, 2013)
- 한국생애설계협회 생애설계교육과정에서는 재무, 여가취미, 경력, 사회참여, 건강, 주거, 관계, 자기개발의 8가지를 생애설계 8대 분야로 제시(최성재, 2020).



<http://senior.mk.co.kr/cp/newsview.php?sc=80500001&cm=%C0%BA%C5%F0+%B4%BA%BD%BA&year=2019&no=140581&relatedcode=&mc=B>

4. 논의 및 결론

- 이상의 고찰을 종합해보면 건강노인의 생활설계 영역은 일, 건강, 재무, 여가, 관계의 5대 영역으로 설정할 수 있음
- 건강노인의 생활설계상담을 위한 영역은 전생애주기에 걸친 보편적 생활영역을 기본으로 하면서,
- 건강노인의 특수한 요구를 고려하여 그 영역을 설정할 필요가 있음
- 본 연구는 문헌고찰을 통해 건강노인의 생활설계 영역을 탐색해 본 것으로 추후 설문조사나 FGI 면접 조사 등을 통해 실제 건강노인이 처한 생활환경과 니즈를 분석하여 발전시킬 필요가 있음